ལུམས་སུ་གཞུག །　དེས་མ་ཐུབ་ན་སྤོད་ནས་དོད་ལུམས་བྱ།། ཁོང་དུ་གསར་
འཛམ་ལུག་ཤ་གསར་པ་བཏང། ཤང་བཤལ་བརླ་ཡི་ཕྱི་སྒལ་ཤང་འདེགས་
བསྲེག །　དཔྱི་མིག་གཟིར་ན་ཚོགས་པ་བཅུ་བཞི་བསྲེག །　ཆ་བ་འོན་ན་མཁལ་
མའི་ཙ་ནག་བསྲེག ། ཏྲི་ཚུ་ཐོ་མ་ན་མཁལ་ཙ་ཏུས་ཞེན་བསྲེག ། ཁྲག་ཤོར་
མཁལ་ཁྲང་ཟུག་ན་དཔྱི་མིག་བསྲེག ། འགུལ་དཀའ་ཟུག་ཆེ་ཚོགས་པ་བཅུ་བཞི་
བསྲེག ། ཆགས་མ་ཆོད་ན་ཚུ་ཙ་སྒྲུག་ཀུ་བསྲེག ། མཆེར་ཙ་ལྷུམ་དང་ལྷད་པ་
མཁན་པས་གདུལ།། གོང་འོག་མེས་བསྡུང་མཆེར་ཙ་ཏུ་ཐུང་གཏར།། མ་ཐུབ
ས་སྣུག་ཁྲོག་ཞིང་ཚུ་ཙ་སྒྲ།། ས་ཐོག་བག་ཕྱེ་གར་པོ་ཞོ་ལྷུར་ཐུག ། ཕ་བ་གཟིར
ན་ཚོགས་པ་བཅུ་གཉིས་བསྲེག ། གཉིད་མེད་འོ་དོད་འབོད་ན་ཏུ་ཐུང་གཏར།
ཕ་ལོང་སྤོས་ན་མ་ནུ་བཞི་ཐང་བཏང།། བརླ་ནང་ཙ་ཆེན་ཙ་ཁ་ཡར་མར
བསྲེག ། ཏོང་ལེན་ཐག་སྤོས་དོམ་མཁྲིས་སྐོ་ང་དང།། བག་ཕྱེ་ལྷུར་ཐུགས་ཕྱིང
པ་ཤིང་ཐུང་བཏང།། ཆ་ལ་བཞིལ་འཇིབས་ལོང་འཁྲོག་དོད་ལྷན་ལྷུར།། ལྷང
ཐབས་ཐུང་ན་ངར་གངོང་མཆེར་ཙ་གཏར།། ཚོགས་པ་ཏུག་བསྲེག་མཇིང
རེངས་ལྷྱི་གཙུག་བསྲེག ། སྤོས་ན་ནི་ཏ་ཚུ་འགགས་ལྷ་ལའི་ཙར།། ཏྲི་མ
འགགས་ན་དཔྱི་མིག་བསྲེག་པར་ཐུ།། མཆིན་ཙ་ལྷད་གཉིས་ལྕམ་ཆས་བཞིལ
ལྷུར་ཐུ།། ཁྲག་ཤོར་ལྕབ་ཙ་བསྲེག་ཅིང་མཁྲིས་ཐང་བཏང། ཏ་ཐུང་ལྷོད་ཀ་ལ
ས་ཀས་ལྷྱི་བཞིན་བཅོས།། ཚོགས་ལ་མདེའུ་ལུས་ཞག་འགའ་ལོན་ནས་དགུང།།
ཆ་ཕ་རིང་ན་ལྕམ་པས་བསྲོ་བར་ཐུ།། ཚོགས་ཚུ་ཁྲག་དང་འདྲེས་ན་གསོ་བ་ལ།།
ཟ་ནང་དོམ་མཁྲིས་ཆོར་ལྷོན་ཨ་ཐུག་དང།། ཅུ་གང་ཀུར་ཀུམ་ཤེལ་ཏ་ཏོང་ལེན
གཞུག ། དེ་ཡིས་ཚུ་ས་ཀར་འདྲེན་ཞིང་ཚོགས་ཚུ་ལྷོམ།། ལྷོ་ང་བག་ཕྱེ་གར་པོ་ཞོ
ལྷུར་ཐུག ། མ་ཐུབ་བཅོད་ཁྲན་བག་ཕྱེ་ཚོས་ལྷུར་ཐུག ། ཚ་བ་ཆེ་ན་ཞོ་བཅགས
ཁོ་ན་ཤིས།། ཀྱི་ལ্ལ་ཏོང་ལེན་ཐག་ཁྲན་ཞོ་ལྷུར་ཐུག ། ཁོང་དུ་བཞིལ་བའི་ལྷན
བཏང་གང་ཆུས་གཏར།། ཞག་གསུམ་ཚུན་ཆད་ཚུ་མངས་བསྲེང་བར་ཐུ།། མ
ཐུབ་ལྷང་གར་མཆོ་ཁུ་བག་ཕྱེ་ཞོ།། ཐ་མཚལ་ཟེ་ཁྲག་ཕག་པའི་ལྷ་ཁྲག་དང།།

ར་རོགས་གཤའ་ཁྲག་བོང་བུའི་གཞུག་ཁྲག་ནམས། བྱུགས་སྟེང་ཆིངས་ནས་ཕལ་
ཆེར་སྐམ་སྤྱོར་ཕྱེད། ལྷ་བ་ཅན་ཀྱི་རུས་ལ་ཆ་བྱང་ན། ཆ་སྨན་གོང་བཞིན་ཆ་
ཆས་རུས་འཇིབས་བྱ། ལྷ་བ་ཕྱེར་ན་མཚོ་བོ་བཞིན་དུ་བཅོས། ཕྱན་ཙེའི་རུས་
པ་འཇིབས་ཞུན་འབྱར་འདུལ་གསུམ། ཁྱང་རོ་ཞོ་དང་ནད་མ་ཕྱི་ཡི་འཇིབས།
ཆོལ་བུ་མར་དཀར་ཙོད་པ་ཏེགས་ཀི་འཇིབས། བར་དུ་ཁྱངས་ན་ས་ཐོག་ས་སྨུག
དང་། གོ་སྟོད་དང་ལེས་བཀ་ཕྱེ་ཞོ་ཡི་ཞུན། ཟུག་ཆེ་ནས་ཆོག་རི་བོང་རིལ་ཐལ
དང་། ཏིག་ཏ་འབྲུ་མར་ཞུན་ཀྱིས་ཕྱེ་རྒྱབ་གདུལ། ཏ་ཁྱངས་ཞོ་དང་ཁྱར་བ
ཏེགས་ཀི་ཞུན། ཡང་ན་ཐ་རམས་ནད་མ་གཡུ་ལོས་བྱ། ཐ་མར་ཆགས་ཀི་དུས་ཁུ
འབྱར་འདུལ་བྱ། ས་སྨུག་ཞོ་དང་བཀ་ཕྱེ་ཁྱར་བ་འམ། ཡང་ན་ཚུ་ཙ་ཞོ་དང
བཀ་ཕྱེ་ཐུག ། ཏེགས་ལ་ཏ་ཁྱངས་ཁུ་བ་བཀ་ཕྱེ་དང། འབྲུ་མར་འབྲི་མོག
ཐུགས་སྟེང་ཕྱིང་པ་བཏང། ཏེགས་བཞི་ཆོལ་གནད་ཕྱན་ཙེ་རུས་པའི་གནད།
ཆོལ་དང་རུས་པའི་གནད་དུ་འདེས་པར་བཅོས། ཚུ་ཐུས་གནད་ཆམས་ཏྲན
