



༥ ཕྱིས་དཔེ་གསར་སྒྲིག་གྲོང་པའི་མེ་ལོང་བཞུགས་སོ།།

སྒྲིག་དཔེན་པར་སྒྲིག་མཚན་གྱིས་བསྐྱེད་སྒྲིག་མཛད།

༥ ཅེས་དཔེ་གསར་སྒྲིག་གོང་པའི་

མེ་ལོང་གི་དཀར་ཆག་བཞུགས་སོ།།

འབྱུང་ཅེས་ཀྱི་སྒྲོན་འགྲོ་བཙོ་མ་གསེར་མདོག་

བཙོ་མ་གསེར་མདོག་གི་བེན་བྲིས།

ཟླ་མོ་འགྲོལ་བའི་ལྷེ་མིག་ཕན་བདེའི་གཏེར་མཛོད་

སྒྲིག་ཅེས་ཞེ་བདུན་མ།

སྒྲིག་ཅེས་ཞེ་བདུན་མའི་འགྲོལ་པ་ཉི་ཟླ་བྱང་འཇུག་

བྲིས་པའི་སྐྱེས་ཅེས་བྱང་འཇུག་ཤེལ་གྱི་མེ་ལོང་།

བག་ཅེས་ནམ་མཁའའི་ནོར་བུ།

གཤེན་ཅེས་རྟུ་བྲུག་ཅུ་མ།

གཤེན་པོའི་ས་སྤང་ཆོ་ག་

གཟའ་བདུན་མོ་ཅེས་མདོན་ཤེས་འཕྲུལ་གྱི་མེ་ལོང་།

ས་བདག་ལྟོ་འབྲེ་བརྟག་པ། (ས་བསྐྱང་ཆོ་ག།)

བུམ་གཏེར་སྐྱབ་ཚུལ་པན་བདེའི་ཡང་སྙིང་།

ས་ཆོག་དང་བུམ་གཏེར་གྱི་ལག་ལེན་ཟེན་བྲིས།

གནས་སྤྱན་སྐྱམ་ཆོཌ་པར་སྡོ་བའི་ཨཱཀའི་ཆོ་ག།

མེ་ལྷ་བྱང་སྡོང་དང་། ལྷའི་ཐེབས་བསྐྱོག་བསྐྱན་པ།

འབྱུང་བ་ཡུར་གཞོན་ (ངན་པ་དགྲ་བྱབ་)

ཅིས་མཁན་སྐྱང་བའི་ཐབས།

མཁའ་འགྲོ་སྡེ་ལྷའི་མོ།

དོན་འགྲུབ་མི་འགྲུབ་བརྟག་པ།

སྡེ་སྡེ་སྡེ་བཞི་ཅིས་ལྷགས།

ས་བཅད་བརྟག་པ་ཀུན་འདུས་ནོར་བུའི་ལྷགས།

འབྱུག་གཟའ་དང་བོད་གཟའི་བྱང་པར་མདོར་བསྐྱན་པ།

གཟའ་གཉིས་ཀྱི་བྱང་པར་ནམ་པ་ལྗེ་སྒོ་ནས་བསྟན་  
པ།

ཉི་ཟླ་གཟའ་འཛིན་ཀྱི་གོ་དོན་ནང་ལྟར་བཤད་པ།  
རབ་བྱུང་ཅིས་ཚུལ།

ཁུས་བབ།

ལྟ་བབ་དུས་ཆེན་ཅིས་བངས།

སྐར་ཅིས་ཀྱི་སྟོན་འགྲོ།

དུས་སྟོར

མཇུག་བྱང་།

སྐྱེས་བཟླ་འཁོར་ལོ།

བཀྲིས་བདེ་ལེགས་སྟན་སྟམ་ཆོགས། །གྲོང་པའི་ཆོས་  
པ་སྐུ་ཁམས་བཟང་། །ཅིས་དོན་སྦྱང་སྦྱང་འདི་ལ་གཟི

གས།། དགོའོ།། །།



༡། །ཅིས་དཔེ་གསར་སྒྲིག་གྲོང་པའི་མེ་ལོང་བཞུགས་  
སོ།།

སྤིང་ཞི་དགོ་ལེགས་འབྱུང་གནས་རིན་ཆེན་གསུམ།།  
ཕུལ་བྱང་མཁྱེན་བཅེ་རུས་པས་རྗེས་དགོངས་ཏེ།། ཏེན་  
འབྲེལ་དབྱང་གཉིན་སྒྲ་མ་དགོ་བའི་བཤེས།། པརྒྱ་ནམ་  
རྒྱལ་ཤེས་རབ་སྟེར་བའི་ལྷ།     །འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ཀྱི་  
ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།     །རང་སེམས་རང་ངོ་འཕྲོད་  
པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།     །གཞི་སྒྲུང་ཤར་བའི་མོད་ལ་རང་  
རིག་ནས།     །འབྲུལ་མ་སྤྱོད་བར་ཡེ་ནས་སངས་རྒྱས་  
པའི།     །སྒྲ་མའི་ཞབས་ལ་ཕྱག་གིས་མདུན་བསུས་  
ནས།     །མཁས་བྱུང་གཉིས་ཀྱིས་དབེན་པའི་གྲོང་ཆུང་

དུ། །ཉམ་ཆུང་མཆོད་ཡོན་གཉིས་ལ་སྐྱབས་པའི་སྤྲིར། །ཅིས་  
དཔེ་གསུམ་སྒྲིག་གྲོང་པའི་ཉེར་མཁོ་བྱ། ། ཞེས་གང་ཞུ་ན།

ཐོག་མར། ། གྲོ་འབྱེད་འབྱུང་བའི་ཙ་བ་རིན་ཆེན་བསྐྱུས་  
 བ་མཁའ་མ་པ་བྱུང་ན་ག་གིས་མཛད་པ་ལ་འབྱུང་ཅིས་ཟླ་འོད་  
 སོགས་ནས་ཁ་སློང་བསྐྱེད་པ་བཅས་བཞུགས་སོ།། ། ཅན་

མོ་མཁུ་ཤི་ཡེ།

བསྐྱམས། །སྒྲ་ཆོགས་ཐེག་པའི་འགྲོ་དོན་མཛད། །སྟོང་

ཉིད་ལྟ་བུ་བའི་བྱ་མཆོག་སྟེ། །འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ལ་བྱག་

འཆ་ལ་ལོ། ། བྱ་འཕྱུལ་ལེན་འཆང་སྒྲེས་བྱ་མཆོག་། །བཞི་

ཚན་བཞི་ལས་བརྒྱད་པ་ཡི།      །འཛིག་རྟེན་བསྟན་པའི་

གཙུག་ལག་ནི། །ཅ་བ་རུས་སྒལ་ཆེན་པོ་སྟེ། །༄༅། །དེ་བུ་





གྲི། །གཙུག་ལག་ཐམས་ཅད་གྲུབ་པ་ཡིན།། ༥ྷ བཙེ་བྱའི་  
 གཞི་ནི་འབྱུང་ལྔ་སྟེ། །ཞིང་མེ་ས་ལྷགས་ལྟ་ལྔ་འོ། །ངོ་བོ་  
 བཏགས་ན་སྟོང་པ་ཉིད། །ངེས་ཆོག་ཆོས་ཀྱན་འབྱུང་ཕྱིར་  
 བརྗོད། །དབྱེ་བ་ལྔ་ལམ་བདུན་བརྒྱད་སྟེ། །མཆོན་ཉིད་  
 ལྷགས་ལྟ་མེ་ས་ཞིང་། །གཙོད་ལྷན་ངོ་སྤྲ་གཡོ་བའི་  
 ཕྱིར། །བྱེད་ལས་མ་འབྲུགས་བདེ་སྟེར་ཞིང་། ལྷོག་ན་ན་  
 འཆིའི་སྤྱག་སོགས་འབྱུང་། །དེ་ཕྱིར་སྤང་སྤང་གསལ་བའི་  
 གནད། །འབྱུང་བའི་རྩིས་འདི་ཞིན་ཏུ་གཅེས།། ༥ྷ རྩི་བྱེད་  
 གཙུག་ལག་རྣམ་གཉིས་ཏེ། །རང་བཞིན་གཞི་དང་འབྲུལ་  
 སྤང་ངོ་།། ༥ྷ རང་བཞིན་གཞི་ཡི་གཙུག་ལག་ནི། །སྤང་  
 སྟེན་འབྱུང་བ་ལྔར་སྤང་བ། །ཀྱན་གྱུང་ནམ་མཁའི་རང་

བཞིན་ཏེ། །མཐའ་དབུས་བྲལ་བའི་དབུ་མ་ཡིན།། ༥ྟ མ་  
 རིག་འབྱུལ་སྒྲིང་གཙུག་ལག་ལ། །བཙེ་བའི་གཞི་དང་ཙེས་  
 ཐབས་གཉིས།། ༥ྟ བཙེ་བའི་གཞི་ལའང་རྣམ་བཞི་  
 རྟེ། །འབྱུང་བ་རང་རྒྱད་སྒྲིང་བ་ཡུལ།།གཙོད་བྲེད་ཡིད་  
 དང་འཇིན་པ་སེམས།། འབྱུང་བ་བྱི་ནང་གསང་གསུམ་  
 གྱི། །དབྱེ་བས་རང་རྒྱད་གཏན་ལ་འབེབས། །དབང་ཡུལ་  
 གྱིར་སྒྲིང་འབྱུང་བ་རུ། །ཞེས་པ་དེ་ནི་སྒྲིང་བ་ཡུལ། །དེ་  
 དག་པན་ཚུན་འབྱུང་བ་ཡི། །གཙོད་འབྲལ་བསམ་པ་  
 གཙོད་བྲེད་ཡིད། །དེ་ཡི་སྒྱུན་དང་ཡོན་ཏན་དག །འཇིན་  
 པ་སེམས་གྱི་གཤམ་ཙེར་གྲགས།། ༥ྟ བྱི་ནང་གསང་གསུམ་  
 འབྱུང་བ་ལས། །བྱི་འབྱུང་རྣམ་མཁའི་དྲངས་མ་སྟེ། །འོག་

དང་སྟེང་དུ་གནས་པ་ཡིན། །དེ་སྟེང་འབྱུང་བ་ཤིང་ཁམས་  
ཆགས། །དེ་སྟེང་རྩ་ལ་དེ་སྟེང་ལྷགས། །དེ་སྟེང་ས་ལ་དེ་  
སྟེང་མེ། །དེ་ནི་ཕྱི་ཡི་འབྱུང་ལྔ་ཡིན། །ནང་གི་འབྱུང་བ་  
དྲུངས་མ་སེམས། །དྲུངས་མ་རྩུང་གི་རྟར་བཞོན་  
ནས། །མངལ་འཇུག་ཤིང་ཁམས་རྩ་རྒྱད་ཆགས། །རྩ་ལ་  
ཁག་དང་རྩ་སེར་རྩ། །རུས་པ་ལྷགས་ལ་ཤ་ནི་ས། །རྫོང་  
ནི་མེ་ཡིན་ཀུན་ལ་བྱུང་། །གསང་འབྱུང་ཤིང་ནི་མཆེན་པ་  
ཡིན། །མེ་ནི་སྟེང་ལ་མཆེར་པ་ས། །སྟོ་བ་ལྷགས་ལ་  
མཁལ་མ་རྩ། །མཆེན་པ་མཁེས་པ་འབྲེལ་བ་དང་། །སྟེང་  
དང་རྩ་མ་སྟོ་བ་ལོང་། །ལོ་དང་མཆེར་པ་མཁལ་སྒྲང་  
འབྲེལ། །ཀེག་རི་ཀུངས་ཤང་ཅུ་དང་ལྔ། །རུས་ཁམས་

མེད་དུ་ཡོངས་སུ་གྲགས།། རྩེ་ཅིར་སྒྲུང་འབྱུང་བ་ཤེས་བྱ་  
 བ། །གྲངས་དང་ཁ་དོག་བརྩི་བའི་ཡུལ། །བརྗོད་པ་སྟོབས་  
 དང་དབྱིབས་གནས་ལུགས། །མགོ་རིགས་ཤི་མཆོན་འདྲེ་  
 དང་བས། །ནད་སོགས་འབྱུང་སྐར་ཤེས་པ་གཅེས།། རྩེ་  
 ཅིས་ཐབས་བསྟུན་རྣམ་པ་དགྲ། །དེ་ལ་སྐར་སྟེ་ལོ་འགྲོས་  
 གསུམ། །རུས་ཁམས་ལྷ་ཞག་དུས་ཆོད་དང་། །གཟའ་དང་  
 སྐར་མ་ལ་སོགས་པ། །འགོ་རིམ་ངེས་མེད་ཚུལ་ཅམ་  
 གྱིས། །ཆད་པའི་རིམ་པ་བསྟུན་པ་ནི། །ཤར་སྟོབས་ཤིང་  
 ལ་སྟོ་སྟོབས་མེ། །རྒྱབ་སྟོབས་སྦྱགས་ལ་བྱང་སྟོབས་  
 ལྟ། །མཆོམས་བཞི་ས་རུ་ཤེས་པར་བྱ།། རྩེ་རུས་སྐལ་སྟེ་  
 མཆེད་བརྩ་གཉིས་ལས། །འབྱུང་བའི་ལོ་འགྲོས་བརྩ་

གཉིས་ནི། །ཤིང་ལས་སྟག་ཡོས་གཉིས་སུ་ཆད། །མེ་  
 ལས་རྟ་སྦྱལ་གཉིས་སུ་ཆད། །ཕྱགས་ལས་བྱ་སྤྱེལ་གཉིས་  
 སུ་ཆད། །ཁུ་ལས་བྱི་ཕག་གཉིས་སུ་ཆད། །ས་ལས་སྒྲང་  
 ལྷག་བྱི་འབྲུག་བཞི། །གང་ལས་ཆད་པ་སྟོག་ཡིན་ནོ། །བྱི་  
 སྟག་འབྲུག་རྟ་སྤྱེལ་བྱི་པོ། །སྒྲང་ཡོས་སྦྱལ་ལྷག་བྱ་ཕག་  
 མོ། ། ༥ ། དེ་ནས་སྤར་ཁའི་ཆད་ལྷགས་ནི། །རུས་སྤལ་རྣམ་  
 ཤེས་ཆོགས་བརྒྱད་ལས། །བྱང་བའི་སྤར་ཁ་བརྒྱད་པོ་  
 ནི། །ལི་མེ་ཁོན་ས་དྲ་ཕྱགས་དང་། །ཁེན་གནམ་ཁམ་ཁུ་  
 གོན་རི་དང་། །ཟིན་ཤིང་ཟོན་རྒྱང་ཆད་ལྷགས་  
 ཡིན། །ཕྱོགས་གྱི་སྤར་ཁ་ཕྱོགས་དང་  
 མཁུངས། །མཆམས་གྱི་སྤར་ཁ་ས་ཡིན་ནོ། ། ༥ ། དེ་ནས་སྤེ་



བའི་ཆད་ལྷགས་ནི།                      །རུས་སྤལ་བྱ་བ་དགྲ་རྣམས་  
 ལས།    །བྱང་བའི་སྒྲེ་བ་དགྲ་པོ་ནི།    །གཅིག་དཀར་དྲག་  
 དཀར་བརྒྱད་དཀར་ལྷགས།    །གཉིས་ནག་གསུམ་མཐིང་  
 རྩ་ཡིན་ལ།    །བཞི་ལྔ་དྲེད་ལ་ལྔ་མེར་ས།    །བདུན་དམར་  
 དགྲ་དམར་མེ་ཡིན་ནོ།            །ལེ་ལས་གསལ་བའི་མེ་དབྱང་  
 དགྲ། །ཁོན་ལ་གཉིས་ཏེ་སྤྱིབས་རི་ནག། །ལྷགས་ལས་རིན་  
 ཆེན་འབར་བ་བདུན།                      །ནམ་མཁའི་རྒྱལ་པོ་དྲག་ལྡན་  
 དཀར།    །རྩ་སྤྱོད་སྤྱིང་པོ་ལྔ་བ་གཅིག། །རི་ཡི་རྒྱལ་པོ་རྩེ་  
 བརྒྱད་དཀར།                      །དཔག་བསམ་མེད་ལ་འབྲས་བྱ་  
 མཐིང་། །རྒྱང་གི་རྒྱལ་པོ་འཕྱོ་བ་བཞི། །ལྔ་མེར་རུས་སྤལ་  
 ལྷོ་ལ་གབ། ། ༥ །ལོ་ཡི་གྲལ་རིམ་བསྟན་པ་ནི། །བྲི་བ་སྤང་

ལྟག་ཡོས་འབྲུག་སྒྲུལ།    | ཏྲ་ལུག་སྒྲེ་ཅུ་བྲ་ཁྱི་པག། ཅ་བའི་  
 ལོ་འགྲོས་བརྩ་གཉིས་ནི།    | ལྷར་ལྷར་ལྷན་པས་དྲུག་ཅུར་  
 འགྱུར།    | དྲུག་ཅུ་བསྐྱོར་ཞེས་གྲགས་པ་ཡིན།། རྩ་སྒྲེ་བ་  
 དྲུག་ཅུ་ཆོན་གསུམ་ལ།                      | བརྒྱ་དང་བརྒྱད་ཅུ་ཐམ་པ་  
 འབྱུང་།    | བརྒྱད་ཅུ་བསྐྱོར་ཞེས་གྲགས་པ་ཡིན།    | སྒྲེ་བ་  
 བསམ་ཁ་གསུམ་འགྱུར་ནི།    | རོ་བྱང་དང་པོ་གཅིག་འབྱུང་  
 རྩེ།    | གཅིག་གི་མཐའ་མ་ལྷ་རུ་བད།    | ལྷ་བད་མཐའ་མ་བཞི་  
 ལ་རྫོངས།    | བཞི་ཡི་མཐའ་མ་བརྒྱད་རུ་བད།    | བརྒྱད་བད་  
 མཐའ་མ་བདུན་ལ་རྫོངས།    | བདུན་གྱི་མཐའ་མ་གཉིས་སུ་  
 བད།    | གཉིས་བད་མཐའ་མ་གཅིག་ལ་རྫོངས།    | འཁོར་ཞིང་  
 འཁོར་བ་མ་གཉོགས་པ།                      | ལྟག་ཅིང་ཆད་པ་མི་སྤྱིད་

དོ། །ཤིང་ཕོ་བྱི་བའི་བཞི་ལྡང་ནས། །ཚུ་མོ་ཕག་གི་བརྒྱད་  
 དཀར་བར། །བྲུ་བྱར་གཉིས་གཉིས་སྟེ་བ་གཅིག། །ས་ཕོ་  
 བྱི་ནས་ས་ཕག་བར། །ལོ་བསྐྱོར་དབུས་མ་མ་གཉིགས་  
 སོ། །ཤིང་བྱི་མེ་སྟག་ལ་སོགས་པའི། །དབང་ཐང་མ་བུ་  
 རིམ་གྱིས་འཁོར། །སྟོག་ལུས་དབང་ཐང་རྒྱུད་ཏྲ་བཞི། ། ༄  
 སྟོག་ནི་གོང་གི་ཆད་ལུགས་ཡིན། །སྟག་ལོས་ཤིང་དང་ཏྲ་  
 ལྷལ་མེ། །བྲུ་སྟེལ་ལུགས་དང་བྱི་ཕག་ཚུ། །སྦང་ལུག་བྱི་  
 འབྲུག་ས་ཡིན་ནོ། །སྟོག་གི་མ་ནི་སྦ་རུ་གྲགས། ། ༄ དེ་  
 ནས་ལུས་གྱི་ལྡེ་མིག་ནི། །ཤིང་བྱི་ཚུ་སྟེལ་ལུགས་འབྲུག་  
 ལུགས། །ཤིང་ཏྲ་ཚུ་སྟག་ལུགས་བྱི་ལུགས། །རང་རང་  
 ལུགས་ནས་བྱེད་པ་ཡིན། །དེ་ནམས་སོ་སོའི་མ་ཤིང་

རྒྱ། །བྱ་ནི་ཚུ་འཚུ་དག་ས་བརྒྱ། །གྲོགས་ནི་མེ་ཡི་ཕྱང་  
 ཐོར་འབྱུང། །ཁ་སློག་སྐྱམ་ཚུ་ལུས་སྐྱེས། ། ༥ེ་ཤིང་བྱེ་  
 མེ་བྱེ་ལ་སོགས་པའི། །འབྱུང་བའི་ཁ་དོག་དབང་ཐང་  
 ཡིན། །དེ་ཡི་ལྷེ་མིག་བསྟན་པ་ནི། །ཕོ་ལོ་གནམ་ལོར་  
 ཤར་པའི་ཆོ། །གཅིག་བཅུ་རང་ལ་གཉིས་གསུམ་  
 མ། །བཞི་ལྔ་དག་ལ་དྲུག་བདུན་གྲོགས། །བརྒྱད་དགུ་བྱ་  
 རྒྱེས་པར་བྱ། །ཕོ་ལོ་གནམ་ལོ་ཤར་བའི་ཆོ། །གཅིག་  
 གཉིས་རང་ལ་གསུམ་བཞི་མ། །ལྔ་དྲུག་དག་ལ་བདུན་  
 བརྒྱད་གྲོགས། །དགུ་དང་བཅུ་ནི་བྱ་ཡིན་ཏེ། །ལོ་གན་  
 དྲུག་ཚུ་ཕོ་ལོ་གཉིས། །སྒྲགས་མ་རེ་རེ་དབང་ཐང་  
 གཅིག །དེ་ཕྱིར་བྱ་འདེད་སྐྱམ་ཚུར་འབྱུང། ། ༥ེ་དེ་ནས་

རྒྱུང་རྟེན་གྱི་མིག་ནི།     །སྟག་རྟ་བྱི་གསུམ་རྒྱུང་རྟ་སྒྲེལ་ཏེ་  
 རྩལ་ས།                    །བྱི་འབྲུག་སྒྲེལ་གསུམ་རྒྱུང་རྟ་སྟག་སྟེ་  
 འེང་།     །ཕག་ལྷག་ཡོས་གསུམ་རྒྱུང་རྟ་སྐྱལ་ཏེ་མེ།     །བྱ་  
 རྒྱང་སྐྱལ་གསུམ་རྒྱུང་རྟ་ཕག་སྟེ་ཟླ།     །ཅ་བའི་ལོ་ནི་བཅུ་  
 གཉིས་ལ།     །གསུམ་ཚན་བཞི་དུ་དབྱེ་བ་ལས།     །ར་བ་  
 འབྲིང་པོ་ཐ་རྒྱུང་གསུམ།                    །ར་བ་བཞི་ནས་བརྩེ་བ་  
 ཡིན། །རྒྱུང་རྟ་མཐུན་པ་བསྐྲེབས་པས་ན། །མཐུན་གསུམ་  
 ཞེས་སུ་བཤད་པ་ཡིན། །འབྲུང་བ་ས་ཡི་རྒྱུང་རྟ་མེད། །དེ་  
 རྟེན་སྟོག་ལུས་དབང་རྒྱུང་སྟེང་།     །རང་རྒྱང་སྐྱེས་པའི་སྟེ་  
 བ་དང་།     །མ་རྒྱུང་སྐྱེས་པའི་སྟེན་ཁ་བསྒྲན།     །བྱུག་བྱུག་  
 དག་ཏུ་བརྩེ་བའང་ཡོད།།     ༥     བཞི་ཚན་གསུམ་དུ་དབྱེ་བ་



ལས། །སྟག་དང་སྟེའུ་ཕག་དང་སྟུལ། །ར་བ་བཞི་ཞེས་དེ་  
 ལ་བྱ། །གཉིས་ནག་ལྔ་སེར་བརྒྱད་དཀར་གསུམ། །ར་བ་  
 བཞི་ཡི་སྟེས་སྟེ་ཡིན། །བྱི་རྟ་བྱ་དང་ཡོས་བྱ་བཞི། །འབྲིང་  
 རོ་བཞི་ཞེས་དེ་ལ་བྱ། །གཅིག་དཀར་བཞི་ལྔ་བདུན་  
 དམར་གསུམ། །འབྲིང་རོ་བཞི་ཡི་སྟེས་སྟེ་ཡིན། །སྤང་  
 དང་ལྷག་དང་བྱི་དང་འབྲུག། །ཐ་ཆུང་བཞི་ཞེས་དེ་ལ་  
 བྱ། །གསུམ་མཐེང་བྱག་དཀར་དགུ་དམར་གསུམ། །ཐ་  
 ཆུང་བཞི་ཡི་སྟེས་སྟེ་ཡིན། །སྟེས་སྟེ་གསུམ་རོ་རང་རང་  
 གི། །སྟོག་ལྷས་དབང་ཐང་སྟེ་བ་ཡིན། །གང་ལ་སྟེས་པའི་  
 ཁ་དམར་གདགས། ། ༥ །གཅིག་པ་རང་སྟེག་གཉིས་པ་ནད་  
 འབྲེལ་ཏེ། །གསུམ་པ་བྱེ་བྲལ་བཞི་པ་བཞི་གཤེད་

ཡིན། །ལྷ་པ་ལྷ་མ་ཐུན་རྒྱག་པ་རྒྱག་འགྲམ་ཏེ། །བདུན་པ་  
བདུན་ཟུར་ཞེས་པར་བྲ། ། །ཁ་ཡན་ལོ་ལྷ་བསྟན་པ་  
ནི། །སློག་དང་དབང་ཐང་གཅིག་པ་ལ། །ཁ་ཡན་ལོ་ཞེས་  
བཤད་པ་ཡིན། །དཔེར་ན་ཞིང་སྟག་ཡོས་ལ་  
སོགས། །སློག་གི་བྱ་རུ་དབང་ཐང་སོང་། །སེ་ཞིག་ཅེས་  
སྟུ་བཤད་པ་ཡིན། །དཔེར་ན་མེ་སྟག་མེ་ཡོས་  
བཞིན། །སློག་གི་མ་རུ་དབང་ཐང་སོང་། །ཁོང་ནོང་ལོ་  
ཞེས་བཤད་པ་ཡིན། །དཔེར་ན་ཆུ་སྟག་ཆུ་ཡོས་  
ལྟར། །སློག་གི་གྲོགས་སྟུ་དབང་ཐང་སོང་། །ཁ་རལ་ཞེས་  
སྟུ་བཤད་པ་ཡིན། །དཔེར་ན་ས་ཕོ་སྟག་ལ་  
སོགས། །སློག་གི་དག་རུ་དབང་ཐང་སོང་། །མདུན་ཁུར་

ཞེས་སྤྱ་བ་འད་པ་ཡིན། །དཔེར་ན་ལྷགས་སྤྱག་ཡོས་སྤྱ་  
 བྱ། །ལོ་བསྐྱོར་དྲུག་རྩ་ཐམ་པ་ལ། །ཁ་ཡན་ལོ་ནི་བརྩ་  
 གཉིས་ཡོད། །ཁྱ་ཕོ་བྱི་བ་ལྷ་བྱའོ། །ཁོང་ནོང་ལོ་ནི་བརྩ་  
 གཉིས་ཡོད། །ལྷགས་ཕོ་བྱི་བ་ལྷ་བྱའོ། །སེ་ཞིག་ལོ་ནི་  
 བརྩ་གཉིས་ཡོད། །འཛིང་ཕོ་བྱི་བ་ལྷ་བྱའོ། །ཁ་རལ་ལོ་ནི་  
 བརྩ་གཉིས་ཡོད། །མེ་ཕོ་བྱི་བ་ལྷ་བྱའོ། །མདུན་ཁུར་ལོ་ནི་  
 བརྩ་གཉིས་ཡོད། །ས་ཕོ་བྱི་བ་ལྷ་བྱའོ། །རང་རང་སློག་  
 དང་དབང་ཐང་འཐབ། །གནམ་ལོ་དག་དང་འཐབ་པ་  
 མིན། །ཁ་དམར་འགྲེལ་པ་བཞིན་དུ་གདགས། ། ༥ྟ མེ་དང་  
 ཁྱ་ཡི་སྤྱག་སྤྱལ་དང་། །འཛིང་ལྷགས་མེ་སྤྱེལ་མེ་ལྷགས་  
 བྱ། །ལྷགས་ཁྱ་འཛིང་ཕག་མེ་བྱི་བ། །དེ་ནམས་ནག་འཐུས་

ལོ་རུ་གྲགས།། ༥ མེ་ཡི་སྟག་ཡོས་འབྲུག་སྐྱལ་དང་། །ཏྲ་  
 ལུག་བྱ་སྤེལ་མེ་བརྒྱད་དོ།། ༥ ལུགས་ཀྱི་ཁྱི་ཕག་བྱ་སྤང་  
 རྣམས། །ལོ་ངན་ལུགས་བཞི་འེེ་ལོ་ཡིན་ལ།། ༥ ལུགས་ཀྱི་  
 བྱ་ཁྱི་ས་སྤང་འབྲུག། །མེ་སྤེལ་ཆུ་སྐྱལ་སྐྱར་ཆུང་བྱ། ༥  
 མེ་ཆུ་འེེ་སྟག་དང་ལུགས་ཆུ་སྐྱལ། །ཆུ་ཤིང་སྤེལ་ཤིང་ཕག་  
 རྣམས། །གཏུག་པ་ཅན་ཀྱི་ལོ་བདུན་ནོ།། ༥ མེ་སྐྱལ་ཆུ་ཡི་  
 བྱ་ཕག་དང་། །ཤིང་བྱ་ལུགས་ཀྱི་ཕག་ལུག་སྟེ། །ས་བྱ་  
 བདུན་ནི་ལྷས་ངན་ལོ།། ༥ ས་འབྲུག་ལུགས་ལུག་ས་སྤེེ་  
 དང་། །ལུགས་བྱ་ལུགས་ཁྱི་མེ་མོ་ཕག། །མེ་སྤང་ཐན་པ་ལོ་  
 བདུན་ནོ།། ༥ མེ་ཏྲ་ཆུ་བྱེེ་ལོ་གཉིས་ལ། །གནམ་སའི་བྱ་  
 ར་ཞེས་སུ་གྲགས། །ལུགས་བྱེེ་ནས་བཟུང་ལུགས་ཕག་

བར། །ཐན་སྐྱེས་ལོ་ནི་བརྩ་གཉིས་སོ།། ༥ །ལྷགས་སྒྲང་  
 ཤིང་ལྷག་མེ་བྱི་དང་། །ཆུ་འབྲུག་དུར་མིག་ནག་པོ་  
 བཞི།། ༥ །ཆུ་ཡི་སྟག་སྐྱུ་ལ་ལྷགས་སྐྱེལ་གསུམ། །སྒྲིང་ནག་  
 བྱ་གསུམ་བྱ་བ་ཡིན།། ༥ །སྐྱེ་བ་གཉིས་ནག་ལ་སྐྱེས་  
 པའི། །སྟག་སྐྱེལ་པག་སྐྱུ་ལ་ལོ་བཞི་ལ། །ལོ་ནག་ཆེ་བ་  
 ཅན་དུ་གྲགས།། ༥ །ཆུ་ཡི་བྱི་རྟ་བྱ་ཡོས་བཞི། །ས་ཡི་པག་  
 འབྲུག་བྱ་དང་ཡོས། །མེ་འབྲུག་མེ་བྱ་ཆུ་སྒྲང་  
 རྣམས། །སྒྲིན་བྱེར་ལོ་ནི་བརྩ་གཉིས་ཡིན།། ༥ །མེ་རྟ་ཆུ་བྱ་  
 ཤིང་ཡོས་དང་། །ལྷགས་བྱ་ཐེར་འདྲེ་མེ་བཞི་ཡིན།། ༥ །སྐྱེ་  
 ཐེང་དང་པོའི་ཤིང་སྒྲང་དང་། །བར་པའི་ས་སྐྱུ་ལ་ཤིང་པོ་  
 བྱི། །འོག་མའི་ཆུ་ལྷག་མའི་བྱི་པག་ །ཤིང་ལྷག་ལྷགས་བྱི་



རྣམ་པ་བརྒྱད། །འབྲུང་བ་ལྷ་ལྷན་ལོ་ཡིན་ནོ།། ༥ ཟླ་ཐོང་  
 དང་པོའི་མེ་ཡོས་དང་། །ཆུ་བྱ་ས་ལུག་ལུགས་སྒྲེལ་  
 བཞི། །བར་པའི་ཆུ་སྐྱལ་འོག་མ་ཡི། །མེ་ཡོས་ལུགས་  
 ལྷག་ལུགས་བྲི་གཉིས། །ཆུ་ཡི་བྱི་པག་བརྩ་པོ་ནི། །འབྲུང་  
 བ་གཉིས་ལྷན་ལོ་ཡིན་ནོ།། ༥ ལུགས་སྒྲེལ་ལུགས་པག་མེ་  
 འབྲུག་སྐྱལ། །ས་ལུག་ལུགས་བྲི་ཤིང་སྐྱལ་དང་། །མེ་བྱ་  
 ལུགས་སའི་ལོ་བརྒྱད་དོ།། ༥ ཤིང་ལྷག་ལུགས་སྒྲེལ་མེ་  
 པོ་ལྷག །ཆུ་ཡི་ལྷག་སྐྱལ་པག་སྒྲེལ་བཞི། །ས་བྲི་དྲ་ལུག་  
 ལོ་བརྒྱད་ཡིན།། ༥ བ་ཆུང་ལོ་བཞི་རྩ་རུ་དང་། །ར་བ་བཞི་  
 ནི་བསེ་རུ་སྟེ། །འབྲིང་པོ་བཞི་ལ་འཆོལ་བྱར་གྲགས།། ༥  
 འབྲུང་བ་རྣམ་པ་ལྷ་པོ་ལས། །ཁམས་ལྷའི་བཙུང་ལུགས་

བསྟན་པ་ནི། །གེགས་ཤིང་རི་མེ་ཤང་ལྷགས་དང་། །འུ་ཚུ་  
 གྲངས་ས་ལྷ་རུ་བསྟུས། །རུས་ཁམས་གང་དང་མཐུན་  
 བར་སྦྱར། །དེ་དག་སོ་སོའི་ངོས་འཛིན་གྲང་། །སྐད་  
 འགགས་གེ་བ་འདར་གེགས་ཤིང་། །སོ་བར་སྦྱ་འདོན་རི་མེ་  
 རྟེ། །ལྟེ་ཁུང་དབྱགས་སྦྱད་གྲང་ས་དང་། །ཁ་གདངས་སྟེ་  
 འབྱར་སྒྲ་ནས་དབྱགས། །འོང་བ་དེ་ནི་ཤང་ལྷགས་  
 ཁམས། །མཆུ་སྦྱད་མཆུ་འརྱམ་འུ་ཚུར་བཤུང་། ། ༥ །ལོ་དང་  
 སྦྱར་བའི་མཐུན་སྟེབ་ནི། །འུ་དང་སྦྱར་བའི་ཚུ་ཁམས་  
 ལ། །བྱི་ཕག་བྱང་ན་དབང་ལོ་ཡིན། །འབྱག་བྱང་ཆད་ཆེན་  
 གཙོ་བོའི་ལོ། །བྱི་ནི་ཆད་ཚུང་སྒྲང་མའི་ལོ། །བྱ་སྟེལ་  
 གཉིས་ནི་མ་ལོ་ཡིན། །སྟག་ཡོས་གཉིས་ནི་བྱ་ལོ་

ཡིན། །རྟ་སྒྱུ་ལ་གཉིས་ནི་གྲོགས་ལོ་ཡིན། །སྒྲང་ལྷག་  
 གཉིས་ནི་དག་ལོ་ཡིན། །དབང་གཟའ་ལྷ་ལྷག་དབང་སྐར་  
 ནི། །བྱང་ཕྱོགས་ཆུ་སྐར་དྲུག་པོ་ཡིན། །རུས་ཆེན་ལྷག་མ་  
 བཞི་པོ་ཡང་། །དེ་ཡིས་བསྐྱེས་པས་ཤེས་པར་བྱ། །འབྱུང་  
 བ་མ་བྱ་དག་གྲོགས་བཅི། །མ་ལྷ་བྱ་ལྷ་བྱ་བར་ཤེས། ། །  
 མེ་དུར་བྱི་ལ་ལྷགས་དུར་སྒྲང་། །ཤིང་དུར་ལྷག་ལ་ས་ཆུ་  
 འབྱུག །ཐ་ཆུང་བཞི་ལ་དུར་ཞེས་བྱ། །དུར་ཞུགས་གང་  
 ཡིན་ཆད་ཆེན་ཡིན། །དེ་ཡི་བདུན་བྱར་ཆད་ཆུང་ཡིན། ། །  
 ལྷགས་དབྱིད་མེ་དགུན་ཤིང་སྟོན་དང་། །ས་ཆུ་གཉིས་པོ་  
 དབྱར་ནས་བཅི། །ར་བ་བཞི་ནས་བཅི་བ་ཡིན། །ར་བ་  
 འབྲིང་པོ་ཐ་ཆུང་གསུམ། །དབྱིད་དང་དབྱར་དང་སྟོན་དང་

དགུམ། །ཀུན་ལ་གསུམ་གསུམ་སྐྱར་བ་ཡི། །བརྩ་གཉིས་  
 དག་ཏུཤེས་པར་བྱ། །ཁམས་དང་ལོ་གཉིས་སྐྱར་བ་  
 ཡི། །ཁ་དམར་འགྲེལ་པར་ཤེས་པར་བྱ། །དེ་རྣམས་པལ་  
 ཆེར་སྒྲ་རྟགས་ཡིན། ། ༥ །ལོ་གཅིག་སྒྲེག་ཅིས་བསྐྱོར་འགོ་  
 རི། །གནམ་ལོ་གང་ཤར་རྟུ་བཞག །གང་ལ་ཤར་བའི་ལོ་  
 རོས་བབྱང་། །སྐྱེས་པའི་ལུས་རྟེན་དཀར་པོ་ལ། །བྱད་  
 མེད་ལུས་རྟེན་ནག་པོ་བོར། །པོ་མོ་མི་ནོར་རོས་འཛིན་  
 ཡིན། །སྒྲོག་ལུས་དབང་ཐང་རྒྱང་རྟ་བཞི། །གནམ་ལོ་དག་  
 དང་འཐབ་ཏུ་གསོལ། ། ༥ །ཤིང་མ་ཆུ་ལ་ཆུ་མ་  
 ལྷགས། །ལྷགས་མ་ས་ཡིན་ས་མ་མེ། །མེ་ཡི་མ་ནི་ཤིང་  
 ཡིན་ནོ། །ཤིང་བྱ་མེ་ལ་མེ་བྱ་ས། །ས་བྱ་ལྷགས་ལ་

ལྷགས་བྱ་ཆུ།    |ཆུ་ཡི་བྱ་ནི་ཤིང་ཡིན་ནོ།    |ཤིང་དག་  
 ལྷགས་ལ་ལྷགས་དག་མེ།    |མེ་དག་ཆུ་ལ་ཆུ་དག་ས།    |ས་  
 ཡི་དག་ནི་ཤིང་ཡིན་ནོ།    |ཤིང་གྲོགས་ས་ལ་ས་གྲོགས་  
 ཆུ།    |ཆུ་གྲོགས་མེ་ལ་མེ་གྲོགས་ལྷགས།    |ལྷགས་ཀྱི་  
 གྲོགས་ནི་ཤིང་ཡིན་ནོ།    |གཡས་སུ་བསྐྱོར་བས་མ་རུ་  
 བྱང་།    |མ་ཡི་མ་དེ་དག་རུ་བྱང་།    |གཡོན་དུ་བསྐྱོར་བས་  
 བྱ་རུ་བྱང་།    |བྱ་ཡི་བྱ་དེ་གྲོགས་སུ་བྱང་།    |དེ་ལྟར་མ་བྱ་  
 དག་གྲོགས་འཐབ།། ༄ མ་དང་འཕྲད་ན་དཀར་པོ་གསུམ།  
 ུམ། བྱ་དང་འཕྲད་ན་དཀར་ནག་གཉིས།    \*༥། གྲོགས་དང་  
 འཕྲད་ན་དཀར་པོ་གཉིས།    ུམ། ལྟོང་ན་དཀར་ནག་བྱང་རེ་  
 རོ།    \*༥། དག་དར་ནག་པོ་གཉིས་སུ་བཞབ།    \*\* །ས་ཆུ་ནང་



འཕྲད་དཀར་པོ་རེ། ོ །ཤིང་ལྷགས་མེ་གསུམ་ནག་པོ་འོ།  
 × །ཁ་དམར་འགྲེལ་པ་བཞིན་དུ་གདགས། ། ༥ དེ་ནས་  
 སྤར་ཁའི་བསྐྱོར་འགོ་ནི། །སྤྱེས་པ་ལི་ནས་ཁོན་ཕྱོགས་  
 བསྐྱོར། །བུད་མེད་ཁམ་ནས་ཁོན་ཕྱོགས་བསྐྱོར། །སྤར་ཁ་  
 རེ་ལ་ལོ་གངས་རེ། །སྤར་ཁ་བྱར་བཞི་བརྩ་ཆོན་རེ། །བརྩ་  
 ཁ་མ་ལོངས་རེ་རེ་བརྩེ། །སྤར་ཁ་བབང་བཞི་ངན་བཞི་  
 རྩེ། །བརྩད་བསྐྱོར་དག་དུ་ཤེས་པར་བྱ། ། ༥ དང་པོ་བབང་  
 བཞི་འདི་ལྷ་རྩེ། །མེ་ཡིས་ཆུ་བསྐྱོལ་སྤོན་དུ་ཆེ། །གནམ་  
 ནས་ས་བལྟས་སྤོན་དུ་ཆེ། །ལྷགས་ཀྱིས་རི་བསྐྱོལ་སྤོན་དུ་  
 ཆེ། །རྩྱང་གིས་ཤིང་བསྐྱེད་སྤོན་དུ་ཆེ། །གནམ་སྤོན་འགོ་  
 བ་རབ་ཀྱི་རབ། ། ༥ ཤིང་གིས་མེ་སྤར་ རྩྱང་གིས་ཆུ་ཡང་

བཏོན།      །གནམ་ནས་ལྷགས་ཅིང་      ས་ལ་རི་ཡང་  
 ལྷགས། །སློག་འཆོ་བ་ནི་རབ་ཀྱི་འབྲིང་། ། ༥ྷ་རྒྱུང་གིས་མེ་  
 བྱས་      ས་ལས་ལྷགས་བསྐྱེད་ཅིང་།      །རི་ཡིས་གནམ་  
 ལྷགས་      ལྷ་ཡིས་ཤིང་ཡང་བསྐྱེད།      །དཔལ་བསྐྱེད་པ་ནི་  
 རབ་ཀྱི་མཐའ། ། ༥ྷ་      ལྷ་ལོན་རང་རང་སློགས་ནས་  
 བྱེད།      །རབ་ཐ་ཡིན་ཏེ་བཟང་བཞིའོ།      །སློག་ལྷགས་མེ་  
 གནམ་རི་བཞི།      །སློག་ལོན་འབྲིང་རབ་ས་ལྷ་དང་།      །ཤིང་  
 ལྷ་སློག་གཡང་འབྲིང་གི་འབྲིང་། ། ༥ྷ་      མེ་རི་      ལྷ་གནམ་  
 ལྷགས་ལྷ་དང་།      །ཤིང་ས་      གཞོད་པ་ཡོད་པའོ།      །དེ་ནི་  
 འབྲིང་གི་ཐ་མ་ཡིན། ། ༥ྷ་      ལྷགས་ལས་མེ་འབར་      ས་ལས་  
 ལྷ་ཡང་འཆུབ།      །གནམ་དུ་ཤིང་སློགས་      རི་ལ་ལྷ་ཡང་

ཐུབ། །འདྲེ་ལྔ་སྟོང་པའི་རིམ་པའོ། ། ལེ་ཁེན་འགྲམ་ཤིང་  
 དུ་ཟེན་འགྲམ། །ཁོན་ཁམ་འགྲམ་ཤིང་ གིན་ཟོན་  
 འགྲམ། །དེ་རྣམས་བདུད་གཙོད་པན་ཚུན་གནས། ། ལ་  
 ཡིས་ཚུ་བརྩས་ མ་ཡིས་མེ་ཡང་འབྱུད། །སྟོན་མས་འཛོར་  
 ཐོགས་ སྟོམ་ཆེན་ཤིང་ཡང་སྐྱབ། །ལུས་ཆད་ཡིན་ཏེ་ངན་  
 བཞིའོ། །འདྲེ་ལྔ་བདུད་གཙོད་ལུས་ཆད་གསུམ། །ངན་  
 བཞིའི་རབ་འབྱིང་ཐ་གསུམ་ཡིན། །ར་རུ་ཕྱོགས་བཞི་བསེ་  
 རུ་མཆམས། །ཕོ་མོའི་དབྱེ་བ་དུ་ཁེན་ཁམ། །གིན་བཞི་ཕོ་  
 ལ་ཁོན་ལེ་ཟོན། །ཟེན་བཞི་མོ་ཡི་སྤར་ཁ་ཡིན། །ལེ་ཁམ་  
 དུ་ཟེན་ལྟ་མིག་བཞི། །ཁེན་ཁོན་གིན་ཟོན་རྩུང་རུ་  
 བཞི། །ལེ་ཁམ་གིན་ཟོན་བན་བཞི་ཡིན། །ཁེན་ཁོན་དུ་ཟེན་

བོན་བཞིའོ།། རྩ བོ་ལི་མོ་ཁམ་ལ་བབས་ན། ཁང་གི་རོ་  
 འདོད་དགུ་མིག་གྲགས།། རྩ ཁེན་ལ་གནམ་སྒོ་ཁོན་ས་  
 སྒོ། ཁེ་རི་སྒྱུ་ཡིན་བྱེ་བྲག་རི། ཁེ་བྱེ་སྒོ་ག་གི་མར་  
 གྱར་པའི། སྒར་ཁ་ལ་བབས་གནམ་སྒོ་སྒྱེ། བྱེ་རི་ས་སྒོ་  
 དག་ག་འདོད་སྒོ།། རྩ བྱེས་པའི་སྒྱེས་སྒར་མ་སྒྱར་སྒྱེ། ཁེ་  
 ཉིད་བདེ་སྒྲག་འཆོ་ལ་འདོད་ན། ཁ་ལོ་སྒྱེད་ནས་བྱ་ཡི་  
 ལོས། འཕྱི་སྒྱག་སྒྱེད་དུ་གཅིག་བསྒྱན་པའི། གྲངས་དེར་  
 མ་ཡི་སྒར་ཁ་བསྒྱོར། ཁ་དེ་གར་བབས་སྒར་ཁ་དེ། བྱ་  
 དེ་སྒྱེས་པའི་སྒར་ཁ་ཡིན། སྒྱག་རྩ་བྱི་གསུམ་ལི་ཡིས་  
 ཆོས། བྱི་འབྲུག་སྒྱེ་ལ་གསུམ་ཁམ་བྱིས་ཆོས། བྱ་སྒྱར་  
 སྒྱལ་གསུམ་དུ་ཡིས་ཆོས། བྲག་ལྷག་ཡོས་གསུམ་བེན་

གྲིས་ཆེས།                      །རིམ་བཞིན་འདེད་པས་ཆེས་ལ་  
 འཆར། །གང་ཆེས་ཉིན་མཆན་ཐོག་མ་ནས། །ཉིན་བརྒྱད་  
 མཆན་བརྒྱད་དུས་ལ་འཆར། །ཕྱོགས་དང་གོས་དང་བབ་  
 ངན་དང་། །ཁོར་དང་བསྐྱང་སྒྲིམ་ལ་སོགས་ཀྱིས། །སོ་  
 སོའི་ཁ་དམར་འགྲེལ་པར་སྟོས།།    ཎྟ    དེ་ནས་སྟེ་བའི་  
 བསྐྱོར་འགོ་ནི། །གཅིག་དཀར་གཉིས་ནག་གསུམ་མཐིང་  
 དང་། །བཞི་ལྔ་ལྔ་སེར་དྲུག་དཀར་དང་། །བདུན་དམར་  
 བརྒྱད་དཀར་དབྱ་དམར་ཏེ།    །ལྔ་བདུད་བསེན་མོ་སྒྲ་ས་  
 བདག་ །རྒྱལ་བཙན་ལྔ་དང་མ་མོ་ཡི། །མེ་ལོང་ཞེས་བྱ་  
 རིམ་བཞིན་སྐྱར།།    ཎྟ    སྟེས་སྟེ་བདེ་སྒྲག་འཆོལ་འདོད་  
 བ། །གནམ་ལོའི་སྟེ་བ་དབུས་བཞག་ནས། །བྱ་འཕུར་ཁོ་

རྣམ་སྟེ་བ་རེད། །བརྩ་ཚན་རེ་རེ་བཟང་བྱ་ཞིང་། །བརྩ་ཁ་  
 མ་ལོངས་རེ་རེ་བཅི། །ཡང་ན་དབྱས་འཆོག་ལོ་ལོངས་  
 དང་། །ད་ལྟའི་གནམ་ལོའི་སྟེ་བ་སྤྲད། །དེརྣམ་དབྱས་  
 འཆོག་མ་ལོངས་པའི། །ལོ་གངས་གནམ་ལོའི་སྟེ་བ་  
 རྣམ། །བཟུང་སྟེ་ལྷགས་འབྱུང་བཟངས་པའི་  
 གངས། །གང་བབས་སྟེས་སྟེར་ཐེ་ཆོམ་མེད། ། །གང་ལ་  
 སྟེས་པ་དབྱས་བཟུང་རྣམ། །བསྟོར་སྟེ་དབྱས་རྣམ་ཤར་དུ་  
 ཐོན། །ཕོ་ལོ་གཡོན་བསྟོར་མོ་ལོ་གཡས། །གར་བབས་སྟེ་  
 བཟུང་དེུ་བཞག །སྟེ་བའི་བྱ་འཕྱར་བསྟན་པ་ནི། །དབྱས་  
 རྣམ་གནམ་ལྷགས་རི་བོ་དང་། །མེ་ཆུ་ས་ཤིང་རྒྱང་ལ་  
 འཁོར། །རྒྱང་རྣམ་སྟོར་ཡང་ནང་དུ་འཇུག །སྟེ་བ་རེ་ལ་



བརྩ་ཚན་རེ། །བརྩ་ཁ་མ་ལོངས་རེ་རེ་བརྩེ། །གཅིག་བརྩ་  
 བརྩ་དགུ་ཉི་ཤུ་བརྩུད། །སྤུམ་ཙུ་བདུན་དང་བཞི་བརྩ་  
 དུག། །ལྔ་བརྩ་ལྔ་དང་དུག་ཙུ་བཞི། །བདུན་ཙུ་གསུམ་དང་  
 གྲ་གཉིས་དང་། །གོ་གཅིག་རྣམས་ལ་དབུས་སུ་འཕོག། །  
 དེ་ཡང་ཡར་བཞི་སྔག་སྔེ་སྟེ། །མར་བཞི་དབང་སྔེ་གང་  
 སྔེས་ལུས། །མཐུན་གསུམ་སྔང་རྟེ་སྔག་སྔེར་  
 སྦྱར། །དཔེར་ན་བརྩེ་བྱ་ཤིང་བྱེ་ཡི། །ལུས་སྔེ་བདུན་  
 དམར་ལ་བབས་དུས། །ཡར་བཞི་བཞི་ལྔ་སྔག་སྔེ་  
 དང་། །མར་བཞི་གཅིག་དཀར་དབང་སྔེ་སྟེ། །སྔང་སྔེ་ཤིང་  
 ཉག་སྔག་གི་སྔེ། །ལྔ་སེར་ཉིད་དང་སྦྱར་བ་གཅེས། །སྔེ་  
 བའི་བཟང་བཞི་ངན་བཞིའི་སྐབས། །སྔེས་པ་ལྔ་སྔེ་གཉིས་

ནག་དང་། །བྱད་མེད་ལྷ་སྟེ་བདུན་ལ་བརྩི། །མེ་ལྷགས་ཐུ་  
གསུམ་རྒྱ་རུ་དང་། །ས་ཤིང་གཉིས་པོ་བསེ་རུ་  
ཡིན། །ནག་མཐེང་དམར་གཉིས་སྟེང་བབས་ན། །བར་གྱི་  
རོ་འདོད་ཅེས་སུ་བཤད། །གཅིག་དཀར་ལ་སོགས་རིམ་  
པ་བཞིན། །བྲིས་པ་སྟེས་དར་ཤར་པོ་དང་། །ཡུགས་ས་  
བན་པོན་བྱད་མེད་དང་། །ཞང་སྟོན་དང་ནི་བཙད་པོ་  
ལ། །གཉན་པས་གཉིས་ནག་ཅེས་སུ་བཏགས། ། ༥ །གནམ་  
སྟོ་པོ་རྩྭ་མོ་གཅིག་དཀར། །ས་སྟོ་པོའི་གཉིས་མོའི་བཞི་  
ལྗང་། །ར་བ་བཞི་པོ་གཅིག་དཀར་ཆེས། །འབྲིང་པོ་བཞི་  
ལ་བཞི་ལྗང་ཆེས། །ཐ་ཐུང་བཞི་ལ་བདུན་དམར་  
ཆེས། །རིམ་པར་དེད་པས་ཆེས་ལ་འཁོར། །ཉིན་མཚན་

དུས་གཉིས་ཐོག་མ་ལ།                      །ཆོས་སྒྲེ་སྒྱར་ནས་དེད་པ་  
 ཡི། །ཉིན་དགུ་མཆོན་དགུ་དུས་ལ་འཆར། །ཁ་དམར་སྒྲེ་  
 བའི་འགྲེལ་པར་གཅེས། །སྒྲར་ཁ་མི་ཡི་ཕོ་མོ་དང། །སྒྲེ་  
 བ་ལོ་ཡི་ཕོ་མོ་གཉིས།                      །དེ་བྱིར་སྒྲར་ཁ་སྒྲེ་མི་  
 མཚུངས། །གནམ་ལོ་མཐུན་གསུམ་ལི་ཁམ་ཐོག། །དེ་ཡི་  
 བདུན་བྱར་དུ་བེན་ཐོག།                      །སྒྱིར་ཡང་གནམ་ལོ་ཕོ་མོ་  
 གཉིས། །ཕོ་རྣམས་ཤར་ན་ཕོ་རྣམས་ཡ། །ཕོ་རྣམས་ཤར་  
 ན་ཕོ་རྣམས་ཡ། །ཕོ་དུག་གནམ་ཤར་ཕོ་དུག་བྱར། །ཕོ་  
 དུག་གནམ་ཤར་ཕོ་དུག་བྱར། །                      ། །སྒྲ་བའི་བཙེ་ལྷགས་  
 བསྟན་པ་ནི།                      །སྒྲགས་རྒྱད་སྟོན་དབྱེད་གཙུག་ལག་  
 དང། །དུས་འཁོར་གདན་བཞི་ལ་སོགས་པའི། །མི་མཐུན་

བྱེ་བྲག་མང་ཡོད་ཀྱང་།

།འདི་ནི་རྒྱ་ནག་ཅིས་གྱི་

ལྷགས། །མི་འགྱུར་བ་ཡི་གཟེར་ཆེན་ཡིན། །དབྱུག་ཉི་

ལྷོག་པའི་ལྷ་བ་དེ། །ཉོར་གྱི་ལྷ་བ་བཅུ་གཅིག་པ། །དབྱེད་

ལྷ་ར་བ་སྟག་ཏུ་འདོད། །ལོ་གསར་ཆེས་པ་གཅིག་ནས་

ཟིན། །མགོ་ལ་ཉ་ན་ལྷ་བ་འོལ་མེད། །གཟའ་ནི་སྟེན་པ་དར་

བས་ཆེས། །དབྱུར་ཉི་ལྷོག་པའི་ལྷ་བ་དེ། །ཉོར་ལྷགས་ལྷ་

བ་ལྷ་བ་ཡིན། །སྟོན་ལྷ་ར་བ་སྟེ་ཏུ་སྟོད། །སྟོན་ལ་ཉ་ན་ལྷ་

བ་འོལ་མེད། །གཟའ་ནི་མིག་དམར་དར་བས་

ཆེས། །དབྱེད་ལྷ་ར་བ་སྟག་ཡིན་ཏེ། །འབྲིང་པོ་ཡོས་ལ་ཐ་

ཆུང་འབྲུག། །དབྱུར་ལྷ་ར་བ་སྟེ་ལ་ཡིན་ཏེ། །འབྲིང་པོ་རྟ་ལ་

ཐ་ཆུང་ལྷག། །སྟོན་ལྷ་ར་བ་སྟེ་ཏུ་སྟེ། །འབྲིང་པོ་བྱ་ལ་ཐ་

རྩུང་བྲི། །དགུན་ལྷ་ར་བ་པག་ཡིན་ཏེ། །འབྲིང་པོ་བྲི་ལ་བ་  
 རྩུང་སྒང་།། ༥ྋ ཆེས་གངས་ལྷ་བ་གཅིག་ལ་ནི། །ཞག་པོ་  
 སུམ་རུ་ཐམ་བ་ཡོད། །པོ་དྲུག་ལྷ་བ་སྟག་གིས་ཆེས། །མོ་  
 ལྷ་དྲུག་པོ་སྟེའུས་ཆེས། །ཆེས་གཅིག་བརུ་གསུམ་ཉེར་ལྔ་  
 ལ། །གང་ཆེས་དེ་ཡི་ཉི་མ་འཆར། །པོ་ལྷ་འབྲུག་ཉ་སྟོང་ལ་  
 ལྷག །མོ་ལྷ་བྲིས་ཉ་སྟོང་ལ་སྒང་། །ཞག་རེ་ལོ་འགྲོས་རེ་  
 རེ་བཞིན། །རིམ་པར་སྐྱར་བས་ཆད་ལྷག་མེད།། ༥ྋ དུས་  
 ཆོད་ཞག་པོ་རེ་རེ་བཞིན། །ཉིན་དྲུག་མཆན་དྲུག་ནམ་པར་  
 བཞག། །ནམ་ལངས་ཡོས་དང་ཉི་ཤར་འབྲུག། །ཉི་ཤོས་སྐྱལ་  
 དང་ཉི་ཕྱེད་ཏྟ། །ཕྱེད་ཡོལ་ལྷག་དང་ཉི་ཟླར་སྟེལ། །ཉི་རུབ་  
 བྱ་དང་ས་སྟོས་བྲི། །སྟོད་འཁོར་པག་དང་ནམ་ཕྱེད་

གྲེ། །ཕྱེད་ཡོལ་སྒྲང་དང་ཐོ་རངས་སྟག་། །ལོ་ལྷ་ཞག་དུས་དེ་  
 དག་གི། །དབང་ཐང་ལོ་ལྷ་ཉིས་སྒྲགས་དང་། །ཞག་དང་  
 དུས་ཆོད་རྒྱང་པར་འདེད། །གནམ་ལོ་མ་ལ་ལྷ་བ་  
 བྱ། །ཞག་ནི་མ་ལ་དུས་ཆོད་བྱ། །ལྷ་ཞག་དུས་ཀྱི་དབང་  
 ཐང་རྣམས། །བདེ་ལྷག་བརྟག་པའི་མན་ངག་ནི། །  
 གནམ་ལོའི་དབང་ཐང་གང་ཡིན་དེའི། །སྟག་ཡོས་གྲེ་སྒྲང་  
 བྱ་ཡིན་ལ། །འབྲུག་སྐུ་ལ་གྲོགས་ལ་རྟ་ལྷག་དག། །བྱ་  
 སྤེལ་མ་ལ་བྲི་པག་རང་། །  
 ལྷ་བ་དེ་ཉིད་གཞིར་བྱས་  
 ཏེ། །ལྷ་རའི་ཞག་པོ་སྐུ་མ་ཚན་བརྩའི། །གཅིག་དྲུག་བྱ་ལ་  
 གཉིས་བདུན་གྲོགས། །གསུམ་བརྒྱད་དག་ལ་བཞི་དག་  
 མ། །ལྷ་བརྩ་རང་ཡིན་ཞག་རེ་ཡི། །  
 དུས་ཆོད་ཡོས་



སྒྲེལ་སྒྲང་གསུམ་བྱ། །འབྲུག་བྱ་སྟག་གསུམ་གྲོགས་ཡིན་  
 ཏེ། །སྒྲུལ་ཁྱི་དབྱ་ལ་རྟ་པག་མ། །ལུག་དང་བྱི་བ་རང་ཡིན་  
 འོ། །དེ་དག་རྣམས་ཀྱི་སྟོག་ལུས་དང་། །སྒྲུང་རྟ་གསུམ་པོ་  
 ལོ་བཞིན་བཅི། ། ༄ །རུས་སྒྲུལ་མཆེ་བརྒྱད་ལས་བྱུང་  
 བའི། །གཟའ་རྩེས་བསྟན་པ་འདི་རྟ་རྟེ། །རྟག་རྟ་ཁྱི་  
 གསུམ་སྟེན་པ་དར་བས་ཆེས། །བྱི་འབྲུག་སྒྲེལ་གསུམ་  
 མིག་དམར་དར་བས་ཆེས། །པག་ལུག་ཡོས་གསུམ་ལྷ་བ་  
 དར་བས་ཆེས། །བྱ་སྒྲང་སྒྲུལ་གསུམ་ཕུར་བྱ་དར་བས་  
 ཆེས། །གང་ཆེས་དེ་དར་བྱ་ཡང་དར། །མ་ཉུང་དབྱ་གུང་  
 གྲོགས་ནི་གྱོད། །ནི་ལྷ་དམར་སྟག་ཕུར་སངས་སྟེན། །ནི་  
 མ་མིག་དམར་མེ་ཡི་ཁམས། །ལྷ་བ་སྟག་པ་ཁུ་རུ་

འདོད།    | སྤར་བུ་ཤིང་ལ་སྟེན་པ་ས།    | པ་ལྷ་སངས་ནི་  
 ལྷགས་ཡིན་ནོ།    | རྩ་ཏུ་སྟེ་བྱུང་ལྷུང་ལྷ་ཆང་།    | རྩོགས་  
 གྲང་རང་རང་ཁམས་སྤར་གནས།    | དེ་སྤར་དར་གྲུད་བཙེ་  
 བར་བྱ།    | ཆེས་གཅིག་བརྒྱད་ཉ་ཉེར་གཉིས་དང་།    | ཉི་ཤུ་  
 དགུ་རྣམས་བདུན་བསྟོར་དུ།        | འཁོར་ལོ་སྤར་བར་  
 མཆམས་མེད།།    ཧྲ།    གཞན་ཡང་བཏགས་པའི་གཟའི་བྱེ་  
 བྲག་ | རྩི་གཟའ་ནང་གཟའ་བར་གཟའ་གསུམ།    | རྩི་གཟའ་  
 ལོ་གན་དུག་ཏུ་ཡི།                    | ས་ལྷགས་ལོ་རྣམས་སྟེན་པ་  
 དང་།    | ཤིང་ལོ་སྤར་བུ་མེ་མིག་དམར།    | རྩ་ལོ་བརྩ་གཉིས་  
 ལྷག་པའོ།    | འདི་ལ་དམར་རྩང་སྤག་མགོ་ལས།    | སྤར་  
 སྟེན་མགོ་སྟོག་སྤར་བའང་ཡོད།    | བར་གཟའ་ལོ་འགོས་

བརྩ་བའི་སྒྲིག་ཀྱི།                      །ཁྱེ་རྒྱལ་སྤྱི་ལ་གསུམ་ལོ་མིག་

དམར། །བྱ་མང་སྐྱེལ་གསུམ་ཕུར་བྱ་དང་། །སྟག་ཏྱ་ཁྲི་

གསུམ་ཐེན་བ་སྟེ།                      །ཕག་ལུག་ཡིས་གསུམ་རྒྱག་

པའོ། །ནང་གཟའ་སྤར་ཁ་བརྒྱད་ཡིན་ཏེ། །ལི་ཁམ་ཤེའི་

ཕྱེན་མེད་མིག་དམར།      །དྲ་བེན་མེད་དམར་མེད་ཕྱེན་

ད། །ཁིན་ཞོན་པའི་ཕུར་མའི་ལྷག་ད། །གིན་ཁིན་པའི་

ལྷག་མེད་ལུང་བྱ། ། རུས་སྒལ་སྒལ་ཆེ་གས་ཉེར་བརྒྱད་

ལས། །ཁུ་སྐར་ཉི་ཤུ་ཙ་བརྒྱད་མིང་། །མིན་དུག་སྒྲུབ་མ་

མགོ་དང་ལག །ནངས་སྟེ་རྒྱལ་ཤར་སྐྱལ་ཤར་སྟེ། །མཆོ་

ཕྱེ་དཔོ་དང་མེ་བཞི་ནག། ས་རི་ལྷོ་སྐར་ས་ག་ནི། ལྷོ་རྒྱབ་

ཡིན་ཏེ་ལྷ་མཆོམས་སྟོན།      །སྒྲུབས་དང་ཚུ་སྟོད་ཚུ་སྟོད་

དང་། ། གྲོ་བཞིན་རུབ་སྐར་ཇི་བཞིན་ནི། ། རུབ་བྱང་  
 མཆོམས་ཀྱི་སྐར་མ་ཡིན། ། མོན་དེ་མོན་བྱ་ཁྱམསྟོང་  
 སྤ། ། རམ་བྱ་དབྱ་བྱ་བྱང་སྐར་ཏེ། ། བཟེ་བྱང་ཤར་  
 མཆོམས་སྐར་ཡིན། ། ཤར་སྐར་དུག་ཤིང་སྟོ་སྐར་  
 མེ། ། རུབ་ལྷགས་བྱང་ཆུ་མཆོམས་སྐར་ས། ། སྐར་ཆུང་ནི་  
 རྩ་ཅ་བདུན་ཡོད། ། མགོ་ལག་བར་ན་སྐར་ཆུང་  
 མེད། ། དཔྱིད་ཟླ་ར་བ་ནས་བཅུམས་ཏེ། ། མགོ་རྒྱལ་མཆུ་  
 དཔོ་ནག་པ་དང་། ། ས་ག་སྟོན་དང་ཆུ་སྟོང་དང་། ། གྲོ་  
 བཞིན་ཁྱམས་དབྱག་སྟེན་དུག་རྣམས། ། ཟླ་བ་བཅུ་གཉིས་  
 ཉ་སྐར་ཏེ། ། གང་ཉ་དར་བ་སྟོང་སྐར་བྱད། ། ། དར་བྱད་  
 རྣམ་པ་བཅུ་གཉིས་ནི། ། དབྱགས་ལེན་མངལ་གནས་ལྷས་

རྫོགས་གསུམ།                      །བཅས་པ་ཁྱུས་བྱེད་གོས་གྱོན་  
 གསུམ། །ལས་བྱེད་དར་བ་གུད་པ་གསུམ། །ན་བ་ཞི་བ་  
 དུར་ཁྱུགས་གསུམ།                      །ར་བ་བཞི་ནས་བསྐྱོར་འགོ་  
 བྲ། །འིང་སྟོན་མེ་དགུན་ལྷགས་དབྱེད་དང་། །ས་ཚུ་  
 གཉིས་ནི་དབྱར་དབྱགས་བཅི། །ལོ་ཟླ་ཞག་དུས་བཞིའི་  
 སྟེང་། །སྐབས་དང་སྦྱར་ཏེ་བཞག་པར་བྲ། །དར་གུད་  
 བཟང་ངན་དབྱེ་བ་ནི།                      །ལས་བྱེད་དར་བ་བཟང་པོའི་  
 རབ་མེ། །ཁྱུས་བྱེད་གོས་གྱོན་བཟང་པོའི་འབྲིང་། །ལུས་  
 རྫོགས་བཅས་པ་བཟང་པོའི་མཐའ་།                      །དབྱགས་ལེན་  
 མངལ་གནས་ངན་པོའི་རབ་མེ། །གུད་པ་ན་བ་ངན་པོའི་  
 འབྲིང་མ། །ཞི་བ་དུར་ཁྱུགས་ངན་པོའི་ཐ་མེ། །དེ་ལྟར་

མོག་ལུས་དབང་ཐང་དང་།                      །རྒྱང་རྟ་བཞི་ལ་སྤར་ཏེ་  
 བཅི། །དེ་དག་རྣམས་ཀྱང་རིམ་པ་བཞིན། །གཏེར་ཆེན་  
 ཉིད་དང་རྒྱན་རིང་བ།                      །བསམ་བྱ་བ་གསོ་བྱ་བ་བདེ་བ་  
 ལྡན། །ལོངས་སྤྱོད་ཆེ་ཐོབ་སྐལ་བཟང་དང་། །བྱར་ངན་སྤྱང་  
 དང་བྲེ་བལ་དང་།                      །ལུང་གྲོད་གཡང་ཉམས་རྒྱན་ཆད་  
 ཅེས། །བཟང་དྲག་ངན་དྲག་ཉིད་དུ་ཤེས། ། ༥ །སྤག་ཡོས་  
 ཟེན་དང་རྟ་སྤྱལ་ལི། །བྲ་སྤྱེལ་དུ་དང་ས་ཆུ་ཡི། །ལོ་དྲག་  
 ཁམ་ནས་དབྱགས་སྤངས་ཏེ། །བསྐྱོར་བ་སྤར་ཁའི་དར་  
 གུད་ཡིན། ། ༥ །ལོ་འགྲོས་ཆུང་བའི་བཅི་ལྷགས་ནི། །སྤྱིར་  
 ར་ལོ་ལ་དཀྱས་ལྷོག་གཉིས། །དཀྱས་མ་ཤིང་བྲེ་ཤིང་སྤང་  
 དང་། །མེ་སྤག་ལ་སོགས་བྱ་འདེད་ཀྱི། །རིམ་བཞིན་ཆུ་



ཕག་བར་དུ་སྒྱུར། །ལྷོག་པ་ལོ་ཡི་བསྐྱོར་ལག་ནི། །སྒྲེས་  
 པ་དང་ནི་བྱད་མེད་གཉིས། །ཕོ་ལོ་ཕོ་ལོ་གང་ཡིན་  
 གྱང་། །དབང་ཐང་ཤིང་ལ་དཔེར་མཆོན་ན། །ཕོ་ནི་མེ་སྟག་  
 ཡོས་ལ་བརྩི། །མོ་ནི་ཆུ་སྒྲེལ་ལྷག་ལ་བརྩི། །ཕོ་ནི་སྦྱབས་  
 ལ་མོ་ནི་བཀའ། །གང་ལ་བབས་པའི་འགྲེལ་པ་  
 བཟླ། །སྟག་ཡོས་འབྱོར་པ་ཡིན་པས་བཟང་། །བྲི་འབྲུག་  
 གཉིས་ནི་གནམ་སྒོ་ཡིན། །ཕག་སྦྱུལ་གཉིས་ནི་ས་སྒོ་  
 ཡིན། །ཕོ་བྲི་གནམ་སྒོ་ཕག་ས་སྒོ། །མོ་གནམ་འབྲུག་ལ་  
 ས་སྒོ་སྦྱུལ། །སྒྲང་ལྷག་གཉིས་ནི་ཕྱང་གྲོད་ལ། །བྲ་སྒྲེལ་  
 གཉིས་ནི་བྲེ་བྲལ་ཡིན། །བྲི་རྟ་གཉིས་ནི་གསོ་བྱབ་  
 ཡིན། །ཡར་ལྷ་བགྲངས་པ་འཇུ་ཐག་སྟེ། །མར་ལྷ་ས་ཡི་

རྟེན་སྦྲུང་ཡིན། །ཡར་བརྒྱད་བགྲངས་པ་གནམ་བརྒྱངས་  
 ལ། །མར་བརྒྱད་བགྲངས་པ་ས་བརྒྱངས་ལ། །རང་གི་  
 ལོག་མེན་སློག་དབང་གཉིས། །རང་ལོའི་སློག་དབང་  
 གཉིས་ཀ་ཡི། །དགྲ་རུ་གྱུར་ཆེ་ཕོ་ལོ་དང་། །མོ་ལོ་སོ་སོ་  
 བཞུགས་ཆུང་བྱ། །རང་བདུད་ཆད་ཅིང་གཞན་སྒྲ་  
 འབྲུམས། །དཔེར་ན་ལོག་མེན་ཤིང་སྟག་ལ། །ས་བྲི་ས་  
 འབྲུག་བདུད་གཅོད་དང་། །ས་ཡི་སྒྲང་ལྷག་སྒྲ་འབྲུམས་  
 སོ། །དེ་བཞིན་ལོག་མེན་ཤིང་ཡོས་ཆེས། །ས་སྒྲང་ས་  
 ལྷག་བདུད་ཆད་ཅིང་། །ས་ཡི་བྲི་འབྲུག་སྒྲ་འབྲུམས་  
 འགྱུར། །དེ་ཡིས་ཀུན་ལ་བསྐྱེ་བར་བྱ། །ཤིང་གིས་ཕ་ཁུ་  
 མེས་གསུམ་བརྩི། །མེ་ཡིས་བུ་ཆ་མ་སྦྱང་བརྩི། །ས་ཡིས་

ས་ཞིང་ཡུལ་མཁར་བཅི།    | ལྷགས་གྱིས་ཁང་ཉེ་ནོར་དང་  
 གྲོགས།    | ལྷ་དང་སྤང་མ་བཅི་བར་བྲ།    | རྩ་ཡིས་གཉེན་  
 ལམ་མཐའ་བཞི་བཅི།                    | དཔེར་ན་ཞིང་གི་བྱི་འབྲུག་  
 བབས།    | ས་ཁུའི་ས་རུ་གནམ་སྒོ་འབྲེ།    | མེ་ཡི་སྤང་ལྷག་  
 ལོག་མེན་བབས།    | བྱ་ཆ་མ་སྤང་སྤང་གྱོད་འབྲུང་།    | ས་ཡི་  
 བྱ་སྤྱེལ་ལ་བབས་ཆོ།                    | ས་ཞིང་ཡུལ་མཁར་གྱེ་བྲལ་  
 བྱེད།    | དེ་ཡིས་བསྐྱེས་ཏེ་ཤེས་པར་བྲ།    | ལྷ་ཡར་གྱི་བཞི་  
 གཤེད་ན་རེས་དང་།                    | མར་གྱི་བཞི་གཤེད་འཆི་རེས་  
 ཏེ།    | དེ་ལ་ལོ་སྐར་ཆེ་བའང་ཟེར།    | དེ་ཡི་བདུན་བྱུར་སྐར་  
 རྩང་ཡིན།    | དཔེར་ན་གྱི་བ་ལོ་བ་ཡི།    | གནམ་ལོ་ཡོས་  
 ཤར་སྐར་ཆེན་ཏེ།    | བྱ་ཤར་སྐར་རྩང་གཞན་དུ་ན།    | བྱི་ཡི་

རོ་འདོད་ཆེ་ཆུང་ཟེར།། ༥ དགྲ་མིག་རྣམས་ཀྱི་བསྐྱོར་འགོ་  
ལ། །རྒྱང་སྒྲགས་སྒྲར་སྒྲེ་རུས་ཁམས་ལྔ། །དང་པོ་རྒྱང་  
པའི་དགྲ་མིག་ནི། །ཕོ་ནི་རང་ལྔའི་བྱི་བ་དང་། །མོ་ནི་རང་  
ལྔའི་བྱ་རྣམས་བཟུང་། །དགྲ་ཚལ་གྱེན་བགྲང་གཤེད་བཞིར་  
འདོད། །དེ་ཡང་དགྲ་དང་བཙུ་བརྒྱད་དང་། །ཉེར་བདུན་སོ་  
དྲུག་ཞེ་ལྔ་དང་། །ང་བཞི་རེ་གསུམ་བདུན་ཅུ་གཉིས། །ཀྱ་  
གཅིག་རྣམས་ལ་དགྲ་མིག་བབས། །བྱུང་པར་གནམ་ལོའི་  
མདུན་རྒྱབ་ཏུ། །དགྲ་དུར་གཉིས་འཛོམ་རེ་རེ་ཡོད། །དེ་  
ཡང་སྒྲག་ཡོས་ལོ་པའི་ཕོ། །བཙུ་བརྒྱད་བྱུང་མེད་སོ་དྲུག་  
པ། །ཏྲ་སྒྲུལ་སྒྲེས་པ་སོ་དྲུག་དང་། །བྱུང་མེད་བཙུ་བརྒྱད་  
བྱ་སྒྲེ་ནི། །ང་བཞི་ཕོ་ལ་དོན་གཉིས་མོ། །གཤེད་བཞི་བྱི་

ཕག་བཅས་པ་ལ།

།སྐྱེས་པ་དོན་གཉིས་མོ་ང་

བཞིར། །དགྲ་མིག་དུར་ཐོག་ཕྱིན་པས་ངན།། ༥ སྒྲགས་མ་

འབྲིང་པོ་བཞི་ནས་བསྐྱོར།

།ས་ཆུ་ལོ་དྲུག་གྱི་བ་

ནས། །གྱེན་དུ་བགྱངས་པས་འབྲུག་ལ་སྡོད། །དེ་བཞིན་

སྒྲག་ཡོས་ཡོས་ནས་ལྷག །ཏྲ་སྒྲུལ་ཏྲ་ནས་བྱི་ལའོ། །བྱ་

སྡེ་བྱ་ནས་སྤང་ཐོག་སྡོད། །དེ་དག་གནམ་ལོ་གང་ཤར་

དེའི། །མར་གྱི་ལྷ་མཐུན་ལོ་པར་འབྱུང་། །དེ་ཕྱིར་ལོ་དགྲ་

ཉེར་གཅིག་དང་། །སོ་གསུམ་ཞེ་ལྷ་ལྷ་བརྩ་བདུན། །རེ་

དགྲ་གྱ་གཅིག་རྣམས་ལ་སྟེ། །དེ་རྣམས་དུར་བཞིའི་ཐོག་

ཕྱིན་པས། །གནད་གྱི་དགྲ་མིག་ཅེས་སྟུ་གྲགས། །སྤར་ཁ་

པོ་ལི་མོ་ཁམ་དང་། །སྟེ་བ་སྐྱེས་སྟེར་བབས་པའོ།། ༥

རུས་ཁམས་དགྲ་མིག་བསྐྱར་འགོ་ནི      །ཅུ་དང་ཀུངས་  
 གཉིས་བྱི་བ་ནས། །ཀེག་ནི་ཡོས་དང་ཇི་ནི་རྟ། །ལྟ་ནི་བྱ་  
 རས་བསྐྱར་འགོ་བྱ།      །ཁྱེན་བབྲངས་དུར་སྟེང་ཕྱིན་པས་  
 ངན། །དོན་ལ་སྒྲགས་མ་ཁོ་ནའོ།། ༥ དུར་མིག་ཕྱི་ནི་དུར་  
 རོ་དང་། །ནང་ནི་སྤར་ཁ་དག་ལ་སྒྱུར། །དེ་ཡང་ཤིང་དུར་  
 ལྷག་དང་ཁོན། །མེ་དུར་བྱི་དང་ཁེན་ལ་ཁྱུགས། །ལྷགས་  
 དུར་སྒྲང་དང་གིན་ལ་སྟེ།      །ས་ཚུ་འབྲུག་དང་བོན་ལ་  
 བཏབ།། ༥ དུར་གྱི་ཁང་བུ་བརྒྱད་ཅུ་ནི། །བྱི་རྟ་བྱ་ཡོས་  
 བཞི་ནས་བསྐྱོར། །འབྲེད་པའི་ལྡེ་མིག་བཞི་ཞེས་བྱ། །དེ་  
 ཡང་བརྩི་བྱ་དབང་མཐུན་གྱི།      །ས་ཚུ་བྱི་བ་སྟེ་ལྷ་  
 དང་། །ཤིང་གཉིས་ཡོས་དང་མེ་གཉིས་རྟ། །ལྷགས་



གཉིས་བྱ་ལྔ་ནས་བསྐྱོར་བྱིར།     |ཡང་དག་བསྐྱོར་འགོ་ཉི་  
 ་ཤུར་གྲགས། |ཐམས་ཅད་གྲེན་བསྐྱོར་རང་རང་གི། |དབང་  
 མཐུན་དུར་སྟེང་སྟེའམ་པ་ནི།     |རང་དུར་ཆེ་སྟེ་དེའི་བདུན་  
 ཟུར། |དབང་ཐང་མཐུན་པ་རང་དུར་ཆུང་། |རང་རང་དབང་  
 ཐང་དག་ཐོག་གི། |དུར་སྟེང་སྟེའམ་པ་གཤེད་དུར་ཆེ། |དེ་ཡི་  
 བདུན་ཟུར་གཤེད་དུར་ཆུང་། |དེ་ཡང་གནམ་ལོ་གང་ཤར་  
 ་ཀྱང་། |སྐྱེས་བུའི་ལོ་གངས་ཉེར་གཅིག་དང་། |ང་གཅིག་  
 ཞེ་ལྔ་བཙོ་ལྔའི་སྟེང་།                     |སྟེའམ་པ་རང་དུར་ཆེ་དང་  
 ཆུང་། |གཤེད་དུར་ཆེ་ཆུང་རིམ་པར་སྐྱུར། |དེ་ལྟར་  
 བསྐྱོར་འགོ་ཉི་ཤུ་ལ། |བཞི་བཞི་སྐྱར་བས་བརྒྱད་ཅུ་འོ།། ཎ  
 དུར་གྱི་ཉི་མ་སོ་དྲུག་ནི།                     |དྲུག་གསུམ་དུར་གྱི་ཉི་མ་

ཞེས། །ཟླ་བ་ཀུན་ལ་གསུམ་གསུམ་ཡོད། །ཕོ་ཟླ་དྲུག་ལ་  
 ལྷག་ཉི་དང་། །ཕོ་དྲུག་སྒྲང་གི་ཉི་མར་ངེས། །ཟླ་བའི་ར་  
 འབྲིང་ཐ་གསུམ་ལ། །རིམ་བཞིན་གནམ་དུར་བར་དུར་  
 དང་། །ས་དུར་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་བཏགས། །ཁ་དམར་  
 འགེལ་པས་དམིགས་སུ་བཏགས། །སོ་སོའི་སྟོག་རྩིས་དེ་  
 རྣམ་ལུས། །དེ་རྣམ་དབང་ཐང་རྒྱང་རྟ་བཙུང་། །དེ་རྣམ་སྟེ་བ་  
 གར་བབས་བལྟ། །དེ་རྣམ་སྤར་ཁའི་སྟོགས་རྣམས་  
 བཏག། །རིམ་གྲོ་གཞོན་དང་བསྐྱང་མཆམས་རྣམས། །སོ་  
 སོའི་ཁ་དམར་འགེལ་པར་སྟོས། །སྒྲོར་འགོ་མང་དུ་བསྒྲོར་  
 བར་བྲ། །ཁ་དམར་ཉུང་དུ་གདགས་པར་བྲ། །འབྱུང་བའི་  
 རྩ་བ་རིན་ཆེན་བསྐྱུས་པ་ཞེས་བྲ་བ་མཁས་པ་ཁྱུང་ནག་

གིས་མཛད་པ་ལ། འབྱུང་ཅིས་ཟླ་བའི་འོད་ཟེར་སོགས་  
 རས་ཁ་སྐྱོང་བསྒྲུབ་ཏེ་འབྱུང་ཅིས་སྟོན་འགྲོའི་སྐབས་ཀྱི་  
 ཉེར་མཁོ་མཐའ་དག་གསལ་བར་བྱས་པ་བཅས་རྫོགས་  
 སོ།། ཨོ་སྤ་སྟེ། སྒྲུང་སྟོང་རང་བཞིན་སྐྱེ་བ་སྤུམ་དངོས་  
 ཡིན་ཀྱང་། །འཁྱུལ་པའི་དབང་གིས་རིགས་དྲུག་སྒྲུང་ཚུལ་  
 །ཤར། །དེ་དག་ཐམས་ཅད་འབྱུང་ལྗེའི་རང་བཞིན་  
 ཏེ། །གཙོད་འབྲལ་འཁྱུལ་པའི་སྐྱེད་དྲུག་བཟོད་སྒྲུག་  
 མེད། །དེ་སྟེར་གནས་ལུགས་རྟོགས་པའི་རྣལ་འབྱོར་  
 དང་། །ལས་འབྲས་མེད་པར་ལྟ་བའི་རིགས་མ་  
 གཏོགས། །ལེགས་ཉེས་སྒྲུང་སྒྲུང་སྟོན་པའི་འབྱུང་ཅིས་  
 འདི། །ལུས་ཅན་བདེ་བའི་རྒྱ་རུ་མེད་ཐབས་བྲལ། །དེས་

ན་སྒྲན་སྒྲོངས་བྲ་ཚང་ཆེན་པོ་ཡི། །ཅིས་སྒྲོབ་བགྱིས་དོན་  
བྲུབ་མཆོག་གི་དོར། །འབྱུང་ཅིས་རིན་ཆེན་བསྐྱུས་པ་ཁ་  
སྒྲོང་བཅས། །དགོ་སྒྲོང་ནོར་བུ་དབང་ཕྱུག་བདག་གིས་  
བསྐྱེབས། །གསར་ཅོམ་བྲས་ན་མདོར་བསྐྱུས་འཇུག་བདེ་  
ཡང་། །མཁས་བྲུབ་གསུང་ལ་བགྱིན་གཞོ་བའི་ཕྱིར། །རང་  
བཞོ་གང་ཐུབ་སྒྲོངས་ནས་བྲིས་པའི་དགོས། །འགྲོ་ཀྱན་  
འབྱུང་གནས་ལྷགས་རྟོགས་པར་ཞོག །དགོའོ། །སྐྱ་  
མདྲ་ལམ།

༥ བཙུ་མ་གསེར་མདོག་གི་ཟིན་གྱིས་བཞུགས། ལྷ་

འཕྱུལ་ལེན་འཆང་བཞི་ལས། དང་པོ་ལྷ་བ་པོ་བཞི་ནི། ལྷ་  
ཆངས་པ། ལྷ་མོ་ནམ་རྒྱལ་མོ། ལྷ་རྒྱལ་འཛིག་པོ། བམ་བེ་  
སེར་རྒྱུ་ལོ། ༥ འཕྱུལ་གྱི་མི་བཞི་ནི། །ཀོང་ཅེ་འཕྱུལ་གྱི་  
རྒྱལ་པོ། ཇི་ཀོང་འཕྱུལ་གྱི་རྒྱལ་པོ། ཇི་ནོང་འཕྱུལ་གྱི་རྒྱལ་  
པོ། ལྷང་ཐང་འཕྱུལ་གྱི་རྒྱལ་པོ་ལོ། ༥ ལེན་མི་བཞི་ནི།  
བྲང་སྒྲིང་བདེ་ལེན། ཉེ་བར་ལེན། ཀུན་ཏུ་ལེན། ཡང་དག་  
ལེན་ནོ། ༥ འཆང་མི་བཞི་ནི། བྲང་སྒྲིང་སྟེ་སྟུར། སྟུར་བྲུ།  
ཐོར་ཅོག་ནག་པོ་ལོ། ༥ ཅིར་སྒྲིང་འབྱུང་བར་ཤེས་པ་ལས།  
གངས་འབྱུང་བར་ཤེས་པ་ནི། །གཅིག་ཤིང་ གཉིས་ས་  
གསུམ་ཅུ་ བཞི་མེ་ ལྷ་ལྷགས་སོ། ༥ ཁ་དོག་འབྱུང་བར་

ཤེས་པ་ནི། ལྷང་ཁུ་ཤིང་ དམར་པོ་མེ་ དཀར་པོ་ལྷན་  
ནག་པོ་ཚུ་ སེར་པོ་སའོ།། ༥ བཙེ་བའི་ཡུལ་འབྱུང་བར་  
ཤེས་པ་ནི། ཕྱིའི་སྣོད་ ནང་གི་ཕུང་ཁམས་ དོན་དང་སྣོད་  
སྤར་ཁ་བརྒྱད་ སྟེ་བ་དགུ་ ལོ་སྐོར་བཅུ་གཉིས་ གཟའ་  
ཆེན་བརྒྱད་ རྒྱ་སྐར་ཉེར་བརྒྱད་ སྟོགས་བཞི་མཆམས་  
བརྒྱད་སོགས་མིང་འབྱུང་བ་ལྟའོ།། ༥ བརྗོད་པ་འབྱུང་བར་  
ཤེས་པ་ནི། སྐད་འགགས་གེ་དར་ཤིང་། སོ་བར་ནས་སྒྲ་  
འདོན་མེ། སྒྲ་སྐད་འདོན་པ་ས། ཁ་གདངས་འདོན་པ་  
ལྷགས། མཚུ་རུབ་འདོན་པ་ཚུའོ།། ༥ སྟོགས་འབྱུང་བར་  
ཤེས་པ་ནི། ཤར་ཤིང་ ལྟོ་མེ་ རུབ་ལྷགས་ བྱང་ཚུ་  
མཆམས་སའོ།། ༥ དབྱིབས་འབྱུང་བར་ཤེས་པ་ནི། འཛིང་

ཞིང་ གྲུ་གསུམ་མེ་ ཟླ་གམ་ལྷགས་ གྲུ་བཞི་ས་ ཟླམ་པོ་  
 ཚུའོ།། ཎྟ གནས་ལྷགས་འབྱུང་བར་ཤེས་པ་ནི། །ཀེར་  
 ལངས་ཞིང་ ལྷག་ལྷག་མེ་ ཅ་རེ་སྟོང་པ་ས་ རྟོ་བྱར་རོག་པ་  
 ལྷགས། ཞོང་ངེ་འགོ་བ་ཚུའོ།། ཎྟ མགོ་འབྱུང་བར་ཤེས་པ་  
 ནི། མགོ་སྐྱག་ཞིང་ རལ་པ་མེ་ སྐད་མགོ་ས་ ཅ་བྲེག་  
 ལྷགས་ ལྷག་སྐྱ་ཚུའོ།། ཎྟ རིགས་འབྱུང་བར་ཤེས་པ་ནི།  
 རྒྱལ་རིགས་ས་ རྩེ་རིགས་མེ་ དམང་རིགས་ཚུ་ བྲམ་བེ་  
 ཞིང་ གཞོལ་པ་ལྷགས་སོ།། ཎྟ མི་རིགས་ལས་རྒྱལ་པོ་  
 ཞིང་ བྱད་མེད་མེ་ བཙུན་པ་ས་ བྲིས་པ་ལྷགས་བོན་པོ་  
 ཚུའོ།། ཎྟ ཉེ་དུའི་འབྱུང་བ་ལས་ བྱ་ཚ་མ་སྦྱང་མེ་ མ་བྲེ་  
 དུལ་མཁར་ས་ རོར་གྲོགས་ལྷ་སྦྱང་ལྷགས་ བྱ་སྦིང་



གཉེན་ལམ་གྱི་འབྱུང་བ་ཆུ་རོ།། རྩེ རྩེ་མཆོན་གྱི་འབྱུང་བ་  
 རི། །ལྷ་བཤིང་། ཆེན་ཅན་མེ་ སྐྱར་པོ་སྤྲ་ཅན་ས་ སྤེ་བ་  
 ལྷགས་ རོ་རེ་ཆུ་རོ།། རྩེ རྩེ་རི། རིང་ལ་གཉེན་ཐེའུ་བྲང་།  
 མེ་ལ་བཅན་དང་གེ་བོ། ས་ལ་ས་བདག་ཡུལ་གྱི་འདྲེ།  
 ལྷགས་ལ་རྒྱལ་པོ་དགོར་བདག་ ཆུ་ལ་སྤྱ་དང་མ་མེ་རོ།། རྩེ  
 བས་རི། རིང་རྟོག་སྤྱོ་ཆོད་ཤིང་ བསྐྱེག་ཤ་མགོ་ཤ་ཐྲག་  
 ཆོད་མེ་ ཀྱང་ལག་ཤ་དང་འཁུར་བ་ས་ དཀར་གསུམ་ཅིབ་  
 མའི་ཤ་རྣམས་ལྷགས་ ཆང་དང་ཆུ་རི་ཆུ་ཡིན་ནོ།། རྩེ རྩེ་  
 འབྱུང་བར་ཤེས་པ་རི། རིང་གི་ནད་རི་ཅ་རྒྱད་རེངས། མེ་  
 ལ་ཆ་བ་མགོ་ནད་དང་། ས་ལ་སྤྱེ་ཞིང་འཐིབ་པའི་ནད།  
 ལྷགས་ལ་གཟེར་བྲག་རུས་པ་ན། ཆུ་ལ་བྲང་བ་རོ་སྤྲད་

བཤོ།། རྩེ ལས་ནི། ཡང་ཞིང་གཡོ་བ་དེ་རྒྱང་ངམ་ཞིང་ཡིན།  
 ཚ་སྟེག་མེ། ཟྱེ་འཐིབ་ས། རྩོ་བྱར་ལྷགས། རྒྱན་ཞིང་  
 གཤེར་བ་ཚུ་ཡི་ལས་སོ།། རྩེ རུས་སྤལ་རྣམ་ཤེས་ཆོགས་  
 བརྒྱད་ལས་སྤར་ཁ་ཆོགས་བརྒྱད་ཆད་ཚུ་པ་ནི། མིག་  
 ལས་ལི། རྣ་བ་ལས་བེན། རྣ་ལས་བློན། ཟྱེ་ལས་ཁམ།  
 ལུས་ལས་གིན། ཡིད་ལས་ཁེན། གུན་གཞི་ལས་ཁོན།  
 ཉོན་མོངས་ལས་དྲ་རྣམས་ཆད་པར་གསུངས་སོ།། རྩེ  
 རུས་སྤལ་གྱི་བྱ་ག་དགུ་ལས་སྟེ་བ་དགུ་ཆད་ཚུ་པ་ནི།  
 མིག་གཡས་སྟོན་དཀར་པོ་ལས་གཅིག་དཀར་བྱང་། མིག་  
 གཡོན་འབྲས་བྱ་ནག་པོ་ལས་གཅིས་ནག་བྱང་། ཁའི་  
 རྒྱངས་པའི་རྒྱང་ལས་གསུམ་མཐིང་བྱང་། མཆོན་མའི་

རྒྱུངས་པ་ལས་བཞི་ལྔ་བྱུང་།      ལྷ་བྱག་གཡས་པའི་ཆུ་  
 སེར་ལས་ལྷ་སེར་བྱུང་། རྣ་བ་གཡས་པའི་བྱ་ག་ལས་དྲུག་  
 དཀར་བྱུང་། ལྷ་བྱག་གཡོན་པའི་ཁྲག་ལས་བདུན་དམར་  
 བྱུང་།      རྣ་བ་གཡོན་པའི་བྱ་ག་ལས་བརྒྱད་དཀར་བྱུང་།  
 འཕྲོངས་ལས་དགུ་དམར་བྱུང་བར་གསུངས་སོ།།      ལྷ་མའི་  
 དེས་ཆིག་ནི། བྱ་ནི་ཆུང་དུ་ཁམ་དང་བྱ་མོ་ཆུང་བ་ཟེན་ཤིང་  
 གཉིས་བྱི་ཤོར་བ་ཡིས་      བྱི་བ་སོགས་ལྷས་ངན་མགོ་  
 བརྟན་བརྟུ་གཉིས་བྱུང་བ་དེ་རྗེ་བརྟུན་འཇམ་དབྱངས་བྱི་  
 བྱགས་རྗེས་ངན་པ་དཔལ་བྱི་ཟས་སུ་བསྐྱར་ཏེ་ལྷས་ངན་  
 དཔལ་དུ་ལོ་བས་ལོ་ཞེས་གྲགས་སོ།།      ལྷ་སྒར་ཁའི་དེས་  
 ཆིག་ནི། ཁེན་ཁོན་ཕྱོངས་པས་བྱ་ཆ་མིང་སྤིང་ནམ་དྲུག་

བྱང་། དེ་དྲུག་གནས་དུ་སྤར་ཞིང་ཁ་བརྒྱད་དུ་གྲེས་པས་  
 སྤར་ཁ་ཞེས་གྲགས་སོ།། ༥ སྤེ་བའི་ངེས་ཚིག་ནི། ལུས་  
 གྱི་བུ་ག་དགུ་ལས་བརྗོལ་བའམ་སྤེ་བས་སྤེ་བ་ཞེས་  
 གྲགས་སོ།། ༥ གཞུག་ལག་ཅས་པའི་ངེས་ཚིག་ནི།  
 གཞུག་ནི་མི་འབྱུང་བ་འབྱུང་བ་ལྟ་ཡིན། ལག་ནི་རྟོགས་  
 བྱེད་ལོ་ལྷ་ཞག་དུས་སོ།། ཡང་ན་ འཕགས་པའི་གཞུག་  
 ནས་བཏོན་ཏེ་ཞུ་བྱེད་གྱི་ལག་ཏུ་བཞག་པས་གཞུག་ལག་  
 ཅས་གྲགས་སོ།། ༥ གཤམ་ཅེ་ཞེས་པའི་ངེས་ཚིག་ནི། ལས་  
 དང་བསོད་ནམས་སྟོག་ལུས་སོགས་གཤམ་པ་དེ་རྟོགས་  
 བྱེད་གྱི་ཅེ་མོ་ཡིན་པས་ན་གཤམ་ཅེ་ཞེས་པའམ་ ཡང་ན་  
 མན་ངག་དཔེ་ལ་གཤམ་པ་དང་། རྟོ་མཐོང་དཔེ་ལ་གཤམ་པས་

གཤམ་ཅེས་བྱ་ཞིང་། ཆེ་རབས་ལས་ཀྱི་ཅིས་བྱས་ནས་ཆེའི་  
 རིང་ཐུང་བཅི་བས་གཤ་ཆེ་ཞེས་ཀྱང་གྲགས་སོ།། ལྟ་མཁྱོད་  
 གསེར་གྱི་རུས་སྤྲལ་ཞེས་པའི་ངེས་ཆེག་ནི། མ་ནི་སེམས་  
 ཅན་ཡོངས་ཀྱི་མ། ལྟ་ནི་སྤྲོས་བྲལ་ཆེས་ཉིད་གྱི་དོན་དང་།  
 དེ་གཉིས་འདུས་པ་ནི་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་བའི་བརྟུ་ཡིན། གསེར་  
 ནི་འགྱུར་བ་མེད་པའི་དོན་ རིན་པོ་ཆེ་སྣ་ལྔའི་གཙོ་བོར་  
 མཆོན་ལ། རུས་ནི་འགྲོ་བའི་རུས་ཀྱི་རྒྱད་ཡིན་ལ། སྤྲལ་  
 ནི་ཐབས་ཤེས་སྤྲལ་བའམ་ཟུང་དུ་འཇུག་པའི་དོན། བྱི་ལ་  
 རུས་པ་དང་ནང་ལ་སྤྲལ་བར་ཡོད་པས་རུས་སྤྲལ་ཞེས་  
 གྲགས་སོ།། ཆང་ཁ་རིན་པོ་ཆེའི་ཐུག་དཔེ་ནས་ཞལ་  
 བཤུས་པའོ།། །

༥ ཟླ་ཐོ་འགྲོལ་བའི་ལྷེ་མིག་པན་བདེའི་གཏེར་མངོན་

བཞུགས་སོ།།

འཇམ་དབྱངས་ལྷ་ལ་ཕྱག་འཆའ་

ནས། ཟླ་ཐོ་འགྲོལ་བའི་ལྷེ་མིག་བཤད།། ༥ གཅིག་ནི་ཉི་

མ་མེ་ཡི་ཁམས། གཉིས་ནི་ཟླ་བ་ཆུ་ཡི་ཁམས། གསུམ་

ནི་མིག་དམར་མེ་ཡི་ཁམས། བཞི་ནི་ལྷག་བ་ཆུ་ཡི་

ཁམས། ལྷ་ནི་ཕུར་བུ་རྒྱང་ཤིང་ཁམས། ཐུག་ནི་བ་

སངས་ལྷགས་སའི་ཁམས། ཐིག་ནི་སྤོང་བ་ས་ཡི་

ཁམས། ཟླ་གཙན་རྒྱང་གི་ཁམས་ཞེས་བ། ད་ལྷ་བ་ཡི་

བཅི་ལྷགས་ཡིན། ཐིག་ནི་ཉི་མ་མེ་ཡི་ཁམས། གཅིག་

ནི་ཟླ་བ་ཆུ་ཡི་ཁམས། གཉིས་ནི་མིག་དམར་མེ་ཡི་

ཁམས། གསུམ་ནི་ལྷག་བ་ཆུ་ཡི་ཁམས། བཞི་ནི་ཕུར་

བུ་རྒྱུང་ཤིང་ཁམས།                      །ལྷ་ནི་པ་སངས་ལྷགས་སའི་  
 ཁམས།    །དྲུག་ནི་སྟེན་པ་ས་ཁྲི་ཞེས།    །འདས་གཟའ་  
 མཁན་གྱི་བཙུང་ལྷགས་ལགས།    །གཉིས་ཀ་མཁས་པའི་  
 དགོངས་བཞེད་ཕྱིར།    །དེང་སང་པལ་གྱིས་དབྱུང་པར་  
 དགེ།    །ཅལ་སྟོན་གཡང་སར་མི་སྟེབ་པར།    །སྟོན་ས་  
 མེད་རང་ལྷགས་གཙོ་བོར་བྱངས།    །གཟའ་གནས་ཐིག་  
 ལེར་ནི་མ་ཞེས།                      །བཏགས་དོན་ཆེས་གངས་ཕྱི་མ་  
 ཡི།    །རེས་གཟའ་ཨང་གཅིག་ནམ་ལངས་ནས།    །འདི་རུ་  
 འབྱོར་ཕྱིར་གསུངས་པ་ཡིན།    །དེ་ཕྱིར་སྟོན་གཟའ་སྟོན་  
 གཟའ་དང་།                      །ནིན་མཆོན་བདུད་ཅི་མཐུན་མཆོམས་  
 གཟའ།    །གཟའ་བདུན་མོ་སོགས་ཐིག་ལེ་ལ།    །ནི་མར་



བཟུང་ན་ཤིན་ཏུ་འཁྱུལ།། རྒྱུ་ཐེག་ཀྱི་ཐ་སྐྱར་དབྱུག་པ་  
 རྒྱུང་། །གཅིག་ཀྱི་བྱ་ཉེ་སྤྱེད་བྱ་མེ། །གཉིས་ཀྱི་སྤྱིན་ཏུག་མེ་  
 ཡི་ཁམས། །གསུམ་ཀྱི་སྒྲར་མ་བེ་རྩེ་ས། །བཞི་ཀྱི་མགོ་  
 དང་སྒྲལ་པོ་རྒྱུང་། །ལྔ་ཀྱི་ལག་ཅེས་ཆུ་ཡི་ཁམས། །དྲུག་  
 ཀྱི་རྒྱལ་སྟོད་ནབས་སོ་རྒྱུང་། །བདུན་ཀྱི་རྒྱལ་སྤྱང་མེ་ཡི་  
 ཁམས། །བརྒྱད་ཀྱི་ཤ་དང་སྐྱག་ཆུ་ཁམས། །དབྱུ་ཀྱི་ཏྲ་  
 ཆེན་མཆུ་མེ་ཁམས། །བརྒྱ་ཀྱི་ཏྲ་ཆུང་གེ་མེ་ཁམས། །བརྒྱ་  
 གཅིག་ཁྲ་དང་དཔོ་རྒྱུང་ཁམས། །བརྒྱ་གཉིས་བྱ་མ་མེ་བཞི་  
 རྒྱུང་། །བརྒྱ་གསུམ་བྱ་ཏུ་ནག་པ་རྒྱུང་། །བརྒྱ་བཞི་ས་རི་  
 གནམ་མཐོང་གོང་མ་རྒྱུང་། །བཙེ་ལྔ་ས་ག་གནམ་མཐོང་  
 རོག་མ་མེ། །བརྒྱ་དྲུག་ལག་སོར་ལྔ་མཆོམས་ས། །བརྒྱ་

བརྗོད།། ལྷ ཉིན་ཞག་དུས་ཆོད་བརྒྱ་གཉིས་ནི། །ནམ་

ལངས་ཡོས་དང་ཉི་ཤར་འབྲུག། ཉི་ཤོས་སྐུལ་དང་ཉིན་ཕྱེད་  
 ཏ། ཕྱེད་ཡོལ་ལྷག་དང་ཉི་མུར་སྒྲེལ། ཉི་རུབ་བྱ་དང་ས་  
 སྒོས་བྲི། སྒོད་འཁོར་ཕག་དང་ནམ་ཕྱེད་བྲི། ཕྱེད་ཡོལ་  
 སྒྲང་དང་ཐོ་རངས་སྟག། དུས་རེར་ཆུ་ཆོད་ལྡ་རེའི་  
 ཆ། ཡོད་ཕྱིར་ཉིན་ཞག་འཁོར་གཅིག་ལ། ཆུ་ཆོད་དྲུག་  
 ཅུ་ཐམ་པར་ངེས།། ལྷོ་རེས་གཟའ་བདུན་དང་གྲུབ་ཅིས་  
 གྱི། ཉིན་འབྲེལ་བཅུ་གཉིས་རྒྱའི་ལུ་ལྷ། གྲགས་པའི་  
 ཉི་མ་སྤར་སྒྲེ་དང་། ཉིན་འབྲེལ་ཡན་གྲོང་ལ་སོར་པ། སོ་  
 སོའི་ཉིན་ཞག་ལ་དབང་ཕྱིར། ནམ་ལངས་ནས་བརྩམས་  
 ནམ་ལངས་བར། འཕོ་ལེན་འབྲུལ་མེད་གཟེར་གྲིས་  
 འཁོར།། ལྷོ་གཟའ་འོག་ཆུ་ཆོད་མ་འོངས་ཞེས། གང་ཡོད་

རྣམ་ལངས་ནས་བརྩམས་བཅི། །དེ་རྫོགས་ད་ལྟའི་ཆེས་  
 ཐལ་ནས། །ཕྱི་མའི་ཆེས་གངས་དེ་རིང་སྟེ་བ། །དེ་ཕྱིར་  
 ཆེས་ལ་རྒྱ་བ་ཡི། །སྤྲེའི་ས་བདག་འཕོ་བསྐྱས་མཉི། ། །  
 སྐར་མའི་ཆུ་ཆོད་འདས་པ་ཞེས། །གང་ཡོད་སྟག་གི་  
 མཐའ་ནས་རྫོགས། །དེ་ནས་དྲུག་ཅུར་བགངས་པའི་  
 ལྟག། །རྣམ་ལངས་ནས་བརྩམས་ཟད་པའི་དུས། །ད་ལྟའི་  
 སྐར་རྫོགས་ཕྱི་མ་སྟེ་བ། །དེ་ཆེ་གཟའ་སྐར་གཉིས་འཕྲད་  
 པའི། །འབྲས་བུ་འཕྲོད་ཆེན་འཕྲོད་ཆུང་དང་། །འབྲུབ་སྦྱོར་  
 ལ་སོགས་འཕྲོད་སྦྱོར་རྣམས། །སྤྲེའི་བཟང་ངན་མི་  
 འདྲར་འབྱུར། ། ། །གང་ཆེས་གཟའ་ཡི་དར་རྒྱུད་  
 རི། །རགས་ཆེས་སྟག་ཉ་ཁྲི་གསུམ་སྟེ་ན། །ཕག་ཕྱག་

