

༄༅། བད་སྤྱོད་ཉི་ཤུ་བདུན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་གཞུང་  
བཞུགས་པ་ལེགས།

གཤེན་མཁས་ཚུལ་ཁྲིམས་རྒྱལ་མཚན།

༄༅། འདྲ་ཞུང་སྐད་དུ། ཕྱི་ཉིལ་ནི་ཅུ་ཕྱིས་ལ་སྟ་དུ་ཡ། བོད་སྐད་དུ། བད་སྟོང་ཉི་ཤུ་  
བདུན་པ་ཞེས་བྱ་བ།

ཕུན་ཚོགས་ཡོན་ཏན་ལྷན་ལ་རྫོགས།  
སྤྲ་མ་སངས་རྒྱས་ཏེན་གསུམ་དང་།  
ཕྱོགས་བརྩའི་གཤེན་རབས་ཐམས་ཅད་ལ།  
སྟོ་གསུམ་གྲས་པས་ཕྱག་འཆལ་ལོ།

འཕུལ་གྱི་ཡི་གེའི་དོན་བཟླན་པས།  
སྤྲ་བའི་དག་ཀྱན་གསལ་མཛད་པ།  
ཐབས་ཀྱི་མཚོག་དང་ཤེས་རབ་ཕུལ།  
སྤྲ་བསྐྱར་ལོ་པཅ་ལ་བདུད་ནས།

གསུང་རབ་དང་ནི་རིག་པའི་གནས།  
ཚོག་དོན་བདེ་སྤྱད་ཏྟགས་བྱེད་ཅིང་།  
མིང་ཚོག་གང་ཡང་སྦྱོར་བའི་གཞི།  
ཡིག་སྦྱོར་ལག་ལེན་བཟླན་པར་བྱ།

༼ལཱ་དང་པོ། ཡི་གེ་སྦྱོར་གཞི་ངེས་བཟུང་དང་ནམ་གངས་བཟླན་པ།༽

ཡི་གེའི་འདུ་བྱེད་ཁམས་གསུམ་འཁོར། །དོན་ལ་སྦྱོར་བའི་མཚན་ཉིད་འཛིན། །རྩ་བ་  
འཕུལ་ཡིག་བཞི་བརྩ་ལོ། །དཔལ་བོ་འབྲུ་ལྡ་ལས་བྱུང་བའི། །འབྲུང་ཆེན་རིམ་པ་ཁྲ་ཀ་ཁ། །ག་

ང་ཏ་ཨ་ཨ་བརྒྱད་པོ། རྣམ་མཁའ་ཁམས་ཡིན་མྱོ་ལས་བྱང་། འོག་མ་རྣམས་ཀྱང་དེ་བཞིན་  
 ཏེ། ཞེ་ཅ་ར་རྟེ་ལྟ་བརྒྱད་པོ། མེ་ཡི་ཁམས་ཡིན་རྩ་ལས་བྱང་། ཞོ་ཏ་ལ་ས་སྟེང་བརྒྱད་པོ།  
 ས་ཁམས་ཡིན་ཏེ་སྟེ་ལས་བྱང་། ལྷ་བ་བ་འ་ཨུལ་བརྒྱད་པོ། རྒྱ་ཡི་ཁམས་ཡིན་ཁྱི་ལས་བྱང་།  
 ཨི་ཅ་ཡ་ཤ་ལ་བརྒྱད་པོ། རྒྱང་གི་ཁམས་ཡིན་ཡི་ལས་བྱང་། རྟེ་དག་འབྱུང་ཆུང་ཞེ་ཕ་བྱ། རྟེ་  
 བའི་རིམ་པ་ལྷ་ཨེ་ཨོ། ལྷ་ཨི་ཨི་ཨུལ་དང་བརྒྱད། རྒྱང་གི་ཞེ་ཡིན་ཆེན་པོ་འོ། ལྷ་ཅ་ཏ་པ་ཅ་  
 ལ་ར། ཏ་བརྒྱད་ས་ཞེ་དག་པོ་འོ། ལ་ཆ་ཐ་པ་ཆ་བ་ལ། ཨ་བརྒྱད་ཆུ་ཞེ་འབྱིང་པོ་འོ། ལྷ་ཇ་  
 ད་བ་ཇ་འ་ཤ། རྟེ་བརྒྱད་མེ་ཞེ་ལན་པོ་འོ། རྟེ་ཏ་ན་མ་མ་ཡ་ས། རྟེ་བརྒྱད་མཁའ་ཞེ་རྩ་བ་པ་  
 འོ། རྟེ་འབྱུང་ཁུངས་ཞེ་ཆེན་བརྒྱད་པོ་ལ། ཡི་གེ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་བ་ལས། རྟེ་པོ་ལྷ་ལ་སྟགས་ལ།  
 མགྲིན་པའི་གནས་ལས་སྟེ་བ་ཡིན། འོག་མ་བདུན་ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ། ཨི་ཨོ་ལྷ་ཨི་ཨི་ཨུལ།  
 ཞེ་ཆེན་ལྷ་མ་བདུན་པོ་སྟུར། རྟེ་འབྱུང་ཁུངས་རིམ་པས་རྟེ་ཞེ་མཆུ། ལྷ་སོ་སྟེ་འོག་བདུན་ལས་  
 སྟེ། རྟེ་འབྱུང་བ་རིམ་པས་ཤིང་མེ་ས། རྒྱ་རྒྱང་ལྷགས་རི་ནམ་མཁའ་འོ། ཡི་གེ་བཞི་བཞི་ཡོད་  
 པ་ཡི། རྟེ་གྲོག་པའི་ཐང་བབ་ཞེ་ཆེན་བརྒྱད། རྟེ་འབྱུངས་ཡིག་ལྷག་མ་བརྒྱད་དང་བཅས། རྟེ་ས་པའི་  
 ཐོ་ཡིག་བཞི་བརྒྱད་འདོད། རྟེ་རང་ཞེ་ཆེན་དེ་རྣམས་ལས། ལྷ་ཏ་པ་ཞེ་འམས་གཉིས་དང་།  
 ལྷ་ཞེ་འམས་ལ་ར་སྟགས་ཀྱི། ལྷ་སྟུམ་པ་པོར་བ་རྟེ་འཇུག་སྟེ། ལྷ་མཐའ་ཅན་ལེས་རྣམ་གྲངས་  
 བརྒྱའོ། ཡི་གེ་བརྒྱ་ལས་མཐར་གནས་པ་ས་ཡིག་ཡིན་པས་ན་མིང་དེ་རྟེ་མཇུང་པའོ། རྟེ་གྲོག་པ་པའི་མཆུ། རྟེ་  
 རྣམས་ནང་ནས་ད་ས་གཉིས། རྟེ་འཇུག་མཐར་ཡང་ཐོབ་པས་ན། ཡང་འཇུག་ཅེས་སྟེ་གྲགས་  
 པ་ཡིན། རྟེ་འཇུག་བརྒྱ་པོའི་ནང་ནས་ཀྱང་། རྟེ་པོ་གསུམ་ལྷ་དྲུག་དང་བདུན། རྟེ་མཐའ་  
 ཅན་དྲུག་གསུམ་པ་སྟེ། རྟེ་ལྷ་པོ་ནི་ཐོན་དུའང་འགོ། ལྷ་སྟགས་ལྷག་མ་ཉི་ཤུ་ནི། ཐོན་རྟེ་གང་  
 དུའང་འཇུག་མི་འགྱུར། རྟེ་ལྷ་ཅན་བརྒྱ་དང་བཞི་བརྒྱན་པ། རྟེ་འཇུག་དང་ནི་བརྟེན་ས་  
 འདོགས་འཇུག། རྟེ་འཇུག་བཞི་བརྒྱ་ལེ་བརྒྱད་ནི། ལྷ་ཡིས་རྟེ་འཇུག་བརྒྱ་གཅིག་སྟེ། རྟེ་ས་  
 འཇུག་དྲུག་དང་བས་འཇུག་བརྒྱ། ལྷ་ས་འཇུག་བརྒྱ་གཅིག་ལས་འཇུག་བརྒྱ། རྟེ་གསུམ་འདོགས་  
 འཇུག་ཅན་ལྷ་བརྒྱ་དྲུག རྟེ་འདོགས་ཅན་ད་ཡིས་འཇུག་བ་དག། ལྷ་ལ་བརྟེན་ས་འཇུག་འདོགས་  
 འཇུག་དང་། རྟེ་གསུམ་འཇུག་དང་ནི་གསུམ་ཡིན་ཏེ། རྟེ་ཡང་བརྟེན་ས་འཇུག་བརྒྱ་དགྱེད།  
 རྟེ་འདོགས་འཇུག་དགྱེད་དང་རྟེ་གསུམ་འཇུག་དྲུག རྟེ་ལྷ་བས་སྟུམ་རྟེ་ཅ་བཞི་འོ། རྟེ་འདོགས་ཅན་མ་

༼ལཱ་གཉིས་པ། ཡི་གེ་རྒྱུར་བ་བཤད་པ།༽

གཉིས་ནི་ཆུ་ཡིན་ལ། གསུམ་པ་ས་ཡིན་བཞི་བ་མཁའ། རྩ་བ་མེ་ཡི་ཡི་གེར་འདོད། འཕྲུག་དང་  
 མི་འཕྲུག་གང་ཞེ་ན། རྒྱ་གཉིས་ས་དང་མེ་ལ་འཕྲུག ས་ཡང་ས་མེ་གཉིས་ལ་འོ། མཁའ་ནི་ཆུ་  
 དང་མེ་གཉིས་ལ། མེ་ནི་མེ་དང་ཆུ་ལ་འཕྲུག མི་འཕྲུག་ངེས་པ་འདི་ནི་མས་ཏེ། རྒྱ་གཉིས་ཆུ་ལ་  
 མི་འཕྲུག་ཅིང་། ས་ནི་ཆུ་ལ་འཕྲུག་པ་མིན། མཁའ་ནི་ས་ལ་མི་འཕྲུག་སྟེ། མེ་ནི་ས་ལ་འཕྲུག་  
 མི་འགྱུར། རང་གི་སྤྲེལ་ཆོན་དང་ཕྱད་ན། ས་ཡང་མེ་ལ་མི་འཕྲུག་ཅིང་། རྒྱ་མཁའ་མེ་ཡང་དེ་  
 དང་མཚུངས། འཕྲུག་པའི་ཆུ་ལ་ནི་ཇི་ལྟ་ན། རྒྱ་གཉིས་རན་པའི་ཆུ་ལ་གྱིས་ཏེ། ས་ནི་དྲག་པོར་  
 འཕྲུག་པ་ཡིན། མཁའ་ནི་མཉམ་པའི་ཆུ་ལ་གྱིས་འཕྲུག མེ་ནི་ཞན་པའི་ཆུ་ལ་གྱིས་སོ། འཕྲུག་  
 པའི་དགོས་པ་ཅི་ཞེ་ན། རྒྱ་ཡིག་གཉིས་ཀ་ད་ལྟའི་ཆེད། ས་ནི་འདས་པ་སྟོན་ཕྱིར་དང་། མན་  
 མཁའ་དུས་གསུམ་མཉམ་པའི་ཕྱིར། མེ་ནི་མ་འོངས་བསྐྱབ་ཕྱིར་རོ། བྱ་བར་རྒྱ་གཉིས་སྤྱར་བ་  
 ན། རྟེན་ཡི་བྱེད་པར་མེ་ཡང་འཕྲུག ས་འཕྲུག་པ་ཡི་བྱ་བ་དེའི། བྱེད་པར་མེ་འམ་འཕུལ་མེད་  
 རོ། རྟེན་མཁའ་འཕྲུག་པའི་བྱ་བ་ནི། བྱེད་པ་ག་འམ་འཕུལ་མེད་ཀྱང་། མེ་འཕྲུག་པ་ཡི་བྱ་  
 བྱེད་ནི། གཉིས་ཀ་རང་ལས་གཞན་མ་ཡིན། འཇམ་མཐའ་ཅན་ནི་སྤངས་པ་ཡི། བྱ་བྱེད་གཉིས་ཀ་  
 མི་འགྱུར་རོ། ལྷུས་སྟོག་གཉིས་ཀ་གཞན་འགྱུར་བའི། བྱ་བྱེད་དག་ནི་ཅི་རིགས་སོ། རྟ་ལྟ་བ་  
 དང་བསྐྱུལ་ཆོག་གཉིས། སལ་ཆེར་ཨོས་བརྒྱན་བསྐྱུལ་ཆོག་ལ། འཇམ་མཐའ་ཅན་ནི་སྤངས་པ་  
 མང་། རྟེན་སྤྲེལ་འཕྲུག་བརྒྱུ་པོ་ཡང་། ས་དང་མེ་ཆུ་གསུམ་དུ་བྲིས། ས་ནི་ག་ད་བ་ས་བཞི།  
 མེ་ནི་ང་མ་འ་དང་གསུམ། རྒྱ་ནི་ན་ར་ལ་གསུམ་མོ། ས་ལ་རབ་འབྲིང་ཐ་མ་གསུམ། མེ་ལ་མེ་  
 དང་མེ་ཡི་མེ། རྒྱ་ལ་འགྱུར་དང་འགྱུར་ཙམ་དང་། འགྱུར་མེད་དང་ནི་གསུམ་ཡིན་ནོ། འཕྲུག་  
 ཆུ་ལ་སྒྲ་དོན་གཉིས་ཡིན་ཏེ། ས་གསུམ་མེ་གཉིས་རྒྱ་གསུམ་པོ། གདངས་སྐད་དྲག་ཞན་འབྲིང་དུ་  
 འགྱུར། དྲག་པོ་ས་གསུམ་ནང་ཕྱད་དམ། འབྲིང་དང་ཞན་པ་ནང་ཕྱད་ཀྱང་། རྟེན་དག་ནང་  
 གསེས་དྲག་ཞན་དབྱེ། རྒྱ་ཡིག་གསུམ་ལས་གང་ཡིན་པ། དྲག་པོ་ནང་ཕྱད་དྲག་པོར་འགྱུར།  
 ཞན་པ་ནང་ཕྱད་ཞན་པར་འགྱུར། གཉིས་ཀ་ཅན་དང་ཕྱད་པ་ན། རྟེན་ཆོག་གཉིས་ཀ་ཅན་དུ་  
 འགྱུར། གཉིས་ཀ་ཅན་དང་མ་ཕྱད་ན། དྲག་ཞན་གང་དུ་མི་འགྱུར་རོ། ཡང་འཕྲུག་འདས་  
 བསྐྱུལ་པལ་ཆེར་ལའོ། རྟེན་ནི་སྤྲེལ་མའི་སྤྱར་ཆུ་དང་། བྱི་མའི་སྤྱར་བ་གཉིས་ཡོད་དེ། རྩ་མ་  
 མོན་འཕྲུག་གོང་བཞིན་སྤྱར། བྱི་མ་ཇི་ལྟར་སྤྱར་ཞེ་ན། དྲག་པོ་དྲག་པོའི་མིང་མཐར་སྤྱར།

འབྲིང་དང་ཞན་པའང་དེ་བཞིན་ནོ། །རང་རང་མིང་མཐའི་སྒྲ་མཐུན་པའི། །རྣམ་དབྱེ་ཕྱད་  
 སྟགས་སྦྱར་བ་འོ། །དེ་དག་དགོས་པ་བསྟན་པ་ནི། །ཡི་གེ་གཅིག་གམ་དུ་མ་འཆོག་ས། །དེ་ལས་  
 མིང་ཕྱང་མིང་ལས་ཆོག། །ཆོག་གིས་ལྷགས་གཉིས་རྣམ་གཞག་གི། །དོན་རྣམས་མ་ལུས་སྟོན་པར་  
 བྱེད། །སྦྱར་ན་ཡི་གེ་མེད་པ་ན། །མིང་ཆོག་མེད་ཕྱིར་དོན་བཟོད་མེད། །ཁྱད་པར་མེ་ཡིག་མེད་  
 པ་ན། །འཇུག་པ་མེད་ཕྱིར་སྟོན་འཇུག་མེད། །སྟོན་འཇུག་དང་ནི་བརྟེན་འདོགས་དང་། །  
 དབྱངས་རྣམས་ཡོད་དམ་མེད་པའང་རུང་། །རྗེས་འཇུག་གང་རུང་ཞིག་མེད་ན། །ཡིག་སྦྱར་  
 མི་རྒྱས་དེ་ཡི་ཕྱིར། །གྲུབ་མཐའ་ཀུན་ལ་འཇུག་མི་རྒྱས། །དག་སྦྱར་གསལ་བྱེད་མེད་པར་  
 འགྱུར། །ཞེས་བརྗོད་པའི་བསྟན་བཅོས་ཉི་ཤུ་བདུན་པ་ལས་ཡི་གེའི་སྦྱར་བ་བཤད་པའི་ལཱ་  
 རྟེན་གཉིས་པའོ། །

### ༼ལཱ་གསུམ་པ། མཚམས་སྦྱར་ཕྱད་ཀྱི་རིམ་པ་བཤད་པ༽

༺ དེ་ནས་གོང་འོག་མཚམས་སྦྱར་གྱི། །རྣམ་དབྱེ་ཕྱད་རྣམས་རིམ་པས་བཤད། །ཡི་གེ་རྒྱང་  
 པ་འཕུལ་རྟེན་དང་། །བརྟེན་འདོགས་གང་དགོས་སྦྱར་བ་ཡིས། །རང་རང་གི་ནི་མིང་གྲུབ་སྟེ། །  
 དོན་གྱི་ངོ་བོ་སྟོན་པར་འགྱུར། །དེ་ལས་ཕ་རོལ་རྣམ་དབྱེ་སྟེ། །རྗེས་འཇུག་གསུམ་ལྔ་བརྒྱ་མཐར་  
 ཀྱི། །དང་པོ་གཉིས་ལ་དང་པོ་དངོས། །བཞི་བྱུག་བརྒྱད་དགུ་རྣམས་ལ་གྱ། །བདུན་པར་ཡ་འམ་  
 བདུན་པ་སྟེ། །དེ་རྣམས་ཨི་ཐུར་རྒྱན་གཉིས་དང་། །རྣམ་དབྱེ་བྱུག་པ་འབྲེལ་བའི་ས། །དེ་མཐའ་  
 རྣམས་སུ་བརྒྱ་བ་བྱིན། །རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པ་བྱེད་པོ་སྟེ། །སྐབས་འགར་རྒྱ་མཚན་ཡང་ཡིན་ནོ། །  
 རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་བརྒྱ་པོ་ལས། །བརྒྱ་བའི་ཕ་རོལ་བརྒྱ་བ་དང་། །བདུན་པ་ལ་ནི་བརྒྱད་པ་སྦྱར། །  
 གཉིས་གསུམ་བཞི་བྱུག་བརྒྱད་དགུར་ད། །དག་ཅན་རྣམས་ལ་ཏ་ཡང་སྟེ། །དེ་རྣམས་ཟུ་ཡིག་སོ་  
 སོར་སྦྱར། །བརྒྱད་པ་བཞི་བ་དགུ་པ་གསུམ། །རྒྱང་པར་བཞག་པ་བདུན་པོ་དེ། །གཉིས་པ་ལས་  
 དང་བཞི་བ་ཆེད། །བདུན་པ་གནས་བཞི་དེ་ཉིད་དང་། །ཆོ་སྐབས་ལྔ་སྟེ་ན་ལར་མཐུན། །རྗེས་  
 འཇུག་བརྒྱ་ལས་གཅིག་གཉིས་ལྔ། །བྱུག་བདུན་རྣམས་ལ་སྟ་དང་སྦྱར། །གསུམ་པ་ལ་ནི་གསུམ་  
 པ་སྟེ། །བཞི་བརྒྱད་དགུ་བརྒྱ་རྣམས་ལ་ཏ། །དེ་དག་ཨི་ཐུར་ལྷག་བཅས་ས། །དེ་ལས་གསུམ་པ་



དང་། གཉིས་པའི་དང་པོ་གསུམ་པ་ལ། མི་སྤྱད་མེད་གི་ཐོག་མཐར་སྤྱད། ཇི་དག་སྤྱི་ལ་ཁྱབ་  
པའི་ས། རང་རང་མེད་གི་བར་མཆོམས་སྟ། གསུམ་པ་ལ་ནི་གཉིས་པ་བྱིན། ཇི་ནི་འབྱེད་དང་  
སྤྱད་པ་དང་། ཆོ་སྐབས་རྒྱ་མཆོན་གདམས་ངག་ལྟོ། ལྷན་དང་རྣམ་དབྱེ་གཞན་རྣམས་  
ཀྱང་། ཇི་རྣམས་དབྱད་པས་གོ་བར་བྱས། ཁྱེད་མོར་བཀོད་ཀྱིས་མི་ལང་ངོ། ཁྱེས་བད་སྤྱོད་  
པའི་བསྟན་བཅོས་ཉི་ཤུ་བདུན་པ་ལས། མཆོམས་སྤྱོད་བཤད་པའི་ལེའུ་སྟེ་གསུམ་པའོ། །

བདེ་གཤེགས་བཀའ་དང་བསྟན་བཅོས་ཀྱི།  
བད་སྤྱོད་གསལ་བྱེད་ཡི་གེ་སྟེ།  
དེ་ཙམ་མ་ཟད་ལུགས་གཉིས་ཀྱི།  
རྣམ་གཞག་ལམ་ཡངས་འགྱུར་མཐོང་ནས།

གཞུང་ལུགས་འགའ་ལ་གོམས་འདྲིས་སྟོས།  
བཀའ་དང་ལུང་གི་དོན་བདུས་ནས།  
ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་གཞིར་གྱུར་བ།  
ཡི་གེའི་སྤྱོད་བའདི་ཉིད་བཀོད།

འགལ་འཁྱལ་ཉེས་པར་གྱུར་པ་གང་།  
སྤྱབས་ལུལ་བཞི་ལ་བཟོད་པར་གསོལ།  
དགོ་ཆོགས་འདི་དང་དུས་གསུམ་དུ།  
རྣམ་དཀར་ཅི་བགྱིས་འགོ་ལ་བསྟོ།

ཡུན་དུ་གཤེན་བསྟན་དར་རྒྱས་ཤིང་།  
དེ་འདྲིན་སྟེས་བུའི་ཞབས་པད་བརྟན།  
འགོ་རྣམས་སྟོ་སྟན་ཀུན་སངས་ནས།  
མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་རྒྱས་པར་ཤོག།



ཅེས་པ་བད་སྒྱུ་པའི་བསྟན་བཅས་ཉི་ཤུ་བདུན་པ་ཞེས་བྱ་བ། སྒྲིགས་མའི་འདྲེན་པ་གཤེན་སྟོན་རིན་པོ་ཆེ་མེ་  
འབྱུང་གཞུག་ཡུང་དབང་རྒྱལ་གྱིས། འདི་བཞིན་དགོས་ཚུལ་གྱི་བཀའ་རང་ལོ་ཉེར་ལྔ་བ་མེ་ཡོས་ལོར་སྤྱི་བོར་ཕེབས་  
བ་དང་། སྐར་ཡང་བཀའ་གསུང་ཡང་ཡང་བབས་པས་བཀའ་བཞིན་དང་དུ་ལེན་པ་ཡིད་ལ་བརྟགས་ཀྱང་། མ་  
གཡང་ཁོལ་པོར་འཕྱན་པ་ཟེན་མེད་གྱི་དབང་གིས་རེ་ཞིག་སྟོན་ཤོར་དུ་འབྱུངས་ཡང་། རང་ལོ་ཉེར་དགུ་བ་ལྷགས་  
ལྷག་ལོར་རང་ཉིད་ཀྱང་གཤེན་གྱི་བསྟན་ལ་སྤྱི་བྱེད་སྟོན་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ། གང་དེའི་ཞབས་རུ་ལྷུ་བོར་  
ལེན་པ་ཐོས་རྒྱུ་ཚུལ་ཁྲིམས་ལྟན་ཚྲགས་ཞེས་པ་བདག་གིས་བསྐྱེབས་ཤིང་བརྟམས་པ་རྫོགས་སོ། །

བོད་ཀྱི་བད་ཡང་དག་པར་སྒྱུར་ཚུལ་གྱི་བསྟན་བཅས་བད་སྒྱུང་ཉི་ཤུ་  
བདུན་པའི་རང་འགྲེལ་གཤེན་བསྟན་གསལ་བའི་  
ཉི་མ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས།

ཤེས་བྱ་ཇི་སྟེད་མངོན་གྱུར་ས་ལེ་བ། །  
རབ་འབྱམས་བསྟན་འགྲོར་གཞིགས་པའི་སྤྱན་གཅིག་ལ། །  
རྒྱལ་བ་གཉིས་པ་མཉམ་མེད་སྒྲ་མ་ཞེས། །  
མཚན་སྟན་ཚད་རྒྱུད་དབུ་མའི་དཔལ་དུ་བསྟུགས། །

ནམ་དག་བོན་སྤྱི་དབྱིངས་ལས་གཡོ་བ་མེད་ཀྱང་ལོང་ལོང་འཁོར་མཚོར་འབྱམས་པ་ཡི། །  
ནམ་མང་འགོ་བ་ཡོངས་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོས་དུང་དུང་བཅེ་བས་མི་འདོར་བར། །  
ནམ་ཀུན་ཕན་དང་བདེ་བའི་ཆོགས་ཀུན་རབ་སྒྲུབ་ཉིག་ཉིག་སྤྱན་ཟུར་གཡོ་བ་ཅན། །  
ནམ་འདྲེན་མཚོག་གྱུར་རྒྱལ་ཡུམ་ཤེས་རབ་བྱམས་མར་ཡང་ཡང་སྟོ་གསུམ་གྱས་ཕྱག་འཛམ། །

ཀུན་ལ་བྱབ་པའི་ཐུགས་རྗེ་བཞི་ལྡན་གཤེན་སྟོ་འོད་དཀར་ཡེ་ཤེས་སྟ། །  
སྟོ་མིས་བསྟུགས་འོས་ཐབས་མཚོག་གཞི་ལྡན་སྟོ་སྟོང་པ་སངས་པོ་འཕྲུལ་གྱི་རྒྱལ། །  
རྒྱལ་བའི་ཐུ་བོ་ཚད་མེད་བཞི་ལྡན་གཤེན་རབ་བསྟན་གཙོ་ཀུན་གྱི་མགོན། །  
མགོན་པོ་སྒྲ་མེད་སྟོ་གཤེན་སྟོང་པ་གསུམ་ལ་གྱས་པས་བདག་འདུད་དོ། །

---

\*འགོ་བ་མ་ལུས་འདྲེན་པའི་ཐབས་མཁས་མཚོག་སྟོང་སྟོང་ཐམས་ཅད་ཆགས་འདེབས་ཐབས་མཁས་མཚོག་  
རིག་གནས་ཚོངས་པ་མེད་པའི་ཐབས་མཁས་མཚོག་བདུད་དང་ཉོན་མོངས་བསྟོན་པའི་ཐབས་མཁས་མཚོག་

ཤེས་རབ་འདྲན་བྱེད་མྱོངས་པའི་ལིང་ཏྲོག་གིས་མྱོངས་འགོ་རྒྱལས་ལ།  
 རྩོ་གོས་བཟང་པོའི་མཐོང་བྱེད་ཡོངས་ལ་སྦྱོལ་མཛད་སྒྲུལ་བྱ།  
 ཀུ་བྱི་མང་ཀེ་སྒྲ་མོད་ཐོག་དང་ཕྱ་སྒྲས་འཇམ་པའི་དཔལ།  
 ངོ་བོ་གཅིག་ལས་ཁུ་རྩ་བཞིན་འཆར་སྒྲུ་བའི་སེང་གེར་འདུད།

བད་སྒྲིབ་དཀའ་བའི་གནད་ཀྱི་འཕྲང་དོག་པོ།  
 མཁྱེན་རབ་འཛོར་དང་ཡག་པས་ལེགས་བསལ་ཏེ།  
 རྩེས་འཇུག་ཚིག་དོན་བསྟོད་ལམ་བདེར་འབྲིང་པའི།  
 ལམ་མཁན་ལོ་པའ་ཚིགས་ལ་ཅིས་མི་དད།

མྱོད་དུས་འགོ་ན་མས་ཐུན་ཁོད་ལ་འབྱམས་ཆོ།  
 རྒྱལ་བ་འཕགས་ཆོགས་མཁྱེན་མཆོ་ལས་འོངས་བཅུད།  
 མི་འགྱུར་གཙུག་ལུང་དབང་རྒྱལ་ཉིན་མོར་བྱེད།  
 བདག་སྒྲོའི་བད་མོ་རྒྱས་མཛད་དེ་ལ་འདུད།

གཟུར་གནས་དབྱེད་ཞུབས་གནས་སྒྱུ་མ་ཅུ།  
བད་དག་ཚིག་ཚིགས་རིན་ཆེན་མཛུལ་སྟེང་། །  
ཉེས་བཤད་རྩལ་ཕྱིས་དོན་བཟང་རྒྱབ་བཀོད་ནས།  
རྒྱས་ཡོད་འབྲེལ་ཆུང་ཚིག་དོན་འབྲེལ་བར་འབྲལ།

བདག་དང་བདག་འདྲའི་སྒོ་དམན་རྣམས། །  
བད་སྒོ་གཞུང་གི་དཀྱིལ་འཁོར་དུ། །  
བརྗོད་དོན་སྟེ་ཞལ་བཞུ་འདོད་ན། །  
རང་འགྲེལ་གསལ་སྒོ་དབྱེ་བར་བྱ། །

བཟླན་པའི་བྱང་ཁྱད་ས་བཟླན་པ།

དེ་ལ་གཉིས་ཉེ་སྤྱིར་བཟླན་པའི་བྱང་ཁྱད་ས་དང་། བྱེ་བྲག་གཞུང་འདྲིའི་དོན་ནོ། །

དང་པོ་ནི། གྲུབ་མཐར་ཞུགས་པ་ལ་བྱི་བ་དང་ནང་བ་གཉིས་སུ་ཡོད་པ་ལས། ནང་བ་  
གཤེན་རབ་པས་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་སངས་རྒྱས་ཡོད་པར་སྤྱི་ཞིང་དཀོན་མཆོག་གསུམ་སྤྱབས་  
གནས་སུ་འཛིན་ཏེ། མཛོད་ལས། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཡི། ཡེ་ཤེས་ཉིད་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་  
ནི། རྟུན་གསལ་དོན་རྟོགས་མཆོན་ཉིད་འཛིན། ཞེས་དང་། གཤེན་པ་ལས། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་  
པའི་རྒྱལ་པོ་ནི། རྣམ་རྟོག་མི་མངའ་ཅི་ཡང་གསལ། ཞེས་དང་། ཁམས་བརྒྱད་ལས། རྣམ་པ་  
ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཞེས་སོགས་གསུང་རབ་ཀྱན་ནས་ཀྱན་མཁྱེན་ཡོད་པར་གསུངས་  
ཤིང་། སྤྱབས་གནས་ཀྱང་། དཀོན་མཆོག་བསྐྱབ་གནས་མི་འཛིན་བྱི་རོལ་འགྱུར་ཞེས་དང་། གནས་  
བཞིར་བྱས་འཛལ་འགོ་ཀྱན་སྤྱབས་སུ་མཆི། སེམས་བསྐྱེད་སྤྱབས་འགོ་འབྲེལ་བ་བོན་གྱི་གཞི་མ་  
ཡིན་ཞེས་སོགས་ཐེག་པ་ཀྱན་གྱི་གཞི་དང་ཅ་བར་གསུངས་སོ། བྱི་རོལ་སྤྱུགས་པས་ནི་དེ་ལས་  
ཐོག་པར་སྤྱི་ཉེ་གཏན་ཆོགས་ཐེག་པའི་ཕྱོགས་ལྔ་ལས། སངས་རྒྱས་གཤེན་རབ་མིང་ཡང་མེད། །  
དེ་མེད་ཕྱིར་ན་དེའི་གསུང་མེད། ཉེ་བསྐྱབ་བོན་སྒྲོམ་ཡོད་མི་སྲིད། ཡོད་ཀྱང་ཐོབ་པ་ལྷན་མི་  
སྲིད། ཁེས་སོགས་ལོག་བཤད་ཁོ་ན་སྤོ། །

མདོར་ན་བོན་གྱི་བྱང་ཁྱད་ས་ནི། སངས་རྒྱས་སྟོང་དང་ཅ་གཉིས་དང་། རྟོན་པ་རབས་  
བདུན་དང་། དུས་གསུམ་གྱི་རྟོན་པ་སོགས་ཡོད་པ་ལས། འོ་སྒྲོལ་གྱི་རྣམ་མཁྱེན་འདི་ནི་གཤེན་  
རབ་མི་བོ་སྟེ། རྟོན་པ་འདི་ཡང་གང་ཟག་རིམ་པས་བརྒྱད་པའི་ཐ་མ་ལ། ཞིང་ཁམས་ཆོགས་སྤིང་  
བྱ་བར་རྟོན་པ་བསོད་ནམས་དབང་ལས་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་སྤངས་ཏེ། སྤྱི་བ་གངས་མང་  
ཆོགས་ཀྱི་ལམ་ལ་བསགས་པའི་ཐ་མར་འོག་ཕྱོགས་ཚོད་པ་ཅན་དུ་རྟོན་པ་ཐུགས་རྩེ་རྟོན་ཞེས་བྱ་  
བར་བཟླན་ནས་ཆོགས་ཀྱི་ལྷག་མ་རྩོགས། སྲིད་པ་ཡེ་སངས་ཀྱི་ཡུལ་དུ་སྒྲོབ་དཔོན་འབུམ་ཁྲི་ལ་  
སྒོ་རྩལ་སྤྱངས་པས་བྱང་སེམས་སུ་གྱུར། དེའི་བྱི་མར་འོག་མིན་གྱི་གནས་སུ་མཛོན་པར་སངས་

རྒྱས་ཏེ། མདོ་དགོན་མཛད་ལས། བདག་ཀྱང་སྐྱེ་བ་གངས་མེད་དང་པོ་གང་ཟག་རིམ་པས་  
བརྒྱད། བརྒྱད་པའི་དུས་སུ་བསོད་ཕྱན་སྟོབས་གཅིག་གིས། སྟོན་པ་བསོད་ནམས་དབང་གི་  
ཚོགས་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་དེ་ཅུ་བྱོན། དེ་ལ་སེམས་བསྐྱེད་དད་པའི་སྟོབས་དང་ཕྱན། སྐྱེ་བ་གངས་  
མེད་ཚོགས་ཀྱི་ལམ་ལ་བསགས། །ཤེས་རབ་རྩ་ལ་རྒྱུགས་ཐར་པ་མངོན་སངས་རྒྱས། །ཞེས་དང་།  
ནམ་རྒྱལ་ནས། རྩོན་ཆེ་བདག་གིས་སེམས་བསྐྱེད་དུས། །ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་སེམས་ཅན་འགའ། །  
ད་ཉླ་མནར་མེད་དུལ་བར་ཡོད། །ངས་ནི་དག་བ་སྤྱད་པས་སྟོན་པར་ལྟར། །ཅིས་པས་སོ། །

སྟོན་པ་དེ་ཡང་གདུལ་དཀའ་འདུལ་བྱིན་གཟིགས་དགོངས་ཚད་ལྡན་འོ་མ་ལྟང་རིང་དུ་  
ཡབ་རྒྱལ་བོན་ཐོད་དཀར་དང་། །ཡུམ་ཡོ་བྱེ་རྒྱལ་བའད་ཀྱི་སྐས་སུ་བརྒྱ་པའི་ཆེ་སྟོད་ལ་སྐྱེ་བལྟམས་  
ནས་གནམ་ས་བར་སྤང་གི་བོན་གཤེན་སྟགས་གཤེན་འཁོར་ནམས་ལ། མཛད་པ་བརྩ་གཉིས་  
སམ་དུག་ཅུའི་སྒོ་ནས་འགོ་དོན་རྒྱ་ལག་ལྟར་པར་(རྒྱ་ལག་ལྟར་པ་ནི། བད་སྤོང་སྤོང་འགོ་དོན་ཉག་ཏུ་རུས་  
བའམ་རྒྱ་ཏུ་བྱེད་པའི་བད་མཛད་དོ། །སྟོན་པ་དེ་ལ་མཚན་གྱི་འགྲུར་ཚུལ་ནི་བཀྱིད་དང་གི་བྱིར་དུ་  
དུ་མར་བཤད་དོ། །རྒྱ་བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཚོགས་རྒྱུགས་པར་བསགས་པ་ལས། འབྲས་  
བྱ་རྒྱུགས་པའི་བྱང་རྩལ་ཐོབ་ཅིང་ངོ་བོ་སྐྱེ་དང་ཡེ་ཤེས་རང་བཞིན་སྤངས་པ་དང་རྟོགས་པ་བྱེད་  
ལས་མཛད་པ་དང་ཕྱིན་ལས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ལུལ་བྱིན་དང་ཕྱན་པའོ། །བར་སྐབས་སུ་དཔོ་བཟའ་  
ཐང་མོ་བདུད་ཁུབ་པས་བསྐྱས་སྐབས་གཏོ་སྒྲོམ་མེས་བསྟེན་ཏེ་དབའ་བོ་འབྲུ་ལྡ་ལས་མ་ལོན་  
པར་དབའ་བོ་འབྲུ་ལྡའི་ཁོང་ནས་འཕྲུལ་ཡིག་བཞི་བརྩ་བྱང་ཞིང་སྟོན་པས་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་  
པར་མཛད་དོ། །

སྟོན་པ་དེས་བོན་ཀྱང་སེམས་ཅན་གང་ལ་གང་འདུལ་དུ་ཉོན་མོངས་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་  
ལ་འདུལ་གཉེན་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་། འཕྲུལ་རྟོག་སུམ་བརྒྱ་དུག་ཅུ་ལ་གསལ་མཁར་སུམ་བརྒྱ་  
དུག་ཅུ། འདུ་བྱེད་ཉིས་བརྒྱ་ལྡ་བརྩ་ལ་མཚན་ཉིད་ཉིས་བརྒྱ་ལྡ་བརྩ། གོལ་སྐྱིབ་བརྒྱ་ཙ་བརྒྱད་  
ལ་དང་དོན་བརྒྱ་ཙ་བརྒྱད། རྟོག་ཚོགས་ཞེ་ལྡ་ལ་ཐེག་པ་ཞེ་ལྡ། འཕྲུལ་སྒོ་དགུ་ལ་ཐེག་རིམ་དགུ།  
དུག་ལྡ་ལ་སྒོ་བཞི་མཛོད་ལྡ། དུག་གསུམ་ལ་བྱི་ནང་གསང་གསུམ། རིག་པ་དང་མ་རིག་པ་  
གཉིས་ལ་དང་དོན་དང་ངེས་དོན་གཉིས། ཉོན་མོངས་འཕྲུལ་བ་ལ་ཡེ་ཤེས་ཉག་གཅིག་སྟགས།  
སེམས་ཅན་སྟོ་ཡི་བྱེ་བྲག་སོ་སོར་འདུལ་གཉེན་བོན་ཀྱང་བྱེ་བྲག་སོ་སོར་གསུངས། བཀའ་སྐྱེགས་

བཅ་བྱེ་བ་སྤྲུག་བརྒྱ་གསུམ་ཁང་དཀར་ནག་བཟ་གསལ་དུ་ཡོད་པ་ལས། རྟོན་པ་ཞལ་བཞུགས་  
དུས་ཞང་ཞུང་དང་བོད་དང་རྒྱ་གར་ནམས་སུ་རྒྱའི་བོན་ཅུང་ཟད་དར་རོ། །

དེ་ནས་རྟོན་པས་བོད་ཀྱི་བོན་པོ་ནམས་ལ་ལྷ་གསོལ་བ་དང་ཡུགས་ཕུད་(ཡུགས་ཕུད་ཅེས་འདྲེ་  
སྤྱི་རྒྱུ་གསུམ་འབུད་པ་དང་། གྲིབ་དང་དམེ་མཚོལ་ཚྭ་ཡུགས་ཕུད་པ་སོགས་སོ)པའི་ལྷ་དཔོག་ནས་ནམ་ཞིག་  
ཐེག་པ་དགུ་ལ་སྦྱོད་པའི་སྟོན་ལམ་བཏབ་པས་གཤེན་རབ་བྱ་ངན་ལས་འདས་རྗེས་མི་ལོ་སྟོང་དང་  
བརྒྱད་བརྒྱ་ནས། གཏུང་སོབ་མུ་ཚོ་ནམ་མཁའི་ལྷ་བཟན་དང་བཅས་པ་འོལ་མོ་ལྷ་རིང་ན་གསུམ་  
ཁང་དཀར་ནག་བཟ་གསུམ་ཁང་གཤེགས་ནས་རྟོན་པའི་བོན་ནམས་སེམས་ཅན་སྟོ་ཡི་ཚད་དང་སྤྱིར་  
ནས་བཀའ་ལ་བརྟེན་པའི་བོན་མང་དུ་བྱེས་ཤིང་། དེ་དུས་སྤྱི་བསྐྱར་ལོ་ལྔ་ལྷལ་བྱིན་འཛམ་གླིང་  
བཟན་པའི་རྒྱ་དུག་བྱུང་སྟེ་རྟག་གཟིགས་ལ་མཁས་པ་དམུ་ཚ་ཏ་ཏེ། དུ་ལི་སྤར་ཡ། ཁྱི་ཐོག་  
སྤར་ཚོ(གཡུང་དུང་སྟོ་གསལ)གསུམ། རྒྱ་གར་ལ་མཁས་པ་ལྷ་བདག་སྤྲུལ་གྲོལ། རྒྱ་ནག་ལ་མཁས་  
པ་ལེགས་ཏང་མང་པོ། རྟོན་ལ་མཁས་པ་གསེར་ཐོག་ཆེ་འབྱམས་དང་དུག་བྱུང་ཞིང་། དེ་དུག་  
ལ་མང་འབྲེལ་སྟོབ་མ་གྲངས་མེད། དེ་དང་དེ་ལས་འབྲེལ་བའི་ཞང་བོད་ཀྱི་བཟན་འཛིན་བརྒྱད་  
ཅུ། དེ་ནམས་ནང་ནས་ཁྱད་པར་འཕགས་པའི་མཁས་པ་མི་བཞི་སོགས་བྱུང་ནས། སྤྱི་བསྐྱར་ལོ་  
ལྔ་དེ་དག་གིས་རྒྱ་འབྲས་གཉིས་ཀའི་བོན་འཛམ་གླིང་ཕྱོགས་བཅུ་གཉིས་ཏུ་དར་བར་མཛད་དོ། །

དེའང་ནམ་མཁའ་ཡང་དག་པར་རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་རྟག་གཟིགས་ཀྱི་སྤྱངས་ཡིག་  
ཆེ་ཆུང་དུ་གསུངས། དེ་ལ་ཞང་ཞུང་གི་ལོ་ལྔ་བ་ནམས་ཀྱིས་སྤར་ཡིག་ཆེ་ཆུང་དུ་བསྐྱར། བོད་  
ཀྱིས་བོད་ཡིག་རྒྱུ་བཤར་དུ་བསྐྱར་ཅིང་། རང་རང་གི་ཡི་གེར་རང་རང་གིས་བསྐྱར་ནས་ཀུན་  
ལ་ཁྱབ་པའོ། །ཁྱད་པར་གངས་ཅན་བོད་འདིར་བོན་དར་ཚུལ་ནི། བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཧུ་བ་རྗེ་  
གཉའ་ཁྱི་བཙན་(བཙན་པོ་ནས་གནམ་གྱི་ཁྱི་བདུན་བར་གྱི་ཕྱིང་གཉིས་ས་ཡི་ལེགས་དུག་ཆུ་ལ་རྗེ་  
བརྒྱད་ཕུན་སུམ་ཚུགས་པའི་བོན་རྒྱལ་བཞི་འོག་གི་བཙན་ཧུ་ཡན་གྱི་རྒྱལ་རབས་སུམ་ཅུ་ཙུ་གཉིས་  
ཀྱི་རིང་ལ། ཆབ་སྲིད་འཛིན་པའི་རྒྱལ་པོ་ཤེ་དང་། ཐར་ལམ་འདྲེན་པའི་སྤྱི་གཤེན་ཤེ། སྤྱི་སྤྱི་  
བསྐྱར་བའི་ལོ་པ་ཤེ་ཤེ། བྱ་བཞག་ཐབས་ཀྱི་གསུམ་ཁང་ཤེ་བཅས་ཡོད་པ་ལ། བོན་གྱི་འདུ་གནས་  
སུམ་ཅུ་ཙུ་བདུན། བོན་གཤེན་བཞི་བཅུ་ཞེ་གཉིས། སྤྱི་བ་པོ་བཞི་བཅུ་ཞེ་བརྒྱད། སྤྱི་བ་ཐོབ་  
པའི་གཤེན་དགུ། ཞང་བོད་མཁས་པ་དགུ། མཐུ་ཆེན་མི་དགུ། མཁས་པ་མི་བཞི། ལོ་པ་ཤེ་གཤེན་

བརྒྱད། གྲུབ་ཆེན་བཙུ་བརྒྱད། བོན་མོ་རྩུ་འཕུལ་མ་དགུ་སྟགས་བོན་གཤེན་རིག་འཛིན་མང་དུ་  
འཕེལ་ཞིང་གཤེན་ཕྱན་ནི་གངས་མེད་བྱང་དོ། །དེ་དུས་ཕྱི་མདོ་མཛོད་འདུལ་བ། རང་གསང་  
རིག་གཟུངས་གསུམ། གསང་བ་ཕྱག་རྒྱུ་དབྱེ་མའི་སྐོར་དང་། རིག་པའི་གནས་བརྒྱ། ཤ་རི་  
དབྱེ་ཆེན་ལ་སྟགས་ལོ་པ་ཅ་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱེབས་པའི་བར་དག་སྐྱོར་འགྲེལ་ལ་སྟགས་དར་ལ་རྒྱས་  
པར་མཛོད་ནས་ཡོད་དོ། །

བར་སྐབས་རྒྱལ་པོ་གི་གུམ་བཙན་པོ་དང་བློ་སྤང་ལྡོ་བཙན་གྱི་སྐུ་རིང་ལ་བོན་ཐང་རེ་བསྐྱབས་  
ཏེ། བོན་གཤེན་རིག་འཛིན་རྣམས་ཀྱིས་བོན་རྣམས་གཏེར་ཁ་ཀྱན་ཏུ་སྐྱས་ནས་བྱིན་བརྒྱབས་  
སྟོན་ལམ་རེ་མཛོད་ནས་བཞག་གོ། བྱིས་འགོ་དོན་དུས་ལ་བབ་པ་དང་རིག་འཛིན་རྣམས་ཀྱི་སྐུ་ལ་  
བ་གཤེན་གྱིར་ཆ་དབྱེལ་ལ་སྟགས་པས་གཏེར་ཁ་སོ་སོ་ནས་བོན་རྣམས་སྐྱུན་དངས་ནས་ད་ལྟའི་  
བར་དུ་སྤང་བར་གྱུར་ཏོ། །ཞེས་བསྐྱགས་བྱང་དང་། མདོ་དྲི་མེད་གཟི་བཞིན། སྤང་བ་རྒྱུད་གྱི་  
ཁ་བྱང་སྟགས་ཀྱན་ནས་རྒྱས་པར་བཤད་དོ། །

## གཞུང་དོན་དངོས་བཤད་པ།

གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་རྩ་བཞུང་འདིའི་དོན་ལ་གཉིས། ཅིས་འགོ་ཐོན་དུ་བཅོད་པ་དང་།  
གཞུང་དོན་ལེགས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་ཟུ། མཛད་པའི་དཔོན་གསལ། རྒྱུད་གང་ལས་  
བལྟས། སྒྲིན་ཡོན་ཕྱོགས་གར་གཏོགས། དགོས་པ་ཅིའི་ཕྱིར་རོ། །

དང་པོ་གང་ཟག་གང་གིས་མཛད་ན། ཅུ་བཞི་བོད་ཀྱི་ནང་ཆོན་གཙང་སྟོད་དཔལ་ལྷན་  
དར་སྤངས་སུ་ལྟས་རྟེན་རྟེན་པའི་ཐོས་རྒྱུད་བདག་གིས་སོ། །གཉིས་པ་བཀའ་རྒྱུད་ནི། གསང་  
སྤགས་མ་རྒྱུད་སངས་རྒྱས་རྒྱུད་གསུམ་ལས་སྐྱེ་མེད་ཐིག་ལའི་དགོངས་དོན་གཙོ་བོ་བཞག་ནས། ཡི་  
གཤེད་འབྱུང་བ་ཆེ་རྒྱུད། སྐྱ་གདངས་དྲག་ཞན། རོ་བོ་རྣམ་གྲངས་སོགས་བལྟས་ཤིང་། མཛོད་  
སོགས་གཞུང་འགྲེལ་མཐའ་དག་ནས་ཡི་གཤེད་སྦྱར་རྒྱུ་རྣམ་དབྱེ་ཕྱད་ཀྱི་ངས་འབྱེད་རྣམས་བལྟས།  
གཞན་ཡང་སྐྱ་མའི་ཕྱག་ཁྲིད་སོགས་ཀྱིས་ཁ་བསྐངས་ཏེ་གཞུང་འདི་ཉིད་བལྟས་པའོ། །གསུམ་པ་  
སྒྲིན་ཡོན་ནི། བརྒྱ་སྟོད་འདི་ལ་མ་བརྟེན་པར་བྱེ་ནང་གི་གྲུབ་མཐའ་ལྟགས་གཉིས་རྒྱུད་འཇུག་གི་  
རྣམ་བཞག་ཀུན་ལ་མཁས་པར་མི་འགྱུར་ཞིང་། འདི་ལ་སྤྱངས་པས་དེ་དག་བདེ་སྐྱབས་རྩ་རྟེན་  
པའི་ཤེས་རབ་སྐྱེ་ཞིང་། ཐབས་ཆེ་སྒོ་ཡངས་པའོ། །བཞི་པ་ཕྱོགས་ནི་རིག་པའི་གནས་ལྡེ་ལས་སྐྱ་  
རིག་པའི་ཕྱོགས་སུ་གཏོགས། ལྷ་བ་དགོས་ཆེད་ནི་གྲུབ་མཐའ་ལ་ཞུགས་དང་མ་ཞུགས་གཉིས།  
ཞུགས་པ་ལ་བྱེ་ནང་གཉིས་ལས། བྱེ་རོལ་བའི་ངས་བཅོད་དང་། མཚོད་བྱེ་དང་། སྤེད་སྤྱང་  
དང་། སྒྲན་དག་དག་སྟེ། རིག་བྱེད་ཡན་ལག་དང་བཅས་པ་རྣམས་ཀྱི་གཞི་ཡང་འདི་ཉིད་ཡིན་  
པ་དང་། རང་བ་གཤེན་རབ་པའི་ཉན་ཐོས་དང་རང་རྒྱལ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྐུ་བ་པ་ཀུན་  
ཀྱི་རྩ་བ་ཡིན་པ་དང་། གྲུབ་མཐའ་ཞུགས་དང་མ་ཞུགས་གཉིས་ཀའི་སྤྱན་མོང་དུ་མིང་ཆོག་  
བཅོད་པ་ཀུན་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་ཕྱིར་དུའོ། །

དེ་ཕྱིར་འདི་ལ་ནན་ཏན་དགོས་ཏེ། མཛོད་པ་དྲུག་ཅུའི་མདོ་ལས། གཤེན་རབ་སྐྱེ་ཡིས་  
འདུལ་བསྐྱོན་རྒྱུ་ལས་ཀྱི་མཛོད་ལས་འདྲེན་པའི་དཔལ། གསུང་དང་།



ཐུགས་ཀྱི་བཟུན་པ་རིམ་གྱིས་འབྱུང་། །དེ་ཆོང་ནི་མི་འབྱོན་ཡི་གེ་འབྱོན། །རྒྱལ་བའི་བཟུན་པ་  
ཡི་གེས་འཛིན་དགོས་པས། །འབྲུལ་གྱི་ཡི་གེ་འདི་ལ་ཀུན་གྱིས་བཀྟར། །ཞེས་དང་། །གལ་པ་  
ལས། །མ་རྟོགས་སེམས་ཅན་ཆོག་གིས་མ་ཁྲིད་ན། །ཟུན་པའི་མཚུག་ཡུག་དེས་ཀྱང་བར་མི་  
འབྱོར། །ཅེས་པས་གཞུང་འདི་ལ་བརྟེན་ན་ཆོག་ལ་མཁས་པར་འགྱུར་ཞིང་། །ཆོག་ལ་མཁས་པས་  
དོན་ལ་མཁས་པར་འགྱུར་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས། །བཟུན་བཅས་འདི་ཉིད་བདག་གི་སྒོ་གྲོས་གྱིས་ཇི་  
ལྟར་དཔོག་པ་འགོལ་བར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་གཞུང་དོན་ལ་བཞི། །དོན་དང་མཐུན་པ་མཚན་གྱི་དོན། །དོན་ཆེན་བསྐྱབ་ཕྱིར་  
འགྱུར་གྱི་ཕྱག། །དོན་མཚོག་ལུན་པའི་བཟུན་བཅས་དངོས། །དོན་དེ་ཇི་ལྟར་བསྐྱབས་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་ནི། །ཁང་ཁྱུང་སྐད་དུ། །ཕྱོད་ཉིལ་ནི་ཅུ་ཕྱིས་ལ་སྟ་དུ་ཡ། །བོད་སྐད་དུ། །བར་སྒྲོན་ཉི་  
ཤུ་བདུན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཞེས་པས། །ཁང་བོད་ཀྱི་སྐད་འགྱུར་ནི། །ཕྱོད་ཉིལ་ནི་བར་སྒྲོན་པ། །ནི་ཅུ་ནི་  
ཉི་ཤུ། །ཕྱིས་ལ་ནི་བདུན་པ། །སྟ་དུ་ཡ་ནི་ཞེས་བྱ་བའོ། །དེ་ཡང་ཉི་ཤུ་བདུན་པ་ཞེས་པའི་དོན་ནི།  
དབྱེ་མཚན་བརྒྱུད་བཤད་དམ་ཡར་བཞག། །མཚུག་གི་བཟོད་བསྐྱོན་ལམ་རྣམས་མར་བཞག་  
ལ་གཞུང་ཆོག་ཏུ་མི་བཅི་སྟེ་བཟུན་བཅས་སྤྱི་དང་མཐུན་པས་སོ། །འདིར་བར་དག་སྒྱུར་ཚུལ་གྱི་  
བརྒྱུད་བྱ་སྟེན་པའི་གཞུང་ཚད་དངོས་ཀྱི་གངས་ཏེ། །དེ་ཡང་གཞུང་འདིའི་སྤྱི་སྟོན་གྱི་དབང་དུ་  
བྱས་ན། །ལེའུ་གསུམ་ལ་ཤོ་ལོ་ཀ་ཉར་བདུན་རེ་ཡོད་པས། །ཤོ་ལོ་ཀ་གསུམ་ལ་མིའི་དག་ཆོག་རེ་  
ཡིན་ཏེ། །དང་དོན་ཟུན་སེལ་ལས། །གཡུང་དུང་ཆོག་བར་བདུན་ལ་ཤད་བར་གཅིག། །ཤད་བར་  
བཞི་ལ་ཤོ་ལོ་ཀ་གཅིག། །ཤོ་ལོ་ཀ་གསུམ་ལ་མི་ཡི་དག་ཆོག་གཅིག། །མི་ཡི་དག་ཆོག་གསུམ་ལ་  
གཤེན་གྱི་མཁྱེན་ཆོག་གཅིག། །གཤེན་གྱི་མཁྱེན་ཆོག་གསུམ་ལ་བོན་གྱི་སྟོན་ཆོག་གཅིག། །བོན་གྱི་  
སྟོན་ཆོག་བདུན་ལ་བམ་བོ་གཅིག། །བམ་བོ་གཅིག་ལ་ཤོ་ལོ་ཀ་གསུམ་བརྒྱ། །བམ་བོ་གསུམ་བརྒྱ་དུག་  
ཅུ་ལ་ཤོ་ལོ་ཀ་འབུམ་ཡོད་པས་འབུམ། །ཞེས་པ་ལྟར་ལེའུ་གསུམ་ལ་མིའི་དག་ཆོག་དགྲུ་རེ་ཡོད་  
པས་ཉར་བདུན་འགྲིག་པས་དེ་སྐད་ཅེས་བྱའོ། །བྱེ་བྲག་ལེའུ་སོ་སོའི་དབང་དུ་བྱས་ན་ལེའུ་རེར་  
ཤོ་ལོ་ཀ་ཉར་བདུན་རེ་ཡོད་པས་ནའོ། །དབྱུར་ཁང་སྐད་བཟུན་པས་བོད་འདིར་བོན་བཟུན་ཇི་  
སྟེད་ཅིག་སྤང་བ་པལ་ཆར་ཁང་ཁྱུང་གི་ཡུལ་ནས་འོངས་པ་ཤས་ཆེ་བས་ཡུལ་ཁྱུངས་སུ་བྱས་པ་  
དང་། །ཁྱུང་པར་བཟུན་བཅས་འདི་ཉིད་སངས་རྒྱས་རྒྱུད་གསུམ་དང་མཛོད་སོགས་ལ་བརྟེན་

ནས་བཟུངས་པས་བྱུང་ཁུངས་ཤེས་པའོ། །འོ་ན་རྒྱ་གར་སོགས་ལས་བྱུང་བའི་བོན་རྣམས་དེ་ལྟར་  
མ་ཡིན་པས་དེ་ལྟར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། རྒྱ་གར་བ་རྣམས་ཀྱང་དང་པོ་ཞང་ཞུང་ག་ཞུང་སྤངས་  
པ་ལ་དངོས་གྲུབ་བབས་པ་ལས་རྒྱ་གར་བ་གསལ་འོད་གཡུང་དྲུང་གི་རིང་ལ་རྒྱ་གར་དུ་འགྱུར་  
བར་བཤད་དོ། །བོད་ཀྱི་སྐད་སྒྲོས་པས་ནི་བདེ་ལྷག་ཏུ་རྟོགས་པའི་དགོས་པ་ཡོད་ཅིང་། ཞང་  
བོད་གཉིས་ཀའི་སྐད་བསྐྱར་བས་ལོ་པའི་ཅན་དུ་ཤེས་ཏེ། ཞང་སྐད་གོ་བ་མེད་པ་དེ་རང་  
སྐད་གོ་བར་བསྐྱར་བ་སྟེ། རྣམ་རྒྱལ་ལས། ལྷ་ལྷ་མི་དང་སྟེ་འགྲོ་ཐམས་ཅད་ལ། རང་སྤྱི་ཅི་ཅུ་  
པ་ཅུ་འཕྱུལ་དག་སྤྲུལ། གཡུང་དྲུང་བོན་འདི་ཡོངས་སུ་སྟོན། ཞེས་པས་སོ། །དེ་ལྟར་མཚན་གྱི་  
དགོས་པ་ནི། གཞུང་འདིའི་མཚན་བཟོད་པས་དབང་རྩོན་གྱིས་གཞུང་ཚད་རགས་པ་རྟོགས་ཤིང་།  
དབང་རྩལ་གྱིས་ཀྱང་མིང་དོན་འཕྲོད་པར་འགྱུར་ཏེ། འདིར་བཟུན་གྱི་མཚན་དོན་ཡིན་ན། གཞུང་  
གི་མདོར་བཟུན་ཡིན་པས་ཁྱབ་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་བཟུན་བཅས་འདིའི་མིང་དོན་འཕྲོད་པས་  
གཞན་དང་ནོར་འཁྱུལ་སེལ་ཞིང་། མིའི་དག་ཆོག་གམ་ཤོ་ལོ་ཀའི་གངས་སུ་ངས་པས་སྤར་ཆོག་  
ལ་བསྟོན་འབྲི་བྱུང་ན་ཡང་ཤེས་པའི་ཕྱིར་དུའོ། །

གཉིས་པ་འགྱུར་ཕྱག་ལ་གཉིས། དངོས་དང་དམ་བཅའ་བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། སྤྱིར་  
སྐབས་ཡུལ་བཞི་ལ་ཕྱག་འཚལ་བ། བེ་བྲག་ཡི་གཤེ་ལྟ་དང་ལོ་པའི་ལ་ཕྱག་འཚལ་བའོ། །དང་པོ་  
ནི། ཕུན་ཚོགས་ཡོན་ཏན་ལྟན་ལ་རྫོགས། ལྷ་མ་སངས་རྒྱས་རྟེན་གསུམ་དང་། རྟོགས་བརྩའི་  
གཤེན་རབས་ཐམས་ཅད་ལ། རྟོགས་ལྟུང་གསུམ་པས་ཕྱག་འཚལ་ལོ། ཞེས་བྱུང་སྟེ། ཕྱག་འཚལ་ལོ་  
ཞེས་པ་བཤད་པའི་གཞི་བྱས། གང་ལ་འཚལ་ན་ཕུན་ལྟན་ལ་རྫོགས་པའི་ཡོན་ཏན་ལྟན་ལ་རྫོགས་  
པའི་སྐབས་གནས་ཏེ། དབྱེ་ན་གཙོ་བོར་བཀའ་དྲིན་ཅན་གྱི་ལྷ་མ་དང་། མཐར་ཐུག་གི་སྐབས་  
རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་སྐུ་གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་ཅན་དང་། གནས་སྐབས་ཀྱི་སྐབས་རྒྱལ་བའི་  
ཞལ་སྟོན་སྐུ་གཟུགས་སྟུན་ཅན་དང་། མིང་ཆོག་ཡི་གཤེ་ཆོགས་སུ་སྤང་བའི་ལུང་གི་བོན་དང་  
འགོག་ལམ་(འགོག་ལམ་ཞེས་པ་དུག་ལྷ་སོགས་ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་འགོག་པ་སྟེ། སྤང་བྱ་དང་བསྐྱུང་བྱ་དགོས་  
ཚུལ་གྱི་ཆོག་ཆོགས་རྣམས་ལ་པ་ལོ་ཕྱིན་བརྒྱུད་བསྐྱོད་ཐབས་རྟོགས་པར་བྱེད་པའི་བོན་སོགས་སོ)གྱིས་བསྐྱུས་པའི་  
རྟོགས་པའི་བོན་དང་། སྐུ་གདུང་མཚན་རྟེན་སོགས་སྐུ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་རྟེན་གསུམ་པོ་དེ་དག་  
དང་། གཡུང་དྲུང་གི་ས་བརྒྱར་གནས་པའི་རྟོགས་བརྩའི་གཤེན་རབས་ཐམས་ཅད་པའི་ཆོགས་



དབུ་ལ་བའི་མཐེལ། རྟིང་གི་དབུས་སུ་བསྐྱོམ་པ་ན། སངས་རྒྱས་སྟོང་གི་ཡོན་ཏན་ཀྱང་། གང་  
ཟག་དེ་ཡིས་འཛིན་པར་འགྱུར། ཞེས་སོགས་གསུངས་པས་སོ། སངས་རྒྱས་ལ་ཕྱག་འཆམ་བའི་  
དགོས་པ་ནི། ལུས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་འཛོལ་བྱ་མཐར་ཐུག་སངས་རྒྱས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དེ། སངས་  
རྟོགས་ཕུལ་དུ་བྱིན་པས་སོ། རྟེན་གསུམ་ཕྱག་གི་ཡུལ་དུ་འཛོག་པའི་དགོས་པ་ནི། སངས་རྒྱས་  
འཛོལ་པར་བྱེད་པ་ལ་གྲུས་པ་འཕེལ་ཞིང་མས་པས་འཇུག་པར་འགྱུར་བའི་སྐྱེ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་  
རྟེན་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་ཤིང་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་ཞལ་སྐྱེན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། ཞེས་དཔལ་  
ལ་ཕྱག་འཆམ་བའི་དགོས་པ་ནི། ལམ་བསྐྱབ་པ་ལ་རྩ་སྟོན་བྱུང་འབྲེལ་གྱི་གོགས་ཁྱད་པར་ཅན་  
དང་འགོགས་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་ཡི་གཏེ་ལྷ་དང་ལོ་པའ་ལ་ཕྱག་འཆམ་བ་ནི། འཕྱུལ་གྱི་ཡི་གཏེ་དོན་  
བཟན་པས། སྐྱེ་བའི་དག་ཀྱན་གསལ་མཛད་པ། ཐབས་ཀྱི་མཆོག་དང་ཤེས་རབ་ཕུལ། སྐྱེ་  
བསྐྱར་ལོ་པའ་བཟུང་ནས། ཤེས་པས་གང་ལ་འདུད་ན། འཕྱུལ་གྱི་ཡི་གེ་གཏན་ལ་ཕབ་ནས་  
མིང་ཆོག་གི་དོན་བཟན་པས་འགོ་བ་ཀྱན་གྱི་ཆོངས་པ་བསལ་ཞིང་སྐྱེ་བའི་དག་ཀྱན་གསལ་བར་  
མཛད་པའི་ལྷ། ཐབས་ཀྱི་མཆོག་སངས་པོ་འབུམ་ཁྲི་དང་། ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕུལ་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་  
སྟོ། མདོ་ལས། མི་ཡུལ་འཛམ་གླིང་འོལ་མོ་ལྷང་རིང་དུ། གཤེན་རབ་དང་སྤྲིད་པ་སངས་པོ་  
ཡིས། ཐབས་དང་ཤེས་རབ་བྱུང་དུ་འབྲེལ་ནས་སུ། གསུང་གིས་འདུལ་བྱིར་གསུང་རབ་འབུམ་  
ཞེ་བཅུམས། ཞེས་ཅན་དང་བྱིར་བཟན་པ་རྗེས་སུ་བཞག ཅེས་དང་། སྐྱོ་བཞི་མཛད་དང་ལྷ་  
ཡི་བོན་སྟོ་ལ། ཐབས་དང་ཤེས་རབ་བྱུང་དུ་འབྲེལ་བའི་མཐུས། སངས་པོ་འབུམ་ཁྲི་སྟོན་པ་  
གཤེན་རབ་ཀྱིས། ཞེས་ཅན་བཞི་དང་བྱིར་ཁྲི་དང་འབུམ་དུ་བྲིས་ཤེས་དང་། སྟོན་སྟོན་པ་ཁྲི་  
རྒྱལ་ཁྲག་གིས། ལྷགས་བྱང་དཀར་པོ་ལ་འཕྱུལ་གྱི་ཡི་གེ་བཞུད་ནས་ཁམས་གསུམ་སེམས་ཅན་  
སྐྱགས་པ་ཁ་བྲིས་པ་ལགས་ཏེ་ཞེས་གསུངས་ཤིང་། ཁྲི་རྒྱལ་ཁྲག་ནི་སངས་པོའི་མཆོན་གྱི་རྣམ་  
གངས་ཡིན་པས་ཕྱག་གི་ཡུལ་དུ་འཛོག་པའོ། སྐྱེ་བསྐྱར་ལོ་པའ་རྣམས་ནི་འགོ་བ་རང་རང་གི་  
སྐད་བསྐྱར་ནས་བོན་བཟན་པ་མཛད་པས་དྲིན་ཆེ་བས་ན་ཕྱག་གི་ཡུལ་དུ་འཛོག་པའོ། ཞོད་དུ་  
སྐབས་གནས་བྱིར་ཕྱག་བཅལ་ནས། སྐར་ཡང་འདྲིར་ཕྱག་བྱ་བ་ནི་དགོས་པའི་དབང་གིས་ཡིན་  
ཏེ། སྟོན་དུས་ཡི་གེ་གསུང་བ་པོ་དང་སྐྱེ་སྐྱུར་བ་པོ་དྲིན་ཆེན་དུ་ཤེས་ནས། བརྩ་སྟོན་གཞུང་

འདྲིར་འཇུག་པའི་ཐོག་མར་བྱུག་གི་འོས་སྒྱུ་བབས་པ་སྟེ། དཔེར་ན་ཁིང་པས་ཁིང་ལྷ་མཚོད་ན་  
ལོ་ལེགས་པར་འདྲོད་པ་དང་། ཚོང་བས་ཚོང་ལྷ་མཚོད་ན་ཚོང་ལེགས་པར་འདྲོད་པ་ལྟ་བུའོ། །གང་  
གིས་འདུད་པ་དང་། ཇི་ལྟར་འདུད་པ་དང་། འདུད་པའི་དགོས་པ་གསུམ་གོང་བཞིན་འདྲིར་  
ཡང་སྒྱུར་བར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་དམ་བཅའ་བ་ནི། གསུང་རབ་དང་ནི་རིག་པའི་གནས། ཚིག་དོན་བདེ་སྒྲག་  
རྟོགས་བྱེད་ཅིང་། ཁིང་ཚིག་གང་ཡང་སྒྱུར་བའི་གཞི། ཡིག་སྒྱུར་ལག་ལེན་བསྟན་པར་བྱ། ཞེས་  
པས་བསྟན་པར་བྱ་ཞེས་པ་བཤད་པའི་གཞིར་བྱས། གང་གི་ཕྱིར་བསྟན་ན་བདེ་བར་གསེགས་པའི་  
གསུང་རབ་འབྲི་གྲོག་འཆད་ཚོད་ཚུམ་པ་སོགས་དང་། བྱེ་རྩལ་པའི་རིག་བྱེད་བཞི་དང་། བཟོ་  
གསོ་སྒྲ་ཚད་ལ་སོགས་བོད་བདེ་སོར་བཞག་གི་ཤེས་བྱ་རིག་པའི་གནས་ཀྱི་གཞུང་ལྷགས་སྒྲ་བ་རྣམས་  
ཀྱི་ཚིག་དོན་བདེ་སྒྲག་ཏུ་རྟོགས་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་ཡིན་ཅིང་། སྒྱིར་ཡི་གེ་ལས་མིང་དང་མིང་  
ལས་ཚིག་འབྱུང་བ་ཡིན་ཕྱིར་འཇིག་རྟེན་དང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་མིང་ཚིག་གི་སྒྱུར་བ་ཀུན་  
ཀྱི་གཞི་དང་རྩ་བ་ཡིན་ཏེ། ཡིག་སྒྱུར་ལ་མ་སྟོས་པའི་ཐབས་གཞན་མེད་པའི་ཕྱིར། དགོས་པ་  
ཁྱད་པར་ཅན་དེ་དག་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར་བཤད། གང་བཤད་ན་ཡི་གེ་ཇི་ལྟར་སྒྱུར་ཚུལ་གྱི་ལག་  
ལེན་བདེ་སྒྲོད་གཞུང་འདི་བཤད། ཇི་ལྟར་བཤད་ན། འཆད་འགྱུར་ལྟར་རིམ་པས་བཤད་དོ། །  
དམ་བཅའ་བའི་དགོས་པ་བཞི་ནི། ལེ་ལོ་སྟོམས་ལས་སུ་མི་འགྱུར་ཏེ། དམ་བཅའ་བཙུན་འགྱུས་  
ཀྱི་ལྷག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཁས་ལེན་མ་ཡིན་དམ་བཅའ་ཡིན། དམ་ལ་འགལ་ན་འབྲས་བུ་  
ཚིག་སྟེ་བ་ལྡ་བརྒྱ་དན་སོང་བརྒྱད། གར་སྟེས་བསྐྱ་བ་རྒྱན་དུ་འོང་། ཞེས་དང་། མཚོད་  
གཏོར་འགྲེལ་ལས། དམ་བཅའ་རང་བཞིན་བཙུན་པར་བྱ། འདྲིར་བསམ་ཇི་ལྟར་འགྲེལ་པ་དང་། །  
བྱེ་མར་རྒྱ་རྣམས་འབྲས་བུར་འགྲེལ། ཁེས་པས་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚིགས་རྒྱུགས་ཏེ་དགེ་བ་དང་  
ལེན་གྱིས་ཚུལ་ཁྲིམས་སུ་འགྱུར་བས་སོ། །སྟོན་བྱུང་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པ་དང་། གཞན་གྱིས་ཚུམ་  
པ་པོ་ཚད་ལྡན་དུ་ཤེས་པ་སོགས་གོང་བཞིན་ནོ། །གཞན་ཡང་བདེ་བར་གསེགས་པའི་གསུང་རབ་  
ལ་སོགས་པར་འཇུག་པའི་བདེ་སྒྲོད་གསལ་བར་བྱེད་པའི་ཡི་གེའི་སྒྱུར་བ་གང་ཡིན་པ་ནི་བདེ་སྒྲོད་  
གཞུང་འདིའི་བརྗོད་བྱའོ། །དེ་ཉིད་འཛིན་ཅིང་རྒྱབ་པར་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱེད་པའི་གཞུག་  
ལག་གཉིས་དང་མིང་ཚིག་བརྗོད་པ་ཀུན་ལ་མི་སྒྲོངས་པའི་སྟོན་གྱིས་སྟེ་བ་ནི་དགོས་པའོ། །དེ་ལ་

བཏེན་ནས་བྱང་ཆུབ་ལམ་ལ་སློབ་སྦྱོར་འཇུག་ཅིང་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་མངོན་དུ་བྱེད་པ་  
ནི་ཉིང་དགོས་སོ། ཉིང་དགོས་དགོས་པ་ལས་བྱུང་། དགོས་པ་བརྗོད་བྱ་ལས་བྱུང་། བརྗོད་བྱ་  
ཡང་ཡན་ལག་ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་རྣམས་སྡུ་མ་སྡུ་མ་ལས་བྱུང་བ་ནི་འབྲེལ་བའོ། །

གསུམ་པ་བསྟན་བཅོས་ཉི་ཤུ་བདུན་པ་དངོས་བཤད་པ་ལ་གསུམ། སྒྲིབ་གཞི་ཡི་གེའི་ངེས་  
བབ་རྣམ་གངས། སྒྲིབ་ཚུལ་ཡི་གེའི་འཇུག་པ། རྣམ་དབྱེ་ཕྱད་ཀྱི་སྒྲིབ་བའོ། །

༼ལུ་དང་པོའི་འགྲེལ་བ༽  
སྐྱུ་གཞི་ཡི་གཏི་ངེས་བཟུང་དང་ནམ་གྲངས་བསྟན་པ།

དང་པོ་ལ་གསུམ། ཡི་གཏི་མཚན་ཉིད། མཚན་གཞི་ངོ་བོ། དེ་དག་གི་དབྱེ་བའོ། །

དང་པོ་ནི། མཛོད་ལས། ཡི་གཏི་འདུ་བྱེད་ཁམས་གསུམ་འཁོར། །དོན་ལ་སྐྱུ་བའི་  
མཚན་ཉིད་འཛིན། །ཞེས་དང་། དེའི་འགྲེལ་བར་དོན་ལ་ཡི་གས་མཚན་ཅིང་ཆོག་དོན་སྐྱུ་བ་  
སྟེ། ཀ་དང་བ་འདུས་པ་ལས་ཀ་བ་ཞེས་གྲུབ་པ་ལྟ་བུའོ་ཞེས་སོ། །

གཉིས་པ་མཚན་གཞི་ནི། ངོ་བོ་འཕྲུལ་ཡིག་བཞི་བརྒྱའོ། །ཞེས་པས་བསྟན་ཏེ། ཡི་གཏི་  
མཚན་གཞིའམ་ངོ་བོ་ནི་ཀ་ལ་སོགས་པའི་འཕྲུལ་ཆེན་ཡིག་འབྲུ་སྐྱུ་ཐུང་མ་བཞི་བརྒྱ་ཡོད་པའོ། །  
ཞེས་སོ། །མཛོད་ལས། ཡི་གཏི་ཆོགས་དང་བྱེ་བྲག་དང་། མིང་དང་ཆོག་ནི་གཉིས་རྟོགས་  
གསལ། །གཉིས་རྟོགས་དོན་དམ་བཅོད་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་དང་། དེའི་འགྲེལ་བར་ཡི་གས་ནི་མིང་  
ཆོག་གཉིས་ཀ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་ཡི་གེ་སྟེ། ཡི་གཏི་ཆོགས་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐུགས་རྗེའི་ཆོགས་  
དང་བྱེ་བྲག་གིས་ཐམས་ཅད་གསལ་བར་བྱེད་པའི་ཡི་གཏི་ཆོགས་སོ། །དེ་བས་བཏགས་པ་མིང་  
གི་ཆོག་ཆོགས་དང་། བཅོད་པ་ཆོག་གི་ཆོགས་གཉིས་ཀ་ཡང་ཡི་གས་དོན་དེ་གསལ་བའོ། །དོན་  
དམ་གཉིས་རྟོགས་བྱ། དོན་དམ་པར་ཡི་གེ་གསུམ་སྟེ། བཏགས་པ་མིང་གི་ཡི་གེ་དང་། ལྷང་བ་  
གཟུགས་ཀྱི་ཡི་གེ་དང་། ངེས་པ་དོན་གྱི་ཡི་གེ་འོ། །ཡི་གཏི་མིང་གིས་མཚན་ནས། མིང་གི་ངེས་  
པ་དོན་ལྷན་ནི་མིང་དུ་ཤེས་པར་བྱེད་ལ། ལྷང་བ་གཟུགས་ཀྱི་ཡི་གས་བཅོད་པའི་ཆོག་ངེས་པར་  
གཏན་ལ་འབེབས་ལ། ངེས་པ་དོན་གྱི་ཡི་གས་མིང་ཆོག་དུ་བཏགས་པའི་བྱི་ནང་གི་ཤེས་བྱ་ཐམས་  
ཅད་ཡི་ནས་ཡི་གེ་ཨ་ལྷར་སྟེ་བ་མེད་པ་འགག་མེད་རིག་པ་རྗེད་དུ་གྱུར་པ་བོན་ཉིད་རྟོགས་པར་  
བྱེད་པས་ཡི་གེ་ཞེས་བྱའོ། །

གསུམ་པ་ལ་གསུམ། འབྲུང་བ་ཆེ་ཆུང་གི་དབྱེ་བ། སྐྱ་ཡི་སྟེ་གནས། ཐང་བབ་ཀྱི་གོ་རིམ་  
མོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། ཡི་གཏི་འབྲུང་ཁྲངས་འབྲུང་བ་ཆེ་བའི་ལུགས། སྐྱ་གདངས་དྲག་ཞན་

ཆུང་བའི་ལྷགས་སོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །

དང་པོ་ནི། དཔལ་པོ་འབྱུང་ལས་བྱུང་བའི། །ཞེས་པ་སྟེ། འབྲུལ་ཡིག་བཞི་བཅུ་པོ་དེ་  
དག་གང་ནས་བྱུང་ཞེ་ན། ཡི་གེ་དཔལ་པོ་འབྱུང་ལ་རེ་རེ་ལས་བརྒྱད་བརྒྱད་བྱུང་བའི་ཚུལ་ནི། འོག་  
ཏུ་རྒྱས་པར་སྟོན་ན་ཞེས་པའོ། །འདིའི་ལས་དང་འཛིན་བྱུང་ཁུངས་དང་འབྲེལ་སྒྲིལ་བྱུང་ཁུངས་  
སྟོན་ཅིང་མདོར་རྒྱས་གཉིས་འབྲེལ་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་ལ་གཉིས། རྣམ་མཁའི་ཡི་གེ་དང་། གཞན་བཞི་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི།  
འབྱུང་ཆེན་རིམ་པ་ཁྲ་ཀ་ལ། ཀ་དང་ཏ་ཨ་ཨ་བརྒྱད་པོ། རྣམ་མཁའི་ཁམས་ཡིན་མྱོ་ལས་བྱུང་། །  
ཞེས་པ་སྟེ། འབྱུང་བ་ཆེ་བའི་ལྷགས་ཀྱི་ཡི་གེའི་རིམ་པ་ནི། རྩེ་ཆཅན་ལྷ་ཡོད་པའི་དང་པོ་ཁྲ་ཀ་ལ་  
ག་དང་ཏ་ཨ་ཨ་བརྒྱད་པོ་དེ་དག་རྣམ་མཁའི་ཁམས་ཡིན་ཅིང་དཔལ་པོ་འབྱུང་ལས་མྱོ་ལས་བྱུང་  
བ་ཡིན་ཏེ། རྩེ་མེད་ཐིག་ལེ་ལས། རྣམ་མཁའི་རྣམ་མཁའ་ཨ་ལ་སའི་བུ་ན་རོ་བཞག་ རྩེ་རྣམ་  
མཁའ་མ་དང་རྩེ་མེ་འས་བརྒྱན་པས་མྱོ་དུ་གྱུར། དེ་ལས་རྣམ་མཁའི་ཡི་གེ་བརྒྱད་བྱུང་། ཞེས་  
པས་སོ། །འདི་དག་གི་རྣམ་མཁའི་རྣམ་མཁའ་སོགས་ནི་འབྱུང་བ་ཆེ་ཆུང་གཉིས་ཀ་བཅིས་པའོ། །  
གཉིས་པ་ལ་གཉིས། སྤྱིར་བསྟན་པ་དང་། བྱེ་བྱག་ཏུ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། འོག་མ་རྣམས་  
ཀྱང་དེ་བཞིན་ཏེ། །ཞེས་པས། འོག་མའི་རྩེ་ཆཅན་རྣམས་ཀྱང་གོང་མ་དེ་བཞིན་དུ་ཅ་ཆ་ཇ་ཉ་  
སོགས་རྩེ་ཆཅན་རེའི་ཐོག་མར་རྒྱུད་ཡིག་རེ་ཡོད་ཅིང་། དེ་མཐར་རང་རང་རྩེ་ཆཅན་གྱི་ཐོག་མའི་ཡི་  
གེ་ལས་མེད་ཀྱང་གཞན་རྣམས་ལྷ་མ་དང་མཐུན་པར་ཤུགས་ལས་ཤེས་དགོས་ཏེ་ཞེས་པའོ། །འདིའི་  
ཀྱང་ནི་གོང་མ་དང་མཐུན་པར་བྱི་མ་སྤྱད་པའི་སྤྱི་དང་ཏེ་ནི་ལྷག་བཅས་ཏེ་རྒྱས་བཤད་འོག་ཏུ་  
འབྱུང་བས་སོ། །

གཉིས་པ་ལ་བཞི། མེ་ཡིག་དང་། ས་ཡིག་དང་། རྩེ་ཡིག་དང་། རྒྱུད་ཡིག་བཤད་པའོ། །  
དང་པོ་ནི། ཨེ་ཅ་ར་རྩི་ལྷ་བརྒྱད་པོ། མེ་ཡི་ཁམས་ཡིན་རྩི་ལས་བྱུང་། །ཞེས་པས། ཨེ་ཅ་ཆ་ཇ་ཉ་  
ར་རྩི་ལྷ་བརྒྱད་པོ་འབྱུང་བ་མེ་ཡི་ཁམས་ཡིན་ཅིང་དཔལ་པོ་འབྱུང་ལ་རྩི་ལས་བྱུང་སྟེ། རྩེ་མེད་  
ཐིག་ལེ་ལས། མའི་མེ་ར་ལ་རྩེ་རྣམ་མཁའ་མ་བཞག་པས་རྩི་དུ་གྱུར། དེ་ལས་མའི་ཡི་གེ་བརྒྱད་  
བྱུང་ཞེས་སོ། །གཉིས་པ་ནི། ཨོ་ཏ་ལ་ས་སྤྱིང་བརྒྱད་པོ། །ས་ཁམས་ཡིན་ཏེ་སྤྱི་ལས་བྱུང་། །ཞེས་  
པས། ཨོ་ཏ་ཐ་ད་ན་ལ་ས་སྤྱིང་བརྒྱད་པོ་འབྱུང་བ་ས་ཡི་ཁམས་ཡིན་ཞིང་དཔལ་པོ་འབྱུང་ལ་སྤྱི་





སར་གནས་ཞེས་པའོ། །བཞི་བ་ནི་ག་ཇ་ད་བ་ཇ་འ་ཤ། རྟི་བརྒྱད་མེ་ཕྱེ་ཞན་པའོ། །ཞེས་པས།  
རང་རང་གི་གསུམ་པ་ག་ཇ་ད་བ་ཇ་ཕྱ་དང་འ་ཤ་རྟི་བརྒྱད་མེའི་ཕྱེ་ཚན་ཡིན་ཞིང་སྐྱེ་ཚེ་ལ་ཞན་པ་  
སྟོ། །ཞན་པ་མེ་ཡི་ཡི་གེ་འཇམ་པར་བཟླག་ཅེས་པས་སོ། །ལྷ་བ་ནི། ང་ཉ་ན་མ་མ་ཡ་ས། རྟིང་  
བརྒྱད་མཁའ་ཕྱེ་རྒྱབ་པ་འོ། །ཞེས་པས་བརྟན་ཏེ། རང་རང་གི་བཞི་བ་ང་ཉ་ན་མ་མ་ཡ་ས་  
སྟིང་བརྒྱད་པོ་ནམ་མཁའི་ཕྱེ་ཚན་རྒྱབ་པ་སྟེ། ཇི་སྐད་དུ། རྒྱབ་པ་ནམ་མཁའི་ཡི་གས་གོ་ཡང་ཕྱེ་  
ཞེས་སོ། །དེ་ལྟར་འབྱུང་ཆུང་དབང་དུ་བྱས་ནས་ཕྱེ་ཚན་ལྷ་ས་བརྒྱད་རེ་ཡོད་པས་བཞི་བརྒྱ་ཆར་  
སྟོ། །ཇི་སྐད་དུ་འབྱུང་ཆུང་ལྷ་ཅ་བཟུས་ཏེ་ཕྱེ་ཚན་ལྷ་ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །འབྱུང་བ་ཆེ་ཆུང་  
གི་ལུགས་ལ་ཕྱེ་ཚན་ལྷ་ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །འབྱུང་བ་ཆེ་ཆུང་གི་ལུགས་ལ་ཕྱེ་ཚན་ལྷ་ལྷ་ཕྱེ་  
ནས་བཤད་པ་འདིས་ཡི་གེའི་འབྱུང་ཁུངས་དང་སྐྱེ་ཚེ་དག་ཞན་ཞིབ་པ་འོག་ཏུ་འཆད་ཀྱང་འདིར་  
ཡི་གེའི་ཁམས་ལ་བརྟེན་ནས་རགས་ཅམ་རྟོགས་ཕྱིར་དང་། ཐོ་ཡིག་བཞི་བརྒྱའི་རྣམ་གྲངས་དང་  
གོ་རིམ་སོགས་ཤེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་སྐྱེ་ཡི་སྐྱེ་གནས་ལ་གཉིས། དབྱེ་སྟོ་སྐྱེ་དང་བྱེ་བྲག་གོ། །དང་པོ་ནི། འབྱུང་ཁུངས་  
ཕྱེ་ཚན་བརྒྱད་པོ་ལ། ཡི་གེ་ལྷ་ལྷ་ཕྱེ་བ་ལས། ཞེས་པས་བརྟན་ཏེ། ཡི་གེའི་སྐྱེ་ཡི་སྐྱེ་གནས་  
སམ་འབྱུང་ཁུངས་ནི། ཡི་གེ་བཞི་བརྒྱ་པོ་ཕྱེ་ཚན་བརྒྱད་དུ་བྱེ་ནས། བརྒྱད་པོ་རེ་རེ་ལ་ཡང་ཡི་  
གེ་ལྷ་ལྷ་ཕྱེ་བ་ལས་ཞེས་སོ། །འདིའི་ལ་ལས་གཉིས་ནི་ལྷ་མ་ལས་སུ་བྱ་བ་དང་བྱེ་མ་འབྱུང་  
ཁུངས་སམ་ལོགས་སུ་དགར་བའི་སྐྱེའོ། །གཉིས་པ་ལ་གཉིས། སོ་སོར་བཤད་པ་དང་། དེ་དག་  
གི་ཁམས་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། མགིན་སྐྱེས་དང་གཞན་བདུན་ནོ། །དང་པོ་ནི། དང་  
པོ་ཁྲ་ཀ་ལ་སོགས་ལ། མགིན་པའི་གནས་ལས་སྐྱེ་བ་ཡིན། ཞེས་པས་བརྟན་ཏེ། ཕྱེ་ཚན་དེ་དག་  
གི་དང་པོ་ཁྲ་ཀ་ལ་སོགས་ཞེས་པ་སྐྱ་འདྲེན་གྱི་ཚིག་སྟེ་ཁ་ག་ང་གསུམ་བཟུས་པ་སྟེ། དེ་ལྷ་མགིན་  
པའི་གནས་ལས་སྐྱེ་བའམ་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ལ་གཉིས། ཕྱེ་ཚན་བྱེ་ཚུལ་དང་། སྐྱེ་གནས་དངོས་སོ། །དང་པོ་ནི། འོག་མ་  
བདུན་ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ། ཞེ་ཞོ་ཞུ་ཞི་ཞི་ཞུ་ཞུ། ཕྱེ་ཚན་ལྷག་མ་བདུན་པོ་སྟུར། ཞེས་པས་  
བརྟན་ཏེ། ཕྱེ་ཚན་འོག་མ་བདུན་པོ་ཡང་གོང་མ་དེ་བཞིན་ཏེ། ཞེ་སོགས་ཀྱི་དབྱངས་རེའི་མཐར་  
ཅ་སོགས་ཀྱི་གསལ་བྱེད་ཕྱེ་ཚན་རེ་སྟུར་བས། དང་པོ་ཞེ་ཅ་ཆ་ཇ་ཉ་ལ། གཉིས་པ་ཞོ་ཏ་ཐ་ད་ན་



བ་གསལ་བར་མཚན་རྟུ་ཕྱིར་ལུས་སྟོག་གཉིས་བཤད་པ་ཙམ་ལས། བོད་སྐད་སྟོག་མེད་རྒྱང་  
བར་བཙུང་མི་བདུབ་བོ། །དེ་ལྟར་དབྱངས་གསལ་གཉིས་ཀྱི་སྦྱོར་བས་མིང་ཚོག་ཀུན་གྲུབ་ཅིང་  
སྦྱ་བའི་དག་ཀུན་གསལ་བ་སྟེ། ལྷ་ལི་ཀླ་ལི་ལས། ལུང་རྣམས་ལྷ་ལི་ཀླ་ལིར་བྱུང་། །བཀའ་རྣམས་  
དབྱངས་གསལ་གཉིས་ལས་སོ། །ཞེས་པས་སོ། །

གཉིས་པ་ལ་གཉིས། སོ་སོར་དབྱེ་བ་དང་། རྣམ་གྲངས་ཞིབ་ཏུ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་  
གསུམ། རྟེན་འབྲུག་དང་། རྟེན་འབྲུག་དང་། མི་འབྲུག་པ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། རྟེན་  
འབྲུག་དངོས་དང་། ཡང་འབྲུག་གོ། །དང་པོ་ནི། རང་རང་སྡེ་ཚན་དེ་རྣམས་ལས། །ཀ་ཏ་པ་  
སྡེ་འཇམ་གཉིས་དང་། །ཞ་སྡེ་འཇམ་པ་ར་སྟགས་ཀྱི། །གསུམ་པ་བོར་བ་རྟེན་འབྲུག་སྟེ། །  
ས་མཐའ་ཅན་ཞེས་རྣམ་གྲངས་བརྟུན། །ཞེས་པས་བསྟན་ཏེ། རང་རང་སྡེ་ཚན་དེ་རྣམས་ལས་  
རྟེན་འབྲུག་བརྟུན་དབྱུང་ཚུལ་ནི། །ཀ་སྡེ་ཏ་སྡེ་པ་སྡེ་གསུམ་ཀྱི་ཡི་གེ་མས་གཉིས་ཏེ། །ཀ་སྡེ་ལས་ག་  
ད་གཉིས་དང་། །ཏ་སྡེ་ལས་ད་ན་གཉིས་དང་། །པ་སྡེ་ལས་བ་མ་གཉིས་དང་། །ཞ་སྡེ་འཇམ་པ་  
འ་དང་། ར་སྟགས་ཀྱི་སྡེ་ཚན་ནས་གསུམ་པ་ཤ་ཡིག་བོར་བའམ་ཕྱིས་པའི་ལྷག་མ་ར་ལ་ས་གསུམ་  
བཅས་བརྟུན་བོ་དེ། རྟེན་འབྲུག་སྟེ་མིང་གཞན་ས་མཐའ་ཅན་ཞེས་ཀྱང་བྱ་སྟེ་རྣམ་གྲངས་ནི་  
བརྟུན་ཞེས་སོ། །

གཉིས་པ་ནི། དེ་རྣམས་ནང་ནས་ད་ས་གཉིས། རྟེན་འབྲུག་མཐར་ཡང་ཐོབ་པས་ན། །  
ཡང་འབྲུག་ཅེས་སུ་གྲགས་པ་ཡིན། །ཞེས་པས་བསྟན་ཏེ། རྟེན་འབྲུག་དེ་རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས་ད་  
དང་ས་གཉིས། རྟེན་འབྲུག་དེ་དག་གི་མཐར་ཡང་འདི་གཉིས་འབྲུག་ཅིང་ཐོབ་པས་ན། །ཡང་  
འབྲུག་ཅེས་སུ་གྲགས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་པའོ། །གཉིས་པ་ནི། རྟེན་འབྲུག་བརྟུན་པའི་ནང་ནས་  
ཀྱང་། །དང་པོ་གསུམ་ལྟ་བུ་དང་བདུན། །འ་མཐའ་ཅན་དུ་གྲགས་པ་སྟེ། །དེ་ལྟ་བོ་ནི་སྟོན་  
དུའང་འགྲོ། །ཞེས་པས་བསྟན་ཏེ། རྟེན་འབྲུག་གི་ཡི་གེ་བརྟུན་པའི་ནང་ནས་ཀྱང་། །དང་པོ་ག་  
དང་གསུམ་པ་ད་དང་ལྟ་བུ་པ་མ་དང་བདུན་པ་འ་སྟེ། །འ་མཐའ་ཅན་ཞེས་པར་  
གྲགས་པ་སྟེ། །དེ་ལྟ་བོ་ནི་རྟེན་འབྲུག་པར་མ་ཟད་སྟོན་དུ་འབྲུག་པའི་ཡི་གེ་ལ་ཡང་འགྲོའོ་  
ཞེས་སོ། །གསུམ་པ་ནི། །ཀ་སྟགས་ལྷག་མ་ཉི་ཤེ་ནི། །སྟོན་རྟེན་གང་དུའང་འབྲུག་མི་འགྱུར། །  
ཞེས་པས་བསྟན་ཏེ། རྟེན་འབྲུག་བརྟུན་བསལ་བའི་ལྷག་མ་ཀ་ལ་སྟགས་པའི་མིང་གཞི་ཁོ་ན་ཡིན་

པ་ཉི་ཤུ་ནི། ཀལ་ཅ་ཆ་ཇ་ཉ་ཏ་ཐ་པ་ཕ་ཚ་ཆ་ཇ་མ་ཞ་ཟ་ཡ་ཤ་ཏ་ཨ་ཉེ་ཐོན་རྩིས་གང་དུ་འང་  
འཇུག་པར་མི་འགྱུར་ཞིང་། དེ་དག་ཆོག་བར་གཅིག་ཏུ་གཉིས་སམ་སུམ་སྒྲེལ་ལམ་དབྱངས་གང་  
རུང་རེ་སྒྱར་བས་བཞི་ཕྱེད་དུ་བྱས་པ། ཅང། པ་ཉ་ཏ། ཐའི་ཁ་སོགས་ནི་བོད་སྐད་དུ་གྲགས་པའི་  
ཐ་སྐད་གང་ལ་འང་མི་འཇུག་ཅིང་སྒྱར་དུ་འང་མི་རིགས་སོ་ཞེས་ཞར་ལ་བསྟན་པའོ། །དེ་ལྟར་  
གསལ་བྱེད་སུམ་ཅུ་ཐམས་ཅད་མིང་གཞིར་འགྱུར་མོད་ཀྱི་འོན་ཀྱང་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཁྱད་པར་  
ཡོད་དེ། དཔེར་ན་བསྐྱགས་ལྟ་བུ་བཅེགས་པའི་ཆོས་ག་ར་གསུམ་པོ་སྟོན་འཇུག་བ་དང་རྩིས་  
འཇུག་ག་ས་གཉིས་ཀྱི་འཇུག་ཡུལ་དུ་གྱུར་བྱིར་མིང་གཞིའི་ཐ་སྐད་འཐོབ་ཅིང་། དག་ལྟ་བུ་ད་  
ཡིག་མིང་གཞི་ག་ཡིག་རྩིས་འཇུག་དང་། གང་ལྟ་བུ་དེ་ལས་ཐོག་པའང་ཡོད་དོ། །དེ་ནས་སྟོན་  
རྩིས་མིང་གསུམ་ཀུན་ལ་རྒྱག་པ་སྟོན་འཇུག་ཐུང་དང་། མིང་རྩིས་གཉིས་སུ་རྒྱག་པ་རྩིས་འཇུག་  
བཅུ་དང་། མིང་གཞི་དངོས་ལས་གཞན་དུ་མི་འགོ་བ་ཉི་ཤུ་ཐམས་པ་སྟེ། ཐོན་རྩིས་མིང་གསུམ་གྱི་  
འཇུག་ཚུལ་ལེའུ་གཉིས་པར་རྒྱས་པར་འཆད་དོ། །

གཉིས་པ་རྣམས་གངས་ཞིབ་ཏུ་བཤད་པ་ལ་གཉིས། ཐོན་འཇུག་གི་དང་། རྩིས་འཇུག་གི་  
རྣམས་གངས་སོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། འཕུལ་ཅན་གྱི་དང་། འཕུལ་མེད་ཀྱི་རྣམས་གངས་སོ། །དང་  
པོ་ལ་གཉིས། མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། འཕུལ་ཅན་བརྒྱ་དང་  
བཞི་བསྟན་པ། ཞེས་སོ། །གཉིས་པ་ལ་གཉིས། སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་གོ་དང་པོ་ནི། རྒྱང་འཕུལ་དང་  
ནི་བཅེགས་འདོགས་འཕུལ། ཞེས་སོ། །གཉིས་པ་ལ་གཉིས། རྒྱང་འཕུལ་གྱི་དང་། བཅེགས་  
འདོགས་འཕུལ་གྱི་རྣམས་གངས་སོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་  
པའོ། །དང་པོ་ནི། རྒྱང་འཕུལ་བཞི་བཅུ་ཞེ་བརྒྱད་ནི། ཞེས་སོ། །གཉིས་པ་ནི། ག་ཡིས་རྒྱང་  
འཕུལ་བཅུ་གཅིག་སྟེ། །དས་འཕུལ་དྲུག་དང་བས་འཕུལ་བཅུ། །མས་འཕུལ་བཅུ་གཅིག་འས་  
འཕུལ་བཅུ། ཞེས་པས་བསྟན་ཏེ། ག་ཡིས་རྒྱང་འཕུལ་བཅུ་གཅིག་ནི་ཅ་ཉ་ཏ་ད་ན་ཅ་ཞ་ཟ་ཡ་  
ཤ་ས་རྣམས་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། གཅད། གཏགས། གདན། གནང་། གཙང་། གཞན། གཟུལ། གཟུང་།  
གཡང་། གཤང་། གཉིས། གསན་ལྟ་བུའོ། །དས་འཕུལ་དྲུག་ནི། ཀ་ག་ང་པ་བ་མ་རྣམས་ཏེ།  
དཔེར་ན། དཀར། དགལ། དུལ། དཔུང་། དབབ། དམག་ལྟ་བུའོ། །བས་འཕུལ་བཅུ་ནི། ཀ་  
ག་ཅ་ཏ་ད་ཅ་ཞ་ཟ་ཤ་ས་རྣམས་ཡིན་པས་དཔེར་ན། བཀག། བགད། བཅུག། བཏིངས། བདལ།

བཅས། བཞོ། བཟུ། བཤལ། བསང་ལྷ་བུའོ། །མས་འཕུལ་བཅུ་གཅིག་ནི། ཁ་ག་ང་ཆ་ཇ་ཉ་  
ཐ་ད་ན་ཚ་ཇ་ལྷ་མས་ཉེ་དཔེར་ན། མཁས། མགོན། མངར། མཚོག། མཇལ། མཉན། མཐའ།  
མདུང་། མནན། མཚང་། མཛོད་ལྷ་བུ་ལྷ་མས་སོ། །འས་འཕུལ་བཅུ་ནི། ཁ་ག་ཆ་ཇ་ཐ་ད་པ་བ་  
ཚ་ཇ་ལྷ་མས་ཡིན་ཉེ་དཔེར་ན། འཁང་། འགོད། འཆག། འཛོ། འཕྱ། འདུད། འཕང་། འབག།  
འཚོག། འཇོད་སོགས་ལྷ་བུའོ། །ཞེས་སོ། །

གཉིས་པ་བརྟེན་འདོགས་འཕུལ་ལ་གཉིས། མདོར་བསྟན་པ་དང་རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །  
དང་པོ་ནི། བརྟེན་འདོགས་འཕུལ་ཅན་ལྷ་བུ་དུག་ ཞེས་སོ། །གཉིས་པ་ལ་བཞི། དས་འཕུལ་  
དང་། བས་འཕུལ་དང་། མས་འཕུལ་དང་། འས་འཕུལ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། འདོགས་ཅན་  
ད་ཡིས་འཕུལ་བ་དག། ཞེས་པས་བསྟན་ཉེ། སྤང་འདོགས་ཅན་གྱི་ཡི་གེ་ད་ཡིས་འཕུལ་བ་ནི་  
དགྲ་སྟེ། དཔེར་ན། དཀྱིལ། དཔུང། དཀྱུས། དཀྱིངས། དཀྱུལ། དགྲོགས། དཀྱུམ། དཔྱལ།  
དཔྱོག་ལྷ་བུའོ་ཞེས་སོ། །གཉིས་པ་ལ་གསུམ། མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པ་དང་།  
དོན་བསྟུ་བའོ། །དང་པོ་ནི། བ་ལ་བརྟེན་འཕུལ་འདོགས་འཕུལ་དང་། སྐྱག་འཕུལ་དང་ནི་  
གསུམ་ཡིན་ཉེ། ཞེས་སོ། །གཉིས་པ་ནི། དེ་ཡང་བརྟེན་འཕུལ་བཅུ་དགྲ་ཡོད། འདོགས་  
འཕུལ་དགྲ་དང་སྐྱག་འཕུལ་དུག་ ཞེས་པས་བསྟན་ཉེ། དེ་ལ་འཕྱེད་འཕུལ་བཅུ་དགྲ་ནི་དཔེར་  
ན། བཞོ། བཞོན། བཞུལ། བཞོ། བེ། བཟྱགས། བཛོད། བཞུས། བཞེན། བཏ། བཉ། བཞོད།  
བེ། བཟད། བཞོག། བཟྱག། བཞེགས། བཇོང་ལྷ་བུ་ལྷ་མས་སོ། །འདོགས་འཕུལ་དགྲ་  
ནི། བཀྱ། བཀྱ། བཀྱགས། བཀྱ། བཀྱད། བཀྱ། བཀྱབས། བསང་། བསྐངས་ལྷ་བུའོ། །སྐྱག་  
འཕུལ་དུག་ནི། བརྟེད། བསྟེད། བསྟུན། བརྟེད། བསྟེདས། བསྟུགས་ལྷ་བུའོ་ཞེས་སོ། །གསུམ་པ་  
ནི། དྲིལ་བས་སུམ་ཅུ་ཅ་བཞི་འོ། །ཞེས་པས་བསྟན་ཉེ། བ་ཡིག་དངོས་ཀྱིས་འཕུལ་བ་བརྟེན་  
འདོགས་སྐྱག་གསུམ་དྲིལ་བས་སུམ་ཅུ་ཅ་བཞི་ཡོད་ལ། དེ་ལ་རྒྱང་འཕུལ་བཅུ་ཡང་དྲིལ་ན་བཞི་  
བཅུ་ཞི་བཞིའོ་ཞེས་པའོ། །གསུམ་པ་མས་འཕུལ་ནི། འདོགས་ཅན་མ་ཡིས་འཕུལ་བ་བཞི། ཞེས་  
པས་བསྟན་ཉེ། ཡ་ར་གཉིས་ཀྱི་སྤང་འདོགས་ཅན་མ་ཡིས་འཕུལ་བ་བཞི་སྟེ་དཔེར་ན། མཁྱེན།  
མཁྱངས། མཁྱོགས། མཁྱིན་ལྷ་བུའོ་ཞེས་སོ། །བཞི་བ་ནི། འ་ཡིས་འདོགས་འཕུལ་དགྲ་ཡིན་  
ན། །ཞེས་པས་བསྟན་ཉེ། ཡ་རའི་འདོགས་ཅན་འས་འཕུལ་བ་དགྲ་སྟེ་དཔེར་ན། འཁྱུམས།

འབྲ། འབྲེད། འགྲོ། འད། འཕྱོ། འཕྱོས། འཕྱེད། འབྲི་ལྟ་བུའོ་ཞེས་སོ། །གསུམ་པ་ནི། ཅིས་  
ཀྱང་མི་འཕུལ་བྱུག་ཡོད་དེ། །མ་འ་ར་ལ་ཏ་ཨ་འོ། །ཞེས་པས་བསྟན་ཏེ། རྩོན་འཕྲུག་ཅིས་ཀྱང་  
མི་འཕུལ་བ་ནི་བྱུག་ཡོད་པ་སྟེ། །མ་འ་ར་ལ་ཏ་ཨ་རྣམས་ཡིན་ལོ་ཞེས་སོ། །

གཉིས་པ་རྗེས་འཕྲུག་གི་རྣམ་གྲངས་བཤད་པ་ལ་གཉིས། དངོས་དང་། ཡང་འཕྲུག་གི་  
རྣམ་གྲངས་སོ། །དང་པོ་ནི། མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་གང་དང་གང་། །གསོགས་རྗེས་འཕྲུག་རེ་རེས་  
ཀྱང་། །ཀྱན་གྱི་མཐའ་ནས་མ་བརྟེན་མེད། ཅིས་པས་བསྟན་ཏེ། མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་ཀ་ནས་ཨའི་  
བར་གང་དང་གང་ཡིན་ཡང་། རྗེས་འཕྲུག་གསོགས་རེ་རེས་ཀྱང་མིང་གཞི་ཀྱན་གྱི་མཐའ་ནས་  
མ་བརྟེན་པ་མེད་དེ་དཔེར་ན། བཀའ་ ལྷག་ ལྷག་ མངག་ བཅག་ འཆག་ རག་ ཉག་ ཉག་  
ཐེག་ དག་ རག་ དཔག་ རོག་ རྩག་ རྩག་ རྩག་ རྩག་ རྩག་ རྩག་ རྩག་ རྩག་ རྩག་ རྩག་ རྩག་ རྩག་  
རིག་ རྩག་ རྩག་ རྩག་ རྩག་ རྩག་ རྩག་ རྩག་ རྩག་ རྩག་ རྩག་ རྩག་ རྩག་ རྩག་ རྩག་ རྩག་ རྩག་  
གྲུབ་ཅིང་ལྷག་སོགས་འགའ་ཞིག་ཡིག་རྒྱུར་དེ་ལྟར་སྤྲོད་ཀྱང་། འད་སྐད་སོགས་ལ་མང་ཞིང་  
བོད་སྐད་ལ་གྲགས་ཆུང་སྟེ་འད་བོད་གཉིས་ཀྱི་ཡི་གེ་ནི་ལེགས་སྒྱུར་སོགས་དང་མི་འདྲ་བ་མཐུན་  
ཕྱོགས་ཙམ་ཡིན་ཏེ། ཉི་སྟེང་ལས། བོད་དང་འད་འདྲ་ཡི་གེ་ནི། །གཙ་ཆེའི་ངོས་ནས་མཐུན་པ་  
སྟེ། །ཞེས་པས་སོ། །

གཉིས་པ་ལ་གཉིས། མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། ད་སའི་  
ཡང་འཕྲུག་གཉིས་པོ་ལས། ཞེས་སོ། །གཉིས་པ་ནི། ད་ནི་ན་ར་ལ་གསུམ་དང་། །ས་ནི་ག་ང་བ་  
མར་དབང་། ཞེས་པས་བསྟན་ཏེ། དེ་ཡང་ཡང་འཕྲུག་གི་ད་ནི་ན་ར་ལ་གསུམ་གྱི་མཐའ་འཐོབ་  
པ་དང་། །ས་ནི་ག་ང་བ་མ་བཞིའི་མཐའ་ལ་དབང་བ་ཡིན་ལོ། །ཞེས་པ་སྟེ་དཔེར་ན། ཕྱིན་ད།  
གྱུར་ད། ལུལ་ད། བསགས། གངས། བབས། བསམས་སོགས་མང་ངོ་། །དེ་ལྟར་ཡི་གེ་འཕུལ་རྟེན་  
སོགས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་བསྟན་པ་འདིས་སོ་སོའི་གོ་རིམ་དང་རྣམ་གྲངས་དང་། ཐོབ་ཚུལ་རྣམས་  
ངས་མེད་དམ་ཐུག་མེད་ཏུ་མི་འགྱུར་ཞིང་། རྣམ་གསལ་གྱི་ངས་འབྲེད་འདི་དང་འདི་ཞེས་ཞིབ་  
ཏུ་རྟོགས་པའི་དགོས་པ་ཡོད་ཅིང་གང་ལ་གང་གིས་འཕྲུག་པ་སོགས་རྒྱས་པ་འོག་ཏུ་འཆད་དོ། །

གཉིས་པ་ཡན་ལག་བཤད་པ་ལ་གཉིས། མདོར་བསྟན་པ་དང་རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་  
པོ་ནི། སྐབས་རྒྱུར་ཡན་ལག་བཅུ་བསྟན་པ། ཞེས་སོ། །གཉིས་པ་ལ་གཉིས། སོ་སོའི་ངས་འབྲེད་

དང་། དེ་དག་གི་རྣམ་གྲངས་སོ། །དང་པོ་ལ་བཞི། མགོ་ཆོག་ཤད་གསུམ་དང་། ཡ་རའི་འདྲོགས་  
ཅན་དང་། དབྱངས་བཞི་དང་། མ་བཞག་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། སྤྱི་མགོ་ཡི་ལམ་འདྲེན་  
ཡིན། ཡུལ་མེ་ཆོག་དྲག་བར་ཡང་འབྱེད། ལྷ་མོ་ཤད་དེ་མདོ་ཡང་གཙུག་། བེས་པས་བསྟན་ཏེ།  
དེ་ཡང་ཁང་ཁྱུང་སྐད་དུ་སྤྱི་བོད་སྐད་དུ་མགོ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཡི་གེའི་མགོ་ཡི་ལམ་སྤྱི་འདྲེན་པའི་  
དང་མཐའ་ཐོག་མ་ཡིན་ནོ། །ཁང་ཁྱུང་སྐད་དུ་ཡུལ་བོད་སྐད་དུ་ཆོག་དྲག་ཅེས་བྱ་སྟེ། ཡས་མར་གྱི་  
བར་འབྱེད་པར་བྱེད་དོ། །ཁང་ཁྱུང་སྐད་དུ་ལྷ་བོད་སྐད་དུ་ཤད་ཅེས་བྱ་སྟེ། ཆོག་གི་མདོ་ཡང་  
གཙུག་པའི་རྣམ་པ་ཅན་ཏེ། ཉི་མེད་ལས། མགོ་འདྲེན་ཡི་གེ་དང་གྲྀག་ཡིན། ལམ་འདྲེན་ཡི་གེ་  
ཐིག་ཏུ་བསྟན། ཆོག་ནི་ཡས་མར་བར་འབྱེད་ཡིན། བྱི་ཆོག་སྤངས་ཏེ་ད་བྱུང་ན། ཆོག་དང་  
ཆོག་ཤད་ཐོབ་པ་དགོས། ཤད་ལ་དབང་ཐང་ལྡེ་ཡིན་ཏེ། དཀར་ཤད། ཁྱག་ཤད། ཆོག་ཤད་  
( )དང་། དྲག་ཤད། ལྷ་སྐད་ཤད། ལྡེ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡི་ཐོབ་ཚུལ་ཟུར་ཅམ་བསྟན། དཀར་ཤད་  
རྩོགས་སོ་རྩ་ཅན། ཁྱག་ཤད་པལ་ཆེར་ཀུན་ལ་འོ། །ཆོག་ཤད་གོང་གི་འགྲེམ་ནན་ཏེ། དྲག་  
ཤད་བར་སྐབས་འབྱེད་བྱེད་དང་། དྲག་འདྲེན་འགའ་རེ་ལ་ཐོབ་པོ། ལྷ་སྐད་ཡིག་མགོ་ཐམས་  
ཅད་དོ། །ཞེས་པས་སོ། །

གཉིས་པ་ནི། སྤྱི་མོ་ར་སྤྱི་མོ་ལ་སྟ། ཞེས་པས་བསྟན་ཏེ། དེ་ཡང་ཁང་ཁྱུང་སྐད་དུ་སྤྱི་  
ཏྲག་གཟིགས་སྐད་དུ་རི། བོད་སྐད་དུ་ར་སྟ། ཁང་ཁྱུང་སྐད་དུ་སྤྱི་དང་། ཏྲག་གཟིགས་སྐད་དུ་ལི།  
བོད་སྐད་དུ་ཡ་སྟ་ཞེས་སོ། །གསུམ་པ་ནི། ཨི་ནི་གྲུ་གྲུ་ལྷ་འབས་ཀྱུ། ཨི་ནི་འགྲོང་བྱ་ཨོ་ན་རོ། །  
ཞེས་པས་བསྟན་ཏེ། དེ་ཡང་ཀི་ལ་སོགས་ཀུན་ལ་ཨི་སོགས་ཀྱི་སྤྱི་བྱ་བ་གསལ་བར་མཆོན་རྣམས་  
བྱིར་ཨི་ལྷ་སོགས་མཆོམས་སྦྱར་སྐབས་སུ་བཤད་པ་ལྟར་ཐ་སྦྱད་བྱས་པ་ཅམ་ལས་དོན་དུ་གྲུ་གྲུ་  
སོགས་སྦྱར་བའི་བྱིར་དུ་བཏགས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་པའོ། །བཞི་པ་ནི། ཨི་ནི་མ་བཞག་ཐིག་ལེ་ཡིན་  
ཞེས་པས་བསྟན་ཏེ། གསལ་བྱེད་ཀྱི་ཡི་གེ་རྣམས་ལ་ཀམ་སོགས་སྦྱར་བའི་དོན་དུ་ཨམ་ཞེས་ཏེ་མ་  
བཞག་པ་ཐིག་ལེར་བསྦྱར་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སོ། །

དེ་ལྟར་རྩ་བ་ཡན་ལག་གི་ཡི་གེ་འདི་དག་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་སྦྱར་བས་རང་རང་གི་རྣམས་  
པས་བརྗོད་དོན་ཇི་སྟེད་སྟོན་པ་སྟེ། མདོ་ལས། ཡི་གེ་སྤྱི་མོ་བོན་གྱི་ཁོག་ཀྱང་དབུབ། མགོ་  
ཡིས་ལམ་དྲངས་ཤད་ཀྱིས་མདོ་ཡང་བཅད། ཆོག་གིས་བར་བྱེད་མ་འབྲུགས་གསལ་བར་སྟོམས། །





ཡིན། ལྷ་དྲུག་གི་མགོ་ལ་སྟེ། ཉེ་ནི་ལུས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ཡིན། ལྷ་བ་ལྷ་བ་སྟེན་དང་ཤིང་། ལྷ་  
ཞེས་བྱ་བ་གཏམ་གྱི་རྒྱན། ལྷ་ནི་དུད་འགོའི་ཁ་ཟས་ཏེ། ལྷ་ནི་ཆུ་ཡི་སྟོང་པོར་འདྲི། ལྷ་ནི་  
མགོ་ཡི་རྒྱན་ཉིད་ཡིན། ལྷ་ནི་སྟེ་ཡི་བྱེ་བྲག་སྟེ། ལྷ་ནི་དུད་འགོའི་མགོ་ལ་སྟེ། ལྷ་ནི་གོས་ཀྱི་བྱེ་  
བྲག་དང་། ལྷ་ནི་སྟེ་བྱར་ཆུ་དག་ཡིན། ལྷ་ནི་ཁ་ནང་སྟེས་པ་ལོ། ཞེས་པས་སོ། ལྷ་ཞེས་པ་  
ལྷ་པ། ཡི་དྲགས། རི་དྲགས་སོགས་མང་ཞིང་། རྩ་དང་སྤྲུལ་ཞེས་ཡིག་སྟོང་རྣམས་སུ་སྤང་མོད་ཀྱང་  
དེར་སང་རྩོད་དང་སོ་ཞེས་སྟོར་བའི་བྱག་རྒྱན་འདུག་གོ།

གཉིས་པ་མགོ་ཅན་ལ་གསུམ། ར་མགོའི་རྣམ་གངས་དང་། ལ་མགོའི་རྣམ་གངས་དང་།  
ས་མགོའི་རྣམ་གངས་སོ། ལྷ་དང་པོ་ནི། ར་མགོ་ལྷན་པ་བཅུ་གཉིས་ནི། ལྷ་ག་ང་ཇ་ཉ་ཏ་ད། ལྷ་  
ན་བ་མ་ཅ་ཇ་རྣམས་སོ། ཞེས་པ་དེ་དག་སོ་སོར་ར་མགོ་སྟུར་བས་རྒྱ་ཆ་སོགས་འབྱུང་སྟེ་ཉོགས་  
སྟོལ། ལྷ་གཉིས་པ་ནི། ལ་མགོ་ཐོབ་པའི་ཡི་གེ་བཅུ་ ལྷ་ག་ང་དང་ཅ་ཇ་ཉ་ད། ལྷ་དང་པ་བ་ཏ་  
རྣམས་སོ་ཞེས་པ་སྟེ་གོ་སྟོལ། ལྷ་སྟུམ་པ་ནི། ས་མགོ་ལྷན་པ་བཅུ་གཅིག་ནི། ལྷ་ག་ང་དང་ཉ་ཏ་  
ད། ལྷ་ན་བ་མ་ཅ་ཇ་རྣམས་སོ། ཞེས་པ་རྣམས་ཀྱང་དེ་དག་ལ་ས་མགོ་སྟུར་བས་རྒྱ་སྟེ་སོགས་  
འབྱུང་བ་ཡིན་པས་གོ་སྟོལ།

དེ་ལྟར་ཡི་གེའི་རྣམ་བཞག་བོད་སྐད་གཙོ་བོར་བཏོན་ནས་བརྗོད་པ་ཡིན་གྱི། འདིར་བཞུན་  
གྱི་ཡི་གེའི་ངོ་བོ་རྣམ་གངས་སོགས་ངེས་པར་བྱས་པས་འཆད་འཁྱར་ཡི་གེའི་སྟོར་བ་སོགས་ཀྱི་སྟོ་  
འབྱེད་དུ་འཁྱུར་བས་ན་ཐོག་མར་འདི་ལ་ནན་ཏན་གྱིས་སྟོབ་དགོས་ཏེ། མདོ་ཤན་ལས། བདུད་  
ཅི་འབྱེན་པའི་ཡིག་འབྲུ་སྟུམ་ཅུ་བདུན། འཕྲུལ་ཡིག་སྟུམ་ཅུས་སྟུགས་པ་ཁ་འབྱེད་པ། ལོན་  
ཏན་ཀྱན་འབྱུང་སྟེད་བཞི་ཡི་གེ་འདི་ཞེས་དང་། ལྷ་མཚན་མདུ་བྱུང་བའི་ཡི་གེ་ལ། ལམ་  
ངན་སྟེད་སྟུག་འགོགས་ཤིང་ཀྱན་ཀྱང་སྟོབ། ཞེས་པས་སོ། ལྷ་དང་ལྷ་བ་ལས། ཐིག་ཐིག་ལྷ་  
གྱི་སྟེ་སྟེད་དང་། ལྷ་མ་སྟོན་སྟུབས་སོགས་ནི་བོད་སྐད་དངོས་མ་ཡིན་པར་མངོན་ཏེ། ཉེ་སྟོང་  
སོགས་གཞུང་གཞན་ལས་ཀྱང་ར་སྟེ་རྣམ་གངས་བཅུ་གཉིས་སུ་བཤད་པའི་བྱིར་རོ། ཞེས་བརྗོད་  
སྟོབ་པའི་བཞུན་བཅོས་ཉེ་ཤུ་བདུན་པ་ལས་ཡི་གེའི་སྟོར་གཞི་ངེས་བཟུང་དང་རྣམ་གངས་བཞུན་  
པ་སྟེ་ལེའུ་དང་བོའི་འགྲེལ་བ་རྗོགས་སོ། །

སྒྲིམ་པ།

མཁས་པའི་གོ་ས་དཔག་བསམ་ཅེ་མོ་ནས། །  
ཤེས་བྱ་སྒྲིང་བཞིའི་གནས་ལྷགས་མཐོང་འདོད་ན། །  
ཤེས་འདོད་སྒོ་དང་ལྷན་པའི་མཁའ་ལྷིང་དབང་། །  
འཕྲུལ་ཆེན་ཡི་གེའི་རི་དབང་རྟེན་གཞིར་ལེགས། །

འབད་དང་རྩེ་ལ་བས་རབ་བསྐྱེན་གཟིགས་མོར་མཚར། །  
གང་འབྱུག་པ་ལ་ཕན་དང་བདེ་བ་ཉེར། །  
དོན་མཆོག་རབ་ལྷན་འགོ་དོན་གྱི་ལག་ཕྱད། །  
བད་སྒྲོད་འདི་ནི་གཞུལ་མེད་ཁང་དང་མཚུངས། །

དྲིན་ཆེན་སྒྲ་མ་དམ་པ་རྒྱགས་འཛིན་གྱིས། །  
གསུང་བསྐྱེད་མགྲིན་པ་བཅོར་བས་ཐོལ་བྱང་དུ། །  
བདག་སྒོ་ནེའུ་ལའི་ཁོག་ལས་རང་འགེལ་འོར། །  
རྒྱགས་འདིས་སྒོ་མོངས་དབུལ་ཤོངས་ཅི་མི་སེལ། །

ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའོ། །

༼ལཱ་གཉིས་པའི་འབྲེལ་བ༽  
སྒྱུར་ཚུལ་ཡི་གེའི་འཇུག་པ་བཤད་པ།

སྤང་མིད་ཞིང་འདིར་ངག་གི་དབང་མོ་ཆེ།  
དབྱངས་ཀྱི་རྒྱལ་མོ་ཤེལ་དཀར་མདོག་འཆང་མ།  
བདག་སྒོ་ཙེ་ཏའི་གྲུ་ཁང་དབྱས་རོལ་ནས།  
འཕྲུལ་ངག་བདེན་པའི་ཆོག་དོན་སྒྲི་དབང་སྦྱེལ།

གཉིས་པ་སྒྱུར་ཚུལ་ཡི་གེའི་འཇུག་པ་ལ་གཉིས། མདོར་བསྟན་ཏེ་དམ་བཅའ་བ། སོ་སོའི་  
དོན་རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། དེ་ནས་མིང་གཞི་སྒྲོན་རྩིས་གསུམ། སྒྱུར་ཚུལ་རིམ་པས་  
བཤད་པར་བྱ། །ཞེས་པས་བསྟན་ཏེ། དེ་ནས་ཞེས་པ་གོང་དོག་གཉིས་མཆོམས་སྒྱུར་པའི་སྒྲི་ཡིན་  
ལ། མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་ལ་དབྱེ་བ་བྱས་ནས་འཇུག་ཡུལ་དུ་བསྟན། འཇུག་བྱེད་སྒྲོན་རྩིས་གཉིས་  
དང་བཅས་ཏེ་དེ་གསུམ་གྱི་སྒྱུར་ཚུལ་རིམ་པས་བཤད་པར་བྱའོ་ཞེས་པའོ། །གཉིས་པ་ལ་གཉིས།  
ཡི་གེ་སོ་སོར་ངོས་བཟུང་དང་། དེ་དག་གི་འཇུག་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། དབྱེ་གཞི་སྒྱུར་  
བསྟན་པ་དང་། བྱེ་བྲག་སོ་སོར་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། འབྲུང་རྒྱུང་སྤེལ་ཆོན་ལྗེ་བྱས་པའི།  
རྒྱུང་སྤེལ་བརྒྱུད་དང་རྟེ་རྟེང་གཉིས། །པོར་བའི་ལྷག་མ་སུམ་རུ་བོ། །ཞེས་པས་བསྟན་ཏེ། གོང་  
བཤད་ལཱ་དང་པོའི་སྐབས་ཀྱི་འབྲུང་རྒྱུང་སྤེལ་ཆོན་ལྗེ་བྱས་པའི་སྤེལ་ཆོན་དང་པོ་རྒྱུང་སྤེལ་བརྒྱུད་  
པོ་དང་བཞི་བ་དང་ལྗེ་བའི་མཐའ་མ་རྟེ་རྟེང་གཉིས་བཅས་ཡན་ལག་གི་ཡི་གེ་བརྒྱ་པོ་བོར་བའམ་  
ཕྱིས་ལ་དེའི་ལྷག་མ་སུམ་རུ་བོ་རང་སར་བཞག་ ཅེས་པའོ། །

གཉིས་པ་ལ་གསུམ། མིང་གཞི་དང་། རྩིས་འཇུག་དང་། སྒྲོན་འཇུག་གི་དབྱེ་བའོ། །དང་  
པོ་ལ་གཉིས། མདོར་བསྟན་དང་། རྒྱས་བཤད་དོ། །དང་པོ་ནི། སྤེལ་ཆོན་ལྗེ་རུ་བསྐྱེད་གོས་  
ཏེ། །ཞེས་པས་བསྟན་ཏེ། གོང་བཤད་ལྷག་མ་སུམ་རུ་ཡོད་པ་དེ་དག་ཀྱང་སྤེལ་ཆོན་ལྗེའི་ནང་དུ་



དབྱུང་བྱ། གོ་རིམ་ཀ་མད་བཞིན་དུ་བཞག ཁེས་པས་བསྟན་ཏེ། བཤད་མ་ཐག་པའི་མེ་དང་མེ་  
ཡི་མེ་དང་མེ་ཙམ་གསུམ་ཡང་དོན་དུ་མེ་ཡིག་ཡིན་པས་ན་དེ་དག་གི་ནང་ནས་རྗེས་འཇུག་གི་ཡི་  
གོ་བཅུ་དབྱུང་བར་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་ག་ད་བ་འ་ས་ལྔ་བོ་མའི་ནང་ནས་དང་། ང་ན་མ་གསུམ་མའི་  
མའི་ནང་ནས་དང་། ར་ལ་གཉིས་མེ་ཙམ་གྱི་ནང་ནས་དབྱུང་བ་ལས། གོ་རིམ་ནི་ཀ་མད་སུམ་ཅུ་  
ལས་འབྱུང་བ་ལྟར་མ་འཇུགས་པར་བཞག་སྟེ། ག་ང་ད་ན་བ་མ་འ་ར་ལ་ས་རྣམས་ཡིན་ཞིང་།  
གོ་རིམ་འདིས་ལྔ་ལེའུ་དང་པོའི་སྐབས་གོམས་འདིས་བྱས་པ་དང་མཐུན་པས་རྟོགས་སྟེ་བ་དང་།  
དོན་དུ་གོ་རིམ་མ་འཚལ་བས་འཐད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་པའོ། འོ་ན་ལྔ་ལེའུ་དང་པོར་བཤད་པས་  
འཐུས་ལ་འདིར་སྟར་ཡང་བསྟན་པ་ལ་དོན་མེད་དོ་སྟུམ་ན། གོང་དུ་ནི་ཡི་གེའི་ཙམ་བ་ཡན་ལག་  
ཀུན་གྱི་རྣམ་བཞག་བསྟན་པའི་སྐབས་ཡིན་ལ། འདིར་ནི་ཡི་གེའི་སྟུར་བར་འཇུག་པ་ལ་སྟུར་སྟོན་  
རྗེས་མིང་གསུམ་ཀུན་ལ་མེ་ཡིག་ཁྱབ་ཆེ་ཞིང་། ཁྱད་པར་མེ་ཡིག་མེད་ན་སྟོན་རྗེས་གྱི་འཇུག་པ་  
མེད་པར་འགྱུར་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་མེ་ཡིག་གཙོ་ཆེ་བར་གོ་བྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གསུམ་པ་སྟོན་འཇུག་ལ་གཉིས། སྟུར་དབྱེ་བ་དང་། བྱེ་བྲག་དབྱེ་བའོ། འདྲ་པོ་ནི། དེ་  
ལས་སྟོན་འཇུག་ལྔ་དབྱུང་བྱ། དེ་རྣམས་ལ་ཡང་རྒྱ་དང་ས། རྣམ་མཁའ་མེ་དང་བཞི་ཅུ་  
དབྱེ། ཁེས་པས་བསྟན་ཏེ། རྗེས་འཇུག་དེ་དག་ལས་སྟོན་འཇུག་གི་ཡི་གེ་ག་ད་བ་མ་འ་རྣམས་  
དབྱུང་བར་བྱ་ཞིང་། སྟོན་འཇུག་དེ་རྣམས་ལ་ཡང་རིམ་པས་རྒྱ་དང་ས་དང་ནམ་མཁའ་དང་མེ་  
དང་བཞིར་དབྱེ་འོ་ཞེས་པའོ། གཉིས་པ་ནི། དང་པོ་གཉིས་ནི་རྒྱ་ཡིན་ལ། གསུམ་པ་ས་ཡིན་  
བཞི་བ་མཁའ། ལྔ་བ་མེ་ཡི་ཡི་གེར་འདོད། ཁེས་པས་བསྟན་ཏེ། སྟོན་འཇུག་དེ་དག་གི་དང་པོ་  
གཉིས་པ་ག་ད་གཉིས་ནི་རྒྱ་ཡིན་ལ། གསུམ་པ་བ་ཡིག་ནི་ས་ཡིན་ནོ། བཞི་བ་མ་ནི་ནམ་མཁའ་  
དང་། ལྔ་བ་འ་ནི་མའི་ཡི་གེར་འདོད་ཅེས་པའོ། །

གཉིས་པ་དེ་དག་གི་འཇུག་ཚུལ་ལ་གཉིས། སྟོན་འཇུག་གི་དང་རྗེས་འཇུག་གི་འཇུག་ཚུལ་  
ལོ། འདྲ་པོ་ལ་གསུམ། འཇུག་དང་མི་འཇུག་བཤད་པ་དང་། འཇུག་པའི་ཚུལ་བཤད་པ་དང་།  
དགོས་པ་ཅི་ཕྱིར་འཇུག་པ་བཤད་པའོ། འདྲ་པོ་ལ་གཉིས། དྲི་བས་མཚམས་སྟུར་བ་དང་། ལན་  
གྱིས་རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །

དང་པོ་ནི། འཇུག་དང་མི་འཇུག་གང་ཞེ་ན། ཁེས་མཚམས་སྟུར་ནས། གཉིས་པ་ལ་



གཉིས་པ་ནི། མི་འབྲུག་ངེས་པ་འདི་རྣམས་ཏེ། རྒྱ་གཉིས་ཀྱི་ལ་མི་འབྲུག་ཅིང་། །ས་ནི་  
 རྒྱ་ལ་འབྲུག་པ་མིན། །མཁའ་ནི་ས་ལ་མི་འབྲུག་སྟེ། །མེ་ཡང་ས་ལ་འབྲུག་མི་འགྱུར། །རང་གི་སྡེ་  
 ཚན་དང་ཕྱད་ན། །ས་ཡང་མེ་ལ་མི་འབྲུག་ཅིང་། །རྒྱ་མཁའ་མེ་ཡང་དེ་དང་མཚུངས། །ཞེས་བས་  
 བསྟན་ཏེ། དེ་ལྟར་འབྲུག་པ་བཤད་ནས་མི་འབྲུག་ངེས་པ་འདི་དག་ཡིན་ཏེ། རྩོན་འབྲུག་གི་རྒྱ་  
 ག་ད་གཉིས་མིང་གཞིའི་རྒྱ་ཁ་ཆ་ཐ་པ་ཆ་རྣམས་ལ་མི་འབྲུག་ཅིང་། རྩོན་འབྲུག་གི་ས་ཡིག་བ་  
 མིང་གཞིའི་རྒྱ་ཁ་ཆ་ཐ་པ་ཆ་རྣམས་ལ་འབྲུག་པ་མིན་ལ། རྣམ་མཁའ་མ་ཡིག་མིང་གཞིའི་ས་ཡིག་  
 ཀ་ཅ་ཏ་པ་ཅ་རྣམས་ལ་མི་འབྲུག་པ་སྟེ། མེ་འ་ཡིག་ཀྱང་ས་ཡིག་དེ་དག་ལ་འབྲུག་པར་མི་འགྱུར་  
 རོ། །རྩེར་བཤད་པ་རྣམས་ལས་དམིགས་བསལ་མི་འབྲུག་པ་ནི་རང་རང་གི་སྡེ་ཚན་དང་ཕྱད་ན་  
 ས་ཡིག་བ་ཡང་མིང་གཞིའི་མེ་བ་མ་དག་ལ་མི་འབྲུག་ཅིང་། རྒྱ་ཡིག་ག་ད་གཉིས་ཀྱང་མིང་  
 གཞིའི་ས་ཡིག་དང་མེ་ཡིག་ལ་མི་འབྲུག་གོ། །མཁའ་ཡིག་མ་ཡང་རྒྱ་མེ་གཉིས་ལ་མི་འབྲུག་ལ། མེ་  
 འ་ཡིག་ཀྱང་མེ་ལ་མི་འབྲུག་སྟེ། རྒྱ་མཁའ་མེ་གསུམ་ཡང་གོང་མ་དེ་དང་མཚུངས་ཞེས་ཏེ་རིགས་  
 མཐུན་སྦྱར་བའོ་ཞེས་པ་འོ། །



ས་ཡིག་བ་ནི་དྲག་པོའི་སྒྲོ་ནས་འཕྱག་པ་དང་། རྣམ་མཁའ་མ་ཡིག་ནི་མཉམ་པ་སྟེ་ཤིན་ཏུ་ཞན་པ་འམ་  
སྟོང་པའི་ཚུལ་གྱིས་འཕྱག་པ་དང་། མེ་འ་ཡིག་ནི་ཞན་པ་ཙམ་གྱི་ཚུལ་གྱིས་ཏེ་འཕྱག་པར་བྱེད་དོ། །

གསུམ་པ་ཅིའི་ཕྱིར་འཕྱག་པ་ལ་གཉིས། ཇི་བས་མཚམས་སྒྱར་བ་དང་། ལན་གྱིས་བསྟན་  
པའོ། །དང་པོ་ནི། འཕྱག་པའི་དགོས་པ་ཅི་ཞེ་ན། །ཞེས་མཚམས་སྒྱར་ནས། གཉིས་པ་ལ་གཉིས།  
དུས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་བཤད་པ་དང་། བྱ་བྱེད་ཀྱི་ཁྱད་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་བཞི། རྒྱ་ཡིག་གི་  
འཕྱག་དོན་དང་། ས་ཡིག་གི་འཕྱག་དོན་དང་། མཁའ་ཡིག་གི་འཕྱག་དོན་དང་། མེ་ཡིག་གི་  
འཕྱག་དོན་ནོ། །

དང་པོ་ནི། རྒྱ་ཡིག་གཉིས་ཀ་ད་ལྟའི་ཆེད། །ཅེས་པས་བསྟན་ཏེ། རྩོན་འཕྱག་གི་རྒྱ་ཡིག་  
ག་ད་གཉིས་ནི་དུས་གསུམ་ལས་ད་ལྟ་བུ་སྟོན་པའི་ཆེད་དུ་འཕྱག་ཅེས་པའོ། །དེ་ཡང་གས་འཕྱུ་  
ད་ལྟ་བུ་ལ་འཕྱག་པ་སྒྱིན་པ་གཏོང་། ཤིང་གཅོད། འོག་ཏུ་གཞོན། རྩོག་ཆགས་གསོད་སྟགས་  
མང་ངོ་། །འགའ་ཞིག་ཚིག་གྲོགས་ཀྱིས་བསྒྱར་པ་ལས་ཤེས་དགོས་ཏེ། དཔེར་ན་རྩོད་གཅོག་པར་  
བྱེད། གཅོག་པར་བྱ། (གཅོག་གོ་ལྟ་བུ་བྱེད་པ་པོ་དང་འབྲེལ་བའི་བྱེད་ལས་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྒྱུ་གཉིས་བདག་གི་  
དངོས་པོ་དང་།) ཤིང་བཏུབ་པར་བྱེད། བཏུབ་བྱ་(ཡང་གཏུབ་པ་པོ་ལྟ་བུ་བྱེད་པའི་དངོས་པོ་དང་།) ལྷག་  
གཏར་བྱེད། གཏར་བྱ། རྒྱ་གཏིག་བྱེད། གཏིག་བྱ། ལྷག་ལ་གཟར་བར་བྱེད། གཟར་བྱ། གཡོ་བ་  
བྱེད། གཡལ་བྱ། ཟས་གཡོ་བྱེད། གཡོ་བྱ། རྒྱ་གཤོ་བར་བྱེད། གཤོ་བྱ། མཚོད་པ་གཤོ་བྱེད།  
གཤམ་བྱ། ལྷག་གསེག་པར་བྱེད། གསེག་བྱ། ཞལ་ནས་གསུང་བར་བྱེད། གསུང་བར་བྱ་ལྟ་བུ་  
བྱེད་བཞིན་པ་རྣམས་ད་ལྟ་བུ་དང་བྱ་འགྱུར་རྣམས་མ་འོངས་པའོ། །གས་འཕྱུ་མ་འོངས་པར་  
འཕྱག་པ་ཅི་ཞེ་ན། རྩོན་འཕྱག་ལྷ་གར་འཆད་འགྱུར་བུ་བུ་ལ་འཕྱག་པ་བཤད་པའོ། །

ད་ཡིག་ད་ལྟ་བུ་ལ་འཕྱག་པ་སྒྲུལ་མ་དགྱི་བར་བྱེད། གད་མོར་དགོད་པར་བྱེད། མཚན་  
མར་དཔྱོད་པར་བྱེད། གཏིང་དཔོག་པར་བྱེད། དབྱིག་གིས་དབྱར་བར་བྱེད། བགས་པ་དབྱོལ་  
བར་བྱེད། མདུང་དབྱུག་པར་བྱེད། མོ་ཕུ་དམོད་པར་བྱེད། གཞན་དུ་དགར་བར་བྱེད་ཅེས་  
སྟགས་མང་ཞིང་། ལྷལ་མ་དགྱི་བར་བྱ། (དགྱི་བྱ། དགྱི་བྱའི་སྒྲུལ་མ་ལྟ་བུ་བྱེད་པ་པོ་གཞན་དང་དངོས་སུ་  
འབྲེལ་བའི་བྱ་བའི་ལྷལ་གྱི་དངོས་པོ་དང་། དགྱི་བར་བྱ། དགྱི་འོ་ལྟ་བུ་བའི་ལྷལ་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་བ་གསལ་  
བྱེད་ཀྱི་སྒྱུ་གཉིས་གཞན་གྱི་དངོས་པོ་སྟེ། དངོས་པོ་བདག་གཞན་གཉིས་ཀ་བསྒྱུ་བུར་འཕྱག་ཅེས་པ་སྒྲུང་།) གད་

མོར་དགོད་པར་བྱ། མཚན་མར་དབྱད་པར་བྱ། སོགས་བྱ་ཡུལ་མ་འོངས་པ་ལ་ཡང་འཇུག་གོ། ཡང་གཏིང་དཔོག་པར་བྱེད། བགས་པ་དཔོལ་བར་བྱེད་ལྟ་བུ་ནམས་ལ་བྱ་བར་བགས་པ་དབྱལ་བར་བྱ། གཏིང་དཔག་པར་བྱ་སོགས་སྤྱར་དགོས་ཤིང་། རྩ་བ་དང་བསྐྱལ་ཆོག་པ་ལ་ཆེར་ལ་ཡོད་པ་འོག་ཏུ་འཆད་དོ། གཞན་ཡང་དུ་ལྟ་བུ་ལ་འཇུག་པ་ནོར་ཀླ་བར་བྱེད། དྲིན་གྱིས་སྦྱོར་བར་བྱེད། ལྷག་པ་སྤྱོད་བར་བྱེད། དཔོན་དུ་སྒྲོ་བར་བྱེད། སྒྲོལ་བར་བྱེད། སྒྲོམ་པར་བྱེད། སྦྱར་བར་བྱེད། སྦྱེལ་བར་བྱེད། བྱེད་ཆུད་པར་བྱེད། བཅས་མ་ཇའོ། །དགེ་བ་ཐོབ་བར་བྱེད། ཐོ་འོ། །ཆོག་ཇོང་པར་བྱེད། ཇོང་དོ། །གཟུགས་ལ་ལྟ་བར་བྱེད། ལྟོ། །ཞགས་པས་སྒྲོམ་པར་བྱེད། སྒྲོམ་མོ། བྱ་བ་ཚུམ་པར་བྱེད། ཚུམ་མོ། གངས་ཅི་བར་བྱེད། ཅི་འོ། བྱིན་གྱིས་སྒོལ་བར་བྱེད། མཚོད་པ་ཤོམ་པར་བྱེད། ཚུལ་སྤྱད་བར་བྱེད། སྤྱད་ངོ་སོགས་སྒྲོན་འཇུག་མེད་པ་ཡང་ཤིང་ཏུ་མང་ངོ། །དེ་དག་འཇུག་དང་མི་འཇུག་གི་ཁྱད་པར་གོང་དུ་བཤད་ཟིན་ལ། སྒྲོན་འཇུག་གཞན་དག་ཀྱང་དེ་དང་མཚུངས་ཏེ་རིགས་བསྟེན་འོ། །

གཉིས་པ་ནི། ས་ནི་འདས་པ་སྒྲོན་ཕྱིར་དང་། ཁེས་པས་བསྟན་ཏེ། སྒྲོན་འཇུག་གི་ས་བ་ཡིག་ནི་དུས་འདས་པ་སྒྲོན་ཕྱིར་འཇུག་ཅེས་པ་སྟེ། དཔེར་ན། ཁལ་བཀལ། ཤིང་སོགས་བཀལ། རྩ་བཀལ། སྒོད་བཀལས། གོས་བཀལ། ཇོ་བཅག་ལག་ཏུ་བཅངས། ཤིང་བཅད། ཉེས་པ་བཅབས། དག་བཅོམ། ཁལ་བཅལ། མིག་བཅར། སྦྱིན་པ་བཏང་། གསོལ་བ་བཏབ། གདན་བཏིངས། མིང་བཏགས། རྩ་བཅགས། དངོས་བྱུང་བསྐྱལ། བྱ་བཅས། རྩ་བཅོངས། གོ་བསྒོས། སྒྲོམས་པར་བགོས། དྲི་མ་བསངས་སོགས་ལྟ་བུ་ཤིན་ཏུ་མང་སྟེ། དེ་དག་ཀྱང་ཁལ་བཀལ་ཟིན་པ། ཤིང་བཀལ་ཟིན་པ་སོགས་ཀྱི་བྱས་ཟིན་ནམས་ནི་འདས་པའི་དོན་དུ་གོ་དགོས་ཤིང་། རྩ་བ་ཀླ་བར་བྱ། བྱ་བ་བཅུམ་པར་བྱ། གོ་བསྒོ་བར་བྱ་ལྟ་བུའི་བས་འཕུལ་ཅན་ནམས་ནི་བྱ་བའམ་མ་འོངས་པ་ཡིན་པས། འདས་ཆོག་ཏུ་འཁྱུལ་བར་མི་བྱའོ། །

གསུམ་པ་ནི། རྩ་མ་ཁལ་དུས་གསུམ་མཉམ་པའི་ཕྱིར། ཁེས་པས་བསྟན་ཏེ། སྒྲོན་འཇུག་གི་རྩ་མ་ཁལ་མ་ཡིག་ནི་དུས་གསུམ་ཀུན་ལ་ཁྱབ་པ་སྟེ་མཉམ་པའི་ཕྱིར་འཇུག་ཅེས་པ་འོ། །དེ་ཡང་དཔེར་བཅོལ་ན། མཁས་པར་ཐུར། མཁས་པར་བྱས་ལྟ་བུ་འདས་པ་དང་། མཁས་བཞིན་པ། མཁས་པར་བྱེད་ལྟ་བུ་དུ་ལྟ་བུ་འཇུག་པར་བྱས་པར་བྱ། མཁས་པར་འཇུག། མཁས་པར་བྱ་ལྟ་བུ་མ་འོངས་

དེ་ལྟར་དུས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་དེ་དག་གི་དོན་ཅུང་ཟད་བཤད་ན། མིང་རྒྱང་ཀ་བ། ལུས་  
བདུ་མེ། སེམས་དཔལ། སེམས་ཅན་ལྟ་བུ་རྣམས་ལ་དུས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་མི་སྲིད་ཀྱང་། བྱ་བྱེད་  
དང་འབྲེལ་བའི་སློན་ནས་བརྟན་ཏེ་བྱེད་པོ་དང་བྱ་ལུལ་གཉིས་ཐ་དད་དང་ཐ་མི་དད་པ་ནི་བྱ་བ་བྱེད་  
པའི་གནས་སྐབས་སུ་བྱེད་པོ་གཞན་དངོས་སུ་མི་སྤང་བ་ཞིག་སྟེ། དཔེར་ན་བདག་འགོ་འོ་ལྟ་བུའི་ཆོ་འགོ་བ་དེ་བྱ་  
ཆོག་ཡིན་ཀྱང་འགོ་བྱ་འགོ་བྱེད་གཉིས་ཀ་བདག་ཡིན་པས་འགོ་བྱ་ལས་གཞན་པའི་འགོ་བྱེད་མེད་པས་ན་བདག་གཞན་  
གྱི་དབྱེ་བའང་མི་བྱེད་པ་ཡིན། ཇི་ལྟར་ཅུང་། བྱས་ཟིན་རྣམས་འདས་པ་དང་། བྱེད་བཞིན་པ་ནི་ད་  
ལྟ་བ་དང་། བྱ་འགྱུར་གྱི་ལུལ་རྣམས་མ་འོངས་པར་འདོད། དེས་ན་དུས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བས་བྱ་  
བྱེད་དང་འབྲེལ་བའི་ཆོག་ཀྱང་ལ་བྱུབ་སྟེ། དཔེར་ན། ལྟ་བ་བསྐྱབས་ཟིན། ལྟ་བ་པར་བྱེད་དོ། །  
བསྐྱབས་པར་འགྱུར་ལྟ་བུ་དུས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་ཡོད་པར་མ་ཟད། བྱེད་པོ་དང་བྱ་ལུལ་ཀྱང་དབྱེ་  
བྱ་ཡོད་ལ། ཞིང་ལ་དཔྱུ་ཡད་བབས་ཟིན་པ། འབབ་བཞིན་པ། འབབ་པར་འགྱུར་ལྟ་བུ་ལ་དུས་

གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་ཡོད་ཀྱང་བྱེད་པོ་དང་བྱ་ལྟལ་ཐ་དང་དུ་འབྱེད་མི་རུས་ཏེ། འབེབ་བྱེད་གྱི་བྱེད་པོ་ཞིང་བ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་བསོད་ནམས་ཀྱིས་བབས་པ་ཡིན་ཀྱང་། དེ་དངོས་སུ་མི་སྣང་བར་རང་ཤུགས་ལས་བབས་པ་ལྟ་བུའོ། །དཔེར་ན་འཁོར་ལོ་རང་ཉིད་སྐྱོར་མཁན་མེད་པར་འཁོར་ཆེ་བསྐྱོར་ཞེས་མི་བརྗོད་པར་འཁོར་ཞེས་པ་དང་། ཤིང་ལོ་རང་ཉིད་སེར་བོར་གྱུར་ཆེ་བྱེད་པོ་གཞན་གྱིས་བསྐྱར་བ་མིན་པའི་ཆ་ནས་བསྐྱར་ཞེས་མི་བརྗོད་པར་འགྱུར་ཞེས་བརྗོད་པ་ལྟ་བུ་དང་(བྱ་བྱེད་ངོ་ལོ་གཅིག་པ།) བྱ་བྱེད་གཉིས་སུ་འབྱེད་མི་རུས་པ་རྣམས་ལ་སྔོན་འཇུག་ཀྱང་བྱ་བྱེད་གཉིས་ཀ་ལ་འ་འམ(གོང་ལྟར་དང་མེ་འབར་སོགས)འཕུལ་མེད(གཞན་གྱིས་སྐབ་མཁན་མེད་པར་སྔོན་རུབ་བ་སོགས)ལ་ལྟས་སྔོན་སྔོན་འཇུག་རྣམས་གཞན་དུ་མི་འགྱུར་བའང་། བྱེད་མཁན་གཞན་པ་མེད་པའི་གནད་དུ་གོ་བར་བྱའོ། །དེའི་ཕྱིར་འདྲིར་དུས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་བྱས་པ་ཡིན་གྱི་བྱ་བྱེད་ཀྱི་ཁྱད་པར་ནི་སྐར་ཡང་འོག་ཏུ་འཆད་པར་འགྱུར་རོ། །ཡང་དགེ་བ་སྤྱད་ཟིན། སྤྱོད་པར་བྱེད། སྤྱད་པར་བྱ། ཉེས་པ་སྤངས་ཟིན། སྤོང་བར་བྱེད། སྤང་བར་བྱ། ལག་ཏུ་སྤངས་ཟིན། ལེན་བཞིན་པ། སྤང་བར་བྱ། བྱ་བ་བྱས། བྱེད། བྱ། བག་ཆགས་སྤངས། སྤྱོང་། སྤྱང་ལྟ་རྣམས་ལ་དུས་གསུམ་དང་བྱ་བྱེད་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཡོད་མོད་ཀྱང་། སྔོན་འཇུག་མེད་དེ་གོང་དུ་འཇུག་པའི་ཚུལ་བཤད་སྐབས་རང་སྤེལ་དང་སྤང་ན་མི་འཇུག་ཅས་པའི་དོན་ནོ། །

གཉིས་པ་བྱ་བྱེད་ཀྱི་ཁྱད་པར་ནི། བྱ་བར་ཚུ་གཉིས་སྐར་བ་ན། དེ་ཡི་བྱེད་པར་མེ་ཡང་འཇུག །ས་འཇུག་པ་ཡི་བྱ་བ་དེའི། བྱེད་པར་མེ་འམ་འཕུལ་མེད་དོ། །ནམ་མཁའ་འཇུག་པའི་བྱ་བ་ནི། བྱེད་པར་ག་འམ་འཕུལ་མེད་ཀྱང་། མེ་འཇུག་པ་ཡི་བྱ་བྱེད་ནི། གཉིས་ཀ་རང་ལས་གཞན་མ་ཡིན། །འ་མཐའ་ཅན་ནི་སྤངས་པ་ཡི། བྱ་བྱེད་གཉིས་ཀ་མི་འགྱུར་རོ། །ལྟས་སྔོན་གཉིས་ཀ་གཞན་འགྱུར་བའི། བྱ་བྱེད་དག་ནི་ཅི་རིགས་སོ། །ད་ལྟ་བ་དང་བསྐུལ་ཆོག་གཉིས། །པལ་ཆེར་ཨོས་བརྒྱན་བསྐུལ་ཆོག་ལ། །འ་མཐའ་ཅན་ནི་སྤངས་པ་མང་། །ཞེས་པས་བསྟན་ཏེ། དེ་ཡང་སྤྱིར་ལས་གང་ཞིག་བྱེད་པོ་གཞན་དང་འབྲེལ་བའི་དབང་དུ་བྱས་པ་སྟེ། བྱེད་པ་པོ་(འཁོར་ལོ་སྐྱོར་བ་པོ)དེ་ཉིད་དང་དེའི་བྱེད་པ་དང་བཅས་པ་ལ་བྱེད་པའི་ལས(འཁོར་ལོ་སྐྱོར་བར་བྱེད་ལྟ་བུ)ཞེས་བྱ་ཞིང་། དེས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ལྟལ་གྱི་དངོས་པོ་(བསྐྱོར་བའི་འཁོར་ལོ་ལྟ་བུ)བྱ་བ་དང་བཅས་པ་ལ་བྱ་བའི་ལས(འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བར་བྱ་སོགས)ཞེས་བྱའོ། །དེ་དག་གི་ཁྱད་པར་སྔོན་འཇུག་ལ་ཡོད་

པའི་ཚུལ་ནི། བྱ་བ་ལ་སྒྲོན་འཇུག་གི་ཆུ་ཡིག་ག་ད་གཉིས་སྒྱུར་ནས་ཡོད་པ་ན། དེའི་བྱེད་པ་སྒྱུར་  
སྐབས་སྒྲོན་འཇུག་གི་མེ་ཡང་འཇུག་འདིའི་ཡང་སྒྲས་འཇུག་དང་མེ་འཇུག་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་  
ཡོད་པ་བསྟུ་རུས་པས་སོ། །སྒྲོན་འཇུག་གི་ས་ཡིག་བ་འཇུག་པའི་བྱ་བ་དེའི་བྱེད་པར་མེ་འཇུག་  
ཡང་ན་འཕུལ་མེད་ཡིན་ནོ། །སྒྲོན་འཇུག་གི་ནམ་མཁའ་མ་ཡིག་འཇུག་པའི་བྱ་བ་ལ་ནི། བྱེད་  
པའི་སྐབས་སུ་ག་ཡིག་གིས་འཕུལ་བའམ། ཡང་ན་འཕུལ་མེད་ཀྱང་ངོ་། །ཀྱང་སྒྲའི་རུས་པས་བྱ་  
བྱེད་འགྱུར་མེད་བསྟུས་པའོ། །སྒྲོན་འཇུག་གི་མེ་འཇུག་པའི་བྱ་བྱེད་གཉིས་ཀ་རང་ལས་  
གཞན་དུ་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནོ། །འཇུག་མཐའ་ཅན་ཏེ་སྒྲོན་འཇུག་སྤངས་པའམ་མེད་པའི་བྱ་བྱེད་  
གཉིས་ཀའི་སྒྲོན་འཇུག་གཞན་དུ་མེ་འགྱུར་བར་འཕུལ་མེད་དེ་ག་རང་གནས་པའོ། །དེ་དག་གི་  
ལུས་ཏེ་གསལ་བྱེད་དང་སྒྲོག་སྒྲེ་དབྱངས་བཞི་ལ་བྱ་ཞིང་། དེ་གཉིས་ཀ་གཞན་དུ་འགྱུར་བའི་བྱ་  
བྱེད་དག་ནི་ཅི་རིགས་པ་སྟེ། མཐའ་གཅིག་རྒྱ་མ་དངས་སོ། །དུས་ད་ལྟ་བ་དང་གཞན་ལ་བྱ་བ་  
བསྐྱལ་བའི་ཆོག་གཉིས་ནི་ཕལ་ཆེར་ཨོ་སྟེ་ན་རུས་བརྒྱན་པ་མང་ཞིང་། བསྐྱལ་ཆོག་ཕལ་ཆེར་ལ་  
འཇུག་མཐའ་ཅན་ཏེ་སྒྲོན་འཇུག་མེད་པའམ་སྤངས་པ་མང་ངོ་ཞེས་པའོ། །

དེ་ཡང་དབེར་ན་ག་ཡིག་བྱ་བར་འཇུག་པ་ལ་བྱེད་པར་འས་འཕུལ་ཅན་དུ་འགྱུར་བ། གསོལ་  
བ་གདབ་བྱ། (བྱེད་པོ་གཞན་ཡོད་པ།) འདེབས་བྱེད། གདན་དུ་གདིང་བྱ། འདིང་བྱེད། གཞལ་བྱ།  
(གསེར་དུལ་དང་།) འཇུག་བྱེད། (སྤང་ལྟ་བུ།) གདགས་བྱ། (མིང་དང་དུང་འགྲོ།) འདོགས་བྱེད། (སྒོ་བ་  
དཔོན་དང་ཐག་བ་ལྟ་བུ།) གདུལ་བྱ། (སེམས་ཅན།) འདུལ་བྱེད། (ཐུགས་རྗེ་ལྟ་བུ་འགྲེས་སོ།) གདེག་བྱ།  
འདེགས་བྱེད། གཞིག་བྱ། འཇིག་བྱེད། གཞིལ་བྱ། འཇིལ་བྱེད། གཞོམ་བྱ། འཇོམས་བྱེད།  
གཞག་བྱ། འཇོག་བྱེད། གཞུག་བྱ། འཇུག་བྱེད། གཞུག་བྱ། འཇུགས་བྱེད། གཞུང་བྱ། འཇོན་  
བྱེད་སྒྲོགས་ཤིན་རྒྱུ་མང་ངོ་། །བྱ་བྱེད་གཉིས་ཀ་གཞན་དུ་མེ་འགྱུར་བ། གནས་བྱ། གནས་བྱེད།  
གཅད་བྱ། གཅོད་བྱེད། གསད་བྱ། གསོད་བྱེད། གསང་བྱ། གསོང་བྱེད། གཏད་བྱ། གཏོད་བྱེད།  
གཡབ་བྱ། གཡོབ་བྱེད་སྒྲོགས་ཤིན་རྒྱུ་མང་ངོ་། །

ད་ཡིག་འཇུག་པའི་བྱ་བ་ལ་བྱེད་པར་འཇུག་པ། དགོད་བྱ། འགོད་བྱེད། དཐི་བྱ།  
འཐིད་བྱེད། དབབ་བྱ། འབབས་བྱེད། དབུལ་བྱ། འབུལ་བྱེད། དགང་བྱ། འགོངས་བྱེད།  
དགག་བྱ། འགོག་བྱེད། དགོལ་བྱ། འགོལ་བྱེད། དགམ་བྱ། འགེམས་བྱེད། དགུག་བྱ།

འགྲུགས་ཅེད། དབྱུག་བྱ། འཕེགས་ཅེད། དཔེ་བྱ། འཕྱེད་ཅེད། དབྱུང་བྱ། འཕྱིན་ཅེད་སོགས་  
ཤིན་ཏུ་མང་ངོ། ། ་ཡིག་གིས་འཕུལ་ཅན་བྱ་བྱེད་གཉིས་ཀ་ལ་མི་འགྱུར་བ། དཔག་བྱ། དཔོག་  
ཅེད། དཔལ་བྱ། དཔོད་ཅེད། དཔལ་བྱ། དཔོལ་བྱེད། དཔོལ་བྱ། དཔོལ་བྱེད། དཔོལ་བྱ། དཔོལ་  
བྱེད། དབྱུག་བྱ། དབྱུག་བྱེད་ལྟ་བུ་ཤིན་ཏུ་མང་ངོ། །

བྱ་བར་བ་ཡིག་འཕྲག་པའི་བྱེད་པ་ལ་འས་འཕུལ་བ། བཀུམ་བྱ། འགྲུམ་བྱེད། བཀྱི་བྱ།  
འཕྱིད་བྱེད། བཀྱེ་བྱ། འཕྱེད་བྱེད། བཙལ་བྱ། འཚོལ་བྱེད། བཟུ་བྱ། འཕྱེད་བྱ། བཀྱིག་བྱ།  
འཕྱིག་བྱེད། བཀྱུ་བྱ། འཕྱུད་བྱེད། བཞོ་བྱ། འཛོ་བྱེད་སོགས་མང་དུ་འབྱུང་བས་སོ། ་དག་  
བྱེད་པར་འཕུལ་མེད་ཀྱང་མང་སྟེ་དཔེར་ན། བཟླག་བྱ། ཟློག་བྱེད། བཟལ་བྱ། ཟོལ་བྱེད། བཙོ་  
བྱ། ཙོ་བྱེད། བཟུང་བྱ། ཟུང་བྱེད། བཟན་བྱ། ཟླན་བྱེད། བཟང་བྱ། ཟླང་བྱེད། བཙབ་བྱ།  
ཙེབ་བྱེད། བཙོ་བྱ། ཙོ་བྱེད་ལ་སོགས་ཀྱི་ཆེར་སྦྱར་བར་བྱའོ། །

མ་འཕྲག་པའི་བྱ་བ་ལ་བྱེད་པར་ག་འཕྲག་པ། མནན་བྱ། གཞོན་བྱེད་ལྟ་བུ་དང་། ཡང་  
བྱེད་པར་འཕུལ་མེད། མཉན་བྱ། ཉན་བྱེད་སོགས་ཀྱང་མཁས་པའི་གཞུང་ལུགས་འགའ་ལ་  
གྲགས་ཤིང་། སྤར་བྱི་དཔེ་རྫིང་འགའ་ཞིག་ལ་ཡང་བཤད་བྱིར། སྤོང་མཐའ་མ་བཀག་པར་  
བཤད་པ་ཡིན་ཞིང་། དེང་སང་དེ་འདྲའི་སྦྱར་བ་ཡེ་མི་མཛད་དེ། གནན་བྱ། གཞོན་བྱེད་སོགས་  
མང་ངོ། ་པལ་ཆེར་བྱ་བྱེད་མི་འགྱུར་བ་སྟེ། མཉེས་བྱ། མཉེས་བྱེད། མཁྱོགས་བྱ། མཁྱོགས་བྱེད།  
མཐོང་བྱ། མཐོང་བྱེད་སོགས་མང་བས་གོ་སྟོན། ་སྟོན་འཕྲག་གི་མེ་འ་ཡིག་བྱ་བྱེད་གཞན་དུ་མི་  
འགྱུར་བ་ནི། འཁོད་བྱ། འཁོད་བྱེད། (མེ་འབར་བྱ། འབར་བྱེད་ལྟ་བུ་བྱེད་ཀྱི་སྟོན་འཕྲག་གཞན་དུ་མི་  
འགྱུར་བ་ཡང་བྱ་བ་དང་བྱེད་པོ་གཉིས་སུ་མེད་པའི་གནད་དུ་ཤེས་ཅུ།) འཁྱོག་བྱ། འཁྱོག་བྱེད། འཕྱུ་བྱ།  
འཕྱུད་བྱེད། འབྱིབ་བྱ། འབྱིབ་བྱེད་ལ་སོགས་ཆེས་མང་ངོ། ་སྟོན་འཕྲག་མེད་པ་བྱ་བྱེད་གཉིས་  
ཀ་ལ་མི་འགྱུར་བ། སྤང་བྱ། སྤོང་བྱེད། (བྱ་བར་སྟོན་འཕྲག་སྤངས་ན་དེའི་བྱེད་པ་ལ་ཡང་སྟོན་འཕྲག་མེད་  
དོ།) སྦྱང་བྱ། སྦྱོང་བྱེད། ཤེས་བྱ། ཤེས་བྱེད། སྦྱང་བྱ། སྦྱོང་བྱེད་སོགས་མང་ངོ། ་ལྷས་སྟོག་  
གཞན་དུ་འགྱུར་བའི་བྱ་བྱེད་ཅི་རིགས་ནི། སྤང་བྱ། ལེན་བྱེད། མེ་འབར་བྱ། སྦྱར་བྱེད། བྱ་  
འཕུར་བྱ། སྦྱར་བྱེད། གཞིལ་བྱ། འཛིལ་བྱེད། གཟུང་བྱ། འཕྱྱང་བྱེད། བསལ་བྱ། སེལ་བྱེད་  
ལ་སོགས་ལ་ལྷས་སྟོག་ཅི་རིགས་འགྱུར་བའོ། །



ཁ་བྱང་།	འདས་པ།	ད་ཉི་ལ།	མ་འོངས་པ།	བསྐྱལ་ཚིག།
སྐྱམ་སོགས།	བསྐྱལ།	སྐྱང།	བསྐྱ།	སྐྱས།
དཔོན་སོགས།	བསྐྱོས།	སྐྱོ།	བསྐྱོ།	སྐྱོས།
དིན་གྱིས།	བསྐྱངས།	སྐྱོང་།	བསྐྱང་།	སྐྱོངས།
འཇབ་བྱས།	བསྐྱས།	སྐྱ།	བསྐྱ།	སྐྱས།
གཞན་དུ།	འབྱམས།	འབྱོམ།	འབྱམ།	འབྱོམས།
བཀའ་སོགས།	བསྐྱགས།	སྐྱོག།	བསྐྱག།	སྐྱོགས།
རྒྱན་སོགས།	བཞོད།	འཞོད།	དཞོད།	ཁོད།
སྒོད་སོགས།	བཀངས།	འཞོང་།	དཀང་།	ཁོངས།
མདུད་སོགས།	བཞོལད།	འཞོལ།	དཞོལ།	ཁོལད།
མདུན་དུ།	བཀྱག།	འཀྱག།	དཀྱག།	ཁྱག།
ཐུགས་དམ།	བསྐྱངས།	སྐྱོང་།	བསྐྱང་།	སྐྱོངས།
ཐུགས་རྗེས།	བསྐྱབས།	སྐྱོབ།	བསྐྱབ།	སྐྱོབས།
ཡན་ལག།	བསྐྱམས།	སྐྱམ།	བསྐྱམ།	སྐྱམས།
པར་ལ།	བསྐྱངས།	སྐྱོང་།	བསྐྱང་།	སྐྱོངས།
ཐག་པས།	བཞེགས།	འབྱིག།	བཞེག།	ཞིགས།
གངས་སྐྱ།	བསྐྱངས།	སྐྱོང་།	བསྐྱང་།	སྐྱོངས།
པར་ལ།	བསྐྱེལད།	སྐྱེལ།	བསྐྱེལ།	སྐྱེལད།
མདོག་སོགས།	བསྐྱརད།	སྐྱར།	བསྐྱར།	སྐྱརད།
སྤ་བྱར།	བསྐྱས།	སྐྱང།	བསྐྱ།	སྐྱས།
རྩ་སོགས།	བརས།	ར།	བར།	རས།
དགོ་སོགས།	བསྐྱོས།	སྐྱོ།	བསྐྱོ།	སྐྱོས།



ཡོས།	བཅོས།	རྩོ།	བཅོ།	རྩོས།
ཐག་སོགས།	བཅད།	གཅོད།	གཅད།	ཅོད།
དམ་དུ།	བཅིངས།	འཛིང་།	བཅིང་།	ཅིངས།
ལག་དུ།	བཅངས།	འཛང་།	གཅང་།	ཅོངས།
བྱ་བ།	བྱས།	བྱེད།	བྱ།	བྱས།
ཐོ་ཡིས།	ཐོངས།	ལེན།	ཐོང་།	ལོངས།
སྐད་ཀྱིས།	བོས།	བོད།	འབོད།	བོས།
སྒྲིབ་པ།	སྒྲིངས།	སྒྲིང་།	སྒྲིང་།	སྒྲིངས།
རྒྱུ་ལྡན།	འབྲངས།	འབྲང་།	འབྲང་།	འབྲངས།
བྱ་བ།	བརྩམས།	རྩོམ།	བརྩམ།	རྩོམས།
དག་སོགས།	བཅོམས།	འཛོམས།	གཞོམ།	ཅོམས།
ནང་དུ།	བརྩུག།	འརྩུག།	གཞུག།	རྩུག།
ཚད་ཀྱིས།	བཅལད།	འཇལ།	གཞལ།	གཞོལད།
རྩེ་ནས།	བཅིལད།	འཇིལ།	གཞིལ།	ཅིལད།
རྟ་སོགས།	བཅིབས།	ཅིབས།	བཅིབ།	ཅིབས།
ངག་དུ།	བརྗོད།	རྗོད།	བརྗོད།	རྗོད།
རྒྱུ་སོགས།	བསྐྱེགས།	སྐྱེགས།	བསྐྱེག།	སྐྱེགས།
མིག་གིས།	བརྟམས།	རྟམ།	བརྟམ།	རྟམས།
གཞན་ལ།	བརྟནད།	རྟོན།	བརྟན།	རྟོནད།
མིང་སོགས།	བཏགས།	འདོགས།	གདགས།	ཐོགས།
སོན་སོགས།	བཏབ།	འདེབས།	གདབ།	ཐོབ།
དག་སོགས།	བཏུལད།	འཏུལ།	གཏུལ།	ཐུལད།

གྱེན་དུ།	བཏྲེག།	འདེགས།	གདེག།	ཐེགས།
ཕྱིན་སོགས།	བཏང་།	གཏོང་།	གཏང་།	ཐོངས།
ཕྱི་ལ་སོགས།	བཏོན་ད།	འདོན།	གདོན།	ཐོན་ད།
གྲས་པས།	བཏུད།	འཏུད།	འཏུད།	ཐུད།
གདན་དུ།	བཏིངས།	འདིང་།	གདིང་།	ཐིངས།
ཟེལ་གྱིས།	མནན།	གཞོན།	གནན།	ཞོན་ད།
ཉེས་པ།	ཐངས།	ཐོང་།	ཐང་།	ཐོངས།
སོ་སོར།	ཐྱེ།	འཐྱེད།	དཐྱེ།	ཐྱེས།
འབྱལ་བ།	ཐུལ་ད།	འབྱལ།	དབྱལ།	ཐུལ་ད།
ཆར་སོགས།	པབ།	འབེབས།	དབབ།	ཕོབ།
བྱག་པ།	ཐུག།	འབིགས།	དབྱག།	ཐུག།
ཡིད་སོགས།	ཐོགས།	འཕོག།	དཕོག།	ཐོགས།
ནང་ནས།	ཐུངས།	འཐིན།	དཐུང་།	ཐུངས།
ཡིད་ལ།	བསམས།	སེམས།	བསམ།	སོམས།
སད་སོགས།	བསྐྱངས།	སྐྱང་།	བསྐྱང་།	སྐྱངས།
སྐྱོན་སོགས།	བསལ་ད།	སེལ།	བསལ།	སོལ་ད།
ཀྱེན་གྱིས།	བསྐྱངས།	སྐྱོང་།	བསྐྱང་།	སྐྱོངས།
དུད་འགོ།	བསད།	གསོད།	གསད།	སོད།
ཞལ་ནས།	གསུངས།	གསུང་།	གསུང་།	སུངས།
གངས་སུ།	བརྩིས།	རྩི།	བརྩི།	རྩིས།
མཁར་སོགས།	བརྩིགས།	རྩིག།	བརྩིག།	རྩིགས།
སྒྲིང་ནས།	བརྩིས།	བརྩེ།	བརྩེ།	རྩེས།

ཐོལ་སོགས།	བཙུགས།	འཕྱགས།	གཟུག	ཚུགས།
ཐག་པས།	བཟུམས།	ཐོམ།	བཟུམ།	ཐོམས།
བཙུད་སོགས།	བཟུས།	ཟུད།	བཟུ།	ཟུས།
ཐོགས་དང་།	བཟོངས།	ཐོང་།	བཟོང་།	ཐོངས།
མལ་དུ།	བཟད།	ཐོད།	བཟད།	ཐོད།
གནས་སོགས།	འཕོས།	འཕོ།	འཕོ།	འཕོས།
རང་མལ་དུ།	བཞག	འཛོག	གཞག	ཞོག
འཛབ་སོགས།	བཟླས།	ཟླ།	བཟླ།	ཟླས།
ཕྱིར་ལ།	བཟློགས།	ཟློག	བཟློག	ཟློགས།
ལག་དུ།	བཟུངས།	འཛིན།	གཟུང་།	ཟུངས།
ཁྲོགས་སུ།	བཟླགས།	ཟློག	བཟླག	ཟློགས།
མཚོད་པ།	བཤམས།	གཤོམ།	བཤམ།	ཤོམས།
གཏུམ།	བཤད།	གཤོད།	བཤད།	ཤོད།
བྲག་སོགས།	བཤེག	འཛིག	གཞིག	ཤིག
མན་ངག	བསྐབས།	སྐོབ།	བསྐབ།	སྐོབས།
རྒྱང་སོགས།	བསྐངས།	སྐང་།	བསྐང་།	སྐངས།
ཞལ་སོགས།	བསྐོས།	སྐོ།	བསྐོ།	སྐོས།
ཡོ་སོགས།	བསྐངས།	སྐང་།	བསྐང་།	སྐངས།
གཅིག་དུ།	བསྐེས།	སྐེ།	བསྐེ།	སྐེས།
མེ་ལ།	བསྐེགས།	སྐེག	བསྐེག	སྐེགས།

དེ་ལྟར་སོ་སོའི་དབེར་བཟོད་མཐའ་དག་ཡི་གེར་བཀོད་ཀྱིས་མི་ལང་ཡང་། རྒྱས་པ་ཙམ་  
ནི་ཁོ་བོས་བཀྱིས་པའི་རེའུ་མིག་ལྷན་པ་དོ་ཤལ་ལྟར་ལས་འདིར་ཡི་གེས་འཛིགས་པས་སྒྲོས་པ་བཞག་

མོད་འོན་ཀྱང་ཕྱོགས་ཙམ་བཀོད་པ་འདིར་ཞིབ་མོར་དབྱེད་ན། དུས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་དང་། བྱ་  
བྱེད་ཀྱི་ཞུས་བྱེ་བ་དག་དང་། བྱེད་ལས་གཞན་ལ་བསྐྱལ་བའི་ཚིག་དང་། མིང་གཞི་རྒྱུད་པ་དང་།  
བཅས་པའི་ནམ་དབྱེ་རྟོགས་པར་རུས་སོ། །དེ་ནམས་ཐོན་འཇུག་ལྗེའི་འཇུག་པ་རགས་ཙམ་  
བཙམ་བཤོ། །

གཉིས་པ་རྗེས་འཇུག་གི་འཇུག་ཚུལ་བཤད་པ་ལ་གཉིས། རྗེས་འཇུག་ཁམས་ཀྱི་དབྱེ་བ་  
དང་། དེའི་འཇུག་ཚུལ་སོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། སྤྱིར་གསུམ་དུ་དབྱེ་བ་དང་། རང་གསེས་བརྒྱད་  
དུ་དབྱེ་བའོ། །དང་པོ་ནི། དེ་ནས་རྗེས་འཇུག་བརྒྱུ་པོ་ཡང་། །ས་དང་མེ་ཆུ་གསུམ་དུ་བྲིལ། །ས་  
ནི་ག་ད་བ་ས་བཞི། །མེ་ནི་ང་མ་འ་དང་གསུམ། །ཆུ་ནི་ན་ར་ལ་གསུམ་མོ། །ཞེས་པས་བརྟན་ཏེ།  
དེ་ནས་ཞེས་མཚམས་སྦྱར་ནས། རྗེས་འཇུག་གི་ཡི་གེ་བརྒྱ་པོ་ཡང་ས་དང་མེ་དང་ཆུ་ཅད་དབྱེ་ཞིང་  
སྡེ་ཚན་དེ་གསུམ་དུ་བྲིལ་བར་བྱའོ། །སྡེ་ཚན་གསུམ་གང་ཞེ་ན་ས་ཡིག་ནི་ག་ད་བ་ས་བཞི་དང་།  
མེ་ནི་ང་མ་འ་དང་གསུམ་དུ་ངེས་པ་དང་། ཆུ་ནི་ན་ར་ལ་དང་གསུམ་མོ་ཞེས་པའོ། །གཉིས་པ་ནི།  
ས་ལ་རབ་འབྱིང་ཐ་མ་གསུམ། །མེ་ལ་མེ་དང་མེ་ཡི་མེ། །ཆུ་ལ་འཁྱུར་དང་འཁྱུར་ཙམ་དང་། །  
འཁྱུར་མེད་དང་ནི་གསུམ་ཡིན་འོ། །ཞེས་པས་བརྟན་ཏེ། དེའང་རྗེས་འཇུག་གི་ས་ཡིག་ག་ནི་  
ཡང་འཇུག་ས་དང་ཐུན་ཆེ་རྗེས་འཇུག་ནང་འཕྲད་ཀྱི་སྟོབས་ལས་སྦྱ་དག་པའི་དྲག་པར་འཁྱུར་  
བས་རབ་ཡིན་འོ། །དེ་བཞིན་བ་ལ་ས་ཡིག་ཞུགས་ན་དྲག་པའི་འབྲིང་དུ་འཁྱུར་བས་འབྲིང་པོའོ། །  
ག་བ་གཉིས་ལ་ཡང་འཇུག་མེད་པ་དང་། ད་སའི་མཐའ་ཅན་ནམས་སྦྱ་དག་པའི་ཞན་པར་  
འཁྱུར་བས་ཐ་མ་ཞེས་བྱའོ། །མེ་ཡིག་ང་མ་གཉིས་ལ་ཡང་འཇུག་ཞུགས་པ་ནི་སྦྱ་ཞན་པའི་དྲག་  
པར་འཁྱུར་བས་མེ་དང་། དེ་གཉིས་ལ་ཡང་འཇུག་མ་ཞུགས་པ་དང་འ་ཡིག་གི་མཐའ་ཅན་ནམས་  
ནི་སྦྱ་ཤིན་ཏུ་ཞན་པར་འཁྱུར་བས་མའི་མའོ། །ཆུ་ཡིག་ན་ར་ལ་གསུམ་ནི་མིང་གཞིའི་ས་ཡིག་གི་  
མཐར་ཞུགས་ཤིང་ཡང་འཇུག་ཡོད་མེད་གང་རུང་དང་། མེ་ཡིག་གི་རྗེས་སུ་ཡང་འཇུག་མེད་  
པར་ཞུགས་ན་སྦྱ་བར་མའི་དྲག་པའམ་ཞན་པར་འཁྱུར་བས་འཁྱུར་བའོ། །མིང་གཞིའི་མེ་ཡིག་གི་  
མཐར་ཡང་འཇུག་དང་བཅས་ཏེ་ཞུགས་ན་སྦྱ་བར་མ་ཙམ་ལས་དྲག་ཞན་གཉིས་སུ་ཆེར་འཁྱུར་མི་  
བདུག་པས་འཁྱུར་ཙམ་དང་། མིང་གཞིའི་ཆུ་ཡིག་མཐར་ཞུགས་ན་ཡང་འཇུག་ཡོད་མེད་ལ་མ་  
སྟོས་པར་སྦྱ་དག་ཞན་གང་དུའང་མི་འཁྱུར་བའི་ཕྱིར་འཁྱུར་མེད་ཅེས་བྱའོ་ཞེས་སོ། །

གཉིས་པ་འཇུག་ཚུལ་ལ་གཉིས། དངོས་དང་། དགོས་པ་བཟུན་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས།  
མདོར་བཟུན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། འཇུག་ཚུལ་སྒྲོ་དོན་གཉིས་ཡིན་ཏེ། །  
ཞེས་སོ། །གཉིས་པ་ལ་གཉིས། སྒྲིའི་འཇུག་ཚུལ་དང་། དོན་གྱི་འཇུག་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས།  
རྩིས་འཇུག་གི་འཇུག་ཚུལ་དང་། ཞར་འབྱུང་ཡང་འཇུག་གི་འཇུག་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས།  
དྲག་ཞན་སྒྱུར་འཇུག་ཚུལ་དང་། རང་གསེས་ཞིབ་ཏུ་འཇུག་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་ནི། ས་གསུམ་མེ་གཉིས་ཚུ་གསུམ་པོ། །གདངས་སྐད་དྲག་ཞན་འབྱིང་ཏུ་འགྱུར། །  
ཞེས་པས་བཟུན་ཏེ། རྩིས་འཇུག་གི་ཡི་གེ་བཅུ་ལས་ས་ཡིག་རབ་འབྱིང་ཐ་གསུམ་དང་། མེ་ལ་མེ་  
དང་མེའི་མེ་གཉིས། ཚུ་ལ་འགྱུར་བ་དང་འགྱུར་ཅམ་དང་འགྱུར་མེད་གསུམ་པོ་རྣམས་འཇུག་  
ཚུལ་གྱི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་བ་དེ་དག་ ས་ཡིག་གསུམ་མིང་གཞི་གང་ལ་ཞུགས་ཀྱང་གདངས་སྐད་དྲག་  
པར་འགྱུར་ལ། དེ་བཞིན་མེ་ཡིག་གཉིས་ཞན་པ་དང་། ཚུ་གསུམ་འབྱིང་ཏུ་འགྱུར་རོ། །དེའི་རྒྱ་  
མཚན་གྱིས་རྩིས་འཇུག་ལ་ས་མེ་ཚུ་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བའང་བྱས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའོ། །

གཉིས་པ་ནི། དྲག་པོ་ས་གསུམ་དང་ཕྱད་དམ། །འབྱིང་དང་ཞན་པ་ནང་ཕྱད་ཀྱང་། །དེ་  
དག་ནང་གསེས་དྲག་ཞན་དབྱེ། །ཚུ་ཡིག་གསུམ་ལས་གང་ཡིན་པ། །དྲག་པོ་དང་ཕྱད་དྲག་པོར་  
འགྱུར། །ཞན་པ་ཕྱད་ན་ཞན་པར་འགྱུར། །གཉིས་ཀ་ཅན་དང་ཕྱད་པ་ན། །དེ་ཆེ་གཉིས་ཀ་ཅན་  
ཏུ་འགྱུར། །གཉིས་ཀ་ཅན་དང་མ་ཕྱད་ན། །དྲག་ཞན་གང་ཏུ་འང་མི་འགྱུར་རོ། །ཞེས་པས་  
བཟུན་ཏེ། རྩིས་འཇུག་ཉིད་ནང་གསེས་བརྒྱད་ཏུ་དབྱེ་བ་དེ་དག་འཇུག་ཚུལ་ཐ་དད་པ་བརྒྱད་ཏུ་  
རི་ཉར་དབྱེ་ཞེ་ན། དྲག་པོ་ས་ཡིག་གསུམ་སྟེ་རབ་འབྱིང་ཐ་གསུམ་ཡོད་པ་དེ་དག་མིང་གཞི་གང་  
གི་མཐར་ཡང་རྩང་རྩིས་འཇུག་གི་ས་ཡིག་ག་ལ་ཡང་འཇུག་དང་བཅས་ནང་ཕྱད་དམ། ཞེས་  
འདིའི་དམ་ཞེས་པ་ནི་སྤྱད་པའི་ཕྱད་དེ་དབྱེ་བ་ཞིབ་ཏུ་འོག་ནས་འབྱུང་བ་དང་སྟེལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །  
དེ་ཉར་ས་གསུམ་ནང་ཕྱད་ན་སྒྲོ་དྲག་པར་འགྱུར་ཞིང་། དེ་བཞིན་ཏུ་བ་ལ་ས་ཡིག་ཞུགས་ན་སྒྲོ་  
སྟོབས་འབྱིང་དང་། ག་བ་གཉིས་ལ་ཡང་འཇུག་མེད་པ་དང་ད་ས་གཉིས་ཀྱི་མཐའ་ཅན་རྣམས་  
དྲག་པའི་ཞན་པར་འགྱུར་རོ། །ཞན་པ་མེ་ཡིག་ང་མ་གཉིས་ལ་ཡང་འཇུག་ཞུགས་པ་ནི་ཞན་པའི་  
དྲག་པ་དང་། དེ་གཉིས་ལ་ཡང་འཇུག་མེད་པ་དང་འ་ཡིག་གི་མཐའ་ཅན་རྣམས་སྒྲོ་གིན་ཏུ་ཞན་  
པའོ། །དེ་དག་ཀྱང་ནང་ཕྱད་དམ་ཅི་རིགས་པ་བརྟག་ལ་ནང་གསེས་ཀྱི་དྲག་ཞན་དབྱེའོ། །དེ་

བཞིན་ཆུ་ཡིག་ན་ར་ལ་གསུམ་ནི་མིང་གཞིའི་དྲག་པ་ས་ཡིག་དང་ཕྱད་ན་ཡང་འཇུག་ཡོད་མེད་  
ལ་མ་སྟོས་པར་སྒྲ་དྲག་པར་འགྱུར་ལ། ཞན་པ་དང་ཕྱད་ན་ཡང་འཇུག་མེད་ཆོ་ཞན་པར་འགྱུར་  
རོ། །མིང་གཞི་ཞན་ཞིང་ཡང་འཇུག་ཞུགས་པ་ལྟ་བུ་ནི་གཉིས་ཀ་ཅན་དང་ཕྱད་པས་གཉིས་ཀ་  
ཅན་དུ་འགྱུར་ལ། དྲག་ཞན་གཉིས་ཀ་ཅན་དང་མ་ཕྱད་ན་ཡང་འཇུག་ཡོད་མེད་ཇི་སྟེ་ཡང་བར་  
མ་ཚམ་ལས་དྲག་ཞན་གང་དུ་འང་མི་འགྱུར་རོ་ཞེས་པའོ། །

དེ་དག་གི་དཔེར་བཅོམ་དྲག་ཞན་གྱིས་འཇུག་ཆུལ་ནི་རྟོགས་སྟོལ། རང་གསེས་བརྒྱད་  
ལས་དྲག་པའི་དྲག་པ་ནི། དཔེར་ན། དཀྱིགས། བཏོགས། བཅགས། འཆགས། འཇགས། སྟེགས།  
རྟགས། ཐུགས། འྲྱགས། རྟགས། ཕགས། ཐུགས། འབགས། དམིགས། བཅིགས། ཆུགས།  
འཇུགས། ཞུགས། གཟེགས། གཡུགས། རྟོགས། ལུགས། གཤོགས། སྟོགས་ལྟ་བུ་རྒྱ་ཆེར་དཔག་  
པར་བྱའོ། །དྲག་པའི་འབྲིང་ལ། བརྒྱབས། འཁོབས། གྲབས། བརྒྱབས། བཅིབས། ཆིབས།  
འཇིབས། སྟོབས། གཏིབས། ཐབས། འདེབས། བསྐྱབས། སྟོབས་ལ་སྟོགས་ལྟ་བུའོ། །དྲག་  
པའི་ཞན་པ། བཀག ཁད། འགོས། རྩོད། གཅིག ཆོད། མཛེད། བཅུབ། འཐུས། རྒྱབ།  
འགྱུབ་སྟོགས་མང་ངོ་། ཞན་པའི་དྲག་པ། མདངས། བསམས། བརྒྱངས། བསྟོམས། བཤངས།  
བསྐྱམས། བསྐྱངས། སེམས་ལྟ་བུའོ། ཞན་པའི་ཞན་པ། བཟང་། བཀྱམ། འཆའ། ཆང་།  
དོམ། དགའ། རང་། ལམ། མདའ། ལྟ་བུ་ཤེས་པར་བྱའོ། རྒྱ་གསུམ་དྲག་པོ་ལ། བཀའ།  
བཅལ། བཅོལ། བསྟནད། སྒྱུརད། སྟུང་ལྟ་བུའོ། རྒྱ་གསུམ་ཞན་པ་ནི། གཞན། འགར། དལ།  
གཉན། བཤལ། མཇལ་སྟོགས་མང་ངོ་། གཉིས་ཀ་ཅན་ལ། འཇེརད། མནནད། བསྐྱརད།  
བསྐྱེལད། བསལད་སྟོགས་མང་ངོ་། རྒྱ་ཡིག་དང་འཕྱད་པས་དྲག་ཞན་གང་དུ་འང་མི་འགྱུར་བ།  
མཁན། འཆར། འཆལ། ཐོནད། ཆེལད་ལྟ་བུ་རྒྱ་ཆེར་ཤེས་པར་བྱའོ། གཉིས་པ་ཞར་འབྱུང་  
ཡང་འཇུག་གི་འཇུག་ཆུལ་ནི། ཡང་འཇུག་འདས་བསྐྱལ་པལ་ཆེར་ལའོ། ཞེས་པས་བསྟན་ཏེ།  
ཡང་འཇུག་གི་ཡི་གེ་ད་ས་གཉིས་ནི་དུས་གསུམ་ལས་འདས་པ་པལ་ཆེར་དང་། བྱ་བ་གཞན་ལ་  
བསྐྱལ་བའི་ཆོག་པལ་ཆེར་དང་། མིང་གཞི་རྣམས་ལ་འཇུག་དང་མི་འཇུག་གི་ཁྱད་པར་ཡོད་པས་  
དབྱེད་པར་བྱ་བའི་ཐོབ་པ་རྣམས་ལ་འཇུག་ཅེས་པའོ། །དེ་ཡང་འདས་བསྐྱལ་གཉིས་ལ་འཇུག་  
པའི་དཔེར་བཅོམ་གོང་དུ་བསྟན་ཟིན་ལ། མིང་ལ་འཇུག་པ་ནི། ཡང་དག ཡངས་པ། ཡོང་།

ངོ་། རྟོང་ས་རྩོགས་ལྟ་བུ་འོག་མ་དེ་དག་ལ་ཡང་འཇུག་མེད་ན་གོང་མ་དེ་དག་དང་འབྲུལ་ལོ། རེང་སང་ཡང་འཇུག་དུ་ཡིག་ནི་མངོན་སུམ་དུ་ཡེ་མེ་སྦྱར་གྲང་། མིང་མཐའ་སྦྱར་ཚུལ་ནམས་དང་ནམ་དབྱེ་སྦྱར་ཚུལ་ནམས་དང་དག་ཐོབ་པ་ནམས་ལ་ཡོད་པ་དང་མཚུངས་པའི་སྦྱར་བ་ཤེས་དགོས་སོ། །

གཉིས་པ་དོན་གྱི་འཇུག་ཚུལ་ལ་གཉིས། མདོར་བསྟན་པ་དང་རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། གྲང་པོ་ནི། དོན་ནི་མེ་མའི་སྦྱར་ཚུལ་དང་། ཕྱི་མའི་སྦྱར་བ་གཉིས་ཡོད་དེ། ཞེས་པའོ། གཉིས་པ་ལ་གཉིས། མེ་མ་གང་ལྟར་སྦྱར་བ་དང་། ཕྱི་མ་ཇི་ལྟར་སྦྱར་བའོ། གྲང་པོ་ནི། རྩོན་མ་རྩོན་འཇུག་གོང་བཞིན་སྦྱར། ཞེས་སོ། གཉིས་པ་ལ་གཉིས། གྲི་བས་མཚམས་སྦྱར་བ་དང་། ལན་གྱིས་རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། གྲང་པོ་ནི། ཕྱི་མ་ཇི་ལྟར་སྦྱར་ཞེ་ན། ཞེས་གྲི་བ་བྱས་ནས། གཉིས་པ་ལན་ལ་གཉིས། ལམས་མཐུན་སྦྱར་ཚུལ་དང་། རྩོན་མཐུན་སྦྱར་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་ནི། དྲག་པོ་དྲག་པོའི་མིང་མཐར་སྦྱར། འབྲིང་དང་ཞན་པའང་དེ་བཞིན་ནོ། ། ཞེས་པས་བསྟན་ཏེ། མིང་མེ་མའི་མཐའི་རྩིས་འཇུག་ས་ཡིག་དྲག་པོ་ནམས་གྱི་མཐར་མིང་ངམ་ཤད་གྱི་ཡི་གེ་དྲག་པོ་སྦྱར་བར་བྱ་ཞིང་། དེ་བཞིན་འབྲིང་པོ་ཚུ་ནི་ཚུ་ཡིག་གི་མིང་མཐར་སྦྱར་བ་དང་། ཞན་པ་མེ་ཡིག་གྲང་མའི་མིང་མཐར་མེ་མ་དེ་བཞིན་དུ་སྦྱར་བར་བྱའོ་ཞེས་སོ། གྲང་པོ་གི་དཔེར་བརྗོད་དྲག་པོ་དྲག་པོའི་མིང་མཐར་སྦྱར་བ། དཔྱིད་ཀ སྐྱེས་ཀ རྩོད་ཀ ལྷན་ཀོར། བེར་ཀ བརྩོད་པ། མཁྱེན་པ། ལྷུ་པ། གཉིས་ཀ རོད་པ། རྩུ་པ། རྩོད་པ། བཅད་པ། ཕྱིན་པ། ཐོབ་པ། རྒྱུ་པ། བསྐྱུ་པ། བརྟགས་པ། དགོངས་པ། དངོས་པོ། གཅིག་པ། ཅིག་ཅར། ཤིན་དུ། གཡས་གྱི། དེད་ཅག ཏྲག་གྲང་། ཕྱིན་དུ་སྐྱོགས་ཤིན་དུ་མང་ངོ་། འབྲིང་པོ་ཚུ་ཡིག་འབྲིང་གི་མིང་མཐར་སྦྱར་བ། ཤར་ལ། སེར་ལ། གཏེར་ལ། རྩོན་ལ། དབྱར་ལ། དགུན་ལ། ཐལ་ལ། རྒྱལ་ལ། གསོལ་ལ། ལྷུར་པོ། རྒྱལ་པོ་སྐྱོགས་མང་ངོ་། ཞན་པ་ཞན་པའི་མིང་མཐར་སྦྱར་བ། བཀའ་བ། བྱང་བ། རྩིང་ག ལྷང་ག། ལྷང་མ། དང་མ། གསུམ་ག ལྷ་བ། སྐ་བ། དཔའ་བོ། དགའ་བོ། གཏའ་མ། ཡོ་ག ཉ་ག སྒོ་ག བྱི་ག། ལྷ་ག། དག་པོ། འབུམ་གྱི། དགའ་ཡང་སྐྱོགས་ཤིན་དུ་མང་ངོ་། ལྷངས་ཀར་རྒྱ་གར་སྐྱོགས་གྲང་དཀར་པོའི་མིང་ཡིན་མོད་གྲང་། མིང་མཐའ་འདྲན་ཚུལ་གྱིས་དེ་ལྟར་མཛད་དོ། །

གཉིས་པ་ནི། རང་རང་མི་མཐའི་སྐྱ་མཐུན་པའི། རྣམ་དབྱེ་ཕྱད་སོགས་སྦྱར་བ་འོ། ཞེས་  
པས་བསྟན་ཏེ། རང་རང་མིང་མཐའ་དེ་དག་གི་ཁམས་མཐུན་པའམ་སྐྱ་མཐུན་པ་སྟེ་བཅོད་པ་  
བདེ་བའི་ཆོག་དང་རྣམ་དབྱེ་ཕྱད་སོགས་སྦྱར་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སོ། གྲེ་ཡང་པལ་ཆེར་བཅོད་བདེ་  
བ་དང་ཁམས་མཐུན་པ་གཉིས་འགྲིག་མོད་ཀྱང་། དམིགས་བསལ་གྱི་དཔེར་བཅོད་ནི་གོང་  
གསལ་གྱི་མིང་མཐའ་མི་མཐུན་པ་ཡང་མང་སྟེ། མེ་ཡིག་གི་མཐར་ས་ཡིག་སྦྱར་བ་དམ་པ། ཀླང་  
བདེ། གླུ་པ། རམ་པ། ལྷུ་པ། ལུས་པ་སོགས་མང་ངོ་། ཡང་ཞན་པ་དྲག་པོའི་མཐར་སྦྱར་  
བ་ཡང་འགའ་རེ་སྟེ། ལྷུ་མ། ལྷ་མོ། ལྷག་མ། བཙས་མ་སོགས་ལྷ་བྱ་སྟེ། དེ་དག་བཅོད་པ་  
བདེ་ཞིང་སྐྱ་མཐུན་པའི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ནོ། གཞན་ཡང་རྣམ་དབྱེ་ཕྱད་སོགས་པལ་ཆེར་  
སྐྱ་མཐུན་ལས་ཁམས་མཐུན་པ་མང་ཞིང་། (ལྷག་པ་ལྷ་བྱ་ནི་ཁམས་མཐུན་ཡིན་ལ། ལྷག་མ་ལྷ་བྱ་ནི་སྦྱོའི་  
ཐད་ནས་བཅོད་བདེ་ཙམ་དང་། ལྷག་པ་ལྷ་བྱ་ནི་སྐྱ་མཐུན་ཡིན་ཅིང་། བཟང་ངོ་ལྷ་བྱ་ནི་ཁམས་དང་སྐྱ་གཉི་ག་  
མཐུན་པའོ། འདི་ལ་མུ་བཞི་བཞག་ཆོག་སྟེ། ཁམས་མཐུན་ཡིན་ལ་སྐྱ་མཐུན་མིན་པ་ལྷག་པ་ལྷ་བྱ་དང་། ཁམས་  
སྐྱ་གཉི་ག་མི་མཐུན་ནའང་བཅོད་བདེ་ཙམ་ནི་ལྷག་མ་ལྷ་བྱ་དང་། ཁམས་མཐུན་མིན་ཡང་སྐྱ་མཐུན་ཡིན་པ་ནི་ལྷག་  
པ་ལྷ་བྱ་དང་། ཁམས་སྐྱ་གཉི་ག་མཐུན་པ་ནི་བཟང་ངོ་ལྷ་བྱ་ཡིན་པས་སོ། སྤྲིག་པ་པོའི་མཆན།) འགའ་ཞིག་  
སྐྱ་མཐུན་གཙོ་བོར་བྱས་པ་ཡིན་པས། དེ་དག་གི་མིང་མཐར་སྦྱར་ཚུལ་དང་། རྣམ་དབྱེའི་རྒྱུ་  
རྣམས་འོག་ཏུ་ལེའུ་གསུམ་པར་འཆད་པར་འགྱུར་བས་ན། འདིར་དཔེར་བཅོད་མི་དགོས་སོ། །

གཉིས་པ་དེ་དག་གི་དགོས་པ་བཤད་པ་ལ་གཉིས། དགོས་པ་ལྷགས་འབྱུང་དུ་བཤད་པ་  
དང་། ལྷགས་ཐོག་ཏུ་བཤད་པའོ། གང་པོ་ནི། དེ་དག་དགོས་པ་བསྟན་པ་ནི། ཡི་གེ་གཅིག་  
གམ་དུ་མ་འཛོགས། གྲེ་ལས་མིང་ཕྱང་མིང་ལས་ཆོག་ ཆོག་གིས་ལྷགས་གཉིས་རྣམ་བཞག་གི།  
དོན་རྣམས་མ་ལུས་སྟོན་པར་བྱེད། ཅེས་པས་བསྟན་ཏེ། ཡི་གེའི་སྦྱར་བ་དེ་དག་གི་དགོས་པ་  
བསྟན་པ་ནི། ཡི་གེ་གཅིག་གམ་འོན་ཏེ་དུ་མར་ཆོགས་པ་ལས་མིང་འབྱུང་སྟེ། ཀ་བ། ལུས་པ།  
སངས་རྒྱལ། སེམས་ཅན་ལྷ་བྱ་དང་། མིང་གཉིས་སམ་དུ་མ་འཛོགས་པ། འདུས་བྱས་མི་རྟག་  
ཟག་བཙས་སྒྲག་བཟལ། ཐུང་འདས་ཞི་བ། བོན་ཀུན་སྟོང་ཞིང་བདག་མེད་སོགས་འབྱུང་ལ།  
ཆོག་གིས་མི་ཐབས་པའི་ལྷགས་དང་། ལྷ་ཐབས་པའི་ལྷགས་ཀྱི་རྣམ་བཞག་ལ་མཁས་པར་འགྱུར་  
ཏེ། དེ་དག་གི་དོན་རྣམས་མ་ལུས་སྟོན་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་པའོ། གཉིས་པ་ལ་



གཉིས། སྒྱུར་ཡིག་གཏེ་དགོས་པ་ལྷགས་ཐོག་ཏུ་བཤད་པ་དང་། ཉིང་དགོས་རྒྱུ་ལྷག་གི་  
 དགོས་པ་ལྷགས་ཐོག་ཏུ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། སྒྱུར་ན་ཡི་གེ་མེད་པ་ན། མིང་ཆོག་མེད་ཕྱིར་  
 དོན་བརྗོད་མེད། ཁྱེད་པས་བསྟན་ཏེ། སྒྱུར་ཡི་གེ་དང་ཡི་གེའི་སྒྱུར་བ་མེད་པ་ན། མིང་དང་  
 ཆོག་མ་གྲུབ་ཅིང་མེད་དོ། །རྒྱ་མཚན་དེའི་ཕྱིར་དོན་བརྗོད་པའི་དག་ཆོག་རྣམས་བྱང་རྒྱལ་དུ་སྒྱུ་  
 བ་ལས་ཐབས་གཞན་མེད་དོ་ཞེས་པའོ། །གཉིས་པ་ནི། བྱད་པར་མེ་ཡིག་མེད་པ་ན། །འབྲུག་པ་  
 མེད་ཕྱིར་སྒྲོན་འབྲུག་མེད། སྒྲོན་འབྲུག་དང་ནི་བརྟེན་པ་འདོགས་དང་། །དབྱངས་རྣམས་ཡོད་  
 དམ་མེད་པའང་རུང་། རྒྱུ་མེད་ལྷག་གང་རུང་ཞིག་མེད་ན། ཡིག་སྒྱུར་མི་རྣམས་དེ་ཡི་ཕྱིར། བྱུང་  
 མཐའ་ཀུན་ལ་འབྲུག་མི་རྣམས། །དག་སྒྱུར་གསལ་བྱེད་མེད་པར་འགྱུར། ཞེས་པས་བསྟན་ཏེ། ཡི་  
 གེ་དེ་རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས་ཀྱང་མེ་ཡིག་རྣམས་གསལ་མེད་པ་ན། རྒྱུ་མེད་ལྷག་པའི་ཡི་གེ་བརྟེན་མེད།  
 རྒྱུ་མེད་ལྷག་མེད་ཕྱིར་སྒྲོན་འབྲུག་གང་མེད་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་མེ་ཡིག་གཅེས་པའོ། ཡིག་སྒྱུར་  
 ཀུན་ལ་སྒྲོན་འབྲུག་དང་། བརྟེན་པ་དང་། འདོགས་ཅན་དང་། ཨ་མེན་པའི་དབྱངས་རྣམས་  
 ཡོད་དམ་མེད་པའང་རུང་ལ། རྒྱུ་མེད་ལྷག་བརྟེན་པས་གང་རུང་ཞིག་མེད་ན། ཡི་གེའི་སྒྱུར་བ་མི་  
 རྣམས་སོ། །དེ་ཕྱིར་གྲུབ་མཐའ་ཀུན་ལ་འབྲུག་པར་མི་རྣམས་ཤིང་། དག་ཆོག་སྒྱུར་ཚུལ་གྱི་གསལ་  
 བྱེད་མེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་པའོ། །དེ་ཡང་སྒྲོན་འབྲུག་དང་། བརྟེན་པ་འདོགས་དང་། དབྱངས་  
 རྣམས་ཡོད་མེད་ཅི་རིགས་ཏེ་དཔེར་ན། བཀའ་གང་། ཏྲ། ལྷ། མི་སྐྱེས་རྟོགས་སྒྲོལ། རྒྱུ་  
 འབྲུག་གང་རུང་དང་མི་ལྷན་པའི་མིང་ཆོག་གང་ཡང་མི་སྲིད་དེ། དཔེར་ན། གྲུབ་མཐའ་ཀུན་  
 དང་ཐའ་མལ་བའ་ཉྩ་བུ་དང་། དེའ་ལའ་ནིའ་ཞེས་སྐྱེས་ཡིན་མོད་ཀྱང་། དེང་སང་ཡིག་ཆོགས་  
 རྒྱུང་བའི་ཕྱིར་འ་མཐའ་པལ་ཆེར་དོན་ལ་ཐོབ་པ་གཞིར་བཅས། དེ་ལ་ནི་ཉྩ་བུའི་འ་མཐའ་ཕྱིས་  
 པར་མཛད་དོ། །ཡང་དགའ་ཉྩ་བུ་ལ་འ་མཐའ་མེད་ན་དག་ཅེས་པ་དང་འབྲུལ་པ་བསལ་ཕྱིར་  
 བཞག་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཕྱིར་རྣམ་དབྱེ་ཕྱད་སྐྱེས་གང་སྒྱུར་འ་མཐའ་ཡོད་མེད་རྒྱུ་ཡང་ཡོད་པ་  
 དང་མཐུན་པའི་སྒྱུར་བ་མཛད་དགོས་སོ། །དེ་དང་མཐུན་པར་ཡིད་དམ། ཡིད་དུགས། སྒྲོང་ང་།  
 སྒྲོང་ང་། ཡིག་གེ་ ལྷག་གུ་སྐྱེས་ཀྱི་མཐའ་རྟོན་གྱང་ཆོག་གི་བརྗོད་པར་པ་རོལ་ཏུ་རྒྱུ་འབྲུག་  
 ཡོད་པའི་རྣམས་པས་དོན་གྲུབ་ཕྱིར། བྱད་པར་མེད་པར་གཞིགས་ནས་ཡི་གེ་ཐོར་ཡང་ཕྱིར་དེ་དག་  
 གི་མཐའ་རྟོན་ཕྱིས་ནས། ཡི་དམ། ཡི་དུགས། སྒྲོང་ང་། སྒྲོང་ང་། ཡི་གེ་ ལྷག་གུ་སྐྱེས་སྒྱུར་རོ། །

ཡང་ཁྱུང་སྒོང་སོགས་ནི་དེ་བས་ཀྱང་ཐོར་ཡང་བ་མཛད་ནས། ང་ཡིག་ཡར་སྐྱར་ཏེ་བསྐྱས་པའོ། །  
དེས་མཚན་ཡི་གེ་ཉུང་ཏུ་བཏང་བ་དང་། ཟུར་ཆག་པ་མང་དུ་ཡོད་པས་རྒྱས་པ་གསུང་རབ་ལ་  
གཟིགས་ཤིག། ཁྱེད་བཅས་སྒོང་པའི་བསྐྱར་བཅས་ཉི་ཤུ་བདུན་པ་ལས་ཡི་གེའི་སྐྱར་བ་བཤད་པ་སྟེ་  
ལེའུ་གཉིས་པའི་འགྲེལ་བ་རྒྱུགས་སོ། །

སྐྱས་པ།      བདག་འདྲའི་སྒོ་ལོངས་མཚན་ཐུན་བསྟེན་པ་རྣམས། །  
                 རོར་འཁྱུལ་ལོག་པའི་ལམ་ལ་འབྱུང་བ་ན། །  
                 བདག་གི་ལེགས་བཤད་ཟླ་སྤང་འདི་སྟེན་དང་། །  
                 མ་རོར་རིག་ལམ་དང་པོའི་ཕྱགས་སུ་འཇུག། །