དོད་འཐེམས་ཀྱིས་བཅོས། ཚུ་ཆེན་ཆོད་ན་ཏ་ཏྲང་ཐུས་པས་བཅོམ། ཆ་ལ
ཐུས་གསུམ་ཏ་བོང་མཁྲིས་ཁྱར་གདབ། ཏོ་ཐུས་ཎ་དག་ཐག་ལྷོས་ཙ་རུ་ར། ཟླ
ཁང་བསྐོལ་ཞོ་ཕྱིན་ཚུ་བཀ་ཕྱེ་ཐུག ། ཡང་ན་ཟླ་ཁང་ཐལ་བ་ཐུས་པ་གཉིས།
དོམ་མཁྲིས་བཀ་ཕྱེ་ཁྱང་གར་ཆང་ཁྱར་ཁྱར། ཐུས་པའི་ཤ་བརྡུངས་བསྲེས་ཏེ
ཐུག་པར་བྱ། ཆ་ཡི་གོང་འོག་ཕྱིང་པ་བཅོགས་ལ་ཁྱར། དེ་ལྟེང་ལྷ་ལྷབ་བཏང
ལ་གསོན་ཆིངས་དང། དེ་ཡི་ལྟེང་དུ་ཤིང་ཆས་བཟུར་བར་བྱ། ཁོང་དུ་ར་ཡི
ཟླད་པ་བཅོས་ལ་བཏང། ཚ་ཐྲེས་ཕག་མཁྲིས་གི་ཕྱི་ཀ་ར་ཁྱར། ཆ་ཁར་ཆམ
ཆས་ཏྲན་དང་ལྡན་པ་ལྟེ། ཚུ་ཕན་ཆོད་ན་ཏེལ་གི་ལྷུམ་མེད་ནི། ཁྱིན་ཀྱིས
ཟམ་བུར་ཁྱར་ཏེ་ཐྲོ་མ་བྱ། ཕྱིང་པ་ཁྱར་ཞིང་གོང་འོག་ཡ་ས་ས་བདུག ། ཆ་ལ
ཐུས་པ་གསུམ་དང་དོམ་མཁྲིས་གདབ། ཚུ་བ་ཁྲོས་ན་བུལ་ཏོག་ཚ་ཕྱེས་བཏུ།
འབྲུ་ལྷ་ཚུ་ཐུས་ཆོགས་ཚད་ཞུན་ཀྱིས་གདུལ། ཚུ་ཐུས་ནུལ་ཏེ་ཐུས་བ་བལྟད་པ་
འདྲ། གཤུར་དོམ་མཁྲིས་ཐུག་ཐྲོས་ཡ་ནུ་ར། ཏོ་ཐུས་ཅུ་གང་ཀ་ར་ཁྱར་ལ

གདབ། རྒྱས་པ་ལྟ་རུ་ཕག་ལྷགས་གསུམ་གྱི་ཚུ་རྒྱས་མཐིང་རྒྱས་རྡོ་རྒྱས་དང་ཞོ་སྦྱར་བགཱ་ཕྱེ་
དང་། ཅུ་གང་ཐལ་གྱིས་བཏན་ལ་སྐམ་ནན་བྱ། མན་ངག་སྐབས་དང་སྦྱར་ལ
བཅོས་པ་ནི། རྒྱག་རྡུ་དབྱང་དང་ཁྲག་ཤོར་བཅད་པ་དང་། ཚ་བ་བསད་དང
ཚུ་འཐུང་སྒྲངས་པ་གཞོམ། རྣག་བཅད་རྒྱག་པ་དབྱང་དང་སྦྱང་ཤོར་གཞུག ।
ཆག་པ་བཅིང་དང་སྨྱོ་དོན་དགུ་ཡིས་བསྟན། མདེའུ་ཡོད་བརྡུག་ཐབས་བཅལ
ཐབས་འདོན་ཐབས་གསུམ། བརྡུག་པ་མདའ་ཆས་གཡའ་ཡོད་ཁྲག་འཛོལ
མེད། ཆ་དཔྱིབས་རྒྱར་བཞི་ཁ་མ་ཅམས་པ་ཡི། མནན་ན་མི་བཟོད་སྐད་ངན
འཆོར་བའམ། ཆོར་མ་རྒྱག་པ་མནན་འདྲ་ཀར་གྱི་འོང། ཡང་ན་གཏིང་དུ
ལྷང་གི་སྨྲིད་པ་དང་། ཆ་ཆེང་དུས་སུ་ཚུ་དམར་མི་ལྟོག་ཅིང་། ལྷུགས་གཡའ
ཆགས་དང་ཙ་ལ་ལྷམ་དལ་འོང། སྐད་ཕ་བྱུག་པ་སྐམས་ཀྱིན་བ་སྦ་ལྟོག ། ཤ
མདོག་དམར་ཐོ་ཡང་ན་ནག་པ་ཡིན། ཆུ་ཟི་ལྟོང་རོས་ཡུང་བ་ནུ་ཞོ་སྦྱར།
ཐུགས་བས་དངོས་སུ་མདོག་འགྱུར་བ་སྦ་ལྡང། ཆ་ཁ་ཕྱིར་ལོག་རྒྱ་ཆེ་སྒྲངས
པ་དང། རྣག་མདོག་ཐོ་དམར་ཁུ་ཅོགས་ཅན་དུ་འཐུང། ཡ་རུ་ཚུ་ཙའི་རེང
བུ་ཆ་ཏུ་བསྒལ། ནང་པར་ཅ་ཀྱོགས་འཁར་བའི་ནང་དུ་བཞོ། གཡའ་ཆགས
དང་ས་ཀྱིགས་ཐེ་ན་ཡོད་པ་ཡིན། བཅལ་བའི་ཐབས་ལ་ཆ་གསར་ཞོག་ལུགས
བརྡང། ཆ་ཡི་དཔྱིབས་དང་ཆ་ཐུད་བསྟན་ཏེ་བཅལ། ཆ་མེད་སྦ་འདྲིལ་ཀར
ཀྱི་འོང་བའི་ས། ཐུར་མ་བཏང་ལ་ལག་ཅམས་བླང་བར་བྱ། ཚུ་ཏེབ་ཏུས་ཏེབ
མདེ་ཏེབ་ནམ་པ་གསུམ། ཤིང་སྐད་ཏུས་སྐད་མདེ་སྐད་ཞོ་ཞོར་བརྡུག ། ཆེད
དཀའ་ཁབ་ལེན་མདེ་འཐྱིན་ཏུར་ཐྱིད་དང། ཆུ་ཏུ་དོམ་མཁྲིས་ལྷང་གི་རིལ་བུ
ཡིས། ཆ་ཐུགས་གང་ན་ཡོད་པར་ན་རྒྱ་ལྟང། འདོན་ཐབས་ཞོག་པའི་ཁྱེན
པར་གདོན་པར་བྱ། མ་ཐོན་ཕྱི་ཏུས་མི་ཀློག་སྒྲངས་པ་འཆོར། ནག་ཏུ་ཁྲུགས
པའི་ཏུས་ས་ཏཐུང་བར་བྱ། དེ་ཡང་སྨན་དང་ངཡད་ཀྱིས་ཏཐུང་བ་གཞིས།
སྨན་ནི་ཁབ་ལེན་བེ་ལྷབས་མཉྫ་ར། བ་ཏ་ལ་ལྷང་ལྷོན་ཤར་བལྟས་ཕྱི་ཁྲངས།
ལྷུལ་ཆོལ་ལྷར་བའི་ལྟེ་ཀུ་ཕྱི་ནས་ཐུག ། ཁོང་ཏུ་ཐུ་ཅོག་ཐུ་མ་ཐྱི་ཡི་ཤ ། ཐུ་ཚོད

