



# སྒྲུབ་པ་མེ་ལོང་མ།

མཛད་པ་ལོ། མཛོལ་དཔོན་དབྱུག་པ་ཅན།



ལེའུ་དང་པོ།..... 1

ལེའུ་གཉིས་པ། ..... 13

ལེའུ་གསུམ་པ། ..... 55



༢ གོང་ས་༢ སྐབས་མགོན་ཆུལ་བའི་དབང་པོ་མཆོག་གི་ཐུགས་རྗེ་  
བཀྲིན་འོག་ཕྱན་གྱིས་གཞོན་སྐྱེས་སློབ་གསར་དོན་གཉེར་ཅན་རྣམས་ལ། གྲུ་  
ཤུ་ཉགས་ཅན་གྱི་ལག་ཐོག་ཁ་པར་དང་ iPad སློབ་ཁྲིད་སོགས་བརྒྱུད་  
ནས་དཔེ་དེབ་འདི་བཞིན་བོད་ཡིག་ལམ་ནས་གཟིགས་བདེ་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་  
བཅོས་པ་ཡིན། སྤྲད་ནས་ཀྱང་རིམ་པས་དཔེ་དེབ་དོ་བཤུས་ལག་ཏུ་འགྱུར་  
ཆེ་དེབ་གྲངས་མང་དུ་གཏོང་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་འོང་གི་དེར་སྤྲོད་པའི་ལམ་  
སྟོན་བཀའ་སློབ་དགོངས་འཆར་ལྟར་སྤྲོད་ཡོང་བར་རེ་བསྐྱེད་ཞུ་རྒྱུ་དང་།  
ཞུ་དག་བསྐྱར་མ་སོགས་ལ་རང་རྒྱས་གང་ཡོད་གྱིས་འབད་ཚུལ་གྱིས་ཁྱེད་  
བྱས་ཀྱང་ཆུད་ཆེད་ཞན་སྐབས་ནོར་འབྲུལ་གང་ཞོར་རྣམས་བཅོད་གསོལ་  
ཞུ་རྒྱུ་བཅས།

སེར་སྤྲད་དམར་འཇམ་དབྱངས་བསོད་ནམས་གྱིས།

དེབ་བཅོས་ཐོན་པ་རྣམས་སྤུ་ལ་དགོས་ན་བརྒྱ་རྒྱུད་ནས་རིན་མེད་དུ་ཐུལ་ཆོག་  
བརྒྱུ་ཁ་བྱང་། [marjamson618@gmail.com](mailto:marjamson618@gmail.com)

༄༅། །ཁྱེ་གར་སྐད་དུ། ཀྲ་བྱ་དུ། བོད་སྐད་དུ། སྒྲུབ་པ་མེ་  
ལོང་། འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་གཞིན་རྒྱུ་རྒྱུ་པ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །

མེ་ལོང་པོ།

གདོང་བཞི་གདོང་གི་པད་ཆལ་གྱི། །

ངང་བའི་བྱ་མོ་ཐམས་ཅད་དཀར། །

དབྱངས་ཅན་མ་ནི་ཁོ་བོ་ཡི། །

ཡིད་ལ་རིང་དུ་གནས་པར་མཛོད། །

བསྟན་བཅོས་སྤྲ་མ་རྣམས་བསྐྱུས་ཤིང་། །

སྒྲོར་བ་རྣམས་ཀྱང་ཉིང་མཆོན་ཏེ། །

རི་ལྷོ་རྒྱས་བཞིན་བདག་གིས་ནི། །

སྒྲུབ་པ་རྣམས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་བྲ། །

འདི་ན་ཀུན་དུ་མཆོག་རྣམས་ཀྱང་། །མཆོག་གི་རྗེས་སུ་བསྟན་པ་ཡི། །

ཆོག་རྣམས་ཉིད་ཀྱི་རིན་གྱིས་ནི། །འཛིག་ཉིན་ཕྱགས་ལ་འཇུག་པར་བྱེད། །

གལ་ཏེ་སྤྱོད་སྤང་བ་ནི། །འཁོར་བའི་བར་དུ་མི་གསལ་ན། །འཛིག་ཉིན་

གསུམ་པོ་མཐའ་དག་འདི། །སྤྱོད་རུམ་ཕུན་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར། །སྤྱོད་ཀྱི་རྒྱལ་

པོ་གྲགས་པའི་གཟུགས། །ངག་གི་རང་བཞིན་མེ་ལོང་ཐོབ། །དེ་དག་ཉི་པར་  
མི་གནས་ཀྱང་། །རང་ཉིད་ཉམས་པ་མེད་པ་སྟོས། །མཁས་པས་ཡང་དག་  
རབ་སྐྱར་བའི། །ངག་ནི་ངག་གི་འདོད་འཇོར་བ་ཤད། །དེ་ཉིད་ཉམས་པར་  
སྐྱར་ན་སྐྱར། །སྐྱོར་པོ་བ་ལང་ཉིད་རྫོང་བྱེད། །དེ་སྐྱོར་སྐྱོར་ངག་དག་ལ་  
སྐྱོན། །ཆུང་བར་གྱུར་གྱང་ཅི་ཞིག་ལྟར། །བཏང་སྟོམས་མི་བྱ་ལུས་མཛེས་  
ཀྱང་། །སྐྱོན་གཅིག་གིས་ནི་སྐལ་ངན་འགྱུར། །སྐྱེ་བོ་བསྐྱོན་བཙོས་མི་ཤེས་  
པས། །ཡོན་ཏན་སྐྱོན་དག་རི་ལྟར་དབྱེ། །གཟུགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་དམིགས་པའི་  
སྐབས། །ལོང་བདག་ལ་ཡོད་དམ་ཅི། །དེ་སྐྱོར་མཁས་པས་སྐྱེ་དགྲ་རྣམས། །  
བྱེ་བྲག་རྟོགས་ལ་མཛོད་དགོངས་ནས། །རྣམ་བཟུ་ལམ་ལྟར་ཆོག་རྣམས་  
ཀྱི། །བྱ་བའི་ཆོག་ངེས་པར་སྐྱར། །དེ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་སྐྱོན་ངག་གི། །ལུས་  
དང་རྒྱན་ཡང་རབ་ཏུ་བསྐྱར། །ལུས་ནི་རེ་ཞིག་འདོད་པ་ཡི། །དོན་གྱི་རྣམ་  
བཅད་ཆོག་གི་སྤེང་། །དེ་ཡང་ཆོགས་བཅད་ལྷུག་པ་དང་། །སྤེལ་མ་རྣམ་  
གསུམ་ཉིད་དུ་གནས། །ཆོགས་བཅད་རྒྱང་བཞི་དེ་ཡང་ནི། །ཁྲིའྲ་རྒྱ་ཉི་ཞེས་  
རྣམ་གཉིས། །དེ་ཡི་སྟོས་པ་མཐའ་དག་ནི། །སྤེབ་སྐྱོར་གཞུང་དུ་ངེས་པར་  
བསྐྱར། །རིག་དེ་སྐྱོན་ངག་རྒྱ་མཚོ་ནི། །ཟབ་མོ་བཀལ་འདོད་རྣམས་ཀྱི་གྲ། །  
གྲོལ་བ་དང་ནི་རིགས་དང་མཛོད། །འདུས་པ་ཞེས་བྱ་དེ་འདྲ་ཡི། །ཆོགས་  
བཅད་རྒྱ་ཆེས་རྣམས་བཅིངས། །ཆ་ཤས་རང་བཞིན་སྐྱོར་མ་བཟོད། །སྐྱེས་

བཅིངས་པ་སྒྲིག་ངག་ཆེ། །དེ་ཡི་མཆན་ཉིད་བརྗོད་པར་བྱ། །ཤེས་བརྗོད་  
 རྒྱག་བྱ་དངོས་པོ་ནི། །ངེས་པར་བསྒྲིག་པའང་དེ་ཡི་སྒྲོ། །སྒྲིག་བྱུང་གཏམ་  
 ལས་གྱུར་པའམ། །ཅིག་ཤོས་ལེགས་པ་ལ་བརྟེན་པ། །སྡེ་བཞི་འབྲས་བྱའི་  
 དབང་གྱུར་དང་། །མཁས་ཤིང་ཡིད་འོང་འདྲན་པ་དང་། །གྲོང་སྐྱེར་རྒྱ་མཚོ་  
 རི་དང་དུས། །ཉི་ཟླ་འཆར་བའི་བསྐྱགས་པ་དང་། །སྐྱེད་ཆལ་ཁུ་ཡི་རོལ་  
 ཅེད་དང་། །ཆང་འཕུང་དགའ་བའི་དགའ་སྒྲོན་དང་། །མ་ཚོགས་པ་དང་  
 བག་མ་དང་། །གཞོན་ནུ་སྐྱེད་པའཕེལ་བ་དང་། །གྲོས་དང་པོ་ཉ་བགྲོད་པ་  
 དང་། །གཡུལ་དང་འདྲན་པ་དར་བས་གྱུར་། །བརྒྱན་པར་གྱུར་ཅིང་མདོར་  
 བསྐྱས་མིན། །ཉམས་དང་འགྱུར་བ་དག་གིས་གཏམས། །སྐྱ་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་  
 ཆེ་མིན། །མཉན་འོས་ཤིང་ལེགས་མཆོམས་སྒྱུར། །ཀུན་དུ་སྐྱ་དག་གི་  
 མཐའ། །ཐ་དད་ལྡན་པས་འཇིག་རྟེན་མཛེས། །སྒྲིག་ངག་དམ་པའི་རྒྱན་ལྡན་  
 བེ། །བསྐྱལ་པའི་བར་དུ་གནས་པར་འགྱུར། །གང་ཞིག་ཡན་ལག་འགས་  
 དམན་ཡང་། །གལ་ཏེ་སྒྱུར་ནམས་སྤུན་ཚོགས་ཀྱིས། །དེ་རིག་མགུ་བར་  
 བྱེད་པས་ན། །འདི་ནི་སྒྲིག་ངག་སྒྲིག་མ་ཡིན། །ཐོག་མར་འདྲན་པ་ཡོན་ཏན་  
 ཀྱིས། །ཉེ་བར་བཀོད་ནས་དེ་ཡིས་ནི། །དབྱ་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་ཅེས་པའི། །  
 ལམ་འདི་རང་བཞིན་མཛེས་པ་ཡིན། །རིགས་དང་བཙོན་འགྲུས་ཐོས་  
 སོགས་ཀྱིས། །དབྱ་བོ་ལ་ཡང་བསྐྱགས་བྱས་ནས། །དེ་ལས་རྒྱལ་བྱེད་



འདྲེན་པ་ནི། །ཁྱད་འཕགས་བརྗོད་པ་འང་བདག་དགའ་སྐྱེས། །རྐང་པ་མེད་  
 པའི་ཆིག་རྒྱུན་ནི། །ལྷག་པ་བརྗོད་པ་ངག་དང་གཏམ། །ཞེས་པ་དེ་ཡི་རབ་  
 དབྱེ་གཉིས། །དེ་ལ་འདྲན་པ་ཉིད་གྱིས་ནི། །བརྗོད་པར་བྱ་བ་བརྗོད་པ་ལོ། །  
 གཞན་ནི་འདྲེན་པ་འཕམ་གཞན་གྱིས་ཀྱང་། །རང་གི་ཡོན་ཏན་བསྐྱགས་སྐྱོན་  
 འདིར། །ཡང་དག་དོན་བསྐྱགས་སྤྱིར་ཡོད་མིན། །འོན་ཀྱང་ངེས་པ་མ་  
 མཐོང་སྟེ། །དེར་ཡང་གཞན་གྱིས་བརྗོད་པའི་བྱིར། །གཞན་གྱིས་བརྗོད་  
 དམ་རང་གིས་ཞེས། །དབྱེ་བའི་རྒྱ་ནི་ཅི་ཞིག་ཡོད། །གལ་ཏེ་སྒོ་དང་གཞན་  
 སྒོ་དང་། །ཡིད་བརྟེན་ལྡན་ཉིད་བརྗོད་པ་ནི། །ཐ་དད་པ་ཡི་རྟགས་ཡིན་ན། །  
 ཞར་གྱི་གཏམ་རྣམས་དག་ལ་ཡང་། །འཕགས་པ་སོགས་བཞིན་སྒོ་དང་ནི། །  
 གཞན་གྱི་སྒོ་དག་ཅེས་མི་འདྲུག །ལས་སོགས་སམ་ཨ་ལྷ་སའི། །དབྱེ་བ་  
 མཐོང་ཡང་དེ་ལས་ཅི། །དེ་བྱིར་གཏམ་དང་བརྗོད་པ་ཞེས། །མིང་གཉིས་  
 དག་གིས་རིགས་གཅིག་མཆོན། །ལྷག་མ་བརྗོད་པའི་རིགས་རྣམས་ཀྱང་། །  
 འདི་ཉིད་ནང་དུ་འདུས་པར་འགྱུར། །བུ་མོ་འཕྲོག་དང་གཡུལ་དང་ནི། །བསྐྱེ་  
 དང་དར་བ་ལ་སོགས་པ། །སྐྱེས་བཅེངས་པ་མཚུངས་པ་ཉིད། །དེ་དག་  
 ཁྱད་བྱེད་ཡོན་ཏན་མིན། །སྒྲན་ངག་མཁན་གྱིས་བསམ་བྱས་རྟགས། །  
 གཞན་དུ་ཡང་ནི་སྐྱོན་མི་འགྱུར། །འདོད་དོན་བསྐྱབ་ལ་སྒོ་རུ་ནི། །མཁས་  
 པ་རྣམས་ལ་ཅིས་མི་འགྱུར། །སྤེལ་མ་སྒྲོས་གར་ལ་སོགས་ཏེ། །དེ་དག་

རྣམས་ནི་གཞན་ན་རྒྱལ། །ལྷག་པ་ཆིགས་བཅད་རང་བཞིན་གང་། །ཅམ་  
 བྱ་ཞེས་པ་མངོན་པར་བཟོད། །ངག་གི་རང་བཞིན་དེ་དག་གྲང་། །ལེགས་  
 སྦྱར་དེ་བཞིན་རང་བཞིན་དང་། །བྱར་ཆག་འདྲེན་མ་ཞེས་པ་སྟེ། །རྣམ་པ་  
 བཞི་རུ་མཁས་པས་གསུངས། །ལེགས་སྦྱར་ཞེས་པ་ལྟ་ཡི་ནི། །སྐད་དུ་བང་  
 སྲོང་ཆེན་པོས་གསུངས། །དེ་སྦྱེས་དེ་མཚུངས་ཡུལ་ཅན་ཞེས། །རང་བཞིན་  
 རིམ་པ་དུ་མ་ཡོད། །ཡུལ་འཁོར་ཆེན་པོ་ལ་བརྟེན་སྐད། །ལེགས་བཤད་  
 རིན་ཅན་དག་གི་མཆོ། །སི་རུས་བཅེངས་པ་རང་བཞིན་གང་། །རང་བཞིན་  
 མཆོག་ཏུ་གྱུར་པར་རིག། །སྟོར་སེན་གྱོ་ར་དང་། །ལྷ་ཁྲི་གཞན་ཡང་དེ་  
 འདྲེ་སྐད། །རང་བཞིན་ཉིད་ཅེས་བྲ་བ་ཡི། །ཐ་སྙད་རྣམས་ལ་ཉེ་བར་འགྱུར། །  
 བ་ལང་རྩི་ལ་སོགས་པའི་ཆིག །སྒྲུབ་དག་ལ་བྱར་ཆག་ཅེས་གནས། །བསྟན་  
 བཅོས་རྣམས་ལ་ལེགས་སྦྱར་ལས། །གཞན་པ་བྱར་ཆག་ཉིད་དུ་བཟོད། །  
 ལེགས་སྦྱར་སྐྱེས་བཅེངས་ལ་སོགས། །རང་བཞིན་སྐྱོད་ཀ་སོགས་དང་། །  
 བྱར་ཆག་ཨོ་སར་སོགས་ཏེ། །ཁྲོས་གར་ལ་སོགས་འདྲེས་པའོ། །གཏམ་  
 སོགས་སྐད་ནི་ཐམས་ཅད་དང་། །ལེགས་སྦྱར་གྱིས་གྲང་བཅེངས་པ་སྟེ། །  
 མད་བྱང་དོན་ཅན་རྒྱ་ཆེའི་གཏམ། །འབྱུང་པོའི་སྐད་ཀྱི་རང་བཞིན་བཟོད། །  
 སྒྲེག་དང་རོལ་དང་སྟབས་ལ་སོགས། །སྟ་བའི་དོན་ཡིན་ཅིག་ཞོས་གྲང་། །  
 མཉན་པར་བྲ་བ་ཉིད་ཅེས་བ། །འདི་ཡང་ལུགས་གཉིས་དག་ཏུ་བཟོད། །



ཕན་ཚུན་དབྱེ་བ་སྤྲོ་མོ་ཅན། །ཆོག་གི་ལམ་ནི་དུ་མ་ཡོད། །དེ་ལ་མི་དཔྱད་དང་  
 བོ། །གྲོ་ཁྲི་བྱུང་པར་གསལ་བར་བཟོད། །སྐྱར་བ་རབ་དངས་མཉམ་ཉིད་  
 དང་། །སྐྱར་དང་ཤིན་ཏུ་གཞོན་པ་དང་། །དོན་གསལ་བ་དང་བྱ་ཆེ་དང་། །  
 བཟོད་དང་མཛེས་དང་ཉིང་རེ་འཛིན། །ཡོན་ཏན་འདི་བཅུ་བུ་དཔྱད། །ལམ་  
 གྱི་སྒོག་ཏུ་བཞག་པ་ཡིན། །འདི་དག་པལ་ཆེར་བསྒྲོག་པས་ནི། །གྲོ་ཁྲི་  
 ལམ་དག་མཆོན་པ་ཡིན། །སྐྱར་བ་སྒོག་ཚུང་ཡི་གེ་མཆོག་ །སྒྲོད་པ་ཉིད་  
 གྱིས་མ་རེག་པའོ། །སྒྲོད་པ་སྤྲ་སྤྲ་ཏེ་སྤྲ་ལ། །ལོ་སྤྲ་ལི་ཀ་ལི་སྤྲ་བཞིན། །གྲོ་  
 ཁ་བ་ཡི་རྗེས་ཁྲིད་སྒྲོས། །དེ་འདོད་སྤྲ་ལ་ཏེ་དུ་མ། །ལོ་སྤྲ་ཏི་བྲ་མ་རྗེས་ཤེས། །  
 བུ་དཔྱད་ཡི་སྒྲོར་སྤྲེ་བྱེད། །རབ་དང་ས་སྤྲན་པ་གྲགས་དོན་ཅན། །སྒྲེ་བའི་  
 མཆོན་མ་ལྷུང་ལ་གྱི། །འོད་གྱིས་མཛེས་པ་བྱས་ཤེས་པ། །རྟོགས་པའི་སྤྲལ་  
 བཟང་སྤྲན་པའི་ཆོག་ །དེས་ཆོག་ཡོད་ཕྱིར་གྲོ་ཁ་བ། །ཤིན་ཏུ་གྲགས་པ་  
 མིན་ཡང་འདོད། །ཤིན་ཏུ་དཀར་མིན་ཚུ་ལས་སྒྲེས། །དེ་འདྲས་མཆོན་པ་  
 འོད་དཀར་ཅན། །མཉམ་པ་སྒྲོར་བ་མ་མཉམ་བྲལ། །དེ་ནི་འཇམ་རྩལ་པར་  
 མ་སྒྲེ། །སྒྲོར་བ་འཇམ་རྩལ་པར་མ་ཡི། །ཡི་གེ་བཀོད་པའི་སྒྲེ་གནས་ཅན། །  
 ལུ་བྱུག་ཅ་ཅོ་སྒྲོག་བྱེད་ཅིང་། །ཉར་མ་རབ་འཕྲོར་དངས་ཤིང་དངས། །ཚུ་  
 རྒྱན་ཚུ་ཐིགས་གྱིས་བྲན་པའི། །མ་ལ་ཡ་རྒྱང་བདག་ལ་འོངས། །ཅ་རྒྱན་  
 གྱིས་བསྒྲོས་བྲི་སྤྲར་ཞིང་། །འཇམ་པ་མ་ལ་ཡ་ཡི་རྒྱང་། །བདག་གི་བརྟན་

འགོག་དགའ་མ་ནི། །མཆོག་གི་ཁ་ཡི་རྒྱང་དང་འགྲན། །ཞེས་པ་མི་མཉམ་  
 མ་བརྟགས་པར། །དོན་དང་རྒྱན་གྱི་ཆོགས་དག་ལ། །སྟོས་ནས་ཤར་  
 བྱེགས་པ་དག་ལ། །སྒྲུབ་དག་ལམ་འདི་འབྱུང་བར་འབྱུང། །སྒྲུབ་པ་ཉམས་  
 ལྡན་ཆོག་དང་ནི། །དངོས་པོ་ལ་ཡང་ཉམས་གནས་པ། །སྤང་ཅི་སྤྱོད་པ་  
 སྤང་ཅིས་བཞིན། །གང་གིས་སྟོ་ལྡན་དགའ་བྱེད་པའོ། །སྤྱི་གང་དང་ཅི་  
 ཡིས་ཀྱང་། །གང་ཞིག་མཚུངས་པར་ཉམས་སྤང་བ། །དེ་ཡི་གཟུགས་  
 སོགས་ཆོག་ཉི་བ། །རྗེས་སུ་བྲིད་བཅས་ཉམས་དང་ལྡན། །གང་ཆེ་བྲམ་བེ་  
 དགའ་བ་ཡི། །རྒྱལ་པོ་འདི་ཡིས་དཔལ་ཐོབ་འབྱུང། །དེ་ནས་བཟུང་སྟེ་  
 ཆོས་ཀྱི་ནི། །དགའ་སྟོན་འཛིག་ཉེན་འདི་རུ་འབྱུང་། །ཞེས་འདི་གོ་ཏེ་པ་མི་  
 འདོད། །དེ་དག་རྗེས་སུ་བྲིད་ལ་དགའ། །པལ་ཆེར་རྗེས་སུ་བྲིད་པས་ཀྱང་། །  
 བེ་དཔྱ་ནི་འདི་ཉིད་འདོད། །རྐང་བ་རྣམས་དང་ཆོག་རྣམས་ལ། །ཡི་གེ་  
 བསྐྱར་བ་རྗེས་སུ་བྲིད། །གལ་ཏེ་སྤྲ་མའི་ཉམས་སྤྱོད་ནི། །འདུ་བྱེད་ཉིག་  
 བྱེད་མི་རིང་ཉིད། །སྟོན་མཆོན་དབུ་རྒྱན་ལྷ་བ་ནི། །ཀུན་དཔེ་པོ་པོར་  
 འཁྱུལ་པ་ལ། །མཆོན་མ་ཨི་རྒྱ་རྒྱུ་ལ་མཚུངས། །བྱང་བའི་དཔལ་ནི་ཡང་  
 དག་འཛིན། །མཛེས་མ་མཁའ་ལ་སྤྲོ་བ་ཡི། །དཀྱིལ་འཁོར་མཛེས་པས་  
 བདག་གི་ཡིད། །ཡིད་སྤུབས་ཀྱིས་མནན་བཅེ་མེད་དུ། །འཛོམས་བར་  
 བཅོན་པ་འདི་ལ་སྟོས། །ཞེས་པ་ཉིན་དུ་མི་རིང་བར། །ཐོས་པ་དག་ནི་རྗེས་

ཁྱིད་འདོད། །དགའ་མ་བཞེན་གྱི་ཚུ་སྐྱེས་དང་། །མཚུངས་པ་སྐྱ་བ་ཞེས་མི་  
 འདོད། །བདག་གི་ལུས་དང་ཁྱོ་བ་ལྷ། །འདོད་པ་རྩལ་ཅིང་མཛའ་བོ་ངན། །  
 ཁེངས་པ་ཉམས་ཤིང་ཆགས་པ་རྒྱས། །མྱོངས་པ་སྐྱེས་ཏེ་སྟོག་རྣམས་སོང་། །  
 ཞེས་སྟོགས་སྒྱུར་བ་རྩལ་པ་དང་། །སྟོད་པ་ཡང་ནི་སྟེར་བར་བྱེད། །དེ་བྱིར་  
 དེ་ལྟའི་རྗེས་ཁྱིད་ནི། །སྟོ་བྱེད་པ་རྣམས་མི་སྒྱུར་རོ། །སྒྱུར་བ་ཁོ་ན་  
 ཆོགས་པ་ཡི། །སྟོད་ལུལ་བྱང་དང་ལྡན་པར་རིག། །དེ་ཡང་གཅིག་ཏུ་སྟན་  
 པ་མིན། །དེ་བྱིར་བྱི་ནས་བཤའ་པར་བྱ། །ངེས་པར་རྒྱན་རྣམས་ཀྱན་ལ་  
 ཡང་། །དོན་གྱི་ཉམས་དག་སྒྱུན་པར་བྱེད། །དེ་ལྟ་ན་ཡང་གྲོང་པ་ཉིད། །  
 མིན་པའི་ཁུར་འདི་པལ་ཆར་འཛིན། །འདོད་ལྡན་བདག་ལ་གཞོན་ཏུ་མ། །  
 ཁྱོད་ནི་རི་ལྟར་འདོད་མི་བྱེད། །ཅེས་འདི་གྲོང་པའི་དོན་བདག་ཉིད། །ཉམས་  
 དང་བྲལ་བ་ཁོ་ནར་བྱེད། །གཡོན་མིག་འདོད་པ་གཏུམ་པོ་འདི། །ངེས་པར་  
 བདག་ལ་བརྟེ་བ་མེད། །ཁྱོད་ལ་ཁྱོ་མེད་དགའ་ཞེས་པ། །གྲོང་པའི་དོན་  
 མིན་རོ་དང་ལྡན། །སྒྲ་ལའང་གྲོང་པ་ཉིད་ཡོད་དེ། །དེ་ནི་ལེགས་པའི་ཅིག་  
 ཞེས་གྲགས། །དགའ་བའི་དགའ་སྟོན་བརྗོད་པ་ལ། །རི་ལྟར་ཡ་ཡིག་ལ་  
 སྟོགས་བཞེན། །ཆོག་གི་མཆོམས་སྒྱུར་གྱིས་ཞུགས་དང་། །སྒྲར་ཡང་དག་  
 དོན་དག་གིས་ཀྱང་། །ངེས་པར་རྟོགས་བྱེད་གྲོང་པ་སྟེ། །ཡུ་རྩུབ་ཏུ་བྱི་  
 ཡ་བཞེན། །གཞན་ལ་བསྐྱུན་ནས་སྐྱེས་བུ་ནི། །བེའུ་ལྡན་པའི་བེ་ཤྲོ། །



བརྗོད་པ་ལ། །བྱང་འཕགས་ལྡན་པའི་ཡོན་ཏན་རྟོགས། །དེ་ནི་རྒྱ་ཆེར་  
 བརྗོད་དེ་དེས། །སྒྲན་ངག་ལམ་ཀུན་མགོན་དང་བཅས། །སྒྲོང་བ་རྣམས་ཀྱི་  
 བཀྲོན་པའི་མིག། །ལན་ཅིག་སྒྲོང་གཏོང་ལ་སྒྲུང་བ། །སྒྲ་གཅིག་གནས་  
 སྐབས་དེ་ཡིས་སྒྲར། །གཞན་གྱི་གཏོང་ལ་བསྒྲུལ་ཡིན། །ཞེས་པ་ཉིད་ཀྱི་  
 ངག་འདི་ལ། །གཏོང་བ་བྱང་འཕགས་ལེགས་པར་མཛོམ། །ལམ་འདི་ཉིད་  
 གྱིས་གཞན་དག་ཀྱང་། །རིགས་པ་མཚུངས་པས་དཔག་པར་བྱ། །བསྐྱུགས་  
 པར་འདས་པའི་བྱང་པར་དང་། །ལྡན་པ་རྒྱ་ཆེར་འགའ་ཞིག་འདོད། །རོལ་  
 པའི་ཁུ་སྒྲེས་ཅེ་དགའི་མཚོ། །གསེར་གྱི་རྒྱན་ལ་སོགས་པ་བཞིན། །བརྗོད་  
 པ་ཆོག་སྒྲུང་མང་པོ་ཉིད། །འདི་ནི་སྒྲུག་པ་དག་གི་གསོས། །ཆོགས་བཅད་  
 ལ་ཡང་ཤར་སྒྲོགས་པ། །འདི་ཉིད་དབྱུང་དང་གཉིན་དུ་བཞེད། །དེ་ལ་སྒྲ་  
 དང་ཡང་བ་རྣམས། །མང་དང་ཉུང་བ་ཉིད་སྒྲེལ་བས། །མཐོང་མའ་ཡི་ནི་  
 རྣམ་པ་དེ། །བརྗོད་པ་ལ་སོགས་རྣམས་ལ་བསྐྱུ། །རྒྱབ་ཀྱི་རིམ་གོར་སྒྲུང་བ་  
 ཡི། །མཐའ་དག་ཉི་འོད་མ་ལ་སྒྲན་ཅན། །མཐེགས་པའི་རྒྱ་མ་ལ་གནས་  
 པའི། །གོས་དམར་གཡོ་བཞིན་ཁུ་ལྡན་མ། །ཞེས་པ་བརྗོད་དང་ལྡན་པའི་  
 ཆོག། །ཆོགས་བཅད་ལ་ཡང་ཤར་པ་སྒྲོར། །གཞན་དག་འབྱུགས་མིན་  
 མཛེས་པ་ཡི། །ཆོག་རྣམས་བརྗོད་པར་འདོད་དེ་དཔེར། །ཁུ་འཛིན་ངོས་ཀྱི་  
 བང་ན་ཆགས། །མཚམས་ཀྱི་ཉི་འོད་གོས་དང་ལྡན། །ཁུ་ལྡན་མ་ཡིས་སྒྲ་