ཡོས་གསུམ་སྒྲ་བས་ཆོས།      །བྱ་སྒྲང་སྒྲུལ་གསུམ་ཕུར་  
 བུས་ཆོས།      །བྱི་འབྲུག་སྒྲེལ་གསུམ་མིག་དམར་  
 ཆོས།      །ཞིབ་པར་བྱེད་བྱུབ་ཆོས་གཅིག་གཟུལ།      །གང་  
 ཆོས་དེ་དར་བུ་ཡང་དར།      །མ་ཞུད་དག་བྱུད་གྲོགས་ནི་  
 གྲོད།      །དར་བ་ནི་དྲག་ལས་ཀུན་བཟང་།      །ཞུད་བྱུད་གྲོད་  
 རྣམས་རིམ་པར་དམན།། ༥ འོན་ཀྱང་དམིའ་བསལ་བསྟན་  
 པ་ནི།      །ནི་མ་རྒྱལ་པོ་སྟེའི་སྒྲ་བཟུལ།      །གནམ་སྒྲོ་དར་ཡང་  
 ཞིད་མི་བྱ།      །སྒྲ་བ་བྱུད་མེད་སྟེའི་སྒྲ་གཟུལ།      །སྒྲ་སྒྲོ་དར་  
 ཡང་འོམ་མི་སྤར།      །མིག་དམར་སྟེ་མིན་དམག་དཔོན་  
 གཟུལ།      །གྲི་གཟུལ་དར་ཡང་གྲི་མི་འདུལ།      །སྟག་པ་གཞོད་  
 སྟེན་རྒྱལ་པོའི་གཟུལ།      །རབས་ཆད་དར་ཡང་དུར་མི་

གདག་། །ཕུར་བུ་སྒོན་པོ་བརྗེའི་གཟུལ། །ཤིང་གཟུལ་དར་  
ཡང་བོར་མི་འཕང་། །པ་སངས་རྒྱལ་སྒོན་བུད་མེད་  
གཟུལ། །ཕྱགས་གཟུལ་དར་ཡང་ཕྱགས་མི་སྐྱེལ། །སྒོན་པ་  
བྱན་དང་བྱིས་པའི་གཟུལ། །ས་གཟུལ་དར་ཡང་ནོར་མི་  
གཏོང་། །རང་གཟུལ་སྒྲ་གཟུལ་ཤར་བའི་ཆོ། །རང་གི་བྱ་  
བའི་ལས་ཀྱན་བཟང་། །། །གཟུལ་བདུན་གང་ལ་རེས་ཡོད་  
ཀྱང་། །ཕྱོགས་ཕྱོགས་ནོར་འབྱུབ་ནོར་དང་འཕྲད། །མ་  
ཕྱོགས་གཏམ་སྒྲན་བློས་པའི་ས། །རང་ཕྱོགས་ཁ་མཆུ་ཐུ་  
ངན་འོང་། །བུ་ཕྱོགས་བྱེ་བལ་སྒྲོར་བཞུག་འོང་། །དག་  
ཕྱོགས་ཚུད་དང་འཐབ་པའི་རྒྱ། །རྩལ་སྒྲོད་དག་ལས་ཅི་  
བྱེད་ཀྱང་། །མ་རྒྱབ་ཕྱོགས་མདུན་གཏད་པ་གཅེས། །། །

གཞན་ཡང་བྱ་བའི་ལས་ཀྱི་ལ།    | རྩོགས་ཀྱི་གནད་འདི་  
 གལ་ཆེན་ཡིན། | ཉི་མ་པ་སངས་མིག་དམར་དང་། | རྩ་ཏུ་  
 སྤེན་པ་ལྷ་ལྷག་ཕྱར།                      | ཤར་ནས་ཤར་སྟོ་རིམ་པ་  
 བཞིན།    | དབང་ལྡན་མཐར་ཐུག་འགོད་པ་ལ།    | རང་  
 རྩོགས་བཟང་ཞིང་ཐད་ཀར་ངན།    | དཔེར་ན་ཉི་མར་ཤར་  
 བཟང་ཞིང་། | རྒྱབ་ཀྱི་རྩོགས་ལྷ་ངན་པ་བཞིན།། ༥ སྐར་མའི་  
 དར་གུད་བཟང་ངན་བཤམ།                      | རྒྱག་པ་ས་ག་སྟོན་ཅུ་  
 ཉིད། | རྩོ་བཞིན་ཁུམས་སྟོད་དབྱུག་སྤེན་བྱུག་ | མགོ་རྒྱལ་  
 མཆུ་དཔོ་རིམ་བཞིན་ལྷ། | གསུམ་པ་ནས་བརྩམས་གཉིས་  
 པའི་བར། | རགས་པར་ཉ་བའི་སྐར་མ་ཡིན། | གང་གིས་ཉ་  
 བ་དར་བ་ཡིན། | སྟོང་ལ་བྱུང་བ་གྲོད་པའོ། | གཞན་མ་



རྣམས་ནི་གྲང་པ་ཡིན།     | སླེན་དྲུག་ལ་སོགས་ཤར་སྐར་  
 ཉ། | ཤར་སྐར་དར་ལ་སྟོ་བྱང་གྲང། | རྒྱབ་སྐར་གྲོང་དེ་དེ་  
 ལྟར་བཅི།། ཧྲ ༥ ༡༣ ༣༩ ༠ རྒྱལ་དང་མེ་བཞི་ནམ་གྱ་  
 དྲུག། | མི་བརྟན་འགྱར་བའི་སྐར་བཞི་ཡིན། | མཆོད་  
 ཆོག་ཆོས་འཆད་སྟོམ་པ་འབོགས། | བོད་མར་ཁྱེན་  
 འབྱལ་བ་དང་། | རང་དོན་སྐྱར་པོ་སྐྱབ་ན་བཟང་།། ཧྲ ༣  
 ༣༠ ༣༣ ༡༡ སྐར་མ་ཆུ་སྐད་མོན་གྱ་དཔོ། | རབ་ཏུ་བརྟན་  
 པའི་སྐར་བཞི་ཡིན། | དུལ་གསར་འཛིན་དང་དཔོན་  
 གསར་བསྟོ། | རབ་ཏུ་བརྟན་པའི་ཆོ་ག་བྲ། | གཞན་དཔོན་  
 ཞིང་དང་མེ་ཉོག་བསྐྱར། | ལྷུ་ར་ཆལ་སོགས་བྲ་བ་  
 དང་། | ཀྱན་དགའ་ར་བ་བཅིག་པ་བཟང་།། ཧྲ ༡༣ ༡༩

༡༥ ཅ རྒྱལ་པ་ལྟ་མཆོམས་ཁྱམས་སྦྱང་མགོ། །སྦྱར་ལ་  
 བཟང་བའི་སྐར་བཞི་ཡིན། །རྒྱན་དང་ཅེད་མོ་ཞིང་ལས་  
 དང་། །སྦྱར་བའི་ལས་རྣམས་སྦྱབ་པར་བཟང་། ། རྟོ ༥ ༩  
 ༡༧ ༡༩ ལག་དང་སྐག་དང་སྦྱོན་དང་སྦྱབས། །འབྲས་བྱ་  
 ངན་པའི་སྐར་བཞི་ཡིན། །དྲག་དང་ངན་པའི་ལས་རྣམས་  
 གྲ། །བཟང་དང་དགོ་བའི་ལས་རྣམས་སྦྱང་། ། རྟོ ༦ ༡༩  
 ༢༡ ༢༡ ༢༣ རབས་སོ་ས་རི་གོ་བཞིན་དང་། །བྱི་བཞིན་  
 མོན་ངེ་ཞེས་བྱ་བ། །སྦྱར་ལ་འགྱུར་བའི་སྐར་ལྟ་  
 ཡིན། །གཞན་ཡུལ་ཐག་རིང་བགོད་པ་དང་། །ཆོང་  
 སོགས་བརྟན་མིན་སྦྱར་ལས་བཟང་། ། རྟོ ༡ ༩ ༡༠ ༡༩  
 ༢༩ བ་ཉེ་མཆུ་གེ་བྲེ་ཁྱམས་སྦྱོང་། །བརྟན་པའི་དོན་འགྱུར་

སྐར་ལྔ་ཡིན།                      །གཉིན་སྟོར་བྱ་དང་ཕྱགས་སོགས་  
 ཉོ།                      །འཁོར་བསྟེན་དབང་བསྐྱར་རབ་གནས་  
 ཚོང་།    །མཁར་ལས་སྤང་འདིང་དགེ་ལས་བཟོ།    །སྟེན་  
 གྲེག་ལ་སོགས་བྱ་བ་བཟང་།།    ཧྲ ༡༥    སྟེན་དྲུག་དང་ནི་  
 ས་ག་སྟེ།    །བཏང་སྟོམས་བྱེད་པའི་སྐར་གཉིས་ཡིན།    །དེ་  
 ལ་དོན་གཉིར་བཏང་སྟོམས་བྱེད།    །རིན་ཆེན་ལྔ་དང་ས་ཡི་  
 བཟོ།    །དེ་ལ་སོགས་པའི་བཟོ་རྒྱུ་མས་དང་།    །སྟེན་གྲེག་ཆོ་  
 ག་བྱ་བར་བཟང་།།    ཧྲ    སྟེན་དྲུག་བྱེད་མེད་    སྐར་མ་  
 ནི།    །གོས་དང་    བོང་ཕྱགས་མགོ་ལག་གཉིས།    །སྟེས་པ་  
 རྒྱལ་སྟོད་    རྒྱལ་སྤང་དག    །མི་རྒྱུ་སྟེ་ཡི་གཡང་སྐར་  
 ཡིན།    །རྒྱལ་ནི་རྟ་བོང་ཕྱག་གསུམ་དང་།    །གྲོ་བཞིན་བོང་

བྱ་ དཔོན་ལྷན། བྱ་ཉེ་མེ་བཞི་ར་དང་ནི། འཇག་པ་སྒྲ་ཡི་  
 གཡང་སྐར་ཡིན། ས་རི་ས་ག་ས་ཞིང་དང་། ལྷ་  
 མཆམས་བས་ནོར་སྤྱི་དང་ ལྷ་བས། འཏ་དང་ ལྷ་སྤྱི་དང་ལྷ་  
 སྤྱི་ནི། འཇས་དང་ བྱི་བཞིན་བཞིན་བྱི་སྐར། མོན་དེ་མོན་  
 ལྷ་འོང་དང་། འཇས་བྱ་གཡུ་ཡི་གཡང་སྐར་ཡིན། རང་  
 རང་གཡང་སྐར་པར་གཏོང་ངན། ལྷ་ར་ལེན་བྱ་གཡང་  
 འགྲུགས་པ་བཟང་། ལྷ་ གཟའ་དང་སྐར་མའི་འཕྲོད་ལྷང་  
 ནི། ས་གཉིས་སྤྱད་པ་དངོས་བྱུང་སྤྱིར། ཅི་བསམ་འགྲུབ་  
 ཅིང་ཉེན་བཞིང་དང་། མཁར་བཅིག་ཞིང་ཉོ་རྒྱས་པའི་  
 ལས། མདུན་མ་བྱེད་སོཅེན་ལས་བཟང་། ལྷ་གཉིས་  
 སྤྱད་པ་བདུད་ཅི་སྤྱིར། ཆེ་སྤྱི་བས་དང་ནི་གཉིན་ཆོང་

འཕེལ། །ཞིང་ལས་ཁྱད་པར་སྒྲན་སྒྱུར་ཁྱས། །བག་མ་ཆེ་  
 དབང་ཆེ་སྒྱབ་དང་། །ཆེ་གཟུངས་ལ་སོགས་མཆོག་ཏུ་  
 ཞེས། །ས་ཚུ་ཕྱད་པ་ལང་ཆོ་སྒྱུར། །ཞེན་ཏུ་སྒྱེད་ཅིང་  
 གོས་གྱོན་དང་། །རྒྱན་འདོགས་རོལ་ཅིང་དགའ་སྟོན་  
 བྲ། །ཆེ་སར་གདོན་བའི་ལས་རྣམས་བཟང་། །མེ་གཉིས་  
 ཕྱད་པ་འཕེལ་འགྱུར་སྒྱུར། །ཟས་གོས་རྟེན་དང་ཆོང་བྲ་  
 ཞིང་། །འབྲུ་གདབ་སྒྱེན་གཏོང་ནོར་རྒྱན་མ། །སྒྱབ་དང་  
 དགོ་ལས་ནོར་སྟ་མཆོད། །དངོས་གྲུབ་དབང་བའི་ལས་  
 རྣམས་བཟང་། །རྒྱང་གཉིས་ཕྱད་པ་ཕུན་ཆོགས་  
 སྒྱུར། །བསམ་སྒྱུར་འགྱུབ་ཅིང་ལམ་འགྱུལ་བྲ། །དོན་  
 གཉེར་ཁ་མཚུ་བསྐྱམ་པ་དང་། །གཡོ་བའི་ལས་དང་དྲག་

བའི་ལས།                      །གཞན་ཡང་སྐྱར་བའི་ལས་རྣམས་  
 བཟང་། །མེ་སྒྲུང་སྤང་བ་སྟོབས་ལྡན་སྦྱོར། །བགྱིས་བྱེད་  
 ཅིང་རིམ་གྲོ་དང་།                      །ལྟ་གསོལ་ཆོས་སྦྱོང་ཞི་རྒྱས་  
 དབང་། །ལས་རྣམས་སྐྱབ་པར་བཟང་བ་ཡིན། །ས་སྒྲུང་  
 སྤང་བ་མི་འཕྲོད་སྦྱོར།                      །ཟས་ནོར་འཇོག་ཅིང་སྤྱ་དན་  
 འོང་། །འདོད་དོན་མི་འབྱུང་ངག་རྒྱན་དང་། །འཇོམས་  
 འཕྲོག་ལ་སོགས་བྱེད་པ་བཟང་།                      །ཆུ་སྒྲུང་སྤང་བ་མི་  
 མཐུན་སྦྱོར།                      །གཉེན་བཤེས་འབྱེད་ཅིང་དབྱེན་སྤ་  
 མ། །འཇུག་དང་དག་པོ་སྐྱང་ལས་བྱ། །ས་མེ་སྤང་བ་སྟེག་  
 བའི་སྦྱོར།                      །སྐྱུག་བསྐྱལ་བསྐྱེད་དང་དམག་འདེགས་  
 ཞིང་། །དག་གཞོམ་དག་ལས་ཚོད་པ་དང་། །གཞན་ཡང་

བ་རོལ་སྤྱག་བསྐལ་བའི། །ལས་རྣམས་འགྲུབ་པར་བྱ་བ་  
 ཡིན། །མེ་ཆུ་ཕྱད་པ་འཆི་བའི་སྦྱོར། །སྦྱོག་འཕྱོག་བྱེད་  
 ཅིང་ཕ་རོལ་གསོད། །མཐུ་གཏད་དུག་སྦྱོར་ལ་སོགས་  
 བཟང་། །འདིར་ནི་བཟང་གསུམ་གསོ་བྱུང་གསུམ། །ངན་  
 གསུམ་ཐ་ཆད་གཅིག་དང་བཅུས། །བྱ་བ་ཀུན་ལ་བཟང་  
 ངན་བྱེད། །དེ་ཕྱིར་འཕྱོད་འདི་བཟུང་བར་བྱོས། །གཟའ་  
 སྐར་སོ་སོ་བཟང་ན་ཡང་། །འཕྱོད་ངན་དེ་ཡི་འབྲས་བྱར་  
 འགྱུར། །གཟའ་སྐར་དེ་ལས་སྦྱོག་པའི་ཆེ། །འཕྱོད་བཟང་  
 བྱར་ན་དེ་འབྲས་འགྱུར། ། ། །གཟའ་སྐར་འཕྱོད་ཆེན་འབྲས་  
 བྱ་ནི། །ཀུན་དགའ་ལ་ནི་ནོར་ཉིད་འགྱུར། །དུས་ཀྱི་དབྱིག་  
 ལ་འཛིགས་པ་ཆེ། །དུས་བ་ལ་ནི་ནོར་མང་སྤྱག་ །སྦྱེ་བྱ་



གནས་སྤྱི་བྱད་མེད་སྦྱིད།      །གཞིན་ལ་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་  
 འགྲུབ།    །བྱ་རོག་ཁ་འཐབ་འཛིགས་ཤིང་བགྲེས།    །རྒྱལ་  
 མཆན་གོས་སོགས་སྤྱན་སྤུམ་ཆོགས།    །དཔལ་བེའུ་ལ་ནི་  
 རིན་ཆེན་འདུ།    །རྫོ་རྫོ་ཐོག་དང་དེ་བཞིན་འཛིགས།    །ཐོ་  
 བས་འཆི་བའི་འཛིགས་པ་འབྱུང་།    །གདུགས་ལ་དག་པོ་  
 གཞིམ་པར་གྱུར།                      །གྲོགས་པོ་ལ་ནི་གྲོགས་དང་  
 འཐུང།    །ཡིད་ལ་དཔལ་ནི་ཐོབ་པའོ།    །འདོད་པས་བྱ་བ་  
 ཡིད་སྤོན་འགྲུབ།    །མགལ་མེ་ལ་ནི་འཐབ་རྩོད་འབྱུང་།    །ཅ་  
 ཐོན་ལ་ནི་ཆེ་བྱད་འགྱུར།                      །འཆི་བདག་ལ་ནི་འཆི་བ་  
 འོང་།    །མདའ་ལ་སྒྲ་དང་ཡན་ལག་ཉམས།    །གྲུབ་པ་  
 བརྩམས་པའི་བྱ་བ་འགྲུབ།    །མདུང་ལ་ནད་ཀྱི་འཛིགས་པ་

འབྱུང་། །བདུད་ཅི་ལ་ནི་དག་འབྱུང་ངོ་། །གཏུན་ལ་གཏུན་  
 ཞིང་རིག་པར་བྱ། །སྒང་པོས་དོན་ཀྱན་འབྱུང་པ་  
 ཉེ། །སྟག་ཕྱིས་ལ་ནི་བཞོན་པ་ཉེ། །ཟད་ལ་ནོར་དང་སྐྱེ་  
 བོ་འཇོང་། །གཡོ་ལ་རྒྱལ་པོའི་བྱ་བ་འབྱུང་། །བརྟན་པ་ལ་  
 ནི་སྤྱིད་སྤྱེ་འབྱུང་། །འཕེལ་བ་ལ་ནི་ནོར་འཕེལ་ལོ། ། །  
 བཟང་ངན་འཕྲོད་སྦྱར་བཅོ་ལྔ་ནི། །༡འབྱུང་སྦྱར་བདུན་པོ་  
 སྦྱར་བཟང་ཡང་། །དམིགས་བསལ་སྤང་བྱ་འདི་ལྟར་  
 ཡོད། །ཉི་མར་ཁང་ཕུབ་བྲིམ་དེ་ཕུང་། །ཟླ་བར་དམག་  
 རྒྱ་ཁ་ཉེས་འབྱུང་། །མིག་དམར་མཛོ་ཕུགས་ཕྱིར་གཏོང་  
 ངན། །སྟག་པར་བག་བྱས་བྱི་བོ་འཆི། །ཕུར་བུར་ཞིང་  
 བྱས་མི་གཡང་ཉམས། །པ་སངས་བག་སྤངས་བྱ་མི་

འབྱུང་། །སྟེན་པར་བྱ་ཆ་ཕྱིར་གཏོང་ངན། །འབྱུང་སྐྱོར་  
 བདུན་ལ་ཞི་རྒྱས་དབང་། །བཟང་ཞིང་དྲག་པོའི་ལས་ལ་  
 འཛེམ། །༣བདུད་རྒྱལ་དག་ལྟ་མཆོད་པ་དང་། །དག་  
 མནན་ལ་སོགས་དྲག་ལས་བཟང་། །༤གྲུབ་ཉི་གལ་ཆེའི་  
 བྱ་བ་སྟེ། །ཁྱད་པར་བསྟེན་སྐྱབ་མཆོག་ཏུ་  
 བཟང་། །༥བགྱིས་ཉི་མར་དབང་བསྐྱར་དང་། །རབ་གནས་  
 ལྟ་གསོལ་དགོ་ལས་བཟང་། །༦འཕེལ་ཉིར་ཡོན་ཏན་སྟོབ་  
 པ་དང་། །ཚུ་འབེབས་ཁྲོན་འདུ་ཞིང་ལས་དགོ། །༧ཚུབ་ཉི་  
 བདུན་འདི་ཁྱམས་སྟོད་ལས། །ཟུང་སྐྱོར་དང་མཚུངས་  
 བཟང་ལས་དགོ། །༨མཐུན་ཉིར་བར་བསྐྱམ་གཉེན་བཟོ་  
 སོགས། །ཕན་བྱའི་ལས་རྣམས་ཐིང་བཟང་། །༩སྐྱོར་ཉིར་

ལྟ་གསོལ་ལྟད་སྟོན་དང་། །དགོ་ལས་བཟང་ཞིང་དྲག་ལས་  
 ངན། །༡༠བདུད་ཉིར་བྱ་བ་སྦྱིར་ངན་ཞིང་། །ཁྱད་པར་  
 དམིགས་བསལ་འདི་ལྟར་ཡོད། །ཉི་མ་སྒྲིན་དྲག་ལྟ་  
 གསོལ་བདུད། །ཟླ་བ་ཁ་བཞོན་བག་མའི་བདུད། །དམག་  
 དཔོན་ཕ་བཞོན་དམག་གི་བདུད། །ལག་ན་བྲེ་ཐོགས་ནས་  
 འཇལ་བདུད། །ཕྱར་བྱ་མགོར་བཞུགས་བན་ཐོན་  
 བདུད། །པ་སངས་རྒྱལ་འཛོམ་ཆེ་བཅུན་བདུད། །སྒྲིན་པ་  
 སྒྲོག་ཚུད་ཏྲ་བདུད་འཛོམ། །ཡོངས་འཛོམ་མཐུ་གཏད་ངན་  
 བྱེད་བཟང་། །༡༡འཆི་སྦྱོར་མཁར་ལས་ཆེ་སྦྱབ་  
 སོགས། །ལས་དང་བྱ་བ་ཕལ་ཆེར་ངན། །༡༢མི་འཕྲོད་ཉི་  
 མར་ངན་ལས་བཟང་། །སྒྲིན་དང་མཐུན་སྦྱོར་པན་ལས་

སྤང་། །༡༣མི་མཐུན་ཉི་མར་ངན་བྱེད་བཟང་། །བཟང་  
 ལས་པལ་ཆེར་ངན་པས་སྤང་། །༡༤འཇིག་ཉིར་བག་མ་  
 ལམ་ཞུགས་སོགས། །བྱ་བ་སྦྱིར་ངན་ངན་བྱེད་  
 ཤེས། །༡༥སྟེག་སྦྱོར་རམ་ནི་གཏན་སྤང་འདིར། །གལ་  
 ཆེན་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་དང་། །བྱུང་པར་གཏར་སྟེག་སྤང་  
 བར་བྱ། ། རྩ་སྐར་སྟོན་མའི་ཆུ་སྤང་ནི། །སུམ་ཅུ་དང་ནི་  
 རྩེས་མ་ཡི། །ཆུ་སྤང་སུམ་ཅུ་ཆུ་ཆོད་གཅིག། །སྐར་ཆུང་  
 རྩིས་ཀྱིས་དབང་བ་སྟེ། །སོ་སོའི་མིང་དང་བཟང་ངན་  
 འབྲས། །སྦྱིབ་ཅོས་ལ་སོར་གཞན་དུ་བཟླ། ། ཟླ་ཉིའི་སྐར་  
 མའི་སྦྱོར་འབྲས་ནི། །༠སེལ་བ་ལམ་སེལ་བྱེད་པ་  
 བཟང་། །༡མཛའ་བ་ཀུན་དང་མཛའ་བ་ཡིན། །འཆོ་ལྡན་ཆོ་

རིང་དཔལ་ཐོབ་པོ།     | ༣༩༥ ལ་བཟང་ཕུན་སུམ་ཆོག་པ་པ་  
 ཡིན། | ༤བཟང་པོ་ཀུན་གྱིས་ཡིད་དུ་འོང་། | ༥རབ་སྟོངས་  
 རོར་ཕུགས་ཟད་པར་འགྱུར། | ༦ལས་བཟང་བྱི་མའི་ལམ་  
 སྒྲེ་བེན། | ༧འཇིན་པ་རོར་བུ་ལོངས་སྟོང་ཆེད། | ༨གཟེར་  
 ལ་དོན་བྱས་གཞོད་པ་ཆེ།     | ༩འབྲས་ནི་སྒྲ་ནད་ལྡང་བ་  
 ཡིན། | ༡༠འཕེལ་བ་རོར་འཕེལ་ཀུན་ལ་བཟང་། | ༡༡ངེས་  
 པ་ཏྲག་ཏུ་དག་ནམས་འཇོམས།     | ༡༢མ་ཆེན་འབྲིང་སྟེ་  
 མཇོ་ནད་ལྡང་།             | ༡༣དགའ་བ་འབྲིང་ཡིན་ཆེ་ལ་  
 དགའ། | ༡༤རྫོ་རྫོ་འདོད་པ་ཐམས་ཅད་འགྱུབ། | ༡༥དངོས་  
 གྲུབ་ཅི་བསམ་འགྱུབ་པ་ཡིན། | ༡༦ཀུན་བརྟུངས་བྱེས་སུ་  
 འགྲོ་ན་ངན།             | ༡༧དཔལ་འབོ་དག་ལས་རྒྱལ་བ་

ཡིན།                      | ༡༩ ཡོངས་འཛོམས་བཅོན་དུ་འཆི་བར་  
 འགྱུར། | ༡༩ ཞི་བ་འབྲས་བྱ་ངེས་པར་ཐོབ། | ༢༠ གྲུབ་པ་  
 བསམ་པ་ཐམས་ཅད་འགྱུབ། | ༢༡ གྲུབ་བྱ་ཆོང་ལ་འགྲོ་བ་  
 བཟང་།                      | ༢༢ དགོ་བ་གསོན་སྟོན་བྱེད་པ་  
 བཟང་།                      | ༢༣ དཀར་པོ་འགྲོ་འདུག་བྱེད་ན་  
 བཟང་། | ༢༤ ཆངས་པ་ལྷའི་གོ་འཕང་ཐོབ། | ༢༥ དབང་པོ་  
 སློབ་གཉེར་བྱེད་པ་བཟང་། | ༢༦ ལ་འཁོན་བྱད་མེད་མཇེའ་  
 དང་འགྲམ། | ༢༧ ཆེས་དང་གཟའ་འཛོམ་བསྐྱེས་ནི། | ༢༨ མ་  
 བརྩ་གཉིས་ཉི་ཤུ་བདུན།                      | ༢༩ བ་བརྩ་གཉིས་ཉི་ཤུ་  
 དུག། | ༣༠ མིག་དམར་བརྩ་དང་ཉི་ཤུ་ལྔ། | ༣༡ ལྷག་པ་གསུམ་དང་  
 བཅོ་བརྒྱད་དེ། | ༣༢ ལྷག་བྱ་དུག་དང་ཉི་ཤུ་གཅིག། | ༣༣ སངས་



གཉིས་དང་བཅུ་བདུན་ཏེ།                      །སྟེན་པ་བདུན་དང་ཉི་ཤུ་  
 གཉིས། །ད་ལྟར་འཛོམ་ཆེ་བསྟེན་དང་། །ཆེས་གངས་སྟེ་  
 མར་གྱུར་པའི་ཆེ།                      །ཞབས་ཀྱི་ཉིད་དུ་བཀོད་པ་  
 འབྱུང་། །སྟེན་བསྟེན་ཆེ་ལོར་སྟེན་པ་དང་། །གཏར་མེ་  
 དབྱུག་བཅོས་གཞིན་ལས་འཛོམ། །སྟེན་ན་མར་དཀར་  
 གསུར་བཏང་ཞིང་། །རེས་གཟུང་ཁམས་མཐུན་དར་འབྱུར་  
 ཐུབ། ། ༥ྟེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་ནི། །མ་རིག་  
 འདུ་བྱེད་རྣམ་ཤེས་དང་། །མིང་གཟུགས་སྟེ་མཆེད་རིག་  
 དང་ཆོར། །སྟེད་ལེན་སྟེད་པ་སྟེ་བ་དང་། །ཀའི་རྣམས་ཀྱི་  
 འཆར་ཆེས་ནི།                      །རང་རང་ལུགས་བཞིན་ཞོག་ཁར་  
 གསལ། །སྤང་སྤང་གཏན་ལེ་བཞིན་དུ་བརྗོད། ། ༥ྟེ་ལོ་དང་

ཟླ་བའི་འགོ་འཛིན་ཚུ་ལ།      |མང་ཡང་ཁྱུང་ནག་ལྷག་པའི་  
 ལྷག་ས། |ཉོར་ལྷག་ས་ཟླ་བ་བརྟུ་གཅིག་པ། |སྐར་མ་མགོ་  
 ཡིས་ཉ་བ་དེ། |དབྱིད་ར་སྟག་ཟླར་གྲུབ་པའི་བྱིར། |ལོ་  
 ཟླའི་ཐོག་མ་འདི་ནས་བཞེད།      |ཞག་ནི་ལོ་དྲུག་ཟླ་བ་  
 ཡི། |ཆེས་གཅིག་སྟག་གིས་འགོ་བཟུང་ལ། |ལོ་དྲུག་ཟླ་  
 བ་སྟེལ་གྱིས་ཆེས། ||ཁམས་ནི་ལོ་ཟླ་བྱུང་རེ་དང་། |ཞག་  
 དུས་རྒྱང་པ་བྱ་འདེད་གྱིས། |རང་རང་ནང་གསེས་འགྲོ་  
 ཞིང་འཁོར། |གནམ་ལོའི་བྱ་ཟླ་ཟླ་བའི་བྱ། |ཞག་ཡིན་  
 ཞག་བྱ་དུས་ཆོད་དེ། |ལེགས་ཉེས་སྤང་སྤང་གཞན་དུ་  
 ལྷོས།། ༄། སྐར་ཁ་ལི་མེ་ཁོན་ས་དང་། |དུ་ལྷག་ས་ཁོན་  
 གནམ་ཁམ་ཚུ་དང་།      |གིན་རི་བེན་ཞིང་བོན་རྒྱང་

བརྒྱད། །སྟག་ཏྲ་བྱི་གསུམ་ལི་ཡིས་ཆོས། །བྱི་འབྲུག་  
 སྤེལ་གསུམ་ཁམ་གྱིས་ཆོས། །བྱ་སྐང་སྤྱལ་གསུམ་དྲ་  
 ཡིས་ཆོས། །པག་ལྷག་ཡོས་གསུམ་བེན་གྱིས་  
 ཆོས། །རིམ་བཞིན་འདེད་པས་ཆོས་ལ་འཆར། །གང་  
 ཆོས་ཉིན་མཚན་ཐོག་མ་ནས། །ཉིན་བརྒྱད་མཚན་བརྒྱད་  
 དུས་ལ་སྦྱར། ། ༎ ༎ ༎ ༎ ༎ ༎ ༎ ༎ ༎ ༎ ༎ ༎ ༎ ༎ ༎ ༎ ༎  
 གང་། །གསུམ་མཐིང་བཞི་ལྗང་ལྗ་སེར་དང་། །དྲུག་དཀར་  
 བདུན་དམར་བརྒྱད་དཀར་དང་། །དགུ་དམར་དང་བཅས་  
 དགུ་རུ་ངེས། །ར་བ་བཞི་པོ་གཅིག་དཀར་ཆོས། །འབྲིང་  
 པོ་བཞི་ལ་བཞི་ལྗང་ཆོས། །ཐ་ཆུང་བཞི་ལ་བདུན་དམར་  
 ཆོས། །རིམ་པར་འདེད་པས་ཆོས་ལ་འཁོར། །ཉིན་མཚན་

དུས་གཉིས་ཐོག་མ་ལ།      །ཆེས་སྡེ་སྒྱུར་ནས་འདེད་པ་  
 ཡིས།    །ཉིན་དགུ་མཆན་དགུ་དུས་ལ་འཆར།    །སྤང་སྤང་  
 འབྲས་ཕྱིས་གཞུང་ནས་ལོན།།    ༥    ཆེས་ལ་རྒྱ་བའི་ས་  
 བདག་ནི།    །ཉི་ནག་དབང་དང་རབ་གནས་བག།    །མཁར་  
 ལས་དཀར་ཕྱོགས་དག་བའི་ལས།      །དག་བཤེས་ཆེ་  
 འདོན་དུར་གདབ་ཆོང་།    །ཁོར་རྩས་ཕྱིར་གཏོང་ལ་སོགས་  
 པ།    །གསོན་གཤེན་ལས་རྣམས་པལ་ཆེར་ངན།    །དག་  
 ལས་ངན་བྱེད་འཕུང་བྱེད་བཟང་།    །གལ་ཆེན་བྱུང་ན་མར་  
 དཀར་གསུར།    །དར་རས་ཁ་ཆར་མ་ཉམས་འཕུར།།    ༥  
 ནག་རྒྱུང་བག་མ་སྟོན་མོ་ཞིད།    །རབ་གནས་དཀར་ཕྱོགས་  
 བྱེད་འཕུགས་སམ།    །བྱ་བཅས་གསོན་གཤེན་ལས་ཀུན་

འཇོམས། །བྱང་པར་ནོར་རྫས་སྒྱུར་གཏོང་ངན། །ཟན་ལ་  
 ལྟོར་སྟག་རྒྱབ་ཏུ་ཏྟ། །བྱང་ལུག་ཤར་དུ་བྱི་གཟུགས་  
 བཅོས། །དེ་ཉིད་ཉི་མ་གར་གནས་གཟུགས། ། ལྷ་ བི་ལིང་  
 འཕར་མ་ཞེས་བྱ་བ། །ས་བདག་རྗེ་སྟོན་བཅུ་གཅིག་  
 བ། །བཟང་ངན་ཀུན་ལ་གོ་ལོང་སྟོམ། །མནན་གཏད་སེར་  
 དང་བོར་འཕེན་བ། །སེལ་འཇུག་རྒྱང་འཁོར་འཇུགས་པ་  
 དང་། །མདོས་གཏོར་ཕར་གློལ་དྲག་ལས་བཟང་། །ཁོ་དང་  
 བསྟོངས་ན་ཤིན་ཏུ་ཐེབས། །མཁར་ལས་མཆོད་རྟེན་  
 བཅིགས་པ་དང་། །རབ་གནས་བག་མ་བྱ་བཅོས་  
 བ། །གཤེན་གྱི་ལས་དང་ས་ལས་བྱས། །ཆག་པ་དུ་  
 བརྟོས་མི་གྲངས་འཆི། །སྐྱུས་དང་འཕན་ཤིང་འཇུགས་པ་

དང་། །ལྷན་སྟོན་ཉིད་བྱས་ཆེ་སར་འདོན། །དུར་གདབ་  
 དཀྱིལ་འཁོར་བྲི་བ་སོགས། །དགོ་བའི་ལས་རྣམས་འཛེམ་  
 པར་བྱ། །དམག་འཛེན་དར་སེར་འཕྱར་ན་བཟང་། །སྤྲོ་  
 སྤང་བརྟུ་གསུམ་ཡོད་པ་གཅིག །ར་ཡི་གྲོད་པའི་ནང་དུ་  
 བརྟུག །བཞོལ་ལྷགས་རྩིང་པ་ཞིག་དང་བསྟོངས། །ཁང་  
 པའི་བྱང་གི་ཁོང་ཁར་གཟེར། །གཡམ་པ་སྟོན་པོས་མནན་  
 པའམ། །རང་འཐག་ཡ་གའ་མནན་པས་བྱབ། ། ས་  
 བདག་ཟེན་སྤང་ནག་པོ་ནི། །ལས་དང་བྱ་བ་ཀུན་ལ་  
 ངན། །བྱ་སྐྱེས་འཆི་ཞིང་པ་མ་འབྲལ། །གདོང་བྱག་མི་བྱ་  
 དེས་པར་ཐེབས། །དྲག་པོའི་ལས་ལ་འདིདང་  
 བསྟུན། །འདི་ཉིད་སྤྱི་བ་ན་ར་མགོ་ལ། །མེ་ལོང་བཏགས་ཏེ་

མིང་དགུ་བེ། ། རྩོགས་དེར་ར་མགོ་ཕྱར་བས་བྱུབ། ། ༐  
 ཕྱང་པོ་བོར་བོགས་ཉི་མ་ལ། ། བ་རོལ་ཕྱང་བྱེད་ངན་  
 རྩགས་བབང་། ། རྩུབ་དང་དབང་བསྐྱར་ཆོས་འཆད་  
 དང་། ། རྩོམ་འབོག་མདུན་གྲོས་གཏམ་གཏོང་  
 རྩོགས། ། བྱིས་པ་སྒྲོར་བྱིད་དོན་གཉེར་བག ། དགོ་ལས་  
 རྩོན་ཤིང་མཁར་འདུ་ལོང་། ། རོ་བྱངས་དུར་གདབ་ཕྱང་  
 བར་འགོ། ། ཐབ་དང་རང་འཐག་འཇུགས་པ་  
 སོགས། ། གསོན་གཤེན་བྱ་བ་པལ་ཆེར་ངན། ། འཆོས་ན་  
 ཟན་ལ་མི་ཡི་ལུས། ། ར་མགོ་སྐྱག་རལ་གཟིག་ཤུབས་  
 ཅན། ། བཟོས་ནས་བོར་བ་དང་བཅས་ཏེ། ། རྒྱས་རུ་གཡས་  
 པར་སྐྱགས་པས་བྱུབ། ། ༐ ། ཀི་ཀང་མཁར་ལས་སྒྲོན་མོ་



ཤིང། །གཤེན་ལས་བག་མ་ལྟ་མོ་དམག། བྱ་ལོན་འཇལ་  
 ལེན་བྱ་བཅས་ངན། །མ་བྱའི་མདོངས་དང་རྩ་ཀྱུ་ཤ། །ལག་  
 ཆ་བལ་གྱི་རེ་བས་བསྐྱེལ། །ཆེས་ལ་གནས་པའི་ཕྱོགས་  
 སུ་གཟུགས།། ༥ །ཉལ་བྱི་ཟས་འཆོལ་དུས་སུ་ཡང་། །བྱི་  
 ལེན་བག་མ་མཁར་ལས་དང་། །འཕོ་སྐྱས་གཏོ་བཤད་  
 དག་བའི་ལས། །དམག་རོ་ལྟ་ལྟོན་གཤེན་ལས་  
 འཛེམ། །མཐུ་གཏད་དག་པའི་ལས་ལ་བཟང་། །འབྱ་ནག་  
 ལ་ནི་བྱི་ནག་གཟུགས། །ཉལ་བྱི་ཕྱོགས་ལ་ཁ་བསྐྱོན་  
 སྒྲིབ།། ༥ །གནམ་བྱི་ཉལ་བྱི་དང་མཚུངས་ཏེ། །རོ་གཏོང་  
 རྩང་དུར་མཁར་ལས་དང་། །ཁྲིམ་ཤིང་བག་མ་ལྟ་ལྟོན་  
 དམག། །འབྲེལ་འཇལ་འཕོ་སྐྱས་ལས་ཀྱན་འཛེམ། །སྤྱང་

གེ་ཐོད་པས་སྒྲིབ་པ་དང་། །བུད་མེད་ཆས་བབང་གྲོན་པ་  
 གྲིས། །ལྷག་ཤ་ལག་པ་སྤྲུག་པོ་ནི། །ཡོད་པ་གཅིག་གི་  
 སྤྲུག་མཆོམས་གདགས། །གནམ་བྱི་རྒྱ་བའི་སྤྲོགས་སྤྲ་  
 བབྱང་། །ཟན་ལ་མི་ལུས་བྱི་མགོ་ཅན། །ཅིས་མཁན་སྤྲ་  
 བྱང་གཡས་ནང་གཞུག། །ཆ་གསུམ་གཏོར་མ་བཏང་བའི་  
 རྗེས། །སྤྲོད་དེ་བྱི་ཡི་སྤྲོགས་བཏང་བྱུག། །བྱི་ནག་རུ་པ་  
 བྱས་པ་ལ། །སྤྲིར་དགྲ་དོ་གལ་ཐམས་ཅད་ནི། །སྤྲིགས་  
 ཞིག་བྱས་ལ་དེ་སྤྲོགས་གཏང་། །རང་ཉིད་ཡོལ་བའི་པག་  
 རུ་ཡིག། །། །གནམ་སྤྲོར་བབང་གསར་མཉམ་སྤྲོར་  
 དང་། །རོ་དུར་བག་མའི་ལས་རྣམས་སྤྲང་། །བཅོས་ནི་  
 གནམ་བྱི་དག་དང་མཚུངས།། །། །གཟའ་མོད་འབྱུང་བ་བས་

འཛོལ་དུས། །བག་མ་གཏོང་ལེན་བྱ་བཅས་དང་། །ནད་  
 ཐེབས་རོ་གཏོང་བྲག་ལས་ངན། །སྒྲིབ་ན་མར་དཀར་  
 གསུར་དུད་དང་། །རེས་གཟའ་དང་མཐུན་དར་འཕྱར་  
 ཐུབ། །། །དབྱལ་ལག་མཁར་ལས་འགོ་འཇུགས་  
 དང་། །བག་མ་བྱ་འབོགས་སྐྱེད་བྱ་འཇུགས། །བཤམ་  
 གསར་ཏེན་བཞེང་རབ་ཏུ་གནས། །ལྷད་སྟོན་ཐོག་  
 འབྱུབས་དར་འཕྱར་བ། །ཞོར་རྫས་དབྱུགས་ཆེན་དབྱུགས་  
 མེད་རྣམས། །སྒྲིབ་གཏོང་རོ་འདོན་ཞིང་འདེབས་  
 དང་། །བང་མཛོད་ཁ་དབྱེ་ལ་སོགས་པ། །གསོན་གཤེན་  
 ལས་རྣམས་པལ་ཆེར་འཛེམ། །རེ་གཟའི་ཁ་དོག་དར་  
 མཆོན་འཕྱར། །གཞན་ཡང་ཐུག་པོ་དགའི་ཞིང་ས། །བྱ་

མང་པོ་ཡི་ཁང་ས་དང་། །བསོད་ནམས་ཅན་གྱི་དར་སྒྲ་  
 དང་། །སྒྲ་ཉྱགས་ཅན་གྱི་སྒྲ་སྒྲ་དང་། །ཕོ་ཞིང་དགུ་ཡི་ཞིང་  
 ས་རྣམས། །ཟན་བསྐྱེས་རུས་སྒྲལ་གཟུགས་བཟོས་  
 ལ། །སྤྱུ་ལོ་བརྒྱད་ཁུ་ཚུར་ཅམ། །སྤྱི་ལོས་མཛོད་དུ་  
 གཞུག་པར་བྱ། ། ༥ྷ །གཟའ་བདུན་ཕོ་ཉ་འགྲེད་པ་ལ། །རོ་  
 ཞིང་མཁར་ལས་སྐྱེས་བུ་བཅས། །བག་མ་བྱིས་པ་སྒྲོར་  
 བྱིང་ངན། །ཀི་ཀང་ཉིད་དང་འབྲས་བུ་མཚུངས། །བཅོས་  
 ར་གཟའ་ཡུམ་ཡུར་གཞོན་གྱིད། །ཉི་མ་རེས་ལ་དར་ནག་  
 འཕྱར། །ཚུ་གཏོར་དེ་ཡིས་ཀུན་ལ་འགྲེ། ། ༥ྷ །ངམ་ཞིང་  
 དག་བཤེས་ཆེ་འདོན་གྱི། །སྤྱི་བཅིག་བསྟོད་བཀྱར་བུ་བ་  
 དང་། །བཤད་གསར་མག་པ་བུ་སྤིང་ངན། །སྤྱི་བཤིང་

གླེང་མེད་སྒྱུ་བཞིན་སྒྲིབ། ། བར་གནམ་ཉལ་ཁྱི་རྒྱ་བའི་  
 དུས། །བག་མ་ཐོག་འབྲུབས་རོ་སྒྲིབ། །རབ་གནས་  
 ཉེན་བཞེང་མཁར་ལས་དང་། །སྒྲིང་འཇུགས་ལྟ་ཉེན་  
 རོན་གཉེར་སོགས། །ལས་རྣམས་ཀུན་དང་དར་འཕྱར་  
 འཛེམ། །སྒྲིབ་ན་ཤིང་གི་བྱང་བྱ་ལ། །བརྒྱ་གཉིས་ལོ་མང་  
 སྤར་བརྒྱད་ཀྱི། །ཕྱག་རྒྱ་བྲིས་ལ་ཁམས་ས་ལ། །ཁྱི་ནག་  
 གཟུགས་བཅོས་པགས་དུམ་གཅིག །བཏགས་ལ་མདུང་  
 བསྒྲོན་ཁོ་ལ་བསྟན། །དེ་ཡི་ནང་ངོས་གོམ་གསུམ་  
 སར། །ཁམས་སར་ཁྱི་གཟུགས་བྱ་ལ་སྤ། ། ཀ་ཁྱུང་གི་ཀང་  
 དག་ལས་དག །ཁྱི་བའི་ལས་རྣམས་ཐམས་ཅད་  
 སྤང་། །སྒྲིབ་བཅོས་གླེང་དུ་བཤུང་བ་མེད། ། ང་ཆེན་

ལྟོན་བག་རོ་བསྐྱལ་བསྐྱོད།      །དམག་སོགས་གསོན་  
 གཤེན་བྱ་རིགས་འཛེམ།      །འདི་ལ་སྒྲིབ་བཅོས་བཤད་པ་  
 མེད།། ༥ རྩ་ཏུ་ནག་པོའི་འབྲས་བུ་ནི།      །དག་ལས་མ་  
 གཏོགས་ལས་ཀུན་འཛེམ།      །ཕྱག་དོར་ཐང་ཀ་ཕྱར་བ་  
 དང་། །གཟའ་ཡུམ་ལྟོན་པས་ཉེས་པ་ནི།། ༥ སྒྲ་གཅན་རྒྱ་  
 དུས་ལྟོན་མོ་དང་།      །བག་མ་དམག་རོ་བསྐྱལ་བསྐྱོད་  
 སྤང་། །སྒྲིབ་ནི་རི་བོང་བྲོད་པ་དང་། །གཡག་རུའི་ནང་དུ་  
 སྒྲེ་བརྒྱད་གྱི། །འཁོར་ལོ་བྲིས་བཅུག་ཕྱག་དོར་གྱི། །སྒྲ་  
 བསྟན་ཉེས་པ་བྱབ་པར་བཤད།། ༥ སྒྲ་གཅན་གདོང་  
 མཐུག་དག་གཟའ་ཡི།      །འབྲུད་པ་མཆེ་གདོང་དུ་སོལ་  
 སོགས། །འབྲས་བུ་སྒྲིར་ངན་བྱུང་པར་དུ། །འབྲུད་པས་

ལུས་ལ་ནད་རྣམས་འབྱུང་།      །དུ་བས་ཡིད་ལ་འདོད་པ་  
 མེད། །སོལ་བས་འཆི་བའི་འཛིན་པ་སྟོན། །མེ་དུད་སོལ་  
 གསུམ་ལས་ཀུན་སྦང་།      །དེ་ཡི་སྒྲིབ་ཐབས་དུ་བ་  
 ལ། །ཟངས་དཀར་ཡང་ན་རྩ་སའི་ནང་། །སྒྲེར་ཆེར་དུད་པ་  
 ཆེལ་གྲིས་གཏོང་། །དེ་སྒྲེར་དོ་རྩེ་རྒྱ་གུམ་གྲིས། །སྦང་ཁ་  
 སྒྲུབས་མནན་པར་བྱ།      །མེ་བཙོས་རས་སྟོན་སྒྲེར་ཆེར་  
 གྲི། །མེ་སྦར་དེ་སྒྲེར་སྦང་སྒྲུབ། །སོལ་བཙོས་བྱད་མེད་  
 དོར་མ་རུ། །སོལ་སྒྲེ་སྒྲུགས་ལ་རང་འཐག་བར། །བཙུག་  
 རས་སྒྲེད་བྱའམ་དོ་སོལ་མནན།      །བྱ་བ་བྱུབ་ནས་སོལ་  
 བར་མེ། །སྦར་ཏེ་ཐལ་བ་སྒྲུབ་བཞིར་གཏོང། །དེ་ཡིས་  
 ཉེས་པ་བྱུབ་པར་བཤམ། ། ༥ །སྒྲེ་བརྒྱད་ཐེབས་དུས་མདོས་



གཏོར་དང་།                      །མཐུ་གཏད་ཐོག་སེར་མནན་སྟེག་  
 ཐོར། །དམག་དག་པར་གྲོལ་བྱ་བ་བཟང་། །བཞེས་དུས་དེ་  
 རྣམས་སྤང་བར་བྱ། ། ༥ྟ །ཡས་ལམ་སྟོགས་སུ་ཡས་ཐགས་  
 གཏོང་། ། ༥ྟ །ལྷ་ཐེབས་དུས་སུ་ཆར་འབེབས་དང་། །ལྷ་  
 ཆོག་ལྷ་གཏོར་གཏོང་བ་དང་། །ལྷ་ལ་མནན་གཏད་སྟེལ་  
 སྟེགས་བཟང་། །བཞེས་དུས་དེ་རྣམས་སྤང་བར་བྱ། །སྦྱིར་  
 རི་དག་པོའི་ས་བདག་རྣམས། །དགེ་ལས་གསོན་པའི་བྱ་  
 བ་སྤང་། །དག་ལས་རྒྱ་སྟོགས་བསྐྱེད་པས་ཐེསྟེ། །དེ་ཡང་  
 འགྲུ་གཏོང་ལས་སྦྱར་དར། །གོང་དུ་ལས་སྦྱར་ཉུང་བ་  
 ཡིན། །འགྲུས་ཟེན་ལས་སྦྱར་གྲོང་བ་སྟེ། །དར་བས་ལས་  
 ཀུན་འགྲུབ་པ་ཡིན།                      །ཉུང་པས་རྣལ་འབྱོར་སྟོག་ལ་

གོལ། །བྱོད་པས་ཕན་གཞོད་གང་ཡང་མེད། ། ༥ྟ །གནམ་སྒོ་  
 བརྩ་ཡི་འཆར་ཚུལ་ནི། །གཅིག་གསུམ་མགོན་སྒོ་གཉིས་  
 གསུམ་ཆོང་། །གསུམ་གསུམ་བུ་སྒོ་བཞི་གསུམ་  
 དམག །ལྔ་གསུམ་གཉིན་སྒོ་དྲུག་གསུམ་མཁར། །བདུན་  
 གསུམ་བག་སྒོ་བརྒྱད་གསུམ་དུར། །དགུ་གསུམ་ཞི་སྒོ་  
 བརྩ་གསུམ་སྟེང་། །གནམ་སྒོ་ཡིན་ཏེ་བྱང་པར་དུ། །ར་བ་  
 བཞི་གསུམ་འབྲིང་བཞི་གཉིས། །ཐ་ཆུང་བཞི་ཟླར་གཅིག་  
 ནས་གཉན། །རང་རང་ལས་འཛེམ་སྐྱབ་བཅོས་ནི། །སྟེ་  
 དང་བྱེ་བྲག་སྐབས་དང་བསྟུན། ། ༥ྟ །བྱོད་པ་བརྩ་གཅིག་  
 འདི་ཉ་ཉི། །གདབ་པ་བྱིས་པ་དག་བ་དང་། །ཏིལ་བརྩུང་  
 བྱིས་སྟེས་ཆོང་པ་དང་། །བགྱིས་བཞི་མདོ་ལྷ་དང་ནི། །མི་

ལྷུག་པ་དང་བེའླུ་སྟེ།     |གཞན་ནི་ལས་རྣམས་པལ་ཆེར་  
 བཟང་།   |བེའླུ་ལ་ནི་གཞན་གསོད་དང་།   |དུག་སྦྱར་རྩུབ་  
 པའི་ལས་རྣམས་བྱ།   |དག་ལས་དབང་བསྐྱར་རབ་གནས་  
 དང་།   |དོན་གཉེར་བག་མ་ལ་སོགས་ངན།   |དག་ལས་  
 འགྲུབ་ཀྱང་གཏོང་ལ་འཇོམ།   |རི་ལྷར་རྩུབ་པའི་སྦྱགས་དང་  
 དུས།   |བཞི་ཡི་སྦྱི་ཆ་ཤར་ནས་རྒྱབ།   |བརྒྱད་ཀྱི་སྤྲ་ཆ་སྟོ་  
 རས་བྱང་།   |བརྩ་གཅིག་སྦྱི་ཆ་རྒྱབ་ནས་ཤར།   |བཙེ་སྤྲ་སྤྲ་  
 ཆ་བྱང་ནས་སྟོ།   |བཙེ་བརྒྱད་སྦྱི་ཆ་ཤར་སྟོ་ནས།   |རྒྱབ་  
 བྱང་ཉེར་གཉིས་སྤྲ་ཆ་ལ།     |སྟོ་རྒྱབ་ནས་ནི་བྱང་ཤར་  
 དང་།   |ཉེར་སྤྲ་སྦྱི་ཆ་རྒྱབ་བྱང་ནས།   |ཤར་སྟོར་ཉེར་དགུ་  
 སྤྲ་ཆ་ལ།   |བྱང་ཤར་ནས་ནི་སྟོ་རྒྱབ་རྩུ།   |ཞིབ་ཅིས་རི་

མེའི་ལམ་ནས་རྟོགས། །བྱམ་མོང་བཅོས་ཀ་མདོར་བསྐྱས་  
 རི། །ཕྱག་རྟོར་སྐྱེའམ་ཐང་ཀ་འཕྱར། །སྤང་བརྒྱད་ལྷོག་  
 ཅིང་བསྒྲེག་པ་བྲ། །། ཟླ་བ་ནག་པོ་འཆར་ཚུལ་  
 རི། །གནམ་ལོ་གང་ཤར་ཡར་མར་གྱི། །བཞི་གཤེད་ཟླ་བ་  
 ནག་པར་འདོད། །དེ་ཡང་ར་བཞི་སྟོད་ནག་དང་། །འབྲིང་  
 བཞི་བར་ནག་ཐ་བཞི་སྤང། །ཁྱད་པར་ནག་པས་སྤང་སྤང་  
 བརྗོད། །། དེ་དག་ཉམས་སུ་སྤང་ཚུལ་རི། །གཟའ་སྐར་  
 ཆེས་བྱེད་སྦྱོར་དུས་ཉི། །སྤྲ་རིམ་སྟོབས་ཆེ་འོག་རུས་  
 ཚུང་། །གཟའ་སྐར་བཟང་ངན་མ་མཚུངས་ན། །དེ་ཆེ་གཟའ་  
 དེ་གཅོ་བོ་ཡིན། །སྐར་ཆེས་འབྲས་བུ་མ་མཐུན་ན། །སྐར་  
 མ་དེ་ཉིད་གཅོ་བས་ཤེས། །བྱེད་སྦྱོར་ལས་ཐབས་མ་

གཅིག་ན། །ཞིན་ཏུ་གཉན་ཕྱིར་བྱེད་པ་གཙོ། །དུས་ཚོད་  
 ཉི་མ་མི་འདྲ་ན། །དུས་ཚོད་མཚོན་ཆ་རྣེས་བས་  
 གཙོ། །ཐམས་ཅད་བཟང་ངན་མ་མཚུངས་ན། །གང་ཆེ་  
 འཕྲོད་ཉིད་གཙོར་འདོན་དགོས། །ཅིས་འགོ་གང་དང་གང་  
 ལ་ཡང་། །དམིགས་བསལ་བྱང་ན་དེ་ཉིད་གཙོ། །གཞན་  
 ཡང་འབྲས་བུ་མ་མཚུངས་ན། །མང་ཉུང་སྟོབས་ཁྱད་འདི་  
 བཞིན་བཅི། །རྩ་ཏུ་ལ་དང་རེས་ཀྱི་གཟུལ། །རྒྱ་སྐར་ཆེས་  
 དང་བྱེད་པ་སྒྱུར། །ཉི་མ་བདུན་པོ་རིམ་པ་བཞིན། །སྒྲ་མ་  
 སྟོབས་ཆེ་བྱི་མ་ཆུང་། །དེ་དག་ཀུན་གྱི་རུས་པ་  
 ཡང་། །ཏུལ་དུས་སྒྱུར་ཉིད་ལ་ཆང་། །ལྷག་སྒྲུང་འབྲིག་  
 པ་ཀུན་དང་། །སེངྒེ་བུ་མོ་སྒྲང་སྒྲིག་པ། །གཞུང་དང་ཆུ་སྒྲིག་

བུམ་པ་ཉ། །ཟླ་ཞག་དུས་ལ་འཆར་ཚུལ་སོགས། །རགས་  
 ཞིབ་མ་འདྲེས་བརྟག་པ་གཙུགས། ། ༥ ་ དེ་སྐད་ལུང་རྟོགས་  
 རིན་ཆེན་དར་བའི་སར། །མཐོ་རིས་མི་ཡི་འབྲི་ཤིང་ཉེར་  
 བཟུང་ཡང་། །རྣམ་གཤམ་དུས་བཞིའི་འགྱུར་ལྡོག་  
 རོམས་བཞིན་དུ། །དོན་ལྡན་འབྲས་བུས་བཏང་བའི་སྐལ་  
 ངན་པ། །ཅིས་མིང་ཞོར་བུ་དབང་ཕུག་ཅེས་འབོད་  
 པས། །གནས་སྐབས་འགའ་ལ་ཕན་པའི་ཆ་རྒྱུན་  
 དུ། །མཁས་པའི་ལེགས་བཤམ་བཤམ་ནས་བཀོད་པའི་  
 དགོས། །འགྲོ་ཀུན་འབྱུང་ལྡེའི་རང་བཞིན་རྟོགས་པར་  
 ཞོག། ཅེས་པའང་རབ་བྱུང་བཅུ་དྲུག་པའི་ས་མོ་ཕག་ལོའི་  
 ཟླ་བ་དྲུག་པའི་ནང་བཀྲིས་སྐད་དུ་བཅོན་པའི་མིང་ཐོག་

ནས་ཕྱོད་སྐབས་ཀྱི་སྤྲུག་ལས་སོ།། །།



ལྷ་ལོ་གཅིག་མཁུད་བསྐྱོར་སྒྲིག་ཅིས་ལ། །མི་འགྱུར་ཅ་  
 བའི་རྟུ་བྱུག །གཙོང་བྲལ་རྟུ་ཉི་ཤུ་བཞི། །ཁ་དམར་  
 རྟུ་བཞི་རྩ་བ་རྟུ་བྱུག། །སྒྲི་བའི་ཀེག་ཕྱན་རྟུ་  
 བཞི། །དགྲ་མིག་དུར་མིག་རྣམ་པ་གཉིས། །སྒྲི་བསྐྱུས་  
 རྟུ་ཞེ་བདུན་ནོ། །སྒྲི་ནི་གནམ་ལོ་གང་ཡིན་དང་། །བཙེ་  
 བྱའི་ལོག་མེན་གར་བབས་གཉིས། །བབ་སྒྲི་ནང་སྤར་གར་  
 བབས་དང་། །གསང་བ་དར་གྱུད་འབེབས་བཞིའི་  
 ལོ། །ཡང་གསང་དབང་ཐང་གར་བབས་ཀྱི། །དུས་ཚོད་  
 གང་ཡིན་རྟུ་བྱུག །སྒྲིས་པ་ལ་ནི་དཀར་པོ་དང་། །བྱུད་  
 མེད་ཡིན་ན་ནག་པོ་བོར། །དེ་རྗེས་གཙོང་བྲལ་རྟུ་  
 ནི། །བཙེ་བྱའི་སྒྲིག་གིས་གནམ་ལོ་དང་། །ལོག་མེན་

གཉིས་ཀྱི་སློག་དང་ནི།                      །སྤར་སྒྲེ་ལ་འཐབས་རྟུ་  
 བཞི། །དར་གུད་བསྐྱོར་ཏེ་གནམ་ལོ་ཡི། །སྟེང་དུ་བབང་  
 ངན་བཅིས་པས་ལྷ།                      །དུས་ཚོད་སློག་ལ་འཐབས་པས་  
 རྩལ། །དེ་རྣམས་སློག་རྟེན་ལ་རྩལ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་ལྷས་  
 དབང་རྒྱང་ཏྲ་བཞིས།                      །རྩ་བའི་རྟུར་འཐབས་པ་  
 དང་། །དར་གུད་གནམ་ལོའི་སྟེང་བཅིས་ཏེ། །ལྷས་དབང་  
 རྒྱང་བཞིར་རྩལ་རྩལ་བོར།                      །དེ་དག་རྟུ་བོར་ཚུ་ལ་  
 གྲང་། །མ་འཕྲད་དཀར་གསུམ་གྲོ་ཏྲ་ལ་གཉིས། །ས་ཚུ་  
 རང་འཕྲད་དཀར་པོ་གཅིག། །བྱ་འཕྲད་སྟེང་མ་ནག་གཉིས་  
 དག། །ཤིང་ལྷུ་མེ་གསུམ་ནག་གཅིག་བོར། །དར་གུད་  
 ལ་ཡང་བབང་རྩལ་གི                      །རབ་འབྱིང་ཐ་མའི་འགོ་རིམ་

བཞིན། །དཀར་པོ་གསུམ་དང་གཉིས་དང་གཅིག །ངན་  
 ཐུག་རབ་འབྲིང་ཐ་གསུམ་ལ། །ཕྱེད་མ་ནག་གཅིག་ནག་  
 གཉིས་སོ། །དེ་ནས་ཁ་དམར་རྟེལ་བཞི་ཡང་། །དཀར་  
 ནག་མང་ཉུང་བགྲངས་བྱས་ལ། །དཀར་གསུམ་དཀར་  
 གཉིས་སོགས་སུ་བོར། ། རྟེན་རྟེན་རྟེན་པའི་རྟེལ་བདུན་  
 བོ། །རང་ལོ་གནམ་ཤར་རང་གེག་རྩྱབ། །བདུན་ཟུར་ཤར་  
 ན་དག་གཤེད་རྩྱབ། །ལོ་འགྲོས་དབང་ཐང་ཆང་ལྷ་  
 གཅིག །གནམ་ལོ་ཤར་བ་བྲིམ་མཆེས་རྩྱབ། །ལྷུང་ཏྱ་  
 གཅིག་ཤར་མཐུན་གསུམ་རྩྱབ། །པ་མའི་སྤྱན་ལྷའི་དུར་སྤི་  
 སོགས། །སྤི་ངན་སྤྲེང་སྤྲེབས་དེ་ཡིས་རྩྱབ། །བཟའ་མའི་  
 སྤར་ཁ་གཅིག་སྤྲེང་ཆོགས། །སྤྱམ་ལྷ་ཞེས་པ་བཟའ་

ལྷགས་རྩུབ།                      །རང་སྐྱེས་སྤར་ཁའི་སྟེང་སྟེབས་  
 པ། །གསང་གེག་རྒྱན་བུས་རྩུབ་པ་སྟེ། །རྩུབ་ན་རྟེན་ནག་  
 སོ་དང་། །མ་རྩུབ་ན་ནི་དཀར་སོ་བོར། ། ༥ །སྟེ་བའི་གེག་  
 སྤན་རྣམ་བཞི་ནི།                      །ཁང་གེག་གནམ་ལོའི་སྟེ་བ་  
 དང་། །མལ་གེག་རང་གི་སྐྱེས་སྟེ་དང་། །ཡུལ་གེག་སྟེ་བ་  
 གཉིས་ནག་དང་།                      །ཁམས་ཀྱི་རྒྱལ་སྟོ་འགགས་པ་  
 ནི། །རང་གི་སྐྱེས་སྟེའི་དབྱ་སྟེང་བབས། །དེ་རྣམས་སྟེང་  
 སྟེབས་ནག་སོ་དང་། །ལྟོག་ན་རྟེན་དཀར་སོ་བོར། །དེ་  
 རྗེས་ལོ་གངས་སྤར་སྟེ་ཡི།                      །དགྲ་མིག་ཚུད་དང་སྤར་ཁ་  
 ཡི། །དུར་དུ་ཚུད་ན་རྟེལ་ནག་རེ། །མ་ཚུད་དཀར་སོ་རེ་རེ་  
 བོར། །གཞན་ཡང་ལོག་མེན་ལེ་ལག་གི། །འདྲ་ཐག་ཉེན་

ཕུར་གནམ་སའི་རྒྱུད་།      །བཞི་ལ་བཅི་བྱའི་སྟོག་དང་  
ལུས། །དབང་རྒྱུད་བཞིས་འཐབས་རྟེན་བཞི་དང་། །བདུད་  
གཙུག་སྒྲ་འབྲམས་ལ་སྟོགས་བཅི། ། ཞེས་འབྲུང་ཅིས་སྒྲ་  
བའི་འོད་ཟེར་ནས་སྤྱངས་པའོ། །

༥ ཀེག་ཅིས་ཞེ་བདུན་མའི་འགྲེལ་པ་ནི་ལྷ་བྱང་འདུག་  
ཅིས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

ཨོ་སྤྲི། དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་ཡོངས་ཀྱི་བྱགས། །མཐེན་  
རབ་ལྟ་ལ་གྲུས་བཏུང་ནས། །འགྲོ་བའི་ལུས་རྣམས་འབྱུང་  
ལྡེ་ལས། །བྱུབ་པའི་རྣམ་ཏྲོག་རྒྱེན་དབང་གིས། །འབྱུང་ལྡེ་  
ལྡན་འདུས་ནད་ལ་སོགས། །སྦྱིད་སྦྱག་མ་ལུས་འབྱུང་  
ལྡས་བྱེད། །དེ་ཕྱིར་ལོ་རའི་བདེ་སྦྱག་གི་ །ལེགས་བཤམ་  
ཆེད་ཅུང་དོན་བཟང་གི་ །སྤོང་བར་སྤེལ་བའི་ཀེག་ཅིས་  
མཆོག་ །འགའ་ལ་ཕན་ཕྱིར་འདི་ན་བྲི།། ༥ སྤྲི་རྒྱལ་  
དཀར་པོ་གསུམ་བབས་ན། །འབྱུང་བ་སྤྲི་གི་སྦྱོན་ཤིང་  
སྤྲིས། །རིན་ཆེན་གསེར་གྱི་ཐང་ཤིང་ཚུགས། །པ་ཁུ་བཟང་

པོས་བྱུང་ནས་ངོ།

མནན། །དཔལ་གྱི་ཉི་མ་མདུན་དུ་ཤར། །དབྱ་ལྷ་སྟེང་ན་བྱ་  
ལྷར་ལྷེང་། །ཆེ་ཡི་འཁོར་ལོ་རྩེབས་བརྒྱད་འདི། །ཞི་ཞིང་  
ཆད་པའི་སེམས་ཁྲལ་མེད། །སྟོག་འདི་དར་བས་ཆེ་ཡི་  
གཏེར། །ལྷགས་གྱི་སྟོང་པོ་བསྐྱེལ་བ་འདྲ། །གདོན་  
བགོགས་འབྱུང་པོས་ཚུགས་པ་མིན། ། ༥ །སྟོག་རྗེལ་དཀར་  
པོ་གཉིས་བབས་ན། །སྟོག་གི་འབྱུང་བ་གྲོགས་དང་  
སྟེང་། །ཁ་གང་བས་བ་མིག་གང་གི །ལྷད་མོ་བལྷ་ཞིང་  
བསམ་དགུ་འབྱུག། །དགོས་དགུའི་བསོད་ནམས་འཕེལ་  
བ་ཡིན། །དབྱ་ལྷ་བཟང་པོས་མདུན་ནས་བསྟུ། །ཆེ་ཡི་  
འཁོར་ལོ་མ་ཞིག་པས། །སྟོག་ལ་བར་ཆད་འོང་མི་



སྤྲིད།། རྩྭ སྔག་རྟེལ་དཀར་པོ་གཅིག་བབས་ན། །སྔག་གི་  
 ཆེ་འཛིན་བར་ཆད་མེད།། རྩྭ སྔག་རྟེལ་ནག་པོ་གཉིས་  
 བབས་ན། །གནམ་ལོ་རྒྱལ་པོའི་བཀའ་ཆད་འབྱུང་། །ཟླ་བ་  
 སྟོན་པོའི་དམག་ལ་བསྐྱུས། །འབྱུང་བ་དུས་ཀྱི་སྐྱུ་མདའ་  
 ཟུག་ །རིན་ཆེན་སྔག་གི་ཐང་ཤིང་ཆག་ །གསེར་གྱི་བམ་པ་  
 ཅུ་ནས་འགྲེལ། །སྟེང་ནས་བདུད་ཀྱི་བྱ་ནག་སྟེང་། །འོག་  
 ན་དམ་སྤྲིའི་བྲི་ནག་ཟུག་ །ཆི་ལམ་བྲེས་སུ་ཉལ་བ་ཆི། །པ་  
 སུ་འཕུང་བའི་འཕུང་སྤི་གཞོད། །བྲོད་ལ་གྱི་ངོ་བཙོན་ངོ་  
 ཡོད། །ཉེས་པ་མེད་ཀྱང་སྟེང་མི་དགའ། །ཟླ་ལ་བདུད་ཀྱི་  
 རྒྱན་མ་འབྱུང་། །ཤ་བཞོར་ཡོད་ན་ཤ་བ་བསྐྱུས། །ཉ་  
 བཞོར་ཡོད་ན་ཉ་མོ་བསྐྱུས། །འཆི་ངེས་པ་ལ་སྔག་བསྐྱུ་

གྲིས། །དུར་མཚུན་གསེལ་ལ་དུར་སྤི་མནན། །ཆེ་ཆོག་སྒྲ་  
 བསྐྱ་བྲག་ཏུ་གྲིས། །ཆེ་གཟུངས་འདོན་ཞིང་སྤྲོག་མི་  
 གཅོད། ། ༥ ། སྤྲོག་རྟེལ་ནག་པོ་གཅིག་བབས་ན། །སྤྲོག་གི་  
 སྤྲོན་ཤིང་རྩ་བ་བསྐྱམ། །འཕྱང་སྤི་གངས་ཀྱི་རྩེ་ནས་  
 ལངས། །མོ་ལ་བརྩལ་པས་མོས་མི་མཐོང་། །རྩིས་པའི་  
 དབྱུང་གྲིས་མི་རྟོགས་ཏེ། །གཏོ་ཆོག་བཏང་བས་གཏོ་མི་  
 འཕོག། །སྒྲ་བསྐྱ་བརྒྱ་བཞི་ཆེ་ཆོག་བྲ། །འཕྱང་སྤི་གཞོན་  
 ལ་མལ་ས་སྤྲོས། ། ༥ ། སྤྲོག་རྟེལ་དཀར་ནག་གཉིས་བབས་  
 བ། །ལྷ་སྤྲོན་བཟང་མའི་བྱ་ར་དང་། །ནག་པོ་བདུད་ཀྱི་བྱ་  
 ར་གཉིས། །རིན་ཆེན་སྤྲོག་ལ་ཆོ་ལོ་འབྱེད། །དཀར་ནག་  
 ཟུང་གཅིག་ཤུན་མ་སྤྱེད། །རྒྱ་འདྲེ་འབྱེད་ཅིང་ཁ་གསལ་གསལ་

[illegible]

ཡིས། །ནད་དང་སྐྱག་བསྐྱལ་མེད་པས་དག། ༥ ལྷས་རྟེན་  
 དཀར་པོ་གཉིས་བབས་ན། །ལྷས་ནད་བྱང་ཞིང་སེམས་  
 སྐྱག་མེད། །མྱ་ངན་ཕྱིར་འབྱོལ་འཁོན་ཚྱེད་ཞི། །གཡང་  
 ཟས་རང་བ་ལྷ་འདྲེ་ཡི། །ལྷས་བརྟེན་བབས་སྟེ་ན་ཆ་  
 མེད། །སེམས་ཀྱི་སྐྱག་བསྐྱལ་བྱ་སྟེ་བབས་། ༥ ལྷས་རྟེན་  
 དཀར་པོ་གཅིག་བབས་ན། །ལྷས་ལ་སྐྱོབ་པའི་ལྷ་མེད་  
 གྱང་། །གཞོད་པའི་འདྲེ་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །བང་ཞིང་སྒྲོང་  
 པོ་རྒྱས་པ་འདྲ། །གཞོད་པའི་འདྲེ་ཡིས་མི་ཚུགས་ཟེར། ༥  
 ལྷས་རྟེན་ནག་པོ་གཉིས་བབས་ན། །ལྷས་ལ་ནད་འཁོར་  
 སེམས་སྐྱག་ཆེ། །ལག་ངར་སྐྱས་དང་བྱེན་པ་  
 གདན། །མགོ་ཡི་སྐྱ་འབྱངས་མལ་སྟན་བད། །མགོན་དུ་

མཆོད་པ་རྒྱན་བསྟེན་ཅིང་།                      །ལྷ་རུ་འདྲེ་སྟོན་ཏྲག་ཏུ་  
 མཆོད།    །ཁོང་ཁྲག་བལ་དུ་གཡེན་བས་ན།    །ན་ཆ་ཡུན་  
 རིང་འཁོར་བ་ཡིན།                      །རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་ལུས་བསྐྱར་  
 ཞིང་།    །སྒྲིམ་པ་སྤྱང་ཞིང་སྤྱང་འཁོར་འདོགས།    །ལམ་  
 འཕྱང་བཅོས་ཤིང་སྒྲུ་རྩ་འདེབས།    །མཆོད་ཏྲན་ན་བཟའ་  
 ཤིག་གསོས་བྱེད།    །ཏྲན་ལ་མར་མེ་ཕུལ་ན་བཟང་།།    །  
 ལུས་དེལ་ནག་པོ་གཅིག་བབས་ན།    །ལུས་ཀྱི་འབྱུང་བ་  
 ཉམས་པ་སྟེ།    །སྤྱི་ཡི་ག་ཆག་ནད་དང་ནི།    །སྤྱིག་བསྐྱེལ་  
 དག་པོ་འོང་བ་དང་།                      །བསྐྱིས་བྱེད་འདྲེ་ལ་སྟེར་བའི་  
 སྐབས།    །ཤིང་བྱེད་ཡས་སུ་གཏོང་བ་ཡིན།    །སྟོ་བྱེད་སྟོན་  
 ལ་བྱེད་པ་དང་།                      །འག་རུས་པགས་གསུམ་མི་བདེ་

ཞིང་། །སེམས་མི་བདེ་བས་བྱ་འཕྱར་འོང་། །ལུས་བསྐྱར་  
 མིང་སྟོ་བྱེད་པ་དང་། །མཆོད་སྦྱོན་གཏོང་ཞིང་སྟོམ་པ་  
 བསྐྱར་། །ལུས་བསྐྱེད་གཏོ་ཆོག་དག་ཏུ་བྱ། ། ། ལུས་རྟེལ་  
 དཀར་ནག་གཉིས་བབས་ན། །ལུས་རྟེལ་ལྟ་ཡི་གདན་ས་  
 ན། །ལྟ་ཡི་བྱ་དང་དམུ་ཡི་བྱ། །ལུས་ལ་ལྟ་སྦྱོན་ཆོ་ལོ་  
 འགྱེད། །རྟེན་དཀར་ནག་རྒྱ་འཕྲེལ་འོ་། །བྲེད་ཅིང་དངངས་  
 པ་འོང་ཉེན་ཡོད། །བཟང་ངན་གཉིས་ཀྱི་ཤན་མ་  
 བྱེད། །ལུས་བསྐྱར་སྐྱང་བ་ཅི་ལུ་གདགས། །བྱད་མེད་  
 ཡིན་ན་སྦིད་ཀྱི་འོ་། །བྱ་ཆ་སྦྱེ་བའི་ནད་ཀྱིས་བྱབ། ། །  
 དབང་རྟེལ་དཀར་པོ་གསུམ་བབས་ན། །དབང་ཐང་ར་བར་  
 བདུད་ཅི་བབས། །འདོད་ཡོན་ཅི་ཐོག་རྒྱས་པ་དང་། །ལོ་

ལེགས་ཕུགས་ཀྱང་ལེགས་པ་ཡིན། །ཁ་རྗེ་བ་ཐང་ཆེ་བ་  
ལ། །ཆོང་བྱས་ཁེ་ཡང་ཆེ་བ་ཡིན། །རིན་ཆེན་གསེར་གྱི་  
ས་གཞི་ལ། །གཡུ་ཡི་མུ་གུ་འབྲས་བུ་རྒྱས། །ལྟ་འདྲེའི་མུ་  
ཡང་བབས་པ་ཡིན། །ཞིང་ཁང་ས་ཡི་རྒྱལ་པོ་ཐོབ། །བ་  
ཐང་ལོངས་སྤྱོད་འཕེལ་བ་ནི། །བངས་དཀར་འོ་མ་ལྷུང་པ་  
འབྲ། ། །དབང་རྗེལ་དཀར་པོ་གཉིས་བབས་ན། །དབང་  
ཐང་གྲོགས་དང་འཕྲད་པ་སྟེ། །ལོ་ལེགས་ཕུགས་ཀྱང་  
ལེགས་པ་ཡིན། །རང་གིས་ཅི་བསམ་འབྱུབ་པ་སྟེ། །ཡར་  
ལ་མཚོས་པ་ཐམས་ཅད་འཕེལ། །མི་འཕེལ་ནོར་དང་  
བཅས་པ་ལ། །ཕུགས་འཕེལ་བུ་ཡང་འཕེལ་བ་  
ཡིན། །དབང་ཐང་རྩ་བོ་རབ་རྒྱས་ཤིང་། །བས་ནོར་མི་དང་



བཅས་པ་རྒྱས།                      །དགོས་དགུ་རང་གིས་ཉིད་པ་  
 ལ།    །བསམ་དགུ་ཡིད་བཞིན་འགྲུབ་པས་བཟང་།།    ༎  
 དབང་རྟེན་དཀར་པོ་གཅིག་བབས་ན།    །སྤྱི་ནས་བཅའ་  
 བས་མ་ཉིད་ཀྱང་།    །ནང་ནོར་སྤྱི་རུ་མ་ཞོར་ཅམ།    །ཕྱག་  
 པོའི་བང་མཛོད་མ་སྟོངས་ཅམ།    །ཁ་རྩེ་བ་ཐང་འབྲིང་པོ་  
 ཡིན།།    ༎ དབང་རྟེན་ནག་པོ་གཉིས་བབས་ན།    །དབང་  
 ཐང་ར་བ་མཐའ་ནས་རལ།    །འོངས་སྟོད་བོ་བ་ཞབས་ནས་  
 བརྟེན།    །འདོད་ཡོན་བས་ཀྱི་བསྐྱིས་སྟོ་སྟོངས་།    །འོངས་  
 སྟོད་འཕྲོག་པའི་འཕྱང་སྤི་ལངས།    །ཡོ་བྱད་ནོར་ལ་གོད་  
 ཟེགས་འོང་།    །སྒྲེར་ནས་བས་འཆོར་པང་ནས་བྱ།    །འཆོར་  
 ཞིང་འོག་གི་རྟ་ཡང་འཆི།                      །སྟོ་ཡི་བྲི་འཆི་ཞིང་ལ་

སྟོན། །མེད་ཅིང་ཆོང་བྱས་ཁེ་ཡང་ཆུང་། །གོད་ཁ་སྟོར་  
བརྒྱག་འོང་བའི་དུས། །དགོ་སྟོང་ཚུལ་བྲིམས་རྣམ་དག་  
མཆོད། །ལྷ་ཁང་མར་མེ་འབྲུལ་བ་དང་། །བྲིས་པའི་སྟོན་  
མོ་བྱས་ན་བཟང་། །དབྱགས་ཅན་ཆོངས་ལ་དབྱགས་མེད་  
བསྐྱེལ། །ལམ་འཆོས་སྤྱུ་མང་གདབ་ཅིང་། །ཆུ་གཏོར་  
སྦྱིན་པ་མང་དུ་བློང་། ། རབང་རྗེལ་ནག་པོ་གཅིག་བབས་  
ན། །དབང་ཐང་བས་ནོར་ཁ་བྱབ་སྟེ། །སྟོགས་འདྲེ་གོད་  
འདྲེ་ལངས་པ་ཡིན། །ཕྱགས་ལ་ཞེ་ཡང་མེད་པ་  
ལ། །བསྐྱིས་ལ་འགོང་པོས་རྒྱ་བ་ཡོད། །བས་ནོར་མི་རྩོད་  
བསོད་ནམས་གྲི། །དབང་ཐང་བསྐྱེད་པའི་གཏོ་ཆོག་  
བྲ། །རབ་བྱུང་བཙུན་པ་མཆོད་པ་དང་། །ལེན་མེད་སྟོན་མོ་

གྱུ་ཆེན་བྲ།    |དག་འཁྱོན་རྟེན་ལ་མཆོད་པ་འབྱུལ།།    རྒྱུ  
 དབང་རྟེལ་དག་རྟེན་གཉིས་བབས་ན།    |དབང་ཐང་ཁ་  
 ལུང་བས་ཞོར་ལ།    |འཕོ་འབྱུལ་ས་གོད་ཁ་འོང་བ་  
 རྟེ།    |བས་ཞོར་འོངས་སྦྱོད་མི་རྟག་པ།    |ཉི་མས་གདུངས་  
 པའི་སྒྲིག་གྱུ་འད།    |རེས་ཡོད་རེས་མེད་མ་བྱུང་  
 ངམ།    |ཞོར་རྫས་མི་ལམ་ཞོར་དང་འད།    |ཡིད་མི་ཆེས་ཤིང་  
 གང་སྦྱངས་ཆེ།    |དག་རྟེན་གྱུ་འདྲེས་མ་ལན་ནམ།    རྒྱུ  
 རྒྱུང་རྟེལ་དག་པོ་གསུམ་བབས་ན།    |རྒྱུང་རྟ་ཡིད་ཆང་  
 བསོད་ནམས་སྒྲེ།    |གཙོ་བོས་འདུན་ས་བེན་པ་ལ།    |བོན་  
 པོས་གསས་ཀྱི་གྲུ་དུ་ཆུད།    |སྒྲགས་པས་མཐུ་རྩ་ལ་བོན་  
 པ་ལ།    |སྒྲེ་བོས་མི་གྲུ་སྒྲེབས་པ་ཡོད།    |མངའ་ཐང་

དགྲུང་བས་མཐོ་བ་སྟེ།                      |ཆབ་སྲིད་ཚུ་ལས་རིང་བ་  
 ཡིན། |ཕྱིན་པས་ལམ་བྱམས་སྦྲས་གོ་ཚོད། |དགོ་དང་  
 ཡིད་ཚང་ཉིད་པ་སྟེ།                      |ཡིད་ལ་བསམ་པ་འགྲུབ་པས་  
 ན། |རྗེ་ཡི་བཀའ་ལ་མ་ཐོགས་པས། |རང་གི་བྱ་བ་འགྲུབ་  
 པ་ཡིན།། ༎ རྒྱང་རྗེལ་དཀར་པོ་གཉིས་བབས་ན། |སྦྱེས་  
 པ་མི་ཡིས་མ་འཕྱས་པས། |དར་དུས་མངའ་ཐང་དགྲུང་  
 བས་མཐོ། |པོ་སྦྱེས་ད་ལོ་ཁྲོམ་ཐོག་ཚོད། |མོ་སྦྱེས་ད་ལོ་  
 གཏམ་སྟན་ལོན།                      |རང་ལུས་བཟང་སྦྱག་ཡིད་འོང་  
 ལྡན། |མཉམ་གཉིས་རང་མགོ་དྲུས་གང་མཐོ། |བཅ་ལ་  
 བས་ནོར་ཉིད་དག་ལས་ཐར།                      |ཕར་ལ་གཅམ་ཁ་མི་  
 གསོལ་ཞིང་།                      |གཞན་གྱིས་འགྲན་ཟླ་མེད་པ་

[illegible]

བསམས་སྒྲིང་རིང་གཞུང་ངན་བྱས། ། སྤྱག་མར་བསྒྲོམས་  
 དས་ཚུ་དོང་བྱང་། ། སྒྲིང་དུ་བསམ་པ་སྒྲོ་བར་སོང་། ། ཉེ་  
 བའི་ནང་ནས་དག་བྱང་བས། ། དུལ་མི་རྣམས་ལ་ངོ་རེ་  
 ཚཱ། ། དག་སྤི་མནན་ཅིང་དག་བསྒྲོག་བྱ། ། དག་མདོས་རྒྱན་  
 མ་མགོ་སྒྲོར་བྱེད། ། སྤྱ་ལོག་ལ་གཟབ་ལམ་དང་ནི། ། ཟམ་  
 པ་འཇུགས་ཤིང་ལམ་རྒྱ་བྱ། ། རབ་བྱང་བཙུན་པ་མཆོད་པ་  
 དང་། ། རྒྱང་ཏྲ་བསྐྱེད་ཅིང་གསོ་བ་གཅེས། ། དག་ཡིས་བ་  
 མ་གཏོང་ཉེན་ཡོད། ། ། རྒྱང་རྟེན་ནག་པོ་གཅིག་བབས་  
 བ། ། ལུས་ལ་གོས་རྒྱན་སྒྲིད་མས་ཁེངས། ། ཟས་ཟོས་ཟས་  
 བྱེད་ལྷད་དུ་སོང་། ། ཏྲ་ཏུ་གཉེན་བསྐྱངས་དག་རུ་  
 སོང་། ། ལས་སྤྱུ་རྩེ་སྤར་བྱགས་དང་འགལ། ། རྩ་མས་

བཀའ་བཀྱོན་བསོད་ནམས་འབྲི། །ཕོ་བཀྱས་སྒྲེང་ཞིང་ཕོ་  
 བཀྱ་ཡིས། །མི་ཁའི་གཏམ་ནི་བརྗོད་པས་ན། །ལམ་འཕྲང་  
 ཟམ་པ་བཅོས་པ་དང་། །མི་ཁ་དག་ཏུ་བརྗོད་ན་  
 ལེགས། །དབྱ་སྤི་གཞོན་ཅིང་སྤྱང་ཏྱ་བསྐྱེད། ། ༥ །སྤྱང་རྟེལ་  
 དཀར་ནག་གཉིས་བབས་ན། །སྤྱང་ཏྱ་བསོད་ནམས་རྒྱལ་  
 མཆོན་ལ། །དཀར་ནག་རྒྱ་འདྲེ་བྱེད་པ་འོང་། །མི་ཆེན་  
 བྱམས་ཀྱང་ངན་པ་སྤང་། །ཕོ་བཀྱས་སྒྲེང་ཡང་ཁ་འཛིན་  
 གཅིག །ཕོ་བཀྱས་བརྗོད་པར་བསྐྱབ་མི་གཅིག །དཀར་  
 ནག་འདྲེས་ཐིག་སྒྲིལ་བ་འདྲ། །དམས་སྤུ་རང་ཉིད་མ་ཉན་  
 པས། །མཐོ་རུ་མི་ཡིས་མི་སྟེར་རོ། །ཉེ་འབྲེལ་ནང་ནས་  
 གཉའ་གཅིག་འོང་། །དབྱ་ལ་བྱོལ་ཞིང་གཙུག་ཏྱར་



འདོན། ༥ ཀུན་འབྱུང་ཨ་ལའི་དགོངས་བཞེད་ལྟར། །སྒྲ་  
 དེལ་འབྲས་བྱ་བརྗོད་འདོད་དེ། །སྒྲ་ལ་དེལ་དཀར་གསུམ་  
 གཉིས་བབས། །སྒྲ་ཆེ་བཟང་པོ་ཡོད་པ་ནི། །བྲག་དམར་  
 ལོགས་གྱི་འུག་པ་འདྲ། །སྒྲོག་ལ་ཉེས་མེད་བཟང་བ་  
 ཡིན།། ༥ །སྒྲ་དེལ་དཀར་པོ་གཅིག་བབས་ན། །པ་མེས་  
 བཟང་པོས་རྒྱབ་ནས་བརྟེན། །སྒྲ་དང་སྒྲོག་ཏུ་མ་བྲལ་  
 བས། །མི་འཆི་ངེས་ན་སེམས་ཁྲལ་མེད།། ༥ །སྒྲ་དེལ་ནག་  
 པོ་གཉིས་བབས་ན། །མི་འུ་རིན་ཆེན་སྒྲ་སྒྲོག་བྲལ། །ཉེས་  
 གྱོད་སྒྲོག་ལ་འོང་ཉེན་ཡོད། །སྒྲ་བསྐྱུ་ཆེ་ཆོག་དྲག་ཏུ་  
 བྲ།། ༥ །སྒྲ་དེལ་ནག་པོ་གཅིག་བབས་ན། །སྒྲ་ཡར་གསོན་  
 འབྲུམས་འོང་བ་ཡིན། །ཆེ་ལ་བདུད་གྱིས་བརྒྱ་བ་

ཡོད། །བདུད་ཚོག་སྒ་བསྐྱ་དག་ཏུ་གྱིས།། ༥ །སྒ་རྗེལ་  
 དཀར་ནག་གཉིས་བབས་ན། །ཐེམ་པ་ཁ་ཡི་མི་དང་  
 འད། །ཕྱི་ནང་གང་ཡོང་མི་ཤེས་པས། །སྐྱུ་ཡི་རིམ་གྲོ་སྐྱར་  
 ཏུ་གྱིས། །ཁམ་དང་གོད་ཁ་འོང་ཉེན་ཡོད།། ༥ །སྒོག་ལུས་  
 དབང་སྐྱུང་བཞི་པོ་ཡི། །རྗེལ་དཀར་ཚད་དུ་བབས་པ་  
 ན། །འགོ་བའི་སྒྱ་ནི་མི་དགའ་སྟེ། །གནམ་དུ་ཡར་བས་  
 ཐབ་གཞིབ་དང་། །བཙོག་མཉོལ་རོ་བག་འཁོན་གྱིས་  
 མཚོད། །གྲིབ་དང་མི་གཙང་སྒྱ་ལ་འཕྲོག། །མི་ཡིས་འཛེམ་  
 བག་ཚུང་བས་ན། །སྒྱ་སྐྱུང་ཁྲིས་པས་ཆག་གྲུམ་ནི། །མི་  
 ལ་འོང་བས་མི་གཙང་དང་། །འཁོན་ལ་གཟབ་ཅིང་འགྲོས་  
 བསྐྱགས་གྱི། །ཡོ་བཙོས་བྱས་ན་བབང་བའོ།། ༥ །བཞི་ཀར་

དེལ་ནག་བབས་པ་ན།      |གནམ་གྱི་སྒང་རལ་ས་གཞུང་  
 རལ།    |རི་བོ་ཅི་ནས་ཉིལ་བ་དང་།    |རྒྱ་མཚོ་གཏིང་ནས་  
 བསྐམས་པ་ཡིན།      |སྒེའི་ཆེད་ཆག་བདུད་ཁམ་  
 བཏབ།    |པ་མེས་སྲི་ཆེན་ཟ་འདྲེར་ལངས།    |ཆེ་རུ་ཉི་ཆད་  
 འོང་བ་ལ།    |ཆུང་རུ་ན་ཆ་འོང་ཉེན་ཡོད།    |མི་ལམ་མི་ལྟས་  
 ངན་པ་འོང་།    |འབྲུམ་ལ་ཁྱོམ་སྟོག་བྱེད་པ་དང་།    |སྒྲུ་  
 རིགས་ལྡ་གདབ་པར་བྱ།      |ཡུལ་དུ་མི་སྡོད་བྱེས་སུ་  
 འགྲོས།    |དེ་ནི་དགྲུས་མའི་ཁ་དམར་ཡིན།། ཎྟ གཞན་ཡང་  
 བབ་སྟེ་བབ་སྟེར་དང་།      |དར་རྒྱད་རྩུབ་བདུན་སྟེ་ཀེག་  
 བཞི།    |དགྲ་དུར་གནམ་སའི་སྟོ་སོགས་ལ།    |བབ་འབྲས་  
 སྟོ་ན་འདི་ལྟ་སྟེ།། ཎྟ དང་པོ་སྟེ་བ་དགྲ་ཡིན་ཏེ།    |གཅིག་

དཀར་(སྒྲན་གྱི་མེ་ལོང་)སྟེང་དུ་བབ་ན།      |མི་གཙང་རོ་  
 འབག་འགོ་ནད་དང་།      |འཁོན་དང་ཡུགས་སའི་བས་ལ་  
 ཟབ། |སྒྲས་འགོ་རྒྱལ་འགོང་ཐེའུ་རང་གཞོད། |སྒྲེ་བོ་ཡིན་  
 ན་དབྱ་ལྟ་ཁྲིས། |བན་བོན་ཡིན་ན་སྒྲང་མ་ཁྲིས། |ལྟ་ལ་  
 མི་གཙང་གི་བ་ཕྱོག་པས།      |ལྟ་མཐོལ་མི་ལ་ན་ཆ་  
 འོང་། |ལྟ་གསོལ་ཁྲུས་དང་བསྐྱང་བཤུ་བྱ། |རྒྱལ་  
 མདོས་བཏང་ཞིང་རྒྱལ་སྒྲང་གདགས། |གོད་བག་དེབ་  
 མཐོལ་འབྱུང་བའི་ངོ་། |ལྟ་དང་སྒྲང་མ་ཁྲིས་པས་ལན།། ལྟ་  
 གཉིས་ནག་(བདུད་གྱི་མེ་ལོང་)སྟེང་དུ་བབ་ན། |ལྟ་ངན་  
 ལྟ་བསྐྱལ་མཆོ་མོ་དོལ། |ཡས་གྱི་བདུད་གཡོས་མས་  
 སྒྲི་ལངས། |རོ་འདོད་ལྟ་ངན་སེམས་ལ་འཁོར། |ལག་

གཡས་བྱང་བརྒྱུང་གཡོན་མཆི་ཕྱིས། །ཁ་ནས་འོ་འདོད་  
 འཁོད་དགོས་འབྱུང་། །སློ་བྱར་ཡེ་འཛོག་གོད་ཁ་འོང་། །དེ་  
 དག་སློག་པའི་རིམ་གྲོ་ནི། །མི་རོ་ཁུར་དང་བྱི་རོ་བྱུད། །རོ་  
 མཚན་བཟུང་ཞིང་ཟུང་ན་ནི། །བྱི་ཁར་བསྐྱུལ་ལ་མ་མོའི་  
 མདོས། །དང་ནི་བདུད་མདོས་གཏང་བར་བྱ། །ཤེར་བྱིན་  
 གཙུག་གཏོར་དཀར་ནག་འདོན། །བརྒྱ་བཞི་བྱ་ཞིང་མལ་  
 ས་སྟོ། །མོ་ཡིན་བྱིམ་ནང་ས་དཀར་གཏོར། །རང་འཐག་  
 ཁ་བྱེ་བ་མི་ཡང་། །བྱེ་ཚུལ་བསྟན་ལ་ཁང་བྱིམ་གྱི། །བྱི་  
 ནང་སློག་ཅིང་སྐྱེད་པོ་བོར། །༥ །གསུམ་མཐིང་(མཆོ་སྟན་  
 གྱི་མེ་ལོང་)སྟེང་དུ་བབ་པ་ན། །བྱེ་བྲལ་གྱིད་གྱི་འཚུབས་  
 མ་ལངས། །སློ་བྱར་ནད་དང་ཡེ་འཛོག་ཡོང་། །མ་ཉེས་ཁ་

ཡོག་བྲིད་ལ་བསྐྱར། །ཁ་སྦྱས་སྒྲིང་གཞི་ཚོད་པ་དང་། །ཉེ་  
 བའི་སྟོགས་སྟུ་སྟུ་ངན་འོང་། །བན་བོན་བདུད་དང་སྟུ་  
 བསེན་གཞོད། །སྒྲིང་ཤུ་འབྲས་ཀྱི་ནད་ཀྱང་ལྡང་། །མ་ཞུའི་  
 ནད་དང་གཙོང་ནད་འོང་། །སྟུ་བསེན་བྲག་བསེན་ཅུ་  
 བསེན་རྣམས། །གཞོད་ཅིང་འདྲེ་ཡི་སྦྱ་བྲིད་བྲིད། །ཁང་  
 ནག་མི་བ་ཤུ་སྦྱེས་མི་འདེགས། །མནའ་མི་སྒྲངས་ཤིང་  
 མཁར་ལས་དང་། །ས་བཞོ་དོ་སྟོག་ལ་སོགས་  
 སྒྲངས། །རོ་འདོད་ཅུང་བ་ཡིན་པས་ན། །བྲི་རོ་བྱུད་ཅིང་སྟུ་  
 ངན་སར། །བསྐྱུལ་ལ་མཆོད་རྟེན་ཞིག་རལ་གསོ། །སྟུ་རྩ་  
 བཏབ་ཅིང་བརྒྱ་བཞི་བྲ། །ཞེར་བྱིན་དང་ནི་མཆོན་བརྗོད་  
 འདོན། །བསེན་མོ་དགུ་མདོས་མཆོ་སྦྱན་མདོས། །བཏན་

མའི་མདོས་ཀྱང་གཏོང་བ་གཅེས།། རྩྭ་བཞི་ལྔ་(ལྔ་འི་མེ་  
 ལོང་)སྟེང་དུ་བབ་པ་ན། །སྟེང་ས་བདག་གཉན་པོས་  
 གཞོད། །མིག་ནད་དང་ནི་ན་བའི་ནད། །སྟེང་སྟོག་ཕྱ་  
 འཁོར་འབྲས་ནད་འོང་། །ས་རྩོ་གཉན་པོ་བརྟེན་སྟོག་  
 དང་། །ཤིང་གཉན་མི་བཅད་ཆུ་མིག་གི། །ཁ་མི་བསྐྱབ་ཅིང་  
 ཆུ་ལས་སྦངས། །ནི་ཐང་དག་ལ་གཉིད་མི་ལོག། །སྟེང་སྟོག་  
 ལྔ་མཆོད་སྟེང་གཏེར་གཞུག། །སྟེང་འབྲུམ་དཀར་ནག་ཁ་  
 གསུམ་དང་། །ས་བདག་སྟེང་གཉན་འབྲུགས་པ་བཅོས།། རྩྭ་  
 ལྔ་མེར་(དག་ལྔ་འི་མེ་ལོང་)སྟེང་དུ་བབ་པ་ན། །ནད་ནི་  
 མཁྱིས་ནད་སྟེང་ཆོག་ན། །གདོན་དུ་སྟེང་ས་བདག་  
 དང་། །རྩྭ་པོས་གཞོད་ཅིང་ཕྱར་ཁའི་རོ། །སྟེང་མི་དགའ་



ཞིང་ཆོག་པ་བ།                      །ཆོས་འཁོར་རྫས་ལ་མི་འབག་  
 ཅིང་།    །བན་བོན་དག་དང་མི་འཁོར་ནོ།    །བཙུན་པ་སྒྲིམ་  
 མེད་རྒྱལ་འགོང་ཅན།                  །རང་བྲིམ་མི་བཏང་འདྲེ་ཅན་  
 གྲི།    །ནོར་རྫས་བྲིམ་དུ་ཉར་ཚག་སྤངས།    །འགོ་བའི་ནད་  
 ལ་ཤིན་དུ་བཟ།        །ཆོག་ས་འཁོར་རྒྱལ་མདོས་སྐྱར་སྒྲིག་  
 དང་།    །སོར་འབྲངས་གཟུངས་བསྐྱབ་སྦྲུང་གདབ། ། ༎  
 རྩལ་དཀར་(རྒྱལ་པོའི་མེ་ལོང)སྟེང་དུ་བབ་ན།    །གདོན་དུ་  
 རྒྱལ་པོ་ཐེན་རང་གཞོད།                  །ནད་ནི་སྨྲ་ནད་འཐེབ་པ་  
 འོང་།    །གྲིབ་ཅན་མི་དང་རོ་འབག་ཅན།    །གྲིབ་ལ་བསྐྱད་  
 བཏགས་སྨྲ་མི་དགལ།                  །རོ་འབག་མི་གཙང་འཁོར་ལ་  
 ཟབ།    །སྨྲ་ལ་བྲུས་དང་གསོལ་མཆོད་བྲ། ། ༎ བདུན་དམར་

(བཅན་གྱི་མེ་ལོང་)སྟེང་དུ་བབ་པ་ན། །བཅན་དང་གེ་བོ་སྟེ་  
 བཅན་གཞོད། །གཟེར་དང་ཚད་ནད་མཁྱིས་ནད་ལོང་། །རི་  
 དམར་དང་ནི་ལུང་དཀར་དང་། །ཆེ་ཤོར་དམར་ཤས་འདུ་  
 ལོང་སྟེང་། །སྟོག་གཅོད་སྟེང་ས་ཤིང་སྟོག་བསྟེ་  
 དང་། །ཉེ་ཏུ་འདོན་བཅན་མདོས་ཤེ་བརྒྱ་དང་། །ཟན་བརྒྱ་  
 གཏོང་ཞིང་དཀོན་བཅེགས་འདོན། ། ༥ །བརྒྱད་དཀར་(ཡུལ་  
 ལྷའི་མེ་ལོང་)སྟེང་དུ་བབ་པ་ན། །གཏོན་ནི་རྒྱལ་དང་ཡུལ་  
 ལྷས་གཞོད། །ནད་ནི་སྟེ་འཕྱི་ལོ་ཉེ་པ་ལམ། །ཡང་ན་རེས་  
 སྟེ་རེས་ཡང་ལོང་། །རོ་འབག་མི་གཅོང་འཁོན་གྱི་བ་  
 འཛེམ། །ཉམས་གྱི་བ་ཡུགས་སའི་བས་མི་བ། །སྟེ་ཆོག་བྱ་  
 ཞིང་སྟེ་མཚུན་གསོལ། །སྟེ་སྟེང་ཁྲིས་པས་བསྟེང་གསོལ་

འབད། །རྣམ་པར་འཛོམས་པའི་བྱས་ཆོག་བྱ། །ལྷ་ཡིས་  
 བྱས་པའི་མདོ་ཡང་བོན།། ༥ དགྲ་དམར་སྟེང་དུ་བབ་པ་  
 བ། །གཏོན་དུ་བདུད་མོ་མ་བདུད་གཞོད། །པ་མེས་དུར་  
 བས་འབོད་པ་ཡོད། །དགྲ་ལྷ་མི་དགའ་དུར་སྟེ་  
 ལངས། །འཁོར་བའི་མི་དང་འགྲོགས་པ་མིས། །ནད་ནི་མགོ་  
 དང་སྟོ་སྟེང་ན། །དང་ཁ་མི་བདེ་ཆོག་པ་བ། །དང་པོ་ལྷ་  
 བད་འབྲ་བ་ལ། །རྗེས་སུ་ཡམ་ནད་འགྲོ་བ་འོང་། །བྱ་སྟེང་  
 བྱི་ལ་མི་བརྒྱངས་ཤིང་། །ལུས་གོས་སྟེང་པ་བྱིར་མི་  
 གཏང་། །དམར་ལ་ཟབ་ཅིང་འགོ་ནད་འཛོམ། །དུར་སྟེ་  
 མནན་ཅིང་ལྷ་གཡང་བསྐྱམ། །ལྷ་གཡང་ལེན་ལ་ཆེ་འགྱུར་  
 བྱ། །འདྲེ་མཚུན་གསོལ་ཞིང་བཅན་མདོས་གཏང་།། ༥

གཞན་ཡང་བྱིམ་གཅིག་དཀར་གསུམ་མང་།      །སྟ་ཆད་  
 གནས་ནས་འོང་བའི་དུས།      །སྟ་ནད་ཡམས་འབྱུང་སྟ་ཆོག་  
 དང་།      །དུག་ཁྱུས་སྟ་གསོལ་བསྐྱང་བཤགས་བྲ།      །ནག་  
 མཐོན་གཉིས་མང་རོ་འདོད་འོང་།      །ཡ་བདུད་གཡོས་བས་  
 ན་ཆགས་དང་།      །མྱ་ངན་སྒྲུག་བསྐྱལ་འབྱུང་བས་  
 ན།      །བདུད་མདོས་མྱ་ངན་དགྲ་བཞེས་བྲ།      །ལྡང་མང་ས་  
 བདག་གཉན་དང་འབྲས།      །སྟ་ཆོག་མཆོ་སྒྲན་མ་མོ་  
 བཅོས།      །སེར་མང་རྒྱལ་འགོང་ཕུགས་སུ་ཞུགས།      །གོད་  
 ཁ་མཁྱིས་ཡམས་ཅད་འདྲེ་གཞོད།      །རྒྱལ་མདོས་ཁྲག་  
 མདོས་བསེ་བརྒྱ་གཏོང་།      །དམར་མང་དམར་ངོ་ཁྲག་གི་  
 ངོ།      །བཙན་ཆོག་སྟོག་གི་བྱེལ་པོ་གཏོང་།།      ༥      གཉིས་པ་

སྤར་ཁ་བརྒྱད་གྱི་འབྲས།    |བཅོས་ཁ་སྤང་སྡོམ་གོས་བས་  
 དང་། |ཆོས་དང་བོན་ཆོག་བསྟེན་པའི་དུས། |སྤྱོད་གས་ངན་  
 འདྲེ་ལྔ་མི་གཏང་འགྲུལ། |མཁས་པས་འདི་སྟར་ཤེས་པར་  
 བྱ། |ལེགས་པར་ཉོན་ལ་ཡིད་ལ་བྱུངས།། ཎྟ ལི་ལ་བབས་  
 པའི་མི་དེ་ལ། |གཏོན་དུ་བཅོན་དང་མ་མོས་གཞོད། |བན་  
 བོན་སྤར་ཁ་བཏང་བ་ཡོད།        |ནད་ནི་མགོ་དང་སྒྲི་སྒྲིང་  
 བ། |མིག་ནད་ཁྲག་ནད་ཆད་ནད་ཡོད། |རོ་སྒྲིང་ཡན་  
 ལག་ན་བ་ཡིན།                        |རྟ་དམར་དར་དམར་རྩ་དམར་  
 དང་། |གྲིབ་པ་ཅན་གྱི་དམར་འབག་བས། |དུར་རྒྱགས་  
 ཡིན་པས་བར་མི་རུང་།        |བངས་སྤྱད་གཡུ་དང་བྱ་སྤྱིང་  
 རོར། |སྒྲིང་བརྒྱད་ཡིན་པས་མི་སྤང་ངོ་། |ཞུ་དང་འཕྱིང་བ་