                 ཡིག་ཐེབས་སྐྱ་གཟུགས་སྐྱན་ཅན་མཛོས་པར་བསྐྱར། །  
                 འགྲེལ་བཤད་ཚན་གྱིས་ཀྱན་ལ་ཁྱབ་པར་འབྱེད། །  
                 དཔེར་བརྗོད་མདངས་འབྱེན་བཅས་སྒོང་ཉེན་བཟང་འདི། །  
                 རང་གཞན་སྒོ་གོས་བྱིན་ཆུབས་འཇུག་ཕྱིར་ཡིན། །

                 གཞུང་ལྷགས་རྟོགས་དཀའ་གཏེར་སྒོ་འབྱེད་འདོད་ལ། །  
                 རིག་པའི་རྣམ་དཔྱོད་གཟོང་རྣེན་ལེགས་ཐོགས་ནས། །  
                 དཀའ་གནས་གོར་མའི་བྱ་ག་བསལ་བྱས་པས། །  
                 གཞུང་དོན་ཡིད་བཞིན་རོར་ལ་ཅི་དགར་སྒྱུད། །

                 ཅེས་བྱ་བ་འདི་ནི་བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའོ། །

༼ལུ་གསུམ་པའི་འགྲེལ་བ།༽  
རྣམ་དབྱེ་ཕྱད་གྱི་སྒྱུར་བ་བཤད་པ།

བོན་གྱི་བདུད་ཅི་རབ་སྒྲོམ་ཁྱེན་པའི་ཆ།  
ཡོངས་སུ་གང་བས་སྒྲིག་པ་ལྟར་འཛིན་ཁྱེན།  
གསལ་བའི་སྒྲ་བ་ཤ་རི་དབུ་ཆེན་ཞེས།  
ལོ་པ་ཆ་སྒྲ་བའི་དབང་པོས་བདག་སྒྲིངས་ཤིག།

གསུམ་པ་རྣམ་དབྱེ་ཕྱད་གྱི་སྒྱུར་བ་བཤད་པ་ལ་གསུམ། མདོར་བཟུང་ཏེ་དམ་བཅའ་བ་  
དང་། སོ་སོའི་དོན་རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། དེ་ནས་གོང་འོག་མཆམས་སྒྱུར་གྱི།  
རྣམ་དབྱེ་ཕྱད་རྣམས་རིམ་པས་བཤད། །ཅེས་པས་བཟུང་ཏེ། དེ་ནས་ཞེས་མཆམས་སྒྱུར་ནས།  
གོང་འོག་མཆམས་སྒྱུར་གྱི་རྣམ་དབྱེ་དང་ཕྱད་རྣམས་རིམ་པས་བཤད་པར་བྱའོ་ཞེས་པའོ། །གཉིས་  
པ་ལ་གཉིས། རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་བཤད་པ་དང་། གཞན་རྣམས་བཤད་པའོ། །

དང་པོ་ནི། ཡི་གེ་རྒྱང་བ་འཕུལ་རྟེན་དང་། །བརྟེན་པ་འདོགས་གང་དགོས་སྒྱུར་བ་ཡིས། །  
རང་རང་གི་ནི་མིང་གྲུབ་སྟེ། །དོན་གྱི་དོ་བོ་སྟོན་པར་འགྱུར། །ཞེས་པས་བཟུང་ཏེ། ཡི་གེ་རྣམས་  
རྒྱང་པ་དང་། འཕུལ་ཅན་དང་། མཐའ་རྟེན་དང་། །བརྟེན་པ་དང་། འདོགས་ཅན་གང་ལ་  
གང་དགོས་ལྷགས་བཞིན་སྒྱུར་བས། །རང་རང་གི་མིང་། འབྲུག་ རྒྱང་། སེང་གེ་ སེམས་ཅན།  
མི། ཤིང་། ས། རྒྱ། མེ། རྒྱང་སོགས་གྲུབ་སྟེ། །དེ་ནི་རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་མིང་ཅམ་བཅོད་པ་ཞེས་  
བྱ་སྟེ། དོན་གྱི་དོ་བོ་སྟོན་པར་འགྱུར་ལོ། །ཞེས་པའོ། །

གཉིས་པ་ལ་གཉིས། མདོར་བཟུང་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། དེ་ལས་  
པ་རོལ་རྣམ་དབྱེ་སྟེ། །ཞེས་པས་བཟུང་ཏེ། དེ་དག་ལས་པ་རོལ་ལམ་བྱི་རོལ་ཏུ་གནས་ཤིང་  
མཆམས་སྒྱུར་བ་རྣམས་ནི། རྣམ་དབྱེ་དང་ཕྱད་དོ་ཞེས་སོ། །འདིའི་སྟེ་ནི་སྟག་བཅས་སོ། །གཉིས་

པ་ལ་གཉིས། རྩེ་འཕྲུག་ལ་སྟོས་པའི་རྣམ་དབྱེ་ཕྱད་བཅས་དང་། རྩེ་འཕྲུག་ལ་མ་སྟོས་པའི་  
ཕྱད་རང་དབང་ཅན་ནོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། དབྱངས་སོ་སོར་བྱེ་ནས་བཤད་པ་དང་། ཅི་རིགས་  
པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་ལ། ཞི་ལྷན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་ཕྱད་བཅས་དང་། ལྷ་ལྷན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་  
ཕྱད་བཅས་དང་། ཞི་ལྷན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་ཕྱད་དང་། ཞི་ལྷན་གྱི་ཕྱད་དང་། ལྷ་ལྷན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་  
ཕྱད་བཅས་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། འབྲེལ་སྦྲུང་བྱེད་པའི་སྦྲུང་བཤད་པའོ། །

དང་པོ་ནི། རྩེ་འཕྲུག་གསུམ་ལྔ་བརྩ་མཐར་ཀྱ། དང་པོ་གཉིས་ལ་དང་པོ་དངོས། །  
བཞི་དྲུག་བརྒྱད་དགུ་རྣམས་ལ་གྱ། བདུན་པར་ཡ་འམ་བདུན་པ་སྟེ། དེ་རྣམས་ཞི་སྦྱར་རྒྱུ་  
གཉིས་དང་། རྣམ་དབྱེ་དྲུག་པ་འབྲེལ་བའི་ས། ཁྱེས་པས་བསྟན་ཏེ། རྩེ་འཕྲུག་བརྩ་ལས་  
གསུམ་པ་ད་དང་། ལྔ་བ་བ་དང་། བརྩ་བ་ས་ཡིག་སྟེ་ད་བ་ས་གསུམ་པོ་དེའི་མཐར་ཀྱ་སྦྱོར་བ་  
དང་། དང་པོ་གང་གཉིས་ལ་དང་པོ་གང་དངོས་སྦྱོར་བ་དང་། བཞི་བ་ན་དང་། དྲུག་པ་མ་དང་།  
བརྒྱད་པ་ར་དང་། དགུ་བ་ལ་ཡིག་ལ་གྱ་སྦྱོར་བ་དང་། བདུན་པ་འ་ལ་ཆོགས་བཅད་ཀྱི་དབང་  
དུ་བྱས་ནས་ཆོག་རྒྱུ་ལ་ཁ་སྟོང་དགོས་ཆེ་ཡ་དང་། གཞན་བདུན་པ་འ་སྦྱོར་བ་སྟེ། དེ་རྣམས་སོ་  
སོར་ཞི་སྟེ་གི་གྱ་སྦྱར་བས་ཀྱི་གི་གྱི་ཡི་འི་རྣམས་སུ་གྱུ་བ་པ་དེ་དག་མཐུན་དང་མི་མཐུན་སྟོན་པའི་  
ཆོག་རྒྱུ་གཉིས་དང་། རྣམ་དབྱེ་དྲུག་པ་ཁྱེས་རྟེན་དང་བརྟེན་པ་འམ། ཡན་ལག་དང་ཡན་ལག་  
ཅན་སོགས་ཕན་ཚུན་འབྲེལ་བའི་ས་ཁྱེས་བྱའོ་ཁྱེས་སོ། །

དེ་ཡང་དཔེར་ན། མཐུན་པའི་ཆོག་རྒྱུ་ལ། འབྲེལ་གྱི་བཞེས་སུ་གསོལ། བཤད་ཀྱི་ཉོན་  
ཉ་བྱ་དང་། ཁྱི་མཐུན་པའི་ཆོག་རྒྱུ་། དེ་ཉར་ཡིན་གྱི་འོན་ཀྱང་། ཁྱོད་ཀྱིས་རུས་ཀྱི་གཞན་དག་  
གིས་མི་རུས། རོར་བྱ་ལས་འདོད་པ་འབྱུང་གི་གཞན་ལས་ག་ལ་འབྱུང་ཉ་བྱའོ། །འབྲེལ་སྦྲུང་དངོས་  
ནི། བདག་གི་ཞོར། གང་གི་དཔལ། སྐབས་ཀྱི་དོན། གཞན་གྱི་དྲིན། འཕྲུག་པའི་ཚུལ། དེ་ཡི་  
ཕྱོགས་སོགས་(དེ་ཡང་གསེར་གྱི་རི། རུང་གི་མདོག་ཉ་བྱ་བདག་གཅིག་འབྲེལ་ཁྱེས་ཏེ་གསེར་ཡང་རི་ཡི་རང་བཞིན་  
ལ་རི་ཡང་གསེར་གྱི་རང་བཞིན་དུ་གཅིག་པ་དང་། རུང་ཡང་དཀར་པོ་ལ་དཀར་པོ་ཡང་རུང་གི་རང་བཞིན་ཡིན་  
པས་སོ། །ཁེ་ཡི་དུ་བ། རྒྱ་མཚོའི་རྒྱུ་པ་ཉ་བྱ་དེ་བྱུང་འབྲེལ་ཁྱེས་ཏེ་འབྱུང་གནས་མེད་རྒྱ་མཚོ་ལས་དུ་བ་དང་  
རྒྱུ་པ་བྱུང་བས་སོ།)རྒྱ་ཆེར་མཚོན་ནས་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་ནི། དེ་མཐའ་རྣམས་སུ་བརྩ་བ་བྱིན། རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པ་བྱེད་པོ་སྟེ། སྐབས་

འགར་རྒྱ་མཚན་ཡང་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པས་བསྟན་ཏེ། འབེལ་སྒྲ་དེ་དག་གི་རྣམ་དབྱེད་ཀྱི་ཐ་ཇ་  
 བོད་མཐའ་རྣམས་སུ་རྒྱུ་འབྱུང་བ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ཡིག་སོ་སོར་བྱེད་པས། གྱིས་གིས་གྱིས་ཡིས་འིས་ཞེས་  
 གྲུབ་པ་དེ་རྣམས་མིང་མཐར་ཐུག་མ་ལྟར་སྒྱུར་བ་ན། རྣམ་དབྱེད་གསུམ་པ་ཞེས་བྱེད་པོས་བྱ་བ་ལ་  
 སྒྱུར་བ་སྟོན་པའི་ས་ཤིག་། སྐབས་འགའ་ཙམ་རྒྱ་མཚན་ཡང་ཡིན་ནོ་ཞེས་པའོ། །དེ་དག་དཔེར་  
 བརྗེད་ན། རྒྱགས་གྱིས་སྟོལ། བདག་གིས་བསྐྱབས། ཟེལ་གྱིས་གཞོན། གྱི་ཡིས་བཅད་(ལྟ་བུ་བྱེད་  
 བ་པོ་ལ་གཙོ་བོ་ལ་གཉིས་ཡོད་པའི་གཙོ་བོ་ནི་ཤིང་མཐར་དང་། སེལ་བ་ནི་གྱི་སྟོན་གྱི་ཡིས་གཙོ་བོ་གྱི་ནི་རང་དབང་  
 ཅན་མ་ཡིན་ཏེ་ཤིང་མཐར་ལ་སྟོན་པ་དང་། ཤིང་མཐར་ནི་གྱི་ལ་མ་སྟོན་པར་རང་དབང་ཅན་ཡིན་པས་སོ་སྟོན་བྱ་  
 སྟོན་གོ་སྟོན་འོ། །དེའི་མཚན་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཐོབ་ཐང་ཡོད་ཀྱང་དེང་སང་འ་མཐའ་པལ་ཆེར་བསྐྱས་  
 པ་བཞིན་འི་ཡིག་བྱིས་ནས་དེས་མཚན་ལྟ་བུ་སྒྱུར་བར་མཛད་དོ། །རྒྱ་མཚན་ལ། བསྐྱར་དུ་བདུབ་  
 གྱིས་སྒྱུར་དེ་ཅིག་ ལྟ་བུ། (དེ་ཡང་ཟབ་གྱིས་མི་དཔོག་ལྟ་བུ་རྒྱ་མཚན་དངོས་བསྟན་ཞེས་ཏེ་མི་དཔོག་པའི་རྒྱ་  
 མཚན་ཟབ་པ་དངོས་སུ་བསྟན་པས་སོ། །དཔག་གིས་མི་དཔོག་ལྟ་བུ་རྒྱ་མཚན་ལྟ་བུ་བསྟན་ཞེས་ཏེ་ཟབ་པའི་ལྟ་བུ་  
 གྱིས་མི་དཔོག་པ་ཡིན་ཀྱང་ཟབ་པ་དངོས་སུ་མ་བསྟན་པས་སོ། །ཤེས་པར་བྱ། ལྷན་གྱིས་ལྟ་བུ་ནི། བཀྲིས།  
 བཀྲི། བཀྲི། གྱིས་རྣམས་རིམ་པས་འདས་པ་ད་ལྟ་བ་མ་འོངས་པ་བསྐྱལ་ཆོག་སྒྱུར་བ་ཡིན་ཞིང་།  
 རྣམ་དབྱེད་གསུམ་པའི་དོན་མ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ནི། རྒྱུ་འབྱུང་གི་ལྟ་བུ་ལས། བསྐྱར་བའི་པ་རོལ་བསྐྱར་བ་དང་། བདུན་  
 པ་ལ་ནི་བརྒྱད་པ་སྒྱུར། གཉིས་གསུམ་བཞི་རྒྱག་བརྒྱད་དགུར་ད། དྲག་ཅན་རྣམས་ལ་ཏ་ཡང་  
 རྟོ། །དེ་རྣམས་ལྟ་ཡིག་སོ་སོར་སྒྱུར། བརྒྱད་པ་བཞི་བ་དགུ་པ་གསུམ། རྒྱུ་འབྱུང་བཞི་བ་དང་།  
 བདུན་པོ་དེ། གཉིས་པ་ལས་དང་བཞི་བ་ཆེད། བདུན་པ་གནས་གཞི་དེ་ཉིད་དང་། ཆོ་སྐབས་  
 ཐ་སྟོན་ལར་མཐུན། ཞེས་པས་བསྟན་ཏེ། རྒྱུ་འབྱུང་གི་ཡི་གེ་བསྐྱར་བོ་ཉིད་ལས། བསྐྱར་བ་ས་  
 ཡིག་གི་མཐར་བསྐྱར་བ་ས་དང་། བདུན་པ་འ་ཡིག་ལ་ནི་བརྒྱད་པ་ར་ཉིད་དང་། གཉིས་པ་ང་  
 དང་། གསུམ་པ་ད་དང་། བཞི་བ་ན་དང་། དྲག་པ་མ་དང་། བརྒྱད་པ་ར་དང་། དགུ་པ་ལ་  
 ཡིག་དང་རྒྱག་གི་མཐར་ད་སྒྱུར་བ་དང་། ད་དྲག་དང་ག་བ་ཅན་གྱི་མཐའ་རྣམས་སུ་ཏ་ཡང་  
 སྒྱུར་བ་སྟོ། །ཡང་སྐབས་ད་དྲག་མེད་པ་རྣམས་ལ་དུ་འབྱུང་བ་བསྐྱས་པའོ། །དེ་རྣམས་ལྟ་ཡིག་སོ་  
 སོར་སྒྱུར་བས་སུ་ཏ་དུ་ཏ་ཞེས་གྲུབ་པ་དང་། བདུན་པ་འ་ཡིག་གི་མཐའ་ཏ་ཏ་ཙམ་དུ་མ་ཟད་

བརྒྱད་པ་ར་ཡིག་རྒྱུད་པར་ཆོག་བར་གཅིག་ཏུ་སྦྱར་བ་དང་། བཞི་བ་ན་དང་། དགུ་བ་ལ་གཉིས་  
དང་བཅས་གསུམ་པོ་ལྷན་སྦྱར་བར་རྒྱུད་པར་བཞག་པ་དང་བཅས་ཉི་ལྔ་རྩ་དྲུ་ན་ར་ལའི་རྒྱུན་  
བདུན་པོ་དེ་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་ལས་སུ་བྱ་བ་དང་། རྣམ་དབྱེ་བཞི་བ་དགོས་ཆེད་དང་། རྣམ་  
དབྱེ་བདུན་པ་གནས་གཞི་དང་། བདེན་པའི་ངོ་བོར་སྟོན་པའི་དེ་ཉིད་དང་། ཏུས་བརྗོད་པའི་ཆོ་  
སྒྲུབས་དང་ལྷ་ལ་འཇུག་སྟེ་ཕལ་ཆེར་ན་ལ་གཉིས་ཀྱི་འཇུག་པ་དང་མཐུན་ནོ་ཞེས་པའོ། །

དེ་ཡང་བྱ་བའི་ངོ་བོ་འཇུག་ལྷ་ལ་གཙོ་བོར་སྟོན་པའི་ལས་སུ་བྱ་བ་བྱེད་པ་པོས་བྱ་བ་གང་ལ་བྱེད་  
པའི་དོན་ཅན་དུ་སྦྱར་བ)ལ་འཇུག་པ་ནི། གངས་སུ་བསྟེ། རྩོམ་རྩ་འཁྲུག་ ཡུལ་དུ་འགྲོ། རྒྱབ་ཏུ་  
བོར། ས་རོལ་དུ་བྱིན། མཐར་བཀར། བྱིས་ན་འཇུག་ གཟུགས་ལ་བརྟེན་ཏུ་སྦྱར་སྟེ། (དེ་ཡང་  
གངས་དོར་ཡུལ་རྒྱབ་ས་རོལ་མཐར་བྱིས་ལ་སོགས་བྱ་བའི་ཡུལ་ཡིན་ལ། བསྟེ་འཁྲུག་འགྲོ་བོར་སོགས་བྱ་བའི་ལས་  
ཡིན་བས་ན་བྱ་ལས་ཞེས་བྱ་ཞིང་། སུ་རྩ་དྲུ་སོགས་ནི་ཡུལ་དང་བྱ་བ་མཚམས་སྦྱར་གྱི་རྒྱུན་ཡིན་ནོ།) དེ་དག་  
ལས་གངས་ན་བསྟེ་སྦྱར་ན་ཡིག་སྦྱར་དུ་མི་རུང་བ་དང་། སྦྱབས་སུ་མཆི་སོགས་ལ་སྦྱབས་ལ་སྦྱ་  
བྱ་ལ་སྦྱར་དུ་མི་རུང་བ་དང་། དེས་མཚན་ནས་ན་ལ་གཉིས་སྦྱར་དུ་མི་རུང་བ་ཡང་འགའ་ཡོད་  
ཅིང་། ཕལ་ཆེར་ལ་སྦྱར་དུ་རུང་བ་སྟེ། དཔེར་ན། རྩོམ་རྩ་འཁྲུག་ ཡུལ་ན་འགྲོ། རྒྱབ་ན་བོར།  
ས་རོལ་ན་བྱིན། མཐར་ན་བཀར་སོགས་སྦྱར་བའོ། །ལ་ཡིག་དེ་དག་ལ་སྦྱར་བ། གངས་ལ་བསྟེ། རྩོ་  
ར་ལ་འཁྲུག་ ཡུལ་ལ་འགྲོ། རྒྱབ་ལ་བོར། ས་རོལ་དུ་ཡིན། མཐར་ལ་བཀར། བྱིས་ལ་འཇུག་སྟེ་  
བའོ། །སྦྱབས་སུ་མཆིའོ། །མཛད་དུ་གསོལ་སོགས་ཀྱང་ལས་སུ་བྱ་བ་ཡིན་ཞིང་། ཏུ་ཡིག་ནི་དག་  
པོ་དྲག་པོའི་མིང་མཐར་སྦྱར་བའི་ལུགས་ཡིན་ཏེ། དེ་བཞིན་ཨི་ལུན་གྱི་ཀྱི་ཀྱིས་གཉིས་དང་། འཆད་  
འགྱུར་ཨོ་ལུན་གྱི་རྩོ་ཡིག་དང་། རྒྱན་སྦྱང་གྱི་ཀྱང་སོགས་ཀྱང་མིང་མཐར་སྦྱར་བའི་ལུགས་སུ་  
མཛད་པའོ། །

བྱ་བ་གང་ཞིག་ཡུལ་དེའམ་དེ་དང་འབྲེལ་བ་གཞན་གྱི་དགོས་པ་གཙོ་བོར་བརྟོན་པའི་རྣམ་  
དབྱེ་(དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་ལ་ཕན་འདོགས་པར་འགྱུར་བའི་དོན་ཅན་དུ་སྦྱར་བ)བཞི་བ་ཆེད་དུ་བྱ་བ་ལ་  
འཇུག་པ་ནི། འཆི་གསོས་སུ་བདུད་ཅི་ནོད། དགེ་བ་རྩ་སྟོན་པ་བསྟུང་། རྒྱན་དུ་གསེར་དཔུལ་  
བརྒྱུད། ཐར་པ་བསྐྱབ་ཏུ་རེམ། སྤང་བོར་བྱིན་པ་གཏོང་། དམུལ་ཁམས་ན་བསྟེ་བས་གཟིགས།  
ཁ་ཟས་ལ་མེ་འབྱུང་སྦྱར་སྟེ། (དེ་ཡང་བདུད་ཅི་ནོད། སྟོན་པ་སྟུང་། གསེར་དཔུལ་བརྒྱུད་སོགས་བྱ་ལས་དེ་

དག་ཅི་ཕྱིར་བྱས་ན། འཆི་བ་གསོ་བ་དང་། དགེ་བ་དང་། རྒྱལ་མོགས་དགོས་པས་སོ།) དེ་རྒྱམས་ལ་ལ་ཡིག་  
སྒྱུར་དུ་རུང་ཞིང་ན་ཡིག་མི་འཐད་པ་ཉ་བྱ་དང་། ཡང་དེའི་ཆེད་དུ། ཆེད་ལ། སྤང་དུ། འོན་དུ།  
ཕྱིར་དུ་ཉ་བྱ་ནི་དགོས་པ་གསལ་བྱེད་གྱི་སྒྲ་ཉི། དེ་རྒྱམས་ནི་ཆེད་གྱི་དོན་ཡིན་པ་སྒྲིམ་ཅི་ལ་དགོས།  
གསལ་བྱེད་གྱི་སྒྲ་དང་མི་ལྡན་ཀྱང་། འཆི་གསོས་གྱི་ཆེད་དུ་བདུད་ཅི་ནོད་ཉ་བྱ་ཀྱན་ལ་ཤེས།

ལས་སུ་བྱ་བ་རྒྱམས་ལ་འང་དགོས་ཆེད་མེད་པ་ལ་བྱ་བ་མི་བྱེད་ཀྱང་། དགོས་པ་དེ་དངོས་  
སུ་མི་གསལ་བས་ན་ལས་སུ་བྱ་བ་དང་། དགོས་པ་གཙོ་བོར་གསལ་ན་ཆེད་དུ་བྱ་བའོ། ཁྲ་ཞིག་  
གང་ལ་བརྟེན་པ་འཇམ་ཡོད་པའི་དོན་ཅན་རྒྱམས་ལ་བདུན་པ་རྟེན་གནས་ལ་འཇུག་པ་ནི། རང་  
གནས་སུ་ཟས་འོར་འཛོམ། དབེན་ས་རྩ་གྲུབ་ཐོབ་བཞུགས། བྱིས་དུ་བཟའ་ཚང་ཡོད། ས་ཞག་ཏུ་  
ཚུ་བོ་འབྱུང། ར་བར་བྱུགས་མང་། ཞང་ཁྱུང་ན་བོན་དར། མཁའ་ལ་གཟའ་སྐར་བཟ། ཉ་བྱ་དེ་  
རྒྱམས་པ་ལ་ཆེར་ན་ལ་གཉིས་ཀ་སྒྱུར་དུ་རུང་ངོ་། །

བདེན་པའི་ངོ་བོ་འཇམ་བཞེད་བྱའི་དངོས་པོ་སྟོན་པའི་དེ་ཉིད་ལ་འཇུག་པ་ནི། (ཡུལ་གང་ཞིག་  
བྱེད་པའི་ཆོ་ལས་དང་བྱ་བ་ངོ་བོ་གཅིག་པའི་དོན་ཅན་དུ་སྒྱུར་བ་རྒྱལ་དབྱེ་གཉིས་པའི་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཞེད།) དཔངས་  
སུ་མཐོ། རྩ་འབྲུག་ འོད་དུ་འབར། མཆོག་ཏུ་འབྱུར། ཀྱན་དུ་ཁྱབ། དངོས་པོར་གྲུབ། སྒྲ་  
ན་འཕགས། མི་ལ་ཁྱུར་ཉ་བྱ་སྟེ། (དེ་ཡང་མཐོ་འབྲུག་འབར་སོགས་ནི་དཔངས་ཚུ་འོད་སོགས་ལས་ཐ་དང་  
པའི་བོན་གཞན་དུ་མི་འབྱུར་བས་ན་དེ་ཉིད་ཅེས་སོ།) འདིར་ན་ལ་གཉིས་མི་འཇུག་ཅེས་ཀྱང་ཀྱན་དུ་  
ཁྱབ་ཅེས་པ་ལ་ཡང་གཉིས་ཀ་འཇུག་ཅིང་གཞན་ལ་མི་འཇུག་པའོ། །

དུས་བཞེད་པའི་ཆོ་སྐབས་(རྒྱལ་དབྱེ་བདུན་པའི་བྱེ་བྲག་ལ་འཇུག་པ་ནི། ལོ་དུས་སུ་སོ་ནམ་བྱ།  
མ་དོ་རྩ་དུས་ལ་བབ། རྒྱལ་དུ་དགེ་བ་བྱེད། ཏྲག་ཏུ་ཐ་ཆོག་ལ་གནས། ཉི་ཤར་དུ་བོན་འཆད།  
མ་མོར་སྐབས། ནམ་ལངས་པ་ན་འགོ། བརྒྱད་གསུམ་ལ་ཉི་མ་ལྗོན་ཅེས་པ་ཉ་བྱ་བྱ་ཆེར་ཤེས་  
པར་བྱའོ། །

གཞན་ཡང་གོང་བཤད་དེ་དག་ལ་དགག་སྒྲ་སྒྱུར་བ། གངས་སུ་མི་བཅི། འཆི་གསོས་སུ་  
བདུད་ཅི་མི་ནོད། དབེན་ས་རྩ་གྲུབ་ཐོབ་མི་བཞུགས། དངོས་པོར་མ་གྲུབ། བརྒྱད་གསུམ་ལ་ཉི་  
མ་མི་ལྗོན་ཉ་བྱ་རྒྱམས་ལྗོན་ཕྱོགས་ནས་བརྟན་པས་སོ་སོའི་མཆོན་ཉིད་མི་ལྡན་ཀྱང་རྒྱལ་དབྱེ་དེ་  
དག་གི་རྗེས་མཐུན་ཅན་ཡིན་ནོ། །དངོས་པོ་རྩ་གྲུབ། དངོས་པོར་གྲུབ་ཉ་བྱ་ར་རྩ་གཉིས་ཀྱང་འ་





དབང་དུ་བྱས་ན་བདེན་པ་དང་། བདག་གི་བ་དང་། ས་རྩ་པོ་དང་། གསང་བའི་དངོས་པོ་སྟེ་  
བཞི་ལ་དུས་གསུམ་གར་འཇུག་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའོ། །

དེ་ཡང་ཐ་སྙད་ཀྱི་འཇུག་པ་འདས་པ་སོགས་གསུམ་ནི། རྗེ་བླ་མ་གྱི་ཆོག་ལ་ཐ་སྙད་(ཐར་  
མེད་ལ་གསར་དུ་ནན་གྱིས་བཏགས་པ) ཅེས་བཏགས་པ་སྟེ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ། བདེ་བར་བཤེགས་  
པ་དེ་ཉིད་ལྟ་བུ་སྟེ་དུ་སྟོང་བ་ཞིག་དུ་གོ་དགོས་ཕྱིར་འདས་པའི་ཐ་སྙད་དང་(བརྗེད་བྱ་སྤྱི་ཡི་དོན་ལ་མ་  
དཔུང་པར་བརྗེད་ཚུལ་དེ་ཉིད་ལ་ཐད་ཀར་བཏགས་པ)། དུར་ཐག་གཙང་དེ་འགོ། ཤིང་གཙང་དེ་མེ་ལ་  
འབྱུང་། རྩ་བུ་སྟེ་བཅས་(རང་ཉིད་ཀྱི་ཤུལ་དུ་དོན་བཞུགས་མི་མཚན་ཀྱང་བརྗེད་བྱ་སྟེ་མ་འདྲེན་པ་ཅམ་སྟེ།)ཏེ་  
ཐར་བཤད་པ་བཞིན་དང་། རྩམ་གངས་བརྗེད་པའི་ཐ་སྙད་ནི། དེ་ནི་སྒྲ་མ་སྟེ། མཁས་ཤིང་གྲུབ་  
པའང་དེ་ཡིན། བདག་ཅག་གི་སྐྱབས་གནས་ཀྱང་དེ་ཡིན། རྩ་བུ་ངོ་བོ་གཅིག་ལ་བྱུང་པར་དུ་མ་  
བརྗེད་པ་(ཡང་དེ་ལ་ཡི་གེ་ཐོས་ཤིག་རྩ་བུ་འབྲི་གཞི་དངོས་སུ་མི་གསལ་ཡང་དེ་སྒྲའི་ཤུལ་དུ་ཤོག་བྱ་རྩ་བུ་དོན་གྱི་རྩམ་  
གངས་གཞན་ཞིག་སྒྱུར་བྱ་ཡོད་པར་སྟོན་པའང་)རྩམས་སོ། །ཐ་སྙད་ཀྱི་དབང་དུ་དབྱེ་ཚུལ་གསུམ་དུ་  
ཡོད་པ་དེས་དེ་སྒྲའི་འཇུག་པ་ཐམས་ཅད་ལ་བྱུང་པའོ། །དུས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པ། ན་ནིང་གི་ལོ་  
དེ་ལ། ཁར་སང་གི་ཉི་མ་དེར། རྩ་བུ་དུས་ཁོ་ནའི་བརྗེད་པ་འདས་པ་རྩམས་སོ། །མ་འོངས་པ་  
ལ་སང་ཉིན་ལྷ་འོ་དུས་དེར་འགོའི་རྩ་བུ་སྟེ་གོ་སྟོན། དབྱེ་ཚུལ་དེས་དུས་ཁོ་ན་བརྗེད་པ་དང་  
འབྲེལ་བའི་དེ་སྒྲ་ཡི་འཇུག་པ་ཀུན་ལ་བྱུང་པ་ཡིན་ནོ། །

དངོས་པོ་བཞི་ལས་བདེན་པ་ལ་འཇུག་པ། དེ་ཁོ་ནའོ། །དེ་དེ་བཞིན་ནོ། །རྩ་བུ་བདེན་  
པའི་དངོས་པོ་སྟོན་པ་རྩམས་སོ། །བདག་གི་བའི་དངོས་པོ་ལ་འཇུག་པ། དེ་བདག་གི་སྟེ། བདག་  
གི་ནོར་དེ། རྩ་བུ་རང་དང་འབྲེལ་བའི་དངོས་པོ་རྩམས་སོ། །ས་རྩ་པོའི་དངོས་པོ་ལ་འཇུག་པ།  
ཀ་བ་དེ། དེ་བུ་མ་པའོ། །ཁྱོད་ཀྱི་བྱ་དེ་རྩ་བུ་གཞན་ནམ་པ་རྩ་བའི་དངོས་པོ་རྩམས་སོ། །གསང་  
བའི་དངོས་པོ་ལ་འཇུག་པ། དེ་མ་སྟོན། དེ་སྐད་མ་ཟེར། ཁྱོད་ཀྱི་དེ་བྱུང་ངམ། རྩ་བུ་གཞན་གྱིས་  
ཤེས་དོགས་ཀྱི་གསང་བའི་དངོས་པོ་སྟོན་པ་རྩམས་སོ། །དེ་རྩམ་དངོས་པོའི་འཇུག་པས་ནི་སྟེ་  
བཅས་ལས་གཞན་པའི་དེ་སྒྲ་ཀུན་ལ་བྱུང་སྟེ། འདས་པ་སྟོན་ཞང་ཁྱུང་གི་ཡུལ་དེ་ན་རྩ་བུ་དང་།  
ད་རྩ་བ་ལ། ཤིང་དེ་གཙང་ལུས་སམ་རྩ་བུ་འབྱུང་འབྱུར་ལ་བསྐྱབ་བྱ་དེ་རྩ་བུ་དུས་གསུམ་ཀུན་ཏུ་  
དེ་སྒྲའི་འཇུག་པ་ཅམ་ལ་བྱུང་ཅིང་། ཐ་སྙད་ཀྱི་འཇུག་པ་ཕྱི་མ་གཉིས་ཀྱང་ཕལ་ཆར་འདས་པ་

མང་ཞིང་ད་ལྟ་བ་དང་མ་འོངས་པ་ལ་ཡང་རེ་འགའ་ཙམ་མོ། །དག་དང་དུས་ད་ལྟ་བ་ལ་མི་  
འཇུག་སྟེ། བདག་གི་གཟུགས་འདི། ད་ལྟའི་དུས་འདི་ལྟ་བུ་ལས་དེ་སྐྱེ་མི་འཇུག་པ་མངོན་སུམ་  
གྱིས་གྲུབ་པོ། །

བཞི་བ་ཨོ་ལྷན་གྱི་ཕྱད་ལ་གཉིས། རྫོགས་ཆོག་དངོས་དང་། ཞར་འབྱུང་ནམ་པར་བརྟག་  
པ་ཅན་ནོ། །དང་པོ་ནི། ས་མཐའ་ཅན་གྱི་ཡི་གེ་བསུ། །རང་རང་མིང་མཐར་ཡོད་པ་དང་། །  
དྲག་ཅན་མཐའ་ཅུ་ཉ་དང་བཅས། །ཀུན་ལ་ཨོ་སྐྱར་རྫོགས་ཆོག་ཡིན། །ཞེས་པས་བསྟན་ཏེ། ས་  
མཐའ་ཅན་ཞེས་རྫོགས་འཇུག་བསུའི་མཐར་ས་ཡོད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་མིང་དུ་བཏགས་ནས་ཡི་གེ་  
བསུ་བོ་དོས་འཛིན་པ་སྟེ། ཡི་གེ་དེ་ནམས་རང་རང་གི་མཐའ་འམ་ཕྱད་སོགས་གྱི་མཐར་ཡོད་པ་  
དང་། ད་དྲག་ཅན་གྱི་མཐའ་ཅུ་ཉ་དང་བཅས་ཡོད་པ་ཀུན་ལ་ཨོ་སྐྱར་ན་ཅུ་སྐྱར་བས་གོ་དོ་ནོ་  
བོ་ཨོ་འོ་འོ་འོ་སོ་སོ་ཉི་ཞེས་གྲུབ་པའི་རྒྱུ་བསུ་གཅིག་པོ་དེ་ནམས་སྐབས་བབ་གྱི་བསྟན་བྱའི་ཆོག་  
དོན་གང་ཡིན་དེ་དེ་ཙམ་གྱིས་བསུ་བར་སོང་བས་སྐར་བསུའམ་ཁོངས་སུ་ཆང་ནས་ལྷག་མ་མེད་  
པ་ལྟ་བུ་སྟེ་རྫོགས་ཆོག་ཅེས་ཐ་སྟངས་བཟུང་བར་བྱའོ། །ཞེས་སོ། །དཔེར་ན། གཤེན་ཕྱག་གོ། །བོ་  
བརྟུང་དོ། །དུང་འབྱུང་དོ། །སྐྱེ་ལེན་ནོ། །གར་འཆམ་མོ། །ཡིད་དགའ་དོ། །བོན་དར་རོ། །ལྷ་  
རྒྱལ་ལོ། །བཀྲ་ཤིས་སོ། །བོན་བསྟན་ད་ཏོ། །ལྷར་གྱུར་ད་ཏོ། །བཀའ་བསྩལ་ད་ཏོ། །ཞེས་སོགས་  
འབྲམས་ཁྲིམས་པ་ནི་གོ་སྟེ། །དེར་བྱིན་ད་ཏོ། །བྱིན་ནས་ཀྱང་ལྟ་བུ་ཆོག་གཞན་དེ་མ་ཐག་ཏུ་  
བྱུང་ཡང་གོ་ལ་སོགས་སྐྱེ་དེ་དག་གི་རྒྱས་པས་ཆོག་དོན་མང་ལྷུང་གང་ཡིན་པ་དེ་བསུས་པའམ་  
རྫོགས་པའི་དོན་ཅན་དུ་གོ་དགོས་སོ། །རྒྱ་མཚན་འདིས་རྫོགས་ཆོག་ཅེས་རྫོགས་སོ་སོ་ན་ལ་ནི་  
ངས་མི་དགོས་སོ། །

གཉིས་པ་ནི། དེ་དག་ཨོ་ཕྱིས་དུག་པ་སྐྱར། །ནམ་པར་བརྟག་པ་ཅན་ཡིན་ཏེ། །འབྱེད་  
སྐྱད་གཉིས་དང་ཐེ་ཆོམ་དང་། །དྲི་དང་གདམ་ང་ནམས་སུ་འབྱུར། །ཞེས་པས་བསྟན་ཏེ། བཤད་  
མ་ཐག་པའི་ཨོ་ལྷན་བསུ་གཅིག་སོ་སོའི་ཨོ་ཕྱིས་ནས། གང་ད་ན་བ་མ་འ་ར་ལ་ས་ཏེ་ཞེས་པར་  
སོང་བ་ལ་སོ་སོར་རྫོགས་འཇུག་དུག་པ་མ་ཡིག་སྐྱར་བས་གོ་དོ་ནོ་བོ་མི་འོ་འོ་འོ་སོ་སོ་ཉི་ཞེས་བསུ་  
གཅིག་ཏུ་གྲུབ་པ་དེ་དག་མིང་མཐར་སྐར་བཞིན་སྐྱར་བ་ན། དེ་དག་གི་ཐ་སྟངས་སྐྱར་ནམ་པར་  
བརྟག་པ་ཅན་ཞེས་པ་ཡིན་ཏེ། བྱེ་བྱག་འབྱེད་སྐྱད་གཉིས་ཏེ་དབྱེ་གཞི་གཅིག་ལས་བྱེ་བྱག་མང་

པོ་འབྱེད་པ་དང་། བྱེ་བྲག་མང་པོ་གཞི་གཅིག་ཏུ་སྤྱད་པ་དང་། ཐེ་ཚོམ་དང་། ཇི་བ་དང་།  
གདམ་ང་སྟོན་པའི་སྒྱུ་རྒྱུ་སྤྱད་རོ་ཞེས་པའོ། །དེ་ཡང་དཔེར་ན། །

འབྱེད་པ་ལ། བདག་མེད་ནི་གཉིས་ཏེ་བོན་ནམ་ཕྱི་མར་མེད་ཚོག་གི་རྣམ་གྲངས་གཅིག་གམ་གཉིས་  
སམ་དུ་མ་བཀོད་པ་ལས། དེ་དག་ཀྱང་གལ་ཏེ་དོན་བསྐྱར་བ་ཡོད་ན་ཕྱ་མ་ཕྱ་མར་རྣམ་གྲངས་འབྱེད་པའི་ཕྱད་སྒྱར་  
དགོས་པའོ།གང་ཟག་གི་བདག་མེད་དོ། །ཉ་བྱ་དང་། ཕུང་པོ་ནི་ལྷ་སྟེ། གཟུགས་སམ། ཚཱ་བ་འམ།  
འདུ་ཤེས་སམ། འདུ་བྱེད་དམ། རྣམ་པར་ཤེས་པའོ་ཉ་བྱ་པའོ། །

སྤྱད་པ་ལ། བོན་ནམ་གང་ཟག་ནི་བདག་མེད་པའོ། གཟུགས་སམ། ཚཱ་བ་འམ། འདུ་  
ཤེས་སམ། འདུ་བྱེད་དམ། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་ཕུང་པོའོ་ཉ་བྱ་བྱ་ཆེར་རྟོགས་པར་བྱོས་ཤིག །

ཐེ་ཚོམ་ནི། བདག་ཡོད་དམ་མེད་(ཉ་བྱ་ཐེ་ཚོམ་བཙུག་སྟེ་འདྲི་བའང་ཡིན།) འདྲི་ཡིན་ནམ་མིན  
(ཉ་བྱ་ཡིན་མིན་གྱི་ཁྱད་པར་འབྱེད་པའི་ཚོག་ཡིན་པས་འབྱེད་པའི་སྒྱུ་འདྲི་ཡིན།) ཆར་འབབ་བམ་མི་འབབ།  
ལོ་རྟོག་འབྱུང་ངམ་མི་འབྱུང་ཉ་བྱ་དང་།

ཇི་བ་ནི། བྱ་པ་ཡིན་ནམ། རིག་གནས་ཤེས་སམ། རོམ་པ་བདོག་གམ། རྩམ་མ་ཡིན་ནམ།  
གྲུབ་པ་ཐོབ་བམ་ཉ་བྱ་པའོ། །

གདམ་ང་ནི། གསེར་ལེན་ནམ་དདུལ་ལེན། ཇ་འཐུང་ངམ་ཆང་འཐུང་། ཉ་བྱ་ཤིན་ཏུ་  
མང་ངོ། །

ཡང་རྫོགས་ཚོག་དང་འདྲི་སྐབས་བ་ཡིག་གི་མཐར་པོ་དང་པ་སྒྱུར་བ་འགའ་ཞིག་སྤང་ཡང་།  
རང་གི་སྒྱུ་མཐུན་བ་ཡིག་ཡོད་བཞིན་དུ་གཞན་བཙལ་ནས་སྤྱར་བ་ལ་དགོས་པ་མེད་ཅིང་བརྗོད་  
པ་ཡང་མི་བདེ་བས་གོང་ཉར་མཛད་ན་ལེགས་ཤིང་། དེ་ཉར་ན་བཅག་གམ་བཅག་གོ་ཉ་བྱ་ལའང་  
བཅག་གམ་བཅག་གོ་ཉ་བྱ་སྤྱར་དགོས་པ་ཤུགས་ལ་འགྲུབ་པས་ཏུ་ཅང་ཐལ་ལོ། །

ལྷ་བ་ཨ་ལྷ་ན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་དང་ཕྱད་ལ་གཉིས། རྣམ་དབྱེ་ལྷ་བ་དགར་སྤྱད་བཅས་པ་དང་།  
སྤྱད་པ་ཚོག་གྱུན་བཅས་པའོ། །དང་པོ་ནི། ས་མཐའ་ཅན་ལས་བཞི་བ་དང་། །དགུ་བ་གཉིས་ལ་  
བརྩ་བ་སྤྱར། །དེ་དག་ལྷ་བ་འབྱུང་ཁྱད་སམ། །དགར་སྤྱད་དང་ནི་ལྷག་བཅས་སོ། །ཞེས་པས་  
བརྩན་ཏེ། ས་མཐའ་ཅན་ནི་རྗེས་འཇུག་བརྩ་བོ་ལས། བཞི་བ་ན་དང་། །དགུ་བ་ལ་གཉིས་ལ་  
བརྩ་བ་ས་ཡིག་ཁ་ཁར་སྤྱར་བས་ནས་ལས་ཞེས་གྲུབ་པ་དེ་དག་རྣམ་དབྱེ་ལྷ་བ་འབྱུང་ཁྱད་སམ་ཏེ།

གང་ལས་གང་ཞིག་བྱང་བ་སྟོན་པ་དང་། རིགས་དང་བྱ་བ་ཡོན་ཏན་གྱི་བྱང་པར་གྱིས་ལོགས་སུ་  
དགར་བ་དང་། སྤྱི་ཕྱི་ཆོག་དོན་སྤྱད་པ་དང་། ལྷག་བཅས་རྣམས་ལ་འཇུག་པས་སོ་ཞེས་པའོ། །  
དཔེར་ན། འབྱང་ཁུངས་ནི། ཤར་ནས་ཉི་མ་འཆར། གནམ་ནས་ཆར་འབབ། བ་ལས་འོ་མ།  
སངས་རྒྱས་ལས་བོན་ལྟ་བུ་དང་། ཡང་། ཏྲ་ལས་སྤྱང་། སྐས་ལས་བབས་ལྟ་བུ་འབྱང་ཁུངས་  
དང་ཕྱོགས་མཐུན་ནོ། །ཡང་། དུ་བ་ལས་མེ་ཡོད་པ་ཤེས། རྣམ་འགྱུར་ལས་བསམ་པ་ཤེས་ལྟ་བུ་  
དུ་བ་མཐོང་བ་སོགས་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་དོན་ཤེས་པར་བརྗོད་ཕྱིར་ལས་སྤྱི་ནི་རྒྱ་མཚན་ལའང་  
འཇུག་པ་སྟེ། དེ་རྣམས་ཀྱང་འབྱང་ཁུངས་དང་འདྲ་བའི་རྣམ་དབྱེ་ལྟ་བུ་འཛིན་པ་ཤེས་སོ་(མེ་ཡོད་པར་  
ཤེས་པ་དེ་དུ་བ་མཐོང་བའི་རྒྱ་མཚན་ལས་བྱུང་བས།) །

དགར་བ་ལས་རིགས་དགར་བ། མི་རྣམས་ནང་ནས་རྒྱལ་རིགས་དཔལ། ཁྲི་ལས་བྱོལ་  
སོང་སྤྱག་བསྐལ་ཆེ། ལྟ་བུ་དང་། བྱ་བ་དགར་བ། བྱ་བའི་ནང་ནས་རྣམ་དཀར་དགེ་བ་བཟང་།  
སྤྱོད་ལམ་པལ་བ་ལས་ནི་ཕྱག་མཚན་བྱེད་པ་ལེགས། ལྟ་བུ་དང་། ཡོན་ཏན་དགར་བ། བ་རྣམས་  
ནང་ནས་ནག་མོ་འོ་མ་མང་། སངས་རྒྱས་རྣམས་ལས་གཤེན་རབ་མཚོག་ ལྟ་བུ་མང་ངོ་། དེའང་  
དགར་གཞི་དང་དགར་བོན་རིས་མེ་མཐུན་པ། ལྷ་ལས་མི་དམན་ལྟ་བུ་ལས་དང་། དགར་གཞི་  
དང་དགར་བོན་རིས་མཐུན་པ། མེ་རྟོག་ནང་ནས་ལྷ་དུམ་འབར་བ་ལྟ་བུ་ནས་འཇུག་གོ། །

སྤྱད་པ་ལ་འཇུག་པ། འང་ཁྱུང་ནས་བོད་ཀྱི་བར། མགོ་ནས་མཇུག་གི་བར། དེ་དག་  
ལས་སོགས་མང་བོ་ཡོད། རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་ལས་སོགས་ཏེ། ལྟ་བུ་མང་ངོ་(དགར་སྤྱད་གཉིས་ཀའང་  
རྣམ་དབྱེ་ལྟ་བུ་འཛིན་སྤྱད་པ་དེ་ཡང་དགར་བ་ནི་དགར་གཞི་ལས་དགར་བོན་བྱེད་པ་ལྟར་སྤྱད་པ་དང་། སྤྱད་  
པ་ནི་ཐོག་མ་གང་ནས་བརྒྱུ་བུ་རྣམས་བྱུང་བ་ལྟར་སྤྱད་པས་སོ།) །

ལྷག་བཅས་ལ། ཕྱག་བཅའ་ནས་ཁྲུས་གྱིས། ཕྱག་འཛོལ་ལས་ཁྲུས་བྱ། ལག་འཁྱུང་ལས་  
ཟས་ཟོ་ལྟ་བུ་སྟེ་འདས་པའི་ལྷག་བཅས་ལ་ནས་དང་། གཞན་དག་ལ་ལས་སྤྱོར་བའོ། །འདི་དག་  
གི་སོགས་དང་སྤྱོད་པ་ཞེས་པ་ནི་སྤྱད་པ་གསལ་བྱེད་དེ་དགོས་ཆེད་ཀྱི་སྤྱད་ཕྱིར་རྣམས་དང་མཚུངས་  
ཏེ། འགའ་ཞིག་རྣམ་དབྱེའི་རྒྱུ་མེད་པར་དོན་སྟོན་ཏེ། སུན་པའི་ཕྱིར་དེ་དག་སོགས་གསལ་  
བྱེད་ཀྱི་སྤྱི་ཕྱི་ཆོག་ལས་དོན་བཞུན་པའོ། །དེང་སང་འགའ་ཞིག་གིས་ལས་ཀྱི་སྤྱད་ལྷག་བཅས་ལ་མི་  
འཇུག་གསུངས་ཏེ། ཡིག་རྒྱུ་རྣམས་སུ་ཡོད་པ་དེ་དག་གིས་མཐའ་ཀྱན་བསུབས་པར་མཛད་པ་

ནི་ཤིན་ཏུ་མི་ལེགས་ཏེ། དེས་ན་ལས་ཀྱི་སྒྱུ་དེ་དག་ལ་ཐ་སྟངས་གཞན་འཆད་རྒྱ་མེད་པ་དང་། ལས་གཉིས་ནུས་པ་མཉམ་པ་ཡིན་པ་ལ་མི་མཉམ་པའི་སྒྱུ་དུ་འགྱུར་བ་དང་། བོད་སྐད་དག་པ་དག་པར་འདོན་པའི་སྒྱེ་བོ་ནམས་ཀྱི་དག་སྒྲོ་ནས་ཀྱང་ལས་ཞེས་པའི་བར་ཆགས་པའི་ཕྱིར་དང་། སྒྲོན་གྱི་སྒྲེགས་བཅ་དག་པ་ནམས་ལ་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་དང་འགལ་བའི་སྒྲོན་ཡང་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཕྱིར་བཞེད་དོན་འདི་བཞིན་བགྱིས་པས་རྒྱ་མཚན་འགྲིག་ཁྱུངས་ཅི་ཡང་མེད་པ་དུ་མ་བྱུང་བ་དེ་དག་གི་དོན་འཐད་ཐུན་དུ་གྲུབ་པར་མ་གྱུར་ན། ལས་ལས་དེ་དག་གི་དབྱེ་བ་ནི། འབྱུང་རྒྱ་གཞི་ལ་ཡོད་པ་ཤར་ནས་ཉི་མ་འཆར་ལྟ་བུ་ལ་ནས་དང་། གཞི་དང་བྲལ་བའམ་འདས་པ་ལྟ་བུ་མཁས་པ་ལས་རིག་པ་བསྐྱབ་སོགས་ལ་ལས་འབྲུག་ཅིང་། རྗེས་འབྲུག་གི་ཆོག་མཐའ་ལ་སྟོས་པ་མེད་དོ། །

གཉིས་པ་ལ་གཉིས། སྒྱིར་བཤད་པ་དང་། དམིགས་བསལ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཨི་ཐུན་གྱི་ནི་གཉིས་གསུམ་དང་། །དབྱངས་ནམས་སོ་སོར་དབྱེ་བ་ལ། །གཉིས་པ་བྱིན་པས་དང་པོ་དང་། །གསུམ་པ་བཅུ་ལ་དང་པོ་སྟུར། །ལྷག་མ་ནམས་ལ་གཞན་གཉིས་སྟུར། །སྟུང་དང་མཐུན་མི་མཐུན་སྟོན་པའི། །ཆོག་རྒྱན་གཉིས་སུ་འགྱུར་བ་ཡིན། །ཞེས་པས་བསྟན་ཏེ། ཐུར་ཨི་ཐུན་གྱི་སྐབས་སུ་བཤད་པའི་ནམ་དབྱེའི་རྒྱུན་གྱི་གི་གྱི་ཡི་འི་ནམས་ཀྱི་གཉིས་པ་གི་དང་། གསུམ་པ་གྱི་དང་དབྱངས་ནམས་སོ་སོར་དབྱེ་བས་ཀྱ་ཡ་འ་ཞེས་པར་སོང་བ་ལ་སོ་སོར་རྗེས་འབྲུག་གཉིས་པ་ད་ཡིག་བྱིན་པས་ཀྱང་ཡང་འང་ཞེས་གྲུབ་པ་དེ་དག་མིང་མཐར་ཇི་ལྟར་སྒྱུར་ཞེ་ན། དང་པོ་ག་དང་། གསུམ་པ་ད་དང་། ཐུར་བ་དང་། བཅུ་བ་ས་ཡིག་དང་། ད་དག་ཅན་ནམས་ལ་དང་པོ་ཀྱང་སྒྱུར་བ་དང་། ལྷག་མ་ནམས་ལ་ཡང་དང་འང་གཉིས་ཆོག་བར་ཁ་སྐོང་དགོས་ཆེ་ཡང་གཞན་ལ་འང་སྟུར་བ་ནམས། ཐུ་བྱི་ཆོག་དོན་སྟུང་པ་དང་། ཐུ་བྱི་གཉིས་མཐུན་པར་སྟོན་པའི་ཆོག་རྒྱན་དང་། ཐུ་བྱི་མི་མཐུན་པར་སྟོན་པའི་ཆོག་རྒྱན་གཉིས་སུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་པའོ། །

དཔེར་ན། སྟུང་པ་ལ། བྱོད་ནི་མཁས་ཀྱང་མཁས་ལ་གྲུབ་ཀྱང་གྲུབ། ཀྱན་གྱིས་ཀྱང་འདུད་དོ། །དཀར་པོ་ཅུ་ཡང་འདུག་ལ་ཡིད་དུ་འདུང་འོང་། ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཀྱང་འདུད་ན་བདག་ལྟ་ཅི་སྟོས་ཆོག་དོན་གོང་འོག་མཚུངས་པ་ལས་འོག་མ་བསྐྱུ་བྱོད་ན་འོག་མ་སྟུང་པའི་ཕྱད་སྟུར་དགོས་པ་ལྟ་བུ་རྒྱ་ཆེར་སྟུར་ནས་ཤེས་པར་བྱའོ། (གཞིའམ་དོན་གཞན་ཞིག་ལ་སྟུང་ཅིང་སྒྱུར་བ་དེ།)

མཐུན་པའི་ཆོག་རྒྱན་ལ། མཛེས་ཀྱང་མཛེས། སྟན་ཡང་སྟན། འདུའང་འདུ། ལྟ་བུ་

དང་། མི་མཐུན་པའི་ཚིག་རྒྱན་ལ། བསྟན་པ་མ་མཐོང་། བཏུན་ན་ཡང་ཁྲོ། མཛོང་འང་  
བསྐྱུ་སོགས་མང་དུ་སྦྱར་ནས་རྟོགས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་ནི། ཡང་ནི་བསྐྱར་བསྐྱར་དོན་དུ་འང་འགྱུར། ཁྱེས་པས་བསྐྱར་ཏེ། གྲང་ཡང་  
འང་གསུམ་ལས་ཡང་ནི་བསྐྱར་བ་དང་བསྐྱར་པའི་དོན་དུ་མིང་གི་ཐོག་མ་རྩ་ཐ་མ་དེ་དག་དང་  
མི་འདྲ་བར་ཡང་འཇུག་གོ་ཁྱེས་སོ། །དཔེར་ན། ཡང་གསོན་དང་། ཡང་དང་ཡང་དུ། ཡང་  
ཡང་། དེ་ནས་ཡང་ཉ་བྱ་ཤིན་ཏུ་མང་ངོ་། །བསྐྱར་པ་ནི། ཚུལ་མཛོས་བྲིམས་གཙང་ཉ་བ་ཡང་  
མཐོ། གསེར་དདུལ་ཟངས་ལྷགས་གཤའ་ཆོའང་སྦྱར། ཉ་བྱ་མང་བར་སྦྱང་ངོ་(མཇུག་ཏུ་བྱ་ཆོག་ཉ་  
བྱར་ཉ་གཅིག་ཏུ་སྦྱེལ་བའི་བྱིར་ཆོག་དོན་ལྷ་མ་རྣམས་ལ་བྱིས་བསྐྱར་དགོས་ནའང་སྦྱད་པའི་བྱེ་བྲག་བསྐྱར་པའི་ཐང་  
སྦྱར་དགོས་པའོ། །

གཉིས་པ་ཅེ་རིགས་པ་བཤད་པ་ལ་ལྟ། ཆོག་གི་འཕྲོ་མཐུད་བཤད་པ་དང་། དེས་བབྱང་  
བསྐྱུལ་ཆོག་གསལ་བྱེད་དང་། བཛོད་ཆོག་ལྷ་མའི་དེས་བབྱང་དང་། ལན་དང་བཅས་པའི་སྦྱ་  
བཤད་པ་དང་། བདག་པོའི་སྦྱ་བཤད་པའོ། །

དང་པོ་ནི། ས་མཐའ་ཅན་ལས་དང་པོ་དང་། གསུམ་ལྷ་རྣམས་ཀྱི་རྗེས་སུ་ཅ། བརྩ་བར་  
བདུན་པའི་གསུམ་པ་དང་། དེ་ལྷག་དུག་པའི་དང་པོ་སྦྱར། ཞི་དང་གཉིས་པ་ཁ་ཁར་སྦྱར། དེ་  
ནི་ཆོག་གི་འཕྲོད་མཐུད་ཡིན། ཁྱེས་པས་བསྐྱར་ཏེ། ས་མཐའ་ཅན་ཏེ་རྗེས་འཇུག་བརྩ་ལས་དང་  
པོ་ག་དང་། གསུམ་པ་ད་དང་། ལྷ་བ་བ་དང་། ད་དུག་ཅན་རྣམས་ཀྱི་རྗེས་སུ་ཅ་སྦྱར་བ་དང་།  
བརྩ་བ་ས་ལ་ལྷེ་བ་བདུན་པའི་གསུམ་པ་ཤ་དང་། དེ་ལྷག་ང་ན་མ་འ་ར་ལ་རྣམས་ལ་ལྷེ་བ་དུག་  
པའི་དང་པོ་ཞ་སྦྱར་བ་དང་། དེ་དག་ལ་ཞི་དང་རྗེས་འཇུག་གཉིས་པ་ང་ཡིག་ཁ་ཁར་སྦྱར་བས་  
ཅིང་ཤིང་ཞིང་ཞེས་གྲུབ་པ་དེ་ནི་ཆོག་གི་འཕྲོ་ལུས་པ་མཐུད་པའི་སྦྱ་ཡིན་ནོ་ཁྱེས་སོ། །དཔེར་ན།  
ཕྱག་ཅིང་སྦྱིད། ཉན་ཞིང་འཛེབས། བསྟན་ཅིང་འཆད། རྒྱས་ཤིང་དར། ཟ་ཞིང་འཐུང་ཉ་བྱ་  
མང་བར་སྦྱང་ངོ་(ཡང་གཏུབ་ཅིང་གཏུབ་ཅིང་དུག་ཏུ་གསོལ་ཉ་བྱ་ཆོག་དོན་གཉིས་ཀ་བསྐྱར་བ་ཡོད་ན་རྣམ་གངས་  
སྦྱད་པའི་ཐང་སྦྱར་དགོས་པའང་ཡོད་ཅེས་པ་སྦྱང་།) །

གཉིས་པ་དེས་བབྱང་དང་བསྐྱུལ་ཆོག་གསལ་བྱེད་ལ་གཉིས། བྱིར་བཤད་པ་དང་། དམིགས་  
བསལ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། ས་མཐའ་ཅན་བྱིས་དང་པོ་སྦྱར། དེས་བབྱང་བསྐྱུལ་ཆོག་

གསལ་བྱེད་དོ། ཞེས་པས་བསྟན་ཏེ། བཤད་མ་ཐག་པའི་ཅིང་ཤིང་ཞིང་གསུམ་གྱི་ས་མཐའ་ཅན་  
 ཏེ་རྗེས་འཇུག་ཕྱིས་ནས་ཅི་ཤི་ཞེ་ཞེས་སོང་བ་དེ་དག་རྗེས་འཇུག་དང་པོ་ག་ཡིག་སོ་སོར་སྒྱུར་བས།  
 ཅིག་ཤིག་ཞིག་ཅེས་གྲུབ་པ་དེ་དག་ངེས་བཟུང་དང་། བསྐྱལ་ཆོག་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
 པའོ། །དཔེར་ན། ངེས་བཟུང་ལ། ར་ལྷག་ཅིག་འདུག ཆོག་ཐེབ་ཅིག་ཚོ། བཀའ་སྒྱུལ་ད་ཅིག་  
 ལུ། འཕྱིན་ཞིག་བསྐྱར། བབ་འོས་ཤིག་སྟོས་ལྷ་བྱ་མང་ཞིང་མིང་སྒྱུར་ཚུལ་ལྷ་མ་དང་འབྲེལ་ཞིང་།  
 ལྷགས་སྒྲོག་ཅིག་ལྷ་བྱ་སྟེ་གངས་ཀྱི་གཅིག་ཏུ་འཁྲུལ་བར་མི་བྱའོ། །དེ་དག་བསྐྱལ་ཆོག་གསལ་  
 བྱེད་ལ་འཇུག་པ། མཆོན་རྒྱུ་ཅིག་ བོན་སྟོན་ད་ཅིག་ ལྷང་བྲོངས་ཤིག་ སྒྱུར་ད་ཅིག་ མ་འདའ་  
 ཞིག་ལྷ་བྱ་མང་ཞིང་གོ་སྟའོ། ཞིག་སྒྲ་བསྐྱལ་ཆོག་གསལ་བྱེད་ལ་འཇུག་པ་འགའ་ཅམ་ལས་མེད་  
 དོ། །གཉིས་པ་ནི། བདུན་པ་བརྩ་བར་ཅིག་ཀྱང་ངོ། ཞེས་པས་བསྟན་ཏེ། རྗེས་འཇུག་བདུན་  
 པ་འམཐའ་ཡོད་པའམ། ཕྱིས་ཏེ་མེད་པ་རྣམས་དང་བརྩ་བ་ས་ཡིག་གི་མཐར་ཅིག་ཀྱང་འཐོབ་  
 ཅིང་། འདིའི་ཀྱང་སྒྲས་གོང་བཤད་ཤིག་དང་ཞིག་རྣམས་ཐོབ་པར་བསྐྱུས་པའོ། །དཔེར་ན་ལྷ་  
 ཅིག་ ལ་ཅིག་ ཐབས་ཅིག་ གྱིས་ཅིག་ལྷ་བྱ་སྟེ་རྟོགས་སྟའོ། །

གསུམ་པ་ནི། དེ་ཡི་དབྱངས་དང་རྟེན་ཡིག་པོར། ལ་ལར་ཨེ་དང་བརྩ་བ་བྱིན། བརྟེན་  
 ཆོག་སྟོན་མའི་ངེས་བཟུང་ཡིན། ཞེས་པས་བསྟན་ཏེ། ཅིག་ཤིག་ཞིག་གསུམ་པོ་དེ་དག་གི་དབྱངས་  
 ཨེ་དང་རྟེན་ཡིག་ག་པོར་བས་ཅ་ཤ་ཞེས་པར་སོང་བ་ལ་ལ་ལར་ཨེ་དང་བརྩ་བ་ས་ཡིག་བྱིན་པས་  
 ཅེས་ཤེས་ཞེས། ཤེས་གྲུབ་པ་དེ་དག་བརྟེན་ཆོག་སྟོན་མ་དེ་ཉིད་ངེས་པར་ནན་གྱིས་བཟུང་བའི་  
 སྒྲ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སོ། །དཔེར་ན། ཏྲག་ཅེས་བྲ། ཡིན་དེས་སྟ། མཁས་ཤེས་ཐོས། འཁྲུལ་ཞེས་  
 བྱང་། འདི་ཞེས་བྲ། དེ་སྐད་ཅེས། གསུངས་སོ་ཞེས། ལེགས་ཤེས་བསྐྱབ་ལྷ་བྱ་སྟེ་ཤིན་ཏུ་མང་  
 ངོ་། །ས་མཐར་ཤེས་སྒྱུར་བ་འདི་བཞིན་འཐད་ཀྱང་། འཁྲུལ་གཞི་འབྱུང་བར་གཟིགས་ནས་  
 མཁས་པ་བྱི་མ་འགས་མཛད་པ་བཞིན་ད་ལྷ་བྱ་སྟེ་ལ་ས་མཐར་ཞེས་སྒྱུར་བ་མང་ངོ། །དེ་ལྷ་  
 ན་ཡང་དོན་ལ་ཐོབ་པ་ངེས་ཤིང་། སྟགས་བམ་ཁུངས་མ་རྣམས་ནས་བཤད་བྱིན། ཤེས་སྒྱུར་ན་  
 ལེགས་སོ། །འཁྲུལ་གཞི་སེལ་བའི་དབང་དུ་བྱས་ན། དབྱངས་ཅན་མ་ཡིན་ནོ་ལྷ་བྱ་ལས་འཁྲུལ་  
 ཆབས་ཆེ་བ་མེད་དེ། ཆོག་གོགས་ཀྱི་རྣམ་པས་མ་ཤེས་ན། མ་ཡིག་ནི་སྟོན་མའི་བདག་སྒྲུའམ་བྱི་  
 མའི་དགག་སྒྲ་ཡིན་ཆ་མི་ཆོད་ཅིང་། དེ་བཞིན་ཡི་གེ་འབྲི་སོགས་ཀྱང་དེང་སང་འབྲི་སོགས་མཛད་

པ་འདུག་ཀྱང་རང་རང་གི་ཐོབ་ཐང་དུ་ཡི་གེ་བྲིས་བྲི་འབྲི། གཏམ་དྲིས་དྲི་འདྲི་སོགས་ཡིན་པས་  
ཡི་གེ་འདྲི་ཞེས་སྒྲུར་བ་འཁྲུལ་པ་ཆེ་ཅུ་འགྲོ་བ་ལས་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡང་མེད། གཞན་ཡང་འཁྲུལ་  
གཞི་ཅན་བསམ་ལས་འདས་ཕྱིར་སྒྲོས་ཀྱིས་མི་ལང་ངོ་། །

བཞི་བ་ནི། ས་མཐའ་ཅན་ཕྱིས་པ་རོལ་དུ། རྗེས་འཇུག་བཞི་བ་དང་ལྔ་ན། ཉེ་ནི་  
ལན་དང་བཅས་པ་འོ། ཞེས་པས་བཞུན་ཏེ། གོང་བཤད་ཅེས་ཤེས་ན་མས་ཀྱི་ས་མཐའ་ཅན་ཏེ་  
རྗེས་འཇུག་ས་ཡིག་ཕྱིས་ནས་ཅེ་ཤེ་ཞེས་པར་སོང་བའི་པ་རོལ་རྗེས་འཇུག་བཞི་བ་ན་ཡིག་ཆོག་  
བར་ཕྱེ་ནས་སོ་སོར་ལྔ་ན། དེ་ནི་དྲི་པའི་ཆོག་ལ་ལན་དང་བཅས་པ་སྟོན་པའི་སྒྲུའོ་ཞེས་པ་འོ། །  
དཔེར་ན། དངོས་པོ་ཨེ་རྟག་ཅེ་ན་མེ་རྟག་གོ། རྒྱ་ལས་འབྲས་བུ་འབྱུང་ངམ་ཞེ་ན་འབྱུང་ངོ་། །  
བོན་ཨེ་ཐོས་ཤེ་ན་ཐོས་སོ། ཡིན་ནམ་ཞེ་ན་ཡིན་ལགས། ལྟ་བུ་མང་ངོ་། འདི་དག་གི་ཅིག་ཤིག་  
ཞིག་གསུམ་དང་། ཅེས་ཤེས་ཞེས་གསུམ་དང་། ཅེ་ན་ཤེ་ན་ཞེ་ན། ཅེ་འོ་ཤེ་འོ་ཞེ་འོ་སོགས་ཀྱང་  
རྗེས་འཇུག་གི་སྒྲུར་ཚུལ་ཅིང་ཤིང་ཁོང་གསུམ་གྱི་སྐབས་སུ་བཤད་པ་དང་འདྲའོ། །

ལྔ་བ་བདག་སྒྲུ་ལ་གཉིས། དངོས་དང་། ཞར་འབྱུང་དགག་སྒྲུའོ། རང་བོ་ནི། བཞི་བའི་  
གཉིས་པ་དབྱི་ལྷག་གསུམ། རང་བོ་གསུམ་བཞི་ལྷག་དང་། བཅུ་བ་ན་མས་ལ་ཐོག་མ་སྒྲུར། །  
བདུན་པ་ལ་ནི་བར་མ་སྒྲུར། ལྷག་མ་ན་མས་ལ་འང་དེ་གཉིས་ཀ། ཕྱི་མ་ག་སོགས་ཀྱན་ལ་འོ། །  
དང་བོ་ལྷ་ལྔ་ན་དང་བོ་ལ། གཉིས་པ་ལྷ་ལྔ་ན་ལྷག་ན་མས་དང་། བདུན་པར་བདུན་པ་ལྷ་ལྔ་ན་  
ཀྱང་། དབྱུངས་ཕྱིས་གསུམ་གར་ཨོ་ཡིག་སྒྲུར། ས་མཐའ་ཅན་ལ་དང་བོ་དང་། བདུན་པར་  
བར་བ་ཐམས་ཅད་ལ། ཕྱི་མ་སྒྲུར་བ་བདག་པོའི་ས། ཞེས་པས་བཞུན་ཏེ། ལྔ་བ་བཞི་བའི་  
གཉིས་པ་པ་ཡིག་དབྱི་བའི་ལྷག་མ་པ་བ་མ་གསུམ་ཡོད་པ་ལས། དང་བོ་ག་དང་། གསུམ་པ་ད་  
དང་། བཞི་བ་ན་དང་། ལྔ་བ་བ་དང་། རྟག་པ་མ་དང་། བཅུ་བ་ས་ན་མས་ཀྱི་མཐའ་ལ་ཐོག་མ་  
པ་ཡིག་སྒྲུར་བ་དང་། བདུན་པ་འ་ཡིག་གི་མཐའ་བ་སྒྲུར་བ་དང་། དེ་ལྷག་ང་འ་ར་ལ་ན་མས་  
ལ་པ་བ་དེ་གཉིས་ཀ་སྒྲུ་མཐུན་པར་སྒྲུར་པ་དང་། ཕྱི་མ་མ་ཡིག་ནི་ག་ལ་སོགས་པའི་རྗེས་འཇུག་  
ཀྱན་ལ་འོ། ཡང་དང་བོ་པ་ཡིག་ལྷ་ལྔ་ན་དུ་བྱས་པ་བུ་ཞེས་པ་ནི་རྗེས་འཇུག་དང་བོ་གའི་རྗེས་ལ་  
ཐོབ་པ་དང་། གཉིས་པ་པ་ལ་ལྷ་ལྔ་ན་བུ་ཞེས་པ་ནི་རྗེས་འཇུག་གའི་ལྷག་མ་དགུ་བོ་ན་མས་དང་།  
བདུན་པ་འ་ཡིག་ལ་བདུན་པ་འ་རང་ལྷ་ལྔ་ན་བུ་ཞེས་ཀྱང་ཐོབ་བོ། འདིས་ཀྱང་སྒྲུས་འ་མཐར་



བྱ་ཐོབ་པ་རྣམས་བསྐྱུས་པའོ། །ཡང་དེ་རྣམས་ཀྱི་དབྱངས་ལྷ་ཕྱིས་ནས་ལྷ་མཁུ་སྤྱོད་པ་ལ།  
གསུམ་གར་ཨོ་ཡིག་སྐྱར་བས་པོ་པོ་མོ་ཞེས་བྱ་བ་ཅིང་། དེའང་ས་མཐའ་ཅན་ཏེ་རྗེས་འཇུག་བསྟེ་  
པོ་ཀུན་ལ་དང་པོ་སྟེ་པོ་ཉིད་སྐྱར་བ་དང་། བདུན་པ་འ་མཐར་དེས་མ་ཟད་རྒྱུན་དེ་དག་གི་བར་  
པ་པོ་ཡང་ཐོབ་ཅིང་། དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལ་རྒྱུན་དེ་གསུམ་གྱི་ཕྱི་མ་མོ་སྐྱར་བ་དང་བཅས་པའི་  
དགྲ་པོ་དེ་བརྗོད་བྱ་གང་ཡིན་གྱི་ངོ་པོ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དམ་བདག་ཉིད་དངོས་དང་། ལུལ་གང་  
ཞིག་ལ་དབང་བྱེད་པའམ་བདག་པ་པོ་དང་། གང་ཞིག་གང་ལ་ཡོད་པའམ་ལྷན་པའི་དོན་སྟོན་  
བྱེད་ཡིན་པས་ན་བདག་པོའི་ས་ཞེས་པའོ། །རིམ་པས་དཔེར་བརྗོད་ན་པ་ཡིག་ལ། སྟན་པ་ལ།  
ལས་བྱེད་པ། ཕྱིན་པ། ཐོབ་པ། མཉམ་པ། ཤེས་པ། བསྟན་པ། གྱུར་པ། བསྐྱེད་པ་ལྟ་  
བྱ་དང་། བ་ཡིག་ལ། དགའ་བ། དགེ་བ་ལྟ་བྱ་དང་། ལྷག་མ་རྣམས་ལ་གཉིས་ཀ་ཅན། ཀྱང་བ།  
དགང་བ། མདའ་བ། དམའ་བ། ཏྟ་བ། བྱ་བ། འབྱོར་བ། ལྷུར་བ། ལུལ་བ། མཇལ་བ་ལྟ་  
བྱའོ། །ཀུན་ལ་མ་ཡིག་ ཐོག་མ། གོང་མ། གདོད་མ། བརྟན་མ། འདབ་མ། གོམ་མ། མཐའ་  
མ། བར་མ། ཆར་མ། དབྱས་མ་ལྟ་བུའོ། །ཀ་མཐར་བྱ་ཡིག་ཅན། གཅིག་བྱ། ཙོག་བྱ་ལྟ་  
བྱའོ། །ལྷག་མ་དགྲུ་ལ་བྱ་སྐྱར་བ་གང་བྱ། ཤེད་བྱ། ལན་བྱ། འུབ་བྱ། དུམ་བྱ། གཏོ་བྱ། དལ་  
བྱ། སྐྱེས་བྱ་སོགས་ལྟ་བུའོ། །འ་མཐར་ལྷ་སྐྱར་བ། ཁྱེལ། སྐྱེལ། དེལ། བེལ་སོགས་མང་  
ངོ་། །རྗེས་འཇུག་གཞན་དགྲུ་ལ་པོ་སྐྱར་བ། དོག་པོ། འབྱུང་པོ། བྱེད་པོ། བརྟན་པོ། ཟབ་པོ།  
དམ་པོ། བསྟེ་པོ། མཚར་པོ། དལ་པོ། སྐས་པོ་སོགས་མང་ངོ་། །འ་མཐར་པོ་སྐྱར་བ། དཔའ་  
པོ། དག་པོ། རོ་པོ། སྐྱེ་པོ། རྩ་པོ་སོགས་ཤིན་ཏུ་མང་ངོ་། །ཐོན་གྱི་གསུང་རབ་རྟིང་པ་དང་བད་  
དག་མཁན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་སྐྱེ་པོ་ལྟ་བུ་སྐྱེ་པོ་སོགས་འ་མཐའ་ལྷ་ཐོབ་པ་དང་ཆ་མཐུན་དུ་འོ་སྐྱར་  
བ་ཡང་མཇད་དོ། །ཐམས་ཅད་ལ་མོ་སྐྱར་བ། དོག་མོ། གཡང་མོ། གད་མོ། ཉེན་མོ། ཞིབ་མོ།  
ལྷམ་མོ། དགའ་མོ། ལྷུར་མོ། རོལ་མོ། ལེགས་མོ། བདེ་མོ་སོགས་སྤང་བ་རྒྱ་ཆེར་དཔག་པར་  
བྱའོ། །དེ་དག་དགོས་གསེས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ནི་བདག་ཉིད་དངོས་ལ་འཇུག་པ་ནི། བུམ་པ། ཆར་པ།  
བྱང་པ། ལྷང་མ། པོག་བྱ། རོར་བྱ། ཁྱེལ། གཟུགས་པོ། ལུ་པོ། ལྱང་མོ་ལྟ་བུ་ཤིན་ཏུ་མང་  
ངོ་། །དེ་དག་པོ་ལ་འཇུག་པ། ཤར་པ། མངའ་པ། གོང་མ། གཅིག་བྱ། དབྱུང་བྱ། དབང་པོ།  
བཟོ་པོ། བལ་མོ་ལྟ་བུ་མང་ངོ་། །གང་ཞིག་ལྷན་པའི་དོན་ཅན་ནམ་བདག་ཉིད་ཅན། མཁས་པ།

བཟང་བ། མཛོས་མ། ཅོག་བྲ། ཁང་བྲ། བསེལ་བྲ། རྒྱ་པོ། རྒྱ་པོ། སེར་མོ་ཉླ་བྲ་མང་ངོ་། །  
ཁ་ཅིག་ཏུ་བྱེད་པ་པོ། མཐོང་བ་པོ་སོགས་རྒྱུན་དེ་དག་སྤྱད་མ་དང་། གདན་ས་བ། འདུ་ལྷན་མ།  
རིག་བྱེད་པ་སོགས་རང་རང་གི་ཡུལ་ལ་མ་ཁུང་བོན་གྱི་ཡོན་ཏན་ལ་བདག་སྤྱོད་བས་གང་ཟག་  
དེར་གོ་བ་སོགས་ཡོད་པས་ཤིས་པར་བྱའོ། །ཡང་དམ་མོར་བསྐྱེད་ཉླ་བྲ་ནི། ཡུལ་སྤྱོད་འགའ་ལ་  
བརྒྱ་ཆགས་ཀྱང་མ་མཐར་མོ་སྤྱོད་པ་ནི་མ་ཡིག་སྤྱད་མར་གཟིགས་ནས་དམ་པོར་བསྐྱེད་སོགས་  
མཛད་ཅིང་དེས་མཚོན་ནས་གྲགས་ཆེ་ཆུང་གི་ཁུང་པར་ཅུང་ཟད་ཡོད་པ་འོ། །

གཉིས་པ་ནི། གང་མིང་ཐོག་མར་བྱི་མ་ནི། རྒྱང་པར་གནས་སམ་ཨི་ལྷན་པ། རྩ་བྱི་ད་  
ལྷའི་ཁྱད་པར་ཏེ། ཉེ་ནི་དགག་པའི་སར་འདོད་དོ། ཞེས་པས་བརྟན་ཏེ། གང་ཡང་རུང་བའི་  
མིང་གི་ཐོག་མར་བཤད་མ་ཐག་པའི་རྒྱན་གསུམ་པོའི་བྱི་མ་སྟེ་མ་ཡིག་ནི་རྒྱང་པར་གནས་སམ་  
ཡང་ན་ཨི་དང་ལྷན་པ་གཉིས་གང་ཡིན་ཀྱང་རྩ་བྱི་སྟེ་འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་ལ་མ་དང་། ད་  
ལྷ་བའམ་དུས་ཉེ་བ་ན་མས་ལ་མི་ཞེས་སྦྱར་བའི་ཁྱད་པར་ཡིན་ཏེ་དེའི་མ་མི་གཉིས་ནི། ལས་དེ་  
ཐུབ་ཏུ་མི་སྟེར་བའམ་སྦྱར་ཡུལ་གྱི་དོན་དེ་མ་ཡིན་པའམ་མེད་པར་སྟོན་པས་ན་དགག་པའི་ས་རུ་  
འདོད་དོ། ཞེས་པའོ། ཉེ་བའི་ན་འདས་པའམ་རྩ་མར་འཇུག་པ་ནི། མ་ཤེས། མ་མཐོང་། མ་  
བརྟན། མ་བསྐྱབ། མ་བསྐྱགས། མ་བྱས་སོགས་མང་ངོ་། ཉེ་ལྷ་བའི་དུས་ཉེ་བ་ལ་འཇུག་པ།  
མི་ཤེས། མི་མཐོང་། མི་སྟོན། མི་སྟོབ། མི་སྟོག། མི་བྱེད་སོགས་ཤིན་ཏུ་མང་ངོ་། མ་འོངས་  
པ་ལ་འཇུག་པ་ནི། མ་ཤེས་པར་བྱ། མ་མཐོང་བར་བྱ། མ་སྟོན། མ་སྟོབ། མ་སྟོག། མ་བྱེད་ལྷ་  
བྱ་རྒྱ་ཆེར་དཔག་ནས་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་རྗེས་འཇུག་ལ་མ་སྟོན་པའི་སྤང་རང་དབང་ཅན་བཤད་པ་ལ་བཞི། བོད་པའི་སྐྱ་  
བཤད་པ་དང་། དགར་བསྐྱན་ཁ་སྒོང་དང་། སྤྱི་ཁྱབ་ཀྱི་སྐྱ་དང་། དང་སྐྱའི་འཇུག་ཚུལ་བཤད་  
པའོ། །དང་པོ་ནི། གང་བརྗོད་པ་ཡི་ཐོག་མཐའ་ཅུ། གྲུ་ལ་ཨེ་སྐུར་བོད་པ་ཡིན། ཞེས་པས་  
བསྟན་ཏེ། མིང་གང་ཡང་རུང་བ་བརྗོད་པའི་ཐོག་མཐའ་མཐའ་མ་རུ་གྲུ་ལ་ཨེ་སྐུར་བས་ཀྱི་ཞེས་  
ཐུབ་པ་དེ་ནི་བོད་པའམ་རྣམ་དབྱེ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་སྐྱ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སོ། །དཔེར་ན། ཀྱི་ངོ་ནི་  
ཅན་སྟེ་མ། ཀྱི་ཕྱོགས་བསྐྱའི་སངས་རྒྱས་བདག་ལ་གཟིགས་ཤིག་ཆངས་སྐས་ཀྱི། སོགས་གོ་  
སྟའོ། །ཀྱ་སྤང་གཅིག་ནག་སོ། ཀྱ་ཡེ་ཀོང་བཙུན་དེ་མོ་སོགས་ཀྱང་བོད་པ་གསལ་བྱེད་ཡིན་མོང་།

གྱི། བསྐྱལ་བ་དང་འབྲུ་བ་དང་སྒྱུ་ལེན་པ་སོགས་དང་འབྲེལ་བ་ལས་ཡུལ་ཁྱད་པར་ཅན་ལ་བརྟེན་  
པ་ནི་ཅུང་མི་རིགས་ཤིང་། མ་ཡེ་བླན་པོ་ལྟ་བུ་ནི་ཡུལ་དམན་པ་ལ་བོད་སྒྱུ་ལེན་སོ། དེ་དག་  
ཆོག་བསྐྱུས་སུ་ཀླས་དང་མས་ཞེས་འབོད་པའང་ཡོད་དོ། །

གཉིས་པ་ནི། མིང་གང་གི་ནི་བར་མཐའ་ན། བཞི་བ་ཉིད་ལ་ཨི་སྒྱུར་བ། དགར་བསྐྱར་  
གཉིས་དང་ཆོག་སྐོང་ཡིན། ཞེས་པས་བསྐྱར་ཏེ། མིང་ཆོག་གང་ཡང་རུང་བའི་བར་མཆོམས་  
དང་མཐའ་མ་ན། བཞི་བ་ན་ཡིག་ཉིད་ལ་ཨི་སྒྱུར་བས་ནི་ཞེས་གྲུབ་པ་དེ། གཞི་ལ་མཆོག་དམན་  
གྱི་ཁྱད་དམ་ཐ་དད་ཅམ་དུ་དམིགས་བཟུང་ནས་དགར་བ་དང་། དོན་གང་ཡིན་དེ་ཉིད་ལ་ནན་  
ཏན་དུ་བནན་པ་དང་། ཆོགས་བཅད་སོགས་ལ་རྟེན་བའི་ཁ་སྐོང་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། ཞེས་  
པའོ། དཔེར་ན། མཆོག་ཏུ་དགར་བ། རྒྱལ་བ་གཤེན་རབ་ནི་སངས་རྒྱུ་གྱི་ནང་ནས་སྒྲིགས་  
མའི་འགྲོ་ལ་བཅེ་བའོ་ལྟ་བུ་དང་། དམན་པར་དགར་བ། རིགས་རྣམས་གྱི་ནང་ནས་ནི་གདོལ་  
རིགས་ཐ་ཆད་དོ་ལྟ་བུའོ། ཐ་དད་པ་དགར་བ། གསེར་བུམ་ནི་དདུལ་བུམ་ལས་རྒྱ་བཟང་ངོ་ལྟ་  
བུའོ། བནན་པ་ནི། ཁྱེད་ནི་དགོ་བཤེས་ཏེ། ལྟ་བུ་ནི་ཡས་ལུག་སྤྱད་པ་ནི་མས་འཛོག་གཞི་  
སྤྱང་ཐེ་ནི་ཆེ། ཐབས་པ་ལོ་ལྟེན་བཅུ་ནི་སྤྱད་ལྟའོ། ཆོག་སྐོང་ནི། རྒྱལ་ཁྲིམས་དང་ནི་རབ་  
ཐན་པ། གཤེན་པོའི་མཆོག་ནི་ཡིན་པར་བཤད། རྩོམ་པ་ཀུན་དང་ཐན་པ་ནི། བསྐྱར་པའི་  
དཔལ་ནི་དམ་པ་འོ། ལྟ་བུ་ལྟེ་ནི་སྒྱུ་རྣམས་ཆོག་གི་ཁ་སྐོང་ཡིན་ཅིང་། ཁ་སྐོང་མི་དགོས་པའི་  
ཆོག་ལྷག་རྣམས་ལ་ནི་སྒྱུ་དེ་དག་མེད་ཀྱང་མི་ཉམས་སོ། །

གསུམ་པ་ནི། དང་པོར་གཉིས་པ་བྱིན་པ་དང་། ལྷ་ཐན་གྱི་ནི་དང་པོ་དང་། གཉིས་པའི་  
དང་པོ་གསུམ་པ་ལ། ཨི་སྒྱུར་མིང་གི་ཐོག་མཐར་སྒྱུར། དེ་དག་སྒྱི་ལ་ཁྱབ་པའི་ས། ཞེས་པས་  
བསྐྱར་ཏེ། རིས་འཇུག་གི་དང་པོ་གཡིག་ལ་གཉིས་པ་དང་བྱིན་པས་གང་ཞེས་གྲུབ་པ་དང་། ཐུར་  
ལྷ་ཐན་གྱི་སྐབས་སུ་བཤད་པའི་རྒྱན་བདུན་པོའི་དང་པོ་སྒྱུ་ཡིག་དང་། ཐེ་ཆན་གཉིས་པའི་དང་  
པོ་ཅ་དང་། གསུམ་པ་ང་གཉིས་ལ་ཨི་སྒྱུར་བས་ཅི་ཐེ་ཞེས་གྲུབ་པའི་གང་སྒྱུ་ཅི་ཐེ་བཞི་བོ་ལས་  
མིང་ཆོག་གང་གི་ཐོག་མ་དང་མཐའ་མར་དེ་དག་གང་རུང་གནས་ན་དེ་དག་ནི་བྱེ་བྲག་ཏུ་མ་བྱེ་  
བར་སྒྱི་ལ་ཁྱབ་པའི་སའོ་ཞེས་པའོ། དེའང་དཔེར་ན། གང་ཡིན་(འདྲི་བ)། གང་མིན་(ཐེ་ཆན)།  
གང་ཡང་རུང་(གདམ་ང)། འདྲི་ལས་ལྷག་པ་གང་(སྒྱི་ཆན)། སྒྱུ་མེད། སྒྱས་ཟེར། སྒྱའི་འོར། འདྲི་

སྤྱི་ཡོན། དེ་སྐད་བཅོད་ལུས་སྤྱ། ཅི་ཡོན། ཅི་ཞིག་བྱེད། སྐོལ་ལུས་ཅི། ཇི་ལྟར། ཇི་སྐད་ཟེར་  
སོགས་མང་ངོ་། །ཡང་དེ་དག་ལས་དམིགས་བསལ་མི་འཇུག་པ་ནི། བཅ་པོ་སོགས་དངོས་པོ་  
གཞན་ལ་སྤྱད་པ། མིང་མཐར་ཇི་མི་འཇུག་ཅིང་། ཇི་ཅམ། ཇི་སྟེད། ཇི་སྟེད་ཉ་ལྟ་ལྟམས་ལ་  
གང་སྤྱ་ཅི་མི་འཇུག་པ་དང་། སྤྱས་ཀྱང་། ཅིས་ཀྱང་ཉ་ལྟ་ལ་གང་དང་ཇི་མི་འཇུག་པ་སོགས་  
སྐབས་ཐོབ་དང་བསྐྱེད་ནས་སྤྱར་ཤེས་པར་བྱའོ། །

བཞི་བ་ནི། རང་རང་མིང་གི་བར་མཚམས་སྤྱ། གསུམ་པ་ལ་ནི་གཉིས་པ་བྱིན། །དེ་ནི་  
འབྱེད་དང་སྤྱད་པ་དང་། ཆེ་སྐབས་རྒྱ་མཚན་གདམས་ངག་ལྟའོ། །ཞེས་པས་བསྟན་ཏེ། རང་  
རང་གི་མིང་ཆོག་གི་བར་མཚམས་སྤྱ་རྟེན་འཇུག་གསུམ་པ་ད་ཡིག་ལ་གཉིས་པ་ད་བྱིན་པས་དང་  
ཞེས་བྱུང་པ་དེ་ནི། ཆོག་དོན་ཕྱ་ཕྱི་སོ་སོར་འབྱེད་པ་དང་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེད་པ་དང་། ལུས་  
བཅོད་པའི་ཆེ་སྐབས་དང་། རྒྱ་མཚན་དང་། གཞན་ལ་ཐབས་སྟོབ་པའམ་བསྐྱེད་པའི་གདམས་  
ངག་དང་ཕྱ་ལ་འཇུག་གོ་ཞེས་པའོ། །འབྱེད་པའི་དཔེར། རིགས་དྲུག་ནི་ལྟ་དང་། ལྟ་མ་ཡིན་  
དང་། མི་དང་། སྤྱལ་སོང་དང་། ཡི་དུགས་དང་། དམུལ་བའོ་ཉ་ལྟ་དབྱེ་གཞི་གཅིག་ལས་དུ་  
མར་འབྱེད་པའི་དོན་དུ་སྤྱར་བ་རྟེན་སོ། །སྤྱད་པ་ལ། ལྟ་དང་། ལྟ་མ་ཡིན་དང་། མི་དང་།  
སྤྱལ་སོང་དང་། ཡི་དུགས་དང་། དམུལ་བ་རྟེན་སོ་རིགས་དྲུག་གོ་ཉ་ལྟ་དབྱེ་བ་རྟེན་སོ་གཞི་  
གཅིག་ཏུ་བསྐྱེད་པ་རྟེན་སོ། །ཆེ་སྐབས་ལ། ལྟ་བྱུག་སྐད་གསུམ་པ་དང་སྟོབ་སྟེས། ལྟ་མ་ལངས་  
པ་དང་འགྲོ་ཆས་གྱིས་ཉ་ལྟའོ། །རྒྱ་མཚན། ལེགས་པར་སྟོབས་དང་མཐུན་པར་འབྱུང་། ལྟ་བོ་  
དང་ནད་ལས་གོལ་ཉ་ལྟའོ་(ཆོག་དོན་གོང་འོག་མཚུངས་པ་ལས་གོང་མ་བསྐྱེད་ལྟ་ཡོད་ན་མིང་ཕྱ་ཕྱི་མཐར་  
སྤྱད་པའི་ཆོག་ཕྱད་སྤྱར་དགོས་པ)། གདམས་ངག་ལ། ལྟ་ལྟ་ལྟ་གྱིས་དང་། ཡིད་ལ་བྱུངས་དང་།  
ལ་བཏོན་དུ་ཐོན་དང་ཉ་ལྟ་མང་དུ་སྤྱང་ངོ་། །

གསུམ་པ་ལ་ཁ་འཕང་སྟེ་དོན་བསྐྱེད་པ་ནི། ཕྱད་དང་རྟེན་དབྱེ་གཞན་རྟེན་སྤྱད་པ། །དེ་  
རྟེན་དབྱེད་པས་གོ་བར་ལུས། ཞིབ་མོར་བཞུགས་མི་ལང་ངོ་། །ཞེས་པས་བསྟན་ཏེ། ཕྱད་  
དང་རྟེན་དབྱེ་འདིར་མ་བཤད་པ་དུ་མ་ཡོད་པ་གཞན་རྟེན་སྤྱད་པ། གོང་གི་ཕྱད་དང་རྟེན་དབྱེ་  
དངོས་སྤྱ་བཤད་པ་རྟེན་སོ་ཞིབ་ཏུ་སྟོབས་པས་གོ་བར་ལུས་ཀྱི་འདིར་ཞིབ་མོར་ཡི་གེ་ལ་བཞུགས་  
མི་ལང་ངོ་ཞེས་པའོ། །ཁ་བཤད་པའི་རྟེན་དབྱེ་གང་ཞེན། དུ་མར་སྤྱང་སྟེ། སོ་དང་སེན་མོ་རྟོ་

ལ་རིང་། འཕུལ་ལ་ཁད། འཆི་ལ་ཐུག་སྐྱིད་ཉམས་ལ། ཡིན་པས་ན། བྱིས་ཤིག་གུ་སྤྱོད་མཁུ་སྤྱོད་  
དེ་བས་ལྷག་ཏུ་ཅག་དེད་ཅག་བསྐྱོར་བ་བྱེད་ཀྱིན་སྤྱོད་པོ་བཟླ། ལྷ་ཕྱག་འཆའ་གྱིན་མཆོད་  
པ་འབུལ། དེ་ལྷ་དེ་ལྷར་དེ་བཞིན་སྤྱོད་ལ། མགོ་ཅན་ཡིན་ནོ་ལོ། ཨེ་རེ་མཛེས། ཨེ་ཡིན། ལྷན་  
ནེ་བ། ལྷང་དེ་བ། ཡ་ལ་ལ། ཏུ་ཏུ་ཏུ། དི་ཏུ་ཏུ། ལྷེ་མས་སེ་ལྷེ། ཀོ་རོ་རོ། ཟུ་ལྷ་ལྷ། ཉེ་རེ་  
རེ་སོགས་ཤིག་ཏུ་མང་སྟེ། སྤྱིར་ཆོག་ཕྱད་ནི་མིང་ཆོག་ལ་མ་སྤྱིར་ན་རང་སྟོབས་ཀྱིས་དོན་མི་སྟོན་  
ཅིང་། མིང་གི་ཐོག་མཐའ་བར་དུ་སྤྱིར་ན་བརྗོད་བདེ་བ་དང་། མཆོམས་སྤྱིར་བ་དང་། དོན་  
གསལ་བ་ལ་ཕན་འདོགས་པ་ཞིག་གོ།

གཞན་ཡང་། ཅམ་ནི་ལྷག་མ་འགོག་པ་དང་། ཆད་དང་། དམན་པའི་སྤྱོད་ལ་འཇུག་སྟེ་  
དཔེར་ན། སྤྱོད་པ་ཅམ་ལས་ལྷ་བ་ནམ་དག་མིན། རྒྱ་ཏུ་དེ་ཅམ། དཔངས་སུ་མདའ་གང་ཅམ།  
མཁས་པའི་མིང་ཐོགས་ཅམ་ལྷ་བ། ཏུད་པར་ནམ་དབྱེ་ནམས་ལ་གཅིག་ཆོག་ཉིད་དང་། གཉིས་  
ཆོག་དག་དང་། མང་ཆོག་ནམས་ཏེ། ཉིད་ཅེས་གཅིག་དང་། དག་ཅེས་གཉིས། ནམས་ཤེས་  
གསུམ་ནས་གངས་དུ་ཡོད་ཀྱི་བར་བསྐྱུ་ནམ་སོ། །དེ་དག་ཀྱང་ནམ་དབྱེ་དང་པོ་ལྷ་བྱ་ལ་སྤྱོད་  
ཉིད། སྤྱོད་པ་དག་སྤྱོད་ལྷ་བྱ་བུའོ། །ནམ་དབྱེ་གཉིས་པ་ལ་དཔོན་གསལ་ཉིད་ལ་ཕྱག་འཆའ་  
ལོ། །དཔོན་གསལ་དག་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །དཔོན་གསལ་ནམས་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །ལྷ་བྱ་དབྱེ་  
བས་ནམ་དབྱེ་བདུན་གསུམ་ཉེར་གཅིག་ཡོད་དོ། །ཡང་སྤྱིར་ཡུལ་ལ་མ་སྟོན་པ་རང་ཉིད་ཀྱི་བརྗོད་  
དོན་གསལ་བར་བྱེད་པའི་ཕྱད་ནི། འདི་གང་དུ་དེ་ཅི་སྤྱོད་ཡང་ནམ་སྤྱིར་ཇི་ལ་ལ་འོ་ན་ལྷ་བྱ་ཕྱད་  
རྒྱུ་པ་ནམས་དང་། ཕྱད་གཉིས་གསུམ་འཆོགས་པ། དེ་དག་གང་ཞིག་གང་དག་དེ་ནམས།  
གང་འདིར། ཇི་ལྷར། ཇི་སྟེད། དེ་ལྷར། དེ་སྟེད། གལ་ཏེ། གང་ལྷར། ཅི་ཞིག་སྤྱོད་ཞིག་དེ་  
ཉིད། གང་ནམས། ཅི་ཕྱིར། གང་ཕྱིར། དེ་ཕྱིར། དེ་སྟེད། དེ་ལྷ་ན། ཇི་ལྷ་ན། འོན་ཀྱང་། ཅི་  
འང་། ཅི་ནས་ཀྱང་། ཡང་ཡང་། སྤྱིར་ཡང་། ནམ་ཞིག་སྤྱོད་པ་ཅི་ཞིག་ན་དེ་ཞེས་པ་ལྷ་བྱ་  
ནམས་དང་། ཅི་ཡང་ཞེས་པ་བསྐྱུས་པས་ཅང་དང་། འོ་ན་ཞེས་པ་བསྐྱུས་པས་འོན་དང་། གང་  
ལ་ལ་ཞེས་པ་བསྐྱུས་པས་གལ་དང་། རྒྱལ་མཆོན་ཞེས་པ་བསྐྱུས་པས་རྒྱན་དང་། གང་ལ་ཞེས་  
པ་བྱུར་ཆག་པས་གལ་དང་། ཡང་མིང་གཞི་བྱུར་ཆག་པ་ཡང་མང་སྟེ། ས་བོན་ཞེས་པ་བྱུར་ཆག་  
པས་སོན་དང་། དེ་རིང་ལ་དིང་། དིང་སང་ལ་དེང་ཞེས་པ་དང་། རྒྱུང་ཟད་ལ་རྒྱུང་ཞེས་པ་

སོགས་ཤིན་ཏུ་མང་བས་འདི་དག་གིས་མཚན་ནས་རྒྱ་ཆེར་ཤེས་པར་བྱའོ། །མཚན་གཏོར་འགེལ་  
བ་གྱིས་ཚ་མ་ལས། འདི་ཞེས་སོ་ཡིས་འཛིན་པའི་སྒྲ། ལ་ནི་གཞི་ཅུ་འཇུག་པ་སྟེ། ཞེས་གསུངས་  
སོ། །རྟ་འགེལ་ལས། ལྷན་པ་ནི་ཡོད་པའོ། འདི་ཞེས་བྱ་བ་མངོན་དུ་གྱུར་པའོ། འདི་ཞེས་པ་  
ནི་སྐབས་ལ་བབས་པ་སྟེ། གུན་ནི་མང་བའི་སྒྲའོ། གུན་ཀ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཐམས་ཅད་དོ། ལ་  
ནི་གཞི་ཡི་དོན་ནོ། །ཐམས་ཅད་ནི་མ་ལུས་ཏེ། ཉིད་ནི་སྤང་བའི་ངོ་བོ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་ངེས་  
པའོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །སྒྲ་འགེལ་ལས། དེ་ནི་གོང་མའི་རྗེས་འདེད་ཡིན། རྟས་ནི་མ་འོངས་བསུ་  
བའི་སྒྲ། འདི་སྤང་ཅིག་སྟོན་པའི་དུས། ལ་ནི་སྤྱོད་བར་བྱེད་པའི་བད། ཡང་ནི་བྱེ་མ་བསྟོན་  
པའི་སྒྲ། འདི་ནི་ཐེ་ཚོམ་རྟོག་པའི་སྒྲ། འདི་ནི་སྤང་མ་བསུ་བའི་སྒྲ། ཡི་ནི་ཡོད་མེད་སྟོན་པའི་  
སྒྲ། །ན་ནི་གཞན་ལ་སྟོན་པའི་སྒྲ། ཐད་ནི་དཔེ་ལ་འཛིག་པའི་སྒྲ། འདི་ནི་ཟུལ་འགེལ་བའི་  
སྒྲ། །རྟོགས་པ་བཤད་དུ་མེད་པའི་སྒྲ། ཐུལ་འགྱུར་གཞན་དུ་འཇུག་པའི་སྒྲ། རྟུལ་པ་འདོད་  
པ་སྤང་བསྐྱབ་སྒྲ། བཀྱེན་ཆོགས་བསྐྱབ་བྱ་འབྱོར་བྱེད་སྒྲ། རྒྱུད་ནི་འབྲེལ་བར་སྟོན་པའི་སྒྲ། །  
ལུང་ནི་འཁོར་འདས་འབྱུང་བའི་སྒྲ། མན་ངག་ངེས་པར་སྟོན་པའི་སྒྲ། བཀའ་ནི་ཚད་མར་སྐྱབ་  
པའི་སྒྲ། ཞེས་དང་། ཏ་ནི་དཔའ་བར་གྱུར་པའི་སྒྲ། ཏེ་ནི་དགེས་པ་ཆེན་པོའི་སྒྲ། རན་ནི་  
གཉེན་པོས་གཞོན་པའི་སྒྲ། ཞེས་སོགས་གསུངས་སོ། །ཐམས་ཅད་གུན་ཀ་དུ་མ་ཆོགས། ཡོ་ཀ་  
པལ་ཆེ་ཡོད་དོ་ཅོག ཡིན་ནོ་ཅོག་དང་གྱུར་ཅོག་ནམས། མང་ཆོག་ཡིན་ཀྱང་སྐབས་ཐོབ་  
གཙོ། མ་ལུས་འབའ་ཞིག་ཤ་སྟག་ནམས། ལྟག་མ་འགོག་པའི་སྒྲ་ཡིན་པར། མཐས་དབང་  
གོང་མ་ནམས་ཀྱིས་གསུངས། ས་བད་སྟོན་པའི་བསྟན་བཅས་ཉི་ཤུ་བདུན་པ་ལས། མཚམས་  
སྟུར་བཤད་པ་སྟེ་ལེའུ་གསུམ་པའི་འགེལ་བ་དང་དཔེར་བརྗོད་རྟོགས་སོ། །

སྒྲས་པ།

མ་དག་ངྷི་མའི་ཆ་བལ་གསུང་རབ་དང་། །  
བད་སྟོན་བསྟན་བཅས་ཚད་མ་སོར་བཞག་ཅིང་། །  
སྒྲ་མའི་བཞེད་དགོངས་འགལ་མེད་རང་སྟོ་ཡིས། །  
མ་འཇུག་བསྐྱངས་འདི་དྲང་པོའི་ཉག་ཕྱན་བཞིན། །

ཡང་ཡང་ཤེས་བྱའི་པ་མཐའ་འཛུལ་བྱེད།  
ཡང་ཡང་འབད་ཀྱང་གཞན་གྱིས་ག་ལ་རྟེན།  
ཡང་ཡང་འདི་ལ་ནན་ཏན་བགྱིས་པ་ན།  
ཡང་ཡང་མི་དགོས་བདེ་སྐྱུ་རྟོགས་པར་འགྱུར།

གཞུང་དོན་སྒྱུ་རིས་ལས་སྐྱུ་པའི།  
འགེལ་བཤད་ཚོན་སྒྲ་བཀྱིས་པ་ལ།  
དཔེར་བརྗོད་དག་གི་མདངས་འབྱེན་ཏེ།  
བད་སྒྲོད་མ་སྒྱུ་འདི་མཇལ་འཛུལ།

ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་བར་སྐབས་ཀྱི་ཚིགས་སུ་བཅད་པའོ།

བཟུན་བཅོས་ལེགས་པར་བསྐྱབས་པའི་ཚུལ་བཤད་པ།

བཞི་བ་དོན་དེ་ལེགས་པར་བསྐྱབས་པའི་ཚུལ་ལ་བཞི། བཟུན་བཅོས་འདི་ཉིད་བརྩམས་པའི་དགོས་པ་དང་། ཇི་ལྟར་བསྐྱབས་པའི་ཚུལ་དངོས་དང་། བཟོད་གསོལ་དང་། བཟླ་སྟོན་ནོ། །

དང་པོ་ནི། བདེར་གཤེགས་བཀའ་དང་བཟུན་བཅོས་ཀྱི། །བརྟམ་གསལ་བྱེད་ཡི་གེ་སྟོ། །དེ་ཙམ་མ་ཟད་ལྷགས་གཉིས་ཀྱི། །རྣམ་བཞག་ལམ་ཡངས་འགྱུར་མཐོང་ནས། །ཞེས་པས་བཟུན་ཏེ། གངས་ཅན་དུ་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་བཀའ་རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱུ་གསུམ་དང་། སྟོབ་དཔོན་ལྷ་ཚོ་ནས་ད་ལྟའི་བར་གྱི་རྗེས་འཇུག་ཚུལ་གཉེར་ཚད་ལྡན་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱབས་པའི་བཀའ་བརྟེན་ནས། བཟུན་བཅོས་ཇི་སྟེད་སྤང་བ་གསལ་བར་བྱེད་པ་ནི་ཡི་གེའི་སྦྱར་བ་སྟེ། དེ་ཙམ་དུ་མ་ཟད་འཇིག་རྟེན་དུ་མི་ཐབས་པ་དང་སྟེ་ཐབས་པའི་ལྷགས་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་བཞག་རྣམས་ལམ་ཡངས་པོར་འགྱུར་བ་མཐོང་ནས་ཞེས་འདིའི་ནས་ནི་སྟག་བཅས་སོ། །

གཉིས་པ་ནི། གཞུང་ལྷགས་འགའ་ལ་གོམས་འདྲིས་སྟོས། །བཀའ་དང་ལུང་གི་དོན་བཅུས་ནས། །ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་གཞིར་གྱུར་པ། །ཡི་གེའི་སྦྱར་བ་འདི་ཉིད་བཀོད། །ཅིས་པས་བཟུན་ཏེ། གཞུང་ལྷགས་འགའ་ཞིག་གི་དོན་ཁོང་དུ་ཆུད་ཅིང་གོམས་འདྲིས་ཀྱི་སྟོས། བདེ་བར་བཤེགས་པའི་བཀའ་དང་མཐས་མང་གི་ལུང་རྣམས་འདིར་བཅུས་ཤིང་། སྟོབ་མའི་ཕྱག་ཁྲིད་དང་ལྡན་པར་བྱས་ནས་བཀའ་རྒྱུད་དེ་དག་གི་དོན་རང་བཟོས་མ་བསྐྱེད་པར་དབུ་མཚོ་བརྟེན་བཤད་དམ། གཞུང་བཟུན་བཤད་བསྐྱུ་གསུམ། མཇུག་བཟོད་བཟླ་སྟོན་ལམ་གྱི་རང་བཞིན་ཅན་དུ་དཔོན་གསལ་གོང་མ་རྣམས་ཀྱི་བཀའ་བརྟེན་དང་མཐུན་པར་ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་གཞི་དང་ཆ་བར་གྱུར་པའི་ཡི་གེའི་སྦྱར་བ་བརྟེན་ཉེར་བཅུན་པ་འདི་ཉིད་བཀོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སོ། །

གསུམ་པ་ནི། འགལ་འཁྲུལ་ཉེས་པར་གྱུར་པ་གང་། །སྐྱབས་ལུལ་བཞི་ལ་བཟོད་པར་གསོལ། །ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་བཀོད་པའི་གཞུང་འདི་ལ། བདག་སྟོས་མ་རྟོགས་པའི་དབང་གིས་འགལ་འཁྲུལ་ཉེས་པར་གྱུར་པ་གང་མཆིས་པ། །སྐྱབས་ལུལ་བཞི་སྟེ་སྟོབ་མ་སངས་རྒྱས་རྟེན་གསུམ་



སེམས་དཔའི་ཚྭ་ལ་བཟོད་པར་གསོལ་ཞེས་ཁེངས་པ་བསྐྱེད་པའོ་ཞེས་པའོ། །བཟོད་གསོལ་གྱི་དགོས་པ་ནི། རང་ལ་ང་རྒྱལ་ལ་སོགས་ཀྱི་དྲི་མས་མི་གོས་པ་དང་། གཞན་གྱིས་ཚྭ་པ་པོ་ཚད་ལྡན་དུ་ཤེས་པ་དང་། རྩོན་བྱུང་དང་རྩེས་སུ་མཐུན་པའི་དགོས་པ་ཡོད་དོ། །

བཞི་བ་ལ་གཉིས། བསྐྱོད་བ་དང་སྒྲོན་ལམ་མོ། །དང་པོ་ནི། དགོ་ཚྭ་ལ་འདི་དང་དུས་གསུམ་དུ། །རྣམ་དཀར་ཅི་བཞིས་འགོ་ལ་བསྐྱོད། །ཞེས་པས་བསྐྱར་དེ། །སྒྲོན་གསུམ་དག་པས་དཀར་བ་དང་དུ་སྒྲུངས་ཤིང་འབད་པའི་ཤུགས་ལྷུངས་ནས་གཞུང་འདི་བརྩམས་པའི་དགོ་ཚྭ་ལ་ཆེ་འབྱེད་ཆུང་གསུམ་ཅི་མཆིས་པ་དང་། དུས་གསུམ་དུ་རྣམ་དཀར་ཅི་བཞིས་པ་རྣམས། མ་གྱུར་འགོ་རྣམས་རྣམ་མཁུན་འཐོབ་ཕྱིར་བྱང་ཆུབ་དུ་བསྐྱོད། །ཞེས་པའོ། །གཉིས་པ་ནི། ཡུན་དུ་གཤེན་བསྐྱར་དར་རྒྱས་ཤིང་། །དེ་འཛིན་སྐྱེས་བུའི་ཞབས་པད་བརྟན། །འགོ་རྣམས་སྒོ་མུན་ཀུན་སངས་ནས། །མཁུན་པའི་ཡེ་ཤེས་རྒྱས་པར་ཤོག །ཅེས་པས། ཡུན་རིང་དུ་གཤེན་གྱི་བསྐྱར་པ་རིན་པོ་ཆེ་ཕྱོགས་བརྩུ་ཀུན་དུ་དར་ལ་རྒྱས་ཤིང་། །དེ་འཛིན་སྐྱེས་བུ་དམ་པ། །ཕྱོགས་གང་དང་གང་དུ་བཞུགས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཞབས་པད་བསྐྱེད་བརྟན་པར་དུ་བརྟན་པ་དང་། །ཕྱོགས་བརྩུའི་ཞིང་ཁམས་ཀྱི་གདུལ་བྱར་གྱུར་པའི་འགོ་བ་རྣམས་སྒོ་ཡི་མུན་པ་ཀུན་སངས་ནས། །ཇི་ལྟ་ཇི་སྟེད་མཁུན་པའི་ཡེ་ཤེས་རྒྱས་པར་ཤོག །ཅེས་པའོ། །དེ་ལྟར་བཞིས་པས་ཐེག་ཆེན་གྱི་དགོ་བར་འགྱུར་བ་དང་། །མི་འཛིན་ཅིང་འཕེལ་བ་དང་། །རྩོན་བྱུང་རྩེས་སུ་མཐུན་པ་དང་། །རང་ཉིད་ཚྭ་པ་པོ་ཚད་ལྡན་དུ་འགྱུར་བ་སོགས་ཀྱི་དགོས་པ་ཡོད་དོ། །

ཞེས་བད་སྒྲོན་པའི་བསྐྱར་བཅས་ཉི་ཤུ་བདུན་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲིགས་མའི་འདྲེན་པ་གཤེན་སྒྲོན་རིན་པོ་ཆེ་མི་འགྱུར་གཙུག་ལུན་དབང་རྒྱལ་གྱིས་འདི་བཞིན་དགོས་ཚུལ་གྱི་བཀའ་རང་ལོ་ཉེར་ལྔ་བ་མེ་ལོས་ལོར་སྤྱི་བོར་ཕེབས་པ་དང་། །སྐར་ཡང་བཀའ་གསུང་ཡང་ཡང་ཕེབས་པས་དེ་བཞིན་དང་དུ་ལེན་པ་ཡིད་ལ་བརྟན་ཀྱང་། །རྣམ་གཡེང་ཁོ་ལོར་འཕྱར་པ་ཟེན་མེད་ཀྱི་དབང་གིས་རེ་ཞིག་སྒྲོད་ཤོར་དུ་འགྱུངས་ཡང་རང་ལོ་ཉེར་དགུ་པ་ལྷགས་ལྷག་ལོར་རང་ཉིད་ཀྱང་གཤེན་གྱི་བསྐྱར་ལ་སྤྱི་བྱ་བཞིན་སྒོས་ཀུན་ནས་བསྐྱེད་ཤིང་གང་དེའི་ཞབས་རྒྱལ་སྤྱི་བོར་ལེན་པ་ཐོས་ཆུང་ཚུལ་བྱིམས་ལུན་ཚྭ་ལ་ཞེས་པ་བདག་གིས་བསྐྱེད་ཤིང་བརྩམས་པ་རྩོགས་སོ་ཞེས་པའོ། །

སྐར་གཞུང་འདི་བརྩམས་ནས་སྤྱན་གཟིགས་སུ་ཕུལ་སྐབས་ལེགས་སོ་དང་བཅས་དེ་དུང་

འགེལ་ཞིག་དགོས་ཚུལ་གྱི་བཀའ་ལ་བརྟེན་ནས་རང་འགེལ་གཤེན་བསྟན་གསལ་བའི་ཉི་མ་ཞེས་  
བྱ་བ་ཆོག་ཉུང་དོན་རྒྱས་འདི་བཀོད་པའི་སྐབས་སུ་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་དང་རང་གཞན་ཀུན་ལ་  
ཕན་པའི་རྟགས་སུ་མཚན་ལྟས་བཟང་པོ་དུ་མར་བྱང་ཞིང་ལྷགས་ལྷག་ལོ་གོ་བཞིན་ཟླ་བའི་དཀར་  
ཕྱོགས་རྒྱལ་བ་གསུམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་བདུད་ཅི་ཐུན་མཚམས་དང་ལྷན་པའི་དུས་དགེ་བར་གསལ་ཁང་  
གསེར་སྒོའི་ཉི་འདབས་སྐུ་འབྱུང་ལྷ་ཁང་གི་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་གྲུབ་པར་བསྐྱིས་པའོ།

སྒྲུབ་པ།

གཤེན་གྱི་བསྟན་ལ་སྤྱི་བྱ་བའི་སྒྲོལ།  
སྒྲོ་འགྲངས་བདེ་བའི་སྟན་ལ་བཏང་སྒྲོམས་སུ།  
འདུག་པར་མ་པོད་འབད་ཚེ་དུ་མ་ཡིས།  
འབྲི་སྒྲོག་ཀུན་གྱི་ཕྱི་མོ་འདི་བརྩམས་སོ།

བདག་སྒྲོ་ཚོངས་པའི་འདམ་ཁྲོད་ལས་འོངས་པའི།  
བད་དག་སྒྱུར་བའི་ཆུ་སྒྲིས་རབ་བཞད་པ།  
ལེགས་བཤད་བྱི་བསུང་ཡོངས་སུ་སྒྲོ་བ་འདི།  
མཁས་མང་རྟེན་གྱི་དུང་དུ་གྲུས་པས་འབུལ།

བདག་འདར་སྒྲོ་གོས་དགོས་འདོད་འཛོ་བའི་སྦྱང།  
མཁས་མང་གསུང་གི་མཚོ་ལས་བད་སྒྲོད་ཀྱི།  
གཞུང་འགེལ་ཞོར་བྱ་གེགས་མེད་འདིར་ལོན་པས།  
དོན་གཉེར་ནམས་ཀྱི་ནན་ཏན་སྤྱི་བྱས་བཀུར།

དེང་སང་ཕལ་ཆེར་ཉུང་ལ་ཐུགས་དགུས་ཕྱིར།  
དཔེར་བརྗོད་ཉུང་ལ་འབྲས་པ་སྣ་རེ་ཙམ།

བཀོད་པ་ཡིན་གྱི་རྒྱ་ཆེའི་སྒྲོས་པ་བསྐྱེད་སྤྱོད། །  
ལེགས་བཤད་ཡིན་མིན་གཟུང་གནས་རྣམས་ཀྱིས་མཁྱེན། །

གང་དག་ཤེས་བྱར་སྐྱེད་སྒྲོ་ཐོན་པ་དག །  
བར་དག་སྒྱུ་ཤེས་བོན་ཀྱི་ཡེ་ནས་དག །  
ཡང་དག་ལམ་ཁྱེད་སྤྱོད་དང་སྤྱོད་པ་དག །  
མཐའ་དག་ཤེས་བྱ་སྐྱེད་སྤྱོད་རྣམས་ལ་པར་དག །

མཁས་གྲུབ་སྤྱོད་མཁུ་གསུང་དག་ལྟ་ཏེ་ཆང་། །  
དོན་བཟང་རོ་མཆོག་མངར་བ་ཅུང་ཟད་ཅམ། །  
ཁྱེད་འཕྱུངས་སྤྱོད་ཆོག་འཆལ་གཏམ་ཤོར་བ་ལ། །  
གཟུ་ལུས་ར་རོས་ཉེས་ན་སྤྱོད་ནས་བཤགས། །

འདི་ལ་མ་དག་ངེ་མཁུ་ཆ་མཆོས་ན། །  
དབྱེད་པ་གསུམ་གྱི་གཙང་ཆབ་ཀྱིས་བཀྱས་ཏེ། །  
ལེགས་བཤད་ལོར་བྱ་སྤྱོད་ཆོགས་ལ་ལོད་པའི། །  
ལས་གཉེར་མཁས་མཆོག་རྣམས་ཀྱིས་མཛད་དུ་གསོལ། །

བསྐྱེད་འཛིན་སྤྱོད་བྱ་སྤྱོད་ལྟར་པར་དུ། །  
བསྐྱེད་པའི་བདག་པོ་གཤེན་རབས་རིམ་འབྱོར་རྣམས། །  
བསྐྱེད་འགྲོའི་དཔལ་དུ་ཞབས་པད་ཏྱག་བཏན་ནས། །  
བསྐྱེད་པའི་བཀའ་འཁོར་ཡུན་རིང་བསྐྱོར་གྱུར་ཅིག །

ཕྱོགས་དུས་གར་ཡང་ཉེར་འཛའ་རིགས་ཞི་ཞིང་། །  
ཞིང་ཁམས་ཀྱན་ཏུ་དཔལ་འབྱོར་ཕུན་སུམ་ཚྭ་སྟོན། །  
ཚྭ་སྟོན་གཉིས་གཉེར་འཆང་བཀྲ་ཤིས་ཕན་དང་བདེ། །  
བདེ་སྦྱིད་ཉི་མ་དགུང་ནས་འཆར་བར་ཤོག །

བདག་དང་མ་ཟུར་མཁའ་ཁྲབ་འགོ་བ་རྣམས། །  
བདག་དོན་སྦྱོར་གྲུབ་བོན་སྐྱེ་གདོད་དག་ལས། །  
གཞན་དོན་མཐར་ཕྱིན་ལོངས་སྤྱོད་རྫོགས་སྐྱར་གྲུབ། །  
འགོ་དོན་སྦྱལ་སྦྱས་རྒྱ་དྲུག་དོང་སྦྱག་ཤོག །

སའ་མཁྲའི། འུ་རྟེ།

བོད་ཀྱི་བདེ་ལེ་དུས་གསུམ་བསྐྱལ་ཚིག་དང་བཞིའི་བྱང་པར་འབྱེད་པའི་  
རེད་མིག་སྒོ་གསལ་དགའ་སྟོན་ཟུངས་དོ་ཤལ་  
ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

ན་མ་སྒྲུབ་བློ་ས་རྩ་ཡ།

མཁུན་རབ་བྱ་གཟིངས་བཙུན་པའི་དར་ཆེན་གྱིས།  
 རབ་བསྐྱལ་བད་སྟོང་རིག་པའི་མཆོ་འཛིངས་ལས།  
 རིག་གྲོལ་དབྱིག་ལོན་མྱོངས་པའི་དབུལ་བ་སེལ།  
 ཞང་བོད་ལོ་བཏ་ཡོངས་ལ་ཕྱག་བགྱིས་ནས།

གངས་ཅན་སྐད་ཀྱི་བད་སྡོད་དབྱིག་འཛིན་ལྟོར།  
འབྲུངས་པའི་དུས་གསུམ་བྱ་བྱེད་བསྐྱལ་ཆོག་གི།  
རྣམ་དབྱེ་ཐོབ་སྐྱེན་ཕྱིར་དུ་བྱ་ལྟོ་ལའི།  
དོ་ཤལ་དོན་གཤེར་རྣ་བའི་མངོས་རྒྱན་སྟེལ།

དེ་ཡང་བྱ་བྱེད་དང་བྲལ་བའི། མིང་རྒྱུ་རྣམས་ནི་འགྱུར་མེད་མྱེད། ཤེས་པ་སྣ་བས་  
གཞན་དུ་གསལ། འདིར་ནི་བྱ་བྱེད་བྱས་ཟིན་གསུམ། བསྐྱལ་ཚིག་དང་བཅས་རྣམ་པ་བཞི།  
རྣམ་འགྱུར་སྣ་ཚོགས་སོ་སོ་རུ། དབྱེ་བ་ཡོད་རྣམས་སྟོ་དམན་འགའ། ཤམ་མྱེར་རེའུ་མིག་སྟེལ་  
བ་ལ། དབྱངས་ཡིག་ཨི་ཞུ་ཨེ་ཨོ་བཞི། གསལ་བྱེད་སྲུང་རྩ་ཐམ་པ་དང་། རྗེས་འཇུག་བརྩ་  
དང་ཡང་འཇུག་གཉིས། དེ་རྣམས་ངོས་འཛིན་བྱི་དང་མཐུན། བརྒྱ་སྟོང་ཉི་ཤུ་བདུན་པ་ལས།  
སྟོན་འཇུག་ག་ད་བ་མ་འ། དང་སོ་གཉིས་ནི་ཆུ་ཡིན་ལ། གསུམ་པ་ས་ཡིན་བཞི་བ་མཁའ། །

གངས་ཉི་ཤེ་སྐོན་གཞུང་རིག་མཛད།

ཐུ་བ་མེ་ཡི་ཡི་གེར་འདོད། རྒྱ་གཉིས་མ་འོངས་ད་ལྟའི་ཆེད། ལ་ནི་འདས་དང་མ་འོངས་ཕྱིར། །  
 ནམ་མཁའ་དུས་གསུམ་མཉམ་པར་འཇུག། མེ་ནི་མ་འོངས་ད་ལྟའི་ཕྱིར། བྱ་བར་རྒྱ་གཉིས་སྐྱར་བ་  
 ན། རྟེ་ཡི་བྱེད་པར་མེ་ཡང་འཇུག། ལ་འཇུག་པ་ཡི་བྱ་བ་དེའི། བྱེད་པར་མེ་འམ་འཕུལ་མེད་  
 རྟེ། རྟེ་མ་མཁའ་འཇུག་པའི་བྱ་བ་ནི། བྱེད་པར་ག་འམ་འཕུལ་མེད་ཀྱང་། མེ་འཇུག་པ་ཡི་བྱ་  
 བྱེད་ནི། རྟེ་གཉིས་ཀ་རང་ལས་གཞན་མ་ཡིན། འམ་མཐའ་ཅན་ནི་སྤངས་པ་ཡི། བྱ་བྱེད་གཉིས་ཀ་  
 མི་འགྱུར་རོ། ལྷུས་སྟོག་གཉིས་ཀ་གཞན་འགྱུར་བའི། བྱ་བྱེད་དག་ནི་ཅི་རིགས་སོ། རྟེ་ལྟ་  
 དང་བསྐྱུལ་ཆོག་གཉིས། ལས་ཆེར་ཨོས་བརྒྱན་བསྐྱུལ་ཆོག་ལ། འམ་མཐའ་ཅན་ནི་སྤངས་པ་  
 མང་། རྟེ་གསུངས་དེ་ཡང་བྱས་ཟེན་འདས། བྱེད་ཆོག་དང་ནི་ད་ལྟ་བ། རྟེ་བ་ཡོད་དེ་  
 འཐོབ་བྱ་གཅིག བྱ་བ་རྣམས་དང་མ་འོངས་པ། སྐྱོར་བ་གཅིག་ཡིན་ཆོག་ལྷན་དབྱེ། རྟེ་  
 ལ་བྱ་བ་བསྐྱུལ་བའི་ཆོག སྐྱོར་བ་བསྐྱུལ་ཆོག་ཡིན་ཉི་དཔེར། །

ལ་བྱ་བ་	འདས་པ།	ད་ལྟ་བ།	མ་འོངས་པ།	བསྐྱུལ་ཆོག
སྐྱོད་སྟོགས།	བཀའ་།	འགོངས།	དགའ་།	ཁོངས།
གོས་སྟོགས།	བཀའ།	འགོངས།	དགའ།	ཁོངས།
དགག་བྱ།	བཀའ།	འགོག།	དགག།	ཁོག།
ལག་པ།	བཀའན།	བཀའ།	བཀའ།	བཀའན།
བྱར་དུ།	བཀའན།	དགོར།	དགར།	དགོར།
སྐྱེད་པ།	བཀའན།	འཁེལ།	འཁལ།	ཁོལ།
ལས་སྟོགས།	བཀའན།	འགོལ།	དགལ།	ཁོལ།
ལ་སྟོགས།	བཀའ།	འགས།	དགས།	ཁོས།
སྐྱར་སྟོགས།	བཀའ།	ཀྱང།	བཀྱ།	ཀྱས།
སྐྱོག	བཀའས།	འགྱུམས།	དགྱུམ།	གྱུམས།
མདུན་དུ།	བཀའ།	འགྱུགས།	དགྱུག།	ལྷུག།

གཞུག་ཏུ།	བཟུར།	འཁུར།	བཟུར།	ཁུར།
བདེ་ལ།	བཞོད།	འཞོད།	དཞོད།	ཁོད།
ལས་ལ།	བཞོལ།	འཞོལ།	བཞོལ།	ཁོལ།
ལོགས་ལ།	བཞོན།	འཞོན།	བཞོན།	ཞོན།
རྩ་བ་ནས།	བཞོག།	འཞོག།	དཞོག།	ཁོག།
སྤྱིན་སོགས།	བཞེ།	འཞེ།	དཞེ།	ཁྱེ།
ཡར་ལ།	བཞེག།	འཞེག།	འཞེག།	ཁྱེག།
ཐག་པས།	བཞེགས།	འཞེགས།	བཞེགས།	ཁྱེགས།
རྩ་སོགས།	བཞུམ།	འཞུམས།	དཞུམ།	ཁོམས།
གོ་བས།	བཞུལ།	འཞུལ།	དཞུལ།	ཁོལ།
གནས་སྤྱ།	བཞུད།	འཞུད།	བཞུ།	ཁྱིད།
ཁུས་ཀྱིས།	བཞུས།	འཁུས།	བཞུ།	ཁུས།
མདུད་སོགས།	བཞོལ།	འཞོལ།	དཞོལ།	ཁོལ།
བསང་པའི།	བཞོངས།	འཞོངས།	དཞོང་།	ཞོངས།
མདོ་སོགས།	བཞུགས།	ཞོག།	བཞུག།	ཞོགས་ཞོགས་ ཀྱང་།
དར་སོགས།	དཞིས།	དཞི།	དཞི།	དཞིས།
ཞོ་སོགས།	དཞོགས།	དཞོག།	དཞོག།	དཞོགས།
རོལ་མོ།	དཞོལ།	དཞོལ།	དཞོལ།	དཞོལ།
ཐོས་པའི།	དཞུས།	འཁུས།	དཞུ།	དཞུས།
རྒྱུ་མས།	བརྒྱས།	རྒྱ།	བརྒྱ།	རྒྱས།
ས་སོགས།	བརྒྱས།	རྒྱ།	བརྒྱ།	རྒྱས།
རྒྱུ་བ་སོགས།	བརྒྱངས།	རྒྱུང་།	བརྒྱང་།	རྒྱུངས།

ཁོང་ནད།	སྐྱུགས།	སྐྱུག	སྐྱུག	སྐྱུགས།
ཁུ་སོགས།	བསྐྱམས།	སྐྱེམས།	བསྐྱམ།	སྐྱེམས།
ཐུགས་དམ།	བསྐྱངས།	སྐྱོང་།	བསྐྱང་།	སྐྱོངས།
ལས་ལ།	བསྐྱལད།	སྐྱལ།	བསྐྱལ།	སྐྱལད།
སྐྱམ་སོགས།	བསྐྱས།	སྐྱད།	བསྐྱ།	སྐྱས།
སྒྲིང་བའི།	བསྐྱངས།	སྐྱང་།	བསྐྱང་།	སྐྱངས།
ཀྱང་བ་སོགས།	བསྐྱམས།	སྐྱམ།	བསྐྱམ།	སྐྱམས།
དབང་སོགས།	བསྐྱརད།	སྐྱར།	བསྐྱར།	སྐྱརད།
ང་སོགས།	བསྐྱོལད།	སྐྱོལ།	བསྐྱོལ།	སྐྱོལད།
གོས་སོགས།	བསྐྱོནད།	སྐྱོན།	བསྐྱོན།	སྐྱོནད།
འཁོར་བར།	བསྐྱོརད།	སྐྱོར།	བསྐྱོར།	སྐྱོརད།
རྒྱལ་སོགས།	བསྐྱོས།	སྐྱོ།	བསྐྱོ།	སྐྱོས།
འཇིགས་བ།	བསྐྱབས།	སྐྱོབ།	བསྐྱབ།	སྐྱོབས།
ཡང་ཡང་།	བསྐྱརད།	སྐྱོར།	བསྐྱར།	སྐྱོརད།
འཕོ་བའི།	བསྐྱས།	སྐྱ།	བསྐྱ།	སྐྱོས།
སྒྲིང་སོགས།	བསྐྱམས།	སྐྱོམ།	བསྐྱམ།	སྐྱོམས།
གནས་སྤ།	བསྐྱལད།	སྐྱེལ།	བསྐྱལ།	སྐྱོལད།
དྲིན་གྱིས།	བསྐྱངས།	སྐྱོང་།	བསྐྱང་།	སྐྱོངས།
མ་སོགས།	བསྐྱེད།	སྐྱེད།	བསྐྱེད།	སྐྱེད།
བརྟེན་བྱ།	བསྐྱེད།	སྐྱེད།	བསྐྱེད།	སྐྱེད།
འདྲོར་བྱ།	བསྐྱངས།	སྐྱོང་།	བསྐྱང་།	སྐྱོངས།
ཕར་ལ།	བསྐྱརད།	སྐྱོར།	བསྐྱར།	སྐྱོརད།



འོར་སོགས།	བསྐྱེས།	སྐྱི།	བསྐྱི།	སྐྱིས།
ཅུ་སོགས།	བསྐྱེལ།	སྐྱིལ།	བསྐྱིལ།	སྐྱིལ།
རྟ་སོགས་ལ།	བསྐྱོན།	སྐྱོན།	བསྐྱོན།	སྐྱོན།
ཡར་ལ།	བསྐྱོད།	སྐྱོད།	བསྐྱོད།	སྐྱོད།
ཕྱིར་ལ།	བསྐྱོད།	སྐྱོད།	བསྐྱོད།	སྐྱོད།
ཁག	བསྐྱིས།	སྐྱི།	བསྐྱི།	སྐྱིས།
བསྐྱེད་པའི།	བསྐྱེན།	སྐྱེན།	བསྐྱེན།	སྐྱེན།
ཁོ་བོར།	ཁོས།	ཁོ།	འཁོ།	ཁོས།
ཞེ་སོགས།	ཞེལ།	ཞེལ།	ཞེལ།	ཞེལ།
ལག་དུ།	ཞེར།	འཞེར།	འཞེར།	ཞེར།
ཕྱོགས་སུ།	འཁྱམས།	འཁྱམས།	འཁྱམ།	འཁྱམས།
སོ་སོར།	གྱེས།	འགྱེས།	འགྱེས།	གྱེས།
གང་མོ།	བགད།	དགོད།	བགད།	དགོད།
ལམ་སོགས།	བགགས།	བགག།	བགག།	བགོགས།
འོ་མ་པ་གོས་གོ་ བག་ཆགས།	བགོས།	བགོད།	བགོ།	བགོས།
བྱ་བ།	བགྱིས།	བགྱིད།	བགྱི།	གྱིས།
གངས་སུ།	བགྱངས།	བགྱོང་།	བགྱང་།	བགྱོངས།
རྒྱུ་མ།	བགྱངས།	དགྱང་།	བགྱང་།	བགྱངས།
འབྲས་སོགས།	བགྱས།	བགྱད།	བགྱ།	གྱས།
པར་ལ།	བཀལ།	ཀོལ།	བཀལ།	ཀོལ།
རྩ་སོགས།	བཀྱབས།	ཀྱེབ།	བཀྱབ།	ཀྱོབ།
གྲུ་སོགས།	བཀྱངས།	ཀྱོང་།	བཀྱང་།	ཀྱོངས།

གངས་ཉི་མོ་ན་གཞུང་ཡིག་མཛོད།

མིག་ལ།	བརྒྱུན།	རྒྱུད།	བརྒྱ།	རྒྱུ།
རྟོ་སོགས།	བརྒྱུགས།	རྒྱུག	བརྒྱུག	རྒྱུགས།
མནའ།	བརྒྱལས།	མཛོག	བརྒྱལ	མཛོགས།
ལམ་སོགས།	བརྒྱལས།	མཛོག	བརྒྱལ	མཛོགས།
བྱ་རམ།	བརྒྱརད།	མཛོར།	བརྒྱར།	མཛོརད།
ལམ་དུ།	བརྒྱལས།	རྒྱུག	བརྒྱལ	རྒྱུགས།
གཡོ་བའི།	བརྒྱལད།	རྒྱུལ།	བརྒྱལ།	རྒྱུལད།
ནས་སོགས།	བརྒྱོངས།	མཛོང་།	བརྒྱོང་།	མཛོངས།
ཉིང་འཛིན།	བརྒྱོམས།	མཛོམ།	བརྒྱོམ།	མཛོམས།
བཀའ་དང་ བག་ཆགས།	བརྒྱོས།	མཛོ།	བརྒྱོ།	མཛོས།
མེང་གི་རྣམ་པར།	བརྒྱོངས།	རྒྱོང་།	བརྒྱོང་།	རྒྱོངས།
གན་རྒྱལ་སོགས།	བརྒྱེལད།	རྒྱེལ།	བརྒྱེལ།	རྒྱེལད།
རྒྱ་དང་ཁ་དྲིག་ སྐབས།	བརྒྱུརད།	རྒྱུར།	བརྒྱུར།	རྒྱུརད།
གངས་ཁུ།	བརྒྱོངས།	མཛོང་།	བརྒྱོང་།	མཛོངས།
རྒྱ་སོགས།	བརྒྱལས།	མཛོག	བརྒྱལ	མཛོགས།
དག་དང་རྒྱ།	བརྒྱལད།	མཛོལ།	བརྒྱལ།	མཛོལད།
གལ།	བརྒྱལས།	མཛོག	བརྒྱལ	མཛོགས།
མོ་དང་མད་བྲ།	བརྒྱུམས།	མཛོམ།	བརྒྱུམ།	མཛོམས།
རྣང་བ་སོགས།	བརྒྱེལས།	མཛོལ།	བརྒྱེལ།	མཛོལས།
མར་ལ་དང་ གཅིག་ཏུ།	བརྒྱེལད།	མཛོལ།	བརྒྱེལ།	མཛོལད།
བྱ་བ་སོགས།	བརྒྱུལས།	རྒྱུལ།	བརྒྱུལ།	རྒྱུལས།
རྟོ་སོགས།	བརྒྱལས།	རྒྱུག	བརྒྱལ	རྒྱུགས།

འགན་པའི།	བརྩུན་ད།	ལྷོ།	བརྩུན།	ལྷོན་ད།
རིགས།	བརྩེས།	ལྷེ།	བརྩེ།	ལྷེས།
རྒྱལ་མཚན་སོགས།	བརྩེངས།	ལྷེང་།	བརྩེང་།	ལྷོངས།
ན་བཟའ་སོགས།	བརྩོན་ད།	ལྷོན།	བརྩོན།	ལྷོན་ད།
ལམ་སོགས།	བརྩོད།	ལྷོད།	བརྩོད།	ལྷོད།
བཅས་མ།	བརས།	ར།	བར།	རས།
མཚོད་པ།	བརན་ད།	རོན།	བརན།	རོན་ད།
ལས་ལ་དང་དག་ལ།	བརམས།	རོམ།	བརམ།	རོམས།
ཁ་བ།	བརུབས།	རུབ།	བརུབ།	རུབས།
ཡོས།	བརོས།	རོ།	བརོ།	རོས།
བརྩོད་པའི།	བརྩུགས།	ལྷོག	བརྩུག	ལྷོགས།
བྱེད་པའི།	བརྩུངས།	དངངས།	བརྩུང་།	ལྷོངས།
དགེ་བ།	བརྩོས།	ལྷོ།	བརྩོ།	ལྷོས།
ཐུ་གུ་ལྷག་ཚར།	བརྩོགས།	ལྷོག	བརྩོག	ལྷོགས།
འཁྱུགས་པའི་ལྷོ།	བརྩོགས།	ལྷོག	བརྩོག	ལྷོགས།
གོས།	བཅམ།	གཅོམ།	གཅམ།	འཚོམས།
ཤིང་སོགས།	བཅད།	གཅོད།	གཅད།	ཚོད།
བྱིས་སོགས།	བཅས།	འཚའ།	བཅའ།	ཚོས།
ཞབས་ཀྱིས།	བཅགས།	འཚག	བཅག	ཚོགས།
སྒོ་ཡིས།	བཅལ་ད།	འཇལ།	གཞལ།	ཚོལ་ད།
ཉེས་པ།	བཅབས།	འཚབ།	བཅབ།	འཚོབས།
རྩོ་སོགས།	བཅག	གཅོག	གཅག	ཚོག

ཡིད་ལ།	བཅགས།	འཇགས།	གཅགས།	ཚོགས།
ལག་ཏུ་སོགས།	བཅངས།	འཆང་།	བཅང་།	ཚོངས།
གནས་དང་གཏོར་མ།	བཅས།	འཆའ།	བཅའ།	ཚོས།
མིག་སོགས།	བཅརད།	བཅོར།	བཅར།	ཅོརད།
དམ་དུ།	བཅིངས།	འཚིང་།	བཅིང་།	ཚིངས།
རྟ་སོགས།	བཅིབས།	ཚིབས།	བཅིབ།	ཚིབས།
ཕྱིར་ལ།	བཅིལད།	འཛིལ།	གཞིལ།	ཚིལད།
ནང་དུ།	བཅུག།	འཇུག།	གཞུག།	ཅུག།
ཆུ་སོགས།	བཅུས།	འཆུ།	བཅུ།	ཅུས།
ཆུང་ཆུར།	བཅུམས།	འཇུམ།	འཇུམ།	ཅུམས།
ལག་པ་སོགས།	བཅུས།	གཅུ།	གཅུ།	ཅུས།
ཕྱག་ཏུ།	བཅུརད།	གཅུར།	གཅུར།	ཅུརད།
ཅད་ནས།	གཅུནད།	གཅུན།	གཅུན།	ཅུནད།
བཟོ་བོས།	བཅོས།	འཚོས།	བཅོ།	ཚོས།
བདུད་སོགས།	བཅོམས།	འཛོམས།	གཞོམ།	ཚོམས།
ལས་སོགས།	བཅོལད།	འཚོལ།	བཅོལ།	ཚོལད།
ཚོག་སོགས།	བཛོད།	ཛོད།	བཛོད།	ཛོད།
ཕན་ཚུན།	བཛེས།	ཛེ།	བཛེ།	ཛེས།
བོན་སོགས།	ཉནད།	ཉན།	མཉན།	ཉོནད།
ནགས་ཁྲོད་སོགས།	ཉལ་ད།	གཉལ།	གཉལ།	ཉལ་ད།
མཐོ་དང་བཟའ་ཕྱིར།	གཉག།	གཉོག།	གཉག།	གཉོག།
ཀོ་བ་སོགས།	མཉེས།	མཉེད།	མཉེ།	མཉོས།

ཕྱིང་གད།	བརྟངས།	རྟོང་།	བརྟོང་།	རྟོངས།
ལག་པས་པར་ལ།	བརྟབས།	རྟོབ།	བརྟབ།	རྟོབས།
གོས་སོགས།	བརྟནད།	རྟོན།	བརྟན།	རྟོནད།
སོ།	བརྟེལད།	རྟེལ།	བརྟེལ།	རྟེལད།
ཟད་པའི།	བརྟེངས།	རྟེང་།	བརྟེང་།	རྟེངས།
མལ་དུ།	བརྟལད།	རྟལ།	བརྟལ།	རྟལད།
གཏམ་སོགས།	བརྟད།	རྟོད།	བརྟད།	རྟོད།
ཆེ་ཆུང་སོགས།	བརྟམས།	རྟོམས།	བརྟམ།	རྟོམས།
རྒྱུ་ལྡན།	བརྟེགས།	རྟེག	བརྟེག	རྟེགས།
སྤུངས་ལ།	བརྟེས།	རྟེ།	བརྟེ།	རྟེས།
ཕྱིར་ལ།	བརྟེལད།	རྟེལ།	བརྟེལ།	རྟེལད།
མར་ཁ།	བརྟུགས།	རྟུག	བརྟུག	རྟུགས།
ཡོ་བྱད།	བརྟུངས།	རྟུང་།	བརྟུང་།	རྟུངས།
ལག་པ།	བརྟུལད།	རྟུལ།	བརྟུལ།	རྟུལད།
ཁ།	བརྟོགས།	རྟོག	བརྟོག	རྟོགས།
ཟས་སོགས་ཁས།	བརྟོད།	རྟོད།	བརྟོད།	རྟོད།
ནས་སོགས།	བརྟོརད།	རྟོར།	བརྟོར།	རྟོརད།
སྒྲོས།	བརྟངས།	གཏོང་།	གཏང་།	ཐོངས།
མིང་དང་དམ་ལ།	བརྟགས།	འདྲགས།	གཏགས།	ཐོགས།
ཞིབ་དུ།	བརྟགས།	འཐག	བརྟག་འཐག་གྱུང་།	ཐོགས།
གསོལ་བ་སྒྲོན་ལམ།	བརྟབ།	འདྲབས།	གཏབ།	ཐོབ།
གཏན་དུ།	བརྟིངས།	འདྲིང་།	གཏིང་།	ཐིངས།

ཡར་དང་སྤང་ལ།	བདེག	འདེགས།	གདེག	ཐེགས།
ཁྱང་ནས།	བརྟོནད།	འདྲོན།	གདྲོན།	ཐོནད།
ཐུ་སོགས།	བརྟོགས།	འཐོག	འཐོག་བརྟོག་ ཀྱང་།	ཐོགས།
འབས་ལ།	བརྟད།	འབྱད།	འཐུད།	ཐུད།
བརྟད་དང་ཚོན་སོཌ།	བརྟལད།	འབྱལ།	གརྟལ།	ཐུལད།
སྒོམ་དུ།	བརྟངས།	འཐུང་།	བརྟང་།	ཐུངས།
དུམ་བུར།	བརྟབས།	འཐུབ།	གརྟབ།	ཐུབ།
གོས་སོགས་ཀྱིས།	བརྟམས།	འཐུམ།	གརྟམ།	ཐུམས།
མེ་རྟོག་སོགས།	བརྟས།	འཐུ།	བརྟ།	ཐུས།
འབས་ལ།	བརྟགས།	གརྟག	གརྟག	གརྟགས།
ལག་དུ།	གརྟད།	གརྟོད།	གརྟད།	གརྟོད།
ཐག	གརྟརད།	གརྟར།	གརྟར།	གརྟོརད།
ཐུ་སོགས།	གརྟིགས།	གརྟིག	གརྟིག	གརྟིགས།
ཡིད།	བརྟནད།	རྟོན།	བརྟན།	རྟོནད།
ལེགས་པར།	བརྟགས།	རྟོག	བརྟག	རྟོགས།
ཉམས།	བརྟས།	རྟས།	བརྟ།	རྟས།
རྟོ་མེན།	བརྟལད།	རྟལ།	བརྟལ།	རྟལད།
ཐུ་བུར་སོགས།	བརྟོལད།	རྟོལ།	བརྟོལ།	རྟོལད།
ཐུར་བུས།	བརྟོད།	རྟོད།	བརྟོད།	རྟོད།
མིག་གིས།	བརྟས།	རྟ།	བརྟ།	རྟོས།
གོས་སོགས།	བརྟབས།	རྟབ།	བརྟབ།	རྟོབས།
ངན་འགྲོར།	རྟུངས།	རྟུང་།	རྟུང་།	རྟུངས།

ཞུ་སྟོན་ཕྱིན་ལེན།	བཟླ་བས།	ཟླ་བ།	བཟླ་བ།	ཟླ་བས།
ལེགས་པར།	བཟླ་རད།	ཟླ་ར།	བཟླ་ར།	ཟླ་རད།
འགྲོ་ཆས།	བཟླ་ད།	ཟླ་ད།	བཟླ་ད།	ཟླ་ད།
ཟ།	བཟླ་བས།	ཟླ་བ།	བཟླ་བ།	ཟླ་བས།
པོན་སྟོགས།	བཟླ་ནད།	ཟླ་ན།	བཟླ་ན།	ཟླ་ནད།
ཕར་ལ།	ཟླ་རད།	ཟླ་ར།	ཟླ་ར།	ཟླ་རད།
ཟ་སྟོགས།	བཟླ་ནད།	ཟླ་ན།	བཟླ་ན།	ཟླ་ནད།
གཟུགས་ལ།	བཟླ་མས།	ཟླ་མ།	བཟླ་མ།	ཟླ་མས།
ཟར་ཡང་།	བཟླ་ད།	ཟླ་ད།	བཟླ་ད།	ཟླ་ད།
ཟ་སྟོགས།	བཟླ་དས།	ཟླ་ད་།	བཟླ་ད་།	ཟླ་དས།
པོར་བའི།	ཟླ་རད།	ཟླ་ར།	ཟླ་ར།	ཟླ་རད།
ཐོས་པའི།	དེངས།	འདོང་།	འདོང་།	དེངས།
རྗེས་སྟུ།	དོད་བདས་ ཀྱང་།	འདོད།	འདོད་འདོད་ ཀྱང་།	དོད།
འདོར་བྱ།	དོར་ད།	འདོར།	འདོར།	དོར་ད།
ཟས་དང་གནས་ནས།	དྲངས།	འདྲེན།	དྲང་།	དོངས།
གཏམ།	དིས།	འདི།	དི།	དིས།
ས་ལ།	དུད།	འདུད།	འདུད།	དུད།
ཁྱང་བྱ།	དུས།	འདུ།	འདུ།	དུས།
ཐོས་སྟོགས།	བདུགས།	བདུག	བདུག	བདུགས།
བཀའ།	གདམས།	འདོམས།	གདམ།	འདོམས།
བྱམས་པས།	གཏུངས།	ཏུངས།	གཏུང་།	ཏུངས།
ཐུག་པ།	གཏུས།	གཏུ།	གཏུ།	གཏུས།

ཐུ་ངན་ལས།	འདས།	ལྷོ།	འདའ་བཟའང་།	ལྷོས།
ཐམས་ཅད།	འདུས།	འདུ།	འདུ།	འདུས།
ཆལ་མར།	བདལ་ད།	དོལ།	བདལ།	དོལ་ད།
ཐུག་ཅིང་།	བདགས།	དེབ།	བདག་	དོགས།
གི་སོགས།	བདར་ད།	དོར།	བདར།	དོར་ད།
ར་སོགས།	བརྟུངས།	རྟུང་།	བརྟུང་།	རྟུངས།
ཐོག་སོགས།	བདེབས།	དེབ།	བདེབ།	དེབས།
དབྱུག་པ་སོགས།	བདེག་	དེག་	བདེག་	དེག་
ཐུ་སོགས།	བདོལ་ད།	དོལ།	བདོལ།	དོལ་ད།
གཏམ་སོགས།	བཟོབས།	ཟོབ།	བཟོབ།	ཟོབས།
ཐུར་བའི།	བཟད།	ཟད།	བཟད།	ཟོད།
ཐུས།	བཟགས།	ཟག་	བཟག་	ཟོགས།
བསྐབ་བྱ།	ཟོབས།	ཟོབ།	ཟོབ།	ཟོབས།
དམ་པོར་ཕྱོད་གཅིག་	བདམས།	ཟོམ།	བཟམ།	ཟོམས།
གདན་ལ།	བཟད།	ཟོད།	བཟད།	ཟོད།
གཞན་ལ།	བཟྱགས།	ཟྱག་	བཟྱག་	ཟྱགས།
ཡིག་ཕྱོད།	བཟོབས།	ཟོབ།	བཟོབ།	ཟོབས།
དབང་དུ།	བཟུས།	ཟུད།	བཟུ།	ཟུས།
འདྲ་སོགས།	བཟུར་ད།	ཟུར།	བཟུར།	ཟུར་ད།
འཁོན་འགས།	བཟུམས།	ཟུམ།	བཟུམ།	ཟུམས།
སོག་དང་སྐྱ་ལ།	བཟོས།	ཟོ།	བཟོ།	ཟོས།
ཐག་པ་སོགས།	བཟོགས།	ཟོག་	བཟོག་	ཟོགས།





གོས་སོགས།	སྟོས།	སྟོད།	སྟོ།	སྟོས།
ཐིན་སོགས།	ཐྱིངས།	ཐྱིང་།	ཐྱིང་།	ཐྱིངས།
མངས་ལྷ།	ལྷ།	ལྷོད།	ལྷ།	ལྷོད།
འཐབ་མོ་དང་ལག་ཏུ།	ལྷ།	ལྷོད།	ལྷ།	ལྷོད།
ལུས།	ལྷུལ་ད།	ལྷུལ།	ལྷུལ།	ལྷུལ་ད།
རྒྱལ་སོགས།	ལྷུགས།	ལྷུག།	ལྷུག།	ལྷུགས།
འོད་སོགས།	སྟོས།	སྟོ།	སྟོ།	སྟོས།
ཆར་དང་གཏན་ལ།	པབ།	འབེབས།	དབབ།	པོབས།
ཐོག།	པིགས།	འབེགས།	འབེགས།	པིགས།
དམིག་ལྷ།	ལུགས།	འབུག།	དབུག།	ལུག།
མཚོད་པ།	ལུལ་ད།	འབུལ།	དབུལ།	ལུལ་ད།
ཐོག་དང་གྱུར།	ལུབ།	འབུབས།	དབུབས།	ལུབ།
ཆུ་སོགས།	སོས།	འབོ།	དབོ།	སོ།
སྟོམ་པ་སོགས།	སོག།	འབོག།	དབོག།	སོག།
བ་དན་སོགས།	ལུར་ད།	འལུར།	འལུར།	ལུར་ད།
རྒྱལ་སོགས།	ལུས།	འལུང།	དལུ།	ལུས།
མི་ཚོ།	ལུང།	འལུང།	འལུང།	ལུང།
ཞལ་དང་སྟོ།	ལུས།	འལུང།	དལུ།	ལུས།
ལྷེ་བྲག།	ལུང།	འལུང།	དལུ།	ལུང།
ལུན་དང་རྒྱངས་ནས།	ལུངས།	འལུན།	དལུང་།	ལུངས།
སོ་སོར།	ལུལ་ད།	ལུལ།	འལུལ།	ལུལ་ད།
ལུང་དུ།	ལུས།	འལུང།	དལུ།	ལུས།

ནོར་སོགས།	སྒོགས།	འསྒོག	དབྱོག	སྒོགས།
མདའ་སོགས།	འཕངས།	འཕེན།	འཕང་།	འཕྱངས།
གནས།	འཕོས།	འཕོ།	འཕོ།	འཕོས།
མིང་ནས།	བོས།	འབོད།	བོད།	བོས།
ལས།	བྱས།	བྱེད།	བྱ།	བྱས།
ཚུར་ལ།	བྱོནད།	སྒྱོན།	འབྱོན།	སྒྱོནད།
བྱུག་པ།	བྱུགས།	བྱུག	འབྱུག	བྱུགས།
སོ་སོར།	བྱེརད།	བྱེར།	འབྱེར།	བྱེརད།
བ་བྱན།	བད།	འདད།	འདད།	བད།
བསྐྱུ་བའི།	བྲིད།	འབྲིད།	འབྲིད།	བྲིད།
བས་སོགས།	བྲིས།	བྲིས།	འབྲིས།	བྲིས།
ཡི་གེ	བྲིས།	བྲི།	འབྲི།	བྲིས།
བྱ་བས།	བྲེལད།	བྲེལ།	བྲེལ།	བྲེལད།
བལ་སོགས།	བྲེག	འདྲེག	འདྲེག	བྲོགས།
དོང་དུ།	བྲུབས།	བྲུབ།	འབྲུབ།	བྲུབས།
པར་ལ།	བྲོས།	འབྲོས།	འབྲོས།	བྲོས།
ཚུ་ལ།	ཐངས།	སྒྲོང་།	ཐང་།	སྒྲོངས།
མེ་སོགས།	ཐརད།	སྒྲོར།	ཐར།	སྒྲོརད།
གཅིག་དུ།	ཐམས།	སྒྲོམ།	ཐམ།	སྒྲོམས།
ཉེས་པ།	ཐས།	སྒྲེད།	ཐ།	སྒྲོས།
སྒྱིན་གྱིས།	བྱུརད།	བྱུྱར།	བྱུར།	བྱུྱརད།
བསྐྱབ་བྱ་སོགས།	བྱུངས།	བྱུྱང་།	བྱུང་།	བྱུྱངས།

མྱ་རྒྱུ་	མྱ་གས།	མྱ་ག	མྱ་ག	མྱ་གས།
ར་མདའ།	མྱ་ད།	མྱ་ད།	མྱ་ད།	མྱ་ད།
ཟན་སོགས།	མྱ་ས།	མྱ་ས།	མྱ་ས།	མྱ་ས།
ཐག་པས།	མྱ་ལ།	མྱ་ལ།	མྱ་ལ།	མྱ་ལ།
དུམ་བུར།	དུམ་ལ།	དུམ་ལ།	དུམ་ལ།	དུམ་ལ།
རྩེ་སྒྲ།	འབྲངས།	འབྲང་།	འབྲང་།	འབྲངས།
དང་དུ།	མྱངས།	མྱ་ད།	མྱང་།	མྱངས།
ནང་དུ།	མྱ་གས།	མྱ་ག	མྱ་ག	མྱ་གས།
སྒྲོམ་སོགས།	མྱ་ད།	མྱ་ད།	མྱ་ད།	མྱ་ད།
རོ་སོགས།	མྱ་ངས།	མྱ་ང་།	མྱ་ང་།	མྱ་ངས།
ཁིང་ཁམས།	མྱ་ལ།	མྱ་ལ།	མྱ་ལ།	མྱ་ལ།
ཁིང་།	མྱ་ས།	མྱ་ད།	མྱ་།	མྱ་ས།
ཁྱི་སོགས་ཀྱིས།	མྱ་རྒྱུ་མྱ་རྒྱུ་	མྱ་རྒྱུ་	མྱ་རྒྱུ་	མྱ་རྒྱུ་
མྱ་ད་པས།	མྱ་ད།	མྱ་ད།	མྱ་ད།	མྱ་ད།
གཏུམ།	མྱ་ས།	མྱ་ས།	མྱ་ས།	མྱ་ས།
འཆགས་སྒྲ།	བཅགས།	འཆག	བཅག	ཆགས།
ཕྱག	བཅལ།	འཆལ།	བཅལ།	ཆལ།
ཞོར།	བཅལ།	འཆལ།	བཅལ།	ཆལ།
ནང་དུ།	བཅངས།	འཆང་།	བཅང་།	ཆངས།
ཁིང་།	བཅས།	བཅའ།	བཅའ།	བཅས།
མྱ་སོགས།	བཅིང་།	འཆིང་།	བཅིང་།	ཆིང་།
མྱ་སོགས།	བཅུགས།	འཆུགས།	གཟུག	ཆུགས།



གནས་སུ།	བཞག	འཛོག	གཞག	ཞོག
སྟན་ནས།	བཞེངས།	བཞེང་།	བཞེང་།	བཞེངས།
ཤིང་སོགས།	བཞོགས།	གཞོག	བཞོག	ཞོགས།
འོ་མ།	བཞོས།	འཛོ།	བཞོ།	ཞོས།
མར་ཁུ་སོགས།	བཞུས།	འཟུ།	བཞུ།	ཞུས།
ལག་པས།	བཟུངས།	འཛིན།	བཟུང་།	ཟུངས།
སྟོང་ཁ།	བཟེད།	འཛེད།	འཛེད།	ཟེད།
ཚུད་དུ།	ཟོས།	གཟོན།	འཛོ།	ཟོས།
ནམ་ཉིག	ཟོས།	འཛོ།	བཟོ།	ཟོ།
ཟས།	ཟོས།	ཟ།	བཟོ།	ཟོ།
མགོན་ལ།	གཟབས།	ཟབ།	གཟབ།	གཟོབས།
བཟོ་བོས།	བཟོས།	བཟོ།	བཟོ།	ཟོས།
སྟེང་དང་མུ་ངན་ལས།	བསྐྱས།	སྐྱོ།	བསྐྱ།	སྐྱས།
གཅིག་ཏུ།	བསྐྱམས།	སྐྱམ།	བསྐྱམ།	སྐྱམས།
ཕར་ལ།	བསྐྱོགས།	སྐྱོག	བསྐྱོག	སྐྱོགས།
མལ་དུ།	གཟེམས།	གཟེམ།	གཟེམ།	གཟེམས།
ཕག་ཏུ།	ཡིབས།	ཡིབ།	ཡིབ།	ཡིབས།
གཡབ་མོ།	གཡབས།	གཡོབ།	གཡབ།	གཡོབས།
ཡོ་བྱད།	གཡརད།	གཡོར།	གཡར།	གཡོརད།
སེམས།	གཡེངས།	ཡེངས།	གཡེང་།	ཡེངས།
གཡེང་བས།	གཡེལད།	གཡེལ།	གཡེལ།	གཡེལད།
ཕར་ལ།	གཡུགས།	གཡུག	གཡུག	གཡུགས།

བཀའ་པས།	གཡོགས།	གཡོག	གཡོག	གཡོགས།
ཟས་དང་འགྲུལ་བའི།	གཡོས།	གཡོ།	གཡོ།	གཡོས།
བྱིན་གྱིས།	བཟླབས།	ཟློབ།	བཟླབ།	ཟློབས།
རྩལ་དུ།	བཟླགས།	ཟློག།	བཟླག།	ཟློགས།
གཤོན་གྱིས།	བཟླམས།	ཟློམ།	བཟླམ།	ཟློམས།
རྒྱས།	བཟླན།	ཟློན།	བཟླན།	ཟློན།
ཤིང་སོགས།	གཤམས།	གཤོག།	གཤམ།	གཤོགས།
ལྷག་སོགས།	བཤས།	བཤའ།	བཤའ།	ཤོས།
ཤོམ་ར་སོགས།	བཤམས།	གཤོམ།	བཤམ།	ཤོམས།
ཟློ་བྱེ་འཕྲང་ལ།	བཤར།	གཤོར།	བཤར།	ཤོར།
རྒྱས།	བཤལ།	ཤོལ།	བཤལ།	ཤོལ།
ཁྱང་དང་སྦྱབས།	བཤངས།	ཤོང་།	བཤང་།	ཤོངས།
བོན་དང་གཏམ།	བཤད།	གཤོད།	འཆད།	ཤོད།
ཁང་བྱིམ་སོགས།	བཤེག།	འཇིག།	གཤེག།	ཤེག།
གྲལ་སོགས།	བཤེབས།	གཤེབ།	གཤེབ།	ཤེབས།
ཕན་ཚུན།	བཤེར།	གཤེར།	བཤེར།	ཤེར།
དཔེ་དང་པཎ་པ།	བཤུས།	ཤུ།	བཤུ།	ཤུས།
ཕན་ཚུན།	བཤུད།	ཤུད།	བཤུད།	ཤུད།
ཟློ་ནས།	བཤུམས།	ཤུམ།	བཤུམ།	ཤུམས།
གཞན་ལ།	བཤུངས།	ཤུང་།	བཤུང་།	ཤུངས།
ཚོད་མ།	བཤུར།	གཤུར།	བཤུར།	ཤུར།
རྒྱ་སོགས།	བཤོས།	གཤོ།	བཤོ།	ཤོས།

བྱ་བ།	བཤོལ།	བཤོལ།	བཤོལ།	ཤོལ།
ཕོ་མོ།	བཤོས།	འཚོས།	འཚོས།	འཚོས།
ཐ་བྱ།	གསངས།	གསོང་།	གསང་།	གསོངས།
སྒྲན་གྱིས།	གསན།	གསོན།	གསན།	གསོན།
ཅུང་།	གསན།	གཞོན། གསོན།	གསན།	གསོན།
དུམ་བྱར།	གསེལ།	གསེལ།	གསེལ།	གསེལ།
ལྷས་སོགས།	བསེགས།	གསེག།	གསེག།	གསེགས།
ཞལ་ནས།	གསུངས།	གསུང་།	གསུང་།	གསུངས།
དབྱེ་བའི།	གསེས།	གསེ།	གསེ།	གསེས།
མཆིད་དང་ཞལ་དུ།	གསོལ།	གསོལ།	གསོལ།	གསོལ།
སྒོག།	གསོས།	འཚོ།	གསོ།	གསོས།
དག་སོགས།	བསད།	གསོད།	གསད།	སོད།
བགག་པ།	བསལ།	སེལ།	བསལ།	སོལ།
འབགས་པ།	བསངས།	སངས།	བསང་།	སོངས།
ཆོགས་སོགས།	བསགས།	གསོག།	བསག།	སོགས།
ཡིད་ལ།	བསམས།	སེམས།	བསམ།	སོམས།
སྒྱིན་པ།	བསབས།	སོབ་འཚོབ།	བསབ།	སོབས།
ཞབས།	བསེལ།	གསེལ།	བསེལ།	སེལ།
བལ་སོགས།	བསེད།	གསེད།	བསེད།	སེད།
བསུ་མས།	བསུས།	སུ།	བསུ།	སུས།
རི་མོ།	བསུབས།	སུབ།	བསུབ།	སུབས།
ཁ།	བསུམས།	སུམ།	བསུམ།	སུམས།



དྲང་པོར།	བཟངས།	མོང་།	བཟང་།	མོངས།
ཡུད་དང་མིན།	བཟིངས།	མིང་།	བཟིང་།	མིངས།
མུན་གྱི།	བཟིབས།	མིབ།	བཟིབ།	མིབས།
མོར་སོགས།	བཟིས།	མི།	བཟི།	མིས།
གཅིག་ཏུ།	བཟེས།	མེ།	བཟེ།	མེས།
འཆིང་བའི།	བཟེལད།	མེལ།	བཟེལ།	མེལད།
མེ་ལ།	བཟེགས།	མེག།	བཟེག།	མེགས།
ཉེས་མྱོན།	བཟུངས།	ཟུང་།	བཟུང་།	ཟུངས།
ཞོ་སོགས།	བཟུབས།	ཟུབ།	བཟུབ།	ཟུབས།
ཞལ་དང་ཚུ་སོགས།	བཟོས།	ཟོ།	བཟོ།	ཟོས།
མོང་མོ་དང་ཡར་ལ།	བཟསས།	མོང་།	བཟས་།	མོངས།
བཟས་བྱ།	བཟསབས།	མོབ།	བཟསབ།	མོབས།
བྱིད་པའི།	བཟླས།	ཟླ།	བཟླ།	ཟླས།
བྱི་ནང་སོགས།	བཟོགས།	ཟོག།	བཟོག།	ཟོགས།

བསྐྱལ་ཆོག་མེད་པའི་དུས་གསུམ་རྒྱང་པ་དཔེར་ན།

ཁ་བྱང་།	འདས་པ།	ད་ལྟ་བ།	མ་འོངས་པ།
ནད་ཀྱིས།	བསྐྱངས།	ལྟང་།	བསྐྱང་།
ཡང་ན།	བསྐྱུནད།	ལྟན།	བསྐྱུན།
ཚུ་སོགས།	དྲངས།	དང་།	གདང་།
མིག།	བཟོངས།	ཟོང་།	བཟོང་།
ཚུ་ལ།	བྱིང་།	བྱིང་།	འབྱིང་།

སྒྲོན་གྱིས།	སྤགས།	འབགས།	དབགས།
མཐོ།	བཅམས།	འཛམས།	བཅམ།
གོས།	བཅངས།	འཛང་།	བཅང་།
མོ།	བརྒྱགས།	རྒྱག།	བརྒྱག།
སྤྱབས།	བཤོངས།	ཤོང་།	བཤོང་།
ཁྱ་དང་དབང་པོ།	བཤོར།	འཛོར།	བཤོར།

བྱས་ཟིན་ཡང་འཇུག་ཅན་དང་བྱ་བྱེད་འཇུར་མེད་  
རྣམས་ནི་དཔེར་ན།

ཁ་བྱང་།	བྱས་ཟིན།	བྱ་བྱེད་གཉིས།
སྒོ་ཤེད་སོགས།	མཁྱངས།	མཁྱང་།
སྤ་བའི།	མཁྱེགས།	མཁྱེག།
ཐུགས་ལ།	མཁྱེན།	མཁྱེན།
རྟ་སོགས།	མཁྱོགས།	མཁྱོག།
ལས་ལ།	མངགས།	མངག།
མཐོང་བའི།	མངོན།	མངོན།
སྒྲ་མ་སོགས།	མཇལ།	མཇལ།
པན་ཚུན།	མཐུན།	མཐུན།
དཔེ་སོགས།	མཚོན།	མཚོན།
ཡ་རབས།	མཛངས།	མཛང་།
སྤྱ་ཐག་སོགས།	བརྟངས།	བརྟང་།
རྗེས་སྤྱ།	བདས།	བདའ།

སྒྲོས་སོགས།	བདུགས།	བདུག
གཞུ།	བདུངས།	བདུང་།
བྱ།	བཅས།	བཅའ།
ལུས།	བརྟས།	བརྟ།
ཡིད་ལ།	བརྟགས།	བརྟག
ཟས་ཀྱིས།	བརྟངས།	བརྟང་།
རྒྱས་ལ།	བརྟབས།	བརྟབ།
ལོར།	བརྟོགས།	བརྟོག
སྒྱ།	བརྟམས།	བརྟམ།
རྟོ་བ།	སྒྲོས།	སྒྲོ།
སེམས།	སྒྲོས།	སྒྲོ།
ཞེ།	ལོངས།	གཞོང་།
བརྒྱལ་བའི།	འཁམས།	འཁམ།
སྒྲོ།	འཁུམས།	འཁུམ།
འཁོར་བར།	འཁོརད།	འཁོར།
ཞེ།	འཁོནད།	འཁོན།
ལུས།	འཁུརད།	འཁུར།
གཞན་དུ།	འཁུམས།	འཁུམ།
གང་བའི།	འཁུགས།	འཁུག
ངག།	འཁུལད།	འཁུལ།
གདུགས་སོགས།	འཁྱིརད།	འཁྱིར།
མུ།	འཁྱིལད།	འཁྱིལ།
སྒྲོས་པའི།	འཁུས།	འཁུ།
བརྒྱུར་བའི།	འཁུརད།	འཁུར།

མགོ།	འཕྱོམས།	འཕྱོམ།
ལུས།	འཕྱོརད།	འཕྱོར།
ཞེ།	ཁྲེལད།	ཁྲེལ།
གནས་སྤྱ།	འབྲས།	འབྲ།
ལུས་ལ།	འབྲིལད།	འབྲིལ།
ཙོར་བའི།	འབྲུལད།	འབྲུལ།
སྒྱ།	འབྲུངས།	འབྲུང་།
གཡུལ།	འབྲུགས།	འབྲུག
ཐྱོག་ཕྱོགས།	འགལད།	འགལ།
གཡོ་བའི།	འགྲུལད།	འགྲུལ།
དལ་བའི།	འགོལད།	འགོལ།
ནད་སོགས།	འགོས།	འགོ
ཡུན་རིང་།	འགོརད།	འགོར།
དུས།	འགྱངས།	འགྱང་།
ཐྱོག་སོགས།	འགྱུས།	འགྱུ།
མི་བརྟན།	འགྱེལད།	འགྱེལ།
ལྷོ་བ།	འགྱངས།	འགྱང་།
གཞན་ལ།	འགྱནད།	འགྱན།
ཉི་ཟླ་སོགས།	ཤརད།	འཆར།
ཁྲིམས་སོགས།	འཆལད།	འཆལ།
སྒོག་ཆད།	ཤི།	འཆི།
གཙུན་བ།	འཆུནད།	འཆུན།
ལག་པས།	འཇུས།	འཇུ།
ཐག་པ།	འཐེནད།	འཐེན།

དྲི་མ།	དག	འདག
དམ་སྟོགས་ལས།	འདས།	འདའ།
བྱ་སྟོགས།	འཕྱར།	འཕྱར།
འབྱམས་པ།	འཕྱན།	འཕྱན།
གཞན་ལ།	འཕྱས།	འཕྱ།
ལམ་སྟོགས།	འཕྱགས།	འཕྱག
ཡར།	འཕྱར།	འཕྱར།
འོད་སྟོགས།	འཕྱོས།	འཕྱོ།
སོ་སོར།	བྱལ།	འབྱལ།
ཕན་ཚུན།	འབྲེལ།	འབྲེལ།
ནང་དུ།	འཛངས།	འཛང་།
ནོར་གྱིས།	འཛངས།	འཛང་།
ནོར་སྟོགས།	ཟད།	འཇད།
མར་ལ།	འཇར།	འཇར།
ཁྱ་སྟོགས།	འཇགས།	འཇག
ཐག་སྟོགས།	འཇོངས།	འཇོང་།
བཟུར་བའི།	འཇུར།	འཇུར།
ནང་དུ།	འཇུལ།	འཇུལ།
ཕན་ཚུན།	འཇོལ།	འཇོལ།
ལས་ལ།	འཇོམས།	འཇོམ།

ཆོག་གྲོགས་ཀྱི་རྣམ་པས་འདས་མ་འོངས་ད་ལྟ་བསྐྱལ་ཆོག་དང་བཞིའི་དབྱེ་བ་འབྱེད་དགོས་  
པ་རྣམས་དཔེར་བཅོལ་ནི་ཐོག་མ་འཁྱུ་ལྟ་བུས་མཆོན་ན། འཁྱུ་ཟེན་པ་འདས་པ་དང་། འཁྱུ་





བད་སྟྱར་སྒོ་གསལ་མགུལ་རྒྱ་བཞུགས།

བད་གཤེགས་གསུང་གི་ངོ་བོ་ཉིད།  
རྩེ་བཅུན་ཕྱ་ལ་གུས་བཏུང་ནས།  
མགོན་ཁྱོད་མཁྱེན་བཅའི་འོད་དཀར་གྱིས།  
བདག་སྒོའི་ཀླ་མུང་རྒྱས་པར་མཛོད།

བོད་ཀྱི་བད་ལ་མཐས་འདོད་ཀྱི།  
སྒོ་གསལ་ནམས་ལ་ཕན་བྱའི་ཕྱིར།  
ཕྱད་དང་ནམ་དབྱེའི་སྟྱར་ཚུལ་ནི།  
གོ་སྒྲ་ཉུང་ཅུར་བཤད་པར་བྱ།

ཨི་ཡིག་གི་ནི་རྒྱུ་ནམས་ནི། ཀྱི་གི་གྱི་འི་ཡི་དང་ལ། རྩེས་འཇུག་མཐའ་དང་མཐུན་  
ལྷགས་བཤད། ཏ་བ་ས་ཀྱི་ག་ང་གི། ར་མ་ར་ལ་བཞི་བོར་གྱི། འ་མཐའ་ཅན་དང་མཐའ་རྟེན་  
མེད། སྤང་གྱི་སྟྱར་བ་གཅིག་པའི་ཕྱིར། ཆོགས་བཅད་ཆང་ན་འི་སྟྱར་ཁོང་། ཆོག་རྒྱུ་མ་ཆང་  
ཡི་ཐོབ་བོ། ཏེ་ནི་རྩལ་པ་འབྲེལ་སྒྲ་སྟེ། སྐབས་འགར་ཆོག་རྒྱུ་གཉིས་ལའང་འཇུག། ཏེ་ལ་ལ་  
ནི་ས་མཐའ་སྟར། རྩམ་དབྱེ་གསུམ་པ་བྱེད་པོའི་སྟེ། སྐབས་འགར་རྒྱ་མཚན་ལ་ཡང་འཇུག།

ཨི་ཡིག་རྒྱུ་ནི་རྩ་རྩུ། སྟུ་ར་ན་ལ་དང་བཅས་པ། ག་བ་ད་དག་ཅན་མཐར་རྩ། ཏ་  
ད་ན་མ་ར་ལ་རྩ། འ་མཐའ་ཅན་དང་མཐའ་རྟེན་མེད། ཀྱུན་ལ་ཆོག་རྒྱུ་མ་ཆང་ན་ར། ཆོག་  
རྒྱུ་མ་ཆང་རྩ་ཐོབ་བོ། ས་མཐར་སྟུ་སྟར་ན་ལ་གཉིས། རྩེས་འཇུག་ཡི་གེར་སྟོས་པ་མེད། ཏེ་  
དག་རྩམ་དབྱེ་གང་ཞེ་ན། གཉིས་པ་ལས་དང་བཞི་བ་ཆེད། བཏུན་པ་གནས་གཞི་འམ་རྟེན་  
གནས། ཆོ་སྐབས་དང་ནི་དེ་ཉིད་དོ།



ཨ་ཡིག་རྒྱུ་ནི་སྒྲེ་རྟེ་དེ། ག་ད་བ་མ་འ་མཐར་སྒྲེ། ཁ་ར་ལ་ས་བཞི་བོར་རྟེ། ད་དེ་དེ་  
དག་སྒྲུག་བཅས་ཡིན། དེ་ནི་ཐ་སྟངས་དབང་དུ་གསུམ། འདས་དང་སྒྲུག་བཅས་རྣམ་གྲངས་  
བརྗོད། དངོས་པོའི་དབང་དུ་བཞི་ཡིན་རྟེ། བདག་གི་བ་དང་ཕ་རོལ་པོ། གསང་བའི་དངོས་  
དང་དེ་ཉིད་དངོས། འུས་ཀྱི་དབང་དུ་འདས་མ་འོངས། །

ཨ་ཡིག་གི་ནི་རྒྱུ་བཅུ་གཅིག་གོ་དོ་དོ་ནོ་བོ་མོ་འོ། རོ་ལོ་སོ་དང་རོ་རྣམས་རྟེ། རྩིས་  
འཇུག་རང་རང་ཡོད་རྩིས་སྟ། རང་རང་ཨོ་ལྷན་སྒྱུར་བ་དང་། ད་དག་ཅན་ལ་རོ་སྒྱུར་རོ། དེ་  
ནི་སྒྲུར་བསྒྱུ་འམ་རྩོགས་ཆོག །

ཨོ་རྒྱུ་གི་དོ་དོ་ནོ་བོ། མོ་འོ་རོ་ལོ་སོ་རྟེ་བཅས། བཅུ་གཅིག་རྣམ་པར་བརྟག་པ་ཅན། །  
དེ་བ་ཐེ་ཆོམ་གདམ་དང་དང་། འབྲེད་སྒྱུད་ལ་ཡང་སྐབས་འགར་འཇུག་ རྩིས་འཇུག་མཐའ་དང་  
མཐུན་ལྷགས་ནི། རྩོགས་ཆོག་སྐབས་དང་འདྲ་བར་ཤེས། །

ཨང་ཡིག་རྒྱུ་ནི་ཀྱང་འང་ཡང་། ག་ད་བ་ས་ད་དག་ཅན། རྩིས་སྟ་ཀྱང་དང་དང་འ་  
ནོ། མ་ར་ལ་འང་མཐའ་རྟེན་མེད། འང་དང་ཆོག་རྒྱུ་མ་ཚང་ཡང་། དེ་ནི་ཆོག་རྒྱུ་  
མཐུན་མི་མཐུན། སྒྱུད་པ་རྣམས་སྟ་ཤེས་པར་བྱ། །

པ་བ་གཉིས་ཀྱི་ཐོབ་ཚུལ་ནི། ག་ད་ན་བ་མ་ས་དང་། ད་དག་ཅན་ལ་པ་སྒྱུར་ཞིང་། །  
ད་འ་ར་ལ་མཐའ་མེད་མཐར། བ་བྱེད་མར་འབོད་རྣམས་ལ་བ། དེ་མིན་གཞན་ལ་པ་སྒྱུར་  
རོ། དེ་དག་བདག་པོའི་སྒྱུ་རྩ་འབྱུར། །

ཅེ་རིགས་རྒྱུ་ནི་འདི་རྣམས་རྟེ། ཅིང་ཞིང་ཤིང་གསུམ་འཕྲོ་མཐུད་ཡིན། ཅེས་ཞེས་  
ཤེས་གསུམ་བརྗོད་པའི་ཆོག་ སྒྲོན་མ་དེ་ཡི་ངེས་བཟུང་ཡིན། དེ་དང་འདྲ་བའི་ཆོག་ཐུང་  
ནི། ཅེ་ན་ཞེ་ན་ཤེ་ན་དང་། ཅེ་འོ་ཞེ་འོ་ཤེ་འོ་རྣམས། ལན་དང་བཅས་པའི་སྒྱུ་རྩ་འབྱུར། །  
ཅིག་ཞིག་ཤིག་ནི་བསྐྱལ་ཆོག་གས། གསལ་བྱེད་ཡིན་ནོ་དེ་རྣམས་ནི། རྩིས་འཇུག་མཐའ་དང་  
མཐུན་ལྷགས་ནི། ག་ད་བ་མཐར་ཅིང་སོགས་སྒྱུར། ད་ན་མ་འ་ར་ལ་དང་། མཐའ་རྟེན་  
སྤངས་རྩིས་ཞིང་སོགས་སྒྱུར། ས་མཐར་ཤིང་ཤེས་སོགས་ལྗང་སྒྱུར། །

མ་དང་མི་ནི་མིང་གང་གི། ཐོག་མར་སྒྱུར་བ་དགག་པ་སྒྲེ། མ་ནི་འདས་དང་མ་འོངས་  
པ། མི་ནི་ད་ལྟ་བ་ཡིན་ནོ། །

བུ་བུ་འུ་དང་པོ་བོ་འོ། །བདག་པོའི་སྐྱ་དང་ཆ་མཐུན་ཡིན། །ག་མཐར་བུ་དང་གཞན་  
ནམས་བུ། །ཁྱ་ནི་མཐའ་རྟེན་མེད་ལ་འོ། །པོ་ནི་ག་དང་ན་བ། །མ་ར་ལ་སའི་མཐའ་ཅ་སྐྱར། །  
བོ་དང་འོ་ནི་རྟེན་མེད་དང་། །འ་ཡི་རྗེས་སུ་ཐོབ་པ་སྟེ། །གསལ་འགྱུར་འ་ནི་ཀུན་གྱིས་དོར། །  
བདག་པོའི་དངོས་སྐྱ་པོ་འདི་ཉིད། །རྗེས་འཇུག་མཐའ་ལ་སྟོན་པ་མེད། །

ཁྱེ་དང་ཀུ་ནི་བོད་པའི་བད། །མིང་དང་ཚིག་གི་ཐོག་མཐར་འཇུག། །ཁྱེ་ནི་ཡུལ་མཚོག་  
ནམས་ལ་ཐོབ། །ཀུ་ནི་མཚོག་མིན་ནམས་ལ་འོ། །གང་སུ་ཅི་ཇི་སྤྱི་ཁྱབ་སྤྱ། །སྟེད་སྤིང་ལྟ་  
བཞིན་སྐད་ལ་ཇི། །ཞིག་སྟེ་སྐད་འདྲ་བྱིར་ལ་ཅི། །ཞིག་ལ་ཅི་དང་ཇི་ཡང་ཅུང་། །

གང་སུ་ཅི་གསུམ་མིང་གང་གི། །ཐོག་མཐའ་ཀུན་ཏུ་འབྱུང་བ་ཡིན། །རྗེ་ནི་ཐོག་མ་ཁོ་ན་  
འོ། །གང་དང་ཅི་ནི་དངོས་ཀུན་ལ། །འཇུག་ཅིང་སུ་ནི་གང་ཟག་ལའོ། །

ནི་ཞེས་ཚིག་གི་ཁ་སྐྱོང་དང་། །དོས་བཟུང་དང་ནི་བཟན་པ་འོ། །

དང་ནི་འབྱེད་དང་སྐྱད་པ་དང་། །རྒྱ་མཚན་ཆེ་སྐབས་གང་མས་ངག་ལའོ། །

ཨ་ལྷན་ནས་ལས་འབྱུང་ཁྱུངས་དང་། །དགར་སྐྱད་ལྟག་བཅས་རྒྱ་མཚན་འོ། །

ན་ར་ལ་གསུམ་ཤམ་བུ་ཅ། །སྐྱ་སྐྱར་ལྷ་མས་དྲག་བཞེད། །བྱི་མས་དངོས་སུ་མི་སྐྱོར་  
ཡང་། །དྲག་ཐོབ་ངེས་ནམས་ལ་ནི། །སྤྲད་དང་ནམ་དཔེ་གང་སྐྱོར་ཡང་། །ད་མཐའ་ཡོད་  
པ་ཇི་བཞིན་སྐྱར། །

མཐའ་རྟེན་མེད་པའི་མིང་ཚིག་ཤད། །འ་མཐའ་ཅན་དང་ཐོབ་ཐང་འདྲ། །ཅི་བྱིར་རྗེས་  
འཇུག་མེད་པ་ཡི། །ཡི་གེའི་སྐྱོར་བ་མི་སྤིང་ཅིང་། །འ་མཐའ་འགའ་ཙམ་མ་གཏོགས་པ། །ཡིག་  
ཚིགས་ཁྱུང་བྱིར་བསྐྱས་པའོ། །

གསུང་རབ་རྒྱ་མཚོའི་གོས་ཅན་ལ། །

འབད་ཚྱལ་དཔྱིད་དཔལ་རབ་དར་བས། །

བད་སྐྱོར་རྐང་འབྱུང་རྒྱས་པའི་ཅེར། །

ལེགས་བཤད་གཡུར་ཟས་ལྷག་འདི་མཚར། །

འདི་ལ་ཐེབས་ཉེས་ལྟར་ཐིང་ན། །  
སྒྱབས་གནས་གསུམ་ལ་བཟོད་པར་གསོལ། །  
ནམ་དཀར་དགོ་ཚལ་གང་མཆིས་གྱིས། །  
དོན་གཉེར་སློ་བྱས་སྒྱུར་ལྟར་ཅིག །

ཁོ་བོ་ཚུལ་ཁྲིམས་སྒྱལ་མཆན་གྱིས། །  
གཞན་པན་བསམ་པས་འདི་བཀོད་པས། །  
མཁའ་མཉམ་ཡིད་ཅན་མ་ལུས་པ། །  
རྫོགས་པའི་བྱང་ཚུབ་སྒྱུར་ཐོབ་ཤོག །

བཀྲ་ཤིས་སོ། །

དཔའ་བོ་འབྲུ་ཕྲ་ལས་འབྲུལ་ཡིག་བཞི་བརྒྱ་བྱང་ཚུལ།

ལྷ་ཀ་ཁ་ག་ང་ཉ་ཨ་ཨོ། རྣ་མ་མཁའ་ཁམས་ཨྲོ་ལས་བྱང་། ཨེ་ཅ་ཆ་ཇ་ཉ་ར་གྱི་ལྷ། མེ་  
ཁམས་རྩ་ལས་བྱང་། ཨོ་ཉ་ཐ་ད་ན་ལ་ས་སྟིང་། ས་ཁམས་སྤྱི་ལས་བྱང་། ལྷ་པ་པ་བ་མ་ཟ་འ་  
ཨེ། རྣ་ཁམས་ཁྲི་ལས་བྱང་། ཨེ་ཅ་ཆ་ཇ་མ་ཡ་ཤ་ལ། རྣང་ཁམས་ཡི་ལས་བྱང་། །

འབྲུང་རྒྱུ་ཕྲ་ཕྲ་ལ། ལྷ་ཨེ་ཨོ་ལྷ་ཨེ་ཨོ་ཨེ་ཨེ། རྣང་ཕྱེ་ཆེན་པོ་སྟེ་གསལ་བྱེད་ཀྱན་ལ་  
བྱབ་པའོ། ཀ་ཅ་ཉ་པ་ཅ་ལ་ར་ཉ། དག་པོ་ས་སྟེའོ། ཁ་ཆ་ཐ་པ་ཆ་ཟ་ལ་ཨ། འབྲིང་པོ་རྣ་  
སྟེའོ། ཀ་ཇ་ད་བ་ཇ་འ་ཤ་གྱི། ལན་པ་མེ་སྟེའོ། ང་ཉ་ན་མ་མ་ཡ་ས་སྟིང་། རྣ་པ་ན་མ་མཁའ་  
སྟེའོ། །

སྟེའི་སྟེ་གནས་བརྒྱད་ནི། ལྷ་ཀ་ཁ་ག་ང་། མགྱིན་སྟེས་ཤིང་ཁམས་སོ། ཨེ་ཅ་ཆ་ཇ་ཉ།  
མེ་ཁམས་རྣན་སྟེས། ཨོ་ཉ་ཐ་ད་ན། ས་ཁམས་སྟེ་ནས་སྟེ། ལྷ་པ་པ་བ་མ། རྣ་ཁམས་མརྣན་  
སྟེ། ཨེ་ཅ་ཆ་ཇ་མ། རྣང་ཁམས་སྟེ་ནས་སྟེ། ཨེ་ལ་ཟ་འ་ཡ། ལྷགས་ཁམས་སོ་ནས་སྟེ། ཨེ་ར་  
ལ་ཤ་ས། རི་ཁམས་སྟེ་བོ་ནས་སྟེ། ལྷ་ཉ་ཨ་གྱི་སྟེང་། རྣ་མ་མཁའ་ཁམས་ཁོག་པ་ནས་སྟེའོ། །

ཐང་བབ་ཀྱི་གོ་རིམ་ནི། ཀ་ཁ་ག་ང་། ཅ་ཆ་ཇ་ཉ། ཉ་ཐ་ད་ན། པ་པ་བ་མ། ཅ་ཆ་  
ཇ་མ། ལ་ཟ་འ་ཡ། ར་ལ་ཤ་ས། ཉ་ཨ་གྱི་སྟེང་། ལྷ་ཨེ་ཨོ་ལྷ་ཨེ་ཨོ་ཨེ་ཨེ། །

རྣམས་འབྲུག་བརྒྱ་ནི། ཀ་ང་ད་ན་བ་མ་འ་ར་ལ་ས།

སྟོན་འབྲུག་ཕྲ་ནི། ཀ་ད་བ་མ་འ།

སྟོན་རྣམས་གང་ལའང་མི་འབྲུག་པའི་མིང་གཞི་ཉི་ཤུ་ནི། ཀ་ཁ་ཅ་ཆ་ཇ་ཉ་ཉ་ཐ་ད་ན་པ་ཅ་  
ཆ་ཇ་མ་ལ་ཟ་འ་ཡ་ཤ་ཉ་ཨ་རྣམས་སོ། །

སྟོན་རྣམས་འབྲུག་ཡུལ་ས་ཡིག་ནི། ཀ་ཅ་ཉ་པ་ཅ། ཕྲའོ། རྣ་ཡིག་ནི། ཁ་ཆ་ཐ་པ་ཆ།  
ཕྲའོ། རི་ཡིག་ནི། ཀ་ཇ་ད་བ་ཇ་མ་ལ་ཟ་འ་ཡ་ཤ་ས། བརྒྱ་གཉིས་སོ། རིའི་མེ་ནི། ང་ཉ་ན་མ།  
བཞིའོ། རི་ཅམ་ནི། ར་ལ་ཉ། གསུམ་མོ། སྟོག་སྟེ་ནི། ཨ་འོ། རི་སྟེའི་ནང་ནས་རྣམས་འབྲུག་

ག་ད་བ་འ་ས། རྩ་མེད་ནང་ནས་བྱང་། ང་ན་མ་གསུམ་མེད་མེ་ནས་བྱང་། ར་ལ་གཉིས་མེ་  
ཅམ་ནས་བྱང་ངོ་། །

རྩེས་འཇུག་གི་གོ་རིམ་གོང་དང་འདྲ་ལ་ཁམས་ནི། ག་ད་བ་ས་ས་ཁམས་སོ། །ང་མ་འ་མེ་  
ཁམས་སོ། །ན་ར་ལ་ཚུ་ཁམས་སོ། །དེད་ནང་ནས་བྱང་བའི་ཚོན་འཇུག་གི་གོ་རིམ་ནི། ག་ད་  
ཚུདོ། །བ་སའོ། །མ་ནམ་མཁའ་འོ། །འ་མེདོ། །

ཨི་ཕན་གྱི་རྒྱུན་ནི། གྱི་གི་གྱི་ཡི་འི་དང་། གྱིས་གིས་གྱིས་ཡིས་འིས་སོ། །ཞུ་ཡིག་གི་རྒྱུན་  
ནི་སྤྱ་ཅ་དུ་དུ་ར་ན་ལ། ཨི་ཡིག་གི་རྒྱུན་ནི་རྟེ་རྟེ་དེདོ། །ཞོ་ཡིག་གི་རྒྱུན་ནི་གོ་ངོ་དོ་ནོ་བོ་མོ་འོ་  
རོ་ལོ་སོ་རྟོ། །རྣམས་རྣམས་ཆོག་གོ། །ཁར་བྱང་གི་ངོ་དོ་ནོ་བོ་མོ་འོ་རོ་ལོ་སོ་རྟོ། །རྣམ་པར་བརྟག་  
པ་ཅན་ནོ། །ཞུ་ཡིག་གི་རྒྱུན་ནི། །ནས་ལས་གཉིས་འབྱུང་ཁུངས་དགར་སྤྱད་ལྷག་བཅས་སོ། །  
ཀྱང་ཡང་འང་ཆོག་རྒྱུན་གཉིས་དང་སྤྱད་པའོ། །ཅི་རིགས་པའི་རྒྱུན་ནི། །ཅིང་ཤིང་ཞིང་ཅིག་ཤིག་  
ཞིག་ཅས་ཤེས་ཞེས། །ཅེ་ན་ཤེ་ན་ཞེ་ནའོ། །བདག་སྒྲི་ནི། །པ་བ་མ། །བུ་བུ་མ། །བོ་བོ་མའོ། །  
དགག་སྒྲི་ནི། །མ་མའོ། །ཕྱད་རང་དབང་ཅན་ལས། །བོད་པ་ནི་གྱེ་ཀའོ། །དགར་བསྐྱར་ཆོག་སྒོང་  
ནིའོ། །སྤྱི་བྱབ་སྤྱི་གང་སྤྱི་ཅེ་ཇི། །འབྱེད་སྤྱད་ཆོ་སྐབས་རྒྱ་མཚན་གདམས་དག་ལ་འཇུག་པ་དང་  
ངོ་། །དེ་དག་འཇུག་ཚུལ་ཞིབ་པ་གཞུང་འགྲེལ་ལ་གསལ་ལོ། །བཟླ་ཤིས། །

གངས་ཉི་མེ་བོན་གཞུང་རིག་མཛོད།

---

༄༅། གངས་ཅན་བོད་ཀྱི་བད་ཡང་དག་པར་སྒྱུར་བ་མིང་གི་བསྟན་བཅོས་  
ལེགས་པར་བཤད་པ་སློ་གསལ་འཇུག་ངོགས་རིན་པོ་ཆེའི་  
གཏེར་བྱིས་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས།

སྤྱ་སར་ཀུན་བཟང་རྒྱལ་མཚན།

༣༡། གངས་ཅན་བོད་ཀྱི་བད་ཡང་དག་པར་སྐྱོར་བ་མིང་གི་བསྟན་བཅས་ལེགས་པར་  
བཤད་པ་སྒོ་གསལ་འབྲུག་ངོགས་རིན་པོ་ཆའི་གཏེར་བྱིས་ཞེས་བྱ་བ། ཡེ་དབང་སྤང་པའི་རྒྱལ་  
པོ་རིགས་ལྷན་གཙོ་བོ་སྤང་པ་སངས་པོ་འབྱུང་ཁྱི། ཡེ་མཁུན་སྤྱོད་རྒྱལ་པོ། ཡེ་དབལ་མཐུ་སྟོབས་རྒྱལ་པོ། ཡེ་  
རྩེ་སྟན་ལྷའི་རྒྱལ་པོ། ཡེ་དབང་ས་ཡི་རྒྱལ་པོ་དང་ལྷོ། །འདི་ལྷ་ནི་རིག་པའི་གནས་ལྷའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་ལྷ་ལྷོ་  
ལ་སྒོ་གསུམ་གྲུས་པ་ཆེན་པོས་ཕྱག་འཛལ་ལོ། །ཤེས་དང་ཤེས་བྱ་ཆེན་པོའི་སྤང་བ་དུས་རྒྱུས་  
ཀུན་ཏུ་ཉམས་པ་མེད་པའི་དགེ་ལེགས་ཤེས་པ་སྦྱེལ། ཆོགས་གཉིས་སྟོན་ལམ་འཛིན་མ་ལས་  
འབྲངས་ཤིང་། །སྤངས་རྟོགས་ཡོན་ཏན་ཡལ་འདབ་ཡོངས་སུ་རྒྱུགས། །མཁུན་བཙུང་གི་བྱི་  
བསེལ་སྤང་ཞིའི་དབྱིངས་ཀུན་ཁྱབ། །རྣམ་མཁུན་དཔག་བསམ་སྟོན་པར་ཕྱག་འཛལ་ལོ་(མཐའ་དག་  
གཟུགས་ཅན)། །ཐབས་མཆོག་སངས་པོ་ཁྱི་བཞི་ནམ་ཉིད་དང་། །ཀྱུ་བྱི་མང་སྤྱོད་སྤང་པའི་དཀའ་  
ཐབས་སོགས་(ལྷ་རྟོན་ཐོག་པ་ཕྱ་སྤྱོད་ཀེང་ཙེ་འཇམ་པའི་དབྱིངས)། །དོ་བོ་གཅིག་ལ་ཁྱུ་ལྷའི་གར་བཞིན་  
དུ། །རྟོན་མཛད་སྤྱོད་མེད་མཁུན་པའི་གཏེར་གྱིས་སྤྱོད་སྤོང་(དོན་བསྟར)། །ཁྱབ་མཐའི་རྒྱལ་པོ་འབྱུང་  
དག་གཞུང་དུང་བོན། །འཇམ་སྤང་ཐ་གྲུ་ཀུན་ཏུ་སྤྱོད་མཛད་པའི། །གདུང་སོབ་རྟོན་པ་འཇམ་  
སྤང་རྒྱན་དུག་སོགས། །འཁོར་ལོ་གསུམ་(སྟོག་པ་ཐོས་བསམ་གྱི་འཁོར་ལོ། སྐྱབ་པ་ནན་ཏན་གྱི་འཁོར་  
ལོ། བྱ་བ་ལས་གྱི་འཁོར་ལོ)གྱི་བདག་ཉིད་ཆེ་རྒྱུས་བསྟོད་(བྱ་བའི་རང་བཞིན)། །སྤྱོད་ཀུན་ལ་མཁས་  
པ་ཕྱལ་དུ་བྱིན། །བད་སྤང་གཞུང་བཙུང་བཙུང་སོལ་འབྱེད་ཤིང་རྟ་ཆེ། །མཁས་བཞི་དུན་པ་ལོ་བཅ་  
གཤེན་བཙུང་སོགས། །འད་བོད་སྤང་གཉིས་སྤྱོད་རྒྱུས་ཀྱི་ཡུལ་(ཆད་བྱང་གི་ཉམས)། །བྱི་དར་  
ལམ་འདིའི་གསལ་བྱེད་བཀའ་དྲིན་ཅན། །མཁས་མཆོག་དཔལ་ཆེན་རྒྱལ་བ་མཉམ་མེད་དང་། །  
ཀུན་གྲོལ་གྲགས་པ་ཤྱི་ལ་རྣམ་སོགས་(སྤྱོད་ཚུལ་རྒྱལ། གཤེན་ཉི་མ། ཉི་མ་བསྟན་འཛིན། བསྟོད་བསྟན།) །  
སྤྱོད་པའི་དབང་ཕྱག་རྒྱུས་ལའང་གྲུས་པས་འདུད་(བྱ་བ་ཐོག་གསལ)། །གསུང་རབ་དགོངས་དོན་  
གངས་ཅན་བོད་སྤང་དུ། །བད་སྤྱོད་ལེགས་བཤད་ཉི་ཤུ་བདུན་པ་ལས། །ལེབ་དང་པོའི་མིང་  
གཞིའི་བྱེ་བྲག་རྣམས། །ཅུང་ཟད་རྒྱས་པར་བྱས་ཏེ་འཆད་ལ་སྤྱོད་(བྱ་བའི་རང་བཞིན)། །



## བཟླ་པ་དང་ཡི་གེའི་བྱང་ཁྱེད་བཟླ་པ།

དེ་ཡང་བཟླ་པ་ནམ་པར་དག་པ་ལ། བྱང་ཁྱེད་པ་ནམ་པར་དག་དགོས་ཕྱིར། །  
 བདག་ཅག་སྟོན་པ་རྒྱུ་པ་འདི་སངས་རྒྱུ་མཆོག་གིས་གསུམ་སྟོན་པ་ནམ་པར་དག་གཤེན་རབ་  
 དེས། །དང་པོ་རིགས་དང་ལྷན་པར་སེམས་བསྐྱེད་ཅིང་། །སྟེ་བ་དུ་མར་ཉོན་མོངས་སྒྲིབ་པ་  
 སྤངས། །དེ་དུས་འོག་ཕྱོགས་སྟོང་གསུམ་ཁེང་ཁམས་སུ། །སྤྱལ་སྟེ་སྟོན་པ་བསོད་ནམས་དབང་  
 ལན་ཕྱོན། །སྒྲིབ་སྤྱང་སྟོན་པ་ཉིན་པ་འདི་ལལ་ཡང་མཛེས། །དེ་དུང་བྱང་ཁྱེད་མཆོག་ཏུ་ཐུགས་  
 རབ་བསྐྱེད། །བདག་མཐར་ཐུབ་པ་རྒྱུ་པ་འདི་དུས་ཉིང་ལ། །ཤིན་ཏུ་མི་མཛེད་རབ་ཏུ་གསུམ་  
 དཀའ་བའི། །ཚིང་པ་ཅན་ཞིག་བདག་གིས་གསུམ་བར་ཤོག། །ཅིས་པའི་སྟོན་པ་སྟོན་པ་བོན་རྒྱ་ཆེར་  
 བཏབས། །བྱངས་མེད་གསུམ་ཆོག་ལམ་ནས་མཐོང་ལམ་བར་གྱངས་མེད་གཅིག་དེ་ནས་སྟོན་པ་བཟླ་པ་འདི་བར་  
 གཅིག་དེ་ནས་སྟོན་པ་བཟླ་པ་འདི་བར་གཅིག་དང་གསུམ་མོ་དུ་ཆོག་གིས་ཉི་ལམ་ལ་འཁྱུགས། །སྟོན་པ་  
 སྤངས་རྒྱུ་པ་འདི་ཏུ་ལོངས་སུ་རྒྱུ་པ། །ནམ་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་ཡེ་ཤེས་བཟླ་པ། །མི་  
 གཞུ་མཉམ་གསལ་སྟེ་གསུམ་དགོངས་པར་ཆེབས། །བྱང་ཁྱེད་ཆེན་པོའི་སྤྱུ་མས་སུ་མཛོད་འཁྱུགས་  
 ཀྱང་། །མི་མཛེད་ཚིང་ལན་ཆེ་ལོ་བརྒྱ་བའི་སྐབས། །སྟོན་པ་སྟོན་པ་བོན་དུས་སུ་སྟོན་པ་དང་། །  
 གསུམ་དཀའ་འདུལ་བའི་ཉོན་མོངས་ཤར་བའི་ཆོ། །ཕྱོགས་བཅའི་སངས་རྒྱུ་པ་འདི་བཟླ་པ་བསྟོད་  
 རོལ་མོའི་སྒྲིབ། །བསྐྱལ་ཏེ་བོན་ཉིང་དབྱིངས་ལས་རྒྱུ་པ་སྤངས། །སྟོན་པ་འཆི་མེད་  
 ཅས་ནི་མཆོད་དུ་གསུམ། །འོག་མེན་རྒྱུ་པ་འདི་ཉིང་དུ་ཕྱོན། །འགྲོ་བ་ཅི་ལྟར་འདུལ་  
 བའི་བོན་ལྷང་མཐོས། །ཡེ་སངས་ཡུལ་དུ་ཐབས་མཆོག་སངས་པོའི་དུང་། །གསུམ་དཀའ་འདུལ་  
 བའི་ཐབས་ཤེས་ལྷང་དུ་བསྐྱེདས། །མགོན་བཅུན་ལྷ་ལ་སྤྱི་པ་སྟོང་ཅིས་ཀྱི། །བོན་གྱི་དེ་ཉིང་  
 གཞིགས་ནས་གཏན་ལ་པབ། །བར་སྟོན་གནས་སུ་སེམས་དབའི་ཤེས་སྒྲིབ་སྤངས། །སྟོན་པ་བཟླ་པ་  
 མཐར་ཐུག་བཟླ་པ་ནས་དབྱུགས་དབྱུང་མཛོད། །དེ་ལྟར་གནས་རིས་བཞི་ནས་ཡས་མར་ཕྱོན། །  
 དགའ་ལྷན་གནས་སུ་ཁྱེད་ཤེས་པ་ལ། །ཉིང་གིས་གསོལ་བའི་རྒྱུ་པ་འདི་ཆོག་སྟེ་ཆོག་གསུམ་གཏད། །

མ་འོངས་སྟོན་པ་བྱམས་ལྷན་མགོན་པོར་གསོལ། །སྤྲུལ་མས་འགྲོ་བ་འདུལ་བའི་བོན་ལུང་དཔོག་ །  
དེ་ནས་ཚ་གསུམ་ནམ་རྒྱལ་ཁང་བར་བྱོན། །ཁམས་གསུམ་སྤྲུལ་བོན་གྱི་འཁོར་ལོ་བསྐོར། །ཚ་  
གསུམ་སྟོན་ཕྱུ་རྩལ་འགྱུར་དྲིལ་ཆལ་དུ། །ཁྲོ་བོ་རྟ་མགིན་གར་གྱི་དབང་པོར་སྤྲུལ། །དྲིལ་  
བ་སྤྱི་འདུལ་ཏིང་འཛིན་བརྒྱལ་ཞུགས་ཀྱིས། །སྟོང་ཁམས་ས་ཆེན་ནམ་པ་དྲུག་ཏུ་གཡོས། །གཡེན་  
ཁམས་དྲིལ་ཆོགས་སྟིང་གིས་མ་བཟོད་དེ། །དྲུང་དུ་འཁོད་དེ་སོ་སོའི་སྟོག་སྟིང་ལུ། །ཁས་  
སྤངས་དམ་བཅས་བཀའ་ལ་ཉན་པར་ཆད། །གཡེན་འདུལ་བོན་པོ་སོ་གསུམ་སྤྲུལ་སྤྲུལ། །  
གཡེན་ཁམས་སྤྲུལ་མེན་འདུལ་བའི་ཁ་གཞོན་བཞག །