ཡི་ཡིད། །འདོད་པས་གཟིར་བར་བྱེད་མི་འགྱུར། །མཛེས་པ་འཛིག་རྟེན་  
 རོན་དག་ལས། །མ་འདས་འགྲོ་ཀུན་ལ་མཛེས་པ་འོ། །དེ་ཡང་གཏམ་གྱི་མ་  
 རོན་བཟོད་དང་། །བསྐྱགས་པ་ལ་སོགས་རྣམས་ལ་འང་སྦྱར། །དཀར་ཐུབ་  
 ཐུང་པོ་ཁྱོད་འབྲེལ་ཡི། །ཞབས་གྱི་རྩལ་ནི་གཙང་མ་རྣམས། །ཡང་དག་བཏབ་  
 པ་གང་ཡིན་པ། །དེ་དག་ཁོ་ན་ངེས་པར་བྱིས། །སྦྱོན་མེད་ལུས་ཅན་ཁྱོད་  
 གྱི་ནི། །ལག་པའི་འཁྲི་ཤིང་པར་དག་ཏུ། །རུ་མར་བ་རྒྱས་འདི་དག་གི་ །གོ་  
 སྐབས་རྟེན་བར་འགྱུར་མ་ཡིན། །ཞེས་པ་བྱད་པར་བཟོད་པ་ཡི། །ལེགས་  
 སྦྱར་དེ་དག་སྤིང་པ་ཉིད། །འཛིག་རྟེན་ལུགས་གྱི་རྗེས་སུ་ནི། །འབྲང་བ་  
 ཐམས་ཅད་མཛེས་པར་འགྱུར། །འཛིག་རྟེན་འདས་ཤིང་བཟོད་འདོད་གྱིས། །  
 རོན་གང་ཤིན་ཏུ་བཀོད་གྱུར་པ། །དེ་ཡིས་མཁས་པ་ཤིན་ཏུ་ནི། །ཆོམ་  
 འགྱུར་ཅིག་ཤོས་མ་ཡིན་དཔེར། །དེང་ནས་བཟུང་སྟེ་བདག་གི་བྱིས། །སྟ་  
 ཡི་བྱིས་བཞིན་བསྟེན་པར་འོས། །ཁྱོད་གྱི་ཞབས་རྩལ་སྦྱང་བ་ཡིས། །ཉིས་  
 པ་དག་ནི་མ་ལུས་བཀུས། །ཁྱོད་གྱི་རུ་མ་འདི་སྟ་བུར། །རྣམ་པར་རྒྱས་  
 པར་གྱུར་པ་འདི། །ངེས་པར་མ་བརྟགས་བྱེད་པོ་ཡི། །རྣམ་མཁའ་དག་ནི་  
 རྩུང་དུར་སྦྱུལ། །འདི་ནི་ཏ་ཅང་བཟོད་པས་ན། །གོ་ཁ་པ་ལ་མཛེས་པར་  
 བཟོད། །འཇུག་པ་སྟེ་མ་གཞན་གྱི་ནི། །ལམ་ལ་སྦྱང་པོ་ཉིད་དུ་བཤད། །  
 གཞན་གྱི་ཆོས་དེ་གཞན་དག་ལ། །འཛིག་རྟེན་ལུགས་གྱི་རྗེས་འབྲང་ནས། །



གང་དུ་ཡང་དག་འཛིན་བྱེད་པ། ཉིང་ངེ་འཛིན་དུ་བཟོད་དེ་དཔེ་པ། ཀྱ་མུང་  
 བེ་མིག་འཇུ་མས་ཤིང་། བསྐྱར་དག་ཀྱང་མིག་འབྱེད་ཅེས། མིག་གི་བྱ་བ་  
 བཀོད་པ་ལས། དེ་ཡི་རྫོད་བྱེད་སྐྱོད་དག་ཐོབ། བིཾ་ཏ་དང་ཕྱུ་རྒྱུ་ཤ། སྐྱུགས་  
 སོགས་པལ་བར་འཇུག་བསྟན་པ། ཤིན་ཏུ་མཛེས་ཏེ་གཞན་དུ་ནི། བྱོང་  
 བ་ཉིད་ཀྱི་རུས་པ་བསྟན། བསྐྱས་ཉི་ཐེར་སྐྱུགས་པ་རྣམས། འཇུངས་ནས་  
 རུལ་དམར་སྐྱུགས་པ་ཡི། ཁ་ཡི་དག་བྱེད་ཐེར་མ་རྣམས། ཤིན་ཏུ་སྐྱུག་  
 བར་བྱེད་པ་བཞིན། ཞེས་པ་མཛེས་ཏེ་མི་མཛེས་པ། རྩུང་མ་སྐྱུག་པ་བྱེད་  
 ཅེས་པའོ། ཅིག་ཅར་ཉིད་དུ་ཆོས་དུ་མ། བཀོད་པ་དག་ཀྱང་འདོད་དེ་  
 དཔེ་པ། ལྷོ་བའི་མངལ་ཁུར་གྱིས་ངལ་ཞིང་། འཁུན་བར་བྱེད་པ་སྤྲིན་གྱི་  
 ཐེང་། འདི་དག་གཡོ་མེད་སྟངས་གི་ནི། བར་པ་དག་ཏུ་ཡང་དག་ཉལ། ཤིན་  
 བྱོགས་མའི་པར་བར་ཉལ་བ་དང་། འཁུན་དང་ལྷོ་བ་ཉིད་དང་དལ། ཞེས་  
 པ་འདི་ནི་མངལ་ལྡན་མའི། ཆོས་མང་པོ་རྣམས་གཞན་ལ་བསྟན། ཉིང་ངེ་  
 འཛིན་ཞེས་བྱའི་ཡོན་ཏན་གང་། འདི་ནི་སྟན་ངག་བདོག་ཀྱན་ཏེ། སྟན་  
 ངག་མཁན་པོ་དོན་མཐུན་གྱི། ཆོགས་ཀྱང་འདི་ཉིད་རྗེས་སུ་འབྱང་། དེ་  
 ལྟར་རང་བཞིན་བརྟགས་པ་ལས། ལམ་ནི་འདི་གཉིས་རྣམ་པར་སྟེ། དེ་  
 དག་དབྱེ་བ་སྟན་ངག་མཁན། སོ་སོ་ལ་གནས་བཟོད་མི་རུས། བྱར་ཤིང་  
 འོ་མ་བྱར་སོགས་གྱི། མངར་བ་ཉིད་གྱིས་བྱད་པར་ཆེ། དེ་ལྟ་མོད་གྱི་དེ་

བརྗོད་པར། །དབྱངས་ཅན་མས་ཀྱང་རྒྱས་མ་ཡིན། །རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་  
 སྟོབས་པ་དང་། །མང་དུ་ཐོས་པ་དེ་མེད་དང་། །མངོན་པར་སྒྲོར་བ་མི་དམན་  
 བ། །སྒྲོན་ངག་ཕུན་སུམ་ཆོག་པ་པའི་རྒྱ། །གལ་ཏེ་སྒྲོན་གྱི་བག་ཆགས་  
 ཡོན་ཏན་གྱི། །རྗེས་འབྲེལ་སྟོབས་པ་མཛད་བྱུང་མེད་པ་ལའང་། །ཐོས་དང་  
 འབད་པ་དག་གིས་ངག་བསྟེན་ན། །ཅི་ཞིག་ལྟར་ཡང་ངེས་པར་རྗེས་འཇིན་  
 གེད། །དེ་སྤྱིར་གྲགས་འདོད་རྣམས་ཀྱིས་ཉག་ཏུ་ནི། །སྟོམ་ལས་མེད་པར་  
 རིམ་པས་དབྱངས་ཅན་བསྟེན། །སྒྲོན་ངག་ཚུང་དུ་ལ་ཡང་ངལ་བྱས་མི། །  
 མཁས་པའི་འདུན་ས་དག་ཏུ་འདུག་ལ་དབང་། །སྒྲོན་ངག་མེ་ལོང་ལས་ལེ་བྱ་  
 རྟེ་དང་པོ་འོ། །

ལེ་བྱ་གཉིས་པ།

སྒྲོན་ངག་མཛེས་པར་བྱེད་པ་ཡི། །ཆོས་རྣམས་རྒྱན་ཞེས་རབ་ཏུ་  
 བརྗོད། །དེ་ནི་ད་ལྟོ་རྣམ་ཉོག་སྟེ། །དེ་དག་མ་ལུས་སུས་འཆད་རྒྱས། །  
 འོན་ཀྱང་རྣམ་ཉོག་ས་པོན་ནི། །སྒྲོན་གྱི་སྟོབ་དཔོན་རྣམས་ཀྱིས་བསྟེན། །དེ་  
 ཉིད་རབ་ཏུ་ལེགས་སྐྱར་སྤྱིར། །ཡོངས་སུ་ངལ་འདི་བདག་གི་འོ། །ལམ་ནི་  
 རྣམ་པར་དབྱེ་དོན་དུ། །རྒྱན་འགའ་ཞིག་ནི་སྤར་ཡང་བསྟེན། །ཐུན་མོང་  
 དག་ཏུ་རྒྱན་གྱི་ནི། །རིགས་གཞན་རབ་ཏུ་བསྟེན་པར་བྱ། །རང་བཞིན་  
 བརྗོད་དང་དཔེ་དང་ནི། །གཟུགས་ཅན་གསལ་བྱེད་བསྟོར་བ་དང་། །འགོག་

དང་དོན་གཞན་བཞོད་པ་དང། །ཕྱོག་པ་ཅན་དང་སྲིད་པ་ཅན། །བསྐྱུས་དང་  
 སྤུལ་བྱང་རབ་བརྟགས་དང། །རྒྱ་དང་ཕྲ་མོ་ཆ་དང་རིམ། །དགའ་དང་  
 ཉམས་ལྡན་གཟི་བརྒྱུད་ཅན། །རྣམ་གྲངས་བརྗོད་དང་ཀྱན་དུ་པན། །རྒྱ་ཆེ་  
 བ་སྒྲོན་དོར་སྐྱར་བ་དང། །བྱང་པར་མཚུངས་པར་སྒྲོར་བ་དང། །འགལ་  
 དང་སྐབས་མིན་བསྟོད་པ་དང། །ཐོལ་སྟོད་ངེས་པར་བསྟན་པ་དང། །སྟན་  
 ཅིག་བརྗོད་དང་ཡོངས་བ་རྗེས་ཤེས། །རབ་སྒྲེལ་དེ་ནས་དགོངས་བ་ཅན། །  
 འདི་དག་ཆིག་རྣམས་དག་གིས་ནི། །རྒྱན་དུ་སྒྲོན་གྱི་མཁས་པས་བསྟན། །  
 དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་དང། །གནས་སྐབས་སྒྲ་ཆོགས་དངོས་  
 གསལ་བྱེད། །དེ་ནི་རང་བཞིན་བརྗོད་པ་སྟེ། །དང་པོའི་རྒྱན་ཡིན་རིགས་  
 སོགས་དཔེར། །མཚུ་ནི་དམར་ཞིང་གྲག་པ་དང། །གཤོག་པ་ལྗང་ཞིང་  
 མཉེན་པ་དང། །མགྱིན་པ་ཁ་དོག་སྐྱམ་སྤེང་ཅན། །ནེ་ཙོ་འདི་དག་ཆིག་  
 འཇམ་ལྡན། །མགྱིན་པའི་ནང་ནས་སྟན་སྐྱགས་ཤིང། །མིག་ནི་ཀྱན་དུ་  
 འཕྱུལ་བ་ཡི། །ཕྱག་རོན་ཅེ་འདོད་དགའ་མ་ལ། །ཡོངས་སུ་བསྒྲོར་ནས་  
 མཚུ་དག་སྒྲོར། །དགའ་མ་ཡི་ནི་རིག་པ་འདིས། །ལུས་ལ་སྐྱུ་ལང་རྒྱས་པ་  
 དང། །ཡིད་ནི་བདེ་བར་བྱེད་པ་དང། །མིག་དག་ཟུམ་པར་བྱེད་ཅིང་འཇུག།  
 མགྱིན་སྒྲོན་ལག་ན་ཐོད་པ་ནི། །གནས་པ་ལྷ་བའི་ཙོད་པན་དང། །སྐྱམ་ཞིང་  
 དམར་བའི་རལ་པ་ཅན། །བྱུ་མཆོག་རྒྱལ་མཆོན་འཁྱུངས་པར་གྱུར། །

རིགས་དང་བྱ་བ་ཡོན་ཏན་རྒྱས། །རང་བཞིན་བརྗོད་པ་འདི་འདྲ་ནི། །བསྟན་  
 བཅོས་ཀྱན་ལ་རྒྱལ་སྤྱོད་ཉིད། །སྒྲུབ་པ་ལ་ཡང་འདི་དག་འདོད། །རྗེ་ལྷ་  
 ཅི་ཞིག་ལྟར་མཚུངས་པར། །གསལ་བར་གང་དུ་རྟོགས་བྱེད་པ། །དེ་ནི་དཔེ་  
 ཞེས་བྱ་སྟེ་དེའོ། །སྒྲུབ་པ་འདི་ནི་རབ་བཤད་བྱ། །མཛེས་མ་ཁྱོད་ཀྱི་ལག་  
 མཐེལ་ནི། །ཆུ་སྐྱེས་བཞིན་དུ་ཀྱན་དུ་དམར། །ཞེས་པ་ཆོས་དཔེ་དངོས་སུ་  
 ནི། །མཚུངས་པའི་ཆོས་དག་བསྟན་བྱེད་ཅོ། །ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་ནི་པར་བཞིན། །  
 མིག་དག་ལྷན་སྒྲུབ་སྟེ་པོ་བཞིན། །ཞེས་པ་ཆོས་ཅིག་རྟོགས་བྱེད་པ། །དེ་ནི་  
 དངོས་པོའི་དཔེ་ཉིད་ཅོ། །ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་བཞིན་པར་ནི། །རྣམ་པར་རྒྱས་  
 པར་གྱུར་ཞེས་པ། །དེ་ནི་གྲགས་པ་བསྒྲེག་པའི་བྱེད། །བསྒྲེག་པའི་དཔེ་  
 ཞེས་བྱ་བར་འདོད། །ཁྱོད་ཀྱི་ཞལ་བཞིན་ཆུ་སྐྱེས་ཏེ། །ཆུ་སྐྱེས་བཞིན་དུ་  
 ཁྱོད་ཀྱི་ཞལ། །ཞེས་པ་པན་ཚུན་བྱེད་འཕགས་ནི། །རྗོད་པར་བྱེད་འདི་པན་  
 ཚུན་དཔེ། །ཁྱོད་ཞལ་པར་ཉིད་དང་མཚུངས། །གཞན་ནི་འགའ་ཞིག་དང་  
 ཡང་མིན། །ཞེས་པ་མཚུངས་པ་གཞན་བསྒྲེག་བྱེད། །འདི་ནི་ངེས་པར་ཉིད་  
 ཀྱི་དཔེ། །རེ་ཞིག་ཁྱོད་གདོང་པར་ཡི། །རྗེས་འགོ་གཞན་ཡང་དེ་འདྲ་བ། །  
 གལ་ཏེ་ཡོད་ན་དེ་བྱེད་འགྱུར། །ཞེས་པ་འདི་ནི་ངེས་མེད་དཔེ། །ཁྱོད་གདོང་  
 མཛེས་པ་ཁོ་ན་ཡིས། །ཟླ་བའི་རྗེས་སུ་འགོ་མིན་ཏེ། །དགའ་བསྐྱེད་ལས་  
 ཀྱིས་གྱུར་ཞེས་པ། །འདི་འདྲ་བསྐྱེས་པའི་དཔེ་ཡང་ཡོད། །ཁྱོད་ཀྱི་ཞལ་ནི་

ཁྱོད་ཉིད་ལ། །མཐོང་ཞིང་སྒྲ་བ་མཁའ་ལ་མཐོང་། །འདི་ཉིད་ཁོ་ན་ཐ་དད་དེ། །  
 གཞན་མེད་ཅེས་ནི་སྤུལ་བྱུང་དཔེ། །དེ་ཡི་བཞིན་དཔལ་ང་ཉིད་ལ། །ཡོད་  
 ཅེས་སྒྲ་བ་སྒྲེམས་མི་དགོས། །བསྒྲ་ལ་ཡང་དེ་ཡོད་ཕྱིར། །ཞེས་པ་འདི་ནི་  
 རབ་བརྟག་དཔེ། །སྒྲིན་ལེགས་གལ་ཏེ་བསྒྲ་ལགལ། །རྣམ་པར་འབྲུལ་བའི་  
 མིག་ལྡན་ན། །ཁྱོད་ཀྱི་བཞིན་ཀྱི་དཔལ་འདྲིན་ཏེ། །ཞེས་པ་འདི་ནི་སྤྲད་བྱུང་  
 དཔེ། །ལུས་སྤྱོད་གདོང་རི་བོང་ཅན། །ཞེས་བརྟགས་ཁྱོད་གདོང་བསམ་  
 པ་ཡི། །སྒྲ་བ་འདི་ཡང་རྗེས་སུ་བསྒྲགས། །ཞེས་འདི་སྤོངས་བའི་དཔེ་རུ་  
 བཤད། །པད་ནང་བྱུང་བ་འཁོར་རམ་ཅི། །ཁྱོད་གདོང་ལ་མིག་གཡོའམ་ཅི། །  
 བདག་གི་སེམས་ནི་རྣམ་པར་གཡོ། །ཞེས་པ་འདི་ནི་ཐེ་ཆོམ་དཔེ། །སྒྲ་བ་  
 སྤྱིངས་བྱེད་མཛེས་པ་འདི། །སྒྲ་བས་ཆར་གཅོད་བསྒྲ་མིན། །དེ་ཕྱིར་ཁྱོད་  
 ཀྱི་གདོང་ཉིད་དོ། །ཞེས་འདི་གཏན་ལ་ཐེབས་བའི་དཔེ། །བསེལ་བེར་ཅན་  
 ཀྱི་འགན་སྒྲ་དང་། །དཔལ་དང་ལྡན་དང་ནི་བཟངས་ཀྱི། །ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་ནི་  
 ཅུ་སྒྲེས་བཞིན། །ཞེས་པ་སྦྱར་བའི་དཔེ་རུ་བཤད། །མཚུངས་བའི་སྒྲ་ཡིས་  
 བཟོད་བྱེད་ཕྱིར། །མཉམ་ཉིད་དཔེ་སྟེ་རི་ལྟར་ན། །སྤྱིང་ཆལ་བྲེང་འདི་བྱ་མོ་  
 བཞིན། །མཛེས་ལྡན་སྤྲ་ལ་ཀླ་ན་ན། །བསྒྲ་རུལ་མང་སྒྲ་བ་འཛད། །དེ་དག་  
 ལས་ནི་ཁྱོད་ཀྱི་བཞིན། །མཚུངས་པ་ལ་ཡང་བྱུང་བར་བཅས། །ཞེས་པ་  
 སྤྲད་བའི་དཔེ་རུ་འདོད། །བསྒྲས་ཆངས་པ་མཆོག་ཏུ་བསྤྱེད། །སྒྲ་བ་བདེ་



འབྲུང་གཙུག་གིས་འཛིན། །དེ་དག་ཁྱོད་གདོང་མཚུངས་ཞེས་པ། །དེ་ནི་  
 བསྐྱུགས་པའི་དཔེ་བཅུ་དོ། །ཡོན་ཏན་ལྡན་ཡང་སྒྲིན་འབྲུར་ཡང་། །ཞེ་  
 བ་ཁྱོད་གདོང་མཚུངས་ཞེས་པ། །བཅུ་འདོད་བདག་གི་ཡིད་ལ་ཡོད། །  
 ཅེས་པ་བཅུ་འདོད་དཔེ་ཞེས་རིག། །འདབ་བརྒྱ་པ་དང་སྒྲིན་ཞེ་དང་། །ཁྱོད་  
 གྱི་གདོང་དང་གསུམ་པོ་ནི། །པན་ཚུན་རྣམ་པར་འགལ་ཞེས་པ། །དེ་ནི་  
 འགལ་བའི་དཔེ་བཅུ་དོ། །དྲི་མ་ལྡན་ཞིང་སྒྲིན་གྱུར་པས། །ཞེ་བ་ལ་ནི་  
 ཁྱོད་གདོང་དང་། །འབྲུན་པའི་རྒྱས་པ་ནམ་ཡང་མེད། །ཅེས་པ་དགག་པའི་  
 དཔེ་ཉིད་དོ། །ཁྱོད་གདོང་རི་དགས་མིག་གིས་མཆོན། །ཞེ་བ་རི་དགས་  
 ཉིད་གྱིས་མཆོན། །དེ་ལྟ་ན་ཡང་འདི་མཚུངས་ཉིད། །ཁྱོད་འཕགས་མིན་  
 ཞེས་ངོ་བསྟོད་དཔེ། །འདི་ནི་བཞིན་ཉིད་པར་མིན། །འདི་དག་བྱང་བ་མ་  
 ཡིན་མིག། །ཅེས་པ་རྣམ་གསལ་མཚུངས་པ་ལས། །དེ་ནི་དེ་ཉིད་བཅུ་པའི་  
 དཔེ། །ཞེ་བ་པར་དག་གི་ནི། །མཛེས་པ་ལས་འདས་ཁྱོད་གྱི་གདོང་། །  
 བདག་རང་ཉིད་དང་མཚུངས་པར་གྱུར། །ཞེས་པ་ཐུན་མོང་མིན་པའི་དཔེ། །  
 པར་མཛེས་པའི་སྒྲིང་པོ་ཀྱན། །འགའ་ཞིག་དག་ཏུ་བསྐྱུས་པ་བཞིན། །ཁྱོད་  
 ཞལ་རྣམ་པར་མཛེས་ཞེས་པ། །དེ་ནི་འབྲུང་མིན་དཔེ་ཞེས་རིག། །ཞེ་བའི་  
 གཟུགས་ལས་དུག་བཞིན་དང་། །ཅན་ལས་ནི་མེ་བཞིན་དུ། །ཞལ་འདི་  
 ལས་ནི་རྩལ་མོའི་ཆོག། །ཅེས་པ་སྤྱི་བ་མིན་པའི་དཔེ། །ཅན་ཚུ་དང་ཞེ་



བའི་ཟེར། །ཆེ་ཤིང་སོགས་བཞེན་སྤྱོད་ཀྱི་ནི། །རེག་པ་བསེལ་ཞེས་བྱུང་  
 བར་དག། །གསལ་བར་བྱེད་པ་མང་བའི་དཔེ། །ལུས་སྤྱོད་ཀྱི་བཞེན་རས་  
 ནི། །ཆེ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལས་བཏོན་བཞེན། །བསྐྱེད་ནང་ནས་སྤྱང་བ་  
 བཞེན། །ཞེས་པ་འདི་ནི་རྣམ་འགྱུར་དཔེ། །འོད་གྱིས་ཉི་བཞེན་ཉི་མ་ཡིས། །  
 ཉིན་བཞེན་ཉིན་གྱིས་མཁའ་ལ་བཞེན། །རྣམ་པར་གཞོན་པས་སྤྱོད་ལ་  
 དཔལ། །འཛིན་ཞེས་དེ་ནི་སྤང་བའི་དཔེ། །གང་ཡང་དག་དོན་ཉིད་ཀྱིས་ནི། །  
 གལ་ཏེ་དག་དོན་ཉིད་འཇལ་ན། །དག་དོན་དཔེ་དེ་བཞེན་སྤྱོད་ནི། །གཅིག་  
 དང་དུ་མས་དེ་རྣམ་གཉིས། །སྤྱོད་གདོང་མིག་ནི་མི་བརྟན་ཞིང་། །སོ་ཡི་  
 འོད་ཟེར་རབ་གསལ་བ། །འདམ་སྦྱེས་སྤང་བ་གཡོ་ལྷན་ནི། །གེ་སར་དག་  
 གིས་མཆོན་བཞེན་མཛེས། །བསྐྱེད་ཅན་བཞེན་ལུས་སྤྱོད་མ། །བསྐྱེད་བཞེན་དུ་དེ་  
 ཡི་གདོང་། །སྤྱང་ཅི་སྤྱོད་པས་བཞེན་དུ་ནི། །བདག་གིས་འཕྱངས་ཤིང་  
 འཕྱངས་ཤིང་ཅིས། །དངོས་པོ་འགའ་ཞིག་ཉིད་བཀོད་ནས། །དེ་ཡི་ཆོས་  
 མཐུན་རབ་བཀོད་པ། །མཉམ་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་པ་ཅན། །ཆེ་བོ་དངོས་པོའི་  
 དཔེ་ཡིན་དཔེར། །རྒྱལ་པོ་རྣམས་ནི་སྦྱེས་གྱུར་གྱང་། །ད་ལྟ་སྤྱོད་འདྲ་  
 གཅིག་གྱང་མེད། །ཡོངས་འདུ་དག་ལ་རྒྱང་འཕྱང་ནི། །གཉིས་པ་ངེས་པར་  
 ཡོད་མ་ཡིན། །ལྷག་པས་དམན་པ་བྱ་བ་ཡི། །ཆོ་ག་གཅིག་ལ་རབ་བསྐྱུས་  
 ནས། །གང་སྦྱས་དེ་ནི་མཚུངས་པ་དག། །སྦྱོར་བའི་དཔེ་རུ་བཤད་དེ་དཔེར། །

བྱ་ལོ་མ་དག་མཐོ་རིས་དང་། །ཁྱོད་གྱིས་ས་བསྐྱུང་མེལ་ཆེ་བྱེད། །དེ་ཡིས་  
 དྲིགས་ལྡན་ལྷ་མིན་དང་། །ཁྱོད་གྱིས་མི་ཡི་བདག་པོ་འཛོམས། །རྒྱལ་པོ་  
 མཛེས་པས་ལྷ་བ་དང་། །གཟི་བྱིན་གྱིས་ནི་ཉི་མ་དང་། །བརྟན་པས་རྒྱ་  
 མཚོ་འཛེས་སུ་བྱེད། །ཅེས་པ་འདི་ནི་རྒྱུད་པར་བློ། །སྒྲོ་ལྡན་མི་དགྲེས་  
 མེད་གང་ལ། །ངེས་པར་དཔེ་ཡི་སྒྲོན་དག་ནི། །ཐ་དང་རྟགས་དང་ཆིག་ལ་  
 མེད། །དམན་དང་ལྷག་པ་ཉིད་ལའང་མེད། །མ་ནིང་འདི་འགྲོ་བྱུང་མེད་  
 བཞིན། །བྱུང་མེད་འདི་སྤྲུལ་སྤྲེས་པ་བཞིན། །བདག་གི་གྲོགས་འདི་སྒྲོག་  
 རྣམས་བཞིན། །རིག་པ་རྣམས་བསྐྱབ་ཅོར་བཞིན་ནོ། །ས་གཞི་སྒྲོང་བ་ཁྱོད་  
 བཞིན་དུ། །ལྷ་ཡི་རྒྱལ་པོ་རྣམ་པར་མཛེས། །ཆ་བེར་ཅན་གྱི་རུས་པ་ལ། །  
 མི་བདག་ །གཟི་ཡིས་འགོང་བར་རུས། །ཞེས་པ་དེ་ལྷ་བྱ་ལ་སོགས། །སྐལ་  
 བཟང་ནམ་ཡང་གཏང་མིན་ཉིད། །སྒྲོར་བ་འགའ་ལ་ངག་རིག་རྣམས། །མི་  
 དགྲེས་པ་ཡོད་ཅིང་ལྟར་ན། །ངང་མོ་བཞིན་དུ་ལྷ་བ་དཀར། །མཚོ་རྣམས་  
 བཞིན་དུ་མཁའ་བྲི་མེད། །ཁྱི་བཞིན་དཔའ་བོ་ཅིང་ལ་གུས། །ཉི་མ་བཞིན་དུ་  
 མེ་ཁྲེར་གསལ། །འདི་འདྲ་སྤངས་ཏེ་མཁས་རྣམས་གྱིས། །རྒྱ་ཡང་འདིར་  
 ནི་བསམ་པར་བྱོས། །བཞིན་ལྟར་ལྷ་བྱ་ཅིང་ལྟར་སྤྲ། །མཐུན་མཚུངས་ཡང་  
 དག་མཚུངས་དང་མཉམ། །ཡང་དག་གསལ་དང་ངེས་པར་གསལ། །རབ་  
 གསལ་གཟུགས་ཀྱི་ལྷ་བོ་དང་། །གཉེན་པོ་དང་ནི་དག་ལྷ་དང་། །སོ་སོར་

རྟོག་དང་འགལ་དང་འབྲ། །བལྟ་བཅས་དང་ནི་བསྐྱ་བ་དང་། །རིགས་མ་ཐུན་  
 རྗེས་སྐྱ་སྐྱ་བ་དང་། །གཟུགས་བརྟན་དང་ནི་སོ་སོར་སྒྲེབ། །གཟུགས་  
 མཚུངས་མཉམ་དང་ཡང་དག་གཞལ། །མཚན་ཉིད་མ་ཐུན་འདྲ་མཚུངས་པ་  
 དང་། །མ་ཐུན་སྒྲོགས་དཔེར་བྱས་དཔེ་དང་རྟོག །དམན་དང་ཅུང་ཟད་དམན་  
 སོགས་དང་། །རབ་ཏུ་སྐྱ་དང་སོ་སོར་བཞུག །རགས་མ་ཐུན་མཉམ་བྱས་སྐྱ་  
 དག་དང་། །གང་ཡང་དམན་མིན་དོན་ཅན་ཆིག །རི་བོང་མཚན་མའི་གདོང་  
 ཅན་སོགས། །འབྲུ་མང་པོ་ཡི་ཆིག་སྐྱད་དང་། །འབྲན་དང་རྒྱལ་དང་སྤང་བ་  
 དང་། །འཁྱུ་དང་མི་མ་ཐུན་སྒྲོགས་པ་དང་། །འཐབ་པ་དང་ནི་འབྲ་བ་དང་། །  
 སྐྱ་འབེབས་བྱེད་དང་སྐྱོད་པ་དང་། །ཅོ་འབྲི་བ་དང་འགོག་པ་དང་། །ཤོད་  
 དང་ཐུག་དོག་མི་བཟོད་དང་། །དེ་ཡི་སྐྱལ་བཟང་འཕྲོག་བྱེད་དང་། །དེ་ཡི་  
 མཛེས་པ་བྱུམ་བྱེད་དང་། །དེ་དག་འབྲན་ལས་ཆར་གཅོད་དང་། །དེ་དག་  
 མཚུངས་ལས་སྟག་པར་མཛེས། །དེ་ཡི་རྗེས་སྐྱ་རྒྱང་འཛོག་དང་། །དེ་ཡི་  
 རུས་པ་ལ་འཇུག་དང་། །དེ་ཡི་རྗེས་འགོ་རྗེས་སྐྱ་འཆིང་། །དེ་ཡི་ངང་ཚུལ་  
 དེ་འགོག་དང་། །དེ་ཡི་རྗེས་སྐྱ་བྱེད་ཅེས་པའི། །སྐྱ་རྣམས་མཚུངས་པ་  
 གསལ་བྱེད་ཡིན། །ཐ་དད་སྤང་མིན་གྱུར་པ་ཡི། །དཔེ་ཉིད་དག་ནི་གཟུགས་  
 ཅན་འདོད། །དཔུང་པ་འབྲི་ཤིང་ལག་པ་ནི། །བརྒྱ་སོར་མོ་ཡལ་འདབ་བོ། །  
 ལག་པའི་འབྲི་ཤིང་སོར་མོ་རྣམས། །ཡལ་འདབ་སེན་མོའི་འོད་ཟེར་ནི། །

