

# ༡༡། བྱུང་ཕྱོད་ཚིག་རིག་ཀྱང་བུས།



བྱུང་ཕྱོད་ཚིག་རིག་ཀྱང་བུས།

## དཀར་ཆག

ཕྱི་བག་ཚིག་སྒྲོར་.....	༡
མཐུན་ཞེས་དང་གཟུང་སྒྲོར་བཟང་བན་རེད་ཅིག་.....	༡
གནས་ཀྱི་འེད་ཅིག་.....	༤
བག་ཚིག་ལྟན་ཐབས་.....	༥
ཕྱི་ཚིག་སྒྲོར་.....	༧
ཚིག་རྒྱུ་ལ་འཁོར་ཡོད་.....	༧
གཟུང་སྒྲོར་ཡོགས་ཀྱི་འབྲས་བུ་.....	༧
སྒྲོར་ཚིག་ཡོགས་ཀྱི་འབྲས་བུ་.....	༧༧
ཀྱིས་པ་སྒྲོར་བྱེད་ཀྱི་ཚིག་.....	༧༧
ཕྱི་གཞི་ཚིག་སྒྲོགས་བཟུས་.....	༧༩
འབྲས་འབྲས་ཡོགས་ལ་དབྱེད་དོན་.....	༧༩
གཟུང་སྒྲོར་ཡོགས་ཀྱི་འབྲས་བུ་.....	༧༧
སྒྲོར་ཚིག་ཡོགས་ཀྱི་འབྲས་བུ་.....	༧༠
ཅན་བྱེད་དགོས་པ་ཅུང་ཁྱེད་ཚིག་.....	༧༧
ཚིག་ཅིང་འཁོར་ཡོད་.....	༧༧
ཉི་མ་བཟུང་གཉིས་ཀྱི་བན་ཚིག་.....	༧༩
མཐུན་བྱེད་.....	༧༧

༡༡ བག་རྩིས་ཉེད་མཁོ།

ཅེས་གཞུང་ཆེན་མོ་རྣམས་སྲུ་བག་ཅེས་མང་དུ་གསུངས་མོད། ལུས་དུས་དང་  
 མཆོམས་པའི་དགོས་དོན་ལག་དུ་སྒྲུབ་བྱ་གནད་བསྐྱུ་ན་གསུམ་ལས།   ༩། དང་པོ་ཕོ་  
 མོ་མ་ཐུན་སྒྲེབ་ནི། ལོ་རྟགས་བདུན་བྱར་དང་བཞི་གཤེད་མ་ཡིན་པ། གལ་ཏེ་དགོས་ན་  
 བདུན་བྱར་བཅོས་པའི་སྲུང་བ་འདོགས་པ་དང་གཏོ་མདོས་བྱ། སྐྱེས་པ་ཕོ་ལོ་དང་།  
 བྱད་མེད་མོ་ལོ་ཡིན་ན་བཟང་། ལྷོག་ན་སྐྱང་ལོག་ཞེས་མོ་དབང་ཆེ་བ་དང་རིགས་རྒྱུད་  
 བྱ་མོ་མང་བས་ངན། ལྷོག་ལུས་དབང་རྒྱུང་བཞི་པོ་འཐབ་པས། མ་བྱ་འཕྲད་པས་  
 བཟང་། མེ་ལྷགས་ཤིང་གསུམ་ངན། དག་འཕྲད་ཤིན་ཏུ་ངན། ལྷོག་རྒྱུང་གཉིས་སྐྱེས་  
 པ་རྒྱལ་ཞིང་། ལུས་དབང་གཉིས་བྱད་མེད་རྒྱལ་བ་བཟང་། ལྷོག་ན་ངན། གལ་ཏེ་ངན་  
 པའི་རིགས་སྒྲེབ་དགོས་ན་གཏོ་བཅོས་སྲུང་འཁོར་འདོགས།   ༩། བཟང་ཕྱོགས་སྐྱོག་  
 ལུས་དབང་རྒྱུང་བཞི་པན་ཚུན་མ་བྱར་འཕྲོད་པའི་སྐྱོབས་པ་བཙུ་བྱ་ནི། ས་སྟག་དང་  
 ལྷགས་སྐྱུལ་འཕྲད་པ། ལྷགས་སྐྱུལ་དང་ཆུ་འབྲུག་ ཤིང་སྐྱུལ་དང་མེ་འབྲུག་ ལྷགས་  
 གྲི་དང་ཆུ་ཡོས། ས་སྟག་དང་ལྷགས་སྦྱང་། ཤིང་རྟ་དང་མེ་སྦྱང་། ལྷགས་བྱ་དང་ཆུ་གྲི།  
 ཤིང་བྱ་དང་མེ་གྲི། བཅས་ཡིན།   ༩། གཉིས་པ་གཟུང་སྐྱར་ལོགས་གྲི་བཟང་ངན་ནི།

[illegible]

བག་མ་རང་ལོ་དགུ་མིག་དང་དྲུང་མིག་དུས་སྟུ་མི་རུང་། བདུན་གསུམ་བག་མ་འི་  
གནམ་སྒོ་དང་། ལྷག་པ་ལྷ་མཆོམས་འབྲུབ་སྒྲོར་དང་། པ་སངས་ནམ་གྱི་འབྲུབ་སྒྲོར་  
སོགས་དང་། ས་བདག་ངན་རིག་རྒྱ་དུས་དང་བག་ལས་ལ་ངན་རིགས་ཀྱི་གཟའ་སྐྱར་  
དུས་སྒྲོར་ངན་པ་དང་གནམ་གྱི་ངན་དུས་སོགས་སྟུ་མི་བྲ། དབང་ཐང་གཟའ་སྐྱར་དང་  
མ་འི་གཟའ་དང་དུས་བཟང་། འབྲུབ་སྒྲོར་སོགས་བཟང་ཐལ་དང་ངན་ཐལ་སྤང་།  
༥ བག་མ་ལ་གནམ་གྱི་གཙོ་བས་རེ་བྱ་མིག་ལྟར། ཆེ་བ་ལོ་ཡི་གནམ་གྱི་འི་ཁ་  
གྱུར་ཕྱོགས་ནས་བག་མ་ཚུར་ལེན་མི་རུང་། འབྲིང་བ་རྒྱ་བའི་གནམ་གྱི་འི་ཕྱོགས་ནས་  
བག་མ་ཚུར་ལེན་བཟང་།

ཆེ་བ་ལོ་ཡི་གནམ་གྱི་འི་ཁ་གྱུར་ཕྱོགས་།	
སྟག་ལོས་འབྲུག	བྱ་བ།
སྟུལ་ཏྲ་ལྷག	བྱང་།
སྟེལ་བྲ་ཁྱི།	ཤར།
པག་གི་སྤང་།	སྒོ།

འབྲིང་བ་རྒྱ་བའི་གནམ་གྱི་འི་ཕྱོགས་ཕྱོགས་།	
དབྱིང་རྒྱ་གསུམ།	སྒོ།
དབྱར་རྒྱ་གསུམ།	བྱ་བ།
སྟོན་རྒྱ་གསུམ།	བྱང་།
དགུན་རྒྱ་གསུམ།	ཤར།

༥ རྒྱང་བ་ཞག་གི་གནམ་གྱི་འི་ཏྲ་གཉེན་པས་རེ་བྱ་མིག་ལྟར།

འོད་རྒྱ།	མཚུ	སྟ	མིག	ན	སྟག	བྱ་བ	མཚུག	ཤར	སྒོ	ལག	ཐོང་	སྒོག
༡ ༣ ༥	༡	༣	༣	༤	༥	༦	༧	༨	༩	༡༠	༡༡	༡༢
༧ ༩ ༡༡	༡༣	༡༤	༡༥	༡༦	༡༧	༡༨	༡༩	༢༠	༢༡	༢༢	༢༣	༢༤
མོ་དྲུག	༢༥	༢༦	༢༧	༢༨	༢༩	༣༠						
༣ ༤ ༦							༡	༢	༣	༤	༥	༦
༨ ༡༠ ༡༢	༧	༨	༩	༡༠	༡༡	༡༢	༡༣	༡༤	༡༥	༡༦	༡༧	༡༨
མོ་དྲུག	༡༩	༢༠	༢༡	༢༢	༢༣	༢༤	༢༥	༢༦	༢༧	༢༨	༢༩	༣༠

༥ གནམ་གྱི་མཚུ་ལ་བག་མ་རྒྱང་ན་ཁ་མཚུ་འོང་། སྟུལ་སྟུལ་སྤང་། མིག་ལ་བྲ་མིག་

འབྲ་བ་གཉིས་སྟེ། རྩ་བར་རྩ་མཆོག་འབྲ་གཉིས་སྟེ། ལྷག་པར་གཉའ་བཅིང་པ་མིང་ལ་  
 ངན། རྒྱབ་ལ་རབ་ཆད་སྟེང་མི་འཕེལ་སྤང་སྟེ། བརྟུག་མར་བྱ་མེད་བྱ་མོ་མང་།  
 ཀར་པར་བྱ་ཉན་ཅམ་གཉིས་སྟེ་གོ་ལོག་ཉན་ཆེ། ལྷོ་བར་བྱ་མང་ལོང་སྟོང་ཆེ། ལག་པ་  
 ལ་རུང་ཅམ་ཡིན། ཕ། སྤྱིབ་བཅོས་མི་རུང་ཕྱོགས་དེ་རུ། དཀར་གཏོར་བཏང་ཞིང་  
 ལུག་མགོ་དང་། །ཚྭ་ཚྭ་བཞག་ལ་ཐོད་རྩ་བཅུགས། །ངར་མི་ཕོ་རོག་ཞོན་པ་ལ། །ཕོ་  
 རོག་སྟོ་བཅུག་ཕྱོགས་དེར་བཞག །ཁྱི་ལུད་གསུར་གྱིས་སྤྱིབ་པར་བྱ། །

ཕ། གསུམ་པ་བག་ཚིས་ལྷན་ཟབས་ལ། རུས་ཆོད་ཁམས་ལོའི་མ་གྲོགས་  
 སྤྱད། །ཕྱོགས་ནི་སྤར་ཁའི་བཟང་བཞི་བསྟུན། དབང་ཐང་མར་གྱུར་པ་མ་འདྲོམ། །  
 དབང་ཕོ་སྟོན་མེད་མིང་བག་ལེགས། །དེ་ཡི་འབྲས་དང་རྒྱན་འབྲུམ་ཞོ། །བྱ་རམ་ཤིང་  
 ཉོག་ལ་སོགས་པ། །དབང་ཐང་དག་རུ་མི་འགོ་བའི། །བག་ཤིས་ཟས་ཀྱི་རོ་ཡང་  
 བསྟོ། །གཙུག་གཡུ་སྤྲེལ་སྤྲེལ་བཟང་ལས་བྱ། །གནམ་ལོ་མེ་ཤར་གཟའ་མིག་དམར། །  
 སྤར་མ་ལྷ་མཆོམ་འདོམ་ན་ངན། །བཅོས་མི་བྱབ་པས་བག་མི་བྱ། །སྤྱི་ཡི་སྤྱིབ་ཤིང་སྤྱ་  
 གསུང་བྱགས། །མཆོན་བརྗོད་བདེ་གཤེགས་རིང་བསྟེལ་སོགས། །ཁྱིན་ཉོན་ཀུན་  
 བྱབ་འཁོར་ལོ་དང་། །གཟུགས་མོ་གྱི་བྱར་མ་བྱའི་སྟོ། །བྱམ་པའི་སྤྱ་དང་རུས་སྤལ་  
 ཞོག །ལྷག་རས་གཟིག་རས་བྱང་མིག་དགྲ། །བྱ་རོག་སྟོ་དང་པག་གོད་མཆེ། །མྱ་ཅི་  
 གུ་གུལ་སྤྱ་ཟེ་དང་། །དར་སྤྲ་ལྷ་དང་འཁོར་ལོའི་རིགས། །སྤྱིབ་ཤིང་བྱ་བ་ཤིན་རུ་  
 གཅེས། །གསེར་རམ་འཆོལ་གྱི་བག་མ་ཡི། །ལག་གཡས་མཐེལ་རུ་སྤྲ་དང་གཡོན། །  
 རྒྱང་ཞེས་བྱིས་ལ་སོར་མོ་ལྷར། །རིམ་བཞིན་ལྷ་སྤྲུག་རྒྱང་འབྲུག་སེང་། །ཡི་གེར་བྱིས་  
 པས་སྤྱིབ་ཤིང་འགྱུར། །ཕྱོགས་ངན་ཉལ་གྱི་སྟེང་འགོ་ན། །ལག་མཐེལ་གཡས་སྤྲུག་  
 ཅེས་དང་། །གཡོན་རུ་སྤྲ་ཞེས་སོར་མོ་ལྷར། །སྤར་བཞིན་ཡི་གེ་དབྱ་ཅན་གྱི། །བག་མ་  
 ཁྱིམ་ནས་ཐོན་པ་དང་། །གཞན་ཁྱིམ་འབྱོར་རུས་མ་བྱུན་གསུམ་བསྟུན། །བདུན་བྱར་ལོ་

བས་ཏྲ་སྐྱོན་གྱ། །ཟླ་མོ་མ་ཐུན་གསུམ་ལོ་བས་གྱ། །འོག་ཏྲ་ལུས་ཀྱི་ཁ་དོག་བསྐྱུན། །  
 ཡང་ན་སློག་གི་མའི་མདོག་ཞོན། །ལུས་ཀྱི་མ་ཡི་ཏྲ་ཁྲིད་གྱ། །དབང་ཐང་མར་གྱུར་པ་  
 མ་འཇོམ། །མིང་བག་ལེགས་བས་རྒྱན་ཆ་འདོག་ །བག་གོས་སློག་གི་ཁ་དོག་  
 བཞོན། །སློག་གི་མར་གྱུར་དབང་རྒྱུད་དར། །ཤེས་བའི་མི་ཡི་མདའ་གོས་གྱ། །མདའ་  
 དར་དབང་ཐང་ཁམས་དང་བསྐྱུན། །བདུན་ཟུར་རྒྱུད་ཏྲ་བཞི་ག་ཤེགས་དག། །ཅན་གྱི་སྒྲ་  
 མེ་བྱས་བར་གྱ། །བསྐྱེད་རིམ་ཅན་གྱི་ཨ་སྤྱེ་ཡང་། །གོང་བཞིན་ཆང་བས་སྒྲ་ག་ཤེད་  
 བཏུལ། །སྤང་ཆེན་སྒྲ་སྒྱུར་ག་ཟུངས་ཁུས་གྱ། །དེ་ཡང་ཤིང་ཏྲ་ལོ་བ་ལ། །ལྷགས་  
 སྤྱེལ་ཅན་གྱི་རལ་གྱི་འཕྱར། །ཡང་ན་བཞི་ག་ཤེད་སྒྲུལ་གྱི་ཐོག་ །དཔེར་ན་པག་སྒྲུལ་  
 ཡར་མར་བཞི། །དབང་ཐང་མ་ཡི་གདན་གཏིང་གྱ། །གདན་འོག་ཤེས་བའི་ཞིང་ས་  
 བཏིང་། །སློག་མའི་མདོག་གྱི་གདན་བཏིང་གྱ། །བག་མའི་སློག་དན་ནས་དཀར་  
 གྱི། །དོ་རྩེ་རྒྱ་གམ་ལུས་དན་ན། །འཁོར་ལོ་ཅིབ་བརྒྱད་དབང་ཐང་དན། །གཡུང་བྱུང་  
 གི་ཞིང་སྤང་དན་ན། །བརྒྱ་འདབ་བརྒྱད་གི་བར་གྱ། །སྤར་ཁའི་བཟང་སྤྱོགས་ཁ་བསྐྱུན་  
 གྱ། །སྒྲ་སེལ་བཙོས་རིམ་བྱེད་འདོད་ན། །ཡི་ལ་ཏྲ་ལ་ཁོན་ལ་ལུག་ །དུ་ལ་ར་ལ་ཁོན་  
 ལ་ཁྲི། །ཁམ་ལ་པག་ལ་གིང་ལ་སྤང་། །ཟིན་ལ་བོང་བུ་ཟོན་ལ་རྟོལ། །སྤྱོ་གའི་གོས་  
 བཞོན་རྒྱ་རག་བཅིང་། །བག་མའི་སྒྲ་ལ་སོ་སོར་ཁྲིད། །རང་སྤར་ཕྱག་རྒྱའི་འཕྱ་  
 བཏུགས་གྱ། །མི་ཁའི་རྩས་ནི་རྩ་ཆག་དང་། །ཤོར་ཆག་སྤེར་ཆག་གོ་གསུམ་ཐལ། །  
 ལྷགས་བྲེག་ལ་སོགས་རྫོངས་སུ་འདེབ། །རྩ་མདོས་སྤྱོ་ཤེའི་སློག་དགས་ཁྲིད། །རབ་  
 ན་ག་ཟུང་འདུས་མ་བྱུང་ན། །གཏུག་ལག་མདོ་བཞི་ལོར་རྒྱན་མ། །བསང་དང་གསེར་  
 འོད་གཡང་སྐྱབས་འདོན། །གཡང་སྐྱབས་བཅའ་ཞིང་གཏོར་མ་བཏང་། །དེ་ནི་རྒྱས་  
 བསྐྱུས་མཆོམས་བ་ཡི། །ཉེར་ཅིག་དུས་ཀྱི་བག་ཅིས་ཡིན། །

༡༡༥། སྐྱེས་ཅིས་ཕྱོགས་བསྐྱེས།

ཐོག་མར་སྒྲིབ་ཏུགས་འཁོར་ལོ་ནི། །  
 སྒྱེ་ཏུགས་འཁོར་ལོ་བཤད་ཀྱི་ཉོན། །  
 བླུ་གཟུགས་མངོས་ཞིག་གིས་ལ། །  
 ཉི་མས་འབྱུང་བའི་སྐར་མ་དེ། །  
 སྒྱི་བོའི་སྙིང་དུ་འབྲི་བར་བྱ། །  
 ཁ་ལ་གསུམ་དང་དབྱང་འགོར་གཉིས། །  
 མཐིག་མར་གཉིས་དང་ལག་བར་གཉིས། །  
 སྙིང་ཁར་ལྗ་དང་སྡེ་བར་གཅིག །  
 གསང་གནས་གཅིག་དང་བྱས་མོར་གཉིས། །  
 རྩ་བར་བརྒྱད་བཀོད་སྒྲེ་བ་བརྟག །  
 ཧྲི་རྩ་བ་ལ་སྒྲིབ་ཆེ་བྱང་འགྲུཌ། །བྱས་པ་  
 བ་ལ་སྒྲིབ་མཐིག་བས་བརྟག །སྡེ་བར་སྒྲིབ་  
 ལོངས་སྒྲོད་ལྷན། །ལག་བར་སྒྲིབ་བ་རྒྱན་པོར་  
 བསྐལ་ཅན། །དབྱང་མགོ་ལ་སྒྲིབ་ཁྱར་པོ་བ།  
 རྩ་བ་ལ་སྒྲིབ་བ། །རྒྱལ་པོ་འགྲུཌ་བ་ཐེ་ཆོར་



༥ གཟུང་གང་ལ་སྐྱེས་པའི་འབྲས་བུ་དང་།

༩ རེས་གཟའ་ཉི་མ་ལ་སྐྱེས། འབྲས། །ལ་དཀར་ཡིད་གཞུངས་ཁ་མཆུ་  
མང་། །བྱེས་འཕྲོད་མི་ཁ་ཅུང་ཟད་སྤང་། །ཞག་བདུན་ཆེ་བདུན་བསོས་གྱུར་ན། །བྱ་ནི་  
ཆེ་རིང་མི་ཆེན་བྱམས། །བྱ་མོ་ཕྱག་སྟེ་བྱིམ་སོ་འདྲེན། ། ༩ རེས་གཟའ་ཆེ་བ་



ལ་སྐྱེས་པ། །འདཀར་པོར་རིང་གཡོ་སྐྱར་ཆ། །མིས་བྱམས་ཟས་ནོར་གང་སྟོངས་  
མང། །ཁ་སྐྱེ་མཆིན་ནད་ཏྲ་དཀར་འཕྲོད། །བྱ་ནི་བཅོན་ཕྱག་ལྡན་པ་དང། །བྱ་མོ་  
མཛེས་སྐྱག་ཡིད་དུ་འོང། ། ༡༣ རེས་གཟའ་མིག་དམར་ལ་སྐྱེས་པས། །འ་  
ཅ་དམར་ལ་ངན་བཟ་ཞིང། །སྒྲིག་སྟོད་སྟོ་ཐུང་གཤེས་ངན་ལ། །དབྱེན་བྱེད་ང་རྒྱལ་  
ཁོང་ཁྱོ་ཆ། །བྱ་སྐྱེས་གསོ་དཀར་བྱ་མོ་འཆི། །ཟས་ནོར་དམར་ཆས་རིགས་རྣམས་  
འཕྲོད། ། ༡༤ ལྷག་པ་ལ་སྐྱེས་ནད་བྱ་ཅན། །འ་ཅི་ནག་ཅིང་སྟོ་གྲོས་ནོ། །ཁ་  
སྟོ་ཐུང་ཞིང་གཡོ་སྐྱེ་མེད། །ཟས་ནོར་སྟོན་པོའི་རིགས་རྣམས་འཕྲོད། །བྱ་སྐྱེས་ངན་ཏེ་  
མ་ལ་རྩལ། །བྱ་མོ་སྐྱེས་ན་པ་མ་དབུལ། །མོ་རང་ཟས་ནོར་དབང་ཐང་ཆ། །  
༡༥ ཐུར་བྱ་ལ་སྐྱེས་གཞིན་ངན་ཞིང། །སྟོ་གསལ་མཁས་ཤིང་ཆོས་ཀྱང་བྱེད། །  
བྱ་མོ་ཆེ་རིང་གྲོགས་ཀྱང་བཟང། ། ༡༦ རེས་གཟའ་པ་སངས་ལ་སྐྱེས་འབྲས།  
དམེ་དང་མགར་བ་བྱེད་པ་དང། །འདཀར་སྐྱ་མ་སྟོབ་དཔོན་བྱམས། །ཟས་ནོར་  
དཀར་པོའི་རིགས་རྣམས་འཕྲོད། །བྱ་སྐྱེས་ཆེ་རིང་དབང་ནོ་ཕྱག་ །བྱ་མོ་ནད་འོང་  
དཔལ་ཀྱང་ཆ། ། ༡༧ སྟོན་པ་ལ་སྐྱེས་གཟུགས་བཟང་ཡང། །བསོད་ནམས་  
ཐུང་ཞིང་བྱ་སྐྱེས་འབྲིང། །བྱ་མོ་ཆེ་ཐུང་ཆོས་སྐལ་ལྡན། །པོ་མོ་བྱེད་མེད་འ་ཅ་  
དམར། །མཆོན་ཉིད་ངན་ཞིང་མི་གདུག་ཆ། །སྐྱ་མ་སྟོབ་དཔོན་མི་དཔོན་བྱམས། །  
ཤེས་རབ་ཆེ་ཞིང་བྱེས་དང་ནི། །ཟས་ནོར་དམར་སེར་རིགས་རྣམས་འཕྲོད། །

༢ སྐར་མ་གང་ལ་སྐྱེས་པའི་འབྲས་བུ་ཤད།

༡༨ དབྱག་པ་ བ་སྐར་མཆོན་ལ་སྐྱེས་བྱག་བཅུ་ནས། །བརྒྱད་བཅུའི་བར་ཐུབ་ལྷེ་བདེ་  
ཞིང། །གཟུགས་བཟང་ཆོས་ལ་དཀར་བ་དང། །སྐྱན་སྟོར་མཁན་ནམ་སྐྱན་པའི་  
རིགས། །སྐྱ་གར་རོལ་མོའི་སྐྱ་ལ་མཁས། །སྟོ་ལུས་མི་བརྟན་སྟོད་མི་ཚུགས། །



ཀྱ བ་ཉི་ལ་སྐྱེས་སེམས་བརྟན་ཞིང་། འད་མེད་བདེན་སྐྱ་སྦྱིང་རྩེ་ཆུང་། ཆེ་ལོ་  
 སུམ་བུ་ཙ་ལྷག་གཤམ། རིང་ན་དགུ་བུ་ཙ་ལྷ་ལྷག། ལག་བཟོར་མཁས་ཞིང་བཙོན་  
 འགུས་ཆེ། སྦྱིང་རྩེ་ཤིན་ཏུ་ཆུང་བས་ན། སྤྱི་མ་དུ་ལྷ་བའི་གནས་སུ་སྐྱེ། །  
 ཀྱ རྒྱ་སྐར་སྦྱིན་ལྷག་ལོངས་སྦྱོང་འཕེལ། སྦྱན་གཤམ་དང་ནི་གཟི་བརྩིང་  
 ཆེ། མཁས་ཤིང་རབ་ཏུ་དཔའ་བ་སྟེ། ཆེ་སྦྱོང་དན་ཡང་ཆེ་སྦྱང་ལ། འགྱུར་ཞིང་  
 བཟང་པོར་འགྲོ་བ་སྟེ། ཆེ་ཆད་རིང་པོ་ཉིད་ཏུ་འགྱུར། བྱ་མོ་སྐྱེས་ན་དན་པའོ། །  
 ཀྱ རྒྱ་སྐར་སྦྱར་མ་ལ་སྐྱེས་པ། ཆེ་ཆད་རིང་བར་འགྱུར་བ་དང་། གཟུགས་  
 བཟང་དག་འདྲམ་བདེན་པར་སྟེ། བྱ་ཁྱིའི་ཆོས་མཐུན་སྦྱིན་ལ་དགལ། གཤམ་མེད་  
 ཤེས་ཤིང་མཁས་པ་སྟེ། རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་མངོས་དང་ལྷན། དཔའ་ཞིང་རྒྱལ་བ་ལུན་  
 སུམ་ཆོག་གས། དག་རྣམས་ཏྲག་པར་རབ་ཏུ་འདྲིམས། ། ཀྱ རྒྱ་སྐར་མགོར་སྐྱེས་  
 ཆེ་ཡི་ཆད། ཉིར་བརྒྱད་ནས་ནི་རེ་གཉིས་བར། རིང་ན་དགུ་བུ་ འང་ལྷན་པར་  
 བཞད། ཆོས་ལྷན་སྦྱོར་བཙོན་བདེན་པར་སྟེ། དཔའ་ཞིང་སྒོ་གསལ་ལོངས་སྦྱོང་  
 ལྷན། བྱ་མོ་སྐྱེས་པ་ཁ་དྲག་ཟེར། ། ཀྱ རྒྱ་སྐར་ལག་སྐྱེས་ཆེ་ཡི་ཆད། ལོ་ནི་  
 སུམ་བུ་ཙ་ལྷ་འཕ། ཡང་ན་དྲག་བུ་ཙ་ལྷ་འཕོ། ཆོམས་པོའི་ལས་གྱིས་འཕོ་བ་  
 ཡི། གཏུམ་པོ་གཤམ་མེད་ལག་མི་བཟོ། ཁྱོ་ཞིང་དབུལ་ལ་ཤིན་ཏུ་ལྷན། བྱ་བ་བཟང་  
 པོ་མི་བྱེད་པར། དན་པའི་ལས་ལ་རབ་ཏུ་བཙོན། ད་རྒྱལ་སྤྱིག་པའི་ལས་ལ་  
 དགལ། ཁྱད་པར་བྱ་སྐྱེས་རྩལ་ཆེ་ལ། བྱ་མོ་བལ་གྱི་ལས་ལ་སྐྱེན། ། ཀྱ རྒྱ་  
 སྐར་ནབས་སོ་ལ་སྐྱེས་པས། ལྷ་བུ་འཕ་ཡང་ན་དྲག་བུ་ལྷ་ལྷག། ཞིང་ས་ལོངས་  
 སྦྱོང་ལྷན་པའཕ། ཆོས་སྐྱ་ཚུལ་ཁྲིམས་ལྷན་པ་ཡིན། སེམས་ནི་རབ་ཏུ་བཟང་བ་  
 ཉི། རང་བཞིན་ཀྱང་ནི་སྦྱོན་པ་དང་། ཁྱོ་བརྟན་ནད་མེད་ཆོག་ཤེས་པས། རུང་ཟད་  
 ཅམ་གྱིས་ཆོག་པར་འདྲིན། ། ཀྱ རྒྱ་སྐར་རྒྱལ་ལ་སྐྱེས་པའི་འགུས། ཆེ་ཆད་

བརྒྱད་བརྒྱ་ཐུབ་པ་སྟེ། །ཆོས་སྤྱི་ཚུལ་ཁྱིམ་ས་ལྡན་པའི་མི། །ཞི་ཞིང་སྦྱིན་པ་གཏོང་བ་  
 དང་། །སྟེ་བདེ་གཟུགས་བཟང་ལག་པ་བཟོ། །སྒོ་ལུས་མི་བརྟན་སྟོང་མི་ཚུགས། །  
 མཁས་ཤིང་ཞོར་ལྡན་སྐལ་བ་བཟང་། ། ༡༩ རྒྱ་སྐར་སྐག་ལ་སྦྱེས་པ་ཡི། །ལོ་ནི་  
 ལྷ་བརྒྱ་ཐམས་པ་སྟབས། །རིང་ན་དུག་བརྒྱ་རེ་གསུམ་ཡིན། །སྟེན་ལ་བྱ་མོ་སྦྱེད་ཅུང་  
 ཞིང་། །མཁས་ཤིང་བྱད་བཞིན་མཛེས་པ་དང་། །མ་དང་འགྲོགས་ཡུན་སྤང་བ་  
 ཡིན། །ཁོ་ཞིང་སྤྲིག་དང་དབྱེན་ལ་དགལ། །སྦྱེད་པ་ཆེ་ཞིང་སྦྱར་ཡང་མོད། །བྱ་བ་  
 བཟང་པོ་མི་བྱེད་ཅིང་། །དན་པའི་ལས་ལ་ཤིན་ཏུ་བཅོན། ། ༢༠ རྒྱ་སྐར་ཏྲ་ཆེན་  
 ལ་སྦྱེས་པས། །ལོ་དགུ་དག་ལ་མ་ཤིན། །ལྷ་བརྒྱ་གོ་ལྷ་གང་རིག་འཆོ། །བྱ་སྦྱེས་པ་  
 ལ་དན་པ་ཡིན། །བྱ་མོ་སྦྱེས་ན་མོ་རང་འཆི། །ཏག་ཏུ་རྩུན་ཆིག་ལ་དགའ་ཞིང་། །  
 འཁོར་མང་ལོངས་སྦྱོང་ཆེ་ལྡན་ལ། །ཡུན་རིང་བྱ་སྦྱེས་བཟང་པོའི་རིགས། ། བཟོ་ལ་  
 མཁས་ཤིང་དགོ་ལ་བཅོན། །བརྩན་ཞིང་ཆོས་ལྡན་ཞོར་དང་འང་ལྡན། །  
 ༢༡ རྒྱ་སྐར་གེར་སྦྱེས་ཆེ་ཡི་ཆད། །ལོ་བརྒྱད་ཚུན་ལ་མ་ཤིན། ། ལྷ་བརྒྱའམ་  
 ཡང་ན་གོ་ལྷ་སྟབས། །བྱ་མོ་ཡིན་ན་ནད་མང་དན། །སྤྱུ་ཡིན་ན་བྱ་རང་འཆི། །མ་ཤི་  
 བར་དུ་རང་བཞིན་དན། །གཡོ་དང་འདོད་ཆགས་ཆེ་བ་ཡིན། །བཟོ་ལ་མཁས་ཤིང་  
 སེར་སྤྲོ་ཆེ། །གཏམ་དང་གོས་རྒྱན་རིགས་ལ་དགལ། །སྒོ་ལེགས་ཁ་འཇམ་ཐས་ལ་  
 ཡངས། ། ༢༢ རྒྱ་སྐར་ཁར་སྦྱེས་ལོ་བརྒྱ་འཆོ། །ལྷ་ག་ཅིང་ལོངས་སྦྱོང་ཚུལ་  
 ཁྱིམ་ས་ལྡན། །བརྩན་མེད་བདེན་སྤྱི་ལ་དགལ། །འགྲོ་བ་དང་ནི་བསྟན་གནས་  
 ལ། །དགའ་ཞིང་ཅུང་ཟད་སྤྱན་པར་འགྱུར། །འཆི་རྩེན་དུག་གིས་བྱེད་པ་ཡིན། །  
 ༢༣ རྒྱ་སྐར་བྱ་མ་ལ་སྦྱེས་པ། །མ་ཡི་ཆེ་ལ་བར་ཆད་འགྱུར། །ལོ་ནི་བརྒྱད་  
 བརྒྱ་ཐམས་པ་འཆོ། །སྟེ་བདེ་གཟུགས་བཟང་ལག་པ་བཟོ། །སྒོ་བས་པ་བཟང་ཞིང་ཤིང་  
 གྱང་ཆེ། །སྒོ་ལུས་མི་བདེ་སྟོང་མི་ཚུགས། །སྦྱེ་ཞིང་གཡོ་དང་སྤྱི་མ་ཆེ། །དབང་ལྷག་

གཙོ་བོ་ཞོར་ལྡན་ཞིང་། སྤྱིན་དང་མཆོད་སྤྱིན་སྣ་ཆོག་གས་བྱེད། ཆོས་ལྡན་བྱང་ཆུབ་  
 ཡན་ལག་བདུན། སློ་དུལ་བྱང་ལྡན་ཁྱིམ་ས་ཀྱན་བསྟུང་། ཡང་ བ་རྒྱན་མ་སློམ་དང་  
 ཅན། ། ༡༣ རྒྱ་སྐར་བྱུ་ལ་སྤྱེས་པ། ཆེ་ཆད་ལོ་ནི་ཉེར་བརྒྱད་འཛོ། །  
 སྤྱ་གར་རོལ་མོའི་སྤྱ་ལ་མཁས། སྤྱིན་དགའ་འདོད་སྤྱོད་མཛེས་ལ་སྤྱག་ བྱེ་བདེ་སློ་ནོ་  
 གྲགས་པ་ལྡན། བཞིན་ལེགས་མི་དགའ་ཆེ་བར་འོང་། བརྒྱན་མེད་དག་རྒྱབ་འདོད་  
 ཆགས་ཆེ། མིག་དང་ཡན་ལག་དབང་པོ་ལེགས། སྤྱ་ཆོག་གས་གོས་གྱོན་སྤེང་བ་  
 རོགས། ། ༡༤ རྒྱ་སྐར་ས་རི་ལ་སྤྱེས་པ། ཆེ་ལོ་ནི་ལྷ་དྲུག་བཅུ་འཛོ། །  
 ཅིས་པ་འབྱོར་རྟེན་ཁོ་བར་འབྱུང་། གཡོ་སྤྱ་སེམས་ལ་ནད་བྱ་ཅན། འོངས་སྤྱོད་ལྡན་  
 ཞིང་གཟུགས་བཞིན་ལེགས། ཡས་བྱམས་མས་སྤང་མི་ཁ་སྤང་། སྤྱག་དོག་སེར་སྤྱ་  
 ཆེ་བ་ཡིན། རང་བཞིན་གཉིན་ལ་ཡང་པ་དང་། བཟོད་པ་དང་ནི་ཅོམ་ལ་སྤྱོ། སློ་  
 དུལ་ཆོང་ཤེས་དེ་ལ་སྤྱོད། བཅེ་ལྡན་བདེན་སྤྱ་ཆོས་ལ་སྤྱོད། བྱ་དང་བྱ་མོ་གཉིས་  
 ཀ་བཅན། ། ༡༥ རྒྱ་སྐར་ས་གར་བདུན་བཅུ་འཛོ། གཟི་བཟིན་ལྡན་ཞིང་  
 དཔལ་དང་ལྡན། མཁས་ཤིང་ཞོར་ལྡན་བྱང་མེད་འདུ། དཔལ་ལ་དག་སྤུལ་ཤེས་རབ་  
 ཆེ། དང་པོ་ངན་ཡང་ཆེ་སྤྱད་བཟང་། སྤྱག་དོག་སེར་སྤྱ་གཟི་བཟིན་ཆེ། །  
 ༡༦ རྒྱ་སྐར་ལག་སོར་ལ་སྤྱེས་པ། ལོ་ནི་ཉེ་ལྷ་ཅ་བརྒྱད་འཛོ། ཆོང་པ་དབང་  
 པོ་དུལ་བ་དང་། ཆོས་སྤྱོད་སློ་གོས་ཆེར་ལྡན་ཞིང་། ཆོང་ངམ་ཆོས་ཀྱིས་འཛོ་བ་  
 ཡིན། བྱེ་བདེ་གཟུགས་བཟང་ཆུ་ལ་ཁྱིམ་ས་ལྡན། ཞོར་སྤྱག་བྱེས་འགོ་རབ་ཏུ་  
 བཟང་། བྱེས་ལ་དགའ་ཞིང་བྱེས་ཀྱང་འཕྱོད། མི་གཞན་འདི་ལ་དགའ་ཞིང་འདུ། །  
 ༡༧ རྒྱ་སྐར་སྤྱོན་སྤྱེས་སོ་ལྷ་འཛོ། ཆུ་ལ་ཁྱིམ་ས་འཆལ་ལ་སྤྱོད་རྩེ་མེད། །  
 མཆོད་སྤྱིན་ལ་སོགས་འཕེལ་བར་བྱེད། སལ་ཆེར་མི་སྤྱག་ཆེ་ཆད་སྤྱང་། དུལ་  
 ཞིང་ཆོག་ཤེས་འདོད་པ་ཆུང་། བྱ་བ་བཟང་པོ་མི་བྱེད་པར། ངན་པའི་ལས་ལ་རབ་ཏུ་