དེ་ནས་སྤྲུལ་པའི་སྐུ་ཅ་སྟོན་པར་དགོངས། །རི་རབ་བང་རིམ་བཞི་བའི་ཁ་ཁྲེར་གྱི། །རྒྱལ་  
ཆེན་སྤྲུལ་གནས་སྟོན་ཕྱོགས་འཕགས་སྤྱེས་པོའི། །རྒྱལ་ས་གོང་མ་ཇ་ལེན་རྟ་རིའི་ཆེར། །ཁྲོན་ཏེ་  
གཟིགས་ཆད་ལྔ་དང་དགོངས་ཆད་ལ། །ཐུགས་ལ་བཀའ་སྟེ་འཛིན་སྤྱིང་སྟོག་ཁའི་དམིག་ །རྟག་  
གཟིགས་འོ་མོ་ལུང་རིང་ཞིང་ཁམས་སྤྲུལ། །འདབ་ཆགས་དུས་གྱི་པོ་ཉར་སྤྲུལ་ནས་བྱོན། །འགྲོ་  
བ་རབ་འདྲན་མཆོད་རྟེན་ཅེ་མོར་བབས། །ཐེངས་གསུམ་གསུང་བསྐྱེད་ཁམས་གསུམ་སྤྲུལ་བསྤྱེད། །  
དེ་ནས་དམུ་རིགས་གཤེན་སྤྱིའི་གདུང་གི་རྒྱུ། །རྒྱལ་བོན་ཐོད་དཀར་ཡབ་གྱི་སྤྲུལ་བརྒྱུ། །ཡོ་  
ཕྱི་རྒྱལ་བཞད་ཡུམ་གྱི་སྤྲུལ་བརྟེན། །ཁྲ་དགུ་འོ་བཅུར་འབྱུང་བཞིས་བསྐྱེད་ཚུལ་བཞུག། །ཡོ་རྒྱལ་  
ཤིང་པོ་ཕྱི་བ་དཔྱིད་ར་སྟག་ །བཙོ་ལའི་ནམ་ལངས་རྒྱལ་གྱི་ཅུ་གོང་ལ། །འབྱུང་བཞིའི་སྤྲུལ་མས་  
འབྱུང་བའི་སྤྲུལ་ཕྱིས་ཏེ། །སྤྲུལ་བཞད་ཡུམ་གྱི་སྤྲུལ་སྤྲུལ་ནས། །འགྲོ་བ་རང་མཐུན་ཆ་  
ལུགས་ཚུལ་དུ་བཞུགས། །འཛིག་རྟེན་གསུམ་གྱི་དབང་པོ་ཆེ་ཀུན་འཛོགས། །ཞུས་མཁན་བཟ་བེ་  
སྤྲུལ་སྤྲུལ་མཆོད་སྤྲུལ་བརྟེན། །མཆོད་བཟང་སོ་གཉིས་དཔེ་བྱད་བརྒྱུད་ཅུ་དང་། །འཕྲུལ་ཡིག་  
བཞི་བཅུ་ཆངས་དབྱངས་དུག་ཅུ་དང་། །འོད་ཟེར་ཕུང་པོ་བྱེ་བ་སྟོང་དུག་ཅུ། །མཁུན་པའི་ཡོ་  
ཤེས་དུག་ཅུ་ཆ་གཅིག་དང་། །ལེགས་པའི་ཡོན་ཏན་བརྒྱ་ཆ་འབྲས་རྟགས་བཅུ། །ལ་སོགས་སྤྲུ་  
གསུང་ཐུགས་གྱི་ཡོན་ཏན་ནི། །ནམ་མཁའ་ས་གཞི་རྒྱ་མཆོས་མི་དཔོག་ཅིང་། །མཆོག་གི་སྤྲུལ་  
སྤྲུ་སྟོང་གསུམ་འགྲོ་དོན་དུ། །ཁྲོན་ཅེས་སྟོན་པའི་གྲགས་པས་ས་གསུམ་ཁྲུབ། །གཤེན་རབ་མི་བོ་  
ཀུན་ལས་ནམ་རྒྱལ་ཞེས། །མཆོན་མཆོག་གདུལ་བྱའི་བསོད་ནམས་དཔལ་དུ་ཤར། །དགུང་ཟླ་  
གཅིག་བར་སྤྱི་ཡི་གསོ་བསྐྱེད་མཛད། །ཡོ་གཅིག་བར་དུ་གཞོན་ཕྱིའི་རོལ་ཅེད་གནང་། །དགུང་





ཐེག་པ་རིམ་དགུ་བོད་ཀྱི་སྐད་དུ་བསྒྱུར། །བད་སྒྱུ་སྒྱུ་ཡི་བསྟན་བཅས་མང་དུ་མཛད། །བོད་  
 རྒྱལ་ཐོག་མ་གཉའ་ཁྲི་བཅད་པོ་ནས། །གནམ་གྱི་ཁྲི་བདུན་བར་གྱི་ཕྱིང་གཉིས་དང་། །ས་ལ་  
 ལེགས་དུག་ཆུ་ལ་ཕྱེ་བརྒྱད་དང་། །བོན་རྒྱལ་བཞི་དང་འོག་གི་བཅན་ལྷ་སོགས། །རྒྱལ་རབས་  
 ལུས་ཅུ་སོ་གཉིས་ཡན་ཆད་ལ། །རྒྱལ་བོའི་ཆབ་སྲིད་གཡུང་དྲུང་བོན་གྱིས་བསྐྱེད། །གཤེན་  
 བསྟན་མཁའ་ལ་ཁྲི་གདུགས་ཤར་བཞིན་གསལ། །བོད་ཡུལ་བདེ་སྦྱིད་ཅ་གསུམ་ལྷ་ལས་དཔག །  
 རྒྱལ་བོ་སྤོང་བཅན་སྐམ་བོའི་སྒྱུ་རིང་ལ། །ཆོས་ལ་ཐུགས་ཞེན་ཆོས་ཀྱི་དབྱེ་ཡང་བརྟེས། །རྒྱ་བལ་  
 མཐེལ་ནས་ཇོ་ཤྱཀ་རྣམ་གཉིས་དྲངས། །ལྷ་ལྷན་སྤུལ་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་གི་གཙོས། །མཐའ་  
 འདུལ་ཡང་འདུལ་ལྷ་ཁང་བརྒྱ་ཅ་བཞེདས། །དེ་ཡིས་བོད་ཡུལ་ས་ཡི་མིག་མནན་པས། །བོན་  
 གཤེན་བསྟན་པའི་དབྱེ་འཕང་ཇི་དམར་སོང་། །ཁྲོན་པོ་ཐོན་མི་རྒྱ་གར་ཡུལ་དུ་བརྒྱུདས། །བྲམ་  
 ཟེ་ལི་བྱེན་ཏ་རར་ལྷ་རྒྱ་བསྐབས། །ལྷ་རྒྱ་དཔེ་ཐངས་བོད་ལ་ཡིག་སྒྱུར་བཅུམས། །བོད་ཀྱི་སྒྱུ་དོན་  
 ཇི་བཞིན་བདེ་མ་འཕྲོད། །སྒྲོན་དུ་ཅ་ཆ་ཇ་དང་སྤྲད་དུ་ནི། །ཞུ་ཟ་འགསུམ་འཕྲུལ་ཡིག་བཞི་  
 བཅུ་ལས། །སྒྲོན་དབྱི་བྲས་ཏེ་བད་སྒྱུ་བསྟན་བཅས་མཛད། །གནམ་རི་སྤོང་བཅན་ཡན་ལ་བོད་  
 ཡུལ་དུ། །ཡི་གེ་མེད་ཅེས་ཁྲུངས་ལ་དགག་པ་བྱས། །དེ་ནི་མཁས་པ་ཆེན་པོའི་གསུང་ཡིན་  
 གྱུང་། །མ་བརྟག་བབ་ཅོལ་ཆོག་ཏུ་ཟད་པར་ངས། །རྒྱལ་རབས་སོ་གཉིས་བར་དུ་བོན་དར་ན། །  
 ཡི་གེ་མེད་པས་བསྟན་པ་ཇི་ལྟར་དར། །བོན་ལ་བད་སྒྱུ་དེ་ཡི་གེ་མེད་བདེན་ཡང་། །རྒྱལ་བོ་ཆེན་  
 པོའི་རྒྱལ་སྤྲོད་སྒྱུར་བ་ལ། །ཆོག་སྒྱུར་ཡི་གེ་མེད་པས་བྱ་ཐབས་དགའ། །དེས་ན་གསུང་རབ་བདེ་  
 སྒྱུད་སྒྲོས་ཅི་ཞིག །འཇིག་རྟེན་པལ་པའི་རྣམ་བཞག་ཅིག་བྱེད་གྱུང་། །ཆོག་གི་སྒྱུར་བ་གཅེས་  
 ཤེས་ལོ་ལྷོ་བ། །རང་གིས་གསུངས་ལ་རང་ཉིད་འགལ་ལམ་ཅི། །ཡི་གེ་འདུ་བྱེད་ཁམས་གསུམ་  
 འཁོར་བའི་བོན། །དོན་ལ་སྒྱུར་བའི་མཆོན་ཉིད་འཛིན་(ལྷང་མཆོན་ཉིད་པའི་མཛོད་ལུག་ལས་གསུངས)  
 པས་ན། །དེ་དག་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་མཛད་པ་ལས། །ཚུར་མཐོང་གང་ཟག་དག་གིས་དཔག་  
 བྱ་མིན། །དེ་ཡང་ཡི་གེ(གཟུགས་ཀྱི)རྣམ་པ་མང་མཆོས་གྱུང་། །རྟག་གཟིགས་ཡུལ་དུ་སྤྲངས་སོ་ཆེ་  
 རྒྱུད་གཉིས། །ཞང་ཞུང་ལོ་ལྷོས་སྤར་ཆེན་སྤར་རྒྱུད་བསྒྱུར། །བོད་ལ་རྒྱལ་གཤར་དགར་ནག་  
 གཉིས་བསྟན་གྱུང་། །དོ་བོ་འཕྲུལ་ཡིག་བཞི་བཅུ་འགྱུར་བ་མེད། །དེ་ལ་བརྟེན་ནས་དགར་ནག་  
 རྒྱལ་སོགས། །སོ་སོའི་ལུགས་ཀྱི་ཡི་གེ་བྱེ་བྲག་མང་། །དེ་ནས་བོད་རྒྱལ་ཁྲི་སྤོང་སྒྱུ་སྒྱུད་ལ། །

བོན་བཟུང་ཉི་མ་ཆུ་ལྷའི་རུམ་ལ་ཡིབ། རྒྱ་འབྲས་བོན་རྣམས་རིན་ཆེན་གཏེར་དུ་གཟིམས། །  
གྲུབ་པ་མཆོག་རྣམས་མཁའ་སྤྱོད་ཞིང་དུ་བསྟེགས། གཤེན་ཕན་པལ་ཆེར་མཐའ་ཁོབ་དཔལ་དུ་  
ཤར། རྒྱ་གར་ཡུལ་ནས་ལོ་ལྷོས་སྐྱ་བསྐྱར་ཏེ། དམ་ཆོས་བཟུང་པ་བོད་ཡུལ་དབུས་སུ་དར། །  
རྒྱལ་པོའི་(ཁྱི་རལ་བ་ཅན་གྱི)བཀའ་བསྐུལ་སྐྱ་ཅོག་ཞང་སོགས་ཀྱིས། བོད་ཀྱི་བདེ་རྒྱལ་གསར་  
བཅད་སྐད་དུ་བསྐྱར། གསར་རྟིང་བདེ་ཡི་དབྱེ་བ་དེ་ནས་བྱུང་། བོད་རྒྱལ་དར་མ་སྤང་གི་སྐྱ་  
རིང་ལ། དམ་ཆོས་བཟུང་པ་འང་རྒྱབ་རིའི་སྤེལ་མོར་ཆས། སྐྱ་གཟུགས་གསུང་རབ་རྣམས་ཀྱང་  
རྒྱལ་ཁོང་འགྲིམས། གཞུག་ལག་ཁང་རྣམས་འདག་འབྱར་རྒྱ་ཅུ་ཞུགས། དུར་སྤྱི་རྒྱལ་མཆོན་  
པལ་ཆེར་བྱིས་དུ་བཅུག ཆོས་ཀྱི་སྐྱ་མེད་མེ་ལོ་བརྒྱད་ཅུ་བྱུང་། །

དེ་ནས་བོན་ཆོས་བཟུང་པ་བྱེད་པལ། གཞན་སྤེལ་ཆོས་ཀྱི་ལོ་ལྷོ་མཁའ་མང་གིས། །  
བཟུམས་པའི་བདེ་སྤྱོད་བཟུང་བཅོས་རྒྱ་སྐར་གྲངས། གཅིག་ལས་གཅིག་དག་བཟུང་པའི་རྒྱ་  
དུ་ཆེ། བྱུང་ཁྱད་གསོང་བོར་སྐྱ་བ་ཉིན་མའི་སྐར། བྲུབ་མཐའི་ཕྱོགས་སུ་མི་སྤྱང་སྐྱེས་བུ་  
དཀོན། དེ་བྱིར་རང་གཞུང་ཆད་མ་ཡིན་ལོ་བས། འཛིག་ཉེན་བྱེད་བོས་ཚོལ་བ་ལས་བྱུང་  
ཟད་སྐད། རང་ལུགས་བོན་གྱི་བཟུང་པ་བྱེད་པལ། རིག་འཛིན་རྣམ་འབྲུལ་གཤེན་གྱིར་མ་  
དབྱེལ་སོགས། གཏེར་སྟོན་བརྒྱ་ཆས་བོན་རྣམས་གཏེར་ནས་དངས། རྒྱུང་འཛིན་བྱུ་ལྷ་སྤེལ་  
ལ་སོགས་ལ། བཀའ་བབས་གཙང་གི་སྟོན་པ་བཅོ་བརྒྱད་སོགས། (གཡུང་སྤིང་ཤིང་དཔར་དུ།  
“བཀའ་བབས་གཙང་གི་སྟོན་པ་བཅོ་བརྒྱད་དང་། ཀུན་མཁྱེན་མཉམ་མེད་རྒྱལ་བ་ཡབ་སྐུ་སོགས། །” ཞེས་  
སྐད་)། མཁའ་གྲུབ་དུ་མས་བཤད་དང་སྐབ་པ་ཡིས། བཟུང་པ་རིན་ཆེན་བོད་དང་བོད་ཆེན་  
པོའི། རྒྱུངས་སུ་ནམ་ལངས་ཉི་འོད་བཞིན་དུ་སྤེལ། རྒྱུང་པར་མེད་སྟོན་མཁའ་བ་དཔལ་ཆེན་  
དང་། གཤེན་སྟོན་ཉི་མ་སྐྱ་སྟོན་ཚུལ་ཁྲིམས་རྒྱལ། རིག་འཛིན་ཀུན་གྲོལ་མཁའ་གྲུབ་བསོད་  
བཟུང་དང་། སྤྱུལ་སྐྱ་ཚུལ་རྒྱན་(ཀུན་མཁྱེན་ཉི་མ་བཟུང་འཛིན་ལ་སོགས་ཞང་བོད་ཀྱི། སྐད་གཉིས་  
སྐྱ་པའི་མཁའ་གྲུབ་རིམ་བྱོན་གྱིས། རྒྱུང་གི་རྒྱལ་པོ་དྲི་མེད་གཟི་བརྒྱུད་དང་། བྱིད་པའི་མཛོད་  
ཕྱག་ཤ་རིའི་སྐྱ་འབྲེལ་དང་། གཏན་ཆོགས་ཐེག་པ་སྐྱ་སྟོ་ཆེ་རྒྱུང་དང་། སངས་རྒྱུ་རྒྱུད་གསུམ་  
ཡེ་ཁྱི་མཐའ་སེལ་རྒྱུ། སོགས་ནས་ཡི་གེའི་ཁྱད་དང་ཆོག་ཕྱད་བཅུས། བོད་སྐད་གསར་  
བཅད་བདེ་དག་ལེགས་ཆས་བརྒྱན། བདེ་སྤྱོད་བཟུང་བཅོས་རྒྱས་བསྐྱུས་མང་དུ་མཛོད། དེ་ལས་

གཤེན་གྱི་མཁས་བླ་པ་ཚུལ་རྒྱལ་གྱིས། །མ་རྒྱུད་སྟེ་མེད་ཐིག་ལའི་དགོངས་པའི་དོན། །ལེགས་  
པར་བཀོལ་དྲེ་ཡི་གེ་འབྱུང་ཁམས་དང་། །སྦྱོར་ཚུལ་མིང་གཞི་སྤང་དང་རྣམ་དབྱེ་སོགས། །གཞུང་  
གཅིག་དག་གིས་བདེ་སྒྲག་རྟོགས་བྱེད་པའི། །སྤྱོད་མེད་ལེགས་གཤེད་བཞུན་བཅས་(བརྗོད་ཉི་ཤུ་  
བདུན་པ)གསར་དུ་བཅུམས། །འདི་ནི་དེ་ཡི་ལེའུ་དང་པོ་རུ། །ཐོབ་ཚུལ་ངོས་བཟུང་(འབྲུལ་གཞི་  
ཅན་གྱི་མིང་གི་བྱེ་བྲག་རྣམས། །ཅུང་ཟད་རྒྱས་པར་བྱེ་བའི་སྐབས་ལ་བབ། །སྦྱིར་ན་རང་གཞན་  
བླ་པ་མཐའི་རྗེ་བྱེད་ཚིག་ །བོད་ཀྱི་བརྗོད་སྤྱད་གཅིག་ཏུ་སྟོན་པས་ན། །བརྗོད་དག་སྦྱོར་གཅིག་  
ལས་གཉིས་མེད་ཀྱང་། །བརྗོད་དོན་ཡི་གེ་བྱུང་ཁྱདས་ཐ་དད་དོ། །དེས་ན་བཞུན་པ་སྦྱི་དང་བྱེ་  
བྲག་ཏུ། །སྦྱོར་གྱི་ཡི་གེ་བྱུང་ཁྱདས་ཅུང་བྱེས་པ། །སྦྱོར་གསར་རྣམས་ལ་སྦྱོར་གསལ་སྟོན་བྱིར་  
ལས། །མཁས་འདོད་སྟོགས་སུ་སྦྱང་བའི་ཀུན་སྦྱོང་མིན། །

ཞེས་གངས་ཅན་བོད་ཀྱི་བད་ཡང་དག་པར་སྦྱར་བའི་མིང་གི་བསྟན་པ་ཙོས་སློ་གསལ་འཇུག་ལོགས་རིན་  
པོ་ཆེའི་གཏེར་བྱིས་ལས་བསྟན་པ་སྟི་དང་བྱེ་བྲག་གི་ཡི་གེའི་བྱང་ཁུངས་ཅུང་ཟད་རྒྱས་པར་བྱས་པའི་སྐབས་ཏེ་  
དང་བོའོ། །

ངེས་པའི་ཐོ་ཡིག་བཞི་བརྒྱའི་བྱང་ཁུངས་འབྱུང་བ་ཆེ་ཆུང་གི་ལྷགས་དང་  
འབྱུག་ཚུལ་རྣམ་གྲངས་ཀྱི་གོ་རིམ་མདོ་རྩ་བསྟན་པ།

བོན་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་དེ་ཁོ་ན། སྐྱེ་འགག་གནས་གསུམ་སྒྲོས་པའི་མཐའ་བྲལ་  
ཀྱང་། ལྷན་གྲུབ་ཡི་ཤེས་སྒྲུང་བ་འོད་དུ་གསལ། འགག་མེད་ཚལ་ལས་འབྱུང་བ་རྣམ་ཐུ་  
ཤར། ཇེ་ལས་འབྱུང་བ་རྒྱ་ཡི་ཡིག་འབྲུ་ཐུང་བ་ལ། ཇེ་པའ་བོ་འབྲུ་ཐུ་ཞེས་ཀྱི་ཐ་སྟོད་  
ཆགས། འབྲུལ་ཆེན་ཡི་གེ་བཞི་བརྒྱ་དེ་ལས་བྱུང་། ཇེ་ཡང་ནམ་མཁའི་རང་བཞིན་རྣོ་ཡིག་  
ལས། ཁྲ་དང་ཀ་ཁ་ག་ང་ཏ་ཨ་ཨོ། འབྱུང་བ་ནམ་མཁའི་ཡི་གེ་བརྒྱ་དུ་བྱུང་། ཇེ་བཞིན་ཨོ་  
དང་ཅ་ཆ་ཇ་ཉ་ར། རྟི་ལྟ་བརྒྱད་ནི་མེ་ཁམས་རིམ་ལས་བྱུང་། ཨོ་དང་ཏ་ཐ་ད་ན་ལ་ས་སྟིང་། རྟི་  
བརྒྱད་ནི་ས་ཡི་ཁམས་ཏེ་སྟྱི་ལས་བྱུང་། ཨྱ་དང་པ་ཕ་བ་མ་ཟ་འ་ཨུ། བརྒྱད་པོ་ཆུ་ཡི་ཁམས་  
ཏེ་ཁི་ལས་བྱུང་། ཨི་དང་ཅ་ཆ་ཇ་མ་ཡ་ཤ་ཞ། བརྒྱད་ནི་རྒྱུད་གི་ཁམས་ཡིན་ཡི་ལས་བྱུང་། རྟི་  
འབྱུང་བ་རེ་ལས་ཡིག་འབྲུ་བརྒྱད་བྱུང་བས། བརྒྱད་ཐུ་འབྲུལ་གྱི་ཡི་གེ་བཞི་བརྒྱ་སྟེ། རྒྱུང་  
ཁུངས་འབྱུང་བ་ཆེ་བའི་ལྷགས་སུ་འོ། །

དེ་དག་སྐྱ་གདངས་ཚོལ་བ་དྲག་ཞན་གྱིས། སྒྲོར་ཚུལ་འབྱུང་ཆུང་ལྷགས་སུ་བསྐྱུ་ཚུལ་  
ནི། ཁྲ་དང་ཨོ་ཨྱ་ཨི་ཨི་ཨུ། བརྒྱད་པོ་རྒྱུད་གི་སྟེ་ཡིན་ཆེན་པོ་སྟེ། གསལ་བྱེད་ཀྱི་ལ་  
རྒྱུད་ལྟར་བྱུང་བར་འབྱུག ཀ་ཅ་ཏ་པ་ཅ་ཞ་ར་ཏ་བརྒྱད། གསལ་བྱེད་ཐོག་མ་ས་སྟེ་དག་པོ་  
འོ། ཁ་ཆ་ཐ་ཕ་ཆ་ཟ་ལ་ཨ་ཨ་བརྒྱད། ཆུ་ཡི་སྟེ་ཆེན་སྐྱེ་ཚོལ་འབྲིང་པོར་གནས། ཀ་ཇ་ད་བ་ཇ་  
འ་ཤ་རྟི་བརྒྱད། མེ་ཡི་སྟེ་སྟེ་ཞན་ཅིང་འཇམ་པར་བཞག ཇ་ཏ་ན་མ་ཕ་ཡ་ས་སྟིང་བརྒྱད། རྟི་  
རྩལ་པ་ནམ་མཁའི་སྟེ་སྟེ་མཉམ་པར་འབྱུག འབྱུང་ཆུང་དབང་གིས་སྟེ་ཆེན་ཐུར་ཕྱེས་པ། ཡི་  
གེ་བརྒྱད་རེ་ཡོད་པས་བཞི་བརྒྱ་ཆང་། །

དེ་དག་སོ་སོའི་སྐྱ་ཡི་སྐྱེ་གནས་ནི། ཡི་གེ་ཐུ་རེ་སྟེ་ཆེན་བརྒྱད་དབྱེ་བའི། ཇེ་པོ་ཁྲ་དང་  
ཀ་ཁ་ག་ངའི་སྐྱ། མགིན་པ་ལས་སྐྱེས་འབྱུང་བ་ཤིང་གི་ཁམས། ཇེ་བཞིན་ཨོ་དང་ཅ་ཆ་ཇ་ཉའི་



སྒྱོ། །རྟེན་ལུག་ལས་སྒྲིམ་འབྱུང་བ་མེ་ཁམས་ལ། །ཨོ་དང་ཏ་ཐ་ད་ན་ཕྱེ་སྒྲིམ་ས། །ཡུ་དང་པ་  
པ་བ་མ་མཐུ་སྒྲིམ་ཐ། །ཨི་དང་ཅ་ཆ་ཇ་མ་སྒྲིམ་ཐུང་། །ཨི་དང་ཉ་ཐ་འ་ཡ་སོ་སྒྲིམ་ཕྱགས། །  
ཨུ་དང་ར་ལ་ཤ་ས་སྒྲིམ་ཐི། །ཤ་དང་ཏ་ཨ་ཉི་མེད་ལོག་སྒྲིམ་མཁའ། །དེ་ཉར་ཡི་གེ་བྱང་  
ལྷངས་འབྱུང་ཆེན་དང་། །སྒྲིག་དངས་དབང་གིས་སྒྱུར་ཚུལ་འབྱུང་ཚུང་ཉར། །སོ་སོའི་སྒྲིམ་སྒྲི་  
གནས་འབྱུང་བ་སོགས། །བཤད་པས་ཡི་གེ་སྒྲིམ་མཚན་ཉིད་རྟོགས། །

ད་ནི་ཁང་བོད་རྒྱུ་གཉིས་ཤན་སྒྱུར་ལ། །ཐང་བབ་དང་ནི་ཐང་ལོག་གཉིས་ཡོད་ཀྱང་། །  
ཐང་ལོག་བོད་ཀྱི་བད་ལ་མི་མཐོ་ཕྱིར། །ཐང་བབ་ལྷགས་ནི་ཡི་གེ་བཞི་བཞི་བཅུ་། །དབྱེ་བའི་ཐེ་  
ཆན་བརྒྱད་དུ་གནས་པ་ལ། །གསལ་བྱེད་ཐབས་ཀྱི་པོ་ཡིག་སོ་གཉིས་གྲགས། །སྒྲིག་མ་དབྱངས་  
སམ་ཤེས་རབ་མོ་ཡིག་བརྒྱད། །ཡོངས་སུ་བསྒྲིམས་པས་ཐོ་ཡིག་བཞི་བཅུ་འོ། །

དེ་ཡང་བོད་ཀྱི་བད་ལ་འཇུག་བདེའི་ཕྱིར། །རྩ་བ་དང་ནི་ཡན་ལག་གཉིས་སུ་བསྒྱུར། །རྩ་  
བ་གསལ་བྱེད་མ་ཡིག་སྒྲིམ་སྒྲིམ་ལ། །ཡན་ལག་དབྱངས་ཀྱི་བྱ་ཡིག་བཅུ་བཅུ་དབྱེ། །གསལ་བྱེད་སྒྲིམ་  
སྒྲིམ་གསལ་ཨའི་བར་དུ། །ཐེ་བ་བྱེད་དང་བརྒྱད་དུ་གནས་པ་ལས། །དང་བོའི་གང་གསུམ་པའི་  
ད་ན་དང་། །བཞི་བའི་བ་མ་དུག་པའི་འ་དང་ནི། །བདུན་པའི་ར་ལ་ས་བཅུ་བཅུ་དུ་དབྱེ་གང་  
ད་ན་བ་མ་འ་ར་ལ་ས་བཅུ་འོ། །དེ་ལ་མཐའ་རྟེན་རྩེས་འཇུག་བཅུ་བཅུ་བཤད། །དེ་ལས་ད་དང་ས་  
གཉིས་རྩེས་འཇུག་གི། །མཐར་ཐོབ་ཕྱིར་ན་ཡང་འཇུག་ཅེས་སུ་བརྗོད། །(རྩེས་འཇུག་ནང་ནས་)ག་  
ད་བ་མ་འ་ཐ་ཐོན་དུ་ཡང་། །འཇུག་ཕྱིར་འཕུལ་བྱེད་ཐོན་འཇུག་ཐ་ཞེས་གྲགས། །སྒྲིག་མ་ག་  
སོགས་ཡི་གེ་ཉི་ཤུ་ནི། །ཐོན་རྩེས་གང་དུ་འང་མི་འཇུག་མིང་གཞིར་བཤད། །ཡན་ལག་དབྱངས་  
ཀྱི་བྱ་ཡིག་བཅུ་པོ་ནི། །རྟེན་གཞིགས་རྒྱུ་དང་ཁང་ལྷང་སྒྲིམ་ཐུན་པར། །ལྷང་ཞེས་པ་ནི་བོད་ཀྱི་  
བདར་བསྒྱུར་ན་(བོད་རྒྱུ་དུ་དབྱེ་འདྲན་ནམ་དབྱེ་ཀྱོགས་ཡིན།) །དང་ཐོག་གམ་ནི་དབྱེ་འདྲན་ཡི་གེའི་  
མགོ། །(ཁང་རྒྱུ་དུ་ཨི་ཡུ་ཨི་ཨོ་བཞི་ནི་བོད་རྒྱུ་དུ། །ཀྱུ་ཀྱུ་ཞབས་ཀྱི་འབྲེང་བུ་ན་རོ་ལ། །(ཁང་  
རྒྱུ་ཨི་ནི་མ་བཞག་(མ་གོར་)ཐིག་ལེ་ལྷང་གོར་ཏེ། །(ཁང་རྒྱུ་དུ་ཨུ་ནི་ཡས་མར་བར་མཚམས་འབྱེད་  
པའི་(བོད་རྒྱུ་དུ་ཆོག །(ཁང་རྒྱུ་དུ་ཤ་ནི་ཆོག་གི་མདོ་གཙོད་(བོད་རྒྱུ་དུ་ཤད་ཡིན་ཅིང་། །རྟེན་  
གཞིགས་(རྒྱུ་དུ་རི་ལི་ཁང་ལྷང་(རྒྱུ་དུ་ཉི་མེད་གཉིས་(མཐུན་པར། །བོད་ཀྱི་བདར་བསྒྱུར་ན་ར་སྒྲི་  
ཡ་སྒྲི་འོ། །སྒྲིམས་སྒྱུར་ཡན་ལག་བཅུ་པོ་དེ་ཉར་ལ། །ཤོང་བཤད་ཐོན་རྩེས་མིང་གསུམ་ཡི་གེ་ལ། །

གཞན་གྱི་ལྷགས་ལྟར་པོ་མོ་ཤིན་ཏུ་མོ། མོ་གཤམ་མ་ནིང་མཚན་མེད་ལྟར་ཕྱེས་ཤིང་། །(རང་ལྷགས་)  
འབྱུང་ཆུང་ལྟར་ན་ས་ཆུ་མེ་དང་ནི། མེ་ཡི་མེ་དང་མེ་ཙམ་ལྟར་ཕྱེས་ཏེ། སྦྱོར་ཚུལ་བཤད་ཀྱང་  
ལེའུ་གཉིས་པའི་སྐབས། །རྒྱས་བཤད་འབྱུང་ཕྱིར་(བད་སྦྱོད་ཉེར་བདུན་པའི་ལེའུ་གཉིས་པའི་སྐབས་སུ་  
སྦྱོར་རྩེས་མིང་གསུམ་པོ་ཁམས་ཀྱི་འཇུག་ཚུལ་རྒྱས་བར་བཤད་ཡོད་པ། འདི་རུ་འཕུལ་ལྟ་འཇུག་ཚུལ་རྒྱས་བར་བཤད་  
ན་སྟོ་གསར་བ་རྣམས་མགོ་མྱོངས་ཀྱིས་དོགས་ནས་མ་བཤད་པར་ལེའུ་གཉིས་པའི་འཕུལ་འདོགས་ངོས་བཟུང་གི་གོ་  
རིམ་ལྟར་དོན་ལྷག་པར་སྦྱས་པའོ)འདི་རུ་མི་འཆད་དེ། །སྐབས་འདིར་གསར་འཇུག་མྱོངས་པ་འབྲིང་  
བདེ་ཕྱིར། །རྟགས་(པོ་མོ་མ་ནིང་)དང་འབྱུང་བའི་ཁམས་ཀྱིས་མ་བཅིངས་ཤིང་། །དེ་དག་དགོངས་པའི་  
དོན་དང་འགལ་མེད་དུ། །(བད་སྦྱོད་ཉེར་བདུན་པའི་ལེའུ་གཉིས་པའི་གཞུང་ལྟར་ལྷག་པར་འཆད། །

འཇུག་ཚུལ་སྦྱོར་མ་འཕུལ་ཅན་བརྒྱ་དང་བཞི། །སྦྱང་འདོགས་(ཡ་ར་ལ་ལ་ལ)བཞི་དང་མགོ་  
འདོགས་(ར་ལ་ས)ཅན་གསུམ་དང་། །འཕུལ་དང་མགོ་འདོགས་མེད་པའི་མིང་རྒྱང་ངོ་། །དང་པོ་  
འཕུལ་ཅན་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་ལ། །གང་གིས་འཕུལ་དང་གང་ལ་འཕུལ་བ་དང་། །ཇི་ལྟར་འཕུལ་  
དང་དགོས་པ་ཅིའི་ཕྱིར་འཕུལ། །གང་གིས་འཕུལ་ན་སྦྱོར་འཇུག་ལྟ་ཡིན་ཏེ། །གང་ཆུ་ཡིག་གཉིས་  
བ(ས)མ(མཁའ)འ(མ)ལྟར་འཕུལ་བའོ། །གང་ལ་འཕུལ་ན་གསལ་བྱེད་པལ་ཆེར་ཏེ། །དེ་ཡང་ནང་  
གསེས་ཞིབ་ཏུ་དབྱེ་བ་ན། །སྦྱོར་འཇུག་(ཆུ་ཡིག)ག་ཡིས་འཕུལ་བའི་མིང་གཞི་ནི། །ཅ་ཏ་ཙ(མིང་  
གཞིའི་ས་ཡིག)གསུམ་ཉ(མེ་ཡིག)དང་ད་ན་ལ། །ཟ་ཡ་ཤ་ས་བརྒྱད་དེ་བརྒྱ་གཅིག་གོ། །(སྦྱོར་འཇུག་ཆུ་  
ཡིག)ད་ཡིས་འཕུལ་བའི་མིང་གཞི་ག་བ(ས་ཡིག)གཉིས། །གང་བ་མ(མེ་ཡིག)བཞི་སྟེ་རྒྱག་ཏུ་ངེས། །  
(སྦྱོར་འཇུག་ས་ཡིག)བ་ཡིས་འཕུལ་བའི་མིང་གཞི་ག་ཙ་ཏ། །ཙ(ས་ཡིག་བཞི)དང་གང་ལ་ཟ་ཤ་ཤ་ས(མེ་  
ཡིག)བརྒྱ། །རྒྱང་འཕུལ་(དུ་འཇུག)མགོ་འདོགས་ར་ལ་ས་གསུམ་གྱི། །མགོ་ཅན་ད་ཇ་ཉ་ན་ཇ(མིང་  
གཞིའི་མེ) འདི་ལྟ་ལ་བརྟེན་འདོགས་སྐབས་སུ་འཇུག་ལྟར་ཡང་། །བརྟེན་འདོགས་སྐབས་སུ་བས་  
འཕུལ་ཐོབ་པ་འོ། །མ(སྦྱོར་འཇུག་གི་རྣམ་མཁའ)ཡིས་འཕུལ་གཞི་ཁ་ཆ་ཐ་ཆ(མིང་གཞིའི་ཆུ་ཡིག)དང་། །  
གང་ཇ་ཇ་ཉ་བཞི་དང་ད་ན་ཇ(མེ་ཡིག)། །བདུན་བཅས་མས་འཕུལ་བརྒྱ་གཅིག་དག་ཏུ་བཞིང་། །  
འ(སྦྱོར་འཇུག་གི་མེ)ཡིག་མིང་གཞི་ཁ་ཆ་ཐ་ཐ་ཆ(མིང་གཞིའི་ཆུ་ཡིག)། །གང་ད་བ་ཇ(མེ་ཡིག)བརྒྱར་  
འས་འཕུལ་ཐོབ། །གང་གིས་མི་འཕུལ་ཡི་གོ་རྒྱག་ཡོད་དེ། །མ་འ་ར་ལ་ཏ་ཨ་རྒྱག་ཡིན་ནོ། །  
སྐབས་འདིར་ཐོབ་པར་མ་བཤད་མིང་གཞི་ནི། །རྒྱང་བ་དང་ནི་བརྟེན་འདོགས་གང་ལ་ཡང་། །

ག་སྐོག་ལ་འཕུལ་བྱེད་ལྡོ་འཕུག་པ་མིན། །

ཇི་ལྟར་འཕུལ་བར་བྱེད་ན་ཡི་གེ་སྒྲིའི། སྒྲི་གནས་བརྒྱད་ཀྱི་དབང་གིས་སྒྲ་ཚྭ་མི། དག་ཞན་འབྲིང་དང་མཉམ་པའི་ཚྭ་གྲིས་ཏེ། ག་ད་གཉིས་ནི་སྒྲ་གདངས་རན་ཚམས་སྒྲ་རན་པ་ནི་གདའ་གདམ། གཞན་ཉ་བྱ། དབང་། དགའ། དཔེ། དམར་ཉ་བྱའོ་དང་། བ་ནི་སྒྲ་གདངས་དག་པའི་ཚྭ་ལས་སྒྲ་དག་པ་ནི། བཀའ། བཀའ། བཀའ། བཅག་ བཅག་སྒྲ་བྱའོ་གྲིས་ཏེ། མ་ནི་དག་ཞན་མཉམ་པར་སྒྲ་མཉམ་པ་ནི། མཁའ། མཚར། མཐའ། མགྲ། མངོན་ཉ་བྱའོ་འཕུག་བྱེད་ཅིང་། འའ་ནི་སྒྲ་ཚྭ་ཞན་པའི་ཚྭ་ལས་སྒྲ་ཞན་པ་ནི། འགའ། འབྲམས། འབྱུང་། འཁྱ། འཁྱུ་ཉ་བྱའོ་གྲིས་འཕུག་ཁྱེབ་པར་བད་སྒྲིང་རང་འབྲེལ་གྱི་ལུ་གཉིས་པའི་སྐབས་སུ་ཉོས། །

དགོས་པ་ཅི་ཕྱིར་འཕུག་ན་དུས་གསུམ་དང་། བྱ་བ་བྱེད་པ་བསྐུལ་ཆོག་ཉོན་ཕྱིར་ཏེ། དེ་ཡང་ཁྱེབ་ཏུ་དབྱེ་ན་ཐོན་འཕུག་གི། ག་དང་ད་གཉིས་གཙོ་བོ་ད་ལྟའི་ཆེད་དགོ་ལ་གཞུལ། བད་ལ་དགོད། བདག་གཏོང་བ་པོ། དམོད་པ་པོ་གཞན་ལྷུ་ལ་གཅད་བྱ་དཔག་བྱ་དང་མ་འོངས་པ་ཚུ་གཤོ་བར་བྱ། དོན་ལ་དབྱེད་པར་བྱ་ལ་འཕུག། འདས་བསྐུལ་གཉིས་ལ་སྐབས་འགར་ཚམས་ལས་མིན། བ་ནི་འདས་བསྐུལ་པ། བསྐྱར་ཏོ། བཀའས་དང་བྱ་བ་གཞན་བཏག་ བཏང་། བསྐུལ་ཉ་བྱའོ་བསྐུལ་བྱིར། འཕུག་ཅིང་ད་ལྟ་མ་འོངས་བསྐྱར་པར་བྱ་གཉིས་ལའང་འཕུག། བྱེད་ལས་བསྐུལ་ཆོག་དག་ལ་ཆེར་མི་འཕུག། མ་ནི་བདག་གཞན་གཉིས་དང་དུས་གསུམ་(མཁས་པར་བྱས། མཁས་སོ། མཁས་པར་འགྱུར་ལ། རྟོག་གོགས་དབང་གིས་མཉམ་པར་འཕུག་བྱེད་ཅིང་། འའ་ནི་མ་འོངས་(འབྲུག་ འབྱུང་། འཁྱུར་ལས། འཁྱུ་ཉ་བྱའོ་བསྐུལ་བྱིར་གཙོར་འཕུག་ཅིང་། བྱེད་ལས་(འཁྱུ་བར་བྱེད། འཁྱིག་བཞིན་པ)ད་ལྟ་གཉིས་དང་སྐབས་འགའ་བྱ། འདས་(འདྲོད་དང་བསྐུལ་ཆོག་(འཕྲོངས་ཤིག་ འཕྲོངས་ཤིག) ལ་ཡང་འཕུག་ཚམས་སོ། བྱ་བྱེད་དུས་ལ་མ་ཉོས་ཐོན་འཕུག་ཟླ། མིང་གཞིར་འཕུག་པའང་མང་པས་ཁྱེབ་ཏུ་དཔྱོད། །

འཕུལ་བའི་རྣམ་གངས་བརྒྱ་དང་བཞི་བསྟན་པ། རྒྱུང་འཕུལ་ཞེ་བརྒྱད་བཅེགས་འདོགས་ལྡོ་བརྒྱུད་ཀྱི། དེ་ཡང་ག་ཡིས་རྒྱུང་འཕུལ་གཅད། གཏང་། གཙང་། གཉིས། གདང་། གནས། གཞན། གཟིར། གཡང་། གཤེན། གསང་ཉ་བྱ)བརྒྱ་གཅིག་ལ། ད་ཡིས་རྒྱུང་འཕུལ་(དགའ། དགའ། དངངས། དཔར། དབང་། དམངས)དུག་དང་འདོགས་འཕུལ་(དཀྱིལ། དཀྱེས། དཔུངས། དཔྱིངས། དཔྱུལ། དཔྱོགས།



གོ། །ཡང་འབྲུག་གཉིས་ཀྱི་ད་ནི་ན་ར་ལ་(བཟུང་། བཟུང་། བཟུང་ཉ་བུའོ། ། ས་ནི་ག་ང་བ་མའི་  
མཐའ་རུ་ཐོབ་(བསགས། གངས། འདེབས། ཐུམས་ཉ་བུའོ། ། དབྱངས་བཞི་གསལ་བྱེད་ཀྱན་ལ་ཐོབ་པ་  
ཅམ། །མ་བཞག་ཐིག་ལེ་རྩེས་འབྲུག་རང་མཐར་སྒྱུར་(དག་གི་བྱང་ངེ། བསད་དྲི། ཡིན་ནྟ། བཏབ་པ།  
སྒྲུ་མ། གདའ་འྲི། བྱུར་རྟི། འབྲེལ་འྲི། སྐས་སྐ་ཉ་བུའོ། ། རྩེས་འབྲུག་བཟུ་བའི་མཐའ་རུ་རང་འབྲ་  
ལ། ། རྟ་རོ་སྒྱུར་བ་སྐབས་དོན་རྩོགས་(རྟག་གོ གསུང་ངོ། དེད་དོ། བདེན་ནོ། དབབ་བོ། བསམ་  
མོ། དཔག་འཁོ། བྱུར་རོ། གསལ་ལོ། རྩོགས་སོ་ཉ་བུའོ)ཆོག་གོ །

ཅེས་གངས་ཅན་བོད་ཀྱི་བད་ཡང་དག་པར་སྒྱུར་བའི་མིང་གི་བཟུན་བཅས་སྒྲོ་གསལ་འབྲུག་དོགས་རིན་པོ་ཆའི་  
གཏེར་བྱིམ་ལས། དེས་པའི་ཐོ་ཡིག་བཞི་བཟུའི་བྱང་ཁྱངས་འབྱང་བ་ཆེ་ཆུང་གི་ལྷགས་དང་འབྲུག་ཚུལ་རྣམ་གྲངས་  
ཀྱི་གོ་རིམ་མདོ་རུ་བཟུན་པའི་སྐབས་ཏེ་གཉིས་པའོ། །

ག་ཡིག་འབྲུག་པའི་བད་བྱེ་བྲག་ཏུ་བྱེས་པ།

ད་ནི་དེ་དག་སོ་སོའི་འབྲུག་ཚུལ་གྱི། བད་དོན་གཞུང་(བད་སྟོང་ཅ་བ)གི་གོ་རིམ་ཇི་ཉྩ་བར། །  
རིམ་པ་བཞིན་དུ་རྣམ་པར་བྱེས་པ་ལ། རྒྱུ་མར་ག་ཡིས་རྒྱང་འཕུལ་བཅུ་གཅིག་ནི། བཅ་ཉ་ཏ་  
ད་ན་ཅ་ཞ་ཟ་ཡ། ཤ་ས་རྣམས་ཏེ་དཔེར་བཞིན་རིམ་བཞིན་སྟོན། གཅམ་བྱའི་ཆོག་(བཅས་མའི་  
དོན་ཏེ་རྒྱན་གྱིས་ངོ་བསྟོད)དང་གཅད་བྱེ(ཤིང་སྟགས་ཡིད་ལ་གཅགས་སེམས་ལ་བརྩེད་བ)། ཁ་གཅང་(ཁ་  
འབྲུང་ཡང་)ཁ་མཛེས་ལ་གཅན་(སྤང་མ་ལའང་)ས་སྤང་མེད་། གཅན་གཟན་གཅལ་དུ་བཀྲམ་(ཐང་  
མར་བདལ་བའི་དོན)དང་སྤྲ་གཅན་གཟའ(རྩ་ཏུ་ལ)། གཅིན་(དི་རྩ)དང་གཅི་བཟྱིས་སྟེ་སྟག་པ)གཅིའུ  
(ཞེས་པ་ཡར་གཏོང་སྟན་ཞིག་དང་གཏོང་བྱེད་སྟེ་ཁྱ་ཆད་ལྷན་ཀྱང་)གཅིག་ཉིད་(གངས་ཀྱི)དང་། རོ་གཅིག  
(དུ་མ)རྩས་གཅིག་གཅིག་ཏུ་(འདུས་པ)གཅིག་(གཉིས་སྟེ་མེད་པ)ཐ་དད། གཅིན་པོ་(ཕུ་བོ་སྟེ་སྟོན་སྟེས)གཅས  
(གནད་ཆེ་བའམ་དོན་ཆེ་བའང་)ཏེ་གཅས་འཛིན་གཅས་སྤྲས་བྱ། གཅས་(འཛིན་མེད་གཅར་བྱེ་གོས་  
མེད་དང་སྤྲིབ་གཡོགས་མེད་པ་སྟེ་གཅར་མཛོང་ཉྩ་བུའོ)གཅུང་པོ་(ཏུ་བོ་སྟེ་རྩེས་སྟེས)ཡིད་ལ་གཅགས་(ཤིན་ཏུ་  
མཛོང་བའི་དོན)། ཁོན་གཅུགས་(མི་མཛོང་བ)གཅུང་ལ་བོར་(གནད་ལ་བཞག་པ་དང་གཅུང་བོར་ཞེས་ཁྱར་  
བ་བོར་བ)དང་ཅད་ནས་གཅུན། གཅུན་གྱི་(ཆན་གྱི)གཅུགས་མེད་(འགས་མེད་དང་རྩ་བ་འོན་པ་ལའང་)  
གཅུག་དག་(བཤགས་པའི་འགས་དག)གཅུག་ལ་མེད་(གལ་ཆེན་མེད་པ་དང་ཁག་མེད)། ཕུག་ཏུ་གཅུར  
(སྤྲིགས་སམ་ནད་དུ་རྩད་པ་སྟེ་བཅོར་བའང་)དང་ལག་པ་གཅུས་(ལྟགས་སྟེ)ཏེ་གཅོག་(ཤིང་གཅོག་ རོ་གཅོག་  
པ་སྟགས)། འགམ་དུ་གཅོར་(བྱ་བྱེད)དང་གཅོལ་མེད་(འདྲ་མེད་བྱིས་པའང་)ཀས་པས་གཅོས། གཅོང་  
ནད་གཅོང་རོང་(ཤིན་ཏུ་དོག་པའི་གནས)གཅོང་སྤྲད་ཤིང་སྟགས་གཅོད་(སྟག་རྒྱན་བར་མཛམས)། རྣམ་  
གཅོད་(མེད་གཤེ་རྣམ་པར་གཅོད་ཡོངས་གཅོད་(དགག་སྤྱབ)ཡུལ་གཅོད་(སོ་སོར་ནམ་འཕང་གཅོད)།  
ཉྩང་གཅོད་(ལྟགས་ཉེས)རྣང་གཅོད་(དག་རྣམ)གཅོད་འདྲ་བྱིས་སྟགས་གཅོད་(ཞལ་སྟེ་ཆར་ཐག)། ཤོས་  
གཅོམ་པ་(གྲོས་བསྐྱར་བ)དང་གཅོམ་བསྐྱངས་(བྱ་བ་གསང་བ)སྤྲ་ལ་སྟགས་(ཁེངས་བསྐྱངས)། རྩོན་འབྲུག་  
ག་ཡིས་འཕུལ་བའི་ཅ་ཡིག་གོ། །

བཀའ་གཉན་(བཀའ་བཅན་པའི་དོན)དུང་འགྲོ་གཉན་(རི་དྲགས་སྒྲན་ཞེས་པའང་ཡོད)དང་རུས་གཉགས་གཉལ། །མཐུ་ཕྱན་གཉན་པོ་གཉན་ནད་གཉན་གྱི་སྒྲེ(བར་སྤང་གཡེན་ཁམས)། །གཉའ་བོ(དཔང་བོ)གཉའ་པའི་(སྤང་སྐྱེས)གཉའ་ཀོ་གཉའ་ཤིང་(རི་གཉའ་ཤིང་འཛིན་ལྷ་བྱ)དང་། །ཉག་པོར་གཉག(སྤམ་ཤིང་སྐྱེས)། །ཉག་དོད་པ་སྒྲེ་གཉེར་ཀྱང་འཐད)དང་གཉའ་རིངས་(མ་ཐུལ་བ)ལག་པས་གཉབ། །གཉེ་མ(བཤད་ལམ་གྱི་རྒྱ་མ)བཤེས་གཉེན་(གྱི་སྒྲ་མ)སྤང་བུའི་གཉེན་པོ(ནད་གྱི་གཉེན་པོ་སྤེན་ལྷ་བྱ)དང་། །དུང་གཉེན་(སྒྲོབས་མགོན)རྩ་ལག་གཉེན་(ཉེ་འབྲེལ)དང་ཉེ་དུའི་གཉེན། །རྩས་དང་དགོར་གཉེར་(གཉེར་པ། གཉེར་དཔོན)བཙལ་བའི་གཉེར་ཁ(ཁུར་སྤང་བའི་དོན)སྐྱེས། །དོན་གཉེར་ཁོ་གཉེར་(བཞེན་གྱི)གཉེར་ཁམས་གཉེན་པོ(ཡར་གཡེན་གྱི)སྒྲ། །གཉེ་ཟེར་(ཉེ་ཟེར)གཉེས་སུ་(ཉེ་ཤུ)གཉེག་ཏུ་(གཅིག་ཏུ་འདི་གསུམ་བདུན་རྒྱུད་པའི་)གཉེད་ཡུར་(ཞེས་གཉེད་སོང་བ)གཉེས་(གངས་གྱི)། །གཉོས་ཀ(འཁོས་ཀ་གཉོད་ཀའང་། འཁོད་པ། གཉོས་ཀྱང་། འཁོས་རྩང་དམ་ནད་མི་བྱུག་སྒྲེ་སན་མི་རུས་པ)གཉོད་པ་རུས་གཉོས་ལུས་གཉོད་རྩང་། །ལག་གཉུལ་ལྷ་གཉུལ་(ལུལ་སོ་སོར་རྒྱ་ཞིང་རྟོག་དཔྱད་གྱི་མིང་)གཉུར་བ(གཞུར་བ)གཉུག་མའི་གཤེས་(རོ་བོའི་གནས་ལུགས་དང་གདོད་མའང་)། །གཉུགས་མར་གནས་(རྒྱན་དུ་མཉམ་པར་བཞག་པ)སྐྱེས་གས་འཕུལ་ཉ་ཡིག་གོ །

བསམ་གཏན་(ཏིང་འཛིན)དུས་གྱི་གཏན་(གཏན་དུ་ཞེས་པ་ལུགས་གྱི་དོན)དང་གཏན་ཚིགས་(ཚད་མ་རིག་པ)དང་། །གཏན་པ་མེད་པའི་མཚན་སྤྱིན་(རྒྱན་ཆད་དང་ཕྱོགས་རིས་མེད་པའི་དོན་ཡིན་ལ་འཁོར་གསུམ་ཡང་དག་གི་བཟོ་བ)སྒྲོ་གཏན་(སྒྲོ་སྤྱེས་ཀྱང་ཟེར)དང་། །གཏན་འབེབས་(བསྐྱར་བཙོས་སྐྱེས་དང་སྒྲོ་ལ་འབབ་པ)གཏད་བུའི་(རྩས)གཏད་ཡར་ལག་ཏུ་གཏད། །གཏད་འབྲལ་མེད་(མཚན་སྤྱིན་གཏད་བར་བྱ་བའང་)དང་གཏད་རག(ཚེག་གཞོགས་པའི་དགའ་སྒྲོན་གྱི་མཚན་པ)འབེན་ལ(སྒྲོ་དང་དམིགས་པ)གཏད་(གཏོད་ཅེས་པའང་ཡོད)། །གཏམས་པའི་གཏམས་(ཡིད་གང་བའི་དོན་དང་བཙལ་བ་བཤད་པའང་)དང་ཕྱར་བུར་གཏམས་པ(གང་བ་དང་མང་པོའི་དོན)དང་། །སྤང་བའི་གཏམ་དང་གཏམས་པ་གཏམས་དཀྱིགས་(འདི་གཉིས་གངས་གྱི་བྱེ་བྲག)དང་། །གཏམ་འདྲེས་(མཐུན་པའམ་ཐེབས་པར་སྒྲ་བ)གཏའ་(གཏའ་ཆེན་དང་། སྤེན་གཏའ་སྐྱེས)མ(ཞོར་སྐྱེས་གྱི)ཐུག་གཏར་(གཏར་ཁ)བརྩུང་བའི་གཏག་(བདེག་འཐད)། །གཏད་མེད་(དམིགས་པ་སྐྱེས)གཏད་སོ་མེད་དང་གཏི་ཐུག་པ(སེམས་ཉོན་མོངས་པའི་དོན)། །གཏི་ཐུག་(མཐར་ཐུག)གཏི་ལུམ་(བཟེ་བ་སྒྲེ་གཏི་ལུམ་འང་ཟེར)གཏི་པ(སྒྲ་བ)རྒྱ་གཏིགས་པ(རྒྱ་ཐུག་པའམ་བཟན་པ་འཐེག་པ)། །གཏིང་

ཟབ་གཏིང་ཕྱིན་(དཔྱིས་སུ་ཕྱིན་པ)པ་དང་ཐུན་(ནག་དང་)སྤྱིན་(སོགས)གཏིངས་(ཐོག་གཏིངས་ཀྱང་)། གཏིང་  
བ(གདེང་བ)གཏི་བ(ནོར་གྱི་གཏའ་མ་དང་ཆ་བ་སྤྲོ་བ)གཏིའུ་(ཚོད་གཞི་སྤོང་མཁན)རིན་ཆེན་གཏིར། སྤྱོས་  
གཏུལ་(སྤོས་དྲི་གཏུལ་བ)མགོ་གཏུམས་(གོས་སོགས་ཀྱིས)གཏུམ་མོ་(ཆ་རྒྱུང་མེ་དོད་ཀྱི་མིང་)ཤོ་བའི་གཏུམ་  
(རྩི་རྩི་གཏུམ་པོ)། གཏུམ་གསལ་གཏུམ་པའི་གཟུགས་ཅན་གཏུམ་དྲག་ཆེ། གཏུན་ཐུང་(རྩི་རིལ་ཡས་  
གཏུན་མས་གཏུན་ཞེས་མཆིག་གི་ཡ་ལོ་མ་ལོ)གཏུན་ཐུང་གཏུན་ཤིང་(ཤིང་སྐྱེད་ཉག་ཅིང་ཆེ་གཉིས་ལྷུ་མ་པ་འབྲས་  
སོགས་རྒྱུང་བྱེད་ཀྱི་ཤིང་། ཏཱ་ར་ན་སྤྲུལ་ཞེས་བཤད)དུམ་ཐུར་(གསོགས)གཏུབས། ཟད་པའི་པ་མཐར་གཏུགས་  
(དེ་དག་ཡོངས་སུ་མཐར་གཏུགས་པ་ལྟ་བུ)དང་གཞན་ལ་གཏུགས་(ལྷ་མའི་རྩུང་དུ་གཏུགས་ཏེ་གདམས་པ་ལྟས་  
ལྟ་བུ)། གཏོང་བ་པོ་ལ་གཏོང་དང་སྤྱིན་སོགས་(གཏོར་མ་དང་གཏང་རག་གཏོང་སོགས)གཏོང་། །  
གཏོར་མ་(ཆུའི་གཏོར་ཟན་མེ་ཏོག་གཏོར་དང་གཏོལ་མེད་པ་(རྒྱས་མེད་དེ་མདོ་མེད་དང་ཐབས་མེད་ཀྱང་)། །  
ལྷ་ཆེན་གཏོགས་འདོད་(ལྷ་ཁྱབ་འཇུག)ཕྱོགས་གཏོགས་(ཁོངས་སུ་གཏོགས་པའང་)གཏོད་ཀྱི་སྤེལ་བདག)། །  
དམིགས་པ་གཏོད་(འབེན་ལའང་)དང་ཐུང་གཏོད་སེ་གོལ་གཏོགས་(བརྒྱུ་མ་གཏོགས་ཀྱང་)། ། རིམ་  
གྲོའི་གཏོ་དང་གཏོར་ཐུང་(རྒྱལ་གོས་ཀྱི་ཤུབ་སྤྲེ་གཏུར་ཐུང་ཡང་ཟེར)ཚང་ནས་གཏོལ་(བྱུང་སོགས་ཚང་ནས་ཐུང་  
བ་དང་སྤྱོན་མཚང་ཐུང་བ)། ། རི་བོའི་གཏོས་(མཐོ་དམན་གྱི་ཚད)མ་ཉམ་ལ་སོགས་གས་འཕུལ་ཏའོ། །

གདངས་(སྐད་ཀྱི་གདངས་སོགས་ཀྱང་)དྲག་གསུང་(གདངས་དྲག་ལྟ་བུ་ཐོད་ཐོག་པའི་གསུང་ཞེས་པ་ལྟ་བུ)  
དང་གདངས་སྤྲོན་དབྱངས་ཀྱི་མིང་། ། བསྐྱངས་པ་གདངས་དང་(དྲངས་པའི་དོན)དྲང་བའི་གདང་  
(དཀར་ལ་འཆེར་ཞིང་དམར་ལ་གདང་ཞེས་པ་ལྟ་བུ)སོགས་དང་། ། གོས་འགེལ་གདང་(འགེལ་བྱ)དང་སྐས་  
ཀྱི་གདང་ཐུང་(ཐེམ་པ)དང་། ། མིང་གདགས་གདན་ལ་བཞུགས་དང་ས་བོན་གདབ། གསལ་གདབ་  
གསོས་གདབ་བྱུང་གདབ་གསོལ་གདབ་དང་། ། གདས་པ་(སྤྲོ་བའམ་ལྟས་པ་དང་ལྟ་བུ)པན་གདགས་  
གདམས་དག་(གཉེར་གདམས་བྱེད་པའང་)གདམ་ང་བྱེད་(དེང་སང་འདམ་ཀ་བྱེད་ཟེར)། ། ཞལ་གདངས་(གདང་)  
ཞེས་འི་གདའ་(ཡོད་པའི་དོན)དང་དཔྱུལ་བའི་གདར་(ན་རག་གདར་སོ་ཡན་ཆད་ཅེས་མཐར་ཐུག་པའི་དོན)། །  
པར་གདབ་ཐུགས་གདབ་གདབ་པ་(ས་བདག)ཤུར་བྱ་གདབ། ། གདར་གསལ་(ལྷ་རྩི་བཅོལ་གདམས་  
དམ་གདགས་གདང་(ཐུགས་སོགས)ལ་གདགས། ། ལྟུང་གདལ་སོས་གདལ་(དལ་)ཐུང་(ཟས)གདར་  
གདགས་གཞི་བྲལ། གདའ་རི་དཀར་(ཉིན་གྱི་མིང་)དང་གདགས་(ཉིན་གྱི་མིང་)སྤོབ་གདགས་པ་ཆེ། །  
གདེང་ཐོབ་(རང་དབང་ཐོབ་པ)མཚོན་ཆ་གདེངས་(ཐུར་བ)དང་སྤང་ལ་གདེག་(བཀྲག་པ་དང་ཞབས་ནས་



གདེག། གདེངས་ཀ(སྒྱུ་ལྷུ་གདེངས་ཅན(སྒྱུ)གདིང་(གདིང་)རིང་གདིང་བ་སྟན། གདུང་འཛིན་  
གདུང་བརྒྱུད་སྒྱུ་གདུང་ཁང་པའི་གདུང་། ཁྲ་གདུང་གདུང་བས(བརྟེ་གདུང་ཡང་)གདུངས(སེམས་  
འཛེར་ཡང་)དང་གདུང་སེལ་སྟན། མཚོད་རྩམ་གདུགས་དང་ཁྲི(ཉི་མའི་མེང་)གདུགས་ཉིན་མའི་  
གདུགས(དེ་རིང་སྲིད་པའི་གདུགས་གོང་ལ་ཉ་བྱ། གདུགས་ཁང་(སྒྱུ་སམ་བསྐྱེ་ཁང་)གདུགས་ཚོད(བཞེས་  
བ་དང་གསོལ་ཆོགས)གདུང་བྱེད(ཉི་མ)གདུང་འཛོལ(རྒྱུད་འཛིན)གདུང་(གུས་པས)། གདུལ་བྱ་རྟེད་ལ་  
གདུ(བ་ནི་འདྲོད་པ་ཆེ་བ་སྟེ་ཟས་སོགས་ལ་འཐབ་པ)དང་སྟན(དང་ཐུག་པ)གདུས་གདུ། སྟོར་གདུབ་  
གདུབ་ཀོར(རྒྱུ་གདུབ་ལག་གདུབ)གདུ་བྱ་གདུག་རྒྱབ(གནོད་པ་བྱེད་པ)དང་། གདུག་པ་ཅན་དང་རི་  
གདོད་(རི་སྟོང་བཞེན་བྱེད་དམ་ངོ་)གདོད་། གདོད་མའི་དུས(ཡེ་ཐོག་མའི་དུས)དང་གདོས་བཅས  
(གཟུགས)གདོས་པ་འཛིན(གྲུ་ཡི་སྒྱུ་བའམ་གྲུ་ཡི་དར་པོ་འཛིན་པ)། གདོད་(ད་ཆའམ་འདི་དག)ཕྱིར་  
གདོན(ནང་ནས་བཏོན)གདོས་བྱེད་རྒྱུད་གདོན་མི་བེ་ཐེ་ཆོམ་མེད། གདོན(ལ་ཏོན་གདོན་འདོན་ཀྱང་)  
རིགས་གདོལ་བ(རིགས་ངན་པ)ལ་སོགས་གས་འཕུལ་དཔོ། །

མཁའ་ཡི་གནམ་དང་བོན་ཆོས་གནད་ལ་མཁས། གནད(གནད་ཆེ་བ)ལ་དབབ་དང་གནམ་  
རུ(གཞུ་ཡི་མེང་)ཕྱགས་ཀྱི་གནག(ནོར་གྱི་མེང་)། གནག་རྩི་ལ་དོག་བྱང་བ་ལྟར་གནག(ལ་དོག་ལམ་པ་  
ལའང་)དང་། གནད་དགག(འདུལ་བའི་གནད་དགག་ལ་སོགས)བྱས་དང་གནད་སྦྱིན་གནད་བར་  
མཛད(བཀའ་ཡི)། གནའ་དུས་གནའ་བོའི་ལྷགས(ཐོན་གྱི་དུས་དང་། ཐོན་གྱི་ལྷགས)དང་འདུག་  
པའི་གནས(སྒྱུབ་གནས་འདུ་གནས)། གནས་སྐབས་གནས་བརྟན(འཕགས་པའི་ཉེར་གནས་ཉེ་བར་  
གནས་པ)ཞི་གནས་དང་། གནས་ལྷགས་གནད་གཅོད(གནད་དྲག་པོ)གནས་བཟང་གནངས(ཉིན)  
གཞེས་ཉིན། གནམ་མཚོད(ལེགས་པ)གནམ་བོ(དང་པོ)གནམ་བསྐྱོས(བསོད་ནམས་ལྡན་པ་དང་གནམ་  
སའི་བདག་པོ་ཞེས་དབང་ཆེ་བ)གནམ་དུ་གཤེགས(ཤི་བའི་ཞེས)། གནས་མལ་འོག་དུ་གནན་དང་  
རིགས་ཀྱི་གནུབས། གནུར(ཞལ་ཟས་བདར་དང་གནུར་ལ་ཐེད་ཉ་བྱ་སྒྱུ་པའི་དོན)བའི་ཟས་དང་ཆོན་  
སོགས་བཏུལ་བའི་གནུར(ཞིབ་པར)། གནོད་འགྱོད་གནོད་མི་བཀྱར(ཉེས་པ་ལས་མི་ལེན་པའི་བདེ་དང་  
གནོན་པ་པོ། གནོད་པར་བྱེད་དང་གནོད་སྦྱིན་གྱི་བ་གནོན་གདོན། ཟིལ་གནོན་པ་སོགས་ན་  
ཡིག་གས་འཕུལ་པོ། །

དྲི་གཙང་(དགོན་གྱི་གནས། གཙང་ཐོད)ཁང་དང་གཙང་སྒྲུབ་བྱེད་པ)གཙང་མའི་ཆུ། ཁ་རག་

གཙང་སོ་པོ། (ཆུང་གཙང་པོ་ལང་)མི་གཙང་གཙང་ནི་ཡུལ། །ཁྲག་འདོན་གཙག་བྱ་གཙབས་(སྐར་བའི་  
དོན་ལའང་)དང་མཆེ་བ་གཅིགས། །གཅིགས་པ་(འཆོགས་པ)གཅིར་བ་(འཆོར་བ)གཅིགས་ཆེ་བ་ནི་གལ་  
ཆེ་བའི་གཅིགས་སྟོང་(ལྷགས་དང་མི་མཐུན་པའི་སྟོང་པ་དང་ཐོ་ཙེ་སྟོང་པ)། །གཅིགས་བྱིན་(ཆེ་ཏྲགས་བྱིན་  
པ)གཅིགས་བཞག་(དམ་ལ་བཞག་པ)ཐུགས་གཅིགས་(མཐོན་པོས་ཆེ་བ་དང་། །གཙོང་ཁ་(ཡུལ)གཙོ་ཁང་  
(དབུས་ཉི་གཙང་ཁང་ཡང་ཟེར)གཙོ་བོ་དེ་དྲགས་གཙོད། །གཙོད་རུས་གཙུག་ཕྱད་གཙུག་ལག་(ཆོས་  
སྒྲན་ཅིས་ཕྱ་བཞི)གཙུག་ལག་ཁང་(སྟ་ཁང་)། །སྤྱི་གཙུག་གཙུག་ཏྱར་གཙུབ་ཤིང་ཤིང་ཤ་བ་ཅན་ཞེས་  
ཀྱང་མེ་འབྱུང་བའི་བྱད་བྱེད་གཙུབ་སྟན་(མི་སྟན་ཉི་བྱད་པའི་གཏན་གྱི་ཤིང་)ལ། །གཙུབས་པ་(བསྐབས་པ་  
ཤིང་གཉིས་བྱད་པའི་སྟན་ལས་ནི་མེ་བྱད་གཙོར་བ་པོས། །(མི་རུང་བས་སྟན་སྟགས)གཙོས་དང་གཙོ་གྱུ་  
གཙོགས་(ཤིན་ཏུ་སེམས་དྲུགས་པའི་མིང་)སྟགས་གས་འཕུལ་ཙོ། །

དུན་པ་ཉེར་གཞག་(དོན་ལ་སེམས་པ)མཉམ་གཞག་(ཕྱག་གི་མཉམ་བཞག་ལའང་)ཆོན་གྱི་གཞུང། །  
རྣམ་གཞག་(ནི་རྒྱ་མཚན)གཏང་གཞག་(ནི་ཆོད་འཛིན་པ)ཆོད་དང་ལུས་ཀྱི་གཞུང་(ཆེ་ཤས)། །གཞུང་  
ཡང་(སྐར་ཡང)གཞུང་འབྱུང་(བཤད་ལམ་དུ་འབྱུང་བྱ་བྱུང་བའི་ནད)གཞན་དག་གཞུང་ཆོན་(བད་རྟིང་རྟེ་  
འཇའ་ཆོན་དང་། །གཞུང་ཉི་བའམ་མཐུན་པ)བས་སྐྱ་གཞས་(ཐོ་གཞས)གཞུང་བ་(མགུ་བ)གཞབས་ནས་  
(འཇའ་ནས)གཞུང་(ཡིབ་པ)། །གཞུང་བྱ་གཞས་ཡས་ཁང་དང་ནམ་གཞག་(ཕྱགས་སུ)གཏན། །གཞུང་  
གསང་(གཡུང་བྱུང་དང་ཕྱིན་ལས)གཞགས་པ་(བརྒྱན་པ)གཞུང་ཡང་(ནམ་ཡང)གཞུང་དུ་(རྟིན་ལན་སྟགས་  
མེད། །གནས་ཀྱི་གཞི་གཞི་བདག་སྟགས་དང་གཞི་མ་(ནད་དང་བྱ་བའི)གཞི་བྱུང་(གདགས་གཞི་བྱུང་པའི་  
བོན་དང་། །བརྟག་(ལེགས་པར)གཞིག་བསམ་གཞིག་(འདི་གཉིས་དོན་གཅིག)གཞིབས་པ་(གཤེབས་ཞེས་  
ཀྱང་འཐད་པ་ཁུ་བ་སྟགས་འཛིབས་པ་ལའང་)བསྐྱེགས་པའི་མིང་། །གཞིས་ཀ(དཔོན་གྱི་ཡུལ་གཞི་སྟག་པོ་  
གཞིགས་(ཞིབ་དབྱུང་གྱི་མིང་)དང་གཞི་སྐྱར་(རྒྱུང་གཟེད)གཞི་བོ་(གཞི་མ)དང་། །ཀྱན་གཞི་(རྣམ་ཤེས་ཉོན་  
མོངས་གཞི་ལ་(འཛོམས་པའི་དོན་དང་གཡང་གཞི་(བགས་པའི)དང་། །གཞུང་བཟང་(རང་བཞིན་བཟང་  
པོ་གཡོ་སྐྱུ་དང་བཟུ་བའི་དང་གཞུང་ལྷགས་ཡིད་གཞུངས་པ་(དོན་ལ་སྟོ་ཆེ་གཅིག་ཏུ་སྐྱེམས་པ་ཟེར་ཡང་། །དཔེ་  
རྟིང་རྟེ་མཛད་པ་པོའི་ཕྱག་བསྟར་མ་ལས་དོན་ལ་ཤིན་ཏུ་མས་པའི་དོན་ཞེས་འཁོད། །ནད་དུ་གཞུག་(ཆོས་ལ་  
གཞུག་སྟགས་འཇུག་པའི་དོན་སྟགས་གཞུངས་པ་(རབ་ཏུ་བྱུང་པ)གཞུང་དུ་མེད་(གཞོན་དུ་མེད་པའི་མིང་)། །  
གཞུང་སྐྱེར་མདའ་གཞུང་(ཐང་)གཞུངས་གཞུག་གཞུར་བདག་པ་(བྱར་བ་བ)། །མངག་གཞུག་འཁོར་

དང་(པོ་ཉ་བའམ་གཡོག་བྱེད་པ)མདའ་གཞུ་ཡུལ་གཞོངས་(སྤྲོངས)དང་། །གཞོན་ཅུས་དག(བདུད)  
གཞོམ་གྱིས་གཞོག(ཤིང་སོགས)དགེ་ལ་གཞོལ(འབད་པ་དང་གུས་པ)། །ལུས་ཀྱི་གཞོགས་(སྤྱོད་ཀྱི་དུང་ངམ་  
ལོགས་སམ་ལྟ་བུ)དང་གཞོགས་སྤོང་(ལོག་འཛེ་ལའི་ཅིག་ཤོས་ཏེ་ནོར་རྩས་དངོས་སུ་མི་སྤོང་བར་གཡོ་ཐབས་ཀྱིས)  
མེ་ཡིས་གཞོབ་(སྤུ་སོགས་ཚོགས་པ)། །གཞོགས་སྟེགས་(ཆགས་ཕྱིར་སྟེག་ཚོས་བྱེད་པ་དང་བུར་མིག་གམ་ངལ་  
སྟེགས་མིང་)གཞོགས་འཕུས་(ཤེས་ངོར་འཕུ་བ)གཞོང་ཐོགས་སྤོང་གཞོང་བ(ཤིང་གཞོང་བཅངས་གཞོང་མཐར་  
གཞོང་སོགས)། །གཞེས་ཉིན་གཞེན་བསྐྱལ་(གནད་ནས་བསྐྱལ་བ་དང་དུན་པར་བྱེད་པ་ལ་གཞེན་འདེབས་ཀྱང་)  
བཏབ་དང་འཛོ་གཞེས་(བདེ་བར་བཞུགས་པ་སྟེ་ཞེས་འཛོ་ཆོག)གཞེར་(བསྟེན་པ)། །ལ་སོགས་ཞ་ཡིག་ག་ཡི་  
འཕུལ་ལྡན་ནོ། །

མདུང་དང་ཆོར་མའི་ཚེ་མོ་གཟང་(རྩོན་པའི་དོན་རིང་)ཕྱག་ན་དཀར་མདུང་གཟང་རིང་བསྐྱམས་  
ལྟ་བུ་དང་། །ཟན་གྱི་གཟན་(འདུལ་གོས་གཟན་ལ་ཡང་)དང་གཟན་ཆེ(ཆོས་བཅུའི་རྩ་བ་ལྟ་བུའམ། ཆོར་མ་  
རྒྱུ་བ་ལ་གཟན་པ་ལྟ་བུ་རྩལ་པ)རྩལ་གཟན་(རྒྱུང་གོས་དཀར་པོའི་མིང་)དང་། །གཟན་སྟན་(རྩལ་ལྟན་ཕྱིང་  
(བལ་གྱི)གཟར་སིན་གཟར་སྟན་གྱི་གཟར་(ཕྱིང་བ་དང་སིན་བལ་གྱི་སྟན་གྱི་བཞེ་རྒྱུ་དུའི་མིང་)། །གཟའ་  
གཏད་གཟང་བ(བརྒྱུངས་པ)གཟབ(ཞིབ་མོར་འབད་པའམ་བག་ཡོད་པ)ཀྱང་གཟགས་ནས་བད། །དགང་  
གཟར་(ཉོམ་གཟར་)ལྷག་གཟར་(འབྱམས་གཟར་ཡང་)གཟར་བྱ་(སྟོགས་ཀྱི་མིང་)གཟར་ཐག(གོས་ཀྱི་གདང་གི་  
དཔུང་ཐག)དང་། །སྤོ་གོས་(སྤུ་སྟེ་སྤུ་ལྟ་བུ)ཕྱག་པར་གཟར་(ཐུར་དུ་འཕྱང་བའི་དོན)དང་གཟར་མའི་(རི་སོགས)  
ལོགས། །གཙན་གཟན་བདེག་པར་གཟས་(བརྩམས་པའི)དང་གཟས་(གང་ལ་གཟས་སོགས་བརྩགས་པའོ)  
པ་པོ། །གཟའ་སྐར་གཟེ་མདངས་གཟེ་འོད་(སྤོ་བ)གཟེ་བཟིང་ཆེ། །ནོར་བུ་གཟེ་(ཕྱ་བོ)དང་སྟག་  
གཟེག་སྟན་གྱིས་གཟེགས། །བྱ་(ཤིང་དང་རྟ་བ)གཟེངས་(མགོན་པ་སོགས)མནལ་བའི་གཟེམས་(ཟེན་པ་སྟེ་  
ཞེས་གཟེམ་པ)དང་གཟེར་བ(དམིགས་པས)དང་། །གཟུགས་བརྟན་(གཟུགས་དངོས་མིན་པའི་དོན)གཟུགས་  
ཅན་སྟོང་པོ་(རྒྱ་གར་དབུས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ)གཟུགས་སུ་བྱང་། །གཟུང་མོ་(བྱ་རྩ་ལྟ་བུ)གཟུང་ཡུལ་གཟུང་  
འཛིན་(སེམས་ཀྱི)ས་ལ་གཟུག(འཛིན་བྱ་འཛུགས་གཟུགས་འདས་བསྐྱལ)། །ལུས་གཟུགས་ཤ་གཟུག་སྤུ་  
གཟུག་གཟུགས་ཅན་པ(དབང་པོ)། །གཟུངས་(གོས་ལ་གཟུངས་བཏབ་པ་ནི་དེའི་དུབ་བོ་གཟུངས་བཏབ་བོ་ལྟ་  
བུའོ)ཕྱགས་(གཟུངས་ཕྱགས་ནི་ཡེ་ཤེས་སྟེ་ཉིང་པོ)གཟུངས་ཐག(བུམ་པའི་མགུལ་ཐག་དར་ཚོན་སྤྲེལ་སྤྲེལ་གྱི་  
པ་ལ་གཟུངས་ཐག་ཟེར་བ་ལྟ་བུའོ)གཟུངས་མ(རིགས་མའི་མིང་)དགེ་ལ་གཟུང(བརྩུད། འཇུག)། །དང་བའི་



དོན་དང་། །འབྲས་བུ་གཡུར་དུ་བཞུགས་པ་དང་གཡུང་དྲགས་ནོར། །གཡུག་མཁན་གཡུང་པོ་སྒྲོ་གཡུར་བ་(གཉིད་པ)གཡུང་བ་(ཞན་པ)གཡུག་སྒྲོས་གཏང་ནས། །གཡུང་མོ་(རིགས་དན་པ)ནམ་གཡེང་ཅན་(གཡེངས་པ་སྐད་ལ་དགའ་བ་སྟེ་ལོག་གཡེམ་སོགས་དང་བྱད་མེད་གཡེར་མོའང་)དེ་གཡེམ་ལ་དད། །གཡེན་ཁམས་གཡེན་སྡེ་(ལྷ་མིན)གཡེན་བོན་སྤྱུ་རྩ་སོགས། །མི་བཙོན་གཡེལ་(བ་མེད་པ)དང་གཡེར་མ་ཤིང་འབྲས་དང་གཡེར་ཤིང་སྤྱུ་གཡེར་བག་ཅན་(ངོ་ཚ་བའི་སྤྱང་གཡེལ་ཅན་ཏེ་རབ་བྱུང་མས་གནས་གཡེར་བག་ཅན་དུ་མི་སྒྲོད་པར་བཤད་པ་ལྟ་བུ། །གཡེར་པོ་(མཁས་པ་དང་གི་མ་པ་ལའམ་སྤར་པོ)ལ་གཡེར་སྒྲན་གྲགས་གཡེར་སྒྲོད་སྒྲོམ་པ་སྟེ་ཅ་འདྲི་བྱེད་པ)གཡེར་ཁས་བརྒྱན། །གཡེན་སྒྲོ་བ་ནི་སྤང་བའམ་བཞུགས་པ་དང་ཅ་འདྲི་ལའང་)གཡེ་གྲོང་ལས་འདོམ་ལྷ་བརྒྱ་ཙམ་དགོན་པ་གཡེ་དེ་བས་རིང་བ)དང་གཡེར་(ནི)གྲགས་པ། །གཡོན་སྒྲོས་(ནི་བཞུགས་པ)ཟས་གཡོ་(གཡོས་ནི་འདས་བསྐལ)གཡོན་མོ་(བྱད་མེད)གཡོ་སྒྲ་ཅན། །ས་གཡོས་མི་གཡོ་(བསམ་གཏན)གཡོག་འཁོར་གཡོན་(མིག་མ)ཕྱོགས་གཡོབ། །སྒྲོད་(གོས་ཀྱི)གཡོགས་སྒྲིབ་གཡོགས་སོགས་གཡོར་མོ་(གྲུ་ལ་གཙུག་པའི་དར་མིང་སྟེ་རྒྱུད་གཡོར་ཀྱང་)གཡོར་པོ་(བོད་ལུ་དབྱུག་གྱི་གྲོང་བདལ་ལུ་གྱི་མིང་། །མིག་གཡོར་ཅན་(གི)བ་མའམ་མིག་སྤར་སྤྱ་ཚོགས་འཆར་བ)སོགས་ཡ་ཡིག་གས་འཕུལ་ལྔ། །

རོལ་མོ་གཤམ་དང་གཤགས་འབྱེད་(ཁྲིམས་ཀྱི་གཤགས་འབྱེད་པ་དང་ཁ་གཤགས་འདེབས་པ་སོགས་)དུ་མ་བུར་གཤགས་(བགས་པ་ཤར་མོ་གཤག་པ་བྱེད་པ་ཞེས།) །འགའ་ཀྱི་གཤམ་(མཐའ)དང་དར་གཤམ་གཤམ་བུར་གདགས་(ལྷགས་སོགས་ཀྱི།) །ཚོས་ལྷགས་གཤམ་མ་(གཞན་ལ་མ་འདྲེས་པ་ཡང་དག)ཡིན་དུ་(ཡིན་ན་ཁ)གཤམ་བ་(ལུན་དུ་འབད་པ་དང་)དང་། །མོ་གཤམ་(བྱ་མེད་རབས་ཆད)མ་གཤམ་(མི་འོང་)ལྷགས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་གཤམ་(དཀར་)། །གཤེན་རྩེ་དང་ནི་ཤི་བའི་གཤེན་པོ་དང་། །ཞིང་ས་གཤེན་པོ་(བཟང་པོའི་དོན)ཐུགས་རྒྱུད་མཉེས་གཤེན་པ་(བུམས་ཤིང་འཇམ་པའི་དོན)། །མི་གཤེས་བཟང་དན་གཤེས་ལྷགས་(སེམས་ཀྱི་གནས་ལྷགས)དང་བ་དང་། །འདྲ་གཉིས་གཤེབས་དང་གཤུད་པ་(སིད་པ)བཤུང་བ་(དངོས་སྒྲོན་བརྗོད་པའམ་ཤུང་བུས་སྒྲོད་པ་ཡིད་གཤུངས་པ་སོགས)དང་། །གཤེན་རབ་མཚོག་དང་(སྒྲོན་པ། དེ་ཡང་བསྟན་གཙོ་གཤེན་རབ་མཚོག་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་སོགས་དང་། །གཤེན་རབས་གཡུང་དུང་སེམས་དཔའ་ལྷ་བུ་སོགས་མཚོག་པལ་གྱི་དབྱེ་བས་ཐོབ་ཚུལ་ཤེས་དགོས་རྒྱ་མདོ་སྟེ་ནམས་ཀྱི་དགོངས་དོན་ནོ།)གཤེན་རབས་སེམས་དཔའི་སྡེ་(བརྒྱུད་སྤྱུ་)། །གཤེན་ལྷ་གཤེན་པོ་གཤེན་བོན་གཤེན་བསྟན་སོགས། །བདེར་གཤེགས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་སོང་བའི་གཤེགས། །གཤེ་བསྐྱར་(ཁས་བཏང་བའམ་སྤྱད་པ་བཏང་བ)གཤེ་བར་བྱེད་

(ཁ་འཐབ་པ)དང་གི་འདྲེའི་གཤེད(པོ)། །བརྒྱན་གཤེར་འདབ་ཆགས་གཤོག་པ་ཤིང་སོགས་གཤོག །  
སྤང་གི་གཤོངས་དང་དམའ་བའི་གཤོང་བྱ(ལྷགས་སྤེག་གིས་དང་དར་གྱི་གཤོང་བྱ་བཅེགས་པ)དང་། །  
ཡུར་བའི་གཤོར(དབྱ་སྒྲ་སྤེག་པ་དང་ཆུ་ལམ་ལའང་)དང་བྲེ་དང་འཕྲང་ལས་གཤོར(འཇལ)། །གཤོར་བ་  
(རྒྱབ་པའམ་གཟེངས་པ་ལ་དང་ཐོད་པའི་དུམ་བྱ་མན་དག་སྟེ་མར་ཀྱང་བཤད)གཤོད(གཏམ་དང་དམའ་བའི)དང་  
གཤོས་པ(འཁྲིག་པ)ཆུས་གཤོ་བ(རྒྱ་ཡིས་དུས་པ)། །ཐོང་གཤོལ་གཤོལ་མདའ་འཛིན་(གསེར་གྱི་རི་བདུན་  
གྱི་ཡ་གྲུལ)སོགས་གས་འཕུལ་ཤོ། །

སྟན་གསན་འབབ་དང་གསང་སྤགས་གསང་བྱ(ཐ་བར་བྱ་བ)དང་། །ཀྱན་གསལ་མཁའ་དང་  
སྒྲ་གསང་དངོས་གྲུབ་མིང་། །དབལ་གསས(གསས་གྱི་བདེ་ནི་ལྷ་ཞེས་པ་དང་དོན་གཅིག་སྟེ་གསས་ཁང་ལྷ་  
ཁང་། གསས་བཤོས་ལྷ་བཤོས་གསས་མདའ་ལྷ་མདའ་ལྷ་བྱ)གར་གསས་འཛོར་གསས་བདར་གསས་དང་། །  
ལྷ་གསས་གསས་མཁར་གསས་ཁང་(ལྷ་ཁང་)གསས་གཞི(ལྷ་གཞི)དང་། །གསས་མདའ(ལྷ་མདའ)  
སོགས་དང་འོད་གསལ(གྱི་འཆར་སྒྲོ་སྒྲོ་གསལ་བ། །གསད་བྱའི་སྒྲོག་ཆགས་གསལ(སེམས་ཅན)དང་  
གསར་བ(གོས་སོགས)སོགས། །གསར་བྱ(མི་གཞོན)གསག་གསིར(གཅན་གཟན་སོགས་མཛོང་རྒྱག)གསས་  
མོའི(ལྷ་འདྲེ་ཁོག་རྟེན་ཁ་པ་འབབས་མཁན་སོགས་ལ)གསང་བྱང་(རྒྱབ་བམ་བཤད་ལམ)གསང་(བྱག་པ་སོགས)། །  
གསང་གནས་སྐད་གསང་སྟན་གསང་ན་བ་གསང་། །ཁ་གསག(ལོག་འཛིའི་ཅིག་ཤོས་ངོ་བོ་བྲོད་བྱེད་པ་  
སྟེ་གཞན་བསྐྱའི་ཚོག)གསལ་ཤིང་(ལྷགས་གྱི་ཁྲིམས་ཤིང་དང་མདུང་ལའང་)ཁམས་གསེང་(སྤྱབས་དང་སྤྱ་སོགས་  
གསེང་བ་དང་གསེངས་ཟེན་པ་སྟེ་སྒྲོ་བསང་གི་དོན)ནེའུ་གསེང་(ནེའུ་ཐང་)དང་། །རྩ་སོགས་གསེབ(རི་ཡི་  
གསེབ)དང་གསེག་ཤང་(མཁར་གསེལ་གྱི་མིང་)རྟ་ཡི་གསེབ། །གསེར་ཡིག(ཡས་ཕྱིན་གྱིས་བཀའ་ལུང་འཁོད་  
པའི་ཡིག་རྒྱ་ལ་སྟེ་དེ་ཁྱེར་མི་ལ་གསེར་ཡིག་པ)གསེག་མ(རྫོག་བྱེད་བྱེད་མ)གསེང་(གསོན་དྲི)གི་གསེགས(དབྱིབས)  
ཀ་གསེར(རིན་ཆེན)། །གསེལ་ཀ་ལི(ཤོག་ཀ་ལ་དང་རྒྱ་གསེལ་ནད་ལའང་འདི་བྱེད་པ་རྩང་)དང་གསེ་བྱ(ཤིང་  
སོགས)གསེས(ཟེན་པ་དང་ནད་གསེས་ལའང་)དང་གསེད(སྤྱ)། །གསེར་མེ་གསེར་སྤྱད་གསེར་གྱི་ཕུར་བྱ་  
(འདི་རྒྱམས)སྤྱན། །རལ་པ་གསེགས(སྤྱགས་པ)དང་གསེང་མ(འདིའང་ནེའུ་ཐང་)དྲིལ་བྱ་གསེལ(དགྲོལ་  
བ)། །མཁར་གསེལ(གསེལ་བྱད་ཡང་ཟེར་རྟེ་ཉོས་བྱ)གསེལ་བའི་སྤྱ་དང་དུམ་བྱར་གསེལ། །ལུས་  
གསེག(བསེག)དབྱ་སྤྱ་གསེལ་དང་དྲི་རྒྱ་གསེལ(འདོར་བ)། །གཉིས་མེད་གསུང་(པ་པོས་དོས་གསུངས་  
འདས་ཚོག)པའི་གསུང་རབ་དང་། །དྲི་གསུར་གསུས་པ(པོ་བ)གསུད(སྤྱ་གསུད་སྒྲོ་གསུད་ཅེས་དང་སྤྱེག་

པའམ་སྒྱུག་པ་དང་གསུག་པ་(སྒྲ་རྩལ་གསུམ། །གསོན་ལུས་(སེམས་ཅན་གསོན་པོ་གཏོ་བྱེད་པ་ལྟ་བུ་ལའང་)  
གསོ་ཕྱིར་ལོར་(རྩལ་གསོག་གསོག་འཛིག་རེམས། །གསོ་རིག་(སྒྲ་ལོ་དབྱེད་གསོལ་འདེབས་(རེ་སྒྲ་  
གྱི་ལྷ་བ)བཞེདས་སུ་གསོལ་(ལྷ་གསོལ་ཟས་གསོལ་ན་བཟའ་གསོལ།) །གསོ་སྦྱོང་སོ་གསོད་(སོས་དལ་སོ་སྤུབ)  
གསོག་རུམ་(སྒོག་ཏུ་སྤུབ་པ)སྒྲ་གསོང་པ་(སྒྲ་འབྱུར་མེད།) །གསོབ་(ཀོ་བ་བརྒྱུདས་པ་སོགས)དང་གསོས་  
ཀ་(སྒྲ་ཆས)འཆི་གསོས་བདུད་ཅི་དང་། །སྒྲ་གྱིས་གསོན་དང་གསོང་པོར་(གསོང་པོར་སྒྲ་ནི་དང་པོར་  
སྒྲ་བའོ)གསོར་ལྷེམ་པ་(སྒྲ་ན།) །སེམས་ཅན་གསོད་དང་གསོར་འབྲུག་(འབྲུགས་བྱེད་ལག་ཏུ་གསོར་  
(བསེལ་བའི་བསྒྲུལ་ཆོག་ཟེར་གྱང་བཟུང་བའི་དོན།) །གསོ་མའི་རས་དང་སྒྲ་བྱ་གསོང་པ་དང་། །རྒྱུད་  
མ་གསོན་(རྒྱུད་གསན་དང་གསོག་གསོབ་(དོན་མེད་དམ་སྒྲིང་པོ་མེད་པ)གསོམ་པ་ཤིང་། །ས་ཡིག་གས་  
འཕུལ་ཅན་ཏེ་གས་འཕུལ་རྩོགས། །

ཞེས་གངས་ཅན་བོད་ཀྱི་བརྒྱ་ཡང་དག་པར་སྦྱོར་བའི་མིང་གི་བསྒྲན་བཅས་སྒོ་གསལ་འཇུག་དོགས་རིན་པོ་ཆའི་  
གཏོར་ཕྱིམ་ཞེས་བྱ་བ་ལས་ག་ཡིག་འཇུག་པའི་བརྒྱ་བྱེད་ཏུ་ཕྱིས་པའི་སྒྲ་བས་ཏེ་གསུམ་པའོ། །

## ད་ཡིག་འབྲུག་པ་བྱེ་བྲག་ཏུ་བྱས་པ།

ད་ཡིས་རྒྱུང་འཕུལ་དྲུག་ནི་ཀ་ག་ང་། ། བ་བ་མ་དང་འདྲོགས་འཕུལ་དགུ་ཡོད་དེ། ། འབྲུག་  
པ་བདེ་བྱིར་དཔེར་བཅོམ་ལྷན་ཅིག་བཞུགས། ། དཀའ་ཐུབ་(ཅན་དང་)ཁ་དྲོག་དཀར་དང་དཀར་  
ཆག་ཐོ(ཡིག་སྟེ་ས་ཡོད་བྱེད་པ་མང་ཡང་འདི་རང་འཐད།) ། དཀར་པོ་ཆེག་ཐུབ་(གངས་ཐང་ཐོམ་)དཀར་  
ཡོལ་(སྒྲོད་)རི་ཡི་དཀར་(ངས་གཟུར།) ། མཚུ་ཡི་དཀར་(ཀན་ཞེས་ཀྱང་འཐད)དང་དཀར་ཆོགས་(དཀར་ལས་  
ཆེ་བ)དཀར་འབྲེལ་(གནད་དོན་ཁོ་བའི་དོན)གཞུང་། ། དཀར་གསུམ་ཟས་དང་མཆི་མ་དཀྱུ(ཏུ་བློ་བའི་  
མིང་)སོགས་དང་། ། དཀྱུ་རྒྱུམ་(དེལ་བྱ་དཀྱུར་བཞེན་སོགས)དཀྱུ་མ་སྒྲོངས་(དེ་མ་བྱུག་པ)དང་ལྷས་ཀྱི་  
དཀྱུ(དཔྱིའམ་སྟ་ཟུར། དཀྱུ་སྟེ་སྟུག་སྟེ།) ། དཀྱུ་སྐབས་བྱིན་(མཚམས་བྱས་པ)དང་སྒྲོམ་སྒྲུ་རབ་དཀྱུ་དྲི(དན་  
པ་དྲི་ཆ་བ་མི་ཞེས་པ)། ། དཀྱོན་མཚོག་དཀྱོན་ཅོག་(བད་གསར་རྩིང་མ་གཏོགས་དོན་གཅིག་གོ)དཀྱོར་(ནོར་  
རྩེ་སྟེ་མིང་)དང་དཀྱོས་ཐག་(ཉམ་ཐག་པ་ཀོས་ཀྱང་)འགོ། ། དཀྱེལ་འཁོར་(མཐུལ་རྒྱུམ་པོའི་མིང་)དབྱས་  
དཀྱེལ་དཀྱེལ་ཆེ(ཁོང་ཡངས་པ)དཀྱོར་འབྱེན་པ(གཡོ་སྒྲུའི་ཀུན་སྒྲོང་གི་ལས་ལ)། ། གཞུང་གི་དཀྱུས་དང་  
དཀྱུས་རིང་(རྒྱ་བོ)སྒྲུ་རིང་བ། ། དཀྱུས་མ(ཐུ་མ་དང་རྒྱུན་དུ་རྒྱུག་པའི་ཐོང་སོགས)མི་དང་དཀྱུས་ཐག་  
གཅོད་པ(གཞུང་གི་དཀྱུས་ཐག་གཅོད་པ། ཏེ་ཡིས་དཀྱུས་ཐག་གཅོད་པ་སྟ་བུ)དང་། ། དཀྱུས་མོ་བྱེད་(མཁྱེགས་  
པར)དང་ཏེ་ཡང་དཀྱུ(རྒྱུག་པ་དང་)དང་དཀྱུས་(བརྒྱུགས་ཟེན་པ)། ། ཁོས་དང་སྒྲུལ་མས་དཀྱུས་དང་  
ཀུན་དཀྱུས་(ཉོན་མོངས་ཀྱི་མིང་)དང་། ། སྒྲིན་དཀྱུགས་དཀྱུགས་ཕྱག་གངས་ཀྱི་མིང་དང་དཀྱེ(ནི་ཕོ་ཡི་  
མཚན་མའི་རྟག)། ། བཞུན་པ་དཀྱུགས་(ཞོད་ཡུལ་སོགས)དང་ཐུགས་དཀྱུགས་གོང་འོག་དཀྱུགས། །  
ཆག་དཀྱུམ་(དུམ་བུར)སྟེ་ཆ་དཀྱོལ་དང་བྱ་སོགས་དཀྱོགས། ། འེ་མ་དཀྱོགས་(བསྐྱབས་པ)དང་གཞན་  
དཀྱོགས་(དཀྱུགས་པ)ནོར་རྩེས་དཀྱོགས་(སྒྲོག་པ)། ། དཀྱོངས་བསྐྱེད་ལ་སོགས་ཀ་ཡིག་དས་འཕུལ་ལོ། །

ཡིད་དགའ་བ་དང་དགག་བྱེད་(ཐ་སྟོད་དགག་སྐྱབ་སོགས)དགའ་འདུན་ཆོགས་(སྦྱར་སྒྲོ་བར་ཆོགས་  
པའམ་འགའ་ཞིག་བྱིས་པ་པོ་མོ་རྒྱུང་པ་དགའ་སྒྲོ་ལ་ཆོགས་པ་ཟེར།) ། དགའ་གཟུར་གོས་དགའ་(གོས་བཀའ་  
པའི་དོན་དང་སྟན་པ་དགའ་བ)དང་རྒྱུང་དགའ་བ་(སྒྲོད་དགའ་བ་ལའང་)། ། འོགས་སུ་དགར་དང་དུམ་



བྱར་དགས་(ཤིང་སྐྱེས་)དང་དགལ་(ལལ་སྐྱེས་བཀལ་)། །བྱངས་དགུ་(དང་དབྱིངས་དགུ་སྐྱེས་མང་ཆོག་  
ལའང་སྐབས་ཀྱིས་འཇུག་པས་སྒྱེ་དགུ་བཟང་དགུ་སྒྱུག་དགུ་འདོད་དགུ་བསམ་དགུ་མཐོས་དགུ་མཛེས་དགུ་ཉ་བྱ་ལ་  
མགོ་ཅན་བྱེད་པ་སྤང་ཡང་འདི་རང་འཐད་དགུས་པ་(ན་བ་ལ་)དགུ་ཐུབ་(སྤྲོན་)དགུག་(བཀུག་)ནས་དགུམ་(གསོད་)། །  
དབྱིབས་དགུར་དགུན་དང་དགུ་ཆོགས་(གནམ་སྒྱབ་ཉ་བྱ་)མཚན་མོའི་དགུང་(གུང་)། །གནམ་གྱི་  
དགུང་དང་དགུང་སྟོན་དགུང་ལོ་སྐྱེས་། །དགེ་བཤེས་དགེ་སྟོང་དགེ་ཚུལ་(དགེ་འདུན་དགེ་རྒྱས་དགེ་  
སྦྱར་སྐྱེས་)དགེ་བསྟེན་དང་། །དགེ་སྦྱོང་བ་དང་དགེ་ལེགས་དགེ་བའི་དགེས་(དགེས་པའི་བཟང་)། །ཉ་  
དགོངས་བསམ་པའི་དགོངས་པ་བྱི་དྲོའི་དགོངས་(དགོངས་ཀ་དགོངས་མ་གནམ་གྱི་དགོངས་ཀྱང་འདྲའོ)། །  
བདེ་ལ་དགོད་(མ་འོངས་པ་)དང་རྒྱན་དགོད་(རྩ་རྒྱས་དགོད་ཡི་གེར་དགོད་། །གནས་སྤྱད་དགོད་དང་  
གད་མོ་དགོད་པ་སྐྱེས་། །པགས་པ་དགོག་(དང་རྩ་བ་ནས་)དང་ཀས་དགོག་དགོད་རིད་(རྟ་མོ་ག་  
མེད་)ཏྲ། །དགོས་ཆེད་ཉིང་དགོས་སྟོང་པའི་དགོང་བ་(ཞེན་པ་ལའང་)དང་། །དགོན་པ་དགོན་དུང་  
(རྒྱ་མེད་པ་དང་རྩ་རྒྱ་ཅན་)རི་དྲགས་དགོ་བ་དང་། །སོ་སོར་དགོ་བ་ཕོ་བ་དགོད་དགོ་(ལ་མང་སྟོང་སྟོར་  
ཞེས་སྤང་ལས་སྒྱེས་པའི་ག་དཀར་ནས་དུས་ནང་ནས་ཐལ་བ་སེར་ནག་འཐུལ་བ་དེ)། །དགའ་བའི་དགེས་དང་  
དབྱིབས་དགུ་སྤང་བའི་དགུ་(མཛའ་མེན་)། །མཚད་རྩལ་མེ་རྟོག་དགུམ་(ཐོང་སྐྱེས་བྱ་བ་)སྐྱེས་ཤི་  
བའི་དགོང་། །དགོངས་མཐུད་བཅིངས་པ་དགོལ་སྐྱེས་དས་འཕུལ་གཤོ། །

སྟན་དངག་སྟེ་དངག་ཅུ་དངག་སྟག་པའི་དངངས་དང་(སྤངས་ཀྱང་འཐད་)ཚར་དུ་དངར་(གལ་ལམ་  
ཐོང་བ་)། །དངན་འཐེན་(གཞན་གྱི་ནོར་ཕྱིར་མི་གཏད་པའམ་སྟོས་མི་གཏོང་བ་)བེལ་དངར་(བདུད་རྩི་རོ་  
དངར་ཁ་དངར་བ་(དེང་སང་མངར་ཞེས་འཐད་)། །རིན་ཆེན་དདུལ་དང་དདུལ་རྒྱ་འབབ་རྒྱའི་དངོ་  
(དོགས་སམ་འགུམ་)། །འཇུག་དངོག་(དོགས་ཀྱང་འཐད་)གྱི་ཡི་དངོ་(སྟོང་དང་དངོས་པོ་དང་། །དངོས་  
མེད་དོན་དམ་དངོས་(དངོས་བཤམ་དངོས་འབྱུར་)དང་དངོས་གཞི་དང་། །དངོས་ཆེ་(བཀུག་)ཆེ་དངོས་  
གྲུབ་ལ་སྐྱེས་དས་འཕུལ་ངའོ། །

དཔལ་ལྷན་(ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའི་མིང་)དཔའ་བོ་(མི་འཛིགས་པའི་སེམས་ལྷན་དང་དཔའ་བོ་དཀར་སེར་  
དམར་གསུམ་སྟན་གཡུང་དུང་སེམས་དཔའ་(བྱང་རྒྱབ་)དང་། །དཔའ་བར་འགོ་བའི་ཉིང་འཛིན་(ཉིང་  
འཛིན་བརྒྱུད་རྒྱའི་བྱེ་བྲག་)དཔའ་གདེང་ཅན། །ཆེ་བཞིའི་དཔང་བོ་(གཟུའི་དཔང་བོ་སྐྱེས་)དཔག་ཆད་(ཁྱ་  
བཞི་འདོམ་གང་དེ་ལྷ་བརྒྱ་རྒྱུང་གཤམ་དེ་བརྒྱུད་ལ་དཔག་ཆད་)དཔག་ཏུ་མེད། །དཔངས་མཐོ་དཔར་དུ་

གདབ་(ཡི་གེ)དང་རྩེས་སྤྱད་པ་(ཆུ་བྱས་ཆུ་ཡོད་པ་)དབྱེད་ནས་རྟོགས་པ་(ལྟ་བུ།)། །དཔག་བསམ་ཤིང་དང་  
 རུས་མིང་དབང་སོགས་དང་། །ཡན་ལག་དབྱེད་པ་དབྱེད་རྒྱུ་དབྱེད་རྒྱུ་(དབྱེད་བཅད་ཤ་འགག་གི་  
 བྱེ་བྲག)གོས། །ཟོང་དབྱས་(ཞེས་རིན་ཐང་བཟང་ངན)དབྱེད་གཉེན་(སྟོབ་པར་བྱེད་པ་)པོའི་བདེ་དབྱེད་  
 ཆོགས་(མང་པོ)དབྱེད་བྱ་རྒྱུ་(རྟེན་དམག)། །དཔེར་ན་དཔེ་ཆ་(གསུང་རབ)དཔེ་བྱ་(སངས་རྒྱུ་ཀྱི་  
 མཚན་བཟང་)དཔེ་སྟོལ་དང་། །ཡི་གེ་དཔེ་དང་དཔེ་མཁུན་(མན་ངག་སྟོན་འོས་པ་)ཕན་བྱ་སྟོན་ཉེ་འཆད་  
 པ་དཔེན་པ་(ཡུལ་ཡིད་དུ་འོང་པ་)དང་པོང་སེམས་དང་མཐོ་ཆ་དྲག་པོ་ལ། །དཔག་བྱ་དཔོག་(བསྟུལ་  
 ཆོག)དང་ཤངས་དཔོར་(སྤྱི་དཔོར་སོགས)རིགས་ཀྱི་དཔོ། །དཔོན་གསལ་སྟོབ་དཔོན་དཔོན་སྟོབ་སྟོབ་  
 མའི་མཚན་གྱི་བྱེ་བྲག། །རྩེ་དཔོན་དེད་དཔོན་(ཆོང་དཔོན་དམག་དཔོན་ལས་དཔོན་སྟོང་དཔོན་སོགས་  
 དཔོན་རིགས)དཔོང་པོ་(ཆོས་གྲ་འདུ་བའམ་རྩེན་པ་)གཞན་ལ་དཔོར་(མས་ནས་ཡར་ལ་སོགས)། །གསོ་དབྱེད་  
 སྟོན་དབྱེད་བཏག་དབྱེད་རྒྱུ་པོའི་དབྱེད་(ཐུལ་གྱི་མིང་དང་དུམ་བུའམ་ཆ་ཤས་ལའང་)། །དབྱེད་(ཁང་ཐོག་  
 གི་ཐུམ་དང་འབྱམ་དང་ཐུམ་ཟེར་བ་སྤང་)དང་དབྱེད་ཐག་(ཐུར་དང་གཡང་དུ་འབྱེད་བའི་དོན་ལ་དབྱེད་དང་  
 དམྱེངས)དར་དབྱེད་སྟོ་ཡིས་དབྱེད། །འབྱ་སྟོད་དབྱེད་བ་དང་ནི་དབྱས་འདྲོགས་(སྟོན་མཚང་འདྲོགས་པ་)  
 དང་། །དཔལ་གྱི་དབྱིད་(ལེགས་པར)དང་ལུས་དབྱི་(རྩ་ཟུང་དུས་ཀྱི་དབྱིད། །དབྱིས་སྤྱིན་(མཐར་ཕྱིན་  
 པའི་དོན་དང་དབྱིས་འཕྱིན་ཞེས་ཐེ་ཆོས་སོམ་ཉི་མེད་པའི་དོན)དང་ནམ་དམྱེད་མཁུན་དམྱེད་དང་། །རྟོགས་  
 དམྱེད་(དོགས་དམྱེད་དམྱེདས་པ་)ཤ་སྟོབས་ཤོར་བ་དང་ནི་དབྱལ་གོ་མཐུག་(འཆོར་བ་མེད་པའམ་མོད་པ་)ཆེ་  
 བ། །གོས་དབྱལ་(རལ་བའི་ཆོག)ཁྲིམས་དབྱལ་མགོ་ཡི་དབྱལ་བ་(ཐོད་པ)དང་། །དབྱི་བ་(ཐུ་གུ་བཅས་  
 འཕྲལ་ལམ་འོ་ཐུ)དབྱེ་བ་(བརྩེས)བ་ཡིག་དས་འཕྲལ་ཅན། །

སྟོ་མའི་དབང་པོ་དབང་ཕྱུག་དབང་བསྟར་དང་། །དབང་ཐུན་(བཞགས)དབང་ཆེན་(དབང་  
 ཐང་ཆེ་བ་ནི་སྟལ་བ་ཆེ་ཞིང་བཟང་བ་དཔལ་ཆེ་བ་ལ)དབང་གཞུང་(འཇའ་ཆོན་གྱི་མིང་)བྱིན་ཆེན་དབབ། །  
 (འབེབས་པའམ་བཞག་པ་ལའང་)གཞན་(ལ)དབབ་གཏན་ལ་དབབ་(སྟོ་སྟོ་དབབ་དང་ཐབ་པ་ལའང་)དང་  
 ཞེས་འདྲེད་དབབ། །དམའ་དབབ་(སྟོན་བཟོད་པ)དབང་ཟ་(སྟོད་པ)སྟོན་གྱི་དབགས་(སྟགས)དང་དབར་  
 (སྟབས)། །དབལ་ནི་རྩ་རྩུབ་སྟེ་རྟོག་རྩེ་མོ་(ཕུར་བུའི་དབལ་དང་རྩ་དབལ་མདུང་རྩེ་རྩ་བུ། །ཤ་ཉམས་  
 (དབལ་གཏུམ་བཟོད་པའི་སྟེ)མེ་མེ་དབལ་རྩུང་སྟེ་རྩ་བུ་ཡི་དྲོད་ལའང་སྟབས་ཀྱིས་འཇུག །དབལ་གསལ་  
 དབལ་བོན་(དབལ་གཤེན་དབལ་དམག་སོགས)དབང་རིལ་(དབང་ལག་ཀྱང་)དབང་པོ་ལ། །དབང་རྩུབས་

ཐུ་ཡི་དབུ་བ་མགོ་ཡི་དབུ་(དབུ་སྒྲ་དབུ་ཐུན་དབུ་ཐོད་སྟགས།) ། དབུ་འབྲེན་ཁོང་པའི་དབུགས་དང་  
 ཐུག་པ་དབུག(མཚན་གྱིས་དབུག།) ། དབུ་ཚྭ་དབུ་འཕང་(འདི་གཉིས་དོན་གཅིག)མཐོ་དང་དབུ་བ་  
 རགས་(པའི་དོན།) ། དབུས་(ཟ་མ་ཏྟག་སྟགས་འགའ་ལ་དབུ་དབུས་གཉིས་དོན་གཅིག)ཀྱི་དཀྱིལ་དང་དབུ་  
 མ་བྱང་འབྲུག་དོན། ། སྤྱིང་དུ་གཏུགས་སྟགས་དབུབ(ཐོག་དང་གྲུར་སྟགས)དང་བསྟོན་སྟེ་མས་  
 དབུ། ། མཚོད་པ་དབུལ་དང་བཀའ་པའི་དབུལ་བ(ད་རི་དུ་ཞེས་ཐོངས་པ་པོ)དང་། ། སྐར་མ་དབོ་  
 དང་ཐུ་སྟགས་དབོ་(པོ་བའི་མིང་)བ་དང་། ། དབོན་པོ་དབོན་སྟེ་(དཔོན་གསལ)ལྷང་དབོག་ནོར་  
 སྟགས་དབོག(ལྷར་སྟགས་དབོག།) ། སྦྱོར་པའི་དབོས་དང་རྫིང་དབོལ་(བཙོལ་བའི་དོན།)དབོན་པའི་  
 གནས། ། དབུར་དུས་དབུངས་(གདངས)སྟན་ཞ་ཉེའི་དབུར་སྦྱང་གྱི་སྟེགས་ཐུའི་མིང་ལའང་)འདབ་  
 དང་། ། དབུར་སྦྱོས་(སྦྱལ་བ)དབུར་རྩ་དབུར་པ(སྤྱང་ཆེན་སྟེ་མ་ཅན་དང་རི་ལྷང་ལའང་)ཤིང་གི་སྦྱར། །  
 སྦྱ་དབུངས་(ཐུལ་མོ)དབུལ་མོ(བྱང་མེད)དབྱིག་གཉེན་(བོད་པ་ཅ་ཞིག་གི་མིང་)ནོར་གྱི་དབྱིག་སྦྱང་པོ་ནོར་  
 ལ། ། བོན་གྱི་དབྱིངས་ཉིད་(ཆོས་དབྱིངས)དངོས་པའི་དབྱིབས་སྟགས་དང་། ། དབྱི་མོང་(ཤིང་སྦྱི་མོང་  
 ཡང་)དབྱི་སྟག་ཆགས)དང་རི་མོ་དབྱི་བ(ལུབ་པའི་དོན།)དང་། ། ཚོན་གྱི་དབྱིག་མོ(བྱུག་པ)དབྱིག་དབྱིག་  
 (ལག་པས་མགྱོགས་པར་བསྐྱར་བའི་རྩ་མ་འབྱར་རམ་རི་མོ་སྟགས་ལུབ་པ་ལའང་)དབུར་བ(ཤོག་གུ)དང་། ། བླ་  
 མའི་དབྱེན་(མཐུན་པ་འབྱེད་བྱེད། དབྱེན་བཅུག་པ་སྟེ་དབྱེན་ཁའང་)དང་སྐབས་དོན་དབྱེ་བ(སོ་སོར་དབྱེ་བ་  
 དང་ཐང་ལའང་)དང་། ། དབུལ་བའི་དབྱེ་མཚམས་དཔལ་དབྱེ་དབྱེར་མེད་(གཉིས་སྟེ་མེད་པའི་དོན།)པ། །  
 དབྱེལ་དབྱིས་(འདི་གཉིས་ཞིང་ཚད་གྱི་མིང་)དབྱེ་ཚོང་(ཚོང་ཁང་)དབྱེན་བཙོལ་(བཙོད་ཐབས་མེད་པ་དང་  
 འབྱེད་པ་ལའང་)དབྱེན་སྦྱོད་པ(འདོད་ལོག་སྦྱོད་པ།) ། སྐར་མ་དབུ་གྲུ་དབུག་པ་བེར་ཀའི་མིང་། ། དབུ་  
 གྲུ་ཤིང་བྱ་ཐུ་ཚོད་མིང་ལ་འབྲུག ། དབུགས་དབུང་བ་དང་གནས་ནས་ཕྱིར་དབུང་(བཏོན་པའི་མིང་  
 དང་སྟན་དབུང་)སྟགས། ། དབུལ་(ཐལ)དབུ(ཐུས)ད་དབུག(ད་བར)དབྱེས་པ(བརྗེས་པ)གྱི་ཡིས་དབུད་  
 (ཐད།) ། དབྱེ་བཙོག་(མི་སྦྱག་པའི་བཙན་པོ་བཙོག་པ)དབྱེ་བོ་(གཅིན་དེ་ཟེར་གྱང་སྦྱ་མཚན་ལའང་)དབྱི(དབྱི་  
 བྱི་ལྷང་ལྷར་བཏང་བ)བསྐྱར་དབྱི་གང་མེད། ། རྩོམ་ཟུང་དབྱོག་(སྟག་སྟགས་སྟགས)སྟགས་བ་ཡིག་དས་  
 འཕུལ་ལོ། །

དམངས་རིགས་དམན་པ་དང་ནི་མཐོ་མིན་དམའ། ། དམག་དཔོན་ཁ་དོག་དམར་དང་  
 གཅེས་པའི་དམར་ཡིད་ལ་དམར་བའི་ནོར། ། ཐེག་པ་དམན་པ་དང་ནི་སྒོ་དམན་པ(སྒོ་དམན་པ་ཞེས་

པའང་སྒྲུབ་པོའི་རྣམ་གྲངས། ། ལག་དམར་(གསོད་མཁན)ལ་དམར་(ལེགས་ཉེས་བཟོད་པའི་ཚོག་ལ་སྤྱོད་ན་  
པའམ་བཟང་པོ་ལ་ལ་དམར་ཟེར)ཉམས་དམས་(ཉམ་ཆུང་)བྱ་གཏེ་དམིག་ ། ཉེས་དམིག་(རྣམ་སྒྲིབ་བྱ་བྱུར་  
པོ)དམིགས་མེད་དམིགས་པ་(ནད་དམིགས་ཀྱང་)བྱག་པའི་དམིག་ ། དམིགས་བསལ་དམིགས་བྱ་(ལོང་  
ཁྲིད་པ)དམིགས་གཏོད་(སྒྲོམ་པའི་སྤྱོད་སྤྲོས་ལ་གཏད་)དམིགས་གཏད་བལ། ། ཞལ་འཇུག་དཔལ་དང་  
དཔལ་ཆུ་ཆུ་སེར་གྱིས་བྱུང་པའི་ནད་དཔལ་ཡ་ནད། ། དཔལ་རིགས་གཏུང་རབས་དཔལ་ཡབ་ག་བརྒྱག་མིང་། །  
དཔལ་ཞགས་(གཡང་གི་བརྒྱུ་མིང་)དཔལ་པ་(སྒྲུབ་པོ)དཔལ་ཡད་(དངོས་གྲུབ་མིང་)དཔལ་གྲོད་(གཏུག་དཀའ་བ)  
དང་། ། གཡེན་ཁམས་དཔལ་དང་དཔལ་ལོང་(མའི་ཁོང་ནས་མིག་མེད་པ)དཔལ་བྱུང་བ་(ལྷན་བྱུང་བ།  
འདུལ་བ་ལས་ལོ་དྲུག་ཅུ་ལོན་པ་ལ་རྣམ་པ་དང་བདུན་ཅུར་ཁོག་པ་དང་བརྒྱད་ཅུ་བར་དཔལ་བྱུང་བ་དང་ཉམ་ཉེས་  
པའམ་ཡིད་ཆད་དང་ཆོ་ཆད་པ)། ། སོ་ཡིས་དཔལ་དང་དམེ་བོ་(བྱས་གཅིག་པའི་ཉེ་དུ་གསོད་པ་པོ)དམོད་  
བཅུགས་པ་(སྤྱོད་སྤྲོས་ལ་དམ་བདར་བའི་དོན)། ། དམོད་པ་བོར་(གཞན་ལ་སྤྱོད་སྤྲོས་ལ་དམ་བདར་པའི་ཚོག་འདོར་བ)དང་  
དཔལ་ཁམས་དཔལ་ཐག་གཅོད། ། དཔལ་(ལྷན་སྤྲོས་མེ་མེ)སོགས་(འབར་བ་དང་ཆུ་སྤྲོས་འགོ་བའང་)  
དས་འཕུལ་མ་ཡིག་དས་འཕུལ་རྒྱུགས། །

ཞེས་གངས་ཅན་བོད་ཀྱི་བརྒྱུད་པར་སྤྱོད་པའི་མིང་གི་བསྟན་བཅས་སྒྲོགས་ལ་འཇུག་དོགས་རིན་པོ་  
ཆའི་གཏེར་ཁྱིམ་ཞེས་བྱ་བ་ལས་ད་ཡིག་གི་འཇུག་པ་བྱེ་བྲག་ཏུ་བྱེས་པའི་སྐབས་ཏེ་བཞི་བའོ། །

བ་ཡིག་གིས་རྒྱུ་འདོགས་བཅེགས་མར་འབྲུག་ཚུལ་གྱི་  
བད་བྱེ་བྲག་རྩ་བྱེས་པ།

ད་ནི་ཐོན་འབྲུག་བ་ཡིས་འཕུལ་ཚུལ་ལ། རྒྱུ་འདོགས་དང་ནི་སྒྲག་བཅེགས་འཕུལ་བ་  
སྟེ། རྒྱུ་འདོགས་རྒྱུ་འཕུལ་གྱི་ཆ་ཉ་ད། རྩ་ཞ་ཟ་གས་དང་བཅུ་པོ་སྟེ། རྒྱུ་འདོགས་འཕུལ་དགུ་  
བཅས་དཔེར་བཅོད་རིམ་པར་སྟོ། བཀའ་སའི་ཐང་(མདོ་དྲི་མེད་ལས། ཐོན་པ་ཉིད་རྒྱལ་སའི་བྱེ་ལོ་  
དུ་བཀའ་སའི་ཐང་ལ་བཞུགས་ཏེ་ཞེས་པས་ཐང་རྗེ་པར་འདོད་དོ། ཟས་གྱི་གཡོས་ཁང་ལ་བཤད་པ་ཡོད་ཀྱང་  
འདི་རང་འཐད་དང་གནད་བཀག་(འདུལ་པའི་ལམ་སོགས་བཀག། བཀའ་མཆིད་སྒྲིང་མོལ་ལམ་ཡང་  
དག་པའི་གཏམ་བཀའ་པ(གཞུ་བཀའ་)སྟོད་བཀའ་བྲགས་དམ་བཀའ་(དེང་སང་བསྐང་ཞེས་འཐད།) །  
ལག་པ(ཡར་ལ་བྱི་ལ)བཀའ་དང་གོས་བཀའ་བཅུད་བཀག(བཀའ་བཀྱན་དང་སྟེ་བའི་བཅུད་བཀག་ཅེས་སྟེ་  
བའི་གཞག་ཐུན་སོགས་ལ་འབྲུག་དང་། བཀའ་དང་བཀའ་བསྒྲགས་(ཁྲིམས་བསྒྲགས་པའི་དོན་ཏེ་བཀར་  
བཏགས་ཀྱང་ཟེར)བཀའ་ཁྲིམས་བཀའ་བསྟོད་དང་། རོགས་སྒྲུ་བཀར་དང་ཁལ་བཀའ་སྒྲིང་བྱ་བཀའ་  
(ཁྲལ་སོགས།) བཀའ་སྟོ་བདེ(བསྐྱལ་བདེ་བ་དང་ལས་སྒྲུ་རྩང་བ་དང་སྟོ་གསུམ་ཀུན་ནས་བསྐང་བའི་མིང་དང་  
འགྲོགས་སྒྲུ་བ)དང་མགོ་བཀའ་(སྒྲུ་ཐགས་གྱི་བཀའ་སྒྲུ་སྒྲུ་གྱི་ལམ།) སྒྲུ་མའི་བཀའ་དྲིན་བཀའ་  
བཀོས་(བཀོས་བཤད་པ)དུམ་བྱར་བཀས་(ཟིན།) མདུན་དུ་བཀག་དང་དྲི་མ་བཀྱ་བ(དྲི་ཆ་བཤམ་དན་  
པ)དང་། མང་པོས་བཀྱར་དང་བཀྱར་བསྟེ(འདི་གཉིས་བསྟེན་བཀྱར་མཆོད་བསྟོད་སྟོག་བཀྱམས་པ་  
(བསད་པ)། སྟེན་བཀྱ་བ་དང་བཀྱས་(ཁྱ་བ་བཏོན་པའི་སྒྲུ་འདས་པ)ཏེ་བཀྱ་མཉེ(སྟེན་སོགས་གྱི་ཕར་བྱས།) །  
བཀོད་པ་མཛེས་དང་བདེར་བཀོད་གྲལ་སོགས་བཀོད། ཟུར་དུ་བཀོལ་དང་ཐན་བཀོལ་སྟོད་སྟུང་  
བཀོལ་(བྱ་བ་དང་འདས་པ)། སྒྲུ་བཀོད་(མ་རིག་སོགས་ཟིལ་གྱིས་མནན་ནས་ཞི་བར་བྱེད་པའི་དོན་འཁོན་དུ་  
བཀོན་(སྒྲིང་སྟེ་སྒྲིང་བ)དང་ཆ་བ་བཀོན་(ཟིན།) བཀོལ་སྟོད་(དུད་འགྲོ)དག་བཀྱལ་(དོན་མེད་འདུ་འཛིན་  
གཏམ)བཀའ་བཀྱན་བཅིངས་པའི་བཀྱུགས་(མི་བཀྱུགས་པ་ནི་མི་བཅུང་བཤམ་སྒྲུར་བ)། སྒྲུལ་བ་པོ་ཉ་  
བཀྱེ་དང་འོད་(ཟེར)བཀྱེ་སོགས་(སྟེན་མོ་གཏོང་བ་འདས།) བཀྱ་ཤིས་བཀྱག་མདངས་(ཆོ་བཀྱགས་སོགས།)

ནམ་པར་བཀྲ་བ་དང་། །བཀྲ་གསལ་རྒྱལ་པོས་བཀྲ་བས་(མང་པོའི་ནང་ནས་འདམས་པའི་དོན་ཞེས་  
གསུངས་ཀྱང་རྒྱལ་པོས་སྦྱོར་པའམ་བཀྲོན་པའི་མིང་དུ་འདུལ་ལུང་ལས་གསུངས་སོ)དང་མེ་ཉྱག་བཀྲ་མ། །དགོངས་  
པ་བཀྲ་ལ(འབྲེལ་བས)དང་ཁྲ་ལ(བཀྲ་ལ)དང་ཁྲིམས་སོགས་བཀྲ་ལ(མཚམས་དང་དམ་སོགས)། །ཁྲིད་པའི་  
བགྲིད་དང་(དང་བའམ་བགྲིད་ནས)བགྲི་བར(འགྲགས་པ)གཏུབ་མེན་དང་། །ཁྲུ་ཡིས་བཀྲ་དང་བཀྲས་  
(འདས)དང་དབྱལ་བའི་བཀྲེན། །སྦྱོགས་པའི་བཀྲེས་དང་བཀྲོངས་བ(བཀྲོངས་ཀྱང་འཐད)བསད་  
པའི་དོན། །མདུད་པ་དགོངས་པ་བཅིངས་པ་བཀྲོལ་བ་དང་། །གསུང་རབ་བཞག་སོགས་བས་  
འཕུལ་ཀ་ཡིག་གོ །

གད་མོ་བགད་དང་བགམ་ནི(ཚོད་བགམ་པ་དང་རྒྱང་བས་བགམ་ཡང་)ཉམས་སད་པ། །བཀྲོད་  
ལམ(དུ་འགོ་བ)བགག་དང་བགགས(བགགས་རིགས་སྟོང་ཕྱག་སོགས)ནི་གགས་བྱེད་པ། །བགོ་བ(བགོ་བ་  
ནི་གོས་ཀྱི་མིང་)བགོས་(བྱོན་པ)དང་ཞོར་སོགས་བགོ་བཤའ(སྐལ་བ་བགོ་བ་ཟས་བགོ་བ་བགོ་སྐལ་སོགས)བྱས། །  
དམག་སོགས་བྱ་བ་གོ་བགོས་(སོ་སོར་བེན་པ)གོམ་པས་བགོམས(བཀྲོད་བེན)། །དུས་སོགས་རིང་དུ་  
བབྱངས(བརྒྱངས་ཞེས་པའང་ཡོད)དང་བྱ་བ་བབྱི(མ་འོངས་པ)། །བྱེད་པའི་བབྱིད(ད་ལྟ་བུ)དང་བྱས་  
བེན་བབྱིས་པ(འདས་པ)དང་། །བྱངས་སུ་བབྱངས(བེན་པ)དང་བབྱང་བྱེད(བྱ་བ)ཞབས་བབྱད(མིག་  
སོགས་བསྐད་ཀྱང་འཐད)སོགས། །ཀན་པའི་བབྱས་དང་བབྱོ་བ་བྱོས་བྱེད་པ། །བབྱོ་ལམ(འགོ་ལམ)  
བབྱོད་བྱ(བྱད་མེད)བབྱོད་བྱེད(སྦྱིས་པ་དང་བབྱོད་ཅེས་པ་སྦྱིར་ལམ་དུ་འགོ་བ་ལ)བབྱོ་མདོགས་གཙོད(ཐེ་  
ཚོམ་གཙོད་པ)། །བཀའ་བབྱོས་བབྱོ་བྱེད(བཏམ་བཤད་པ)བྱེད་དང་བབྱོ་བཏགས་པ(སྙད་འདོགས་  
པ)། །བབྱས(འབྲས་སོགས་སྦྱས་པ་དངོས་དང་ཤུན་པ་བཀོག་པ་ལའང་)པ་རྫོག་མ་བབྱངས(དུངས་སོགས་  
བས་འཕུལ་གཤོ། །

ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་དང་ཞོར་བཅངས་ལག་དུ་བཅངས། །དམ་བཅའ་བཟའ་བཅའ་  
ཁྲིམས་བཅའ་བཅའ་བ(ཞེས་པ་ལས་བྱས་པའི་དོན)ལས། །བཅའ་ག་བཅའ་ཡོས(ནས་བཅོས་པའི)བཅའ་  
སྐ(སྐན་ཆགས་བཅག་པ(ཞབས་དང་སྐམ་བྱ་དང་ཡིད་ལ་བཞགས་པ་ལའང་)། །སྐ་བཅད(ཆོག་མི་བཤད་པ)  
བས་བཅད(སྦྱང་གནས་ལྟ་བུ)ཤིང་དང་ཁྲུ་བཅད་པ(ཆོགས་སུ་བཅད་པ་སོགས་དང་ནམ་བཅད)། །དངོས་  
པོ་བཅག(རྫོགས་སོགས)དང་ཉེས་པ་བཅབས(སྦྱས་པའི་དོན)པ་དང་། །མིག་བཅར(བསྐད་པའི་དོན)དུང་དུ་  
བཅར(སྙན་དུ་འདུག་པ་སོགས་སུ་བཅར)དང་ཞོར་བཅལ(འཇལ)བ། །བཅས་རང་(ཁ་ལ་མི་ཉན་པ)བཅའ་

ཁྲིམས(བཅའ་ཡིག)དམ་བཅས(ཁས་སྒྲངས་ཟེན་པ)ཁྲིམས་བཅས་པ། ཁྲོས་བཅའ(བྱེད་པ)ཕྱིར་བཅིལ་  
(ཕྱིར་བསྐྱད་པ་དང་བཅོས་པ་དང་འཕྲོ་བཅད་པ)སྒྲན་བཅིར(བཅོར)དྲ་བཅིབས་པ(ཞོན་པ)། བཅིང་(བྱ་བ)  
བས་བཅིངས(འདས་པ)དང་ནང་དུ་བརྟགས་ཟེན་བརྟག(བྱ་བ)། ཟས་ཀྱི་བརྟད་དང་བརྟད་ལེན་  
(འབྱུང་བའི་བརྟད་ལེན་པ)མཐའ་ནས་བརྟམས། བརྟ(བརྟ་ཚན་བཞི་ལ་བས་འཕུལ་ཐོབ་པའོ)དང་བཞི་  
བརྟ་ལྔ་བརྟ་དགུ་བརྟ་དང་། རྟ་བརྟ(བརྟར་བརྟག)བརྟས་དང་ཤིང་བཅིར(ནད་དང་ཕུང་པོ)ཞལ་  
བཅེ(ཞལ་ཕྱེ)མཁན། བཅེམ་བཅེམ་པ(བཅའ་ཡོས་སྐྱེས་ཟ་བའི)དང་བཅོ་ལྔ་བཅོ་བརྟད་དང་། བཅོམ་  
ཕྱན་འདས་དང་དག་བཅོམ་བསྟན་བཅོས་དང་། སྤང་གིད་འཁྲུག་བཅོས་ཡོ་བཅོས་བཅོས་མིན་  
དང་། རས་བཅོས་བྱ་དང་བཅོམ་བསྐྱེདས(ནད་དུ་ཁེངས་པ་ཆག་པ)བཅོས་མ(དངོས་པོ)དང་། རོར་  
བཅོལ་ཕྱིན་བཅོལ་བས་འཕུལ་ཅ་ཡིག་གོ །

སྒྲ་ཡིས་བཏང་དང་བྱ་བཏང་(མི་བཏང་སྐྱེས)མིང་བཏགས(ཐག་པས)པ། བཏག་པོས་ཐགས་  
བཏགས་སྒྱིར་བཏང་(སྒྱི་ཁྱབ་དུ་དམིགས་ནས་བཤད་པ)པན་བཏགས་པ། བཏགས་གྲོལ(བཏགས་ན་གྲོལ་  
བའི་འཁོར་མའི་མིང་)རི་བོ་བཏང་བབྱང་(སྒྱི་དང་བྱེ་བྲག་གཉིས་ལ་འདོད་པ་ཡོད)བཏང་སྒྲོམས་སེམས(ཚད་  
མེད་རྣམ་གཞིའི་ཡ་གུལ)། སོན་བཏབ(གསོལ་བཏབ)རྒྱས་བཏབ་བཏབ་མིན་འབས་བྱ་དང་། སོ་  
བཏབས་ཀའི་བཏབ་བསྟོ་བཏབ(འབོད་སྒྲུའམ་བསྐུལ་ཚོག་བསྟོ)སྒྲིང་བཏབ་སྐྱེས། སྒྲོ་བཏགས་དམ་  
བཏགས་ཁ་བཏགས་སྟེ་དར་རམ་ཚས་འདོམ་བྱེ་མར་བཏགས། རྒྱང་བཏིངས་གཞི་བཏིངས་གདན་  
བཏིངས(བཏིང་ཆང་སྐྱེས་ཟེན་པ)བཏུངས་པ་དང་། ཀྲན་ལས་བཏུས(སྒྲན་སྐྱེས)དང་གྲས་བཏུང་  
ཞབས་ལ་བཏུད། རྒྱགས་བཏུ(སྒྲན་དང་མེ་རྟོག་སྐྱེས)རུང་བའི་བཏུབ(འཇམ་དུ་དབབ་པ་ལའང་)དང་  
དག་སྐྱེས་བཏུལ(ཚོན་དང་སྒྲན་གསེར་དུལ)། སྒྲོམ་གྱི་བཏུང་བ་གཞི་བཏེག(ཞབས་ནས་དང་གུན་དུ་  
སྐྱེས་ཏེ་འདས་པ། མགིན་པ་བཏེག་ཅེས་སྒྱུ་མཐོན་པོ)བྱེས་སུ་བཏེག སྒྱུ་བཏྲོགས(སྐྱེས་པ་ལའང་)བཏྲོང་  
གྲོགས་བཏྲོན(ཕྱུངས་པ)དང་སོལ་བཏྲོད་པ། དེ་སྐྱེས་ཏ་ཡིག་བ་ཡི་འཕུལ་ཕྱན་ནོ། །

མངའ་བདག་བདག་ཉིད་བདག་ཅག་བདའ་ཟས(ཞིམ་པ)བདམ(ཁ་བྱེད་པ)། མདུན་དུ་  
བདར(ཚོགས་པའམ་བཤམ་པ་དང་མདུན་དུ་ལས་བྱེད་པའི་དོན)དང་ཕྱགས་སྐྱེས་བདས་དང་བདའ་  
(འདེད་པའི་དོན་ཏེ་རྫོང་བ)། མཚོན་སྐྱེས་བདར་དང་བདར་གསས(སྤིང་པའི་སྒྲ་རྒྱུ་མིང་གི་བྱེ་བྲག)མོ་  
ལ་བདར(བདན་སྒྲོབས་ཀྱི་ཚོག་བརྫོད་པ)། ཕྱག་བདར་བྱི་བདར(འདི་གཉིས་བྱི་དོར་བྱེད་པ)བྱི་བདར(ཞིབ་

མོར་སྐྱེལ་བདར་སྐྱེལ་བ་དང་སྐྱེལ་རྒྱ་རྒྱ་དང་། །ཁྱབ་བདལ་བདལ་དེད་(གཏམ་སྐྱེལ་)བདལ་སྐྱེལ་  
བདལ་ཅི་དང་། །བྱངས་ཀྱི་བདལ་དང་གཞུ་བདལ་བདལ་ཀྱི་སྒྲེ། །སིམ་པའི་བདེ་(ཚར་བ་)དང་  
བདེ་སྐྱེད་བདེ་བར་གཤེགས། །བདེན་གཉིས་(ཀྱན་རྒྱ་དང་དོན་དམ)བདེན་བྲལ་(གདོན་)བདོག་པ་  
(རྟོག་རྒྱས་དངོས་པོའི་མིང་)ཡོད་པའི་བདེ། །དར་བའི་བདོ་(སྐྱེགས་མ་ལྟ་བུ་སྐྱེགས་)སྐྱེགས་ད་ཡིག་བས་  
འཕུལ་ཅན། །

སྐྱེལ་ནས་བཅན་(བཅན་གྱང་འཐད་)དང་དམར་བའི་བཅག་(ས་བཅག་རྩ་བཅག་)སྐྱེགས་དང་། །  
ཚགས་ཀྱི་བཅག་(རྒྱ་དང་བྱེ་སྐྱེགས། བྱ་བ་)དང་རྩོད་བཅན་(བཅན་ཞེས་པའང་ཡོད)བཅད་པོ་(བད་རྩིང་སྒྲེ་  
རྒྱལ་པོའི་མིང་)དང་། །བཅན་པོའི་བཀའ་བཅན་ཐབས་བཅན་བཅན་འཕྱུ་ཆེ་(བྱ་ཡང་ཟེར།) །སྒོང་  
བཅན་ལྡེ་བཅན་(བོད་རྒྱལ་)འཕྱོ་བ་བཅན་(ལྷ་བཅན་བྲག་བཅན་རྒྱུང་བཅན་འབྱུང་ལྡེ་བཅན་རིགས་སྐྱེགས་)  
ཀྱི་སྒྲེ། །ཕྱགས་ཀྱི་བཅོམ་(ཞིང་གི་སྐྱེགས་)དང་གཅེས་པའི་(དམར་མོ་)བཅོམ་རྩི་དང་། །རི་ཡི་ལ་བཅས་  
(ལ་བ་ཅེ་ཞེས་པའང་ཡོད)བྱ་བཅས་(ཀོ་བཅས་ཀོ་བྱ་བ་ཏང་བ་)ཞོར་སྐྱེགས་བཅོམ་(བོར་བ་དང་བྱག་གྱང་)། །པ་  
བཅས་(པ་ཞོར་)བཅས་མ་(སྒྲན་ཐོག་)གྱིས་བཅབ་(ཤ་སྐྱེགས་)བྱག་པ་བཅངས་(ཟིན་པ་)། །བཅན་དུག་ཐོ་  
བཅོམས་(ཐོ་འཚམས་ཟེར་ཏེ་གཞོད་བྱེད་)འཛོར་བའི་(རྒྱ་སྐྱེགས་)བཅོར་བ་(འདས་པ་དང་བྱ་བ་)དང་། །ཤིང་  
དང་སྐྱེལ་སྐྱེགས་བཅུགས་(ཟིན་)དང་མིག་བཅུམས་(ཟིན་པ་)། །ནང་དང་ཞབས་སུ་བཅུད་(འདས་པ་)དང་  
བཅུན་པ་དང་། །མཁས་བཅུན་བཅུན་མོས་བཅོམས་(གོས་སྐྱེགས་)བཅོས་(གཞོད་པ་ལ་)བཅོ་སྒྲག་མཁན་  
(ཚོས་མཁན་གྱི་མིང་)། །ཤ་སྐྱེགས་བཅོ་(ཚོས་དང་)དང་བཅོས་(ཕྱགས་རྩིས་ཏེ་འདས་པ་)དང་བཅོ་མའི་  
གསེར། །བདེག་བཅོག་(རྒྱུང་རྒྱག་)ཚོས་ཀྱི་བཅོད་དང་བཅོན་དུ་བཟུངས། །བཅོན་(ར་)ཁང་བཅོན་བྱ་  
བཅོག་པོས་(ཕོ་རྟོད་)བཅོངས་པ་(ཐོང་དུ་ཟིན་པ་)དང་། །འབགས་བཅོག་སྒྲོག་བཅོང་ལ་སྐྱེགས་བས་  
འཕུལ་ཅན། །

གནས་སུ་བཞག་དང་གད་མོ་བཞད་པ་(མེ་ཏྲག་སྐྱེགས་)དང་། །འདབ་ཆགས་བཞད་བྱ་(ཕྱག་  
པ་)བཞའ་(ཡིབས་པའི་བད་)ནས་བཞབས་པ་(འཇབ་)དང་། །བཞད་དཀར་(བྱ་རྟོད་ཕྱག་ཅམ་མཆུ་ལེབ་ཅིང་  
སེར་བ་)བཞམས་པ་(དག་འཇམ་པ་)བཞགས་པ་(བརྒྱན་པ་སྐྱེགས་)བརྒྱ་ཤའི་བཞག །བརྒྱན་པའི་བཞའ་  
(བད་རྩིང་སྒྲེ་གཤེར་ཆེ་བའམ་བཅོམ་འཕྱག་པ་)དང་སྐྱེལ་སྐྱེགས་བཞར་བ་དང་། །བཞམ་སྒོ་བྱེད་(དན་བསྐྱེལ་  
བྱེད་པ་)དང་གངས་ཀྱི་བཞི་དང་ནི། །སྐར་མ་མེ་བཞི་གོ་བཞིན་བྱེད་བཞིན་དང་། །གསོམ་བཞིའི་(ཆོ་



ག་གང་གི་ལས་དང་བཞི་མཉམ་(མོ་བ་ལོང་ཀ་རྒྱ་མ་སྒྲིང་བ་བཞི་ལ)མཆུ་ཡིས་བཞིབ་(འཛིབ)། །དེ་བཞིན་  
ཉིད་དང་དཔང་པོའི་ཆེ་བཞི་དང་། །བྱད་ཀྱི་བཞིན་(བཞིན་རས་དང་མཚུངས་སྒྱུ་བཞིན་སོགས)དང་མར་  
བལྟ་(བལྟས་ཟིན)བལྟགས་(ལྟན་ལ)ནས་བལྟར་(ལྟག་དང་གིས)། །ཁོར་བལྟན་གཡོག་བལྟན་(ཁ་ལ་ཉན་པ)  
བལྟན་(བལ་དང་སྒྱུད་པ་སོགས)དང་འབྱོན་པའི་བལྟད། །གནས་ནས་བཞེངས་དང་ལྷགས་ཀྱི་དགོངས་  
བཞེད་(དེ་སྐད་དང་། །བཞེས་པ་(ཁབ་དང་ཟས་ཁྱར་སོགས་ཀྱི་ཞེས)བཞེར་(བཟུན)དང་བཞོན་མ་བཞོའོ་  
མ)བཞོས་(ཟིན་དང་ཡི་བཞོས་ནི་སྟོང་གཏམ་སོང་བ)བཞོགས་(ཤིང་སོགས)། །བཞོན་པ་(རྟ་སོགས)དྲི་བཞོན་  
(རྟུང་)ལ་སོགས་བས་འཕུལ་ཞེ་འོ། །

ཟས་ཀྱི་བཟའ་བ་བཟའ་མ་(བཟའ་མ་མོ་ལུས་རྩ་བ)བཟའ་(བཟའ་མི་དང་བཟའ་ལྷན)ཚོ་དང་། །ན་  
བཟའ་དཔོ་བཟའ་རྒྱ་བལ་བཟའ་ལ་སོགས། །བཟའ་ཤིང་ར་བ་བཟང་མཁན་(གོས་བཟོ་མི)བཟང་  
པོ་(ལེགས་པ)དང་། །ཟས་བཟས་(ཟིན་པ)པ་དང་བྱ་བ་བཟབས་ནས་བྱས་(དེང་སང་གཟབས་ཞེས་པ་  
འཐད)། །གཏུམ་པའི་མི་བཟད་(ཤིན་ཏུ་གཏུག་པ་ཆེ་བའི་དོན་ཏེ་དྲག་ལུ་མི་སྤྲུག་པ)མྱོས་(བྱེད་ཆང་གིས)  
པའི་བཟི་བ་དང་། །ལག་པས་བཟུང་དང་སྒྱུ་བཟུར་(ལོགས་སྒྱུ)བཟུད་(ལས་ལ་བཟུད་པ)དེ་འདུག །  
བཟང་བྱ་ཚུལ་བཟུང་དེས་བཟུང་རྗེས་སྒྱུ་བཟུངས། །རྒྱང་བཟེད་སྟོད་(ཁ་དང་ལག་པ)བཟེད་བཟེད་  
ཞལ་བཟེ་རེ་ཅན་(བཟོད་བསྐྱར་རྒྱང་བའམ་གཞོན་ཤ་ཅན)། །བཟོ་བོ་(སྟོ་བཟོ་འབག་བཟོ་ཤིང་བཟོ་རྩ་བ)བཟོད་  
པ་མི་བཟོད་(བསྐྱར་མི་རུས་པ)ཐུགས་བཟོ་(བྱ)བཟོས་(ཟིན་པ)། །ཐུ་ངན་བཟོ་(བྱ་བ)དང་ལ་བཟོ་(རྩ་བ)  
གཅིག་ཏུ་བཟུམས་(གཅིག་ཏུ་བྲིས་བའི་དོན་དང་ཚོགས་བཟུམས་པའང་)། །དབྱེ་བཟུམས་(མི་མཐུན་བསྐྱུར་པ)  
མ་བཟུགས་(མ་དྲིས་སམ་མ་ཁུས་པ)བཟོ་བ་(སྒྱུ་བ)བཟོག་བྱ་བཟོགས་(གཡུལ་སོགས)། །བྱིར་ལ་བཟོག་པ་བྱ་  
ཡིག་བས་འཕུལ་ཅན། །

བྱིན་གྱིས་བཟབ་བྱ་(དང་བསྟོད་པ)བཟབས་(ཟིན་པ)དང་གདོན་གྱིས་བཟུམས་(བསྟོད་པའི་དོན)། །  
བཅོམ་བཟག་(རྒྱ་གར་ཡུལ་གྱི་བྱེ་བྲག)བཟང་པོ་(རྩལ་མོ)བཟོ་བཟོན་(སྟོན་པ་ལ)ཐལ་བར་བཟག། །ཆུ་ཡི་  
བཟན་དང་བཟང་ཚོག་བཟང་སྟོད་(འདི་གཉིས་རྩལ་པའི་སྒྱུ)བཟོ་(ཀླང་བའི་བཟང་དང་ཡ་མ་བཟོ་ནི་སྟོང་པོ་  
མེད་པའི་དོན་ནོ། །སྟོ་བཟུགས་(གྲགས་པོ)པ་དང་དུལ་བའི་བཟིང་སྟོད་(བཟན་པ་དང་ཟབ་པ)སོགས། །  
བ་ཡིས་འཕུལ་པའི་ར་ལ་ལ་བཏགས་སོ། །

བོན་དང་ཚོས་སོགས་བཤད་དང་གཏམ་བཤད་པ། །ཐིག་བཤགས་མཚོད་པ་(བཞོད་པའི་

བཤམ་བྱ་བཤམས་(ཟིན་པ)དང་འཕྲང་ལ་བཤར་(བྱེ་ལའང་)། །བཤང་ལམ་བཤང་གཅི(རྟག་པ)ཆུས་  
བཤལ་གསལ་བྱ་(བཤན་བྱེད་པའང་)བཤས་(འདས་པ)། །བཤའ་(ལུག་སྟགས་བྱ་བྱེད་གཉིས)དང་བཤའ་ཆོ་  
(ཞ་ཉེ་དཀར་པོ་དང་ར་ཆ་དང་གཟེ་སྐྱུ་དང་མཚན་པ་ལའང་)བཤོ་བཤག་(བཤའ་ཡང་ཟེར་ཏེ་སོ་སོར་དུམ་བྱར་  
བཤགས་ཤིང་སྟགས)། །བཤན་པས་(བཤན་འབྱེད་པ་སྟགས)བཤལ་དུད་(རྐང་བ་ས་ལ)སྐྱབས་འཛངས་  
བཤངས་པ་དང་། །ཡི་གེ་བཤུར་མ་མེ་ལ་བཤུར་(བཤུར་བ་དང་། །རྒྱབ་ཀྱི་ཤ)བཤུལ་(ལམ་ལའང་)བཤུ་  
སྒྲ་བའི་བཤུས་བཤུམས་(ཟིན་པ)དང་། །ཀོ་པགས་བཤུས་(དཔེ)དང་བཤུག་(མ་ཤོང་ནས་བྱི་ལ་སྐྱགས་པ་  
དང་བསྐང་བ་ལའང་)སྐྱ་མཁར་སྟགས་བཤུག །མཛའ་བཤེས་(ཡོན་ཏན། བཤེས་ནི་གཉེན་ཏེ་དོན་གཅིག་པ་  
དང་། བཤེན་པ་ནི་ཤེན་པ་ཞེས་པའང་)གཉེན་བཤེས་བཤེས་གཉེན་དགེ་བའི་བཤེས། །བཤེར་(གཏམ་གྱི་  
གཏུག་བཤེར་ཀྱང་)མལ་བྱེད་དང་བཤོངས་པ་(ཁྲིངས་པ་དང་ནང་དུ)བཤོ་བ་(ཟན་སྟགས་གཡོ་བ་དང་དར་བ་  
དང་། །བཤོས་(འདས་པ་དང་འཁྲིག)དང་བཤོས་ཟན་སྒྲ་བཤོས་བཤོར་བ་(སྒྲོད་དུ)བཤོད་(བཞེས)། །བྱི་  
བཤོལ་བཤོལ་བཏབས་ལ་སྟགས་བས་འཕུལ་ཤེ། །

ཚྲགས་བསགས་ཡས་བསགས་(ཟས་རྩར་སྟགས)བསག་(བྱ)དང་སྐྱགས་པ་བསངས་(འདས་པ)། །  
བསང་གིས་བསངས་ནས་དྲིན་ལན་(བསབ་བྱ)བསབས་(ཟིན་པ)དང་། །འདྲེས་པ་བསལ་(ཁ་ཁར་འབྱེད་  
པའི་དོན)དང་སེམས་ཅན་བསད་པ་དང་། །ཁྲོ་བསངས་(ནམ་མཁའི་མདོག་དང་བསམ་བྱ་(བསམ་སྒྲོ་  
ཡིད་ལ་བསམས་(འདས་པ)། །བསམ་བསེལ་(བྱ་སྒྲོད་ཟེར་ཀྱང་ལུས་ཀྱི་སྒྲོ་རྒྱག་གི་ཡ་ཀྱལ་ལའང་)བསང་  
གཏོར་མས་(དྲི་བཟང་གི་རྒྱ་གཏོར)བསངས་(འདས་པ)སྒྲོ་བསངས་(ཡིད་དུབ་པ་དང་བྱིས་བསང་བ་སྟགས)དང་། །  
བཀག་པ་(དང་འཛིགས་པ)བསལ་དང་དམིགས་བསལ་སྐྱབ་པ་(སྒྲོན་སྟགས)བསལ། །ཁ་བསུམ་(བྱ་བ་  
གོས་བསུམས་(འདས་པ)རྒྱུས་ནི་མེད་པར་བསུབས་(ཟིན་པ)། །མདུན་ནས་བསུ་(དང་བསུབ་པ་སྟགས)  
དང་དྲི་བསུང་(ཞེས་པ)བསུག་པ་(འཕུར་བ་དང་མཉེ་བ་སྐྱག་པ་ལའང་)དང་། །གྲང་བའི་བསེལ་དང་  
ཞབས་བསེལ་(སྐྱུ་ཕུད་པ་དང་ཁྲུས་རྒྱུ)བསེལ་དྲི་ཅན། །བསེལ་ཡབ་(སྐྱུན་བསེན་པ་(སེམས་ལ་བརྟགས་ཤིང་  
མཛའ་བ)ཕྱགས་བསེར་(ཕྱགས་འཛེར)བསེར་བྱ་རྒྱང་། །བསེན་ཁྲུས་(གཉེན་བསྐྱས་པ)བསེན་མོ་(འདྲེ་མོ་  
བསེལ་བ་སྐྱེལ་བ་དང་སྐྱེལ་མཁའ་འཛིགས་སྐྱོབས)བསེལ་སྒྲོ་(ཁིང་གི་རྐང་བ་བརྒྱད་པ)། །བསེལ་ཀོ་(བསེལ་བ་  
སྟགས)བསེལ་བྱ་(རི་དྲགས)བསེན་བཟུང་(འབྱུང་བའི)བསེན་ཕུབ་མ་(ལྟ་མོ)། །ཁོར་བསྟག་བསོད་ནམས་  
བསོད་སྒྲོམས་(ཚྲུ་བྱ་སྒྲེ་ཟས་སྟགས་སྒྲོང་བའི་ཞེས)བསོད་པའི་ཟས་(བསྐངས་ཟས་དང་ཟས་བཟང་ཡང་ཟེར)། །

བསོད་ཉམས་(འདོད་པ་ལ་སྒྲིག་པར་སྒྱུར་བ)ངལ་བསོས་བྱ་ནི་(རྣམ་ཐོས་སྤྲོས་ཀྱི་བྱ)བསོད་པའི་(བཟང་བ་དང་  
ལེགས་པ་ཞིས་པ་ལ)བསོན་(བྱིན)། །སོ་བསོད་(དཔེན་ཅིང་འགོལ་བའི་མིང་)ངལ་བསོ་བཟོད་པའི་བསྐྱར་  
པ་(བསྐྱོམ་པ)དང་། །ཡོན་པོར་(འཁྱོག་པོར་)ཡོ་བ་བསྐྱང་(དང་པོར་བཏང་བ)དང་བསྐྱབས་པའི་ས་(དང་  
སྒྲིབ་པ་བསྐྱབས་པ)། །བྱ་བའི་བསྐྱལ་(མང་བ)དང་སྒོ་བསྐྱལ་(མང་)ཅན་གྱི་མི། །ཡུན་རྒྱུང་རིང་དུ་  
བསྐྱངས་(བསྐྱར་བའི་དང་ཆེ་སྟགས་བསྐྱངས་)དང་ཞོར་ཟས་བསྐྱི་(རྒྱུང་བསྐྱེད་བསྐྱིད་པ)། །བསྐྱིས་(ཐུབ་ཆེ་བ)ཆེ་  
བསྐྱིབས་པ་(སྒྲིབ་པ་དང་གི་བ་རི་མཚན་མོ)བསྐྱང་བྱ་གདོན་སྟགས་བསྐྱངས། །མི་བསྐྱར་(གདུག་རྩལ་ཆེ་བ་  
སྒྲེ་མ་རུང་བ་དང་། རུལ་བ་མིན་པའི་བད། སྒོ་བསྐྱར་ནི་རུལ་བ་ཞེས་སོ)ཞོ་དང་མཚོ་སྟགས་བསྐྱབས་(ཟིན་པ་  
དང་། །(དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་)རིང་བསྐལ་གཅིག་བསྐལ་(རྩན་ཅིག་དུ)བསྐལ་(ཟིན་པ)དང་བསྐལ་བྱ་  
བསྐལས་(འདས)། །ཟས་བསྐལ་(ཟས་བཟང་)བསྐལ་བ་(བསྐལས་སྒྱུ་སྒྱུར་གྱི་སྒྱུལ་མ)འཆང་བའི་བསྐལ་(ལག་  
དང་ཡིད་ལ)དང་བསོ་(མེ་ལ)། །བསོ་ཁང་(མེ་ཁང་ངམ་ཁྱུས་ཁང་ངམ་བསྐྱུ་མཉེ་སྒྲུག་པ་བྱེད་པའི་གནས་དང་  
དྲིལ་བྱ་མེ་དང་སྒྲན་རྣམས་ཀྱི་མིང་དུ་བཤད)ཞལ་བསོ་(མཚན་པ་འབྱལ་བའི་མིང་)ཁྱེན་བསྐྱང་(བྱ་སྒོང་(ད་ལྟ་  
བ)མོ་བསྐྱངས་(ཟིན་པ)། །སྒྱེན་གྱིས་མ་བསྐྱད་བསྐྱབ་བྱ་བསྐྱབས་(རྒྱུས་སྒྱུ་སྟགས་འདས་པ)པ་གསུམ་བྱི་  
ནང་གསང་གསུམ)། །ཁྱེན་ལ་བསྐྱར་(སྟགས་སྒྱུ་གཏོགས་པ་དང་བསྐྱུས་པའམ་སྒྱུར་བ་དང་ཕྱོགས་སྒྱུ་གཏོགས་པ་སྒྲེ་  
འདིའི་ཕྱོགས་བསྐྱར་བ་ཞེས་སོ)དང་བསྐྱུ་མེད་བསྐྱུ་བྱེད་མཁན། །བསྐྱུ་བས་བསྐྱུས་(ཟིན་པ)སྟགས་ས་  
ཡིག་བས་འཕུལ་ལོ། །

དེ་ལྟར་རྒྱུང་འདོགས་བས་འཕུལ་བཅོད་ཟིན་ནས། །ད་ནི་བས་འཕུལ་མགོ་ལྡན་ཡི་གེ་ནི། །  
ཀ་ག་ང་དང་ཇ་ཉ་ཏ་ད་ན། །ཚ་ཇ་བཅུ་སྟེ་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་ན། །བརྟེན་ས་འཕུལ་བཅུ་དགུ་སྟག་  
མར་འཕུལ་བ་དུག །གོ་རིམ་(བད་སྒྱུད)གཞུང་ལྟར་དཔེར་བཅོད་ཕྱོགས་གཅིག་སྟོན། །ས་དང་རྩ་  
སྟགས་བསོ་བྱ་བ་དང་འབྲེལ་བས་བས་འཕུལ་ཡོད་བསོས་ཟིན་དང་། །ཞོར་སྟགས་བསྐྱུས་(ཟིན་པ)དང་  
བསྐྱུ་བ་དང་འབྲེལ་བའི་བས་འཕུལ་ཡོད་བར་བྱ་བ་དང་། །འདོད་ལ་བསྐྱུས་(འདོད་ཆགས་ཆེ་བ)དང་  
བསྐྱུས་ཆགས་(འདོད་སྤང་ཆེ་བ)ཅན་གྱི་མི། །སྤྲ་བརྒྱུད་(བཏིང་བའམ་སྤྲ་གོས་ཀྱི་ཚད་དཔེ་ཤིང་ལེབ་ཅིག་ལ་  
ཟེར། དགེ་འདུན་ཆོགས་པའི་ཆོས་གོས་བྱིན་ཆགས་པ་ལའང་ཟེར)དང་ནི་ཡན་ལག་བརྒྱུདས་(ཟིན་པ)བརྒྱུས་(བྱ་  
བ)སྟགས། །ར་མགོ་ལྡན་པའི་ཀ་ཡིག་བས་འཕུལ་ལོ། །

དུས་ཀྱིས་བསྐྱལ་(གནས་དང་ཡུལ་སོ་སོར་བཅད་པ་ལ་བསྐྱལ་དོན་ཞེས་བྱ་བ)པ་གནས་དང་ཡུལ་གྱིས་

བཀལ་(ལུང་རིག་ཚིང་པའི)ལན་བཀལ་བཏག་(གཞན་ལ་ཚིང་པ་ལའང་)ཚུ་ལས་བཀལ་(བྱ་བས)བ་  
 དང་། །ལེ་བཀན་(དམར་པོ)གད་བརྒྱངས་(བྱང་པ་དང་སྡོད་བཀངས་བ་ལའང་)ལ་བརྒྱས་ལམ་གྱི་བརྒྱགས་  
 (གོ་ལ)། །བརྒྱ་ཕག་བརྒྱད་ཅུ་བརྒྱད་དང་བརྒྱ་མེད་བརྒྱ། །བཟོད་མེད་བརྒྱ་དང་འོ་བརྒྱ(ཐང་  
 ཁད)དབྱུག་པས་བརྒྱག་(བྱ་བ་དང་བརྒྱབས་ཟིན)། །ཞལ་བརྒྱས་(བད་རྩིང་ཉེ་ཞལ་ཏ་བས་པའི་སྒྲེང་སྒྲ)བའི་  
 བརྒྱ(ལ་བརྒྱ་བ་རྩ་བུ་ཉེ་ལས་བརྒྱ་པར་ཟད་ཅས་སོ)དང་རྒྱ་གྱིས་བརྒྱན། །སྒྲི་བའི་བརྒྱད་བཀག་(བཞིགས་  
 པའི་དོན)བརྒྱངས་པ་(སྤལ་ཆོགས་ནང་གི་ལྷང་ཞོ་རྩ་བུ་བོད་སོགས་བརྒྱགས། །སྒྲ་མ་བརྒྱད་(རིམ་པ་བརྒྱད་  
 མར་(རིམ་པར་ཞེས་པའོ)བྱང་ཉེ་བརྒྱགས་(ལྷུར་བར)། །བརྒྱ་བྱ་(ཕྱང་བ་སོགས)བརྒྱས་(ཟིན་པ)དང་བརྒྱད་  
 མར་བརྒྱབ་(ཤོད་མ་ལ་གསེབ་བཏང་བ་སོགས)པ་སོགས། །ག་ཡིག་ར་མགོ་ལྷན་བ་བས་འཕལ་ལོ། །

དམ་དང་མཉམ་ལམ་བསྒྲགས་(བསྒྲགས་པ་བརྒྱུ་པ་)དང་བའི་བསྒྲགས་(སྒྲུ་ཞེས་པ་འདྲ་བའི་འཕྲུ་  
དེ་ཟེས་བསྒྲུ་གང་ལུ་དེ་ལ་བ་དང་གང་སྒྲུ་བསྒྲུ་བ་དང་དབྱིབས་འཕུར་པོ་ལའང་།)། །བུ་རམ་བསྒྲུར་(རྟོག་  
པོའི་མིང་)དང་འཕྲང་བསྒྲགས་(གྲོགས་སྟགས་)གཡོ་བསྒྲུལ་བྱས་(གཞན་གྱིས་)། །བཀའ་བསྒྲོ་དྲི་མས་བསྒྲོ་  
(བྱ)བསྒྲོས་(ཟིན)གཅིག་ཏུ་བསྒྲོངས་(དེ་ལ་བའི་དོན་)། །ལྷ་བསྒྲོམས་(ཟིན་པ་སྟེ་ཏིང་འཛིན་སྟགས་)སང་གེ་རྣམ་  
བསྒྲིངས་(ཏིང་འཛིན་གྱི་བྱེ་བྲག་སྟེ་སང་གེ་རྣམ་པར་འབྱེད་བའམ་སྒྲུལ་བའམ་བྱ་རྒྱུ་)གཞན་གྱུལ་(ཁྱེད་ཀྱི་ཀན་བསྒྲུལ་  
(རྒྱུ་རྣམ་དང་པར་ལ་སྟེ་བྱེད་)། །འཁོར་ལོ་ཁ་ལོ་མདོག་སྒྲོ་ཆོས་སྟགས་བསྒྲུར་(བྱ་བ་དང་འདས་པ་སྟེ་  
རྒྱ་དང་མིང་ལའང་།)། །བཀའ་བསྒྲགས་(བསྒྲགས་བྱ)བསྒྲུངས་(གང་སྒྲུ་བཅུག་པའི་དོན་དུ་བསྒྲངས་གྱུང་བེད་ཏེ་  
འདས་པ་)དང་རྒྱ་བསྒྲུལ་(བྱ་བ་དང་འདས་པ། བ་རོལ་བསྒྲུལ་བའི་དོན་ཏེ་བཀོལ་བ་དང་བསང་བ་ལའང་)བསྒྲིན་  
(འགན)མི་པོ་ད། །སྟོགས་གཅིག་(ཏུ་བསྒྲིགས་ཟིན)དང་སྒྲུ་བྱུང་(འདི་ཡང་སྟོགས་)བསྒྲིལ་བ་དང་། །སྒྲིབ་  
པས་བསྒྲིབས་དང་འོད་སྟགས་(ཡོལ་བས)བསྒྲིབས་པ་དང་། །སྒྲོ་བསྒྲིམས་བསྒྲིམས་(སྒྲུ་པ་ཤ་བསྒྲིམས་  
པ་སྟགས་ཏེ་འདས་པ་)དང་ཤིང་བསྒྲགས་(འདས་)བསྒྲུབ་བྱ་བསྒྲུབས་(ཟིན)། །བསྒྲུན་མི་རུས་(འགན་མི་རུས་  
དང་རིགས་)བསྒྲེས་(སྟགས་པའི་མགོ་བསྒྲེ་བ་སྒྲེ་མེད་)། །ཁ་བསྒྲེན་སྟེ་བསྒྲེན་བསྒྲེན་འདྲེ་བསྒྲེན་(བསྒྲེན་  
ཞེས་གིབ་ཚྭས་ཀྱི་བདེ་ཚྭས་གིབ། །རྒྱལ་མཚན་བསྒྲིངས་(ཕྱར་པའི་དོན་འདས་པ་)སྟགས་བས་འཕུལ་  
ས་སྒྲོ་། །

བཅོས་མ་བརྒྱས་(ལོ་ཐོག་གེག་པའི་མིང་། འདས་པ་)དང་རྒྱ་བརྒྱས་(འདས་པ་སྟེ་བརྒྱ་བྱ་བ་)མཚོད་  
པའི་བརྒྱན་(རྒྱ་པས)། །བརྒྱབ་(འགབ་ཀྱི)བརྒྱབས་བརྒྱམས་(འདི་གཉིས་དོན་གཅིག་སྟེ་པས་ཆང་བརྒྱབས་  
(འཕྱངས་)ལས་བརྒྱབ་(ཡང་དག་མ་ཡིན་པ་སབ་སོབ་ཆར་ཐབས་བྱས་པ་)པ། །ཡོས་བརྒྱད་(བ་དང་)བརྒྱུད་ཟིན་  
བརྒྱད་(བྱེ་མར)བཏགས་(ཟིན)བྱད་མེད་བརྒྱད་(འབྱིད་པ་སྟེ་བསྒྲུ་བ་)། །བརྒྱུད་(རྒྱ་པས)སྟགས་ར་ལ་ང་  
བཏགས་བས་འཕུལ་ཅན། །

བསྒྲོད་པའི་བསྒྲགས་དང་སྒྲག་བསྒྲངས་སྒྲག་བསྒྲུལ་དང་། །དགེ་བསྒྲོ་(རྣམ་པར་བསྒྲོ་བའི་འདུ་  
ཤེས་ལ་ལེར་གསལ་བ་ཞེས་)ཁ་དོག་བསྒྲོས་(བཀའ་བཞེན)བསྒྲོད་(ཟིན)སྒྲོན་བསྒྲོགས་(མཚང་ནས་བརྒྱུད་ཟིན་པ་)  
སྟགས། །ང་ཡིག་ས་མགོ་ལྷན་པ་བས་འཕུལ་ལོ། །

གཟི་བརྒྱུན་པོ་ལྷར་བརྒྱུད་(དཔའ་རྒྱུ་སྟགས་)བརྒྱུད་ཆགས་པ། །བརྒྱུད་ངས་(ངལ་ཡང་སྟེ་  
སེམས་ལ་མི་གནས་པའི་དོན་ནམ་བུ་མི་གསལ་བའི་མིང་རྩི་)མི་བརྒྱུད་གཟུངས་དང་བརྒྱུད་(བརྒྱུད་པ་ཞེས་

སྐབས་འགར་བཀུར་བསྟེན་དང་མཚན་པའི་རྣམ་གངས་ལའང་)བྱེད་གདོན། །པན་ཚུན་སྟེང་འོག་བརྟེན་(ཟིན་  
བརྟེན་)དང་བརྟེན་བྱ་བརྟེན་(འདས་པ)། །ལ་སོགས་བས་འཕུལ་ར་མགོ་ཅན་གྱི་ངོ། །

གཟུགས་བརྟན་(བརྟན་ཅེས་པ་གཡར་བའི་དོན)ཕྱག་བརྟན་(སོ་ཉ་བ)འཁོར་དང་སྤང་བའི་བརྟན་  
(སྤུལ་བའི་སྟེ།) །སྤྲ་བརྟན་(ཐག་ཆ་ཉ་བ)བརྟན་པའི་གོས་(གཡར་བའི་དང་མགོ་བརྟན་ཅན། །ལག་པས་  
བརྟན་དང་བརྟན་ཐབས་(ཁྱད་གསོད)བརྟན་པ་(བརྟན་པ་ཞེས་འབྲུ་བ་དང་གཡས་པ་དང་སྐབས་ཐོབ་ཉེས་པ་  
དང་ཆས་ཚད་གྱི་དོན་ལའང་)དང་། །བརྟན་(ཀླང་བ་བརྟན་པ་དང་ཟས་བརྟན་བརྟན་ཟིན་འབྲུ་བ་ལའང་)  
དང་གོས་བརྟན་པ་(ལ་ཁ་བརྟན་པ་(ལ་ཡི་ཆོག་ལ་བརྟན་པ་)བརྟན་པ་(འབྲུ་བ)བརྟན་(བཟུང་)། །དངོས་  
གྲུབ་བརྟེན་(ཐོབ་པ་སྟེ་རང་དབང་ཐོབ་པའི་བརྟེན་དང་སྟེ་བརྟེན་(འཆི་མེད)བརྟེན་པ་(འཇིགས་སྐྱག)པ་སོགས། །  
ར་མགོ་ཅན་གྱི་ཉ་ཡིག་བས་འཕུལ་ལོ། །

པན་ཚུན་ཁ་ཡོ་བསྟེན་(ངོ་དང་ཁོད)དང་པར་ལ་བསྟེན་(ལག་པས)། །མལ་དང་ཐང་ལ་  
བསྟེན་(ཆང་སོགས)དང་རྒྱ་མཚན་བསྟེན་(གཏམ་སོགས་བཤད་པའི་དོན)། །ལག་བསྟེན་(བཀུར་པའི་མིང་དང་  
ཟས་སྟེར་བ་ལའང་)དང་ནི་བསྟེན་པ་(བྱུག་པ་ལ)བསྟེན་པ་(ཉམས་པ)དང་། །སྤང་བཟེད་བསྟེན་(ཞབས་  
གྱི་རྒྱ་དབྱུག་ནས་བསྐྱར་བའི་དོན)དང་ཅེ་ནས་བསྟེན་པ་(ཕྱིར་བསྐྱར་པ་དང་དོར་བ་དང་གཞིས་བའི་དོན་དང་  
བྱེ་མར་བསྟེན་ཞེས་འཐག་པའི་དོན)དང་། །བསྟེན་དང་(ན་བའམ་ནད་གྱི་མིང་ལའང་སྟེ་འདི་ནི་འདུ་བའི་སྟེན་  
གྱིས་བསྟེན་ཞེས་ན་བའི་མིང་ངོ་། །བསྟེན་ཞེས་པའང་དོན་གཅིག་གོ་བསྟེན་གསོལ་(ཁམས་ཇི)བསྟེན་(བསྟེན་  
གཞི་འདས་པ)པ་ཡོ་བྱད་བསྟེན་(ཁྱད་ཅུར་བྱས་པའི་དོན)། །ལག་བསྟེན་(ཟས་སྟེར་བ་དང་ལག་པ་བཀུར་  
པའང་)སྟེ་གང་བསྟེན་(བསྟེན་པ་དང་བྱུག་ཅེས་པའམ་ནད་དུ་བརྟུག་པ་ལའང་)དང་བསྟེན་པ་རིང་བསྟེན་  
(མར་ཁུའི)། །བསྟེན་པར་གནས་དང་རྟེན་བསྟེན་པ་འཇིགས་པའི་བསྟེན་པ། །བསྟེན་པ་བྲལ་(མི་ཡི་  
སེང་གེ་ཞེས་མི་འཇིགས་པའི་བདུན་བསྟེན་བཀུར་སྟེད་བཀུར་ཟེར་བའང་ཡོད)ཁྱོ་བསྟེན་(གཉེར་ཀྱང་སྟེ་གདོང་གི་  
རྣམ་འབྱུར་བསྟེན་པ་(ང་རྒྱལ་གྱི་མིང་)དང་། །དགེ་ལ་བསྟེན་(དགེ་བའི་ཁྱིམ་བསྟེན་པར་གནས་པའི་དགེ་  
བསྟེན་དང་བསྟེན་བསྟེན་སོགས)དང་བསྟེན་གནས་(སོ་ཐར་ཡན་ལག་བརྟན་པ)བསྟེན་རྟོགས་(གོས་བཞིའི་ལས་  
གྱི་བསྟེན་པར་རྟོགས་པ་སྟེ་དགེ་སྟོང་)དང་། །བསྟེན་སྲིང་(ཉེ་རིང་)བསྟེན་(བརྟེན་པའི་མིང་སྟེ་མི་བསྟེན་པ་ཕྱགས་  
དམ་གཅིག་པ་རུ་ཞེས་མི་བརྟེན་པའི་དམ་བརྟེན་པ)དང་ཟས་བསྟོད་(ཟས་བྱིན་པ་དང་སྤྲ་བ་སྟེ་གསོལ་བའི་མིང་  
ལའང་)བསྟོན་ཏོ་ཅན་(བསྟོན་ཅན་བསྟོན་དོར་སོགས་སྟོན་དང་ལྷན་པའི་སྟོན་དང་ཉམ་གཏམ་སྟེ་ཚོད་པ་དང་ལྷ་

ཚུགས་ཅན་ལའང་། ། རས་བསྟོར་(ཐེག་པ)བསྟོན་མེད་(སྟོན)བས་འཕུལ་ས་མགོའི་ཉའོ། །

ཀུན་བརྟགས་(འཁོར་བའི་བོན་སྤྱི་ལ་འཇུག)མཚན་ཉིད་དག་ལ་ལེགས་པར་བརྟགས་(དབྱད)། །  
 མི་འཇུར་བརྟན་(བསྐྱོང་བ)དང་གནས་བརྟན་(ཡིད་བརྟན་ཆོ་བརྟན)བརྟག་དབྱད་མཁུ། ། བརྟགས་  
 པ་(གུས་པ་དང་སྦྱིན་པ་ལ)བརྟག་པ་(རྒྱུད་ཀྱི་དུམ་བྱའི་མིང་ལ)བརྟགས་(སྒོ་སེམས་འཚབས་པ་དང་རྒྱས་པ་དང་  
 ཐེད་པ་དང་རིང་བ་སོགས་ལ)དང་བརྟག་པ་དང་། ། བརྟ་བྱ་(རྒྱས་པར་བྱ་བ)བརྟས་(ལྷས་སོགས་དར་ཞིང་རྒྱས་  
 པའི་དོན)དང་བརྟད་པ་སྒོ་བྱར་བ་(ལས་བྱུང་བའི་གསོད་པ་དང་རྩུང་བ་དང་རྟ་བརྟོད་པའང་།) ། བརྟེན་པ་  
 བརྟུལ་གྱི་(རྣམ་མེད་བརྟུལ་ཡོང་(བསྐྱུས་པ་དང་འཛིབ)བརྟུན་ངས་(གཟུ་ལུས་དང་རང་བཟོ་དང་གཞན་ལ་གནོད་  
 པ་དང་ཞེན་ཆགས་ཆོ་བའང་)དང་། ། བརྟུན་པ་(བཙུན་འགྲུས)བསྐྱེད་དང་བརྟུལ་ཞུགས་(དཔེར་ན་ཤ་མི་ཟ་  
 པའི་བརྟུལ་ཞུགས་ནི་ཤ་ཟ་བའི་སྦྱོད་པ་བསྐྱུས་ནས་མི་ཟ་བའི་སྦྱོད་པ་ལ་ཞུགས་པ་ལྟ་བུའོ)བརྟུལ་པོད་ཅན་(སྤང་  
 རྟེན་ཆེ་བ)། ། རྟག་སོགས་བརྟོལ་དང་ས་སོགས་པ་རོལ་བརྟོལ་(ཕྱིན)། ། སྦྱི་བརྟོལ་(ཅན་ནི་ཐ་ཤལ་བ་  
 གཞན་གྱི་ངག་ལ་མི་ཉན་པ་སྟེ་དཔལ་གྱི་འཇུག་པོ་སྦྱུབས་བརྟོལ་(འབྱུག་པ)ཡོངས་འདུས་ས་བརྟོལ་ཤིང་  
 (དཔག་བསམ་ཤིང་)། ། བརྟོགས་(ནི་གྲོགས་སོགས་བས་འཕུལ་ཏ་ཡིག་ར་མགོ་ཅན། །

སྒྱུ་བརྟམས་(འཁྱུངས)པ་དང་ཡོན་ཏན་དུ་མས་བརྟམས་(གང་བའི་དོན་ཏེ་གཏམས་ཞེས་ཀྱང་འཐད)། །  
 (མིག་གིས་བརྟ་བྱ་བརྟམས་(ཟིན་པ)དང་གོས་སོགས་བརྟ་བྱ་(ཟིན་པ)པ་དང་། ། བརྟ་བྱ་བྱང་དང་བརྟོས་  
 (རེ་སྟོས་འཆང་བ)ས་བརྟོས་འཆོས་(བཟང་པོའི་མིག་གིས་དང་དཔེ་རྩེར་བཟོས་པ)སོགས། ། བས་འཕུལ་ལ་  
 མགོ་ཅན་གྱི་ཏ་ཡིག་གོ། །

སངས་རྒྱས་བརྟན་པ་བརྟན་བཅོས་(རིག་གཞུང་གི་བརྟན་པ་ཆོག་སྒྱུར་ལུས་པའི་ལམ་དུ་བྱང་ནས་  
 བཅོས་པ)གཞན་ལ་བརྟན་(ལུང)། ། འགོ་ཆས་བརྟན་(ལག་ཏུ་བརྟན་ཅེས་པའང་)དང་སྒྲ་བརྟན་བྱིན་ལེན་  
 བརྟབས་(སྟེར་བ། བརྟབས་ཟེན)། ། སྒྲ་བརྟན་པ་(ཟས་ནོར་སོགས་ཆོང་སྒྲ)དང་བརྟང་བས་(མགོན་དང་གོགས་  
 སམ་ཆད་དུ་མ་བཟུང་བའི་དོན་འདྲ)མ་བཟུང་དང་། ། བཟབས་པའི་བརྟར་(མོས་པ་སྦྱངས་པ་བྱི་དོར་དང་སྦྱས་  
 པ་ལེགས་པ་དང་སེམས་ལ་བསྒྲུབ་པ་དང་ཡོད་པ་རྣམས་ལ་བརྟར་ཞེས་སོ)དང་ཞལ་བརྟབས་(བྱིན་པ་དང་བྱིམས་  
 པ་ལའང་)བརྟར་ལ་(གལ་དང་ལྷག་དང་ཐེང་བ་སོགས)བརྟུས། ། བརྟེ་བའི་གནས་(ངལ་གསོ་བའི་གནས་ཞེས་  
 ཀྱང་འདུག་གནས་གྱི་མིང་)སྟུ་བརྟེ་བ་(བཀྱར་བ)བརྟེ་སྟང་(བཀྱར་བརྟེ)དང་། ། འཕྱ་བའི་བརྟེང་དང་  
 བརྟེང་ཆོག་(སྦོད་པ་དང་ལུན་འབྱིན་པའི་ཆོག་སྟེ་མི་འོས་པ་ལ་བརྟོད་པ་བྱད་མེད་ལྷག་འཚལ་བྱད་མེད་འདུང་

ཅེས་པ་ལྟ་བུའོ་བསྟེན་གནས་སྤྱི་བ་སྟེ་ས་ཡོད་འདས་པ་པ་དང་། །སྤྱུག་བཟུལ་བསྟེར་མེད་(མནར་མེད)  
བཏེག་པའི་བསྟེན་པ་དང་། །ཐུང་ཐུང་བསྟུངས་(ཟིན་པ)དང་སྤར་ཡང་(བསྐྱར་བའི་དོན)བསྟུང་པ་(ཐུ་  
མའི་རྩེས་སྤྱི་མ་མཐུད་པ)དང་། །གཞུང་དང་གཞན་ལ་བསྟུན་(མཐུན་པ། བན་པ་དང་གྲོགས་བྱེད་པ་སྟེ)  
དང་བསྟོངས་པ་བྱེད་(གང་གིས་མི་བསྟོངས་ན་ཞེས་པན་མེད་ལ།) །མངོན་པར་གསུངས་ལ་བསྟོད་(བསྟོད་  
འོས་དང་མགིན་པ་སོགས་གཟེངས་བསྟོད་པ་དང་ཕྱར་བྱས་བསྟོད་ཅེས་བསྟུན་པ་ལའང་)དང་སྤ་མ་བསྟེན་པ་  
སོགས། །ཏ་ཡིག་ས་མགོ་ཐུན་པ་བས་འཕུལ་ལོ། །

གོ་བྱེད་བད་སྟོད་པ་(མཁའ་འགོ་བད་ཡི་བརྒྱད་པ་དང་བད་ཡིག)དང་ཆལ་བད་བ(ཆ་ལང་བད་བ་པ་  
དང་སྤྱུགས་པ་སྟེ་བད་བས་པ་འདས)དང་། །ཐང་མར་བད་ལ(ཁྱབ་བད་ལ)དང་གི་སོགས་བདར་བ(ལ་ཆིག་  
བཤད་པ)དང་། །དགོངས་པའི་བད་(མཁའ་འགོ་བད་འི་བརྒྱད་པ་ལྟ་བུ)དང་ཞབས་སོགས་ས་ལ་བད་བ་  
(བད་པ་ཡང་ནི་སྟོ་བྱར་བ)། །བརྟུང་བྱ་(གསེར་དུལ་ལྷགས་སོགས)བརྟུངས་(ཟིན)དང་གཡལ་བརྟུང་  
(གཡལ་མོས་གཡལ་བ་པ)བཙོག་པའི་བདེག་(བྱ་བ)། །བདེག་ཟིན་བདེག་འཛོམས་(འབྲེལ་བའི་མིང་)སྟོ་བདོལ་  
(སྟོ་འཛོལ)གཉིད་བདོལ་བ(གཉིད་འཛོལ་ལ།)། །བདོལ་ཐབས་ཆོག་(ཆོག་ཉོག་ཐབས་ཐུབ་སྟེ)སོགས་ར་ད་  
བས་འཕུལ་ཅན། །

བཟུག་བྱ་ཟས་སོགས་བཟུགས་(ཞུས་སོགས་ཟིན)དང་མུར་བའི་བཟུད་(སོས་བཟུད་དུང་འགྲོའི་བཟུད་  
བྱེད་པའང་)། །བསྐྱར་བའི་བཟུབས་(འདས་པ)དང་བཟེག་(མེར་མེར་ཡོམ་ཡོམ་ལྟ་བུ་མི་བརྟན་འགྲུལ་བ་ལ)  
བཟེགས་བཏུང་བྱ་བཟུད་(ཐུད)། །(སྤྱུགས་ཟིན)བཟུགས་དང་བཟུམས་(དེབས་དྲིལ)སོགས་བས་འཕུལ་  
ལ་ཐུ་འོ། །

གནས་སྤྱི་བསྟུན་(ལྟན་ལ་བསྟུན་པ)དང་ཉེས་པ་བསྟུམས་པ་དང་། །བསྟུམ་བྱ་(ཐག་པས་དང་  
ཁྲིམས་དང་གཡང་ལ་སོགས)བསྟུམས་དང་བསྟུ་བྱ་(དབང་དུ་དང་ཁལ་སོགས)བསྟུས་(ཟིན)པ་དང་། །གྲོས་  
སོགས་བསྟུར་དང་མདོར་བསྟུས་པན་ཚུན་བསྟེབས་(གཉེན་བསྟེབས་མཐུན་བསྟེབས་གྲོས་བསྟེབས་ཟིན)། །  
གཞན་ལ་བསྟེགས་(སྟོས་པའི་མིང་)དང་ཕྱོགས་གཅིག་བསྟོམས་(ཟིན་ཏེ་ཁྱོན་བསྟོམ་བྱ)པ་དང་། །ལྟ་  
བསྟོགས་འོག་བསྟོགས་ཞགས་བསྟོགས་(ཐག་སྟེ་སོགས)ཤུལ་རྩ་བསྟོགས། །གྲབས་ཀྱི་བསྟོགས་དང་  
ཉེར་བསྟོགས་(ལྟ་གོན་གྲོག་ལ་བསྟོས་བརྩེས)། །གྲོགས་དང་བསྟོངས་ནས་མཉམ་པོར་བསྟུམ་བྱ་  
བསྟུམས་(ཟིན་པ་སྟེ་འཁོན་འགས)། །སྟུ་ལ་(དོ)བསྟོ(བསྟོས་ཟིན)སོགས་བས་འཕུལ་ས་ཐུ་འོ། །



བསམ་པའི་བརྒྱུ་པ་(བདག་གིས་བརྒྱུ་པ་ཡོངས་སུ་རྒྱུགས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཞེས་པ་རྩ་བུ)བརྒྱུ་དཀའ་  
མི་བཟོད་པ་(བཟོད་དཀའ་བ་ལ་བརྒྱུ་དཀའ་ཞེས་པའང་ཡོད།) ། །ཟས་ཀྱིས་བརྒྱུ་པ་(སྤྲུལ་ཞིང་མང་བའི་ཟས་  
དང་མཆིལ་མས་བརྒྱུ་པ་དང་། །བརྒྱུ་པ་(ངེས་བཟུང་ཞེས་ཏེ་ངེས་པར་བ་སྤྱན་པ་དང་བརྒྱུ་པའི་ཆོག་  
སོགས་)ནན་ཏན་བརྒྱུ་པ་སེམས་(གཞན་ནོར་ལ་སྤྲོམ་སེམས་སྦྱོར་པ་སྟེ་འདོད་སེམས་)མཐུན་ཏུ་བརྒྱུ་(མཐུན་ཏུ་  
འཐེན་པའི་མིང་)། །སྤྲུལ་པའི་བརྒྱུ་པ་(ཡི་གེ་དང་རི་མོ་སོགས་)དང་སྟོན་ཆགས་ཡན་ལག་བརྒྱུ་པ་(རྩ་མོང་  
དང་སྒྲུང་སོའི་)། །དེ་སོགས་བསམ་འཕུལ་ར་མགོ་ཅན་གྱི་ནའོ། །

ཕྱག་ཏུ་བསྐྱམས་(དྲི་ཡང་སྟེ་འདས་པ)དང་ཐོག་ཏུ་བསྐྱུན་དང་བསྐྱར་(འཇུག་མ་སོགས་རིང་པོར་)། །  
གནད་ལ་བསྐྱུན་དང་མཚན་བསྐྱུན་(བརྒྱུ་པ་དང་མཐུན་ཏུ་བསྐྱུན་ཅེས་མཐུན་ཏུ་འཐེན་པ)ལུ་མ་བསྐྱུན། །  
སྟོན་སོགས་བསྐྱུ་བས་(བསྐྱུན་པ་བསྐྱུ་བས་པ་སོགས་)དང་དུས་སོགས་རིང་དུ་བསྐྱུར་(ཡས་མར་ལའང་)། །ཞིབ་  
མོར་བསྐྱུར་(འཐག་པ་སྟེ་གཞུར་ཡང་འཐད་)དང་ཕན་ཚུན་བསྐྱོལ་(བསེས་པ་སྟེ་བསྐྱོས་དང་དོན་འདྲ)སོགས་  
དང་། །མགོ་མཇུག་བསྐྱོལ་(རྒྱ་གམ་)དང་བསྐྱོགས་(བསྐྱམ་པའམ་སྤྲུལ་པར་འདིའང་)པ་བསྐྱོར་(གོང་འོག་  
འཛིལ་བ)བསྐྱོས་(བསྐྱུལ་ཆོག)སོགས། །བསམ་འཕུལ་ཅན་གྱི་ས་ལ་ན་བཏག་གོ། །

བརྒྱུ་པ་(ལས་ཀྱི་ཐབས་བརྒྱུ་པ་སོགས་དང་)བྱའི་བསྐྱུན་བཅས་བརྒྱུ་པ་(ཟིན་པ)དང་བརྒྱུ་པའི་  
བརྒྱུ་པ་(གཞན་ལ་བརྒྱུ་པ་)། །བསང་བའི་བརྒྱུ་པ་བརྒྱུ་པ་(འདི་གཉིས་ས་མགོ་བྱེད་པའང་ཡོད)ནི་གསལ་  
བའི་མིང་། །ཁང་བརྒྱུ་པ་(གཅིག་ཐོག་གཅིག་བརྒྱུ་པ་རྩལ་བརྒྱུ་པ་མཐོ་བརྒྱུ་པ་)བརྒྱུ་པ་པའི་གོས་(ཐུང་  
བ་ལུས་མོ་ལས་ཡར་བརྒྱུ་པ)དང་བརྒྱུ་པ་ཅན་(སྤྱི་རྒྱུ་པ་)། །ཏ་ཅང་བརྒྱུ་པ་པའི་མི་(སྤྱི་དང་པ་དང་གཏམ་  
སོགས་)དང་སྤྱི་བརྒྱུ་པ་(སྤྱི་ནས་གཅེས་པའི་མིང་)། །སོ་བརྒྱུ་པ་(སྤྱི་ཏེ་སོ་བརྒྱུ་པ་ཅི་དང་ཅིངས་ཞེས་པའང་  
སྤྱི་སྟོན་བརྒྱུ་པ་(ལ་མི་ཉན་པ)བརྒྱུ་པ་(སེལ་བ)སྤྱི་བརྒྱུ་པ་(རོལ་མོ་རེལ་བུ་སྤྱི་ཉན་ཅན་)། །རོལ་བའི་མིང་  
ལ་བརྒྱུ་པ་(ཞེས་པ)དང་མཁར་སོགས་མཐོན་པོར་བརྒྱུ་པ། །ལེགས་པར་བརྒྱུ་པ་དང་བརྒྱུ་པ་བྱ་བྱང་  
བའི་བརྒྱུ་པ་(ཟིན་)། །བརྒྱུ་པ་(བསུ་བ་སྟེ་ས་མགོ་བྱས་པའང་)བརྒྱུ་པ་(འགྲུས་ལས་ལ་བརྒྱུ་པ་སོགས་)། །བསམ་  
འཕུལ་ར་མགོ་ཅན་པའི་ཅ་ཡིག་གོ། །

ནོར་གྱིས་བརྒྱུ་པ་(གཟུངས་གཞུག་དང་ཡུལ་གཞན་ཏུ་སོགས་ཏེ་འདས་པ)དང་ནང་ཏུ་བརྒྱུ་པ་  
(གཞན་ཏུ་བརྒྱུ་པ་སོགས་)དང་། །སྟོན་ཆགས་བརྒྱུ་པ་(གཞན་གྱིས་རྟེན་བས་)དང་གདན་ལ་བརྒྱུ་པ་  
(མནན་པའི་མིང་)དང་། །ཟན་བརྒྱུ་པ་དང་གཞན་གྱིས་མི་བརྒྱུ་པ་(མི་ནོར་པའམ་མི་ཐུབ་པའི་དོན་)། །

དབྱང་བ་རལ་བ་ལ་སོགས་གྱེན་དུ་བརྟེས། །ནམ་བ་གཞན་དུ་གང་དང་གང་ལ་བརྟེས་དང་བརྟེས་བ་  
ཅན་(ཆ་འཕུལ་ཆེ་བའི་དོན་ཏེ་སྙུ་ཅ་བརྟེས་དང་འདྲེ་ཅ་བརྟེས། བདུད་དུ་བརྟེས་དང་གཡོ་སྦྱུ་ལའང་)། །བརྟེན་  
གྱི་ཆོག་སོགས་རྩ་ཡིག་བས་འཕུལ་ལོ། །

ཞེས་གངས་ཅན་བོད་ཀྱི་བད་ཡང་དག་བར་སྦྱར་བའི་མིང་གི་བསྟན་བཅས་སྟོ་གསལ་འབྱུག་ངོགས་རིན་པོ་  
ཆའི་གཏེར་བྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ལས། བ་ཡིག་གིས་རྒྱང་འདོགས་བརྟེས་མར་འབྱུག་ཚུལ་གྱི་བད་བྱེ་བྲག་དུ་བྱེས་པའི་  
སྐབས་ཏེ་ཨ་བའོ། །

## མ་ཡིག་འཇུག་པའི་བད་ཉེ་བྱ་བྱེས་པ།

དེ་ནས་མ་ཡིག་འཇུག་པའི་མིང་གཞི་ནི། །ཁ་ག་ང་དང་ཆ་ཇ་ཉ་གསུམ་དང་། །ཐ་ད་ན་  
དང་ཆ་ཇ་བཅུ་གཅིག་པོ། །མ་ཡིས་རྒྱང་བར་འཕུལ་ཅིང་འདྲིགས་འཕུལ་ཅན། །བཞི་དང་བཅས་  
པའི་དཔེར་བརྗོད་རྟབས་ཅིག་སྟོན། །ནམ་མཁའ་མཁའ་དབྱིངས་མཁའ་རྫོང་གནས་ཀྱི་མཁའ་  
(གསས་མཁའ་དང་རྒྱལ་བོའི་མཁའ་རྩ་བ། །མཁའ་རྫོང་(རྩ་མ་དཀར་དཀར་གོང་)ཡུ་མཁའ་(དང་མ་མཁའ་  
ཞེས་ཡུ་ཐོད་དང་མ་ཐོད་ལ)མཁའ་བ་(བསང་དང་)ཁྱུ་མཁའ་(ལྷུ་ལྷ)སྟུན། །མཁའ་པོ་(ལས་ཀྱི་མཁའ་པོ་སྟེ་  
གཙོ་བོའི་མིང་དམ་བུ་དཔེ་བོ་ལའང་འཇུག)མཁའ་བ་དང་ནི་མཁའ་ལོ་སྟུན། །ནང་ཁྲོལ་མཁའ་མ(དང་  
མཁའ་གཤམ)མཁའ་ཆས(དགོས་ཆས)མཁའ་པ་(ཉམས་པ་པ་)མཁའ་བ(ཁྲུ་པའི་དོན། །སྡེ་མཁའ་(སྟེན་བཞིན)  
མཁའ་(འགས་པ་སྟེ་མི་མཐུན་པའི་དོན)དང་མཁའ་ཐབ(བྱར་ཆགས)ཤ་མཁའ་(སྟོན་གི་ལན་ཆགས)དང་། །  
མཁའ་(མཁའ་ཚས)འཇུག་མཁའ་(མཐེ་བོང་བསྐྱེད་པའི་ཁྱུ་ཚུར་ཚད)གང་མཁའ་སྟུང་(ནི་མན་དག་ཕན་བུ་སྟེ་  
ཏེ་འཆད་པ་ལ)དཔེ་མཁའ་(བོན་སྟོན་འོས་པ་ལའང་ཐབ་ཁྱུ་ཚུར་དུ་སྟེ་བ་རྩ་བའི་དཔེར་བྱས་པའོ)དང་། །ཤེས་  
པའི་མཁའ་དང་སྟེ་མཁའ་གྲོང་བའི་མཁའ་དང་། །ཁྱུ་མཁའ་(མེ་རྩ་ལ)ལག་པའི་མཁའ་མ་མཁའ་  
པ(ནང་ཁྲོལ)དང་། །དེ་སོགས་མས་འཕུལ་ཁ་ཡིག་རྒྱང་འདྲིགས་སྟེ། །

བཟོ་བའི་མགར་(དུད་འགྲོ་འགར་བའང་འདི)བ་སོལ་བའི་མགལ་(ཤིང་འབར་འཕྲོ་རྩ་བ)དུམ་དང་། །  
འགལ་གྱི་ཡུ་མགལ་མ་མགལ་མགལ་མེ་ཞགས་(མེ་ཡི་ཞགས་པ)། །མགལ་པའི་མགར་(མགར་དབྱངས་  
དང་ཉམས་མགར་དགའ་བའི་མགལ། །རི་ཡི་མགལ་དང་ལུས་ཀྱི་མགལ་དང་མགོ་ །སྐྱབས་མགོན་  
(དཔལ་མགོན)མགོན་པོ་མགོན་(བཞེའང་)བུ(འབྱ)མགོན་ནི་སྟུན། །དེ་སོགས་ག་ཡིག་རྒྱང་འདྲིགས་  
མས་འཕུལ་ལོ། །

མངག་གཞུག་བྱན་གཡོག་གཞན་དུ་ལན་མང་མངགས། །མངར་གསུམ་(ཀར་བུ་རམ་སྤང་ཅི)  
ཟས་དང་ཁ་མངར་རོ་མངར་བ། །ཐུགས་ལ་མངའ་(ཡོད་པའི་བད)དང་རྒྱལ་བོའི་མངའ་ཐང་(སྟོབས་  
འབྱོར་གྱི་མིང་)དང་། །མངའ་བདག་(གི་རྒྱལ་བོ)མངའ་རིས་མངའ་འོག་མངའ་ཞབས་(འདི་རྣམས་

འབངས་ཀྱི་མིང་)དང་། །མངའ་མཛོད་(བདག་གིར་བྱས་པ)མངའ་བརྟེས་(རང་དབང་ཐོབ་པའི་བདེ་མངའ་  
(ལུས་ཀྱི)དང་མངན་མི་བགང་(སྟོན་མི་བཟོད། །མངན་(ནི་མཐུའམ་ཐུར་བྱས་ཀྱི་ཉེས་པ་ཁས་སྒང་བ)དང་  
མངན་བགང་(སྟོན་བཟོད་པ)མངོན་སྟོན་(དག་པོའི་ལས)མངོན་མཚན་(མངོན་གྱུར། མངོན་མཚན་ཅན་ནི་  
གཞན་དང་མཐུན་པའམ་བུན་སྟེད་ཉྟགས། །མངོན་ཤེས་(དུས་གསུམ་མཁུན་པའི་དོན)མངོན་སུམ་མངོན་  
པའི་ཐེ་སྟོན་དང་། །མི་མངོན་དབྱིངས་སྟགས་ང་ཡིག་མས་འཕུལ་ཅན། །

ཡི་གེའི་མཆན་བྱ་(དོན་འགྲེལ་བའི་མཆན་བྱ་དང་སྟུ་མ་མཁན་གྱི་མཆན་བྱ་ཞེས་པའང་ཡོད)དུར་གྱི་  
མཆད་པ་(དུར་ཁྲོད་དང་རོ་སྐྱམ་ལའང་)དང་། །འཁོར་ལོའི་རྩེབས་མཆན་ལུས་ཀྱི་མཆན་ཁུང་དང་། །  
འབྲུ་འཐག་མཆིག་དང་མཆིག་གུ་(མ་ལོ་ཡ་ལོ)ཀྱི་མཆོའི་མཆིང་(དཀྱིལ་གྱི་མིང་དང་གཏིང་ཟབ་ལའང་)། །  
བཀའ་མཆིང་(གསུང་མཆིང་སྟགས་སྒྲེང་མའི་མིང་)འབེལ་བའི་མཆིང་(འདི་གཉིས་དོན་གཅིག་སྟེ་ཡང་དག་པའི་  
གཏམ་དང་མཆིང་ནི་གཏམ་བཤད་པའི་དོན)དང་ཞོར་བྱ་མཆིང་(ཞོར་བྱ་ཐ་མ་དང་མཆིང་ཡང་འཐད་དེ་རིན་པོ་  
ཆེ་དམར་ཁང་ངམ་མཆིང་ཁུང་)། །ནང་ཁྲོལ་མཆིན་པ་མཆིམས་ཕྱག་(གནས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་བསམ་ཡས་མཆིམས་  
བྱ་ལྟ་བུའོ)ཕྱས་ཀྱི་མཆིམས་(ཤྱུ་བྱ་བ)། །མཆིས་འབྲང་ཆུང་མ་མཆི་བ་འགོ་བའི་བདེ་སྐྱབས་སུ་མཆི། །  
(མིག་གི)མཆི་མ་(ཁའི)མཆིལ་མ་མཆིས་ཡོད་མ་མཆིས་མེད། །མཆིལ་མལ་(སྟོད་མལ)མཆིལ་བ་བྱ་དང་  
ལྷགས་ཀྱི་(ལའང་མཆིལ་བ་འཇུག)ལྷམ། །འཇུག་པའི་མཆུ་དང་ཁ་མཆུ་མཆུ་སྟོས་(མཆུ་སུལ་ལམ་དབྱིབས)  
ལེགས། །མཆིལ་བ་ཞེན་པ་ཁས་མཆིས་(ཁས་སྒངས་པ་སྟེ་འདི་ལ་པལ་ཆེར་འཆས་འཐད་དེ་བཞུན་པ་སྤང་  
བར་ཞལ་གྱིས་འཆས་ལྟ་བུ་སྟེ་མཆིང་(གཟུགས་ཀྱི་མིང་)དང་། །མི་མཆིང་(མི་སྟག་ཅས་ཀྱང་རྒྱ་ཆེར་འབར་བ་ལ)  
སྟེ་མཆིང་གྲོགས་མཆིང་(ལུས་ཁའི་མཆི་བ། །ནང་ཁྲོལ་མཆིར་བ་(པལ་སྐྱེད་དུ་མཆིར་བ)རྩལ་གྱིས་  
མཆོངས་པ་དང་། །མཆོག་གྱུར་(ལུས་དུ་བྱིན་པ)དཀོན་མཆོག་མཆོད་པ་མཆོད་རྩས་དང་། །གཞུ་(ཡི་  
ཡ་མཆོག་དང་མ་མཆོག)མཆོག་རྩ་མཆོག་(ཀྱི་ཤ)མཆོང་ཆེན་(མཆོང་སྟབས་སྟགས)མཆོར་མཛོས་སྟགས། །  
སྟོན་དུ་མ་ཡིག་འགོ་བའི་ཆ་ཡིག་གོ། །

ཕྱད་པའི་མཇལ་དང་གོ་བའི་མཇལ་བ་དང་། །ལུས་ཀྱི་མཛིང་བ་(སྒྲིལ་མིང་)མཇུག་མ(ར་མ་  
དང་རྩས་མ་ལའང་)མཇེས་པ་(ཡིད་དུ་འོང་བ)མཇེ(པོ་མཆན)། །མི་མཇེད་(རྩྱ་པ་ཅན་གྱི་ཞིང་ཁམས་ཉི་གཏུལ་  
དཀའ་བ)ཞིང་སྟགས་ང་ཡིག་མས་འཕུལ་ཅན། །

མཉན་ཡོད་(རྒྱ་གར་ཡུལ་གྱི་བྱེ་བྲག)གནས་དང་ན་བས་མཉན་པ་(མཉན་བཤད)དང་། །མཆུངས་

པའི་མཉམ་དང་མཉམ་ཉིད་(སྤྱོད་ཉིད་)མཉམ་བཞག་(སེམས་གཏད་པའི་མིང་)མཉམ་(ཡུལ་མིང་)། ། །ས་  
ཁོད་མཉམ་དང་རྒྱུ་སྒྱུ་མཉམ་པ་(གྲུ་པའི་མིང་)དང་། །ཀོ་པགས་མཉེད་(མཉེད་མཁན་)དང་མཉེས་  
ཟེན་མཉེན་པ་(འཇམ་པ་དང་འཕུལ་ལྗེས་ཆེ་བ་དང་མཉེན་སྒྱུགས་མཉེན་ལ་འདར་བའི་སྒྲུ་)དང་། །མཉེན་  
ལྗེས་(དར་སྒྲིགས་)དགྲུས་པའི་མཉེས་(དགའ་བ་དང་བཅེ་གདུང་ཆེ་བ་ལ་མཉེས་གཤེན་)དང་མཉེལ་པ་(སྒྲུ་ལ་  
མཉེལ་མི་མངའ་ལྟ་བུ)དལ། །ར་མཉེ་(ལྗེས་སྒྲུན་)བསྒྲུ་མཉེ་ལ་སྒྲིགས་མས་འཕུལ་ཉའོ། །

མཐང་པ་སྒྲུད་(གཤམ་ལ)དང་མཐང་ཤམས་མཐང་གོས་(འདི་གཉིས་སྒྲུད་གྱི་གོས་དང་མཐང་ཚྭ་ནི་  
ནང་དང་ནང་ཤ་ལ)དང་། །མཐའ་འཁོབ་(དག་བཞེད་པའི་ཡུལ་)མཐར་གྱི་(རིམ་གྱི་)མཐར་ཐུག་(ཟད་པའི་  
མཐའ་མ་དང་། །མཐའ་གྲུ་(རྒྱ་ཁྱོན་)མཐའ་དག་(མང་ཆོག་དང་མཐའ་གཙང་བ་ལའང་)མཐའ་ཁྲུས་མཐའ་  
ཡས་དང་། །ཁ་དོག་མཐིང་ཁ་མཐོན་མཐིང་(འདི་གཉིས་དོན་གཅིག་ལག་པའི་མཐིང་། །མཐིང་རིལ་  
(རྩ་བུ)ཏྲ་མཐུར་སྐབ་མཐུག་མཐུག་པོ་བཀོད་(དག་ཞིང་)། །མཐུན་མི་མཐུན་དང་རུས་མཐུ་གོས་  
མཐུ་མཐུད་(ཆད་པ)། །སོར་མའི་མཐེ་བོང་མཐེའུ་རྒྱུང་མཐེབ་མཐུབ་དང་། །དཔངས་མཐོ་རི་  
མཐོན་མཐོ་ཡོར་(མིག་ཡོར་ལྟ་བུ)མཐོལ་(མཐོལ་ཞེས་སྒྲུ་བའམ་མི་སྤྲོད་པ)བཤགས་མཐོ་(ཆད་གྱི)། །མཐོ་  
རིས་(གནས་)ཙཱ་འདྲིའི་མཐོ་མཚམས་མཐོ་བཙམ་པ་(བཙས་པ)། །མཐོང་ག་(བྲང་)(མིག་གིས་)མཐོང་དང་  
མཐོངས་སྐར་(སྐར་ཁུང་དང་བརྒྱ་མཐོངས་ཀྱང་)ནམ་མཁའི་མཐོངས་(དབྱིངས་ཀྱི་མིང་)། །དེ་རྣམས་ཐ་  
ཡིག་མ་ཡིས་འཕུལ་ལྗེས་ཅན། །

བཀྲ་ག་མདངས་ཚོན་མདངས་དུས་གྱི་མདང་སྒྲིགས་(མདང་གསུམ་ཉལ་བའི་མི་ལམ་ལ་ལྟ་བུ)དང་། །  
མེ་ཡི་མདག་མ་(མེ་ཉར་ཏེ་མེ་ལྗེ་མེད་པ)མདའ་གཞུ་ཕུ་བའི་མདའ། །མདའ་ཡབ་(སྤང་བད་དང་ཁ་བད་  
དེ་རྩ་སྒྱུར་གྱི་རྒྱན་ཕྱིར་བསྐྱེད་ནས་ཕུབ་པ་ལའང་)ར་མདའ་(རྩེས་འདེད་)མདའ་རྒྱས་(སྒྲུན་འོལ་མོ་སེའམ་དམར་  
རུ་མདོག་ནག་ལའང་)ཁའི་མདན་(ཁས་ཐེག་)དང་། །མདའ་ཡི་མདེའུ་དང་མདེལ་ཐུང་(གཞུང་གི་ཟུར་  
འདེབས་ཀྱི་མིང་)མདུན་དུ་བདར་(བྱང་ངམ་གམ་ནས་བསྐྱོད་པའམ་མདུན་དུ་བཞུགས་པ)། །མདུན་ཁང་(འདུག་  
ས)མདུན་མ་(གོས་)མདུད་པ་མདུང་དོར་(རྒྱན་འབྱེད་)མདུང་(མཚན་ཆ)། །དཔལ་བའི་མདོངས་(དགྱིལ་  
དང་གསུང་རབ་མདོ་ལྗེ་དང་། །ལྷང་པའི་མདོ་(ལམ་མདོ་སྒྲུམ་མདོ་སྒྲིགས་)དང་མདོ་བསྐྱས་ཁ་དོག་  
མདོག་ །འདུན་པའི་མདོངས་གསོལ་(རྩ་དགའ་བྱེད་པའི་དོན་)མིག་མདོངས་(ནི་མིག་ལྗོངས་པའི་དོན་)མ་  
བྱའི་མདོངས་(སྒྲི)། །སྒྲི་མདོགས་(བཟང་ངན་)མདོས་འཕང་བ་དང་མདོང་མོ་(རྩེ་མོ་དང་མདེལ་ཁ་དང་

མཐུག་དོའི་ནང་ལ་དང་། །གསང་བའི་མདོམས་(དང་སང་འདོམས་ཞེས་པ་འཐད) སོགས་མས་འཕུལ་ད་  
ཀྱང་དོ། །