མེ་ཏོག་ཏུ་གྱུར་དཔྱིད་ཀྱི་དཔལ། །ཁྱོད་ནི་ངེད་ལ་མངོན་སུམ་རྒྱ། །ཞེས་པ་  
འདི་ནི་མ་བསྐྱས་ཏེ། །སྒྲིམ་བསྐྱས་པའི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །བཞིན་ལྷ་འཇུག་  
པའི་ལྷ་འོད་ཅེས། །གཟུགས་ཅན་བསྐྱས་དང་མ་བསྐྱས་པའོ། །སོར་མོ་  
དམར་བའི་འདབ་སྐྱེད་དང་། །སེན་མོའི་འོད་ཀྱི་གེ་སར་ཅན། །ཁྱོད་ཀྱི་  
ཞབས་ཀྱི་ཚུ་སྐྱེས་ནི། །ས་སྐྱོད་རྣམས་ཀྱི་སྤྱི་བོར་འཛིན། །སོར་མོ་ལ་  
སོགས་འདབ་སོགས་དང་། །རྐང་པ་བརྒྱ་ཉིད་བྱས་ནས། །དེ་འོས་གནས་  
སུ་རྣམ་བཞུགས་པ། །འདི་ནི་མཐའ་དག་གཟུགས་ཅན་ནོ། །གཏུམ་མོ་སྐྱོ་བྱར་  
ཉིད་དུ་ནི། །ཁྱོད་གདོང་མཚུ་ཡི་ཡལ་འདབ་གཡོ། །རྩལ་ཀྱི་ཚུ་ཡི་ཐེག་པ་  
ཡི། །དོག་པ་ལྷ་ཏིག་འོད་ཅན་འཛིན། །འདི་ནི་རྩལ་ཚུ་དོག་པར་བྱས། །  
མཚུ་ཡང་ཡལ་འདབ་ཉིད་བྱས་ཀྱི། །གདོང་ནི་རྣམ་པ་གཞན་མ་བྱས། །དེ་  
བྱིར་ཆ་ཤས་གཟུགས་ཅན་ནོ། །གདོང་པའི་འདམ་སྐྱེས་སྤྱིན་འཁྱོག་ཅིང་། །  
རྩལ་ཀྱི་ཚུ་ནི་ཐེགས་པ་དང་། །མིག་དག་ཀྱན་དུ་དམར་བ་འདི། །སྤྱོད་པའི་  
གནས་སྐྱབས་གསལ་བར་བྱེད། །འདིར་ནི་གདོང་བའི་ཆ་ཤས་དག །རྣམ་  
འགྱུར་མ་བྱས་གདོང་པ་ཉིད། །བརྒྱར་བཞུགས་བྱས་དེས་ན་འདི། །ཆ་ཤས་  
ཅན་ཀྱི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །མཛེས་མ་སྤྱོད་པའི་མཁུར་ཆོས་དམར། །མིག་  
གི་ལྷུང་ལ་དམར་པོ་ཅན། །ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་གིས་སྤྱི་བོ་ནི། །འདིར་ཡང་དམར་  
བའི་རང་བཞིན་བྱས། །འདི་ནི་ཡན་ལག་གཅིག་གཟུགས་ཅན། །དེ་ལྟར་

འདིར་ནི་གཉིས་སོགས་ཀྱི། །ཡན་ལག་རྣམས་ཀྱང་རྟོགས་པར་བྱ། །ལྡན་  
 དང་མི་ལྡན་ཐ་དད་བྱེད། །གདོང་འདི་འཇུ་མ་པའི་མེ་རྟོག་འབར། །གཡོ་བའི་  
 མིག་གི་བྱང་བ་ཅན། །ཞེས་པ་མེ་རྟོག་བྱང་བ་དག། །འཕྲོགས་པས་ལྡན་  
 པའི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །གདོང་འདི་འཇུ་མ་གཤེར་སྒྲོལ་དང་། །སྒྲུ་མ་པའི་  
 མིག་གི་ལྷུང་ལ་ཅན། །སྒྲོལ་ལྷུང་ལ་མི་ལྡན་པས། །ལྡན་མིན་ཞེས་པའི་  
 གཟུགས་ཅན་ནོ། །ཡན་ལག་ཅན་དང་ཡན་ལག་རྣམས། །གཟུགས་བྱས་  
 གཟུགས་སུ་མ་བྱས་ལ། །བརྟན་པས་མི་མཉམ་པ་ཞེས་པའི། །གཟུགས་  
 ཅན་མཛེས་པ་ཡིན་ཏེ་དཔེར། །སྒྲོས་པའི་མཁུར་ཆོས་རབ་དམར་ཞིང་། །  
 སྒྲིན་མའི་འབྲི་ཤིང་གང་བྱེད་པ། །སྒྲོད་གདོང་སྒྲ་བ་ཡིད་བྱུབས་ཀྱིས། །  
 འཛིག་རྟོན་གསུམ་པོ་གཞོམ་པར་བྱས། །འཕྲོག་བྱེད་རྒྱང་པ་ཇོ་ལྷུ་ཡི། །བྱ་  
 མའི་ཚུ་གོས་ཅེ་ལ་བཏགས། །ལྷ་མིན་དོགས་མེད་ལྷ་དགའ་བའི། །དགའ་  
 རྟོན་རྒྱལ་མཆོན་རྒྱལ་གྱུར་ཅིག། །གང་ཞིག་རྟོག་གི་བྱེད་པར་གྱིས། །ཆོགས་  
 ཀྱི་གཟུགས་ནི་འདི་འདྲ་བ། །དེ་ནི་རྒྱང་པ་ལ་བཀོད་འདི། །བྱེད་པར་དང་  
 བཅས་གཟུགས་ཅན་ནོ། །པརྒྱ་རྣམས་ནི་མི་འཇུ་མ་ཞིང་། །ནམ་མཁའ་ལ་  
 ཡང་མི་འཕྲོ་བ། །སྒྲོད་གདོང་སྒྲ་བས་བདག་གི་ནི། །སྒྲོག་རྣམས་འཕྲོག་པ་  
 ཉིད་དུ་བཞུ། །སྒྲ་བའི་བྱ་བ་བྱ་མིན་དང་། །གཞན་གྱི་བྱ་བའི་བྱ་བ་འདིར། །  
 ཡང་དག་བརྟན་ཏེ་དེ་ཡི་བྱེད། །འགལ་བ་ཞེས་བྱའི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །སྒྲོད་



བེ་ཟབ་བས་རྒྱ་མཆོ་སྟེ། །བརྒྱུང་བ་ཉིད་ཀྱིས་རི་བོ་ཡིན། །འཛིག་རྟེན་  
 རྣམས་ལ་འདོད་པ་ནི། །སྟེར་བྱིར་དཔག་བསམ་རྟུང་འཕྱང་ངོ། །འདི་ནི་  
 ཟབ་བ་ལ་སོགས་པའི། །རྒྱ་རྣམས་དག་གིས་རྒྱ་མཆོ་རི། །དཔག་བསམ་  
 ཤིང་ཡང་བྱེད་བས་ན། །འདི་ནི་རྒྱ་ཡི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །ཁྲོགས་མོ་སྤྱོད་ཀྱི་  
 གདོང་པད་ནི། །རྩ་ཇ་ཉི་མས་ཉེར་སྤྱད་འོས། །དྲི་ཞེས་བྱང་བས་དོན་གཉེར་  
 འོས། །ཞེས་པ་སྤྱར་བའི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །གཙོ་བོ་དང་ནི་པལ་བ་ལ། །  
 ཆོས་མཐུན་ཆོས་མི་མཐུན་མཐོང་བས། །དཔེ་དང་ལྟོག་པ་ཅན་ཞེས་པའི། །  
 གཟུགས་ཅན་རྣམ་པ་གཉིས་འདོད་དཔེར། །སྟོས་བས་ཀྱན་དུ་དམར་པ་  
 ཡིས། །བཀའ་པ་བཞེན་ཀྱི་རྩ་བ་འདི། །འཆར་ཀའི་དམར་པ་སྤྱན་ཆོགས་  
 པའི། །རྩ་བ་ལ་ནི་རབ་ཏུ་འགྲན། །ལྟ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་རྩ་བ་དང་། །བདག་  
 གིས་སྤྱོད་གདོང་རྩ་བ་འཕྱང་། །འདི་ནི་གང་བ་མ་ཡིན་ཡང་། །འདི་ནི་རྟག་  
 ཏུ་དཀྱིལ་འཁོར་རྩོགས། །མཛེས་མ་སྤྱོད་གདོང་རྩ་བས་ནི། །འདི་ལྟར་  
 གཞན་དག་གཏུང་བྱེད་བས། །རྩ་བ་ཉིད་དུ་བརྩོད་མིན་ཞེས། །འདི་ནི་  
 འགོག་པའི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །གཏུམ་མོ་སྤྱོད་གདོང་རྩ་བས་ཀྱང་། །བཙེ་  
 བ་མེད་པར་བདག་སྟེག་པ། །བདག་གི་སྐལ་བ་ཉིད་ཀྱི་སྦྱོར། །ཞེས་འདི་  
 མཉམ་འཛོག་གཟུགས་ཅན་ནོ། །སྤྱོད་གདོང་འདམ་སྦྱེས་དོར་འདིར། །སྦྱོར་  
 མའི་འཁྲི་ཤིང་གར་མཁན་མ། །རོལ་སྟེག་དགའ་བས་གར་བྱེད་དོ། །ཞེས་



བ་གཟུགས་ཅན་གྱི་གཟུགས་ཅན། །འདི་ནི་གདོང་མིན་འདི་བསྒྲ། །འདི་  
 དག་མིག་མིན་འདི་བྱང་བ། །འདི་ཁྱོད་སོ་ཡི་འོད་ཟེར་མིན། །འདི་རྣམས་  
 གེ་སར་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གདོང་ལ་སོགས་པ་ཉིད་བསྒྲེག་སྟེ། །བསྒྲ་ལ་སོགས་  
 གཟུགས་བྱས་པས། །ཡོན་ཏན་བྱང་འཕགས་གསལ་བྱེད་པ། །དེ་ཉིད་  
 བསྟོན་དོར་གཟུགས་ཅན་ནོ། །གཟུགས་ཅན་དཔེ་ཡི་རྣམ་ཏྲོག་རྣམས། །  
 མཐའ་ཡོད་མ་ཡིན་དེ་ཡི་བྱིར། །ཕྱོགས་ཅམ་བསྟན་ལ་སྒྲོ་ལྟན་རྣམས། །མ་  
 བརྗོད་རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱ། །རིགས་དང་བྱ་བ་ཡོན་ཏན་རྗེས། །ཆོག་  
 གཅིག་ལ་ནི་གནས་པ་ཡིས། །གལ་ཏེ་དག་ཀྱན་ལ་པན་ན། །དེ་ནི་གསལ་  
 བྱེད་དུ་བརྗོད་དཔེར། །སྟོ་ཡི་རྒྱང་གིས་འཁྲི་ཤིང་ནི། །འདབ་མ་རྩིང་བ་ལྷུང་  
 བར་བྱེད། །དུད་པའི་ལུས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཀྱང་། །ཁེངས་པ་གསར་དུ་  
 འཛོམས་པར་བྱས། །རྒྱའོ་ཆུ་གཏེར་བཞི་དོགས་ཀྱི། །སྐྱེད་མོས་ཆའ་དུ་སོ་  
 ཅན་ཏེ། །ཁོར་ཡུག་རི་བོའི་ཁེངས་སུ་ཡང་། །ཁྱོད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཀྱན་ད་  
 དཀར། །སྒྲོ་བསངས་ཉིད་དོ་ཕྱོགས་རྣམས་ནི། །དབྱར་སྐྱེས་སྐྱིན་གྱི་བླང་  
 བ་ཡིས། །ས་ཡང་རྩ་སྒྲོན་གསར་པ་ནི། །ཤེན་ཏུ་གཞོན་པའི་བླང་བས་སོ། །  
 ཁྱབ་འཇུག་རྣམ་གཞོན་ལ་གནས་པས། །དུ་བྱའི་བྱ་ཡི་འབྱོར་བ་དག །གང་  
 དུ་བཏང་ཞིང་ལྟ་རྣམས་ཀྱི། །ལུན་ཆོགས་གང་ན་གནས་པ་སྤངས། །ཞེས་  
 བ་དང་པོའི་གསལ་བྱེད་བསྟན། །དེ་བཞིན་པར་དང་མཐའ་ཡི་ཡང་། །ཆོག་

དག་བདག་གིས་བསྐྱེད་པར་བྱ། །དེ་དག་ལག་ལ་ཞིག་ལ་འདི་ལྟ་སྟེ། །གར་བྱེད་  
 རི་ཕྱ་ལ་པར་དུ། །སྤྱོད་ལ་ལན་ནོ་མཁུག་སྒྲོ་ཅན། །དག་ལ་བས་རྒྱས་པའི་  
 མིག་དག་ཀྱང་། །ཆུ་འཛིན་ལ་ནི་གཏོད་པར་བྱེད། །དེ་བཞིན་དལ་བྱ་འགྱུར་  
 བྱེད་དེ། །ཆེ་བ་དག་ཀྱང་མེ་བྱ་འགྱུར། །ཅན་ཅན་བྱག་པ་ལྟར་བ་ཡང་། །མཆོན་  
 ལྟར་འབྲམས་པ་རྣམས་ལ་འོ། །ཆུ་འཛིན་གྱིས་ནི་རབ་གཏོར་ཆུ། །བྲིམ་གྱི་  
 གཙུག་ཕྱད་ལྟར་པའི་ཆོག་ས། །སྒྲོག་གི་ཐག་པ་གཡོ་བ་ཡང་། །མེ་ཏོག་  
 གཞུ་ཅན་དག་གིས་དཔུང། །ཁྲིད་གྱི་ལྷུང་ལ་རྣ་བ་ལ། །འདོད་པའི་མདའ་ནི་  
 མདའ་སྟན་ལ། །ངས་ཀྱང་སེམས་ནི་འཆི་བ་ལ། །གསུམ་པོ་འདི་ནི་མཉམ་  
 དུ་བྱས། །དཀར་ཕྱོགས་གྱིས་ནི་འོད་དཀར་ཅན། །འཕེལ་བྱེད་དེ་ཡིས་  
 མདའ་ལྟ་བུ། །དེས་ཀྱང་ཆགས་པ་ཆགས་པས་ཀྱང་། །ན་ཆུང་དག་ལ་བའི་  
 དག་ལ་སྟོན་དཔལ། །ཞེས་སོགས་གསལ་བྱེད་ཡིན་མོད་ཀྱང་། །སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་  
 ལ་སྟོས་པའི། །དག་གི་སྤེང་བ་རབ་ལྟར་བྱེད། །དེ་ནི་སྤེང་བའི་གསལ་བྱེད་  
 འདོད། །ཆུང་གིས་གཙུག་པའི་ཆུ་ཐིགས་ཅན། །སྤྱིན་གྱི་ལུས་མེད་དག་  
 གིས་ནི། །ཨ་བ་ལེ་བ་འཕེལ་བར་བྱེད། །རྩལ་གྱི་དག་ནི་སེལ་བར་བྱེད། །  
 འདིར་ནི་སྤྱིན་གྱི་ཆོག་དག་དང་། །ཨ་བ་ལེ་བའི་ཆོག་དག་གིས། །བྱ་བ་  
 འགལ་བ་ལྟར་པ་དེ། །འགལ་བའི་དོན་གྱི་གསལ་བྱེད་དོ། །ཆུ་འཛིན་དག་  
 གི་སྤེང་བ་འདིས། །ཕྱོགས་རྣམས་ཀྱི་ནི་གོ་སྐབས་སྒོག་ །སྐར་མ་ཡི་ནི་

ཆོག་ས་རྣམས་བཟུང་། །དེང་ཡང་བདག་གི་སྒོག་རྣམས་ལེན། །གང་ཕྱིར་  
 ཟུ་འཛིན་སྤང་བ་ཡི། །བྱ་བ་གཅིག་ཉིད་གསལ་བྱེད་འདིར། །དུ་མའི་སྒྲ་  
 ཡིས་ཉེར་སྤངས་པ། །དེ་ཕྱིར་དོན་གཅིག་གསལ་བྱེད་དོ། །དྲི་ཡི་བཞོན་པ་  
 ཡིད་འོང་མཐོ། །སྒྲོ་བསངས་ཏ་མ་ལ་ཡི་འོད། །སྤྱིན་ནི་མཁའ་ལ་རྒྱ་བྱེད་དེ། །  
 སྤང་ཆེན་འདི་དགས་ལའོ། །འདིར་ནི་ཆོས་རྣམས་ཐ་དད་མིན། །སྤྱིན་དང་  
 སྤང་པོ་རྣམས་དག་ཀྱང་། །རྒྱ་བ་ཉིད་གྱིས་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར། །སྤྱིར་བའི་དོན་  
 གྱི་གསལ་བྱེད་དོ། །རྣམ་པ་འདི་ཉིད་ཁོ་ན་ཡིས། །གསལ་བྱེད་ལ་ནི་རྣམ་  
 ཉོག་པ། །ལྷག་མ་རྣམས་ཀྱང་རྗེས་མ་ཐུན་པར། །མཁས་པ་རྣམས་གྱིས་  
 ཉོགས་པར་བྱ། །གསལ་བྱེད་གྱི་ནི་གནས་ཉིད་དུ། །དོན་སྐྱོར་དང་ནི་ཆོག་  
 སྐྱོར་དང་། །གཉིས་ཀ་བསྐྱོར་བ་ཞེས་པ་ཡི། །རྒྱན་གསུམ་པོ་དག་འདོད་དེ་  
 དཔེར། །ཀ་དཔྱ་ནི་རྣམ་པར་རྒྱས། །ཀྱུ་རྩོད་མ་རབ་གསལ། །ཀནད་ལྷ་  
 བེ་རབ་ཏུ་བྱེ། །ཀ་ཀྱ་ལྷ་ཡང་གྱིས་པར་བྱུར། །སྤྱིན་གྱི་སྤང་བ་དག་གིས་ནི། །  
 མ་བྱའི་ཆོག་ས་རྣམས་འདོད་ལྡན་བྱེད། །ཟུ་སྤྱིན་རྒྱལ་མཆོན་ཅན་གྱིས་  
 དེང་། །ན་རྒྱང་རྣམས་ཡིད་འདོད་ལྡན་བྱེད། །ཀྱན་ལས་རྒྱལ་ནས་དེ་རིང་  
 ཁྱོད། །བཙུན་མོ་རྣམས་དང་ཅེ་བར་བྱེད། །ཁྱོད་གྱི་དབྱ་སྤྲེ་མཐོ་རིས་སོང་། །  
 ལྷ་མོ་རྣམས་དང་ཅེ་བར་བྱེད། །དགག་པ་བརྗོད་པ་འགོག་པ་སྟེ། །དུས་  
 གསུམ་ལ་སྟོས་རྣམ་པ་གསུམ། །དེ་ནས་དེ་ཡང་དགག་བྱ་ཡི། །དབྱེ་བ་

མཐའ་ཡས་སྤྱིར་མཐའ་ཡས། །ལུས་མེད་ཀྱི་ནི་མེ་ཉྱལ་གོ། །མདའ་ལྷས་  
 ཀུན་ལས་རྒྱལ་བར་གྱུར། །ཞེས་པ་མི་སྤྱིད་ཡང་ན་ནི། །དངོས་པོའི་རྒྱས་པ་  
 རྣམ་པར་བཀྲ། །ཞེས་པ་འདི་ནི་རྒྱ་སྟོབས་ཀྱིས། །ལུས་མེད་རྒྱལ་བར་མི་  
 རིགས་སྟོ། །དེ་ལྟར་གྱུར་བཀའ་དེ་ཡི་སྤྱིར། །འདི་འདྲ་དེ་ནི་བྱང་བ་འགོག།  
 སྒྲུབ་སྟོགས་མ་དག་ཅི་ཡི་སྤྱིར། །རྣ་བ་ལ་ནི་ཞུསྟེ་ལ་འཇུང། །ལས་འདི་ལ་  
 ནི་མིག་བྱར་དག། །ཡོངས་རྫོགས་མིན་པར་སེམས་སམ་ཅི། །འགའ་ཞིག་  
 དཀར་མིན་ཞུསྟེ་ལ། །རྣ་བར་བྱེད་ལ་མཛའ་བོ་ཡིས། །དེ་ལྟར་བསྟོད་  
 པས་འགོག་བྱེད་པ། །འདི་ནི་མཛོད་གྱུར་འགོག་པའོ། །རྩོ་བོ་བདེན་པར་སྟོ་  
 བོ་བདག། །གཞན་དང་ཚུས་ནས་འཕྲོས་པའི། །རྒྱ་སྟོགས་ཀྱིས་དམར་མིག་  
 གིས་ནི། །རྣམ་ཡང་མཐོང་བར་འགྱུར་མ་ལགས། །སྤར་ཉིད་ཞིན་ཏུ་ཁེངས་  
 ལྷན་མས། །རྣམ་ཞིག་འདི་ཡི་གཞོད་པ་དག། །འབྱུང་བ་དེ་ལྟར་འགོག་བྱེད་  
 པ། །འདི་ནི་འབྱུང་འགྱུར་འགོག་པའོ། །ལུས་སྤྱོད་ཀྱི་ཡན་ལག་རྣམས། །  
 འཇམ་པ་ཉིད་ཏུ་གནས་པ་བརྟུན། །གལ་ཏེ་བདེན་པར་འཇམ་པ་ན། །སྟོ་  
 བྱར་ཏུ་བདག་ཅི་ལ་གདུང། །གང་སྤྱིར་དེ་ལྟར་འདོད་ལྷན་གྱིས། །དེ་དང་  
 འགལ་བའི་ཆོས་ཀྱིས་འདིར། །བྱད་མེད་ལུས་ནི་འཇམ་པ་དག། །འགོག་པ་  
 འདི་ནི་ཆོས་འགོག་པའོ། །དེ་ནི་མཛོད་སེམས་མ་ཡིན་ཞེས། །རྣམ་རིག་འདི་  
 ནི་ཅི་ལས་སྟེས། །དེར་ནི་འོད་ཅེས་གཡོ་བ་ཉིད། །མཐོང་བར་འགྱུར་གྱི་

ཉེན་མ་ཡིན། །གང་ཕྱིར་གཟུགས་ཅན་མའི་ངོ་མཆར། །བརྗོད་པ་འདོད་  
 བས་འོད་ཅེས་པའི། །ཆོས་འདི་ཁས་སྒྲངས་ཆོས་ཅན་དག །འགོག་འདི་  
 ཆོས་ཅན་འགོག་པའོ། །སྤྱོད་ཀྱི་མིག་དག་དམར་གྱུར་ཅིང་། །མཚུ་ཡི་ཡལ་  
 འདབ་གཡོ་བ་དང་། །སྤྱིན་མ་འཁྱོག་སྟེ་དེ་ལྟ་ནའང་། །ཉེས་པ་མེད་པས་  
 བདག་མི་འཇིགས། །གང་ཕྱིར་མཛའ་མོ་མཁས་པ་ཡིས། །འཇིགས་པ་ཡི་  
 བྱི་རྒྱ་ཡི་གཙོ། །རང་གི་ཉེས་པ་འགོག་གྱེད་པ། །འདི་དག་འདིར་བྱི་རྒྱ་  
 འགོག་པའོ། །མཛའ་བོ་དག་ནི་རིང་ན་གནས། །རྒྱ་འཛིན་བགྲོད་ལྡན་འདི་  
 བྱི་འོངས། །བྱི་རྒྱ་ལ་ཡང་རྒྱས་པར་མཐོང་། །བདག་གི་མིན་པ་འདི་ཅི་གང་། །  
 དེ་རྒྱ་རྒྱ་འཛིན་བགྲོད་པ་སོགས། །མི་བཟད་པ་དག་ཉེར་བཀོད་ནས། །  
 འབྲས་བུ་འཆི་བ་བསྐྱོག་པའི་ཕྱིར། །དེ་ནི་འབྲས་བུ་འགོག་པའོ། །གལ་ཏེ་  
 ག་ཤེགས་ན་ག་ཤེགས་པར་མཛོང་། །སྤྱོད་ཀྱི་བགྲོད་པས་བདག་ལ་ནི། །  
 གདུང་བ་ཡུན་རིང་འབྱུང་མི་འགྱུར། །འདི་ལ་སྤྱོད་ནི་དོགས་མི་འཚལ། །  
 ཞེས་པ་འཆི་བ་གསལ་གྱེད་པས། །རྗེས་གནང་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ནི། །མཛའ་  
 བོའི་བགྲོད་པ་འགོག་གྱེད་པ། །དེ་ནི་རྗེས་གནང་འགོག་པའོ། །ཁོར་ནི་མང་  
 བོ་རྙེད་འགྱུར་ཞིང་། །ལམ་དུ་ཡང་ནི་བདེ་ཞིང་དག། །བདག་སྟོག་ལ་ཡང་ཐེ་  
 ཆོམ་མེད། །འོན་ཀྱང་མཛའ་བོ་འགྲོ་མི་བྱ། །མཛའ་བོ་འགྲོ་བར་སྦྱོར་བ་  
 ཡིས། །རྒྱ་རྒྱས་དག་ནི་རབ་བཞུག་ནས། །དབང་ཉིད་ཀྱིས་ནི་དེ་འགོག་



བ། །འདི་འདྲ་དབང་གིས་འགོག་པའོ། །བདག་ནི་གསོན་རེ་སྟོབས་དང་  
 ལྡན། །འོར་གྱི་བསམ་པ་སྟོབས་ལྡན་མིན། །མཛའ་བོ་གཤེགས་སམ་  
 བཞུགས་ལགས་སམ། །རང་གི་གནས་སྐབས་སྟོས་པ་ལགས། །གང་ཕྱིར་  
 འདི་ནི་ཆགས་ལྡན་མས། །མ་གྲུས་བཞིན་དུ་ཆོག་སྒྱུར་ནས། །མཛའ་བོའི་  
 བགྲོད་པ་འགོག་བྱེད་པ། །འདི་ནི་མ་གྲུས་འགོག་པའོ། །མཛའ་བོ་གཤ་ཉེ་  
 གཤེགས་ན་བཞུད། །ཁྱོད་གྱི་ལམ་ནི་ཤེས་གྱུར་ཅིག །གང་དུ་ཁྱོད་ནི་  
 གཤེགས་པ་དེར། །བདག་ཀྱང་སྐྱེ་བ་ཉིད་གྱུར་ཅིག །དེ་ལྟར་ཤེས་བརྗོད་  
 ལམ་གྱི་གང་། །རང་གི་གནས་སྐབས་གསལ་བྱེད་མས། །མཛའ་བོའི་  
 བགྲོད་པ་འགོག་བྱེད་པ། །འདི་ནི་ཤེས་བརྗོད་ཀྱིས་འགོག་པའོ། །གཤ་ཉེ་  
 ཁྱོད་འགྲོ་བདེན་ཉིད་ན། །ཁྱོད་ཀྱིས་གཞན་པ་འགའ་ཞིག་ཆོལ། །བདག་ནི་  
 གྲགས་འཆོལ་འཆི་བ་ཡིས། །དེ་རིང་ཉིད་དུ་འགོག་པར་འགྱུར། །གང་ཕྱིར་  
 མཛའ་བོའི་དབང་གྱུར་མས། །མཛའ་བོའི་བགྲོད་པ་འགོག་བྱེད་པ། །ཆོག་  
 ལྷ་བ་ཡི་གེ་སྟོན་འགྲོ་ཅན། །དེ་ནི་ལྷ་བ་མོས་འགོག་པའོ། །གཤ་ཉེ་གཤེགས་  
 ན་སྒྱུར་དུ་བཞུད། །ཕྱི་ནས་གཉིན་འདུན་འཁྲུགས་པའི་ཁས། །བསྐྱགས་  
 པའི་ཆོ་ངེས་འགྲོ་བ་ཡི། །གོགས་གྱུར་ཁྱོད་གྱི་ན་བར་འོང་། །གང་ཕྱིར་  
 འདིར་ནི་མཐའ་གཅིག་ཏུ། །ཆགས་མས་གྲོགས་ཉིད་བྱེད་པ་ཡིས། །མཛའ་  
 བོའི་བགྲོད་པ་འགོག་པ་འདི། །གྲོགས་ཉིད་ཀྱིས་ནི་འགོག་པའོ། །བཞུད་



ཅེས་སྤྱོད་དགྱེས་བརྗོད་འདོད་ཀྱང་། །བདག་ཉིད་དགའ་བར་བྱེད་པའི་ཆོག །  
 མ་གཤེགས་ཞེས་པ་ཁ་ནས་ནི། །བྱུང་བར་གྱུར་ལ་བདག་ཅི་བྱེད། །མི་  
 འདོད་དངོས་ལ་འབད་བྱས་པས། །འབྲས་བུ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་བསྐྱེད་པའི། །  
 དོན་མེད་ཉེ་བར་བསྟན་པའི་བྱིར། །དེ་ནི་འབད་པས་འགོག་པའོ། །སྐད་  
 ཅིག་ལྟ་ལ་གོགས་བྱེད་པའི། །རྗེ་མ་བསྐྱེད་པ་ལ་སྤོ་བ། །སྤྱོད་གྱིས་མཛའ་  
 ལ་འགོ་བ་སྒྲོས། །བདག་ནི་དེ་ཡི་འདོད་པ་འདོད། །གང་ཕྱིར་མཛའ་བའི་  
 གཞན་དབང་མས། །དོན་འདིར་ཉེ་བར་གསལ་བྱས་ནས། །མཛའ་བའི་  
 བཟོད་པ་འགོག་བྱེད་པ། །འདི་ནི་གཞན་དབང་འགོག་པའོ། །མགོན་པོ་  
 འབྲལ་བ་བཟོད་པར་བགྱི། །གང་གིས་མིག་བསྒྲོས་དག་ལ་ནི། །འདོད་པས་  
 བསྟན་དུ་མི་མཐོང་བའི། །མཐོང་མིན་མིག་སྟན་བདག་ལ་སྒྲུལ། །འཆོ་བའི་  
 ཐབས་ནི་དགའ་བ་དག །ཉེ་བར་བཀོད་ནས་བདག་པོ་ནི། །འགོ་བ་འགོག་  
 པར་བྱེད་པའི་བྱིར། །འདི་འདྲ་ཐབས་གྱིས་འགོག་པ་བརྗོད། །དོ་བོ་སྤྱོད་གྱི་  
 ཞལ་ནས་ཆོག །བདག་འགོ་ཞེས་པ་ངེས་པར་བྱུང་། །མཛའ་བ་དམན་པ་  
 སྤྱོད་གྱིས་ད། །མ་ཕྱིན་ན་ཡང་བདག་ལ་ཅི། །མཛའ་བ་རྒྱས་པས་མ་  
 བསྐྱམས་པའི། །བདག་ཉིད་སྤོ་བས་མཛའ་བོ་ཡི། །འགོ་བ་ཚུམ་པ་བསྐྱོག་  
 པ་གང་། །དེ་ནི་སྤོ་བས་འགོག་པའོ། །མ་བསྐྱོམ་བུ་མའི་ན་བ་ལ། །མ་བྱས་  
 ཆང་ལ་མ་བཏབ་པར། །སྤྱོད་གྱི་དགྲ་ཡི་རྗེ་ཉིད་དུ། །ཤུལ་སྒྲོན་པོ་བློགས་