བཅོམ། །ཆོས་བྱས་སྤྱར་དུ་ཁྱིམ་ས་འཆལ་འགྱུར། ། ༡༩ རྒྱ་སྐར་སྤྱུ་བ་སྤྱེས་སོ་  
 ལྷའམ། །རིང་ན་དུག་བཅུ་རེ་གསུམ་འཛོ། །སྐལ་ལྷན་སྤྱེས་བུའི་ནམ་པ་ཅན། །ཁང་  
 བཟང་འཛིན་ཅིང་ཞིང་ས་ཡི། །ཁོར་དང་འབྲས་བུའི་བདག་པོ་སྟེ། །འཛིག་ཏེན་བྱ་བྱེད་  
 བུ་མི་སྟེ། །སྤྱེས་ཀྱང་གསོས་པ་དཀའ་བའོ། ། དེགས་དང་ར་རྒྱལ་ཆེ་བ་ཡིན། །རན་  
 པའི་ལས་ལ་རབ་ཏུ་བཅོམ། ། ༢༠ རྒྱ་སྐར་བེར་སྤྱེས་བརྒྱད་བཅུ་འཛོ། །ཆོས་  
 དང་ལྷན་ཞིང་ཐོས་པ་ཆེ། །བཟོ་དང་བྱ་བ་ཀུན་ལ་མཁས། །ཆོས་སྤྱོད་སྤྱིན་པ་དག་ལ་  
 དགལ། །འཁོར་ལ་དུངས་ཤིང་ཀུན་ལ་དད། །ར་རྒྱལ་ཅུང་ཟད་ཆེན་ཡང་། །ཚུལ་  
 ཁྱིམ་ས་ལྷན་པས་མཐོ་རིས་ཐོབ། ། ༢༡ རྒྱ་སྐར་བུལ་སྤྱེས་པོ་བརྒྱ་འཛོ། །  
 ཡང་ན་བརྒྱད་བཅུ་ཅ་ལྷ་ཐུབ། །སྤྱུག་ཅིང་སྤྱིན་པ་གཏོང་ལ་དགལ། །རྒྱུན་དུ་བརྟན་  
 བྲལ་གསོང་པོར་སྟེ། །བྱ་དང་གྲོགས་མང་ཤེས་པ་ཆེ། །སེམས་ཅན་ལ་བྱམས་སྒོ་ཡང་  
 དུལ། །མཁས་ཤིང་རིག་བཟོ་ནད་ཀྱང་དཀོན། །ཆོད་པའི་ནད་བྱུང་གསོ་ཡང་དགལ། །  
 ༢༢ རྒྱ་སྐར་བྱ་བེ་ རྒྱ་བཞིན་མཆོག་ལ་སྤྱེས་པ། །དུག་བཅུ་རེ་གཉིས་འཛོ་བ་ཡིན། །  
 སེམས་ནི་རབ་ཏུ་བཟང་པོ་སྟེ། །རང་བཞིན་གཉེན་ཞིང་ཤེས་པ་ཡངས། །འགྲོ་དང་རྩལ་  
 པ་དག་ལ་སྟོ། །སྒོ་དུལ་ཆོང་ཤེས་དེ་ལ་སྟོད། །བཅེ་ལྷན་སྤྱན་སྤྱོད་ཆོས་ལ་  
 སྟོད། །ལོངས་སྟོད་ཏྱག་ཅིང་ནད་ཀྱང་དཀོན། །རྒྱལ་པོ་དང་ནི་སེམས་ཅན་  
 བྱམས། །དཔལ་ཞིང་བསྐྱར་བྱུང་གྲོགས་ཀྱི་མཆོག །ཡུལ་འཁོར་སྟོང་ཞིང་དབྱ་རྣམས་  
 ཐུལ། །མཁས་པར་བྱེད་པའི་མཆོག་ཡིན་ཏེ། །ཟབ་ཡང་གཉེན་སྦྱོར་དག་ལ་  
 དགལ། །དཔལ་དང་འགྱོར་པ་ཆེ་བ་ཡིན། །གྲགས་པ་ཆེ་ཞིང་རྒྱུང་མ་མཛོངས། ། ༢༣  
 རྒྱ་སྐར་བྱ་སྟོ་བེ་ རྒྱ་བཞིན་མཆོག་ལ་སྤྱེས་པ། །ལོ་ནི་དུག་བཅུ་འཛོ་བ་སྟེ། །ཁྱོ་ཞིང་འདོད་ཆགས་རྒྱུང་བ་  
 དང་། །ཐོས་ལྷན་མཁས་ཤིང་ཤེས་རབ་ཆེ། །ཁྱོང་ཁྱོང་རྣམས་ཀྱིས་མཆོད་པའི་གནས། །དབྱ་པོ་འདུལ་  
 པའི་ལས་ལ་མཁས། །སེམས་ནི་བཟང་ཞིང་གཉེན་ལ་ཡངས། །འགྱོར་ལྷན་བཟོད་དང་རྩལ་ལ་

དགལ། རྒྱ་མེད་སྒྲིབ་སྒྲིབ་དང་ལྷན་པ་ཡིན། ། ༡༣༣ རྒྱ་སྐར་བྱ་ལྷགས་ལ་སྒྲིབ་པ། ལོ་ནི་  
 ཉེར་ལྷའམ་རྒྱག་བཅུ་འཛོ། ཁྱོ་ཞིང་སྐར་མཁས་བྱ་ལོར་ལྷན། རང་དགར་སྒྲིབ་ཅིང་བྱ་  
 བ་བཅོན། སེམས་བཟང་རང་བཞིན་མཉེན་ཅིང་ཡངས། ཁྱོ་ཅིང་བག་ཡངས་ཅོམ་ལ་  
 དགལ། སྒྲིབ་པོད་དཔའ་ཞིང་སྒྲིབ་གར་མཁས། ཁྱོ་ཞིང་ཆུ་ཡི་འཆི་བར་འགྱུར། བྱ་  
 མོ་བཅས་པ་མཛེས་པ་ཡིན། ། ༡༣༤ རྒྱ་སྐར་མོན་བྱ་ལ་སྒྲིབ་པ། སྒྲིབ་དུ་འཆི་  
 རྒྱུ་མ་སོང་ན། ཁྱོ་ཞིང་མོད་ལྷན་ཆད་ལ་བཅོན། རང་མི་བྱམས་ཤིང་མཆོད་ཅིང་  
 བསྐྱར། རྒྱ་ལྷགས་བཟང་མཆོད་ཅིང་སྒྲིབ་ཡང་པོད། དགའ་ཐུབ་ལ་དགའ་བབ་ཆོལ་  
 ཆེ། རྒྱ་མེད་སྒྲིབ་ཡང་ཆེ་བ་ཡིན། ། ༡༣༥ རྒྱ་སྐར་ཁྱུ་མས་སྒྲིབ་གོ་ལྷ་  
 འཛོ། རྒྱ་ལོ་སྒྲིབ་དང་གསོད་ལ་དགལ། རྒྱ་ཤིས་ངན་དམག་དང་ཆོམས་ལ་བཅི །  
 ལག་བཟོ་མཁས་ཤིང་རང་བཞིན་ངན། ཁྱོ་ཞིང་གཞན་ལ་གཞོད་པ་ཆེ། སྒྲིབ་མི་པོད་  
 ཅིང་གྲགས་པ་ཆེ། རྒྱ་བ་གསང་ཞིང་ལོར་ལ་སྒྲིབ། རྒྱ་ཉེན་ནམས་བཅི་ཞིང་བྱ་མི་  
 ལྷང་། རྒྱ་མ་དབང་དང་ལྷན་པ་ཡོད། ། ༡༣༦ རྒྱ་སྐར་ཁྱུ་མས་སྒྲིབ་ལ་སྒྲིབ་  
 པ། ལོ་ནི་ལྷ་བཅུ་ལྷག་བཅུ་འཛོ། རྒྱ་གར་རིག་པ་དག་ལ་མཁས། ། འདིས་ནི་  
 ཆོས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་བྱེད། རྒྱ་ལ་ཅིང་སྒྲིབ་ལ་དགའ་བ་སྒྲིབ། རྒྱ་དུ་རྒྱ་བྱམས་གསོང་པོར་  
 སྒྲིབ། རྒྱ་ལ་ཁྱུ་མས་ཤེས་རབ་སྒྲིབ་ཅེ་ལྷན། སྒྲིབ་ཅིང་འཁོར་བཞིན་སྒྲིབ་  
 མཁས། འཁོར་མང་འདུ་ཞིང་དག་ལས་རྒྱལ། བྱ་མོ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་མང་ངན། །  
 ༡༣༧ རྒྱ་སྐར་ཤེས་ལ་སྒྲིབ་པ། ཉེར་བསྐྱར་དག་བཅུ་གར་རིག་འཛོ། སྒྲིབ་པོར་  
 མཛེས་ལོར་འགྱུ་ལྷན། འཁོར་ལ་རབ་བཅོན་དབྱིག་ལ་སྒྲིབ། མི་གཞན་ཀུན་ལ་  
 དགའ་བ་དང་། རབ་དུ་བཟང་ཞིང་དག་བར་འགྱུར། ཤིང་མཁན་དུ་ཡང་འགྱུར་  
 བའམ། དབང་པོ་ཆོང་ཞིང་དཔའ་བ་ཡིན། །

༥ བྱིས་བུ་གཉིས་ཀྱི་ཕྱིས་འབྲས།

༥ ༡༠ ལུག་གི་བྱིས་ལ་བཅས་པའི་རིས། སྐྱེས་ནས་ཞག་བཅུ་ལྔ་བ་བཅུ། ལོ་  
བཅུ་བཅོ་བརྒྱད་ཉི་ཤུའམ། སྐྱེས་བུ་ལ་ནི་མ་ཤི་ན། ལོ་མང་འཆོ་ཞིང་ཁོང་ཁྱོ་  
ཆེ། སྐྱེན་བྱ་ལྔ་བའི་བུ་གསུམ་མམ། རེས་གཟའ་མིག་དམར་དག་ལ་ནི། མེས་  
ཆོག་ནས་ཕྱེད་འཆི་བར་འགྱུར། རྒྱལ་པོས་མཆོད་ཅིང་ཞིང་ལ་དགལ། བྱ་བ་ཤེས་  
ཤིང་ཆོས་ལ་དཀར། མཐོན་ལ་ཡངས་ཤིང་ཆོག་ཀྱང་གསལ། ཁོག་ཡང་འདོད་  
ཆགས་ཆེ་བ་ཡིན། ཁྱོ་གཏུམ་བསམ་བ་ངན་པའོ། ། ༡༡ སྐྱེས་ལ་སྐྱེས་བ་  
ཡིས། ལྔ་ཞག་ཉི་ཤུར་མ་ཤི་ན། དགུ་བུ་བྱ་བ་ཅིང་དགུན་རའམ། རེས་གཟའ་མིག་  
དམར་དག་ལ་ཡང་། བད་མཁྱིས་ནད་ཀྱིས་དགོང་མོར་འཆི། མིག་ཅ་དམར་ལ་ལེ་ལོ་  
ཆེ། མཁས་ཤིང་འཁོར་མང་སྟན་གསལ་ཆེ། ། ༡༢ འཁྱེད་བྱིས་ལ་སྐྱེས་ཞག་  
ལྔའམ། ལྔ་བ་ཉེར་ལྔར་མ་ཤི་ན། དགུ་བུ་ཅ་ལྔ་འཆོ་བ་ཡིན། རྒྱལ་ལྔའམ་རྒྱལ་  
སྟོད་ལྔ་བ་དང་། ཆོས་བ་བུ་བྱ་དག་ལ་ནི། སྤྱོད་མཆོན་ཀྱིས་འཆི་བར་འགྱུར།  
འཕྱོར་ལྔ་འཇམ་ཞིང་ཆང་དད་ཆེ། བདེན་སྐྱ་གཞན་གྱི་ཆོག་ལ་མཁས། ལྟ་མོ་ལ་  
དགའ་ཆགས་པ་ཆེ། ། ༡༣ ཀའྱི་བྱིས་ལ་བཅས་པའི་འབྲས། ལོ་ལྔ་ཞག་ལྔ་  
བདུན་བུ་བྱ། སྐྱེས་བུ་ལ་ནི་མ་ཤི་ན། ཆོ་ཆད་བརྒྱད་བུ་འཆོ་བ་སྟེ། ཏྲ་ལྔའི་  
དཀར་ཕྱོགས་བུ་བཞི་དང་། ཏྲ་ཆེན་རེས་གཟའ་བ་སངས་ལ། ཉི་མ་རྒྱས་ཁར་དུ་  
ཆུའི་འཆི། ཁྱོ་ལྔ་གསལ་དང་ཤེས་རབ་ཆེ། སྟོབས་ལྔ་བཅོད་དང་བྱམས་སེམས་  
ལྔ། འཕྱོ་ལ་དགའ་ཞིང་ཆོས་ལ་དཀར། ། ༡༤ སེལྱེད་བྱིས་ལ་སྐྱེས་བའི་  
རིས། བུ་གསུམ་ལོ་ལྔའི་ཞག་གངས་ལ། མ་ཤི་བདུན་བུ་ཅ་དགུ་འཆོ། བྱ་མ་  
སྟན་བ་བུ་དགུའི་ཆོས། རྒྱ་ཕྱོགས་ཉི་མ་ཕྱེད་ཀྱི་དུས། རྗེ་བཤོག་ཐོག་གི་ས་འཆི་



བ་ཡིན། །སྟོབས་ལྡན་གཟུགས་བཟང་ང་རྒྱལ་ཆེ། །ལྷ་མཆོད་སྒྲ་མ་ལ་དགའ་ཞིང། །  
 བད་མང་ཆོང་ལ་དགའ་བ་ཡིན། ། ༡༥ འུ་མོའི་བྲིས་སྐྱེས་ཞག་ཉིར་དགྲ། །ཆེ་  
 བ་བྱེད་དང་བཅུ་དང་ནི། །ལོ་ནི་ཉིར་དགྲར་མ་ཞི་ན། །བྲུག་བཅུ་འཆོ་ཞིང་ས་ག་  
 ཡི། །ཆེས་ལྷ་བྱུ་སྟེན་པའི་རེས། །མགོ་ནད་དག་གིས་མཆན་མོར་འཆི། །མཁས་  
 ཞིང་ནོར་ལྡན་དབང་ཡང་ཆེ། །སྐྱེ་བོ་ནམས་དང་མཐུན་པ་དང་། །བྲུ་མང་བྲུ་ལ་བཅེ་བ་  
 དང་། །མེ་ཉོག་དང་ནི་བྲི་ལ་དགའ། ། ༡༦ སྒང་བྲིས་ལ་སྐྱེས་ཞག་ལྷ་  
 དང་། །ཞག་དགྲ་ཆེ་ལྷ་ཆེ་དགྲ་དང་། །ཉི་ལུང་ལོ་ལ་མ་ཞི་ན། །བརྒྱད་བཅུ་འཆོ་ཞིང་  
 དབྱིད་ཐ་དང་། །དབྱར་ར་ནག་པའི་ཆེས་བརྒྱད་དང་། །སྐར་མ་སྟོག་དང་མིག་དམར་  
 ལ། །འདུས་པའི་ནད་ཀྱིས་མཆན་མོར་འཆི། །སྟོབས་ལྡན་ང་རྒྱལ་ཆེ་ག་རྩ་བ་སྤྲ། །ཁོང་  
 ཁོ་གཙང་སྒྲ་ཆེ་བ་ལ། །ཉྱག་ཏུ་སོ་ནད་འབྱུང་བ་ཡིན། ། ༡༧ སྟོག་བྲིས་ལ་  
 སྐྱེས་ཞག་བཅུ་དང་། །ཆེ་བཅུ་ལོ་བཅུར་མ་ཞི་ན། །ལྷ་བཅུ་འཆོ་ཞིང་དབྱར་འབྲིང་  
 གི། །དཀར་ཕྱོགས་བཅུ་གཅིག་བཅུ་གཉིས་དང་། །སྟེ་ཕྱ་བྲོ་མིག་དམར་རེས། །  
 སྐར་འབྱར་ནད་ཀྱིས་སྤོར་འཆི། །མཐོན་པོས་བཀྱར་ཉེ་སྟོག་ལ་དགའ། །ཁོང་གྲོང་  
 འབྲུག་པའི་ལས་ལ་དགའ། །དབྱལ་ལ་བྲུ་མོ་མང་བ་ཡིན། ། ༡༨ གཞུ་བྲིས་ལ་  
 སྐྱེས་ལོ་ཆེ་ཞག །བཙོ་བརྒྱད་གངས་ལ་མ་ཞི་ན། །བདུན་བཅུ་འཆོ་ཞིང་དབྱར་འབྲིང་  
 ངམ། །དགྲན་རའི་བཙོ་ལྷ་སྐར་མ་ཁྲུམས། །བ་སངས་རེས་ལ་རིམ་དང་ནི། །མཆོན་  
 ཀྱིས་དགོང་མོར་འཆི་བ་ཡིན། །ཚུ་ལ་བྲིས་དང་ལྡན་བདེན་པར་སྤྲ། །ལོང་སྟོད་ཆེ་  
 ཞིང་གཉོང་ལ་དགའ། ། ༡༩ རྩ་སྟེན་བྲིས་སྐྱེས་བཙོ་བརྒྱད་ཀྱི། །ལོ་ཆེ་ཞག་ལ་  
 མ་ཞི་ན། །ལོ་ནི་བརྒྱད་བཅུ་ཅ་བདུན་འཆོ། །བྲུ་སྟོའི་ཆེ་བ་སྐར་མ་སྟོག །ཆེས་པ་  
 བཙོ་ལུང་སྟེན་པའི་རེས། །ཉི་བྱེད་དགོང་དུ་སྐྱོན་ཀྱིས་འཆི། །དཔའ་ཞིང་ཆོས་ལྡན་ལྟ་  
 རྩྱག །བྲི་སྟོས་སྤྲ་དང་ཅེ་ལ་དགའ། །ཉམས་ཆོ་གཟི་བཞིན་ཆགས་པ་ཆེ། །རྒྱལ་པོ་



མཆོད་ཅིང་བྱ་རང་སྒྲེ། ། ཉ་༡༠ བུམ་བྱིམ་ལ་སྒྲེས་བཅོ་བརྒྱད་ཀྱི། །ལོ་ལྔའི་  
གངས་ལ་མ་ཞི་ན། །དབྱར་འབྲིང་བཅུ་གཉིས་སྐར་མ་གྱེ། །གཟའ་ཉིར་བད་འབྲུགས་  
ནད་ཀྱིས་འཆི། །སྒོ་ལྗན་མཁས་ཤིང་སྒྲན་བ་ཆེ། །འཁོར་མང་ལོངས་སྒྱོད་མི་རབ་  
དགྲ། །ང་རྒྱལ་ཆེ་ཞིང་གཞན་པན་གྱེད། ། ཉ་༡༡ ཉ་ཡི་བྱིམ་ལ་སྒྲེས་བའི་མི། །  
ཉི་མ་བཅོ་བརྒྱད་ལོ་བཅུ་གཉིས། །དེ་ལ་མ་ཞི་གོ་ལྔ་ཐུབ། །ཁྱུས་དང་དབྲུག་བ་ལྔ་བ་  
ཡི། །དཀར་ཕྱོགས་བཅུ་གཉིས་སྐར་མ་གྱེ། །ལུར་བུའི་རེས་ལ་རྒྱང་ནད་ཀྱིས། །ཉི་མ་  
ཕྱེད་ཡོལ་དག་ལ་འཆི། །ཁོར་ལྗན་སེར་སྒྲ་ཆེ་བ་དང་། །ཉ་དང་ཤ་དང་འཁྲིག་ལ་  
དགལ། །

༥ རྒྱས་ཆོད་ཏྲུལ་རྒྱས་སྒྱོར་འབྲས། །

༥ ལུག་བྱིམ་ལུག་དང་ནམ་ལོང་ཡོས། །སྒྱར་བ་གཞན་ལའང་རིག་འགྲེས་  
སྒྱར། །ཞིབ་པར་སྒྲ་མའི་རེ་ལྷ་མིག་ལྟར། ། ཉ་༠ རྒྱས་སྒྱོར་ཏྲུལ་འབྲས་བུ་  
ལ། །ཁང་ནང་མེ་སྒྲོན་དང་བཅས་ཏེ། །ཁ་ནི་ལོག་ཏུ་བལྟས་ནས་སྒྲེས། །གསོ་བཀའ་  
ཁ་དོག་གཟུགས་ཕྱེད་ངན། །ཆེ་དང་བསོད་ནམས་རྩང་ཐད་རྩང་། །ལོག་འཆོ་མི་  
འཕྲོད་མི་ཁོར་འཕྲོད། །གོས་དམར་འཕྲོད་ཅིང་བཅོ་ལྔ་ལ། །སྒྲིག་ཡོད་དེ་ཐར་བཞི་བཅུ་  
ཐུབ། །གཞན་ཡང་སྒྲེས་ནས་ལྔ་ཞག་ལོ། ། ། །བཅུ་དང་བཅུ་བཞི་ཉིར་གཅིག་དང་། །  
སུམ་རྩ་ལ་ནི་མ་ཞི་ན། །ལོ་མང་འཆོ་ཞིང་ཁོང་སྒོ་ཆེ། །སྒྲིན་རྒྱག་ལྔ་བའི་བཅུ་གསུམ་  
མམ། །རེས་གཟའ་མིག་དམར་དག་ལ་ནི། །མེས་འཆིག་ནམ་ཕྱེད་འཆི་བར་འགྱུར། །  
རྒྱལ་པོས་མཆོད་ཅིང་ཞིང་ལ་དགལ། །བྱ་བ་ཤེས་ཤིང་ཆོས་ལ་དཀར། །མགོན་ལ་  
ཡངས་ཤིང་ཆོག་ཀྱང་གསལ། །ཁོག་ཡང་འདོད་ཆགས་ཆེ་བ་ཡིན། །ཁོ་གཏུམ་  
བསམ་བ་ངན་པའོ། ། ཉ་༡ ཏྲུལ་རྒྱས་སྒྱོར་སྒྲེས་འབྲས་ལ། །འབྲས་སམ་ཕྱེ་

ཡི་སྟོང་ཁེང་དུས། །ཁ་ནི་འོག་ཏུ་བཟུང་ནས་སྐྱེས། །ཁ་དོག་གཟུགས་བྱེད་ཞན་པ་  
 དང་། །གསོ་དཀའ་ཟས་སུ་དཀར་གསུམ་འཕྲོད། །ཆེ་དང་བསོད་ནམས་ཅུང་ཟད་  
 ཅུང་། །གོས་སེར་འཕྲོད་ཅིང་སུམ་བཅུ་དང་། །ལྷ་བཅུ་ལ་ནི་སྐྱེག་ཡོད་ཅིང་། །གཞན་  
 ཡང་བཅས་ནས་སྒྲ་ཞག་གངས། །ཉི་ཤུར་མ་ཤི་དགུ་བཅུར་སྒྱུག། །དགུན་རལ་རེས་  
 གཟའ་མིག་དམར་དུས། །བད་མཁྲིས་ནད་ཀྱི་ས་དགོང་མོར་འཆི། །མིག་ཅ་དམར་ལ་  
 ལེ་ལོ་ཆེ། །མཁས་ཤིང་འཁོར་མང་སྟན་གཤམ་ཆེ། །      ་ ༣ དུས་སྦྱོར་ཏྲུལ་  
 འབྲས་བུ་ལ། །འབྲུ་མང་ཡོད་པའི་དུས་སུ་ནི། །སྤེང་དུ་ཁ་བཟུང་སྐྱེས་པ་ཡིན། །ཁ་  
 དོག་བཟང་ཞིང་གཟུགས་བྱེད་ལེགས། །ནད་མེད་ཆེ་རིང་བསོད་ནམས་ལྡན། །གོས་  
 རིགས་སྟོན་པོ་རང་ཟས་འཕྲོད། །ལོ་ནི་བདུན་དང་ར་གཉིས་སྐྱེག། །གཞན་ཡང་སྐྱེས་  
 ནས་ཞག་ལྷ་དང་། །སྒྲ་བ་ཉེར་ལྷར་མ་ཤི་ན། །དགུ་བཅུ་ཅ་ལྷ་འཆོ་བ་ཡིན། །རྒྱལ་  
 སྒྲུལ་རྒྱལ་སྟོང་ལྷག་པ་དང་། །ཆེས་པ་བཅུ་དྲུག་དག་ལ་ནི། །སྤྱོད་མཆོན་གྱིས་  
 འཆི་བར་འགྱུར། །འབྱོར་ལྡན་འཇམ་ཞིང་ཆང་དད་ཆེ། །བདེན་སྒྲ་གཞན་གྱི་ཆོག་ལ་  
 མཁས། །ལྟས་མོ་ལ་དགའ་ཆགས་པ་ཆེ། །      ་ ༣ བསྐྱེད་དུས་སྦྱོར་ཏྲུལ་  
 ཅིས། །ཐུ་སྟོང་ཐུ་ཡི་ཁེང་པའི་དུས། །ཁ་ནི་འོག་ཏུ་བཟུང་ནས་སྐྱེས། །གསོ་དཀའ་ཁ་  
 དོག་གཟུགས་བྱེད་རན། །ཆེ་དང་བསོད་ནམས་ཅུང་ཟད་ཅུང་། །གོས་སུ་དཀར་པོ་  
 ལེགས་འཕྲོད་ཅིང་། །ཞིང་ཕྱོད་ལ་སོགས་ཟས་རྣམས་འཕྲོད། །སུམ་ཅུར་སྐྱེག་ཡོད་དེ་  
 ལས་མེད། །གཞན་ཡང་བཅས་ནས་ལོ་སྒྲ་ཞག། །ལྷ་བདུན་བཅུ་དྲུག་སུམ་བཅུ་ལ། །  
 མ་ཤི་ཆེ་ཆད་བརྒྱད་བཅུ་འཆོ། །རྟ་སྒྲའི་དཀར་སྒྱོགས་བཅུ་བཞི་དང་། །རྟ་ཆེན་རེས་  
 གཟའ་པ་སངས་ལ། །ཉི་མ་རྣམས་ཁར་སྐྱེ་ཅུས་འཆི། །སྒྲོ་ལྡན་གཤམ་ས་དང་ཤེས་རབ་  
 ཆེ། །སྟོབས་ལྡན་བཟོད་དང་བྱང་སེམས་ལྡན། །འགོ་ལ་དགའ་ཞིང་ཆོས་ལ་དཀར། །  
 ་ ༤ དུས་སྦྱོར་ཏྲུལ་འབྲས་བུ་ལ། །ཐུ་སྟོང་བྱེད་སོང་དུས་སུ་ནི། །སྤེང་དུ་ཁ་

བཏུས་སྐྱེས་པ་ཡིན། །ཁ་དོག་གཟུགས་བྱད་ངན་མངོན་ཀྱང་། །ནད་མེད་ཆེ་རིང་  
 བསོད་ནམས་ལྡན། །ཟས་སུ་བསོད་ནམས་ཟས་དང་ནི། །གོས་ལྡང་འཕྲོད་ཅིང་ལོ་  
 དགུར་སྐྱེག། །གཞན་ཡང་བཅུ་གསུམ་རྩ་ཞག་ལོར། །མ་ཞི་བདུན་བཅུ་ཅ་དགུ་འཆོ། །  
 བྱ་མ་སྟན་པ་བཅུ་དགུ་འཆོས། །ཞག་ཕྱོགས་ཉི་མ་བྱེད་ཀྱི་དུས། །དེ་བཞི་ཐོག་གིས་  
 འཆོ་བ་ཡིན། །སྟོབས་ལྡན་གཟུགས་བཟང་ང་རྒྱལ་ཆེ། །ལྷ་མཆོད་སྒྲ་མ་ལ་དགའ་  
 ཞིང་། །ནད་མང་ཆོང་ལ་དགའ་བ་ཡིན། ། ༼ ༥ ༽ ཏརྒྱལ་དུས་སྐྱོར་སྐྱེས་འབྲས་  
 ལ། །འབྲས་རྣམས་སྟོད་བྱེད་ཟས་པའི་དུས། །ཁ་ནི་སྟེང་དུ་བལྟས་ནས་སྐྱེས། །ཁ་དོག་  
 གཟུགས་བྱེད་ཕྱན་སུམ་ཆོགས། །ནད་མེད་ཆེ་རིང་བསོད་ནམས་ལྡན། །ལོག་པའི་  
 འཆོ་བ་མི་འཕྲོད་ཟས། །གོས་དཀར་འཕྲོད་ཅིང་ལོ་བཅུ་ར་སྐྱེག། །གཞན་ཡང་སྐྱེས་  
 རས་ཉིང་དགུ་འཆོ་ཞག ། རྩ་བ་བྱེད་དང་བཅུ་དང་ནི། །ལོ་ནི་ཉིང་དགུ་མ་ཞི་ན། །དུག་  
 བཅུ་འཆོ་ཞིང་ས་གཡི། །ཆེས་ལྷ་བྱུ་སྟེན་པའི་རེས། །མགོ་ནན་དག་གིས་མཆོན་  
 མོར་འཆོ། །མཁས་ཞིང་ནོར་ལྡན་དབང་ཡང་ཆེ། །སྐྱེ་བོ་རྣམས་དང་མཐུན་པ་  
 དང་། །བྱ་མང་བྱ་ལ་བཅེ་བ་དང་། །མེ་ཉོག་དང་ནི་བྱི་ལ་དགའ། ། ༼ ༦ ༽ དུས་  
 སྐྱོར་ཏརྒྱལ་འབྲས་བྱའི་རྩིས། ། འབྲས་དང་བྱེ་ལ་སོགས་པ་ནི། །རང་གི་ཟ་འཕྲོ་བྱེད་  
 ཟས་དུས། །ཁ་ནི་སྟེང་དུ་བལྟས་ནས་སྐྱེས། །ཁ་དོག་བཟང་གཟུགས་བྱེད་ཕྱན་སུམ་  
 ཆོགས། །ནད་མེད་ཆེ་རིང་བསོད་ནམས་ལྡན། །རྣལ་མའི་ཟས་དང་འཕྲོད་པ་དང་། །  
 གོས་དམར་གྱོན་ཅིང་ལོ་བདུན་དང་། །སུམ་བཅུ་དུག་བཅུ་རྣམས་ལ་སྐྱེག། །གཞན་  
 ཡང་སྐྱེས་ནས་རྩ་ཞག་གངས། །ལྷ་དགུ་ཉི་ཤུ་འཆོ་ལོར་མ་ཞི། །བརྒྱད་བཅུ་འཆོ་ཞིང་  
 དབྱེད་ཐ་དང་། །དབྱར་ར་ནག་པའི་ཆེས་བརྒྱད་དང་། །སྐར་མ་སྐྱོག་དང་མིག་དམར་  
 ལ། །འདུས་པའི་ནན་གྱི་ས་མཆོན་མོར་འཆོ། །སྟོབས་ལྡན་ང་རྒྱལ་ཆོག་རྩལ་སྒྲ། །  
 ཁོང་ཁྱོ་གཙང་སྒྲ་ཆེ་བ་ལ། །རྟག་ཏུ་སོ་ནད་འབྱུང་བ་ཡིན། ། ༼ ༧ ༽ དུས་སྐྱོར་

ཏྲུལ་འབྲས་བྱའི་རིས། །རིམ་པར་སྒྲོན་མེ་ཐབ་ཀྱི་མེ། །མནལ་མ་ཐག་པའི་དུས་སུ་  
 བེ། །ཁ་ནི་སྟེང་དུ་བཏྲས་ནས་སྐྱེས། །ཁ་དོག་གཟུགས་བྱེད་ངན་པ་དང་། །ནད་མེད་  
 ཆེ་རིང་བསོད་ནམས་ལྡན། །ལ་དང་གོས་དམར་འཕྲོད་པ་དང་། །བཙེ་ལྷ་བཞི་བརྩ་  
 བརྒྱད་བརྩ་ལ། །སྐྱེག་ཡོད་གཞན་ཡང་ཞག་བརྩ་དང་། །ཆེ་བརྩ་ལོ་བརྩ་ར་མ་ཞི་ན། །  
 ལྷ་བརྩ་འཆོ་ཞིང་དབྱར་འབྱིང་གི། །དཀར་ཕྱོགས་བརྩ་གཅིག་བརྩ་གཉིས་དང་། །ལྷེ་ཕྱ་  
 བྱ་སྒྲོ་མིག་དམར་རིས། །སྐྱངས་འབྱར་ནད་ཀྱིས་སྤྱོད་འཆི། །མཚོན་པོས་བཀྱར་ཏེ་  
 སྐྱེག་ལ་དགལ། །ཁོང་གྱོང་འཁྲུག་པའི་ལས་ལ་དགལ། །དབྱལ་ལ་བྱ་མོ་མང་བ་ཡིན། །  
 ༡༩ བསྐྱེད་ཏྲུལ་དུས་སྒྲོར་འབྲས། །དགེ་སྒྲོར་དང་ནི་བྲམ་ཟེའི་རིགས། །  
 ལྷགས་པ་ཕྱག་ན་ཡོད་པའི་དུས། །ཁ་ནི་ལོག་ཏུ་བཏྲས་ནས་སྐྱེས། །གསོ་དཀར་མདོག་  
 དང་གཟུགས་བྱེད་ངན། །ཆེ་དང་བསོད་ནམས་ཕྱང་ཟད་ཆུང་། །རང་ཟས་དང་ནི་གོས་  
 སྒྲོན་འཕྲོད། །ཉི་ཤུར་སྐྱེག་ཡོད་ལོ་ཆེ་ཞག །བཙེ་བརྒྱད་གངས་ལ་མ་ཞི་ན། །བདུན་  
 བརྩ་འཆོ་ཞིང་དབྱར་འབྱིང་ངམ། །དབྱུན་རའི་བཙེ་ལྷ་སྐར་མ་ཁྲུམས། །པ་སངས་རིས་  
 ལ་རིམ་དང་ནི། །མཚོན་གྱིས་དགོང་མོར་འཆི་བ་ཡིན། །ཚུལ་ཁྲིམས་དང་ལྡན་བདེན་  
 པར་སྤྲ། །ལོངས་སྒྲོད་ཆེ་ཞིང་གཏོང་ལ་དགལ། ། ༢༠ ཏྲུལ་དུས་སྒྲོར་དགེ་  
 གཞན་འབྲས། །ཁྲིམ་ན་སྐྱེ་བོ་པལ་པའི་རིགས། །ཡོད་པའི་དུས་དེར་ཁ་ལོག་  
 ཏུ། །བཏྲས་ནས་སྐྱེས་པ་གསོ་དཀར་ཞིང་། །ཁ་དོག་གཟུགས་བྱེད་ངན་པ་དང་། །ཆེ་  
 དང་བསོད་ནམས་ཕྱང་ཟད་ཆུང་། །འབྲས་དང་གོས་རིག་དམར་པོ་འཕྲོད། །ཉེར་  
 གསུམ་བཞིར་བརྩར་སྐྱེག་རེ་ཡོད། །གཞན་ཡང་སྐྱེས་ནས་བཙེ་བརྒྱད་ཀྱི། །ལོ་ཆེ་  
 ཞག་ལ་མ་ཞི་ན། །ལོ་ནི་བརྒྱད་བརྩ་ཙ་བདུན་འཆོ། །བྱ་སྒྲོའི་ཆེ་བ་སྐར་མ་  
 སྒྲོག །ཆེས་པ་བཙེ་ལྷའི་སྐྱེན་པའི་རིས། །ཉི་ཕྱེད་གོང་དུ་སྐྱེན་གྱིས་འཆི། །དཔལ་  
 ཞིང་ཆོས་ལྡན་ལྟ་བུ་གྲུག །དི་སྒྲོས་སྤྱད་ངེ་ལ་དགལ། །ཉམས་ཆོ་གཟེ་བརྩེད་

ཆགས་པ་ཆེ། །རྒྱལ་པོས་མཆོད་ཅིང་བྱ་མང་སྟེ། ། ༡༠ དུས་སྟོར་ཏྲུལ་  
འབྲས་བྱ་ལ། །ཕྱག་ན་པལ་པ་ཡོད་འཕྲོ་ལ། །སྤྱི་རུ་ཐོན་པའི་དུས་ཀྱི་ཆེ། །ཁ་ནི་སྟེང་  
དུ་བལྟས་ནས་སྟེས། །ཁ་དོག་བཟང་ཞིང་གཟུགས་བྱད་ལེགས། །ནད་མེད་ཆེ་རིང་  
བསོད་ནམས་ལྡན། །རང་གི་ཁོར་དང་གོས་སྟོན་འཕྲོད། །སྤྱམ་ཅུར་ལྷ་བཅུར་སྟེག་  
ཡོད་ཅིང་། །གཞན་ཡང་སྟེས་ནས་ལོ་རྒྱུ་ཞག །བཅོ་བརྒྱད་གངས་ལ་མ་ཤི་ན། །  
དབྱར་འབྲིང་བཅུ་གཉིས་སྐར་མ་གྲེ། །གཟའ་ཡང་ཉི་མ་ཤར་བའི་དུས། །བད་འབྲུགས་  
ནད་ཀྱིས་འཆི་བ་ཡིན། །སྟོན་ལྡན་མཁས་ཤིང་སྟན་པ་ཆེ། །འཁོར་མང་ལོངས་སྟོད་མི་  
རབ་དགྲ། །རྒྱལ་ཆེ་ཞིང་གཞན་པན་གྲེད། ། ༡༡ ཏྲུལ་དུས་སྟོར་སྟེས་  
འབྲས་ལ། །དག་སྟོང་དག་སྟོང་བཟ་ཟེ་དང་། །སྤྱགས་པ་སོགས་ཀྱིས་བྱིན་རྒྱབས་  
དུས། །གཞོག་ནི་གང་རུང་འོག་བཅུག་ནས། །ཁ་ནི་འཕྲད་ལ་བལྟས་ནས་སྟེས། །ཁ་  
དོག་གཟུགས་བྱད་ཞན་པ་དང་། །ཆེ་དང་བསོད་ནམས་འབྲིང་ཅམ་ཡིན། །ཡོན་ཏན་  
ཞུགས་པའི་ཟས་དང་ནི། །གོས་སྟོན་འཕྲོད་ཅིང་སྤྱམ་ཅུར་སྟེག་ །དེ་ལས་ཐར་ན་སྟེག་  
མེད་དོ། །གཞན་ཡང་བཅོ་བརྒྱད་ཞག་དང་ལོ། །བཅུ་གཉིས་མ་ཤི་གོ་ལྷ་འཆོ། །ལྷམ་  
དང་དབྲུག་པ་རྒྱ་བ་ཡི། །དཀར་སྟོགས་བཅུ་གཉིས་སྐར་མ་གྲེ། །ཕྱར་བྱའི་རེས་ལ་རྒྱང་  
ནད་ཀྱིས། །ཉི་མ་སྟེད་ཡོལ་དག་ལ་འཆི། །ཁོར་ལྡན་སེར་སྒྲ་ཆེ་བ་དང་། །ཉ་དང་ཤ་  
དང་འབྲིག་ལ་དགལ། །