འོག་ཏུ་མནན་དང་མནལ་(ཉལ་བའི་ཞེས་)གཟེམས་(གཟེམས་ནི་གཉིད་ལྷག་པ་)མནན་བསྐྱལ་བ། །  
དྲི་མ་མནམ་(སྒོ་བའི་མིང་)དང་ན་བཟའ་མནབས་པ་དང་། །ལས་ཀྱིས་མནར་དང་མནར་མེད་(ལ་  
གསོ་མེད་པའི་མིང་)དཔྱུལ་བའི་གནས། །གནར་གཅོད་(ཁྱིམས་གཅོད)མནག་དཀའ་(མི་བཟོད་དང་བསྐྱར་  
དཀའ་བ་)མནར་སེམས་(བསམ་ངན)མནགས་པ་(བཟོད་པ་)མནངས་(ནོམ་པའང་སྲིད་པ་)། །མནན་མ་མནལ་  
བྱ་(མིང་སྲིང་ངམ་བྱུ་ཐབས་མིན་པའི་བྱ་དུང་འབྱུལ་ལོ་)མནབ་བརྩལ་(ལ་ཟས་)མནོག་ཟན་(འཁྱུར་བ་)དང་། །  
མནོ་བསམ་བསམ་མནོག་ཟས་མནོག་(མང་བའི་དོན་)མནོག་ཆུང་བ་(སྟོབས་དང་ཁེ་ཆུང་བ་དང་སྟན་ཆུང་བ་)། །  
(ཤེས་བྱའམ་བྱ་བྱ)མནོ་བྱ་མནོས་(ཟིན་མན་ངག་སོགས་སྒྲང་བ་དང་ཐོབ་པ་དང་བསམ་པ་ལའང་)དང་མནོལ་  
གྲིབ་མནོལ་བ་(རྩྭས་)བསངས། །དེ་སོགས་མས་འཕུལ་ཅན་གྱི་ན་ཡིག་གོ །

མཚན་ནི་མིང་སྟེ་མཚན་ཉིད་མཚན་མ་མེད་(དངོས་པོ་མེད་པའི་སྟེ།) །མཚན་བཅས་(ཀྱན་རྩོམ་)  
དགེ་བ་ཕྱོགས་མཚམས་(མཚམས་མེད་ལྔ་སོགས་)སྟོན་གྱི་མཚང་། །ས་མཚམས་དུང་འགྲོ་མཚའ་(གསལ་  
སྟེ་མཚའ་འཕར་བ་མེ་ཞེས་པ་མེ་དང་གཅན་གཟན)དང་མཚའ་ལུ་(རྟ་མཚའ་ལུ་རྟ་བྱ་དམར་པོ་དཀར་ཐེག་ཅན་  
དང་ཁམ་པ་རྟིང་དཀར་ལ་མཚའ་ལུའང་)མཚལ་(ཚོན་)། །མཇེས་པའི་(ཡིད་ལ་སྒྲུག་པ་)མཚར་(ལོངས་པ་ལའང་  
སྟེ་བྱ་དང་བྱ་མོ་ན་ཚད་ལྷས་ཡོངས་སུ་དར་བར་མཚར་འདུག་ཅེས་)དང་དོ་མཚར་མཚན་མོ་དང་། །ལུས་  
མཚག་(བཟང་བ་ནི་ཉམས་རྒྱས་པའམ་ཡན་ལག་དང་ཉིང་ལག་རྒྱས་པ་)མཚན་དཔེ་(སངས་རྒྱས་ཀྱི་)རྟགས་མཚན་  
མཚན་མ་ཅན་(རི་མོ་སོགས་གཟུགས་ཀྱི་)། །པོ་མའི་མཚན་མ་མཚན་ལྟས་བཟང་ངན་དང་། །མཚལ་  
མ་ཟ་དང་(ཟས་སམ་རྟོ་ཟ་བ་སྟེ་འཚལ་མ་འཚལ་ནི་གཟན་ཟ་བ་ཞེས་ཀྱང་ཡོད་དེ་དོན་གཅིག་)རྒྱལ་མཚན་(མི་མཐུན་  
ཕྱོགས་ལས་རྒྱལ་བའི་མཚན་བྱེད་དེ་སོག་ཆགས་གསུམ་གྱི་མཚན་མ་ཡོད་པ་ལ་རྒྱལ་མཚན་དང་མེད་པ་ལ་བ་དན་ཞེས་  
བཞེད་པས་སོག་ཆགས་གསུམ་གྱི་མཚན་མ་ནི་སང་གོ་དང་མཁའ་ཁྲིང་འདྲེས་པ་ལས་སང་གོ་རྟེན་བ་བརྒྱད་པ་སང་  
གའི་སྤར་མོ་བཞེ་མཁའ་ཁྲིང་གི་སྤར་མོ་གཉིས་དང་གཤོག་པ་གཉིས་ཏེ་བརྒྱད། །སང་གའི་གདོང་ལ་མཁའ་ཁྲིང་གི་  
མཚུ་ཡོད་པ། །ཉ་དང་སྤར་འདྲེས་པ་ལས་ཉ་སྟེ་ཅན། །ཉ་ཡི་མགོ་ལ་སྤར་གྱི་མཆེ་བ་དང་། །མཐུག་མར་དེའི་མཐུག་  
མ་ཡོད་པ། །དུང་དང་རྩ་སྲིན་འདྲེས་པ་ལས་དུང་གི་ལུས་ལ་རྩ་སྲིན་གྱི་མགོ་ཡོད་པ་རྩ་མས་(སོ་)མཚན་བར་དོལ་(མོ་  
མཚན་གྱི་ནད།) །འདྲ་བའི་མཚུངས་དང་དུར་གྱི་མཚུན་ལྟ་(ལ་མས་དུར་ལྟའམ་གཤིན་རྩེ)དང་། །རུས་གྱི་

མཚུར་དང་ཁ་མཚུལ་(ཁ་ཤི་ནང་)ཚས་ཀྱི་མཚུར་(ས།)། །དུར་མཚོད་(དུར་ཁྲོད་མཚོད་པ་)མཚོན་ཆ་(གི་  
སྐགས་)མཚོག་མ་(མགོ་འེེ)མཚོན་བྱ་མཚོན་(བྱེད།)། །ཁྱུ་བོ་འེེ་མཚོ་དང་མཚོ་འེེ་(མཚོ་མཚོ་མ་ཉིས་སྒྲེལ་  
དང་།)། །མཚོར་ས་(འདུག་གནས་)ཟེན་དང་འོད་མཚོར་(བཀྲག་མདངས་རྒྱས་པ་)སེམས་མཚོར་(སེམས་)ངལ། །  
ཁྱིམ་མཚོས་མཚོ་(བྲག་མཚོ་དང་མཚོ་མ་ནི་ཁྱེད་གཉིས་ལྷན་དུ་སྒྲེལ་པ་)སྐགས་ཆ་ཡིག་མས་འཕུལ་ཅན། །

འཕྲིན་ལས་མཛད་པ་མཛད་དང་མཐུན་པའི་མཛད། །མཛད་གྲོགས་(མཐུན་)མཛད་འབྲེས་  
(རང་གི་སྒྲ་ན་བཀྲར་འོས་ཀྱི་ཡུལ་)མཛད་གད་(ཆང་)མཛད་ས་པ་(མཛད་ས་མ་དང་དཔའ་བ་མཁས་པ་དང་ཡ་རབས་  
ལ་)དང་། །སོར་མོ་འེེ་མཚུབ་མ་ལྷན་མཚུབ་མཚུབ་རྒྱགས་ཁྲིད། །ལེགས་པའི་མཛོས་(ནོར་ལྷའི་མིང་  
དུ་ནོར་མཛོས་ཀྱང་)དང་མཛོས་སྒྲུག་(ཡིད་དུ་འོང་བ་ལ་)ནད་ཀྱི་མཛོ། །ཤ་མཛོར་(ཤིང་གི་)མཛོར་བ་རི་  
དུགས་གསོད་པའི་མཛོལ་(བདེག་ཁང་)། །དུད་འགོ་མཛོ་དང་དཀོར་མཛོད་(བང་མཛོད་གཏེར་མཛོད་  
སྐགས་དང་།)། །སྒྲིན་མཚམས་ཀྱི་མཛོད་སྒྲུ་དཀར་ཞེས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཚན་དཔེ་མཛོ་མོ་ཤིང་(ཨ་ལ་ཁ་སྒྲུ་དང་ཁྱི་  
རྩ་སྒྲུང་ཚར་ཟེར་)། །བསྐྱུལ་ཚིག་འཕྲིན་ལས་མཛོད་སྐགས་མས་འཕུལ་ཇོ། །

ཞེས་གངས་ཅན་བོད་ཀྱི་བདེའ་ཡང་དག་པར་སྒྱུར་བའི་མིང་གི་བསྐྱར་བཅས་སྒྲོགས་ལ་འཇུག་དྲགས་རིན་པོ་  
ཆེ་གཏེར་ཁྱིམ་ཞེས་བྱ་བ་ལས་མ་ཡིག་འཇུག་པའི་བད་བྱེ་བྲག་ཏུ་བྱེས་པའི་སྐབས་ཏེ་དུག་པའོ། །

འ་ཡིག་འབྲུག་ཚུལ་གྱི་བད་ཕྱེ་བྲག་ཏུ་བྱེས་པ།

དེ་ནས་ཐོན་འབྲུག་འས་འཕུལ་ཡི་གེ་ནི། །ཁ་ག་ཆ་ཇ་ཐ་ད་མ་བ་དང་། །ཆ་ཇ་བཅུ་ཉེ་  
འདོགས་འཕུལ་དགྲ་དང་བཅས། །འབྲུག་པ་བདེ་ཕྱིར་དཔེར་བཅོད་ཆབས་ཅིག་སྟོན། །གཞན་ལ་  
འཁང་(ཟས་སོགས་ལ་དང་འགན་པའང་)དང་འཁང་ཆོག(ནི་གནད་བསྐུལ་ལྟ་བུ)འཁར་རྩ(རོལ་མོའི་བྱེ་བྲག་  
དང་། །བརྟེན་འཁར(དབྱུག་པ)སྐྱད་པ་འཁལ(འཁལ་ཁྱད་ཡོད)དང་རིན་ཆེན་འཁར(བ། ཐུག་པའི་སྟེགས་  
སོགས་ལའང་)། །འཁམས་པ(བརྒྱལ་བ)ཟས་ཀྱི་འཁྱར་བ(རྒྱ་འཁྱར་བོད་འཁྱར་གོ་འཁྱར་ལྟ་བུ)ཁྱར་(ཁྱེས་པོ་  
དང་འགན་སོགས)འཁྱར་འཁྱུ(ཐོག་པ་ཞེས་ཀྱང་སྣང་བ་དང་འགན་པའི་དོན)། །དབྱུགས་འཁྱུ་ཁྱལ་  
འཁྱལ་(ཡིད་འཁྱལ་བ་བྲན་གཡོག་སོགས)སྟོ་འཁྱམས(སྐྱག་པ)ཡན་ལག་འཁྱམས(ནི་ཞ་བ་དང་འཁྱོག་པ་དང་  
གཞན་ཡང་ཤེས་པ་དང་མཐོང་བ་དང་ཐོས་པ་ལའང་འབྱུག)། །འཁོས་ཀ(ཁ་ཐབས་རྒྱུད་པ་དང་ཤེས་རྒྱུད་ངམ་  
རང་དོན་རྒྱུད་པ་ཉམ་རྒྱུད་པ་ལའང་)རྒྱུད་དང་བྱ་བའི་འཁོབས(ཚྭ་གས་གཅིག་དང་བདེ་ལ། ལྷག་ཆེ་རྒྱུད་། །  
མཐའ་འཁོབ(ངན་པའི་དོན)ཀས་འཁོགས་རུས་མིང་འཁོན་དང་འཁོད(ཚྭ་གས་གཅིག་དང་བདེ་ལ)། །ཞེ་  
འཁོན(ཞེ་མི་བདེ་བ་སྟེ་འགྲས་པས་མི་དགའ་བ)མེས་འཁོལ་ལས་འཁོམས་སེམས་འཁོལ་བ(སེམས་དང་སྟོ་  
གཡུང་བ་དང་བརྟན་པ་ལས་སུ་བཀོལ་བ)། །འཁོར་བ(སྤྲིད་པའི་གནས)མགོ་འཁོར(བ)འཁོར་གཡོག་འཁོར་  
མོ་འདྲ། །གང་འབྲུགས་གཞན་ཏུ་འཁྱར་དང་ཡུལ་གཞན་འབྲུམས(སྤྲུང་འབྲུམས)། །ངག་འབྲུལ་  
(འབྲེལ་མེད་ཏུ་སྤྲུང་བ)བཅིངས་པའི་འབྲིག(ད་ལྟ་བུ)དང་ཉི་མའི་འབྲིམས(འོད་ཚོ་བ)། །གདུགས་འབྲིར་  
འབྲིད་གང་རྒྱུ་འབྲིལ(འོད་ཏུ་གཡས་འབྲིལ། །འབྲོག་པ(ཞ་བོ)འབྲོར་བ(ལག་པའི་འབྲོམས་པ་ཡོ་  
བ་དང་མགོ་མཐུག་འབྲོམས་པར་གྱིས)མ་འབྲོལ(མ་ཕྱིན་པའམ་མ་སྐྱབས་པ)འབྲོལ(འགྲོ་རྒྱུ་གཡོ་བ)། །མགུལ་  
ནས་འབྲུད་དང་སྟོག་འབྲུག(ས་ཡོད་འདས)བསྐྱར་བས་འབྲུར། །བློས་པའི་འབྲུས་དང་(འབྲུ་སར་  
དམག་སོགས་བློས་པ)འབྲུས་ཞུགས(མང་བོའི་དཀྱིལ་ལྟ་བུ)གནས་སུ་འབྲེར(བྱ་བྱེད་གཉིས)། །བསྐྱད་པའི་  
འབྲུད(གནས་ནས)དང་འབྲ་སར་འབྲས་པ(བརྟེན་པའམ་བསྐྱད་པའི་བད་དང་། །བློ་འབྲབ་ནད་ཏུ་  
འབྲན་དང་སོ་མོ་འབྲིག(ཆགས་པ་སྟོད་པ)། །སྟོན་འབྲིགས་ཞེན་པའི་འབྲི(ཆགས་པ་དང་སྟུག་མའང་)



དང་ཁལ་སྐོས་འཁྲིད། གནས་སྤྱི་འཁྲིད་དང་བེད་ནས་འཁྲིམས་པ་(འཚོགས་ཏེ་འཁྲུམས་ནས་འདུག་  
པའི་མིང་)དང་། སྒྱུར་བའི་འཁྲིལ་(འཁྲུང་ཅིང་)དང་འཁྲིས་ནས་(དབྱི་མོང་རྩ་བུ་སྒྲིམ་པ་)དང་། འཁྲི་  
ཤིང་(ཚྭ་བོ་)འཁྲིས་(ཟིན་པ་)ལུས་ལ་འཁྲི་བ་དང་། བཟུམས་པའི་འཁྲུངས་དང་འཐབ་(ཚྭ་)འཁྲུག་  
(བྱ་བྱེད་དེ་དམག་འཁྲུག་ལུས་འཁྲུག་འདུ་བ་དང་སེམས་སྐོས་འཁྲུགས་འདས་)སྒྱུང་བའི་འཁྲུ(བྱ་བྱེད་དེ་བཤལ་  
བ། ཁྲི་མ་འཁྲུང་དང་རྟོར་འཁྲུལ་འགལ་བའི་འཁྲུལ། ཡིད་ཀྱི་འཁྲུལ་བ་(དན་པའི་མིང་)འཁྲུན་  
རིང་(དཔྱུས་རིང་ངམ་མཚུ་རིང་)འཁྲུན་ཐག་(དཔྱུས་ཐག)དང་། སྤྲིད་པའི་འཁྲུན་པ་(འཕང་ཡང་སྟེ་འཁོར་  
བའི་གཞུང་རྩ་བུ་སེམས་འཁྲེང་(རྩེ་སྤྱི་ཆགས་ཤིང་གཏུངས་པའི་སེམས་ཤོར་བ་)བྱིམ་ལ་འཁྲེན་(ཞེན་པ་)དང་  
ཆགས་པ་ཆེ་བ། རྩོལ་མོ་འཁྲེལ་(བཅིངས་མཐུད་སྐོས་ཀྱང་)དང་སྒྲོས་འཁྲོགས་འཁྲོས་ཚུལ་སྐོས་གས། །  
ཁ་ཡིག་རྒྱང་འདྲོགས་འ་ཡིས་འཕུལ་བ་ཅན། །

མི་མཐུན་འགལ་དང་སྒྲིམ་འགག་འཕྲོ་འགགས་པ། འགའ་ཞིག་འགན་སྒྲངས་འགང་  
གཙང་(མཐའ་གཙང་བ།)ཁ་འགས་པ་(ཤིང་སྐོས་)། འགའ་རང་(རྟམ་པའམ་བྲེགས་ཅན་ཏེ་མི་འགར་བོའང་)  
འགངས་ཆེན་སྒྲོ་འགབ་འགབ་(འོས་པའི་དོན་དང་གཤམ་ལའང་)དང་འགམས་(བྱེ་སྐོས་)། འགའ་རྩང་  
ཡུལ་དང་གོ་བ་འགང་(ཐག་ཚད་པ་)མཚུན་པ། ཁལ་འགེལ་ལག་(དང་གོས་སྐོས་)འགེབས་བཀག་  
འགེགས་(ལམ་ནས་དང་དོན་ལ་)སྒྲོད་སྐོས་འགེངས་(བཀངས་)། ལྷན་པ་འགེམས་(འཛོམས་)དང་གཡོ་  
འགལ་ཁ་འགལ་(ཆང་སྐོས་)འགལ་(འཆི་བའི་)། ཐོག་མའི་འགོ་(གལ་)དང་འགོག་བདེན་འགོག་པ་  
པོ་(སྒྲོན་སྐོས་)། འུས་སྐབས་འགོལ་(བདེ་བ་)དང་གནས་འགོལ་(དབེན་པ་)འགྱངས་པའི་འགོར། །  
འགོམ་ཡུག་འགོམ་པ་བྱུར་འགོང་(རྒྱུག་བཟུལ་སྒྲོང་རྒྱུ་སེམས་མི་འགོང་(མི་ཁུམ་པའི་བདེ་)། བདེ་ལ་  
འགོད་དང་འགོ་བའི་རྩ་(ལྗ)སྐོས་དང་། འགོ་(ཐོག་མ་)མནན་འགོ་(བྱུག་ཚུན་སྐོས་ཀྱང་)ནད་  
སྐོས་འགོས་(ཟིན་དུས་ལུན་རིང་)འགྱངས་པ། ཡིད་ཀྱི་འགྱུ་བ་(དན་པ་འཕྲོ་བ་)མི་བརྟན་འགྱུར་བ་  
ཅན། འགྱུར་བྱེད་(མདོ་མེད་དང་བྲ་ཆལ་ལའང་)འགྱུས་པ་(རྒྱང་བ་འདམ་ལ་འཁྲུས་པ་རྩ་བུ་འགྱུར་མེད་ཁ་  
འགྱུས་པ་(སོ་སོར་)། འོད་འགྱེ(བྱེ་བའི་སྒྲ་སྟེ་བདེ་སྒྲིང་)རྟོར་འགྱེད་(གཏོང་བ་)འགྱེར་བ་(སྒྲོང་བ་)འགྱེལ་  
བ་(ས་ལ་)དང་། ཁལའ་འགྱིང་(འགྱིང་)རྟུབས་(འགྱིང་འགོས་)དང་རྩལ་གྱིས་འགྱིང་བ་(འདི་བཞི་ལ་འགྱང་  
བྱ་བྱེད་པའང་རྩང་)དང་། རྒྱོ་སེམས་འགྱོད་(ལྟར་བྱས་ཀྱི་ལས་ལ་)དང་ཁོག་འགྱོངས་(གང་བ་)ཡར་  
འགྱོགས་པ། འགྱན་དོས་(ཕན་ཚུན་འགྱན་ཞུ་འགྱན་བཙལ་སྐོས་)འགྱན་དང་སྟོ་འགྱངས་མི་མཐུན་

འགས། རྟིག་པའི་འགམ་(མགོ་ཡི)དང་མུར་འགམ་འགམས་ཚད་(མ་འགམ)ནད། རྒྱར་བའི་འགིག་  
(གལ་འགིག་སྟབས་འགིགས་པ)དང་འཕེལ་འགིབ་ཐུར་དུ་འགིལ་(ཉིལ་པོར་འགིལ་འདྲིལ་ཀྱང་འཐད)། འགིམ་  
འགུལ་(ཕན་ཚུན་འགོ་བའི་དོན)དོན་འགུབ་(ལས་བསམ་སོགས)བརྩོན་འགུས་འགུས་ཀྱི་ཐིག(དཀྱིལ་འཁོར་  
ཀྱི)། རིགས་འགེ(འདྲ་བའི་འགེ་རྒྱུད་)འགེད་སྟེ(ལངས་པའི་མིང་སྟེ་མི་དང་ཡི་གེ་སོགས་ལ་འགེད་བྱ་ཞེས་  
རྒྱབས་ཀྱིས་དབྱེ)འདུག་དང་རྒྱུད་འགེད་(ས་ལ་འདྲེད་པའང་འཐད)། རྒྱ་སོགས་འགེམས་(ཐིག་ལེ་འདྲེན་  
འགེམས་བཀྲམ་པའི་དོན)དང་འགེ་བ(གཡོ་བ)འགེལ་བ(གཞུང་དོན་འགོལ་བའང་)དང་། འགེས་(ཚོས་  
ལ)ཤོར་བཤོས་འགེམས་འགོལ་བྱེད་(བཤོལ་བྱེད)འགོང་བ(མའི་སྒྲི)དང་། ཤོགས་དང་འགོགས་(མཉམ་  
པོར་ནས་ལམ་དུ་འགོ་བ་དང་། རྟེ་ཡི་འགོས་དང་ཤིང་རྟེ་འགོས་སོགས་དང་། འགོན་པོ་འགོན་  
གཉེར་འགོང་གིས་འགོང་ལ་སྦྱོར་(ལོ་མཚན་གྱིས་ལོ་མཚན་ལ་སྦྱོར་བ)། འཆེ་བའི་འགོངས་དང་མདུན་  
སོགས་འགོལ་བ་རྣམས། རྒྱུད་འདོགས་ལྡན་པའི་ག་ཡིག་འས་འཕུལ་ལོ། །

འབས་ཀྱིས་འཆག(བཅགས་པའི་དོན)དང་འཆག་ས(འམས་གསེང་བའི་གནས)ལག་དུ་འཆང་། །  
བོན་འཆད་གནས་འཆའ(ཟས་དང་ཁྲིམས)ཉེས་པ་སྟེད་པའི་འཆབ། རྟིན་འཆབ་ཁ་འཆམས་(མཐུན་  
པ)གར་འཆམ་གཏད་མེད་འཆལ(འབྱམས)། འགས་འཆག(བཅག་པའི་དོན)འགོ་འཆག(འགོ་འདུག)  
སྟོབ་པ་འཆགས་པ(བཤགས་པའི་དོན)དང་། ཉི་མ་འཆར(འཆར་སྟོ་དང་འཆར་གཡེང་ཆགས་པའི་ཀུན་སྟོང་  
གི་ཆེད་མའི་མིང་)དང་སྟོག་སོགས་འཆད(འཐེན་ནས་ཆད་སང་བ)ནས་འཆེ། འཆིང་བྱེད་འཆིག་  
(འཇིགས་པའི)དང་སྟོབས་ཀྱིས་འཆུན་(ཐུབ་པ་དང་)མི་འཆུན་(མི་ཐུབ་པའི་སྟེ། མིད་པ་འཆུས་དང་  
འཆུ་བ(གལ་གྱིས་ཉི་དུས་ཀྱིས་འཆུ་ནི་དབང་གིས་འཆུ་ཞེས་སོ)དོན་འཆུག(ལས་བཅོལ་བ་དང་བྱ་བ་སོགས་དོན་  
ལ་མི་གནས་པའི་བད)འཆུགས་(ཟིན)། མི་འཆུམ(དཔུང་འདུས་པ་དང་། ཁ་མཆུ་བསྐྱམ་པ)ཆུ་འཆུ་བ་དང་  
ཤིག་ཤིག་འཆུལ། གནས་སུ་འཆུར(འདུག་ཏུ་བཅུག་པའི་བད)དང་འདོད་ལ་ཞེན་པའི་འཆུམས་(ཆགས་  
པས)། ཤོ་བས་འཆུས་(ཟས་སོགས་ལུས་པ)དང་ཡི་ག་འཆུས་པ(སྒྱུག་བློ་བ)དང་། རྒྱ་སོགས་འཆར་(ཕྱི་  
ལ་ཤོར་བའི་དོན)དང་ལས་འཆོལ(བཅོལ་བ)གྲོས་འཆོམས་(གྲོས་བསྐྱར་བའི་དོན་དང་ཞལ་འཆོམས་པའང་)པ། །  
ཚུལ་འཆོས་འཆོབས་ཤིག(གསོངས་ཤིག)ཞགས་འཆོལ་སྟེ་ཕྱི་འཆོལ(དུས་འཛུལ)། འཆོལ་བྱ(ནོར་འཁུལ)  
བརྟན་འཆོས་(བཅོས)འཆོར་བ(བཟུང་བའི་དོན)འཆོས་པ(ཐོས་པ)དང་། བརྟེན་པར་འཆེལ་བ(ཞེན་  
པའམ་འཆད་པ་དང་འབྱམ་པའང་ཟེར)ཁས་འཆེ(ཞེན)འཆེས་ཟིན་པ། འཆེག་པ(འཇིག་པ)ལ་སོགས་

འས་འཕུལ་ཆ་ཡིག་གོ།

རྩ་འཇག་ཁྲིས་(བུ་ལོན་གྱི་ཚང་)འཇགས་སྒྱུར་འཇགས་(རྟེན་འཇོག་པ)འཇབ་བྱ་(རྟེན་མའི་མིང་)དང་། །འཇབ་དང་(མ་ཚར་བར་)རེག་བྱ་འཇམ་པ་འཇམ་འབྲས་སྒྲན། །མཁའ་ཡི་འཇའ་ཚོན་སྒོ་ཡིས་འཇལ་བ་དང་། །འཇལ་བྱེད་བྲེ་སྒང་(ཚད་འཇལ་ཁྱུ་འདྲམ་སྐོགས་)ཁྲལ་འཇལ་བུ་ལོན་འཇལ། །འཇང་ཡུལ་འཇའ་མོ་(བྱད་མེད་སྒྲེན་པ)འཇའ་བརྟེག་(ཁང་པ་སྐོགས་འཇོག་པའི་འདེགས་)མས་སུ་འཇག། །འཇའ་ས་(བཀའ་ཤོག་དང་ཞེན་ཆགས་དང་རྒྱུ་ལག་འཐེང་བོ་ལའང་)རྩ་འཇང་བ་དང་འཇའ་མོ་རྒྱལ་(རྒྱུ་འགྲོས་དང་ལག་འདྲན་གྱི་དབྱ་ཁྲལ)། །འཇིག་རྟེན་འཇིག་(ཞིག་པ)དང་བྲེད་པའི་འཇིགས་པ་དང་། །མཚུ་ཡིས་འཇིགས་དང་འཇིག་རྩེ་ཡི་སྒྲན། །འདམ་གྱི་འཇི་བ་འཇིམ་པ་(འདི་གཉིས་དོན་གཅིག)འཇིལ་ནི་ཞི་(བར་གྱུར་བའི་བདེ།) །མཚོ་འཇིང་(དཀྱིལ་ལམ་དབྱས་ཏེ་ས་མཐའ་བྱས་པའང་སྒྲང་)རྩ་འཇིང་(དཀྱིལ་)སྒྲོད་འཇིང་(གྲང་)ཤ་འཇུམས་པ་(ཁྱུ་བ་སྟེ་ཉམས་པ་ལ)། །སྒྲེ་སྐོགས་འཇུ(ལག་པས་དང་མར་རྩོ་སྐོགས་ཁྱུ་བའང་)དང་འཇུ་ཐག་ཁྱུང་དུ་འཇུག། །འཇུག་ཚུལ་འཇུག་སྒོ་(རྩིས་སུ་དང་ལས་ལ)སེར་སྒྲའི་འཇུངས་པ་(ཞེན་ཆགས་ཆེ་བས་གཏང་མི་ཤོད་པ)དང་། །སྒྲོད་འཚོང་འཇུད་མཐུན་(ལུས་སེམས་གྱི་འཇུག་པ་མཐུན་པའི་བདེ)འཇུད་པ་(འཇུག་པ)ལག་པས་འཇུས། །སྒྲོད་བྱའི་འཇུར་བ་(མི་འཇམ་པ་འཇུར་བྱག་ཀྱང་)འཇུར་མིག་གནས་སུ་འཇུར་(གཞུར)། །འཇུན་(གཞུན)དང་སྒྲན་འཇིགས་(ཡིད་ལ་བབས་པའི་ཚོག་དང་གྲོགས་པོ་དང་འགྲོགས་པའང་ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་ལེགས་པ་ལ་སྟེ་མི་འཇིགས་ཞེས་པ་རྩལ་བ་དང་མི་སྒྲན་པ)འཇིན་པ་(ཡིད་དང་ན་བར་འཐད་པ་དང་ལེན་པ་དང་བརྟེགས་པ་ལ)འཇིམ་པ་(གཉེན་དང་མཁས་པ་དང་མཛེས་པ་ལ)དང་། །འདྲོད་འཇོ(བ་མའི)འོ་མ་འཇོ་དང་གནས་སུ་འཇོག་(སྒྱུ་རྒྱལ་འཇོག་པོའང་)། །རྒྱེ་བྲོད་འཇོར་དང་དབྱིབས་འཇོང་འཇོམས་པར་བྲོད། །འཇོན་(རིན་ཆེན་ཟངས་དམར)དང་འཇོ་སྒྲིག་(འདྲོད་དང་ཅེད་མོ་ལ་སྟོ་ཉམས་བྱི་བར་བ་དང་སྒྲིག་ཉམས་གྱིས་འཇོགས་(གཞིག)ལུས་(གོས་དང་)འཇོལ་འཇོལ། །བྱིའུ་འཇོལ་མོ་(དང་འཇོལ་བ)ལ་སྐོགས་འས་འཕུལ་རེ། །

འོས་པའི་འཐད་(ཡིད་ལའང་)དང་ཐགས་(སྒྲམ་རས་སྐོགས་)འཐག་ཞིབ་མོར་འཐག། །འཐུག་པའི་འཐབ་(འཐབ་བཀྲོལ་ཏེ་ཚོད་པའམ་གཞོད་པ)དང་འཐན་པ་(ནན་ཏན་གྱི་མིང་སྟེ་མི་འཐན་པོ་ལྟ་ནན་ཏན་ཅན་དང་མ་འཐན་ཞེས་མི་ཁྱུ་པ)ཐུགས་འཐར་བ། །འཐས་པ་(སྤ་བ)ཨ་འཐས་(ཤིན་ཏུ་སྤ་ཞིང་)མཁྲིགས་པ་གཞན་ལ་འཐབས་(གྲོགས་ལ་དང་བྱམས་པ་དང་ཁ་དན་བྱས་ཏེ་དོན་མི་འགྱུར་བའི་དོན་ལའང་)། །

མུན་པ་འཐེབས་དང་འཐེབས་སྒྲིལ་པའི་ཚེ། །ཆད་པ་འཐུང་དང་ཐུབ་འཐུག་སྐྱོམ་སྐྱོམ་  
འཐུང་། །དབུགས་འཐུམས་འཐེབས་(གོས་སྐྱོམ་གྱི་ཐུ་འཐུམ་)ཀྱི་འཐུར་འཐུམ་འཐུར་བ་དང་། །སྒྲོ་  
འཐུམ་(བུན་པ་མི་གསལ་བ)དུད་པ་འཐུལ་དང་ཟས་ལ་འཐུས་(ཟས་སྒྲིང་དུ་འཚོགས་པ་དང་འཐུ་བྱ་བུམས་  
ཟེན་པ་སྒྲེ་འཐུལ་ཀྱང་ཡོད)། །ཀྱང་བ་འཐེབ་དང་ཐག་པ་འཐེན་པ་(ལས་སྐྱོམ་བྱེད་པ་ལའང་)དང་། །  
གོས་འཐེབ་(ལྷག་པ)ཡོད་དང་ནན་ཆགས་འཐེམས་པ་(ནན་ཏན་བྱས་པའི་མིང་)དང་། །བྲེད་འཐོམས་  
མགོ་འཐོམས་ཀྱི་འཐོར་(མཁར་གཏོར་ཟེན་པ)འཐོར་བྱེད་ཆུང་། །མཆུས་(བྱས་ཤ་དང་སྤྱ་སྐྱོམས)འཐོག་  
འཐོན་ཁར་(གྲུབ་ཁར)འཐོན་(ནང་ནས)དང་གཞན་ཡང་ནི། །འཐུན་པ་(མཐུན་པ)དུམ་བུར་འཐུབ་  
(གཏུབ་པ)དང་ཉེས་པ་འཐོལ་(མཐོལ)། །ལ་སྐྱོམས་སྒྲོན་གྱི་བརྒྱུད་དག་ཏུ་བཞེད། །དེ་ནམས་ཐ་  
ཀྱང་འས་འཐུལ་སྒྲེ་ཆན་ནོ། །

ཆུ་དབུས་འདམ་(རོ་ལྷག་འདམ་རྩ་ལྷ་བྱ)དང་འདམ་བུ་(རྩ་སྒྲེ་འདམ་བུ་ཀ་རའང་)འགྲུལ་བའི་  
འདར། །འདར་བ་(བཅད་པའི་གཞོག་པ་དང་འདར་ལོ་རྩ་བུའི་མིང་ལ)འདབ་ཆགས་འདན་ཤིང་(སྒྲིལ་  
འཕྲེད་གཏད)འདག་གྲུ་འདག་(འདི་གཉིས་སྒྲིལ་མཁའ་བྱག་པ)། །ལོ་འདབ་(དང་བུའི་འདབ་གཤོག་སྐྱོམས)ནགས་  
འདབས་(གོས་ཀྱི་འདབས་སྐྱོམས)འདག་ཆལ་(དག་བྱེད་ཀྱི་རྩ་སྒྲིལ་)དྲི་མ་འདག །ཆུ་འདལ་(དལ་པོར་  
འདལ་པའི་ཆུ)འདལ་བ་(ཡི་གེ)ནམ་འདལ་(ནམ་འདུད)ཉེ་འདབས་(བྱ་འདབས)སྐྱོམས། །སྒྲིལ་མ་འདལ་  
(གཡོས་པའི)དང་འདས་པ་དུས་ཀྱི་མིང་། །ལྷ་དན་འདའ་བ་(འོག་མེན་འདའ་བ་མེད་པ་སྐྱོམས)མི་  
འདའ་(མི་འཇུར་བའི་བརྒྱུས་པ་དང་། །བསམ་པའི་འདའ་(ཟས་སྐྱོམས་ཀྱིས)དང་འདག་ཞལ་  
(འདག་འཐུར)འདམ་ཀ་བྱས། །འདི་ཀོ་འདི་ནི་(བརྒྱུས་རྒྱུ་རྒྱུ་ལེས་བཟུང་)གཏན་འདིང་འདལ་པའི་  
གནས་(འདལ་ནི་ཡོད་པ་ལའང་)། །འདུ་འཕྲོད་(ཚོགས་པའམ་འདུས་པ)འདུད་(གུས་པས)དང་དགེ་འདུན་  
སྒྲོ་འདུན་པ་(མོས་པའི་དོན་དང་བྱ་བའི་འདུན་པའང་)། །འདུ་ཤེས་འདུ་བྱེད་འདུ་འཛི་འདུ་སྒྲོངས་(ལྷག་  
བཟུལ)དང་། །འདུ་བ་འདུས་བྱས་གོ་འདུན་(ཚོགས་པའམ་འདུས་པ་དང་སྤྱ་ཚོགས་སམ་གང་འོས་ནམས་  
ལ)བར་འདུམ་འདུམས་(ཟེན)། །འདུར་(སྒྲིལ་སྐྱོམས)འདུར་འདུར་(བང་གི་མདུར་རྒྱག་བརྒྱུད་)དང་  
གཤེད་འདུར་(འདུར་ཞེས་པ་གི་ཤིར་སོང་བའི་སྐྱོག་གཙང་གི་གཤེད་མ་དང་དབུལ་ནས་གཤེན་པོ་བདེ་གནས་སུ་  
བྱངས་པའི་དོན་ཏེ། །ཉི་ཟེར་ཞགས་པ་འདུར་གྱི་འཕྲོད་ཞེས་དེ་ལ་ནང་གསེས་ཀྱི་དབྱེ་བ་མང་ངོ་། །སྒྲིག་པ་བའི་  
མཆན་འདུལ་སྒྲོར་བྱེད་(གསེར་དབུལ་སྐྱོམས་དང་བསྐྱབ་པའང་)། །བྱེན་དུ་འདེགས་དང་རྩིས་འདེད་

(ཐུན་གསོལ་བ་འདེབས་སོན་སོགས་ཀྱང་། །སྒྲིམ་མེད་འདྲེ་གྱུ་སྒྲིམ་འདྲེ་(ཡང་ཡང་རྒྱལ་ཕྱིར་འདྲེ་  
འདྲེས་སོང་ཟེན། །གཞན་དུ་འདྲོང་(འགྲོ་བའི་མིང་)དང་ཡིད་ལ་འདྲོད་པ་དང་། །ལག་ནས་  
འདྲོན་(ཡི་གེ་དང་ལན་འདེབས་པའང་)དང་ཕྱོགས་གཅིག་འཛོམ་པའི་འདྲོམས་(ཉིས་འདྲོམ་སྐྱུ་འདྲོམ་རྩ་  
བུ་དང་བོན་སོགས། །མིང་འདྲོགས་(ཐག་པས་)འདྲོ་བྱངས་(མདྲ་མེད་དམ་དོན་མེད་)འདྲོད་འགྲོ་སྒྲིང་ཚོང་  
འདྲོ་བ་རྟ། །འདྲོལ་འདྲོམ་(འཇམ་པའམ་གདམས་པ་དང་གནས་དབེན་པ་དང་ཡུན་འགོལ་བ་ལའང་)ནང་  
འདྲོམས་(ནང་འབྱུག་གམ་བཀྲའས་པ)བཟང་འདྲོགས་ཁ་བ་འདྲོམ་(བསྐྱལ་ཚིག་དང་ཚད་ཀྱང་ཡིན། །གསང་  
གནས་འདྲོམས་དང་བོར་བའི་འདྲོར་བ་(སྒྲིག་)དང་། །མཚུངས་པའི་འབྲ་དང་བཅས་པའི་བྲིམས་  
སོགས་འབྲལ་(བཀའ་འབྲལ་བ། དམ་འབྲལ་བ། །བྲིས་པོ་འབྲག་དང་འབྲག་མཐེལ་(ལག་མཐེལ)ཁས་  
འབྲད་པ། །གཏམ་འབྲི་གོམས་པའི་འབྲིས་(མཐུན་པའང་)དང་བསྐྱུ་བའི་འབྲིད། །ཁྲིལ་གྱིས་འབྲིལ་  
དང་ལྷགས་འབྲིལ་ནབ་འབྲིལ་བ། །རུལ་འབྲུལ་ཚེས་འབྲུབ་(རྩ་བུ་བ་པ་རྩུ)ཤིང་འབྲུད་ཁུང་བུ་  
འབྲུ། །རྒྱང་འབྲེད་འབྲེག་(སྒྲི)དང་འབྲེག་མཐན་(གཙོད་པ་པོ་)རྩ་འབྲེད་དང་། །གནས་ནས་འབྲེན་  
དང་འབྲེས་མ་(རྩ་ཚགས་འབྲེས་པའི་ཁ་བོ་)ཕྱོགས་གཅིག་འབྲེས་(ཕན་རྒྱུན། །སྒྲི་རྟ་(སོགས་འདྲོགས་ཟེན་པ)  
འདྲོག་སོགས་ད་ཡིག་འས་འཕུལ་ཅན། །

འཛོམ་བྱའི་གོ་འཕང་ཁྲི་འཕང་དབུ་འཕང་མཐོ། །དབངས་ཀྱི་འཕང་དང་རྒྱང་དུ་(མདའ་  
འཕངས་པ་དང་། །ཁྱད་པར་འཕགས་(འཕགས་པ་ནི་འཇུག་པའང་)དང་འཕགས་པ་འཕག་སྟེ་ལངས། །  
འཕལ་ཀའི་མོ་སོགས་འགྲིག་པ)སྒྲོ་འཕམ་(ཕམ)འཕན་པ་(ཆག་པའམ་སྒྲོན་ཁྱུགས་པ་དང་ཉམས་པ་སྟེ་འཕན་ཟེལ་  
རིན་ཆེན་ལ་རྩ་ཡི། །མགལ་དུམ་ལ་ནི་སྤྱི་ཞིག་དཔྱད། །ཅེས་པ་རྩ་བུ་སྒྲོ་འཕར་(སྒྲོ་སྟེགས་)དང་། །འཕར་མ་  
(པོ་ཉ་དང་ལབ་སོགས་)འཕར་མ་(སྒྲིན་ཤིང་སྟེ་འཕར་སྒྲི་དང་འཕར་ནག་རིགས་གཉིས་)འཕར་ལོ་འཕར་མདུང་  
(ཆེ་རྒྱ་བ་མདུང་སོ་འབྲ་བ་ཡུ་བ་མ་བྱའི་སྒྲོ་པོད་ཅན་མཚོན། །སྒྲིག་ཆགས་འཕར་བ་(ཡར་བྱ)འཕར་(ལག་པས་)  
འཕར་ལ་ཁད། །དར་གྱི་འཕར་མ་འཕར་སྟེ་བྱེ་མ་འཕུལ། །སྒྲོ་འཕེལ་(འཕེལ་ཁ་དང་རྒྱས་འཕེལ་  
མདའ་འཕེན་འཕེལ་(གསོལ་བ)འཕེན་པ་(བསམ་པའམ་ལེགས་པའི་དོན་ལའང་)དང་། །འཕེན་གཏུགས་  
འཕེན་ཡུལ་(འོལ་སྒྲིང་ཡུལ་གྱི་བྱེ་བྲག)འཕེན་དར་རྒྱང་འཕེན་པ། །ལུས་ཀྱི་འཕོངས་(མདའ་དང་འགབ་  
ལའང་)དང་འཕོང་སྒྲིན་(འཕོང་གི་དཔྱད་དང་འཕོང་གི་རྩལ་ཞེས་པ་རྩ་བུ)འཕོ་འགྱུར་དང་། །ཚོ་འཕོས་(གནས་  
འཕོ་བ་འདེབས་དང་འབྱུགས་མས་འབྱུག །སྒྲོད་པའི་འབྲུ(འབྲུས་ཟེན)དང་འབྲུམ་ལྗིང་(བར་རྩལ་དུ་

མཛད་པ་དང་འབྲམས་པ་ལམ་གསལ་བ་དང་ཕྱག་མཚན་ཞིག་གི་མིང་ལའང་)ཐུར་དུ་འབྱུང་། །དར་འཕྱར་  
འབྲམས་ཅོ་ཡུང་དོང་གི་རྣམ་པ་ཅན་ཞེས་ཀྱང་སྒྲ་གམ་གྱི་བྱེ་བྲག་རང་འཐད་དེ་ཕྱམ་ཅོང་)དར་གྱི་འབྱུང་)འབྲམས་  
ཡན་པའི་འབྲམས་(འབྲམས་པ་དང་འོག་རྒྱུང་)། །འབྱུང་མོ་ཉུག་(ཐེ་ཚོམ་སྒྲིམ་པ)དང་འཕྱར་ཀ་གཏོང་བ་  
(གཞན་ལ་ཁས་བརྒྱབ་པ)དང་། །འཕྱར་གཡེང་(རྣམ་གཡེང་)སྟོག་ཆགས་འབྱི་བ་དུས་འབྱིས་པ(འབྱང་  
བའི་མིང་)། །ཁྲ་འབྱི་རྩལ་འབྱིད་(བྱིད་པ)འབྱིང་བ(ལིངས་པ)སྒྲ་སྟགས་འབྱིངས་(འདས།) །འོ་མ་འབྱར་  
དར་དུ་བ་གྱེན་དུ་འབྱར། །དུང་འབྱར་གྲངས་དང་ལམ་དང་དོན་འབྱུག་འབྱུགས་(ཟིན་པ་སྟེ་ནོར་  
པའི་དོན།) །སྟོ་འབྱེ་(པོ་བས་འབྱོ་བ་སྟེ་ས་བདག)ཀྱང་མེད་འབྱེ་བོ་(པོ་བས་འབྱོ་བ)འབྱེ་སྟེ་འགྲོ། །རང་  
དགར་འབྱོ་དང་(འབྱོ་བ་དང་གཡོ་བ་མཛད་པ་ལའང་)འབྱོན་མ(སྒྲུང་འཛོང་མ)འབྱོ་བ་བཅའ་གྱི་ཕྱེ་རིས། །  
འབྱོང་(ཐ་དང་དགུ་སྟགས)དང་སྟོང་འབྱོང་སྟོང་ན་བ)བ་དང་འཕྲས་རྒྱག་པ(རྟ་ཡི་འཕྲ་ཀ་ཉ་ལུ།) །ལམ་  
འཕྲང་(དབལ་བའི་འཕྲལ་དང་འཆི་འཕྲས་(ཤི་བ)པན་ཚུན་འཕྲད། །འཕྲལ་དོན་སྤྲོངས་པའི་འཕྲིན་  
(ཡིག)དང་ཡིད་འཕྲིང་བ(ཆེས་སྒྲ་བསམ་པ)། །བར་དུ་འཕྲིན་དང་འཕྲིན་ལས་རྣམས་འཕྲལ་(སྒྲལ་པ)  
དང་། །སྒྲུ་འཕྲལ་རྩ་འཕྲལ་(དོན་གཅིག་གོ)འཕྲལ་འཁོར་(རང་འབྱར་གྱི་ཁྲི་ཞེས་པ་ཅ་ཏ་རའམ་རྒྱུ་གསུམ་  
གྱི་མིང་)འཕྲུ་སྟོག་པ(ཁིང་མོ་བ་དང་གཡུལ་འབྲུག་དུམ་པ་བྱིར་སྟག་པ་ཉ་ལུ།) །བསྟོང་བྱེད་འཕྲེང་བ་སེར་  
འཕྲེང་སེམས་འཕྲེང་བ(འཕྲང་འདོད་ཡིད་ལ་བརྟག་པ)། །འོད་འཕྲོ་འཕྲོས་དོན་(ཟིན་དང་དོན་གྱི་གཏམ་  
འཕྲོག་(ཡིད་སྟགས)བཅའ་ལག་དུ་འཕྲོད། །ཁམས་ལ་འཕྲོད་སྟགས་པ་ཡིག་འས་འཕྲལ་ཅན། །

འབངས་ཀྱིས་འབད་དང་རྒྱུ་ནད་འབམ་(ཐོ་སྒྲུན་འབམ་བོའང་)སྟགས་དང་། །སྒྲུ་འབག་སྒྲུ་  
མཛད་སོ་དང་ཞེས་འཛིན་གྱང་ཡིན་ཆར་བ་འབབ་དང་མེ་འབར་བ། །དབལ་དང་གཟི་འོད་འབར་དང་  
འབའ་ཡི་གེ་(དོན་གྱི་གཏམ་ཡིག)། །ཕྱེ་འབབ་(སྟོག་འབྲུག་པ་དང་ཡ་ཁ་སྟགས་ལ་སྐབས་ཀྱིས་འབྲུག་ཡིད་ལ་  
འབབ་དང་དཀོར་ལ་འབག །འབག་སྟོ་(ཡོང་སྟོ)འབག་ཆ(འབྲི་མར་སྟགས་མ་དང་མར་རྟིང་)འབལ་བ་  
(སྒྲུ་སྟགས)འབར་ཤ(འཁང་བ་དང་བཀྱོན་པ)དང་། །འབའ་ཆ(ཡུངས་དཀར་ནག་དང་ཉིལ་སྟགས་མར་ཁུ་  
བཏོན་ཆེས་གྱི་སྟགས་མ)འབའ་ཞིག་(ཐམས་ཅད)འབག་བཅོག་(འབགས་ཤེས་ཉམས་པའི་དོན་ལའང་)འབར་  
འབྱར་དབྱིབས། །མིང་འབོད་འབོངས་པ(ཐུབ་པ་དང་རུས་པ)འབོལ་སྟན་བདེ་འབོལ་ལེ། །སྟོ་འབོག་  
སྟན་འབོགས་བརྒྱལ་འབོགས་(བརྒྱལ་བའི་འབོགས་པ་དང་སྟོན་པ་སྟགས)དུང་འབྱུང་བ། །མཚད་འབྲལ་  
འབྲུ་བདོ་(ནན་ཏན)འབྲུངས་པ(འབད་པའི་དོན)འབྲུ་སྒྲ་ཏང་(སྟན།) །ཁྲིན་འབྲུ་བཅའ་འབྲུ་གྱར་



འདྲི་བྱེད་པ་སྟེ་ཐོ་མཚམས་འཐད། ཁྲིལ་མར་འཛིར་(བཙུང་)དང་མེ་ཡིས་འཛིག་པ་དང་། ཁྲུ་འཕྱུགས་  
མིག་འཕྱུག་(བཙུམ་)རྒྱུ་འཕྱུགས་འཕྱུགས་ཆ་ཆེ། རྒྱལ་བའི་འཛིངས་(དགའ་བ་དང་ནོར་ལའང་)དང་  
འོད་འཛིར་(དཀར་ལ་འཛིར་བ་ལྟ་བུ་གཞིན་པའི་འཛོམས། གོས་འཛིངས་(རྩལ་)འཛིངས་(ཟད་)དང་ཟོང་འཛིངས་  
(ནད་དུ་འཛིངས་པ)མི་འཛིར་(མི་འཛིགས་)བ། སེམས་འཛིར་(བག་འཕྱུགས་པ)ཟས་འཛིངས་འཛོམས་བྱེད་(སྒྲན་པ)  
སྟོག་འཛོམས་སྒྲན། བཅེག་འཛོམས་(བཙོག་ཀྱང་)དུད་འགྲོ་འཛོམས་དང་འཛོམས་གཞིས་(བདེ་ཞིང་བཞུགས་པ)  
དང་། རྩལ་འཛོམས་(ཁམས་)བདེ་དང་སྟེགས་སྤྲུང་ལ་འཛོམས་བ(གསོ་བ)། ཡོ་བྱད་འཛོགས་(འཛོགས་ཆས་  
ཤེས་མཁོ་བའི་ཡོ་བྱད་)དང་ཕྱོགས་གཅིག་འཛོགས་པ་དང་། རྩེད་འཛོམས་དང་(བཙུང་)ནོར་སྟོགས་  
འཛོམས་བ་དང་། རྟོག་སྟོགས་ཆ་ཡིག་འས་འཕུལ་ཅན་དུ་བཞེད། །

འཛམ་བྱ་དྲིམ་ཤིང་(དཔག་བསམ་ཤིང་གི་མིང་གི་བྱེ་བྲག་སྟེ་གྲིམ་ཡང་)དང་འཛམ་སྤྱིང་ཡུལ། །  
འཛམ་བྱའི་ཆུ་གསེར་ཆུ་འཛིག་ཟད་པའི་འཛིངས། བཟུང་བའི་འཛིངས་དང་འཕྱང་བའི་འཛིར་  
བ(བཟུང་བཟུང་ལའང་)དང་། འཛིངས་དཀར་འཛིངས་པ(འདི་གཉིས་དོ་དཀར་ནག)ནོར་འཛིངས་(ཟད་པ)  
འཛིངས་ཤིང་(ཐུང་)གོས། འཛིག་འཛིག་(དངོས་ཆས་དང་ཉ་ཅང་འཕྱུག་པའང་)ཆུད་འཛིངས་(ཁྲོག་བཟུང་)  
འཛིན་དཀར་འཛིན་དཀར་འཛིན་པ་བྱུང་མེད། འཛམ་བྱ་ཉི་བ(ཟས་ཞེས་པ)འཛིར་ལང་  
(ཤིང་འཛིར་ལང་བ་དང་འཕྱུག་པ་ལའང་)དོའི་འཛིངས་(དོ་བཟུང་པའི་སྟེ་ཁ)དང་། འདུ་འཛིངས་(ལེ་ལོ་ལན་  
ཆུན་འཛིངས་(འཁོན་འཛིངས་)དང་ནགས་སྟོགས་འཛིངས་(སྤྲ་དང་རྩ་དང་སྤྲ་པ་སྟོགས་དབྱེ་དཀར་བ)། །  
འཛིན་པ(སྒྲན་)འཛིན་(རིག་པ་དང་ལག་པས་)དང་ཟགས་པའི་འཛིར་བ་དང་། སྟོལ་སྟོགས་འཕྱུགས་  
(བཟུང་པ)དང་སྟོད་དང་ནད་དུ་འཕྱུད། འཛིན་བྱེད་བྱེད་པ་སྟོགས་འཕྱུགས་(བཙུག་པ)དང་བཞིན་འཕྱུགས་  
(མཐུམ་ཡང་འཐད)བཟུང་བའི་འཕྱུད། འོག་དུ་འཕྱུགས་(ཁུང་ནད་)དང་གྲུན་འཛིག་དོ་ཡི་འཛིངས་(མང་  
པའི)། སྟོད་འཛིངས་(བཟུང་)འཛིར་ཉི་མེད་འཛིར་(སྤྲ)དང་སྟོགས་ལ་འཛིངས་(རྩ་ཆ་སྟོགས་)། སྤྲ་འཛིར་  
(འགག་པ)འོགས་སྟོགས་འཛིར་བ་ཤིང་གི་འཛིངས། སྤྲ་འཛིངས་འཛོམས་(ནོར་བའི་སྟོགས་རྩ་ཡིག་འས་  
འཕུལ་ལོ། །

ཞེས་གངས་ཅན་བོད་ཀྱི་བཅད་ཡང་དག་པར་སྦྱར་བའི་མིང་གི་བཟུང་བཙུང་སྟོགས་ལ་འཕྱུག་དོགས་རིན་པོ་  
ཆའི་གཏེར་བྱིན་ཞེས་བྱ་བ་ལས་འ་ཡིག་འཕྱུག་ཆུལ་གྱི་བཅད་བྱེ་བྲག་ཏུ་བྱེས་པའི་སྐབས་ཉེ་བདུན་པའོ། །





ཀྱི་ཤུག་དམར། །ཀྱི་གམ(དེབས)ཀྱི་བོ(མི་དང་ཁྱི)འཛང་ཀྱི་མ་འོངས་པ)ཀྱི་ལ་མེད(གཏན་ནས)། །ཀྱི་  
ཅང་(སྐ་རག)ཀྱི་ཐེའུ་(ཐེའུ་རྟགས)ཀྱི་སེ(མཛད་ཁང་)ཀྱི་ཁྱབ་ཀྱི་རྩ། །ཀྱི་ལ་མཛན་ཀྱི་ལ(མི་པམ་དང་  
སངས་ཀྱིས)དང་ཀྱི་ལ་སྐས་ཀྱི་ན(ཤོ་ཤོ་ཀྱི་ག(མདའ་སྟགས)། །ཀྱི་སྒྲིམ(ཡི་གེའི་ཕྱི་ཐུམ་ཉ་ལ)དམ་ཚོག་ཀྱི་  
དང་ཀྱི་དཀར་ནག །ཀྱི་ལག་ཕྱད(འགྲོ་དོན་རྟག་ཏུ་ལུས་པའི་བད)དང་ཀྱི་ཆད(ཕྱོགས་སྐ་ལྷད་བ)ཀྱི་མ་  
ཆད(ཕྱོགས་རིས་མེད་པ)། །ཀྱི་ར(སྒོ་ར་དང་ཀྱི་སྒོ་ལའང་)ཕྱག་ཀྱིས་ཀྱིས་བཏབས་ཀྱི་ལ་བའི་སྐྱུན་(མེ་དོག་  
ལྷག་མིག)། །ད་ཀྱི་ཀྱི་གས(དེགས་པ)དང་ཟས་ཀྱིས་ཀྱི་གས(ཤ་ཀྱི་གས)པ་དང་། །ཀྱི་པའི་ནོར་སྟགས་  
ཀྱིས་དང་ལུས་ཀྱི་ཀྱི་བ། །ཀྱི་ད(གཞུགས)རིང་ཀྱི་ད་འཕེན(མུ་སྟགས་སྐབ་མཐའི་བྱེ་བྱག)གད་ཀྱི་དས(སྐལ་  
བའི་སྐ)ལོ་འདབ་ཀྱིས། །ཀྱི་ཚ་ཀྱིས་ཚ་ཀྱི་ཅི(སྐྱན)ཀྱི་མན(ཀྱི་མེ་དོག)ཀྱི་ན(མཛས་བྱེད)། །སྒྱིད་བྱེད་ཀྱི་  
དང་མི་ཀྱི་ད(ཤེས་ཀྱི་ད་སྟགས)རང་ཀྱི་ད་པ(ཐ་མལ་པ)། །ལུས་ཀྱི་ཀྱིས་པ་ཀྱི་དས་པ(སྟག་ཅ)ཀྱི་མ་དང་། །  
ཟས་ཀྱི་ཀྱི་ག(ར་ཀྱི་ག་ཉ་ལ)དང་ཅོམ་ཀྱི་ག(ཅིས་ལེན་པ་སྟེ་འདི་གཉིས་ས་མཐའ་བཞེད་པའང་ཡོད)བྱིས་པའི་  
ཀྱི་ག(ཚོང་སྟགས)། །ལུ་གུ་ཀྱི་ད(སྐལ་མ)དང་ལོ་ཀྱིས་ཀྱི་ད་པར་ཀྱིས་ཀྱིས་ཡོད་མེད་ཀྱི་དང་། །ཀྱི་སྐར་སྟག་  
ཀྱི་དབྱུགས(འགྲོ་བའི་བད)ཀྱི་ཀྱི་ཁ་ཅན་ཡང་སྟེ་གཅེར་བུའམ་ཟངས་དམར་ལའང་འཇུག་ཀྱི་གུ་ཅན། །ཀྱི་ན་  
ལྷགས་ཀྱི་འབྲུལ(འདི་གཉིས་བད་གསར་རྒྱིང་འགྲོ་བའི་མིང་སྟེ་ཀྱི་ན་ལྷགས་ནི་ཀྱི་འབྲུལ་ཟེར་བའང་སྤང་)ཀྱི་ན་  
ཆགས(སོ་མ་རང་ལྷགས་སྐ་གནས་པ)ཀྱི་ན་བུ(ཐག་པ)དང་། །གཏམ་ཀྱི་ད་འཕེད་ཀྱི་ད་ཀྱི་མངས(རོ་  
མའི་བྱེ་བྱག)ཀྱི་བའི་ཀྱི་ན(ཆད་མེད་ཀྱི་དོན)། །ཆད་མེད་ཀྱི་དང་ཀྱི་མཛན(རྟགས་སམ་གཏན་ཚོགས)པར་  
ཀྱི་ར་ཀྱི་ག(ར་སྟགས)། །(གུ་སྟགས)ཀྱི་ད་ཤིང་ཀྱི་དས་དང་(བསྐལ་ཚོག)(བདེག་པའི་ཀྱི་བ་དང་ཀྱི་(འཁྲིག་  
པ)ལ་སྟགས། །ག་ཡིག་ར་མགོ་ལུན་པའི་སྟེ་ཚན་ནོ། །

དུད་འགྲོའི་ར་མ་ར་ཡལ་སྒྲིང་བདུང་བའི་ར་དུལ་ཉི། །དཔའ་རམས་གཏམ་རམ(ཆམས་རམ་  
དང་རམ་འཛིགས་སྟགས་དྲག་པའི་རང་ཀྱི་ལ)རམ་གསས་རམ་བཞིད་ཆེ། །སྐ་རན་བྱིན་དང་བཀེས་རྒྱང་  
ནད་དམ་སྟགས་པ་དང་ཟས་ཀྱི་རམ(སྟགས་རམ་ཡང་)ཏམས་པའི་རམས། །ར་བན(བ་ལང་སྟགས)རམ་མོ་  
(དམོད་མོ)རམ་ཅན(བརྟན་ཐབས)རམ་ཚན(རན་བགད་བ)རམས(འཐུག་པོ)། །རོ་མོ་རེའུ་རྒྱང་(སྐ་སྟན་  
རྒྱང་བའམ་ཐོད་རམ་དང་)རེ་སྐེ(ཐུར་པ)རེ་མོང་རེའུ། །རུ་ལ་གཟན(ནང་གས་ཏེ་ཤ་འབྱར)རུ་བྱེད་རུ(འཛིབ་  
ཅ་ཉ་ལ)དང་དབྱུགས་རུ(རུ་ཅེས་དང་འབྲས་པའམ་འཇུག་པ་ལའང་)པ། །སྐྱག་བརལ་དང་ནི་ནད་ཀྱི་  
ཟུག་རུས་གཏུངས། །ལུས་རུ(རྒྱ)དེའུ་རྟོག(ལུ་ཅོ་དང་བྲག་མཚོ་ལ)རུ་མ(ལུ་སྐད་མིག་སྐྱག་ཅེས་མིག་

རྟེན་པ་(མོ་རྒྱལ་)འཆོལ་དང་མོ་རྟེན་བོ་པ་རྟེན། །སྟེལ་ཐོན་གྱི་མོ་རྟེན་རྟེན་(གས་  
 སྟགས་)བའི་རིགས། །ཕྱང་(མ་སྟགས་རྟེན་བོ་ལ)རྟེལ་རྟེས་པ་རྟེན་བ་རྟེན་བ་(མོ་གྱི་ཨི་རྟེལ་(རི་ཆེན་)། །  
 གས་རྟེན་སྐམ་རྟེན་འཛིན་བྱེད་རྟེན་རྟེན་(གལ། །རྟེན་(ལག་པ་སྟགས་པར་རྟེན་)མགལ་རྟེན་  
 (བྱག་པ་དང་ཞལ་བ)རྟེན་མ་བྱིས་རྟེན་བ)ཡན་ལག་རྟེན་བྱེད་པ)རྟེན་བས་(ཟིན་དང་བསྐྱལ། །རྟེན་མའི་  
 རྟེན་སྟགས་ཉ་ཡིག་ར་མགོ་ཅན། །

- 179 -

[illegible]

ནམ་དག་ནངས་སྒྱུ་སྒྱུར་(མནངས་སྒྱུ་སྒྱུར་བའམ་འཕྱོགས་ཏེ་སྒྱུར་པའི་བད་དང་ཁིང་གི་ནངས་མའང་)དང་  
ཅུལ་བའི་ནག ། རྒྱ་གཤོག་ན་འདབ་ནམ་ཐར་(ཚར་བས་)ལམ་ན་བ(རྒྱས་ཡོད་པ)། ། རྒྱ་སྒྱུར་(མདེའུ་ཉེ་  
རྒྱ་སྒྱུར་ཟེར་བའང་ཡོད)ན་རྩ་(ཐུན་སྒྱུར་དང་ན་རོ་དང་འཕྱིག་པ་ལ)ནམ་ཕྱིངས་(ཆབ་ཁུང་དང་ཕྱི་སའམ་ཁང་པ)  
ནམ་འདལ་(ནམ་འདུད་དང་། ། ལྷག་ན་(ན་བུན་དང་ན་ལྷག་ཀྱང་ཟེར)བེ་ནབ་(བད་ཀན་)ནིལ་ནད་(སོ་རྩིལ་  
གྱི་ནད)ནོལ་ཞི(ལོག་གམ་གོ་རིམ་འཆོལ་བར་གྲགས)དང་། ། ཐེན་པའི་རྩར་དང་ནོག་ཟན་འཁྱར་བའི་  
མིང་། ། རྩེ་ནོ་ནོན་མཆོན་ལ་སོགས་རར་བཏགས་ནའོ། །

བབ་སྒྱུལ་བྱད་མའི་བོད་གཏོང་(ངན་མཐུ)བྱི་བད་པ(བསྐྱལ་བའམ་མངག་པ་ཉེ་རི་དུགས་རྩོན་ལ་བྱི་  
བད་པ་ཉ་བ)། ། སྒྱུ་བབ་(བད་ཀན་ནམ་རྒྱུན་གྱིས་ལུས་ཆུ་མེར་གྱིས་སྒྱུར་བ)ལ་བད་(ལ་སྒྱུ་བས་ཆེ་བ)བད་མགོ་སྒྱུ་  
དབྱི་བ)བད་(ཐག་ཆོད་བད་གཞན་ལ)། ། བད་ལམ་(བ་བོ)བ་སྒྱུ་བས་བྱད་དེག་(མ་རྒྱག་དང་)བོད་མ་སྒྱུལ་  
(སྒྱིག་ཁྲིམས་མ་ཁུར་བ་མ་བྱེད་ཅེས་པ་ཉ་བ)། ། སྒྱུ་སྒྱུར་བད་བྱད་པ་ཡིག་ར་མགོ་ལུན། །

ལུལ་ས་མ་རྒྱལ་མ་རིགས་(མ་བྱ)ལུས་གྱི་མ། ། མང་བ(རྒྱང་བ)མང་པོ(བྱ་མེད་པ)མང་ལམ་(མི་ལམ)  
བྱ་མང་(ལ་གཡལ་བ་དང་ལྷན་དུ་སྒྱལ་བྱེད་པ)མས་(བད་རྩིང་ལ་བྲི་ཆོག་སྒྱུ་བ་ལའང་)། ། རུས་མ་(མ་ཉ་ཤོད་ཐོག་  
པ། མ་སྒྱོན་ཤར་སང་ཉ་བ)མངས་ཆོར་(སྒྱ་ཡི་སྒྱུ་འཕྱོག་སྒྱུད་དེ་སྒྱུད་ཀྱང་ཟེར)མ་མེད་(སྒྱོན་མེད་དམ་གཙང་མའི་  
དོན)མ་ག་ཆད་(ཡང་དག་དང་སྒྱུན་གྱི་གོང་རྒྱན་དང་ཕལ་ཆེར་ལའང་)། ། རྩོ་མཆར་མད་དང་མད་བྱད་  
(འདི་གཉིས་དོན་གཅིག་ཉེ་མཆོག་ཏུ་ཡུར་པའི་དོན)མད་གོས་དང་། ། མད་འོག་(གཟུན)མད་ཤམ་(འདི་རྣམས་  
འདུལ་བའི་གོས་གྱི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས)མས་པ(ཉམས་པ)མེད་གཞི(འགམ་གྱི)དང་། ། ཁྲིས་པའི་མེད་དང་  
(ཕྱོགས་བརྒྱ་ཀུན་ཏུ་མེད་བཏང་བ་ཞེས་པ་ཉ་བྱ་བྱད་དང་གསོལ་བའང་)སྒྱའི་མེད་མེག་མེད་(མིང་མེད་པའམ་གཏན་  
ནས་མེད་པ)བཅོམ། ། སེར་མེ(སེར་སྒྱུ)མེན་བྱ(ཤ་ཡི)མེ་ངན་(ལྷས་ངན་ཏེ་མེན་ཀྱང་)མེ་བ(ཤ་མཆོན་དང་རྒྱན་  
འབྱེད་པའང་)དང་། ། མེག་བཏབ་(བཟག་པ)མེབ་སྒྱུ(མེབ་བྱེད་གྱི་དབང་གིས་སྒྱུ་བ)བསེས་ནས་མེ་བ(ཕྱིར་  
བསེང་བ་དང་སྒྱུ་བ་ལའང་)དང་། ། བལ་སོགས་མེལ་(ནི་འཁལ་བ་དང་བརྟོད་པ་དང་གསེད་པ་ལའང་)དང་  
མེའུ་ཆང་རུས་གྱི་མིང་། ། མི་ལམ་མི་དང་དུད་འགྲོའི་མིག་པ(རྟ་མིག་ནོར་མིག་ཅེས་དང་སྒྲན་ཞིག་ཀྱང་)  
དང་། ། སྒོག་ཆགས་མིག་བྱ་སྒྱུགས་པ་བྱིང་སྒྱུག་དང་། ། སེམས་སྒྱུགས་པ(འཐེབ་པའི་དོན)དང་བྱིས་  
སྒྱར་སྒྱན་པ(སྒྲན་པ)སྒྱུས་(སྒྱན་ནས་ཡི་ཆད་པ)། ། གཞོད་བྱིན་སྒྱུགས་འཛིན་(ནེའུ་ལེ་འཛིན་པ་ཞེས་རྩི་  
མིང་)དབུ་ཚོག་(དབུ་འཕང་)གོ་ཆའི་ཚོག་(ལྷགས་ལུ)། ། ཚོན་པས་(ཁིང་སོགས་ཚོ་མཁན་དང་སྒྱུར་བ)ཚོ་བྱ་

བའམ་མ་འོངས་པ)མྱོད་(བྱེད་པ་སྟེ་ད་ལྟ་བ་དང་ཚོས་ཞེས་འདས་བསྐུལ)མྱོན་དྲོར་(སྒྲུང་གི་སོགས)གཉེན་མོ་མོ་  
(ཨ་ནེ་དང་ཆུན་མོ་ལའང་ཟེར།) | མྱོངས་དུ(རིགས་སྒྲུན་བ་དང་སྐབས་ཐོབ་ཚོག་ལའང་)སྟོ་མྱོངས་པ་དང་  
མྱོངས་སྤུ(བུས་མིང་དང་དུད་འགྲོའི་རྩིང་ཁའི་སྤུའང་)དང་། | ཁམས་སྤྱ(བཀྲག་མདངས་ཉམས་བ་དང་དན་  
བའམ་གཉིད་འདོད་པ)ལ་སོགས་མ་ཡིག་ར་མགོ་ཅན། |

རྩ་བ་(སྤྱང་བོ་སོགས་ཀྱི)རྩམ་པ་རྩ་ལག(གཉེན་སྟོ་ཡི་སྤྱ། ཁ་རྩང་(ཁར་སང་)རྩང་ནན(བརྟུང་བ)  
རྩ་འཛིང་(ཉེ་དུའམ་གྲོགས་སེར་རྩའི་གོས་(དབག་བསམ་གྱི་གོས་ཤེས་སེར་མོ།) | ཆོར་རྩང་རྩངས་པ་(ནི)  
རྩངས་པག་རྩག(ཆོག་སྒྱུར་བ་དང་རྩ་རྩང་དུ་ལ་རྩ་ཆོད་བྱེད་པ)དང་ནི། | རྩ(ལུས་ཀྱི)དང་རྩ་མཁྱིམ་(སྒྲུན་སྟོ་བས་  
རྩལ་རྩད་ནས་གཅོད་(གང་ཡོད་སོགས་དང་རྩད་བ་དང་རྩོད་པ་ཞེས་སྒྲུན་མིང་ཡང་)། | རྩབ་མོ(འབྲས་སོགས་  
བཙོས་པའི་ཁུ་བ་སྟེ་རབ་བྱུང་བའི་བརྟུང་བ་སྒྲ་མོ་དང་རྩམ་སྟོང་རྩ་བ་དང་ཟན་ཆང་དང་ཐང་བ་དང་དར་བ་དང་  
ཤིང་རྟོག་གི་ཁུ་བ་ལའང་ཟེར་བ་སྤང་)རྩབས་(བུ་མ)དང་རྩབས་སྤུལ་(བརྟུང་བ་མི་ཞེས་མ་པ་གྲོད་མའི་འོ་ཆང་ལྟ་  
བུའི་མིང་དང་ཆགས་པས་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་པའི་ཅ་ཅའི་མིང་ལའང་)རྩེ་མར་(ཆོར་མའི་མིང་ལའང་ཟེར་)དང་། |  
རྩེ་ཤིང་(རྩ་ཐོན་སྤྱ)རྩེ་བཅུད་རྩེ་རྟོག་ཆོན་གྱི་རྩེ་སྒྲ་རྩེ་ཐང་རྩེ་སོགས། | ཞིབ་རྩིང་བུས་པའི་རྩབ་མ་  
རྩིང་པ་སྤྱ། | འབྱུང་རྩག་རྩག་གྱ(ནི)རྩག་པ་རྩག་མཁན་གྱིས། | འཁོར་ལོའི་རྩབས་དང་རྩས་མཁན་  
རྩས་བྱེད་པ། | རྩབ་ཆོག་རིག་བྱ་རྩབ་དང་གཏུག་རྩབ་ཅན། | རྩབ་འགྱུར་ཆལ་དང་མདུང་རྩེ་རྩིང་  
མོ(རྩེ་དགའི་རྩེ་ད་ལྟ།) | རྩས་(བསྐུལ་འདས་)དང་རྩན་པ་(རོལ་བའི་བདེའམ་རྩེ་བ)ལྲས་རྩན་(མི་ལ་སྟེ་གཞོན་  
ན་ཆ་འཆི་བ་དང་ལྲ་ལ་རོལ་བ)སྤུམ་རྩན་(རྩ་གསུམ་ལྟ་གནས་ཀྱི་མིང་སྟེ་ལྟ་སྟེ་གནས་གསུམ་ལ་རོལ་བ་དང་། ཡང་  
ལྲས་རྩན་གཞོད་སྤྱན་རིགས་དང་། ལྟ་རྩན་མཐོ་རིས་སྤུའང་བཤད་གནས། | རྩས་དབྱིས་རྩར་བྱིབ་རྩར་  
ཆིབས་རྩར་སོན་རྟོ(འདི་ནམས་དོན་གང་ཞིག་གཏིང་ལོན་བའམ་མཐར་བྱིན་པ)། | རྩེ་གྲོད་(ལྟ་འབངས་སམ་  
གཡོག་འབངས་)རྩགས་ལོག(ལྟན་ཆགས་སམ་ལྟེད་ཞེན་ཆེ་བ)ཁང་རྩགས་(ཟིན་རྩག་པར་བྱ། | སྟོག་རྩོལ་(རྩང་  
སྟེ་རྩོགས་རིམ་པའི་ལམ་གྱི་སྟོག་རྩོལ་བ)རྩོལ་བ་(བྱ་བའི་ལས་དང་འབད་པ)རྩོམ་(བྱེད་པ)དང་རྩོམས་ཤིག(བསྐུལ་  
ཆོག་)རྩོགས་(སོགས་ཉེ་སྟོགས་ཀྱང་ཡོད།) | འཐབ་རྩོད་རྩོད་ལྟན་ལ་སོགས་རར་བཏགས་ཅོའོ། |

སྟོད་ཀྱི་རྩ་མ་རྩ་རི(རྩ་དག་ཆེ)འདམ་རྩབ་དང་། | རྩོངས་རྩས་རྩབ་མ(བོད་ཡིག)རྩིག་བྱེད  
(རྩོལ་ཆེ་བ)རྩི་མེད་པ་(ངོ་ཆ་མེད་པ་དང་སྤྲས་མི་ཆོར་བ་ལའང་)། | རྩི་ལུ་རྩ་རྩང་རྩི་རྩང་རྩིའི་དང་(རི་དྲགས་  
ཀྱིས་ཆོར་བྱ་དང་རྩི་རྩང་དང་ལྟན་དང་། | རྩུགས་རྩི་མིག་གི་རྩི་མ་གཡེན་སྟེའི་རྩི་(ཟེར་ལོ་)རྩི་གསུམ་ལྟ་བུ། |

ཅུ་ཡི་རྒྱུ་བུ་ནད་ཀྱི་དུ་རྒྱུ་དང་། །མ་ངེས་སྤྱུ་ལ་པའི་རྒྱ་འབྲུལ་ཐོག་པོའི་རྒྱ་གཡོ་སྤྱུ་ཅན་གྱི་  
བད། །རྒྱ་བུ་ཡིད་དུ་མི་འོང་བའི་རྒྱ་རྒྱུ་ཀྱང་། །རྒྱ་བས་པ་(འདི་ཙམ་ལས་མི་ཤེས་པའི་དོན་རྒྱ་བ་དན་པ་  
བཟང་པོར་སོགས་སུ་རྒྱ་བག(ཐོལ་)ཅན། །མི་བདེན་རྒྱ་དང་རྒྱ་སྤྱིས་བག་གི་རྒྱུ་(བཅན་པའི་རྒྱུ་  
དང་རྒྱུ་དཔོན་སོགས། །ཞོན་མ་རྒྱུ་དང་རྒྱུ་རྒྱུ་(མང་པོའི་རྒྱུ་སོགས་རྒྱུ་ས། །འབྲུལ་བའི་རྒྱུ་  
པ་ཀྱན་རྒྱུ་(མཚན་མའི་དོན་རྒྱུ་ས་སངས་རྒྱུ་། །ཡོངས་རྒྱུ་ས་བེན་པའི་རྒྱུ་ས་སོགས་རར་  
བཏགས་པོ། །

### ༼ལ་མགོ་ཅན༽

དེ་ལྟར་མགོ་ཅན་གསུམ་ལས་དང་པོ་སྟེ། །ར་མགོ་ཅན་གྱི་རྣམ་གྲངས་བཞུན་བེན་ནས། །  
ད་ནི་ལ་མགོ་ལྡན་པ་རྣམ་བུ་ནི། །ཀ་ག་ང་དང་ཅ་ཇ་ཏ་ད་དང་། །པ་བ་ཏ་སྟེ་དཔེར་བརྗོད་  
རིམ་བཞིན་སྟོན། །མ་མཐོང་སྟོག(དོན་དམ་སྟོག་ན་མོར་གནས་ལུས་ཀྱན་བསྐྱེད་ཏ་བུ་དང་ལུས་ཀྱི་སྟོག་མ་  
(ཞོག་མ)དང་། །དུད་འགྲོའི་སྟོག་ཤལ་(ཞོག་པགས་འབྱང་བ་སྟེ་གོང་ཆོག་ཞོག་ཞལ་བེར)དག་སྟོ་སྟོགས་པ་  
སོགས། །ཀ་ཡིག་ལ་མགོ་ལྡན་པའི་སྟེ་ཚན་ནོ། །

ལུས་ཀྱི་སྒྲིང་པ་སྤྲན་སྒྲིང་(སྒྲིང་འཐད)སྒྲིང་བུ་(སྤྲན་མའི)དང་། །སྒྲིང་ག་ཤག་དང་ནི་སྤྲན་མ་  
སྤྲན་རི་ཤངས། །ཏི་བ་སྤྲན་སོགས་(སྤྲན་རྒྱས་ལ་རུ་བཏགས་ག་འོ། །བྲངས་ཀྱི་སྤྲན་ཏིང་ད་ཡིག་ལ་མགོ་  
ཅན། །སྤྲན་(སྤྲན་སྤྲན་)རིན་ཆེན་སྤྲན་དང་སྤྲན་མ་ཤིང་(ནི་ཅུ་ལ)། །སྤྲན་ལོ་(རལ་པ)སྤྲན་ཤོག་(མ་  
ཏོག་སེར་པོ་སྟེ་སྤྲན་ཀྱང་)སྤྲན་དུ་ལ་(མིང་སྤྲིང་གཉིས་ཀྱི་མིང་)སྤྲན་མོ་(ཡུམ་ལའང་)དང་། །སྤྲན་ཀྱུ་སྤྲན་  
ཀྱོ་(ཞེས་སྤྲན་ཞེས་ལའང་འབྲུག་སྟེ་འདི་གཉིས་དོན་གཅིག་སྤྲན་སྤྲན་(ལས་ལ་བཞོལ་བ་དང་དན་གསོ)སྤྲན་པ་སྤྲན་  
(སྤྲན་བུ)། །སྤྲན་པོད་[བོད་སྤྲན་རགས་ཀྱི་རྒྱན་སྤྲན་བུ་རེ་སྤྲན་པ། །ཏ་སྤྲན་(ཏ་སྤྲན་མཚན་མ་སྤྲན་  
(མ་ཐེགས་པའམ་མ་ཆད་པ)སྤྲན་རྟེན་(སྤྲན་འདོགས་པ་དང་སྤྲན་ཐབས་ཀྱིས་བརྒྱས་)འབྲུ་སྤྲན་(ཆོག་འབྲུའི་ཡི་གེ་སྤྲན་  
པ་དང་ཆོག་འབྲུ་སྤྲན་ཤེས་དོན་གྱི་འབྲུ་མོན་བེད་པ)སྤྲན་(བསྐྱལ་ཅེས་པའི་དོན)། །ཆ་སྤྲན་(ལག་པ་སོགས་  
དང་སྤྲན་སྤྲན་མིག་པགས་དང་མིག་ཕྱིས་)སྤྲན་ཕུར་(སྤྲིང་ཡག་ཤིང་ཏ་བུ་སྤྲན་བཞོན་གྱི་སྤྲན་ཡང་(རིག་བུ་སོགས། །  
ཤིང་སོགས་སྤྲན་མ་(ཡལ་ག་སྤྲན་མའི་མིང་)མཉེན་སྤྲན་གྱི་ཡི་སྤྲན་(སོ་དང་བུ་རམ་སྤྲན་ཀྱང་)། །སྤྲན་  
ཀ(བུ་སྤྲན་ཕུན་ཤིང་ཕུན་གསར་སྤྲན་)སྤྲན་གྱུ་སྤྲན་ཕ་མོ་སྤྲན་རྩ་དང་། །སྤྲན་འབབ་(གནམ་སྤྲན་གྱི་སྤྲན་

ཉེན་ལ་མཆུ་དང་བཟོད་པ་འཕུ་སྟེད་འདྲགས་པ་འདྲ་སྟེ་རོ་འཛིན་དང་སྟེ་ཐུང་ཚྭ་ཤིང་དང་ལན་ཚྭ་གཉིས་ཡོད། །  
མེ་སྟེ་དར་སྟེ་དར་གྱི་འཕུར་མའི་སྟེ་ཞལ་སྟེ་རྒྱལ་པོའི་ཁྲིམས་ཀྱི་ཤགས་འབྲེད་པ་པོ་འཛི་ཕྱིར་སྟེ་བ། །སྟོག་སྟོགས་  
རིའི་དང་སྟོང་མོ་(ཆུ་གནས་)མེ་རྟོག་མགོ་སྟོག་(ཚ་མོ་དང་ལུ་མ་བུ་སོགས་ཀྱི་ལོ་འབྲས་དང་མེ་རྟོག་བཞད་པའི་  
བུམ་ཉེ་ཚོག་ཀྱང་འཐད་ཟེམ། །མི་སྟོགས་(མེ་པོད་)ཅི་སྟོགས་(ཅི་པོད་)སྟོགས་སྟོག་(བཤོས་བུ)དམའ་བའི་  
སྟོང་(དམའ་ཤོས)། །སྟོ་སྟོགས་(ལུས་པའི་དོན་)ལུས་ཀྱི་སྟོགས་སོགས་ལ་བཏགས་ཅའོ། །

ལ་དྲོག་ལྡང་དང་ལོ་རྟོག་ལྡང་བུ་དང་། །ཞལ་གྱི་སྟོགས་དང་སྟོན་གྱི་ཞིང་ལམས་སྟོངས་ལུ་  
གྱི་སྟོངས། །སྟོན་ཤིང་རིན་ཆེན་སྟོན་དང་གོས་ལ་སོགས། །སྟོབ་སྟོབ་(སྟོབ་སྟོབ་)ལྷར་གྱིས་བུད་གཅེར་  
བུར་བུད་པ་ལྷ་བུ་དང་སྟོད་པོ་ལྷར། །སྟོན་སྟོན་(མི་གཙང་བའི་)ལ་སོགས་ཇ་ཡིག་ལ་མགོ་ཅན། །

གྲུབ་མཐའ་ལྷ་བ་ལྷ་སྟངས་མིག་གིས་ལྷ་བྱེད་པ། །ལྷ་ཅི་ལྷ་སྟོས་(འདི་གཉིས་དོན་གཅིག་)ཇི་ལྷ་  
དེ་ལྷ་བ། །དེ་ལྷ་རྟེན་མོ་ལྷ་དང་ལྷག་པ་(སྟག་པ་)ལྷག་གཉའ་བའི། །ལྷག་འོག་བཟེས་(སྟེ་བྱི་དང་གོང་  
འོག་)དང་ལྷག་སྟེ་(ལྷག་ཐེར་)ལྷག་ཤ་(རམ་དགའི་)ལྷང་(ལེགས་ཉེས་ལྷང་འཛིན་ཞེས་པ་)ལྷ་བུ་དང་། །ལྷ་མ་དག་  
ལ་བཅི་ལྷ་བུ་སོགས། །གོས་སོགས་ལྷ་བ་དང་མཚན་ལྷ་བ་བཟང་དན་དང་(རྟེ་ལྷ་ཅེས་པ་)ལོ་བ་དང་  
ལྷ་བའི་དོན། །ལྷ་རྟེན་(འདྲ་བ་སྟངས་)ལྷ་ཞོག་(ཕར་ཞོག་ཅེས་པའི་དོན་ཉེ་གཞན་སྟོབ་ལྷ་ཞོག་རང་མགོ་  
ཡང་ཞེས་པ་)ལྷ་བུ་ལྷག་ཚོད་(ཡོན་ཏན་ཅན་གྱི་གོང་ན་སྟོད་པའམ་ལུན་འབྲེན་ལྷ་རྟེན་ལྷ་མར་སོགས་ལྷ་  
(བུར)། །མངལ་གནས་ལྷ་རྟེན་ལྷ་རྟེན་ལྷ་མངལ་དུ་ཆགས་པའི་སྐབས་སུ་མེར་མེར་པོ་དང་ལྷ་རྟེན་པོ་བདུན་  
ཕག་རེ་གནས་པར་བཤད་པོ་དང་ལུས་ཀྱི་སྟེ་(དང་དབུས་ཀྱང་)། །སྟེང་ཀ་(ཆུ་མིག་གམ་ནེའུ་གསེང་)སྟེང་རྒྱས་  
(གནས་བཟན་ཉེ་སྟོན་པའི་འཁོར་གྱི་བྱེ་བྲག་)སྟེ་རྒྱང་(མས་གུས་ལ་ཐང་སྟོད་ཤོར་བ)སྟེ་མེར་བཀའ་། །ཚ་  
སྟོང་(ཉེས་པ)སྟོང་བ་སྟོང་རུས་(སྟོང་འབྲས)དཔལ་བར་(དམའ་སར)སྟོང་། །པོ་བའི་སྟོ་བ་སྟོགས་(སྟོགས་  
འགོང་ནི་མི་སྟོགས་སྟོ་བའི་མིང་)ནས་སྟོ་བ། །སྟོ་འབྲེ་སྟོ་འགོ་(འདི་གཉིས་དོན་གཅིག་)རེ་སྟོས་བྱེད་པ་དང་  
མིག་གིས་བསྐྱལ་ཆོག་སྟོས་འཆའ་བ་(སྟོ་གཏད་འཆའ་བ)། །མདའ་སྟོང་སྟོངས་ཡངས་(སྟོང་)སྟོབས་(བསྐྱལ་  
ཆོག་)སོགས་ལར་བཏགས་ཏའོ། །

ཉལ་ལས་ལྡང་དང་ལྡང་(ཉིང་འཛིན་ལས་དང་དང་ལྡང་སོགས་)འབྲུག་(པ)ལྡང་སྟོ་སྟོ་(མེད་གེ་རྟེན་  
བ་བརྒྱད་པའི་མིང་)། །འཁོབ་པའི་ལྡངས་(འཁུམ་པ)དང་རུས་ལྡང་(ལྡང་མ་སྟན་གྲུབ་ལྷ་བུ་ཡོད་པའི་ལྡན། །  
ལྡག་གུ་(ལྡན་མ)སོས་ལྡད་(ཟ་བ)ལྡང་ཚད་(བཟན་བཅས་ཀྱི་ལེའུ་ཚད)བསྐྱར་ལྡབ་ལྡས་(སྟག་མ་ལུས་པ)། །ནེའུ་



ཕྱང་(ན་སོ་མཉམ་པ)ཕྱམ་པོ་(རྒྱན་མཉེ)ཕྱིང་ཁང་ཡངས་པ(གཞལ་སྒྱུ་སོགས་མཁའ་ལ་ཕྱིང་པ)དང་། །མཚོད་  
 རྩམ་ཕྱི་ཕྱི་(ནོར་བུའི་ཕྱི་ཕྱི་དང་དར་སོགས་ཀྱི་སྒྲེ་ཟ་ར་ཚག་གི་མིང་)སྐད་ཀྱི་ཕྱབ་ཕྱིབ་སྒྱུ་(ཕྱི་མི་བདེ་བ་ཉི་ལུ། །  
 མཁའ་ཕྱིང་འབྲུག་ཕྱིར་སྒྲོ་ཕྱིར་(བུམ་པ་ཉི་ལུ)ཕྱུམ་ར་དང་། །ཕྱམ་ཕྱུམ་(བྱ་སྐོམ་ཕྱུད་ལྷུང་ཕྱུར་ཕྱུར་སྒྱུ་  
 མ་ཕྱར་ཕྱུར་ཀྱང་)ཕྱུགས་པ(སྒྲོད་དུ་སྒྱུགས་)དང་། །ཕྱི་མིག་(འབྱེད་བྱེད་)མིང་གི་ཕྱི་ཕྱི་འོད་པོ་དང་ཁྱི་སྒྲོང་  
 ཕྱི་བཙན་སོགས་)དང་མེ་སོགས་ཕྱི་(བསྐྱོ་བའི་དོན་ཏེ་འདེས་ཞེས་པ་འཐད། རེ་ཕྱི་ནི་ཆེད་པའི་རེ་བ། །འོགས་  
 ཀྱི་ཕྱིབས་(ཕྱིབས་རིས་ཀྱང་རིས་)དང་ཤོག་ཕྱིབ་སེང་ཕྱིང་ཤིང་། །ཕྱིག་པ(འགྲུལ་བ་ཕྱིག་བྱེད་ཀྱང་)ཕྱམ་  
 ཕྱིམ་(དང་མིན་)འཁྱུག་པའི་ཕྱིམ་(སྒྱུ་ཕྱིམ་ཕྱིམ་ཉི་ལུ་དང་མི་མཁྱེན་ཚུལ་འཆང་བ་སྒྲེ་ཕྱིམ་པོ་འདྲ་)དགོངས་དང་། །  
 ཕྱིར་བཟོའི་ལྷ་(ཕྱིར་སོ་ཞེས་འདྲ་བ་གཟུགས་བརྟན་གྱི་དང་སྒྲུན་གྱི་ཕྱི་ཕྱི་སྒྱུ་མ་དང་བྱུག་པ)དང་། །འཇུག་  
 རྩམ་(ནང་དུ་ཕྱིར་ཕྱིར་མི་རྩམ་(མགོ་འཇུག་རྩམ་ཀྱང་)དང་དྲིས་ལན་ཕྱིན་སྒྲུབ་)། །ཕྱབ་ཕྱིབ་(ཕྱུམ་བྱ་དན་  
 པ་སྒྲེ་ལབ་ལོབ་)ཕྱིམ་བྱ་བ(རོ་སྒྲུམས་དང་བསོད་སྒྲུམས་པ་ལའང་)དང་ཕྱིབ་སྒྱེན་པ(ཤེས་སྒྲུབ་)། །ཕྱིབ་ཕྱིབ་  
 (ཉོབ་ཉོབ་)ཕྱིང་རོས་(བ་སྒྲའི་སྒྲིང་པོ་སྒྲེ་དམར་བ་)དང་ནི་མིག་ཕྱིངས་པ(ལོང་བ་)། །དེ་སོགས་ད་ཡིག་ལ་  
 ལ་བཏགས་པའོ། །

སྒྱག་ཕྱགས་གཟིག་ཕྱགས་དྲེད་དང་དོམ་ཕྱགས་སོགས། (འདི་རྣམས་ཀྱི་བར་དུ་འབྲེལ་སྒྱུ་མེད་ཆོ་  
 འདི་ལྟར་བཞེད་ལ་དུག་སྒྱུ་ཕྱན་ཆོ་སྒྱག་གི་པགས་པ་དོམ་གྱི་པགས་པ་ཞེས་སྐབས་ཀྱིས་འཇུག་ཚུལ་ཤེས་པར་གྱིས་)སེམས་  
 ཅན་ཤུན་ཕྱགས་ལ་བཏགས་པ་ཡིག་གོ། །

མགུལ་གྱི་ཕྱ་བ་རྒྱ་མཚོའི་ཕྱ་བ་དང་། །ཁུ་ཡི་ཕྱ་སོགས་པ་ཡིག་ལ་མགོ་ཅན། །

ལྷ་དང་ལྷ་མོ་ལྷེའུ་རྩེ་(བད་རྩིང་སྒྲེ་དཔོན་གསས་ཀྱི་མཚན་)ལྷ་དང་དང་(བུས་མཉེ)། །ལྷག་པར་(བྱང་  
 པར་)ལྷག་མ་ལྷ་དང་ཅན་(སྒྱུན་)ལྷ་དང་ཆོར་(ཤེལ་དོའི་བྱེ་བྲག་)དང་། །ལྷན་ནེ་(མི་གཡོ་བའི་བད་)ལྷ་དང་དེ་(འཕགས་  
 པའི་བད་)ལྷ་མེ་(མངོན་སུམ་པའི་བད་)ལྷ་དང་ཅིག་དུ་(ཕྱོགས་གཅིག་དུ)། །ལྷམ་པ(ཉམ་པ)ལྷམ་སྒྲོགས་ལྷས་  
 མ(སྒྲོ་སོགས་)ལྷས་ར(ཕྱུགས་ལྷས་)དང་། །གནས་སུ་ལྷགས་(ཕྱོགས་སུ་སོང་བ་)དང་མདུན་ལྷགས་(མདུན་དུ་  
 འབྱོར་བ་དང་ལྷགས་པ་ཞེས་བཏད་པ་ལའང་)གང་བའི་ལྷགས། །ལྷན་ཆགས་(བྱིན་ཆགས་)ལྷན་ཆེ་(གཟི་བཞིང་  
 ཆེ་བ་དང་བྱིན་ཆགས་པ)ལྷམས་ནི་མངལ་གྱི་མིང་། །ལྷབ་ལྷབ་(དར་གྱི་)ལྷན་གྲུབ་(རང་བཞིན་དུ་རི་རྒྱལ་  
 ལྷན་པོ་དང་། །ལྷང་བ་ཅན་(ཁམས་གསུམ་གྱི་ལྷ་རིགས་)དང་ལྷང་བཟེད་(སྒྲོད་)ལྷར་ལེན་པ(དང་དུ་ལེན་  
 པ། །ལྷད་པ་ལྷད་དང་གཉན་ནད་སྒྲོག་སྐད་དང་། །སྒྲོ་ཕྱོགས་སྒྲོད་པ་མེད་(མི་སྒྲོད་)དང་སྒྲེན་

སྒྲ་(བང་གི)དང་། །སྒྲོངས་ཆེ(ངང་རིང་བ)སྒྲོག(བསྐྱལ་ཆོག)སོགས་ཏ་ཡིག་ལ་མགོ་ཅན། །

### ༼ས་མགོ་ཅན༽

མགོ་ཅན་གཉིས་པ་ལ་མགོ་ཅན་གྱི་ཐེ། །རི་ལྷ་འབྲུག་པའི་རྣམ་གངས་བསྟན་ཏེ་སྤར། །  
ད་ནི་ས་མགོ་ཅན་གྱི་ཐོབ་ཐང་ལ། །ཀ་ག་ང་དང་ཉ་ཏ་ད་ན་དང་། །བ་བ་མ་ཅ་རྣམས་ཏེ་བཅུ་  
གཅིག་པོ། །འབྲུག་ཚུལ་དཔེར་བརྗོད་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་སྟོ། །སྐལ་བཟང་སྐལ་ལྷན་བཞོས་སྐལ་  
(ནོར་སོགས)སྐང་རུལ་(ཞལ་བ)དང་། །འཛིན་བྱེད་སྐམ་པ་སྟོ་སྐང་སྐར་མ་སྐག །སྐམ་པོ་སྐས(འཛིག་  
པའི)དང་སྐ(བ་དཔལ་བཅེགས)ཅོག(རྩ་ཡི་རྒྱལ་མཆན)ཇི་སྐང་དུ། །སྐ་ཅིག་གནས་སྐབས་ལོ་སྐག་སྐར་  
ལུང་(ཁང་པའི་བྱག་པ་སྟེ་སྐར་ཆོད་བརྟ་པའི་རི་མིག་བཞག་པ་ལས་བཏགས་པས་དས་འཕུལ་མ་ཡིན་ནོ)གསལ། །  
སྐ་རགས(སྐ་རགས་པོག་གུ་ཅན་ནི་རྒྱན་ཅན་ལུས་ཀྱི་སྐྱ་དང་རྒྱལ་གྱི་སྐྱགས(བཞག་པ)། །ཐུས་པའི་སྐངས་  
དང་སྐམ་སྐྱད(བྱེད་པ)སྐྱད་པ་འཁལ། །སྐྱད་པོ་(ཁྱོ་ག་དང་རྒྱུང་མའི་སྐྱན)དང་ནི་སྐྱན་བྱ(རྒྱུང་བྱའམ་  
གཞོང་བྱ)རྟོད་སྐངས་གོས། །སྐྱར་གཤེ(སྐྱར་བ)འདེབས་དང་སྐལ་མ(དགེ་བའི་སྐལ)བྱེད་ལྷག(རྟ་སོགས་  
ལ)། །སྐྱེད་པ་མགྱིན་སྟེ་སྟེ་ཆོ(ཆོར་ནག་ཅས་ཀྱང་གསོ་བྱེད་ལས་སྟེ་ཚུལ་སོགས་ཉུངས་སོན་དང་འབྲ་ཞེས་སོ་སྟེ་  
སྟེ་མ་ཕ(ཕུས་ཕ་ཞིང་རིང་བ)། །སྐྱེད་ཆེངས(སྐ་རགས)སྟེ་མ་བྱེད(གཞོན་རུ་གདོང་དུག་གམ་གདོན་སྟེ་སྟེ་རྟོད་  
པའི་སྟེ་མ(ཤ་རྒྱུང་དངོས་ངན)། །སྟེ་མ་པོ་སྟལ་མང་(ཨ་རུའི་བྱེ་བྱག་སྟེ་དང་སྟོར་བ་བྱེད། །ཐུགས་དམ་  
སྟོང་དང་གོས་སྟོན(འདི་རྣམས་བྱེད་པ)རེ་བ་སྟོང་། །ཁ་སྟོམ་ཟས་སྟོམ་ཇ་སོགས་སྟོམ་བ་དང་། །ཨོག་  
སྟོར(ཨོག་མ)བྱ་སྟོན(བྱ་རྒྱ)ཁ་སྟོངས(བསྐྱལ་ཆོག)སྟོང་ཆེའི(གཟེབ)སྟོགས(ཤུན)། །ཉེ་སྟོར(མཐའ་སྟོར་སོགས)  
དགེ་སྟོས་སྟོས་ཐག་སྟོབས་སྟེ་རྒྱུད(བྱ་དཀའ་བ་ཟེན་པ)། །སྟེ་རེངས་གོ་སྟེ་སྟེ་སྟེ་ལུལ་(ཞལ་བ)ཅིག་པའི་  
སྟེ། །ཡང་སྟེ་སྟེ་འགམ(གི)སྟེ་ས་པ(ཕྱི་ས)སྟེ་ས(སྟེ་ས་འདེགས་པ)སྟེ་བ(བྱ་ཡི)། །ཁ་དོག་སྟེ་དང་སྟེ་  
ཀ(བྱ)ཆུ་སྟེ་བྱ(སོ་བྱ་རོག་མའམ་བྱ་སྟེ་མོ་ཉ་འཇང་ཡང་ཟེར་ཏེ་རྒྱ་བྱ་ཉ་ཟ་བའམ་བྱ་མཐེང་རིལ་ལའང་།)། །  
སྟེ་བྱ(མཐ་ཀྱང་)ནད་དེ་སྟེ་བས་གནས་སྟེ་བས་སྟེ་འགོ། །སྟེ་ཀྱང་སྟེ་ཤོད(ཡུལ)སྟེ་ན་གོར(གངས་  
ཐལ་ལམ་རྒྱུངས་པའང་)ཆུ་སོགས་སྟེ་ལ། །སྟེ་བ(ཆོར་སྟེ་སྟེ་ཉེ་འབྲས་བྱ་དང་བ་གསེར་སྟོང་)སྟེ་ས་པའི་སྟེ་ན་  
པ(ནོར་སོགས)སྟེ་ན་འདང་གང་(རྒྱ)། །སྟེ་གས་བྱ(ནད་དེ་སྟེ་གས་བྱའང་)སྟེ་ལ་བྱ(ཁང་རྒྱུང་)སྟེ་གཡའ(ཡ་  
ངལ་དང་པགས་ནད)སྟེ་དཀར་ནག(གོ་བའི)། །བདེ་སྟེ་བྱ་སྟེ་བས(བྱག་སྟེ་འཛིགས་མི་མཛད་པར་)ཟས་

- 187 -

ཁུང་(སྐར་ཁུང་)སྒྲུ་ཁུང་(འགྲོ་བ་སྒྲུ་མོ་མོ་བ་)། སྒྲུ་མོ་(མཛེས་མ་)ཡང་སྒྲོས་སྒྲོ་འཕར་སྒྲོ་གཏན་  
མིང་། ཁང་བའི་སྒྲོ་དང་མནའ་སྒྲོགས་སྒྲོས་ཀྱི་དཔོན། སྒྲོ་མ་ཆེན་སྒྲོ་མ་པར་བྱེད་དང་སྒྲོ་སྒྲོས་  
ཤིག(བསྐྱལ་ཆོག)། བྱ་མོའི་སྒྲོ་ང་(བསྐྱེ་ཆེ་བྱ་སྒྲོང་གཡུ་སྒྲོང་ཡང་)སྒྲོག་པ(སྒྲོག་སྒྲུ་ཉེ་ལ་ཤུན་ཞེས་ཟེར་བ་ལས་  
མཆོག་ནི་ལྷ་མེད་པའི་ཆོག་རྟོག་གོ)བྱ་རམ་སྒྲོར། ཟུག་སྒྲོགས་སྒྲོངས་ཤིག(གོང་བྱར་སྒྲོར་མོ་སྒྲོང་ཐོག་པ་  
(སྐར་ཉི་མེ་འགས་ཤང་ཆེ་བྱེད་པ་སྒྲོང་)། སྒྲིད་སྒྲུར་(ལུན་ཅིང་ངལ་ཉི་བྱ་བ་མི་འདོད་པའི་དོན)སྒྲིད་ལྷགས་ཡིད་  
ལུན་ཞིང་ངལ་བའི་དོན་རྟོག་པའི་སྒྲིད་པ་དང་། སྒྲུ་རྩལ་(སྒྲུ་གར་སྒྲུ་བས་དང་སྒྲུ་བས་ཤུགས་ཀྱང་)གཉེན་གྱི་  
སྒྲུག་མོ་(མག་པའི་མ་དང་མནའ་མའི་མ་ཡང་ཟེར་བྱམས་སྒྲུག་ཅེས་པ་མའི་མིང་)གཡོ་སྒྲུ་དང་། སྒྲུ་མ་མཁན་  
དང་འཁོར་ལོ་སྒྲུར་བ་པོ། ཁ་ལོ་(སྒྲོགས་)སྒྲུར་བར་བྱེད་(བསྐྱལ་ཆོག)དང་སྒྲོད་སྒྲུའུ་སྒྲུ་ཆུགས། ཐབ་  
ཀྱི་སྒྲིད་བྱ་ས་ལ་སྒྲུལ་(བྱེད་པ་དང་བསྐྱལ་ཆོག)དང་སྒྲོགས་(རྟོ་འཕེན་སྒྲོགས་)། སྒྲུ་གཅན་སྒྲུ་བ་སྒྲུ་སྒྲུ་  
བྱ(གཤ)ཟབ་པའི་སྒྲུ་མ(སྒྲུ་མ)། སྒྲུ་སྒྲོད་སྒྲོགས་ཤིག་ཕྱོགས་གཅིག་སྒྲིག་(བྱེད་པ)དང་སྒྲིགས་(དཔོན་པའི་  
དང་བསྐྱལ་ཆོག)། སྒྲིན་བྱའི་(སྒྲོ་ཁུང་བ་དང་གཅེར་བྱ)སྒྲིག་སྒྲིབ་སྒྲིན་པོ་(མཁས་པ་དང་རིག་པ་སྒྲུང་པོ་ལ)  
ཡོལ་བས་སྒྲིབས། ལས་ལ་སྒྲིམས་(སྒྲུ་བྱ་སྒྲོགས་ལ་བསྐྱལ་ཆོག)དང་ཕྱོགས་གཅིག་སྒྲིལ་བྱེད་པོ་(རིལ་བྱ་  
དང་སྒྲུང་པ་སྒྲོགས་)། སྒྲུངས་ནི་སྒྲོན་རབས་སྒྲུན་ནི་(བྱེད་པ་དང་བསྐྱལ་ཆོག)འགུན་པའི་དོན། བྱ་བ་  
སྒྲུབ་དང་སྒྲུབ་ཐབས་(སྒྲུབ་རྩལ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཆེན་སྒྲོགས་མིང་གཞི་དང་བྱེད་པ་ལ་འཕུལ་དང་ཡང་འཕུག་མེད)  
སྒྲུབས་ཤིག ཁྱེད་པའི་སྒྲོགས་པ་གཅེར་བྱའི་སྒྲོན་མོ་དང་། སྒྲུའུ་(ཆང་འཛོག་སྒྲོད་སྒྲིང་)དར་  
སྒྲོགས་ཕྱར་བྱ་སྒྲོ་བོ་(ས་རྒྱུ་སྒྲོབས་ནི་སྒྲོགས། གཤམོག་སྒྲོ་སྒྲོ་བ(རྒྱལ་སྒྲོད)བཤད་སྒྲོས་(བཤད་རྩལ)མཆུ་  
སྒྲོས་དང་། ལྷགས་སྒྲོགས་རྒྱལ་སྒྲོལ་དང་རྩས་པའི་སྒྲོམ་(སྒྲོས་ཤེས་སྒྲོས་ཀྱི་བྱེད་ཐབས)། སྒྲོ་འདྲོགས་  
(ཆོག་གི་སྒྲོག་གུ་སྒྲོ་གུ་ཡང་འཐད)སྒྲུ་སྒྲོག་ཅིག་པ་སྒྲོན་(བསྐྱལ་ཆོག)། སྒྲོག་རྩས་སྒྲོམ་བྱ(མ་ལུས་ཀྱི་སྒྲོམ་  
བྱ་དང་ཤིང་གི་སྒྲོམ་བྱ)མདའ་སྒྲོན་སྒྲོབ་ཆེ་བ(སྒྲོལ་ཅན་ནམ་དྲེགས་ཅན་དང་ཟོབ་ཅན)། གཤམོག་རབ་སྒྲོག་  
པ(བྱེད་པ)སྒྲོགས་ཤིག་སྒྲོན་ཤིང་(ཐང་མ་སྒྲོན་དང་ཐང་ཤིང་ཡང་ཟེར)དང་། སྒྲོང་བྱེད་སྒྲོན་མེ་སྒྲོལ་མ་  
(རྒྱལ་ལུས་སྒྲོལ་མཛད(འགྲོ་བ་སྒྲོགས་)སྒྲོགས། ཁ་ཡིག་གཞུག་རྒྱན་བྱས་པའི་ག་ཡིག་གོ །

དུས་ཀྱི་ཕྱ་བ(ཕྱ་མཐོ་ནི་སྒྲོན་བཞིན)ཕྱ་སོར་(སྒྲོན་ཆད)ཕྱ་དྲོ་(ཉི་མའི)དང་། ཁིམ་པ་ཕྱ་མ(ཕྱ་ཟ་  
དང་ཕྱ་བའང་)ཕྱ་ཕྱིར་སྒྲེབས་དང་ཕྱ་བ(འགག)། ཁལ་ཕྱ་ཕྱུན་ཕྱ་(འདི་གཉིས་དུང་ངམ་མདུན་གྱི་མིང་)  
ཕྱ་མ(དཔུགས་སྒྲོ)དང་ཕྱ་ས(མགོ་སྒྲུན་དང་། ཕྱགས་པ་ཕྱགས་འཆང་གསང་ཕྱགས་སྒྲུག་ཕྱངས་

(དངངས་ཞེས་པ་བད་གསར་)དང་། རྩེའུ་ཕྱེའུ་འམ་ཐན་ཆུང་)སྐྱར་བ་(ཆེ་བ)སྐྱར་(མདུན་)དང་སྒྲིག་མཁན  
(བཅོམ་མཁན་)དང་། སྒྲོན་པོ་སྒྲོན་པ་(འཕེན་པ)མདོག་སྒྲོན་དགེ་བ་སྒྲོ། སྒྲོན་ཆོ་སྒྲོན་བྱ་(སྐྱར་སྐྱུམ་)  
ལ་སོགས་སར་བཏགས་ངའོ། །

སྒྲ་ལོ་(སྒྲ་སྐྱར་ཞིག་སྒྲེ་ཡུལ་སྐད་དུ་སྒྱུ་བྱ་ལེབ་མོ་ཟེར་)ཐ་སྒྲ་(སྒྲ་འདོགས་པ་ཁ་འཕེན་པ་སྒྲེ་སྒྲགས་ལ་སྒྲ་  
ནས་ཆང་འཐུང་བ་ལྟ་བུ་སྒྲ་ཆོག་ངེ་སྒྲ་སེམས། རྒྱ་བའི་ཞེས་སྒྲ་དང་གཏམ་སྒྲ་(སྒྲ་བར་བྱེད་  
བ་ནི་གཞན་ནས་གཡར་བ་ལ)དང་། རྟེན་བྱ་སྒྲེ་བ་(འཇམ་པ་དང་སྒྲོ་སྐྱར་ཞིག་ལའང་)སྒྲིང་བོ་སྒྲིགས་མའི་  
དུས། རྒྱང་ཁོལ་སྒྲིང་དང་གཉེན་གྱི་སྒྲིང་མོ་(མག་པའི་སྒྲིང་མོ་)དང་། སྒྲི་ཕུང་(སྒྲི་མ་ནི་ཡུལ་སྐད་དང་  
གྲོང་ཆོག)སྒྲིམ་པ་(ལག་པའི་ཁྱུར་བའམ་ཐལ་མོ་དང་འབས་བྱ་ལའང་)སྒྲིས་པ་(ཉིངས་པ)སྒྲིགས་ལམ་(བསམ་པ)  
དང་། རྒྱངས་སྒྲིགས་སྒྲིང་ཆོད་(སྒྲོ་བྱ་སྒྲིང་ངེ་སྒྲིང་ཆོམ་(ནང་འཁོར་)བ། རྩེ་ནས་སྒྲིལ་བར་བྱེད་  
དང་ནད་གྱི་སྒྲིན། རྒྱུ་སྒྲིང་(མནའ་སྒྲིལ་བའི་ཞེས་)སྒྲིང་གྲུ་(འབྲུག་)སྒྲིགས་སྒྲིངས་(ཡུལ་རིང་སྒྲེ་སྒྲིགས་  
བྱ་ནི་ཡུལ་དུ་འོ་སྒྲིན་མེད་(རྟོག་མེད་)བ། མངའ་སྒྲེམས་(རང་དབང་ཐོབ་པ)སྒྲིག་བྱེད་(རྩིས་བྱེད་)ངེ་  
སྒྲིང་དང་། རྒྱུ་(གྱི་)སྒྲེམས་(པ)དང་སེམས་གྱི་སྒྲེམས་རྟོག་(རྟོག་རྟོག)དང་། མལ་ཕྱས་སྒྲེ་འབོལ་  
(རྒྱབ་)སྒྲེས་(བརྟན་པ)དང་འབྱའི་སྒྲེ་མ་(འབས་བྱ་སྒྲི་ལའང་འབྲུག་སྒྲེ་དཔག་བསམ་སྒྲེ་མ་ལྟ་བུ། སྒྲིན་གྱི་གོ་  
སྒྲིང་བཏང་སྒྲོམས་(སེམས་ཁྱབ་པར་བདལ་བ)སྒྲོམ་ལས་པ་(འདི་ལ་ཡང་འབྲུག་སྒྲིར་བ་ཡང་སྒྲིང་)། བསོད་  
སྒྲོམས་པ་དང་སེམས་སྒྲོམས་(ཡོངས་ལ)སྒྲེ་སྒྲིལ་(སྒོ་བ་བསྐྱུང་བའི་དོན)དང་། ཡར་སྒྲིག་(ཐིག་དང་རྩིས་  
བྱའང་)སྒྲིང་སྒྲིགས་(ལག་པས་བརྟག་པ་དང་ལན་ཆགས་སྒྲིགས་པ་སོགས)འོད་སྒྲོམས་སྐད་པ་སྒྲིང་། ཞེ་སྒྲོམས་  
(སྒྲོ་དལ་ཡང་)སྒྲོམ་འབྲུག་(འདི་ལ་ཡང་འབྲུག་བཞེད་པའང་ཡོད་དེ་ཡབ་ཡུམ་དང་ཉིང་འཛིན་དང་སྒྲོམ་པ་ཞེས་  
གཡལ་བ)སྒྲོབས་(བསྐྱུལ་ཆོག)དང་རྒྱལ་མཚན་སྒྲོལ་(ཅེས་བྱར་བའི་དོན)། ཆང་སྒྲོལ་(མལ་སར་)ལ་སོགས་  
ཉ་མགོ་སས་བརྒྱན་ཅན། །

སྒྲ་རེ་དག་སྒྲ་ལུས་གྱི་སྒྲ་བུར་དང་། སྒྲར་ཁ་སྒྲ་སྒྲ་(འདི་གཉིས་དོན་གཅིག་ཤིང་འབས་སྒྲར་གའང་)  
སྒྲ་གོན་(བྱ་བ་སྒྲོན་གཤམ་བྱེད་པ)མ་སྒྲ་བས་པ་(མི་རིངས)། མེ་སྒྲག་ཡ་སྒྲགས་(གྲོང་ཆོག་ཡས་སྒྲག་)སྒྲིངས་  
འཛིན་(ཉེས་ལེགས)བཞུགས་སྒྲིངས་མཛོས། སྒྲག་ལ་སྒྲག་(གཅན་གཅན)དང་གོམ་སྒྲ་བས་ཤིང་སྒྲག་པ་  
(དང་སྒྲག་མ)། མིག་གིས་སྒྲ་སྒྲིངས་འགོས་གྱི་སྒྲིང་སྒྲ་བས་དང་། མང་ཆོག་ཤ་སྒྲགས་སྒྲག་ཤར་སྒྲིང་  
བོ་(འདི་གཉིས་སྒྲིས་པ)དང་། སྒྲན་(འདིང་བའི་)དང་སྒྲ་བས་སེང་(ཤིང་སྒྲེ་སྒྲི་བཞུར་རམ་གཡུ་ཤིང་ཞེས་ཁུ་བ་

སྟོན་པོ་འབྱུང་བ་སྟར་མོ་གལ་བ་ཤིང་། །སྟང་དབྱལ་(མ་མོ་)ཤ་སྟག་(ངམ་ཆོག)སྟང་ཟེལ་དབྱལ་གྱི་དོ། །  
སྟག་ཤ་(མམ་)སྟག་བྱ་ཤིང་འབས་སྟབས་ཅིག་(ཆབས་)སྟོང་། །སྟར་ལ་བརྒྱས་(ཉམས་སྟུ་སྟར་རྒྱ་ཞེས་པ་རྩ་  
བུའང་)དང་སྟབས་འགྲིག་(ཐབས་)སྟབས་ལེགས་པ། །སྟེ་ར་(བམ་)སྟེམ་ཕྱེད་(གཟུགས་སྟགས་ལ་)བསྟེ་སྟང་  
བཀྲར་སྟེ་(འདི་གཉིས་དོན་གཅིག)དང་། །སྟག་པོ་(འོག་མེན་སྟག་པོ་བཀོད་པའི་ཞིང་རྩ་བུ)འབྲུག་པོ་སྟེ་(མོ་  
མཚན)དང་སྟག་ཁྲོད་(སྟན་པའམ་ནགས་ཆལ་ཆེན་པོ་དང་རྩ་སྟག་སྟགས་)དང་། །སྟེའུ་(གཙོང་ཕྱེད་དེ་སྟེས་  
ཀྱང་)སྟེམ་ཕྱེད་(ཉེན་ཕྱེད་དེ་གང་དང་མཐུན་པར་ཕྱེད་པ)བྱད་སྟེམས་(དམོད་གཙོས་ཀྱིས་བརྟན་པའམ་ཟུག་པ)  
སྟེས་(ལེགས་)མ་སྟེས་(མ་ལེགས་)། །འབྱར་གཡེང་(རྣམ་གཡེང་)གཞོགས་སྟེགས་(ཟུར་མིག་གམ་སྟེག་ཆས་དང་  
གཞོགས་བརྟན་པའི་ཁྲི)སྟེགས་སྟེགས་བྱ་ཁྲི། །སྟང་གི་ཕྱོགས་དང་མཁས་པ་སྟེན་ཅིག་(བསྐལ་ཆོག)  
དང་། །ཡོན་ཏན་སྟེར་རོ་སྟེར་བྱ་(རྩས་སྟགས་དངོས་པོ)སྟེར་པ་པོ། །སྟེས་དབང་(སྟབས་ཀ་ལེགས་པར་  
འགྲིགས་པ)གངས་སྟོང་(སྟོང་ཉིད་ཀྱང་)སྟོང་འཇལ་ཟད་པའི་སྟོངས། །སྟོན་པས་བོན་སྟོན་སྟོན་(ཀའི)  
དུས་སྟོན་མོ་བྱ། །སྟོས་པ་(འབྲིམ་པའམ་སྟེར་བ)སྟོང་ཟེལ་(དབྱལ་དོན་གཤམ་)སྟོང་རི་ཟེལ་པ་སྟོང་(སྟེན་)། །  
སྟོན་ལེན་སྟོབས་(བསྐལ་ཆོག)དང་ཆལ་སྟོབས་(སྟོབ་པ་ཞེས་མགྲོན་དུ་གཉེར་པ་ལའང་)འལ་དུ་སྟོབས་(བསྐལ་  
ཆོག)། །སྟོངས་གྲོགས་(མན་གྲོགས་ཏེ་སྟོངས་གྲོགས་ཀྱང་དོ་)སྟོང་རྒྱང་(རིག་འཛིན་དོར་སྟོབས་(འབས་ཀྱི་  
འདོར་ཐབས་)སྟོན་མི་སྟོང་(སྟོན་མེད་པ)། །མི་གཙང་འབབ་པའི་སྟོར་ཁྲུང་(ཉི་མ་མེ་མཐོང་བའི་ཁོར་རྩ་  
ལའང་སྟོར་ཁྲུང་ནས་བབས་པ)བོར་བའི་སྟོར། །ཁོག་སྟོང་སྟོང་དཀར་དམར་(སྟགས་ཀྱི་ཕྱེ་བྲག་སྟགས་  
སར་བཏགས་ཏའོ། །

སྟང་དག་ཞེ་སྟང་ཅན་ལ་སྟར་མ་(སྟོང་གི་སྟོབས་རྒྱང་བ)བྱེད། །ཁོས་པའི་སྟང་མིག་སྟང་པོ་  
མང་པོའི་དོན། །དགོ(དགོ་བའི་སྟག་ཕྱོགས་སྟེག་པའོ)སྟེག་སྟེག་ཆགས་སྟེག་པ་སྟེགས་མཐུབ་སྟེགས་  
(གཞན་ལ་སྟེ་བསྐལ་)། །གནས་ཀྱི་སྟོངས་(གནས་ཆེན་དར་སྟོངས་རིང་མོའི་ཡང་དབེན་ན་ཞེས་པ་རྩ་བུ)དང་  
སྟེག་ཏོ་ཅན་ནི་བདུད། །མཛོས་པའི་སྟག་དང་སྟག་བསྐལ་(དུམས་)འོར་སྟགས་སྟེད་(འདི་བཞེན་ད་རྩ་  
བ་ཡིན་ཕྱིར་འཕལ་མེད་དང་སྟང་ཅས་བསྐལ་ཆོག)། །སྟེམ་མཚོས་(ཁྲིམ་)འགས་སྟེམ་སེམས་ཡིད་སྟོབ་པའི་  
སྟག་སྟེ་སྟོང་(བོན་སྟོང་)སྟེ་བ་སྟེ་གཟར་(འཁྲུག་པ)མང་པོའི་སྟེ། །སྟེ་ཆན་སྟེ་བ་སྟོར་(ལེགས་སྟུར་གྱི་ཕྱོགས་  
གཅིག་སྟེ་བ་པ་དང་། །སྟོང་སྟེད་སྟེར་མ་གཅན་གཟར་སྟེར་མོ་དང་། །སྟོན་ཤིང་སྟོང་པོ་མར་མེ་  
སྟོང་བྱ་དང་། །གནས་སྟེ་སྟོང་པ་(འཕེན་པ)སྟོང་ཅིག་སྟེག་ཆགས་སྟོང་། །མཚོད་སྟོང་(བསྟན་པའི་གྲོགས་

ཐེད་བཀའ་ཐོད་(དམ་ཅན)ཐུག་སྐྱོར་(རུས་གོག་སོགས་ཐུག་ཟན་རིགས)སྒྲོམ་ཟན་(སྒྲོམ་བུའང་སྟེ་སོག་བཅད་སྒྲུབ་)  
དང་། །སྒྲོམ་པ་(སྒྲན་དུ་ཐེད་པ་དང་བཅིང་བའང་)བསྐྱུང་སྒྲོམ་སོག་དང་སྒྲོས་ཏེ་(བརྟེན)སྒྲོམ་སའ་(བསྐྱུལ་ཆོག་སྟེ་  
ཡོ་ཀ་ཕྱོགས་གཅིག)། །ཞེས་སོགས་ད་ཡིག་ས་ཡི་མགོ་ཅན་ནོ། །

དེ་འཛིན་སྒྲ་དང་རི་སྒྲ་སྒྲ་རུ་(ན་རོ)སྒྲ་(འཇུ་བའི)། །ཞོར་སོགས་སྒྲ་མང་(འཛིན་པའི་དོན)སྒྲ་  
ཆོགས་སྒྲ་དང་བ་དང་། །མཐོང་སྒྲ་(བར་སྒྲ་ལྟར་སྒྲ་དང་སྒྲ་གསལ)སྒྲ་ཆ་མི་གཙང་སྒྲ་བས་དང་  
ནི། །འདོད་སྒྲ་(དཀྱིལ་འཁོར་སོགས་ཀྱི་བར་ཁྱམས་མིང་)བལ་གྱི་སྒྲ་མ་བུ་སྒྲ་སྒྲ་(འདུལ་གོས་ཀྱི་བྱེ་བྲག)  
དང་། །རྒྱབ་གྱི་སྒྲ་ལོག་(ཕྱོགས་ཀྱི་བྱེ་རོལ་དང་ཟུར་རྒྱབ)གོས་རྒྱ་སྒྲ་མ་དང་། །སྒྲ་བོ་(གཙོ་བོའམ་སྒྲ་  
འདྲན་སྒྲ་མེད་(ཐུན་པ་དང་གཞི་བལ)སྒྲ་རྒྱུང་(མ་མཛད་ལྟ་བུ)སྒྲ་མ་པ་(ལན་མ)དང་། །ཡུག་སྒྲ་(སྒྲ་  
བུ་བུབས་ལ)སྒྲ་མ་(རྩ་ཏེ)ཞེས་སྒྲ་སྒྲ་ཡོར་(སྒྲ་བརྒན་ཏེ་རང་བཞིན་མེད་པ)གཟུགས། །སྒྲ་དཔོན་(སྤང་  
མའི་བུ)སྒྲ་ཕྱག་(མི་ཕྱག་ཀྱང་ཟེར་ཏེ་རུས་ཀྱི་མིང་)སྒྲ་དཔར་(གི་སོགས་ཀྱིས་མ་བུས་པ)སྒྲ་མ་(སྐར་མ)དང་། །  
འབྲུ་མར་སྒྲ་དང་སྒྲ་(ཐུལ་ཅིག་སྒྲ་ཡིས་སྒྲོམ་སའ་(བསྐྱུལ་ཆོག)། །སྒྲོད་དུ་སྒྲོད་ཡར་སྒྲོན་པ་(ཉིང་དུ)  
སྒྲོལ་བ་(གོས་ཀྱི་སྒྲོ་ལྟ་བུ)དང་། །ཕྱག་དུ་སྒྲོམ་སའ་ཤིག་སྟེ་ཐག་སྟེ་ནས་འཛིན། །སྒྲོལ་ཞི་(ཐོད་རྒྱལ་ལས་གོ་  
རིམ་འཆོལ་བ)སྒྲོལ་རལ་(ལོགས་སམ་འཕམ་སྒྲོལ་(ལོ་གསེབ་སྒྲོད་སྒྲོལ་ཅན་ནི་ཁལ་མ་སྒྲ་ལོ་ཅན)སྒྲོན་དང་སྒྲ་བས་  
(འདི་གཉིས་སྐར་མའི་མིང་)། །ལ་སོགས་ན་ཡིག་ས་མགོ་ཐུན་པར་བྲི། །

མཛིས་པའི་སྒྲ་བ་སྒྲ་ཆང་(རུས་མིང་སྟེ་ཁྱེད་སྒྲ་ལ་ལེགས་པ་ཞིག་ནམ་མཁའ་ནས་བབ་པ་ལས་སྒྲ་ཆང་  
ཆད་པར་བཤད་དེ་བྱིན་ཆགས་པའི་དོན་ཀྱང་)ཤིང་སྒྲ་མ་(སྒྲ་འབྲུ་ཅན)། །གནས་ནས་སྒྲ་གསའ་(འཕགས་པའི་  
དོན)དང་ཟས་སྒྲ་གསའ་(སྒྲོད་ཀྱི་མིང་)སྒྲ་བུ་སྒྲ་བས་(ཉོན་མོངས་སོགས)། །པ་སྒྲ་(པ་བུ་རྒྱལ་གྱི་སྒྲ་བས་སྒྲ་  
སྒྲ་བས་ལྟ་བུ་དང་རྒྱལ་གྱི་མེ་ཏྲོག་ཀྱང་ཟེར་ཏེ་རྒྱ་མཚན་ལའང་འཇུག)དང་གོ་ས་སྒྲ་(གནས་ནས་དང་མེ་སོགས)། །  
འཕོ་བ་སྒྲ་དང་སྒྲ་བ་(མི་འཇིགས་པའི་མིང་སྟེ་སྒྲ་བའི་རྒྱུང་ཐེད་ཀྱང་རྩ་)སྒྲ་མོ་དང་། །སྒྲ་ཉུག་(ཁྱོ་  
ཤུག)སྒྲ་བཀོང་(ཟིལ་གཞོན་ཏེ་དཔའ་འཁུམ་པར་བེད་པ)སྒྲ་ལོ་(སྒྲ་)སྒྲ་དཔ་(དོན་སྟེ་སྒྲོད་པའང་)སྒྲ་མ་(སྒྲ་མ)། །  
སྒྲ་ཅི་(སོག་ཆགས)སྒྲ་ཅི་དོ་བོ་སྒྲ་ཡག་རྩ་(འདི་གཉིས་སྒྲ་ནི། །སྒྲ་མ་(ཆོན་སྒྲ་རྒྱན་མེ་ཏྲོག་དཀར་  
སྒྲ་)སྒྲ་སྒྲོས་སྒྲ་རམ་(མོན་བུ)དང་། །སྒྲ་གཤོངས་ལུས་ཀྱི་སྒྲ་དང་བ་སྒྲ་(སྒྲ་ཀྱང་)དང་། །སྒྲ་  
བསྒྲེལ་བསྒྲེལ་བ་(འདི་གཉིས་ཉེས་པ་བཤགས་པ་དང་ཞེ་སྒྲ་ཞེ་བ)སྒྲོལ་བ་(སྒྲོ་གསུམ་གྱི་ཞེ་སྒྲ་ཞེ་བར་བེད་པ་  
སྟེ་རྒྱགས་པ་མེད་པ་ཞེ་བ་བཟོད་པའི་དོན་ཅེས་སོ)སྒྲ་གསའ་(མཐུ)སྒྲ་བས་པ་(མང་དུ)། །རྒྱན་གྱིས་སྒྲ་(བརྒྱན་པ)

དང་གཉེན་གྱི་སྤྱན་ཟླ་དང་། །ཁ་སྤྱབ་(ཁ་སྤྱབ་)སྤྱན་པ་(བསྤྱན་པ་དང་བསེས་པ་དང་རྒྱན་པ་ལའང་)སྤྱམ་བྱ་  
སོགས་རྒྱ་སྤྱན། །དུལ་སྤྱགས་(སྤྱགས་)སྤྱ་བྱད་(ཁོ་བ་)སྤྱལ་འབབ་(སྤྱ་ལ་འབབ་པ་)སྤྱས་བབས་(སྤྱ་ལ་བབ་  
བའང་)ཉེ་ཅུང་བ་དང་སྤྱས་བབ་པ་ཟེར་སྐད་ཀྱང་སྤྱང་)སྤྱར་(རོ། །མཁའ་ལ་སྤྱར་(བྱ་སོགས་)དང་སྤྱང་བ་(མི་  
འཇིགས་པ་དང་ཅེ་བ་)མཁར་གྱི་སྤྱུ(བ་གམ་གྱི་མིང་)། །ཅི་ཤིང་སྤེན་མ་ལོར་སྤེལ་(ཉར་བ་)གཟུང་སྤེན་  
པ། །སྤྱས་ཏྲོག་སྤེན་ཏྲོག་(ཁང་པའི་རྒྱན་ཏེ་འདི་གཉིས་སྤྱར་རྒྱན་གྱི་དོན་ཏེ་རས་སྤེན་ཏྲོག་མ་ཞེས་པའང་རྒྱན་  
མའི་དོན་སྤྱང་པ་(གནས་ནས་བྱུང་བ་)སྤེལ་མ་བྱས་(བཟང་ངན་སྤྱ་ཚོགས་)། །མཐོ་བའི་སྤྱོད་འཕྲོ་སྤྱོད་ལྟ་བུ་དང་  
གོས་སྤྱོད་(བཟེས་པ་དང་གནས་སོགས་གཞན་དུ་)སྤྱོས་(ཐབ་ཚང་དང་འགོལ་)ས་དང་། །སྤྱོ་བོ་སྤྱོ་བོ་སྤྱོངས་ཤིག་  
སྤྱོང་བ་བོ་(ཅེ་བའང་། སྤྱོང་ཐག)། །ཁོ་སྤྱོགས་(ཚོང་རྩེ་མོད་ཏེ་དཀོན་ཚོང་སོགས་ཀྱིས་གྱུང་མེད་པ་)སྤྱོགས་པ་  
(མི་འཇིགས་པ་དང་ཆེ་བའི་མིང་)སྤྱོན་པ་(ཟ་བའམ་གཏོང་བ་)སྤྱོར་ཤོད་(རིས་མོ་)སྤྱོར་(སྤྱོ་རེ་)ཞེས་རྒྱ་མའི་དང་སྤྱོ་  
ཞིག་ལའང་། །སེམས་ཀྱི་སྤྱོབས་པ་གོང་དུ་སྤྱོར་བ་(མེ་ལའང་)དང་། །སྤྱོད་ཚོ(ཟས་ཀྱི་)སྤྱོད་(སྤྱགས་མ་དང་  
ཤིང་ཀུན་ལའང་)དང་བདུག་སྤྱོས་(སྤྱོས་དཀར་ཀྱང་)སྤྱོར་ཐང་ཅིས། །ཅེ་སྤྱང་(དང་ལྷེ་སྤྱང་ནི་སྐད་འདོན་  
པའི་ཆེ་རུ་བྱི་ལ་འབྱར་བ་ཞིག་ཡོད་ཅེས་ཀྱང་ཅེ་སྤྱང་ནས་ཅེ་སྤྱང་དུ་གཞན་གྱི་བར་མ་ཚད་པའི་སྤྱོ་བ་ལྟ་བུ་ར་སྤྱོས་  
པ་ལོར་བྱ་ཡིན་པར་བཤད་པས་མ་སྤྱོས་ཏེ་མ་མོ་ལ་ཟེར་བ་སྤྱང་)སྤྱང་གི་སྤྱང་བོ་(མི་སྤྱང་བ་དང་སྤྱང་དུག་ཅེས་པ་  
སྤྱང་སྤྱང་ཆ་དངོས། །སྤྱོ་སོགས་སྤྱན་འདྲེན་སྤྱན་གཟིགས་མིག་གི་སྤྱན། །སྤྱོད་སྤྱོད་དཀའ་སྤྱོད་(ཚོགས་  
ཆེན་སྤྱད་པ་)སྤྱན་པ་(བྱ་ར་བ་)སྤྱོད་སྤྱོད་ལྟ་བུ། །སྤྱོད་པས་(སྤྱོ་བའང་)སྤྱོ་བའི་སྤྱོད་པ་སྤྱོ་བའི་(དཔལ་ཀོ་འཐུག་པོ་དང་ལ་  
ལས་སྤྱོ་སྤྱོབས་ཆེ་བ་ལའང་)སྤྱོ་ཏྲོར་(གཞུག་ཏྲོར་)སྤྱོ་ས་དང་། །མང་བའི་སྤྱོ་དང་སྤྱོ་བོ་(ལུས་ཀྱི་)སྤྱོ་ཅེར་སྤྱོ་  
ཐེར་ཏེ་སྤྱོ་མེད་པ་)དང་། །འབྱར་བེད་སྤྱོན་དང་སྤྱོ་སྤྱགས་(སྤྱོད་ཀྱི་བྱེ་བྱག་)ཆུ་ལ་སྤྱོང་(ཆུས་ཁུར་བའི་དོན་  
དང་གཏོང་དུ་བྱུང་བ་)། །རྩ་ཡི་སྤྱོལ་བོ་(ཁང་བ་དང་ཁུར་བོ་ལའང་)མཐའ་ལ་སྤྱོགས་པ་(བསྤྱད་པའི་དོན་  
དང་། །གཤེ་བའི་སྤྱོས་(སྤྱོ་བའང་)རྩེ་ཞོས་པ་དང་འཐབ་པའམ་བཞུགས་པའི་དོན་)དང་དགེ་བ་སྤྱོགས་པའི་  
སྤྱོམས་(ངོམ་པ་དང་བདག་བསྟོད་དེ་སྤྱོམས་དང་བཅས་པ་མི་བྱའོ་ཞེས་སོ། །སྤྱོད་ལམ་གཟབས་དང་ཚུར་  
སྤྱོན་(འབོད་པའི་བཅུ་ཤོག་ཅེས་)འོངས་སྤྱོད་སྤྱོད་(དཀའ་བ་དང་སྤྱོད་པའམ་གཤེ་བའང་)། །སྤྱོབས་པ་(ཟས་)སྤྱོ་  
(དུད་འགྲོ་དང་ལོར་མེད་སྤྱང་བོ་(ད་རི་དུ་)དང་། །སྤྱོ་བ་(མི་སྤྱོར་བེད་སྤྱོ་བྱག་ཀྱང་)སྤྱོ་ལག་(ཁམ་པ་)སྤྱོ་ཆལ་  
(སྤྱོ་ཆས་ཀྱང་ཟེར་ཏེ་རྒྱན་མཛེས་མཛེས་བྱེད་པའི་མིང་དང་སྤྱོབས་འགར་མདོ་མེད་ལའང་)སྤྱོ་སྤྱོ་མང་(སེམས་)། །ལག་  
དུ་སྤྱོད་(བྱ་བ་དང་འདས་པ་)དང་རྒྱན་གྱིས་སྤྱོས་པ་དང་། །སྤྱོ་ཚལ་(སྤྱོད་ཅིའི་སྤྱོགས་མ་)གཅེས་སྤྱོས་(ཅིས་ཆེ་



བའི་སྒྲུབ་སྒྲུབ་(མུང་ཅི་སྒྲུབ་)སྒྲིས་མ(འོ་མའི་)སྒྲི། །འཕྱིན་སོགས་སྒྲིངས་(འདས་པ་དང་བསྐུལ་ཆོག)དང་ནམ་  
མཁའ་སྒྲིན་དབྱང་འཁྲིགས། །སྒྲུལ་བབས་(ཅུང་བ)སྒྲུ་ནག་(བ་སྒྲུ་དང་སྒྲུ་མའང་སྒྲུ་ཏེ་ཙུ་བ་རགས་ལ་འབྱ་  
ཅན་ལུན་སྒྲུལ་(མོངས་པ)དྲུལ་སོགས་སྒྲུགས་(འདས་བསྐུལ་དང་ཟད་པ་ལའང་སྒྲི་སྒྲུག་ནི་བྱ་བྱེད་གཉིས)། །སྒྲུལ་  
སྒྲུས་སྒྲུལ་པ་འབྱེད་དང་དྲུད་འགོ་སྒྲེའུ། །སེམས་སྒྲོ་(དགའ་བ་དང་འོད་སོགས)འཐབ་མོར་སྒྲོད་དང་  
ཅེ་གཉིས་སྒྲོད་(བཏུས་པ་མཐོང་གཉིས་ཅེ་མི་སྒྲོད་ལྟ་བུ)། །འབྲུགས་སྒྲོ་(སེམས་སྒྲིད་དང་དགའ་སྒྲོན་ལའང་)སྒྲོ་  
རིང་སྒྲོག་མ(སྒྲུག་སྐུམ་ལྟ་བུ་དང་ཆོགས་མ་ལའང་)སྒྲོས་བལ་དོན། །སྒྲོས་འབར་(ཟབ་མོ་)སྒྲོས་སོགས་ས་  
མགོ་ལུན་པའི་པའོ། །

གསང་བྱའི་སྒྲ་བ་སྒྲ་དབྱུག་(སྒྲ་སྒྲུག་གི་དབྱུག་པ)སྒྲ་འཁར་དང་། །འདྲེས་པའི་(གཙང་ཚོགས)  
སྒྲགས་དང་སྒྲགས་མ(ཟན་དང་མཉམ་པོར་སྒྲགས་རྒྱ་སོགས)དྲུད་འགྲའི་སྒྲང་(རྟ་བུན་སོགས)། །ཆང་གི་  
སྒྲང་མ་རྒྱར་སྒྲངས་མེ་སོགས་སྒྲར། །དུ་མ་ཕྱོགས་གཅིག་སྒྲམས་(ཟིན་སྒྲངས)པ་སྒྲལ་རྒྱབ་དོ། །སྒྲོག་  
ཆགས་སྒྲལ་བ(ཀུན་དང་སྒྲོ་རྒྱ་སྒྲིན་སྒྲེར་མོ་དང་མེ་རྟོག་སྒྲ་ཆ་སེར་པོ་ལའང་སྒྲལ་བ་ལག་པ་ཟེར)སྒྲལ་དུ་འཇུག་  
པ(མངལ་སྒྲོད་པའམ་དོད་དུ་འཇུག་པའི་བད་དང་། །སྒྲང་བྱེད་(རྒྱ)འདོམས་ཀྱི་སྒྲ་བ(ལོ་མཚན)སྒྲམ་ཆེ་  
བ(གཏོས་ཆེ་བ་དང་པན་ཆེ་བ)། །གཏེར་དུ་སྒྲ་བྱ་བ་དང་སྒྲས་(འདས་པ)དང་སྒྲོས་ཤིག་(བསྐུལ་ཆོག)དང་། །  
སོག་ཆགས་གོག་སྒྲར་(རྒྱའི་སོག་ཆགས་སྒྲལ་ཕན)མེ་ཆས་སྒྲད་པ(ཡུལ་སྐད་དུ་ཁོལ་མོ་ཟེར)དང་། །སྒྲོབས་ཀྱི་  
སྒྲངས་དང་ལུས་སྒྲངས་ཆེ་རྒྱང་དང་། །ཙུ་སྒྲར་སྒྲར་ལེན་(སྒྲོས་ཤེལ)སྒྲངས་སྒྲིད་(དམ་བཅའ་བརྟན་  
པའམ་དབྱང་སྒྲེལ་བའང་)སྒྲན་མ་རྒྱན་(དོན་མེད་ཟེར་ཀྱང་འདི་རང་འཐད)། །ཤུན་པའི་སྒྲན་པ(འབྱ་སོགས་  
ཀྱི)ཁྱང་བྱའི་སྒྲབས་(སྒྲུག་དང་སྒྲུག་ཆལ)དང་སྒྲད་(མང་ཁྱང་གི་ཆད)། །གཏེར་དུ་སྒྲེད་དང་འཆབ་པའི་  
སྒྲེད་པ་དང་། །ཉེས་པའི་སྒྲེ་ག(གཅེར་བུར་འཛིངས་པ་ལའང་)སྒྲེད་བྱེད་(རྒྱ)འདོམས་སྒྲེག་པ(དངོས་ངན་པའམ་  
ཤ་རྒྱང་བ་དང་སྐུ་པ)དང་། །གསུས་པ(རྟོ་བ)སྒྲོས་དང་སྒྲོད་དེ་པ་སྒྲོག་སྒྲོམ། །མེ་སྒྲོར་སྒྲོ་གཞོགས་  
སྒྲོམ་པ(ཟ་བ་སྒྲེ་སྒྲོན་པའང་)སྒྲོངས་(རྒྱ་ལ་སྒྲེ་བསྐུལ་ཆོག)དང་སྒྲོལ་(འདྲེས་པ)། །སྒྲུང་བྱ་སྒྲུངས་(ཟིན)དང་  
ལེགས་པར་སྒྲར་བ(འདས་དང་བྱ་བ)དང་། །སྒྲུག་ཆེ་(བྱག་ཅེ་སྒྲེ་ལིང་ཅའི་མིང་)ཏིལ་སྒྲད་(འབྱ་འཛོག་པའི་  
གནས་ཏེ་སྒྲོ་དང་སྐར་ཁྱང་མེད་པ)སྒྲུག་མོ་(དབྱེབས་འཛིང་མོ་དང་བྱང་མེད་ཀྱང་)སྒྲུག་ཅན་(ཆགས་པའི་འདས)  
སྒྲུག་བྱེད། །ཁོར་སྒྲིན་གཞོད་སྒྲིན་སྒྲིན་པ(མར་སྒྲིན་དུག་གམ་བཅུའི་དང་པོ)སྒྲིན་པའི་བདག་(ཡོན་བདག་  
གི་མིང་)། །དགོ་སྒྲོད་གསོ་སྒྲོད་(འདུལ་བའི་གསོ་སྒྲོད་)འདུར་སྒྲོད་(ཤི་བའི་འདུར་དང་སྒྲོད་ནི་འདྲན་ཆོག་

གོ)འབྲུ་བའི་སྦྱོང་། །སྤོན་སྦྱོར(གཙང་སྤོན་སྦྱོར་བ་བྱེད(འཁྲུལ་བའི་དོན་ལའང་འཇུག)དང་འབྲུབས་  
བའི་སྤྱ། །ཉིས་སྤྱག(སྤྱམ་སྤྱགས་སོགས)ཤ་སྤྱང་སྤྱང་བྱ(སྤྱ་མ་ར)སྤྱང་ཅི་ཅན། །སྤྱག་མར་ཁུར(མཉམ་དུ་  
ཁུར)དང་འཕྱིན་ལས་སྤྱག་ལེན(གོང་འོག་དགྲིགས་པ)སོགས། །གཙང་སྤྱ་ཅན་དང་སྤྱང་མ་གྲོགས་སུ་  
སྤོན(བཙལ་བའམ་བདར་བའི་དོན་དང་ར་མདར་བྱ་འདས་གཉིས)། །སྤོན་གཏོང(བོས་བའི་དོན)ས་ལེ་སྤྱམ་  
(གསེར་གྱི་མིང་)དང་གཡལ་བའི་སྤིད(ལུས་སྤིད་པའང་)། །སྤྱིབས་པ(སྤྱིགས་པ)ཟན་སྤྱས(བཞིས་པ)སྤྱམ་  
མ(སྤྱ་གུ་ལོག་དུ་ཡོད་པ)སོག་ཆགས་སྤྱལ། །སྤྱེ(སོག་ཆགས)དང་སྤྱེ་ལོག(རྒྱག)སྤྱེས(གང་བ་དང་སྤྱེས་པ)སྤྱེང་  
(རྒྱ་རྒྱུ)འབྲུགས་པའི་སྤྱིབས་སྤྱེས་ཀྱང་རྩོད་། །ཐག་པས་སྤྱེས་དང་ར་མདར་སྤོན་པ་དང་། །གྲོགས་  
སུ་སྤོན(བྱེད་བསྐྱལ)སོགས་བ་ཡིག་ས་མགོ་ཅན། །

གདོང་གི་སྤྱ་ར་ལུས་སྤྱང(ཁོག་སྤྱང)ཐོང་མིན་སྤྱར(ཁང་ཁྱུང་སྤྱར་དང་བཟང་པོའི་མིང་ལོར་སྤྱས་དག་  
ལ་སྤྱར་པོ་ཟེར་རོ)། །ནད་གསོའི་སྤོན(ཕན་པ་ལའང་འཇུག་ཉེ་སྤོན་བཏགས་པ་ནི་ཕན་བཏགས་པ)དང་སྤོན་  
པ་སྤྱར་མ་སྤྱལ། །སྤྱ་པབ(ཕམ་པའི་ཁ་སྤྱེངས)སྤྱང་ར(ཕབ་པ)སྤྱང་ཆོར(སྤྱ་སྤྱ་བཏོག་བྱེད)བྱ་སྤྱང(བྱ་དང་  
རྒྱང་མ)སྤྱག(ནི་རྒྱན་ཏེ་སྤྱབས་འགར་མ་མ་མིག་ཅེས་སྤྱལ་བའི་སྤྱོང་ལའང་འཇུག་པས་སྤྱབས་ཀྱིས་ཤེས་རྒྱ)། །སྤྱས་  
པ(ཉམས་པ)སྤྱག་རུམ(སྤོན་པའི་སྤྱིག་རྒྱ་རྒྱ་འབྲུལ་བ)སྤོན་དུག་བྱ(དབང་ཕྱག་གི་བྱ་རྒྱ་བའི་མིང་གི་བྱ་  
བག)། །སྤྱར་མ་སྤོན་དུག་སྤོན་མ(རྩི་མ)འབས་བྱ་སྤོན། །སྤོན་འདྲིན(གྲོགས་པོ་དང་གཉེན་བཤེས་པ)  
ལས་ཀྱི་རྩམ་སྤོན(བཟང་དན་སྤོན་ལེགས་མ་གཞོན་ལུ་མ)། །སྤྱེ་བ་དགུ(ཤ་མཚན་ཀྱང་)དང་སྤྱེ་སྤྱེ(ཚོགས་  
པའི་གྲིབ)སྤྱེལ་བ(འཁལ་བ)དང་། །སྤྱེག་ཅན(བཙོན་པའི་ཤའམ་བཤན་པ)སྤྱག་སྤྱེལ(སྤོན་སྤྱེ་ཤ་རྒྱལ་ཁྲིམས་  
པ་དང་བྱེད་མེད་ཀྱིས་བསད་པའི་ཤ་དང་ཕ་མ་བྱ་གསུམ་གཅིག་ཤ་གཅིག་གིས་ཟ་བ་དང་གཉིས་བཤད་པ་ཡོད)སྤྱེག་  
(ནི་ཉམས་དང་འཁོས་ཀ་དང་ཡང་གཅིག་དུ་རྩ་བའམ་ལྷག་མ་ལའང་)དང་སྤྱེལ(བལ་སྤོན)། །སྤྱུག་ཅི(འཕྲི་མོག)  
སྤྱུག་པོ(ཁ་དོག་དང་སྤྱུག་རྒྱང་བདེན་ཡོད་ཅེས་པ་སྤྱོད་འཕྱུང་སྤོན་སྤོན་ལམ་འདེབས་ཡིད་སྤོན་ཅེས་ཡིད་  
དགའ་དང་མོས་འདོད་སོགས)། །མིང་ནས་སྤོས་དང་སྤོས་ཅི(ཕན་ཚུན་ཀུན་ཤེས་ཀྱི་དོན་སྤོན་འགྲིན(གྲོགས་  
པོའི་མིང་སྤྱེ་སྤོན་འདྲིན་དང་སྤོན་འདྲིན་ཀྱང་ཡོད)དང་། །སྤྱུང་བ(བསྐྱང་བ་མགོ་སྤྱང་ཞེས་མགོ་ཉིད་བསྐྱང་བ་  
དང་སྤྱུང་བརྒྱད་ནི་ཐག་རིང་ལ)སྤྱུག་བཅར(ཐང་ཆད་པ)སྤྱུག་ཤད(སྤོན་ཤིང་ཉེ་སྤྱུག་ཤད་དང་སྤྱུ་ཀ་ཡང་ཟེར)  
སྤོན་ཀ་བྱེད(གཉེན་ཀ་བྱེད་ཅེས་གཉེན་བྱེད་པའི་བར་དུ་འཕྱིན་བསྐྱལ་བ་སྤྱེ་རེ་འགས་བག་མའི་མིང་དུ་འདོད་  
ཀྱང་ཁྱེད་དང་བུ་མོའི་ཁ་ལོ་བྱེད་པ་ལ་འཇུག)། །ཤིང་གི་སྤྱིག་མ(ཚལ་བྱ)སྤྱུག་མ(དོན་གཅིག)དུས་སྤྱུར་བ(བྱ་

བ་བསྐྱབ་དུས་ཐོན་དུ་སྒྲུབ་ཏུ་བྱ་བ་ལོ་དོན། །སྒྲུ་གུ་བེ་བེད་སྒྲི་གུའང་སྒྲུག་པ་(བཅུག་པ)སྒྲུང་བྱ(འབྲུག)  
དགུ[དབྱ]སྒྲུང་བ་(མནའ)། །སྒྲུན་པ་(ནད་ཀྱིས)སྒྲུན་མ(སྐབས་འགར་བཅུན་པ་ལའང)སྒྲུང་གནས(ཟས་  
བཅད་དེ་སྒྲུང་བ་སྒྲོགས་པའི་མིང་)སྒྲོན་པ་(སེམས་འཁྲུལ)སྒྲོ། །སྒྲོ་འབྲོག(རྒྱལ་ནད)སྒྲོ་བ་(ཞན་པ)གཏམ་སྒྲ(བྱ་  
བ་དང་བྱེད་པ)སྒྲས་པ་(ཟིན)དང་། །བདེན་པའི་སྒྲང་(གཏམ་གྱི་བད་དང་སྒྲན་མ་ཞེས་པ་ནས་ཀྱི་སྒྲ་ལའང་  
འཇུག)དང་སྒྲེ་སྒྲགས(མུ་ངན་གྱི་སྒྲ་དང་སྒྲེ་ནི་ཞན་པའམ་སྒྲལ་ཆར་ཏེ་སྒྲུག་བསྒྲལ་དང་སྒྲེ་བ་ཞེས་ངན་པར་སྒྲ་བ་  
དང་སྒྲེང་ཆོག་ནི་གསང་ཆོག་དང་སྒྲ་བ་ཙམ་ལའང)དུར་སྒྲིག(གོས་དམར་སེར་ལ་གྲགས་ཀྱང་ཆོས་སྒྲིགས་མས་  
བཙོས་པའི་དོན་ཅེས་དང་། །སྒྲིག་ནི་གོས་ཆོས་མ་ཞེས་པའང་སྒྲང་)གོས། །དེ་རྒྱམས་མ་ཡིག་ས་ཡི་ཐོད་  
བཅིངས་ཅན། །

བཀའ་སྒྲལ(ཟིན)བ་དང་དངོས་གྲུབ་སྒྲལ(བྱ་བ)དང་སྒྲོལ། །ཚུལ་བཞིན་སྒྲལ་བ་སྒྲེལ(སེལ་བ)  
བ་པོ་ལ་སོགས། །ས་མགོ་ཅན་གྱི་ཙ་ཉེ་མགོ་ཅན་རྒྱུགས། །

ཞེས་གངས་ཅན་བོད་ཀྱི་བད་ཡང་དག་པར་སྒྲོར་བའི་མིང་གི་བསྟན་བཙོས་སྒོ་གསལ་འཇུག་ངོགས་རིན་པོ་ཆེ་  
གཏེར་ཁྱིམ་ཞེས་བྱ་བ་ལས་མགོ་ཅན་གྱི་བད་བྱེ་བྲག་ཏུ་བྱེས་པའི་སྐབས་ཏེ་བརྒྱད་པའོ། །

མིང་རྒྱུད་སྤྲེད་འདོགས་ཅན་གྱི་ཕྱི་ཚན་སྒྲེར་དུ་བྱས་པ།

॥

གི་བྱེ་བྲག་དང་། ཀའུ་རི་སྒྲིག་གེ་ས་ར་(མེ་རྟག་གི་ཟུལ་འབྱ་དང་རལ་པ་ལའང་)དང་རུས་ཆེན་གེག་(ཤིང་  
ཁམས་པ)། ལྷ་སྐུས་ཀའང་ཙོ་ལོ་སྒྲིའི་རྩལ་གེགས་དང་། ཀྱི་སྒྱུ་གི་ཡིས་བཏབས་དང་གིང་ཀ་ར་(མོ་  
ཉའི་མིང་)། ཀྱི་མ་པ་(དུག་མོ་ཉུང་སྟེ་སྟོ་མོན་ནས་བྱུང་བ་འབྲས་བྱ་ཆེ་བ་ནུས་ལྡན་དང་། བོད་དུ་སྒྱེས་པ་གི་མ་པ་  
ཞེས་ཆུང་ལ་ངན་པ)གིང་ཤུ་ཀ(ཤུག་པ་དང་རྒྱ་སྒྱེགས་སྐགས་ལ)གིང་ཀང་(གཟའ)གི་ལ་ཡ(ལུར་པ)། ཀོ་བྱེ་  
ལ་སྒྲུན་(བྱ་འཕུར་སྒྲེབས་དང་ལྷམ་སྒྲག་རྣམས་གཅིག)དུང་འགྲོའི་ཀོ་བ་དང་། རང་དོན་ཀོར་ཙེ་(ཆུང་བའི་  
སྒྲི་ཀོང་བྱ་ཀོང་བོ་ཡུལ་(ཀོང་ནའང་)། ཀོ་ས་ལ(ཡུལ་ལམ་རྒྱལ་བོ་གསལ་རྒྱལ་གྱི་རྒྱལ་ཁབ)དང་ཀོ་གྲོད་(ཀོ་  
གྲོད་)ཐོད་ལེ་ཀོར་(ཉ་ཤིག་སྟེ་རི་མོ་འབྲི་བྱེད་དོ། ཀོང་ཙེ་(འཕུལ་རྒྱལ)ཀོ་མོ་ཀོག་ཙེ་(སྒྲི་ཀོ་རེ་མོང་(ཕྱག་  
གཡོག)། ཀོས་ཀོ་(ཞག་མའི་མ་ལེ)ཀོང་ཀོང་(དབྱིབས་གྱི་བྱེ་བྲག)ཀོལ་མ(ཟན་དོན)ཀོའུ་ཤི་ཀ(མཁས་པ་དང་  
བརྒྱ་བྱེན་དང་གུ་གུལ་དང་མཛོད་ལྡན་ལ། ཀོ་ཤསྒྲི་ཡང་མཛོད་ལྡན)། ཀོ་ཀེ་(འབྲུག་དང་སྐབས་ཐོབ་ཁུ་བྱུག་  
ལའང་)ཀུ་ཡ(ཁྲི་ཆུའི)ཀུ་བྱ་(འཛུངས་གེག)ཀུ་ལུན་(ཀུན་མ)དང་། ཀུ་བ(འབྲུ་འམ་འབྲས་བྱ་ཆེ་བ)ཀུ་ཤུ(ཤིང་  
རྟག)ཀུ་རེ་(ཆེ་མོ)ཀུན་དོང་(སྒྲིག་ཙོང་(སྟེ་སྒྲགས་སྟོང་ཙེ་དོག་མེད་པ)། ཀུན་ད(བ་སྒུ་ལ)ཀུ་ལུང་ཉ་(མེ་རྟག་  
དཀར་བོ)དང་ཀུ་ས་ལེ་(རི་སྒུལ་མཁས་པ་དང་དགེ་བ་ཅན་ལའང་)། ཀུམ་པ་ན་(ཤིང་རྟག)དང་ཀུ་རུའི་(ལུ་  
བྱག)མགིན་ཀུན་སྟོང་(གྲུ་གྲུའི་སེམས་མང་བ)། ཀུང་ཀུ(གུར་གུམ)ཆོས་དང་ཀུན་ཀ(ཐམས་ཅད)ཀུ་ཤ་སྒྲི། ཀུ་  
ཀུལ་ཀུལ་(སྟོང་ལ་སྒྲུར་བའི་སྒྲི)ཀུལ་ཀ(ཀུ་རེའི་མིང་)ཀེུ་(འབོད་པའི་བད་དང་)དང་ཀུར་ཤུད་(ཐེ་ཆོམ)དང་། ཀེུ་  
མ་ཀེུ་རུད་(ཕྱ་ངར་སྒྲེ་ངག)ཀེུ་རེ་(འཁོར་ལོ)ཀེུ་ལྷེ་(མུན)ཀེུ་(ཆོག་འཕམ)། ཀུར་ཀུར་(སྐད་སྒྲིག་པ)ཀོུང་ཀོུང་  
(དབྱིབས་གྱི་བྱེ་བྲག་སྟེ་ཀོུང་མོང་)ཀོུག་ཀོུག་(དང་བོ་མེན་པ)ཀོུལ་ནི་མཐིང་(པོ)། ཀུང་ཀེུ་དོན་(ཡི་གེ་ཀ་ཉ་  
བྱ་ཐོག་མའི་དོན་ཉེ་གོང་ངམ་སྟེང་ལའང་)དང་ཀུན་ཀ(སྒྲིན་འཛུགས་པའམ་སྟངས་འདོགས་པ)ཀུ་སྟོ་བྱེ་རེལ་བ་དང་། ཀུ་  
ཀུང་པ་(མགོ་ཡི)ཀུང་ཀོར་(སྟོང་ཀོར་རམ་སྟོང་གོས)ཀུག་པ་(ལྷག)ཀུག་ཙེར་(ངག་འབྲལ་ལམ་ཅ་ཙེ)སྒྲི། ཀུབ་  
པ་(ལ་བ)མཐའ་ཀུས་འབྲམས་ཀུས་རྒྱ་ཆེའི་སྒྲི། ཀུག་ཉ་(གཞོད་པའམ་འབྲན་པ)ཀུང་སེ་(གཞོན་ལུ)དང་  
ནི་གོས་ཀུས་ཀུབས་(ལུབ་པ་དང་གྱོན་པ་བརྒྱན་པའི་དོན)། ཀུར་སྒྲུངས་(ཆིས་གྱི་སྐབས་བཏག)ཀུང་ཉ་  
ནགས་ཀུང་(ནགས་གསེབ་སྒྲག་པོ)ཆུའི་ཀུང་(དོགས)དང་། ཀོུལ་སོང་ཀུ་དང་མདོ་སྟེ་སྟོག་(པ་བོ་དང་  
སྟོག་བྱེད)པ་དང་། ཀུལ་འ་སྟོང་ཆུ་ཡི་ཅ་སྟོང་སྟོང་དཀྱིལ་(སྟོང་དུ་ལུར་པ་ནི་དབང་དུ་ལུར་བ་དང་སྟོང་  
ཞེས་པའི་སྒྲི་ནི་ནང་ངམ་དཀྱིལ་གྱི་དོན)དབྱས། ཀུཐབ་ཀོུལ་ཅན་(གཞོད་རྒྱ)དང་རང་གཞན་ཕུང་ཀོུལ་  
སྒྱུར་(བརྒྱག་པའི་དོན་ནམ་ཕུང་བར་བྱེད་པ)། ཀིུག་ཀིུག་(ནན་ནན)ཀོུང་ཀོུང་(མིག་གིས་ཉ་མགོ་དང་ན་བ)

གྲོག་གྲོག་(སྒྲ་སྒྲ་དང་ཉམ་སྒྲ་)ཀྱ་ཀྱ་(རྒྱ་བས)འབྲེ། སྒྲིལ་ཀྱང་ཀྱང་དེ་(ཚོག་བུར)ཨ་གྲོང་(ཞང་  
སྒྲ་དང་ལྷུ་སྒྲ་ཐོང་དུ)ཀྱ་ཀྱ་(ཙཱ་ཀྱ)དེས། ཀྱང་པ་(རྒྱ་དང་ལྷུ་སྒྲ་ཀྱང་(རལ་པ)ལུས་ཀྱང་(ལུས་པ་ཁོ་ནའི་  
མིང་)ལ་སོགས་པ། ཀྱ་ཡིག་མིང་རྒྱ་སྒྲ་འདོགས་ཅན་གྱི་སྒྲེའོ། །

༼ཁ༽

ཁ་བ་གངས་(ཅན)དང་ཁ་དོག་གདོང་གི་ཁ། ཁ་ཅིག་(འགའ་ཞིག)ཁ་ཤས་(ཉུང་ཤས)ཁ་མེད་  
(ཐབས་མེད)ཁ་ཏ་བ། ཁ་ཆེམས་ཁ་ཟས་ཁ་མ་བུ་(ཤིང་རྟོག)ཁ་མས་ལ་འཛོད། ཁ་ཤག་འགྲེད་དང་ཁ་  
ལོ་སྒྲར་པ་དང་། ཁྱིང་ཁ་མས་འཛིག་རྟོན་ཁ་མས་དང་མདོག་ཁ་མ་པ། ཁ་མས་གསུམ་ཁ་འཁོར་  
ཁས་འཆེས་(ནི)ཁས་སྒྲངས་པ། ཁ་རྒྱ་(སྒྲ་རིགས་གདུས་པའི)ཁང་པ་ཁག་ཐེག་ཁང་གྱི་(དལ་བུའམ་རིམ་  
གྱི་དོན)དང་། ཁྱུ་པོའི་ཁབས་(བཙུན་མོ་དང་མོ་བྱང་ལའང་)དང་ཆེམས་(བྱེད་གྱི)ཁབ་(ཁབ་ལེན་དོང་)  
ཁལ་བཀལ་བ། ཁ་ཁྱི་ཀ་དང་ཁ་དུམ་(དང་)ཁ་ཕྱིན་(སྒྲིལ་མཐུན་པ)དང་། ཁ་ཁར་བྱེད་པ་ཁམ་(སྒྲར་  
ཁའི)ཁང་(འཕྱུ་སྒྲེ་བཞུང་ལ་ཁང་ཅེས་པ་རྩ་བུ)ཁལ་དུ་ཁོལ་(བསྐྱལ་ཆོག)། ཁྱིང་ལོག་(བྱན་བུ་ཁ་མི་ཉན་པ)  
ཁེ་སྒྲུལ་ཁེ་དུག་(འདི་གཉིས་དང་རྒྱལ་དང་རང་འདོད)ཁེམས་(བྱེམས)ཁེབས་(སྒྲིང་དང་རྒྱབ་གྱི)ཁེལ་(རྒྱུད་ལ)། ཁི་  
དུགས་ཁ་ཤ་ཁ་མཐུ་ཁེངས་པ་མེད་(དང་རྒྱལ་མེད་པའི་དོན)། ཁེ་བ་(ཚོང་གི་སྒྲེ་བའང་)ཁེ་དང་ཁེར་  
རྒྱང་ལུར་ཁའི་ནད་མིན་བུ་སྒྲུང་གཟེར། ཁུ་འཕང་ཁུ་བྱུག་(ཁུ་བྱུག་པ་ཞེས་སྒྲ་ཀྱང་)ཁུ་ཡེ་(འབོད་པའི་  
བདེ)གཡང་གི་བད། ཁུ་ཡེ་(འགོང་པོ)ལག་དགུ་ནང་དུ་ཁུག་མ་ཁུག་ དལ་གྱི་ཁུག་སྒྲིག་རྒྱུ་ཁུགས་  
སོ་(ས་ཁུགས་རྒྱ་ཁུགས་ཐག་ཁུགས)རྒྱའི་འབྱེལ་ཁུགས། ཁྱུང་ཁྱུངས་ཁྱུང་བུ་(ཁུག་པ)ཁུམས་(ཤེས་པ་དང་  
མཐོང་བའི་བད་སྒྲེ་དུས་འདིར་སྒྲིབ་པ་བྱང་ནས་རྩ་ཞལ་ཁུམས་རྩ་བུ)དང་ཁུར་པོ་(དང་སྒྲོ་ཁུར་མང་པོ་ཡང་)དང་། །  
ཁུད་པ་(སྒྲིམས་རྒྱུངས་དང་ཁུད་དུ་བྱས་པ་ནི་མང་པོའི་ཡིན་པ་བདག་རང་གཅིག་བྱས་དབང་དུ་བྱས་པ)ཁོས་པ་  
(འདུན་པ)ཁོང་འབྱེད་(ཁོང་འབྱེན)ཁོན་འཛིས་(ཞེ་བཟུང་བ)དང་། ཁོ་ར་(སྒྲོར་མོ)ཁོར་བྱུག་(འདི་གཉིས་  
དོན་གཅིག)ཁོར་ཡུགས་ཁོ་ལག་(ཡངས་པ་དང་ཞེང་ལའང་)དང་། ཁོ་བོ་ཅག་དང་ཁོ་ན་རེ་(འབོད་སྒྲུ)  
སོགས་དང་། ཁོ་ན་ཉིད་དང་དལ་ཁོམ་ཁོད་སྒྲིམས་པ། ཁུས་སོགས་ཁོག་པ་(ཤ་ཁོག་ཁོག་སྒྲོང་སྒྲོང་  
ཁོག་དབུབ་པ)ཁོན་ཁོན་སྒྲར་ཁའི་མིང་། ཁེ་སའི་ཁོང་དང་ཁོང་ཁོ་(ཞེ་སྒྲུང་)ཁོངས་སུ་གཏོགས། །  
ཁོལ་མོ་(བྱན་མོ)གཤང་དང་ཁོལ་པོ་(བྱན་གྱི་མིང་)ཁོལ་མ་འབོང་(དང་སྒྲར་ཁུང་ལའང་)། ཁོད་སྒྲིམ་(ཡིད་

མི་དགའ་བ། ཁོན་བཅུག་(མི་མཛའ་བ)ཁོང་བ(བྱང་ཁོག)ང་ཁ(ཤིང་དང་ཟངས་རག་སོགས)ཇས། །ཁ་ཐེར་  
(གར)ཁང་ཁང་(སྒྱ་སྐད)ཁམ་བ(གཡོ་སྒྱུ)ཁམ་ཁམ་བརྟུང་(ཆིང་པོར)། །ཁ་གེ(ཚ་གེ)ཁུ་གེར(ཚུ་གེ)དང་  
ནི་ཁ་ཁོ་ཅན(སྒྲོ་ཐུང་བ)། །ཤ་རི་ཁག་དང་ཁ་སྐྱག་ཇས་ཁ་བོ། །གོ་ཁབ་ཁ་མན(རིན་ཆེན)ཁལ་དང་  
གཡར་ཁལ་ཙམ། །ཁམ་ཁ(བདུད་ཀྱིས་དམོད་པ)ཁམ་རིས་ཁལ་མེད(ངོ་ཆ)ཁེས་པོ(ཁུར་པོ་སྒྲེ་མང་པོ་དང་  
དཔངས་མཐོ་བ་ལའང་)ཟྱ། །ཁེའུ(ཁུང་ཏུ)ཁེ(ཁུས་མ་སྒྲེ་ཁུངས་དཀར་འབྲ་བའི་འབྲ)ཁེམས་ཁུ་སོགས་བསྐུལ་  
ཆོག་ཁྱིགས་ཆོད(གདམ་པ)ཁྱིམས་ཁུལ་དང་ཁལ་སོགས)བཞག་པ། །ཁེ་ཁལ་ཁོ་བ་ཁོ་གཏུམ་ཁོ་བོའི་  
བཞིན། །ཁོལ་ཆགས་ཁོན་པ(དོང་ཆུ)དུར་ཁོད་མང་ཆོགས་ཁོམ(འདུས)། །ཁོ་སྐྱགས་ཏེ་ཁོ་ནག་ཅེས་  
བའང་ཡོད་ཡི་སེལ་ཁོལ་(རོལ་མོའི་བྱེ་བྱག)ཁོག་ཁོག་ཁོང་ཁོའི་ཆུ། །སྐྱན་སོགས་ཁོལ་བུ(མ་བརྟུང་བ་དང་  
ཁོལ་ཆོག་དང་ནང་ཁོལ་ལའང་མིང་གཞི་འདི)ཁོས་ཁུལ་ཁེན་པའི་ཁེན། །གངས་ཀྱི་ཁོ་ཆོ་ཕྱག་ཁྱིག་ཁྱི་  
གཏུགས་(ཉི་མ)དང་། །བཞུགས་གནས་ཁྱི་དང་གནས་སུ་ཁྱིད་པ་དང་། །ཁྱིགས་ཆགས་འདོད་པ་དང་  
གྲལ་ཆོག་ཁྱིགས་(བསྐྱིགས་པའི་དོན)ཁྱི་དུང་ཁྱིས་སུ་འཇགས་(ཆིང་བའི)། །ལག་པའི་ཁུ་དང་ཁུང་ཁུང་  
(བྱ)ཁུས་གསོལ་བ། །ཁུད་(བྱེད་པ)ཁུས་(མིང་དང་བསྐུལ་ཆོག)ཁུང་(ཆང་སོགས་ལ་ཁེས)དང་ཁག་ཁུག(དཔེ་  
ཆ་སོགས་འཛིངས་པ་ལ་ཁུག་གེ་ཁེས་པའང་)ཁུམས་སྟོད་སྟངས་(སྐར་མ)། །ཁུན་རིང་(དུས་རིང་)ཁུགས་(ཁུར་  
བའི)དང་ཁུམས་ཁང་ཁུད་པར་དུ། །ཁྱོ་ག(སྐྱེས་པ་སྒྲེ་ཁྱོ་ཤུག་དང་ཁྱོས་པོ་ནི་བཟའ་ཆོ་དང་ཁྱོ་ཀའང་འཛི)  
ཁྱོད་ཅག་ཁྱོར་བས(ལག་པའི་སྐྱེམ་པ)ཁྱོ་ཁྱོ་ཁྱོགས་(གནམ་ལ)། །ཁྱོད་ཀྱིས་ཁྱོར་ལ་གོང་ཁྱོར་ཁྱོ་ཤིང་  
(སྐྱན་ཏེ་འབས་བུ་དམར་པོ་ཅན་ཡུལ་སྐད་སྒྱུ་གེའང་)ཁྱོ། །ཁྱིམ་དང་ཁྱིམ་ཐབས་(བུད་མེད)ཁྱོ་ལ་མ་རི་སྐྱན་  
(ཁེང་ཁེང་ཁུ་ཁྱུ་ཁྱུ་བ།)། །གཏུགས་ཁྱིམ་གྱར་ཁྱིམ་དུད་འགོའི་ཁུ་སོགས་དང་། །ཁུད་འཁོར་སྐྱན་དང་  
ཁུ་ཁུད་ཁུད་མོར་འཁོར། །བྱ་ཁུལ་ཁུང་(ཁུང་ཐེར་དང་ཁུང་སྐྱགས་ཤེས་སྐྱན་དང་རིན་ཆེན་ལ)དང་ཁུགས་  
ཁུགས་(སྒྲོག་དང་མེའི་སྐྱགས་མ་སོགས)འཁུག་པ་སོགས། །ཁ་ཡིག་ཁུང་འདོགས་ཐུན་པའི་ཐེ་ཆན་ནོ། །

## ༼ག༽

གྲ་དོར་ཤ་བ་ཁ་ཤ་བསེ་ཅུའི་ར། །ག་དར་བྱེད་དང་ག་གེ་ཡུལ་སྤྱིའི་མིང་། །གར་མའི་ཆང་  
(བཟང་བའམ་བསྐྱ་བ)དང་ཁྱ་གར་གར་ཐོད་ཐོད(གང་འདོད་དུ་བྱ་བ་ཉ་བྱ)། །གང་(དང་གག)ནི་སྤྱི་སྤྱི་  
གང་ཞིག་གངས་ཀྱི་རི། །གར་ཁྱ་ཆུ་དང་བྱ་གག(གག་པ་ཁྱི་ནད)གམ(གན)ནི་མདུན་(ག་ལ་མ་ཡང་)། །

གན་གྲུལ་གཤམ་མེད་ཐབས་མེད་པའི་བདེ་གཤམ་ཆེ་གཤམ་དུ་སྒྱུར་(ཐད་ཀར་བསྒྱུར་བ།) ། གཤམ་ཤི་མེ་བ་  
སོགས་ཀྱི་གང་བུ་(འབྲུ་ཡི)སྒྲོད་གང་གང་སྒྲོངས་མེད། ། གཤམ་ཅི་(ཞང་སྐད་འགག་པ)གཤམ་བུ་(གཟུ)གཤམ་པ་(ཏྲ་  
སོགས)གཤམ་ཞི་(བཞད་བགད)དང་། ། གཤམ་གཞིལ་གཡའ་སྒོག་པའི་གཤམ་གོན་(ཞ་ཉེའམ་ཉུངས་མ་དང་ལ་ལུག)གཤམ་  
བཟུང་(སྤྱན་འབྱིན་པའི་མེད་)གཤམ་ཅིག་(གང་ཞིག)དང་། ། གཤམ་རྒྱུ་རྒྱུ་(འགན་འཛིན་ཏེ་མཛོད་ལྷན)དང་གཤམ་  
(རིན་ཆེན་དང་གཤམ་ཐོན་ཐོན་སྤང་པའི་སྤྱོད་)གངས་གཤམ་ཆུང་། ། གཤམ་ཅེ་(ཅིས་ཀྱི)གཤམ་བུ་(དང་ཀྱུལ)གཤམ་ཆད་(ཐད་ཆད་  
པ)གཤམ་མོ་(བཞད་པ)གཤམ་(སྤྱུལ)། ། གཤམ་ཤེད་(ཟུར་ཞིག)གཤམ་བུ་(ཞོག་སྒྲོང་མེད་པ་གྲུ་བཞི)གཤམ་བུ་(ཞང་མོ་མེན་  
པའི་སྒྲོ་ལུག)གཤམ་བུ་(གཤམ་དུ་འཁོད་པ)། ། གཤམ་ཡོ་(ཉེ་འཁོར)གཤམ་བུ་(སྤྱན་ཏེ་གཤམ་ཉིས་ནི་སྒྲོ་གཤམ་གྱི་ནན་  
གྱིས་སམ་ཀྱུལ་གྱི)གཤམ་མོ་(གཤམ་ཆེ་བ)། ། གོ་ལའི་སྤང་དང་གོ་རྒྱུ་པོ་དང་བཅོན་རའི་མེད་། ། གོ་ར་མ་  
ཆག་(ཐེ་ཆོམ་མེད་པ་སྤྱོད་གོ་ར་མ་བཟུམ་པའང་)དང་གོ་ར་མོ་སྤང་བའི་སེམས། ། མངལ་གནས་གོ་ར་གོ་ར་པོ་  
དང་གོ་ར་མ་རྩོ་(སྤྱོད་གོ་ར་མ་ཆག་ཅེས་རྩོ་ཆག་པ་ལའང་)། ། ཐོས་པའི་གོ་དང་གོ་ས་གོ་འཕང་དང་། ། གོ་ལུ་  
གོ་བྱེད་(འདི་གཉིས་སྤྱན་ལམ་གོ་ལ་(ནོར་)ལོག་པར་གོ་ལ། ། གོས་གོན་རྒྱུ་བའི་གོ་སྤྱུལ་(འགྲོ་ཚུལ)  
གོ་མས་སྤྱུ་ལུགས། ། བོ་རྒྱུ་གོ་དང་ལ་མ་གོ་དང་(ཕྱོགས་རིས་མེད་པར་སྤྱིན་པ་འབྱེད། གོ་བོ་(འདབ་ཆགས)  
གོང་མོ་གོང་བུ་གོང་ཁྲུང་། ། བསྐྱེགས་(གཞུང་བསྐྱེགས་པ་སྤྱོད་རང་ལུགས་ལ་གོང་འཐད)པ། གོ་འདུན་(ཆོགས་  
པ་དང་སྤྱོད་ཆོགས་སམ་གང་མོས)གོ་རེ་(རྩོགས་པ)གོ་ར་བུ་(ལུགས)གོ་རེ་ལོང་(ལུག་གཡོག་སྤྱོད་གང་དང་ལས་གང་  
བྱེད་པ)། གོ་ར་པོ་(དབྱིབས་གྲུ་བཞི)སྤྱོད་གོ་ར་ཞོ་ཤུ་(སྤྱན་གོས་གོ་ལུབ་(ལུབ་ཚྭ་གོན་ཏེ་མཚོན་བཏགས་པ་ཏེ་གོ་  
ལུབ་ཅན་ནི་གོ་ལུབ་ཅན་གྱི་མེད་དོ་)། གོ་ར་མ་(ཐེགས་མ་དང་ལྷག་མ་ལའང་)གོ་ལུབ་(བྱ་སྤྱོད་པ)གོ་བན་(རོལ་མོ་  
དང་ཁྲི་གོ་འབྱེད་པ། ཤིང་གི་གོ་ལ་བུ་(ཡལ་ག)གོ་སར་(རལ་པ་དང་སྤྱན་གྱི་གོ་སར་གསུམ་སོགས)ཡི་གོ་(ཐུ་  
གོ་སོགས)(ལ་བར་ཆོག་མི་འདོར)། གོ་ར་མ་(རང་མའམ་རག་མ)གོ་ཁོད་གྲུ་གྲུལ་གྲུར་གྲུམ་སྤྱོད། རི་དྲགས་  
གྲུངས་དང་གྲུ་གོ་(ཡི་གོ་ལའང་)ཞང་ཞུང་ལུལ། ཉི་མའི་གཞུགས་གྲུང་ནམ་གྲུང་རུས་ཆེན་གྲུང་(ས་  
ལམས)། གོང་ཆེན་(ལས་བྱེད་པ)གྲུ་དོག་(འདིར་སྤང་གི་བྱ་བ་ལུགས་ཀྱི་གྲུ་ལ་བསམ་པ་མེད་ཅེས་པ་ལྟ་བུ་ཡང་)  
གྲུར་བུ་(དབྱིབས་གྲུ་བཞི)གྲུན་(བསབ་བྱ)གྲུད་པ་(རྒྱད་པ)། ། དམན་ཆོག་གྲུ་(ཐུར་ཅིག་གྲུ་ལྟ་བུའི་གྲུ་ནི་སྤྱོད་ཆོག)  
དང་རང་ཆེ་མི་གྲུབ་(མི་ལུས་པ)པ། ། གྲུ་རུ་(ཞིས་པ་ཞང་སྐད་ཡོན་ཏན་དང་འཁོར། ལེགས་སྒྱུར་སྤྱོད་པ་ལ་  
འཇུག)དང་ནི་གྲུམ་པ་(ཤི་བ་དང་ས་ཡོད་ཆོ་སྤྱོད་གཅོད་པའི་བསྐྱུལ་ཆོག)གྲུ་པ་(ཉམས་པ)དང་། ། གྲུ་ཐོ་(ན་རྒྱན)  
གྲུག་པ་(བསྐྱེག་པ)གྲུ་ཅོམ་གྲུ་ཆོམ་(འདི་གཉིས་མ་བཏགས་པའི་དོན་དང་ཐེ་ཆོམ་ལའང་)དང་། ། གྲུད་(སྤྱོད་པ་



ཆེན་དང་གྲུ་བ་(གྲུ་བ་ནི་ཉེས་པའི་སྒྲ་སྒྲེ་ལམ་དུ་གྲུ་མ་ཉེས་སམ་ཞེས་པ་རྩ་བུ་སྒྲུ་གྲར་(འདུལ་དུ་མ་)ཡ་གྲུལ་བ་(སྒྲ་བ་མེད་པ།) ། བརྟེན་པ་པའི་གྲུང་དང་གྲུ་ཡ་(ཅིག་ཤོས་)གྲུ་གྲུ་མ་ལན་(མི་བརྟན་པ།) ། གྲུ་ལོ་མ་པ་(ལུན་ལུ་མ་ཆོག་པ་)དང་གྲུ་ལོ་མ་སྒྲུང་བའི་སྒྲ་(གཟུགས་ལམས་སྒྲ་ཡི་བྱེ་བྲག།) ། གྲུ་ལིང་རྟ་དང་གྲུ་མ་ཤང་(རོལ་མོ་དང་ལུ་ལ་སྒྲ་བས་གྲུས་འཇུག་སྒྲེ་ལུ་གྲུ་མ་ཤང་ནག་པོའི་མགུལ་ནས་སྒྲར་ལོག་གོ ། རྩ་བུ་གྲུ་ན་བ་(ནི་རང་ཉིད་ཁོངས་སྒྲུང་གི་ཆོག་དང་དམན་པའམ་དོན་མེད་པ་སྒྲེ་གྲུ་འདའ་དང་གྲུ་ན་མདའ། གྲུ་འདར་ཡང་འབྲེའོ།) ། མཁུང་བའི་གྲོང་དང་གྲོང་དང་གཉེན་གྲོས་པོ་(མག་པའི་སྒྲུ་ཆེ་བའི་མིང་)། ། གྲོ་མོ་(སོ་མག་གོས་སོགས་)གྲོན་དང་གྲོག་ཆེན་(གྲི་མི།) ། གྲོང་རལ་(ས་ཞག་)གྲུར་ཅིག་གྲུ་བ་(བཀྲར་བའམ་འགུལ་བ་)གྲུར་མེད་བྱས། ། གྲང་ནད་གྲང་འཇུགས་སྒྲུ་གྲ་(གཅན་གཟན་སོགས་)ཀྱང་བའི་གྲང་། ། རྩོ་མོ་སྒྲེ་མའི་གྲ་མ་ཤིང་གྲ་མ། ། བརྟེན་བའི་གྲངས་དང་སྒྲན་གྲགས་འཇུག་རྩར་(སྒྲ་གྲག་ཆེ།) ། གྲ་(འགྲིག་)གྲིབས་(སྒྲ་གོན་)གྲུལ་(འཆོགས་)གྲས་(ནད་གསེས་)གྲམ་པ་(ཆུའི་གོས་སོགས་)གྲ། ། ཆོས་གྲ་སྒྲོམ་གྲ་གྲིབ་མ་(ལུས་)གྲི་དང་གྲིབ་གཞོན་གཞོན་གྲི་བ་(མགྲོན་དང་སྒྲར་མ་)དང་། ། རལ་གྲི་གྲི་(ཁྲག་གྲིལ་གོས་དར་གྲིས་)དང་ཤིན་ཏུ་གྲིམས་(སྒྲུང་པ་ལུས་དང་རིག་པ།) ། ། ལུལ་གྲུ་ཐ་གྲུ་བཞི་ནམ་གྲུ་(མོན་གྲུ་སྒྲེ་སྒྲར་མ་)དང་། ། གཞོད་སྒྲིན་གྲུལ་བུམ་(དི་ཟེའི་ཐེ་)གྲུང་པོ་(རིག་པ་སྒྲུང་པོའི་མིང་)གྲུ་གཟིངས་(གྲུ་བཙས་པ་ནི་གྲུ་བཙུག་པ་)འཇུགས། ། དངོས་གྲུབ་གྲུབ་ཐོབ་ནག་པོ་གྲུ་བཞི་དོ་(མ་བོད་ལོང་བུ་འདྲ་བ།) ། རྩོག་ཆགས་གྲུམ་པ་ཆག་གྲུམ་(གྲུགས་)གྲུམ་བུ་ནད་(གཉན་ནད།) ། གྲུ་ཆར་(སྒྲུང་ཆར་)གྲུབ་པ་(ལས་གང་ཞིག་མཐར་ཕྱིན་པ་དང་རེད་པ་ལ།)གྲུ་ཆོགས་གྲུམ་ཅེ་གྲོངས་(སྒྲུ་སྒྲེ་ཟེན།) ། རྩོ་གཤིང་གྲོ་བཞིན་(སྒྲར་མ་)རེམ་གྲོ་(བརྟེན་བཀྲར་)སྒྲུ་གྲོན་(འགྲོ་ཆེ།) ། འཇུ་ཡི་གྲོ་དང་གྲོ་མ་(རྩི་རྟོག་)སྒྲུང་གྲོལ་(གཞན་སོགས་ལས་)གྲོལ། ། རྩོག་རོང་(ངམ་གྲོག་ནི་གཙོང་རོང་སྒྲེ་གྲོག་མོ་སལ་ལུལ་)གྲོག་ཤིང་(ཁང་ཐོག་དང་གྲུང་རྩིང་གད་རལ་སོགས་དོས་ལ་སྒྲེ་བ་སྒྲ་ཐན་ཐན་གི་ནམ་པ་ཅན་ཏེ་གྲོག་ཞིང་ཡང་ཟེར་)གྲོན་ཅན་(སྒྲུམ་ཞིང་མང་བའི་ཟས་)གྲོད་པ་(ཕོ་བ)ཅན། ། རྩོང་(བརྟེན་ཐག་ཙམ་)དང་གྲོང་ཁྲེར་(བརྟེན་ཐག་ཙམ་)གྲོང་བདལ་(དེ་ལས་མང་བ)གྲོ་ཁ་(ལམ་བརྟགས་སམ་རྩོ་)དང་། ། རྩོག་ཆགས་གྲོག་མ་གྲོགས་པོ་(མཆོད་གྲོགས་)གྲོས་(སྒྲོ་གོས་ལའང་)བཟུར་བ། ། རི་དྲགས་སྒྲ་བ་སྒྲ་རྩི་(རིལ་བུ་ལ་སྒྲ་བའི་རྩོར་བུའང་ཟེར་)ལས་བྱེད་སྒྲ། ། སྒྲ་རན་སྒྲ་གོར་ཞོ་ཤ་སྒྲ་སྒྲང་(འདི་གཉིས་སྒྲན་)སྒྲལ་(གཡལ་བ།) ། སྒྲགས་རྩོ་(དང་སྒྲགས་པ་ནི་འཇུག་པའམ་འགྲོ་འཆོམ་)སྒྲགས་མི་རྩོད་(དང་སྒྲགས་མི་ཁ་ཞེས་མི་བྱབ་པའི་སྒྲ)དང་བྱ་ཡི་སྒྲག ། སྒྲང་ཐབ་(ཕོ་ནད་)སྒྲམ་པ་(སྒྲམ་བུ་མཐུག་པོ་)པོ་སྒྲང་(ནད་ལང་ཐབ་དང་སྒྲ་བྱ་ལའང་)ལན་རྩོན་སྒྲན་(སྒྲན་ཡང་ཟེར།) ། རུད་འགྲོ་སྒྲང་དང་སྒྲང་ཆེན་

(ཤིང་སྒང་མའང་)སྒྲེགས་བཅ་དང་། །རལ་བའི་སྒྲེགས་བྱ་ཚལ་བྱ་དང་ཐོར་ཅག་སྒྲོ་སྒྲེགས་  
གཏམ་སྒྲིང་བ(སྒྲུ་བ་སྒྲིང་གཞི་སྒྲིང་མོ། །ལེབ་མོར་སྒྲེབས(མནན་བ་)དང་སྒྲེན་བ(རིག་བ་)སྒྲེས་ལ་བོར་  
(དང་དུ་མི་ལན་བ་)། །འཛམ་བྱ་སྒྲིང་(བཞི)དང་རོལ་མོའི་སྒྲིང་བྱ་དང་། །སྒྲུ་དབྱངས་སྒྲོག་གི་སྒྲུད་  
དང་ཐར་སྒྲུད་སྒྲོགས། །སྒྲོ་བྱར་སྒྲོ་འབྱར(གཞལ་ཡས་ཁང་སྒྲོགས་ཀྱི)གཞོགས་ཀྱི་སྒྲོ་དང་སྒྲོད(སྒྲོད)། །  
སྒྲོ་དགོག(ལུང་བ་དཀའ་བ་)སྒྲོ་བ་ཕྱགས་ནད་སྒྲོ་ཉོན་དང་། །སྒྲིང་ག(སྒྲོ་གནས)སྒྲོས་བ(སྒྲོངས་བ་)སྒྲོ་  
རྟེན(སྒྲོ་བྱར་དང་ཉེར་འཁོའམ་བྱར་ནས་བརྟེན་བ་)སྒྲོས(སྒྲོང་)ཕབ(ཆང་གི)སྒྲུམ། །སྒྲོག(འཕྱག)སྒྲོག་ནད་  
(བགས་ནད)ག་ཡིག་རྒྱང་འདྲགས་ལྗེའོ། །

### ༼ད༽

ད་ཅག་ད་རྒྱལ་ད་བོ(ད་རྒྱལ)སྒྲོམ་སེམས་སྒྲ། །དར་འཛིན(བདག་འཛིན)དང་ཉིད་དང་གྲོལ་  
དང་བ་བྱ། །རྩི་དད་དྲི་ཡི་དད་བ་དར་ལྷན་གྱི། །དན་སེམས་དམ་གྲོག(གཙང་རོང་སྒྲེ་ཤ་སྒྲམ་གྲོག་པོ་  
སལ་སྒྲལ་ཞེས་བའོ)དར་སྒྲུབས་སྒྲུ་བའི་དག །དལ(ཐང་ཆད་བ་)དང་དལ་སྒྲེགས་དལ་བསྒྲོ་སྒྲོ་དལ་  
མེད། །དང་རིང་(སྒྲོ་རིང་)ད་རོ(སྒྲོ་སྒྲུད)དམ་རིང(ཡུལ)ད་མིན་བདུད། །དེད་ནམས་དེས་པར་དེས་  
པའི་དོན་ལ་འཕྱག །དོ་བོ་དོ་མཚར་དོ་མ་གཉིས་ཀྱི་ཆོག །གཞན་དོར་དོམས་བ་མེད(འཐུང་ཡང་)  
དང་དོམ་པར(གཞན་ལ)བྱེད། །དོ་མཐོན(ནན་ཀྱི)དོག་ན(སྒྲོང་ན)དོག་གོ(ནོན་ནོ)སྒྲུད་དོག་དང་། །ཁྱ་  
དོགས(སྒྲོ་དོགས་ཀྱང་)འཕྱག་དོགས་དོག་མ་བྱ་དངག་དང་(ལྷ་དན)། །བྱ་སྒྲུ(ལྷ་དན)བྱ་འབོད་འདབ་  
ཆགས་བྱར་བ་དང་། །བྱར་སྒྲིག་བྱད་འགོ་བྱར་སྒྲོགས་ད་རྒྱང་དོ། །

### ༼ཅ༽

ཅ་ཅོ(སྒྲུད་ཀྱི་བྱེ་བྲག)སྒྲུ་དང་ཅང་ཤེས(རྟ)ཅང་ཉེའུ(ཐོད་རྟར)། །ཅ་ལི(བྱིས་བ་)ཅ་ཀ(དང་)ཅ་  
ལག(ནོར་སྒྲིའི་མིང་)ཅ་ཏ་རི(སེར་པོའམ་སྒྲུག་སྒྲུ)། །ཅལ་ཅོལ(སྒྲོ་སྒྲུད་སྒྲུན་བྱེད)ཅབ་ཅབ(ཟས་སྒྲུ)ཅན་ཅེར་  
(པོར་བ་སྒྲེ་གོང་ཆོག་ཅ་ནེ)ཅས་ཅུས(ཅ་སེ་ཅུ་སེ)ཅང་(རོལ་མོ)། །ཅམ་མེ(ཐམས་ཅད)ཅལ་འདྲོག(སྒྲོ་བྱར་དུ)  
ཅེར་ནར་(དུས་ཅིག་གམ་ཅེས་ཀྱང་)ཅི་ག(ཐེ་ཆོམ)ཟ། །ཅི་སྒྲོས་ཅི་གར(ཅི་རྟར)ཅི་བགྱི(གཡོག་པོ)ཅི་ཆེབ  
(མཐར་ཕྱིན་བ་)དང་། །ཅིག་ཤོས(ཡ་གྲལ་བ་)ཅིག་ཆར(ཅར་ཀྱང་ཡོད་དེ་ཡོངས་རྒྱུགས)སྒྲུངས་དང་འདྲི་

ཆོག་ཅི་ཅི་སྒྲིག་། ཅི་འདྲ། ཅི་ཡིན། ཅི་འདྲ། ཅིས་ཀྱང་བདེན་ལྟ་བུ། ། བྱུར་ཅིག་(ད་དྲག་དབང་གི་ཐོབ་ཚུལ་)  
 ལྟོན་ཅིག་སྒྱུ་ཅིག་ཤོད་ཅིག་སོགས། ། ཁ་ཅིག་(འགའ་རེ)སྐད་ཅིག་ལྟོན་ཅིག་(ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་འཁོད་  
 པའི་བདེ་ཐབས་ཅིག་པ། ། བྱིན་ཅི་ལོག་དང་ཅི་ཆོག་(ཅི་ཡོད)ལྟོན་སྒྲིའི་ཅན་(སེམས་ཅན། ལུས་ཅན། ཡིད་  
 ཅན། གོ་བ་ཅན་ལྟ་བུ)འོ་མོ་ཙམ་དང་(དར་གྱི་ཙམ་པན་བཟུང་བའི་མིང་)དང་། ། རྩོམ་པོས་  
 རྩོས་(བསྐུལ་ཆོག)ཙག་ཟེ་(སྒྲ་མ་སྒྲེ་ཞང་སྐད)ཟུ་ཙམ་(རྩུན་ཆོག་དང་ཁས་གཏོང་བ། སྐད་ཙམ་རྒྱག་པ་སོགས་ཏེ་  
 ཟུར་ཙམ་ཡང་)ཡིན་ནོ་ཙག་(ལྟག་མ་སྐད་པའི་སྒྲེ་མཐའ་དག་གི་སྒྲའོ།) ། རྩོག་བཞག་(སེམས་དང་ལུས་སོགས་  
 ཙག་གཞག་བཞི་ལྟ་བུ)ཙལ་མེད་པ་(གཏོལ་མེད་པ)དང་ཙལ་རྒྱུད་བསྒྲིག་རྒྱུ་རྒྱུད་པ། ། རྩོ་འདྲི་(འགྲན་པའམ་  
 མཐོ་མཆམས་པ)ཙག་ལུ་(ཙག་ལུ་ཙམ་ཞི་སྒྲུན་ཙག་གཉེན། ། རྩོ་ཙམ་བརྟག་པ་དང་མ་དབྱེད་པའི་བྱ་སྒྲིབ་ཙག་  
 ཙེ་(སྒྲེགས་ལུ་ཙམ་ཙམ་དང་དེ་ལྟའི་དབྱིབས)ཙེ་རྩོ་སྒྲ། ། བབ་ཙལ་(མ་བསམས་པར)སྒྲ་བའི་ཙལ་ཙལ་ཙལ་  
 (རྒྱ་མཆོལ་རྩོ་དང་རྩལ་མིང་)དང་། ། དཀོན་ཙག་རིན་ཙེན་(འདི་གཉིས་བདེ་རྩིང་)ཙེ་རེ་(མིག་གིས་)ལྟ་བ་  
 སོགས། ། ག་ད་བ་ཡི་རྩེས་གྱི་ཆོག་གི་ཤད། ། ཅིང་ཅས་ཙེ་འོ་ཙེ་ན་ཅིག་རྣམས་དང་། ། སྐུ་ཙུ་དུག་  
 ཙུ་བདུན་ཙུ་བརྒྱད་ཙུ་(འདི་རྣམས་ལ་བས་འཕུལ་མེད་དང་། ། ཙུ་གང་(སྒྲན་ཙུར་ནི་ཕྱི་མ)ཏུང་བའི་ཙུང་  
 ཟད་ཙུང་ཙམ་ཙུང་དམའ་སོགས)དང་། ། དེ་དག་ཙེ་ཡིག་རྒྱུད་བར་འཇུག་ཚུལ་ལོ། །

## ༼ཆ༽

ཆ་ལང་(སྐབ་ཆོལ)འོ་མོ་ཆ་ཤས་ཆ་ག་(གོས་གྱི་འདབས་ཀ)གོས། ། ཆ་ལུགས་ཆ་བྱད་ཆབ་ཏུ་  
 (གཏན་དུ)ཆ་རྒྱས་མེད། ། རྩོས་འགྱུར་ཆང་(ཟན་ཆངས་ཆངས་ཀྱང་སོགས)དང་ཆར་བ་ཆོ་ཆད་(ཡིད་ཆད་  
 སོགས། ། ཆས་བཟང་(གོས་བཟང་)རྒྱལ་པོའི་ཆད་པ་འབྱུ་ཡི་ཆན་(འབྱུ་བཙོས་པའི)། ། ཡོན་ཆབ་(རྒྱ་ལ་  
 ཆབ་ཅས་པ་ཞེས་འཛིན་གོ)ཆབ་ཤོག་(སྤྱིང་ཡིག)ཆབ་འོག་(དང་ཆབ་འབངས་ནི་མངའ་འོག་སྒྲེ་ཞེས)ཆབས་ཅིག་  
 ཏུ་(ཕྱོགས་གཅིག་གམ་ལྟན་ཅིག)། ། ཆགས་པ་(སེམས་དང་འཇིག་རྟེན་སོགས)ཆགས་རྒྱ་(སྤྱོད་བདའ་བའི་དཔང་  
 རྒྱ་དང་སྤང་རྒྱ་ཡི་གེ་བྲིས་སམ་བརྒྱག་པ་ལའང་)ཆག་དཀྱུ་རྒྱས་པའི་ཆལ། ། ཆན་གྱི་(ཆན་པ་ཞེས་ཁྱེ་བའི་  
 གྱི་གྱག་ལ་སྒྲས་པའང་སྤང་)ཆད་ཐོ་(དམ་བསྐྱགས་པའང་)བྱས་དང་ཆ་ཡོད་མེད། ། ཆ་རལ་(དར་གྱི་རལ་ག)  
 ཆ་གྲངས་(གཅིག་གཉིས)ཆ་བ་(འཇུག་པའམ་འགྲོ་བ)ཆ་མི་ཆ་(ཤེས་མི་ཤེས)། ། ཆབ་མི་འཆོལ་(རྒྱུད་མི་འཇོལ་  
 བ)དང་ཆབ་མ་སྒྲོག་ཆགས་དང་། ། ཆག་ཉམས་(འདི་ལ་མ་རྩོགས་པའི་ཆག་ཉམས་དང་དོན་ཞིག་པའི་ཆག་

ཉམས་ཞེས་འབྱུང་)ཆག་ཚད་(དབྱིབས་ཀྱི)ཆག་ཤིང་(ཡས་སྒོལ་གདུག་པ་ཅན་གྱི་སྟོབས་འཛམས་པས་ན་ཆག་མ་  
 རྟོར་གསོང་པོར་བཀྱི་ཞིང་སྤང་བས་ན་ཤིང་ཞེས་སོ)ཆག་ཆག་གདུག་། །མལ་ཆ(འདུག་ཆས)ཆ་སྟོན་(འདྲ་འདྲ)  
 ཆབ་རོམ་(འཁྱུག་པ)ཆལ་ཆེལ་སྒྲ། །ཆལ་མལ་བདལ་(ཐང་མར་བཀམ་པ)དང་ཆ་ལག་(ཡན་ལག)ཆ་རྒྱུན་  
 འཛོམ་(མཁོ་ཆ)། །ཆམ་དུ(གཏན་དུ)ཆང་ཐུབ་(གང་ཟག)ཆང་ཆུ(ཆོགས་པ)ཆབ་སྤིང་དང་། །ཆགས་མེད་  
 ཆ་དེ་ཆམ་པ(ནད)ཆ་ག་བ(འབྲུ་ཆག་པ)། །ཆེ་ཞེ(ལྷན་མ་སྟེ་སྤིང་མ་ལའང་)ཆེ་ཞེས་(མ་ཅེ)ཆེ་བཞི(དཔང་པོ)  
 ཆེ་ལོང་(ཕྱགས་ཅན་པ)དང་། །ཆེ་གོ(ཀུན་གྱི་གཅེན་པོ)ཆང་ཆེམས་(ཆང་འཐུང་བ་དང་འཕྱན་ལ་འཇུག་པ)ཆེ་  
 འགའ(རེ་འགའ)ཆེ་ཤོས་པོ། །སྤྱི་མིང་ཆེ་གོ་མོ(ཆུང་མ་ལ)དང་ཆེམས་ལ་པལ(ཆམ་ཡང་ཟེར།) །ཆེ་དྲེགས་  
 ཆེ་དང་སྒྲ་སྒྲ་ཆེམ་ཆེམ་དང་། །རིན་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ(འདི་གཉིས་རིན་ཐང་ཆེ་བའི་རྟོན་གྱི་སྤྱི་མིང་)དང་  
 ཁ་ཆེམས་བཞག །ཆེ་རུ་ཆེབས་(མཐར་ཕྱིན་པའི་དོན་དང་འབྲས་ཀྱིས་ཆེབས་སོགས་རང་དབང་ཐོབ་པའི་བཅའ)  
 དང་བཞོན་པའི་ཆེབས་(བྱེད་པ་དང་བསྐྱལ་ཆོག)པ་དང་། །བསྐྱལ་ཆོག་ཆེར་(འཆར་བ)དང་ཆིངས་  
 (བཅིང་བྱ)དང་ཆིག་རྒྱུང་གཅིག །ཆིག་བརྒྱ་ཆིག་སྟོང་ཆིག་ཁྲི་སོགས་ཆིབ་པ(ཁྱབ་པ)། །ཆུ་པོ་ཆུ་ཞེང་  
 གཤམ་(དཀྱུས་དང་རྒྱར་མཉམ་པ་དང་རྒྱས་པ)དང་བྱང་ཆུབ་(མཛོན་དུ་ཐུར་པའི་བཅ་དང་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་རྒྱུགས་  
 པ)པ། །ཆུ་སྟོང་ཆུ་ཤེལ་ཆུ་ཆུང་ཉྩེ་ལ(འདི་གསུམ་རིན་པོ་ཆེ)དང་། །དར་གྱི་ཆུན་པོ་ཆུན་འཕྱང་ཆུན་  
 མ(གཞུན་འཇུག་དང་མནའ་མའི་མཆན་གྱི་ཆུང་མ་ལའང་)དང་། །མ་ལྷ་ཆུད་(གྱི་རྒྱལ་མོ)དང་ཆུད་ཟོས་(དོན་  
 མེད་པ)ནད་དུ་ཆུགས། །ཆུད་ཀྱང་དེ་དོན་ཆུ་ལོན་(རིང་བ་དང་ཆུ་ལོན་ཅས་ཆུར་ལ་སྟེ་རགས་ཀྱང་)ཆུ་གང་  
 (སྟོང་སྟོབས)ཆུབ་(རྟོགས་པ)། །ཆུ་དོགས་(ཆུ་དངོ་)ཆུ་ཤོ་ཆུ་ཅ་ཆུ་མ་ཅི(འདི་གསུམ་སྟེན།) །ཆུ་བ(བད་མའི་ཕུ་  
 བའམ་རྒྱས་པ)ཆུ་སོ་(ཉེ་བའི་འོག)ཆུ་གྲི་ཆུ་བྲུབ་པ(ཁོལ་བའམ་ན་སྟོང་རྒྱས་པ)། །ཆུ་མས་པ(དུང་དང་ཆགས་  
 བའམ་འདྲེད་པ)ཆུ་བེན་ཆུ་མཐོང་(གནམ་མཐོང་)ཆུ་བོྲག་(ཆུ་ལ་བྱེ་བཏབ་ནས་བཏུང་བ)དང་། །ཆོ་འབྲང་  
 (པ་མའི་རིགས་རུས་ཏེ་སྤྱི་སྤྱངས་ལས་ཅེ་ཡི་ཆོ་ལ་ཅེ་ཡི་འབྲང་ཞེས་པ་རྩ་བུ)ཆོ་འཕྱལ་ཆོམ་པོ་(རྒྱན་མའམ་ཇག་པ)  
 ཆོ་ལོ་(ཤོ་ཅེ) །ཆོ་ངེ་(དུ་འབོད་བྱེད་པ)ཆོས་སྒྲ་མི་ཆོག(མི་ཡོད)དམ་པའི་ཆོས། །ཆོངས་ཤིག(བསྐྱལ་ཆོག་  
 ཡིད་ལ)ཐག་ཆོད་(སྒྲ་སོགས་གཅད་བྱ་རིགས་ལ་བསྐྱལ་ཆོག)ཆོས་ཤེས་(རང་གིས་དབང་ཆད་ཤེས་པ)ལས་ལ་ཆོམ། །  
 ཆོ་རབས་(སྟོན་གྱི་ཡིན་ཁྱདས)ཆོ་རིགས་(པོ་རིགས)ཆོལ་ཟངས་(དྲི་ཆུ་འདྲོར་སྟོང་)ཆགས་ཆོགས་(དངོས་ཆས་ཆར་  
 ཆོར་དང་གཡུལ་གཅོག་འབྲུ་ལས་ལའང་)ཆོམས་(བཅོམ་པའི་བསྐྱལ་ཆོག)། །དེ་ག་ཆོགས་སོགས་ཆ་ཡིག་མིང་  
 རྒྱུང་དོ། །