བར་གྱུར། །ཕྱ་ངན་བཅས་ཤིང་ལྷན་ལ། །དེ་ལོས་ལས་ནི་བསྒྲུབ་བྱས་ནས། །  
 ཕྱ་ངན་ལོས་པའི་སྐབས་སྟོན་ཕྱིར། །འདི་ནི་ཕྱ་ངན་གྱིས་འགོག་པའོ། །དོན་  
 འདི་འགའ་ཡང་ཆོག་ས་མ་བྱས། །རིག་པ་འགའ་ཡང་མ་བསྐྱབས་ཕྱིར། །  
 དཀའ་ཐུབ་འགའ་ཡང་མ་བསགས་པ། །ན་ཆོད་མཐའ་དག་སོང་བར་གྱུར། །  
 གང་ཕྱིར་འདི་ནི་ཆེ་སོང་བས། །དོན་བསྐྱབ་ལ་སོགས་འགོག་པ་ནི། །  
 འགྱོད་པ་གཙོ་བོར་སྟོན་བྱེད་པ། །འདི་ནི་འགྱོད་པས་འགོག་པའོ། །ཅི་འདི་  
 སྟོན་དུས་ཚུ་འཛིན་ནས། །ཡང་ན་ངང་པའི་ཆོག་ས་སམ་ཅི། །སྒྲི་ནི་རྒྱ་  
 གདུབ་གྱི་འབྲ་བ། །ཐོས་པས་དེ་ནི་ཚུ་འཛིན་མིན། །ཆོས་འདི་ངང་བ་ལ་  
 ཡོད་ཅིང་། །སྒྲི་གྱི་རིགས་ལ་མ་རིག་པས། །གང་ཞིག་ཐེ་ཆོམ་སྒྲུབ་བྱེད་  
 པ། །འདི་ནི་ཐེ་ཆོམ་འགོག་པའོ། །བདུད་ཅིའི་བདག་ཉིད་བསྒྲུབ་ལ། །སྒྲུབ་  
 ཞིང་སྐྱུམ་པའི་དཀའ་འབྲས་ཅན། །ཁྱོད་གདོང་སྒྲུབ་པ་འདི་ཡོད་བཞིན། །སྒྲུབ་  
 བ་གཞན་གྱིས་ཅི་ཞིག་བྱ། །པལ་པའི་སྒྲུབ་པ་ལ་བརྟེན་པ། །དེ་མཚུངས་ཡོན་  
 ཏན་བསྐྱབ་བྱས་ནས། །གཙོ་བོའི་སྒྲུབ་པ་འགོག་བྱེད་པ། །རྣམ་པ་དེ་ལྟར་  
 སྐྱར་པའི་འགོག་ །ཐམས་ཅད་མནན་ཡང་ཁྱོད་གྱིས་ནི། །རྣམ་གཞོན་ཆོམ་  
 པ་མེད་པ་མཆར། །འོན་ཀྱང་སྒྲིག་བྱ་འབར་བ་ལ། །ཆོམ་པ་དག་ནི་རྣམ་  
 ཞིག་མཐོང་། །གང་ཕྱིར་འདིར་ནི་དོན་གཞན་དག །དེ་ཡིས་ཆོས་མཚུངས་  
 བསྐྱབ་བྱས་ནས། །ཡ་མཆན་ཚོམ་པ་འགོག་བྱེད་པ། །འདི་ནི་དོན་གཞན་

འགོག་པའོ། །སྒྲིན་པ་པོ་ཞེས་ནམ་ཡང་ནི། །མི་དབང་ཁྱོད་ལ་མི་བསྟོད་དེ། །  
 གང་ཕྱིར་སྒྲོང་བས་ཁྱོད་གྱི་ལོར། །རང་གི་ཉིད་དུ་བསམས་ནས་ལེན། །  
 ཞེས་པ་ལ་སོགས་འགོག་པ་ནི། །རྒྱ་འགོག་པ་ཞེས་བཤད་པ་སྟེ། །སྒྲིགས་  
 འདི་ཉིད་གྱིས་རྣམ་པར་རྟོག་ །གཞན་པ་དག་གྲང་དཔག་པར་བྱས། །གང་  
 ཞིག་དངོས་འགའ་རབ་བཞོད་ནས། །དེ་ཡི་སྒྲུབ་བྱེད་བྱས་པ་ཅན། །དངོས་  
 པོ་གཞན་དག་འགོད་པ་དེ། །དོན་གཞན་བཞོད་པར་ཤེས་པར་བྱ། །ཀྱན་  
 ཁུབ་ཁུད་པར་ལ་གནས་དང་། །སྒྱར་བ་ཅན་དང་འགལ་བ་ཅན། །མི་འོས་  
 བྱེད་དང་འོས་པའི་བདག་ །འོས་དང་མི་འོས་ལྡོག་པའོ། །འདི་ཡི་དབྱེ་བ་དེ་  
 ལྟ་སོགས། །སྒྲོར་བ་རྣམས་ལ་རབ་ཏུ་མཆོན། །འདི་རྣམས་རང་བཞིན་  
 གསལ་བྱའི་ཕྱིར། །དཔེར་བརྗོད་བྱེད་བ་བསྟན་པར་བྱ། །ལེགས་ལྡན་འགྲོ་  
 བ་རྣམས་གྱི་མིག་ །ཉི་མ་དང་ནི་ལྷ་བ་ཡང་། །བྱབ་པར་གྱུར་པ་ཉིད་ལ་སྟོས། །  
 དེས་པ་ལ་ནི་སྤྱ་ཞིག་འགོངས། །རྒྱ་འཛིན་འདི་དག་ལུས་ཅན་གྱི། །ཡོངས་  
 སྤྱ་གདུང་བ་འཕྲོག་པར་བྱེད། །བདག་ཐོབ་མིན་ནམ་ཆེན་པོ་རྣམས། །  
 གཞན་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཞི་སྦྲད་དུ་འོ། །མ་ལ་ཡ་ཡི་རྒྱུད་གིས་ནི། །འཛིག་རྟེན་  
 དགའ་བ་སྦྱེད་པར་བྱེད། །དུས་ཀྱི་ཁྱེད་ཡང་དག་ལྡན། །ཀྱན་གྱི་སྦྱིང་སྤྱག་  
 མ་ཡིན་ནམ། །མཆོན་མོར་བྱེད་འདི་དེ་མ་དང་། །ལྡན་ཡང་འགྲོ་བ་དགའ་  
 བ་སྦྱེད། །གཉིས་སྦྱེས་དབང་པོ་སྦྱོན་ལྡན་ཡང་། །གཞན་དག་རྗེས་སྤྱ་

འཛིན་པར་རུས། །སྤང་ཅི་འབྱུངས་པའི་མགོན་སྒྲིག་ལས། །བྱང་བ་བྱང་  
བའི་སྤྱོད་ག་གྱང། །རྩ་བར་རྩ་བ་པ་ཉིད་འགྱུར་བ། །འདོད་ལྡན་རྣམས་ཀྱི་  
སྤྲིག་འདི་འདྲ། །ཁུ་སྤྲིས་འདབ་མའི་མལ་སྒྲིག་འདིས། །བདག་གི་ལུས་འདི་  
གདུང་བར་བྱེད། །བསྐྱེད་པའི་བདག་ཉིད་སྤྲིག་བྱ་དང་། །འདྲ་བས་རིགས་  
པ་མ་ཡིན་ནམ། །བསིལ་བེར་ཅན་གྱིས་ཉམས་བྱེད་མོད། །དབྱིད་གྱིས་  
བདག་ནི་ཅི་ལ་གདུང་། །དྲི་མ་ཅན་གྱིས་སྤྱོད་པའི་ལས། །དག་པས་མི་འོས་  
པ་མིན་ནམ། །ཀྱ་མུད་ལྡན་ཡང་སྤྲིག་བྱེད་ན། །བསྐྱེད་འབྱུང་གནས་ཅིས་  
མི་བྱེད། །ལྷ་བས་བབྱང་རྣམས་རྩ་བ་པ་ན། །ཉི་མས་བབྱང་བ་འཇམ་མི་  
འགྱུར། །སྤྱོད་འབྱུག་པའམ་རྟོགས་པ་ཡིས། །དངོས་པོ་གཉིས་ནི་མཚུངས་  
གྱུར་བ། །དེ་ཡི་དབྱེ་བརྗོད་པ་གང་། །དེ་ནི་བསྐྱེད་པ་ཅན་ཞེས་བརྗོད། །  
བརྟེན་དང་ཆེ་བའི་བདག་ཉིད་དང་། །ལྷ་བ་རྩ་མོགས་ཡོན་ཏན་གྱིས། །སྤྱོད་  
དང་རྩ་མཚོ་མཚུངས་ཐ་དད། །སྤྱོད་ལུས་འདི་འདྲ་ཉིད་གྱིས་སོ། །གཅིག་  
ལ་གནས་པའི་ཆོས་གྱིས་ནི། །གཉིས་ཀ་ལ་གནས་ཐ་དད་དག །རྟོགས་  
པའི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་བྱིར། །འདི་ནི་གཅིག་གི་སྤྲིག་པ་ཅན། །ཁུ་ཡི་ཕྱང་པོ་  
དག་དང་སྤྱོད། །མཚམས་ལས་མི་འདབ་བཟུང་བ་སྤྲི། །འདི་ནི་མིག་སྤྲིན་དང་  
མཚུངས་ལ། །སྤྱོད་ནི་གསེར་གྱི་འོད་ཅན་ནོ། །གང་བྱིར་འདིར་ནི་གཉིས་ཀ་  
ཡིས། །འབྱེད་བྱེད་ཡོན་ཏན་ནག་པོ་དང་། །སེར་པོ་དག་ནི་ཐ་དད་བསྐྱེད། །

འདི་ནི་གཉིས་ཀའི་ཕྱོག་པ་ཅན། །ཁྱོད་དང་རྒྱ་མཚོ་དུས་ལྔ་ལྟོ་ །མ་རྒྱ་སྒྲ་ཏེ་  
 རེ་བཅས། །འདི་ཡི་ཁྱོད་གཉིས་ཐ་དད་དེ། །དེ་ནི་ཆུ་བདག་ཁྱོད་མཁས་  
 སོ། །འདི་ནི་སྦྱར་བའི་ཚུལ་ལྟན་ཕྱིར། །སྦྱར་བ་ཅན་ཞེས་གཟུང་བར་མཛོད། །  
 འགོག་པ་ཅན་དང་གཏན་ཚིགས་ཅན། །གཉིས་པོ་དེ་ཡང་བསྟན་པར་བྱ། །  
 ལུགས་དང་ལྟན་ཞིང་བཟོན་པ་དང་། །རིན་ཆེན་འབྱུང་གནས་ཡིན་མོད་  
 གྲང་། །དྲི་མ་ལྟན་པ་ཆུ་སྤོན་གནས། །ཁྱོད་ཀྱི་འགྲན་ཆེ་འབྱུང་མ་ཡིན། །རི་  
 སྤྱིང་རྒྱ་མཚོར་བཅས་པ་ཡི། །ས་གཞི་མཐའ་དག་འཛིན་མོད་གྲང་། །ལག་  
 འགོ་རྣམས་ཀྱི་རྗེར་གྱུར་ཕྱིར། །ལྷག་མ་ཅན་ནི་ཁྱོད་པས་དམན། །སྤྱོད་ག་  
 འབྱུག་པར་མཚུངས་པ་ཡི། །ཕྱོག་པ་ཅན་ནི་འདི་འདྲ་སྟེ། །ཉོགས་པར་གྱུར་  
 བས་མཚུངས་པ་ཡང་། །ཡོད་པ་དེ་ནི་རྗེས་སུ་བསྐྱབ། །ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་དང་  
 བརྒྱ་སྟེ། །འདི་གཉིས་ཀྱི་ནི་བྱད་པར་ཡང་། །བརྒྱ་ཆུ་ལས་སྦྱེས་པ་དང་། །  
 ཁྱོད་གདོང་ཁྱོད་ལ་བསྟན་པའོ། །རི་དགས་མིག་ལ་སྤོན་སྟེག་དང་། །སྤྱོས་  
 པའི་དམར་བས་རེག་པ་མེད། །ཁྱོད་ཀྱི་མིག་ནི་གཉིས་པོ་འདི། །ཡོན་ཏན་  
 དེ་དག་ཉིད་ཀྱིས་བརྒྱན། །སྤྱོད་མར་དབྱེ་བ་ཅུ་ཞེས་བསྟན། །འདི་ནི་ལྷག་  
 པ་ཉིད་བསྟན་ཏོ། །སྤྱོད་ཡང་མཚུངས་པའི་ཕྱོག་པ་ཅན། །གཞན་དག་རབ་  
 ཏུ་བསྟན་པར་བྱ། །ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་དང་བརྒྱ་དཀར། །རྒྱས་ཞིང་དྲི་བཟང་  
 ལྟན་པ་སྟེ། །བརྒྱ་ལ་ནི་བྱང་བ་འཁོར། །ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་ལ་མིག་རབ་གཡོ། །



ཟླ་བ་འདི་ནི་མཁའ་ཡི་རྒྱན། །ངང་བ་འདི་ནི་ཚུ་ཡི་རྒྱན། །མཁའ་འདི་རྒྱ་  
 སྐར་ཐེང་བ་ཅན། །ཚུ་འདི་ཀྱ་ལྷུང་རྒྱས་པ་ཅན། །འདིར་ནི་ཟླ་བ་ངང་བ་དག།  
 དཀར་བ་ཉིད་སོགས་རྟོགས་པ་དང་། །མཁའ་དང་ཚུ་ནི་དག་པ་ཡང་། །  
 རྟོགས་པར་མཚུངས་པའི་དབྱེ་བ་བྱས། །སྤྲ་མ་ལ་ནི་སྤྲ་ལྷན་མཚུངས། །  
 གཉིས་ཀ་ལ་ཡང་ཐ་དད་དབྱེ། །བྱང་བ་མིག་ལ་སོགས་པ་མཚུངས། །དེ་  
 ཕྱིར་མཚུངས་པའི་ལྷོག་པ་ཅན། །རིན་ཅན་སྤང་བས་མི་འཕྲོགས་ཤིང་། །ཉི་  
 མའི་འོད་ཀྱིས་མི་བསྐློགས་པ། །ལང་ཆོ་ལས་བྱུང་ན་ཚུང་གི། །ལྷན་པས་ལྷ་  
 བ་འགོག་པར་བྱེད། །ལྷན་པའི་རིགས་ལས་ལྷན་པ་འདི། །ལྷ་བ་འགོག་པ་  
 ཉིད་ཀྱིས་མཚུངས། །གཞན་དག་གིས་ནི་ཐ་དད་བསྟན། །འདི་ནི་རིགས་  
 མཐུན་ལྷོག་པ་ཅན། །རབ་ཏུ་གྲགས་པའི་རྒྱ་བསྐློག་ནས། །གང་ཞིག་རྒྱ་  
 གཞན་ཚུང་ཟད་དམ། །གང་དུ་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད། །སྟོན་པ་དེ་ནི་སྤིང་བ་ཅན། །  
 མ་འཐུངས་སྟོས་པའི་ཀླ་དཔྱ། །མ་ཕྱིས་དྲི་མ་མེད་པའི་མཁའ། །དྲུངས་པར་  
 མ་བྱས་དངས་པའི་ཚུ། །འགྲོ་བའི་ཡིད་ནི་འཕྲོག་པར་བྱེད། །སྤྲ་མ་བསྐྱས་  
 པར་དཀར་མིན་མིག། །མནན་པ་མིན་པར་སྤྲོས་མ་དམལ། །ཆོན་མ་བསྐྱས་  
 པར་དམར་བ་ནི། །མངོས་མ་ཁྱོད་ཀྱི་མཚུ་འདིའོ། །གང་ཕྱིར་མ་འཐུངས་ལ་  
 སོགས་སྐྱེས། །སྟོས་པ་ཉིད་སོགས་རྒྱ་གཞན་ཅན། །རྒྱ་མེད་དག་ཀྱང་  
 བརྗོད་འདོད་པ། །དེ་ལ་འདིར་ནི་འགལ་བ་མེད། །བསྐྱོས་པ་མེད་པར་ཁ་དྲི་

ཞིམ། །བཙུག་པ་མེད་པར་ལུས་པོ་མཛེས། །རྒྱ་མེད་དག་ཏུ་ཟླ་བ་དག། །རྒྱ་  
 མཚན་མེད་པར་འདོད་པ་གྲོགས། །བསྐྱོས་པ་མེད་སོགས་ཆིག་གིས་འདིར། །  
 རྒྱ་ནི་དངོས་སུ་རབ་བསྐྱོག་ཅིང་། །དྲི་ཞིམ་ཉིད་སོགས་འབྲས་བུ་བརྗོད། །  
 དེ་ཕྱིར་དེ་ནི་སྤྲིད་པ་ཅན། །དངོས་པོ་འགའ་ལ་བསམ་བྱས་ནས། །དེ་དང་  
 མཚུངས་པའི་དངོས་པོ་གཞན། །བསྐྱུས་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྗོད་བྱེད་པ། །དེ་ནི་  
 བསྐྱུས་པ་བརྗོད་པར་འདོད། །བྱང་བ་རྩི་ལྟར་འདོད་པ་བཞིན། །བརྒྱ་རྒྱས་  
 ལ་སྤྲང་ཅི་འབྱུངས། །དྲི་ཞིམ་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ཡང་། །མེ་ཏོག་ཁ་མ་བྱེ་སྦྱོར་  
 ལྟོས། །ཆགས་ལྡན་བྱད་མེད་དར་མ་ལ། །དགའ་བའི་ཅི་དགས་བཅིངས་པ་  
 དག །བྱ་མོ་འགའ་ཞིག་དག་ལ་ཡང་། །འདོད་པ་འཕེལ་བ་སྟོན་པར་བྱེད། །  
 བྱད་པར་ཅན་ཅམ་ཐ་དད་ཅིང་། །བྱད་པར་རྣམ་པ་མཚུངས་པའང་ཡོད། །  
 བྱད་པར་ཐ་དད་ཐ་དད་མིན། །འདི་ནི་གཞན་པ་དག་ཀྱང་ཡོད། །རྩ་བརྟན་  
 འབྲས་བུའི་ཁུར་གྱིས་ནི། །སྤྲོང་རྣམས་ཏྲག་ཏུ་རྒྱས་པར་བྱེད། །གྲིབ་མ་  
 ལྷུ་མ་པའི་སྟོན་པ་ཆེ། །འདི་ནི་བདག་གིས་ཡང་དག་ཐོབ། །ཡལ་གའི་ཁྱོན་  
 ནི་མི་ཚུང་ཞིང་། །མེ་ཏོག་འབྲས་བུ་ཕུན་སུམ་ཆོགས། །དམ་པའི་གྲིབ་  
 བསིལ་བརྟན་ལྡན་པའི། །ཞིང་འདི་བདག་གི་སྐལ་བས་རྟེན། །གཉིས་ཀ་ལ་  
 ཡང་སྦྱེས་བུ་འགའ། །སྟོན་པ་ཉིད་གྱིས་ཉེ་བར་བསྐྱུགས། །ཆོས་རྣམས་  
 ཐམས་ཅད་སྤྲུལ་ལ། །ཕུན་མོང་གཞན་ལ་རྣམ་པ་གཉིས། །སྐྱུལ་ངན་

འགྲོགས་པ་དང་བྲལ་ཞིང་། །རང་བཞིན་གྱིས་ནི་མངར་བའི་ནང་། །ཀྱེ་མ་  
 ལྷ་ཡི་གཏེར་འདི་ནི། །དུས་གྱིས་ཡོངས་སུ་སྐྱམ་པར་གྱུར། །རྒྱ་མཚོ་ལ་ནི་  
 དེ་མཚུངས་པ། །སྐྱེས་བུའི་ལྷོག་པ་གསལ་བྱེད་ཅིང་། །སྤྲ་མའི་ཚོས་ནི་  
 བཟློག་པའི་བྱིར། །འདི་ནི་སྤོན་མེད་བསྐྱུས་པར་བཟོད། །ཁྱད་པར་གྱི་ནི་  
 བཟོད་འདོད་གང་། །འཛིག་རྟེན་མཚམས་ལས་བཀྲལ་གྱུར་པ། །ཕུལ་བྱ་  
 བྱང་བར་བཟོད་པ་འདི། །རྒྱན་གྱི་དམ་པ་ཡིན་ཏེ་དཔེར། །མསྐྱེ་ཀླ་ཡི་སྤང་  
 ཚོགས་ཅན། །ཕུས་ཀྱན་ཁྱབ་པའི་ཅ་རྒྱན་གཤེར། །དཀར་བའི་གོས་ཅན་  
 སྤོན་འགྲོ་མ། །ཟླ་བའི་འོད་ལ་མཚོན་མ་ཡིན། །ཟླ་བའི་འོད་ནི་ལྷག་པ་ཉིད། །  
 ཁྱད་འཕགས་ལྷན་བཟོད་དེ་བཞིན་དུ། །ཐེ་ཚོམ་ཕུལ་བྱང་ལ་སོགས་གྱང་། །  
 གསལ་བྱིར་ཅུང་ཟད་བསྐྱུས་པར་བྱ། །དགའ་མ་ཁྱོད་གྱི་བྱ་མ་དང་། །དབྱི་  
 ཡི་བང་ན་རྒྱང་པ་ནི། །ཡོད་དམ་མེད་ཅེས་བདག་གི་ནི། །ཐེ་ཚོམ་ད་དུང་  
 བཟློག་མ་གྱུར། །ནི་ཏ་སྤྲི་ནི་ཁྱོད་ལ་ནི། །རྟེན་པ་ཡོད་ཅེས་ངེས་པར་བྱས། །  
 འོ་མ་འཛིན་པའི་ཁུར་གནས་པ། །རྣམ་པ་གཞན་དུ་སྤྲིད་མ་ཡིན། །ཁྱོད་གྱི་  
 གྲགས་པའི་ཕུང་པོ་ནི། །དཔག་བྱས་མིན་ཡང་འདིར་ཤོར་བ། །ས་སྐྱོང་  
 སྤྲིད་པ་གསུམ་གྱི་ནི། །ཁོངས་དག་ཨེ་མ་ཤེན་ཏུ་ཡངས། །རྒྱན་ནི་གཞན་  
 པ་དག་ལས་གྱང་། །དག་གི་དབང་པོས་མཚོད་གྱུར་བ། །ཕུལ་བྱང་ཞེས་ནི་  
 བཟོད་པ་འདི། །གཅིག་སྤྲི་ཉིད་ནི་མཚོག་ཏུ་བཟོད། །སེམས་ལྷན་དག་ག་མ་

ཅེག་ཤོས་ཀྱི། །རྣམ་པ་གཞན་དུ་གནས་པའི་ཚུལ། །གང་དུ་རྣམ་གཞན་  
 རབ་རྟོགས་པ། །དེ་ནི་རབ་རྟོག་དུ་རིག་དཔེར། །ཉིན་གུང་ཉི་མས་གདུངས་  
 པ་ཡི། །སྤང་པོ་དག་ནི་མཆོར་འཇུག་པ། །ཉི་མའི་ཕྱོགས་གུང་པར་རྒྱ་རྣམས། །  
 གཞོམ་པར་འདོད་པ་ཡིན་ནམ་སྟུལ། །ཁྱུས་དང་བརྟུང་དང་པད་ཅ་དག།  
 བཟའ་སྤྱིར་ལག་ལྡན་ཆུར་འཇུག་པ། །དེ་ནི་འཁོན་ལན་སྤྲོན་སྤྱིར་ཞེས། །  
 སྟོན་ངག་མཁན་གྱིས་རབ་བརྟགས་བརྗོད། །འདི་ནི་བདག་གི་རིང་བ་དག།  
 འགོག་བྱེད་ན་བའི་རྒྱན་ཞེས་ཏེ། །སྤྱོད་གྱི་མིག་གིས་རྣ་བ་ཡི། །ཟུངས་དག་  
 ལ་འགོངས་པ་འདྲ། །མིག་ཟུར་ཆར་ནི་ལྷུང་གྱུར་པ། །མིག་གི་འོད་གྱིས་  
 ཟུངས་ལ། །རེག་པ་མིན་ཡང་སྟོན་ངག་མཁན། །དེ་ལྟར་རབ་དུ་བརྟགས་ཏེ་  
 བརྗོད། །ཟུན་པ་ལུས་ལ་འབྱུག་པ་བཞིན། །མཁའ་ནི་མིག་སྤྲོན་ཆར་  
 འབེབས་བཞིན། །ཞེས་འདི་ཡང་ངོ་རབ་རྟོག་གི། །མཆོན་ཉིད་ལྡན་པ་ཤིན་  
 དུ་མང། །འདིར་ནི་བཞིན་གྱི་སྤྱོད་ཡིས་འགའ། །དཔེ་འདི་ཉིད་དུ་འཁྱུལ་བ་  
 བསྐྱེད། །ཏིང་ངའི་མཐའ་ཡིས་དཔེ་མ་ཡིན། །ཞེས་པ་ཡིད་ཆེས་གསུང་  
 བཟླས་ནས། །དཔེ་དང་དཔེར་བྱ་ཉིད་དག་ནི། །མཚུངས་པའི་ཆོས་ལ་ལྟོས་  
 པས་ན། །འབྱུག་པ་དང་ནི་ཟུན་པ་ལ། །ཆོས་འདི་མངོན་པར་གྱུར་ཏམ་ཅི། །  
 གལ་ཏེ་འབྱུག་པ་ཉིད་འདོད་ན། །འབྱུག་ཅེས་བྱ་བ་གཞན་པ་ཅི། །དེ་ཉིད་  
 ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་ཡང་། །ཞེས་པ་མ་ཟྱོས་འཆད་མ་ཡིན། །གལ་ཏེ་བྱེད་

བ་ངེས་ཡིན་ན། །བྱ་ཆོག་ལ་འདི་དབང་བྲལ་འགྱུར། །རང་གི་བྱ་བ་སྐྱབ་མི་  
 རུས་པ། །གཞན་གྱི་ལྷོས་བྱར་མི་འགྱུར་རོ། །གང་གིས་འབྱུག་པ་འདི་དང་  
 བོ། །ཐུན་པ་མཚུངས་ཞེས་སྒྲུབ་ཡང་། །ལུས་ལ་ཞེས་པ་མ་འབྲེལ་ཏེ། །དེ་  
 ཡང་ཡོན་ཏན་མཚུངས་པ་བཟླ། །དཔེར་ན་ཁྱོད་གདོང་རྩ་བ་བཞིན། །ཞེས་  
 བས་མཛེས་པ་རྟོགས་འགྱུར་ཏེ། །དེ་བཞིན་འབྱུག་པ་འདི་ལ་ནི། །འབྱུག་པ་  
 ལས་གཞན་རྟོགས་མ་ཡིན། །དེ་ཕྱིར་འབྱུག་པ་འདི་དང་ནི། །ཐུན་པ་བྱེད་  
 བོ་ལུས་ཀྱང་ལས། །ཉེ་བར་སྐྱར་དོན་སྐྱེས་བྱ་ཡིས། །དེ་ལྟར་རབ་བརྟགས་  
 ཞེས་འདོད་བྱ། །སྒྲུབ་དང་དོགས་དང་ངེས་དང་འབྲ། །མིན་ནམ་ཞེས་པ་ལ་  
 སོགས་པའི། །སྒྲུབ་ཡིས་རབ་བརྟགས་གསལ་བར་བྱེད། །བཞིན་གྱི་སྒྲུབ་ཡང་  
 དེ་དང་འབྲ། །རྒྱ་དང་སྒྲུབ་མོ་ཆ་དག་ནི། །ཆོག་རྣམས་དག་གི་རྒྱན་གྱི་མཆོག་།  
 རྒྱ་ནི་བྱེད་པོ་ཞེས་བྱེད་དེ། །དེ་དག་རྣམས་པ་དུ་མ་དཔེར། །མ་ལ་ཡ་ཡི་རྒྱང་  
 གིས་ནི། །ཅ་རྒྱན་ལྷོན་པ་གསར་པ་ཡི། །ཡལ་འདབ་སྐྱོད་པར་བྱེད་པ་འདི། །  
 ཀུན་གྱི་དགའ་བ་སྐྱེད་པར་བྱེད། །དགའ་བ་བསྐྱེད་པར་འོས་པ་ཡི། །རང་  
 བཞིན་ཉེ་བར་སྐྱར་བ་འདི། །རྒྱན་ཉིད་དུ་ནི་རབ་བསྟན་ཏེ། །ཕྱོག་པ་དག་  
 ཀྱང་དེ་དང་མཚུངས། །མ་ལ་ཡ་ཡི་རྒྱ་རྒྱན་ལ། །རེག་ཅིང་ཅ་རྒྱན་ནགས་  
 བསྐྱོད་པ། །རྒྱང་འདི་འགྲོན་པོ་རྣམས་དག་ནི། །ཉམས་པར་བྱེད་ཕྱིར་ཉེ་  
 བར་གནས། །དེ་ལྟར་འབྱུང་བའི་རྒྱང་གིས་ནི། །འབྲལ་བའི་རིམས་ལས་