༥ ཉེན་འབྲེལ་བརྒྱ་གཉིས་གང་ལ་སྟེས་པའི་འབྲས་བུ་དང་།

༡ ཉེན་འབྲེལ་མ་རིག་ལ་སྟེས་པ། །རྒྱུ་ཞག་ལོ་དགྲར་མ་ཤི་ན། །ཁོར་ལྡན་སྒྲ་མང་  
སེམས་སྤྱད་ཅིང་། །ཉི་དུ་ན་ར་ཆོད་འབྲིག་ལ་སྟེད། །ཡིག་ཅིས་གཟུག་ལག་ཤེས་པ་

འབྱུང་། །ལོ་ནི་བརྒྱད་བཅུ་ཅ་གཅིག་འཛོ། །འདུ་བྱེད་ཉིན་མོར་འཆི་བར་འགྱུར། །  
 ཉ་༣ ཉེན་འབྲེལ་འདུ་བྱེད་ལ་སྐྱེས་འབྲས། །ལྷ་ཞག་ལོ་བརྒྱད་མཆོམས་མ་ཤི། །  
 བད་མེད་འགྱོར་ཞིང་ཆང་པར་སྒྲོད། །ཆེ་རིང་གྲོགས་པོ་མང་བ་དང་། །མཁས་པ་བཙོ་  
 ཡི་རིགས་རྣམས་ཤེས། །བརྒྱད་བཅུ་ཅ་གཅིག་འཛོ་བ་ལ། །རྣམ་ཤེས་ཉི་མ་དག་ལ་  
 འཆི། ། ཉ་༣ ཉེན་འབྲེལ་རྣམ་ཤེས་ལ་སྐྱེས་ཅིས། །སྐྱེས་ནས་ཞག་ལྷ་ལོ་ལྷ་འི་  
 དུས། །སྒོ་བྱར་མ་ཤི་སྒོ་རིང་ཞིང་། །མཁས་ཤིང་ར་རྒྱལ་ཆེ་བ་དང་། །སྒྲིག་དགའ་  
 ཆོག་རྒྱབ་དཔའ་ཞིང་དབུལ། །བྱང་སེམས་རྩུང་བར་འབྱུང་བ་ཡིན། །དུག་བཅུ་ཅ་  
 གཉིས་འཛོ་བ་དང་། །མིང་ག་ཟུགས་ཉི་མར་མཆོན་གྱིས་འཆི། ། ཉ་༤ ཉེན་འབྲེལ་  
 མིང་ག་ཟུགས་ལ་སྐྱེས་པ། །ཉིན་དུག་ལྷ་བ་དུག་གི་མཆོམས། །བཅུ་གཉིས་ལོ་ལ་མ་ཤི་  
 བ། །བད་ཉུང་འཛོ་དགོན་སྤང་བ་མང་། །བྱ་ཡིན་མི་འཛོ་རྟག་འཛིགས་མང་། །གཏུམ་  
 ཞིང་ར་རྒྱལ་ཆེ་སྤྲད་ལྷག །རྩུང་མ་གསུམ་ཡོད་ཆོང་གིས་འཛོ། །ཆེ་ལོ་བརྒྱད་བཅུ་  
 ཅ་གཅིག་ཐུབ། །སྐྱེ་མཆེད་ཉི་མར་གཅོང་གིས་འཆི། ། ཉ་༥ ཉེན་འབྲེལ་སྐྱེ་མཆེད་  
 ལ་བཙས་པ། །ཉིན་ལྷ་ལྷ་གསུམ་ལོ་བརྒྱད་དང་། །ལོ་བཅུ་དག་ལ་མ་ཤི་ན། །མེར་སྐྱ་  
 ཆེ་ཞིང་བད་མེད་ལ། །དཔའ་ཞིང་འཕོངས་ལ་སྤེད་པ་ཆེ། །སྒྲོར་འདུ་དུག་ཅ་ཅ་བཞི་  
 འཛོ། །རེག་པར་རང་ཉིད་བྱིས་དུ་འཆི། ། ཉ་༦ ཉེན་འབྲེལ་རེག་པ་ཞག་ལྷ་དང་། །  
 ལྷ་བ་གསུམ་ལྷ་དགྲ་དང་ནི། །ལོ་དགྲ་དག་ལ་མ་ཤི་ན། །དུས་རྣམས་རྟག་ཏུ་བད་གྱིས་  
 འཛིན། །བཤེས་གཉེན་ཆེ་ལ་སྐྱ་བ་མཁས། །སྒོ་གྲོས་ལྷན་ཞིང་ར་རྒྱལ་ཆེ། །ལག་རྒྱ་  
 ཆོས་དགའ་ཐག་དོག་ཆེ། །ལྷག་ཅིང་འཁྲིག་ལ་སྤེད་པ་དང་། །ལོ་ནི་དུག་ཅ་ཅ་གསུམ་  
 འཛོ། །ཐ་མ་ཆོར་བའི་ཉི་མ་ལ། །མི་ཡི་རྒྱལ་པོས་ཆད་པས་འཆི། ། ཉ་༧ ཉེན་  
 འབྲེལ་ཆོར་བ་ཞག་བཅུ་གཉིས། ། ལྷ་བ་གཉིས་བརྒྱད་ལོ་བརྒྱད་ལ། །མ་ཤི་གཞན་  
 གྱིས་བསྐྱོན་བཀྱར་དང་། །མཆོད་པའི་གནས་འགྱུར་གཡོ་སྒྲིག་དགའ། །བད་སྤང་འབྱུང་།



རོར་བྱུག་པ་དང་། །བཟོ་མཁས་ཆུང་མ་གཉིས་དང་ལྷན། །ཆེ་ལོ་བྱུག་བཟུ་ཐམ་པ་  
 འཛོ། །སྲིད་པའི་ཉི་མར་ཆེད་པས་འཛོ། ། ༼༩༽ རྟེན་འབྲེལ་སྲིད་པར་སྦྱེས་འབྲས་  
 ལ། །ཞག་གངས་གསུམ་མམ་བཟུ་དང་ནི། །ཆེ་ལོ་ལོ་དགུར་མ་ཤི་ན། །གྲོང་སྲེར་གྱི་  
 བོ་དཔོན་དུ་འགྱུར། །བྱ་ཆ་མང་ལ་ལོངས་སྦྱོང་ཆེ། །ནད་དགོན་གཟུགས་བཟང་དག་  
 གྲོགས་མང་། །ལོན་བཟུད་བཟུ་ཅ་བཞི་འཛོ། །ལེན་པའི་ཉི་མར་དུག་གིས་འཛོ། །  
 ༼༡༠༽ རྟེན་འབྲེལ་ལེན་པར་སྦྱེས་པའི་རྩིས། རྟེན་ལོ་དགུ་དང་ཆེ་བ་གཉིས། །ལོ་  
 བཟུད་དགུ་ལ་མ་ཤི་ན། །ལྟ་བར་མི་སྦྱག་སེམས་ཆུང་ཞིང་། །གཉིང་རིང་མཛའ་བོའི་  
 གཟུགས་གྱི་ནི། །གཡོ་སྲིད་ལ་དགའ་འདོད་ཆགས་ཆེ། །ཚུལ་ཁྲིམས་འཆལ་ཞིང་ལོ་  
 དུག་བཟུ། །ཅ་བཞི་འཛོ་ཞིང་ཐ་མ་རུ། །སྲིད་པའི་ཉི་མར་ཆུང་མ་མཛེས། །རང་གི་  
 ཡུལ་དུ་འཛི་བར་འགྱུར། ། ༼༡༡༽ རྟེན་འབྲེལ་སྲིད་པར་བཅས་པའི་འབྲས། རྟེན་  
 དགུ་ཆེ་བ་གཉིས་དང་གསུམ། །ལོ་དགུ་དག་ལ་མ་ཤི་ན། །གཞན་གྱི་ཆུང་མར་འཁྲིག་  
 པར་སྲིད། །གཉིད་ཆུང་གཙོ་བོར་དམག་དཔོན་འགྱུར། །བཅན་བྱུག་བཟོ་ཡི་གནས་ལ་  
 མཁས། །ཆུང་མ་གཉིས་ལྷན་དུག་ཅུ་འཛོ། །ཐ་མ་སྦྱེ་བའི་ཉི་མ་ལ། །མཆོན་གྱིས་  
 གཞན་ཡུལ་དག་དུ་འཛོ། ། ༼༡༢༽ རྟེན་འབྲེལ་སྦྱེ་བ་ལ་བཅས་པ། རྟེན་དགུ་ཆེ་  
 དགུ་ལོ་བཟུ་ལ། །མ་ཤི་རྟག་པར་ནད་བྱ་ཅན། །སྦྱག་དང་ཡུལ་འཁོར་མི་སྦྱོང་  
 ལ། །གཞན་གྱིས་མཆོད་པའི་གནས་སུ་འགྱུར། །དུག་ཅུ་འཛོ་ཞིང་གཤི་ལ། །ཆུ་ཡི་  
 གཞོད་པས་འཛི་བར་འགྱུར། ། ༼༡༣༽ རྟེན་འབྲེལ་གཤི་རྟེན་གཉིས་དང་། །  
 ཆེ་གཅིག་ལོ་དགུར་མ་ཤི་ན། །ཆུང་དུས་ནད་མང་ཆེར་སྦྱེས་ཀྱང་། །ཡིད་གཞུང་གཉིན་  
 འདུན་བྱམས་པ་དང་། །དག་མང་དུག་བཟུ་ཅ་བཞི་འཛོ། །མ་རིག་ཉི་མར་མཆོན་གྱིས་  
 འཛོ། །



༥ ལྷ་ཁྱེད་ལྷུ་སྐྱེས་ཕྱིས།

༩༡ ལི་སྐྱེད་འདི་རུ་གང་སྐྱེས་པ། །དེའི་ཆེ་མ་མ་དག་ལ་དགལ། །པ་དང་གྲོས་པོའི་  
གདན་ས་འཕྲོག། །མ་ཉེས་ཁ་ཡོག་རྟག་དུ་འོང། །མགོ་དང་དབང་པོ་སྐྱོན་ཅན་  
འོང། །པོ་ཡིན་དམར་པོ་ཁྲག་ངོ་ཡོད། །གྲི་དང་ཐབ་གཞོབ་ས་ཡིན་ཏེ། །ཁྲིད་གྲི་པ་  
དང་མེས་རང་ནས། །གྲི་ཁ་ཆེན་པོ་བྱེ་འགྲུར་སྟེ། །དེ་ཡང་མགོ་གྲི་མང་བ་ཡིན། །མོ་  
ཡིན་ལྷ་དེའི་བྱིས་འཇུག་འོང། །ཐབ་གཞོབ་མཁོན་གྲིས་རྒྱན་བྱས་ནས། །ལྷ་སྐྱེ་  
འཕངས་པས་གཉན་ནད་དང། །བྱ་ཆ་སྐྱོན་ཆེན་འོང་ཉེན་ཡོད། །པ་མེས་ཤིན་ཏུ་དར་  
བའི་ཆོ། །བཞི་དང་ལྷ་རྩེ་གྲིས་པ་ཡིན། །ཡུལ་ལམ་དུར་ས་རྩུབ་མོ་ནི། །སྐྱོད་རུབ་  
ཏུ་ཁ་བལྟས་ཡོད། །ལྷ་ནི་རྒྱལ་པོ་བཅན་བདུད་འགོ། །དེ་བཞིན་གཞོད་བྱེད་འགོད་  
པོས་བྱེད། །ས་བདག་གཞོད་ན་བསྐྱོག་པར་དགལ། ། ༩༢ ལོན་སྐྱེད་འདི་རུ་གང་  
སྐྱེས་པ། །དུར་འདྲེ་དུར་སྐྱོན་ས་ཞེས་བྲ། །པ་མེས་དུར་གདབ་ཉེས་པ་ནི། །དེ་ཡི་སྐྱོན་  
གྲིས་མི་བརྒྱད་ལ། །སྐྱོན་སྐྱགས་སྐྱེ་དང་འགྲུས་པ་དང། །ཞ་འཐེང་འཐེབས་གྲིར་ཤི་  
བའང། །པ་མེས་ཉེས་བརྒྱད་གང་སྐྱོངས་ཆོ། །སྐྱོ་བརྟན་གཞན་གྲིས་བཅོས་པར་  
དགལ། །དམོད་མོ་སྐྱོན་ཞིང་སྐྱག་བཞིན་ནག །རྟག་ཏུ་ཞེ་འཁོན་ན་ཆ་མོད། །བྱ་ཆ་  
གསོ་དགའ་བྱེ་ཡུགས་བྱེད། །ཁ་འཇམ་གྲོག་ཆེ་ཁོ་ཞིང་གཏུམ། །རོ་བག་མི་གཙང་བ་  
ལ་གཟབ། །ཆེ་སྐྱོད་ནོར་ཆེ་ཆེ་སྐྱོད་དབུལ། །ཡུལ་དང་དུར་ནི་སེར་སྐྱ་བ། །མདུན་ན་  
ལམ་གྲོག་གིས་ཆོད་ཡོད། །ལྷ་རུ་ནག་སྐྱག་སྐྱེ་མགོ། །གདོན་དུ་ས་བདག་སྐྱེ་མོས་  
གཞོད། ། ༩༣ ལྷ་སྐྱེད་འདི་རུ་གང་སྐྱེས་པ། །དམེ་གྲི་དུ་ཡི་ས་ཞེས་བྲ། །པ་མེས་  
དམེ་གྲི་འཁོར་བ་ཡིས། །དན་ཐབས་བྱས་ནས་བསད་པ་ཡོད། །དུའུ་གོ་གསོས་བྱས་  
པ་དང། །དམེ་ཅན་དང་དུ་སྐྱེས་པའོ། །གཡུ་ཁབ་བྱི་ནས་འོང་བ་ཡི། །འདྲེ་གཞོད་

གྲེས་སུ་མི་ཞི་ཡོད། །པ་མེས་གསུམ་མམ་བཞི་བརྒྱད་ཡིན། །ཡུལ་དུར་སེར་རམ་ནག་  
 པ་ནི། །རྒྱབ་བབ་བྱང་དུ་བཟླ་བ་ཡོས། །ཁོར་རྩས་ཅུང་ཞིག་སྤུང་བ་སྟེ། །སེམས་  
 དཀར་སྟོ་ཐུང་ཁོང་སྟོ་འཕེལ། །གཡོ་སྟོགས་ཅུང་ལ་དག་ཅུང་ཆེ། །སྟོང་སྟོང་སེམས་ཆེ་ཞིང་  
 ཡོན་ཏན་འཕྲོད། །པོ་མོ་འབྲ་བར་བྱིས་སོ་འདྲེན། །ཞང་ཉིའི་ཕྱོགས་སུ་གནའ་བུ་ལ། །  
 ས་དང་ཁོར་ནི་གང་སྟོངས་ཆེ། །ཐ་མ་གྱིར་འཆི་གཟེར་ནད་མོད། །བཙན་འགོ་གྲེ་བོ་  
 གཞོད་པ་ཡིན། །། ༡༤ །ཁེན་སྟེང་འདི་རུ་གང་སྟེས་པ། །ཞ་འཐེང་གང་སྟོངས་ས་  
 ཞེས་བྲ། །པ་མེས་ཞ་འཐེང་སྐྱར་པོ་དང་། །སྟོན་སྐྱགས་ཅན་དང་དལ་རྒྱུ་ཡོད། །དག་  
 སྟོ་ཅུང་ཟད་འབྱུང་བ་དང་། །ཡུལ་ལ་འཕོ་འཕྱགས་འོང་བ་དང་། །སྟོང་སྟེས་གང་སྟོངས་  
 ཆེ་བ་ཡིན། །པ་མེས་གཉིས་སམ་བཞི་བརྒྱད་དེ། །མི་ཡི་གང་སྟོངས་ཅུང་བ་  
 འོང་། །ཡུལ་དུར་དམར་སེར་རྒྱབ་བྱང་བཟླ། །ང་རྒྱལ་ཆེ་ཞིང་སྟོ་འཕེལ་མཐོ། །འབད་  
 བས་བྱས་ཀྱང་འགྲུ་བ་ཅུང་། །ཐབས་མཁས་སྟོང་སྟེས་སྟོན་ལ་བཟླ། །པ་དང་སྟོ་བོ་  
 དག་ལ་གཟན། །འགོང་པོ་འགོ་ཞིང་རྒྱལ་པོས་གཞོད། །། ༡༥ །ཁེན་སྟེང་འདི་རུ་  
 གང་སྟེས་པ། །བཙན་མཐོ་ལ་སྟེས་ནག་ས་ཞེས་བྲ། །པ་མེས་མི་ལག་པར་འོར་  
 རམ། །ཡང་ན་ཅུར་སྟོངས་ནལ་བྱས་སམ། །བྱ་སྟོང་མ་སྟེར་བ་ཆད་ཀྱི། །རྩས་ནག་  
 སྟེས་ཀྱིས་སྟོང་བྱས་ནས། །པ་མིང་དམའ་ལ་བྱ་སྟོང་མཐོ། །གནའ་མ་བྲེ་བྲལ་བྱས་  
 འདུས་མང་། །པ་མེས་ལྷ་འམ་བཞི་བརྒྱད་དེ། །པོ་བོ་བརྒྱད་དར་ཡུལ་དུར་ནི། །  
 དཀར་ནག་བྱང་ངམ་ཤར་བཟླས་ཡོད། །སྟེས་བསྟེན་མོད་ལ་བྱིན་ལ་བྲེད། །ཞེན་གསུ་  
 རྟོ་མ་ཐུན་པར་དཀའ། །ནང་དུ་ཉིག་ཆེ་བྱི་རུ་འཇམ། །མཐོ་སེམས་ཆེ་ལ་རང་ཆགས་  
 དམ། །བྱ་ཆ་ནལ་བྱའི་ངོ་ཡང་ཡོད། །སྟོ་རུ་སྟེས་བཙན་དཀར་མོ་དང་། །མ་མོ་འགོ་ཞིང་  
 བསེན་མོ་གཞོད། །། ༡༦ །གིན་སྟེང་འདི་རུ་གང་སྟེས་པ། །ས་བདག་ཐབ་གཞོབ་ས་  
 ཞེས་བྲ། །པ་མེས་མཛོ་ནད་གཉིན་ནད་ཀྱིས། །འདི་འམ་གཞན་ཀྱིས་བཙན་བྱས་

ཡིད་། །ཐབ་གཞི་བརྒྱན་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་བཅོས་པར་དཀའ། །ཤེས་པ་ཉལ་ཆོག་བརྟན་ལ། །པ་གཅིག་བྱ་གཅིག་  
མང་པོར་འོང་། །སྤྲ་ལ་ཞིབ་ཅིང་ཆེ་ལ་ཅིང་། །སྟུང་དག་སྟུང་དག་པོ་དང་། །གཤེན་རྩེ་  
འགོ་སྟེ་ས་བདག་དང་། །ས་ཐེལ་གཞོད་པ་ཡིན་ཞེས་བྲ། ། ༡༥ ཟེན་སྟངས་འདི་  
རྩ་གང་སྟེས་པ། །རབས་ཆད་མང་འདྲེའི་ས་ཞེས་བྲ། །པ་མེས་རབས་ཆད་སྟོན་ཆེན་  
དང་། །དམེ་དང་དུའུ་གོ་གསོས་དང་། །ཤིང་གཉན་བཅད་པས་འགག་གི་འཕ། །ཤིང་  
གི་མང་སྟེ་ཆོག་བརྒྱད་དམ། །ཡང་ན་སུམ་བརྒྱད་འོང་བ་ཡིན། །མི་དམངས་དག་པོ་  
འབྱུང་བའི་ས། །ཡུར་དུར་ལྗང་སྟོན་ཤར་སྟོར་བལྟ། །མདོག་སྟོ་ཁོམ་ག །ལ་ཆེ་བ་  
ལ། །ཐབས་མཁས་ཐོལ་ཆེ་ཡིད་སྤངས་སྟུ། །བྱ་དང་ཞོར་གྱི་དབང་ཐང་ཆེ། །ཁ་ སྟོད་  
ལག་འཐོར་ནང་དུ་གྱོང་། །སྟུང་སྟུང་བདུད་ཡུལ་བདག་འགོ། །གཞོན་དུ་མང་འདྲེ་  
གཞོད་པའོ། ། ༡༦ ཟེན་སྟངས་འདི་རྩ་ གང་སྟེས་པ། །ཐད་འདྲེ་སྟུ་གཉན་ས་ཞེས་  
བྲ། །པ་མེས་སྟོབ་དཔོན་དང་འགས་སམ། །ཡང་ན་ཐད་འདྲེ་གཞོང་བ་ཡོད། །སྟུ་དང་  
ས་བདག་གཞོད་པ་ཡིས། །སྟོ་འཕོག་ལྟེ་བ་གྱིར་ཤི་བ་དང་། །མི་འབྱུང་ཡང་ན་གྲེས་ཤི་  
ཡོད། །པ་མེས་གཉིས་སམ་བཞི་ཡིན་ུང་། །ད་སྟུ་ཤིན་ཏུ་མང་བ་ཡིན། །ཡུལ་དུར་  
ཤར་སྟོང་སྟོ་སྟོགས་སྟུ། །བྱ་བལྟས་ཡོད་དེ་ཡུལ་སྟུ་དང་། །འབྲུ་འདོད་ཁོ་ལ་དགའ་  
བ་སྟེ། །མཐོ་གཞོན་མཉམ་གཉིས་འགྲན་སེམས་ཆེ། །སེམས་ལས་ངོ་སོ་གཉིས་ཀ་  
ཆེ། །ཐ་མ་སྟོ་བྱར་ནད་གྱིས་འཆི། །སྟུན་འགོ་རྒྱལ་པོ་འགོང་པོས་གཞོད། །

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ।

༩༡ ལྷ་ཡི་མེ་ལོང་ལ་སྐྱེས་ཅིས། ལྷ་ཡི་བྱིན་པའི་བྱ་ཡིན་ཏེ། །འགྲོ་བའི་ལས་

བཅོན་པོ་སྒོ་ཤོད། མེ་མི་སྤྲོད་རྒྱགས་མི་མེ་སྤྲོད། རྒྱལ་འགོང་གཞོད་ཅིང་སྤྲོ་ཅམ་  
 འགོ། རྒྱལ་ས་སྤྲོ་མེས་པ་ཆོག་ཅིང་སྤྲོ། སྤྲོད་དུ་འགོང་པོ་ཞུགས་ཀྱི་དོགས། རྒྱུ་ཆ་  
 སྤྲོ་བར་དགའ་བའི་ས། སེམས་དགར་སྤྲོ་བྱུང་དགར་སྤྲོད་ད། ཆོ་སྤྲོད་དར་གྱུད་  
 གང་སྤྲོད་དང་། རྒྱུ་དན་ཆེ་ཞིང་ཆེ་སྤྲོད་སྤྲོད། ཆོ་སྤྲོད་རྒྱལ་པོ་སྤྲོད་སྤྲོས་འཕོས། རྒྱུ་  
 ཅི་བ་དཔུང་གཡས་སམ་གཡོན་ལག་དང་། རྒྱལ་སྤྲོད་སོགས་ལ་སྤྲོ་མཆོན་ཡོད། རྒྱུ་  
 ཡང་ན་སྤྲོ་བའི་གཡུ་ཅན། ཆོ་ཆད་དོན་གཅིག་ཆོ་འབྲང་བཞི། མི་གཅང་རོ་བག་གི་བ་  
 ཀྱིས་འབྲང་། བ་མེས་བྱེས་ཤི་ཡུལ་གཉིས་འཛིན། རྒྱུ་དུས་དུ་སྤྲོག་བབས་བ་  
 འམ། རྒྱུ་སར་བྱེ་བྱལ་བྱེད་བ་དང་། ཡང་ན་རྒྱུ་ཆ་རིགས་གཉིས་གསོ། དབང་པོ་  
 མི་བདེ་ཞོར་དགར་འཕྲོད། རྒྱུ་མར་ར་དང་འདབ་ཆགས་ལུས། ཡང་ན་གཞོད་སྤྲོད་  
 སྤྲོད་སྤྲོ་བས། རྒྱུ་རས་གཅིགས་ཀྱི་སྤྲོ་བཞེངས་ཏེ། ཡི་དྲུག་རྒྱུ་དུ་བཞེངས་བཞོད་  
 སོགས། དགོ་ལ་འབད་ན་འབྲོར་ལྡན་བྱ། ཡང་ན་སྤྲོ་འམ་བམ་ཟེར་སྤྲོ། རྒྱུ་  
 རྒྱུ་གཉིས་ནག་ལ་སྤྲོས་དཔུལ་བ་ལས། ཆོ་འཕོས་ཆོ་སྤྲོད་བདུད་དུ་སྤྲོས། བ་  
 མ་བྱེ་བྱལ་བྱས་བ་འམ། ཡང་ན་འབྲལ་སྤྲོ་དམར་ལ་དང་། བ་ཆོན་ནང་ནས་མཐོ་  
 དགོས་ཡོད། དེ་ནས་སྤྲོ་པོར་སྤྲོ་བ་ཡིན། དེ་རྒྱགས་ཁ་འཇམ་ཁོང་གྱོད་ལ། ཞེ་  
 རྒྱུ་ཆོག་སྤྲོ་མས་ཆོ་བ་ཡིན། ཆོ་ཆད་རེ་གཅིག་བར་གཅོད་གསུམ། རྒྱུ་དུ་ན་ཆོ་  
 རྒྱུ་བ་ལ། བཏབ་ན་གསོ་རྒྱུ་འཆི་རྒྱུ་ཡོད། རྒྱུ་དན་ལན་མང་འབྲུང་བ་ཡིན། རྒྱུ་  
 རང་སེམས་དགར་ཀྱང་མི་འཕྲོད་བཞུང་། དགའ་བར་བྱས་ཀྱང་འགྲུ་བ་རྒྱུད། རྒྱུ་གས་  
 དང་ཐོན་བྱུ་འགྲོགས་སྤྲོ་མེད། མི་གཅིག་པོ་ཞི་ཞིང་ཞིང་ཡིན། རྒྱུ་པོ་གཞོད་ཅིང་  
 དགའ་སྤྲོ་འགོ། བན་པོ་ཡིན་ན་མཐུ་ཅལ་ཆོ། རྒྱུ་བ་སྤྲོ་མ་སྤྲོད་བྱུ་འམ། དོན་སྤྲོ་ལ་  
 ཡི་དག་གང་བྱུང་སྤྲོ། རྒྱུ་དོར་སྤྲོ་དང་མཆོད་རྒྱུ་བཞེངས། རྒྱུ་སྤྲོད་དགོ་སྤྲོ་བ་རྒྱུ་  
 ཆོས་མཆོན། ཆོད་ལྡན་ཆོས་བྱས་ཆོད་རིས་སམ། ཞང་སྤྲོད་པོ་ལུས་ཞིག་དུ་

སྒྲིལ། རྩིས་ལག་གཡས་གཡོན་དབྱང་སྒྲིལ་ཡོད། རྒྱལ་མདུན་སྒྲིལ་བའམ་མཆན་རྟགས་  
 ཡོད། རྒྱུ་ཆ་གཉིས་གསུམ་འོང་བའང་སྤྲོད། རྒྱལ་མཐུན་མཐུན་ལ་སྒྲིལ་བའང་  
 རན་ཅིས། རལ་མཐུན་སྒྲིལ་གཉིས་ཀྱི་བྱ། རྒྱུ་ལ་སོང་བྱུང་སྒྲིལ་ཆེ་འཕོས་ལ། རྩི་  
 རྩིས་སྒྲིལ་ཕོ་ཆེ་ལ་སྒྲིལ། རྩི་འདིར་བཀ་ཆགས་ཉལ་གཉིད་དགལ། རེ་མས་སྒྲིལ་སྒྲིལ་ཆེ་  
 རིང་གང་སྒྲིལ་ཆེ། རྟགས་སྒྲིལ་ཆུང་གཡོན་གསུམ་ལ་ལ། རྩི་མཆན་ཡོད་ཅིང་གེ་བོ་  
 གཞོད། རེ་རྩིས་གཡོ་རྒྱུ་ཆེ་བ་སྒྲིལ། རྩིས་ལ་ཡིན་ན་ཁ་གཤོག་དམ། རྩི་མེད་སྒྲིལ་  
 རན་ཡུགས་འོང་ཉིན། རྩི་ཆུང་ལྷ་བཅུ་གཤམ་གསུམ་ཡོད། རྩི་མ་སྒྲིལ་ཕོ་འམ་བྱ་  
 རྩིས་ལེན། རྩིས་ལ་རྒྱ་ཆེན་ཡིག་བརྒྱ་ལ། རྩི་འབྲུམ་རྩིས་སྒྲིལ་བའོངས་ཏེ། རྩི་  
 རྩི་འདོན་དགེ་ལ་བཅོན་ལ་ན། རྩི་ཕྱོགས་སྒྲིལ་ཕོ་འམ་སྒྲིལ། རྩི་ལ་དབྱང་ཆུང་  
 རྩི་སྒྲིལ་མཆན་ཡོད། རྩི་ཕྱོགས་བཅོན་གཤམ་མཐོང་ལ་བ་ན། རྩི་ཕྱོགས་སྒྲིལ་མ་ཆུང་བྱང་  
 འབྲ། རྩི་ཡིས་མ་བརྒྱས་ཆུང་གཤམ་བརྒྱས། རྩི་བ་མཐོ་ཞིང་མགུ་བ་དགལ། རྩི་བ་  
 གཞོན་ཁང་ཞིངས་ས་བདག་གཞོད། རྩི་ཕྱོགས་སྒྲིལ་འཕོང་ཕོ་ཡིན། རྩིས་སམ་ཡུལ་  
 རི་གཉིས་འཛིན་ཅིང་། རྩི་འདོན་རྩི་ཆེ་ཕོ་འམ་སྒྲིལ། རྩི་འཕྲུལ་དམ་ཆུང་སྒྲིལ་ནད་  
 གྱིས་འཆོ། རྩི་མ་གཅོང་རམ་སྒྲིལ་བྱང་འཆོ། རྩི་ཆུང་བྱམས་ལ་རན་ལ་སྒྲིལ། རྩི་  
 རྩི་བའི་ལྷ་སྒྲིལ་སྒྲིལ་ཕོ་ཡིས། རྩི་ལེན་བྱ་ཡིན་ཆེ་སྒྲིལ་ལ། རྩི་དང་ལ་བའི་  
 རྩིས་ཤིག་སྒྲིལ། རྩི་ཆུང་གཡས་ལ་སྒྲིལ་བའམ། རྩི་མཆན་རྟགས་ཕོ་འམ་ཐིག་ལེ་  
 ཡོད། རྩི་ཆུང་བྱུང་བཅུ་རེ་ལྷ་ལ། རྩི་གསུམ་རྩི་བའི་ཡོད་རྒྱུ་དུ་ཞི། རྩི་བཀ་འཕོན་  
 རྩི་མི་གཅོང་གཞུག། རྩི་མཆོད་སྒྲིལ་འཛིན་མ་བྱས་ན། རྩི་གཅོང་སྒྲིལ་བཅུགས་སྒྲིལ་ནད་  
 གཞོད། རྩི་ལ་དགའ་ཞིང་སྒྲིལ་སྒྲིལ་ལས་ཆེ། རྩི་ཆུང་རིགས་རྒྱུད་དབང་ཕོ་  
 ལ། རྩི་ཕོ་འམ་ལ་མཆུ་འཕྲུལ་གྱོད་མང་། རྩི་མ་སྒྲིལ་ཕོ་འམ་སྒྲིལ་གཤམ། རྩི་ལ་སོང་  
 རིགས་སམ་འོན་དེ་བཅུ། རྩིས་ལེན་རྟགས་རྩི་རྒྱུ་ལག་གཡས་ལ། རྩི་མཐོངས་

གདོང་སྟེ་ལམ་ག་ཤ་ཅན། །ཡང་ན་གཡོན་ལག་བྱེད་པ་ཡིན། །བྱུག་རྩོད་སྐྱ་བཞེངས་  
 སུམ་ཁྲི། །འབྲུམ་བཏབ་དགེ་ལ་བཙོན་པ་ན། །སྒྲགས་ཆེན་བཙོ་བོ་བན་བོན་ནམ། །  
 ལྷག་པོའི་བྱ་བྱ་སྐྱེ་བར་འགྱུར། །དེག་བྱུམ་ལྷ་ཐོར་སྐྱོ་འཕོག་གི། །ནད་དམ་སྐྱག་བསྐལ་  
 ཁ་སྐྱས་མང་། །ལྷ་བྱ་སྐྱ་མགོན་དུས་ཏྲག་ཏུ། །འབྲུ་སྐྱ་སྐྱ་མོ་མས་མཆོད། །ཆོད་  
 ལྷན་བྱང་ན་དངོས་གྱུབ་འབྱུང་། །ས་བདག་གཞོད་ཅིང་གཙང་སྐྱ་ཆེ། །སེམས་ཚུང་  
 ཆོག་གསལ་ཁོ་བ་སྒྲ། །བྱ་སྐྱེང་བཞི་འོང་ནོར་སྒྲོན་འཕྲོད། ། ༡༥ ལྷ་སེར་ལ་སྐྱེས་  
 དགེ་སྟོང་ལས། །ཆེ་འཕོས་བདུད་པོས་བྱིན་པའི་བྱ། །སྟོ་བཏན་ཤེས་ཆེ་ཆོས་ལ་  
 དད། །གྱི་དང་རབས་ཆད་འཁོར་བ་ཡིན། །ཆེ་སྒྲོན་བྱང་སྟོང་བེམྱེའམ། །ཨ་ཙར་རྒྱལ་  
 འགོང་སྐྱེ་བ་ལྷང་། །ཏྲགས་སུ་སྟོ་ཏྲབ་གཏམ་འཆོལ་མང་། །དེག་པ་སྐྱུར་ལ་སྐྱེ་བ་  
 འདིར། །ཆེ་ཆོད་ལྷ་བརྩུ་འཕྲང་དམ་གཉིས། །བྱི་མ་སྐྱེ་བྱ་བྱིས་བྱར་སྐྱེ། །བྱུབ་དབང་སྐྱ་  
 དང་རྩོ་གཙོད་བཞེངས། །དགེ་ཆོགས་སྟོབས་ལ་འབད་པ་ན། །སྒྲགས་པ་ཞིག་ཏུ་སྐྱེ་  
 བའམ། །པོ་ལུས་ཐོབ་ན་ཆོས་ལ་དཀར། །དགོར་སྐྱང་བན་བོན་ཆོས་སྐྱོང་  
 མཐོད། །བསྐྱང་བཤགས་གཙུག་གཏོར་སྟོང་བསྟོན་བྱ། །ཡུལ་བདག་པ་མིང་སྐྱང་མ་  
 འགོ། །བན་བརྒྱད་བོན་བརྒྱད་ཡིན་ན་བཟང་། །མིན་ན་སྐྱར་ཁ་དམ་སྐྱི་གཞོད། །དེབ་  
 བྱིར་ཤི་འམ་ཡུལ་མཁར་ལ། །དག་ཡིས་བྱིར་རམ་འཕོ་སྐྱེས་བྱས། །ལྷ་བ་མཐོ་ཞིང་སྐྱ་  
 ཁམ་ཆེ། །བྱ་སྐྱེང་ལྷས་འདུར་ཡོན་ཏན་འཕྲོད། །ཆོས་ལ་དཀར་ན་ཆེ་རིང་འོང་། །བྱད་  
 མེད་རིགས་ལ་ཁ་སྐྱས་དང་། །སྐྱེས་པ་དར་བའི་དུས་ནའང་། །སྐྱ་གཉེན་ས་བདག་  
 གཞོད་པ་ཡིན། །རིམ་དང་དག་སྐྱ་ཆོམ་རྒྱན་འོང་། །ཚུ་སེར་མཁྱིས་པ་ཤེས་ཆེ་  
 ཞིང་། །ཁྲོས་ན་བཙོས་སྐྱ་ཁོང་བྱང་བཏན། །རྒྱལ་གདོན་སྐྱོང་འཇུག་གཞན་ལ་  
 ཁོ། །རང་སེམས་དབང་མེད་ཤེས་པ་འཕྲོ། །ནོར་རྩས་སྐྱམ་ནོར་ས་ཞིང་འཕྲོད། །  
 ༡༦ ལྷག་དཀར་ལ་སྐྱེས་ཡི་དྲགས་ལས། །ཆེ་འཕོས་ལྷ་འགོང་བྱིན་པའི་བྱ། །དུས་