# ༩༥

ར་དང་(བཏུང་བྱེད་ཀྱི་ཁེས་པ་འདི་དང་པོ་ལྟ་ཡུལ་དུ་ཡོད་པ་གནམ་ནས་བྱ་ཆོ་རིང་གིས་ལོ་འདབ་འབྲས་  
བྱ་འཕངས་པ་སྟོང་ཁུན་གྱུ་པོ་འདི་སྤྲི་ཚད་པས་བསྟན་པའི་བད་དུ་སྟུང་བས་ལོ་མ་ཞལ་དུ་སྟུང་བས་ནད་ལས་གྲོལ་  
ཏེ་འབྲས་བྱ་སར་བཏབ་པ་ལས་སྟེས་པའི་ར་གང་ཡང་ཕྱི་ཤིང་གཅིག་ལ་ནམ་ལྷའི་དབང་གིས་ལོ་མ་ཤད་ལོ་མའི་སྤྲི་  
མཐུག་དང་གྱིང་མཉེན་ལ་བསྟོས་ཏེ་བཤད་པ་ཡིན་ལ་འདིར་སྤྲི་ཚད་མཉེན་པོ་ལ་ལོ་མ་ཤད་ཡོད་ཅེས། སྟེན་པ་  
པོ་འདི་ཡང་མཆན་ཀྱི་ཆུང་ལ་ར་བཟང་དན་ཡོད་པ་ལོ་རེར་ལན་བདུན་རེ་བཅད་པའི་དང་པོ་མེ་ཏྲག་ཡུང་འཛི། དེ་  
འོག་ཆེད་ཁྱ་སྟགས་རིམ་པར་འབྱུང་བའོ། ར་ག་པ་ར་སྟགས་(རའི་བམ་པོ་ར་སྟག་ཐོད་པ)ར་རིལ་དང་། ར་  
ཏོར་(བཙོད་མདོག་དམར་སེར)ར་ཏོར་(རས་ཀྱར)རི་རོབ་(ཅི་ཕྱིར)རི་སྟམ་སེམས། རིས་ན་(ཅིས་ན)རི་ག་  
(བཏྲག་པ)རི་ལྟ་རི་འོས་པ་(འཚམ་པ)། རི་སྐད་(རི་ཟེར)རི་སྟོད་(གནས་པར)རི་ལྟར་(རི་བཞེན)རི་སྟོད་(མང་  
པའི་སྟེ།)དང་། རོལ་མོ་རིང་དང་རི་དབྱངས་(པི་མང་ཆུང་མང་སྟེ་རིང་ཞེས་པ་འདྲ་སྟོང་གྱས་ལས། རིང་  
དང་པི་མང་སྟོང་བྱ་ཏམ་བྱ་ར། ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ)རི་ཞེས་(དང་པོ་འམ་ཐོག་མའི་དབྱངས)དང་། རི་བཟང་རི་  
མཚར་རི་ཆེར་རི་རྒྱས་(རི་མཐོ་སྟགས། རི་ཞིག་(རེ་ཞིག)རྩར་ཐིག་(ཁང་ཁྱང་མོ་བ)རྩ་ཅོ་(འབྲུ)རྩ་སྟིག་རྟོ། རྩ་  
བོ་(རྟོ)རྩ་ཕྱི་(ཁང་སྐད་རིག་པ)རྩར་བ་རྩས་(གོས་ཆེན)རྟོ་རྟོ་(ཆེ་ཤོས་པོ)། རྩ་གང་(པ་མའི་རིགས་ཟུས)ཏེ་  
དུ་རྟོ་བོ་(གཙོ་བོ་མེད་གི་བདེ)རྟོ་མོ་དང་། རྩ་རྟོ་(རྟོ་མེད་པོ)ལ་སྟགས་ར་ཡིག་རྒྱང་བའི་སྟེའོ། །

# ༩༦

རྒྱ་གནས་ཏེ་དང་ཏེ་གང་ཏེ་མ་(བུད་མེད་ཀྱི་ཏེ་སྟོན་གྱི་མིང་)དང་། རྒྱང་བའི་ཏེ་ཤ་ཏམ་རྒྱང་  
ཏམ་ཐག་དང་། རྒྱམ་དའི་(འཛིགས་སྟག)ཡུལ་དང་ལུས་ཀྱི་ཏམས་རྒྱས་པ། རྒྱན་གྱི་ཏུག་དང་མེ་  
ཏུག་ཏང་པོ་ཡུལ། རྒྱག་ཐག་(རིམ་པར་གནས་པའི་དོན)ཏུག་ཕན་(མདའ)ཏུན་ཐོས་(སྟོན་པའི་འཁོར་གྱི་བྱ་  
བྱུག)ཏུལ་འགོ་རྒྱ། རྒྱམ་ཏམས་(དམ་བཅའ་རལ་པ)ཏམས་སད་པ་དང་བསོད་ནམས་ཏམས་(རྒྱད་པའི་  
དོན)། རྒྱ་ག་(འཇལ་བྱེད)ཏུལ་ཏུལ་(ཏེ་བེ་ཏེ་བེ)ཏུར་ཏུར་(ཏེ་རེ་ཏེ་རེ)ཏུག་མོ་(རྒྱ་ཏུག་གམ་བུད་མེད་སྟེས་པས་  
བདག་བཟུང་བྱས་པ)ཏུམས་(དགའ་སྟགས)། རྒྱར་མ་རྒྱ་རྩལ་(ཟེགས་མ)ཏུམས་ཏུས་(དབང་སྟོབས་ཞན་པ)  
ཏུན་རྩ་(ཕག་ཏུན་ཏུན་ཆང་)། རྒྱིང་དགོས་(དགོས་པ་མཐར་ཐུག)ཏུང་ཁུང་ཏུང་དང་(ངས་པ)ཏུང་

ལག(ཡན་ལག་གི་ཡན་ལག་ལྟ་བུ)དང་། ཉིང་གྲུལ་(རིགས་ངན་པ་བཅུད་འཛུམ་བུ)ཉི་ཆོ་ཉི་འཁོར(དུམ་ལ་བ)  
 ཉིང་མཚམས་སྒྱུར། ཉི་མ(ཉི་ཟླ་ཞེས་ཆང་སྒྲུབ་ཉིན་མོར་བྱེད་དང་རི་སོགས་ཀྱི)ཉིན། ཉིང་ཤ(རང་གི་ཤ་  
 རྩེ་འདུལ་ཤིག་ནམས་སྤྱ་རང་ཤ་རང་གིས་ཟ་བ་ལ་བཤད་པས་ད་ལྟར་ཉི་དུའི་ཤ་ཟེར་བ་ནི་འབྲུལ་བར་སྤང་། མཛད་  
 བ་པོས་རང་ངམ་ཉི་དུའི་ཤ་ཞེས་གསུངས)གཅིག་ཆོག་ཉིང་དང་ཆེ་ནས་ཉིལ་(རལ་བ་མུར་དུ་ཉིལ།) ཉིས་  
 བ(ནམ་པ་གཉིས་སྤྱ་ན་ལྟ་ཡང་ན་བུ)ཉིས་སྤོང་ཉིས་བརྒྱ་ཉི་ཤུ་ཡང་། ཉི་གནས་(རང་གི་གྲུ་བ་ལྟ་བུ)ཉི་  
 འཁོར་ཉི་ཤིང་(སྤུན་ཉི་ཞོ་མེད་སྤྱོན་མེད་པའམ་ལོགས་པ་དང་བཟླ་ཤིས་པའི་བཅའ།) ཤག་ཉི་ཉི་དུང་ཉི་  
 དུ(འདི་གཉིས་དོན་གཅིག་ལ།གཉན་ཉི་ཉིང་ཡང་)ཉི་རེག་ཁྲུས་(སྤྱག་སྤོར་བྱེད་པ།) སྤྱོན་གྱི་ཉིས་པ་ཉིས་  
 ཅན་(སྤྱོན་ཅན་དང་མ་ཉིས་པ་ནི་ལོགས་པ་དང་གྲོས་མཐུན་པ།)འས་ཉིན་པ། ཉིར་གཅིག་(གངས་སོགས)ཉིན་  
 དགོར་(ཉིས་ཉིར་བསྒྲགས་སྤྱོན་ནད་ཀྱི་ཉིན་དང་མང་)། ཉིའུ་གྱི་(བཅུད་འཛུམ་བུ)ཉིལ་བ(ངལ་བ)ཉིའུ་  
 འདོན་(འདིགས་ལས་སྤྱབས་པ)སྤོས་ཁྱུག་པ(བྱུག་པ།) ཁྱུགས་རུམ་པ(རྒྱལ་བོའི་བཙུན་མོ་སྤྱང་བའི་མི་སྤྱོད་སྤྱི་  
 བ་མུངས་པ)དང་ཁྱངས་དཀར་(ཁྱང་མ)ཁྱང་བའི་ཁྱང་། ཁྱུ་ལེ་མ(དམ་སྤེའམ་བསྐྱེད་མཁན་དང་ལ་  
 ལུང་ཁྱུ་པ(ཁྱུ་པའམ་འགོར་བ་ལའང་)པོ། འཕྱང་མོ་ཁྱུག་(ཐེ་ཆོམ)དང་ཉོག་ཉོག་(རྒྱ་སོགས)ཉོལ་ཉོལ་  
 ཉོན་(འདི་གསུམ་བསྐྱུལ་ཆོག་སྟེ། མལ་དུ། རུ་འི་མས། རྩ་བས།) ཉོ་བྱ་ཉོས་(འདས་བསྐྱུལ)དང་ཉོན་མོངས་  
 ཉོད་པ་ཟས། ཉི་ནམས་ཉི་ཡིག་རྒྱང་བར་འབྲུག་ཚུལ་ལོ། །

# ༩༩།

ཏ་ལ་ལ་ནི་སྤོན་མེ(ཡེ་ཤེས་ཏ་ལ་ལ་ཞེས་གསལ་ཆ)ཏ་ལ་ཤིང་། ཁྟན་ཏན་ནན་ཏན་ཏན་ཏ་  
 (སྤྱབ་ཐབས)ཏམ་བྱ་ར(རོལ་མོའི་བྱེ་བྲག)། ཏལ་བྱེན་ཏལ་བྱེན་ཏལ་ཅམ་(འདི་ནམས་བྱེར་སྤོན་མེ་དང་བྱེ་  
 བྲག་ཏལ་གྱི་བྱེན་པ་ནི་སྤོན་བྱར་འོང་བ་དང་ཏལ་ཅམ་ནི་ཤུལ་སྤྱོད་པའི་དོན)ཏལ་མ(མགྲོགས་མ)ཏལ་(ལྷུར)། །  
 ཏལ་པ(ལྷག་ནད)ཏ་གྲུ(འདོད་དགྲུ)ཏ་ག(རྟོག་གེ)ནན་ཏར་ཤིན་ཏུ་བཟང་། ཏ་ཟེག་(ཏ་ཟེག་མོར་གྱི་རྒྱལ་  
 པོའི་ལྷལ་ལམ་རྒྱ་ནག་ཏུ་སྤོས་མཆོན་པོའི་མིང་)ཏ་མིང་(སྤོས་མ)ཏ་དཔེན་(རྒྱ་ནག་གི་ལས་བྱེད་པ)ཏའི་སི་ཏུ་སྤོབ་  
 དཔོན་ཆེན་པོ། ཏ་ཏུང་(རས་དམར་པོ)ཏ་ཀི(འདོད་པའི་མིང་སྟེ་ཆང་སྒྲུབ)ཏུ་ལ(ཏིང་ཤག་སྟེ་རྒྱ་སྒྲུབ)ཏང་  
 ཀུན་སྤོན། ཏལ་མར་(བཟང་པོའམ་དུལ་བ་དང་པོ)ཏན་པ(ཐུན་པ)ཏག་ཏག་(སྤྱོད་པ)ཏསྤྱུ་ལ(ཟས་སམ་སོ་ཆེ)། །  
 ཏ་ག་ཏ(མེ་ཏོག་གི་མིང་)དང་ཏབ་ཏོབ(བརྟུབ་པ་མེད)ཏ་མ་ལ(འདིའང་ཏ་ལའི་ཤིང་)། ཏལ་ཏ(ཏལ་ཏ་

མ་ཞེས་རྗེ་མོའི་གཡོག་མོ་དྲི་ཚེ་ལྷགས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་དྲིང་ལོ་(དབྱིབས་)དྲིག་དྲིག་(ངེས་ངེས་)སེམས། །རི་བོ་དྲི་སེ་  
གངས་(འཛམ་གླིང་སྤེ་བ། དེང་སང་དྲི་སེ་ཞེས་པ་འཐད་དང་དྲི་ལོ་བ་(རང་སྒྲིང་གྱི་སྤྱང་བོ་ལྟ་དང་གྲུ་ཆེན།) །  
དྲིང་དྲིང་ཤགས་(རོལ་མོ་)དང་དྲི་ཀ་(མན་ངག་)འགྲེལ་བའི་མིང་། །རིན་ཆེན་མུ་དྲིག་དྲིལ་མར་(དཀར་  
ནག་གི་)དྲིང་ངེ་འཛིན་(མི་གཡོ་བའི་བདེ།) །ཁྱེ་དྲིགས་པ་དང་སྒྲི་སྒྲིན་དྲིག་ཏ་དང་(བལ་དྲིག་སྐགས་) །  
དྲི་ལོ་(སེམས་ཅན་དྲི་རྟུ་དང་དྲི་ལའང་)དྲི་ཤི་དྲི་སྤྱོ།(མཁས་པ་ཆེན་པོ་འམ་སྒྲིབ་དཔོན་[འདིར་གོང་མའི་དབུ་སྒྲོའོ])  
དྲི་བྱུ་(ཟས་དང་སོ་སྤྱོད་)དྲི་བོར་(དམ་པ་དང་སྤྱ་མཁུགས་དང་དྲག་པ་ཚབ་[ཚབས་]ཆེ་བ་)དང་། །སེམས་ཀྱི་རྩར་  
ཁྱུང་(བན་རྟོག་འཕྲོ་བ་)ཆོག་ཕྱད་ཏུ་དྲི་དྲོ། །དྲག་ཆོམ་(སྒྲི)ནན་རྩར་(བཙན་འགྲུས་)དྲིབ་བེ་(སྤྱད་)དྲི་བོར་ཤིན་  
ཏུ་དང་རབ་ཏུ་ལེགས་པ་)དྲི་འུ་(ཉི་མུང་སྤེ་ཁྱེ་ལྷག་སྒྲིང་དང་བྱ་ཤང་ཤང་ལའང་)། །མེ་དྲོག་ལོ་དྲོག་(ཆེ་དྲོག་ཤིང་  
དྲོག་)ཞབས་དྲོག་(བཀུར་སྤེ་བྱེད་པ་)ཟ་མ་དྲོག་(སྤྱད་ཀྱི་བྱེ་བྲག་)། །དྲོང་དྲོང་དྲོག་དྲོག་སྒྲི་དང་དྲོག་ཅི་(འཛམ་  
དྲོག་(གཞུགས་དང་སྤྱ་ཁང་སྐགས་ཀྱི་) །དབྱུག་དྲོ་ཐོར་དྲོ་(སྒྲི་ཐོར་ཅོག་བཅིང་བ་)མུ་དྲོ་(སྤྱང་པོ་)འགན་དྲོ་(འགན་  
པའམ་དོ་བསྒྲི་བ་)དང་། །དྲོམ་ཆོལ་(གོ་རིམ་ལ་མི་གནས་པའི་ཆེ་འདོད་སྤྱད་ཅིང་)སོ་དྲོ་(སོ་བེང་དང་དྲོ་ར་མ་ལི་  
ཞེས་རིན་པོ་ཆེ་ཞིག་)ལ་དྲོན་(རང་གི་རྒྱན་དུ་ལིང་དྲོག་(མིག་གི་)སེལ། །སྤྱེ་དྲི་ཤིང་སྒྲིན་དྲིས་མ་(རྩ་སྤེ་དྲིས་མ་  
བྱེད་པའང་སྤྱང་)དྲིས་སམ་(སྒྲིན་བྱེ་མ་)དྲི་ལ་དྲོ་(སྤྱང་སྤྱང་མཁུང་གསུམ་པ་)། །དྲི་མ་བྱ་ག་(སྤྱང་བྱ་ཆེ་བ་)དྲི་  
ཤུལ་(ལ་ཏྲླ་)དྲི་རྒྱང་དོ། །

## །ཐ།

རང་རྒྱུད་ཐ་བ་ཤིན་ཏུ་སྤྱ་བའི་དོན་དྲི་རེངས་པ་)ཐ་མལ་ཐ་སྤྱད་(ཆོག་ཕྱིར་ཞེན་པ་)མཁུག། །འབངས་  
ཀྱི་ཐ་ཤལ་(ཐ་ཆད་དེ་ངན་པ་)ཐ་ཆོག་(སྤྱན་གྱི་དམ་བཅའ་)ཐ་མ་ལ། །དུས་སྐགས་ཐ་མ་(བསྒྲན་པའི་ཐ་མ་མི་  
ཡི་ཐ་མ་སྤྱ་བྱུ་)ཐར་བ་(མདོན་མཐོ་སྤྱ་མི་ནས་ཐམས་ཅད་མཁུག་པ་)ཐང་ཕྱོམ་(སྤྱ་ཕྱུམ་)ཐབས་(ལ་མཁས་པ་སྐགས་)། །  
ཐང་ཤིང་ངར་བ་(ཅི་དྲ་ཀ་ཞེས་སེམས་ཏུ་དང་དོན་གཅིག་)ཐང་ཤིང་(གསོམ་ཤིང་ངམ་བྱ་བ་ལ་)ཐང་ཁུ་ཅན་(ཐང་  
ཁག་ཀྱང་)། །ཐང་(ས་ཁད་བདེ་བ་དང་སྒྲིན་ལ་འཇུག་)དང་ཐད་ཀ་ཐམ་ཀ་(རྒྱལ་པོའི་)ཐམས་ཅད་(མང་པོ་  
སྤྱད་སྒྲི)དང་། །ཐབ་ཀ་(སྤྱད་པུ་)ཐར་ཏུ་(དྲག་)ཐན་པ་(ཆར་མེད་པ་)ཐལ་ཆེན་ཆོམ་(མི་རུས་སྤྱོད་པའི་ཐལ་བ་)། །  
ཐལ་དྲགས་(ཏ་ཅང་མང་བ་)ཐལ་ཆེ་སྤྱང་ཆེན་ཐལ་ཀ་མདོག་ །ཐལ་ཀ་དོ་རྗེ་ཐག་གྲུ་(རྒྱ་ཁྱོན་)ཐལ་བར་  
བསྒྲག་(དག་སྐགས་མེ་ཡི་སོལ་ཐལ་བཞིན་དུ་སྤྱེ་འདས་དང་བྱ་བ་)། །(སྤྱམ་བྱ་སྐགས་)འཐག་རྒྱུའི་ཐགས་(ཐགས་

རན་ཅེས་བཏགས་པ་ལ་དང་(ཞལ་གྱི་ཆོམས་ཐགས་དམ་པ)ཞགས་པའི་ཐག(འཆིང་བྱེད)། །ཐ་རམ་(རྒྱ་ཁྱོན་  
 དང་དན་པ་དང་སྒྲན་ལའང་)ཐ་རམས་(གཏམས་པ་དང་གཟེ་སྒྲོ་ཐ་གྲུ(ཡུལ་སྒྲོངས)ཐ་གི(ནི)ཞི(བ)། །ཐམ་  
 ལག(མན་དག)ཐང་མ(བཀམ་པ)ཐར་སྐར་ཐ་དད་ཐན་(ཉམ་དན་པ)། །ཐ་རི(ཐར་པ)ཐ་ཆོན་(མཐར་ཐུག)  
 ཐ་ཅེ(ཆེན་པོ་སྟེ་འདི་གསུམ་ཞང་སྐད)ཐ་ག་བ(ཐགས་མཐན)། །ཐར་ཐོར་རིན་ཐང་ཐ་ཆོན་(མང་ཆོག)ཐ་  
 དག་ཀུན། །ཐ་ལེ(རྒྱ་གཙང་)མ་ཐན་(མ་ལུ)ཐང་ཅིག(ཡུན་ཆད)ཐལ་སྐར(ཐལ་འགྲུར། །ཐག་བཅུག(ཆར་  
 གཙོད་པ)ཐང་ཡིག(སྒྲུང་གཏམ)ཐལ་ཐན་(སྒྲགས་གཟེར་མགོ་ལེབ)ཐམས་སྲུ་བཅུག(དོང་དུ་བཅུག་པ)། །ཐག་  
 སྐྱར(ཉེ་སྐྱར)ཐན་ཀོར(མཐའ་སྐྱར་ཉེ་ཉེ་འཁོར)ཐར་མས་(གཏམ་པ)ཐང་དཀར་(ཤིང་བྱ་བལ)དམར་(ཐང་  
 དམར་ནི་ཤིང་སྟག་པ)། །ཐ་རུ(རྒྱ་ཆེ)ཐང་བ་ཐབ་ཐེབ(ན་བུན)ཐག་བཟང་རིང་(རྩ་མེན་རྒྱལ་པོ་དང་གོ་བོར་  
 མང་གཞན་དུ་ཐགས་བཟང་རིས་ཞེས་སྒྲུང་སྟེ་འདི་དག་པར་སེམས་སོ་ཐེས་སྒྲགས་(རྩ་ཐེག་གདབ་དཀྱིལ་འཁོར་  
 སྟགས་ལ)ཐེག་ལེ(གནས་སྲུ་ཐེམ་པ་དང་། །ཐེག་ནག་དཔྱལ་བ་ཐེག་ཐེག(འདུལ་ལྷགས་ལ་ལྷམ་གྱི་སྐྱ་དང་  
 གཞན་བྱ་རོག་སྐད་ལའོ)ཐེགས་པ(རྒྱ)ཐག(འཆིང་བྱེད་གྱི་ཞགས་པ)། །ཐེ་བ(དང་)ཐེ་བ་བྱ་དང་ཐེར་འབུམ་  
 གངས། །ཐེར་བྲག་འགྲུར་མེད་(ཐེར་བྲག་དབལ་གྱི་རྒྱལ་ཆེན་བཞི་རྩ་བེའུ་རང་གདོན་སྐད་ཐེབས་སྐྱ་  
 ཐེབས་སྟགས)། །ཐེ་ཆོམ་(ཡིད་གཉིས་ཟ་བ)གངས་ཐེམ་པ(ཆང་བའི་དོན་དང་སྒྲིབ་དང་ཟ་འཕྲོའི་ཐེད་གཅན་  
 གཟན་གྱིས་ཐོས་པའི)། །ཐེག་ཆེན་ཐེག་སྟོབས་ཆེ་དང་གནས་སྲུ་ཐེགས། །ནང་དུ་ཐེམས་ཐེངས་(བྲག་  
 དུ་འམ་གནས་སྲུ་ཐུམ་རས་སྟགས་གྱིས་ཐུར་མར་ཐུ་བོས་(རྩ་བོ་འམ་ཆེ་ཤོས་ཐུལ་བསྐལ་ཆོག)། །ཐུ་མི(རྒྱལ་ཡོད་  
 དང་དེད་དཔོན)ཐུབ་པ་ཐུག་པུད་(ཕན་ཚུན)ཐུམ་འཕྲད་(གཞུང་ཆེན་མོ་འགའ་རེར་ཐུམ་འཕྲས་ཀྱང་སྒྲུང་དོ་)  
 (གཉིད་སྤང་བོ)ཐུས་(ཆོག)། །རྒྱལ་བའི་ཐུགས་རྩེ་ཐུན་མོང་ཕན་ཚུན་ཐུག །ཡིད་གྱི་ཐུགས་དང་ཐུག་  
 གར་(སྐྱ་སྒྲའི་ཐེ་རིགས)མཐར་ཐུག(བཙའ་འདྲེ་ཐུག་དམར་དང་ཐུག་པ་རྩ་རྟེན་ཐུག་ནག་སྟགས་ཀྱང་)པ། །ཐུན་  
 མཆོམས་(འཆར་ཀའི་མདངས་དང་ཐུན་གྱི་མཆོམས་སྟགས་ལ་འཇུག)ཐུགས་གྱི་ཐུ་ལམ་ཐུན་གྱིས་བཟ། །ཐུར་  
 དུ་འདྲིལ་དང་ཐུར་མ་ཐུང་ཐུར་བསྐྱང་། །ཐོ་ཐོ(ཞེས་པ་བོན་གྱི་སྐྱ)བོན་དང་ཐོ་ཆོ་ཐོ་ལུམ་བདུད་  
 (གནས་བདུད་ཐོ་ལུམ་ཞབས་གྱི་འོག་དུ་གཟེར་རྩ་བ། །སྟེང་ཐོག(ཁང་བའི)ཐོག(གནས་སྟགས)དང་ཐོ་བ(མགར་  
 བའི)ན་བས་ཐོས། །ཐོ་ལེ་གོར་(རྩ་ཉ་ཤིག)དང་ཐོར་ཅོག(སྐྱའི་ཁྱགས་སོ་ཐོད་དུ་རྟོན་པའང་ཟེར)ཐོལ་མ་  
 གྱུ(བྱིས་པའི་སྦྱོད་པ)། །ཐོམ་ཐོམ་(མི་གསལ་བ་ནག)ཐོག་མའི་དུས་(དང་བོད་སྐྱ་ལ་ཐོག་ཐོག་ཀྱང་)དང་ལག་  
 དུ་ཐོགས། །ཐོང་ཁོར་(གར་བྱ་རྟེ་རྒྱུམ་པོ)ཐོང་ཀོར་(ཉེ་སྐྱར་ཉེ་ཐོན་སྐྱར་ཀྱང་)ཐོང་གཤོལ་(ས་མོ་བྱེད)ཐོབ་



ཀྱིས་འངལ་གཞན་ནོར་ཐབས་ཀྱིས་འགྲུག་པ་ལའང་། ། བོན་ཀ(མཐིང་མདོག)བོད་བཟལ་(ཉམས)བོ་  
མཚམས(དྲུག)བོར་བྱར(ཐ་རེ་ཐོ་རེ)བོངས་(བསྐྱལ་ཚོགས)། ། བོ་བཞེགས་(ཐུགས་ཀྱི)བོ་ཡིག་(དཀར་ཆག)བོད་  
རྟིངས་(བོད་བཅིང་)ཡིང་བོག་བོན་(གནས་ནས)། ། བོར་རྟོ(རྩ་མོ)བོད་རྟོ(བོར་ཅོག)བོག་ཤས་(སྟོན་ཐོག)བོ་  
ཡོར་(སྤྱང་ཐོ་ཉ་བྱ)བོང་(གཉའ་དང་)། ། བོན་བྱ(གསར་བྱ་བཙས་པ)བོལ་བྱང་(སྟོ་བྱར་བ)བོམས་ཤིག་(སྐམས་  
ཤིག)བོ་མི་བ(གསོད་འདོད་པ)། ། བོར་རེ(བོར་བྱ)བོན་ཅེར་(ཅེ་རེ་བ)བོར་ཚུགས་(སྒྲ་ལུགས་ཀྱི་དུ་སྟོན་པ)བོར་  
བྱག་(སྤྱང་གནས་གྲོལ་མ་ཐག་པའི་བྱང་བ)བྱངས། ། བོགས་ཆགས་མེད་(ལག་མ་ཐོགས་སོགས་ཡོད་པའམ་  
སྟོབས་དང་ཐུར་བར་སྐབས་ཀྱིས་དབྱེ་སོགས་ཐ་རྒྱང་(ཐིག་ཐིག་ཉ་བྱ་བྱིད་མཐའ་ཙམ་པོ)འབྱུག་པའི་མིང་། །

## ༩༥།

ད་ཉ་ད་རེས་ད་ནས་བཟུང་སྟེ་དང་། ། རྩ་བ་(སྟོ་སྐྱེ་སྤྱད་ཀར་མིང་ལ་འབྱུག་ཅེས་ཟེར)ད་ཚུ་  
མཚལ་རྟོད་དུལ་ཚུ་ལ་སྐབས་ཀྱིས་ཤེས་ད་བྲིག་སྐྱེན་གྱི་སྟེ། ། སྤར་ཁ་དྲ་དང་དྲ་སྤྱག་(ཕ་མས་བོར་བ)དྲ་བྱར་  
(གཅིག་བྱ་གཅེར་བྱ)ལུས། ། ད་རི་དྲ(སྤང་བའི་མིང་)དང་དང་ལེ(རྒྱང་བྱ)དང་བོ་(དུས་དང་)། ། ཚིག་ཕྱང་  
དང་དང་དར་ཤིང་(སྐྱེན་རྟེ་ལུ་བ་དམར་བ)སྐྱེན་སོགས་དྲངས། ། དྲངས་ཤེལ་(དྲངས་པའི་མཚའང་)དང་  
བའི་དང་པ་(ཡིད་ཤིན་ཏུ་འདུན་པའི་དོན)ཐ་དང་པ་(སོ་སོར་བ)། ། གཉིས་ཚོག་དག་དང་ལ་དྲགས་དྲགས་  
བོ་ལུལ་(སྤྱད་དྲགས་ནི་མཚང་མིང་། འདིར་འཁོད་ནམས་ལ་མ་བྱར་བྱགས་པའི་དཔེ་མང་པོ་སྤྱང་)། ། ཁོམ་པའི་  
དལ་བ་བར་སྤང་དལ་གྱི་སྟེ(སྤྱི་འཇའ་དལ་གསུམ་ཉ་བྱ)། ། སྟོབས་སོགས་དར་དང་དར་མ་(གཞོན་པ)  
བྱར་བའི་དར། ། ལང་ཚོ་དར་བབས་(བབ)དང་ཁ་(ཡིད་ཀ)དྲངས་མའི་བཅུད། ། དམ་པ་(སྐྱེས་བྱ)དམ་  
ཚོས་དམ་ཉམས་དམ་པར་བཟུམ། ། ད་ར་(གལ་བསྐྱེག)དམ་རྒྱ(ཐིམས)གནང་བ་ད་ནང་དང་། ། ད་  
ལེ(བ་ལྷ་སྟེ་བལ་བྱ་དང་དྲང་ཤིང་སོགས་མིང་གི་བྱེ་བྲག)དལ་འབབ་(རྒྱ)ད་བྱིད་(གངས་སྤམ)དལ་(དཀྱིལ་འཁོར)  
དར་དིར་སྟེ། ། དྲ་ན་(སྟོབས་སམ་སྟེར་བ)དྲ་བ་(གདུང་བ)དྲ་ནམ་(གཏོང་བ)དྲ་བྱ་ཐ(ཐག་ཤལ)། ། དན་པོ་མི་  
བཟང་པོ)དམ་དུམ་(ཤིན་ཏུ་རྒྱང་བ)དན་རོགས་(སོགས་བྱིད་པ་དང་ས་མེད་སྐྱེན་ལའང་སྟེ་དན་ཁ་ཞེས་རིགས་གཉིས་  
ཡོད་པ)དན་རྟགས་(སྟེ་བ་ཐུ་མའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཆ་ལུགས)བཟང་། ། ད་ཀོ(ད་ནི)དན་གོང་(འཛིན་པ་ལས་  
བྱས་པའི་རིལ་བྱ་སྐམ་པོ)ད་བྱར་(བཞེག་པའི་གནས)དར་བ་(འོ་ཞོ་བཞེས་ནས་མར་བཏོན་ཟེན་པ)དེལ་(ས་འབྱར)། །  
དེ་མོ(དགོས་པ)དེམ་དེམ་(དམ་བཅའ་དང་གཅད་བཅའ་བ)དེ་འུ་(རི་ཕན)དེ་གར་(ཐུར)ནོན། ། དེ་རིང་

དེད(དཔོན)ནས་དེང་སང་དེང་(དུས)འདིར་སྒྲེབས། །འཇམ་དེས་(ཞེས་པ་རྒྱུད་འཇམ་པའི་དོན)གནས་  
 ལུ་དེངས་(གཞན་དུ་སོང་བ)དང་དེང་དུ་ལེན་(ཉམས་ལུ་ལེན་པ)། །དེང་ཞིང་(དེང་སང་)དེམ་ཚས་(གནད་  
 ཚས)དེ་མ་(སྤྲོད་དེག་པ་སྤྲོད་པ)། །ཞི་དུ་ལ་དུམ་(སྤྲོད་པ་སྤྲོད་པ)ད་དུང་ལུ་ལ་དུངས་(གུས)། །དུ་མ་(མང་  
 པོ)དུས་གཅིག་འཇུག་དུམ་དུས་པོ་ཆེ་(འཆེ་དུས་དང་སྐབས་འགར་འཛིན་པ་ཆེ་བ་ལའང་)དུམ་པ་ཚལ་(ཞང་  
 ལུང་གནས་ཀྱི)དུ་དུམ་བུར་གཏུབས་པས་དུང་(རྒྱན)། །དུང་དུང་(སྤྲོད་སྤྲོད་)དུར་བྱིད་(སྤྲོད་)དུར་ཁྱོད་  
 དུག་མོ་ལྷང་། །ཁོང་བའི་དུག་ནད་དུགས་(དི་རན་པའམ་ཚ་བ་ལ)ཀྱིས་བདུགས་ནས་སྤྲུང་། །བྲངས་  
 ཀྱི་དུང་ཕྱར་དུན་ཅེ་དུང་པས་(དུ་བ་སྤོང་དུད་)དུབ། །དུག་པ་(རན་པའམ་རྩིང་པ)དུད་ཁ་(དམར་ནག་གམ་  
 སྤོང་པོ)དུལ་ཁང་(དུགས་ཁང་ཞེས་པའང་སྤང་སྤྲོད་ཁང་)དུ་ཀྱ་ལ་(རས་སྤྱི་དང་གོས་ཆེན་ལ)། །དུང་(འབྲུ་  
 དང་དུར་བ་རྩལ་དང་ཤིང་འབྲས)དོ་ཟན་(འཆང་བྱ)དོ་གལ་ཆེ་(དོན་གནད)། །རལ་པའི་དོ་ཀར་(ཐོར་ཅོག)  
 དོ་མོད་དོ་ལུ་དང་། །དོ་མ་(གཅན་གཟན)དང་དོ་མ་ཆགས་(ལུ་ལོན)དོ་མ་(རྟ་སྟགས)དོང་ག་སྤྲོད། །དོན་  
 དམ་དོན་འབྲུབ་དོན་མཐུན་དོག་པོ་(ཡངས་མེན)དོར་(འདས་བསྐུལ)། །དོན་གྱི་སྤྲིང་པོ་དོད་ཅམ་  
 (དབྱིབས་ཅམ)མ་ཤེས་ནས། །དོས་འཕྱགས་(འབྲན་ཆེ་བྱེད་པ)རེ་དོགས་(གཉིས་སུ་འཛིན་པ)སྤོ་ཡིས་དོམ་  
 ཆོལ་སྤྲོད་(ལོག་སྤྲོད)། །དོ་ཉ་(མི་ཟད་པའི་སྐད་)དོག་པ་(ལུ་ཉིག་ཐོང་བ་སྟགས)དོ་དམ་དོག་མོ་ས། །དོ་ར་ཆི་  
 ཤིང་དང་གར་མཁན་གྱི་ར་བ་དོག་ལེ་(འཁྱར་བ་འཆོད་སྤོང་དམ་རྒྱ་སོད་སྤོང་)དོ་ལེ་(གཟིངས)དོང་དོལ་(ཉ་རྒྱ)  
 དོང་(སོང་བ་ལའང་)། །དོལ་ཆོལ་(ཆོམ་ཆོམ་མེད་པའམ་མ་ཡེངས་པར་རྟག་ཏུ་འཁོད་པ)དོས་རག་(ཐེལ་བ་ཉྩེ་  
 དོས་རག་མ་མཛད་ནི་ཉ་ཅང་མ་ཐེལ་ཅེས་སོ)དོར་མ་(རྒྱ་གོས)དོ་ཤལ་(མགུལ་རྒྱན་ཐོང་བ་རིང་བ)དོ་གང་དང་། །  
 འབྲན་པའི་དོ་མེད་དོང་ཅེ་དུ་མའི་མེ་(ཡ་རབས་བཟང་པོའི་དོན)། །དུ་བ་དུ་བྱེད་དུང་སོང་དུང་དོན་  
 བོན་(ཀུན་རྫོབ)། །དུང་པོར་སྤྲོད་དང་གཟུ་པོའི་དུང་མཁན་དང་། །དུག་པོ་(མི)དུག་ནད་དུག་ཆ་དུག་  
 ལུ་དུག་སྟགས)ཤལ་ཅན་དང་ཐལ་ཆེ་དུགས། །དུལ་པོ་(མིང་པོ)དུལ་མ་(ཁང་བའི་སྤྲོད་པ་འདབ་ཀྱང་ཟེར)  
 སེམས་ཀྱི་དུན་པ་དང་། །ཁ་དུག་(དབང་བཅན)དུག་ནད་(གཉན་ནད)དུས་གྱི་སྟགས་ཀྱིས་དང་དུས་ཉ་  
 (བཅང་རིས་ཉེ་ལན་ཆགས)དུངས་(དུལ་བ་དང་འདས་ཆོག་ཐར་བ་སྟགས་ལ་དང་མ་དུང་པ་ཞེས་མ་དུལ་བ)། །དུ་  
 པད་(རྒྱ་སྤྲོད་)དུལ་(བཅོམ་པའམ་རལ་བའམ་ཞིག་པའི)དང་དི་མས་སྤགས་པ་(སྤག་བྱ་སྤགས་པ)དང་། །  
 གཏམ་གྱི་(མར་ལ)དི་བ་(རྒྱར)དིས་ལན་དི་མཆོག་སྤོས། །བཀའ་དིན་གཞན་དིང་མི་འཛོག་(གཞན་ལ་མི་  
 སྤོས་པའམ་མི་རེ་བའི་དོན)དིལ་བྱ་(རྒྱན་དང་སྤྲོད་གཅིག་ཏུ་དིལ་བའང་)དང་། །དིལ་བྱེད་(དི་བཟང་གི་བྱེད་)དི་

བརྒྱུད་(འདི་ནི་འཕུལ་མེད་ས་མགོ་ཅན་ཀྱང་ཡོད་དེ)དྲི་བསྐྱུང་(འདི་གཉིས་དོན་གཅིག་སྟེ་ཞེས་པའི་དྲི)དྲི་བཅེད་  
ཁང་(སྟེ་ཁང་རྟེན་སྟོང་། དྲིལ་བསྐྱགས་(ཁྲིམས་བསྐྱགས་)དྲི་མན་དྲི་དཀྱུ(དྲི་བའམ་ཆ་བ་སྟེ་འདི་གཉིས་  
དོན་གཅིག་སྟེ་དེ་སྟར་མན་མས་ན་རབ་དཀྱུ་ཞིང་ཞེས་པ་སྟེ་བྱུ་དྲི་ཤུལ་(འདི་འདྲ་ཁ་ཤི་ཁ)དང་། མོན་དྲི་(སྐར་མ)  
དྲིལ་ཁྱུ(འཆོགས་པ)དྲིག་ནད་(ཀླང་བའི་རྩས་ཆོགས་སོགས་ཚུ་སེར་གྱིས་ན་བ)དྲིག་པ་(སྐར་མ་སོགས་ཀྱི)ཆགས། །  
མོན་གྱིས་དྲིགས་དང་ཆེ་དྲིགས་སྟེ་སྟེན་དྲིགས། གཅན་གཅན་དྲིད་དང་དྲིད་པོ་(རྒྱད་དྲིད་པོ་ཆོས་ཀྱི་  
དྲིད་པ)དྲིད་འགོ་དྲིད། དྲིད་རྩོག་(སྟན་ཁ་བའི་མིང་སྟེ་དེང་སང་གུམ་ཅོ་ཞེས་པ་རྒྱ་ནག་གི་སྐར་དུ་གྲགས)དང་  
ཆོས་དྲིབ་ཤིང་དྲིབ་(ཆར་རྒྱུ)། མདུན་གྱི་དྲིབ་(ཆ་བ་དང་མ་རེག་ཅུ་ཡང་)དང་དྲིབས་(ཆ་བ་ནས་ཐོན་  
པ)ནས་ཕྱངས་(བསྐྱལ་ཆོག)པ་དང་། གཡུང་དྲིབ་གངས་ཀྱི་དྲིག་དང་ས་ལ་དྲིབ། ཁེམས་ཅན་དྲིབ་  
མ་(ཁོག་ན་བྱ་ཡོད་པ)ཆོན་དྲིབ་(སྟེ་མའི་དྲིབ་གང་དྲིབ་ཀྱི་དྲིབ་བ་ས་ལ)དང་། རྩོ་བཏབ་(ཆ་བ་བཟུང་པ)པ་  
དང་ཁྱུ་རྩོགས་(ཁྱུ་པོ་བཟོ་བ)དྲོན་མོ་བ། རྩོ་ཕྱི་རྩོ་ཤ་དྲོན་མེ་ཡི་དྲོད། མ་དྲོས་མཆོད་དང་གྲེན་  
དྲི་དྲིབ་(བྱ་བ)དང་དྲོདས་(ཟས་སོགས་བསྐྱལ་ཆོག)། རམ་པར་དྲོདས་སོགས་ད་ཡིག་རྒྱུད་བའི་སྟེ། །

## ༼ན༽

ན་ཆོད་ན་མཉམ་དང་ནི་ན་ག་ལྟ། རན་གྱིས་ན་བ་ནང་ནས་ནར་གྱིས་ཐོན། རམ་མཁའ་  
ནམ་ཞིག་(གཏན)ནམ་ལངས་ན་གི་(དང་ན་རམ)སྟན། རལ་(པད་རག་འདྲ་བའི་རིན་ཆེན)དང་ནང་ཁྲོལ་  
མདོག་ནག་ནགས་ཆོལ་དང་། ར་རི་མ་(གཞོན་ལུ་མ)དང་ན་བཟའ་ནན་ཏན་དང་། ར་ནམ་(ཟ་  
འོག)ན་རྒྱུད་ན་མ་(ན་བ་དང་ན་རྒྱུད་)ན་ཀྱུ་ལེ་(ནུ་ལེ)། རན་སྟེ་(སྟེ་དྲོན་ནམ་ལང་ཡང་)ན་ད་(རྩོགས་  
རིམ)ནང་བྱན་(གཡོག་པོ་ཁྲིམ་འཛིན)ནམ་མོ། རམ་ཞལ་(ནམ་ཡང་)ན་བྱན་(སྟེ་རྒྱུ་རྒྱུད་)ན་ཀྱུ་(རྩོན་ནམ་  
གྱུང་(ནམ་ཕྱེད)ནངས་(ལངས་པའི་དོན)། ར་རྩུ་(འབོད་པ)ནབས་སོ་(སྐར་མ)ན་རྩུ་(སྟེ་གསྐྱེབ)ན་ལེ་ཤམ་(སྟན་  
ཏེ་མོ་རིལ་དཀར་ནག་གཉིས་ཡིན)། རག་པོ་འགོ་ཤེས་(རགས་པ་གོ་སྟེ་བ་སྟེ་ནག་འགོས་སུ་བཞོད་པ་སྟེ་བྱུ་ན་  
མད་(སྟེ་བའི་དོན་དཔེར་ན་ཡན་ལག་མ་ཆོད་བའི་རྩུང་བ་ལ)ནམ་ཆོད་(བྲང་མགོ་ཡན)དང་། རང་རྩེ་(ཁྲིམ་  
བདག)ན་ལེ་(རྩེ་སྟེ་ལེ)ནར་ནར་(དབྱིབས)ནན་ཏུར་པ་(ཆད་པ་བཅད་པའི་ལས་དང་ནན་ཏན་ཀྱང་)། རན་  
ཁྱུགས་(རྩུ་པོར་ཁྱུ་ནས་གཞན་ནོར་བཀྱག་པའམ་འཕྲོག་པ)ནམ་ནི་(གསེར་ཞོལ་སྐར་མ)ནར་མ་(རྩུན་མ)ན་  
ཁྱུ་(རྩུ་གནས)ལ། རམ་སྟོད་(ཆེན་མོ)ནམ་རྩུས་(ཉི་མ་སྟེན་དང་བཅས)ནལ་བྱུ་(ཁྲིམ་ཐབས་མིན་པའི་བྱ་སྟེ་ནལ་

ཐོད་ཀྱང་དེའི་ཐོད་པའོ་ན་གྲུ་ལེ་(སྤེལ་མོང་)། །ནངས་ཀྱི་(སྤོན་གྱི་)ནམ་ཐུར་(ནམ་ཏན་)ནམ་གཤིན་(ཤི་ཟས་སམ་  
དང་ཟས་)ནག་འོག་(ཆོག་དང་རི་མོ་སོགས་མི་གསལ་བ་)ནད་(སྤོན་)། །ཆོག་པ་དང་ནས་(རྣམ་དབྱེ་ཉེར་གཅིག་པ་)  
ནི་(འབྲས་བུ་སྟེ་)ནི་སྤྲུ་(ཤིང་ནི་མ་པ་ཞེས་རྒྱ་གར་གྱི་ཤིང་ཞིག་སྟེ་བསེལ་སྤྲུ་ན་དང་གསོ་བྱེད་ལས་གསེར་གྱི་མེ་ཏྲོག་ལའང་  
བཞེད་)ནིར་མ་ཀམ་(སྤྲུ་ལ་པའི་སྤྲུ་)། །ནེ་མ་རུར་(ཐེ་ཆོམ་ཟ་བ་)མནན་ན་ནེ་མས་དང་ནེ་ཙྴ་བྱ་(ལ་ཙྴ་བརྟ་  
ནས་ཞག་ལོན་པར་བཞག་པ་བསེལ་བར་གྱུར་པ་དང་འབྲ་ཞེས་)། །ནེ་ར་མེ་ཏྲོག་(སེར་པོ་)ནེ་བྱ་ལེ་ནེ་བྱ་གསེང་  
(ཤིང་རྒྱ་མེ་ཏྲོག་འཛོམ་པ་)དང་། །ནེ་བྱ་སྤྲུ་བྱ་དང་ནེ་ལེ་(རྒྱ་ལའང་ཡོད་)ཐོད་ཁྲ་(ཐོད་ཐའང་འཐད་དེ་བྱ་  
པར་སྤྲུ་ན། །ནེ་བྱ་ཐོད་(ན་རྒྱ་)རུར་མཛོད་(གཟུང་སྐར་གྱི་འགྲོས་རྩ་བྱ་རྩེ་ཉིང་ལྷ་)རུ་བོ་རྒྱུང་། །བྲང་གི་  
རུ་མ་མངལ་གནས་རུར་རུར་པོ། །རུ་བོ་མ་རུས་མཐུ་མི་རུ་བོ་མི་རུས་པ་(མི་ཐུབ་པ་)། །རུ་བོ་ཕྱོགས་  
འོར་རྩས་འོར་བྱ་(དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་རིང་བསེལ་ལས་བྱུང་བ་མཆོག་ཐུན་དངོས་གྲུབ་ཀྱན་འབྱུང་རྒྱལ་བྱ་ཀྱན་  
དགའ་རིན་ཆེན་གྱིས་སྤངས་པ་རྩ་བྱ་)རང་གིས་འོད་(ལེན་པ་དང་ཐོབ་པ་དང་བཞག་པ་ལའང་)། །འགལ་བའི་  
འོངས་པ་འོག་(དཀོན་ནམ་བ་སྤང་གི་སོག་སྤེང་ཤ་འབྱུར་དང་། ར་མོང་གི་རྒྱབ་ན་ཤ་འབྱུར་རྩ་སྤེལ་དབྱིབས་རྩར་  
ཡོད་པ་ལའང་ནོག་ཟེར་བ་ཡིན་)དང་འབྲུལ་བའི་འོར། །འོ་མ་པ་(རྒྱ་)འོ་མ་ལྷག་(ཕྱོགས་གཅིག་མི་མངོས་)འོན་  
རྒྱུང་(མདོག་སོགས་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་དང་བཅུད་སྟོབས་ཞན་པའང་)བ། །ལ་སོགས་ན་ཡིག་རྒྱུང་བར་  
འབྱུག་པ་འོ། །

༼པ༽

པ་ཏྲ་རི་མོ་པ་མ་སངས་ནི་གཟུང་། །ལུས་ཀྱི་པང་པ་པང་ལེབ་(ཤིང་)པར་བྱ་པར་(དཔར་དང་  
སྤར་ཀྱང་ཟེར་)ཏེ་ཡི་གེ་སོགས་ཀྱི། །ལོ་དག་པ་དང་པ་སྤྲུ་པ་རྩེ་ཀ་(ནས་ཀྱི་སྟེ་མ་ནག་པོ། །པ་དང་མ་ར་ག་  
པ་དྲ་(འདི་གཉིས་རིན་ཆེན་པ་)ཏྲོ་ལ་(སྤོན་)། །པ་དང་ལྷ་པ་དང་སྤྲུ་པ་དང་ལོ་རིགས་དྲུག་(འདུལ་བའི་ཆོས་གོས་)  
དང་། །པ་ཤི་(བཅུན་པ་སྟེ་བོད་བཅུན་རྒྱ་ནག་དུ་ཕྱིན་པའི་མིང་ཟེར་བ་སྤང་)པ་ལ་ཤ་(མེ་ཏྲོག་)དང་པ་རྩེ་ཏྲ་  
(མཁས་པ་)། །པ་ཏྲ་(མཁས་པ་)པར་ཏྲང་(གུམ་ཅེ་)པ་རྩུ་ལི་ཀ་(ལྷ་ལེན་ཞེས་པའི་ལྷལ་ནས་བྱུང་བའི་རས་)དང་། །  
པ་ཏྲི་(བདག་པོ་)པར་པ་ཏྲ་(སྤོན་)དང་པ་དེ་མ་(གསེར་གྱི་མེ་ཏྲོག་)། །པ་གས་པ་(སེམས་ཅན་སོགས་ཀྱི་སྟེ་དྲུག་སྤྲུ་  
ཐུན་པ་དང་གཞི་དང་འབྲེལ་བའི་ཆོ་སྟག་གི་པགས་པ་ཞེས་འདི་རྩར་བཞེད་པ་བར་དུ་འབྲེལ་སྤྲུ་མེད་ཆོ་སྟག་ཐགས་  
གཟིག་ཐགས་དོམ་ཐགས་ཞེས་སྐབས་ཀྱིས་འབྱུག་རྒྱལ་ཤེས་པ་ར་མི་ཏྲ་(པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་)པར་པར་འཕར། །པི་

པེ་ལིང་(དྲོད་སྒྲན)དང་པེ་མི་(སྒྲ་སྒྲན)པེར་གྱིས་བྲིས་(ལྷ་པེར་སྒྲན་པེར་མཚལ་པེར་སོགས)། །ཁུ་གནས་  
 པེར་(མིར)དང་ཚོག་པུར་གྲོང་པེར་པུར་(གདུང་གི་མིང་)། །གཅིག་པུར་ཁང་པེར་པུ་ཤུ(ཁ་ཁྱེར་རམ་སྒྲན་  
 པད་ལྷ་པུ་དང་མཚོད་རྟེན་གྱི་བྲེ་དང་སྒྲིགས་པུ་ལའང་)བྱ་པུ་ཤུད། །པུ་ཚམ(མགོ)པུ་ཚ(མཚོད་པ)པུས་འབྱུང་  
 (སྒྲིམ་ཐག)པུསྒྲ་ཤུ་པོ་ཏིའམ་སྒྲིགས་བམ་སྒྲེ་འབྲི་ཚུལ་ལ་པུསྒྲ་ཀ་དང་པུསྒྲ་ཀ་ པུསྒྲ་ཀ་སོགས་སོ། །པུ་པ་ལ(འུ་ལུ)  
 དང་པུ་ཤེལ་ཚེ་ནི་སྒྲན(འཇག་མའི་ཚ་བ་འབྲ་བ་ལ་ག་པུར་གྱི་བྲོ་བ།) །པུ་ཁུལ་(བོད་ཐོག་མའི་རྩེ་བོ་དང་ལུལ)  
 པུས་(མ་ས་ལ)བཅུགས་པུ་རྒྱ་རི་ཀ(པད་མ་དཀར་པོ)དང་། །པུ་ཤེལ་ཚེ་(སོ་མང་སྒྲེ་སྒྲིག་ཤད)དང་པེར་ཀ་  
 (དབྱུག་པ)པེན་དར(བསོད་སྒྲོམས་བྱེད་པ་ལ)དང་། །ལག་བོད་(ལག་གཉིས་སྒྲུད་པའམ་ལག་ཤུབ)པོག་རི(ཤ་  
 མེད་རུས་ཚོགས་གྱི་མཚམས)པོག་(སྒྲིས)དང་པོག་པོར(སྒྲིས་པོར)དང་། །པ་པོ(བདག་སྒྲུ)པོ་ཏ་ལ(གནས་ཆེན)  
 དང་པོ་བོས་ཀྱང་(རི་ལྷར་ཐགས་ཀྱང་ཞེས་པ་སྒྲེ་ལུལ་སྐད་དུ་པོ་མཐའ་ཡང་བེར)། །སྒྲིགས་བམ་པོ་ཏི་མ་པ་  
 པ་སྒྲོན་པ(པ་པལ་ཅེས་སྒྲ་པལ་བམ་སྒྲིགས་གྱི་རུས་པས་མངོན་ཤེས་སྒྲ་པུ་སྒྲ་བ།) །པ་ཆོལ་(སྒྲུང་ཆོལ་སྒྲིགས་མ)པ་  
 ཆལ་(འཇུར་བྱེད་གྱི་ཁུ)པ་པུད(ཁང་སྐད་དེ་རྩེ་དང་སྒྲུ་ལ་སྐབས་གྱིས་དབྱེ་བར་བྱའོ)པ་ཏ་པུ(ཕྱག་འཚལ་བ)། །  
 པ་མ་ར་ཚ(པ་མ་ཚ་རི་ཞེས་སྒྲིས་དཀར་ལ)པ་སྒྲོ་(ཞུས་པ)པ་མོ་ཏ(ཤིག)། །པེ་ཡང་ཀྱ(སྒྲན)དང་པེར་དུད་  
 (དུད་འགྲོ་པེ)ཀ(རི་མ་ཉིས་རིམ་དང་ཁོན་པེར་ཐུ་ཁྱུད་ལའང་)དང་། །པེའུ་པོག་(དབྱ་ཁྱུན་དང་པོག་ཅེས་པ་ཅེ་  
 མ་ལའང་འཇུག)པོག་ཁུ་པ་ཡིག་འཇུག་པེར་མིང་། །

### ༼པ༽

སྒྲིད་བྱེད་པ(སྒྲུ་གཤེན་པ་བ་རྣམས་ཞེས་པའང་)དང་པ་བོད་ལོང་པུ་རྒྱ། །པེའུ་པ་མང་རྩེ་རྩེ་པ་  
 ལམ་དང་། །ཁང་པེར་པ་གུ(པ་གུ་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་སྒྲམ་པུ་དང་རྩིག་པེར་ཆ་ཤས་ལའང་)པ་རོལ་པལ་ཆེ་  
 བ། །པད་ཚེ་(སྒྲོད)པན་པོ(ལུལ་དང་པན་པ་གཉིས་ལ་སྐབས་གྱིས་ཤེས)པམ་པ་མི་པམ་མགོན་(བྱམས་པ་མགོན་  
 པོ)། །ཆང་གི་པལས་དང་ཐུར་ལ་པལ་པ(ཆམས་ལ་སོགས)དང་། །པར་ལ་སོང་དང་ཤིང་སོགས་པང་  
 བ(དུང་ངམ་ཡལ་གའི་གསེབ་སྒྲེ་པང་མའང་)དང་། །པངས་པ་མེད་དང་པས་གྱིས་སྒྲོལ་བ་དང་། །པམ་  
 ལིང་(ཟ་འོག)པ་ལོགས་(པ་རོལ)པ་བི(པ་ཀའམ་པ་རོལ)པལ་ཀ(རི་མ་སྒྲེ་ཁྱ་སྐད)པལ(དམད)། །དུད་འགྲོ་  
 པག་དང་པེམ་སྒྲུ(སྒྲུ་ཡི་བྱེ་བྲག)འབྲོན་པེར་པེབས། །པེའུ་(མགོ་སྒྲེའུ་སྒྲེ་སྒྲོད་དང་སྒྲན་སྒྲུད་ས་པག་ལའང་)  
 པེག་རྩོབ(རོལ་མའི་བྱེ་བྲག)པུན་ཚོགས་(ཡོན་ཏན་གྱ་རོལ་པ)པུན་ཚུགས་པ(བསོད་རྣམས་གྱི་གཞི་ཚུགས་པ)། །

ཕུལ་དུ་བྱིན་དང་ཕུང་ཁམས་མཆོད་པ་ཕུལ། །རྟ་ཡི་ཕུམ་ཕུམ་(བདུད་ཅི་ཕུམ་ཕུམ་དགུའི་ལྷ་ཆོགས་ཀྱང་)  
བག་ཕྱག་(ས་ཕྱག་གད་ཕྱག་དམིག་གུ་ཕྱག་)ཕུར་མོང་(སྤྲན་)ཕྱགས་(གཏན་གྱི། །གོ་ཆའི་ཕུབ་མོ་སྤྲན་གྱི་ཕུ་  
བོ་(ཆེ་བ)དང་། །རྩ་ཡི་ཕང་ཕུང་ཕུང་སྤི(ཕུང་གྲོལ་ཞེས་དོན་མེད་ལས་བྱེད་པ)ཕུར་བུས་བཏབས། །ཕུབ་  
ཁ(ཕམ་ཁ)ཕུར་མ(ཐུམ་བུ)ཕུ་རུ(ཐུན་ཉེ)ཕུ་དུང་(གོས་ཀྱི)ཕུད(ཕུལ་ནས་སོགས་དང་ཕར། །ཕྱག་རོན་(བ)  
ཕུབ་མ(སོགས་མ)ང་ཕུད(ཆང་ཕུད་ཐོག་ཕུབ་པ(ཁང་པ་སོགས། །རྒྱ་ཕིབས་སྐར་ཕིབས་སྒོ་ཕིབས་སོགས)ཕོད་  
ཀ(ཐུགས་པའི་གོས་ཀྱི་རྩར་ཕོ་ཉ(མངག་འབྱེན)པ་རོག་བྱ། །དར་གྱི་ཕོ་ལོང་(དུ་གུའམ་ལྷ་ལྷེ་དང་སྤྱིང་ལའང་)  
ཕོ་ཐང་(ཕ་ཆབ)ཕོ་བ་རེལ་(སྤྲན། །ལུས་ཀྱི་ཕོ་བ་ཕོ་མཆན་ཕོ་མོ་དང་། །འཐུང་(བྱེད་ཕོར་(བ)དབུལ་  
བའི་ཕོང་(ཕོངས)བ་འབེན་ལ་ཕོག། །ཕོན་ཕོ(འཆོགས་པའམ་སྤངས་པ)ཕོལ་མིག(འཁོར་ལོ་དང་ནད་ཀྱི་བྱེ་  
བག)ཕོ་གུ(ཕྱ་ཆོམ)ཕོ་ཐེག་ཆེ(ཁངས་པ་རྩེ་རྩ་བ་མཐོ་བའི་དོན། །ཕོག་སྒྲ(སྤན་ཆེ་བ)ཕོལ་བ(རྟོགས་པ)ཕོམ་  
པ(བུམ་པ)ཕོལ་ཏེ(ཕན་ཏེ)ཕོགས་(སྤྲན། །ཆར་སོགས་བྱིན་ཕོབ་དང་ཕྱ་ཞིབ་ཕྱ་བཀོད་པ། །ཕྱ་མ(དབྱེན)  
ཕྱག་པ(ལུས་ཀྱི)ཕྱག་དོག་ལུས་ཕྱ་མ(གཞོན་རུ་མ། །ཕྱན་བུ(ཕྱན་ཆོགས)རྩལ་ཕྱན་(ཕྱ་རབ་ཀྱང་)བརྒྱ་ཕྱག་  
ཆོག་ཕྱད་སོགས། །ཕྱ་མེན་(རིག་ཐུགས་མཁན་མའམ་རྩ་མེན། །རིན་པོ་ཆེ་དང་སྤིན་པའི་རིགས་དང་བདུད་མོ་  
སོགས་ལ་སྐབས་ཀྱིས་དབྱེའོ་སྤིན་ཕྱག་(སྤིན་མའི་བར་སྤིན་དབྱག་ཀྱང་)ཕྱ་རག་ཕྱ་རབས་རྩལ། །ཕྱལ་དུ་(ཐུར་  
བ)ཁ་ཕྱལ་(སོ་སོར)ཕྱིན་ལས་ཕྱིགས་ཚུད་པ(སྒོ་ཡིས། །ཁྱུ་ཕྱིག(མངོན་ཤེས་ཕན་བུ)ཁ་ཕྱི(ཉུང་དུར)བ་དང་  
ཕྱི་ལི་ལི(འདར། །ཕྱུ་མ(མངལ་གྱི་ཕུ་མ་དང་ཕོ་ཐང་དང་དམག་གི་ཕུ་བཏབ་པ་ཞེས་དམག་སྐར་ལ་འཇུག)ཕུ་གུ་  
ཕུ་བ(སྒོད་དེ་རྩ་ཡི་སྐར་འམ་ཁོག་མ)ཐེར་ཕྱག་ཕྱགས་(ཟ་བར་འདུད་པའི་མིང་། །ཕྱམ་ཆུང་(ཞོ་སྒོད)ཕྱམ་  
(དར་བའམ་ཞོ)དང་ཕྱམ་ཁྱུ་ཕྱུར་ཕྱ་རྟོགས་སྐག་(སྐར་ཐབ་ཏུ་བཅུག་ཟེར། །ཕྱང་ཕྱལ་(བརྒྱན་པ)ཕྱེའུ་  
(ཤར་བུ་རྩེ་སྤེ་རགས་ཀྱི་མིང་གི་བྱེ་བྱག་དང་ཅུང་ཟད་ལའང་)ཕྱིང་བ(བཤང་ཕྱིང་)ཕྱོམ་ཕྱད་ཕྱོགས་(བསྐལ་ཆོག། །  
ཕྱལ་བ(ཁྱབ་བདལ་གྱི་དོན་དང་གོད་པའང་)ཕྱ་ཆད(ཕྱོགས་སུ་རྒྱུང་བ)ཕྱ་གཡང་ཕྱ་མེ་བ(ངོས་མཉམ་པ། །  
ཕྱལ་ཕྱིང་(སྒོ་བ་འགངས)ཕྱན་བཏང་(འོག་རྒྱུང་བཏང་བ་རྩེ་བྱིན་ཡང་)ཕྱང་བཅད(ཐག་བཅད)ཕྱགས་ལྷམ་  
(ལྷམ་གྱི་བྱེ་བྱག)མན་བས། །ཕྱག་པ(བམ་པོའམ་དུམ་བུ)ཕྱ་མཁན་(མོ་ཅིས་པ)ཕྱག་སྤལ་(བཙོན་པ)ཕྱག་ལེ་  
ཁོམ(ར་རོ་བ་ཆང་བཟེ་རྩ་བུ། །འགོ་དོན་ཕྱད(ཐུབ་པའི་བད)དང་ཕྱགས་མས་ཕྱག་དར་བུས། །ཕྱམ་  
ཕྱད(མཉམ་ཉིད)ཕྱར་བ་ཕྱང་ཡར(ཕྱིན་ལས)ཕྱང་ངེ་བ(འཛེལ་ལེ་བ། །ཕྱར་གཡེང་(རྩམ་གཡེང་དང་རང་  
ཉིད་འདོད་པའི་བོན་གཞན་ལ་ངོམ་ཞིང་སྤེལ་ཆོས་བྱེད་པའི་དོན་ཀྱང་)ཕྱག(ལག་པའི་ཞེས་)དང་བྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་

ཕྱིན་སྐྱོད་པའི་མིང་། ཕྱིང་བང་(སྒྲོན་པོ)ཕྱིང་བ(བད་རྟིང་སྒྲོན་པོ་དཔོན་དང་ཡུལ་སྐད་བལ་སྐད་ལ)པ་རོལ་  
ཕྱིན་པ་དང་། ཕྱི་མོ(རྩ་བའམ་མ་གཞི་སྟེ་ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་ཕྱི་མོ་བད་སྒྲོན་གཞུང་ཞེས་པ་རྩ་བའོ)ཕྱི་བཞིན་  
(རྩེས་སུ་ཕྱི་ཕྱིར་སྐར་ཡང་)དུས་ཕྱི་མ། ཁྱི་གཙང་ཕྱི་ས་ཕྱིས་ཏེ་ཕྱི་རོལ་དོར། ཕྱི་ཚས་(ལ་འུར་རམ་ཕྱི་  
ཐུམ་ཕྱི་ཉུག་སྐད་པོ)ཕྱི་བེ(ཕྱི་རོལ་)ཕྱི་རྩོ་འཕང་(ཞལ་སྟེ་སྟགས་ལ་ཕྱི་ཚེག་འཕང་བ)། ཕྱིས་བྱ་སྒྲོན་ཕྱི་བང་  
(སྐར་དབྱང་མཐན་དང་ཡིག་མཐན་ནམ་སྒྲོན་དཔོན་དྲིལ་ཕྱིས་(བསྐྱེ་མཉེ)ཞབས་ཕྱི་ཕྱག་བརྟན་ནམ་འཁོར་གཡོག་  
ཕྱིད་དར་ཡོལ་ལམ་རྒྱ་དོ་ལ་དང་མ་ཕྱིད་བ་ནི་མ་འདང་བ)། ཕྱིད་ཀར་(ནམ་ཕྱིད་སྟགས་)སོ་སོར་ཕྱིས་(ལ་ཁར་  
ཐལ་བ་དང་སྒྲོ་སྟགས་ཏེ་བསྐྱེལ་ཚེག)དང་འཐག་པའི་ཕྱི་ཚམ་པ་རྩ་བུ་དང་ཕྱི་བེ་ནི་ཕྱི་རོལ་། ཕྱིམ་རེ་ཕྱི་རྩོ་  
དང་དགོང་མོ)ཕྱི་མ་ལེབ་(སྟག་ཆགས་)དང་མི་ཕྱིད་པ། འདབ་ཕྱག་ཤུགས་ཕྱིད་ནང་ནས་ཕྱིད་(བཏོན་  
ཟེན་པ་དང་། ཕྱུག་(འཕྱར་ཐུན་)པོའི་ཕྱུགས་(ཞོར་ཕྱག་སྟགས་)དང་ཕྱིར་བ(འོ་དར་ལས་བྱང་བ)ཕྱིར་བྱར་  
སྐྱངས། ཕྱུག་(གཞན་དུ་ཕྱུགས་)ཕྱིད་མ་ནི་(གཞོན་ལུ་མ)ཡིད་ཕྱིད་(ཡིད་སུན་པ)དབྱུགས་ཕྱིད་བ(ཕྱུག་བསྐལ་  
གྱིས་དབྱུགས་སྒྲོར་མི་ཕྱིན་པ་འབྱིན་པ)། ཁ་ཕྱོད་(ས་རྒྱ་ཆེ་བ)ཕྱི་ཕྱོགས་(རྒྱབ་ཕྱོགས་)ཕྱོད་དེ་(ས་ལེ)གནམ་ལ་  
ཕྱོར་(བསྐྱེལ་ཚེག)། དེ་རྒྱམས་པ་ཡིས་རྒྱང་འདྲགས་འཇུག་པའི་ཚུལ། །

### ༼བ༽

འདྲོད་འཇོ་བ་མོ(དུས་ཀྱི་བ་མོ་སྟགས་)བ་གོར་(རུས་མིང་དོད་དེ་རྒྱལ་བ་བེ་རོ་ཅ་ན)བ་དཀར་ནག་  
(བ་དཀར་གྱིན་སེལ་དང་བ་ནག་ཐུར་སེལ་བ། ལེ་ཞེས་པ་སྤང་སྟོན་ཏེ་སྤེལ་བ་ལེ་ཡང་ཟེར)། བམ་ནི་རོ་སྟེ་བད་  
ཀན་ཚུས་བང་བ། ཁ་ཤ་ཀ(ཕྱིན་འཁྱུ་དང་སྐར་གཉིས་ཀ་ལ)དང་བ་ལེ་ཀ་ནི་སྤེལ། ཁང་སོ(རྒྱལ་བོའི་དུར་  
གྱི་ཕོ་བྲང་མཐར་དང་ཐབ་ལ)བང་ཆེན་(ཕྱིན་ཁྱེར་བའི་མིང་)བག་ཚ(རྩོ་ཆ)བག་ཡོད་མེད་(ཁྱེལ་ཡོད་མེད)། །  
བར་ཆད་བག་ཟན་(བག་གོར་བག་ཕྱི)བས་པ(བས་སམ་མི་བས་དང་བས་པ་དགེ་སྟོང་དག་གིས་ཀྱང་བཀྱི་བར་  
དཀའ་རྩ་བུ་མཐའ་དག་པའི་དོན་ཟད་པའི་དོན། མཁྱོགས་པའི་བང་(བང་ཆེན་ནི་འཕྲིན་འཁྱེར་མཐན་  
དང་བང་གོང་(ས་བདག་སྐྱུ་གཉན་ལ་ཕྱག་འཚལ་བའི་ཆེག་བཤད་ཀྱི་མིང་)བམ་དུ་སྤེལ་(ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་དྲིལ་  
བ)། བྱུག་བལ་བལ་ནད་(བ་ཕྱག་སྟགས་འགོ་ཡམས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་)མིག་སེར་བལ་བོ་ཡུལ། བག་མ(རྒྱང་མ)  
བག་ཆགས་རིམ་གྱིས་བགས་(བགས་གྱིས་ནི་བ་བགས་གྱིས་སྐར་བ་རྩ་བུ་པ་དང་། ཁར་  
བབས་མར་ལ་བབས་དང་དུས་ལ་བབ། ཁ་སྤྱོད་(རྩོ་ཆེན་སེར་བོ)བ(བ་སོ)དན་བན་སྤང་བ་གམ་(ལ་ཁྱེར)

བངས་(བརྒྱན་གྱིས།) །བ་མན་(བ་སྐང་དང་དབྱིབས་འདྲ་བ)བ་ཡར་(བེའུ་བཙས་ནས་ཡུན་རིང་མ་ལོན་པ)བས་  
མཐར་(གྲོང་ཟེང་པའི་མུར་ཐུག་པའི་ས)བག་ལ་ཞ(ཞོག་ཏུ་གྱུར་པ)། །བབ་བབ་(དང་)བན་རྟ་(ཐོད་པ)བབ་  
ཅོལ་(མ་བསམས་པར་སྒྲིབ་དང་འཕྲ་མ)བལ་བཟླ་(རྩ་སྒྲུ་དང་རྩ་གསེར་སྒྲུ་དང་བྱི་འཛིན་ནམ་ཙཱ་ཤེས་མ་ལའང་)། །  
བ་ལུ་(ལུར་དཀར་)བ་ཚེ་(མེ་ཚུས་)བ་ན་(མེ་རྟོག་)བ་རྟ་ཀ་(བ་དན་)། །བག་ཁུམ་(སྒྲིང་འདར་བའམ་སྤར་མ)བག་  
རྒྱུང་(སྒྲིངས་པ་མེད་པའམ་འཆར་མེད་པ)བག་རྩོ་(བཟིང་ཆགས་པའི་ཡིད་གར་འོང་བ)བ་ལང་མིག་(སྐར་ཁྲུང་དམ་  
བ་སྐང་ལ་འཆར་བའི་གཙན་སྒྲུང་)། །བག་ཡངས་བག་ཙམ་(ཕྱ་རགས་གཉིས་ལ་འཇུག)བག་ལ་ཉལ་བ་སོགས། །  
བིང་(རྩ་མིན་གྱི་དམག་སྒྲུང་བའི་གནས་དང་ཙན་དན་བིང་ཟེར་ཞེས་པ་སྐབས་སུ་ལག་ཆ་ལའང་འཇུག་ཅིང་ཡུལ་སྐད་  
འགར་འཕེན་པ་དང་བསྐྱར་པ་ལའང་ཟེར་)དང་བེམྱ་(སྐྱ་གཟུགས་)བེ་ལོ་(འཛིན་པ)བེག་གེ་ནད། །བེད་སྒྲིང་  
(འཕེལ་ཁ)བེ་རེག་(ལུར་བ་ནང་ཆངས་ཙན་བེམས་པོ་(མལ་གཟན་)བེ་བཟོ་(རྩ་སྒྲུང་)བ། །བེ་རྩ་བེ་ཙན་(འདི་  
གཉིས་དོན་གཅིག་དབྱུག་པ)བེའུ་བུམ་(གདམས་པའི་དཔེ)བེའུ་བུ། །བེམ་པོ་(ཤ་གཟུགས་)བེལ་སྐབས་(རྩ་སྐྱུ་  
བེའུ་(དུད་འགྲོ་)ལུར་སྒྲིབ་པ། །གཙུག་པའི་བུ་དང་བུས་པ་(བྱིས་པ)བུད་མེད་དང་། །བུམ་པ་བུད་ཤིང་  
བུལ་(འབྱངས་པ)དང་བུང་བ་(སྒྲིག་ཆགས་སྤང་མ)དང་། །བུ་རམ་བུལ་རྟོག་བུ་ག་(བ་སྐྱའི་བུག་པ་(ཆངས་  
པའི་བུག་པ་སོགས་)དང་། །བུན་(བུས་ཡང་)བུ་བུམ་པ་ཆུང་དང་བན་བུན་བསྐྱེལ། །བུ་ལོན་བུན་(རྒྱུང་པས་  
གསར་བ་སྒྲིང་པ)དང་སོང་བའི་བོར་བ་(ཐར་པ་འདོད་ནམས་དཔེན་པའི་རི་ལ་བོར་ཉ་བྱ་དང་། །སྟོར་བའི་  
བོར་བ་སྐྱུ་རྒྱལ་བོད་ཀྱི་ཡུལ། །འཕྱལ་དག་བོན་དང་ཤིང་འབྲས་བོ་རྟེ་ཙེ་(གཞན་དུ་བོད་ཙེ་ཞེས་སྤང་)། །  
བོང་བུ་(དུད་འགྲོ་)བོངས་ཆུང་(ལུས་)བོགས་འདོན་སྒྲིང་འདོན་པ་སྟེ་གོ་བ་བོགས་ཆོད་དུ་སྟེར་བུས་ཞེས་པ་ཉ་བྱ་  
ཆུ་སོགས་བོ། །རྒྱང་བའི་བོལ་གོང་མིང་ནས་བོས་པ་དང་། །བོང་བ་(སའི་རང་བཞིན་སྟོ་འདྲ་བ་དང་བོང་  
ང་སྟོ་སྐྱུ་)བོག་རེ་(ར་བའམ་བ་གམ)ལན་བོན་(ལན་བརྒྱས་པ)མའི་བོག་(མེ་དུག་)བོགས་(བརྒྱལ་བ)། །བམ་ཟེ་  
བང་དེར་སྤང་དང་བན་ནི་གཡོག་(ཆུས་བན་ཀྱང་)། །གནས་ཀྱི་བང་(སྒྲ་བང་མོ་བང་དང་གཉན་སའི་བང་  
འཆོལ་ཉ་བྱ་དང་བང་འགྲོ་(སྐྱུལ་)ལུས་ཀྱི་བང་། །མེད་པའི་བལ་དང་བལ་རི་སྐྱུག་གིས་བལ། །བལ་  
ཁུན་བལ་སྒྲིས་བལ་སྒྱུ་ཏ་བོ་སྐྱུན་(རྩ་དུག་སོགས་ལ་སྟེབ་ཆོགས་ཀྱི)། །བ་བ་(བྱི་བ་ཆུང་)བ་ཉེ་(སྐར་མ)བ་བོ་  
(འབྲུ)གཏོར་མི་བ་(སྤྲའང་སྟེ་སྒྲིས་མི་བོང་བ)། །བ་མ་(ཤིང་)བེད་པ་(བསྐྱུ་བ)ཆང་བེན་(ཚོག་སོགས་)བེ་གང་  
(མཐོ་དམན་ནམ་ཐོགས་རིས་མེད་པ)མེད། །ཡི་གེ་བེས་(འདས་བསྐྱུལ་)དང་ཆོགས་དང་བསོད་སྟོམས་  
བེམས་(བསོད་སྟོམས་རྒྱག་པ)། །ཟད་པའི་བེ་བ་དང་ནི་ཉུངས་ཀར་བེམས་(གཏོར་བའི་བད་སྟེ་ཟེན་པ་དང་



བསྐྱལ་ཚེ། །མུ་བྱག་(སྐལ་བ་དང་ན་སྒྲོང་མུ་བྱག་པ་དང་བར་སྒྲོང་ལས་ཆར་དབབ་པར་རྒྱུ་དཔག་ཅེས་  
འབྲུང་ངོ་)བྱ་བ་ཆ(འདྲོད་པ་ཆེ་དང་སྒྲིགས་པ་ལའང་)དང་བྱི་ལའི་བྱན་(ཟག་པ)། །བྱབ་ཁུང་ས་ཡི་དོང་  
བྱས་ནང་དུ་བྱབས། །བྱལ་བ་(སྒྲུང་བ)བྱ་བཅོ་མོ(མཁའ་འགོ་མཁའ་ཐིམ་མོ་ནི་བྱ་བ་(སྒྲོ་བ)སྒྲོས། །བྱངས་  
ཀྱང་(ཀྱན་ཀྱང་)བྱ་ཤ(ཡལ་དང་རྩས)ཏྱ་བྱེས་(རྒྱུ་དང་ལ)བྱེད་བྱེད་བྱེད་(ལྷུར་བ་དང་གསལ་བའམ་ཆ་བྱེད་བྱེད་  
སྐགས། །ཁྲ་བྱེད་དུ་བྱེས་(བརྒྱན་པའམ་འཐེན་པའི་དོན)ལ་བྱེད་པ་ཆེ། །བྱེ་ག(སྒྲིན)བྱེ(འཇལ་བྱེད)དང་  
རྩ་སྐགས་བྱེགས་པ་དང་། །སྒྲིག་པའི་བྱེད་དང་རྒྱུང་བའི་བྱོ་གར་འཆམ། །བྱོ་བརྒྱུད་བྱོ་བོར་(མནའ་  
བསྐྱལ་བ)བྱོ་འཆལ་བྱོ་ནད(འདི་གཉིས་ནད་སྦྱི་དང་བྱེ་བྱག་མཛེ་ཡི་མིང་ལ)བཏབས་(ཟས་ཀྱི་རོ་བོའང་)། །བྱོད་  
པ(དགའ་བ)སྦྱིས་ཏྱ་བྱོས་པ(སོང་བ་སྦྱེ་འདས་བསྐྱལ)ཐྱེར་མོས་བྱོད། །སྦྱིག་བྱོ(རོ་བོ་ཡང་འདི)བྱོགས་ཤིག་  
(ཡིད་ལ་ངེས་པ་དང་བསྐྱལ་ཚེ)བྱན་བྱས་(ལོག་གཡེམ)བྱང་བྱ(མིང་བྱང་ངམ་ཤིང་གི)དང་། །མཁའ་ཐིམ་བྱ་  
དང་བྱ་བ་(ལས་གང་ཞིག་དང་མ་འོངས་པ)བྱས་པ(འདས་ཟིན)དང་། །བྱ་མོད་བྱ་མ་རྟ(མོ་ཉ་བ)དང་བྱ་ར་  
བ(སོ་བའི་མིང་སྦྱེ་ཉིན་གྱི་བྱ་ར་དང་མཚན་གྱི་མེལ་ཆེ་ལྟ་བུ)། །བྱང་གི་ཕྱོགས་དང་བྱད་ཁ་བྱམས་པས་  
བྱབས། །སྦྱིབ་པ་བྱང་དང་བྱ་ལེ་བྱང་འགྱུར་སྐགས། །བྱག་མཁན་(ཤིང་འགོ་རས་པ་ཞེས་ཀྱང་གར་  
མཁན)ལུས་ཀྱི་(ཡོ་བྱད་ཀྱང་)བྱད་བཞིན་(གདོང་བ)བྱ་མོ་ཅི་(ཤིང་ཐན)། །བྱ་ན(ཚོད་མའམ་སྐགས་མ)བྱ་  
དགའ་(སྒྲ་རན)བྱ་མ་ལ་བ(མཚོད་རྒྱས་དང་བྱེ་མ་ལེབ་ལའང་)དང་ནི། །བྱ་ཆོ(གཟེ་མ་དང་ཐ་རམས་ཏྱ་སྒོ་  
ལྷགས)བྱག་ཅེ(ཡིང་ཅ)བྱན་མོ(བྱད་མེད)རང་བྱན་རྒྱུད་(རང་སྒྲུང་དབང་དུ་འདུས་པ)། །བྱ་སྦྱང་(ཡིབ་ནས་  
བཟླ་བ)བྱ་རོག་མཐོ་གང་(མཚུབ་མའི་ཆོགས་དབྱས་མའི་སྦྱང་དུ་མཐོ་བོང་གི་ཆོགས་སྦྱར་བའི་ཆད་དེ་སོར་དུག་  
གི་ཆད)བྱ་མ་བྱམ་(སྦྱི་སྦྱགས)། །བྱ་གག་(བྱིམ་བྱའམ་རྒྱ་བྱ)བྱ་ཀ་ར(མའི་མདོག་ཅན)དང་བྱ་སྦྱིབས་(གད་པ་  
སྐགས)བྱག་ །བྱ་རོག་ཉུངས་མ(ཐོ་བྱི་ཤང་བྱི་རུག་(འདི་གསུམ་ཐོ་སྦྱེན། །བྱིལ་བྱིལ་(ནེམས་ནེམས་མནན་པ་  
དང་མགྲོགས་མགྲོགས་ལའང་)བྱི་དོར་(བྱག་དར་གང་དར)བྱི་ཆོར་(སྦྱན་ཏྱ་ས་ཉལ་རིགས་དབྱིབས་ཤིང་མངར་འད་  
བའི་ཤིང་དང་བྱི་བཟུང་ཞེས་པའང་སྦྱན་བྱིལ་(སྦྱ)མོར་བྱིབས་(ཡིབས་པ་དང་གཡོག་པ)། །བྱིལ་བོ་(རྩ་ཡི་གུར)བྱི་  
སོ(སྦྱོར་པ)བྱི་ནལ་(མིང་སྦྱང་བཟེབ་པ)བྱི་བོ(པོ་འཕྱོན་པའི་མིང་)བྱིན་(ཉེར་བ)། །བྱིན་ཆཔས་བྱིས་པ་འདམ་  
བྱིང་(བ)བྱི་ཏང་ག(སྦྱན)། །བྱི་བ(དུད་འགོ)བྱི་ལ(ལྷམ་བྱ)སྦྱ་བྱི་མང་པོའི་བྱིངས། །རིག་པ་བྱིང་(བསམ་  
གཏན་གྱི་སྦྱོན)དང་བྱེས་(ཐག་རིང་བ)སྦྱ་བྱེས་ལམ་བཏགས། །བྱངས་ཀྱི་བྱེ་བ་ཁ་བྱེ(སྦྱད་སྐགས)དོའི་བྱེ་  
མ། ། །ལས་བྱེད་མཁན་དང་གཞན་དུ་བྱེར་(སོང་བའི་བདུ)ཤལ་དུ། །བྱེའུ(ནས་ཟན་ཏྱ་མཆོལ་བ་དང་བྱེའུ་

ལ་ཕུག་ཅེས་སྟོ་སྟོན། བྱིའུ་ཡང་ཟེར་བྱེ་བྲག་བྱས་ལེགས་(དམར་བའམ་སྟུག་དང་ཐབས་ལེགས་པ་དང་གཡུལ་  
ལས་རྒྱལ་བ་ལྟ་བུ་ལ)རབ་བྱང་(འདུལ་བའི་དང་མོ)བྱང་(རང་ལ་འབྱོར་བ)། བྱུག་རིས་(གཤལ་བྱལ་བྱལ་ལྟལ་  
ལྟལ་བྱས་ནས་བྱང་རྒྱལ་(ཚམ་མེད་པར)སྟོན། བྱུག་པ་(དྲི་བཟང་)བྱུགས་ནས་བྱ་ཅུས་བྱར་བྱར་གང་། །  
བྱང་ཁྱངས་བྱར་འགོང་(ལྷ་ངན་ནམ་གཞོན་རྒྱུ་བྱར་ཆག་གནས་སུ་བྱོན་སྒྲིབས་ཟེན་པ)། བྱོལ་ཁ་(དལ་  
ཁ་ཐན་ཁ)བྱོལ་སོང་བྱོས་(བསྐལ་ཚེག)དང་བྱོལ་གྱིས་བཏབས་(གཞན་དུ་བྱོལ་བ་ལའང་)། ཁྲ་མེད་(གོང་ན་  
མེད་པ)ཁྲ་མ་(གོང་མ)ཁྲ་གོས་(སྤང་གོས)ཁྲ་དྲུགས་(མིང་སྟག)མིང་། ལལ་གི་ཁྲ་(ལས་བྱེད་པ)དང་གཏམ་  
གྱི་ཁྲ་བོ་(གོ་བརྟུན་འཕྲོད་པ)དང་། ཁྲ་གཤམ་(ཐོག་འགོ་བས)ཁྲ་ན་(གོང་ན)གཏན་དང་ཅི་བྱས་ཁྲ་(རུང་ཆོག་ཅེས་  
བའམ་བཟོད་ཅེས་པའི་དོན)། ཁྲ་ནི་སྤེང་དང་ཁྲ་མཁྱེན་(ཆེས་མཐན)ཁྲ་ཚོ་(མིའི)དང་། སོས་ཁྲ་(སོས་  
བཟང་པ)བྱ་སྟགས་(བྱ་སྟགས་མང་ནི་བྱ་བྱེད་མང་བ)བདེ་སྟག་(ངས་པར་ཞེས་པའམ་ཆོགས་མེད་པ་ཞེས་པའི་བརྟུན་  
ན་བ་སྟགས་(གཏད་པའི་མིང་)། ཁྲང་དོར་བྱས་ཏེ་སྤང་བྱ་ཉམས་སུ་སྤངས་(ཟེན)། ཁྲ་དྲོལ་(ཁྲ་ཅལ་ཀྱང་  
སྟེ་གཉིད་འཚལ་བ་ལ)ཁྲ་པོ་ལོ་བ་(དྲི་བའི་མེད)དང་ཁྲ་བྱུང་(ནི)དྲེགས། ཁྲ་མཐང་(སྟོང་སྟངས་དང་བྱི་ནང་སྟེ་  
ཁྲ་ཐང་ཡང་)ཁྲ་རྒྱལ་(མི་བཟོད་དམ་མི་བདེ་བ)ཁྲ་ཐབས་(སྟེ་ཐབས་སམ་ཡོང་ཐབས་དང་རུང་བའམ་སྟོ་བྱར)ཁྲ་བོ་  
(གཙོ་བོ)ཁྲ་ན་(ལན་ཁྲ་ནི་ལན་བཏབས་པ་དང་སྟན་པ་སྟན་དང་དོན་འདྲ)། ལྟགས་སྟུགས་(ཁོ་སྟགས་)མུ་སྟངས་  
སྟན་པོ་རིན་གྱིས་སྟུ་(བྱ་བྱེད་གཉིས་ཏེ་ས་ཡོད་འདས་བསྐལ་གཉིས)། སྟུ་སྟུགས་(ཁྱས་བྱམ་སྟུགས་གཟར་དགང་  
གཟར་སྟོང་དང་སྟུགས་གཅིག་བསྟུས་པའི་སྟུགས་རྒྱལ་ཐབས་སྟུ་སྟུགས་ ལྟགས་སྟུ་སྟུགས་པ་སྟགས)། ཁྲོན་  
འདེབས་(བོན་སྟོན་མཐན་ནམ་བྱར་ནས་གོས་འདེབས་པ)ཁྲོ་འབྲིད་(མགོ་བསྟོར་བ་སྟེ་བསྟུ་བ)ཁྲོ་མིག་(ཤེས་བྱ་  
དབྱེད་ཤེས་ན་བ་སྟོགས་(བསྐལ་ཚེག)། ཁྲོན་པོ་སྟོ་གོས་རིག་པ་སྟོང་སྟོང་པོ་(རིག་པ་མི་གསལ་བ་དང་ཡིད་  
རྟུགས་པ་ལ་སྟོང་བ)། ལལ་སྟགས་བ་རྒྱང་ཡ་ར་ལའི་འདྲོགས་ཅན། །

### ༼མ༽

སྟོན་བྱེད་མ་དང་མ་མ་(མ་ཡི་ཚབ)མ་བདུད་རྒྱལ་(མོ)། མ་ཅིག་མ་ཡམས་མ་ནིང་(དབང་པོ་  
ལས་སུ་མི་རུང་བ)མར་མེ་དང་། དགག་སྟུ་མ་མི་མེད་མིན་བཞིས་བསྟར་བའི། མིང་གི་རྣམ་གྲངས་  
ཇི་སྟེད་དེ་དག་དང་། གྲངས་ཀྱི་མང་པོ་མག་པ་བདེན་པའི་མད། མར་ཆི་དང་འབྲུ་སྟགས་ཀྱི་དང་  
མན་དག་མན་ཆད་(ས་མཚམས)མ་རུ་ཆེ་(སྟན)། མར་ལ་འདྲིལ་དང་གནས་མལ་མལ་ཆས་དང་། །

མ་ལེ(མོག་མའི)མ་ར(གསལ་བ)མ་དྲ(མ་རྒྱལ)མ་གལ་ཤིང་(རྒྱང་མའི་རིགས་ཤིག)། །མན་ངེས(འབྱོར་བ་  
 དང་། སྤེང་བ)མ་རབས(རིགས་ཞན)མ་རྩ(སྤྲན)མ་ན་རྟོ། །མ་མེས(མའི་ཕའམ་ཁང་པོ)མ་སྤྱི་མ་དྲ་ལྷང་  
 ག(བསྐྱར་ཅེ་ཚན)དང་། །མ་མོ(ལྷག་གམ་དོན་གྱི་ཅ་བའམ་ཕྱི་མོ་མཁའ་འགྲོའི་རིགས)མ་དྲེ(དུང་འགྲོའི་བྱེ་བྲག)  
 མ་རྩངས(བདུད)མ་པང་མཚོ(མ་པམ་གཡུ་མཚོའང་)། །མ་དྲ(རྩ་སྤྲན)མ་དུལ(མ་ཞི་བ)མ་རངས(མ་དགའ)  
 མ་རྒྱལ་མན(ཚོད་དང་དུས)། །མ་ར་ཞི(གསེར)མང་བ(སྤང་བ)མན་ཤེལ(ག་ཤི་ལ་ཞེས་བྱ་བ་རིན་པོ་ཆེ་དུང་གི་  
 མདོག)མ་ཕྱི་སྤྲེགས་སམ་རྒྱང་དང་མ་ཕྱི་ར་ཞེས་དོ་སྤྲན་ཅིག་ལའང་)དང་། །མ་ར་གད(ནོར་བུ་རྩང་གུ)མང་ས(ཤ)  
 མས་དབེན(རྩ་བོ)མིག་སེར་བྱས(སྤྲེགས་པས་བྱད་མེད་ལ་དང་དོན་དུ་ཆགས་སྤང་བྱས་པ)། །མིག་རས(མིག་  
 བསྐྱང་བ)མིག་ལམ་ཆད(ས་སྤེབས)དང་མིག་ཕྱིར་སྤྲན(མིག་ཕབས་པ)། །མིག་གི་མིག་ཡོར་གྲིབ་མ་གཟུགས་  
 བརྟན་དུ་མཐོང་བ)མིང་པོ་མིད་པ(ཡུལ་སྤང་སྤྲིད་པ་དང་མུད་པའང་ཟེར)མིན། །མི་ངས་རིམས་ནད་མི་  
 དང་མི་མ་ཡིན། །མིང་ཅན(སྤྲན)མུར་འགམ་སོས་མུར་མུ་མཐའ་མེད(པ་མཐའ་མི་མདོན་པའི་དོན)། །  
 མུ་སྤྲེགས(ཟབ་མོ་བོན་གྱི་རྩ་སྤྲིད་སོགས་རྩ་འབྲས་ལ་ལོག་ལྷའི་ཕྱི་བ་སྤྲེ་མུར་འདུག་ཀྱང་ཟེར)མུར་མུག(མཐར་མུག)  
 མུ་མེད(པའི་དབྱིངས)མུར་བྱབ་མཁའ། །ནལ་གྱི་མུག(ལྷགས་མཐུན་གྱི་པ་མེད་པའི་བུའམ་པ་ཤི་ནས་སྤྲེགས་པ་  
 གཉིས་ལ་འདོད་པ་ཡོད)དང་མུ་ག་འབུ་མུག་པ། །མུན་སྤྲེག(ཤིན་ཏུ་ནག་པ)མུན་གཏིབས(ཤེ་མུན་དུ་མུན)  
 མུ་རྟོ་མུ་རྟོ་བ(འདི་གཉིས་དོན་གཅིག་སྤྲེ་སྤང་བོ)། །མུ་བྱུད(ཁོར་ཡུག)མུ་ཟེ་མུ་ཏིག་མུ་ཙར་སྤྲེ(དོན་མེད་གྱི་  
 ཁ་ཟེར་བ་དང་ཁ་དྲག་ལ)། །མུན་སྤྲེལ(མི་གསལ་བའི་དབང་གིས་ལོག་པར་སྤྲེ་བ)མུ་ཁ(གཡལ་རམ་གདོང་དང་  
 མཐའང་)མུ་མུག(བགོ་བཤའ)མུ་མེན(རིན་ཆེན་ཐོན་པོ)དང་། །མི་ཏི(བྱམས་པ)མེ་སྐྱོར(རྒྱང་མ་ལེན་པའི་ཆོ་  
 ག)མེ་ལོང་མེ་ན་ཀ(ལྷའི་བུ་མོ)། །མེ་ཏོག་མེ་སྤྲེག་ལྷགས་མེ(མེ་ཤེལ་རིན་ཆེན)རུས་གྱི་མེ་སྤྲོན་ཤེས་རབ་  
 འོད་ཟེར་དང་གཡོར་མེ)། །བྲལ་བའི་མེད་དང་མེས་པོ(པ་ཡི་པ་ལ)མིན་དྲི(དར་གྱི་བྱེ་བྲག་དང་མིན་དྲི་ཤེས་  
 རབ་གྲགས་པ)དང་། །མེར་མེར་སྤོད་དུ་རྒྱ་སོགས་མེར་དང་མེལ་ཆོ་བ(མཚན་གྱི་མུན་པ)། །ཟ་མ་མོ་དང་  
 མོ་བྲ་མོ་མ(རྩ་མ་ལའང་)དང་། །རྩ་མོ་སྤྲེ་མོ་བྲ་མོ་སྤྲེ་པོ་མོ། །འ་མོ(གཙོ་མོ)རྒྱལ་མོ་སོགས་དང་གསུང་  
 བའི་མོད། །གཏམ་མོལ(གྲོས་སམ་བཤད་པའི་དོན)བ་དང་ཡིན་མོད་བདེན་མོད་སོགས། །མོང་ཅོ(རྒྱན་  
 བྱ་དྲིད་མོང་(སྤེ་མོང་ཉོན་མོངས)ང་མོང་མདོག་མོག་པོ(འབྲི་མོག་ཀྱང་)། །ཚོག་གི་མོག(པ་ཤི་བའི་ལོར་  
 སྤྲེགས་པའི་བྱ)དང་མོན་ཡུལ་མོན་པ(མོན་ཁར་དང་མོན་ཅར་སྤྲན)དང་། །མགྲོགས་པའི་ལ་མོར་རྟ་ཡི་སྤར་  
 མོར་དང་། །མོང་བརྟུལ(སྤྲན་པོ་དང་མོང་ཅོ་ནི་སྤེ་མོང་)མོན་སྤན་སྤེའུ(སྤན་རྒྱང་སོགས་བཙོས་ནས་ཤིང་ཀུན་

བཏབ་པའི་ཐུག་པ་མོང་དུ་རྒྱུད་ཁོང་དུ། །མོན་དར་(རྒྱའི་རིགས་ཀྱི་ཤུན་པ་ལས་བྱ་བའི་གོས་སམ་ཐུན་བལ་མོ་  
གཤམ་(རབས་ཆད་མོད་ཟེར་མོད། བཤད་མོད་མི་དམའ་(དཔངས་མཐོ་སྟེ་རྒྱུང་ཟད་དང་ཕ་མོ་མིན་པ་སྟེ་ཁྱེད་ཀྱི་  
སྟོ་སྟོད་མ་ཉམས་མོད་མི་དམའ་ཞེས་སོ་བ་དང་། །མོས་པའི་དད་པ་རོ་རྒྱུང་(ཟས་སོགས་)རྒྱུང་འདས་བོན། །  
རྒྱ་ངམ་(རྒྱ་མེད་)ཐང་དང་རྒྱ་ངན་ལས་འདས་(འཁོར་བ་ལས་ཕྱིར་ཕྱོགས་པ)པ། །རོ་རྒྱགས་(ཉེ་འཁོར་བའི་  
དཔལ་བ)འདམ་ལས་རྒྱུར་བཀལ་(བྱ་བྱས་གཉིས་)ཟས་སོགས་རྒྱགས་(རལ་པའི་དོན)། །རྒྱང་རྒྱང་བྱེད་(ཟས་  
སོགས་ལ་རྩམ་པའི་རྣམ་འགྱུར་)དང་རྒྱག་ཕྱན་མདའ་ཡི་མིང་། །བྱེད་བྱེན་བྱེས་བོ་(མེད་མིན་སོགས་ལ་ལོ་རྩ་  
བས་བའི་ཡུལ་རྒྱུད་དུ་ཤོར་བར་གྲགས་)རྒྱག་རྒྱག་(ཁྱིས་ཟས་འཛོལ་བ་བཞིན་རྒྱག་པ་ཀུན་ཏུ་འབྱམས་པ་དང་རྩ་རྟོག་  
བྱེད་པ)རྒྱལ་བ་(ནང་པར་རྒྱུར་)དང་། །རྒྱ་གུ་(རྒྱ་བྱ)ཆང་གིས་ཐོས་ཏེ་(བཟེ་བ)བདེ་བ་ཐོང་(བྱེད་པ)། །  
ཐོག་(བྱིས་པ)གིས་ཅེ་མོ་ཉམས་ཐོང་(སེམས་ཀྱིས་རྒྱུང་རྟགས་)ལུས་རྒྱག་ཐོག་ །དེ་རྣམས་མ་ཡིག་རྒྱང་  
འབྱུག་ཡ་བཏགས་ཅན། །

༩༥།

ཅམ་པ་ཀ་དང་ཅང་ཀུན་(ས་བདག)ཅན་དན་སྟན། །ཅ་ན་(ཐང་པ་དང་སྟེ་མི་གཉིས་ལ)ཅ་ཀྱུ་(འཁོར་  
ལོ་དང་མཚན་ཆ)ཅ་མོ་(ཉ)ཅ་མ་ར་(གཡག་གམ་འབྱོར)། །ཅ་མའི་སྟོང་པོ་(ཤེལ)ཅ་ར་ཀ་(སྟན་དབྱང་དང་  
སྟང་སྟོང་ལའང)དང་ནི། །ཅ་ན་ཀ་(སྟན་མ)དང་ཅ་རི་(གནས་དང)ཅ་གོ་ར་(བྱ་གོང་མོ་དང་སྟེག་པ)། །  
ཅབས་རུ་ཚྭ་དང་ཅང་ཅང་འཁོར་བ་(ས་བདག)དང་། །ཅབ་ཅུབ་(སྟོང་ལམ་ཆབ་རྒྱབ)མི་བྱ་ཅི་ཅམ་ཞེ་  
ན་ཡང་། །དེ་ཅམ་ཅ་རུའི་བཟའ་ལ་(བཟའ་བ་བཟང་བོའམ་སྟོ་ཆོགས་བསེས་པ)ཅབ་ཏུལ་(བཅུན་རྒྱལ་ཉམས་  
ནས་ཅ་ཅོ་འདྲེ་པ་ལའང)ཞེས། །ཅུབ་ཅུབ་(སྟོང་དེ་ཅུག་(རེད)ལགས་ཏེ་ཅུམ་(འོ་བྱེད་པ)པ་ན། །ཅུ་ད[༥]  
(ཨ་མ་ཤིང་ཞེས་རོ་ཤིན་ཏུ་ཞེས་པ་དང་མེ་རྟོག་ཅམ་པ་ཀའི་རྩྱང་པོ་དང་མི་རྒྱུང་ལག་གཅིག་པའི་ཡུལ་དང་ཅུ་ད་མ་  
ཉི་ཞེས་རིན་པོ་ཆེ་ཅིག་ཅིག་(ཟས་ཟ་བའི་ཁའི་སྟོ་ཅུག་ཅུག་ཀྱང་)སྟོ་དང་ཅི་པ་ཏུ་(ཅི་ཏེ་མ་ནི་ཞེས་རིན་པོ་ཆེ་ཞིག)། །  
བྱེད་ཅི་ཏེ་མོ་དང་(མཐོ་འགོ་འདྲ་བའི་རྒྱུང་ཏུ་)སྟར་ཁ་ཅིན་(ཟིན)། །ཅི་རེ་སྟོང་(མི་ཡོངས་པར)དང་ཅི་རེ་  
(མཐོ་བ་དང་ཉིང་འཛིན་ལས་མི་གཡོ་བའང)ཅི་ཅི་ར། །ཅི་ནི་(ཉིང་འཛིན་ལས་སེམས་མི་འགྱུར་བ)ཀོ་ཅི་(ཞིང་  
ལས་སྟེས་པའི་མཚ)ཤང་ཅི་(དཔའ་ཀག)ཅི་སེ་ར། །ལ་ཅི་(གཤ་ཅི་སྟེ་འདྲེ་རྒྱལ་མིང)ཅིག་ཅིག་ཅིག་ཕུར་ཅི་  
ཅ(ཀུ་ཤུ)དང་། །སྟོག་ཅིང་ཅིང་ཁའི་ཡུལ་སོགས་ཅ་རྒྱང་ངོ་། །



སྒྱུར་བྱེད་ཚེ་ལ་ཚུ་ཡི་བྱེད་བྱུག་(ཀླ་ཚུ་ཀླ་ཚུ་ཟེ་ཚུ་ལན་ཚུ་ལ་ཅ་ཚུ་སྒྱུ་སྒྱུར་སྒྱུ་སྒྱུར་)ཀླུ་ན། །ཚུ་བའི་ནད་  
 དང་ཚུ་དཔུལ་དྲོ་བའི་ཚ། །ཚུ་སྒྱེ་ཅན་(བ་ཚུ་ཅན་སྒྱུ་སྒྱུར་)དང་སྒྱེ་ཚན་(སྒྱུ་སྒྱུར་གྱིས་པའི་དོན)ཚུ་ཚན་(སྒྱུ་  
 ཚུ་ཚུ་སྒྱུ་སྒྱུར་)། །ཚུ་གས་སྒྱུ་ཚུ་དང་(ཁོངས་སྒྱུ་ཚུ་དང་བའི་བདེ)ཚུ་ཚུ་གས་(བྱེད་ཚུ་གས་སྒྱུ་སྒྱུར་)ལས་ཚུ་གས་  
 ཚེ། །ཡོད་པའི་ཚང་དང་ཚངས་རིས་(སྒྱུ་གནས་)སྒྱུ་ཚངས་པ། །རི་མའི་ཚངས་ཐེག་(དཀྱིལ་འཁོར་གྱི)  
 ཚངས་པར་སྒྱུ་དང་(སྒྱུ་པ་ཐུན་པ་དང་གཙང་བར་བྱེད་པ)དང་། །མི་ཚངས་སྒྱུ་དང་ཚང་ཚིང་(ཚང་  
 ཚིང་འཕྲིགས་པ་ཅན་དན)ནགས་ཀྱི་ཁྲོད་(ཅེས་པ་ལྟ་བུ)། །ཆེ་ཚུང་ཚད་དང་དཔག་ཚད་(དཔག་ཚད་ནི་གཞུ་  
 འདོམ་བཞི་ལ་གྱུད་འདོམ་གཅིག་ཏུ་བཅེས་པའི་གྱུད་འདོམ་ཐུ་བཀྱུ་ལ་དཔག་ཚད་གཅིག་ཏུ་བཅེ་ལ། དཔག་ཚད་  
 གཅིག་ལ་གཞུ་འདོམ་སྒྱུ་གཉིས་ཡོད་པར་མཛན་ནོ)ཡོད་ཚད་དང་། །ཆབ་ཀྱི་ཚན་(ཚན་ཆབ་ལྟ་བུ་གཙང་མའི་  
 ཚན་གྱིས་སྒྱུ་གསོལ་བས་ཞེས་སྒྱུ་དང་དྲི་བཟང་གིས་སྒྱུ་གས་པའི་ཚུ་གཙང་མར་བཞེད་དོ)དང་ཚན་པར་(ཚད་ཆེ་  
 ཚུང་སྒྱུ་སྒྱུར་)བཅད་པ་དང་། །གྲོང་ཚབས་ནད་ཀྱི་ཚབས་དང་ཚབ་ཚུབ་ཆེ་(སྒྱུ་དང་སྒྱུ་སྒྱུར་ལ།)། །ཚར་  
 དངར་(གལ་བསྐྱིག་པ་)ཚར་བོད་(སྒྱུ་ན)ཚར་འབྱུང་(ཚར་བྱུང་ཚར་པ་ཤིང་སྒྱེ་དཀར་ནག་ལེབ་གསུམ་ཡོད་པའི་  
 འབྲས་བུ་ཚལ་བྱུ་སྒྱུ་དང་ཤིང་དང་གོས་སྒྱུ་སྒྱུར་གྱི་དུམ་བུ་ལ་འབྱུང་)དང་། །སྒྱུ་ཚལ་བྱེད་པོས་བསྐྱུན་ཏེ་བདག་  
 གིར་བཟུང་བ)ནགས་ཚལ་(བྱེད་པོས་མ་བསྐྱུན་པ་བདག་གིར་མ་བཟུང་བའོ)ཚུ་ཚུ་མོ་གཉེན། །ཚང་ཐུར་  
 (ཡིད་ཚད་དང་གོས་བྱུ་བས་ལ)ཚུ་མ་ངམ་(འཛིགས་སྒྱུ་ངས་)ཚད་མས་ཚར་བཅད་ཚར་(ཟེན)། །ཚུ་ཚུ་(མགར་  
 བའི་སྒྱེ་འོད་ཟེར་ཚུ་ཚུ་འཕྲོ་བ་ཞེས་འདི་ལ་མ་ཐུར་བཏགས་པའི་དཔེ་མང་དུ་སྒྱུང་ཡང་དཔུང་ཚུ་གོང་(ཐུ་དྲོ)ཚུ་རྟིང་  
 (ཐུ་དྲོའི་རྟིང་)ས་ཚུ་(དམ་པའི་སྒྱུང་བརྟན་ཏེ་ཚུ་ཚུང་)གཤམ། །ཚལ་ནན་(བཏུང་བ)ཚར་བྱེན་(མཐར་བྱེན)  
 ཚས་(འབྱུང་བྱེད་དམ་དཀྱི་བྱེད་)གྱིས་ཚུ་གས་དམ་(བར་མེད་པ་དཔེ་ཆ་ཚུ་གས་བྱས་པ་ལྟ་བུ)པ། །ཚང་མང་  
 (ཚང་བང་ཡང་སྒྱེ་ནགས་ཚལ་དང་ནག་ཚང་ངམ་མེ་ཁང་ལ)ཚུ་གས་མ་སྒྱིགས་མ་ཚེ་བ་(ཐང་ཆུ་ཚུ་ཚུ་གས་པ་ཟུ་ཁོ་  
 བ།)། །ཤིང་འབྲས་ཚེ་གུ་(འབྲས་བུའི་ནད་སྒྱུང་)ཚེ་ཚད་(ལལ་བའམ་ཡིད་ཚད་པ)ཤི་ཡི་ཚེ་ལ། །གཏམ་གྱི་ཚེ་ག་  
 དང་ཚེ་ག་བཤད་ཚེ་གས་སྒྱུ་བཅོད། །གཏན་ཚེ་གས་དུས་ཚེ་གས་ལུས་ཀྱི་སྒྱུ་ཚེ་གས་(སྒྱུ་ག་མ་སྒྱུ་སྒྱུར་གྱི་  
 ཚེ་གས་ཀྱང་)དང་། །འདོད་པ་ཚེ་མ་དང་ཚེ་མ་དུབ་ཞལ་གྱི་ཚེ་མས། །དུས་ཀྱི་ཚེ་དང་(ནམ་ལངས་ཚེ་ཚེ་  
 རིང་ཚེ་རབས་མ་འོངས་པའི་སྒྱེ་བར་འབྱུང་)སྒྱུ། །ཡི་གེའི་ཚེ་ག་དང་ཐུན་ཚེ་གས་ཚེ་མའི་དཔལ་ཆེ་

མོ། །ཆོམ་བྱ་(ནི་ཚྭ་གྲང་ཆོམ་ཆོམ་གྱི་ཆའི་བྱེ་བྲག་ཆོར་བཟུང་(འཇམ་ཅེ)དང་། །ནང་ཆོམ་སུ(ཁང་  
 པའི་ནང་གི་བཅད་དམ་ཁྱམས་)ཆོག་བྱ་(ལྟ་ཡོས་)ཆོན་མོ་(ལ་ཉེ)ཆོན་ཅི་དང་། །ཞལ་ཆོམ་སུ(ཨོག་ཆོམ་མམ་སྒྲ་  
 ར་)ཆོག་སུ་པོར་(རྒྱལ་སུ་)ཆོལ་བ་(སྟོར་བའི་ནོར་སོགས་)ཆོག་སུ་ཅན་མ་(སྤྲང་འཆོང་མ)། །ཆོ་བའི་ཤ་དང་  
 ཆོམ་བྱ་(ཤ་ཆོམ་དང་མཐུལ་གྱི་སོགས་)ཆོམ་སུ་བཞེས། །ན་ཆོད་ལང་ཆོ(བཅུ་བྱག་ནས་ཉེར་བཞིའི་བར་)དུས་  
 ཆོད་ཆུ་ཆོད་སོགས། །ཆོང་བ་ཆོད་བཟླ་(ཆོད་བགམ་ཞེས་ཉམས་ཆོད་བྱེད་པའང་)ཆོད་ཡོད་(ར་ཆོད་བྱས་  
 པ)ཆོར་བ་སྟེན་(དབང་པོ་རྣ་བའི་བཅད)། །ཆོམ་ངམ་(འཇིགས་སྤངས་)ཆོག་སུ་(མང་པོའི་)དང་ཆོག་སུ་འཁོར་  
 རྟེན་པ་ཆོམ་(རྟོག་དཔྱད་མ་བྱས་པའི་དང་། བེ་ཆོམ་དང་ཆོམ་ཆོམ་ཡང་)། །ཆོས་ཀྱིས་ཆོས་(བསྐྱལ་)ལ་ཚུར་  
 (དཀར་ནག་དང་ད་ཚུར་སོགས་)ཐོབ་ཚུར་ལ་ཤོག །བསྟན་པ་ཚུགས་(གཞི་ཚུགས་ཞེས་བྱ་བ་སོགས་ཀྱི་གཞི་  
 ཟེན་པ)དང་ཤ་ཚུགས་(གཏོས་ལྷས་ཤ་དབྱིབས་ཅན་ནང་དུ་ཚུད། །ས་མཆོམས་ཚུན་དང་ཚུལ་བྲིམས་  
 ཚུལ་འཆོས་(སྟོད་པ་གཞན་ངོར་བཅོས་པའི་བཅད)དང་། །ཞལ་ཚུལ་(ཞལ་ཟས་)སྟུན་གྱི་འབྲུ་ཚུགས་(ལྟ་སྤངས་  
 ཉེ་འབྲེ་ཚུགས་ཀྱང་)ཚུད་མོ་མཁའ་(བྱ་བ་སྐོས་མཁའ་)། །(གཞན་དུ་སྐོས་མཁའ་ཞེས་ཀྱང་སྤང་ངོ་)གཞན་གྱིས་  
 མི་ཚུགས་(མི་བྱབ་པའམ་མི་གཞོད་པའི་བཅད)ཚུ་རོལ་འདུག་ཚུལ་སོགས། །ཆ་ཡིག་རྒྱང་འཇུག་མིང་གི་  
 རྣམ་གྲངས་སོ། །

### ༼ཇ༽

ཇ་ལང་(བྱ་བ་སྟེན་དང་བྱེ་བྲག་གཏུག་རྩལ་ལ)ཇ་རབ་(སྟོད་བུམ་མི་ཡ་རབས་ཀྱང་)ཇ་བོ་ཤིང་(ཤིང་གི་བྱེ་  
 བྲག་མཛོ་མ་ཤིང་)གི་དོན། །ཇ་ཡ(གྲོགས་དང་རྒྱལ་བ)ལྷས་ཀྱི་ཇར་ཇར་རྒྱ་ཉི(སྟན་དང་རིན་ཆེན་)དང་། །  
 ཇ་དམར་ཇ་ལ་རམ་(འབར་བ་མེ)དང་ཇ་མ་སྟ་ལ། །རྒྱ་ཉི(བཟུམས་པ)ཇ་རག་(དངོས་པོ་སྟེན་དང་བྱེ་བྲག་  
 མཆོད་རྟེན)ཇ་པ་(འཇམ་བ་བསྐྱས་པ)ཇ་ལྷ་རི(ཐག་པ)། །རྒྱ་རུ(རིམ་པ)རྒྱ་ཉི(རིགས་)ཇ་ལ་སྐོན་པ)ཇ་རས་(སྟེ་  
 བོ)དང་། །ཇ་ཉི(སྟེས་པ)ཇ་ལ་(ཇ་བ)ཇ་ཉི(སྤང་ཅིག)ཇ་ལུན་གས་(བསྟན་སྟོང་བདུད་མོ)། །ཇ་སྟེ(འཇམ་)ཇ་  
 རོན་(ཐན་རོར་)ཇ་ཉི(དང་སྤང་དང་ཆུ་བོ)ཇ་རྒྱ་(དབྱ་བོ)དང་། །ཇ་གད་ཆང་དང་(ལྷོར་)ཇ་ཁམ་ལྷགས་  
 ཀྱིས་བསྐོར། །ཇི་ག(བཅུག་པ)ལྟ་བུ་ཅམ་ལས་ཇ་རྒྱང་གིས། །བཅ་མི་སྟོན་བྱིར་ཇ་ལ་རྒྱང་འཇུག་  
 མེད། །

### ༼མ༽

མ་ཡི(རང་བས་དམན་པ་ལ་བོད་པ)མལ་མོལ(ཅན་གྱི་སེམས་ཅན་མ་དང་ནི། །མ་ཡི(ཡོངས་སུ་  
བཟ་བ་དང་ས་ལེ་གསལ་བ)ཆུ་ཡི་མ(མ་ད་ཡུག་སོགས)དང་འཇུག་མང་མང་(བྱེད་པ་སྒྲ་ཆེ་བ་ལའང་)། །པ་  
མོང་(རྫོང་པ་མི་སྟོན་ཆགས་པགས་འདབ་ཅན་དང་། པ་མི་མོང་བྱ་ཞེས་རྫོང་བཞི་བ་དམ་ཅན་གྱི་སྒྲ་རྫོང་གི་མང་  
སྒྲ་གྱི་དོན། །མ་རིས་(རྒྱ་མདུད)ཨ་མ(མུ་མར་ལོང་(སྒྲ་གྱི་གོང་རྒྱན)མ་ལ་ཡ(ཨ་ཡུང་)། །མ་ཡ(ཁྱུང་  
མི)མཆ(ཁྱུང་མི)མ་མ(བསྟོད་པ)མང་ཡ(དབང་ལྷན་མག་དང་སྒྲ་ལའང་)། །མ་ར་རྒྱ་སི(གནས་མག་ཞི་  
སྐར་མ)མ་ལ་ལ(མེ་སོགས་འབར་བ)། །མ་ཏང་(རྒྱ་ནག་གི་སྐད་དེ་རས་ཆེན་རས་དང་མ་འཕྱང་(ར་མ)མ་  
ལམ་དུར་ཁོད་ཅན། །པི་མང་སྟག་མགས་བྱེད་མགས་བྱེད་མེར་མེའུ་རང་དང་། མེར་མ(སྒྲ་སྒྲ་མེ་མེ་  
ཆེན་ཁ་དག)མེར་རོ(རྒྱལ་པོ)མེར་སྒྲི(རྒྱལ་མོ)མེར་བུ་མདའ། །མཚོ་ཆུའི་མུ་བ་ལ་སོགས་མ་རྒྱུང་རོ། །

### ༼ཞ༽

ཁྱེད་པའི་ཞུ་དང་ཡན་ལག་ཞུ་འཕེང་ཅན། །དུས་ཀྱི་ཞག(མ)དང་ཞགས་པ་བཅུད་ཀྱི་ཞག་  
(ས་ཞག་ལྟ་བུ་ཞག་གི་སོར་རིས་ཞེས་སོར་མོ་གསུམ་གྱི་རི་མོ་ལ་ཞག་གི་ཐོ་རིས་ཞེས་པ་བོད་སྐད་མ་དག་ཅེས་པ་སྣང་)། །  
ཞང་པོ(ཨ་མའི་མིང་པོ)ཞད་ཅམ(ཅུང་ཟད)ཁས་ཞན་སྟོབས་ཞན(དམན་པའི་དོན)པ། །རྐང་བའི་ཞབས་  
དང་ཞབས་པད་ཞབས་ཀྱི་བྱང་(འདི་རྣམས་དོན་གཅིག་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་སོ།)། །ཞམ་རིང་བ(སྤྱི་ལོ་གཞི་  
འཁོར་གྱི་མིང་སྟེ་ཞམ་འབྲེང་ཡང་)དང་ཞལ་བ(འཛིན་པའི་ཞལ་བ་བྱས་པ)ཞལ་རས(བཞིན་རས་སོགས)དང་། །  
ཞལ་ལག(ཡན་ལག)ཞལ་ལུ(ཡུལ)ཞལ་སྟེ་ཞལ་ཡང་(ནམ་ཡང་)ཞལ་མིག། །ཞལ་འཇུག(ཞལ་ཟས)ཞལ་སྟེ(དང་  
ཞལ་བཅེ་ནི་རྒྱལ་ཁྲིམས་དང་ཁྲིམས་བཅད་པ)ཞལ་བསྟོ(རབ་གནས་སམ་རྒྱུ་གཞི་བཅུག་པ)ཞལ་ཏ་བ(བྱ་བ་བྱེད་  
པ་པོ།)། །ཞབས་འབྲེང་(རྒྱུ་འབྲེང་སྟེ་ཞུ་འབྲེང་ཡང་)ཞལ་ལས(ཞོར་ལ་སྟེ་ཞལ་བྱང་ཡང་)ཞབས་ཏོག་  
(བཟུར་སྟེ་ཞལ་སྟེ་རོ་ཆབ)ཞལ་རོ(དང་ཁ)། །ཞལ་བསེལ་ཞབས་བསེལ(ཁྱུ་ཆུ་ཞི་བ་སྟེ་ཞི་ཞིང་ས་  
ཡི་དང་ཆོག་པ)། །འབྲལ་ཞིག་ཞིག་པོ་(རྟོག་པ་མེད་པའི་དོན)ཞིག་པ(བརྟེན་པ་སོགས)ཞིམ་ཐིག་ལེ་(ཐོ་  
སྒྲ)། །གནས་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་ཞིབ་ཆགས་(རྫིང་བོ་མ་ཡིན་པ)ཞིམ་མངར་རོ། །ཞིང་རི་(རྒྱུ་པོ་འམ་  
འཁོར་ཡུག་མེན་ཞིན་ཕྱགས་མེད་ཏིང་ཞི(དདུལ)པེར་ཞི(འོད་ཟེར་རམ་གསལ་བ)ཞིན་འཛིན། མིང་འདི་ལྟ་པོ་

ཞང་སྐད་དོ། །ཞི་གནས་(ཉིང་འཛིན་)ཞི་དུལ་(རྒྱུད་འཇམ་)ཞེར་འདེབས་(དན་བསྐལ་)ཞེ་འགས་(ཞེ་འཁོན་  
ཅན་ནི་མི་མཐུན་པ་)གནག་(འཁྱུ་བ་)། །ཞེ་ས་(གུས་རྩུལ་)ཞེ་ཁྲེལ་(ཡིད་ཀྱིས་འཕྱ་བ་)ཞེ་སྤང་ཞེ་ལ་(ཡིད་ལ་)  
བརྟག་(བསམ་པ་)། །རྩམ་(རྩམས་)ཀྱི་ཞེང་(ཆེ་རྒྱུད་)དང་བྲེད་པའི་ཞེད་པོ་དང་། །ཞེན་ཆགས་ཚོག་ཕྱད་  
ཞེ་འོ་ཞེ་ན་ཞེས། །འབྲུ་བ་འབྲུས་དང་འབྲུགས་མེ(བདེ་རྩིང་ཞེས་ཀྱང་ཞེས་འཛིན་ཆོག་སྟེ་མེའི་མེང་)འབྲུས་པ་མེད་སྟེ་  
བ་མེད་པའམ་མི་འཛིགས་པ་)། །བོན་སྟོར་འབྲུགས་(སྟོམས་པར་འབྲུགས་སོགས་)དང་འབྲུ་པོ་(རྟ་)ཞང་འབྲུ་  
ཡུལ། །གཟུང་འབྲུ་པ་དང་འབྲུན་མ་(མུ་ཉིག་གི་འབྲུན་མ། །གསེར་གྱི་འབྲུན་མ་དང་མར་འབྲུན་ལྟ་བུ་)འབྲུ་བའི་  
མེང་། །འབྲུ་ཞག་(འབྲུ་)ཉིང་འབྲུང་(འབྲུང་སྟེན་)འབྲུགས་ཤང་(ཤེལ་ཆོག་སྟེ་ཕྱ་དང་འགའ་ཞིག་ཆང་ལ་དང་)འབྲུ་  
མཁན་བའམ་སྤྱུང་སྤྱུང་སྤྱུང་(ཅུ་བ་)། །འོད་འབྲུ་འབྲུན་ཅེ(ཅུ་བ་)འབྲུ་ལུབ་(བརྒྱུད་སྟེ་ཉོག་ཉོག་བྱས་པ་ལྟ་བུ་)འབྲུ་  
རལ་(གོས་ཀྱི་མཐའ་རལ་བ་)དང་། །ཞོགས་པ་(ཐུ་མོ་)མཐུན་ཞོལ་རྒྱ་ཞོག་རྩ་ཞོལ་ཆེ། །རྩ་ཞོལ་(སྟོ་མེད་)  
ཞོ་ཤས་(སྟོ་རྩ་གྱིས་འཛོ་བ་དང་སྟེན་ཞོ་ཤང་)ཞོགས་མ་(སྟེང་གཡོག་དང་དུམ་བུ་)འཛོ་བ་ཞོས་(ནན་གྱིས་བྱིན་  
པའི་དོན་)། །དཀར་གསུམ་ཞོ་དང་ཞོགས་གྱིས་འདེད་(ཆབས་ཅིག་ཏུ་དག་པའི་བདེ་སྟེ་དབལ་གསས་ལས།  
རྟོག་འཛིན་བརྒྱུད་འཛོམས་བག་ཆགས་ཞོགས་གྱིས་འདེད་ཅེས་པ་ལྟ་བུ་)པ་དང་། །ཆར་ཞོད་(དང་)ཐན་ཞོད་  
(ཞོད་ཅེས་པ་མང་བའམ་ཆེ་བའི་སྟེ། རྟོ་སོགས་བཞོན་པར་ཞོན། །ཆེགས་པ་ཞོམ་(མར་ལ་ཞོམ་པའང་)དང་  
ཞོར་ལས་(ཟས་ནི་འགོ་ཞོར་བ་མིན་ཅེས་པ་ལྟ་བུ་)ཞོལ་པོ་(ནི་རྩ་རྟེན་)གཡལ། །དེ་རྩམས་ཞུ་ཡིག་རྒྱུ་  
འཇུག་སྟེ་ཆོན་ནོ། །

### ། ཟ །

ཟ་ཚོད་(སྟེ་ཆར་མ་ཅན་)ཟ་མ་(དུས་ཚོད་ཀྱི་བདེ་ཞག་དང་ཟ་མ་རྟོག་(རིན་པོ་ཆའི་སྟོད་ཀྱི་བྱེ་བྲག་)། །  
ཟ་ར་ཆགས་(འཕྱང་འཕྱལ་བྱས་པ་)དང་ཟ་མ་མོ་ཡི་ལུས། །ཟངས་མ་(རིན་ཆེན་ཟངས་ཀྱི་རིགས་)ཟང་ཟེང་  
(ཤའམ་འཁོ་ཆ་སྟེ་འདོད་ཡོན་གཟུགས་ཟས་སོགས་སྟེ་ཟང་ཟེང་སྟེན་པའང་གཙོ་བོར་ཤ་སྟེར་བར་བཤད་པ་སྟེང་)ཞོར་  
རྩམས་སྟོར་བའི་ཟགས་(བོར་ཟགས་སྟེ་རྒྱུད་སྟོར་ལྟ་བུ་)། །ཟག་མེད་(གདོས་པའམ་དངོས་པོ་མེད་པ་)གང་  
ཟག་(སྟེས་བྱ)ཟག་བཅས་(གདོས་པ་ཅན་)མཆིལ་མ་ཟགས་(ལ་ཡི། །ཟད་པ་མེད་དང་གཉིང་ཟབས་རྒྱ་  
མཚོ་སྟེར་)བརྟག་དཀའི་ཟབ་(མན་དག་དང་གདམས་པ་གོ་དཀའ་བའི་དོན་)། །རྒྱ་ཡི་ཟམ་པ་འབྲུ་ཡི་ཟར་  
མ་དང་། །དམར་ཟལ་བ་(དམར་ཁ)དང་ཟས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ཀུན། །ཟ་རྟོར་(ཡུལ་)ཟ་ཟ་(ཡུམ་)ཟ་འགམས་



(ཞང་སྐད་སྐད་བདར་དང་སྐད་ལེ་ལ)ཟང་(རྒྱུ་བ་དང་སྐྱེ་བ་མེད་ཀྱི་དོན་དང་ཟང་ཐལ་ཞེས་ཐོགས་མེད་ཀྱི་སྒྲུ་མ་  
 ཟངས། ཟ་འོག་གོས་ཆེན་ཟ་པོད་(རྩྭ་ཆེ་བ)ཟ་ཁུ་གཅིན་སྒྲི་བའི་ནད་ཟལ་མོ་(སྤྱ་འཛུལ་ལེ་བའམ)འབྱི། ཟ་  
 ཟ་འདྲད་(ཁ་ཡིས་)ཟམ་ཟེམ་(ཆར་སྐོགས་)ཟུ་ཟ་(ཟུ་བ)ཟངས་ཚི་བ(སྒྲུ་ན། ཟུང་ཆར་ཟེམ་ལུ་ཟེ་ར་དཀར་  
 ནག་འབྱ། ཟེལ་དངར་(བདུད་ཚི་ཟེན་ཏིག་དཀར་མོ་སྒྲུ་ན)ཟེལ་བ(རྩྭ་ཡི་ཅམ། ཏ་ཟེག་ཡུལ་(འོ་མ་  
 ལུང་རིང་མཐའ་སྒྲིང་ཕན་ཅིག་ལྟེ་ཏིག་གཟིགས་གསལ་བ་འོད་ཀྱི་སྒྲིང་དང་། ཏ་ཟེག་ནོར་ཀྱི་སྒྲིང་གཉིས་དབུས་སྒྲིང་  
 དང་མཐའ་སྒྲིང་གི་ཁུང་པར་ཡོད་པས་མི་གཅིག་གོ)དུ་མིག་གིས་ཟེམ་མེར་ལྟ། ཟེལ་གཞོན་(དབང་བསྐྱེད་  
 དབྱིལ་ཟེང་ཟེར་ཟེར་སྒྲུ་ཟེན་མ་ཟེན་(རིག་པ་སྐོགས་ཀྱིས་དང་བྱ་བ)། ཟེན་རིས་(བརྗེད་བྱང་)ཟེགས་མ(ཆ་  
 ཤས་སམ་ཉག་མ)ཟེད་པ(རྩྭ་ཁ་སྐོགས་)ཟེགས་པ(རྩྭ་ཁ་དང་སྤྱང་བའམ་སྒྲིགས་མ)དང་། ཟུ་དང་འབྲུག་  
 སྐོགས་ཟེ་བ་ཟེ་ཆ་དང་། ཟེངས་སེ(ཡར་འདུག་པ་མེ་ཏོག་ཟེའུ་འབྲུ་སྒྲིང་པོའི་མང)སྟེ། ཏི་སྐད་ཟེར་  
 དང་ལུས་ཀྱི་སྒྲུ་ཟུར་(དབྱི)དང་། ཟུར་གསུམ་(དབྱིབས)ཟུར་འདེགས་(འཕྲིན་ལས་སྐོགས་ཀྱི་ཁ་སྐོར་ལྟ་  
 ཐབས་བྱས་པ)ཟུར་བཞུགས་ཟུར་མཁར་(ཅུས་ཀྱི་མང)བ། ཟུང་དང་ཟུས་(ཟུག་པ)དང་ལུས་(ཆང་ཟུངས་  
 བེ་འཆང་ཟུངས)ཟུངས་(ཐིག་ལེ་དང་སྒྲོབས)ཟུག་རྩ་ནད་(སྤྱག་བསྐྱེད་ཏེ་ཟུག་རྩ་ཡང་ཟེར)། མཚོན་(ཆར་མ)  
 སྐོགས་ཟུགས་ནས་ཟུག་གཟེར་བྱི་ཟུགས་པ། ཟུར་རྒྱང་(དབང་པོ་སྟེ་ཞང་སྐད་)ཟུང་ང་(སྐང་པོ་ཆེའི་སོ་  
 འདྲ་བའི་ཕུར་བ་ཞེས་ཀྱང་ག་ཟུང་དང་ཡུལ་སྐད་ཕྱི་ཅུང་)ཁ་ཟུམ་འཁོར་ཟུག་(འཁོར་ཡུག)ཟུན་(འཛུལ་བཞེས)། ཟོ་  
 ཟོ་མ(ཁོག་གསལ་ཁོག་སྒྲོང་)ལ་ཤིས་ཀྱི་ཟོ་(ཁམས་སམ་རང་བཞིན་ཏེ་ཟོ་བཟང་དང་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ)དང་  
 ཟུར་ཁ་ཟོན། ཟོ་མདོག་བདེ་(ལུས་ཀྱི་མདངས་སམ་ཁམས་ལ་འཇུག་སྟེ་དྲི་མེད་མདོ་ལས་སྐྱེ་བདེ་བར་བཞུགས་  
 སམ་ཟོ་མདོག་བདེ་འམ་ཞེས་སོ)དང་ལུས་ཟོ་ཡང་ལྷི་(མ་སྤང་གཟེ་ཟུར་ནད་ཅིང་ཟོ་མ་ལྷི་ལྟ་བུ་སྟེ་དེང་སང་ཟོར་  
 འབྱི་བ་མ་དག་པར་སེམས)དང་། སྒྲོད་སྤྱད་ཟོ་བ་ཟོག་པོ་གཡོ་རྩུན་ཅན། ཟོབ་པོས་སྒྲོད་སྤྱད་ཟོམ་ནི་  
 རྒྱུད་ཟོས་བཏང་། ཟོམ་(རི་ཟོམ་ཤངས་ཀྱི་ཟོམ་སྐོགས་ཀྱི་མིང་)ནི་ཆེ་མོའམ་(སྐོགས་ཀྱི་མིང་)ཟོར་བ(རྩྭ་སྐོགས་  
 འབྲེག་བྱེད)གཏོར་མའི་ཟོར། ཟོལ་ནི་གཡོ་སྒྲུ་ཟན་ཟོས་ཟོ་(བསྐྱེད་ཆོག)དང་ཟོང་(རྒྱ་སྤྱས་ཞན་ལ)། རྒྱ་  
 ཟོག་དྲྀགས་ཟོན་(ཟུངས་ཀྱང་ཡོད)ཟོ་རི་(ཟོ་བ)སོས་ཟོད་དང་། ཏི་ཟོ་(འགན་པ)ཟོ་བ་ཟོ་ཕོམ་(དཀར་གསུམ)  
 ཟོ་རྒྱས་(གཡང་རྟེན)དང་། ཏུས་ཀྱི་ཟོ་བ(ཏོར་སེ་ཆེན་རྒྱས་པོས་རྒྱ་བོད་མི་ཉག་ཐམས་ཅད་མངའ་ཞབས་སུ་  
 བཞུག་ནས་རྒྱ་ནག་གི་རྒྱལ་སར་འཁོད་ཆོ་བྱ་ཆོ་རིང་གིས་ཤེལ་གྱི་པ་ཐོང་ལ་མཆུ་ཡང་ཡང་བཞུག་ནས་དོ་གཤོག་  
 པས་ནད་ནས་ཐམ་ཁ་འཛའ་ས་བཀའ་ཤོག་དང་བཅས་བྱང་བས་ཏོར་གྱི་མངའ་རིས་སུ་གཏོགས་ཞེས་ལོ་གསར་ཆོས་

ལ་བྱང་བས་ཉོར་ཆོང་དང་བོ་ཞེས་དེ་ནས་གཤམ་སོ་ཆོ་བོ(མཆོད་གོགས་)ཆོ་གོགས་(སྐབས་སུ་ཆུང་མ་ལའང་)དང་། །  
ཆོ་གམ་(དབྱིབས་)ཆོས་དབྱེ(གོགས་)ཀྱི་ཁྱད་པར་དང་དབྱེ་བ)འགན་ཆོ་མེད་པ་དང་། །ལ་ཆོ(ཕ་རོལ་དུ་བྱིན་  
པའི་དོན་)ཐུང་ན་ཆོ་དང་གཞན་ལ་ཆོ(སྤྲོས་པ)། །ཆོས་གར་(གར་འཆམ་པ་དང་རིག་བྱེད་ལ་འཇུག་འཕགས་  
ཡུལ་གྱི་སྐད་རིགས་དང་བོད་སྐད་སྤྲུལ་བ་ལའང་)སྤྲུལ་སྤྲོས་(བསྐྱལ་ཆོག་དང་ཐེས་ཆོས་ཀྱང་)སྤྲུལ་ལ་ཆོག(ཕར་  
ལ་སོགས། ད་ཉ་བ)པ་ཆོགས་(བསྐྱལ་ཆོག)། །ཆོས་བོ་ལ་སོགས་ཟ་རྒྱུ་ལ་བཏགས་ཅན། །

༼འ༽

འ་མོ་གཙོ་མོ་འ་ཁྱ(གཙོ་བོ་ཐེས་འཛིན)འ་ཅག་རྣམས། །འ་བྱ་འ་ཁྱར་(སྤོ་བྱར)འལ་འོལ་(སལ་  
སལ)འོལ་ཆོད་འོན། །འོན་ཏང་(འོན་ཀྱང་)འོར་བ་(ལོར་བ་སྟེ་འཛིགས་པ་འོར་ལ་རིངས་པར་གྲག་ཉ་བྱ)འོར་  
ནད་(བྱུགས་ལ)འོར་འགའ་(རེ་འགའ)དང་། །འོན་ཅིག་(བྱིན་ཅིག་དང་བྱོན་ཅིག་གམ་སྟོན་ཅིག)འོ་ནི་(འདི་ནི་  
དང་དེ་ནི)འོད་མ་(ཤིང་)འོར་ཏེ་གམ་(གཏོགས་པ)། །འོལ་མོ་(གནས་)འོ་འཛིན་(རྩ་མ)འོལ་ལ་(གཡེན་ཁམས་)  
འོ་དོད་འབོད། །འོ་བྱས་འ་མ་སྤྱང་དེ་འོག་གི་ཕྱོགས། །སོང་བ་འོང་དང་མ་འོངས་འོད་ཟེར་  
འཕྱོ། །རྩ་བ་འོན་དང་འོགས་པག་(སྐར་གས་རྒྱ་ཆ་ཅན་དང་སྐྱག་ཤར་ཤལ་ཀྱང་)ར་བའི་འོབས། །འོ་  
སྐྱལ་(རང་རེ་ཅག་སོག་ཆགས་འོབ་(དབྱ་ལ་འོབ་ཁྱ་སྤྲུག་བོ་གསོལ)དང་འོམ་བྱ་ཤིང་། །འཐད་པའི་འོས་  
དང་(འཚམས་པའམ་རན་པ)མི་འོས་འོལ་བ་བྱ། །འོ་གཡོ་(རྒྱ་ཁྱི་དང་ཁྱི་ཕྱག)པོ་ཀོན་(དཀར་ཕོ་མ)འོས་པ་  
(གཅེར་བྱ)འོ་གཟེ(བྱ་བ་ལ་སྤྲིམ་ཞིང་སྤྱར་བའམ་སྤྱོད་ལམ་དང་ཆ་ལྷགས་མཛེས་པ་ལ)པ(འདིར་སྤྲ་བ་ནི་འོ་གཡོ་  
དང་བྱི་མར་འོ་གཡོ་བོ་ཀོན་ཅེས་གཅད་དགོས་སྟམ)། །འོལ་ཁ(དཀར་སེར་གྱི་མདངས་མི་གསལ་བ་དང་ཡུལ་  
ལའང་)འོལ་ཡང་(དཔེར་ཡང་)འོག་གཟུ(ཆོགས་པ)ཐོན་ཅིག་(ལན་གཅིག་གམ་ཐོངས་ཤིག་གམ་བྱོན་ཅིག་ཀྱང་)  
དང་། །འོལ་སྤྱི་(སྟན་སྤྱི)འོད་པ(ཤུ་འོད་དང་ཡོད་པ་ལ)འོན་སེང་(ཕག་ཉན)འོལ་མ་མཆིས་(སྤྱོད་ཡུལ་དུ་མ་  
ཁྱར་བ)། །འོག་འཁྱུ(རང་འཁྱུལ་རྟོག་མང་བ་མ་ཟེན་པའམ་གཞན་ལ་མི་མདོན་བཞིན)འོལ་ཀ(རྒྱ་རྩ)འོལ་མ་  
(དབྱེ་མང་)འོལ་ཆེ་བ(སྤྱི་དྲིན་སོགས)། །འོ་ཡུལ་འོ་སེ(ཤིང་ཨ་ཉག)འོག་ནན་(ཐོག་མ)འོ་མི་བརྒྱལ་(ཞེས་སྟེ་  
དཀར་ཆོགས་མེད་པ)། །ཆོག་འཕྲད་འི་དང་འམ་དང་འང་རྣམས་དང་། །ཁྱར་སྤྱུ་ལ་ཁྱར་(མཁྱོགས་  
པའི་སྤྱུ་བྱེད་ཁྱར་བའི་བྱེད་ཁྱར་བས་གཤོག་སྤྱུ་འབྱིན་པའི་དུས་ཞེས་པ་ཉ་བྱ)དང་། །ཁྱད་གཏམ་(ཁྱད་པོ་ཆེ་ནི་  
རྒྱན་བོ་ཆེ)ཁྱབས་ནི་འདུས་པ་ཁྱག་པ་བྱ། །ཁྱ་ཅག་ཁྱར་རྟོས་ཁྱང་ནས་(འདི་ནས)ཁྱ་ལག་(དབྱ་ཁྱལ)

བསད། །འཁྱུ་བཙུག་པའི་ཁྱུ་བ་ཚ་མོ་འཁྱུ་སྒྱུ་དང་ཤངས་ཆེ་བ་འཁྱུ་སྒྱེ་(འོན་ཏེ)འཁྱུ་ཏིང་(འོན་ཀྱང་  
སྒྱེ་འཁྱུ་ཏིང་ཡང་)འཁྱུ་དུགས། །གཞུ་དཔལ་བེའུ་ལེའུ་རིའུ་རྩང་(བརྩང་བའི་རིའུ་རྩང་)། །སྒྱེའུ་བེའུ་(འདི་  
རྩམས་ལ་ཆོག་བར་བྱས་དང་མ་བྱས་སྒྱུ་ལ་ཁྱུ་དང་ཁྱུ་ཆོགས་བཅད་ལྟ་བུ་ལ་ཆོག་བར་མ་ཆང་བའི་སྒྱུ་ཡོད་  
བས་དཔུང་དགོས་གོའུ་ཏ་མ་ལྷ་མཐམ་རིགས་ཀྱི་མཆོག)དང་། །འཁྱུ་འཁྱུ་(ཚུབ་ཚུབ)འཁྱུ་(རུས་ཆེན་སོགས་འ་  
རྒྱུང་འཕྱག་པའི་ལྗོངས། །

## ༼ཡ༽

ཡ་རབས་ཡ་མེད་དང་ནི་ཡ་མ་བཟླ་(སྒྱུ་བོ་མེད་པ)། །རྒྱ་ཡན་ཁ་ཡན་འཕུན་གྱི་ཡན་པ་  
དང་། །ཡང་(ལྗོ་མེན་དང་མཐུན་དང་མི་མཐུན་རྒྱ་གཉིས)དང་ཡངས་པ་(རྒྱ་ཁྱོན་ཡ་ཐག་ར་(བ་ཚ་དཀར་  
པོ་ཤིང་པར་ན་མི་གསལ་བས་འགྲིག་མེན་དཔུང་དོ)དང་། །འཕུམས་ཡས་མཐའ་ཡས་(འདི་གཉིས་མིང་ཆོག)  
ཡས་(ཡར་མས་མར་ཡན་ཆད་དང་། །ཡགས་ཁ་(བཀྲ་ཤིས་པའི)ཡར་བརྗོད་ཡར་འབྲོག་(ཡལ་ཡ་རུ་དུང་  
འགྲོ)ཡ་(ཆ་མེན)། །གོ་ཆ་ཡ་ལད་(གོ་ཆ་སྒྱུ་དང་བྱེ་བྲག་མོག་དང་རལ་གྱི་སྒྱེ་རྩམ་རྒྱལ་ལས་འཁོར་ལོ་ཡ་ལད་ཀ་མ་  
ལི་ལྟ་བུའི)ཡས་སྟགས་(གཡེན་ཁམས་སྐོང་བའི་འདོད་རྩལ་ཏེ་ཡས་སྟགས་རང་འགོས་ཀྱི་བོན་ཞེས་ཀྱང་རོ་)མེད་  
པའི་ཡལ་(མཁའ་ལ་ཡལ་དང་དབྱིངས་སུ་ཡལ་ཞེས་པའོ)། །ཡ་ཅ་(མཁའ་དང་རལ་གྱི་གཉིས་ལ)ཡ་བ་(རྒྱང་དང་  
རྒྱང་ལྟ་ཡ་གད་རྒྱ་རྒྱུ་རྩམ་སྐུ་ལྟ་ཡ་མན་(སྒྱུ་སྒྱེས་ཤི་བའི)ཡགས་(ལགས)། །ཡལ་གམ་(གཡར་དམ་  
ཡམ་ཤིང་(མེ་ཐབས་ཀྱི)ཡག་པ་(ཡབ་བྱེད)ཡམས་ནད་(འགོ་ནད)ཡར། །ཡ་ཡོར་(ཐག་གི་ཐགས་ཀྱི)བར་བར་  
དུ་སྒྱུན་མེད་པའི་སངས་སངས་པ་ཡ་ག་(སྒྱུ་ཆོག)ཡ་གུལ་(རྒྱ་བོ་མེད་པ)ཡ་མ་བྱང་(ཆ་འགྲིགས་མེན་པ)། །ཡལ་  
ཆ་(དགོས་ཆས)ཡལ་འཕྱགས་(རྒྱལ་བཙུགས་པ)ཡ་ལག་(སྒྱུ་ཞེས་པོ་མཆོན)རྩ་མཐའ་ཡག་(རྩ་མཐའ་རྩལ་ཡབ་  
སོགས)། །ནད་ཀྱི་ཡ་མ་(མགོ་སྒྲིན་ཡ་ག་(གཙང་དག)ཡལ་(གཙོ་དུ་སྒྱུན)དང་། །ཡིབས་སུ་(དབྱིབས་སུ)ཡི་  
དམ་ལྟ་ལ་ཡི་དང་བ། །ཁྱོའི་ཡིད་(སེམས་ཀྱི་དཔྱད་པ)ཡི་ཆད་(སྒྱིད་ལྟག་པ)ཡི་སྟག་ཡི་གེ་དང་། །བདེན་  
པའི་ཡིན་དང་ཡི་དྲགས་ཡིད་སྒྲོ་སྒྲོན་(ཡིད་དགའ་ཡིབས་(ཕག་ཏུ་གབ་པའི་དོན)། །ཡིད་ཀྱི་ཤིང་རྟ་(བསམ་  
པ་དང་འདོད་ཆགས)ཡིད་བཅུག་(གཅུགས་(ཡིད་མཐུན་པ)ཡིད་ལ་བཅག་(ཡིད་ལ་དམ་དུ་འཛིན་པ)། །ཡིབ་  
མ་(ཉམ་ཐག)ཡི་ག་འཕྱུ་བ་(དང་ག་འགག་པ)ཡིད་གཞུངས་(ཡིད་འཇམ་པའི་དོན་སྒྱུར་དུ་ཤེས་རུས་པ)པ། །  
ཡིད་སྟབས་(འདོད་ལྟ་ཡིད་རྟོན་(ཡིད་མས་པ་ཡི་སྒྲོན་ཀྱང་)ཡིད་བཞིན་ཡེལ་འཕྱོས་(རྒྱང་འཕྱག)དང་། །ཡི་

ཅོ་ཁྲ་ཐོན་མོ་བྱེད་ཡེ་འབྲོག་(འགོ་བའི་ནད་དམ་ཡང་ན་མི་འདྲོད་པ་དང་སྦྱར་བའི་མིང་)ཡེ་རེར་གནས། ཡེ་  
 ཡོད་(ཐོག་མ་ནས་)ཡེ་མེད་(དང་པོ་ནས་)ཡེ་ནི་ཐོག་མའི་སྒྲ། ཡེ་གོལ་ཡེ་འབྲམ་(སྤྲོད་ཉིད་རིག་པའི་)ཡེ་ཤེས་  
 ཡིང་(བ་མེད་)ཡེགས་(སྒྲ་སོགས་གཟེངས་པ)དང་། ཡེངས་སུ་འཇུག་པ་ཡེ་ལེ་(བག་མ་མགོ་གཙང་མ)སྦྱན་  
 གཅིག་མ། ཡེར་བ་(བྲག)གནས་དང་ཡེད་པ་མགོ་དགུ་(འབྲམ་པའི་དབལ་ཚྭས་ཀྱི་འདུལ་ཞིང་)བདུད། །  
 ཁོར་ཡུག་(སྒོར་མོའམ་ཉེ་འཁོར་གྱི་མིང་)ཡུགས་མོ་(སྦྱོར་པ་)ཤི་བའི་བྱད་མེད་ཡུམ་(མ་དང་ལ་ལར་རྒྱུ་མ་ལའང་  
 འཇུག)དང་ཡུ་བ་རིང་། སྒྲ་ཡི་ཡུང་བ་(སྒྲ་སེར་)ཡུངས་ཀར་ཡུད་ཙམ་(སྒྲ་ཅིག)དུ། ཡུན་རིང་ཡུར་  
 བ་(ཞིང་ལ་རྒྱ་འདྲན་པའི་རྒྱ་དང་གཉིད་ལོག་པ)རང་ཡུལ་ཡུས་ཀ(མ་ཉེས་པའི་སྦྱང་འདྲན་པ)ཅི། ཡུ་བའི་  
 (རང་རེ)ཡུག་པ་(རྒྱང་བ་སྤེལ་ཡོང་གུང་)ལ་ནི་ཡུ་གུ་(སྒྲན་ཉེ་དབྱེ་གུ་ཡང་ཟེར)ཡུགས་(བྱུགས་པ་དང་རྩ་ལ་  
 སྐབས་ཀྱིས་དབྱེ། ཡུ་བོ་(ར་མེད་པ)བྱུ་ཡུག་(ཁ་ཆར་)ཡུ་མོས་(རི་དྲགས་ཉེ་ཡུ་མོའི་སྒོལ་གོང་དང་མདུའུ་འབྲིན་  
 ཅེས་སྒྲན་ཡུ་ཤ(ཐུག་པ)འབྱུང་། གཤུང་བའི་ཡུས་(བདེན་པ་ལའང་)དང་ཡོ་ཀ(ཐམས་ཅད་ཡོ་མ་རྟེན་ཉེ་མ་  
 རྟོད་མ་རྟེན་སོགས་ལ་འཇུག་སྟེ། རྩམ་རྒྱལ་ལས། ཡོ་མ་རྟེན་དཔོན་བཅུགས་པས། ཡོ་མ་བརྒྱ་སྤྲོད་འཕེལ་བར་  
 ཤོག རྩ་བའོ། ཡོགས་ཀྱི་རྒྱལ་བོ་(ཁྱིན་ཡོགས་གཉེར་གསུམ་གྱི་ཅིག་ཤོས་ཉེ་ཡོགས་ཀྱི་རྒྱལ་བོ་བྱེད་ཁ་བོ་ཆེ་  
 ཞེས་གསུར་ལ་སྒྲོམ་པའི་དྲི་ཟེའི་ཐེ་རུ་མངོན་ལ་ཡོག་(ལ་ཡོག་ནི་རྩམ་སྒྲིན་དང་ཁ་ཡོག་དབྱེ་ཡོག་སོགས)མང་བོའི་  
 ཡོངས་(ཡོངས་སུ་རྒྱོགས་པའི་འཁོར་ལོ་རབ་བསྐྱར་ཤོག་ཅེས་པ་རྩ་བུ་ལའང་)། འོས་པའི་ཡོང་དང་ཡོད་དང་  
 འབྲལ་བའི་ཡོན། ཡོན་ཉན་སྒྲ་ཆའི་ཡོང་དང་ཡོར་བོ་(ཡུལ་གྱི་)ཡུལ། ཡོན་བོར་ཡོ་ཡོམ་ཡོམ་བྱེད་  
 རས་ཡོ་བ་ལ་དང་མགོ་ཡོན་ཡོན་བྱེད་ཅེས་དང་ཡོས་བྱུ་(རི་བོང་དཀར་བོ་)ཡོལ་གོ་སྟོད། ཡོག་མོ་(ཤིང་མ་བྱམས་)  
 ཡོལ་ཆེན་(ཐོད་ཞལ)སྒྲན་ཤིང་ཡོ་འབྲོག་པ་(གོས་འཁྱུད་པ་དང་ཁྱུག་སྒྲ་ཆག་བྱེད་པའི་དམ་ཅི་དེའོ། ཡོན་  
 ཁར་(ཡང་དག་པ་མིན་པ)ཡོགས་པ་(གཡོགས་པ)ཡོང་ཡེ་(ངེས་པར་དང་རྩམ་པ་ཀུན་ཏུ་མི་ཡོག་པ་མི་ཁེབས་པ)། །  
 ཡོ་ལང་བྱེད་(མཚར་བྱེད་དང་ཡོངས་དམར་(ར)ཡོ་བྱེད་རྒྱ་ཆེ་བའམ་ཁོང་ཡངས་པ)སོགས། ཡོ་བྱད་ཡ་  
 རྒྱང་འཇུག་པའི་མིང་སྟེ་འོ། །

༼ར༽

དུད་འགྲོའི་ར་མ་རུ་(ར་སྒྲིང་ཡུལ)དང་ར་མ་ཐ། ཁང་བའི་ར་བ་(བཅད་པའམ་གཞོག་པ་ལའང་)  
 མཆོག་རུ་བཟང་བའི་རབ། རབ་འབྲམས་རག་ཤ(ཤིང་འབྲས)སྦྱེས་རབས་ལྷ་རབས་སྒྲ། རྒན་

རབས་ཆོ་རབས་མིག་གི་རབ་རིབ་དང་། །གཏང་རག་རྒྱ(ཅ་ཏྲ་ལྷ་མགས་པས་དྲག་པོའི་སྒྱ་ཡང་མིན་  
དང་ནོར་དྲོགས་ཡོད)རགས་(ཆོ་བ་དང་རགས་རིམ་ལྷ་བྱ)དང་རབས་ཆད་པ། །དར་གྱི་རས་ཡུག་རངས་  
(ཆོད་པ་ལོ་བ་དགའ་བའམ་རིལ་པོ)པ་རམ་འདེགས་གྲོགས། །ར་ཙེ་སེ(རི་དྲགས་ན་བའི)དང་ར་ཆོད་  
(ཐུབ་ཆོད)ར་རོ་བ(ཆང་གིས་སྦྱས་པ)། །རན་པ(ལྷག་པར)རང་ཉམས(རང་བཞིན)རམ་ཤག(འཕྱར་ཐུན)ར་  
མདར་རན(ལྷ་ར་བས་རྒྱུ་འདྲེད་པ་དང་ཟླ་གྲོགས་ལའང་)། །རམ་པ(སྤྲོད་ར་དུག་སྤྲོད)ར་གན(ཟངས་སེར)  
རང་འཐག(མཆོག)རག་ལུས་པ(རག་ལས་ཀྱང་)། །ར་ཇོ(རྒྱལ་པོ)ར་ཙེ(ཞང་ཞུང་དང་བྱ་ཤིང་སྐད་དུ་རྒྱལ་པོ་  
ལེགས་སྤྱར་སྐད་དུ་བྱི)རམས་ཆོས་རལ་ཀྱས་རལ། །རངས་པོ(ཐམས་ཅད)ཨ་རམས་རང་ཆགས་ལན་  
ཚུན་གྱི་མཐའ་བཙམ་པ)ར་མོ་ཤག(ར་མཉེ)། །རལ་གྱ(བེར་རམ་སྤྲམ་གོས་དང་བཙུན་མོའི་སྒྱ་སྤང་བ)རས་མ་  
(གོས་སྒྲགས་གྱི་དུམ་བྱ)རམ་བྱིས(སྤྲམ་བྱམ)རལ་ཙོག(རལ་པ)ཅན། །རིབ་མ(ར་བ)རི་བོམ(རི་ཆེའི་བྱ་བྱིབས་  
སམ་ཆེ་མོ)རི་རྒྱང་(རི་པར)རི་སྤལ(གཤོང་སྤེ་རི་ཁྲོད)པ། །རི་འོར(མཐའ་འཁོར་གྱི་གྲོང་)རི་བ(རིན)རི་  
སྤྲེགས(རི་སྤྲེགས)རི་མོ(འཇའ་རིས་སྤྲེགས)རིམས(བསྐྱལ་ཆོག)། །རིགས་རྒྱད་རིགས་སྤྱ་གཏོགས་དང་  
རིགས་དྲུག་ཞིང་། །ཡུལ་གྱི་རིས་(ཞིང་ཞེས་པ)དང་རིས་མེད་རིས་སྤྱ་ཆད(ཕྱོགས་སྤྱ་རྒྱུང་)། །ཡུས་རིང་  
(སྐམ་པ་དང་དངོས་ངན་པ)ཐུང་མིན་རིང་དང་ཐུར་བའི་རིངས། །རི་རབ་རི་རོགས(རི་ལེབ)སྤྱ་རིང་  
རིང་ཡུགས་སྤྱོད། །རི་དྲགས་རིན་དུ་རིན་པོ་ཆེའི་རིལ་བ། །རིལ་པ(རྒྱུང་བཟེད)རིལ་པོ(ཐམས་ཅད)  
རིག་ཐུགས་རིག་པ་སེམས(སེམས་མ་འཁྱལ་བའི་དོན)། །རིམ་པར(གོ་རིམ)རིམ་གྲོ(བཀུར་སྤྱི)རིམས་ནད་  
རི་བའི་ཡིད། །ཐུབ་པའི་རིད་དང་(རིད་མདའ་ཞེས་ཡུལ་ལའང་)ཤིང་ལྷ་རིངས་པ་དང་། །ཐོ་རིངས་  
འདས་ནས་སྤྱ་རིངས་ཤར་བའི་དུས། །རིག་བྱ་འཇམ་དང་བརྒྱལ་ཏེ་རིངས་པ་དང་། །རིད་དང་  
(འཐད་པའམ་ཡིན་ཅེས)རིམས(ལས་སྤྲེགས་ལ)དང་རི་སྤྲོན་རི་རལ་(ལུས་བྱ)སྤྲོན། །རིང་བྱ(འབྲེལ་མེད་དེ་  
རྒྱུང་པ་དང་མི་རིང་ཞེས་མི་རྒྱུང་ལ་དང་ཡར་ལངས་པ་དང་དགའ་བ་སྤྲེགས་སྤྲེགས་སྤྱ་བརྟག)རི་སྤྲེས(ཅི་མི་རུང་)  
རི་ཁ(རི་མོ)རི་ལྷར(ཡུན་ཅི་ཙམ)ཐོགས། །རིགས་པ(ཐེགས་པ)རིག་ཐེག(ཐེན་རིས)རི་མ(ཐུད་མེད)རི་སྤྲེ(རི་  
བ་བྱེད་པ་དང་ཅིད་གདན་ནམ་སྤྲམ་བྱ)བྱེད། །རི་བ་རི་ཞིག་རིས་འགའ(རིས་མོ་སྤྲེགས)རུང་མི་རུངས(དག་  
བགགས)། །ལས་ལ་རུབས་དང་ཐུན་རུབ(མ་ཁ་སྤྲེགས་རུབ)རུམ་དུ་ཉལ། །རུག་པ(ཐོ་སྤྲེ་སྤྲེག་ལེབ)རུ་  
རུག(ཐོ་སྤྲེ་དང་བོས་པ་མ་ཁ་ཁྱིའི་ལུང་པ)རུ་པ(གཟུགས)རུ་ཏྲ(སྤྲེན)དང་། །རུས་ལུས(དང་རུས་ལུས་བ་བ་  
ཞེས་གཏུམ་པ་སྤྲེ་རུས་དང་རུས་བ་བ་ཡང་ཟེར)རུས་ཆོ(ལུས་མོ)རུ་སྤྱ(གྱུ་འདྲེད་བྱེད་དང་རྒྱུང་གཡོར་ཐོགས་

པ)ད་ཅུང་ཡང་། རྩ་བུ(ལོག་ལྷ)ཅུལ(ཤ་སོགས)དང་ཅུས་པ་རོ་མི་བྲོ། བཅའ་བའི་རོ་དང་རོ་མངས་  
 རོགས་ལ་སྦྱིན། གཞུང་རོང་(སྟོབ་དང་ཕག)གནས་དང་རོད་པ་གོས་ཀྱི་མིང་། རོམ་པོ་སེར་བ(ཕྱག་  
 ན་རོམ་པོ་འབྱུ་བདུན་བསྐྱམས་ཞེས་སེར་བའི་མིང་ངོ་)ཕྱག་རོན(བྱ)པ་རོལ་དེད། རོལ་དུ་ཁྲིད(ཆེས་སུ་ཁྲིད)  
 དེ་དང་རོ་སྐད་ཀྱི་བད། རོ་མ(སྦྱགས་མ)དང་ནི་རོ་ཕྱག(འདམ་ཆབ)རོ་ཙ་བ(བག་ཤེས་དང་ཁྱ་བ་འཕེལ་  
 བ)། རོ་རོག་པོ(མདོག་དང་རོག་འཛོམ་ཞེས་སྟོ་སྟོན་རོལ་མོ(རག་ཤ་དང་སྦྱེའི་བྱེ་བྲག)རོག་མ(ཤ་མ)རོ་ཉེ(ཞ་ཉེ་  
 ནག་པོ)ལྷ། རོ་སྐད་སྐད་པ(ས་སྐད)སྐད་ཙན་ས་ཡུལ་དང་། རོ་བས་ཆེན་སྦྱོད་པ(ཁྱབ་ཆེ་བ)ཆུ་ཡི་  
 བ་སྐབས་དང་། བྱིན་སྐབས་སྐབས(བསྐྱལ་ཆོག)དང་སྐག(པ)བྱེད(པ་བོ)འབྱུང་བོ་འདུལ། རོ་མ་པ་  
 ཙན་(ཁངས་སེམས)ཀྱིས་མདོན་སྐྱོམ་སྐྱོམ་སེམས(ཐེ་ཆོམ་ཀྱི་དན་པ་སེམས)སྦྱིས། རོ་ན་པ(ཆུ་ཡིས་ཟེན་པ་  
 དང་སྐྱོན་ཆང་ཞེས་གར་ཆང་ལའང་)དུལ་དུ་སྐྱོགས་ལ་སྐྱུང་ལ་བསྐྱར། རོ་ག་མོས(བྱང་མེད་སྐྱུང་ཁྱེད་ཉམ་  
 ཁྱེད་ཉེ་སྐྱུང་པ་ཉམ་པ)སྐྱུང་(མ་མེད་ཉམས)སྐྱུང་ས(ཟས་མ་ཁྱ་བ་སྐྱར་སྐྱུགས་པ་དང་ཁྱུང་བྱར་སྐྱུགས་ཞེས་ཟས་  
 འོག་སྐྱར་འཕྱང་བ)ཀྱང་སྐྱེད། རོ་བྱུང་བྱུང་སྐྱུང་སྐྱོག་ཏུ་དོད་བྱུང་པའམ་ཆུ་ཆེ་བ་དང་འབྱམས་ལྷས་  
 ལ་སྐབས་པ)དང་རྒྱལ་བའི་སྐྱེད་བྱ་དང་། འདོམས(མདོམས་ཤེས་པའང་ཡོད)ཀྱི་སྐྱོག་སོགས་ར་ཡིག་  
 རྒྱང་འདོགས་སོ། །

### ༼ལ༽

ཁྲིམས་ཀྱི་ལ་བོ་ཆེ(ས་མཚན་ཀྱི་བད)དང་ལ་བ་གོས(སྐྱམ་བྱ་སོགས་ཀྱི)། ལ་ལ(འགའ་རེ)ལ་  
 རྩར(ལྷུར་དུ)ལ་ཕྱག་ལག་པ(ལག་གཡོར། ལག་ངར། ལག་འགྲོ་སྒྲ་སོགས)དང་། རྒྱ་ལག་ཕྱད(ཕྱོགས་མེད་  
 དང་ཉམ་ཏུ་མཛད་པའི་བད)དང་ལ་ཁྲུ(རྒྱ་ཆོས་ཁྱ་བ་བཏོན་པའི་སྦྱོགས་མ)ཞེ་སའི་ལགས(ཡོད་པའམ་ཐུན་པའི་  
 དོན་ལའང་འཇུག)། ལང་ཆོ་བ་ལང་ལངས(མལ་ལས)པ་ལང་ཐང་ཆེ(ཐང་ཕྱོམ་རིགས་ཤིག)། ཁྲིས་ལན་  
 ལན་ཆགས་ལད་མོ(མེད་ལད་མོ་སྦྱེའུས)བྱ་བ་ལད། ལབ་ཙེ(ལ་ཁའི་བྱེ་མ་ལེབ(སོག་ཆགས)དང་བགྲོད་  
 སའི་ལམ། ལར་ཡང་(སྦྱར་ན)ལ་ལར་ལས(ཀྱི)འབྱས(བྱ)ལས་བྱེད་པ། ལ་སྐྱོད་ཀྱི་ཐག་བཅད་པ་  
 དང་ལ་སྐྱོབ་ནི་མཐའ་འགགས་པའམ་ཐག་གཅོད་པ་སྟེ་ཆོགས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་དགོངས་པའི་སྐད་ཀྱིས་མི་སྦྱར་ན་དེའི་བོན་  
 རྒྱས་ཀྱང་འགོངས་པར་འབྱུར་ཞེས་པ་ཉུ་བའོ)ལ་རམ(སྦྱག་དང་སེ་མོང་)ལ་གོར(མགྲོགས་པ་སྦྱོན་ལྷུར་ཉེ་ལ་མོར་  
 ཀྱང་)ལ་གཅན་པ(ལའི་ས་སྦྱོགས་པ)། ལག་ཉེ(སྦྱར་མི་མེད་པ་རང་གིས་འདོད་ལོན)ལ་རྒྱ་སྐལ་བཟང་ལ་

ཉེ(པ་ལྷ་ས་དང་མཚན་མ)ལ་ལ་ཕྱད(སྒྲན་ཏེ་ཐགས་མཁན་སྒྲོམ་བྱ་འདྲ)། །ལག་ཏུ་མ(ལག་ལ)ལ་འུ(དར་གོས་  
 ལ་གེ(དེ་བཞིན་ནམ་མཁུངས་གསལ)ལ་ཏུ(ལབ་ལོབ)ལ་བ། །ལན་ཀན(ཁ་ཁྱེར་རམ་བྱ་ཤུའམ་སྟེགས་བྱ་སྟེ་ལས་  
 ཡན་གེ་ན་ཞེས་བའང་སྒྲང་)ལག་རྩབ(མགྲོགས)ལག་སྒྱུམ(མཁུས་བ་ནད་མེད་པ)ལག་ཤོད་ལས(མང་པོས་ལག་  
 ཅུབ་བྱེད་པ)། །ལག་སྒྲིང་(སྒྲིང་མོ་བ)ལག་ཉལ(བརྒྱ་བྱིན་གྱི་ཕྱག་མཚན)ལག་གི་སྒྲ(ལས་དེ་དང་དེ་ལ་བསྐྱོས་  
 པ)དང་ལ(ལ་ལྟང་)། །ལ་སང་ནེ་བེར(འདི་གཉིས་དོན་གཅིག་སྟེ་སྟག་ལ་མེ་འབར)ལན་སྒྲན(ལན་ཐོན་སྟགས་  
 ལན་རྒྱབ་པ)ལན་བོན་ལབས(ཟིན)། །ལན་གཅིག(ལན་གཉིས་སྟགས་དེའི)ལན་སྒྲད་ལན་ཚྭ་ལན་ཕན་  
 (ལན་བྱ་སྟགས་སྒྲས། །ཡིང་བས(རྩྭ་པ)ཡིངས་བཏབ(རི་དྲགས་སྟགས་བདའ་བ་དང་སྒྲོ་ཡིང་བསྐྱར་གྱི་དང་  
 སྒྲོ་ཡིངས་གྱིས་བཏབ་ཞེས་བའང་)ཡིང་ག(མོ་མའི་རྟགས་སྒྲར་ཁ་ཡི(ཡུལ་དང་ཤིང་རྟག་ལའང་འཇུག)། །ཡི་  
 ཤི་ཡི་སྒྲར་ཡི་ཁྲི་ཡི་ག་དྲུ། །ཡིང་ཅེ(དུམ་བུར་བགོས་པ)ཡི་ཁ་ར་དང་ཡིག་བྱ་མིག(རྩྭ)། །ཡིང་པོ་  
 ཆེ(དམག་གི་གོ་བུན་པ)དང་ཡིག་ཤི་མེར་ནི་སྒྲན(རྩྭ་ཏེ་སྟེ་སྒྲར་མའི་མེ་རྟག)། །ཡི་བཀན(དམར་སེར་རམ་  
 གུར་གུམ་མདོག་ལེའུ་སྒྲོན(ལན་བོར་བ)ཡི་ལག(ཡི་ཆན)ཡིགས་སྒྲར་ཁྲས(རྒྱང་འདྲན་པའི་རྩ་བ་སྒྲིང་བྱ་ལོ་མ་  
 འབས་བྱ་དག་བསྐྱོལ་ནས་ཁྲས་བྱེད་པའི་མིང་)། །བཟང་བའི་ཡིགས་དང་འདྲོད་པའི་ཡིན་པ(ལག་ཏུ་དང་  
 དུ་ཉམས་སྟེ་བྱེད་པ)དང་། །ཡི་གུ(ཡི་གུ་ལྷ་ལ་ཞེས་བ་ལྷ་བྱ)དཔོན་དང་ཡེའུར(ཆོ་ཆོ་བས་པ)ཡེབ་མོ་  
 དབྱེབས། །ཡི་ལོ(རྣམ་གཡང་ཅན)ཅན་ནི་སྒྲོ་ལུ་ལུད་པ(ལུས་ཟིན)དང་། །སྒྲོད་སྟགས་ཁ་ནས་ལུད་  
 དང་ས་ལུད་དང་། །དུད་འགོ་ལུག་དང་ལུགས་སོལ་གྲུབ་མཐའི་ལུགས། །རི་ཡི་ལུང་བ་ལུང་  
 བསྟན་ལུང་སྟགས་མཐོས། །སྟགས་གྱི་བྱ་ལུམ་སྒྲན་ལུམས་ལུསྒྲའི་ཆོལ(འབས་བྱ་ཅན་གྱི་ནགས་ཆོལ་དང་  
 ལུལ་ལ)། །ལུག་ཐུར(མེ་རྟག)ལུག་རུ་ལུག་ངལ(སྒྲན)ལུས་པ(རྩིས་སྟེ)དང་། །ལུང་ཐང་(ཤིང་འབས་ཏེ་  
 ལུང་རྟོང་ཡང་)ལུང་བོང་(བ་སྒྲང་)ལོངས་པ(རྩྭ་ལ་འཆས་སམ་ཆགས་པས་ཀུན་བསྐྱངས་སྟེག་ཆོས་གྱི་མིང་)ལོམ་  
 ལོང་མེད། །ལོ་རྒྱན(རྣན་པའམ་མང་པོ་གཤེབས་པ)ལོ་ཐོ(རྒྱལ་བའི་དབྱ་དང་ལོ་སྒྲའི་ཐོའང་)ལོང་གཏམ་  
 (དོན་མེད་གྱི་གཏམ)ལོགས་སྟེས(རུ་མ)ཆེ། །ལོངས་གྱི་ཡུལ(རྒྱ་གར་ཡུལ)ན་ལབ་ལོབ(ཆོག་ཏོག)ལོབས་  
 ཤིག(བསྐྱལ་ཆོག)ག། །ལོ་ཀ(འཇིག་རྟེན)ལོ་བཅན(མེ་རྟག་བྱ་རྒྱང་བ)ལོ་མ་ལོ་འདབ་ཤིང་། །ལོག་ལྷ་  
 བྱིན་ལོག་ཕུར་གྱི་ལོགས་ཤིག་ཏུ། །ལུང་ལོགས་ཞབས་གྱི་ལོང་བྱ(ཤིང་རྟག་ལའང་)འཛོམས་པའི་  
 ལོངས(ལག་ཏུ་འམ་བང་དུ་སྟགས་གྱི་བསྐྱལ་ཆོག་ཀྱང་)། །ལྷ་ཡི་ལོངས་སྒྲོད་མིག་ལོང་བྱ་བ་ལོང་། །བྱ་  
 ལོན་ལོན་ནམ་མ་ལོན་ལོས་སོ(བདེན་པ)མད། །ལོ་རྟག་ལོ་རྒྱས་ལ་སྟགས་ལ་རྒྱང་ངོ་། །

༼ཤ༽

ཤ་ཁག་ཤ་མ(ཕུ་རོག་གམ་ཕུ་མ)ཤ་ཟན་མཁའ་འགོ་དང་། ཤ་བ་རིས(རྩན་བ)གཅོས་ཤ་  
མཁོན་རི་དྲགས་ཤ། ཤ་གཟུག་ཤ་བྱང(ཆུ་གཤམ་སྟེ་ཤ་འོད་དང་ཤ་ཆུའང་)ཤང་ལན་སྟུག་པོ་སྟན་(བདུད་རྩི་  
གངས་ཤམ་བ།) མང་ཆོག་ཤ་སྟགས་རུས་ཆེན་ཤང་ཕྱགས་ཁམས། ཁ་ཤག་འགྱུར་དང་ཉིང་ཤགས་  
(རོལ་མོ)ཞལ་གྱི་ཤངས། མཚོན་ཆ་ཤང་ལང་ཤང་དྲིལ་(སྟན་)ཤང་ཤང་བ། ཤན་བ(བཤན་བ)ལ་  
ཤན་ཕྱེས་དང་ཤམ་ཤབས་དང་། ཤར་གྱི་ཕྱོགས་དང་གྲ་ཤག་ཤལ་མ་རི(ཕྱགས་གྱི་རྩྭ་བོ།) ཤ་  
ཡ(ཞང་སྐད་བཤགས་བ)ཤན་མ(གྲུ་གཟིངས)ཤག་པོ་ཤ་རི་རི(གདུང་དང་སྟུ།) ཤ་འགག(ཕུ་རུང་ཐུང་བའི་  
གོས་དཔུང་རྒྱམ)ཤ་ཆགས(སྟོ་ལ་ཡོད་པའམ་བབ་ཐོབ་ཡོད་པ་དང་འཕྱག་པའམ་བཞིང་བ)ཤ་གོན(ཤ་འཁོན་ཁྱགས་  
བ་ནི་འཁོན་ཡོད་པ)ཤ་བལ(སོ་དྲིག་དང་ས་ལ་བྱུང་བ)དང་། བྱ་ཤ་རི་ཀ(རི་སྟགས)ཤ་ཅིག(ཡིད་ལ་མཐུན་བ་  
དང་མང་ཆོག་ཀྱང་)ཤ་རའི་བྱ(ཤ་ཀྱའི་འཁོར།) ཤ་རི་དབུ་ཆེན(གྲུབ་ཐོབ་ཆེན་མོ)ཤང་ཆོ(དྲག་པོའི་རྩེ་ཉི་  
སྐང་ཐོག་ལས་རོ་ཆ་བ)ཤས་ཅོམ(རུང་ཟད་ཅམ)དང་། ཤ་དག(ཤ་སྟག་སྟེ་གཤེས་སམ་རང་བཞིན་ཅི་ལྟ་བའི་  
ཆོག)ཤང་ཉབ(དབང་ལག་དང་མཚུ)ཤ་མོང་(སྤང་ནགས་གྱི་ཤ་མང་ཡང་)ཤག་སོ(སྟན་དངོས་དང་སྟན་ཤལ་  
དར་ལའང་)ཤག ཤ་འོད(འདི་ཡང་སྟོ་བུར་བྱ་ཆུ་བྱང་བ)ཤབ་ཤབ(གཏམ)ཤ་སྟེན(སྟེ་བ་ཁག་ཅན)ཤན་ཉི་  
མ(ཁ་དྲག་དང་མ་ལ།) ཤས་ཆེར་ཤ་ར་སྟ(སང་གེ་རྟ་བ་བརྒྱད་བ)དང་ཁ(ཆ)ཤས་ཤིག ཤང་ཀ་ཤི་  
ལ(རིན་པོ་ཆེ)ཤང་མངར་ཤིང་ཀུན་སྟན། ཤིང་ཚ(སྟན)ཤི་བ་ཤིག་གིས(ཐོས་ཀྱང་)མི་ཤིགས་པ། ཤིང་  
བྱང་ཤིག་ཏུ་ཤིང་ཟན(མི་ཤི་བའི་དུར་ཟས། ཤིང་ནི་གཤེན་པོ་ལ་དམིགས་པའི་དགེ་བ་བསྐྱབས་པ)ཤིན་ཏུ་  
སྦྱིད། ཤིན་ཉི་མ(སྟགས་མའམ་ཆུད་ཟ་བའམ་ཉམས་དང་མཐུ་ཆུང་བ་སྟེ་མེད་པ་ནི་དེ་རྣམ་པ་མེད་པའོ)འདར་  
ཤིག་ཤིག་ཤིམ་ཤ་པ(ཨ་ཀ་རུ་ཡི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས།) ཤིང་ཐགས(ཁ་ཁྱེར་རམ་ལན་ཀན་ཅོག)བི་ཤི(སྤང་  
བར་གྱི་ལམ)ཤི་ཤིན་ཕུ་ལ(དན་བ་ནམ་མཁའ)དང་། ཤི་བི་ཀ(རོ་ཁྱར་བའི་ཁྱོགས)དང་བཀྲ་ཤིས(དགེ་ཞིང་  
ལགས་པའི་ཆོག)ཤི་རྒྱ(ཕྱགས་རྩེ་ཆེ།) ཤིའུ(ཤ་ཕུག)ཤིང་བྱ་ཤིང་བདག(ཤིང་ཅན་ཤིང་མར)ཤིང་ལས་སྟེས་  
(སྟོན་སྤང་བ་དང་པོའི་མིང་མིང་སྟེ། མཛོད་ལྟར་ན། ཤིང་དེ་ཤིང་བྱ་ཤིང་ལ་རོགས་སོ།) ཤི་ཐུན་སྟིང་དང་ཤི་  
ཐུན་(ནམ་མཁར་ཐུན་པ་གཏིབས་པ)ཤི་མོང་(སྟོབས་གྱི་བརྒྱུ)དང་། ཤིལ་དང་ཤིས་ཐུན(ཤིས་རབ་ཅན)  
ཤིལ་ཏལ་ལྟ་རུ་སྟན(ས་ཡ་བ་ཞེས་སྟོན་ཤིང་གི་ཐང་ཆུ།) རྣམ་ཤིས་ཡུལ་ཤིས་སོགས་གྱི་ཤུན་ཤུས་བཤ། །



ཤུལ་སོང་བའི་དང་དག་ཤུལ་དང་ལམ་དང་ཤུ་བ(འབྲས་དང་སྒྲིང་བ་མ་)ཤུ་བ་བྱུར་སྒྱུ་མེད་པ)བསྒྲས་པ་དང་། །  
 གྱི་ཤུ་བ་ཤུག་པ་ཤུགས་དག་ཤུར་བྱུ(སྒྲ་རགས)བཅིངས། །ཤུ་རྩི(བསོད་ནམས་དང་དགེ་བའི་ལས)ཤུག་  
 ཏུར(སྒྲལ་བ)ཤུལ་བ(འབྲེལ་བའམ་ཉིལ་བ)ཤུ་དག་སྒྲུན། །ཤོག་མ(དབྱ་ཁལ་དང་ཤོ་གམ་བ་ཞེས་ཡུལ་གྱི་ས་  
 རྒྱགས་པ)ཤོམ་ར(གཡུལ་གྱི་འཐབ་ར་དང་ཉིང་འཛིན་གདེངས་ལྟ་བུ)ཤོ་རྒྱགས(སྤལ་རྒྱགས)ཤོ་བ་ཤོ་བ(འདི་གཉིས་  
 དོན་གཅིག་ཉེ་རྒྱན་དང་། ཤོ་རྩེལ་ཤོ་ལོ་ཀ(ཚིགས་བཅད་བཞི་ཡི་མིང་)དང་ཤོ་རེ་བ(ལ་ཤོ)། ཤོག་བྱ་ཤོ་  
 མང་(སྒྲུལ་རྒྱུ་ཤོར་ཤོང་མི་ཤོངས། །གཏམ་སོགས་ཤོད(བསྐྱལ་ཚིག)དང་ཤོན་འཁྲབས(ཁྲི་མེད་མདོ་  
 ལས་ལ་ལ་ཞིག་ནི་ཤོན་འཁྲབ་བོ་ཞེས་པས་སྒྲོས་གར་གྱི་ཆེ་མོའི་བྱེ་བྲག་གོ)ཤོ་བ་བདུད(སྒྱུ་བདུན)། ཤོལ་མོ་  
 འབྲི(རྒྱལ་རྒྱལ་གཟུངས་ལས་ཤོལ་མོ་འབྲི་ཏུར་དམོན་བཅུགས་པས། ཤོལ་མོ་ཁྲི་རུ་འཕེལ་བར་ཤོག)དང་ཅིག་ཤོས་  
 ཆེ་ཤོས་སོགས། ཤ་ཡིག་རྒྱང་བར་འཇུག་པའི་ལྷེ་ཆུ་མོ། །

### ༼ས༽

དོག་མོའི་ས་དང་མུང་འདས་ས་ལམ(ས་བརྩ་ལམ་ལྗེ་རྩ་བུ)དང་། །ས་བོན་ས་ལེ་སྒྲུམ་གསེར་  
 སང་ཉིན་དང་། །དེང་སང་དུས་དང་སངས་རྒྱས་ཏར་སངས་རིག་པའི་ཁྱད་པར་གྱི། །རིག་པ་སང་  
 དང་གཉིད་སང་སྒྱུ་ཏ(རྒྱད་དང་སྒྱུ་ཆ་ལ་འཇུག)། །ས་འཛིན(སྒྱུ་ལོ་ས་རི་ས་ག(འདི་གཉིས་སྐར་མ)ས་  
 ལུ་ལྷང་(འབྲས)། །ས་གཤིན(འཇམ་པོ་ས་ཡ(གངས)སར་མི(བང་ཕྱིན་བང་ཆེན)།)སག་ཐག(མདའ་གཞུ)  
 ཐོགས། །སང་སེར་སང་ནི(གཏུ)སར་བྱ(གསར་བ)སག་ཅི(སྒྲན་པོ་ཚོན། །སག་རྩ་སྒྱུལ་བ་ནི་སྒྲུངས་སྒྱེད་  
 བའམ་དམ་བཅའ་བརྟན་པ)ས་ཞག(ས་སྒྲོ་ཅན)ས་ཐུག(དབྱར་དུས་སུ་རྩ་འབྲེལ་ཤུལ་དུ་ཆགས་པའི་ཅི་ས་སྒྲིང་དང་  
 ཐག་གསེང་སོགས་སུ་ཆགས་པའི་ས་འདམ་མར་རྟར་བརྟན་པ)ས་པག(པ་གུ)དང་། །ས་དགའ(ཀུ་ལྷ་ཏ)ས་  
 འབྲུ་བ(བྱ་ར་བ)དང་ས་རྟོ་ར(ཟ་རྟོར)། །ས་སར་ས་ལེ(གསལ་བ)སིངས་པོ(ཆང་ཞན་པ)བདེ་བ་སིམ(བདེ་  
 བ་སྦྱང་བའི་དོན་དང་ཁུ་སིམ་པ་ལའང་)། །སི་ཏི་དངོས་གྲུབ་མཐའ་འགྲོའི་སིན་རྩུ་ར(འདི་རང་འབྱུང་  
 མཐའ་འགྲོའི་མཚལ་ཁྲག་གམ་སའི་སིན་རྩུ་ར་ལའང་)། །སི་ལ་སྤྱོད་དང་སི་རཀ(རིན་ཆེན་སིབས་ཀྱིས་  
 ཐེམས། །སིང་ལྷིང་(ཤིང་རྩེ་གུ་འགྲང་གཉིས་ཀ་ཡོད)སིབ་སིབ(འབེབ་པ)སིལ་ཁྲོལ(རྩལ་སིང་སྒྲོག་པ། །  
 སིལ་ལིལ་སྒྲ་དང་སིལ་སྒྲན་སེ་མོ་དོ(རྒྱན་གྱི་གཏུ་ཞེས་ཀྱང་གསེར་གྱི་གཡུང་དུང་གཡུ་ཡི་རིལ་རྒྱང་གིས། རབ་  
 བརྒྱན་གཞའ་ཚོན་སྤྲེལ་མེ་རལ་ལ། ཞེས་པ་རྩ་བུའོ)། །སི་བ(སེ་ཚོད་དང་རིགས་གཉིས)ཤིང་དང་སེ་འབྲུ(སྒྲན་



སྲིད་པ་འཁོར་བ་སྲིད་གསུམ་སྲིད་ཆགས་(མངལ་སྒྱུ་པ་)པ། །སྲིད་མོ་སྲིན་པོ་སྲིན་ཤིང་སྒྲ་མ(ཡུལ་  
 སྐད་ཀོ་ཐང་པ་ཉེ་སྲིན་སྲིབས་ཉིན་གྱི་ཐོག་ཕྱོགས་དང་ཐུན་སྲིབས་སོགས།) །ཡིད་སྒྱུབས་(ནི་འདོད་པའམ་འདོད་  
 ལྷའི་མིང་ལ་འཇུག)སྲིད་གཏོགས་སྒྱུལ་པོ་ལུས་སྒྱུལ་པོ་(འདི་གཉིས་གདོན་གྱི་ཕྱེ་བག)། །སྒྲུང་བས་སྒྲུངས་  
 (ཤིག)དང་འོད་སྒྲུངས་(ཐུ་རབས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཆན)བཀའ་སྒྲུང་(ནི་བོན་སྦྱོང་བ་པོ་དང་ས་སྒྲུང་སྒྲུང་ཆེན་ཀྱང་)  
 གིས། །སྒྲུ་མོ་(གཉེན་གྱི་སྒྲུས་(འབྱུང་)དང་མི་སྒྲུན་(དག་པོའམ་གདུག་རྩལ་ཅན་སྒྲུབ་ཀྱི་ལྷུ་མ་བུའམ་འབྱུ་སྒྲུབས་  
 (ཐོད་པ་དང་བག་གི་དང་བསྐུལ་ཆོག)། །སྒྲུབ་ཤིང་(འཁོར་ལོ་དང་སྒྲུབ་ཕྱེད་ཐག་པ)སྒྲོ་ལོ་(སྒྲུན་སྒྲོ་རས་སོ་མ་  
 ར་ཅའི་རས་སྒྲོག་ཚྭ་)རྒྱུང་། །དྲང་སྲོང་ལམ་སྒྲོལ་སྲོད་(མཆན་མོ་ཁྱའི་དུས་དང་ས་སྒྲོས་(ལུབ་མོ་ཐག་དུས་  
 དང་སྒོས་ཆད་ཅས་འཛད་དཀའ་བ་དང་དྲོད་ཀྱིས་སྒོས་པའང་)སྲོངས་(དྲང་པོར་བསྐུལ་ཆོག)། །ཆོ་སྒྲོག་(སྒྲོགས་  
 ཞེས་བསྐུལ་ཆོག)སྒྲོ་མ་(ཤིག་གི་སྒྲོ་ཁང་(ཁྱས་དང་བཀྱ་མཉེ་དྲིལ་ཕྱིར་དང་མེ་དང་སྒྲན་ལའང་ཉེ་སྒྲོག་ཞེས་པའང་)  
 སྒྲོ་ཤི་(ཡིད་སྒྱུག་པའམ་ཡིད་ཆད་པའམ་དཔའ་འཇུག་པ་)བ། །ལས་སྒྲ་(རྒྱ་སོགས་སྒྲ་བ་དང་སྒྲ་མོའང་)འབྲིང་  
 སྒྲད་(ཡན་ལག)དོན་སྒྲད་(དོན་ཆེད་རྒྱུ་)ཀྱི་སྒྲད། །སྒྲགས་པ་(པགས་པའི་གོས་ཞེས་ཀྱང་བཀོད་པ་དང་སྒྲོན་  
 བྱང་བ་བཞག་པ་གཏད་པ་ཉན་པ་ལ་འཇུག)སྒྲ་ང་(ཆོག་སྒྲུད་སྒྲུབས་མེ་སྒྲང་སོགས)སྒྲར་ཡང་འཁོར་གྱི་སྒྲས་  
 (འཁོར་ངན་པའམ་བཅུན་མོའི་འཁོར་)། །སྒྲད་ཆའི་(མི་གཙང་བའམ་བཤང་བ)སྒྲེ་བ་(ཡན་ལག)ཡང་སྒྲེབ་(རྩ་  
 དང་སོག་མ་ལས་བྱས་པའི་རྩོད་སྒྲེ་ཁྱེས་(ཁྱེ་མ་ལས་སྒྲེས་པ)སྒྲན། །སྒྲེ་ཡོན་(གཡོ་རྒྱ་དང་ཉེ་རིང་བྱེད་པའི་མིང་)  
 སྒྲེ་འདམ་(མཆན་མ་ཆད་པ)སྒྲེབས་(གནས་སུ་ནས་སྒྲེའུ་ཕྱར་བའམ་ཕེའུ་བཏིང་། །སྒྲོ་དམར་(བསད་པ་ཉེ་  
 གཉན་སར་ཤ་ཁྱག་སྒོ་དམར་བཏང་ཞེས་པ་ཉེ་བུའི་སྒྲོག་པ་(གོས་མི་སྒྲོན་(མི་རྒྱུག་ཕྱོགས་སུ་སྒྲོན་(ཕྱོགས་སུ་གཏོགས་  
 དང་ལྷུས་པའམ་སྒྲོར་བ།) །སྒྲོབ་དཔོན་སྒྲོབ་མ་སྒྲོབ་གཉེར་སྒྲོབ་པ་སྒྲ། །སྒྲོང་བ་མོ་དང་(ངན་སྒྲོང་དག་  
 སྒྲོང་སོགས་ཀྱང་)སྒྲོང་པོར་(རྒྱང་བཟེད་རྒྱུལ་སྒྲོང་(མངའ་ཐང་)སོགས། །ཀྱན་སྒྲོང་(བསམ་པ)དུག་རོ་སྒྲོང་  
 (བག་ལ་ཞ་བ་རྒྱན་གྱིས་སྒྲོང་བ)དང་སྒྲོ་མ་(སྒྲོང་མ་དང་རྒྱུག་མའམ་སྒྲུ་རྒྱུ་སྒྲོང་(ངན་པ་ལའང་)། །གྲེན་  
 སྒྲོང་(འགོང་བ)ཕྱི་ནང་སྒྲོག་རྒྱ་སྒྲོག་དམར་(རྩ་རྩོད་)དང་། །སྒྲུ་གུ་(རྒྱ་སོགས་རྩོད་རྒྱུ་)སྒྲུ་མེད་(རྩན་མེད་  
 པ)སྒྲུས་(བསྐུལ་ཆོག)དང་སྒྲོག་ཚོ་(རྒྱུགས་སོ་སོགས། །ས་ཡིག་མིང་རྒྱང་ར་ལའི་འདོགས་ཅན་ནོ། །

༩༩༽

ཉ་ཤིག་དོ་དང་ཉ་ཉ་ཆོད་པ་(ཉ་ཉ་ཆོད་པའི་དུར་ཁོད་ཀྱང་)དང་། །ཉུ་ཞེས་གཏམ་གྱི་རྒྱན་

དང་དུ་ཤང་(རྒྱ་ནག་གི་སྤྱི་མཐུན་དང་། །ཉམས་པ་ཆེ(འདྲ་པ་ཆེ་བ)དང་ཉམ་པ(གཏོར་མ་སྐོས་པ་  
ལ)སྐྱོ་བོ་ཆགས། །འབྲོ་སྐྱོ་ཉེ(ཉེ་དགོངས་སྤྱི་གསོལ། །འབྲམ་པ་ལས་ཉེ་ཅེས་སྤང་)དང་ཉར་སངས་རིག་  
པའི་གཤེས། །ཉེད་ཀྱི་འདྲོགས་དང་ས་བོན་ཉི་ཉྱེ། །མ་ཉ་ཡ་ན(ཐེག་པ་ཆེན་པོ)ཉ་རི་བྲ(བརྒྱ་  
བྱེན)ཉ་ལོ་(མེ་ཏོག)། །ཉར་བ(གོས་ཀྱི་བྱག་པ)ཉུགས(བྱ་རམ་བཟང་ཤོས་སམ་དྲངས་མ་ཤ་ཁ་ར་དང་གལ་ལ་  
དང་གོ་ལའང་ཟེར)ཉུ(གོས་ཀྱི)ཉད་པོར(སྤྱི་བྱར)ཉམ་ཡུ(ང་རྒྱལ)དང་། །ཉེད་རལ་སྐྱབ་སྐྱབ་ཉུ་མི་རྩང་བ་  
བར་དུ་སྐྱོན་ལྷགས་པ)ཉད་ཆང་ཉང་བྱག(ལྷན་ཀ་འཇུག་པ)ཉ་ཅང་(ཆེས་ཆེར)བདེ། །དུ་མ(སྐྱོག་ལྷན)ཉི་  
ཉ(བདེ་བྱེད)ཉ་ཉེ(ཆེད་བྱེད)ཉ་སྐྱོག(དགའ་ནས་བགད་པ་སྟེ་ཉ་སྐྱོག་ཡང་)དང་། །ཉ་ཡང་ཉ(དཔལ་བརྒྱས་  
མ)དང་ཉ་ར(ཡེ་ཤེས)ཉ་ཉན(ཐེག་ཆེན)དང་། །ཉ་ཀེ(ཆེད་བྱེད)བྱ་ཉང་(བསམ་ལེགས)ཉོན་ལྷོན་ཤེང་  
ཉབ་ཤང་(མཚུངས་དབང་ལག)དང་། །ཉ་བྲ(མེ་ཏོག་དང་རི་མོ)ཉ་ལ(དུག་བོང་བ་ནག་པོ)ཉ་ལྷོ(རྟོགས་ལྷན)  
ཉ་རི་ཉ(བྱ་མོ་དང་མེ་ཏོག)། །དུ་མ(སྤང་བྱ)ཉ་ལམ(རན་ཅམ་པའི་སྤྱི)ཉ་རི(འཕྲོག་བྱེད)ཉ་སྤྱ་ཤ(སྤྱ་མ)། །  
ཉིག(སྤང་བའི་སྤྱི)དང་ཉོ(དགའ་བའི་སྤྱི)ཡི་སྤྱི་དང་ཉོར་སྐྱོག་ཡུལ། །ཉོས་ཞེས་བོན་དང་ཉོས་བྱ(འཁར་  
གསལ་ཉོས་བྱ་གསལ་བ་ཞེས)ཉོས་ཁང་(གསལ་ཁང་དམ་དཀྱིལ་འཁོར་ལ་འཇུག)དང་། །ཉོས་ཀྱི་རིགས་རྒྱལ་  
པོ་ཉོས་དང་བ་ཡི་རིང་)དང་ཉོས་བཟའ་རྒྱལ་མེད་མ(སྟོན་པའི་བཅུན་མོ)། །ཉོར་བ(བྱ་རྒྱ)ཉོན་ལྷགས་  
ནད་དང་ཉོམ་ཁུང་མེ་ཡི་ཉོམ། །ཉར་ཀོང་ཉོར་ཀོང་(དབྱིབས)ཉོང་ལེན(སྤྱན)ཉོར་རྟ་ར(གཞི་སྤྱར)། །  
ཉོལ་རྒྱག་བྱས་ནས་མིག་གིས་ཉུར་རེ་བཟ། །ཉེ་ཉེ(གཞུང་པ)ཉུད་ཉུད(པོ་བཙོན་འབྱུངས)ཉུབ(ཐུག་པ)  
དང་ཉུང་མ(རྒྱ་མི)ཉིམ་སྤྱ། །ཁོས་ཉུལ(གོས་རྩིང་)ཉི་ཉུལ(འགྲོ་རྩིང)ཉི་ཉུལ(གང་ཞིག་གིས་ཉིལ་གྱིས་  
བྲིལ་མཛད)། །ཉིག་ཉིག(མིག་ནམ་མཁར་དམར་རྒྱུ་མི་ཉིང་(མི་རྒྱང་སྟེ་ཉིང་ཉིང་ཡང་ཟེར)ཉུང་དེ་ཉུང་  
(ཅང་མི་བྱེད་པར)དེ་འདུག །ཉུམ་ཉུམ་གཏུབས་སྐོས་ཉ་ཡིག་རྒྱང་པའི་ཕྱེ། །

ཨ

ཨ་མ་ཨ་ཅེ(ཨ་ཁུ་ཨ་ནེ་སྐོས་པ)ཨ་ར(སྤྱི་ར)ཨག་ཆོམ་དང་། །ཨ་བ(ཨ་བོ[ཨ་མ]ཞེས་པའང་)ཨ་  
དང་ཨག་བཙོང་(སྤྱི་པ)ཨང་ག་ར(རྒྱང་གོས)། །ཡི་གེ་ཨང་གི་ཨར་པོ(ལས་བྱེད་པ)ཨར་ལ་གཏད། །  
ཨ་ཕྱེས(ཨ་མས)ཨ་ལུང་ཨ་སྤྱ[མ]ཤིང་གི་བྱེ་བྱག་ཨ་སྤྱ་ར(ཐེ་བརྒྱད་འདུག་གནས)། །ཨ་བྱ(སྤྱན)ཨ་ཉེ(ཨ་  
མ)ཨ་དཀར(ཐེག་པ་བདུན་པ)ཨ་ཀ་བྱ(སྤྱན)། །ཨ་ཉི་མུ་མེར(སངས་རྒྱས་མཁའ་རྒྱལ)ཨ་ཐུན(བོན་སྤྱའམ་

གཙོ་མཚན་ཨ་ཏ་ཏ་བ་(བཅིང་བ་བཅིངས་[བཅིངས་]པ།) | ཨ་འཕམ་(གཟུང་འཛིན་)ཨ་ཏུ་(ཆུང་བ་དང་རྒྱུ་ཨ་  
 གྲོང་ཨ་བྱུག་(གཟེར་འཛིན་དང་ཆོར་སྒྲོན་སྒྲོན།) | ཨ་ག་མིན་(མེ་མིག་)ཨ་ག་ཤོ་(མཁུན་པ་དང་དག་སྐྱེས་)  
 ཨ་ག་བྱི་(འཕྱུལ་དག་)ཨ་འབྲན་རུང་(རི་རབ།) | ཨ་པར་(ཁ་བྱེ་བའམ་གྲོལ་བ་)ཨ་ཙོར་(དག་འཁྱུལ་)ཨ་འབྲན་  
 (རབ་ཏུ་འོ་)ཨ་ཐམ་ཡ་([ཨ་ག་ཐམ་]དག་དམ་ཞིག་) | ཨ་ག་ཀྱི་(གཙང་དག་དང་། ཨ་ག་བཙོང་ནི་བཅ་རྒྱུ་མེ་སྒྲོག་  
 པའི་མིང་)ཨ་སང་(དབྱངས་)ཨ་ག་ཁར་(ཁ་གསལ་)ཨ་ཞིན་(བཟུན་འཛིན་)དང་། | ཨ་ང་མེར་(རྒྱུ་རྒྱལ་)ཨ་ག་  
 ཤེ་(སྒྲུ་བའམ་)ཨ་ར་བཅས་(སྐྱེས་) (ཞང་སྐད་)ཨ་ཤོ་ཀ་(འདི་ནས་) | ཨ་རྒྱི་(སྐྱེས་པར་)ཨ་རུ་སྒྲུང་བའམ་གསོར་  
 ཨ་ཏ་(གསོལ་བ་)ཨ་ལོ་ཀ་(གསོང་བོ།) | ཨ་སྒྲུ་(སྐྱུ་ཅིག་)ཨ་ལི་(བསོད་སྒྲོམས་)ཨ་ཤ་(བསམ་པ་)ཨ་ཙ་ཡ་(བསགས་  
 པ།) | ཨ་སི་(མིང་པ་)ཨ་ཏི་(གཤེད་དང་རྒྱུ་སྐྱེས་པ་)ཨ་བིུ་(རབ་གསལ་)ཨ་ཙ་ལ་(གཡོ་བ་མེད་པ།) | ཨ་ས་ར་  
 (ཡ་མ་བཟུང་)དང་ཨ་ཏི་(སྐྱ་མ་ཡིན་)ཨ་ཏ་པ་(འཛིན་པ་སྒྲེ་ངོ་ཆ་བ།) | ཨ་ཀ་(ནམ་མཁའ་དང་གཙོ་བོ་)ཨ་ཏུུ་(མ་  
 མ་)ཨ་སྒྲུ་(པོ་བ་)ཨ་ལ་(ཕད་བྱ་)དང་། | ཨ་བྲ་(བུ་བྱ་དང་འདི་ལྟར་)ཨ་པ་བྲ་(ཕད་བ་)ཨ་ལི་(མེད་བ་)ཨ་མི་ཏ་  
 (དཔག་མེད།) | ཨ་སྒྲུ་(བཅིག་པ་)ཨ་དི་(གནའ་བོ་)ཨ་ལམ་(རྒྱལ་པ་)ཨ་ཤ་(མཛོ་བསམ་)དང་། | ཨ་རྒྱི་(མིག་པ་)  
 ཨ་བ་(ནག་པོ་)ཨ་ཀི་(སྐྱེས་པ་)ཨ་ཏ་(གདམས་པ་སྒྲེ་སྒྲུ་བ་དང་རྒྱལ་པ་ལ་)ཨ་བ་(འདུ་གནས་ཏེ་ལེགས་སྒྲུར་  
 རོ།) | ཨ་མི་དེ་བ་(འོད་དཔག་མེད་)ཨ་མི་ཨ་རལ་(མཁའ་འགོ་)དང་། | ཨ་ར་བ་(རྒྱ་རྒྱུ་)ཨ་ན་མི་ཨ་ཙ་  
 (འཕགས་པ་)ཨ་ཟ་མོ་(དབྱི་མོང་) | ཨ་སྒྲུ་ཡ་(གཏེར་གྱི་སྒྲོན་མ་)དང་ཨ་ཤ་(ཆོག་གི་བྱེ་བྱེས་)ཨ་ཏུ་ཀ་(བ་  
 སྒང་) | ཨ་རྒྱ་ཀ་(མེ་ཏྲ་ག་ལྷུ་པ་)དང་ཨ་རག་(ཆང་ནག་)ཨ་ཏི་ཤ་(ལྷུ་ལྷུང་) | ཨ་ན་སྒྲོང་(བྱེ་བྱེས་དང་  
 པོ་)ཨ་བྱི་(ཕའི་མ་)ཨ་ཙོ་(ཅན་ནི་ར་མ་)ཨ་མོ་ནི་ག་(སྐྱུ་ཁ་བ་རིང་པོ་འམ་རྩོ་ལེབ།) | ཨ་རེ་(ཡུ་ཅམ་)ཨ་  
 འཕྲག་(བུ་མ་)ཨ་ན་མི་འཕྲ་(སྐྱེས་པ་)ཨ་ཐོ་བ་(སྒྲོགས་ན་ཟས་འདོད་པ་ཕར་ཞོག།) | ཨ་བ་ལེ་(གཏུང་  
 པ་)དང་ཨ་ཏོ་(ཆད་དུ་བྱུང་བ་)ཨ་མི་མི་(རྒྱུང་བོ་)དང་། | ཨི་རམ་(རྒྱུ་ཨི་རྒྱ་ནི་ལ་)ཨི་རམ་ཨ་ན་ད་རྒྱུ་ལ་ཞེས་  
 དབང་པོ་སྒྲོན་པོ་ཨི་རུ་མ་མར་(མེ་ཏྲ་ག།) | ཨི་རུ་ཏི་(ཞེས་སྒྲུང་བ་ཟས་པ་)དང་ཨི་རྩ་ཏ་ཀ་(ཁྱི་ཤིག་)དང་། |  
 ཨི་རུ་ལ་(མེ་ཏྲ་ག་ཀུ་མུ་ཏ་)ཨི་རུ་པ་(ཕན་པ་)ཨི་རུ་ག་ཆོས་(ལྷག་ཆོས་)ཨི་མ་ཏི་(དབང་ལྷག་གི་ཡུམ།) | (འདི་ནས་)ཨི་པ་  
 (མན་དག་)ཨི་རྩ་ག་(གསོ་བ་)ཨི་ཡ་(གསང་བ་)ཨི་ཏ་མེག་(གསང་རྒྱུད་སྒྲོག།) | ཨི་སིང་(གྲགས་སྐྱེན་)ཨི་རི་  
 (དུང་གི་)ཨི་རྩ་ཏིང་(སྐྱ་དབྱངས་)ཨི་མོ་ཏི་(གནམ་ལྷགས་) | ཨི་རྩ་ཞི་(གྲགས་ཤིང་)ཨི་ཡུག་(སྒོ་སྒོས་)ཨི་རུན་  
 (སྒོ་སྒོངས་)ཨི་མིག་(དཔྱུས་ལོང་)ཨི་རྩ་(དུང་ཞང་སྐད་དོ།) | ཨི་རྩ་ལས་(དག་ཡིག་ལ་ལར་)ཨི་རྩ་ལས་པ་ནན་ཏན་  
 ཨི་སྒྲུ་ལ་འཕྲག་པར་བཤད་དོ་ཨི་ནན་(འདི་གཉིས་ནན་ཏན་གྱི་སྒྲུ་)རི་དྲགས་(སྒྱི་དང་)ཨི་ན་ཡ་(ཤ་བ་དང་སྒྲ་བ་

མཁས་རྣམས་བཞེད། །ཞེ་གོ་ཞེ་ཡིན་ཞེ་བྱ་ཞེ་ལེའི་འདབ་ཤིང་ཆེར་མ་ཅན་གྱི་འདབ་མའམ་ལྷ། །ཞེ་མ་  
རྟོ(ངོ་མཆར་མད་དུ་བྱུང་བའི་སྒྲུ)དང་ཨོ་ལོ་ཨོང་དོ་འཕོང་། །ཨོ་རྒྱན་(ཡུལ་)ཨོག་མདུད་(འོག་ཚྭ)ཨོས་  
གོ(མ་ལེ)ཨོམ་(ཨོང་སྒྲུང་ཞེས་གསུང་སྒྲེ་འདི་གཉིས་ཞང་སྐད་སོང་(ཡིད་འོང་)ཏན་(ཟན)། །ཨོག་མ་ཨོལ་  
གོང་(མགིན་བ)ཨོྲླ་ཡིག་ལྷ་ལྷན་དང་། །ཨ་དཀར་ལ་སོགས་ཨ་ཡིག་རྒྱང་འཇུག་སྟེ། །དེ་དག་ཡིག་  
སྒྱུར་འགག་མེད་མཐའ་ཡས་ཀྱང་། །མཐར་ཐུག་སྟེ་མེད་ཨ་ཡིས་མདོ་རྩ་བསྐྱུས། །

ཞེས་གངས་ཅན་བོད་ཀྱི་བད་ཡང་དག་པར་སྒྱུར་བའི་མིང་གི་བཞུན་བཅས་སྟོ་གསལ་འཇུག་ངོགས་རིན་པོ་  
ཆའི་གཏེར་བྱིམ་ཞེས་བྱ་བ་ལས་མིང་རྒྱང་འདོགས་ཅན་གྱི་ཐེ་ཆན་སྟེར་དུ་ཕྱེས་པའི་སྐབས་ཏེ་དགྲ་བཤོ། །