བྱུང་བྱུང་པ། །ཡིད་འོང་ལ་སྐྱེད་སྐྱེ་བོ་ལ། །ཉམས་པ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པར་  
 ཅུས། །འབྲུག་པར་བྱེད་དང་ནམ་འབྲུག་ལ། །དེ་ཉིད་ལ་ལྟོས་སྐྱེ་ཉིད་དོ། །  
 འཕྲོག་པའི་ལས་ལ་པལ་ཆེར་ནི། །བྱ་བ་ལ་ལྟོས་སྐྱེ་ཉིད་དོ། །འབྲུག་པར་  
 བྱེད་པའི་སྐྱེ་དག་ནི། །བསྟན་ཏེ་ལྷག་མ་གཉིས་པོ་ཡི། །དཔེར་བརྗོད་གཉིས་  
 བོ་བཞེད་བྱས་ནས། །ཤེས་པར་བྱེད་པ་བསྟན་པར་བྱ། །ལོ་འདབ་གསལ་  
 འཁྱུངས་ནགས་ཆེལ་དང་། །འདབ་བརྒྱ་རབ་ཏུ་རྒྱས་པའི་རྗེར་། །ཟླ་བ་རྒྱས་  
 པ་འདོད་པ་ཡིས། །འགྲོན་པོ་ལྟ་བུའི་དུག་ཏུ་བྱས། །ཁེངས་པ་གོམས་པར་  
 བྱེད་ཞེས། །གྲོགས་མོ་མཛེལ་བའི་གནས་བཞེད་ལ། །བྱ་མོ་སྒྲིན་འབྲེག་  
 བྱེད་ཡོན་གྱིས། །མཆུ་ནི་གཡོ་ཞིང་ལྟ་བུར་བྱེད། །ཉི་མ་རྒྱབ་བྱུང་ཟླ་བ་  
 མཛེས། །འདབ་ཆགས་ནམས་ནི་གནས་སུ་སོང་། །ཞེས་པ་འདི་ཡང་དུས་  
 གྱི་སྐབས། །གོ་བར་བྱེད་པ་ལེགས་པ་ཉིད། །གྲོགས་མོ་འདོད་པས་གཟེར་  
 བའི་ཡིད། །ཟླ་བའི་འོད་གྱིས་མི་བསྐྱོགས་ཤིང་། །ཅན་ཅན་ལྟ་ཡིས་མི་བཟོད་  
 པ། །ལུས་ཀྱི་རྫོད་གྱིས་གདུང་བར་འཛིན། །ཞེས་པའི་སྦྱོར་བ་ནམས་ལ་ནི། །  
 ཡིད་འོང་ཤེས་བྱེད་སྐྱེ་དག་མཆོན། །དངོས་མེད་སྐྱེ་ནི་ཡིད་འཕྲོག་པ། །  
 འགའ་ཞིག་རབ་ཏུ་བསྟན་པར་བྱ། །རིག་པ་ནམས་ནི་མ་གོམས་དང་། །སྒྲོ་  
 ལྷན་ནམས་དང་མ་འགྲོགས་དང་། །དབང་པོ་ནམས་ནི་མ་བསྐྱམས་པས། །  
 མི་ནམས་རབ་ཏུ་གདུང་བར་འབྲུག། །འདོད་པའི་གཏམ་གྱིས་སྦྱོས་པ་སོང་། །

ལང་ཆོ་ཡི་ནི་རིམས་དག་ཉམས། ། རྩོངས་པ་ཟད་ཅིང་སྐྱེད་པ་འཕོས། །  
 བསོད་ནམས་གནས་ལ་ཡིད་དགའ་བྱས། ། རྒྱགས་ཆེན་འདི་དག་བྲིས་མ་  
 ཡིན། ། རྩུང་འདི་དག་བྱད་མེད་མིན། ། རི་དགས་འདི་དག་བྱ་ཆ་མིན། །  
 དེ་བྱིར་བདག་ནི་ཡིད་དགའོ། ། ཞིན་ཏུ་མ་བརྟགས་སྐྱོད་པ་ནི། ། འཕགས་པ་  
 རྣམས་ལ་ཡོད་མ་ཡིན། ། དེ་བྱིར་དེ་དག་རྣམས་ཀྱི་ནི། ། བུན་ཆོགས་ཐམས་  
 ཅད་རྟག་ཏུ་འཕེལ། ། སྐྱེད་ཆེན་ས་སྐྱ་རྣམས། ། སྟེ་མ་མ་འབྱུངས་པ་  
 མིན་ན། ། འགྲོན་པོ་རྣམས་ཀྱི་བྱད་མེད་ནི། ། ཉིལ་བཅས་ཁྱོར་རྩེན་བྱར་  
 འབྱུང། ། ཡོད་དང་མེད་པའི་རང་བཞིན་གྱི། ། འབྲས་བུ་སྐྱེད་པ་དག་ལ་  
 འདིར། ། སྒར་མེད་ལ་སོགས་རང་བཞིན་གྱི། ། དངོས་པོ་ཡི་ནི་རྩེན་ཉིད་དོ། །  
 རིང་འབྲས་དེ་དང་ལྟན་ཅིག་སྐྱེས། ། དེ་བཞིན་འབྲས་མ་ཐག་སྐྱེས་དང་། །  
 རིགས་མིན་རིགས་པ་བྱེད་ཅེས་པ། ། མཆར་བའི་རྩེན་རྣམས་གངས་མེད་དོ། །  
 འདི་རྣམས་སྐྱོར་བའི་ལམ་རྣམས་ལ། ། བརྟགས་པའི་འབྲུག་པ་ལ་བརྟེན་པ། །  
 ཞིན་ཏུ་མཛེས་པ་དག་མཐོང་སྟེ། ། དེ་ཡི་དཔེར་བརྗོད་རི་ལྟར་ན། ། ལུས་  
 ཅན་ཁྱོད་མིག་ཟུར་ཅེས་པ། ། རྒྱལ་བྱེད་ལུས་མེད་དག་གི་མཆོན། ། གང་དེ་  
 གཞན་ལ་རབ་འཕངས་པ། ། དེ་ཡིས་བདག་གིས་ཡིད་ཀྱང་བཅོམ། ། སྐྱེས་  
 བུ་ལུས་སྐྱེས་ཀྱིས་སྐྱོས་པའི། ། རྣམ་འབྲུལ་སྒྲ་ཆོགས་ལྟན་ཅིག་ཉིད། ། བྱད་  
 མེད་རྣམས་ལ་བྱ་མོ་ནི། ། ཡོངས་སུ་རྒྱབ་པའི་ན་ཆོད་སྐྱེས། ། སྒར་ཉིད་རི་

དགས་མིག་ཅན་མའི། །ཆགས་པའི་རྒྱ་མཚོ་རྒྱས་པར་གྱུར། །སྤྲིས་ནས་  
 འོད་ཟེར་རབ་འཕྲོ་བས། །ལྷ་བ་ཡི་ནི་དགྱིལ་འཁོར་ཤར། །ལྷ་གཅིག་ཁྲོད་  
 གྱི་ཞབས་གཉིས་པོ། །དམར་བའི་ཉི་གཞོན་ལ་རིག་པས། །རྒྱལ་པོ་རྣམས་  
 གྱི་ལག་པ་ཡི། །པར་ལྷ་ལྷ་པར་བྱེད་པ་ཅི། །ཁྲོད་གྱི་ཞབས་སེན་ལྷ་བ་ཡི། །  
 འོད་ཟེར་ཀུན་དུ་མེད་རྣམས། །ས་སྤྱོད་རྣམས་གྱི་ལག་པ་ཡི། །པར་ལྷ་ལྷ་  
 པར་བྱེད་ལ་དབང་། །ཞེས་པ་རྒྱ་ཡི་རྣམ་ཏོག་རྣམས། །ལྷགས་ནི་འདི་འདྲ་  
 དག་ཏུ་བསྟན། །ལྷ་དང་རྣམ་པས་མཚོན་པའི་དོན། །སྤྲིས་སྤྲིས་མོ་ཞེས་  
 པར་བཅོལ། །རྣམ་ཞིག་ཏུ་ཅག་འགྲོགས་འགྱུར་ཞེས། །ཚོགས་སུ་བཅོལ་  
 པར་མ་བཅོལ་པའི། །མཛའ་བོ་རིག་ནས་བྱེད་མེད་གྱིས། །ཅི་དགའི་པར་  
 ལྷ་པར་བྱེད། །ལྷས་སྤྲིས་དག་གིས་གཟེང་བ་ཡི། །མཛའ་བོ་དབྱུགས་  
 དབྱུང་འདོད་པ་ཡིས། །པར་ལྷ་ལྷ་པར་བྱས་པ་ལས། །འདིར་ནི་མཚན་མོ་  
 འགྲོགས་པ་བསྟན། །སྤྲིས་ཡི་འདུན་སར་ཁྲོད་ལ་མིག་ །གཏད་པ་དེ་གདོང་ཆུ་  
 སྤྲིས་ལ། །དམར་ཞིང་གསལ་བ་རྒྱས་པ་ཡི། །མཛའ་བོ་ཅི་ཡང་བྱུང་བར་  
 གྱུར། །འདིར་ཡང་རང་བཞིན་མ་བཅོལ་པར། །དགའ་བའི་དགའ་སྟོན་འདོད་  
 པ་དག་ །དེས་པར་གནས་པ་ཉིད་གྱུར་ག། །སྤྲིས་མོ་ཉིད་ལས་བཀལ་མ་ཡིན། ། ། །  
 ནི་ཆ་ཡི་དངོས་པོ་ཡི། །རང་བཞིན་དེས་པར་གསལ་བ་སྤྲིས། །དཔེར་བཅོལ་  
 ཉིད་གྱིས་འདི་ཡི་ནི། །རང་བཞིན་དེས་པར་གསལ་བར་བྱ། །རྒྱལ་པོའི་བྱ་

མོ་ལ་ཆགས་བདག། །སྤྱུ་ལོང་རྒྱས་པ་སྤྱང་བ་པོས། །རིག་པར་གྱུར་ལ་གྱེ་  
 མ་ཆེལ། །བསིལ་བའི་རྒྱང་ལྡན་ཡིན་པར་ཤེས། །ཅི་ལྟར་བྱ་མོ་མཐོང་ཉིད་  
 བ། །བདག་ལ་དགའ་བའི་མཆི་མ་བྱུང་། །རྒྱང་གིས་གཙུག་པ་བའི་མེ་ཏོག་  
 གི། །རྒྱལ་གྱིས་བདག་མིག་སྤྱན་བྱུང་ངོ། །ཞེས་པ་ལ་སོགས་སྐབས་སྤྱི་ནི། །  
 རྒྱན་འདི་ཤིན་ཏུ་མཛེས་པ་ཡིན། །ཁ་ཅིག་ཆ་ལ་སྤྱད་པའམ། །བསྟོད་པར་  
 བྱས་ལ་ཆ་ཞེས་བརྗོད། །གང་ཡིད་གཡུལ་གྱི་དགའ་སྟོན་ལ། །འདོད་པའི་  
 དགའ་སྟོན་ལས་ཀྱང་ཆགས། །གཟི་ལྡན་ལང་ཆོ་ཡོན་ཏན་ཅན། །རྒྱལ་འདི་  
 ཁྱོད་གྱི་བདག་པོར་འོས། །བཙོན་འགྲུས་བྱུང་འཕགས་བསྟོད་པ་འདིར། །  
 སྤྱད་པ་ཉིད་དེ་ལོངས་སྟོད་ལ། །རྒྱན་ཏུ་སྟོད་འདོད་བྱ་མོ་ཡི། །བསམ་པ་  
 དག་ནི་བརྗོད་པར་བྱས། །གཞོད་པ་རབ་གཞི་ལ་ཉིད་གྱི་ཕྱིར། །གང་གིས་  
 སྤྱན་པར་སྤྱོད་པ་བསྐྱབ། །སྟེ་བོ་འདི་ནི་བཙུ་མེད་གཡོ། །གྲོགས་མོ་དེ་ཡིས་  
 བདག་ལ་ཅི། །སྟེ་བོ་གྲོགས་མོས་རབ་བསྟན་ཁེངས། །ཆགས་ཕྱིར་བྱེད་  
 པར་མ་བྱས་ནས། །སྟོན་ལྟར་སྤྱང་བས་ཡོན་ཏན་གང། །སྤྱན་པར་སྤྱོད་པ་  
 ཉིད་ཀྱང་བསྟན། །དངོས་པོ་རབ་ཏུ་བསྟན་པ་རྣམས། །རིམ་པ་བཞིན་ཏུ་  
 རྗེས་སྟོན་པ། །གངས་དང་རིམ་པ་བཞིན་ཞེས་པ། །གངས་བཞིན་ཞེས་པར་  
 རབ་ཏུ་བརྗོད། །ཁྱུ་ལ་ཆུར་ནི་རབ་ཞུགས་མ། །ཁྱོད་གྱི་འཇུག་མིག་གཞོང་  
 མཛེས་ནི། །ཀྱུ་སྤྱད་ལྷན་པ་ལྷ་ཡིས། །བསྐྱས་པར་ངེས་སོགས་ཞུགས་ཅན་

མ། །དགའ་བ་མཆོག་ཏུ་དགའ་བར་བརྗོད། །ཉམས་ལྡན་ཡིད་འོང་ཉམས་  
 དང་ལྡན། །གཟི་བུ་དང་རྒྱལ་སྤྱེས་པ་སྟེ། །དེ་གསུམ་བྱུང་འཕགས་དག་  
 དང་ལྡན། །གོ་བོན་དཔྱིད་ཁྱིམ་འོངས་པ། །དེང་བདག་དགའ་བ་སྤྱེས་པ་  
 གང་། །དགའ་བ་འདི་ནི་སྤར་ཡང་བྱོད། །དུས་ཀྱི་འོངས་ན་འབྱུང་བར་  
 འགྱུར། །དེ་འདྲི་དགའ་བ་བི་དུ་རས། །གཞན་ལས་མིན་ཞེས་རིགས་པར་  
 སྟེ། །དེ་ལ་གུས་པ་ཅམ་གྱིས་ནི། །རབ་བརྟན་འཕྲོག་བྱེད་ཤིན་ཏུ་དགེས། །  
 ཟླ་བ་ཉི་མ་རྒྱང་ས་མཁའ། །སྦྱིན་སྟེག་བྱེད་དང་མེ་དང་ཟུ། །ཞེས་པའི་  
 གཟུགས་རྣམས་རབ་འདས་ནས། །ལྷ་བྱོད་ལྷ་བར་ངེད་ཀྱིས་ཅི། །མཛོན་  
 སུམ་བྱས་པའི་ལྷ་ལ་ནི། །རྒྱལ་པོ་དགའ་བའི་གོ་ཆ་ཡིས། །དགའ་བ་རབ་  
 ཏུ་གསལ་བྱས་གང་། །དེ་ཡང་དགའ་བར་རྗེས་རྟོགས་བྱ། །ཤི་བ་ཞེས་པ་  
 བ་རོལ་དུ། །གང་དང་འཕྲོགས་སྤྱིར་བདག་འཆི་འདོད། །ཨ་བརྟེ་དེ་བདག་  
 གིས་ནི། །སྤྱི་འདི་ཉིད་ལ་ཅི་ལྟར་འཕྲོག། །དགའ་བ་ཉིད་ནི་སྤར་བསྟན་ཏེ། །  
 དགའ་བ་སྟེག་པ་ཉིད་འགྱུར་འདི། །གཟུགས་མང་དག་དང་ལྡན་པས་ན། །  
 འདི་ནི་ཉམས་དང་ལྡན་པའི་ཆོག། །གང་གིས་ནག་མོ་བདག་མདུན་ནས། །  
 སྤྱོད་ནས་བཟུང་སྟེ་བྱངས་གྱུར་པ། །བསྟེན་དགའ་སྟེག་ཅན་ཐོབ་པ་འདི། །  
 སྐད་ཅིག་འཆོ་བར་འགྱུར་རམ་ཅི། །ཞེས་པ་འདིགས་སྟེ་དབྱ་དག་ལ། །ལྷ་  
 བའི་ཁྱོ་བ་མཆོག་གི་མཐར། །**འདྲི་གས་ན་པ་**བྱག་པོའི་བདག་ཉིད་འགྱུར། །



འདི་ནི་རོ་དང་ལྷན་པའི་ཆིག་། མཆོར་བཅས་ས་ལས་མ་རྒྱལ་ཞིང་། རྣམ་  
 མང་མཆོད་སྦྱིན་མ་བྱས་ལ། སྦྱོང་ལ་ནོར་རྣམས་མ་སྦྱིན་པར། ས་སྦྱོང་དུ་  
 བདག་ཅི་ལྟར་འགྱུར། ཞེས་པ་སྦྱོ་བ་བྱུང་འཕགས་དག། དཔའ་བོའི་ཉམས་  
 གྱི་བདག་ཉིད་གནས། ཉམས་ལྷན་ཉིད་དུ་བྱས་པ་ལ། ཆིག་འདི་དག་ནི་  
 དབང་བ་ཡིན། ལུས་འཇམ་གང་ལ་བརྒྱ་ཡི། མལ་སྒྲན་དག་གྲང་རྩལ་བྱེད་  
 བ། ལྷ་མོ་དེ་ནི་རོ་ཁང་དག། སྒྲེག་བཟླ་པར་རྩེ་ལྟར་ཉལ། ཞེས་པ་སྦྱོང་  
 རྩེ་རྒྱས་པ་ཡི། རྒྱན་ཉིད་དུ་ནི་རབ་དུ་བཞུགས། དེ་བཞིན་གཞན་ཡང་དམ་  
 པ་དང་། བཞད་གད་མད་བྱུང་འཇིགས་རུང་ངོ། རྒྱ་མས་བརྒྱན་པའི་སྦྱིན་  
 བོ་རྣམས། མགོ་མེད་རོ་དང་ལྷན་ཅིག་དུ། ལག་པ་སྦྱར་བས་བྱོང་དགའི་  
 ཁག། འཕྱང་ཞིང་འཕྱང་ཞིང་གར་བྱེད་ངོ། གྲོགས་མོ་མེ་ཏོག་མ་རྩིངས་མ། འ  
 བྱོང་གི་རྒྱ་མའི་ངོས་ལ་ནི། སེན་རྩེས་གསར་པ་ཆགས་པ་འདི། སྦྱོང་  
 གཡོགས་གྱིས་ནི་སྦྱིབ་པར་མཛོད། དགའ་ཆལ་སྦྱོན་པ་འདི་རྣམས་གྱི། འ  
 འདབ་མ་གསར་པ་གོས་བབང་དང་། མེ་ཏོག་དོ་འལ་ལ་སོགས་རྒྱན། འ  
 ཡལ་འདབ་ཁང་པར་གྱུར་བ་མཆར། རྩེ་མོ་དག་ལ་མེ་གནས་པ། བརྒྱ་  
 བྱིན་གྱི་ནི་རྩོ་རྩེ་གང་། འདི་ནི་བན་ན་ལྷ་མིན་གྱི། བྱུང་མེད་མངལ་ནི་སྦྱང་  
 བར་བྱེད། སྒྲན་པ་གྲོང་པ་ཉིད་མིན་སྦྱེས། བརྩོད་བྱ་ཡི་ནི་ཉམས་དག་  
 བསྒྲན། འདིར་ནི་ཉམས་བརྒྱད་དབང་བྱས་ཏེ། ཆིག་རྣམས་ཉམས་དང་

ལྡན་པར་བཤད། །བདག་ནི་གཞོན་པ་བྱེད་པོ་ཞེས། །སྤོང་གི་སྦྱང་ལ་  
 འཛིགས་མ་བྱེད། །བདག་གི་རལ་གྱིས་སྤྱར་སྤྱོད་སྒྲིམ་སྒྲིམ། །ནམ་ཡང་  
 གཞོམ་པར་འདོད་མ་ཡིན། །ཞེས་པ་སྦྱེས་བྱ་དེགས་ལྡན་འགས། གཡུལ་  
 ཏུ་གཞན་ནི་བཀག་བྱས་ནས། །གཏོང་བ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས། །གཟི་བཞིན་  
 ལྡན་པ་ཤེས་པར་བྱ། །འདོད་དོན་དངོས་སུ་མ་བཟོད་པར། །དེ་ཉིད་འབྲུག་  
 པར་བྱ་བའི་སྤྱིར། །ནམ་པ་གཞན་དག་བཟོད་པ་གང་། །དེ་ནི་ནམ་གངས་  
 བཟོད་པར་འདོད། །ས་རྩ་ཀླ་རའི་སྦྱེ་མ་ནམས། །གཞན་གྱི་གསོས་འདིས་  
 ཟ་བར་བྱེད། །དེ་ནི་བདག་གིས་བསྒྲོག་པར་བགྱ། །སྤོང་གཉིས་དལ་གྱིས་  
 འདུག་པར་མཛོད། །གྲོགས་མོ་སྦྱེས་སྤོང་སྤོང་བྱས་ནས། །དེ་དག་ཏུས་  
 སར་དགའ་བ་ཡི། །དགའ་སྟོན་བསྐྱབ་ཏུ་གཞུག་འདོད་པས། །འགའ་ཞིག་  
 དེ་ནས་སོང་བར་བྱུར། །བྱ་བ་འགའ་ཞིག་ཅོམ་པ་ལ། །སྐལ་བ་ཡི་ནི་  
 སྟོབས་ལས་གྱང་། །དེ་ཡི་སྐྱབ་བྱེད་སྤོང་ཆོགས་གང་། །དེ་ནི་ཀུན་ཏུ་པན་  
 པར་བཟོད། །ཁེངས་པ་གཞོམ་སྤྱིར་དེ་ཡི་ནི། །རྒྱང་པ་དག་ལ་བྱུག་འཆའ་  
 བ། །བདག་ལ་པན་སྤྱིར་སྐལ་བ་ཡི། །འབྲུག་གི་སྤྱི་ནི་གྲགས་པར་བྱུར། །  
 བསམ་བཤམ་ནི་འགྱོར་བ་ཡི། །ཆེན་པོ་ཉིད་ནི་སྤྱི་མེད་གང་། །དེ་ནི་རྒྱ་ཆེ་  
 ཞེས་པ་ཡི། །རྒྱན་ཏུ་མཁས་པ་ནམས་གྱིས་བཟོད། །རྩ་མ་ཁ་ཡི་མགོ་གཙོད་  
 པའི། །བྱ་བའི་ཁུར་ཡང་བཟོད་པ་གང་། །རྩ་སྤྱི་བྱ་དེས་སྤྱི་མ་ཡི། །བཀའ་

ལས་འདའ་བར་རྒྱས་མ་གྱུར། །རིན་ཆེན་ཅིག་པ་ལས་འཕོས་པའི། །  
 གཟུགས་བརྟན་བརྒྱ་ཡིས་བསྐྱོར་གྱུར་པ། །ལྟའི་དབང་ཕྱག་དེ་ཁོ་ན། །  
 ཨུ་ན་བྱས་དཀའ་བས་ཤེས། །ཕྱ་མར་བསམ་པའི་བདག་ཉིད་ཆེ། །འདིར་  
 བེ་མའོན་པར་འབྱོར་བ་བརྩིང་། །རྒྱ་ཆེ་གཉིས་པོ་འདི་དག་གྱུར། །རབ་ཏུ་  
 གསལ་བར་མཆོན་པ་ཡིན། །བསྟོན་དོར་དག་ནི་བསྟོན་བྱས་ནས། །དོན་  
 གཞན་ཅུང་ཟད་སྟོན་པ་སྟེ། །འདོད་པ་དག་ནི་མདའ་ལྟ་བུ། །མ་ཡིན་སྟོ་ལྟ་  
 སྟོང་ཕྱག་ཡོད། །ཅུན་ཆེ་འོད་དལ་བྱ་ཡི། །སྟོ་ཕྱགས་དྲི་ཡི་བཞོན་པ་འདི། །  
 མེ་ཡི་རང་བཞིན་སྟོ་བ་སྟེ། །གཞན་གྱི་དོར་ནི་བསེལ་ཞེས་གྲགས། །འདོད་  
 ལྟ་གྱིས་ནི་གཞན་ལ་དེ། །བསེལ་བ་ཁས་སྦངས་བདག་ཉིད་ལ། །ཆ་བ་  
 ཉིད་དུ་རབ་བསྟོན་བྱེད། །འདི་ནི་ཡུལ་ལ་བསྟོན་པའོ། །བདུད་ཅི་ཟགས་  
 པའི་འོད་ཟེར་ཅན། །ཆེ་བ་ཞེས་པར་བདག་ཅག་འདོད། །དོན་གྱི་བདག་ཉིད་  
 འདི་ནི་གཞན། །དུག་ཟག་ཟེར་དང་ལྟན་པ་ཉིད། །ཅེས་པ་ཆེ་བའི་ཆེ་བ་ཉིད། །  
 བསྐྱོག་ནས་དོན་གཞན་བདག་ཉིད་ནི། །འདོད་པས་གཟིར་བས་བརྗོད་པའི་  
 བྱེད། །འདི་ནི་རང་བཞིན་བསྟོན་དོར་འོ། །བསྟོན་དོར་དེས་ནི་སྤར་ཉིད་དུ། །  
 དཔེར་བརྗོད་རྣམས་ལ་རབ་བསྟོན་ཏོ། །འདི་ཡི་བསྟོན་དོར་དབྱེ་བ་རྣམས། །  
 མཆོན་བྱ་དག་ལ་རྒྱ་ཆེར་མཆོན། །སྤར་བ་གཟུགས་གཅིག་ལྟར་པའི་ཆིག་ །  
 དུ་མའི་དོན་ཅན་ཉིད་དུ་འདོད། །དེ་ཆིག་ཐ་དད་མིན་པ་དང་། །ཐ་དད་ཆིག་

འབྲ་རྣམ་པ་གཉིས། །ཟུ་ད་ཡ་གནས་མཛེས་པ་ཅན། །དགྱིལ་འཁོར་ལ་  
 ཆགས་རྒྱལ་པོ་འདི། །མི་དུ་ཀ་རུ་འཛིག་ཏེན་གྱི། །ཡིད་ནི་རབ་ཏུ་འཕྲོག་  
 པར་བྱེད། །རྒྱལ་རིགས་ལམ་ལ་མི་གནས་པ། །རྒྱལ་པོ་སྦྱོན་གྱི་འབྱུང་  
 གནས་དང་། །བསྐྱེདས་ནས་སྦྱོན་མང་དག་གིས་བདག་ །དགའ་མེད་འདི་  
 ལྟར་ཅིས་མ་མནར། །རྒྱ་སྐར་ལམ་ལ་རབ་གནས་པ། །མཆན་མོར་བྱེད་པ་  
 དང་བསྐྱེདས་ནས། །སྒྲོད་ལ་ཡིས་ནི་བདག་འདི་ལྟར། །དགའ་བ་མེད་པར་  
 ཅིས་མ་མནར། །དཔེ་དང་གཟུགས་ཅན་འགོག་པ་དང་། །སྒྲོག་པ་ཅན་  
 སོགས་སྦྱོད་ཡུལ་ཅན། །སྦྱོར་བ་གང་དུ་བསྐྱུན་བེན་ཏེ། །གཞན་པ་འགའ་  
 ཞིག་བསྐྱུན་པར་བྱ། །འགའ་ཞིག་བྱ་བ་ཐ་དད་མིན། །གཞན་པ་བྱ་བ་འགའ་  
 མིན་ཡོད། །འགའ་བའི་ལས་ཅན་དག་ཀྱང་གཞན། །སྦྱར་བ་དེས་པ་ཅན་  
 ཡང་ཡོད། །དེས་པ་འགོག་པའི་གཟུགས་བརྗོད་དང་། །འགའ་མེད་འགའ་  
 བ་ཅན་ཡང་སྟེ། །དེ་དག་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡང་། །དཔར་བརྗོད་དག་  
 ལས་གསལ་པར་འགྱུར། །འཕྲོག་ཅིང་ཡིང་འོང་རང་བཞིན་ཅན། །ཆགས་  
 པ་གསལ་བར་སྦྱོན་བྱེད་མ། །མཛེས་མས་བསྐྱུལ་བའི་མིག་དང་ནི། །པོ་ཉ་  
 མོས་ཀྱང་མཛེས་པོ་འགྲུགས། །ཡིད་འོང་ཆགས་པ་འཕེལ་བར་བྱེད། །  
 འཇམ་ཞིང་སྒྲོས་པའི་གདངས་སྟན་ཅན། །བྲུ་བྲུག་སྦྱ་ནི་ཐོས་གྱུར་ཏེ། །  
 དཀར་མིན་མིག་ཅན་དག་ལ་འབྱུང། །ཁུ་མ་དང་སྦྱོར་འཕེལ་བ་ཡི། །དམར་

བ་རབ་ཏུ་སྟོན་བྱེད་ཅིང་། །ཆ་ཟེར་ཅན་ནི་རུབ་གྱུར་ཏེ། །ལུས་སྦྱེས་དག་ནི་  
 རྣམ་པར་རྒྱས། །རལ་གྱི་ཉིད་ལ་ནི་སྦྱོ་ཤ། །གཞུ་ཉིད་ལ་ནི་འབྲོག་པོ་ཉིད། །  
 མི་བདག་འདི་ཡི་སྒྲ་རྒྱ་ཁ། །མདའ་རྣམས་ཉིད་ལ་གནས་པ་ཡིན། །སྤྱོད་  
 གྱིས་བསྐྱེད་པ་ལ་ཆེར་མ་ནི། །བསྐྱེད་པུ་བ་ཉིད་ལ་མཐོང་། །འོན་ཀྱང་  
 ཆགས་ཅན་འབྲིག་པ་ལ། །འབྲུད་པར་གྱུར་པ་རྣམས་ལའང་མཐོང་། །ས་  
 འཛིན་ཀ་ལྷ་ཀ་མང་ཞིང་། །གཟི་བརྗིད་ལྡན་པ་དེས་པར་དང་། །མཁས་པ་  
 སྦྱེ་དགུའི་བདག་འབྲུང་སྟེ། །རྗེ་བོ་རུས་པ་འཛིན་ཡང་དེ། །ཉམས་མེད་ཡིན་  
 ཡང་ཆོས་སྦྱོང་མིན། །རྒྱལ་པོ་ཡིན་ཡང་བད་མི་ཤེས། །བདེ་བྱེད་ཡིན་ཡང་  
 ལག་འགྲོ་མེད། །ལྟ་ཉིད་ཡིན་ཡང་རྣམ་སད་མིན། །བྱུང་པར་རབ་ཏུ་བསྟན་  
 པའི་བྱིར། །ཡོན་ཏན་རིགས་དང་བྱ་བ་སོགས། །གང་དུ་མ་ཆད་ཉིད་བསྟན་  
 པ། །དེ་ནི་བྱུང་པར་བརྗོད་པར་འདོད། །མེ་ཏོག་གཞུ་ཅན་དག་གི་མཆོན། །  
 རུབ་པ་མ་ཡིན་ནོ་བའང་མིན། །དེ་ལྟར་ན་ཡང་འདི་ཡིས་ནི། །ས་གསུམ་  
 དག་ལས་རྒྱལ་བར་འབྱུར། །འདི་དག་ལྟ་ཡི་བྱ་མོ་མིན། །དྲི་བའི་རིགས་  
 ལས་བྱུང་བའང་མིན། །དེ་ལྟ་མོད་ཀྱི་ཆངས་པའི་ཡང་། །དགའ་ཐུབ་གཞོམ་  
 པ་བསྐྱེད་པར་རུས། །སྤོ་གཉེར་དག་ནི་མ་བསྐྱེད་ཤིང་། །སོ་ཡི་གཡོགས་  
 ཀྱང་མ་བསྐྱོད་ལ། །མིག་ཀྱང་དམར་པོར་མ་གྱུར་པ། །དབྱ་ཡི་རིགས་ནི་  
 ཉམས་པར་བྱེད། །ཤིང་རྟ་མེད་ཅིང་སྤང་པོའང་མེད། །རྟ་མེད་རྒྱང་ཐང་མེད་