ཁབལེན་ར་མཁྱེ་ཕྱི་བའི་ཐུན།། ཚང་སྦྱར་བཏང་པས་ཆ་ཀུ་འཕྱིན་པར་ཕྱིད།། ཡང་ནི་སྦྱལ་ཤ་ཁབ་ལེན་མདེ་འཕྱིན་དང་། ཕྱེ་ཚ་ས་ཀ་དུར་ཕྱིད་ཅན་དན་དམར།། དམིགས་ས་ཐུགས་ཏེ་ཏབས་རྩས་དྲངས་པས་འདོངས།། ཅིས་ཀྱང་མ་ཐོན་སྨན་ཀྱིས་བཞུ་བར་བྱ་མིའི་མཏུག་ཏོ་ཁབ་ལེན་སྦྱལ་ཤ་ཆུ་ཙ་ལྷུམ་ཙ་ཤོ་ཙ་གོ་ཐོའི་གྲེ་བ་ཐོ་ལྷ་ཤ་ལ་ཡ་ཀ་ས་ཐུར་བ་ཆ་ལ་གདབ་ཁོང་དུ་བཏང་བས་དངོས་མེད་དུ་འགྱུ།། དཔྱད་ཀྱིས་དགྱུང་བ་ཐུར་ཏུགས་གཅགས་སྐྱོན་དུལ།། མངོན་དང་མི་མངོན་དམ་དང་ལྷོད་པ་དང་།། མི་འགྱུར་ས་ལ་འཕྱོས་ཏིང་ཐུང་བར་མ་དང་།། ས་ཀལ་ཆེ་བ་ཆད་དང་ཏུས་པ་འཐམས།། ས་ཀེ་ཁ་དང་ཕྱམ་ཆུང་ཀང་ཀ་མཆུ།། འཕྲལ་ཕྱམ་མདེ་ཞབས་འཛབ་ཙེ་མདེ་གསོར་ས་ཁགས།། གང་ལ་གང་དགོས་རིག་པས་དཔྱད་དེ་དགྱུང་།། ཙ་ཡི་ཁྲག་ཤོར་ཆོད་དང་ཏུལ་བ་གཉིས།། ཟད་ཆོད་ཤོར་ན་ཙ་ལ་ཁད་ཕྱ་གཞུག ། ཕྱང་ཐེམ་ཕྱ་དང་ཕྱེར་ལ་མནན་པ་དང་།། འོལ་ཁ་བསྒྱུར་དང་ཁོང་དུ་ཕྱ་བའོ།། དང་པོ་ཆུ་ཕྱེགས་མཁན་པ་ཕྱེར་པ་མཆོའི།། ཁཏྲ་མཁྱིས་པ་གསུམ་དང་ལྷ་མའི་འབྱ།། ཕྱོང་ཐོག་ལྷུར་བའི་འདག་པ་ཆ་ལ་བཙང་།། ཡང་ནི་ལྷ་ཙའི་རེང་བ་ཉ་དོམ་མཁྱིས།། ཀུར་ཀུམ་ལྷ་འབྱའི་ལྷ་ གྱ་ཐུགས་ལ་བཙང་།། ཡང་ནི་ཁྲག་ཁང་ཐོར་པ་དར་ཡ་ཀན།། དོམ་མཁྱིས་ལྷར་བ་ཆ་ནང་བཙང་བར་བྱ།། ཡང་ནི་འཕྱོན་ཐལ་ལྷུག་ཕྱན་ཐལ་བ་དང་།། ད་ལིས་མངལ་ཁྲག་མཁྱིས་པ་གསུམ་དང་ཆོས།། ཤིང་ཚ་བྱ་རམ་ལྷར་ལ་ཆ་ནང་བཏང་།། དར་བཀབ་ལྷེང་དུ་བསིལ་བའི་ འཇིབས་ ས་ ཀཱ ། ཀཱ་ཤ་ ནས་ ས་ ནས་ ས་ ཐ ། ཀ ། ཀ ། ཏ ། ཏ ། ཏ

ཁོང་དུ་སྦྱོང།། རྩ་ཡི་ཟླ་ཁ་བཅལ་ནས་ཁྲག་ཤོར་ན།། དོམ་མཁྲིས་ཅུ་གང་ནུ་ཞོས་
བཀྲ་བར་གྱུ།། གཡས་དོམ་མཁྲིས་ཅུ་གང་ཀ་ར་གདབ།། ལྷགས་ཀྱི་ལྕང་པས་ཟླ
ཁ་བྲག་ཏུ་མནན།། ཁོང་དུ་ཚ་བའི་འཕྲོས་འདིད་གཅེས་པ་ཡིན།། རྩ་ནད་ཁོང
ནས་མ་བཅོས་ཐེམ་བྱས་ཀྱང་།། ཁྲག་སྦ་ཐུང་ན་གསོ་དཀའ་དོན་མེད་འགྱུར།།

ཡན་ལག་ཟླ་ཚད་ཆུ་ཀྱེན་དཉེ་བ་དང་།། རྒྱས་དང་བཅོས་ཐབས་རྣམ
པ་བཞི་ཡིས་བསྟན།། ཚ་བའི་ཆུ་ཤི་ཁྲག་དང་མཁྲིས་པ་སྟེ།། དེ་ཡང་ཙ་དང
རྩས་ལ་སྐྱེ་བ་ཡིན།། ཚ་བའི་དཉེ་བ་སྦྱོ་དང་ཉེ་ཐག་གཉིས།། སྦྱོ་ལ་ཚ་བ་ཤོར
དང་འཕྲིལ་བ་གཉིས།། རྒྱང་པ་ལྷན་འདུས་འཐབ་པར་སྐྱེ་བ་ལྟ།། ཉེ་ཐག་ཁྲག
དང་ཚུ་ས་རར་ཆག་ཚད་གསུམ།། ཙ་ཚད་བུས་ཚད་ཟུག་རྒྱའི་ཚ་བ་དྲུག ། དེ
རྒྱས་ཚ་བ་སྟོད་དུ་ཤོར་བ་ནི།། གྲང་ཤུམ་ཉིད་ཅིང་མགོ་དང་ཚོགས་གཞི་ན།།
དང་ག་མི་བདེ་དབུགས་ཐེག་ལྟོ་ཁྲིད་འདར།། གཉིད་ཆེ་ལུས་ལྟེ་ཁ་ཁ་མིག་ལྷོན
ས་ར།། ལྟེ་ཙ་ལྟོ་ཞིང་ལྷམ་ལ་ས་ཏེག་ཆགས།། ཙ་གྲིམས་ཆུ་དམར་ཟླ་ཁ་ཏོད་ཆེ
ས་ར།། ཆུ་ས་ར་ཚ་བ་ཙ་ལྷབས་འཕྲིལ་བ་ནི།། ཙ་འཕྲིག་ཆུ་ས་ར་གཞོགས་ལ་ཡང
ལྟེ་འཐུང་།། ཕྱག་གོང་མི་བདེ་བཤལ་ཤ་ན་བ་ཡིན།། ལྷང་ས་དང་ཟླ་ཚད་ལྷོས
པ་ཀྱང་པ་སྟེ།། དེ་ལ་ཙ་ཆུ་ཚ་ན་ལྟེ་ན་ཚད་ཡིན།། ཕྱི་ཡུལ་ན་ལུགས་ཚ་ན་འདུས
ཚད་དོ།། འཐབ་ཚད་ཙ་ཆུ་ཚ་ལ་ཟླ་ཚད་ལྷོ།། ཡང་ན་ཟླ་གང་ཙ་ཆུ་ཚ་བའོ།།
ཉེ་བྲག་ཁྲག་ཚད་མིག་ཆུ་ལྷང་ས་པ་དམར།། བས་ལ་ལ་མི་དགའ་སྟེང་ལ་ཏོན་ཝོ