ནམས་ཏྲ་ཏུ་ལྷ་གདོན་གཞིད། །འགོང་པོས་འཕྱང་དགྲུག་བྱེད་པ་ཡོད། །ཆེ་སྡོན་ལྷ་  
 དང་བྲམ་ཟེ་དང་། །འཕ་བ་ཁུ་བྱུག་ལུས་སྒངས་ཤིང་། །ཆེ་ཆད་བདུན་ཅུ་གེགས་ལྷ་  
 འབྱུང་། །ཤེས་རབ་ཆེ་ཞིང་ངོ་མི་བཏྲ། །རྒྱུ་གཡོན་ལག་གཡས་བྱིན་པ་དང་། །སྤྲང་  
 དུ་སྤྲེ་བའི་ཤ་མཆན་ཡོད། །འགོ་འདུག་དགའ་ལ་བྱུད་མེད་ཡིན། །ཁ་འཇམ་གཏིང་རྩ་བ་  
 ཉལ་པོ་ཡི། །གཉན་འདྲེ་གཞིད་ཅིང་ཡུལ་ལྷ་འགོ། །དབུལ་ཞིང་ཁ་རྩེ་བསྐྱིས་མི་  
 མེ། །ཡུལ་ཁ་གཉིས་སུ་འཛིན་དབྱེད་ཡིན། །པ་རིན་མ་རིན་ཅུང་ན་ཡང་། །རང་སྒོ་བྲག་  
 བར་འོང་བ་ཡིན། །པོ་ལྷ་དག་ལྷས་སྒྲོབ་པ་དང་། །ནད་དགོན་བྱུང་ན་ཆ་བས་ཆེན་  
 འོང་། །པར་ལ་རིན་བཞག་ཅུང་གཞིད་སྒྲེལ། །ཁ་བཞིན་ངན་ཏེ་གཏིང་སྒྲོན་ཅུང་། །བྱ་  
 སྤིང་ལྷ་འམ་གསུམ་འདུ་ཞིང་། །ཁོར་ནི་ཟལ་ཟལ་འཕྲོད་པ་ཡིན། །བྱི་མ་བན་བོན་བྱུད་  
 མེད་དམ། །བྱ་ཡི་ལུས་ལེན་གདུགས་དཀར་དང་། །སྤྲ་བའི་སྒྲུབ་བཞེངས་དགོ་སྒྲོར་  
 ལ། །འབྱུངས་ན་ལྷ་འམ་སྒྲོ་ཕྱོགས་སུ། །ཡོན་ཏན་ཅན་དུ་སྒྲེབ་ལེན། །ཡུལ་མཁར་  
 དག་ལག་ཤོར་བ་དང་། །འཕོ་སྒྲེས་བྲས་སམ་ཉེ་བ་ནི། །དགར་ལྷང་ཟས་ལོར་གང་སྒྲོང་  
 ཆེ། །མི་སྒྲོང་ཏྲ་སྒྲོང་འཇལ་ལེན་བྲས། །གསར་འགྲོག་ཆེ་ལ་ཆོག་སྒྲུབ་བྱུང་། །  
 ༼ ༥ ༽ བདུན་དམར་ལ་སྒྲེས་བཅན་བྱ་ནི། །བཤམ་པ་གི་ཐོག་གིར་འཆི་ཉེན། །སྒྲོང་  
 འབབ་ལོར་ནི་དཀར་དམར་འཕྲོད། །བྱ་སྤིང་བདུན་འདུ་གཉའ་གཅོག་མང་། །སྤྲིག་ལ་  
 མི་འཇེམ་རང་འདོད་ཆེ། །སྤྲིད་སྤྲུག་དབྱིད་ཀའི་ཉི་མ་འབྲ། །རིམ་གྱིས་འབར་ནས་  
 ཐུམ་གྱིས་འཆི། །ཆ་གང་ཐབ་གི་སྤྲ་ང་འབྲ། །འགང་སྒྲོགས་མགར་བའི་སྤྲད་པ་  
 འབྲ། །ཆེ་སྡོན་བཅན་དང་ལྷ་མིན་སྒྲེལ། །བྱི་མ་སྤིན་བྱ་འཕར་སྤང་དམ། ། །ཡི་དྲགས་  
 ལས་མཁན་གང་རུང་སྒྲེ། །སྒྲོལ་མའི་སྒྲུབ་དང་སྤྲ་སྒྲུབ་བཞེངས། །དཀར་ཕྱོགས་འབད་ན་  
 པོ་ལུས་ཐོབ། ། །འདུལ་བ་འཛིན་པ་ཞིག་ཀྱང་འབྱུང་། །ཏྲགས་སུ་ཅི་བ་ལོག་རྒྱབ་བྲང་  
 དང་། །ལག་གཡོན་སྤྲེ་བའམ་ཤ་མཆན་ཡོད། །ཆེ་ཆད་བརྒྱད་བཅུ་བར་གཅོད་



བཞི། །སློ་ཐུང་བཟེད་སྒྲིན་དམར་དད་ཆེ། །བྱད་མེད་གཉིད་དགའ་བྱེ་བལ་ངོ། །པ་  
 ཚན་ནང་ནས་དམེ་འབྲུག་མང། །ཆུང་དུས་མ་ལུ་པོ་འབྲས་འོང། །འཐབ་དགའ་རྒྱལ་  
 ལྷ་གསོན་སྟོང་འཇལ། །ལུས་ལ་དཔའ་རྩལ་ཆེ་བ་སྟེ། །འཕ་མདོག་དམར་ལ་ཤེས་པ་  
 གྲོ། །ཁྲག་གཟེར་སློ་བྱར་སྤང་ཐབས་འབྱུང། །བྲས་པ་མེད་ཀྱང་མི་ཁ་སྤང། །ལས་ལ་  
 གཡེལ་ལ་སྟོ་ཤ་ཆེ། །འགོ་བ་བཅན་འགོ་རྟག་ཏུ་མཆོད། །གི་བཅན་སྟོངས་འདྲེ་གཞོད་  
 པ་ཡིན། ། ༡༩ བརྒྱད་དགའ་སྟེང་དུ་སྒྲིས་པའི་ཅིས། །དགའ་ལྷན་ལྷ་ཡི་བྱིན་པའི་  
 བུ། །ཆེ་སྟོན་མོན་ཡུལ་ཞིག་ཏུ་སྒྲིས། །དེ་ནས་ལྷ་ལ་སྒྲིས་པ་ཡིན། །ཆེ་ཆད་ལྷ་བཅུ་  
 བར་ཆད་གསུམ། །རྒྱུ་གཡལ་ལ་འགྲམ་གཡལ་སྟེ་བ་ཡོད། །སྤྱི་མ་བྱད་མེད་ལུས་ལེན་  
 རྟགས། །སྟོན་པའི་སྐྱ་བཞེངས་ཆོས་སྟོགས་ལ། །བཅོན་ན་ལྷ་བཟོའམ་ཆོས་པར་  
 སྟེ། །དེ་ནས་ལྷར་ཡང་ལྷ་ཡུལ་སྟེ། །རྟགས་སུ་དབྱི་གཡོན་སྟེ་མཆོན་ཡོད། །གི་བཟུ་  
 སྤང་ཞིང་མི་གཅང་འཇེམ། །ངང་རིང་ཁ་གཤོག་གཉིང་ན་དམ། །ཡུལ་ལྷ་དགའ་ལྷ་རྒྱལ་  
 པོ་འགོ། །རྟག་ཏུ་ལྷ་ལ་གསོལ་ཁ་རེམ། །འདྲེ་བུ་ལྷ་སྤང་ཁྲོས་པ་དང། །སྤྱི་མ་ཆོས་  
 འགོང་འདྲེ་རྒྱལ་པོས་གཞོད། །གཞིས་ཡུལ་གཉིས་འཇིན་ལྷ་བ་མཐོ། །འཕ་དགའ་སྐྱ་རྩ་  
 ང་རྒྱལ་ཆེ། །ཐབ་གཞོབ་འཇེམ་ན་ཆེ་རིང་ཞིང། །བྱ་སྤྱིང་གསུམ་བཞེའམ་བྱག་ཅམ་  
 འོང། །ལག་པ་བཟོ་ཞིང་རིག་པ་རྩོ། །ནད་བྱུང་འཆོ་སྤྱི་མི་ཁ་བྱམས། །ཉི་མ་རྒྱས་  
 ཁར་ངོ་བ་བཞིན། །རྒྱས་པའི་དུས་སུ་ཤིན་ཏུ་སྒྲིད། །རང་གི་ལྷ་སྤང་མི་དགའ་  
 བས། །ཁོ་དོན་མེད་པར་ཁོ་བ་སྟེ། །འཁོན་གྱི་ཐུང་འདྲེ་བྱེད་པ་ཡིན། །སྐབས་སུ་འཁོན་  
 དང་གཏམ་བསྟོལ་འོང། །ཡོན་ཏན་འཕྲོད་ཅིང་ཆོས་ལ་དད། །རང་ཉིད་ངན་ཡང་ལྷ་  
 བཟང་འགོ། །ཡ་རབས་བྱམས་ཉེ་མ་རབས་སྤང། །སྟོབ་དཔོན་ཡིན་ན་ཡོན་མཆོད་  
 ཡང། །མི་མཆོངས་ཅམ་ལ་མཁོན་པ་འོང། ། ༢༠ དབྱུ་དམར་ལ་སྒྲིས་བཟང་  
 ངན་ཅིས། །གནམ་སྤྱན་ཆེན་པོས་བྱིན་པ་ཡིན། །ཆེ་སྟོན་དཔུ་ཡི་ཡུལ་ནས་

འཕོས། །དེ་ནས་ཕྱག་པོའི་སྒོ་བྱི་དང་། །འོན་པོ་ཞིག་གི་སྒྲེ་བ་བྲངས། །ཆེ་ཆད་དོན་  
གསུམ་བར་ཆད་ལྷ། །བྱི་མ་བྱི་དང་བོད་བྱ་འཕ། །བྱི་མ་པའི་བྱད་མེད་དམན་པར་  
སྒྲེ། །འཇམ་དབྱངས་སྒྲུ་དང་གཟུངས་འབྱངས་ཏེ། །དགེ་ཆོག་ས་རྒྱ་ཆེར་བཙོན་བ་  
ན། །ལྷོ་ཕྱོགས་མོན་ཡུལ་འབྱོར་ལྡན་བྱ། །ཡང་ན་སྤྱིན་གསེབ་ལྷ་རུ་སྒྲེ། །དེ་ཉག་ས་  
གདོང་མགོ་སྒྲེ་མཛིང་ངས། །ལག་གཡོན་ཆེ་བ་ཤ་མཆན་ཡོད། །གཡང་གི་མེ་ཏོག་ཏ་  
ལོ་བདུན། །ལག་པ་གཡས་དང་གཡོན་ལ་ཐོགས། །མེ་ཏོག་འདི་དང་མ་བུལ་ན། །ཉི་  
འཁོར་སྒྲི་ལ་རག་མ་ལུས། །པ་མེས་ལྷོགས་ཀྱང་ང་རང་ཕྱག་ །མི་པོ་རང་གི་རྩལ་ལས་  
བྱང་། །གཡ་ཏེ་འདི་དང་བུལ་བ་ན། །གཡང་ཉམས་ཉི་བ་དབྱར་སྤང་སྤི། །གཡང་གི་  
གཡུང་བྱང་མ་བུལ་ན། །ཁ་གང་ཟས་ཟ་ལག་གང་གི་ །འོར་ལ་སྒྲོད་པར་བྱེད་བ་  
ཡིན། །ཆེ་སྒྲད་གཡང་དང་ཞག་མཆོ་དོལ། །ཡ་རབས་བྱམས་ལ་མ་རབས་སྤང་། །བྱ་  
ཆ་བྱ་གཉིས་བྱ་མོ་མང་། །འོར་རྩས་འབྲི་དང་ར་ལུག་འཕྲོད། །འོར་རྩས་སྒྲུ་ཉག་ས་ཅན་  
དགའ་ཡང་། །མི་ཡི་ལག་ཏུ་འོར་བ་འོང་། །འོར་གཡང་ཉམ་པ་དེ་ཡིས་ལེན། །འོར་  
རྩས་བ་མོའི་ཐེལ་བ་འབྲ། །ཆེ་སྒྲད་ཕྱག་ལ་ཆེ་སྒྲད་སྒྲིད། །ལྷ་རུ་བཙན་དང་སྤོན་བྱ་  
འགོ། །སྒྲུ་ཉག་ས་ཅན་ལ་སྒྲུ་གཡང་ཆགས། །གཡང་ལེན་བྱ་ཞིང་གཡང་ཁ་སྒྲོམ། །

ཕྱ བཀའ་འགྲོ་བཞི་འཛིན་ཆེས་གྲངས་གང་ལ་སྒྲིས་པའི་རྩིས་འབྲས།  
ཆོས། ༡ ༢ ༣ ༤ ༥ ༦ ༧ ༨ ༩ ༡༠ ༡༡ ༡༢ ༡༣ ༡༤ ༡༥ ༡༦ ༡༧ ༡༨ ༡༩ ༢༠ ༢༡ ༢༢ ༢༣ ༢༤ ༢༥ ༢༦ ༢༧ ༢༨ ༢༩ ༣༠ ༣༡ ༣༢ ༣༣ ༣༤ ༣༥ ༣༦ ༣༧ ༣༨ ༣༩ ༤༠ ༤༡ ༤༢ ༤༣ ༤༤ ༤༥ ༤༦ ༤༧ ༤༨ ༤༩ ༥༠ ༥༡ ༥༢ ༥༣ ༥༤ ༥༥ ༥༦ ༥༧ ༥༨ ༥༩ ༦༠ ༦༡ ༦༢ ༦༣ ༦༤ ༦༥ ༦༦ ༦༧ ༦༨ ༦༩ ༧༠ ༧༡ ༧༢ ༧༣ ༧༤ ༧༥ ༧༦ ༧༧ ༧༨ ༧༩ ༨༠ ༨༡ ༨༢ ༨༣ ༨༤ ༨༥ ༨༦ ༨༧ ༨༨ ༨༩ ༩༠ ༩༡ ༩༢ ༩༣ ༩༤ ༩༥ ༩༦ ༩༧ ༩༨ ༩༩ ༡༠༠  
ཀྱི་ལས་འཕྲོ་ཡོད། བཞེན་བཟང་། བད་ཅུང་། རྩ་བ་བདུན་ནམ་དགུ་ལ་སྒྲིག་སྒྲུ་  
འདེབ། རྒྱ་གཞིར་བཏང་། བསྐྱེད་བ་གདགས། མིང་། རྩ་བ་ལ་ཕྱོད། རྩ་བ་དངོས་  
བྱུག་ དབང་ཕྱག་རྩ་བ་ རྩ་བ་ཕྱོད་ཆོག་ རྩ་བ་དབང་ཕྱག་ རྩ་བ་སྒྲོ་བྱོས། རྩ་བ་  
བཟའི་ས། དབྱངས་ཅན། རྩ་བ་ཆོས་དབྱིངས། བུ་མོ་ལ། རྩ་བ་ཆོས་སྒྲོན་སོགས་

འདྲེན། བ་མ་ཆོས་ཀྱི་ལས་འཕྲོ་ཡོད། ཕྱི ཆོས། ༡ ༥ ༡༣ ༡༥ ༡༧ ༡༩  
 རིན་ཆེན་མཁའ་འགྲོའི་ཉི་མ་ལ་བྱ་སྐྱེས་ན། ཆོས་ཀྱི་ལས་འཕྲོ་ཆུང་། ཆོས་མེད་ཤིན་  
 གཞོན་སྐྱིན་སྐྱེ། སོས་དཀའ། ཉན་མང་། རྩ་བ་བཞི་དང་བདུན་ལ་སྐྱག་ཡོད། ཆོ་  
 སྐྱབ་འཆི་བསྐྱེད་ཉེ་ཕྱུ་འདོན། མིང་། རིན་ཆེན་མཁའ་འགྲོ། རིན་ཆེན་སྤྱན་ཆོག་ས།  
 རིན་ཆེན་བྱམས་པ། ཚུལ་བྲིམས་རིན་ཆེན། རྫོགས་རིན་ཆེན། རིན་ཆེན་རྒྱལ་  
 མཆོན་སོགས་འདྲེན། མ་ཤི་སྤྲིག་བྱེད་རྒྱུ་མ་འོང་། ཕྱི ཆོས། ༢ ༡ ༡༣ ༡༤  
 ༡༥ ༡༦ བསྐྱེད་མཁའ་འགྲོའི་ཉི་མ་ལ་བྱ་སྐྱེས་ན། ལ་ཆུང་ཤེས་པ་གྲིམ། འདོད་ཆགས་  
 ཆེ། ཆོས་ལ་མི་མོས། སོས་དཀའ། རྩ་གཏོར་མང་དུ་བཏང་། རྩ་བ་གསུམ་ལྔ་ལ་  
 སྐྱག་ཡོད། སྐྱིན་སྤྲིག་ཆོ་སྐྱབ་མཆོད་འབུལ་བྱ། མིང་། བསྐྱེད་མཁའ་འགྲོ། བསྐྱེད་བང་  
 ལྷག བསྐྱེད་བང་ཆེན། བསྐྱེད་བཟའི་ས། བསྐྱེད་ཚུལ་བྲིམས། བསྐྱེད་རྒྱུ་ས། བསྐྱེད་  
 ཤེས་རབ། བསྐྱེད་མགོ་འཕྲོ་སོ་སོགས་འདྲེན། མཛེ་ཡོང་དོགས་ཡོད། ཕྱི ཆོས། ༣  
 ༤ ༡༥ ༡༦ ༡༧ ༡༨ ལས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོའི་ཉི་མ་ལ་བྱ་སྐྱེས་ན། ཆོས་མི་ཡོང་།  
 སོས་དཀའ། ཉན་མང་། རྩ་བ་དྲུག་གམ་གསུམ་དུ་སྐྱག དེ་ལས་ཆེ་འཕྲོས་ན་བྱ་ཆེན་  
 ལྷག་པོར་སྐྱེ། ཆོ་ཆོག་ཆེ་དབང་ཆེ་གཟུངས་འདོན། མིང་། ཀམ་མཁའ་འགྲོ། བཟའི་  
 ཤེས་དཔལ་ལྷན། ཀམ་ནམ་རྒྱལ། སྤྲིན་ལས་བཟའི་ས། ཀམ་ཆོས་འཛིན། སྐལ་  
 བཟང་བཟའི་ས། བཟའི་ས་ལོར་བྱ། ཀམ་ཆོས་འཕེལ་སོགས་འདྲེན། ཆོ་མཛོད་  
 གཟུངས་འདོན། ཕྱི ཆོས། ༤ ༡༥ ༡༦ ༡༧ ༡༨ ༡༩ སངས་རྒྱས་མཁའ་  
 འགྲོའི་ཉི་མ་ལ་བྱ་སྐྱེས་ན། ཆོས་ཀྱི་ལས་འཕྲོ་ཡོད། གྲགས་པ་ཆེ་ཞིང་ལོངས་སྤྱོད་  
 ལྷན། ཆབ་གཏོར་བཏང་། སོར་སོར་འབྲང་མ་སྐྱོག་ཅིང་གདགས། མིང་།  
 སངས་རྒྱས་ཆོས་འཛིན། སངས་རྒྱས་བསྐྱེད་འཕེལ། སངས་རྒྱས་ལོར་བྱ། སངས་རྒྱས་  
 བྱམས་པ། ཆོས་དབྱིངས་སངས་རྒྱས་སོགས་འདྲེན། གསོ་སྤྱོད་ཉུང་། གཙོ་བོ་

སྒྲུའོ། ། ལྟ་སྒྲུ་སྒྲུ་ཡི་རིམ་གྱི། བཏེན་བཞེངས་མཆོད་ཉེན་སྒྲུ་དཀར་  
གསོ། །ཆེ་སྒྲུ་བ་དབང་བསྒྲུ་གཙུག་གཏོར་མདོ། །སྒྲོང་རྒྱན་ཤེར་ཕྱིན་མཆོན་བརྗོད་  
དང་། །ཁ་ལྷ་ཆེ་ཐར་ཉ་གྲོག་སྒྲིན། །ཆོས་སྒྲོན་ཆོགས་བསགས་ཡང་ཡང་འབད། །སྒྲི་  
ཅན་ཡིན་ན་སྒྲི་མནན་གཟབ། ། ལྟ་སྒྲུ་ཆོད་བཅས་འབྲས། །ཉི་ཤར་ཉི་  
རྩོམ་ལོངས་སྒྲོད་ཆེ། །ཉིན་ཕྱེད་ཉ་ངན་སྒྲུག་བསྐྱེད་ཤོག། །ཕྱི་རོ་འཁྲོ་བ་ཁ་ལོ་  
བསྒྲུར། །ཉི་ལྷ་བ་དབུལ་ཞིང་ཤོང་བའོ། །མཆོན་མེའི་ཆ་ཡང་དེ་དང་བསྒྲུན། །

ལྟ་ བར་བྱུང་བྱིས་པ་སྒྲོར་བྲིད་ཅིས། །

གྱི་ལིང་ཐོར་ཐོག་གྱིས་པའི་བདུད། །དེར་བྱོལ་གནས་སྒྲོགས་གཅིག་གསུམ་  
ཤར། །གཉིས་གསུམ་ཤར་སྒྲོ་གསུམ་གསུམ་སྒྲོ། །བཞི་གསུམ་སྒྲོ་རྒྱབ་ལྷ་གསུམ་  
རྒྱབ། །དྲུག་གསུམ་རྒྱབ་བྱང་བདུན་གསུམ་བྱང་། །བརྒྱད་གསུམ་བྱང་ཤར་དགྲུ་  
གསུམ་ལོག། །བརྒྱ་གསུམ་སྒྲིང་གནས་དེར་མི་ཁུར། །བྲུ་ཐན་ལ་སོགས་རྒྱ་ངན་  
དང་། །གསུམ་གསུམ་བྲུ་ཡི་གནས་སྒྲོ་འཛེམ། །བྱིས་ལ་གཟའ་སྒྲར་བཟང་བའི་  
དུས། །མཐུན་གསུམ་ལོ་བས་བྱིས་པ་བསྐྱེད། །བྲིས་གྱི་དབུས་ཀར་བསྒྲོར་བ་  
གསུམ། །གནས་ཁང་ལ་ཡང་བསྒྲོར་བ་གསུམ། །བྲས་ན་བཀའ་ཤིས་ཆེ་རིང་འགྲུར། །

ལྟ་ ཅིས་མཐན་ཞིག་གིས་ཡིག་ལ་བཅང་དགོས་རྒྱ་ནི། ཅིས་ཏུ་གང་ཡོད་ཡིག་ཐོག་ཏུ་  
དགོད་པར་བྱས་ན་རྣམ་ཉོག་སྒྲོང་བྱེད་ཅམ་ལས་ཡོ་བྱེད་གྱིས་ཉེན་ནས་མི་འབྱོར་བ་དང་།  
ཏུས་འགྲུར་གྱི་དབང་གིས་མེད་པས་རིགས་འབྲུ་གཞན་ལ་སྒྲུར་དགོས་རྒྱ་སོགས་ཡོད་མེད་པས་  
ཡུལ་ཏུས་དང་ཅི་ཡུལ་དེའི་གནས་བབས་ལ་དེས་པར་ཏུ་བཞུ་དགོས། །དེས་ན་དམ་ལ་གོང་  
མས་ཅིས་བྱས་པའི་ཐུ་རྩོམ་ཏུ་འཇམ་དབྱངས་བདག་བསྐྱེད་སོགས་ཐོན་ཏུ་བཏང་ན་ལེགས་ཚུལ་  
གསུངས་པའང་རང་རྒྱའི་འཆར་ཆ་ལའང་སྒྲོས་དགོས་པའི་གནད་གྱིས་ཡིན་པར་སྣང་།

༡༡༥། གཤིན་ཁྱིམ་ཕྱོགས་བསྐྱུས་བཀྱགས།

༥ གཤིན་གྱི་ཁྱིམ་ལ་ནམ་ལ་ལྷ། །དང་པོ་འགམས་དག་འཁྱུགས་གསུམ་གྱི། །མ་འཇི་  
 འགམས་དག་འཁྱུགས་གསུམ་ནི། །དགུ་དང་བཙོ་བརྒྱད་ཉིང་བདུན་སོགས། །དགུ་  
 མིག་ཐོག་ཕྱིན་ཤི་བ་ནི། །འགམས་ཡིན་ཀེག་རྩིས་ནས་བཤད་ལྟར། །དགུ་མིག་  
 བཙོས་ཤིང་རང་ལོའི་སྟེང་། །ཤིན་འགམས་ཡིན་འབྲུམ་ཉི་མེ། །རྟོག་གཟུངས་བརྒྱ་  
 བཞི་ཆེ་གཡང་འགྲུགས། །གཞན་ཡང་ལྷགས་བཞི་མེ་བརྒྱད་ནི། །གནམ་ལོ་ལོག་  
 མེན་གཤིན་ལོ་གསུམ། །འདོམ་ན་ཤི་བ་དྲུང་གི་འགམས། །དྲུང་བཙོས་ཤི་བ་  
 བཙང་གཏོ་བྲ། ཆན་ཆོན་ཤིན་མ་ཐུན་གསུམ་འགམས། །བྱིས་བ་ཤིན་གཤེགས་  
 བཞིར་འགམས། །བདུན་བྱུང་དག་ཐོག་བཞི་གཤེགས་འཁྱུགས། །ཤེར་ཕྱིན་དང་  
 ཉི་སོག་བསྐྱུ་བྲ། །དེ་ལྟར་འགམས་འཁྱུགས་གངས་བྱུང་ཡང་། །ཆེ་རྒྱད་དག་ལ་ངན་  
 གསུངས་བས། །མི་ཆན་བཅུ་གསུམ་སྟོན་མོ་དང་། །གསུང་རབ་བསྐྱུག་ཅིང་སྐྱེ་  
 གདག། །དག་ཆོས་ལ་བཙོན་ཉི་ལྟ་འདོན། །

༥ རྒྱ་བའི་འགམས་དག་འཁྱུགས་གསུམ་ནི། །གཤིན་པོའི་ལོ་མཚུངས་རྒྱ་བ་  
 ལ། །ཤིན་འགམས་ཡིན་བདུན་དག་བཞིར། །ཤི་བ་འཁྱུགས་ཡིན་དེ་ལ་ནི། །བཞི་  
 གཤེད་སྐྱུ་ལ་རྒྱར་སྐྱེ་ལ་ཤི་འཁྱུགས། །རྟོ་རྒྱར་ལོས་ཤི་འཁྱུགས་པའི་འགྲེས། །ལོ་རྒྱས་  
 ཡང་བཞི་མོ་རྒྱ་བའི། །མར་བཞི་ལོ་བར་འཁྱུགས་བ་ཡིན། །དེ་ལྟར་འགམས་འཁྱུགས་  
 གང་བྱུང་ཡང་། །བྱུང་མེད་དག་ལ་ངན་བར་བཤད། །ཆན་མོ་ལྷ་ལ་སྟོན་མོ་བྲ། །ཆུ་  
 གཏོར་ཆོགས་བསག་ཁུས་ལ་འབད། །

༥ བླ་གཤིན་འགམས་དག་འཁྱུགས་གསུམ་ནི། །གཤིན་པོའི་ལོ་མཚུངས་ཉི་མ་  
 ལ། །ཤི་འགམས་བདུན་དག་བཞིར་ཤི་འཁྱུགས། །ཡང་ན་སྐྱང་ཉིང་སྐྱུན་རྒྱ་བའི། །

ཡོས་ཁྱི་བྱིས་པ་འབྲུག་ཉིར་ཤི། །ཁྱོ་ཤུག་ནོར་ངན་སྐྱལ་ཁན་ཤོན། །སྤེལ་གོད་ལུག་  
 བསྐྱོས་ཏུ་ཉིར་ཤི། །དམེ་འབྲུགས་དང་ནི་བསྐྱོས་འབྲུང་ངོ། །གང་བྱུང་བྱིས་པ་ཆུང་  
 རྒྱུད་ངན། བྱིས་པ་གསུམ་ལ་སྟོན་མོ་བྲ། །ལྷ་གསོལ་བསྐྱང་བཤགས་ཆེ་གཟུངས་  
 འདོན། །བསྐྱོག་མདོས་བཏང་ཞིང་ས་སྟོ་བཅད། །ལམ་འཕྲང་བཅོས་ཤིང་བྲ་སྦྱིན་བྲ། །  
 ཕྱི་རྒྱས་ཆོད་འབྲམས་དབྲ་འབྲུགས་གྱུར་ན། །ཟས་ནོར་ལ་ངན་ནོར་ལྷ་མཆོད། །  
 གཏོར་མ་བཏང་ཞིང་གོད་བྲུབ་བྲ། །ནོར་རྒྱན་གཟུངས་འདོན་གཡང་སྐྱབས་བྲ། །ཞག་  
 དུས་འབྲམས་འབྲུག་སྦྱིའི་རིམ་གྲོ། །སྟོང་རྒྱན་དང་ནི་བརྒྱ་བཞི་བཅའ། །  
 ཕྱི་གཞིན་མོ་མི་ལྷ་གཟུང་རེས་གཟུང་གཅིག །འབྲམས་ཡིན་དབྲ་ཐོག་འབྲུག་པ་  
 དང་། །དར་ལེགས་ཁྱུད་འབྲིང་གྲོད་གྲུད་ངན། །བཅོས་ཁ་གཟུང་མིང་རོ་ཁར་  
 བརྒྱག་ །ཞིབ་པར་སོ་སོའི་སྦྱིབ་ཤིང་བཟླ། ། ཕྱི་སྐར་མ་ལྷ་སྟོག་དབང་གསུམ་  
 འབྲམས། །སྤྱིག་བདུད་གཤེད་གསུམ་འབྲུག་པ་ཡིན། །སྦྱིན་དུག་རོ་དུག་བྲ་ཉིར་  
 གསུམ། །མཆུ་ལ་མཆུ་རྒྱག་རྒྱལ་སྐབ་ངན། །ནབས་སོ་ས་ག་ཆུ་སྦྱང་གསུམ། །སྦྱོས་  
 ཤིང་ལག་སོར་རོ་ལས་བྲེད། །སྦྱར་མར་གཡང་ཉམས་མོན་གེ་རྒྱལ། ། ཕྱི་ཆེས་ནི་  
 རྒྱག་གསུམ་སྟོང་གསུམ་འབྲམས། །ར་བ་བཞི་ཡིས་ཆེས་དུག་ལ། །གནམ་འབྲམས་  
 རོ་གསུམ་པ་ལ་ངན། །ཀར་མཐིལ་དོ་རྩེ་རྒྱ་གམ་གྱི། །འབྲིང་བཞིའི་བརྒྱ་དུག་བར་  
 འབྲམས་སྟེ། །རོ་དུག་ཡོང་ངན་ཏྲགས་བརྒྱད་བཟམ། །དབང་ཐང་མདོག་གིས་རོ་གོས་  
 བྲ། །ཐ་ཆུང་བཞིའི་ཉིར་དུག་ལ། །ས་འབྲམས་དབྲ་སྦྱོས་སར་མི་སྤ། །གལ་ཏེ་སྤ་ན་  
 བྱར་བ་བཏིང་། །གནམ་འབྲམས་ས་འབྲམས་བྱུང་བ་ན། །གནམ་སྟོ་དང་ནི་ས་སྟོ་  
 བཅད། ། ཕྱི་སྐར་ཁའི་ཡང་གསང་འབྲམས་བཞི་ནི། །སྐྱལ་ཐོན་སྤེལ་ཁོན་པག་  
 ཁོན་དང་། །སྤྱིག་གིང་ཤི་བ་ཤིན་ཏུ་རྒྱལ། །ཀ་གཡུང་འབྲུགས་བཅོས་བརྒྱད་བཅོས་  
 བན། ། ཏུ་སྐྱལ་ལིང་ཤི་ལུག་ལོ་ཁོན། །བྲ་སྤེལ་དུ་སོགས་རང་ཕྱོགས་གྱི། །སྤར་ཤི་



འགྲམས་ཆེན་བརྒྱད་ཁོག་འགྲམས། །སྤར་ཁ་ལི་ལ་བབས་པའི་ཆོ། །ཏྲ་སྤྱལ་ལོ་རྒྱ་ཞག་  
 དུས་དང་། །བྱི་མག་ཤི་ཡང་ཁོག་པ་འགྲམས། །ཁྱད་པར་མེ་ཡི་ཏྲ་སྤྱལ་གནད། །ཀྱུན་ལ་  
 དེ་ལྟར་ཤེས་པར་བྱ། ། ༥ བབས་སྤར་དུ་ཟེན་ལ་ཤི་བ། །སྤྱིང་འགྲམས་བྱ་སྤྱེལ་ལོ་རྒྱ་  
 ཞག །དུས་དང་ཁྱད་པར་བྱ་སྤྱེལ་ལོ། །དུ་ཐོག་ལ་ཤི་སྤྱིང་འབྲ་བའི། །ག་ཤིན་དེ རི་  
 གཅིགས་ཆེ་ལ་ངན་ནོ། །ཁྱད་པར་དུ་ཐོག་བྱ་སྤྱེལ་ཤི །བྱ་སྤྱེལ་ལོ་རྒྱ་ཞག་དུས་  
 འདོམ། །འདི་ནི་གཅིས་པའི་སྤྱིང་འགྲམས་ཡིན། ། ༥ སྤེ་བ་གཉིས་ནག་སྤྱེས་སྤེར་  
 ཕྱིན། །རྩ་བ་ཅིང་དགུ་མིག་ལ་ཤི་འགྲམས། །སྤྱིང་ལ་ལྷགས་དང་ཁོ་ཡིས་མནན། །  
 ༥ ཀྱང་ཀྱང་རྗེས་འགྲམས་རྣམ་པ་བཞིའི། །དབྱེ་ན་ག་ཤིན་པོ་ག་ཤེད་བཞི་པོ། །གང་  
 རུང་གནམ་ལོ་ག་ཤེད་བཞི་འདོམ། །སྤར་ཁ་ཁེན་ཐོག་ལ་ཤི་བ། །རྗེས་ངན་ཡིན་ཏེ་བཞི་  
 ལ་ངན། །ག་ཤེད་བཞི་གང་རུང་གཅིག་གི་ལོ། །ལོ་རྒྱ་ག་ཤེད་བཞི་གཅིག་དང་  
 འདོམ། །གིན་གྱི་ཐོག་ཏུ་ཤི་བ་ན། །རྗེས་འགྲམས་པོ་བརྒྱད་ལ་ཡང་ངན། །དེ་བཞིན་ཁོན་  
 ཤི་དུར་ལེན་ཡིན། །སྤར་ཁ་ཐོན་ཤི་དུར་ལོག་ཡིན། ། ༥ རང་རང་ཁམས་ཀྱི་དགྲ་  
 གཟའ་ལ། །ཤི་ན་རབ་ཏུ་སྤྲད་དེ་རྫོས། །གཟའ་དེ་གྱོད་གྱུད་སྤྲག་པར་ངན། །སྤྲག་ཕུར་པ་  
 སངས་དར་མི་འགྲམས། །ཉི་རྒྱ་མིག་སྤེན་གང་ཡང་ངན། །དར་བ་རུང་ཟད་འཇམ་པར་  
 བརྗོད། །ཁྱབ་འཇུག་གི་ཀང་རྒྱ་བ་དང་། །ཟས་འཚོལ་པོ་ཉ་འགྱེད་པ་དང་། །སྤྲུང་ལོ་  
 བཞི་དང་དག་སྤར་དང་། །བདུད་ཉི་ཉི་ནག་ཤར་བ་ན། །རྫོས་སྤྲུང་རི་གཟར་རབ་དང་  
 འབྲ། ། ༥ འགྲམས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། །ཤིང་མང་མ་ཕྱི་ཡུལ་མཁར་  
 དང་། །མེ་མང་ཁང་ཉེ་མོར་གྲོགས་ལ། །ས་མང་གཉིན་ལམ་མཐའ་བཞི་ལ། །སྤྲགས་མང་  
 པ་དང་ཁུ་བོ་ལ། །རྩ་མང་རོ་བདག་བཟའ་ཚང་རྫོས། །དེ་ལྟར་འགྲམས་ཆེན་མང་བྱུང་  
 བ། །འབྲུམ་དང་ཕྱོགས་བརྒྱ རི་ཐུན་སེལ་དང་། །མདོ་ ཐེག་སྤྱང་བརྒྱད་གཟའ་སྤར་  
 ཡུམ། །བཟ་བཅེགས་ཤེར་སྤྱིང་ཏུར་འདོན་བྱ། །



༥ གཉིས་པ་ཕྱོགས་དང་དྲུག་ཚོད་མོགས། །གསོན་པོ་ནམས་གི་ལོ་ཐོག་སྤང་། །དེ་  
བཞིན་ལོ་ལྷ་ཞག་ས་བདག། །གནས་པའི་ཕྱོགས་སུ་རོ་མི་དང་། །བྱང་པར་ཉལ་བྱི་  
སོགས་ལ་འདྲེས། །བྱག་བཅུ་མན་གྱི་རོ་སྤྱལ་མི། །བདུན་བྱར་ལོ་པ་བྱག་བཅུ་ཡན། །  
མ་བུན་གསུམ་ལོ་པ་གང་རུང་གིས། །སྤྱི་བོའི་གཙུག་ནས་སྤྱལ་བར་བྱ། །ཟུར་གཞོན་  
སྒྲུལ་ཆིང་གསེར་སྒྲེམས་དང་། །ཉེས་སེལ་མདོ་བཞི་གཟུང་སྒྲུལ་ཡུམ། །བྱག་བཅུ་ཡན་  
ལ་གཏོ་དཀར་དང་། །མན་ལ་གཤེད་གཏོ་ཆོད་ལྡན་བྱ། །སྤར་ཁ་བརྒྱད་གཏོ་ཟམ་  
བཤོས་སོགས། །གང་དགོས་སོ་སོའི་སྒྲུབས་ལྟར་བྱ། །རྗེས་ལ་གསེར་འོད་གཡང་  
སྒྲུབས་དང་། །གཡང་ཆོག་བཀའ་ཤེས་བཅེགས་སོགས་ལྷག། །