བར་ཡང་། །ཟུར་མིག་ཉིད་གྱིས་བྱད་མེད་རྣམས། །འགྲོ་བ་གསུམ་པོ་དག་  
 ལས་རྒྱལ། །ཤིང་རྩ་འཁོར་ལོ་གཅིག་པ་དང་། །ཁ་ལོ་བ་ཉམས་རྩ་མི་  
 མཉམ། །དེ་ལྟ་ན་ཡང་གཟི་བྱིན་ཅན། །ཉི་མས་འགྲོ་བ་གསུམ་པོ་མནན། །  
 གཟི་བྱིན་ཅན་ཞེས་བྱད་པར་ལས། །འདིར་ནི་རྒྱ་ཡི་བྱད་པར་བཟོད། །རིམ་  
 པ་འདི་ཡིས་གཞན་གྱི་ནི། །དབྱེ་བ་རྣམས་ཀྱང་བརྟག་པར་བྱ། །བཟོད་  
 འདོད་ཡོན་ཏན་བྱད་འཕགས་དང་། །མཚུངས་པར་བྱས་ནས་འགའ་ཞིག་  
 བློ། །བཟོད་སྤང་དོན་དུ་བསྒྲགས་པ་གང་། །དེ་ནི་མཚུངས་པར་སྒྱུར་བ་  
 བཤད། །གཤེན་རྩེ་ལུས་ངན་ལྟ་སྟངས་དང་། །མིག་སྒྲོང་པ་དང་བྱོད་ཉིད་ཀྱང་། །  
 འཛིག་རྩེན་སྒྲོང་བ་ཞེས་པའི་སྒྲ། །ཡུལ་གཞན་མེད་པར་རྣམ་པར་འཛིན། །  
 རི་དགས་མིག་དང་འགྲོགས་པ་དང་། །སྒྲོག་གི་ཅེ་དགའ་དག་དང་ནི། །སྒྲིན་  
 གྱི་རྩོམ་པའང་རང་བཞིན་གྱིས། །སྤང་ཅིག་གཉིས་པར་མི་གནས་སོ། །  
 འགལ་ཆ་སྒྱབ་བྱེད་སྤང་དུ་ནི། །གང་དུ་དངོས་པོ་འགལ་བ་རྣམས། །ཡང་  
 དག་འགྲོགས་པར་རབ་བསྟེན་པ། །དེ་ནི་འགལ་བ་བཤད་དེ་དཔེར། །ངད་  
 པའི་རྒྱལ་པོ་རྣམས་དག་ནི། །སྒྲོས་པའི་གདངས་སྟན་ཅ་ཅོ་འཕེལ། །མ་བྱ་  
 རྣམས་ཀྱི་སྤྲ་དག་ནི། །ཡིད་འོང་ཉིད་དང་བལ་བས་ཉམས། །དབྱར་སྒྲེས་  
 ལྟ་འཛིན་དག་གིས་ནི། །ནམ་མཁའ་ཡུལ་ངན་ལྟ་བུར་སྒྲོད། །ཆགས་པ་  
 ཡིས་ཀྱང་འགྲོ་བ་ཡི། །ཡིད་ནི་ཀུན་དུ་ཆགས་པར་བྱར། །ཞིང་པ་ཕྱ་ཞིང་

རོ་སྒྲིབ་སྒྲིབ། །མཆུ་དམར་མིག་ནི་དཀར་བ་མིན། །སྟེ་བ་དམར་ཞིང་རུ་མ་  
 མཐོ། །བུད་མེད་ལུས་ཀྱིས་སུ་མ་བཅོམ། །པད་ཅའི་ལག་པ་ཆུ་ཤིང་བརྒྱ། །  
 བརྒྱའི་གདོང་དང་ལྷན་ལ་མིག་ །སྤྱོད་ཀྱི་གཟུགས་ཀྱིས་བདག་ཅག་ནམས། །  
 གདུང་རུས་མིན་ནམ་ལུས་ཅན་མ། །སྤྱོད་ཆལ་རྒྱུད་གིས་རབ་བསྐྱོད་པ། །  
 རྩུ་ཏ་ཅམ་བ་ཀ་ཡི་རུལ། །རིག་བ་མིན་ཡང་འགྲོན་པོ་ཡི། །མིག་ལས་མཆིམ་  
 འཇག་པར་བྱེད། །སྒྲིབ་པར་སྒྲིགས་མ་སྤྱོད་ཀྱི་མིག་ །ནག་དཀར་རྗེས་སུ་  
 དམར་བ་ཡང་། །ན་བ་དག་ལ་བརྟེན་པ་ནི། །སུ་ཡི་ཡིད་བརྟེན་ཉིད་དུ་  
 འགྱུར། །ནག་མོ་སྒྲིབ་སྒྲིགས་སྤྱོད་ཀྱི་མིག་ །སྤྱིང་སྐྱབ་ལ་ཆགས་ལྟ་བྱེད་  
 གྱུང་། །ན་ཅན་དག་ལ་བརྟེན་པ་ནི། །སུ་ཡིས་ཡིད་བརྟེན་ཉིད་དུ་འགྱུར། །དེ་  
 ལྟར་རྒྱུན་འདི་ནམ་པ་ནི། །དུ་མ་ཉིད་དུ་རབ་རྟོགས་བྱ། །སྐྱབས་མིན་འདོད་  
 བས་བསྐྱོད་པ་ནི། །སྐྱབས་སུ་མ་བབ་བསྐྱོད་པ་ཡིན། །གཞན་མི་བསྐྱོད་  
 བའི་རི་དགས་ནམས། །འབད་མེད་རྟེན་པར་སྐྱབ་བའི་ནོར། །ཆུ་དང་རྩ་ཡི་  
 སྐྱུག་སོགས་ཀྱིས། །ནགས་ནམས་སུ་ནི་བདེ་བར་འཛོ། །རྒྱལ་པོའི་རྗེས་  
 འབྲང་ཉོན་མོངས་པ། །སྤྱོད་བའི་ཡིད་དང་ལྡན་པ་ཡིས། །སྐྱབས་སུ་མ་བབ་  
 ཉིད་དུ་འདིར། །རི་དགས་སྤྱོད་ཆུལ་འདི་དག་བསྐྱུགས། །གལ་ཏེ་སྒྲིབ་པ་  
 བཞིན་བསྐྱོད་ནས། །སྤྱོད་ལྟར་སྤྱང་བའི་ཡོན་ཏན་ཉིད། །གང་དུ་ཉེ་བར་ཐོབ་  
 གྱུར་པ། །འདི་ནི་ཐོལ་ཀྱིས་བསྐྱོད་པ་བཤད། །རྩ་མ་དཀར་ཐུབ་པ་ཡིས་

།ཀྱང་། །འབྱུང་པོའི་འཛིན་མ་འདི་ལས་རྒྱལ། །དེ་ཉིད་རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་གྱིས་  
 །ཀྱང་། །འདི་ལ་ཁྱོད་ནི་རྒྱགས་མ་མཛད། །སྒོན་གྱི་སྒྲིམ་བྱ་ལས་བཅད་ནས། །  
 །དཔལ་འདི་ཁྱོད་གྱིས་ཡོངས་སུ་སྦྱོད། །རྒྱལ་པོ་བྱ་རམ་ཤིང་པའི་རྒྱད། །  
 །ཁྱོད་གྱིས་འདི་ནི་རིགས་སམ་ཅི། །ཁྱོད་གྱི་བཙུན་མོ་ས་གཞི་ནི། །ལག་  
 །འགྲོའི་ཡོངས་སྦྱོད་དག་ལ་ཆགས། །ཅི་སྤྲད་ཁྱོད་གྱི་ང་རྒྱལ་ནི། །མཆོག་གི་  
 །མཐའ་རུ་འཛེགས་པར་གྱུར། །དེ་ལྟར་ཉེ་བར་མཆོན་པ་ལས། །སྦྱར་བ་ཅན་  
 །དང་གཞན་དག་གི་ །ཐོལ་གྱིས་བསྟོད་པའི་རྣམ་པ་རྣམས། །རབ་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་  
 །མཐའ་དང་བྲལ། །གལ་ཏེ་དོན་གཞན་འཇུག་པ་ཡིས། །དེ་དང་མཚུངས་  
 །པའི་འབྲས་བྱ་འགལ། །མཆོག་གམ་མཆོག་མིན་སྟོན་བྱེད་པ། །དེ་ནི་ངས་  
 །པར་བསྟན་པ་ཡིན། །ཉི་མ་འཆར་བ་ཉིད་གྱིས་ནི། །བརྒྱ་རྣམས་ལ་དཔལ་  
 །སྟེར་བྱེད། །ཕུན་ཆོགས་རྣམས་ཀྱི་འབྲས་བྱ་དག །ཁྲོགས་པོ་རྗེས་འཛིན་  
 །བསྟན་པའི་བྱིར། །ཁྲི་བའི་བེར་གྱིས་རིག་པ་ན། །ཕུན་པའི་སྤོང་བ་རྒྱབ་པར་  
 །གྱུར། །འཕྲལ་ལ་རྒྱལ་པོ་དང་འགལ་རྣམས། །ངན་པའི་མཐར་གྱུར་གསལ་  
 །བར་བྱེད། །ཡོན་ཏན་ལས་རྣམས་ལྟན་ཅིག་གི། །དངོས་པོ་བརྗོད་པ་ལྟན་  
 །ཅིག་བརྗོད། །དོན་རྣམས་བསྟོལ་བ་གང་ཡིན་པ། །ཡོངས་བརྗེས་ཡིན་ཏེ་དེ་  
 །དག་དཔེར། །དེ་ནི་མཆོན་མོ་འདི་དག་རྣམས། །བདག་གི་དབྱུགས་དང་  
 །ལྟན་ཅིག་རིང་། །ཁྲི་བའི་རྒྱན་ལྟན་མ་རྣམས་ཀྱང་། །བདག་ལུས་ཉིད་དང་

སྒྲུབ་ཅིག་སྒྲེ། །འགྲོན་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲོངས་པ་དང་། །སྒྲུབ་ཅིག་རྩ་ཏའི་དོག་  
 པ་རྒྱས། །དེ་དག་མཆི་མ་དང་མཉམ་དུ། །མ་ལ་ཡ་ཡི་རྒྱང་དགའ་བབ། །ཁྱ་  
 བྱག་སྒྲོགས་པའི་སྐལ་བཟང་དང་། །ནགས་ཀྱི་རྒྱང་ནི་བྱི་བཟང་དང་། །  
 དཔྱིད་ཉིད་སྒྲེ་བོའི་ཀུན་དགའ་རྣམས། །སྒྲུབ་ཅིག་དག་ཏུ་འཕེལ་བར་འགྱུར། །  
 དེ་ལྟར་སྒྲུབ་ཅིག་བརྗོད་པ་ཡི། །དཔེར་བརྗོད་འགའ་ཞིག་འདིར་བྱས་ཏེ། །  
 ཡོངས་སུ་བརྗོད་པའི་རང་བཞིན་ཡང་། །དེས་པར་བསྒྲུབ་པ་ཅུང་ཟད་བྲ། །  
 ས་སྒྲོད་རྣམས་ལ་མཆོན་བསྒྲུབ་པ། །སྒྲེར་བྱེད་ཁྲོད་ཀྱི་ལག་པ་ཡིས། །དེ་  
 དག་གྲགས་པ་ཀྱ་སྐད་དཀར། །ཡུན་རིང་དག་ཏུ་བསྐྱབས་པ་སྒྲོག། །མངོན་  
 པར་འདོད་པའི་དངོས་པོ་ལ། །སྒྲོན་པ་ཤེས་བརྗོད་ཅེས་བྱ་དཔེར། །དག་  
 ཡིད་སྒྲོད་ཡུལ་མ་ཡིན་པའི། །སྒྲོང་བ་དམ་པས་ཁྲོད་ལ་སྐྱངས། །རྗེས་འགྲོ་  
 མེད་དང་ཐེ་ཆོམ་ཅན། །དག་ནི་དཔེ་རྣམས་ཉིད་ལ་བསྒྲུབ། །དཔེ་ཡི་  
 གཟུགས་ཅན་དག་ཀྱང་འདིར། །གཟུགས་ཅན་རྣམས་ལ་དེས་པར་བསྐྱབས། །  
 རབ་རྟོག་ཆ་ཤས་འདི་ཡང་ནི། །རབ་རྟོག་དག་གི་དབྱེ་བ་ཉིད། །ཐ་དད་རྒྱན་  
 རྣམས་བསྐྱེས་པ་ནི། །སྤེལ་མ་དག་ཏུ་བརྗོད་པ་སྒྲེ། །ཡན་ལག་ཡན་ལག་  
 ཅན་དངོས་ཀྱི། །སྐྱབས་དང་ཐམས་ཅད་སྟོབས་མཚུངས་ཉིད། །ཅེས་པའི་  
 ལུགས་གཉིས་སྤེལ་མ་ཡི། །རྒྱན་དག་ལ་ནི་མཆོན་པར་བྲ། །མངོས་མ་  
 ཁྲོད་ཀྱི་བཞིན་ཀྱི་དཔལ། །པར་དག་གིས་འགོག་པར་བྱེད། །མངོད་དང་ཡུ་

བ་ཕུན་ཆོག་ས་པ། །འདི་ལ་བྱ་དགའ་ཅི་ཞིག་ཡོད། །རང་བཞིན་བརྗོད་དང་  
 །འབྲེག་བརྗོད་ཅེས། །དག་གི་རང་བཞིན་ཐ་དད་གཉིས། །འབྲེག་པོར་བརྗོད་  
 །པ་ཐམས་ཅད་ལ། །པལ་ཆེར་སྦྱར་བས་དཔལ་རྒྱས་བྱེད། །སྙན་ངག་མཁན་  
 །བསམ་དགོངས་པ་སྟེ། །སྙན་ངག་གྲུབ་པར་གང་གནས་པ། །རབ་སྦྱོར་ཡུལ་  
 །གྱི་ཡོན་ཏན་ཅན། །དེ་ནི་དགོངས་པ་ཅན་ཞེས་བརྗོད། །དངོས་པོ་ཡིས་ནི་  
 །ཆོག་རྣམས་ཀྱི། །པན་ཆུན་པན་པར་བྱེད་པ་ཉིད། །དོན་དང་བྲལ་བའི་  
 །བྱད་པར་རྣམས། །མ་བྱས་གནས་སུ་བསྐྱགས་པ་དང་། །བརྗོད་རིམ་  
 །སྟོབས་ལས་དངོས་པོ་ནི། །ཟབ་མོ་དག་གྲུང་གསལ་བ་སྟེ། །དེ་ཀྱང་  
 །དགོངས་པའི་དབང་གྱུར་བྱིར། །དེ་དག་དགོངས་པ་ཅན་ཞེས་རིག། །གང་  
 །ཡང་མཆམས་སྦྱོར་ཡན་ལག་དང་། །འབྲེག་པའི་ཡན་ལག་མཆམ་ཉིད་  
 །སོགས། །ལུང་གཞན་དག་ཏུ་བརྗོད་འདི་ཡང་། །རྒྱན་ཉིད་དུ་ནི་བདག་ཅག་  
 །འདོད། །རྒྱ་ཆེ་མཐའ་ཡས་རབ་བསྐྱུས་ཆད་དུ་གྱུར་པ་ཡི། །རྒྱན་རྣམས་  
 །དག་གི་ལམ་འདི་ཉིད་ནི་རྣམ་པར་བྱེ། །བརྗོད་པའི་ཡུལ་ལས་འདས་པར་  
 །ཡོངས་སུ་གནས་པ་ཡི། །བྱད་པར་རྣམས་ནི་གོམས་པ་རྣམས་གྱིས་དབྱེ་  
 །བར་བྱས། །སྙན་ངག་མེ་ལོང་ལས་ལེ་བྱ་སྟེ་གཉིས་བཤོ། །།



ལེའུ་གསུམ་པ།

བར་མ་ཆོད་དང་བར་ཆོད་བདག །ཡི་གེ་ཆོག་ས་པ་བསྐྱོར་བ་ནི། །  
 ཟུང་ལྡན་དེ་ཡང་རྒྱུ་པ་ཡི། །དང་པོ་བར་མ་ཐའ་སྒྲོད་ཡུལ་ཅན། །གཅིག་  
 གཉིས་གསུམ་བཞི་རྒྱུ་པ་ཡི། །ཟུང་ལྡན་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་ཏོག་ནི། །ཐོག་མ་  
 བར་མ་ཐའ་བར་དང་མ་ཐའ། །བར་དང་ཐོག་མ་ཐོག་མ་ཐའ་ཀུན། །ཀུན་དུ་  
 དབྱེ་བ་ལས་བྱེས་པ། །དེ་དག་དབྱེ་བ་ཤིན་ཏུ་མང། །དེ་ལ་བྱ་སྒྲ་བྱ་དཀར་  
 ཡང། །འགའ་ཞིག་དག་ནི་བསྐྱོར་བར་བྱ། །ཁྱོག་ས་མོ་མཛའ་བོའི་སྒྲེ་བོ་ལ། །  
 ཁེངས་པ་འདི་དང་འགྲོགས་མ་བྱེད། །བསྐྱུས་པའི་མ་གྲིན་པ་རྣམས་འབྱུང་ལ། །  
 དེ་ཉིད་ངོ་ཆ་ལྡན་པར་བྱེས། །དང་པོ་རྣམས་ཀྱི་དེགས་འཛོམས་པ། །སྒྲིན་  
 ཀྱི་སྒྲ་ཡིས་སྒྲོས་བྱེད་ནི། །དགའ་མ་དང་བཅས་བྱུང་མེད་ཀྱི། །ཁེངས་བྲལ་  
 ཡིད་ལ་འཇུག་པར་བྱེད། །ཁྱུ་གཏེར་བཞི་ཡི་སྒྲེ་རགས་ཅན། །ས་ཡི་ལག་  
 དབྱ་འཛིན་ལ་མཁས། །ཁྱོད་ཉིད་ཐོབ་རྣམས་ད་ལྟ་ནི། །སྒྲེ་དགུ་རྒྱལ་པོ་བཟང་  
 ལྡན་གྱུར། །རྒྱུ་ཐང་ཤིང་རྟ་སྒྲུང་པོ་དང། །རྟ་དང་བྲལ་བ་ཁྱོད་ཀྱི་དགའ། །  
 འགའ་ཞིག་རྣམས་དང་གཞན་དག་ནི། །ལྟ་རྣམས་དག་གི་གནས་སུ་སོང། །  
 ཁྱེད་སྒྲེས་གདོང་ལྡན་མིག་གཉིས་ཀྱི། །རྣམ་འབྱུལ་ཡིད་འོང་འདི་ལ་ནི། །  
 དབྱིད་ཀྱི་བྱང་བའི་རྣམ་འབྱུལ་བྱེས། །ཅོ་འདྲི་བྱེད་པ་ཅི་ཡིན་སྒྲོས། །འདོད་  
 པ་གཡུལ་དུ་དཔའ་བོ་ཡི། །སྒྲུང་པོ་འང་བཟུང་དཀར་རྟ་མེད་ཀྱིས། །གང་  
 ཕྱིར་བདག་ཅག་མཐར་བྱས་པ། །དེ་ཕྱིར་ཁྱོད་ཀྱི་རྣམ་གཞོན་མཆར། །

གཡུལ་དུ་ནོ་བས་མཛེས་པ་ཡི། །མི་བདག་སྤྱོད་འདྲ་ཞོར་འཛིན་ནི། །རྒྱལ་  
བར་གྱུར་ཏེ་ཞོར་འཛིན་གྱིས། །ཆི་མ་པ་དག་ཀྱང་ཐོབ་པར་གྱུར། །ས་རྩ་ཀླ་  
རའི་མེ་ཏོག་གསར། །བདག་ཡིད་མཆོག་ཏུ་སྤེད་ལྷན་གྱིད། །ཁྱུ་གྲུག་སྤྱོས་  
པ་དག་གི་སྒྲ། །ཡིད་དུ་འོང་བ་འདིས་ཀྱང་ངོ། །སྤྱོད་ལ་དམིགས་པའི་རེ་བ་  
དང་། །མ་བྲལ་འདི་ལ་དེ་འདྲ་ཡི། །གནས་སྐབས་ལུས་ནི་འཛིག་གྱིད་པས། །  
བྱད་མེད་འཛིག་རུས་ངེ་ལྟར་མིན། །ཡལ་འདབ་གསར་པས་མཛེས་པ་ཡི། །  
སྤྱོན་པས་བྲངས་པའི་གཞིན་རུ་ནམས། །བརྒྱར་མཛོན་སྤྱོགས་བྱང་བ་ཡིས། །  
མིག་ནས་བཟུང་སྟེ་འགྲུགས་པར་གྱིད། །སྤྱོས་པའི་བཞད་ནི་རབ་འཇུག་པ། །  
རྩིང་གི་ཚུ་ལ་དཀར་བ་ཡི། །ངང་པ་འདི་ཡི་ཅ་ཅ་ཡིས། །བདག་ནི་མཐར་  
གྱིད་ཟས་སུ་གྱིད། །དེ་བྲལ་ལྷ་བའི་ཆ་དག་དང་། །ལྷན་ཅིག་མ་ལ་ཡ་ཡི་  
རྒྱང་། །བདག་དགའ་མི་གྱིད་འདོད་པ་ནི། །མི་བཟད་དུག་གི་རྗེས་སུ་འགྲོ། །  
བདག་བསྟན་མི་འདོད་ཁེངས་པ་ཅན། །དོ་ལལ་དང་ལྷན་འཕྲོག་གྱིད་མ། །  
ལུས་མེད་ཉིད་ཀྱི་དངོས་པོ་སྤྱོད། །ཕྱ་འགྱུར་བདག་འགྲོགས་བདེ་རྒྱས་  
མཛོད། །སྤྱོད་ཀྱི་གདོང་གིས་བདག་ལས་རྒྱལ། །ཚུ་ཡི་རྒྱན་གྱུར་བྱང་བ་  
ཅན། །འདབ་ལྷན་བརྒྱ་གཏམ་མེད་ལས། །དེ་ལྟར་མི་རྒྱལ་བདག་དགའ་མ། །  
ཉི་མའི་འོད་ཀྱིས་དམར་གྱུར་པའི། །ཚུ་ལྷ་མོ་བཞིན་སྤྲ་ལ། །དམར་བའི་  
གོས་ཅན་དེ་བཟང་གནས། །བདག་གི་དགའ་མ་དགའ་བར་བྱ། །དེ་ལྟར་

ཀླུ་པའི་ཐོག་མ་ཡི། རྒྱུང་ལྡན་པར་ཆོད་མེད་རྣམ་ཏྲིག། དེ་ནི་བར་དུ་ཆོད་  
 པ་ཡི། རྣམ་ཏྲིག་འགའ་ཡང་བསྐྱུན་པར་བྱ། །ས་རྒྱ་ཀླ་ར་ལས་འབྱུངས་  
 ཉིད། །ཡིད་འོང་བྱི་བཟང་ལྡན་པ་ཡི། །དབྱིད་ཀྱི་ཨེ་ཏའི་མིག་ཅན་གྱི། །  
 ཁེངས་པ་སྦྲ་ཡི་ལྷག་མར་བྱེད། །དགའ་མའི་ལག་པ་ཤིན་ཏུ་དམར། རྒྱུང་  
 མངས་ལ་བསྐྱུན་རྣམ་འབྱུལ་ལ། །སྤྲུག་དོག་ལྡན་པར་མཛའ་བོ་ལའང་། རྣ་  
 བའི་ལྷུངས་གྱིས་སྐྱུན་བྱེད། རྒྱུང་གིས་གར་བསྐྱུར་སྤྲིན་གྱི་སྤེང་། མཐའ་  
 དག་ཚུ་ནི་འཕྱོར་བར་བྱེད། །དེ་རྗེས་མཐུག་མ་རབ་བསྐྱུངས་པའི། མཐུག་  
 སྒོ་ལྡན་པ་གར་དག་བྱེད། །འདོད་ལྡན་མ་དག་ཁྱོད་ཀྱི་ཡིད། །ཁེངས་ཚོད་  
 རང་ཉིད་ཉམས་འགྱུར་ཏེ། རྒྱུ་པའི་ཀླ་ལི་ཀླ་མཐོང་ནས། །གནས་སྐབས་ཅི་  
 ལ་རེག་གྱུར་ཏ་མ། །ཅེ་དགའི་རི་ཡི་ཆེ་ཤེས་གྱི། །ཐང་འདི་ལ་ནི་རབ་  
 འཛེགས་ནས། མདོངས་མཐའ་མཆོག་ཏུ་མཛེས་པ་ཡི། །གཙུག་ཕུད་ཅན་  
 འདི་གར་བྱེད་དོ། །གང་ཞིག་སྦྱུལ་མཆོག་སྤྲིང་གནས་ཤིང་། །ཕག་པས་  
 བཟུང་བའི་ས་འདི་ནི། རྒྱུ་པའི་ཆོགས་ལས་རབ་སྐྱུངས་ནས། །ད་ལྟ་  
 ཁྱོད་ཀྱི་ལག་པས་བཟུང་། །གཡུལ་དུ་དབྱ་ཡི་སྤང་བོ་རྣམས། །ཁྱོད་ཀྱི་  
 ལག་པ་མཐར་བྱེད་གྱིས། །བསྐྱུན་པས་བྲག་ནི་རབ་བྲགས་པ། །ཐུན་  
 མཆོམས་དག་གི་སྤྲིན་བཞིན་མཛེས། རྒྱུང་གིས་རི་ཡི་འབྲི་ཤིང་བཞིན། །  
 གཞན་གྱི་སྤེ་ནི་དཔའ་བས་བཅོམ། མཐའ་ནི་གཤེད་སོང་བ་བཞིན། །རྒྱལ་

གྱིས་ནམ་མཁའ་བྱུང་པར་གྱུར། །ལེགས་ལྷན་ཚུ་འཛིན་གསར་པའི་འོད། །  
 ལྷ་མིན་དག་གི་རིགས་ཉམས་བྱེད། །སྦྱིན་ལྷན་སྤང་པོ་མཆོག་བཙུང་པ། །  
 བྱུང་འབྱུག་དེས་ཁྱོད་ཉུང་ཏུ་སྤངས། །ཁྱོད་ཀྱི་མག་སྐྱ་བྱང་བ་འདྲ། །གདོང་  
 བེ་པ་སྤངས་ཐག་དོག་བྱེད། །དཔལ་གྱི་བཞིན་ཏུ་རབ་སྤྱོད་པ། །ཁྱོད་ཀྱིས་སྤྱོད་  
 ཞིག་ཅི་མི་བྱེད། །རྒྱ་ཆེ་རིན་ཆེན་རྒྱན་དང་ལྷན། །རྒྱགས་པས་མིག་འཁོར་  
 རོ་ལྷན། །ཆུང་བ་མིན་པས་མཛའ་བོ་ནི། །དགའ་བ་ལྷན་པ་བྱ་བར་བཟོད། །  
 གཞན་གསོས་ནམས་ཉ་མོ། །ཞེད་པ་སྤྲ་ཞིང་རྩལ་ཐགས་པས། །སྤྱོ་ཡི་  
 སྤྱོགས་ཀྱི་རྒྱུང་གིས་ཀྱང་། །བདག་ཡིད་འཕྲོགས་སོ་སོ་ཉ་མོ། །ཞེད་པ་སྤྲ་  
 ཞིང་རྩལ་ཐགས་པས། །གདོང་གི་སྒྲ་བ་རབ་མཛེས་པ། །བྱུང་མེད་ཆང་  
 གིས་ངོ་ཆ་བཙུང་། །སྦྱེས་པའི་ལུས་ལ་འཛེག་པར་བྱེད། །དེ་ལྟར་བར་ཆོད་  
 ཟུང་ལྷན་གྱི། །རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་འདི་ཡང་བསྟན། །བར་ཆོད་མཆོད་བདག་  
 ཉིད་གྱི། །ནམ་ཉིག་ཀྱང་ཡོད་འདི་ལྟ་སྟེ། །ཀླ་ལི་ག་འཕྱང་ཡལ་ག་ཅན། །སྤྱོ་  
 ལ་བལྟ་བར་དེས་མི་བྱས། །བ་ཀྱ་ལར་ཆགས་བྱང་བ་དང་། །གྲོགས་མོས་  
 པ་སྤྱོ་ཅན་ཡང་མིན། །སྦྱིན་ནག་ཆེན་པོ་ལྷན་པའི་དུས། །སྤང་དང་རྒྱ་སྤྱོད་  
 ཀྱན་མི་མཆོན། །གསང་མཐོང་དགའ་བ་སྦྱོག་བྱེད་པའི། །དུས་འདྲ་སྤྱོ་ཡིས་  
 ལྷ་བར་བྱས། །བྱུན་གསུམ་དབང་གྱུར་རིང་བ་ཡི། །མཆོན་མོ་འདི་ཡིས་  
 བདག་ཞི་ཞིག །གང་ལ་བདག་སོང་སྦྱོག་གཟེར་འགྲོ། །དེ་ནི་སྤྱོ་མེད་བདག་