འདོད།། ནུབ་ཝོ་གཉིད་ཆུང་ཟ་ཟི་མང་བ་ཡིན།། ཆུ་ས་ར་ཚ་བ་ལྟང་དུབ་འདྲ
ལྟར་ན།། མིག་ལྷོན་ཆུ་དང་ལྷང་ས་ས་ར་ཚ་ཞིང་འཁྱུ ། ནུ་ཚད་ཙ་ནི་འདར
རམ་ལྷན་པ་ལ།། དང་ག་མི་བདེ་གཉིད་ཆུང་ལྟང་དུབ་ན།། ཏ་ཏོ་ལ་ཉེ་ཅིང
ལྷང་ས་པ་མནན་མི་བཟོད།། ཙ་ཚད་གསུམ་དང་ལྟ་ལ་ཏུ་ཁ་པར་སྐྱེ།། བུས་ཚད
བདུན་དང་དགུ་ལ་ཀུན་ཏུར་སྐྱེ།། ཟུག་ཏུའི་ཚ་བ་ཏུ་ཤུལ་ཏེས་ལ་སྐྱེ།། ཀར
ཀྱིས་ཟུག་ལྟང་ཟླ་ལ་ཁྲག་ཅན་འཐུང་།། ཟས་ལྷོད་དལ་ཞིང་ལྟོ་མས་ཏུས་བདེ་བ
ཡིན།། བཅོས་པའི་ཐབས་ལ་ལྷོ་དང་ཉེ་ཐག་གཉིས།། ལྷོ་ལ་བཅོས་པའི་ཐབས

དང་བསད་ཐབས་གཉིས།། བཅོས་ཚུལ་རྒྱལ་བློན་དམངས་དང་བཅས་པ་སྟེ།། ཙ་ཏིགས་གནད་ལ་རྒྱལ་པོ་ལྟ་བུར་བཅོས།། ཆུ་ཆས་བསིལ་ལ་ཁོང་འོག་ཏུད་ཕྱོར་བསྟེན།། ཁོང་ཚད་བསིལ་བཅག་ནད་ལ་རྣག་མི་འཇུག ། ཚ་བ་ཏུད་ཕྱོར་བསྟེན་པར་འདུ་བ་ཡིན།། ཞེན་མེད་འཆོ་སྒྲིན་རྒྱལ་པོའི་བཅོས་ཚུལ་ལོ།། ཀུ་མེན་གནད་ལ་བློན་པོ་ལྟ་བུར་བཅོས།། འཕྲང་བསྡམ་ཆུ་ནས་དབབ་ཅིང་ཁོང་ནས་བསལ།། རྣག་ཀོར་ཕྱོང་ཡང་སྲོག་མི་འདོར་བ་ཡིན།། ཆུ་ནས་དཀྱོག་ཅིང་ཁོང་ནས་བསད་པ་ནི།། འཆོ་སྒྲིན་འཆི་སྒྲིན་དམངས་ལྟར་བཅོས་ཚུལ་ལོ།། ཚ་བ་བསད་ཐབས་ཡར་འདྲེན་མར་འདྲེན་གཉིས།། ཚད་སྟོབས་ཆུང་ན་མར་འདྲེན་འཛམ་པོས་བསད།། ཅན་དན་གི་ལྷ་བསིལ་གསུམ་བ་ལེ་ཀ ། ཏོང་ལེན་ཏིག་ཏ་ཡུཏྲལ་བ་ཤ་ཀ ། ཀ་ར་ཐྭར་བཏང་ཙ་ཐན་མས་འཛོག་གཏར།། ཐོད་ཤོར་ཐོབས་ཆེ་ཡར་འདྲེན་ཐོག་བབས་བསད།། ག་ཐུར་རྒྱལ་བློན་བདུན་པ་དགུ་པ་ཐྭར།། ཙ་ཆེན་གང་རྒྱས་ཡས་བབས་ཁྲག་ཤིད་ཐྭད།། ཚ་བ་འཕྲལ་ན་བསིལ་གསུམ་བ་ལེ་ཀ ། གི་ལྷ་དོམ་མཁྲིས་ས་ཅོང་ལྷེང་བ་ཤ་ཀ ། ས་མ་ར་ཛ་ཀ་ར་ཐྭར་ལ་བཏང་། གཟེར་བའི་ཐྱོགས་དང་ཙ་དམིགས་གང་རྒྱས་གཏར།། རྒྱང་པའི་ཚ་བ་ཆ་ལ་བསིལ་ཞུན་ཐུ།། ཁོང་དུ་ཆུ་འཕྲང་ཐྭན་ལ་ཏ་ཐྭས་ལ།། ཏིག་ཏ་ཐྭང་ཙོ་ཡུཏྲལ་བ་ལེ་ཀ ། ཀ་ར་ཐྭར་བ་ན་མ་བཅག་མལ་བཏང་། ལྷན་པའི་ཚ་བ་ཆ་ལ་བསིལ་ནན་ཐུ།། ཙ་ནད་བསིལ་ཞུན་གསུམ་གི་ལྷ་ལེ་ཀ་དུར། ཡུཏྲལ་ཀ་ར་ཐྭར་བ་ཁོང་དུ་བཏང་། ཏཱ་ལ་ལོང་ཙ་ལག་པ་ཡ་ས་ཁ་ཀཏ། འདུས་ཚད་ཀ་ཐུར་ཤིང་མངར་བ་ཤ་ཀ ། བ་ལེ་ཀ་ནམས་ཁོང་ལ་བསྟན་ལ་བཏང་། ཅོ་ཆུང་ཐོད་ཀ་ཏྲ་ཀ་མཁོ་ལ་ས་ཁ་ཀ། འཕབ་པའི་ཚ་བ་ཆ་ཁོང་བཐོལ་ལ་ཁང་ཚ་བའི་ཐྲེང་ཏུ་བསིལ་ཀྱིས་བསད་ཅིང་། ཕྱང་བའི་ཐྲེང་ཏུ་ཏྲོད་ཐྭར་ལ་བསད།། ཁྱད་པར་ཁྲག་ཚད་དམར་ཆས་ཏོང་ལེན་ཀྱི་ལྷེ་བ་ཤ་ཀ་བཅོད་ཕང་བཏང་ལ་ཙ་ཥ་ཆེ་ཀཏ།། ཆུ་ས་ཚ་བ་ས་ར་ཆས་འབྲས་ཀུན་ཀྱི་ལྷེ་ཏོང་ལེན་ལྷབ་ས་ང་ཁ་ཀ་ཕང་བཏང་ཐུར་མས་བསལ།། རྣ་ཀ་ཀི་ཚ་བ་ཕུ་ཀ་ལ་འབྱར་ཤེ་མས་བྱ།། ཙ་ཚད་ཐུ་ཏ་ར་ཏོང་ལེན་བ་ཤ་ཀ་རེ་ཤོན་ཤིང་མངར

ཚོས་ཕང་གཏན་མེ་དང་བས་ལས་གྱིས་བཅག། ཏུས་ཚད་ལ་ཡར་འདྲེན་གྱི་བས་ཆས་
ཆུ་དང་མས་འདྲེན་གྱི་སྨན་གྱིས་བཅག། ཟླག་རྒྱའི་ཚ་བ་ལ་ཏིག་ཏ་བ་ཤ་ཀ་ཧོང་ལེན་གྱི
ཕང་སྨན་གཏན་ཟས་ཀྱིས་བཅག། ཁྲག་ཏུས་ཚ་བ་སྟོད་ཤོར་ཡེན་ལ་གཏད།
ཆུ་སེར་ཏུས་སུ་བས་ལ་བཅུད་པ་བསྟེན། ཆགས་གི་ཏུས་སུ་ཆུལ་པོ་ལྟ་བུར་ཕྱག