སྟག་ལྷགས་ནི། །རོ་བྱམ་ཡིན་པས་སྤང་མི་བྲ། །ཏྭ་གན་  
 གོད་མ་དམར་གཞུང་རིགས། །རོ་ཁལ་ཡིན་པས་མི་སྤང་  
 རོ། །རྒྱབ་བྱང་མཆམས་སྐྱ་བདུད་ཀྱང་གཙོད། །རྒྱབ་ཀྱི་  
 སྐྱགས་སྐྱ་འདྲེ་ལྷ་སྟོད། །གཞོད་པའི་སྐྱགས་དེར་འགྲོ་མི་  
 བྲ། །དམར་ཐབ་རོ་སྟེག་སར་མི་འགྲོ། །བརྒྱད་སྟོང་རྩམ་  
 འཛམས་གཙུག་ཏྭར་དང་། །ཆེ་གཞུངས་གཟའ་ཡུམ་གང་  
 འགྲུབ་འདོན། །བོན་དུ་མེ་བྱང་གཞོབ་སེལ་བྲ། །མདོས་སྐྱ་  
 དབང་སྐྱག་ཐོར་མདོས་བྲ། །ཏྭ་འབྲེལ་གཏོ་ཡིས་བསྐྱར་  
 པ་ནི། །མེ་ཏྭ་གཞིང་གི་ཚོགས་མཆོད་བྲ། །འདྲེ་ནི་བཅན་  
 གྱི་ཇག་པ་ཅད། །སྤང་པོ་ཁ་(ཆེ་བ་བརྒྱད་པ།  
 ཆེས་༡༡)སེར་དུས་སྐྱ་གཉན། ། ༄ ། །ཁོན་ལ་བབས་པའི་

མི་དེ་ལ། །ས་བདག་ལྷ་གཉན་གཤེན་འབྲེས་གཞོད། །ཁང་  
 ས་ཞིང་ས་མ་ཉེའི་ཕྱོགས། །ལྷ་བསེན་བདག་གིས་གཞོད་  
 བ་ཡིན། །ནད་ནི་གཞོགས་གཅིག་སྐམ་ནད་དང་། །འབྲུམ་  
 སོ་འབྲས་དང་ཁོངས་པའི་ནད། །མ་ཁྱ་བ་ལ་སྙད་བཏགས་  
 ནས། །ཕོ་བ་འབྲེལ་ཞིང་ན་རུ་ཡོང་། །བྲིང་ཞིང་འབྲེལ་པའི་  
 ན་ཆ་ཡོང་། །བྱད་མེད་ཀན་མོ་སྟུག་སྐད་འདོན། །ཡུགས་  
 ས་ཡིན་ནམ་ངེ་མ་ཅན། །ཟས་ནོར་ཁུར་བ་གསར་བ་  
 དང་། །བཤུག་ལྷག་ལྷག་སྟུང་ཁུའི་ལྷ། །དུར་རྒྱགས་ཡིན་པས་  
 ཟར་མི་རུང་། །ཀན་མོའི་གོས་དང་རྩ་སྟུང་ནོར། །སྟེང་སྟུང་  
 ཡིན་པས་མི་སྤང་ངོ་། །སྟོད་ཁུར་གོས་དང་ཀན་མོའི་  
 གོས། །རོ་བྱམ་ཡིན་པས་མི་སྤང་ངོ་། །བཤུག་ཀན་མོ་



མགོ་དམར་ནི། །རོ་ཁལ་ཡིན་པས་མི་སྤངས་ཀྱི། །བྱང་  
བདུད་ཤར་སྟོ་འདྲེ་ལྷ་སྟོད། །སྟོགས་ངན་ཡིན་པས་མི་  
འགྲོའོ། །ཁང་ཞིང་དུར་ས་འདེབས་པ་དང་། །ཁང་ནག་  
འཛིགས་རུང་སྟོག་པ་དང་། །དུར་དང་གཤེན་གྱི་ལག་ལེན་  
དང་། །མཁར་ལས་བྱེད་པའི་ས་དེ་རུ། །འགྲོ་རུ་མི་རུང་  
རྒྱུན་ངན་ཡིན། །རང་ཡང་དེ་ཡི་ལས་མི་བྱ། །མདོ་རུ་ཉོག་  
གཟུངས་རྒྱ་རོལ་གྲ་ལྷ་དང་། །བགྲེས་ཞུས་ལང་གཤེགས་  
ས་སྟོང་ལྷ་རོལ་འདོན། །བོན་དུ་བདུད་ཀྱི་ཞལ་བསྐྱར་  
དང་། །ཡང་ན་བདུད་ཀྱི་ཁམ་མདོས་བྱ། །མདོས་སུ་བདུད་  
མདོས་བསེན་མདོས་དང་། །སྦྱིན་སྟེག་ཏེན་ལ་མར་མེ་  
འབུལ། །སྐྱུས་བདག་དུར་འདྲེ་ནག་པོས་གཞོད། །རོལ་པ་

ཁ་(གསུམ་པ། ༡༩)ནག་དུས་སུ་གཉན།། ༎ དུ་ལ་བབས་  
 པའི་མི་དེ་ལ། །གདོན་དུ་བཅན་དང་གེ་བོས་གཞོད། །རང་  
 གི་དབྱ་ལྟ་མི་དགའ་བས། །སྒྲིབ་མའི་བས་ཀྱིས་ཕོ་ལྟ་  
 ཁྲོས། །ན་ཆ་དམར་ངོ་ཁྲག་ངོ་ཡོང་། །རོ་རྒྱབ་གཡས་  
 གཡོན་གཟེར་ནས་ན། །སྒོ་སྒྲིང་ནད་དང་སྒྲན་གྱི་  
 ནད། །ཤིན་དུ་རྩུབ་པའི་ན་ཆ་དང་། །འཆི་སྒྲིན་འཆོ་སྒྲིན་  
 ན་ཆ་འོང་། །དུ་བོ་དམེ་ཅན་ཁ་སྐྱང་མཁན། །སྐྱང་ཁྱེར་  
 ཤའམ་བྱ་ཡི་ཤ །སུ་ཅེས་སྐྱམ་ཁུར་སྒྲེར་བ་ན། །དུར་  
 རྒྱགས་ཡིན་པས་བར་མི་རུང་། །སྒྲེས་པ་དར་མའི་གྱི་དང་  
 མདའ། །སྒྲིང་སྐྱད་ཡིན་པས་མི་ལྷང་ངོ་། །གོ་ཆ་ཁབ་དང་  
 མདུང་ཐུང་དང་། །དུ་ཐུག་གོས་ལྟག་བྱུང་བ་ན། །རོ་ཐུམ་

ཡིན་པས་སྤང་མི་རུང་། །ཆེ་ཆེ་ར་ཡི་སྤང་ལེན་ནི། །རོ་  
 ཁལ་ཡིན་པས་མི་སྤང་ངོ་། །ཤར་དུ་བདུད་གཙོད་སྟོར་འདྲེ་  
 ལྷ། །སྟོགས་ངན་ཡིན་པས་འགྲོ་མི་རུང་། །དུ་སྟུག་མི་དང་  
 མགར་བའི་ཆང་། །རྟོམ་ནག་སྤར་དང་འགྲིམ་འགྲུལ་  
 སོ། །དམག་འདུན་བྱེད་དང་ཁྱུས་ཆང་དང་། །དམར་གྱི་  
 བདུག་པ་རབ་ཏུ་སྤང་། །རང་ཡང་དེ་ཡི་ལས་ལ་  
 ཟབ། །མཚན་བརྗོད་རྟོག་གཟུངས་སྤྱེུས་ཁྱུས། །ཆེ་  
 གཟུངས་སྤང་བརྒྱད་གང་འགྲུབ་འདོན། །བོན་དུ་ཕྱགས་  
 མདའ་བརྩ་གསུམ་དང་། །ཡང་ན་ཁམ་པའི་སྐྱ་བོར་  
 བྲ། །མདོས་སྐྱ་དབྱ་སྟེའི་གལ་མདོས་སམ། །ཡང་ན་  
 བསིལ་མ་བརྩ་གསུམ་བྲ། །སྟེ་ཁང་མཆོད་རྟེན་ཉམས་པ་

གསོ། །ཐོག་རྗེ་བ་བཅན་འགོང་གེ་བོས་གཞོད། །འབྲུག་ས་  
 བ་(བརྩ་བ། ༡༩)ཆམ་ཆམ་དུས་སུ་གཉན།།     ༥   བེན་ལ་  
 བབས་པའི་མི་དེ་ལ།     །རྒྱལ་འགོང་འཕུང་སྤི་ཆེན་པོས་  
 གཞོད། །རྩ་དང་གཡང་ལ་ལྷུང་བ་ཡོད། །རྐང་བ་ཆག་དང་  
 གྲུམ་བ་ཡོད། །ཡུགས་ས་བོན་པོ་རྒན་པོ་འཇམ། །བྱི་བའི་ཤ་  
 དང་དམར་གྱི་ཟས།     །སྟེར་བ་བྱུང་ན་དུར་རྒྱགས་  
 ཡིན། །བོན་པོའི་རྩམ་ཤངས་གྱི་རྩས། །སྟོང་སྒྱུད་ཡིན་  
 བས་མི་སྤང་ངོ་། །བོན་པོའི་ལྷམ་མམ་རྒན་མོའི་ལྷམ། །རོ་  
 བྱམ་ཡིན་པས་མི་སྤང་གི     །བྱི་འབྲུམས་གསོ་དང་བྱེའུ་  
 གསོ། །རོ་ཁལ་ཡིན་པས་མི་རུང་ངོ་། །སྟོ་རུ་བདུད་གཙོད་  
 །ཤར་འདྲེ་ལ།     །སྟོགས་ངན་ཡིན་པས་འགོ་མི་

རུང་། །མནའ་མ་བུ་སྤྱིང་རྫོང་ལེན་དང་། །དམག་གི་ལག་  
 ལེན་ཕྱི་ཕྱོགས་དང་། །ཞེ་ས་དང་ནི་འཁོན་ས་རུ། །རྒྱུན་  
 ངན་ཡིན་པས་འགྲོ་བ་སྤང་། །པལ་ཆེན་གསེར་འོད་ནམ་  
 སྤྱིང་དང་། །ལྷགས་མཆུ་སྤང་བརྒྱད་ལ་སོགས་  
 འདོན། །རྒྱལ་མདོས་བེ་ཏར་དགོར་མདོས་དང་། །ཕོ་ལྟར་  
 གསོལ་མཆོད་བྱ་བ་གནད། །འདྲེ་རུ་གནམ་ཐེའུ་དཀར་  
 བོས་གཞོད། །རི་སྤྱོ་སྤྱང་སྤྱིའི་(ལྷ་པ། ༩)དུས་སུ་གཉན། ། །  
 ཁམ་ལ་བབས་པའི་མི་དེ་ལ། །མཆོ་སྤྲོད་དམ་སྤྱི་འདྲེ་མོས་  
 གཞོད། །རྒྱལ་གནས་པའི་སྤྱ་བསེན་གཞོད། །དེ་ཡི་རྒྱབ་  
 བྱས་གཞིན་འདྲེ་ལངས། །ལམ་དང་རྒྱལ་གནས་པ་  
 དང་། །འབྲུལ་ཕྱིར་འབྲང་བའི་འདྲེ་ངན་གཞོད། །ནད་ནི་ཕོ་

བ་དུག་ཐབས་ན།                      །དམ་ཆུང་ནད་དང་མཁྱིས་པ་  
 འོང་།    །གང་བའི་ནད་ལ་བསྟན་བཅགས་ནས།    །མཁལ་  
 སྐད་ནད་དང་མཆུ་ནད་འོང་།    །ཕག་པའི་ཤ་དང་བྱད་མེད་  
 གྱིས།    །ཟས་སྟར་མི་སྤངས་དུར་རྒྱགས་ཡིན།    །སྐྱས་ནག་  
 རྩས་ནག་ངེ་མ་ཅན།                      །སྟོང་སྐྱད་ཡིན་པས་སྤང་མི་  
 རུང་།    །དཀར་སྒྲུ་གོས་དང་དོར་མའི་རིགས།    །རོ་  
 གཡོགས་ཡིན་པས་ཤིན་ཏུ་སྤང་།    །བྱི་བ་སྤང་ཆེན་ཕག་པ་  
 དང་།    །ཉི་ཚེང་བྱེད་པ་རོ་ཁལ་ཡིན།    །སྟོ་རུབ་བདུད་གཙོད་  
 བྱང་ཤར་འཛེ་ལ།                      །སྟོགས་ངན་ཡིན་པས་འགོ་མི་  
 རུང་།    །འདུན་མ་བྱས་པའི་ས་དང་ནི།    །ནད་གྱིས་བཅབ་  
 པའི་བྱིས་བདག་ཏུ།    །མཁར་ལེན་བྱེད་པ་སྟེ་ཡི་གཞི།    །མི་

གཙང་གྲིབ་མ་དག་ལ་ཟབ།      །རྒྱུན་ངན་ས་རུ་འགྲོ་མི་  
བྲ། །སྤྱིན་ཆེན་སྤང་སྒྲོང་སྤྱ་འབྱུང་དང་། །སྤྱི་ལྷ་ཁྱུ་  
མདོ་གནམ་ལྷགས་མཆུ། །འདོན་ཞིང་སྤྱ་ལ་སྤྱོང་འབྱུང་  
དང་། །སྤྱ་བསང་སྤྱ་སེལ་ཆེན་མོ་བྲ། །འདྲེ་རུ་མ་མོ་མཆོ་  
སྤྱན་གཞོད། །ཆར་གང་ཆུར་གང་(དྲུག་པ། ༡༩)དུས་སྤྱ་  
གཉན། ། །གིན་ལ་བབས་པའི་མི་དེ་ལ། །གདོན་དུ་སྤྱར་  
ཁ་དགོར་འདྲེས་གཞོད། །སྤྱང་འདྲེ་སྤྱོབས་མཐོལ་རྩ་བ་  
ཡིན། །སྤྱི་དཀར་སྤྱ་དམར་སྤྱར་ཞིང་སྤྱི་ལ་འབྱང་། །མི་  
ལམ་བཅུན་པ་བྲ་ཆུང་མང་། །མཁར་སྤྱི་གྲོགས་མཆོད་  
མང་པོ་བྲས། །ནད་ནི་མཁྲིས་བཟུང་དྲུག་པའི་ནད། །རྒྱང་  
པ་དཔྱི་མི་བདེ་བ་ལ། །བཤལ་གྱི་སྤྱི་དུས་བྱེད་པ་



ཡོང་། །རང་གི་ལྷ་སྤྱང་མ་དགའ་ཁྲོས། །ས་བདག་རྒྱབ་  
 བྱས་དགོར་བདག་གཞོད། །ལྷ་སྤྱིན་འདྲེ་རུ་བ་བ་  
 ཡོད། །བན་བོན་ངན་པའི་བྱད་འདྲེས་གཞོད། །དགོར་སྤྱིར་  
 ཡོང་བའི་དབྱ་ལྷས་གཞོད། །ནད་ནི་མཛེ་ཤུ་སྤྱང་ཡོང་  
 ཡོང་། །ཕོ་ལྷ་མི་དགའ་ལྷ་ནད་ཡོང་། །རེས་སྤྱི་རེས་ཡང་  
 ཉི་མ་རིང་། །གྲིབ་དང་འཁོན་ལ་བསྐྱད་ཁ་འདོགས། །སྤྱི་  
 ཞིང་འཐེབ་པ་ཡོང་དུས་ཡིན། །ཆོས་རྒྱད་འཛིན་པའི་བན་  
 རྟེ་དང་། །བསྐྱེན་ཅན་བཟླས་པ་བྱེད་པའི་མིས། །སྤྱང་ཤ་  
 དམར་ཟས་གྲིབ་མ་ཅན། །སྤྱིར་བ་བྱང་ན་དུར་རྒྱགས་  
 ཡིན། །དགོར་གྱི་ཞོར་རམ་བན་རྟེའི་རྩས། །མཆོད་ཆ་སྤྱང་  
 ལེན་བྱས་པ་ན། །སྤྱིང་སྤྱད་ཡིན་པས་སྤྱང་མི་རུང་། །སྤྱོམ་

ཆེན་གོས་སམ་རབ་བྱང་གོས།      །སེར་ཆག་གོས་ནི་རོ་  
 ཐུམ་དང་། །རོ་གཡོགས་ཡིན་པས་རབ་ཏུ་སྤང་། །སྤང་ཤ་  
 དམར་པོའི་ལག་ལེན་ནི།      །རོ་ཁལ་ཡིན་པས་རབ་ཏུ་  
 སྤང་། །ཤར་སྟོ་བདུད་གཅོད་བྱང་འདྲེ་ལྷ། །སྟོགས་ངན་  
 ཡིན་པས་འགྲོར་མི་རུང་།      །བན་རྩེ་དག་དང་འགྲམ་པ་  
 དང་། །ས་ལས་མཁར་ལས་ས་བརྒྱུ་སྤང་། །དུས་ཀྱི་  
 མཆོད་པ་མི་བཅག་ཅིང་།      །འཁོན་ཀྱི་བར་དུ་མི་  
 འགྲོའོ། །མཛེ་བ་ཤུ་བྱས་པའི་སར་མི་ཉལ། །དགོར་སྤང་  
 བྱིམ་དུ་མི་བཞག་གོ      །དགོར་ཁང་ནང་དུ་མི་ཉལ་  
 སྤང་། །བརྒྱད་སྟོང་སྤང་རུ་ལུང་བསྟན་མདོ། །རི་རབ་བོམ་  
 མདོ་སྟོབས་པོ་ཆེ།      །མ་བྱ་ཆེན་པོའི་གཟུངས་རྣམས་

འདོན། །བོན་དུ་ཡོ་བཅོས་སེལ་དེད་བྱ། །ཐ་མ་སྒྲང་རུ་ལ་  
 བསྐྱལ་བྱ། །མདོས་སུ་ས་བདག་གཉེར་མདོས་བྱ། །ཡང་  
 ན་ཆེ་ཡི་ཆེ་ག་བྱ། །གཏོ་རུ་ཚྭ་ཚྭ་ལོ་གྲངས་བཏབ། །ལས་  
 གྱི་དལ་དགྲ་སྤངས་པ་ཡི།                      །རི་ཆག་ལྷང་ཆག་(བརྩ་  
 བ། ༣༠)དུས་སུ་གཉན།།       ། ཟླ       ཟེན་ལ་བབས་པའི་མི་དེ་  
 ལ། །གདོན་དུ་སྐྱ་གདོན་སྐྱ་འབྲེས་གཞོད། །ཞིང་ཅི་བན་  
 ཟུན་ཡོད་པའམ།                      །ཞིང་ལ་ཆགས་པའི་སྐྱ་གདོན་  
 གཞོད། །སྐྱ་ཡི་གཞོད་པ་ཆེ་བར་འོང་། །གཟེར་ནད་ཟུག་  
 ཆེ་སྒྲང་དུབ་ཅན།       །ཕོ་བ་མི་བདེ་ན་བ་འོང་།       །ཅིབས་  
 འོགས་གཟེར་རམ་གཞོགས་སྐྱེད་ན།       །ཁོལ་ཅིར་ན་བ་  
 ཡོང་དུས་ཡིན། །བྱ་མོ་གཞོན་པ་ཡོང་བ་དང་། །བྱ་སྤིང་ཆ་

དུགས་སྒྲུག་བསྐྱེད་འོང་།                      ། བོང་བྱེད་འཁམ་སོག་  
 བའམ།    ། ཐེ་རེ་འབྱུང་བ་སྦང་བ་དང་།    ། དུར་རྒྱགས་ཡིན་  
 བས་བར་མི་རུང་།                      ། སྒྲུག་གཞོང་གཟིག་ཤུབ་སྒྲུ་  
 གིའམ།    ། སྒྲུག་གཟིག་གཙན་གཟན་པགས་པ་དང་།    ། རི་  
 དུགས་པགས་པས་བྱུང་བ་ཡི།    ། རོ་བུམ་ཡིན་པས་སྦང་  
 བར་བྱ། ། བོང་བྱེད་ཐེ་ཐུ་མི་ས་ནས། ། རོ་ཁལ་ཡིན་པས་སྦང་  
 མི་བྱ།                      ། རྒྱབ་ན་བདུད་གཙོད་རྒྱབ་བྱུང་འདྲེ་ལྷ་  
 གཞོད། ། སྒྲུགས་ངན་ཡིན་པས་འགྲོར་མི་རུང་།    ། མནའ་  
 བཀར་མི་དང་ཤིང་གཙན་གཙོད།    ། དམངས་པོ་བྱེད་ཡི་སྒྲོན་  
 མོ་དང་།    ། འཕོགས་དང་མོ་ལ་བྱེད་པ་ནི།    ། མནོལ་དང་མི་  
 གཙོད་གིབ་ཀྱི་སྒྲུགས།                      ། རྒྱུན་ངན་ཡིན་པས་འགྲོ་མི་

བྲ། །ཉི་མི་སྒྲོང་རྒྱན་སྒོ་གྲོས་མི་བད་མདོ། །སྒྲོང་པོ་བཀོད་  
 དང་སྟག་ཁྱུས་སྒྲོན་ཤིང་མདོ། །ཡང་ན་སྟག་མ་ལོ་རྒྱས་  
 བྲ། །མདོས་སྟ་སྦྱས་འདེབས་ཆུང་བ་བྲ། །སྟོ་རུ་རྫིང་དང་  
 ཆུ་ཡུར་བྲ། །མེ་ལྷ་བྲང་སྒྲོང་བྲང་པ་ན། །ཤིང་ཅི་(གཉིས་  
 བ། ༡༩) །ཁ་འབྱས་དུས་སྟ་གཉན། ། རྩོན་ལ་བབས་པའི་  
 མི་དེ་ལ། །འདྲེ་ནི་རྒྱལ་པོ་ཐེན་རང་གཞོད། །བན་བོན་དག་  
 དང་འབྲས་པ་ཡི། །བ་འདྲེ་ཕུར་ཁ་གཏོང་བ་ཡོད། །མི་ཉིའི་  
 རྩོགས་ཀྱི་གཤེན་འདྲེ་ཡིས། །རྒྱལ་སྤྱི་བྲིང་དེ་བྲིང་ལ་  
 གཞོད། །མ་མོ་བདུད་མོས་གཞོད་དུས་ཡིན། །ནད་ནི་སྟོང་  
 རྒྱང་མགོ་འཁོར་ནད། །ཤིན་ཏུ་དར་རམ་རམས་པ་  
 ཅན། །རྩ་དབྱགས་མི་བདེ་ཡོང་བ་ཡིན། །བུད་མེད་འཕྱོས་

བ་རྒྱམས་བ་ཅན། །མངོ་ཡི་ཤལ་རྟོལ་གྱི་ཤ། །སྟེར་རམ་  
 སྒང་ལེན་བྱས་བ་ན། །དུར་རྒྱགས་ཡིན་པས་སྒང་མི་  
 རུང་། །དར་སྒྲ་ལྷལ་ཟ་འོག་དང་། །རོ་བུམ་ཡིན་པས་མི་  
 སྒང་ངོ་། །མངོ་རྟོལ་སྟོག་གི་སྒང་ལེན་རྒྱམས། །རོ་ཁལ་  
 ཡིན་པས་མི་སྒང་ངོ་། །བྱང་ཤར་བདུད་གཙོད་སྟོ་རུབ་འདྲེ་  
 ལྷ་སྟོད། །སྟོགས་ངན་ཡིན་པས་འགྲོ་མི་བྱ། །མནལ་མ་བྱ་  
 སྤང་བརྒྱང་ལེན་དང་། །སྟོ་འཕོག་ཅན་གྱི་ཞོར་རྩས་  
 དང་། །བན་བོན་ཞོར་དང་འཕོན་གྱི་ས། །རྒྱེན་ངན་ཡིན་  
 པས་རབ་ཏུ་སྤང་། །སྒྲ་ཆོགས་གཟུངས་དང་མཆོད་རྟེན་  
 བན་ཡོན་དང་། །གཙུག་ལག་དཀར་ནག་གཞོན་པར་  
 བྱ། །བོན་དུ་སྟག་མ་ལོ་རྒྱས་བྱ། །ཡང་ན་ཁྱ་རྒྱས་གཏང་

བར་བྲ། །སྟོ་རུ་ཞིང་གསར་ཆུ་ཡུར་འབྲ། །སྟམ་ངན་སྟོ་  
 ཆོགས་ཅད་པ་ཡིན། །ཞིང་ལོ་(བདུན་པ། ༡༩)འདབ་རྒྱས་  
 དུས་སུ་གཉན། ། རྩེ་མེ་སྟམ་ཁའི་སྟེ་འགེལ་ལ། །བྲིམ་  
 གཅིག་བཟའ་གངས་མང་ཡོད་དེ། །ལིར་སྟུངས་སྟེ་གང་  
 གནམ་རྩེ་པ་ཡིན། །བྲུང་པར་བྲུ་མོ་དར་མར་ངན། །རིམས་  
 རད་མགོ་མིག་རོ་སྟོད་ན། །བཟའ་དཔོན་ཞུ་ཡི་ནང་དག་  
 ཏ། །བབས་པ་དེ་ཡི་སྟུང་བཅུག་ལ། །དེ་ནི་སྟོ་ཡི་སྟེ་གས་  
 སུ་བསྟུལ། །བབས་པའི་གཟུགས་དང་སྟམ་དོར་ནི། །བྲུང་  
 གི་སྟེ་གས་སུ་གཏོང་བར་བྲ། །སྟེ་མེ་སྟུངས་པ་ཐམས་  
 ཅད་ལ། །བཟའ་མི་གཏོང་བ་གཅེས་པ་ཡིན། །ཆེ་མདོ་ཏོག་  
 གཟུངས་ཐོར་མདོས་དང་། །ཞུ་སྟེ་ཡོན་ཕུལ་བཅན་གྱི་



མདོས། །ཞལ་བསྐྱར་ཁྲིམ་བསྒྲིག་བྱ་དགྲ་དང་། །མཆོ་  
 དགྲའི་བཅོས་སམ་བྱད་མེད་གྱི། །དོར་ཏྲ་སྟོ་རྒྱབ་འཕངས་  
 དས་བྱབ། ། ༥ །ཁོན་སྦྱངས་ས་ཡི་གཞུང་རལ་ཡིན། །མ་སྤྱི་  
 ཀན་རིམ་བ་ལྷག་འཛེར། །ཁ་སྦྱས་སྤེང་གཞི་ཉེ་བ་  
 དགྲ། །ལྡང་ལ་རིམས་འབབ་གཙུག་ཏྲར་ནག །སྤྱ་བརྒྱད་  
 སྤྱི་མདོས་དམ་སྤི་བཀར། །ཀན་མེད་ལོར་རྩས་བར་བཀལ་  
 བ། །སྟོ་རྒྱབ་བཏང་བས་ཉེས་པ་ཞི། ། ༥ །དུ་སྦྱངས་བདུད་  
 དཔུང་གཡོས་པ་སྟེ། །བྱ་འབྲང་དོག་ལ་གཟེར་གྱི་  
 ནད། །གཡང་ལྷུང་གི་འཁོར་སོ་རུས་ན། །མཆུ་གསུམ་  
 ཏྲག་གཟུངས་རྣམ་འཛོམས་བསྐྱབ། །ཆེ་ཆོག་སྤི་མནན་ས་  
 བདག་གི །བྱད་འགྲོལ་བཅན་བདུད་བཅོས་པ་

དང་། །མགར་བའི་སོལ་མལ་རྒྱབ་འཕངས་བྱུང་། ། ༥ེ །ཁིན་  
 སྦྱངས་སྦྱང་རལ་གད་བྱུར་རྩྱུབ། །ཕྱ་ངན་བྲིས་བཟུང་དག་  
 ཡང་ལྡང་། །སྤྱིན་ཆེན་ཏྲིག་གཟུངས་གཙུག་ཏྲིར་  
 དང་། །གསེར་འོད་འབྱུང་བསྐྱབ་རྒྱལ་པོ་ཡི། །གཡུ་ཐེང་  
 མདོས་བཅོས་མི་བྲི་གན། །གཟུགས་བྱས་སྟོ་རྒྱབ་བཏང་  
 བས་བྱུང་། ། ༥ེ །ཁམ་སྦྱངས་རྒྱ་མཆོ་གཏིང་འབྲུགས་  
 བ། །རྐང་གང་ས་འབྱུ་ཞེས་བྱ་སྟེ། །བྱ་ཆུང་དྲིག་ལ་ཕོ་  
 མཁལ་རྐྱང། །ཆུ་སོ་སྦྱངས་དང་ལྷ་རྟེན་འོང་། །བབས་  
 སྦྱང་སྦྱང་གོས་གྲིས་རྩེལ་ལ། །བྱང་གཏིང་བཟའ་དཔོན་  
 རྩུགས་སྦྱར་གདགས། །སྦྱང་བརྒྱད་གཟུངས་སྤོན་འདོན་བྱ་  
 ཞིང་། །སྦྱ་བརྒྱད་མཆོ་སྤོན་དགུ་མདོས་དང་། །སྦྱ་སེལ་

བྱང་ཕྱོགས་མཆེད་རྟེན་བཅེག      |ཉོ་བའི་ལོར་ཡང་བྱང་  
 ཕྱོགས་བཏང་།། རྩྭ གིན་སྤངས་བྱ་ནི་ཆེ་ལ་རྩུབ། |ཀང་  
 གཡས་གཞོགས་གཡས་མཛེ་ཤུ་ཤོལ། |གག་སྟོག་བྱང་  
 ཁས་སྤངས་དུས་ཡིན། |གང་སྤངས་ལོ་གངས་གྲ་ལྷ་  
 འདོན། |སྒྲོམ་ཆེན་ལོར་ནི་བྱང་ཤར་བཏང་།། རྩྭ ཟེན་  
 སྤངས་བྱ་མོ་ཆུང་ལ་ངན། |གཡས་གཟེར་རྩ་ནད་འབྱུང་ངོ་  
 ཡིན། |དགོན་བཅེགས་སྤྲོད་རྒྱན་ཤེར་ཁི་བསྐྱབ། |སྐྱུས་  
 འདེབས་སྐྱ་བརྒྱད་སྐབས་དང་སྐྱར། |ཤིང་བཟོའི་ལག་ཆ་  
 ཤར་དུ་བསྐྱུལ།། རྩྭ ཟེན་ནི་བྱ་མོ་ཆེ་ལ་དོག |སྟོ་འབོག་  
 ལྷས་ངན་འབྱུང་ཉེན་ཡོད། |གཙུག་ཏོར་རྒྱས་པའི་སྟེན་  
 སྟེག་དང་། |རྒྱལ་མདོས་ས་སྟེན་དགུ་སྟོར་བྲ། |ལྷམ་

མཁའ་ཆས་ཀྱང་ཤར་སྟོར་བསྐྱུལ།། རྩེ་གསུམ་པ་དར་རྒྱུད་  
 བཅུ་གཉིས་ཏེ།                      །སྟོག་ལ་དར་བྱུག་རྟེལ་དཀར་  
 བབས།    །ཆེ་ལ་བར་ཆད་མེད་པ་སྟེ།    །སྟོན་ཤིང་ལོ་མ་  
 རྒྱས་པ་འདྲ།། རྩེ་སྟོག་གུད་དོ་ཤི་དོ་ཆད་འོང་། །སྟོག་  
 འདོན་བྱ་སྟེ་སྟོག་གཅོད་སྤང་།                      །འཆི་བསྐྱུ་བྲ་བསྐྱུ་ཆེ་  
 གཡང་བྱ།།                      རྩེ་ལྷུས་ལ་དར་བྱུག་རྟེལ་དཀར་  
 བབས། །ལྷུས་ལ་ན་ཆ་མེད་པས་བཟང་།། རྩེ་ལྷུས་རྒྱུད་ཕྱ་  
 ངན་མ་དང་ནི། །སྤང་ལའི་ནད་ནི་འོང་ཉེན་ཡོད། །རོ་ཆེན་  
 བྱི་རོ་སྟོགས་བཟང་བསྐྱུལ།། རྩེ་དབང་ཐང་དར་བྱུག་རྟེལ་  
 དཀར་བབ། །བཅན་སྐྱུགས་འབྱོར་པ་དབྱར་མཆོ་འདྲ།། རྩེ་  
 དབང་གུད་ནོར་གོད་འོག་ཏྟ་འཆི། །བྱིས་པ་གསོ་ནི་དཀའ་

བ་དང་། །དག་དང་ཆོམ་རྒྱན་འོང་བའོ། །གོད་སྤྱི་དག་སྤྱི་  
 མནན་པ་དང་། །ལེན་མེད་སྟོན་མོ་བྱས་ན་པན། ། ༥ ། ལྷུང་ཏྲ་  
 དར་བྱུག་རྟེལ་དཀར་བབ། །བསམ་དོན་བྱུབ་ཅིང་ཕྱན་  
 སྤུམ་ཆོག་ས། ། ༥ ། ལྷུང་རྒྱད་མ་ཉེས་ཁ་ཡོགས་འོང་། །མཐོ་  
 སར་གོང་བརྒྱལ་དམར་བའི་སར། །སྟོ་བྱར་འོང་བས་ལམ་  
 འཕྲང་འཕྱུག། །སྤྱུ་ལྷུ་གདབ་ཅིང་དག་སྤྱི་མནན། །གུད་  
 བཞིའི་གཏོ་ཆོག་ནད་ཅིས་བཞིན། །འདི་ལ་ཆེས་ཅིས་  
 རྒྱས་འགོབས་པའི། །དར་གུད་འགྲེལ་པ་བརྗོད་པ་  
 ལ། །ཆོག་སྟོར་མཁན་པོ་ཁ་ཅིག་འབྱུལ། ། ༥ ། བཞི་པ་རྩུབ་  
 པ་བདུན་ཡིན་ཏེ། །དང་པོ་རང་གིག་རྩུབ་པ་ནི། །སྟོ་དང་བྱེ་  
 བྲག་གཉིས་ལས་སྟོར། །ལྷུ་ངན་མི་བསང་ནད་པ་

ཡི། །སྤྲུལ་མི་འགྲོ་ཞིང་མཁར་ལས་སྤང་། །གཡེང་སྤངས་  
 དག་སྦྱོར་ལ་འབད་ཅིང་། །ཆེ་འགྲུགས་གཡང་ལེན་དག་ཏུ་  
 གྲ། །དག་སྦྱང་བཞི་སྡེ་མཆོད་པ་དང་། །འབུམ་དང་ཉི་ཁྱི་  
 ཏོག་གཟུག་ཏོར། །བརྒྱ་བཞི་བྱར་འབུད་ན་མཉམ་  
 སྟོན། །བརྒྱ་གསུམ་ཕྱག་བརྒྱད་ཀེག་བཞེས་གྲ། །བྲེ་བྲག་  
 སོ་སོར་བྲེ་བའི་འབྲས། །རང་བཅས་ལྷ་བ་བརྒྱ་གསུམ་  
 ལ། །ནད་བཏབ་བརྒྱ་གསུམ་ལས་མི་འདའ། ། ༄ །བརྒྱ་  
 གསུམ་བུ་ཐོག་ནད་དང་ནི། །འབྱོར་པར་དག་ལྡང་ལུས་  
 དབང་གཙོ། །སྤང་བརྒྱད་གཟུངས་ཆེན་གྲ་ལྡ་  
 འདོན། །དཔལ་བསྐྱེད་དག་བཞེས་དག་མནན་གྲ། །ནད་  
 བཏབ་ཉེར་ལྡ་ལས་མི་འདའ། ། ༄ །ཉེར་ལྡ་ཐོགས་ཐོག་

དབུགས་གསེའི་ཀེག                      |རེས་བདེ་རེས་མི་བདེ་བ་  
 དང་། |མི་བདེ་འཕུང་གྲོད་བྱུར་འདྲེ་དང་། |ཕོ་སྒྲིག་བུད་  
 མེད་དབང་ཐང་གའོ། |ཏྲིག་གཟུངས་རྣམ་འཛོམས་ཆེ་མདོ་  
 བསྐྱུག ༥ སོ་བདུན་དབྱ་ཐོག་བདུད་གའོད་ཀེག |ཆུང་དུ་  
 རྩ་ཆ་གོད་ཟེགས་འོང་། |འདྲེ་ངན་ཀེག་ཡིན་དབང་ཐང་  
 གའོ། |ཤེར་ཕྱིན་ཏྲིག་གཟུངས་འདོན་པ་དང་། |སྒྲིག་བསྐྱུ་  
 ཆེ་གཟུངས་འཆི་བ་བསྐྱུ། |གོད་སྤི་མནན་ལ་གོད་འདྲེ་  
 བཀར། |ནད་བཏབ་སོ་བདུན་ལས་མི་འདའ། ༥ ཞེ་དབྱ་  
 མ་ལ་དཔལ་བབ་ཀེག                      |ཆོང་གྲོགས་ཁ་རྩེ་ཆེ་བ་  
 ཡིན། |སྐྱུང་གའོ་བྱེ་བྲག་གཞན་དང་བསྐྱུན། |ནད་བཏབ་  
 དེ་གཅིག་ལས་མ་བརྒྱལ། ༥ དེ་གཅིག་རང་ཐོག་བྱེ་བྲལ་



གེག་ |རུས་ལྡས་འབྱམ་འདོན་སྒྲུ་གདབ། |བྲེ་བལ་གཏོ་  
ཡི་ཆོ་ག་དང་། |ནད་བཞྱོག་བྱར་འབྱད་དཔལ་བསྐྱེད་  
བྲ། |ནད་བཏབ་དོན་གསུམ་ལས་མི་འབྱངས། |དེ་སོགས་  
འཕེན་ཤུགས་གེག་ནད་སྦྱོར། ༥ དོན་གསུམ་བཅུ་གསུམ་  
མཚུངས་པར་སྒྲ། |ཕོ་ལ་སྤྱན་བསུ་མོ་བྱིར་བསྐྱེད། |རང་  
ཐོག་ཀྱན་ལ་གཅེས་སོགས་ཡིན། |བཙོས་རིམ་ལུང་དང་  
མི་འགལ་ཞིང་། |སོ་སོར་དམིགས་སུ་བཀར་བ་ཡི། |རིན་  
ཆེན་སྤེང་སོགས་གདམས་པ་སྦྱོར། ༥ གཉིས་པ་དག་  
གཤེད་རྩལ་ལ་བབས། |དུང་བདུད་གཡོས་ཏེ་སྤྱད་འདོད་  
ཡིན། |ལོ་བདུན་སྔག་གཅོད་གཤེད་ཀྱི་ཐོག་ |སྔག་བསྐྱ་  
ཉེའུ་འདོན་འསྐྱོད་པ་ཡིན། |བཅུ་དགུ་དཔལ་ཐོབ་བདུན་

ཟུར་ཡིན།                    | ཆོང་སོགས་དཔལ་འབྱོར་འགྲུབ་དུས་  
 ཡིན།    | སོ་གཅིག་རང་ཐོག་གྲེ་བྲལ་ཐོག    | སྲིད་པའི་གྲེ་  
 འདུམས་གྲེ་བྲལ་གཏོ།    | གཏོང་ཞིང་སྤྱི་བཅོས་(བདུན་ཟུར་  
 གཏོ་བཅོས)འབད་པར་བྱ།    | ཞེ་གསུམ་བུ་ཐོག་འབྱོར་པའི་  
 དག།    | གཡང་འགྲུགས་གཡང་བསྐྱེད་གཏོ་ཐབས་བྱ།    | ང་  
 ལྷ་གོགས་ཐོག་དབྱགས་གསོའི་དག།                    | བཟང་ངན་སྒྲོར་  
 འོད་འབྱུང་དུས་ཡིན།                    | བརྒྱ་བཞི་འཕྲོད་ལ་བདུན་ཟུར་  
 ཀྱན།    | ཡེ་འཛོག་གེད་དངངས་ཁ་ཡོགས་འོང་།    | བྲེས་དོག་  
 མཆུ་གསུམ་སྟོབས་ཆེ་དང་།                    | དཔུང་རྒྱ་ཏོག་གཟུངས་  
 སྒྲོང་རྒྱ་བསྐྱབ།                    | དག་ལྷ་གསོལ་ཞིང་དག་བསྐྱོག་  
 དང་།    | བཅོན་མཆོད་ཆུ་བསྐྱོག་ལམ་བཅོས་བྱེད།    | སྤྱུ་

བཏབ་ལ་བདུད་གཙུག་སྐུ་ལྔ་། །བསྐྱུ་ལ་ཏེ་ལན་མེད་སྟོན་མོ་  
 གྱེད། །མར་མེ་ལོ་གྲངས་འདྲེ་ལྷའི་སྐུ་། །བསྐྱུ་ལ་ཏེ་སྟོན་  
 ལམ་ཅི་མང་བཏབ།། ༥ྟ །གསུམ་པ་བྲིམ་མཆོས་རྩུབ་པར་  
 བབས། །དབང་ཐང་གཅིག་སྟེ་ཤིང་གྱི་ལ། །ཤིང་སྒང་ལྟ་བུ་  
 དེ་ཡིན་ཏེ། །ན་ཆ་ལོ་ཉལ་འོང་ཉེན་ཡོད། །འཕྱང་གྱོད་གོད་  
 ཁ་སྟོར་བརྒྱག་འོང། །ཆོང་འགྲོ་བྱེས་སྤང་གཡང་ལོན་  
 དང། །ཆེ་ཡི་ཆོ་ག་རྒྱས་པར་བྱ།། ༥ྟ །བཞི་པ་མཐུན་  
 གསུམ་རྩུབ་བབས་འབྲས། །སྤིང་ཆགས་མི་སྟེ་བས་བརྩུད་  
 འཆོར། །མ་རབས་ཁ་མཆུ་ནད་རིགས་གྱོད། །ཁང་ནག་  
 མི་བུ་ལམ་རིང་སྤང། །དམར་དང་རོ་འབག་རབ་ཏུ་  
 བསྐྱུང། །ཕོ་ལྟ་དང་ནི་དབྱ་ལྟ་མཆོད། །བརྒྱ་བཞི་གཡང་

ལོན་བྱོལ་མདོས་བྱེད།                      །དག་བསྐྱོག་ཆོ་ག་བྱེད་པ་  
 དང་། །འཕྱང་སྤི་མནན་ལ་བགྱིས་གྱི། །ཟས་མཆོག་བ་སྟེ་  
 སྟོན་ལམ་བཏབ།                      །ཡང་ན་འབྲས་ལྷག་ཟས་སྒྲས་  
 བརྒྱན། །དཀར་མངར་ལྷག་ཤ་ཟས་སྒྲའི་གསུར། །བཏང་  
 ལ་བཅོས་པས་ཉེས་པ་ཞི།                      །བྱེ་བྲག་སྟོག་གུང་བདུང་  
 བཅད་ཅེས། །སྟོག་བསྐྱེ་ཆེ་སྐྱབ་ཉེ་འདོན་འཕྱོད། །ལྷས་  
 གུང་ངལ་ཆད་ཟམ་འཕྱང་བཅོས། །དབང་གུང་སྟོར་བརྒྱག་  
 གོད་ཁ་འབྱུང་། །བྱུང་པར་མི་གན་སྒྲུམ་མར་དོག་ །དག་སྤི་  
 གོད་སྤི་མནན་པ་གཅེས།།                      ༥                      ལྷ་པ་སྤི་ངན་རྩལ་པའི་  
 འབྲས། །པ་མེས་ཤི་བའི་སྤི་དུས་ལ། །སྤར་སྟེ་བྱེ་གཟའ་ལོ་  
 གངས་སྟེ་བས།                      །སྤི་ངན་པ་མའི་དུར་ཀེག་སྟེ།                      །དུར་ན་

རྒྱགས་ཆད་གཤེན་ཀྱན་འཐབ།    |གཤེན་ལག་གསོན་ལ་  
 གཡབ་མོ་འདེབས།        |དུར་མཚུན་གསོལ་ཞིང་དུར་ཁ་  
 རི།    |རྒྱ་ཡིས་བཏབ་སྟེ་པ་དུར་དང།    |མ་དུར་རུས་པ་  
 གསར་དུ་འདུར། |པལ་ཆེན་བསྐྱབ་ཅིང་དུར་ས་སྟོ། |ཡང་  
 ར་སྟོ་ཚུལ་དུར་སར་བྲོམ།                      |བྲི་ཞིང་སྐྱུ་རྩ་ཁང་བྱ་  
 ལ། |གསང་བཏོད་མར་མེ་འབྱལ་བར་བྱ། |གསོན་ཀེག་  
 གཤེན་ཀེག་འདམ་པས་ན།    |གསོན་གཤེན་ལག་སྟེལ་  
 བཅད་ན་བཟང་།།        ཎ        རྒྱག་པ་བཟའ་ཤྱག་རྩལ་པར་  
 བབས། |སྦྱིད་སྐྱབ་ནམ་གཉིས་འབྱུང་དུས་ཡིན། |རིམ་གྲོ་  
 སྤར་སྟེ་བཞིན་དུ་བྱ།                      |ཆགས་ཅན་བྲེས་སུ་བྲོས་ན་  
 པན། |བྲི་ནང་བར་གསུམ་རོ་འདོད་ཡིན། |རོ་སྦྱིང་སྦྱང་

ཞིང་ཁྱི་རོ་འབྱུང།                      །ཁྱུང་པར་རྒྱ་མདའ་དབྱེ་བསྐྱུང་  
 གྲ། །གཤེན་ཕྱལ་གཞལ་ཞིང་རོ་དབྱུང་གི། །གཏོ་ཆོག་བྱས་  
 ན་ཉེས་པ་ཞི།།                      ༥                      བདུན་པ་གསང་གེག་རྒྱན་རྩྱབ་  
 འབྲས། །དངངས་སྐྱག་དལ་ཡམས་ནད་སྙིང་ངམ། །བརྟན་  
 གྲོགས་མཐོ་དམོད་ཁ་མཆུ་དང། །ཉེ་ཁག་ཡ་རབས་ཡིད་  
 ཆང་ཤོར། །མ་རབས་གྱུད་འོང་ངན་པ་ཡིན། །ཡས་གྱི་  
 བདུད་གཡོས་མས་སྤི་ལྡང།                      །བཙན་རྒྱལ་ཆོ་འབྲུལ་  
 འབྱེད་པའི་དུས།                      །ཤེན་ཏུ་སྣང་པས་ལུས་ནད་  
 དང། །སེམས་ནད་གང་རུང་འབྱུང་བར་ངེས། །ལུན་སྤོང་  
 སྒོ་སྐྱག་དོག་འཇུལ་མི།                      །ཡང་སྤིང་མ་ཡི་མངལ་འཇུག་  
 བར། །ནད་པའི་སྤུས་སུ་འགྲིམ་འབྲུལ་དང། །སྤྱང་ན་མི་

བྱ་མནའ་བཀར་སྤང་། །ཆེ་དཔག་མེད་མདོ་འབྱུང་བསྐྱབ་  
 བྱ། །རུ་ཤུ་ཁ་ཁ་སྤྱོད་བདུད་མདོས་དང་། །མ་ཡོད་མ་མེད་  
 དང་སྦྱར་བའི། །མ་སྦྱང་གཏོ་ཆོག་རྒྱས་པར་བྱ། ། ༥ྟ །གཞན་  
 ཡང་བཞི་གཤེད་གནམ་ལོར་ཤར། །ཡར་བཞི་ན་རེས་  
 མར་བཞི་འཆི། །དོས་བཟུང་འཆི་རེས་སྟོག་བསྐྱུ་དང་། །ཉེ་  
 འདོན་དཀར་ཆོས་ན་རེས་ལ། །བྱོལ་བོར་ཉེ་བྲི་འདོན་པ་  
 དང་། །བྱེ་བྲག་སྟོག་ལུས་དབང་སྦྱང་ནམས། །དོག་པར་  
 བཞི་གཤེད་བདེ་དོག་སྟོན། །དེ་ཡི་རིགས་པས་རིམ་གྱོར་  
 སྦྱར། །ལོ་དཀར་རོ་འདོད་ཆེ་ཆུང་ལ། །ཆོང་དང་བྱེས་སུ་  
 འགྲོ་བ་སྤང་། །ལུས་ལ་མ་དང་སེམས་ཁུལ་འོང་། །རྣམ་  
 འདོན་ཅིང་རོ་དབྱུང་གཏོ། །ལོ་འགྲོས་བརྩ་གཉིས་གཏོ་



ཡིས་བཅོས། །བྲི་རོ་ཁུར་དང་རོ་འཇུས་པན། །འདི་བསྒྲན་  
 ལྷུ་བ་པ་རྣམ་དགྲ་ཡིན། །བྲིམ་གཅིག་ལྷུ་བ་བདུན་མང་  
 ཆོགས་ན། །འབྲུམ་ལ་གསེལ་འདོན་སྤྱི་མདོས་  
 དང་། །བདུད་གྱི་ཞལ་བསྐྱར་བྱ་བ་དང་། །བྲོལ་པོ་བྲོམ་  
 བསྐྱོག་བྱ་བ་དང་། །མཆོད་རྟེན་སྐྱེད་ཀར་ཅོད་པན་  
 འཇུགས། །རྟེན་གསུམ་མཆོད་པ་ཅི་མང་འབྲུལ། །འོད་  
 ཟེར་ཅན་གྱི་གཟུངས་ཀྱང་འདོན། ། ༄ །སྤེ་བའི་ཀེག་ཕྱན་  
 རྣམ་བཞི་ལས། །དང་པོ་ཁང་ཀེག་ལ་བབས་ན། །མཁར་  
 ལས་སྤངས་ཤིང་གསེར་འོད་བསྐྱེད། ༄ །གཉིས་པ་མལ་  
 ཀེག་ལ་བབ་འབྲས། །མལ་ས་དང་ནི་སྐྱེད་པོ་སྤྱོ། །བྲེ་བྲག་  
 དཀར་སྐྱེས་དཀར་ལ་བབ། །ལྷ་མཆོད་རྒྱལ་མདོས་

གསེར་འོད་བསྐྱབ།      | རྒྱ་སྒྲིམ་ནག་བབ་ཏྲིག་གཟུངས་  
 འདོན།      | བྱམ་མདོས་བདུད་ཀྱི་ཞལ་བསྐྱར་བྱ།      | མཐིང་  
 སྒྲིམ་མཐིང་བབ་གཙུག་ཏྲིར་འདོན།      | ལྷང་སྒྲིམ་ལྷང་བབ་  
 ལྷ་མཆོད་དང་།      | ལྷ་ལ་བསངས་བྱས་བྱ་བ་གཅེས།      | སེར་  
 སྒྲིམ་སེར་བབ་མཁར་ལས་དང་།      | ས་བརྒྱ་སྤངས་ཤིང་  
 སྤང་སློང་འདོན།      | དམར་སྒྲིམ་དམར་བབ་བཅན་མདོས་  
 དང་།      | བཅན་མཆོད་པ་ལ་འབད་པར་བྱ།      || ཎྟ      གསུམ་པ་  
 དུལ་ཀེག་ལ་བབས་པའམ།      | རོ་མོ་སོ་སོའི་གཉིས་ནག་  
 བབས།      | སྒྲེ་བ་གཉིས་ནག་སྟོ་བཅས་བྱ།      || ཎྟ      བཞི་པ་རྒྱལ་  
 སྟོ་འགགས་ལ་བབས།      | ངར་སྤྱད་ལོ་གངས་དེ་སྟོགས་  
 བསྐྱལ།      || ཎྟ      དུག་པ་སྤར་སྒྲེ་ལོའི་དགུ་མིག་      | རྒྱང་སྤྱགས་

ལ་སོགས་ཇི་ལྟར་ཡང་།      །གཙུག་ལག་ཁང་ངམ་རྟེན་  
 གསུམ་རྩེ། །མར་མེ་ལྷ་བཞུགས་སྤྲུལ་དང་། །གཙུག་ཏྲར་  
 ཆབ་གཏོར་དགུ་གངས་སམ།      །ཕོ་ལ་མདའ་དང་མོ་ལ་  
 འཕང་། །ལོ་གངས་ཁྲམ་བཏབ་ལ་རྩེས་འཇུགས། །རྩོ་དགུ་  
 བརྩིགས་ལ་ཕྱག་དགུ་བཙུལ། །ན་ཤིང་དགུ་མིག་ཐར་རོ་  
 བརྩོད། །ཡང་ན་སྐས་མིག་དགུ་ལ་འཛེག་། ཐར་རོ་ཞེས་བྱ་  
 མི་ཁ་དགུ་ །རྒྱབ་བསྐྱེལ་ཐུབ་ཅེས་གཞན་ཡང་ནི། །དགུ་  
 མིག་ནས་འདོན་གཏོ་བཙུལ་བྱ། ། ༥ བདུན་པ་དུར་མིག་ལ་  
 བབས་ཆོ།      །དུར་མིག་ནས་འདོན་དུར་མཚུན་  
 གསོལ། །དུར་ཁ་རྒྱས་འདེབས་རུས་གསུམ་གཏོ། །དུར་  
 ཁ་ཆེ་བརློག་ཅེས་བྱ་བའི།      །འཆི་བསྐྱེལ་ཆེན་པོའི་ཆོ་ག་

སེགས། །ཟབ་བཅས་པན་གཏོ་དང་དུ་སྒྲང་།། ༥ྟ །གནམ་གྱི་  
འཇུ་ཐག་ཆད་པ་ན། །ནམ་མཁའ་དགུ་འཕར་ཆོ་ག་  
དང་། །ནམ་མཁའ་འཐེན་མདོས་སྒྲ་བསྒྲུ་བྱ། །ས་ཡི་རྟེན་  
ཕྱར་ཕྱངས་པ་ན། །སྒྲུ་ལོ་གྲངས་བཏབ་ལ་མཆོད། །སྒྲུ་  
བཅན་རུ་མདོས་ཤ་རུ་གཡས་པ་བྱ། །གནམ་རྒྱང་ས་རྒྱང་  
ལ་བབས་ན། །ཕོ་ལྟ་འབྲོས་སྒྲུགས་ཆོ་ག་བྱ། །གཞན་ཡང་  
འདི་ལྟར་ཤེས་པར་བྱ། །ལོག་མེན་རང་ལོའི་ཐོག་རུ་  
ཕྱིན། །རང་གི་ལུས་ཀྱིས་རང་མི་ཐེག་ །མི་ཐེག་པ་ཡི་ཁུར་  
ཕོ་འབབ། །རྒྱང་མའི་ལོ་ཐོག་སྒྲི་བོ་ཕྱིན། །རྟོམ་དུ་རྒྱང་དེ་  
རྒྱང་མར་ངན། །སྒྲི་བོའི་ཐོག་རུ་རྒྱང་མ་ཕྱིན། །བདུད་ལྷ་  
གོན་ཞེས་སྒྲི་ལ་ངན། །པ་ཡི་ལོ་ཐོག་རུ་ཕྱིན་ན། །དོ་མ་

བྱིད་དེ་པ་ལ་ངན། །བྱ་ལོའི་སྟེང་དུ་པས་བྱེན་ན། །པ་བྱའི་  
 རོ་འཛིན་བྱ་ལ་ངན།། ༥ །གཞན་ཡང་ས་སྟོ་ལ་བབས་  
 ཆོ། །ཁང་ཆང་མི་འདིང་ས་མི་བཞོ། །ས་སྟེང་དང་ནི་ཏྲིག་  
 གཟུངས་བཟུགས། །འཕྱང་བའི་སྤྱི་མནན་ས་སྟོ་  
 བསྐྱམ། །རུས་པ་མི་གཅིག་མི་གསུམ་གྱིས། །ཆ་བྱའི་  
 གཟུངས་ཆར་བརྩ་གསུམ་འདོན།། ༥ །གནམ་སྟོ་ལ་བབས་  
 ཐོག་མི་འབྱུབས། །གནམ་སྟོ་སྟོམ་པའི་གཏོ་ཆོག་  
 བྱེད། །ཐོག་དང་རྒྱབ་ལ་འཛེམ་པ་དང་། །བྱི་གསར་མི་  
 གསོ་ཅེ་མི་སྟོན། །ནམ་མཁའ་སྟེང་པོའི་མཆོན་བརྒྱ་  
 འདོན། །གཙུག་ཏྲར་སྟོང་བསྐྱོག་བརྒྱ་བཞི་དང་། །ཐོན་གྱི་  
 ནམ་མཁའ་དགུ་འཕར་བྱ།། ༥ །གཞན་ཡང་བཟའ་ཆང་སྟེ་

དེལ་ནི། །དཀར་ནག་གཉིས་ལས་ནག་པོ་མང་། །དེ་ཡི་  
 རིམ་གྱོ་ཞིན་ཏུ་གཅེས། །སྐྱེས་པ་དང་ལ་སློག་ཁམས་  
 གཅེས། །བྱིས་པ་གཞོན་ལ་ལྷས་ཁམས་གཅེས། །བྱད་  
 མེད་རྣམས་ལ་དབང་ཐང་གཅེས། །ཡ་རབས་མཐོ་ས་  
 འཛིན་པ་དང་། །ཡོན་ཏན་ཅན་ལ་སྤྱང་ཏྟ་གཅེས། །དེ་སྟར་  
 དལ་ནག་ནན་གྱིས་བཅོས། །འདིར་ནི་གཏོ་རིམ་རང་དེལ་  
 གྱི། །འབྲས་བུ་དཀྱུས་བཞིན་མཆོན་ཅམ་བཀོད། །ངན་  
 སྐྱོན་སྣ་བསྐྱས་མང་བ་ལ། །རྒྱད་དང་གཏོ་གཞུང་ཇི་སྟེད་  
 ནས། །གཏོ་ཐབས་རིམ་པ་མང་གསུངས་བཞིན། །གཅེས་  
 དང་མི་གཅེས་འབྱོར་པ་སོགས། །རྒྱས་བསྐྱས་ཡུལ་དུས་  
 སྐབས་སྒྱར་སྒྲ། །ཞེས་པ་དེ་ཡང་བེ་རྩུར་དཀར་པོ་ནས་

བདུས་ཏེ་བྲིས་པའོ།། །



༥ གླེས་ཅིས་ལེགས་བཤད་དུལ་མེ་དང་གསལ་སྟོན་  
བྱང་འཇུག་ཤེལ་གྱི་མེ་ལོང་བཞུགས།།

ཨོ་སྤྲི།      འངས་མགོན་ཐུགས་རྗེའི་ཚུ་མཐོངས་ལས་  
འོངས་པའི།      །གཙུག་ལག་སྟོར་ཐང་རྟ་བདུན་རབ་ཤར་  
ཡང་། །སྤང་དོར་སྟོན་པའི་སྤྲ་མཁེན་ཆེས་ཉུང་བ། །འདི་གོ་  
ལུས་ཅན་སྐལ་བ་དམན་པའི་སྟོན།      །གླེས་ཆེན་འགྲོ་བའི་  
དོན་ཐེབས་དང་། །དེ་ལས་ལོག་པའི་མ་རུངས་བ། །མི་ཡི་  
ཚུལ་དུ་བབྱང་བ་ནམས།      །ཅིས་ཁོག་ཕྱང་བའི་ཡུལ་ལས་  
འདས། །འགྲོ་བ་རང་རྒྱད་མི་ལུས་ཅན། །ཀྱན་གྱི་ཆེ་འདིའི་  
བདེ་སྤྱག་འབྲས།      །གསལ་བར་སྟོན་པ་གསལ་སྟོན་  
ལུགས།      །རི་བཞིན་མདོར་བསྐྱུས་བྲི་བར་བྲ།      །(གདོད་

ནས་མདོན་པར་སངས་རྒྱས་ཀྱང་། །ས་བརྩ་སེམས་དཔའི་  
 ཚུལ་བབྱང་བ། །འཇམ་དབྱངས་སྣ་ལ་ཕྱག་འཆའ་  
 ནས། །སྐྱེས་ཅིས་མདོར་བསྐྱས་བྱི་ལ་སྟོ། །) ཞེས་མཆོད་  
 པར་བརྗོད་པའི་ཕྱག་གིས་མདུན་བསྐྱས་ནས། བ་ལོ་བ་  
 དང་ མ་ལོ་མའི་བྱ། རབ་བྱང་ གནམ་ལོ་ རྩ་བ་ པའི་  
 ཆེས་ དུས་ལ་སྐྱེས་པའི་ཆེ་ཅིས་བསྐྱན་པ་ལས། ། དང་  
 སོ་གནམ་ལོ་ནི། དུག་ཅུ་ལོ་ཡི་སྐྱེས་འབྲས་ལ། །ཞིང་སོ་  
 བྱི་བའི་ལོ་བ་ནི། །ཞེས་པ་གསལ་ཞིང་བཟོ་རིགས་  
 མཁས། །གཡོ་དང་ཕྱ་མ་གཉིས་ཀ་ཆེ། །ཐབས་ཀྱིས་སྐྱེ་  
 སོ་སྐྱ་བར་བྱེད། །ཟས་ནོར་འབྱིང་སྟེ་སྐྱ་ནད་མང་། །ཆེ་  
 ཆོད་བདུན་ཅུ་དོན་ལྟ་སྟེ། །བྱ་སྐལ་ལྟའམ་ཡང་ན་

གསུམ། །བར་ཆད་བདུན་དང་བཅས་པའོ། ། མེ་ཕོ་བྱེ་  
 བའི་ལོ་པ་ནི། །སེམས་བསྐྱེད་ཆེ་ཞིང་དྲན་པ་མང། །ཁོར་  
 དང་བས་ལ་སྤེད་པ་ཆེ། །གཞན་གྱི་མཆང་ཆེ་གསྐྱེ་ལ་  
 མཁས། །སྤྱ་སྤྱན་བབང་མོས་འགོ་བར་བྱེད། །ཕོ་ནད་  
 གཙོང་ནད་ཆད་ནད་དང། །སྤྱིང་ནད་ཅན་དུ་འགྱུར་བ་  
 ཡིན། །ཁ་མང་གཏིང་ནི་སྤྱོམ་པར་འགྱུར། ། ས་ཕོ་བྱེ་  
 བའི་ལོ་པ་ནི། །ལུས་ཐུང་སྤྱོད་གཙོང་ལས་ལ་  
 དགེ། །ཡིད་གཞུང་སེམས་སྤྱོན་ཆེ་བ་ཡིན། །ནད་ནི་བད་  
 ཀན་ཕོ་བ་བརྩེ། །མཆོན་ཕོག་གི་རུ་འཆི་བ་འོང། །ཁ་  
 འཇམ་རང་འདོད་ཆེ་བ་ཡིན། །ཆེ་ཆད་དུག་ཅུ་ཙ་བརྒྱད་  
 ཐུབ། །བར་ཆད་དུག་དང་བྱ་སྐལ་གཅིག ། ལྷགས་ཕོ་བྱེ་

བའི་ལོ་པ་ནི། །ལྷུས་རྒྱས་ཤེས་པ་གསལ་བ་ཡིན། །རྒྱལ་  
 ཀ་དག་ལ་རབ་དགའ་ཞིང་། །མང་པོའི་གསེབ་ན་སྟོང་ལྟར་  
 མཛེས། །དད་པ་ཆེ་ཞིང་ཀུན་ལ་འཇུག། ཕན་གཞོན་རྒྱས་  
 ལ་དགྲ་བགེགས་ཅུང་། །འཐབ་མོ་ལ་དགའ་འོར་གློད་  
 ཆེ། །མི་དོན་ཆེ་ལ་རང་དོན་ཆུང་། །ཆེ་ཆད་ལྷ་བརྩུང་  
 བདུན་སྟེ། །བྱ་སྐལ་ལྷ་དང་བར་ཆད་དུག། འོར་དང་འབྲུ་  
 ཆོགས་བརྟན་པ་ཡིན། །རྒྱལ་པོའི་དབང་དུ་མི་འགོ་  
 ཞིང་། །མི་རྣམས་ཀུན་གྱིས་འཁུར་བར་འགྱུར།། ༥ རྩ་ཕོ་  
 གྱི་བའི་ལོ་པ་ནི། །ཤིན་ཏུ་མཛེས་ལ་སེམས་སྤྲོ་ཆེ། །ཆེ་  
 ཆད་བདུན་ཅུ་ཅུ་གཉིས་འཕོ། །བར་ཆད་བདུན་དང་བྱ་  
 སྐལ་གཉིས། །ཡང་ན་ལྷ་ཡང་འབྲུང་བ་སྟིད། །ཟས་དང་

རྟོར་ལ་གོད་ཁ་ཆེ།                      །འདོད་ཆགས་བྱི་ལ་དགའ་བ་  
 ཡིན། །ཁོག་པ་གཡོ་དང་ཁྲམ་གྱིས་བརྒྱངས། །ཟས་རྟོར་  
 དག་ལ་ཞིན་ཏུ་བརྟག།    །ཤར་ནས་ཞིང་གཉན་ས་བདག་  
 གཞོད། ། ༥ ། ཞིང་མོ་སྤང་གི་ལོ་པ་ནི། །མཆན་མོ་ཅུང་ཟད་  
 གཉིད་ཆེ་ཞིང་། །ཡིད་གཞུང་སེར་སྒྲ་ཆེ་བ་ཡིན། །ཆེ་ཆད་  
 རྩལ་ཅུ་ཐམ་པ་བྱུག།                      །བར་ཆད་རྩལ་ཡིན་ཟས་རྟོར་  
 འདུ། །དག་སྒྲ་འཕང་ཞིང་ཕུང་སྤི་དང་། །དུར་ས་བྱས་པས་  
 ས་བདག་གམ། །ཡང་ན་ཞིང་གི་ས་བདག་གཞོད། ། ༥ ། མེ་  
 མོ་སྤང་གི་ལོ་པ་ནི།                      །ལུས་ཆེ་གཉིད་ཆེ་ཤེས་པ་  
 འཐིབ། །མིག་གི་དབང་པོ་ཉམས་པར་འགྱུར། །ཁ་ཟས་  
 འོངས་སྤྱོད་ཆེ་བ་ཡིན།                      །ཆེ་ཆད་བདུན་ཅུ་ཙ་གཅིག་

ཐུབ། །བར་ཆད་བརྒྱད་དང་བཅས་པའོ། །ལྷ་ཁང་རྒྱལ་  
 པའི་གཞོན་པ་འོང། །འབྲུ་དང་རྐང་བྲན་འཕེལ་བར་  
 འབྱུར། །བྱ་སྐལ་གཅིག་དང་བྱ་ཚོ་གཉིས། །ནད་ནི་བད་  
 ཀན་ཤས་ཆེར་འབྱུང་།། ༥ །ས་ཚོ་སྤང་གི་ལོ་པ་ནི། །ལྷས་  
 རྩེ་ང་རྒྱལ་སེམས་སྦྱོན་ཆེ། །ཟས་ནོར་ལོངས་སྦྱོད་ཆུང་བ་  
 ཡིན། །གཞི་ལ་གནས་པའི་ས་བདག་གཞོན། །མི་ཁ་བག་  
 ཅམ་ལྡང་བ་ཡིན། །སྒོ་སེམས་རྩུབ་ལ་གྱོང་ནིང་  
 གཏུམ། །ཆེ་ཆད་ལྷ་བརྩ་ཐམ་པ་ཐུབ། །བྱ་སྐལ་གཅིག་  
 དང་བར་ཆད་བདུན།། ༥ །ལྷགས་ཚོ་སྤང་གི་ལོ་པ་  
 ནི། །ལྷས་ཡངས་བཟོ་རིགས་ཀུན་ཤེས་ཤིང་། །བྲེད་པ་  
 བཟང་ལ་གོ་དོན་ཆེ། །ནད་དང་དབྱ་ཡི་གཞོན་པ་

ཅུང་། །གཉིད་དང་ལེ་ལོ་ཆེ་བ་ཡིན། །གྲོགས་དང་རྒྱལ་  
 རོས་དགའ་བར་བྱེད། །ཆུ་ལ་གནས་པའི་ས་བདག་  
 གཞོན། །ཆེ་ཆད་ལྷ་བརྩ་ཙ་ལྷ་སྟེ། །བར་ཆད་བདུན་ལ་བྱ་  
 རྒྱལ་གཉིས། །གཏུམ་ཞིང་ཤིན་ཏུ་གྱོང་བ་ཡིན། ། ༥ ། ཆུ་མོ་  
 སྒང་གི་ལོ་པ་ནི། །མི་རིགས་ཤིན་ཏུ་སྒྲེན་པ་སྟེ། །གཉིད་  
 དང་ལེ་ལོ་ཆེ་བ་ཡིན། །ལོ་ནི་བདུན་ཅུ་བར་ཆད་  
 བདུན། །ཞེ་ངན་ཆོག་རྩ་བ་ངག་མི་སྟོན། །རང་མཐོ་རང་  
 འདོད་ཤིན་ཏུ་ཆེ། །གཞན་མ་རྣམས་ལ་ཁ་འཇམ་བྱེད། །ཐ་  
 མ་གཡུ་ཡི་བྱ་བ་མང་། །བྱ་ཡི་རོ་ནི་གངས་མེད་  
 མཐོང་། །རོ་བསྐྱེགས་ས་ནས་ས་བདག་གཞོན། ། ༥ ། ཤིང་  
 རོ་སྟག་གི་ལོ་པ་ནི། །ཁྲོ་གཏུམ་འཐབ་རྩོད་ལས་ལ་



དགལ། །ལོ་ནི་རྩྱག་ཅུ་རེ་རྩྱག་ཐུབ། །བར་ཆད་ལྔ་དང་བྱ་  
 སྐལ་གསུམ། །ཟས་ནོར་སྐལ་བ་ཆེ་བ་ཡིན། །འདོད་  
 ཆགས་ཆེ་ལ་མིག་སེར་ཆེ། །གཏིང་ནི་ཐྱག་དོག་རང་  
 འདོད་ཆེ། །ནད་ནི་སྐྱན་དང་དམུ་ཅུ་དང་། །གག་ལྟོག་  
 འབྱུང་ཞིང་ས་བདག་གཞོད། །མ་ཡར་བྱ་ཡར་འདུག་པ་  
 འོང་། །རྒྱལ་པོ་དང་ནི་ཐེན་བྱང་གཞོད། ། ༥ྟ །མེ་པོ་སྟག་གི་  
 ལོ་བ་ནི། །ཁྲི་གཏུམ་ཆེ་ལ་ལུས་པོ་དྲག །མིག་ལྷུམ་ཁིངས་  
 པ་ཆེ་བ་ཡིན། །རང་ལ་མི་པན་གཞན་གཞོད་སྐྱེལ། །ཏྲ་  
 ཏུ་ཁོང་གའོང་ནད་མང་ལ། །ཆོས་ལ་མི་དད་སྟོ་བྱང་  
 ཞིང་། །ཆུང་མ་གཉིས་ཀྱི་བདག་པོར་འབྱུར། །བྱ་ཡི་སྐལ་  
 བ་བཞི་དང་ལྔ། །ཆེ་ཆད་དོན་དགྲ་བར་ཆད་ལ། །ཡོན་

ཏན་ཅན་གྱི་རིགས་སུ་སྐྱེས།      །གྱི་དང་མཛེ་ཡིས་ན་བ་  
 འོང་། །ནད་གཞི་སྤྱ་དང་བད་ཀན་ཆེ། ། ས་ཕོ་སྟག་གི་ལོ་  
 པ་ནི། །ལུས་རྒྱས་ཞེ་སྤང་བསོད་ལ་དགའ། །བས་ལ་སྤེད་  
 པ་ཆེ་བ་སྟེ། །རྩྱན་དང་ཡིག་ཆ་སྤྱ་ལ་མཁས། །དག་དང་  
 འདྲེ་ཡི་གཞོད་པ་ཅུང་།      །ཞིང་ས་སྟག་གཞུང་འདྲ་བ་  
 ནས། །ས་བདག་འཕྱེ་བོས་གཞོད་པར་འགྱུར། །ནད་དུ་  
 སྐྱན་དང་དམུ་ཆུ་འོང་། །ཆེ་ཆད་བདུན་ཅུ་ཡན་བུབ། །བར་  
 ཆད་བདུན་དང་བཅས་པའོ། །བྲག་རིའི་ཆེ་ནས་སྤྱ་བཅན་  
 གཞོད། །བྱ་ཡི་སྐལ་པ་གཉིས་ཅམ་ཡོད། ། ལྷགས་ཕོ་  
 སྟག་གི་ལོ་པ་ནི།      །ཁྱོ་གཞུམ་གསོད་ཅིང་གཏོང་ལ་  
 དགའ། །ལུས་ཕོ་བཟང་ཞིང་ཤ་ཡང་དགའ། །ཤ་ཆང་

ཆགས་སེམས་སྲེད་པ་ཆེ།      | ཆོག་རྩལ་སྤྲུལ་གྱི་མཆོན་  
 རོ། | བཅོན་དང་རྒྱལ་པོས་གནོད་པ་ཡིན། | ཆེ་ཡི་ཆད་ནི་  
 ཐུག་ཅུ་སྟེ།      | སློ་བུར་ཡེ་འདྲོག་བར་ཆད་ལ།      | བུ་སྐལ་  
 གཉིས་སམ་ཡང་ན་བཞི། | ཟས་ནོར་ལོངས་སྤྱོད་མི་བཟོན་  
 རོ།། ༥ རྩ་ལོ་སྤྲུག་གི་ལོ་པ་ནི། | ལུས་རགས་ཉམས་རྩལ་  
 དག་དང་ལྡན།                      | རང་ལུས་མཐོ་ཞིང་བསྐྱོད་ལ་  
 དགལ། | སེམས་སྤྱོན་ཆེ་ཞིང་བཅོས་པ་དགལ། | ཁ་རུ་  
 དགར་ལ་གཏིང་ལ་ནག              | བུད་མེད་དག་དང་སྦྱར་ལ་  
 དགལ། | གཞན་གྱི་བུད་མེད་རྒྱ་བར་བྱེད། | ཆེ་ཆད་དོན་  
 གཅིག་བར་ཆད་བདུན།                      | རྩལ་མ་བྱེ་བལ་བུ་སྐལ་  
 གཅིག། | ཟས་དང་ནོར་ལ་གང་སྤྱོད་ཆེ།། ༥ ཞིང་མོ་ཡོས་

གྱི་ལོ་པ་ནི། །ཤིན་ཏུ་གཡོ་དང་ལྡན་པ་ཡིན། །བྱད་མེད་  
 དག་ལ་ཤིན་ཏུ་དགའ། །གཞན་གྱི་ཆུང་མ་རྒྱ་བར་  
 བྱེད། །མཛའ་བོ་དག་ལ་དགའ་བར་བྱེད། །ཅིང་མོ་སྤྱ་གར་  
 ཏྲག་ཏུ་བྱེད། །ཆེ་ཆད་དྲུག་ཅུ་ཅ་བདུན་ཟུབ། །ནད་དང་  
 དབྱ་ཡི་འཇིགས་པ་མང། །རང་མཐོ་ཆེ་ལ་སྒྲོ་སྒྲ་  
 མང། །ར་དང་བོང་བྱའི་ཕྱིར་འབྲངས་ནས། །བསེ་རག་ལ་  
 སོགས་གཞོད་པ་འབྱུང། །བར་ཆད་དྲུག་དང་བཅས་པ་  
 ཉེ། །བྱ་ཆ་སྤྲ་ཆར་བྱི་ཆར་འོང་། ། ༥ །མེ་མོ་ཡོས་གྱི་ལོ་པ་  
 ནི། །སེམས་སྒྲིན་ཆེ་ཞིང་ངག་མི་ཉན། །བདེན་པར་མི་  
 ལྟོས་གཡོ་དང་ལྡན། །གཞན་གྱི་སྒྲིན་ནམས་ཏྲིག་པ་  
 དང་། །རང་གི་ཡོན་ཏན་བསྟོད་པར་བྱེད། །བྱད་མེད་དག་

ལ་རབ་ཏུ་དགལ། །དམ་པ་དག་ལ་མི་བསྟེན་ཅིང་། །དེ་ནི་  
 རང་བཞིན་མཁས་པ་ཅན། །ཆེ་ཆད་བདུན་ཅུ་དོན་ལྔ་  
 ལ། །བར་ཆད་བདུན་དང་ལྔ་ན་པ་ཡིན། །ཟས་ནོར་ལོངས་  
 སྟོང་ཆེ་བ་སྟེ། །ས་བདག་དང་ནི་རྒྱལ་པོས་གཞོད། །ཅུ་  
 སེར་གྲང་བའི་ནད་དང་ནི། །སྟོང་རྒྱང་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའོ། །  
 ས་མོ་ཡོས་གྱི་ལོ་པ་ནི། །སྒྲ་བ་མང་ལ་ཤེས་རབ་ཆེ། །སྒྲ་  
 དང་བསྟན་བཅོས་ཀུན་ཤེས་ཤིང་། །ཆེ་ཆད་ལྔ་བརྒྱ་ཐམ་  
 པ་ཐུབ། །བར་ཆད་དུག་དང་བུ་སྐལ་གཅིག་ །ཟས་ནོར་  
 ལོངས་སྟོང་ཅུང་བ་ཡིན། །གཞན་གྱི་བུད་མེད་སྟོང་པར་  
 གྱེད། །ཀུ་རེ་ཀུལ་ཀ་དག་ལ་དགལ། །མཐའ་བཞིའི་གཉེན་  
 ལ་ཐུང་འགྱོད་མང་། །རྒྱལ་རིགས་སྐྱ་རིགས་སྐྱ་འགས་

དང་། །པ་མེས་མཛེ་ཡིས་ཤེ་བ་ཡོད། །སྒོ་གཙང་ནད་ཀྱིས་  
 ཤེ་བ་འོང་། ། ༥ ལྷགས་མོ་ཡོས་ཀྱི་ལོ་བ་ནི། །སེམས་རྒྱ་  
 ཆེ་ཞིང་ཡིད་ཀྱང་གཞུང་། །བཙོན་འགྲུས་ཆེ་ཞིང་ཤེས་རབ་  
 རྒྱོ། །མི་ལ་བྱམས་ཤིང་གཏོང་སེམས་ཆེ། །གཟེར་བྱག་  
 རད་མང་ཡོན་ཏན་ཆེ། །གྲིར་ནི་འཆི་བའི་ཉེན་ཡོད་  
 དེ། །དམེ་དང་ས་བདག་གཞོད་པ་ཡོད། །ཁང་སྟོང་ལྷ་ཁང་  
 བསེན་མོས་གཞོད། །ཆེ་ཆད་དྲུག་ཅུ་རེ་གཅིག་སྟེ། །བར་  
 ཆད་ལྷ་དང་བྱ་སྐལ་ལྷ། །ཟས་ནོར་ལོངས་སྟོད་བག་ཅམ་  
 ཡོད་། ། ༥ རྩ་མོ་ཡོས་ཀྱི་ལོ་བ་ནི། །མི་རྣམས་ཀྱན་ལ་སྟོ་  
 མི་གཏོང་། །སྟོ་རུ་ངོ་སྟོག་སྟོག་གྲོགས་ཆེ། །ཆོང་དང་  
 གཉིད་ལ་དགའ་བ་སྟེ། །པ་ཡི་གདན་ས་འཕྲོག་པ་

ཡིན། །བརྗེད་ངེས་དང་ནི་སེར་སྣ་ཆེ། །དུར་ཁྱོད་སྣ་ཁང་  
 རྒྱལ་པོས་གཞོད། །གཡང་ས་ཆེན་པོ་མི་བར་བྱེད། །ཆེ་  
 ཆད་བདུན་ཅུ་ཅ་གཉིས་བྱུག། །བྱ་སྐལ་ཡ་ཡུད་ཆེ་བ་  
 ཡིན།། ༥ །ཤིང་ཕོ་འབྲུག་གི་ལོ་པ་ནི། །ང་སྟོ་ཡངས་ལ་བཟོ་  
 རིགས་མཁས། །ངག་འཇམ་སྟོ་མཁས་འགྲོགས་པ་  
 བདེ། །ནད་ནི་མཁྱིས་ཤས་ཆེ་བ་ཡིན། །འགྲོ་འདུག་ལ་  
 སོགས་འདུ་བྱེད་མང། །ཆེ་ཆད་དུག་ཅུ་རེ་དུག་  
 ཡིན། །བར་ཆད་དུག་དང་བྱ་སྐལ་ཉུང་། །ཆུ་མིག་ཆུང་དུའི་  
 ས་བདག་གཞོད། །མི་ནི་ཤིན་ཏུ་ཕྱག་དོག་ཆེ། །ཟས་ནོར་  
 དབང་ཐང་ལྡན་པ་ཡིན།། ༥ །མེ་ཕོ་འབྲུག་གི་ལོ་པ་  
 ནི། །ལུས་རྒྱས་ནོར་དང་བདེན་པར་སྟོ། །གཉེན་འདུན་



འཐབ་ཚུང་བྱེད་པར་འགྱུར།      །རྒྱན་མ་དག་ཡི་གཞི་ད་པ་  
མང་། །བྱིམ་ནི་ཡུགས་ས་མོ་ལ་དབང་། །ཆེ་ཆད་བདུན་  
རུ་རྩ་གཅིག་འཛོ།      །བར་ཆད་བདུན་དང་བྱ་སྐལ་  
གཉིས། །ནད་ནི་རྒྱང་མཁྲིས་འདོམ་པ་འོང་། །ནོར་བྱིར་  
ཐེའུ་བྲང་འབྲངས་པ་ཡོད།      །ཟས་ནོར་ལོངས་སྟོང་ཆེ་བ་  
ཡིན། ། ༥ །ས་མོ་འབྲུག་གི་ལོ་པ་ནི། །བདེན་པར་མི་སྦྲ་དག་  
སྟོན་ཆེ། །ལེ་ལོ་ཆེ་ཞིང་ཆང་ལ་དགའ། །གཞན་གྱི་བྱད་  
མེད་སྟོང་པར་བྱེད།      །དེ་ནི་མགུ་བའི་སེམས་དང་  
ལྡན། །ལུས་ལ་ནད་གྱིས་གཞི་ད་པ་ཅུང་། །སེམས་ནི་  
ཡངས་ཞིང་གཡོ་སྦྱ་ཆེ། །ཆེ་ཆད་ལྷ་བརྩ་རྩ་ལྷ་བྱུག། །བར་  
ཆད་བྱུག་དང་ལྡན་པ་ཡིན།      །བྱ་སྐལ་ལྷ་འཕ་ཡང་ན་

བདུན། །ཡོན་ཏན་ཅན་གྱི་རིགས་སུ་སྐྱེ། །ཟས་ནོར་  
 ལོངས་སྤྱོད་དང་པོ་ཆེ།། ༥ །ལྷགས་པོ་འབྲུག་གི་ལོ་པ་  
 རི། །ལྷས་རྒྱས་སྟོབས་ལྡན་སྤྲེལ་མཁས། །ང་རྒྱལ་སྡིག་  
 བའི་ལས་ལ་བཅོམ། །དགོ་བའི་ལས་ལ་བྱི་བའོལ་  
 བྱེད། །ནོར་ལ་གོད་ཁ་ཆེ་བ་ཡིན། །སྡིག་དགའ་བྱི་ནང་  
 གཉིས་ཀ་རྩུབ། །ཁ་འཇམ་ཆེ་ཞིང་སྤྱིང་ལ་ངན། །ཟས་ལ་  
 དགའ་ཞིང་བདེན་མི་སྤྲ། །ཤེས་པ་བརྟན་ལ་གཞན་མཆང་  
 བརྗོད། །ཆེ་ཆང་བརྒྱད་ཅུ་ཐམ་པ་བྱུབ། །བར་ཆང་གསུམ་  
 དང་ལྡན་པ་ཡིན། །བྱ་སྐལ་གཅིག་གམ་ཡང་ན་  
 ལྷ། །ལོངས་སྤྱོད་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཡིན། །སྤྱི་འབོག་རྒྱལ་པོ་  
 ལ་སོགས་གཞོད།། ༥ །ལྷ་པོ་འབྲུག་གི་ལོ་པ་རི། །ལྷས་ལ་

སྒྲེ་བའི་མཆན་མ་ཡོད།      །ཡུལ་མཁར་མི་རྟག་ཡང་ཡང་  
 བརྗེ། །མདའ་སོགས་ཅེད་མའི་ལས་ལ་དགའ། །ནོར་དང་  
 བྱ་ཆ་རབས་ཆད་མང།      །མི་རྒྱུད་སྒྲེན་པའི་ཉི་འབྲེལ་  
 མང། །ཆེ་ཆད་རྒྱག་ཅུ་ཅ་གཉིས་ཐུབ། །བར་ཆད་རྒྱག་དང་  
 ལྡན་པ་ཡིན། །བྱ་ཡི་སྐལ་བ་ལྡེམ་གཅིག། །ཟས་ནོར་གང་  
 སྟོང་ཆེ་བ་ཡིན།། །ཞིང་མོ་སྐལ་གྱི་ལོ་པ་ནི། །སེམས་  
 རྒྱུད་ལུས་རིང་ང་སྟོ་ཡངས།      །ཡ་རབ་བྱིས་ལ་མ་རབ་  
 ལྡང། །ནད་ཉུང་བྱ་དང་ལྡན་པ་ཡིན། །རང་འདོད་ཞིན་ཏུ་  
 ཆེ་བ་དང། །ཟས་ནོར་ལོངས་སྟོང་ཆེ་བ་ཡིན། །ཆེ་ཆད་  
 བདུན་ཅུ་༡༡་ཐུབ། །བར་ཆད་བཞི་དང་ལྡན་པ་སྟེ། །ཁ་ལ་  
 ཡངས་ཞིང་གཉིང་ལ་དོག      །ནོར་ལ་ངན་ལ་རང་མཐོང་

ཆེ།། རྩྭ་མེ་མོ་སྐྱལ་གྱི་ལོ་པ་ནི། །ལུས་རྒྱས་ནད་ཅུང་  
 རོགས་མོ་མང་། །བུད་མེད་ལྷ་འཕེལ་བདུན་ལ་དབང་། །ཕྱག་  
 ཅིང་གྲོང་སྐྱེར་བདག་པོར་འགྱུར། །གཞན་ཁ་འཛིན་ཅིང་  
 གུན་གྱིས་འཁུར། །བཟོ་རིགས་བསྟན་བཅོས་གུན་ལ་  
 མཁས། །ཆེ་ཆད་བདུན་ཅུ་དོན་གཅིག་འཆོ། །བར་ཆད་  
 བདུན་དང་བུ་སྐྱལ་གཉིས། །ནད་གཞི་རྒྱུང་དང་མཁྲིས་པ་  
 འོང་། །མཐའ་གཞུག་མཆོན་གྱིར་འཆི་བ་འོང་།། རྩྭ་ས་མོ་  
 སྐྱལ་གྱི་ལོ་པ་ནི། །སེམས་སྟོབས་ཆེ་ཞིང་རྩལ་དང་  
 ལྡན། །བས་ནོར་ལོངས་སྟོད་ཆེ་བ་ཡིན། །རྒྱ་འཕྲོག་དག་  
 ཡི་འཛིགས་པ་ཆེ། །མི་གཡང་ཉམས་ལ་རྩས་སྟོར་  
 འབྱུང་། །སྐྱེས་པ་བྱེས་སུ་ཉི་བ་ཡོད། །ཆུ་ཞིང་གཉན་པོའི་

ས་བདག་གཞིད།                      །ང་རྒྱལ་ཁོང་ཁྱོ་ལྷ་ས་སེམས་  
 ནག(དཀར)།    །ཆགས་སེམས་དང་ནི་ཕྱག་དྲི་ཆེ།    །ལེ་  
 ལོ་སྒྲིག་པའི་གྲོགས་ལ་དགའ་(ཆོས་ལ་དཀར)།    ཆེ་ཆད་  
 བདུན་ཅུ་ཅ་དགུ་ཐུབ།    །བར་ཆད་བཞི་དང་ལྡན་པ་ཡིན།    །  
 ཟས་ནོར་སྐལ་བ་ཆེ་བ་དང་།    །བྱ་སྐལ་དྲུག་དང་ལྡན་པ་  
 ཡིན།    །གྲི་མཆོན་ངོ་དང་འབྲས་ལྷོག་འོང་།།    ༥ ལྷགས་མོ་  
 སྐལ་གྱི་ལོ་བ་ནི།                      །ཤེས་པ་གསལ་ལ་བཟོ་རིགས་  
 མཁས།    །གཞན་གྱི་མཆོང་ཆེ་བ་བརྟག་ལ་དགའ།    །ཆོམ་  
 རྒྱན་དགའ་དང་གཞིད་པ་མང་།                      །གྲོགས་ངན་དག་དང་  
 འབྲལ་བ་ཡིན།    །ཆེ་ཆད་བདུན་ཅུ་དོན་བརྒྱད་ཡིན།    །བར་  
 ཆད་དྲུག་དང་བཅས་པའོ།    །ཟས་ནོར་སྒར་ཆུང་ཕྱིས་ནས་

ཆེ། །ཕ་མ་གཉིས་དང་འགྲོགས་ཡུན་ཐུང་། །གཞན་བྲིང་  
 ཆེ་ལ་ཕ་མེས་སར། །ལྷེབས་གིར་གདོན་དང་གཏན་ཐུར་  
 གཞོད། །ནད་གཞི་གག་སྟོག་སྟོ་ཐུར་དུ། །ཡང་ན་སྟོ་  
 འཛོག་ཡོད་པ་ཡིན། །བྱ་ཡི་སྐལ་པ་གསུམ་ཞེས་  
 བཤད། ། ༥ རྩ་མོ་སྐལ་གྱི་ལོ་པ་ནི། །སྟོང་ནས་ཞེ་སྒང་ཆེ་  
 བ་ཡིན། །གྲོགས་ལ་མི་ཡི་ལོངས་སྟོད་ཆེ། །ལག་བཟོ་  
 ཡོད་གྱི་སྤ་མ་སྟ། །ཆེ་ཆད་དུག་ཅུ་ཅ་བརྒྱད་ཐུབ། །མི་རྒྱད་  
 རབས་ཆད་མང་བ་ཡིན། །བྱ་ཡི་རྒྱལ་པོས་གཞོད་པ་  
 ཡོད། །བྲག་དམར་ལ་གནས་ས་བདག་གཞོད། །ཁྱང་རྒྱང་  
 རྒྱུ་གིས་ཉེན་པར་འགྱུར། །ཁར་འདོན་ཡངས་ལ་ཁོང་པ་  
 རྒྱང་། །བྱ་ཡི་སྐལ་པ་ཉུང་བར་བཤད། ། ༥ ཞིང་ཕོ་རྟ་ཡི་

ལོ་པ་ནི། །གཡོ་སྐྱ་ཆེ་ལ་འགོ་ཁ་མི་བདེ། །ཞེ་སྒང་ཆེ་ལ་སྒོ་  
 སྒྲ་བརྒྱལ། །དང་པ་དང་ནི་གདུང་སེམས་ཆུང་། །ཤེས་དང་  
 བརྒྱལ་ཁྱགས་ཆེ་བ་ཡིན། །གྲོགས་ལ་དགའ་ཞིང་སྐྱ་བ་  
 མང་། །ནད་གཞི་སྤང་དང་བད་ཀན་ལྡང་། །རྒྱལ་པོ་ས་  
 བདག་གཞོན་པ་ཡིན། །ཆེ་ཆད་བྱུག་ཅུ་བྱ་སྐལ་  
 གཅིག །བར་ཆད་གསུམ་དང་ལྡན་པའོ། ། ༥ མེ་ལོ་རྟ་ཡི་  
 ལོ་པ་ནི། །ཁྲི་གཏུམ་ཆེ་ལ་ང་སྒོ་ཡངས། །ཁི་བྲག་ཆེ་ཞིང་  
 འཐབ་ལ་དགའ། །ཞོར་ནི་ཕྱགས་སུ་ཆུང་བ་ཡིན། །རྟ་དང་  
 ཁྲི་ལ་བཅི་བ་སྟེ། །མི་ལ་གཞོན་ཅིང་གྲོགས་ལ་བཅོན། །དེ་  
 ནི་ཆུང་མ་དག་དང་ལྡན། །ལོངས་སྤྱོད་མི་རྟག་འདོད་ཐག་  
 ཉེ། །ནད་ནི་སྒོ་གཟེར་ཆད་ནད་མང་། །གྲེ་བོ་དང་ནི་རྒྱལ་



བོས་གཞོད། །བར་ཆད་བདུན་དང་བུ་སྐལ་གཉིས། །ཆེ་  
 ཆད་བདུན་ཅུ་དོན་བརྒྱད་བུ། ། ས་ཕོ་རྟ་ཡི་ལོ་བ་  
 རི། །དཔའ་ཞིང་སྤྱོད་བྱང་ཆེ་བ་མི་བརྟན། །མཁས་དམན་  
 གུན་གྱིས་རེ་སར་འོང། །བསོད་ནམས་དག་ལ་བར་ཆད་  
 ཆེ། །དབྱ་དང་ནད་གྱི་གཞོད་པ་མང། །ཆེ་ཆད་བདུན་ཅུ་  
 དོན་ལྔ་སྟེ། །བར་ཆད་བདུན་དང་བུ་སྐལ་གཉིས། །འཁོན་  
 དང་ཆེས་དགོར་ལྟ་འདྲེས་གཞོད། །ཕུར་ཁ་རྒྱལ་འདྲེས་  
 གཞོད་པ་ཡིན། །ཟླ་གམ་ཞིང་ནས་ས་བདག་གཞོད། ། སྤྱོད་  
 ལྷགས་ཕོ་རྟ་ཡི་ལོ་བ་རི། །ལེ་ལོ་ཆེ་ཞིང་གཉིན་ལ་  
 དགའ། །གཞན་སྤྱོད་བལྟ་ལ་རང་སྤྱོད་སྤང། །བཟའ་བ་  
 དག་ལ་དགའ་བར་བྱེད། །ཆེ་ཆད་ལྔ་བཅུ་ཅུ་བདུན་

ཐུབ། །བར་ཆད་བྱུག་དང་བྱ་སྐལ་བཞི། །རྟོར་གོད་ཆེ་ཞིང་  
 བྱ་གསོ་དགའ། །མཁར་ལས་བྱས་པས་ས་བདག་  
 གཞོད། །ནད་གཞི་གང་རྒྱང་ཤས་ཆེར་འབྱུང་། ། ༥ རྩ་ཕོ་རྟ་  
 ཡི་ལོ་པ་ནི། །ཤེས་རབ་ཤིན་རྟུ་ཆེ་བར་བཤའ། །གཞན་  
 གྱི་མི་ཆོག་བཟོ་ལ་མཁས། །མ་རིག་འཁྱལ་རྒྱང་དཔལ་  
 དང་ལྡན། །སོ་ནམ་རེས་ཡོད་རེས་མེད་བྱེད། །ཁོང་བྱང་  
 རྒྱ་རྒྱང་གཞན་སྦྱོན་མཁས། །གཞན་གྱི་དབང་དུ་མི་འགྲོ་  
 རྟེ། །ཆེ་ཆད་བདུན་རྩ་ཅ་བདུན་ནམ། །ཡང་ན་ལྔ་བརྒྱ་ད་  
 བདུན་ཐུབ། །བར་ཆད་བརྒྱད་དང་བཅས་པའོ། །གཞན་  
 རྟོར་ལོངས་སྦྱོད་ཆེ་བ་ཡིན། །བྱ་ཡི་སྐལ་བ་གསུམ་མམ་  
 བཞི། །ནད་གཞི་སྦྱིང་འཕྲོ་ན་བ་འམ། །ས་བདག་དང་ནི་

སྤུང་ཁས་གཞོད།      །རབས་ཆད་ནོར་གྱིས་འཕྱང་འཛེ་  
 ལངས། །དགོར་དང་ནོར་ལ་རྒྱལ་བསེན་གཞོད། ། ༥ྟ །ཞིང་  
 མོ་ལྷག་གི་ལོ་པ་ནི།      །ལུས་རྒྱས་དབང་པོ་གསལ་བ་  
 རྟེ། །ཆེ་ཆད་རྒྱག་ཅུ་བྱ་སྐལ་གཉིས། །བར་ཆད་གསུམ་  
 དང་ལྡན་པ་ཡིན། །ཤེས་པ་སྤྱན་ལ་ཟས་ལ་དགའ། ། ༥ྟ །མེ་  
 མོ་ལྷག་གི་ལོ་པ་ནི།      །ལུས་རྒྱས་གཞུང་བཟང་ཕྱི་ཐག་  
 རིང་། །སེམས་ལ་བསམ་པའི་དོན་རྣམས་འབྱུག། །སྒྲི་  
 སྤྱན་ཡིད་འོང་ངོ་ཤེས་ཞིང་།      །ནོར་སྤེད་ཆེ་ལ་བར་ཆད་  
 བདུན། །ཆེ་ཆད་བདུན་ཅུ་ཅ་བདུན་ཏེ། །བྱ་དང་ཆ་བོ་མང་  
 བ་ཡིན། །དབྱ་དང་གདོན་གྱི་གཞོད་པ་མང་། །ཞིང་ས་ཟུར་  
 གསུམ་ས་བདག་གཞོད། ། རྣད་གཞི་མཁལ་མ་གཙོང་རྣད་

རོང་། ། ལྷ་ས་མོ་ལྷག་གི་ལོ་པ་ནི། ། རྒྱུ་མང་དག་ཡི་  
 འཛིག་ས་པ་འབྱུང་། ། ཆེ་ཆད་རྒྱག་ཕུ་བར་ཆད་བཞི། ། བྱ་  
 སྤང་ཞོར་སར་དག་ངོ་ལྡང་། ། ལྷར་ཁ་དང་ནི་མཛེ་གིས་  
 གཞོད། ། བྱི་མིས་བྱམས་ལ་ནང་མིས་སྤང་། ། གོད་ཁ་ཆེ་  
 ཞིང་གཅིག་བརྒྱད་བྱེད། ། རྒྱུད་རྒྱག་སྤེལ་མར་བཤའ་ད་པ་  
 ཡིན། ། ཁ་ནས་ཐོ་ཅོ་བེར་ལ་དགའ། ། ཡིད་ནི་བྱ་མོའི་  
 རྒྱུགས་སྤྱ་འཕྱོ། ། བྱད་མེད་ཡིན་ན་ཐོ་ལ་འཕྱོ། ། རང་འདོད་  
 ང་རྒྱལ་ཆེ་བ་ཡིན། ། ལྷག་ས་མོ་ལྷག་གི་ལོ་པ་ནི། ། ལྷས་  
 རྒྱས་དབང་པོ་འདུལ་བ་སྟེ། ། དན་རིག་རྒྱུང་ཞིང་མིག་ནད་  
 མང་། ། ཆེ་ཆད་བརྒྱད་ཕུ་བྱ་གཅིག་སྟེ། ། བར་ཆད་བཞི་  
 དང་དག་གཞོད་མང་། ། ཁ་སྤྲས་མང་ཞིང་བྱ་སྤྲལ་

ཅུང་། །གཞོན་དུ་སྟུ་བཅན་གཞོན་པ་ཡིན།། ༥ རྩ་མོ་ལུག་  
 གི་ལོ་པ་ནི། །ཤེས་རབ་རྩུང་ཞིང་འགྲོ་ལ་དགའ། །སྤེད་  
 པའི་འདུ་ཤེས་ཆེ་བ་ཡིན། །བར་ཆད་ལྷ་དང་བྱ་སྐལ་  
 ཅུང་། །ཟས་ནོར་ལོངས་སྤྱོད་ཆེ་བ་ཡིན། །ཆེ་ཆད་བདུན་ཅུ་  
 ཅུ་གསུམ་ཐུབ། །རྒྱ་འཕྲོག་དག་ཡི་འཇིགས་པ་  
 འབྱུང་། །གཡང་ཉམས་རྟ་ལུགས་སྟོར་བའོ། །སྐྱེས་པ་  
 གྲེས་སུ་ཤི་བ་ཡོད། །ཤིང་གཉན་རྩུ་གཉན་ས་བདག་  
 གཞོན། །ནད་དུ་བད་ཀན་ཆེ་བར་ཡོང་།། ༥ ཤིང་ཕོ་སྤྱེའུའི་  
 ལོ་པ་ནི། །ལུས་རྒྱས་གདུང་སེམས་ཤིན་ཏུ་ཆེ། །བར་ཆད་  
 བདུན་དང་ལྡན་པ་ཡིན། །སྤྲིག་པའི་གྲོགས་པོ་བསྟོད་ལ་  
 དགའ། །ཆེ་ཆད་བདུན་ཅུ་ཅུ་བརྒྱད་ཐུབ། །གཉིད་རྩུང་དག་

མང་སེམས་གཡོ་ཆེ།      |རང་དོན་ཆུང་ཞིང་ཡུལ་གཉིས་  
 འཛིན།      |ནད་མང་གྱུད་ཚྱུང་གཞི་མ་བྱེད།      |ཆུ་ལྷང་རི་  
 གཟར་ཅེ་མོ་ནས།      |བཅན་དང་ས་བདག་རྒྱལ་པོས་  
 གཞོད།      |བས་ཀྱི་སྐལ་པ་མཐོ་དམའ་ཆེ།      |བྱ་ཡི་སྐལ་པ་  
 ལྡུམ་གཅིག། ༄། མེ་པོ་སྤྲེལ་འོ་པ་ནི།      |ཆེ་ཆད་དུག་ཅུ་  
 ཅུ་བདུན་ཐུག། |ནད་གཞི་སྤྱང་དང་མཁྲིས་པ་མང།      |གོས་  
 དང་རྒྱན་ཆ་ལ་དགའ་ཞིང།      |བར་ཆད་ལྡ་དང་ལྡན་པ་  
 ཡིན།      |གྲོང་བྱེར་ལྡ་ཡི་དེད་དཔོན་འགྱུར།      |བས་ནོར་  
 འོངས་སྤྱོད་ཆེ་བ་ཡིན།      |བྱ་ཡི་སྐལ་པ་ལྡ་དང་ལྡན།      |ཁ་  
 ཡངས་ངོ་རྒྱུད་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱང་ཆེ།      |འདོད་ཆགས་ཆེ་ལ་  
 གཞན་མཆང་རྟོག། |ང་རྒྱལ་ཆེ་ཞིང་འོངས་སྤྱོད་ཅུང་།། ༄།

ས་ཕོ་སྒྲུབ་ལེ་པ་ནི།     །འགྲོགས་ལ་བདེ་ཞིང་སྤྱོད་ལམ་  
 མཛེས།     །ཤེས་པ་དལ་ལ་སྒྲ་བ་མཁས།     །བྱེད་པ་ཐམས་  
 ཅད་དོན་ཡོད་འགྱུར།     །ང་རྒྱལ་ཆུང་ཞིང་དོན་དང་  
 ལྡན།     །མི་རྣམས་ཀུན་གྱིས་བཀྱར་བ་འོང་།     །ཆེ་ཆད་  
 བདུན་ཅུ་དོན་བརྒྱད་ཡིན།     །བར་ཆད་ཆེ་འཕྲང་དགྲ་འོང་  
 ཞིང་།     །བུ་སྐལ་དག་ཀྱང་གསུམ་དུ་ཡོད།     །ཁོར་དང་  
 ལྷགས་སུ་ལྡན་པ་སྟེ།     །ནད་གཞི་རྩུང་དང་བད་ཀན་  
 འོང་།     །ཞིང་ས་རྒྱམ་པོ་ལ་གནས་པ་འི།     །ས་བདག་རྗེ་  
 རིགས་གཞོད་པར་བྱེད།།     ༎     ལྷགས་ཕོ་སྒྲུབ་ལེ་པ་  
 ནི།     །མཐོང་ན་སྒྲེས་བུ་ཀུན་དགའ་ཞིང་།     །ཤིན་ཏུ་གཟུགས་  
 མཛེས་ཡིད་དུ་འོང་།     །ཁོར་དང་ལོངས་སྤྱོད་ཆེ་བ་



ཡིན། །ཅུལ་ཆེ་གོད་ཆེ་དམེ་བྱེད་སྟེད། །ཀུན་གྱི་བས་  
 འཆོལ་གས་ཁར་སྟེད། །ཆེ་ཆད་བདུན་ཅུ་བར་ཆད་  
 བརྟེད། །བྱ་སྐལ་ལྷ་འམ་ཡང་ན་གཅིག་། །གདོན་དུ་སྟེ་ཡི་  
 སྟར་ཁ་དང་། །ལྷེ་བ་འདྲེ་མ་མོས་གཞོད་པ་ཡིན། །དམག་  
 དང་དག་ཡི་འཛིགས་པ་འབྱུང་།། ༥ ཅུ་ཐོ་སྟེ་ཕྱི་ལོ་བ་  
 རི། །སྟེ་ཅུལ་ཆེ་ལ་དབང་པོ་རྟོ། །དན་རིག་གསལ་ཞིང་  
 འདུ་བྱེད་བཟང་། །ཆེ་ཆད་ལྷ་བཅུ་ཅུ་བདུན་ཏེ། །བར་ཆད་  
 བདུན་དང་ལྷན་པ་ཡིན། །གྲོང་བྱེད་ལྷ་ཡི་བདག་པོར་  
 འབྱུང་། །མེ་སྟང་འབར་འདྲེ་ས་བདག་གིས། །མི་གཞོད་  
 སྟོབ་པ་ཞིན་ཏུ་ཆེ། །བྱ་ཡི་སྐལ་པ་གསུམ་ཙམ་  
 ཡོད། །ལོངས་སྟོད་ཆེ་ཞིང་སྟོར་རྟོ་སྟེ། །དམེ་དང་ལག་རྩལ་

ཡོང་དོགས་ཡོད།། རྩེ་མོ་བྱ་ཡི་ལོ་པ་ནི། །ལུས་པོ་སྡོ་  
 ཞིང་གཙོང་ནད་མང་། །ཀླན་རིམ་དག་ལ་ནད་གཞི་  
 འཁྱུག་། །གཉན་དང་རྩ་བ་འཁྱུག་པར་འགྱུར། །ཆེ་ཆད་དྲུག་  
 ཅུ་ཐམ་པ་བྱུག། །གྲོགས་དང་གཉན་ཆད་དག་རུ་  
 ལྡང་། །འཐབ་རྩེད་ལ་དགའ་འདྲེ་མོ་དང་། །དམ་ལས་  
 འདས་པའི་གེ་མོས་གཞོད། །བྱ་ཡི་སྐལ་པ་གཅིག་གམ་  
 གསུམ།། རྩེ་མོ་བྱ་ཡི་ལོ་པ་ནི། །སེམས་ཡང་གཡོ་སྒྱུ་  
 ཁ་ཕོ་ཆེ། །ལག་པ་བཟོ་ལ་གདོང་ཡང་དྲག་། །རྒྱ་དང་སྒྲིག་  
 གཙོང་ལས་ལ་བརྩོན། །བརྗེད་ངེས་ཆེ་ཞིང་འདོད་པ་  
 ཆེ། །དུར་ཁྲོད་ལྟ་ཁང་འདྲེ་མོས་གཞོད། །ཆེ་ཆད་དྲུག་ཅུ་  
 རྩེ་ལྟ་བྱུག། །བར་ཆད་དྲུག་དང་ལྡན་པ་སྟེ། །གྲི་མཆོན་ནད་

གྱི་འཇིགས་པ་ཆེ། །བྱི་ལ་ཤིན་ཏུ་དགའ་བ་ཡིན།། ༥ ས་མོ་  
 བྱ་ཡི་ལོ་པ་ནི། །ང་སྟོ་ཡངས་ལ་ཤེས་པ་གསལ། །མི་  
 རྣམས་བྱིས་ལ་ཁ་སྟོ་བྱང་། །ཕྱག་དོག་སེར་སྒྲ་ཆེ་བ་  
 སྟེ། །ང་རྒྱལ་ཆེ་ཞིང་འདོད་ཆགས་ཆེ། །ཁང་ཞིང་དག་གི་  
 ས་བདག་གཞོན། །མིག་དང་དབང་པོ་ཉམས་པ་  
 དང་། །ནད་ནི་མཁྲིས་པ་ཆེ་བ་ཡིན། །ཆེ་ཆད་བདུན་ཅུ་  
 བར་ཆད་བདུན། །བུ་སྐལ་བྱག་དང་ལྡན་པ་ཡིན།། ༥  
 ལྷགས་མོ་བྱ་ཡི་ལོ་པ་ནི། །དཔལ་དང་དབང་ཕྱག་ཆེ་བ་  
 ཡིན། །ནོར་དང་འབྲུ་ཡང་ཆེ་བར་འགྱུར། །བཟའ་བཏུང་  
 གཉིས་ཀ་ཆེ་བ་དང་། །ཆགས་སེམས་ཆེ་ཞིང་དག་ལ་  
 དགའ། །སྟེ་བོའི་གཙོ་བོར་གྱུར་པ་ཡིན། །ལོངས་སྟོན་