གིས་བཅོམ། །ཞེས་ཀང་དང་པོ་བྱང་ལྡན་གྱི། །རྣམ་རྟོག་ལུགས་ནི་འདི་འབྲ་  
 རྟེ། །འདི་ལྟ་ཁོ་ནར་བྱང་ལྡན་གྱི། །རྣམ་རྟོག་གཞན་པ་རྣམས་ཀྱང་ངོ། །  
 སྒྲོས་པས་འཛིག་ཕྱིར་དབྱེ་བ་ནི། །མཐའ་དག་བརྗོད་པར་མི་འདོད་དེ། །དེ་  
 ལ་བྱ་དགའ་མཛོན་འདོད་གང་། །འགའ་ཞིག་དག་ནི་བསྟན་པར་བྱ། །བརྟན་  
 དང་དབང་པོ་རབ་བསྐྱེམས་པ། །ཁྱོད་ནི་སྒྲོམ་བཅོན་ཕྱིར་མི་ཉམས། །སྒྲུ་  
 མེད་ཁྱོད་ཀྱི་བདེ་འཛིག་པར། །མི་འགྱུར་འདི་སྟོད་ཆེད་དུ་འང་འགྱུར། །རྒྱལ་  
 པོ་མདུན་སར་ས་ཡི་ལྷ་རྣམས་དག་གི་ཞལ། །ཆང་གིས་མ་བཅོམ་ནོར་  
 གྱིས་མཛེས་པས་རབ་བསྐྱེད་པའི། །ཁྱོད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རབ་གསལ་ཆགས་  
 བདག་སྟེ་དགུ་ལ། །ཕྱང་པོ་ཉིད་གྱུར་ལྷ་རྣམས་སུ་ནི་མི་འགྲོ་མིན། །དམ་  
 པའི་སྒྲོད་ལམ་བག་མེད་ཁྱོད་ཀྱི་དགའ་མ་གང་། །དགའ་བའི་དགའ་སྟོན་  
 དགའ་བའི་བྱད་པར་དུ་སྒྲོས་མ། །དེ་ཡིས་འདིར་ནི་འོད་ལྡན་རྒྱན་རྣམས་  
 གཟུང་བར་འོས། །བདག་ལ་མཛེས་ལྡན་ཉིད་ཀྱི་འབྲས་བྱ་འགའ་ཡང་མེད། །  
 མགོན་པོ་ཁྱོད་ལྟས་དུད་པའི་རོ་ནི་མི་མཁྱེན་ཏེ། །དམན་པ་ཉིད་དང་མཆོག་  
 ཉིད་དག་ནི་ངེས་པར་འགལ། །གང་ཞིག་དམན་པ་རྣམས་ནི་ཁྱོད་ལ་མགོས་  
 འདུད་ཅིང་། །དེ་དག་ཁོ་ན་དམན་པའི་རོ་ངེས་མཆོག་ཏུ་གྱུར། །རོལ་པའི་  
 འཛུམ་དགའ་དག་དང་འཇམ་པོར་སྒྲུབ་བ་དང་། །ཆུང་དུའི་ལྷ་བ་དང་ནི་སྒྲུབ་  
 བའི་འགྲོ་བ་དང་། །ཀུན་དུ་སྒྲུལ་དང་ཇ་སྟན་དག་སྟོན་པ་དེས། །བསྐྱུན་པ་



དེས་ན་བདག་ནི་འཆོ་བས་དམན་པར་གྱུར།      །དཔལ་ལྡན་མི་ཤོད་བརྟན་  
 ལྡན་གང་གི་བདག་ཉིད་ནི།      །འཆི་མེད་ལམ་དང་མཉམ་པའི་ཆོད་ལྡན་རབ་  
 ཏུད་པའི།      །འགྲོ་བ་རྒྱས་བྱེད་མཆོད་ལྡན་ཆོད་མེད་མིང་ཅན་ནི།      །འཇལ་  
 བྱེད་ཆོད་མེད་མང་པོ་བཀོད་ལ་སྤྲུག་དག་མཛོད།      །བརྩུད་ལ་ཞུགས་ཏེ་བྲང་  
 གིས་དགའ་བྱེད་ཅིང་།      །སྙིང་པོར་གྱུར་པའི་བརྩུད་མང་རབ་ཏུ་འཛིན།      །  
 བཞད་ཀྱི་རྗེས་མཚུངས་སྐྱེས་ལྡན་བྱིལ་ཚུང་ཅན།      །དེས་ན་བརྩུད་ལེན་སྙིང་པོ་  
 མིན་པ་རིག། །བརྟན་རྒྱས་ཚུལ་དང་ཚུལ་མིན་བརྟག་པ་འདི་ཡིས་ནི།      །ཚུལ་  
 མེད་དགོ་བའི་ཐབས་ལ་ལོང་རྣམས་རྣམ་པར་བྱུལ།      །བཞོན་པས་མ་འགྲོ་  
 རྒྱལ་བའི་ཐེག་འགྲོ་དག་གིས་གང་།      །ཚུལ་མ་ཐོབ་རྣམས་ཐོབ་པ་དག་ལ་  
 བརྟེན་པ་བསྐྱེད།      །མཚུངས་མེད་ལྷུ་བའི་མཆོན་ལྡན་གཡུལ་དུ་ས་སྐྱེས་ནི།      །  
 རྒྱལ་མཆོན་ལ་གནས་དཔའ་བོ་བྱ་ཡི་སྐྱེ་ཡིས་བྲོས།      །ཉི་མ་བཞིན་དུ་བྲག་  
 པོའི་འཕྲོག་བྱེད་འདི་མདུན་དུ།      །འཛིགས་རུང་གཡུལ་དུ་དག་རྣམས་  
 ལུགས་དང་མཚུངས་པར་རིག།      །མཆོན་མོ་ཆོད་མེད་ཐུན་ལྡན་དཔལ་མེད་  
 ཆོད་མེད་ཅིང་།      །མཐར་ནི་བཀོད་བྱ་མིན་པས་ཟད་ནད་ལ་བརྟེན་པ།      །ཆ་  
 ཡི་རང་བཞིན་ནད་ཅན་འབྲལ་བའི་ནད་ཀྱིས་གཟེར།      །སྐལ་ལྡན་མ་འདི་  
 སྙིང་རྗེའི་རང་བཞིན་འབྲལ་མེད་མཛོད།      །ངལ་མེད་ཁྱོད་ཀྱི་སྒོ་ལ་མཉམ་  
 ཉིད་བསྐྱོག་པ་ཉིད།      །མ་ཡིན་སྒྲ་མེད་རྗེས་སུ་མི་མཐུན་འགྲོ་མ་ཡིན།      །གདུང་

མེད་ཀྱིས་ཐོབ་མཆོག་གི་རྗེས་སུ་མ་ཐུན་པ་ཉིད། །དགའ་མེད་འདོད་མེད་  
 རྣམས་ཀྱི་བཞེད་པ་དག་ལས་རྒྱལ། །དུས་ཀྱི་དུས་ཀྱི་མགྱོན་ནག་ངོ་ནག་  
 ནག་པོ་ཉིད་དག་འཛིན། །སྒྲིག་སྒྲོག་དག་གི་སྒྲོག་བྱེད་བྱང་ཆོགས་སྒྲིན་  
 ནག་དུས་ལྟར་གནག། །དུས་ཀྱི་མི་པ་བྱང་དུས་ཆའི་གཙོ་བོ་ཆུ་འཛིན་ཀྱིས་  
 མཛེས་སུ། །དགའ་བས་འཆོ་བའི་བྱད་མེད་ལེན་བྱའི་སྤང་བས་མགོ་ནག་  
 བསྟེན། །ཀར་པ་གཉིས་ཀྱི་མཐའ་ཐོག་ནི། །རབ་སྐྱར་བྱང་ལྡན་གནས་  
 སྐབས་འདི། །བརྗོད་པའི་ཁོངས་སུ་འདུ་མོད་ཀྱང་། །རང་དབང་ཉིད་ཀྱིས་  
 འདིར་བཞག་དོ། །སྤྱོད་པས་ཆགས་པ་ཉི་བར་གནས་ཀྱང་བྱད་མེད་དེས། །  
 བདག་ཉིད་མ་སྐྱར་བདག་གི་སྤྲིག་པས་ཁོ་བ་ཡི། །རོ་དང་སྐྱར་ཏེ་ལུས་མེད་  
 དག་གིས་གདུངས་བྱུར་ཀྱང་། །བདག་ནི་འདི་སྟེད་གདུང་བའི་སྦྲད་དུ་མ་  
 བསྒྲད་དོ། །བྱེད་བསྐྱེས་ཡང་དག་སྐྱར་བ་ཡིན། །འདི་ལ་དབྱ་བ་གསུམ་དུ་  
 འདོད། །ཀར་པ་བསྐྱེས་པའང་དུ་མ་ཡི། །བདག་ཉིད་དེ་དག་དཔེས་གསལ་  
 གྲ། །སྤྱོད་བྱ་བཏན་གང་སྟོང་སྟོབས་ཅན། །ཁེངས་པ་རབ་སྤངས་སྤང་བྱ་  
 ཉི། །སྤྱོད་ཀྱིས་མཆོག་ཏུ་འབད་བ་ཡིས། །ཡིད་བཏེན་བྱའོ་འབད་མེད་མ། །  
 སྤྱོད་ཀྱི་བགྲོད་པ་བྱུང་བདག་གཟི་བྱེན་ཀྱིས། །ཡང་ཡང་རབ་སྐྱར་མཛེས་  
 པ་མེད་པ་ཡི། །མི་རྣམས་ཚུ་ལ་དང་ང་རྒྱལ་ཉམས་བྱས་ནས། །གདུངས་  
 ཞིང་ཀྱི་མ་བྱས་ཐོས་རྣམ་པར་བཅོམ། །སྤྱོད་ཀྱིས་སྤྱོད་བགྲོད་དབྱར་སྤྱོད་མ་

བྱ་ཡི། །ཆོགས་རྣམས་མངའ་བ་ཉིད་དུ་ཉེ་བར་འགྱུར། །རྒྱུད་གི་ཆོགས་  
 སྟུག་བྲལ་བ་ཆུར་སྒྲིགས་གྱང། །ཆོགས་རྣམས་སྤྲ་དང་བྲལ་བ་ཉིད་དུ་གྱུར། །  
 འཆོ་བའི་དབང་ཕྱུག་དུད་པའི་བྲང་ལ་ཁོ་མོ་ནི། །དམན་ཞིང་ཁེངས་པ་ངེས་  
 བར་བསྐྱབ་པའི་དབང་གྱུར་མ། །བཙུ་བ་སྤང་བའི་བདག་ཉིད་ཡིད་ཀྱི་འོ་མ་  
 འཛིན། །གཉིས་པོ་ཉེ་བར་གཏད་ནས་ཀྱན་དུ་མ་འབྱུང་དོ། །ལྷ་རྣམས་  
 འདུན་སར་སྟོབས་མེད་རྣམ་པར་བརྒྱན་པ་རུ། །སྤྱོད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་པད་ཅ་བྷེ་  
 མ་མེད་པས་འཛེགས། །དེ་ནི་ཕྱི་ནས་གྲོང་བཟད་རྣམས་ཀྱིས་ཕུན་སུམ་  
 ཆོགས། །བརྒྱན་པའི་བྱད་མེད་དག་དང་རྣམ་པར་ཅེ་ཞིང་སྤྱོད། །སྟན་པར་  
 སྤྲ་དང་ལུས་དེད་དུད་དང་རྩ་གཉིས་མས། །སྤྱོད་ལས་གཞན་པ་སུ་ཞིག་མ་  
 བཅོམ་དེ་ཡི་ཕྱིར། །འབྱུང་པོ་ལུས་ལྷན་སྒྲིན་ལས་གྲོལ་བ་སྤྱོད་ལ་སོགས། །  
 བགྲང་བ་ལ་ནོ་མིང་མེད་ཉེ་བར་འགོ་མ་ཡིན། །སྤྱོད་ཀྱི་དམག་དབྱང་བྲབ་  
 འདུག་ལྷ་བྱ་གོ་བགོས་པ། །མཆོན་རྟོན་ལྷན་པ་དཔལ་བོ་དག་གིས་སྤྱོགས་  
 རྣམས་སུ། །གྲགས་པ་དང་ནི་རྩལ་དག་རྒྱས་བྱེད་གཡུལ་གྱི་ནི། །དག་  
 རིགས་ལུས་བལ་གཟེ་མེད་རྒྱགས་པ་ཉམས་པར་བྱེད། །འཛན་ལྷན་བདག་  
 ལས་པན་པའི་ཆོག་གཅིག་མཉན་པར་མཛོད། །སྤྱོད་ཀྱི་ལག་པ་དཔལ་དང་  
 ལྷན་ཅིག་ལག་འགོ་ཡིས། །ས་ཡི་དཀྱིལ་འཁོར་རྣམ་འཛིན་དེ་ཕྱིར་ས་གཞི་  
 འཛིན། །རང་ལག་རིག་ནས་རྒྱགས་པར་རྒྱས་པ་ཡོད་མི་བྱེད། །འདོད་པའི་

མེ་གང་ཁེངས་པས་རབ་བསྐྱབས་པ། །སྐད་ཅིག་དང་མཉམ་ཀྱས་ཏེ་བརྒྱའི་  
 མིག་ །རོ་མེད་ཁྱོད་ཀྱི་བདེ་བ་དེ་དག་ནི། །ཀྱུན་ནས་ཉམས་པ་ཉིད་དུ་ཅིས་  
 མི་བྱེད། །མདུད་ཁྱོད་ནི་འཛིག་ཏེན་བདག་གྱུར་ཆོ། །མཐུ་ཡིས་མཐུ་ལྡན་  
 རིན་ཆེན་མང་གིས་བརྟུང། །དེ་ཕྱིར་གསར་བའི་བརྟུད་ལྡན་མཆོད་སྦྱིན་ནི། །  
 དེས་པ་ཉིད་དུ་ཆད་པར་མ་གྱུར་ཏོ། །དཔུང་གི་སྒྲང་པོ་རྣམས་ནི་གཞན་དང་  
 གཞན། །སྟོབས་ལྡན་སྐྱོ་སྐྱོགས་རབ་ཏུ་བརྒྱད་པ་ཡིས། །ཐང་ལ་རུལ་སྐྱབ་  
 རྣམ་མཁའ་འགོག་བྱེད་ཅིང། །གཡུལ་གྱི་སྟོབས་ལྡན་མཆོག་ཏུ་གཞན་ལ་  
 རྒྱུག་ །ཁྱོད་ལྟར་མཉམ་པར་མ་བཞག་སྤིང་པར་ནི། །རྣམ་གཉིས་མི་མཉམ་  
 བན་པ་མེད་རྣམས་ཆོག་ །ལོག་པར་གྱུར་པ་སྐྱབ་བྱེད་མི་མཉམ་པ། །སྐྱུལ་  
 བགྲོད་མཚུངས་ལ་མི་དད་ངོ་ཆ་མེད། །དགྲ་ཡི་མཛེས་ཉམས་རྒྱལ་པོའི་སྡེ་  
 ཡིས་བརྟུང། །སྦྱེས་མཆོག་ཟུ་མས་པན་རྗེ་དཔལ་མེད་མིན། །གོ་བ་གོས་  
 ཟུ་མས་བརྟུད་པ་མདའ་འབྲས་སྟེ། །མཆོད་ཐོབ་དམ་པ་རུལ་མེད་མི་མཛེས་  
 མིན། །དེ་ལྟར་རྐང་པ་ལན་ཅིག་དང། །གཉིས་དང་གསུམ་དང་བཞུས་པ་  
 བསྟན། །ཆོགས་བཅད་གཉིས་དང་ལྡན་པའི་དོན། །ཆོགས་བཅད་བཞུས་པ་  
 ཡིན་ཏེ་དཔེར། །ལྷུ་ཞིང་རྒྱས་པའི་ལག་པ་ཅན། །གྲོགས་མིན་རབ་ཏུ་  
 འཛོམས་བྱེད་པ། །རྣམ་འབྲེན་ཁྱོད་ཀྱིས་བསྟན་པའི་ས། །མི་མཚུངས་པ་  
 འདི་འཛིགས་པ་མེད། །འབྲེན་པ་དག་དང་བྲལ་གྱུར་ཅིང། །ལག་པ་སྟེག་

ཁང་ཉི་གུར་པ། ཁང་གྲོགས་གྱིས་བཏང་དག་ཡིས་ནི། མཚུངས་མེད་བ་  
 འདི་མཛོན་པར་བསྟེན། ཁང་བཞི་རྣམ་པ་གཅིག་པ་གང་། ཟུང་ལྡན་ཆེན་  
 བོར་བཛོད་པ་ཡིན། དེ་ལའང་བསྐྱུས་པ་མཐོང་སྟེ་དེ། ཟུང་ལྡན་བྱ་བ་  
 གཞན་ཡིན་ནོ། མཉམ་མེད་དཔལ་ལྡན་མཚུངས་མེད་མ། ཁེངས་ལྡན་  
 ངལ་བ་དག་དང་ནི། ཁེངས་པ་མཉམ་ལྡན་ཚུལ་མིན་དག རྡོར་བའི་ཆད་  
 འདིས་འགྲོགས་སུ་ཚུགས། འཛིན་མ་འཛིན་མའི་རྣམ་འཛིན་འཛིན་མ་སྟོན་  
 རྣམས་ཀྱི། ལག་པ་རྣམ་གཞོན་མི་དམན་འབྲལ་ལ་དག་འཛོམས་པ། ལྷུང་  
 བ་དང་ལྡན་མཆོད་པའི་ཁུར་ནི་བརྟེན་པ་ཡིས། ས་གཞི་དག་ནི་རིམ་པས་  
 བསྐྱུང་བར་བཅོད་པ་ཡིན། ཁང་སྟེང་ཆོགས་བཅད་སྟོན་ཡུལ་ཅན། འ  
 ལྷགས་ལས་བསྐྱོག་པས་བསྐྱོར་བ་ནི། ཟུང་ལྡན་ལྷགས་ལས་བསྐྱོག་པའི་  
 སྟེང་། ལྷགས་ལས་བསྐྱོག་པ་ཞེས་པ་བཤད། གང་ལ་འབད་བྱས་སྤ་མོ་  
 ཉིད། དེ་ནི་བདག་གིས་ཐོབ་མཛའ་བོ། རེ་འདོད་མེད་བས་སྟེང་མེད་ལྟ། འ  
 བསྟོད་ནས་འོངས་ཁྱོད་འགྲོ་གུར་ཅིག ལྷ་དུ་ལྡན་བདག་རང་གི་སྟོ། ལྷོས་  
 མིན་འདོད་པ་འགའ་ཡང་མེད། དུལ་བ་འཛོམས་པའི་འདོད་པ་ཡིས། ཁང་  
 དབང་གཏུང་བ་དག་ཀྱང་མེད། ཡིད་འགྲོ་བཏུད་སྟོང་ལྷགས་མི་དམན། འ  
 གང་ཞིག་དབང་གུར་སྟེ་བོ་འཛོམས། གང་ལ་བདག་སོང་སྟེ་བོ་བརྒྱའི། འ  
 དབང་གུར་དེ་ལ་བྱོན་ཞེས་སྐྱས། སྟོན་འདི་ཡིས་ནི་གཟེར་གུར་ཅིང་། འ



བརྟེན་མི་ཤེས་པ་དེ་ཡིས་ནི། ཉིན་མའི་ནད་དག་མ་ཐོབ་མིན། ལྷ་ངན་  
 བྲལ་སྦྲད་འཁེངས་མ་བྱེད། གཤམ་ཏེ་བྱེད་ཀྱི་ཡི་གོ་རྣམས། གཅིག་གིས་  
 བར་ཆོད་གཟུགས་གཅིག་ཉིད། དེ་ནི་བྱ་དགའི་དེ་ཉིད་རིག། བ་ལང་གཅིན་  
 ཞེས་སྦྲས་ཏེ་དཔེར། ཆང་འབྲའི་མིག་ལྡན་བྱར་མིག་གི། མཆོན་གྱིས་  
 འདོད་པ་འདི་རྒྱལ་ཏེ། གཤམ་ཏེ་བདག་ཀྱང་སྤྲིག་ཟད་ན། འདོད་པ་ལ་ནི་  
 ཐལ་མོ་སྦྱོར། གཤམ་ཏེ་ཆོགས་བཅད་བྱེད་འཁོར་ན། བྱེད་དུ་འཁོར་བ་ཞེས་  
 པར་བརྗོད། གཤམ་ཏེ་ཀུན་དུ་འཁོར་བ་ན། ཀུན་དུ་བཟང་པོ་ཞེས་པར་  
 འདོད། མ་དུང་ཡིད་འབྱུང་ཁྱོད་དར་བྱིར། སྤེ་ནི་ཁངས་ལྡན་མ་ཡིན་མིན། །  
 ཡང་ན་འཛིགས་ལས་དཔག་མེད་ན། བདག་ཅག་སྤྲིག་པའི་རང་བཞིན་ནོ། །  
 ཟླ་དང་ནད་རིང་ཅིས་མིན་གང་། དགའ་མ་བདུད་ཀྱི་རྒྱར་མ་ལྟར། ། བཟོད་  
 བཟློག་སྦྲ་མེད་དཔལ་མེད་མ། སྟོབས་ལྡན་སྦྱ་གནས་འཆི་སྦྲད་དུ་ལོ། །  
 དབྱངས་དང་གནས་དང་ཡི་གོ་རྣམས། དེས་པ་གང་འདི་བྱ་དགའ་ལ། །  
 བཞི་ལ་སོགས་པ་རབ་བསྟན་འདི། གཞན་ནི་བྱ་སྦྲ་དག་དུ་འདོད། རིག་  
 བྱེད་རྣམ་ཐར་ཆོག་སྦྲས་པའི། ལྷ་དང་དགའ་བ་ཡམས་ནད་འཛིགས། །  
 ལོངས་སྦྱོད་ནད་དང་དགའ་དང་མོངས། དགོ་བའི་ཡུལ་དུ་སེམས་འདོད་  
 ཟུང་། ས་ལས་རྣམ་རྒྱལ་བརྟན་པ་སྦྱབ་བྱེད་པའི། བརྟེན་ཞུགས་ལ་དགའ་  
 མཆོག་རྟོགས་ཀྱ་རུ་པས། གཤམ་ཏེ་རང་གི་རིགས་ཀྱི་དབྱ་རྣམས་ནི། །

ཆེ་བར་བཀག་ཅིང་ལྷི་བར་འདར་བར་བྱས། །དཔལ་གཟི་ངོ་ཆ་གྲགས་  
 དང་། །སྒྲོ་ལྷགས་ཆིག་དང་དགའ་དག །ཁྱོད་ལ་འཕེལ་བ་ཉིད་གང་། །འདི་  
 གཉིས་ལྷ་དབང་ལ་མེད། །སྒྲོ་དང་ནད་རིང་ཅིས་མིན་གང་། །དགའ་མ་  
 བདུད་ཀྱི་རྒྱར་མ་ལྷུང་། །བཟོད་བསྒྲོག་སྒྲ་མེད་དཔལ་མེད་མ། །སྒྲོ་བས་  
 ལྷན་སྒྲུ་གནས་འཆི་སྤྱད་དུ་ལོ། །འཕྲེན་བྱེད་ཀྱན་དགའི་སྤྱེད་བྱེད་མ། །རྒྱ་  
 སྐར་ཆོགས་ནམས་དག་གི་གནས། །སྤྱོན་མེད་མཁའ་ལ་ལྷས་ཅན་མ། །  
 ལན་ཅིག་མིག་གཉིས་སྤྱོན་པ་མཛོད། །བྱ་སྒྲུག་ཁྱོད་གདོང་ལེན་བྱ་ཡི། །  
 འཁྲི་ཤིང་བྱང་བ་ལྷར་སྒྲོ་ཞིང་། །འཕྲེན་བྱེད་པརྒྱའི་གཟུགས་བརྟན་ཅན། །  
 སྒྲོ་ལྷར་མཛེས་པས་སྒྲུ་མ་བཅོམ། །རྟག་ཏུ་སྤྲིག་མེད་ཀྱན་དགའ་མཆོག་།  
 ལྷས་དུད་དག་དང་འགྲོགས་ལ་ཆགས། །བཙུན་མོ་ལྷས་མེད་ཀྱིས་འགོངས་  
 ཏེ། །འཛིགས་པ་དུ་མས་རིག་པར་འགྱུར། །ཏ་ཏ་མི་སྒྲོགས་མཁའ་འགྲོས་  
 མཆོན། །རི་འགྲོ་དབང་འཁྲོག་ལྷན་མི་ཆགས། །འཁྲོག་སྒྲོགས་གརྒྱའི་ཆུང་  
 འཇུག་སྤྲིག་། །བྱ་རོག་འཛོམས་པ་མཐོ་རིས་འགོ། །ཀྱི་ཀྱི་སྒྲོ་སྒྲོགས་རུ་རུའི་  
 བྱང་། །འཛོམས་སྤྲིག་པ་རི་རི་ཆར་འགོ། །ང་ཅན་མ་འོང་བདག་གི་མ། །བྱ་  
 རོག་མ་བྱའི་སྒྲོ་བསྒྱུར་ཅི། །ལྷ་ནམས་དགའ་བར་བྱེད་པའི་ལྷ། །རིག་བྱེད་  
 ལ་སྒྲོད་འགོག་པ་པོས། །ལྷ་མིན་དགའ་བྱེད་བཅོམ་པ་ན། །སྒྲོ་ཡིས་མཐོ་  
 རིས་གང་བར་གྱུར། །མཁས་པ་ལྷ་དང་ལྷ་མིན་ལ། །འགྲོ་སྒྲོ་བས་ལྷན་པའི་

བྱེན་ལེགས་ཅན། །ཆང་གི་རོ་ལྡན་གཤེལ་འཛིན་དེ། །བཞད་གྱི་སྒྲུབ་ལྡན་  
 མཆོ་རུ་སོང་། །འདི་ཡིས་བདག་ཅག་རྣམས་གྱིས་བཞིན། །བཞིན་གྱིས་  
 དེས་བར་མ་བཅོམ་མིན། །བདག་སྟོག་མི་དམན་འདི་དང་སྦྱོར། །རྩེ་བོ་སྦྱེས་  
 མིན་སྟེག་མེད་མིན། །དེ་ལྟར་བྱ་དགའི་ལམ་ལ་ཡང་། །རིམ་བ་ཅུང་ཟད་  
 གྱུན་དུ་བསྟན། །གའ་ཆིག་དག་གི་རྣམ་པ་ཡི། །ལུགས་ཀྱང་རབ་དུ་བསྟན་  
 བར་བྱ། །ཅིད་མེད་འདུན་སར་བཞད་གད་དང་། །དེ་ཤེས་ཆོགས་སུ་གསང་  
 སྟེ་དང་། །པ་རོལ་གྱུན་དུ་སྒྲུབ་བྱེད་ལ། །གའ་ཆིག་དག་ནི་ཉིར་མ་པོ་  
 ལྡན། །ཆིག་མཆམས་སྦྱར་བས་དོན་སྤྲུང་བ། །གྱུན་དུ་ཆོགས་པ་ཞེས་བར་  
 བརྗོད། །གཞན་ལ་གྲགས་པའི་སྒྲུབ་དག་གིས། །གང་དུ་སྦྱ་བ་སྦྱ་བྱེད་ཉིད། །  
 སྦྱོར་བ་ཤིན་དུ་འབྱུགས་པ་ཡིས། །སྒྲུབ་བྱེད་རིམ་བ་བྲལ་བ་སྟེ། །གང་  
 ལ་དོན་ཆོགས་དགའ་བ་ཡི། །ཆིག་སྟེང་དེ་ནི་རབ་བཅོམ་ཡིན། །པལ་བའི་  
 དོན་བཀོད་ཆིག་དག་གིས། །བསྟེན་པ་དག་ནི་མཐུན་པའི་གཟུགས། །  
 མཆམ་ཉིད་ཡོད་ཅུང་དེས་ཆིག་དང་། །བདེན་པའི་ཆིག་ནི་རྩ་བ་མེད། །གང་  
 དུ་གངས་གྱིས་གྱུན་སྒྲུབ་པར། །བྱེད་པ་གངས་ཉིད་ཅེས་བྱ་སྟེ། །གང་དུ་  
 དག་དོན་རྣམ་པ་གཞན། །སྒྲུབ་བ་དེ་ནི་རབ་བཅོམ་ཉིད། །གང་དུ་མིང་ལ་  
 སྒྲུབ་ཆོགས་དོན། །བཏགས་དེ་མིང་དུ་འདུས་པ་ཉིད། །ཆིག་ནི་ཆོས་མཚུངས་  
 ལ་རེག་པས། །དོན་གཞན་བསྟེན་པ་བསྟེན་པའོ། །སྦྱ་ཡི་རྣམ་གངས་བཀོད་

བ་ཡིས། །བསྐྱབ་པ་དག་ནི་མ་ཐུན་བའི་སྒྲ། །གང་ཞིག་མངོན་སུམ་དོན་  
 བསྟན་ཡང་། །མྱོངས་ཕྱིར་དེ་ནི་མྱོངས་ཞེས་བྲ། །གང་ལ་སྒྲོར་ཐོང་བདག་  
 ཉིད་ཅན། །དེ་ནི་ཡོངས་སུ་འཕྲོག་ཅེས་བྲ། །གང་དུ་ཉེན་ནི་གསལ་བྱེད་དེ། །  
 བརྟེན་པ་སྤྲས་པ་གཅིག་བསྐྱབ་པའོ། །གང་དུ་གཉིས་ཀ་སྤྲས་གྱུར་པ། །དེ་  
 ནི་གཉིས་ཀ་བསྐྱབ་པའོ། །གང་ལ་མཆོན་ཉིད་སྣ་ཆོག་ས་འདྲེས། །དེ་ནི་  
 ཡོངས་སུ་འདྲེས་ཞེས་བྲ། །འདི་རྣམས་གཤམ་ཆོག་བཅུ་དྲུག་སྟེ། །སྒྲོན་གྱི་  
 སྒྲོབ་དཔོན་རྣམས་གྱིས་བསྟན། །གཤམ་ཆོག་ངན་པ་གཞན་དག་ཀྱང་། །བཅུ་  
 བཞི་དེ་དག་རྣམས་གྱིས་བཟོད། །ངན་པ་མཆོན་ཉིད་མེད་གང་དེ། །སྒྲོན་  
 གྱིས་ཡོངས་བབྱང་བྲ་མིན་པར། །རིག་ནས་སྤར་ཡང་བདག་ཅག་གིས། །  
 ལེགས་པ་ཁོ་ན་བཟོད་པར་བྲ། །སྤྲ་ཡུལ་གོ་ར་སེམས་གྱིས་ནི། །ཤེས་པ་  
 མེད་ལ་ཅི་སྤྲད་ཁོ། །གནས་མིན་དུ་བ་འདི་ཡིས་ནི། །ཅི་བྱེད་ཀྱན་དུ་མིག་  
 དམར་མ། །ཀྱུ་བསྟན་པ་ཁྱོད་གྱི་ནི། །དགའ་བ་ཇི་ལྟར་འཕེལ་གྱུར་པ། །  
 འཆི་མེད་བྲ་མོར་ཅོ་འདྲི་ལ། །མི་མོ་སྤྲད་པས་དེ་ལྟ་མིན། །ཡུ་བར་འོ་བྱེད་  
 བད་ཅན་གྱི། །ངང་པ་ཆེར་མ་རྩལ་མོ་ཅན། །ཞལ་ལ་སྤྲ་སྟན་སྒྲོགས་བྱེད་  
 ཅིང་། །ལུས་ནི་འདར་བར་བྱེད་ཅིང་མཆུས། །བྲ་མོ་ཁྱོད་གྱི་རྒྱང་མཛེས་ལ། །  
 རྒྱང་གདུབ་རྒྱས་པ་སྤྲ་སྟན་སྒྲོགས། །མངོན་སུམ་ཉིད་དུ་གྱུར་པ་འདིར། །  
 བདག་གི་སྒྲོག་ནི་བརྟེན་མ་ཡིན། །གང་གི་ཡལ་ག་གལ་འདབ་ལ། །མེ་ཉོག་