དང་ཤོམ་ཤ་གསར་པ་མར་ཐྲང་ཏིང་ཁྲོལ་གསར་འཇམ་གྱིས་གསོ། ཆུ་ཁམ་ཚ་བ་མི་ཆགས་སྲ
ཞིང་ཕྱེམ། ཙ་ལྟོ་ཐྲགས་ཏེ་གཡུར་ཞེར་ལྟ་ཐྲུར། གང་ཞེ་གཏར་ཞིང་ཆུ་ལ་ཏོ
བ་བདུག། ཚ་བ་ཀུན་གྱི་ཆུ་ནི་ཆུ་སེར་ཁྲག། དེ་ཕྱིར་གསོ་དཔྱད་གཙོ་བོ་གཏར
བ་མཆོག། ཆུ་འཕྱང་ཤོམ་ལྟར་བཏུང་དང་སྨན་ལྟར་བཏུང། ཤོམ་ལྟར
བཏུང་བ་ཙ་ཤོ་བགག་པ་སྟེ། ཏོང་ལེན་ཐུང་ཙི་ཐྲས་དང་ཡུ་ཀུ་ཤིང། ལྷམ
འབྲུ་ཆུར་ཐྲངས་ཤོམ་དུ་བཏུང་བར་བྱ། ཡང་ན་ཆོས་བཙོད་ཡུང་ཀྱེར་ཕྱི་ཞུར
དང། ཐྲང་ཙི་ཅན་དན་ཐོད་ལེ་ཀར་ཆམས་བཏུང། སྨན་ལྟར་བཏུང་བ་ཁྲག
ཏུས་ཆུ་སེར་ཆགས། ཁྲག་ཏུ་ཏོ་ཏོང་ལེན་ཡ་ཐྭག་དང། ཆོར་ཐྲོན་ཆུ
བཏུང་ཡང་ན་ཅན་དན་དཀར། སེ་ཏོད་ཐྲབ་སེང་རེ་རལ་ཆུར་ཐྲངས་བཏུང།
ཆུ་སེར་ཏུས་ཐུ་ཐྲབ་སེང་ཡུ་ཀུ་ཤིང། ཤེལ་ཏ་ཡ་ཐྭག་ཥོ་ར་ཀ་ནོར་ཏུ་དང། ཏུ
རམ་ཐྲུར་བ་ཆོས་ཁྲུས་འཕྱལ་ལ་བཏང། ཁྱད་པར་གི་ཕྱི་བཟང་ཏྲ་ག་མཁྲིས་ཐུ
ཆོགས། རིལ་བུས་ཙ་ཡི་ཆུ་སེར་ཕྱེམ་པར་བྱེད། ཐོར་ཐོག་ཐྲང་ཐུ་ཐ་རམས་བྱ
ཀང་དང། ཏུ་རམ་རིལ་བུས་ཤ་ཡི་ཆུ་སེར་ཕྱེམ། ཐུ་སེང་ཆོར་ཐྲོན་ཁྲག
ཀང་ཡ་ཐྭག་དང། རེ་རལ་རིལ་བུས་ཏུས་པའི་ཆུ་སེར་ཕྱེམ། དེ་བ་ཐུམ་ཏུ
ཏིག་དང་ཁྲུར་ཙ་ཡི། ཐང་གིས་ཆུ་ཐྲུས་ཆུ་སེར་ཕྱེམ་པར་བྱེད། ཤ་བ་ཁ་ཤ
བས་ཏུ་ཏུ་རམ་ཀྱི། རིལ་བུས་ཆོགས་དང་པགས་པའི་ཆུ་སེར་ཕྱེམ། ཁམ་ཏུའི
ཐལ་བ་ཐ་རམས་ཐྭག་ཐོས་པ། ཀ་རའི་རིལ་བུས་ཆུ་སེར་ཕྱེམ་པར་བྱེད། ཐོད
ལེ་ཀར་དང་ཕ་ཕྱི་ལོང་བུ་དང། དར་ཡ་ཀན་ཀྱི་ཏུ་རམ་རིལ་ཏུ་ཡིས། ཆུ་སེར
ཏུས་ཀྱི་ཐྲངས་པ་འཇོམས་པར་བྱེད། ཟླག་ཏུས་བས་ཏུ་ཐྭག་ཐོས་ཅོང་ཞི་དང།
ཐུ་ཟི་ཁོ་དང་ཐྭར་བ་ཟངས་ལ་བཐོས། དེ་བཞིར་ཐྱེ་མས་ཟླག་གི་ཀུ་མཆོ་ཕྱེམ།

མ་ནུ་ཕུ་ཟི་ཏ་ལྷགས་རེ་ཤོན་པ། ཁོང་བཏང་ཁེ་ཀུ་ཐུགས་ནས་ཤང་བ་འཇོམས།
ཕ་ལྷ་ལོང་བུ་ཞེར་ཤ་ལྷགས་ཕྱི་དང་། ཐོ་ང་ཆོས་ཐུགས་ཁོང་བཏང་ཤང་བ་
འཇོམས། བཟང་རྒྱ་ཡུ་ཀུ་ཤེང་གིས་ལྟོད་ཚད་ཐུང་། པི་པི་ལིང་དང་ཏ་བོ
འོམ་བུ་ཡིས། ལྟོད་དུ་ཚད་པ་མི་འཆོར་འཕྲུ་མི་ལྷིད། ཆུ་ཡི་ཡོན་ཏན་ཚ་བ
གཅོག་པ་དང་། དང་ག་བདེ་ཞིང་ལུས་ཤེད་ཀྱི་བར་ཕྱེད། གདོན་དང་བཀག
ཤོར་ཕོ་བ་འབྱང་ན་ལྷང་། ལྷ་པ་ཤང་བ་གཞོམ་པའི་མན་ངག་ལ། གདོན
དང་འདུ་བ་གནས་ཀྱི་ཤང་བ་གསུམ། གདོན་ཤང་ཆུ་མདོག་ལོག་དང་གྱང
ཤུམ་ཕྱེད། ཆུ་བུར་ཤ་ཐང་འོང་ཞིང་ཤང་མཆེད་ཀྱིན། ཁྲག་ཆག་འཇག
ཅིང་ཤེ་རུལ་མནམ་པ་ལ། འཇོམ་པ་ལྟག་ཤ་ལྷ་ཀྱི་ལྷེ་བ། ཤུ་དག་ལྷང་ཐུན
རྣ་གཞོན་དྲི་ཆུ་ཐུག ། ཡང་ན་ཁོག་ཞིང་ལ་ལྷང་རི་བོང་ཐུན། ཕྱི་ལྷ་ར་ལྷ་ར
གཞོན་ཕྱི་ལུད་དང་། ཐོག་ཀྱུ་ཏྲི་ཆུར་ལྷར་ལ་ཐུག་པར་བྱ། ཡང་ན་ལྷལ་མཁོ་ཐ
པ་ལྷ་མ་ཐ་ཁལ་ཁ་ཁ་ཐལ་བ་བཞི་དང་ལྟག་ཤ་བ། བ་ལྷེ་ཆུ་ངན་ཞུན་ལྟེང་ཕྱི་ལྷས
མནན། ཡང་ན་ནག་པོ་དགུ་དང་བཞི་ལྷར་བྱ་ཐ་ར་ཁ་དང་ཕྱི་ནག་གི་མཇུག་ལྷ་ར་ཁ་གི
ཐོག་ལྷ་ཐང་ར་ཁ་གི་ཐོར་ལས་ལྷ་བོང་ནག་གི་ལྷངས་ཡུག་ས་བདེ་དོར་ཏ་ནས་ནག་ཐ་ཐ་ལྷན་མ་ལྷང་གར་ཞོ
འབྲ་མར་དང་ཀྱི་ཆེ་ནག་པོ་བོང་ང་ནག་པོ་རེ་ལྷག་ནག་པོའི་ཐལ་བ་ཁིག་པན་ཁུ་བ་ར་ཞོ། འདུ་བས