དག་ལ་རྟག་ཏུ་དག་ལ།      །དམེ་འདྲེ་དང་ནི་མཛེ་འདྲེས་  
 གཞོད། །ཆེ་ཆད་བདུན་ཅུ་ཐུབ་པ་ཡིན། །བར་ཆད་བདུན་  
 དང་བུ་སྐལ་བཞི། །ནད་གཞི་རྒྱང་དང་ཆད་པ་འོང་། ། ༥ ་ ལྷ་  
 མོ་བྱ་ཡི་ལོ་པ་ནི།      །ལུས་སེམས་གཉིས་ཀ་གཡེངས་པ་  
 རྟེ། །སེམས་ནི་མི་བརྟན་བརྩེད་ངེས་ཆེ། །འགྲོ་ལ་དག་ལ་  
 ཞིང་གྲོགས་པོ་མང་།      །གཡོ་ལ་དག་ལ་ཞིང་ཆེ་ག་མི་  
 བཅན། །ཆེ་ཆད་དྲུག་ཅུ་ཐུབ་པ་ཐུབ། །བར་ཆད་དགྲུ་དང་  
 བཅས་པ་འོ། །ཁས་ཉན་གཞན་གྱི་དབང་དུ་འགྲོ། །ཞིང་ལ་  
 གནས་པ་འེ་ས་བདག་གཞོད།      །ནད་ནི་རྒྱང་དང་ཆད་པ་  
 འོང་།      །གྲོགས་པོ་བྲིམ་མཆེས་ལ་སོགས་པ།      །ཉེ་བ་  
 དགྲར་ལྡང་བུ་སྐལ་གཉིས།      །ལྷ་མིག་ནི་ལྷ་གསེང་གྲུ་སྐྱོན་

འགོ། །གྲོང་ཁྱེར་སེར་སྐྱའི་འགོང་པོས་གཞིད།། ༥ །ཞིང་ཕོ་  
 བྱི་ཡི་ལོ་པ་ནི། །སྐྱུ་ཅལ་ཆེ་ལ་དབང་པོ་རྣོ། །བྲན་རིག་ཆེ་  
 ཞིང་ལུས་བྱད་བཟང་། །ཆེ་ཆད་བདུན་ཅུ་དོན་དགུ་  
 ཉེ། །བར་ཆད་ལྷ་དང་ལྷན་པ་ཡིན། །གྲོང་ཁྱེར་བདག་  
 པོ་འཕ་རྩེ་བོ་འོང་། །མེ་ལུང་འབར་བ་འདྲ་བ་ནས། །སྐྱ་  
 བཅན་བཟང་པོས་སྟོང་གོགས་བྱེད། །བྱ་གསུམ་འཕྲལ་གྱི་  
 འོངས་སྟོད་ཆེ། །དམེ་དང་ལག་བཅོ་ག་འོང་དོགས་  
 ཡོད།། ༥ །མེ་ཕོ་བྱི་ཡི་ལོ་པ་ནི། །ནད་མང་རབས་ཆད་  
 གུམ་མ་འདྲ། །སེམས་དགོ་སྟོ་རིང་གཙོ་བོ་བྱེད། །དབེན་  
 གནས་ས་བདག་གཞིད་ཅིང་སྒྲིག། །གྲོང་ཁང་མེས་འཆིག་  
 འོང་བར་འགྱུར། །ཆད་ནད་མཁྱིས་པའི་ན་ཆ་འོང་། །གྲེ་བོ་

ཅན་དང་ས་བདག་གཞོད།      །ཆེ་ཆད་བྱུག་ཅུ་ཅ་བརྒྱད་  
 ཡིན། །བར་ཆད་བདུན་དང་བྱ་སྐལ་གསུམ། ། ༥ྟ །ས་ཕོ་བྱི་  
 ཡི་ལོ་པ་ནི། །སྟོ་བྱང་ཁོ་ཞིང་སྟོ་སེམས་མང་། །བྱེད་ཆེ་ག་  
 མང་ཞིང་འདོད་ཞེན་ཆེ།      །མི་ལ་འཕྱ་དང་ཅེད་མོར་  
 དགེ། །རྒྱང་མཁྲིས་ནད་གཞི་ཞེན་ཏུ་ཆེ། །ཞེ་བའི་མི་དང་  
 འགྲོགས་པ་མི།      །སྟོང་མི་དགེའ་ཞིང་ལོངས་སྟོད་  
 ཅུང་། །བྱ་ཡི་སྐལ་པ་གསུམ་མམ་བཞི། །ཡང་མེས་བ་  
 འདྲེས་གཞོད་པར་བྱེད།      །ཆེ་ཆད་བདུན་ཅུ་བར་ཆད་  
 བདུན། ། ༥ྟ །ལྷགས་ཕོ་བྱི་ཡི་ལོ་པ་ནི། །ཞེས་པ་གསལ་  
 ཞིང་སྟོད་ལམ་མཛེས། །སེམས་དཀར་དགོ་བ་དགེའ་  
 བཅོན། །བཟོ་རིག་མཁས་ལ་སྟོ་དོན་ཅུང་། །འཛིག་ཏེན་

རིག་པ་ཤིན་ཏུ་ཚོངས།     |གཉིད་ཆེ་འབྱུ་ནོར་འཕེལ་བར་  
 འགྱུར། |བྱ་ཡི་སྐལ་པ་གསུམ་མམ་བཞི། |ཁྲེལ་དང་ངོ་ཆ་  
 ཤེས་པའོ། |ཆེ་ཆད་དོན་བདུན་བར་ཆད་བདུན།། ༥ ཚུ་ཕོ་  
 བྱི་ཡི་ལོ་པ་ནི། |སྐྱེ་བོ་རྟག་ཏུ་སེར་སྒྲ་ཅན། |ནད་དང་དགྲ་  
 ཡི་འཇིགས་པ་འབྱུང་།                     |མི་སྦྱག་མཆོན་མ་མང་བ་  
 ཉེ། |ལུས་པོ་ནད་དང་མཆོན་གྱིས་ཉེ། |གཉིན་དང་  
 གྲོགས་གྱིས་མི་ཤེས་ཤིང་། |སྒྲིག་དང་མི་དགོ་ལས་ལ་  
 བཅོལ། |ཆེ་ཆད་རྒྱག་ཏུ་ཅ་གསུམ་སྟེ། |འདྲེ་གཏོན་  
 བགོགས་དང་ས་བདག་གཞོད། |བྱ་དང་ནོར་གྱི་སྐལ་པ་  
 ཚུང་། |མཆོན་དང་རྒྱལ་པོའི་འཇིགས་པ་འབྱུང་།། ༥ ཤིང་  
 མོ་ཕག་གི་ལོ་པ་ནི། |ལུས་དང་ཤ་ཁྲག་ཆེ་བ་སྟེ། |ཤིན་ཏུ་



ཁྲོ་ཞིང་གཏུམ་པ་ལ། ཁྲོང་དུང་རོ་ཡང་བ་ཡིན། ཁྲོགས་  
 དང་མཛའ་བོས་སྒྲུ་བར་བྱེད། ཁེ་ཆད་དྲུག་ཅུ་ཅ་བཞི་  
 ཟུག། ཁར་ཆད་ལྷ་དང་ལྷན་པ་ཡིན། ཁི་བདེ་པན་པར་  
 འོང་དོགས་ཡོད། ཁབས་ཆད་ནོར་གྱིས་པན་པར་  
 འགྱུར། ཁྱེ་མོ་པག་གི་ལོ་པ་ནི། ལུས་ངན་ནད་གྱི་  
 གཞོད་པ་མང། ལ་རབས་གོང་མ་དག་རུ་ལྡང། ཁྲོང་  
 ཁང་མེ་ཡིས་འཆིག་པ་དང། ཁཛ་ནད་མཁྲིས་པ་ཤས་  
 ཆེའོ། ཁྲེ་བོ་བཅན་དང་ས་བདག་གཞོད། ཁེ་ཆད་དྲུག་ཅུ་  
 ཅ་བརྒྱད་ཡིན། ཁར་ཆད་བདུན་དང་བཅས་པའོ། ལུ་ཡི་  
 སྐལ་པ་གསུམ་དང་ལྷན། སྐྱེ་མོ་པག་གི་ལོ་པ་  
 ནི། ལེས་པ་ཆུང་ཞིང་དག་གཞོད་མང། ལཱ་ཉེན་བལེས་

མི་ལ་ཕན་ཐོག་ཅུང་།      །སྒྲོན་ཆད་བསྟེན་པའི་ཕོ་འདྲེ་  
 དང་། །ཉ་འདྲེའི་ཞིང་གི་ས་བདག་གཞོན། །ཆེ་ཆད་རྩྱག་ཅུ་  
 ཅུ་བདུན་ཐུབ། །བར་ཆད་ལྡ་དང་བྱ་སྐལ་གཉིས། །བས་  
 རོར་ལོངས་སྦྱོད་ཆེ་བ་ཡིན།། ༥ །ལྷགས་མོ་ཕག་གི་ལོ་པ་  
 རི། །ཤེས་པ་གསལ་ཞིང་སྦྱོད་ལམ་མངེས། །སྐྱེ་བོ་ཀུན་  
 གྱིས་འབྱུལ་བའི་གནས། །བྱད་མེད་གཉིས་དང་ལྡན་པ་  
 ཡིན། །དཔལ་ཡང་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཡིན། །དང་ཕོ་འཁོར་གྱི་  
 ས་ལ་གཞོན། །བྱ་ཡི་སྐལ་པ་གཉིས་སམ་བཞི། །བར་ཆད་  
 བདུན་དང་ལྡན་པ་ཡིན།      །ཆེ་ཆད་བདུན་ཅུ་ཐུབ་པར་  
 བཤད།། ༥ །ཆུ་མོ་ཕག་གི་ལོ་པ་རི། །ཤེས་བྱ་ཆེ་ཞིང་སྒྲོ་  
 གྲོས་བརྟན། །མངོན་པའི་ང་རྒྱལ་ཕྱག་དོག་ཅན། །འབྱེད་

ལ་དགའ་ཞིང་ནོར་དང་ལྷན།     །ཆེ་ཆད་དྲུག་ཅུ་བར་ཆད་  
 ལ།     །བྱ་སྐལ་བཞི་སྟེ་བ་ལང་དང་།     །ཟས་ནོར་འབྲུ་ཡི་  
 བདག་པོར་འབྱུར།     །དུར་བཏབ་སྐྱ་ལ་ཕོག་པའམ།     །ཞིང་  
 ལ་གནས་པའི་ས་བདག་གཞོད།     །ཡང་ན་ཞང་ཉེའི་ཕྱོགས་  
 ནས་གཞོད།     །ལྷེ་བ་གྱི་འམ་རྒྱབ་ཏུ་སོང་དོགས་ཡོད།།     ༎  
 གཉིས་པ་ལྷ་བ་ནི།     ༡༡དབྱིད་ལྷ་ར་བ་ལ་སྐྱེས་པ།     །ཞག་  
 ལྷ་ལྷ་བ་བཅུ་བཞིའམ།     །ལོ་བརྒྱད་སོང་དུས་མ་ཞི་  
 བ།     །དྲུག་ཅུ་ཙ་བཞི་འཆོ་བ་ཡིན།     །དབྱིད་ལྷ་ཐ་ཆུང་དག་  
 ལ་ནི།     །འབྲུག་གི་ཉི་མར་འཆི་བར་འབྱུར།     །བུ་ནི་པ་ནོར་  
 མི་འཕྲོད་ཀྱང་།     །ལོངས་སྤྱོད་ལྷན་ཞིང་བདེ་སྤྱོད་ལྷན།     །བུ་  
 མོ་ཡིན་ན་བརྩེ་གཏུང་ཆེ།།     ༎     ༡༢དབྱིད་འབྲིང་ལ་སྐྱེས་

ཞག་དྲག་དང་། ། ཟླ་བཅུ་ལོ་བཅུར་མ་ཤི་ན། ། ཆེ་ཆད་  
 བརྒྱད་ཅུ་ཅ་བཞི་ཐུབ། ། རྒྱག་ཅིང་སྦྱིད་པའི་ཉི་མ་  
 ཤར། ། དབྱར་ར་སྒྲུལ་གྱི་ཉི་མར་འཆི། ། ༥ ༡ དབྱིད་ཟླ་ཐ་  
 རྒྱུད་དག་ལ་ནི། ། བྱ་སྦྱེས་སྟོབས་ལྡན་བྱ་མོ་ནི། ། བཀྲིས་  
 ཟས་ནོར་དབང་ཐང་ཆེ། ། ཞག་ལྔ་བཅུ་འཕ་ཟླ་བ་  
 གསུམ། ། ཟླ་བཞི་དག་ལ་མ་ཤི་ན། ། ལོ་ནི་བརྒྱད་ཅུ་ཅ་  
 བཞི་ཐུབ། ། དབྱར་འབྲིང་རྟ་ཡི་ཉི་མར་འཆི། ། ༥ ༢ རྒྱུར་  
 རར་བྱ་སྦྱེས་དབུལ་ཞིང་ཕོངས། ། བྱ་མོ་ཟུང་ན་མང་བ་  
 རྟེ། ། ཞག་ལྔ་ཟླ་དགུ་ལོ་བཅུ་ལ། ། མ་ཤི་དྲག་ཅུ་ཅ་བཞི་  
 ཐུབ། ། དབྱིད་ཟླ་ཐ་རྒྱུད་འབྲུག་ཉིར་འཆི། ། ༥ ༣ རྒྱུར་  
 འབྲིང་ལ་ནི་བཙས་པའི་མི། ། རྒྱིག་ཅན་ནད་བྱ་ཅན་དུ་

རོང་། །ཞག་ལྷ་ཟླ་གསུམ་ལོ་བརྒྱད་དང་། །བརྒྱ་གཉིས་ལ་  
 ཉི་མ་ཤི་ན། །དྲུག་ཅུ་ཐམ་པ་ཐུབ་པ་ཡིན། །དབྱར་ཐ་ལྷག་  
 གི་ཉི་མར་འཆི།། ༥ །དབྱར་ཟླ་ཐ་ཆུང་ལ་སྐྱེས་པ། །བགྱིས་  
 ཐུག་བཅན་ཆེ་རིང་ཞིང་། །བྱ་མོ་ཡིན་ན་སྤྱོ་མི་  
 འཕྲོད། །ཡང་ན་ཡ་རབས་ཆུང་མ་བྱེད། །ཞག་ལྷ་ཟླ་དྲུག་  
 ལོ་བརྒྱ་ལ། །མ་ཤི་དྲུག་ཅུ་ཐམ་པ་ཐུབ། །དབྱར་ཐ་ལྷག་གི་  
 ཉི་མར་འཆི།། ༥ །སྟོན་ཟླ་ར་བ་ལ་བཅས་པ། །ཁོར་  
 འཕེལ་གཡང་ཆེ་བདེ་དང་ལྡན། །བྱ་མོ་ཡིན་ན་མི་ཁ་  
 ལྡང་། །ཞག་བརྒྱ་དང་ནི་ཉི་ཤུ་འཕ། །ཟླ་བརྒྱད་ལོ་བརྒྱད་  
 དག་ལ་ནི། །མ་ཤི་ལོ་ནི་བརྒྱད་ཅུ་ཐུབ། །སྟོན་འབྲིང་བྱ་ཡི་  
 ཉི་མར་འཆི།། ༥ །སྟོན་ཟླ་འབྲིང་ལོ་ལ་སྐྱེས་པ། །དབྱུལ་

ཞིང་རྒྱུད་ལ་བསོད་ནམས་རྩུང་། །ཞག་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལོ་བདུན་  
 ལ། །མ་ཞི་ལོ་ནི་བརྒྱུད་ཅུ་ཐུབ། །དགུན་ར་ཕག་གི་ཉི་མར་  
 འཆི།། ༥ །སྟོན་ལྷ་ཐ་རྩུང་ལ་སྐྱེས་པ། །མཁས་ཞིང་ནོར་  
 ལྡན་དབང་ཐང་ཆེ། །ཞག་དགུ་ལྷ་ཕྱེད་ལོ་དགུ་དང་། །ཉིར་  
 དགུ་དག་ལ་མ་ཞི་ན། །ལོ་ནི་རྩུག་ཅུ་འཆོ་བར་  
 འགྱུར། །དགུན་འབྲིང་བྱི་བའི་ཉི་མར་འཆི།། ༥ །དགུན་ལྷ་  
 ར་བ་ལ་སྐྱེས་པ། །བྱ་སྐྱེས་ནོར་དབུལ་བྱ་མོ་ནི། །ཁྱི་ག་  
 ཐུག་འཕྲད་ཞག་དགུ་དང་། །ལྷ་བ་གསུམ་ལ་མ་ཞི་  
 ན། །རྩུག་ཅུ་རེ་གཅིག་ཐུབ་པར་བཤད། །དགུན་འབྲིང་  
 ཕག་གི་ཉི་མར་འཆི།། ༥ །དགུན་ལྷ་འབྲིང་པོ་ལ་བཅས་  
 པ། །ནོར་ལྡན་ཆེ་རིང་དབང་ནོ་ཐུག །ཞག་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལོ་

དགྲུ་ལ། །མ་ཤི་ཐུག་ཅུ་རེ་གཅིག་ཐུབ། །དཔྱིད་འབྱིང་  
 ཡོས་ཀྱི་ཉི་མར་འཆི།། ༥ དགྲུན་ཟླ་ཐ་ཆུང་ལ་སྐྱེས་པ། །བྱ་  
 སྐྱེས་བཅན་ཐུག་བྱ་མོ་ནི། །ཁོར་ལྡན་དད་ཅན་ཞག་གཅིག་  
 དང་། །ཟླ་བདུན་དག་ལ་མ་ཤི་ན། །ལོ་བརྒྱ་ཐུབ་ཅིང་དཔྱིད་  
 ཟླ་རང་། །སྟག་གི་ཉི་མར་འཆི་བར་འགྱུར།། ༥ གསུམ་  
 པ་ཞག་ནི། །སྟག་གི་ཞག་ལ་གང་སྐྱེས་པ། །ཟླ་དགྲུ་དང་ནི་  
 ལོ་བརྒྱ་ལ། །མ་ཤི་ཐུག་ཅིང་སྐྱིད་པ་འོང་། །གཉིད་ཆུང་  
 ཅིང་དགའ་ལོངས་སྐྱིད་ལྡན།། ༥ ཡོས་ཀྱི་༥ ཟས་ནོར་  
 དབང་ཆེ་ཞག་བདུན་དང་། །ཟླ་བདུན་དག་ལ་མ་ཤི་  
 ན། །ཐུག་ཅིང་བསོད་ནམས་བདེ་སྐྱིད་ལྡན།། ༥ འབྲུག་གི་  
 ༥ ཞག་བརྒྱ་དང་ནི་ལོ་བརྒྱ་ལ། །མ་ཤི་ནད་སྟན་ཆེ་བ་



རོང་། །སྟོ་བྱང་སེམས་དཀར་ཆོས་ལ་དད། ། ༥ྟེ །སྟེ་ལ་གྱི་  
 ཞག་བརྩ་དང་ནི་ལོ་བཞི་ལམ། །བརྩ་ལ་མ་ཤི་ཕྱག་ཅིང་  
 བཅོམ། །དག་འདུལ་གཉེན་སྦྱང་སྦྱོར་ལ་དགའ། ། ༥ྟེ །རྟ་ཡི་  
 ཞག་ལྷ་ཟླ་དགའ་ལོ་བརྩ་ལ། །མ་ཤི་ནད་མང་ཆེ་སྦྱང་  
 དབུལ། །ཆེ་སྦྱང་ཕྱག་ལ་དར་རྩུང་ཆེ། ། ༥ྟེ །ཕྱག་གི་ ཞག་  
 བརྩ་དང་ནི་ནི་ཤུ་ལམ། །ཟླ་བ་བརྩ་ལ་མ་ཤི་ན། །ཁ་  
 བྱམས་ཞེ་ནག་བྱ་སྐལ་ཆེ། ། ༥ྟེ །སྟེ་ལ་གྱི་ ཞག་བདུན་ལོ་ལྷ་  
 ལོ་དགའ་ལ། །ལོ་བརྩ་དག་ལ་མ་ཤི་ན། །རིག་གསལ་ལོ་ར་  
 ལྷན་བྱ་ཕྱག་བཅོམ། །རྩུན་ལ་དགའ་ཞིང་ཆེ་ག་མི་  
 བརྩ། ། ༥ྟེ །བྱ་ཡི་ ཞག་བྱག་དང་ནི་ཟླ་དགའ་ལ། །ལོ་བརྩ་  
 དག་ལ་མ་ཤི་ན། །ཁྱུས་དགའ་ལོངས་སྦྱང་མི་བརྩ་

ཞིང་། །ནད་མང་བྱད་དམན་སྟོ་གོས་ཆེ། ། རྩི་ཡི་ཞག་  
 ལྷ་བརྩུའམ་སྟོ་བ་གསུམ། །མེ་བརྩུ་དག་ལ་མ་ཞི་  
 བ། །འདོད་ཆགས་ཆེ་ཞིང་འགྲོ་ལ་དགའ། ། བག་གི་  
 ཞག་ལྷ་སྟོ་དགུ་ལོ་བརྩུ་ལ། །མ་ཞི་རྩུན་མང་དག་སྟོན་  
 ཆེ། ། རྩི་བའི་སྟོ་དགུ་ལོ་བརྩུད་དག་ལ་ནི། །མ་ཞི་སྟོ་  
 བྱང་སེམས་དགར་ཞིང་། །སྟོ་ཡངས་དག་བྱམས་སྟོ་བས་  
 དང་ལྷན། ། བྱང་གི་ཉེར་གཉིས་ཞག་དང་སྟོ་དགུ་  
 ལ། །མ་ཞི་སྟོ་རིག་འདོད་ཆགས་ཆེ། །ཤེས་པ་ཆོངས་  
 ཞིང་གཉིད་ཀྱང་ཆེ། ། བཞི་པ་ཆོས་ནི། ། གཅིག་  
 གསུམ་པོ་མོ་གང་སྟོས་ཀྱང་། །བརྩུད་ཅིང་སྟོ་ལ་ཤེས་པ་  
 ཆེ། ། གཉིས་གསུམ་བྱ་བཟང་བྱ་མོ་ངན། ། གསུམ་

གསུམ་གང་སྐྱེས་འཆི་འམ་ངན། ༥ྷ བཞི་གསུམ་བྱ་སྐྱེས་  
 མ་ལ་ངན། །བུ་མོ་སྐྱེས་ན་སྤར་ཡང་བསྟུང། ༥ྷ ལྷ་གསུམ་  
 བྱ་སྐྱེས་ནོར་གྱིས་སྟུག། །བུ་མོ་སྐྱེས་ན་འཆི་འམ་དབེན། ༥ྷ  
 རྟུག་གསུམ་གང་སྐྱེས་སྐྱིས་ཀྱང་བསྟུང། ༥ྷ བདུན་གསུམ་  
 བྱ་སྐྱེས་རིག་པ་ནོ། །བུ་མོ་སྐྱེས་ན་སྤོ་འབྲང་ཞིང་། ༥ྷ  
 བརྒྱད་གསུམ་གང་སྐྱེ་གསོ་བར་དཀའ། ༥ྷ དབྱ་གསུམ་  
 གང་སྐྱེས་བྱར་གྱི་བྱ། ༥ྷ བརྩ་གསུམ་གང་སྐྱེས་དབུལ་བ་  
 ཡིན། ༥ྷ ཉི་མ་ནག་ཚུང་ཕི་ལིང་དང་། །ཀི་ཀང་གཟའ་ཕྱོད་  
 ཟས་འཆོལ་བ། །གཟའ་བདུན་རྣམས་ལ་ངན་པར་  
 བཤད། །ཟིན་ཕུང་བྱ་བཅས་འཆི་བ་འམ། །ཡང་ན་ས་མ་  
 འབྲལ་བས་ངན། །སྒྲེ་བ་གཅིག་དཀར་སྤར་ཁ་དྲ། །ཆེས་

དང་དུས་ལ་སྐྱེས་པ་ངན།། ༥ ། ལྷ་པ་དུས་ཆོད་ནི། ཡོས་ཀྱི་  
 དུས་ལ་གང་སྐྱེས་པ། །ཆེ་སྟོད་ནོར་ལ་དར་གུང་ཆེ། །ཆེ་  
 སྒྲིང་བཟང་ལ་བྱ་ཆ་ནི། །སྟོན་ཅན་ཡང་ན་རིགས་གཉིས་  
 སོ།། ༥ ། འབྲུག་གི་ བ་བྱིམ་བྱ་ཡིས་མི་འཇིན་ཏེ། །ཆོས་  
 དང་བསོད་ནམས་རེམས་པ་ཡིན། །བྱ་ནོར་ལོངས་སྟོད་  
 དར་གུང་ཆེ།། ༥ ། སྐྱལ་གྱི་ ལག་རྩུབ་ཆེ་ག་བཅན་ཁོང་པ་  
 ཡངས། །ཞེ་སྒྲིང་ཆེ་ལ་བྱ་ཆ་ནི། །དབང་པོ་སྟོན་ཅན་འོང་  
 བར་བཤད།། ༥ ། ཏྲ་ཡི་ ཆེ་སྟོད་གང་སྟོད་ཕུགས་སུ་  
 བཟང་། །སྟོ་བྱང་ཆེ་ག་གསལ་སེམས་ཡང་དཀར། །ཕ་མ་  
 འགྲོགས་ཡུན་བྱང་ཉེན་ཡོད།། ༥ ། ལུག་གི་ ཁ་བྱམས་ཞེ་  
 ནག་ཁ་སྐྱས་མང་། །བུད་མེད་ཁང་ཞིང་ཆེད་དུ་ནི། །ཁ་

སྒྲུལ་དབྱ་འཐབ་རྟག་ཏུ་འབྱུང་། ། སྒྲེལ་གྱི་ སྒྲོ་བྱང་  
 སེམས་བབང་བྱ་བ་མང་། ། ཁ་འཇམ་གཏིང་ནག་ཆེ་སྔད་  
 སྒྱིད། ། བྱིས་པ་ཆད་ལྷག་འབྱུང་ཉེན་ཡོད། ། སྒྲེ་ཡི་ བྱ་  
 བྱེད་མང་ལ་ཁོང་ཁྱོ་ཆེ། ། ཆེ་བྱང་ཆེ་ག་གསལ་སེམས་ཡང་  
 དཀར། ། ཆེ་ཡི་སྒྲོད་ལས་ཆེ་སྔད་སྒྱིད། ། སྒྲེ་ཡི་ མི་ཁ་  
 སྔད་ཞིང་ཡུལ་གཉིས་འཛིན། ། ཞིང་དང་བྱིམ་བྱེར་ཁ་སྒྲུལ་  
 འོང་། ། མཁས་ཞིང་འཕོ་སྒྲུལ་བྱེད་པ་འབྱུང་། ། སྒྲེ་པག་གི་  
 ཆོང་ལ་དགའ་ཞིང་སྒྲིག་པ་ཆེ། ། རྟད་མང་ཆེ་ག་བཅན་ཁོང་  
 པ་ཡངས། ། གཟུགས་མཛེས་སེམས་ནག་ཆེ་སྔད་  
 སྒྱིད། ། བྱིས་པ་ལྷག་ཆད་འབྱུང་ཉེན་ཡོད། ། སྒྲེ་བའི་  
 བསོད་ནམས་ཆེ་ལ་སྒྲོ་བྱང་ཞིང་། ། འདོད་ཆེ་སེམས་

དཀར་ལྗོ་གསལ་མཁས། །སྒྲིང་སྒྲིབས་ཆེ་ཞིང་ཡོན་ཏན་  
 འཕྲོད།། ༥ སྒྲང་གོ་ ཡུལ་མཁར་འཕོ་སྐྱས་ཉེན་རེ་  
 ཆེ། །ཡུལ་ཁ་གཉིས་འཛིན་ནད་མང་ཞིང་། །ཁང་ཞིང་ཆེད་  
 དུ་ཁ་སྐྱས་འོང་།། ༥ སྐྱག་གོ་ བ་བྲིམ་བུ་ཡིས་མི་འཛིན་  
 ནམ། །ཡང་ན་ཞིག་རལ་བྱེད་པ་ཡོད། །ཁ་འཇམ་གཏིང་  
 ནག་ཆོག་གྲང་བཅན།། ༥ དུག་པ་གཟའ་ནི། ཉི་མ་(༡)ལ་  
 སྐྱེས་ཞག་བདུན་ནམ། །ཟླ་བདུན་སོས་ན་བུ་ཆེ་རིང་། །མི་  
 ཆེན་བྲམས་པར་འགྱུར་བ་དང་། །བུ་མོ་ཕྱག་སྟེ་བྲིམ་སོ་  
 འདྲེན།། ༥ ཟླ་བ་(༢)བུ་སྐྱེས་ཕྱག་ལ་བཅན། །བུ་མོ་  
 མཛེས་དུངས་ཡིད་དུ་འོང་།། ༥ མིག་དམར་(༣)སྟེག་སྟོད་  
 སྟོ་བྱང་ངན། །དབྱེན་བྱེད་ང་རྒྱལ་ཁོང་ཁྱོ་ཆེ། །བུ་སྐྱེས་

གསོ་དཀའ་བྱ་མོ་འཆི།། ཎྟ ལྷག་པར་(༤)་སྐྱེས་པ་ནད་བྱ་  
 ཅན། །བྱ་སྐྱེས་ངན་ཏེ་མ་ལ་རྩྱབ། །བྱ་མོ་སྐྱེས་ན་པ་མ་  
 དབུལ། །མོ་རང་བས་ནོར་དབང་ཐང་ཆེ།། ཎྟ ལྷག་བྱ་(༥)་  
 སྐྱེས་པ་བཞིན་ངན་ཞིང་། །སྒོ་གསལ་མཁས་ཞིང་ཆོས་  
 གྲང་བྱེད། །བྱ་མོ་ཆེ་རིང་གྲོགས་གྲང་བཟང་།། ཎྟ བ་  
 སངས་(༦)་དམེ་དང་མགར་བ་བྱེད། །བྱ་སྐྱེས་ཆེ་རིང་  
 དབང་ནོ་ལྷག །བྱ་མོ་ནད་འོང་དཔལ་གྲང་ཆེ།། ཎྟ སྐྱེན་  
 པར་(༧)་གཟུགས་བཟང་བསོད་ནམས་རྩྱང་། །བྱ་འབྲིང་བྱ་  
 མོ་ཆེ་ཐུང་ངོ་།། ཎྟ བདུན་པ་སྐར་མ་ནི། ༠)དབྱུག་པ་(ཐ་  
 སྐར)ལ་སྐྱེས་ཐུག་ཅུ་ནས། །བརྒྱད་ཅུ་འི་བར་ཐུབ་ལྷེ་བདེ་  
 ཞིང་། །གཟུགས་བཟང་ཆོས་ལ་དཀར་བ་དང་། །སྐྱོན་སྐྱོར་



མཁའ་ནམ་སྒྲན་པའི་རིགས།      །སྤྱ་གར་རོལ་མོའི་སྒྲ་ལ་  
 མཁས། །སྒོ་ལུས་མི་བརྟན་སྡོད་མི་ཚུགས།། ༥ ༡)བྲ་ཉེར་  
 (སྡོད་བྱ་)སྡེས་པ་སེམས་བརྟན་ཞིང་།      །ནད་མེད་བདེན་  
 སྒྲ་སྡོད་རྗེ་ཆུང་།      །ཆེ་ལོ་སུམ་ཅུ་ཅ་རྒྱག་གམ།      །རིང་ན་  
 དགྲ་བཅུ་ཅ་ལྔ་བྱལ།      །ལག་བཟོར་མཁས་ཞིང་བཙོན་  
 འགྲུས་ཆེ།      །སྡོད་རྗེ་ཞིན་ཏུ་ཆུང་བས་ན།      །སྤྱི་མ་དཔྱལ་  
 བའི་གནས་སུ་སྡེ།། ༥ ༢)སྡོན་རྒྱག་བྱ་སྡེས་ལོངས་སྡོད་  
 འཕེལ།      །སྟན་གྲགས་དང་ནི་གཟི་བརྗེད་ཆེ།      །མཁས་ཞིང་  
 རབ་ཏུ་དཔའ་བ་སྟེ།      །ཆེ་སྡོད་ངན་ཡང་ཆེ་སྡོད་ལ།      །འགྱུར་  
 ཞིང་བཟང་པོར་འགྲོ་བ་སྟེ།      །ཆེ་ཆད་རིང་པོ་ཉིད་དུ་  
 འགྱུར།      །བུ་མོ་སྡེས་ན་ངན་པའོ།། ༥ ༣)སྒྲར་མ་(བི་རྗེ)ལ་

ནི་སྐྱེས་པའི་མི།

།ཆེ་ཆད་རིང་པོར་འགྱུར་བ་

དང་། །གཟུགས་བཟང་ངག་འཇམ་བདེན་པར་སྟ། །ཕྱག་

ཅིང་ཆོས་མཐུན་སྦྱིན་ལ་དགའ། །གཡོ་མེད་ཤེས་ཤིང་

མཁས་པ་སྟེ། །རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་མངེས་དང་ལྡན། །དཔའ་

ཞིང་རྒྱལ་བ་ཕུན་སུམ་ཆོག་པས། །དབྱ་རྣམས་རྟག་པར་རབ་

ཏུ་འཛོམས།། ༥ ༤)མགོ་(སྤྲལ་པོ་)ལ་སྐྱེས་པ་ཆེ་ཡི་

ཆད། །ཉིར་བརྒྱད་ནས་ནི་རེ་གཉིས་བར། །རིང་ན་དགྲ་

བརྩ་ཐུབ་པའང་བཤད། །ཆོས་ལྡན་སྟོམ་བཙོན་བདེན་པར་

སྟ། །དཔའ་ཞིང་སྟོ་གསལ་ལོངས་སྟོད་ལྡན། །བྱུ་སྐྱེས་པ་

ཁ་དྲག་ཟེར།། ༥ ༥)ལག་ལ་སྐྱེས་པའི་ཆེ་ཡི་ཆད། །ལོ་ནི་

སུམ་ཏུ་རྩ་ལྡེའམ། །ཡང་ན་དྲུག་ཏུ་རྩ་ལྡེའཆོ། །ཆོས་པོའི་

ལས་གྱིས་འཆོ་བ་ཡིན། །གཏུམ་པོ་གཡེང་མེད་ལག་མི་  
 བཟོ། །ཁྲོ་ཞིང་དབུལ་ལ་ཤིན་ཏུ་སྒྱུན། །བྱ་བ་བཟང་པོ་མི་  
 བྱས་པར། །ངན་པའི་ལས་ལ་རབ་ཏུ་བཅོན། །ང་རྒྱལ་  
 སྒྲིག་པའི་ལས་ལ་དགའ། །ཁྱད་པར་བྱ་སྐྱེས་རྩ་ལ་ཆེ་  
 ལ། །བྱ་མོ་བལ་གྱི་ལས་ལ་སྐྱེན། །༥)ནབས་སོ་(རྒྱལ་  
 སྟོང་)སྐྱེས་པའི་ཆེ་ཡི་ཆད། །ལྷ་བརྩ་འམ་ནི་དྲུག་ཅུ་  
 ཐུབ། །ཞིང་པ་ལོངས་སྟོང་ལྡན་པའམ། །ཆོས་སྒྲ་ཚུལ་  
 བྲིམས་ལྡན་པ་ཡིན། །སེམས་ནི་རབ་ཏུ་བཟང་བ་  
 སྟེ། །རང་བཞིན་གྱང་ནི་སྒྲིན་པ་དང་། །སྒྲོ་བརྟན་ནད་མེད་  
 ཆོག་ཤེས་པས། །རུང་བད་ཅམ་གྱིས་ཆོག་པར་འཛིན། །༥  
 ༥)རྒྱལ་སྒྲུང་ལ་ནི་གང་སྐྱེས་པ། །ཆེ་ཆད་བརྒྱད་ཅུ་ཐུབ་པ་

རྟེ། །ཆོས་སྒྲ་ཚུ་ལ་བྲིམས་ལྟན་པའི་མི། །ཞི་ཞིང་སྦྱིན་པ་  
 གཏོང་བ་དང་། །ལྟེ་བདེ་གཟུགས་བཟང་ལག་པ་བཟོ། །སྒྲོ་  
 ལུས་མི་བཏན་སྟོང་མི་ཚུ་གས། །མཁས་ཤིང་ནོར་ལྟན་  
 སྐལ་བ་བཟང་།།      ཎ      ༡)སྐག་(ཕ)ལ་སྦྱེས་པ་ཆེ་ཡི་  
 ཆོད། །ལོ་ནི་ལྷ་བཙུ་ཐམ་པ་བྱུག། །རིང་ན་དུག་ཅུ་རེ་  
 གསུམ་ཡིན། །སྒྲེན་ལ་བྱ་མོ་སྦྱེད་ཚུང་ཞིང་། །མཁས་ཤིང་  
 བྱད་བཞིན་མངེས་པ་དང་། །མ་དང་འགྲོགས་ལྟན་བྱང་བ་  
 ཡིན། །སྒོ་ཞིང་སྒྲིག་དང་དབྱེན་ལ་དགའ། །སྦྱེད་པ་ཆེ་ཞིང་  
 སྟེར་ཡང་ཐོད། །བྱ་བ་བཟང་པོ་མི་བྱེད་ཅིང་། །ངན་པ་  
 ལས་ལ་ཤིན་ཏུ་བཅོམ།།      ཎ      ༢)ཏྲ་ཆེན་(མཚུ)ལ་ནི་སྦྱེས་  
 པའི་མི། །ལོ་དགུ་དགའ་ལ་མ་ཤི་ན། །ལྷ་བཙུ་གོ་ལྷ་གང་

རིགས་འཛོ། །བྱ་སྐྱེས་པ་ལ་ངན་པ་ཡིན། །བྱ་མོ་སྐྱེས་ན་  
 མོ་རང་འཛི། །རྟག་ཏུ་རྩོན་ཆེག་ལ་དགའ་ཞིང། །འཁོར་  
 མང་ལོངས་སྤྱོད་ཆེ་ལྡན་ལ། །ཡུན་རིང་བྱ་སྐྱེས་བཟང་  
 པོའི་རིགས། །བཟོ་ལ་མཁས་ཤིང་དགོ་ལ་བཙོན། །བཙུན་  
 ཞིང་ཆོས་ལྡན་ནོར་དང་ལྡན། ། ༥ ༡༠)རྟ་ཆུང་(གེར)སྐྱེས་  
 པའི་ཆེ་ཡི་ཆད། །ལོ་བརྒྱད་ཆུན་ལ་མ་ཤི་ན། །ལྔ་བརྒྱ་འམ་  
 རི་གོ་ལྔ་ཐུབ། །བྱ་མོ་ཡིན་ན་ནད་མང་ངན། །སྤྱུ་ཡིན་ན་  
 བྱ་རང་འཛི། །མ་ཤི་བར་དུ་རང་བཞིན་ངན། །གཡོ་དང་  
 འདོད་ཆགས་ཆེ་བ་ཡིན། །བཟོ་ལ་མཁས་ཤིང་སེར་སྒྲ་  
 ཆེ། །གཏམ་དང་གོས་རྒྱན་རིགས་ལ་དགའ། །སྒྲོ་ལེགས་  
 ཁ་འཇམ་བཟས་ལ་ཡངས། ། ༥ ༡༡)ཁྲ་(དཔོ)ལ་སྐྱེས་པ་ལོ་

བརྒྱ་འཛོ། ། རྒྱལ་ཅིང་ལོངས་སྤྱོད་ཚུ་ལ་བྲིམས་ལྡན། ། རྩོན་  
 མེད་བདེན་སྣ་སྤྱོན་ལ་དགའ། ། འགྲོ་བ་དང་ནི་བསྟེན་  
 གནས་ལ། ། དགའ་ཞིང་ཅུང་ཟད་སྤྱོན་པར་འགྱུར། ། འཆི་  
 རྩོན་དུག་གིས་བྱེད་པ་ཡིན། ། ༥ ༡༩) བྱ་མ་(མེ་བཞི)ལ་ནི་  
 རྩོས་པའི་མི། ། མ་ཡི་ཆེ་ལ་བར་ཆད་འགྱུར། ། ལོ་ནི་  
 བརྒྱད་ཅུ་ཐམ་པ་འཛོ། ། རྩེ་བདེ་གཟུགས་བཟང་ལག་པ་  
 བཟོ། ། རྩོ་བས་པ་བཟང་ཞིང་ཤེད་ཀྱང་ཆེ། ། རྩོ་ལུས་མི་  
 བདེ་སྤོད་མི་ཚུ་གས། ། རྩོ་ཞིང་གཡོ་དང་སྤྱོ་མ་ཆེ། ། དབང་  
 རྒྱལ་གཙོ་བོར་ནོར་ལྡན་ཞིང་། ། རྩོན་དང་ཆོས་རྩོན་སྣ་  
 ཆོགས་བྱེད། ། ཆོས་ལྡན་བྱང་ཚུབ་ཡན་ལག་བདུན། ། རྩོ་  
 དུལ་བྱང་ལྡན་བྲིམས་ཀྱན་སྤྱང་། ། ཡང་ན་རྩོན་མ་སྒྲོམ་དང་

ཅན།། རྩ ༡༣)བྱ་ཁྱ་(ནག་པ)ལ་ནི་གང་སྐྱེས་པ། །ཆེ་ཆད་  
 ལོ་ནི་ཉེར་བརྒྱད་འཛོ། །སྤྱ་གར་རོལ་མའི་སྤྱ་ལ་  
 མཁས། །སྤྱན་དགའ་འདོད་སྤྱད་མཛེས་ལ་སྤྱག །ཕྱེ་བདེ་  
 སྤྱོ་རྟོ་གྲགས་པ་ལྡན། །བཞིན་ལེགས་མི་དགའ་ཆེ་བར་  
 འོང། །རྒྱན་མེད་ངག་རྒྱབ་འདོད་ཆགས་ཆེ། །མིག་དང་  
 ཡན་ལག་དབང་པོ་ལེགས། །སྤྱ་ཆོགས་གོས་རྒྱན་སྤེང་བ་  
 ཐོགས།། རྩ ༡༤)ས་རི་(གནམ་མཐོང་གོང་མ)ལ་ནི་གང་  
 སྐྱེས་པ། །ཆེ་ལོ་ཉི་ཤུ་འམ་རྒྱག་རྩ་འཛོ། །ཅིས་པ་འབྱོར་  
 ཉིད་ཁྱོ་བར་འགྱུར། །གཡོ་སྤྱ་སེམས་ལ་ནད་བྱ་  
 ཅན། །ལོངས་སྤྱད་ལྡན་ཞིང་གཟུགས་བཞིན་  
 ལེགས། །ཡས་བྱམས་མས་སྤང་མི་ཁ་སྤང། །ཕྱག་དོག་



སེར་སྒྲ་ཆེ་བ་ཡིན།      །རང་བཞིན་མཉེན་ལ་ཡངས་པ་  
 དང་། །བགྲོད་པ་དང་ནི་རྩོམ་ལ་སྒྲོ། །སྒྲོ་དུལ་ཆོང་ཤེས་དེ་  
 ལ་སྒྲོད། །བཅེ་ལྡན་བདེན་སྒྲ་ཆོས་ལ་སྒྲོད། །བྱ་དང་བྱ་མོ་  
 གཉིས་ཀ་བཅན།། ཎ ༡༥)ས་ག་(གཞི་མཐོང་འོག་མ)ལ་  
 གྲེས་བདུན་ཅུ་ཆོ།      །གཟི་བརྗེད་ལྡན་ཞིང་དཔལ་དང་  
 ལྡན། །མཁས་ཤིང་ནོར་ལྡན་བྱད་མེད་འདྲ། །དཔལ་ལ་  
 དབྱ་བུལ་ཤེས་རབ་ཆེ།      །དང་པོ་ངན་ཡང་ཆེ་སྒྲད་  
 བཟང་། །ཕྱག་དོག་སེར་སྒྲ་གཟི་བརྗེད་ཆེ།། ཎ ༡༦)ལག་  
 སོར་(ལྷ་མཆོམས)་གྲེས་བའི་ཆེ་ཡི་ཆད། །ཉི་ཤུ་ཅ་བརྒྱད་  
 འཆོ་བ་སྟེ། །ཆོང་པ་དབང་པོ་དུལ་བ་དང་། །ཆོས་སྒྲོད་སྒྲོ་  
 གྲོས་ཆེར་ལྡན་ཞིང་།      །ཆོང་ངམ་ཆོས་ཀྱིས་འཆོ་བ་

ཡིན། །ལྷེ་བདེ་གཟུགས་བཟང་ཚུལ་བྲིམས་ལྡན། །འོར་  
 ལྷགས་བྲེས་འགོ་རབ་ཏུ་བཟང་། །བྲེས་ལ་དགའ་ཞིང་བྲེས་  
 གྲང་འཕྲོད། །མི་གཞན་དེ་ལ་དགའ་ཞིང་འདྲ། །༥  
 ༡༥)སྒྲོན་(ལྡེ་གུ)ལ་སྒྲེས་པ་སོ་ལྷ་འཆོ། །ཚུལ་བྲིམས་  
 འཆལ་ལ་སྒྲིང་རྩེ་མེད། །མཆོད་སྒྲོན་ལ་སོགས་འཕེལ་  
 བར་བྲེད། །ཕལ་ཆེར་མི་སྒྲུག་ཆེ་ཆོད་བྱང་། །དབུལ་ཞིང་  
 ཆོག་ཤེས་འདོད་པ་ཆུང་། །བྲ་བ་བཟང་པོ་མི་བྲེད་  
 པར། །ངན་པ་ལས་ལ་རབ་ཏུ་བཅོན། །ཆོས་བྲས་སྒྱུར་དུ་  
 བྲིམས་འཆལ་འགྱུར། །༥ ༡༦)སྒྲུབས་(གུ་སོག)ལ་སྒྲེས་པ་  
 སོ་ལྷ་འཕ། །རིང་ན་དྲུག་ཅུ་རེ་གསུམ་འཆོ། །སྐལ་ལྡན་  
 སྒྲེས་བྱའི་རྣམ་པ་ཅན། །ཁང་བཟང་འཛིན་ཅིང་ཞིང་པ་

ཡིན། །རྟོར་དང་འབྲས་བུའི་བདག་པོ་སྟེ། །འཛིག་ཏེན་བྱ་  
 བྱེད་བུ་མི་སྐྱེས། །སྐྱེས་ཀྱང་གསོས་པ་དགའ་བའོ། །རྟོ་  
 དང་ང་རྒྱལ་ཆེ་བ་ཡིན། །ངན་པའི་ལས་ལ་རབ་ཏུ་  
 བཅོལ། ། ༄ ༡༩)བྱེ་(ཆུ་སྟོད)ལ་སྐྱེས་པ་བརྒྱད་ཅུ་  
 འཛོ། །ཆོས་དང་ལྡན་ཞིང་ཐོས་པ་ཆེ། །བཟོ་དང་བྱ་བ་  
 གུན་ལ་མཁས། །ཆོས་སྟོད་སྦྱོར་པ་དག་ལ་  
 དགའ། །འཁོར་ལ་དུངས་ཞིང་གུན་ལ་དད། །ང་རྒྱལ་ཅུང་  
 ཟད་ཆེ་ན་ཡང་། །ཆུ་ལ་བྲིམས་ལྡན་པས་མཐོ་རིས་ཐོབ། ། ༄  
 ༢༠)ལུ་ལ་(ཆུ་སྟོད)ལ་སྐྱེས་པ་བརྒྱ་ལྷག་འཛོ། །ཡང་ན་  
 བརྒྱད་ཅུ་ཅ་ལྷ་བུ། །ལྷག་ཅིང་སྦྱོར་པ་གཏོང་ལ་  
 དགའ། །རྒྱན་དུ་རྒྱན་བྲལ་གསོང་པོར་སྟེ། །བྱ་དང་གྲོགས་

མངཤེས་པ་ཆེ།                      །སེམས་ཅན་ལ་བྱམས་སྒོ་ཡང་  
 དུལ། །མཁས་ཤིང་རིག་བཟོ་ནད་ཀྱང་དགོན། །ཆད་པའི་  
 ནད་འབྱུང་གསོ་ཡང་དགའ། ། ཨྲ ༡༡)བྱ་བེར་(གྲོ་བཞིན་  
 གྱེས་པ་དྲུག་ཅུ་ལམ།                      །དྲུག་ཅུ་རེ་གཉིས་འཆོ་བ་  
 ཡིན། །སེམས་ནི་རབ་ཏུ་བབང་པོ་སྟེ། །རང་བཞིན་མཉེན་  
 ཅིངཤེས་པ་ཡངས། །འགྲོ་དང་རྩེམ་པ་དག་ལ་སྟོ། །སྒོ་  
 དུལ་ཆོངཤེས་དེ་ལ་སྟོད། །བཅེ་ལྡན་སྟན་སྟེ་ཆོས་ལ་  
 སྟོད། །ལོངས་སྟོད་ཏྲག་ཅིང་ནད་ཀྱང་དགོན། །རྒྱལ་པོ་  
 དང་ནི་སེམས་ཅན་བྱམས། །དཔའ་ཞིང་སྐན་ཐུབ་གྲོགས་  
 གྱི་མཆོག་                      །ཡུལ་འཁོར་སྐྱོང་ཞིང་དབྱ་རྣམས་  
 ཐུལ། །མཁས་པར་བྱེད་པའི་མཆོག་ཡིན་ཏེ། །ཟབ་ཡངས་

གཉེན་སྦྱོར་དག་ལ་དགལ།     |དཔལ་དང་འབྱོར་བ་ཆེ་བ་  
 ཡིན། |གྲགས་པ་ཆེ་ཞིང་ཆུང་མ་མཛདས།། ༥ ༢༡)བྱ་སྟོ་  
 (བྱི་བཞིན)ལ་ནི་སྐྱེས་པའི་མི།     |ལོ་ནི་དྲུག་ཅུ་འཆོ་བ་  
 སྟེ། |ཁྱི་ཞིང་འདོད་ཆགས་ཆུང་བ་དང་། |ཐོས་ལྡན་མཁས་  
 ཞིང་ཤེས་རབ་ཆེ།     |གྲོང་བྱེར་རྣམས་ཀྱིས་མཆོད་པའི་  
 གནས། |དག་པོ་འདུལ་བའི་ལས་ལ་མཁས། |སེམས་ནི་  
 བཟང་ཞིང་གཉེན་ལ་ཡངས། |འབྱོར་ལྡན་བགྲོད་དང་རྩེ་མ་  
 ལ་དགལ། |ནད་མེད་སྟོབས་དང་ལྡན་པ་ཡིན།། ༥ ༢༢)བྱ་  
 གཞུག་(མོན་ཏེ)ལ་སྐྱེས་ཉེར་ལྔ་ལ། |དྲུག་ཅུ་ཐམ་པ་འཆོ་  
 བ་ཡིན། |ཁྱི་ཞིང་སྒྲན་མཁས་བྱ་ཞོར་ལྡན། |རང་དགར་  
 སྦྱོད་ཅིང་བྱ་བ་བརྩོན།     |སེམས་བཟང་རང་བཞིན་མཉེན་

ཅིང་ཡངས། །སྒྲོ་ཅིང་བག་ཡངས་ཚུམ་ལ་དགའ། །སྟེར་  
 སོད་དཔའ་ཞིང་སྒྲུ་གར་མཁས། །སྒྲུན་ཞིང་ཆུ་ཡིས་འཆི་  
 བར་འགྱུར། །བུ་མོ་བཅས་པ་མཛེས་པ་ཡིན།། ༐  
 ༡༣)མོན་གྲུ་(སྒྲོག་ལ་སྟེས་སྒྲུར་དུ་འཆི། །སྒོ་ཞིང་གོད་  
 ལྡན་འཆད་ལ་བཅན། །ནང་མི་བྱམས་ཞིང་མཆོད་ཅིང་  
 བསྐྱུང་། །གཟུགས་བཟང་མཆོད་ཅིང་སྟེར་ཡང་  
 སོད། །དགའ་ཐུབ་ལ་དགའ་བབ་ཆེ་ལ་ཆེ། །ནད་མེད་སྟོང་  
 ཡང་ཆེ་བ་ཡིན།། ༐ ༡༤)སྒྲུམས་སྟོད་ལ་སྟེས་གོ་ལྟ་  
 ཐུབ། །གཡོ་སྒྲུ་རྒྱ་དང་གསོད་ལ་དགའ། །གཤེས་ངན་  
 དམག་དང་ཆོམ་ལ་བཅི། །ལག་བཟོ་མཁས་ཞིང་རང་  
 བཞིན་ངན། །སྒྲུན་ཞིང་གཞན་ལ་གཞོད་པ་ཆེ། །སྟེར་མི་

མོད་ཅིང་གྲགས་པ་ཆེ།                      །ན་བ་གསང་ཞིང་ནོར་ལ་  
 གློད། །གཉེན་རྣམས་བཅེ་ཞིང་བྱི་མི་སྤང་། །ཆུང་མ་དབང་  
 དང་ལྡན་པ་འོང་།།                      ༥                      ༡༥) ཁྱམས་སྤྲད་ལོ་ནི་ལྷ་  
 བརྩམས། །ཡང་ན་རྩལ་རྩལ་ཐམ་པ་བྱལ། །སྤྱ་གར་རིག་པ་  
 དག་ལ་མཁས། །འདིས་ནི་ཆོས་ཀྱི་སྦྱོན་པ་བྱེད། །སྤྱལ་  
 ཅིང་སྦྱོན་ལ་དགའ་བ་སྟེ། །རྒྱན་དུ་རྒྱན་བྲལ་གསོང་པོར་  
 སྤྲ། །ཚུལ་བྲིམས་ཤེས་རབ་སྟོང་རྩེ་ལྡན། །སྦྱིད་ཅིང་  
 འཁོར་བསྟེན་སྤྲ་བ་མཁས། །འཁོར་མང་འདུ་ཞིང་དགྲ་  
 ལས་རྒྱལ། །བུ་མོ་སྦྱེས་པ་སྒྲུབ་མང་ངན།། ༥                      ༡༦) ཤེས་  
 (ནམ་གུ)ལ་སྦྱེས་ཉེར་བརྒྱད་དམ། །དགྲ་བརྩལ་ཐམ་པ་འཆོ་  
 བ་ཡིན། །སྦྱེ་བོ་རབ་མང་ངས་ནོར་འབྱུ་ལྡན། །འབྱོར་ལ་



རབ་བཙུན་དབྱིག་ལ་སྤྱད།    |མི་གཞན་ཀུན་ལ་དགའ་བ་  
 དང། |རབ་ཏུ་བཟང་ཞིང་དགེ་བར་འགྱུར། |ཞིང་མཁན་དུ་  
 ཡང་འགྱུར་བའམ། |དབང་པོ་ཆང་ཞིང་དཔའ་བ་ཡིན།། རྒྱ  
 བརྒྱད་པ་བྲིམ་ནི། ལུག་གི་བྲིམ་དང་ཏྭ་ལ་ལ། |སྒྲེས་  
 ནས་ཞག་བཅུ་ལྔ་བ་བཅུ།        |ལོ་བཅུ་བཙུན་ཉི་ཤུ་  
 འམ། |སྤུམ་ཏུ་ལ་ནི་མ་ཤི་ན། |ལོ་མང་འཆོ་ཞིང་ཁོང་ཁྱོ་  
 ཆེ། |སྒྲིན་དུག་ལྔ་བའི་བཅུ་གསུམ་མམ། |རེས་གཟའ་  
 མིག་དམར་དག་ལ་ནི།    |མེས་ཆེག་ནམ་སྤེད་འཆི་བར་  
 འགྱུར། |རྒྱལ་པོས་མཆོད་ཅིང་ཞིང་ལ་དགའ། |བྱ་བ་ཤེས་  
 ཞིང་ཆོས་ལ་དགའ།    |མགྲོན་ལ་ཡངས་ཞིང་ཆེག་ཀྱང་  
 གསལ། |ཁོག་ཡངས་འདོད་ཆགས་ཆེ་བ་ཡིན། |ཁྱོ་

གཏུམ་བསམ་པ་ངན་པའོ།། རྩྭ སྒང་གི་བྱིམ་དང་ཏ་རྒྱལ་  
 ལ། །སྐྱེས་པ་ཞག་པོ་ཉི་ཤུ་དང་། །ལྷ་བ་ཉི་ཤུར་མ་ཤི་  
 བ། །དགུ་བརྩ་ཐུབ་ཅིང་དགུན་རའམ། །རེས་གཟའ་མིག་  
 དམར་དག་ལ་ཡང་། །བད་མཁྱིས་ནད་གྱིས་དགོངས་མོ་  
 འཆི། །མིག་རྩ་དམར་ལ་ལེ་ལོ་ཆེ། །མཁས་ཤིང་འཁོར་  
 མང་སྙན་གྲགས་ཆེ།། རྩྭ འབྲིག་བྱིམ་ལ་སྐྱེས་ཞག་  
 ལྔའམ། །ལྷ་བ་ཉིར་ལྔར་མ་ཤི་ན། །དགུ་བརྩ་རྩ་ལྔ་འཆོ་བ་  
 ཡིན། །རྒྱལ་ལྷའམ་རྒྱལ་སྟོད་ལྔག་པ་དང་། །ཆེས་པ་བརྩ་  
 ཐུག་དག་ལ་ནི། །སྟོང་མཆོན་གྱིས་འཆི་བར་  
 འགྱུར། །འབྱོར་ལྔན་འཇམ་ཞིང་ཆང་དད་ཆེ། །བདེན་སྟོང་  
 གཞན་གྱི་ཆེག་ལ་མཁས། །ལྟ་མོ་ལ་དགའ་ཆགས་པ་

ཆེ།། རྩེ ཀཏྲ་ལ་སྐྱེས་ལོ་སྒྲ་ཞག །ལྷ་དང་བདུན་དང་བཅུ་  
 རྟལ་དང་། །སྤུམ་ཅུ་ལ་ནི་མ་ཤི་ན། །ཆེ་ཆད་བརྒྱད་ཅུ་  
 འཆོ་བ་སྟེ། །ཏྲ་སྒྲེའི་དཀར་ཕྱོགས་བཅུ་བཞི་དང་། །ཏྲ་  
 ཆེན་རེས་གཟའ་པ་སངས་ལ། །ནི་མ་གས་ཁར་དམུ་ཆུས་  
 འཆི། །སྒྲོ་ལྡན་གྲགས་དང་ཤེས་རབ་ཆེ། །སྟོབས་ལྡན་  
 བཟོད་ལྡན་བྱང་སེམས་ལྡན། །འགྲོ་ལ་དགའ་ཞིང་ཆོས་ལ་  
 དཀར།། རྩེ སེངྒེའི་དུས་སྦྱོར་ལ་སྐྱེས་པ། །བཅུ་གསུམ་ལོ་  
 སྒྲེའི་ཞག་གངས་ལ། །མ་ཤི་བདུན་ཅུ་ཅ་དགུ་འཆོ། །བྲ་མ་  
 སྟེན་པ་བཅུ་དགུ་འཆི་ཆོས། །ནག་ཕྱོགས་ནི་མ་བྱེད་གྱི་  
 དུས། །རྗེ་བའོག་ཐོག་གིས་འཆི་བ་ཡིན། །སྟོབས་ལྡན་  
 གཟུགས་བཟང་ང་རྒྱལ་ཆེ། །ལྷ་ཆོས་སྒྲ་མ་ལ་དགའ་

ཞིང་། །ནད་མང་ཆོང་ལ་དགའ་བ་ཡིན།། ༥ བྱ་མོ་ལ་སྐྱེས་  
 ཉེར་དགའ་འེ་ཞག །ཟླ་བ་ཕྱེད་དང་བརྒྱ་དང་ནི། །ལོ་ནི་ཉེར་  
 དགའ་མ་ཞི་ན། །བྱུག་རྩ་འཆོ་ཞིང་ས་ག་ཡི། །ཆེས་ལྷ་  
 བྱུ་སྐྱེན་པའི་རེས། །མགོ་ནད་དག་གིས་མཆོན་མོ་  
 འཆི། །མཁས་ཞིང་ནོར་ལྡན་དབང་ཡང་ཆེ། །སྐྱེ་བོ་རྣམས་  
 དང་མཐུན་པ་དང་། །བྱ་མང་བྱ་ལ་བརྩེ་བ་དང་། །མེ་ཏྲིག་  
 དང་ནི་བྲི་ལ་དགའ།། ༥ སྤང་ལ་སྐྱེས་པ་ཞག་ལྷ་  
 དང་། །ཞག་དགའ་ཟླ་ལྷ་ཟླ་དགའ་དང་། །ཉི་ཤུ་འེ་ལོ་ལ་མ་ཞི་  
 ན། །བརྒྱད་རྩ་འཆོ་ཞིང་དཔྱིད་ཐ་དང་། །དབྱར་ར་ནག་  
 པའི་ཆེས་བརྒྱད་དང་། །སྐར་མ་སྒྲོག་དང་མིག་དམར་  
 ལ། །འདུས་པའི་ནད་ཀྱིས་མཆོན་མོ་འཆི། །སྟོབས་ལྡན་ང་

རྒྱལ་ཆེ་བ་རྩུབ་སྤྲོ། །ཁོང་ཁྱོད་གཙང་སྤྲོ་ཆེ་བ་ལ། །ཏྲ་ཏྲ་  
 སོ་ནད་འབྱུང་བ་ཡིན།། ༥ ། སྤྲོ་བ་ལ་སྤྲོས་ཞག་བཅུ་  
 དང་། །ཟླ་བཅུ་ལོ་བཅུར་མ་ཤི་ན། །ལྷ་བཅུ་འཆོ་ཞིང་  
 དབྱར་འབྲིང་གི །དཀར་སྤྲོ་གས་བཅུ་གཅིག་བཅུ་གཉིས་  
 དང་། །སྤྲོ་བྱ་སྤྲོ་མིག་དམར་རེས། །སྤྲོས་བྱར་ནད་  
 གྱིས་སྤྲོ་འཆི། །མཐོན་པོས་བཀྱར་ཏེ་སྤྲོ་ལ་  
 དགལ། །ཁོང་སྤྲོང་འབྱུག་པའི་ལས་ལ་དགལ། །དབྱལ་ལ་  
 བྱ་མོ་མང་བ་ཡིན།། ༥ ། གཞུ་ལ་སྤྲོས་པ་ལོ་ཟླ་ཞག །བཙོ་  
 བརྒྱད་གངས་ལ་མ་ཤི་ན། །བདུན་ཅུ་འཆོ་ཞིང་དབྱར་  
 འབྲིང་ངམ། །དབྱུན་རའི་བཙོ་སྤྲོ་སྤྲོ་མ་ཞུམས། །པ་  
 སངས་རེས་ལ་རིམས་དང་ནི། །མཐོན་གྱིས་དགོང་མོ་

འཆི་བ་ཡིན།                      །ཚུལ་ཁྲིམས་དང་ལྡན་བདེན་པར་  
 གྲུ། །ལོངས་སྤྱོད་ཆེ་ཞིང་གཏོང་ལ་དགའ། ། ༥ྷ ཚུ་སྤྲིན་ལ་  
 སྤྲེས་བཅོ་བརྒྱད་ཀྱི། །ལོ་ལྷ་ཞག་ལ་མ་ཤི་ན། །ལོ་ནི་  
 བརྒྱད་ཅུ་ཅ་བདུན་འཆོ།                      །བྱ་སྤྲིའི་ལྷ་བ་སྐར་མ་  
 སྤྲོག། །ཆེས་པ་བཅོ་ལྡེའི་སྤྲིན་པའི་རེས། །ཉི་ཕྱེད་གོང་དུ་  
 སྐྱོན་གྱིས་འཆི། །དཔའ་ཞིང་ཆོས་ལྡན་ལྡན་སྤྱག། །དེ་སྤྲིས་  
 གྲུ་དང་ཅེད་ལ་དགའ། །ཉམས་ཆོ་གཟི་བརྗེད་ཆགས་པ་  
 ཆེ། །ཚུལ་པོས་མཆོད་ཅིང་བྱ་མང་སྤྱེ། ། ༥ྷ བུམ་པ་ལ་  
 སྤྲེས་བཅོ་བརྒྱད་ཀྱི། །ལོ་ལྷའི་གངས་ལ་མ་ཤི་ན། །དབྱར་  
 འབྲིང་བརྒྱ་གཉིས་སྐར་མ་གྲེ། །གཟའ་ཡང་ཉི་མ་ཤར་བའི་  
 དུས། །བད་འབྲུགས་ནད་གྱིས་འཆི་བ་ཡིན། །སྤྲོ་ལྡན་

མཁམས་ཤིང་སྒྲན་པ་ཆེ། །འཁོར་མང་ལོངས་སྤྱོད་མི་རབས་  
 མགྲ། །ང་རྒྱལ་ཆེ་ཞིང་གཞན་པན་བྱེད། ། ༥ྟ་ཡི་དུས་སྤྱོད་  
 སྤྱེས་པའི་མི། །ཉི་མ་བཅོ་བརྒྱད་ལོ་བརྒྱ་གཉིས། །དེ་ལ་མ་  
 ཤི་གོ་ལྷ་ཐུབ། །ཁུམས་དང་དབྱུག་པ་ལྷ་བ་ཡི། །དཀར་  
 སྤྱོགས་བརྒྱ་གཉིས་སྐར་མ་བྲེ། །ཕུར་བུའི་རེས་ལ་རྒྱང་  
 རྟེན་གྱིས། །ཉི་མ་བྱེད་ཡོལ་དག་ལ་འཆི། །ཁོར་ལྡན་སེར་  
 སྒྲ་ཆེ་བ་དང་། །ཉ་དང་ཤ་དང་འབྲིག་ལ་དགའ། ། ༥ྟ་ དགྲ་  
 པ་དུས་སྤྱོད་ནི། །དུས་སྤྱོད་ཏྲཱལ་(ལུག)འབྲས་བུ་  
 ལ། །ཁང་ནང་སྒྲོན་མ་དང་བཅས་ཏེ། །ཁ་ནི་འོག་ཏུ་བལྟས་  
 རས་སྤྱེས། །གསོ་དཀར་ཁ་དོག་གཟུགས་བྱད་ངན། །ཆེ་  
 དང་བསོད་ནམས་རུང་ཟད་ཆུང་། །འོག་འཆོ་མི་འཕྲོད་མི་



རོར་འཕྲོད། །གོས་དམར་འཕྲོད་ཅིང་བཅོ་ལྔ་ལ། །སྒྲིག་  
 ཡོད་དེ་ལས་ཐར་བ་ན། །བཞི་བརྒྱ་ཐུབ་ཅིང་དེར་མ་  
 ཤི། །ཆེ་ཆོད་མཐར་ཐུག་ཐུབ་པར་བཤད།། ༥ྩྭ ཏྟལ་  
 (མང་)དུས་སྒྲོར་སྒྲིམ་འབྲས་ལ། །འབྲས་སམ་བྱེ་ཡིས་  
 སྒོད་ཁེངས་དུས། །ཁ་ནི་འོག་ཏུ་བལྟས་ནས་སྒྲིམ། །ཁ་  
 དོག་གཟུགས་བྱད་ཞན་པ་དང་། །གསོ་དཀར་ཟས་སྲུ་  
 དཀར་གསུམ་འཕྲོད། །ཆེ་དང་བསོད་ནམས་ཅུང་བད་  
 ཅུང་། །གོས་སེར་འཕྲོད་ཅིང་སུམ་ཅུ་དང་། །ལོ་ནི་ལྔ་  
 བརྒྱར་གཤམ་ཆེ་ཞིང་། །དེ་ལས་ཐར་ན་ཆེ་མཐར་ཐུག ༥ྩྭ  
 དུས་སྒྲོར་ཏྟལ་(འཐིག་པ)སྒྲིམ་འབྲས་ལ། །འབྲུ་མང་  
 ཡོད་པའི་དུས་སྲུ་ནི། །སྟེང་དུ་ཁ་བལྟས་སྒྲིམ་པ་ཡིན། །ཁ་

དོག་བཟང་ཞིང་གཟུགས་བྱད་ལེགས། །ནད་མེད་ཆེ་རིང་  
 བསོད་ནམས་ལྡན། །གོས་རིགས་སྒྲོན་པོ་རང་བས་  
 འཕྲོད། །ལོ་བདུན་ལྔ་བརྒྱ་གཉིས་ལ་སྐྱེག། །དེ་ལས་ཐར་ན་  
 སྐྱེག་མེད་དོ། ། ༎ བསྐྱ་མེད་ཏྟལ་(ཀུན)དུས་སྒྱུར་  
 འབྲས། །ཆུ་སྒོད་ཆུ་ཡིས་ཁེངས་པའི་དུས། །ཁ་ནི་འོག་ཏུ་  
 བལྟས་ནས་སྐྱེས། །གསོ་དཀར་ཁ་དོག་གཟུགས་བྱད་  
 ངན། །ཆེ་དང་བསོད་ནམས་ཅུང་བད་ཆུང་། །གོས་སྐྱ་  
 དཀར་པོ་ལེགས་འཕྲོད་ཅིང་། །ཞིང་ཕྱིས་ལ་སོགས་བས་  
 ནམས་འཕྲོད། །སྐྱུ་ཅུར་སྐྱེག་ཡོད་དེ་ལས་མེད། ། ༎  
 དུས་སྒྱུར་ཏྟལ་(སེངྒེ)འབྲས་བྱ་ལ། །ཆུ་སྒོད་བྱེད་སོང་  
 དུས་སྐྱ་ནི། །སྤེང་དུ་ཁ་བལྟས་སྐྱེས་པ་ཡིན། །ཁ་དོག་

གཟུགས་བྱད་ངན་མོད་ཀྱང་།     །ནད་མེད་ཆེ་རིང་བསོད་  
 ནམས་ལྟན།     །ཟས་སྲུ་བསོད་ནམས་ཟས་དང་ནི།     །གོས་  
 ལྡང་འཕྲོད་ཅིང་ལོ་དགུར་སྐྱེག།     ༥     ཏྟལ་(བྱ་མོ་)དུས་སྦྱར་  
 སྐྱེས་འབྲས་ལ།     །འབྲུ་ནམས་སྦྱོད་སྦྱེད་ཟད་པའི་དུས།     །ཁ་  
 ནི་སྦྱང་དུ་བལྟས་ནས་སྐྱེས།     །ཁ་དོག་གཟུགས་བྱད་ཕུན་  
 སུམ་ཆོགས།     །ནད་མེད་ཆེ་རིང་བསོད་ནམས་  
 ལྟན།     །ལོག་པའི་འཆོ་བ་མི་འཕྲོད་ཟས།     །གོས་དཀར་  
 འཕྲོད་ཅིང་ལོ་བརྒྱ་ལ།     །ཀེག་ཡོད་དེ་ཐར་མེད་པར་  
 ཞེས།།     ༥     དུས་སྦྱར་ཏྟལ་(སྤང་)འབྲས་བྱའི་  
 ཅིས།     །འབྲས་དང་སྦྱེ་ལ་སོགས་པ་ནི།     །རང་གི་བ་འཕྲོ་  
 སྦྱེད་ཟས་དུས།     །ཁ་ནི་སྦྱང་དུ་བལྟས་ནས་སྐྱེས།     །ཁ་དོག་

བཟང་གཟུགས་བྱད་ཕུན་སུམ་ཆོགས།    |ནད་མེད་ཆེ་རིང་  
 བསོད་ནམས་ལྡན།                      |རྣལ་མའི་བས་དང་འཕྲད་པ་  
 དང་། |གོས་དམར་གྲོན་ཅིང་ལོ་བདུན་དང་། |སུམ་ཅུ་བྱག་  
 ཅུ་རྣམས་ལ་སྐྱེག། ༥ དུས་སྦྱོར་ཏྲཱལ་(སྒྲིག་པ་)སྦྱེས་ཅིས་  
 གྱི། |རིམ་པར་སྦྲོན་མེ་ཐབ་གྱི་མེ། |མནལ་མ་ཐག་པའི་  
 དུས་སུ་ནི། |ཁ་ནི་སྦྱོང་དུ་བལྟས་ནས་སྦྱེས། |ཁ་དོག་  
 གཟུགས་བྱད་ངན་པ་དང་།                      |ནད་མེད་ཆེ་རིང་བསོད་  
 རྣམས་ལྡན། |ལ་དང་གོས་དམར་འཕྲོད་པ་དང་། |བཙེ་ལྡ་  
 བཞི་བཅུ་བརྒྱད་ཅུ་ལ། |ཀེག་ཡོད་དེ་ཐར་མེད་པ་ཡིན།། ༥  
 བསྐྱ་མེད་ཏྲཱལ་(གཞུ་)དུས་སྦྱོར་འབྲས། |དགོ་སྦྱོང་དང་  
 ནི་བྲམ་ཟེའི་རིགས།                      |སྒྲིགས་པ་ཕྱག་ན་ཡོད་པའི་

དུས། །ཁ་ནི་འོག་ཏུ་བལྟས་ནས་སྐྱེས། །གསོ་དགའ་  
 མདོག་དང་གཟུགས་བྱད་ངན། །ཆེ་དང་བསོད་ནམས་ཅུང་  
 ཟད་ཆུང་། །རང་བས་དང་ནི་གོས་སྒྲོན་འཕྲོད། །ཉི་ཤུར་  
 ཀེག་ཡོད་དེ་ཐར་མེད། ། ༥ ཏྟཱལ་(ཆུ་སྤྲོན་)དུས་སྒྲུར་དག་  
 གཞན་འབྲས། །བྲིམ་ན་སྐྱེ་བོ་ཕལ་པའི་རིགས། །ཡོད་  
 པའི་དུས་དེར་ཁ་འོག་ཏུ། །བལྟས་ནས་སྐྱེས་པ་གསོ་  
 དགའ་ཞིང་། །ཁ་དོག་གཟུགས་བྱད་ངན་པ་དང་། །ཆེ་དང་  
 བསོད་ནམས་ཅུང་ཟད་ཆུང་། །འབྲས་དང་གོས་རིགས་  
 དམར་པོ་འཕྲོད། །ཉེར་གསུམ་བཞི་བརྒྱར་ཀེག་རེ་  
 ཡོད། །དེ་ལས་ཐར་ན་ཀེག་མེད་དོ། ། ༥ དུས་སྒྲུར་ཏྟཱལ་  
 (བྲུམ་པ་)འབྲས་བྱ་ལ། །ལྷག་ན་ཕལ་པ་ཡོད་འཕྲོ་ལ། །སྤྱི་

རུ་ཐོན་པའི་དུས་ཀྱི་ཆོ།                      །ཁ་ནི་སྟེང་དུ་བལྟས་ནས་  
 གླེས། །ཁ་དོག་བཟང་ཞིང་གཟུགས་བྱད་སོགས། །ནད་  
 མེད་ཆེ་རིང་བསོད་ནམས་ལྡན། །རང་གི་ནོར་དང་གོས་  
 སྟོན་འཕྲོད། །སུམ་ཙུ་ལྔ་བཙུར་སྐྱེག་ཡོད་ཅིང་། །དེ་ལས་  
 ཐར་ན་སྐྱེག་མེད་དོ། ། ༥ ༡༩༥ (ཉ) དུས་སྦྱར་སྐྱེས་འབྲས་  
 ལ། །དགོ་སྟོང་དགོ་སྟོང་བྲམ་བེ་དང་། །སྒྲགས་པ་སོགས་  
 ཀྱིས་བྱིན་བརྒྱབས་དུས། །གཞོགས་ནི་གང་རིགས་འོག་  
 བཙུག་ནས། །ཁ་ནི་འཕྲེད་ལ་བལྟས་ནས་གླེས། །ཁ་དོག་  
 གཟུགས་བྱད་ཞན་པ་དང་། །ཆེ་དང་བསོད་ནམས་འབྲིང་  
 ཅམ་ཡིན། །ལྟོན་ཞུགས་པའི་བས་དང་ནི། །གོས་སྟོན་  
 འཕྲོད་ཅིང་སུམ་ཙུར་སྐྱེག                      །དེ་ལས་ཐར་ན་སྐྱེག་མེད་

དོ། ། བརྩ་པ་རྟེན་འབྲེལ་ནི། མ་རིག་ལ་སྐྱེས་ཉི་མ་  
 དགུ། ། རླེ་དགུ་ལོ་དགུར་མ་ཤི་ན། ། རོར་ལྡན་སྤྲ་མང་  
 སེམས་སྤྱད་ཅིང་། ། ཉེ་དུ་ནང་ཚིང་འབྲིག་ལ་སྟེད། ། ཡིག་  
 ཅིས་གཙུག་ལག་ཤེས་པ་འབྱུང་། ། ལོ་ནི་བརྒྱད་ཅུ་ཅ་  
 གཅིག་འཆོ། ། འདུ་བྱེད་ཉིན་མོ་འཆི་བར་འགྱུར། ། ། འདུ་  
 བྱེད་ཞག་བརྒྱད་རྩ་བརྒྱད་དང་། ། ལོ་བརྒྱད་དག་ལ་མ་ཤི་  
 ན། ། རྟེན་མེད་འབྱོར་ཞིང་ཆངས་པར་སྦྱོད། ། ཆེ་རིང་  
 གྲོགས་པོ་མང་བ་དང་། ། མཁས་པ་བཟོ་ཡི་རིགས་རྣམས་  
 ཤེས། ། བརྒྱད་ཅུ་ཅ་གཅིག་འཆོ་བ་ལ། ། རྣམ་ཤེས་ཉི་མ་  
 དག་ལ་འཆི། ། ། རྣམ་ཤེས་ཞག་ལྔ་ལོ་ལྔ་ཉི་དུས། ། སྒོ་བྱར་  
 མ་ཤི་སྦྱོ་རིང་ཞིང་། ། མཁས་ཞིང་ང་རྒྱལ་ཆེ་བ་



དང་། །སྒྲིག་དགའ་ཆོག་རྩུབ་དཔའ་ཞིང་དབུལ། །བྱང་  
 སེམས་ཆུང་བར་འགྱུར་བ་དང་། །དྲུག་ཅུ་ཅ་གཉིས་འཆོ་  
 བ་ཡིན། །མིང་གཟུགས་ཉི་མར་མཆོན་གྱིས་འཆི།། ལྟོ་  
 མིང་གཟུགས་ཉིན་དྲུག་ཟླ་དྲུག་དང་། །ལོ་ནི་བརྒྱ་གཉིས་  
 མ་ཤི་ན། །ནད་ཅུང་འཆོ་དགོན་སྒྲུང་བ་མང་། །བྱ་ཡིན་མི་  
 འཆོ་རྟག་འཛིགས་མང་། །གཏུམ་ཞིང་ང་རྒྱལ་ཆེ་སྒྲུང་  
 རྒྱུག་ །ཆུང་མ་གསུམ་ཡོད་ཆོང་གིས་འཆོ། །ཆེ་ལོ་བརྒྱད་  
 ཅུ་ཅ་གཉིས་གསུམ། །སྐྱེ་མཆེད་ཉི་མར་གཅོང་གིས་འཆི།། ལྟོ་  
 སྐྱེ་མཆེད་ཉིན་ལྔ་ཟླ་བ་གསུམ། །ལོ་བརྒྱད་བརྒྱ་མ་ཤི་  
 ན། །སེར་སྒྲ་ཆེ་ཞིང་ནད་མོད་ལ། །དཔའ་ཞིང་འཕོངས་ལ་  
 སྒྲུང་བ་ཆེ། །སྟོར་འདུ་དྲུག་ཅུ་ཅ་བཞི་འཆོ། །རེག་པར་

རང་ཉིད་བྱིས་དུ་འཆི།།      རྒྱུ      རེག་པ་ཞག་ལྔ་ལྷ་བ་  
 གསུམ། །ལྔ་དགུ་ལོ་དགུར་མ་ཤི་ན། །དུས་ནྐམས་ཉྐག་ཏུ་  
 རྒྱུ་གྱིས་འཛིན། །བཤེས་གཉེན་ཆེ་ལ་སྦྱ་བ་མཁས། །སྒྲོ་  
 གྲོས་ལྡན་ཞིང་ང་རྒྱལ་ཆེ། །ལག་རྒྱ་ཆོས་དགའ་ཕྱག་དོག་  
 ཆེ། །ཕྱག་ཅིང་འབྲིག་ལ་སྤེད་པ་དང་། །ལོ་ནི་དྲུག་ཅུ་ཅ་  
 གསུམ་འཆོ། །ཐ་མ་ཆོར་བའི་ཉི་མ་ལ། །མི་ཡི་རྒྱལ་པོའི་  
 ཆད་པས་འཆི།། རྒྱུ      ཆོར་བའི་ཉི་མ་བརྒྱ་གཉིས་དང་། །ལྷ་  
 བ་གཉིས་བརྒྱད་ལོ་བརྒྱད་ལ། །མ་ཤི་གཞན་གྱིས་བསྟེན་  
 བཟུར་དང་།      །མཆོད་པའི་གནས་འགྱུར་གཡོ་སྤྲེག་  
 དགའ། །ནད་ལྔ་འབྱུ་ཞོར་ཕྱག་པ་དང་། །བཅོ་མཁས་  
 རྒྱུང་མ་གཉིས་དང་ལྡན། །ཆེ་ལོ་དྲུག་ཅུ་ཐམ་པ་འཆོ །སྤེད་

དཔེ་ཉི་མར་ཚད་པས་འཆི།། རྩ མེད་པ་ཞག་པོ་གསུམ་  
 མམ་བཅུ། །ཟླ་ལྔ་ལོ་དགུར་མ་ཤི་ན། །གོང་ཁྱེར་གྱི་ནི་  
 དཔོན་དུ་འགྱུར། །བྱ་ཚ་མང་ལ་ལོངས་སྤྱོད་ཆེ། །ནད་  
 དགོན་གཟུགས་བཟང་དག་གོགས་མང་། །ལོ་ནི་བརྒྱད་ཅུ་  
 ཅུ་བཞི་འཆོ། །ལེན་པེ་ཉི་མར་དུག་གིས་འཆི།། རྩ ལེན་  
 པ་ཉིན་དགུ་ཟླ་བ་གཉིས། །ལོ་བརྒྱད་དགུ་ལ་མ་ཤི་ན། །ཉ་  
 བར་མི་སྐྱུག་སེམས་ཆུང་ཞིང་། །གཏིང་རིང་མཛེའ་བོའི་  
 གཟུགས་ཀྱིས་ནི། །གཡོ་བྱེད་ལ་དགའ་འདོད་ཆགས་  
 ཆེ། །ཚུལ་བྲིམས་འཆལ་ཞིང་ལོ་དུག་ཅུ། །ཅུ་བཞིར་འཆོ་  
 ཞིང་ཐ་མ་རུ། །མེད་པེ་ཉི་མར་ཆུའམ་མཛེས། །རང་གི་  
 དུལ་དུ་འཆི་བར་འགྱུར།། རྩ མེད་པ་ཉིན་དགུ་ཟླ་གཉིས་

སམ། །གསུམ་དང་ལོ་དགུར་མ་ཤི་ན། །གཞན་གྱི་ཆུང་  
 མར་འབྲིག་པ་སྟེད། །གཉིད་ཆུང་གཙོ་བོ་དམག་དཔོན་  
 འགྱུར། །བཙན་ཕུག་བཟོ་ཡི་གནས་ལ་མཁས། །ཆུང་མ་  
 གཉིས་ལྡན་དྲུག་ཅུ་འཛོ། །ཐ་མ་སྐྱེ་བའི་ཉི་མ་ལ། །མཚོན་  
 གྱིས་གཞན་ཡུལ་དག་ཏུ་འཛི། ། ༥ྟ །སྐྱེ་བ་ཉིན་དགུ་ཟླ་བ་  
 དག །ལོ་བརྒྱ་ལ་ནི་མ་ཤི་ན། །རྟག་པར་ནད་བྱ་ཅན་ཏུ་  
 འགྱུར། །ཕུགས་དང་ཡུལ་འཁོར་མི་སྐྱོང་ལ། །གཞན་  
 གྱིས་མཚོད་པའི་གནས་སུ་འགྱུར། །དྲུག་ཅུ་འཛོ་ཞིང་ག་  
 ཤི་ལ། །ཆུ་ཡི་གཞོད་པས་འཛི་བར་འགྱུར། ། ༥ྟ །གཤི་  
 སྐྱེས་པ་ཉི་མ་གཉིས། །ཟླ་གཅིག་ལོ་དགུར་མ་ཤི་ན། །ཆུང་  
 དུས་ནད་མང་ཆེར་སྐྱེས་བྱང་། །ཡིད་གཞུང་གཉིན་འདུན་

[illegible]

བའི་གཤམ་ཅན། །ཆེ་ཆད་དོན་གཅིག་ཆེ་འཕྲང་བཞི། །མི་  
 གཙང་རོ་འབག་གི་བ་གྱིས་འཕྱང་། །པ་མེས་བྱེས་ཤིའམ་  
 དུལ་གཉིས་འཛིན། །ཆུང་དུས་དྲ་ཕྱག་བབ་པའམ། །བྱིས་  
 སར་བྱེ་བྲལ་བྱེད་པ་དང་། །ཡང་ན་བྱ་ཆ་རིགས་གཉིས་  
 སོ། །དབང་པོ་མི་བདེ་ནོར་དཀར་འཕྱོད། །བྱི་མ་ར་དང་  
 འདབ་ཆགས་ལུས། །ཡང་ན་གཞོད་སྦྱོར་སྒྲར་སྦྱེ་  
 བས། །སྦྱོར་རས་གཟིགས་གྱི་སྦྱ་བཞེངས་ཏེ། །ཡིག་དྲུག་  
 རྒྱན་དུ་བཟླས་བརྗོད་སོགས། །དགོ་ལ་འབད་ན་འབྱོར་  
 རྒྱན་བྱ། །ཡང་ན་སྒྲུའམ་བྲམ་ཟེར་སྦྱེ། །གཉིས་ནག་ལ་  
 སྦྱེས་དཔྱལ་བ་ལས། །ཆེ་འཕོས་ཆེ་སྦྱོར་བདུད་དུ་  
 སྦྱེས། །པ་མ་བྱེ་བྲལ་བྱེས་པའམ། །ཡང་ན་འབྲལ་སྦྱ་

དམར་ལ་དད། །ཕ་ཚཱ་ནང་ནས་མཐོ་དྲགས་ཡོད། །དེ་  
 རྒྱ་སྤྱོད་པོར་སྐྱེས་པ་ཡིན། །དེ་རྒྱ་སྤྱོད་པོར་སྐྱེས་པོར་  
 གྲོང་ལ། །ཞེ་ནག་ཆེ་ག་སྤྱོད་ཆེ་བ་ཡིན། །ཆེ་ཆད་རེ་  
 གཅིག་བར་གཅོད་གསུམ། །རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་  
 ལ། །བཏབ་ན་གསོ་སྐྱེན་འཆི་སྐྱེན་ཡོད། །སྐྱེ་དཔ་ལན་  
 མང་འབྱུང་བ་ཡིན། །རང་སེམས་དཀར་ཀྱང་མེས་སྐྱེན་  
 གཟུང་། །དགའ་བར་བྱས་ཀྱང་མགུ་བ་ཅུང་། །གྲོགས་དང་  
 ཐོན་བྱ་འགྲོགས་སྐྱེས་མེད། །མི་གཅིག་པོ་ནི་རྒྱུང་རྒྱུང་  
 ཡིན། །གྲི་བོས་གཞོད་ཅིང་དགའ་ལྷས་འགོ། །བན་བོན་ཡིན་  
 ན་མཐུ་ཅེ་ཆེ། །སྐྱེ་བ་སྐྱེ་མ་སྐྱེན་བྱུང་མ། །དོམ་སྐྱེ་བྱུ་ཡི་  
 དྲགས་གང་རུང་སྐྱེ། །ཕྱག་དོར་སྐྱེ་དང་མཆོད་རྟེན་



[illegible]

ངན་ཡུགས་འོང་ཉེན།      |ཆེ་ཆད་ལྷ་བརྩ་གེགས་གསུམ་  
 ཡོད། |ཐྱི་མ་སྤྱིན་པོའམ་བྱ་ལུས་ལེན། |སྤྱིན་པ་རྒྱ་ཆེན་  
 ཡིག་བརྒྱ་པ། |ཁྱི་འབུམ་རྫོར་སེམས་སྐྱ་བཞེངས་ཏེ། |ཁ་  
 འདོན་དགེ་ལ་བཙོན་པ་ན། |རྒྱབ་ཕྱོགས་སྐྱུག་པོའི་བྱ་མོར་  
 སྤྱེ། |ཅིབས་དབྱང་ཆང་རར་སྒྲེ་མཆན་ཡོད། |འགོ་ལྷ་  
 བཙོག་གིས་མནོལ་བ་ན།      |བས་ནོར་སྐྱ་མ་རྩ་བྱར་  
 འད། |ཆེ་ཡིས་མ་བརྟས་རྩང་གིས་བརྟས། |ལྷ་བ་མཐོ་  
 ཞིང་མགུ་བར་དགའ། |ཐབ་གཞོབ་ཁང་ཞིང་ས་བདག་  
 གཞོད། |འགོ་ལྷ་སྐྱ་སྤྱིན་འགོང་པོ་ཡིན། |ལུས་སམ་ཡུལ་  
 ནི་གཉིས་འཛིན་ཅིང་།      |རང་བྱིན་རང་ཆེ་ནོར་རྩས་  
 རྟེན། |གཟའ་ནད་དུ་རྩེ་ནད་ཀྱིས་འཆོ། |ཐ་མ་གཙོང་

ངམ་སྟོ་བྱར་འཆི། །མི་ཆེན་བྱམས་ལ་ངན་པ་སྤང་།། །  
 བཞི་ལྡང་ལ་སྟེས་སྟུ་མོ་ཡིས། །བྱིན་པའི་བྱ་ཡིན་ཆེ་སྟོན་  
 མ། །སྟུ་དང་ཤ་བའི་ལུས་ཤིག་སྤངས། །བརྩ་རྒྱུ་གཡམས་  
 ལ་སྟེ་བའམ། །ཤ་མཆོན་ནག་པོའི་ཐིག་ལེ་ཡོད། །ཆེ་ཆད་  
 དུག་ཅུ་རེ་ལྡ་ལ། །གོགས་སྟེན་བཞི་ཡོད་རྒྱུན་དུ་ནི། །རོ་  
 འབག་འཁོན་དང་མི་གཙང་གཟབ། །སྟུ་མཆོད་སྟུ་འཛེམ་  
 མ་བྱས་ན། །མི་གཙང་སྟུང་བཏགས་སྟུ་ནད་གཏོང་། །འགྲོ་  
 ལ་དག་འཁོར་སེམས་ལས་ཆེ། །ཁོང་རྩ་བ་རིགས་བརྒྱད་  
 དབང་པོ་ལ། །སྟོན་འོང་ཁ་མཆུ་འཕུང་འགྲོད་མང་། །བྱི་མ་  
 དུག་རོན་ཁུ་བྱུག་གམ། །བྱོལ་སོང་རིགས་སམ་འོན་དེབ་  
 ཅན། །ལུས་ལེན་ཏྲགས་རྟེན་རྒྱུ་ལག་གཡམས། །ལྟག་

མདོངས་གདོང་སྒྲེའམ་གཤམ་ཅན།     | ཡང་ན་གཡོན་ལག་  
 གྲེད་པ་ཡིན།     | རྒྱག་དྲོར་སྒྱ་བཞེངས་སྒྲུ་ཆུ་ཁྲི།     | འབྲུམ་  
 བཏབ་དག་ལ་བརྩོན་པ་ན།     | སྒྲགས་ཆེན་བཟོ་བོ་བན་བོན་  
 ནམ།     | རྒྱག་པོའི་བྱ་རུ་སྒྲེ་བར་འབྱར།     | དྲིག་བྱམ་ཤུ་ཐོར་  
 སྒྲེ་འཕོག་གི།     | བད་དམ་སྒྱག་བསྐལ་ཁ་སྒྲས་མང།     | ལྟ་རུ་  
 སྒྲས་འགོ་དུས་ཏྲག་དུ།                     | འབྲུ་སྒྲ་སྒྲ་སྒྲན་འོ་མས་  
 མཆོད།     | ཆོད་ལྟན་བྱང་ན་དངོས་བྱབ་འབྱང།     | ས་བདག་  
 གཞོད་ཅིང་གཙང་སྒྲ་ཆེ།     | སེམས་ཆུང་ཆེ་ག་གསལ་ཁྲི་བ་  
 སྒྲ།     | བྱ་སྒྲིང་བཞི་འོང་ནོར་སྒྲན་འཕྲོད།།     ༥     ལྟ་སེར་ལ་  
 སྒྲེས་དག་སྒྲོང་ལས།     | ཆེ་འཕོས་བདུད་པོས་བྲིན་པའི་  
 དུ།     | སྒྲོ་བཏན་ཤེས་ཆེ་ཆོས་ལ་དད།     | གྲི་དང་རབས་ཆད་

འཁོར་བ་ཡིན། །ཆེ་སྟོན་དང་སྟོང་བརྟེན། །ཨ་ཅར་རྒྱལ་  
 འགོང་སྐྱེ་བ་སྤངས། །རྟགས་སུ་སྟོ་རྟབ་གཏམ་འཆོལ་  
 མང། །རིག་པ་སྦྱར་ལ་སྐྱེ་བ་འདིར། །ཆེ་ཆད་ལྷ་བརྩ་  
 འཕྲང་དམ་གཉིས། །སྤྱི་མ་སྤྱེའུ་བྱིམ་བྱར་སྐྱེ། །ཐུབ་དབང་  
 སྐྱེ་དང་རྩོ་གཅོད་བཞེད། །དགོ་ཆོགས་སྟོབས་ལ་འབད་པ་  
 བ། །སྤྱགས་པ་ཞིག་ཏུ་སྐྱེ་བའམ། །ཤོ་ལུས་ཐོབ་ནས་ཆོས་  
 ལ་དཀར། །དགོར་སྦྱང་བན་བོན་ཆོས་སྦྱོང་  
 གཞོད། །བསྐྱང་བཤགས་གཙུག་ཏྲར་སྟོང་བསྐྱོག་  
 བྱ། །ཡུལ་བདག་པ་མིང་སྦྱང་མ་འགོ །བན་བརྒྱད་བོན་  
 བརྒྱད་ཡིན་ན་བཟང། །མིན་ན་སྦྱར་ཁ་དམ་སྤྱི་  
 གཞོད། །རྩིབ་གྱིར་ཞིའམ་ཡུལ་མཁར་ལ། །དག་ཡིས་

བྱེད་རམ་འཕོ་སྐྱས་བྱས།      །ལྟ་བ་མཐོ་ཞིང་སྒྲ་ཁམས་  
 ཆེ། །བྱ་སྤིང་ལྡས་འདྲུང་ཡོན་ཏན་འཕྱོད། །ཆོས་ལ་དཀར་  
 ན་ཆེ་རིང་འོང་། །བྱད་མེད་རིགས་ལ་ཁ་སྐྱས་དང་། །སྐྱེས་  
 བ་དར་བའི་དུས་ན་ཡང་།      །སྐྱེ་བ་ཉན་ས་བདག་གཞོན་པ་  
 ཡིན།      །རིམས་དང་དབྱ་སྒྲ་ཆོམ་རྒྱན་འོང་།      །ཚུ་སེར་  
 མཁྱིས་པ་ཤས་ཆེ་ཞིང་།      །ཁྱོས་ན་བཙོས་སྒྲ་ཁོང་བྱང་  
 བཏན།      །རྒྱལ་གཞོན་སྤིང་འདྲུག་གཞན་ལ་ཁྱོ།      །རང་  
 སེམས་དབང་མེད་ཤེས་པ་འཕྱོ།      །ཞོར་རྩ་ས་སྐྱམ་ཞོར་ས་  
 ཞིང་འཕྱོད། ། ༥ དུག་དཀར་ལ་སྐྱེས་ཡི་དྲགས་ལས། །ཆེ་  
 འཕོས་ལྟ་གོང་བྱེན་པའི་བྱ། །དུས་ནམས་ཏྲ་ཏུ་སྐྱ་གཞོན་  
 གཞོན།      །འགོང་ཕོས་འཕྱང་དགྲགས་བྱེད་པ་ཡོད།      །ཆེ་

རྟོན་ལྟ་དང་བྲམ་ཟེ་དང་།      །འག་བ་ཁུ་བྱུག་ལུས་སྦངས་  
 ཤིང་། །ཆེ་ཆད་བདུན་ཅུ་གོགས་ལྟ་འབྱུང་། །ཤེས་རབ་ཆེ་  
 ཞིང་ངོ་མི་བརྟན།      །རྐང་གཡོན་ལག་གཡས་བྱིན་པ་  
 དང་། །སྦང་དུ་སྦྲེ་བའི་ཤ་མཆན་ཡོད། །འགྲོ་འདུག་ལ་  
 དགའ་བྱུང་མེད་ནི།      །ཁ་འངས་གཏིང་རྩུབ་ཉམ་པོ་  
 ཡི། །གཉན་འདྲེས་གཞོད་ཅིང་ཡུལ་ལྟས་འགོ། །དབུལ་  
 ཞིང་ཁ་རྩེ་སྤི་མི་ཆེ།      །ཡུལ་ཁ་གཉིས་སུ་འཛིན་དབྱུང་  
 ཡིན། །པ་རྩིན་མ་རྩིན་ཆུང་ན་ཡང་། །རང་མགོ་དྲག་པོ་འོང་  
 བ་ཡིན། །ཕོ་ལྟ་དགའ་ལྟས་སྦྱོབ་པ་དང་། །ནད་དགོན་འབྱུང་  
 ན་ཆ་བས་ཆེན་འོང་།      །པར་ལ་རྩིན་བཞག་རྩུར་གཞོད་  
 སྦྱེལ། །ཁ་བཞིན་ངན་ཏེ་གཏིང་སྦྱོན་ཆུང་། །བུ་སྤིང་ལྟའམ་



གསུམ་འདུ་ཞིང་། རྩོམ་ནི་ཟལ་ཟལ་འཕྲོད་པ་ཡིན། བྱི་  
 མ་བན་བོན་བྱད་མེད་དམ། བྱ་ཡི་ལུས་ལེན་གདུགས་  
 དཀར་དང་། སྒྲ་མའི་སྐྱ་བཞེད་དགོ་སྦྱར་ལ། འབྲུངས་ན་  
 ལྷའམ་སྟོ་སྟོགས་སུ། ཡོན་ཏན་ཅན་དུ་སྦྱེ་བ་ལེན། ཡུལ་  
 མཁར་དག་ལག་ཤོར་བ་དང་། འཕྲོ་སྐྱས་བྱས་སམ་ཉེ་བ་  
 རི། དག་ལྡང་ཟས་ནོར་གང་སྟོང་ཆེ། མི་སྟོང་ཏྟ་སྟོང་  
 འཇལ་ལེན་བྱས། གསར་གྲོགས་ཆེ་ལ་ཆེ་གསལ་བྱང་། ། །  
 བདུན་དམར་ལ་སྦྱེས་བཅན་བྱ་རི། བཤམ་པ་གི་ཐོགས་  
 གིར་འཆི་ཉེན། སྟོང་འབབ་ནོར་ནི་དཀར་དམར་  
 འཕྲོད། བྱ་སྒྲིང་བདུན་འདུ་གཉའ་གཅིག་མང་། སྒྲིག་ལ་  
 མི་འཇོམ་རང་འདོད་ཆེ། སྦྱིད་སྦྱུག་དབྱིད་ཀའི་ཉི་མ་

འདྲ། །རིམ་གྱིས་འབར་ནས་བྱམ་གྱིས་འཆི། །ཆ་གང་ཐབ་  
 གྱི་སྤང་འདྲ། །འགངས་སྟོགས་མགར་བའི་སྤྱད་པ་  
 འདྲ། །ཆེ་སྟོན་བཅོན་དང་སྟ་མིན་སྟེས། །ཕྱི་མ་སྟོན་བྱ་  
 འཕར་སྤྱང་ངམ། །ཡི་དྲགས་ལས་མཁན་གང་རུང་  
 སྟེ། །སྟོལ་མའི་སྤྱད་ང་སྤྱ་བཞེང་། །དཀར་སྟོགས་  
 འབད་ན་ཕོ་ལུས་ཐོབ། །འདུལ་བ་འཛིན་པ་ཞིག་ཀྱང་  
 འབྱུང་། །ཉགས་སུ་ཅིབ་ལོགས་རྒྱབ་བྱང་དང་། །ལག་  
 གཡོན་སྟེ་བའམ་ཤ་མཆོན་ཡོད། །ཆེ་ཆད་བརྒྱད་ཅུ་བར་  
 ཆད་བཞི། །སྟོ་བྱང་བརྟེན་སྟོན་དམར་དད་ཆེ། །བྱད་མེད་  
 གཉིད་དགའ་བྱེ་འབྲལ་ངོ། །པ་མཆོན་ནང་ནས་དམེ་  
 འཁྱུག་མང་། །ཆུང་དུས་མ་ཤུལ་ཕོལ་འབྲས་འོང་། །འཐབ་

དགའ་རྒྱལ་ཁྱ་གསོན་སྟོང་འཇལ། །ལུས་ལ་དཔའ་རྩ་ལ་ཆེ་  
 བ་སྟེ། །ལ་མདོག་དམར་ལ་ཤེས་པ་ཁྱོ། །ཁྱག་གཟེར་སྟོ་  
 བྱར་སྒྲང་ཐབས་འབྱུང་། །བྱས་པ་མེད་ཀྱང་མི་ཁ་  
 ལྡང་། །ལས་ལ་གཡེལ་ལ་སྟོ་ཤེ་ཆེ། །འགོ་བ་བཅན་འགོ་  
 ཏྱག་ཏུ་མཆོད། །གྲི་བཅན་བསྟོངས་འདྲེས་གཞོད་པ་  
 ཡིན།། ༥ བརྒྱད་དཀར་སྟོང་དུ་སྐྱེས་པའི་རྩེས། །དགའ་  
 ལྡན་ལྟ་ཡིས་བྱེན་པའི་བྱ། །ཆེ་སྟོན་མོན་ཡུལ་ཞིག་ཏུ་  
 སྐྱེས། །དེ་ནས་ལྟ་ལ་སྐྱེས་པ་ཡིན། །ཆེ་ཆོད་ལྟ་བཅུ་བར་  
 ཆོད་གསུམ། །ཀླང་དང་འགྲམ་གཡམས་སྟེ་བ་ཡོད། །བྱི་མ་  
 བྱད་མེད་ལུས་ལེན་དོ། །སྟོན་པའི་སྐྱ་བཞེངས་ཆོས་  
 སྟོགས་ལ། །བཙོན་ན་ལྟ་བཙོའམ་ཆོས་པར་སྐྱེ། །དེ་ནས་

སྒྲུང་ཡང་ལྟ་ཡུལ་སྒྲེ།     | ཏྲགས་སུ་དབྱེ་གཡོན་སྒྲེ་མཆོན་  
 ཡོད།     | གྲིབ་ཁ་ལྟང་ཞིང་མི་གཙང་འཛེམ།     | ངང་རིང་ཁ་  
 གཤོག་གཤིང་ན་དམ།                     | ཡུལ་ལྟ་དབྱ་ལྟ་རྒྱལ་པོས་  
 འགོ།     | ཏྲག་ཏུ་ལྟ་ལ་གསོལ་ཁ་རེམ།     | འདྲེ་རུ་ལྟ་སྒྲུང་ཁྲིས་  
 པ་དང་།                     | ཁྲེམ་མཆོས་འགོང་འདྲེ་རྒྱལ་པོས་  
 གཞོད།     | གཞིས་ཡུལ་གཉིས་འཛིན་ལྟ་བ་མཐོ།     | །འད་དཀར་  
 ལྟ་རྟོ་ང་རྒྱལ་ཆེ།                     | ཡོང་ཁུར་སྒྲིད་བྱ་འཛེམ་སྒྲིང་  
 རྒྱ།     | ཐབ་གཞོབ་འཛེམ་ན་ཆེ་རིང་ཞིང་།     | བྱ་སྒྲིང་  
 གསུམ་བཞིའམ་རྒྱག་ཙམ་འོང་།     | ལག་པ་བཟོ་ཞིང་རིག་པ་  
 རོ།     | རད་འབྱུང་འཆོ་སྒྲ་མི་ཁ་བྱིས།     | ཉི་མ་རྒྱས་ཁར་རྩོ་བ་  
 བཞིན།     | རྒྱས་པའི་རུས་སུ་ཞིན་ཏུ་སྒྲིད།     | རང་གི་ལྟ་སྒྲུང་

མི་དགའ་བས། །ཁོ་དོན་མེད་པར་ཁོ་བ་སྟེ། །འཁོན་གྱི་  
 སྤང་འདྲེ་བྱེད་པ་ཡིན། །སྐབས་སུ་འཁོན་དང་གཏམ་སྒྲིལ་  
 འོང་། །ཡོན་ཏན་འཕྲོད་ཅིང་ཆོས་ལ་དད། །རང་ཉིད་ངན་  
 ཡང་ལྷ་བཟང་འགོ། །ཡ་རབས་བྱམས་ཏེ་མ་རབས་  
 ལྗང་། །སློབ་དཔོན་ཡིན་ན་ཡོན་མཛོད་ཀྱང་། །མི་  
 འཆིངས་ཙམ་ལ་འཁོན་པ་འོང་། ། ༥ དགྲ་དམར་ལ་སྐྱེས་  
 བཟང་ངན་ཅིས། །གནམ་སྒྲན་ཆེན་པོས་བྱིན་པ་ཡིན། །ཆེ་  
 སྒོན་དཔྱ་ཡི་ཡུལ་ནས་འཕོས། །དེ་ནས་སྨྱག་པོའི་སྒོ་བྱི་  
 དང་། །བོན་པོ་ཞིག་གི་སྐྱེ་བ་སྤངས། །ཆེ་ཆད་བདུན་ཅུ་  
 བར་ཆད་ལྔ། །བྱི་མ་བྱི་དང་བོང་བྱའམ། །བྱིམ་པའི་བྱད་  
 མེད་དམན་པར་སྐྱེ། །འཇམ་དབྱངས་སྐྱ་དང་གཟུངས་