༦ གཞུམ་པ་གཟུང་མོགས་གང་གི་འཁྲུལ། ། ། །གཟུང་ཉི། རུས་སྤྱིར་ངན།  
བྱིམ་གྱི་ཤར་ཕྱོགས་སྒོ་བའི་ནང་ན། །མེ་ལོང་དང་བྱད་མེད་ཆས་སམ། །མགོ་ཆས་དང་  
བཅུག་པ་དེར་བ་འདྲེ་གཤ། །དེ་ལམ་མདོར་སྤྱེལ། །བྱས་མེད་ལ་རྒྱོས། །པག་ཐོད་ཚུ་སྒྲ་  
དགུ་ཡིས་མནན། །བྱི་ཐོད་རོ་སྤྱང་འདྲོག། །འབྲེལ་རྒྱོག་དང་སྤྱི་མནན་བྱ། །ཆོག་མའི་མི་  
དགུ་ཚུ་སྒྲོག་དགུ། །ཁུང་བྱ་དགུར་བཅུག་ཁུང་རྒྱོག་བྱ། །ཁུང་བྱ་རེ་རུ་མེ་རེ་  
བཏང་། །དེ་སྤྱང་ཚུ་སྒྲོགས་རེ་ཡང་ལྷག། །སྤྱང་དུ་སྤྱུ་ནག་པོ་དགུ། །ཞོ་དུ་ལྷག་  
ཐད་སྤྱོ་སྤྱ། །འཁོར་ལོ་སྤྱལ་ལམ་ཏ་ཐོད་བཅུག། །ཏ་སྤྱས་བྱིམ་ལ་བྱང་ཕྱོགས་གྱི། །ཆུ་  
བོའི་འགམ་མནན་ཚུ་སྒྲ་ལྷག། ། ། །རྒྱ། །བྱ་ཕྱོགས་སྤྱེ་པད་ཁྱག་མའི་ནང་དུ་  
ཆས་རྒྱས་ཁ་དོག་སྤྱ་ཆོགས་སམ། །དམར་པོར་བ་འདྲེ་གཤ། །དེ་ལམ་མདོར་སྤྱེལ།  
གཤེད་བྱད་མེད་དམ་བྱིས་པར་སོང་། །ལུག་ཐོད་དང་སྤྱུ་སེར་པོ་རོ་སྤྱང་འདྲོག། །བྱ་  
སྤྱ་འདོན། །སྤྱ་མ་ཁམས་སའི་མི་སྤྱ་ལ། །མགོ་ལ་ལུག་པའི་སྤྱ་རེ་བཅུགས། །སྤྱུ་  
སེར་པོས་སྤྱང་ནས་མནན། །ཞོ་སི་ཏི་ཉི་ཅི་སྤྱ་སྤྱ། །འཁོར་ལོ་ལུག་གི་ཐོད་པར་  
བཅུག། ། །བྱི་བའི་སྤྱས་བྱིམ་སྤྱོ་བྱ་གྱི། །རི་བོའི་ཁོང་གསེར་དུ་སྤྱ་ཞིང་། །སྤྱང་ནས་

སྤྲུལ་སེར་པོས་གཞོན། ། ཉ་དམར། ཁྱིམ་གྱི་ཤར་སྤང་རྩ་མ་སྤྲུལ་ཆོག་གས་  
 བཅུག་པར་བ་འདྲེ་གཤ། དེ་ལམ་མདོར་སྐྱེལ། འུ་སྤང་ལ་སྤྲུལ། རོར་མདོས་དང་ཕུར་  
 པའི་ལས་བྱ། རོ་ཁུང་གི་ཐོད་ཁག་བཀང་བཞག། ཁོམ་འུའི་མགལ་བ་རོ་མཆན་  
 སྤ། ཁེ་དགུ་སྤར་ལ་དུས་གཅིག་བསད། ཞི་བུ་སྤྲུ་སྤྲ། འཁོར་ལོ་རྩ་ཡི་ཐོད་པར་  
 བཅུག། འབྲང་ཕྱོགས་ཆུ་ཡི་འགམ་དུ་མཐན། ཁེ་སྤར་ཆུ་ཡིས་བསད་ལ་མཐན། །  
 ཉ་སྤག ཁྱིམ་གྱི་སྤོ་བ་ཁམ་པའམ་རྒྱལ་ནག་ནང་། ཤ་བའི་པགས་སམ་བཟོ་རས་  
 སྤམ་བུ་སྤྲུ་སོགས་བཅུག་པར་བ་འདྲེ་གཤ། དེ་ལམ་མདོར་བསྐྱེལ། འུས་པ་དང་སྤག་  
 ཤར་རམ་བཟོ་མཐན་ལ་སྤྲུལ། སྤང་ཕུག་ཐོད་པ་རོ་སྤང་བཞག། སྤང་དུ་ཆོན་སྤྲུ་སྤྲུག  
 སྤྲུལ་སེར་པོ་གསུམ་གྱིས་གཞན། ཞི་བུ་རྩ་སྤྲུ་སྤྲ། འཁོར་ལོ་པག་གི་ཐོད་པར་བཅུག  
 སྤྲུ་བུ་རི་པོའི་ཁོང་དུ་སྤ། སྤང་དུ་སྤྲུལ་སེར་པོས་མཐན། །  
 ཉ་ཕུར། ཁྱིམ་གྱི་བུ་བྱང་མཆམས་ན་སྤོ་བའམ། ཁམ་ནག་གཤ། སྤང་པ། རྒྱལ་  
 པ་གང་དུང་ནང་། ཞ། སྤམ། སྤའམ་བུ་བུ་བཅུག་པར་བ་འདྲེ་གཤ། དེ་རྣམས་ལམ་  
 ཁའི་ཐམ་སྤར་བསྐྱེལ། པ་ཁུ་ཀན་རིགས་ལ་སྤྲུལ། གཤེད་བཅེར་སོང་། འུ་སྤོ་ མ་  
 མཆན། དཀར་པོ་རོ་སྤང་འཛོག། གཟའ་བསྤོག་བྱ། གཅུག་གཏོར་ཆར་མང་བསྐྱག་པར་བྱ།  
 ཞི་བུ་སྤྲུ་སྤྲ། འཁོར་ལོ་འུ་ཡི་ཐོད་པར་བཅུག། བུ་ཕྱོགས་བྲག་རི་དཀར་པོར་  
 མཐན། དེ་སྤང་ལུགས་ཕྱེ་གདབ་པར་བྱ། ། ཉ་སངས། ཁྱིམ་གྱི་བུ་བྱང་  
 སྤོ་བ་ནག་པོའམ། རྩ་ནག་ནང་ཁ་དོག་སྤྲུལ་ཆོག་གས་པར་བ་འདྲེ་གཤ། དེ་རྣམས་སྤང་པོར་  
 འུ་རྣམས་ལམ་ཁར་སྐྱེལ། ཀན་ཀོན་ལ་སྤྲུལ། རོ་སྤང་དུ་རྩ་སྤྲུལ་གྱི་ཐོད་པ་འཛོག། ཞི་  
 ས་སྤྲུ་སྤྲ། ཁེ་སྤྲུ་ཅམ་སྤང་དུ་བཞག། འཁོར་ལོ་སྤྲུལ་གྱི་ཐོད་པར་བཅུག། སྤྲུ་  
 ཕྱོགས་བྲག་དམར་ཅ་དུ་མཐན། སྤང་དུ་ཆོར་མའི་མེ་བཏང་རོ། །  
 ཉ་སྤན་ ཡུལ་མི་དང་ཁྱིམ་ཆེས་ལ་སྤྲུལ། ཁྱིམ་གྱི་བྱང་ཤར་ན་ལུགས་ལ་བ་འདྲེ་

གཤམ་ རོ་སྒྲིང་དུ་ཐོང་བུའི་ཐོད་པ་དང་ཤིང་སྒྲ་འཛོག་ གན་གོན་ཕུག་ ས་དང་ནས་སྒྲིང་  
 རི་མ་ཅན་ལ་སེམས་ཆགས། གཟའ་བརྒྲིག་བྲ། སྒྲིང་པོར་ལྟོ་བྱིན། གཙུག་གཏོར་  
 འདོན། སྒྲིན་པ་མི་ལ་ངན་པས་ན། །འབྲུ་ནག་ཁམ་ས་སྒྲིས་པ་ཡི། །མི་ལྷ་ཁྲུང་བུ་ལྷ་རུ་  
 བརྟུག་ །སྒྲིང་དུ་ཕུར་བུའི་གཟུགས་འགོད་ཅིང་། །སྒྲིང་པའི་ཕུར་པ་སྒྲིང་ཁར་  
 གཟེར། །གནམ་ལ་ཚུ་གཏོར་སར་ཤིང་འཛུགས། །ཞི་སྒྲ་ཤུ་ར་སྒྲ་བྲ། འཁོར་ལོ་རི་  
 ཐོང་ཐོད་པར་བརྟུག་ །སེ་སྒྲིང་ཤར་གྱི་ཤིང་ཅར་མནན། །

༥ ཐུ་སྒྲིང་གར་ལ་ཞི་བའི་འབྲས་བྱ་ནི། །༡༣ སྒྲིན་དུག། ཞག་བདུན་བར་རོ་  
 སྒྲ་བ་དང་ཁྲུང་དུ་མི་རུང་ཞིང་། །སྒྲིང་མའི་བྲང་བུ་བཅོ་བརྒྱད་ལ་ར་མགོ་དང་སྒྲིན་དུག་  
 གཤམ་པོའི་མིང་བཅས་བྲིས་ལ་རོ་ཡི་འོག་ཏུ་མནན། ཚུ་རོ་ནག་པོ་ ༡༩ དང་། བྲི་  
 བག་ཐོད་པ་རོ་སྒྲིང་འཛོག་ མིང་རུས་མི་གཅིག་པ་གསུམ་གྱིས་ཤར་ཕྱོགས་སུ་སྒྲིལ།  
 རོ་ལ་ཐིག་དུག་བཏབ་ལ་དུམ་བུ་དུག་ཏུ་བཅོས་ན་སྒྲིག་ འཕྲེས་ཁྲིར་ཚུ་མིག་ལ་གཤམ་  
 ཕུགས་ནག་ཕྱིར་སོང་བའོ། ས་གཉན་བསྐྱོ་སར་བྱིན་པས་ལན། ས་བདག་གཏོད་  
 ཅིང་ས་བདག་གི་རིམ་གོ་བྲ། སྒྲིན་དུག་ལ་ངན་པས་ན། །ཕུགས་སྒྲ་ལྷ་ཅམ་རོ་ཆར་  
 སྒྲ། །བྲོ་རོག་མགོ་བོ་རོ་མགོ་གཡས། །བྲི་ཐོད་གཡོན་ལ་རྟ་ཐོད་མཆན། །འབྲུ་སྒྲིང་  
 བན་བྲས་རོ་ལ་བསྒྲིས། །རོ་དུག་བཅོས་ལ་ཁྲུང་དུག་བྲ། །སྒྲིན་དུག་ནང་བརྟུག་ཟེར་བའང་ཡོད་མཆན།  
 སྒྲར་མ་དུག་ཀྱང་སོ་སོར་བྲི། །རོ་གོས་ཆལ་པ་རེ་རེས་བྲིལ། །ཁྲུང་བུ་དུག་ཏུ་སོ་སོར་  
 སྒྲ། །ཆེ་བ་ཉ་དང་སྒྲིན་དུག་འཛོམ། །དེ་ལ་གསུང་རབ་དབུ་བཞི་བཟུག་ །གཟའ་སྒྲར་  
 ངན་བརྒྲིག་ཆོག་བྲ། །སྒྲ་ཚུ་ལྷ་བརྒྱ་ཁ་དོག་བྲ། །ཕྱོགས་མདོག་བྲས་ལ་ཕྱོགས་སུ་  
 བཞག་ །རྩ་མི་རོ་ཡི་སྒྲ་བུ་བཞག་ །ཤིང་མི་རོ་ཡི་གཉན་རུ་བཞག་ །

༡༣ སྒྲར་མ། ཕུགས་སྒྲ་རྟགས་ཅན་ཕྱིར་བཏང་བས་ལེན། བུད་མེད་ཤིན་གཡས་  
 གཟུགས་རོ་སྒྲིང་དང་། བྲིས་པ་ཤིན་བྲི་ཡི་བུད་མེད་ལ་ངན་པས་བྲ་དཀར་ཕུགས་སྒྲ་རོ་

རྟེན་འདོག་ རོ་ལམ་ཤར། གཡང་འགྲུགས་སོགས་བྱ། ལྷར་མ་མི་ཤི་ངན་པ་  
 རྟེ། ཉི་མི་འདོན་ཞིང་གཡང་ལེན་བྱ། །ལྷགས་མི་ལྷར་གསུམ་རོ་རྒྱར་སྒྲ། རྟེད་དུ་  
 ལྷ་རྩེ་དཀར་པོ་བཞག། རྟེད་མེད་ཆས་བཟང་གྲོན་པ་ལ། །ཟ་མ་སྤྱད་དུ་བྱས་ལ་  
 བྱིན། ། ༡༩ མགོ་ རྒྱལ་པོས་བྱིར། ཞག་ལྷའི་བར་རོ་མི་བསྐྱལ། གན་གོན་  
 ལ་ངན། །གཡག་རུ་རོ་རྟེད་དུ་འདོག་ རྟག་པོ་མགོ་གསུམ་བྱ། མགོ་ལ་ཤི་ན་མགོ་  
 པོ་བྱག། །ཐག་གི་གཏོར་མ་དམར་པོ་དེ། །རོ་ཡི་རྩེ་ལ་སྤྱ་བར་བྱ། །རོ་ཐོག་སོག་ལེས་  
 ཤིང་གཅིག་འབྲེག། །མ་བྱ་ཆེན་མོ་ཆོས་སུ་ཐོན། ། ༢༠ ལག་ བཅན་དང་  
 རྒྱུད་ནག་གི་བྱིར། ཞག་བཅུ་གཅིག་ལ་འདུར། མི་གཉིས་ལ་ངན། འབྲུ་སྒྲ་སྒྲུག  
 ལྷ་རྩེ་དཀར་པོ་གཅིག་འདོག་ ལག་ལ་མི་ཤི་ལག་པ་བཟ། །རྟོན་བྱས་གང་ཡོད་ལྷད་  
 དུ་མཆོད། །ཁོར་རྒྱན་མ་ཡི་ཆོས་འདོན་བྱ། །རོ་བདག་རོ་ལ་མི་རེག་གོ། །  
 ༢༡ རབས་སོ། ཟ་འབྲེ་ཁང་རྟོར་ངམ་ལྷ་ཁང་གོག་པོའི་རྒྱལ་པོ་དང་གཟུང་  
 བསྐྱོངས་པས་བྱིར། ཐབ་གཞོབ་ཀྱིས་ལན། རྟེད་མེད་ཤི་ན་བྱ་སྤིང་གི་འགྲུལ་དང་བས་  
 ཀྱིས་ལན། རབས་སོ་རྒྱལ་གཉིས་ངན་པ་སྟེ། །རོ་བྱིར་གཡང་ཤོར་འོང་ཉེན་ཡོད། །  
 རྒྱང་པོ་ཆེ་ལ་བལ་བང་ཁོལ། །ཤ་བ་ཡུ་མོའི་ཐོད་པ་ལ། །གཡང་འགྲུགས་རོ་ཡི་ཐོག་  
 ཏུ་ནི། །ལྷགས་ཀྱི་པ་བོང་སྤྱིལ་བར་བྱ། །གཟུང་དང་རྒྱར་མའི་མནན་པ་བྱ། །བཟ་ཤིས་  
 བཅེགས་པ་ཆོས་སུ་ཐོན། ། ༢༢ རྒྱལ། རྒྱལ་པོས་བྱིར། གཡག་ལྷགས་གི་ཐོད་  
 པས་མནན། རྒྱེས་དར་མ་ལ་ངན། ལྷགས་སྤྱ་ཤར་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱོན། རྒྱལ་འདིའི་ཐེམ་  
 ཡིག་ནབས་སོར་རྟོས། ། ༢༣ རྒྱག་ ཐབ་དང་དམར་ཀྱིས་ལན། བཅན་ཀྱིས་  
 བྱིར། རྟོག་བཅོང་དང་གོ་གཉིས་སྒྲུག་ རྟེད་མེད་ཤི་ན་ཤི་ཁ་བྱེ་བས་ཀྱིས་རྒྱུང་ལ་རྒྱབ།  
 དེའི་ཤི་ཁ་གཅོད། རྒྱག་ཀྱང་ངན་པས་སྤི་མནན་ཀྱིས། །ལྷད་དེ་གཡང་དུ་འགྲུགས་པ་  
 གཅིས། །སྤྱིལ་ཐོད་ལྷར་བས་སྤུབ་པ་ཡིན། ། ༢༤ མཆུ། ཤར་རྟོ་འཕྲ། རྟོ་

ཕྱོགས་ནས་བྱད་མེད་ཕྱིར་འབྲངས་གཟའ་སྤྱད་ངམ་པོ་འདྲེ་དང་བཅན་གྱིས་ཁྱེད། ཁྱེད་  
 མ་རུ་ར་ཁྱི་མག་གསུམ་གྱི་བྱུན་ལྷག་སྟེ་རོ་སྟེང་དུ་འདྲོག་གིས་པ་ལི་ན་ཆུང་སྟེ་ཁ་  
 བསྐྱར་བྱ། བྱད་མེད་ལི་ན་ཁྱི་མ་ཆེས་ལ་འདྲེའམ་གྱི་བ་གྱིས་ལན། མཆུ་ལ་རོ་གཡས་  
 ཏ་ཐོད་སྟེ། གཡོན་དུ་བེལ་གྱི་ཐོད་ངན་སྟེ། ཁྱེད་ཏུ་འབྲུ་སྟེ་ངར་སྤྱད་སྟེ། སྟོང་ཆེན་  
 རབ་འདྲོམ་གཟུངས་ཀྱང་འདྲོན། ཁྱེད་པ་ཉ་དང་འདྲོམ་པ་ན། ཁྱི་མ་གྱོ་སྟོག་པ་ཆེན་པོ་  
 དགོས། ། ༡༠ གེ། ཡས་གདོན་དང་བཅན་གྱིས་ཁྱེད། བྱ་སྤྱི་གི་རྩེས་སྟེ་  
 ཡོངས་བའི་གཡོན་རྩེས་གཞོན། ཐོང་ཐོད་དང་། མཛེ་ཐོད། ར་ཐོད་ནམས་རོ་སྟེང་  
 འདྲོག་གིས་བྱད་མེད་ལི་ན་གྱིས་པ་ཆུང་ལ་ངན། བྱེ་ལ་ཁྱེད་གི་མི་ཏུ་བདུན། ཁྱེད་ཡི་  
 སྟོགས་བདུན་འབྲུ་སྟེ་ཡི། ཁྱི་བདུན་མགལ་པ་བདུན་ནམས་ཀྱང་། ཁྱོ་ཡི་སྟེ་ལ་སྟེ་  
 བར་བྱ། ། ༡༡ དཔོ། གཟའ་བདུད་གྱི་ཁྱེད། བ་མེས་རུས་བའི་དུར་ཉིང་གི་  
 གཞོན། བྱ་ཆ་ཆུང་བ་ལི་ན་དུར་སྟེ་གཞོན། གཡང་ཉེན་ཆགས་བྱ། དཔོ་ལ་འབྲུ་སྟེ་  
 ཟན་སྤྱད་ནི། ཁྱེད་གི་དམར་པོར་བྱས་ནས་ཀྱང་། ཁྱོ་ཡི་སྟེ་ལ་སྟེ་བར་བྱ། ཁྱེ་མའི་  
 མགལ་པ་བཅིང་ལ་བཞག། གཟུང་འདུས་འདྲོན་ཅིང་སྟོག་པ་བྱ། ། ༡༢ མེ་བཞི།  
 ཁྱི་མ་ཆེས་གྱི་འདྲེ་ཡི་ཁྱེད། རོ་ཡང་ཞག་གཅིག་སྟེ། བྱ་པོ་རོ་སྟེང་དུ་འདྲོག་གིས་  
 བྱད་མེད་ལི་ན་དུར་ཁ་བསྐྱུལ། བྱེ་མར་གྱི་གཏོར་མ་མི་མང་ལ་བྱིན། བྱིས་ཆུང་ལི་ན་བྱ་  
 ཁྱེ་པོ་རོ་གཡ་ལ་བྱིན། མེ་བཞི་ལ་ལི་བདུན་ལ་ངན། འབྲུ་སྟེ་ངར་མི་བཞི་བྱས་  
 ལ། བྱ་པོ་སྟེ་ཀ་པོ་རོ་གཡ་དང་། གཟུགས་མའི་སྟོ་བཅུགས་ཁྱེད་སྤྱད་བཏང་། སྟེ་  
 བསྟོག་ཉི་ཁྱི་བདུད་མདོས་བྱ། ། ༡༣ བག་པ། ལིང་གི་ཕྱིར་འབྲངས། ཆགས་  
 འདྲེས་ཁྱེད། མནའ་དང་དཀར་མི་བྱས་པས་ལན། མི་སྟེ་གས་གྱི་ཁྱེད་སྟེ་རོ་སྟེང་འདྲོག་  
 དགོ་བ་དང་བཞགས་པ་སོགས་བྱ། བྱིས་པ་ཆུང་དུ་ལི་ན་ནག་ལ་འདུད། བག་པ་ཀུན་  
 ལ་སྟོས་པ་མེད། བལ་ཆེར་སྤྱད་སྟོང་འདྲོན་པར་བྱ། ཆབ་གཏོར་སྟེ་གཏོར་བཏང་ན་

ལེགས། ། ༡༣ ས་རི། ས་གཉན་བཞོས་སམ་བྱ་སྤྱིང་གི་ཟས་དང་འབྲུལ་གྱིས་  
 ལན། གཡང་འབྲུགས་བྲ། གཙུག་ཏྱོར་ནག་མོའི་གཟུངས་རིང་འདོན། །སྤྲུལ་ནག་པོ་  
 བཏུབ་ན་ལེགས། ། ༡༤ ས་ག ལྷ་བཅན་གྱིས་ཁྲིར། མི་བྲག་གམ་སྤྱིས་དར་  
 མ་ལ་ངན། བྱད་མེད་ཀླན་མོ་ཞི་ན་བྱུག། མདོ་དང་གཙུག་ཏྱོར་འདོན། ཕྱོགས་  
 མཆམས་སྤྱ་ཁུང་རྫོག་བྲ། ས་ག་འཕྱང་བྱེད་མི་རུང་ལ། །ཞི་ན་གསུམ་ལ་ངན་བ་  
 ཡིན། །ལྷ་བཅན་མདོས་དང་ཤ་རུ་བྲ། །གཡག་རོག་ཐོད་བ་མནན་པར་བྲ། །  
 ༡༥ ལྷ་མཆམས། གཟུང་དང་རྒྱལ་པོས་ཁྲིར། ཞང་ཉིའི་འབྲུལ་དང་དཀར་མི་  
 བྱས་པས་ལན། རྩ་ནག་གམ་སྤྱང་བྱེད་ཐོད་པར་མགར་བ་ནག་པོའི་ལྷ་མོ་བཙུག་སྟེ་ལག་  
 སོར་ཕྱོགས་སྤྱ་སྤ། བམ་གྱི་ལྷ་མ་ནང་དུ་མི་རྟ་བྱི་གསུམ་གྱི་རུས་བ་བཙུག་ལ་རུབ་བྱང་  
 མཆམས་སྤྱ་སྤ། ལྷ་མཆམས་དུང་མགོ་མི་མགོ་ཆག །ཞི་ན་ལྷ་ལ་ངན་བ་སྟེ། །ཁུང་  
 དུ་འབྲུ་སྟེའི་ངར་མི་གཞུག །སྟེང་དུ་མི་བདུན་གཏོ་ཡང་བྲ། །ནམ་འཛོམ་སྟོབས་པོ་ཆེ་  
 ཡང་འདོན། །སྤྱིར་པའི་མེ་ཕྱང་ཁག་བདུན་བྲ། ། ༡༦ སྟོན། བྱ་སྤྱིང་གི་  
 ཕྱིར་འབྲངས་རྒྱལ་འགོང་གི་རྒྱབ་བྱས་པས་ཁྲིར། བྱི་སྤྲུལ་གས་དང་བརྒྱད་སྟོང་བ་  
 འདོན། ར་བྱི་པག་གསུམ་གྱི་ཐོད་པ་རྩེ་ལྟེང་འཛོག །རྒྱལ་ལ་འདུར། སྟེལ་དང་བྲ་  
 ལོར་རྩུག། སྟོན་ལ་མི་ལ་རྒྱུན་བྱང་ན། །བྱི་ཐོད་འདྲེ་ཡི་མིང་ཡང་སྟན། །ཡུགས་སའི་  
 མེ་ལ་ཕྱང་གཏོ་བྲ། །བྲ་ཡི་ཐོད་པར་ཞི་སྤི་མནན། །སྟོལ་མའི་གཟུངས་ལ་བརྒྱས་བ་  
 བྲ། ། ༡༧ ལྷ་བས། འཐབ་དང་འཁོན་གྱིས་ལན། ཟ་འདྲེ་བདུད་དང་ས་བདག་  
 གིས་ཁྲིར། པག་ཐོད་རྩེ་ལྟེང་དུ་འཛོག །བྱི་བཞེན་ལ་འདུར། ལྷ་བས་ལ་སྤྱང་ཐོད་ཞི་  
 སྤི་མནན། །འབྲུ་སྟེའི་སྤྱང་ལ་རྩེ་གོས་བསྟོན། །རྩེ་ཡི་ཕྱོགས་བཞི ར་སྤྲ་བར་བྲ། །  
 འཇམ་དཔལ་གཟུངས་རིང་ཆོས་སྤྱ་འདོན། ། ༡༨ ལྷ་སྟོན། དམེ་པོའི་ཟས་  
 དང་འབྲུལ་གྱིས་ལན་པས་གྱིབ་བསང་དང་བརྫོག་པའི་ཆོག་བྲ། ལྷ་སྟོན་གྱིས་བ་རྒྱང་



ལ་ངན། །གཡང་ཉམས་མི་རོ་འདོད་པ་ཡིན། །དོ་རྩེ་མཆུ་ཡི་གཟུང་རིང་བསྐྱུག །  
 འཕྱང་བའི་ས་ལ་འདྲེ་གཟུགས་བྲ། །མ་བྱའི་སྒོ་བཅུགས་བྱང་དུ་བསྐྱུག། །བྱང་མེད་  
 བྱ་མོ་མགོན་དུ་འབོད། །ཟས་ངན་བྲ་བོ་མཐུག་རུམ་ཤ། །སྐན་མ་བཏབ་པའི་ཆང་  
 བྱིག་བྱོངས། ། ༡༣༠ ལུ་སྐྱད། བོ་མོ་གང་ཤི་ཤི་མཐུག་ཆོད། །འོན་ཏེ། ལུ་སྐྱད་མི་  
 རྒྱགས་གཉིས་ཀར་ངན། །འཕྱང་བསྐྱོག་སྐར་བསྐྱོག་ཁམ་དུ་བསྐྱོག། །བྱང་མེད་གཅིག་  
 ལ་ཟས་མགོན་བྲ། ། ༡༣༡ གོ་བཞིན། བྱང་མེད་ལ་ངན། གྱི་པག་ཐོད་པས་སྒྲིང་  
 བས་མནན། གོ་བཞིན་གྱི་བཞིན་ཞོར་ལ་གཟན། །ཟས་ངན་གཏོ་དུ་བཏང་ན་  
 ལེགས། །ཕྱགས་ངན་གཅིག་ལ་བྱུང་དེ་བྱད། ། ༡༣༢ གྱི་བཞིན། ས་སྒྲ་ལྷའི་སྒྲ་སྒྲ་སྒྲིང་ནས་  
 མནན། རབས་ཆད་ཤི་ན་བྲ་ཉེ་ལ་མནན། མི་རྩ་སྒྲ་བོ་དང་སྒྲོ་འབྲུལ་གྱིས་ལན། །ཐེམ་ཡིག་བཟོ་བཞིན་དག་  
 དང་བསྐྱུག། ། ༡༣༣ མོན་གྱོ། རྩ་བྱགས་ལ་ངན། སྒྲ་སྒྲ་སེར་པོས་མནན། ས་བདག་  
 ཆོ་ག་དང་ཀེག་བསྐྱོག་བྲ། གྱི་པག་གཟུགས་ལ་ངར་སྒྲིང་སྒྲིན་ཏེ་བྱང་དུ་གཏོང་། མོན་  
 གྱོ་མི་ཤི་ངན་པ་སྒྲི། །མཆོན་བྱང་བྲ་བཞི་བྲིས་ནས་ཀྱང་། །ཁམ་སར་གཤེན་གྱི་བྲི་མ་  
 བསྐྱེས། །དེ་ལ་སྒྲིང་གཟུགས་བཞི་བྲས་ཏེ། །གཤེན་གྱི་གོས་དང་སྒྲ་ཡི་བྲིས། །འོག་  
 བྱང་སྐར་མའི་གཟུགས་བྲིས་ལ། །གཤེན་གྱི་ཨོ་སྒྲིང་ཁ་བཅད་བྲ། །ཆེས་བྱང་ཉ་འདོམ་  
 རིམ་གྱོར་འབད། །ཀྱུན་ཀྱང་སྐར་བསྐྱོག་བྲ་བར་བཤད། ། ༡༣༤ མོན་གྱ། མི་རྩ་  
 རྒྱགས་གསུམ་ལ་ངན། ས་བཞོ་སྐྱོག་དང་། སྐར་བྱིར་བཏང་བས་ལེན། ས་ བདག་  
 འབྲུག་གཏོ་དང་། སྐར་བྱུད་ལྷགས་འགྲོལ་སོགས་བསྐྱོག་རིམ་བྲག་ཏུ་བྲ། མོན་གྱ་འདི་  
 ལ་གཡང་ལོན་བྲ། །འབྲུ་སྒྲིང་མི་གཟུགས་ལུ་ལ་བསྐྱུར། ། ༡༣༥ ལུམས་སྒྲིང་།  
 བྱང་མེད་ལ་ངན། བཅོན་དང་གཟུང་བྱུད་ཀྱིས་ཁྲིར། ལུམས་སྒྲིང་ལུམས་སྐད་ལ་ཤི་  
 བ། །ས་སེར་སྒྲི་མོ་རོ་ལ་ཁོལ། །ལྷག་གི་མགོ་ལ་ཤི་སྒྲི་སྒྲིག། ལམ་སྐང་སུམ་མདོར་  
 མནན་པས་བྲུག། ། ༡༣༦ ལུམས་སྐད། ཟ་འདྲེ་དང་། ལུམས་ས་བདག་གིས་

ལན། འཁྲུག་གཏོ་གཏོ་གཏོ་མ་སོགས་གཏོང་། ཐེམ་ཡིག་ཁྲུམས་སྟོང་སྐབས་སུ་  
བསྟན། ། ༩༩ བཅ་བྱ། དམ་པའི་ཆོས་འདོན་བྱ། ཕྱིར་བསྒྲོག་ནས་འགྲོ། མགོ་  
གསུམ་བཟེ་ཁ་བསྐྱར་བྱའོ། ། བཅ་བྱ་གཡང་ཉམས་འོང་ལ་ངན། ། རུས་སྤལ་ནང་དུ་  
སྐར་ངན་མནན། ། ཁྲོ་བོ་དགུ་ཡི་སྟོན་ལམ་ཐོབ། ། སྤང་བརྒྱད་སྤྲུལ་སེར་པོ་ཐོབ། །  
། ༩༠ ཐ་དགར། བེན་བཟེར་འདུར། དབྱ་གུ་ཀུན་གྱི་སྟོང་ཡིན་པས། ། བྱ་བ་གཤེན་  
ལ་བཟང་བ་ཡིན། ། ། ༩༡ བཟེ། མི་གསུམ་བསྐྱད་མར་འཆི། བྱད་པར་བྱད་མེད་  
ལ་ངན། བྱིར་ཤི། བྱིར་ལ་བས་ངན། སྤང་མའི་བྱད་བྱ་གསུམ་ལ་མོ་ཡི་གཟུགས་བྲིས་  
ཏེ་རོ་བྱང་མནན། འཁར་དུ་མདའ་མདུང་རེ་གཟུགས། གཞུ་ཆེན་དག་ཕྱོགས་ལ་  
འཕངས་ནས་སྤྲ། མི་གཟུགས་དཀར་པོ་རོ་སྟོང་དུ་འཛོག། རོ་བདག་གི་སྐྱེད་མོ་བྱང་  
འཁར་དུ་སྐྱེལ། བག་ཐོད་ནུབ། བྱི་ཐོད་བྱང་། འཁ་ཐོད་པོ་གྱི་མདུན་བཅས་པར་འཛོག།  
བཟེ་ལ་ནི་མི་ཤིན། ། མི་དེ་ངན་སོང་འགྲོ་བས་ན། ། གསུང་རབ་དབྱ་བཞི་བྲུ་ལྔ་  
འདོན། །

༥ ཆེས་གྲངས་གང་ཤི་འཁྲུག་བཙོས་ནི།

། ༩༩ ཆེས་ ༡ རྒྱལ་དུ་བྱིས་པ་རྒྱུང་ལ་རྩལ། ། ཆེས་གཅིག་བསྒྲོག་པའི་སྤྲུགས་འདི་  
བྲིས། ། ཉི་ཉ་པ་ཁ་ཁྲ་ཕྱར་ཅད་སོད་ནན་བསྒྲོག། ། ༩༩ ཆེས་ ༢ རྒྱལ་དུ་བྱད་མེད་  
རྒྱུང་ལ་རྩལ། ། ཤིང་གི་རལ་གྱི་དག་ལ་འཇུགས། ། ཆེར་མ་ཅན་གྱི་སྤྲུགས་འདི་  
འདེན། ། ཡ་མ་ཉོ་ཉོ་ལ་བཏི་མ་ར་ཡ་ནན། སྤྱད་ནག་རོ་ཡི་ཆེ་ལ་ཐེད། ། ༩༩ ཆེས་ ༣  
བྱད་མེད་དར་མ་ཆས་བཟང་རྩལ། ། སེང་སྟེང་ཕྱར་བྱ་སྤྱད་ལ་འཇུགས། ། འབྱུང་པོ་  
བསྒྲོག་པའི་སྤྲུགས་འདི་འདེན། ། ཀ་ལ་རྩི་ཀ་ན་ས་ཀ་ལ་རེ་སད། མ་མ་རྒྱོ་ཁ་ཐི།  
བརྗོད་ནས་མིག་ལ་ལྷགས་ཕྱར་འདེབས། ། ༩༩ ཆེས་ ༤ རྒྱལ་དུ་སྐྱེས་པ་གཞོན་ལ་  
རྩལ། ། ལྷགས་གྱི་མི་རྟོ་འག་ཏུ་མནན། ། མ་ཆེན་བསྒྲོག་པའི་སྤྲུགས་འདི་འདེན། ། རྒྱོ་