མཚམས་སྒྱུར་ཕྱད་ཀྱི་ཐོབ་ཚུལ་རགས་རིམ་དཔེར་བཞིན་  
དང་བཅས་ཅུང་ཟད་ཕྱིས་པ།

དེ་ལྟར་སྒྱུར་འཇུག་ལྟ་དང་མགོ་ཅན་གསུམ། སྐད་འདོགས་བཞི་དང་རྒྱུ་པའི་སྡེ་ཚན་  
གྱི། རྟོག་ལ་གཞི་ཅན་གྱི་མིང་རྣམས་ཀྱན་བཤད་པས། བོད་ཀྱི་བརྒྱ་རྣམས་པལ་ཆེར་དེ་ཡིས་  
རྟོགས། འདྲི་མིང་གཞི་དེ་རྣམས་མཚམས་སྒྱུར་བའི། ཕྱད་ཀྱི་ཐོབ་ཚུལ་ཅུང་ཟད་དཔེར་བཅས་  
འཆད། རྒྱ་མའི་མིང་ཤུལ་རྗེས་འཇུག་ལ་སྟོན་ཏེ། ཕྱི་མ་ངེ་ལྟར་ཐོབ་པའི་ཕྱད་ལ་ནི། འདྲ་པོ་ཨི་  
རྒྱུན་ལྡན་པའི་འབྲེལ་སྒྲིལ། ཀྱི་གི་གྱི་འི་ཡི་ལྟའི་ཐོབ་ཚུལ་ནི། འདྲ་བ་ས་གསུམ་གྱི་དང་ག་ང་  
གི་ རྟོན་མ་ར་ལ་གྱི་དང་འ་དང་ནི། རྒྱུ་བ་འདོགས་ཅན་མཐའ་རྟེན་མེད་མཐར་འི། ཚིག་གི་  
ཁ་སྐོང་དགོས་ཆེ་ཡི་ཐོབ་སྟེ། དཔེར་ན་ཁྱོད་ཀྱི་འོར་དང་རྒྱུ་བ་གྱི་གོས། ལྟས་ཀྱི་རྒྱུན་དང་བདག་  
གི་སྒྱུ་ཆ་རྣམས། ཁོང་གི་མདུན་གྱི་སྒྲོམ་གྱི་ནང་དུ་བཅུགས། ཤར་གྱི་ཕྱོགས་སུ་འཕལ་གྱི་དོན་  
ཞིག་དགོངས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བརྟེ་བའི་གསུང་སྒྲིའི་དབྱངས། གོ་སྒྲའི་དག་བཞིན་སྒྲིལ་  
ཡུལ་དུ་ཐོས་(ཞེས་བ་ལྟ་བུའོ།) །

ཀྱི་གི་གྱི་འི་ཡི་ལྟའི་མཐའ་བུ་ནི། ཁ་སྐྱར་བྱེད་པའི་སྒྲིལ་ཞེ་དཔེར་བཞིན་ན། རན་གྱིས་  
ཤི་བའི་རོ་ལ་ཐབ་གྱིས་རྒྱུ་བ། ཤུགས་གྱིས་སྒྲངས་(ལུར)ཏེ་བདག་གིས་རི་ལ་བསྐྱལ། ཁོང་གིས་  
གཟིགས་ཏེ་གཟན་གྱིས་དབུ་བཏུམས་ནས། གཏམ་གྱིས་ངོ་སྤྲད་དམིགས་པའི་གར་གྱིས་སྤར། །  
སྟོལ་གྱིས་མ་ཡིན་མིག་གིས་མངོན་སུམ་མཐོང་། མི་འགས་དད་པས་སྟོ་ཡིས་ཕྱག་ཀྱང་བྱས་(ཞེས་  
བ་ལྟ་བུའོ།) མཚན་པ་འབུལ་གྱིས་དེ་ལྟར་ཡིན་མོད་ཀྱིས། བསྐྱར་དུ་བཏུབ་གྱིས་ཁྱོད་གྱིས་སྐྱར་  
ཅིག་དང་། རྟོ་བུ་རྒྱ་མཚན་ཁྱུས་གྱིས་(ཤིག)ལས་གྱིས་(ཤིག)རྣམས། བསྐྱལ་ཆོག་ཡིན་ནོ་ལྟ་ལྟར་  
ཕྱད་ལ་ནི། །

སུ་ཅུ་དུ་ཅུ་ན་ལ་ར་དང་བདུན། ལས་ཆེད་རྟེན་གནས་དེ་ཉིད་ཆོ་ལ་འཇུག སྐྱོར་ཚུལ་  
ས་མཐར་སུ་དང་རྒྱུ་བ་དང་། འདྲ་འདོགས་ཅན་མཐའ་རྟེན་མེད་མཐར་བུ། འདྲ་ན་མ་

ར་ལ་དུག་རྒྱུ་དུ། གང་དང་བ་མཐར་ཏུ་ཐོབ་ན་ལ་གཉིས། རྒྱུ་འཇུག་དག་ལ་མི་སྟོན་ར་མཐའ་  
ནི། རྩ་ཡིག་བསྐྱུས་ཕྱིར་ཐོབ་ཚུལ་གཅིག་སྟེ་དཔེར། བྱེས་སྤྱོད་(ལས་སྤྱོད་བ་ལ་འཇུག)ནས་དེ་  
ཅུ་ཚོང་ཡང་རྒྱབ། མཐའ་ཅུ་(སྟོན་ཐོག་གི་ཆེད་ལ་འཇུག)ཞིང་བཏབས་སྟེ་ཅུ་(དགོས་ཆེན་ལ་འཇུག་ཚུལ་)  
དཀར་ཕྱོགས་བསྟེན། གང་དུ་མི་གཡོ(ངོ་བོ་དེ་ཉིད་ལ་འཇུག་ཚུལ་)འོད་དུ་འབར་ཏེ་སྤང་། མཐུན་  
དུ་མི་(ཉིན་གནས་ལ་འཇུག་ཚུལ་)འཚོགས་བྱིས་དུ་ཞོར་གྱིས་གང་། བར་དུ་གཙོད་པས་དལ་དུ་མི་  
སྟེར་(བའི་ཆེ)ན། ཉུག་ཏུ་(འདི་གཉིས་ཆེ་སྐབས་ཀྱི་དཔེ)དགེ་ལ་གཞོལ་དང་རབ་ཏུ་ཞི། སྒྲ་ན་འཕགས་  
ཤིང་མཁའ་ལ་མ་ཐུག་ཅམ། །(འདི་གཉིས་ཀྱང་དེ་ཉིད་ཀྱི་དཔེ)དངོས་པོར་གྲུབ་མེན་འོད་ཀྱི་སྐྱེ་ཅུ་  
ངས་(ཉུ་བུ་)། ཏང་དག་ཐོབ་ཆེ་ན་ར་ལ་མཐར་ཏུ། རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་བསྐྱར་དུ་མི་བཏུབ་པ། གང་  
དེའི་ཚུལ་ལ་བཅལ་དུ་མེད་པ་ཡིན་(ཞེས་བ་ཉུ་བུ་)། །

ཨེ་ཕན་ལྷག་བཅས་ཕྱད་ལ་སྟེ་དེ་ཏེ། ཐོབ་ཚུལ་གང་བ་མ་འཁྲུང་། འདོགས་ཅན་  
རྒྱང་མཐར་སྟེ་དང་ད་མཐར་དེ། རྣ་ར་ལ་ས་ཏེ་སྟེ་དཔེར་བཙོན་ན། གང་ཞིག་སྐྱུག་སྟེ་བྱོས་  
ནས་གསང་སྟེ་ནི། སྐྱེབས་སྤྱོད་ཀྱི་ཐུག་ཞོར་འཛོམས་སྟེ་འདུག །ཁ་སྐད་དཔའ་སྟེ་བདེ་སྟེ་སྟོང་  
སྟེ། དེ་ནི་ཕྱར་མའི་མི་སྟེ་སྟོང་སྟོབས་ཞན། ཡིད་ལ་འཐད་དེ་གྲོགས་སྤྱོད་ཀྱི་བོས། འཕར་  
ཏེ་འོང་ནས་འབྱེལ་ཏེ་འཕངས་ཏེ་ཐལ་(ཞེས་བ་ཉུ་བུ་དཔག་པར་བུ་)། །

དེ་གསུམ་ནང་ནས་དེ་སྐྱེ་མིང་གང་གི། ཐོག་མཐའ་བར་དུ་གནས་ན་ཐ་སྟོང་དབང་། །  
འདས་དང་སྐྱག་བཅས་རྣམ་གངས་གསུམ་ལ་འཇུག་(སྟེ)། །(འདས་བ་ལ་འཇུག་ཚུལ་)དཔེར་ན་དེ་  
བཞིན་གཤེགས་དང་བདེར་གཤེགས་དེ། །(སྐྱག་བཅས་)འབད་དེ་སྐྱབ་ཅིང་བཅད་དེ་མེ་ལ་བསྐྱེག །  
དེ་ནི་སྒྲ་མ་མཁས་ཤིང་གྲུབ་པའང་དེ་(རྣམ་གངས་ལ་འཇུག་ཚུལ་)། ཀུན་གྱི་སྐྱབས་གནས་དེ་ཡིན་ཏུ་  
བུ་ལོ། ཏུས་ཀྱི་དབང་གིས་འདས་དང་མ་འོངས་པ། །(འདས་བ་ལ་འཇུག་ཚུལ་)ལྟར་གྱི་ལོ་དེར་ལྟ་  
ཉིན་དེ་ལ་དང་། །(མ་འོངས་བ་ལ་)སང་ཉིན་ཕྱི་ཤིང་ཏུས་དེར་འགོ་ལྟ་བུ། ཏང་སྤོང་པོའི་དབང་གིས་  
བདེན་པ་(དང་)བདག་གི་བ་(དང་)། །པ་ལོ་པོ་དང་གསང་བའི་དངོས་པོར་(བཞི་ལ་)འཇུག །དོན་  
དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དང་དེ་དེ་བཞིན་(བདེན་པ)། །(བདག་གི་བ་ལ་)དེ་ནི་བདག་གི་ཏང་དང་ཞོར་དེ་རྣམས། །  
བདག་གི་ཡིན་ནོ་དེ་(པ་ལོ་པོ་ལ་འཇུག་པ)ནི་ཀ་བ་སྟེ། བུ་མ་པ་དེ་ནི་ཁྱོད་ཀྱི་བུ་དེར་བྱིན། དེ་ནི་  
གཞན་ལ་མ་སྟོན་གསང་བའི་དངོས་པོ་ལ་འཇུག་ཚུལ་དེ་མ་བཤད། །ཁྱོད་ཀྱི་འདོད་པ་དེ་ནི་བྱུང་ངམ་



ཅི། རྩ་བུ་དངོས་པོའི་དབང་དུ་འཇུག་ཚུལ་བཞི། རྩེས་འཇུག་དག་ལ་སྟོན་མིན་རང་དབང་  
ཅན། །

ཨོ་ལྷན་སྐྱེས་བསྐྱེད་པའི་མཐའ་རྟེན་བཅུར། རང་འདྲར་ན་རོ་སྒྱུར་ཞིང་ད་དག་  
སྐབས། རྩ་ར་ལ་གསུམ་མཐའ་ཅུ་རྟོ་སྒྱུར་དཔེར། གཤེན་ཁྱོད་དཔལ་གྱིས་ལྷག་གོ་གཤིས་བཟང་  
ངོ། རྩ་གཟུགས་བཞི་དེ་གསུང་གི་གདངས་སྟན་ནོ། རྩུགས་རྩེས་ཀྱི་ལ་ཁུབ་བོ་འཁོར་  
འཛོམ་མོ། མཐུ་སྟོབས་དཔའ་འོ་བསྟན་པའི་བོན་དར་རོ། རྩམ་པ་ཀྱན་ཏུ་རྩལ་ལོ་བཟྱ་ཤིས་སོ། །  
མངའ་ཐང་ཆེ་འོ་འཕྱིན་ལས་སྐབ་སྒྲ་འོ། གདམས་པ་བསྟན་རྟོ་བསྐྱབས་ནས་ལྷར་གྱུར་རྟོ། །  
དངོས་གྲུབ་བསྐྱེད་རྟོ་ཞེས་པ་རྩ་བུ་འོ། །

དེ་མཚུངས་རྩེས་འཇུག་བཅུའི་མཐར་མ་སྒྱུར་ཞིང་། སྐབས་འགར་ར་ལར་ཏམ་སྒྱུར་  
རྒྱང་འདོགས་འཇུག། སྒྱུར་བ་རྩམ་པར་བརྟག་ཅན་ཕྱད་ཅེས་པ། འབྱེད་སྤྱད་ཐེ་ཆོམ་དེ་དང་  
གདམ་ངར་འཇུག། དཔེར་ན་རྟག་གམ་འཐུང་ངམ་ཡོད་དམ་དང་། བདེན་ནམ་སྐབ་བམ་སྟོམ་  
མམ་དཀའ་འམ་སྟམ། འཇུར་རམ་འཚལ་ལམ་ཤེས་སམ་གྱུར་ཏམ་དང་། བསྐྱེད་ཏམ་མི་འམ་  
བདེ་འམ་སྟམ་འམ་སྐྱེད་ཞེས་པ་རྩ་བུ་འོ། །

སྤྱད་པ་དང་ནི་ཆོག་རྒྱན་གཉིས་(མཐུན་པ་དང་མི་མཐུན་པར་སྟོན་པའི། ཀྱང་ཡང་འང་  
གསུམ་ཕྱད་གྱི་ཐོབ་ཚུལ་ནི། ག་ད་བ་ས་ད་དག་ཅན་མཐར་ཀྱང་། ལྷག་མ་ང་འ་ན་མ་ར་ལ་  
ཡང་། མཐའ་རྟེན་མེད་དང་རྒྱང་མཐར་ཕལ་ཆེར་འང་། ཆོག་གི་རྒྱང་བ་སྟོང་ཆེ་ཡང་ཐོབ་  
དཔེར། བདག་ཀྱང་འདུད་ལ་ཁྱོད་ཀྱང་གུས་པར་གྱིས། གསོལ་བ་གདབ་ཀྱང་མཁྱེན་ལ་སྐྱབས་  
ཀྱང་སྟོབ། ཀྱན་ཀྱང་མཁྱེན་ལ་བསྐྱུར་ཀྱང་མི་འཚལ་ཀྱང་(ཞེས་སྤྱད་པའི་དཔེའོ།) །

(མཐུན་པའི་ཆོག་རྒྱན་གྱི་དཔེ)བཟང་ཡང་བཟང་སྟེ་དགའ་ཡང་ཡོད་པར་གདའ། སྟན་ཡང་  
སྟན་ལ་གཏམ་ཡང་ལེགས་པར་འདུག(རྩ་བུའོ།) །(མི་མཐུན་པའི་ཆོག་རྒྱན་གྱི་དཔེ)སྐར་ཡང་མ་ཉན་  
མཇལ་ཡང་མཐོང་བ་དཀའ། ལྷ་ཡང་མིན་ཏེ་སྤྱད་དང་མ་གྱུར། འཕྲལ་དུ་བདེ་ཡང་ལྷགས་  
སྤྱ་ཅིའང་མེད(ཅེས་པ་རྩ་བུའོ།) །དེ་ལས་ཡང་སྒྲ་བསྐྱུར་དང་བསྐྱེད་ལའང་འཇུག། དཔེར་ན་ཡང་  
ཅིག་གསོན་དང་ཡང་དང་ཡང་། དེ་ནས་ཡང་དང་ད་དུང་ཡང་རྩ་བུའོ། །

ཅི་རིགས་ཕྱད་ལ་ཆོག་གི་འཕྲོ་མཐུད་སྒྲ། ཅིང་ཤིང་ཞིང་སྟེ་ག་ད་བ་མཐར་ཅིང་། ལས་

མཐར་ཤིང་དང་ང་འ་ན་མ་ར། ལ་དང་རྒྱང་བ་འདྲགས་ཅན་རྣམས་ལ་ཞིང་། །(དཔེར་བཞིན)  
 ཁྱོད་ནི་ཕྱག་ཅིང་འབྱོར་ལ་སྦྱིད་ཅིང་བདེ། གང་བཞེད་སྦྱབ་ཅིང་དེ་ལ་གཟིགས་ཤིང་བཞུགས། །  
 འཁོར་ཚྭ་མང་ཞིང་རབ་ཏུ་ཐུགས་དགའ་ཞིང་། ལྷན་ཞིང་འཛེབས་ལ་འཇམ་ཞིང་དུལ་བར་  
 གནས། །དར་ཞིང་རྒྱས་ལ་དལ་ཞིང་ཁོམ་སྟེ་སྤང་། གང་མངར་ཟ་ཞིང་ཀུན་ཏུ་རྒྱ་ཞིང་འདུག  
 (ཅེས་པ་ལྟ་བུའོ)། །

ངེས་བཟུང་བསྐལ་ཚྭ་ཕྱད་ལ་ཅིག་ཤིག་ཞིག ག་ད་བ་དང་རྒྱང་བའི་རྗེས་སུ་ཅིག ལ་  
 མཐར་ཤིག་དང་ང་འ་ན་མ་ར། ལ་དང་མཐའ་རྟེན་མེད་མཐར་ཞིག་ཐོབ་དཔེར་(བཞག་ན)། །  
 ལྷག་ཅིག་དྲིད་ཅིག་བཟུངས་ཏེ་ཐེབ་ཅིག་བཏགས། ལ་ཅིག་མི་རུང་སྦྱ་སྟེ་སྦྱ་ཅིག་མཁྱེན། ལས་  
 ཤིག་སྦྱབ་ན་ཅུང་ཞིག་སྤོང་ལ་སྦྱབས། འགའ་ཞིག་ལས་བྱེད་མཁན་ཞིག་ནམ་ཞིག་ཏུ། བོས་ནས་  
 དཔར་ཞིག་བཀོས་ཏེ་ངལ་ཞིག་བསོས། མདོ་ཞིག་བསྐྱགས་པའི་སྦྱ་ཞིག་ཐོས་ལྟ་བུ། །དེ་དག་ངེས་  
 བཟུང་ཕྱད་དོ་བསྐལ་ཚྭ་ལ། ཤོག་ཅིག་ཤོད་ཅིག་ཐོབ་ཅིག་དྲོངས་ཤིག་དང་། ཁོང་ཞིག་ངོམས་  
 ཞིག་སྐར་ཞིག་ལྟ་བུ་འོ། །

སྟོན་མ་ངེས་བཟུང་ཚྭ་ཕྱད་ཅེས་ཤེས་ཞེས། ཐོབ་ཚུལ་ག་ད་བ་ཅེས་ས་མཐར་ཤེས་(འབྲུལ་  
 གཞི་ཅན་སྐབས་ཞེས་སྟོར་བའང་ཡོད)། །ང་འ་ན་མ་ར་ལ་རྒྱང་འདྲགས་ཞེས། །དཔེར་ན་མི་རྟག་ཅེས་  
 གསུངས་བདག་མེད་ཅེས། །དབུ་མ་ཟབ་ཅེས་སུས་བསྐྱབ་མཁས་ཤེས་དང་། །རྒྱུད་ལས་གསུང་ཞེས་  
 ངེས་པར་གདའ་ཞེས་པ། །བདེན་ཞེས་སྦྱ་སྟེ་འདི་འདྲ་ཙམ་ཞེས་པར། །ཁྱུར་ཞེས་མ་མཐོང་འབྲུལ་  
 ཞེས་ཕྱི་བས་སྦྱ། །སུ་ཞེས་དྲིས་ན་འདི་ཞེས་བཤད་རྒྱ་མེད། །

དྲི་བ་ལན་བཅས་ཕྱད་ལ་ཅེ་ན་དང་། ཤེ་ན་ཞེ་ན་གསུམ་སྟེ་སྟོར་ཚུལ་ནི། །ཅིང་ཤིང་ཞིང་  
 གསུམ་དང་མཐུན་དཔེར་བཞིན་ནི། །དངོས་ཀྱི་ཨེ་རྟག་ཅེ་ན་མི་རྟག་པ། །དེ་དག་སུས་བཤད་ཅེ་  
 ན་སྟོན་པས་གསུངས། །བསྐྱབ་བྱ་གང་ཟབ་ཅེ་ན་སྦྱ་མེད་བོན། །འདི་ལྟར་སུས་ཐོས་ཤེ་ན་འཁོར་  
 རྣམས་ཀྱིས། །དཔེན་པར་སུ་སོང་ཞེ་ན་སྤོང་བ་པོ། །ཞོར་དུ་ཅི་གདའ་ཞེ་ན་བེའུ་བུམ་ཞིག །དེ་འདྲ་  
 ཨེ་བདེན་ཞེ་ན་ངེས་པར་མད་(བདན་པའི་མིང་)། །དེ་ཀོ་མི་འམ་ཞེ་ན་སྦྱ་ལས་སྟག །མ་འོངས་ཅི་  
 འབྱུར་ཞེ་ན་གྲུབ་པ་འཐོབ། །དོན་དུ་གང་འཚལ་ཞེ་ན་འགོ་བའི་སྤང། །སྐར་ལ་ཨེ་སྦྱ་ཞེ་ན་སྦྱལ་  
 སྐར་འབྲུངས། གང་དུ་ཞེ་ན་གདུལ་བྱ་རང་མཐུན་སྟོན་(ཞེས་པ་ལྟ་བུར་དཔེར་བཞིན་ལ་དཔག་པར་བྱའོ)། །

བད་རྟིང་ལུགས་ལ་ན་ར་ལ་གསུམ་མཐར། །ཡང་འཇུག་ད་དྲག་སྒྱུར་ཞིང་བད་གསར་  
གྱིས། །ཡིག་ཐོ་ཡང་ཕྱིར་ད་དྲག་མི་སྒྱུར་ཡང་། །ད་དྲག་དབང་གིས་ཐོབ་ཚུལ་སྒྱུར་དགོས་པས། །  
ན་ར་ལ་མཐར་ཞིང་ཞེས་ཞེ་ན་ཞིག །སྤྱི་ཅ་ཐོབ་ཀྱང་ད་དྲག་ལུན་པའི་ཆོ། །ཅིང་ཅེས་ཅེ་ན་ཅིག་  
སྒྱུར་དཔེར་བརྗོད་ན། །ཤེས་བྱ་མཁྱེན་ཅེས་འགྲོ་ལ་བཞུན་ཅེས་ཀྱང་། །ད་དྲང་གདམས་པ་སྟོན་  
ཅིག་ཟེར་ཅིང་གདའ། །བད་སྐད་བསྒྱུར་ཅེས་ཐོས་པས་སྒྲར་ཡང་ནི། །འོ་ལྷ་སྒྱུར་ཅིག་བསྐྱལ་ལ་  
བདག་གཞིལ་ཅིང་། །དཀའ་གནད་ཀྱན་བཀྲོལ་ཅེས་ནི་བཀའ་སྒྲོལ་ཅིག །མན་དག་གང་བཞུན་  
ཅེ་ན་སྟན་བརྒྱད་བོན། །ཆོག་ཏུ་ཨེ་བསྒྱུར་ཅེ་ན་ཤོག་དྲིལ་ཙམ། །ནང་དུ་ཅེ་འཆལ་ཅེ་ན་སྒྲོས་བྲལ་  
དོན་ཞེས་བ་སྟ་བུའོ། །

བྱུང་ཁྱད་ས(འབྱུང་རྒྱ་གཞི་ལ་ཡོད་པའམ་གཞི་ནས་མ་འཕྲོས་ཆོ་ནས་འཇུག་ལ། །གཞི་དང་བྲལ་བའམ་  
འཕྲོས་ཟིན་པར་ལས་འཇུག་ཅེས་མཁས་པ་དག་གིས་བྱང་ཕྱེས་ཀྱང་སྐབས་ཀྱི་འཇུག་ཚུལ་གང་བདེ་ལས་དོན་ལ་བྱང་  
པར་མེད་དོད་གར་སྤྱད་སོགས་ལ་འཇུག་པའི་ཕྱད། །ནས་ལས་གཉིས་ཏེ་འཇུག་ཚུལ་དཔེར་བརྗོད་  
ན། །ཤར་ཕྱོགས་རི་བོའི་ཆེ་ནས་ཉི་མ་འཆར། །བར་སྒྲུང་སྤྱིན་བཅུད་གྲོང་ལས་ཆར་འབབ་  
བཞིན། །བོན་ཉིད་དབྱིངས་ནས་སྤུལ་པའི་སྒྱུ་རྣམས་འབྱུང་། །རྒྱལ་བའི་ཞལ་ནས་གསུངས་པའི་  
བཀའ་རྣམས་སྤེལ་(སྟ་བུའོ།) །

དགར་བ་(རིགས་དགར་བ)རིགས་ཀྱི་ནང་ནས་དམུ་རིགས་མཐོ། །འགྲོ་བ་དྲུག་ལས་དམུལ་  
བའི་སྤྱུག་སྤུལ་ཆོ། །བྱ་བའི་(བྱ་བ་དགར་བ)ནང་ནས་རྣམ་དཀར་འདུན་མ་དགོ། །སྤྱོད་ལམ་ཕལ་བ་  
ལས་ནི་ཕྱག་སྒྲོར་ལེགས། །(ཡོན་ཏན་དགར་བ)ཏྟ་རྣམས་ནང་ནས་ཅང་ཤེས་རྣམ་རིག་རྣེ། །སངས་  
རྒྱུས་ཀྱན་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་མཆོག། །(དགར་གཞི་དང་དགར་བོན་མི་མཐུན་པ་ལ་ལས་ཐོབ)འདོད་  
ཁམས་སྟོ་ལས་བསོད་ནམས་མི་རྣམས་དམན། །(དགར་བོན་དང་དགར་གཞི་མཐུན་པ་ལ་ནས་འཇུག)མེ་  
ཏོག་ནང་ནས་ལྷ་དུམ་མ་ར་དཀོན། །

སྤྱད་པ་(ནི)འདྲ་ཁྱད་ལུལ་ནས་བོད་ཀྱི་བར། །མགོ་ནས་མཇུག་གི་བར་དུ་སྟ་བུའོ། །སྟག་  
བཅས་(སམ)མཆོམས་སྒྱུར་དག་ལ་ནས་འཇུག་ཚུལ། །མཆོད་པར་བརྗོད་ནས་བཤད་པར་དམ་  
བཅའ་ཞིང་། །ཕྱག་ཅིག་འཆལ་ནས་བྱས་བྱེད་སྟ་བུའོ། །རྒྱ་མཆོན་(ལ་འཇུག་པ་ནི)དུ་བ་ལས་ནི་མེ་  
ཡོད་ཤེས། །དེ་བཞིན་རྣམ་འགྱུར་དག་ལས་བསམ་པའང་ཤེས། །བདག་ལ་དེ་ལས་གཞན་མེད་སྟ་

བུ་འོ། །དེ་ན་མས་རྗེས་འཇུག་དག་ལ་སྟོན་པ་མིན། །

ཐུན་པའི་དོན་ཅན་བདག་སྒྲིའི་སྤང་ལ་ནི། །པ་བ་མ་དང་བུ་བུ་ལྟ་གསུམ་དང་། །པོ་བོ་མ་  
དང་དགུ་སྟེ་མིང་གང་མཐར། །སྟོར་ཚུལ་ག་ད་ན་བ་མ་སར་པ། །འ་མཐར་བ་དང་ང་འ་ར་ལ་  
དང་། །མཐའ་རྟེན་མེད་མཐར་པ་བ་གང་བདེ་སྟོར། །མ་ནི་རྗེས་འཇུག་བཅུ་པོའི་མཐའ་ལ་འོ། །  
ག་ཡི་རྗེས་སུ་བུ་དང་འ་མཐར་ལ། །ལྷག་མ་དགུ་ལ་བུ་ཞེས་སྟོར་བར་གསུངས། །འ་དང་མཐའ་  
རྟེན་མེད་མཐར་བོ་སྟར་ལ། །གཞན་དགུར་བོ་སྟར་མོ་ནི་ཀུན་གྱི་མཐར། །དཔེར་ན་སྟན་དག་པ་  
དང་ལས་བྱེད་པ། །སྟོན་པ་སྟོབ་པ་ཚུམ་པ་མཁས་པ་དང་། །བསྟན་པ་བསྟར་པ་བསྟུལ་པ་ལྟ་བུ་  
འོ། །འ་མཐར་བ་སྟར་དགའ་བ་བདའ་བའི་ཟས། །ལྷག་མར་པ་བ་སྟོ་མཐུན་སྟོར་བ་ནི། །ཀྱང་  
བ་མཐའ་བ་འཕྱོར་བ་ཡུལ་པ་དང་། །ལུ་པ་རྟ་པ་སོགས་དང་བཟང་བ་དང་། །དམའ་བ་སྟར་བ་  
འཇལ་བ་ལྟ་བ་དང་། །བྱ་བ་མང་སོགས་ལྟ་བུ་བ་སྟར་རོ། །རྗེས་འཇུག་བཅུ་པོའི་མཐའ་བུ་མ་  
སྟར་དཔེ། །སྟེག་མ་གོང་མ་ཚོད་མ་བརྟན་མ་དང་། །འདབ་མ་གོ་མ་མ་མནའ་མ་བར་མ་དང་། །  
སྟོལ་མ་དབུས་མ་དབུ་མ་ལོ་མ་འོ། །ག་མཐར་བུ་ཐོབ་གཅིག་བུ་ཚོག་བུ་དང་(རྩ་བུ་ཡིན་ལ)། །ལྷག་  
མར་བུ་སྟར་གང་བུ་ཤེད་བུ་དང་། །ཐུན་བུ་ཆེབ་བུ་(རྩལ་བ)ལས་བུ་གཏོ་བུ་དང་། །འོར་བུ་བལ་བུ་  
སྟེས་བུ་ལྟ་བུ་དང་། །དུ་བུ་རྩ་བུ་ལ་སོགས་དཔག་པར་བྱོས། །འ་མཐར་བུ་སྟར་བྱེད་སྟེད་དང་། །  
བྱེད་བྱེད་བྱེད་སོགས་ལྟ་བུ། །འ་མཐར་བོ་སྟར་དཔའ་བོ་དགའ་བོ་དང་། །དག་བོ་ཇོ་བོ་སྟེ་བོ་སྟེ་  
བོ་སོགས་(ཁོ་བོ་རྩ་བུའོ)། །ལྷག་མར་བོ་སྟར་བདག་བོ་སྟར་བོ་དང་། །བྱེད་བོ་རྟན་བོ་ཟབ་བོ་དམ་  
བོ་(སྟོག་གི་ཐུན་བོ་འདྲ་བའོ)དང་། །མཚར་བོ་རྩལ་བོ་སྟེས་བོ་སོགས་ལྟ་བུ། །ཀུན་ལ་མོ་སྟར་དོག་མོ་གཡུང་  
མོ་དང་། །བྱད་མོ་བརྟན་མོ་ཞིབ་མོ་དལ་མོ་དང་། །དགའ་མོ་འཕྱོར་མོ་རོལ་མོ་སྟེས་མོ་དང་། །ཆེ་  
མོ་བདེ་མོ་ལྟ་མོ་བུ་མོ་སོགས་(རྩ་བུ་དཔག་པར་བྱའོ)། །

དེ་བཞིན་མིང་གང་ཡ་མཐར་མ་མི་དང་། །མ་མཐར་མེད་མིན་(ཀུན་མཁྱེན་ཉི་མའི་དགོངས་  
བཞེད་རྩེད་)གསར་སྟར་དགག་སྟར་བཞེད། །དེ་ཡང་མ་ཡིས་འདས་དང་མ་འོངས་འགོག། །དཔེར་  
ན་མ་རིག་མ་ཤེས་མ་མཐོང་ངོ་། །མ་བསྐབས་མ་སྟེས་མ་བྱས་ལྟ་བུའོ། །མ་འོངས་འགོག་པ་མ་  
སྟོབ་མ་སྟོན་ཅིག། །མ་སྟོག་མ་བྱེད་མ་ཤེས་པར་བྱོས་ཤིག་(རྩ་བུ་དང་)། །མི་ནི་ད་རྩེད་འགོག་པའི་  
དོན་ལ་འཇུག། །མི་སྟེ་མི་འགག་མི་གཡོ་མི་མཐོང་ངོ་། །མི་སྟོབ་མི་བྱེད་མི་ཤེས་ལྟ་བུའོ། །མེད་

ནི་ལྟ་མེད་བདག་མེད་གཟུགས་ཀྱང་མེད་(ཉ་བཅུ་ལྔ།) མིན་ནི་ལྟ་མིན་མི་མིན་ཐོལ་གཡོ་སྒྱུ་མིན་པ། །  
བཅོས་མིན་ལུས་མིན་ཉ་བཅུ་ཤིན་ཏུ་མང་། །དེ་ནམས་རྗེས་འཇུག་དག་ལ་སྟོས་མིན་འཇུག །

རང་དབང་ཅན་གྱི་ཕྱད་ལ་བོད་པའི་སྒྱ། (དེ་ལ་སྟོ་ཞེས་པ་ཡང་སྒྲགས་དང་སྒྲ་མ་ཡི་དམ་མཁའ་  
འགོ་ཉ་བཅུ་ཡུལ་ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་རིགས་ལ་ཆོགས་བཅད་གང་ཞིག་གི་ཐོག་མར་བྱང་ན་ཁྱད་བོན་དུ་བོད་པ་ཡིན་ལ།  
སྒྲ་མ་ལས་མཁན་ཉ་བཅུ་དབྱར་བྱང་ན་ཟེལ་གཞོན་གྱི་བཅའོ། །དོན་དུ་ཡེ་ཤེས་ལྡེ་ས་བོན་འདུས་པ་སྟེ། ཨ་གཞི་  
སྟོང་ཉིད་ཡེ་ཤེས། ན་རོ་སོར་རྟོག་ཡེ་ཤེས། སྒྲ་ཆོས་མཉམ་ཉིད་ཡེ་ཤེས། ཐིག་ལེ་མེ་ལོང་ཡེ་ཤེས། འ་བྱ་གྲུབ་ཡེ་ཤེས་  
དང་ལྡོ། །དེ་ལྟར་བསྟོ་ཞེས་པ་ཡང་འཇུག་ཚུལ་གོང་ལྟར་ལ། དོན་དུ་སྒྱུ་གསུམ་འདུས་པ། བ་གཡུང་དུང་བོན་གྱི་  
སྒྱ། ས་གཡུང་དུང་བོན་གྱི་གསུང་། ན་རོ་གཡུང་དུང་བོན་གྱི་ཐུགས་ཤེས་དྲན་པས་གསུངས་སོ། །དེ་བཞིན་གྱེ་ཞེས་  
པ་ཡང་མིང་གང་ཡང་ཅུང་བའམ་ཁྱད་པར་ཅན་ལ་བོད་པའི་བཅུ་ཉེ་ཐོག་མ་ཅུ་སྒྱར་བ་དང་། ཉེ་ཡང་དེ་དང་འདྲ་  
ཉེ་རྒྱ་གར་གྱི་ཞེས་པའི་སྐད་དོད་དུ་བཞེད་དོ། །ཡང་ཀྱང་ཅན་གྱི་མཆོ་ཉ་བཅུ་ཐོག་མཐའ་གང་ལ་སྒྱར་གྱང་བོད་  
པ་གསལ་བྱེད་ཡིན་མོད་གྱི་བསྒྲུལ་བ་དང་འཕྱ་བ་དང་སྒྲ་ལེན་པ་སོགས་དང་འབྲེལ་བ་ལས་ཡུལ་ཁྱད་པར་ཅན་ལ་མི་  
བཅོད་པ་སྟེ། ཀྱ་ཡེ་མཆེད་གྲོགས་ཉ་བཅུ་འདྲ་མཉམ་ཅན་དང་། ཀྱས་མ་ཆེན་ཉ་བཅུ་ཡུལ་དམན་ཅམ་དང་། སྒྲ་ཡེ་མ་  
གཡོག་ཉ་བཅུ་ཡུལ་དམན་པ་དང་། སྒྲ་བོད་བོན་ཉ་བཅུ་མཁའ་བ་ཀྱན་ལ་འཐོབ་ཅེས་བཞེད་དོ། །མིང་གང་ཐོག་  
མར་གྱེ་དང་ཐོག་མཐར་ཀྱ། སྒྱར་བ་འབོད་པའི་སྒྱ་ཅ་རྟོགས་པར་བྱ། །

མིང་གང་བར་དང་མཐའ་མར་ནི་སྒྱར་བ། །དགར་བསྐྱན་ཆོག་སྐོང་དག་ལ་འཇུག་སྟེ་  
དཔེར། །(མཆོག་ཏུ་དགར་བ)གཤེན་རབ་མཆོག་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱན་ལས་སྟག །(དམན་པར་དགར་བ)  
མི་ལས་གདོལ་བའི་རིགས་ནི་ཐ་ཆད་དོ། །(གཞི་གཅིག་ལས་ཐ་དད་དགར་བ)དདུལ་གྱི་བུམ་པ་ལས་ནི་  
གསེར་བུམ་བཟང་། །(བསྐྱན་པའི་སྒྱ)ཁྱོད་ནི་སྒྲ་མ་དགེ་བའི་བཤེས་ནི་ཁྱོད། །ཐབས་ནི་མཁས་ལ་  
ཚུལ་ནི་ཤིན་ཏུ་མཛོས། །བྲིམས་ནི་གཙང་ལ་ཉ་བཅུ་ཐབས་ནི་མཐོ། །(ཆོག་གི་ཁ་སྐོང་ལ་འཇུག་པ)ཚུལ་  
བྲིམས་དང་ནི་རབ་ལྡན་གང་དེ་ནི། །ད་ནི་མི་ཐོགས་སངས་ནི་རྒྱས་པར་འགྱུར། །

མིང་གང་ཐོག་མཐར་གང་སྒྱ་ཅི་ཇི་བཞི། །ཕན་པ་དེ་ནི་མ་ཕྱེས་སྒྱ་ཡི་སྒྱ། །དཔེར་ན་གང་  
ཞིག་གང་ཁྱོད་གང་དུ་འབྱོན། །དོན་ཆེད་གང་ཕྱིར་གང་ཅུང་འདིས་སྟག་གང་(ཉ་བཅུ་དང་)། །སྒྱ་  
ཞིག་གིས་སྒྲས་མཁས་སྒྱ་མི་མཁས་སྒྱ་(ཞེས་པ་ཉ་བཅུ་ལྔ།) །ཅི་ཡིན་ཅི་ཟེར་བསྒྲུབ་པ་ལུས་སམ་ཅི། །ཇི་  
ཅམ་ཇི་འདྲ་ཇི་མི་སྟམ་ཉ་བཅུ། །གཞན་ཡང་ཞིག་སྒྲ་སྟེ་འདྲ་ཕྱིར་ལ་ཅི་ཅི་ཞིག་ཅི་སྒྲ་ཉ་བཅུ་སོགས། །

སྐད་མིང་སྟེང་ལྷ་པ་བཞུགས་པ་ཞིང་ཉིང་ཐོབ་(ཇི་སྐད་ཇི་མིང་སྟེང་སྟེང་།) །

འབྲེང་སྟེང་ཆོས་སྐབས་སྐྱེ་མཚན་གདམས་ངག་ལྟར། །འཇུག་པའི་དང་ཞེས་པ་ཀྱི་དཔེར་  
བཞེད་ནི། །འགྲོ་བ་དྲུག་ནི་ལྷ་དང་ལྷ་མེན་དང་། །མི་དང་བྱེད་པ་སྤྱི་དང་ལྷ་དྲུག་དང་། །  
དཔལ་བ་དང་ནི་དྲུག་གོ་(ལྷ་ལྷ་ནི་འབྲེང་པ་སྟེ། །སྟེང་པ་གཟུགས་དང་ཆོར་བ་(དང་)འདུ་ཤེས་དང་། །  
འདུ་བྱེད་དང་ནི་རྣམ་ཤེས་པུང་པོ་ལྟོ་(ལྷ་ལྷ)། །(ཆོས་སྐབས་ལ་འཇུག་པའི་དཔེར་བཞེད་ནི་དབྱར་དུས་  
ཁྱུ་བྱུག་གྲག་དང་དཔེན་པར་ཆས། །སྐྱེ་རངས་ཤར་བ་དང་ནི་འགྲོ་ལྷ་ལྷ། །(རྒྱ་མཚན་ལ་འཇུག་པའི་  
དཔེ་ནི་ལེགས་པར་སྟོབས་དང་ངེས་པར་ཤེས་ལས་ཆེ། །སྟེན་ལ་བསྟེན་དང་ནད་ལས་གོལ་(འགོལ་  
ལྷ་ལྷ)། །(གདམས་ངག་ལ་འཇུག་ཆུལ་གྱི་དཔེ་ནི་སྟེན་ལ་ནན་ཏན་གྱིས་དང་དོད་ཏྱགས་སྟེན། །རྒྱན་དུ་  
ཐོན་དང་ཡིད་ལ་བྱུངས་དང་འདྲ། །

གཞན་ཡང་གཞུང་འདིར་མ་འཁོད་མིང་(དང་)ཆོག་(འདུས་)པུང་(འདུས། །རྩ་ཆག་སྟེང་།) །  
ཤིན་དུ་མང་ཕྱིར་ཐམས་ཅད་བཞེད་དཀའ་ཡང་། །སྟོགས་ར་གོ་བ་བསྟེན་ཕྱིར་ཅུང་ཟད་འཆད། །  
འདི་ཞེས་བྱ་བ་མངོན་སྲུང་གྱུར་པའི་བད། །ད་ཞེས་བྱ་བ་སྐབས་ལ་བབ་པའི་དོན། །ཉིང་ནི་དོ་བོ་  
ཁོ་ན་སྟོན་པའི་སྟེ། །ཅམ་ཞེས་པ་ནི་ལྷག་མ་འགོག་སྟེ་དང་། །ཆད་དང་དམན་པའི་སྟེ་ལའང་  
འཇུག་སྟེ་དཔེར། །སྟོད་པ་ཅམ་(ལྷག་མ་འགོག་པ)ལས་ལྷ་བ་རྣམ་དག་མིན། །(ཆད་སྟོན་པ་ལ་འཇུག་  
ཆུལ་དཔངས་ལ་དེ་ཅམ་རྒྱ་བྱ་མཐའ་གང་ཅམ། །དེ་འདྲ་ཅམ་ལས་རྣམས་པ་མིན་(དམན་པའི་སྟེ་ལྷ་  
ལྷ)། །ཐམས་ཅད་ཀྱན་ཀ་ཡོ་ཀ་དུ་མ་རྣམས། །མང་ཆོག་དངོས་ཉི་ཐོབ་ཐང་སྐབས་གྱིས་ལྷ། །  
མ་ལུས་འབའ་ཞིག་ཤ་ལྷག་རྒྱུང་པ་རྣམས། །མང་ཆོག་ལྷག་མ་འགོག་སྟེ་དུན་པས་གསུངས་  
(མཛད་གྱི་ལྷ་འབྲེལ་དང་སྟེ་སྟོགས་ལས་བཤད།)། །གཞན་ཡང་སྟེང་ཉམས་ལ་ལ་གང་ལ་ལ། །དེ་ལྷ་  
ཡིན་པས་ན་དང་བྱོས་ཤིག་གྱ། །བྱེད་ཅག་སྟེ་རེ་མཁས་དང་ཡིན་ནོ་ལོ། །ཨ་རེ་མཚར་དང་ཨ་རེ་  
སྟེ་སྟེངས་དང་། །ལྷ་དེ་བ་དང་ལྷ་ནི་ལྷ་མེ་བ། །བསྟོར་བ་བྱེད་གྱིན་(འདི་ནི་བད་རྟེང་སྟེ་བད་  
གསར་གྱི་ཅིང་དང་གཅིག་པ་སེམས་)མཛད་པ་འབྱུང་གྱིན་གདའ། །དགའ་ནས་ཡ་ལ་ལ་དང་བྱ་བྱ་བྱ། །  
སྟེ་ནི་ལྷེམས་སེ་ལྷེམ་དང་ཁྱོ་ལོ་ལོ། །དར་དབྱང་བྱ་བྱ་བྱ་དང་ལྷེམས་སེ་ལྷེམ། །དེང་ཁྱོད་དེང་(འདི་  
རྣམས་རྩར་ཆག་སྟེ་དེ། །དེང་སང་ལ་དེང་ཞེས། །དེ་རིང་ལ་དེང་དང་། །ཅུང་ཟད་ལ་ཅུང་དང་། །ཅིར་ཡང་མེད་  
ལ་ཅང་མེད་ལྷ་ལྷ་ལྷ་གྱི་ཅུང་ཞིག་ཅང་མེད་སྟེངས། །པུང་རྒྱུང་པུང་ལྷེམ་རྩར་ཆག་སྟེ་ལ་སྟེངས། །

ཤིན་ཏུ་མང་ཕྱིར་རྒྱ་ཆེར་རྟོགས་པར་བྱོས། །

བར་འབྱེད་ཆོག་ནི་ད་ཡིག་མ་གཏོགས་པ། གཞན་ནམས་ཤད་ཀྱི་གོང་དུ་བྱེ་ཆོག་སྤོངས། །  
 འདི་ལ་སྒྱུ་ཕྱིར་མཁས་པའི་འདོད་ལུགས་གཉིས། མཛད་གཅོད་ཤད་ལ་ནམ་གངས་ལྗེ་བཟུང་། །  
 དཀར་ཤད་(༡)ནག་ཤད་(༡)ཆོག་ཤད་(༡)དག་ཤད་(༡)དང་། སྒྱལ་ཤད་(༡)དང་ནི་ལྷ་མོ་ཐོབ་ཐང་ནི། །  
 དཀར་ཤད་ཆོག་རྒྱུ་མཚམས་སུ་ཉིས་ཤད་(༡)དང་། ལེའུ་མཚམས་བཞི་ཤད་(༡)། གཞན་མཐར་ཆོག་  
 ཤད་(༡)ཐོབ། ཉག་ཤད་ཆོག་རྒྱུ་མཚམས་སུ་ཆོག་ཤད་(༡)དང་། རྟོགས་མཚམས་ཉིས་ཤད་(༡)།  
 དཀར་ནག་ཤད་ཀྱི་ཁྱད། ཆོག་ཤད་དོན་མང་འབྱེད་(སྟེ་ ལྷ་མོ་ལྷ་མོ་ ལྷ་ ལྷ་ དཔལ་བུ་ ལེས་པ་ལྷ་བུ་)  
 དང་(དོན་འབྱེད་འབྱེད་པ་ལྷ་མོ་ ལེས་པ་ལྷ་བུ་ ལྷ་ ལྷ་ ལེས་པ་ལྷ་བུ་) རྟོན་ཏུ་ཆོག་(ལྷ་ ལྷ་ ལྷ་  
 ལྷ་བུ་དང་འགྲེས་རྒྱུ་སྤྲེལ་ཆོད་ལྷ་མོ་)ཐོབ། དག་ཤད་གཏེར་འབྱེད་ནམས་(ལྷ་མོ་)དང་སྐབས་འབྱེད་  
 བྱེད། སྒྱལ་ཤད་(༡)བར་མཚམས་ཡིག་མགོ་དག་ལ་དབང་། །

དེ་ལྟར་གཞུང་འདིར་བཤད་པའི་བར་ནམས་ཀྱིས། བོད་ཀྱི་རྒྱུ་ལྷ་མོ་ལྷ་མོ་སུ་ཐུང་མིན་  
 ཀྱང་། གསུང་རབ་ནམས་ལས་བཤད་པའི་གོ་དཀའ་བར། ལམ་ཆེར་སྟོན་ཕྱིར་ལྷ་མོ་འདི་འཇུག་  
 བྱར་བྱངས། བར་དག་མི་ལྷ་མོ་སྟོན་ཆོས་བྱེད་པ། གསུང་རབ་ཆོག་དོན་ཕྱིན་ཅི་ལོག་བསྐྱར་  
 པས། ཆོ་འདིར་མཁས་པས་སྟོད་ལ་བྱེ་མར་ཡང་། མི་བཟད་སྐྱུ་བསྐྱེད་ཕྱིར་ལེས་མདོ་(རིགས་  
 དུག་ཐར་ལམ་གྱི་མདོ་སོགས་)ལས་གསུངས། རྟོན་མིག་དབང་ཡོད་ཀྱང་དཔུང་ལོང་གིས། རྒྱང་  
 བྱེད་ཉི་མའི་དཀྱིལ་འཁོར་མི་མཐོང་བཞིན། བར་དག་གཞུང་ལ་མ་སྐྱེད་ཅིག་པ་གཞན། །  
 བསྐྱེད་ཀྱང་གནད་དོན་འཇུག་མེད་རྟོགས་མི་འགྱུར། རྟོན་ཕྱིར་བོན་སྟོར་གསར་ཞུགས་སྐྱེས་བུ་  
 ནམས། རྒྱང་ཕྱི་འཇུག་ཡིག་དབྱངས་དང་འཇུག་འདོགས་སོགས། ཡི་གེ་སྟོན་ལ་གོམས་ཤིང་  
 འདིས་པར་བསྐྱེད། རྟོན་བར་དག་གཞུང་ལ་ལེགས་སྐྱེད་ན། ཤེས་བྱ་ཀྱན་ལ་ནམ་དཔྱད་  
 ཆོས་ཡངས་ཤིང་། ཆོག་དོན་སྒྲིལ་ཐོགས་པ་མེད་པར་འཇུག ཡོན་ཏུ་མའི་གཏེར་ལ་རབ་  
 དབང་སྟེ། རྟོན་མཐུན་སྒྲིལ་བའི་དབང་ཕྱིར་ཐུར་དུ་འགྱུར། །

ཞེས་གངས་ཅན་བོད་ཀྱི་བར་ཡང་དག་པར་སྟོར་བའི་མིང་གི་བཟུན་བཅས་སྟོགས་ལ་འཇུག་དོགས་རིན་པོ་ཆེ་  
 གཏེར་ཁྱིམ་ཞེས་བྱ་བ་ལས་མཚམས་སྟོར་ཕྱད་ཀྱི་ཐོབ་ལྷ་མོ་རགས་རིམ་དཔེ་བརྟན་དང་བཅས་པ་རྒྱང་ཐད་བྱེས་པའི་  
 སྐབས་ཏེ་བཅུ་བཅོམ། །

འདིར་སྤྲུལ་བ། འཕུལ་ངག་བསྟན་པ་ལུང་རྟོགས་བདག་ཉིད་ཅན། འཆང་ཉན་ཚུམ་  
དང་སྒྲུབ་པའི་ཐབས་བཟང་གིས། གཏུལ་བྱའི་རྒྱུད་ལ་དར་ཏེ་མི་གྲོལ་ན། སྒྲོབ་པ་སྤྲེལ་བོན་  
དུ་ཅི་ཞིག་འགྱུར། དེས་ན་དེ་ཡི་བརྗོད་བྱའི་དགོངས་དོན་ནུས། རྗོད་བྱེད་ཆོག་གི་ཅུམ་དུ་  
ཉལ་བས་ན། ཆོག་གི་བརྗོད་པའི་ཤེས་དོན་གྱི་དངོས། རྟོགས་འདོད་ནམ་མཁའི་འཇའ་ལ་  
སྤར་འདེབས་འདྲ། འཇམ་སྤང་ཞིང་འདིར་སྐད་ཆེན་སྤྲུལ་བརྒྱ་དང་། སྐད་ཤུན་སྤོང་ཅ་ལ་  
སོགས་ཡོད་གསུངས་ཀྱང་། གངས་ཅན་སྐད་ཀྱི་སྤྲུལ་ལས་གསུང་རབ་བརྒྱ། རྟོགས་པའི་ཐབས་  
ལ་འདི་གོ་མཛད་དུ་བྱུང་། ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་བྱི་མོ་བརྗོད་སྤྲོད་གཞུང་། གང་ལ་སྤྲེལ་བསྒྲུབ་པ་  
སྤྲུལ་ལེན་པ། ཆོག་དོན་སྤྲུལ་པ་ཐོགས་པ་མེད་འཇུག་ཅིང་། ཤེས་བྱའི་ཁོ་ན་ཉིད་དེ་སྤྲུལ་གཟིགས་  
འགྱུར། ཐེག་གསུམ་སྤྲེལ་སྤྲོད་ཀུན་དང་གཙུག་ལག་བཞི་(གཏོ་ཅིས་ཆོས་སྤྲུལ་བཞི་ལ་གཙུག་ལག་བྱ་བཞིར་  
གསུམ།) རིག་པའི་གནས་རིག་གནས་ཆེ་བ་ལྟ་ནི། བྱི་རིག་པ། བཟོ་རིག་པ། སྤྲུལ་རིག་པ། གསོ་བ་རིག་པ། རང་  
དོན་རིག་པ་དང་ལྟོ། རྒྱུད་བ་ལྟ་ནི། སྐར་ཅིས། སྤྲུལ་ངག་ མདོན་བརྗོད། ཐེབ་སྤྲོད། སྤྲུལ་གར་དང་ལྟོ།  
དང་ལུགས་བྱུང་ནམ་གཞག་སོགས། ཀུན་ལ་མིང་ཆོག་སྤྲོད་པ་འདི་མེད་ན། དཔུས་ལོང་སྤྲུལ་  
པའི་ཐང་ལ་འདོམ་འཇལ་བཞིན། དེ་བྱིར་བརྗོད་དག་གཞུང་བརྒྱའི་རྒྱུ་གཏེར་ལས། ཞེས་པར་  
བྱངས་པའི་མིང་གི་ནུས་གངས་འབུམ། མ་ཆང་མེད་པའི་རིན་ཆེན་གཏེར་གྱི་ཁྱིམ། སྤྲུལ་བཟང་  
སྤྲུལ་ལས་འཇུག་པའི་དོགས་སྤྲུལ་སྤྲུལ། འོན་ཀྱང་མདོན་བརྗོད་མིང་དང་གསར་རྟེན་བརྒྱ། མིང་  
གཅིག་དག་གིས་དོན་མང་སྤྲུལ་པ་དང་། དོན་གཅིག་ཉིད་ལ་མིང་མཐའ་ཡས་པའི་བྱིར། གངས་  
ཅན་སྐད་རྒྱལ་པ་མཐའ་རྟོགས་དཀའ་ཡང་། འདི་མེད་མཛོད་དང་མ་རྒྱུད་རིན་ཆེན་ཕྱིར། འུང་  
དཀར་འབྱུལ་དབྱངས་བོན་ཆོས་ཟ་མ་རྟོག འབེལ་གཏམ་ཉི་འོད་ལ་སོགས་དག་སྤྲོད་གཞུང་། འ  
ཀུན་ལ་སྤྲེལ་གོས་ཞིབ་མོས་ལེགས་བརྟགས་ཤིང་། བརྗོད་ཉེར་བདུན་གཞུང་དོན་གཙོ་བོ་བཟུང་  
སྟེ། བྱི་འཆོས་སྤྲུལ་དང་འཆང་ཚུམ་ཉེར་མཐོ་བ། གོ་སྤྲེལ་དག་གིས་གསར་དུ་བརྗོད་པ་འདི། འ  
ལྷག་བསམ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་བྱའི་མདངས་ལས་འཕྲོས། བདག་ནི་ནུས་དཔྱོད་འཇུག་པ་ཆོས་དམན་  
པས། ཐེབ་ཉེས་སྤྲུལ་སྤྲུལ་ལ་སོགས་འགལ་བའི་ཆ། གང་མཆོས་མཁྱེན་ལྷན་མཁས་པའི་མདུན་  
སར་བཞགས། འདི་མཐོང་ཀུན་བཅོས་ཤིང་བསྐྱུང་བར་འཛུལ། འདི་སོགས་དུས་གསུམ་བསགས་  
པའི་ནུས་དཀར་མཐུས། འདི་མེད་གཤེན་བསྟན་ཉི་མ་འོད་པོ་ཆེ། གཏུལ་བྱའི་ཡིད་ཀྱི་མཁའ་



ལ་རྟགས་འཆར་ཞིང་། ལམ་བདེའི་སྤང་བ་ཉམས་པ་མེད་ཀྱང་ཅིག །སྒྲ་ཆོགས་ཤེས་བྱའི་པད་  
མོའི་ཆལ་ཡངས་པོར། སྐལ་བཟང་རྒྱུ་བ་དྲུག་པས་རབ་ཅིན་ཞིང་། འདྲོ་བཟང་སྤང་ཅིས་  
སྤྱོད་པའི་ལེགས་བཤད་སྒྲ། སྒྲོག་བཞིན་ནམ་མཁུན་མཁའ་ལ་སྤང་བར་ཤོག བྱེད་པོ་བདག་  
ཀྱང་རིང་པོར་མི་ཐོགས་པར། ལ་དང་ལམ་གྱི་བཤོད་པ་མཐར་ཕྱིན་ཅིང་། ཀྱུན་མཁུན་བདུང་  
ཅིའི་མཆོག་དེ་མཛོན་བརྟེས་ཏེ། འདྲོས་ཐག་འགྲོ་བའི་དབལ་དུ་སྤྱར་སྤྱར་ཅིག །སྤྱོད་པ་འདིར་  
བཞུགས་པའི་བསྟན་འཛིན་སྒྲིམ་མཆོག་རྣམས། འཕགས་པད་རྟག་བརྟན་དགོངས་བཞེད་ཀྱན་  
འབྲུབ་ཅིང་། སྒྲིགས་མའི་བསྐྱེད་སྤྱོད་པ་མཐར་སངས་ནས། འགྲོ་རྣམས་རྒྱལ་ལྷན་དཔལ་  
ལ་རོལ་བར་ཤོག །

ཅེས་གངས་ཅན་བོད་ཀྱི་བད་ཡང་དག་པར་སྤྱོད་པའི་མིང་གི་བསྟན་བཅོས་སྒྲ་གསལ་འཇུག་དོགས་རིན་ཆེན་  
གཏེར་ཁྱིམ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི། རང་གིས་ཡིག་རིས་བསྐྱབས་པའི་སྒྲ་བྱ་སྒྲ་གྲོས་སོགས་དོན་གཏེར་ཅན་འགའ་ཞིག་  
གིས་ལྷ་ཕྱིར་བསྐྱལ་བ་མ་ཟད། རང་གིས་ཀྱང་གཤེན་གྱི་མཁས་གྲུབ་ཚུལ་ཁྱིམ་སྒྲུལ་མཆོན་རིན་པོ་ཆེས་མཛད་པའི་  
བད་སྤྱོད་ཉི་ཤུ་བདུན་པ་འདི་ནི་གཞུང་གཅིག་གིས་མིང་དང་སྤྱོད་ཚུལ་ལྟ་བུ་ཀྱི་ཐོབ་ཚུལ་སོགས་དག་སྤྱོད་གྱི་ཡན་  
ལག་ཡོངས་རྒྱལ་སྤྱོད་པའི་ལེགས་བཤད་རྣམ་དག་ཏུ་འདུག་གཤིས། འདིའི་ལེའུ་དང་པོར་མིང་གི་ཐོབ་ཚུལ་ཅམ་  
ལས་ཏ་ཅང་བསྐྱུས་དྲགས་པས། འདིའི་མིང་གི་རིམ་པ་རྣམས་ཅུང་ཟད་རྒྱས་པར་བྱས་ན་གསར་འཇུག་རྣམས་ལ་  
འཁྲིད་བདེ་བར་འདུག་སྟེ་པའི་བདུན་པ་དང་། དག་སྤྱོད་གྱི་གཞུང་རྒྱས་བསྐྱུས་མང་དུ་མཆིས་ཀྱང་ཡི་གེའི་བྱང་  
ཁྱད་དང་སྤྱོད་ཚུལ་སོགས་ཁ་ཆང་བ་ཞིག་མ་མཐོང་བ་སོགས་ཀྱི་ཁྱེན་ལ་བརྟེན་ཏེ། བསྟན་པ་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་གི་  
ཡི་གེ་བྱང་ཁྱད་སྤྱོད་ཚུལ་ནས་བཟུང་། མཆོམས་སྤྱོད་ལྟ་བུ་ཀྱི་ཐོབ་ཚུལ་ཡན་ཆད་སྐབས་བཅའི་བདག་ཉིད་ཅན་དུ་  
བྱས་ཤིང་། གསར་འཇུག་ཆོངས་པ་རྣམས་ཀྱིས་གོ་སྒྲ་བའི་བྱིར་ལེགས་སྤྱོད་སྟེ་ཆོག་སོགས་ཀྱིས་མ་བཅིང་ཞིང་འབོལ་  
ཅོམ་ཆོགས་བཅད་དུ་བྱས་ཏེ་བཀོད་པ་འདི་ནི། དུལ་ཁྱི་ཀའི་སྤྱོད་སྤྱོད་ལྟ་བུ་རྟེན་རྟེན་ཅིང་། རང་གཞན་གྱི་གྲུབ་  
མཐའ་ཀྱན་ལ་མི་བྱེད་པའི་དག་སྤྱོད་རྒྱས་ཀྱང་། དཔྱིས་སྤྱོད་པའི་ཉམས་ལེན་གྱི་ཡོན་ཏན་ག་ལའང་མེད་པའི་ཐོག་  
པོ་གྱི་ན་བ་གཤེན་གྱི་དག་སྤྱོད་རྣམ་མཁའ་དབང་བྱུག་གམ་ཚུལ་མིང་ཀྱན་བཟང་རྒྱལ་མཆོན་ཞེས་བྱ་བའི་རང་ལོ་ཞི་  
དགའི་དུས་ཆོགས། ས་སྤྱོད་ཞེས་པ་ཤིང་བྱ(༡༥༥)མའི་འབྲས་ལྷན་ཟླ་བའི་འཕེལ་ཕྱོགས་དགོས་པར། དུལ་རྒྱ་ནག་  
གི་ཉེ་འདབས་སྤྱོད་ཆེན་ཐོག་ལྷ་མཆོད་གསུམ་གྱི་རི་ཞོལ། མི་མེད་དབེན་པའི་ནགས་འདབས་ཤིག་ཏུ་གྲུབ་པར་  
བཅུས་པ་འདིས་ཀྱང་རྒྱལ་བ་གཤེན་གྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་གསལ་བའི་སྤང་བྱེད་དམ་པར་གྱུར་ཅིག །

གངས་ཉི་མེ་བོན་གཞུང་རིག་མཛོད།

---

༡༡། བོད་སྐད་བད་དག་གི་རྩ་ཆོག་འབེལ་གཏམ་ཉི་འོད་  
གཞོན་ལྷ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།

མཁན་ཆེན་ཉི་མ་བསྟན་འཛིན།

༄༅། གདོད་ནས་བོན་གྱི་སྐར་བརྟེན་ཀྱང་། །ཆོད་མེད་ཐུགས་རྗེས་མཐའ་ཟླས་འགོ། །  
སྐྱབ་ཕྱིར་གང་འདུལ་སྐར་བཟུན་པའི། །རྩོགས་སངས་རྒྱས་དེས་ཤེས་པ་སྟོལ། །གང་གི་མཆོན་  
ཙམ་ཐོས་པའི་གཟིས། །གཉིས་འབྱུང་ལོག་ལྷའི་ཟླད་འགེམས་ཤིང་། །སྒྲ་དབྱངས་རིག་བྱེད་ཀྱན་  
འབྱུང་གནས། །སྒྲ་བའི་སང་གེར་ཕྱག་བགྱིས་ནས། །ཆོངས་སྒྱུན་རང་འདྲའི་ཐུན་གསུམ་  
སྒྲག། །གཞོམ་ཕྱིར་ལེགས་བཤད་རྒྱ་མཆོའི་བཅུད། །སྒྲག་བསམ་ཤིང་ཉམས་ཉེར་དངས་པའི། །  
འབེལ་གཏམ་ཉི་འོད་གཞོན་ལྷ་སྟོ། །

ཐབས་མཆོག་སངས་པོ་འབྱུང་བྱི་དང་། །སྟོན་མཆོག་གཤེན་རབ་བརྒྱ་པའི་མགོན། །  
ཐབས་ཤེས་རྒྱུད་འབྲེལ་བྱིན་རྒྱབས་ཀྱིས། །དཔའ་བོ་འབྱུང་མ་ལས་བསྐྱེད་པའི། །འབྱུལ་ཆེན་ཡི་གེ་  
བཞི་བཅུ་བྱུང་། །ཁྱད་པར་སྒྲ་ཡི་འབྱུང་གསུམ་དང་། །སྐད་འབྱུར་སོ་སོའི་མདོ་སྡེ་རྣམས། །  
སྒྲག་གཟིག་གཡུང་དུང་དགུ་ཅེགས་སྟུ། །སྟོན་མཆོག་གཤེན་རབ་ཉིད་ཀྱིས་གསུངས། །སྟོང་ནི་  
མ་ལོ་གཡུ་ལོར་བཟུན། །དེ་ཉིད་གཏུང་སོབ་ཆེན་པོས་བཀྲོལ། །ལོ་རྩ་མཁས་པ་རྒྱུན་དྲུག་གིས། །  
བཟུན་པ་ཕྱོགས་བཅུ་ཀྱན་ཏུ་སྟེལ། །ཁྱད་པར་གྲུབ་ཐོབ་ཤ་རི་དང་། །ལོ་བཅུ་དྲན་པ་ལ་སོགས་  
ཀྱིས། །འཛུ་བོད་སྐད་ཀྱི་སྒྲ་སྟེབ་དང་། །གངས་ཅན་བད་ཡི་དག་སྟོར་རྣམས། །གཏན་ལ་ཕབ་  
སྟེ་གསལ་བར་མཛད། །མཁས་དབང་དེ་རྣམས་རྗེས་བཟུང་སྟེ། །ཁྲིང་དོར་གནས་ལ་མི་ཆོངས་  
ཤིང་། །རྒྱལ་བའི་བཟུན་ལ་འབྱུལ་བའི་བྱི། །བསལ་ཕྱིར་བོད་སྐད་བད་སྟོར་ལ། །བཤད་རྒྱུ་མི་  
འདྲ་མང་བདོག་ཀྱང་། །རྒྱལ་བའི་བཀའ་ཉིད་གཙོར་བཟུང་སྟེ། །ཆོད་གསུམ་རྒྱུད་འབྲེལ་བཤད་  
པ་ལ། །འདུས་པ་རིན་ཆེན་མདོ་ལས་ཀྱང་། །ཡིག་འབྱུ་སྐུམ་རྩུས་ལོག་ཀྱང་དབུབ། །མགོ་ཡིས་  
ལམ་དངས་ཤད་མདོ་བཅད། །ཆོག་གིས་བར་བྱེད་མི་འབྱུགས་སྟོམས། །གྲག་འགྲུང་ན་རོ་ཞབས་  
ཀྱུ་དང་། །ཡ་སྒྲ་ར་སྒྲ་བཅས་པ་ཡིས། །སྐབས་སྟོར་ཡན་ལག་རྒྱས་པར་བཏགས། །ཞེས་གསུངས་  
དགོངས་དོན་འདི་ཉི་ཉེ། །

དེ་ཡང་ཐབས་དང་ཤེས་རབ་ཀྱི། །སྟོན་མཆོག་ལྷ་ལི་ཀླ་ལི་འམ། །དབྱངས་དང་གསལ་བྱེད་  
གཉིས་སྟུ་འདུས། །དབྱངས་ནི་བྱ་ཡིག་དྲུག་ཡིན་ལ། །གསལ་བྱེད་མ་ཡིག་སྐུམ་རྩུ་ཐམ། །དང་

ཐོག་ཚེག་ཤད་ལྷད་ཀོར་བཞི། བསྐྱར་པས་འཕྲུལ་ཡིག་བཞི་བརྩ་དོ། ཀླ་ལི་གསལ་བྱེད་སྐུ་  
 རྩ་ལ། བཞི་བཞི་དག་རྩ་བཟངས་པ་ཡི། སྒྲིཛ་བྱེད་དང་བརྒྱད་གནས་པའི། སྒྲི་བ་དང་  
 པོའི་ག་ང་གཉིས། གསུམ་པའི་ད་ན་བཞི་བ་ཡི། བ་མ་རྩལ་པའི་འ་ཉིད་དང་། བདུན་པའི་  
 ར་ལ་ས་བཅས་ལ། མཐའ་རྟེན་རྩེས་འཕྲུག་བརྩ་ཞེས་བྱ། རྟེ་ལས་ག་ད་བ་མ་འ། རྩ་ནི་སྒྲི་  
 དུའང་འཕྲུག་པ་ཡིན། རྟེ་དང་ས་གཉིས་ཡང་འཕྲུག་གོ། རྩེས་འཕྲུག་བརྩ་པོ་མ་གཏོགས་  
 པའི། ཀླ་སོགས་སྐྱལ་མ་ཉི་ཤུ་ནི། སྒྲི་རྩེས་གང་དུའང་འཕྲུག་མི་འགྱུར། གཞན་ཡང་ཡི་  
 གའི་རྣམ་གྲངས་ལ། རྩེས་འཕྲུག་མཐར་ཐོབ་ཡང་འཕྲུག་གཉིས། མགོ་ཅན་གསུམ་དང་སྒྲི་  
 འདྲོགས་བཞི། བཤད་པའི་ཡང་འཕྲུག་ད་ས་གཉིས། ར་ལ་ས་ཡི་མགོ་ཅན་གསུམ། ལ་མ་  
 གཉིས་དང་དབྱངས་ཡིག་གི། ཡ་ར་གཉིས་བཅས་སྒྲི་འདྲོགས་སོ། མིང་གཞི་ཀླ་ལི་སྐུ་རྩ་  
 ལས། མགོ་འདྲོགས་ཐོབ་པའི་རྣམ་གྲངས་ནི། ར་མགོ་ཐོབ་པ་བརྩ་གཉིས་ཏེ། ཀླ་ག་ང་ཇ་  
 ཉ་ཏ་ད། ར་བ་མ་ཅ་ཇ་རྣམས་སོ། ལ་མགོ་ཐོབ་པ་བརྩ་ཡིན་ཏེ། ཀླ་ག་ང་དང་ཅ་ཇ་ཏ། རྟེ་  
 དང་བ་བ་ཏ་རྣམས་སོ། ས་མགོ་ཐོབ་པ་བརྩ་གཅིག་ནི། ཀླ་ག་ང་ཉ་ཏ་ད་ན། བ་བ་མ་ཅ་  
 རྣམས་ལ་ཐོབ། དབྱངས་ཡིག་ཨི་ཨུ་ཨེ་ཨོ་བཞི། གསལ་བྱེད་ཀུན་ལ་ཐོབ་པ་ཅམ། ཡ་སྟོ་ཐོབ་  
 པ་བདུན་ཡོད་དེ། ཀླ་ཁ་ག་པ་པ་བ་མ། ར་སྟོ་ཐོབ་པ་བརྩ་གསུམ་སྟེ། ཀླ་ཁ་ག་ཏ་ད་ན་པ། མ་  
 པ་བ་མ་ཤས་ཏ་འོ། ལ་བཏགས་ཐོབ་པ་རྩལ་ཡིན་ཏེ། ཀླ་ག་བ་ཟ་ར་ས་རྩལ། མ་ཟུར་འདྲོགས་  
 རུང་ཡི་གེ་ནི། ཀླ་ཁ་ག་ཉ་ད་དང་ཅ། ཚ་ཇ་ཞ་ཟ་ར་ལ་ཤ། ས་ཏ་ཨ་བཅས་བརྩ་རྩལ་གོ། མིང་གཞི་  
 གསལ་བྱེད་སྐུ་རྩ་ལས། སོ་མོ་མ་ནིང་དབྱེ་ཚུལ་ནི། ཀླ་ཅ་ཏ་པ་ཅ་ལྷ་སོ། ལ་ཆ་  
 ཐ་པ་ཆ་ལྷ་ནི། མ་ནིང་ཡིན་ཞིང་ག་ཇ་ད། བ་དང་ཇ་མ་ཞ་ཟ་འ། ཡ་ཤ་ས་བཅས་བརྩ་  
 གཉིས་མོ། རྟེ་ཉ་ན་མ་ཤིན་རྩ་མོ། ར་ལ་ཏ་གསུམ་མོ་གཤམ་ཟེར། མོ་གཤམ་ཤིན་རྩ་མོ་  
 གཉིས་ཀྱང་། རྟོན་རྩ་མོ་ཡིག་ལ་གཏོགས་ཕྱིར། མོ་ཡིག་བརྩ་དགུར་ཤེས་པར་བྱ། །

ད་ནི་སྒྲི་འཕྲུག་རྩེས་འཕྲུག་དང་། རྣམ་དབྱེ་ཕྱད་སོགས་ཞིབ་བཤད་དེ། ཐོག་མར་  
 སྒྲི་འཕྲུག་རྣམ་བཞག་ལ། གང་གིས་འཕྲུག་བྱེད་གང་ལ་འཕྲུག། རི་སྐར་འཕྲུག་དང་ཅིའི་  
 ཕྱིར་འཕྲུག། རྣམ་པ་བཞི་རེའི་སྒྲི་ནས་བཤད། སྒྲི་ལ་གང་གིས་འཕྲུག་ཅེ་ན། གང་བ་མ་འ་  
 ལྷ་སྟེ། སྒྲི་འཕྲུག་ལྷ་ཞེས་ཡོངས་སྤྱུ་གསལ། རྟེ་ཡང་སོ་མོ་སོགས་དབྱེ་ཚུལ། གང་གཉིས་ནི་

མ་ནིང་དང་། ཁ་ནི་ཤོ་ལ་འ་ནི་མོ། མ་ནི་ཤིན་ཏུ་མོ་ཡིན་ནོ། མིང་གཞི་གང་ལ་འཇུག་བྱེད་  
ན། ཁ་ནི་ཤོན་འཇུག་ཤོ་ཡིན་པས། མིང་གཞི་ཤོ་དང་མོ་ལ་འཇུག འའ་ནི་ཤོན་འཇུག་མོ་ཡིན་  
པས། མིང་གཞི་མོ་དང་མ་ནིང་ལའོ། ཁ་དང་མ་ནིང་ཡིན་པས་ན། མིང་གཞི་ཤོ་དང་མོ་ལ་  
འཇུག མ་ནི་ཤོན་འཇུག་ཤིན་ཏུ་མོ། ཡིན་ཕྱིར་མོ་དང་མ་ནིང་ལའོ། རྟེ་ཡང་བཀོལ་ནས་  
བཤད་བྱ་སྟེ། ཁ་ཡིག་འཇུག་པའི་མིང་གཞི་ནི། ཤོ་ཡིག་ཀ་ཅ་ཏ་ཅ་དང་། མོ་ཡིག་ག་ད་ཞ་  
ཟ་ཤ ཁ་དང་བཅུ་ལ་བས་འཕུལ་ཐོབ། མགོ་འདྲགས་ར་ལ་ས་གསུམ་དང་། མགོ་ཅན་ད་  
ཇ་ཉ་ན་ཇ། རྩ་ལའང་བཅེགས་སྐབས་བས་འཕུལ་ཐོབ། འའ་ཡིག་འཇུག་པའི་མིང་གཞི་ནི།  
མོ་ཡིག་ག་ཇ་ད་བ་ཇ། མ་ནིང་ཁ་ཆ་ཐ་ཕ་ཆ། བཅུ་པོ་དག་ལ་འས་འཕུལ་ཐོབ། ཁ་ཡིག་  
འཇུག་པའི་མིང་གཞི་ནི། ཤོ་ཡིག་ཅ་ཏ་ཅ་གསུམ་དང་། མོ་ཡིག་ཉ་དང་ད་ན་ཞ། ཟ་ཡ་ཤ་  
ས་བརྒྱད་བཅས་ལ། ཁས་འཕུལ་བཅུ་གཅིག་ཅེས་སྤྲེལ། རྟེ་ཡིག་འཇུག་པའི་མིང་གཞི་ནི།  
ཤོ་ཡིག་ག་པ་གཉིས་དང་ནི། མོ་ཡིག་ག་ད་བ་མ་སྟེ། རྟེ་འཕུལ་བྱུག་ཏུ་ངེས་པ་ཡིན། མ་ཡིག་  
འཇུག་པའི་མིང་གཞི་ནི། མ་ནིང་ཁ་ཆ་ཐ་ཆ་བཞི། མོ་ཡིག་ག་ད་ཇ་ཉ་དང་། རྟེ་ན་ཇ་དང་  
བདུན་བཅས་ཏེ། མས་འཕུལ་བཅུ་གཅིག་ཁོ་ན་འོ། སྐབས་འདིར་ཐོབ་པར་མ་བཤད་པའི།  
མིང་གཞི་རྒྱད་བཅེགས་འདྲགས་ཅན་སོགས། གང་ལའང་བས་འཕུལ་ལ་སོགས་སྤོངས། རྩི་  
ཉར་འཇུག་པར་བྱེད་ཅེ་ན། ཁ་ནི་སྐད་གདངས་བྲག་པ་དང་། འའ་ནི་ཞན་པའི་ཚུལ་གྱིས་  
འཇུག ཁ་དང་མཐོ་དམན་རན་ཅོམ་དང་། མ་ནི་བྲག་ཞན་མཉམ་པར་འཇུག རྟོན་ཆེད་ཅིའི་  
ཕྱིར་འཇུག་ཅེ་ན། ཁ་ནི་འདས་པ་སྟོན་ཕྱིར་དུ། ཁ་ཚོ་བོར་འཇུག་ཅིང་བྱ་བའི་ལས། རྟེ་ཉ་  
མ་འོངས་གཉིས་ལའང་འཇུག རྟེ་ཉ་རང་བཞིན་བྱེད་ལས་དང་། བསྐྱུལ་ཆོག་ནམས་ལ་ཆེར་  
མི་འཇུག ཁ་དང་གཉིས་ནི་གཙོ་བོ་ཟུ། རྟེ་ཉ་ཆེད་དང་བདག་གཞན་གྱི། ཡུལ་དང་མ་འོངས་  
པ་ལའང་འཇུག འདས་དང་བསྐྱུལ་ལ་འགའ་ཅོམ་མོ། འའ་ནི་མ་འོངས་བསྐྱུལ་ཕྱིར་གཙོ་བོ།  
འཇུག་ཅིང་བྱེད་ལས་ད་ཉ་དང་། སྐབས་འགར་འདས་དང་བསྐྱུལ་ལའང་འཇུག མ་ནི་བདག་  
གཞན་གཉིས་ཀ་དང་། རྟེ་ས་གསུམ་ཀུན་ལ་མཉམ་པར་འཇུག ཁ་ཞན་ཡང་སྟོན་འཇུག་ལྟ་བོ་  
ཀུན། བྱ་བྱེད་དུས་ལ་མ་སྟོས་པར། མིང་གི་གཞི་ལ་འཇུག་པ་ནི། ཤིན་ཏུ་མང་ཕྱིར་གཞན་  
དུ་སྟོས། རྟེ་དང་སྟོན་ལ་ཕན་པའི་ཆེད། རྟེ་ས་གསུམ་བྱ་བྱེད་དོས་འཛིན་ནི། བྱེད་པོ་དང་ནི་

བྱ་བའི་ཡུལ། བཟ་དང་ཡོད་དམ་མེད་ཀྱང་རུང་། བྱས་ཟེན་ནམས་ནི་འདས་པ་དང་། བྱེད་  
བཞིན་ནམས་ནི་ད་ལྟ་དང་། བྱ་འགྱུར་ནམས་ནི་མ་འོངས་པ་འོ། ལས་ལ་བསྐྱལ་བ་བསྐྱལ་ཆོག་  
གོ བྱེད་པོ་གཞན་པ་མེད་ནམས་ལ། བསྐྱལ་ཆོག་གིས་ནི་དགོས་པ་ཆུང་། གང་བྱེད་མཁན་  
དེ་བྱེད་པ་པོ། བྱེད་པོ་དེ་ཡིས་གང་བྱ་བ། ཏེ་ནི་ལས་དང་བྱ་བ་ཡིན། སྦྱིར་ན་ལས་ལ་གཉིས་  
ཡོད་དེ། བྱེད་པའི་ལས་དང་བྱ་བའི་ལས། ཏེ་ལྟ་བ་ནམས་ཐོབ་ཚུལ་འདྲ། བྱེད་པོ་ཉིད་དང་  
དེ་ཉིད་ཀྱི། བྱེད་པ་བཅས་ལ་བྱེད་ལས་ཞེས། བྱ་བའི་ཡུལ་དང་དེ་ཉིད་ཀྱི། བྱ་བ་བཅས་ལ་  
བྱ་ལས་སོ། བྱེད་པ་པོ་དང་བྱེད་པའི་ལས། ཏེ་ལྟ་བ་ནམས་ཐོབ་ཚུལ་འདྲ། ཏེ་བཞིན་བྱ་ཡུལ་  
བྱ་ལས་དང་། མ་འོངས་པ་ནམས་སྦྱོར་ཐོབ་གཅིག བས་འཕུལ་འཇུག་པའི་བྱ་བ་དེའི། བྱེད་  
པར་འ་ཡིས་འཕུལ་བ་འཇ། སྦྱོར་འཇུག་མེད་པ་གང་རུང་ཐོབ། ག་དང་དས་འཕུལ་བྱ་བ་  
ཡིས། བྱེད་པར་འ་ཡིས་འཕུལ་བ་འཇ། བྱ་བྱེད་འགྱུར་མེད་དག་ཀྱང་ཐོབ། འས་འཕུལ་འཇུག་  
པའི་བྱ་བྱེད་ནི། གཉིས་ཀ་རང་ལས་གཞན་མི་འགྱུར། མས་འཕུལ་འཇུག་པའི་བྱ་བ་ནི། བྱེད་  
པར་ག་ཡིས་འཕུལ་བ་འཇ། སལ་ཆེར་བྱ་བྱེད་མི་འགྱུར་ཞིང་། སྐབས་འགར་འཕུལ་མེད་བྱས་  
པའང་སྤང་། འཕུལ་མེད་བྱ་བྱེད་མི་འགྱུར་ཞིང་། ལུས་སྟོག་གཉིས་ཀ་གཞན་འགྱུར་བའི། བྱ་  
བྱེད་དག་ཀྱང་ཅེ་རིགས་སོ། གང་དེའི་འདས་དང་བྱ་བ་ལ། འཛ་ལོ་ཡོད་མེད་དེ་བཞིན་  
གྱིས། ཏེ་ལྟ་དང་ནི་བསྐྱལ་ཆོག་སྐབས། སལ་ཆེར་ན་རོ་ཐོབ་པ་མང་། བསྐྱལ་ཆོག་པལ་ཆེར་  
སྦྱོར་འཇུག་སྤང་། ཏེ་ནི་རྗེས་འཇུག་ནམ་བཞག་ཀྱང་། སྦྱོར་འཇུག་རི་བཞིན་བཞི་རེས་  
བཤད། རྗེས་སུ་གང་གིས་འཇུག་ཅེ་ན། རྗེས་བཤད་རྗེས་འཇུག་བཅུ་པོ་སྟེ། ཏེ་ཡང་པོ་མོ་  
སོགས་དབྱེ་ཚུལ། མི་མཐུན་ནམ་གངས་མང་བཞེད་ཀྱང་། རང་ལུགས་ག་ད་བ་ས་བཞི། སོ་  
དང་ང་མ་འ་གསུམ་མོ། འཛ་ར་ལ་གསུམ་མ་ནིང་འདོད། འཛ་གསེས་ཞིབ་ཏུ་དབྱེ་བ་ནི། སོ་  
ལ་སྦྱོས་བྱ་རབ་འབྱིང་ཐ། གསུམ་ལས་ས་ནི་སྦྱོས་བྱ་རབ། བ་འབྱིང་ག་ད་ཐ་མ་འོ། མོ་ལ་མོ་  
དང་ཤིན་ཏུ་མོ། གཉིས་ལས་ང་དང་མ་གཉིས་མོ། འཛ་ཤིན་ཏུ་མོ་ཡིན་ནོ། མ་ནིང་འགྱུར་  
དང་མཚན་གཉིས་དང་། མཚན་མེད་དག་དང་གསུམ་ཡོད་དེ། འཛ་ར་ལ་གསུམ་རིམ་བཞིན་  
སྦྱོར། གང་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་ཅེ་ན། མིང་གཞི་ཡི་གེ་ཀུན་ལ་འོ། རི་ལྟར་འཇུག་པར་བྱེད་  
ཅེ་ན། སོ་བཞི་སྐད་གདངས་དྲག་པ་དང་། མོ་གསུམ་ཞན་པའི་ཚུལ་གྱིས་དང་། མ་ནིང་བར་

མ་རན་པས་འཇུག །དེ་ཡང་ནང་གསེས་ཞིབ་བཤད་ན། །ཐོན་འཇུག་མིང་གཞི་རྩེས་འཇུག་  
བཅས། །གསུམ་ཀ་པོ་ཡིག་ནང་འཕྲད་ན། །དྲག་པའི་དྲག་པ་ཞེས་བྱ་འོ། །པོ་ཡིག་གཉིས་དང་  
མོ་ཡིག་གཅིག །ནང་འཕྲད་དྲག་པའི་ཞན་པ་ཡིན། །མོ་ཡིག་གཉིས་ལྷན་ཞན་པའི་དྲག །གསུམ་  
ཀ་མོར་འཕྲད་ཞན་པའི་ཞན། །མ་ནིང་གསུམ་དུ་གང་གཏོགས་པ། །ཤོགས་སམ་ཟླ་ཡི་སྒོ་ནས་  
ནི། །དྲག་འཕྲད་དྲག་དང་ཞན་འཕྲད་ཞན། །གཉིས་ཀར་འཕྲད་ན་གཉིས་ཀ་ཅན། །མིང་གཞི་  
མ་ནིང་དང་འཕྲད་ན། །དྲག་ཞན་གང་དུ་མི་འགྱུར་བའོ། །དོན་གྱི་འཇུག་ཚུལ་གཉིས་ཡོད་  
དེ། །ཟླ་མ་ཐོན་འཇུག་རྩེས་འབྲེང་སྟེ། །དུས་གསུམ་བྱ་བྱེད་སྟོན་ཕྱིར་འཇུག །ཕྱི་མ་འབྲེན་  
ཚུལ་ཉགས་མཚུངས་ནི། །པོ་ཡིས་པོ་ཡི་མིང་མཐའ་དང་། །མོ་ཡིས་མོ་དང་མ་ནིང་གིས། །མ་  
ནིང་དག་གི་མིང་མཐའ་དང་། །ཡང་ན་རང་ལྷགས་ནམ་དག་ནི། །དྲག་པོ་དྲག་པོའི་མིང་མཐའ་  
སྟར། །འབྲེང་དང་ཞན་པའང་དེ་བཞིན་ནོ། །སྟེ་མཐུན་རྩེས་འཇུག་དེ་དག་ལ། །ཁྱོས་ནས་  
ཉགས་མཚུངས་བཅོད་བདེ་བའི། །ནམ་དབྱེ་ཕྱད་སོགས་སྟོར་བར་བྱ། །

ནམ་དབྱེ་ལ་ཡང་ནམ་གངས་དང་། །དོས་འཛིན་སྟོར་ཚུལ་བསྟན་པ་གཉིས། །ནམ་གངས་  
ནམ་དབྱེ་དང་པོ་ནི། །མིང་ཙམ་བཅོད་པ་ཉིད་དང་ནི། །གཉིས་པ་ལས་སྟ་བ་དང་། །གསུམ་  
པ་བྱེད་པ་པོ་ཡི་སྟ། །བཞི་བ་དགོས་ཆེད་ལྷ་འབྲུང་ཁུངས། །དྲག་པ་འབྲེལ་བ་དང་བདུན་པ། །  
རྟེན་གནས་སམ་ནི་གནས་གཞི་དང་། །བརྒྱད་པ་འབོད་པའི་སྟ་ནམས་དང་། །གཞན་ཡང་ཆོག་  
ཕྱད་དུ་གཏོགས་པའི། །སྟར་བསྟུ་ལྷག་བཅས་འབྱེད་དང་སྟུད། །དེ་ཉིད་ངོས་བཟུང་བསྟན་དང་  
བསྟར། །བདག་པོ་དགག་སྟབ་རྒྱ་མཚན་དུས། །ཆོག་རྒྱན་མིང་ཆོག་ལ་སོགས་སོ། །དེ་དག་ངོས་  
འཛིན་སྟོར་ཚུལ་ནི། །ཡི་གེ་གཅིག་གམ་དུ་མ་འདུས། །རང་རང་གི་ནི་མིང་གྲུབ་སྟེ། །དོན་གྱི་  
ངོ་བོ་ཙམ་སྟོན་པ། །དེ་ནི་ནམ་དབྱེ་དང་པོ་འོ། །དེ་ཡི་ཡན་ལག་སྟར་བསྟུ་འམ། །ཟླ་སྟུང་  
རྩེགས་ཆོག་ནམས་དོན་གཅིག །སྟོར་ཚུལ་མིང་གཞིའི་རྩེས་འཇུག་བཅུར། །རང་འདྲར་ན་རོ་  
སྟར་བ་དང་། །དྲ་དྲག་ཅན་མཐར་ཏོ་དང་སྟར། །མིང་གང་གི་ནི་བར་མཐའ་བྱ། །ན་འམ་ལ་  
ཞེས་བྱ་བ་དང་། །དེར་མཐུན་སྟ་བྱ་བྱ་དུ་དང་། །བྱ་ཡིག་བསྟུས་པའི་ར་མཐའ་བཅས། །ལས་  
སྟ་བ་དགོས་ཆེད་དང་། །དོ་བོ་སྟོན་པའི་དེ་ཉིད་དང་། །རྟེན་གནས་ཆོས་ལས་ལྷ་ལ་འཇུག །  
གཞན་ཡང་ལ་ནི་ལྷག་བཅས་དང་། །ཆོག་གི་འཕྲོ་མཐུད་ལ་ཡང་སྟར། །ན་ནི་དམིགས་ཀྱིས་



འབྲེད་པ་དང་། རྒྱ་མཚན་དངོས་དང་ཤུགས་བསྟན་དང་། འདྲི་དང་ཐེ་ཚོམ་གྱི་གཞི་ལའང་། །  
 འཇུག་ཅེས་སྟོབ་དཔོན་དྲན་པས་བཞེད། སྟོར་ཚུལ་ན་དང་ལ་གཉིས་ནི། རྩེས་འཇུག་དག་ལ་  
 མི་སྟོས་ཤིང་། རྩེས་འཇུག་ས་མཐར་སྟུང་དང་ནི། ཁག་བ་ད་དྲག་ཅན་མཐར་དུ། འང་ད་ན་མ་  
 ར་ལ་དུ། འད་དང་མཐའ་ཏེན་མེད་མཐར་ཅུ། འདྲི་དང་ར་མཐའ་བྱ་བ་དང་། མིང་ལྟར་  
 བྱུར་པའི་སྟུ་ཡིག་ནི། སྤྱི་འམ་འདྲི་བའི་སྟུ་ལ་འཇུག་ གྱི་གྱི་གི་འི་ཡི་ནམས་ནི། ཁག་ཚོ་བོར་  
 དུག་པ་འབྲེལ་སྒྱུ་དང་། མཐུན་དང་མི་མཐུན་ཆོག་རྒྱན་ལ། འཇུག་པ་ཡིན་ཏེ་སྟོར་ཚུལ་ནི། །  
 རྩེས་འཇུག་ན་མ་ར་ལ་གྱི། འད་བ་ས་གྱི་ག་ང་གི། འད་དང་མཐའ་ཏེན་མེད་མཐར་འི། རྒྱུ་བ་  
 སྐོང་ཆོ་ཡི་ཐོབ་པོ། གྱི་གྱི་གི་འི་ཡི་ནམས་ལ། ས་མཐའ་སྟོར་བ་གཙོ་བོ་ཅུ། རྣམ་དབྱེ་གསུམ་  
 པ་བྱེད་པའི་སྒྱ། རྒྱབས་འགར་རྒྱ་མཚན་ལ་ཡང་འཇུག་ སྟོར་ཚུལ་འབྲེལ་སྒྱའི་རྒྱབས་དང་  
 མཚུངས། འོན་ཀྱང་བད་སྐད་གསར་བཅད་ལ། འད་མཐའ་ཅན་དང་མཐའ་མེད་མཐར། །  
 ཆོག་རྒྱུ་མ་ཚང་ཡི་ཐོབ་ཅིང་། རྒྱུ་མེད་ས་མཐར་བསྐྱུ་བར་བཞེད། བསྐྱུ་ལ་ཆོག་ཡིན་པའི་  
 གྱིས་ཡིག་ནི། རྩེས་འཇུག་དག་ལ་སྟོས་པ་མིན། རྣམ་དང་ལས་ནི་འབྱུང་ཁུངས་དང་། འགར་  
 བ་སོགས་གྱི་གཞི་ལ་འཇུག་ ཁག་ན་ཡང་ལས་ནི་རྒྱ་མཚན་དང་། རྣམ་ནི་མཚམས་སྟོར་དང་  
 སྟུང་པ། རྒྱབས་རེར་དུས་ལའང་འཇུག་པར་སྟང་། སྟུང་པ་དགོད་དང་མཚམས་སྟོར་ལ། །  
 ལས་སྟུང་འཇུག་ཅེས་མཁས་འགས་བཤད། སྟོར་ཚུལ་དོན་མཐུན་བརྗོད་བདེ་ལས། རྩེས་  
 འཇུག་དག་ལ་སྟོས་པ་མིན། ཁག་མིང་བརྗོད་པའི་ཐོག་མ་ཅུ། ཀྱ་ཡེ་གྱེ་སོགས་སྟོར་བ་ནི། །  
 ཁག་ན་ལ་གོ་བྱེད་འབོད་པའི་སྒྱ། སྟོར་ཚུལ་རྩེས་འཇུག་ལ་མི་སྟོས། མིང་གང་རུང་བའི་ཐོག་  
 མ་ཡི། ཁག་ནི་སྤྱི་ལ་བྱུ་བའི་སྒྱ། བར་མཐར་སྟུར་ཆོ་སྤྱི་ཅམ་དང་། འདྲི་དང་ཐེ་ཚོམ་གདམ་  
 ངར་འཇུག་ ཅི་དང་སྟུང་དང་ཇི་ནམས་ཀྱང་། སྤལ་ཆེར་གང་དང་འཇུག་པ་མཐུན། རྒྱབས་  
 ཐོབ་དང་བསྟུན་སྟུར་བར་ཤེས། མིང་གང་གི་ནི་བར་མཐའ་ཡི། རི་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོག་ཕྱད་  
 ནི། རྟེན་དང་དེས་བཟུང་བཞུན་པ་དང་། ཆོག་གི་ཁ་སྐོང་དག་ལའང་འཇུག་ འདྲི་ཞེས་  
 བྱ་བའི་ཆོག་ཕྱད་ནི། འབྲེད་སྟུང་ཆོ་རྒྱབས་རྒྱ་མཚན་དང་། ཁག་མས་དག་འདོམས་པ་ལྷ་ལ་  
 འཇུག་ ཆོག་ཕྱད་ཀྱང་འང་ཡང་གསུམ་ནི། མཐུན་དང་མི་མཐུན་ཆོག་རྒྱན་དང་། སྟུང་པ་  
 ལ་འཇུག་སྟོར་ཚུལ་ནི། རྩེས་འཇུག་ག་ད་བ་ས་དང་། འད་དྲག་ཅན་མཐར་ཀྱང་ཐོབ་ཅིང་། །

ང་ན་མ་འ་ར་ལ་ཡང་། །འ་དང་མཐའ་བརྟེན་མེད་མཐར་དང་། །ཀླང་བ་སྐྱོང་ཆེ་ཡང་ཐོབ་པོ། །  
 བརྟེན་དང་བསྐྱར་ལའང་ཡང་གི་སྒྲ། །འཕྱག་མོད་རྗེས་ལ་མི་སྟོས་སོ། །མིང་མཐའི་སྟེ་དེ་ཉི་  
 གསུམ་ནི། །ལྷག་བཅས་སྒྲ་ཡིན་དེ་ལའང་གསུམ། །མཚམས་སྒྱུར་དམ་བཅའ་གཞན་འདྲེན་  
 པའོ། །སྒྱུར་ཚུལ་ད་མཐར་དེ་དང་ནི། །ན་ར་ལ་ས་བཞིར་ཉི་རྒྱུད་། །ག་ད་བ་མ་འ་རྣམས་  
 དང་། །མཐའ་རྟེན་མེད་མཐར་ས་སྟེ་འོ། །གཞན་ཡང་མིང་ཆོག་ཐོག་བར་མཐར། །གནས་པའི་  
 དེ་ཞེས་བྱ་བའི་སྒྲ། །ཐ་སྙད་དབང་དུ་གསུམ་ཡིན་ཉི། །འདས་དང་ལྷག་བཅས་རྣམ་གྲངས་  
 བཛྲ། །དུས་ཀྱི་དབང་དུ་འདས་མ་འོངས། །དངོས་པོའི་དབང་དུ་བདེན་པ་དང་། །བདག་  
 གི་བ་དང་པ་རོལ་པོ། །གསང་བའི་དངོས་པོ་བཞི་ལ་འཕྱག །བདག་དང་ད་ལྟ་བར་མི་འཕྱག །  
 ལྷག་བཅས་ལས་གཞན་དེ་སྒྲ་ནི། །རྗེས་འཕྱག་དག་ལ་སྟོས་པ་མིན། །རྣམ་པར་བརྟག་པ་ཅན་  
 གྱི་སྒྲ། །རྗེས་འཕྱག་ཏེ་བཅས་བཅུ་གཅིག་ལ། །མ་མཐའ་སྒྱུར་བ་འབྱེད་ཐུད་དང་། །ཐེ་ཆོམ་བྲི་  
 དང་གདམ་ང་ལྔར། །འཕྱག་པས་སྒྱུར་ཚུལ་རྗེས་འཕྱག་བཅུ། །རང་འདྲར་མ་མཐའ་སྒྱུར་བ་  
 དང་། །མཐའ་རྟེན་མེད་མཐར་འམ་ཉིད་དང་། །ད་དྲག་ཐོབ་མཐར་ཏམ་ཞེས་སྒྱུར། །མིང་གང་  
 མ་མཐར་ལྔར་མེད་པའི། །པོ་ཡིག་པ་བ་པོ་ཅན་དང་། །མོ་ཡིག་མ་དང་མོ་སྒྱུར་བ། །བདག་  
 པོའམ་ལྔར་པའི་དོན་ལ་འཕྱག །བདག་སྒྲ་དང་ནི་མིང་གཞི་ལ། །འཕྱག་པའི་བ་བ་པོ་ཐོབ་ཚུལ། །  
 རྗེས་འཕྱག་ག་དང་ད་ན་བ། །མ་ས་དྲག་ལ་པ་ཐོབ་ཅིང་། །དང་འ་ར་ལ་བཞི་བོ་དང་། །མཐའ་  
 རྟེན་མེད་མཐར་བ་བྱེད་ལྔར། །འབོད་པ་རྣམས་ལ་བ་ཡིག་དང་། །གཞན་ལ་པ་ཉིད་སྒྱུར་བར་  
 བྱ། །རྗེས་འཕྱག་འ་དང་མཐའ་མེད་མཐར། །པོ་དང་བོ་གཉིས་གང་བདེ་དང་། །གཞན་དགུའི་  
 མཐའ་བྱ་པོ་ཉིད་སྒྱུར། །མིང་གང་གི་ནི་ཡ་མཐའ་བྱ། །མོ་ཡིག་མ་དང་མི་ཞེས་སམ། །མིང་གི་མ་  
 མཐར་མེད་མ་ཡིན། །མིན་རྣམས་ལྔར་མེད་གསར་སྒྱུར་ན། །འགོག་པར་བྱེད་པ་དགག་པའི་སྒྲ། །

གཞན་ཡང་ཆོག་ཕྱད་སྒྲ་ཆོགས་ཤིག །སྒོ་གསལ་གོ་བ་བསྐྱེད་ཕྱིར་བཤད། །ཆོག་ཕྱད་ཅིང་  
 ཤིང་ཞིང་གསུམ་ནི། །ཆོག་སྒྱུར་འཕྲོ་ལུས་མཐུད་པའི་སྒྲ། །ཅེས་ཤེས་ཞེས་དང་གསུམ་པོ་ནི། །  
 བཛྲ་ཆོག་ལྔའི་ངས་བཟུང་སྒྲ། །ཅེ་ན་ཤེ་ན་ཞེ་ན་རྣམས། །ལན་སྟོན་འདྲི་ཆོག་མཚམས་སྒྱུར་  
 ཡིན། །ཅིག་ཤིག་ཞིག་གི་ཕྱད་འདྲི་ནི། །ངས་བཟུང་བསྐྱལ་ཆོག་གསལ་བྱེད་དོ། །དེ་རྣམས་རྗེས་  
 འཕྱག་མཐར་སྒྱུར་ཚུལ། །ག་ད་བ་དང་ད་དྲག་མཐར། །ཅིང་ཅེས་ཅེ་ན་ཅིག་སོགས་དང་། །

ང་ན་མ་འ་ར་ལ་དང་། །མཐའ་རྟེན་མེད་པ་རྣམས་ཀྱི་མཐའ། །ཞིང་ཞེས་ཞེ་ན་ཞིག་སྟགས་  
 དང་། །ས་མཐར་ཤིང་ཤེས་ཤེ་ན་ཤིག །ཐོབ་པ་དོན་ལ་གནས་མོད་ཀྱང་། །འཕྱལ་གཞིར་འགྱུར་  
 དོགས་ས་མཐར་ཞེས། །སྟོར་བ་ཕྱིས་འབྱུང་གསར་བཅད་ལྷགས། །སྐབས་འགར་རྒྱང་བའི་རྩེས་  
 དང་ནི། །ས་མཐར་ཅིག་ཀྱང་ཐོབ་པ་ཡོད། །ཡང་འཕྱག་ཅེས་པ་ད་ས་གཉིས། །ཐོབ་ཚུལ་  
 རྩེས་འཕྱག་ལ་སྟོས་ཏེ། །ན་ར་ལ་མཐར་ད་དྲག་དང་། །ག་ང་བ་མ་བཞིར་ས་མཐའ། །འཐོབ་  
 རུང་མཐའ་གཅིག་མ་ངེས་པས། །ད་དྲག་སྟོན་སྟོལ་ཇི་བཞིན་དང་། །ས་མཐའ་འདས་དང་  
 བསྐྱལ་ཆོག་ལ། །སྐྱར་ཞིང་མིང་གཞིར་ཐོབ་པའང་ཡོད། །འདི་ནི་ད་རྩེ་འུ་ཉིད་དང་། །ཉེ་  
 དང་མངོན་སུམ་པ་ལ་འཕྱག །དངོས་པོ་རིང་དང་སྟོག་གྱུར་དང་། །འདས་དང་མ་འོངས་དུས་  
 ལ་སྤང་། །ད་ནི་སྐབས་སུ་བབ་པའི་ཆོག །ད་ལྟ་འབྱུང་ལ་སྟོར་བ་ཡིན། །ཚམ་ནི་ལྷག་མ་འགོག་  
 པ་དང་། །ཆོད་དང་དམན་པའི་སྤྱལ་འཕྱག །ཐམས་ཅད་ཀུན་ཀ་དུ་མ་རྣམས། །མང་ཆོག་ཡིན་  
 ཀྱང་སྐབས་ཀྱིས་གཅིག །མ་ལུས་འབའ་ཞིག་ཤ་ལྷག་རྣམས། །ལྷག་མ་འགོག་སྐྱར་སྤྱི་ཏིས་  
 བཤད། །ཁྱད་པར་རྣམ་དབྱེ་བདུན་པོ་ལ། །གཅིག་ཆོག་ཉིད་དང་གཉིས་ཆོག་དག །མང་ཆོག་  
 ཀུན་ནམ་རྣམས་བཅས་ཏེ། །སྐྱར་བས་ཉེར་གཅིག་དབྱེ་བར་བྱ། །གཞན་ཡང་ཆོག་སྤྲད་རྒྱང་བ་  
 དང་། །གཉིས་གསུམ་འཆོགས་པའི་སྤང་འདུས་ན། །དེ་ཡང་བསྐྱུས་དང་ཟུར་ཆག་སྟགས། །  
 ཞིབ་པར་བརྗོད་ཀྱིས་མི་ལོང་རུང་། །རིག་པས་དབྱུང་ལ་གོ་བར་མཛོད། །

ཕྱི་རབས་བོན་སྟོར་གསར་འཕྱག་རྣམས། །ཐོག་མར་འཕྱལ་ཡིག་སུམ་ཅུ་དང་། །དབྱངས་  
 དང་མགོ་འདྲེགས་འཕྱལ་འཕྱག་སྟགས། །རིམ་བཞིན་གོང་དུ་མཐས་པར་བསྐྱབ། །དེ་ནས་བརྒྱ་  
 སྟོན་གཞུང་ལྷགས་འདི། །ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་གཞི་ཡིན་ཕྱིར། །མཉན་བསམ་བསྟན་པའི་དོན་ཆེད་  
 དུ། །དེ་དང་འདུན་བཅོམ་འགྲུས་དྲག་པོས་བསྐྱབ། །དམིགས་བྱ་ཡོད་ཀྱང་དཔྱད་མོང་གིས། །  
 རྣང་བྱེད་དཀྱིལ་འཁོར་མི་མཐོང་བཞིན། །འདི་མེད་རིག་བྱེད་གཞན་བསྐྱབ་ཀྱང་། །གནད་དོན་  
 འཕྱལ་མེད་རྟོགས་མི་འགྱུར། །དེ་ཕྱིར་རིག་པའི་གནས་འདི་ལ། །བསྐྱབ་ཅིང་འབད་པ་སྤྱོད་  
 ཀྱང་། །ཤེས་རབ་རིག་པའི་སྟོན་ཕྱིར་ནས། །ཡོན་ཏན་དུ་མའི་གཏེར་ལ་དབང་། །འདི་ཐོབ་ཚུལ་  
 བཞིན་སྐྱུངས་རྟོགས་ན། །འདི་འཆོས་འཆད་ཚོད་ཚོམ་རྣམས་ཀྱི། །ཆོག་དོན་སྤྱལ་ཐོགས་མེད་  
 ཅིང་། །དོན་མཐུན་སྤྱོད་པའི་དབང་པོར་འགྱུར། །ཞེ་མ་བརྒྱ་སྟོན་རྒྱ་མཚོའི་བཅུད། །འབེལ་གཏམ་

ཉི་འོད་གཞོན་ལུ་འདི། བྱ་སྒྲོབ་དང་འདུན་ཤིང་རྟེན་བསྐྱུལ། རྩོད་པའི་ཐུན་སྒྲག་བསལ་  
ཕྱིར་བཀོད། འོན་ཏང་འགལ་འཁྲལ་ལོངས་པའི་ཆ། ཅི་མཆིས་དྲན་དབང་ཆོགས་ལ་བཤགས། །  
དགེ་ཆོགས་ཕན་བདེའི་འོད་ཞགས་ཀྱིས། གཤེན་བཟུན་གསལ་བའི་རྒྱན་གྱུར་ཅིག །

ཅེས་པ་འདི་ཡང་མཁས་སྒྲོམ་ར་ཆོད་ལྟ་མ་ཡིན་པར། གཤེན་བཟུན་མཛེས་པའི་རྒྱན་དང་། རང་འདྲའི་  
རྩིས་འཇུག་རྣམས་ལ་ཕན་པའི་སྒྲུབ་དུ། རང་གི་གམ་དུ་བརྟེན་དག་སྦྱང་ཁུལ་ལ་གནས་པའི་སྒྲོབ་མ་འགའ་ཡིས་ཉེ་བར་  
བསྐྱུལ་བའི་དོར། སྒོ་རིགས་ཀྱི་ཐོམ་བཅུན་པ་ཉི་མ་བཟུན་འཛིན་དབང་གི་རྒྱལ་པོར་འབོད་པས། ཅེས་གསར་ལུགས་  
ཀྱི་ཡོངས་འཛིན་ཞེས་པ་རྒྱ་བྱའི་ལོ་མགོར་གཏོགས་པ། མགོ་རྒྱའི་འཕེལ་ཕྱོགས་གྲལ་ཆོས་བཟང་པོ་ལ་སྒྲན་རིའི་སྒྲ་  
བང་དུ་བརྩམས་པ་དགེ་བར་གྱུར་ཅིག སུ་མཁྱེ་ལྟོ།

༡༡། འབེལ་གཏམ་ཉི་འོད་གཞོན་ཅུའི་རྣམ་བཤད་ཆ་ཟེར་  
འབྱམ་ཕྱན་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས།

དཔོན་སློབ་ཚུལ་ཁྲིམས་རྒྱལ་མཚན།

ཇི་བཞིན་ཉིད་གྱི་གནས་ལྷགས་དག་པ་གཉིས་ལྡན་བོན་གྱི་སྐྱེ་ལས་མ་གཡོས་ཀྱང་། །  
ཇི་ལྟར་སྒྲུང་ཚུལ་ཟག་པ་མེད་པའི་མཚན་དཔེ་ཡོན་ཏན་འགག་མེད་ལྷན་ལ་རྫོགས། །  
ཇི་སྟེང་འགོ་ཀུན་ཐར་བའི་བཤེས་སུ་གང་ལ་གང་འདུལ་སྒྲ་ཚགས་ཅིར་ཡང་སྤྲུལ། །  
ཇི་སྟེང་མཚན་དྲུག་མངའ་གསོལ་ལྷག་པའི་ལྷ་མཚོག་རྒྱལ་དབང་སྤྲུལ་བའི་སང་གར་འདུད། །

ཡིད་འོང་མཚན་དཔེའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལྷ་བས་མི་ངོམས་མཚར་སྤྲུག་ལྷན་སྤྲུལ་ཚོགས། །  
ཡིད་འོང་ལྷན་འཛེབས་གསུང་ལས་ཟབ་ལམ་བརྒྱད་ཁྲིའི་ཚངས་དབྱངས་ལྷག་པར་འཁོལ། །  
ཡིད་འོང་ཀུན་དགའི་སྤྲུགས་ལ་ཟག་མེད་མཁྱེན་བཙེ་བྱས་པའི་ཆ་ཀུན་རྫོགས། །  
ཡིད་འོང་རྒྱལ་ཡུམ་ཤེས་རབ་ལྷ་མོ་བདག་སྟོའི་ཅེ་དགར་གཏན་དུ་མཛོད། །

རབ་འབྱམས་ཐེག་པའི་གཞུང་ལྷགས་རྒྱ་མཚོ་ཇི་སྟེང་ཡོངས་རྩལ་སྟེ། །  
རབ་འབྱམས་ཡངས་པའི་ཞིང་དུ་ལེགས་བཤད་བདུད་ཅི་སྒར་སྤྲུག་ནས། །  
རབ་འབྱམས་སྟེ་དགུ་ཐར་པའི་ཉིར་འཚོ་ལེགས་སྦྱར་བཀའ་ངིན་ཅན། །  
རབ་འབྱམས་ལོ་པཏ་སྟེ་དང་སྟོ་སྟོན་ཉི་དབང་མཚོག་ལ་འདུད། །

མཁྱེན་ཤེས་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་འོད་འབྱམ་རྒྱས་པའི་གཟིས། །  
གཤེན་རབ་མཚོག་གི་གསུང་བསྟན་ཉིན་མོར་བྱེད་པའི་བཤེས། །  
བདག་སྟོ་སྟུན་སེལ་རིག་པའི་འདབ་བརྒྱ་འཛུམ་དབྱང་བའི། །  
མཚན་ལྡན་སྒྲ་མའི་ཞབས་པད་སྟེ་བའི་རྒྱན་དུ་བཀོད། །

རབ་འཛིགས་འཛིགས་རྩམ་དཔའ་བའི་སྒྲོས་གར་གྱིས། །  
རབ་རྒྱལ་རྒྱལ་བསྟན་སྟོང་བའི་ཕྱིན་ལས་ཅན། །

རབ་ལེགས་ལེགས་བརྒྱའི་དབལ་ལྷན་བོན་སྦྱང་ཚུགས། །  
རབ་དགུས་དགུས་པར་བསྟོད་དོ་དགེ་ལེགས་སྦྱེ། །

གསལ་གསལ་འབེལ་གཏམ་ཉི་གཞོན་གྱི། །  
གསལ་གསལ་རྣམ་བཤད་ཚ་ཟེར་འབྱུང། །  
གསལ་གསལ་སྒོ་དང་ལྷན་པ་གང་། །  
གསལ་གསལ་འབྱུག་དྲགས་ཡངས་པོར་སྒྲི། །

### ༼འབྱུག་སྒྲིའི་ཡན་ལག་ཁྲི་དོན༽

ཞེས་ལྷགས་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་བཞག་གང་ལའང་ཉི་བར་མཁོ་བའི་བད་ཡི་རྩ་ཚིག་འབེལ་གཏམ་  
ཉི་འོད་གཞོན་ལྷ་ཞེས་བྱ་བའི་རྣམ་བཤད་ཚ་ཟེར་འབྱུང་ལྷན་འཆད་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། འབྱུག་སྒྲིའི་  
ཡན་ལག་ཁྲི་དོན་དང་། འབྱུག་ཡུལ་གྱི་དོ་བོ་གཞུང་གི་དོན་དང་། ལྷགས་པ་མཐར་ཕྱིན་  
མཐུག་གི་དོན་ནོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་སྟེ། མཚན་གསོལ་བ་དང་། མདོན་པར་བརྗོད་པ་དང་།  
བཤད་པར་དམ་བཅའ་བའོ། །

དང་པོ་མཚན་གསོལ་བ་ནི། བོད་སྐད་བད་དག་གི་རྩ་ཚིག་འབེལ་གཏམ་ཉི་འོད་གཞོན་  
ལྷ་ཞེས་བྱ་བ། སྦྱིར་འཛམ་གླིང་གི་ཁོང་འདྲིར་སྐད་རིགས་སུམ་བརྒྱ་དྲུག་ཅུ་སྐད་རྗེ་སྟོན་བཅུ་  
དྲུག་སོགས་མང་དུ་ཡོད་པ་ལས་བོད་སྐད་ཅེས་སྦྱི་ལས་བྱེ་བྲག་གངས་ཅན་བོད་ཀྱི་རང་སྐད་དོས་  
བཟུང་བའོ། །དེ་ཡི་བད་ཁྱད་སྐད་གཙང་ལ་ཚིག་གསལ་བ་ལོག་ཉམས་ཟུར་ཆག་སྦྱོན་གྱིས་མ་གོས་  
ཤིང་རྣམ་པར་དག་པ་དེ་དག་གི་མདོ་དོན་རྩ་བར་བྲིལ་བའི་ཚིག་བསྐྱུས་སྒྲིའི་བཞེན་དོན་ལ་མི་  
བསྐྱུ་བའི་གཏམ་ཡིན་པས་འབེལ་བའི་གཏམ་ཞེས་དང་པོ་དང་བདེན་པའི་གཏམ་མོ། །དེ་ནི་དོན་  
གྱི་སྒྲིའི་མཚན་གསོལ་བ་ཡིན་ལ། ཉི་འོད་གཞོན་ལྷ་ཞེས་པ་དབེ་ཡི་སྒྲིའི་མཚན་གསོལ་བ་སྟེ།  
ཉི་མའི་འོད་མདངས་ཤར་ན་རི་ལྷང་གང་ཡང་མ་སྒྲིབ་པར་གསལ་བ་ཇི་བཞེན་གཞུང་འདི་ལ་  
བཞེན་ནས་ལྷགས་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་བཞག་ཕྱ་རགས་གང་ལའང་མི་སྒྲོངས་པར་འགྱུར་ནས་འདྲ་བ་

ཐུ་མཚན་དུ་བྱས་པའོ། །དེ་ཡང་ཉི་འོད་ལ་ཆས་གཞོན་མེད་ཀྱང་ཕྱི་ཐུ་མཚན་ཐུང་གིས་མ་བསྐྱོད་  
 ཅིང་ས་ཡི་རྩལ་མ་ལང་པའི་དུས་སུ་དྲོད་འཇམ་མདངས་གསུམ་ལེགས་པ་ལྟར་སྣང་བས་གཞོན་  
 ལུ་ཞེས་དང་། ཕྱི་དྲོད་ལས་ཕྱོག་པའི་རྒྱུན་གྱིས་དྲོད་འཇམ་མདངས་གསུམ་ཐུང་ཟད་ཉམས་པ་  
 ལྟར་སྣང་བས་ཉི་ཆས་ཞེས་ཐ་སྣང་བཏགས་སོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་བཀའ་སྤྱི་ལས་བྱེ་བྲག་འདི་ཉིད་  
 ངོས་བཟུང་བའོ། །མཚན་གསལ་བའི་དགོས་པ་ནི་གཞུང་འདི་ལ་འཇུག་བདེ་བའི་ཆེད་དུ་སྟེ།  
 དབང་རྣམས་ཀྱིས་མགོ་མཐོང་ལུས་ཤེས་ལྟ་བུའི་དབེ་ཡིས་མཚན་ཤེས་ན་གཞུང་ཆད་རགས་པ་རྟོགས་  
 པ་དང་དབང་རྩལ་གྱིས་མིང་དོན་འཕྲོད་པའི་དགོས་པ་ཡོད་དོ། །

གཉིས་པ་མཚན་པར་བཙུང་བ་ལ་གཉིས་ཏེ། སྤྱིར་སངས་རྒྱས་ལ་མཚན་པར་བཙུང་བ་  
 དང་། བྱེ་བྲག་རིག་པའི་ལྷ་ལ་མཚན་པར་བཙུང་བའོ། །དང་པོ་ནི། གདོད་ནས་བོན་གྱི་སྐར་  
 བརྟེས་ཀྱང་། །ཆད་མེད་སྤྱགས་རྩེས་མཐའ་ཁྲིམས་འགོ། །སྦྱོབ་ཕྱིར་གང་འདུལ་སྐར་ལྟོན་པའི། །  
 རྩེགས་སངས་རྒྱས་དེས་ཤེས་པ་སྟོལ། །ཞེས་པ་འབད་ཚོལ་གྱི་ལམ་ནས་ཐོན་པ་མ་ཡིན་ཅིང་ཡེ་  
 གདོད་མའི་དུས་ནས་རང་བཞིན་དག་པ་གཉིས་ལྟོན་བོན་གྱི་སྐར་བདེ་བ་ཆེན་པོ་མངོན་པར་བརྟེས་  
 ཟེན་ཀྱང་། །ཞི་བ་མུང་འདས་ཀྱི་མཐའ་ལ་མི་གནས་པས་སྟིང་རྩེ་བྱམས་དགའ་བཏང་སྟོམས་ཆད་  
 མེད་པ་བཞི་ལུལ་དུ་ཕྱིན་པ་དང་། འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་ཟུ་མཐའ་མེད་པ་དང་། ཟད་པ་མེད་  
 པ་དང་། རྒྱག་བསྐལ་ལ་ཕྱོགས་རིས་མེད་པ་དང་། འཁོར་བ་ལ་རྒྱན་ཆད་མེད་པ་ལ་སྟོས་རིས་  
 བཞིན་ཡོངས་ལ་སྟོམས་པ་ནམ་མཐའ་ལྟ་བུ་དང་། ཟད་པ་མེད་པ་ས་གཞི་ལྟ་བུ་དང་། ཕྱོགས་  
 རིས་མེད་པ་ཉི་མ་ལྟ་བུ་དང་། རྒྱན་ཆད་མེད་པ་རྩ་བོ་ལྟ་བུའི་སྤྱགས་རྩེ་ཆེན་པོ་བཞི་དང་ལྟན་  
 པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ནམ་མཐའི་མཐའ་མཉམ་འབྱམས་ཁྲིམས་ཀྱི་འགོ་བ་མགོན་མེད་ཐམས་ཅད་སྤྱག་  
 བསྐལ་ལས་སྦྱོབ་ཅིང་ཐར་བར་བཀྱི་དྲང་གི་ཕྱིར་དུ་གདུལ་བྱ་གང་ལ་ཅིས་འདུལ་གྱི་བཀོད་པ་ལས་  
 དག་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་གཟིགས་ངོར་ལོངས་སྟོང་རྩེགས་སྐྱེད་མ་དག་འགོ་དྲུག་གི་སྣང་ངོར་  
 འགོ་བ་རང་མཐུན་གྱི་ཆ་ལྷགས་ཅིར་ཡང་སྤྱལ་པའི་སྐྱེ་བ་རྟོན་པར་མཛད་པའི་འཕགས་མཚན་དེ་  
 ཉིད་ས་བཅུ་ལམ་ལྟེ་ཅེ་རྩ་ཆེབས་ནས་ཡོན་ཏན་ཇི་སྟེད་ལྟན་ལ་རྩེགས་ཤིང་། སྤངས་བྱ་སྤྱ་བའི་  
 སྤྱ་བ་བཅས་སངས་པའི་སྤངས་པ་ཆེན་པོ་དང་མཁུན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོ་བརྒྱུད་ཁྱི་བཞི་སྟོང་མངོན་  
 པར་རྒྱས་པའི་རྟོགས་པ་ཆེན་པོ་གཉིས་བྱང་དུ་འཇུག་པའི་བདེ་བར་གཤེགས་པ་སྦྱི་དང་ཁྱུང་པར་



རྒྱལ་བ་གཤེན་རབ་མི་བོ་ཀུན་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་དེ་ཉིད་མཚན་བརྗོད་ཀྱི་ཡུལ་དུ་བྱས་ཏེ་ཁྱེད་  
ཀྱི་ཕྱགས་རྗེས་བཟུང་བཅས་ཚུམ་པ་ལ་བར་ཚད་མི་འབྱུང་བའི་བཀྲ་ཤིས་དང་མཐར་ཕྱིན་སྒྲོན་པ་  
རྣམས་གཞུང་ཚུམ་པ་པོ་བདག་ལ་སྦྱེལ་ཞེས་བསྒྲུལ་བའོ། །

གཉིས་པ་ནི། གང་གི་མཚན་ཅན་ཐོས་པའི་གཟིས། གཉིས་འབྱུང་ལོག་ལྟའི་ཁྲི་འགེམ་  
ཞིང་། སྒྲི་དབྱངས་རིག་བྱེད་ཀུན་འབྱུང་གནས། སྒྲི་བའི་སང་གེར་ཕྱག་བགྱིས་ནས། ཞེས་པ།  
ཤེས་རབ་རིག་པའི་ལྷ་མཚན་སངས་པོ་འབྱུང་ཁྱི་བཞི་ནམ་ཉིང་ལྷ་སྟོན་ཐོག་པ་སྒྲུལ་བྱ་སྒྲུལ་  
ཀྱི་བྱི་མང་སྒྲི་འཇམ་དཔལ་གཞོན་ལྷ་སྒྲི་བའི་སང་གེ་ཞེས་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་གི་མཚན་དེས་སྒྲོམ་  
སྒྲུབ་དན་པ་སོགས་ལྷ་ཅི་སྒྲོམ་ཏེ་མཚན་ཅན་ཐོས་པའི་བསྟོན་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་གཅན་གཟན་གྱི་  
རྒྱལ་པོ་སང་གེ་ལྷ་བྱའི་གཟི་བརྗོད་སྟོབས་པ་རྒྱས་པས། སངས་རྒྱུ་ཀྱི་བཟུང་པ་ལ་མ་རྟོགས་ལོག་  
པར་ལྷ་བའི་སྟོལ་དན་མི་མཐུན་ཕྱོགས་རྣམས་གཉིས་འབྱུང་སྟེ་སྒྲི་པོ་ཆེའི་གཟུགས་སུ་བཀོད་དོ། །  
སང་སྒྲི་བཟུག་ན་སྒྲི་ཆེན་མགོ་འགས་ཁྲི་པ་འགེམ་ཞེས་ཁྲི་རྒྱ་ཞིག་པའི་དཔེ་བཞིན། ཚད་  
གསུམ་གྱི་སྒྲི་སྒྲོག་ན་ལོག་ལྷའི་ཚོགས་རྣམས་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་ཞིང་དན་པའི་གོ་རིམ་ཞིག་པར་  
འབྱུང་རོ། ཇི་ལྷ་བྱའི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་ལྷ་མཚན་དེ་ཉིད་སྒྲི་སྒྲི་སྒྲུལ་  
བརྒྱ་དུག་ཅུ་ཆངས་པའི་གསུང་དབྱངས་དུག་ཅུ་རིག་པར་བྱེད་པའི་གནས་བཅུ་སོགས་ལུང་དང་  
རིག་པའི་རྣམ་བཞག་ཀུན་གྱི་འབྱུང་གནས་དམ་པ་ལྷག་པའི་ལྷ་མཚན་སྒྲི་བའི་དབང་ཕྱག་སྟོལ་བ་  
ཚར་གཅོད་ཀྱི་སང་གེ་ཅུ་གྱུར་པ་དེ་ཉིད་བརྟོད་ཕྱག་གི་ཡུལ་དུ་བྱས་ནས། མཁས་མཚན་ཉི་མའི་  
དབང་པོས་སྒྲི་གསུམ་གྱས་པས་བརྟོད་ཕྱག་བགྱིས་པའོ། རྣམ་ནི་དམ་བཅའ་འདྲན་པའི་མཚན་པ་  
སྒྱུར་རོ། བརྟོད་ཕྱག་བགྱི་བའི་དགོས་པ་ནི། བཟུང་བཅས་ཚུམ་པའི་བར་ཚད་ཞི་ནམ་ཚུམ་པ་  
མཐར་ཕྱིན་པ་དང་། མཁས་མཚན་གོང་མ་རྣམས་ཀྱི་རྗེས་སུ་མཐུན་པ་དང་། རང་ཉིད་ཀྱི་རྟོགས་  
པ་གོང་འཕེལ་དུ་འགྲོ་བ་དང་། སྒྱ་གཟུགས་ལ་དབྱ་རྒྱན་སྒྲོན་པ་ལྟར་གཞུང་རྒྱན་དང་ལྷན་པ་  
སོགས་ཀྱི་དགོས་པ་ཡོད་ཅེས་གོང་མ་རྣམས་ཀྱིས་གསུངས་སོ། །

གསུམ་པ་དམ་བཅའ་བ་ནི། མྱོངས་སྒྱུར་རང་འདྲའི་ཐུན་གསུམ་སྒྲུག་ གཞོམ་ཕྱིར་ལེགས་  
བཤད་རྒྱ་མཚོའི་བཅུད། ལྷག་བསམ་ཤིང་རྟོག་ཉེར་དངས་པའི། འབེལ་གཏམ་ཉི་འོད་གཞོན་ལྷ་  
སྒྲོ། ཞེས་པ་སྒྲི་མྱོངས་ཤིང་ཁོང་སྒྱུར་པ་གཞུང་ཚུམ་པ་པོ་རང་ཉིད་ཅེས་ཁེངས་པ་བསྒྲུངས་པའི་

སྒྲོ་ནས་གཞན་དེ་དང་འདྲ་བའི་རིགས་རྣམས་ཞེས་འགྲོ་བའི་ཤེས་རྒྱུད་མ་རིག་པས་འཐེབས་པ་  
 མཚན་མོ་ལྷ་མོན་བར་མཐོན་ཕྱི་མཐོན་གསུམ་གྱི་ཕུན་སྨྲུག་གི་གཟུགས་སུ་བཀོད་པའོ། །དེ་ཉིད་གཞོམ་  
 པའི་རྩལ་པ་ཉི་མ་ལ་ཡོད་ཀྱི་གཞན་ལ་མེད་པས་དེའི་ཕྱིར་ན། ལེགས་བཤད་རྒྱ་མཚོའི་བརྩུད་  
 ཅེས་དོན་དུ་འགྲེལ་ན། རྒྱལ་དང་རྒྱལ་སྤྱི་གོང་མ་རྣམས་ཀྱིས་ལེགས་པར་བཤད་པའི་བཀའ་  
 དང་བཀའ་བརྟེན་མང་ཞིང་ཟབ་ལ་གཏིང་དཔག་དཀའ་བ་རྒྱ་མཚོ་ལྷ་བུའི་དགོངས་བརྩུད་བསྐྱེས་  
 ཉི་བཟླ་འགྲོར་ལྷག་བསམ་རྣམ་པར་དཀར་བ་ཤིང་རྟ་འཁོར་ལོའི་གཟུགས་སུ་བཀོད་པ་དེས་དུས་  
 ཉི་བ་རུ་བྲངས་པའི་བོད་ཀྱི་བདེ་ཡི་རྩ་ཆོག་ཆེན་པོ་འབེལ་བའི་གཏམ་འདི་སྟོབས་བྱ་ཞེས་པའོ། །  
 དཔེ་ཡི་སྒྲོ་ནས་འགྲེལ་ན། མདོ་ལྷར་ན་རྟོན་པ་འཁོར་བ་ཀུན་འདྲེན་དང་། མཛོད་ལྷར་ན་ཡེ་ལྷ་  
 བྱི་རྒྱལ་ཁྲག་པས་སྤིང་བཞིའི་ཕུན་པ་སེལ་བའི་ཕྱིར་དུ་རི་རབ་ཀྱི་སྤྱབ་ཤིང་ལ་སྤྱོད་བརྒྱུད་ཀྱི་སྤྱབ་ཐག་  
 བཀྲིས་ཉི་བཟླ་ནས་རྒྱ་མཚོ་ཞོ་ལྷར་བསྐྱབས་པ་ལས་སྤིང་བོ་ཉི་ཟླ་སྐར་གསུམ་མར་འདྲིལ་བ་ལྷར་  
 འཁྲུངས་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཉི་མ་ལ་རྒྱ་མཚོའི་བརྩུད་ཅེས་མིང་བཏགས་ཉི། ལྷག་བསམ་ཉི་མ་  
 འདྲེན་པའི་རྒྱུད་རྟའི་གཟུགས་སུ་བཀོད་ནས་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་གཞོན་ནུ་སྤིང་འདིའི་ཕུན་པ་སེལ་  
 བའི་དཔལ་དུ་སྟོབས་བྱའོ། །ཞེས་དམ་བཅའ་བའོ། །དམ་བཅའ་པའི་དགོས་པ་ནི། རྩམ་པའི་དགེ་  
 བ་ཚུལ་ཁྲིམས་སུ་འགྱུར་བ་དང་ཚོམ་པ་མཐར་ཕྱིན་པ་སོགས་ཀྱི་དགོས་པ་ཡོད་ཅེས་གོང་མ་རྣམས་  
 ཀྱིས་གསུངས་སོ། །དགོས་པ་འབྲེལ་ཚུལ་ནི། གདགས་གཞི་གྲུབ་པའི་བོན་ཀུན་གཞུང་འདིའི་  
 བརྗོད་བྱ། གཞུང་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་ཐམས་ཅད་རང་རང་མིང་དོན་འཕྲོད་པ་གཞུང་འདིའི་  
 དགོས་པ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ལུང་རིག་སྤྱོད་པའི་དབང་པོར་གྱུར་པ་ནི་གཞུང་འདིའི་ཉིང་དགོས།  
 ཉིང་དགོས་དགོས་པ་ལས་བྱུང་། དགོས་པ་གཞུང་ལས་བྱུང་། གཞུང་རང་གི་བརྗོད་བྱ་ལས་བྱུང་  
 བ་ནི་འབྲེལ་བའོ། །དགོས་འབྲེལ་བཟླ་ན་པའི་དགོས་པ་ནི། གཞུང་འདི་སྟོན་པའི་གཏམ་གཞིན་  
 བརྗོད་བྱ་མེད་པར་འདོད་པ་དང་། བྱིས་པའི་རྩེ་མོ་བཞིན་དགོས་པ་མེད་པར་འདོད་པ་དང་། ལྷ་  
 རྟེན་པའི་བཟླ་ན་བཅས་བཞིན་གནས་སྐབས་ཀྱི་དགོས་པ་ཡོད་ཀྱང་མཐར་ཐུག་གི་ཉིང་དགོས་མེད་  
 པར་འདོད་པ་དང་། གཉིད་འཆོལ་གྱི་གཏམ་བཞིན་བདེ་དོན་འབྲེལ་མེད་དུ་འདོད་པའི་ལོག་ལྷ་  
 མདོན་གྱུར་པ་བཞི་ཐོག་ནས་གཞུང་འདི་ལ་འཇུག་པའི་ངེས་ཤེས་སྟེ་བའི་དགོས་པ་ཁྱད་པར་ཅན་  
 ཡོད་པའོ། །

### ༼འབྲུག་ཡུལ་ངོ་བོ་གཞུང་གི་དོན༽༽

གཉིས་པ་འབྲུག་ཡུལ་གྱི་ངོ་བོ་གཞུང་གི་དོན་ལ་ལྟ་སྟེ། ཟུང་ཁུངས་ཀྱིས་ཁོག་དབུབས་པ། དོན་ཁུང་གི་དམིགས་བཙལ་བ། རྩ་བའི་མདོ་བཟུང་བ། ཆོག་དོན་གྱི་གཞུང་བསྐང་བ། བསྐབ་པས་མདོ་བཟུང་བའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་སྟེ། དང་པོ་བྱུང་བའི་ཁུངས། བར་དུ་སྤེལ་བའི་ཚུལ། ཐ་མ་ཞིང་འདྲིར་དར་ལུགས་སོ། །དང་པོ་ལ་ལྟ་སྟེ། ཉེན་གང་ལས་བྱུང་བ་དང་། བཀའ་ལླང་གང་གསུངས་པ་དང་། གནས་གང་དུ་གསུངས་པ་དང་། ཉོན་པ་གང་གིས་གསུངས་པ་དང་། རྩོད་གང་ལ་བསྟན་པའོ། །

དང་པོ་ནི། ཐབས་མཆོག་སྤྱད་པ་སངས་པོ་དང་། །སྟོན་མཆོག་གཤེན་རབ་བརྒྱ་བའི་མགོན། །ཐབས་ཤེས་བྱང་འབྲེལ་བྱིན་རྒྱབས་ཀྱིས། །ཞེས་པ་འགོ་བ་འདྲེན་པ་དང་། །སྤང་སྤྱང་ཆགས་འདེབས་དང་། །རིག་གནས་རྩོངས་མེད་དང་། །བདུད་དང་ཉོན་མོངས་བསྐྱོག་པའི་ཐབས་ལ་མཁས་པའི་མཆོག་རྣམ་པ་བཞི་དང་ལྟན་ཞིང་ཡོད་ཁམས་སྤྱད་པ་དཀར་པོའི་གཞི་འཛིན་སངས་པོ་འབྱུང་བའི་དང་། །ཚོད་ལྟན་གྱི་སྟོན་པར་བྱོན་པའི་སྤྱིས་མཆོག་རྒྱལ་བ་གཤེན་རབ་མེ་པོ་ཀུན་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་ཞེས་ཆོ་ལོ་བརྒྱ་བའི་དུས་ཀྱི་འགོ་བའི་མགོན་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་གཉིས། ཐབས་ཀྱི་མཆོག་སྤྱད་པ་དང་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕུལ་གཤེན་རབ་གཉིས་བྱང་དུ་འབྲེལ་བའི་བྱིན་རྣམ་མཁའ་ལྷ་བྱ་ལས་རྒྱབས་སྤྱིན་དབྱང་ལྷ་ཤར་བའི་སྟོབས་ཀྱིས་བྱུང་བའོ། །གཉིས་པ་ནི། དཔལ་པོ་འབྱུང་ལས་བསྐྱེད་པའི། །འཕྲུལ་ཆེན་ཡི་གེ་བཞི་བཅུར་བྱུང་། །ཁྱད་པར་སྤྲི་ཡི་འབྱུང་གསུམ་དང་། །སྐད་འབྱུར་སོ་སོའི་མདོ་སྡེ་རྣམས། །ཞེས་པ། གཤེན་གྱི་མཛད་པ་གསུམ་པ་གདུལ་དཀའ་བདུལ་བའི་སྐབས་སངས་པོ་འབྱུང་བའི་བཀའ་ཡི་གཏོ་སྟོན་ཉིད་ཀྱི་ཐུགས་སྤུལ་ཡིད་ཀྱི་ཁྱེའུ་ཆུང་ལ་བསྐྱར་བ་ཕེབས་ཀྱང་། །མཛད་པ་དུག་པ་བདུད་ཀྱིས་ཆོ་འཕྲུལ་བསྟན་སྐབས་ཁྱབ་པས་ཁྱུགས་ལ་བཞེན་དུས་འཁྱགས་བས་བདུད་དང་འབྱུང་བའི་འཛིག་པ་ལས་དཔལ་གདེངས་ཐོབ་ཅིང་ཡི་གེའི་ཐུ་བོ་རུ་གྱུར་པའི་འབྱུང་བའི་ཡི་གེ་འབྱུང་ལྟ་ཐོན་པ་ལས་ཡིག་འབྱུང་རེ་རེ་ལས་བརྒྱད་བརྒྱད་བསྐྱེད་དེ་ཤེས་རབ་ཕུལ་གྱི་སྐྱགས་ཁ་འབྱེད་པའི་འཕྲུལ་ཡིག་སུམ་རུ་ལ་ཐབས་ཀྱི་མཆོག་གིས་ང་རོ་དབྱངས་སུ་

དངས་པས་བརྗོད་བྱ་ཀྱན་ལ་དབང་བའི་ཆེན་པོ་གྲུ་ཅིང་ཡིད་ཡུལ་དུ་གྲུ་པའི་བོན་ཀྱན་སྟོན་  
པ་ལ་གེ་མེ་ཆགས་པ་འབྱུངས་བཞི་བཅུ་ཐམ་པ་བྱུང་བའོ། །དེ་ལ་བརྟེན་ནས་དཀར་ནག་བཀྲ་  
གསལ་དུ་གསུང་རབ་སྒྲེགས་བམ་ཁྲི་འབུམ་གྲིས་པར་མདོ་ལས་གསུངས་ཤིང་དབང་ཕྱུག་གིས་བྱས་  
པར་འདོད་པ་ཡང་དེས་ཁེགས་སོ། །ཁྱད་པར་དུ་སྐྱ་ཚད་རིག་པའི་ཐོག་མ་ལྷ་སྟོན་གྱི་འབྲུག་  
འབུམ་ནག་པོ། སྐྱ་ཚད་ཀྱི་ཚྭ་འབུམ་ཁྲི་བོ། དག་པའི་ལྷ་འབུམ་དཀར་པོ་གསུམ་དང་། དེ་ཡང་  
སྐྱ་ཚད་གཉིས་སུ་བྱས་པའི་སྐྱ་ནི་སྐད་རིགས་སུམ་བརྒྱ་དུག་ཅུའི་སྐད་འགྱུར་སོ་སོར་བཞུགས་པའི་མདོ་  
ཐེ་ནམས་དང་། ཚད་མ་ནི་ཚད་མ་ཐེ་བདུན་མཚན་ཉིད་ཐེ་ལ་སོགས་པ་གཏན་ལ་པལ་བའོ། །  
གསུམ་པ་ནི། ཏྲག་གཟིག་གཡུང་དྲུང་དགུ་བཅེགས་སུ། །ཁེས་པ། སངས་རྒྱུ་སོགས་ཀྱིས་དུས་  
ཏྲག་དུ་འགོ་ལ་བཅེ་གཟིགས་མི་སྟོད་པའི་ཡུལ་མཆོག་འོ་མ་སྒྲིང་གི་དབུས་ཁྱེ་རང་འབྱུང་གཡུང་  
དྲུང་གི་རི་བོ་བང་རིམ་དགུ་བཅེགས་ཀྱི་ཆེ་ལ་ཤེལ་གྱི་དོ་རིང་ལ་ཉི་ཟླ་པད་མའི་ཁྲི་སྒྲིངས་སུ་སྐྱ་ཡི་  
འབུམ་གསུམ་དང་སྐད་འགྱུར་སུམ་བརྒྱ་དུག་ཅུ་གཞན་ཡང་རང་རང་གཞུང་གསལ་ལྟར་གནས་  
སོ་སོར་གསུངས་སོ། །བཞི་བ་ནི། སྟོན་མཆོག་གཤེན་རབ་ཉིད་ཀྱིས་གསུངས། །ཁེས་པ་ཐབས་  
མཆོག་སངས་པོ་འབུམ་ཁྲི་དང་སྟོན་མཆོག་གཤེན་རབ་མི་བོ་ཉིད་ཁྱུང་དང་ཀ་ལ་བིང་ཀར་སྐུ་ལ་ཅིང་  
དེ་གཉིས་ཀྱིས་སྐད་རིགས་སོ་སོར་བསྐྱར་ནས་གསུངས་པའོ། །ལྔ་བ་ནི། སྟོན་ནི་མ་ལོ་གཡུ་ལོར་  
བཞུགས། །ཁེས་པ་དེ་དག་སྐྱ་ཚད་ཀྱི་ཐེ་གཉིས་སུ་བྱས་ཏེ་སྟོད་ནི་སྐུ་བྱ་མ་ལོ་ཁྱིན་གྱི་རལ་ག་ཅན་  
དང་གཡུ་ལོ་གཡུ་ཡི་བྱར་ཕུད་ཅན་གཉིས་ལ་བཞུགས་ནོ། །འོ་ན་གཞུང་འདི་གང་གི་ཕྱོགས་སུ་  
གཏོགས་ཤེ་ན་གཉིས་ཀའི་ཆ་དང་ཐུན་ཀྱང་སྐྱ་ཡི་ཕྱོགས་སུ་གཏོགས་ཤས་ཆེའོ། །

གཉིས་པ་ནི། དེ་ཉིད་གཏུང་སོབ་ཆེན་པོས་བཀོལ། །ལོ་རྩ་མཐས་པའི་རྒྱན་དུག་གིས། །  
བཞུགས་པ་ཕྱོགས་བཅུ་ཀྱན་དུ་སྒྲེལ། །ཁེས་པ། སྟོན་པ་ཐུང་ན་ལས་འདས་ནས་མི་ལོ་སྟོད་དང་  
བརྒྱད་བརྒྱ་འདས་མཚམས་སུ་བཞུགས་པ་ཅུང་ཟད་ཐིང་བའི་དུས་སུ་སྤོ་མ་གསང་བྲགས་ཀྱིས་གསོལ་  
བ་བཏབ་པ་ལ་བརྟེན་ནས། དཀར་ནག་བཀྲ་གསལ་དུ་གསུང་རབ་སྒྲེགས་བམ་ཁྲི་འབུམ་ཡོད་པ་  
དེ་ཉིད་སྟོན་སྐད་དུ་སྟོན་པའི་གཏུང་སོབ་ཆེན་པོ་སུ་ཆོ་ཐེམ་དུག་ནམ་མཁའི་ལྷ་ཕྱན་བཅས་ཤིང་  
འབྲུག་སྟོན་ཟླ་ཐ་རྒྱུད་གི་ཆོས་བཙུ་ལ་ཤམ་པོ་ལྷ་ཆེར་བབས་ཏེ་གསུང་བཞུགས་ཀྱི་དབུ་ཚུགས་ནས་  
གསུང་རབ་ཐམས་ཅད་བཀོལ་བཤད་སྟེལ་གསུམ་ཆབས་ཅིག་བཀྲིས་ཏེ་མི་ལོ་སུམ་བརྒྱ་ལ་བོན་གྱི་

འཁོར་ལོ་བསྐྱོར། དེ་ལ་སློབ་མ་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་པ་ཞིག་བྱང་བའི་ནང་ནས་མཚོག་ཏུ་གྱུར་བ་  
སྐྱོད་ཏེ་སྐད་དུ་ལོ་ཀ་ཞེས་འཇིག་རྟེན་དང་། ཅུ་མིག་སྟེ་མིང་གི་ཐོག་མ་གཉིས་བསྐྱས་པས་ལོ་  
ལྷ་ཞེས་འཇིག་རྟེན་གྱི་མིག་ཏུ་གྱུར་པའི་མཁས་པ་ཆེན་པོ་འཇམ་གླིང་བཟུན་པའི་རྒྱན་མཚོག་ཏུ་གྱུར་  
པ་རྟག་གཟིགས་ལ་མཁས་པ་དམུ་ཙ་ཏེ་ཁྱི་ཐོག་སྤར་ཙ་ཏེ་ལི་སྤར་ཡ་དང་གསུམ། རྒྱ་གར་ལ་  
མཁས་པ་རྩ་བ་དག་སྤྲུགས་གོལ། རྒྱ་ནག་ལ་མཁས་པ་ལེགས་ཏང་མང་པོ། རྩོམ་ལ་མཁས་པ་གསེར་  
ཐོག་ཆེ་འབྲམས་དང་དུག་བྱང་ཞིང་དེ་འབྲེལ་སློབ་མ་གངས་མེད་དང་བཅས་པ་དེ་དག་གིས་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཟུན་པ་རིན་པོ་ཆེ་འཇམ་གླིང་གི་ཕྱོགས་བཅའི་ཞིང་ཁམས་ཀྱན་ཏུ་དར་རྒྱས་སུ་  
སྤེལ་བའོ། །

གསུམ་པ་ནི། ཁྱད་པར་གྲུབ་ཐོབ་ཤ་རི་དང་། ཁོ་པ་ཆ་དན་པ་ལ་སོགས་ཀྱིས། ཁང་བོད་  
སྐད་ཀྱི་སྒྲ་བསྐྱེབས་དང་། གངས་ཅན་བད་ཡི་དག་སྒྱུར་ནམས། གཏན་ལ་ཕབ་ཏེ་གསལ་བར་  
མཛད། ཁེས་པ་གངས་ཅན་བོད་ཀྱི་ཞིང་འདྲིར་བཟུན་པ་སྤྱི་དང་ཁྱད་པར་སྒྲ་རིག་བད་སྒྲོད་ཀྱི་  
སྐོར་ནམས་དར་ཚུལ་ནི། ཁང་ཁྱད་ལ་མཁས་པ་གྲུབ་ཐོབ་ཆེན་པོ་སྟོང་རྒྱུད་མཐུ་ཆེན། བོད་ལ་  
མཁས་པ་ཁང་སྐད་དུ་ཤ་རི་དབྱ་ཆེན་ཞེས། བོད་སྐད་དུ་དཔལ་ལྷན་གསང་ཆེན་འབོད་པ་དེ་  
དང་། ཁང་བོད་གཉིས་ཀ་ལ་མཁས་པ་ལོ་ལྷ་བ་ཁང་སྐད་དུ་པ་རྩེ་ཏེ་ཞེས་མཁས་པ་ཆེན་པོ་ལྷ་  
བརྒྱ་དན་པ་དགོངས་པ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པ་དེ་སོགས་མཁས་པ་ནམས་ཀྱིས་ཁང་སྐད་མི་གོ་  
བ་ནམས་བོད་སྐད་ཀྱི་སྒྲ་གོ་བར་བསྐྱེབས་པ་དང་། གངས་ཅན་བོད་ཀྱི་བད་ཡི་ནམ་བཞག་དག་  
ཐེར་བྱས་པའི་ཡིག་སྒྱུར་རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱས་སྐོར་ནམས་གཏན་ལ་ཕབ་སྟེ་བཟུན་པ་རིན་པོ་ཆེ་ནམ་  
ལངས་ཉི་ཤར་ལྷར་ཁ་གསལ་གོ་བདེ་བར་མཛད་པའོ། །

གཉིས་པ་དོན་ཆེད་ཀྱི་དམིགས་བཙལ་བ་ནི། མཁས་དབང་དེ་ནམས་རྗེས་བཟུང་སྟེ། །  
ཟླ་དོར་གནས་ལ་མི་ཚོངས་ཤིང་། རྒྱལ་བའི་བཟུན་ལ་འབྲུལ་བའི་དྲི། བསལ་ཕྱིར་ཞེས་པ།  
བཤད་མ་ཐག་པའི་མཁས་དང་གྲུབ་པའི་དབང་པོ་དེ་ནམས་ཀྱི་རྗེས་སུ་བདག་གིས་བཟུང་སྟེ། རང་  
གཞན་ལྷང་རིག་དོན་གཉེར་གྱི་སྤྱོད་བྱ་ནམས་ལྷགས་གཉིས་ཀྱི་ནམ་བཞག་གང་ལ་ཞུགས་ཀྱང་འཐད་  
ལན་ཟླང་བ་དང་མི་མཐད་པ་འདོར་བ་སོགས་རིག་པའི་གནས་ཆེ་རྒྱུད་གང་ལའང་མི་ཚོངས་པའི་  
སྒོ་གོས་རྒྱས་ཤིང་། དེ་ཡི་སྟོབས་ཀྱིས་རྒྱལ་བའི་བཟུན་པ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་ཡང་མ་རྟོགས་ལོག་རྟོག་

ནོར་འཁྲུལ་སོགས་སྒྲིངས་པའི་ལག་ཏུ་འཛོམ་ཞིང་མ་དག་པའི་དྲི་མས་གོས་པ་ཐམས་ཅད་བསལ་  
ཞིང་རྣམ་པར་དག་པ་བཟུང་བའི་ཕྱིར་དུ་དཀའ་ཆོགས་ཁྱད་དུ་བསང་ནས་གཞུང་འདི་རྩོམ་པ་ཡིན་  
ཏེ། མཛད་པ་དུག་ཅུའི་མདོ་ལས། གཤེན་རབ་སྐྱེ་ཡི་འདུལ་བསྟན་རྫོགས་ན་ཡང་། །མ་འོངས་  
འགྲོ་ཀུན་ཐར་བར་འདེན་པའི་དཔལ། །གསུང་དང་ཐུགས་ཀྱི་བསྟན་པ་རིམ་གྱིས་འབྱུང་། །དེ་  
དུས་ང་ཉིད་མི་འབྱོན་ཡི་གེ་འབྱོན། །རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་ཡི་གས་འཛིན་དགོས་པས། །འབྲུལ་གྱི་  
ཡི་གེ་འདི་ལ་ཀུན་གྱིས་བཀྱར། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་ན། རང་གཞན་ཀུན་གྱིས་འདི་ལ་ནན་  
ཏན་དགོས་པ་ཡིན་ཏེ་སྤྱིར་སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་ཞེས་པ་བསྐྱབ་པ་རིན་པོ་ཆེ་རྣམ་པ་  
གསུམ་ལ་ཟེར་བ་ཡིན། བསྐྱབ་པ་རྣམ་གསུམ་ཉམས་མེད་དར་རྒྱས་སུ་འཕེལ་ན་ཡོ་བྱད་མེད་ཀྱང་  
བསྟན་པ་དར་བ་ཡིན། བསྐྱབ་གསུམ་གཅིས་སྤྱོད་མེད་ན་གསེར་དདུལ་གྱི་ཁང་པ་གཟེ་བྱར་གྱི་རྩོ་  
གཙམ་ལ་སོགས་ཡོད་ཀྱང་བསྟན་པ་དར་བ་ལ་ཕན་པ་མ་ཡིན་ཏེ་བསྟན་པ་བཤེག་མཁན་མེད་ཀྱང་  
རང་བཞིན་ནག་འབྱམས་སུ་ཡལ་བ་ཡིན་ལ། ད་ལྟ་བསྐྱབ་སྤྱངས་མེད་ན་ཕྱིས་སུ་རིག་ཅན་བྱང་  
ཡང་སློབ་རྒྱུ་ཆད་ནས་ཕན་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་རྩ་བའི་མདོ་བཟུང་བ་ནི། བོད་སྐད་བརྗོད་སྒྲིབ་ལ། །བཤད་ཚུལ་མི་འདྲ་མང་  
བདོག་ཀྱང་། །རྒྱལ་བའི་བཀའ་ཉིད་གཙོ་བོ་བཟུང་སྟེ། །ཆོད་གསུམ་ཟུང་འབྲེལ་བཤད་པ་ལ། །  
འདུས་པ་རིན་ཆེན་མདོ་ལས་ཀྱང་། །ཡིག་འབྲུ་སྤྱོད་ལྟུང་ཁོག་ཀྱང་དབྱེ། །མགོ་ཡིས་ལམ་དྲངས་  
ཤད་མདོ་བཅད། །ཆོག་གིས་བར་ཕྱེ་མི་འབྲུགས་སྟོམས། །ཀྱུག་འགྲུང་ན་རོ་ཞབས་ཀྱུ་དང་། །  
ཡ་ལྟ་ར་ལྟ་བཅས་པ་ཡིས། །སྐབས་སྟོར་ཡན་ལག་རྒྱས་པར་བཏགས། །ཞེས་པ། གངས་ཅན་  
བོད་ཀྱི་སྐད་ལས་དྲངས་པའི་བརྗོད་ཀྱི་ཡིག་སྟོར་རྣམས་ལ་ལྷང་སོ་སོ་ནས་བཤད་པའི་ཚུལ་ནི་རིན་  
ཆེན་ཕྱིར་རྒྱུ་ལས་ཡིག་འབྲུ་ལྟ་བུ་དང་། གཡུང་དྲུང་ཡོངས་རྫོགས་ལས་ཞེ་ལྷ། མ་རྒྱུད་ལས་  
བཞི་བཅུ། གཟེར་མིག་ལས་སོ་བརྒྱད། མདོ་ཕན་དང་རབ་གནས་སོགས་ལས་སོ་བདུན། གཞན་  
ཡང་ཡིག་སྐད་སོ་དགུ་ལ་སོགས་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་བདོག་ཅིས་ཡོད་མོད་ཀྱང་། །སྐབས་འདིར་  
རྣམ་མཁྱེན་རྒྱལ་བ་གཤེན་རབ་མི་བོའི་བཀའ་དྲི་མ་མེད་པ་དེ་ཉིད་གཙོ་བོ་བྱ་བཟུང་སྟེ། །སློབ་  
དཔོན་གྱི་བཀའ་ཆོད་མ་འཕགས་མཆོག་རྣམས་ཀྱི་ལྷང་ཆོད་མ་རང་ཉིད་ཀྱི་རིག་པ་ཆོད་མ་གསུམ་  
གཅིག་ཐོག་ཏུ་གཅིག་སྒྲིལ་ཞིང་ཟུང་དུ་འབྲེལ་ནས་བརྗོད་ཀྱི་རྣམ་བཞག་བཤད་པར་བྱ་བ་ཡིན་

ལ། དེ་ཡང་བཀའ་དྲི་མ་མེད་པ་འདུས་པ་རིན་པོ་ཆེའི་མདོ་ལས། གསུངས་པའི་ཚུལ་ཀྱང་། ཡིག་  
འབྲུ་སྐུ་མ་ཚུ་སོགས་ཆོག་རྒྱུ་ལ། གཞུང་ལྷན་གསུངས་པ་ནི་གོ་སྒྲེ་ལྟེ་ཡིག་འབྲུ་སྐུ་མ་ཚུ་ཀ་སྒྲང་  
སྐུ་མ་ཚུ་ཡིན་ལ་དེས་རྒྱུ་ཆོག་གིས་བསྐྱུས་པའི་བོན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལོག་ཀྱང་དབུབ་ཅེས་དང་།  
དང་ཐོག་གམ་ཡིག་མགོ་ནི་ཡི་གེ་ཀུན་གྱི་དབུ་ལ་འཐོབ་པས་དེ་ཡིས་ཡི་གེ་གཞན་གྱི་ལམ་སྒྲ་དངས་  
པ་ལྷན་སྒྲུབ་མ་དང་། ཤད་ཀྱིས་ཆོག་རྒྱུ་རྒྱུ་མཆོམས་ཀྱི་ཡི་གེའི་མདོ་བཅད་པར་བྱ་བ་དང་།  
ཆོག་གིས་མིང་ཆོག་ཡི་གེ་སོ་སོ་མི་འདྲེ་བའི་བར་བྱེད་དེ་ཆོག་དོན་མི་འབྲུག་པར་སྒྲུབ་པར་བྱའོ། །  
ལུས་ཅེ་ཐུར་དུ་གྲག་ཅིང་བྱ་གྲག་གི་ཡ་གྲུལ་ཡིན་པས་དམན་པའི་སྒྲུ་གྲུ་བྱིན་པ་དང་། ཅེ་མོ་གྲུ་  
ལ་འབྲེང་བ་དང་བྱ་གྲག་གི་ཡ་གྲུལ་འགྲེས་སོ། ཅེ་མོ་འབྲེང་ལ་ན་རོ་རོ་ཉལ་གྱི་ཚུལ་དུ་ཡོད་པ་  
དང་། ཡི་གེ་རྣམས་ཀྱི་ཞབས་ནས་ཀྱུ་ཞེས་འབྲུད་པ་དང་། ཡ་དང་གཅིག་པས་ཡ་སྒྲུའམ་འོག་ཏུ་  
ཡ་བཏགས་ཀྱང་ཟེར། རྩ་ཞེས་འདོད་ཀྱུལ་གྱི་སྒྲུ་ཡིན་པར་སེམས་སོ། ར་སྒྲ་དེ་དང་འགྲེས། ང་  
རོའམ་ཤེད་དུ་གོ་རེར་འབྲེལ་བའི་ཤེད་ཀོར་དང་བཅས་པ། ཡི་ཞེས་ཆོག་སྒྲིང་ཡིན། བརྒྱུད་པ་  
རང་རང་གི་སྒྲུབ་པ་ལ་གང་བབ་རྩ་བའི་ཡིག་སྒྲུར་སོ་སོའི་ཡན་ལག་བཅུ་བོ་གང་འཐད་མ་བསྐྱུས་  
པ་རྒྱས་པར་བཏགས་ཞེས་གསུངས་པའོ། །

བཞི་བ་ཆོག་དོན་གྱི་གཞུང་བསྐྱུང་བ་ལ་གཉིས་ཏེ། དེས་བཟུང་དང་། འབྲུག་ཚུལ་ལོ། །  
དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། སྒྲིབ་བཞུན་པ་དང་། བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པའོ། གྲང་པོ་ལ་འདྲ་གཉིས་ཏེ།  
རྣམ་གྲངས་དང་སྡེ་ཆོན་དངོས་བཟུང་བའོ། གྲང་པོ་ནི། ཞེས་གསུངས་དགོངས་དོན་འདི་ལྟ་  
སྟེ། རྒྱུ་ཡང་ཐབས་དང་ཤེས་རབ་ཀྱི། རྒྱོ་ནས་ཨྲ་ལི་ཀྲ་ལི་འམ། གྲུངས་དང་གསལ་བྱེད་  
གཉིས་སྒྲུ་འདུས། གྲུངས་ནི་བྱ་ཡིག་དུག་ཡིན་ལ། གསལ་བྱེད་མ་ཡིག་སྐུ་མ་ཚུ་ཐམ། གྲང་  
ཐོག་ཆོག་ཤད་ཤེད་ཀོར་བཞི། བསྐྱུར་པས་འབྲུལ་ཡིག་བཞི་བཅུའོ། ཞེས་པ། ཞེས་ནི་ལུང་གོང་  
མ་དེས་བཟུང་ཡིན་ལ། དེ་ལས་གསུངས་པའི་དགོངས་དོན་དྲི་མ་མེད་པ་སྒྲུག་པར་འགོལ་ན་འདི་  
ལྟ་བུ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ཡང་ཐབས་འགག་མེད་ཀྱི་ཆ་ནས་ལུས་དང་། ཤེས་རབ་སྒྲེ་མེད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་  
སོག་སྟེ། དོན་སྒྲེ་འགག་གཉིས་མེད་ཀྱི་ཡི་གེ་དེ་དག་རྒྱ་གར་བོན་ལྷགས་ཀྱི་བརྒྱུད་དུ་བྱས་ནས་  
ཨྲ་ལི་དང་ཀྲ་ལི་ཞེས་གསུངས་པའམ། གཞུང་ལྷགས་ཀྱི་བརྒྱུད་དུ་བྱས་ན་དབུངས་ཀྱི་ཡི་གེ་  
དང་གསལ་བྱེད་ཀྱི་ཡི་གེ་གཉིས་ལ་འདུས་ཤིང་། དེ་ཡང་དབུངས་ཡིག་ནི་སྟེང་བྱ་གྲག་འབྲེང་ན་

རོ་གསུམ། འོག་བྱ་འབས་ཀྱི་ཡ་ལྷ་ར་ལྷ་གསུམ་སྟེ་དྲུག་པོ་ཡིན་ལ། སྐད་གདངས་དབྱངས་ལ་རག་  
ཀྱང་སྐད་གཅིག་སྒྲ་སོ་སོར་གསལ་བར་བྱེད་པའི་མ་ཡི་ཡི་གེ་ནི་ཀ་ནས་ཨ་ཡི་བར་སུམ་ཅུ་ཐམ་པ་  
སྟེ་ཁྱོན་སོ་དྲུག་ཡིན་ལ། དེ་ཡི་སྟེང་དུ་དང་པོའི་ཐོག་མའི་ཡི་གེ་མགོ་དང་བར་འབྱེད་ཀྱི་ཚོག་དང་  
མདོ་གཅོད་ཀྱི་ཤད་དང་སྒྲ་ཐུན་གྱི་ལྷན་ཀོར་བཞི་པོ་བསྒྲན་པས། རྩེད་པའི་སྐྱགས་ཁ་འབྱེད་  
ལུས་ཀྱི་འཕུལ་ཆ་ཆེན་པོ་དང་ཐུན་པའི་ཡིག་འབྲུའི་རྣམ་གངས་བཞི་བཅུ་ཐམ་པའོ། །

གཉིས་པ་ནི། ཀྲ་ལི་གསལ་བྱེད་སུམ་ཅུ་ལ། །བཞི་བཞི་དག་ཏུ་བགྱངས་པ་ཡི། །ཐེ་ཚན་  
བྱེད་དང་བརྒྱད་གནས་པའི། །ཞེས་པ། ཀྲ་ལི་འམ་གསལ་བྱེད་སུམ་ཅུ་པོ་ལ། ཡི་གེ་བཞི་རེ་བཞི་  
རེ་ལྷགས་འབྱུང་རྣལ་མ་དག་ཏུ་བསྒྱུངས་པ། ཀ་ཁ་ག་ང་། ཅ་ཆ་ཇ་ཉ། ཏ་ཐ་ད་ན། པ་ཕ་བ་མ།  
ཙ་ཛ་ཁ་ལ། འ་ཟ་འ་ཡ། ར་ལ་ཤ་ས། ཡན་ཐེ་ཚན་བདུན་དང་། ཏ་ཨ་གཉིས་སྟེ་པའི་བྱེད་དང་  
བཅས་སྟོམ་ཆོ་བརྒྱད་གནས་པའོ། །ཡི་དང་འི་ནི་འོག་མ་འབྲེལ་བའི་སྟོལ། །

གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། འཇུག་པ་དང་། འདོགས་ཅན་དང་། ཉྱགས་  
ཀྱི་རང་བཞིན་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་བཞི་སྟེ། རྩེས་འཇུག་དང་། ཐོན་འཇུག་དང་། ཡང་  
འཇུག་དང་། མི་འཇུག་པ་དོས་འཛིན་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཐེ་པ་དང་པོའི་གང་གཉིས། ཀ་སུམ་  
པའི་ད་ན་བཞི་བ་ཡི། །བ་མ་དྲུག་པའི་འ་ཉིད་དང་། །བདུན་པའི་ར་ལ་ས་བཅས་ལ། །མཐའ་  
རྟེན་རྩེས་འཇུག་བཅུ་ཞེས་བྱ། །ཞེས་པ། ཐེ་པ་ཚན་པ་དང་པོ་ཀ་སྟེའི་ཁོངས་ནས་གང་གཉིས་  
དང་། ཀ་སུམ་པ་ཏ་སྟེའི་ད་ན་གཉིས་དང་། །བཞི་བ་པ་སྟེའི་བ་མ་གཉིས་དང་། །དྲུག་པ་འ་སྟེའི་  
འ་ཉིད་དང་། །བདུན་པ་ར་སྟེའི་ར་ལ་ས་གསུམ་བཅས་པ་མིང་གཞི་སོ་སོའི་མཐར་བརྟེན་པས་  
མཐའ་བརྟེན་ནམ་བརྟེན་ཡིག་ཀྱང་ཟེར། །དེ་དག་གི་མཐར་གནས་ས་ཡིན་པས་ས་མཐའ་ཡང་  
ཟེར། །མིང་གཞིའི་རྩེས་སུ་འཇུག་པས་རྩེས་འཇུག་ཟེར་དེ་དོན་གཅིག་རྣམ་གངས་ནི་བཅུ་ཞེས་  
བཤད་པར་བྱའོ། །གཉིས་པ་ནི། དེ་ལས་གང་བ་མ་ལ། །ཐེ་ནི་སྟོན་དུ་འང་འཇུག་པ་ཡིན། །  
ཞེས་པ། རྩེས་འཇུག་བཅུ་པོ་དེ་རྣམས་ལས་གང་བ་མ་འཁྲུ་པོ་ནི་རྩེས་འཇུག་ཁོ་ན་མ་ཟད་མིང་  
གཞི་སོ་སོའི་སྟོན་དུ་ཡང་འཇུག་པས་སྟོན་འཇུག་དང་། །མིང་གཞིའི་སྟོན་ནས་འཕུལ་བས་འཕུལ་  
དང་འཕུལ་ཡིག་ཅེས་དང་། །དེ་སྟེའི་མཐར་གནས་འ་ཡིན་པས་འ་མཐའ་ཡང་ཟེར་དེ་དོན་གཅིག་  
ཡིན་ནོ། །



གསུམ་པ་ནི། ད་དང་ས་གཉིས་ཡང་འཇུག་གོ། ཞེས་པ། རྗེས་འཇུག་གི་གྲུ་ལ་ནས་གསུམ་  
 པ་ད་དང་བཅུ་བ་ས་གཉིས་རྗེས་འཇུག་གཞན་གྱི་མཐར་ཡང་འཇུག་པས་ཡང་འཇུག་ཅེས་བྱའོ། །  
 གོ་ནི་འཇུག་པའི་རྗེས་ཆོག་ཡིན་ནོ། བཞི་བ་ནི། རྗེས་འཇུག་བཅུ་པ་མ་གཏོགས་པའི། ཀླ་  
 སྐགས་ལྷག་མ་ཉི་ཤུ་ནི། རྩོན་རྗེས་གང་དུ་འང་འཇུག་མི་འགྱུར། ཞེས་པ། བཤད་མ་ཐག་པའི་  
 རྗེས་འཇུག་བཅུ་པའི་ཁོངས་སུ་མ་གཏོགས་པའི་ཀ་ལ་སྐགས་ལྷག་མའི་ཡི་གེ་ཁ་ཅ་ཆ་ཇ་ཉ་ཏ་ཐ་པ་  
 པ་ཅ་ཆ་ཇ་མ་ཞ་བ་འ་ཡ་ཤ་ཏ་ཨ་བཅས་ཉི་ཤུ་ནི། མིང་གཞིའི་རྩོན་དང་རྗེས་གང་དུ་འང་འཇུག་  
 པར་མི་འགྱུར་བའི་མིང་གཞི་རྒྱུ་པ་ཡིན་ཞེས་བྱའོ། ཀླ་སྐགས་པ་ལ་གཉིས། མདོར་བསྟན་དང་།  
 རྒྱས་བཤད་དོ། འདྲ་པོ་ལ་འདྲ་གཉིས་ཏེ། སྤྱིར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱུ་པར་བཤད་པའོ། འདྲ་  
 པོ་ནི། གཞན་ཡང་ཡི་གེའི་རྣམ་གྲངས་ལ། རྗེས་འཇུག་མཐར་ཐུག་ཡང་འཇུག་གཉིས། མགོ་  
 ཅན་གསུམ་དང་སྤྲ་འདོགས་བཞི། ཞེས་པ། རྩོན་རྗེས་མིང་གསུམ་གྱི་སྐབས་གོང་དུ་བཤད་  
 པ་ལ་མ་འབྱས་པའི་གཞན་དུ་ཡང་རྗེས་སུ་འཇུག་པ་མཐར་ཐུག་པ་གོང་བཤད་ཡང་འཇུག་གཉིས་  
 དང་ཆོག་འདི་རྣོས་སྤྱིན་ལྟར་སྤྲ་། མགོ་འདོགས་ཅན་རྣམ་གྲངས་གསུམ་དང་སྤྲ་འདོགས་རྣམ་  
 གྲངས་བཞི་ཡོད་ཅེས་བྱའོ། ཀླ་སྐགས་པ་ནི། བཤད་པའི་ཡང་འཇུག་ད་ས་གཉིས། ར་ལ་ས་ཡི་  
 མགོ་ཅན་གསུམ། ལ་མ་གཉིས་དང་དབྱངས་ཡིག་གི། ལ་ར་གཉིས་བཅས་སྤྲ་འདོགས་སོ། །  
 ཞེས་པ། དེ་ལྟར་བཤད་པའི་ཡང་འཇུག་ད་དང་ས་གཉིས་ཡིན། ར་དང་ལ་དང་ས་ཡི་ཡི་གེ་  
 གསུམ་ནི་མིང་གཞིའི་མགོ་ལ་བརྒྱན་པས་མགོ་ཅན་གསུམ་ཞེས་པ་དེ་ཡིན། གསལ་བྱེད་གྲུ་ལ་ནས་  
 ལ་ཡིག་དང་མ་ཡིག་གཉིས་དང་དབྱངས་ཡིག་གྲུ་ལ་ནས་ཡ་ལྟ་དང་ར་ལྟ་གཉིས་བཅས་བཞི་པོ་ནི་  
 མིང་གཞི་སོ་སོའི་སྤྲ་ནས་ཡར་འདོགས་པས་དེ་སྤྲ་ཅེས་སོ། །

གཉིས་པ་རྒྱས་བཤད་ལ་གཉིས་ཏེ། སྤྱིར་བསྟན་པ་དང་། བྱེ་བྲག་ངོས་བཟུང་བའོ། འདྲ་  
 པོ་ནི། མིང་གཞི་ཀླ་ལི་སུམ་ཅུ་ལས། མགོ་འདོགས་ཐོབ་པའི་རྣམ་གྲངས་ནི། ཞེས་པ། གང་ཞེས་  
 མིང་གི་གདགས་གཞི་ཅུ་གྱུར་པའི་ཡི་གེ་སྤྱིར་ཀླ་ལི་ཞེས་ཀ་སྤྲ་སུམ་ཅུ་ཐམ་པ་ཡོད་པ་ལས་མགོ་  
 ཅན་དང་སྤྲ་འདོགས་ཐོབ་པའི་ཡི་གེའི་རྣམ་གྲངས་ནི། ཞེས་འོག་མ་རྣམས་ལ་སྤྱི་ཁྱབ་ཏུ་བསྟན་  
 པའོ། ཀླ་སྐགས་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། མགོ་ཅན་དང་དབྱངས་ཐོབ་དང་། སྤྲ་འདོགས་ཅན་བཤད་  
 པའོ། འདྲ་པོ་ལ་གསུམ་སྟེ། ར་མགོ་དང་། ལ་མགོ་དང་། ས་མགོ་ཅན་བཤད་པའོ། འདྲ་པོ་ནི།

ར་མགོ་ཐོབ་པ་བསུ་གཉིས་ཏེ། ཀླ་ག་ང་ཇ་ཉ་ཏ་ད། ར་བ་མ་ཙ་ཇ་རྣམས་སོ། ཞེས་པ། ར་  
མགོ་ཐོབ་པའི་ཡི་གེའི་རྣམ་གྲངས་ནི་བསུ་གཉིས་ཡོད་དེ། གང་ཞེ་ན་ག་ག་ང་ཇ་ཉ་ཏ་ད་ན་བ་  
མ་ཙ་ཇ་རྣམས་སོ་ཞེས་བྱའོ། ཀླ་གཉིས་པ་ནི། ལ་མགོ་ཐོབ་པ་བསུ་ཡིན་ཏེ། ཀླ་ག་ང་དང་ཙ་ཇ་  
ཏ། རྟ་དང་པ་བ་ཏ་རྣམས་སོ། ཞེས་པ། ལ་མགོ་ཐོབ་པའི་ཡི་གེའི་རྣམ་གྲངས་ནི་བསུ་ཐམ་  
པ་ཡིན་ཏེ། གང་ཞེ་ན་ག་ག་ང་ཙ་ཇ་ཏ་ད་པ་བ་ཏ་རྣམས་སོ། ཞེས་བྱའོ། ཀླ་སྤྲུམ་པ་ནི། ས་  
མགོ་ཐུན་པ་བསུ་གཅིག་ནི། ཀླ་ག་ང་ཉ་ཏ་ད་ན། ས་བ་མ་ཙ་རྣམས་ལ་ཐོབ། ཅེས་པ། ས་  
མགོ་དང་ཐུན་པའི་ཡི་གེའི་རྣམ་གྲངས་བསུ་གཅིག་ཡོད་པ་ནི། གང་ཞེ་ན་ག་ག་ང་ཉ་ཏ་ད་ན་  
པ་བ་མ་ཙ་རྣམས་ལ་ས་མགོ་ཐོབ་ཞེས་བྱའོ། ཀླ་གཉིས་པ་དབྱངས་ཐོབ་ནི། དབྱངས་ཡིག་ཨི་ཨྱ་  
ཨི་ཨྱ་བཞི། ཀླ་ས་ལ་བྱེད་ཀྱན་ལ་ཐོབ་པ་ཙམ། ཞེས་པ། དབྱངས་གྱི་ཡི་གེ་ཨི་ཨི་ཞེས་གྱུ་གྱུ་དང་  
ཨྱ་ཞེས་ཞབས་གྱུ་དང་ཨི་ཞེས་འབྲེང་བྱ་དང་ཨྱ་ཞེས་ན་རྟ་དང་བཞི་པོ་ནི་གསལ་བྱེད་སྤྲུམ་རྩ་བོ་  
ཀྱན་གྱི་སྟོག་ཏུ་ཞུགས་ཏེ་ཐོབ་པ་ཡིན་ལ། ཙམ་ཞེས་པ་བརྗོད་པའི་ཚད་ལས་རྩུང་ཟད་དམན་པའི་  
སྤྱི་ཡིན་ཏེ་ཇི་ལྟར་ན་ཨི་ཨྱ་ནི་ཁོ་རང་དབྱངས་ཀྱང་ཡིན་ཏེ་བཤད་མ་ཐག་པའི་དབྱངས་བཞི་གང་  
རྩུང་མེད་པའི་གསལ་བྱེད་ཀྱན་ལ་ཨི་རེ་སྟོག་ཏུ་ཞུགས་པ་ཡིན་ཏེ། བརྗོད་ལས། ཨི་ནི་ཀྱན་  
གྱི་སྟོག་ཏུ་ཞུགས། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། སྟོག་མེད་བརྗོད་མི་བདུབ་ལ་ཨི་སྟོག་ཏུ་དབྱངས་  
གཞན་གཞུག་ཏུ་མེད་ལ་དབྱངས་གཞན་འདུས་ན་ཨི་ཙན་ཨི་དང་ཨྱ་ཙན་ཨྱ་སྟོགས་གཞན་ཏུ་  
འབྱུར་རོ། ཀླ་སྤྲུམ་པ་ལ་བཞི་སྟེ། ཡ་སྟ་དང་། ར་སྟ་དང་ལ་བཏགས་དང་། མ་སྟ་ཙན་བཤད་  
པའོ། རྟ་དང་པོ་ནི། ཡ་སྟ་ཐོབ་པ་བདུན་ཡོད་དེ། ཀླ་ཁ་ག་པ་པ་བ་མ། ཞེས་པ། རྩ་གར་བོན་  
ལྷགས་མཁའ་འགོ་རིན་ཆེན་སྤེང་རྒྱུད་ལས་ད་ཡ་སྟ་སྟོགས་ཡ་སྟ་ཙན་བརྒྱུད་ཏུ་གསུངས་ཀྱང་  
འདིར་རང་གཞན་གྲགས་ཆེན་རྣམས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲང་ན་ཡ་སྟ་ཐོབ་པའི་ཡི་གེ་བདུན་ཏུ་བཤད་  
པ་ཡོད་དེ་གང་ཞེ་ན་ག་ཁ་ག་པ་པ་བ་མ་རྣམས་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱའོ། ཀླ་གཉིས་པ་ནི། ར་སྟ་ཐོབ་པ་  
བསུ་བྱག་སྟེ། ཀླ་ཁ་ག་ཏ་ད་ན་པ། ས་བ་མ་ཤ་ས་ཏ་རྣམས། ཞེས་པ། ར་སྟ་ཐོབ་པའི་ཡི་གེ་  
བསུ་བྱག་ཡོད་དེ་གང་ཞེ་ན། ཀླ་ཁ་ག་ཏ་ད་ན་པ་པ་བ་མ་ཤ་ས་ཏ་རྣམས་ཡིན་ཞེས་གསུངས་  
ཀྱང་ན་ཤ་ར་སྟ་ཙན་གཉིས་པོ་བོད་སྐད་དངོས་མ་ཡིན་ནོ། ཐྱིག་ཐྱིག་ལྷམ་གྱི་སྤྱོད་སྐད་ཅེས་ལྟ་བུ་ལ་  
ཡོད་ཀྱང་བོད་སྐད་མིན་པས་མ་བརྟེན་སོ། ཀླ་སྤྲུམ་པ་ནི། ལ་བཏགས་ཐོབ་པ་བྱག་ཡིན་ཏེ། །

ཀ་ག་བ་ཟ་ར་ས་དུག ཁེས་པ། ལ་བཏགས་ཐོབ་པའི་ཡི་གེའི་རྣམ་གངས་དུག་ཏུ་ངེས་པ་ཡིན་  
 ཏེ། གང་ཞེན་ཀ་ག་བ་ཟ་ར་ས་དུག་ཡིན་ཞེས་བྱའོ། བཞི་བ་ནི། མ་ཟུར་འདྲགས་རུང་ཡི་གེ་  
 བེ། ཀ་ཀ་ཀ་ཀ་ཉ་ད་དང་ཅ། ཁ་ཇ་ཁ་ཟ་ར་ལ་ཤ ལ་ཏ་ལ་བཅས་བཅུ་དུག་གོ ཁེས་པ། མ་  
 སྟའམ་མ་ཟུར་འདྲགས་རུང་གི་ཡི་གེའི་རྣམ་གངས་ནི། ཀ་ཀ་ཀ་ཉ་ད་ཅ་ཁ་ཇ་ཁ་ཟ་ར་ལ་ཤ་ས་  
 ཏ་ཨ་དང་བཅས་པ་བཅུ་དུག་གོ་ཞེས་བྱའོ། རྟེ་ཡང་ཡ་ར་ལ་འདྲགས་ལྟར་མང་པོར་ཐོབ་པ་མ་  
 ཡིན་ལ་དམིགས་བསལ་རེ་རེ་ཅམ་ལ་ཐོབ་ཚུལ་ནི། ཀུ་ནི་འབོད་པའི་སྒྲ་ཡིན་ལ། ལུ་ནི་འདབ་  
 ཆགས་ལུ་ཏའི་མིང་ཡིན། ཀུ་ནི་གཏོར་ཞེས་ཤ་བའི་ར་ཡིན། ཏུ་ནི་ལྷས་ཀྱི་ཏུ་བཞི་ཡིན། དུ་ནི་  
 སྐན་དུ་བ་དུ་ལི་དག་དང་སྐར་ལ་དུ་ལ་ཐོབ་པ་ཡིན། ཚུ་ནི་ས་ལས་སྐྱེས་པའི་ཚུ། ཚུ་ནི་ལན་ཚུ་  
 ཡིན། མེ་ཐོག་ཇ་དང་ཚུ་གཉིས་ལ་རྒྱག་སྒྲིལ་ཡོད་ཀྱང་བོད་སྐད་དངོས་མིན་སྟབས་ན་རྩ་འབོད་  
 དགོས། ལུ་ནི་མགོ་གྲོན་ལུ་མོ་ཡིན། ཟུ་ནི་སྒྲ་ཆ་རེག་ཅན་ཡིན། རུ་ནི་དུད་འགྲོའི་ར་ཅོ་ཡིན། ལུ་  
 བ་སྐམ་གོས་འཐུག་པོ་ཡིན། ཤུ་ནི་རྒྱ་གཤམ་རྒྱག་པ་ཡིན། སུ་ནི་ལ་ཡི་སོ་ཡིན་ལ་སོ་ཞེས་བརྗོད་  
 སྒྲིལ་ཡོད། ཏུ་ནི་གཏམ་གྱི་རྒྱན་ཡིན་གསུངས་ཀྱང་གོས་ཀྱི་མཐའ་ཤོ་དང་བྱ་རམ་གྱི་དངས་མ་ལ་  
 ཏགས་ཞེས་དང་། ལ་མགོ་ཐུན་ན་རྒྱང་སྐམ་ལ་བརྗོད་འདུག ཨུ་ནི་ཚུ་ལུ་བ་ཡིན། གཞན་ཡང་  
 གུ་པ་རེ་དུགས་གཡུང་དུགས་སོགས་ལ་རྒྱག་པ་ནི་འབྲུལ་སེལ་ཡིན་གྱི་དོན་ཐོབ་མིན། གཞི་ཚུགས་  
 པའི་སྒྲིལ་བརྒྱག་པ་ནི་བོད་སྐད་མ་ཡིན་ནོ།

གསུམ་པ་རྟགས་ཀྱི་རང་བཞིན་ལ་གཉིས་ཏེ། སྤྱིར་བཏགས་པ་དང་། བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་  
 པའོ། རྟེ་དང་བོ་ནི། མིང་གཞི་གསལ་བྱེད་སྒྲུམ་རྩུ་ལས། ཁོ་མོ་མ་ནིང་དབྱེ་ཚུལ་ནི། ཁེས་པ། མིང་  
 གི་གདགས་གཞིར་གྱུར་པའི་གསལ་བྱེད་ཀྱི་ཡིག་འབྲུ་སྒྲུམ་རྩུ་པོ་འདི་ལས། ཞང་ཞུང་ལུགས་སུ་  
 འབྱུང་བཞིའི་སྒྲིལ་ནས་དབྱེ་པ་ཡིན་ཀྱང་། རྒྱ་གར་བོན་ལུགས་མཁའ་འགོ་རེན་ཆེན་ཤེང་རྒྱུད་ཀྱི་  
 རྗེས་སུ་འབྱུང་ན་རྟགས་ཀྱི་སྒྲིལ་གདངས་སྐད་དུག་པ་ལ་ཕོ་ཡིག་དང་ཞན་པ་ལ་མོ་ཡིག་དང་  
 རན་པ་ལ་མ་ནིང་ཡི་གེ་དབྱེ་བའི་ཚུལ་ནི་ཞེས་བྱའོ། གཉིས་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། པོ་ཡིག་དང་། མ་  
 བོད་དང་། མོ་ཡིག་དབྱེ་ཚུལ་ལོ། རྟེ་དང་བོ་ནི། ཀ་ཅ་ཏ་པ་ཅ་ཕ་ལོ། ཁེས་པ། ཟེ་ཕའི་ཐོག་མ་  
 ཀ་ཅ་ཏ་པ་ཅ་ཕ་ནི་གདངས་སྐད་དུག་པས་ཕོ་ཡིག་ཡིན་ཞེས་བྱའོ། གཉིས་པ་ནི། ལ་ཆ་ཐ་པ་ཆ་  
 ཕ་ནི། ལ་ནིང་ཡིན་ཞིང་ཞེས་པ། ཟེ་ཕའི་གཉིས་པ་ལ་ཆ་ཐ་པ་ཆ་ཕ་ལོ་ནི། གདངས་སྐད་རན་

པས་མ་ནིང་གི་ཡི་གེ་ཡིན་ཞེས་བྱའོ། ཞིང་ནི་དོག་མ་མཚམས་སྒྱུར་ཡིན། གསུམ་པ་ལ་གཉིས་ཏེ།  
སོ་སོར་བཤད་པ་དང་། མདོར་བསྡུ་བའོ། འདྲ་པོ་ལ་གསུམ་སྟེ། མོ་ཡིག་དངོས་དང་། ཤིན་ཏུ་  
མོ་དང་། མོ་གཤམ་ངོས་འཛིན་པའོ། འདྲ་པོ་ནི། ག་ཇ་ད། བ་དང་ཇ་མ་ཞ་ཟ་ལ། ཡ་ཤ་ས་  
བཅས་བརྩ་གཉིས་མོ། ཞེས་པ། སྡེ་ལྷའི་གསུམ་པ་ག་ཇ་ད་བ་ཇ་ལྷ་དང་མ་ཞ་ཟ་ལ་ཡ་ཤ་ས་  
བཅས་བརྩ་གཉིས་ནི་སྒྲ་གདངས་ཞན་པས་མོ་ཡིག་ཡིན་ཞེས་བྱའོ། གཉིས་པ་ནི། ང་ཉ་ན་མ་  
ཤིན་ཏུ་མོ། ཞེས་པ་སྡེ་པའི་བཞི་བ་ང་ཉ་ན་མ་བཞི་བོ་སྒྲ་གདངས་ཤིན་ཏུ་ཞན་པས་ཤིན་ཏུ་མོ་  
ཞེས་བྱའོ། གསུམ་པ་ནི། ར་ལ་ཉ་གསུམ་མོ་གཤམ་ཟེར། ཞེས་པ། ར་ལ་ཉ་དང་གསུམ་ནི་སྒྲ་  
གདངས་འགྱུར་བ་ཅན་ཡིན་པས་མོ་གཤམ་ཟེར་བའི་མིང་བཏགས་པའོ། གཉིས་པ་ནི། མོ་  
གཤམ་ཤིན་ཏུ་མོ་གཉིས་ཀྱང་། འོན་ཏེ་མོ་ཡིག་ལ་གཏོགས་ཕྱིར། མོ་ཡིག་བརྩ་དགྲར་ཤེས་  
པར་བྱ། ཞེས་པ། མོ་གཤམ་གྱི་ཡི་གེ་གསུམ་དང་ཤིན་ཏུ་མོ་ཡིག་བཞི་བཅས་གཉིས་པོ་དོན་ཏུ་  
མོ་ཡིག་གི་ཁོངས་ལ་གཏོགས་པའི་ཕྱིར་ན་མོ་ཡིག་ཁྱོད་སྡེ་བརྩ་དགྲ་ཅུ་ཡོད་པ་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་ཡི་གེའི་འཇུག་ཚུལ་ལ་གཉིས་ཏེ། སྒྱིར་བཞུན་པ་དང་། བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་  
པའོ། འདྲ་པོ་ནི། ད་ནི་སྡོན་འཇུག་རྩིས་འཇུག་དང་། རྣམ་དབྱེ་འཕྲད་སོགས་ཞིབ་བཤད་  
དེ། ཞེས་པ། ད་ནི་ཞེས་སྐབས་ལ་བབ་པའི་སྡོན་ཏུ་འཇུག་པའི་ཡི་གེ་ལྷ་ཡི་རྣམ་བཞག་དང་།  
རྩིས་ཏུ་འཇུག་པའི་ཡི་གེ་བརྩ་ཡི་རྣམ་བཞག་དང་། རྣམ་དབྱེ་རབ་བདུན་དང་ཞར་བྱང་ཕྲད་  
གཞན་སོགས་ཀྱི་རྣམ་བཞག་ཞིབ་པར་བཤད་དེ་ཞེས་བྱའོ། གཉིས་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། སྡོན་འཇུག་  
གི་རྣམ་བཞག་བཤད་པ་དང་། རྩིས་འཇུག་གི་རྣམ་བཞག་བཤད་པ་དང་། རྣམ་དབྱེ་ཕྲད་ཀྱི་སྒྱུར་  
བ་བཤད་པའོ། འདྲ་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། མདོར་བསྡུ་དང་། རྒྱས་བཤད་དོ། འདྲ་པོ་ནི། ཐོག་མར་  
སྡོན་འཇུག་རྣམ་བཞག་ལ། ཞེས་པ་སྡེ་ཚན་གསུམ་གྱི་ཐོག་མར་སྡོན་ཏུ་འཇུག་པའི་རྣམ་བཞག་  
བཤད་པ་ལ། ཞེས་བྱའོ། གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། སྒྱིར་བཞུན་པ་དང་། བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པའོ། །  
དང་པོ་ནི། གང་གིས་འཇུག་བྱེད་གང་ལ་འཇུག་ ཇི་ལྟར་འཇུག་དང་ཅིའི་ཕྱིར་འཇུག་ རྣམ་པ་  
བཞི་རེའི་སྒྲོ་ནས་བཤད། ཅེས་པ་འཕུལ་ཡིག་གང་གི་འཇུག་པར་བྱེད་པ་དང་། མིང་གཞི་གང་  
ལ་འཇུག་པ་དང་། ཚུལ་ཇི་ལྟར་བྱའི་སྒྲོ་ནས་འཇུག་པ་དང་། དགོས་གནད་ཅི་ཡི་ཕྱིར་ཏུ་འཇུག་  
པ་སྟེ། སྡོན་འཇུག་ལྷ་པོ་རེ་རེ་བཞིན་འཇུག་པའི་རྣམ་པ་བཞི་རེའི་སྒྲོ་ནས་འཇུག་ཚུལ་བཤད་

པར་བྱའོ། གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། འཇུག་ཚུལ་སྒྱུར་བསྟན་པ་དང་། ཏུས་གསུམ་བྱ་བྱེད་བྱེད་པར་བྱ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་བཞི་སྟེ། གང་གིས་འཇུག་པ་དང་། གང་ལ་འཇུག་པ་དང་། ཇི་ལྟར་འཇུག་པ་དང་། ཅི་ཕྱིར་འཇུག་པའོ། །དང་པོ་ནི། རྩོན་ལ་གང་གིས་འཇུག་ཅེ་ན། གང་བ་མ་འཇུག་སྟེ། རྩོན་འཇུག་ལྟ་ཞེས་ཡོངས་ལ་གྲགས། །དེ་ཡང་པོ་མོ་སྐྱེས་དབྱེ་ཚུལ། གང་གཉིས་ནི་མ་ནིང་དང་། །བ་ནི་པོ་ལ་འ་ནི་མོ། མ་ནི་ཤིན་ཏུ་མོ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པ། ཁོ་ན་རེ་མིང་གཞི་སོ་སོའི་རྩོན་ལ་འཕུལ་བྱེད་ཡི་གེ་གང་གིས་འཇུག་པར་བྱེད་ཅེ་འདྲི་ན་དེ་ཡི་ལན་དུ། ཇི་སྐད་དུ་གང་བ་མ་འདང་ལྟ་པོ་མིང་གཞི་སོ་སོའི་རྩོན་དུ་འཇུག་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟ་བུའི་མིང་ལ་རྩོན་འཇུག་ལྟ་ཞེས་གྲུབ་མཐའ་ཡོངས་ལ་གྲགས་པའོ། །དེ་ལྟ་བུ་ཡང་པོ་ཡིག་དང་མོ་ཡིག་དང་སྐྱེས་ཞེས་པའི་ཁོང་ནས་ཤིན་ཏུ་མོ་དང་མ་ནིང་གི་ཡི་གེ་སོ་སོར་དབྱེ་བའི་ཚུལ་ནི། གང་དང་གཉིས་ནི་སྒྱུ་རན་པས་མ་ནིང་གི་ཡི་གེ་དང་བ་ནི་སྒྱུ་དག་པས་པོ་ཡིག་ཡིན་ལ་འ་ནི་སྒྱུ་ཞན་པས་མོ་ཡིག་དང་། མ་ནི་སྒྱུ་མཉམ་པས་ཤིན་ཏུ་མོ་ཡིག་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱའོ། གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། མིང་གཞི་གང་ལ་འཇུག་བྱེད་ན། །བ་ནི་རྩོན་འཇུག་པོ་ཡིན་པས། མིང་གཞི་པོ་དང་མོ་ལ་འཇུག་ །འ་ནི་རྩོན་འཇུག་མོ་ཡིན་པས། མིང་གཞི་མོ་དང་མ་ནིང་ལའོ། གང་མ་ནིང་ཡིན་པས་ན། མིང་གཞི་པོ་དང་མོ་ལ་འཇུག་ མ་ནི་རྩོན་འཇུག་ཤིན་ཏུ་མོ། ཡིན་ཕྱིར་མོ་དང་མ་ནིང་ལའོ། །ཞེས་པ་དེ་ལྟར་བཤད་མ་ཐག་པའི་རྩོན་འཇུག་པོ་མོ་མ་ནིང་ལྟ་པོ་མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་གང་དང་གང་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ཞེས་འདྲི་ན། དེ་ཡི་ལན་དུ་བ་ནི་རྩོན་འཇུག་སྐབས་སུ་པོ་ཡིག་ཡིན་པས་མིང་གཞི་པོ་ཡི་གེ་དང་མོ་ཡི་གེ་གཉིས་ལ་འཇུག་པ་ཡིན། འ་ནི་རྩོན་འཇུག་སྐབས་སུ་མོ་ཡི་གེ་ཡིན་པས་མིང་གཞི་མོ་ཡི་གེ་དང་མ་ནིང་གི་ཡི་གེ་གཉིས་ལ་འཇུག་པའོ། གང་དང་གཉིས་རྩོན་འཇུག་སྐབས་སུ་མ་ནིང་གི་ཡི་གེ་ཡིན་པས་ན་མིང་གཞི་པོ་ཡིག་དང་མོ་ཡིག་ལ་འཇུག་པའོ། མ་ནི་རྩོན་འཇུག་སྐབས་སུ་ཤིན་ཏུ་མོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ན་མིང་གཞི་མོ་ཡིག་དང་མ་ནིང་གི་ཡི་གེ་ལ་འཇུག་པའོ། །འོ་ན་རྩོན་འཇུག་ལྟ་པོ་ལྟར་མིང་གཞིའི་སྐབས་སུ་མོ་ཡིག་ཡིན་པས་འདྲིར་པོ་དང་མ་ནིང་དུ་འགྱུར་བ་ཅི་ཞེ་ན། དེ་ནི་དགོས་པའི་དབང་གིས་སོ། །

གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། འཇུག་པ་ངོས་བཟུང་བ་དང་། མི་འཇུག་པ་བསལ་བའོ། །དང་པོ་

ལ་གཉིས་ཏེ། མདོར་བསྟན་དང་། རྒྱས་བཤད་དོ། །དང་པོ་ནི། དེ་ཡང་བཞུགས་ནས་བཤད་བྱ་སྟེ།  
 ཞེས་པ་ལྟར་བསྟན་ཆོས་སྤྱོད་ལ་དེ་ཡང་རྒྱས་བཤད་དུ་བཞུགས་ནས་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། གཉིས་  
 པ་ལ་ལྟ་སྟེ། བ་ཡིག་དང་། འ་ཡིག་དང་། ག་ཡིག་དང་། ད་ཡིག་དང་། མ་ཡིག་འཇུག་ཚུལ་  
 ལོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། རྒྱུ་འཕུལ་དང་། བརྟེན་འཕུལ་བསྟེན་པའོ། །དང་པོ་ནི། བ་ཡིག་  
 འཇུག་པའི་མིང་གཞི་ནི། ཤོ་ཡིག་ག་ཅ་ཏ་ཅ་དང་། མོ་ཡིག་ག་ད་ཞ་ཟ་ཤ། ས་དང་བརྟེན་ལ་བས་  
 འཕུལ་ཐོབ། བས་པ། སྟོན་འཇུག་བ་ཡིག་འཇུག་པར་བྱ་བའི་མིང་གཞི་ནི། སོ་ཡི་ཡི་གེ་ག་ཅ་  
 ཏ་པ་ཅ་བཞི་དང་། མོ་ཡིག་ནང་གསེས་ག་ད་ཞ་ཟ་ཤ་སྤྱོད་སྟེ་སོ་མོ་སྟོན་པའི་ཡི་གེ་བརྟེན་ལ་  
 བས་འཕུལ་ཐོབ་ཅེས་བྱའོ། །དཔེར་བཞིན་ནི་རིན་ཆེན་གཏེར་གྱིས་གྱུ་སྐབས་ལྟ་བུ་ཤེས་པར་  
 བྱའོ། །གཉིས་པ་ནི། མགོ་འདྲེན་ར་ལ་ས་གསུམ་དང་། མགོ་ཅན་ང་ཇ་ཉ་ན་ཇ། ལྟ་ལའང་  
 བརྟེན་སྐབས་བས་འཕུལ་ཐོབ། བས་པ། མིང་གཞི་སོ་སོའི་མགོ་རྩ་འདྲེན་པའི་ར་མགོ་ལ་  
 མགོ་ས་མགོ་གསུམ་ལྟར་གྱུ་ག་ཏ་ད་ཅ་ལྟ་གང་གི་མགོ་ལ་ཡོད་ཀྱང་བས་འཕུལ་ཐོབ་པ་དང་།  
 ར་སའི་མགོ་ཅན་ཡིན་ཆོས་ལྟར་བས་འཕུལ་མི་ཐོབ་པའི་ཡི་གེ་ང་ཇ་ཉ་ན་ཇ་ལྟ་ལ་ཡང་བརྟེན་ས་  
 པའི་སྐབས་སྤྱོད་བས་འཕུལ་འཐོབ་པ་ཡིན་ལོ། །དཔེར་བཞིན་ལྟར་ལྟར་ཤེས་སོ། །གཞན་ཡང་བ་ལ་  
 འདྲེན་སྤྱོད་འཕུལ་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱང་དེས་འཕུལ་སོ། །གཉིས་པ་འ་ཡིག་འཇུག་ཚུལ་ནི།  
 འ་ཡིག་འཇུག་པའི་མིང་གཞི་ནི། མོ་ཡིག་ག་ཇ་ད་བ་ཇ། མ་ནིང་ཁ་ཆ་ཐ་པ་ཆ། བརྟེན་པོ་དག་  
 ལ་འས་འཕུལ་ཐོབ། ཞེས་པ། སྟོན་དུ་འ་ཡིག་འཇུག་པར་བྱ་བའི་མིང་གཞི་ནི། མོ་ཡི་ཡི་གེ་  
 ག་ཇ་ད་བ་ཇ་ལྟ་དང་། མ་ནིང་གི་ཡི་གེ་ཁ་ཆ་ཐ་པ་ཆ་ལྟ་སྟེ་གཉིས་ཀ་སྟོན་པའི་བརྟེན་པོ་དག་ལ་  
 འས་འཕུལ་ཐོབ་པའོ། །དཔེར་བཞིན་ནི་རིན་གཏེར་སྐབས་བརྟེན་པར་གཞིགས་ཤིག་གསུམ་  
 པ་ནི། ག་ཡིག་འཇུག་པའི་མིང་གཞི་ནི། ཤོ་ཡིག་ཅ་ཏ་ཅ་གསུམ་དང་། མོ་ཡིག་ཉ་དང་ད་ན་  
 ལོ། །རྩ་ལ་ཤ་ས་བརྟེན་བཅས་ལ། གས་འཕུལ་བརྟེན་གཅིག་ཅེས་སྤྱོད་པ། ཞེས་པ། སྟོན་འཇུག་  
 ག་ཡིག་འཇུག་པར་བྱ་བའི་མིང་གཞི་ནི། སོ་ཡི་ཡི་གེ་ཅ་ཏ་ཅ་གསུམ་པོ་དང་མོ་ཡི་ཡི་གེ་ཉ་ད་ན་  
 ཞ་ཟ་ལ་ཤ་ས་བརྟེན་བཅས་པ་ལ་གས་འཕུལ་ཐོབ་པ་ལྟོན་སྟོན་ཡི་གེ་བརྟེན་གཅིག་ཡོད་ཅེས་སྤྱོད་པས་  
 པ་ཡིན་ཞིང་། དཔེར་བཞིན་ནི་རིན་གཏེར་སྐབས་གསུམ་པར་གཞིགས་ཤིག་བཞི་བ་ནི། ད་ཡིག་  
 འཇུག་པའི་མིང་གཞི་ནི། ཤོ་ཡིག་ག་པ་གཉིས་དང་ནི། མོ་ཡིག་ག་ད་བ་མ་སྟེ། དཔེར་བཞིན་པ་



དང་མོ་ཡིག་དང་འཕད་ན་ཞན་པའི་ཞན་པར་འགྱུར་བའི་ཚུལ་གྱིས་འཇུག་པ་དང་། སྡོན་འཇུག་ག་དང་ད་ཡིག་གཉིས་ནི་མིང་གཞི་ལོ་དང་འཕད་ན་སྐད་གདངས་རན་པ་ཞེས་དྲག་པའི་འབྲིང་དུ་འགྱུར་ཞིང་མོ་དང་འཕད་ན་ཞན་པའི་འབྲིང་དུ་འགྱུར་བ་ཙམ་གྱི་སྡོན་ནས་འཇུག་གོ། སྡོན་འཇུག་མ་ཡིག་མིང་གཞི་མ་ནིང་དང་འཕད་ན་སྐད་གདངས་རན་པ་དང་མཉམ་པར་འགྱུར་ཞིང་མོ་དང་འཕད་ན་ཞན་པ་དང་མཉམ་པར་འགྱུར་བའི་ཚུལ་གྱིས་འཇུག་པའོ། །

བཞི་བ་དགོས་པ་ཅི་ཡི་ཕྱིར་དུ་འཇུག་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། དགོས་ཆེད་དངོས་སུ་བསྟན་པ་དང་། ཁ་འཕང་བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། འདྲི་བས་མདོར་བསྟན་པ་དང་། ལམ་གྱིས་རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། དོན་ཆེད་ཅི་ཕྱིར་འཇུག་ཅེ་ན། ཞེས་པ། དེ་ལྟར་སྡོན་འཇུག་ལྔ་པོ་མིང་གཞི་སོ་སོར་དོན་ཆེད་ཅི་འདྲ་ཡི་ཕྱིར་དུ་འཇུག་པར་བྱེད་ཅེས་དྲིས་ན། གཉིས་པ་ལ་བཞི་སྟེ། བ་ཡིག་འཇུག་དོན་དང་། ག་ད་གཉིས་འཇུག་དོན་དང་། འ་ཡིག་འཇུག་དོན་དང་། མ་ཡིག་འཇུག་དོན་ནི། །དང་པོ་ནི། བ་ནི་འདས་པ་སྟོན་ཕྱིར་དུ། གཙུག་པོར་འཇུག་ཅིང་བྱ་བའི་ལས། །ད་ལྟར་མ་འོངས་གཉིས་ལ་འཇུག། །ད་ལྟར་རང་བཞིན་བྱེད་ལས་དང་། །བསྐྱེད་ཆོག་རྣམས་ལ་ཆེར་མི་འཇུག། ཅེས་པ། སྡོན་འཇུག་བ་ཡིག་ནི། དུས་གསུམ་གྱི་ནང་གསེས་འདས་པ་སྟོན་པའི་ཕྱིར་དུ་གཙུག་པོར་འཇུག་པ་ཡིན་ཏེ་དཔེར་ན། རྒྱ་བོ་བཀག་ཟེན་ཤིང་བཅད་ཟེན། དམ་ལ་བཅུགས་ནས་ཉེན་བཅུག་གོ། གཤ་མོ་བཞད་ནས་སར་བསྐད་དོ། གཤན་ལ་བཅུགས་ནས་ཚུལ་བཟུངས་སོ། །བཀའ་ལྟར་བཤད་ནས་སྟོན་བསལ་ཏོ། །ལྟ་བུ་ཡིན་ཞིང་བྱ་བའི་ལས་ལ་ཡང་འཇུག་སྟེ་དཔེར་ན། ཤིང་བཅད་བྱ་བཅུག་ཆུ་བཟུལ་བྱ། །ལྟ་བུའོ། །བྱ་ལས་དང་འབྲེལ་བའི་ད་ལྟ་བ་ལ། ཁ་ཡར་འཇུག་སྟེ་དཔེར་ན། ལྷགས་དམ་བསྐྱང་བཞིན་ལས་བསྐྱབ་བཞིན། །ལྟ་བུའོ། །དུས་མ་འོངས་པ་ལ་འང་རྒྱ་ཆེར་འཇུག་སྟེ། དཔེར་ན། སོང་ཉིན་ལྷགས་བསྐྱབ་བསྐྱར་བཅོས་བཅོམ། །དེ་ནས་བོན་བཤད་རིག་པ་བསྐྱབ། །ལྟ་བུའོ། །དེ་ལྟར་བྱ་ལས་དང་མ་འོང་བ་གཉིས་ལ་འཇུག་པ་ཤིན་ཏུ་མང་སྟེ། དཔེར་བརྗོད་གཤེན་མཁས་བྱུང་རིན་པོ་ཆེས་མཛད་པའི་རེ་བྱ་མིག་རྒྱས་པ་ལ་གཞིགས་ཤིག། །བྱ་ལས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་དུས་ད་ལྟ་བ་རྒྱ་བོར་རང་བཞིན་དང་བྱེད་པ་པོའི་ལས་དང་བསྐྱེད་ཆོག་རྣམས་ལ་ཆེར་མི་འཇུག་ཅིང་། ཡང་དུས་གསུམ་དང་བྱ་བྱེད་འགྱུར་མེད་རྣམས་ལ་སྤྱི་མཐའ་མ་བཀག་ཙམ་འཇུག་པ་ཡིན་ལོ། །གཉིས་པ་ནི། ག་ད་གཉིས་ནི་གཙུག་པོ་བྱ། །