དམར་པོའི་དོག་པ་ཅན། །འབྲི་ཤིང་ཡལ་འདབ་ལྗེ་པ་ནི། །སྐྱེད་མོས་ཆལ་  
འདིར་བདག་གིས་མཐོང་། །ལྷ་རྣམས་ལྷ་ཡི་ཁང་པ་རུ། །སོ་སོའི་འོད་གྱིས་  
དལ་བྱར་རྒྱ། །དྲི་བཟང་རྗེད་བྱར་སྒྲོས་བྱས་པ། །དེ་རྣམས་དཀྱིལ་ཆུ་མོ་  
བཞིན། །སྒྲུབ་པ་དབྱུག་ན་གསལ་བྱེད་བཞིས། །ཡོངས་སུ་རྣམ་པར་བརྒྱན་  
པ་ཡི། །གྲོང་བྱེད་འགའ་ཡོད་གང་ཞིག་ན། །མི་བདག་མི་བརྒྱད་མིང་ཅན་  
ཡོད། །ཆེག་རྣམས་རབ་ཏུ་འབྱུགས་པ་དང་། །མགོ་བོ་དུད་ཅིང་མིག་དམན་  
པ། །འདུག་ཀྱང་འདར་ལྡན་བདག་ལ་ནི། །ཆུ་མོ་རྗེས་སུ་མི་བཅེའམ། །  
མིག་མི་བརྒྱན་མ་ས་ལྡན་འགའ། །དང་པོ་རྩ་ཇ་ཞེས་པར་སྒྲོགས། །ས་རྩ་ཏ་  
ན་ཡང་སྟེ་འདི། །རྒྱལ་པོ་མ་ཡིན་བྱུང་འདུག་མིན། །རྩམ་བྲལ་མི་ནི་བཏང་  
བྱས་ནས། །འོར་ལྡན་རྣམས་ཅན་བཞོད་པ་གང་། །སྒྲུབ་པ་སྒྲོགས་  
བརྒྱས་འདིག་ཏེན་འགྲུགས། །གཟུང་དཀའ་སྤྲད་འཆོང་མ་ཡིན་ནོ། །ཁྱོད་  
གྱི་ས་མིན་མིང་མཐུན་གང་། །རབ་བྱུར་སྒྲུབ་མིང་ཅན་ལས་རྒྱལ། །དེ་ཡིས་  
དིང་བདག་མཆོག་ཏུ་ནི། །སྐྱེད་ལྡན་བྱེད་དོ་སྒྲུབ་སྒྲོགས་མ། །འདོད་ལྡན་  
དག་ནི་མལ་སྒྲུབ་ལ། །ཁྱོ་བས་བྱེད་བརྒྱུག་ཉལ་བར་འགྱུར། །ཆགས་པས་  
དེ་བཞིན་ཉིད་ཉལ་ཏེ། །དལ་བྱ་ཡིས་ནི་ཁ་དག་སྒྲོལ། །བྱ་རྒྱལ་བས་སྐྱེས་  
དག་ཡིས་ནི། །སྒྲུབ་པ་འོད་གྱིས་བཅོམ་སྐྱེའོ། །ཁ་འཛོམས་གྲོགས་མིན་  
འཛིན་པ་ཡིས། །བྱུང་པའི་མཁའ་ལ་མཛོན་པར་དགའ། །ནམ་ཡང་མཆོན་



དང་བྱུང་མེད་གྱི། །རྩ་མའི་དགྱིལ་འཁོར་ལ་མ་རེག། །མི་མ་ཡིན་པ་འགའ་  
 ཞིག་ནི། །ལག་ནི་འབྲས་མེད་ཡིན་ལོ་ལོ། །སྤྱ་ཞིག་གང་དང་འགྲོགས་པ་  
 ཡིས། །བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ཉེ་བར་ནི། །ཐོབ་ཅིང་བས་གྱི་དུས་དག་ཏུ། །གལ་  
 ཉེ་མཐོང་ན་འདོར་བར་བྱེད། །ཉ་ཡ་ག་ང་ལྟ་ཅན། །སྡེ་འདི་གལ་ཉེ་མ་  
 རྒྱལ་ན། །སྤྱ་ཉི་ཀ་མེད་ངེད་གྱི་བྱ། །འདི་ནི་ཡི་གེ་ཤེས་ཀྱང་ལྷན། །དེ་ནི་  
 མིང་དུ་འདུས་པར་བསྐྱེས། །བསྐྱེས་པ་ཡི་ནི་གཟུགས་དང་ལྡན། །དེ་བཞིན་  
 ཉིད་དུ་གཞན་གྱི་ཡང་། །འདྲེས་པའི་རིམ་པ་ཤེས་པར་བྱ། །དོན་ཉམས་དོན་  
 འགལ་དོན་གཅིག་པ། །ཐེ་ཆོམ་ཅན་དང་རིམ་པ་ཉམས། །སྤྱ་ཉམས་གཙོད་  
 མཚམས་ཉམས་པ་དང་། །སྡེ་བ་སྦྱོར་ཉམས་དང་མཚམས་སྦྱོར་བཤ། །ཡུལ་  
 དུས་སྦྱ་ཅལ་འཛིག་ཉིན་དང་། །ལུང་རིགས་དག་དང་འགལ་བ་སྟེ། །སྦྱོན་  
 བཅུ་དེ་དག་སྟན་ངག་ལ། །སྟན་ངག་མཁན་གྱིས་སྤང་བར་བྱ། །དམ་བཅའ་  
 གཏན་ཆིགས་དཔེ་ཉམས་པ། །ཞེས་པ་འདི་ཡང་སྦྱོན་མིན་ནམ། །པལ་ཆེར་  
 དབྱུང་པར་དཀའ་བ་ཉིད། །སྦྱོར་བ་དེ་ཡི་འབྲས་བུ་ཅི། །ཆོགས་པའི་དོན་  
 གྱིས་སྦྱོང་བ་གང་། །དེ་ནི་དོན་ཉམས་ཞེས་པར་འདོད། །སྦྱོར་བ་སྦྱོན་པ་  
 གྱིས་པ་ཡི། །བརྗོད་ལས་གཞན་དུ་དེ་སྦྱོན་ནོ། །འདི་ནི་རྒྱ་མཚོ་འབྱུང་བྱེད་  
 དེ། །བདག་ནི་དེ་རིང་ཀས་པས་གཟིར། །སྦྱོན་འདི་རབ་ཏུ་སྦྱོགས་བྱེད་དེ། །  
 འཕྲོག་བྱེད་ས་སྤང་དག་ལ་དགལ། །འདི་སེམས་རྣལ་དུ་མི་གནས་པའི། །

མངོན་པར་བརྗོད་ལ་སྒྲུབ་མིན་ཏེ། །གཞན་དུ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས། །སྒྲུབ་  
 རག་མཁན་པོ་སྤྱི་ཞིག་སྟོར། །རག་གཅིག་གིས་ནི་རབ་སྒྱུར་བ། །སྤྱི་མ་སྤྱི་  
 མ་གཞན་འཛོམས་པ། །འགལ་བའི་དོན་ཅན་ཉིད་ཀྱི་སྟོན། །དོན་འགལ་  
 ཞེས་པར་རབ་ཏུ་བརྗོད། །དབྱ་རིགས་མཐའ་དག་འཛོམས་པ་དང་། །སྒྲུབ་  
 ཆོག་སྤྱི་ཞིག་སྟོར་ཞིག་སྟོར་ཞིག་ །འབྱུང་པོ་ཀུན་ལ་བརྟེན་བཅས། །སྟོན་ལ་  
 དབྱ་ནི་སྤྱི་ཡང་མེད། །མངོན་པར་ཆགས་ལྡན་སེམས་ལ་ནི། །སྒྲུབ་སྤྱི་དེ་  
 འགལ་ཞིག་ཡོད་པས་ན། །གང་ལ་འགལ་བའི་དོན་ཅན་ཀྱི། །ཆོག་ཀྱང་  
 མངོན་པར་འདོད་པར་འགྱུར། །གཞན་ཀྱི་བྱུང་མེད་ལ་སྟོན་པ། །འཕགས་  
 པ་དག་གིས་གལ་རིགས། །དེ་ཡི་སོ་སྤྱི་བཅས་པ་དག །བདག་ནི་ནམ་  
 ཞིག་འབྱུང་འགྱུར་རམ། །དོན་ཉིད་དམ་ནི་སྒྲུབ་ལ་ཡང་། །བྱུང་པར་མེད་པར་  
 སྒྱུར་བརྗོད་པ། །གལ་ཏེ་སྒྲུབ་ཡང་རབ་བསྒྱགས་པ། །དེ་ནི་དོན་གཅིག་པར་  
 འདོད་དཔེར། །སྟོན་པ་སྟོན་བྱུང་བུ་མོ་ནམས། །དེ་ཡི་ལེན་བྱའི་འོད་ཟེར་  
 ཅན། །ཆུ་འཛིན་སྟོན་དང་ལྡན་པ་དང་། །ཟབ་མོ་སྒྲུབ་སྟོན་འདི་དག་གོ །  
 རྗེས་སྤྱི་བརྟེན་སོགས་བྱུང་པར་ལས། །གལ་ཏེ་འགལ་ཞིག་བརྗོད་འདོད་ན། །  
 ཡང་བརྗོད་པ་ལ་སྟོན་མེད་དེ། །འདི་ནི་ཆུན་དུ་རིགས་པ་ཡིན། །འདོད་པ་  
 སྒྲུབ་མིན་འཁོར་པ་ཡིས། །བྱུང་མེད་མཆོག་འདི་བཅོམ་པར་གྱུར། །ཡན་  
 ལག་ཀུན་མཛེས་བཅོམ་པར་གྱུར། །འཇམ་པར་སྟོན་མ་བཅོམ་པར་གྱུར། །

དེས་པའི་དོན་དུ་རབ་སྐྱར་བའི། །ཆོག་རྣམས་ཉིད་གྱིས་གལ་ཏེ་ན། །ཐེ་  
 ཆོམ་སྐྱེད་པར་བྱེད་ན་འདི། །ཐེ་ཆོམ་ཅན་ཞེས་རབ་ཏུ་བཟོད། །རེ་འདོད་  
 དགའ་བ་ལྟ་བ་ཡི། །རོ་ལ་མིག་གཡོ་གྲོགས་མོ་དག །རྒྱུ་ན་འདུག་པའི་མ་  
 མ་འདིས། །འདི་འབྲ་བལྟ་བར་བཟོད་མ་ཡིན། །འདི་འབྲ་ཐེ་ཆོམ་སྐྱེད་ཉིད་  
 དུ། །གལ་ཏེ་འགའ་ཞིག་ཏུ་སྐྱར་ན། །འདི་ནི་རྒྱན་ཉིད་དུ་འབྱུང་གི། །དེ་ལ་  
 སྐྱོན་མེད་འདི་ལྟ་སྟེ། །མ་སྐྱེད་དེ་ནི་ལུས་སྐྱེས་གི། །འཛིགས་པས་གཟིར་  
 ཞིང་རྩ་བ་མོ་ཡི། །དུས་ཉིད་གྱིས་ནི་བཟུང་བ་མཐོང་། །བདག་ཅག་སྤོང་ལ་  
 རེ་བ་ཅི། །འདོད་པས་གཟིར་རམ་ཆ་བས་གདུངས། །ཞེས་པ་དེས་མེད་  
 བྱེད་པའི་ཆོག །ཅེད་འཛོམས་སྐྱེས་པ་འབྱུགས་པར་ནི། །བྱ་བྱིར་ཕོ་ཉ་མོས་  
 སྐྱས་སོ། །མདོར་བསྟན་རྗེས་སུ་ཡོན་ཏན་དོན། །གལ་ཏེ་རྗེས་བསྟན་མ་  
 བྱས་ན། །རིམ་པ་ཉམས་པར་མདོན་བཟོད་པའི། །སྐྱོན་དུ་དེ་ནི་བཤད་དེ་  
 དཔེར། །འགྲོ་བ་རྣམས་གི་གནས་པ་དང་། །སྤྱལ་དང་འཛིག་རྒྱ་མ་སྐྱེས་པ། །  
 བདེ་འབྱུང་སྤེད་མེད་ཅུ་སྐྱེས་གི། །སྐྱེ་གནས་ཅན་གྱིས་སྤེད་རྣམས་སྐྱུངས། །  
 འབྲེལ་པ་དེས་པར་ཞེས་པའི་རྒྱར། །གང་ཡང་གལ་ཏེ་འབད་བྱས་ན། །རིམ་  
 པ་བཞུས་ཀྱང་སྐྱོན་མིན་པར། །མཁས་པ་རྣམས་ནི་སྐྱ་སྟེ་དཔེར། །གཉིན་  
 གཏོང་བ་དང་ལུས་གཏོང་དང་། །ཡུལ་གཏོང་ཞེས་པ་གསུམ་པོ་ལ། །དང་  
 པོ་ཐ་མ་ཉོན་མོངས་པའི། །བར་པ་སྐྱད་ཅིག་གདུང་བའོ། །མཆོན་བྱ་མཆོན་

ཉིད་ལམ་ལ་མཆོན། །ཆོག་སྒྲུབ་མཆོག་མིན་འདོད་པ་ནི། །སྒྲུབ་ཉམས་ཡིན་  
 ཉེ་མཆོག་རྣམས་དག། །འདོད་པ་ཉིད་ནི་སྒྲུབ་མ་ཡིན། །ས་གཞི་རྒྱ་མཆོའི་  
 སྐར་གས་ཅན། །རྒྱལ་ཆེན་བྱོད་ལ་དབྱང་པས་སྤངས། །ཞེས་པ་ཤེས་  
 འདོད་མེད་པས་ན། །ཆོག་འདི་ལ་ནི་ཉམས་ཡོད་མིན། །སྟོ་ཡི་རི་ལས་ཉར་  
 བུད་པའི། །རྒྱུ་གིས་རྩ་ཉའི་རྒྱུ་འབྱུང་ནི། །ཡལ་འདབ་རོལ་པར་བསྒྲུབ་  
 པ་ཡིས། །རྒྱ་གུ་མཛེས་དང་ལྡན་པར་བྱེད། །ཅེས་སོགས་བསྟན་བཅོས་  
 བདག་ཉིད་ཆེ། །ལྟ་ལ་གཡེལ་བའི་སེམས་ལྡན་པས། །སྒྲུབ་ཉམས་བཞིན་དུ་  
 སྤང་མོད་ཀྱི། །སྐལ་བཟང་ནམ་ཡང་གཏང་མ་ཡིན། །ཆོགས་བཅད་རྣམས་  
 ལ་ངེས་པའི་གནས། །ཆོག་གི་གཅོད་མཆམས་ངལ་གསོར་རིགས། །དེ་  
 ཉམས་གཅོད་མཆམས་ཉམས་པ་སྟེ། །ཉན་པོ་དགའ་མི་ན་སྒྲུབ་དེ་དཔེར། །  
 བུད་མེད་རྣམས་ཀྱིས་ཡང་དག་བརྗོད་པའི་ཆོག་རོ་ཉམས་མེད་ལ་འདིར། །  
 མཆོག་རྣམས་དང་འགྲོགས་མི་དབང་ཉི་མའི་རིགས་འདིས་ལྟ་བྱེད་ལ་  
 སོགས་སྒྲུབ། །བྱ་དང་བྱ་མིན་མ་ཆང་མེད་ལ་ལུང་ཉིད་ཀྱིས་ནི་ལྟ་བྱེད་  
 ཅིང། །མི་བདག་འདི་ཡི་དབང་གྱུར་ས་འཛིན་ཞེས་པ་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་བ་ཡོད། །  
 རི་ལྟར་ཆོག་མཐའ་བྱིས་པ་ལ། །ལྟག་མ་ཆོག་ཉིད་དུ་ངེས་པ། །དེ་བཞིན་  
 མཆམས་སྒྲུབ་རྣམ་འགྱུར་མཐའ། །ཆོག་ཉིད་ཅེས་ནི་བརྗོད་པ་ཡིན། །དེ་ལྟ་  
 བ་ཡང་ན་བར་རྩུབ། །སྟན་དག་མཁན་རྣམས་མི་སྒྲུབ་ཉེ། །རྒྱལ་པོ་དེ་ཡི་

རྒྱལ་མཆན་གྱི། རྟོག་གི་ཚུ་འཛིན་བསྐྱལ་ཞེས་འདིའོ། རྒྱལ་དུ་ཡི་གེ་ཆད་  
 ལྷག་དང་། རྩི་ཡང་རི་ལྟ་བཞིན་མི་གནས། རྟེན་སྒྲིབ་སྦྱོར་ཉམས་པ་སྟེ། རྩི་  
 རྩིན་འདི་ཤིན་ཏུ་སྦྲད་པའོ། རྩི་བའི་འོད་ཟེར་རབ་བསིལ་བས། རྟེན་ཅེས་  
 ཡི་གེ་ཉུང་བ་ཉིད། རྩི་རྩི་རྩི་འོ་འདབ་གསར་པ་རྩིས། རྩི་མ་ཞེས་  
 ཡི་གེ་ལྷག་པའོ། རྟོན་པས་མདའ་རྩིན་རི་དགས་མིག་ཅན་ལ། རྩི་པར་  
 འཕྲོང་ཞེས་སྒྲིབ་པ་རི་བཞིན་མིན། རྩི་སྒྲིབ་པའི་མིག་ཅན་དག་ལ་སྦྱོར་བྱེད་  
 གྱི། རྩི་འཕྲོང་ལྷུང་ཞེས་ཡང་བ་རི་བཞིན་མིན། རྩི་སྒྲིབ་པ་བཟོད་པར་མི་  
 འདོད་ཅེས། རྩི་ག་ལ་མཆན་སྦྱོར་མེད་པ་དང་། རྩི་སྦྱོར་ལ་སོགས་རྩི་  
 མེད་པ། རྟེན་མཆན་སྦྱོར་བྱལ་ཞེས་བསྟན། རྩི་འཕྲོང་དང་བདག་གི་ཡིད་  
 ལ་ཡང་། རྩི་འཕྲོང་དུ་རྩི་བ་ཡིས། རྩི་མེད་འབྲུམ་པའི་དཀྱིལ་  
 འཁོར་ལ། རྩི་གྱི་ཚུ་རྩི་སྦྱོར་སེལ་བར་བྱེད། རྩི་མཆན་མོ་འདི་ལ་ཞེས་འདི་  
 འདྲ། རྩི་སྦྱོར་པས་ཉམས་པར་རིགས་མི་བྱེད། རྩི་རྩི་སྦྱོར་ལྷུང་ལ་  
 སོགས་ལྷུང་། རྩི་མཆན་དུས་དུག་ལ་སོགས་དུས། རྟོན་པའི་དོན་ལ་  
 བསྟན་པ་ཡི། རྩི་དང་སྦྱོར་སོགས་སྦྱོར་ཅལ་ཏེ། རྩི་འཕྲོང་བ་རྩི་དང་མི་རྩི་བའི།  
 རྩི་ག་པ་འཛིག་རྩི་མིང་ཅན་ལོ། རྩི་སྦྱོར་པ་གཏན་ཆོགས་རིགས་བདག་  
 ཉིད། རྩི་སྦྱོར་བཅས་གསུངས་པ་ལྷུང་ཉིད་དེ། རྩི་དག་མཁན་པོ་བག་མེད་  
 ལས། རྟེན་པའི་སྦྱོར་གསུངས་པ་བཞིན། རྩི་པར་གལ་ཏེ་རབ་ཞུགས་ན། རྩི་



འདི་ནི་ཡུལ་སོགས་འགའ་ཞེས་བརྗོད། །ག་བྱར་རྒྱུ་ལ་རེག་པའི། །  
 མ་ལ་ཡ་རྒྱུ་དྲི་བཟང་ཅན། །ག་ལིང་ག་ཡི་ནགས་སྒྲིམ་པའི། །སྒྲང་པོ་དག་  
 བེ་རི་དགས་རིགས། །ཙོ་ལ་གྲ་བ་རི་རོགས་པ། །ཨ་ག་རུ་ནི་ནག་པོ་སྒྲི། །  
 ཞེས་པ་ཡུལ་དང་འགའ་བ་ཡི། །ཆོག་གི་འཇུག་པ་འདི་འདྲ་སྟེ། །བརྒྱ་ཅན་  
 བེ་མཆན་མོ་རྒྱས། །ཉིན་པར་གྲ་ཐུང་ལྡན་པ་གསལ། །དབྱིད་ནི་ནི་ཅུ་ལ་  
 རབ་རྒྱས། །སོས་ག་དག་ནི་སྒྲིན་གྲིས་གཏིབས། །ངང་པའི་སྒྲིན་དབྱར་  
 མཉན་འོས། །སྒྲིན་ནི་མ་བྱ་ཕྱོས་པ་སྟེ། །དགུན་སྒྲིན་ཉི་མ་དྲི་མ་མེད། །  
 དགུན་ནི་ཅ་རྒྱན་བསྐྱགས་པར་འོས། །ཞེས་པ་འདི་འདྲ་དུས་དང་ནི། །འགའ་  
 བའི་ལྷགས་དག་བསྐྱན་པ་ཡིན། །སྒྲི་ཅལ་དག་དང་འགའ་བའི་ལམ། །ཅུང་  
 ཟད་བསྐྱན་བར་བྱ་སྟེ་དཔེར། །དཔའ་བ་སྒྲིག་པ་དག་གི་དངོས། །བརྒྱན་པ་  
 ཁོ་དང་ཡ་མཆན་ནོ། །དབྱངས་བདུན་རྗོགས་པ་འདི་དག་ནི། །ཐ་དད་ལམ་  
 དུ་རབ་ཏུ་འཇུག། །འདི་ལྟར་སྒྲི་ཅལ་དུག་ཏུ་བཞིར། །འགའ་བ་ལེགས་པར་  
 ཉོགས་པར་བྱ། །སྒྲི་ཅལ་ཡོངས་སུ་བཅད་པ་ལས། །དེ་ཡི་རང་བཞིན་  
 གསལ་བར་འགྱུར། །སྒྲང་པོ་དག་ནི་རལ་པ་གཡོ། །རྟ་ཡི་རུ་ནི་རྣོ་བ་ཡིན། །  
 ཨེ་རུ་ནི་སྒྲིང་པོ་སེ་སྟེ། །སེང་ལྷེང་སྒྲིན་པ་སྒྲིང་པོ་མེད། །ཅེས་པ་འདི་ནི་  
 འདྲིག་རྟེན་པ། །ཉིད་དང་འགའ་བ་གྲུན་གྲིས་སྦྱད། །རིགས་པ་ཞེས་བྱ་  
 གཏན་ཆོགས་ཀྱི། །རིག་པ་དང་འགའ་བ་སྐྱན་པར་བྱ། །བདེ་གཤེགས་

འདུས་བྱས་འཛིག་པར་ནི། །གསུངས་པ་བདེན་མོད་དེ་ལྟ་ནའང་། །ཅ་ཀོ་ར་  
 ཡི་མིག་ཅན་དེ། །བདག་གི་སྤྱིང་ལ་ད་དུང་གནས། །མེར་སྐྱས་གནས་ལ་  
 ཡོད་མིན་ཉིད། །རབ་ཏུ་སྐྱེ་བར་ཉེ་བར་བཞུང་། །མེད་པ་ཉིད་ནི་བདག་ཅག་  
 གིས། །རབ་ཏུ་སྐྱེ་བར་མཐོང་གང་ཕྱིར། །རིགས་པ་དག་དང་འགལ་བ་ཡི། །  
 ལུགས་ནི་ཀུན་དུ་བསྟན་པར་བྱ། །དེ་ནས་ལུང་དང་འགལ་བ་ཡི། །འཇུག་  
 པ་དག་ནི་བསྟན་པར་བྱ། །མེ་ནི་བཞག་པ་མ་ཡིན་ཡང་། །བྱ་སྐྱེས་བྲམ་བེ་  
 མ་ཉམས་པའི། །སྦྱོད་པས་བརྒྱན་པ་འདི་དག་ནི། །བེ་ལྷ་ན་རི་མཆོད་སྦྱོན་  
 བྱེད། །འདི་ནི་ཆོ་ག་མ་བྱས་ཀྱང་། །སྒྲ་མ་དག་ལས་རིག་བྱེད་བཟུགས། །  
 རང་བཞིན་དག་པའི་ཤེལ་དག་ནི། །འདུ་བྱེད་གཞན་ལ་སྟོས་པ་མེད། །སྦྱོན་  
 ནི་མཐའ་དག་འདི་ལ་ཡང་། །རེས་འགའ་སྟན་དག་མཁན་མཁས་པས། །  
 སྦྱོན་གྱི་གངས་ལས་རབ་འདས་ནས། །ཡོན་ཏན་ལམ་ནི་རྣམ་པར་འཛིན། །  
 རྒྱལ་པོ་དེ་ཡི་མཐུ་ཡིས་ནི། །དེ་ཡི་སྦྱོད་ཆལ་ལྟ་རྣམས་ཀྱི། །སྦྱོན་པ་ཡལ་  
 འདབ་གོས་དམར་དང་། །ལྗན་པ་དག་གི་གནས་སུ་བྱུར། །རྒྱལ་པོ་  
 འཛིགས་པ་གསལ་བྱེད་པ། །ཀ་དམ་པ་ཡི་རྒྱལ་དང་འགྲོགས། །འདབ་  
 བདུན་ལས་འཁུངས་སྦྱོད་བྱེད་ཅིང་། །དག་པོ་ཡི་ནི་རྒྱང་དག་རྒྱ། །ཁྱིགས་  
 གྱིས་རབ་བསྐྱལ་སྐྱག་པ་ཡི། །སྦྱེ་བོ་བུད་མེད་ཁས་བཞུང་སྟུ། །སྟབས་མི་  
 མཉམ་པས་འདོད་ལྡན་གྱི། །ཆགས་པ་དག་ནི་འཕེལ་བར་བྱེད། །སྒྲ་བའི་

འོད་ཟེར་རབ་བསིལ་བས། །བསྐྱེད་བྱ་འཛིན་པ་འདོད་ལྡན་ནི། །བྱུང་མེད་  
 དང་བྲལ་ཉོན་མོངས་ཀྱིས། །འབྲུག་ས་པ་འདི་ཡིས་ཅི་བར་བྱེད། །གཞལ་  
 བྱ་ཡིན་ཡང་གཞལ་བྱ་མིན། །ཆ་ལྡན་ཡིན་ཡང་ཆ་ལྡན་མིན། །གཅིག་ཉིད་  
 ཡིན་ཡང་གཅིག་ཉིད་མིན། །སྒྲ་ཆོག་ས་གཟུགས་ཁྱོད་ལ་ཕྱག་འཆེལ། །སྐྱེ་  
 བསེང་བྱ་ལྡ་དག་གི་ནི། །ཆུང་མ་ལྡ་ལེན་བྱ་མོ་སྟེ། །དག་པ་རྣམས་ཀྱི་  
 མཆོག་ཏུ་འགྱུར། །འདི་འདྲ་ལྟ་ཡི་སྐྱབ་བྱེད་དོ། །སྐྱོད་རྒྱན་ནི་བཟ་བ་  
 དང་། །བྱ་སྐྱ་བྱ་དཀའ་དག་གི་ལམ། །སྙན་ངག་རྣམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་སྒྲོན། །  
 དེ་ལྟར་མདོར་བསྐྱས་རབ་ཏུ་བསྟན། །སྐྱབ་བྱེད་བསྟན་པའི་ལམ་འདིས་  
 སྒྲོན་དང་ཡོན་ཏན་དག །རབ་ཏུ་རྟོགས་པའི་སྒྲོ་ཅན་སྐལ་བཟང་དབང་གྱུར་  
 པའི། །ཆོག་དང་མདོན་པར་འགྲོགས་བྱས་ཆང་མིག་མ་དག་དང་། །ལང་  
 ཆོ་ཅན་བཞིན་དགའ་དང་གྲགས་པ་ཐོབ་པར་གྱུར། །སྙན་ངག་མེ་ལོང་ལས་  
 ལེའུ་སྟེ་གསུམ་པའོ།། །

སྐྱོབ་དཔོན་དབྱུག་པ་ཅན་གྱིས་མཛད་པའི་སྙན་ངག་མེ་ལོང་གི་གཞུང་འདི་ལྟལ་དུ་བྱུང་བའི་ཡོན་ཏན་དཔག་ཏུ་མེད་  
 པས་སྐྱས་པ་སྒྲ་མ་དམ་པ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་རིན་པོ་ཆེ་པ་དང་། དཔོན་ཆེན་ཤུག་བཟང་པོའི་བཀའ་ལུང་གིས་རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་  
 སྙན་ངག་མཁན་ཆེན་པོ་ལྷུ་ལ་སྟེ་ཀ་ར་དང་། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་དགེ་སློང་ཤོང་སྟོན་གྱིས་དབལ་ས་སྐྱའི་གཙུག་ལག་ཁང་ཆེན་པོར་  
 བསྐྱར་ཅིང་ཁྱེ་གཏན་ལ་པལ་བ། དེ་རྗེས་དབང་ལོ་རྒྱུ་བ་སྟོ་གོས་བཏན་པས་གོ་དཀའ་བའི་ཆ་ཤས་སུ་གྱུར་པ་རྣམས་དང་དོན་  
 ཆེ་བ་རྣམས་ལ་འགྱུར་བཅོས་བགྱིས་པ་ལ་བྱིས་སྟེ་ཐང་སྟོ་བཏན་བཞི་པས་ལེགས་པར་འགྱུར་བཅོས་བགྱིས་པ་ལགས་སོ།།