རྒྱུ་ཕྱིར་ཕྱིར་ལྷ་ར་ཡ་ནད། ཞི་བའི་མགོ་ལ་མིང་བྱང་བསྐྱེད། ། རྒྱུ་སྐྱེས་ ༥ རྒྱུ་སྐྱེས་  
 བ་གྲ་མ་ཞིག་ལ་རྩུབ། །སྤྱིན་མོ་གསོད་པའི་སྤྱགས་འདི་འདྲེན། །སོད་སོད་སྤྱི་རྩ་མོ་  
 བཞུ་ཆོད་ནད། ། རྒྱུ་སྐྱེས་ལ་སོག་ལེས་ཉག་བར་བྲ། ། རྒྱུ་སྐྱེས་ ༦ རྒྱུ་སྐྱེས་བ་དར་མ་  
 གཅིག་ལ་རྩུབ། །རྒྱལ་པོ་རྒྱུག་པའི་སྤྱགས་འདི་འདྲེན། །ར་ཅ་ར་སྤྱིན་ཕྱེ་ཕྱེ་ཕྱི་ཞིག་  
 སྤྱགས་ནད། །འགོང་པའི་མིང་ག་རོ་འོག་མནན། ། རྒྱུ་སྐྱེས་ ༧ རྒྱུ་སྐྱེས་བ་གྲ་མ་  
 གཅིག་ལ་རྩུབ། །རོལ་བ་བསྒྲོག་པའི་སྤྱགས་འདི་འདྲེན། །ཁུ་རུ་ལེ་རྩེ་སིལ་སིལ། སྤྱི་  
 རུ་རྩེ་སིལ་སིལ། རྩ་རོ་རྩེ་སིལ་སིལ། རྩེ་རོ་རྩེ་སིལ་སིལ། མ་ར་ཡ་སིལ་ལ་ནད་ནན།  
 རོ་དེའི་མགོ་བོ་ཐུར་དུ་བསྐྱེད། ། རྒྱུ་སྐྱེས་ ༨ དབྲ་ལྷ་ཁྲོས་བས་མི་ལ་རྩུབ། །རྒྱུ་སྐྱེས་བ་  
 རྒྱུ་སྐྱེས་ཅན་ལ་རྩུབ། །ལྷ་སྤྱིན་ཁྲོས་པའི་སྤྱགས་འདི་འདྲེན། །ཡ་ཡ་དུང་དུང་པོས་པོས་  
 འཁར་འཁར་རྒྱུག་ནན། རོ་ཡི་མཆན་གཡས་ལུག་མགལ་རྩུབ། ། རྒྱུ་སྐྱེས་ ༩ བྱང་  
 མེད་གྲ་མ་གཅིག་ལ་རྩུབ། །ཆད་པ་རེ་བསྒྲོག་སྤྱགས་འདི་འདྲེན། །ཡི་ནད་ཞི་ནད་རོ་ལ་  
 བྱང་དུ་ལ་ནད་ནན་རྒྱུག། །སྤྱི་འོག་ལུགས་ཀྱི་ནད་འད་གདགས། ། རྒྱུ་སྐྱེས་ ༡༠  
 འདི་ལ་མི་ཞི་རན་བས་ན། །དབང་ཆེན་ཁྲོས་པའི་སྤྱགས་འདི་འདྲེན། །རྩྱི་ཀྱི་རྩྱི་ཀྱི་རྩྱི་  
 རྩྱི་རྩྱི་རྩྱི་རྩྱི་ རྩྱིས་བ་རྩུང་བ་ཞིག་ལ་རྩུབ། །བྱང་ལ་ཁྲོ་བོའི་མིག་གཅིག་བྱི། །  
 རྒྱུ་སྐྱེས་ ༡༡ རྒྱུ་སྐྱེས་བ་སྤྱིག་ཅན་གཅིག་ལ་རྩུབ། །ནད་ཁ་བསྒྲོག་པའི་སྤྱགས་འདི་  
 འདྲེན། །བྱང་ཆིང་ཁ་ཐུམས་བྱར་ཡ་ནད། །སྤྱི་ལ་རོ་རྩེ་རིལ་བྱ་གདགས། ། རྒྱུ་སྐྱེས་  
 ༡༢ རྒྱུ་སྐྱེས་བ་དར་མ་གཅིག་ལ་རྩུབ། །ཁ་ཁམ་ནག་མོའི་གཟུངས་འདོན་བ། །ཉི་ཉི་ཉ་  
 ཉི་ཀྱ་མ་ར་སོད་ནད་ནན་བསྒྲོག། །རོ་མཆན་བཞུ་རོ་གཅིག་རྩུབ། ། རྒྱུ་སྐྱེས་ ༡༣  
 བྱང་མེད་ཀན་སངས་གཅིག་ལ་རྩུབ། །དམ་སྤྱིན་ག་མོའི་སྤྱགས་འདི་འདྲེན། །རྒྱུ་  
 ཡ་ལྷོ་ཁལ་སྤྱི་དུ་ན་ནད་ནན་བསྒྲོག། །རོ་མཆན་སྤྱིས་སྤྱི་བཞུ་བྱིན། ། རྒྱུ་སྐྱེས་ ༡༤  
 བྱང་མེད་ལས་བྱེད་ཀན་ལ་རྩུབ། །ལས་བྱེད་རྒྱལ་མོའི་སྤྱགས་འདི་འདྲེན། །ལུ་ཉི་རུ་

རྩི་རྩི་རྩི་རྩི་བད་ནན་ལྷོག་ རོ་ཡི་གལ་པར་གཡུང་བྱང་གི། ། རྩི་ཆེས་ ༡༥ རྩེས་  
 བ་བྱང་མེད་བཟེར་རྩུབ། ། ལས་བྱེད་རྒྱལ་མོའི་སྤྲུགས་འདི་འདྲེན། ། ཨ་གོ་ར་ཡ་ཆོ་ཆོ་  
 སྤྲུགས་བད་ནན་ལྷོག་ རོ་མཆན་སོར་གདུབ་མགལ་པ་བཅིངས། ། འན་དང་སོད་ཀྱིས་  
 ཐ་མ་བསྐྱོར། ། རྩི་ཆེས་ ༡༦ ཉེས་པའི་དྲུང་ཞོན་མོ་ལ་རྩུབ། ། ཁྱི་ནག་མོའི་སྤྲུགས་  
 འདི་འདྲེན། ། ལི་རི་ཁྱི་སད་གུ་ན་ཁྱི་སད་བད་ནན་ལྷོག་ ། རོ་ལ་སྤྲན་པའི་སྤྲུགས་མ་  
 གདགས། ། རྩི་ཆེས་ ༡༧ འར་མོ་ཟས་བཟང་གཅིག་ལ་རྩུབ། ། དབང་རི་རྒྱལ་  
 མོའི་སྤྲུགས་འདི་འདྲེན། ། ཁུག་སྤྱི་དྲུང་ཇ་མ་ཉི་རི་བད་ནན་ལྷོག་ ། རོ་ལ་མར་གྱི་ཉི་ཟླ་  
 བྱི། ། རྩི་ཆེས་ ༡༨ ཟླ་མ་དགེ་བཤེས་གཅིག་ལ་རྩུབ། ། ལྷ་དབང་རྒྱལ་མོའི་སྤྲུགས་  
 འདི་འདྲེན། ། བཟོ་ར་ཉི་རྩི་ཉི་མ་ར་ཡ་སྤྱི་ལ་ལྷོག་ ། རོ་ལ་གསེར་གྱི་པ་ ཉ་གདགས། །  
 རྩི་ཆེས་ ༡༩ རྩེན་བྱང་མི་ལ་ངན་པས་ན། ། རྩེས་པ་གཞོན་པ་ཞིག་ལ་ངན། ། ལས་ཀྱི་  
 རྒྱལ་མོའི་སྤྲུགས་འདི་འདྲེན། ། ཇ་ཇ་ཉི་ན་ཉི་ཤི་ཉི་རི་སྤྲུ་ཡ་ནན། རོ་ལ་སྤྲུ་བཟེག་པར་  
 བྱ། ། རྩི་ཆེས་ ༢༠ བྱང་མེད་ཞིག་ལ་རྩུབ་པས་ན། ། སྤྲོ་ནག་རྒྱལ་མོའི་སྤྲུགས་འདི་  
 འདྲེན། ། ཤེས་ཤེས་རི་རི་བྱེར་བྱེར་བད་ནན་ཚུ་པ་ཇ་ཉི་ནན། རོ་ལ་བྱི་ཞིམ་ཐམས་ཅད་  
 བདུག། ། རྩི་ཆེས་ ༢༡ བྱས་པ་འར་བ་གཅིག་ལ་རྩུབ། ། བྱ་མ་ཁྱིམ་གསོད་སྤྲུགས་འདི་  
 འདྲེན། ། ཟ་བྱང་ལ་ས་བྱང་ནག་མོ་ཆོ་ཁ་ཁ་རྩ་རྩ་བད་ནན་ལྷོག་ ། རོ་ལ་མེ་ཉོག་བཟང་མ་  
 འབུལ། ། རྩི་ཆེས་ ༢༢ མའམ་བྱང་མེད་ཀན་ལ་རྩུབ། ། རོ་ལ་ངས་མ་ཡི་སྤྲུགས་འདི་  
 འདྲེན། ། ཤེས་ཤེས་ཡང་ཡང་དྲི་དྲི་ཉི་ར་ནག་མོ་བད་ནན་ལྷོག་ ། རྩི་ཆེས་ ༢༣ མའམ་སྤྲེས་  
 བ་དར་ལ་རྩུབ། ། ཁ་ལོ་ལོ་རྩ་ཇ་རྩ་ཉི་ཀ་བད་ནན་ལྷོག་ ། རོ་ལ་སྤྲིང་བཞི་སྤྲི་སྤྲིར་གྱིས། །  
 རྩི་ཆེས་ ༢༤ བ་ཆན་རོ་ཟླ་ཞིག་ལ་ངན། ། རྒྱལ་མོ་ལས་བྱེད་སྤྲུགས་འདི་འདྲེན། ། ཀ་  
 ཀ་ཡ་ཡ་ཤོས་ཤོས་ཇ་ཉི་སྤྲིན་མོ་ནན་བད་ལྷོག་ ། རོ་ལ་སྤྲི་ཆས་བཅུ་གསུམ་གདགས། །  
 རྩི་ཆེས་ ༢༥ དགེ་བཤེས་གྲ་མ་ཞིག་ལ་ངན། ། དབང་ཆེན་གདུམ་པོའི་སྤྲུགས་འདི་

འདེན། །བཟླ་མི་མི་དུན་གྲང་གྲང་ག་ལ་ཡ་མོ་དུན་གྲང་བད་ནན་རྒྱུག། །རོ་ལ་རིགས་ལཱ་འི་  
སྐྱ་གཟུགས་གཡོག། །༼ཆེས་ ༣༦༽ སྐྱེས་པ་ཆས་བཟང་ཞིག་ལ་རྩ་བ། །འཕུང་རྒྱུག་  
རྒྱལ་ཆོག་སྐྱགས་འདི་འདེན། །ཏི་རྩྱ་སྤོང་ཆོས་སྐྱེ་མ་ག་ལ་བད་ནན་རྒྱུག། །རོ་ཡི་ལུས་  
ལ་ལོ་མིག་གི། །༼ཆེས་ ༣༧༽ བ་ཆོན་བྱས་པ་རྩུང་ལ་ངན། །པ་ཆོན་ཅན་གྱི་སྐྱགས་  
འདི་འདེན། །རོ་ཏ་ཁ་མོ་ཡ་ལྷ་པར་ཏ་ག་ནན་རྒྱུག། །རོ་ལ་དར་དཀར་མཆོལ་ཐིག་གཡོག། །  
༼ཆེས་ ༣༨༽ རོ་དང་ལོ་གཅིག་དེ་ལ་ངན། །ཁ་ལ་སྐྱེ་མ་ཏེ་ཅ་ན་ག་པོ་རྣམས་ཆོལ་པ་བད་  
ནན་རྒྱུག། །༼ཆེས་ ༣༩༽ ཁྱིམ་མི་པོ་མོ་རྣམས་ལ་ངན། །འཁོར་ངན་རྣམས་ཀྱི་ཐ་མ་  
འོངས། །ཉེས་བྱེད་བརྒྱུག་པའི་སྐྱགས་འདི་འདེན། །ཁྱི་ས་ག་དུ་ན་ཨ་ག་མ་ག་པོ་བ་ལ་ར་  
ལ་ར་ལ་ལ་པ་ཏ་རྩྱ་པལ། སྤེང་ནས་སྤེ་བརྒྱད་འཁོར་ལོ་འདོགས། །རྣམས་མདོག་ནག་པོ་  
གསུམ་འི་ལ་བྱ། །༼ཆེས་ ༤༠༽ བ་ཆོན་རིགས་བརྒྱད་ཀྱུན་ལ་ངན། །འཕུང་སྤེ་ར་ལ་  
ཅན་སྐྱགས་འདི་བརྒྱ། །ཨ་ཅི་ཡ་མ་ཅི་དུར་མ་ཅི་གཟུང་ཁད་ཨོད་ལ་ཏི་བད་ནན་རྒྱུག། །སྤ་  
ར་ཡ་ཇ་སྤེ་རི་ནག་མོ་ཏས་བྱ་བད་ནན་རྒྱུག། །ཆེས་ཀྱི་ཐེམ་ཡིག་འདི་ལྟ་བུ། །ལེན་དུ་ཐབ་  
པའི་གདམས་པའོ། །

[illegible]

[illegible]

ཕྱི་ལོ་ལྷན་པུས་ཆོས་ཀྱི་འབྲས་བྱ་ནི། རུས་ཆོད་ཀྱི་ཡོས། སྒྲེལ་ཆེར་སྒྲེལ་བཅད།  
སྒྲེལ་བ་དང་། བྱད་མེད་ལ་ངན། ལྷགས་མཆན་ཅན་དང་། སྒྲུལ་རས་རྒྱས་དཀར་ལ་སྒྱད་  
དེ་ཟ་འདྲེ་དེ་ལ་གཤམ། བྱད་དུ་ཁྱིམ་མི་ལྷ་པའི་རྟ་ལྷགས་དཀར་མཆན་ལ་ངན། ཁྲམ་བསྐྱར་  
དང་ཁོ་རོལ་གཏོར་བསྐྱོག་བྲ། ཀྱི་འབྲུག་ ཟེའུ་རང་རྒྱལ་ལོས་ཁྱིམ་ འདྲེ་བྱད་ནས་  
ཡོང་། ཁྱི་ཆེར་བདུད་བཅད། ཟ་འདྲེ་རྒྱས་མེར་རམ་ལྷག་ལ་སྒྱད་བྲས། དེ་དང་ཁྱིམ་གྱི་  
ཤར་རམ་སྟོ་སྟོགས་སུ་མིག་སྟོགས་དང་རྒྱལ་ལོག་ནང་དུ་གཤམ། བྱ་ཆུང་དང་བྱད་སྟོགས་  
སུ་སྐྱང་དང་བྱ་ལོར་ངན། སྒྲུལ་གཟུགས་བཅོས་ལ་ལམ་མདོར་གཞོན། ཀྱི་སྒྲུལ། ལོད་  
འདྲེ་དང་དབུལ་འདྲེས་ཁྱིམ་ ཁྱིམ་གྱི་ཤར་རམ་རྒྱལ་སྟོགས་སུ་རྒྱལ་ལོག་ནང་སྐྱང་།



གཟུགས་ཅན་དང་རོ་བདག་ལ་གཤམ་གྱིས་གཟུགས་བཅས་ལ་མཉན། བག་དང་གྱི་ལོ་  
 གྱིས་བར་ངན། འདྲེ་ཁྲིམ་བསྐྱར། གཏོར་བསྐྱོག་བྱ། སྒྲ་བརྒྱད་སྒྲོགས། ། ཏྲ། འཤམ་  
 འདྲེས་ཁྲིམ། བ་འདྲེ་རུབ་ནས་བྱུང་། ལུག་སྒྲགས་དང་སྒྲགས་དཀར་ཟལ་ཅན། བྱད་མེད་  
 དཀར་མོའམ་སྒྲུམ་མར་གཤམ། སྤྱིན་པོའི་གཟུགས་བཅས་གྱིས་གཏུབ་ལ་མཉན། རོར་  
 མདོས་དང་། བསྐྱོག་པའི་ཆོ་ག་དག་ཏུ་བྱ། ། ལུག་སྒྲ་དམ་ལུག་སྒྲར་སྒྲ་བཅད།  
 ཕྱར་དང་སྒྲོ་ཉིང་ནང་དུ་བ་འདྲེ་གཤམ། གཡོག་གམ་པོ་པོ་འཁོར་གཉིས་ལ་ངན། ལུག་གི་  
 གཟུགས་བཅས་ལ་མཉན། ། སྒྲེ་ལ། ཁྲི་སྒྲར་སྒྲ་བཅད། བ་འདྲེ་བྱུང་ནས་ཡོང་། སྒྲ་དང་  
 ལྷམ་ལ་གཤམ་ཁྲིམ་མཆེས་བཟའ་མི་བརྒྱད་དམ་ལོ་བཅོ་བརྒྱད་ལོན་པར་འགྲོ། ལྷག་  
 དང་ཡོས་ལོར་ངན། ས་བདག་འཁྲུག་གཏོ་བྱ། ། བྱ། སྒྲུལ་སྒྲར་སྒྲ་བཅད། བ་འདྲེ་འཤམ་  
 བས་འོངས། ཞིབ་དང་རང་འཐག་ལ་གཤམ། ཁྲིམ་མཆེས་མཛོ་མོའམ། གྱིས་བ་གཅིག་དང་  
 བྱད་མེད་སྒྲུམ་མར་འགྲོ། རོ་བདག་བྱ་ཆ་ཆེ་བར་ངན། འཤམ་ཕྱོགས་སྒྲུ་ཆོས་འདོན་བྱ།  
 ། ཁྲི། འཁྲུག་སྒྲར་སྒྲ་བཅད། བ་འདྲེ་རུབ་ནས་ཡོང་། སྒྲ་དང་སྒྲགས་རྣམས་དཀར་པོར་  
 སྒྲ། སྒྲེས་བར་འདྲེ་གཤམ། བརྒྱུས་ཆེ་མདོ་དང་། གཙུག་ཏོར་འདོན། མ་ཉི་མདོས་གྱུང་  
 གཏོང་། ། སུག་དགུན་སྒྲ་ཐ་ཆུང་ངམ། སྒྲ་སྒྲར་སྒྲ་བཅད། བྱད་མེད་འཁྲུལ་དང་ཆས་  
 རྣམས་ལྟོ་ཕྱོགས་མི་དམར་གྱིར་སྒྲ་བ་འདྲེ་ཡོང་། ཁོག་མ་པོར་ཆང་ངམ། སྒྲུར་མའི་ནང་  
 བ་གཤམ། རོ་བདག་དང་ལུག་ལོར་ངན། གཏོར་བསྐྱོག་དང་སྒྲུ་གདམ། ། བྱ། བདུད་  
 པོས་ཁྲིམ། བ་འདྲེ་འཤམ་དང་ལྟོ་ཕྱོགས་ནས་འོངས། ཏྲ་སྒྲ་དཀར་པོར་སྒྲ། ཁྲིམ་ཆེས་  
 སམ། བྱད་མེད་གོས་ནག་གྲོན་པར་འགྲོ། ཏྲ་སྒྲུལ་ལོ་པར་ངན། ཁོ་རོལ་བསྐྱོག་པ་བྱ།  
 ། སྒྲ་དང་། རྣམས་མེར་ནག་ལ་སྒྲ་བདུད་མོས་ཁྲིམ། གསེར་རམ་ར་གན་རྣམས་མེར་ཐེར་  
 པོ་པོགས་འོད་ཅན་གྱི་གྱིར་བ་འདྲེ་འོངས། དེ་ལ་གཤམ་ལུག་ལོ་པ་དང་། ཁྲིམ་མི་གཅིག་  
 གཤམ། སྒྲ་གྲུ་ཆུང་དུར་འགྲོ། དེས་གྲོས་སྒྲུབ་ངེས་སོ། ། ། ཏྲ་སྒྲ། འཤམ་དུ་འདྲེས་ཁྲིམ།

གཟའ་དང་རྒྱལ་པོ་བྱང་། སྤྱིའམ་པད་ནང་གཟའ་འདུག་པས། དེ་ཤར་གྱི་ལམ་མདོར་སྤྱིལ།  
 སྤྱིམ་མི་གཉིས་པ་གདོང་མེན་པ་ཅན་ལ་འགྲོ། ཡང་ན་བ་སྤང་དང་དཔའ་བོ་ཡོད་སར་  
 སོང་། སྤྱིལ་ལོར་ངན། རོ་གོས་དཀར་དམར་གཡོགས་གཏོ་རིམ་ཤར་དུ་གཏོང་།

༩ སྤར་ཁ་བརྒྱད་ལ་ཞི་བའི་འབྲས་བྱ་ནི།

༼ཡི༽ ལྷ་སྤང་བོ་ཁ་སེར་དུས་ལྷ་བ་བརྒྱད་པར་བྲག་དམར་ཅར་གདོན་བགོགས་  
 བྱང་ནས་འོངས་ཏེ་བཅད། ཏྲ་གཡུ་ཞུ་སྤྱིང་ཉོས་སམ། ཏྲ་རྒྱུང་ཤ མགོ་ཤ དམར་ཟས་  
 དང་། མེ་ལས་ཉོམ་སར་སྤྱིན་པ། དུགས་ཟས་དམར་གཞོབ་གང་བྱང་གིས་ལན། སྤྱོག་  
 བཅན་དང་རྒྱལ་པོས་བཅད། ཁ་སྤྱོད་མ་བྱང་བལྟས་འཆི། ཁ་ཆེན་ས། སྤྱིང་མོ་འམ་བྱ་  
 མོ་སྤྱན་དང་། མཡུ། ཞ། ཟངས། ཏྲ་སྤྱ་ཆས། གོས་དམར་རིགས། ལྷོ་ཕྱོགས་ཀྱི་གཡེ་  
 དམར་ཁའམ་སྤྱོ་བ་ཁམ་པའི་ནང་གི་ཟས་དང་། ཞོ་མར། བ་ཕུགས། གོས་དམར་ལ་  
 སེམས་ཆགས། ལྷོ་ཕྱོགས་ནས་འོང་བའི་ལོང་བ་ལ་ཟས་དང་ཞ། ལྷོ་དགོས་སྤྱིན་རིགས།  
 དགེ་སེམས་མ་རྒྱུང་། སྤྱིས་པ་ཞི་ན་བྱང་མེད་བྱ་ཆར་རྩལ། ཟ་འདྲེ་ཟངས་སམ། ར་དང་  
 རྒྱལ་པོ་འོང་བྱང་མེད་ཀྱི་མགོ་ཆས་སྤྱ་ཆོགས་ཡོད་པ་དང་། ཞུ་སྤྱིང་ལ་གཟ། གཤེད་ལྷོ་  
 ཕྱོགས་མི་ཆེན་བོན་དང་། དབང་བོ་སྤྱོན་ཅན་སྤྱོ་སྤྱི་དམར་བོ་ཡོད་སར་སོང་། བྱ་མོ་ཞི་  
 ན་ཞི་མཐུག་ཆད། སྤྱིས་པ་ཞི་ན་བྱང་མེད་བྱ་ཆར་རྩལ། བྱ་སྤྱིལ་ཞི་ན་དཔལ་མིག་ལོང་།  
 ར་མཁན་བྱ་མོ་ཞི་ན་བཟང་། རོ་ལམ་ཤར་དང་མཆམས་བཞིར་བཟང་། ལྷོ་བྱང་ངན།  
 འགྲོ་ཁ་མཆན་བརྗོད་འདོན། རོ་ལ་གཡུ་བཏག གཏོ་རིམ་དུ་པག་ཐོད་རྒྱ་སྤྱས་ཟ་འདྲེ་  
 མནན། བྱང་གི་དོན་གཞུམ་པོར་ཁམ་གྱི་ཕྱག་རྒྱ་བྱིས་ལ་རོ་སྤྱིང་འདོག ལྷོ་ཕྱོགས་ར་  
 མཁན་ཞར་ལོང་གི་ཐེམ་བྱར། རྩི་ལི་ལོ་ཀ་བྱ་ནན་སོད་སྤྱུ། ཞེས་གོ་གར་བྱིས་ཏེ་  
 བརྩལ། ཏྲ་དམར་ཐོད་པས་ཁ་བཅད། བྱ་མོ་ཞར་ལོང་གི་གོས་ཀྱིས་བྱིལ། ལྷོ་ཕྱོགས་  
 གནས་གཞིའི་ཐེམ་འོག་མནན། ཏྲ་དམར་ཞུར་ལ་རྒྱ་གོད་བཞི་བཀལ་ལ་དུར་ཁ་བཅག

དུར་བརྒྱུག་སེའི་དང་། སྐྱ་ཀའི་སྒོ་ འབྲས། ཟངས། གཡུ། ལྷ། སྤྱིང་པ། མགོ་ཤ  
 མར་ལ། དར་མི་རྟ་ བཅས་དུར་སར་རྫོངས། རོ་གོས་སོགས་དར་སྒོན་སྤྱིང་པས་བྲ།  
 རྒྱབ་ཆོས་གཙུག་ཏོར་ལྷ་རོལ་གདུགས་དཀར་ནམ་རྒྱལ་དང་། བརྒྱད་སྟོང་བཅས་  
 སྒོགས། རོར་མདོས་དང་སྤྱིང་བཞིའི་སྤྱི་མདོས། དུར་སྤི་མནན་པ་བཅས་བྲས་ན་ལོ་  
 དགའི་ཤི་སྐབ་ཆོད། གཤེན་པོའི་བདུན་ཟུར་ལོ་པས་རྟ་མིག་གིས་དུར་ཤུལ་འཕྱག  
 ། ཁོ་ཁོ། ༽ རྒྱ་རོལ་པོ་ཁ་ནག་དུས་རྒྱ་བ་གསུམ་པར་གད་པའི་སར་གདོན་བགོགས་  
 སྒོན་ས་འོངས་ཏེ་བཅད། རོར་བྲ། གཡུ། སྟོད་གུར། ཟར་བྲ། ལུག་ཤ སྤྱིང་བསད་ཤ  
 དང་། རོ་བག་ཁོན་ཟས། སྐྱས་ནག་གང་རུང་གིས་ལན། སྒོག་སྤྱི་སྤྱི་དང་ས་བདག་གིས་  
 བཅད། ཁ་རྒྱབ་བས་བྲང་བལྟས་འཆི། ཁ་ཆེ་མས། མ་དང་འཕྲད་འདོད། ས་ཞིང་ཁང་  
 གསེར་རམ་བར་རས་ལ་བ་སྐྱམ་བྲ་སེར་པོ། སྒོ་བའི་ནང་གི་ཟས། གས་འཁོགས་  
 ལུགས་དང་། སྤྱིས་པ་ཡིན་ན་མདའ་གི་གཞུའམ། ཟ་འཕྲོ་འཕྲང་འཕྲོར་སེམས་ཆགས།  
 སྒོ་མ་ཆུ་འདོད་དེ་མ་རག སྒོ་རྒྱབ་ཀྱི་གན་མོ་ལ་ཟས་སྤྱིན་རོགས། སྤྱིན་པ་ནན་ཆེར་  
 བཏང་རོགས། དགོ་སེམས་མ་ཆུང་། གཤེད་རྒྱལ་ནག་གོས་དང་། ལུག་ཤར་གཤ། རྒྱ་  
 སྤྱིང་བར་མ་གན་དང་བྲ་ཆེ་བ་ཡོད་ན་ངན། གཤེད་བྲང་དུ་འགྲོ་བེད། བཟའ་མི་སྤྱི་དང་སྒོ་  
 སྤྱི་དམར་པོ་ཡོད་སར་སོང་། གན་མོ་ཤི་ན་ཤི་ཁ་ཆོད། ཁྱོ་ཤི་བྲང་མེད་ཡོད་ན་ངན། བྲ་  
 ཆེ་ཤི་ན་པ་མར་རྒྱལ། ལྷག་ཡོས་ཤི་ན་དུར་ཁ་རལ། ལུག་ལོས་སྤྱི་བྲངས་མར་པོ་  
 འཆི། གཞན་མ་གང་ཤི་དུར་ཐེམ་ཤོད། རོ་ལམ་སྤྱི་དང་རྒྱབ་ལ་བཟང་། སྤྱི་རྒྱབ་ཤར་  
 ངན་རོ་གསེར་ལ་བཏགས། རོ་སྤྱིན་ནག་མོས་ལུག་ཁྲིད། གཏོ་རིམ་ཡོས་སྤོད་ཤིང་སྤྱི་  
 རོ་སྤྱིང་འཛོག ཤར་གྱི་རོ་སྤྱིང་འཛོང་མོར་བེན་གྱི་ལུག་རྒྱ་བྲིས་ལ་རོ་སྤྱིང་མནན། སྤྱི་  
 རྒྱབ་གན་མོ་ཡོང་བའི་ཐེམ་བྲད། རྒྱ་བྲིས་སྤྱི་རག་ཤིང་ལྷག་ཤིང་སྤྱི་སྤྱི་  
 ཏེ་ལུག་གི་རྒྱ་ནང་དུ་གཞུག སྤྱི་རྒྱབ་སྤྱི་ཁང་གི་ཐེམ་འོག་ཏུ་མནན། ལུག་པག་ལ་རབས་

[illegible]

དུ་འཛོག་། ར་ཡི་ཅི་བ་མཁའ་པགས་པར། མི་ར་ཅ་དུ་ཉི་ཐབས་སྐྱེ་ཤི་ཁ་ཆོད་ཅིག་སྒྲུ།  
 ཞེས་གྲིས་ཀྱབ་ཕྱོགས་མགར་བ་དམེ་པོ་ཉི་ཐེམ་བྱར་བཅུག་ལ་དེ་ཉི་གོས་ཀྱིས་གྲིལ། བྱི་  
 དཀར་ཐོད་པར་བཅུག་བྱི་སྐྱས་གྲིལ་ཉི་ཀྱབ་ཕྱོགས་མགར་བའི་སོལ་མལ་དང་། འོག་  
 རྫོལ། ཐེམ་འོག་གང་རིགས་སུ་མནན། མགར་བའི་འོག་དོ། རལ། བོང་བྱར་བཀལ་ལ་  
 དུར་ཁ་བཅག་རོ་སྒྲོན་དུ་བྱད་མེད་ཀྱི་ར་བྱིད། དུར་བརྒྱག་ཆར་ཤིང་དང་། འཛོལ་མོའི་  
 སྒོ། རུ་ཅེ། གོས་ཁབ། སྐར་ཅི་བ་གཡོན་པ། ། གོ་ཁབ་སྐར་གས་གོས་འབྱར་བ། མགར་  
 བའི་ལག་ཆ་གྲི་མདུང་། དར་མི་ར་བོང་བྱ་བཅས་དུར་སར་རྫོངས། རོ་གོས་སོགས་  
 དམར་པོ་བྱ། རྒྱབ་ཆོས་མཆན་བརྫོད་དང་། ཉོག་གཟུངས། དཀོན་བཅེགས་འོད་མདོ་  
 བྱང་པོ་གསུམ་པའི་མདོ། མཆུ་གསུམ་བཅས་སྒྲོགས། རྒྱལ་མདོས་དང་དམ་སྤི་བཀར་  
 མདོས། ། ག་བརྒྱ་ཐན་བརྒྱ་ག་རུ་གཡས་པ་བཅས་ཀྱིས་ལོ་བཅུ་གཅིག་ཤི་སྐབ་ཆོད།  
 གཤེན་པོའི་བདུན་བྱར་ལོ་པས་ར་སྐྱག་གིས་དུར་བྱལ་འབྱལ། ། ། ཁེན། ། སྒྲ་  
 ས་སྒྲོ་རི་སྒྲོ་རི་དུས་སྒྲ་བ་བཞི་པར་ཆུ་འབྲམ་དུ་གདོན་བགོགས་ཤར་སྒྲོ་རི་ཕྱོགས་ནས་  
 འོངས་ཉི་བཅད། ཁང་རྩྱེད་སྒྲོང་པར་བྱིན་དང་། ར་མཁན་བྱ་མོ། འབྲེ་བའི་ ། ག་བག་མ་  
 ཁོན་ཐས་ཐོས་པ་གང་རུང་གིས་ལན། །སྒོག་རྒྱལ་པོ་དང་བདུད་ཀྱིས་བཅད། ཁ་སྒྲོའམ་  
 བྱང་བལྟས་འཆི། ཁ་ཆེ་མས། བ་ཁང་བྱ་ཆུང་རྟ་སྐྱགས་ཞུ་དང་སྐྱམ་ལ་སེམས་ཆགས།  
 ཀྱབ་བྱང་མཆམས་ཀྱི་ཀད་པོ་ཞ་པོ་ལ་ཐས་སྒྲ་དང་རྒྱང་གཡོན་ག་སྐྱམ་སྒྲིན་རོགས། ད་  
 ལས་སྐྱག་མི་སྒྲ་། རྟ་སྐྱལ་ཤི་ན་དུར་ཁ་རལ། །གཞན་མ་གང་ཤི་གནམ་དལ་བབས། །  
 གནམ་སྒོ་བཀག་ཅིང་སྤི་མནན། གཤེད་ཤར་སྒྲོར་འགྲོ་བེད། ཀན་ཀོན་དང་། སྒོ་བྱི་  
 སྐྱགས་མདོག་དམར་རམ་ཞང་པོར་སོང་། ཀས་པོ་ཤི་ན་ཤི་མཐུག་ཆད། བྱད་མེད་ཤི་ན་  
 བ་སྐྱ་ཀན་དང་། རབས་ཆད་ལ་ངན། བྱ་ཆ་ཤི་ན་མར་ངན། ཀན་མོ་ཤི་ན་ཀད་པོར་ངན།  
 རོ་ལམ་ཤར་སྒྲོར་བཟང་། ཀྱབ་བྱང་ངན། རོ་ལ་རྫས་འོད་ཅན་བཏགས། གཉོ་རིམ་ཆོ་

[illegible]

། ཁམ། ། རྒྱ་ཆར་སྒྲིང་ཆུ་སྒྲིང་དུས་ཆེ་བ་དུག་པར་ཆུ་ཆེན་བཟུལ་དུས་གདོན་  
བགོགས་སྟོན་ཞེས་འོངས་ཏེ་བཅད། རྒྱང་པག་བྱ་ཉ་དང་། མཐུག་མ་ གདོང་གི་ཤ་ཐོས་  
སམ། རྩས་ནག་བག་མའི་སྒྲ་འཁྲིད་རོ་སྟེད་གདོང་ཁར་ཕྱིན་པ་གང་རུང་གིས་ལན། སྟོག་  
སྟུ་བསེན་དང་མཆོ་སྟོན་གྱིས་བཅད། ཁ་བྱང་ཤར་བལྟས་ནས་འཆི། ཁ་ཆེན་མ། རྩོམ་  
གོས་སྟོན་གསུམ་དང་། མ་དང་བྱ་ དང་བྱ་མོ་ཆུང་བ་སྤིང་མོ་ཆུང་བར་འཕྲད་འདོད་  
སེམས་སྟེད། ཆང་འཕྲད་འཕྲོ་སྟོད་ནག་ག་ མ་སྟོམ་ནང་གི་ཟས་དཀར་གསུམ་ཆང་རའི་ཤ་  
ཟ་འཕྲོ་དང་རྩོམ་ལ་སེམས་ཆགས། ཆང་མཐུང་འདོད། བྱང་གི་བྱ་བའམ་མི་ནག་གཅིག་  
ལ་ཟས་དང་སྟེད་གོས་སྟོན་རོགས་རེ་ཆེ། ང་མ་བཟེད་ཁྱོད་ཆོ་ལ་ཡང་འདི་འདྲ་ཡོང་  
ངེས། ཁུ་ཐོ་དང་འཐབ་པས་མ་དགལ། གཤེད་ནི་ཟངས་སམ་ཆུ་རར་གཤ། ཞག་བཟུ་  
གསུམ་མཆམས་ནས་བྲན་གཡོག་ཡོད་ན་ངན། སྟོ་སྟོགས་དང་། བྱང་མེད་བྱ་སྟུག་  
གཅིག་པར་འཕྲོ། བྲན་ཐོ་ཤི་ན་ཤི་མཐུག་ཆད། བ་ཤི་ན་བྱ་ཆུང་ལ་ངན། གཏོ་རིམ་དུ་



གཟུངས་ཁུས་གྱིས། ལྷོ་རུབ་དྷོ་མེར་བྱ་བཞིར་ཁོན་གྱི་ཕྱག་རྒྱ་གིས་ ལ་རོ་སྟེང་འཛོག་  
འཕྱི་བའི་པགས་པར། ཨོ་མ་མ་རག་དུན་ཏེ་ཡེ་སྒྲུ། ཞེས་གིས་ཆང་མའམ་མཉན་པ་  
བཤུན་པའི་ཐེམ་བྱར་བཅུག། བྱ་ཤིང་གིས་ཁ་བཅད་ལ་བྱང་གི་རྩ་འབྲམ་དུ་མཉན།  
པག་ལ་གཟར་བྱ་སྟེང་པོ་བཀལ་ལ་དུར་ཁ་བཅག། དུར་བརྒྱག་སྟེན་ཤིང་དང་། བྱ་ཁྲ་ཏ།  
སྒན་མ། བྱ་པོ། ཤ་རུ། སྒང་པག་ཉ་ཤ། རྒྱ་མ། གོས་བྱང་། འབྱར་བ། སྒྲ་ཆལ། ཐོར་  
གཟར་རྩ་གོག་ཆག་པོ། ངར་མི་གྱི་སྒང་པག་བཅས་དུར་སར་རྫོངས། རོ་ལམ་ཤར་རུབ་  
བཟང་། ལྷོ་བྱང་ངན། རོ་ལ་གཡུ་བཏགས། རོ་སྟོན་རྩ་བཟའི་ཤི། རོ་ཆས་ནག་པོ་བྱ།  
རྒྱབ་ཆོས་རྣམ་འཛོམས། སྟོན་ཆེན། ལྷོ་བས་ཆེན་ བརྒྱ་གསུམ་བཅས་སྟོགས། བཤོ་  
གསུམ་དང་མཆོ་སྟོན་དགུ་མདོས། བདུད་གྱི་ཞལ་བསྐྱར་བཅས་གྱིས་ལོ་བཅུ་གསུམ་ཤི་  
སྒྲ་ཆོད། གཤེན་པོའི་བདུན་བྱར་ལོ་བས་པག་སྐྱག་གིས་དུར་ཤུལ་འབྱག།

༼གིང་༽ སྒྲ་རོ་དར་ཆགས་དུས་རྒྱ་བ་དགུ་པར་དགོན་པའི་རི་སྐྱག་ཏུ་གདོན་  
བགོགས་རུབ་ནས་འོངས་ཏེ་བཅད། མཁར་ལས་ས་བཞོས་དང་། སྟོར་བ་བྱེད་པ་མཐོང་  
བ་དང་། སྒང་ཤ། ལྷོ་གཤེན་པོ་གང་བྱང་གིས་ལན། སྟོག་པེ་ཏར་རྒྱལ་པོས་བཅད།  
ཁ་ཆེན་མ། ང་སྟོན་ནམ་ཆ་བོ་དང་བྱ་ཆེ་བ་དང་འཕྲད་འདོད་སེམས་འཕྲེད། དཀར་རྩ་ཤ།  
བཟའི་ བལང་བྱིར་སོང་། རྒྱལ་པ་ཐང་ཁྱག་ཞོར་ལ་སེམས་ཆགས། བྱང་ཤར་ནས་  
འོང་བའི་བརྟེན་མེད་ལ་རྒྱང་གཡས་ཤར་བས་དཀར་གསུམ་ལྷམ་སྟོན་པ་ཐོང་མ་  
གཏོགས་ང་སྐྱག་བསྐྱེད་རྒྱན་མི་ཆད། ད་ལྟ་མ་བཏང་ན་བལྟ་འདུག། གཤེད་ཏེ་ཕྱགས་  
སྟོན་པོ་ལ་གཤེད། ཞག་བཅུ་ན་བྱ་ཆེ་བ་དང་བྱད་མེད་ལ་ངན། བྱང་སྟོགས་འཕྱོ། བལང་  
ནག་པོ་ཡོད་ས་དང་ཡོན་ཏན་ཤེས་སར་འཕྱོ། བན་སྐྱགས་ཤིན་ཤིན་མཐུག་ཆད། །བྱ་  
སྟེལ་ཤིན་དུར་སྟོར་ལ། །གཏོ་རིམ་དུར་ཁ་སྟེལ་ས། ཤར་གྱི་དྷོ་སྒྲང་འཛོང་མོར་བེན་གྱི་  
ཕྱག་རྒྱ་དང་། ཤར་སྟེལ་དྷོ་མེར་བྱ་བཞི་ལ་ཐོན་གྱི་ཕྱག་རྒྱ་གིས་ཏེ་རོ་སྟེང་འཛོག་ དམ་