འབྲུངས་ཏེ། །དགོ་ཚོགས་རྒྱ་ཆེར་བཙོན་པ་ན། །སྟོ་  
 སྟོགས་མོན་ཡུལ་འབྱོར་ལྡན་བྱ། །ཡང་ན་སྤྲོན་གསེབ་སྟོ་  
 རུ་སྟེ། །དེ་ཏྲགས་གདོང་མགོ་སྟེ་འཛིང་ངམ། །ལག་  
 གཡོན་སྟེ་བའམ་ཤ་མཆོན་ཡོད། །གཡང་གི་མེ་ཏྲག་ཏ་ལོ་  
 བདུན། །ལག་པ་གཡས་དང་གཡོན་ལ་ཐོགས། །མེ་ཏྲག་  
 འདི་དང་མ་བྲལ་ན། །ཉེ་འཁོར་སྟེ་ལ་རག་མ་ལུས། །པ་  
 མེས་སྟོགས་ཀྱང་ང་རང་ལྷུག། །མི་པོ་རང་གི་རྩལ་ལས་  
 བྱང་། །གལ་ཏེ་འདི་དང་བྲལ་བ་ན། །གཡང་ཉམས་ཉེ་བ་  
 དགར་ལྡང་སྟེ། །གཡང་གི་གཡུང་བྱང་མ་བྲལ་ན། །ཁ་  
 གང་ཟས་ཟ་ལག་གང་གི། །ནོར་ལ་ལོངས་སྟོད་བྱེད་པ་  
 ཡིན། །ཆེ་སྦྱད་གཡང་དང་ཞག་མཆོ་དོལ། །ཡ་རབས་

བྱམས་ལ་མ་རབས་ལྡང་།                      །བྱ་ཆ་བྱ་གཉིས་བྱ་མོ་  
 མང་། །འོར་རྩལ་འབྲི་དང་ར་ལྷག་འཕྲོད། །འོར་རྩལ་སྤྱ་  
 ཏྲགས་ཅན་འགའ་ཡང་།                      །མི་ཡི་ལག་རྩུ་འོར་བ་  
 འོང་། །འོར་གཡང་ཉམས་པ་དེ་ཡིས་ལན། །འོར་རྩལ་བ་  
 མའི་བེལ་བ་འདྲ། །ཆེ་སྟོད་སྤྱག་ལ་ཆེ་སྦྱང་སྦྱིད། །ལྟ་རུ་  
 བཅན་དང་སྦྱན་བྱས་འགོ      །སྤྱ་ཏྲགས་ཅན་ལ་སྤྱ་གཡང་  
 ཆགས། །གཡང་ལེན་བྱ་ཞིང་གཡང་ཁ་སྡོམ། ། བཙུ་  
 གཉིས་པ་སྤར་ཁ་ནི།                      མི་སྦྱང་འདི་རུ་སྦྱེས་པའི་  
 ཅིས། །དཀྱེལ་ཆེ་སྤ་མ་དག་ལ་དགའ། །ཕ་དང་གྲོས་པའི་  
 གདན་ས་འཕྲོག། །མ་ཉེས་ཁ་གཡོག་ཏྲག་རྩུ་འོང་། །མགོ་  
 དང་དབང་པོ་སྦྱོན་ཅན་འོང་།      །ཕོ་ཡིན་དམར་ངོ་ཁྲག་ངོ་



ཡོད། །གི་དང་ཐབ་གཞིབ་ས་ཡིན་ཏེ། །བྱིད་གི་ཕ་དང་  
མེས་རང་ནས། །གི་ཁ་ཆེན་པོ་བྲེ་གྱུར་ཏེ། །དེ་ཡང་མགོ་  
གི་མང་བ་ཡིན། །མོ་ཡིན་ཟླ་རིལ་བྲེ་འཇུར་འོང་། །ཐབ་  
གཞིབ་འཁོར་གིས་རྒྱེན་བྱས་ནས། །ལྷ་ལྷ་འཕངས་པས་  
གཉན་ནད་དང་། །བྱ་ཆ་སྦྱོར་ཅན་འོང་ཉེན་ཡོད། །ཕ་མེས་  
ཤིན་ཏུ་དར་བའི་ཆོ། །བཞི་དང་ལྗར་ནི་གིས་ཕ་སྙེ། །ཡུལ་  
ལམ་དུར་ས་རྩུབ་མོ་ནི། །སྟོ་དང་རུབ་ཏུ་ཁ་བལྟས་  
ཡོད། །ལྷ་ནི་རྒྱལ་པོ་བཅན་བདུད་འགོ། །དེ་བཞིན་གཞོན་  
བྲེད་འགོང་པོས་བྲེད། །ས་བདག་གཞོན་ན་བསྐྱོག་པར་  
དཀའ། ། ༥ །ཁོན་སྟང་འདི་རུ་སྦྱེས་པའི་འབྲས། །དུར་འཛེ་  
དུར་སྦྱོར་ས་ཞེས་བྲ། །ཕ་མེས་དུར་གདབ་ཉེས་པ་ནི། །དེ་

ཡི་སྒྲོན་གྱིས་མི་བརྒྱད་ལ། །སྒྲེན་སྒྱགས་སྒྱ་དང་འབྲས་པ་  
 དང་། །ཞ་འཐེང་འཐེབ་གིར་ཞི་བ་འོང་། །པ་མེས་ཉེས་  
 བརྒྱད་གང་སྟོང་ཆེ། །སྒྲོ་བརྟན་གཞན་གྱིས་བཅོས་པར་  
 དགའ། །དམེད་མོ་སྒྲོན་ཞིང་སྒྱག་བཞིན་ནག །རྟག་ཏུ་ཞེ་  
 འཁོན་ན་ཆ་མོད། །བྱ་ཆ་གསོ་དགའ་བྱི་ཡུགས་བྱེད། །ཁ་  
 འཇམ་གྱིང་ཆེ་བྲོ་ཞིང་གཏུམ། །རོ་འབག་མི་གཙང་བ་ལ་  
 གཟབ། །ཆེ་སྟོད་ནོར་ཆེ་ཆེ་སྦྲད་དབུལ། །ཡུལ་དང་དུར་  
 བི་སེར་སྒྱ་བ། །མདུན་ན་ལམ་གྲོགས་གྱིས་ཆོད་ཡོད། །སྟ་  
 རུན་གསྒྱག་སྒྱ་སྦྲན་འགོ །གདོན་དུ་ས་བདག་སྒྱ་མོས་  
 གཞོད། ། ༥ །དུ་སྟེང་འདི་རུ་སྒྲེས་འབྲས་ལ། །དམེ་སྒྲིབ་དུ་  
 ཡི་ས་ཞེས་བྱ། །པ་མེས་དམེ་སྒྲིབ་འཁོར་བ་ཡིས། །ངན་

ཐབས་བྱས་ནས་གསང་བ་ཡོད། །དྲ་ཁྱོ་གསོས་བྱས་པ་  
 དང་། །དམེ་ཅན་དང་དུ་སྒྲངས་པའོ། །གཡུ་ཐ་ཐེ་ནས་འོང་  
 བ་ཡིན། །འདྲེ་གཞོད་བྱས་སུ་མི་ཤི་ཡོད། །པ་མེས་  
 གསུམ་མམ་བཞི་བརྒྱད་ཡིན། །ཡུལ་དུར་སེར་རམ་ནག་  
 པ་ནི། །རྒྱབ་བམ་བྱང་དུ་བལྟ་བ་ཡོད། །ཞོར་རྩེས་ཅུང་ཟད་  
 སྒབ་པ་སྟེ། །སེམས་དཀར་སྟོ་བྱང་ཁོང་ཁྱོ་འཕེལ། །གཡོ་  
 སྟོགས་ཅུང་ལ་དྲག་ཅལ་ཆེ། །སྟོང་སྟོབས་ཆེ་ཞིང་ཡོན་  
 ཏན་འཕྱོད། །ཕོ་མོ་འདྲ་བར་བྲིམ་སོ་འདྲེན། །ཞང་ཉེའི་  
 སྟོགས་སུ་མནའ་བུ་ལ། །ས་དང་ཞོར་གྱི་གང་སྟོང་ཆེ། །ཐ་  
 མ་གྱིར་འཆི་གཟེར་ནད་མོད། །བཙན་འགོ་གྲེ་བོས་གཞོད་  
 པ་ཡིན། ། ༥ །ཁོན་སྟོང་འདི་རུ་སྟེས་པའི་ཕྱིས། །ཞ་འཐེང་

གང་སྟོང་ས་ཞེས་བྲ།                      །པ་མེས་ཞ་འཐེང་སྐྱར་པོ་  
 དང་། །སྒྲེན་སྐྱུག་ས་ཅན་དང་དལ་རྒྱབ་ཡོད། །དབྱ་སྒྲ་ཅུང་  
 ཟད་འབྱུང་བ་དང་།                      །ཡུལ་ལ་འཕོ་འབྱུག་ས་འོང་བ་  
 དང་། །སྦྱིད་སྐྱུག་གང་སྟོང་ཆེ་བ་ཡིན། །པ་མེས་གཉིས་  
 སམ་བཞི་བརྒྱད། །མི་ཡི་གང་སྟོང་ཆུང་བ་འོང་། །ཡུལ་  
 དུར་དམར་སེར་རྒྱབ་བྱང་བསྟ། །ང་རྒྱལ་ཆེ་ལ་ལྷ་འཕང་  
 མཐོ། །འབད་ནས་བྱས་ཀྱང་མགྲ་བ་ཉུང་། །ཐབས་མཁས་  
 སྦྱིད་སྐྱུག་རྒྱེན་ལ་བརྟུག་                      །པ་དང་ཁྱ་བོ་དག་ལ་  
 གཟན། །འགོང་པོས་འགོ་ཞིང་རྒྱལ་པོས་གཞོད། ། ༥ །ཁམ་  
 སྟོང་འདི་རུ་སྦྱེས་འབྲས་ལ། །བཙོག་མཐོ་ལ་སྦྱས་ནག་ས་  
 ཞེས་བྲ། །པ་མེས་མི་ལག་པར་ཞོར་རམ། །ཡང་ན་ཆུར་

བླང་ནལ་བྱས་སམ། །བྱ་སྤྱིང་མ་སྤྱ་རབས་ཆད་ཀྱི། །རྩལ་  
 བྱ་སྤྱས་ཀྱི་སྤྱད་བྱས་ནས། །པ་མིང་དམའ་ལ་བྱ་སྤྱིང་  
 མཐོ། །མནའ་མ་བྱེ་བྲལ་བྱས་དུས་མང། །པ་མེས་ལྷའམ་  
 བཞི་བརྒྱད་དེ། །ཕོ་བོ་བརྒྱད་དར་ཡུལ་དུར་ནི། །དཀར་  
 བྱ་བྱང་ངམ་ཤར་བལྟས་ཡོད། །སྤྱུག་བསྐྱལ་མོད་ལ་བྱེ་  
 བྱས་བྱེད། །ཞི་ནག་སྒྲོ་ལྷ་ཐུན་པར་དཀའ། །ནང་དུ་ཉྱལ་  
 ཆེ་བྱེ་རུ་འངམ། །མཐོ་སེམས་ཆེ་ལ་རང་ཆགས་དམ། །བྱ་  
 ཆ་ནལ་བྱའི་ངོ་ཡང་ཡོད། །ལྷ་རུ་སྤྱ་བཅན་དཀར་མོ་  
 དང། །མ་མོས་འགོ་ཞིང་བསེན་མོས་གཞོད། ། ༥ །གིན་  
 སྤྱང་འདི་རུ་སྤྱེས་འབྲས་ནི། །ས་བདག་ཐབ་གཞོབ་ས་  
 ཞེས་བྱ། །པ་མེས་མཛེ་ནད་གཉན་ནད་ཀྱིས། །ཞིའམ་

གཞན་གྱིས་བཙོག་བྱས་ཤིང་།      །ཐབ་གཞིབ་རྒྱན་གྱིས་  
 གྱིར་ཤི་མང་།      །ཡང་ན་བན་བོན་ཡོན་ཏན་ཅན།      །འོང་སྟེ་  
 གཉིས་སམ་གསུམ་བརྒྱད་ཡིན།      །ཡུལ་དུར་བྱང་ངམ་ཤར་  
 བལྟས་ཡོད།      །སྟོ་བརྟན་གཞན་གྱིས་བཙོས་པར་  
 དཀའ།      །ལ་ཕྱི་ཁ་ཉུང་ཆོག་བརྟན་ལ།      །ཕ་གཅིག་བྱ་  
 གཅིག་ཆང་པོར་འོང་།      །སྤ་ལ་ཞིབ་ཅིང་ཆེ་ལ་ཅིང་།      །སྟར་རུ་  
 དབྱ་ལ་བྲག་པོ་དང་།      །གཞིན་རྗེས་འགོ་སྟེ་ས་བདག་  
 དང་།      །ས་ཐོལ་གཞོད་པ་ཡིན་ཞེས་བྱ།      །ཟླ་བཟོད་འདི་  
 རུ་སྟེས་ཅིས་ནི།      །རབས་ཆད་ཆང་འདྲེའི་ས་ཞེས་བྱ།      །ཕ་  
 མེས་རབས་ཆད་སྟོན་ཆེན་དང་།      །དམེ་དང་དུའུ་གོ་  
 གསོས་དང་།      །ཤིང་གཉན་བཅད་པས་འགག་

གྲིའམ།    |ཤིང་གི་མང་སྟེ་ཆིག་བརྒྱད་དམ།    |ཡང་ན་  
 གསུམ་བརྒྱད་འོང་བ་ཡིན།    |མི་དམངས་དྲག་པོ་འབྱུང་  
 བའི་ས།    |ཡུལ་དུར་ལྗང་སྟོན་ཤར་སྟོར་བལྟ།    |མདོག་སྟོ་  
 ཁམ་གཡོ་ཆེ་བ་ལ།    |ཐབས་མཁས་བོལ་ཆེ་ཡིད་སྒྲུང་  
 ལྷ།    |བྱ་དང་ནོར་གྱི་དབང་ཐང་ཆེ།    |ཁ་ཚོད་ལག་འཐོར་  
 རང་དུ་གྱོང་།    |སྟ་རུ་སྟ་བདུད་ཡུལ་བདག་འགོ་གདོན་དུ་  
 མང་འདྲེས་གཞོད་པའོ།།    ཎྜ    ཟོན་སྟེང་འདི་རུ་སྟེས་པ་  
 བྱི།    |ཐད་འདྲེ་སྟ་གཉན་ས་ཞེས་བྲ།    |པ་མེས་སྟོབ་དཔོན་  
 དང་འགྲམ་སམ།    |ཡང་ན་ཐད་འདྲེས་གཏོང་བ་ཡོད།    |སྟ་  
 དང་ས་དང་གཞོད་པ་ཡིས།    |སྟོ་འབོག་སྟེབ་གྲིར་ཉི་བ་  
 དང་།    |མི་འབྱར་ཡང་ན་གྲེས་ཉི་ཡོད།    |པ་མེས་གཉིས་



སམ་བཞི་ཡིན་ཀྱང་། །ད་ལྟ་ཞིན་ཏུ་མང་བ་ཡིན། །ཡུལ་  
 དུར་ཤར་སྟོ་འམ་སྟོ་སྟོགས་སུ། །ཕུ་བལྟས་ཡོད་དེ་ཡུལ་སྟོ་  
 དང་། །འཕྱ་འདོད་ཁྱོ་ལ་དགའ་བ་སྟེ། །མཐོ་གཞོན་མཉམ་  
 གཉིས་འགྲན་སེམས་ཆེ། །སེམས་ལས་ངོ་སོ་གཉིས་ཀ་  
 ཆེ། །ཐ་མ་སྟོ་བུར་ནད་གིས་འཆི། །སྦྱན་འགོ་རྒྱལ་པོ་  
 འགོང་པོས་གཞོད།། ༥ །བརྩ་གསུམ་པ་བཅས་ལུང་ནི།  
 གཞན་ཡང་འདི་བཞིན་བརྗོད་པ་ཡོད། །པ་མའི་སྟོག་དང་  
 བུ་སྟོག་སྟོད། །མཐུན་པར་བཅས་པ་ཆེ་ཡི་བུ(དབང་  
 ལོ)། །པ་བས་བུ་ཆེ་རིང་བ་ཡོད། །བུར་གྱུར་བཅས་པ་  
 དཔལ་གྱི་བུ། །པ་དང་མེས་བས་བུ་ཆ་དར། །མར་གྱུར་  
 བཅས་པ་སྟོ་ཡི་བུ། །པ་དང་མ་ལ་བུ་ཡིས་སྟོབ། །སྟོགས་

གྱུར་བཅས་པ་འདྲེ་ཡི་བྱ།     |ཆུང་བའི་དུས་ན་གསོ་དགའ་  
 བས།   |ཁོར་ལྷ་བསྐྱབ་ཅིང་སྤྱང་མ་མཆོད། | དབྱར་གྱུར་  
 བཅས་པ་བདུད་ཀྱི་བྱ།                 |པ་མར་ངན་པས་དྲ་བོར་  
 ལུས།   |དབྱ་དང་ཁ་མཆུ་མང་ཅམ་འོང་།   |དབྱ་ལྷ་བསྟེན་  
 ཅིང་དབྱ་བཟློག་བྱ།     ༥ བརྩ་བཞི་པ་སྐྱེས་བརྟག་འཁོར་  
 ལོ་ནི།         སྐྱེ་བརྟག་འཁོར་ལོ་བཤད་ཀྱི་ཉོན།   |ཁྱེའུ་  
 གཟུགས་མཛེས་ཤིག་གིས་ལ།   |ཉི་མས་འབྱུང་པས་སྐར་  
 མ་དེ།   |༡སྐྱེ་བོའི་སྤྱིང་དུ་བྱི་བར་བྱ།   |ཁ་ལ་༣་༣་༩་  
 གསུམ་དང་༥་༦དབྱང་མགོར་གཉིས།   |༧་༨མཐིག་མར་  
 གཉིས་དང་༩་༡༠ལག་པར་གཉིས། |༡༡་༡༢་༡༣་༡༤་༡༥་  
 སྤྱིང་གར་ལྷ་དང་༡༦སྟེ་བར་གཅིག     |༡༧གསང་གནས་

གཅིག་སྟེ་༡༥་༡༩ལུས་མོར་གཅིས།      | ༢༠-༠ཀང་པར་  
 བརྒྱད་བཀོད་སྟེ་བ་བརྟག      | ཀང་པ་ལ་སྟེས་ཆེ་བུང་  
 འགྱུར། | ལུས་མོ་ལ་སྟེས་བྲེས་འབྲམས་ཤིང་། | གསང་བ་  
 ལ་སྟེས་འབྲིག་པས་བརྟག      | ལྟེ་བར་སྟེས་པ་དབུལ་པོར་  
 འགྱུར། | སྟོང་ག་ལ་སྟེས་ལོངས་སྟོད་ལྟ། | ལག་པར་  
 སྟེས་པ་རྒྱན་པོར་འགྱུར།      | མཐིག་མར་སྟེས་པ་སྟུག་  
 བསྐལ་ཅན། | དབུང་མགོ་ལ་སྟེས་ཁུར་བོ་བ། | ཁ་ལ་སྟེས་  
 པ་ཆོས་དང་ལྟ། | སྟེ་བོའི་སྐར་མ་ལ་སྟེས་པ་ | རྒྱལ་པོར་  
 འགྱུར་བར་ཐེ་ཆོམ་མེད།།      ཎ      བཅོ་ལྷ་པ་མཁའ་འགྲོ་ནི།  
 མཁའ་འགྲོ་ཤར་ནས་རིམ་བཞིན་བཅི། | ཆོས་ཀྱང་གཅིག་  
 ནས་རིམ་བཞིན་བསྐྱོར།།      ཎ      ༡་འོ་ཇེ་མཁའ་འགྲོ་ལ་སྟེས་

བ། །གཟུགས་བཟང་ཆོས་ཀྱི་ལས་འཕྲོ་ཅན། །ལུས་ལ་ཤ་  
 མཆན་སྟེ་བ་ཡོད། །ཟླ་བ་བདུན་དང་དགུ་ལ་ཆག །ཚུ་  
 གཏོར་གང་མང་སྒྲུ་བཤད། །སོ་སོར་འབྲང་མའི་སྤང་མ་  
 བཏགས། །མིང་ཡང་རྫོ་རྩེ་(རྫོ་རྩེ་དཔལ་འཛོམས་ རྫོ་རྩེ་  
 རྣམ་རྒྱལ་ལྟ་བུ)ལས་འགྲེས་བཏགས། ། ཎ ༡་ཡེན་ཆེན་  
 མཁའ་མོ། མི་དག་སྟེག་པའི་ལས་དེ་ལ། །དགའ་ཞིང་ཇག་  
 དང་རྒྱན་མར་འབྱུང། །ཆོས་ཀྱི་ལས་འཕྲོ་མ་མཆིས་  
 ཏེ། །སྟེ་མར་གཞོད་སྟེན་དག་པོར་སྟེ། །ཟླ་བའི་དྲུག་ཆག་  
 གསོ་བར་དགའ། །མིང་ཡང་ཡེན་ཆེན་(ཡེན་ཆེན་ལྟ་  
 འཛོམས་ ཡེན་ཆེན་ཆེ་རིང་)ལས་འགྲེས་བཏགས། ། ཎ ༢་  
 །པར་མཁའ་མོ། །ཤེས་ཚུང་ཆོས་མེད་འདོད་ཆགས་

ཆེ། །ཞག་པོ་བཙུ་ལྷ་ལྷ་གསུམ་དང་། །ལྷ་ལྷ་དག་ལ་མ་གཤི་  
 བ། །ཆེ་རིང་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཅན་དུ་འགྱུར། །མངོ་ནད་དྲག་  
 ཟེན་གསོ་བ་དགའ། །མིང་ཡང་བརྒྱ་(བརྒྱ་ཀུན་བཟང་ བརྒྱ་  
 མཆོ་མོ་)ལས་འགྲེས་བཏགས།། ༥ ༤ །ལས་ཀྱི་མཁའ་མོ་  
 ་ ཆོས་མེད་ཕྱི་མ་ངན་སོང་འགྲོ། །ནད་མང་གསོ་དགའ་  
 མཆོ་རུ་སྤྱང་། །ལྷ་བ་དྲག་དང་དགྲ་ལ་ཆག །ཆེ་གཟུངས་  
 ཆེ་ཆོག་འབད་ན་དག །མིང་ཡང་ཟེན་ལས་(ཟེན་ལས་  
 ཆོས་སྒྲོན་ ཟེན་ལས་ཕུན་ཆོགས་)ལས་འགྲེས་  
 བཏགས།། ༥ ༥ །འོས་དུས་མཁའ་མོ་་ བཙུན་བའམ་སྤྱ་  
 བ་རུས་ཅན་རིཌ། །ཆོས་ཀྱི་སྐལ་བ་ཆེ་བ་དང་། །མི་དྲག་  
 རྒྱུ་ལས་ལྷན་བསོད་ནམས་ཅན། །ཕྱི་མ་མི་ལུས་འཕྲོག་པར་

འགྱུར། །གསོ་སྦྱ་ནད་ཉུང་ཞལ་བཅུ་དང་། །ཟླ་བདུན་དག་  
ལ་ཆག་ཆེ་ཞིང་། །སོ་སོར་འབྲང་མའི་སྤྱང་མ་

བཏགས། །དག་ལས་དམར་གཏོར་ཆོ་ག་དང་། །བཞེག་  
པའི་རིགས་རྣམས་འབད་ན་དག། །མིང་ཡང་སངས་རྒྱས་  
(སངས་རྒྱས་གྲུབ་པ་ སངས་རྒྱས་བཟུང་གིས་)ལས་འཕྲོས་

བཏགས།། རྩེ བཅུ་དྲུག་པ་ཆེ་ཆད་ནི། གཞན་ཡང་སྟ་  
དཔལ་ཆེ་བདུད་ནི། །པ་མ་སྟ་ལ་བྱ་ཆ་དཔལ། །མཐུན་པ་  
ཆེ་ལ་ཐུབ་པ་འདྲེ། །མི་ཐུབ་པ་ནི་བདུད་དུ་འགྱུར། །དེ་ཡི་  
ཆེ་བ་ཀྱང་འདི་ཡིན་ཏེ། །དཔེར་ན་རྟ་སྐྱུ་ལ་ལོ་པ་

གཉིས། ཟེན་ལ་བཅས་པ་པ་མ་ལ། ཆེ་ཡི་ཉི་མ་ཤར་བ་  
སྟེ། ལོ་ནི་བདུན་ཅུ་ཅ་གསུམ་བརྟུན། མཆོམས་བཞིར་

བཅས་ན་བྱ་ཆ་དཔལ།                      །སྤྱིན་བལ་ཉི་མ་དྲུག་ཅུ་  
 གཅིག། །ལི་ལ་བཅས་པ་མཐུན་པ་ཆོ། །ཉི་མ་རྒྱང་བསྐྱོད་  
 ཆེ་སྐལ་འབྱིང་། །ལོ་ནི་བཞི་བརྒྱ་ཞེ་དགྲ་འདལ། །དྲ་ལ་  
 བཅས་པ་ཐུབ་པ་འདྲེ།                      །ཉི་མ་སྤྱིན་བསྐྱེབས་སུམ་ཅུ་  
 བདུན། །ཁམ་ལ་བཅས་ན་མི་ཐུབ་བདུད། །ཆེ་ཡི་སྐལ་  
 ཆད་ཉི་མ་རྒྱལ། །བཅས་མ་ཐག་ཏུ་འཆི་བར་བཤད། །  
 ལྷགས་བདུད་སྟོ་བ་གཅིང་ཅན་འོང་། །མེ་བདུད་སོང་ན་  
 ཆད་ནད་དང་། །སྟོང་ནད་ཤ་ཡའི་ནད་ཅན་འབྱུང་། །ཚུ་  
 བདུད་སོང་ན་མཁལ་ནད་ཅན། །ཚུ་ནད་དམུ་ཚུ་འི་ནད་ཀྱང་  
 འོང་། །ས་ཡི་བདུད་སོང་མཆེར་ནད་དང་། །གཞང་འབྲུམ་  
 ནད་ཀྱིས་འཆེ་བར་བྱེད། །ཤིང་གི་བདུད་སོང་མཆེན་ནད་



དང་། །སྒྱུར་པོ་སྒྲང་ཐབས་ཅན་ཡང་འོང་།། ༥ྷ བཙུ་བདུན་  
 བ་དཔལ་འབྱོར་ནི། གོང་འཁོད་འཛིག་ཏེན་གྱི་བདེ་སྐྱུག་  
 ཆོས་གྱི་ལས་འབྲོ་སོགས་འདིར་བཙུད་བསྐྱས་ཏེ་བྱི་  
 དགོས་སོ།། ༥ྷ བཙུ་བཙུད་པ་རིམ་གྱི་ནི་ གོང་རིམ་གྱི་  
 རྣམས་དང་གཞན་ཡང་རིག་པའི་འབྲུལ་གྱིས་བསྐྱར་ཏེ་བྱི་  
 བར་བྱའོ།། ༥ྷ སྐྱུས་པ། (དགོ་སྒྲིག་རོ་གཅིག་ཏེ་གས་པའི་  
 རྣམ་འབྱོར་དང་། །རང་རྒྱུད་ལོག་ལྟས་བསྐྱད་པར་མི་མཁོ་  
 ཡང་། །རྒྱ་འབྲས་ཡིད་ཆེས་ཅན་ལ་འདི་གཅིས་  
 བས། །ཉམས་སུ་བསྐྱར་ནས་འབྲུལ་གྱི་གཟིགས་མོར་  
 མཛོད།། ) འབྲས་ཤུགས་ཆེ་ཆུང་མང་ཉུང་རྣམས། །ཡས་  
 མས་ཀུན་ཏུ་ལེགས་བརྟགས་ཏེ། །བཟང་འབྲས་ཆེ་མང་

བཟང་འབྲས་སྤྱོད།                      ། ངན་འབྲས་ཆེ་མང་ངན་པ་  
 ཟླེ། ། མཉམ་ན་འབྲིང་ཡིན་དེ་ཡང་ནི། ། འཕྲལ་གྱི་བྱ་བྱེད་  
 རིམ་གྱོ་ཡིས།                      ། ངན་འབྲས་བཟང་པོར་འགྱུར་བ་  
 དང་། ། འཕྲལ་སྐྱེན་བཟང་འབྲས་ངན་འབྲས་ལ། ། འགྲོ་བ་  
 ཡང་ནི་སྤྱིད་པ་སྟེ།                      ། དེ་སྤྱིར་ཤེས་རབ་རིག་པ་  
 ཡིས། ། ཡས་མས་ཆ་བསྐྱར་ཞིབ་བརྟགས་ཏེ། ། ཁ་དམར་  
 མ་ནོར་ཚུལ་བཞིན་སྟོས། ། གྲོང་གསེབ་ཅིས་པ་རྣམས་ཀྱི་  
 ཆེད། ། གང་བདེ་བསྐྱས་ཏེ་བཀོད་པའི་དགོས། ། ཆེ་བསོད་  
 སྤེལ་ཞིང་བསྟན་འཛིན་གྱི། ། སྦྱེས་བུའི་བསམ་དོན་འགྱུར་  
 པར་ཞོག ། ཅིས་པའང་བེ་དཀར་ནས་ལེགས་བཤད་དཔུལ་  
 གྱི་མེ་ལོང་དང་གསལ་སྟོན་གཉིས་ལས་བརྟུས་ཏེ་བཀོད་

བཞོ།།

༥ བག་ཅིས་ནམ་མཁའི་ནོར་བུ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས།

གཉིས་པ་ཁབ་སོ་བག་མའི་ཅིས།      །བོད་ཅིས་ཀྱན་གྱི་  
བཅུད་ལྷུང་བ།      །ལོ་དང་སྐར་སྟེ་མཐུན་བསྟེན་  
དང་། །བརྗངས་ལུགས་དང་བཅས་རྣམ་པ་བཞི། །དང་པོ་  
ལོ་ཁམས་སྟོན་ལྷག་གཉིས། །བདུན་ཟུར་འཕྲད་དམ་དུར་ལོ་  
འཕྲད། །ལོ་སྐར་ཆེ་ཆུང་དག་འཕྲད་ན། །དེ་དག་སོ་སོའི་  
བཅོས་རིམ་དང་། །བྱད་པར་བདུན་ཟུར་ལ་བབ་ན། །སྟོང་  
རྩེ་པད་ཀར་མཆོན་བརྗོད་འདོན།      །ཡུལ་ལྷའི་གཏོར་སྐྱ་  
དག་ཀྱང་གཞུགས།      །དུར་མིག་ལ་བབ་དུར་འདོན་  
དང་། །བགྲེས་མོས་ཞུས་མདོ་ཆར་མང་གྲོག་ །ལོ་སྐར་ཆེ་  
ཆུང་ཉེས་སེལ་དང་།      །དག་པ་གསེར་མདོ་ཆེ་མདོ་

བསྐྱུག་། །ལྷགས་ཀྱི་བྱི་ཕག་བྱི་སྤང་བཞི། །ལྷགས་བཞི་  
 ཡིན་ཏེ་ནང་མི་བསྐྱེབས། །དེ་བཞིན་མེ་ཡི་སྟག་ཡོས་  
 དང་། །འབྲུག་སྐྱུལ་ཏེ་ལྷག་སྐྱེལ་བྱ་བཅས། །མེ་བརྒྱད་  
 ཕན་ཚུན་ནང་མི་བསྐྱེབས། །བསྐྱེབས་ན་ལྷུ་འ་བཞི་མེ་  
 བརྒྱད་རྣམས། །སོ་སོའི་མདོས་དང་འཁོར་ལོ་  
 གདགས། །ལྷགས་བྱ་མེ་ཕག་ས་སྐྱེལ་འབྲུག་། ལྷུ་འ་ལྷག་  
 ལྷགས་ཀྱི་མེ་སྤང་བཅས། །ཐན་པ་མེ་བདུན་ནང་བསྐྱེབས་  
 བ། །ས་བདག་སྤྱིང་བཅོས་འབྲུགས་བཅོས་བྱ། །ལྷགས་  
 ཀྱི་བྱ་བྱི་མེ་སྤང་སྐྱེལ། །ས་འབྲུག་ཚུ་སྐྱུལ་སྐྱར་ཚུང་  
 དུག། །བསྐྱེབས་ན་མདོ་སྐྱེ་ཕལ་ཆེན་སྒྲོག། །ཚུ་སྟག་མེ་སྟག་  
 ཚུ་མོ་སྐྱུལ། །ལྷགས་དང་ཤིང་གི་སྐྱེལ་ཕག་བདུན། །སྐྱེ་བ་

གཉིས་ནག་ལ་སྐྱེས་པ།

།ལོ་ནག་ཆེ་བ་ཅན་དུ་

བྲགས། །བསྐྱེབས་ན་ཡུགས་ལུང་བྱར་ལུང་བྲ། །དེ་སྙེང་

མེ་ཡི་ས་སྐྱེལ་བྲ།

།ཁུ་པག་ལྷགས་བྲ་གཉིས་ནག་

ལོ། །བསྐྱེན་པས་ནག་བསྐྱེས་ལོ་བཅུ་གཉིས། །དེ་དག་

པན་ཚུན་བསྐྱེབས་པ་མིན། །བསྐྱེབས་ན་ས་བདག་དབང་

ཆེན་དང་།

།གཉིས་ནག་སྐྱེ་བའི་བཅོས་རིམ་

དང་། །བགྱིས་བཅེག་པ་གང་མང་བསྐྱབ། །མེ་སྐྱེལ་ཁུ་

པག་ཁུ་ཤིང་བྲ། །ལྷགས་ལྷག་ས་བྲ་ལྷས་ངན་ལོ། །དེ་ལ་

ས་བདག་སྙེང་བསྐྱེམ་བྲ། །ལྷག་དང་སྐྱེལ་གཉིས་ཏྟ་དང་

ལྷག། །གཤེད་བཞི་བྲེ་པག་བསྐྱེབས་པ་ན། །གཡང་ལེན་

གོད་མནན་ཀག་བསྐྱོག་བྲ།

།ས་བྲེ་ཁུ་ལྷག་བསྐྱེབས་པ་

བ། །ཉེས་པ་ཀུན་སེལ་གཏོ་ཡིས་བཅོས། །དེ་ལས་གཞན་  
 དཔེ་ལོ་རྟ་རྣམས། །མཐུན་པ་ཉིད་དུ་གཅེས་པར་  
 བཟུང་། །གཞན་ཡང་འབྱུང་བ་ཁམས་འཕྲོད་ཅིས། །སློག་  
 ལུས་དབང་སྤྱང་བཞི་པོ་ལ། །སློག་སྤྱང་སླེས་པ་བཅི་བྱར་  
 གཟུང་། །བྱད་མེད་སློག་སྤྱང་གཉིས་ལ་འཐབ། །ལུས་  
 དབང་བྱད་མེད་བཅི་བྱར་གཟུང་། །སླེས་པའི་ལུས་དབང་  
 གཉིས་ལ་འཐབ། །དེ་དག་བཞི་ཀར་མ་བྱ་འཕྲད། །ལས་  
 གྱི་ཆུང་མ་ཞེས་ཏེ་བཟང་། །གཞན་དུ་སློག་ལུས་དབང་  
 སྤྱང་རྣམས། །མ་བྱ་གྲོགས་འཕྲད་མཐུན་པ་སྟེ། །དག་དང་  
 འཕྲད་ན་མཐུན་པ་མིན། །ནང་འཕྲད་མེ་ལྷགས་ཤིང་  
 གསུམ་འབྲིང་། །ས་ཆུ་ནང་འཕྲད་འགྱུར་ན་བཟང་། །སློག་



མ་མཐུན་ན་སྟོག་བསྐྱེད་དང་། །འཆི་བསྐྱེད་ཆེ་ཆོག་དུར་སྟེ་  
 མནན། །སྟོག་བསྐྱེད་འཁོར་ལོ་སྐྱེས་པར་  
 འདོགས། །ལུས་མ་མཐུན་ན་སྟེད་སྟེལ་དང་། །ཆུང་མར་  
 ལུས་བསྐྱེད་འཁོར་ལོ་གདགས། །དབང་ཐང་མི་མཐུན་  
 གཡང་ལེན་དང་། །ཆོགས་གསོག་སྐྱོན་པ་རྒྱ་ཆེན་  
 གཏོང་། །མདོ་སྟེ་གསེར་འོད་ཆར་མང་བསྐྱེད་ །དབང་  
 བསྐྱེད་འཁོར་ལོ་ཆུང་མར་གདགས། །སྐྱུང་ཏྲ་མི་མཐུན་  
 དབྱ་བསྐྱོག་དང་། །མི་ཁའི་བསྐྱོག་པ་དབྱ་མནན་  
 དང་། །ལམ་འཕྲང་བཅོས་དང་བམ་ཆད་འཇུགས། །སྐྱེས་  
 པར་སྐྱུང་བསྐྱེད་འཁོར་ལོ་གདགས། ། ། །གཉིས་པ་སྤར་  
 ཁའི་མཐུན་བསྐྱེད་སྟེ། །ཁྱིལ་གྱིས་སྤར་སོ་སོར་

སྒྲུང། །གནམ་སྒྲུན་དང་ནི་དཔལ་བསྐྱེད་དང། །སྒྲོག་འཆོ་  
 ལྷ་ལོན་འཕྲད་ན་བཟང། །དེས་ན་དེ་དག་བརྩི་མི་  
 དགོས། །གཞན་དག་འདྲེ་ལྷ་དང་འཕྲད་པ། །ལི་དྲ་གྲ་ལྷ་  
 རོར་རྒྱུན་བསྐྱུག། །ཁིན་ཐོན་གྲ་ལྷ་ཆེ་མདོ་བསྐྱུག། །གིན་  
 ཁམ་གཤེན་རྗེའི་བསྐྱོག་པ་དང། །དག་སྤི་མནན་ལ་མར་  
 མེ་འབྱུལ། །ཁིན་ཐོན་མདོ་སྤེ་བསྐྱུག་ལ་བཟང་དང། །སྒྲོབས་  
 སོ་ཆེ་འདོན་སྒྲུ་རྩེ་འདེབས། །དེ་བཞིན་བདུད་གཙོད་འཕྲད་  
 པ་དང། །ལི་ཁིན་བདུད་བསྐྱོག་དམ་སྤི་དཀར། །དྲ་ཐོན་  
 མཆོན་བརྗོད་སྤོང་རྒྱུན་འདོན། །ཁིན་ཁམ་ཏྲིག་གཟུངས་སྤེ་  
 མདོས་བྲ། །གིན་ཐོན་པལ་ཆེན་ཏྲིག་གཟུངས་  
 བསྐྱུག། །གནམ་བྲི་ནག་པོའི་མདོས་ཀྱང་བྲ། །ལུས་ཆད་ལི་

ཁྲིན་ཤེར་ཕྱིན་བསྐྱུག། །དུ་ཐོན་ས་བདག་གཉེར་མདོས་  
 དང་། །ཆེ་ཆོག་ལེན་མེད་སྟོན་མོ་གཉོང་། །གིན་ཟེན་  
 བསྐྱོར་བའི་པན་ཡོན་འདོན། །ཁེན་ཁམ་དག་བསྐྱོབ་དག་  
 སྤེ་མནན། །གཞོད་པ་ཞེས་བྱ་ལི་གིན་གཉིས། །ལེན་མེད་  
 སྟོན་མོ་ནོར་དབང་ལེན། །ཁེན་ཐོན་གྲ་ཉོག་པལ་ཆེན་  
 བསྐྱུག། །དུ་ཁམ་བྱེ་བལ་གཉོ་བཅོས་དང་། །ཁྲིན་ཟེན་  
 དགོན་མཆོག་བཅེག་པ་བསྐྱུག། །སྤར་ཁ་ནང་འདོམ་དག་  
 ལ་ཡང་། །རང་རང་གཞུང་གི་བཅོས་རིམ་བྱ། །༥ །གསུམ་  
 པ་སྟེ་བའི་མཐུན་བསྟེབས་ནི། །ཡར་བཞི་སྟོག་ལ་མར་  
 བཞི་དབང་། །གང་སྟེས་ལུས་སྟེ་མཐུན་གསུམ་  
 གླུང་། །རྒྱས་ན་དེ་དག་བཞི་ཀ་བཅི། །བསྐྱུ་ན་སྟེས་སྟེ་ཁོ་

ན་གཙོ། །སྐྱེས་པའི་ལྔ་མེར་གཉིས་ལ་བརྟེ། །བྱད་མེད་ལྔ་  
 མེར་བདུན་ལ་བརྟེ། །དགྲ་གཅིག་གཉིས་དྲུག་བདུན་  
 བརྒྱད་དང་། །གསུམ་བཞི་གནམ་སྒྲན་རབ་ཀྱི་རབ། །དགྲ་  
 གསུམ་གཉིས་བརྒྱད་བདུན་དྲུག་དང་། །བཞི་གཅིག་སྒྲིག་  
 འཛོ་རབ་ཀྱི་འབྲིང་། །དགྲ་བཞི་བདུན་གཉིས་དྲུག་བརྒྱད་  
 དང་། །གསུམ་གཅིག་དཔལ་བསྐྱེད་རབ་ཀྱི་ཐ། །དགྲ་དགྲ་  
 བརྒྱད་བརྒྱད་བདུན་བདུན་དང་། །དྲུག་དྲུག་ལྔ་ལྔ་འབྲིང་  
 གི་རབ། །དེ་དག་གང་དང་གང་འཕྲད་ཀྱང་། །བསམ་དགྲ་  
 འགྲུབ་ལ་ནོར་ལྷགས་འཕེལ། །ཆེ་རིང་བྱ་མང་གྲོགས་  
 ཡུན་རིང་། །གཅིག་གཅིག་གཉིས་གཉིས་གསུམ་གསུམ་  
 དང་། །བཞི་བཞི་ལྔ་མཉམ་འབྲིང་གི་འབྲིང་། །གོད་མནན་

གཡང་ལེན་ཡུལ་ལ་མཆོད། །དགུ་བརྒྱད་བཞི་དྲུག་བདུན་  
 གཅིག་དང་། །གཉིས་གསུམ་གཞོད་པ་འབྲིང་གི་  
 ཐ། །གཡང་ལེན་ནོར་རྒྱན་ཕུར་བཞེད་གྲ། །དགུ་བདུན་  
 དྲུག་གསུམ་བརྒྱད་གཅིག་དང་། །བཞི་གཉིས་འདྲེ་ལྔ་ཐ་  
 མའི་རབ། །འབུམ་ཆུང་སྡེ་ལྔ་ལྷགས་ཆུ་འདོན། །མར་མེ་  
 ལོ་གངས་ལྷོགས་དེར་བསྐྱལ། །དགུ་དྲུག་གཉིས་གཅིག་  
 གསུམ་བདུན་དང་། །བརྒྱད་བཞི་བདུད་གཅོད་ཐ་མའི་  
 འབྲིང་། །རྒྱ་ཆེ་རོལ་འདོན་སྒྲུ་སྟོང་། །བདུད་མདོས་དག་  
 བཞེད་དག་མནན་གྲ། །དགུ་གཉིས་བདུན་བཞི་དྲུག་  
 གཅིག་དང་། །བརྒྱད་གསུམ་ལུས་ཆད་ཐ་མའི་ཐ། །མདོ་  
 མང་སྟོག་ཅིང་ཕུང་སྡི་མནན། །རྒྱལ་མདོས་མ་མདོས་ཐེན་

འབྲང་དཀར།      །ཆོ་གས་བསགས་ཀྱན་ཐུབ་འཁོར་ལོ་  
 བཏགས།      །བསོད་ནམས་དབང་ཐང་བསྐྱེད་ཐབས་  
 འབད། །སྤྱོད་ཀྱི་ལྷ་སེར་ནང་འདོམས་ན། །ཅིས་མེད་སྟོང་  
 བའི་འཁོར་ལོ་ཞེས།      །ལྷ་མཆོད་དཀོར་བདག་དམ་སྤྱི་  
 བཅོས། །སྤྱིར་ནི་བག་མ་གཉིས་ནག་ལོ། །བྲིམ་གསུམ་  
 འགྲིམས་སམ་ཡུགས་གསུམ་ལུས། །བྲུང་པར་ཕོ་བདུན་  
 མོ་གསུམ་མཐེང་།      །འདོམ་ལ་བཅོས་པའི་ཐབས་མེད་  
 བས། །འབད་པ་ཆེན་པོས་འཛེམ་པར་བྱ། ། ༥ྷ བཞི་བ་  
 ལམ་དུ་འཇུག་པའི་ཚུལ།      །ལོ་དང་སྤར་སྤེ་ལྷ་ཆེས་  
 དང་། །གཟའ་སྤར་སྤྱོད་ཀྱིས་དང་ཆས་གོས་དང་། །སྤྱི་ལེན་  
 བཞག་ས་དང་བཅས་པ།      །ནམ་པ་བརྒྱད་ལས་དང་པོ་

བློ་ །རང་ལོ་བདུན་ཟུར་ལོ་སྐར་ཟུང་། །དགྲ་མིག་དུར་  
 མིག་བབས་དུས་ཡིན། །གཉིས་པ་སྤར་ཁ་སྐྱེས་སྤར་  
 དང་། །དུར་འདོམ་དགྲ་འདོམ་འདྲེ་བདུད་སོགས། །གསུམ་  
 བ་སྐྱེ་བ་བབ་སྐྱེ་དང་། །པ་མའི་སྐྱེས་སྐྱེ་འདོམས་  
 པའོ། །བཞི་པ་རང་སྐྱེས་ལྷ་བ་དང་། །དེ་ཡི་བདུན་ཟུར་ལ་  
 ངན་ནོ། །ལྷ་པ་ཆེས་གངས་གཅིག་གསུམ་བཞི། །ཉེར་  
 གཅིག་ཉེར་གཉིས་ཉེར་བརྒྱད་སྤངས། །གནམ་སྟོང་ལ་ནི་  
 ཞིན་ཏུ་ངན། །བདུན་གསུམ་བག་མའི་གནམ་སྟོ་  
 ཡིན། །བྱད་པར་ར་བཞི་ཉེར་བདུན་དང་། །འབྲིང་བཞི་  
 བརྒྱ་བདུན་ཐ་ཆུང་བཞི་འེ། །ཆེས་བདུན་ལ་ནི་སྤང་བར་  
 གྲ། །ཉི་མ་ཏྲ་སྐྱེལ་བྲི་གསུམ་སྤང་། །དུག་པ་གཟའ་སྐར་



དུས་ཚོད་ནི། །ཟླ་བ་ཕུར་བྱ་བ་སངས་བཟང་། །སྒྲུང་མ་རྟ་  
 ཆེན་དཔོ་ས་རི། །མོན་གེ་མོན་གྱ་ཁྱམས་སྟོད་  
 དབྱུག། །གཏོང་དང་ལེན་པ་གཉིས་ཀ་བཟང་། །མགོ་རྒྱལ་  
 སྟོད་སྒྲུང་ས་ག་དང་། །ནམ་གྱ་ཆུ་སྟོད་ཆུ་སྒྲུང་  
 རྣམས། །ཆུར་ལེན་བཟང་ཡང་ཕར་གཏོང་ངན། །གོ་བཞིན་  
 ཆུར་ལེན་བཟང་བར་བཤད། །རྟ་ཆུང་ལ་ནི་རུང་ཅམ་  
 ཡིན། །གཞན་དག་ཐིང་ངན་པས་སྒྲུང་། །དུས་སྒྲུར་ལུག་  
 སྒྲུང་སྒྲིག་སྒྲིན་བཟང་། །དུས་ཚོད་བདུན་ཟུར་དུར་གཤེད་  
 དང་། །གང་གིས་དུས་གཉིན་ཆེས་རྒྱ་ངན། །བདུན་པ་  
 སྒྲིགས་ཀྱི་སྒྲུང་སྒྲུང་ནི། །ལོ་སྒྲིགས་གཙང་སྒྲིགས་དག་  
 རྣམ་བཟང་། །གནམ་སྒྲུན་སྒྲིག་འཆོ་དཔལ་བསྐྱེད་

སོགས། །བཟང་བའི་ཕྱོགས་སུ་སྒྲ་བྲངས་ནས། །གོམ་པ་  
 བརྒྱད་ཅུའི་བར་དུ་འགྲོ། །དེ་ནས་ཅི་བདེར་བགྲོད་པར་  
 གྲ། །བརྒྱད་པ་ཆས་གོས་སྒྲ་ལེན་སོགས། །དགོས་པའི་མི་  
 ལྷ་བསྟན་པ་ནི། །༡༥་སློག་མཐམ་ལུས་གྱི་མདོག་། །༢་མཉེ་  
 བོ་མཐུར་གསུམ་དུར་མིན་པ། །༣་ཟས་འབྲེན་དབང་ཐང་  
 དག་མིན་པ། །༤་རྟ་འབྲིད་སློག་གི་བྱ་ཡིས་གྲ། །༥་སློག་  
 གི་མ་ཡིས་གོས་རྒྱན་འབྲུལ། །ཀུན་གྲང་དབང་རྒྱང་དར་བ་  
 དང་། །མིང་ལེགས་པ་མ་འཇོམས་པ་གཅེས། །བག་མའི་  
 གོས་མདོག་ལུས་གྱི་གྲོགས། །དབང་ཐང་མ་མདོག་གདན་  
 ཡིན་ནོ།། (རྒྱག་དཀར་སྟེང་དུ་གདན་བཏིང་ལ། །གཡས་  
 སུ་ནས་གྱི་དོ་རྩེ་བྲིས། །དེ་ཡི་སྟེང་དུ་སྟོ་བོ་བཞག། །གཡོན་

དུ་ནས་གྱི་བརྒྱ་བྲིས།

།དེ་ཡི་སྟེང་དུ་བག་མ་

བཞག། །དཔལ་བསྐྱེད་ལྷ་གཡང་སྒྲན་འགོ་ལ། །ཁ་ཡི་བལྟ་

ཕྱོགས་བསྒྲན་པ་གཅེས།།) དང་པོ་འོང་དང་སྟེབ་ཉན་

ལ། །བྲིས་དང་པ་མིང་ཉ་ཀ་ནས། །སྒྲ་ལེན་འཇམ་དཔལ་

མཆན་བརྗོད་དང་། །ཐུན་སེལ་ཉེས་སེལ་མཆེ་མདོ་

དང་། །འོར་རྒྱན་བགྱིས་བཅེགས་པ་སོགས། །ཆར་

གངས་བརྩ་གསུམ་ལ་སོགས་བསྐྱེད། །ས་བདག་འབྱུགས་

བཅོས་གནམ་བྲིའི་མདོས། །སྟེ་མནན་གཡང་ལེན་ལྷ་

གསོལ་བྱ། །ཞེས་པའང་རྩིས་དཔེ་ཉར་མཁོ་ནས་བཏུས་

པའོ།། །།

ཨ། གཤེན་ཅིས་རྟུ་བྱུག་ཅུ་མའི་སྟོམ་ཆོག་ནི། གནམ་ལོ་  
 ལོག་མེན་སྐར་ཁ་དང་། །སྟེ་བ་དར་གུད་ཟླ་ཞག་  
 དང་། །དུས་ཆོད་གཟའ་དང་སྐར་མ་ལ། །གཤེན་པོའི་ལོ་  
 ཡིས་འཐབ་རྒྱ་ཡིན། །དེ་ཡང་སྟོག་གིས་སྟོག་སོགས་  
 བསྟེ། །དེ་བཞིན་གསོན་ལོས་གཤེན་ལོར་འཐབ། །དར་  
 གུད་རིམ་བཞིན་ལོ་ཟླ་ཞག། །དུས་ཆོད་སྟེང་དུ་བཅི་བྱ་  
 ཡི། །སྟོག་ལུས་དབང་རྒྱུད་བཞི་ཡིས་འཐབ། །སྟངས་  
 གཅོད་བརྒྱ་གཅིག་ཁ་དམར་ལ། །སྟེ་བ་སྟོམས་རྟུ་བྱུག་  
 ཅུ་ལོ། །དེ་ནི་སྐན་པར་རྒྱལ་མཆོན་རང་གིས་གསར་བ་  
 རྣམས་ལ་ཁ་གསལ་འོང་བྱེད་བྲིས་པའོ། ། ཨ། གཤེན་ཅིས་  
 སྟེང་པོར་བྲིས་བ་ཀུན་ཕན་ཉི་ཟེར་ཞེས་བྱ་བ། འཕགས་པ་

འཇམ་དཔལ་ལ་ཕྱག་འཆིལ་ལོ།།      དེ་ལ་རྟེན་འགྲེམ་  
 ལྷགས་ནི། གཤེན་པོའི་སྟོག་ལྷས་དབང་གླུང་བཞིས། ཞི་  
 བའི་དུས་ཀྱི་གནམ་ལོ། ལོག་མེན། བབ་སྤྲ། བབ་སྒྲེ།  
 དར་རྒྱད། ཟླ་བ། ཞག་དུས་ཆོད། གཟའ། སྐར་མ་སྟེ་བཅུ་  
 པོའི་སྟོག་ལྷས་དབང་གླུང་བཞིར་འཐབ་པའི་རྟེན་བཞི་བཅུ་  
 དང་།    དེ་སྟེང་གསོན་པོའི་སྟོག་ལྷས་དབང་གླུང་བཞིས་  
 འཐབ་པའི་རྟེན་བཞི་དང་། སྒྲངས་གཅོད་བཅུ་གཅིག་ ཁ་  
 དམར་ལྡ་བཅས་རྟེན་དྲུག་ཅུ་ཐམ་པ་ལེགས་པར་བགྲམ་  
 ལོ།། དེ་ནས་ཁ་དམར་འབྲས་བུ་ནི། ༄ སྟོག་གི་ཁ་དམར་  
 རྟེན་དཀར་ན། ཆེ་མ་ཟད་པར་གདོན་དྲག་པོས་བྲེད། སྒྲང་  
 བཤགས་འདོན། རྟེན་ནག་ན། ཆེ་ཟད་རྒྱགས་རྫོགས་པས་

གསོན་རྒྱལ་སྤྱད་བསྐྱེད་བྱ་དགོས་མེད། འོན་ཀྱང་ཞེ་ཁ་  
 གྲེ་བས་རིམ་གྲོ་བརྒྱ་བཞི་དང་བཟླ་ཞེས་བརྟེན་པ་  
 ཐོན། ༥ ལྷུས་ཀྱི་རྟུ་དཀར་ན། གཞིན་ལྷུས་དུར་དུ་མི་  
 ལྟུང་། གཞིན་ཆག་གསོན་ལ་མི་འབབ། དུར་གབ་ཆོད།  
 གསོན་ལ་འབྲམ་ཆག་མི་འོང་། རྟུ་ནག་ན། གཞིན་ལྷུས་  
 དུར་དུ་ལྟུང་། དུར་སྒོ་གྲེ། གཞིན་ཆག་གསོན་ལ་འབབ།  
 གཞིན་མིག་གསོན་ལ་བཟླ། དུར་ཁ་རྒྱས་འདེབས་བྱ།  
 དུར་སྒྲི་མན་ན། ལྷ་གསོལ། ཞེ་ཁ་གྲེ་བས་རྒྱས་པ་འབྲམ་  
 ཐང་སྒོག་བྱ། རོ་ཁུར་ལ་ངན། བཟླ་བརྟེན་པ་གང་  
 མང་འདོན། ༥ དབང་ཐང་ཁ་དམར་རྟུ་དཀར་ན། གཞིན་  
 རོ་བ་ཐང་དབང་ཐང་ཆེ། དགོ་བ་ཅི་བྱས་ཐོབ། གནས་མཐོ་

རིས་སུ་སྐྱེ་ལོ།། དེའུ་ནག་ན། གཤེན་པོ་བ་ཐང་དབང་ཐང་  
 ཟུང་། ངན་སོང་དུ་སྐྱེ་བས་སྒྲ་མ་དགོ་འདུན་ལ་བསྟེན་  
 བཀུར་བྲ། ཏེན་གསུམ་ཉམས་པ་གསོས་ལ་གསར་པ་  
 བཞེང་། གསུང་རབ་རྒྱ་ཆེར་སྒྲོག་ དེ་ལྟར་བྲས་ན་མཐོ་  
 རིས་འཕྲོབ།། ༥ སྤང་རྟེ་ཁ་དམར་དེའུ་དཀར་ན། གསོན་  
 ལ་མི་ཁ་མི་ཕོག་ དེའུ་ནག་ན། གསོན་ལ་མི་ཁ་ཕོག་ མི་ཁ་  
 དག་བསྒྲོག་དང་དག་སྤི་མནན། འབུམ་སྡེ་ལྷ་བསྐྱབ་ ༥  
 སྤངས་གཅོད་ཀྱི་དེལ་འབྲས་ནི། དང་པོ་གནམ་ལོའི་  
 སྤངས་གཅོད་དེའུ་ནག་ན། བ་ཆོན་ལ་ངན། གསུང་རབ་  
 སྒྲོག་ བརྒྱ་བཞི་བྲ། ༥ཁྱི་ལོ་པ་ཤི་ན། འབུག་ལོ་དང་རྟ་ལོ་  
 བྲིད། རིས་གོ་སྤྱད་གཏང་། འབུམ་སྒྲོག་ ༥སྤང་ལོ་པ་ཤི་ན།



ལྷལ་དང་ལྷག་ལོ་བྲིད། ཀོང་ཅེ་ལྷོ་བསྐྱར་བྲ། རྟག་ལོ་བ་  
 ཞི་ན། སྤང་མོ་དང་བྱ་མོ་བག་མར་ངན། བརྒྱ་བཞི་  
 བྲོ། རྟམ་ལོ་བ་ཞི་ན། ལྷག་ལོར་ངན། གཏོར་བརློག་  
 བྲ། རྟམ་ལོ་བ་ཞི་ན། སྤལ་ལོ་དང་བྱ་ལོར་ངན། ལྷ་  
 རྟམ་དང་གཏུག་གཏོར་གང་མང་སློག རྟལ་ལོ་ཞི་ན།  
 བྱ་དང་ཕག་ལོ་བྲིད། གཡང་དགུག་བྲ། རྟ་ལོ་བ་ཞི་ན།  
 བྱི་དང་ཡོས་ལོར་ངན། མཆོད་རྟེན་བཅེགས་ཞིང་མནན་བ་  
 བྲ། རྟལ་ལོ་བ་ཞི་ན། སྤང་ལྷག་ལ་ངན། ཆོས་འདོན།  
 སྤྱུ་གདབ། རྟམ་ལོ་བ་ཞི་ན། ལྷག་དང་ཕག་ལོར་ངན།  
 མཆོད་རྟེན་གསོས་ལ་སྤི་མནན་བྲ། རྟ་ལོ་བ་ཞི་ན། ཡོས་  
 དང་སྤང་ལོར་ངན། །གཏོར་བརློག་དང་སྤྱིན་སྤེག་ཐག་ཏུ་

བྱའོ།། ༄། བྱི་ལོ་པ་ཤི་ན། འབྲུག་སྤང་ལུག་བྲིད། ཆེ་གཡང་  
 ཁ་སྤོད་བྲ། ༄། བྱི་ལོ་པ་ཤི་ན། བྱ་དང་ཡོས་ལོ་བྲིད། ལུ་  
 གཏོར་གཏང་ངོ་།། ༄། གཉིས་པ་ལོག་མེན་སྤངས་གཅོད་  
 དེའུ་ནག་ན། བྱོང་པ་སྤྱི་ལ་ངན། ལྷ་བསང་གཏང་། མདོ་  
 ཐེག་གང་མང་འདོན།། ༄། གསུམ་པ་སྤར་ཁའི་སྤངས་  
 གཅོད་དེའུ་ནག་ན། རུས་གཅིག་པ་ལ་ངན། མདོ་བསྐྱལ་  
 བཟང་གང་མང་འདོན།། ༄། ལོ་ཐོག་ཤི་ན། བྱ་སྤོང་ལ་ངན།  
 སྤོག་སྤྱ་བཅོན་གྱིས་བཅད། ཉི་མེ་སྤོག་ཆེ་གཟུངས་འདོན།  
 ཐོ་ལྷ་གསོལ། དུར་ཁ་རྟའིས་བཅག ༄། ཐོན་ཐོག་ཤི་ན། ས་  
 བདག་སྤྱ་བཅོན་དང་ཐོ་ལྷ་ས་སྤོག་བཅད། བྱད་མེད་ལ་  
 ངན། དགོ་སྤོང་བཞི་བཞེད་གཏང་། འབྲུམ་བསྐྱལ་ག ཡོས་

ཐོད་དང་ཉིང་སྒྲ་རོ་སྟེང་བཞག                      དུར་ཁ་ལུག་གིས་  
 བཅག    རྒྱ་ལ་ཉི་ན།    སྟོག་དགོར་བདག་རྒྱལ་པོ་དང་  
 བཅན་གྱིས་བཅད།    སྟེང་དང་འདྲ་བ་ལ་ངན།    པོ་ཉི་ན་པོ་ལ་  
 ངན།    བྱ་ཡོས་ཉི་ན་ཉི་ཁ་བྱེ།    སྟུང་གཏང་།    བཅན་ཆོག་བྱ།  
 དུར་ཁ་ར་དང་བོང་བུས་བཅག    རྒྱུ་ཐོག་ཐོག་ཉི་ན།    སྟོག་  
 རྒྱལ་པོས་བཅད།    བྱན་པོ་ཉི་ན་ཉི་མཇུག་ཆད།    བྱད་མེད་  
 ཉི་ན་སྟོ་ལ་ངན།    བྱ་ཉི་ན་བྱ་པོ་ལ་ངན།    བྱི་པག་ཉི་ན་ཉི་  
 ཁ་བྱེ།    སྟེང་བརྒྱད་དང་མ་བྱ་ཆེན་པོ་འདོན།    ལྷ་གསོལ།  
 བསངས་གཏང་།    དུར་ཁ་ཏྲ་དང་བྱིས་བཅག    རྒྱུ་ཐོག་ཐོག་  
 ཉི་ན།    ལྷ་བསེན་མཆོ་སྟན་གྱིས་སྟོག་བཅད།    བྱན་པོ་ཉི་  
 ན་མཇུག་ཆད།    པ་ཉི་ན་བྱ་རྒྱུང་ལ་ངན།    ནག་པོ་སྟོ་གསུམ་

གཏང་། དུར་ཁ་སྒང་གིས་བཅག ། རྩོན་ཐོག་ཤི་ན། བེ་  
 ཏར་རྒྱལ་པོས་སློག་བཅད། བྱ་ཆེ་བ་ཤི་ན་ཤི་ཁ་ཆོད། བྱ་  
 སྤེལ་ཤི་ན་དུར་སྒོ་རལ། བ་ཤི་ན་བྱ་ཆེ་བ་ལ་ངན། མིང་པོ་  
 ཤི་ན་སྤིང་མོ་ལ་ངན། སྒང་རུ་ལུང་བསྟན་དང་ཉེས་པ་ཀུན་  
 སེལ་སློག དུར་ཁ་སྒང་གིས་བཅག ། རྩོན་ལ་ཤི་ན། སློག་  
 སྤྱ་སྤིན་དང་བཅོན་གྱིས་བཅད། སྤྱིང་དང་འབྲ་བ་ལ་ངན།  
 བ་ཤི་ན་བྱ་དང་བྱ་མོ་ལ་ངན། ཡོས་ལོ་ཤི་ན་ཤི་ཁ་བྱེ།  
 འབྲུམ་དང་གཟུངས་བསྟུས་བསྟུག ལུ་གཏོར་གཏང་། དུར་  
 ཁ་ལུག་གིས་བཅག ། རྩོན་ཐོག་ཤི་ན། སློག་མ་མོ་དང་  
 རྒྱལ་པོས་བཅད། བྱ་མོ་ཆེ་བ་ལ་ངན། ལུང་མ་ཤི་ན་སྤྱི་ལ་  
 ངན། སྤིང་མོ་ཤི་ན་མིང་པོ་ལ་ངན། འབྲུག་སྤྱལ་ཤི་ན་ཤི་ཁ་

བྱེ། བྱད་མེད་སྒྲུམ་མར་ངན། སྒྲིན་སྒྲེག་གཏང་། སྒྲོང་  
 བརྒྱད་འདོན། དུར་ཁ་མཛོ་དང་ལྷག་གིས་བཅག ༄ བཞི་  
 པ་སྒྲེ་བའི་སྒྲོང་ས་གཙོད་དེ་ལྷ་ནག་ན། ངན་འགྲོར་སྒྲེ་བས་  
 དག་ཅར་བཙོན། ༄ གཉིས་དཀར་ལ་ཞི་ན། བན་བོན་མ་  
 གྲིས་རིམ་གྱོ་བྱ་སར་འགྲོ་བས་ལན། གྲིས་ཆུང་ལ་ངན།  
 བན་བོན་གསུམ་གྲིས་རིམ་གྱོ་བྱ། མི་དམར་ཏྟ་དམར་རོ་  
 སྒྲོང་འཛོག སྒྲིན་རས་གཟིགས་གྱི་སྒྲུ་བཞེང་། ཡིག་བྱག་  
 ལ་འབྱུངས་ན་ཕོ་ལྷས་ཐོབ་ཅིང་ཆོས་ལ་བཙོན། ༄ གཉིས་  
 ནག་ལ་ཞི་ན། ཆང་དང་ཆུས་སྒྲོད་བྱས་པས་ལན། བྱད་  
 མེད་ལ་ངན། ནག་ཕོ་སྒྲོ་གསུམ་གཏང་། དཔྱལ་བར་སྒྲེ།  
 བྱག་དོར་སྒྲུ་བཞེངས་པ་དང་དག་བར་འབད་ན་མཐོ་རིས་

ལུ་སྐྱེའོ།། ༄གསུམ་མཐེང་ལ་ཉི་ན། བ་མེས་བག་རོ་དུར་  
 རས་གཞོད་པས་ལན། བ་མེས་ཀྱི་བག་རོ་ལངས། ལུག་  
 མགོ་དང་སྒྲུ་སེར་པོ་རོ་སྟེང་འཛོག་སྒྲང་ལུས་ལེན། རོར་  
 སེམས་སྐྱ་བཞེངས། ཡིག་བརྒྱ་དང་སྐྱེན་གཏོང་ལ་འབད་  
 ར་རུབ་ཕྱོགས་སུ་སྐྱད་རིགས་མི་འདྲ་བའི་བུ་མོར་  
 སྐྱེའོ།། ༄བཞི་ལྔ་ལ་ཉི་ན། ལུ་ནད་ཀྱིས་གཞོད་པས་ལེན།  
 བ་འདྲེ་ལྔ་རྒྱད་ལ་འགོ། ལུགས་ནག་རོ་སྟེང་དུ་བཞག་ཁུ་  
 ལུག་གི་ལུས་ལེན། ལུག་རོར་སྐྱ་བཞེངས། སྒྲུ་བཏབ་ན་  
 རུབ་ཕྱོགས་སུ་ལུག་པོའི་བུ་མོར་སྐྱེའོ།། ༄ལྔ་སེར་ལ་ཉི་  
 ར། སྟིང་མོ་ལ་ལྗོས། བརྩེ་གསུམ་ཀྱིས་སྒྲུ་བཏབ།  
 བསང་ཁུས་བྲ། སྟེ་ལུམ་བྲ་པོར་སྐྱེ། ལུབ་པོའི་སྐྱ་བཞེངས་

རྟོར་གཙོད་བསྐྱགས་ན་སྟོ་སྟོགས་སུ་ཕོ་ལུས་  
 ཐོབ།། རྟོག་དཀར་ལ་ཞི་ན། གྲིབ་སེལ་བྲ། བུད་མེད་དུ་  
 གྱེ། སྐྱོན་པའི་སྐྱ་བཞེངས། གཙུག་ཏྲར་བསྐྱགས་ན་སྟོ་  
 སྟོགས་སུ་ཕོན་ཅན་དུ་གྱེ།། རྟོན་དམར་ལ་ཞི་ན། བྲིམ་  
 པར་ངན། བཙན་ཆོག་དང་མི་ཁ་སྟོ་བསྐྱར་བྲ། འཕར་སྐྱང་  
 དུ་གྱེ། སྟོལ་པའི་སྐྱ་བཞེངས་ཞིང་གཟུངས་བཏོན་ན་དགོ་  
 སྟོང་གི་ལུས་ན།། རྟོར་དཀར་ལ་ཞི་ན། བ་སྐྱོན་སྟོང་  
 དང་འདྲ་བ་ལ་ངན། ལྷ་ལ་གྲིབ་ཕོག་པས་ལེན། ལྷ་  
 བསངས་ཐོངས། བུད་མེད་ལ་གྱེ། སྟོན་པའི་སྐྱ་བཞེངས་ན་  
 ལྷ་བཟོ་བོར་གྱེ།། རྟོག་དམར་ལ་ཞི་ན། བྲི་དང་བོང་བྱར་  
 གྱེ། འཇམ་དབྱངས་སྐྱ་བཞེངས་ཞིང་གཟུངས་འབྱངས་ན།



ལྟོ་ཕྱོགས་མོན་ཡུལ་ཕྱག་པོར་སྐྱེའོ།། ཕྱགས་ཕྱག་ལ་  
 གོད་ཁ་ལྡང་། གཡང་ཁྱག་བྱའོ།། ༄ ལྷ་པ་དར་རྒྱད་ཀྱི་  
 སྒངས་གཙོད་དེའུ་ནག་ན། བྱིམ་ནང་དར་རྒྱད་འབྱང་།  
 རོར་རྒྱན་མ་སྒྲོག་ ལུས་རྫོགས་གོས་བྱོན་ལྟ་རུ་སྐྱེ། བཙས་  
 པ་ལས་བྱེད་ལྟ་མིན་སྐྱེ། ལུས་བྱེད་དར་བ་མི་རུ་སྐྱེ།  
 དབུགས་ལེན་ན་བ་བྱོལ་སོང་སྐྱེ། མངལ་གནས་ཤི་བ་ཡི་  
 དྲགས་སྐྱེ། རྒྱད་པ་དུར་ཞུགས་དཔྱལ་བར་སྐྱེའོ།། དེ་ལ་  
 བཟློག་ཐབས་འདི་ལྟར་བྲ། ལྟ་རུ་སྐྱེ་ན་ལྟ་ཞུས་འདོན། ལྟ་  
 མིན་སྐྱེ་ན་བརྒྱད་སྟོང་གྲོག་ མི་རུ་སྐྱེ་ན་སྒྲིག་བཤགས་  
 སྟོང་། དུད་འགྲོར་སྐྱེ་ན་མར་མེ་ཕུལ། ཡི་དྲགས་སྐྱེ་ན་སྐྱེན་  
 གཏོང་འབད། དཔྱལ་བར་སྐྱེ་ན་མཆོན་འབུམ་བསྐྱབ། ༄

དྲུག་པ་ཟླ་བའི་སྟངས་གཙོད་རྟེན་ནག་ན།      བྱད་མེད་ལ་  
 ངན། གཟུངས་བསྐྱུས་བསྐྱུག་ཅུ་གཏོར་གཏང་། དེ་ཡང་  
 འབྲུག་ཟླར་ཤི་ན་སྤང་ལོར་ངན།      སྐྱལ་ཟླར་ཤི་ན་སྤྲེལ་ལ་  
 ངན། ཏྲ་ཟླར་ཡོས་ལོར། །ལྷུག་ཟླར་ཁྱི་ལོར། སྤྲེལ་ཟླར་  
 བག་ལོར། བྱ་ཟླར་ཁྱི་ལོར། ཁྱི་ཟླར་སྤང་ལོར། བག་ཟླར་  
 སྟག་ལོར། ཁྱི་ཟླར་ཁྱི་ལོར། སྤང་ཟླར་འབྲུག་ལོར། སྟག་  
 ཟླར་ལྷུག་ལོར།      ཡོས་ཟླར་ཤི་བ་ཏྲ་ལོར་ངན། བཙུག་  
 ཐབས་མདོ་ཐེག་གང་མང་འདོན།།      ༥ བདུན་པ་ཞག་གི་  
 སྟངས་གཙོད་རྟེན་ནག་ན། སྟག་ཤར་ནམས་ལ་ངན། ཆོས་  
 གཙུག་ཏོར་ནམ་རྒྱལ་བསྐྱུག་      ༥ ཁྱི་བའི་ཉི་མར་ཤི་ན། ཟ་  
 འདྲེ་ནང་དུ་ལུས། བག་གས་བསྐྱུད་དང་བསྐྱེད་པ་དྲག་པོ་

བྱ། གཤེད་མ་རྒྱབ་བྱང་ནས་འོང་། དབྱར་ཟླ་ཐ་ཆུང་ལ་  
 སློག་བཅད། སྒྲུལ་གྱི་ལུས་ལེན། འབུམ་སློག་ན་ཤར་  
 སྤྱོགས་སུ་བྱ་མོར་སྒྱེ། ཏྲ་ལོ་པར་ངན། ༥ སྤང་ཉིར་ཤི་ན།  
 ཟ་འདྲེ་ཤར་དུ་གོམ་པ་བརྩ་བཞིའི་སར་སོང་། ཏྲ་ལུགས་  
 དཀར་པོ་ཡོད་པའི་ནང་བྱིམ་ནང་གི་སྒྲུག་ལོ་པ་ལ་ངན།  
 ཞག་བཞིའམ་བརྒྱད་ལ་ཏྲ་གས་འོང་། བརློག་པ་བྱ། གཤེད་  
 མ་ཤར་ནས་འོང་། དབྱར་ཟླ་ར་བ་ལ་སློག་བཅད། ཕག་གི་  
 ལུས་ལེན། མདོ་སྡེ་བསྐྱགས་ན་སྒྲུ་ལུས་ཐོབ། སྒྲུན་དང་  
 ལུག་ལོར་ངན། ༥ ཏྲ་གཉིར་ཤི་ན། ཟ་འདྲེ་ཤར་དུ་གོམ་པ་  
 གསུམ་ལ་སོང་། བཟའ་མི་བདུན་ནམ་བརྒྱད་ཡོད། ཞག་  
 གསུམ་ལ་ཏྲ་གས་འོང་། གཤེད་མ་རྒྱབ་ནས་འོང་། དབྱར་

ཟླ་ཐ་ཚུང་ལ་སློག་བཅད། ཏྲིའི་ལུས་ལེན། སངས་རྒྱས་  
 མཆོན་འབུམ་སློག་ཅིང་དགོ་བར་འབད་ན། བུད་མེད་  
 བཟང་པོར་སྐྱེའོ།། ༄ཡོས་ཉིར་ཉེ་ན། ཟ་འདྲེ་སྟོ་རུབ་  
 མཆོམས་སུ་གོམ་པ་གཉིས་ལ་སོང་། སྤང་ལུག་ལ་ངན།  
 དག་པོའི་རིམ་གྲོ་བྲ། གཤེད་མ་རུབ་ནས་འོང་། དབྱར་ཟླ་  
 ཐ་ཚུང་ལ་སློག་བཅད། སྤང་གི་ལུས་ལེན། དཀར་ཆོས་  
 མང་དུ་བྱས་ན་མཐོ་རིས་ཀྱི་གནས་ཐོབ།། ༄འབུག་ཉིར་ཉེ་  
 ན། ཟ་འདྲེ་རུབ་དུ་གོམ་པ་བཞི་ལ་སོང་། བྲིམ་མི་ལྷ་ཡོད།  
 བཟའ་མི་པོ་ལ་ངན། གཤེད་མ་བྱང་ནས་འོང་། སྟོན་ཟླ་ཐ་  
 ཚུང་ལ་སློག་བཅད། སྐྱལ་གྱི་ལུས་ལེན། སྤོག་བཤའ་གས་  
 སྟོང་ཐོན་ན་པོ་ལུས་ཐོབ། བྲི་ལོར་ངན་ནོ།། ༄སྐྱལ་ཉིར་ཉེ་

བ། ཟ་འདྲེ་བྱང་དུ་གོམ་པ་དུག་ལ་སོང་། །བྲིམ་ནང་མི་  
 དགྲ་ཡོད། སྒྲུལ་ལོ་མ་ལ་ངན། གཤེད་མ་བྱང་ནས་འོང་།  
 སྟོན་ཟླ་འབྲིང་པོ་ལ་སྟོག་བཅད། སྟག་ཡོས་ལོ་པར་ངན།  
 ལྷ་བྱའི་ལུས་ལེན། དགོ་འདུན་ལ་བསྟེན་བཀྱར། ཆོས་  
 འབྲི་སྟོག་བྱས་ན་ཤར་སྟོགས་སུ་མི་ལུས་ཐོབ། བག་ལོར་  
 ངོ།། །རྟོལ་ཉིར་ཉེ་ན། ཟ་འདྲེ་རུབ་བྱང་མཆོམས་སུ་གོམ་  
 པ་བཙོ་ལྷའི་སར་སོང་། བྲིམ་མི་བརྒྱད་ཡོད། བྱང་མེད་ལ་  
 ངན། གཤེད་མ་བྱང་ནས་འོང་། སྟོན་ཟླ་འབྲིང་པོ་ལ་སྟོག་  
 བཅད། སྟོན་པོའི་ལུས་ལེན། ཐར་མདོ་སྟོག་ཅིང་དགོ་བར་  
 འབད་ན་མཐོ་རིས་ཐོབ། བྱི་ལོར་ངན་ནོ།། །ལྷ་གཉིར་ཉེ་  
 བ། ཟ་འདྲེ་བྱང་དུ་གོམ་པ་བརྩ་གཅིག་ལ་སོང་། བྱི་སྤང་

འབྲུག་ལོར་ངན། རིམ་གྲོ་ཆེ་མདོ་བསྐྱུག་གཤེད་མ་ཤར་  
 རྣམ་འོང་། ལྷག་གི་ལྷས་ལེན། གསུང་རབ་སྒྲོག་ན་ཁྱེ་  
 ཅུར་སྒྱེ། དགུན་ལྷ་ཐ་ཆུང་ལ་སྒྲོག་བཅད། སྒྲང་ལོ་པར་  
 ངོ།། ༄ྲེལ་ཉིར་ཤེ་ན། ཟ་འདྲེ་བྱང་དུ་གོམ་པ་༡༩་ལ་  
 སོང་། བྱ་ལོར་ངན། བསྒྲོག་པ་བྱ། གཤེད་མ་སྒྲོ་རྣམ་འོང་།  
 སྒྲོན་ལྷ་ཐ་ཆུང་ལ་སྒྲོག་བཅད། བྱང་མེད་དུ་སྒྱེ། རྩོར་  
 གཅོད་སྒྲོང་ཐོན་ན་བྱང་སྒྲོགས་སུ་སྒྲོན་པོའི་ལྷས་ལེན།  
 ལྷག་ལོ་པར་ངོ།། ༄ྲེལ་ཉིར་ཤེ་ན། ཟ་འདྲེ་བྱང་ཤར་  
 མཆམས་སུ་གོམ་པ་བདུན་ལ་སོང་། ཁྱི་རྩ་དམར་པོ་ཡོད་  
 པའི་སར་ཞག་བཞི་ལ་རྩགས་འོང་། གཤེད་མ་སྒྲོ་རྣམ་  
 འོང་། དགུན་ལྷ་འབྲིང་པོ་ལ་སྒྲོག་བཅད། སྒྲོལ་སོང་དུ་སྒྱེ།

དག་འདུན་ལ་བསྟེན་བཀུར་ཞུས་ཤིང་། མར་མེ་བརྒྱ་ཕུལ་  
 ན་མི་ལུས་ཐོབ། ཡོས་ལོར་ངནོ།། ༄མི་ཉིར་ཤེ་ན། ཟ་འདྲེ་  
 ཤར་ཕྱོགས་སུ་གོམ་པ་བརྒྱད་ཅུ་འི་སར་སོང་། འབྲུག་  
 ལུག་ཁྱི་རྣམས་ལ་ངན། ཞག་བཞི་དང་བརྒྱད་ལ་རྟགས་  
 འོང་། གཤེད་མ་རུབ་ནས་འོང་། ཡི་དྲགས་སུ་སྒྲེ། ལྷུང་  
 བཤགས་འདོན་ཞིང་མཆོད་སྦྱོན་ལ་འབད་ན་ཕུག་པོའི་  
 ལུས་ཐོབ། འབྲུག་ལོར་ངནོ།། ༄མག་ཉིར་ཤེ་ན། ཟ་འདྲེ་  
 ཤར་དུ་གོམ་པ་བཙུ་ལྷུ་འི་སར་སོང་། བག་སྦྱུལ་ལོར་ངན།  
 ཟ་འདྲེ་ཁ་བསྐྱར་བྲ། ངན་སོང་དུ་སྒྲེ། ཉི་ཁྱི་ལྷོག་ན་མི་ལུས་  
 གཙང་མ་ཐོབ། སྦྱུལ་ལོ་པར་ངནོ།། ༄ བརྒྱད་པ་དུས་ཆོད་  
 གྱི་སྦྲངས་གཙང་དེ་ལུ་ནག་ན། ཉི་བ་ལ་ངན། བརྒྱད་སྟོང་པ་



བསྐྱུག་ རྒྱལ་ལངས་ཡོས་དུས་སུ་ཉི་ན། སྤེལ་ཟླར་ཟླ་  
 བཅད། བྱང་དུ་བཟའ་མི་ལྟ་ལ་ངན། རྟོར་གཙོད་དང་སྤྱུ་རྩེ་  
 བཏུབ་ན་ལྟ་ལུས་ཐོབ། རྒྱལ་ལངས་དུས་སུ་ཉི་ན། ཞག་བཅུ་  
 གཅིག་ལ་སྤང་གི་ལུས་ལེན། མདོ་མཛངས་སྤྱན་  
 རྒྱུ་ རྒྱལ་ལངས་དུས་སུ་ཉི་ན། བྱིས་པ་ལ་ཆག་ཆེ། མཆོན་  
 ལུམ་སྤྱོད་ཅིང་མཆོད་རྟེན་གསོ། རྒྱལ་ལངས་དུས་སུ་ཉི་ན།  
 སྤྱིམ་མ་རྣམས་ལ་གཤེད་གཤེད། བྱི་ལོར་ངན། སྤྱིམ་པོ་ལེ་  
 གཟུགས་བཅོས་ལ་གྲིས་གཏུབ་མནན་པ་བྲ། མཆོན་  
 ལུམ་དང་རྟོར་གཙོད་སྤྱོད་ རྒྱལ་ལངས་དུས་སུ་ཉི་ན། གཡོག་  
 ལོར་པོ་ལོ་ལ་ངན། ལུག་གི་གཟུགས་བཅོས་ལ་མནན།  
 བརྒྱད་རྟོད་པ་ ལུམ་ གསེར་འོད་ བཟང་སྤྱོད་

གྲོག་ རྩེལ་དུས་སུ་ཉི་ན། ལྷག་དང་ཡོས་ལོར་ངན། སྤང་  
 སྤོང་དང་བཟང་སྤྱོད་གྲོག་ མཆོད་རྟེན་གསོ། དར་ཉིང་  
 འཇུགས། ལུ་གཏོར་གཏང་། རྩེལ་དུས་སུ་ཉི་ན། སྤུམ་མ་  
 དང་བྱིས་པ་གཅིག་ལ་བ་འདྲེ་འགྲོ། ལྷང་བཤགས་དང་  
 སྤྱོན་སྤེག་བྲ། རྩེལ་དུས་སུ་ཉི་ན། སྤེས་པ་གཅིག་ལ་  
 གཤེད་གཤ། མདོ་བསྐལ་བཟང་དང་སྤེག་སྤེབ་ཀུན་  
 འཛོམས་ཀྱི་གཟུངས་ཐོན། རྩེལ་དུས་སུ་ཉི་ན། རོ་  
 བདག་དང་ལུག་ལོར་ངན། གཏོར་བསྐྱོག་གཏང་། སྤྱུ་  
 གདག་ རྣམ་འཛོམས་བསྐྱུག་ རྩེལ་དུས་སུ་ཉི་ན། རྩེ་སྤུལ་  
 ལ་ངན། རོན་ཞགས་ཀྱི་གཟུངས་འདོན། མ་ཁི་  
 བཞེང་། རྩེལ་དུས་ཉི་ན། རི་བྱི་བསྐྱུག་ རོག་གཟུངས་

འདོན།། ༄སྟག་དུས་ཤི་ན། རྟོར་གཅོད་དང་མི་འབྲུགས་  
 སྒྲུ་རྩ་སྒྲ་ལྟ་བུ་དགོས་སོ།། དེ་ལྟར་བྱས་ན་མཐོ་རིས་སྟུ་  
 གྱེ་རོ།། ༄དགྲ་པ་གཟའི་སྟངས་གཅོད་དེ་ལྟ་ནག་ན། བཟའ་  
 ཚང་ནང་དུ་ངན་པ་ཡིན། གཟའ་ཚོ་ག་དང་གཏོར་བཞེས་ག་  
 དག་ཏུ་བྱ།། ༄གཟའ་ཉི་མ་ལ་ཤི་ན། རུས་སྟེ་ལ་ངན། བྱི་  
 ཐོད་རོ་སྟེང་འཛོག་ཅིང་སྟེ་མནན་བྱ།། ༄ཟླ་བར་ཤི་ན།  
 བྱད་མེད་དང་བྱིས་པར་ངན། ལྷག་ཐོད་དང་སྒྲུ་རྩ་སེར་པོ་  
 རོ་སྟེང་བཞག སྟེ་མནན་བྱ། གཟུངས་བྲ་ལྟ་  
 འདོན།། ༄མིག་དམར་ལ་ཤི་ན། བྱིས་པ་དང་སྟག་ཤར་ལ་  
 ངན། ལྷག་ཐོད་དང་སྒྲུང་ཐོད་རོ་སྟེང་འཛོག ལྟ་གསོལ་  
 བྱ།། ༄སྟག་པར་ཤི་ན། མི་མང་པོ་ཤི། རོ་སྟེང་ལྷག་ཐོད་

དང་སྒྲང་ཐོད་མནན། ལྷ་གསོལ་ལ་འབད། ། རྩུར་བུར་ཤི་  
 བ། བ་ཁུ་གན་རིགས་ལ་ངན། རོ་སྟེང་བྱ་ཐོ་དཀར་ཐོ་  
 བཞག་ གཟའ་ཡུམ་སྟོག་ རྩུ་སངས་ལ་ཤི་ན། གན་གོན་  
 རྣམས་ལ་ངན། རོ་སྟེང་རྟ་ཐོད་དང་སྒྲུལ་ཐོད་འཛོག་ རྩེན་  
 བར་ཤི་ན། ཡུལ་མི་བྲིམ་མཆོས་ལ་ངན། རོ་སྟེང་བོང་བུའི་  
 ཐོད་པ་དང་ཤིང་སྒྲ་འཛོག་ གཟའ་ཡུམ་སྟོག་ སྒྲང་ཐོ་ལ་སྟོ་  
 སྟོན། གཡང་ལེན་བྱའོ། ། བརྩ་པ་སྐར་མའི་སྒྲངས་སྟོད་  
 དེའུ་ནག་ན། བྲིམ་མཆོས་ལ་ངན། བརྩ་བཞི་  
 བྱའོ། ། རྩེན་བྱག་ལ་ཤི་ན། ཡུལ་བྱག་ལ་ངན། སྐར་  
 ཡུམ་ཆར་མང་དུ་སྟོག་ རོ་ཁུར་དུ་མི་བུང་། རོ་ལ་ཐིག་བྱག་  
 དུ་བཏབ་ལ་དུམ་བུ་བྱག་དུ་བཅོས་ན་བྱུག་ བྱི་པག་ཐོད་པ་

རོ་སྟེང་བཞག ༥ྟེ་མཁོ་ལ་ཉེ་ན། རོར་གཡང་ཉམས། རོ་  
 སྟེང་འབྲུ་བྲེ་གང་བཞག་ལ་ཚུར་སྤང་། གཡང་ཁུག་ལན་  
 དུག་བྲ། ༥ྟེ་མཁོ་ལ་ཉེ་ན། ས་མཁར་ཅེ་ནས་གཞིག རྟོ་  
 ནག་མཁོ་གསུམ་བྲ། སྐར་ཡུམ་མང་དུ་སྒྲོག་ མདོ་སྡེ་རྒྱན་  
 བསྐྱུག ཞག་ལྷའི་བར་དུ་རོ་མི་བསྐྱུལ། ༥ྟེ་ལག་ལ་ཉེ་ན།  
 རོ་ལྷ་གྲོང་དུ་འོང་། འབྲུ་སྒྲུགས། སྒྲུ་དཀར་པོ་གཅིག་  
 རོ་སྟེང་བཞག གཟར་བྱའི་ནང་དུ་པོར་པ་བཅུག་ལ་ཤར་དུ་  
 བསྒྲན་པས་བྱབ་བོ། ༥ྟེ་རྒྱལ་སྟོང་ལ་ཉེ་ན། མི་གཡང་  
 ཉམས། རོ་སྟེང་འབྲུ་བྲེ་གང་བཞག ཚུར་སྤངས་ནས་  
 གཡང་ཁུག་ལན་གསུམ་བྲའོ། ༥ྟེ་ཡུལ་སྟོང་ལ་ཉེ་ན།  
 རྒྱེས་པ་དར་མ་ལ་ངན། གཡག་དང་ལུག་གི་བྲོང་པས་

མནན། ལྷགས་སྒྲ་ཤར་ཕྱོགས་སུ་བསྟན་པས་བྱབ་  
 བོ། ། རྩ་ལ་ཞི་ན། ཞི་ཁ་བྲེ། དུར་སྤེ་མནན། བྱིས་པ་ཆུང་  
 དུ་ལ་ངན། ། རྩ་ཆེན་ལ་ཞི་ན། སྒྲ་རེ་རོ་སྤྲེང་འཛོག་ རྩ་  
 ཆུང་ལ་ཞི་ན། སྐར་ཡུམ་འདོན། བྱང་སྤེ་མནན། དེ་མ་  
 བྱས་ན་བྱ་ལ་ངན། ། རྩ་ལ་ཞི་ན། དག་སྤེ་མནན། དག་  
 བསྐྱོག་བྲ། ། རྩ་མ་ལ་ཞི་ན། བྱ་ཕོ་རོ་སྤྲེང་དུ་བཞག་  
 ཞི་ཁ་དེ་ཡིས་ཆོད་པ་འོང་། ། རྩ་མ་ལ་ཞི་ན། མི་  
 ལྷགས་ཁྲག་སྒྲ་རོ་སྤྲེང་བཞག ངར་མི་རོ་ཁུང་དུ་སྤྲུལ་  
 བཤགས་པ་ལ་སོགས་འབད་པར་བྲ། ། རྩ་ས་རི་ལ་ཞི་  
 ན། གནམ་སྒྲོ་གཙོད། གཡང་འགྲུགས་བྲ། ངར་མི་དགྲ་  
 མགལ་པ་དགྲ་རོ་ཁུང་དུ་སྤྲུལ། སྐར་ཡུམ་སྒྲོག་ རྩ་ས་

ག་ལ་ཤེ་ན། ས་སྒོ་རལ། སྒྱུན་སྒྲེག་གཏང་། མི་དྲག་  
 གཅིག་དང་སྒྲེས་པ་དར་མར་ངན། གན་མོ་ཤེ་ན་རྩྱ་ག་  
 མདོ་སྒྲེ་དང་གཞུག་ཏྲོར་འདོན། ༡༤ ལག་སོར་ལ་ཤེ་ན།  
 ཕུན་ལ་གོད་ཁ་འོང་། རོར་གཞུངས་དང་གཡང་ལེན་དྲག་  
 ཏུ་བྲ། ༎ྒྲེ་གུར་ཤེ་ན། བརྒྱད་སྟོང་པ་འདོན། ར་བྲི་ཕག་  
 གསུམ་གྱི་ཐོད་པ་རོ་སྟོང་བཞག། ༎ྒྲེ་སྒྲེ་ལ་ཤེ་ན།  
 མི་གཅིག་ཡོད་པར་ངན། སྒྲི་མནན་བྲ། ༎ྒྲེ་ལ་ཤེ་ན།  
 ཕུག་པོ་གསུམ་ནས་འབྲུ་སྒྲང་གཡང་ལེན་བྲ། གྲིབ་  
 བསངས་གཏོང་། ༎ྒྲེ་ལ་ཤེ་ན། ཐོ་མོ་གང་ཡིན་ཤེ་  
 མཇུག་ཆད། སྟོང་རྒྱན་བཟླག། ༎ྒྲེ་བྲེ་ཐེར་དང་། ནམ་བྲེ་  
 གཞུག་གཅིས་ལ་ཤེ་ཁ་ཆོད། ༎ྒྲེ་སྒྲེ་ལ་ཤེ་ན། མི་



རོར་ལ་ངན། གཡང་ལེན་བྱ། རོར་རྒྱན་སྟོག་བརྒྱ་བཞི་དང་  
 རྒྱ་གཏོར་གཏང་། སྒྲུ་མེར་པོས་མནན། ༄། བྱམས་སྟོད་  
 ལ་ཤི་ན། བྱད་མེད་ལ་ངན། བྱེའུ་ཁུས་མདོ་  
 བསྟོག་ ༄། བྱམས་སྟོད་ལ་ཤི་ན། རྒྱ་གཏོར་གང་མང་  
 གཏང་། ༄། རྟེ་ས་ལ་ཤི་ན། ཅིས་མཁན་ལ་ངན། རྟོ་  
 ནག་མགོ་གསུམ་དང་བ་འདྲེ་ཁ་བསྐྱར་བྱའོ། ༄། དབྱུག་པ་  
 ལ་ཤི་ན། དུལ་མི་གསུམ་ལ་ངན། ཁུང་བུ་བདུན་དུ་ཤིང་སྒྲ་  
 བདུན་དུམ་བུར་གཏུབ་ལ་སྒྲ་བར་བྱ། དབྱུག་པ་བརྒྱ་  
 གསུམ་སྟོད་ལ་བསྐྱོར། དེ་ཡང་བཅག་ལ་ཁུང་བུར་  
 སྐྱའོ། ༄། བྱ་ཉེ་ལ་ཤི་ན། མི་ཆེན་གསུམ་བསྐྱད་མར་འཆི།  
 སྐང་མའི་བྱང་བུ་གསུམ་ལ་ནི། མི་ཡི་གཟུགས་བྲིས་རོ་

ཁུང་མནན། གླུ་ཡུམ་བསྐྱབ། མི་གཟུགས་དཀར་པོ་རོ་  
 ལྷེང་འཛོག་པ་གལ་ཆེའོ།། སྐྱབ་བཅུ་གཅིག་པ་གསོན་པོའི་  
 ལྷངས་གཙོད་དེའུ་དཀར་ན་ལེགས། དེའུ་ནག་ན། རྗེས་  
 འཇུག་སྤྱིང་དང་འདྲ་བ་བྲིད་ཅེས་ངན། བགོགས་བསྐྱད་  
 སྤྱིན་སྤྱིག་ བགྲིས་བཅུགས་པ་སོགས་འདོན་པར་  
 བྱའོ།། སྤྱི་ནས་ས་བདག་ཁང་བྱ་ལེགས་པར་བསྐྱོར་ཏེ་  
 རོའི་འདོན་སྤྱོད་ས་བདག་མེད་སར་བཏོན་པ་ལ། ལོ་ལ་  
 འཁོར་བའི་ས་བདག་མེད་ས་ནི། སྤྱོད་མར་བྱི་ལོ་ཤར་ཆེ་  
 རོ་ལམ་བྱང་ཤར་མཆོམས་སུ་ཡོད། ཤར་སྤྱད་དང་སྤྱོད་སྤྱད་  
 དུའང་བརྟུབ་ཅམ་ཡོད། སྤྱི་སྤྱང་ལོ་ཤར་ཆེ་རོ་ལམ་སྤྱོད་སྤྱོད་  
 དང་རྟུབ་སྤྱོད་དུ་ཡོད། སྤྱི་སྤྱོད་ལོར་སྤྱོད་སྤྱོད་དང་རྟུབ་སྤྱད་

ལ་ཡོད། །ཡོས་ལོར་ཤར་སྟོ་མཆམས་སུ་ཡོད། །ཤར་སྟོད་  
 དང་སྟོ་སྟོད་སྟོ་སྟོད་ལའང་བརྟལ་ཅམ་ཡོད། །ཤུག་ལོར་  
 སྟོ་སྟོད་དང་རྟལ་སྟོད་ལ་ཡོད། །ཤར་སྟོད་ལའང་བརྟལ་ཅམ་  
 ཡོད། །སྟོ་ལོར་སྟོ་སྟོད་དང་བྱང་སྟོད་ལ་ཡོད། །རྟལ་སྟོད་  
 དང་རྟལ་སྟོད་ལའང་བརྟལ་ཅམ་ཡོད། །ཤར་ལོར་སྟོ་རྟལ་  
 མཆམས་སུ་ཡོད། །སྟོ་སྟོད་དང་རྟལ་སྟོད་དུའང་བརྟལ་ཅམ་  
 ཡོད། །ཤུག་ལོར་རྟལ་སྟོད་དང་བྱང་སྟོད་ལ་ཡོད། །ཤར་  
 སྟོད་ལའང་བརྟལ་ཅམ་ཡོད། །སྟོ་ལོར་ཤར་སྟོད་དང་  
 རྟལ་སྟོད་བྱང་སྟོད་དུ་ཡོད། །བྱང་སྟོད་ལའང་བརྟལ་ཅམ་  
 ཡོད། །ཤུག་ལོར་རྟལ་བྱང་མཆམས་སུ་ཡོད། །རྟལ་སྟོད་དང་  
 བྱང་སྟོད་ལའང་བརྟལ་ཅམ་ཡོད། །ཤུག་ལོར་ཤར་སྟོད་དང་

ལྟོ་ལྟོད་བྱང་སྒྲིད་ལ་ཡོད།      ལྟུབ་སྒྲིད་ལའང་བཀྱལ་ཅམ་  
 མོ།། རྟེན་གཤམ་ལོར་ཤར་སྒྲིད་དང་ལྟོ་ལྟོད་ལ་ཡོད། ཤར་ལྟོད་  
 ལའང་བཀྱལ་ཅམ་ཡོད་དོ།། རྟེན་གཤམ་ལ་ལོར་བའི་ས་  
 བདག་མེད་སར་བཏོན་པ་ནི། ལྟུག་གི་སྒྲིབ་རོ་ལམ་ལྟོ་  
 སྒྲིད་དང་ལྟུབ་སྒྲིད་ལྟོ་ལྟུབ་མཆམས་སུ་ཡོད། ཤར་སྒྲིད་  
 དང་ཤར་ལྟོ་བྱང་ཤར་མཆམས་སུ་ལང་བཀྱལ་ཅམ་  
 ཡོད། རྟེན་གཤམ་སྒྲིབ་ཤར་ལྟོད་དང་ལྟུབ་བྱང་དུ་ཡོད། ལྟོ་ལྟུབ་  
 དང་བྱང་ལྟོད་དུ་ལང་བཀྱལ་ཅམ་ཡོད། རྟེན་གཤམ་སྒྲིབ་ལྟུབ་  
 སྒྲིད་དང་བྱང་ལྟོད་དུ་ཡོད། ཤར་སྒྲིད་དང་བྱང་སྒྲིད་དུ་ལང་  
 བཀྱལ་ཅམ་ཡོད། རྟེན་གཤམ་སྒྲིབ་བྱང་ལྟོད་དུ་ཡོད། ཤར་སྒྲིད་  
 ལྟུབ་ལྟོད་ བྱང་ཤར་མཆམས་སུ་ལང་བཀྱལ་ཅམ་ཡོད། རྟེན་

ཟླར་སྟོ་རྒྱབ་མཆམས་དང་། རྒྱབ་བྱང་མཆམས་སུ་ཡོད།  
 སྟོ་སྟོད་དང་བྱང་ཤར་མཆམས་སུ་འང་བརྟུབ་ཅམ་  
 མོ།། རྟེན་གྱི་ཟླར་སྟོ་སྟོད་དང་རྒྱབ་སྟོད་བྱང་སྟོད་དུ་ཡོད།  
 ཤར་སྟོད་ལ་འང་ཡོད། སྟོ་སྟོད་དང་བྱང་བྱང་ཤོར་བརྟུབ་  
 ཅམ་མོ།། རྟེན་གྱི་ཟླར་སྟོ་རྒྱབ་མཆམས་དང་རྒྱབ་སྟོད་དུ་  
 ཡོད། སྟོ་སྟོད་དང་རྒྱབ་བྱང་མཆམས་བྱང་སྟོད་དུ་འང་  
 བརྟུབ་ཅམ་མོ།། རྟེན་གྱི་ཟླར་ཤར་སྟོ་མཆམས་དང་སྟོ་སྟོད་དུ་  
 ཡོད། ཤར་སྟོད་དང་བྱང་སྟོད་དུ་བརྟུབ་ཅམ་མོ།། རྟེན་གྱི་ཟླར་  
 ཤར་སྟོད་དང་ཤར་སྟོད་སྟོ་སྟོད་དང་རྒྱབ་སྟོད་དུ་ཡོད། སྟོ་  
 སྟོད་དུ་འང་བརྟུབ་ཅམོ།། རྟེན་གྱི་ཟླར་ཤར་སྟོད་དང་རྒྱབ་  
 བྱང་མཆམས་། བྱང་སྟོད་དུ་ཡོད། སྟོ་སྟོད་ལ་འང་ཡོད།

་ཤར་སྟོད་ཤར་སྟོ་མཆམས་དང་རུབ་སྟོད་དུའང་བརྟུབ་  
 ཅམ་མོ།། ་ཁྱེ་ཟླར་བྱང་སྟོད་དང་བྱང་ཤར་མཆམས་སུ་  
 ཡོད། ་སྟོ་བྱང་པོ་དང་བྱང་བྱང་པོར་བརྟུབ་ཅམ་མོ།། ་ཟླང་  
 གི་ཟླ་བར་སྟོ་སྟོད་དང་སྟོ་སྟོད་རུབ་སྟོད་དང་བྱང་སྟོད་དུ་  
 ཡོད། ་ཤར་སྟོད་དང་བྱང་སྟོད་ལའང་བརྟུབ་ཅམ་ཡོད།  
 གོང་གི་ལོ་འཁོར་གྱི་ས་བདག་དང་ ་ལོ་འཁོར་ས་བདག་  
 གྱང་འགྲིགས་ཏེ་བཏང་དགོས་པ་ཡིན་ནོ།། ་ ་ཞག་གི་ས་  
 བདག་གནས་ཚུལ་ལ། བེ་ལིང་ ་ཉི་ནག་ ་དབུལ་ཉི་ ་ཉལ་བྱི་  
 ་སོགས་ལ་རོ་མི་བཏང་ངོ་།། ་ ་ ་དུས་ཚོད་གྱི་ས་བདག་  
 ་ཟེན་ཕྱང་རྒྱ་དུས་དང་ ་ཉལ་བྱི་སོགས་ལའང་བཏོན་མི་རུང་  
 བས་ལེགས་པར་བལྟ་དགོས་སོ།། ་ ་ ་རོ་བཏོན་དུ་མི་

བཏུབ་པ་དང་རོ་ལ་ཁུར་དུ་མི་བཏུབ་པའི་རིམ་པ་ནི། གཤེན་  
 པའི་ལོའི་སྟེང་དུ་མི་བཏུབ། དེ་བཞིན་དུ་བདུན་ཟུར་དང་།  
 གསོན་པོ་གཙོ་ཆེ་བའི་ལོ་དང་། ལོ་ག་ཆེན་སོགས་ཀྱི་སྟེང་  
 དུ་རོ་མི་བཏང་། ཟླ་བ་ཞག་དུས་ཆོད་ཀྱི་སྟེང་དུ་འང་མི་  
 བཏུབ། དེས་བསྒྲེ། ༥ ཁུར་དུ་མི་བཏུབ་པའི་རིམ་པ་ནི།  
 ལོ་གཅིག་པས་མི་ཁུར། ཀེག་ཆེན་གྱིས་མི་ཁུར། བདུན་  
 ཟུར་གྱིས་མི་ཁུར། མཐུན་གསུམ་གྱིས་མི་ཁུར། སྤར་ཁ་  
 གདན་ཐོག་གཅིག་པ་དང་འཐབ་དབྱ་གཤེན་དང་རོ་ཁུར་  
 ཟུག་པས་མི་ཁུར་(རོ་འདོད་ཆེ་ཆུང་༩)། དཀར་གསུམ་ལ་  
 བབས་ན་མི་ཁུར། ཟླ་ཞག་དུས་ཆོད་རོ་ཁུར་གྱི་བདུན་ཟུར་  
 ཀེག་གཤེད་ཀྱང་ངན་ནོ། ༥ ཁྱི་ལོ་པ་ཤི་ན། བྱ་སྒྲང་སྒྲུལ་



གསུམ་གྱིས་མི་རེག    རྒྱང་ལོ་པ་ཤི་ན།    ལུག་སྐྱལ་བྱི་  
 གསུམ་གྱིས་མི་རེག    རྒྱུག་ལོ་པ་ཤི་ན།    སྒྲེལ་བྱ་པག་  
 གསུམ་གྱིས་མི་རེག    རྒྱལ་ལོ་པ་ཤི་ན།    བྱ་ལུག་གྱི་ན་  
 གྱིས་མི་རེག    རྒྱུག་ལོ་པ་ཤི་ན།    བྱི་པག་ཏྟ་ན་གྱིས་མི་  
 རེག    རྒྱུལ་ལོ་པ་ཤི་ན།    བྱ་པག་ཏྟ་གསུམ་གྱིས་མི་  
 རེག    རྒྱུ་ལོ་པ་ཤི་ན།    བྱི་ལོས་རྒྱུག་གསུམ་གྱིས་མི་  
 རེག    རྒྱུག་ལོ་པ་ཤི་ན།    རྒྱང་ལུག་པག་གསུམ་གྱིས་མི་  
 རེག    རྒྱེལ་ལོ་པ་ཤི་ན།    བྱི་པག་སྐྱལ་གསུམ་གྱིས་མི་  
 རེག    རྒྱུ་ལོ་པ་ཤི་ན།    ལོས་རྒྱང་སྐྱལ་གསུམ་གྱིས་མི་  
 རེག    རྒྱི་ལོ་པ་ཤི་ན།    རྒྱུག་ལུག་རྒྱག་གསུམ་གྱིས་མི་  
 རེག    རྒྱུག་ལོ་པ་ཤི་ན།    བྱ་སྒྲེལ་སྐྱལ་གསུམ་གྱིས་རེག་

ཏུ་མི་རུང་བ་ཡིན་ནོ།།      རྟེན་སྒྲུབ་ལོ་ས་མི་བཏུབ་ཀྱང་  
 དབང་མེད་དུ་ཁུར་དགོས་ན།      རོ་དེ་ཐོག་མར་གྱུ་ལ་སོང་  
 བཀའ། ལོ་རྟ་གཅིག་པས་འཁུར་དགོས་ན། མ་ལོ་རང་གི་  
 ཨམ་སྒྲུབ་བཏུག། རོ་ལ་གཅོད་པའི་སྒྲུ་རེ་བཏགས། བདུན་  
 ཟུར་རྣམས་ཀྱིས་འཁུར་དགོས་ན། ཟུབ་པའི་ལོ་དང་འབྱུང་  
 བ་བསྟན། མཐུན་གསུམ་ཡིན་ཀྱང་འཁུར་དགོས་ན། རང་  
 སྒྲུང་སྟོག་བསྐྱེད་རང་མགོར་བཏགས། ཀེག་ཆེན་རྣམས་  
 ཀྱིས་འཁུར་དགོས་ན། ལོ་རྒྱན་བཏུ་གཉིས་སྒྲུད་དུ་བཏང་།  
 རང་ལོ་ཁྱིམ་དུ་རྟག་དུ་བཟུང་།།      རྟོ་ཁུར་དུ་བཏུབ་པའི་  
 རིམ་པ་ནི། རྟག་ལོས་ཀྱི་རོ་རྟ་སྒྲུལ་གྱིས་འཁུར་ན་བཟང་།  
 རྟ་སྒྲུལ་གྱི་རོ་སྒྲུང་ལུག་ཁྱི་འབྱུག་བཞིས་འཁུར་ན་བཟང་།

མྱང་ལུག་ཁྱི་འབྲུག་བཞིའི་རོ་བྱ་སྒྲེལ་གྱིས་འཁུར་ན་  
 བཟང་། བྱ་སྒྲེལ་གྱི་རོ་བྱི་ཕག་གིས་འཁུར་ན་བཟང་། བྱི་  
 ཕག་གི་རོ་སྟག་ཡིས་གྱིས་འཁུར་ན་བཟང་ངོ་།། ༄། **བཙུག་**  
**ཐབས་ནི།** མྱང་བརྒྱད་གཟའ་ཡུམ་སྐར་ཡུམ་དང་། །མཆོན་  
 བརྗོད་བགྱིས་བཅེགས་པ་དང་། །མདོ་ཐིག་ཉེས་པ་ཀུན་  
 སེལ་དང་། །ཁྱད་པར་སྟ་བསང་དག་ལ་འབྱུངས། །དེ་  
 ཡིས་ཉེས་པ་ཐམས་ཅད་སེལ། །རོ་ལམ་དྲང་ས་མ་རྟེན་  
 བ། །སྟོ་དང་བྱང་གཉིས་དྲང་པོ་ན། །རྟ་སྒྲུལ་གྱི་ཕག་  
 མཐུག་སྟོན་བར། །རྟ་གཞུར་གང་ཅམ་ཡོད་པས་ན། །རོ་  
 ལམ་དཀར་ཉེ་དྲང་བར་བྱ། །རོ་ལམ་མཆོན་གྱིས་བརྗོད་  
 ཚུལ་བྱ། །སྟུ་གསུང་བྱགས་གྱི་རྟེན་རྣམས་གྱིས། །རོ་སྟ་

བླ་མ་ཞིང་མཁུག་གྲང་བཏུལ། ཅིས་མཁན་བསྐྱེད་ཇོགས་  
ཏིང་འཛིན་སྤར།      །སྤང་སྤིད་སྤྱ་འདྲེར་གསེར་སྐྱེམས་  
འབུལ།    །རང་སྤྱང་ཀུན་ཐུབ་འཁོར་ལོ་འདོགས།    །རུས་  
སྤལ་ཁོག་བ་ལུས་ལ་བཅང་།    །གཟུགས་མོ་བྱི་ཐུར་མགོ་  
ལ་གཟེར། །དགྲ་ཐུབ་གཙོད་རྩ་ཐོགས་ཏེ་འགོ།།

## ཕྱག་ཤིན་པོའི་ས་སྤང་བའི་ཆོ་ག་ནི།

གཏོར་མ་ལྷུ་མ་པོ་མཐེབ་ཀྱང་གཅིག་མ་ཞིག་བཤམ་ལ།  
ཐོག་མར་གསེར་སྒྲེམས་རྒྱས་པར་བཏང་། གཏོར་མ་རྩི་  
ཡི་ཁྲི་གིས་བསང་། སྒྲུ་བྲུ་ཤས་སྤངས། སྤྲོང་པའི་ངང་  
ལས། ལྷོ་ལས་རིན་པོ་ཆའི་སྤྲོད་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་  
ནང་དུ་གཏོར་མ་ཁ་དོག་དེ་རོ་རྒྱས་པ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་  
པར་བྱང་། ཨོྩེ་ཨུལྷོ་ལན་གསུམ་གྱིས་བརྒྱབས། ལྷོ་མི་བ་  
ཏི་ས་སྤྲ་རི་ཤ་ར་བརྒྱ་ས་མ་རྩེ་ ཞེས་པས་ས་ཡི་བདག་པོ་  
ནི་ས་སྤྲ་རི་ཤ་ར་བརྒྱ་ས་མ་རྩེ་ ལྷོ་མི་བ་ཏི་ས་སྤྲ་རི་ཤ་ར་ཨུལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་  
སའ་རྩམ་རྩེ་ཨུལྷོ་རྒྱ་རྩམ་རྩེ་ཨུལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ ལན་  
གསུམ་གྱིས་གཏོར་མ་བསྒྲེ། གང་དག་འདིར་ནི་སྤྲ་དང་

ལྷ། །གཞིད་སྦྱིན་སྦྱིན་པོའམ་གཞན་དག་ལ། །གཤེན་དུར་  
 རོན་དུ་ས་ཕྱོགས་འདི། །བདག་ཁྱེ་བྱིས་བསྐྱེལ་དུ་  
 གསོལ། །ཞེས་ལན་གསུམ་གསོལ་བས། ས་ཡི་བདག་པོ་  
 རྣམས་ཀྱིས་ཅི་དགའ་བར་ལོངས་སྤྱོད་ཅིག་ཅེས་གནང་བ་  
 ཕྱིན་པར་བསམ་ལ། གཏོར་མ་ཕྱེ་རོལ་དུ་དོར། ༥ ས་  
 བདག་སྟོ་འཕྲེ་གནས་ལུགས་ནི། །དཔྱིད་གསུམ་མགོ་བྱང་  
 མཇུག་མ་སྟོ། །སྟོ་བ་ཤར་ལ་རྒྱབ་ནི་རུབ། །དབྱར་གསུམ་  
 མགོ་རུབ་མཇུག་མ་ཤར། །སྟོ་བྱང་རྒྱབ་ནི་སྟོ་ལ་  
 བསྟན། །སྟོན་གསུམ་མགོ་སྟོ་མཇུག་མ་བྱང་། །སྟོ་བ་རུབ་  
 ལ་རྒྱབ་ནི་ཤར། །དབྱུན་གསུམ་མགོ་ཤར་མཇུག་མ་  
 རུབ། །རྒྱབ་བྱང་སྟོ་བ་སྟོ་ལ་བསྟན། །ས་ནི་རྒྱབ་ངོས་ཁ་

བསྟན་བཞོ།། འདིར་སྤྲུམ་པ། དེ་ལྟར་གཤེན་ཅིས་ཀྱན་  
 བན་ཉི་ཟེར་འདི། །ཅིས་གཞུང་ཆེན་པོ་བེ་རྩུར་དཀར་པོ་  
 དང་། །མཁས་པ་ཁྱུང་ནག་མཛད་པའི་གཤེན་ཅིས་  
 ལས། །ཉིར་མཁོའི་བཅུད་རྣམས་བསྐྱུས་ཏེ་བཀོད་པ་  
 ཡིན། །དེང་སང་ཅིས་མཁན་རྣམས་ཀྱང་ཁྱུངས་དག་  
 དགོན། །ཆང་གིས་བཟེ་བའི་གཏམ་ལ་ངེས་པ་མེད། །ཀྱན་  
 བན་ཉི་ཟེར་བསྐྱབ་པས་ཆོག་པ་དེ། །འདི་ཡོད་ཅིས་མཁན་  
 གང་ལའང་རེ་དགོས་མེད། །སྤྱང་པོ་བདག་དང་བདག་  
 འདྲའི་སློ་དམན་ལ། །ཉི་བར་མཁོ་བྱེར་ཅིས་དཔེ་འདི་བྲིས་  
 མོ། །འདི་ནི་སྤྱང་པོ་བདག་གི་མཆོད་སྦྱིན་ཡིན། །འདི་  
 བྲིས་དགེ་བས་སྤྱང་དོར་ལེགས་མཐོང་སྟེ། །འགྲོ་ལ་པན་



བདེ་རྒྱ་ཆེར་འབྱུང་བ་དང་། །འཇིག་རྟེན་ཁམས་སུ་བགྱིས་  
 བདེ་ལེགས་ཀྱི། །ཉི་འོད་རྒྱལ་ཁམས་ཡོངས་ལ་གསལ་  
 བར་ཞོག ཅེས་པའང་སྒྲིན་པ་དབང་ཕྱུག་དེས་པའི་སྤྱག་  
 བྲིས་སོ།། །། །ཎ། ཁང་བྲིམ་པོ་བྲང་གཡོན་སྤྱགས་  
 སུ། །དཀར་བའི་སྤྱགས་ལ་ཁ་བལྟས་ཏེ། །ཅིས་གཞི་  
 དཀར་ནག་གཡས་གཡོན་བཏིང་། །གཡས་སུ་འབྱུང་དང་  
 ཅིས་མདའ་བཞག །གཡོན་དུ་ལྷག་སྤྱགས་དཀར་ནག་  
 བཞག །མདུན་དུ་གབ་ཅི་ཁ་མོ་བཟམ། །སྟོང་ཐུན་བདེན་  
 བདར་ལེགས་པར་བྲ།། ། ཅིས་དཔེ་རྟེང་པ་རྣམས་ནས་  
 བལྟས་པ་ཡིན་ནོ།།

༥ དཔལ་ལྷན་དུས་གྱི་འཁོར་ལོའི་བསྐྱུས་རྒྱུད་ལས་

བཤད་པའི་མངོན་ཤེས་འཕྱལ་གྱི་མེ་ལོང་བཞུགས་སོ།།

ན་མཁུ་བྱི་ཀླ་ལ་ཅ་ག་ཡེ། ཟབ་ཡངས་ཆོས་དབྱེངས་ལྷ་ལམ་  
ལས་འོངས་ཤིང་། །མ་རིག་ཐུན་བཅོམ་ཡེ་ཤེས་བརྗོད་  
ཆ་ལ། །ལེགས་པར་འབྱེད་པའི་འོད་སྟོང་སྤྱོད་ཤེས་བཅུར་  
འཕྱོ། །དཔལ་ལྷན་དུས་འཁོར་ཉིན་མོར་མཇུག་ལ་  
འདུད། །སྤ་རབ་རྩལ་གྱི་ཆོས་ཉིད་བཟུང་། །སྤ་པབ་བ་ཡི་  
རང་བཞིན་ཅན། །རྣམ་པ་ཀུན་གྱི་མཆོག་ལྷན་པའི། །ཕྱག་  
རྒྱ་ཆེན་པོ་དེ་ལ་འདུད། །སྟོང་ཉིད་སྟོང་རྗེའི་བདག་ཉིད་  
ཅན། །སྤིད་གསུམ་སྟེ་འཛིག་མེད་པའི་དངོས། །ཤེས་དང་  
ཤེས་བྱ་གཅིག་པའི་སྟེ། །དཔལ་ལྷན་དུས་འཁོར་ལ་ཕྱག་

འཆ་ལ།                      །དཔལ་ལྡན་དུས་འཁོར་འབྱུང་བ་ལྷ་ཡི་  
 ལྷ།                      །ཐུགས་གསུང་སྐྱ་ཡི་དགྲེལ་འཁོར་ལྷ་ཆོགས་  
 དང་། །སྒྲེ་དུག་གསུང་ལ་དུག་ཅུའི་ཡེ་ཤེས་སྦྱན། །ཆོས་  
 རྣམས་གཅིག་ཅར་མཐེན་པར་ཐུག་འཆ་ལ་  
 བསྟོད།                      །སེམས་ཅན་མགོན་གྱུར་ཅ་བའི་སྒྲ་མ་  
 དང་།                      །དུས་འཁོར་ལྷ་ཆོགས་གཟའ་དགྲ་སྐྱ་བཅུ་  
 སོགས།                      །སྦྱང་མ་དུག་ཅུ་མཐེན་རབ་འཇམ་དཔལ་  
 དབྱངས།                      །འབྱུང་ལྷའི་ལྷ་དང་མཁའ་འགོ་ཆོས་སྦྱོང་  
 རྣམས།                      །དུས་འདིར་སྦྱན་འཛེན་བཅེ་བས་འདིར་བྱོན་  
 ལ།                      །རང་རང་དགྲེས་པའི་གདན་ལ་བཞུགས་ནས་  
 གྱུང་།                      །བསམ་དོན་མ་ལུས་འགྲུབ་པར་མཇོང་དུ་

གསོལ།                      །སྤྱི་ནང་གསང་བའི་མཆོད་པས་རབ་དུ་  
 མཆོད།                      །རྩུ་འབྲུལ་མདོན་ཤེས་དུག་ལྡན་ཁྱིད་རྣམས་  
 གྱིས།                      །ཀུན་རྫོབ་བདེན་པའི་ངང་དུ་གནས་གྱུར་  
 པའི། །འགྲོ་བ་རྣམ་ཏྲིག་གི་ཐེ་ཆོམ་རང་བཞིན་གྱིས། །སྤྱི་ག་  
 ར་འཆིའི་སྤྱག་བསྐལ་ཤར་བ་ལ། །ཐེ་ཆོམ་སྤྱོས་པའི་ཏྲིག་  
 པ་ཅི་མཆིས་པ།            །ཐུན་པའི་ནང་དུ་སྤྱོན་མེ་བཏེགས་པ་  
 བཞིན།                      །བསམ་པའི་དོན་རྣམས་ཕྱིས་མོ་འདི་ཡིས་  
 བློ། །སྤྱོན་མེད་ཉ་ཡི་ཟླ་བ་ལྷ་བུ་དང་། །གཡའ་དང་བྲལ་  
 བའི་མེ་ལོང་ཇི་བཞིན་དུ།      །མིག་ལྡན་ནམ་ལངས་ཉི་མ་  
 ཤར་བ་བཞིན། །བཟང་ན་བཟང་གསུམ་ངན་ན་ངན་གསུམ་  
 དང་། །ལྷ་ས་མི་ས་ཞིང་ས་དོན་ཆ་དང་།      །དབྱ་ཆ་ལ་

སོགས་བརྗོད་པ་ཐམས་ཅད་དང་། །ཕྱི་ཐལ་བསྐྱོར་ཆ་སྤོང་  
 ལེན་རྣམས་སུ་ཡང་། །འབྱུང་བ་ཅིས་ཀྱི་མངོན་ཤེས་མེ་  
 ལོང་གིས། །གསལ་པོར་བརྗོད་ལ་བྱང་པོར་བསྟན་དུ་  
 གསོལ། །ཞི་གཟའ་བཟང་ཞིང་བྲག་གཟའ་ངན། །བདག་  
 གིས་མི་ཤེས་བྱོད་ལ་ཞུ། །བྱེད་ནི་ཡེ་ཤེས་སྟུན་དང་  
 ལྡན། །རྟོན་འབྲེལ་ཅིས་ཀྱི་རི་མོ་རུ། །ཡིད་ཆེས་གསལ་  
 བར་བསྟན་དུ་གསོལ། །ཞེས་བརྗོད་ཅིང་བདེན་པ་བརྟེན།  
 རི་མོའི་ལག་ལེན་ཤུམ་ཁ་རིན་པོ་ཆེའི་ཞལ་རྒྱན་ལྟར་ན།  
 པོ་ཉམས་སྦྱ་བའི་དབྱངས་གྲངས་རྣམས། །སྟོགས་ཀྱིས་  
 བསྐྱར་ལ་ཉི་མ་བསྟེ། །སྒྲར་ཡང་འབྱུང་བས་བསྐྱར་བ་  
 ལ། །རང་མ་གཏོགས་པའི་བྱང་གནས་ཀྱི། །སྟེས་བུ་རི་

སྟེང་ཡོད་པ་བསྟེ། །རི་བོས་དོར་བའི་སྟག་མར་བརྟག། ༥  
 ༼༡༽ དག་གཟའཉི་མ་ཤར་བ་ན།། ༡ བྱིམ་སྤྱ་ལམ་འཕྲང་  
 མགོན་པོ་དང་། །པོ་སྟ་བཟང་པོའི་བྱ་ར་དང་། རྟག་པོ་འདྲེ་  
 ཡི་བྱ་ར་གཅིག་། །ཁོར་རྩས་སྟོག་ལ་ཆོ་ལོ་འབྱེད། །དཀར་  
 རྟག་ཤར་འབྱེད་མ་ཐུབ་པས། །བསྟོངས་ནས་ན་ཆས་  
 བསྟོད་དོགས་ཡོད། །སྟུ་ཡི་རིམ་གྱོ་བསྐྱང་བཤགས་  
 དང་། །པོ་སྟ་མཆོད་ཅིང་གོད་སྟེ་གཞོན། །དེ་བཞིན་བྱས་  
 པས་བྱིམ་སྤྱར་བཟང་།། ༢ དོན་སྤྱ་འདི་ལ་བཏབ་པ་  
 ན། །འདྲི་བྱེད་དོན་ནི་བཤད་པ་ན། །སྟོན་ཤིང་མེ་ཡིས་  
 འཆིག་རྩེས་སྟ། །ཐལ་བ་རྒྱང་གིས་བྱེར་བའམ། །རི་  
 དྲགས་རྒྱ་ལ་འཐུམས་པ་སྟར། །དོན་ནི་མི་འབྲུབ་འཇིག་པ་

ཆེ། །གལ་ཏེ་གྲུབ་ཀྱང་པན་མི་ཐོགས། །ད་ལན་དོན་འདི་  
 འཐེན་ན་བཟང་།། ༣ ལྷུབ་ཕྱེད་སྒྲེ་བོ་བཏབ་པ་ན། །༡༡  
 མདོག་དམར་ལ་སྒྲུ་བའི་མདངས། །སྒྲོ་བྱང་སེམས་ངན་  
 སྤག་དོག་ཆེ། །ངན་ལས་བཙོན་ཞིང་ཅེད་འཇོ་  
 དགལ། །རྒྱང་ཆུང་ལྟ་བུ་ཁ་འཕང་མཐོ། །དེ་ལ་དོན་ཉམས་  
 ཐེ་ཆོམ་མེད། །གལ་ཏེ་འགྲུབ་ཀྱང་ཕྱེད་ཅམ་འགྲུབ། །དེ་  
 ཡང་མི་བཏན་བྱ་སྒྲོ་འད། །ད་ལན་དོན་དེ་འཐེན་ན་བཟང་།།  
 ༤ གལ་ཏེ་འདི་ལ་ནོར་སྟོར་ན། །རྒྱན་མ་ནོར་བཅས་སྟོ་བུ་  
 སོང་། །ཞག་གསུམ་བར་ལས་མ་སོང་སྟེ། །རྒྱན་མ་བཞི་  
 ཡོད་སྟོ་བྱི་དཀར། །འཕྲལ་དུ་འཆོལ་དཀར་ཕྱགས་སུ་  
 ཅེད། །ཞག་བརྩའི་བར་ལ་ཅེད་དོ་ཡོད། །ཡང་ན་གཏམ་



གྲིས་རྟེན་པར་འགྱུར། ༥ རྟ་པའི་མོ་ལ་བཏབ་པ་ན། །སྒྲ་  
 ཞིང་བདུད་གྲིས་སྒྲ་གྲིས་བཅད། །བྱ་སྒྲོ་མེ་ཡིས་བསྐྱེག་  
 པའམ། །ཁོང་པ་སྤྱན་གྲིས་བློས་དང་མཆུངས། །རྒྱུན་ནི་  
 ཐབ་གཞོབ་དམར་གྲིབ་བམ། །སྤྱ་ངན་སྤྱོད་གས་སྤྱ་སྤྱན་པས་  
 ལན། །སྤྱ་མི་གྲིབ་གྲིས་གཞོན་པ་ལས། །ལྷས་སྤྱོད་བྲལ་  
 བའི་ཁར་ཆེ་ཡིན། ༦ གཞོན་དུ་བྲག་བཅན་འགོང་པོས་  
 གཞོན། །གཞན་ཡང་རྒྱལ་པོས་སྤྱོད་ནས་གཞོན། །རྟ་ནི་  
 མགོ་དང་རོ་སྤྱོད་ན། །གཟེར་ངོ་ཡིན་ནམ་རིམས་ངོ་  
 ཡིན། །ཡང་ན་རྟ་རོ་ལངས་པ་ཡིན། ༧ རིམ་གྲོ་གཙུག་  
 ཏིར་ལོ་གངས་དང་། །རྒྱལ་པོ་མདོ་ལྷ་ །བཟང་སྤྱོད་སྤྱོན་  
 ལམ་གྱི་མདོ། རྟ་ལ་འཛོམས་ཁྱུས་གྱི་མདོ། ཞེར་སྤྱོད་ལྷ་

བའི་མདོ། འདའ་ཀ་ཡེ་ཤེས་སྒྲོམ་པའི་མདོ། ལྷུང་བཤགས་  
 བཤགས་པའི་མདོའོ།། ༡ གསེར་འོད་དང་། །བཙན་རྒྱལ་  
 བརྩ་གསུམ་རྒྱལ་མདོས་དང་། །འགོང་པོ་སྤྱན་དགྲའི་  
 རྫོངས་པ་ཐོངས། །གྲིབ་སེལ་ལྷ་ཆོག་ཁྱུས་དང་ནི། །བདུད་  
 བརྒྱུག་གཟའ་ཡུམ་ཆབ་གཏོར་གཏང་། །དེ་བཞིན་སྤྱབ་ན་  
 སྒྲིག་གི་སར། །སྒྲོན་ཤིང་རྩན་དང་འཕྲད་པའམ། །ཉ་མོ་ཅུ་  
 དང་འཕྲད་པ་ལྟར། །སྒྲིག་ལ་ཉེས་སྒྲོན་མེད་པ་  
 དང་། །ལུས་གྱི་ན་ཆ་འབྱང་བར་འགྱུར།། ༢ ཐོ་ཆ་འདི་ལ་  
 བཏབ་པ་ན། །ཡར་ལ་གནམ་གྱི་འཇུ་ཐག་ཟེན། །མར་ལ་  
 ས་ཡི་ཉེན་ཕུར་ཚུགས། །ཐོ་དཔའ་བོའི་གྲལ་དུ་ལྷ་ཡིས་  
 བརྩ་གས། །ལྷ་སྤྱང་གསོལ་ཁ་བྱས་ན་བཟང་།། ༣ སྒྲིག་སྤྱ

འདི་ལ་བཏབ་པ་ན།                      །ཞིང་ཅན་སྒྲོང་པོ་ཡལ་ག་  
 གྱུས། །འབྲས་བུ་སྟ་ཡི་ཡུལ་དུ་སྒྲིན། །རི་བཙུང་རང་གིས་  
 བོས་པས་བབང་། ༡༠ ཆོས་ལྷ་འདི་ལ་བཏབ་པ་ན། །རི་  
 དུང་རིའི་ཅེ་ནས་བ་དན་འཕྱར། །ཆོས་ནམ་ཐར་སྒོ་གསུམ་  
 འཛིན་པས་བབང་། ༡༡ སྒྲིང་ལྷ་འདི་ལ་བཏབ་པ་ན། །སྒྲོ་  
 ནགས་མའི་དགྱེལ་ལ་སྟར་རེ་ཞོར།                      །སྒྲན་མཛངས་མའི་  
 ལུས་ཆགས་སྒྲོད་པ་ཡིས།                      །སྒྲིང་གུ་མཆོའི་གཏིང་ནས་  
 སྐམ་ཉེན་ཆེ།                      །འོན་ཀྱང་འབུམ་དང་ཏོག་གཟུངས་  
 འདོན། །དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་ཞུས་ན། །བུ་མོ་  
 བཞིན་ལེགས་སྐྱེ་བས་བབང་། ༡༢ ཅེད་ཆར་སྒྲོག་ཀའི་  
 འགྱུར་ཁུག་དེ། །དཔྱིད་དུས་བུ་བཙས་སྐྱེ་ལེན་ཀྱང་། །བྱ་

བྱ་ཏོར་པའི་མཐུ་ཅལ་གྱིས། ། བྱེ་མར་གཏོར་བས་ཡིད་བྱ་  
 གྱོ། ། རིམ་གྱོ་གྲ་ལྷ་ཉི་ལྷོང་ཆེན་རབ་འཛོམས་མ། མ་བྱ་  
 ཆེན་མོ། གསང་སྒྲགས་རྗེས་འཛིན་མ། བསེལ་བའི་ཆལ་  
 ཆེན་མོ། སོ་སོར་འབྲང་མའོ། ། ། གཏོར་བསྐྱོག་  
 དང་། ། གཏོན་ཆེན་བཅོ་ལྷའི་མདོས་ཆོག་བྱ། ། ༡༣ དག་  
 ལྷ་སྒྲོན་མའི་བར་ཆད་ཞི། ། ལམ་སྐྱར་དུ་བྱེན་ནས་མི་ཆེན་  
 མངལ། ། འོན་ཀྱང་བྱེ་ཐལ་ཡོང་ངོ་ཡོད། ། ༡༤ ལྷ་ཆོག་གས་  
 ཤིང་ཏྲ་གྲོགས་སྐྱར་ཤར། ། ལྷ་ཆེན་མརྒྱ་དེ་བ་དེ། ། གྲོགས་  
 ལྷ་ཤར་བའི་དུས་གཅིག་ཡིན། ། དེ་བས་གཞན་པའི་  
 གྲོགས་པོ་གང་། ། བཅོལ་ཀྱང་རྟེན་པར་མི་འགྱུར་རོ། ། ༡༥  
 ལམ་སྐྱར་ཤོང་ཅེ་འཕྲུལ་རྒྱལ་དེ། ། བཀྲིས་ཁྱི་སྒྲོའི་ལམ་

བཟང་པོར།                      ། ཞུགས་ནས་སྤྱན་ཆོགས་དངོས་པོ་  
 གྱུན། ། ཅིག་ཅར་འདྲ་བའི་དཔལ་ཡོན་ཆེ། ། མི་ཡང་ལམ་དུ་  
 ཆས་པ་ན།     ། ཆངས་པ་རྒྱལ་དང་བྲལ་ཏེ་ཡོད།།     ༡༩  
 མགོན་ཕྱ་ཚུར་འོང་སླེབས་ཉེན་ནམ།     ། ཡང་ན་གཏམ་སྟན་  
 གོས་ནོར་བཅས།                      ། ཚུར་སླེབས་ངོ་ཡང་ཁ་འགྱུད་  
 ཚུང་། ། སེལ་བྱིར་བསམ་སྤྱན་དཔང་བསྟོད་འདོན།།     ༢༠  
 ལོ་ཕྱ་མེ་ལྷེ་རྩལ་པས་ན།     ། ཆང་ཆིང་ལོ་ཏྲིག་ནགས་ཆལ་  
 བསྐྱེག།     ། རྩོ་བུར་ཉིད་དུ་སྦྱིན་ཐང་འཁྱུགས།     ། གནམ་  
 རྩལ་ས་ཐོག་ཆ་གཟེར་འབེབས།     ། སྤང་བསྐྱོག་ས་ལ་བྱ་  
 གཅིག་ཐོངས།                      ། རྩེ་བརྒྱད་བསྐྱང་གསོལ་ཡུལ་སྤྱ་  
 མཆོད།     ། སྤྱ་གཏོར་སྤྱ་རྒྱལ་བུམ་གཏོར་འཇུགས།     ། ལོ་

གཡང་ས་བཅུད་གསོ་ཐབས་གྱིས།། ༡༩ ལྷགས་ལྷ་གནོད་  
 སྒྲིན་ཀྱ་བེ་ར།                      །རི་རྒྱལ་ལྷན་པོར་ཞལ་གཟིགས་  
 པས། །རྐང་བཞིའི་ས་རུ་རྩལ་པས་ངན།། ༢༠ ། ཞི་གཟའ་  
 རྩ་བ་ཤར་བ་ཆོ།། ༡ བྱིས་ལྷ་འདི་ལ་བཏབ་པ་ན། །རིན་  
 ཆེན་གསེར་གྱི་བང་མཛོད་དུ།     །དགོས་འདོད་འབྲས་བུ་  
 སྒྲིན་པ་ཡིན། །སྟོང་པ་བཅུད་གྱིས་ཁེངས་ཏེ་བཟང་། །འོན་  
 གུང་བྱིས་མཆོས་ཞང་ཉི་ཡི།     །འདྲེ་ཡིས་སྤྱིད་ལ་རྒྱ་བ་  
 ཡོད། །ཞོར་མཐའ་ཐོག་ཅིང་སྤྱི་ཐལ་ངོ། །གཡང་དང་འདྲེ་  
 བཅོས་བྱས་ན་བཟང་།།     ༢     དོན་ལྷ་འདི་ལ་བཏབ་པ་  
 ན། །འདྲི་བྱེད་དོན་ནི་འབྲུབ་འདོད་ན། །རྩ་བ་གྱི་ཉ་མོ་མ་  
 བུ་ལ། །རྩ་ཐོན་གྱི་རྒྱ་མཆོ་འབྲིལ་བ་ཡིན། །ལྷ་གྲུ་ཆོན་

དང་ཕྱད་པ་འདྲ། །བསམ་པའི་དོན་ནི་འགྲུབ་དོ་ཡིན། །འོན་  
 །ཀྱང་ནི་མ་གྲུང་སྟོགས་ནས། །བྱད་མེད་ཡིན་ནམ་བཅོན་  
 བཅུན་གྱི། །ལོག་པའི་ཆོག་གིས་ཅལ་ཅལ་སྟོག། །འོན་ཀྱང་  
 རང་དོན་མི་ཉམས་བཟང་།། ༣ སྐྱབ་བྱེད་སྐྱེ་བོ་བཏབ་པ་  
 བ། །༡༡་མདོག་སྟོ་ལ་དོ་འཇུམ་དགའ། །རིག་པ་རྫོ་ཞིང་  
 སྐྱས་ངག་འཇམ། །གང་བའི་ན་ཆ་ཅུང་བད་ཡོད། །ཁ་མཆུ་  
 ཅེ་ཞིང་རྩུན་ལ་མཁས། །བྱི་ལ་བང་ཁར་ཆགས་པ་  
 འདྲ། །འདི་ཡིས་བསྐྱབ་ན་འགྲུབ་དོ་ཡིན། །བྱད་པར་ཉེས་  
 སྟོན་མེད་གྱུར་ཅིང་། །ལྟ་དང་སྤྱང་མས་སྟོབ་སྟེ་བཟང་།།  
 ༤ ཡང་ཅིག་འདི་ལ་ནོར་སྟོར་ན། །ནོར་ནི་རྒྱན་མ་གཉིས་  
 དང་བཅས། །སྟོགས་ནི་བྱང་ངམ་སྟོ་རྒྱབ་མཆམས། །ཁོ་



རང་དག་གི་བྱིམ་ན་འདུག། །མི་ནི་ཤ་སྡེ་སྡེ་ནག་ལ། །སྒྲ་  
 བྱང་ལོ་ནི་སྐུམ་ཅུ་སྒྲོར། །ལོན་ཞིང་གཞོང་ལ་སྡེ་བ་  
 ཅན། །ཕྱགས་དང་སྒྲོ་བྱི་དཀར་ཤས་ཆེ། །འོར་དེ་ཞིང་ངམ་  
 ཞིང་གསེབ་བཞག། །ཞག་ལྔ་ཚུན་ལ་རྟེན་ངོ་ཡིན། །ཐག་  
 ཆགས་ཡིན་ན་སྐྱར་དུ་རྟེན།། ༥ རྟ་པའི་མོ་ལ་བཏབ་པ་  
 བ། །ཉེན་ནི་ཚུ་གཉན་དགྲགས་པའམ། །ས་བདག་ཡོད་  
 སར་བཙོག་ཚུ་བཏང་། །འོག་གི་སྐུ་ལ་གྲིབ་ཕོག་  
 པས། །སྒྲོང་པོ་རྩ་བ་མཐའ་གྲེལ་གྱང་། །ལོ་འདབ་སད་གྲིས་  
 བྱར་བ་ཡིན། །སྒྲོག་སྒྲོན་མེད་དེ་རྟ་གཞི་ཆེ།། ༦ གཞོན་  
 དུ་མགོན་ཚུང་ནག་སྐྱག་དང་། །ཁང་པའི་བྱང་ངམ་རྒྱབ་  
 སྒྲོགས་ནས། །སྐྱ་དང་ས་སྤོན་གཞོད་པ་ཡིན། །རྟ་ནི་

སྒོས་དང་སྒྲང་འབྱར་སྒྲོག། །སྒྲིན་གྱིས་བོས་པའི་ནད་དང་  
 བོ། །ཚུ་མེར་ནད་ནི་འབྱུང་ངོ་ཡིན།། ༡ རིམ་གྱོ་སྒྱ་བུམ་  
 དཀར་ནག་དང་། །སྒྲིན་ཆེན་མདོ་དང་སྒྲང་སྒྲོང་  
 སྒྲོག། །ཆོས་སྒྲོང་ནག་སྒྲུག་བསྐྱང་གསོ་དང་། །སེལ་  
 གཏོར་སྒྱ་བརྒྱད་བུམ་གཏོར་འཇུགས། །ལྷ་མཆོད་ཁྱུས་  
 གསོལ་དམ་སྤི་ལ། །དགྲ་དགོར་བུས་པས་ནད་ལས་  
 ཐར། །ཉི་མ་སྒྲིན་དང་བལ་བ་འདྲ། །བཙོན་བུ་ལྷགས་ལས་  
 གྲོལ་བ་འདྲ།། ༢ བོ་སྒྱ་འདི་ལ་བཏབ་པ་ན། །སྒྲུག་དམར་  
 བོ་གཅིག་ལ་འཇུག་རིས་བོན། །པ་སྒྲུན་གྱི་གལ་བོ་ཚུགས་  
 པས་བབང་།། ༣ སྒྲོག་སྒྱ་འདི་ལ་བཏབ་པ་ན། །ནགས་མོ་  
 ཆེ་ཡི་དགྱེལ་སྒྲོང་དུ། །རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་དགྲུང་མཁར་

བཞེངས། །སྟོག་ཉམས་པ་མེད་པའི་བསྐྱལ་པ་ལ། །སྟོ་  
 བྱར་ཡེ་འདྲོག་འོང་ཉེན་ཡོད། ། ༡༠ ཆོས་ལྷ་འདི་ལ་བཏབ་  
 པ་ན། །ཞིང་ཅན་དཀར་པོའི་ཁྱི་སྟེང་དུ། །བན་སྒྲགས་པ་  
 ལྟན་ཅིག་ལྷུང་པ་བསྒྲིལ། །ཆོས་བྱེད་གྱི་བསྟན་པ་ཚུགས་  
 པས་བཟང་། ། ༡༡ སྟོང་ལྷ་འདི་ལ་བཏབ་པ་ན། །ཡབ་མེས་  
 གསེར་གྱི་རི་བོ་ལ། །བྱ་ཆའི་མེ་ཏྲིག་རྒྱས་ཏེ་བཟང་། ། ༡༢  
 ཅེད་ལྷ་སུམ་ཅུ་ཅ་གསུམ་ན། །ལྷ་སྒྲག་མང་པོ་ཅེད་འཇོ་  
 བྱེད། །མདོན་པར་འཕྱོ་བའི་ངོ་མཆར་དེ། །སྟོང་གྱི་མཐོང་  
 བས་དགའ་བར་གྱིས། ། ༡༣ དབྱ་ལྷ་འདི་ལ་བཏབ་པ་  
 ན། །དབྱ་གནག་པའི་དམག་དཔུང་རྩྭ་གིས་བྱེད། །ལྷ་  
 བཟང་པོའི་རུ་དར་འཕྱར་བས་བཟང་། ། ༡༤ གྲོགས་ལྷ་

གར་ཕྱིན་གྲོགས་དང་འཕྲད། །བྱད་པར་ཉི་ཚོང་དོན་དང་  
 ལྡན། །ལྷ་བཟང་འགོ་ཞིང་གོད་ཁ་མེད། །གོང་མས་སློབ་  
 ལ་མི་ཁ་བྱམས། །བསམ་རྒྱ་འགྲུབ་ཅིང་དཔལ་ཡང་  
 ཆེ། །ཕོ་ལྷའི་གྲོགས་དང་འདྲ་བལ་མེད། །བྱད་མེད་གོས་  
 རྒྱན་ནོར་དང་བཅས། །ཉིད་ཅིང་གྲོགས་ངོ་ཡོད་པས་  
 བཟང་། །གྲོགས་ལྷ་པན་རེ་བརྒྱ་བསམས་ཀྱང་། །སློ་  
 ཡིད་ལྷག་ཆགས་སློ་ཡོང་ཉེན་འདུག ་ ༡༥ ལམ་ལྷ་འདི་  
 ལ་བཏབ་པ་ན། །ལམ་གང་དུ་ཕྱིན་ཀྱང་བདེ་བར་སླེབ། །སློ་  
 ཅུབ་རྩུབ་ཡོད་དམ་བོར་ཟེགས་ངོ་། ་ ༡༦ མགོན་ལྷ་ཚུར་  
 འོང་དོན་སློད་མི། །གཞིས་ཀྱི་རྩ་བ་ཡངས་གྱུར་  
 ཀྱང་། །སྒར་བྱང་དེས་ཐུབ་མ་བྱུང་ན། །ཅུང་ཟད་ཕྱི་ཐལ་ཕྱི་

བའི་ངོ་། །ཆེན་གྱིས་འབྱངས་ཀྱང་ཡུན་མི་འཁོར། །སྟུར་  
 དུ་ཇ་ཆང་མགོན་གྲབས་བྱེད། ། ༡༧ ལོ་ལྷ་ཨ་མོ་ལི་ཀའི་  
 སྟེང་། །སྤ་ལུའི་ལྡང་པ་སྟེ་མ་འདོན། །དབྱར་གསུམ་ཆར་  
 གྱི་ཟེགས་མ་དེས། །འབྲས་བུ་ལེན་པར་སྟེན་པར་  
 བྱེད། །སང་སེར་ཐན་པ་མི་འབྱུང་མོད། །འོན་ཀྱང་གཟའ་  
 ལུའི་འབྲས་གཞི་བརྟག ༡༨ ལྷགས་ལྷ་གཡུ་ཡི་སྤང་དེས་  
 བ། །ཀང་བཞི་བྱ་ཆོགས་མས་བུ་སྟོང་། །རྩི་བོ་གཞོད་སྟེན་  
 བཞི་ཡིས་བྱེད། །མགོ་ནག་མི་ལ་བཟང་སྟེ་མཆིས། །འོན་  
 ཀྱང་རྒྱ་ག་རྟུ་ལ། །ཆོགས་གཏོར་འདོད་ཟེར་གཏོང་ན་  
 བཟང་། ། ༡༩ ། དྲག་གཟའ་མིག་དམར་ཤར་བའི་ཆོ། །  
 ༡༠ བྱིམ་ལྷ་འདི་ལ་བཏབ་པ་ན། །རི་དུང་རིའི་ཤ་བ་ཐང་ལ་

སྤྱང་། །ཁྱི་སྤྱང་མོ་གཉིས་ཀྱིས་གཟུང་དུ་ཉེ། །ཆུང་གསུམ་  
 ཅེ་རང་ཐེ་རང་རྒྱགས། །རིམས་ངོ་ཤུ་ཐོར་འབྱུང་ངོ་  
 ཡོད། །སྒོ་བྱར་ནད་དྲག་ཡོང་བས་གཞོབ། །གཙུག་ཏྱིར་  
 སྒོ་ག་ཅིང་རིམས་སྤྱང་འདོགས། །ཆུང་སྤྱང་ག་ཤིན་རྗེའི་  
 ཁྱིམ་བསྐྱར་བྱ། ༡ དོན་སྤྱ་འདི་ལ་བཏབ་པ་ན། །སྤྱང་མ་  
 མེ་དོང་སྤྱེབས་པའམ། །བྱ་སྤྱ་མེ་གསེབ་ཤོར་བ་  
 བཞིན། །དགོས་པའི་དོན་ནི་མི་འབྱུབ་ཅིང་། །འཇིགས་  
 པའི་དག་གྱོད་ནོར་གྱོད་འོང་། །ཉི་མ་སྟོའམ་རྒྱབ་བྱང་  
 ནས། །མི་དྲག་ག་དོང་དམར་གཅིག་གིས་ཚོད། །ད་ལན་  
 དོན་ནི་འབྱུབ་པར་དགའ། ༢ འདི་ལ་བབས་པའི་དོན་མི་  
 དེ། །གཟུགས་ཆེ་ཁ་དོག་དམར་ནག་ལ། །མགོ་བོ་ཆེ་ཞིང་

གདོང་འཇིགས་ཆེ།                      །སྤྲིག་ལ་རྩམས་ཤིང་ལུས་རྩ་ལ་  
 ཆེ། །མདའ་གཞུ་མཆོན་ཆ་སོགས་ལ་དགའ། །ཞིན་ཏུ་ཁྱོ་  
 གཏུམ་ཞེ་སྤང་ཆེ།                      །དྲག་པོ་ལས་བཙོན་འགྲུབ་པ་  
 ཡིན། །ཞི་བའི་ལས་བཙོན་ཀུན་གྱིས་སྦྱང། །འོན་ཀྱང་སྐྱབ་  
 བྱེད་བཟང་བ་ཡིན།།                      ར                      གང་ཞིག་འདི་ལ་ནོར་སྟོར་  
 བ། །ཞག་ལྔའི་བར་ལས་མ་སོང་སྟེ། །མི་ནི་རིགས་རྒྱད་  
 བཟང་པོའི་རིགས།                      །མི་ངོ་གཉིས་གསུམ་ཡོད་པ་  
 དང་། །རྟ་འམ་སྒྲི་བྱི་དམར་པོ་ཡོད། །དེ་འབྲས་བྱིར་ཏེ་  
 གཞན་གྱིས་ཤོད། །རྒྱན་མ་ནོར་བཅས་རྟེན་པའི་ངོ་།།                      ༥  
 རྒྱད་པའི་མོ་ལ་བཏབ་པ་ན།                      །རྒྱེན་ནི་རིམ་གྱོ་དྲག་ལས་  
 སམ། །མཁར་ལས་འབྲུ་སྒྲིག་གསོད་གཙོད་དམ། །དམར་



གྲིབ་ཡོད་པའི་སྟོགས་སུ་སྟེན།། ༤ གདོན་དུ་བྲག་བཙན་  
 ཁྲོས་པ་ཡིན། །བན་བོན་སྤང་མ་རྒྱལ་པོས་གཞོད། །ནད་  
 རི་བརྟུང་བྲག་དམར་ངོ་དང་། །སྟོ་སྟོང་འབྲུགས་སམ་ཁྲག་  
 རྟད་དང་། །ཡང་ན་ཆོད་པ་གཟའ་ཡི་སྟོན།། ༥ རིམ་གྲོ་  
 གཙུག་ཏྱར་སྟོབས་པོ་ཆེ། །གསེར་འོད་སྟོག་ཅིང་མདོ་  
 བསྐྱབ་བྲ། །གཟེར་བཙན་ཁྲོས་བསྟོད་གཟའ་མདོས་  
 དང་། །རྒྱལ་པོ་བཙན་མདོས་སྟེལ་འདེབས་བྲ། །འག་བརྒྱ་  
 ཟན་བརྒྱ་ལྟ་གསོལ་དང་། །ཡང་ན་གཟའ་ཡུམ་བསྐྱབ་པར་  
 བྲ། །འདི་བཞིན་བསྐྱབ་ན་སྟོག་ལ་བཟང་། །ཆེ་སྟོག་  
 ལྷགས་ཀྱི་ངོ་རྩེ་ལ། །འཆི་བདག་བདུད་ཀྱིས་འཆེ་བ་  
 མེད། །འོན་ཀྱང་ཡུན་རིང་ནད་ཀྱི་ངོ་།། ༦ ཐོ་སྤྱ་འདི་ལ་

བཏབ་པ་ན།                    |དགྲུང་སྟོན་པོ་མཁར་དུ་འབྲིགས་པ་  
 ལ། |སྟོན་དམར་པོའི་རྩ་ཡིས་གཡོགས་པ་བཞིན། |སྟེས་  
 དར་མའི་ལུས་ལ་བར་ཆད་ངོ།    |ས་མཐོན་པོའི་ཁ་ནས་  
 བབ་ལྷུང་ངོ། |ཏྲ་དམར་པོའི་ཁ་ནས་བརྒྱབ་དག་ངོ། |བྲི་  
 དམར་པོས་སྒྱག་གམ་དམར་ངོ་ཡོད། |དོན་མེད་གྱི་སྟེན་  
 ངན་འབྱུང་ངེས་པས།            |བདུད་གྱི་ཕྱིར་བཞོག་བྱས་ན་  
 བཟང་།། ༩    སྟོག་ལྷ་འདི་ལ་བཏབ་པ་ན། |དམ་པའི་ཆོས་  
 གྱི་དབེན་གནས་སུ།            |བདུད་གྱིས་བར་ཆད་བརྩམ་པ་  
 ཡིན། |ཡ་རབས་དྲ་མའི་སྟོག་གནས་སུ། |བདུད་བཞོག་  
 ལྷ་ལྷ་མདོ་མང་དང་། |ཉི་མེ་སྟོན་ཅིང་ཆེ་སྒྱབ་དང་། |མ་  
 རབས་རིགས་ངན་སྟེ་བོ་ཡི།        |སྟོག་ལྷགས་གྱི་རལ་གྱི་

ངར་མ་དེས།                      |དག་ཚུར་གྲོལ་གདུག་པ་འདུལ་བས་  
 བཟང་།། ༡༠ ཆོས་ལྷ་འདི་ལ་བཏབ་པ་ན། |དམ་པ་ཆོས་  
 གྱི་སྒོ་ཁང་དུ། |འདྲེ་འགོང་པོ་དགུ་ཡི་ཆང་ར་བྱས། |ཆོས་  
 རྒྱུང་བསྐྱང་གསོ་བདུད་བཞེས་ག་དང་། |ལྷ་བསང་བྱས་ན་  
 འབྲིང་དུ་འགྱུར།། ༡༡ སྤིང་ལྷ་འདི་ལ་བཏབ་པ་ན། |སྤོན་  
 ཡུ་ཕྱིས་གན་མོ་རྩལ་མོ་གཞོན། |འདྲེ་ཕུན་པ་ནག་ཏུ་  
 དགུག་བྱེད་པས། |བུད་མེད་གྱི་སྤིང་འགབ་ཆད་ངོ་  
 ཡིན། |ཏོག་གཟུངས་ཁུར་འདོན་མང་དུ་བྱ། |རྒྱལ་པོ་སྤི་  
 མེའི་གཏོ་ལ་འབད།། ༡༢ ཅེད་ལྷ་ཕྱོགས་མེད་བྱེ་ཐང་  
 ལ། |འཁ་བའི་ལྷག་གུ་སྤྱང་གིས་དེད། |མདངས་གསུམ་  
 གྲོགས་གྱི་སར་བྲན་པའི། |སྤྱང་ཚུལ་དེ་ཡང་སྤྱོ་བར་

གདམ། །རིམ་གྱི་རྒྱ་ཆེར་རོལ་པའི་ཡུམ། །ཆེ་ཆོག་གྱིས་  
 ལྷོན་བསམ་སྒྱུན་དང་། །ཟ་འདྲེ་ཁ་བསྒྱུར་ཀུན་འཁོར་  
 བཏགས། །དེ་དག་ཀུན་བསྒྱུབ་བགོགས་མེད་དོ། ། ༡༣  
 དག་ལྷ་འདི་ལ་བཏབ་པ་ན། །བྱང་གྱིམ་ཤང་ཏྱར་གྱི་རྒྱལ་  
 ཁམས་དེ། །སྟོ་མོན་པའི་དམག་གིས་བཅོམ་པ་  
 ཡིན། །བྱས་པའི་ལས་ལ་འགྱུད་དོ་ཆེ། །རི་ཆེན་པོའི་ཕག་  
 ནས་རྒྱང་དམར་བཞིན། །ནམ་ཡོང་མེད་པར་དག་བོ་  
 ལྡང་། །མ་ཉེས་གོང་གི་ལོག་འཕོག་གམ། །ཡང་ཅོད་བྱས་  
 ནས་ཚུར་ལ་འཛེར། །དག་བསྒྲིག་དག་བྱབ་དག་སྟེ་  
 མནན། །རིམ་གྱི་ཆབ་ཆེན་སྒྱུར་དུ་མཛོད། ། ༡༤ གྲོགས་  
 ལྷ་འདི་ལ་བཏབ་པ་ན། །ཁ་གྲོགས་ཆེ་ལ་གཉིང་གྲོགས་

རྩུང་། །ཉ་མོ་རྒྱ་མཆོའི་གཏིང་དུ་ཤོར། །སྒོ་བ་སྐམ་པོའི་  
 ཆོད་མ་འདྲ། ། ༡༥ །ལམ་ཕྱ་འདི་ལ་བཏབ་པ་ན། །རྒྱབ་བྱང་  
 ཆབ་གཙང་རྩ་འགམ་དུ། །ཉོར་ཡོང་བ་དག་པ་མི་བདུན་  
 གྱིས། །སྒྲིམས་རྩུང་གྱི་མགོན་པོ་བཙུག་ཉེན་ཆེ། །ལམ་  
 བར་ཕྱིན་རྩུང་སྒྲིབ་མེད་པའི་ངོ་། ། ༡༦ །མགོན་ཕྱ་སྒྲིན་དུས་  
 ནམ་མཁའི་སྒྲོང་། །མཛེས་པར་ཁེབས་ཀྱང་ཡལ་ཉེ་  
 མཆིས། །ཡང་ན་དག་ཤུལ་སྒོ་ལྡན་ཞིག། །རི་བོ་བས་ཀྱང་  
 ལྷེ་བར་འབེབས། །དེ་ཕྱིར་ཤིན་ཏུ་རྟོག་དཔྱེད་ཟབ། ། ༡༧  
 །ལོ་ཕྱ་ས་བོན་ཆར་འབེབས་ཀྱང་། །བྱ་བྱི་སྒྲིན་བྱ་སོགས་  
 གྱིས་བཟོས། །ཆ་བའི་རྩྭ་འབར་རྩུང་གསོན་ལྷག། །དུས་  
 གྱི་གཞུག་མ་ལྷག་མཐུག་ཙམ། །རིམ་གྱོ་ལོ་གཡང་ཆར་

འབེབས་དང་།                      །སྤྱིན་ཆེན་སྤྱ་མཆོད་སང་ཐན་  
 བསྐྱང་།                      །གནམ་དམག་སྤང་བས་བསྐྱོག་ཐབས་  
 གཅེས།      །འོན་ཀྱང་གཟའ་ལྷའི་འགྲོས་ལ་འདྲི།      ༡༥  
 ལྷགས་སྤྱ་སྤང་ཆེན་རབ་བརྟན་དེ།      །ཆོང་ཆོང་འདམ་བུའི་  
 ཁོད་དུ་བྱེད་།                      །རིམ་གྲོ་དཀར་སྤྱགས་གང་སྤྱབ་  
 དང་།                      །ལྷགས་གཟུངས་ལྷགས་སྤྱད་ལྷགས་གཏའ་  
 བསྐྱམ། །ཐེ་རང་མདོས་སོགས་རིམ་གྲོར་འབད།། ༡༦༽  
 ཞི་གཟའ་ལྷག་པ་ཤར་བ་ན།། ༡      བྱིམ་སྤྱ་སྤྱིད་པའི་བུད་  
 མེད་དེ།      །དར་དཀར་སྤྱ་བ་གདན་དུ་འདྲིང་།      །སྤྱན་སྤྱ་  
 གཅིག་པང་ན་བུ་སྤྱ་འཛིན།      །གཞི་མི་འགྱུར་བརྟན་པའི་  
 བྱིམ་སོ་ཚུགས།                      །བྱེས་བྲལ་མདུན་བབ་མེད་པས་

བཟང་། །འོན་ཀྱང་གསེར་གྱི་གཡང་ར་ལ། །ཐེན་རང་སྟུན་  
 གྱི་བརྟུང་རྒྱགས་བྱེད། །ཐོར་ཟད་གོད་ཁ་ཕྱ་མོ་ཡོང་། ། ༡  
 རོན་ཕྱ་འདི་ལ་བཏབ་པ་ན། །འོངས་སྟོད་དཔལ་གྱི་རྒྱ་  
 མཆོ་ལ། །འདོད་པའི་རོན་འབྱུབ་ནོར་བུ་བེན། །ཅི་བྱས་  
 ཐམས་ཅད་འབྱུབ་པ་ཡིན། །འདྲི་བྱེད་མནོ་བའི་རོན་དེ་  
 འབྱུབ། །འོན་ཀྱང་ཁ་དྲག་གཞན་ལ་ཞོར། །ཞོར་གོད་དུམ་  
 ཅམ་འབྱུང་དོགས་ཡོད། །ཡང་ན་མི་ཁ་འཕྱར་ཁ་  
 འཕོག། །བརྩམས་པའི་རོན་དེ་འབྱུབ་ངོ་ཡིན། ། ༢ འདི་  
 སྟེང་ཤར་བའི་རོན་མི་དེ། །མི་ནི་ཤ་སྐམ་ཚུལ་འཆོས་  
 མཁས། །ཤ་ཅི་སྟོ་ཞིང་ལྟོན་ཅན། །གསེར་ཆགས་ཡིན་  
 ནམ་ཆོང་ལ་དགའ། །སྟོ་མཆུ་བདེ་ཞིང་ཅལ་ཅལ་



མང་། །རེ་ཙོ་ལྷ་བྱའི་སྤྱ་མཁས་འདྲ། །འདི་ལ་དོན་བཅོལ་  
 ཞིན་ཏུ་བཟང་། །ཁ་གྲོགས་མེད་ཀྱང་གཉིད་གྲོགས་ཆེ།།  
 ༤ ཡང་ཅིག་འདི་ལ་ནོར་སྟོར་ན། །རྒྱན་མ་བྱང་ངམ་རྒྱབ་  
 ཏུ་སོང་། །མི་གསུམ་ཡོད་དེ་སྐྱ་སེར་འདྲེས། །བྲིས་སུ་  
 རྟེན་མི་རང་གིས་ཤོད། །ནོར་གྱི་ཆ་ཅམ་རྟེན་པ་  
 ཡིན། །ཁྲག་ཆགས་(སོན)ཡིན་ན་རྟེན་པར་དགའ།། ༥  
 གལ་ཏེ་ནད་གྲིས་བཏབ་དུས་ཤར། །ཉ་མོ་ཆབ་ལ་འཆོ་  
 བའམ། །ཁྲིད་པོ་བྲག་ལ་སྟོད་པ་འདྲ། །བྲུག་གྲུ་མ་དང་  
 འབྲེལ་བ་འདྲ། །སྟོག་ལ་མི་སྟོན་ནད་ཀྱང་འཆོ། །རྒྱེན་ནི་  
 དགར་ཐབས་གསུར་ཐབས་སམ། །བརྒྱའི་ལག་ནས་བས་  
 བས་སམ། །ཡང་ན་སྟོགས་ངན་སྟོགས་སུ་བྱིན།། ༦ ལྷ་རུ་

ཅུ་བདུད་མ་མོ་དང་། །གདོན་དུ་དགོར་རྒྱལ་དམ་སྤྲིས་  
 གཞོད། །ཡང་ན་བན་རྩེའི་སྤང་མས་གཞོད། །ནད་དུ་ཅུ་  
 ནད་སྤང་འབྱར་རམ། །རྟེན་པ་མཁའ་མ་མི་  
 བདེའམ། །ཡན་ལག་ན་ཞིང་ནད་རོ་ལངས།། ༥ དེམ་གྲོ་  
 བརྒྱད་སྟོང་གསེར་འོད་དང་། །ཕྱོགས་བརྒྱ་ཐུན་སེལ་སྤང་  
 བརྒྱད་སྟོག་ །ཡུལ་བདག་བདུད་ལ་སྤྱོད་ཏེན་དང་། །མ་མོའི་  
 ཡམ་མདོས་བསྐྱོར་མདོས་བྲ། །གསོལ་འདེབས་ཡང་ན་  
 མདོ་བསྐྱབ་བྲ། །མཁའ་འགྲོའི་གྲིབ་སེལ་སྐྱབ་པ་ན། །ཆེ་  
 རྒྱས་ལུས་སྟོབས་འཕེལ་བས་བཟང་།། ༦ ཐོ་ཕྱའི་ས་རུ་  
 ཤར་བ་ན། །ཁ་བ་ཉིན་མཆོན་དགྲ་བབས་ཀྱང་། །བྲ་སྟོ་  
 གའི་འགྱུར་སྤང་དགྲང་ལ་འཐེན། །ས་ཡས་སྤྱ་ཆད་པའི་

མས་སྒྲ་རུ། །ས་གསེར་གྱི་སྒྲིང་པོ་ཆགས་པ་ཡིན། །མི་  
 འཕམ་པོའི་བྲིམ་གང་སྐྱེས་པས་གང་། །ཡུལ་ས་ཞིང་གང་  
 སྒྲིང་མི་འབྱུང་ཞིང་། །པོ་གོང་མའི་ཞབས་སུ་འགྲོ་བས་  
 བཟང་། །འོན་ཀྱང་རྒྱལ་པོའི་བཅོས་ཀ་བྱེད། ༩ སློག་གི་  
 ས་རུ་ཤར་བ་ན། །སློག་གི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ལ། །རིན་ཆེན་  
 གསེར་གྱི་བཅ་པ་ཚུགས། །སྒྲིན་ཤིང་ཚུན་དང་ཕྱད་དེ་  
 བཟང་། །འོན་ཀྱང་འབྱུང་བ་འབྲུགས་པ་ཡིན། །རིམས་  
 དང་འབྲུམ་བུ་ཡོང་ངོ་ཆེ། །ཚཱ་ཚཱ་ལམ་འཕྲང་བཅོས་པས་  
 བཟང་། ༡༠ ཆོས་ལུང་ས་རུ་ཤར་བ་ན། །ཤིང་ག་མ་  
 བརྒྱའི་མགོ་བོ་དེ། །པད་འདབ་གཅིག་གིས་འཆིང་སྟེ་  
 བཟང་། །ལྷ་ཆོས་གྱི་རྩ་ཆེན་སློག་པ་དང་། །སློབ་དཔོན་

མཉེས་ཤིང་སྐྱ་ཆེ་བརྟན།      །གྲིབ་ལ་འཛེམ་ལ་ལྷ་ཆོས་  
 བསྐྱབ།། ༡༡ སྲིད་ཕུ་མོ་ལ་བཏབ་པ་ན། །སྤྱ་ཆངས་པ་  
 བརྒྱ་བྱེན་མཉེས་པ་ཡིན། །སྲིད་པའི་གཞི་མལ་མཐའ་ནས་  
 འཆལ། །སྲིད་ལ་བུ་སྐྱེ་ཆེ་ཡང་རིང་། །སྲིད་གཞུག་སྐྱ་  
 དཀར་ངོ་ཡོད་པས།      །རྒྱལ་པོ་མདོ་ལྷ་བསྐྱབ་ཅིང་  
 མཆོད། །སྤྱ་གཏེར་འཇུགས་ལ་སྤྱ་གཏོར་ཐོངས། །མདུན་  
 ངོ་མེད་པས་བཟང་བར་བཤད།། ༡༢ ཅེད་ཕུ་མཐོ་རིས་  
 དགའ་ཆལ་ལྷོངས། །ལྷ་ཕུག་མང་པོ་ཅེད་འཛོ་བྱེད། །ཉིན་  
 ཐོ་མོ་ལྷ་ཡིས་བྱ་ར་བྱེད།      །མཆོན་ཐོ་མོ་ལྷ་ཡིས་འཁོར་  
 བར་བྱེད། །མི་བདག་རྒྱལ་པོའི་ལོ་ལ་གནས། །རུང་བད་  
 རྩེད་དངངས་འཇུགས་མི་དགོས།། ༡༣ དབྱ་ཕུའི་མོ་ལ་

བཏབ་པ་ན། །སྟོ་ཅ་རྒྱན་ནགས་ཀྱི་དྲིལ་རུམ་ན། །སྟག་  
 དར་མ་སྒེབ་ཀྱི་འཆོང་འདུས་དེས། །སྟོམ་ཆུང་གི་མགོན་  
 བོ་བཙུང་པ་ཡིན། །དབྱ་འབྱན་འདྲིང་ཆམ་ལ་འབེབས་པ་  
 ཡིན། །རང་ས་དང་གཞི་ཆ་འཛིན་ན་བཟང་།། ༡༤ གྲོགས་  
 ལྷ་མོ་ལ་བཏབ་པ་ན། །ཕོ་སྟ་བཟང་པོའི་བྱ་ར་ལས། །དང་  
 བོ་འདྲེ་ཡི་རྒྱ་མ་ལྷུང་། །གྲོགས་ཀྱི་ཁ་ངོ་བགོགས་ཉེན་  
 ཡོད། །སྟ་མཆོད་བྱས་པས་གྲོགས་དང་ལྷན།། ༡༥ ལམ་  
 ལྷ་འདི་ལ་བཏབ་པ་ན། །ཟོ་བ་སྟོང་པའི་ཁ་ཆག་དེ། །ཡོད་  
 ཡོད་འདྲ་ཡང་མེད་པ་ཡིན། །ཁ་གྲོགས་ཆེ་ཡང་གཏིང་  
 གྲོགས་ཆུང་། །ཁ་གྲོད་ཕྱི་ཐལ་གཉིས་སུ་ཡོད། །ཕྱོགས་  
 བརྩ་ལྷན་སེལ་ལམ་སྟ་མཆོད། །ཉེས་མེད་ལྷུང་དུ་སྒེབ་ངོ་

ཡོད།། ༡༩ མགོན་ཕུ་གསེར་གྱི་མེ་ཚུའི་རྩམ། །ལག་ན་  
 རོར་གྱི་རྒྱལ་པ་བབུང་། །གཏམ་སྙན་མང་པོ་ཁ་ནས་  
 བྲེད། །སྒྲོན་ཆད་ཁྲིམ་དུ་འབྱུང་བའམ། །མ་འབྱུང་ཟླ་ཕྱེད་  
 ཟླ་གཅིག་ལ། །ཡོང་ཞེས་ལྟ་ཡིས་སྒྲོས་པར་གྲགས།། ༢༠  
 ལོ་ཐོག་རྩེ་གསུམ་རྒྱན་རྒྱལ་གྱི་སྒྲིན། །དབྱར་གྱི་དཔལ་མོས་  
 མགོན་དུ་འབྲིད། །མ་ཚོས་ཀྱང་ནི་སྒྲེས་ཤིང་སྒྲིན། །སད་  
 སེར་ཐན་པ་མལ་དུ་ཉལ། །འབུ་སྒྲིན་མང་པོ་ཁུང་དུ་  
 བྲོས། །ལུས་ཅན་སྐྱིད་པའི་སྒྲུ་བོ་འབྲབ། །འོན་ཀྱང་ས་  
 གཡང་ས་སྒྲིང་འདོན། །ལོ་ནག་གཟའ་ལྔའི་འགོས་འདི་  
 ལོངས།། ༢༡ ཕུགས་ཕུ་མགུར་ལྟ་གཞོད་སྒྲིན་ནི། །འཕམ་  
 པོ་ལྟ་གཡལ་ཞོལ་པོ་ཆེབས། །རྒྱང་བཞི་སྐྱིད་ལ་ངལ་བ་

མེད། །སྤྱ་འཇམ་སྐམ་ལྡན་འཆོ་བ་དེ། །དམར་གྱིབ་པོ་ནད་  
 རྩུབ་པ་སྟེ། །བསང་བྱས་བཏང་ན་ཕན་པ་ཆེ།།     ༼༥༽  
 དག་གཟའ་ཕུར་བུ་ཤར་བའི་ཆེ།། ༡ བྱིམ་ཕྱ་འདི་ལ་སྟོས་  
 ཅ་ན། །མེ་ལྷ་དམར་པོ་ཁབ་ཅམ་གྱིས། །སྟོན་མཛངས་  
 མའི་བསོད་ནམས་བསྐྱེག་པ་ཡིན། །བན་བོན་དག་གི་རྟོར་  
 ཆགས་བྱས།             །དཀོར་འདྲེ་སིབ་འདྲེས་ངེས་པར་  
 གཞོད། །དེ་ཡིས་རྒྱན་བྱས་གོད་ཁ་ལྡང་། །ནད་ངོ་ཞོ་ཆང་  
 སྤིང་ལ་གཞོད། །མ་ཉེས་ཁ་གཡོག་མི་ཁ་སྡང་། །དཀོན་  
 མཆོག་མཆོད་ཅིང་ལྷ་གསོལ་བྱ།     །སྟོབས་ཆེན་བགྱེས་  
 ཉུས་གཟའ་ཡུམ་སྟོག།             །ཆབ་སྤྱ་བཏང་ཞིང་རྒྱལ་པོ་  
 མཆོད། །དཀོར་མདོས་ཆེན་པ་དགུ་སྟོར་བྱངས།། ༢ དོན་



ཕྱེའི་མོ་ལ་བཏབ་པ་ན།      །མི་དཀར་གཅིག་གི་ཞལ་ན་  
 རེ། །བྱ་སྐྱ་རྒྱུ་གིས་སྤྱེར་བ་བཞིན། །ད་ལྟ་མཐོང་ཡང་ད་  
 ལྟ་མེད། །ཡོང་ཡོང་འདྲ་ཡང་ཡོང་རྒྱུ་མེད། །ཁ་གྲོགས་ཆེ་  
 ཡང་གཏིང་གྲོགས་རྒྱུད།      །བྱིའུ་ཁ་ཡིས་སྤྱེར་བ་  
 འདྲ། །བསམ་པའི་དོན་ནི་ཁ་རྩེ་རྒྱུད། །ཡང་ན་ནད་གྱིས་  
 བཏབ་པའམ། །ཡང་ན་གོད་དང་དབྱ་གྱོད་ཡོང། །ད་ལན་  
 དོན་དེ་བཤོལ་ན་ལེགས།།      ༣      དོན་སྐྱབ་སྐྱེ་བོ་སྦྱོས་པ་  
 ན། །མི་ནི་ཤ་མདོག་སེར་ནག་ལ། །ལུས་ནི་ཐུང་ལ་སྦྱོམ་  
 པ་ཅིག །ཁ་ནས་དྲག་སྒྲགས་ཐོལ་ཐོལ་སྒྲས། །བན་བོན་  
 ཡིན་ན་མོ་དད་ཆེ།      །ངོ་འཇུག་གནག་ལ་ངང་རྒྱུད་  
 རིང། །སྤལ་པ་གཤེར་ལ་གནས་པ་འདྲ། །དགོས་པའི་

དོན་ནི་ཆ་ཅམ་འགྲུབ།      །གཞན་གྱིས་དོན་ནི་སྐྱབ་མི་  
 ཉེད།    །ཁྱི་གན་ནང་འཐབ་བྱེད་པ་འདྲ།    །བན་རྩེའི་ཚུལ་  
 གྱིས་སྐྱབ་ན་བཟང་།།      ༤      གལ་ཏེ་འདི་ལ་ནོར་སྟོར་  
 བ།    །རྒྱུ་མ་འདི་ནི་བྱང་ནས་ཡོང་།    །བྱང་ནས་ཤར་དུ་  
 སོང་བ་ཡིན།    །ད་ལྟ་རིང་པོ་མ་སོང་སྟེ།    །ནང་ཆང་བྱད་  
 མེད་གཅིག་གིས་བྱས།      །རྒྱུ་མ་གོས་སེར་གྱོན་པ་  
 གཅིག་ །ལོ་ནི་བཙོ་བརྒྱད་རྩ་བརྒྱད་དམ།    །སྤུམ་ཅུ་ལོན་པ་  
 གཅིག་ཡོད་པས།    །ཞག་ལྔ་ནས་ནི་ནོར་དང་བཅས།    །རིང་  
 པོར་སོང་ནས་མི་རྩེད་ཟེད།      །ཁྲག་ཆགས་ཡིན་ན་བྱིས་  
 རྩེད་དམ།།    ༥    ཡང་གཅིག་ནད་པའི་ས་རུ་ཤར།    །ཉི་ཟླ་  
 གཟའ་ཡིས་བཟུང་བའམ།      །སྟོན་མེ་རྒྱང་གིས་བཏབ་པ་

འདྲ། །སྒྲ་ཆེ་བདུད་ལ་ཞོར་ཉེན་ཆེ། །སྒྲོ་བྱར་བཅས་ཉེས་  
 སྒྲན་ལོག་གམ། །སྒྲོན་ཡང་འདི་ཡིས་ལན་པ་ཡིན། །ད་  
 དུང་འདི་ལྟར་འོང་ཉེན་ཆེ། །རྒྱེན་ནི་བྱང་ངམ་ཤར་སྒྲོགས་  
 ནས། །བན་བོན་འགྲས་སམ་དགོན་པ་ནས། །མཆོད་ཆས་  
 ལ་སོགས་ཅ་ལ་བྱེད། །ཡང་ན་ཤིང་གཉན་བཅད་  
 པའམ། །ལུང་སྒྲོང་གཅིག་ཕུ་དོན་གཉེར་དུས། །སེམས་ནི་  
 སྒྲོ་ཞིང་སྒྲིང་མ་དགའ། ། ༦ །གདོན་དུ་བན་རྩེའི་སྒྲུང་མ་  
 དང་། །ཕུར་ཁ་ཟོར་ཁ་བྱག་པ་ཡིན། །གཉན་དང་ཆུ་བདུད་  
 ལུང་སྒྲོང་བཅན། །ནད་ནི་སྒྲིང་རྒྱང་ལངས་པའམ། །ཡང་ན་  
 བརྟུ་བྲག་ཆེན་པོ་འབྱུང་། །ཡང་ན་ཆམ་པ་སྒྲུང་སྒྲོག་  
 ཡིན། ། ༧ །རིམ་གྲོ་འབྱུམ་དང་པལ་ཆེན་དང་། །བྲག་པོ་

མདོ་བཞི་། ཉལ་བས་པོ་ཆེ། རྒྱལ་མཆན་ཅེ་མའི་དབུང་རྒྱ།  
 ལྷ་མོ་འོད་ཟེར་ཅན་མ། མི་གོད་ནམ་འཛོམས། ། གསེར་  
 འོད་སྟོག། ། དག་པོའི་དབང་དང་གཏོར་བཞེས་བྲ། ། བན་  
 རྟེན་ལྷ་ལ་བཤགས་པ་གྱིས། ། མདོ་སྐྱབ་བདུད་ཀྱི་ཞལ་  
 བསྐྱར་དང་། ། གཉན་ལ་བྱད་གྲོལ་སྤར་འབྱེད་བྲ། ། འདི་  
 སྐྱབ་སྟོག་གི་སྟོན་ཤིང་ལ། ། འབྲས་བུ་མེ་ཏོག་སྟེན་པའི་  
 དུས། ། ཉི་ཟླ་མཁའ་ལ་ཤར་བ་བཞིན། ། ལུས་ཀྱི་ན་ཆ་བྱང་  
 བ་དང་། ། སེམས་ཀྱི་སྐྱལ་བསྐྱལ་ཞི་བའི་དུས། ། ལུས་  
 སྟོག་བར་ཆད་མེད་པ་ཡིན། ། ། ཡང་གཅིག་པོ་སྤྱི་མོ་ལ་  
 ཤར། ། འབྱུང་བ་ཤིང་གི་ས་ཁང་དུ། ། ཡབ་མེས་འདས་  
 པའི་དུར་སྤང་གིས། ། བན་ཆོས་སྦྱོང་སྤང་མ་མ་མཉེས་

སོ། །པ་སྤྱན་འབྲུག་གཞི་རྩེ་དང་ཡོད། །མི་ཁྱོད་གྱི་སྒོ་འདི་  
 ཐེ་ཆོམ་མང་།། ༩ སྒོ་ག་གི་མོ་ལ་ཤར་ཅ་ན། །ཆེ་སྒོ་ག་  
 ཤེལ་གྱི་ཀ་བ་ལ། །ཁྱི་གདུགས་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་  
 འཕྲོས། །སྤྲིང་བཞི་གསལ་བའི་མིག་ཤེས་ལ། །སྤྲིན་  
 དམར་ཁ་བས་མ་སྒྲིབ་བས། །ཡ་རབས་གོང་མའི་གནས་  
 སྤྱ་བཟང་། །བན་བོན་སྤྲུགས་པའི་སྒྲ་སྒོ་ག་ཟེན། །ང་རྒྱལ་  
 ཁ་ཕོ་འབྲུག་ལྟར་སྒྲོ་ག། །དུས་ད་ལོར་ཤི་ཆད་མེད་དེ་  
 བཟང་།། ༡༠ ཆོས་སྤྱིའི་ས་རུ་བཏབ་པ་ན། །ཁྱུང་ཆེན་  
 མཁའ་ལ་སྤྲིང་བ་ཡིས། །བྱ་སྤྱན་ཐམས་ཅད་ཟེལ་གྱིས་  
 གཞོན། །ཆོས་བྱེད་སྒྲོ་བ་དཔོན་མཉེས་ཏེ་བཟང་།། ༡༡  
 ཡང་གཅིག་སྤྲིང་སྤྱིའི་མོ་ལ་ཤར། །བདུད་ལྷ་ནག་གྱོན་པ་

ལྟར་ཐོགས་གྱིས། །སྒྲན་མཛེངས་མའི་སྲིད་འགབ་གཙོད་  
 པར་བྱེད། །ཏོག་གཟུངས་ལྟ་ཁྱུས་བྱས་པ་ན། །བྱ་མོ་ན་  
 རྒྱང་ལུས་ལ་འཁོར། །འོན་ཀྱང་འབྲིང་དུ་གཞག་པར་བྱ།  
 ༡༢ ཅེད་ལྟ་དགའ་ལྟན་ལྟ་ལྟག་འཐབ། །མི་ཡུལ་འདི་རུ་  
 འགོ་དོན་སྐྱོང་། །ཡུལ་མི་བྱབ་པར་བླན་མར་གྱི། །དགའ་  
 ལྟན་བརྒྱ་ཕྱག་བཏང་ན་དགོ། ༡༣ དག་ལྟའི་མོ་ལ་ཤར་བ་  
 ན། །གཟའ་བྱབ་འཇུག་ལྟག་གི་ལྟར་པ་འདིས། །སྤང་དག་  
 བའི་སྐྱེ་རྒྱུད་བད་གྱིས་བཅད། །དག་པ་སྒྲན་མང་ཡང་ཁོང་  
 དུ་རུལ། ལྟར་བྱས་གྱི་དག་ཡང་འགྱོད་པ་སྐྱེ། །པར་རྒྱལ་  
 གྱི་རུ་མཆོན་དག་ལྟས་འཛིན། །བྱས་པ་མེད་པར་རང་ཉིད་  
 རྒྱལ། ༡༤ གྲོགས་ལྟ་འདི་ལ་བཏབ་པ་ན། །གྲོགས་ཡིད་

བཞིན་ནོར་བུ་བསམ་འཕེལ་འདི།      །འབྲས་བུ་སྒྲིན་ཅིང་  
 བསམ་དགུ་འབྲུག།      །འོན་ཀྱང་འདྲེ་འམ་རྒྱལ་པོ་  
 ཡིས།    །གྲོགས་ལ་བར་ཆད་རྩོམ་པར་བྱེད།    །ཡོང་ཡོང་  
 འདྲ་ལ་མི་འབྲུག་འདྲ།    །ལར་ཐེ་ཆོམ་མེད་ན་བུ་བ་བཟང་།།  
 ༡༥ ལམ་ལྷ་འདི་ལ་བཏབ་པན། །སྤྱོད་བན་བོན་ཅན་གྱི་མི་  
 དང་འགྲོགས།    །འགྲོགས་བཟང་པོས་བསྐྱབས་ན་ལྷ་རྩུར་དུ་  
 སླེབ།    །བན་རྩེ་ལྷ་རིས་ཅན་ལ་བཟང་།    །གཞན་ལ་ལམ་  
 འདི་ཐེ་ཆོམ་ཅན།། ༡༦ མགྲོན་ལྷ་གོས་ལྷང་དཀར་དམར་  
 གྲོན།    །ཁ་ཆིག་ངན་སྤྲས་ཞེ་ཕུག་བཟང་།    །དེ་རིང་ནས་  
 བརྩམས་ཞག་ལྷའམ།      །འོན་ཏེ་བརྩ་གཉིས་ཚུན་ཆད་  
 ལ།    །གཏམ་བྲིར་མི་ཞིག་འོང་བའི་ངོ་།། ༡༧ ལོ་ལྷ་ལོ་



གཡང་བདག་མོ་ལྟར།     |ས་བདག་བརྟན་མའི་མཆོད་པ་  
 འབྱུང།     |རྒྱུ་ལྟས་རུ་དར་འབྱུར་བ་ཞེས།     |འབབ་མའི་  
 ཚུལ་འདིར་ལོ་འདབ་འབྱིང་།། ༡༩     ཕུགས་ཕུ་གོད་མེད་  
 དམར་ངོ་འོང་།     |བརྩེའི་ཕྱོགས་སུ་གཏད་ན་བཟང་།།  
 ༡༩༽     ཞི་གཟའ་པ་སངས་ཤར་བའི་ཆོ།། ༡     ཁྱིམ་རིན་  
 ཆེན་གསེར་གྱི་ཕོ་བྲང་དུ།     |བཱཱེྱ་ཡི་བ་གམ་  
 ཅན།     |དཔག་བསམ་ཞིང་གི་ལྷུ་མ་རས་བསྐྱོར།     |གཡུ་ཡི་  
 ཚུ་མིག་སྟོང་གིས་སྤྲས།     |ཕྱི་ནས་ཆེ་ཆེ་ར་རྟེན་  
 གྲང་།     |ནང་དུ་ས་ལེའི་འབྱི་རུ་སོང་།     |ལྷ་སྤྲན་བཟང་མོས་  
 མགོན་སྐྱབས་བྱེད།     |ལྷ་སྤྲན་བཟང་མོས་སྟོང་གོགས་  
 བྱེད།     |སྤི་ཕུགས་མི་ཞིང་བས་བརྟུད་ཆེ།     |མ་བསམ་བྱ་བ་

ངང་གིས་འགྱུབ། །མོ་བབང་པོ་དེ་འདྲ་རེ་རེ་ཙམ། །དམན་  
 མཛེངས་མའི་བསོད་ནམས་ས་ལས་གྲུབ། །བྱ་བས་ནོར་  
 འཛོམས་པ་རེ་རེ་ཙམ། །ནོར་གཅིག་བཞག་གཉིས་སྟུ་  
 འཕེལ་བས་བབང་། །ལྟ་སྟེན་མཆོད་ཅིང་སྟུ་གཉིར་  
 འཇུགས། །དགོ་བའི་བྱ་བ་ངེས་པར་མཛོད། ། ༡ འདྲི་བའི་  
 དོན་ལ་བཏབ་པན། །ནོར་བྱ་རིན་ཆེན་ཡོད་པ་  
 བཞིན། །གང་དུ་སྤྱིན་གྲང་བསམ་པ་འགྱུབ། །འཕྲལ་དུ་  
 བསྐྱབ་ན་སྟུགས་སྟུ་བབང་། །དེ་མ་ཐག་དུ་བསྐྱབ་ན་  
 བབང་། །རྩང་ཞིག་འགྲངས་ན་སྤྱིར་ཞོར་ངོ་། ། ༢ འདི་ལ་  
 བབ་པའི་དོན་མི་དེ། །ཤ་ཅི་དཀར་ཞིང་གཟུངས་བབང་  
 མཛེས། །རིག་པ་བབང་ཞིང་ཞེས་རབ་ཆེ། །རྩང་བད་ཆོས་

ལ་དཀར་བ་ཡོད།                      །གདོང་ལ་སྟེ་བ་གཉིས་གསུམ་  
 འདུག། །སྟོང་ལ་སྐར་ཆེན་ཤར་བ་འདྲ། །འདི་ལ་བཅོལ་  
 བའི་དོན་ནི་འགྲུབ།།        ར        ཡང་ཅིག་འདི་ལ་ནོར་སྟོར་  
 བ། །རྒྱབ་ནས་འོངས་ཏེ་ཤར་དུ་སོང་། །ལོ་ནི་ཉི་ཤུ་ཅམ་  
 ལོན་པ། །གཉིས་གསུམ་གཅིག་དང་ཀན་པ་གཅིག །ནང་  
 ཆང་གཅིག་ཡིན་སྟོ་བྱི་དང་།        །སྟོ་ཕྱགས་ཁ་དོག་སེར་  
 ཤས་ཆེ། །རིགས་རྒྱད་བཟང་ཞིང་བྱིས་སུ་ངན། །སྟོ་ནི་  
 སྟོ་ལམ་ཤར་དུ་སྟ།                      །དེ་འདྲའི་སར་ཡོད་ནོར་དེ་  
 རྟེན། །རྒྱལ་ས་ཡི་དཀྱིལ་དུ་སྐྱས། །ཕར་འཆོལ་མི་  
 དགོས་གཏམ་སྟན་ཡོད།        །ཀན་ཀོན་ཡིན་ནམ་བྱིས་པ་  
 གཅིག །རྩྭ་ལ་གཏམ་སྟན་ཞོད་དུ་འོང་། །ཞག་པོ་ལྷལ་

བཅོ་ལྷ་ཚུན། །རོར་ནི་མ་སྟོང་ཉིད་ངོ་ཡིན།། ༥ ཡང་ཅིག་  
 རད་པའི་ས་རུཤར། ། སུ་རུ་དག་ལྷ་མདུང་དར་  
 འཕྱར། །མདའ་རུ་ཞང་ལྷ་སྟོག་མཁར་འཇུགས། །བར་ན་  
 དུལ་ལྷ་དགའ་སྤྱ་ལེན། །མི་ཕོ་བྲོད་ནི་ལྷ་ཡིས་འཆོ། །སྒྲ་  
 ཞིང་བདུད་གྱིས་མ་བཅད་བཟང་། །འོན་ཀྱང་སྒྲ་ལུག་  
 འཁུན་པས་འདེབས། །ལུས་ལ་ནད་ངོ་གདོན་གྱི་ངོ་། །ཡང་  
 ན་ཁ་སྤྲས་ལ་སོགས་ཡོང་། །རྒྱུན་ནི་ལུང་སྟོང་དོན་གཉེར་  
 སྤྱིན། །ཡང་ན་སྟོད་དང་ཐོ་རངས་ལ། །བྲག་འོག་ཆུ་འགྲམ་  
 ཆུ་འགྲལ་བྱས།། ༦ བདུད་བཅོན་སྤྱ་དང་བཅས་  
 པའམ། །དགོར་དང་དམ་སྤྱིས་གཞོད་པ་ཡིན། །ནད་ནི་ཕོ་  
 མཆེན་མི་བདེའམ། །སྟོད་ལ་གཟེར་ཞིང་ཆུ་སེར་སྟོས།།

༡ རིམ་གྲོ་ཚེས་སུ་བརྒྱད་སྟོང་དང་། །གཙུག་ཏྲར་སྒྲོག་  
 ཅིང་སྟ་གསོལ་བྲ། །གཟེར་བཅན་ཁྲིམ་མདོས་སུ་བརྒྱད་  
 བྲ། །བདུད་ཀྱི་ཉ་རུ་བརྒྱད་སྟོར་དང་། །ཆ་གསུམ་གཏྲར་  
 མ་རྒྱུན་བསྒྲོག་བྲ། །འདི་བཞིན་བསྐྱབ་པས་འབྲས་བུ་  
 བཟང་། །སྒྲན་བོན་མཁས་པའི་སྒྲ་སྟོང་སྒྲོག །ཉི་མས་  
 བསྐྱལ་བའི་པར་བཞིན། །ལུས་སྟོབས་རྒྱས་ཤིང་བསམ་  
 པ་འབྱུག། ༡ རོ་སྤྱ་འདི་ལ་བཏབ་པ་ན། །རྟ་གོད་མ་  
 གཅིག་གི་མཐུར་མདའ་ནས། །ཤོ་རྟ་བརྒྱའི་སྤུང་ཁ་བེན་པ་  
 ཡིན། །པ་སྒྲན་གྱི་གྲལ་ཤོ་བུས་པས་བཟང་། ༢ སྒྲོག་སྤྱ་  
 འདི་ལ་བཏབ་པ་ན། །སྒྲ་རི་མ་ཉིལ་མཚོ་ཆེན་རྒྱས། །སྒྲ་  
 ལུག་ཁྲུ་ནས་མ་ཡར་བས། །སྒྲན་མཛེངས་མའི་སྒྲ་སྒྲོག་

ཆད་པ་མེད། །སྐྱེས་དར་མ་ཡིན་ན་སྟོག་ལྟ་མཆོད།། ༡༠  
 ཆོས་ལྟ་འདི་ལ་བཏབ་པར། །སྟོ་ཅན་སྟོན་པའི་བྱི་སྟེང་  
 བ། །བན་ཆོས་པ་གསེར་གྱི་རྒྱལ་མཆོན་བསྐྱེད་ས། །བྱ་བ་  
 མཐའ་རུ་ཐོན་ཏེ་བཟང་།། ༡༡ སྟོན་ལྟ་འདི་མོ་ལ་ཤར་བ་  
 བ། །རིན་ལྟ་ཅན་ལ་ཤར་བརྒྱ་འཁོར། །སྟོན་མཛེས་ལྟ་ས་  
 ལ་སྟོན་ཆ་འཁོར། །རྒྱ་རྒྱ་མཆོད་པའི་གཏིང་རུ་ཉ་སྟོས་  
 འཁོར། །སྟོན་རུ་སྟོན་གཏིས་གསུམ་དབང་བ་  
 ཡིན། །དཀར་སྟོག་མཆོད་ཅིང་གི་བ་སེལ་བ།། ༡༢ ཅེད་ལྟ་  
 རྒྱུ་བཟའི་སྟོན་ཆ་ལ་ན། །གཡུ་ཡི་བྱང་བ་འཁོར་ཞིང་  
 སྟོན། །སྟོན་འགྱུར་སྟོས་བསྐྱེད་བ་འདི། །སྟོ་ཡི་མདུན་  
 སར་འཁོར་པ་བཞིན།། ༡༣ དག་ལྟ་ཡོད་མེད་དེ་བ་

བ། །སྲིད་པའི་བྱུང་དཀར་རྩ་ཅེ་ཡིས། །དབྱ་བའི་ཡུལ་  
 ཞིང་མངས་ནས་བསྐྱེལ། །རང་རྒྱ་ལྷ་ཡིས་འཛིན་ཏེ་  
 བཟང་།། ༡༤ གྲོགས་ལྷ་རྩུང་བད་ཡོད་ངོ་ཆེ། །འཕྲུལ་  
 ཕྱགས་གཉིས་ཀ་བཟང་ཞིང་དག། ༡༥ ལམ་ལྷ་འདི་ལ་  
 བཏབ་པ་ན། །རང་ཡིད་དུ་གཅགས་པའི་མགོན་པོ་དེ། །སྒྲོ་  
 འཐེན་ཐོགས་མེད་པའི་གྲོགས་དང་བཅས། །ཞག་གསུམ་  
 དང་བཞི་ལ་ངེས་པར་སྐྱེ་བ།། ༡༦ མགོན་ལྷ་ཡོང་ངམ་ཞེ་ན་  
 ཡོང་། །གཏམ་སྙན་བྲེར་བ་གཉིས་ཅམ་ཡོང་། །ན་ཆུང་  
 འཕྲད་དམ་བྲིམ་དུ་འོང་། །དགའ་བའི་འཇུམ་ཞལ་གཡོ་  
 ཞིང་མཆར།། ༡༧ ལོ་ཏོག་ས་ལྷས་ལག་བརྒྱངས་  
 ནས། །ས་ལ་འབྲས་བུ་སྒྲ་ཆོགས་སྒྲིན། །སྐྱེ་དགའའི་ལོངས་



ལྟོད་རབ་རྒྱས་པས། །ནམ་མཁའ་མངོད་གྱིས་ཁེངས་ཤིང་  
 འཕྲོག། །འོན་ཀྱང་ལོ་བདག་གཟའ་ལྔར་དེས།། ༡༩ ལྷགས་  
 ལྷ་ཀང་བཞི་འཕེལ་བ་ཆེ། །སྤྱིད་པའི་རྒྱལ་མའི་འབྲུལ་  
 ལས་བྱུང་།། ༡༠༽ དག་གཟའ་སྟེན་པ་ཤར་བའི་ཆེ།། ༡  
 བྱིམ་ལྷ་དག་ལ་བཏབ་པ་ན། །ཞང་པོ་མ་དང་སྤྱ་  
 མོའམ། །ཉེ་ཆོན་བྱིམ་མཆེས་གང་རུང་གི། །ས་ནས་འདྲེ་  
 མོ་དག་གིས་རྒྱབ། །རྒྱལ་པོ་དེ་བ་བྱས་པས་གཞོད། །དེ་  
 ཡིས་ནད་དང་གོད་ཁ་ཡོང་། །ཆེ་བཅུན་ལོག་པོག་ཁ་  
 མཆུང་ངོ་། །བྱིམ་བདག་མོ་ནི་དུས་རྒྱུན་དུ། །རོ་སྟོད་  
 མཁའ་སྐྱེད་ན་བ་ཡོད། །སྤྱི་བརྒྱགས་ཤིན་ཏུ་མི་སྟེ་  
 ལ། །མ་ཉེས་པ་ཡི་ཁ་ཡོགས་ཡོང་། །བྱུང་པར་བྱ་ཆའི་

རྩོགས་སུ་འཛེར།། ༡ རོན་ཕུ་འདི་ལ་བཏབ་པ་ན། །མི་  
 རྒྱུ་པོ་གཅིག་གིས་འདི་སྐད་སྒྲ། །ལ་པར་ཚུར་གཉིས་ཀྱི་  
 མཆམས་ཞིག་ན། །ལྷགས་ཀྱི་པ་བོང་ངར་སྐད་  
 འདོན། །མི་བྲིད་རང་དག་ལ་མི་བེར་རམ། །ཡང་ན་དགྲ་  
 བྲིད་ཁ་མཚུ་ཡོང་། །ཡང་ན་ཕྱ་ངན་སྐྱེལ་དོགས་  
 ཡོང་། །བྲིད་པར་བསམ་པའི་དོན་མི་འགྲུབ། །རང་གིས་  
 གཞན་ལ་མ་གཞོད་ཀྱང་། །གཞན་གྱིས་དོན་ནི་འགྲུབ་མི་  
 ཉེད། །བྲི་གན་ནང་འཐབ་རྒྱུ་པ་འདྲ། །གལ་ཏེ་འགྲུབ་  
 ཀྱང་ཕྱིས་མི་བཏྲན། །ཞིན་ཏུ་གསང་སྟེ་བསྐྱབ་ན་ཅི། །ད་  
 ལན་དོན་འདི་འཐེན་ན་བཟང་།། ༢ འདི་སྟེང་ཤར་བའི་དོན་  
 མི་དེ། །ཞིན་ཏུ་མདོག་ངན་བཞིན་མི་སྤྱད། །ཤ་མདོག་སྟེ་

ཞིང་སྟོབས་ཆུང་བ།                      །སྐྱོང་ན་པལ་ཆེར་དགོ་ལའང་  
 གྲོ།    །དགོས་མེད་ཅལ་ཅོལ་སྐྱོལ་དགལ།    །བྱིཅུ་ཞིང་  
 མཁར་ཆོགས་པ་འདྲ།                      །འདི་ལ་སྟོས་པའི་དོན་བཅོལ་  
 བ། །ཕྱ་སྟོགས་ཐང་ལ་འབྱམས་པ་འདྲ། །ཁ་གྲོགས་ཆེ་ལ་  
 གཏིང་གྲོགས་ཆུང་།།    ༤    ཡང་ཅིག་འདི་ལ་ནོར་སྟོར་  
 བ། །བྱ་སྐྱོང་གིས་བྱེར་བ་བཞིན། །ནོར་དང་བཅས་ཏེ་  
 རིང་པོར་སོང་།                      །སྟོགས་ནི་སྟོ་རུབ་མཆམས་ཡིན་  
 བམ། །པལ་ཆེར་སྟོ་རུབ་སོང་བ་ཡིན། །བྱིས་པ་ཡིན་ནམ་  
 མི་གཉིས་ཡོད།                      །ཁྱལ་ཆགས་ཡིན་ན་རྟེན་དམ་  
 ཟེར། །སྐྱུད་པ་གཞན་ནི་མི་རྟེན་འགྱུར།།    ༥    ཡང་ཅིག་ནད་  
 པའི་ས་རུཤར།    །གསོན་གཤེན་གཉིས་ཀྱི་སོ་མཆམས་

བ། །ལྷགས་གྱི་ཕ་བོང་ངར་སྐད་འཆོར། །ལུ་ན་ལྷ་མོ་མཆི་  
 མ་འཇོག། །མདའ་ན་འདྲེ་སྤྱོད་གཡལ་མོ་འདེབས། །བར་  
 ན་ལྷ་ངན་མཆོ་མོ་བདོལ། །ནད་པའི་སྤྱོད་ཏེན་བདུད་གྱིས་  
 བཀུམ། །ད་ལྷ་བསྐྱུ་བའི་སྐབས་ན་ཡོད། །རྒྱུ་ཞི་ས་  
 གཉན་བརྒྱུ་པའམ། །ཐབ་གཞི་བ་བཏང་ངམ་ཤིང་གཉན་  
 བཅད། །ཡང་ན་ལུང་སྤྱོད་དུ་འབོད་བྱས། །གཉིད་ལོག་  
 སྤྱོད་ཡང་མི་དགའ་བྱུང་།། ༦ །ལྷ་དུ་སྤྱོད་ལྷ་ནག་སྤྱོད་  
 དང་། །ཁང་པའི་གཉན་དང་ཡུལ་ལྷ་ཁྲོས། །སྤྱོད་གྱི་རྒྱ་བ་  
 ཡན་ལག་ན། །ནད་དུ་སྤྱོད་རྒྱ་སྤྱོད་འཆོང་ངམ། །མགོ་  
 ནད་སྐྱང་སྤྱོད་ལྷ་ཁྲོས་དང་། །སྤྱོད་གྱི་ནད་ནམས་འབྱུང་ངོ་  
 ཡིན།། ༧ །རིམ་གྱོ་བསངས་སེལ་ཡར་མཆོད་

དང་། །བསེལ་གཏོར་གཉན་ལ་སྤར་འབྱེད་དང་། །ཡུལ་  
 བདག་སྐྱེ་ཏེན་གཞིང་རྒྱས་དང་། །ནག་མོ་བསྐྱང་གསོ་  
 བསྐྱང་མདོས་དང་། །ཚུ་ཚུ་འདེབས་ཤིང་ནམ་སྟོན་  
 གྲ། །ཆོས་སྐྱ་གཙུག་ཏོར་ལོ་གངས་དང་། །དྲག་པོ་མདོ་  
 བཞི་། སྟོབས་པོ་ཆེ། རྒྱལ་མཆོན་ཅེ་མོའི་དབྱང་རྒྱ། ལྷ་  
 མོ་འོད་ཟེར་ཅན་མ། མི་ཆོད་ནམ་འཛོམས། །སྤང་སྟོང་  
 སྟོག། །དེ་བཞིན་བསྐྱབས་པའི་འབྲས་བུ་ནི། །ཆུ་ཟད་ཉ་མོ་  
 ཆུ་དང་ཕྱད། །འོར་ཟད་དབྱལ་པོ་འོར་དང་ཕྱད། །ཟེར་བས་  
 སྟོག་ལ་ཉེས་པ་མེད། ། བོ་སྤྱ་འདི་ལ་བཏབ་པ་ན། །ཤེལ་  
 དཀར་གདན་གྱི་རི་བོ་ལ། །བདུད་གྱི་སྟོག་མདའ་ཟུག་པ་  
 ཡིན། །སྟོ་བུར་ནད་རྒྱེན་དྲག་པོ་དང་། །ཡང་ན་གོང་མའི་

ལོག་ཕོག་ཡོང་། །ཡུམ་ཆེན་རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱུས་གསུམ་  
 ཕོ། །ཁུར་སྒྲོག་བྱ་ཞིང་བརྒྱ་བཞི་གཏོང་། །དགོ་འདུན་བཞི་  
 སྒེས་གསུང་རབ་སྒྲོགས། །བདུད་བསྒྲོག་བྱས་ན་བཟང་བ་  
 ཡིན། ། ༩ སྒོག་ཕུ་དག་ལ་ཤར་བ་ན། །གནམ་སྒོན་མའི་  
 གཞུང་ལ་ཁོར་དུ་བཅད། །སྒྲིན་ཏྲ་མིག་ཅམ་གྱིས་ས་གཞི་  
 འགོངས། །ཟླ་བསྐྱུ་དང་ནི་འཆི་བསྐྱུ་བྱ། །མ་རབས་ཀྱི་  
 སྒོག་ཕུ་བཟང་ཞིང་དགོ། ༡༠ ཆོས་ཕུའི་ས་རུ་ཤར་བ་  
 ན། །རེས་ཡོང་རེས་ནི་མི་ཡོང་ལ། །བདུད་ཀྱི་སྒོ་སྐྱུར་མ་  
 བསྐྱེད་ན། །ཉིན་མཆོན་འཁོར་གྱི་རང་གནས་འཛིན། །ཆེ་  
 ཕྱི་མའི་དུས་སུ་སྒོན་ལམ་ཐོབ། ། ༡༡ སྒྲིང་ཕུ་འདི་ལ་བཏབ་  
 བ་ན། །ལྷས་ལ་སྒྲིང་འཁོར་ཆེན་ཡང་། །ཉིན་མཆོན་

གདོན་གྱིས་བརྒྱས་པ་ཡིན། །སྤྱིད་ལ་མགོ་ཐོན་མི་ཡོང་  
 རོ། །སྐྱབས་འགོ་སེམས་བསྐྱེད་ཁ་འདོན་དང་། །གསུང་  
 གློག་བྱས་ན་ཅུང་ཟད་བཟང་། ། ༡༢ ཅེད་ཕྱ་གཡང་མོ་ལུག་  
 གི་ལྷ། །རྩི་བོ་གཅིག་གིས་འདོད་པ་ཡིན། །རྩི་རྒྱལ་བཙན་  
 བའི་སྤྲས་པོ་བརྒྱ། །རིགས་ངན་སྤྱེུ་གཅིག་གིས་  
 བྱད། །རིམ་གྲོ་རྒྱ་ཆེར་རོལ་པ་དང་། །བྱ་བྱི་སྤྱི་སྟོན་བཏང་  
 བ་དགོ། ། ༡༣ དག་ཕྱ་དག་ལ་བཏབ་པ་ན། །རྒྱལ་ས་  
 འབངས་གྱིས་འཕྲོག་པ་ཡིན། །དོན་སྤྱོད་གང་དུ་ཕྱིན་གྱུར་  
 གྱང་། །དག་ཕྱད་འབྲས་བྱ་མེད་ན་ཡང་། །ཞག་གཅིག་  
 གཉིས་སམ་གསུམ་ཁོངས་སུ། །ཕོ་ཆས་བཟུང་ནས་རང་  
 སའི་སྤྱེ། །མཁོར་གཟུང་བས་གྲོགས་ངོ་ཆེ། ། ༡༤ གྲོགས་



ལྷ་དཀར་བ་བརྒྱ་འབད་གྲང་།     །གྲོགས་ངོ་མེད་ཅིང་སྟོང་  
 པས་ན།     །དེ་ཕྱིར་སྟོང་བ་གནང་གཞོན་བྲ།     ༡༥   ལམ་ལྷ་  
 བསམ་དོན་གཞི་ཆེ་ཞིང་།     །པར་སོང་རིགས་ངན་དག་དང་  
 འཕྲད།     །གཞོན་རིགས་ལམ་དུ་ཞུགས་ན་དགོ།     །གཞན་  
 དག་ལམ་འཇུག་དོན་གཉེར་ངན།     །སྟོན་པ་མེད་ཅིང་སྟོན་  
 དུ་འགྱུར།     ༡༦   མགྲོན་ལྷ་ལག་རིང་རི་རབ་ལ།     །འཁྱུང་  
 པས་འབོད་པའི་མགྲོན་མི་འོང་།     །མ་འབོད་མགྲོན་འོང་  
 སྟོར་མི་འཁྱུང།     །དེ་འདྲ་འོང་ཉེན་འདུག་པས་ངན།     ༡༧  
 ལོ་ལྷ་ལེགས་སྐྱེས་ལྷ་དང་པའི་ལུས།     །ལི་ཁྱིའི་གོས་ཀྱིས་  
 གཡོགས་པས་ངན།     །བན་རྩེ་གཙང་མར་གནས་པ་  
 ཡིས།     །རྒྱལ་བའི་བཀའ་སློག་ལྷ་གཉན་སྟོངས།     ༡༨

[illegible]

(x<sup>oo</sup>)ཐོག་མར་ངན་ལ་ཕྱི་གཉིས་བཟང་། །སྟོག་ཕྱ་བུད་  
 མེད་གྱིར་ཉིའམ། །འདྲེ་དང་དམ་སྤི་རྒྱལ་པོས་གཞོད། །དེ་  
 ལ་རིམ་གྲོ་བཅས་ན་བཟང་། །སྟོགས་ཕྱ་བུད་བཟང་ཐོགས་ཏེ་  
 འབྲུབ། །དབྱ་ཕྱ་བེད་རྩམ་འབྲུང་ན་བཟང་། །འོང་ངམ་མི་  
 འོང་འོང་བ་ཡིན། །ཉིད་དམ་མི་ཉིད་ཕྱི་ཐལ་ཆེ། །ཅུང་བཟང་  
 ཉིད་པ་འོང་བ་ཡིན། །སྟོད་ཕྱ་འཕེལ་དང་བཅས་ཏེ་  
 འོང་། །ཕོ་ལྷ་ལྷམ་དལ་མདོས་གྱིས་བསྐྱང་། །ནད་པ་ཡིན་  
 ན་རང་ལོའི་གྲངས། །གཟུངས་འདོན་བཅན་མདོས་བྱས་ན་  
 བཟང་། (x<sup>oo</sup>)སྟོག་ཉིས་བཟང་ལ་ཕྱི་ངན་ན། །སྟོག་ཕྱ་ས་  
 བདག་གཞོད་པ་ཡིན། །རིགས་དང་སྦྱར་བའི་རིམ་གྲོ་  
 གྲ། །མི་འཆི་སྦྱར་དུ་སོས་པས་བཟང་། །དབྱ་ནི་ནད་གྱིས་

ཐེགས་ཏེ་འཆི། །རྟེན་དམ་མི་རྟེན་སོང་མ་སོང་། །འོང་ངམ་  
 མི་འོང་ངེས་པ་མེད། །གྲོགས་ཕྱ་ཆེ་སྟེ་ཆོང་ཡང་  
 གྱུ་ལ། །ཁྱེས་པ་གནང་ལ་བསྐྱང་གསོ་བྱ། །མ་ངེས་སྟོགས་  
 གྱི་འགྱུ་ལ་ལ་འཛེམས།། (xx°)སྒྲ་གཉིས་ངན་ལ་སྤྱི་མ་  
 བཟང་། །གྲོགས་ཕྱ་སྤྱ་མོ་ལག་རྩ་ཡོང་། །དག་ཕྱ་བཟང་སྟེ་  
 དགས་མི་ཚུགས། །རྟེན་དམ་མི་རྟེན་སྤྱི་ནས་རྟེན། །སོང་  
 ངམ་མ་སོང་ཡོང་མི་ཡོང་། །སྤྱི་ཐལ་ཆེ་ཞིང་སྤྱིས་འོང་  
 སྤིང་། །སྤིང་སྤྱ་མེད་ཅིང་ཁྱ་དོན་དགལ། །གདོན་སྤྱ་མེད་  
 ཅིང་སྤྱ་བཟང་འགོ། (°xx)སྒྲ་མ་བཟང་ལ་སྤྱི་གཉིས་  
 ངན། །སྤྱི་སྤྱ་གདོན་བགོགས་གཞོན་པ་ཡོད། །རིམ་གྲོ་  
 དགར་སྤྱི་གས་ཅི་རུས་བྱ། །གྲོགས་ཕྱ་རྩང་བད་ཆུང་བ་

ཡིན། །དག་ཕྱ་འབྲིང་སྟེ་དགས་མི་ཚུགས། །རྟེན་དམ་སྟུར་  
 ཏུ་མི་རྟེན་ཟེར། །ཕྱགས་སུ་རྟེན་ཅིང་སོང་མ་སོང་། །ཡོང་  
 ངམ་མི་ཡོང་གཉིས་བརྗོད་ན། །སོང་ངམ་སོང་སྟེ་ཁ་གྱུད་  
 རོ། །ཆོང་པམ་ཁྱས་པ་མི་གནང་ཞིང་། །སྲིད་ཕྱ་ཁྱེུ་སྟེ་  
 ར་ཡང་། །གཤེན་ལས་དུར་སྲི་ལངས་པས་ངན།  
 (x°x)སྲ་སྲི་ངན་ལ་བར་པ་བཟང་། །སྲོག་ཕྱ་གྲིབ་འཕོག་  
 ར་དག་འབྱུང་། །རིམས་དང་གཏད་ཁའི་ངོ་ཡིན་  
 པས། །དེ་ལ་ཁྱས་དང་གསོལ་མཆོད་བྱ། །གྲོགས་ཕྱ་དག་  
 ཕྱ་གཉིས་པོ་འབྲིང་། །ཁྱས་དང་རིམ་གྲོ་བྱས་ན་  
 བཟང་། །སྟོར་བ་མི་རྟེན་བརྒྱ་ལམ་དུ། །རྟེན་ན་ཁ་མཆུ་འོང་  
 བས་ངན། །སོང་ངམ་སོང་སྟེ་དོན་མི་འབྱུག། །ཁྱས་པ་མི་

གནང་ཆོང་མི་འགྲིག། །སྲིད་ཕུ་བུ་རུ་སྐྱེ་ན་ཡང་། །གཤེན་  
 ལས་དུར་སྲི་བབས་པས་ངན།། (xxx)གལ་ཏེ་གསུམ་ཀ་  
 ངན་པ་ན། །ཀུན་ལ་ངན་པ་འདི་ལྟ་སྟེ། །བྲིམ་ཕུ་ན་ཆ་འོང་  
 བ་ཡིན། །སྲོག་ཕུ་གལ་ཏེ་འཆི་ཉིན་ཡོད། །གྲོལ་ཕུ་གཞན་  
 གྲིས་བྲེར་བ་ཡིན། །དག་ཕུ་དག་ངོ་ཡོད་པ་ཡིན། །སྟོར་བ་  
 མི་ཆེད་ཁྱས་མི་གནང་། །མ་མགོ་ཆུས་མནན་བྱ་བ་  
 སྟེ། །དུར་ས་བབས་པའི་མཐར་བརྒྱག་གོ། །སེམས་ལ་  
 སྐྱག་བསྐལ་དྲག་པོ་འབྱུང་། །རིམ་གྲོ་སྟོབས་དང་སྦྱར་  
 བྱས་ལ། །མཐུ་དང་ཁམ་ཁའི་བསྐྱོག་པ་བྱ།། (ooo)གསུམ་  
 ཀ་བཟང་བར་གྱུར་ན་ནི། །ནད་པར་ངན་པས་རིམ་གྲོ་  
 བྱ། །བྲིམ་ཕུ་སྲོག་ཕུ་བཟང་པོ་ལ། །སྟོང་གྲོགས་སྐྱག་ཐག་