ད་ཉླ་ཆེད་དང་བདག་གཞན་གྱི། ཡུལ་དང་མ་འོངས་པ་ལའང་འཇུག། འདས་དང་བསྐུལ་ལ་  
 འགའ་ཙམ་མོ། ཞེས་པ། སྒྲོན་འཇུག་ག་དང་ད་གཉིས་པོ་ནི་གཙོ་བོ་རུ་དུས་ད་ཉླ་བ་སྒྲོན་པའི་  
 ཆེད་དུ་འཇུག་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་ཤིང་གཉན་གཙོད་བཞིན་ནགས་འདབས་གཉུལ། ལྷོ་རྒྱ་  
 མ་གཏོང་བཞིན་མཆོད་གཤོམ་བྱེད། རེལ་མོ་དགྲོལ་བཞིན་གཏིང་མཐའ་དཔོག། ལྷང་དོན་  
 དཔྱོད་བཞིན་དགའ་གནད་དོགས། ལྷ་བྱ་སྤྱེ། རྒྱས་པ་རེའུ་མིག་རུ་གཟིགས་ཤིག། ལྷ་ལྷང་གི་  
 དགོངས་པ་འགྲེལ་ཚུལ་འདི་ལྟར་ཡིན་གྱི། དེ་མིན་གསུང་རབ་ཀྱན་གྱི་དགོངས་དོན་ལ་ལེགས་  
 པར་དབྱེད་ན་ག་ད་གཉིས་མ་འོངས་པ་དང་བྱ་ལས་གཙོར་སྒྲོན་གྱི་ཚུལ་དུ་འཇུག་ཅིང་འ་ཡིག་ནི་  
 དུས་ད་ཉླ་བ་དང་བྱེད་ལས་གཙོར་སྒྲོན་གྱི་ཚུལ་དུ་འཇུག་པ་ཡིན་པས་བྱེ་རབས་རྣམས་གྱི་ཐུགས་  
 ལ་གཅགས་པར་མཛོད་ཅིག། འོ་ན་གཞུང་འདི་ལྟར་གནད་བ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། སྤྱི་རབས་པ་  
 རྣམས་སྒོལ་དཔོན་ཐོན་མའི་དགོངས་པ་རྗེས་སྒྲོལ་སྤྱོད་ཤོར་བ་སེམས་སོ། ལྷ་ལྷང་ཡང་ག་ད་གཉིས་  
 བདག་དང་གཞན་གྱི་ཡུལ་ལའང་འཇུག་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། བདག་གི་གཡུ་འདི་ཁྱོད་གྱི་གཙུག་  
 རུ་བརྒྱན། ལྷ་ལྷང་གྱི་དཔལ་ཀྱན་ང་ཡི་གཡང་དུ་ལེན། ཁོ་བོའི་དབང་འདི་ཁྱེད་ཅག་གཙུག་  
 རུ་བརྒྱན། འེམ་འེམ་འེམ་འེམ་འདི་ཁོང་གི་དགོར་དུ་འབྱུལ། ལྷ་བྱ་འོ། རྒྱུ་དག་གི་དང་ཞེས་པ་  
 འབྱེད་སྒྲོལ། རྒྱས་མ་འོངས་པ་ལའང་གཙོ་ཆེར་འཇུག་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། རྗེས་སྤྱོད་གྲོས་  
 གཅམ་ཆོག་ཆོད་སྤར་ཡང་གཞུག། ཁོང་ཕོད་བདུད་གཞོམ་ཕུར་གདབ་དམ་ལ་གདགས། རྒྱ་  
 མོད་གཤམ་དགྲོལ་རྒྱན་དགའ་བྱིན་ཆེན་དབབ། བྱིས་སྤྱོད་འགོ་གདུལ་སྒོལ་གཟུག་དགེ་ལ་གཟུག། ལྷ་  
 རྒྱ་འོ། རྒྱས་འདས་པ་སྒྲོན་པ་དཔེར་ན། སྒྲོན་ཆེ་བོན་གསན་ཁྱོད་ཁྱིད་གདམས་སྒྱོད་པ་གཟབས། ལྷ་  
 གཉིད་དགྲོགས་ལྷང་རིག་གནས་ལ་དཔག་དབྱེད་བྱས། ལྷ་བྱ་དང་། ལས་ལ་བསྐུལ་བའི་ཆོག་  
 ལའང་འགའ་རེ་ལ་འཇུག་སྤྱེ། དཔེར་ན། དབང་བོ་གཏོད་ལ་གཏིང་དཔོགས་འགྲེལ་བ་གཟོབས། ལྷ་  
 རྒྱ་གསན་ཁྱོད་ཁྱོད་མན་ངག་ཟུར་དུ་བཀོལ། ལྷ་བྱ་ཁ་ཤས་ཙམ་ལས་མང་པོ་འཇུག་པ་  
 མ་ཡིན་ནོ། ཁོ་ནི་མང་མཐའ་སྤྱད་པའོ། ལྷ་སྤྱོད་པ་ནི། འ་ནི་མ་འོངས་བསྐུལ་བྱིར་གཙོར། ལྷ་  
 འཇུག་ཅིང་བྱེད་ལས་ད་ཉླ་དང་། རྒྱབས་འགར་འདས་དང་བསྐུལ་ལའང་འཇུག། ཅེས་པ་སྒྲོན་  
 འཇུག་འ་ཡིག་ནི་དུས་མ་འོངས་པ་བསྐུལ་པར་བྱ་བའི་བྱིར་དུ་གཙོ་བོར་འཇུག་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་  
 ན། དམ་པ་འབྱོན་དུས་རྗེས་འབྱང་གནས་ཀྱང་འཕོ། རྒྱུགས་འབྱུངས་རི་ལ་འདྲོང་ན་སྤྱོད་སྤྱོད་

འགག །ཉ་བུ་འགའ་རེ་ཡོད་ཀྱང་པལ་ཆེར་བྱེད་པའི་ལས་དང་དུས་ད་ཉ་བ་ལ་འཇུག་པ་ཤས་  
 ཆེ་ཞེ། བྱེད་ལས་ནི། དཔེར་ན། ལུང་དོན་གོ་བས་འགྲེལ་ཞིང་རིག་པས་འགྲེལ། མཁས་པས་  
 འབྲེད་ཅིང་ཚུལ་བས་གཏན་ལ་འབེབས། །ཉ་བུ་དང་། ད་ཉ་བ་ནི་དཔེར་ན། ཚུད་པའི་སྐབས་  
 འདིར་སྤྲོན་འབྱེད་ལོག་རྟོག་འགོག །ད་ཆ་སྒྲོས་འཇལ་ཐིག་འདེབས་བདེན་དོན་འཚོལ། །ཉ་  
 བུ་ལོ། རྒྱས་པ་རེའུ་མིག་ཏུ་ཤེས། སྐབས་འགའ་རེ་དུས་འདས་པའི་དོན་ལའང་ཁ་ཤས་འཇུག་ཞེ་  
 དཔེར། ལྷན་འདས་དུས་སུ་མང་འདུས་མདའ་ཡང་འཕངས། །དེ་རྗེས་འབྲངས་ན་མས་ཆོ་འཕོས་  
 འཕར་ཏེ་སོང་། །ཉ་བུ་དང་ལས་ལ་བསྐྱལ་བའི་ཆོག་ལའང་འགའ་རེ་ཙམ་འཇུག་ཞེ་དཔེར་ན།  
 གོང་མའི་རྗེས་སུ་འབྲོངས་ལ་ཡར་འཛེགས་ཤིག །རིག་པ་དབྱིངས་སུ་འཕོངས་ལ་གནས་འཕོས་  
 ཤིག །ཉ་བུ་ལོ། །བཞི་བ་ནི། མ་ནི་བདག་གཞན་གཉིས་ཀ་དང་། །དུས་གསུམ་ཀུན་ལ་མཉམ་  
 པར་འཇུག །ཅེས་པ། རྩོན་འཇུག་མ་ཡིག་ནི་བདག་གཞན་གཉིས་ཀའི་ཡུལ་ལ་འཇུག་ཞེ་བདག་  
 གི་ཡུལ་ལ་འཇུག་པ་དཔེར་ན། བདག་གི་མཁར་དུ་ཞོར་གྱི་བང་མཛོད་ཡོད། །ང་ཡི་མགོ་ལ་ཆེ་  
 ཏུགས་སྒྲོ་མདོངས་མཛོས། །ཉ་བུ་དང་། གཞན་ཡུལ་ལ་འཇུག་པ་ནི། བྱོད་གྱི་མངའ་རིས་བྱེད་  
 སྒྲོབ་མཁས་པས་ཁེངས། །མོ་ཡི་མཁུར་ཆོས་རྒྱ་སྐག་ཁུ་བས་མཛོས། །ཉ་བུ་དང་། དུས་གྱི་དབང་  
 དུ་བཏང་ན་དུས་གསུམ་ཀུན་ལ་མཉམ་པར་འཇུག་ཞེ་དཔེར་ན། རྩོན་ཆད་གཞུང་མཛོད་ད་ཉ་  
 འབྲེལ་འདི་མཛོད། །སྤང་ན་དཔེར་བཅོམ་མཛོད་བྱང་སྤྲོ་བའི་སེང་། །སྤར་མཚོད་ཇི་བཞིན་ད་  
 མཚོད་བྱིས་ཀྱང་མཚོད། །ཉ་བུ་ལོ། །གཉིས་པ་ཁ་འཕང་བ་ནི། གཞན་ཡང་རྩོན་འཇུག་ལྡོ་བོ་  
 ཀུན། །བྱ་བྱེད་དུས་ལ་མ་སྒྲོས་པར། །མིང་གི་གཞི་ལ་འཇུག་པ་ནི། །ཤིན་ཏུ་མང་ཕྱིར་གཞན་  
 དུ་སྒྲོས། །ཞེས་པ། གཞན་ཡང་བཤད་མ་ཐག་པའི་རྩོན་འཇུག་ལྡོ་བོ་ཀུན་ཀ །བྱ་ལས་དང་བྱེད་  
 ལས་གཉིས་དང་དུས་གསུམ་པོ་གང་ལ་ཡང་མ་སྒྲོས་པར་མིང་གི་གཞི་ལ་འཇུག་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་མང་  
 པའི་ཕྱིར་ན་དག་ཡིག་གཞན་དུང་དཀར་འབྱེལ་དབྲངས་ཟ་མ་རྟོག་སོགས་ལ་སྒྲོས་གསུངས་པར་  
 རེན་ཆེན་གཏེར་བྱིས་ལྷན་ཤེས་སོ། །

གཉིས་པ་དུས་གསུམ་བྱ་བྱེད་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། མདོར་བཟུན་པ་དང་།  
 རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལོ། །དང་པོ་ནི། བྱེད་པར་བྱི་ལ་ཕན་པ་ཆེ། །དུས་གསུམ་བྱ་བྱེད་དོས་འཛིན་  
 བོ། །ཞེས་པ། དེ་ཡང་རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་བྱི་དང་བྱེད་པར་དུ་རིག་པའི་གནས་པལ་མོ་ཆེ་

ཀུན་གྱི་གཞི་བད་དག་ལ་ལེན་དགོས་པས། དེ་དག་གྱི་ལ་ཕན་པ་ཆེན་པོ་འབྱུང་བའི་ཆེད་དུ་དུས་  
གསུམ་དང་བྱ་ལས་དང་བྱེད་ལས་ངོས་འཛིན་པའི་ཚུལ་ནི། ཞེས་བྱའོ། གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ཏེ།  
དུས་གསུམ་བྱ་བྱེད་མཉམ་དུ་བཤད་པ་དང་། བྱ་བྱེད་རྒྱུ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་བཞི་སྟེ།  
བྱ་བྱེད་གྱི་སྟེང་ན་དུས་གསུམ་ངོས་འཛིན་པ་དང་། བསྐྱལ་ཆོག་སྟེར་དུ་བཤད་པ་དང་། ལས་  
ངོས་འཛིན་པ་དང་། དུས་ལས་ཐོབ་མཚུངས་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། བྱེད་པོ་དང་ནི་བྱ་བའི་  
ཡུལ། །ཐ་དད་ཡོད་དམ་མེད་ཀྱང་རུང་། །བྱས་ཟིན་ནམས་ནི་འདས་པ་དང་། །བྱེད་བཞིན་ནམས་  
ནི་ད་ཉིད་དང་། །བྱ་འགྱུར་ནམས་ནི་མ་འོངས་པའོ། །ཞེས་པ། བྱེད་པོ་དང་བྱ་བའི་ཡུལ་ཐ་  
དད་ཡོད་དམ་ཞེས་ཐ་དད་ཡོད་པ་ནི། མཁས་པས་གསུང་རབ་འཆད་པ་དང་། བཙུན་པས་  
བཞུན་པ་འཛིན་པ་དང་། བཟང་པོས་སྒྲོམ་གྱ་སྒྲོང་བ་ཉི་ལྔའོ། །བྱེད་པོ་དང་བྱ་ཡུལ་ཐ་དད་  
མེད་པ་ནི། སྒྲ་མས་སྒྲ་མ་བསྟེན་པ་དང་། མཁས་པས་མཁས་པ་སྒྲོང་བ་དང་། རིག་པས་རིག་  
པ་བསྐྱབ་པ་ཉི་ལྔའི་ཉིན་ཡིན་ཀྱང་རུང་བ་དེ་དག་བྱས་ཟིན་པ་ནམས་ནི་འདས་པ་ཡིན་འོ། །དཔེར་  
ན། སྟོན་ཆོ་ཆོགས་བསགས་སྒྲིབ་སྒྲུངས་རིག་པ་བསྐྱབས། །དཀའ་བཙོན་ཉི་ལྔ་བསྟེན་དག་  
བསྐྱབས་རིལ་བཟང་། །ཉི་ལྔ་དང་། བྱེད་བཞིན་ནམས་ནི་ད་ཉིད་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། ད་ཉི་  
བཀའ་འགྲེལ་ལུང་འགྲོལ་རིག་ལམ་ཚོམ། །ཐོན་སྟོན་བཞུན་སྟེལ་འགྲོ་འདེན་གཞན་རྒྱུ་སྟོལ། །  
ཉི་ལྔའོ། །སྐར་ལ་བྱ་འགྱུར་ནམས་ནི་མ་འོངས་པ་ཡིན་ཏེ་དཔེར་ན། བྱི་མར་སྐར་འགྲུབ་གསུང་  
བསྐྱག་བོན་འཁོར་བསྐྱོར། །ཀུན་གཏུལ་འཁོར་བ་དོང་སྒྲུག་འཆང་རྒྱའོ། །ཉི་ལྔའོ། གཉིས་པ་  
བསྐྱལ་ཆོག་ནི། ལས་ལ་སྐྱལ་བ་བསྐྱལ་ཆོག་གོ། བྱེད་པོ་གཞན་པ་མེད་ནམས་ལ། །བསྐྱལ་ཆོག་  
གིས་ནི་དགོས་པ་རྒྱུང་། །ཞེས་པ། གང་གིས་གང་ལ་ལས་དང་བྱ་བ་འདི་དང་འདི་གྱིས་ལ་ཞེས་  
བསྐྱལ་བར་བྱེད་པའི་ཆོག་སོ་སོ་ནི་བསྐྱལ་ཆོག་ཅེས་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། གོགས་ཁྱེད་མ་སྟོང་  
དག་སྐྱབས་ཐར་པར་རེམས། །འཁོར་སྟོངས་དཀའ་ཚོན་རིར་བྲོས་ཉམས་ལེན་སྟོངས། །ཉི་ལྔ་  
དག་གོ། །བསྐྱལ་བའི་ཡུལ་བྱེད་པོ་གཞན་པ་མེད་པ་བཅའ་བའི་རིགས་ལ་སོགས་པ་ནམས་ལ་ནི་  
བསྐྱལ་བའི་ཆོག་གི་དགོས་པ་ནི་རྒྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། དོན་གོ་བ་མེད་པས་སོ། །

གསུམ་པ་ལས་ངོས་འཛིན་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། སྒྱིར་བཞུན་པ་དང་། བྱེད་ཐག་ཏུ་བཤད་པའོ། །  
དང་པོ་ནི། གང་བྱེད་མཁན་དེ་བྱེད་པ་པོ། བྱེད་པོ་དེ་ཡིས་གང་བྱ་བ། །དེ་ནི་ལས་དང་བྱ་བ་

ཡིན། ཞེས་པ། རྟོན་གང་དང་གང་ཞིག་བྱེད་པར་ཚྭ་པའི་མཁན་པོ་སྤྱད་སྤྱུ་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་  
 རི་བྱེད་པ་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། ལྷ་སྐྱའི་བྱེད་པ་པོ་ལྷ་བཟོ། ཡི་གའི་བྱེད་པ་པོ་དྲུང་ཡིག་གསེར་  
 སྐྱའི་བྱེད་པ་པོ་གསེར་མགར་ཡིན་པ་ལྷ་བྱའོ། གང་ཞིག་བྱེད་པ་པོ་དེ་ཡིས་གང་བྱ་བ་བྱས་པ་དེ་  
 རི་ལས་དང་བྱ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། ལྷ་བཟོས་ལྷ་སྐྱ་བཟོས། དྲུང་ཡིག་གིས་ཡི་གེ་བྲིས། གསེར་  
 མགར་གྱིས་གསེར་བུ་བུ་བྱ་བ་ལྷ་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་ལས་གང་ལ་ཡང་བྱེད་པོ་དང་འབྲེལ་ན་བྱེད་  
 ལས་དང་བྱ་ཡུལ་དང་འབྲེལ་ན་བྱ་ལས་ཞེས་བྱའོ། གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། མདོར་བསྟན་དང་།  
 རྒྱས་བཤད་དོ། གང་པོ་ནི། སྤྱིར་ན་ལས་ལ་གཉིས་ཡོད་དེ། བྱེད་པའི་ལས་དང་བྱ་བའི་ལས། །  
 ཞེས་པ། དེ་ཡང་སྤྱིར་ན་ལས་ཅམ་ལ་ཡང་རྣམ་པ་གཉིས་སྤྱོད་དེ། དེ་གང་ཞེ་ན་བྱེད་པའི་ལས་  
 ཞེས་བྱ་བ་དང་བྱ་བའི་ལས་ཞེས་བྱ་བའོ། གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། བྱེད་ལས་དང་། བྱ་ལས་  
 སོ། །དང་པོ་ནི། བྱེད་པོ་ཉིད་དང་དེ་ཉིད་ཀྱིས། བྱེད་པ་བཅས་ལ་བྱེད་ལས་ཞེས། ཞེས་པ།  
 གང་ཞིག་བྱེད་པ་པོ་དེ་ཉིད་དང་དེ་ཉིད་ཀྱིས། བྱ་བ་གང་བྱེད་པ་བཅས་མཉམ་དུ་འབྲེལ་བར་  
 བརྗེད་པ་དེ་ལ་བྱེད་པའི་ལས་ཞེས་འབོད་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། གཤེན་གྱིས་སྟོན་ཞིང་མཁས་  
 པས་འབྲེལ། ལྷ་མས་འཆད་ཅིང་སྟོབ་མས་ཉན། ལྷ་བྱའོ། གཉིས་པ་ནི། བྱ་བའི་ཡུལ་དང་དེ་  
 ཉིད་ཀྱི། བྱ་བ་བཅས་ལ་བྱ་ལས་ཞེས། ཞེས་པ། གང་ཞིག་བྱ་བར་འཇུག་པའི་ཡུལ་གང་ཡིན་  
 པ་དེ་དང་དེ་ཉིད་ཇི་ལྟར་བྱ་བ་དང་བཅས་པ་མཉམ་དུ་འབྲེལ་བར་བརྗེད་པ་ལ་བྱ་བའི་ལས་ཞེས་  
 བྱ་སྟེ་དཔེར་ན། བརྒྱད་ཁྲིའི་བོན་བསྟན་བཀའ་འབྲེལ་བཅུ་མས། གཤམས་ཁྲིད་བཤད་ཅིང་  
 བསྐྱབ་བྱ་མཉམ། ལྷ་བྱའོ། བཞི་བ་དུས་ལས་ཐོབ་མཚུངས་བཤད་པ་ནི། བྱེད་པ་པོ་དང་བྱེད་  
 པའི་ལས། གྲ་ལྷ་བ་རྣམས་ཐོབ་ཚུལ་འདྲ། གྲེ་བཞིན་བྱ་ཡུལ་བྱ་ལས་དང་། ལམ་འོངས་པ་  
 རྣམས་སྦྱར་ཐོབ་གཅིག་ཅེས་པ། གང་ཞིག་བྱེད་པ་པོ་དང་དེ་ཡིས་བྱེད་པའི་ལས་དང་དུས་ད་  
 ལྷ་བ་རྣམས་ནི་ཡི་གའི་སྦྱར་བ་ཐོབ་ཚུལ་གྱིས་འདྲ་བ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། འབྲེལ་བྱེད་མཁས་  
 པར་འབྲེལ་ཚྭ་ད་ལྷ་འབྲེལ། འཆད་བྱེད་ལྷ་མས་འཆད་འདོམས་ད་ཆ་འཆད། ལྷ་བྱའོ། །  
 དཔེ་དེ་བཞིན་དུ་གང་ཞིག་བྱ་བའི་ཡུལ་དང་དེ་ཉིད་བྱ་བའི་ལས་དང་དུས་མ་འོངས་པ་རྣམས་དོན་  
 ཐུང་དུ་ཡིན་ཀྱང་ཡིག་སྦྱར་གྱི་ཐོབ་ཚུལ་གཅིག་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། དགལ་བྱ་རྩོགས་ཆེན་  
 དགོང་དགལ་ད་བྱིན་དགལ། བཤད་བྱ་ཐེག་ཆེན་བོན་བཤད་སོང་ཉིན་བཤད། ལྷ་བྱའོ། །

གཉིས་པ་བྱ་བྱེད་རྒྱུ་བ་བཤད་པ་ལ་བཞི་སྟེ། བྱ་བྱེད་འཕུལ་ཅན་བཤད་པ་དང་། འཕུལ་  
མེད་བཤད་པ་དང་། སྒྲ་ཚོགས་བཤད་པ་དང་། བྱེད་བསྐུལ་ན་ཅུ་ཅན་བཤད་པ་ལོ། །དང་པོ་  
ལ་བཞི་སྟེ། བས་འཕུལ་ཅན་དང་། ག་དང་དས་འཕུལ་ཅན་དང་། འས་འཕུལ་ཅན་དང་། མས་  
འཕུལ་ཅན་བཤད་པ་ལོ། །དང་པོ་ནི། བས་འཕུལ་འཕྲུག་པའི་བྱ་བ་དེའི། བྱེད་པར་འ་ཡིས་  
འཕུལ་པ་ལོ། །སྟོན་འཕྲུག་མེད་པ་གང་རུང་ཐོབ། བས་པ། སྟོན་འཕྲུག་འས་འཕུལ་འཕྲུག་པའི་  
བྱ་ཡུལ་བྱ་བའི་ལས་གང་དང་གང་ལ་དེ་ཡི་བྱེད་པོ་དང་བྱེད་པའི་ལས་ལ་སྟོན་འཕྲུག་འ་ཡིས་འཕུལ་  
བའང་མང་པོ་ཡོད་དེ་དཔེར་ན། བཏུ་བྱའི་མེ་ཏྲག་བཏུ་བ་འཕུ་བྱེད་བྱིས་པས་འཕྱ། བཏུང་བྱ་  
པད་བཅུད་བཏུང་བ་འཕུང་བྱེད་བྱུང་བས་འཕུང་། །ཉ་བུའོ། །དེ་ཡི་བྱེད་པ་ལ་སྟོན་འཕྲུག་མེད་  
པ་ཡང་མང་པོ་ཡོད་དེ། དཔེར་ན། བསྐྱར་བྱའི་དབང་བཞི་བསྐྱར་བ་སྐྱར་བྱེད་ལྔ་མས་སྐྱར། །  
བསྐྱབ་བྱ་གཞན་རྒྱུད་བསྐྱབ་པ་སྐྱབ་བྱེད་བྱིན་གྱིས་སྐྱབ། །ཉ་བུ་དང་གཉིས་པོ་གང་ཡང་རུང་བ་  
ཐོབ་པ་ཤིན་ཏུ་མང་སྟེ་རེ་འུ་མིག་ལྷ་དཔལ་དོ་ཤལ་ལ་གཟིགས་ཤིག། གཉིས་པ་ནི། ག་དང་དས་  
འཕུལ་བྱ་བ་ཡི། བྱེད་པར་འ་ཡིས་འཕུལ་བ་འཕ། བྱ་བྱེད་འཕྲུར་མེད་དག་ཀྱང་ཐོབ། བས་  
པ་། སྟོན་འཕྲུག་ག་ཡིག་དང་ད་ཡིག་གིས་འཕུལ་བའི་བྱ་བ་གང་ཞིག་ལ་དེ་ཡི་བྱེད་པའི་ལས་ལ་  
འ་ཡིག་གིས་འཕུལ་བ་མང་སྟེ་དཔེར་ན། གཞལ་བྱའི་གཞུང་དོན་གཞལ་བ་འཇལ་བྱེད་རིག་པས་  
འཇལ། །གཏུལ་བྱ་འགོ་བྱུག་གཏུལ་བ་འདུལ་བྱེད་སྟོན་པས་འདུལ། །དགང་བྱ་སྟོ་ཚད་དགང་  
བ་འགོངས་བྱེད་གདམས་པས་འགོངས། །དགོད་ཡུལ་བདེ་ཆེན་སར་དགོད་འགོད་བྱེད་ལྷགས་  
རྗེས་འགོད། །ཉ་བུའོ། །འམ་གདམ་ང་ཅན་ཏེ་བྱ་བྱེད་གཉིས་ཀའི་སྟོན་འཕྲུག་འཕྲུར་མེད་དག་  
ཀྱང་ཐོབ་པ་འགའ་ཡོད་དེ། དཔེར་ན། གཡལ་བྱའི་དར་གཡལ་གཡོབ་བྱེད་རྒྱུང་གིས་གཡོབ། །  
གཤག་བྱའི་ཤིང་གཤག་གཤོག་བྱེད་རྩ་རིས་གཤོག། །དཔག་བྱའི་གཏིང་དཔག་དཔོག་བྱེད་སྟོ་ཡིས་  
དཔོག། །དམད་བྱའི་དོན་དམད་དམྱེད་བྱེད་རིག་པས་དམྱེད། །ཉ་བུ་སྟེ་རྒྱས་པ་རེ་འུ་མིག་ལ་  
གཟིགས་ཤིག། གསུམ་པ་ནི། འས་འཕུལ་འཕྲུག་པའི་བྱ་བྱེད་ནི། །གཉིས་ཀ་རང་ལས་གཞན་  
མི་འཕྱར། །ཞེས་པ། སྟོན་འཕྲུག་འ་ཡིག་གིས་འཕུལ་འཕྲུག་པའི་བྱ་བའི་ལས་དང་བྱེད་པ་པོ་དང་  
བྱེད་པའི་ལས་ནི་གཉིས་ཀ་འ་ཡིག་རང་ཉིད་འཕྲུག་པ་ལས་སྟོན་འཕྲུག་གཞན་འཕྲུག་པར་མི་འཕྱར་  
བ་ཡིན་ཏེ་དཔེར་ན། འབྲང་བྱ་གོང་མའི་རྗེས་འབྲང་འབྲེད་བྱེད་སྟོན་པས་འབྲེད། །འཐོབ་བྱའི་

ཡོན་ཏན་འཐོབ་པ་འཐོབ་བྱེད་གང་དེས་འཐོབ། །ཉ་ལུ་ལོ། །གཞན་ཡང་བྱ་བར་འས་འཕུལ་  
 འཇུག་པ་ལ་བྱེད་པར་འཕུལ་མེད་ཀྱང་ཡོད་དེ་དཔེར་ན། །འབྲུག་བྱ་ལྷུ་མ་འབྲུག་བྲུག་བྱེད་ཚོལ་  
 བས་བྲུག། །འབྲེར་བྱའི་ཚོགས་སོགས་འབྲེར་བ་བྲེར་བྱེད་རྒྱུན་གྱིས་བྲེར། །ཉ་ལུ་ལོ། །རྒྱས་པ་རེའུ་  
 མིག་ཉར་ཤེས་སོ། །བཞི་བ་ནི། མས་འཕུལ་འཇུག་པའི་བྱ་བ་ནི། །བྱེད་པར་ག་ཡིས་འཕུལ་  
 བའམ། །ཕལ་ཆར་བྱ་བྱེད་མི་འགྱུར་ཞིང་། །སྐབས་འགར་འཕུལ་མེད་བྱས་པའང་སྤང་། །ཞེས་  
 པ། །སྤོ་འཇུག་མས་འཕུལ་འཇུག་པའི་བྱ་བའི་ཡུལ་དང་བྱ་ལས་དག་ལ་ནི། །བྱེད་པར་ག་ཡིས་  
 འཕུལ་བའང་རེ་རེ་ཙམ་ཡོད་དེ་དཔེར་ན། །མནལ་བྱའི་གོས་མནལ་གཞོན་བྱེད་ལུས་གྱིས་གཞོན། །  
 མནལ་བྱའི་འདྲེ་མནལ་གཞོན་བྱེད་འབྱུང་ལས་གཞོན། །ཉ་ལུ་ལོ། །མཐའ་མ་བཀག་ཙམ་ལས་  
 མང་པོར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །འམ་ཞེས་པ་གདམ་ང་ཙན་ཏེ་མནལ་བྱ་གཞོན་བྱེད་ཀྱང་རུང་ངོ་། །  
 མས་འཕུལ་ཙན་གྱི་བྱ་བྱེད་ཕལ་ཆར་བྱ་བ་མས་འཕུལ་ན་དེ་ཡི་བྱེད་པར་མས་འཕུལ་བ་མང་སྟེ་  
 དཔེར་ན། །མཚན་བྱའི་བད་དོན་དཔེ་ཡིས་མཚན། །མཛད་བྱའི་བཀའ་འགྲེལ་མཁས་པས་མཛད། །  
 མཚན་བྱའི་སྤང་མ་ཕུད་གྱིས་མཚན། །མངག་བྱའི་པོ་ཉ་གཙོ་བོས་མངག །ཉ་ལུ་སྟེ། །བྱ་བྱེད་ཕལ་  
 ཆར་མི་འགྱུར་ཞིང་། །ཡང་སྐབས་འགའ་རེ་ལ་འཕུལ་མེད་བྱས་པ་ཡང་སྤོ་ཚོགས་སྤང་སྟེ། །དཔེར་  
 ན། །མནོ་བྱའི་ལུང་མནོ་ནོད་བྱེད་སྤོ་མས་ནོད། །མཉན་བྱའི་གསུང་མཉན་ཉན་བྱེད་སྤོ་མས་  
 ཉན། །ཉ་ལུ་ཁ་ཤས་ཙམ་ལས་མང་པོ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་བྱ་བྱེད་འཕུལ་མེད་བཤད་  
 པ་ནི། །འཕུལ་མེད་བྱ་བྱེད་མི་འགྱུར་ཞིང་། །ཞེས་པ། །བྱ་བྱེད་གང་ལའང་སྤོ་འཇུག་འཕུལ་  
 ཡིག་མེད་ན་བྱ་ལས་བྱེད་ལས་གཉིས་པོ་འདྲ་མིན་དུ་མི་འགྱུར་བ་ཡིན་ཏེ། །དཔེར་ན། །སྤང་བྱའི་  
 སྤོ་བ་ལམ་པས་སྤོང་། །སྤང་བྱའི་རིག་གནས་མཁས་པས་སྤོང་། །སྤར་བྱའི་གོ་ས་གོང་མས་  
 སྤོར། །སྤོ་བྱའི་བད་འགྲེལ་ཁོ་བོས་སྤོ། །ཉ་ལུ་ཤིན་ཏུ་མང་ངོ་། །གསུམ་པ་སྤོ་ཚོགས་ཙན་ནི།  
 །ལུས་སྤོག་གཉིས་ཀ་གཞན་འགྱུར་བའི། །བྱ་བྱེད་དག་ཀྱང་ཅི་རིགས་སོ། །ཞེས་པ། །ལུས་ཞེས་  
 གསལ་བྱེད་སྤོག་ཅེས་དབྱངས་ལྡ་གང་རུང་ཙན་གཉིས་ཀ་གཞན་དུ་འགྱུར་བའི་བྱ་ལས་དང་བྱེད་  
 ལས་དག་ཀྱང་འདྲ་མིན་ཅི་རིགས་ཡོད་དེ། །དཔེར་ན། །བསལ་བྱའི་གིབ་ཚོག་ཁྱུས་གྱིས་སེལ། །  
 །སྤང་བྱའི་སྤོ་མ་པ་བདག་གིས་ལེན། །འབར་བྱའི་མར་མེ་ཤིང་གིས་སྤོར། །འདའ་བྱའི་མུང་ན་སྤོ་  
 བར་བྱེད། །ཉ་ལུ་ལོ། །བཞི་བ་བྱེད་བསྐུལ་ན་རུ་ཙན་ནི། །གང་དེའི་ལས་དང་བྱ་བ་ལ། །ན་རོ་

མེད་ཀྱང་དེ་བཞིན་གྱིས། །ད་ལྟ་དང་ནི་བསྐྱེད་ཆོག་སྐབས། །ཁར་ཆེར་ན་རོ་ཐོབ་པ་མང་། །  
བསྐྱེད་ཆོག་པལ་ཆེར་སྒྲོན་འཇུག་སྤྲོད་པ། །ཞེས་པ། བཅོམ་པ་གང་དང་གང་ཡིན་ཏེ། དེའི་བྱ་  
བའི་ལས་དང་བྱ་བའི་ཡུལ་ནུས་ལ་ནི་མིང་གཞི་ན་རོ་མེད་པའི་རིགས་སོ་སོ་ལ་རྒྱག་ཀྱང་མི་དགོས་  
པར་སྒྲོན་མ་དེ་བཞིན་གྱིས་དང་འགྲིག་པར་འགྱུར་ལ། ལས་དེ་ཡི་བྱེད་པ་དང་དུས་ད་ལྟ་བ་དང་  
ནི་བསྐྱེད་ཆོག་སོ་སོའི་སྐབས་སུ་ན་རོ་འཐོབ་ཆོད་ཡོད་ན་པལ་ཆེར་ལ་ན་རོ་ཐོབ་པ་མང་ངོ་། །  
ཞར་འབྱུང་བསྐྱེད་ཆོག་པལ་ཆེར་ལ་སྒྲོན་འཇུག་གི་རིགས་སྤྲོད་ཤེས་གསུངས་སོ། །ཡང་འགའ་  
ཞིག་སྒྲོན་འཇུག་མེད་ན་སྒྱུ་ཉམས་འགོ་བའི་རིགས་ལ་དོགས་སོ། །

གཉིས་པ་རྗེས་འཇུག་གི་རྣམ་བཞག་བཤད་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་  
པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། དེ་ནས་རྗེས་འཇུག་རྣམ་བཞག་ཀྱང་། སྒྲོན་འཇུག་ཇི་བཞིན་བཞི་  
རེས་བཤད། །ཅེས་པ། དེ་ལྟར་སྒྲོན་འཇུག་གི་རྣམ་བཞག་བཤད་ཟིན་ནས་སྐབས་ལ་བབ་པའི་  
རྗེས་འཇུག་གི་རྣམ་པར་བཞག་པ་དེ་དག་ཀྱང་སྒྲོན་འཇུག་སྐབས་སུ་བསྟན་པ་ཇི་བཞིན་དུ་ས་བཅད་  
རྣམ་པ་བཞི་རེའི་སྒྲོ་ནས་བཤད་པར་བྱའོ། །གཉིས་པ་ལ་བཞི་སྟེ། གང་གིས་འཇུག་པ་དང་གང་  
ལ་འཇུག་པ་དང་། ཇི་ལྟར་འཇུག་པ་དང་། དོན་གྱི་འཇུག་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། རྒྱུ་  
བསྟན་པ་དང་། བྱེད་པ་ཉག་གི་དབྱེ་བའོ། །དང་པོ་ནི། རྗེས་སུ་གང་གིས་འཇུག་ཅེན། ལྷ་  
བཤད་རྗེས་འཇུག་བཅུ་པོ་སྟེ། །ཞེས་པ། མིང་གཞི་སོ་སོའི་རྗེས་སུ་མཐའ་རྟེན་ཡི་གེ་གང་གིས་  
འཇུག་པར་བྱེད་ཅེས་འདྲི་ན། དེའི་ལན་དུ་ལྷ་ཡི་གེ་དོས་འཛིན་གྱི་སྐབས་སུ་བཤད་པའི་རྗེས་  
འཇུག་གང་དང་ན་བ་མ་འ་ར་ལ་ས་དང་བཅུ་པོ་དེ་དག་འཇུག་པར་བྱེད་པའོ། །གཉིས་པ་ལ་  
གཉིས་ཏེ། བསྐྱེད་ཆོག་སུ་བཤད་པ་དང་། རྒྱས་ཀྱང་དུ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། དེ་ཡང་ཕོ་  
མོ་སོགས་དབྱེ་ཚུལ། །མི་མཐུན་རྣམ་གངས་མང་བཞེད་ཀྱང་། །རང་ལྷགས་གང་བ་ས་བཞི། །  
ཕོ་དང་ང་མ་འགས་མོ། །ན་ར་ལ་གསུམ་མ་ནིང་འདྲོད། །ཅེས་པ། དེ་ལྟར་རྗེས་འཇུག་བཅུ་  
དུ་བཤད་པ་ལ་ཡང་ཕོ་མོ་མ་ནིང་སོགས་ཉག་གི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་བའི་ཚུལ་ལ་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
བཤད་ཚུལ་མི་མཐུན་རྣམ་གངས་མང་པོ་ཞིག་བཞེད་སྟེ་ལ་འདུག་ཀྱང་། །རང་ལྷགས་རྣམ་དག་གི་  
རྗེས་སུ་འབྱང་ན་གང་བ་ས་བཞི་པོ་ནི་རྗེས་འཇུག་ཕོ་ཡི་ཡི་གེ་དང་། །ང་མ་འགས་མོ་མོ་ཡི་  
གེ་དང་། །ན་ར་ལ་གསུམ་ནི་མ་ནིང་གི་ཡི་གེ་ཡིན་པར་འདྲོད་དོ། །གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། མདོར་

བཟུན་དང་། རྒྱས་བཤད་དོ། །དང་པོ་ནི། རང་གསེས་ཞིབ་ཏུ་དབྱེ་བ་ནི། ཞེས་པ། དེ་དག་  
རང་རང་གི་རང་གསེས་རེ་རེ་བཞིན་ཞིབ་ཏུ་དབྱེ་བའི་ཚུལ་ནི་ཞེས་བྱའོ། གཞིས་པ་ནི། སྔ་ལ་  
སྦྱོས་བྱ་རབ་འབྲིང་ཐ། གསུམ་ལས་ས་ནི་སྦྱོས་བྱ་རབ། བ་འབྲིང་ག་ད་ཐ་མའོ། མོ་ལ་མོ་དང་  
ཤིན་ཏུ་མོ། གཞིས་ལས་ང་དང་མ་གཞིས་མོ། འཁྱི་ཤིན་ཏུ་མོ་ཡིན་ནོ། མ་ནིང་འགྱུར་དང་  
མཚན་གཞིས་དང་། མཚན་མེད་དག་དང་གསུམ་ཡོད་དེ། ར་ར་ལ་གསུམ་རིམ་བཞིན་སྦྱོར། །  
ཞེས་པ། རྒྱས་འཇུག་པོ་ཡིག་ཙམ་ལ་ཡང་སྦྱོས་བྱ་རབ་འབྲིང་ཐ་མ་གསུམ་ཏུ་དབྱེ་བ་ཡོད་པ་ལས།  
ས་ནི་སྦྱང་གདངས་དྲག་པས་སྦྱོས་བྱ་རབ་ཡིན་ལ། བ་ནི་སྦྱང་གདངས་རན་པས་འབྲིང་དང་ག་  
དང་ད་གཞིས་ནི་སྦྱང་གདངས་ཞན་པས་ཐ་མའོ། རྒྱས་འཇུག་མོ་ཡིག་ཙམ་ལ་ཡང་། མོ་དང་  
ཤིན་ཏུ་མོ་གཞིས་སུ་དབྱེ་བ་ལས་ང་ཡིག་དང་མ་ཡིག་གཞིས་ནི་མོ་ཡིག་ནང་གི་སྦྱང་གདངས་དྲག་  
པས་མོ་ཡིན་ལ། འཁྱི་སྦྱང་གདངས་ཞན་པས་ཤིན་ཏུ་མོ་ཡིན་ནོ། རྒྱས་འཇུག་མ་ནིང་གི་ཡི་གེ་  
ཙམ་ལ་ཡང་མཚན་འགྱུར་བ་ཅན་དང་། མཚན་གཞིས་པ་ཅན་དང་མཚན་མ་མེད་པ་དག་དང་  
གསུམ་ཏུ་དབྱེ་བ་ཡོད་དེ། ར་ནི་འགྱུར་བ་ཅན་དང་ལ་ནི་གཞིས་ཀ་ཅན་དང་ར་ནི་མཚན་མེད་  
དང་གསུམ་ཏུ་རིམ་པ་བཞིན་ཏུ་སྦྱོར་བའོ། གཞིས་པ་ནི། གང་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་ཅེ་ན། མིང་  
གཞིའི་ཡི་གེ་ཀུན་ལའོ། ཞེས་པ། དེ་ལྟར་རྒྱས་འཇུག་པོ་མོ་མ་ནིང་དེ་དག་མིང་གཞིའི་གང་ལ་  
འཇུག་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ཅེ་འདྲི་ན། ལན་ཏུ་དེ་དག་ནི་མིང་གཞི་ཡི་གེ་གསལ་བྱེད་སུམ་ཅུ་ཀུན་  
གྱི་མཐར་རེ་རེ་བཞིན་ཐམས་ཅད་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་པའོ། །

གསུམ་པ་ཇི་ལྟར་འཇུག་པའི་ཚུལ་ལ་གཞིས་ཏེ། འདྲི་བས་མདོར་བཟུན་པ་དང་། ལན་  
གྱིས་རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཇི་ལྟར་འཇུག་པར་བྱེད་ཅེ་ན། ཞེས་པ། རྒྱས་འཇུག་  
དེ་དག་མིང་གཞིའི་རྒྱས་སུ་ཚུལ་ཇི་ལྟར་བྱའི་སྒོ་ནས་འཇུག་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ཅེ་འདྲི་ན། གཞིས་  
པ་ལ་གཞིས་ཏེ། སྦྱར་བསྐྱས་ཚམས་སུ་བཤད་པ་དང་། བྱེ་བྲག་སོ་སོར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི།  
སྔ་བཞི་སྦྱང་གདངས་དྲག་པ་དང་། མོ་གསུམ་ཞན་པའི་ཚུལ་གྱིས་དང་། མ་ནིང་བར་མ་རན་  
པས་འཇུག་ ཞེས་པ། རྒྱས་འཇུག་པོ་ཡིག་ག་ད་བ་ས་བཞི་ནི་སྦྱང་གྱི་གདངས་དྲག་པ་དང་། མོ་  
ཡིག་ང་མ་འགསུམ་ནི་སྦྱང་གདངས་ཞན་པའི་ཚུལ་གྱིས་འཇུག་པ་དང་། མ་ནིང་ན་ར་ལ་གསུམ་  
ནི་སྦྱང་གདངས་བར་མ་རན་པའི་ཚུལ་གྱིས་འཇུག་པ་ཡིན་ནོ། གཞིས་པ་ལ་གཞིས་ཏེ། མདོར་



བཟུམ་དང་རྒྱས་བཤད་དོ། །དང་པོ་ནི། དེ་ཡང་ནང་གསལ་ཞིབ་བཤད་ན། ཞེས་པ། དེ་ལྟར་  
 དྲག་ཞན་རན་པའི་རྩེས་འབྲུག་ནང་གསལ་ཞིབ་ཏུ་བཤད་ན། ཞེས་བྱའོ། གཉིས་པ་ནི། སྔོན་  
 འབྲུག་མིང་གཞི་རྩེས་འབྲུག་བཅས། གསུམ་ཀ་མོ་ཡིག་ནང་འཕྲད་ན། དྲག་པོའི་དྲག་པ་ཞེས་  
 བྱའོ། སྔོན་པོའི་གཉིས་དང་མོ་ཡིག་ཅིག་ནང་འཕྲད་དྲག་པའི་ཞན་པ་ཡིན། མོ་ཡིག་གཉིས་ལྷན་  
 ཞན་པའི་དྲག་གསུམ་ཀ་མོ་འཕྲད་ཞན་པའི་ཞན། མ་ནིང་གསུམ་དུ་གང་གཏོགས་པ། བློགས་  
 སམ་ལྷ་ཡི་སྒྲོ་ནས་ནི། དྲག་འཕྲད་དྲག་དང་ཞན་འཕྲད་ཞན། གཉིས་ཀར་འཕྲད་ན་གཉིས་ཀ་  
 ཅན། མིང་གཞི་མ་ནིང་དང་འཕྲད་ན། དྲག་ཞན་གང་དུ་མི་འགྱུར་བའོ། ཞེས་པ། སྔོན་  
 འབྲུག་དང་མིང་གཞི་དང་རྩེས་འབྲུག་དང་བཅས་པ་གསུམ་ཀ་མོ་ཡི་ཡི་གེ་ནང་འཕྲད་པ་བཀག་  
 བཅད་བཅག་ལྟ་བུ་བྱུང་ན་སྒྲ་གདངས་དྲག་པའི་དྲག་པ་ཞེས་བྱ་བའོ། ཡང་སྔོན་མིང་རྩེས་གསུམ་  
 མོ་ཡིག་གཉིས་དང་མོ་ཡིག་གཅིག་ནང་འཕྲད་དུ་འཛོགས་པ་བདག་བཀའ་བཏང་ལྟ་བུ་བྱུང་ན་  
 སྒྲ་གདངས་དྲག་པའི་ཞན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་པའོ། སྔོན་མིང་རྩེས་གསུམ་མོ་ཡིག་གཅིག་དང་མོ་  
 ཡིག་གཉིས་ལྷན་འཛོགས་པ་འགག་འདབ་བསམ་ལྟ་བུ་འཛོགས་ན་སྒྲ་གདངས་ཞན་པའི་དྲག་པར་  
 འགྱུར་ལ། སྔོན་མིང་རྩེས་འབྲུག་གསུམ་ཀ་མོ་ཡིག་ནང་འཕྲད་འགེམ་མདང་མཐའ་ལྟ་བུ་བྱུང་ན་  
 སྒྲ་གདངས་ཞན་པའི་ཞན་པ་ཏུ་འགྱུར་བ་ཡིན་པོ། མ་ནིང་གེ་ཡི་གེ་སྔོན་མིང་རྩེས་གསུམ་དུ་གང་  
 གཏོགས་པ་ཆོག་བློགས་སམ་ཆོག་གིས་མ་ཆོད་པའི་ཡ་ལྷ་མ་ལྷ་ཡི་སྒྲོ་ནས་ནི། དྲག་པ་མོ་ཡིག་དང་  
 འཕྲད་པ་བཀར་བཏན་བཅས་ལྟ་བུ་བྱུང་ན་སྒྲ་གདངས་དྲག་པར་འགྱུར་བ་དང་ཞན་པ་མོ་ཡིག་  
 དང་འཕྲད་པ་མགལ་འཛིན་མནར་ལྟ་བུ་འཛོགས་ན་སྒྲ་གདངས་ཞན་པར་འགྱུར་ལ། དྲག་པ་མོ་  
 ཡིག་དང་ཞན་པ་མོ་ཡིག་གཉིས་ཀ་དང་འཕྲད་པ་ཁྱུང་དམའ་འཛོག་ལྟ་བུ་བྱུང་ན་སྒྲ་གདངས་  
 མོ་ཡིག་སྟོབས་དྲག་པ་དང་མོ་ཡིག་ཤུགས་ཀྱིས་ཞན་པ་གཉིས་ཀ་ཅན་དུ་འགྱུར་རོ། རྩེས་འབྲུག་  
 མ་ནིང་གསུམ་པོ་མིང་གཞི་མ་ནིང་དང་ནང་འཕྲད་ཁྱུར་པ་ཆར་ཆན་མཆལ་ལྟ་བུ་བྱུང་ན་སྒྲ་  
 གདངས་དྲག་པ་དང་ཞན་པ་གང་དུ་མི་འགྱུར་བའོ། །

བཞི་བ་དོན་གྱི་འབྲུག་ཚུལ་ལ་གཉིས་ཏེ། མདོར་བཟུམ་དང་རྒྱས་བཤད་དོ། །དང་པོ་ནི།  
 དོན་གྱི་འབྲུག་ཚུལ་གཉིས་ཡོད་དེ། ཞེས་པ། མིང་གཞིའི་དོན་ལ་འབྲུག་པ་ཅམ་གྱི་ཚུལ་ལ་སྔོན་  
 དུ་འབྲུག་པ་དང་རྩེས་སུ་འབྲུག་པའི་ཚུལ་གཉིས་སུ་ཡོད་དེ་ཞེས་བྱའོ། གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ཏེ།

སྐོན་འཇུག་དང་རྩེ་འཇུག་གོ། །དང་པོ་ནི། སྐོན་མ་སྐོན་འཇུག་རྩེ་འབྲེང་སྟེ། །དུས་གསུམ་བྱ་  
བྱེད་སྐོན་ཕྱིར་འཇུག། །ཅེས་པ། སྐོན་མའི་འཇུག་ཚུལ་ནི་སྐོན་འཇུག་ལྔ་པོའི་ནུས་བཞག་དངོས་  
བསྟན་པ་དང་དེ་ཡི་རྩེ་འབྲེང་བའི་ན་རོ་རྩེ་འཇུག་ཡོད་པ་དེ་ལ་སོགས་པ་སྟེ་དུས་གསུམ་དང་  
བྱ་བྱེད་སྐོན་ཕྱིར་འཇུག་ཚུལ་བཤད་ཟེན་པ་ལྟར་ཤེས་སོ། །གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། ཉགས་མཐུན་  
དང་། སྐོན་མཐུན་ནོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། གཞན་ལྷགས་དང་རང་ལྷགས་སོ། །དང་པོ་ནི། ཕྱི་  
མ་འབྲེན་ཚུལ་ཉགས་མཚུངས་ནི། །ཤོ་ཡིག་ཤོ་ཡི་མིང་མཐའ་དྲངས། །མོ་ཡིག་མོ་དང་མ་ནིང་  
གིས། །མ་ནིང་དག་གི་མིང་མཐའ་དྲངས། །ཞེས་པ། རྩེ་འཇུག་སོ་སོའི་པ་རོལ་གྱི་ཡི་གེ་ཕྱི་མ་  
སོ་སོ་འབྲེན་ཚུལ་ཉགས་མཚུངས་ནི། མིང་གཞི་ཤོ་ཡིག་ནུས་རྩེ་འཇུག་ཤོ་ཡི་ཡི་གེའི་མིང་གི་  
མཐའ་ལ་དྲངས་ཏེ། དཔེར་ན། ཐུགས་ཀ་ལག་ཅ་རག་ཏ་དང་། །དག་པ་བཞུས་ཅ་ལྟ་བུའོ། །  
དེ་བཞིན་མིང་གཞི་མོ་ཡིག་ནུས་རྩེ་འཇུག་མོ་ཡི་མིང་མཐའ་དྲངས་ཏེ། དཔེར་ན། གང་ག་  
གདམ་ང་དགའ་བ་དང་། །མང་ཇ་ཟང་མ་ལྟ་བུ་དང་། །ཡང་མིང་གཞི་མ་ནིང་གི་ཡི་གེ་ནུས་  
རྩེ་འཇུག་མ་ནིང་དག་གི་མིང་མཐའ་དྲངས་ཏེ་དཔེར་ན། འཕན་ཁ་དགོར་ཆ་སྐོན་ཐ་དང་། །  
ཁལ་པ་ལན་ཆ་ལྟ་བུའོ། །གཉིས་པ་རང་ལྷགས་ནི། ཡང་ན་རང་ལྷགས་ནུས་དག་ནི། །དག་པོ་  
དྲག་པོའི་མིང་མཐའ་སྟུར། །འབྲིང་དང་ཞན་པའང་དེ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་པ། ཡང་ན་གྲུབ་མཐའ་  
རང་ལྷགས་ནུས་པར་དག་པའི་རྩེ་འབྲེང་བཤྲོད་ཉི་ཤུ་བདུན་པས་གསུང་བའི་ཚུལ་ནི་མིང་གཞི་  
དྲག་པོ་ཀ་ཅ་ཏ་པ་ཅ་ལྔ་པོ་རྩེ་འཇུག་སྐྱ་ཚོལ་དྲག་པོ་ག་ད་བ་ས་སོ་སོའི་མིང་མཐའ་སྟུར་ཏེ་དཔེར་  
ན། ཐབ་ཀ་ཡོད་ཅོག་ཉིག་ཏ་དང་། །རིག་པ་གབ་ཅ་ལྟ་བུ་དང་། །དེ་བཞིན་དུ་མིང་གཞི་སྐྱ་  
ཚོལ་འབྲིང་པོ་ཁ་ཆ་ཐ་པ་ཆ་ལྔ་པོ་རྩེ་འཇུག་འབྲིང་པོ་ཞེས་ན་ར་ལ་གསུམ་གྱི་མིང་མཐའ་དྲངས་  
ཏེ་དཔེར་ན། ཐོན་ཁ་དགར་ཆ་བར་ཐ་དང་། །ཐུལ་བ་ཤེལ་ཆ་ལྟ་བུའོ། །མིང་གཞི་སྐྱ་ཚོལ་ཞན་  
པ་ག་སོགས་བཅུ་དགུ་པོ་རྩེ་འཇུག་ཞན་པ་ང་མ་འགསུམ་གྱི་མིང་མཐའ་དེ་བཞིན་དུ་སྟུར་ཏེ་  
དཔེར་ན། ཡང་ག་བྲང་ང་ཆིང་ཇ་དང་། །ལམ་ན་དགའ་མ་སྐྱོམ་བུ་བཞིན། །ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ། །  
གཉིས་པ་སྐོན་མཐུན་ནི། སྐོན་མཐུན་རྩེ་འཇུག་དེ་དག་ལ། །ཞོས་ན་ཉགས་མཚུངས་བཟོད་བདེ་  
བའི། །ནུས་དབྱེ་འཕྲད་སོགས་སྟུར་བར་བྱ། །ཞེས་པ། དེ་ཡང་སྐོན་མཐུན་ནི་བཤད་མ་ཐག་པའི་  
རྩེ་འཇུག་ཤོ་མོ་མ་ནིང་དེ་དག་ལ་སྟེན་ནས་པ་རོལ་གྱི་མིང་གཞི་ཤོ་མོ་མ་ནིང་རང་རང་གི་ཉགས་

ཕལ་ཆེར་རྗེས་འབྲུག་རང་དང་མཚུངས་པ་ནམས་ནི་རྟགས་སྒྱུ་གཉིས་ཀ་མཐུན་པ་བརྗོད་མེད་དང་  
འགའ་ཞིག་རྟགས་མཚུངས་ཀྱང་བརྗོད་མི་བདེ་བའི་རིགས་ནམས་སྒྱུ་མཐུན་བརྗོད་པ་གང་བདེ་  
བའི་ནམ་དབྱེ་དང་ཆོག་ཕྱད་སྟགས་སྒྱུར་བར་བྱ་སྟེ། དཔེར་ན། ཅག་བྱ་ཟབ་མོ་སྦྱང་མ་དང་། །  
དུས་ཚོད་ཁང་པ་ལམ་ཁ་དང་། །མཐའ་ཁ་མཐན་པ་ཆར་པ་དང་། །འཕེལ་ཀ་ལྷ་བྱ་ཤིན་ཏུ་  
མང་། །དོན་དུ་ཆོག་སྒྱུར་གང་བདེ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་ནམ་དབྱེ་ཕྱད་གྱི་སྒྱུར་བ་ལ་གསུམ་སྟེ། མདོར་བཟུན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པ་  
དང་། མཐའ་བསྡུ་བའོ། །དང་པོ་ནི། རྒྱས་དབྱེ་ལ་ཡང་རྒྱས་གངས་དང་། །དོས་འཛིན་སྒྱུར་  
ཚུལ་བཟུན་པ་གཉིས། ཤེས་པ། སྒྱུར་རྒྱས་དབྱེ་ཙམ་ལ་ཡང་རྒྱས་གངས་སྒྱུར་བཟུན་པ་དང་། སོ་  
སོར་དོས་འཛིན་ཡིག་སྒྱུར་འཕྲོ་ཚུལ་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཟུན་པ་གཉིས་སོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་སྟེ། རྒྱས་  
གངས་སྒྱུར་བཟུན་པ་དང་། དོས་འཛིན་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ་དང་། ལྷད་པར་དབྱེ་བའོ། །དང་  
པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། རྒྱས་གངས་དེས་བཟུན་དང་། ལྷ་ཆོགས་བཟུན་བའོ། །དང་པོ་ནི། རྒྱས་གངས་  
རྒྱས་དབྱེ་དང་པོ་ནི། མིང་ཙམ་བརྗོད་པ་ཉིད་དང་ནི། །གཉིས་པ་ལས་སྒྱུ་བྱ་བ་དང་། །གསུམ་  
པ་བྱེད་པ་པོ་ཡི་སྒྱ། །བཞི་བ་དགོས་ཆེད་ལྷ་འབྱུང་ཁུངས། །དྲུག་པ་འབྲེལ་བ་དང་བདུན་པ། །  
རྟེན་གནས་སམ་ནི་གནས་གཞི་དང་། །བརྒྱད་པ་འབོད་པའི་སྒྱུ་རྒྱས་དང་། །ཞེས་པ། རྒྱས་  
གངས་དེས་པ་ཅན་ནི་རྒྱས་དབྱེ་རབ་བདུན་གྱི་ཀྱི་སྒྱུ་དང་བརྒྱད་ཅེས་ཡོངས་སྒྱུ་གསུམ་པའི་དང་པོ་  
ནི། །གདགས་གཞི་སོ་སོའི་དངོས་མིང་དང་བཏགས་མིང་ཙམ་པོ་བ་སོ་སོ་ཇི་ལྟར་བརྗོད་པ་དེ་  
ཉིད་དང་། བེ་ཞེས་ཆོག་སྒྱུར་ཡིན། རྒྱས་དབྱེ་གཉིས་པ་ལས་སྒྱུ་བྱ་བ་དང་། རྒྱས་དབྱེ་གསུམ་  
པ་བྱེད་པ་པོའི་སྒྱུ་བཟུན་པ་དང་། རྒྱས་དབྱེ་བཞི་བ་དགོས་ཆེད་བཟུན་པ་དང་། རྒྱས་དབྱེ་ལྷ་  
པ་འབྱུང་ཁུངས་བཟུན་པ་དང་། རྒྱས་དབྱེ་དྲུག་པ་འབྲེལ་བའི་སྒྱུ་བཟུན་པ་དང་། རྒྱས་དབྱེ་  
བདུན་པ་རྟེན་གནས་སམ་གནས་གཞི་བཟུན་པ་དང་། རྒྱས་དབྱེ་བརྒྱད་པ་འབོད་པའི་སྒྱུ་རྒྱས་  
བཟུན་པ་དང་། ཞེས་བྱའོ། །གཉིས་པ་ནི། གཞན་ཡང་ཆོག་འཕྱད་དུ་གཏོགས་པའི། །སྒྲར་བསྡུ་  
ལྷག་བཅས་འབྱེད་དང་ལྷད། །དེ་ཉིད་དེས་བཟུང་བཟུན་དང་བསྒྱུར། །བདག་པོ་དགག་བསྒྱུ་བ་  
རྒྱ་མཚན་དུས། །ཆོག་རྒྱན་མང་ཆོག་ལ་སྟགས་སོ། །ཞེས་པ། རྒྱས་དབྱེ་རབ་བརྒྱད་གྱི་ཁོངས་སྒྱུ་  
མ་འདུས་པའི་རྒྱས་དབྱེ་གཞན་དུ་ཡང་ཆོག་ཕྱད་དུ་གཏོགས་པའི་རིགས་སྒྲར་བསྡུ་ཞེས་བྱ་བ་དང་།

སྒྲིག་བཅས་ཞེས་བྱ་བ་དང་། འབྲེད་བ་དང་། སྤྱད་པའི་འཕྲད་དང་། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་སྟོན་པའི་  
 རྣམ་དབྱེ་དང་། དེས་བཟུང་སོགས་དང་། ཆོག་རྒྱུ་བསྟན་པ་དང་ཡང་ཡང་བསྟར་བ་དང་།  
 བདག་པོ་སྟོན་པའི་སྒྲི་དང་། དགག་པའི་སྒྲི་དང་། སྒྲི་བ་པའི་སྒྲི་དང་། རྒྱ་མཚན་བསྟན་པ་དང་།  
 དུས་སྐབས་བསྟན་པ་དང་། ཆོག་རྒྱུ་བསྟན་པ་དང་། མིང་ཆོག་ལ་སོགས་ལ་དངོས་དང་ཤུགས་  
 གྱིས་བསྟན་པའོ། གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། མདོར་བསྟན་དང་། རྒྱས་བཤད་དོ། འདྲ་བོ་ནི། དེ་  
 དག་ངོས་འཛིན་སྒྱུར་ཚུལ་ནི། ཞེས་པ་ཐུར་རྣམ་གངས་ཅན་བསྟན་པ་དེ་དག་སོ་སོ་ངོས་འཛིན་  
 ཏེ་ཕྱད་ཀྱི་སྒྱུར་ཚུལ་ནི། གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། རྣམ་གངས་ཅན་དང་། གཞན་སྒྲི་ཆོགས་པ་  
 བསྟན་པའོ། འདྲ་བོ་ལ་དུག་སྟེ། རྣམ་དབྱེ་དང་བོ་མིང་ཅན་དང་། ལ་དོན་བདུན་པོ་དང་།  
 འབྲེལ་སྒྲི་དང་། བྱེད་སྒྲི་དང་། རྒྱུང་ལུངས་དང་། འབོད་སྒྲི་བསྟན་པའོ། འདྲ་བོ་ལ་གཉིས་  
 ཏེ། དངོས་དང་ཡན་ལག་གོ།

དང་བོ་ནི། ཡི་གེ་གཅིག་གམ་དུ་མ་འདུས། རང་རང་གི་ནི་མིང་གྲུབ་སྟེ། འོན་ཀྱི་ངོ་བོ་  
 ཅན་སྟོན་པ། འདྲ་བོ་རྣམ་དབྱེ་དང་བོ་འོ། ཞེས་པ། ལྷ་དང་མི་ལྟ་བུ་ཡི་གེ་གཅིག་པ་དང་། ཉི་  
 མ་དང་ལྷ་བ་ལྟ་བུ་ཡི་གེ་གཉིས་པ་དང་། འོར་བྱ་དང་བད་མ་ལྟ་བུ་ཡི་གེ་གསུམ་པ་དང་། ཤེལ་  
 གོང་དང་ལྷ་གསལ་ལྟ་བུ་བཞི་བ་དང་། རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་དང་། གཤེན་ལྷ་འོད་དཀར། དབལ་  
 གསལ་མཁའ་འགྱིང་ལྟ་བུ་ཡི་གེ་དུ་མ་འདུས་ན་རང་རང་གི་ནི་མིང་གྲུབ་སྟེ་དོན་གྱི་ངོ་བོ་ཅན་སྟོན་  
 པར་བྱེད་པ་དེ་ནི་རྣམ་དབྱེ་དང་བོ་ཞེས་བྱ་སྟེ་དཔེར་བརྗོད་རིན་ཆེན་གཏེར་ཁྱིམ་གྱི་མིང་གཞི་ཀུན་  
 ལ་གཟིགས་ཤིག གཉིས་པ་ནི། དེ་ཡི་ཡན་ལག་སྟར་བསྟུངས། ལྷ་སྤྱད་རྒྱུ་ཆོགས་ཆོག་རྣམས་དོན་  
 གཅིག སྒྱུར་ཚུལ་མིང་གཞིའི་རྒྱུ་འབྱུང་བཅུར། རང་འདྲར་ན་རོ་སྒྱུར་བ་དང་། འདྲ་བ་ཅན་  
 མཐར་ཏྲོ་དང་སྒྱུར། ཞེས་པ། རྣམ་དབྱེ་དང་བོ་མིང་ཅན་སྟོན་པ་དེ་ཡི་ཡན་ལག་དུ་གྲུར་པ་ཆོག་  
 དོན་སྟར་ཡང་མ་ལུས་སྤྱད་པས་ན་སྟར་སྤྱད་ཅེས་དང་། སྤྱད་ལ་ཆོག་ལྷ་མ་ལུས་པ་སྤྱད་པས་ལྷ་  
 སྤྱད་ཅེས་དང་། ཆོག་དོན་གང་རུང་ལྷ་མེད་རྒྱུ་ཆོགས་པས་རྒྱུ་ཆོག་གྲང་ཟེར་ཏེ་མིང་དེ་རྣམས་  
 དོན་ངོ་བོ་གཅིག་པ་ཡིན་ཞིང་ཡི་གེའི་སྒྱུར་ཚུལ་ནི་མིང་གཞི་སོ་སོའི་རྒྱུ་འབྱུང་བཅུ་པོ་གང་ཡིན་  
 རང་རང་ལ་ན་རོ་སྒྱུར་བ་སྟེ་དཔེར་ན། དག་གོ་བཟང་ངོ་བཤད་དོ་དང་། བདེན་ནོ་བཏབ་བོ་  
 མཉམ་མོ་དང་། འདྲ་བོ་འོ་དར་རོ་འཆལ་ལོ་དང་། ཤེས་སོ་ལྷ་བྱུན་ལ་འགྲེས། ཡང་ན་ར་

ལ་གསུམ་རྩེས་སུ་ད་དྲག་ཅན་ནམས་ཀྱི་མཐར་ཏྲོ་ཞེས་སྒྱུར་བ་ཡིན་ཏེ་དཔེར་ན། བསྟན་ཏྲོ་  
བསྟར་ཏྲོ་བཀའ་སྒྲུལ་དྲོ། །ཉ་བུལ། །

གཉིས་པ་ལ་དོན་བདུན་པོ་བསྟན་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། དངོས་དང་། དམིགས་བསལ་ལོ། །  
དང་པོ་ནི། མིང་གང་གི་ནི་བར་མཐའ་ཟུ། ར་འམ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། །དེ་མཐུན་སུ་ཅུ་ཏུ་  
དང་། །བྱ་ཡིག་བསྐྱས་པའི་ར་མཐའ་བཅས། །ལས་སུ་བྱ་དང་དགོས་ཆེད་དང་། །ངོ་བོ་སྟོན་པ་  
དེ་ཉིད་དང་། །རྟེན་གནས་ཆོས་ལས་ལྡན་ལ་འཇུག་ །གཞན་ཡང་ལ་ནི་ལྷག་བཅས་དང་། །ཆོག་  
གི་འཕྲོ་མཐུད་ལ་ཡང་སྒྲུང་། །ན་ནི་དམིགས་ཀྱིས་འབྱེད་པ་དང་། །རྒྱ་མཚན་དངོས་དང་ཤུགས་  
བསྟན་དང་། །འདྲི་དང་ཐེ་ཆོམ་གྱི་གཞི་ལའང་། །འཇུག་ཅེས་སྟོན་པ་དོན་བདུན་པས་བཞེད། །སྒྱུར་  
ཚུལ་ན་དང་ལ་གཉིས་ནི། །རྩེས་འཇུག་དག་ལ་མི་སྟོས་ཤིང་། །རྩེས་འཇུག་ས་མཐར་སུ་དང་  
ནི། །ཀྱ་བ་ད་དྲག་ཅན་མཐར་ཏུ། །ང་ད་ན་མ་ར་ལ་དུ། །འ་དང་མཐའ་རྟེན་མེད་མཐའ་  
ཟུ། །འདྲི་དང་ར་མཐའ་བྱ་བ་གཅིག་ །ཅེས་པ། །དེ་ཡང་མིང་གཞི་གང་དང་གང་གི་བར་དབུས་  
དང་ཆོག་མཐའ་སོ་སོ་ཅུ་ན་དང་ལ་གཉིས་དེ་མཐུན་སུ་ཅུ་ཏུ་བཞི་དང་བྱ་ཡིག་བསྐྱས་པའི་ར་  
མཐའ་དང་བཅས་ལ་ལ་དོན་བདུན་ཞེས་པ་དཔེར་བརྗོད་བདེ་ཕྱིར་མིང་མཐར་འཐོབ་ཚུལ་གཤམ་  
གསལ་འདྲིར་བཀོད་ན་བཤད་མ་ཐག་པའི་ན་དང་ལ་གཉིས་ནི་ལྷ་ལོག་གི་རྩེས་འཇུག་དག་ལ་མི་  
སྟོས་པར་འཕྲད་རང་དབང་ཅན་ཡིན་ཞིང་ལྷ་ལོག་གི་རྩེས་འཇུག་ས་ཡི་མཐའ་ཅུ་སུ་འཐོབ་ཅིང་རྩེས་  
འཇུག་ག་བ་གཉིས་དང་ད་དྲག་ཅན་ནམས་ཀྱི་མཐའ་ཅུ་ཏུ་འཐོབ་པ་དང་། །ང་ད་ན་མ་ར་ལ་  
དུག་གི་མཐར་དུ་འཐོབ་པ་དང་། །འ་ཡི་མཐའ་དང་མཐའ་བརྟེན་མེད་རིགས་ལ་འ་རེ་ཡོད་པའི་  
སྟབས་ཀྱིས་ཅུ་འམ་ར་མཐའ་གཉིས་པོ་བྱ་བ་གཅིག་པས་གང་བདེར་སྒྱུར་ཏེ། །དེ་བདུན་པོ་ནི་ནམ་  
དབྱེ་གཉིས་པ་ལས་སུ་བྱ་བ་ལ་གཙོ་བོར་འཇུག་སྟེ་དཔེར་ན། །ཡུལ་དུ་ཕྱིན་ནས་མཁར་དུ་ཞུགས། །  
འཛེབ་ཏུ་བསྐྱངས་ན་ལྟ་བུ་བསྟེན། །ཡུལ་མཁར་འཛེབ་ལྟ་བུ་བའི་ཡུལ། །ཕྱིར་ཞུགས་བསྐྱངས་  
བསྟེན་བྱ་བའི་ལས། །དུ་ཏུ་ཅུ་གསུམ་མཚམས་སྒྱུར་ཡིན། །སེམས་སུ་བསྐྱེད་ཅིང་ཐུགས་ལ་  
བསྟོན། །ངག་ཏུ་བསྐྱངས་ཤིང་ལག་ཏུ་འདྲེན། །སེམས་ཐུགས་ངག་ལག་བྱེད་པ་དང་། །བསྐྱེད་  
བསྟོན་བསྐྱང་འདྲེན་བྱེད་པའི་ལས། །སྤྱ་ལ་ཏུ་གསུམ་མཚམས་སྒྱུར་རོ། །དེ་ཡང་བྱེད་པོ་མེད་པ་  
ལ་བྱ་ལས་མི་འབྱུང་ཞིང་། །བྱ་ཡུལ་མེད་པ་ལ་བྱེད་ལས་མི་འབྱུང་། །ཡང་བྱེད་པོ་གསལ་ཞིང་བྱ་

ཡུལ་མི་གསལ་བའི་ལས་ལ་བྱེད་ལས་ཞེས་དང་། བྱ་ཡུལ་གསལ་ཞིང་བྱེད་པོ་མི་གསལ་བ་ལ་བྱ་བའི་ལས་ཞེས་བྱའོ། །

ཡང་ལ་དོན་བདུན་པོ་ནམ་དབྱེ་བཞི་བ་དགོས་པའི་ཆེད་དུ་ཡང་འཇུག་ཞྩ། དཔེར་ན། མཁས་པའི་ཆེད་དུ་རིག་པ་བསྐྱབ། །བཅུན་པའི་ཕྱིར་དུ་སྦྱོང་ལམ་གཟབ། །བཟང་བའི་སྦྱང་དུ་སྦྱོང་ཉིང་སྦྱོང་། །གཞན་པ་དོན་དུ་བསྐྱབ་གསུམ་སྟེལ། །མཁས་བཅུན་བཟང་པན་དགོས་པ་དངོས། །རིག་སྦྱོང་སྦྱོང་བསྐྱབ་བྱ་བའི་ཡུལ། །བསྐྱབ་གཟབས་སྦྱོང་སྟེལ་བྱ་བའི་ལས། །ཆེད་ཕྱིར་སྦྱང་དོན་དགོས་གསལ་བྱེད། །དུ་བཞི་དགོས་ལས་མཆམས་སྦྱོར་ཐོམས། །རྒྱན་དུ་གཡུ་འདྲེགས་རྒྱག་དུ་འབྲས་ཆན་ཟ། །རྩ་བ་དགོས་པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྦྱས་མ་ཟེན་ཅུང་། །རྒྱན་དང་རྒྱག་གཉིས་དགོས་པ་དངོས་སུ་གསལ་བས་དགོས་ཆེད་ངོས་ཟེན་པར་བྱའོ། །སྦྱིར་དགོས་པ་མེད་པའི་བྱ་བ་ཞིག་མི་བྱེད་ཀྱང་དགོས་པ་དངོས་བསྟན་ཐམས་ཅད་ལ་དགོས་ཆེད་དང་ཤུགས་བསྟན་ནམས་ལ་བྱ་བྱེད་ཀྱི་ལས་ཞེས་བྱའོ། །

ཡང་ལ་དོན་བདུན་པོ་ནམ་དབྱེ་བདུན་པ་བརྟེན་གནས་སྟོན་པའི་གཞི་ལའང་འཇུག་ཞྩ། དཔེར་ན། དབུས་སུ་བུམ་པ་གོང་དུ་ཡི་དམ་གཞུགས། །གཡས་སུ་པོ་རྒྱད་གཡོན་དུ་མོ་རྒྱད་བཏོད། །དབུས་གོང་གཡས་གཡོན་གནས་གཞི་དངོས། །བུམ་ཡི་པོ་མོ་བྱ་བའི་ཡུལ། །གཞུགས་བཏོད་གནས་རེ་ཡོད་སྟོན་ལས། །སུ་དུ་གནས་ཡུལ་མཆམས་སྦྱོར་འཕྲད། །

ཞར་བྱང་ནམ་དབྱེ་དེ་བདུན་བརྗོད་དོན་གྱི་ངོ་བོ་ཅན་སྟོན་པའི་དེ་ཉིང་ལའང་འཇུག་ཞྩ། དཔེར་ན། མཁའ་ལ་གསལ་ཞིང་གྲོང་དུ་མཉམ། །དབྱིངས་ན་བདལ་ཞིང་གཉིས་སུ་མེད། །མཁའ་གྲོང་དབྱིངས་གཉིས་ངོ་བོ་དང་། །གསལ་མཉམ་བདལ་མེད་དེ་ལས་གཞན། །མེད་པར་སྟོན་པ་དེ་ཉིང་དོ། །ལ་དུ་ན་སུ་མཆམས་སྦྱོར་རོ། །ཡང་ནམ་དབྱེ་དེ་བདུན་དུས་སམ་ཆོའམ་སྐབས་ནམས་སྟོན་པ་ལའང་འཇུག་ཞྩ། དཔེར་ན། དུས་སུ་ལས་བྱེད་རྒྱན་དུ་དགེ་ལ་བཅོན། །གཏན་དུ་བོན་སྦྱོང་ཉག་དུ་མཉམ་པར་འཛིག། །དུས་རྒྱན་གཏན་ཉག་ཆོས་སྐབས་དངོས། །ལས་དགེ་བོན་མཉམ་བྱ་བའི་ཡུལ། །བྱེད་བཅོན་སྦྱོང་འཛིག་བྱ་བའི་ལས། །སུ་དུ་ཏུ་ནི་མཆམས་སྦྱོར་རོ། །དེ་ཉར་བསྟན་དོན་ལ་པོ་ལ་དོན་བདུན་པོ་ཀུན་འཇུག་ཅིང་དཔེར་བརྗོད་རྒྱས་པ་ཁོ་བོས་བགྲིས་པའི་བྱིས་པའི་སློབ་དཔེ་ལ་གཟིགས་ཤིག།

གཞན་ཡང་རྣམ་དབྱེ་དེ་དག་གི་རྗེས་འབྲེལ་དུ་ལ་ཡིག་ནི་བྱ་བའི་སྒྲག་མ་དང་བཅས་ལ་  
 ཡང་འཇུག་བྱ་སྟེ། དཔེར་ན། བསྐབ་གྲལ་ཞུགས་ལ་རིག་པ་སྒྲིམས། ཚིག་ཀྱན་བྱངས་ལ་དོན་  
 རྣམས་དཔྱོད། ཁལས་པར་མཛོད་ལ་སྒྲོམ་སྒྱབ་གྱིས། རང་དོན་སྒྱབ་ལ་གཞན་དོན་མཛོད། །  
 ཞུགས་བྱངས་མཛོད་སྒྱབ་སྒྲག་མ་ཅན། རིག་དོན་སྒྲོམ་གཞན་སྐྱགས་སྒྲག་མ། ལ་ནི་སྒྲག་མ་  
 འདྲན་པའི་འཕྲད། །ཉ་བུའོ། ཡང་ལ་ནི་ཚིག་གི་འཕྲོ་མཐུད་ལ་ཡང་འཇུག་སྟེ། དཔེར་ན།  
 རིགས་རྒྱུད་གཙང་ལ་ཀྱན་སྒྲོང་དལ། རིག་གནས་ཁལས་ལ་ཚངས་སྒྱུད་བཅུན། སྒྲོམ་སྒྱབ་  
 བཟང་ལ་གཞན་པན་ཆེ། ཚིག་དོན་ལྷ་མ་ལྷ་མའི་འཕྲོ། བྱི་མ་བྱི་མ་མཐུད་པས་སོ། །ཉ་བུའོ། །  
 ཡང་། ར་ཡིག་ནི་དམིགས་གྱིས་འབྱེད་པ་དང་སྒྱུད་པ་ལའང་འཇུག་སྟེ། དཔེར་ན། བོན་  
 ལ་ཐེག་པས་དབྱེ་ན་རིམ་པ་དགྲ། སྒྲེ་བྱ་བྱས་ན་མདོ་འབུམ་རྒྱུད་མཛོད་བཞི། ལོ་མར་སྒྲོས་ན་  
 བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་སྟེ། །ཅ་བར་དེ་ལ་ན་ཐིག་ལེ་ཉག་གཅིག་སྟོང་། །འབྱེད་དང་སྒྱུད་པའི་  
 དམིགས་གཞི་ཡིན་པས་སོ། ཡང་། ར་རྒྱ་མཚན་དངོས་སུ་བཞུན་པ་ལའང་འཇུག་སྟེ། དཔེར་ན།  
 ལོངས་སྒྱུད་འཛོམས་ན་སུ་ཡང་གྲས། ཐབས་ལ་ཁལས་ན་ཅི་ཡང་འབྲུབ། དམ་ཚིག་གཙང་ན་  
 ལྷ་ཡང་འཁོར། །ཉམས་རྟོགས་ལྡན་ན་དོན་གཉིས་སྟེན། བྱས་འབྲུབ་འཁོར་སྟེན་རྒྱ་མཚན་  
 རི། །འཛོམས་ཁལས་གཙང་ལྡན་དངོས་བཞུན་བྱིར། ཡང་། ར་རྒྱ་མཚན་ཤུགས་བཞུན་ལ་ཡང་  
 འཇུག་སྟེ། དཔེར་ན། གཏོར་ན་འཕྲོ་ཁིང་བསྐྱས་ན་འདྲིལ། བཏེག་ན་འཕར་ཁིང་མནན་ན་  
 རེམ། བསྐྱར་ན་འཁོར་ཁིང་བཀྲག་ན་མཉེན། དེ་བུ་བདེ་རྟགས་ལྡན་པ་ཉིད། ཡིན་ཀྱང་དངོས་  
 སུ་མ་བཞུན་ཅིང་། རང་བཞིན་ཤུགས་གྱིས་གོ་བས་སོ། ཡང་འདྲི་ཚིག་ལ་ཡང་ན་འཇུག་སྟེ།  
 དཔེར་ན། ཡོད་ན་སྟོན་དང་ཤེས་ན་སྟོབ། དལ་ན་བཞུགས་དང་བེལ་ན་ལེབས། །ཉ་བུ་བྱེ་ན་  
 ཤིན་ཏུ་སྟེ། ཡང་ཐེ་ཚོམ་སྟེ་བའི་བཞི་ལའང་ན་ཡིག་འཇུག་སྟེ། དཔེར་ན། བསྐྱམ་ན་དགའ་འམ་  
 བསྐྱབ་ན་ལེགས། བཏོན་ན་འབྱུར་རམ་བསྐྱར་ན་སྟེན། །ཉ་བུ་མང་སྟེ་རྟོགས་པ་སྟེའོ། དེ་དག་  
 རི་སྟོབ་དཔོན་དཔེ་པའི་དགོངས་བཞེད་ལྷར་བཀོད་པའོ། །གཞན་ཡང་། བོན་ལ་མོས་ན་ཐོས་  
 བསམ་གྱིས། ལོངས་སྒྱུད་འདོད་ན་འདུ་འཛི་སྟེལ། ཐར་བ་བསམ་ན་རི་ལ་བྲོས། །ཉ་བུ་འདམ་  
 ང་ཅན་དང་ནི། བོན་ལ་སྒྱུད་ན་བྱང་གོལ་རྟེད། ཚངས་པར་སྒྱུད་ན་སྒྲིབ་གཉིས་འབྱང་། །  
 གནས་ལུགས་བསྐྱམ་ན་བདེ་བ་འཐོབ། །ཉ་བུ་གདམས་དག་སྟོན་པ་དེ། བདག་འཛིན་མདུང་།

འདི་གོལ་ན་ཨང་། །འཁོར་བའི་རྒྱ་ལས་གོལ་ན་བསམ། །ཐར་བའི་གོ་འཕང་ཐོབ་ན་སྟོན། །ཉྱ་  
བྱ་ཡིད་སྟོན་དག་ལའང་འཇུག །

གཉིས་པ་ནི། མིང་ལྟར་གྱུར་བའི་སྤྱི་ཡིག་ནི། སྤྱི་འམ་འདྲི་བའི་སྤྱི་ལ་འཇུག །ཅིས་པ།  
ཡང་གཞན་མིང་ལྟར་གྱུར་བའི་སྤྱི་ཡིག་སྤྱི་སྤྱུ་འམ་འདྲི་བའི་སྤྱི་ལ་འཇུག་པས་གོང་གི་རྣམ་དབྱེ་ལྔ་  
པོ་དང་མ་ལོར་དགོས། དཔེར་བཞིན་འོག་ཏུ་འབྱུང་ངོ་། །

གསུམ་པ་འབྲེལ་སྤྱི་ནི། གྱི་གྱི་གི་འི་ཡི་རྣམས་ནི། །གཙོ་བོར་དུག་པ་འབྲེལ་སྤྱི་དང་། །  
མཐུན་དང་མི་མཐུན་ཆོག་གྱུན་ལ། །འཇུག་པ་ཡིན་ཏེ་སྦྱར་ཚུལ་ནི། །རྗེས་འཇུག་ན་མ་ར་ལ་  
གྱི། །ད་བ་ས་གྱི་ག་ད་གི །འ་དང་མཐའ་རྟེན་མེད་མཐར་འི། །རྒྱུ་བ་སྐྱོང་ཆོ་ཡི་འཕྲོལ་བོ། །  
ཞེས་པ། །རྣམ་དབྱེར་གྱུར་བའི་གྱི་གྱི་གི་འི་ཡི་རྣམས་ནི་རྗེས་འཇུག་སོ་སོའི་མཐར་སྦྱར་ཚུལ་ནི་  
གཤམ་གསལ་ལྟར་རྗེས་འཇུག་ན་མ་ར་ལ་བཞི་བོའི་རྗེས་སྤྱི་དང་ད་བ་ས་གསུམ་གྱི་རྗེས་སྤྱི་  
དང་ག་ད་གཉིས་གྱི་རྗེས་སྤྱི་གི་དང་འ་དང་མཐའ་རྟེན་མེད་པའི་རིགས་གྱི་མཐའ་ལ་འི་འམ་ཆོག་  
རྒྱུ་མ་ཆང་བའི་ཁ་སྐྱོང་ཆོ་ཡི་འཕྲོལ་བའི་དེ་དག་གཙོ་བོ་རྣམ་དབྱེ་དུག་པ་འབྲེལ་བའི་སྤྱི་ལ་འཇུག་  
སྟེ་དཔེར་ན། །ཞལ་གྱི་མཛོད་སྤྱི་སྤྱི་ལྟེ་འབྲས། །ཤངས་གྱི་སྤྱི་བས་དང་སྤྱི་ལྟེ་འབྲས། །ཞལ་སྤྱི་  
ཤངས་སྤྱི་རྟེན་གནས་དང་། །མཛོད་འབྲས་སྤྱི་བས་འབྲས་ལྟེ་འབྲས་ལྟེ་འབྲས། །གྱི་གྱི་རྟེན་དང་བརྟེན་  
འབྲེལ་སྤྱི། །རི་ཡི་སྤྱི་དང་ཆུ་ཡི་སྤྱི་བས། །དུང་གི་དཀར་པོ་ཁ་བའི་མདངས། །རི་ཆུ་དུང་ཁ་ཁྱུང་  
གཞི་ལ། །སྤང་སྤྱི་དཀར་མདངས་འབྲས་ལྟེ་འབྲས། །ཡི་གི་འི་རྣམས་དེ་འབྲེལ་སྤྱི། །ས་ཡི་ཆེ་ཤིང་  
ཆུའི་སྤྱི་བས། །མེ་ཡི་དྲོད་དང་རླུང་གི་བསེལ། །ས་ཆུ་མེ་རླུང་གཞི་ཡིན་ལ། །ཆེ་སྤྱི་དྲོད་  
བསེལ་གཞི་ཅན་སྟེ། །ཡི་གི་འི་རྣམས་དེ་འབྲེལ་སྤྱི། །རྩོ་ཡི་ཟེག་མ་ཆར་གྱི་འབྲས། །ལུས་གྱི་བ་སྤྱི་  
ཆུའི་ཐེགས་ལ། །རྩོ་ཆར་ལུས་ཆ་ཆ་ཤས་ཅན། །ཟེག་འབྲས་སྤྱི་ཐེགས་ཆ་ཤས་ཏེ། །ཡི་སོགས་ཆ་དང་  
ཆ་ཅན་ལྟེ། །ཤིང་གི་དཔག་བསམ་ཆུའི་གང་ག་ །ཆེ་ཡི་མེ་རྟོག་མཛོད་པའི་སྤྱི་བས། །ཤིང་ཆུ་ཆེ་  
མཛོད་སྤྱི་ཡིན་ལ། །དཔག་བསམ་གང་ག་མེ་རྟོག་སྤྱི་བས། །བྱེ་བྲག་ཡིན་ནོ་གི་ཡི་འི། །སྤྱི་དང་བྱེ་  
བྲག་འབྲེལ་སྟོན་ལྟེ། །འདི་ལ་བདག་ཉིད་གཅིག་འབྲེལ་ཟེར། །སྤྱི་མའི་གསེར་བུ་མ་ལས་པའི་  
དཔེ། །བྱིས་པའི་སྤྱི་གྱུ་ལྟ་བུ་བཟོའི་བེར། །སྤྱི་མའི་བྱིས་ལྟ་བུ་བདག་པོ་ལ། །བུ་དཔེ་སྤྱི་གི་  
བདག་པོ་ཅན། །འི་ནི་བདག་དང་བདག་འབྲེལ་སྤྱི། །སྤྱི་པའི་ཡལ་འདབ་ལག་པའི་སོར། །ཆོ་



བའི་འབྲེལ་དང་རྒྱལ་པོའི་གསུང་། རྒྱུན་ལག་རྩ་རྒྱལ་ཡན་ལག་ཅན། ཡལ་སོར་འབྲེལ་དབུང་  
ཡན་ལག་སྟེ། གི་ནི་རྩ་ལག་འབྲེལ་སྟོན་སྒྲ། མ་ཡི་བྱ་དང་འོ་མའི་མར། མེ་ཡི་དུད་པ་ཤིང་གི་  
འབྲས། མ་འོ་མེ་ཤིང་རྒྱ་ཡིན་ལ། བྱ་མར་དུད་འབྲས་འབྲས་བྱ་སྟེ། ཡི་གི་རྒྱ་འབྲས་འབྲེལ་  
སྟོན་སྒྲ། འདི་ལ་དེ་བྱུང་འབྲེལ་བ་ཟེར། དེས་མཚན་འབྲེལ་བ་ཀུན་ལ་འབྲས་སོ། དེ་ཡང་  
འབྲེལ་སྒྲ་ཞེས་པ་འབྲེལ་གཞི་གང་ལ་འབྲེལ་བའོ། དེ་ལྟར་སྟོན་པའི་སྒྲ་ཡིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་རྣམ་དབྱེ་དེ་དག་མཐུན་མི་མཐུན་སྟོན་པའི་ཚིག་རྒྱན་གཉིས་ལ་ཡང་འཇུག་སྟེ།  
དབེར་ན། མཁས་པ་ཡིན་གྱི་དྲེགས་སེམས་དབེན། ལྟ་བ་མཐོ་ཡི་སྦྱོད་པ་བཙུན། བདག་མེད་  
རྟོགས་གྱི་རྒྱ་འབྲས་ཞིབ། ཆེན་པོར་གྱུར་གྱི་དམན་ལ་བྱམས། ལྟ་བུ་ལྷགས་གཉིས་དང་མཐུན་  
པའི་བྱ་བ་ཡིན་པས་མཐུན་པའི་ཚིག་རྒྱན་ཞེས་སོ། ཡོན་ཏན་མེད་གྱི་མཁས་པར་བརྟུ། ཉམས་  
རྟོགས་དབེན་གྱི་ཉམས་མགུར་ལེན། རྣང་དོན་མེད་གྱི་ཕྱི་ཚུལ་གཟབས། གྲུབ་ཐོབ་མིན་གྱི་  
གྲུབ་རྟོགས་སྟོན། ལྟ་བུ་ལྷགས་གཉིས་གྱི་རྣམ་བཞག་དང་མི་མཐུན་པས་ན་མི་མཐུན་པའི་ཚིག་  
རྒྱན་ཞེས་སོ། དེས་མཚན་ཚིག་རྒྱན་གྱི་རྟོགས་རྣམས་འབྲེལ་ཤེས་པར་མཛད་ཅིག །

བཞི་བ་བྱེད་སྒྲ་བཞུན་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། དངོས་དང་། དམིགས་བསལ་ལོ། འད་པོ་ནི།  
གྱི་གྱི་གི་འི་ཡི་རྣམས་ལ། ས་མཐའ་སྦྱོར་བ་གཙོ་བོ་རུ། རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པ་བྱེད་པོའི་སྒྲ། སྐབས་  
འགར་རྒྱ་མཚན་ལ་ཡང་འཇུག། སྦྱོར་ཚུལ་འབྲེལ་སྒྲའི་སྐབས་དང་མཚུངས། འོན་ཀྱང་སྐད་དག་  
གསར་བཅད་ལ། འད་མཐའ་ཅན་དང་མཐའ་མེད་མཐར། ཚིག་རྒྱུ་མ་ཚང་ཡི་ཐོབ་ཅིང་། ཚང་  
ཆོས་མཐར་སྐྱད་པར་བཞེད། ཅིས་པ། བཤད་མ་ཐག་པའི་གྱི་གྱི་གི་འི་ཡི་རྣམས་ལ་ས་མཐའ་  
སྦྱར་བས་གྱིས་གྱིས་གིས་འིས་ཡིས་རྣམས་སུ་འགྱུར་བ་ནི་རྩིས་འཇུག་གི་མཐར་སྦྱོར་ཚུལ་ལྟར་འབྲེལ་  
སྒྲའི་སྐབས་སུ་དངས་པ་དང་མཚུངས་ཤིང་། དེ་དག་ནི་གཙོ་བོ་རུ་རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པ་བྱེད་པ་  
པོའི་སྒྲ་ལ་འཇུག་སྟེ། དབེར་ན། གཤེན་གྱིས་གསུང་གང་ཐུགས་གྱིས་མཐུན། བྱུག་གིས་བྲིས་པ་  
བདག་གིས་བསྐྱབས། གཤེན་ཐུགས་བྱུག་བདག་བྱེད་པ་པོ། གསུང་མཐུན་བྲིས་བསྐྱབས་བྱེད་  
པའི་ལས། བྲིས་གྱིས་བྱེད་ལས་མཚམས་སྦྱོར་འཕྲད། བྱེད་པ་རང་དབང་ཅན་ཞེས་དང་། གཙོ་  
བོའི་བྱེད་པ་ལྷང་ལ་ལར། བྱེད་བོན་ཞེས་ཀྱང་དོན་གཅིག་གོ། བྲིས་གྱིས་བྲིས་དང་ཐོ་བས་  
བརྟུང་། ལས་གྱིས་ཆོམས་དང་གི་ཡིས་གཏུབ། བྲིས་ཐོ་ལས་གྱི་བྱེད་པ་པོ། བྲིས་བརྟུང་ཆོམས་

གཏུབ་བྱེད་པའི་ལས། གྲིས་ཡིས་བས་རྣམས་བྱེད་ལས་འཕྲད། བྱེད་པ་གཞན་དབང་ཅན་ཞེས་  
དང་། །ལལ་པའི་བྱེད་པ་ལྷང་ཚད་མར། བྱ་བོན་ཞེས་ཉེ་དོན་ལ་གཅིག །སྟོན་པས་གསུངས་གང་  
མཁས་པས་བྱས། །རྩ་བུའི་ས་ཐོབ་འི་བྱིས་ཤུལ། །ས་ཡིག་མིང་མཐར་དངས་པ་ཡིན། །ལ་ལས་བྱེད་  
པ་རང་དབང་ཅན་ལ་ཕལ་པའམ་བྱེད་པ་དང་། གཞན་དབང་ཅན་ལ་གཙོ་བོའི་བྱེད་པ་གསུངས་  
ཀྱང་སྟོ་ལྷན་རྣམས་གྲིས་གཟིགས་ཤིག དེས་མཚན་དེ་བྱེད་སྤྱིའི་རྣམ་བཞག་ཀྱང་འགྲེས་སོ། །

གཞན་ཡང་རྣམ་དབྱེད་དག་སྐབས་འགའ་རེར་རྒྱ་མཚན་དངོས་བསྟན་དང་ཤུགས་བསྟན་  
གཉིས་ལའང་འཇུག་སྟེ་དཔེར་ན། མཁས་གྲིས་མཁུན་དང་བཙུན་གྲིས་གཙང་། །བཟང་གིས་གྲུབ་  
དང་མགྱོགས་གྲིས་སྟེབ། །མཁུན་གཙང་གྲུབ་སྟེབ་པའི་རྒྱ་མཚན། །མཁས་བཙུན་བཟང་མགྱོགས་  
དངོས་བསྟན་ཕྱིར། །བདས་གྲིས་ཟེན་དང་བློས་གྲིས་ཐར། །བཏབ་གྲིས་ཚད་དང་བཏུང་གིས་  
ངོམ། །ཟེན་ཐར་ཚད་ངོམས་པའི་རྒྱ་མཚན། །མགྱོགས་རྩྭ་ཆུ་པ་ཡིན་ཀྱང་དངོས། །མ་བསྟན་  
ཤུགས་གྲིས་གོ་བས་སོ། །ཁྱི་ཡིས་མི་ཐེག་ཟབ་གྲིས་མི་དཔོག་དང་། །བཏབ་གྲིས་མི་ཚད་བཏུང་  
གིས་མི་ངོམས་པ། །མི་ཐེག་མི་དཔོག་པའི་རྒྱ་མཚན། །ཁྱི་ཟབ་དངོས་སུ་བསྟན་པ་དང་། །མི་ཚད་  
མི་ངོམས་པའི་རྒྱ་མཚན། །རྩྭ་ཆུ་ལ་ཁུང་བ་ཡིན་ཀྱང་དངོས། །མ་བསྟན་པས་ན་ཤུགས་བསྟན་  
ཞེས། །ཤོང་མ་སྐྱབ་ཕྱོགས་ནས་བསྟན་ཞིང་འོག་མ་དགག་ཕྱོགས་ནས་བསྟན་ཀྱང་དོན་གཅིག་གོ །  
དེས་རྒྱ་མཚན་ཀྱང་ལ་འགྲེས་སོ། །

གཉིས་པ་ནི། བསྐྱལ་ཚིག་ཡིན་པའི་གྲིས་ཡིག་ནི། །རྗེས་འཇུག་དག་ལ་སྟོས་པ་མིན། །ཞེས་  
པ། །ཁྱོད་གྲིས་བསྟན་པའི་དོན་གྲིས་ཤིག །རྩ་བུ་བསྐྱལ་ཚིག་ཡིན་པའི་གྲིས་ཡིག་ནི། །རྗེས་འཇུག་  
དག་ལ་སྟོས་པ་མིན་ཞིང་བྱེད་སྟེ་རྒྱ་མཚན་གང་དང་འབྲུལ་པར་མི་བྱའོ། །

ལྷ་བ་རྣམ་དབྱེད་ལྷ་བ་འབྱུང་ཁུངས་བསྟན་པ་ནི། །ནས་དང་ལས་ནི་འབྱུང་ཁུངས་དང་། །  
དགར་བ་སོགས་ཀྱི་གཞི་ལ་འཇུག །གཞན་ཡང་ལས་ནི་རྒྱ་མཚན་དང་། །ནས་ནི་མཚམས་སྟོར་  
དང་སྟུང་པ། །སྐབས་རེར་དུས་ལའང་འཇུག་པར་སྟངས། །སྟུང་པ་དགོད་དང་མཚམས་སྟོར་ལ། །  
ལས་སྐྱུང་འཇུག་ཅེས་མཁས་འགས་བཤད། །སྟོར་ཚུལ་དོན་མཐུན་བཟོད་བདེ་ལས། །རྗེས་  
འཇུག་དག་ལ་སྟོས་པ་མིན། །ཞེས་པ། །ནས་དང་ལས་ཞེས་པའི་རྣམ་དབྱེད་ནི། །གཞན་ལ་མི་སྟོས་  
པའི་འཕྲད་རང་དབང་ཅན་ཡིན་པས་སྟོར་ཚུལ་དོན་མཐུན་བཟོད་བདེ་བྱ་རྒྱུ་ལས་རྗེས་འཇུག་དག་

ལ་སྟོན་པ་མིན་ཞིང་འཇུག་ཚུལ་ནི་གཙོ་བོ་འབྱུང་ཁུངས་སྟོན་པ་ལ་འཇུག་ཅིང་དེ་ཡང་འབྱུང་རྒྱ་  
གཞི་ལ་ཡོད་པའི་རིགས་ལ། ལས་འཇུག་པ་མང་སྟེ། དཔེར་ན། གཤེན་ལས་བོན་འབྱུང་སྟོན་ལས་  
ཆར་པ་འབྱུང་། །མ་ལས་བྱ་འབྱུང་འོ་མ་ལས་མར་འབྱུང་། །གཤེན་སྟོན་མ་འོ་འབྱུང་ཁུངས་  
དངོས། །བོན་ཆར་བྱ་མར་བྱུང་བའི་འབྲས། །ལས་ནི་ཁུངས་དང་བྱུང་སྟོན་འཕྲད། །དེ་དག་  
འབྱུང་ཁུངས་མཚན་ཉིད་པའོ། །འབྱུང་རྒྱ་གཞི་ལ་མེད་པའི་རིགས་ལ་ནས་འཛོལ་པ་མང་སྟེ།  
དཔེར་ན། ཤར་ནས་ཉི་མཆར་སྟོན་སྒྲུབ་སྟོན་འཕེབས། །སྟོན་མི་འབྱུང་ལམ་ནས་འགོས་  
པ་བྱུང་། །ཉི་སྟོན་ལམ་འགོས་འབྱུང་བའི་ཁུངས། ཤར་སྟོ་སྟོ་ལམ་དངོས་མིན་ཀྱང་། །གནས་  
སྐབས་དེ་ནས་བྱུང་བས་ན། །འབྱུང་ཁུངས་རྗེས་མཐུན་བཏགས་པའོ། །དེ་ལྟར་འབྱུང་རྒྱ་གཞི་  
ལ་ཡོད་མེད་ལ་ལས་དང་ནས་འཇུག་ཚུལ་བཤད་པ་དག་ཤས་ཆེ་ཆུང་གི་སྟོན་བཞུན་པ་ཡིན་གྱི་  
མཐའ་བཅད་པ་མིན་ཏེ། དེས་པ་མེད་དོ། །

གཞན་ཡང་ནས་ལས་གཉིས་ནི། དགར་བའི་སྒྱུ་ལའང་འཇུག་ཅིང་དེ་ཡང་དགར་གཞི་  
དང་དགར་བོན་མཐུན་པ་ལ་ནས་འཇུག་པ་ཤས་ཆེ་སྟེ་དཔེར་ན། རིགས་ཀྱི་ནང་ནས་རྒྱལ་རིགས་  
མཆོག་ །བྱ་བའི་ནང་ནས་བསྐབ་གསུམ་གཙོ། །མཁས་པའི་གྲལ་ནས་དབལ་ཆེན་མཆོག་ །རིན་  
ཆེན་ནང་ནས་འོར་བྱ་འཕགས། །རིགས་བྱ་མཁས་རིན་དགར་གཞི་སྟེ། །རྒྱལ་བསྐབ་དབལ་འོར་  
དགར་བོན་ཞེས། །རིགས་དང་བྱ་བ་ཡོན་ཏན་རྒྱས། །རིམ་བཞིན་དགར་བ་ཀུན་ལ་འགྲེས། །དགར་  
གཞི་དང་དགར་བོན་མི་མཐུན་པ་ལ་ལས་འཇུག་པ་ཤས་ཆེ་སྟེ། དཔེར་ན། གདོལ་བའི་རིགས་  
ལས་བྲམ་ཟེ་མཐོ། །འཁོར་བའི་ལས་ལས་དགེ་སྦྱོར་དཔག་ །བདག་ལས་གོང་མ་ཡོན་ཏན་ཆེ། །  
གསེར་ལས་འོར་བྱ་རིན་ཐང་ཆེ། །གདོལ་འཁོར་བདག་གསེར་དགར་གཞི་ལ། །བྲམ་དགེ་གོང་  
འོར་དགར་བོན་ཏེ། །རིགས་བྱ་ཡོན་རྒྱས་རིམ་བཞིན་དགར། །དེ་དག་ནི་མཆོག་དགར་བ་ཡིན་  
ཞིང་། །གསེར་ལས་དདུལ་ཞན་མི་ལས་བྱོལ་སྤང་བྱུན། །ལྟ་བུ་དམན་པ་དགར་བ་རིགས་འགྲེས་  
ཏེ་སྟོོ། །

གཞན་ཡང་ལས་ནི་རྒྱ་མཚན་སྟོན་པ་ལ་ཡང་འཇུག་སྟེ། དཔེར་ན། རྒྱ་ལས་ཁུ་བྱུག་རྒྱ་  
ལས་ལུ་རྒྱ་ཤེས། །མདངས་ལས་འཛོ་བ་གཏམ་ལས་མཆོག་དམན་རྟོགས། །ཁུ་བྱུག་ལུ་རྒྱ་འཛོ་བ་  
མཆོག་ཤེས་པའི། །རྒྱ་མཚན་རྒྱ་རྒྱ་མདངས་གཏམ་དངོས་བཞུན་བྱིར། །ཡང་ནས་ནི་མཚམས་

སྒྱུར་སྒྲོན་པ་ལའང་འཇུག་སྟེ། དཔེར་ན། ལས་འདི་གྲུབ་ནས་དགེ་ལ་བཙོན། ལྷན་འདྲེན་ཚར་  
ནས་ཁྱུས་ལ་འཇུག། རྒྱུན་འགྲོ་ཟེན་ནས་དངོས་གཞིར་འཇུག། འགྲོ་དོན་གྲུབ་ནས་མཐའ་ལ་  
གཤེགས། གྲུབ་ཚར་ཟེན་གྲུབ་ཚེག་གི་འཕྲོ། དགེ་ཁྱུས་དངོས་མཐའ་མཚམས་སྒྱུར་རོ། ཡང་  
སྤྱད་པ་ལའང་ནས་འཇུག་སྟེ། དཔེར་ན། མགོ་ནས་མཇུག་བར་ཕུ་ནས་མདའ་ཡི་བར། རྒྱ་ནས་  
བོད་བར་ཚེགས་ནས་མཐོང་ལམ་བར། བར་གྱི་ལ་བཅད་སྤྱད་པས་སྤྱད་པ་ཞེས་སོ། རྒྱབས་  
འགའ་རེར་དུས་ལ་ཡང་ནས་འཇུག་པར་ཡོད་དེ་དཔེར་ན། ཉི་མ་ཤར་ནས་གསུང་རབ་སྒྲོགས། །  
ཉིན་གྲུང་འཛོལ་ནས་དགོང་གོ་སྤངས། རྩ་བུ་སྤང་དོ། བྱི་རབས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ལས་སྒྲུ་སྤྱད་པ་  
ལ་མི་འཇུག་པར་བཤད་དེ་ས་མཐའ་ཀུན་བྱིས་ནས་དབལ་གསས་རྩམ་པ་ལ་སོགས་ཏེ་ཉ་བུའི་ཕྱག་  
ལེན་མཛད་མོད་ཀྱི་ཡིག་ཚེགས་ལ་འཛིགས་ནས་ས་བྱིས་པ་ཙམ་ལས་ལ་སྒྲུ་སྤྱད་པ་ལ་འཇུག་པའི་  
རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡང་མེད་པར་ཟད་དོ། རྒྱ་རབས་པས་ལས་སྒྲུ་སྤྱད་པ་ལ་འཇུག་པར་བཞེད་དེ། ཀུན་  
བཟང་ལས་སོགས་བདེར་གཤེགས་ཚེགས། རྣམ་གྲོལ་ལས་སོགས་སངས་རྒྱས་སྤོང་། བརྒྱ་བྱིན་  
ལས་སོགས་རྩ་གསུམ་ལ། ཀུན་བཟང་རྣམ་རྒྱལ་བརྒྱ་བྱིན་ཞེས། གཙོ་སྒྲོན་བདེ་གཤེགས་སངས་  
རྒྱས་སྤོང་། རྩ་གསུམ་ལ་ཞེས་འཁོར་སྤྱད་སྟེ། སོགས་ནི་སྤྱད་པ་གསལ་བྱེད་དོ། འདི་ནི་གཙོ་  
བོ་བརྒྱ་བྱིན་དང་དེ་ལས་གཞན་པའི་འཁོར་རྩ་གསུམ་ལ་རྣམས་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཙམ་ལ་  
བརྟེན་པ་ཡིན་ནམ་སྟེ། འོན་ཀྱང་དཔྱོད་ལྡན་རྣམས་ཀྱིས་གཟིགས་ཤིག ཡང་མཚམས་སྒྱུར་  
ལའང་ལས་སྒྲུ་འཇུག་པ་མཐའ་པ་འགའ་རེས་བཤད་དེ། དཔེར་ན། བཞུགས་ལས་བཞེས་དང་  
བཞེངས་ལས་གྱོན། རྟོག་ལས་ཁོད་དང་གཟིགས་ལས་ཤེད། རྩ་བུ་ལྷགས་གཉིས་ཀྱི་གཏམ་ལས་  
རྒྱང་ལྷར་གྲགས་ཀྱང་དེང་སོང་ས་མཐའ་ཀུན་བསུབ་སྟེ་བཞུགས་ལ་བཞེས་རྩ་བུ་མཛད་པ་ནི་ལ་  
དོན་བདུན་པོའི་རྒྱབས་ཀྱི་ལ་སྟག་མ་འདྲེན་པའི་མཚམས་སྒྱུར་ལ་འཇུག་པའི་དབང་ལ་ཤོར་བར་  
སེམས་སོ། འདི་ནི་དེ་ཚར་ནས་འདི་བྱེད་ཉ་བུའི་སྒྲུ་ཡིན་པས་ལས་སྒྲུ་འཇུག་པར་འདོད་དེ་འོན་  
ཀྱང་མཁྱེན་ལྡན་རྣམས་ཀྱིས་གཟིགས་ཤིག །

དུག་པ་འབོད་སྒྲུ་ནི། གང་མིང་བརྗོད་པའི་ཐོག་མཐའ་བྱ། ཀྱེ་ཀྱེ་སོགས་སྒྱུར་བ་ནི། །  
གཞན་ལ་གོ་བྱེད་འབོད་པའི་སྒྲུ། སྒྱུར་རྒྱལ་རྩེས་འཇུག་ལ་མི་ལྟོས། ཞེས་པ། གང་དང་གང་གི་  
མིང་བརྗོད་པ་སོ་སོའི་ཐོག་མ་དང་། དབྱས་དང་། མཐའ་གང་ཡང་བྱང་བ་བྱ། ཀྱེ་དང་དེ་

བསྐྱུས་པ་ཀྱས་དང་གྲེ་སྐོག་ཞེས་པས་མ་ཡེ་དང་དེ་བསྐྱུས་པ་མས་རྣམས་སྒྱར་བ་ནི་གཞན་ལ་གོ་  
བྱེད་འབྱོར་པའི་སྒྱུ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡང་མཆོག་ལ་གྲེ་ཞེས་དང་འབྲིང་ལ་ཀྱ་ཡེ་དང་ཀྱས་དམན་  
ལ་མ་ཡེ་དང་མས་ཞེས་འབྱོར་པ་ཡིན་ཏེ་དཔེར་ན། གྲེ་སྒྲ་མ་ཡི་དམ་མཁའ་འགྲོའི་ཆོག་ས། བྱིན་  
ཆེན་སྒྱུ་གྲེ་སྒྲ་མ་རྩེ། མཐུ་ཅུལ་གསལ་གྲེ་ཡི་དམ་སྒྱ། དངོས་གྲུབ་སྒྱུ་ཅིག་མཁའ་འགྲོ་གྲེ། །  
ཀྱ་ཡེ་གཡུང་རྒྱུང་དག་འདུལ་ཅུལ། བསྐྱུས་པ་སྒྱུང་གྲུག་གསལ་པ་སེང་། དམ་ལས་མ་འདའ་  
བརྟན་སྒྲུག་སྒྲུ། བྱིན་ལས་སྐྱབས་ཤིག་མགུལ་ལྟ་གྲུ། མ་ཡེ་ཁོ་ལ་པོ་འཕུལ་དུ་རྒྱུག། ལ་མོར་  
གྲིས་མས་བརྩ་མོའི་ཆོག་ས། རྩ་ཆུ་མོངས་ཤིག་ན་ཆུང་མས། ལྟ་བུ་གོ་སྒྲོའོ། སྒྱུར་ཅུལ་ནི་རྩེས་  
འཇུག་སོ་སོ་ལ་མི་སྟོས་པའི་ཕྱད་རང་དབང་ཅན་ཡིན་ལོ། །

གཉིས་པ་སྒྱ་ཆོག་ས་བཤད་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། འཕྱད་རང་དབང་ཅན་དང་། གཞན་དབང་  
ཅན་དང་། ཐོར་བུ་བཤད་པའོ། དང་པོ་ལ་གསུམ་སྟེ། སྒྱུ་ཁྱབ་དང་། བྱི་སྒྲ་དང་། དང་སྒྲ་  
བཤད་པའོ། དང་པོ་ནི། མིང་གང་རུང་བའི་ཐོག་མ་ཡི། གང་ནི་སྒྱུ་ལ་ཁྱབ་པའི་སྒྲུ། བར་  
མཆོམས་སྒྱར་ཆོ་སྒྱུ་ཅམ་དང་། འདྲི་དང་ཐེ་ཆོམ་གདམ་ངར་འཇུག། ཅི་དང་སྒྲ་དང་རི་རྣམས་  
ཀྱང་། ལལ་ཆེར་གང་དང་འཇུག་པ་མཐུན། སྐབས་ཐོབ་དང་བསྐྱུས་སྒྱར་བར་ཤེས། ཞེས་པ།  
མིང་གང་ཡང་རུང་བའི་ཆོག་གི་ནི་ཐོག་མ་ཡི་གོ་གང་ཞེས་པ་དང་སྒྲུ་ཞེས་དང་ཅི་ཞེས་དང་རི་ཞེས་  
པ་རྣམས་ནི་གང་གི་རང་མཆོན་ངོས་མ་ཟེན་པར་སྒྱུ་ལ་ཁྱབ་པའི་སྒྲུ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། གང་  
འདུག་སྒྲུ་རེད་ཅི་འདྲ་རི་སྐད་འབྱོར། གང་འདོད་སྒྲུ་ལ་ཅི་གནད་རི་ཅམ་དགོས། ལྟ་བུ་དང་།  
ཆོག་རྒྱུ་སོ་སོའི་བར་དབྱས་དང་མཐའ་ལ་སྒྱར་ཆོ་ཡང་སྒྱུ་ཁྱབ་གྲེ་སྒྲུ་ཅམ་ཡིན་ཏེ་དཔེར་ན། ལྟ་  
དཀར་ཅན་གང་ལྟ་བུའི་ཕུལ། ལྟ་སེར་ཅན་སྒྲུའང་སྒྱུད་ལམ་མཛེས། ལྟ་དམར་རི་སྟེད་སྟོམ་པ་  
ཟབ། ལྟ་ནག་ཅི་སྟེ་མངོན་སྒྱུད་ཟུན། ལྟ་དཀར་མཐིང་བེར་ཅན་འདི་གང་། ལྟ་གོས་གསེར་  
མདངས་ཟུན་འདི་སྒྲུ། ལྟ་ནག་ཅན་ལ་ལྟོས་ལུས་གང་། ལྟ་བུ་དང་། གཞན་ཡང་རྣམ་དབྱེ་དེ་  
དག་འདྲི་བའི་སྒྲུ་ལའང་འཇུག་སྟེ་དཔེར་ན། ཕུལ་གང་ནས་ཡོང་། འདི་རུ་སྒྲུ་ཡིས་བརྟོན། མིང་  
ལ་ཅི་ཟེར། རུས་ལ་རི་སྐད་འབྱོར་ལྟ་བུ་དང་། ཐེ་ཆོམ་ལའང་འཇུག་སྟེ་དཔེར་ན། དེ་འདྲའི་  
གཏམ་དེ་གང་ཞིག་ཡིན། རྩེད་ཆོ་སྒྲུ་ལ་ཟེར་བ་ཡིན། འདོད་དོན་ཅི་ལ་དམིགས་པ་ཡིན། །  
གནད་འགག་རི་ཅམ་ཡོད་པ་ཡིན། སྟོམ་པ་ལྟ་བུའི་ཆོག་དང་། གདམ་ང་བསྐྱུས་པ་ལའང་

འཇུག་སྟེ་དཔེར་ན། བྱེད་རང་ཐུགས་ལ་གང་འདོད་འབྱུང་། ཁྲིམ་ཅག་ཐུགས་ལ་སྤྲོད་མོས་ཁྲིམ། །  
 ཉིད་ཀྱིས་ཅི་གསུང་བཀའ་བཞིན་བསྟུབ། ཁྲིམ་དགོས་པའི་གནད་བརྩེ་ལ། ལྟ་བུའོ། ཁྲིམ་  
 སྤྲོད་པའི་པོ་པལ་ཆེར་འཇུག་ཡུལ་མཐུན་ཀྱང་དམིགས་བསལ་བཅའ་པོའི་རིགས་ལ་སྤྲོད་མོ་འཇུག་ཅིང་  
 སྟེད་སྟེད་ལྟར་བཞིན་སྤྲོད་ལ་ཇི་མ་གཏོགས་གཞན་གསུམ་མི་འཇུག་པ་དང་། ཞིག་སྟེ་སྟེད་འདྲ་  
 བྱེད་ལ་གང་དང་ཅི་གཉིས་འཇུག་ཅིང་སྤྲོད་ཇི་གཉིས་མི་འཇུག་པ་དང་སྟེ་ལ་ཅི་ཁོ་ན་འཇུག་པ་  
 དང་། ཆོག་མཐའ་ལ་གང་སྤྲོད་ཅི་གསུམ་འཇུག་ཀྱང་ཇི་མི་འཇུག་པ་སོགས་བྱུང་པར་ཡོད་པས་  
 སྐབས་ཐོབ་དང་བསྟུན་པའི་མཐུན་སྦྲེལ་གྱིས་པར་མཛོད་ཅིག །

གཉིས་པ་ནི། མིང་གང་གི་ནི་བར་མཐའ་ཡི། ཁྲིམ་གྱི་བའི་ཆོག་ཕྱད་ནི། ཁྲིམ་དང་  
 དེས་བཟུང་བཅུན་པ་དང་། ཆོག་གི་ཁ་སློང་དག་ལའང་འཇུག་ཅིས་པ། མིང་གང་དང་གང་གི་  
 བར་དབྱས་དང་ཆོག་མཐའ་ཡི་ནི་ཁྲིམ་གྱི་བའི་ཆོག་ཕྱད་དེ་ནི་དགར་བ་ལ་འཇུག་སྟེ་དཔེར་ན།  
 རྒྱལ་རིགས་ནི་རྒྱུ་རིགས་ལས་མཐོ། རྒྱལ་སློར་ནི་འདྲུ་འཛི་བས་ལེགས། གསེར་ནི་དབྱལ་ལས་  
 གོང་ཆེ། གཟི་ནི་མཆོང་ལས་ཁྲོ། ལྟ་བུ་རིགས་དང་བྱ་བ་ཡོན་ཏན་རྒྱས་མཆོག་དང་དམན་  
 པ་དགར་བ་གོང་བཞིན་འགྲེས་སོ། ཡང་དེས་བཟུང་ལའང་འཇུག་སྟེ་དཔེར་ན། དེ་ནི་སྤྲོ་མ་འདི་  
 ནི་བྱང་སེམས་པ། བྱེད་ནི་མཁས་པ་བདག་ནི་བྱུག་པའོ། ལྟ་བུ་དང་། ཡང་སྦྱོན་ཡོན་གང་ཡིན་  
 ནན་ཏར་བཅུན་པ་ལའང་འཇུག་སྟེ་དཔེར་ན། བྱེད་རིགས་རྒྱུད་ནི་བཟང་། མཆོན་དཔེ་ནི་  
 མཛེས། སྤྲོ་ཡོན་ནི་ཆེ། གོ་ས་ནི་མཐོ། ལོངས་སྦྱོང་ནི་འཆོགས། འབངས་འཁོར་ནི་མང་ལྟ་བུ་  
 དང་། ཁོ་རིགས་ནི་དན། ཁོང་ནི་སྦྱོན། ཞེ་ནི་གྲོང་། མདོག་ནི་དན་ལྟ་བུའོ། ཡང་ཆོག་སློང་  
 ལའང་འཇུག་སྟེ་དཔེར་ན། བསྐྱེད་གསུམ་རྒྱུན་ནི་ཐུན་པ་གང་། འགོ་བའི་མཆོག་ནི་འགྱུར་བ་  
 ཡིན། འདོད་འབྱུང་གཙུག་ནི་ཐུན་པ་ནི། གདེངས་ཅན་གཙོ་ནི་གྱུར་ལ་སྟོན། ལྟ་བུའོ། །

གསུམ་པ་ནི། དང་ཁྲིམ་གྱི་བའི་ཆོག་ཕྱད་ནི། འབྲེད་སྤྱད་ཆོ་སྐབས་རྒྱ་མཚན་དང་། །  
 གདམས་དག་འདོམས་པ་ལྟ་ལ་འཇུག་ཅིས་པ། བཛོད་པ་གང་གི་བར་མཐའ་ན་དང་ཁྲིམ་པའི་  
 ཆོག་འཕྲད་ནི་གཞི་གཅིག་ཏུ་མར་འབྲེད་པ་ལ་འཇུག་སྟེ། དཔེར་ན། བྱེད་མཆོད་ཀྱི་རྣམ་པ་ནི།  
 མར་མེ་དང་། རྩ་གཤང་དང་། སྟོན་དང་། ཞལ་ཟས་དང་། ལྷ་བ་ལྷུབ་དང་། མེ་ཏོག་དང་།  
 གར་དང་། གཏེར་དང་བརྒྱུད་དོ། ལྟ་བུ་དང་། ཡན་ལག་མང་པོ་གཞི་གཅིག་ཏུ་སྤྱད་པ་ལའང་

འཕྲུག་སྟེ་དཔེར་ན། གདུགས་དང་རྒྱལ་མཚན་དང་། དྲུང་གཡས་འབྲིལ་དང་། ལུས་པ་དང་།  
དཔལ་ལེན་དང་། གསེར་ཉ་དང་། འཁོར་ལོ་དང་། པད་མ་རྣམས་ནི་བཟླ་ཤིས་པའི་རྟགས་  
སོ། ། ཉུ་བ་དང་། ཡང་ཆེ་ཡི་སྐབས་ལའང་འཕྲུག་སྟེ་དཔེར་ན། མཚན་སྟན་ཐོས་དང་མོས་པ་  
སྦྱེས། མཚན་དཀྱིལ་མཇལ་དང་སྤྱུ་ལང་གཡོས། གསུང་དག་ཐོས་དང་མཆི་མ་དག། གདམས་  
པ་བསྟན་དང་རིག་པ་སང། རྒྱ་སྟོང་བཅུ་དང་རྟོགས་པ་ཤར། ཉུ་བ་དང་། ཡང་རྒྱ་མཚན་  
སྟོན་པ་ལའང་འཕྲུག་སྟེ་དཔེར་ན། རྣམ་འགྱུར་མཐོང་དང་བསམ་པ་གོ ཆོག་འགོ་ཐོན་དང་  
འདྲ་དོན་རྟོགས། རྟུ་བ་མཐོང་དང་མེ་ཡོད་ཤེས། རྩི་དང་ཚོར་དང་སྒྲ་ཅི་རྟོགས། བསམ་  
འདྲ་མེ་ཅི་རྟོགས་པའི་རྒྱ། རྣམ་ཆོག་དུ་རྩི་བསྟན་པས་སོ། ཉུ་བ་དང་། ཡང་གདམས་དག་  
འདོམས་པ་ལའང་འཕྲུག་སྟེ་དཔེར་ན། ཡི་གེ་སྤྱང་དང་བོན་སྟོར་ཆུད། རིག་པ་སྟོབ་དང་མཁས་  
པར་འགྱུར། ཉམས་སྦྱོང་སྦྱོང་དང་རྟོགས་པ་འཆར། མཉམ་པར་ཞོག་དང་མངོན་འཛང་རྒྱ། །  
ཉུ་བ་དང་ལྷ་ལ་འཕྲུག་པར་གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་གཞན་དབང་ཅན་ལ་གསུམ་སྟེ། ཆོག་ཕྱད་དང་། རྣམ་འགྱུར་ཅན་དང་། ཞར་  
བྱང་ཡང་འཕྲུག་བསྟན་པའོ། རྟུ་བ་ལ་བཞི་སྟེ། རྒྱན་སྤྱད་དང་། ལྷག་བཅས་དང་། རྣམ་པར་  
བརྟག་པ་དང་། བདག་སྒྲ་བསྟན་པའོ། རྟུ་བ་ལ་གཉིས་ཏེ། སྦྱིར་བསྟན་པ་དང་། དམིགས་  
བསལ་ལོ། རྟུ་བ་ནི། ཆོག་ཕྱད་ཀྱང་འང་ཡང་གསུམ་ནི། མཐུན་དང་མི་མཐུན་ཆོག་རྒྱ་  
དང་། སྤྱད་པ་ལ་འཕྲུག་སྦྱོར་ཚུལ་ནི། རྩེས་འཕྲུག་ག་ད་བ་ས་དང་། རྟུ་བ་ཅན་མཐར་ཀྱང་  
ཐོབ་ཅིང་། རྟུ་བ་མ་འ་ར་ལ་ཡང་། རྟུ་བ་མཐའ་རྟེན་མེད་མཐར་འང་། རྟུ་བ་སྟོང་ཆེ་  
ཡང་འཐོབ་བོ། ཞེས་པ། ཆོག་ཕྱད་དུ་གཏོགས་པའི་ཀྱང་དང་ཡང་དང་འང་དང་གསུམ་པོ་རྩེས་  
འཕྲུག་སོ་སོའི་མཐར་སྦྱོར་ཚུལ་ནི་གཤམ་གསལ་ལྟར་རྩེས་འཕྲུག་ག་ད་བ་ས་བཞི་དང་ད་དྲག་ཅན་  
གྱི་མཐར་ཀྱང་འཐོབ་ཅིང་ད་ན་མ་འ་ར་ལ་དྲག་གི་མཐར་ཡང་དང་མཐའ་བརྟེན་མེད་པ་ཀུན་གྱི་  
མཐར་འང་དང་ཡང་གཉིས་ཀ་འཐོབ་ཅིང་། དེ་ཡང་ཆོག་རྟུ་བ་ཆང་བ་ལ་འང་མ་ཆང་བ་སྟོང་ཆེ་  
ཡང་འཐོབ་བོ། རྟུ་བ་ཆོག་ཕྱད་གསུམ་པོ་དེ་ལྷགས་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་བཞག་དང་མཐུན་པའི་ཆོག་  
རྒྱན་གཉིས་ལ་འཕྲུག་སྟེ་མཐུན་པ་ནི་དཔེར་ན། གོ་ས་མཐོ་ཡང་དམན་ལ་བྱམས། བྱར་མེད་  
རྟོགས་ཀྱང་རྒྱ་འབྲས་ཞིབ། རྟུ་བ་ཆོགས་ཆེ་ཡང་གཞན་པན་བསྐྱབ། རྟུ་བ་ཞིན་བསྐྱད་ནའང་

ཉིང་འཛིན་ངང་། །ཉ་བུ་དང་། །མི་མཐུན་པའི་ཚིག་རྒྱན་ནི། །ལེགས་པར་བཤད་ཀྱང་ལོག་པར་  
གོ། །བདེར་གཤེགས་མཇལ་ཡང་བདུད་དུ་མཐོང་། །བཟང་པོ་བྱས་ཀྱང་ངན་པར་ཚོར། །ཚངས་  
དབྱངས་སྒྲིག་ཀྱང་ན་བར་རྩུབ། །ཉ་བུ་ལོ། །ཡང་དེ་དག་སྤྱད་པ་ལའང་འཇུག་སྟེ་དཔེར་ན། །རིགས་  
ཀྱང་མཐོ་ལ་མཚན་དཔེའང་བཟང་། །གསུང་ཡང་སྟན་ལ་ཐུགས་ཀྱང་དལ། །ཉ་བའང་མཐོ་ལ་  
སྟོད་པའང་བཅུན། །བསྐྱབ་པའང་མཁས་ལ་གྲུབ་པའང་ཐོབ། །ཉ་བུ་མཐུན་སྤྱད་དང་། །རིགས་  
ཀྱང་ངན་ལ་ཁོང་ཡང་སྒྲན། །ཞེ་ཡང་ནག་ལ་རོ་ཡང་ངན། །ཉ་བུ་མི་མཐུན་པ་སྤྱད་པའོ། །

གཉིས་པ་དམིགས་བསལ་ནི། །བནན་དང་སྐར་ལའང་ཡང་གི་སྒྲ། །འཇུག་གོ་རྗེས་འཇུག་  
ལ་མི་སྟོས། །ཞེས་པ། །ཚིག་དོན་བནན་པ་དང་ཡང་ཡང་བསྐར་པ་ལའང་ཡང་གི་སྒྲ་འཇུག་མོད་  
ཀྱི་རྗེས་འཇུག་དག་ལ་མི་སྟོས་པའི་ཕྱད་རང་དབང་ཅན་ཡིན་ཞིང་འཇུག་ཚུལ་ནི་བནན་པ་ལ་  
འཇུག་སྟེ་དཔེར་ན། །སྒྲ་ཚད་བཟོ་གསོ་བྱི་ནང་འགྲེལ་ཡང་མཁས། །དབང་ལྱང་མན་ངག་ཀྱན་  
ཐན་རིག་པའང་སྒྲ། །ཉ་སྟོན་སྟོད་དམ་ཐིན་འཚོགས་འབྲས་བུའང་གྲུབ། །སྐྱེ་དང་ཡེ་ཤེས་ཐིན་  
རྒྱས་ཟེར་ཡང་འཕྱོ། །ཉ་བུ་དང་། །བསྐར་བ་ནི། །མཁས་པའི་ཞལ་འགྲིམ་ཐུགས་བཅུད་ཡང་ཡང་  
ལེན། །ལྷང་རིག་གནས་ལ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་བསྐྱབ། །དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་འཇུག་ཡང་  
ཡང་བྱ། །གཞུག་མའི་གཤེས་ལུགས་ཡང་ནས་ཡང་དུ་སྟོང་། །ཉ་བུ་ལོ། །

གཉིས་པ་ལྷག་བཅས་ལ་གཉིས་ཉི། །སྐར་བཞུན་པ་དང་དེ་སྤྱི་བྱད་པར་བཤད་པའོ། །  
དང་པོ་ནི། །མིང་མཐའི་སྟེ་དེ་ཉི་གསུམ་ནི། །ལྷག་བཅས་སྒྲ་ཡིན་དེ་ལའང་གསུམ། །མཚམས་སྐྱོར་  
དམ་བཅའ་གཞན་འདྲན་པའོ། །སྐྱོར་ཚུལ་དམཐར་དེ་དང་ནི། །ན་ར་ལ་ས་བཞིར་ཉི་རྒྱད་། །ཀ་  
དང་བ་མ་འ་རྣམས་དང་། །མཐའ་རྟེན་མེད་མཐར་ས་སྟེ་འོ། །ཞེས་པ། །མིང་གང་དང་གང་གི་  
མཐའ་ཡི་སྟེ་དང་དེ་དང་ཉི་ཡིག་གསུམ་པོ་རྗེས་འཇུག་སོ་སོའི་མཐར་སྐྱོར་ཚུལ་ནི་གཤམ་གསལ་  
ལྟར་དམཐར་དེ་དང་ན་ར་ལ་ས་བཞི་པོའི་མཐར་ཉི་རྒྱད་དང་གང་བ་མ་འ་ལྟའི་མཐར་སྟེ་འཕོབ་  
ཅིང་དེ་དག་ནི་ལྷག་མ་དང་བཅས་པའི་སྒྲ་ཡིན་ལ་དེ་ཡང་ནང་གསེས་མཚམས་སྐྱོར་ལ་འཇུག་སྟེ་  
དཔེར་ན། །འཕུར་ཉི་བྱུང་ངོ་འགོ་ལ་གཟིགས་ཉི་བབས། །ཁྲི་ལ་བཞུགས་ཉི་བཀའ་འཁོར་བསྐྱོར་  
ཉི་སོང་། །ཐུགས་བསྐྱེད་གནད་སྟེ་ཞིང་ཁམས་བདེ་སྟེ་སོང་། །བསྐྱོར་མཛད་དེ་འགོ་ཀྱན་བྱངས་  
སྟེ་ཐལ། །ཐུ་བྱའི་ཚིག་མཚམས་སྐྱོར་བས་མཚམས་སྐྱོར་གསལ། །ཉ་བུ་དང་། །ཐག་གཙོད་དེ་དམ་



བཅའ་བ་ལའང་འཇུག་ལྟེ། དཔེར་ན། མི་རྟག་ངེས་ཏེ་བྱས་པའི་བྱིར། ཡོད་དམ་བཅའ་སྟེ་མངོན་  
མཐོང་བྱིར། མཁས་ཏེ་ལེགས་བཤད་འདི་ལ་སྟོས། བྲུབ་སྟེ་མཁའ་ལ་བསྟོད་པས་ཤེས། ལྟ་བུ་སྟེ།  
ལ་ལས་སྒྱུ་མཚན་སྟོན་པར་གསུངས་ཀྱང་དོན་གཅིག་གོ། ལྟག་མ་གཞན་འདྲེན་པ་ལའང་འཇུག་  
སྟེ། དཔེར་ན། མཁས་པ་བསྐབ་ཏེ་ཞིབ་པར་བརྟག་ རྟོག་གསུམ་སྟེ་ལེགས་པར་ཚོམ། ཀྱུ་  
ཡིད་རངས་ཏེ་སྒྱི་བོར་སྒྲངས། ཉམས་སྒྱ་སྒྲངས་ཏེ་གོ་ལ་བ་ཐོབ། རྟོག་སྟོད་གསུམ་གསུམ་དོན་  
ལྟག་མ། རྟོག་སྟོད་གསུམ་གསུམ་འདྲེན་པས་བཅོད། ལྟ་བུ་ལོ། །

གཉིས་པ་དེ་སྒྱུ་ལེ་ཁྱད་པར་བཤད་པ་ནི། གཞན་ཡང་མིང་ཚིག་ཐོག་བར་མཐར། ཀྱུ་  
པའི་དེ་ཞེས་བྱ་བའི་སྒྱ། ཐ་སྟོད་དབང་དུ་གསུམ་ཡིན་ཏེ། འདས་དང་ལྟག་བཅས་རྣམ་གྲངས་  
བཅོད། སྒྱུ་གྱི་དབང་དུ་འདས་མ་འོངས། འདོམ་པོའི་དབང་དུ་བདེན་པ་དང་། བདག་གི་  
བ་དང་པ་ལོ་ལོ། ཀྱུ་ལང་བའི་དངོས་པོ་བཞི་ལ་འཇུག། བདག་དང་ད་ལྟ་བར་མི་འཇུག། །  
ལྟག་བཅས་ལས་གཞན་དེ་སྒྱ་ནི། རྟོག་འཇུག་དག་ལ་སྟོས་པ་མིན། ཞེས་པ། གཞན་ཡང་མིང་  
ཚིག་སོ་སོའི་ཐོག་མ་དང་བར་དབུས་དང་མ་མཐར་གཞན་པའི་དེ་ཞེས་བྱ་བའི་སྒྱ་ནི། ཐ་སྟོད་  
ཙམ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་འཇུག་ཡུལ་རྣམ་པ་གསུམ་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། ཀྱུ་ཞེ་ན་འདས་པའི་སྒྱུ་  
དང་ལྟག་བཅས་དང་རྣམ་གྲངས་བཅོད་པ་དང་གསུམ་ལ་འཇུག་སྟེ་དཔེར་ན། ཐོག་མའི་སྒྱུ་དེ་  
བསྐལ་བཟང་དུས་དེ་ལ། ཀྱུ་ཤེན་རབ་དེ་བྱོན་བཀའ་འཁོར་དེ་དུས་བསྐོར། འདྲེན་གསུང་སོབ་  
བྱོན་ནས་བཀོལ་དུས་དེར། ལྟ་བུ་འདས་པ་དང་། ལེགས་པར་བཤད་དེ་གཞན་རྒྱུད་དགོལ། །  
ཁྱུངས་ལྷན་མཛད་དེ་དག་པར་འདེབས། ལྟ་བུ་ལྟག་བཅས་ཏེ་གོང་བཞིན་ནོ། འགོ་བའི་མགོན་  
དེ་བདག་གི་སྒྱ་མའང་དེ། ཡོན་ཏན་དེ་མཁས་ལྟ་བུ་ཡང་དེ་མཐོ། སྟོད་པ་དེ་བཅུན་སྟོང་རྟོང་  
བདག་ཉིད་དེ། འདྲེན་རྣམས་སྒྱུ་བསྟན་འཛིན་སྟེས་བྱའང་དེ། ལྟ་བུ་གཞི་གཅིག་གི་རྣམ་གྲངས་  
དུ་མ་བཅོད་པའོ། སྒྱུ་ཁོ་ན་ཉིད་གྱི་དབང་དུ་བཏང་ན་འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་གཉིས་ལ་  
འཇུག་སྟེ་དཔེར་ན། ཉ་ཉིང་(ན་ནིང་ཞེས་པའི་དོན་ལོ་)དེ་ཁར་སོང་ཉི་མ་དེ། ལྟ་བུའི་སྒྱུ་དེ་ལྟ་བུ་  
འདས་པ་འགྲེས། ལྟ་བུའི་སྐབས་དེར་བསྐབ་པར་བཅོན་དུས་དེར། ལྟ་བུ་ཐོབ་དུས་དེ་གཞན་  
དོན་མཛད་དུས་དེར། འགོ་འདྲེན་དུས་དེ་འཁོར་བ་སྟོང་དུས་དེར། ལྟ་བུ་རྟོགས་སྐབས་དེ་ལྟ་  
བུ་མ་འོངས་པའོ། འདོམ་པོ་ཙམ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་བདེན་པ་ལའང་འཇུག་སྟེ་དཔེར་ན། དེ་

ཉིད་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དེ་ཁོ་ན། །དེ་ཀ་དེ་རང་དེ་བདེན་ལྟ་བུ་སྟེ། །དེ་ལས་གཞན་མིང་  
བདེན་པ་ཞེས་བྱའོ། །བདག་གི་བ་ལའང་འཇུག་སྟེ་དཔེར་ན། །བདག་གི་སྟ་དེ་ཁོ་བོའི་འབྲེན་པ་  
དེ། །དང་ཡི་བོན་དེ་འའབྱའི་ཐོབ་འབྲས་དེ། །ལྟ་བུ་དང་། །ཕ་རོལ་པོ་ལའང་འཇུག་སྟེ་དཔེར་ན།  
གཞན་གྱི་མོར་དེ་ཁོ་ཡི་ལོངས་སྟོང་དེ། །ཁྱོད་གྱི་རྟ་དེ་མོ་ཡི་མོར་གཡུ་དེ། །ལྟ་བུ་དང་། །གསང་  
བར་བྱ་བའི་དངོས་པོ་ལའང་འཇུག་སྟེ་དཔེར་ན། །ལུང་དེ་མ་སྟོན་མན་ངག་དེ་མ་འཆད། །གཏམ་  
དེ་མ་གཤོད་རྣམས་དེ་འཕྲལ་དུ་སྦྱོས། །ལྟ་བུ་དང་བཞི་ལ་འཇུག་པར་གསུངས་སོ། །བདག་དངོས་  
དང་དུས་ད་ལྟ་བ་ལ་མི་འཇུག་ཅིང་། །སྟག་བཅས་གྱི་དེ་སྒྲ་ནི་རྩེས་འཇུག་ལ་སྟོས་ཤིང་། །དེ་ལས་  
གཞན་པའི་དེ་སྒྲ་ནི་རྩེས་འཇུག་གི་བྱུང་པར་དག་ལ་སྟོས་པ་མིན་ནོ། །

གསུམ་པ་རྣམ་པར་བརྟག་པ་ཅན་ནི། །རྣམ་པར་བརྟག་པ་ཅན་གྱི་སྒྲ། །རྩེས་འཇུག་ཏ་  
བཅས་བརྟག་གཅིག་ལ། །མ་མཐའ་སྒྱུར་བ་འབྱེད་སྟུང་དང་། །ཐེ་ཚོམ་བྱི་དང་གདམ་ང་ལྟར། །  
འཇུག་པས་སྒྱུར་ཚུལ་རྩེས་འཇུག་བརྟུར། །རང་འདྲ་མ་མཐའ་སྒྱུར་བ་དང་། །མཐའ་རྟེན་མེད་  
མཐར་འཇག་ཉིད་དང་། །དང་དག་ཅན་མཐར་ཏམ་ཞེས་སྟུར། །ཞེས་པ། །འཇུག་ལུལ་སྟེ་ཚོགས་རྣམ་  
པར་བརྟག་པ་ཅན་གྱི་སྒྲ་ནི། །རྩེས་འཇུག་བརྟུར་བོ་རང་རང་དང་འདྲ་བ་དང་མཐའ་བརྟེན་མེད་  
པའི་མཐར་འཇག་དང་དང་དག་ཅན་ལ་ཏ་བཅས་བརྟག་གཅིག་ལ་མ་མཐའ་རེ་སྒྱུར་བས་གླིང་དྲི་ལྟ་བུ་  
མི་འཇག་པ་ལྟར་ཉི་ཤེ་ཞེས་འབྱུང་བ་དེ་དག་གཅིག་དུ་མར་འབྱེད་པ་ལ་འཇུག་སྟེ་དཔེར་ན། །ཕ་རོལ་  
ཕྱིན་པ་ནི། །སྒྱུར་པ་འཇུག་ །ཚུལ་ཁྲིམས་སུ། །བཟོད་པ་འཇུག་ །བཙོན་འགྲུལ་སུ། །བསམ་གཏུན་  
ནུ། །སྟོབས་སུ། །སྟོང་རྩེ་འཇུག་ །སྟོན་ལམ་མུ། །ཐབས་སུ། །ཤེས་རབ་གྱི་ཕ་རོལ་ཕྱིན་པའོ། །  
ལྟ་བུ་དང་། །མང་པོ་གཞི་གཅིག་ཏུ་སྟུང་བ་ལའང་འཇུག་སྟེ། །གསོ་བའུ། །མ་ཆགས་སུ། །མི་  
ལེན་ནུ། །བདེན་སྟུང་ལ། །ཀུན་དགའ་ལ། །དག་ཞིའུ། །ཆོག་འཇུག་མུ། །སྟེ་སེམས་སུ།  
བྱམས་སེམས་སུ། །བདེན་ལྟ་རྣམས་ནི་དགེ་བརྟུའོ། །ལྟ་བུ་དང་། །ཐེ་ཚོམ་གྱི་གནས་ལའང་  
འཇུག་སྟེ། །དཔེར་ན་གྲུབ་ཐོབ་པའམ་ཐོག་པོ་གང་། །མངོན་ཤེས་ལྡན་ནུ་ཐེལ་བྲ་ཅི། །འགྲོ་  
དོན་པ་འམ་ཟས་འཚོལ་སྟུ། །བདེར་གཤེགས་དངོས་སུ་བདུད་སྟུལ་གང་། །ལྟ་བུ་ཆ་མ་ཆོད་པ་  
དང་། །ཡང་འདྲི་བ་ལ་ཡང་འཇུག་སྟེ། །གྲ་པ་ཡིན་ནུ་བོན་ཤེས་སུ། །རིག་གནས་མཁས་སུ།  
ལུང་བྱུག་གུ། །བཀའ་རྒྱུད་ཁྲོལ་ལམ་འབྲེལ་བརྩམ་མུ། །བརྟན་པ་སྟེལ་ལམ་འགྲོ་དངས་སུ། །

ལྟ་བུ་དང་། ཡང་གདམ་ང་ཅན་ལ་ཡང་འཇུག་སྟེ། དཔེར་ན། འདི་དོན་གཉེར་རམ་གཏན་བདེ་  
བསྐྱེད། རིག་ལམ་སྤྱད་ངམ་མཉམ་བཞག་སྒྱུར་། བསྐྱེད་པ་སྤེལ་ལམ་རི་སྤེལ་འགྲིམས། རང་  
བདེ་སྒྱུར་དམ་གཞན་ལན་བསྐྱེད། ལྟ་བུ་དང་ལྟ་ལ་འཇུག་ཅེས་གསུངས་སོ། །

བཞི་བ་བདག་སྒྱུ་ལ་གཉིས་ཏེ། དངོས་དང་། ཞུང་ལྷོ་དོ། རང་པོ་ནི། མིང་གི་མ་  
མཐར་ལྷུ་མེད་པའི། སྤོ་ཡིག་པ་བ་པོ་ཅན་དང་། མོ་ཡིག་མ་དང་མོ་སྒྱུར་བ། བདག་པོ་འམ་  
ལན་པའི་དོན་ལ་འཇུག། བདག་སྒྱུར་དང་ནི་མིང་གཞི་ལ། འཇུག་པའི་པ་བམ་པོ་ཐོབ་ཚུལ། །  
རྒྱུ་འཇུག་ག་དང་ད་ན་བ། མ་ས་རྒྱག་ལ་ས་ཐོབ་ཅིང་། རང་འ་ར་ལ་བཞི་པོ་དང་། མཐའ་  
ཏེན་མེད་མཐར་བ་ཕྱེད་མར། འབོད་པ་རྣམས་ལ་བ་ཡིག་དང་། གཞན་ལ་བ་ཉིད་སྒྱུར་བར་  
བྱ། རྒྱུ་འཇུག་འ་དང་མཐའ་མེད་མཐར། པོ་དང་པོ་གཉིས་གང་བདེ་དང་། གཞན་དགའི་  
མཐའ་རུ་པོ་ཉིད་སྒྱུར། ཞེས་པ། བཅོད་པར་བྱ་བའི་མིང་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་གི་མ་མཐའ་ན་  
ལྷུ་མེད་པའི་སྤོ་ཡིག་པ་བ་པོ་གསུམ་དང་། མོ་ཡིག་མ་དང་མོ་ཞེས་སྒྱུར་བ་ལྟ་བུ་ནི་བདག་  
པོ་འམ་ལན་པའི་དོན་ལ་འཇུག་ཅིང་སྒྱུར་བདག་པོའི་སྒྱུར་དང་ནི་བྱེ་བྲག་སྐབས་འགར་མིང་གཞི་  
ལའང་འཇུག་པའི་ཡི་གེ་པ་བ་པོ་གསུམ་འཐོབ་ཚུལ་ནི། རྒྱུ་འཇུག་ག་དང་ད་ན་བ་མ་ས་རྒྱག་  
པོའི་མཐའ་ལ་པོ་འཐོབ་ཅིང་། དཔེར་ན། དག་ཡིག་པ་དང་ཐ་སྟོད་པ། བསམ་གཏན་པ་དང་  
སྒྱུ་བྱེད་པ། ཐོས་བསམ་པ་དང་ཕྱིན་ལས་པ། ལྟ་བུའོ། རྒྱུ་འཇུག་ང་འ་ར་ལ་བཞི་པོའི་མཐར་  
པ་དང་བ་གཉིས་གང་བདེར་འབོད་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། གཡུང་སྤྱིང་པ་དང་རྒྱལ་རོང་བ། །  
ར་མདའ་པ་དང་རེ་འགའ་བ། བྱུག་གཉེར་པ་དང་རྒྱ་གར་བ། རྒྱལ་པ་དང་སྤྱིད་ཚལ་བ། །  
ལྟ་བུའོ། ཡང་མཐའ་ཏེན་མེད་པའི་རིགས་ཀྱི་མཐའ་དང་བ་ཕྱེད་མར་འབོད་དགོས་པ་རྣམས་ལ་  
ཕལ་ཆེར་བ་རུ་འབོད་པ་ཡིན་ཏེ་དཔེར་ན། ལྷ་བཟོ་བ་དང་རི་མོ་བ། ལྷན་རི་བ་དང་མཁར་ལྷ་  
བ། རྒྱ་མཛོད་བ་དང་རྒྱུང་པོ་བ། ལྷ་ས་བ་དང་གཞིས་ཅི་བ། ལྟ་བུའོ། ཡང་རྒྱུ་འཇུག་འ་  
ཡིག་མ་གཏོགས་གཞན་དགའི་མཐར་པོ་ཉིད་སྒྱུར་བ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། ཞིང་བདག་པོ་དང་  
མཚན་བཟང་པོ། ལས་བྱེད་པོ་དང་བསྟན་འཛིན་པོ། རྒྱལ་ཚབ་པོ་དང་གར་འཆམ་པོ། སེམས་  
དཀར་པོ་དང་རི་སྤེལ་པོ། རྒྱལ་སྐུ་པོ་སོགས་ཤིན་ཏུ་མང་ངོ་། མ་ཡིག་དང་མོ་ཡིག་ནི་ཀུན་  
ཀྱི་མཐར་འཇུག་པ་ཡིན་ཏེ་དཔེར་ན། གདོད་ནག་མ་དང་ཆོ་བདག་མོ། ཀུན་སྒྱུར་མ་དང་ཀུན་

བཟང་མོ། ལས་བྱེད་མ་དང་དགོངས་མཛད་མོ། དབྱངས་ཅན་མ་དང་དྲུང་ཅན་མོ། ཀྲུན་ཁུབ་  
མ་དང་བདེ་གྲུབ་མོ། མཐོང་ལམ་མ་དང་སྒྲོམ་ལམ་མོ། ཀྲུན་དགའ་མ་དང་རབ་དགའ་མོ། །  
གངས་དཀར་མ་དང་གསལ་འཛེར་མོ། ཀྲུན་འདུལ་མ་དང་སྲིད་རྒྱལ་མོ། ཁོངས་སྤངས་མ་དང་  
ཁོངས་དབྱངས་མོ། སྒྲོ་སྤྲོ་མ་དང་ཆེ་ལྷ་མོ། ལྷ་བྱའོ། འདི་དག་ནི་གཞུང་འདིའི་དགོངས་པ་  
དང་བསྟན་པའི་དཔེར་བཅོལ་ཡིན་ནོ། གཞན་ཡང་ལག་པ་རྒྱུད་པ་དང་། མཚོད་པ་  
བདེན་པ་སྟོབ་པ་དང་། བསམ་པ་ཐར་པ་བསྐལ་པ་དང་། ལས་པ་དགའ་བ་སྟོབ་པ་དང་། སྒྲོ་  
མ་ཉི་མ་སྟོབ་པ་དང་། གཤེན་པོ་རྩེ་བོ་ལྷ་མོ་དང་། གཅིག་བྱ་སྤངས་བྱ་བྱེད་སྟགས། རང་གཞན་  
རིག་པ་སྟོབ་པ་ལྟུངས་ཀྱིས། བདག་སྒྲར་གསུངས་པ་ཡོད་ཡོད་ཀྱི། གཞུང་འདིར་མིང་གཞིར་དགོངས་  
ནས་བཞག འོན་ཀྱང་དཔྱད་ཐུན་སྟོ་ཡིས་དཔོག །

གཉིས་པ་ཞར་བྱུང་དགག་སྒྲ་ནི། མིང་གང་གི་ནི་མ་མཐའ་རྩ། མོ་ཡིག་མ་དང་མི་ཞེས་  
སམ། མིང་གི་མ་མཐར་མེད་མ་ཡིན། མིང་རྣམས་སྤར་མེད་གསར་སྤར་ན། འགོག་པར་བྱེད་  
པ་དགག་པའི་སྒྲ། ཞེས་པ། མིང་གཞི་གང་དང་གང་གི་ཡ་མཐའ་རྩ་མོ་ཡིག་མ་དང་མི་ཞེས་སྤར་  
བ་དང་། མིང་གཞི་གང་གི་མ་མཐའ་རྩ་མེད་ཅེས་དང་མ་ཡིན་ཞེས་པ་དེ་བསྟུས་པ་མིན་ཞེས་པ་  
རྣམས་སྤར་མེད་གསར་དུ་སྤར་བ་རྣམས་ནི་གང་ཞིག་འགོག་པར་བྱེད་པ་དགག་པའི་སྒྲ་ཡིན་ཏེ་  
དཔེར་ན། མ་བྱེད་མ་འགོ་མ་ཡོད་དང་། མི་འོང་མི་ཤེས་མི་སྟོབ་དང་། བདག་མེད་སྤང་མེད་  
ཚད་མེད་དང་། ཡོད་པ་མ་ཡིན་མེད་པའང་མིན། སྤང་བ་མ་ཡིན་སྟོང་བ་མིན། རྟག་པ་མ་  
ཡིན་ཆད་པའང་མིན། ལྷ་བྱ་བྱེད་འགོ་ཡོད་འོང་དང་། ཤེས་སྟོབ་བདག་སྤང་ཆད་འགོག་དང་། །  
ཡོད་མེད་སྤང་སྟོང་རྟག་ཆད་སྟགས། གཉིས་མཐའ་འགོག་པས་དགག་སྒྲ་ཞེས། དེས་མཚོན་  
ནས་དགག་སྒྲ་ཀྲན་འཕྱུལ་ཤེས་པར་མཛོད་ཅིག །

གཉིས་པ་རྣམ་འགྱུར་ཅན་ལ་གསུམ་སྟེ། མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པ་དང་།  
དམིགས་བསལ་ལོ། དང་བོ་ནི། གཞན་ཡང་ཆོག་ཤད་སྤང་ཆོགས་ཤིག སྒྲོ་གསར་གོ་བ་སྟེད་ཕྱིར་  
བཤད། ཅེས་པ། སྤར་བཤད་རྣམ་དབྱེད་གལ་མ་འདུས་པ་གཞན་དུ་ཡང་ཆོག་སྟོར་གྱི་ཤད་སྤང་  
ཆོགས་ཤིག་སྟོ་གྲོས་གསར་པ་རྣམས་གོ་བ་སྟེ་བའི་ཕྱིར་དུ་སྐབས་འདིར་བཤད་པར་བྱའོ། གཉིས་  
པ་ནི། ཆོག་ཤད་ཅིང་ཤིང་ཞིང་གསུམ་ནི། ཆོག་སྟོར་འཕྱུལ་མཐུད་པའི་སྒྲ། ཅེས་ཤེས་ཞེས་

དང་གསུམ་པོ་ནི། བརྗོད་ཆོག་ལྷ་མའི་ངེས་བཟུང་སྒྱ། ཅེ་ན་ཤེ་ན་ཞེ་ན་རྣམས། ལམ་སྟོན་འདྲི་  
 ཆོག་མཆོམས་སྒྱུར་ཡིན། ཅིག་ཤིག་ཞིག་གི་ཕྱད་འདྲི་ནི། འངས་བཟུང་བསྐྱལ་ཆོགས་གསལ་བྱེད་  
 ཏོ། །དེ་རྣམས་རྗེས་འཇུག་མཐར་སྒྱུར་ཚུལ། ག་ད་བ་དང་ད་དྲག་མཐར། ཅིང་ཅེས་ཅེ་ན་  
 ཅིག་སོགས་དང་། འ་ན་མ་འ་ར་ལ་དང་། མཐའ་ཏེན་མེད་པ་རྣམས་ཀྱིས་མཐར། ཞིང་ཞེས་  
 ཞེ་ན་ཞིག་སོགས་དང་། ས་མཐར་ཤིང་ཤེས་ཤེ་ན་ཤིག ཤོབ་པ་དོན་ལ་གནས་མོད་ཀྱང་། ཞེས་  
 པ། དེ་ཡང་ཆོག་ཕྱད་ཅ་ཞེ་ཤ་གསུམ་རྣམ་འགྱུར་ཅན་དེ་རྣམས་རྗེས་འཇུག་སོ་སོའི་མཐར་སྒྱུར་  
 ཚུལ་ནི་གཤམ་གསལ་ལྟར་ག་ད་བ་གསུམ་དང་ད་དྲག་ཅན་གྱི་མཐར་ཅིང་ཅེ་ཅེས་ན་ཅིག་སོགས་  
 ཅ་ཡིག་གི་རྣམ་འགྱུར་རྣམས་ཤོབ་པ་དང་། འ་ན་མ་འ་ར་ལ་དྲག་དང་མཐའ་བཏེན་མེད་པ་  
 རྣམས་ཀྱི་མཐར་ཞིང་ཞེས་ཞེ་ན་ཞིག་སོགས་འཕོབ་པ་དང་། ས་ཡིག་གི་མཐར་ཤིང་ཤེས་ཤེ་ན་  
 ཤིག་སོགས་འཕོབ་པ་ཡིན་ལ། དེ་དག་ལུལ་ལ་འཇུག་ཚུལ་ནི། ཅིང་ཤིང་ཞིང་དང་གསུམ་ནི་ཆོག་  
 གི་སྒྱུར་བ་མ་རྗོགས་ཤིང་འཕྲོ་ལུས་པ་མཐུད་པའི་སྒྱུ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། བཏྱག་ཅིང་དོན་ལ་  
 དཔུད་ཅིང་འཆད། གཞུབ་ཅིང་འགེལ་ཏེ་བཟླ་ནད་ཅིང་ཐེལ། སྒྱུང་ཞིང་སྒྱུད་ལ་ཉན་ཞིང་  
 བསམ། བསམ་ཞིང་གཞིག་སྟེ་དགའ་ཞིང་ལེན། འཇམ་ཞིང་དྲངས་ལ་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས། སྤྱོད་  
 ཞིང་བརྗོད་ལ་མཁས་ཤིང་བཅུན། བཏྱག་དཔུད་གཞུབ་བཟླ་ན་སོགས་ཀྱི་འཕྲོ། འོན་འཆད་  
 འགེལ་སྟེལ་མཐུད་པས་སོ། །ལྟ་བུའོ། ཡང་ཞེས་ཤེས་ཞེས་དང་གསུམ་པོ་ནི་བརྗོད་ཆོག་ལྷ་མ་  
 ངེས་བཟུང་གི་སྒྱུ་ཡིན་ཏེ་དཔེར་ན། མི་ཏྱག་ཅེས་ཀྱང་བདག་ཉིད་མེད་ཅེས་པའི། ལྷང་འདྲི་ཟབ་  
 ཅེས་སྟོན་པས་བཟླ་ནད་ཅེས་གྲགས། ཀྱུན་ལའང་མཁས་ཤིང་གོང་མས་གསུང་ཞེས་ཐོས། འངས་  
 པར་བདེན་ཞེས་སྒྲ་མས་གདམས་ཞེས་སྒྲ། སྟོན་པའི་བཀའ་ཞེས་ཀྱུན་ཏུ་དར་ཞེས་བཤད། །  
 འགྲོ་ཀྱུན་གྲོལ་ཞེས་བོན་གྱི་སྒྱུ་ཞེས་ཐོབ། ལྟ་བུའོ། ཡང་ཅེ་ན་ཤེ་ན་ཞེ་ན་གསུམ་ནི་གཞན་གྱིས་  
 འདྲི་བའི་ཆོག་ལ་ལན་སྟོན་པའི་མཆོམས་སྒྱུར་ཡིན་ཏེ་དཔེར་ན། གང་འདུག་ཅེ་ན་བཅུན་པ་  
 ཞིག སྒྱ་རེད་ཅེ་ན་བྱང་སེམས་པ། གང་བསྐྱབ་ཅེ་ན་སྟེ་སྟོད་གསུམ། ལུང་བཟླ་ན་ཅེ་ན་མཁས་  
 པ་ཀུན། ཅི་ཤེས་ཤེ་ན་བོན་སྟོ་ཡོངས། སྒྱུང་ངམ་ཞེ་ན་ཇི་སྤྱིད་བར། གར་མཐུན་ཞེ་ན་འགྲོ་  
 ཀྱུན་ལ། ཅི་བསམ་ཞེ་ན་བཟླ་ན་འགྲོའི་དོན། གང་དཀའ་ཞེ་ན་ཉམས་ལེན་རྒྱན། ཇི་ལྟར་ཞེ་  
 ན་གསེར་ལྷན་རྒྱན། གང་འདུལ་ཞེ་ན་བདག་འཛིན་བདུད། གང་ཏུ་ཞེ་ན་བདག་མེད་སྟོང་། །

ཉྱ་ཅུ་དང་། ཡང་ཅིག་ཤིག་ཞིག་གསུམ་ཚིག་ཕྱད་ནི། ངོ་བོ་ངེས་བཟུང་བ་ལ་འཇུག་སྟེ་དཔེར་ན།  
 བྲག་ཅིག་ཅེ་ནས་འོད་ཅིག་ཤར། ཆབས་ཅིག་བྱུང་བས་ཁྲུས་ཤིག་བྱས། བསང་ཞིག་སྤུལ་བས་  
 མགོན་ཞིག་བྱོན། ལམ་ཞིག་བསྐྱོད་པའི་བཀའ་ཞིག་གནང་། མགུར་ཞིག་གསུངས་བྱུང་གསོལ་  
 ཞིག་བཏབ། ལྷ་ཞིག་བསྐྱབས་པས་སྤྱོད་ཞིག་བརྟེས། ཉྱ་ཅུ་དང་། ཡང་བསྐྱལ་ཚིག་གསལ་བྱེད་ལ་  
 ཡང་འཇུག་སྟེ། དཔེར་ན། ལ་མོར་ཤོག་ཅིག་འདྲིར་སྒྲོད་ཅིག གསོལ་བ་ཐོབ་ཅིག་ནོར་ཕུད་  
 ཅིག གདམས་པ་ཁྲུས་ཤིག་དཔོན་ཞིག ལེགས་པར་སྒྲོམས་ཤིག་མཐར་ཕྱུངས་ཤིག ཉྱ་ཅུ་འོ། །  
 གསུམ་པ་དམིགས་བསལ་ནི། འཇུག་གཞིར་འགྱུར་དོགས་ས་མཐར་ཞེས། སྦྱོར་བ་ཕྱིས་འབྱུང་  
 གསར་བཅད་ལྷགས། སྐྱབས་འགར་རྒྱུང་བའི་རྗེས་དང་ནི། ས་མཐར་ཅིག་ཀྱང་ཐོབ་པའང་  
 ཡོད། ཅིས་པ། ས་མཐར་ཤི་ཡིག་ཐོབ་པ་དོན་ལ་གནས་མོད་ཀྱི་འོན་ཀྱང་ངོ་ཤེས་དང་འཇུག་  
 གཞིར་གྱུར་གྱིས་དོགས་ནས་ས་མཐར་ཞེས་སྦྱོར་བ་ནི་ཕྱིས་འབྱུང་བརྟེན་གསར་བཅད་ལྷགས་ཡིན་  
 རོ། །སྐྱབས་འགར་རྗེས་འཇུག་མེད་པའི་མིང་གཞི་རྒྱུང་བ་དང་ས་མཐར་ཅིག་ཅིས་འཐོབ་པའང་  
 ཡོད་དེ་དཔེར་ན། ལ་ཅིག་མ་ཅིག་ཐབས་ཅིག་བཞིན། རྗེས་འཇུག་དག་ལ་སྟོས་མིན་ནོ། །  
 ཉྱ་ཅུ་འོ། །

གསུམ་པ་ཞར་བྱུང་ཡང་འཇུག་འཐོབ་ཚུལ་ནི། ཡང་འཇུག་ཅིས་པ་དང་ས་གཉིས། ཐོབ་  
 ཚུལ་རྗེས་འཇུག་ལ་སྟོས་ཏེ། རྩ་ར་ལ་མཐར་ད་དྲག་དང་། ག་ང་བ་མ་བཞིར་ས་མཐའ། །  
 འཐོབ་རུང་མཐའ་གཅིག་མ་ངེས་པས། ད་དྲག་སྟོན་སྟོལ་ཇི་བཞིན་དང་། ས་མཐའ་འདས་དང་  
 བསྐྱལ་ཚིག་ལ། སྦྱར་ཞིང་མིང་གཞིར་ཐོབ་པའང་ཡོད། ཅིས་པ། རྗེས་འཇུག་གི་མཐར་སྐར་ཡང་  
 བསྐྱར་ཏེ་འཇུག་པས་ཡང་འཇུག་ཅིས་གྲགས་པ་ད་དང་ས་ཡིག་གཉིས་པོ་འཐོབ་ཚུལ་རྗེས་འཇུག་  
 ལ་སྟོས་ཏེ་ན་ར་འ་གསུམ་གྱི་མཐར་ད་དྲག་དང་ག་ང་བ་མ་བཞི་པོའི་མཐར་ས་མཐའ་འཐོབ་ཀྱང་  
 རྩ་པ་ཀུན་ཏུ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་མ་ངེས་པས། ད་དྲག་ནི་སྟོན་རབས་པ་རྩ་པས་གྱི་ཕྱག་སྟོལ་བཞིན་  
 འདས་བསྐྱལ་པལ་ཆེར་ལ་འཐོབ་སྟེ། དཔེར་ན། སྟོན་པ་བྱོན་ནས་བོན་བཟུང་དྲོ། བཟུན་པ་  
 དར་ནས་འགྲོ་ཐར་དྲོ། བདུད་རྩ་པས་བཏུལ་ད་ནས་ཞིང་དལ་དྲོ། ཉྱ་ཅུ་ནས་སྤྲོད་དང་དྲོ་  
 སྤྲོས་འདས་པ་གཏན་ལ་ཕེབས་སོ། ད་ལྟ་མ་འོངས་གཉིས་ལ་མིན། སྤུལ་ཚིག་ལ་འཇུག་ཚུལ་ནི།  
 དཔེར་ན། ལེགས་པར་གསོན་ཅིག་ཚུར་སྦྱོན་ཅིག འཁོར་ལོ་སྐྱོར་ཅིག་ཚུ་སྦྱར་ཅིག །

ཆོ་མ་སྒྲིལ་ད་ཅིག་བདུད་བྱུང་ད་ཅིག། རྩ་བུ་དང་། དེ་དག་སྒྲིལ་མའི་ཕྱག་སྒྲིལ་ཡིན་ཀྱང་བྱི་རབས་  
 བས་བད་གསར་བཅད་སྐབས་ད་དྲག་བྱིས་པས་དེང་སོང་ཆེར་མི་སྤང་བྱང་འཛོལ་ཚུལ་མ་ཤེས་ན་  
 བ་རོལ་གྱི་ཡི་གེ་འབྲི་མི་ཤེས་པས་མཁས་པར་སློབས་ཤིག། དེ་བཞིན་དུ་ས་མཐའ་ཡང་འདས་པ་  
 ལ་འཇུག་སྟེ་དཔེར་ན། རྩེ་སྒྲིབ་གཞུགས་ནས་ཆོགས་བསགས་སོ། རྩིབ་པ་སྦྱངས་ནས་ཉམས་  
 བསྐངས་སོ། ལེགས་པར་བསྐྱབས་ནས་ལྟ་བུ་སྦྱངས་སོ། ཡན་ལག་བསྐྱམས་ནས་དོན་བསྐྱོམས་  
 སོ། རྩ་བུ་དུས་གསུམ་འགྱུར་བ་ཅན་ལས་འདས་པ་ཡིན་པ་ནས་དང་སོ་ཡིས་ཤེས། བསྐྱལ་ཆོག་  
 ལའང་འཇུག་སྟེ་དཔེར་ན། གསུང་རབ་སྒྲོགས་ཤིག་ལས་སྦྱབས་ཤིག། བཞུན་པ་སྦྱངས་ཤིག་བདུད་  
 ཆོམས་ཤིག། རྩ་བུ་སྦྱར་ཤིང་། མིང་གཞི་འགྱུར་མེད་འགའ་ལ་འཛོལ་བའང་ཡོད་ཏེ་དཔེར་ན།  
 ཕྱོགས་མཆོམས་ཆོགས་རྫོགས་བཞེངས་བཞུགས་གཤེབས། རྩ་བུ་མ་ཡོད་དོ། །

གསུམ་པ་ཐོར་བུ་ནི། འདི་ནི་ད་ལྟོ་དུས་ཉིད་དང་། ཉེ་དང་མངོན་སུམ་པ་ལ་འཇུག། །  
 དངོས་པོ་རིང་དང་སྒྲིག་གྱུར་དང་། འདས་དང་མ་འོངས་དུས་ལ་སྤང་། འདི་སྐབས་སུ་བབ་  
 པའི་ཆོག་ འདྲ་འབྱུང་ལ་སྦྱོར་བ་ཡིན། ཅུ་མ་ནི་ལྷག་མ་འགོག་པ་དང་། ཆོད་དང་དམན་པའི་  
 སྒྲིལ་འཇུག། ཐམས་ཅད་ཀུན་ཀ་དུ་མ་ནུམས། མིང་ཆོག་ཡིན་ཀྱང་སྐབས་ཀྱིས་བཅི། མ་ལུས་  
 འབའ་ཞིག་ཤ་ལྷག་ནུམས། ལྷག་མ་འགོག་སྒྲིལ་ཏིས་བཤད། ཅེས་པ། འདི་ཞེས་པའི་སྒྲིལ་ནི་ད་  
 རྩ་བའི་དུས་འདི་ཉིད་ལ་འཇུག་སྟེ་དཔེར་ན། སྟགས་དུས་འདི་དང་ཆོ་འདི་ལ། འདི་ནས་བཟུང་  
 སྟེ་འདི་ཕན་ཆད། རྩ་བུ་དང་། དུས་ཉེ་བ་ལ་ཡང་འཇུག་སྟེ་དཔེར་ན། འདི་ནས་འདི་བར་འདི་  
 ལོ་འདིར། རྩ་བུ་དང་། མངོན་སུམ་པ་ལའང་འཇུག་སྟེ་དཔེར་ན། ལྷ་མ་འདི་དང་མཛད་པ་  
 འདི། སྟོན་ལས་འདི་དང་རྩིས་བཞག་འདི། རྩ་བུ་མངོན་སུམ་གྱི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའོ། འདོས་པོ་  
 རྒྱང་རིང་བ་དང་སྒྲིག་གྱུར་དང་འདས་པ་དང་མ་འོངས་པའི་དུས་ནུམས་ལ་དེ་སྒྲིལ་འཇུག་སྟེ་དཔེར་  
 ན། ས་མཐའ་མི་དེ་མཆོག་ཏིང་ཚོར་བུ་དེ། ཉ་ཉིང་ལོ་དེ་སོང་གི་ཉི་མ་དེ། རྩ་བུ་མང་ཞིང་  
 འདི་སྒྲིལ་སྤང་བར་བུའོ། ཡང་ད་ནི་དུས་སྐབས་ལ་བབ་པའི་ཆོག་ད་རྩ་བུ་འབྱུང་བ་ལ་སྦྱོར་བ་ཡིན་  
 ཏེ་དཔེར་ན། ད་སྒྲིལ་ད་སྒྲིགས་ད་སྒྲིན་ད་སྟེལ་ད་ཅིག། རྩ་བུའོ། ཡང་ཅུ་ཞེས་པའི་སྒྲིལ་ནི་  
 ལྷག་མ་འགོག་པའི་དོན་ལ་འཇུག་སྟེ་དཔེར་ན། མིང་ཅུ་མ་གྲུབ་རྩལ་ཅུ་མ་མེད། གཅིག་ཅུ་  
 མ་ལུས་ཤུལ་ཅུ་མ་མེད། རྩ་བུ་དང་། ཡང་ཆོད་འཛིན་པ་ལའང་འཇུག་སྟེ་དཔེར་ན། མདའ་གང་

ཅམ་དང་མཐོག་ཅམ། ལྷན་པོ་ཅམ་དང་ཉུང་འབྲུ་ཅམ། ལྷ་བྱ་དང་། ཡང་དམན་པའི་སྒྲ་  
ལའང་འབྲུག་སྟེ་དཔེར་ན། གཟུགས་གྲུབ་ཅམ་དང་ཟ་ཤེས་ཅམ། ཁིང་ཐོགས་ཅམ་དང་མེད་  
དགས་ཅམ། ལྷ་བྱའོ། ཡང་ཐམས་ཅད་ཅེས་པ་ཀུན་ཀ་ཞེས་དང་དུ་མ་ཞེས་པ་རྣམས་ཞེས་པ་དེ་  
དག་སྒྱིར་བཏང་མང་ཆོག་ཡིན་ཀྱང་སྐབས་སོ་སོར་ཆོག་གོགས་ཀྱི་ཁྱད་པར་གྱིས་གང་འབབས་བཅི་  
བ་ཡིན་ཏེ་དཔེར་ན། ཐམས་ཅད་མཐུན་པས་གསུངས་པའི་བོན་ཐམས་ཅད། རང་གཞན་ཀུན་  
ཀའི་བསོད་ནམས་དཔལ་དུ་ཤར། ཡིད་ཅན་དུ་མ་སྒྲིན་གྲོལ་ལམ་ལ་བཀོད། མཐར་ཐུག་འགྲོ་  
རྣམས་མ་ལུས་སངས་རྒྱས་འགྱུར། ལྷ་བྱའོ། ཡང་མ་ལུས་ཞེས་དང་འབའ་ཞིག་ཅེས་དང་ཤ་སྟག་  
ཅེས་པ་རྣམས་སྟག་མ་འགོག་པའི་སྒྲ་ཡིན་སྟེ་དཔེར་ན། གཤེན་རབ་བོན་རྣམས་མ་ལུས་པ། ཐར་  
པའི་ཉར་འཆོ་འབའ་ཞིག་སྟེ། ལེགས་བཤད་རྣམ་དག་ཤ་སྟག་གོ ལྷ་བྱ་བྲན་པ་དང་སྒྲི་ཏིས་  
བཤད་དོ། འོན་ཀྱང་། མ་ལུས་ནི་སྟག་མ་འགོག་སྒྲ་དངོས་ཡིན་ལ། འབའ་ཞིག་ཤ་སྟག་རྒྱུང་པ་  
རྣམས་ནི་གང་ཡིན་རང་ལས་གཞན་མ་འདྲེས་པའི་སྒྲ་ཡིན་ཏེ་དཔེར་ན། འོར་བྱ་འབའ་ཞིག་བརྗོད་  
པའི་ཆོ། རིན་ཆེན་པོ་པས་དབེན་པའི་སྒྲ། བྲ་པ་ཤ་སྟག་བརྗོད་པའི་ཆོ། དམན་སྒྲ་མ་འདྲེས་སྒྲ་  
བྱ་ཤེས། བོན་པོ་རྒྱུང་པ་བརྗོད་པའི་ཆོ། བྲུབ་འཛིན་གཞན་གྱིས་དབེན་པའི་སྒྲ། ལྷ་བྱའོ།

གསུམ་པ་ཁྱད་པར་དབྱེ་བ་ནི། ཁྱད་པར་རྣམ་དབྱེ་བདུན་པོ་ལ། གཅིག་ཆོག་ཉིད་དང་  
གཉིས་ཆོག་དག མང་ཆོག་ཀུན་ནམ་རྣམས་བཅས་ཏེ། སྒྱུར་བས་ཉར་གཅིག་དབྱེ་བར་བྱ། །  
ཞེས་པ། དེ་ཡང་གངས་ཀྱི་ཁྱད་པར་གྱིས་སྒྲི་ནས་རྣམ་དབྱེ་བདུན་པོ་ལ་གཅིག་ཆོག་ཉིད་ཅེས་སྒྱུར་  
བ་ནི་དཔེར་ན། ཀུན་གྱི་མགོན་སྐྱོབས་སྒྲ་མ་ཉིད། སྒྲ་མ་ཉིད་ལ་ཕྱག་བརྗོད་འབུལ། སྒྲ་མ་ཉིད་  
གྱིས་ཞལ་གདམས་གསུངས། སྒྲ་མ་ཉིད་ཀྱི་ཆེད་དུ་བསྐྱབ། སྒྲ་མ་ཉིད་ལས་ཕྱིན་ཆབས་འབྱུང་། །  
སྒྲ་མ་ཉིད་ཀྱི་མཆན་དཔེ་བཟང་། སྒྲ་མ་ཉིད་ནི་ཁྲི་ལ་བཞུགས། ལྷ་བྱ་བདུན་དང་། གཉིས་ཆོག་  
དག་ཅེས་ཉིད་ཀྱི་ཆབ་ལ་སྒྲ་མ་དག་སྒྱུར་བ་བདུན་དང་། མང་ཆོག་ཀུན་ནམ་རྣམས་ཏེ་ཉིད་ཀྱི་  
དོད་ལ་སྒྲ་མ་ཀུན་ནམ་ཡང་ན་སྒྲ་མ་རྣམས་ཤེས་གང་རུང་སྒྱུར་བ་བདུན་ཏེ་ཉར་གཅིག་ཏུ་འབྱུང་  
བ་ལྷ་བྱ་ཤེས་བྱ་ཀུན་ལ་རིགས་འགྲེས་སུ་དབྱེ་བར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་མཐའ་བསྐྱུ་བ་ནི། གཞན་ཡང་ཆོག་ཕྱད་རྒྱུང་པ་ནི། གཉིས་གསུམ་ཆོགས་པའི་  
ཕྱད་འདུས་དང་། དེ་ཡང་སྒྱུད་དང་ཟུར་ཆག་སོགས། ཞིབ་པར་བརྗོད་གྱིས་མི་ལོང་རུང་། །



རིག་པས་དབྱད་ལ་གོ་བར་མཛོད། །ཅེས་པ། བཤད་མ་ཐག་པའི་རྣམ་དབྱེ་དེ་རྣམས་ཀྱི་ཁོངས་  
 ལུ་མི་གཏོགས་པའི་རྣམ་དབྱེ་གཞན་ཡང་ཆོག་པར་རྒྱུ་རྒྱུ་ལྟར་གྱེད་ཀྱིན་གསལ་བ་འདེབས། །  
 ལྟ་བུ་འཆལ་གྱིན་མཆོད་པ་འབུལ། །མར་མེ་བཏེག་གིན་ཞལ་བསྟོ་འབུལ། །ལྟ་བུ་ཅིང་ཤིང་ཞིང་  
 གསུམ་གྱི་རྩེས་མཐུན་དང་། རྒྱ་རེ་ཆེ་ཞིང་དབངས་རེ་མཐོ། །ཉམས་རེ་དགའ་ཞིང་ཨེ་རེ་མཆར། །  
 ཡལ་ལ་ཁད་དང་འཕྱར་ལ་ཁད། །སྟོ་ཉམས་ལ་དང་འཇིགས་ཉམས་ལ། །སང་ངེ་བ་དང་ལྟན་ནེ་  
 བདེ། །ཤོ་ལོ་བ་དང་ཐོས་ལོ་བ། །ལྟ་བུ་གསུང་རབ་རྣམས་ལ་ཤིན་ཏུ་མང་ངོ་། །ཡང་སྤང་གཉིས་  
 ལུ་འཆོགས་པ་ནི་དཔེར་ན། སྒྲ་ར་ར་དང་དི་རེ་རེ། །འུ་ཅུ་ཅུ་དང་མེ་རེ་རེ། །སྟོ་ལོ་ལོ་སྟགས་ཤིན་  
 ཏུ་མང་། གཞན་ཡང་། དཀར་དཀར་ཕྱ་སྟག་གིང་ཅེའི་སྒྱ། །མཛོས་མཛོས་མཆོན་དཔེའི་རེ་མོ་  
 བཟ། །གསལ་གསལ་མཐུན་དང་བཅེ་བའི་བདག །ཡང་ཡང་རྩེས་བཅེའི་སྒྱུ་གྱིས་གཟིགས། །  
 ལྟ་བུ་དང་། བདག་དང་བདག་ལ་འབྲེལ་བ་རྣམས། །ཡང་ནས་ཡང་དུ་མི་འཁོར་བར། །ཐར་  
 དང་ཐར་པ་ཆེན་པོ་ཅུ། །བྱང་དང་བྱང་ཆེན་འཐོབ་འཕྱར་ཅིག །ལྟ་བུ་ཤིན་ཏུ་མང་ངོ་། །སྤང་  
 མང་པོ་འདུས་པ་ནི། གང་ཞིག་གང་ལ་གང་འཆམས་གང་གི་དོན། །དེ་ལ་དེ་འཆམས་དེ་བཞིན་  
 དེ་བཞིན་ནོ། །ལྟ་བུ་དང་། གོང་བཤད་དེ་རྣམས་འགའ་རེ་ཡང་མདོ་ཅུ་བསྟུས་པ་ནི་དཔེར་ན།  
 འདི་བ་ལས་བསྟུས་པ་འདི་བས། །ཁོ་བ་ལས་བསྟུས་ཁོ་བས། །དེ་བ་ལས་བསྟུས་དེ་བས། །ཅི་ཡང་  
 བསྟུས་པ་ཅང་། །འོ་ན་བསྟུས་པ་འོ་ན་དང་། རྒྱ་མཆོ་བསྟུས་པ་རྒྱ་མ་དང་། རྒྱལ་མཆོན་བསྟུས་པ་  
 རྒྱན་དང་། ས་བོན་བསྟུས་པ་སོན། །དེ་རིང་བསྟུས་པ་དིང་། ལྟ་བུ་ཤིན་ཏུ་མང་ངོ་། །ཟུར་ཆག་  
 ལས་བདེ་ཟུར་ཆག་པ་ནི། ཅུ་གང་ལ་ཅུ་གང་། ཅོང་ཞི་ལ་ཅོང་ཞི། ཉིང་ཉིང་ལ་དིང་དིང་། ཟུར་  
 མོ་ལ་སྟར་མོ། ཀུན་རིག་ལ་ཀུན་རིག ཀུན་དགའ་ལ་ཀུན་དགའ། ཡི་དྲགས་ལ་ཡི་དྲགས། རི་  
 དྲགས་ལ་རི་དྲགས། བཛོད་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ལ། ཆོག་ཟུར་ཆག་པ་ནི། །དང་སོང་ལ་དོང་། ཅུང་  
 ཟད་ལ་ཅུང་སྟགས་ཤིན་ཏུ་མང་ཞིང་ཞིབ་པར་བཛོད་ཀྱིས་མི་ལང་ཅུང་གོང་བཤད་རྣམས་ལ་རིག་  
 པས་དབྱད་ཅིང་ཤུགས་ཀྱིས་གོ་བར་མཛོད་ཅིག་ཅེས་བསྟུལ་བའོ། །

ཕྱ་བ་བསྟུས་པས་མདོ་བསྟུས་པ་ལ་བཞི་ཞེ། བསྟུས་པར་བསྟུས་པ་དང་། མ་བསྟུས་པའི་སྟོན་  
 དང་། བསྟུས་པའི་ཡོན་ཏན་དང་། ཐོབ་པའི་འབྲས་བུའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། སྟོན་དང་། ལྷ་  
 པར་རོ། །དང་པོ་ནི། ཕྱི་རབས་བོན་སྟོར་གསར་འཛུགས་རྣམས། །ཐོག་མར་འབྲུལ་ཡིག་སྟུམ་ཅུ་

དང་། །དབྱངས་དང་མགོ་འདྲེན་འཕུལ་འཇུག་སོགས། །རིམ་བཞིན་སྒྲོག་དུ་མཁས་པར་  
 བསྐྱབ། །ཅིས་པ། །ཕྱི་རབས་སྒོ་རྒྱུད་གཡུང་དྲུང་བོན་སྒྲོར་གསར་དུ་འཇུག་ཅིང་ཡང་དག་དོན་  
 དུ་གཉེར་བའི་སྒྲིམ་བྱ་རྣམས། །ཐར་པའི་ལམ་ལ་འཇུག་པའི་ཐོག་མར་གོང་བཤད་ལྟར་འཕུལ་གྱི་  
 ཡིག་སྒྲིམ་སྒྲིམ་ཅུ་དང་དབྱངས་བཞི་དང་མགོ་ཅན་གསུམ་དང་འདྲེན་ཅན་གསུམ་འཕུལ་ཡིག་  
 རྩ་དང་རྩེས་འཇུག་བཅུ་སོགས་ཡི་གའི་རྣམ་པ་ལ་གོ་རིམ་བཞིན་སྒྲོག་དུ་མཁས་པར་བསྐྱབ་པ་གཤམ་  
 ཆེ་བའོ། །གཉིས་པ་ཁྱད་པར་གཞུང་འདི་ལ་བསྐྱབ་པ་ནི། དེ་ནས་བརྗོད་གཞུང་ལུགས་འདི། །  
 ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་གཞི་ཡིན་ཕྱིར། །ཉན་བསམ་བསྟན་པའི་དོན་ཆེད་དུ། །དང་འདུན་བརྩོན་  
 འགྲུས་དག་པོས་བསྐྱབ། །ཅིས་པ། དེ་ལྟར་ཡིག་སྒྲོག་མཁས་པར་བསྐྱབ་ཟེན་ནས་གཞུང་བྱ་གང་  
 ལའང་བརྗོད་སྒྲོད་པར་བྱེད་པའི་གཞུང་ལུགས་རྣམ་པར་དག་པ་འདི་ཉིད་ནི་ཕྱི་ནང་གསང་  
 བའི་ཡོན་ཏན་ཀུན་ཀྱི་སྒྲིམ་ཅིང་མཆེད་པའི་གཞི་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ན། །སྒྲིམ་དཔོན་མཁས་པའི་དྲུང་  
 དུ་དང་པོ་ཐོས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་མཉན་དེ་ནས་ཐོས་དོན་ལ་བསམ་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཉམས་  
 སུ་ལེན་ཞིང་དཀའ་ཆོགས་ཆེ་ཡང་སངས་རྒྱུས་བསྟན་པའི་དོན་ཆེད་དུ་དམིགས་ཏེ་ཀུན་མཁྱེན་ལ་  
 རབ་དུ་མོས་པའི་དད་པ་དང་ཕུལ་དུ་རྒྱུགས་པའི་འདུན་པ་དང་རྣམ་གཤམ་སྤངས་པའི་བརྩོན་  
 འགྲུས་དག་པོ་དང་གསུམ་གཞུང་གི་རང་སོ་རྒྱུགས་པའི་སྒྲོག་ཤིང་ཡིན་པས་འབྲལ་མེད་རྒྱུད་ལ་  
 བསྟེན་ཏེ་བསྐྱབ་པར་བྱ་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་མ་བསྐྱབ་པའི་སྒྲོན་ནི། དམིགས་བྱ་ཡོད་  
 ཀྱང་དཔུ་ལོང་གིས། །སྤང་བྱེད་དཀྱིལ་འཁོར་མི་མཐོང་བཞིན། །འདི་མེད་རིག་བྱེད་གཞན་བསྐྱབ་  
 ཀྱང་། །གནད་དོན་འཁྱུལ་མེད་རྟོགས་མི་འགྱུར། །ཞེས་པ། དམིགས་བྱ་ཞེས་ལོང་ཁྲིད་ཅིག་ཡོད་  
 ཀྱང་དཔུ་ལོང་དག་གིས་སྤང་བྱེད་ཅེས་ཉི་མའི་དཀྱིལ་འཁོར་མི་མཐོང་བའི་དཔེ་བཞིན་དུ། །བརྗོད་  
 སྒྲོད་འདི་ལ་ཉམས་ལེན་མེད་ན་ཕྱི་ནང་གི་རིག་བྱེད་གཞན་གནས་གང་ལ་བསྐྱབ་ཀྱང་གནད་དོན་  
 འཁྱུལ་མེད་ཡང་དག་ཅིག་རྟོགས་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། །གསེར་མེད་གསེར་བུ་བཞེད་འདོད་ཀྱང་། །  
 ཟངས་བུ་ཞིག་ལས་གཞན་མི་འགྱུར། །འདི་མེད་གཞུང་དོན་གང་བསྐྱབ་ཀྱང་། །རྣམ་པར་དག་  
 པའི་རྒྱ་མ་གྲུབ། །ཅིས་པ་ལྟ་བུའོ། །གསུམ་པ་བསྐྱབ་པའི་ཡོན་ཏན་ནི། དེ་ཕྱིར་རིག་པའི་གནས་  
 འདི་ལ། །བསྐྱབ་ཅིང་འབད་པ་སྤྲོ་མོས་ཀྱང་། །ཤེས་རབ་རིག་པའི་སྒོ་བྱེད་ནས། །ཡོན་ཏན་དུ་མའི་  
 གཉེར་ལ་དབང་། །ཞེས་པ། རྒྱ་མཚན་དེ་ལྟ་བུའི་ཕྱིར་ན་རིག་པའི་གནས་ཀུན་གྱི་ཐོག་མར་བརྗོད་

སྒྲོན་འདི་དང་འདི་ལྟ་བུ་ལ་བསྐྱབ་ཅིང་སྒྲུང་བར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་སྒྲུངས་སྟོབས་ཀྱི་འབད་པ་ལྷ་མོ་  
སྒྲ་རིས་ཀྱང་ཤེས་རབ་རིག་པའི་སྒོ་ཕྱེ་ཞིང་ཡོན་ཏན་དུ་མའི་གཏེར་ལ་དབང་བར་འགྱུར་ན་མཁས་  
པར་བསྐྱབ་ན་ཐམས་ཅན་མཁུན་པར་འགྱུར་བ་ཅི་སྟོས་སོ། །ཟངས་བུམ་གསེར་གྱི་རིགས་རྟགས་  
ཅན། །རང་རིགས་གཞན་ལས་ཁྱད་པར་འཕགས། །རྣམ་དབྱེ་རེ་རེ་དོན་རྒྱུགས་ཀྱང་། །པལ་བ་  
གཞན་ལས་མེད་དུ་འབྱུང་། །ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །བཞི་བ་ཐོབ་པའི་འབྲས་བུ་ནི། །འདི་ཐོས་ཚུལ་  
བཞིན་སྒྲུང་རྟགས་ན། །འབྲི་འཆོས་འཆད་ཚུང་ཚུམ་རྣམས་ཀྱི། །ཆོག་དོན་སྒྲ་ལ་ཐོགས་མེད་ཅིང་། །  
དོན་མཐུན་སྒྲ་བའི་དབང་པོར་འགྱུར། །ཞེས་པ། བར་སྒྲོན་གྱི་གཞུང་ལྷགས་འདི་ཞེས་པར་ཐོས་  
ཤིང་ཡིན་ཚུལ་རིམ་བཞིན་སྒྲུང་སྟེ་དོན་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་རྟགས་ན། །གང་ཞེས་འབྲི་བ་དང་།  
སྒྲོན་འཆོས་པ་དང་། །གསུང་རབ་འཆད་པ་དང་། །ཆད་གསུམ་ཚུང་པ་དང་། །ལེགས་བཤད་ཚུལ་  
པ་རྣམས་ཀྱི་ཆོག་དང་དོན་གྱི་སྒྲ་ཐེབ་ལ་ཐོགས་པ་མེད་ཅིང་གཞུང་ལྷགས་ཀྱན་གྱི་དོན་དང་མཐུན་  
པ་སྒྲ་བའི་དབང་པོ་རུ་འགྱུར་ཏེ་མཆོག་གི་གོ་འཕང་འཐོབ་པའོ། །ཟངས་བུམ་ཁྲོད་ཀྱི་གསེར་ཅི་  
ཅན། །དེ་ལས་གཞན་དུ་མིག་མི་གཡོ། །བར་སྒྲོན་སྒྲ་བའི་སྒོ་གོས་ཅན། །ཁྲོད་ལས་འགོ་གཞན་  
མཐོང་མི་འགྱུར། །ཞེས་ངེས་པར་བསྟན་པ་ལྟ་བུའོ། །

### ༡། ལྷགས་པ་མཐར་ཕྱིན་མཚུག་གི་དོན།

གསུམ་པ་ལྷགས་པ་མཐར་ཕྱིན་མཚུག་གི་དོན་ལ་གསུམ་སྟེ། ཅི་ཕྱིར་བཀོད་པ་དང་།  
ཁེངས་བསྒྲུངས་ཀྱི་བཤགས་པ་དང་། མཐར་ཕྱིན་པའི་སྟོན་ལམ་གདབས་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཨེ་  
མ་བར་སྒྲོན་གྱི་མཆོད་བཅུད། །འབེལ་གཏམ་ཉི་འོད་གཞོན་ནུ་འདི། །བྱ་སྟོབ་དང་འདུན་ཤིང་  
རྟས་བསྐྱལ། །མྱོངས་པའི་སྐུ་སྒྲག་བསལ་ཕྱིར་བཀོད། །ཅེས་པ། ཨེ་མ་ཞེས་རིག་གཞུང་གཞན་  
ལས་མེད་དུ་བྱུང་བའི་བར་སྒྲོན་པའི་གཞུང་ལྷགས་ཀྱི་ཆེ་ཞིང་གཏིང་ཟབ་གྱི་མཆོ་ལྷ་བུའི་ཡང་བཅུད་  
ཁོལ་དུ་བྱུངས་པའི་འབེལ་གཏམ་ཉི་འོད་གཞོན་ནུ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཡང་བྱ་སྟོབ་དང་འདུན་དང་  
ཐུན་པ་རྣམས་ཀྱི་གསུང་གི་ཤིང་རྟས་ཉེ་བར་བསྐྱལ་བ་ལ་བརྟེན་ནས། །འགོ་སྟོང་མྱོངས་པའི་སྐུ་  
སྒྲག་བསལ་བའི་ཕྱིར་དུ་བཀོད་པ་ལགས་སོ། །གཉིས་པ་ནི། འོན་ཏང་འགལ་འབྲུལ་ལོངས་པའི་

ཆད་ རྟེན་མཆིས་དྲན་དབང་ཚྭ་ལ་བཤགས། ཤེས་པ། དེ་ལྟར་ལྷག་བསམ་ནམ་པར་དག་པའི་  
སྒྲོ་ནས་བཀོད་མོད་ཀྱི་འོན་ཏང་ཞེས་ཡིན་ན་ཡང་རང་ཉིད་སྒྲོངས་པའི་དབང་གིས་དོན་དང་འགལ་  
བ་དང་ཚྭ་འོར་འཁྱུལ་ཅན་སྟགས་རྒྱལ་དང་རྒྱལ་སྤྲུལ་མཁས་པའི་སྤྱན་རྒྱུར་དོན་དང་པར་གྱུར་  
པའི་ཆ་ཤས་ཕྱ་རགས་ཅི་མཆིས་པ་ཐམས་ཅད་དོན་མཛད་དྲན་པའི་དབང་པོའི་ཚྭ་ནམས་ལ་  
སྤྲོང་ནས་བཤགས་སོ་བཅེ་བས་བྱང་བར་མཛོད་ཅེས་བྱའོ། རྟེན་པོ་དགོས་པ་ནི། རང་ཉིད་ཀྱི་  
ཁེངས་པ་གཞི་བཤད་ཀྱིས་ཆོས་པ་པོ་ཚད་ལྡན་དུ་ཤེས་པ་དང་། གོང་མ་རྣམས་ཀྱི་  
རྒྱུ་ལྷན་མཐུན་པ་སྟགས་ཀྱི་དགོས་པ་ཡོད་ཅེས་གོང་མ་རྣམས་ཀྱིས་གསུངས་སོ། གསུམ་པ་ནི།  
དགེ་ཚུལ་ལན་བདེའི་འོད་འགས་ཀྱིས། གཤེན་བཟུང་གསལ་བའི་རྒྱན་གྱུར་ཅིག ཅེས་པ།  
གཞུང་འདི་ཉིད་བཀོད་པའི་དགེ་བ་དང་རྣམ་དཀར་ཀྱི་ཚྭ་ལ་ཐོག་པའི་སྤྱི་ལོ་ལ་བདེ་  
བ་ཇི་ཅུལ་སྤེལ་བའི་ཡོན་ཏན་ཀྱང་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་གྱི་འགས་པའི་གཟུགས་སུ་བཀོད་དོ། རྟེན་  
སྒྲོ་བས་ཀྱིས་རྒྱལ་བ་གཤེན་རབ་མཚོ་གི་བཟུང་པ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་མ་རྟོགས་ལོག་རྟོག་གི་སྤྱན་བས་  
གོས་པ་ཐམས་ཅད་གསལ་ཞིང་མཛེས་པའི་རྒྱན་དུ་གྱུར་ཅིག ཅེས་སྒྲོ་ལམ་རྣམ་པར་དག་པས་  
མཐའ་བརྒྱན་པའོ། །

ཞར་བྱང་ཇི་ལྟར་བཀོད་པའི་ཚུལ་ནི། ཞེས་པ་འདི་ཡང་། མཁས་སྒྲོམ་ར་ཚད་ལྟ་བུ་མ་  
ཡིན་པར། གཤེན་བཟུང་མཛེས་པའི་རྒྱན་དང་། རང་འདྲའི་རྒྱུ་ལྷན་མཐུན་པའི་སྤྱི་  
དུ། རང་གི་གམ་དུ་བརྟེན་པའི་ལྷན་པའི་སྒྲོ་བ་མ་འགའ་ཡིས་ཉེ་བར་བསྐྱུལ་པའི་དོར་  
སྒྲོ་རིགས་ཀྱི་སྒྲོ་བ་བཅུན་པ་ཉི་མ་བཟུང་འཛིན་དབང་གི་རྒྱལ་པོར་འབོད་པས། རྒྱུ་གསར་ལྷགས་  
ཀྱི་ཡོངས་འཛིན་ཞེས་པ་རྒྱ་བྱའི་ལོ་འགོར་གཏོགས་པ་མགོ་ལྷའི་འཕེལ་སྤྱོད་གསལ་ཆོས་བཟང་པོ་  
ལ་སྤྱན་རིའི་སྒྲ་བྱང་དུ་བཅུམས་པ་དགེ་བར་གྱུར་ཅིག ། ཅེས་པའོ། །

སྤྲུལ་པ།

ཐོས་ཕྱ་ན་ཚད་ཡོལ་བའི་བསྐྱེས་པོ་ལ། །

རྣམ་བཤད་བཀོད་པའི་གཟུངས་སྤྲོ་བས་བདོག་མིན་ཀྱང་། །

བྱི་རབས་བཟུང་དང་དེ་སྒྲོར་འཁྱུལ་རྣམས་ལ། །

པ་བཅས་དམིགས་ཏེ་སྒྲོ་བ་མས་བསྐྱུལ་དོར་བསྐྱེས་པ། །

གཞུང་དོན་ས་ལེ་སྤྲོམ་གྱི་ད་ལ་རུ།  
འགྲེལ་བཤད་རིན་ཆེན་ཁྲོལ་བུའི་ཚམས་བཀོད།  
དཔེར་བརྗོད་བསམ་འཕེལ་དབང་པོའི་རྟོག་གིས་མངོས།  
སློ་ལྷན་འདུན་སར་འབུལ་ལོ་དགྲེས་བཞེས་མངོད།

དཔུང་གསུམ་ཁྱུང་སྤོན་སྤྲེས་གྱིས་ཉེར་དྲངས་ཏེ།  
རྣམ་བཤད་ཆ་ཟེར་འབུམ་ལྷན་སྤྲོས་ན་ཡང་།  
ལོག་རྟོག་ནོར་འཁྲུལ་དུཤུགས་གཡོག་སྤྲིད་ན།  
མཁྱེན་ལྷན་ཚགས་ལ་བཤགས་སོ་དྲངས་པར་འཆལ།

རྣམ་བཤད་འདི་ལས་རྣམ་སྤྲོན་དག་ཙམ་གསལ།  
རྣམ་ཀུན་རབ་བསམས་རྣམ་དཀར་ལས་གང་མཆིས།  
རྣམ་མང་འགོ་ཀུན་རྣམ་མཁྱེན་དཔལ་སྦྱོང་ཕྱིར།  
རྣམ་དག་སློ་ཡིས་རྣམ་བྱང་ཁྲོང་དུ་བཟླ།

གཅེས་གཅེས་ལེགས་པར་བྱས་པའི་བརྒྱའི་འགྲེལ་འདི།  
མང་མང་ས་ཡི་རྩལ་ལྷར་རྒྱས་འཕེལ་ཞིང་།  
ཟབ་ཟབ་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ།  
ཕྱོགས་ཕྱོགས་ཀུན་ཏུ་ཁྱབ་རྒྱས་རྒྱར་གྱུར་ཅིག།

ཅེས་ཁྱུང་བཙུན་བསྟན་པ་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་གསུང་བསྐུལ་ཟབ་མོ་ལ་བརྟེན་ནས་འབེལ་གཏམ་ཉི་འོད་གཞིན་  
ཅུའི་གཞུང་དོན་དཀའ་གནད་བརྟག་དཀའ་བ་རྣམས། རྒྱས་པར་བྱས་ཤིང་ཞིབ་པར་བཀོལ་ཏེ་དཔེར་བརྗོད་སོ་སོས་  
བརྟན་ནས་རྒྱས་པ་ཚིག་འགྲེལ་གྱི་ཚུལ་དུ་བཀོལ་ཅིང་གནད་ཚུང་རྟོགས་སྤྲོ་བ་རྣམས་ཚིག་འགོ་ཐོན་ཙམ་བསྐུས་པ་

## གངས་ཉི་མེ་བོན་གཞུང་རིག་མཛད།

---

དོན་འགེལ་གྱི་ཚུལ་དུ་བཀོད་ནས། རྣམ་བཤད་ཚ་ཟེར་འབུམ་ཐུན་ཞེས་པ་འདི་གཤེན་གྱི་བཅུན་གཟུགས་ཁྱུང་སྟོབ་  
ཚུལ་ཁྲིམས་རྒྱལ་མཚན་ནམ་མེད་གཞན་སྤྲོད་བང་ཀུན་དགའ་སྟོགས་སུ་འབོད་པའི་སྟོམས་ལས་པ་དེས། འང་ཁྱུང་  
གྱུར་མཚོའི་དོ་སྤྱིང་བདེ་གསལ་དཔལ་གྱི་གསང་ཕྱག་ཏུ་རབ་རྒྱལ་ཚུ་འབྲུག་སྟོན་ཆེའི་ཡར་ཆོས་སུ་དབྱ་གཅུགས་ཏེ་  
རྩོགས་བ་གསུམ་པའི་ཉ་ལ་གྲུབ་པར་བགྱིས་པ་འདི་ཡང་གཤེན་གྱི་བཞུན་པ་རིན་པོ་ཆའི་ཞབས་འདེགས་སུ་གྱུར་ཅིག  
བཀྲ་ཤིས་པར་ཤོག དགེའོ། །

༄༅། སྒྲ་ཡི་དོན་བཟེབས་སྒྲུང་གསལ་སྒྲོན་མེ་  
བཞུགས་སོ།

བྱ་ཡས་ཉི་མ་གཤམ་པ།

༣༡། མཁུན་ལྷན་གསལ་བྱབ་ཡངས་པའི་དགྲིལ་འཁོར་དབུས། རྣམ་མཁུན་རྟ་བདུན་  
 པད་མའི་ཆ་ཟེར་རྒྱས། བསྐྱེད་བཅའ་པོ་གྲུབ་རྒྱལ་བཀའ་ལྷན་འཁོར། རྒྱ་འཛིན་རྣམ་དག་ཀུན་  
 གསལ་བྱ་ལམ་དང་། རྩ་མི་འགོ་བའི་གཙུག་རྒྱུ་བསྐྱེད་བཅའ་བཅའ་བདག་ རྩོམ་བྱའི་མདངས་ཅན་  
 པསྟོ་ལྷུ་པ་འཛིན། འབྲིལ་ཅན་རྣམ་ག་རྣམ་གསུམ་སྦྱེད་གྲུའི་མགོན། བརྒྱ་པའི་སངས་རྒྱས་རྒྱལ་  
 བོན་ཐོད་དཀར་སྤྲུལ། མཚོད་འོས་ཀུན་གྱི་མཆོག་གྱུར་རྣམ་པར་རྒྱལ། རྟོན་པ་རྒྱལ་བ་གཤེན་  
 རབ་ཞབས་པད་ལ། རྟོག་སྤྲུལ་དང་བས་གྲུས་བཅས་ཕྱག་འཆལ་ལོ། བདག་ཉིད་བཀའ་གཏེར་  
 རིན་ཆེན་དབྱིག་མཛོད་ལས། ལེགས་པར་བྱི་ནང་གསང་བ་གསུམ་དུ་དབྱེ། དེ་སྟོན་དུ་མ་རབ་  
 འཛིན་རྣམ་བཤད་ཅིང་། རྣམ་བཀོལ་གསལ་བར་འབྱུང་ལྷན་འཕྲེང་བ་ཞེས། སྐྱེ་བསྐྱུར་ལོ་པའི་  
 རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་བཅས་དང་། དཔལ་ལྷན་ཅན་བརྒྱུད་སྤྲུལ་མར་ཕྱག་འཆལ་ལོ། གཞུང་ལྷགས་རྒྱ་ཆེ་  
 གཏེར་གཏེར་ཟབ་ལ། གཞུང་བར་མི་རྣམས་བྱེ་མའི་ལ་ཅམ་དུ། རྩོས་རྒྱུང་བརྒྱུམས་པར་མི་འོས་  
 བཤགས་པའི་རྒྱ། འོན་ཀྱང་ལྷག་བསམ་རྣམ་དག་གཞིར་བཞག་ནས། རྩོད་གསུམ་ལུང་རིག་  
 འཕྲང་ལ་རབ་བཤར་ཏེ། ལེགས་པར་བཀའ་བའི་རབ་མཛེས་མེ་ཏྲག་འཕྲེང་། བཀའ་ལུང་ཟབ་མོ་  
 བདུད་ཅི་འོ་དཀར་ལ། རྩོས་བསམ་ཤེས་བྱའི་སྤྲུལ་ཤིང་དུ་བཅུགས། རབས་ཤེས་བཅོན་  
 འབྲུས་ཐག་བས་ལེགས་བཀའ་སྦྱེ། མར་གྱི་སྤྱིང་པོ་ཡིད་བཞིན་རྟ་ལྷུང་རྒྱས། དཔོན་འདོད་མ་  
 ལུས་འབྱུང་བའི་ཆ་ཟེར་ལྷན། རྩོ་གོས་ཅན་ལ་པད་དཀར་འདབ་སྟོང་རྒྱས། རྩོ་རྒྱུང་གྲོང་ཁེངས་  
 སྤྲད་ཅན་གཏེར་ནས་བསྤེག་ རྩོ་དམན་ཤོ་ལ་ངན་ཆོགས་རྣམས་རྒྱུང་ཐག་བསྤིང་། རྩོ་ལྷན་ལས་  
 སྐལ་འཛོམ་རྣམས་འདྲིར་གཟེགས་རིགས། རྩོ་ཡི་མཚམས་སྦྱོར་གཉིས་གསུམ་བཞི་ལྷ་སྤྲུལ། འདི་རུ་མ་  
 བསྟན་ལོག་ཏུ་གསལ་བ་ལ། འདི་ནི་དོན་ལྡན་འོ་ལ་བརྒྱུ་ལྷག་པ་སྦྱེ། ལྡན་སྦྱོར་  
 གསལ་བའི་ལེགས་བཤད་རྣམ་པར་མཛེས། རྩོག་གི་བརྩོད་བྱ་གང་གི་ཡིད་འཕྲོག་པ། རྩོ་  
 དབྱངས་འོ་བའི་གཏེར་བུ་ཞུ་ཞུ་ཞུ། འདི་ཉིད་སྟོན་པར་བྱ་བ་དང་པོ་ལ། །

དེ་ཡང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ལ། ལེགས་པའི་ཡོན་ཏན་འཛིན་ཉེན་གྱི་  
 ཁམས་བརྒྱན་པ། རིག་པའི་གནས་ཆེ་བ་ལྷ་རྒྱུང་སྦྱེ། དེ་ཡང་ཐོག་མར་བཟོ་རིག་པ་དང་། སྐྱེ་