ཉམས་ཐེམ་བྱའི་ནང་དུ་སྒྲུང་གི་རྒྱུ་རྒྱུ་ལས་ལ། མི་ཉེ་མ་ནག་པོ་བྲ་མ་རག་པ་དུན་  
 དུན་སྒྲུ། ཞེས་བྲིས་དང་དང་བལ་སེར་གྱིས་ཁ་བཅད་ལ་བྱང་ཤར་བྲག་རྩར་མནན། རོ་  
 སྒོན་རབ་བྱུང་གིས་སྟག་རིས་སྒྲུང་ལ་སྟག་ས་པའི་རང་འཐག་དང་། བཅུན་པའི་སྒྲུ་  
 བག་ལ་བ་ཁྲིད་དེ་དུར་ཁ་བཅག་ དུར་བརྒྱག་ རྟུག་པ་དང་། བྱ་ལྷག་ལ། བཞོག་ བྲོ།  
 སྒྲུང་ཤ་རྒྱུ་ལས། རབ་བྱུང་སྒོམ་ཆེན་གོས། རྟོར་བྲིལ་སོགས་བརྟེན་པོ་དུ། ལྷམ་སྒོག་  
 ངར་མི་དང་སྒྲུང་བཅས་དུར་སར་རྫོངས། སྒོ་དང་རྟུབ་ལ་བཟང་། རྟུབ་བྱང་ངན། རོ་ལ་  
 གསེར་དང་ར་གན་བཏགས། རོ་ཆས་སེར་པོ། རྒྱུ་ཆོས་སྒོང་རྒྱན་དང་། བཟང་སྒྲོད།  
 རི་རབ་བཅེགས་པ། སྒྲུང་རུ་ལྷང་བསྟན་བཅས་སྒྲོགས། ཤ་རི་སྒྲོ་མདོས་དང་། རྒྱལ་  
 པོ་སྒྲུས་འདེབས། ཁོ་རོལ་མཆན་མོའི་ཁྲག་ཐོར་བྱ་བ་བཅས་གྱིས་ལོ་བཅུ་བཞི་ཤི་སྟབ་  
 ཆོད། གཤེན་པོའི་བདུན་བྱར་ལོ་པས་སྒྲུང་སྟག་གིས་དུར་ལྷལ་འཕྲུག། ། རྩེན། །  
 སྒྲུ་ཤིང་ཅི་ཁ་འབྲས་དུས་སྒྲུ་བ་གཉིས་པར་ལམ་གསུམ་གྱི་མདོར་གདོན་བགོགས་རྟུབ་  
 བས་འོངས་ཉེ་བཅད། ཤིང་ནགས་དུར་ཁོད་སར་དུ་འབོད་གཉིད་དང་། མནའ་སྒྲེལ། ཉེ་  
 འབྲེལ་སར་བྱ་དང་རི་དྲགས་ཤ་ཐོས་གང་རུང་གིས་ལན། སྒོག་སྒྲུ་སྒོན་དང་རྒྱལ་བཅན་  
 གྱིས་བཅད། ཁ་ཤར་བསྟུས་འཆི། ཁ་ཆེ་མས། ང་ཆ་པོ་འམ་ཆ་མོ་དང་འཕྲད་འདོད་སེམས་  
 ཐོང་། སྒོད་ལྷང་གྲུའམ་ཤིང་སྒྲུད་ནང་གི་དཀར་རྒྱུའམ་ཤིང་ཐོག་མངར་རིགས་འདྲེས་  
 པའི་ཟས་དང་ཤ་ལ་ཞེ་ཆགས། རྩལ་པ་དང་སྟག་པ་སྟེ་ རགས་སྟུམ་དང་། སྒོད་ནག་གི་  
 ཟས་ཐོར་སྟགས་སྟུ་ཏགས་ཅན་ལ་སེམས་ཆགས། དེ་རྣམས་ཤར་ཕྱོགས་གྱི་སྒྲུང་ལོང་ལ་  
 སྒྲུན་པ་བཏང་རོགས་དང་ཤི་གསོན་གཉིས་ཀའི་དོན་ཡོད་ངེས་ཡི་གོ། གཤེད་པགས་  
 པ་དང་། བང་བ་ལ་གཤ། བུ་མོ་རྒྱུང་བར་ངན། སྒོ་རྟུབ་དུ་འགྲོ་བེད། བྱད་མེད་སྒྲུམ་མ་  
 དང་། བུ་སྒྲིང་ལ་སོང་། སྒྲིང་འབྲ་བ་དང་། བུ་རྒྱུང་ལ་སྒྲོས། བུ་མོ་ཤི་ན་ངན། གཏོ་རིམ་དུ་  
 སྒྲུང་སྒྲོང་ཕྱག་རྒྱ་འདོན། སྒྲིང་འབྲམས་གྱི་ཆོ་ག་ཤ་རུ་གཡོན་གཏོ་བྲ། རྟུབ་ཕྱོགས་རོ་

དཀར་ཆེ་གསལ་ལ། དུ་ཡི་བྱ་གྲུ་བྱིས་ ལ་བྱ་ཐོད་བཅས་རོའི་མགོ་སྟོང་འཛོག་ བྱེ་བྲལ་  
 བྱས་པའི་ཕོ་རོང་གི་རང་འཐག་ཉེ་ཤིང་ལ། མི་སྒྲ་རག་རྒྱ་ཉེ་སྒྲ། ཞེས་བྱིས་པ་ཤིང་  
 མཁན་གྱི་ཐེམ་བྱར་བརྒྱུ་ལ་ཤིང་བཅོའི་ལྷགས་གྱིས་ཁ་བཅད། རི་བོང་གི་སྐྱས་གྱིས།  
 འཁར་སྟོགས་ཐམ་པའི་འོག་ཏུ་མནན། རོ་སྟོན་དུ་བོང་བྱར་སྟོང་སྒྲ་མཆིན་པ་བཀལ་ལ་  
 དུར་ཁ་བཅག དུར་བརྒྱག་ སྟག་ཤིང་དང་། བྱ་ཉེ་ཙོ། སོ་བ། སོག་ལ། སྟག་སྟགས།  
 སྟག་དོང་ཤིང་བཅོའི་ལག་ཆ། སྐར་རགས། ངར་མི་བོང་བྱ་ བཅས་དུར་སར་རྫོངས། རོ་  
 ལམ་སྟོ་བྱང་བཟང་། མཆོམས་བཞིར་ངན། རོ་ལ་སྟག་རས་དར་ཐབ་བཏགས། རོ་ཁེབ་  
 སོགས་ཁ་བོ། རྒྱབ་ཆོས་སྟོང་རྒྱན་དང་། ཉི་ཁྲི། སྟག་ཁྲུས་བཅས་སྟོགས། བརྟན་མའི་  
 སྟོས་མདོས་དང་། རྟམ་དབྱ་མདོས། གཉན་བཅོས་དང་། རྩ་བསྐྱ་བྱ་བ་བཅས་གྱིས་ལོ་  
 བཅོ་ལྷའི་ཤི་སྐབ་ཆོད། གཤེན་པོའི་བདུན་བྱར་ལོ་བས་བྱའི་སྟོང་མོས་དུར་བྱལ་འབྲུག་  
 རྩོམ། རྩ་ཤིང་ལོ་འདབ་རྒྱས་དུས་རྩ་བ་བདུན་པར་དབེན་གནས་ཉིང་པར་གདོན་  
 བགེགས་བྱུབ་ནས་འོངས་ཉེ་བཅད། འདུ་ལོང་། རྒྱང་དམར། རོར་གོད། ཉམས་ཐས།  
 མཛོ་སྐང་འཕོས་གང་རུང་གིས་ལན། སྟོག་རྒྱལ་པོ་དང་ཤི་འདྲེས་བཅད། ཁ་ཆེམས། ང་  
 བྱ་མོ་དང་ཆ་མོ་ཆེ་བ་དང་འཕྲད་འདོད་སེམས་ཆགས། མཛོ་གཡུ་རིན་ཆེན་དར་ཐབ་  
 སྟག་གཟིག་བྱར་བྱལ་ཁ་བོ་ལ་ཡིད་ལུས། ཁྲིམ་ནང་བང་བའི་འཁར་སྟོང་སྟོད་སྟོན་པོའམ་  
 བག་པོའི་ནང་གི་ཐ་འཕྲོ་དང་སྐྱ་སྒྲ་དར་སྟོ་ལྷང་། ཁང་ཞིང་དང་། རིན་པོ་ཆེ། བྱིང་བ།  
 བྱ་བྱ་མོར་སེམས་ཆགས། བྱ་མོའམ་ཆ་མོ་ཆེ་བས་ཐས་མ་བྱིན་པས་མ་དགལ། རོར་  
 གོས་གྱི་བསྐྱལ་བ་བསྐྱར། འཁར་སྟོང་སྟོན་པ་ལ་ཐས་དང་སྟོད་གོས་སྟོན་རོགས། ང་ལ་  
 བཞོན་དང་བྱང་པར་མེད། གཤེན་གོས་དར་དང་། ར་འ ། ལྷག་སྟགས། ཐ་འཕྲོར་གཤེན་  
 ཞག་ཉིར་བྱག་ན་པ་ཁྲ་གན་རིམ་མམ། བྱང་མེད་སྐྱམ་མར་ངན། བྱང་འཁར་དུ་འགྲོ་བེད།  
 བྱང་མེད་ཉི་ལྷགས་ཁ་བོ་ཡོད་པའམ། བན་བོན། མི་དབང་ཆེན་སར་སོང་། མཛོ་དེལ་ལ་

ངན། སྒྲོན་པ་དང་བྱད་མེད་ཤིན་ཤི་མཐུག་ཆད། ས་ཚུ་ལོ་བྱུག་དང་། བྱད་པར་གྱི་ཕག་  
ཤིན་བྱད་མེད་ལྷ་ལ་ངན། གཏོ་རིམ་གཙུག་ཏོར་དཀར་ནག་དང་། ཉི་མེ་འདོན། མ་  
མདོས་དང་ས་བདག་འཁྲུག་གཏོ་བྱ། ཤར་གྱི་རྩོད་ལྷང་འདོང་མོར་ཟེན་གྱི་ཕྱག་རྒྱ་གྲིས་ལ་  
ཕྱད་སྟེང་མནན། གོ་གཤི་བགས་པར། དུ་རུ་རུ་མི་ད་ལ་སྒྲུ། ཞེས་གྲིས་སྒྲོན་མ་དང་  
ཁྲོལ་མཁན། བྱ་མོ་མིག་ཆག་གི་ཐེམ་བྱར་བཙུག་ལ་མཛོ་རྩོལ་བྲེལ་སྒྲུས་ཁ་བཅད། དེའི་  
བགས་པས་གྱིལ་ལ་ཤར་སྟེའི་ལ་རྩ་ས་འོག་ཏུ་མནན། རོ་སྒྲོན་དུ་མཛོ་རྩོལ་ལ་དར་ཐབ་  
བགལ་ལ་དུར་ཁ་བཅག དུར་བརྒྱག་ གསོམ་ཤིང་དང་། བྱ་བྱ་ཤུད། དར་སྒྲ་ཐོལ་གྱི།  
མཛོ་སྒྲང་ལག་གཡས་ཤིག ར་དང་རང་འཐག ངར་མི་འཛོ་རྩོལ་བཅས་དུར་སར་རྫོངས།  
རོ་ལ་མ་སྟོད་དང་རུབ་བཟང་། ཤར་དང་ཤར་སྟོར་ངན། རོ་ལ་དདུལ་བཏགས། རོ་ཁེབ་  
སོགས་ཐོལ་གྱི། རྒྱབ་ཆོས་མཆོད་རྟེན་པན་ཡོན། འབྲུམ་གཙུག་གཏོར་དཀར་ནག་  
རིམས་ནད་ཞི་གཟུངས་སྒྲོགས། མ་མོའི་རྩེ་མདོས། སྒྲིང་བཞི་སྒྲི་མདོས། མ་མོའི་  
མདོས། ཤར་རུ་གཡས་པ་བྱ་བ་བཅས་གྱིས་ལོ་བཙུ་བྱུག་ཤི་སྒྲུབ་ཆོད། གཤིན་པོའི་  
བདུན་བྱར་ལོ་པས་མཛོ་རྩོལ་སྒྲུག་པས་དུར་ཤུལ་འཕྱག།

༥ གཤེད་ལོག་ཉི་མེད་བརྟགས་པ།

རོ་ཁྲེང་རྩེས། གཤིན་ལོ། རྩི་བ། ཞག་བརྒྱད་ནས་ཉི་ལོག རྩ་རྒྱའི་དེ་ཆོད་ནས་  
རྒྱང་ལོག རྩ་རྒྱང་། ཞག་བཙུག་ཉིས་ནས་ཉི་ལོག ཕྱག་རྒྱའི་དེ་ཆོད་རྒྱང་ལོག  
རྩ་རྩྭ ཞག་དབྱ་ཉི་ལོག སྒྲེལ་རྒྱའི་དེ་ཆོད་རྒྱང་ལོག རྩ་ལོས། ཞག་ ༡༩ ཉི་ལོག  
བྱ་རྒྱའི་དེ་ཆོད་རྒྱང་ལོག རྩ་འབྲུག ཞག་ ༡༩ ཉི་ལོག བྱི་རྒྱའི་དེ་ཆོད་རྒྱང་ལོག  
རྩ་སྒྲུལ། ཞག་ ༡༩ ཉི་ལོག ཕག་རྒྱའི་དེ་ཆོད་རྒྱང་ལོག རྩ་རྩ། ཞག་ ༡༩ ཉི་ལོག བྱི་  
རྒྱའི་དེ་ཆོད་རྒྱང་ལོག རྩ་ཕྱག ཞག་ ༡༩ ཉི་ལོག སྒྲང་རྒྱའི་དེ་ཆོད་རྒྱང་ལོག  
རྩ་སྒྲེལ། རྒྱ་བ་གཉིས་ནས་ཉི་ལོག རྩྭ་རྒྱའི་དེ་ཆོད་རྒྱང་ལོག རྩ་བྱ། རྒྱ་བ་བཞི་ཉི་

[illegible]

གྲགས་ཀྱི་བུ་བར་ངན་པ། གཞུང་ ཉི་ཐེན་མིག་ཚེས་ ༡༠ ༣༠ ༤ ༡༤ ༣༤ ༡ ༥ ༣༣ ༣༤  
 ༣༠ གྲུང་མ་ གྲུང་མ་ བཀ་ བཀོ་ བོ་ ས་ག་ ལྷ་མཚམས་ ལྷ་མོད་ ལྷོན་ ལོན་ཏེ་ བོ་བཞིན་ བཀ་  
 བ་ བཉེ་ བ་ཐེག་པ་བཟང་། བལུ་ བེ་བཞི་ ལྷོན་དུག་ ལ་རྩ་ཐེག་བཟང་། ཉི་མ་ རྒྱུག་ ལ་རྩ་ལོན་པ་བྱ་ ཡོས་  
 ལ་ལོད་ལྷོན་པ་ ལྷུལ་ བཀ་ ལ་དུར་ལོད་བས་པ་ བྱ་ལ་དགེ་ལྷོད་པ་པ་ གྲུང་ཁ་ དུ་ལ་མཛོ་རྩ་ཐེག་པ་པ་ མི་  
 ལོན་ ལྷེ་ ༣ ༥ ༤ དུལ་ ལོ་ཉ། ཀེ་ཀང་། ལག་ལྷ། དུས་ལྷ། ཉལ་ཁྱི། ལན་ལ་ཁྱི་བཅས་རེ་མིག་  
 ལྷུང་ལོན་ལ།

59

ཕུང་པོར་ལྷ་རྟེན་གྱི་ ཕུང་པོའི་གསོན་ལོ།	འབྲུག་ ་ ཉ། བྲ། སག།	སྒྲུལ་ ་ གྲ། བྲ། བྲ།	རྟ། ་ མཐང་ ་ བྲ། སག།	ཕུག་ ་ གྲ། ཉ། རྟ། སག།
འཆི་ཉི་ལྷ་ཆེ་སྒྲོན་ གང་སྒྲེས།	སྒྲུལ་ཕུས་སྒྲངས།	སྒྲང་ཕུས་སྒྲངས།	སྒྲིན་པོའི་ཕུས་ སྒྲངས།	སྒྲུལ་ཕུས་སྒྲངས།
ར་མདའ་དགེ་ ཅའི་བྲད་པར་ བྲིས་བྲི་མ་ གང་དུ་སྒྲེ་བཞི།	བྲམས་པའི་ཞིང་ བཀོད་བཞེངས། མདོ་སྒྲེ་མཛངས་ སྒྲུན་གང་མང་ སྒྲོགས་ན་སྒྲང་པོ་ དང་། དེ་ནས་ པོན་པོར་སྒྲེ།	འཕགས་པ་ནམ་ མཁའ་སྒྲིང་པོའི་སྒྲུ་ བཞེངས། མཆོན་ འབྲུམ་སྒྲོགས་མཆོད་ ཉེན་བསོས་ན་སྒྲོ་ སྒྲོགས་སུ་བཟའ་ གསར་གཉིས་བྲི་ ཕུར་སྒྲེ།	སྒྲིན་སྒྲིང་ཞིང་ བཀོད་བཞེངས། མཆོན་འབྲུམ་དང་། དོར་གཙོད། གཟུངས་བསྐྱུས་ གང་མང་སྒྲོགས་ན་ ཆན་ཆོན་བྲི་ཕུར་ སྒྲེ།	རི་པོ་རྒྱ་པའི་ཞིང་ བཀོད་བཞེངས། བརྒྱད་ སྒྲོང་དང་། འབྲུམ། ཉོག་ གཟུངས། གསེར་འོད། བཟང་སྒྲོད་གང་མང་ བཅས་སྒྲོགས་ན་རབ་ ཕུར་བཙན་པར་སྒྲེ།
ཕུང་པོར་ལྷ་རྟེན་གྱི་ ཕུང་པོའི་གསོན་ལོ།	སྒྲེལ་ ་ ཉ། མཐང་ ་ ཡོས། ཉྱག །	བྲ། ་ འབྲུག་ བྲ། སག།	བྲི། ་ གྲ། བྲ། རྟ།	སག་ ་ འབྲུག་ སྒྲེལ། བྲི།
འཆི་ཉི་ལྷ་ཆེ་སྒྲོན་ གང་སྒྲེས།	བྲང་དུ་བྲི་བར་སྒྲེས།	དང་པ་ཞིག་ཏུ་ སྒྲེས།	བྲི་བྲ་ཞིག་ཏུ་སྒྲེས།	སྒྲགས་པ་ཞིག་ཏུ་ སྒྲེས།
ར་མདའ་དགེ་ ཅའི་བྲད་པར་ བྲིས་བྲི་མ་ གང་དུ་སྒྲེ་བཞི།	གཙུག་ཉོར་ནམ་རྒྱལ་ མའི་སྒྲུ་བཞེངས། སྒྲང་སྒྲོང་དང་། བཟང་ སྒྲོད་མཆོད་ཉེན་གསོ་ ཞིང་། དར་འཛུགས་ རྒྱ་གཉོར་སོགས་རྒྱ་ ཆེར་འབད་ན་པོ་རེར་ ཞིག་ཏུ་སྒྲེ།	བདེ་ཆེན་ཞིང་ བཀོད་བཞེངས། སྒྲང་བཤགས་དང་། སྒྲིན་སྒྲེག་གང་མང་ འབད་ན། ལུབ་ སྒྲོགས་སུ་བྲུ་སྒྲུན་ གསུམ་བྲི་བར་བར་ སྒྲེ།	འཇམ་དཔལ་རིགས་ སྒྲིང་སྒྲུ་བཞེངས། བསྐྱུས་བཟང་དང་། སྒྲིག་སྒྲིབ་ཀྱི་ འཛོམས་གང་མང་ བཀོན་ན་ལུབ་སྒྲོགས་ སུ་བྲུ་སྒྲུན་གསུམ་བྲི་ བར་བར་སྒྲེ།	སངས་རྒྱལ་སོ་ སྒྲིང་སྒྲུ་བཞེངས། སྒྲང་བཤགས་དང་། ནམ་འཛོམས་གང་ མང་སྒྲོགས་ན་སྒྲོབ་ དཔོན་ཞིག་ཏུ་སྒྲེ།
༩ གཤེན་པོའི་སྒྲེས་སྒྲུ་གང་དགོས་སྒྲེས་སྒྲེ་དང་བབས་སྒྲེ། སྒྲོག་ཕུས་ དབང་ཐང་རྒྱང་ཉའི་སྒྲེ་བ་བཅས་དུག་གི་སྒྲིང་ནས་སྒྲུ་དགོས།				



བབས་སྒྲེ།	༡ དཀར།	༢ བཀ།	༣ མཐེང།	༤ ལྷང།	༥ སེར།	༦ དཀར།	༧ དམར།	༨ དཀར།	༩ དམར།
ཕྱི་མར། རན་པོ། གང་སྒྲེ། དང།	ར་དང་ འདབ་ ཆགས་ཀྱི་ ལུས་སུམ་ སྒྲེ།	མོ་མོགས་ མཁི་གནག་ ནད་སྒྲེལ་བ་ གཞན་མ་ དོས་སྒྲེལ་ ལུས་ལེན།	སྒྲེ་དང་ མོང་མོར་ སྒྲེ།	ལུ་ལྷག་ ལུས་ ལེན།	སྒྲེ་ལུ་ལྷ་ མོར་སྒྲེ།	སྒྲེ་མོ་རན་ ནམ་ལྷ་ མོར་སྒྲེ།	འབྲེ་དང་ འམར་ སྒྲེ།	ལྷང་མེད་ ཀྱི་ལུས་ ལེན།	ཁྱི་དང་ མོང་ལྷར་ སྒྲེ།
དེ་དག་ འགོགས་ པའི་སྒྲེ། རྟགས་ བཞེངས་ ལུགས་ ནི།	ཐུན་རས་ གཞིགས་ ཀྱི་སྒྲེ། བཞེངས། ཡིག་ རྟགས་ འབྲུངས་ ན་མོ་ ལུས་མོབ་ ཅིང་ཆོས་ ལ་བཅོམ།	ལུག་དོར་ སྒྲེ། བཞེངས། དཔེ་ལ་ འབད་ན་ མི་ལུས་ མོག།	དོར་ ལེས་ས་སྒྲེ། བཞེངས། ཡིག་བཟུ་ དང་སྒྲིན་ པ་ཟུ་ཆེ་ འབྲུབ་ན་ ལྷ་ལྷ་ སྒྲེ། དེགས་མི་ འད་པའི་ ལུ་མོར་སྒྲེ།	ལུག་དོར་ སྒྲེ་དང་ སྒྲེ་ གང་བ་ན་ ལྷ་བ་ སྒྲེ་གས་ སྒྲེ་ལྷག་ པའི་ལྷ་ མོར་སྒྲེ།	ལུ་ལ་པའི་ སྒྲེ་དང་ དོར་ དེ་ གཤེགས་ བཞེངས་ ན་མོ་ སྒྲེ་གས་ སྒྲེ་ལོན་ ཏན་ཅན་ ཏུ་སྒྲེ།	གཙུག་ རོལ་ པའི་ གཤེགས། མ་སྒྲེ། བཞེངས་ ན་དཔེ་ སྒྲོང་ཞིག་ ཏུ་སྒྲེ།	སྒྲོལ་མའི་ སྒྲེ་དང་ མ་སྒྲེ། བཞེངས་ ན་དཔེ་ སྒྲོང་ཞིག་ ཏུ་སྒྲེ།	སྒྲོན་པའི་ སྒྲེ། བཞེངས་ ན་མོ་ པའོར་ སྒྲེ།	འཛམ་ དབྲངས་ སྒྲེ། བཞེངས་ གཟུངས་ ལ་ འབྲུངས་ན་ སྒྲོ་སྒྲོགས་ མོན་ལུལ་ ཏུ་སྒྲེག་ མོར་སྒྲེ།
བབས་ སྒྲེ་གང་ ལ་ལི་ པའི་ འབྲས་ ལ།	ཁྱིས་ པར་རན་ ཞང་པོའི་ སར་ བཏང། མི་དམར་ རྟེན་མར་ རྟོ་སྒྲེ་ འཛོག་	ལྷང་མེད་ ལ་རན། ལྷ་པོས་ ནག་པོས་ རྟོག་པོག་ འབྲུད་ མཛོས་ མཛོ་ གསུམ་ ལ།	ནས་ལ་ གནོད། སྒྲེ་ ལུག་ མཛོས་ སྒྲེ་རོ་ སྒྲེ་ བཞག་	མ་འཛེ་ ལྷང་ལྷང་ ཡོད་ན་ འགོ་རོ་ སྒྲེ་ ལུགས་ བཞག་ ལྷ་འབྲུམ་ འདོན།	ལུ་ཆེ་དང་ པ་ཆེ་ པར་ སོང་ཞིན་ མོ་ལིན་ གཏོར་ པ་སྒྲོག་ ལ། སྒྲེ་ གང་ག།	མ་འཛེ་ལྷ་ མོར་གག། ཁྱི་ལ་མེལ་ ལ། ཁྱི་མི་ལ་ རན། བཅོན་ ཆོག་དང་ མི་ཁ་ གཏོ་སྒྲུར་ ལ།	མར་ལ་ གག། པ་ སྒྲེན་ལ་ རན། བསར་ དང་ མཆོད་པ་ ལ།	མ་མོའི་ ཁྱག་ མཛོས་ དང་ གཡང་ འབྲུག་ ལ།	

༥ ཅིས་མཁན་ལ་འི་སྒྲོ་དོ་ལ། །རང་འཐག་ག་བ་བང་སྒྲེ་ད་ལ། །མ་ཐེམ་རོ་སྒྲུག་ཅིས་  
མཁན་འཆི། ། ༥ འར་སྒྲུར་ སྒྲིན། སྒྲུར། མགོ། ལག བབས་སོ། རྒྱལ། སྒྲུག་  
སྒྲོ་སྒྲུར། མཆུ། གོ། དགོ། མེ་བཞི། བག་ལ། ས་འི། ས་ག རྒྱུ་སྒྲུར། ལྷ་མཆོམས།  
སྒྲོན། ལྷུ་ལ། ལྷ་སྒྲོད། ལྷ་སྒྲུར། མོ་བཞིན། ཁྱི་བཞིན། ལྷང་སྒྲུར། མོན་གོ། མོན་གྲ།

ཁྱམས་སྟོང་། ཁྱམས་སྦྱང་། བམ་གྲུ། དབྱ་གྲུ། བཅོ། སྒང་བརྒྱད་ལྟར་གྱིས།

༥ གཞན་ཡང་ལུས་ཀྱི་གནས་ལུགས་ཀྱང་། །འདའ་དུས་ཁ་བྱབ་མགོ་སྟོ་བྱུང་། ། འཆི་  
དཀའ་སྟེ་འདོན་བོད་རྒྱུ་མཐིལ། །དན་སོང་གནས་འགོ་སྦྱིལ་གྱུང་དང་། ། མཉམ་བཞག་  
རྟོགས་ལྡན་འགོ་བ་འདྲེན། ། བྱེད་སྦྱིལ་ས་གཞོན་ས་ལམ་ཐོག་། རྟོག་བྱ་མཆོག་སྦྱིན་ངན་  
འགོ་མིན། ། སྤྱ་རྒྱུང་ཁ་བརྩམ་མིག་ཟིམ་བཟང་། །སེང་གེ་ཉལ་སྦྱབས་རབ་ཡིན་ཏེ། །འཕྲེད་  
ཉལ་འབྲིང་ལ་གན་རྒྱལ་ཤ། །རྒྱུང་བརྒྱུད་རབ་ལ་བརྒྱམ་བ་འབྲིང་། །བསྟོལ་བ་ཐ་མར་བཞུགས་བ་  
སྟོ། །དེ་བྱིར་བཟང་དན་ཁྱུང་པར་གྱིས། །དབྱེ་བས་དགོ་ཅ་ཤིན་ཏུ་གཅིས། ། ༥ ཤི་མིག་  
གང་ལ་བལྟ་བཞི། །གཤིན་སོའི་རང་ལོ་བདུན་བྱུང་དང་། ། ཡར་གྱི་བཞི་གཤེད་མར་ལྷ་  
མ་ཐུན། །སྤར་ཁ་གདན་གཅིག་དག་ལ་བལྟ། ། ༥ དེ་ནས་ཤི་གསོན་ལག་སྦྱེལ་ཞེས། །ར་  
བ་འབྲིང་ཐ་གང་ཤི་བའི། །རང་གི་སྟེ་ཆོན་དེ་ལ་དན། ། ༥ བྱེ་བྲག་བསྟེག་ཏུ་མི་རུང་  
རོ། །གཤིན་སོ་བྱ་སྦྱེལ་དབང་ཐང་ལྷགས། །སྤར་སྟེ་ལྷགས་དང་གཟའ་བ་སངས། །རྒྱབ་སྤར་  
དུག་དང་མངོ་དུལ་ལྷ། །སྤོན་ནད་གཤམ་སྟོག་གཟས་ཟིན་བ། །གཡན་བ་བད་ནད་མེ་རོ་  
དང་། །ཆོ་བ་སྟོན་ཆོ་ར་འབྲིང་ལ། །ཤི་བ་རྣམས་ནི་མེར་མི་བསྟེགས། །དུག་ལྷའི་བར་དུ་བྱ་མ་  
ཤི། །བྱེ་བྲག་མ་སོང་བ་དང་ནི། །བདུན་ཏུ་བརྒྱུད་ལྷའི་བར་དག་ཏུ། །ཟས་རྟོར་མ་སོངས་བ་ཡི་  
རོ། །བསྟེགས་ན་བྱ་ཆོ་རོར་རྣམས་ཉམས། །བྱིས་བ་ལོ་ལྷ་བརྩལ་བར། །བརྟ་མ་འབྲེད་པའི་རོ་  
བསྟེགས་ན། །བྱི་ཏུ་སྦྱག་ཁ་ཡིས་དེད་བཞིན་དན། །གཞན་ཡང་ལུན་རིང་མ་དང་སྤྱམས། །འོན་  
བ་ལོར་རྒྱུད་དུག་ལག་རྣམས། །བསྟེགས་ན་གསོན་ལ་སྦྱ་ནད་བྱེད། །གནམ་ལོ་དང་ནི་གཤིན་  
གཤེད་བཞི། །རྟ་སྦྱལ་སྤར་སྟེ་མེ་ཡི་ཁམས། །དེ་བཞིན་ས་དང་གསོན་བྱི་པག །མང་ན་  
བསྟེག་པར་བཟང་བ་ཡིན། ། ༥ སྤར་ཏུ་མི་རུང་རོ་རིགས་ནི། །བཅད་སོ་དགོ་བཞེས་  
སྤགས་པའི་རོ། །བྱི་པག་ལོ་བ་དབང་ཐང་ལྷ། །རེས་གཟའ་སྤར་སྟེ་ལྷ་ཁམས་དང་། །བྱུང་སྤར་  
དུག་དང་ནད་གང་ནད། །ཐིབས་གི་སྤང་གི་ལུག་གི་དང་། །བྱེས་བསྟེགས་དུད་པས་བསྟེགས་

སོགས་དང་། དགུན་གྱི་ཁྲ་བ་ར་འབྲིང་ལ། །ཤི་བའི་རོ་ནི་སྤ་མི་རུང་། །གནམ་ལོ་དང་ནི་  
གཤེན་བྱ་སྤེལ། །གཤེད་བཞི་གསོན་པོ་སྟག་ཡོས་ལོ། །སྤར་སྤེ་སྟགས་ས་ཡིན་པ་ན། །ས་  
ལ་སྤ་བ་བཟང་བ་ཡིན། །     ༥     བསྐྱབ་ཏུ་མི་རུང་རོ་རིགས་ནི། །སྟག་ཡོས་ལོ་བ་གཟའ་  
སྤར་སྤེ། །སྤར་མ་ཤིང་ཁམས་ལ་ཤི་བ། །མངོ་དང་གག་སྟོག་མཆིན་ནད་གི། །དམེ་རོ་བན་བོན་  
སྟགས་བའི་རོ། །ཚོད་གཏོང་གཅོང་ནད་རུས་ཁམས་ཤིང་། །ཁྲ་བ་དབྱིད་ཁྲ་ར་འབྲིང་ལ། །ཤི་  
བ་བསྐྱབ་ཏུ་མི་རུང་རོ། །གནམ་ལོ་དང་ནི་གཤེན་གྱི་པག །བྱ་སྤེལ་སྤར་སྤེ་ཅུ་དང་  
སྟགས། །གསོན་པོ་རྟ་སྐྱལ་བསྐྱབ་པ་བཟང་། །     ༥     རིར་སྤེལ་མི་རུང་རོ་རིགས་ནི། །ལོ་ནི་སྤར་  
སྟག་གྱི་འབྲུག་ས། །གཟའ་སྤར་སྤར་སྤེ་ས་ཁམས་དང་། །ཁྲ་བ་ཐ་ཅུང་ནད་འགགས་  
གི། །མཆིར་ནད་ཐབ་གི་དོང་བསྐྱར་བ། །སྟག་དང་བོང་བྱ་རྒྱུང་གིས་རྒྱུ། །སྟོན་རོ་བཟ་མི་བྱ་  
རིར་མི་རུང་། །ས་ཁམས་གཤེད་བཞི་ཤིང་དུར་མིན། །     ༥     གནམ་ལོ་དང་ནི་གཤེན་རྟ་  
སྐྱལ། །སྟག་ཡོས་སྤར་སྤེ་མེ་དང་ཤིང་། །གསོན་པོ་བྱ་སྤེལ་སྤེལ་བ་བཟང་། །     ༥     ཕུང་པོ་  
གཏོང་བའི་རིམ་པ་ནི། །མཆོག་དམན་གང་ཡང་དཀར་དམར་ཁམས། །སྟོང་འོག་སྟོར་ཐོན་  
རྟགས་མེད་པར། །བསྟེགས་པ་ལ་སོགས་སྤར་དགོས་པས། །དེ་སྤྱིར་རྣལ་འབྱོར་འོད་གསལ་  
གནས། །བསྟེགས་སྤར་མཆོམས་མེད་ལས་ཡིན་     ཞིང་། །ཐ་མལ་ཕུང་པོར་ཆགས་པར་  
ཡང་། །དེ་བཞིན་མི་དག་སྟོག་གཅོད་ལས། །དེས་ན་རྣལ་འབྱོར་ཉམས་ལེན་གྱིས། །བཅོས་  
མིན་ཐུགས་དམ་བཞུགས་པ་རྣམས། །མ་གྲོལ་བར་དུ་སྤར་བར་བྱ། །གཅེས་འཛིན་ཡོན་ཏན་  
ལྡན་པའི་ཆོགས། །ཞག་བདུན་འདས་ནས་གཏོང་བ་གཅེས། །ཐ་མལ་རང་བཞིན་ཕུང་པོའི་  
རིགས། །རིང་མཐའ་བྱེད་དང་བཞི་འདས་པའི། །     ཞག་བཞི་འདས་ནས་གཏོང་བར་བྱ། །དེ་  
ཡང་གནམ་སའི་བྱི་ལམ་སོགས། །ཞིབ་ཀྱང་སྟོང་པོ་གཟའ་སྤར་སོགས། །ཤོག་ཁྲ་འི་བཞིན་  
སྤར་སྤར་གཅེས། །     ༥     སྤར་ཁའི་རོ་ལམ་བཟང་བཞི་དང་། །རང་རང་མ་ཐོག་ཤིས་པ་  
ཡིན། །ངན་བཞི་བྱེད་པར་གཤེན་པོ་དང་། །རོ་ཁུར་བདུན་གཅོད་སྟོགས་སུ་འཛེམ། །

༥ གསེན་པོ་འེ་ལོ་ཡི་མ་བཀག་པ། སྟག་ཡོས་སྟག་གི་ལོ་ཕྱོགས་སྤང་། གསེན་པོ་ལོ་  
མང་དོག་གྱུར་ན། རང་རང་དབང་ཐང་གཅིག་མ་གཏོགས། གཞན་པའི་སྤྱང་བཏང་ཉེས་པ་  
མེད། གསེན་པོ་འེ་བདུན་ཟུར་དབྱ་ཐོག་སྤང་། གཞན་དུས་རང་དབྱའི་ཕྱོགས་སུ་འཛེམ། །