ཤང་པ་ཆུང་མཁྲིས་བད་ཀན་གསུམ། ཆུང་ཤང་ཐ་ལ་གསོབ་ཅིང་ཆ་མི
འབྱང་། འཕར་ཞིབ་ཅེད་ཅིང་ཆོགས་ཁར་ཤང་པ་ཡིན། དེ་ལ་ཆ་འཕྲང
ཤང་ན་མི་བཅས་བསྡུང་། ཞོ་ལྟོད་ལྷ་འབྲ་ཀྱི་འབྲ་ཚ་བ་གསུམ། ལྟེ་ཎ
གཡར་ཞུ་ཟླ་ཡི་ཕྱི་མོ་དང་། ཚང་འགག་ལྷང་མ་ལྷང་ལ་འཇིབས་ས་ཀཁྲག ।
ཡང་ན་ལྷ་འབྲ་མཁན་པ་ལྷེ་ཏེས་མཚན། ཤ་མོ་ཟ་དང་ལྷམ་པ་ཚ་བ་གསུམ།
ཏང་ཀུན་ མར་ནག་ ལྷང་ མ་ ལྷང་ བས་ མནན། དམར་ པོ་ དགུ་ དང་ ས་ ཕོ
གསུམ་ལྟོར་བསྟན་པ་ལ་ཐ་མཚལ་ལུའི་ཟླ་ཁྲག་ར་ས་ལྷའི་ལྷ་ཁྲག་ཕྱི་ཆུ་བོའི་ལྷ་ཁྲག་བོང་བུ་ག་པའི
ཀཁྲག་ཁྲག་མཇོ་ཀཡག་ས་བོའི་ལྷབས་ཁྲག་ཏ་ཐུག་ཕོམ་ཀྱི་ཀན་ཁྲག་ན་ཆུང་མའི་མངལ་ཁྲག་ཆོས་བཅོད
ཀར་ཕོ་ཞོ་ཇེན་ཕྱེ་མར་ནག་ལྷང་བ་དང་། ལྷ་ངའི་ས་ཕག་ཏ་ཚ་ཀུ་བ། ལྷུམ་ཅེ་མཇོ་ཞོ་མར་ཁུ་ལྷང།

ཤེས་ཏུ་སྟོང་སྟོས་ཚུ་བཅགས་ཡ་སས་བདུག ། འབའ་ཚ་མི་ཤ་མཁན་སྣ་ཆང་
བཅོས་མནན།། བད་ཀན་སྐྱངས་པ་ཆེ་ལ་ཞི་བ་དཀའ།། དོད་མེད་མཁྱང
འཇམ་ཤ་ཡི་ལྟེང་དུ་སྐྱངས།། དེ་ལ་ཉེ་ཤེང་ལྷུམ་ཙ་ཚ་བ་གསུམ།། ཞོ་ལྟོད་ཚ
ཕབས་སྦང་གར་རྟེན་ཕྱེ་ཞུན།། ཡང་ན་སྦུབ་ཀ་དཏྱི་མོང་ཚ་བ་གསུམ།། མ་ནུ
ཉེ་དགའ་གར་པོ་ཞུན་དུ་གཞུག ། ཡང་ན་ར་ཏུག་རེ་ལྷག་ཏང་ཀུན་ངང།།
ཤུག་པ་མཁན་པ་ཐུ་ཐའི་ལུམས་སུ་གཞུག ། ཡང་ན་ཆ་ལྷོག་སྐབས་ཀྱི་ས་པོ་བདུན
སྟོར་ཤེས་པ་ཡིན།། མཁྲིས་སྐྱངས་དམར་ཙ་དོད་ཆེ་རེག་མི་བཟོད།། ཆུ་སྐྱེགས
བཅོད་དང་ལེ་ཁྲི་ཡུག་ཆུམ་མཚལ།། ཏ་བོང་ཁྲག་དང་སྦང་གར་ཞོ་བཅགས
མནན།། ས་ཕོ་དགུ་ཡུང་སྐྱེར་ལྷུམ་ཙ་ར་མཉེ་བ་ཐལ་སྟོང་ཇོས་ཤ་ཕག་མི་མཁྲིས་སྦང་མར་སྦྱར
བའི་ཞུན་ནན་དང་ཆ་ལྷོག་སྐབས་ཀྱི་དམར་པོ་བདུན་སྟོར་བ།། གནས་ཀྱིས་སྐྱངས་པ
ཤ་ཟེན་ཙ་ཆོགས་བཞི།། ཙ་སྐྱངས་དམར་མཁྱང་ཚ་འཚུག་ཙ་ལྟེང་སྐྱངས།།
དམར་སྟོར་ཆུས་འཕེང་གསུམ་ཀྱིས་ཙ་ཤེད་བཅག ། སྦང་གར་ཐོ་ང་བག་ཕྱེ
ཞོས་གཞི་བྱས།། ལུག་ཞོ་ཅམ་པ་ཆེ་འཇམ་བསྲོས་ལ་ཐུག ། ཆུ་སྐྱེགས་བཅོད
རམས་ཡུག་ཆུམ་འབུ་མར་སྦྱར།། མ་ཐུབ་ཆུ་སྐྱེགས་བཅོད་ཞུན་ས་ཕེག་དང་།།
ཏ་བོང་ཁྲག་དང་འབུ་མར་སྦྱར་ལ་བཏང་།། དེས་ཀྱང་མ་ཆོམས་མངལ་ཁྲག
ཆོས་བཅོད་མཚལ།། སྦང་སྟོས་ག་དུར་ས་ཕེག་འབུ་མར་སྦྱར།། ཤ་སྐྱངས་སྐ
མཁྱང་དོད་མེད་ཐྲེག་པོར་སྐྱངས།། ཐུ་ཐོ་ཆ་ལྟེང་ཀ་ཁ
ལ་ལ་ལ
ལ
ལ

བོང་རིལ་མའི་ཐལ་བ་སྦྱང་རྒྱུ་ཡ་ཏ་སྦྱར་ལ་ཐུག། ཤྱང་གར་ར་ཞོ་སྐོ་ང་བག་ཕྱི་དང།། ནས་ཆོག་གཞི་བྱས་ལུག་ཞོ་ཅམ་ཞིག་ཐུག། ཆ་ལ་བྱུན་ཀྱིས་ཁད་ཕྱུ་འཆོར་བ་སྟེ།། བུས་ལ་སྦོད་ཀྱིས་ཚད་པ་རྒྱུ་བར་བྱེད།། ཀ་ལ་ལྷུམ་ཀྱིས་ཞུན་ནན་འདྲེད་པས་ཤྱང།། མདོར་བལྷུས་ཤྱངས་ལ་ཚ་ཤྱངས་གང་ཤྱངས་གཉིས།། ཚ་ཤྱངས་ཆས་ཤྲམ་ཏྲངས་ཆེ་ཚ་ལ་དམར།། གང་དང་ཉེ་བའི་ཆ་ལ་མང་དུ་གཏར།། ཐུར་མས་བཅཱ་གས་ལ་ཆུ་ལྷུགས་བཟོད་ཚད་བརྟེ། ཡང་ན་བུལ་ཏོ་ཀ་ཆུས་བཀྲ་ཏབས་རྣ་ཀ་ཟུགས།། འབུར་ནས་ཀ་ཤ་ཀས་ལ་ཆུ་སེར་ཡང་ཡང་དཔྱང།། དེ་ཇེས་ཅུ་གང་ཏོང་ལེན་ཆུ་ཆ་དང།། ཡུང་བ་ཤྱང་རྒྱུ་ཀ་ངས་ཆུ་ཐྱར་བྱུགས་ལ།། ཀྱི་ལྷེ་བ་ཞོ་ཤྱང་མ་ཐྱར་ལ་ཀཡོག། དེས་མ་ཐུབ་ན་ཐྱི་འབུར་ཐོ་ངའི་སེར།། ཁོ་ལོ་ཆོར་ཐོན་ས་ཏད་མའི་མེ་ཏོ་ག་དང།། ཐ་ལ་ཤྱང་རྒྱུ་ཐ་ལ་ཐོས་ཐར་ཆུ་ཐྱར།། དེ་ཐ་ཤྱང་མ་བསྲོས་པའི་འཇིབས་ཀྱིས་ཏྲང།། དེས་མ་ཐུབ་ན་ཐྱར་ཏིས་ཏག་བཏུགས་ལ།། ཐུང་པ་ཐུ་ཟི་རྒྱ་ཚ་བུལ་ཏོ་ག་དང།། སེང་ལ་ཁྲོང་མར་ཁ་ཁྲོང་ཕག་ཆོལ་ཐྱར་བ་ཐུག། ཆང་འགག་ཤྱང་མ་བསྲོས་པའི་འཇིབས་ཀྱིས་ཏྲང།། དེ་ཇེས་ཐ་ལ་ཤྱང་ཐུག་ཅིང་བསིལ་ནན་ཐ།། དེས་མ་ཐུབ་ན་ཚ་ལ་ཁ་ཐྱར་ཕས་ཐྱང།། དེས་ཀྱང་མ་ཐུབ་ཁ་བོ་ནག་ཝོས་དགུག། ལྗང་ཤྱངས་ཐ་ག་ས་ཏོ་ཏ་ཆེད་ཆ་ནན་ཤུལ་ཏོང།། ལ་ཁོད་ཐ་ཆ་ཁ་ཁོ་ཐ་ཚ་ནང།། ཤུག་པ་མར་ནག་ཐ་ཁ་ཤྱང་ཐ་ཕ་ཕ་ཅང།། ཡང་ན་ཆ་ཆ་ཁ་ཁ་ཤ་ཤ་ཁ་ཤ་ཤ་ཁ་ཤ་ཤ

རྒྱུ་དང་རྐྱེ་ཡུལ་གནས་རིགས་བཅད་ཐབས་ལྟ།། ཆོགས་པར་ལས་བྱེད་ཤ་ལ་
མཆོད་ལྷས་དང་། ཤ་བཏུངས་ཙར་རྒྱ་ཆ་ཚད་བུས་ལ་ཞེན། ཚ་བའི་ལྷམས
ལྟས་གཏར་ཕྱིས་ནགས་གི་རྒྱ། རྐྱེ་ཡུལ་ཙ་ཁ་ཤོར་དང་ཤ་བུལ་ཐུགས། བུལ
ཐུགས་བུས་པ་ཟ་ཀོང་གསུམ་ལ་སྐྱེ། གནས་ས་ཤ་སྲུལ་བུས་དང་ཆོགས་པར
གསུམ། དེ་རིགས་ཚ་འབྱམས་གང་འབྱམས་ནམ་པ་གཉིས། ཆུང་བཉེན་ནགས
དང་ནགས་ལ་བཉེན་པའི་ཆུང། བཅད་པའི་ཐབས་ལ་སྨྱོ་དང་བྱེ་བྲག་གཉིས།
སྨྱོ་ལ་སྨན་དཔྱད་ཟས་དང་སྨྱོད་ལམ་བཞི། སྨན་ནི་ཆུ་ཟི་བས་བུ་དོམ་མཁྲིས
དང་། ཅུ་གང་ནམ་པར་ཡ་བྱ་ཡ་བུ་ར། ཀ་ར་ཐྭར་བའི་ཕྱེ་མས་ནགས་ནམས
ཤེམ། ཡང་ན་ཁ་ཕུར་བཟང་བྱ་ཁ་ཀྱ་དོར་གསུམ། ཡུན་ལ་ཀ་ར་ཐྭར་བ་བ་ཚུས
དབྱལ། ཡང་ན་ཆུ་ཟི་ཅུ་གང་དོམ་མཁྲིས་དང་། བས་བུ་ལྷབ་ས་ཝང་འཇིབ་ཙི
ཐྭང་མར་ཐྭར། ནགས་གཞུག་ལག་པར་འབྲས་གསུམ་མར་ཀྱིས་བཅད། ཀུང
པའི་ནགས་གཞུག་ཙ་བ་ལྟ་ཡིས་བཅད། བཟང་བྱ་རྡ་ལྷ་མཁྲིས་ལྷ་ཁ་ཚར
གདབ། དཔྱད་ཀྱིས་བཅད་པ་དེབ་འཆིར་ཁྲུས་དང་གཏར། དེབ་ལ་ཐོ
དེབ་ཨོ་དེབ་ཡང་དེབ་གསུམ། ས་ལ་ཐོ་ཆོགས་མིག་ལ་ས་ཁགས་ནགས་ཡུལ་ཐྭར།
དེ་ཐྲེང་མཐའ་ནས་འདེད་ཆིར་ནས་དག་ཏུ་བཅིང། ཁྲུས་ནི་དང་ཐོ་བུལ་ཏོག་ཆུ
ཡིས་བཀྱ། བར་དུ་ཅུ་གང་དོམ་མཁྲིས་ཀ་ར་ས་བཀྱ། ཐ་མ་ཀུར་ཀུམ་དོམ
མཁྲིས་ཆུ་ཡིས་བཀྱ། ཁྱད་པར་དམར་ཕྱོ་དུད་ཀ་སྐྱ་ཐོར་འགྱུར། གཏར་ག་ཚ
བ་ནགས་མདོག་ཁྲག་ཐྭར་གཏར། ཁ་ཟས་དང་ཐོ་གསར་ལ་བཅུད་པ་བསྟེན།
ཐ་མ་ཆུལ་ཐོ་ལྟ་བུར་བཅོས་པ་དང་། སྨྱོད་ལམ་དག་ཤུལ་བུད་མེད་ཐྭང་བར
བྱ། ཁྱད་པར་ཙ་ཁ་ཤོར་ན་མེ་བཅའ་འདང་། གཏར་ག་ཐྭན་གསུང་ཅུ་གང་ཅ་ས་ཐ
ཕྱི་མཁྲིས་ཤེལ་ཏ་ཙན་དན་མར་ཁྲུ་ཀཱ་ཏ་རི་ཐྭེར་ཤུན་འོམ་བུའི་བར་ཤུན་ཀ་ར་ཐྭར་ལ་བཏང་ཀུར་ཀུམ
དོམ་མཁྲིས་ཀ་ར་བཅོད་ཁྲུས་འཕུལ་བ་དང་ཏ་ལྷ་ཀ་ཐ་ཐ་ཁ་ཐ་ཐ་ཁ་ཐ་ཐ་ཁ་ཐ་ཐ་ཁ་ཐ
ཐ་ཁ་ཐ་ཐ་ཁ་ཐ་ཐ་ཁ་ཐ ཐ་ཁ་ཐ ཐ ཁ ཐ ཐ ཁ ཐ ཐ ཁ

རྣོག་པ་སྟེ་ཆའི་ཆུག་བཤལ་དང་དེས་ཐལ་ལྟང་ཐལ་བ་བློ་མཁྲིས་སྣ་ཞོ་བག་ཕྱེ་མར་ནག་ཐུར་བའི་ཀན་
དང་མི་དང་ཀ་མཁྲིས་དལ་ལིས་སྐྱེར་པ་འདམ་བུ་ཀ་ར་འོམ་བུའི་བར་ཤུན་ཀ་ར་བཏབ་པའི་སྨན་ཀྱིས་
བཅད།། བུས་པ་ཟ་ཀོང་གྲྭད་བསྲེག་སྨན་ཀྱིས་བཅད་པ་ནི་བས་ཏུ་ཚུ་ཟི་ཆུ་པར་དོམ་
མཁྲིས་འཐུག་ཏུས་ཐྲང་ཐུར་བ་ཁོང་དུ་བཏང་ཆུ་ཚ་ཁྱང་པ་འཐུག་ཏུས་མཚལ་ཐུར་བ་ཆ་ལ་གདབ།། ཀ