རིག་པ་དང་། བྱི་རིག་པ་དང་། རྣང་རིག་པ་དང་། གསོ་བ་རིག་པ་དང་ལྟོ། ། བཟོ་རིག་པ་ནི་  
ཤེས་རབ་ཀྱི་རྒྱུ་ལས་བྱུང་། སྐྱ་རིག་པ་ནི་སྤྱི་རྒྱུ་ལས་བྱུང་། བྱི་རིག་པ་ནི་ས་བདག་གསེར་  
གྱི་རུས་སྤུལ་ལས་བྱུང་། རྣང་རིག་པ་ནི་ཆུ་སེན་ཡིད་བཞིན་རྒྱལ་བ་ལས་བྱུང་། གསོ་བ་རིག་པ་  
ནི་ཡེ་ཡོད་ནམ་མཁའ་འཛིན་པ་མེ་ཆེ་ལས་བྱུང་། དེ་ལས་བཟོ་རིག་པ་ནི། རི་རབ་ཀྱི་རྩེར་གཏན་ལ་  
ཕབ་སྟེ། བཟོ་རྒྱལ་གར་མ་ལི་ཤོ་ལ་བསྟན་ནོ། ། སྐྱ་རིག་པ་ལ་འབྲུམ་སྟེ་གསུམ་དུ་བྱེས་ནས། སྐྱ་  
སེན་བར་དུ་གཏན་ལ་ཕབ་ནས། ཆ་ལོ་གཡུ་ལོ་གཉིས་ལ་བསྟན་ནོ། ། ཇི་ཡང་སྐྱ་ཆད་གཉིས་སུ་  
བྱུང་བས། སྐྱ་དྲུང་གཉིས་ཡིན་ནོ། ། བྱི་རིག་པ་ལ་འབྲུམ་སྟེ་གསུམ་དུ་བྱེས་ནས། རི་རབ་ཀྱི་རྩེ་  
བར་གཏན་ལ་ཕབ་སྟེ། ཀོང་ཙོ་འབྲུལ་གྱི་རྒྱལ་པོ་ལ་བསྟན་ནོ། ། རྣང་རིག་པ་ལ་འབྲུམ་སྟེ་གསུམ་  
དུ་བྱེས་ནས། ལྷའི་ཡུལ་དུ་གཏན་ལ་ཕབ་སྟེ། ལྷ་གྲུབ་ཡེ་ཤེས་སྒྲིང་པོ་ལ་བསྟན་ནོ། ། གསོ་བ་རིག་  
པ་ལ་འབྲུམ་སྟེ་གསུམ་དུ་བྱེས་ནས། གཡུང་དྲུང་དགུ་བཅེགས་རྩ་བར་གཏན་ལ་ཕབ་སྟེ། དབྱུང་  
བྱ་ཁྲི་ཤེས་ལ་བསྟན་ནོ། ། ཇི་ལས་བཟོ་དང་བྱི་ནང་གསོ་བ་རིག་པ་བཞི་ནི། རང་རང་གཞུང་  
སྐབས་སུ་གསལ་ལོ། །

སྐྱ་རིག་པ་འདི་ལ་དོན་རྣམས་པ་ལྟར་བསྟན་ཏེ། སྐྱ་དང་སྐྱ་མཐུན་དང་། སྐྱ་སྐད་དང་། སྐྱ་  
བསྐྱར་དང་། སྐྱ་ཆད་དང་ལྟོ། ། ཇི་ལ་སྐྱ་ནི་ཐོག་མར་སྟོང་པའི་རྒྱུང་ནས། སྟོང་ཆེན་འགག་མེད་  
དུ་རང་སྐྱ་སྐྱོགས་པ་ལ་བྱུང་། སྐྱ་མཐུན་ནི། འགོ་དྲུག་གི་སེམས་ཅན་རང་རང་གི་གོ་ཡུལ་དུ་  
མཐུན་པའི་རང་སྐྱ་སྐྱོགས་པ་ལ་བྱུང་། སྐྱ་སྐད་ནི། དེ་དག་སོ་སོ་རང་རང་གི་སྐྱ་སྐད་ཇི་བཞིན་དུ་  
བོན་ཀྱང་དེ་དག་གི་སྐྱ་སྐད་དང་མཐུན་པར་སྟོན་པ་ལ་བྱུང་། སྐྱ་བསྐྱར་ནི། གཡུང་དྲུང་གི་བོན་  
ལ་མཁས་ཤིང་རིག་པར་རྟོགས་པའི། རྒྱལ་འཕགས་ལོ་བཅུ་གྱི་གཤེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས། བོན་ཉིད་  
ལ་འགྱུར་བ་མེད་ཀྱང་། བོན་ཅན་གྱི་མཆན་མ་གར་བསྐྱར་བཏུབ་ཅིང་། འགོ་བ་རང་མཐུན་གྱི་  
སྐད་དུ་བསྐྱར་བ་ལ་བྱུང་། སྐྱ་ཆད་ནི་བོན་དེ་དག་ལ། དོན་བོན་ཉིད་ལས་བཟོ་དུ་མེད་ཀྱང་།  
བོན་ཅན་ཆོག་ལ་བཟོ་དུ་བྱུང་བས་ཆོག་གི་སྐྱོས་ལས་དོན་གྱི་གདར་ཤ་བཅད་ཅིང་། ཏྲག་ཆད་  
གྱི་མཐའ་བསལ་བའི་བྱིར། འགལ་བ་སྤང་ཁིང་མཐུན་པ་སྟེ། གལ་པོ་རྩྱུང་པའི་བྱིར་གསུང་  
ཁིང་། ཐེ་ཆོམ་གྱི་སྐྱོ་འདོགས་བཅད་ནས། དཔེ་དོན་ཏྲགས་གསུམ་ལས་གཞལ་ཁིང་། ཆད་གསུམ་  
བྱུང་དུ་འབྲེལ་བ་དང་། བདེན་གཉིས་དོར་མཉམ་དུ་བྱ་བ་རྣམས་སོ། །

སྒོ་མ་ལུ་ད་ལྟའི་སྐྱ་སྐད་ཀྱི་སྐབས་སུ། སྤྱི་དགོས་བྱེ་བྲག་གསུམ་དུ་བསྟན་ཏེ། སྤྱི་ཙ་འགོ་  
 བ་རིགས་དྲུག་ལ་སྐྱ་སྐད་དྲུག་ཏུ་འཆད་པ་ལ། སད་མེར་ལྷ་ཡི་སྐད། སད་མེན་ལྷ་མེན་གྱི་སྐད།  
 འཕོ་འགྱུར་མི་ཡི་སྐད། ཏུང་མུར་ཕྱོལ་མོང་གི་སྐད། བིང་རྒྱུད་ཡི་དྲུགས་ཀྱི་སྐད། ཏུ་ཉི་དམུལ་  
 བའི་སྐད་དང་དྲུག་གོ། །དགོས་སུ་རེ་རེ་ལ་འད་དྲུག་དྲུག་ཏུ་ཤེས་ཏེ། ཡེ་མིད་ལྷ་ཡི་སྐད་དང་།  
 ཀ་པི་ཏ་ལྷ་ཡི་སྐད་དང་། ཏ་རན་ཏ་ལྷ་ཡི་སྐད་དང་། སྐྱིཏ་ལྷ་ཡི་སྐད་དང་། སིང་ང་ལྷ་ཡི་  
 སྐད་དང་། ཀ་ལ་བིང་ཀ་ལྷ་ཡི་སྐད་དང་དྲུག་གོ། །གཉིས་པ་ལྷ་མེན་ལ་དྲུག་སྟེ། ལང་ཅེ་ལྷ་མེན་  
 གྱི་སྐད་དང་། ཟུང་ཞིང་ལྷ་མེན་གྱི་སྐད་དང་། ཟུར་མེན་ལྷ་མེན་གྱི་སྐད་དང་། ཐོག་ཐོག་ལྷ་  
 མེན་གྱི་སྐད་དང་། དི་ལ་ཞི་ལྷ་མེན་གྱི་སྐད་དང་། ཐང་ཇི་ལྷ་མེན་གྱི་སྐད་དང་དྲུག་གོ། །གསུམ་  
 པ་མི་ཡི་སྐད་ལ་དྲུག་སྟེ། ལུས་འཕགས་པོ་སྟན་ལ་འཛོར་འཛོར་བ་ཁྲི་སངས་ཤ་ར་ནའི་སྐད་དང་།  
 སྐྱ་མི་སྟན་རམ་ལ་སྟོགས་པ་གདུག་པ་ཅན་གྱི་སྐད་དང་། བ་ལང་སྟོང་བཏན་ལ་བཟིང་པ་ཏུ་ཡ་  
 སྐང་པོའི་སྐད་དང་། འཛོམ་བྱ་སྐང་སྐྱ་ཆོགས་སུ་སྐྱ་བ་ཅེ་ལེ་བྱ་ཡི་སྐད་དང་། རི་བདུན་གྱི་མི་  
 ལེགས་པར་སྐྱ་བ་དྲི་མེར་རྒྱལ་གྱི་སྐད་དང་། མིའམ་ཅེ་གཅམ་པོར་སྐྱ་བ་དན་ནི་ཤི་ལོན་ཏ་ན་  
 ཤིང་ཆོན་གྱི་སྐད་དང་དྲུག་གོ། །བཞི་བ་ཕྱོལ་མོང་ལ་དྲུག་སྟེ། སྟན་པ་འདབ་ཆགས་གྱི་སྐད་དང་།  
 རམ་པ་གཅན་གཟན་གྱི་སྐད་དང་། འཛོར་བ་རི་དྲུགས་གྱི་སྐད་དང་། བཏན་པ་གཡུང་དྲུགས་  
 གྱི་སྐད་དང་། ཏྲོམ་འཆོལ་ལྷན་པོའི་སྐད་དང་། ལུ་ལི་ལྷ་ཡི་སྐད་དང་དྲུག་གོ། །ཐུ་བ་ཡི་དྲུགས་  
 ལ་དྲུག་སྟེ། བྱེ་ཏ་གཏོ་གཏོ་ཆེན་གྱི་སྐད་དང་། པ་ཐུ་ལ་མིན་འབྱུང་པོའི་སྐད་དང་། འི་རྩ་ལ་  
 འབར་མའི་སྐད་དང་། བིང་དུ་བྱི་ཡི་སྐྱིབ་པ་ཅན་གྱི་སྐད་དང་། བིང་ཅོ་ནང་གི་སྐྱིབ་པ་ཅན་གྱི་  
 སྐད་དང་། བིང་དུང་སྐྱིབ་པ་ཅན་གྱི་སྐྱིབ་པ་ཅན་གྱི་སྐད་དང་དྲུག་གོ། །དྲུག་པ་དམུལ་བ་ལ་དྲུག་  
 སྟེ། ཏུ་ཤི་འཛིགས་པའི་སྐད་དང་། ཏུ་མེར་རམ་པའི་སྐད་དང་། ཏུ་ན་གདུག་པའི་སྐད་དང་། ཏུ་  
 ཅེ་ཉོན་མོངས་གྱི་སྐད་དང་། ཏུ་ཤི་ཆ་གང་བཅོ་སྟེག་གི་སྐད་དང་། ཏུ་ཉི་ཅ་སྐྱ་མནར་མེད་དམུལ་  
 བའི་སྐད་དང་དྲུག་གོ། །བྱེ་བྲག་ཏུ་བསྟན་པ་ནི། འགོ་བ་རིགས་དྲུག་གི་སྐད་དང་། སྐད་ཆེན་པོ་རེ་  
 རེ་ལ་ཡང་སུམ་བརྒྱ་དྲུག་ཅུར་དབྱེའོ། །དེ་ལ་མི་མཐུན་པའི་སྐྱ་ཆོག་ལ་ཟད་པ་དང་འགྲིབ་པ་མེད་  
 ཏོ། །དེ་ནི་སྤྱི་དགོས་བྱེ་བྲག་གསུམ་དུ་བསྟན་པའོ། །

དགོས་སུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ཆགས་ལ་ཕེབས་པའི་འགོ་བ་མའི་སྐད་ལ་གཉིས་ཏེ།

བསྐྱར་དུ་བཏུབ་པ་དང་མི་བཏུབ་པ་གཉིས་སོ། །བསྐྱར་དུ་བཏུབ་པ་ནི། སྤྱིང་བཞི་དག་པའི་མི་  
 དང་། རི་བདུན་གྱི་མི་དང་། ལྷོ་འཛམ་བུ་སྤྱིང་གི་སྐད་ཆེན་ནམས་ལ་བཏུབ་པའོ། །མི་བཏུབ་  
 པ་ནི། སྤྱིང་ཕན་གྱི་མི་དང་། མཐའ་འཁོབ་སྤྱིང་བར་ནམས་ལ་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་བོན་ཆ་ཙམ་ལས་མ་  
 གཏོགས་པའི་རྒྱ་འབྲས་བདེན་པའི་བོན་ཀུན་བསྐྱར་དུ་མི་བཏུབ་པའོ། །སྐད་བསྐྱར་ལ་གཉིས་ཏེ།  
 སྤྱི་ཅུ་བསྐྱར་བ་དང་། སོ་སོ་ཅུ་བསྐྱར་བའི་སྐད་དོ། སྤྱི་ཅུ་བསྐྱར་བའི་སྐད་ལ་གཉིས་ཏེ། དག་པ་  
 གཤེན་གྱི་སྐད་དང་། གང་ཟག་མི་ཡི་སྐད་དང་གཉིས་སོ། །དག་པ་གཤེན་གྱི་སྐད་ལ་ལྷ་སྟེ། ཅ་  
 བའི་སྐད་གཅིག ཡན་ལག་གི་སྐད་ཆེན་གཞུང་བཞིའོ། །ཅ་བ་ནི་གཡུང་དྲུང་ལྷ་ཡི་སྐད་དོ། །ཡན་  
 ལག་གི་སྐད་བཞི་ནི། གཡུང་དྲུང་གཙང་མ་ལྷ་ཡི་སྐད་དང་། དག་པ་ལྷ་ཡི་སྐད་དང་། སྐྱི་ཏ་  
 ལྷ་ཡི་སྐད་དང་། ཁྲི་མེར་ལྷ་ཡི་སྐད་དང་ལྷོ། །དེ་ལ་གཡུང་དྲུང་ཞེས་བྱ་བ་ནི། བོན་ཉིད་དབྱིངས་  
 མི་འགྱུར་བའི་སྒྲིང་ནས། བོན་ཅན་གྱི་མཚན་མ་ལ་འགག་པ་མེད་ཅིང་། བོན་ཉིད་རང་སྒྲིག་གས་  
 པ་ལ། སྤྱི་སྐད་གང་གིས་ཀྱང་བསྐྱར་དུ་མེད་དོ། །རང་དབང་རང་གིས་བསྐྱར་བའི་སྐད་དོ། །ལྷ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི། དུམ་གཤེན་ལྷ་ཡི་སྐད་གདུང་ལས་འཆད་ཅིང་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ཏེ། ལྷོ་འཛམ་བུ་  
 སྤྱིང་གི་དམིགས་སོགས་ལ་བོན་གྱི་འབྲུང་གནས། གནས་མཚན་དམ་པ་འོལ་མོ་ལུང་རིང་གི་རྒྱལ་  
 ས་སྤྱིང་བརྒྱད་ཀྱི་དབུས། གཡུང་དྲུང་དགུ་བཅེགས་ཀྱི་ཅེ་ལ། མི་ཡི་སྟོན་པ་ལྷས་མཛད་ནས།  
 དབང་པོ་ཆེ་ཀུན་གྱི་རྒྱུ་ལྷོན་པས་ལྷ་ཞེས་བྱའོ། །སྐད་ཞེས་བྱ་བ་ནི། ཐོན་གྱི་སྟོན་པ་བདེ་  
 བར་གཤེགས་པ་དང་། ད་ལྷ་བཞུགས་པ་དང་། མ་བྱོན་པ་ནམས་ཀྱང་། འདི་ཅུ་འགོ་བ་མི་ཡི་  
 ཆ་ལུགས་སུ་བྱོན་ནས། དེ་དག་བོན་གྱི་སྟོ་མོ་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་ལས་དྲངས་ཏེ་གསུངས་པའི་  
 སྐད་ཅེས་བྱའོ། །དེ་ནི་ལྷ་སྟེ་མི་གསུམ་དང་། འགོ་བ་རིགས་དྲུག་གི་སེམས་ཅན་གང་གིས་ཀྱང་  
 བསྐྱར་དུ་མི་བཏུབ་པའོ། །གཞན་གྱི་སྐད་ནི་གང་གིས་ཀྱང་བསྐྱར་དུ་བཏུབ་པའོ། །གཡུང་དྲུང་  
 ལྷ་ཡི་སྐད་ནི། སྐད་རིགས་ཐམས་ཅད་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་ཞིང་འགྱུར་བ་མེད་པའི་སྐད་དོ། །དེ་ཡང་  
 ཅ་བ་གཡུང་དྲུང་ལྷ་ཡི་སྐད་ནི། རྒྱལ་ས་པོ་བྱང་སྤྱིང་ཆེན་བརྒྱད་ཀྱི་སྐད་ཆེན་ལྷེ་བཞིའོ། །སྐད་  
 ཆེན་བཞི་ནི་རྒྱ་བོ་གཞུང་བཞིའི་སྐད་དེ། གཙང་མ་ལྷ་ཡི་སྐད་ནི་ཤར་ཕྱོགས་སུ། རྒྱ་བོ་རྒྱ་རྩ་  
 རའི་རྒྱུད་ལས་བསྐྱར་བས། དེ་ཡི་མི་ནམས་ནི། སྤྱི་དག་ལ་སྐད་གཙང་བ་དང་བད་འཕྲོད་པའོ། །  
 དག་པ་ལྷ་ཡི་སྐད་ནི། བྱང་ཕྱོགས་སུ་རྒྱ་བོ་བསྐྱུང་རྒྱུད་ལས་བསྐྱར་བས། དེ་ཡི་མི་ནམས་ནི། སྤྱི་

དག་ལ་སྐད་སྟན་ཞིང་མཛེས་པའོ། སྤྱི་ཉ་མ་ཡི་སྐད་ནི། ལུ་བ་ཕྱོགས་སུ་ཆུ་བོ་གྱུ་ཤང་གི་རྒྱད་  
ལས་བསྐྱར་བས། དེ་ཡི་མི་རྣམས་ནི། སྐྱ་བཅམ་གཙང་ལ་སྐད་ཐུར་མཁོགས་སུ་བསྐྱར་བའོ། ཁྲི་  
མེར་མ་ཡི་སྐད་ནི། མོ་ཕྱོགས་སུ་ཆུ་བོ་སྤྱི་རྒྱུད་ལས་བསྐྱར་བས། དེ་ཡི་མི་རྣམས་ནི། སྐྱ་ཆེ་ལ་  
སྐད་བཟིང་ཅིང་བརྟན་པའོ། གཡུང་བྱང་མ་ཡི་སྐད་ནི། འཁོར་མོ་སྤྱིང་མཚོའི་རྒྱུད་ལས་བསྐྱར་  
བས། དེ་ཡི་མི་རྣམས་ནི། སྐྱ་སྟན་པ་དང་སྐད་མཛེས་བཟིང་བཅུན་སྟན་ཟེལ་དང་ཆས་པའོ། རྡོ་  
ཡི་ཡན་ལག་གི་སྐད་བཞི་ནི། མཚམས་བཞིའི་ཆུ་བར་བཞི་ཡི་རྒྱུད་ལས་བསྐྱར་ཏེ། གཙང་མ་མ་  
ཡི་སྐད་ལས་གྲོལ་བའོ། རྟོ་ཅེ་འཕུལ་གྱི་སྐད་ནི། ཤར་སྟོ་རྩ་ཆུ་བོ་གང་གའི་རྒྱུད་ལས་བསྐྱར་བས།  
དེ་ཡི་མི་རྣམས་ནི་སྐད་བཟིང་ལ་ཆོག་ཆེའོ། ཁྲི་མེར་མ་ཡི་སྐད་ལས་གྲོལ་བའོ། སྟོ་ཅེ་འཕུལ་གྱི་  
སྐད་ནི། མོ་ལུ་བ་རྩ་ཆུ་བོ་སྤྱི་རྒྱུད་ལས་བསྐྱར་བས། དེ་ཡི་མི་རྣམས་ནི་སྐད་མཛེས་ལ་ཆོག་  
དང་པའོ། སྤྱི་ཉ་མ་ཡི་སྐད་ལས་གྲོལ་བའོ། ཅི་གྲང་འཕུལ་གྱི་སྐད་ནི། ལུ་བ་བྱང་བུ་ཆུ་བོ་སིང་  
ངའི་རྒྱུད་ལས་བསྐྱར་བས། དེ་ཡི་མི་རྣམས་ནི་སྐད་སྟན་ལ་ཆོག་མཁས་པའོ། རྡོ་ཡི་སྐད་  
ལས་གྲོལ་བའོ། རྩ་ཅེ་འཕུལ་གྱི་སྐད་ནི། བྱང་ཤར་བུ་ཆུ་བོ་གསེར་ཕུན་གྱི་རྒྱུད་ལས་བསྐྱར་བས།  
དེ་ཡི་མི་རྣམས་ནི་སྐད་གདུང་ལ་ཆོག་མཁས་པའོ། རྡོ་ཅི་དག་པ་གཤེན་གྱི་སྐད་དོ། གང་ཟག་  
མི་ཡི་སྐད་ནི། འགྲོ་བ་རང་རང་སྤྱིའི་སྐད་དོ། རྡོ་ཅི་སྤྱི་ཕ་བསྐྱར་བའོ། །

བྱེ་བྲག་སོ་སོའི་སྐད་ནི། འགྲོ་བ་རིགས་དྲུག་སེམས་ཅན་ལ། བོན་རང་མཐུན་གྱི་སྐད་དུ་  
བསྐྱར་ནས། རང་རང་གི་སྐད་རིམ་བཞིན་དུ་བསྐྱར་བའོ། རྡོ་རྣམས་སྐད་རིགས་སྤྱི་ཕ་བསྐྱར་  
པའོ། སྤྱི་ཉ་མ་ཡི་སྐད་རིགས་སུ་མ་བརྒྱ་དྲུག་ཅུ་ཡོད་དོ། ཁྲོ་ལ་  
ཕུག་ནི་མ་ཡི་སྐད་རིགས་དྲུག་ལས་གྲོལ་བའོ། རྡོ་ཡང་དེ་ཡི་ནང་དུ། སྐད་གྱི་གདངས་ཆོག་གི་  
འབྲུང་གནས་ལ། སྐད་རིགས་ཆེན་པོ་བརྒྱ་གཉིས་སུ་འབྲུང་སྟེ། ཉུག་གཟིག་དང་འང་འུང་གི་  
སྐད་ནི། ཡེ་མིང་མ་ཡི་སྐད་ལས་གྲོལ་ལོ། བྱེ་ཤ་དང་ཨོ་རྒྱུན་གྱི་སྐད་ནི། ཉ་རན་ཉ་མ་ཡི་སྐད་  
ལས་གྲོལ་ལོ། ཁྲ་ཉོར་དང་ཡུ་གུར་གྱི་སྐད་ནི། ག་པི་ཉ་མ་ཡི་སྐད་ལས་གྲོལ་ལོ། རྒྱ་གར་དང་  
བལ་པོའི་སྐད་ནི། སྤྱི་ཉ་མ་ཡི་སྐད་ལས་གྲོལ་ལོ། བོད་དང་ནམ་འཕན་མོང་མེ་ཉུག་གི་སྐད་  
ནི། སིང་ང་མ་ཡི་སྐད་ལས་གྲོལ་ལོ། རྒྱ་ནག་དང་ཕོ་མ་གེ་སར་སྐད་ནི། ག་ལ་པི་ཁྱ་མའི་སྐད་  
ལས་གྲོལ་ལོ། རྡོ་ཅི་འཛམ་བུ་སྤྱིང་གི་སྐད་ཆེན་བརྒྱ་གཉིས་སུ་ཤེས་སོ། རྡོ་ལས་ཙལ་མེན་གྱི་

སྐད་བཞི་འབྱུང་སྟེ། ལྷ་ར་ཏྲ་གྱི་སྐད་དང་། ལྷ་ར་འཇང་གི་སྐད་དང་། ལྷ་ལི་མོན་གྱི་སྐད་  
 དང་། ལྷ་བ་གར་ལོག་གི་སྐད་དང་བཞི་སྟེ་བཅུ་དྲུག་ཏུ་གྱུས་སོ། །དེ་རྣམས་ལས་སོ་སོར་གྱུས་པ་  
 བྱི་སྐད་རིགས་མི་འདྲ་སྐུ་བཅུ་དྲུག་ཅུ་གྱུས་སོ། །སྟོ་འཇམ་བུ་སྒྲིང་མི་ཡི་སྐད་དོ། །དེ་ཡང་  
 སྟོ་འཇམ་བུ་སྒྲིང་སོག་ཀ་བོན་གྱི་འབྱུང་གནས། ལྷག་གཟེག་གནས་མཆོག་དམ་པ་འོལ་མོ་སྒྲིང་  
 ཆེན་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། དབལ་སོ་གངས་ཀྱི་ར་བའི་ནང་དུ། འཇམ་བུ་སྒྲིང་གི་སྐད་རིགས་སྐུ་བཅུ་  
 དང་དྲུག་ཅུ་ཙམ་བཞི་སྒྲིང་འདིར་ཡོད་དོ། །བཅུ་དང་དགུ་བཅུ་ཙམ་དུ་གྱུ་ནི། འཇམ་བུ་སྒྲིང་སྟེ་ཡི་  
 ཁམས་སྟུ་ཡོད་དོ་(མ་ཕྱི་གཞན་དུ་“བཅུ་དང་དགུ་བཅུ་ཙམ་དུ་གྱུ་ནི་ཕྱི་རོལ་གྱི་ཞིང་ཁམས་སྟུ་ཡོད་དོ་”ཞེས་སྟུང་།) །  
 འདིར་འདྲ་འཇུག་གི་སྒྱུ་སྐད་སྟོན་པ་ལ་བཞི་སྟེ། ལྷག་པའི་སྐད། བར་པའི་སྐད། སྟོ་པའི་སྐད།  
 སལ་པའི་སྐད་དོ། །དེ་ལ་ནང་ཆོན་དུ་བྱེ་ན། ལྷག་པའི་སྐད་ནི། ཀ་པི་ཏ་ལྷ་ལས་ཆད། བར་  
 པའི་སྐད་ནི་སྟོ་ཏ་ལྷ་ལས་ཆད། སྟོ་པའི་སྐད་ནི། བསྐལ་བཟང་སྒྱུ་སྒྲ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཡེ་སྟེང་ལྷ་  
 ལས་ཆད་དེ། འདྲ་འཇུག་སྐད་དོ། །སལ་པའི་སྐད་ལ། དར་མའི་སྐད་དང་། དིར་མའི་སྐད་  
 དང་། དར་མ་དིར་གྱི་སྐད་དང་། གུ་གེའི་སྐད་དང་། སལ་པོ་སྐང་གི་སྐད་དང་ལྷོ། །ད་ལྷོ་སྐབས་  
 འདིར། འདྲ་འཇུག་པ་རྟེན་ཏ་ཆེན་པོ་སང་ནི་གཏུ་ལ་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱར་བའི་སྐད། འདྲ་འཇུག་སྐར་  
 གྱི་སྐད་སྟོན་ཏེ། ཐང་བབ་དང་། ཐང་ལོག་དང་། ཐང་འཆོལ་དང་། འབྱུང་རྒྱལ་དང་། འབྱུང་  
 ཆེན་དང་། འབྱུང་རྒྱུང་དང་དྲུག་སྟེ། རྒྱས་པ་ལོགས་སྟུ་གསལ་བ་ཡོད། །མཆོམས་སྟོར་དང་པོ་  
 གཉིས་གསུམ་བཞི་ལྷ་དང་། །དྲུག་ནས་བདུན་ཡན་ཆོགས་བཅད་ཞིབ་པར་བསྟན། །དེ་སོགས་  
 གསལ་བར་ངེས་ལ་ཞིབ་པར་བརྟགས། །འདི་ནས་ཆོངས་པའི་སྟོ་རྒྱུང་སེལ་བྱིར་དུ། །སྟོ་ཡི་དོན་  
 རྟེན་སྟུང་གསལ་སྟོན་མེ་སྟོན། །

### ༡། འདྲ་འཇུག་གི་སྒྱུ་བསྐྱར་ཆེན་མོ་བཞུགས།

ན་མོ་(ཕྱག་འཆོལ་ལོ།) དུ་ར་(གཤེན་རབ།) སྐངས་སོ་(སྟོན་པ།) གུ་དུན་དུན་(འབས་ལ་འདུད།)  
 དུང་ལྷ་གྱེར་གྱི་གཡུང་དུང་བོན་གྱི། ལྷ་ཡེ་(མཁའ་དབྱིངས།) ཁི་ཁར་ལ་(འདྲ་ཟེར་ལ།) ལྷ་ཡེ་(གསང་  
 མཆོག།) ཐ་ཆོན་(མཐར་ཐུག།) མ་དྲ་(མ་རྒྱུད།) ཤེ་རྒྱ་(ཐུགས་རྟེན།) ཉི་རི་དང་(ཉི་མ་དང་།) །སྟུ་རུ་(སྟུ་མ།)  
 རྟེ་ཉེ་(རིག་འཛིན།) རྟེ་ཁྱི་(མཁའ་འགོ།) བ་ཏ་ཡ་(ཕྱག་འཆོལ་ལོ།) ལྷ་ཡེ་ཁིར་ཞི་ཡེ་སངས་ལ་ཤུ་ལ་(མཁའ་

དབྱིངས་གསལ་བ་སྟོང་ཞིང་བདག་མེད་ལ། །མ་དྲོད་མ་ནིག་མི་དྲེའོད་སྟོང་ཞི་མེ་སྟེ་མི་འགག་མ་བཅས་  
 ལྷན་གྲུབ་ཉིད། །ཞི་དྲུང་ཐ་ཙེ་དེ་རོ་གྲུང་ཕྱེ་ཡེ(བདལ་བ་ཆེན་པོ་འགྱུར་མེད་བོན་གྱི་དབྱིངས།) །སྤྱི་རི་ཀ་  
 ལ་ཐ་ཆེན་དེ་བ་དྲོ(ཀླན་གཞི་མ་གཡོས་མཐར་ཐུག་དགྲེས་པར་བསྟོད།) །ཁྲུན་ལིག་སྟེལ་བ་ཕྱང་གི་ཇི་དྲང་  
 (བསྐལ་སྤིང་འབྱུང་བ་སྟོང་གི་འཇིག་རྟེན།) །ཕྱེ་ལ(ནམ་མཁའ།) །ལེ(རྒྱུང་།) །ནེ་མ། །དྲིང་(རྒྱ། །སྤྲུལ་(ས།)  
 །སྟེལ་ང་ར(འབྱུང་བ་ལ།) །རྩང་ཅི་མེར་རོ་རི་བྱང་སྟེ་སོ་ཀླན་(རིའི་རྒྱལ་པོ་རི་རབ་བདུན་འཁོར་གནས།) །  
 །དྲི་དྲི་དྲུང་ར་སྟེལ་ཀླན་ནམ་(དེ་བར་རོལ་མཚོ་བདུན་འཁོར་གནས།) །ཞི་ཅམ་སྟེ་ཅི་ཅག་ཕྱེ་དུམ(འཛམ་  
 བུ་སྤྱིང་ནི་སོག་པའི་དབྱིབས།) །ཤེ་ལོད་རྟོ་སངས་རྒྱ་རི་ཁམས(ཤར་གྱི་ལུས་འཕགས་རྒྱ་བ་གམ།) །ཁྲུང་ཁྱུ་  
 དུག་ཅི་ཁྲི་བེང་དྲི་སྟེ་མི་རྟན་ནི་གྲུབ་ཞིབ། །དྲུས་སྟེ་ཅི་ཙེད་ཞིང་རི་གྲིན(བན་སྒྲུང་སྟོང་ནི་རྒྱུ་པོ་ཡིན།) །  
 །སྟེ་ལིང་བེང་ང་ཡ་མ་སྟེ་ཐུང་(སྤིང་བཞི་གཡས་གཡོན་སྤིང་རྒྱུང་ན།) །རྟོ་རིང་(ལུས་རིང་།) །རྟོ་ཐུང་(ལུས་  
 ཐུང་།) །གྲུབ་དྲི་(ཤི་བྱང་།) །གྲོག་དྲི་(འཆི་བྱང་།) །མར་ཞི་དྲིང་ཞི་ཁ་རྩོན་སྟེ་ཐུ(གསེར་རྒྱུ་གཡུ་རྒྱུ་པོ་  
 བཀ་པོའི་སྤིང་དུ་ལམ།) །རི་བྱང་བྱིང་མ་བེང་ང་ཅི་(རི་རབ་བདུན་མ་བཞི་པོ་ཡོད།) །དེ་ལ་སྤུམ་ཐུ་ཙེ་དེ་ལ་  
 སྤུམ་གྲིན(དེ་ལ་སྤུམ་ཐུ་རྩ་གསུམ་ཡིན།) །དྲི་ཙེ་སང་གྲི་སོ་སྟོ་སྤྲུང་(དེ་སྟེང་རྩ་ཡི་ཁང་བ་བཟང་།) །དེ་ཐུ་  
 སང་གྲི་ཕྱེ་ཙེ་གྲིན(ཐུ་རོལ་རྩ་ཡི་ཙེད་ས་ཡིན།) །དྲི་ཀླུ་སྤྲུར་རྟོ་དེ་ཙེ་ཙེ་ཤིང་ཉི་ལུས་འགྱུར་དགའ་བའི་  
 ཆལ། །ཞེ་མ་དྲི་པོ་སྤྲུལ་ཞི་སྤྲུང་(ངོ་མཚར་ཉམས་དགའ་ས་གཞི་བཟང་།) །དྲི་བྱང་(བྱང་།) །ནི་རུབ་(རུབ།)  
 །ཤེ་ཁོན་རིས་ཕྱ་སྤྲུལ་སར། །རྩལ་བྱང་སང་གྲི་དུ་སྤུལ་སྤྲུལ་(མཚལ་རི་རྩ་ཡི་མདུན་སྤྲུངས་ས།) །ལི་བྱང་ནི་  
 དྲིང་སྤྲུལ་ཞི་རི་བྱང་རང་སྟེལ་ནམ་(རྒྱུང་རི་མེ་རྩ་ས་གཞི་རི་རབ་རི་བདུན་གནས།) །གྲུ་སྤུལ་(སྤུལ་པ།) །དང་  
 ར་སྟེ་ལིང་དྲི་ཕྱེ་ལ(རོལ་མཚོ་སྤིང་དང་བར་གནས་ལ།) །དུ་དྲི་(དུལ་བ།) །བྱིང་རྒྱུད་(ཡི་དུགས།) །དུང་  
 ཐུར་(ཐུལ་སོང་།) །ཐུར་བྱངས་(ཐུ།) །ནི་དང་(མི་དང་།) །ནི་ཡར་(མི་མིན།) །དྲི་རྩུ་(དྲི་བ།) །སང་མིན་(རྩ་  
 མིན་སང་རྩ།) །མི་ནི་(མི་མི།) །སོ་དང་(ཐུམ།) །སྟེ་ཐུ(བདུན།) །ཙཱ་དྲི་ཁྲུ་མེར་ཞི་(འཁོར་ལོ་སྤྲུར་རྒྱལ་བཞི།)  
 །རི་བྱང་བྱིང་མ་བེང་ང་ཅི་ལ(རི་རབ་བདུན་མ་བཞི་པོ་ཡོད་ལ།) །ཙེ་རང་ཁོར་སྤུལ་ག་ར་པ་ཕྱུང་ཞིན་(ལག་  
 པ་གཡས་འཕེལ་སྟེང་བ་དབྱུགས་པ་འཛིན།) །ལ་ཐེབ་མེར་ཞི་སང་ལ་ནམ་ལྱང་གྲིན(སྟག་མཚོག་རྒྱལ་ཆེན་  
 ལྷའི་གནས་ཡིན།) །ཉི་རི་(ཉི་མ།) །རྒྱ་ཞི་(རྒྱ་བ།) །མེག་ཞི་(སྤྲུལ་མ།) །རྩ་དང་(སྤུལ་ལ།) །འཕངས་(རྒྱུངས།)  
 །དུ་དྲོག་དགའ་ཐུལ་ཕྱེ་ཐུན་རྒྱུང་(ཐོག་དང་སེར་བ་གནས་འབྱུག་སྟོག།) །ཤེམ་ལོ་(དཀར་རྒྱང་།) །མང་དྲིང་  
 མར་བང་བྱི་ཞུམ་ཁི(དམར་ཐོ་སེར་པོ་གཞུང་ཆོན་འོད།) །རྩི་བྱང་ཤང་ཐུར་འབྱུང་ཐེམ་སྤྲུང་(གངས་རི་

གང་ཟག་ཅི་ཤིང་བཟང་། ཉང་[དང་]ར་དིང་གྱི་ཅུ་ཙེ་འབྱེལ་(རྒྱ་མཚོ་རྒྱ་གཙང་ཁྲུང་གྱི་རྒྱུང་།) མིང་ནམ་  
 གུ་མུན་ཁྲུན་ཞི་ལིག་(མིང་ཁམས་མུན་པའི་བསྐལ་པ་མིང་།) ཡོ་ནིང་ཤིམ་རྟོ་ཁྲུན་ཞི་ལིག་(ཡོང་ཁམས་དཀར་  
 པའི་བསྐལ་པ་མིང་།) སང་རྒྱུང་ལིག་སྒྱེལ་མེར་ཞི་རྒྱུ(སངས་སོ་མིང་སྐོས་རྒྱལ་པོ་རྒྱེ།) ཉིང་ཟང་མེར་ཞི་ལིག་  
 མི་སྒྱུམ་(རྒྱ་ལྷགས་རྒྱལ་མོ་མིང་པའི་ཡུམ།) ལྷ་རྩི་ཕུ་ལེ་ཉང་དོད་རྩྱིམ་(ལྷང་དབུལ་སྒོང་དུ་སྒྱུལ་པའི་བཤོས།)  
 པ་ཅིས་རྩིང་ནི་ཅུ་མྱི་གྲུང་(མིང་པོ་མིང་མོ་བཅུ་བརྒྱད་དོ།) མིང་ནི་གུ་མུན་ཉིང་ཉིང་རུ་(མིང་ཁམས་ནག་  
 པོ་ལྷས་དཔར་བཤོས།) གེ་གྲུ་ཕུ་ཉི་ཅ་ཉ་ཀུ་ཉ་(བདུད་བཙན་སྒྲུ་གཉན་སྐན་པོ་འདྲེ་གདོན།) དམུ་ཞག་དེ་ཉལ་  
 ཁ་མུང་གྲུ་དུན་ལིག་(མཁའ་མིང་རྩོ་འབྲེལ་མོ་ནག་དགྲུ་ཅ་མིང་།) རིག་ཉིག་ཟད་དེང་སུམ་ཞི་ཞིང་དང་ས་  
 པོན་རྒྱ་གསུམ་བཞིན། བ་སུམ་མི་སུམ་ལིག་ནི་སུམ་(པ་གསུམ་མ་གསུམ་མིང་པ་གསུམ།) ཉ་དོད་ཉི་ཅུ་ཕུ་  
 སེ་སྒྱེ(དེ་བཞིན་རྒྱ་མཐུན་སོ་སོར་སྒྱེ།) ཉ་ར་སང་ཅི་ཤེ་རྒྱ་ཅི་(ཡེ་ཤེས་རྩ་ཡི་ཐུགས་རྩེ་ཡི།) ལ་སང་ནི་བེར་ཤེ་  
 ཁོད་རྩལ་(ལྷག་ལ་མེ་འབར་མཐུ་སྒྲོབས་ཀྱིས།) རྩ་ནིག་མེར་རྩིམ་གི་ལི་ཡ་(བཞེགས་ལ་མཁའ་གཞུ་ལུར་པ་  
 གཟེར།) གྱི་གུན་ཅོར་ཅོ་གྲ་ཅད་(དག་བཞེགས་སྒྲིང་ལ་རལ་གྱིས་གཞུབ།) གུན་གྱི་ཤེ་ལེ་སྒྲི་ཅེ་ཡ་(དག་ཡི་  
 སྒྲིང་ལ་མཁའ་གསུང་འབྱུག་།) དུན་ཅོ་ཤེ་ཐུན་ཤ་འབལ་ཅད་(བན་ལོག་སྒྲིང་རྩ་རྩེ་པོས་བཙད།) གྲུར་ཅོ་ཕུ་ལ་  
 པོ་ཡང་འདེགས་(པོན་ལོག་མགོ་ལ་ཐོ་བ་རྒྱབ།) གུན་གྱི་ལུང་ནི་ནི་རྒྱུང་ཨར་(དག་ཡི་སྒོ་བ་མེ་དཔུང་བཞེག།)  
 ཉིང་ཉིང་གྲུ་དུ་རྩ་ནིག་སྐད་(ལྷས་དཔར་འདྲེ་གདོན་མཚན་པ་ཚོད།) གེ་གྲུ་ཕུ་ཉི་མ་མུང་དང་(བདུད་བཙན་  
 སྒྲུ་གཉན་མ་མོ་དང་།) མེར་སྒྲུངས་གྲུ་ཉིག་ཟན་དུ་སྒྱེས་(རྒྱལ་འགོང་ཐེུ་རང་གཡོག་རྒྱ་སྐོས།) ཡོང་ནིང་  
 ལིག་ཞི་གྱེར་གྱི་ཞིན་(ཡོང་ཁམས་མིང་པ་པོན་གྱིས་འཛིན།) ཕུ་ལ་དམུ་ཁ་ཉི་རི་ཤེ་(ནམ་མཁའི་དབྱིངས་ལ་  
 ཉི་མ་ཤར།) སྒྲ་རི་འཇར་མིག་དུ་འཕང་གྱིམ་(སྒྲ་བ་གཟའ་སྐར་སྒྲིན་སྒྲངས་འབྱེལ།) སྒྲ་ཞི་ཕུ་ལེ་ཅི་ཐུག་  
 སྐར་(ས་གཞི་སྒོང་དུ་ལོ་རྟོག་བཟང་།) ཉི་ཕུ་ཕུ་སངས་དེང་ལྷན་གྲག་(བར་གནམ་ས་ལ་གཡུ་འབྱུག་སྒྲོགས།)  
 འབྱུང་སེགས་སྒྱེལ་ཁྲུང་ཞག་རུལ་(དཔག་བསམ་ཤིང་ལ་བྱ་ཁྲུང་རྒྱུང་།) དང་ར་ཕྱིང་ལ་མར་ཅོ་ཡུག་(རྒྱ་  
 མཚོ་སྒྲིང་ལ་གསེར་ཉ་མགྲོགས།) རྩིལ་ཅད་ཕུ་ལ་སངས་ཀོ་རྩེ་(གངས་རི་ཁ་ལ་སེང་གེ་རྩལ།) སྐས་ཞི་སྒྲི་ལ་  
 ཉང་ཉི་ཉས་ཉི་ཡུག་(ས་གཞི་ཐོག་ལ་ཉ་དང་སྒྲང་ཆེན་མགྲོགས།) རམ་ལུང་སེ་སྒོ་གྲུང་མིག་སྐར་(གནས་དང་  
 ཁང་བ་མཛོད་མིག་བཟང་།) རྩིལ་ཅད་ཤང་ཐུར་འབྱུང་ཐེམ་ལིག་(གངས་རི་གཡའ་བྲག་ཅི་ཤིང་མིང་།) བ་ནི་  
 རེ་ར་ཁེ་ཅོ་སྐར་(པར་མེ་རྟོག་འབྲས་བྱ་བཟང་།) རད་ན་མི་སྐུམ་ཅད་ཉས་སྐུངས་(རིན་ཆེན་དང་མའི་སྒྲིང་  
 ལྷར་སྐུངས།) ཕུ་ཅུག་ཤེ་ཅུ་ལེ་ལོ་ལོ་སྐར་(བྲག་ཤིས་ལྷ་ཆོ་ལོངས་སྒྱུད་བཟང་།) སང་ནི་གྱེར་སུམ་ཕུ་ཅུག་

ཞིན་ལྷ་མི་བོན་གསུམ་བཟླ་ཤིས་འཛོན། བེ་ནང་(ནང)། སྤྲོད། གྲུང་(མཛོད)། ང་དྲུག་(ཡུ)། ཅི་(ཡོད)།  
 ཅང་རི་(རྩ)། སྤར་ལང་(མགོ)། ཀ་དྲར་(མཁལ་མ)། ལྷུ་མ་ཞི་(ལྷ)། ལུ་རྒྱུང་(སྒོ་བ)། སེག་(དབྱུགས)།  
 སྤུན་(མཆེན་པ)། སྤུན་གོས་(ཐོད་པ)། བད་(བཀའ་པ)། ཤེ་སྤུན་(སྤུང་)། ཏ་ཕྱེ་(ཕྱི་ས)། ཤེ་ཤེན་(ཤེས་པ)།  
 ཀྲ་དྲུན་(དགུ་ནི)། ཏི་ཙོ་(བསོགས་པའི)། གྲུང་(མཛོད)། ཀྲ་ཤུ་ཙོ་སེང་གྲུར་ལེ་(ཀུན་གཞི་མ་གཡོས་བོན་  
 ཉིང་དབྱིངས)། ཀ་སངས་དུ་ཏྲོག་ཤེ་ཤེན་རྒྱུ་ཀུན་རྣམ་དག་པ་ཤེས་པའི་རྒྱུ། ཏི་བར་གྲུར་ལེ་ཤེན་ཙོག་  
 བེ་(བཀ་ཆགས་བོན་དབྱིངས་ཤེས་སོགས་གཉིས)། ཏིག་ཏི་ཁྲི་ཙོན་ཏི་ཀུན་ཤེན་(རིག་པ་སེམས་ཀྱི་ཀུན་ཤེས་སོ།  
 གྲུར་ཅི་ཡོ་ཡོང་སྤྲུ་གྲུང་སྤར་(བོན་ཅན་ཡོངས་ཀྱི་སྤྲོད་མཛོད་བཟང་)། ཏིང་འབྱུང་ང་དྲུག་ཅུ་ཤེལ་  
 བེ་(འབྱུང་བ་ལྷ་ཡི་བཅུད་བཟན་པ)། ལི་སྤང་ལེ་ཉེ་དང་སྤྲུ་ཞི་(རྒྱུང་སྤྲུ་མེ་ཉེ་རྒྱུ་ས་གཞི)། ཏ་ར་ང་དྲུག་ཅུ་  
 ཤེལ་ལེ་(ཡི་ཤེས་ལྷ་ཡི་བཅུད་བཟན་པ)། མི་དོད་མ་གྲུང་ཏ་ར་མང་(མི་སྤྲོ་མི་འགག་ཡི་ཤེས་སྤྲོ། སྤྲོ་ལིག་ཐ་  
 ཆེན་(སྤང་སྤིང་ཐམས་ཅད)། བེར་ཀར་ཁི་ཁར་ཞི་(གསལ་བ་ལ)། ཏ[ད]དོད་མ་མིན་ཏ་ར་ཅུ་(དེ་བཞིན་  
 མེད་པ་ཡི་ཤེས་བཅུད)། ལྷ་ཡི་(ཞེ་སྤང་)། བེ་དྲུད་(གཏི་ལྷག)། ལྷེ་ཤེན་(ང་རྒྱལ)། ལྷག་ལེ་(འདོད་ཆགས)། ལྷ་  
 ཏྲོག་(ལྷག་དོག)། ཏི་ལྷལ་དུབ་དུབ་པ་སྤྲུ་ལྷལ་(འལྷལ་བ་ཉོན་མོངས་པ་རྒྱས་དུག)། ཁྲི་ཙོར་(སེམས)། ཏ་  
 ཡུད་ཡིད། མང་སྤུན་(ཤ)། ཀོ་ཙོད་(གཟུགས་ལུས)། སེག་རི་(དབྱུགས)། སྤང་ཙོ་(དག་སྤྲོ། ལྷལ་ཞི་(ཐོད)།  
 ཏྲོ་ཏྲོག་(ཡོན་ཏན་ཟག་ཅི་ཀོ་དྲུག་(ཟག་པའི་ཕུང་པོ། ཏི་ཤེན་(ནམ་ཤེས)། ཏ་ཏྲོག་(རྟོག་པའི)། ཁར་  
 ལྷ་(རིག་པ)། ལྷར་རྒྱུང་(དབང་པོ། ལྷར་རི་(འདུ་ཕྱེད)། ཀྲ་ར་(འདུས་ལྷས)། ཀུན་ཤེན་(འདུ་ཤེས)། ཏི་  
 ཙོག་(ཆོར་བ)། རེག་སྤུན་(ལྷག)། ལྷང་ཁྲི་(ངན་སེམས)། སྤྲུ་ཁྲི་(གདུག་སེམས)། སྤྲུ་མིག་ལོག་(ལོག་པར་ལྷ)།  
 སེ་བྲག་(སོག་གཙོང)། ཀྲ་སྤུན་(ཀུན་མ)། མི་སོམ་(སྤྲོར་ལོག)། ལྷང་ཙོ་(ཆོག་རྒྱབ)། ལྷག་ཙོར་(དག་འལྷལ)།  
 སྤྲུ་པ་འཛོན་(འཕྲ་མ་རྒྱན)། ཟད་ཙོ་(སེར་སྤྲོ། ཙོ་འཛོན་(འཛོན་ཆགས)། ལྷག་ལེ་(འདོད་ཆགས)། ལྷལ་  
 རོམ་(སྤྲོར་བ)། ཏི་ཁོར་(འཁོར་བའི)། སྤྲུ་ལྷར་དྲར་(ས་བོན་འདེབས)། ས་ཏི་(ལྷལ་ཁྲིམས)། སྤྲུ་ཡི་(ཉམས་པ)།  
 ལྷ་པ་དྲུ་ཏི་(དལྷལ་བའི)། ཏ་གྲུང་འཛོན་(སྤྲུ་ཤེང་འཛོན)། མོག་ཙོ་(མ་རིག)། ལོ་སྤུན་(སྤྲོ་རྒྱུང)། ལོ་  
 སྤུན་(སྤྲོ་རྒྱུག)། ཐ་ཡུན་ལེ་(ཐབས་ཟད་མིན)། ཀྲ་རི་(ཀུན་རྟགས)། ཡ་མིན་(ལོག་འལྷལ)། སྤྲུ་སྤུན་(ལོར་བ)།  
 མ་ལེ་ཞི་(མི་བདེན་གཞི)། མགོ་ཙོ་(མ་རིག་ཡོད)། ཤ་ཟེ་(རྒྱུང་མོ། མ་མིག་མེན་མིག་མེད་པ)། སྤྲོ་དོར་(འདུ་  
 ཕྱེད)། ལྷག་འཁོར་(རྩ་མཐུན)། ལྷང་སེ་ཀྱིན་(ལུ་པོ་འདུ་ཡིན)། ཏི་ལྷང་(ལྷང་པོ། ང་དྲུག་(ལྷའི)། འགིར་  
 ལྷ་ཀྱིན་(ཕྱེ་བཀ་སྤོན)། ཉེ་ལོ་(ཏིང་འཛོན)། ས་ཏིག་(ཤེས་རབ)། ལོ་སྤྲུ་ལེ་(དམིགས་མེད་དམ་རྒྱ)། ཀོ་ལྷང་



(གཟུགས།) ང་དྲུག་(ཡ།) རྟེ་ཁོར་(རྟེ་ཁོར་ཡ།) བ་དན་གྲུང་(ཡན་ལག་བརྒྱད།) ཟུར་རྒྱུང་(དབང་པོ།) ང་  
 དྲུག་(ཡ།) བེམ་ལལ་(ཚར་བ།) རྟེ་ཡུང་ང་(ཡུང་པོ་ཡ།) དམེག་(མེག།) ར་ཅེ་(ན་བ།) ལྷུ་མ་ཞི་(ལྷུ།) རྟེ་  
 རི་(ལྷུ།) བ་ཡུང་(ཡིང།) རྟེ་ཡུང་(གཟུགས།) ལྷུ་སྒྲུང་(སྒྲུ།) བེན་ཅེ་(ཇི།) ཡུག་ཅོག་(ར།) ལམ་ཟེ་(རིག།)  
 རྒྱར་(བོན་གཏེར།) ང་ལ་(བདེ་བ།) རུབ་ལྷུག་བཟུལ། རོང་མེན་(བཏང་སྟོམས།) བ་ཅུ་(རྒྱ་ཆེ།) རེ་  
 ལོ་(འཛུལ་པའི།) བེ་ཤེན་(ཤེས་པ།) ལྷུ་ཅུག་(གསོ་བས།) མེག་སོམ་(མི་ཆགས།) དེ་ཟུར་(མི་ལེན།) བད་  
 ཅུར་(བདེན་པའི།) ག་ཨག་(གུན་དགའ།) ཅེ་ཅེ་(ངག་ཞི།) རྒྱང་སང་(ཆོག་འཇམ།) སང་ཁྲི་(རྩ་སེམས།) དེ་  
 ངེད་(བུམས་པའི།) རོ་ཡེ་(མི་བདེ།) ཏང་དན་(རྩ་བ།) རྒྱར་ཤུང་(ཐེ་ཆོམ།) རྟེ་ཤེན་(འཕྲོ་བ།) རྟེ་ག་  
 སེ་(མཁོན་འཛིན།) རྒྱ་ར་(གུན་བརྟགས།) རུ་ར་(སེར་སྒྲུ།) འགྲུ་རེ་(རྩ་སྒྲུའི།) རྒྱུ་མ་མེག་(གཡོ་བའི།) རྒྱབ་  
 ཅེ་(འཛུལ་པའི།) རྒྱ་མེན་(མ་ཆགས།) ཡོག་ཟེ་(ཆན་མོ།) ཤང་ཟེ་(ཆང་པོ།) རྒྱང་ཟེ་(གཞོན་ལུ།) བ་མོ་  
 ཏེ་(ཤིག།) མེག་ཕྱིན་(ངོ་ཆ་མེད།) འགྲུ་ཏི་(ནོན་མེས།) ག་ག་(ཆོད་པ།) མི་སྟོམ་(མ་ཁྲུ།) ལེ་ལུས་(ལེ་ལོ།)  
 རྟེ་དར་(བག་མེད།) རྟེ་ཏོར་(དཔག་མེད།) རུ་རེ་ཤོ་ཏི་(བརྟེན་པའི།) རོ་རྒྱར་(གཡེད་པ།) རུ་ལོ་(འཕྲུལ་པ།)  
 རོ་རྒྱར་(འཕྲོད་པ།) ཏ་ལང་(རྟོག་པ།) ལམ་རན་(སྟོད་པ།) བཟུལ་ལྷག་(ཞོན་མོངས།) བ་ཡུང་(ཡིང་གི།)  
 བད་གུན་ཞི་ཕྱིན་ཅེ་ལོག། ཡ་ཡོང་(ཡོངས་སུ།) ཏི་ཅར་(ཐང་ད།) བ་ཆན་(ཐམས་ཅད།) རྒྱན་(ཡིན།) ཏ་  
 རོད་(དེ་བཞིན།) རྟེ་ཅན་(སེམས་ཅན།) ལས་སངས་(ལས་དབང་།) ཅེ་(གི།) ལེག་རྟེང་(ལྷིང་ཆགས།) རྒྱང་  
 རྟེང་(འཇིགས་རྟེང་།) ལམ་ལུ་ཅེ་(གནས་པའི།) རྒྱན་ཞི་(བསྐལ་པ།) བ་ཆབ་(ཆེན་མོ།) བེང་ང་(བཞི།)  
 རྒྱར་(འཕྲུར་རོ།) རྒྱར་ཞི་(བོན།) བ་ཆན་(ཐམས་ཅད།) མ་ཏར་ཅེ་(རྟོད་པ་ཞིང།) ཏི་རྒྱུ་(འཛུལ་པ།) རིན་  
 ཅེ་(ཞེར་བཞག།) བེང་ང་ཞི་(བཞི་ཡི།) ཏིག་ཏི་(ཡང་དག།) ལག་དུམ་ལུར་(ལྷང་བ།) ལམ་ཟེ་(རྩ་འཕྲུལ།)  
 ཆས་སུ་(ཆང་བ།) ཟུར་རྟེང་(དབང་པོ།) ཏི་ཤན་(རྟེམས།) རྟེ་ལོ་(ཏིང་འཛིན།) རུ་ཅོ་(མ་ཡོངས།) རི་  
 ཤེན་(གཤེན་རབ།) ལྷུ་མ་(ལམ།) བེང་ང་(བཞི།) རོད་རྩལ་(སྟོབས་ཆེན།) རྒྱར་མེན་ཞེ་(འཇིགས་མེད།) ཅུ་  
 སུམ་(བཅུ་གསུམ།) བ་རུ་ལྷུ་མ་ཞི་(ཐར་པའི་ལམ།) རྟེ་གྲུང་(མདུན་བརྒྱད།) རུ་ལོ་(ལྷིང་ལ།) མི་དུད་མ་  
 རོག། ཅུ་ང་དྲུག་(བཅུ་དྲུག།) རུ་ཏིང་(ལན་གཅིག།) རུ་ང་(ཕྱིར་འོང་།) ཅུ་ཏི་(བཅུ་གཅིག།) ལྷུ་མ་ཞི་ཞེ་  
 རྟེ་ལྷུ་གྲུང་(རྒྱན་ལྷགས་འབས་ལུ་བརྒྱད།) ལྷུ་ཅུག་(ཆང།) མ་མེན་(མེད་པ།) བེང་ང་(བཞི།) ལྷུ་ཅུག་(བཟ་  
 ཤེས།) ངས་དེ་ཤེན་(འཕྲུར་མེད་རང་རིག།) རྟེས་(བདུན།) རྒྱར་དོ་(གཤེན་རབ།) ཏི་ག་(བདེན་པ།) བེང་  
 ང་(བཞི།) ཅེ་རིག་(སོ་སོ།) ཅེ་ཕྱི་(ཡང་དག།) བེང་ང་(བཞི།) རྒྱ་ནར་(མི་སྟོམ།) རུ་ཅོ་(གཟུངས།)

སྒྲིལ་(བདུན། བ་གེ་(མཐར་གྱི། ཉེ་ལོ་(སྒྲིལ་འཇུག། གྲུ་དུན་(དགུ་བོན། ཚར་ཅི་(མཚན་མ། མ་མེན་(མེད་  
 པ། བེད་ང་(བཞི། ལྷུ་ཁེ་(རྒྱན་ཏུ། དེ་རྒྱལ་(གནས་པའི། ཤེ་རྒྱ་(ཐུགས་རྩེ། ཏ་ཅེ་(རྟོགས་པ། ཏི་  
 ཀྱ་(ཆེན་པོ། མ་སྲུང་(བསྐྱེད་ཏུ། མ་མེན་(མེད་པ། དེ་སྟོང་(སྟོན་གྲུབ། སྲུང་ཅི་(སྒྲིལ་ལས། ཀྱོ་མེན་(རྣམ་  
 པར། ཀ་དྲོ་(དག་པའི། ལ་དུ་ཡུག་(ལེགས་པར། ཉེ་ཁེ་དུ་(སྒྲིལ་པ། སྲུང་ཐུང་ཐུང་(རྣམ་མཁའ་ལྷ་  
 བའི་སྐ། སྲུ་ནི་སྐང་ཆེན་(རྣམ་མཁའ་ལྷ་བའི་གསུང་། སྲུ་ཡེ་ཤེ་སྐན་(རྣམ་མཁའ་ལྷ་བའི་ཐུགས། སྲུང་  
 སྲུ་(གཡུང་སྲུང་། སྐས་ཁེ་རྩ་ཙེ་ནི་(ས་བརྩ་ཐམ་པ། སྐ་ཁེ་ཏི་ཁེ་ག་ག་སྐས་(ས་དང་པོ་རབ་ཏུ་དགའ་བའི་  
 ས། བེ་སྐམ་གྱོ་ཚང་མ་མེན་སྐས་(གཉིས་པ་དྲི་མ་མེད་པའི་ས། སྐམ་ནི་ཁེ་ཁར་འབར་ར་ནི་(གསུམ་པ་  
 འོད་ཟེར་འབྱུང་བརྒྱལ། བེད་ང་ཁེ་ཏྲོག་ཏ་ཅེ་སྐས་(བཞི་བ་ཐུག་རྒྱ་ཀུན་སྐྱུར་ས། ང་དུག་གྱེར་ཁེ་དུ་  
 སྲུང་སྐས་(ཐུ་བ་བོན་ཉིད་སྐྱོན་ཆོགས་ས། དུག་སྐེ་དེ་ལོ་སྲུ་ཏྲོག་སྐས་(དུག་པ་བདེ་ཐུན་རྟོགས་པའི་ས། སྐེ་  
 ཙེ་ཐ་ཡུད་མོར་ཏ་སྐས་(བདུན་པ་ཡིད་བཞིན་འབྱུང་བའི་ས། སྐེ་གྲུང་ག་ཤ་གྱོ་མེན་སྐས་(བརྒྱད་པ་མ་  
 ཆགས་དག་པའི་ས། གྲུ་དུན་གྲུ་གེ་ཙག་གོར་སྐས་(དགུ་པ་ཡི་གེ་འཁོར་ལོའི་ས། རྩ་ཙེ་དུང་སྲུ་ག་གྱུ་  
 སྐས་(བརྩ་བ་གཡུང་སྲུང་འབྱུར་མེད་ས། ཅེ་ཏྲོག་གྲུ་དུ་ཁེ་ཁེ་སྐས་(བརྩ་གཅིག་ཀུན་ཏུ་འོད་གྱིས། རྩ་ནི་  
 ཏ་ག་གྱེར་ནི་སྐས་(བརྩ་གཉིས་བདེ་ཆེན་བོན་གྱིས། རྩ་སྐམ་ཁེ་ཙེ་མ་མེག་ཡེ་(བརྩ་གསུམ་འབྲས་བུ་སྐྱེ་མེད་  
 དབྱིངས། ཏ་ཐ་(ཐ་བ། ཏིར་ཁེ་(རྩལ་དང་། དུར་ཙེ་(ཐ་རབ་ནི། ཟང་ཏིང་འཕོ་ལ་(ཐུགས་རྩ་  
 བོད་། ལུག་དང་ཏས་(ལུག་དང་སྐང་། ཉེ་ཁར་(ཉེ་ཟེར། དུར་དང་(རྩལ་དང་། ཐ་མེན་ཅི་(སྐྱོ་མ་དང་།  
 ཐ་མོ་(ཤིག། ཟག་ཅི་(ནས། སྐེ་གྱུ་སྐན་(བདུན་འབྱུར་སོར། སྐན་ཙེ་(སོར་ཆོགས། བེ་རྩ་(ཉི་ཤུ། བེད་ང་  
 (རྩ་བཞི། རྩ་(ཐུ། རྩ་རང་(ཐུང་ར། བེད་ང་(བཞི། མོ་དོ་ཏྲོག་(གཞུང་འདོམ་གང་། ཏ་དོད་(དེ་དག།  
 ང་ར་(ཐུ་བརྒྱ། ལུ་སྐང་གྱིན་(རྒྱུད་གསལ་ཡིན། ལུ་སྐང་(རྒྱུད་གསལ། སྐེ་གྲུང་(བརྒྱད་པེ། གེ་ལ་རྒྱེ་ལ་  
 ཏྲོག་(དཔག་ཚད་གཅིག། ཏྲོག་ཙེ་(སྐྱེད་ཙམ། ར་རུས་(བརྒྱད་དང་། རྩ་ཙེ་ལེ་(གཉིས་བརྩ་ལ། ཏྲོག་  
 ཏྲོག་(སྐྱེད་ཅིག། མ་མེན་(མེད་པ། ཅེ་ཏ་ཡུན་(ཡིན་པར་འདོད། ད་དོད་(དེ་དག། དུག་རྩ་(དུག་རྩ།  
 ཏ་ཏང་ཏྲོག་(ཐང་ཅིག། ཏི་དང་ཡུད་(ཐང་ཡུད། རྩ་སྐས་(ཞག་སྐས། སྐམ་རྩ་སྐྱུར་(གསུམ་རྩ་བསྐྱུར།  
 སྐེ་རི་(སྐེ་བ། རྩ་ནི་(བརྩ་གཉིས། ལ་ལོད་ཏྲོག་(ལོ་གཅིག། རྒྱ་གང་(གང་པོ། ཏི་བར་(འཕར་ནི།  
 ཏི་ཕྱིན་ཕྱིན་(ཕྱིད་ཡིན། བེ་རྩ་(ཉི་ཤུ། སྐམ་རྩ་(སྐམ་རྩ། བེ་རྩ་(བཞི་བརྩ། ང་རྩ་(ཐུ་བརྩ། དུག་རྩ་  
 (དུག་རྩ། སྐེ་རྩ་(བདུན་རྩ། གྲུང་རྩ་(བརྒྱད་རྩ། གྲུ་རྩ་(དགུ་བརྩ། ར་(བརྩ། ལྷང་ཁེང་(སྟོང་ཐག།



གྱུན་སྒྲོན་ཡིན། གྱུར་ཞི་རྒྱལ་མཚན། མེར་རོ་རྒྱལ་པོ། ཏུ་ཕུད་(འཁོར་ལོ། ཉི་འཁོར་(བཀོད་འཁོར་  
 འདྲན། བེ་ཡིག་(དོར་མེད། དམུ་དོར་(དངོས་མེད། དམུ་ཉར་སྒྲོང་ཉིད། ཉི་འཁོར་མེན་(འཁོར་བ་  
 མེད། འགྲོ་དང་(རྒྱུ་ལ། ཆས་འཕུ་སྒྲིང་ལ། སྤྱུ་ཕྱག་(འཕྱར་མེད། སྤྱ་བྲ་(བཟང་པོ། ཉ་ཞི་(སྒྲོན།  
 ལོ་ལྷ་(དང་པོ། ལོ་ལྷ་རྩོ་ཡེ་མོར་ཉིང་(ཐོག་མ་རིག་པ་བཞིན། ཤེ་ཐུན་(ཐུགས་རྩེ་དགོངས་སུ། ཉེ་ལོ་  
 (བསམ་གཏན། གྱུར་དོ་(ཤེས་པ། ས་ཉིག་(ཤེས་རབ། དེ་ཤིན་ནི་(རིག་པ། ཉི་རྒྱུམ་(བར་པ། དེ་  
 ཤིན་(རྒྱུ་ཤེས། ཤི་ཤིན་(ཤེས་པ། གྲུ་ཤུ་(གུན་གཞི། ཉེ་བྱུ་ཡི་(མི་གཞི། བྱི་ཚན་(སེམས་ཚན། བྱི་  
 ཚེ་(སེམས་ཉིད། དམུ་ཉེས་སྒྲོང་ཉིད། སྤྱ་ཡེ་(དབྱིངས། སྤྱ་ལེ་(སྒྲོང་། ཉི་བྱུང་(འབྱུང་། འབྱུར་(འབྱུ་བ།  
 རི་(འགའ་ལ་ཡང་ཟེར། ང་ར་གྲུ་ཁིར་(འབྱུ་བ། ག་པ་དུ་(གུན་གསལ། དོག་(རྟོགས། གྱུར་ཅི་(ཐོན་ཅན།  
 ཡི་ཡོང་(ཡོངས་ཀྱི། སྤྱུ་གྲུང་(སྒྲོང་དུ། དོད་མེན་(སྤྱུ་མེན། ཉི་གུན་(གུན་ཏུ། སྤྱ་བྲ་(བཟང་པོ། སྤྱེལ་  
 ལིག་(སྤྱུང་སྤིང་། ཡི་ཡོང་(ཡོངས་ཀྱི། བཅུ་ཤེལ་(བཅུད་དུ། ཉར་པ་(ཡེ་ཤེས། ཐད་དོ་(རྒྱ་ཆེལ། ཉེ་  
 བྱུ་(བྱུ་བ་དལ། ཉེ་ལོ་(མཉམ་ཉིད། ཉེ་ལུས་(ལེ་ལོ། རྩེ་དར་(དཔག་མེད། རྩོ་རྩོར་(བག་མེད།  
 མེན་མེད། ཐུ་རི་(བཛོད། ཐོ་ཉི་(ལེས། ཐོ་དུར་(གཡེང་བ། མང་ནན་(འབྱུལ་པ། དོ་གྱོན་(འགྱོད་པ།  
 གཤུ་བ་མེན་(གཉིས་མེད། སྤྱོད་མིག་བྱེལ་(རོ་ཆ་མེད། གྱུར་ཤུད་(ཐེ་ཆོམ། ཉེ་ཤིན་(རྩོ་བ། སྤྱུ་ཅོ་  
 (འཆོ་བ། སྤྱོག་སེ་ཅི་(ཁོ་འཛོན་ནི། གི་ཞི་(རང་གི། གི་དོད་(རང་བཞིན། ཡག་ཁེར་(ཁ་གསལ། སྤྱུངས་  
 ཞི་ཅི་(སྒྲོན་པ་ནི། གུ་ནིང་(ཆོལ་ལ་ཆ་ནི། གུ་གེ་(ཡི་གེ། ར་བྱི་རྩི་(འཕུལ་གྱི་འདི། མི་རི་(འཕུལ་གྱི།  
 ཡག་སྤིན་(ཐེ་མིག། ལ་ཐམ་(བྱ་ཡི། ཐ་ཚན་(ཐམས་ཅད། ཡ་པར་(ཁ་བྱེས། ཅི་མི། ཡ་ཡུ་(ཆེ། རྩོ་  
 བ་(བསོད་ནམས། བྲ་རྩོ་(ཤེས་རབ། ས་དྲིག་(བསོད་ནམས། ཤེ་ཕུ་(བསོད་ནམས། ཡིད་(བསྒྲོད། གུ་  
 ར་(ཡོན་ཏན། ཁོ་སྤྱོད་(སྤྱུ་གྲུབ། ཕུ་དོག་(ཆད་བྱུང་། དེ་སྤོད་(དེ་སྤོད། དེ་རོ་(འབྱུར་མེད། མ་ཡ་མ་  
 ཉི་(མ་བཅོས། ཕྱི་རུ་(ཕྱི་ནང་། གེན་སྤུར་(གུན་སྤུར། ཐ་ཉིག་(མཐའ་དབུས། མེན་མེད། ཕྱི་རུ་(ཕྱི་  
 བ་དང་། སྤུ་ནམ་(ནང་གི། ཐ་ཞིག་(མཐའ་ཡི། ཉིང་ཞི་(དབུས་ཀྱི། བམ་ལུ་སིག་(གནས་སའི་དཔེ། གུ་  
 གེ་(འཛོན་རྟོག། མ་མེན་(མེད་པ། ཡེ་སྤུན་(ཡོན་ཏན། ལི་སིང་(རང་ཉིད། གིན་དུར་མེན་(ཁ་གཉིང་  
 མེད། ཉ་དན་(ཡེ་ཉིད། སྤྱུངས་སོ་(སྒྲོན་པ། དེ་སྤོན་(དུས་ཀྱི། ཐ་ཚན་(མཐར་ཐུག། ཉ་སྤོ་(རྟོགས་ཐུན།  
 ཐང་(སྤྱི། ཏུ་ཉོད་(རང་བཞིན། ཕུར་ཕུང་(དབང་པོ། དེ་རི་(སོ་སོ། ཉི་དོར་(སྤྱིན་པ། དན་ཅི་(བདེན་  
 པ། སྤུན་(བདེན། རྩུལ་མི་(རྩུལ་ཁྲིམས། སྤུར་སོན་(བཟོད་པ། ཆར་ཅི་(བཟོན་འབྱུས། ཉེ་ལོ་(བསམ་

གཏན། ཁོད་རྩལ་(སྒྲོབས།) འུག་སྒྲིལ་(འུག་བདུན།) ཡི་སིང་(སྒྲིང་མེ།) གྱེར་སྒྲིལ་(སྒྲིལ་ལམ།) རྒྱ་ཡོད་  
 (ཐབས།) ས་ཏྲིག་(ཤེས་རབ།) སྒྲ་ར་ཏྲི་(འཕྱུལ་མེད་དོ།) འབྱུང་ང་(འབྱུང་བ་ལ།) ར་སྒྲ་ཏྲི་(མཐའ་སྒྲོན།)  
 ཡི་སྒྲིལ་(རྒྱང་།) རྒྱ་སངས་(རྒྱལ་གསལ།) རེ་རམ་(མེད་བལ།) ཏིང་ནམ་(རྒྱ་བོ་སྒྲིལ་སྒྲིལ།) རི་བང་(རི་  
 རབ།) ཡན་འདྲན་ལོ་(རབ་ཏུའོ།) ཡག་ཤོ་(ཁ་ལོ།) རྒྱེ་རྒྱུ་(སྒྲིལ་ཤིང་།) ཏང་ར་དུ་(རྒྱ་མཚོ།) སང་སྒྲི་  
 ལལ་(སྒྲིལ་སྒྲིལ།) ཏུན་(འདུས།) ཏུ་ཏྲིག་(སྒྲིག་སེར།) གྲ་ཇ་ལི་(སྒྲིག་དབལ།) སྒྲ་རན་(དཀྱིལ་འཁོར།) ཏིང་  
 ཡན་རྒྱང་(གཡུ་འབྱུག་སྒྲིག།) ཏྲི་བྲིང་(སྒྲིལ་མཐོགས།) རྒྱལ་རང་(གངས་རི།) ཤང་ཞི་(ལྷུ་གཡོ་འཇམ།)  
 རྒྱལ་རང་(མཚལ་རི།) རུར་(ཐག།) རང་ཤེར་(རི་རྒྱ།) རྒྱེ་རྒྱུ་བ་ལོ་(རི་ཤིང་སྒྲིལ་མ།) ཞིམ་ལལ་(འཇམ།)  
 རྒྱུ་རྒྱུ་(ཚོར་མ།) རྒྱུ་(རྒྱ།) ཏྲི་རི་(ཏྲི་མ།) རྒྱ་རི་(བསྐྱེ།) མེར་ཞི་(སྒྲིལ་མ།) རྒྱ་ཏྲི་(སྒྲིལ་མཚལ།) ཏིང་ཏྲི་(རྒྱ་  
 མཚལ།) ཏྲིལ་(འབྱུལ།) རྒྱང་མོ་(སྒྲིག་སྒྲིལ།) ཏུ་སྒྲིལ་(སྒྲིལ་དབལ།) སྒྲ་ཏྲི་(ཐིག་སྒྲིལ།) ཏུན་སྒྲིལ་(མི་  
 གཡོ།) གྲ་ནམ་(སྒྲིལ་མེད།) རུར་རྒྱུ་(ཐག་ལྷང་།) ཤེ་བ་ཏྲི་(དཀར་མོ།) ག་ནམ་ལུ་(ཐག་ནང།) ཏྲི་  
 ཏྲིང་(དགའ་བ།) རི་བ་(བསྐྱེ།) རི་ར་(མཚོ།) བག་ཏྲི་(སྒྲིག་ཏྲི།) རང་ན་(རིན་ཆེན།) ཞིར་ཚོ་(མོ་ཏྲིག།) ཏྲི་  
 རུང་(སྒྲིང་དོ།) རྒྱང་ས་སོ་ཏྲི་(འཁོར་ལོ།) རྒྱུ་(འཁོར་ལོ།) ཏིང་ལུང་(འཁོར་ལོ།) ཏུང་སྒྲིལ་(ཏུང་།)  
 རང་ན་(རིན་ཆེན།) རྒྱ་རང་(ལོ་རྒྱ།) རི་བང་(རི་རབ།) སན་ཇ་(སྒྲིལ་ལོ།) རྒྱེ་རྒྱུ་མི་(དཔག་  
 ཚད།) གྲ་ཚོ་(ཐུན་བརྒྱུད་ཞིའོ།) གྲ་ཇམ་(སྒྲིག་དབལ།) རོམ་ལོ་(སེར་བ།) དེ་རི་(སོ་སོ།) རྒྱུ་མིན་(ཐང་  
 མིན།) ཏྲི་བང་(དཔག།) རྒྱུ་རི་(ཏྲི།) མིན་(མིན།) ཏྲི་བྲིང་(དེ་བཞིན།) ཏྲི་བྲིང་(སྒྲིལ་བ།) ཡིག་ཞི་(སྒྲིང་བ།)  
 རྒྱུ་ཞི་(བསྐྱེ་བ།) ཏྲི་འབྱུང་ཇོ་(འབྱུང་བ།) རྒྱུ་(བསྐྱེ་བ།) ཡིག་(སྒྲིང་བ།) ཇོ་མཐག་(གཟུང་སྒྲིལ།) གྲ་  
 རྒྱུ་(སྒྲིལ་བ།) མ་ཚེ་(འཐེབ་བ།) རྒྱུ་(རྒྱུ།) མིང་ཞི་(མིང་ལམས།) ལ་རག་(ནག་པོ།) སང་རྒྱང་(སངས་  
 པའི།) ཤེ་རྒྱུ་(ཐུགས་མེ།) རྒྱ་སངས་ཏྲི་(གསལ་ཚེ།) ལོ་ཀ་(འཇིག་རྒྱུ་ཏྲི།) རི་དན་(འཇིག་རྒྱུ་ཏྲི།) ཏུར་ཚིང་  
 (མར་འཇིག་ཏྲི།) གེན་དོད་(ཡར་རྒྱུ་ཏྲི།) སངས་ཏྲི་(སངས་རྒྱུ་སོ།) དོད་མིན་(སྒྲིལ་མིན།) ག་ཚེ་(འགག་མིན།)  
 མ་མིན་འོད་(གཉིས་མིན་འོ།) ཡོ་ཐྱི་(འབྱུང་མས་ཡས།) རྒྱ་བོ་(དངོས་པོ།) བ་མིན་འོ་(མེད་དོ།) རི་ཏིང་(མི་  
 རྒྱ།) རྒྱུ་(སྒྲིལ་པ།) ཡི་(རྒྱང་།) རྒྱ་ང་དུག་(ནམ་མཐའ་ལ།) མར་ཞི་(གསེར།) ཏིང་ཞི་(གཡུ།) རྒྱ་བངས་(བངས།)  
 རྒྱུ་(དུང་།) ཏུན་(དུལ།) རྒྱེ་ཤིང་། རྒྱལ་རང་(མཚལ་རི།) དལ་རང་(སྒྲིགས་རི།) དོག་རང་(ས་རི།)  
 འཕྲ་མན་(རིན་ཆེན།) མར་ཏིང་(གསེར་གཡུ།) རྒྱ་རང་(བངས་རི།) ཤ་སྒྲིལ་(གཡུ།) ཡིང་རང་(གངས་  
 གཏེར།) དཀྱིག་(སྒྲིག་ཏྲི།) ཏྲིག་(ཞིང་།) ཁོད་རྩལ་(ཆེ་ལ།) རྒྱུ་ཐང་(ས་བོན།) རི་ཐུག་སྒྲིལ་(མོ་ཏྲིག་

བཟང་། ཉིག་སྒྲུབ་(ཞིང་བཟང་།) གྲ་འཇིལ་(ཐོག་དབལ།) རོམ་པོ་(མེར་བ།) མ་མེན་(མེད་པར།) སྤངས་  
 ཟད་དོ་དང་(འབྲུ་ཚྭ་སྒྲུབ་།) གང་ཀ་(ཤར།) མི་འབྲུ་(བྱང་།) ར་ག་(རུབ།) མ་དང་(སྟོ།)  
 ཅོག་(སྟེང་།) ལྷ་སྟོང་(ལོག་ཕྱོགས།) ཤེ་ལེ་(དཀར་ལྗང་།) མ་དང་(དམར་སྟོ།) ལ་(ནག།) ར་(ཁ་བོ།) ཐོན་  
 ལ་(མཐོང་།) ཉི་སྒྲུབ་(ཉི་ཟླ།) ར་ལྷག་(གཟུང་སྒྲུབ།) ལིར་(ལོད།) ལྷག་(ལ།) སྤར་(སྤུབ།) གེན་དུར་(ལ་  
 གཏིང་།) ཕྱོ་ལམ་(བཏང་།) ལིར་(གསལ།) ཉིག་(མཚོད།) སྒ་ཞི་(རུབ་ཏུ།) མེན་(མེད།) སྟོང་(ཕྱོགས།)  
 ཞི་(ཕྱོགས།) དེ་ཕུ་(བུ།) དིག་(ནས།) མི་དོད་(མི་སྟོ།) མ་གྲུང་(མི་འགག།) གྲ་ར་(ཡོན་ཏན།) བམ་(ཐུན།)  
 སད་ཞི་(ལྷ་དང་།) མི་ཞི་(ལྷ་མེན།) མེར་ཉི་(ལ་མཐོ།) སྤེར་ཅ་ན་(རིས་རྒྱལ་བོ་དེ།) དུ་ཉི་(དཔལ་བ།)  
 སྤང་ཕྱུང་(ཡི་དྭགས།) དུད་སྤར་(སྤུལ་སྤང་།) བུ་ག་(ལྷ།) སྤར་ཟངས་(སྤུང་བང་།) ཅི་(ནི།) ཤེམ་ཅོ་(དྲི་ཟ།)  
 ཡག་(གཞོད་སྟེན།) ཤེམ་ཤེན་(མེ།) གེ་(བདུད།) སྤུ་(དཔལ།) སྤུ་(བཅན།) མེར་(རྒྱལ།) ཉིང་ཉིང་(ཉམས་དན།)  
 གྲ་བྱ་(ལྷ་འདྲེ།) སྤུ་དོ་(འབྲུང་པོ།) མང་ཤམ་(འགོད་པོ།) སྤར་གྲུ་(མགོ་མཐའ།) མ་ར་ཡ་(སོད་སོད།) ཉི་  
 དྲ་(གཞན།) གྲི་གན་(གདོན།) གྲ་ཏུ་(དག་བོ།) ཐ་ཏུ་(ཏུང་།) སྤུ་ཞི་(འཕྲོ་བ།) སྤུ་དོར་ཤིག་(བཟགས་པ།)  
 ཏུ་ལེར་(ལ་དོག་ཅེ།) ཅེ་དོ་གི་རྒྱག་(དབྱིབས་དངོས།) སྟོ་བོ་(དངོས་པོ།) ཟ་ཅི་(མེར་ལྷ།) སྤུ་སྤིག་(མདུང་  
 པ།) མེན་(མེད།) སྟོ་ཅི་(མ་རིག།) སྟོ་ཡེ་(ཞེ་ལྷང་།) བེ་དུད་(གཏི་ཕྱག།) སྟོ་ཤིན་(ད་རྒྱལ།) སྤུ་ལོ་(འདོད་  
 ཆགས།) ལི་ཕྱག་གོ་(མེམ་པོ།) དཔུ་ཏོག་(འཕྲག་དོག།) དུབ་དུབ་(ཉོན་མོངས།) བསྐལ་ཆར་(སྤྱུག་བསྐལ།)  
 ཏུ་ལང་(རྟོགས་པ།) དུབ་མེན་ལོ་(ཉིད་མེད་དོ།) སྤུ་ཞི་(མགོ།) སྤར་ལང་(མགོ་པོ།) ལྷག་པར་  
 སྤུག་(མཐོན་གསང་།) སྤིག་(སྤུལ་ཞེས་སུ།) སྤུ་སྤིག་(སྤུ་འཕྲུལ།) ར་བྱེ་(འཕྲུལ་གྱི།) གྲ་བྱེ་(འཕྲུལ་དག།)  
 དོར་(མཚོན།) ཉིང་ལྷན་(གཡུ་འཕྲུག།) ལང་(བྱ།) ལྷང་(ལྷང་།) མགོན་བཟང་(ཉ།) ཅ་ཟ་(ཉ་མོ།) ཏུས་  
 སྤི་(སྤང་པོ།) སྤུ་དུ་(ར་མོང་།) ར་(པག།) གཡོར་རྟེ་(ས་པག།) ཅ་ཟེ་(གནའ་པོ།) གྲ་གྲུ། ཅ་གང་(སོང་  
 བ།) དུན་(གཅན་གཟན།) ཡག་(འཕོང་།) གྲུང་(བཟུང་།) ལ་རམ་(སྤྱུག།) ཏུ་ཉིང་(ཉ།) གྲ་ཏུང་(རྒྱང་།)  
 ཏུ་མེན་(ཉིན།) མ་གཡལ་(སྤུལ།) འབའོ་(རི་བོང་།) མགོ་ཅི་(མ་རིག།) སྤུ་དོར་(འདུ་བྱེད།) དེ་ཤིན་(རྒྱམ་  
 ཤེས་སོ།) མ་མེང་(མེད།) སྟོ་རོ་(གཟུགས།) ཏུ་དོད་(སྟོ་བ།) སྤུག་སྤི་(སྤུག་བདུན།) སྤུ་དོ་(སོར།) རེ་  
 རེ་(རིག་པ།) ཐ་ཕུར་(ཚར་བ།) ཅ་ག་(སྤེད་པ།) ཉི་ལི་(ལེན་པ།) ལིག་ཞི་(སྤེད་པ།) ད་དོད་(སྟོ་བ།) ཉི་ཅི་  
 འཕོར་(འཕོར་བ།) ཤང་སེ་(ཤས།) གྲུག་ཉི་(ཤི།) སྟོ་ཅི་(མ་རིག།) ཏུ་རས་(རྒྱམ་ཤེས་སོ།) སྤུ་ལེ་(བཟུག་ཉིས།)  
 སྤུ་མ་(གསུམ།) གྲུག་(པོ།) ཅ་(མོ།) ད་དོད་(སྟོ་བ།) ད་ར་(རྒྱམ་པ།) མེ་སོམ་(འཕྲིག་ཆགས།) ཉི་ཏར་(དགའ་

བ། ར་དོད་སྒྲིབ། ཅི་དུ་དྲོག་(འདུ་ཅེད། བ་ཤེན་(རྣམ་ཤེས། ཀྱ་ཤེན་ཟད་(འདུས་ཤེས། ཅི་དྲི་(སེར་  
སྒྲ། ཀྱ་བུ་(འདུར་གཤམ། ཅི་ཇོམ་(འཛིན་ཆགས། མ་མེག་(མེག་རྒྱས། རྟོ་ཡུང་(གཟུགས་ཡུང་། སེག་  
(དབུགས། ལི་(རྒྱུང་། ར་ཅོ་(རྣ་བ། སྒྲ་རེ་(སྒྲ། ལྷུམ་(སྒྲ། ལྷུ་མེག་(མེག་ལོང་། ར་ཅུག་(རྣ་བ་འོན།  
བྲི་སེག་(སྒྲིག་དབུགས། ལྷུམ་རེ་(སྒྲ་དྲི། ཤིམ་ཕོད་(ངར་སོ། རྟོ་དོ། བེམ་ཅོ་(སྒྲིག་རེ། རྟོ་རེ་(སྒྲ། ལུ་  
རེ་(རོ། རག་ཤ་(རོ་ངན། རྟོ་སེགས་(ལུས་གཟུགས། ཇིལ་(རེག་བྱ། སེག་(དབུགས། ཅི་ལྷ་(སྒྲིང་། ཤེ་  
ལུན་(སྒྲིང་། མང་མེར་(སྒྲིང་། ལུང་ལུན་(སྒྲོ་བ། གྲིན་(མེག། རྟོ་ལུར་(མཁལ་མ། ཤིན་དུན་(མཆོན་བ།  
རྟོག་ཅོ་(རྟོག་ཅོ། བད་ཤུན་(ལག་བ། བེམ་ཞལ་(མཆོར་བ། ཇིལ་བེམ་(རེག་བྱ། ཆོལ་ཆོ་(མཁེས་བ།  
སྒྲར་སྒྲས་(མཆུ། ཅོས་(སྒྲ། ར་རང་(རྟོ་ལག། དར་(དབུང་བ། ལུང་(མཁུར་བ། རམ་(སྒྲིག་བ། ས་  
སྒྲན་(ཤེག། ཅོ་སྒྲིག་(གཤམ་གཅི། ཅི་འོད་(དྲི་ཆོན། མང་བག་(སྒྲ་མདོག། བ་ཡུང་(སྒྲ་དོ་རྟོ་བཟན།  
རྟོ་(ལུས། སངས་(ངག། དྲི་སྒྲིབ་ད། ལུམ་(གསུམ། མ་ཅོད་(སྒྲིབ། རྟོ་རེ་(རས་དཀར། ཤི་ཤོན་(དར་  
ཟབ། ལུམ་(ལྷ། ས་རན་(སོས། འགོ་ར་(སྒྲ་མ་འཆོང་། ཟད་ལུམ་(འབྲུ་ཆོགས། རལུ་འབྲང་(ཆང་།  
སྒྲར་(བཟང་། ལུ་དྲི་(ཆང་དཀར། དྲིང་ལུར་(ལག། མང་དྲིང་(ལག་ཆང་། ཅོ་མེན་(རྟོ། མང་  
ལུན་(གྲ། ཆོས་(ཆོལ། ལུན་(རྟོ་མར། དལ་(ལུས། རྟོ་ར་ཇོ་(དག་པོ། རྟོ་དྲོ་(ལོ་བོ། རྟོ་མེར་བེ་(འབྲུལ་  
རྒྱལ་མཆོན། ཅོ་ཐོ་(རྟོ་ཐོག། ཡེ་ཆོ་(ཐོ་ཆོ། ལུང་ལུ་(གཡུང་ལུང་། བ་ཡུང་(དོ་རྟོ། ཅོ་གྲ་(རལ་གྲ།  
ཤ་འབལ་(སྒྲ་རེ། རྟོ་ལ་ཡེ་(ལུར་བ་ཐོབ། རྟོ་ཅོ་(མུང་། མེར་དྲིམ་(མདའ་གཞུ། བེ་ལེན་(སྒྲིགས་ལུ།  
པོ་ཡང་(ཐོ་བ། སྒྲ་རེ་(ར་གཤམ། ལུར་ཞགས་(ཞགས་བ། དང་རའོ་(ཆུ་འོ། དྲི་ཅོ་(སྒྲ་གེ་སྒྲིགས།  
ལུ་ཡུང་(མ་མཐོང་། ཅི་བར་(སྒྲ་མ། རྟོ་རྒྱ་(སྒྲ་མ། བེ་འགོང་(མ་མཆོག། སང་གྲོ་གྲིན་(སང་གེ་ཡིན།  
སྒྲས་དུར་(ས་རྒྱལ། དྲི་བ་(ཕ་རབ། དུར་ཅོ་(རྒྱལ་ཕན། དྲི་དུར་(དྲི་རྒྱལ། བ་མེན་(སྒྲ་མ། བ་མོ་  
དྲི་ཤེག། ཟད་ཅོ་(རྣམ་འབྲུ། སྒྲན་(སོར། ཅོ་(ཆོན། ར་རང་(གྲ་གང་། བེང་ང་(བཞི། མེ་དྲིག་  
བེ་(སྒྲིན་གང་། དོག་ཅོ་ར་(སྒྲ་ཅམ་ཅེག་བཟ། དྲི་(དང་། བེས་ཅུ་(དྲི་ཤུ། དྲི་དྲིག་དུ་ཡུན་(སྒྲ་ཅེག་  
ཡིན། ཅི་(བཟོན། མེར་དྲིང་(འབྲུལ་སྒྲང་། རྟོ་ལ་བེ་(དགའ་ཕན། དུར་ཅོ་(འཕྲིན་ལས། དེས་དྲི་(རིག་  
བ། དྲི་སི་རྒྱལ་(དགའ་རྒྱལ། ད་ཀ་(དོན་དམ། འགོ་རེ་(དགའ་བ། ར་རྒྱ་(སྒྲིག་སྒྲིབ། ཡལ་ཡལ་(ལུན་  
བ། དྲི་ཕྱོ་སངས་(སངས་གསལ། རྟོ་དྲི་(སྒྲིན་པོ། རག་ཤ་(སྒྲིན་མོ། ཡམ་(བཅན། རྟོ་རྒྱ་(གཞན།  
མེར་(རྒྱལ། ཡིག་(སྒྲིན། རྟོ་ཅོ་(སྒྲིགས་དྲི། དྲི་དན་(ཡེ་དྲི། འཇོ་དང་(གཟའ་གཏད། ལུ་རྟོ་(རྒྱལ་

མེད། མ་ཙོ་(མཚན་མ།) མེན་(མེད།) གྲུ་ལོ་(ཆེན་པོ།) དེ་ལུ་(ཆུ་ཆེན།) ཆ་ཆུ་(ཆེ་ཆུང་།) མོ་སྤེ་(ཡོད་  
མེད།) ཆ་ཞི་(བྱམས་པ།) ཉི་ག་ཀྱུ་(བཅེ་བ།) ཉི་ང་(ངེས་པ།) མེད་དུ་(མི་ཚྭ།) སྤ་ཙ་མེན་(བསོད་པ་མེ།)  
བག་མེན་(དཔག་མེད།) གོ་རྒྱུ་(དཔག་མེད།) ལུ་སྤང་(རྒྱང་གཞུགས།) ཤོ་ཙ་སྤེ་ཤིང་། ཉ་སངས་(འཕེལ།)  
བྲ་མོ་ཉ་(ཤིག།) རྒྱུ་ཙ་(བུ་མོ།) ཉི་ཙ་(བུ་ཙ།) ས་ཙས་(མིང་པོ།) ཉི་ནིང་(སྤང་མོ།) ཙ་མེད་(ན་ཆུང་།) ཡེ་  
ལུ་སྤང་(ལུག་མོ་བཟང་།) སྤེ་མོ་(སྤེས་མོ།) ཙ་མོ་(ལུ་མོ།) ཉི་ཙོ་(གཙེན་མོ།) ཤང་སེ་(ཤང་པོ།) ཡེ་སེ་(ཤང་  
མོ།) ལུ་སྤང་(ལུ་ཤང་།) སེ་ཤེ་(དཀར་པོ།) ད་དོན་(ལྷ་བ།) ལུ་དོག་(རྟོགས་དང་།) མ་རྟོངས་(མ་རྟོགས།)  
གྲང་ནི་(ནར།) ཙག་ནི་(ཆ།) བྲི་བྲི་མེན་(བཀའ་སྤྱོད་མེད།) ཉི་སྤེ་(གཅིག་གཉིས།) དེ་ལུ་(གཞུགས།) བིང་  
ང་(བཞི།) ང་དུག་(ལྷ།) ལུག་སྤེ་(ལུག།) དི་སྤེས་(བདུན།) ཙ་ཉི་ གྲང་ཉི་(བཟུང།) ལུ་ཉི་(དགུ།) ལུ་  
ལུ་(བཟུ།) ཉི་ག་ལུ་(བཟུ་གཅིག།) བྲིས་ལོང་(བཟུ་གཉིས་སོ།) ང་ར་(ལྷ་བཟུ།) ཉི་དན་(ངེས་ཆོགས།) ཤེ་  
ལུ་(ལུ་ཆོ།) རིང་ནམ་(གཡང་སྤུན།) སང་ཉི་ཀྱུ་(ལྷ་གཅིག་ཇེ།) དལུ་ར་(གཤེན་རབ།) དལུ་ཉར་(སྤོང་བ།)  
དལུ་ཉར་(སྤོང་ཉིང།) ཤེ་རི་(དཔལ་ལྷན།) ཉི་རོ་ནམ་(དཔལ་མགོན།) ལུ་ཡེ་(གསང་བ།) ལུ་སྤེང་(གསང་  
ཆེན།) ལུ་ཡེ་(གསང་མཆོག།) བྲ་མ་(ཞེས་བྲོ།) བྲ་མོ་(འདི་ཡོ་ན་འདོད།) མ་དུ་(མ་ཆུང།) སྤ་བ་ཉ་(གཟུང་།)  
བྲ་མ་(ས་ལེ།) ཤེ་ཡེ་(སང་ངེ།) ལག་གྲོ་(གཙང་མ།) ཉ་གྲོ་(རྒྱུ་དག།) ཤུང་རྟོ་(དག་ཕྱེད།) བྲ་ལུ་(ལྷིག་སྤེབ།)  
ཉ་ཀ་(ལས་ངན།) ཤོ་ཤུན་(སེལ།) བྲ་མོ་(ལུག་འཚལ་མོ།) དེ་པ་རོ་(དབྱེས་པར་བསྟོད།) བྲི་སི་ཉི་(དངོས་  
གུབ།) སྤོས་འབར་(ཟབ་མོ།) ལུ་དུན་དུན་(ཞབས་ལ་འདུད།) ལུ་ཉ་ཉ་མ་སྤེ་ཉ་(འཕགས་པ་དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པ།) ལྷ་ཀ་(གསུང་རབ།) ལིག་ལུན་(བཀའ་དང་།) ལུ་ས་སྤེ་(བཀའ་རྟོན།) ཡེ་རྟེ་པ་(སེམས་དཔལ།)  
ཉ་ལུ་ལུ་(སྤེབ་པ།) ལུ་མ་སྤེ་ལོ་ལོ་(བྱང་བར་ལུག་ལུག།) ས་མ་ཡེ་(དམ་ཆོག།) པ་ཤང་(དབང་གི།) ལུ་  
ཙ་མ་(གཙུག།) ལུ་ལུ་(ལུ།) ལུ་དོག་ཉ་ར་(རྟོགས་ཐབས།) པ་རྟེ་ཉ་(མཁས་པ་ཆེན་པོ།) སང་སྤེབ་(ལྷ།) སྤེ་  
རྒྱལ་(འཕུལ་སྤང་།) རྒྱ་སེ་(ཁང་སེར།) སང་སེ་(རྟོ་ཁང་།) སྤེར་ཞི་(བཟང་པོ།) ལུ་(ནང་།) ཤེར་དང་  
(བདག་དེ།) དེ་རྟོད་(རྟོན་གུབ།) ལུ་ལུག་(སྤོ་གྲོས།) མར་ཉིང་(གསེར་གཡུ།) ལུ་གོ་ལུ་(ཡི་གེར་བྲིས།) རྒྱལ་  
མེན་(ཆད་མེན།) བྲིར་ཙོ་མ་(འདྲ་ལྷན།) ས་ཉིག་(ཤེས་རབ།) ལེར་སངས་(བྱམས་མ།) ལུ་ཡེ་(མཁའ་དབྱིངས་  
ལུ།) ལུ་ཡེ་(སྤེ་མེད།) དི་ཀ་(བདེ་ཆེན།) ཡེ་ལུ་(དབང་གི།) ཡང་ཟེར་(འབྲས་བུ།) ཉིག་(ཞིག།) པ་ཤང་  
(དབང་ལྷུང།) སྤེ་ལུ་(དབང་གི།) སྤེ་དོན་(ལུག་རྒྱ།) ལུ་ར་ལུ་(ལྷིག་པ།) བྲ་ལུ་(སྤེབ་པ།) ལོ་ལུ་(ལུང་དུ།)  
མ་ཡིན་ལོ་(མ་བསྟན་ལོ།) ཉི་ལས་(ལེགས་པར།) མ་མ་(དམ་ཆོག།) ཉི་(ནི།) ལུ་ལུ་(བསྟུང་དུ།) མ་མེན་(མེད་



པ། ཀྱུ་ནར་(མི་སྒྲུལ།) ཅི་(བའི།) ལྷ་ཙུ་(ཆད་མེད།) ལྷ་ཙུག་(འཇུར་མེད།) ཡིག་ཁྱར་(འཛིན་ཆགས།) ལྷ་ན་མིང་(ཀུན་གསལ།) གྲང་བསྐྱར་(སྒྱུ་འཇུར།) ཤིན་(ཤེས།) ཏ་ཙུ་(ཅི་ཡང་)། ང་དུག་(འདུ་ཕྱེད།) མི་སམ་(མ་ཆགས།) མི་སྒྲོན་(མ་དང་)། ཅི་གྲང་(ཆོག་བྱམས།) སད་(ལྷ།) ཁྲི་(ཁེམས།) ཀྱུ་ཙུག་(གསོ་བ།) རྩོ་ཡེ་(རིག་པ།) ཀྱུ་འཁོར་(རྣམ་གྲོལ།) ལྷ་དོར་(དངོས་མེད།) ལོ་ཙ་བ་(སྐད་གཉིས་ལ།) ལ་སྤུམ་(སྒོ་སྤྱད་པ།) ཐ་མིན་(ཐབས་ཟད།) ཡག་ཅིར་(ངག་འཁྱུལ།) ཏི་བ་ཟན་(འཕྲ་མ་རྩུན།) ཏི་ཕྱ་(ཕྱ་རྒྱས།) དུབ་དུབ་(ཉོན་མོངས།) བྱེ་བྲ། ལ་ཏི་(འབྲེལ་བ།) ལྷར་ལ་(འཇུར་ཐོག།) ཏི་སྒྲར་(རིག་པ་ཤར།) ཤེ་འཁོར་(ཤར་དང་)། བེ་རུབ་(རུབ།) ཏི་བྱང་(བྱང་དང་)། ཏི་བྱེ་(སྒྲོ་དང་)། གྲང་རེ་སྒྲིང་(སྒྲན་པའི་མཆོག།) མ་མིག་(སྤྲུལ་ཡེ།) ལྷ་ཡེ་(དབྱིངས་ལ།) དུ་ཞི་(འགགས་མེད།) མ་མིན་(པར།) ཟང་མིན་ལོ་(ཟག་མེད་དོ།) རོ་ར་(ར་རང་)། མར་སང་(དབལ་གྱི།) ཏེ་དཔག་(སྒྲོ་བྱེ།) སྒྱི་གར་(བཤོད་མཛད།) རུ་ཙེ་ཏི་(ནས།) པ་སྤུམ་(པ་དང་)། མ་སྤུམ་(མ་དང་)། ལུན་ཞི་(སྒྲིན་དང་)། ལུ་ར་(མ་དང་)། ཏེ་བག་(སྒྲོ་བྱེའོ།) ཅི་ཅི་སྒྲོག་(འདོད་པ།) ལུ་ར་ད་(ནོར་བ།) བི་ནི་(རྣམ་པར།) བྱི་རྩོ་མེར་(དཔལ་འབར་རྒྱལ།) ཡ་ཏི་(སངས་རྒྱས།) རུ་རྒྱ་(སངས་རྒྱས།) ལྷ་ན་རྒྱང་(འབྱུག་གསལ།) རུང་ཞིན་(ང་རོ།) ཀེ་ནས་རྩོ་སོད་(སེང་མི་དཔལ།) པ་ཤང་(དབང་པོ།) ཀྱོ་ཏ་(ཁོ་པོ།) མེར་རོ་སད་(རྒྱལ་པོ་སྤྱ།) ཐོ་ཤེལ་(ཐ་ཙེ།) རོ་མ་པོ་(ཁེར་བ།) བེ་སད་(གཅེན་སྤྱ།) སྒྱ་ཏི་(གཏུམ་པོ།) ཀྱུ་ལོ་མ་(སྒྲོ་བས་ཆེན།) སད་(ལྷ།) སད་ལི་(སྤྱ་མི།) སྤངས་སོ་(སྒྲོན་པ།) སི་ཏི་(དངོས་གྲུབ།) པ་ལ་(སྤྱ་ཆོགས།) ཡ་ཏི་(ཚུར་ལ།) སུམ་(གསོལ།) ཐ་ཡུད་(ཡིད་གྱི།) ལེ་ལོ་ལོ་(མངོན་རྟོགས།) ལེ་སྒྲོས་(ཡུལ་འཁོར།) བི་དུ་(རྣམ་ཐོས།) ལུན་(བསྐལ།) གར་པ་(དག་ཙམ།) ལུ་ཙམ་(གཙུག་ན།) རད་ན་(རིན་ཆེན།) དག་ཤ་(འཛིག་པོ།) ཙེ་གེ་དུན་(གཟའ་ལྷན་དང་)། ཡིན་ཏིང་(སྒྲུ་དབྱངས།) སད་ཟ་(སྤྱ་མོ།) ཀེ་ནི་རན་ཞེས་(མཆོན་དང་མིང་)། ཡ་ལུན་(གཙོ་མཆོག།) དེ་བུ་(བསེན་མོ།) ཙུལ་གསུམ་ཟེ་ཞིན་ལག། ཅི་ཏ་(རང་འཇུར།) དི་ཡེ་(འཁོར་ལོ།) ཏ་ཏི་(ཐུང་འདས།) རྩོད་ལུར་(སྤུལ་སྒྱུ།) ཏ་ལོ་མིང་(དི་མ་དག།) དེ་ཤོར་(མཆོད་པ།) ཐོར་ཐོར་(སྤྱིན་པ།) ཐེམ་ཐེམ་(མཉེས་པ།) ལྷེ་ཆེམ་(ཐོག་དབབ།) དེ་དེ་(སྒྲོ་ལ།) ཟབ་མོ་(བཟང་མོ།) ཏ་ཏ་(དབྱེས་པ།) ཏེ་ཏེ་(བཞད་པ།) ཡ་དུར་(ཐོགས་སྒྲོང་)། བེ་དུར་(གཞོད་སྤྱིན།) ལུ་ཤ་ར་(ལུར་ཙམ་དམར།) ལྷ་ཙུག་(བཀྲ་ཤིས།) སྤར་(བཟང་)། དོད་མིན་དུང་ལྷ་གྱེར་རོ་ལྷ་སྒྲིམ་མེད་གཡུང་དུང་བོན་གྱི་དབྱིངས། ག་ཅི་མ་མིན་ཁོད་སྒྲོད་(འགགས་པ་སྤྲུལ་མེད་རྩུན་གྲུབ།)ཞི་(ཉིད།) བེས་མིན་སྒྲེ་དུར་ཐ་ཙེ་མང་(གཉིས་མེད་བདལ་པ་ཆེན་པོའི་སྒྱུ།) ཐ་ཆོན་ཀུན་སྤར་རྒྱ་དུར་དུན་(མཐར་ཐུག་ཀུན་བཟང་རྩེ་ལ་

འདུད། ལུ་རི་ཀ་ལ་ཡི་ཡོར་རྩེ(ཀུན་གཞི་མ་གཡོ་ཡོངས་སུ་བདལ།) དམུ་རི་ཕུ་སངས་ཏ་དྲོད་ཅི(མཁའ་  
ལ་གསལ་ཡང་སྤུལ་སྤྱོད་ནི།) ཏ་ར་ཐ་ཙྰ་གྲུར་མང་ཞི(ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོ་བོན་སྤྱོད།) ཡེ་སངས་ལ་ཤུ་དུར་ནི་  
མིན(སྤོང་ཞིང་བདག་མེད་བཟོད་དུ་མེད།) ག་གེ་མ་ཙྰ་མིན་ནམ་ཅི(འཛིན་རྟོག་མཚན་མ་མི་འབྱུང་ཞིང་།)  
རྩ་སྤྱིག་གུ་རྩ་ཏ་ཙྰ་གྲུང་(རྩ་འབྲུལ་ཀུན་འདུས་སྤྱོད་པ་ཐང་།) ཏ་དན་མ་ཏི་ཏ་ར་མང་(ཡེ་ཉིང་མ་  
བཙམ་ཡེ་ཤེས་སྤྱོད།) ཕྱི་ནམ་ཕྱི། བྱི་ནམ་(ནང་།) ཐེག་གཏེང་(མཐའ་དབུས།) ཀེ་དུར་མིན(ཁ་གཏེང་  
མེད།) གན་མུར་སྤོང་འོག། ཁེར་ཙྰ་(ཁ་དྲོག།) ངོ་གེ(དབྱིབས།) སྤྱོད་ག(དངོས་པོ།) མིན(མེད།) ལུ་ཕུ་  
ཡ་དྲོག་དུང་ཕུ་དམུ་(ཀུན་ལ་དྲོག་མེད་གཡུང་དུང་དབྱིངས།) ལུ་རི་མ་ཏི་ཉེ་ལོ་ལ(གཞི་ནི་མ་བཙམ་མཉམ་  
ཉིང་ལ།) ལྷུ་མ་ཞི་ག་མིན་དུ་དྲོད་ཞི(ལམ་ནི་འགག་མེད་རང་བཞིན་ཡིན།) ཁྲི་ཙྰ་ཕུ་ཞི་ཐ་ཙྰ་ནི(འབྲས་ཕུ་  
དབྱིངས་ཉིང་ཆེན་པོའོ།) བམ་ལུ་དུར་མིན་ཐར་ཙྰ་ནི(གནས་པ་བཟོད་མེད་རྒྱ་མ་ཆད།) ལམ་ཞི་དུར་  
ཙྰ་ཁེར་ཞི་ནི(འབྲུ་བ་སྤྱུག་མཐོང་གསལ་བ་འདི།) ཁར་ཕུ་ཕུ་རྟོག་ཏ་ར་ཞི(རིག་པ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཉིང་།)  
ཏ་དན་ཁུང་ཞག་ཕུ་ལ་ལྷ་བ(ལྷ་བ་ཁུང་ཆེན་མཁའ་ལ་ཐིང་།) ཉེ་ལོ་ཕུང་མོ་མ་གྲུར་ཤུང་ཙྰ་ཙྰ་(དགོངས་པ་  
འབྲུལ་པའི་ཐེ་ཙྰ་བཙད།) བམ་ག་གེ་ཏ་ཏ་ག་གོ་ཕྱོད་པ་འཛིན་རྟོག་ཐོག་མཐའ་བལ། ཁོ་སྤྱོད་ཐ་ཙྰ་  
པ་ཏ་ཡ(ལྷུན་གྲུབ་ཆེན་པོར་ཕྱག་འཚལ་ལོ།) མ་ཏི་ཏ་ར་ཁི་ཁར་ཅི(མ་བཙམ་ཡེ་ཤེས་འོད་ཟེར་ཅན།)  
རྒྱན་ཐང་ཀུན་ཤེས་དུ་ཞི་རྟི(ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་བདག་ཉིང་སྟེ།) ལུ་ཙྰ་ཕྱོ་ཡེ་དུ་དྲོད་ཡེ(ཕུ་མེད་འབྲམས་  
ཡས་རང་བཞིན་ཡས།) ལེ་སང་ཐ་ཙྰ་ཉེ་ལོ་ཀུན་(ངང་ཉིང་ཆེན་པོ་རྟིང་འཛིན་གྱིས།) ཐ་ཆེན་གྲུར་རྩ་ཕུ་  
ཡེ་ཁེར་(ཐམས་ཅད་བོན་དབྱིངས་མཁའ་དབྱིངས་གསལ།) ད་དྲོད་མ་ཙྰ་ཡི་ཡོར་སངས་(དེ་བཞིན་མཚན་མ་  
ཡོངས་སུ་དག།) ཐ་ཙྰ་དི་རྩ་གྲུར་མང་ཞི(ཐམས་ཅད་འབྲུར་མེད་བོན་སྤྱོད།) གྲུར་ཙྰ་མ་ཙྰ་མ་ཙྰ་  
ཡར་(བོན་ཅན་མཚན་མ་མཚན་པ་ཡང་།) དི་རྩ་གྲུར་རྩ་ཕུ་ཡེ་རྟོག་(འབྲུར་མེད་བོན་གྱི་དབྱིངས་སུ་རྟོགས།)  
ཅི་སྤང་གུ་གེ་མ་ནིང་ད་ར་(ཆོག་དང་ཡི་གེ་མིང་རྣམ་པ།) ཏ་ར་ཐ་ཙྰ་ལེ་སང་གྱིན་(ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོའི་ངང་  
ཉིང་ཡིན།) མར་ཞི་རི་རང་དེ་དྲོད་དི་ར་མང་(གསེར་གྱི་རི་རབ་དེ་བཞིན་འབྲུར་མེད་སྤྱོད།) ཕུ་ཕུན་ད་ཀྱ་  
ཁ་སང་ཅི(ནམ་མཁའ་འབྲུག་ལྷ་ར་གྲགས་པའི་གསུང་དབྱངས་ཅན།) ཏ་ར་ཐ་ཙྰ་ཁེར་ཞི་ཁྲི་ཙྰ་རྟེ(ཡེ་ཤེས་  
ཆེན་པོ་གསལ་པའི་ཐུགས་ཉིང་གདམ།) རྩ་མིན་གུ་ར་རང་ན་ཏིར་ཤོ་གུང་(ཐད་མེད་ཡོན་ཏན་རིན་ཆེན་རྩ་བོ་  
མཛོད།) དམུ་ཙྰ་ཁོ་སྤྱོད་ཕུ་རྟོག་དུ་ཞི་རྟི(རྩ་མེད་ལྷུན་གྲུབ་མང་བྱུང་བདག་ཉིང་སྟེ།) ཅི་པར་རྒྱ་པ་  
ཏ་ཡ(སྤྱོད་མ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།) ཁྲི་ཙྰ་ཤེ་རྒྱ་ཐ་ཙྰ་ཞིན་(སེམས་ཅན་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོས་བབྱུང་།)

ད་དོད་མིང་དེ་ལྟ་སང་གིན་(སྒྲིག་སྒྲིག་བྱམས་སྒྲིག་སངས་རྒྱས་རྒྱུ་ལ། དུ་ར་ཏི་ཅུ་པ་ད་ཡ(གཤེན་རབ་  
 ཉིད་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། སད་ནི་སྤངས་སོ་རྒྱ་ཙོ་ལྷ་མེད་སྒྲིག་པ་རིན་པོ་ཆེ། ཁི་ཁར་ལི་ཕུད་སྤངས་འཛ་  
 ཙོ་འོད་ཟེར་བྱེ་བ་ས་ཡ་ཡི། ལུ་ཅི་གུ་ལུན་ཁིར་ཞི་གུང་(སྤུ་མེད་ལུན་པ་གསལ་པར་མཛོད། ལུ་ལ་ཏིང་ན་  
 ལིག་ཞི་གུང་(ནམ་མཁའ་གཡུ་མདོག་སྤང་པའི་མཛོད། མར་ཞི་ཉི་རི་མ་པང་ཤོད་(གསེར་གྱི་ཉི་མ་སེར་པོ་  
 ཤར། ལུང་གི་ཆེ་རི་ཤེམ་རི་ལིག་(དུང་གི་ཆེ་བ་དཀར་པོ་སྤྱིད། རྩ་མ་དུ་པང་བྲི་ཞུམ་ཁིར་(གཟུང་སྒྲིག་  
 སྤྱིན་རྒྱུང་གཞུང་ཆོན་འོད། དང་ར་ཡང་ལ་གྱི་ཏང་ལ(རྒྱ་མཚོའི་སྤང་ལ་ཆར་པ་འབབ། སྤངས་ཞི་ཙག་ཏུ་  
 ཟད་སྤངས་སྤངས་(ས་གཞི་ཐོག་ལ་ནས་འབྱུང་འབྱུངས། ཨི་ཅམ་སྤྱི་ཅི་ནི་ལུ་སྤངས་(འཛམ་བུ་སྤངས་ན་གནས་ལུ་  
 བཟང་། སྤྱི་ལ་རུང་ཤར་བུར་སྤྱི་ལ་ཤེར་ལིག་(གངས་རི་གཡའ་བྲག་སྤྱི་ལ་སྤྱིད། ལུ་ཅུག་ལིང་སྤྱི་ལུ་  
 གུང་སྤངས་(བྲག་ཤིས་བཟང་པོ་མཛོད་ལུང་བཟང་། ལི་ལོ་ཐ་ཙེ་དེ་ཙོད་གྱིན་(ལངས་སྤྱིད་ཆེན་པོ་སྤྱིད་པ་ཡིན།  
 ཅི་པར་སྤངས་ལ་ཤེར་ཞི་ཐེ་(སྤངས་བཟང་ལ་རྒྱལ་པོ་འཛིགས། བུན་དུང་དུང་ཏས་འགི་གཏོ་མིན་(བུན་  
 འཁོར་རྟ་སྤངས་གངས་མེད་དོ། འབྱུང་ཐེམ་ཅི་ཐུག་སྤངས་ཞི་གྱིན་(ཅི་ཤེད་ལོ་རྟོག་ས་གཞི་རྒྱས། ཏི་བྱང་  
 རྩ་ཙེ་ཏུ་ལ་ཙོ་(འབྱུང་བ་རྩ་འབྱུང་སྤང་དོར་ཆེ། ལིག་སོམ་ཤེར་ཞི་ཏུ་ཏར་དོད་(ལིག་ནི་གསལ་བྱེད་དགའ་  
 བ་སྤྱིས། ལུ་སིང་སྤངས་སང་ཤེ་ཤིན་ཁིར་(གཤེན་སྤྱི་ལ་དུངས་ཤེས་པ་གསལ། ཤི་ཤིམ་སྤྱི་སོད་ཏི་བར་  
 མིན་(དེ་ཞིམ་ཡིད་འོང་བག་ཆགས་མེད། སྤྱི་རི་ལུ་ཙག་ཨག་སིང་ལུན་(ལྷེ་ཡི་རོ་མངར་དག་སྤྱི་ལ་གསལ། ཐ་  
 ལུང་ཏི་སྤྱི་ལ་ཆ་ཞི་ཙོ་(ཡིད་ནི་ཙེ་པའི་བྱམས་པ་ཆེ། ཏེ་ཏོད་བི་ར་ཁོད་ཙལ་དོད་སྤྱི་ལ་ཆར་མེད་སྤྱི་ལས་  
 ཆེན་བསྤྱིད། ལུར་སོན་ཏི་པ་མ་མིག་ལོ་(བཟོད་པ་བྱུང་ཆོར་དམིགས་མེད་བསྤྱིས། ཆར་ཅི་རྩ་ཙེ་ལེ་བི་  
 མོར་(བཙོན་འགྲུས་ཤུགས་ཐུན་རྒྱུང་གི་ཐུབ། ལུ་ལ་མི་སིང་དེ་ཏེ་ལོ་ཏན་(ལུ་ལ་ཁྱིམས་བྱམས་སྤྱི་ལ་ཏིང་འཛིན་  
 ཐུན། ས་ཏིག་རྒྱ་ཡོད་ལུ་ཙེ་(ཤེས་རབ་ཐབས་ཆེན་དུངས་ལ་འབྱོར། ར་པི་སྤྱི་ལ་ཙེ་རྩ་དར་པང་(མ་  
 ལ་ཆགས་པ་བག་མེད་ཐུང་། ཁྱེར་ཤུད་ཐ་ལུད་ལུང་ལོམ་ཁིར་(ཐེ་ཆོམ་ལུད་གྱི་འབྱུང་པ་བསལ། ཏུ་ཅུ་དོ་  
 སྤྱི་ལ་ཤ་ལ་གྱིན་(ལོར་བ་འབྱེད་པའི་བཤགས་པ་ཡིན། མི་སྤྱི་ཙེ་རི་ལུ་ཐོ་དང་(མ་དང་མ་དེས་དོ་བཙོལ་  
 དང་། ཏི་ཁ་མད་དུ་ར་ཅུད་ཆལ་(མི་འདའ་མ་ཐོག་དཀའ་ཐུབ་ཡལ། བསྤུངས་ལུད་ལུང་ནམ་ཐ་ལུད་  
 ཤ(ཉོན་མོངས་འབྱུང་པ་ཡིད་གྱི་བཤགས། ཇི་དད་ནི་ནམ་ལུང་ལོམ་དོད་(འཛིག་ཏེན་མི་རྣམས་འབྱུང་པ་སྤྱི།  
 ཏུ་མ་དུ་ཏི་ཏུ་གྱིག་རྩན་(སྤང་དོར་དུལ་བའི་སྤྱིད་ཤིང་འཛུགས། ཤང་སེ་ཡོ་སེ་རིག་རག་བྲུ(ནས་པ་ནན་  
 མོ་བཞེངས་ལ་འདུ། ལུང་སེ་ནི་ནམ་ལུག་ལོ་ཙོ་(གཞོན་ནུ་མི་རྣམས་འདོད་ཆགས་ཆེ། ཏི་ཙེ་ཙེ་མེད་མི་

སོམ་ཅོད་(བྱ་ཅ་བྱ་མོ་འདོད་ལོག་སྦྱང། ཉུལ་ལོམ་ཉི་ཁོར་སྤྲ་བྱར་ཉུར་(སྦྱར་བ་འཁོར་བའི་ས་བོན་འདེབས།)  
 དུན་ཅེ་དེལ་བྱེལ་རྒྱག་ཏྲིག་ཅེ་(བན་ལོག་ཁྲེལ་མེད་འཕྲག་དོག་ཅེ། བྱར་ཅེ་གྲ་རི་རྣ་ཡེ་ཅེ་(བོན་ལོག་མི་  
 འཛེམ་ཞེ་སྤང་ཅེ། སྒྲིག་བི་ནི་ནམ་བྱར་རྒྱང་ཁོར་(དབུས་ཀྱི་མི་རྣམས་དབང་པོ་གསལ།) ཡག་གྱི་ནི་ནམ་  
 ས་ཏྲིག་ཅེ་(གཙང་གི་མི་རྣམས་ཤེས་རབ་ཅེ། ལུམ་ནི་ནི་ནམ་ཤེ་ཙུ་ཅེ་(ལམས་ཀྱི་མི་རྣམས་བསོད་ནམས་ཅེ།)  
 དུ་ཅེ་ནི་ནམ་མེ་ཏུ་སྦྱེ་(མཐའ་དམག་མི་རྣམས་མདའ་ཁ་སྦྱེན། སང་སྤེས་ནི་ནམ་ཁག་སྦྱེལ་དང་(རྩ་ས་མི་  
 རྣམས་ཁ་རྩེ་བདེ།) ཙུག་ལོ་ནི་ནམ་ཐེ་མེར་ཅེ་(འདོད་ཆགས་མི་རྣམས་པོ་མཚན་ཅེ།) མི་སམས་ཅ་མེད་བད་  
 མ་ར་(འདོད་ལོག་བྱ་མོ་མཚན་མ་དམར།) དེ་བྱེལ་བ་ཅེས་ཉུལ་ལོམ་དེ་(ཁྲེལ་མེད་མི་པོ་སྦྱར་བན་བར།) གྲ་  
 རི་རྩི་ལོད་ར་བི་ཅེ་(མི་འཛེམ་སྤང་མོ་མ་མ་སྦྱང།) རིལ་བང་ཏིང་ནམ་ཁུ་ཏུ་འབྲུག་(གངས་རི་རྩ་རྣམས་  
 ལུང་བ་འབབ།) སྒྲིག་སྤེར་ནི་ཅེ་དབྱིག་དམར་གྱིན་(ཁོང་བཟང་མི་ཡི་ནོར་བུ་ཡིན།) སང་གོ་རྣ་གི་ནིས་  
 རང་ཞིན་(སང་གེ་མངོན་པར་གངས་རི་འཛིན།) ཏིང་གི་ཕུ་ཡུན་ཡང་སང་འབྱུར་(གཡུའི་འབྲུག་མོས་སྐད་  
 དབྱངས་སྒྲིགས།) ཏ་ཏི་ཁོད་རྩལ་ཁོག་ཅེ་ཅ་(སྤང་བོ་སྦྱབས་ཆེན་བཞུད་པ་ཅེ།) བཟུ་ཅེ་ཏུང་སྒྲི་ལྷུ་ལ་  
 ཡུག་(འོག་གི་རྩ་བོ་ལམ་ལ་མཐུགས།) དང་ར་བྱིང་ལ་ཅ་མོ་ཡུག་(རྩ་མཚའི་སྤང་ལ་ཏ་མོ་མཐུགས།) ཟུར་གྱི་  
 དར་ལ་ཅེ་སེ་ཡུག་(ཐག་གི་བྱར་ལ་རྩ་བ་མཐུགས།) ཁྲི་ཅན་བཟུལ་ལྷག་འགི་མིན་ལོ་(སེམས་ཅན་ཉན་  
 མོངས་གངས་མང་དོ།) དུང་ཕུ་གྱེར་རོ་དུམ་ར་སྤུངས་གྱིན་དང་(གཡུང་དུང་བོན་དང་གཤེན་རབ་སྦྱོན་བ་  
 ལ།) ཏ་ཐ་ག་ཏ་རྣ་མེ་ཤེ་རྒྱ་ཅེ་(དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་རྩེ་ཡི།) ལྷར་བ་ས་ཏྲིག་ཏ་ར་སི་ཏི་  
 འདུ་(གསལ་བ་ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་དངོས་གྲུབ་སྦྱེལ།) ཅེ་བར་བྱུ་རྩི་རོ་ར་ཏྲ་ཀྱི་ཅེ་(སྤང་མ་སངས་རྒྱས་རིག་འཛིན་  
 མཁའ་འགྲོ་ཡི།) རམ་ལོ་གི་ཏ་བརྗོད་ཐ་ཆབ་དང་(ཐབས་དང་ཤེས་རབ་ཤེས་རབ་ཆེན་པོ་དང་།) ཤེ་ཙུ་རྩྭ་  
 ར་ཡ་ཡུ་སི་རྩི་འདུ་(བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ཆེ་ཡི་དངོས་གྲུབ་སྦྱེལ།) བེ་ནི་མེར་ཡ་སང་ནི་སྤུངས་གྱིན་རྒྱ་  
 (རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་རྩ་མའི་སྦྱོན་པ་རྩེ།) འགྲུ་ཡེ་ས་ཏྲིག་ཐ་ཆེ་སི་རྩི་འདུ་(སྤང་གི་ཤེས་རབ་ཆེན་པོ་དངོས་གྲུབ་  
 སྦྱེལ།) ཀ་ཏི་དུན་གྲུ་ཐ་ཡུད་བྱ་རད་གྲུང་(འདོད་པ་དགྲུ་འབྱུར་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་འཛིན།) ཏ་དགྲུ་  
 ཐ་ཡུད་རྩྭ་སི་ཏི་འདུ་(འདོད་དགྲུ་ཡིད་བཞིན་རིན་ཆེན་དངོས་གྲུབ་སྦྱེལ།) དཔོན་གསལ་རྩལ་ནི་པ་རྩི་ཏ་  
 (སྤྱོད་རྒྱུ་མཐུ་ཆེན་མཁས་པའི་མཚན།) ཤེ་ཤེན་ཕུ་ལ་གྱེར་ཞི་གྲུང་(དན་པ་ནམ་མཁའ་བོན་གྱི་མཛོད།)  
 འགྲུ་བྱ་ཡ་ཡུ་རོ་ར་རྒྱ་མ་ཆེ་དབང་རིག་འཛིན་རྩེ། ཤེ་རི་དབུ་ཆེན་པ་རྩྭ་གྲུང་(དཔལ་ལྷན་གསང་ཆེན་  
 ཤེས་རབ་མཛོད།) ཉེ་ལོ་སྦྱོས་འབར་ཏི་ཀ་ཞི་(དགོངས་པ་ཟབ་མོ་དོན་དམ་པ།) ཏ་དན་ཐ་ཆོན་ཕུ་ཡེ་

སི་རྒྱུ་འདུ་(ཐེག་ཆེན་མཐར་ཐུག་དབྱིངས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་སྒྲོལ།) ཁ་མུན་པ་ཤང་ལིག་ཞི་མེར་(འདྲོད་ཁམས་  
 དབང་སྤྱད་མིང་པའི་རྒྱལ།) རེ་གེ་རེག་པུ་ཁོད་རྩལ་རྒྱུ་(མི་བདུད་ཁག་མགོ་སྟོབས་ལྡན་རྩེ།) ཟུར་སྒྱུ་ར་ག་  
 གྱི་གཞན་བདམ་(ཐུག་བཅན་དམར་པོ་དག་པོ་སོད།) གྱི་གཞན་པ་ཤང་སི་རྒྱུ་འདུ་(དག་བཞགས་དབང་སྤྱད་དངོས་  
 གྲུབ་སྒྲོལ།) པ་རྩི་ཟུར་རྒྱུང་ད་དོད་མང་(མཁས་པའི་དབང་པོ་སྒྲུལ་པའི་སྒྱ།) གཤེན་ལ་པ་རྩི་ཉི་རི་མེར་  
 ཞི་(གཤེན་ལ་ཁམས་པ་ཉི་མ་རྒྱལ་མཚན།) ལྷ་ལ་པ་རྩི་ཏ་ར་ར་རྩི་(ལྷ་ལ་ཁམས་པ་ཡེ་ཤེས་རིན་ཆེན།) སྒྲུ་ལ་  
 པ་རྩི་མེར་ཡ་དྲུང་སྒྲུ་(སྒྲུ་ལ་ཁམས་པ་རྒྱལ་བ་གཡུང་དྲུང་།) སྒྲུ་ལ་པ་རྩི་སྒྲུ་ལ་སྒྲུར་ཞི་(སྒྲུ་ལ་ཁམས་པ་ནམ་  
 ཁམས་བཟང་པོ།) རྩི་ལ་པ་རྩི་པ་རྩི་ཤི་ཙེ་(རྩི་ལ་ཁམས་པ་ཁམས་པ་དབལ་ཆེན།) པ་རྩི་ཏ་ས་ཏིག་མེར་  
 ཞི་(ཁམས་པ་ཆེན་པོ་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཚན།) པ་རྩི་ཟུར་རྒྱུང་ར་རྩི་ཁམས་པའི་དབང་པོ་རིན་ཆེན་འོད་  
 ཟེར། པ་རྩི་ཐ་ཙེ་ར་རྩི་སྒྲུ་ཙུག་(ཁམས་པ་ཆེན་པོ་རིན་ཆེན་བཀྲ་ཤིས།) པ་རྩི་སྒྲུ་ཙུག་དྲུང་སྒྲུ་མེར་རོ་(ཁམས་  
 པའི་གཙུག་རྒྱན་གཡུང་དྲུང་རྒྱལ་པོ།) པ་རྩི་ཟུར་རྒྱུང་མེར་ཡ་ཁི་ཁམས་པའི་དབང་པོ་རྒྱལ་བ་འོད་ཟེར།  
 པ་རྩི་ནམ་ལ་གྲུ་དུན་དུན་(ཁམས་པ་ནམས་ལ་གུས་པར་འདུད།) ཁེར་སྒྲུ་ཁེར་ཞི་བརྒྱ་ཐ་ཙེ་ཏ་ན་(རིག་པ་  
 གསལ་པའི་ཤེས་རབ་ཆེན་པོ་ལྡན།) ཤེ་ཤན་ཟུར་རྒྱུང་ཆར་ཙེ་ཁོད་རྩལ་ཅན་(ཤེས་པའི་དབང་པོ་བཙོན་  
 འགུས་སྟོབས་ལྡན་ཅན།) ཨ་བྱིང་ཏི་རྒྱུ་ཁིང་ཚུ་མི་འོང་(སྤྱིང་རྩེ་བཅེ་བའི་བྱམས་སྟོན་ཚུ་ལ་ཁྲིམས་མིང་།)  
 ཉི་རི་ཡུན་ཞི་མ་ར་སྒྲུ་ཏྲོག་གི་(ཉི་མ་གཤགས་པ་འབྲུལ་མེད་ཏྲོགས་པ་ཡིན།) ཨ་ཏི་ལིག་སྒྲུ་ཡུ་བ་བྱུ་ཡེ་  
 རི་(སངས་རྒྱས་བཀའ་དང་བཀའ་ལ་བསྟན་པ་ཡི།) དུ་ཡེ་བྲ་མ་ནེ་ར་ཁིར་ཞི་གྱིན་(མི་འབྲུལ་ཆད་མ་མེ་ལོང་  
 གསལ་བ་བཞིན།) ལྷ་གི་འགྲི་གར་རྩི་རྩི་ཡེ་རྩི་ཙེ་(གསུང་རབ་གྲངས་མེད་རི་རྩི་མཁའ་བ་ཡི།) ཉེ་ལོ་ཏི་ག་  
 ཐ་ཆེན་ཏིག་ཉིལ་(དགོངས་པ་དོན་དམ་ཐམས་ཅད་གཅིག་ཏུ་བསྟན།) ཙེ་ཁྲང་གྲུ་གེ་ཐད་གེ་ཕྱོ་ཙེ་ན་ཆོག་  
 དང་ཡི་གེ་སོ་སོར་དོན་འབྱེད་ན། ཨ་གཤེ་མང་ཡ་ར་རྩི་སྒྲུ་གྲུང་ཏི་(སྒྲུ་བསམ་དབང་ལྡན་རིན་ཆེན་བང་མཛོད་  
 འདི།) པ་རྩི་ཏ་ཡ་གེ་ཁྲི་ལོན་གེ་གྲུང་(ཁམས་པ་མཚོག་གི་གོ་བྱེད་ཉམས་ལེན་མཛོད།) ཡུ་མིག་ལོ་རྒྱུ་མ་  
 མིན་ཨི་ཐེ་ཡ་(དཔུས་ལོང་ལྷང་མ་བསྟན་ལ་གསང་བ་བྱ།) ས་ཏིག་ཕྱ་སངས་ཞི་ནམ་ཏ་སི་ག་(ཤེས་རབ་  
 ཡངས་པའི་མི་རྣམས་དགའ་བའི་ཞོད།) ཇི་ལ་ཕྱོ་ཙེ་ཏི་གྱིན་ཁ་སང་ཁྲང་(ལེགས་པར་དོན་འབྱེད་བཤད་པའི་  
 གསུང་དབྱངས་སྟོགས།) རྒྱ་བཞིན་མིག་གི་ཟུར་རྒྱུང་ཁིར་ཞི་ཏི་(གཟུགས་བྱིན་མིག་གི་དབང་པོ་གསལ་བ་ཡི།)  
 ཐ་ཡུད་ཟུར་རྒྱུང་ལེ་ལི་ལོ་ཐ་ཙེ་གྲུང་(ཡིད་ཀྱི་དབང་པོ་ལོངས་སྤྱོད་ཆེན་པོ་མཛོད།) ག་ཡ་ཨ་ག་ཤོ་ཇི་ཏི་  
 སུམ་ཨ་གྲོ་སངས་ལུས་དག་ཡིད་གསུམ་སྒྲིབ་པ་དག། ཐ་ཙེན་རྫོ་ཏ་སྒྲུ་ཞི་ཀོད་(མཐར་ཐུག་སངས་རྒྱས་ས་

ལ་འགོད། ཡ་ཡུ་ཤེ་ཅུ་སྒྲིལ་ཏེ་ཆོ་དང་བསོད་ནམས་དངོས་གྲུབ་ལྡན། སང་ནི་སམ་སང་མུ་ཅུག་  
སྒྲར་ལྷ་མི་ཕུན་ཚགས་བཟླ་ཤིས་བཟང་། ཟང་ཡག་སང་ཟ་སྟེ་ཕྱི་ཕྱོད་ལྷ་མོ་བརྟན་མ། ར་ནམ་བེག་ཅོ་ཟ་  
འོག་འབོལ་གདན། ཡག་ནི་མེ་ལྷ། ཡ་བ་རྒྱུད་ལྷ། དར་ནིང་ལག་པའི། བཟླ་ཡེ་འཕྲེང་བ། ཡག་  
ཤོ་ལ་ཡི། སྟེ་ཟང་ཟ་མ། མཆོག་གུ་རང་འཐག། ཉུལ་ཐག་འབབ་པའི།

ཞེས་སྒྲ་ཡི་ཐེབས་སྦྱར་མཐོང་བ་དོན་གསལ་འདི། ཁྲི་མ་མེད་པ་གཟེ་བཅིང་འབར་བའི་  
མདོ། ཁྲིད་པའི་མཛོད་ཕུག་སྒྲ་འབྲེལ་དང་། མ་རྒྱུད་ཕུགས་རྩེ་ཉི་མའི་རྒྱུ། མཁའ་འགོ་རིན་  
ཆེན་འཕྲེང་བའི་རྒྱུ། ཁྲི་ནམས་དགོངས་པའི་དོན་བསྐྱུས་ཏེ། སྒྲ་ཡི་དོན་ཐེབས་མེ་ལོང་འདི། །  
མཁས་གྲུབ་སྒོ་གྲོས་རྒྱལ་མཚན་དང་། མཁས་མཆོག་རྒྱལ་བ་འོད་ཟེར་གྱི། རྩིས་སུ་འཛིན་པའི་ཁོ་  
བོ་ལྷ་ཉི་མ་གྲགས་པ་ཡིས། རྒྱལ་བའི་བཀའ་དང་སྒྲ་མའི་ལྷང་། རང་གི་ཚད་གསུམ་འཕྲང་ལ་  
བཤར། མི་འབྲུལ་ལེགས་པར་བཀོད་པ་ལ། འོན་ཀྱང་ཤེས་བྱའི་གནས་ལུགས་གྱི། འོར་འབྲུལ་  
ཉེས་འགལ་གྱུར་མིང་ན། ཡི་དམ་ལྷ་དང་སྒྲ་མ་དང་། རིག་འཛིན་མཁའ་འགོ་བཀའ་སྦྱོང་ལ། །  
གནོད་ཁིང་འགྱོད་དོ་བཤགས་བྱང་གསོལ། དགོ་བས་མཁས་ཁྱབ་འགོ་བ་ཀུན། མི་ཤེས་ཚྭ་ས་  
པའི་སྒོ་བཀོལ་ནས། སྒོ་གྲོས་ཡེ་ཤེས་རྒྱས་པ་དང་། སྒྲ་མེད་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་ཤོག །

ཅེས་སྒྲ་ཡི་དོན་ཐེབས་མཐོང་བ་དོན་གསལ་འདི། ཚྭ་ས་པའི་འགོ་ལ་ཕན་ལྷ་མོ་དཀར་ཕྱགས་ཏོར་སྒྲ་  
བྱག་པའི་ཆོས་བརྩམས་དགོས་པའི་སྒྲ་མཚམས་སུ་བཞུགས་པ་དགོས་ལེགས་འཕེལ། མུ་ཅུག་སྒྲར་རོ།

### ༼རྒྱ༽

དུ་ན་ཕྱིན་པ། ཤི་ལ་ཚུལ་ཁྲིམས། ཁྲིལ་བཟོད་པ། བེལྷ་བཙོན་འགྲུས། རྩུ་ན་བསམ་གཏན།  
བ་ཤི་སྒོན་ལམ། སྤྱིའི་བསོད་ནམས། ཤ་ཤ་ཏེ་གཡུང་བྱང་། མ་ཏི་སྒོ་གྲོས། མདྲ་བཟླ་ཤིས། ཇ་  
ཡ་རྒྱལ་བ། རྩུ་རྒྱ་སངས་རྒྱས། ཨི་ཤ་ན་དབང་ལྡན། རྒྱུ་ཅེ་ཤེས། སྤྱིའི་ཉི་མ། ཅན་ཏེ་སྒྲ་བ།  
སའ་ལྷ་ཏེ་ཀུན་བཟང་། སའ་ན་རྒྱུ་ཀུན་དགའ། ཨ་ཀ་ཤ་ན་མ་མཁའ། གུ་ན་ཡོན་ཏན། བུ་རྒྱེ་ཤེས་  
རབ། ཏི་བ་བུ་རྒྱུ་དར་རྒྱས། ཤི་མན་དཔལ་ལྡན།

### ༼ཁོང་༽

ཏི་ཏོར་ཕྱིན་པ། ཚུ་མུ་ཚུལ་ཁྲིམས། མུ་སོན་བཟོད་པ། ཚར་ཅི་བཙོན་འགྲུས། ཏི་ལོ་བསམ་

གཏན། འུ་གླི་(སྒྲོན་ལམ།) ཤེ་ཅུ་(བསོད་ནམས།) འུ་ཅུ་(གཡུང་འུང་)། ལུ་ཅུ་(བཟ་ཤེས།) མེར་ཡ་  
(རྒྱལ་བ།) ལུ་སངས་(སངས་རྒྱས།) མང་ཡ་(དབང་ལྡན།) ཏ་ར་(ཡེ་ཤེས།) ཉི་རི་(ཉི་མ།) ལྷ་རི་(ལྷ་བ།)  
ཀུན་སྐར་(ཀུན་བཟང་)། ག་ཨག་(ཀུན་དགའ།) ལུ་ལ་(ནམ་མཁའ།) ལུ་ར་(ཡོན་ཏན།) ས་ཏིག་(ཤེས་རབ།)

༼རྒྱ༽

འི་ར་(ལྷན་གྲུབ།) རྫོག་ བེ་ན་ཡཱ་(འདུལ་བ།) ཨི་ཇ་ཡ་(དབང་རྒྱལ།) བེ་ལུ་གླི་(རྣམ་གྲོལ།) བེ་  
ཇ་(རྣམ་རྒྱལ།) ཤེལ། ཤེལ་ཤེ་(བསྟན་འཛིན།) ཨི་ཡ་ཤ་(དབང་བྲག།) ཤེལ་ཡ་(བསྟན་བ།)

༼ཁང་༽

འུ་ར་ཅི་(འཕྲིན་ལས།) ཀྲོ་མིན་ཀར་(རྣམ་དག།) སི་བད་(ལུན་ཚགས།) ལུ་ཡུག་(སྒོ་གྲོས།) ཤ་རི་  
(དཔལ་ལྡན།) ར་རྒྱ་(རིན་ཆེན།) ཨ་ཡུ་(ཚེ་དབང་)། ཁི་ཁར་(འོད་ཟེར།) ལུན་ཞི་(གསལ་བ།)

༼ཁང་༽

ཁོད་ཕྱོད་(ལྷན་གྲུབ།) དེ་ཕྱོད་(ལྷན་གྲུབ།) མེར་རོ་(རྒྱལ་མཚན།) བེ་མེར་(རྣམ་རྒྱལ།) ཉིལ་[ཤེལ།]  
ཞིན་(བསྟན་འཛིན།) ལུར་ལུན་(དབང་གསལ།) ཉིལ་ཞི་(བསྟན་བ།)

ཏིག་ ༡ འི་ལུ་མ་ ༢ ལུ་མ་ ༣ བེར་ང་ ༤ ང་ ༥ འུག་ ༦ ལྷིས་ ༧ འུང་ ༨ ལུ་ ༩  
ལུ་ ༡༠ འི་ལུ་ ༢༠ ལུ་ལུ་ ༣༠ བེ་ལུ་ ༤༠ ང་ལུ་ ༥༠ འུག་ལུ་ ༦༠ ལྷིས་ལུ་ ༧༠ འུང་ལུ་  
༨༠ ལུ་ལུ་ ༩༠ ར་ ༡༠༠ ལུ་ཅུ་སྐར་རོ།





## པར་བྱང་སྟོན་ཆོག

སྒྱུ་གསུམ་ལྟན་བྱུང་སྟོན་པ་རྫོགས་སངས་རྒྱལ། །  
ཚད་གསུམ་ལྱང་རྟོགས་འཕྲུལ་ངག་གཡུང་བྱང་བོན། །  
ས་གསུམ་སྤང་རྟོགས་གཤེན་རབ་སེམས་དཔའི་ཕྱེ། །  
མཆོག་གསུམ་རིན་ཆེན་ཕྱེང་བ་གཏན་གྱི་སྒྱབས། །  
ཐེག་མཆོག་གངས་རིར་གཡུ་རལ་ཤིགས་སེའ་བྱིང་། །  
ལྱང་རིགས་སེང་གའི་ངར་སྐད་ཐེངས་གཅིག་གིས། །  
ཕས་ཚོལ་སྤང་ཆེན་སྟོང་གི་ཁེངས་འཕྲོག་པའི། །  
ཀུན་མཁྱེན་མཉམ་མེད་སྒྲ་མས་དགེ་ལེགས་སྟོལ། །  
བསྐལ་བཟང་འདྲན་པ་མཁའ་ལྗང་དབང་པོ་ཡི། །  
མདོ་ཐུགས་གཤོག་བྱང་དཀར་པོའི་འཕྱར་ཤུགས་གྱིས། །  
ལྟན་བྱུང་སྤང་བའི་མཛད་འཕྲིན་དུ་མའི་ཆ། །  
ལེགས་བཤད་སྟོན་པའི་ཚལ་ན་རྣམ་པར་ངོམས། །  
རིམ་པ་དང་པོའི་བཀའ་འཁོར་ལས་འཕྲོས་པའི། །  
རིག་པའི་གནས་ལྗེ་ཐེག་དགའི་ཉྩ་སྟོང་སོགས། །  
ཕན་ཚུན་མ་འདྲེས་བརྒྱ་བྱིན་རི་མོ་བཞིན། །  
དོན་གཉིས་རྟོགས་པའི་ཡོན་ཏན་བརྫོང་ལས་འདས། །  
ཞང་བོད་མཁས་བཞིའི་ཐུགས་བརྩད་ཆུ་སྤྱང་བརྒྱ། །  
ཟབ་དོན་ལྱང་རིགས་སྒྲུབས་ཕྱེང་གཡོ་བཞིན་དུ། །  
རིང་དུ་བསྐལ་བའི་བཤད་སྒྱུབ་རྒྱ་མཚོ་ཆེར། །  
གཞོལ་ཁེང་འབབ་པའི་རྟོན་འབྲེལ་དཔག་པར་དཀའ། །  
སྒྱེ་དགའི་སྒོ་ལ་ཉར་བའི་བག་ཆགས་ལུན། །

ཅིག་ཅར་སེལ་བའི་སྤང་གསལ་སྟོན་མའི་མཚོག།  
མེ་སྟོན་བཀའ་བརྟེན་ཐེ་ལྷ་ཞེས་གྲགས་པའི།  
གཞུང་ལྷགས་གསེར་གྱི་ཉི་མས་སྤང་བཞི་གསལ།  
གཡས་རུའི་གཙང་ན་སྟན་པའི་གྲགས་ཆེ་བ།  
བོན་གྱི་སྟུན་ལྷན་འགྲོ་མགོན་ལྟོ་བོས་གྱི།  
མཁུན་རབ་ཡེ་ཤེས་རྩལ་ཆེན་རྫོགས་པ་ཡིས།  
གབ་མཛོད་ས་གསུམ་མི་རྩལ་རྟོག་རྩལ་བཞོད།  
མཁས་པ་མེད་ཡི་སྤྲོ་སང་བརྩུ་གསུམ་གྱི།  
ཟབ་དོན་མདོ་ལྷགས་ལྷང་རིག་དབྱར་རྩེ་སྤྲ།  
དལ་གྱིས་བརྩུང་བའི་མཁས་མཚོག་དགའ་སྟོན་གྱིས།  
ལེགས་བཤད་སྟོན་གྱི་མེ་རྟོག་ཀུན་རྩལ་འཕྱོར།  
རྒྱལ་བ་གཉིས་པའི་མཁུན་དཔྱོད་ནམ་མཁའ་ལས།  
འཕྱལ་སྟོན་ནམ་ལའི་ཉི་འོད་འབར་བའི་གཟིས།  
སྐལ་ལྷན་ཏིང་འཛིན་ལས་བསྐངས་བཤད་སྟུབ་གྱི།  
ཐོས་བསམ་ནོར་བུའི་སྟོ་འཕར་ཡངས་པོར་བྱེས།  
མཁས་པའི་བྱ་མཚོག་ཉི་མ་བསྟན་འཛིན་སྟགས།  
མཁན་རབས་གསེར་ཤང་ལྷགས་བརྩུད་ལས་འབྱུངས་པའི།  
མཚན་ཉིད་ཐེ་ལྷའི་རྩ་གཏེར་རྒྱལ་ཤང་ཆེར།  
རིག་འཕྱལ་ནོར་བུའི་མཚོད་སྟོན་ཟད་མེད་སྟོ།  
རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་གསང་བའི་མན་ངག་མཚོག།  
རྫོགས་ཆེན་ཐེ་ལྷ་གསུམ་སྟན་རྒྱུད་སྟོར་བཞི་ཞེས།  
སྟོམ་རིམ་ཉམས་རྟོགས་བོགས་འདོན་གེགས་སེལ་བཅས།  
རང་ཞལ་རྩེན་སྟོན་གདམས་པའི་རྒྱལ་བོར་ངེས།  
རིག་པའི་སང་ཆེན་མཁའ་ལ་གཞུང་ཆོན་གྱི།  
འོད་དངས་འཇའ་ལྷས་ཉེར་བཞིའི་ལྷགས་དགོངས་བརྩུད།

ཁྲིགས་ཚད་ཐོད་ཀལ་ལམ་གྱི་སྒྲིག་བཟུང་བའི། །  
མན་ངག་བདུད་ཅིའི་སྒྲིང་པོ་གསེར་ལས་བྲིན། །  
ཉ་བའི་ཡང་ཅེ་ཞིག་ཆེན་བཅོ་བརྒྱད་དུ། །  
གྲགས་པའི་གཡུང་དྲུང་ཉ་བའི་ཉིང་འཛིན་གྱིས། །  
བོན་བརྟན་རབ་འཕེལ་རྒྱས་པའི་ཕྱིན་ལས་ཅན། །  
སྒྲིང་འདིའི་མཚན་སྟན་སྲིད་པ་གསུམ་ལས་བཀལ། །  
གངས་དཀར་ཉི་མེ་སྟན་པ་འཛམ་སྒྲིང་གི། །  
རྒྱན་དུ་ངོམ་པའི་བོན་གཞུང་དལ་འབབ་རྒྱན། །  
ཨ་རིག་མཛོད་དུ་འབྱུང་བའི་དཔལ་ཡོན་གྱིས། །  
ཕན་བདེ་ལྷབས་ཕྱིང་ཟེགས་མ་མཁའ་ལ་འཛོམ། །  
ལེགས་ལེགས་མཁས་མང་གྲོས་དང་བརྟན་པ་ཡིས། །  
གང་གང་བདམས་པའི་སྒྲིགས་བམ་ཉར་ལྗོངས་གངས། །  
ལྷུང་ལྷུང་མཛད་འཕྲིན་འབྲས་བྱ་ཐོགས་མེད་དུ། །  
མང་མང་དབེ་ཚོགས་ཅེ་ཞིག་དགོན་དུ་སྤེལ། །  
སྤྲུང་བོ་ནི་མཁས་པ་མ་ཡིན་ཀྱང་། །  
སྤུལ་སྤུལ་བརྟན་དོན་ལྷབས་ཆེན་འཕྲིན་ལས་ལ། །  
སྟོན་པའི་སྟན་ཆོག་མཚན་མའི་ངལ་བསོས་སྐབས། །  
ཉ་མཆོག་སྤྲུང་བའི་སང་གའི་དྲན་གསོ་ཡིན། །  
ཚུལ་འདིར་འབད་པའི་དགེ་འབྲས་གང་མཆིས་པ། །  
བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ཆོགས་ཀྱི་རྒྱར་རྒྱར་ཉ། །  
བརྟན་འགྲོའི་འཕྲིན་ལས་ལྷབས་ཆེན་སྟོད་པ་ཡིས། །  
ནམ་མཁའ་སྤྲུང་བའི་གོ་འཕང་རྒྱར་ཐོབ་ཤོག། །

ཅེས་པ་འདི་ནི་མདོ་སྨད་རྩ་ཡུལ་སྨད་ཞིག་དགོན་གྱི་སྒྲོབ་བྱར་གྱི་མིང་ཅོམ་འཛིན་པ་ནམ་མཁའ་ཚུལ་བྲིམས་  
ཀྱིས་བྲིས་པ་དགེ་བར་རྒྱར་ཅིག།

## བསྐྱེད་པ་རྒྱུ་གྱི་གཏམ།

ལྷག་བསམ་གྱི་རང་མདངས་དཀར་པོ་བསྐྱེད་མེ་བདུན་གྱིས་ཀྱང་ཁྱེ་བར་མ་རྒྱས་པའི་མིང་  
བ་ས་ཆགས་གྱི་ཉེ་བ་སྟེ། འཛམ་གླིང་གངས་རྒྱལ་ཉི་ཤེན་ཞང་བོད་ནང་བསྟན་གཡུང་དྲུང་བོན་  
གྱི་ཆད་མཐོའི་དགོངས་སྟོང་མཚན་པའི་རང་བྱུང་གི་རྟགས་མཚན་ལོ་རྒྱུས་དང་ལྡན་པར་མངོན་  
ལ། རྒྱ་བོ་རྣམ་བཞིའི་བཅའ་རྒྱུན་ལས་འཇུག་པའི་ཤེས་རིག་གི་ཟེགས་མ་རེ་རེ། དུས་རབས་གྱི་  
རྒྱབས་ཐོང་དང་བསྐྱེད་པ་ཉི་ཤེན་ལོ་རྒྱུས་བོད་པ་མཐའ་རྒྱ་བསྐྱེད་པ་དེ་ཡིས། མིའི་རིགས་ཀྱི་ཤེས་  
རིག་དང་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་འགོ་ཁྲུང་ནི་སྤྱི་འདི་ནས་བརྒྱུ་ཤིང་གནས་འདི་ནས་ཕྱགས་སུ་མཆེད་  
པར་དོན་མཐུན་གཏམ་ཆོགས་མང་དུ་འདྲན་རྒྱུ་ཡོད། རི་བོ་གངས་ཅན་པའི་ས་སྟེང་དོན་སྟོན་གྱི་  
ཤེས་རིག་འོད་དུ་འཛེར་བ་འདི་ཉིད་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རྒྱུ་རིང་ལ་ནང་དོན་ཉ་ཅང་ལུས་སུ་མཚོགས་པས།  
གཞན་ལ་ངོ་མ་ན་ལ་རྒྱུ་སྟོན་པ་རྒྱས་ལ། འཛམ་གླིང་ཤེས་རིག་དང་བོད་རིག་པའི་ཞིབ་འཇུག་  
གི་མཐའ་དབྱིངས་སུ། གཟེ་བརྒྱུད་འབར་བའི་རིན་ཐང་གཞུང་དུ་མེད་པ་ཤེས་ལྡན་ཀུན་ལ་མིག་  
མཐོང་ལག་ཟེན་དུ་གྱུར་ཡོད།

དེ་ཡང་སྤྱི་ལོ་ཐོན་གྱི་ལོ་ངོ་ཆེན་ཁྲི་བཞི་སྟོང་ལྷག་གི་ལྷ་རོལ་དུ། སྤྱིང་རྒྱུ་ཆེན་པོ་གཞན་  
དབང་གི་སྟོབས་ལས། རྣམ་མཁུན་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་འཁོར་མཚན་ལྡན་ཁྲུང་བཞི་དང་བཅས་  
པ་ཞང་བོད་ཀྱི་ཡུལ་འདིར་ཞབས་གྱིས་བཅགས་ཤིང་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ཏེ་གདུལ་བྱའི་ཆོགས་རྒྱུ་  
སུ་བཟུང་ཞིང་། དེ་དང་ལྡན་དུ་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བཅའ་རྒྱུན་རིང་མོའི་ཁོད། རང་ཅག་གི་མེས་པོ་དག་  
གིས་བྱངས་ཁྲག་དང་རྒྱལ་རྒྱུ་ལས་བསྐྱེད་པའི་འོད་སྟོང་འབར་བའི་ཤེས་རིག་ལྡན་ཆོགས་ཤིག་སུ་  
རབས་ཆ་རྒྱུད་ཆེར་བཞག་ཡོད་ལ། དེང་འདིར་ང་ཚོས་ཤེས་རིག་དེ་རྒྱུན་འཛིན་དང་དར་སྤེལ་  
གང་ལེགས་བྱེད་རྒྱ་ནི། རང་མི་རིགས་ས་སྤང་ཆེན་པོ་འདིའི་སྟོང་ཡུན་རིང་དུ་འཛོལ་བར་ཐད་  
ཀར་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་དོན་དག་གལ་ཆེན་ནང་གི་གཅིག་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པ་མ་ཟད། འཛམ་

སྤྱིང་ཤེས་རིག་བང་མཛོད་ལ་མཚན་ནའང་སྤྱི་ན་མེད་པའི་ལེགས་སྦྱེས་ཤིག་རེད།

ཉེ་ཆར་ཀྱང་དབྱང་མི་རིགས་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་སློབ་དཔོན་ཆེན་མོ་སྟོང་སྟོར་ཆེ་རིང་ཐར་ལགས་དང་། ཁོ་བོ་ཅག་གི་སྦྱབས་རྒྱུ་དམ་པ་ཅེ་ཞིག་ཚང་པ་ཤེས་རབ་བསྟན་པའི་སྤྱི་བ་མཚན་གཉིས་ཀྱིས་ལྷག་བསམ་དང་ཕྱགས་འདུན་གྱི་དར་དཀར་རིང་མོ་མཁའ་ཅུ་བརྒྱུད་ཏེ། རྒྱུ་ལས་ཏི་སེ་བོན་གཞུང་རིག་མཛོད་དེ་དཔེ་ཚན་ཆེན་མོ་ལེགས་སྦྱེས་དང་པར་སྦྱར་བྱ་རྒྱུའི་ལས་འགོ་བསྟུན་ཤིང་། ལས་དོན་གྱི་འགན་གཙོ་བོ་ཅེ་ཞིག་གཡུང་རྒྱུད་བོན་བསྟན་འཕེལ་རྒྱས་སྤྱིང་གི་གྲ་བཙུན་རྣམས་ལ་བསྟོན། ལས་དོན་འདི་ཅེ་ཞིག་དགོན་པར་མཚན་ནའང་རང་གི་འཁོས་ཀ་དང་བསྟན་ཏེ་ཤེས་ལྡན་མི་སྤྱི་བ་སྦྱེད་བསྐྱེད་དང་། རང་མི་རིགས་ཀྱི་རིག་གནས་དར་སྤེལ་དང་རྒྱུ་འཛིན་གྱི་ཐད་ལ་དགེ་ཅུ་སྤྱི་བ་ལས་དོན་གལ་འགངས་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་པར་བརྟེན། སྤྱིང་སྦྱོབས་དང་སྦྱོབས་པ་ཆེ་ཅུ་བསྦྱེད་དེ་བྱ་བ་ལེགས་ལམ་དང་མཐའ་ཡོངས་སུ་འབྱོལ་བར་མཐུན་འཇུག་བྱས་ཐོག སྤྱི་ལོ་༢༠༠༧་ལྟ་ལོ་འཛམ་གཟིན་མདོ་དབྱས་ཁམས་གསུམ་ནས་བོན་གྱི་སྦྱེས་ཆེན་སུམ་ཅུ་ལྷག་ཅེ་ཞིག་དགོན་དུ་གདན་དྲངས་ཏེ། དཔེ་ཚན་སྦྱེས་སྟངས་དང་ནང་དོན་གཏན་འབེབས་ཐད་ལ་ཞིབ་འཇུག་དང་གོས་བསྟར་ཞིབ་མོ་མཛད་ཐོག རྗེས་སོར་རྒྱུ་ལས་ཏི་སེ་བོན་གཞུང་རིག་མཛོད་ཀྱི་དཔེ་ཚན་འདི་ཉིད་བོན་གྱི་བཤད་སྒྲུབ་སྤྱི་ཡི་གཅིག་གྱུར་གྱི་ཚད་ལྡན་སློབ་དེབ་བྱ་རྒྱུའི་ཐད་ལ་འདུགས་སོ་སོ་ནས་ཕེབས་པའི་མཁས་པ་དག་གིས་རེ་འདུན་དང་གདེང་འཛིན་གང་མང་བྱས་ཁར། རྒྱུ་ལས་ཏི་སེ་བོན་གཞུང་རིག་མཛོད་ཀྱི་དཔེ་ཚན་པར་སྦྱར་བྱ་རྒྱུ་ནི། རང་མི་རིགས་ཀྱི་ཤེས་རིག་རྣལ་མ་སྟོན་འདོན་དང་ལྷུ་རྒྱུ་སྦྱོབ། རྒྱུ་འཛིན། དར་སྤེལ་སོགས་ལ་ངས་པར་མཁོ་བའི་བགོ་སྐུལ་བཟང་བོར་སྦྱོན་འདུག་ཅེས་ཡི་རང་དང་བསྟུན་བརྗོད་གྱི་མེ་ཏྲག་མང་དུ་གཏོར།

ལས་དོན་འདི་མཇུག་རྒྱུ་ལ་ཉེ་བའི་དུས་འདིར། ང་ཚོས་འདས་ཟེན་པར་བྱུར་མིག་དང་འབྱུང་འབྱུར་ལ་རྒྱུ་ལྷ་ལེགས་པོ་ཞིག་བྱས་ཆོ། ཅེ་ཞིག་དགོན་གྱིས་གཙོ་འགན་གཉེར་བའི་རྒྱུ་ལས་ཏི་སེ་བོན་གཞུང་རིག་མཛོད་དེ་དཔེ་ཚན་ཆེན་མོ་ལེགས་སྦྱེས་དང་པར་སྦྱར་བྱ་བྱ་བཞག་ལ། ཕྱོགས་སོ་སོའི་མཁས་པ་མང་བོས་མཚུབ་སྟོན་དང་དགོན་སྡེ་དུ་མས་རྒྱབ་སྟོར། ལ་ཞེ་གཉིས་མེད་གྱི་གྲོགས་པོ་ཤ་ཞེན་ཅན་དག་གིས་བརྩོན་པའི་རྩལ་ཆུ་མང་དུ་བསགས་ཡོད་པ་སྟེ། མདོ་

སྤང་རེབ་གོང་བོན་བརྒྱ་དགོན་དང་ཁྲི་ཀ་ཁྲུང་མོ་དགོན། ཁྲི་ཀ་སེ་བརྒྱ་བོན་མང་། མཚོ་ཕྱོག་  
པོའི་དུང་དཀར་དགོན། ཐེ་བོའི་གཙུག་ལྷན་དགོན། མཛོད་དགེ་སྤྱང་ཆང་དགོན། མདའ་ཆེན་  
དཀར་མོ་རི་ཁྲོད། ཟིང་ཆུ་སྤྱང་ཆང་དགོན་བཅས་ནས་རྒྱ་བརྒྱུ་མཛད་པ་དང་། མི་སྒྲིལ་གྱི་སྤྱང་  
ནས་གཉའ་སྒོ་གོས་རྒྱལ་མཚན། སེ་བརྒྱ་བོན་མང་དུང་ཡིག་པ་བསོད་ནམས། ས་ཁའི་སྒོ་ལྷ།  
རྟོགས་ལྷན་ཀུན་གྲོལ་རྒྱ་མཚོ། ཐེ་བོ་ལེགས་བཤད་རྒྱ་མཚོ། དགེ་བཤེས་འཇམ་དབྱངས་བཙོན་  
འབྲས། དགེ་བཤེས་ཁྲི་གཙུག་རྣམ་རྒྱལ། གདོད་བཙུན་རྒྱ་ཐར། དགེ་བཤེས་ཤེས་རབ་རྒྱ་མཚོ།  
རིན་སྤངས་ཚུལ་བཟླ། གདོད་བསོད་བཟླ། སྤྱང་རྒྱའི་དོན་གྲུབ་རྒྱལ། དཔོན་ཆང་འབུམ་བྱམས་  
རྒྱལ། བོན་བརྒྱའི་ཆོ་སྤྱད་རྒྱལ་སྐྱེས་དཔེ་ཆོགས་ཀྱི་ལས་ཀར་ལྷགས་ཐུང་ལ། བོན་སྒོ་གཙུག་  
པ་དགེ་བཤེས་ཆོས་འཁོར་ཆང་ཉི་མ་འོད་ཟེར་ལགས་དང་ཁྲི་གཡུང་དུང་གཉིས་ནས་ཀྱང་ལྷག་  
བསམ་ཐོལ་མེད་ཀྱིས་དོལ་པོ་རྣམ་རྒྱལ་དགོན་པའི་གསུང་རབ་ཉམས་གསོ་ཁང་གི་མ་ཕྱི་དཀོན་  
པོའི་རིགས་རྣམས་མཁོ་འདོན་དང་བརྒྱུད་བསྐྱར་གྱི་རྒྱ་བརྒྱུ་ཅི་རིགས་གནང་། ལྷ་བཙུན་ཤར་  
སྤྱང་བསམ་གཏན་རྒྱ་མཚོ་དང་བྲེ་གཞུང་བཟོད་པ་གཉིས་ཀྱིས་དཔེ་ཆོགས་ཀྱི་སྤྱུ་རྒྱུ་གཟུབ་  
ནས་ཀྱིས་བྲིས་གནང་མཛད་ཅིང་། དེ་མིན་ཀན་དག་དབང་རྒྱ་མཚོ་དང་གཡུང་དུང་སྤྱབས་ཀྱིས་  
སྒོག་ཁྲུང་ལག་ཆུལ་གྱི་ཐད་ནས་རམ་འདེགས་དང་བདག་སྐྱོན་གང་ལེགས་གནང་ཡོད།

ཁྲུང་པར་དུ་ལས་དོན་འདིའི་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་ལ་ཁོ་བོ་ཅག་དང་ལྷན་དུ་དཔུང་བ་  
མཉམ་གཤིབ་ཀྱིས་འགན་འཁུར་ཆེ་མོ་སྤྲུག་ཏུ་བཞེས་པའི་མཁན་པོ་ཚུལ་ཁྲིམས་བཟླན་པ་འབྲུག་གཤགས་  
དང་། དུང་ཆེ་བསོད་ནམས་གཡུང་དུང་། ཁྲི་བསོད་བཟླན་བཅས་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་ང་ཚོའི་སེམས་  
ཁོང་ན་ཉི་འོད་ལྷར་དྲོད་ཀྱིས་བརྟན་ཡོད་ལ། ཁོ་ཚོས་གཡུང་དུང་བོན་ལ་བཅངས་པའི་བཟླན་  
པའི་སྤྱི་ཞུ་དང་རང་མི་རིགས་ཀྱི་རིག་གནས་དར་སྤེལ་ལ་བཟུང་བའི་ཤ་ཞེན་གྱི་ལྷག་བསམ་དཀར་  
པོ། གངས་ཉི་ཤེ་བོན་གཞུང་རིག་མཛད་དེ་དཔེ་ཆོགས་ཆེན་མོ་ལེགས་སྒྲིག་གི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རྒྱ་བ་  
ཐུངས་སུ་ཕྱི་ཉིན་ལྷར་འོད་དུ་འཛེར་བཞིན་འདུག

རང་དགོན་ཅེ་ཞིག་གཡུང་དུང་བོན་བཟླན་འཕེལ་རྒྱས་སྤྱིང་གི་ལས་ལྷ་ལྷན་རྒྱས་ཀྱིས་དཀའ་  
སྤྱད་སྤྲུག་ཅུས་དང་ལྷག་བསམ་དྲངས་མའི་བྲགས་འཁྱར་འོག ལོ་ངོ་གསུམ་ལ་ཉེ་བའི་རིང་དུ་ལྷ་  
བཙུན་སྐལ་བཟང་རྒྱ་མཚོས་གངས་ཉི་ཤེ་བོན་གཞུང་རིག་མཛད་དེ་གཞུང་སྤྱབ་ཁང་གི་འགན་གཙོ་

དང་དུ་སྒྲངས་ཤིང་། བཟུན་འཛིན་གཡུང་དུང་གིས་ཡིག་དངོས་མཁོ་འདོན་གྱི་བྱ་བ་ཞག་ལེགས་  
 བར་བསྐྱབས་པ། ཤེས་རབ་དཔལ་ཆེན་གྱིས་སྒྲིག་ཁྲུང་དོ་དམ་དང་བསྐྱར་དཔར་ལས་འགན་གཉེར་  
 བ། ཚུལ་ཁྲིམས་སློ་གྲོས་ནས་དདུལ་འཛིན་ལས་འགན་ཁུར་བ། སློ་གྲོས་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་ཅེས་  
 གཉེར་བའི་འགན་དང་དུ་སྒྲངས་པ། གཞན་དགེ་ལེགས་རྒྱ་མཚོ་དང་སྐལ་བཟང་ཤེས་རབ། རིན་  
 ཆེན་སློ་གྲོས། ཚུལ་ཁྲིམས་བཟུན་འཛིན། བཟུན་འཛིན་རྒྱ་མཚོ། བཟུན་འཛིན་གྲགས་པ་སོགས་  
 ལོ་ན་རྒྱུང་ཡང་སྤྱིང་སྒྲོབས་དང་རུས་ཞེན་གྱི་མེ་དཔུང་ཆེ་རུ་སྤར་ཏེ། བཟུན་པའི་དོན་ལ་ལྷག་  
 བསམ་དྲོན་མོ་ཞིག་དང་སེམས་འགྲུལ་ཟབ་མོ་ཞིག་དང་གིས་བསྒྲངས་ཁར། ཁོ་ཚོའི་གཞུང་དང་  
 ལ་སློ་དཀར་བའི་མི་གཤིས་གཙང་མ་དེས་ཀླུངས་ཏི་སེ་བོན་གཞུང་རིག་མཛོད་དཔེ་ཆོགས་ཆེན་  
 མོ་ལེགས་སྒྲིག་གི་བྱ་བ་ཞག་ལ། རྣམ་ཡང་སྤྱིང་རིན་ཡོད་པའི་ལ་རྒྱ་དང་གཟེ་བེད་ཀྱིས་བརྟུན་  
 པའི་བྱས་རྒྱུ་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཞིག་བཞག་ཡོད།

གཞན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་གི་བོད་ཡིག་པར་སྐྱུན་སྡེ་ཁག་གི་འགོ་གཙོ་སྐྱེའབས་ཆེ་རིང་  
 རྒྱལ་ལགས་དང་། ལས་གྲོགས་ལྷན་རྒྱས་ནས་ལས་དོན་འདིར་ཐུགས་བརྩེ་བའི་རྒྱུ་བྱས་བྱེད་  
 རྒྱབ་སྐྱོར་ཆད་མེད་གནང་བ་དང་། དེ་དང་ཆབས་ཅིག་ཤེས་ལྡན་པ་གང་མང་ཞིག་གིས་ལས་  
 དོན་འདིར་གདེང་འཛིན་དང་སྐུལ་སློང་གི་གཏམ་སྒྲ་ཆོགས་དྲ་ཆོགས་དང་ཡིག་ཟམ་བརྒྱུད་ནས་  
 ཐུལ་བ་དེས། ང་ཚོས་འགན་འཁུལ་གཙང་མ་དེ་དང་བདེན་དོན་རྣལ་མ་དེའི་ཆེད་དུ་མི་ཆོ་ཐུགས་  
 བསམ་གྱི་སྒྲོབས་པ་དང་སེམས་ཐུགས། སློ་བ་སོགས་སྤར་ལས་ཆེ་ཆེར་རྒྱས་སུ་བཅུག།

འོན་ཀྱང་བཟུན་པ་འཕེལ་འགྲིབ་ཀྱི་རྒྱུ་གྱིས་དཔེ་རྒྱུན་ཁ་ཤས་ཉུང་ལ་དཀོན་པོར་གྱུར་བ་  
 མ་ཟད། མ་ཡིག་པལ་ཆེ་བ་དབྱ་མེད་ལག་བྲིས་ཁོ་ན་ལས་མེད་ཁར་བྲིས་བསུབ་དང་བཅས་སྣང་  
 མང་དུ་འདུག་པ་དང་། གཞན་ཁོ་བོ་ཅག་ལ་དག་སྒྲིག་ཉམས་སྦྱང་ཞན་པ་སོགས་རྒྱུ་ཅི་རིགས་  
 ཀྱི་དབང་གིས། དཔེ་ཆོགས་སྒྲིག་སྤངས་དང་དག་བཅས་སོགས་ཀྱི་ཐད་ལ་མི་འདད་ས་དང་ནོར་  
 འཕྲུག་མི་ཉུང་བ་ཞིག་ཡོད་མིན་པས། ཤེས་ལྡན་སྒྲིག་པ་བོ་ཡོངས་ལ་སྤྱིང་ཐག་པ་ནས་དགོངས་  
 འགལ་མེད་པར་བྱ་བ་དང་ཆབས་ཅིག་རྒྱུ་སོར་རུས་པ་ཡོད་ཆེ་མུ་མཐུད་ནས་དག་བཅས་དང་  
 ཡོ་བསྐང་གང་ལེགས་བྱེད་ངེས་ཡིན་ཞེས་ཁྱེད།

སྐབས་འདི་དང་བཟུན་ཏེ་སྒྲིགས་བམ་སོ་སོའི་ནང་དོན་མདོར་བསྐྱས་དང་བྱུང་ཁུངས་ལོ་རྒྱུས་

སོགས་མཚམས་སྒྲིབ་ཕྱི་ལོ་ལྟར་ཡིག་ཚགས་མང་བར་དོགས་ནས་སྒྲུབ་ཉི་ཤེ་བོན་གཞུང་རིག་མཛད་དེ་དཔེ་ཚགས་ཆེན་མོ་ལེགས་གྲུབ་ཀྱི་དྲན་རྟེན་ཟེན་ཐོ་ཞེས་པའི་ཆོན་ལྷན་དེབ་གཅིག་ཟུར་དུ་བཀོད་དེ། དཔེ་ཚགས་ཀྱི་སྒྲིགས་བམ་སོ་སོའི་ནང་དོན་གནད་བསྟུས་དང་ལས་རིགས་འདྲ་མིན་སྟེང་གི་བོད་ཀྱི་སློབ་གསོ་བ་མང་པོས་གནང་བའི་ཤིས་ཚོགས་དང་གཤེད་འཛོགས་གཏམ་ལུང་། ལས་ཀའི་བརྒྱུད་རིམ་ཞིབ་ཕྱོད་སོགས་སྟུན་ཟུང་གཡོ་བའི་དགའ་སྟོན་དུ་སྤེལ་ཡོད།

སྒྲུབ་ཉི་ཤེ་བོན་གཞུང་རིག་མཛད་དེ་དཔེ་ཚགས་དང་བོད་པར་ཆ་སྒྲིག་པ་དང་དག་བཅས་བྱེད་པ། པར་སྐྱོན་འགྲེམ་སྤེལ་བཅས་ཀྱི་མ་ཆར་སྟུན་བདག་ཆེན་མོ་ལེ་ཉིན་ཐེབས་དཔུལ་ཚོགས་པས་སྟག་བསམ་ཐོལ་མེད་ཀྱིས་བོན་སྟུན་བདུད་ཅིའི་དངོས་གྲུབ་ཆར་དུ་བསྟེལ་ཏེ། འཛམ་གླིང་རིམ་པའི་དཔེ་མཛད་ཁང་དུ་མ་དང་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ཞིབ་འཇུག་སྡེ་ཁག་ནང་བསྟན་མཐུན་ཚོགས། སློབ་ཆེན་ཁག་དང་། ནང་བསྟན་སློབ་གླིང་། བོན་གྱི་དགོན་སྡེ་སོ་སོར་འགྲེམ་སྤེལ་བྱ་འཆར་ཡོད་པའི་སྒྲུབ་ཉི་ཤེ་བོན་གཞུང་རིག་མཛད་དེ་དཔེ་ཚགས་འདི་ཉིད། བོན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཟེན་ཐོའི་ནང་གི་དཔེ་ཚགས་གལ་ཆེན་པོར་འདུག་པས། ཆེ་ཞིག་དགོན་པས་བོན་གྱི་སློབ་གཉེར་བ་མང་པོའི་ཆབ་བྱས་ཏེ། གང་དེས་མི་རིགས་མཐུན་སྦྲིལ་དང་ཤེས་རིག་དར་སྤེལ་གྱི་བྱ་བར་རོགས་སྐྱོར་མཛད་པར་སྟོང་ཐག་པ་ནས་བཀའ་དྲིན་ཆེ་བྱ་བ་དང་། དེ་མཚུངས་ཆེ་རིང་ནད་མེད་བསམ་དོན་ལྟན་གྲུབ་འབྱུང་བའི་སྟོན་ལམ་དྲི་མ་མེད་པའི་མཚམས་སྐྱོར་བཅས།

མདོ་སྤང་ཆེ་ཞིག་གཡུང་དུང་བོན་བསྟན་འཕེལ་རྒྱས་གླིང་དང་

སྒྲུབ་ཉི་ཤེ་བོན་གཞུང་རིག་མཛད་དེ་དཔེ་སྒྲིག་ཆོན་ཆུང་ནས།

སྤྱི་ལོ་༢༠༠༧/༣/༣༡ལོ་འཁོར་ལོ་བཟུང་།



༼གངས་ཉི་མེ་བོན་གཞུང་རིག་མཛོད༽དཔེ་ཚོགས་སྤྱི་འདུ་ཆག་ཆག

༼དེབ་དང་པོ༽ རྟོན་པའི་མཛོད་རྣམ་དང་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་སྐོར།༽

- ༡༥ མདོ་འདུས་པ་རིན་པོ་ཆའི་རྒྱུད་བཀའ་ཚད་མ།.....རྣམ་མཁྱེན་རྟོན་པ་གཤེན་རབ་ཀྱི་བཀའ།  
༢༥ བསྐྱུགས་པ་རིན་ཆེན་སྤྱི་འདུ་གཞུགས།.....སྤྱི་ཆེན་དྲན་པ་རྣམ་མཁའ།  
༣༥ བསྐྱུན་འབྱུང་དར་རྒྱས་གསལ་སྟོན།.....སྤྱི་ཆེན་བསྐྱུན་རྒྱལ་བཟང་པོ།  
༤༥ སྤྱི་ཆེན་གཞི་བསྐྱུན་པའི་འབྱུང་ཁུངས།.....ཁུང་པོ་སྟོན་གྱི་རྒྱལ་མཚན།  
༥༥ བསྐྱུན་འབྱུང་རིག་པའི་ཤན་འབྱེད།.....མཁའ་གྲུབ་ལུང་རྟོགས་རྒྱ་མཚོ།

༼དེབ་གཉིས་པ༽ བད་དག་སྒྱུ་སྒྲུབ་ཀྱི་སྐོར།༽

- ༡༥ བད་སྟོན་ཉི་ཤུ་བདུན་པའི་གཞུང་།.....གཤེན་མཁའ་ཚུལ་བྱིས་རྒྱལ་མཚན།  
༢༥ བད་སྟོན་ཉི་ཤུ་བདུན་པའི་རང་འགྲེལ།.....གཤེན་མཁའ་ཚུལ་བྱིས་རྒྱལ་མཚན།  
༣༥ དག་ཡིག་རིན་ཆེན་གཏེམ་བྱིས།.....སྤྱི་སར་ཀུན་བཟང་རྒྱལ་མཚན།  
༤༥ བད་དག་འབེལ་གཏམ་ཉི་འོད་གཞིན་ལྷ།.....མཁའ་ཆེན་ཉི་མ་བསྐྱུན་འཛིན།  
༥༥ འབེལ་གཏམ་ཉི་འོད་གཞིན་ལྷའི་འགྲེལ་བ།.....དཔོན་སྟོན་ཚུལ་བྱིས་རྒྱལ་མཚན།  
༦༥ ཞང་བོད་ཀྱི་སྤྱི་བསྐྱེད་ལུང་བསྟུན།.....ལྷ་ཡུལ་ཉི་མ་གཤེན་པ།

༼དེབ་གསུམ་པ༽ རྟོན་དག་མངོན་བཅོད་ཀྱི་སྐོར།༽

- ༡༥ རྟོན་དག་རྒྱུན་གསུམ་གསལ་བའི་མེ་ལོང་།.....གཙང་གཤེན་རྟོན་དག་མཁའ་པོ།  
༢༥ རྟོན་དག་རྒྱུན་གསུམ་གསལ་བའི་མེ་ལོང་གི་འགྲེལ་བ།.....ཀུན་གྲོལ་འཇའ་ཚོན་སྤྱི་པོ།  
༣༥ རྟོན་དག་རིན་ཆེན་ལྷེ་མེག་།.....དཔོན་སྟོན་ཚུལ་བྱིས་རྒྱལ་མཚན།  
༤༥ རྟོན་དག་གཙང་གཤེན་དགོངས་རྒྱུ།.....ཚུལ་བྱིས་བསྐྱུན་པའི་རྒྱལ་མཚན།  
༥༥ མངོན་བཅོད་ཀྱི་བསྐྱུན་བཅོས་ལེགས་པར་བཤད་པ།.....གཤེན་མཁའ་ཚུལ་བྱིས་རྒྱལ་མཚན།

༼དབ་བཞི་བ། བཟོ་རིག་དང་ཅིས་ཀྱི་སྐོར།༽

༡༥ བདེར་གཤེགས་སྐྱ་གདུང་སྐྱ་གཟུགས་གཉིས་ཀྱི་ཐིག་ཟ།.....མཉམ་མེད་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཚན།  
༢༥ མཚན་མ་རྩལ་ཚོན་གསལ་བྱེད་འཕུལ་གྱི་མེ་ལོང་།.....མཉམ་མེད་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཚན།  
༣༥ བཟོ་རིག་གསལ་བའི་རྒྱན།.....དཔོན་སློབ་བསྟན་འཛིན་རྣམ་དག  
༤༥ བདེར་གཤེགས་སྐྱ་གཟུགས་ཁྱེན་ཕྱག་མཚན་གྱི་དོས་འཛིན།.....དཔོན་སློབ་བསྟན་འཛིན་རྣམ་དག  
༥༥ བདེར་གཤེགས་མཚན་ཁྱེན་ཆ་བརྒྱད་ཀྱི་ཐིག་ཟ།.....དཔོན་སློབ་ཀྱན་བཟང་སྟོ་གྲོས།  
༦༥ བཟོ་རིག་རབ་གསལ་ཉི་མ།.....སྐྱུང་སྐུལ་དྲི་མེད་འོད་ཟེར།  
༧༥ རིས་མེད་བསྟན་ཅིས་ཡིད་ཀྱི་ཐུན་སེལ།.....བོན་བརྒྱ་དགེ་ལེགས་རྒྱ་མཚོ།  
༨༥ སྐར་ཅིས་ངོ་མཚར་འོད་ཟེར་འབུམ་ལྔ།.....མཁན་ཆེན་ཉི་མ་བསྟན་འཛིན།  
༩༥ སྐར་མེད་གསལ་བའི་མེ་ལོང་དང་འབུམ་ཅིས།.....མཁན་གྲུབ་ལུང་རྟོགས་རྒྱ་མཚོ།

༼དབ་ལྔ་བ། གསོ་རིག་འབུམ་བཞི།༽

༡༥ གསོ་རིག་འབུམ་བཞི།.....རྣམ་མཁྱེན་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་ཀྱི་བཀའ།  
དབྱེད་བྱ་ཁྲི་ཤེས་ཀྱིས་བསྟུས།

༼དབ་དྲུག་བ། བསྟུས་ཚད་སྟོ་རྟགས་ཀྱི་སྐོར།༽

༡༥ ཐུན་མོང་བསྟུས་གྲུའི་རྣམ་བཞག་.....མཁན་ཆེན་ཉི་མ་བསྟན་འཛིན།  
༢༥ ཚད་མའི་སྟེང་བོ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱན་ལས་བཏུས་པ།.....འགྲོ་མགོན་སྟོ་གྲོས་རྒྱལ་མཚན།  
༣༥ ཚད་མ་རྣམ་འབྱེད་འཕུལ་གྱི་སྟོན་མ།.....མཉམ་མེད་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཚན།  
༤༥ ཚད་མ་རྣམ་འབྱེད་འཕུལ་གྱི་སྟོན་མའི་འགྲེལ་བ།.....མཉམ་མེད་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཚན།  
༥༥ ཚད་བསྟུས་ཤེས་བྱ་ཀྱན་གསལ།.....མཉམ་མེད་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཚན།  
༦༥ ཚད་མའི་ཐལ་ཐེང་།.....དཔོན་སློབ་རྣམ་དག་འོད་ཟེར།  
༧༥ གཤམ་ཆོགས་རྟགས་རིག་གི་རྣམ་བཤད།.....དཔོན་སློབ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ།

༼དབ་བདུན་བ། བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་སྟོ་སྦྱང་གི་སྐོར།༽

༡༥ བྱང་དོན་ཐུན་སེལ་སྟོན་མ།.....སླ་ཆེན་དཔལ་ནམ་མཁའ།  
༢༥ བྱང་ཆུབ་སྐྱུ་ཐབས་ཀྱི་བོན་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་ལུས་བརྒྱ་ཉི་ཤུ་བ།.....མེ་སྟོན་ཤེས་རབ་འོད་ཟེར།

ཕྱི་ལམ་རིམ་ལུགས་བརྒྱ་ཉི་ཤུ་བའི་རྣམ་བཤད།.....གཤེན་སྟོན་ནམ་མཁའ་རྒྱལ་མཚན།  
ཡེ་ལེགས་བཤད་ལམ་རིམ་རིན་ཆེན་སྐུ་ལམ།.....སྣང་སྟོན་བསྟན་པའི་ཉི་མ།  
ཡེ་ལེགས་བཤད་ལམ་རིམ་རིན་ཆེན་ཐེམ་སྐུ་ཀྱི་འགྲེལ་བ།.....ཡོངས་འཛིན་བསྟན་འཛིན་ཡེ་ཤེས།

༼དབ་བརྒྱད་པ། ཐེག་རིམ་དང་དབུ་མའི་སྐོར།༽

༡༩ ཐེག་པའི་རིམ་པ་མངོན་དུ་བཤད་པའི་མདོ་རྒྱུ།.....ཀུན་བཟང་གཤེན་མ་འོད་དཀར།  
༢༠ ཐེག་རིམ་མངོན་དུ་བཤད་པའི་མདོ་རྒྱུ་ཀྱི་འགྲེལ་བ།.....རྣམ་མཁུན་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་ཀྱི་བཀའ།

བན་རྟེ་མི་གསུམ་གྱི་གཏེར་མ།

ཕྱི་ལུ་སྟེགས་ཚར་གཙོད་གཏན་ཚིགས་ཐེག་མདོའི་འགྲེལ་བ།.....སྣང་སྟོན་ཤེས་རབ་འོད་ཟེར།  
ཡེ་ཇི་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་ལ་ཚོད་སྤོང་སྒྲུ་བའི་སེང་གེ་.....རྣམ་མཁུན་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་ཀྱི་བཀའ།  
ཡེ་མཆན་འགྲེལ་ལུང་དོན་རབ་གསལ་སྟོན་མ།.....དཔོན་སྟོན་བསྟན་འཛིན་རྣམ་དག  
༢༥ ཐེག་རིམ་རྣམ་བཤད་མདོ་རྒྱུ་ཀྱི་འགྲེལ་བ།.....མཉམ་མེད་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཚན།  
༢༦ ཐེགས་རྩེ་སེམས་དཔའི་ལུགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་གསུམ་གྱི་རྣམ་བཤད།.....དཔོན་སྟོན་སངས་རྒྱས་བསྟན་འཛིན།  
༢༧ དབུ་མ་བདེན་གཉིས་ཀྱི་གཞུང་།.....མེ་སྟོན་ཤེས་རབ་འོད་ཟེར།  
༢༨ དབུ་མ་བདེན་གཉིས་ཀྱི་འགྲེལ་བ།.....མཉམ་མེད་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཚན།  
༣༠ ཟབ་མོ་སྟོང་བ་ཉིད་གསལ་བྱེད་རྣམ་བཤད།.....མཁས་གྲུབ་རྒྱལ་མཚན་མཆོག་ལེགས།  
༣༡ དབུ་མའི་ཟེན་བྲིས།.....དཔོན་སྟོན་སངས་རྒྱས་བསྟན་འཛིན།  
༣༢ ཡང་དག་ཉེ་བའི་ཚྭ་ཕྱོགས་མ་རིག་ངོས་འཛིན་ཟེན་བྲིས།.....དཔོན་སྟོན་བསྟན་འཛིན་རྣམ་དག

༼དབ་དགུ་པ། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ས་ལམ་གྱི་སྐོར།༽

༡ བྱམས་མ་འབུམ་ལ།.....རྣམ་མཁུན་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་ཀྱི་བཀའ།  
ཁོ་ཚང་འབུག་ལྟེ་གཏེར་མ།

༢ བྱམས་མ་འབུམ་ལྟེ་བཀའ་འགྲེལ།.....འོད་སྟོན་ཤེས་བྱ་ཀུན་རིག  
༣ ཐེག་ཆེན་ས་ལམ་གྱི་རིམ་པ་འབུལ་གྱི་ལྷ་མིག་.....འགྲོ་མགོན་སྒོ་གྲོས་རྒྱལ་མཚན།  
༤ གཞི་ལམ་རྣམ་འབྱེད་ཀྱི་རང་འགྲེལ།.....སྣང་སྟོན་ཚུལ་ཁྲིམས་རྒྱལ་མཚན།  
༥ ས་ལམ་འབུལ་གྱི་སྟོན་མའི་གཞུང་།.....མཉམ་མེད་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཚན།

༡༥ ས་ལམ་འཕུལ་གྱི་སྒྲོན་མའི་འགེལ་བ།.....མཉམ་མེད་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཚན།  
༡༦ ཐར་ལམ་གསལ་སྒྲོན་ཉི་མའི་འོད་ཟེར།.....མཉམ་མེད་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཚན།  
༡༧ བསམ་གཟུགས་བརྒྱུད་གྱི་རྣམ་བཤད་རིན་ཆེན་ཕྱེང་བ།.....སྒོ་བ་རྩེ་ནམ་མཁའ་ཚུལ་ཁྲིམས།  
༡༨ རྟུགས་འབྲས་བརྒྱུད་གྱི་རྣམ་བཤད་ལྷ་ཏིག་རིན་ཆེན་ཕྱེང་བ།.....སྒོ་བ་རྩེ་ནམ་མཁའ་ཚུལ་ཁྲིམས།

༼དབ་བརྩ་བ། ཤེར་ཕྱིན་ཕྱི་དུམ་གྱི་སྒྲོར།༽

༡༩ རྒྱུད་པ་ཚོགས་ལུ་བཅད་བ།.....རྣམ་མཁྱེན་སྒྲོན་པ་གཤེན་རབ་གྱི་བཀའ།  
སྤུལ་སྤུ་གཉན་འཐིང་གི་གཏྱེར་མ།

༢༠ རྒྱུད་འགེལ་གསལ་སྒྲོན།.....མཉམ་མེད་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཚན།  
༢༡ ཤེར་ཕྱིན་མངོན་རྟོགས་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ།.....མེད་མཁས་ཚུལ་ཁྲིམས་དཔལ་ཆེན།  
༢༢ ལམས་ཆེན་པོ་བརྒྱུད་དང་མཚན་བྱེད་ཞེ་ལའི་རྣམ་བཞག་.....དཔོན་སྒོ་བ་བཟླ་འཛིན་རྣམ་དག

༼དབ་བརྩ་གཅིག་བ། ཤེར་ཕྱིན་ཕྱི་དུམ་གྱི་སྒྲོར།༽

༢༣ ཤེར་ཕྱིན་མངོན་རྟོགས་ལམ་གྱི་སྐབས་དང་པོ།.....མཁས་ཆེན་ཉི་མ་བཟླ་འཛིན།  
༢༤ ཤེར་ཕྱིན་མངོན་རྟོགས་ལམ་གྱི་སྐབས་གཉིས་པ།.....དཔོན་སྒོ་བ་རྣམ་དག་འོད་ཟེར།  
༢༥ ཤེར་ཕྱིན་མངོན་རྟོགས་ལམ་གྱི་སྐབས་གསུམ་པ།.....དཔོན་སྒོ་བ་རྣམ་དག་འོད་ཟེར།  
༢༦ ཤེར་ཕྱིན་མངོན་རྟོགས་ལམ་གྱི་སྐབས་བཞི་པ།.....དཔོན་སྒོ་བ་རྣམ་དག་འོད་ཟེར།  
༢༧ ཤེར་ཕྱིན་མངོན་རྟོགས་ལམ་གྱི་སྐབས་ལྔ་པ།.....དཔོན་སྒོ་བ་རྣམ་དག་འོད་ཟེར།  
༢༨ ཤེར་ཕྱིན་མངོན་རྟོགས་ལམ་གྱི་སྐབས་དྲུག་པ།.....དཔོན་སྒོ་བ་རྣམ་དག་འོད་ཟེར།  
༢༩ ཤེར་ཕྱིན་མངོན་རྟོགས་ལམ་གྱི་སྐབས་བདུན་པ།.....དཔོན་སྒོ་བ་རྣམ་དག་འོད་ཟེར།  
༣༠ ཤེར་ཕྱིན་མངོན་རྟོགས་ལམ་གྱི་སྐབས་བརྒྱུད་པ།.....དཔོན་སྒོ་བ་རྣམ་དག་འོད་ཟེར།

༼དབ་བརྩ་གཉིས་བ། རྣང་སྲིད་མཛོད་ཕྱགས་གྱི་སྒྲོར།༽

༣༡ རྣང་སྲིད་པའི་མཛོད་ཕྱགས་གྱི་གཞུང་།.....རྣམ་མཁྱེན་སྒྲོན་པ་གཤེན་རབ་གྱི་བཀའ།  
༣༢ རྣང་མཚན་ཉིད་སྲིད་པའི་མཛོད་ཕྱགས་གྱི་འགེལ་བ།.....འགྲོ་མགོན་སྒོ་བློས་རྒྱལ་མཚན།  
༣༣ རྣང་སྲིད་མཛོད་ཕྱགས་གྱི་འགེལ་བ་འཕུལ་གྱི་སྒྲོན་མ།.....མཉམ་མེད་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཚན།  
༣༤ གུན་ལས་བཏུས་པ་སྲིད་པའི་མཛོད་ཕྱགས་གྱི་གཞུང་།.....སྒྲོན་པ་ཚུལ་ཁྲིམས་རྒྱལ་མཚན།

ཡེ་མིང་བའི་མཛོད་ལྷགས་ཀྱི་ཙུ་བཟླམས་རྒྱལ་བསྟན་གསལ་བའི་རྒྱན།.....དཔོན་སྒོ་བ་བསྟན་འཛིན་རྣམ་དག

༼དབ་བཅུ་གསུམ་པ། འདུལ་བ་རྒྱས་བསྟུས་གྱི་སྐོར།༽

༡༽ བླ་ག་ཡངས་མ་ཀུན་འབྱུང་དབྱིངས་དག་རྒྱད།.....རྣམ་མཁྱེན་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་གྱི་བཀའ།

༢༽ འདུལ་བ་མདོར་བསྟུས་གྱི་གཞུང་།.....མེ་སྟོན་ཤེས་རབ་འོད་ཟེར།

༣༽ འདུལ་བ་མདོར་བསྟུས་གྱི་འགྲེལ་བ།.....མཉམ་མེད་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཚན།

༤༽ འདུལ་བ་ཀུན་ལས་བཏུས་པའི་གཞུང་།.....མེ་སྟོན་ཤེས་རབ་འོད་ཟེར།

ཡེ་འདུལ་བའི་བསྟུས་བྱ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་འགྲེལ་བ།.....མཉམ་མེད་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཚན།

༥༽ འདུལ་བའི་ལས་ཆོག་རིན་ཆེན་ཐེམ་སྒྲིག་།.....མཉམ་མེད་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཚན།

ཡེ་རྣམ་དག་འདུལ་བའི་རྣམ་བཤད་ནོར་བུའི་ཕྱིང་བ།.....མཁན་ཆེན་ཉི་མ་བསྟན་འཛིན།

༦༽ སོ་སོར་ཐར་བའི་ཙུ་བཟླམས་རྒྱལ་བསྟན་གསལ་བའི་རྒྱན།.....དཔོན་སྒོ་བ་བསྟན་འཛིན་རྣམ་དག

༼དབ་བཅུ་བཞི་བ། རྩེ་སྟོང་མཛོད་ཙུ་འགྲེལ།༽

༡༽ རྩེ་སྟོང་རིན་པོ་ཆེ་མཛོད་ཡིད་བཞིན་འབྱུང་བའི་གཏེར།.....ཤར་རྩ་བཟླ་ཤེས་རྒྱལ་མཚན།

༢༽ རྩེ་སྟོང་རིན་པོ་ཆེ་མཛོད་གྱི་འགྲེལ་བ་ཉི་ཟླའི་སྟོན་གྱི་གུར་ཁང་།.....ཤར་རྩ་བཟླ་ཤེས་རྒྱལ་མཚན།

༼དབ་བཅུ་ལྔ་བ། སྤྱི་སྤྱངས་བསེན་ཐུབ་གྱི་སྐོར།༽

༡༽ གསལ་མཁར་སྤྱི་སྤྱངས་གསང་བ་བསེན་ཐུབ་གྱི་རྒྱད།.....སྟོན་པ་འཆི་མེད་གཙུག་ཕུད།

༢༽ ཙུ་རྩ་རྒྱད་གསང་བ་བསེན་ཐུབ་གྱི་འགྲེལ་བ།.....འགྲོ་མགོན་སྒོ་བློས་རྒྱལ་མཚན།

༼དབ་བཅུ་དྲུག་པ། གསང་ལྷགས་རྒྱད་དྲུག་གི་སྐོར།༽

༡༽ རྩེ་གཏེར་ཁོ་བོ་རྒྱད་དྲུག་།.....སྟོན་པ་འཆི་མེད་གཙུག་ཕུད།

མགར་ནག་རྩེ་སྤྱངས་གྱི་གཏེར་མ།

༢༽ གསང་དོན་རྣམ་འབྱེད་འཕུལ་གྱི་སྟོན་མ།.....མཉམ་མེད་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཚན།

༣༽ གསང་དོན་རྣམ་འབྱེད་གྱི་འགྲེལ་བ།.....ཁྱུང་སྟོན་ཚུལ་ཁྲིམས་རྒྱལ་མཚན།

༤༽ གསང་བའི་དམ་ཆོག་གི་རྣམ་དབྱེ་གསལ་བ་འོད་གྱི་རྒྱན།.....མཉམ་མེད་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཚན།

༼དབ་བཅུ་བདུན་པ། གསང་ལྷགས་བཀའ་འགྲེལ་གྱི་སྐོར།༽

༡༽ གསང་ལྷགས་གྱི་རྣམ་པར་བཤད་པའི་བཀའ་འགྲེལ་།.....དཔོན་སྒོ་བ་བསྟན་འཛིན་རྣམ་དག

༥༥ མཚན་སྒྲིལ་གཏོར་མའི་རྣམ་བཤད།.....ཀྱན་གྲོལ་འཇའ་ཚོན་སྒྲིལ་པོ།  
 ༥༦ གཙོད་ཀྱི་དམིགས་ཁྲིད་རིག་འཛིན་ཞལ་ལུང་།.....ཅེ་ཞིག་རྒྱལ་བ་ཚུལ་ཁྲིམས།

༡། དེབ་བཅོ་བརྒྱད་པ། གསང་སྤྲུགས་མ་རྒྱུད་ཀྱི་སྐོར།༥

༡༥ མ་རྒྱུད་ཐུགས་རྗེ་ཉི་མ་གཞི་ཡེ་སངས་རྒྱས་པའི་རྒྱུད།.....རྣམ་མཁྱེན་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་ཀྱི་བཀའ།  
 གཏེར་སྟོན་གྲུ་ཅུ་རྩེན་ཅེའི་གཏེར་མ།  
 ༡༦ མ་རྒྱུད་ཐུགས་རྗེ་ཉི་མ་ལམ་མངོན་སངས་རྒྱས་པའི་རྒྱུད།.....རྣམ་མཁྱེན་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་ཀྱི་བཀའ།  
 གཏེར་སྟོན་གྲུ་ཅུ་རྩེན་ཅེའི་གཏེར་མ།  
 ༡༧ མ་རྒྱུད་ཐུགས་རྗེ་ཉི་མ་འབྲས་བུ་རྩོགས་སངས་རྒྱས་པའི་རྒྱུད།.....རྣམ་མཁྱེན་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་ཀྱི་བཀའ།  
 གཏེར་སྟོན་གྲུ་ཅུ་རྩེན་ཅེའི་གཏེར་མ།

༥༧ འགྲེལ་གྱི་དབུ་འཆད།.....དཔུལ་སྟོན་བཅུན་པ་གཞོན་ནུ།  
 ༥༨ གཞི་ཡེ་སངས་རྒྱས་པའི་རྒྱུད་འགྲེལ།.....རྒྱལ་གཤེན་མི་ལུས་བསམ་ལེགས།  
 ༥༩ ལམ་མངོན་སངས་རྒྱས་པའི་རྒྱུད་འགྲེལ།.....རྒྱལ་གཤེན་མི་ལུས་བསམ་ལེགས།  
 ༦༠ འབྲས་བུ་རྩོགས་སངས་རྒྱས་པའི་རྒྱུད་འགྲེལ།.....ཤར་རྩེ་ཤེས་རྒྱལ་མཚན།  
 ༦༡ མ་རྒྱུད་ཡེ་ཤེས་ཐེག་ལེའི་མཆན་འགྲེལ།.....དཔོན་སྟོབ་བསྟན་འཛིན་རྣམ་དག  
 ༦༢ བར་དོའི་རྣམ་བཤད་གསལ་བཤད་སྟོན་མ།.....དཔོན་སྟོབ་བསྟན་འཛིན་རྣམ་དག

༢། དེབ་བཅུ་དགུ་བ། རྩོགས་ཆེན་ཆད་མའི་སྐོར།༦

༡༥ མན་དག་ལུང་གི་ཆད་མ་རྩ་འགྲེལ་གཉིས།.....འཇམ་སྒྲིང་མཁས་པ་མི་བཞི།  
 ༡༦ རྩོད་ཐུངས་སྤྱོད་པའི་སངས་ལོ་.....རྣམ་མཁྱེན་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་ཀྱི་བཀའ།  
 ༡༧ རྩོད་ཐུངས་སྤྱོད་པའི་སངས་ལོ་མཆན་འགྲེལ།.....དཔོན་སྟོབ་བསྟན་འཛིན་རྣམ་དག  
 ༥༥ བོན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡང་མཛོད་རྣམ་འབྲེད་འཕུལ་གྱི་ཐེ་མིག་.....སྒྲ་ཆེན་དྲན་པ་ནམ་མཁའ།  
 ༥༦ བོན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡང་སྒྲིང་གཏན་ཆོགས་ངེས་པའི་གལ་མདོ།.....སྒྲ་སྒྲུང་ཤ་རི་དབུ་ཆེན།  
 ༥༧ གཏན་ཆོགས་གལ་མདོ་རིག་པའི་ཆད་མ།.....པཎ་ཆེན་ལི་ཤུ་སྟག་རིང་།  
 ༥༨ ཐེག་པ་ཆེ་རྒྱུད་གོང་འོག་རྣམ་པར་འབྲེད་པའི་གལ་མདོ།.....འགྲོ་མགོན་སྟོ་གོས་རྒྱལ་མཚན།  
 ༥༩ ཤ་རིའི་གལ་མདོའི་རྣམ་བཤད།.....དཔོན་སྟོབ་བསྟན་འཛིན་རྣམ་དག

༧༩ དྲགས་སེལ་འགའ་ཞིག་སྤོང་བའི་ལེན།.....དཔོན་སྒྲོབ་བསྟན་འཛིན་རྣམ་དག  
༡༠༥ དེས་དོན་རྣམ་མཁའ་འཕུལ་མཛད།.....སྒྲ་ཆེན་དྲན་པ་རྣམ་མཁའ།

༼དབ་ཉི་ཤུ་བ། རྫོགས་ཆེན་མན་ངག་བཀའ་བརྟེན་གྱི་སྐོར།༽

༡༽ ཨ་ཁྱིད་ཐུན་མཚམས་བརྒྱད་དམ་བཅུ་བ་བྱུར་བཞོད།.....སུམ་ཐུན་གཡོར་པོ་མེད་པལ།  
༢༽ ཨ་ཁྱིད་ཐུན་མཚམས་བཅོ་ལྔ་བ་མ་བྱ་བཅས་བཞུགས།.....བྱ་ཆེན་རྒྱལ་བ་གཡུང་བྱང་།  
༣༽ གོགས་སེལ་ཐུན་སེལ་སྒྲོན་མེ།.....འགྲོ་མགོན་སྒོ་གོས་རྒྱལ་མཚན།  
༤༽ ཉམས་རྒྱུད་རྒྱལ་བའི་ཕྱག་ཁྱིད།.....བྱ་ཆེན་རྒྱལ་བ་གཡུང་བྱང་།

༼དབ་ཉེར་གཅིག་པ། རྫོགས་ཆེན་སྐུ་གསུམ་རང་ཤར།༽

༡༽ རྫོགས་ཆེན་སྐུ་གསུམ་རང་ཤར།.....ཤར་རྩ་བཀའ་ཤེས་རྒྱལ་མཚན།

༼དབ་ཉེར་གཉིས་པ། བྱང་སེམས་གཤམ་པའི་རྩ་འགྲེལ།༽

༡༽ བྱང་སེམས་གཤམ་པ་དགུ་སྐོར།.....རྣམ་མཁྱེན་རྟོན་པ་གཤེན་རབ་ཀྱི་བཀའ།  
གཤེན་ཆེན་སྐུ་དགའི་གཉེར་མ།  
༢༽ བྱང་སེམས་གཤམ་འགྲེལ་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པ།.....འཛམ་གླིང་མཁས་པ་མི་བཞི།  
༣༽ བྱང་སེམས་གཤམ་འགྲེལ་རིག་པའི་རྒྱ་མཚོ།.....སྒྲ་ཆེན་དྲན་པ་རྣམ་མཁའ།  
༤༽ བྱང་སེམས་གཤམ་པའི་ས་བཅད།.....མཉམ་མེད་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཚན།  
༥༽ བྱང་སེམས་གཤམ་འགྲེལ་ཉི་མའི་དཀྱིལ་འཁོར།.....མཉམ་མེད་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཚན།

༼དབ་ཉེར་གསུམ་པ། རྫོགས་ཆེན་ཡང་ཅེ་སྒྲོང་ཆེན།༽

༡༽ རྫོགས་ཆེན་ཡང་ཅེ་སྒྲོང་ཆེན།.....བཀ་ཆེན་ལི་ཤུ་སྟག་རིང་།

༼དབ་ཉེར་བཞི་བ། རྫོགས་ཆེན་སྟན་རྒྱུད་བཀའ་རྒྱུད་སྐོར་བཞི།༽

༡༽ སྟན་རྒྱུད་བཀའ་རྒྱུད་སྐོར་བཞི།.....རྣམ་མཁྱེན་རྟོན་པ་གཤེན་རབ་ཀྱི་བཀའ།

༼དབ་ཉེར་ལྔ་བ། རྫོགས་ཆེན་ཡེ་ཁྱི་མཐའ་སེལ།༽

༡༽ རྫོགས་ཆེན་ཡེ་ཁྱི་མཐའ་སེལ།.....རྣམ་མཁྱེན་རྟོན་པ་གཤེན་རབ་ཀྱི་བཀའ།