༥ ཏལ་ཁྱི་ནག་པོ་ཟས་འཆོལ་དུས་ཆོད་གང་ལ་རྒྱ་བའི་རེ་འུ་མིག །

རྒྱ་བའི་བྱ་ པ།	སྟག་རྒྱ། ༡༡	ཡོས་རྒྱ། ༡༢	འབྲུག་རྒྱ། ༡	སྟག་ རྒྱ། ༣	ཏྲ་རྒྱ། ༣	ཏལ་རྒྱ། ༤	སྟག་རྒྱ། ༥	ཏྲ་རྒྱ། ༦	ཁྱི་རྒྱ། ༧	མག་ རྒྱ། ༨	ཁྱི་རྒྱ། ༩	ཐང་རྒྱ། ༡༠
ཆོས་ ཁྲངས།	༩	༡༤	༢༤	༤	༡༩	༡༢	༡༠	༢༠	༣༠	༡༡	༢༢	༣
རྒྱ་དུས།	ཉི་ འུག།	ཉི་ ཕྱིད།	ཐོ་ རེངས།	ནམ་ ཕྱིད་ ཡོལ།	སྟོད་ འཁོར།	ཉི་ འུག།	ཉི་ ཐོས།	ཉི་ འུག།	ཐོ་ རེངས།	ཉི་ འུག།	ཉི་ ཐོས།	ནམ་ འཁྲངས།

༥ གཞན་ཁྱི་ནག་པོ་དུས་ཆོད་གང་ལ་རྒྱ་བའི་རེ་འུ་མིག །

ཆོས་ ཁྲངས་ བྱ་པ།	༣ ༡༩ ༤ ༡༢ ༡༤ ༣༠	༡ ༢༢ ༡༠ ༢༤ ༡༣	༤ ༢༠ ༩ ༢༤ ༡༢	༣ ༢༤ ༡༢ ༢༢ ༡༤ ༡༤	༤ ༢༢ ༡༠ ༢༩ ༡༤	༡ ༤ ༡༣ ༢༤ ༡༢ ༢༤ ༡༡ ༢༣	༣ ༡༩ ༤ ༢༢ ༡༤ ༣༠	༤ ༡༤ ༢༩ ༢ ༡༤ ༡༢ ༢༤	༢ ༡༤ ༢༤ ༢ ༡༤ ༡༡ ༢༣	༤ ༡༩ ༣༠ ༢ ༡༤ ༤ ༢༡	༡ ༡༣ ༣༠ ༣ ༡༤ ༤ ༢༡	༤ ༡༤ ༢༩ ༤ ༡༢ ༢༤ ༩ ༣༠
རྒྱ་ དུས།	ཉི་ཐོས།	ཉི་ ཕྱིད།	ཐོ་ རེངས།	སྟུང་ཁ།	ཏེ་ འུག།	སྟོད་ འཁོར།	སྟོད་ འཁོར།	ཉི་ཐོས།	ནམ་ཕྱིད།	ཉི་ཐོས།	ཉི་ འུག།	སྟོད་ འཁོར།

༥ གཞིན་པོ་འེ་རང་ཐོག་དབྱ་གཞིན་གྱི། ཕྱོགས་སུ་མ་སྤང་གྱོགས་ལ་ངན། རོ་རིགས་སོ་  
སོའང་བྱད་པར་བཅི། ལོ་རྒྱ་ཞག་དང་དུས་ཆོད་གྱི། ས་བདག་གདུག་པ་གནས་ཕྱོགས་  
དང་། བུམ་སྤྱང་གནས་ཕྱོགས་མ་ཡིན་པའི། གནས་ལོ་འེ་ཕྱོགས་གཙང་ཕྱོགས་ནས་  
འདོན། ཉམས་ན་སོ་སོའི་སྒྲིབ་བཅོས་བྱ། མངའ་བདག་རྒྱལ་པོའི་ཕྱར་དང་ནི། བན་བོན་  
གྲུབ་ཅན་བཟ་སྒྱུ། རང་རོ་ཡིན་པས་ནང་དུ་འཛོལ། གཞན་རྣམས་པལ་ཆར་ཕྱིར་བཏང་  
ངོ། འཛོག་པ་ལའང་བྱད་པར་བཅི། གཞིན་གྱི་བྱ་བ་གང་ལ་ཡང་། བཟ་མིས་བཅིགས་པ་  
སྤང་བརྒྱད་དང་། མདོ་ཐིག་རྣམ་འཛོམས་མཆོན་བཞེད་དང་། གཞན་ཅེ་རྒྱལ་ཡིག་གཟུང་  
སྤང་ཡུལ། བཟ་མིས་ཆིགས་སུ་བཅད་པ་སྒྲོགས། འབྲུང་བའི་ལུང་གཞོན་སྤུང་ཆིངས་  
དང་། སེ་བ་སྒྲོམ་གཏུང་ལ་སོགས་པ། འབྲུབ་ན་མི་མ་ཐུན་ཀུན་ལས་རྒྱལ། ། ༥ ཁང་བ་  
ཆུ་ཁྱིར་མི་བཤེ། ཆོ་བ་གསུམ་དང་མར་ནག་བྱུག བུས་ལ་ལུག་པའི་བལ་གྱིས་གྱིལ། རང་

ཉེ་མ་སྤྱི་གོས་ཀྱང་བསྐྱོན། །ཤིང་སྤྱ་མང་པོའི་མེ་ལ་བསྐྱེག། །མེ་དམར་མང་པོས་མཐའ་ཡང་  
 བསྐྱོར། །རི་དང་ཆུ་ལ་མི་བཏང་ངོ། །རུས་པ་བསྐྱས་ལ་སྤྲུལ་བཏང། །ཤིང་ཅི་ནགས་ཆེ་ལ་  
 གསེབ་ཏུ་བཞག། ། ༥ ། གཡང་གིར་བྱི་ཞིས་སྤྱོས་བྱེད། །མར་དང་སྤྱར་ལ་གཟུགས་ལ་  
 བྱུགས། །སྤྱོད་དང་བྱ་སྤྱ་སྤྱ་ཆོགས་བསྐྱོན། །སྤྱང་ནས་ཁང་ཉེའི་གོས་ཀྱིས་གཡོག། །རི་དང་ཆུ་ལ་  
 མི་བཏང་ངོ། །ས་གཞི་བདེ་བའི་དཀྱིལ་དུ་སྤྱ། ། ༥ ། གཅན་གཟན་བསད་རོ་རིང་མི་  
 བསྐྱེད། །སྤྱན་སྤྱི་ཆུས་བཟུ་ཁང་ཉེའི་གོས། །གཡོག་ཅིང་མི་འདྲིགས་སྤྱིན་པ་བཏང། །སྤྱག་  
 འཆེལ་སྤྱབས་འགོ་མང་པོ་བྱ། །རལ་གྱི་མཆོན་ཆས་མཐའ་ནས་བསྐྱོར། །མཆོན་ཆ་འདྲ་བའི་  
 བྱག་ཅར་སྤྱ། ། ༥ ། དུག་སྤྱལ་དག་གིས་བཟུང་བའི་རོ། །སྤྱ་ཅིའི་ཆུ་ཡིས་ལུས་ལ་བྱུག། །སྤྱ་  
 བའི་བགས་བས་ལུས་པོ་གྱིལ། །མགོ་ལ་མ་བྱའི་སྤྱོ་ཡང་གཟུགས། །མ་བྱ་ཆེན་མོའི་གཟུངས་  
 ཀྱང་འདོན། །སྤྱན་གྱི་སྤྱང་པོའི་ཅ་རུ་སྤྱ། ། ༥ ། ལུབས་ཤིའི་རོ་ཁར་གྱུ་གྱལ་དུག་དར་  
 གཞུག་འབྲུ་མར་ཅི་མར་བྱུག། །དགེ་སྤྱོད་ནས་དག་ན་བཟའ་དང་། །ཁང་ཉེ་མ་སྤྱི་གོས་ཀྱང་  
 གཡོག། །ཞིང་དག་གང་གིས་སྤྱོན་ལམ་བྱེད། ། སྤྱེག་གམ་ཞིང་གི་དཀྱིལ་དུ་སྤྱ། །ཡང་ན་ལུང་  
 པ་གཞན་ཞིག་གི་མཆོད་རྟེན་རྟེན་པའི་འོག་དུ་སྤྱ། ། ༥ ། གཏིབས་འོག་བསྐྱབས་ནས་ཤི་  
 བའི་རོ། །ས་ཆུ་གཉིས་ཀྱི་དུར་མི་རུང་། །སྤྱེག་གམ་རི་ལ་ཤིས་པ་ཡིན། །མཆོན་སྤྱོས་དུད་པ་  
 སྤྱ་ནས་བདུག། །ར་ཡི་ཆེལ་བུས་ལུས་ལ་བྱུག། །ཁྲོ་ག་ཤིང་ཀུན་རས་ཀྱིས་གྱིལ། །རོལ་མོའི་སྤྱ་  
 དང་མཆོད་བསྐྱོད་བྱ། །རིའམ་མཐོ་ཡི་ཁ་ལ་བཞག། ། ༥ ། ཅི་དུག་སྤྱར་དུག་ཤི་བའི་  
 རོ། །སྤྱེག་ཀྱང་མི་རུང་ས་ཆུ་བཟང་། །བསིལ་སྤྱན་མ་བྱའི་ཆེལ་སྤྱར་བྱུག། །མ་བྱའི་སྤྱོད་དང་ཁང་  
 གོས་གཡོག། །སྤྱན་ཆུ་སྤྱན་ཤིང་ཅ་རུ་བཞག། ། ༥ ། ཡམས་ནད་པལ་ཆར་ཤི་བའི་  
 རོ། །སྤྱན་སྤྱ་ཆུ་སྤྱས་ལུས་ལ་བྱུག། །ཁང་མས་མ་སྤྱི་གོས་ཀྱང་གཡོགས། །སྤྱེག་དང་དམར་  
 ཁ་དབྱེ་མི་རུང་། ། ༥ ། སྤྱོ་འཕོག་དག་པོས་ཤི་བའི་རོ། །ཁ་ལ་དག་པོའི་ཐུན་ཀྱིས་བྱུག། །སྤྱོ་  
 ཐུགས་ཁར་བཟུག་མགོར་བལ་ཆོན། །སྤྱ་ལྷ་བཏགས་ཤིང་ལུར་པ་གདག། །དག་བསྐྱེན་  
 རྩོགས་བས་གཤེད་དང་སྤྱལ། །རི་བས་གྱིལ་ལ་ཆུ་ལ་བསྐྱེད། ། ༥ ། རབས་ཆད་རོ་ལ་བྱ་  
 ཤིང་བཅིངས། །འཕོངས་ལ་རྩོ་རྩོ་ཆུ་བྱམ་བྱི། །རང་འཐག་ཡ་  
 མནན། །མདོར་ན་སྤྱོན་ཅན་ཐག་རིང་བསྐྱིངས། །རི་སྤྱ་ཆུ་སྤྱ་བསྐྱེད་ལ་བཏང་། །ཡང་ན་ཆུ་

གམ་ལམ་ལ་མནན། ། ཧྲིལ་ཅིག་སྤྲོ་བར་མི་རུང་ས། ། ལྷ་གཉན་སྤྲོ་གཉན་ལམ་ཆེན་  
དང་། ། ས་གཞི་བྱ་གསུམ་ས་འབྱར་དང་། ། ཅིག་པའི་བྱར་དང་རྩ་བ་སྤྲེགས་བཤུལ། ། འདམ་  
དང་ཆུ་མིག་སར་མི་སྤྲ། ། སྤྲོ་བའི་ས་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ། ། དག་ཅིང་གཙང་བ་ཡིད་འོངས་ཏེ། ། ས་  
གཞུང་མ་ཆད་མ་རལ་བ། ། ས་ལ་གྲོག་པོ་ཤར་ཤུར་མེད། ། ས་ནི་མེ་ཡོང་འབྲ་བ་སྟེ། ། དེ་  
ནམས་སྤྲོ་བའི་ས་རུ་བཟང་། ། ཧྲིལ་ཅིག་ཡུལ་སྤྲོགས་འདི་ཉིད་དུ། ། མངའ་བདག་རྒྱལ་  
པོ་ཆབ་སྲིད་སྟོན། ། བརྩེ་ཏ་དང་ཉན་ཐོས་བཙུན། ། སྤྲེགས་ཐོན་ཡེ་མཁུན་ལྷ་རྩེ་དང་། ། ལྷ་བཟོ་  
ཡིག་མཁན་རྣོས་མཁན་དང་། ། གོས་བཟོ་ལྷམ་བཟོ་ལ་སོགས་བ། ། གཅེས་ཤེས་ཡོན་ཏན་  
ལྷན་པའི་ཆོགས། ། རྒྱན་མི་འཆད་དུ་སྟེལ་བའི་སྤྲ། ། སོ་སོའི་བྱར་ལ་བྱར་ཁང་དང་། ། རོ་  
ཆས་གང་དགོས་བེད་ཀར་གྱི། ། ཤོག་གངས་མཆོ་རི་ཅེ་མདུན་གཟིགས། ། ཧྲིལ་ཅིག་རོ་  
ནམས་ཀྱི་བཏང་ས་ནི། ། མེ་ཆུ་དུག་དང་སྟོས་ཤི་བ། ། གཙང་ཅན་ཡུན་རིང་རིམས་ཀྱིས་  
ཤི། ། སེར་པོའི་སྟེང་དུ་འབྲིང་དུ་བཤད། ། བཟ་ཆན་དགུ་དམར་སྟེང་དུ་རབ། ། རང་རོ་གཡང་ཅན་  
སྤྲིང་མི་འདོན། ། ཁོང་ནས་སྟེང་སྤྲང་འབྲས་སྟེང་ན། ། སྤྲི་རོ་རན་པ་ནང་མི་བཞག། ། ཁོ་དང་ཆང་  
འབྲས་བཞིན་དུ་རན། ། རབས་ཆད་གྲོང་གི་གཉའ་མི་བཞག། ། ཡུར་བ་བྱར་ལ་ཆད་བཞིན་  
རན། ། ཧྲིལ་ཅིག་རོ་སྤྲང་ལ་ནི་རན་པའི་ས། ། འཆི་བའི་ས་ནི་བཙུ་གཉིས་ཡོད། ། དུས་ཆོད་རང་  
རང་སྤྲོགས་སུ་རན། །

གྲུ་གཅིག་གི་གཏོ་ལ།

རོ་ཡོད་ས་དེ་ནས་ཅུང་ཟད་བཀོས་ཏེ། དུད་ཅམ་མགོ་མཐུར་དུ་བསྟན་ལ་བཞག། དེའི་  
གཉའ་ནས་བྱེ་མཐམ་ས་བྱེ་ལ་ཆུ་དགུ་བྱི། སྒང་མའི་འགུ་ག་དགུ་བུག། གོ་བའི་མཉའ་ཤིང་  
མཐོ་རེ་ཡོད་པ་དགུ་བཞག། རྫོ་ལེབ་ལ་སོལ་བའི་རྫོ་རྩེ་རྒྱ་བྱམ་བྱིས་པ་དགུ་བཞག། སྒང་  
བརྒྱད་ཆར་གཅིག་འདོན། ཕྱི་ **དགུ་ཕྱད་** ཉག་པོ་རྩེས་མེད་བྱུབ་པོ་མནན་ནོ་དྲུང་ཁ་  
ཆོད་ཅིག། ཅེས་བརྗོད་ཅིང་དེ་འདྲ་རེ་རོ་ཡི་སྟེང་དུ་འཕང་། དེ་ནས་མགོ་ཡར་བསྟན་  
གཞོག་གཡས་པ་ས་ལ་སའ་ནས་བཞག། ས་བདག་འཁྲུགས་བཅོས་བྲ། སྟིང་གཏེར་བཞག།  
བྲ་གཅིག་ལ་ཤི་ན་དགུ་ཕྱད་ཉག་པོས་བརྒྱག་འགོ་བས་དོང་དུ་མནན་དགོས་པར་བཤད་ཀྱང་གོང་  
ཤི་དེས་ཆོག་དོང་དུ་སྤྲ་མི་དགོས་པ་ཆག་མེད་ཀྱིས་གསུངས།



༩ ཞར་བྱང་དྲ་དགོས་གཤམ་རྒྱུ་དྲར་ལ།

སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་གཉིས་ལས། དང་པོ་སྤྱི་ཆས་ནི། རྒྱུ་དྲའི་ཕྱང་པོ་འཛོག་ཡུལ་གས་ཆག་  
མེད་པའི་རྩ་སྤྱ་གསར་པའི་ནང་ལོག་ཏུ་སྤྱ་ག་འདོད་སྤྱ་ག་པོའི་ཞིང་ས་འདིང་། མི་བརྒྱུད་  
རིང་ཕྱིར་ཆུ་སྤྱ་སྤྱ་གས་ཏེ་བྱེ་ལ་ཆང་ཐར་མ་སྤྱེད་ནས་འདིང་བ་སྤྱར་དུ་འཁོར་བའི་དགོས་  
པ་དང་། ར་སྤྱ་བྱི་སྤྱ་རྩ་སྤྱ་འཛོག་མ་བཅས་བྱིས་ཐ་མར་བསྐྱོར་བའི་ཕྱིས་ན་བཟང་བ་དང་  
སྤྱན་གངས་མང་བའི་དགོས་པ་ཡོད། ཁ་སྤྱ་སྤྱིང་ཞིང་རྒྱུ་སྤྱི་ཁ་འགོག་པ་དང་ནོན་ཕྱིར་  
ལ་བ་དགོ་སྤྱས་གདོང་ལ་གཡོག། བྱ་ཤིང་འོམ་བྱས་མཐའ་ནས་བསྐྱོར་ཏེ་རྒྱུ་མཐེལ་ལ་  
དོ་རྩེ་རྒྱ་གམ་གྱི། ཕྱི་མ་བཟང་འབྲས་ཁ་དོག་མཆར་བ་དང་ཤི་སྤྱ་ཆོད་ཕྱིར་དབལ་བ་  
དང་ལག་གཡམ་པར་མཆལ་བྱི་གཡུང་དྲུང་གི། ལག་གཡོན་བྱ་ཤིང་གི་མགལ་བྱས་  
བཅིངས། ཆོ་རིང་ལ་སྤྱ་ཆོ་གཞན་དུ་མི་འཆོར་ཞིང་ལུས་ལ་འཁོར་ཕྱིར་མཆན་ཁུང་  
གཡམ་གཡོན་དུ་དཀར་གོང་བཅུག། ཁ་མ་ཡིད་ཆེས་སྤྱི་ཕྱིར་གཉིས་ནག་གནས་སར་ལ་  
མཆན་བྱ་ཞིང་། རྩེ་བསྐྱར་མི་དགོས་ཕྱིར་སེ་བ་སྤྱིར་བའི་མདའ་གཞུ་དང་། དེའུ་ལུག་པོ་  
མཆན་བྱ་ཤིང་བཅས་གཞུག། ཁ་དང་ཟས་གོས་མི་འབྲལ་ཞིང་སྤྱ་མི་དབང་དུ་འདུ་བ་དང་  
རྒྱུ་སྤྱི་ཟ་ཁ་འགོག་ཕྱིར་མཁུར་ཆོས་གཡམ་སྤྱ་མའི་བྱ་ཞོ་དང་། གཡོན་དུ་མངར་  
གསུམ་བྱུག། ཕྱི་མ་ནོར་སྤྱ་གས་དང་ལོངས་སྤྱོད་འཕེལ་ཕྱིར་སྤྱས་སྤྱ་འབྲས་ལུག་སྤྱན་  
ལེ་གསུམ་དང་། ར་ལུག་གཡུ་ཡི་བྱ་མ་ཅན་འཛོག། བྱུད་མེད་ཐམས་ཅད་བྱམས་པ་དང་།  
བྱ་པོ་མི་འབྲལ་ཞིང་། བད་དགོན་ཟས་སྤྱོམ་འབྲུང་ཕྱིར་ཁུར་མང་ཞོ་ཡིས་གདོང་ལ་བྱུག་  
ཅིང་སྤྱན་སྤྱ་བྱ་ཞོའི་བྱེ་མར་སྤྱར་ཏེ་ཁར་སྤྱ་གཅིང་། བྱར་སྤྱོན་མཐེང་ཤོག་སྤྱི་པོར་དགའ་  
ཅིང་སྤྱ་ངའི་དེག་པ་མགོ་ལ་བྱུགས་ཏེ་རྩ་ནང་དུ་འཛོག། ཁ་གཅོད་གཡམ་པ་འཛམ་པོའི་  
ནང་ལོག་ཏུ་དོ་རྩེ་རྒྱ་གམ་དང་། རྩེ་དུ་ཨོ་ཡིག་གིས་ཏེ་ཁ་བཅད་ལ་ས་བཟང་པོས་ཞལ་  
བ་བྱ་ཞིང་རྩ་སྤྱི་འོས་ལ་རིན་ཆེན་འབར་བའི་རི་མོ་གིས་ཏེ་བྱ་ཤིང་གསུམ་བྱི་མི་སྤྱོན་

དང་བཅས་ཆུང་གསུམ་ཐོད་པས་མནན། བྱི་གུ་བེ་ཕུ་སྤེ་མོང་གསུམ་དང་། སྤང་མའི་སྒྲོར་  
 བྱས་སྤྱོད་ནས་དག་བ། བཏུན་ཟུག་ཟམ་ཤིང་དང་། དུར་བ་འོག་ཏུ་གཞུག་ཅིང་བཏིང་བ་  
 རྒྱུ་ས་ནི་ཕྱིས་ན་འཁོར་ཞིང་ཆུང་སྤི་མི་ལྡང་། སྤྱོད་བཟང་འོང་བ་དང་མེ་དཔལ་མེ་ལྟར་  
 འབར་སྤིད་མི་འཆད། ཆེ་རིང་། བྱེན་དུ་འབྱེན་པའི་དགོས་པ་ཡོད་དོ། །ཕོ་མོ་བྱུང་མེད་མ་  
 ཡི་མཐོང་སར་གནས་སྤྲོད་མགོ་བོའི་ཕྱོགས་སུ་ཁ་གནས་དུ་བསྐྱོན་ལ་སྤྱོད་བཟུ། ཡང་ན་  
 ཤི་ཆེ་ར་བཞི་གནས་ལ་རྩ་དུར། འབྲིང་བཞི་ཁྱང་ལ་བཞུན་དུར། བ་ཆུང་སར་སྤྱོད་བར་  
 བྱའོ། །གཏོང་བའི་ཕྱོགས་སྤར་ཁའི་སྤོག་འཆོ་དང་དཔལ་བསྐྱེད། སྤེ་བ་སྤྱོད་དུ་དགོ་ཞིང་  
 དུས་ཆོད་ཁྱང་སྤྱོད་ལྟར་བཅི་བ་དང་། ཤི་དུས་གཟུང་སྤྱོད་ཞག་དུས་ངན་ན་སོ་སོའི་བཅོས་  
 དགོས་སོ། །ལག་ལེན་མཁས་པའི་བྱུང་བཅོས་འདིས། །སྤིད་འཁོར་བུ་བྱུ་སྤྱོད་བར་  
 འགྱུར། ། སྤྱོད་མ་ཡི་གནས་སྤྲོད་ཕྱོགས་སུ་མགོ་བསྐྱོན། གནས་ལོའི་ཕྱོགས་སུ་ཁ་  
 བྱུར། གཉིས་བ་བྱེ་བྲག་ཡང་ཁོལ་དུག་སོགས་བེ་དཀར་བུ་བསྐྱེ། ས་བསྐྱེད་དང་ཆོག་གཞན་དུ་ཤེས་པར་བྱ།

### ༥ རྒྱ་ཅིས་ཨེད་ལྷགས་ཀྱི་འཁོར་ཡོ།

༡༡། ཨོ་སྤྱོད་། །འཁོར་ཡོ་འདི་རྒྱ་ཅིས་མེད་ལྷགས་ཏེ། །དབུལ་པོའི་རིགས་ཡོ་ཆས་མ་འཛོམས་པ་ལ། སྤྱོད་འཁོར་སྤྱོད་  
 མོར་བཞག །འོག་འཁོར་ཞབས་ནས་ཡར་བཏགས། དམིགས་པ་ཉི་ཆེ་ཁ་སྤྱོད་ནང་དུ་བ་བཅུད་ནས་འཕྱོ་བར་བསམ། དཀར་  
 གཏོར་བཤམ། **ཨོ་** ཨོ་རྒྱལ་ཨོ། རྒྱ་བ་ལྷོན་ཨོ། ཞག་དམག་ཨོ། རྒྱས་ཆོད་མཆོན་ཆ་ལ་གཟིགས་  
 བའི་ས་བདག་ལ་འབྱལ་ཨོ། མོ་གཅིག་བཅེགས་ལ། ཨོ་མཆོ་བ་རྒྱལ་ས་ཀྱིས་མར་གསོན་ཅིག  
 དམའ་བ་རྒྱལ་ས་ཀྱིས་ཡར་གསོན་ཅིག བད་ཀ་རྒྱལ་ས་ཀྱིས་ཚུར་གསོན་ཅིག འདི་ར་  
 མཁས་ནས་བྱས་པ་ཨོན། དེ་ནས་བྱས་པ་ཨོན། འདི་མཆོད་ཨོ་འཕགས་པ་འཆམ་དཔལ་  
 དབྱུངས་ཡིན་པས་ཀོ་ཡོང་དང་ཕྱག་དོག་མ་བྱེད་ཅིག ཅེས་བཅོད་ནས་བུ་ཁ་ཁྱར་ནས་འཕྱོ། ས་བདག་  
 ཏལ་བྱི་ལྟ་བུའི་སྤྱོད་དུ་ཁྱར་ན་ཉེས་པ་མེད། དམ་ཆོག་དུ་སྤྱོད་མ་འདི་ལ་མོར་བའི་གཏམ་ཅམ་ཡང་མི་བཅོད། །

༥ རྒྱ་ཅིས་ཅིང་ཕྱག་ས་ཀྱི་འཁོར་ལོ།



ཀྱུར་ལ་མཚན་ལ། ཉི་མའི་དཀྱིལ་འཁོར།  
འདི་ཉིད་ཏུ་འདོག



ཅན་མཚན་ལ། ལྷ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར།  
འདི་ལོག་ཏུ་འདོག

༥ ཉི་མ་བརྒྱ་གཉིས་ལ་ཐན་ལྷས་བརྒྱ་གཉིས་ཐབས།

༼བྱ། ཐན་མཐོང་ག་ཤིན་རྗེ་ཨ་མ་སྤང་མགོའི་ཐན། །ཞག་གསུམ་ལྷ་བདུན་ཉི་བ་སྟེང་འདྲ་  
དང། །ས་མ་ལ་དན་ཁ་མཚུ་བར་དང་ན། །བྱི་རྩ་བྱ་ཡོས་བཞིར་དན་གཏོ་བཅས་ལ། །ཚུ་གཏོར་  
མགོ་གསུམ་ཆེ་འབར་སྟོན་ལས་ཞུ། །༼སྤང་། འཆི་བདག་ཐན་ཡིན་ཞག་བདུན་ལྷ་བདུན་  
ཚུན། །མོ་ཉིག་རྩ་མཛོ་བར་གཡོག་ལ་དན་ཅིང། །བྱི་འབྲུག་སྤང་ལུག་བཞིར་ལའང་དན། བཞོག་  
མདོས་ལེན་ཆགས་ལོ་གངས་མདོ་འདོན་ཅིང། །སི་རྩི་འབྲུག་ལྷ་ འབྲུག་ལྷ་ཆེ་ཆུང་གང་བུང་མཆོག་  
གསོལ་ཁ་བྱ། །༼སྟག་ ལྷ་ཡི་ཐན་ཡིན་བྱིས་ལྷ་དང། །ས་བདག་ལྷ་གཉན་འབྲུགས་པས་ཞག་  
ལྷ་ལ། །མཐོན་བྱིས་མི་བཅུད་བྱད་ཁས་གཞོད། །ཁ་མཚུ་ཁང་མེ་དག་རྒྱན་དང། །སྟག་སྟེལ་  
པག་སྟེལ་བཞི་ལ་དན། །སྟེན་སྟེལ་བྱར་སྟེལ་གསོ་ལ་མ་ཉི་ཡུང། །བྱི་བ་འདོན་ཅིང་དག་ཆོས་བྱ། །  
༼ཡོས། ཐན་མཐོང་གཞོད་སྟེན་ལྷ་གཟའི་གཞོད། །སྟེན་ལ་སྤང་ཆད་བྱ་དང་བྱ་མོར་དན། །ཁང་  
མེ་རྩ་མོར་མོར་དོག་ཡོད། །བྱི་རྩ་བྱ་ཡོས་བཞིར་དན་མདོ་འདོན་ཅིང། །གཟའ་ལྷ་འབྲུག་བཅས་

དུར་ཁ་ཆེ་སྒྲོག་དང་། ། རྡོར་བཅོད་དག་བྱ་བས་དཀྱིལ་འཁོར་ཞལ་སྐྱར་བྱ། །བཅན་མདོས་སིངྒེ་  
འབྲུམ་ལྔ་མར་མེ་བརྒྱ། ། རྒྱལ་བ་ བར་སྐྱང་ལྔ་འདྲེའི་ཐན་ཡིན་ཁ་མཆུ་དང་། །ན་ཆ་ཤི་ཆད་ངོ་  
ཡོད་ལྟོར་མི་འགྲོ། །སྐྱལ་སྤེལ་པག་སྐྱལ་བཞི་ལ་ངན། །མ་ནིང་བསྒྲོག་དང་མ་ཉི་བྱེ་བ་  
འདོན། །ཆུ་ཆེན་ཟམ་འཇུགས་སྐྱལ་མཆོད་ལམ་འཕྲང་བཅོས། །སྤུས་མཁར་རྒྱལ་མཆོན་མར་མེ་  
གསོལ་ག་བྱ། ། རྒྱལ་ ས་བདག་སྐྱལ་གཉན་ཐན་ཡིན་པས། །ལོ་ལོན་བྱེ་ཉིག་སྤང་ལུག་ལོར་  
པར་ངན། །བསྒྲོག་དང་དག་ཆོས་བཅན་མཆོད་སིངྒེ་དང་། ། འབྲུམ་ལྔ་དང་ནི་མར་མེ་བརྒྱ་མཆོད་  
བྱ། ། རྒྱ། ལྔ་ཡི་ཐན་ཡིན་ནང་མི་ཐན་བྱིར་ངོ། །སྤྱོ་སྤྱལ་ཉི་བར་གཉན་ལོང་ཁ་མཆུ་  
ཐུག །ཆེ་བ་བཞི་བྱལ་ཅམ་ནས་བྱི་འབྲུག་དང་། །བྱ་ཡོས་བཞིར་ངན་ཆེ་དབང་ལྷ། །སིངྒེ་བྱང་  
བསྒྲོག་ཆེ་ཐར་འབྲུམ་ལྔ་འདོན། ། རྒྱལ་ ས་བདག་ཐན་ཡིན་བན་མོ་བྱི་འབྲུག་དང་། །སྤང་  
ལུག་བཞིར་ངན་མགོན་པོ་དག་ཆོས་བྱ། །སྐྱལ་མཆོད་སིངྒེ་ཆེ་ཐར་ཐོང་། ། རྒྱལ་ གཟའ་  
བདུད་བཅན་གསུམ་ཐན་ཡིན་པས། །བྱུང་བྱང་ཉི་རིག་ལ་ངན་ཞིང་། །ལོ་ལོ་གཉིས་དང་ཉེ་རོར་ཁ་  
མཆུ་འོངོ། །སྐྱལ་སྤེལ་པག་སྐྱལ་བཞིར་ངན་འོད་མདོ་དང་། ། བཅན་གྱི་ལ་བྱེ་དཀྱིལ་འཁོར་ཞལ་  
སྐྱར་དང་། །ལམ་འཕྲང་ཟམ་འཇུགས་མཆོན་ཐུབ་གསུམ། ། རྒྱ། དཔུ་ཡི་ཐན་ཡིན་ཞག་ནི་  
བཅོ་བརྒྱད་ལ། །ཐན་འོང་བྱ་ཡོས་བྱི་ཉི་བཞི་ལ་ངན། །བསྒྲོག་པ་ངོ་དར་གཉིས་འཇུགས་བདུད་  
བསྒྲོག་བྱ། །ཐན་མདོས་དང་ནི་མཆོན་ཐུབ་ལོ་གངས་བྱ། ། རྒྱ། ལྔ་བཅན་ཐན་ཡིན་བྱི་  
འབྲུག་སྤང་ལུག་ངན། །ནམ་འཇོམ་དབང་དང་ཉི་ལྷ་ལྔ་པ་འདོན། །མཆོན་བཅོད་དབང་བཀོང་ཆབ་  
གཉོར་སྤང་ཚུལ་བྱ། ། རྒྱལ་ ལྔ་སྤེན་སྤེ་བརྒྱད་ཐན་ཡིན་ཉེ་རོར་དང་། །ལོ་ལོ་གཉིས་ངན་མགོ་  
གསུམ་བཅལ། །སྤང་བརྒྱད་དང་ནི་ཆེ་གཟུང་བརྒྱ་ཆར་འདོན། །འབྲུམ་འདོན་ལམ་འཕྲང་བཅོས་  
ཤིང་ཟམ་པ་འཇུགས། །

༥ འདིར་ཞལ་མི་གསལ་བ་ནམས་བེ་དཀར་དང་ལྷ་སྤྱོན་སོགས་ལས་ཤེས་པར་བྱ།

༥ འདིའི་མ་བྱི་དང་གསུང་རབ་གྱི་མིང་སོགས་པོད་སྤྱེ་མར་བལྟ།

༩ དེ་ལྟར་ཅིས་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་འགའ་ཞིག་ལས། དགོས་ངེས་དང་ལག་ལེན་དུ་  
འཕྲོད་ངེས་པའི་རྒྱལ་སྤྱོད་ཀྱི་རིགས་ཁ་མཐོང་བ་རྣམས་ཕྱོགས་སྡེ་བས་སུ་བྱས་པའི་དགོས་  
དམིགས་གཙོ་བོ། ལུང་ཆོན་འགའ་ཞིག་ཏུ་སྒྲིམ་ཅན་དང་མཁའ་འགྲོའི་འདུ་ཆོགས་ཙམ་ཡང་མི་  
ཤེས་པར་བྱག་པོའི་གཏོར་ཐོར་ལྟོག་ཕྱོགས་སུ་འཕེན་པ་སོགས་ཀྱི་དབང་གིས་པན་པ་ལས་ལྟོག་  
པའང་མི་ཉུང་བ་རེ་ཡོང་བར་མཐོང་བས། མི་ཤེས་ཤེས་རྩའི་ཅིས་ཀྱི་ལས་སྡེ་འདོན་པ་དག་ལ་པན་  
དུ་རེ་ཞིང་། རང་ཉིད་ཀྱང་སྦྱེས་གཤེན་གསོན་གསུམ་ཀྱི་ཅིས་ལ་འབྲུག་ཆོ། ལུང་དུས་ཀྱི་དབང་  
གིས་ཡིག་ཆ་མང་པོ་ཞིག་འབྱོར་མིན་དང་དཔེ་ལྟོག་སྤྱབ་མིན་ཀྱི་ངལ་བ་སེལ་བའི་ཆེད་དུ་དམིགས་  
པ་ལག་ན་རྒྱ་ཆེའི་གཟིགས་པ་སོ་ཡོངས་ནས་དེ་དོན་མཁྱེན་འཆལ། །

### ༩ སྒྲུབ་སྒྲུབ་པ།

གངས་ཆབ་ཅིས་ཀྱི་གཞུང་རྒྱལ་མངར་མོའི་སྤྱང་ཆེན་བཟུལ་བའི་ཐེགས་མ་འབྲུམ། །  
མོངས་པའི་སྒོ་ཡི་རྒྱུ་ལ་མིན་སྒྲིམ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་པའི་ཐེགས་པ་ཙམ། །  
སྒྲུབ་མཉམ་འགྲོ་ལ་བཅེ་བའི་ཐོལ་གྱིས་རྒྱལ་སྤྱོད་བྱམ་པར་ལེགས་བཟུམ་པ། །  
བག་གྱིས་འབྱོར་བའི་དྲི་མ་སེལ་བའི་འདག་ཆལ་ཞིག་གི་དོད་སྤྱབ་ཡིན།  
འདིར་འབད་རྣམ་དཀར་གང་མཆིས་པ། །འགྲོ་ཀུན་གནས་སྒྲུབས་མཐར་ཐུག་གྱི།  
པན་བདེའི་ལེགས་ཆོགས་ཡར་ངོ་བཞིན། །འཕེལ་བའི་རྒྱ་རུ་སྦྱོར་བར་ཤོག །  
ཅིས་བོད་རབས་བྱང་བཟུ་བཟུན་པའི་སྒྲོས་བྱེད་ཅིས་པ་ཤིང་མོ་ལུག་གི་ལོའི། དབྱུ་གྲུ་རྩེ་བའི་  
དཀར་ཕྱོགས་རྩོགས་པ་གཉིས་པའི་ཉིན། ལུང་སྒྲུབ་ཤོད་དུ་སྦྱེས་པའི་གྲ་བཟུ་ཤིས་འགྱུར་མེད་  
གྱིས་ལེགས་པར་བསྒྲིགས་ཏེ་པར་དུ་བསྐྱུན་པ་དགོ། །

༥ གླིག་སྒྲོར་དང་ཁྱེད་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་ལྟ་བུའི་སྒྲིབ་པ་མེད།  
ཁྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ལྗོངས་དེ་ལྟ་བུ་  
མཐོང་མཁའ་ལྟོག་པ་དང་ཆེན་པོ་  
ཀུན་དཀར་དབྱངས་ལྟོག་པ་



ཡི་གེ་ཉི་ཤུ་ཅུ་ལྟ་བུ་པ་འདི་དཔེ་ཆ་འཛིན་པ་བཞག་ན་དཔེ་ཆ་དེར་ཅི་འདྲར་  
བཞག་མཁའ་ཀྱང་ཉི་ཤུ་ཅུ་ལྟ་བུ་པ་འདི་དཔེ་ཆ་འཛིན་པ་བཞག་ན་དཔེ་ཆ་དེར་ཅི་འདྲར་