ལྟ་ཡིས་བབུང་། །ཅི་འདོད་འགྲུབ་པའི་ངོ་ཡིན་ནོ། །དག་ལྟ་  
 བར་ལ་གློལ་བ་བབུང་། །སྟོང་པ་ཆེ་ཞིང་འོང་ངམ་  
 འོང་། །ཆོང་རྒྱལ་ཉེས་པ་མེད་པས་བབུང་། །ཞིན་ཏུ་བབུང་  
 ཞིང་བསམ་པ་འགྲུབ། །འོན་ཀྱང་ཆོས་སྐྱོང་གསུང་མ་  
 ལ། །གསོལ་མཆོད་བྱ་བ་ཞིན་ཏུ་གཅེས། ། རྟེན་ཡང་དང་  
 སོ་ཉ་བྱིས་ལྟ་ལ། །གཟུགས་ངོ་ཡིན་པས་རབ་ཏུ་  
 བབུང་། །བྱང་དང་རྒྱ་མཆོ་རྣམ་པར་བབུང་། །བྱང་པར་རོ་  
 རི་མཆོག་ཏུ་བབུང་། །འབྱུང་བ་འབྱིང་ཡིན་ཐེག་ལེ་ངན། །  
 རྟེན་ལྟ་འབྱུང་བབུང་རོ་ངན་ཅིང་། །ཆུ་རི་བྱི་ཐལ་ཆེ་བ་  
 རྟེ། །གཞན་མ་རྣམས་རི་བཏང་སྟོམས་སོ། ། རྟེན་ལྟ་  
 འབྱུང་བ་བབུང་བ་ཡིན། །སྒྲགས་བོན་ལ་རི་མཆོག་ཏུ་



བཟང་། །རྫོ་ནི་བྱུད་མེད་དག་ལ་བཟང་། །ཐིག་ལེ་རིགས་  
 ངན་རྣམས་ལ་བཟང་། །མེ་དང་ཐིག་ལེ་ཀུན་ལ་ངན།།  
 ༤གདོན་ཕུ་གཟུགས་ནི་རྒྱལ་པོའི་ངོ་། །བྱུང་ལ་གདོན་མེད་  
 མེ་ལ་བཅན། །ཆུ་ལ་བདུད་དང་ཐེའུ་རང་གཞོད། །རྫོ་ལ་  
 གདོན་མེད་ཐིག་ལེ་བདུད།། ༥ལམ་ཕུ་ཆུ་ནི་ཕྱི་ཐལ་  
 ཆེ། །རྫོ་ནི་བྱུད་མེད་འབྱུང་སྒྲགས་བོན། །ཐིག་ལེ་རིགས་  
 ངན་མེ་དམག་དཔོན། །གཞན་མ་རྣམས་ནི་བཏང་སྟོམས་  
 སོ།། ༦དག་ཕུ་གཟུགས་ནི་རྒྱལ་པོས་འཇིགས། །བྱུང་དང་  
 ཆུ་ལ་དག་མེད་དོ། །མེ་རྒྱན་འབྱུང་བ་དག་ལས་  
 ཐར། །ཐིག་ལེ་དག་འཕྲད་རྫོ་བཏང་སྟོམས།། ༧བོར་ཕུ་  
 དག་ནི་འཆོལ་བ་ན། །གཟུགས་ནི་ངོ་ཡིན་ལྷུང་དུ་

རྟེན། །བྱང་ནི་བྱི་ཐལ་ཕུགས་སུ་རྟེན། །མེ་ནི་ཁ་སྐྱས་  
 འཐབ་མོའི་ངོ་། །ཁྱ་འབྱུང་བཟང་སྟེ་ཐིག་ལེ་ངན།། །དོན་  
 ཕུ་གཟུགས་ནི་འབྱུང་པའི་ངོ་། །བྱང་ཁྱ་བྱི་ཐལ་ཕུགས་སུ་  
 འབྱུང། །དྲག་ལས་བཟང་སྟེ་གཞན་མ་ངན། །མདའ་རོ་  
 བཟང་སྟེ་ཐིག་ལེ་ངན། །སྦྱིར་གཟའི་བྱེད་ལས་བདུན་པོ་  
 ལ། །བསྐྱོམས་ཏེ་བཅི་བ་གལ་ཆེའོ།། །གཞན་ཡང་འདི་  
 ལྟར་ཤེས་པར་བྱ། །རང་ངམ་ནད་པ་དག་ལ་ནི། །ཆོས་  
 སྦྱོང་སྟེ་བརྒྱད་ལྟ་འདྲེ་ཡིས། །གཞོན་པ་ཐེར་ཚུགས་འདི་  
 བཞིན་བྱ། །ཕོ་ཉམས་བརྗོད་པའི་ཆོག་དེ་ལ། །རང་མིན་ཉེ་  
 བའི་སྦྱེ་བོ་བསྟེ། །གསུམ་གྱིས་བགོས་སྟག་གཅིག་ཤར་  
 བ། །གཞོན་བྱེད་དེ་ཡིན་བཅོས་པས་པན། །གཉིས་ཤར་དེ་

ལ་ལྷ་གྲོགས་ཡོད།                      །ནམ་མཁའ་ཤར་ན་མིན་པར་  
ཤེས། །གཟའ་བདུན་མོ་རྩིས་མངོན་ཤེས་འཕྱལ་གྱི་མེ་ལོང་  
རྫོགས་སོ། ། ཆང་ཁ་རིན་པོ་ཆེའི་ཕྱག་དཔེ་ལ་གཞི་བཞག་  
ཅིང་མོ་དཔེ་གཉིས་ཙམ་ལའང་གཏུགས་ཏེ་བྲིས་པའོ། །

༥ ས་བདག་ལྟོ་འཕྲེ་བརྟག་པའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་ཉེས་པ་ཀུན་  
སེལ་ཞེས་བྱ་བ།

སྒྲ་མ་དང་མགོན་པོ་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ལ་ཕྱག་འཆའ་  
ལོ།། གང་གིས་མཐོང་ཐོས་དྲན་པས་ཀྱང་། །མི་ཉེས་སྤྱན་  
པ་རྣམ་འཇོམས་པའི། །འཇམ་མགོན་དགོ་བའི་བཤེས་དེ་  
ཉིད། །རྟག་ཏུ་བདག་གིས་སྒྲ་མར་བསྟེན། །དམ་པ་དང་  
པོའི་རྩ་རྒྱད་ལས། །ས་ཡི་སྤྱོད་གཙུག་ཞེས་གསུངས་  
ཤིང་། །དེ་ཡི་འགྲེལ་ཆེན་རྣམས་སུ་ཡང་། །དྲག་པོ་ཞེས་  
ནི་མིང་དུ་བཟོད། །རྒྱད་ཆེན་རྣམས་སུ་ལྟོ་འཕྲེ་ཞེས། །ལྟ་  
ཁང་མཆོད་རྟེན་ཁང་བཟང་དང་། །རབ་གནས་དབང་  
བསྐྱར་སྤྱིན་སྤྲེག་སོགས། །ཀུན་ལ་གཅེས་པའི་མན་ངག་

འདི། །འཕྱག་མེད་ལག་ལེན་གོ་བདེ་བར། །ཁོ་བོས་  
 བཤད་གྱིས་ཤེས་ལྡན་དག། །ཡོད་ན་བཙུམ་བསྐྱུངས་  
 དགའ་བས་ལོངས། །གང་དུ་བྱ་བའི་ས་སྟོགས་དེར། །སྐྱུང་  
 རུལ་མེ་ལོང་ངོས་སྟར་བྱ། །དེ་སྟེང་ཤར་རུབ་ཆངས་ཐེག་  
 གདལ། །དབྱས་ཆད་བཟུང་ལ་ཤར་རུབ་ཏུ། །འཆམས་  
 པའི་མཆན་མ་རེ་རེ་བྱ། །མཆན་མ་གཉིས་ཀྱི་སྟེང་ནས་  
 རིམ། །སྟོ་བྱང་བྱ་རོག་རྗེས་སུ་བྱ། །རྒྱ་བམ་སྟེང་དུ་སྟོ་  
 བྱང་གི། །ཆངས་ཐེག་གཉིས་པ་བཏབ་པའི་ངོས། །སྟོ་བྱང་  
 སྟར་ཆད་མཆན་མ་གདལ། །མཆན་མ་བཞི་སྟེང་ནས་རིམ་  
 བཞིན། །མེ་སྒྲིན་རྒྱང་དབང་སོ་སོ་རུ། །བྱ་རྗེས་བྱས་ཏེ་  
 ཟུར་ཐེག་གདལ། །ས་སྟོགས་ཡངས་དོག་གོ་སྐྱབས་

དང་། །བསྐྱུན་བྱའི་རྒྱ་ཚད་ཤར་རུབ་གྱི། །ཚངས་ཐེག་སྟེང་  
 དུ་མཆན་མ་བྱ། །ཚད་དེ་ཚངས་སྟེང་ནས་བབྱང་ལ། །བྱར་  
 ཐེག་སྟེང་དུ་མཆན་མ་བྱ། །དེ་དག་སྟེལ་བས་ངོས་བཞིའི་  
 ཐེག་ །གཞུང་དུ་སྐྱ་ཡི་རྒྱལ་པོ་ཡི། །ལུས་ཚད་མཐོ་བཅུ་  
 གསུངས་པའི་དོན། །ཆ་ཆེན་གངས་ཡིན་ཐེག་དངོས་  
 མིན། །དེ་བྱིར་ཚངས་ལས་གཡས་གཡོན་དུ། །སྟོམས་  
 པའི་མཆན་མ་ལྷ་ལྷ་བྱ། །སོ་སོར་ཐེག་བཏབ་ངོས་རེ་  
 རེ། །ཆ་ཆེན་བཅུ་བྱང་སྒྲར་ཆ་ཆེན། །རེ་རེའང་ཆ་ཆེན་  
 དགུ་དགུར་དབྱེ། །དེས་ནི་རེ་མིག་ཀུན་སྟོམ་པར། །བརྒྱད་  
 སྟེང་བརྒྱ་ཕྲག་གཅིག་འབྱུང་ངོ། །བྱི་ཡི་ངོས་རེར་རེ་མིག་  
 བོ། །དགུ་བཅུ་དགུ་བཅུ་འབྱུང་བ་ཡིན། །ཞག་གངས་སུམ་

བརྒྱ་དྲུག་ཅུ་སྟོགས། །དེ་ཡང་རགས་པའི་གནས་ལྷགས་  
 ལ། །དགུན་གསུམ་མགོ་ཤར་ཁ་སྟོར་བཟ། །དབྱེད་  
 གསུམ་མགོ་སྟོ་ཁ་རྒྱབ་བཟ། །དབྱར་གསུམ་མགོ་རྒྱབ་ཁ་  
 བྱང་བཟ། །སྟོན་གསུམ་མགོ་བྱང་ཁ་ཤར་བཟ། །ལ་ལ་  
 དགུན་གསུམ་མགོ་བོ་སྟོ། །དབྱེད་གསུམ་མགོ་རྒྱབ་  
 དབྱར་གསུམ་ལ། །མགོ་བྱང་སྟོན་གསུམ་མགོ་ཤར་  
 ཞེས། །འབྱུང་ངོ་གཞན་ཡང་དབྱེད་ར་སྟོགས། །ངོས་  
 འཛིན་དུས་གྱི་འཁོར་ལོ་དང་། །རྒྱ་ནག་གསར་རྟེན་ལ་  
 སྟོགས་པ། །ཐ་དད་ལྷགས་མང་ངལ་བའི་རྒྱ། །སྟོབ་  
 དཔོན་གསང་སྒྲགས་སྒྲ་འབྱུར་བ། །ཡིན་ན་ཉོར་ལྷ་བརྒྱ་  
 གཉིས་པ། །དབྱེད་ར་སྟོག་ཡིན་སྟོབ་དཔོན་དེ། །གསང་



ལྷགས་ཕྱི་འགྱུར་ལ་མོས་ན།      |དབྱེད་ར་དཔོ་ཉ་ཟླ་ཁྱིམ་  
 བཟུང་། |ལྷགས་གཞན་ཆུ་ལས་མར་བཞིན་ནོ།། སྟེ བལྟ་  
 སྟེགས་རང་ལྷགས་ནམ་དག་ནི།      |དབྱེད་གསུམ་མགོ་  
 རུབ་ཁ་བྱང་བསྟན།      |དབྱར་གསུམ་མགོ་བྱང་ཁ་ཤར་  
 བསྟ། |སྟོན་གསུམ་མགོ་ཤར་ཁ་སྟོར་བསྟན། |དབྱུན་  
 གསུམ་མགོ་སྟོ་ཁ་རུབ་བསྟན།      |དེ་ཡང་དབྱེད་གསུམ་  
 མགོ་རུབ་བསྟན།      |མཇུག་མ་ཤར་སྟེགས་ཀུན་ལ་  
 འགྱ། |ཐ་ཆུང་བཞི་ཡི་གནམ་སྟོང་དང་། |ར་བ་བཞི་ཡི་  
 ཆོས་གཅིག་ལ།      |བྱར་ཐིག་གཡས་གཡོན་ཆ་ཐུན་  
 སྟེང་། |འབྲིང་བཞི་འེ་བཙོ་ལྷ་བཙུ་བྱུག་ལ། |ཆངས་ཐིག་  
 བཞི་ཡི་གཡས་གཡོན་གྱི།      |ཆ་ཐུན་སྟེང་ནས་དེ་ཁོ་

བར། །ཉིན་ཞག་རེ་ལ་རེ་མིག་རེ། །སྟོང་ཅིང་གཡས་སུ་  
 འཁོར་བར་བྱེད། །དེ་ལྟར་གནས་པའི་ལུས་ཆད་  
 དང་། །དངོས་གྲུབ་ས་མིག་མི་ཤེས་པར། །གང་འབྱུང་  
 འོལ་ཆོད་བགྱིས་པ་ན། །དེ་ནི་ཤིན་ཏུ་གཉན་པ་  
 ཉེ། །མཐོང་དང་རེག་བསམ་ཁ་རྩངས་སོགས། །དུག་ལྔ་  
 ལྟན་ཅིང་སྤྱ་ས་བདག །ཀྱན་གྱི་རྒྱལ་པོ་སྣ་དང་  
 གཉན། །གཟའ་དང་སྡེ་བརྒྱད་ཡོངས་གྱིས་བསྐྱོར། །འདི་  
 ཡི་མགོ་རྒྱབ་མཇུག་མ་དང་། །ལག་པ་གདོང་དང་ཕོངས་  
 སོགས་ལ། །དམག་སྣ་གཏད་ན་དམག་དཔོན་  
 གསོད། །དཀྱིལ་འཁོར་གྱིས་ན་སྟོབ་དཔོན་འགྲུམ། །བག་  
 མ་བྱས་ན་མོ་རང་འཆི། །ཟོར་སྣ་གཏད་ན་སྤྲུགས་པ་

ཉམས། །དུར་ས་བཏབ་ན་ཅིས་མཁན་འཆི། །སྟོན་མོ་  
 བཏང་ན་རིམས་ནད་འབྱུང་། །ལྟང་མོ་བྱས་ན་ཀུན་ལ་  
 ངན། །ནད་པའི་ལྡས་གཏད་ཆེ་སྟོག་འཕྱོག་ །ཁང་པ་བྱས་  
 ན་དུར་སར་འགྱུར། །འདི་ལ་ལས་གང་བགྱིས་པ་  
 ན། །བྱེད་མི་ནད་ཀྱིས་ཐེབས་པར་བཤའ། །ཆོས་ཁྲི་  
 བཅིགས་ན་ཆོས་འཆད་ཉམས། །གཏར་དང་མེ་བཙའ་  
 བྱས་པ་ན། །བཙུང་ལོག་ཆེ་སྟོག་བཀུམ་པར་འགྱུར། །དེ་  
 ཕྱིར་འདི་ལ་ཟབ་པ་གཅེས། ། ༄ །དེ་ལྟར་དང་ལོར་  
 ལྟགས་དང་། །ཁམ་ལྡན་ལྡན་པའི་གནས་རྟོགས་ཕྱིར། །ཟླ་  
 བ་གང་ཡིན་སྟོགས་ངོས་བཟུང་། །དེ་ཡི་ཆེས་གངས་གར་  
 བབ་པའི། །རེ་མིག་དེ་ནས་མཐུག་མའི་ཅེས། །གར་

གནས་བར་དུ་ལུས་ཀྱི་དབུས། །ཡིན་ཕྱིར་ལུས་ཀྱི་ཆངས་  
 ཐེག་བཏང། །དེ་ཡི་མདུན་ནམ་རྒྱབ་དག་ཏུ། །ཆ་ཐོན་དགུ་  
 དགུ་གཞལ་བ་ན། །ལུས་ཀྱི་དབུས་ཆད་ཆ་ཐོན་དེ། །སྒྲོ་  
 མདུན་དང་ཕྱི་དོ་རྒྱབ། །དགུ་རེ་གངས་པའི་ཐོག་མ་  
 ཡིན། །ཆ་ཆེན་གཉིས་རེ་ལུས་མདུན་དང་། །རྒྱབ་ཐེག་  
 ཡིན་པས་ཐལ་གྱིས་བཏང། །ཆེས་གངས་གར་བབ་རེ་  
 མིག་སྟེང་། །སྒྲུལ་མགོ་དབུས་མ་གནས་པ་སྟེ། །མདུག་  
 ཅེའང་དེའི་ཐད་རེ་མིག་གཏང། །གདེངས་ཀ་ལ་ནི་ཆ་ཆེན་  
 གཅིག །དེ་ནས་སྟེང་གར་ཆ་ཆེན་གཅིག །སྟེང་ནས་སྟེ་  
 བར་ཆ་ཆེན་གཅིག །སྟེ་བ་ནས་ནི་གསང་གནས་  
 བར། །ཆ་ཆེན་གཅིག་གི་ཁྲོན་བསྒྲེམས་པ། །ཆ་ཆེན་ལྷ་སྟེ་

ཆ་ཕྱན་ནི། །ཞེ་ལྷ་འབྱུང་བ་ལུས་སྟོང་ཆད། །གསང་བ་  
 རྣམ་ནི་ལུས་མཇུག་ཐོན། །མཇུག་ཅི་འེ་བར་དུ་ཆ་ཆེན་  
 ལྷ། །དེ་བས་ཆངས་བྱར་རྒྱ་གམ་ནི། །གསང་གནས་སྒྲུལ་  
 མཇུག་མཆམས་དག་དུ། །འབྱུང་གི་དུས་ཀུན་འཕོ་འབྱུར་  
 མེད། །གཞིགས་གཡོན་འོག་བརྩུག་གཡས་པ་  
 སྟེང་། །ལག་གཡོན་ན་བ་གཡོན་པར་གཏད། །ལག་  
 གཡས་དཀྱ་གཡས་སྟེང་དུ་བཞག། །འོད་འབར་ཡིད་བཞིན་  
 རོར་བུ་ཐོགས། །ཁ་དོག་པར་རྒྱའི་རྩ་བ་འད། །རྒྱན་སོགས་  
 འོག་གི་ངག་འདོན་ནས། །རི་ལྷར་འབྱུང་ལྷར་རྩལ་ཆོན་  
 གྲིས། །ལེགས་བྲིས་དངོས་བྱུང་ས་ཡི་མིག། །ལུས་དབུས་  
 ཐོག་གི་སྟེང་ནས་འོག། །ཆ་ཕྱན་ཉེར་བདུན་གཞལ་བ་

དོར། །དེ་ནས་འོག་ཏུ་ཆུ་བྱར་ནི། །བཙེ་བརྒྱད་གཞལ་བའི་  
 བར་དབུས་ནས། །མདུན་དུ་ཆ་ཕྱན་དགྲ་བཙེས་  
 པའི། །བར་ནི་ས་མིག་ཡིན་པར་བཤད། །ཡང་ན་སྟེང་  
 ནས་ཆ་ཕྱན་ནི། །ཉེར་བདུན་དོར་བ་ནས་བྱར་དུ། །ཆ་ཕྱན་  
 དགྲ་དང་དེ་ཐད་ཀྱི། །རྒྱབ་ནས་ཆ་ཕྱན་སྟེང་བཙུ་  
 བའི། །དོར་ནས་མདུན་དུ་ཆ་ཕྱན་ནི། །སྟེང་ལྔ་བཙེས་པའི་  
 བར་དེ་དག །དངོས་གྲུབ་ས་ཡི་མིག་ཏུ་བཤད། །དེ་ལྟར་  
 ས་མིག་ལྷགས་གཉིས་ལས། །སྟེ་མ་འཐད་པར་ཁོ་བོས་  
 སེམས། །རྒྱ་མཚན་(མཚན)ཅན་གྱི་འོག་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་  
 ལེགས་པར་གྲུབ་ཟིན་ནས། །དེ་མདུན་དཀར་གསུམ་  
 མངར་གསུམ་གྱིས། །སྤགས་པའི་གཏོར་མ་དར་སྤུས་

བརྒྱན། །ཕུ་གཉིས་ཉེར་སྟོད་བཅས་པ་བཤམས། །སྟོབ་  
 དཔོན་གཏོང་ནི་ས་བདག་ལ། །སྟོབས་པའི་ཆོ་ག་འདི་ལྟར་  
 གྲ། །སྟོབས་སེམས་ཆངས་གནས་སྟོན་བཏང་ལ། །བསང་  
 སྟངས་སྟོང་པའི་ངང་ཉིད་ལས། མདུན་དུ་སའི་སྒྲ་གཙན་སྟོ་  
 འཕྲེ་ཆེན་པོ། །ཁ་དོག་པརྩའི་རྩ་བ་ལྟར་རབ་དུ་དཀར་ཞིང་  
 འོད་འཕྲོ་བ་ལུས་སྟོད་སྟོའི་རྣམ་པ་ལ་རིན་པོ་ཆེ་སྒྲ་ཆོགས་  
 པའི་དབུ་རྒྱ། ལྷན་རྒྱ། མགུལ་རྒྱ། སེ་མོ་དོ། རྒྱ་  
 རགས། དོ་ཤལ། ཕྱག་གཏུབ་ལ་སོགས་པ་རྣམ་པ་དུ་མའི་  
 རྒྱ་གྲིས་མངོས་པ། མགོ་བོར་ཁ་དོག་སྒྲ་ཆོགས་པའི་  
 རྒྱལ་མགོ་དབྱའི་གཏོངས་ཀ་གཡོ་ཞིང་། ཕུད་ཕུད་ཀྱི་སྒྲ་  
 འཕྲེན་པ། གཞོགས་གཡས་སྟེང་། གཡོན་འོག་དུ་བཅུག་



དཔ། །ཕྱག་གཡོན་ན་བ་གཡོན་པར་གཏད་ཅིང་། གཡམས་  
 དགོས་འདོད་འབྱུང་བའི་ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་འོད་སྟོང་  
 རབ་ཏུ་འབྱེན་པ་ཐོགས་ཏེ་དཀྱར་བཏེན་པ། སྐྱ་སྐྱད་སྟོ་  
 འགོ་ལྗང་གུ་རབ་ཏུ་བརྗེད་པའི་རྣམ་པ་ཅན། དེའི་སྤྱི་བོར་  
 མཐའ་ཡས་དཀར་པོ། མགོན་པར་འཛོག་པོ་དམར་པོ། རྩ་  
 བར་པར་དཀར་པོ། སྟོང་གར་ནོར་རྒྱས་སྟོན་པོ། །དབྱང་  
 པར་པར་ཆེན་པོ་སེར་པོ། །སྟེར་བར་དུང་སྟོང་སེར་  
 སྐྱ། །གསང་གནས་སུ་སྟོབས་རྒྱ་ལྗང་གུ མཐུག་མར་  
 རིགས་ལྟན་མཐེང་ཁ་རྣམས་རྒྱན་དང་བཅས དཔ། ལུས་  
 སྟོད་སྟེའི་རྣམ་པ་ལ། སྐྱད་སྐྱལ་དུ་འབྱེལ་བ། སྐྱལ་མགོའི་  
 གདེངས་ཀ་བདུན་བདུན་གཡོ་ཞིང་། ལག་ཏུ་འོད་འབར་

བའི་ཁོར་བུ་སྒྲ་ཆོག་པ་ཐོག་པ་པ་རྣམས་སུ་གྱུར། རང་གི་  
 ཐུགས་ཀའི་ས་བོན་གྱི་འོད་གྱིས་སྟོ་འཕྲེ་ཆེན་པོ་སྒྲ་བརྒྱད་  
 དང་བཅས་པ་བསྒྲོམ་པ་འདྲ་བ་སྐྱད་ཅིག་གིས་སྒྱུན་བྲངས།  
 ཇོ་ཏྲུ་བོ་ཏྲུ་ གཉིས་སུ་མེད་པར་གྱུར། ཐལ་མོ་སྒྱུར་བ་  
 ལས་དོ་རྩེ་ཅེ་ལྟ་པའི་ཐུག་བྱ་བསྟན་ལ། ཐུ་མི་པ་ཏི་རྒྱ་ག་  
 རྒྱ་ཇོ་ས་པ་རི་ཁྱ་ར་ས་མ་ཡ་རྒྱ་ཏྲུ་ཏྲུ་ཏྲུ་ཞེས་ལན་  
 གསུམ་གྱིས་དམ་ལ་གཞག་གོ། ཡོ་མརྒྱ་ཐུ་མི་པ་ཏི་རྒྱ་ག་  
 རྒྱ་ཇོ་ས་པ་རི་ཁྱ་ར་ཨ་ཁྱི་པ་ཏི་རྩོ་སྒྲུ། དེ་བཞིན་དུ་འཕྲེ་  
 བར་སྒྱུར་བས་མཆོད། གཏོར་མར་འོ་མ་བྲན་ལ་སྒྲགས་  
 དུག་གིས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ནས། དོ་རྩེ་ཐལ་མོ་ཁ་ཕྱེ་  
 བའི་བྱས། ཡོ་ཐུ་མི་པ་ཏི་རྒྱ་ག་རྒྱ་ཇོ་ས་པ་རི་ཁྱ་ར་ཨི་དམ་

བ་ལིཏྱ་གྲིཏྱ་ཁ་ཁ་ཁཏི་ཁཏི།    བྱ་ཇ་ཐ་བི་བ་ཐ་བི་ཤ་བ་ཐུ་  
 ཀྲ་མགུ་ཏ་བྱ་ཇ་ཐ་ཏིཙྱ་སྒྲུ།    ཞེས་ཉེར་གཅིག་དང་  
 མཆོད་སྦྱོར་གཏོར་མ་འདི་བསྒྲུ་མས་ལ།། རས་ ཡིད་ལ་  
 འདོད་པ་ཀུན་འགྱུ་བ་མཛོད། ། ཅེས་པའི་བར་བཛོད། རྟོར་  
 རིལ་འཛིན་པས། ཨེ་མ་ཏིེ་ རྒྱ་མཆོ་གོས་ལྡན་ནོར་འཛིན་  
 དབང་པོ་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་བདེར་སྦྱོང་བའི། །ས་ཡི་བདག་པོ་  
 ལྟོ་བའི་འགྲོས་ལྡན་སྒྲ་ཆོག་ས་རིན་ཆེན་རྒྱན་མང་  
 འཛིན། །སྒྲ་ཡི་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་བརྒྱད་ཀྱང་ཁྱོད་ཀྱི་ལུས་ཀྱི་  
 ཆ་ལ་བཏེན། །ས་ཡི་སྒྲ་གཅན་ལུས་སྟོད་ལྟ་དབང་གཏུག་  
 ཅན་གདེངས་ཀ་སྦྱོར་ལྟར་གཡོ། །སྒྲ་སྦྱང་བུམ་སྒྲ་(སྒྲུ་ལ་  
 རྣམ་)ཅན་ཀྱི་རྣམ་པ་སྟོབས་ལྡན་ཁྱོད་ལ་བདག་འདུད་

གྱེ།     |མཐའ་དག་སྐྱེ་འགྲོའི་ལོངས་སྤྱོད་དག་ཀྱང་འཛིན་  
 པའི་གཞི་མར་རབ་བཏེན་གྱིས།     |སློབ་དཔོན་བདག་ཉིད་  
 འགྲོ་ལ་སྦྱོར་བྱེད་དངོས་གྲུབ་ས་ཡི་དགའ་སྟོན་སྟོལ།།  
 ཅེས་བརྗོད་ཅིང་གསོལ་བས།     ས་བདག་གི་རྒྱལ་པོས།  
 རིག་པ་འཛིན་པ་བྱོད་དངོས་གྲུབ་གྱི་ས་ཅི་དགའ་བར་  
 ལོངས་སྤྱོད་པར་གྱིས་ཤིག     |ཅེས་གནང་བ་སྦྱོར་པར་  
 བསམ། དེ་ནས་དངོས་གྲུབ་སྤང་བ། སློབ་དཔོན་བགོགས་  
 མཐར་བྱེད་པ་ཡི། |ང་རྒྱལ་ལྡན་པས་ཉོག་ཅེ་ནི། |རྫོ་རྗེས་  
 མཆོན་པ་ལག་གཡོན་འོག། |གཡས་པ་སྟེང་དུ་བཟུང་ནས་  
 ནི། |སློབ་དཔོན་གདོང་ལ་སྟོ་འཕྲེའི་མགོ། |རྒྱབ་ནི་མཇུག་  
 མ་ལ་སྦྱོགས་ཏེ།     |དམིགས་ནས་ཁམ་བཞི་བྱས་པའི་

ས། །ཕྱི་རོལ་མེ་ཡི་མཆམས་(འཁར་སྟོ་མཆམས་སུ་བསྐྱར་  
 དགོས་པའི་དོན)སུ་དོར། །འཛོར་ཁམ་ལྷ་པ་དངོས་གྲུབ་  
 ས། །ཡིན་ཕྱིར་སྟོད་དུ་བཅང་བར་བྱ། །དེ་ལ་ཁམ་ལྷ་ལྟན་  
 པ་ཡི། །ས་ཞེས་བརྗོད་གྱི་གོ་བར་བྱོས། །དེ་ཆེ་ཁམ་ལྷའི་  
 ས་དེ་ནང་། །ཤིང་དང་སྐྱ་དང་གྲོག་མཁར་དང་། །སེན་མོ་  
 ཐལ་བ་སོགས་འབྱུང་ན། །མི་ལ་གཞོད་པ་སྒྲ་ཆོགས་  
 འབྱུང་། །དྲོ་ཡི་རྒྱང་འབྱུང་ཕུབ་མ་དང་། །མགལ་དུམ་  
 གྱིས་ནི་རིམ་སྐྱེད་ལ། །རུས་པ་བྱུག་གཟེར་སོགས་འབྱུང་  
 ངས། །དེ་སོགས་སྐྱོན་དང་མི་ལྟན་པར། །ས་ནི་འཇམ་ལ་  
 སྐྱམ་ཞིང་བཟང་། །ཁ་དོག་དཀར་སེར་དམར་ནག་  
 དང་། །ཁ་ཐོས་རིམ་བཞིན་ཞི་རྒྱས་དབང་། །དྲག་དང་སྒྲ་

ཆོགས་ལས་འགྲུབ་སོགས།    | དེ་ལྟར་གནད་དང་མི་ལྟན་  
 པར།    | ཆ་དགྲའི་ས་ནས་གཞན་དག་ཏུ།    | བརྟེན་ན་ཕ་མ་  
 བྱ་དང་སྦྱོར།    | རྒྱུ་མ་བྱ་མོ་མཛའ་བཤེས་འཆི།    | རྒྱུ་ཏུ་  
 བརྟེན་ན་རང་འཆི་ཞིང་།    | ཡང་ན་རང་ཉིད་གནས་ནས་  
 དབྱུང་།    | མཐུག་མར་བརྟེན་ན་རྟ་སྒྲུང་དང་།    | མ་ཉེ་བ་  
 ལང་ལ་སོགས་པ།    | རྟ་བཞི་པ་རྣམས་བརྟུག་པ་  
 དང་།    | རང་ཉིད་སྟོབས་ཀྱང་ཉམས་པར་འགྱུར།    | དེ་ནས་  
 ཁམ་ལྗེ་ལྟེ་ལ་དེ་རུ།    | བྱམ་གཏེར་ལག་ལེན་ལྟར་བཅོས་  
 པ།    | ལེགས་པར་བརྟུག་པ་ས་ཡིས་དག་པ།    | ས་བདག་ལ་  
 མཆོད་བསྟོད་བྱས་ནས།    | བཅོད་པར་གསོལ་ལ་དེ་འཁོར་  
 བཅས།    | གཞི་དེར་དབྱེས་བཞིན་བེམ་པར་

བསམ།                      །གཟུགས་དང་ཐེག་སོགས་མི་མངོན་  
 དབྱེངས། །མཆོད་གཏོར་མེ་མཆོམས་སྟོགས་སུ་དོར། །དེ་  
 རྒྱལ་ལྷ་ཁང་མཆོད་རྟེན་དང་། །ཁང་བཟང་དགྱེལ་འཁོར་  
 ལ་སོགས་པ།                      །གང་ཡིན་བྱ་བའི་གནས་སུ་  
 གསུངས། །ཁམ་ལྷ་ལྷན་པའི་ས་དེ་ཉིད། །བགྱིས་ས་  
 གཞན་དང་བསྐྱེས་ནས། །གང་དུ་གཏོར་གྱང་ཉེས་ཀྱན་  
 ཞི། །བགྱིས་བདེ་ལེགས་འབྱུང་བར་གསུངས།། གྱི་མ རྒྱ  
 གསང་ལྷགས་གསར་རྟེན་རྒྱུད་ཀྱན་ལས། །དབང་བསྐྱུར་  
 རབ་གནས་སྦྱོན་སྟེག་གི      །སྟོན་དུ་སྟོ་འཕྲེ་བརྟག་པར་  
 གསུངས། །དེང་སང་རྩོ་རྩོ་སྟོབ་དཔོན་མིང་། །ས་ལ་  
 གྲངས་མང་རྒྱ་བ་ཀྱན།                      །མིང་ལ་ཆགས་ཤིང་རོར་ལ་



འཆུམ། །ལོ་འདོད་གཏམ་ལ་སྙིང་པོར་བྱེད། །རིམ་གཉིས་  
 དང་ནི་ལག་ལེན་དངོས། །རྒྱད་ཀྱི་དགོངས་དོན་རྩ་ལྟར་  
 འདོར། །མཁས་འདོད་ཆེ་ག་ལ་སྦྱ་རིས་འབྱེད། །ཀྱན་རྫོབ་  
 བརྟམ་བཏགས་སྟོབ་དཔོན་དེ། །དོན་གྱི་སྟོབ་དཔོན་ཅི་  
 ཕྱིར་ཡིན། །བསམ་ཞིང་དེང་སང་ཤེས་ལྡན་ཀྱན། །མ་  
 སྦྱངས་པ་དང་སྦྱངས་ཀྱང་བསྦྱར། །དེ་ལ་མཁས་པ་ཅི་ལ་  
 འབྱུང་། །ཤེས་ཀྱང་ལག་ལེན་གནད་མེད་ན། །ནེ་ཙྰའི་  
 འདོན་པ་དང་མཆུངས་མོད། །ལག་ལེན་ཆེ་ག་དོན་ཀྱན་  
 ཤེས་ན། །མཁས་པ་ཞེས་བྱ་དོན་དང་ལྡན། །དེ་བས་མ་  
 བསྐྱབས་མཁས་མི་འབྱུར། །དེ་ཕྱིར་མཁས་པར་འདོད་  
 རྣམས་ཀྱིས། །སྟོབ་དཔོན་བསྟེན་ལ་མཁས་པར་

སྟོབས། །འདི་བརྩམས་པ་དང་གཞན་དག་ལ། །ཕན་པའི་  
 དགོ་བ་གང་མཆིས་པ། །སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་ཕན་ཐབས་  
 གྱི། །ཁོར་དུ་སྒྱུན་ནོ་གོ་བར་བྱོས། །དེ་ལྟར་ས་བདག་སྟོ་  
 འཕྲེ་ཆེན་པོ་རབ་ཏུ་བརྟགས་ཤིང་ཆོ་ག་དང་བཅས་པའི་  
 རབ་ཏུ་བྱེད་པ་ཉེས་པ་ཀུན་སེལ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཡང་དོན་  
 གཉེར་འགའ་ལ་འདི་ཉིད་གྱི་ཐེག་ཙུ་བྲིད་པའི་ཆོ། དགོ་སྟོང་  
 གོགས་དན་པ་དགོན་མཆོག་ཆེ་རིང་གིས་བསྐྱུལ་བའི་ངོར་  
 བགྱིས་ཏེ་ སྟོན་གྱི་ཐེག་ཙུ་ཁ་ཤས་སྒྲུང་བ་ཀུན་ཀྱང་འཕྲོར་  
 ཞིང་ཅུང་ཟད་གོ་དགའ་བར་གནས་པ་ཞིག་མཆིས་པ་ལས།  
 སྟོབ་དཔོན་རིགས་གྱིས་བྱིན་པའི་རིམ་པ་རྒྱས་པ་ནས་  
 བསྐྱུས་པ་པཱེཏ་བི་བྱུ་ཏི་ཙཱུས་བསྐྱུར་བ་གཙོ་བོར་བབྱང་

ཐེག་ཆ་གཞན་ནས་ཀྱང་ཁ་བསྐྱངས་ཏེ་                      འབྲི་གྲང་པ་  
 ། ལྷ་ཀྱའི་དགེ་སྤྱོད་དོ་རྗེ་འཛིན་པ་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པས་ཚུ་  
 ཁམས་མགྲོགས་འགྲོའི་ལོ་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པས་རྒྱལ་  
 བོ་ལྷ་བ་བཟང་པོ་སོགས་ལ་དམ་པ་དང་པོའི་སྤྲིན་གྲོལ་གྱི་  
 དགའ་སྟོན་སྟོལ་བའི་དུས་ཁྱད་པར་ཅན་ལ།      སྤྱང་ཤོད་གྱི་  
 སའི་ཐེག་ལེ་པོ་བྲང་ས་བརྟན་དོ་རྗེའི་གནས་མཆོག་ཏུ་  
 མགྲོགས་པར་སྦྱར་བའོ།།    མདྲ་ལོ།།    །།

༥ ས་སྙིང་དང་བརྟན་མ་སྒྲགས་སྒྲུབ་ཀྱི་བུམ་གཏེར་སྒྲུབ་  
ཚུལ་ཤེན་ཏུ་བསྒྲུས་པ་པན་བདེའི་ཡང་སྙིང་ཞེས་བྱ་བ་  
བཞུགས་སོ།།

ཨོ་སྤྱི་སྤྱི་སྤྱི། བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་ནོར་བུ་ཡིས། །པན་  
བདེའི་འདོད་དགུ་སྙིང་མཛད་པའི། །སྒྲ་མ་མཆོག་དང་  
སྒྲག་པའི་སྒྲ། །བརྟན་ནས་གཏེར་བུམ་སྒྲུབ་ཐབས་  
བཤད།། འདི་ལ་གསུམ། སྒྲུར་བ། དངོས་གཞི། རྗེས་སོ།།  
དང་པོ་ནི། བུམ་པ་ཡུལ་གྱི་བྲེ་གང་ཤོང་བ་ལས་མི་ཆུང་  
བའི་ནང་། དབུས་སུ་སྒྲོག་ཤིང་བརྟན་པར་བརྟུགས་པ་ལ།  
གཟུངས་ཀྱི་ཤོག་རྩེ་ལ་དཀྱིས་ཤིང་ན་བཟའ་གསོལ། སྒྲུབ་  
ཆེན་རྒྱས་པའི་སྒྲུབ་གཏོར། མཆི་རིལ་བུ། བྱ་རྒྱུད་ལུགས་

གྱི་བུམ་རྩམ་ཉེར་ལྔ། སྙིང་ཞོ་ཤ་མཁལ་མ་ཞོ་ཤའི་རིགས་  
དང་། དུག་རིགས་མ་འདྲེས་པའི་སྒྲན་སྒྲ། གནས་ཉེན་གྱིན་  
ཅན་དང་ས་དཔལ་ཅན་གྱི་ས་སྒྲ་ཚུ་སྒྲ། ལྷགས་དང་ར་གན་  
ལྷ་བེ་སོགས་མ་འདྲེས་པའི་རིན་པོ་ཆའི་རིགས། འབྲུ་ནག་  
མ་གཏོགས་པའི་འབྲུ་སྒྲ། ཤིང་ཏོག་ ཤ་ཆང་མ་གཏོགས་  
པའི་དཀར་མངར་དང་ཁུར་བ་སོགས་བས་སྒྲ་གཙང་མ་  
སྒྲགས་པ་ལ་སོགས་བབང་ཤིང་གི་སྒྲེ་མ་དང་བཅས་པས་  
ཕྱར་བྱར་བཀའ་། ཁ་འཇིམ་པས་བཅད་ཅིང་རས་དཀར་པོ་  
ལ་རིགས་ལྔའི་ཕྱག་རྒྱ་བྲིས་པས་གཡོགས། མགྱིན་པ་  
དམ་པར་བཅིང་། གཟུངས་གཞུག་ཤོག་དེལ་བྲི་ན་གཞུང་  
གི་བཟླས་སྒྲགས་ནམས་དང་། རྒྱ་ག་ཕུཾ་ ར་ལ་མ་ཐ་སྒྲན་

ལ་ཐ། མི་འཇོད་ཡུན་གྱི་གཏེར་མཛོད་ཅིག། ཅེས་དང་།  
 དབྱངས་གསལ་ཏེན་སྟོང་། འབད་དང་སྟོལ་བས་མ་གོས་  
 པར། ཞེས་སོགས་བགྱིས་དང་སྟུང་ཏིཐུས་མཐའ་བརྒྱན་  
 པར་གྱི་ལོ། ས་སྟོང་དང་ནོར་རྒྱན་སྒྲགས་སྒྲུབ་གྱི་ས་སྟོང་  
 གཏེར་དང་ནོར་བུམ་གཞི་མཐུན་དུ་བྱེད་ན། བཅས་གྱི་  
 སྐབས་གཟུངས་གཞུག་ལ་ནོར་རྒྱན་མའི་སྟོང་པོ་དང་། སྟོ་  
 ན་གཟུངས་རིང་ཡང་གི། རྟ་ཆང་སྟོག་བཅོང་སོགས་མ་  
 འདྲེས་པའི་གཡང་རྩས་གྱི་རིགས་བུམ་པོར་བུས་པའང་  
 གཞུག། ངག་འདོན་སྐབས་ནོར་རྒྱན་མའི་བསྐྱེད་ཆོག་  
 སོགས་མཆོན་གསལ་བ་ལྟར་སྒྱུར་བས་ལེགས་པར་གྲུབ་  
 བོ། གང་ལྟར་ཡང་བཅའ་གྲུབ་ནས། གཞི་གཙང་མའི་

དབྱས་སྤྱ་འབྱ་དཀར་རྩང་ཟད་བཀྲམ་པར་བྱམ་པ་བཞག  
 དེའི་མདུན་དུ་གཏོར་མ་སྟོག་ལྷུ་དཀར་པོ་དང་མཆོད་པ་  
 བཤམས། སྟོབ་དཔོན་གྱི་མདུན་དུ་དོར་བྲིལ། འཕྱོར་ནས།  
 གྲོགས་གཞན་ཡོད་ན་རྩ་རོལ་དུང་དཀར་སོགས་བཤམ།  
 གཉིས་པ་ནི།      བདག་བསྐྱེད་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་སྟོམ་  
 བཞེས་རྒྱས་བསྐྱས་གང་རིགས་བརྗོད།      སྟོན་བྱམ་པ་  
 རྣམས་ལ་སྟོང་ཁྱུས་ཚུལ་བཞིན་བྲ།      །གང་སྟར་ཡང་བྱམ་  
 པ། ཨམྲིཏ་བསངས། སྤྱ་བྱ་ཕྱས་སྟུང་། སྟོང་པའི་ངང་  
 ལས་འབྱུང་བ་རིམ་བཞེགས་སྟེང་།      །བྱྱི་ལས་རིན་ཆེན་སྤྱ་  
 ཆོགས་ལས་བྱུབ་པའི།      །ཕྱི་ནི་བྱམ་པ་ནང་ནི་གཞལ་ཡས་  
 ཁང་།      །ཞིན་དུ་ཉམས་དགའ་ལོངས་སྟོད་དུ་མས་



གང་། །དེ་དབུས་སྒྲ་ཆོགས་པར་ཟླ་བའི་སྟེང་། །སྒྲི་ལས་  
 སེམས་དཔའ་ས་ཡི་སྟེང་པོ་དཀར། །མུ་གུ་དེལ་བུ་འཛིན་  
 ཅིང་ཕྱེད་སྒྲིལ་བཞུགས། །འོར་རྒྱན་མ་དང་སྒྲགས་སྒྲབ་  
 སྒྲབས། མདུན་དུ་འཕགས་མོ་འོར་རྒྱན་སྒྲ་མོ་སེར། །ཕྱག་  
 གཉིས་མཆོག་སྒྲིན་རིན་ཆེན་འབྲས་སྟེ་བསྒྲམས། ། །ཞེས་  
 སྒྲར། དེ་མདུན་ས་ཡི་སྒྲ་མོ་གསེར་གྱི་མདོག་ །འོར་བུ་  
 བུམ་འཛིན་སྒྲ་སྟོད་ས་ནས་ཐོན། །རྒྱབ་དུ་ས་བདག་དབང་  
 ཆེན་སྒྲ་མདོག་སེར། །ཞེས་གཅིག་རྩ་བ་བཞི་ཡི་གདེངས་  
 ཀ་ཅན། །ཕྱག་བཞི་ཐལ་སྒྲར་སྒྲིན་ཤིང་རི་རབ་འཛིན། །སྒྲི་  
 སྒྲད་སྒྲལ་འབྲེལ་རུས་སྒྲལ་སྟེང་དུ་བཞུགས། །གཡས་  
 གཡོན་སྒྲ་སྒྲ་བཞི་བདག་པོ་མོ་དང་། །སྒྲོ་བཞིར་སྒྲང་བཞི་

བྱེ་ནང་བར་མཆམས་སྟུ། །བགྱིས་རྩས་རྟགས་རྒྱལ་སྤྱིད་  
 འདོད་ཡོན་ཆོགས། །ལྷ་ལྷ་མི་ཡི་ལོངས་སྤྱོད་ཟད་མི་  
 ཤེས། །རྒྱ་ཆེ་རྒྱན་ཆད་མེད་པའི་གཏེར་དུ་གྱུར། ། བ་  
 མེས་ཐ་ཏ་སྒྲ་ག་ཏེ་སྒྲོ་བེ་ཤ་སོགས། ཨོ་བཟླ་སྤྱ་ར་ཏ་ཁྱི།  
 གཙོ་འཁོར་རྣམས་ཀྱི་གནས་གསུམ་འབྱུ་གསུམ་  
 དང་། །ས་བོན་འོད་ཀྱིས་འཁོར་བཅས་སྤྱན་དངས་  
 གྱུར། །ཅེས་གསལ་བཏབ་ལ། སྤྱན་འཛེན་ནི། ཏིེ་གསོན་  
 ཅིག་དགོངས་ཤིག་མཛོན་ཤེས་ཅན། །ཡེ་ཤེས་སྤྱན་དང་  
 ལྡན་པ་པོ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེ། །ས་  
 ཡི་སྤྱིང་པོ་དགོངས་སྟུ་གསོལ། ། བོར་བུམ་དང་སྤྱགས་  
 སྤྱབ་སྤྱབས། འདོད་རྒྱའི་དངོས་གྲུབ་ཆར་འབེབས་

དཔེ། །རྟོར་རྒྱན་ལྷ་མོ་དགོངས་སུ་གསོལ། ། །ཞེས་སྒྱུར།  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྩུ་འཕྱལ་ཅན། ། །ལྷ་མོ་བརྟན་མ་  
 དགོངས་སུ་གསོལ། ། །ལས་ལས་གྲུབ་པའི་སྟོབས་པོ་  
 ཆེ། །ས་བདག་དབང་ཆེན་དགོངས་སུ་གསོལ། ། །ལྷ་འདྲེ་  
 ཡིད་གྱི་མངོན་ཤེས་ཅན། ། །ཡུལ་སྤྱོད་གས་འདི་ལ་གནས་པ་  
 ཡི། །སྤྱོད་དང་ས་བདག་དགོངས་སུ་གསོལ། ། །དེ་རིང་  
 བདག་པོ་ཡོན་བདག་གི ། །འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་ཞི་བ་  
 དང་། །མཐུན་རྒྱུན་ལེགས་ཆོཌ་རྒྱས་པའི་བྱིར། །གཏེར་  
 བདག་ཁྱེད་རྣམས་སྤྱན་འདྲེན་ན། །ཐུགས་རྗེའི་དབང་གིས་  
 གཤེགས་སུ་གསོལ། ། །རིན་ཆེན་སྣ་ཆོག་གས་གཏེར་བུམ་  
 ལ། །སྤྱོད་ཡི་ཏེན་དང་གནས་མངོན་ཅིག ། །ཡུལ་སྤྱོད་གས་འདི་

རུ་དུས་རྟག་དུ།

།ལོ་ལེགས་འབྱ་དང་རྩ་རྣམས་

འཕེལ། །ས་བརྩད་དཔལ་གཡང་རྒྱས་པ་དང་། །བདག་

ཅག་དཔོན་སློབ་ཡོན་མཆོད་ཀྱི། །ཁ་འཛིན་རྒྱབ་ཏེན་སྤོང་

གྲོགས་མཛོད། །བདེ་སྤྱིད་ལྡན་པའི་དངོས་གྲུབ་སྦྱེལ།།

ཨོ་སྒོ་ཏི་རྩ་ངོ་ རོར་བུམ་དང་སྒྲགས་སྒྲུབ་སྐབས། བ་སྟུ་

རྟ་རི་ ཞེས་སྒྱུར། དྲི་བྲི་དེ་བྲི་སྐྱབ་བྱ་མི་བ་ཏི་ས་བ་རི་སྒྱུ་ར་

ཨེ་ཁྱེ་ཏི་བཟླ་ས་སྒྱ་ངོ་ ངོ་རྩྱི་བོ་ཏོ་ཏི་ཕྱ་ལྟན། ས་མ་ཡ་

ཏོ་ ཞེས་སྒྱུན་བྲངས་ཤིང་བསྟེམ། ཐུག་འཆལ་བ་ནི།

སེམས་དཔའ་ས་ཡི་སྦྱང་པོ་དང་། །ས་ཡི་རོར་བུམ་དང་

སྒྲགས་སྒྲུབ་སྐབས། རོར་རྒྱན་ ཞེས་བསྒྱུར། ལྟ་མོ་བརྟན་

མ་ཆེ། །ས་བདག་སྟུ་གཉན་འཁོར་བཅས་ལ། །མཆོད་ཅིང་

བསྟོད་དེ་ཕྱག་ཀྱང་འཆ་ལ།། མཆོད་པ་ནི། བྱོད་ནྐམས་  
 མཆོད་པའི་དམ་ཚུས་ནི། །དངོས་སྤྱི་ཅི་འབྱོར་གཙང་མར་  
 བཤམས། །ཡིད་གྱིས་དཔག་ཏུ་མེད་པར་སྒྱུ་ལ། །ཏ་  
 ཏོ་ཏྲོ་ཡིས་བྱིན་བརྒྱབས་པ། །ཟག་མེད་བདེ་བ་སྦྱེད་པའི་  
 རྩས། །ཐུགས་ལ་བཞེད་དགུ་འཆར་བ་ཡི། །མཆོད་གཏོར་  
 ལོངས་སྦྱོད་འདི་བཞེས་ལ། །འདོད་རྒྱའི་དཔལ་འབྱོར་  
 རྒྱས་པ་དང་། །ས་བརྩུད་འཕེལ་བའི་དངོས་གྲུབ་སྒྱུ་ལ།།  
 ཨོྲོ་ཏི་རྩ་ཇ་ རོར་བུམ་དང་སྒྲགས་སྒྲུབ་སྐབས། བ་སྤྱ་ན་  
 རི་ ཞེས་སྒྱུར། བྱི་བྱེ་དེ་བྱེ་སྐྱ་བྱ་མི་བ་ཏི་ས་བ་རི་སྐྱ་ར་  
 ཨཱཱློ་ནས་འཁྱ་སྐྱ་བྱ་ཇ་ཨྲཱློ། ཨོྲོ་ཏི་རྩ་ཇ་ རོར་བུམ་  
 དང་སྒྲགས་སྒྲུབ་སྐབས། བ་སྤྱ་ན་རི་ ཞེས་སྒྱུར། བྱི་བྱེ་དེ་

བླེ་ས་པ་རི་ལྷ་ར་ཨི་དྲི་བ་ལོ་ཏ་ཁ་ཁ་ཁུ་ཏི་ཁུ་ཏི། བསྟོད་པ་  
 རི། གངས་མེད་གོང་ནས་སུས་གྲང་། །འགྲོ་བའི་དོན་དུ་  
 སེམས་དཔའི་ཚུ་ལ། །སེམས་དཔའ་ས་ཡི་སྟོང་པོ་  
 ལ། །ཕྱག་འཆ་ལ་མཆོད་བསྟོད་སྐྱབས་སུ་མཆི།། རོར་  
 བུམ་དང་སྐྱགས་སྐྱབ་སྐྱབས། གང་གི་མཆོན་ཅམ་བྲན་  
 པས་གྲང་། །འཇོད་མེད་དབྱིག་གི་ཆར་འབེབས་  
 པ། །འཕགས་མོ་རོར་རྒྱན་ལྷ་མོ་ལ། །ཕྱག་འཆ་ལ་མཆོད་  
 བསྟོད་སྐྱབས་སུ་མཆི།། ཞེས་སྐྱུར། ས་བརྒྱད་ལ་གནས་  
 སེམས་མ་ཆེ། །སྟོང་གསུམ་འཇིག་རྟེན་ས་ཡི་བདག །ས་  
 ཡི་ལྷ་མོ་བརྟན་མ་ལ། །མཆོད་ཅིང་བསྟོད་དེ་ཕྱག་གྲང་  
 འཆ་ལ། །བསྟོད་པར་འོས་པ་ཐོད་ལ། །ཞིང་རྩལ་ཀུན་གྱི་

གངས་སྟེང་གྱི།                      །ལུས་བརྟུང་པ་ཡིས་རྣམ་ཀུན་  
 ཏུ། །མཆོད་ཅིང་བསྟོད་དེ་ཐུག་ཀྱང་འཆ་ལ། །བདག་ཅག་  
 ཡོན་མཆོད་འཁོར་བཅས་གྱི། །ནད་གདོན་གཞོད་པ་ཞི་བ་  
 དང་། །ས་བརྟུང་དཔལ་གཡང་རྒྱས་པར་མཛོད། །འདོད་  
 རྒྱུ་དངོས་གྲུབ་བསྐྱེད་དུ་གསོ་ལ།།                      བཤགས་པ་ནི།  
 འཁོར་འདས་མགྲོན་རྣམས་ཐིང་ལ། །ཆེ་རབས་སྟོན་ནས་  
 ད་ལྟའི་བར། །མི་དགེ་མི་རུང་ལས་བགྱིས་པ། །དེ་དག་  
 ཐིང་མཐོལ་ལོ་བཤགས།། ཡི་གེ་བརྒྱ་པ་བཛོད། བཟླས་པ་  
 ནི། ལུས་ལྟའི་ཐུགས་སྟོག་སྒྲགས་སྟེང་ལས། །འོད་འཕྲོས་  
 བརྟན་གཡོའི་རྒྱད་པ་ཞི།                      །ཆེ་བསོད་དཔལ་འབྱོར་ཡེ་  
 ཤེས་རྒྱས། །དཔག་ཆད་བརྒྱ་དང་བཞི་སྟོང་གི །ས་བརྟུང་



བསྐྱུས་ནས་བུམ་པར་བེམ། །དངོས་གྲུབ་ཀུན་གྱི་གཏེར་དུ་  
 གྱུར། ། ཅེས་བརྗོད་ཅིང་བསམ་ལ། ཨོྫོག་ཏི་རྩ་ཇ་ ཁོར་  
 བུམ་དང་སྒྲགས་སྒྲུབ་སྒྲུབས། བ་སྐྱ་རྩ་རི་ ཞེས་སྒྱུར། བྱི་  
 བླ་དེ་བླ་སྒྲུ། ཞེས་བསྟེན་པ་དང་། ཨོྫོག་ཏི་རྩ་ཇ་ ཁོར་  
 བུམ་དང་སྒྲགས་སྒྲུབ་སྒྲུབས། བ་སྐྱ་རྩ་རི་ ཞེས་སྒྱུར། བྱི་  
 བླ་དེ་བླ་སྐུ་མཁ་མི་རྩི་སྒྲུ། ཞེས་སྒྲུབ་སྒྲགས་ཅི་རུས་དང་།  
 རྩོ་ན། ཨོྫོག་སྐྱ་ཁི་སྐྱ་ཏ་ར་ཅ་ར་མཐུ་པ་ཤ་སྐ་རུ་ཏ་ཨ་མོ་  
 རྩ་བཏྲ་པ་མི་སྒྲུ། ཞེས་པའི་སྟོང་པའི་གཟུངས་དང་།  
 ཁོར་བུམ་སྒྲགས་སྒྲུབ་སྒྲུབས། ཨོྫོག་བ་སྐ་ཁི་རྩ་ན་གྱེ་ཏེ་  
 སྒྲུ། ཞེས་དང་། ཨོྫོག་བ་སྐ་རྩ་རྩི་ཁི་སྒྲུ། ཞེས་རྒྱུད་སྟེ་  
 གོང་འོག་ལས་འབྱུང་བའི་ཁོར་རྒྱན་མའི་སྟོང་པོ་དང་།

ཏཅཱ། ཨི་ཅི་རི་ཅི་རི་ཅུ་རུ་ཅུ་རུ་ཀུ་རུ་ཀུ་རུ་དེ་ཅུ་དེ་ཅུ་བ་  
 ཏ་བ་ཏ་སྒྲ། ཞེས་སྣ་མོ་བརྟན་མའི་རིགས་དང་། ཨི་ཨ་  
 ཀ་ནི་ནི་ཀ་ནི་ཨ་ཉི་ལ་མཚུ་ལ་མ་ཡེ་སྒྲ། ཞེས་ཉེས་སེལ་  
 གྱི་སྒྲགས་རྣམས་ཀྱང་ཅི་རིགས་པར་བཟླས་མཐར། རྗེས་  
 ཆོག་ནི། ཨི་ཤྱོ་ཏི་རྩ་ཇ་ རོར་བུམ་སྒྲགས་སྒྲུབ་སྒྲུབས། བ་  
 སུ་རྟ་རི་ ཞེས་སྒྲུར། དྲི་བྲི་དེ་བྲི་སའ་བྲུ་མི་བ་ཏི་ས་བ་རི་སྒྲ་  
 ར་ཨ་ཁྱོ་ནས་འབྲུ་སའ་བྲུ་ཇ་ཨྱ་རྩྱ། ཞེས་པས་མཆོད། ས་  
 སྟིང་ རོར་བུམ་སྒྲགས་སྒྲུབ་སྒྲུབས། རོར་རྒྱན་ ཞེས་སྒྲུར།  
 སྣ་མོ་བརྟན་མ་དང་། །ས་བདག་ཆོགས་ལ་ཕྱག་འཆོལ་  
 བསྟོད། །མཆོད་གཏོར་རྩུང་དང་རྩུང་མ་འཇོམས། །ཉེས་  
 འགལ་གང་མཆིས་མཐོལ་ཞིང་བཤའགས། ། ས་སྟིང་ས་ཡི་

ལྷ་མོ་གཉིས།། འོར་བུམ་སྒྲགས་སྒྲུབ་སྐབས། ས་སྙིང་  
 འོར་རྒྱན་བརྟན་མ་རྣམས།། ཞེས་བསྒྲུར། བདག་དང་ཡོན་  
 བདག་བུམ་གཉེར་ལ། །བརྟན་པར་བཞུགས་ལ་ས་བཅུད་  
 སྟེལ། །འདོད་རྒྱུ་ལོངས་སྟོང་དངོས་གྲུབ་སྟོལ། །ཞི་  
 སྟུང་ཉིལ་བཟོ་ཡེ། ཞེས་བརྟན་བཞུགས་བྲ། འབད་དང་  
 སྟོལ་བས་མ་གོས་པའི།། ཞེས་སོགས་ཀྱི་བགྲིས་གང་  
 རིགས་བརྗོད། ཆར་གངས་དགོས་ན་དེ་ལྟ་བུའི་སྟོ་ནས་  
 གངས་གསོག་ མཐར་བརྟན་བཞུགས་གྲུབ་རྗེས། མཆོད་  
 རྒྱུན་གནས་འདིར་ སོགས་སམ། འཇིག་རྟེན་པ་ཡི་ས་  
 བདག་རྣམས། །རང་རང་སོ་སོའི་གནས་སུ་གཤེམ། །ལོ་  
 ཀ་བྱུ་མི་པ་ཉི་མའ་གཙོ། ཞེས་དང་ བགྲིས་རྒྱས་པར་

བཟློའ་དོ།། གསུམ་པ་ནི། བསྐྱབས་ཟེན་པའི་བུམ་པ་ས་  
 དཔལ་བཟང་པོར་རྒྱན་གྱིས་མི་འཛིག་པའི་ཆས་དང་  
 བཅས་ཏེ་སྤ། བཏྱན་བཞུགས་ཤིས་བཟློའ་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་  
 རུང་མོད། ཅུང་ཟད་རྒྱས་པར་སློ་ན་གོང་གི་ཆོ་ག་ཆར་  
 གཅིག་བསྐྱར་ལ། སུག་གཙུག་བཟློའ། ལྷོ། འབྱུང་བ་ལྷ་ནི་  
 སངས་རྒྱས་དངོས། །ས་ཡི་ལྷ་མོ་ཁ་ཕྱེས་ཤིག །སྐྱེ་གསུང་  
 ཐུགས་ཡོན་ཐིས་ཀྱི། །སྐྱབ་པ་ལས་ཀྱི་གཏེར་སྟེང་  
 དོ། །སྟོང་པོ་རིན་ཆེན་སྒྲ་ལྷ་འབྱ། །སྟོན་སྒྲ་དམ་ཆོག་  
 གཏོར་མ་ཡི། །ཡིད་བཞིན་གཏེར་མཆོག་འདི་སྤས་  
 པས། །འདིར་འདུས་རྣལ་འབྱོར་བདག་ཅག་རྣམས། །ཟླ་  
 མེད་བྱང་ཆུབ་མ་ཐོབ་བར། །སྐྱེ་གཞན་འཆིའི་དུས་འབྱུང་

ཆོ། །གཏེར་མཆོག་འདི་ཡི་བྱིན་རྒྱབས་གྱིས། །བདེ་ཐོབ་  
 ལོངས་སྤྱོད་ལྡན་པར་ཤོག། །ཕྱག་རྒྱ་ལྡེ་ཡི་རྒྱས་གདབ་  
 བོ། །ལྟོན་མཐའ་རྒྱས་བགྱིས་ཤོག། །ཨོྫེ་བཟླ་རྩྭ་པརྒྱ་ཀམ་  
 སིཿཱྀཿཱྀ། ཞེས་བུམ་གཏེར་བཙུགས། རྫོ་ལེབ་ལ་རིགས་  
 ལྡེ་ཕྱག་མཆོན་གྱིས་པས་བཀའ་ནས། ཱྀ། རྫོ་རྫོ་འབར་  
 བའི་རྒྱས་བཏབ་པས། །མི་ཤིགས་མི་འགྱུར་རབ་ཏུ་  
 བཏན། །རིན་ཆེན་འབར་བའི་རྒྱས་བཏབ་པས། །ཆེ་དང་  
 བསོད་ནམས་དཔལ་འབྱོར་རྒྱས། །པརྒྱ་འབར་བའི་རྒྱས་  
 བཏབ་པས། །ཆགས་མེད་སྦྱོན་བྲལ་ཡོན་ཏན་ལྡན། །རལ་  
 གྱི་འབར་བའི་རྒྱས་བཏབ་པས། །བདུད་བཞིའི་བར་ཆད་  
 ཅད་ནས་ཆོད། །འཁོར་ལོ་འབར་བའི་རྒྱས་བཏབ་

དཔལ། །ཉོན་མོངས་འཁོར་བའི་སྐྱག་བསྐྱལ་ཞི། །རྒྱས་ལྡ  
 བཏབ་པའི་བྱིན་རྒྱབས་ཀྱིས། །སངས་བསྟན་པ་དར་བ་  
 དང་། །སེམས་ཅན་བདེ་སྦྱིད་ལྡན་པའི་བྱིར། །བསྟན་པའི་  
 བཅས་སུ་འདི་གྱུར་ཅིག། །ཉོན་འདི་ཉིད་ལ་བསྦྱེད་ཅིང་  
 སྦྱོར་བྱངས་པའི་ལྟ་ཆོག་གས་ཐམས་ཅད་ཇི་སྦྱིད་འབྱུང་བ་  
 ཆེན་པོ་ས་རྒྱ་མེ་རྒྱུད་གི་གཞོན་པས་མ་ཞིག་གི་བར་དུ་  
 བཏན་པར་བཞུགས་ཏེ། བདག་དང་སྦྱོན་བདག་འཁོར་དང་  
 བཅས་པའི་ཆེ་དང་བསོད་ནམས། དཔལ་དང་འབྱོར་པ་  
 སྟན་གྲགས་ལེགས་པའི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་གོང་ནས་  
 གོང་དུ་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པར་མཛད་དུ་གསོལ། བྱད་པར་  
 དུལ་སྦྱོགས་འདི་ཉིད་དུ། ཆར་རྒྱ་དུས་སུ་འབབ་པ། ལོ་

ཕྱགས་རྟག་ཏུ་ལེགས་པ། མི་ནད་དང་ཕྱགས་ནད་ཐམས་  
 ཅད་རྒྱན་ཆད་ཅིང་། ལྷ་དང་ས་བདག་གི་གཞོན་པ་མི་  
 འབྱུང་བ་དང་། བསམ་པའི་དོན་ཐམས་ཅད་ཡིད་བཞིན་དུ་  
 གྲུབ་ཅིང་། བདེ་སྲིད་ཀྱི་དཔལ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའི་  
 དངོས་གྲུབ་མ་ལུས་པ་བསྐྱེད་དུ་གསོལ། ཨོ་སུ་ཕྱ་ཉིལ་  
 བརྩ་ཡེ་སྒྲུ། བཀའ་རྒྱུད་ཀྱི་བུམ་ཆོག་ནས་  
 སོ།། ། རྟོགས་གཞན་རྣམས་ཀྱིས་ས་རྗེས་འཐས་པར་  
 བཅག རང་ཉིད་ཀྱིས་བཀྱིས་གང་ཤེས་དང་རྟོན་འབྲེལ་  
 སྙིང་པོ་དང་སུཕྱ་ཉིལ་སོགས་བརྗོད་ལ་མེ་ཉོག་གི་ཆར་  
 གསལ། ལས་ཀྱི་རྗེས་མི་མངོན་པར་བྱའོ།། གཏེར་ཆེན་  
 གཏེར་འཆང་མཆོག་རྣམས་ཀྱི། །འདོད་རྒྱའི་བུམ་པ་བཟང་



པོ་བཞིན། །གདམ་པའི་སྙིང་པོ་འདི་བརྗོད་དགོས། །ཕན་  
བདེའི་དཔལ་ཡོན་རྒྱས་གྱུར་ཅིག། ཅེས་པའང་མདུ་ཅི་ནའི་  
གཞུང་གི་གཏོ་བཅོས་རྣམས་དང་བཀའ་གཏེར་སྤྱིའི་ཕན་  
ངག་ལ་བརྟེན་ནས་གྲུབ་བརྟེན་ཀམ་ཆགས་མེད་ཀྱིས་  
མཛད་པའི་གཞུང་ལས་མདོར་བསྡུས་སྙིང་པོར་དེལ་བའི་  
ལེའུ་ཆོལོ།། སམ་མདྲ་ལྟ་བུ་ཕན་ཏུ།། །།

༩ ས་བསྐྱང་བྱིན་གྱིས་བཞུགས་སོ།། དང་པོ་ས་གཏན་

ནས་མ་བརྒྱུ་བའི་སྒྲིན་དུ་ཡུལ་སྟ་གཞི་བདག་སོགས་ལ་  
གསེར་སྐྱེམས་དང་གཏོར་མ་གང་ལེགས་སྤུལ་ཞིང་ས་  
བསྐྱང་བསྐྱས་པ་ཞིག་གྲ། དེ་ནས་ས་བཅད་བཅུག་སྟེ་  
གཙུག་ལག་ཁང་སོགས་རྒྱ་ཁྱོན་ཇི་ཙམ་ཡོད་པའི་བྱར་  
བཞིར་ཙོག་སྤར་བཞི་གདག། བྱར་ནས་བྱར་དུ་བྱིག་རྒྱ་  
གམ་བཏང་སྟེ་སའི་སྟེ་བ་གང་ཕོག་བསྐྱས། དེའི་མཆན་མ་  
ཙོག་སྤར་སྤ་མོ་ཞིག་བཅུགས་ཏེ་བཞག། མཆན་མ་དེའི་  
སྒྱུགས་བཞིར་འདོམ་གང་རེའི་ས་ཁྱོན་གྲ་བཞིར་ས་  
ལེགས་པར་བསྐྱེམས་ཏེ་འཆམས་ནས་མེ་ལོང་སྤར་བཟོ།  
དེ་ནས་སྒྱུགས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ལ་བརྟེན་ནས་ཤར་རྒྱབ་བམ་

ལྟོ་བྱང་གི་ཚངས་ཐིག་གདབ། དེ་ནས་ལྟོ་འཕྱེའི་འཁོར་ལ་  
 ལ་བརྟེན་ནས། ལྟོ་འཕྱེའི་མགོ་འཛོལ་ཏེ་མགོ་མཐུག་གི་  
 ཚངས་ཐིག་བཏབ་ནས་དངོས་གྲུབ་ཀྱི་ས་འཛོལ། ལྟོ་  
 འཕྱེའི་གཟུགས་ལེགས་པར་བྲིས་ཏེ་དོ་ཚོན་གྱིས་མཛེས་  
 པར་བྱས། མདུན་ངོས་སུ་མཆོད་པ་ཚར་དུ་དངར་བ་  
 སྒྲིགས། དེ་ནས་བདག་བསྐྱེད་གང་རུང་བསྟེན་པའི་བར་  
 བཏང་། (དེ་རྗེས་ཕུར་བསྟེན་ཀྱང་གང་ལྟོགས་བསྐྱབ་  
 བསང་གསུར་སོགས་དུས་དང་བསྟེན་ཏེ་གང་བདེར་སྐྱར་  
 མཆན) མདུན་བསྐྱེད་ས་བདག་ལྟོ་འཕྱེའི་མངོན་རྟོགས་  
 གསལ་ཞིང་མཆོད་པ་དང་བསྐྱོད་པའི་མཐར། སྐྱིན་བདག་  
 ཕྱག་འཛོལ་བཅུག་སྟེ་སའི་དངོས་གྲུབ་ཁྱ་བ་དང་རྟེན་

འབྲེལ་བརྟག་པ་སོགས་གཞུང་བཞིན་བྱ། དེ་ནས་  
 བགོགས་གཏོར་བཏང་ནས་བགོགས་བསྐྱད་སྤྱད་ལམོར་  
 བསྐྱེམ་ཞིང་ཁྲོ་བོ་བཅུ་ཉེ་ལྷུར་པ་སྤྱོད་གས་བཞི་དང་མཆམས་  
 བཞིར་གདབ་ཅིང་། རྟེན་གེ་ལྷུར་པ་ཤར་སྤྱད་དང་འོག་གི་  
 ལྷུར་པ་རྒྱབ་སྤྱད་དུ་གདབ། དེ་ནས་ལྷ་ཁྱུས་དང་སྣོད་  
 བཅུད་ཀྱི་ཁྱུས་ལྷུ་ལ། སྣོད་བཅུད་མིང་ལྷར་གསལ་བའི་ངང་  
 ནས་རབ་གནས་བསྐྱུས་པ་ཞིག་ལྷུ་ལ། དེ་ནས་བགྱིས་ཀྱི་  
 མེ་ཏོག་གང་འཆམས་འཐོར་བའི་མཐར། དར་ཅོ་སྣ་ལྷ་དང་  
 བྱེ་ལྷུར་རྒྱལ་མཆོན་སྣ་གསུང་བྱགས་ཀྱི་ཏེན་བགྱིས་རྩས་  
 བརྒྱད་ཏྲགས་བརྒྱད་རྒྱལ་སྤིང་སྣ་བདུན་སོགས་དངོས་  
 སམ་གཟུགས་བརྟན་མཛེས་པར་བྱེད་པའི་སྣོན་ནས་ཏེན་

འབྲེལ་ལན་གསུམ་བསྟོར།     དེ་ནས་བཞུགས་གལ་ཕྱན་  
 སུམ་ཚོགས་པ་བྱས་མཐར་     དབྱས་དངོས་བྱལ་གྱི་གནས་  
 དང་ཕྱོགས་བཞིར་དོ་སྟོམ་བསྐྱེག་བཅུག་སྟེ་བུམ་གཏེར་སྔ་  
 ཞིང་ཞེས་པ་བརྗོད།     ཟུར་བཞིར་དོ་སྟོམ་བསྐྱེག་བཅུག་སྟེ་  
 རང་རང་གི་ཕྱོགས་སྟར་གཤེད་བཞི་སྒང་ཕྱག་བྱི་འབྲུག་  
 གེས་འབྱར་གང་རུང་མནན་ཏེ་དགའ་བའི་བློ་བརྟུང་ཞིང་།  
 སྦྱིད་པའི་སྒྲ་ལེན་པར་བྱའོ།།     ཞེས་པ་དེ་ཡང་     སྟོབ་བསྟན་  
 འཛིན་དབང་ཕྱག་གིས་བསྐྱེལ་ངོར་ཡེཙ་ཁ་རིན་པོ་ཆེ་སྔ་  
 མ་ནོར་བུ་དབང་ཕྱག་གིས་གསུངས་པའོ།།།

རྩེ་རབ་གནས་ཀྱི་ཡན་ལག་སྟོ་བའི་ཆོ་ག་ནི། དེ་ཡང་སྟེ་  
 གཟུགས་དང་མཆོད་རྟེན་གཙུག་ལག་ཁང་སོགས་ཆག་  
 བྱམས་སུ་བྱུར་པ། གསོ་བ་དང་། རྩེ་བཟོ་དམན་པ་རྣམས་  
 བཟང་དུ་བཏང་བ་དང་། རོ་བརྒྱལ་སར་བཞུགས་པ་རྣམས་  
 གནས་སུན་སུམ་ཆོ་གས་པར་སྟོ་བ་སོགས། མདོར་ན་  
 སྒར་ལས་ལེགས་པ་དང་། །ཆེ་རུ་བཏང་བ་སོགས་ལ་  
 ཡུལ་འཛིན་གྱི་བྱུང་རུང་ཞིང་བྱས་ནས་གསོ་བ་ཡང་  
 གསུངས་པས་དེའི་ལག་ལེན་ནི། །ཡི་དམ་གང་ལ་བརྟེན་  
 པའི་ལྟའི་རྣལ་འབྱོར་བཞུགས་པ་དང་བཅས་ཇོགས་པར་བྱ།  
 རྟེན་དེའི་མདུན་དུ་མཆོད་པ་དང་ཆོས་སྦྱོང་གཞི་བདག་  
 སོགས་ལ་གཏོར་མ་རྒྱས་པར་སྟེ། རང་གི་མདུན་དུ་མེ་

མོང་གཡའདག་པ་གཅིག་སྟེགས་ཀྱི་ཁར་བཞག་ལ་ཏེན་  
 དེའི་སྒྲིང་བརྟན་འཆར་དུ་བརྟུག་ལ།   བདག་གིས་སེམས་  
 ཅན་མིང་ཀྱི་དོན་དུ་ཏེན་འདིའི་རབ་གནས་སྟོས་ལ་སྐྱུ་རྒྱ་  
 ངན་པ་བཟང་པོར་བྱའོ།།   སྙམ་པའི་བསམ་པས་རྟོར་བྱིལ་  
 དང་བཅས།       ན་མོ།   ཕྱོགས་བརྩའི་ཞིང་ཁམས་རབ་  
 འབྲམས་རྒྱ་མཆོ་མཐའ་ཡས་ན།       །བཞུགས་པའི་སྤྲ་མ་  
 སུས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཆོགས།   །བདེ་གཤེགས་  
 རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་མ་ལུས་འཁོར་དང་བཅས།   །འདུས་པ་  
 རྒྱ་མཆོའི་ཆོགས་རྣམས་བདག་ལ་དགོངས་སུ་  
 གསོལ།   །ཁྱེད་རྣམས་མཆོད་ཕྱིར་རབ་ཏུ་གནས་པ་སྟོ་  
 འཆའ་ན།   །འདུས་པ་རྒྱ་མཆོའི་ཆོགས་རྣམས་བྱིན་གྱིས་



བརྒྱབ་པ་དང་། །སྒྲུང་བརྟན་ཤར་བ་འདི་ལ་འབྱོན་པར་  
 མཛད་དུ་གསོལ། ། ཞེས་ཆར་གསུམ་བརྗོད་རྗེས། རང་གི་  
 ཐུགས་ཀ་ནས་ལྷགས་ཀྱི་ལྷ་བུའི་འོད་ཟེར་འཕྲོས་པས་རྟོན་  
 གྱི་ཡེ་ཤེས་པ་ཡི་གོ་གསུམ་གྱི་རྣམ་པར་སྤྱན་དངས་ནས་  
 མེ་ལོང་ནང་གི་སྒྲུང་བརྟན་ལ་གཉིས་སུ་མེད་པར་བཞུགས་  
 ཤིང་། ངེ་རྩྱུ་ཕྱི་རྟོ་ ཞེས་ཐུག་ཀྱི་བཞེས་བཅིངས། ཡི་གོ་  
 བརྒྱ་པ་དང་སྤྲུལ་ཏིལ་ས་བརྟན་པར་བྲ། ཡུལ་སྤྱི་སོགས་གྱིས་  
 མཆོད། བསྟོད་པར་འོས་པས་བསྟོད། ཤེས་པ་བརྗོད་ཅིང་  
 མེ་རྟོག་གཞོར། དེ་ནས་མེ་ལོང་དབུ་ཞབས་མ་ལོག་པར་  
 བྱས་ལ་དར་དམར་སེར་རི་ལྷར་རིགས་པས་གཡོགས།  
 རྒྱབ་ཏུ་རྒྱས་བཏབ། བསྐྱར་སྟེ་དང་བཅས་མཆོད་གྲུལ་དུ་

བཞུགས་གསོལ་བྱ།      ཏེན་གསར་པ་བཞེངས་གྲུབ་ནས་  
 རབ་གནས་དངོས་གཞིའི་ཆེ་མེ་ལོང་ཏེན་བྱང་དུ་སྐྱོན་  
 བྱངས་ཁེབས་གསལ།    ཡེ་ཤེས་པ་དགྲུག་གཞུག་རན་པ་ན་  
 སྒར་ལྟར་འོད་ཟེར་སྒྲོ་བསྐྱུ་དང་ཆོད་མེད་བཞིའི་སྒྲགས་  
 རྒྱས་ཏེན་གསར་པའི་དམ་ཆིག་པ་དང་དབྱེར་མེད་དུ་བསྐྱེ་  
 ཞིང་།      དེ་རྗེས་སྐྱོན་འབྲེན་ལ་སོགས་པ་རབ་གནས་ཀྱི་  
 དགྲུས་བཞིན་བྱས་པས་འགྲུབ་བོ།                      །སྐྱེ་བྱེ་ཉིང་པ་ནི་  
 གསར་པ་ལ་ཅི་འབྲེས་དང་།    རྒྱ་ཐ་དད་དུ་གྱུར་པ་དག་པ་ལ་  
 པ་དང་མ་འབྲེས་པར་བྱས་ལ་མཆོད་ཏེན་དང་སྒྲུ་ལྟ་བུ་  
 བཞེངས་ནས་རབ་གནས་བྱའོ།། །།

༄ སྒྲིན་སྒྲེག་བྱེད་སྐབས་མེ་ཡི་ལྷ། །ས་གསུམ་གར་བཞུད་  
 བཞུག་པའི་རྩེས། །སྐབས་བདེ་སྤང་བར་བྱ་འདོད་  
 བ། །གང་རྩེའི་ཆེས་གངས་བགངས་པའི་སྤྲེང་། །འདི་ཉིན་  
 དེས་གཟའི་གངས་གྲང་བསྒྲན། །དེ་སྤྲེང་སྒྲར་ཡང་གཅིག་  
 བསྒྲན་པ། །རི་ལོངས་བཞི་བཞིར་བོར་བའི་ལྷག་ །གཅིག་  
 །ཤར་མེ་ལྷ་ལྷའི་གནས་སྤ། །བཞུགས་པས་སྒྲིན་སྒྲེག་བྱེད་  
 པ་ན། །སྐབ་པ་པོ་ཡི་སྒྲོག་ལ་ངན། །གཉིས་ཤར་ས་འོག་  
 ལ་གནས་པས། །སྒྲེག་སྒྲུགས་འབྱལ་ན་སྒྲུ་ནད་  
 དང་། །ཁོར་གོད་སྤ་གོ་ལ་སོགས་འབྱུང་། །གསུམ་དང་  
 ཐེག་ལེ་ས་སྤྲེང་གནས། །སྒྲེག་སྒྲུགས་འབྱལ་ན་སྐབ་པ་  
 པོར། །དངོས་གྲུབ་རྣམ་གཉིས་འཕྲོབ་པར་འགྱུར།།

༄ ལྷའི་ཐེབས་བཞེས་དུས་འཁོར་ལྷ་ལྷུ་བ་བེ་དཀར་ལུག་  
 ལུགས་སོགས་ཀྱི་བཞེད་པ་ལྷུགས་གཅིག་ཏུ་བཀོད་པ་ནི།  
 ལྷ་བ་དང་པོའི་ཆེས་༡༥ལ་ལྷ་ཐེབས་ ༡དང་༤མ་གཏོགས་  
 གཞན་ཐོང་ལ་ལྷ་བཞེས་ཡིན། ལྷ་བ་གཉིས་པོའི་ཆེས་  
 ༡ ༤ ༡༠ ༡༢ ༡༥ ༡༦ ༢༡ ༢༣ལ་ལྷེབས། ༡༧ ༢༠  
 ༢༥ ༢༧ ༢༡ ༢༤ ༢༩ ༣༠ལ་ལྷོག ལྷ་བ་གསུམ་པོའི་  
 ཆེས་ ༥ ༩ ༡༠ ༡༩ ༡༩ ༢༠ ༢༡ ༢༢ ༢༣ ༢༥ ༢༦ ༣༠  
 ལྷེབས། ༦ ༤ ༡༣ ༡༥ ༡༧ལ་ལྷོག ལྷ་བ་བཞི་པོའི་  
 ཆེས་ ༩ ༥ ༩ ༡༠ ༡༩ ༡༩ ༢༠ ༢༡ ༢༢ ༢༣ ༢༥ ༢༦  
 ༢༩ ༣༠ལྷེབས། ༡ ༡ ༡༡ ༡༢ ༡༣ ༡༥ལྷོག ལྷ་བ་ལྔ་  
 པོའི་ཆེས་ ༩ ༡༥ ༡༡ ༡༤ ༡༩ ༢༠ ༢༡ ༢༢ ༢༥ལྷེབས།

༡ ༢ ༥ ༦ ༧ ༡༠ ༡༢ ༢༣་ལ་སྟོག་ ཟླ་བ་དྲུག་པའི་ཆེས་  
 ༩ ༡ ༡༥ ༡༧ ༡༩ ༢༥ ༢༩ ༣༠་ལ་སྟེ་བས། ༡ ༣ ༩ ༦  
 ༩ ༩ ༡༡ ༡༣ ༡༦ ༡༩ ༢༣་ལ་སྟོག་ ཟླ་བ་བདུན་པའི་  
 ཆེས་ ༡ ༥ ༡༡ ༡༦ ༡༧ ༢༠ ༢༡ ༢༢ ༢༣ ༢༩ ༣༠་ལ་  
 སྟེ་བས། ༢ ༦ ༩ ༩ ༡༠ ༡༩་ལ་སྟོག་ ཟླ་བ་བརྒྱད་པའི་  
 ཆེས་ ༢ ༣ ༩ ༥ ༦ ༧ ༩ ༡༡ ༡༢ ༡༣ ༡༩ ༡༥ ༡༦  
 ༡༧ ༡༩ ༢༠ ༢༢ ༢༣ ༢༧ ༢༩ ༢༩ ༣༠་ལ་སྟེ་བས། ༩  
 ༡༠ ༡༩ ༢༦་ལ་སྟོག་ ཟླ་བ་དགུ་པའི་ཆེས་ ༩ ༥ ༧ ༩  
 ༡༧ ༢༡ ༢༢ ༢༣ ༢༧ ༢༩ ༣༠་ལ་སྟེ་བས། ༢ ༦ ༡༠  
 ༡༦ ༢༠ ༢༩ ༢༥ ༢༦་ལ་སྟོག་ ཟླ་བ་བརྒྱ་པར་སྟུ་ཉལ་  
 བས་མན་གཞི་དག་ཡང་མེད་ཅེས་གསུངས། ཟླ་བ་

བཅུག་པའི་ཆེས་ ༡ ༩ ༡ ༩ ༡༡ ༡༢ ༡༣ ༡༤ ༡༥ ༡༦ ༡༧  
 ༡༨་ལ་སྟེབས། ༡ ༢ ༡༠ ༡༡ ༡༢་ལ་སྟོག་སྟེ་བ་བཅུས་  
 པའི་ཆེས་ ༡ ༢ ༡ ༡༠ ༡༡ ༡༢ ༡༣་ལ་སྟེབས། ༡ ༡༡  
 ༡༢ ༡༣ ༡༤ ༡༥ ༡༦ ༡༧ ༡༨་ལ་སྟོག་སྟེ་ དེ་བཅི་རྒྱ་  
 བེ་ཤིན་རྒྱ་གལ་ཆེ་ལ། དེ་ཡང་ཆེས་གངས་གཟའ་འོག་རྒྱ་  
 ཆོད་དང་བསྟན་ནས་ཅིས་ཤེས་དགོས། སྟེབས་ལ་སྟེ་ཆོག་  
 དང་སྟེ་ཆོག་བྱས་གཏེར་འཇུགས་པ་སོགས་བྱས་ན་པན་  
 ཡོན་ཤིན་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་། བསྟོག་ལ་པན་ཡོན་མེད་པ་ཅམ་མ་  
 ཟད་གཞོད་པ་ཡོད་ཅེས་གསུངས། གཉིས་ཀ་མེད་ན་པན་  
 གཞོད་གང་ཡང་མེད། དེའི་སྐབས་སུ་འབྲལ་གྱི་ལེགས་  
 ཉེས་འབྱུང་བའི་གཞི་གཟའ་སྐར་འཕྲོད་སྦྱར་སོགས་ཀྱང་

འཇོ་མས་པ་གལ་ཆེན།



༥ འབྱུང་བ་ཟུར་གཞོན་གདམས་པ་བཞགས་སོ།། ཡང་

ཟབ་འབྱུང་བ་ཟུར་གཞོན་གྱི་གདམས་པ་ལ། ཤར་དུ་

ལྷགས་བཞག་ལ་ མ་མ་ཀ་ར་ཀ་ར་ཡེ་སྒྲུང་ ལྟོར་ཅུ་

བཞག་ལ་ མ་མ་ཁྱི་ཁྱི་ཡེ་སྒྲུང་ རུབ་དུ་མེ་བཞག་ལ་ མ་མ་

རི་རི་ཡེ་སྒྲུང་ བྱང་དུ་ས་བཞག་ལ་ མ་མ་སྒྲུ་སྒྲུ་ཡེ་སྒྲུང་

མཚམས་བཞིར་ཤིང་སྒྲུ་འེ་ཕོན་པ་རེ་བཞག་ལ་ མ་མ་ཕོ་ཏ་

ཕོ་ཏ་ཡེ་སྒྲུང་ དུས་མིན་ལམ་དུ་འཇུག་པ་རོ་འདོན་པ་བག་

མ་གཏོང་ལེན་མཁར་ལས་སོགས། གསོན་གསོན་གྱི་བྱ་

བ་གང་བྱེད་ཀྱང་འདིས་ངན་པ་དགུ་ཐུབ་པོ།། ལྷང་བརྒྱད་

གྱི་ཡང་སྒྲིང་ཡང་བཟླ། ཨོ་ཨ་ཀ་ནི་ནི་ཀ་ནི་ཨ་གྱི་ལ་མརྒྱ་

ལ་མ་རྒྱ་ཡེ་སྒྲུང་ ཞེས་བརྗོད་པས་ཉེས་སྒྲོན་མཐའ་དག་མི་

འབྱུང་ཞིང་། བཟུ་ཤིས་དང་བདེ་ལེགས་ཆེན་པོ་འབྱུང་བར་  
གསུངས་སོ།།

## ༥ ཅིས་མཁན་སྤང་བ་ནི།

ལས་གང་བྱེད་ཀྱང་འདི་ཤིན་ཏུ་གཅེས།      རུས་སྤལ་གྱི་  
གཟུགས་ཤོག་བྱ་ལ་བྲིས། གཟའ་བརྒྱད་ཀྱི་སྤྲགས་ཀྱིས་ཐ་  
མ་བསྐྱོད། དྲིལ་དུ་ཡི་གེ་རྩི་བྲིས་ ལུས་ལ་བཏགས་  
པས་བྱལ། སྤྲགས་ནི་ ཨོྭ་ཨ་དེ་ཡེ་སྤྲུང་ཉི་མ། ཨོྭ་ས་མ་  
ཡེ་སྤྲུང་ཟླ་བ། ཨོྭ་ར་ཡེ་སྤྲུང་མིག་དམར། ཨོྭ་ཕུ་ར་  
ཡེ་སྤྲུང་ལྷག་པ། ཨོྭ་བ་ན་ས་ཏི་ཡེ་སྤྲུང་ཕུར་བྲ། ཨོྭ་  
ཤུ་ར་ཡེ་སྤྲུང་པ་སངས།      ཨོྭ་ཤ་ནེ་དུ་ཅེ་ཡ་ཏི་སྤྲུང་  
ཕྱེན་པ། ཟབ་ཞྭོ།

## ༥ མཁའ་འགྲོ་སྡེ་ལྔ་མེ་ཕེས་ནི།

༡.༦.རྫོ་རྩེ་མཁའ་འགྲོ་འི་ཉི་མ་ལ་ན་ན། འདྲེ་བདུད་དང་མ་མོ་  
གཤེན་འདྲེ་འདོང་ནས་གཞོད། བད་ནི་རྟིང་པ་དང་ཕྱི་བ་  
ལོག་གཟེར་ནས་ན། འཁྱུ་སྐྱུག་དང་སྐྱང་ནད་ཡོང་། ལྷ་  
བསེན་གྲིས་གཞོད། རྟོན་འབྲེལ་གྲིས་ཤིང་སྒྲ་ལྔ་འི་བྲིན་  
རྒྱབས་བྲས་ན་པན། །དེས་མ་པན་ན་རྩེ་མའི་ནང་དུ་བྲི་ནག་  
བྲ་ནག་གི་གཟུགས་བཅས་ལ། བད་པའི་གོས་སྦྱང་དང་  
ཤིང་སྒྲ་བཅས་པ་ཤར་སྤྱོད་གས་སུ་ལམ་རྒྱ་གམ་དུ་བཞག་  
གོ། ༡.༧.རིན་ཆེན་མཁའ་འགྲོ་འི་ཉི་མ་ལ་ན་ན། འདྲེ་བཅན་  
དང་གྲིར་ཤི་བའི་གཤེན་འདྲེས་གཞོད། བད་ནི་ཁ་སྒྲོམ་  
གཉིད་ཆེ་བྲང་རྒྱབ་དང་ཕྱི་བ་མ་ན། ལྷ་ལ་ཤིང་གིས་སྤར་

དཔལ་ན་སར་སྒྲན། ཏེན་འབྲེལ་མེ་སྒྲ་ལྷའི་བྲིན་རྒྱབས་བྲ།  
 སྒྲད་བྲ་ངང་པ་དང་འདྲེ་མ་མོ་སྒྲེ་རིང་བ་ཅིག་རྩམ་དཔར་  
 སྤའི་ནང་དུ་བཞག་ནས་ནད་པའི་ཁྲམ་འགྲོ་བཏབ་ལ། གོས་  
 སྒྲད་མེ་སྒྲ་དང་བཅས་པ་སྟོ་སྟོགས་སུ་ལམ་རྒྱ་གྲམ་དུ་  
 བཞག་གོ། ༣.༡.པརྒྱ་མཁའ་གྲོའི་ཉི་མ་ལ་ན་ན། འདྲེ་རྒྱལ་  
 སྤ་དང་བསེན་མོ་འདྲོང་ནས་གཞོད། ནད་ནི་ལུས་སྟེ་བྲང་  
 གཞེར་ན། བྲ་དཀར་མའི་གཟུགས་དང་སྟེ་ཅུ་བྲད་མེད་རལ་  
 པ་ཅན་བཅོས་ལ། ཏེན་འབྲེལ་ལྷགས་སྒྲ་ལྷའི་བྲིན་རྒྱབས་  
 བྲ། ནད་པའི་གོས་སྒྲད་དང་རྩམ་ལྷགས་བྲས་བཅས་པ་  
 རུབ་སྟོ་གས་སུ་ལམ་རྒྱ་གྲམ་དུ་བསྐྱལ་ལོ། ༣.༢.ལས་  
 གྲི་མཁའ་གྲོའི་ཉི་མ་ལ་ན་ན། འདྲེ་སྟུ་བསེན་དང་འདྲེ་མོ་

འདོང་ནས་གཞོད།      རད་ནི་མཛིང་པ་དང་ཅིབ་རྒྱབ་ན།  
བཅོས་ཐབས་ནི་སྤང་དམར་པོ་དང་བྱེད་ནག་མོའི་གཟུལ་  
བཅོས་ལ།      རྩ་མའི་ནང་དུ་བཞག་ནས།      རྟེན་འབྲེལ་ཚུ་སྣ་  
ལྟའི་བྱིན་རྒྱབས་བྲ།      རད་པའི་གོས་སྤྱད་ཚུ་སྣ་ལྟ་དང་  
བཅས་པ་བྱང་དུ་ལམ་རྒྱ་གམ་དུ་བསྐྱུལ་ལོ།།

༥.༡༠.སངས་མཁའ་གྲོའི་ཉི་མ་ལ་ན་ན།      འདྲེ་བན་བོན་སྤང་  
མ་དྲག་པོས་གཞོད།      རད་ནི་ལུས་རྟེན་མི་བདེ་ཁ་མཁལ་  
ན།      དུ་ཤིང་གི་ཕུར་པས་ན་སར་སྒྲན།      བྱད་མེད་རལ་པ་  
ཅན་ཅིག་གིས་སྤེལ་པ་འཁུར་བའི་གཟུགས་བཅོས་ལ།  
ཁམ་སའི་སྤྱད་ཅིག་བྲས་ལ།      རད་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ལ་ས་  
ཕུལ་གང་གིས་བྱིན་རྒྱབས་བྲ།      རད་པའི་གོས་སྤྱད་དང་

བཅས་པ་ལྟོ་རྒྱལ་མཆོམས་སུ་ལམ་རྒྱ་གམ་དུ་བསྐྱལ་ལོ།  
མཁོ་སྡེ་ལྷའི་མོ་རྫོགས་སོ།།



༥ ཉིན་༡གི་དོན་འགྲུབ་མི་འགྲུབ་བརྟག་པ་ནི།

དབྱངས་འཆར་ལས།                      ཆེས་དང་རེས་གཟའ་ལྷ་སྐར་  
གངས།                      །བསྡོམས་ལ་གནས་གསུམ་མིག་མེ་  
མཆོས། །བསྐྱར་ལ་དུག་བདུན་བརྒྱད་ཀྱིས་བགོས། །དང་  
པོ་སྟོང་ན་དོན་ཉམས་ཏེ།              །གཉིས་པ་སྟོང་ན་དག་འོང་  
ལ། །གསུམ་པ་སྟོང་ན་འཆི་བར་བཤད། །ལྷག་མ་ཡོད་ན་  
ནམ་པར་རྒྱལ།།

## ༥ མཛོད་ལྟེ་མཛོད་ལྟེ་བཞི་བཅུ་ལུགས་ནི།

མཛོད་ལྟེ་ཆོས་གསུམ་ནི། རི་རབ་བཅུ་གས་མཛོད། ལང་ཀར་  
བཞེགས་པ། ཁྲུང་རི་ལུང་བསྟོན།། རྒྱལ་ལྷུང་གསུམ་  
ནི། བལ་ཆེན་དང་། གནམ་ས་སྒྲུང་བརྒྱད། གསེར་འོད་  
དོ།། སྒྲུང་མཛོད་གསུམ་ནི། མཛོད་གདུགས་སྒྲོལ་གསུམ།  
རྣམ་འཛོམས་བསྟན་པས་སྒྲུང་མཛོད་བཞི་འོ།། མཛོད་ལྟེ་ཆེ་  
བ་རྣམ་གསུམ་ནི། རྒྱ་ཆེར་རོལ་པ། སྤྲོན་ཆེན་པོ། མཛོད་ལྟེ་  
པལ་པོ་ཆེ་རྣམས་སོ།། ལྷུམ་ལྟེ་ལྟེ་ནི། པལ་  
ཆེན། ཁྲུང་འདས། དགོན་བཅུ་གས། རྒྱ་ཆེན་རོལ་པ།  
བྲན་པ་ཉེ་བར་བཞག་པའོ།། ལྷུམ་ལྟེ་ལྟེ་ནི། ལྷུམ། ལང་  
ཀར་གཞེགས་པ། དགོན་བཅུ་གས། པལ་ཆེན། རྒྱང་

འདས་རྣམས་ཡིན།། མདོ་སྡེ་ལྷའམ་རྒྱལ་པོ་མདོ་ལྷའམ་  
 འབྲུམ་རྩུང་སྡེ་ལྷ་ནི། བཟང་སྦྱོང་། ཤེས་རབ་སྦྱང་པོ།  
 འདའ་ཀ་ཡེ་ཤེས། །རྣམ་འཛོམས། ལྷུང་བ་འགགས།། མདོ་  
 བརྩ་ནི། ཤེས་རབ་སྦྱང་པོ་ཟབ་མོ་ལྷ་བའི་མདོ། འདའ་ཀ་  
 ཡེ་ཤེས་ངེས་དོན་སྒྲིམ་པའི་མདོ། བཟང་པོ་སྦྱོང་པ་རྒྱ་ཆེན་  
 སྒྲིན་ལམ་མདོ། བྱང་རྩུབ་ལྷུང་བ་འགགས་ལས་སྒྲིབ་  
 བ་འགགས་པའི་མདོ། རོ་རྩེ་རྣམ་འཛོམས་བྱས་ཀྱི་མདོ།  
 གཙུག་ཏྲུང་ནས་བྱང་གདུགས་དཀར་སྒྲིབ་པའི་མདོ།  
 གསང་བདག་གོས་སྒྲིན་ཅན་ནི་སྦྱང་བའི་མདོ། རོར་གྱི་  
 རྒྱན་མ་ལོངས་སྦྱོང་སྡེ་ལ་བའི་མདོ། ཡི་གེ་གཅིག་མ་སྦྱང་  
 པའི་མདོ། མགོན་པོ་ཆེ་དཔག་མེད་ཆེའི་མདོ།། གསུང་

རབ་དབྱ་བཞི་ནི། ཟུང་འདས། སལ་ཆེན། དགོན་  
 བཅེགས། འབུམ། གཟུངས་ཆེན་གྲ་ལྷ་ནི། ལྷོང་ཆེན་རབ་  
 འཛོམས་མ། མ་བྱ་ཆེན་མོ། གསང་སྤྲགས་རྗེས་འཛིན་མ།  
 བསེལ་བའི་ཆལ་ཆེན་མོ། སོ་སོར་འབྲང་མའོ། གཙུག་  
 ཏིར་སྤེ་ལྷ་ནི། ལྷ་མོ་རོལ་མ། གདུགས་དཀར་མཆོག་  
 ལྷ། གཙུག་ཏིར་འབར་བ། གཙུག་ཏིར་རྣམ་རྒྱལ་མ།  
 གཙུག་ཏིར་དཀར་མའི་བསྐྱེད་བསྐྱར་རོ། བསྐྱེད་པའི་  
 མདོ་བཞི་ནི། དཔུང་རྒྱ། ལྷོབས་ཆེན། འོད་ཟེར་ཅན།  
 གཙུག་ཏིར་ནག་མོ། རྣམ་འཛོམས་བསྐྱན་པས་དྲག་མདོ་  
 ལྷའོ། དྲག་པོ་མདོ་བཞི་ནི། ལྷོབས་པོ་ཆེ། རྒྱལ་མཆོན་ཅེ་  
 མའི་དཔུང་རྒྱ། ལྷ་མོ་འོད་ཟེར་ཅན་མ། མི་གོད་རྣམ་

འཇོམས་རྣམས་ཡིན། ཡང་ དག་མདོ་བཞི་ནི། སྟོབས་  
 ཆེན། དཔུང་རྒྱན། འོད་ཟེར་ཅན་གྱི་མདོ། རྫོང་ཆེ་སྟེར་  
 མོའམ་རྣམ་འཇོམས་བཞིར་བཤད་པའང་ཡོད། གཙུག་  
 ཏིར་བཞི་སྟོམ་ནི། རྣམ་རྒྱལ་མ། གདུགས་དཀར། གཙུག་  
 ཏིར་ནག་མོ། ལྷ་མོ་རོལ་མའོ། མཆུ་སྟེ་ལྷ་ནི། ཟངས་  
 མཆུ་དམར་པོ། ལྷགས་མཆུ་ནག་པོ། གནམ་ལྷགས་མཆུ།  
 རྫོང་ཆེ་འེ་མཆུ། ལྷགས་མཆུ་འོ། ། སྟེ་བཙེམས་གསུམ་ནི།  
 བགྱིས་བཙེགས་པ། སྒྲང་བརྒྱད། ཉེས་པ་ཀུན་གསལ་  
 ལོ། ། སྟེ་བཙེམས་ཀ་བདུན་ནི། བགྱིས་བཙེགས་པ། སྒྲང་  
 བརྒྱད། ཉེས་སེལ། མདོ་ཐེག་ ལྷགས་བཙུའི་ལུན་སེལ།  
 དཔུང་རྒྱན། རྣམ་འཇོམས། སྟོང་པོ་རྒྱན་པའོ། གཙུག་

མདོ་བཞི་ནི།    དག་པ་གསེར་མདོ་ཐེག་    ལྷོང་པོ་རྒྱན།  
བགྲིས་བརྟེགས་པ།    ལྷོང་བརྒྱད་དོ།།    གཙུག་ལག་མདོ་  
བཞི་ནི། བལ་ཆེན། གཙུག་ཏོར། འཕགས་བསྐྱུས། མཆན་  
བརྗོད་རྣམས་ཡིན་ནོ།།    ॥

༥ ས་དབྱུང་བརྟག་པ་ཀུན་འདུས་ནོར་བུ་བཞུགས་སོ།།

འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་ལ་བྱག་འཆལ་ལོ།།      མཁར་  
དབྱུང་རིན་ཆེན་མེ་ལོང་བྱར་ཅམ་བསྟན་པའི་ལེན་ལས་  
བཤད་པར་བྱ་སྟེ།    དང་པོ་ཁང་པ་འདེབས་པའི་ས་དབྱུང་  
ལེགས་པར་བསྟུས་ལ།    སེངྒེ་འདྲ་བའི་གཉའ་རལ་བཏབ།  
སྤང་ཆེན་འདྲ་བའི་མཁལ་ཁུང་བཏབ།      མ་བྱ་འདྲ་བའི་  
མདོངས་ལ་བཏབ།    སྟག་གཟིག་འདྲ་བའི་ཐིག་ལེར་བཏབ།  
ན་ཁུང་འདྲ་བའི་རུ་མར་བཏབ།    ར་འདྲ་ན་འཛོམས་ལ་བཏབ།  
སྒྲིག་པ་འདྲ་ན་ཐིག་ལ་བཏབ།    །གྲོད་པ་འདྲ་ན་འཛོམས་ལ་  
བཏབ།    གཞུ་འདྲ་ན་གཉའ་རལ་ལ་བཏབ།    ཤ་རི་རྒྱག་པ་  
འདྲ་བའི་སྒྲ་ལ་བཏབ།    གཤག་དང་རི་འབྱར་འདོད་པའི་ཅེ་



ལ་བཏབ། རི་ནས་སྤྱངས་པ་འདྲ་བའི་མདུན་ལ་བཏབ། ས་  
 མཚུལ་འདྲ་བའི་དབུས་སུ་བཏབ་ན་བགྱིས་སོ།། ཡང་ནང་  
 གི་ས་དབྱ་བསྟན་པ་ནི། སྒོ་དང་ཀ་བ་འཐབ་པ་དང་། སྒོ་  
 དང་ཅིག་ཟུར་འཐབ་པ་ངན་ནོ།། དེའི་ཉེས་པ་ནི། སྒོ་ཟུར་དུ་  
 རང་མི་མི་མཐུན་པ་དང་ལོངས་སྤྱོད་བར་ཆད་འབྱུང་ངོ་།།  
 ཡང་ཁང་པ་ཟུར་གསུམ་ཡོད་པ་འབྱུང་བ་ནི། ཁང་བདག་  
 གི་ཁར་འཆི་ཞིང་རྒྱན་མ་མང་ངོ་།། ས་བྱུམ་པ་དང་། བྲིམ་  
 གྱི་སྤྱད་མཐོ་བ་དང་། ཞིང་ཆ་སྤྱད་བཟང་བ་བྱུང་ནའང་ས་  
 དབྱ་སྟེ། དེའི་ཉེས་པ་ནི། ཉེ་འབྲེལ་རྣམས་དང་ཚུང་མ་  
 རྣམས་ཀྱི་གཡོག་རྣམས་མི་འདུག་གོ།། སྒོའི་སྟེང་ལ་ཕྱ་ཚུ་  
 མནན་པ་དང་ཚུ་འབབ་པ་སྒོ་ལ་ཅིག་སྒྲ་གཏད་པ་དང་ཅིག་

ཟུར་གཏང་ན་སྒྲོ་ཕུགས་གསོ་དགའོ།། རྒྱགས་བྱང་གི་ས་  
 དག་ནི་བསྒྲོག་ཅིང་བསྐྱར་རོ།། རང་བཞིན་གྱི་ས་དག་ནི་ངོ་  
 ལོན་དང་ཏེན་འབྲེལ་གྱིས་པན། བྱས་པའི་ས་དག་ནི་  
 བསྐྱབ་ཅིང་བཅོས་པས་པན་ནོ།། ཡང་བྲིམ་གྱི་ས་དབྱུང་  
 ནི། རྟེན་དུ་སྒྲོམ་ས་ཤིས། སྒྲོ་དུ་འབྲུམ་ས་དང་ར་བ་བྱས་  
 ན་ཤིས། རུབ་དུ་སོ་མལ་བྱས་ན་ཟས་ནོར་འཕེལ། བྱང་དུ་  
 བང་མཛོད་བྱས་ན་གཞོད་སྦྱིན་འགོ། རྟེན་སྒྲོར་ཐབ་ཁ་  
 བྱས་ན་ལོངས་སྦྱོང་འཕེལ། སྒྲོ་རུབ་དུ་རང་འཐག་  
 བཅུ་གས་ན་འོག་གཞོན་ཐུབ། རུབ་བྱང་དུ་རྒྱང་དར་  
 བཅུ་གས་ན་གཡུལ་ལས་རྒྱལ། བྱང་ལྟར་དུ་ཉི་སྒྲོར་དུ་བྱས་  
 ན་ངི་ཟས་བྱམས། འདི་རྣམས་ལེགས་པའི་པན་ཡོན་ཡིན་

ནོ།། འདིར་ཁང་བྱིམ་གསར་པའི་སྒོ་བསྟན་པའི་ལེའུ་ནི།  
ཤར་སྒོ་རུབ་བྱང་གི་སྒོ་བརྒྱད་བརྒྱད།

<p>༤་བ་བྱེད་</p> <p>ཀྱི་སྒྲིག་</p> <p>ལྷན་པ་</p> <p>ལ་ངན།</p>	<p>༡་བ་ཞོར་</p> <p>གོད་མི་ཁ་</p> <p>འོང་བས་</p> <p>ངན།</p>	<p>༤་བ་ཕྱག་</p> <p>ཅིང་</p> <p>ཆེ་རིང་</p> <p>བཟང་།</p>	<p>༥་བ་ཞོར་</p> <p>དང་བྱ་</p> <p>མང་བས་</p> <p>བཟང་།</p>	<p>༧་བ་ཆེ་</p> <p>དཔལ་</p> <p>འཛོམས་</p> <p>བས་</p> <p>བཟང་།</p>	<p>༣་བ་མི་</p> <p>ཞོར་</p> <p>ཀྱན་ལ་</p> <p>ངན།</p>	<p>༢་བ་</p> <p>ཞོར་ཡོད་</p> <p>ཚོད་པ་འོང་</p> <p>བས་ངན།</p>	<p>༡༨་</p> <p>དང་པོ་</p> <p>དབྱལ་</p> <p>བས་ངན།</p>
<p>༤་བ་གང་</p> <p>ཡང་མི་</p> <p>རུང་ངན།</p>	<p>༡་བ་ཞོར་</p> <p>ཉིད་པས་</p> <p>ཉུང་</p> <p>འབྲིང་།</p>	<p>༤་བ་མེད་</p> <p>ས་ནས་</p> <p>འཕྱ་ངན།</p>	<p>༥་བ་ཟས་</p> <p>ཞོར་འཕེལ་</p> <p>བཟང་།</p>	<p>༧་བ་ནད་</p> <p>མི་ཁ་</p> <p>ཡོང་</p> <p>བས་ངན།</p>	<p>༣་བ་མི་ཞོར་</p> <p>ཀྱན་ལ་</p> <p>ངན།</p>	<p>༢་བ་རྒྱས་</p> <p>པའི་སྒྲོ།</p> <p>བཟང་།</p>	<p>སྒྲོ་དང་པོ་</p> <p>རབ་ཆད་</p> <p>བས་</p> <p>ངན།</p>
<p>༤་བ་སྐྱག་</p> <p>བསྐལ་</p> <p>ཀྱི་སྒྲོ་</p> <p>ངན།</p>	<p>༡་བ་མི་</p> <p>ཞོར་ལ་</p> <p>ནད་འོང་</p> <p>ངན།</p>	<p>༤་བ་ཅི་</p> <p>བསྐྱོ་</p> <p>འབྱུག་</p> <p>བཟང་།</p>	<p>༥་བ་སྐྱོ་</p> <p>ནད་ཡོང་</p> <p>ངན།</p>	<p>༧་བ་སྒྲོ་ཆེ་</p> <p>རིང་པན་</p> <p>ཐོག་བས་</p> <p>བཟང་།</p>	<p>༣་བ་བསྐྱོ་</p> <p>འབྱུག་</p> <p>ཀྱང་</p> <p>འབྲིང་།</p>	<p>༢་བ་ཞོར་</p> <p>འབྱུག་</p> <p>ཡང་</p> <p>འབྲིང་།</p>	<p>ཉུག་དང་པོ་</p> <p>ཆེ་ཞོར་</p> <p>འཛོམས་</p> <p>བཟང་།</p>
<p>༤་བ་བྱེད་</p> <p>ནས་ཚོད་</p> <p>པ་མང་</p> <p>བས་ངན།</p>	<p>༡་བ་</p> <p>འཕྱུག་</p> <p>ཚོད་མང་</p> <p>བས་</p> <p>འབྲིང་།</p>	<p>༤་བ་</p> <p>འཁྱུ་</p> <p>ནས་</p> <p>བཟང་།</p>	<p>༥་བ་ཅི་བསྐྱོ་</p> <p>འབྱུག་</p> <p>བཟང་།</p>	<p>༧་བ་ཆོས་</p> <p>དང་དཔལ་</p> <p>ཆེ་བས་</p> <p>བཟང་།</p>	<p>༣་བ་</p> <p>འཁྱུ་</p> <p>ཏུ་</p> <p>ངན།</p>	<p>༢་བ་མི་ཞོར་</p> <p>གཉིས་</p> <p>ཀར་</p> <p>ངན།</p>	<p>བྱང་ཀ་པོ་</p> <p>ཞོར་ཉིད་</p> <p>ཡུན་མུང་</p> <p>ངན།</p>

དེ་ན་མས་ཅིག་ཟུར་སྒོ་གཅིག་ནས་སྒོ་བརྒྱད་མཉམ་པར་  
 བགོ་བའི་གཡས་བསྒོར་དུ་ཡོང་བ་ཡིན་ནོ།། ད་ནི་ནང་གི་  
 ས་དབྱུང་བསྟན་པར་བྱ་བ་ནི། གཏུང་གཞན་གྱི་གཏུང་སྒྲ་  
 འབྱུང་ན་བཟང་། རོར་བུའི་གཟུགས་གྲིས་པས་དབང་  
 བསྒྱུར།། གཏུང་སྒོའི་སྟེང་དུ་འཁེལ་ན་མནན་གཏུང་ཟེར་ཏེ་  
 ཟུར་མི་རུང་། བྱི་སྒོའི་ཕྱོཌ་ལ་གཏུང་ཟུག་ན་རོ་འདོན་ཟེར་  
 ཏེ་མི་བྲ། ཡང་བྱི་སྒོ་དང་ཀ་བ་ཐད་ཀར་འབྱུང་ན་རྒྱལ་པོ་ཐེ་  
 རང་འབྱུང་བས་མི་བྲའོ།། སྒོ་དམའ་ན་རྒྱལ་པོའི་འཇིག་པ་  
 འོང་། སྒོ་ལྗིང་ཁང་མེད་ན་སྒོ་བུར་ནད་གཞི་འོང་། སྒོ་རང་  
 བཞིན་མགྱོགས་ན་བུ་ལོན་མང་། །སྒོ་ཕྱིར་འགྲེལ་ན་བྲིམ་  
 བདག་འགྲོ་བར་དགའ། སྒོའི་གཞོང་གྲུམ་ན་གཙོང་ནད་

རོང་། གློ་གཅིག་བྱང་ནས་སྟོ་རུ་བསྟན་ གློ་གཅིག་ཤར་  
 རས་རུབ་རུ་བསྟན་ན་སྟུག་བསྟུལ་གྱི་གློ་ཡིན་པས་མི་  
 དགོའོ། གློ་གཅིག་ཤར་ནས་རུབ་ལ་བསྟན་ གློ་གཅིག་སྟོ་  
 རས་བྱང་ལ་བསྟན་ན་ལས་སྟུང་གློ་ཡིན་འཐབ་ཚེད་དང་ཕྱ་  
 ངན་མང་། ཤར་རུབ་ཁ་སྟོད་གློ་བྱས་ན་དེ་ནི་ཐེའུ་རང་ལག་  
 སྟེལ་ཡིན། ཉི་མའི་གྱིབ་གྱིས་གཞོན་གློ་དང་། རང་གི་ས་  
 དབྱ་ཤིན་རུ་ངན། ཁང་པ་གཅིག་ལ་གློ་གསུམ་འབྱུང་ན་  
 དབྱལ་ཞིང་ཐོངས། གློ་ཤིང་ཆུང་ཞིང་སྟེལ་ན་ནོར་མི་  
 ཆགས། གློའི་མགོར་གདུང་གིས་གཞོན་ན་མཐོ་གཞོན་  
 མར་བུ་ལོན་ཡོང་། གློ་ལ་གཞན་གྱི་གློ་གདོང་མང་ན་བྱིམ་  
 མཆོས་བྱན་གཡོག་ཉི་རིང་བྱེད། གློའི་གདོང་ཤིང་ཆོར་མ་

ཅན་ཡོད་ན་མི་སྟོབས་ཅན་འོང་།      སྒོ་ལ་ལམ་སྒྲ་བྱུག་ན་  
 ཉེས་པ་སྒྲ་ཆོགས་འོང་།      བྱི་སྒོ་ནང་དུ་གཡོ་བ་དང་སྒོ་ལ་  
 ཅིག་སྒྲ་གྲང་སྒྲ་གཏད་པ་དང་།      ཅིག་བྱར་ནང་དུ་གཡོ་བ་ན་  
 མི་ཐེག་པའི་ཁུར་པོ་འབོགས་པ་དང་།      སྒོ་བྱིམ་མི་གསུམ་ལ་  
 ཆག་ཆེ།      སྒོ་མདུན་ཤིང་འབྲས་བུ་ཅན་ཡོད་ན་བས་བཅུད་  
 ཅན་སྟེར་མི་འོང་།      གྲོག་པོ་ཁ་ལོག་པར་བསྟ་བ་ནི་བཟང་  
 འོ།། ཁང་པའི་བྱི་སྒོ་སྟེར་བཏང་ནི། །ཤར་དང་སྟོར་བཟང་  
 དེ་ཡང་ནི། །ཞིབ་པར་སྟོགས་རེར་བརྒྱད་རེ་བྱེ། །ཤར་  
 གཅིག་པ་དང་གཉིས་གསུམ་དང་། །བདུན་དང་བརྒྱད་པར་  
 ངན་པ་ཡིན། །བཞི་དང་ལྔ་བྱུག་བཟང་བ་སྟེ། སྟོ་ཡི་སྟོགས་  
 གྱི་སྒོ་མོ་ནི། །དང་པོ་གསུམ་པ་བཞི་པ་དང་། །བྱུག་དང་



བརྒྱད་པ་ངན་པ་ཡིན།                      །སྒྲོ་མོ་བདུན་པ་འབྲིང་དུ་  
 བཤད། །གཉིས་དང་ལྔ་པ་བཟང་བ་སྟེ། །རུབ་སྒྲོ་དང་ཕོ་  
 བཞི་དྲུག་བཟང་།                      །གཉིས་དང་གསུམ་ལྔ་འབྲིང་དུ་  
 བཤད། །བདུན་བརྒྱད་གཉིས་ནི་ངན་པ་འོ། །བྱང་སྒྲོ་དང་ཕོ་  
 གཉིས་པ་དང་།                      །གསུམ་བརྒྱད་རྣམས་ནི་ངན་པར་  
 བཤད། །བཞི་དང་ལྔ་དྲུག་བཟང་བ་དང་། །བདུན་པ་ཉིད་ནི་  
 འབྲིང་པོ་འོ། །མཆམས་བཞི་སྒྲོ་རྣམས་ངན་པ་ཡིན། །དེ་  
 ཡང་བྱེ་སྒྲོ་སྒྲེས་པ་གཙོ།                      །ནང་སྒྲོ་བྱད་མེད་གཙོ་བོ་  
 བཞེད། །དེ་ཡང་དབང་ཐང་རང་རང་གི །མ་ཡི་སྤྱོད་གས་ལ་  
 བཤད་པ་ཡིན། །སྟག་ཡོས་ལོ་པ་ཤར་སྒྲོ་བཟང་། །སྒྲོ་དང་  
 རུབ་དུ་ངན་པ་ཡིན།                      །བྱང་སྒྲོ་བསྟན་པ་དཔལ་གྱི་

གློ་ །མཆམས་བཞིར་བསྟན་པ་གྲོགས་ཀྱི་གློ་ །ཏྲ་སྒྱུ་ལ་ལོ་  
 པ་སྟོ་ཤར་བཟང་། །བྱང་དང་མཆམས་བཞིར་ངན་པས་  
 སྤང་། །བྱ་སྤྱེལ་རྒྱབ་དང་མཆམས་བཞིར་བཟང་། །སྟོ་དང་  
 བྱང་ངན་ཤར་དུ་གྲོགས། །བྱི་ཕག་བྱང་དང་རྒྱབ་སྟོར་  
 བཟང་། །ཤར་དུ་ངན་ཏེ་སྟོ་སྟོ་གྲོགས། །གཤེད་བཞི་  
 མཆམས་དང་སྟོ་སྟོ་བཟང་། །ཤར་སྟོ་ངན་ཏེ་བྱང་སྟོ་  
 གྲོ། །རྒྱབ་སྟོ་བསྟན་པ་སྟོང་པའི་གློ་ །ཡང་ན་རུས་  
 ཁམས་གང་ནི་གང་། །དེ་ཡི་རང་རང་གྲོགས་ཐོག་  
 ཁམས། །ཡང་ན་མ་ཡི་སྟོགས་ལ་གཏད། །སྟོ་དཔང་དམའ་  
 ན་འདྲེ་གཏོན་གཏོན། །སྟོ་སྟོགས་མེད་ན་ནོར་རྩས་  
 ཅུང་། །ཡང་ན་འཁྱུ་ནད་གཙོང་ནད་འབྱུང་། །ནད་དུ་གྱུམ་

ན་གོད་ཁ་ཡོང་།                      ། བྱིར་གྲུམ་ཁང་པའི་བདག་པོར་  
 ངན།    ། རྫོ་ཡི་ཡ་ལྷེ་བ་ལེགས་ལུབ་བཟང་།    ། མ་ལུབ་སྒོ་  
 ལུང་ལུགས་ནད་འབྱུང་།                      ། རྫོ་ཡི་ཐད་ཀར་ས་རལ་  
 ན།    ། དུགས་ས་མང་པོ་འབྱུང་བར་འགྱུར།    ། བདེ་དང་སྦྱག་  
 བསྐལ་སྒྲ་ཆོགས་པ།                      ། རྫོན་ལས་ཡིན་པར་གསུང་ན་  
 ཡང་།    ། གནས་སྐབས་དབུལ་པོངས་དར་རྒྱད་དང་།    ། བྱ་  
 ཆ་རིགས་རྒྱད་འཕེལ་འགྲིབ་དང་།    ། ནད་དང་སྦྱག་བསྐལ་  
 རི་སྟེང་ཀུན།                      ། དུལ་མཁར་ས་དབྱུང་ལེགས་ཉེས་  
 དང་།    ། བྱིས་པའི་བཅས་སྤང་བཟང་ངན་དང་།    ། བག་མ་  
 དང་ནི་གཞིན་ལས་ཀྱི།    ། ཕྱིས་ལུགས་མཁས་པའི་བྱེ་བྲག་  
 ལས།    ། ལུང་བ་མང་བས་ཞིབ་དཔྱེད་མཛོད། ། །

མ འབྲུག་གཟའ་དང་ཐོད་གཟའ་གཉིས་ཀྱི་འབྲུང་ཁུངས་  
 བཅི་ལུགས་ཁྱད་པར་འཕགས་ཚུལ་བཅས་རྩུང་བད་ཁྱ་ན།  
 རང་རེ་འབྲུག་གཟའི་འབྲུང་ཁུངས་ནི། བྱ་སྟོན་ལ་སོགས་  
 བ་ཐོད་སྒྲ་རབས་ཀྱི་མཁས་བ་སེངྒེ་ལྟ་བུ་ནམས་ནས་ཀུན་  
 མཁྱེན་པར་དཀར་ཐོ་དང་། །མཁས་གྲུབ་ལྟ་དབང་སྟོ་  
 གྲོས། ཞབས་རྩུང་རིན་ཐོ་ཆེ་བཅས་ཀྱིས་དགོངས་ཤིང་  
 བཞེས་བ་ལས་བྱུང་། ཐོད་གཟའི་འབྲུང་ཁུངས་ནི། རྗེ་ཙོང་  
 ཁ་བ་ཆེན་པོའི་དངོས་སྟོབ་ལུག་བ་ལྟུན་གྲུབ་རྒྱ་མཆོ་ཡབ་  
 སྒྲས་དང་བཅས་པའི་དགོངས་བཞེས་ལས་བྱུང་། །རེས་  
 གཟའ་སོ་སོར་འགྲོ་བའི་འབྲུལ་གཞི་ནི། རིགས་ལྡན་པར་  
 དཀར་ཐོ་དང་། །རྒྱ་གར་གྱི་སྟོབ་དཔོན་ཨ་ལྷ་ཡས། ཨང་

གཅིག་ཉི་མ་ཡིན། ཡང་གཉིས་ཟླ་བ་ཡིན། ཡང་གསུམ་  
 མིག་དམར་ཡིན་ཞེས་དངོས་སུ་གསུངས་པའི་དགོངས་པ་  
 ལེན་ཚུལ་ལས་བོད་གཟའ་ཉིན་སྤྲ་མར་དང་ འབྲུག་གཟའ་  
 ཉིན་ཕྱི་མར་འཆར་བའི་ལུགས་གཉིས་བྱུང་ངོ་།། བོད་  
 ལུགས་དང་འབྲུག་ལུགས་ཀྱི་ཟླ་ཐོའི་ནང་གཟའ་གནས་སུ་  
 ཡང་གཅིག་གཉིས་སོགས་འཆར་བ་ལ་བྱུང་པར་སྤྱ་ཅེ་  
 ཅུ་མེད་ན་རེས་གཟའ་སྤྱ་ཉིང་དུ་འགྲོ་བའི་རྒྱ་མཚན་གང་  
 ཡིན་ཞེ་ན། ལུག་པ་སོགས་བོད་ཕྱི་རབས་ཀྱི་མཁས་པ་  
 རྣམས་ཀྱིས་རྒྱ་ལ་སོགས་ནས་གཅིག་ཉི་མ་གཉིས་  
 ཟླ་བ་སོགས་མདོན་སུམ་དུ་གསུངས་པས་དེ་རིང་གཟའ་  
 གནས་སུ་འཆར་བའི་གཅིག་ཉི་མ་འདི་ སང་ཐོ་རངས་ཀྱི་

བར་གནས་པའི་རེས་གཟའ་ཡིན་པས་གང་འཆར་བ་འདི་  
 ད་ལྟ་བ་ཡིན། གཤམ་ཏེ་ཨང་གཅིག་འཆར་བ་འདི་རེས་  
 གཟའ་ལྷ་བ་ཡིན་ན་རྒྱུད་འགྲེལ་སོགས་དང་དངོས་འགཤམ་  
 ཏུ་འགྱུར་ཞེས་སྟོན་བཟོད། བུ་སྟོན་སོགས་བོད་སྡེ་རབས་  
 གྱི་མཁས་པ་རྣམས་གྱིས་ནི་གཟའ་གནས་སུ་ཨང་༡་འཆར་  
 བ་འདི་རེས་གཟའ་ཉི་མ་ཡིན་པར་ཁོ་བོ་ཅག་གྲང་ཞིན་ཏུ་  
 འདོད་མོད། འོན་ཀྱང་ད་ལྟ་ལོངས་སྟོན་མཁན་གྱི་རེས་  
 གཟའ་ཞིན་ཏུ་མི་འཐད་དེ་རེས་གཟའི་གནས་གྱི་ཨང་  
 གཅིག་འདི་ཉིན་ཞག་གི་ཚུ་ཚོད་ཁ་གང་ནས་སྟེ་བས་པ་  
 ཡིན་པའི་བྱིར། དེ་བས་གཟའི་གནས་གྱི་ཨང་གཅིག་རེས་  
 གཟའ་ཉི་མ་འདི་ཐོ་རངས་མཐའ་ནས་རྫོགས་བེན་པས་

འདས་པ་ཡིན་ལ། རྣམ་ལངས་ནས་བཟུང་སྟེ་ཆོས་བྱི་མའི་  
 གནས་སུ་ཡོད་པའི་ཨང་གཉིས་རེས་གཟའ་ལྷ་བ་འདི་ད་ལྟ་  
 ལོངས་སྟོང་མཁན་བྱེད་དེ་སང་ཐོ་རངས་སྟག་གི་བར་  
 གནས་པར་གསུངས།      དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པར་ད་ལྟ་གང་  
 འཆར་བའི་རེས་གཟའ་འདི་ད་ལྟར་སྟོང་མཁན་ཡིན་ན་ལོ་  
 གཅིག་ལ་རེས་གཟའ་སུམ་བརྒྱ་དྲུག་ཅུ་རེ་ལྟ་འོང་དགོས་  
 རྒྱ་ལ་རེས་གཟའ་སུམ་བརྒྱ་རེ་གསུམ་སྟག་ཙམ་ལས་མེད་  
 པའི་སྟོན་དུ་འགྱུར་རོ་གསུངས་པ་ལྟར་ཆོས་དང་འཇིག་  
 ཉིན་གྱི་རྣམ་གཞག་གང་ལ་རིགས་བསྐྱེས་ཏེ་དབྱེད་ཀྱང་  
 འབྲུག་པའི་རེས་གཟའ་བཅི་ལྷགས་འདི་ལ་སྟོན་ཕྱ་མོ་ཙམ་  
 མ་མཐོང་ངོ་།།      ཞེས་སྐྱབས་རྗེ་ལྷ་མེད་ཆང་ཁ་རིན་པོ་ཆེ་



པརྩ་ནམ་རྒྱལ་གྱིས་གསུངས་སོ།།

༥ ཡང་།

མཁུན་བཙེའི་བདག་ཉིད་སྟོབ་མཆོག་གི་ཞབས་བྱང་དུ།

གུས་པས་ཞུ་གསོལ། ཟབ་རྒྱས་ཆོག་གས་གཉིས་ལས་གྲུབ་

པའི་སྐྱ་མཛད་ཡར་ལྷའི་དཔལ་མོ་ལ་འགྲན་བཞིན་

བཞུགས་པ་བྱགས་རྗེ་སྙིང་ནས་ཆེ་ཞིང་། འདིར་གུས་

པའང་ན་ ཆོད་ཀྱི་ཁུར་སྡེ་ཡང་ཆོས་སྟོད་མི་དམན་ཅམ་དུ་

མཆིས། མཆོམས་གསོལ། བཀའ་ཐེབས་བཞིན་ དེས་

གཟའ་འདས་པ་དང་ད་ལྟ་བའི་སྐོར་གུས་རང་ནས་ཅི་ཤེས་

གང་ཤེས་མདོ་ཅམ་ཞུ་ན། དེས་གཟའ་འདས་པ་ད་ལྟ་

འབྲུག་གཟའ་ཞེས་གྲགས་པ་འདི་ཉིད་དེང་སང་མཁས་སྟུན་

ཐིང་གྱིས་འབྲུག་པའི་གང་ཟག་མཁས་སྟུན་འགའ་ཞིག་

གིས་བརྩམས་པའི་ལུགས་ངན་ཞིག་ཡིན་པ་འདྲ་བསམས་  
 ཏེ་བརྩམས་བཅོས་སྣ་དགུ་མཛད་མུས་འདུག་པ་བཞིན།  
 གུས་ཕྱན་རང་ལ་སྡོན་ཐར་སྤིང་སྡོབ་ཞིང་གཤེགས་བསྟན་  
 པ་རིན་ཆེན་མཆོག་གི་ཞལ་སྡེ་ནས་མདོ་ཁམས་ལུང་པར་  
 ཅིས་ལ་མཁས་པ་སྤྲ་མ་བུ་བསྟན་སྟན་གྲགས་སྟ་བུ་སྟ་  
 ཡང་མེད། དེ་ཉིད་ལ་ཀུན་མཁྱེན་པརྩ་དཀར་པོས་མཛད་  
 པའི་འདས་གཟའི་སྐོར་གྱི་ཡིག་ཆ་སྟུན་འབུལ་ཞུས་ཆོ།  
 མཁས་པས་གསུངས་ན་ཅི་ཡང་བདེན་པ་ལྟར་སྟོ་སྟོངས་  
 འབུག་པའི་རེས་གཟའ་བཅེ་ལུགས་འདི་ ཡང་དག་མིན་  
 ཅེས་གཏན་ནས་ཞུ་ཤེས་གྱི་མི་འདུག་ཅེས་གསུངས་གྱི་  
 ཡོད། ཁྱོད་གྱིས་དཔལ་ལྷན་འབུག་པའི་བསྟན་པ་སྟུར་

བགྱིན་བསམ་ཤེས་ཀྱི་སྒོ་ནས་ཞབས་ཕྱི་ཞུ་དགོས། སྒོ་ས་  
 རེས་གཟའ་བཙུ་ལྷགས་འདི་རང་རེའི་འབྲུག་ལྷགས་སྟར་  
 དུ་རང་བཙུ་དགོས་ཞེས་བཀའ་ཕེབས་ཤིང་། དེ་བཞིན་  
 ཆོས་རྒྱལ་ཞིང་གཤེགས་འཛིགས་མེད་དབང་ལྷག་མཆོག་  
 ལའང་རྒྱ་མཚན་ལྷལ་ཕྱིན་ཀྱི་སྒོ་ནས་ཞུ་འདུག་པར། ཆོས་  
 རྒྱལ་ཆེན་པོའི་ཞལ་ནས་ཀྱང་གྲུས་སྤོར་རང་གཞན་སྤྱི་བྱུང་  
 སྤོར་ལ་བོད་གཟའ་གཏན་ནས་བཙུ་མི་ཆོག་པའི་བཀའ་རྒྱ་  
 དམ་པོར་གནང་སྟེ་ཡོད་ཀྱང་། བོད་ཕྱོགས་ཀྱི་ལྷ་མོ་ནི་  
 རྒྱས་ཤིང་ཁ་གསལ་ལ་བྱེད་བདེ་བ་མང་པོ་ཐོན། །རང་  
 རེའི་འབྲུག་པའི་ལྷ་མོ་ནི་བསྐྱུས་ཤིང་ཁ་མི་གསལ་བ་ཉུང་  
 དུ་བྱུང་ཆུང་ཤ་སྟག་བྱུང་། །དེ་དུས་གྲུས་སྤོར་རང་ལའང་

རྣམ་དཔྱོད་ཀྱིས་ལེགས་ཉེས་གང་ཡིན་བརྟགས་དཔྱད་  
 ཐུབ་པའི་རང་དབང་དེ་ཙམ་མ་ཐོབ་པས། རྒྱལ་པོ་མཆོག་  
 གི་ཞབས་སྤྱི་ཞུས་ཏེ་སྡོད་རིང་ནི་སྐྱེ་ཞབས་རང་གི་  
 དགོངས་དོན་རིགས་ལ་བཀའ་བཞིན་ འབྲུག་གཟའ་ཁོ་ན་  
 ལྟར་བྱེད་ རང་ག་ཞན་སྤྱི་ཁྱབ་ཀྱི་དོན་རྣམས་ལ་ནི་བོད་  
 གཟའ་དང་འབྲུག་གཟའ་སྐབས་གང་བདེར་བྱས་པ་ཙམ་  
 ལས་མ་བྱུང་། བོད་ལ་སྡོད་རིང་ནི་གཞུང་གི་ཐོས་བསམ་  
 ཁོ་ན་ལ་ཁ་སྐྱར་སོང་བས་ཅིས་གཞུང་རྣམས་ལ་བལྟ་རྟོག་  
 བྱེད་ལོང་མ་བྱུང་། སྤར་འབྲུག་ལ་འབྱོར་ཏེ་ཤར་ཐོགས་  
 དག་མེད་ཅེར་སྡོད་སྐབས་སྐར་ཅིས་ལྷ་བསྐྱས་གཟའ་ལྷ་  
 བཅས་ཤེས་མཁན་སྟོབ་མ་ཉི་ཤུ་ཅུ་ལྷ་ཙམ་འདྲོམས་པས།

ཐར་སྒྲིང་སྒྲོབ་ཞིང་ག་ཞེགས་ཀྱི་ལུང་བསྟན་ལྟར་འབྲུག་  
 ཅིས་འདི་ལ་རུང་བད་པན་ཐོག་རྒྱས་སམ་སྟམ་ཅིས་གཞུང་  
 གང་ཅིད་བསྟུས་ཏེ་བལྟ་ཏོག་བྱེད་རྒྱུ་འགོ་བཙུགས་ཞིང་  
 བྱད་པར་དུ་ད་ལྟའི་ཆོས་ཆོགས་སྟོན་པོ་མཆོག་སྐྱེད་སྟོན་  
 མཛད་དེ་བཞུགས་སྐབས་ལུང་པ་གཅིག་གི་ནང་རེས་  
 གཟའ་གཉིས་བཅི་རྒྱ་འདི་སྟབས་བདེ་པོ་རྩ་ལས་མི་འདུག་  
 ད་ནས་འབྲུག་གཟའ་ཁོ་ན་བཅི་རྒྱ་མ་གཏོགས་བོད་གཟའ་  
 གཏན་ནས་བཅི་མི་ཆོག་པ་བཟོ་རྒྱ་ཡིན། བྱིད་ཀྱིས་རང་  
 རེའི་ལུགས་ཀྱི་སྟོ་ཐོ་ཡང་བོད་ལུགས་ཀྱི་སྟོ་ཐོ་ལས་མི་  
 ཞན་པ་ཞིག་བཟོ་དགོས་ཞེས་བཀའ་ཐེབས་པ་ལྟར། གུས་  
 ཐུན་པས་ཀྱང་སྦྱར་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཞབས་ཕྱི་ སྟོས་དཔལ་

ལྟན་འབྱུག་པའི་བསྟན་པ་ལ་ཞབས་ཕྱི་འབྱོར་ངེས་པ་ཞིག་  
 གྲུ་དགོས་བསམ་ རང་སྟོབ་ཐུབ་ཆོས་ལ་བསྐྱབ་སྟོན་གང་  
 ཟབ་ཀྱི་སྟོན་ས་རང་ལུགས་ཀྱི་ཚྭ་ཐོ་ བོད་ལུགས་ཀྱི་ཚྭ་ཐོ་  
 ལས་མི་ཞན་པ་བཅོས་ཏེ་ཁྱབ་སྤེལ་བྱས་ཤིང་། བྱད་པར་  
 རང་རེའི་བསྟན་ཅིས་དང་གཟའི་སྐྱོར་རྣམས་ལ་ལྟག་པའི་  
 ལྟར་གསོལ་བ་འདེབས་བཞིན་པ་ཐོར་གཙང་ཞེན་ལྟ་བུའི་  
 ཕྱོགས་ལྟར་མེད་པའི་སེམས་ཀྱིས་བརྟགས་དབྱུད་ཞིབ་  
 མོར་བྱས་ཆེ་ཡོན་ཏན་ངོ་མཆར་ཆེ་རུ་འགྲོ་བ་མ་གཏོགས་  
 སྟོན་རུ་མ་མཐོང་། འོན་ཀྱང་རང་སོ་སྟེའི་སྟོ་ལ་ངེས་པ་  
 མེད་སྟམ་གཟའ་དང་བསྟན་ཅིས་གཉིས་ཀྱི་སྐྱོར་ཀྱན་  
 གསལ་ནང་དང་ཚྭ་ཐོའི་མཇུག་ཏུ་བྲིས་ཏེ་ལན་གཉིས་ཙམ་

རེ་ཕུལ་ཡོད་པ་བཞིན། གཤེས་ལུགས་དང་མཐུན་པའི་  
 ལན་ཟབ་མོ་རེ་གནང་འོང་ཆེ་ལེགས་ཉེས་སྒྲོ་འདྲིགས་ཆོད་  
 པའི་ཐབས་ཤེས་རེ་ཅི་ཀྱང་ཡོད་རེ་ཆེ་ཡང་བཟང་ལན་ངན་  
 ལན་གང་ཡང་གནང་མཁན་མ་བྱུང་ཞིང་། མི་དབང་སྒྲོན་པོ་  
 མཆོག་ནས་ཀྱང་སྒྲུབ་བཞིན་གྱི་ཞལ་བཞེས་བཏང་སྟོ་སྟུ་  
 མཛེད་པས་སྟོངས་པའི་ཐུན་ཁང་དུ་སྦྱིད་བུར་མི་ཉལ་  
 ཐབས་མེད་བྱུང་། དེ་ལྟར་སྦྱིའི་གནས་ཚུལ་རགས་ཅམ་  
 སྒྲོན་འགྲོར་ཞུས་ཏེ་དངོས་གཞི་འདས་གཟའ་དང་ད་ལྟ་བའི་  
 རེས་གཟའི་ཤན་འབྱེད་ཅུང་ཟད་ཞུ་རྒྱ་ལས། དང་པོ་འབྱུང་  
 བྱུངས་ནི། རང་རེ་འབྱུག་པའི་རེ་གཟར་གྲགས་པའི་འདས་  
 གཟའ་འདི་ཉིད་ནི། སྟོངས་འདིའི་མཁས་སྒྲོན་སུས་ཀྱང་



གསར་དུ་བརྩམས་པའི་ལུགས་མིན་ཏེ།      བོད་སྐད་རབས་  
 མཁས་པ་ཆེན་པོ་བྱ་སྟོན་བྱ་དོལ།      ཞོང་དོ་རྗེ་རྒྱལ་མཆོན་  
 དཔང་ལོ་རྩ་བ་སློ་གྲོས་བརྟན་པ་      སྟག་ཆང་ལོ་རྩ་བ།  
 མཁས་གྲུབ་གཡུང་སྟོན་ཆེན་པོ་སོགས་དཔལ་དུས་ཀྱི་  
 འཁོར་ལོའི་མངའ་བདག་ཏུ་བཞུགས་པ་རྣམས་ཀྱི་བཞེད་  
 པ་ཡིན་ལུགས་རང་རང་སོ་སོའི་ཡིག་ཆ་དང་། བྱད་པར་དུ་  
 སྟག་པའི་པད་དཀར་ཞལ་ལུང་སོགས་ཀྱི་ནང་སྐྱ་གྲོལ་  
 བྱས་ཏེ་བཀོད་འདུག་པ་ལས་གསལ།      ད་ལྟ་བོད་གཟར་  
 གཤམ་པའི་ད་ལྟ་བའི་བརྩེ་ལུགས་འདི་ནི་སྟག་པ་ཡབ་  
 སྐུ་རྗེས་འབྲངས་དང་བཅས་པའི་བཞེད་པ་ཡིན་ལུགས་  
 སོ་སོའི་ཡིག་ཆ་ལས་གསལ།      ཎྟ གཉིས་པ་དེང་སང་

ཡུལ་དང་གང་ཟག་གང་གི་ཕྱོགས་ལ་དར་བའི་ཚུལ་ནི།  
 འདས་གཟའ་བཅི་ལྷགས་འདི་ཉིད་ཆོས་རྗེ་ཀུན་མཁྱེན་  
 བསྐྱ་དཀར་པོའི་གསང་བ་བཤད་མཛོད་ཆེན་མོ་དང་  
 མཁས་གྲུབ་ལྷ་དབང་སྟོ་གོས་ སྒྲན་སྟོངས་རྒྱལ་ཁབ་ཆེན་  
 པོའི་འདིའི་རྣམ་འདྲན་ཞབས་བྱུང་རིན་པོ་ཆེ་སྐུ་དངོས་ཀྱི་  
 བཀྱིན་ལ་བརྟེན་སྟོངས་འདིར་དཔལ་ལྷན་འབྱུག་པའི་  
 བསྐྱ་པ་འཛིན་མཁན་རྣམས་ལ་དར་ཞིང་དག་ལེགས་ཀྱི་  
 ཡོན་ཏན་འབྱུང་བཞིན་འདུག་པ་དང་། རེས་གཟའ་ད་ལྷ་  
 བའི་བཅི་ལྷགས་འདི་ཉིད་ནི་ཆོས་རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོའི་  
 དངོས་སྟོབ་ལྷག་པ་ལྷན་གྲུབ་རྒྱ་མཚོ་ཡབ་སྐུ་དང་  
 བཅས་པས་སྟོལ་བཏོད་ཅིང་། རེས་འདུག་དེ་སྤིད་སངས་

རྒྱལ་མཆོ་ བོད་རྗེར་གྱུར་པའི་དབང་གིས་བྱབ་གདལ་དུ་  
 མཛད་པ་བཞིན་དགེ་ལྡན་པའི་ལུགས་འཛིན་གྱི་ཆེ་བའི་  
 དུལ་ལ་འཆི་གསོས་སྟའི་བདུད་ཅི་ལྟར་མཐོང་ནས་དང་།  
 བཀའ་རྟེན་སོགས་ཀྱི་ལུགས་འཛིན་གཞན་རྣམས་ནི།  
 སྤྱིར་ལུང་རྟོགས་ཀྱི་མཁྱེན་པ་མཐོ་ཡང་ཅིས་གཞུང་རྣམས་  
 ལ་དེ་ཙམ་གྱི་རྟོག་དཔྱད་མི་མཛད་པར་འཇིག་རྟེན་ཡོངས་  
 གྲགས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྱངས་ཏེ་བཞུགས་པར་མཛོད། སལ་  
 ཆེར་གྱི་བོད་སོགས་འཇམ་སྤིང་ཐིང་རེས་གཟའ་བཙུ་  
 ལུགས་གཅིག་ཡིན་པས་མཐུན་པའི་ལྟོན་ཆེ་ཞིང་། སྤྲོ་  
 རྒྱུ་ལྟེན་ཁབ་གཅིག་ལུ་བཙུ་ལུགས་མི་འདྲ་བས་མི་  
 མཐུན་པའི་སྟོན་ཆེ་བའི་གཞོད་བྱེད་གཏོང་བའི་རྣམ་སྤྱོད་ཆེ་

ཡང་ཕྱི་ལུགས་ ངལ་གསོ་ཞག་བདུན་པ་དང་ རེས་གཟའ་  
 ཉི་མ་ཁ་སྐྱར་ཏེ་བཅི་བ་དེ་ཡང་བོད་གཟའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་  
 པ་ཅམ་ལས། ཁོང་གི་ལུགས་ལ་རེས་གཟའ་བདུན་པོ་  
 སྐྱེས་ཚུལ་དང་། ད་ཉླ་རྒྱ་ཚུལ་སྐྱེ་འགྲོ་སེམས་ཅན་ལ་ཕན་  
 གཞོད་བྱེད་ཚུལ་སོགས་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་རང་བཤད་རྒྱ་ཨེ་  
 ཡོད་སྟུང་། ཁོང་གིས་ངལ་གསོ་ཞག་བདུན་པའི་རྣམ་  
 གཞག་བཤད་པ་དེ་ནི་རེས་གཟའ་མིན་ཏེ་ཡེ་ཤུ་དུར་ནས་  
 བཞེངས་ཏེ་ཞག་གཅིག་ནས་དུག་གི་བར་སེམས་ཅན་གྱི་  
 དོན་མཛད་ཞག་བདུན་པར་ཡེ་ཤུ་སྐྱེ་ངལ་བསོས་ཏེ་  
 བཞུགས་པའི་རྣམ་གཞག་ལས་བྱང་བའི་ཕྱིར་རོ།། ལྷོ  
 གསུམ་པ་རེས་གཟའི་གནས་གཅིག་ལ་བཅི་ལུགས་མི་

འདྲ་བའི་དབང་གིས་རེས་གཟའ་སྤྲ་བྱི་སོ་སོར་འགྲོ་དགོས་  
 པའི་འཁྱུལ་གཞི་གང་ཡིན་ཞེ་ན། རིགས་ལྡན་པ་རྣམས་དཀར་  
 བོས་མཛད་པའི་འགྲེལ་ཆེན་ལས་དྲིས་པའི་དབྱངས་  
 བརྟགས་པའི་སྤྱ་ཨང་གཅིག་ལ་ གཟའ་ཉི་མར་བཤད་པ་  
 དང་། རྒྱ་གར་གྱི་སྟོབ་དཔོན་ཨ་ལྷ་ཡས་དུས་འཁོར་ལོ་  
 འཇུག་པར་ཨང་གཅིག་ལ་སོཌ་པས་ཉི་མ་ལ་སོགས་པའི་  
 གཟའ་རྣམས་རྟོགས་པར་བྱེད་དོ། ། ཞེས་བཤད་པ་རྣམས་  
 སོ། །     ༥   བཞི་པ་འཁྱུལ་ལྷགས་རི་ལྟར་འཁྱུལ་ཞེ་ན།  
 གཟའ་ད་ལྟ་བར་འདོད་མཁན་རྣམས་རིགས་ལྡན་པ་རྣམས་  
 དཀར་བོ་དང་སྟོབ་དཔོན་ཨ་ལྷ་ཡས་ཨང་གཅིག་གཟའ་ཉི་  
 མ་ཡིན་ལ། དེ་ཉིད་དེ་རིང་གི་ནམ་ལངས་ནས་བརྩམས་ཏེ་

སང་ཐོ་རངས་ཀྱི་མཐའི་བར་གནས་པའི་ཕྱིར་ རེས་གཟའ་  
ཟླ་བ་ཡིན་ན་རྒྱུད་ལས་གཅིག་ཉི་མ་ཞེས་གསུངས་པ་དང་  
དངོས་འགལ་དུ་འགྱུར་ཞེས་སྟོན་བཟོད། འདས་གཟའ་  
ཅིས་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་ཨང་གཅིག་ལ་གཟའ་ཉི་མ་ཞེས་  
གསུངས་པ་དེ་ཤིན་ཏུ་བདེན་མོད་ འོན་ཀྱང་རེས་གཟའི་  
གནས་སུ་ཨང་གཅིག་ཉི་མར་ཤར་བ་དེ་ད་ལྟ་བུ་ཡིན་པར་  
མ་གྲུབ་སྟེ། ཚུ་ཆོད་དུག་ཅུ་ཁ་མ་ལོངས་ཅམ་གྱི་བར་རེས་  
གཟའ་ཉི་མ་རྒྱ་བའི་དུས་ཡིན་ཀྱང་ ཚུ་ཆོད་ཁ་གང་མ་ཐག་  
ཨང་གཅིག་རེས་གཟའ་ཉི་མ་གཟའི་གནས་སུ་འཕོས་པ་དེ་  
འདས་པ་ཡིན་དགོས་ཏེ་དུག་ཅུས་བགོས་པའི་ལྷག་མ་ཚུ་  
ཆོད་སོགས་གང་ཡོད་ཐིང་གནས་ཕྱི་མའི་ཨང་གཉིས་པ་

རེས་གཟའ་ལྷ་བའི་རྒྱ་ལས་འཕོས་པས། ཡང་གཅིག་རེས་  
 གཟའ་ཉི་མ་དེ་སྤྱོད་ཐོ་རངས་ཀྱི་མཐའ་ནས་འདས་ཏེ།  
 གནས་སྤྱི་མའི་ཡང་གཉིས་པ་རེས་གཟའ་ལྷ་བ་དེ་ནམ་  
 ལངས་ཀྱི་ཆུ་ཚོད་དང་ཕོ་ནས་འདིར་འགོ་བཙུག་ཆར་བས།  
 གང་ཤར་བའི་ཡང་གཅིག་རེས་གཟའ་ཉི་མ་དེ་འདས་པ་  
 ཡིན་ལ། སྤྱི་མའི་གནས་ཀྱི་ཡང་གཉིས་རེས་གཟའ་ལྷ་བ་  
 དེ་ད་ལྟ་རྒྱ་བཞིན་པ་ཡིན་ལ། ཉི་མ་ལྟ་བུ་དེ་ད་ལྟ་འབྱུང་  
 བཞིན་པའི་རེས་གཟའ་ཡིན་ན། འཁོར་འདས་དུས་གསུམ་  
 ཀྱི་ནམ་གཞག་གི་འགོ་ལུགས་ཐིང་འཁྱུག་པར་གྱུར་ཏེ།  
 དཔེར་ན་དདུལ་ཚོང་པ་སོགས་ལ་དདུལ་བརྒྱ་དང་རྫོག་པོ་  
 གཅིག་འགོ་དུས་དདུལ་རྫོག་པོ་གཅིག་ཕུ་དེ་དདུལ་གངས་



ཉིས་བརྒྱའི་རྒྱ་ལས་གཅིག་བརྒྱའི་རྒྱ་མ་ཡིན་      དེའི་ཕྱིར་  
 དངུལ་གྲངས་གཅིག་བརྒྱ་དེ་ཉིད་ཉིས་བརྒྱ་ལ་སྟོས་ནས་  
 འདས་པའི་དངོས་པོའི་གྲངས་སུ་བཞག་དགོས་པ་དང་།  
 དེ་བཞིན་ས་དང་པོ་ཐོབ་ཟེན་པའི་གང་ཟག་དེས་ལམ་  
 ཆོག་ས་གཉིས་གསོག་པ་དེ་ཡང་ས་གཉིས་པའི་རྒྱ་ལས་  
 ས་དང་པོའི་རྒྱ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།      རྒྱ་གསོག་བཞིན་པའི་  
 ས་གཉིས་པ་ལ་སྟོས་ཏེ་རྒྱ་བསམ་ཆར་བའི་ས་དང་པོ་དེ་  
 འདས་པར་བཞག་དགོས་པ་བཞིན་ནོ།། ཞེས་གསུངས་པ་  
 སོའི་ཀྱི་དབྱུང་པ་མཐའ་ཡས་ཀྱང་ད་ལྟ་འདིར་མཆོན་ཅིམ་  
 ཞིག་ཕུལ་ཡོད།      ༥ ལྷ་པ་ཡིད་ཆེས་རྟེན་རྩལ་ནི། གུས་  
 སྒན་པས་སྟོགས་སྤྱང་མེད་པའི་སེམས་ཀྱིས་ལན་བརྒྱར་

དབྱུང་ཁྱད་བོད་སྒྲ་རབས་པའི་མཁས་པ་རྣམས་དང་ཀུན་  
 མཁྱེན་པ་རྣམས་དཀར་པོ་ཡབ་སྐུས་ཀྱི་བཞེད་པ། རེས་གཟའ་  
 འདས་པའི་བཙུང་ལུགས་སོགས་ལ་ཡིད་ཆེས་དང་ངོ་  
 མཆར་ཆེ་རུ་འགྲོ་བ་མ་གཏོགས་མི་འབྲད་པའི་སྒྲིན་ཞིག་  
 ཅུ་ལས་མཐོང་གི་མི་འདུག། འོན་ཀྱང་གོང་ཁྱུས་སྟར་རང་  
 སོ་སྒྲིའི་དབྱུང་པ་ལ་རང་ཉིད་སྒྲོ་ཁེལ་མ་བྱུང་བས་ སྒྲིན་སྒྲི་  
 ལོ་མཁན་རིན་པོ་ཆེ་ཏྟ་མགོར་བཞུགས་དུས་རེས་གཟའི་  
 སྒྲིར་སོགས་ལ་དོགས་གཅོད་མཐེལ་སྒྲིན་ཁྱུས་ཆོ།  
 ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ཏེ་བཞུགས་པ་ཅམ་  
 ལས། ཅིས་གཞུང་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་ནང་ཡོད་པའི་དགག་  
 སྒྲིབ་ཀྱི་གནད་རྣམས་བྱར་ཅམ་ཡང་གསུངས་མ་བྱུང་།

སྐར་ནག་གི་ཅིས་རྩུང་ཟད་རེ་བ་འད་པ་ཐིང་ནི་གཞུང་རིག་  
 གནས་ཀྱི་འགོ་ལྷགས་མི་མཆིན་པ་འགྲུག་འདུག་པས་ཞུ་  
 ས་མ་ཉིད། ཀུན་མཆིན་པརྩ་དཀར་པོ་ཡབ་སྐུ་ཀྱི་གསུང་  
 རྣམས་ཀྱི་བཞེད་པ་འདས་གཟའ་བཙུ་ལྷགས་སོགས་སྒྲ་  
 རྟོལ་བྱས་བཀོད་དེ་དགག་སྒྲུབ་མཛད་འདུག་ཀྱང་མགོ་  
 མཚུངས་རིགས་པ་ཅམ་ལས་མི་འདུག་པས་ཡིད་མ་  
 ཁེངས།      མི་ཕམ་རིན་པོ་ཆེའི་དུས་འཁོར་གྱི་འགྲེལ་པ་  
 གསུམ་གྱི་ནང་དུ་ནི།      འདས་གཟའ་དང་ད་ལྟ་བའི་གཟའི་  
 སྐོར་མིང་ཅམ་ཡང་གསུངས་མི་འདུག ཉིན་བྱེད་སྒྲུང་བ་ཅ་  
 འགྲེལ་གྱི་ནང་དུ་ནི་རེས་གཟའི་སྐོར་ལྷག་པས་དགག་སྒྲུབ་  
 མཛད་པ་དེས་འཐུས་པས།      སྐར་མི་རྩོས་སོ་ཞེས་བཏང་

སྟོམས་མཛད་པའི་གསུང་འདྲ་ཞིག་འདུག གང་ལྟར་ཡང་  
 གུས་ཕྱན་པས་ནི་འདས་གཟའ་ལ་ཡོན་ཏན་མ་གཏོགས་  
 སྟོན་ཅུ་ལས་མ་མཐོང་བས་ སྤར་སེམས་ཏོགས་ཁར་ལྷ་ཐོ་  
 མ་བསྐྱེགས་པའི་བར་བོད་གཟའ་ཅི་མཁན་ཡིན་གྱང་ད་ནི་  
 ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གླིང་འབྲུག་གཟའ་པར་གྱུར་ཆར་  
 སོང་། སྟོབ་མཆོག་གིས་མཁྱེན་སྟོབས་ཀྱིས་དཔྱེད་ཅིང་  
 མཁས་པ་གཞན་ལའང་བཀའ་བགྲོས་གནང་བའི་སྟོ་ནས་  
 གུས་ཕྱན་པའི་དཔྱད་པ་རྣམས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཡིན་པར་  
 གཟིགས་ཆེ་ནང་མོལ་གྱི་ཆབ་ཞོག་ཞལ་གསལ་སྐྱབས་  
 འདུག་མི་ཚུང་ཞུ་བ་མཁྱེན་ ཞེས་གུས་ནོར་དབང་གིས་མེ་  
 ཡོས་ལྷ་བ་ཨཔའི་ཆེས་ ༣༠ལ་(1987)ཅི་བྲན་གང་བྲན་

གྲིས་ཏེ་ཐུང་།། དགོའོ།།།

རྒྱུ་མཆོན་  
 ལེགས་པོར་མཁེས་པས་གཟུང་ལ་ཞེ་སྒྲུང་ལངས་ཏེ་སྒྲིག་  
 པ་གསོག་མཁན་མང་པོ་འདུག། དེའི་རྒྱུ་མཆོན་ཅུང་ཟད་ཁྱེ་  
 ན། ཡུལ་མངའ་ས་པ་བཟང་པོ་སོགས་ལ་དགའ་བའི་སེམས་  
 དེ་ལ་འདོད་ཆགས་ཀྱི་སེམས་ཟེར་བ་ཡིན། དེ་རང་ལ་  
 ཡོད་པའི་དབང་གིས་སྤྱི་རོལ་དུ་ཉི་མ་འཕེལ་འགྲིབ་ཀྱི་སྒྲུང་  
 བ་བྱུང་བ་ཡིན། ཡུལ་མི་མངའ་ས་པ་ངན་པ་སོགས་ལ་མི་  
 དགའ་བའི་སེམས་དེ་ལ་ཉོན་མོངས་པ་ཞེ་སྒྲུང་གི་སེམས་  
 ཟེར་བ་ཡིན། དེ་རང་ལ་ཡོད་པའི་དབང་གིས་སྤྱི་རོལ་དུ་སྒྲི་  
 བ་འཕེལ་འགྲིབ་ཀྱི་སྒྲུང་བ་བྱུང་བ་ཡིན། དགོ་བ་གང་ཡིན་  
 དང་སྒྲིག་པ་གང་ཡིན་ངོ་མཁེས་པའི་སེམས་དེ་ལ་ཉོན་

མོངས་གཏི་ཐུག་ཟེར་བ་ཡིན། དེ་རང་ལ་ཡོད་པའི་དབང་  
 གིས་གནས་གང་ལ་ཉི་ཟླ་གཉིས་མཉམ་དུ་གནས་པའི་སྒང་  
 བ་བྱང་བ་ཡིན། རང་རེ་སེམས་ཅན་རྣམས་འདོད་ཆགས་  
 ཞེ་སྒང་གཏི་ཐུག་གསུམ་གྱི་དབང་ལས་རིགས་དུག་གི་  
 རྒྱལ་བསྐྱལ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་སྟོང་སྟེ་ཡོད་པ་ལས།  
 སྟོགས་བརྩའི་སངས་རྒྱས་ཐིང་གི་ཐུགས་མཁྱེན་པའི་ཡེ་  
 ཤེས་དང་བརྩེ་བའི་སྙིང་རྗེས་ཏྲག་ཏུ་གཟིགས་པ་དེ་ལ་  
 གཟའ་སྒྲ་གཙན་ནམ་རྩ་ཏུ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན། སྟོགས་  
 བརྩའི་སངས་ཐིང་དངོས་སུ་འཇིག་རྟེན་འདིར་བྱོན་ཏེ་རང་  
 རེ་ཉོན་མོངས་པ་ཞེ་སྒང་འཇོམས་པའི་ཐུག་ལས་གནང་  
 བའི་ཆེ་རང་རེ་རྣམས་ལ་ཟླ་འཇིན་གྱི་སྒང་བ་བྱང་བ་ཡིན།



ཕྱོགས་བརྩེ་སངས་རྒྱས་རྣམས་རང་རེ་རྣམས་ཀྱི་འདོད་  
ཆགས་ཞེ་སྤང་གཏི་ཐུག་གསུམ་འཇོམས་པའི་ཕྱག་ལས་  
གནང་བའི་ཆེ་རང་རེ་རྣམས་ལ་ཉི་འཛིན་གྱི་སྤང་བ་བྱང་བ་  
ཡིན་པས། ཀུན་གྱིས་དད་པ་དང་མོས་གུས་ཀྱི་སྒོ་ནས་  
དགོ་ལས་ལ་བརྩོན་པར་བྱ། ཞེས་པའང་ཆང་ཁ་རིན་པོ་  
ཆེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ།

༥ རབ་བྱུང་བཅི་ཚུལ་ནི། སངས་རྒྱལ་རང་གིས་དུས་

ལའོར་གྱི་རྒྱུད་དུ་ བྱང་ཤམ་ལའི་རྒྱལ་རབས་དང་བསྐྱུན་ཏེ་

གསུངས་པ་འདི་ལྟ་སྟེ། རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱལ་ང་མུ་ངན་

ལས་འདས་ནས་ལོ་དུག་བརྒྱན་འཇམ་དཔལ་གྲགས་པ་

འབྱུང་། དེ་ནས་ལོ་བརྒྱད་བརྒྱན་ལྷ་སྟེང་བསྐྱུན་པ་འགོ་

ཚུགས། དེ་ནས་མེ་མཁའ་རྒྱ་མཚོ་འམ་ལོ་བཞི་བརྒྱ་

གསུམ་རྫོགས་མ་ཐག་རབ་བྱུང་དང་པོ་མེ་ལོས་གྱི་ལོ་ཤར་

རྒྱ་ཡིན་གསུངས་ཀྱང་འདི་ལ་མཁས་པ་རྣམས་རྒྱུད་གྱི་

དགོངས་པ་ལེན་ཚུལ་སྣ་ཚོ་གས་ཡོད་པ་ལས། རང་

ལུགས་མཁས་གྲུབ་སྟ་དབང་སྟོ་གོས་གྱིས་དུག་ཅུ་སྟོར་

གསུམ་བསྐྱུན་པའི་བྱུང་ཚོས་གྱི་དབང་གིས་ད་ལྟ་རབ་བྱུང་

བརྩ་བདུན་པའི་ལྷགས་རྟེན་ཡན་ལ་སྟོན་པ་བྱ་ངན་ལས་  
འདས་ནས་ལོ་༣༠༧་སོང་བར་(1990)འདོད་དོ།།

ཨླ བྱུང་བའི་ཁྱེད་ཀྱི་མཆོད་རྟེན། སྒྲོན་གྱི་དུས་སུ་བྱུང་སྐར་  
 གྱི་གཞུང་ཡས་ཁང་ནང་བཞུགས་པའི་བླ་མ་སྒྲོན་ཆེན་པོ་རི་  
 ཁྱིམ་གཙོ་པོ་བྱས་ཏེ་སྒྲོན་བླ་མ་ཆེན་པོའི་ནང་སྒྲོན་  
 བླ་མ་དང་བཅས་པས་རིན་པོ་ཆེ་སྒྲོན་ཆོག་པས་པའི་བྱུང་བ་  
 པ་གངས་ཆེན་མཆོད་སྒྲོན་བྱེད་བྱེད་མཆོད་རྟེན་ཅིང་སྒྲོན་བྱེད་  
 བར་སྒྲོན་དུ་བཞུགས་པ་ཞིག་བཞེངས་ཤིང་། བྱེད་པར་བླ་  
 མ་སྒྲོན་ཆེན་པོ་རི་ཁྱིམ་དབྱེད་གཙུག་ཏྲ་ལོ་རྒྱུ་ཆུ་ཤེལ་  
 ཡུལ་ཏེ་སྒྲོན་ལམ་བཟུང་པ་བཞིན། བྱུང་སྐར་གཞུང་ཡས་  
 ཁང་བྱུང་བའི་ཁྱེད་ཀྱི་རིང་བྱུང་པའི་དབྱེད་ཐད་ནས་  
 བར་འགྲོ་དུས་སྒྲོན་གྱི་སྒྲོན་ལམ་གྱི་དབང་གིས་གཙུག་  
 ཏྲ་ལོ་རྒྱུ་ཆུ་ཤེལ་ལས་བདུད་ཅི་བཅས་ཏེ་ཆུ་ཐིང་ཡན་

ལག་བརྒྱད་ལྡན་གྱི་ཆུར་གྱུར་ཏེ་འགོ་བའི་ནད་གཞོན་སྡེ་ག་  
སྡེ་བ་སྦྱང་ཞིང་ཆེ་བསོད་དཔལ་འབྱོར་འཕེལ་བའི་ཕྱིས་  
མཛད་དོ།། ཞེས་པའང་ཆང་ཁ་རིན་པོ་ཆེའི་གསུང་ཡིན་  
ནོ།།

རྩ་བའ་དུས་ཆེན་ནི། སྟོན་པ་བྱུགས་ཐེ་ཅན་སྐྱེ་འབྱུངས་  
 ཏེ་དགྲུང་ཞག་བདུན་འགྲོ་དུས་ཡུམ་སྐྱེ་མ་སྟེ་མཛེས་སྐྱེ་ཆེ་  
 འཕོས་ཏེ་སྟེ་ཡུལ་སུམ་ཅུ་ཅུ་གསུམ་ན་བཞུགས་ཡོད་པ་  
 བཞིན། སྟོན་པ་ཆེན་པོ་འང་ཡུམ་གྱི་དོན་མཛད་པའི་ཕྱིར་  
 སྟེ་ཡུལ་དུ་ཕེབས་ཏེ་ཡུན་རིང་བཞུགས་པ་ལས་ མི་རྣམས་  
 གྱིས་འཕགས་པ་རྩུ་འབྲུལ་ཅན་རྣམས་ལ་སྟོན་པ་སྤར་  
 འཛམ་གླིང་དུ་ཕེབས་དགོས་པའི་ཞུ་བ་ཡང་བསྐྱར་ཕུལ་བ་  
 བཞིན་ སྟེ་རྣམས་གྱིས་རིན་པོ་ཆའི་སྐྱས་ཀ་གསུམ་སྟེ་  
 ཡུལ་ནས་འཛམ་གླིང་གྱི་བར་དུ་བཅུ་གསུམ་ཏེ་ཆངས་པ་དང་  
 བརྒྱ་སྟེན་ལ་སོགས་པ་སྟེ་འཁོར་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་  
 དང་བཅས་ཏེ་ཕེབས་སྐབས་འཛམ་གླིང་གི་འགྲོ་བ་པལ་

ཆེར་རྩོལ་མེད་རང་ཤུགས་ཀྱིས་འཕགས་པའི་ས་ཐོབ་པའི་  
དུས་ཆེན་དུ་གྲགས་སོ།།                      ཞེས་ཆང་ཁ་རིན་པོ་ཆེས་  
གསུངས་སོ།།



རྩེ སྐར་ཅིས་ཀྱི་སྟོན་འགྲོ་བསྐྱར་བགོད་ལག་ལེན་དང་དགུ་  
 མཐའ་གངས་ཀྱི་མངོན་བརྗོད་བཅས་བཞུགས་སོ།། རྒྱལ་  
 ཀུན་མཁྱེན་རབ་བསྐྱས་པའི་གཟུགས། །འཇམ་དབྱངས་  
 ལྷ་ལ་གུས་བཏུང་ནས། །གངས་ཀྱི་བསྐྱར་བགོད་ལག་  
 ལེན་དང་། །མངོན་བརྗོད་རྣམ་གངས་ཤེས་པར་བྱ། །འབྲི་  
 བགང་སྟོན་པ་གཡས་ནས་བྱ། །བགོད་བསྐྱར་ཐྱི་བ་  
 གཡོན་ནས་བྱེད། །རྒྱུ་བསྐྱར་ཐད་ཀར་གང་ཡོད་  
 བསྐྱར། །སྒྲགས་བསྐྱར་སྐྱར་བྱེད་མཐའ་མ་ནི། །བསྐྱར་  
 བྱའི་ཨང་གངས་དང་པོའི་འོག །བཞག་ནས་རིམ་བཞིན་  
 བསྐྱར་བའི་དོན། །སྐྱར་བྱེད་བསྐྱར་བྱའི་གངས་སུ་  
 སྡེ་ལ། །གཅིག་བསྐྱར་བ་ལ་མང་ཉུང་མེད། །གཉིས་བསྐྱར་

ལ་སོགས་གོང་དུ་འཕེལ། །བགོད་པའི་དོན་ནི་བགོད་བྱེད་  
 གྱི། །གངས་སུ་སྦྱད་པའི་ཆོ་ག་ཡིན། །རྒྱང་བགོད་ཇི་ཙམ་  
 ཐོབ་པ་བྱེད། །སྒྲགས་བགོད་འོག་མའི་ཆོད་དང་  
 སྦྱར། །ལྡང་ན་རང་རང་ཐད་ནས་བྱེད། །མ་ལྡང་གོང་ནས་  
 བརྩ་ལ་སོགས། །ཇི་དགོས་ཐབ་པའི་ལྷག་མ་  
 རྣམས། །རང་རང་གནས་སུ་བཞག་གམ་བསྟེ། །མ་ཐོབ་  
 རོར་སྐལ་ཐིག་ལེ་བྱེན། །བགོད་བྱེད་མཐའ་ཡི་ཐིག་ལེས་  
 རི། །མ་མཐའ་འགོག་ཅིང་བར་གྱི་ཐིག །རང་གནས་འཛིན་  
 ལས་བགོད་རུས་མེད། །སྦྱར་བྱེད་མཐའ་ཡི་ཐིག་ལེ་  
 རྣམས། །བསྦྱར་བྱའི་གལ་མཐར་བགོད་པ་ཡིན། །བསྦྱར་  
 བྱ་སྟོང་པར་བསྦྱར་རྒྱ་མེད། །སྦྱར་བྱེད་སྟོང་ན་བསྦྱར་བྱ་

དཔྱེ། །བསྐྱར་བཤོད་བར་མཐའ་སྟོང་པའི་གནས། །ཐིག་  
 ལེས་འཛིན་གྱི་གྲལ་འགོར་ཐིག །ནམ་ཡང་འབྱུང་བར་མི་  
 སྤོང་དོ། ། ༥ ༩ དགྲ་གཅིག་གཅིག་དགྲ་དགྲ་རང་  
 ཡིན། །དགྲ་གཉིས་གཉིས་དགྲ་བཅོ་བརྒྱད་ལ། །དགྲ་  
 གསུམ་གསུམ་དགྲ་ཉི་ཤུ་བདུན། །དགྲ་བཞི་བཞི་དགྲ་  
 སུམ་ཅུ་བྱུག །དགྲ་ལྔ་ལྔ་དགྲ་བཞི་བཅུ་ལ། །དགྲ་བྱུག་  
 བྱུག་དགྲ་ལྔ་བཅུ་བཞི། །དགྲ་བདུན་བདུན་དགྲ་བྱུག་ཅུ་  
 གསུམ། །དགྲ་བརྒྱད་བརྒྱད་དགྲ་བདུན་ཅུ་གཉིས། །དགྲ་  
 དགྲ་བརྒྱད་ཅུ་གྲ་གཅིག་གོ །༡༠ བརྒྱད་གཅིག་གཅིག་  
 བརྒྱད་བརྒྱད་རང་ཡིན། །བརྒྱད་གཉིས་གཉིས་བརྒྱད་བཅུ་  
 བྱུག་སྟེ། །བརྒྱད་གསུམ་གསུམ་བརྒྱད་ཉི་ཤུ་བཞི། །བརྒྱད་

བཞི་བཞི་བརྒྱད་སྐུམ་ཅུ་གཉིས། །བརྒྱད་ལྔ་ལྔ་བརྒྱད་བཞི་  
 ཅུ་ཐམ། །བརྒྱད་རྩ་བུ་བརྒྱད་བཞི་བཅུ་བརྒྱད། །བརྒྱད་  
 བདུན་བདུན་བརྒྱད་ལྔ་བཅུ་རྩ་བུ། །བརྒྱད་བརྒྱད་རྩ་བུ་རེ་  
 བཞི་འོ། ། ༥ བདུན་གཅིག་གཅིག་བདུན་བདུན་རང་  
 ཡིན། །བདུན་གཉིས་གཉིས་བདུན་བཅུ་བཞི་ལ། །བདུན་  
 གསུམ་གསུམ་བདུན་ཉི་ཤུ་གཅིག་། །བདུན་བཞི་བཞི་བདུན་  
 ཉི་ཤུ་བརྒྱད། །བདུན་ལྔ་ལྔ་བདུན་སྐུམ་ཅུ་ལྔ། །བདུན་རྩ་བུ་  
 རྩ་བུ་བདུན་བཞི་བཅུ་གཉིས། །བདུན་བདུན་བཞི་བཅུ་ཞེ་  
 དགུ་འོ། ། ༦ རྩ་བུ་གཅིག་གཅིག་རྩ་བུ་རྩ་བུ་རང་  
 ཡིན། །རྩ་བུ་གཉིས་གཉིས་རྩ་བུ་བཅུ་གཉིས་ལ། །རྩ་བུ་  
 གསུམ་གསུམ་རྩ་བུ་བཙེ་བརྒྱད་དོ། །རྩ་བུ་བཞི་བཞི་རྩ་བུ་ཉི་

་ཕྱ་བཞི། ། ཐུག་ལྷ་ལྷ་ཐུག་སུམ་ཙུ་ཐམ། ། ཐུག་ཐུག་སུམ་ཙུ་  
 སོ་ཐུག་གོ། ། ༥ ལྷ་གཅིག་གཅིག་ལྷ་ལྷ་རང་ཡིན། ། ལྷ་  
 གཉིས་གཉིས་ལྷ་བརྩ་ཐམ་པ། ། ལྷ་གསུམ་གསུམ་ལྷ་བཙེ་  
 ལྷ་སྟེ། ། ལྷ་བཞི་བཞི་ལྷ་ཉི་ཤུ་ཐམ། ། ལྷ་ལྷ་ཉི་ཤུ་ཙུ་ལྷ་ལོ། །  
 ༧ བཞི་གཅིག་གཅིག་བཞི་བཞི་རང་ཡིན། ། བཞི་གཉིས་  
 གཉིས་བཞི་བརྩ་ཡིན་ནོ། ། བཞི་གསུམ་གསུམ་བཞི་བརྩ་  
 གཉིས་ ལ། ། བཞི་བཞི་དག་ནི་བརྩ་ཐུག་གོ། ། ༣ གསུམ་  
 གཅིག་གཅིག་གསུམ་གསུམ་རང་ཡིན། ། གསུམ་གཉིས་  
 གཉིས་གསུམ་ཐུག་ཡིན་ལ། ། གསུམ་གསུམ་ལ་ནི་དགྲ་  
 ཡིན་ནོ། ། ༩ གཉིས་གཅིག་གཅིག་གཉིས་གཉིས་རང་  
 ཡིན། ། གཉིས་གཉིས་དག་ལ་བཞི་ཞེས་གྲགས། ། ༡

གཅིག་གཅིག་གཅིག་ཉིད་ཐེག་ལེ་སྟོང་།། ༥ྭ གཅིག་བརྩ་  
 བརྩ་སྟོང་ཁྱི་འབུམ་དང་། །ས་ཡ་བྱེ་བ་དུང་ཕུར་  
 རྣམས། །རྒྱང་པའི་གངས་སུ་ཤེས་པར་བྱ། །ཐེར་འབུམ་  
 ཁྲག་ཁྲིག་རབ་བཟམ་དང་། །གཏམས་དགྲིགས་མི་  
 འཁྱགས་ཁྱད་འབྱེན་དང་། །སྤང་རྟེན་དེང་འབྱེན་མཐའ་སྤང་  
 དང་། །རྒྱགས་རིགས་འོད་མཛེས་དབང་པོ་  
 དང་། །ལེགས་ཕྱིན་རྟོགས་འགྲོ་འབྱེན་རྩལ་དང་། །རྒྱ་  
 རྟགས་སྟོབས་འཁོར་བརྟེན་ཤེས་དང་། །རྣམ་བྱུང་སྟོབས་  
 མིག་ཁྱད་བྱུང་དང་། །ཡས་ཡལ་བགྲང་ཡས་སྐྱག་ཡས་  
 དང་། །འཁྱུང་འཁྱུང་རྣམས་ནི་ཆེན་པོར་བཅས། །གངས་མེད་  
 པ་ནི་མཐའ་མའོ། །གོང་ནས་གོང་དུ་བརྩ་འགྱུར་བསྐྱེ།། ༥ྭ

༡༨༨་བཞིན་གཟུགས་དང་བསེ་རུ་ཟླ། །འོད་དཀར་རི་བོང་  
 ཅན་རྣམས་གཅིག་། ༡༨༩་མིག་ཟུང་ཕྱོགས་འཁྲིག་བཟོད་  
 སྦྱར། །ཐབས་ཤེས་གཤེན་རྩེ་མཆོ་མ་གཉིས། ། ༡༩༠་ག་  
 ཉེན་ལྟོན་ཆ་བ་མ། །སྤྱིད་པ་རྩེ་མོ་ཅན་རྣམས་  
 གསུམ། ། ༡༩༡་མཆོ་ཟུ་དུས་དང་རིག་བྱེད་བདུད། །ཟུ་གཉེར་  
 རྩེ་པ་ཟུང་ལྡན་བཞི། ། ༡༩༢་བ་མདའ་དང་དབང་པོ་  
 དང་། །འདོད་ཡོན་ཉེར་སྦྱོད་ལུང་པོ་ལྷ། ། ༡༩༣་མཆོ་མས་རོ་བློ་  
 བ་དུས་རྣམས་དུག། ། ༡༩༤་བ་རི་དང་སྤྱོད་རིས་གཟའ་  
 སྤྱིད། །རིན་ཆེན་ས་འཛིན་ཉ་རྣམས་བདུན། ། ༡༩༥་སྦྱ་སྦྱ་ལ་  
 གདེངས་ཅན་སྟོ་འགོ་དང་། །ཞོར་སྦྱ་སྤྱིད་པ་བགྱིས་  
 ལྷ། །ཞོར་དང་དབྱིག་རྣམས་བརྒྱད་ཀྱི་མིང་། ། ༡༩༦་གཉེར་



གཟའ་བྱ་ག་སྒྲིན་པོ་དགྲ།    | ༡༠ འཇུག་པ་ཁྲོ་བོ་སྒྲིན་གས་  
 སྒྲིན་གས།    | འབྲོར་པ་སྒྲིན་གས་དང་སོར་མོ་བཅུ།    | ༡༡ འབྲོག་  
 བྱེད་ཐག་པོ་བདེ་བྱང་དང་།    | བདེ་བྱེད་དབང་ཕྱག་བཅུ་  
 གཅིག་གོ    | ༡༢ ཉི་མ་རྟེན་འབྲེལ་བྲིམ་བཅུ་  
 གཉིས།    | ༡༣ རྩོམ་བྱེད་འདོད་པ་ལྷུས་མེད་  
 དང་།    | གཏུགས་རིམ་སྒྲིན་ཆོགས་བཅུ་གསུམ་  
 མེད།    | ༡༤ ཞེད་བྱ་མ་རྒྱ་ཡིད་སྒྲིད་པ།    | སྒྲིད་པའི་གནས་  
 རྣམས་བཅུ་བཞིའོ།    | ༡༥ ཆོས་དང་ཉིན་ཞག་བཅོ་ལྔའི་  
 མེད།    | ༡༦ ཆེམས་དང་ནི་རྒྱལ་པོ་དང་།    | མི་བདག་ཅེས་  
 པ་བཅུ་དྲུག་གོ    | ༡༧ ཉེས་སྒྲིན་ཁམས་རྣམས་བཅོ་བརྒྱད་  
 དོ།    | ༡༨ རྒྱལ་བ་ལྷུལ་ནི་ཉེར་བཞིའོ།    | ༡༩ དེ་ཉིད་ཉེར་

ལྷོའོ་ཨེ་སྐར་མ་དང་།      །འཁོར་ལོ་དང་ནི་ཉེར་བདུན་  
 མིང་།    །ཨེ་སོ་དང་གཉིས་སྐྱེས་སུམ་ཅུ་གཉིས།    །འཕྲོང་  
 བ་ནམ་མཁའ་ཐེག་ལེ་སྟེ།    །འདི་དག་གངས་བཟའི་རྣམས་  
 གངས་སོ།།      །      དེ་སྐད་ཀུན་གཟིགས་པད་དཀར་  
 དང་།    །མཁས་གྲུབ་ལྟ་དབང་སྟོ་གྲོས་ཀྱི།    །ལེགས་གསུང་  
 གཞིར་བྱས་གཞན་ནས་ཀྱང་།      །ཉེར་མཁོ་བསྐྱུན་ནས་  
 བསྐྱབས་པ་འདི།      །དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པ་ཡབ་སྲས་  
 ལ།    །གྲུས་སྟོས་ཤར་ཕྱོགས་དག་མེད་ཅེར།    །ཆང་ཁར་  
 པར་བེ་ཇས་བྱས།      །དགོ་བས་བསྐྱུན་འགྲོར་སྐྱུན་པར་  
 འོག

རྩེ ཏུས་སྒྲོར་ནི། ལུག་གི་ཁྱིམ་དང་ཏརྒྱལ་ལ། །དབང་  
 བསྐྱར་རབ་བྱུང་འབད་ཚེ་ལ་ལས། །བྱན་བསྟེན་བཟོ་དང་  
 སྐྱ་སེན་འབྲེག། །དབྱ་འཐབ་དམག་ཇག་བར་འདུམས་  
 རགས། །ཁམ་སྤྱ་རང་གཞན་འབྲེལ་བ་བྱེད། །སྦྱིན་སྦྲེག་  
 དགྲུག་དྲག་ལས་རྣམས་བཟང་། །རབ་གནས་སྟོ་ཁང་རྟེན་  
 བཞེངས་དང་། །བག་མ་མཁར་ལས་གཏར་ག་རྒྱག། །མེ་  
 བཙའ་ཆོང་བྱ་ཆར་དབབ་པ། །གསོན་དགོ་འདུན་གྲོས་  
 བགྲིས་ལས། །རྫིང་ཡུར་ཁྱོན་འདུ་ས་བོན་གདབ། །སྟོ་  
 གསོལ་སྦྱེ་ཤིང་མེ་རྟོག་འཇུགས། །ཞི་དབང་རྒྱས་པའི་  
 ལས་རྣམས་ངན། །ཚིང་དང་ལོར་ནི་ཉམས་པ་  
 དང་། །འཇིག་རྟེན་ཀུན་གྲིས་མི་བསྟེན་དང་། །མི་དགོ་

སྒྲུབ་བྱེད་སྒྲུག་བསྐྱེལ་བས།                      །སྤ་ཏི་ཏ་ཡི་དུས་སྒྱུར་  
 སྤང་།    །ནད་གྱིས་བཏབ་ན་འཆི་བའི་ཉེན།    །བཙོན་ཚུང་  
 སྒྱུར་ཏུ་ཐར་བ་ཡིན།།    ༎                      སྤང་གི་བྲིམ་དང་ཏ་སྒྱུལ་  
 ལ། །རབ་བྱུང་སྒྱུན་སྒྲེག་དབང་དྲག་ལས། །རྒྱན་སྒྲོན་བག་  
 མ་དྲ་གྲོན་བཟོ། །གཏར་སྒྲེག་མོ་ཅིས་སྐྱ་སེན་འབྲེག། །སྒྱ་  
 གསོལ་བསྒྲོག་རིམ་སྤི་མནན་བྲ། །མཆོད་ཏེན་སྒྱ་ཁང་ཏེན་  
 བཞེངས་དང་།                      །མཆོད་དང་སྒྱུན་གཏོང་རབ་གནས་  
 ཟུགས། །མཁར་ལས་ཞིང་ཉ་བང་མཛོད་བཅའ། །འདུན་  
 གྲོས་བགྱིས་གསོན་དགའི་ལས། །རྫིང་ཡུར་ཁྲོན་འབྲུ་ས་  
 བོན་གདབ། །སྒྱ་ཕྱར་འཆོམ་དང་བ་དན་འཇུགས། །བྲན་  
 གཡོག་བསྒྲེན་དང་གཉེན་སྒྱུར་ལས།                      །མེ་ཏོག་ཞིང་

འཇུགས་ཏྲ་སྒྲང་འདུལ།      །ཆོང་བྱ་བྲིམ་བཟུང་ལྟ་མོ་  
 བཟང་། །ཁོར་ཆེད་པ་དང་དཔལ་དང་ལྡན། །སྐལ་བ་བཟང་  
 ཞིང་སྟན་པ་ཆེ། །མཆོད་དང་རིམ་གྱི་བྱེད་པ་ཆེད། །ཀྲ་  
 ལཱའི་དུས་སྦྱོར་བསྐྱབ་པར་བྱ། །གཟས་བཟུང་ཆོས་སྦྱོད་རྩི་  
 བོ་ཉམས། །ནད་ཀྱིས་བཏབ་ན་སྦྱར་དུ་གྲོལ། །བཙོན་ཚུད་  
 གྲོས་པས་ཐར་མི་སྲིད། ། ༥མཐོག་པའི་བྲིམ་དང་ཏཱལ་  
 ལ། །དབང་བསྐྱར་རབ་གནས་ཆོས་སྦྱོད་དང་། །ལྷ་  
 གསོལ་སྟན་སྦྱོར་ལྷ་ཁང་བཙུག་ །རྟེན་བཞེངས་རྒྱལ་  
 མཆོན་བ་དན་འཇུགས། །བག་མ་ང་གྲོན་རྒྱན་སྦྱོད་  
 བཟོ། །རྩིང་ཡུར་ཁྲོན་འདུ་སྐྱ་སེན་འབྲེག། །ཆོང་དང་སྦྱེ་  
 ཞིང་མེ་རྟོག་འཇུགས། །ལྟ་མོ་གཏར་སྦྱེག་སྦྱོབ་སོགས་

དང་། །མིང་འདོགས་སྐྱུ་ཅེ་ལ་རྒྱས་ལས་བཟང་། །དབང་  
 དྲག་ཞི་བའི་ལས་སྤྱི་དང་། །རབ་བྱུང་སྐྱབ་ཅིང་མཁར་  
 ལས་སྤང་། །བསམ་པ་གྲགས་སྙན་གྲོགས་ཀྱང་  
 རྟེན། །རྟག་ཏུ་ཅི་ལྟ་བར་ཡང་སྤྱེད། །མ་བསམ་པ་ཡང་རྟེན་  
 པ་འབྱུང་། །ཀ་ཞི་རྩི་ཤ་འདི་ལ་བཟང་། །གཟས་བབྱང་ཅིས་  
 མཁན་ཆུང་མ་ཉམས། །འདི་ལ་ནད་བཏབ་འཆོ་བར་  
 སྤ། །བཅོན་ཆུང་གྲོས་པས་ཐར་མི་སྤྱེད། །ཞོར་གྱིས་  
 བསྐྱས་ན་བསྐྱས་པ་སྤྱེད། ། །ཀུན་ཀྱིས་བྱིས་དང་ཏཱ་ལ་  
 ཤར། །བྱབ་བྱ་ཐར་འདོན་སྤི་མནན་བྱ། །རྫིང་ཁྱོན་ཆུ་  
 བསྐྱར་རྒྱས་པའི་ལས། །ཆར་དབབ་བྱ་གཟིངས་བམ་པ་  
 འཇུགས། །དམག་འདྲེན་གཡོ་བའི་ལས་སོགས་

[illegible]



བཞེངས། །ལྷ་གསོལ་སྒྱུན་སྒྲེག་ཞི་དབང་ལས། །བསྒྲོག་  
 རིགས་མོ་ཕྱིས་སྒྲི་མནན་བྲ། །རྒྱན་སྒྲོད་བག་མ་རྒྱལ་སར་  
 འདུག། །མཁར་ལས་ཐབ་བཅའ་སྒྲ་ཕྱར་འཆེམ། །གོས་  
 གྱོན་བཟོ་དང་སྒྲ་སེན་འབྲེག། །གསོན་དགོ་བགྲིས་འདུན་  
 གོས་བྲ། །བསྟེན་བཀྱར་དབང་བསྐྱར་བཙོན་འབྲུས་  
 དག། །གཞན་ལ་བསྐྱུན་པ་ལྷད་མོ་དང་། །རྟ་སྒྲང་འདུལ་བ་  
 རྟ་རྒྱག་པ། །དམག་འདྲན་འཁོར་བསྟེན་བ་དན་  
 འདུགས། །ཆོང་འདུམས་ཆུ་རགས་སྒྲོར་བ་  
 བཟང་། །གདོན་ནམས་ཉམས་ཤིང་བདེ་བར་འགོ། །བྲ་བ་  
 ཀྱན་ལ་འཛིགས་པ་མེད། །རྒྱལ་པོས་མཆོད་ཅིང་བྱད་མེད་  
 ཐོབ། །སིནྟའི་དུས་སྒྲོར་བསྐྱབ་པར་བྲ། །ལུག་གི་འབྲས་

བྱ་རྣམས་ཀྱང་འབྱུང་།                      །གཟས་བབྱང་རི་བྲག་པ་ལ་  
 ངན། །བཙོན་ཚུད་ནོར་གྱིས་བསྐྱུ་དགོས་འོང་། །ནད་གྱིས་  
 བཏབ་ན་སྐྱར་དུ་གྲོལ།།                      ། བྱ་མེད་ཁྱིམ་དང་ཏརྒྱལ་  
 ལ། །ལྟ་ཁང་སྐྱ་གསུང་བྲགས་རྟེན་བཞེངས། །བག་མ་  
 རྒྱན་སྒྲོད་ཅ་གྲོན་བཟོ།                      །སྐྱ་འཁྱ་སྐྱན་སྐྱར་གཏར་སྒྲིག་  
 མཁར། །བསྐྱམས་ལམ་མོ་ཅིས་སྐྱ་སེན་འབྲེག། །བགྱིས་  
 གསོན་དགོ་འདུན་གྲོས་བྱེད།                      །ཚུ་རགས་སྐྱར་ཆོང་ཞི་  
 རྒྱས་ལས།                      །བརྟན་གཡོ་རྒྱལ་པོའི་ལས་རྣམས་  
 བབྱང་། །རབ་བྱུང་དམག་འདྲེན་དྲག་ལས་སྤང་། །བྱ་མོ་  
 རྟེན་ཅིང་དགོ་བའི་གཟུགས། །བསམ་པ་ཇི་བཞིན་འབྱུབ་  
 པར་འབྱུར།                      །སྐལ་བབྱང་ནོར་རྣམས་ཕུན་སུམ་

ཆོགས། །ཏུ་ཏ་བྱ་ཡི་དུས་སྒྲོར་བསྐྱབ། །གཟས་བཟུང་  
 སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་འཆོ། །བཙོན་དུ་ཚུད་ན་ནོར་གྱིས་  
 བསྐྱུ། །༥ སྤང་བྱིམ་ཏྲུལ་ཤར་བ་ན། །སོ་ནམ་ཆོང་དང་  
 ས་ཁ་དབྱེ། །བྱབ་བྱ་བརྟན་ལས་སྤང་ལ་གཞལ། །མོ་ཅིས་  
 ཚུ་རགས་དབང་ལས་བཟང་། །རབ་གནས་ཏྟན་བཞེངས་  
 བག་མ་བཟོ། །བགྱིས་འདུན་གྲོས་གསོན་དགོ་བྱེད། །སྐྱ་  
 འཁྱུ་ཁྱུས་བྱེད་སྐྱ་སེན་འབྲེག། །མཁར་ལས་སྐྱེ་ཤིང་མེ་  
 ཏྟག་འཇུགས། །ཆར་དབབ་རྒྱལ་མཆོན་མིང་འདོགས་  
 ད། །བྱན་གཡོག་བསྟེན་པ་ལ་སོགས་པའི། །ཞི་རྒྱས་ལས་  
 རྣམས་པལ་ཆེར་ངན། །བསམ་པ་ལ་ནི་བར་ཆད་  
 འབྱུང་། །མཛེའ་བའི་གནས་སུ་སྐྱབ་བསྐྱལ་བྱེད། །དཀའ་

བའི་ཉིད་པ་གཞན་ཉིད་དེ།                      །ཀྲ་ཀྲ་ཙཱུའི་དུས་སྒྱུར་  
 སྤང་། །གཟས་བབུང་འགྲོག་བོད་རྣམས་ལ་ངན། །འདི་ལ་  
 བད་བཏབ་འཆི་བའི་ཉེན།                      །བཙོན་ཚུད་སྒྱུར་དུ་འཆི་བ་  
 ཡིན།། ༥ རྟེན་པའི་བྱིམ་དང་ཏྲུལ་ལ། །རབ་གནས་  
 དབང་བསྐྱར་འབད་ཚེ་ལ་དང་།                      །བསྐྱོག་རིམ་སྤེལ་མནན་  
 དགྲུག་པའི་ལས།                      །རྒྱལ་པོ་བསྟེན་བཀྱར་བཏྲན་ལས་  
 ཆོང་། །དྲག་ལས་མཆོན་ཆ་བྲག་ལས་བབང་། །ལྷ་ཁང་  
 ཉེན་བཞེངས་རྒྱལ་སར་འཇུག། །ཆར་དབབ་གོས་བྲ་མཁར་  
 ལས་བག། །འདུན་གྲོས་བགྲིས་གསོན་དགའི་ལས། །སྦྲར་  
 སྒྱུར་གཏར་སྤེག་སྦྲ་སེན་འབྲེག། །སྦྲ་ཕྱར་འཆོམ་དང་བང་  
 མཛོད་བཅའ།                      །དམག་འདྲེན་སོ་ནས་ས་བོན་

གདབ། །རྒྱལ་མཚན་བ་དན་འཕྱར་འཇུགས་དང་། །ལྷ་  
 གསོལ་མིང་འདྲེགས་བསྐྱམ་བྱེད་པ། །ཞི་རྒྱས་དབང་གི་  
 ལས་རྣམས་ངན། །ལམ་དུ་བགྱོད་པའི་བསམ་བ་  
 ལ། །འཇིགས་པ་དྲག་པོ་ཆེན་པོ་འབྱུང་། །ཞོར་རྣམས་  
 ཉམས་ཤིང་ཡིད་སྦྱོར་བས། །ཁུ་ནའི་དུས་སྦྱར་སྤང་བར་  
 བྱ། །གཟས་བབྱང་དྲག་པ་ཅན་ལ་ངན། །ནད་བཏབ་རིམ་  
 གྱིས་འཆོ་བར་འགྱུར། །བཅོན་ཚུད་ཐར་བ་མེད་པ་  
 ཡིན།། ༥ །གཞུ་ཡི་བྲིམ་དང་ཏརྒྱལ་ལ། །ལྷ་ཁང་རྟེན་  
 བཞེངས་སྤི་མནན་ལམ། །བག་མ་རྒྱན་སྦྱོད་རྒྱལ་ཤར་  
 འཇུག། །གོས་གྲོན་སྒྲན་སྦྱར་འཁོར་གཡོག་བསྟེན། །མོ་  
 ཅིས་བསྒྲོག་རིམ་སྒྲ་ཕྱར་འཆོམ། །མཁར་ལས་རྫིང་ཁྲོན་

ས་ཁ་དབྱེ། །གསོ་བའི་ལས་དང་ཡོངས་སུ་བབྱང་། །ནད་  
གསོ་རྟ་ཕྱགས་འདུལ་སྦྱོང་དང་། །གསོན་དགོ་འདུན་གྲོས་  
དགོ་ལེགས་བྱེད། །ལྷ་མོ་རྒྱལ་མཆོན་དཔག་འཛེན་  
མིང་། །རྒྱ་ཇག་བསྐྱད་ལས་ལ་སོགས་པ། །ཞི་རྒྱས་དྲག་  
ཤོའི་ལས་རྣམས་བབྱང་། །ངེས་པར་འགྲོ་དང་འོང་བ་  
དང་། །དཔའ་ཞིང་བསམ་གྲུབ་དབྱ་ཉམས་བྱེད། །ཚིང་པ་  
ལས་ནི་རྒྱལ་བར་འགྱུར། །རྩ་ཀླུའི་དུས་སྦྱོར་བསྐྱབ་པར་  
བྱ། །ཅུ་རགས་སྦྱོར་བ་ལྟ་གསོལ་བ། །རབ་བྱུང་རགས་  
ཅིག་ངན་པ་ཡིན། །གཟས་བབྱང་འབྱུང་དང་བོན་པོ་  
ཉམས། །བཙོན་དུ་ཚུད་ན་ཐར་བ་དགའ། །ནད་གྲིས་བཏབ་  
ན་འཆོ་བ་སྨྲ། ། རྩ་མིན་བྲིས་དང་ཏརྒྱལ་འབྲས། །རབ་

བྱང་ཞིང་ལ་ས་བོན་གདབ།      །རྫིང་ཡུར་ཁྱོན་འབྱུ་བྱན་  
 གཡོག་བསྟེན།      །ཁུ་ལས་རྒྱ་འབྲུལ་བཅིངས་པ་  
 འགྲོལ།    །བྱན་མོར་གཞུག་དང་རྐང་བཞིའི་ལས།    །ལམ་  
 ཞུགས་དོན་གཉེར་བརྟན་པ་བཅའ།    །སྐྱེ་འབྱུ་སྤྱི་མནན་རྒྱ་  
 རྒྱ་དང་།      །མེ་ཏོག་ཞིང་འཇུགས་བསད་ལས་  
 བཟང་།    །རབ་གནས་སྟུ་ཁང་རྟེན་བཞེངས་བཟོ།    །དགོ་  
 ལེགས་གསོན་དགོ་འདུན་གྲོས་བྱེད།    །སྤྱིན་སྤྱེག་བག་མ་  
 རྒྱལ་སར་འཇུག།      །སྤྱིན་སྤྱོར་གཏར་སྤྱེག་སྐྱེ་སེན་  
 འབྲེག། །སྟུ་གསོལ་མཁར་ལས་སྐྱེ་ཡུར་འཆོམ།    །ཞང་རྒྱས་  
 དབང་གི་ལས་པལ་ཆེར།    །འདུམས་དང་བ་དན་འཇུགས་  
 པ་ངན།    །འཐབ་དང་རྩོད་པ་འབྱུང་བ་སོགས།    །སྤྱིང་པོ་ཉོན་



མོངས་ཆེན་པོ་འབྱུང་།      །གཟའ་ཡི་གཞོན་པ་ལ་སོགས་  
 ཏེ། །མོ་ནའི་དུས་སྒྲིབ་སྤང་བར་བྱ། །གཟས་བབྱང་ཚུ་ནང་  
 སེམས་ཅན་འཆོ།      །ནད་ཀྱིས་བཏབ་ན་ཡུན་ནས་  
 འཆོ། །བཙོན་ཚུད་ཉེས་པ་འོང་ཉེན་ཆེ། ། ༥ བུམ་པའི་བྲིམ་  
 དང་ཏྲུལ་ཤར།      །རབ་བྱུང་མཆོད་ཉེན་ཉེན་བཞེངས་  
 ཟུས། །སྐྱེ་འཁྲུ་མཁར་ལས་བྲིམ་གསར་འཛིན། །རྫིང་  
 ཡུར་ཁྲོན་འབྱུ་ས་ཁ་དབྱེ།      །ཡི་གེ་རྩེས་དང་རིག་པ་  
 བསྐྱབ། །བཀྱིས་གསོན་དགོ་འདུན་གྲོས་བྱེད། །ཞི་རྒྱས་  
 བཏྲན་པའི་ལས་པལ་ཆེར། །ཐབ་བཅའ་བ་དང་བང་མཛོད་  
 བརྩེག། །བྱ་བཙོ་ཚུ་སྒྲིབ་ས་བོན་གདབ། །མེ་ཏྲོག་ཤིང་  
 འདུགས་སྐྱ་ཕྱར་འཆོམ།      །རྒྱ་ཇག་མིང་འདོགས་ལ་

སོགས་བཟང་། །དཔལ་དང་རྒྱལ་སྤྱི་ཐོབ་པ་དང་། །ཕྱིས་  
 རྣམ་ཞོར་རྣམས་འོང་བར་འགྱུར། །དགོས་འདོད་ཐམས་  
 ཅད་ཕུན་སུམ་ཆོགས། །ཟླ་འཛི་དུས་སྦྱར་བསྐྱབ་པར་  
 བྱ། །གཏར་ཁ་མེ་བཅའ་དྲག་པོའི་ལས། །དམག་འདྲེན་ཏྲ་  
 རྒྱལ་ཚུ་རགས་སྤང་། །གཟས་བཟུང་གྲོང་དང་རྒྱན་མར་  
 ངན། །ནད་ཀྱིས་བཏབ་ན་སྦྱར་དུ་གྲོལ། །འདི་ལ་བཙོན་  
 ཚུད་སྦྱར་དུ་ཐར། ། ཉ་ཡི་བྲིམ་དང་ཏརྒྱལ་ལ། །ཆོས་དང་  
 རབ་བྱུང་སློབ་གཉེར་བྱེད། །རྒྱན་སྦྱོད་བག་མ་རྒྱལ་སར་  
 འཇུག། །གོས་དྲ་བཟོ་དང་སྐྱ་སེན་འབྲེག། །མཁར་ལས་ཐབ་  
 བཅའ་བང་མཛོད་འབྲེད། །སྤོན་སྦྱར་གཏར་སྤྲེག་མོ་ཕྱིས་  
 བྱ། །སྐྱ་འབྲུ་བྲུས་བྱེད་ས་ཁ་དབྱེ། །སོ་ནམ་ཕྱགས་ལས་

ས་བོན་གདབ། །རྒྱ་འགྲུལ་བཟའ་བ་རིག་པ་རྩོམ། །ལམ་  
 ལྷགས་དོན་གཉེར་སྒྲ་ཕྱར་འཆོམ། །བསྐྱམས་དང་སྒྲེའིང་  
 མེ་ཏོག་འཇུགས། །ལྟ་མོ་མིང་འདོགས་ལ་སོགས་  
 པའི། །ཞི་བ་བསྐྱད་པའི་ལས་རྣམས་བཟང་། །དགོས་པའི་  
 གནས་ལ་སྙན་པ་ཐོབ། །ལས་རྣམས་ཀུན་ལས་རྣམ་པར་  
 རྒྱལ། །ཤིན་ཏུ་དཀའ་བའི་དོན་རྣམས་རྟེན། །དྲི་ཏའི་དུས་  
 སྒྲོར་བསྐྱབ་པར་བྲ། །མཆོད་ཏེན་སྟ་ཁང་ཏེན་བཞེངས་  
 དང་། །རྒྱས་པ་དྲག་པོའི་ལས་སྒྲེ་དང་། །དམག་འཇེན་ཚུ་  
 རགས་སྒྲིན་སྒྲེག་སྤང་། །གཟས་བཟུང་བོང་ར་རི་དྲགས་  
 ཉམས། །ནད་བཏབ་སྦྱར་དུ་གྲོལ་བར་འགྱུར། །བཙོན་དུ་  
 ཚུད་ན་ནོར་གྲིས་བསྐྱུ།

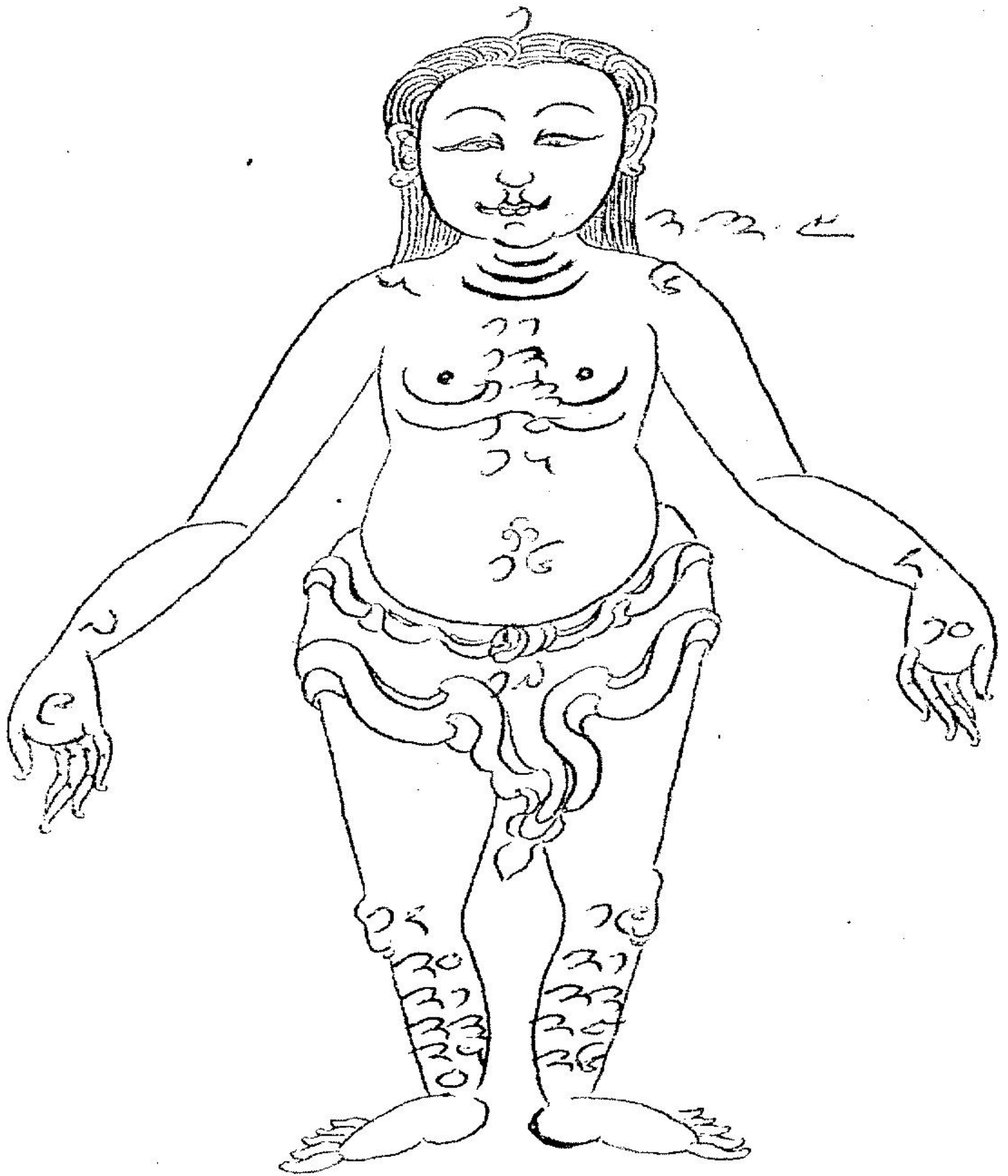
༩ ལྷ་ས་པ། བགྱིན་ལྷ་མེད་ཆང་ཁ་རིན་པོ་ཆེ། །པར་རྒྱ་རྒྱ་  
 རྒྱ་ལ་ཞབས་ལ་རྒྱ་ལ་ཡང་འདྲ། །མཆོམས་མེད་ལྷ་པོ་རི་  
 ལྷ་རྒྱ་ལ་དམག་གིས། ལྷ་མི་པོ་དཔེ་ཆོས་སྤྲོད་སྤྲོད་  
 པེ་རྒྱ། །སྤྲོད་པར་གདམས་པེ་སྤྲོད་གཏམ་ཉུང་ཅམ་  
 ཞིག། །བཤད་པར་བྱ་ཡི་ཨ་ཉན་གྲོགས་པོ་རྒྱ་ས། །རང་  
 གི་འདོད་གཞུང་གཅིག་ལ་སྤྲོད་སྤྲོད་ལྷ་ས། །དེ་དང་  
 འགལ་ན་ཞོར་བར་འཛིན་པེ་སེམས། །འཕར་བས་  
 ལྷ་གས་ལ་འཕྱ་བེ་ཆུ་ལ་དེ་སྤྲོད་ས། །ལ་ལེ་བས་གྱི་གཅི་  
 བོ་ལ་ཡིན་ཅིང་། །འགའ་ཡིས་རྒྱ་བཤད་ཞིག་གཅིས་ཀ་  
 མིན། །དེ་ལ་ཚུད་ཀྱང་དོན་མེད་གཡེང་བེ་རྒྱ། །སྤྲོད་གྱི་  
 ལས་དང་འཕྱལ་གྱི་རྒྱ་གཅིས་ལས། །སྤྲོད་སྤྲོད་བཤད་

དཔེ་ཟས་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པ།     |རུང་དང་མི་རུང་འབྲེད་པ་  
 ངལ་བའི་གཞི།     |དེ་བཞིན་སེམས་ཀྱི་འཇུག་པ་སྣ་ཆོག་གས་  
 ལ།     |བརྟེན་ནས་མཁས་པས་འདྲན་ཐབས་སྣ་ཆོག་གས་  
 གསུངས།     |གཅིག་ལ་འཇུག་དགོས་སེམས་པ་ཕྱོངས་  
 དཔེ་རྟགས།     |ཉོན་མོངས་བརྒྱད་ཁྱི་བཞི་སྟོང་འདུལ་བའི་  
 ཆེད།     |རྒྱལ་བས་ཆོས་ལུང་བརྒྱད་ཁྱི་བཞི་སྟོང་  
 གསུངས།     |གཅིག་གིས་འདུལ་ན་དེ་ནམས་དོན་མེད་  
 འབྱུང། |ལུས་རྟེན་གྱ་ཡིས་སྤྱག་མཆོ་མི་བཀལ་བར། |རྫོ་  
 རྗེ་དཔྱལ་བ་ཉོ་ལ་སྟོང་ཅ་འདར།     |ད་དུང་ཁྱེད་ཆོས་ཤེས་  
 མཐོང་མ་ཁྱོད་བའི།     |མདོ་རྒྱད་མང་པོ་འབྱུང་ལྟའི་སྐམ་དུ་  
 གདལ།     |རང་རང་མ་བསྐྱས་མཁས་པར་སྒྲོམ་པ་

རྣམས།            |འཛིག་རྟེན་པལ་ཆེར་ཆོས་པའི་ཁ་བརྒྱད་  
 རྣམ། |དཔྱལ་བའི་ས་བོན་མང་པོ་གསོག་གིན་འདུག། |མ་  
 སྤྱ་མ་བསྤྱ་ཁ་ཉུང་ཐོས་བརྒྱ་གསག། |ཐོས་པ་ནོར་འབྱུལ་  
 མང་པོ་སངས་པའི་རྟེན།    |གོས་བརྗེས་ཆོས་ཐོས་ཅམ་  
 གྱིས་མི་རུང་སྟེ། |མི་ཆེ་ལྷག་མ་སྒྲོམ་ལ་དེལ་བ་ཞིག། |ཅ་  
 གསུམ་དམ་ཅན་རྒྱ་མཆོས་བྱིན་གྱིས་རྩྭ་བས།    ||ཁམས་  
 གསུམ་སེམས་ཅན་བདེ་སྦྱིད་ལྡན་པར་ཤོག།    |བསྟན་  
 འཛིན་སྦྱེས་བྱ་མཛད་འཕྲིན་འཕེལ་བར་ཤོག། |དོན་གཉིས་  
 ལྡན་གྱིས་འབྲུབ་པའི་བཀའ་ཤིས་ཤོག།                            རབ་བྱུང་  
 ༡༥པའི་ལྷགས་སྟག་    དབྱེན་ལོ་༢༠༡༠་ལ་སྤར་སྟག་ཆང་  
 གི་མཐོང་གོལ་བྱིན་རྩྭ་བས་ཅན་གྱི་མདུན་དུ་མཆོམས་པ་

པར་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་      ཅིས་ཀྱི་སློབ་བྲ་ཆེན་པོར་སྦྱང་  
བཙོན་བྱེད་མི་ཁོམ་པ་རྣམས་ཀྱི་ཆེད་དུ་དམིགས་ཏེ་བསྐྱུ་  
སྒྲིག་བྱས་པའོ།། དགེའོ།། །། (པར་ཐེངས་བཞི་པ)





ཁྱེས་བཀྲའ་ལོ་ལྟོས་ལྟོས་ཀྱི། ཉི་མ་ཁྱེས་ཀྱི་ལྟོས་ཀྱི། ཁྱེས་ཀྱི་ལྟོས་ཀྱི། ཁྱེས་ཀྱི་ལྟོས་ཀྱི།

ཉི་མ་ཁྱེས་ཀྱི་ལྟོས་ཀྱི། ཁྱེས་ཀྱི་ལྟོས་ཀྱི། ཁྱེས་ཀྱི་ལྟོས་ཀྱི། ཁྱེས་ཀྱི་ལྟོས་ཀྱི།