ས་ལ་ཆུ་ལ་སྨན་ཚ་ཟི་བས་ཏུ་བཐུ་ཐོས་ར་མཉེ་ཉེ་ཤིང་འཐུམ་ཙི་ཐུལ་བའི་མེ་ཏོག་ཙ་ཏུ་ཐྲང་ཐུར
ཁོང་དུ་བཏང། མཆོ་ལྟ་ར་མཉེ་ཐོ་ང་བག་ཕྱེ་ཞོ་ཐུག་ས་ལ་དང་འཚམ་པའི་དེབ་བཏང་འདེད་པའི
འབྱར་ཆིངས་ཀྱིས་བཅད།། བར་ཆུ་སྨན་ཐུབ་ས་ཅང་ཆ་གཅིག་ཚ་ཟི་ཆ་གཉིས་ཏུ་གང་དོམ
མཁྲིས་བས་ཏུ་ཆ་ཕྱེད་དཏུལ་ཆུ་ཐྲང་མར་ལྷ་ཀུ་བཏང་བ་དང་ཁྲུས་དང་ཆིངས་ཀྱིས་བཅད།།
ཆོགས་ཆུ་དེབ་ཆིངས་ཐོ་ཁགས་ཀྱིས་བཅད་པར་བྱ།། ཚ་འབྱམས་ཤ་ཀ་དོར་ཤ་ཏུ་ཅ
གའི་གླད་པ་ས་ཐུའི་ཁྲག་ཐུང་མ་མཐིང་ཞུན་ཕུར་ཡོག་ཐལ་བ་ཀ་ར་ཐྲུར་ཆ་ཁོང་གཉིས་ཀར་བཏང་གྲང
འབྱམས་ལ་ཆ་ཁོང་དུ་ཆོས་ཐྲན་ཏུ་ཏ་ཐུང་ཁོད་བསྐན་ལུག་ཤ་དང་ཚང་བཏང་ཐྲན་དང་ཟས
ཀྱིས་ བཅད།། ཆུང་ལ་ བཉེན་ པའི་ ཆུག་ ཆམས་ ཁོང་ ནས་ བཅོས།། ཆུག་ ལ
བཉེན་པའི་ཆུང་ལ་ཆ་ནས་བཅོས།། བདུན་པ་ཏུས་ལ་ཟུག་པ་དགུང་བ་ནི།། ཕྱི
ནས་ཟུག་དང་ནང་ནས་ཟུག་པ་གཉིས།། ཕྱི་ནས་ཟུག་པ་ཆུག་ཆུས་ཏུས་པ་ཟོས།།
ཕྱེ་འམ་ཐུག་གམ་ནག་གམ་ཐུ་བཅད་འདུ།། དེ་ལ་ཐོ་ཁམས་ལྟ་བ་ཆུང་བ་འམ།།
གཏིང་དུ་མ་ཞེན་པ་ལ་ཐུ་བས་བསྲེག ། ལྟ་བ་ཆེ་དང་མ་གདན་བས་བསྲེབས་པ
ལ།། ལྷུགས་ཀྱིས་འཆོས་པར་བསྲེགས་པས་མཚམས་ཐུ་བོག ། ཙ་དང་བཅས
ན་ཞུན་མར་ཏེ་ལ་པས་བསྐོ་ལ།། ཤ་ཆུང་ལྟ་བ་ཆེ་ན་ཀྱོང་བུས་ཐྲུད།། འཇིབས
དང་ནང་འཚངས་ཁ་ཞུན་མཁོ་དང་མཐུན།། ནང་ནས་ཟུག་པ་ཀུང་གས་ཆུ
སེར་ཞུགས།། ཟུག་ཆེ་ཤ་སྐམ་མདོག་ཐོ་ལྟང་ལྟང་ན།། དེ་ལ་བུས་པ་བཏོ་ལ་ལ
ཆུ་སེར་འཇིབ།། ཐུབ་སེང་ཁྲ་བ་དོམ་མཁྲིས་ཀ་ར་ཟླུག ། དར་དང་མར་ཆོལ
ཐེན་བལ་རས་གཟིབ་བཏང་།། ཆོད་ཀང་ཐུབ་སེང་དོམ་མཁྲིས་ཆ་ཐོར་གདབ།།
ཐྲང་མས་འཇིབས་ལ་ཆུ་སེར་ལྟག་མ་བྱང་།། གལ་ཏེ་ཐྲང་ས་ན་ཨ་ས་འབབ་ཆས
བདུག ། དེབ་ཆིངས་བསྡམ་ཞིང་ཁོང་ནས་སྨན་ཀྱིས་གསོ་འཐས་བྱ་གསུམ་ཐུབ་སེང

འབམ་པོའི་སྨན་མར་སྦོས་དཀར་ཐག་སྦོས་ཕྱི་ཡང་ཀུ་ཐུ་བ་རྒྱིར་པ་ཐྱང་ཐྱར་ཁོང་དུ་བཏང། ཏྲི་ས་
རྒྱས་ནས་ཀུ་ཚུས་ཤ་བུས་ཙ་ནམས་བུལ། ལྷ་བ་འཆད་དང་ཆོག་ཚུ་འདོག་ཀྱང་
ཕྱིད། ནད་ཟོ་དང་ག་བདེ་ན་གསོ་བ་བུང། ལྷབ་ས་ཀང་གི་ཐང་བཏང་ཨ་བ་མར་ཐྱར་
བཏང་ཨ་ཏྲག་ཐག་ཐྱོས་ཐོག་ཐུ་ཐྱང་དང་ཐྱར་བའི་ཐྱན་དང་ཁ་ཟས་ཞོང་བསྲེག་ཕྱིམ་ཏྲ་ཏྲོམ་ཤ་ཐྱང
ཆང་ཡོས་ཆང་བཏང་ཤ་ཇོ་ལྷུགས་ཀྱིས་བསྲེག་དང་བཅད་པས་བཅོས་བུས་པ་ཏྲམ་པས་བསྡམས
ལ་གསོན་གཤིན་མཚམས་ཐུ་སོག་ལེས་བཅད་འཇིབས་དང་ཁ་ཞུན་ཏྲ་བུས་ཇོ་གསོན་གཤིན་མཚམས་ཐུ
བོག་པ་དང་ཆ ཙ ཁ་ཞུན་ཏྲ། བཀྲད་ཕ་ཐྱང་ཤོར་གཞུག་པའི་ཐབས་བསྟན་པ། ཞེས་ཤོར་ཤོར་རྟག་ཆུ
ལ་ཤ་ཁ་ཁ ཆ ཙ ཁ ཁ ཁ

རྟགས་བཅིང་ཐབས་ལོག་གཏོན་ནོ།། ཆགས་ལྡན་མ་ལ་བུ་ཐོགས་ཆགས་པ་དང་།། ཐུ་གུ་ཁ་དང་ལྷམ་ཆགས་གྱུམས་པ་བཞི།། དེ་ཡང་ཆུ་ཅན་ཆུ་མེད་གཉིས་སུ་འདུས།། ཆགས་རྟགས་གང་ཞིང་འཕྲོག་ལ་འགྱལ་མི་ནུས།། ཆུང་ཅན་ལྷོག་དང་ལྷམ་ཆགས་གྱུམས་པ་དང་།། ཆུ་ཅན་ཟས་ཀྱིས་མ་ཐེག་གསོ་བ་དཀའ།། བཅོས་ཐབས་བཅིང་དང་ཁོང་སྟན་སྟོགས་ཀྱིས་བཅོས།། དང་པོ་བཅོས་ཐབས་འཐེན་ལ་རྒས་ཁོད་མཉམ།། རིང་ཐུང་མ་ཆགས་ངོས་དང་བསྟན་པ་གཅེས།། རྒས་པ་ཕྱིར་དོན་རྟ་བོང་ར་ལྟག་གི། འོ་མས་བཀྲས་ལ་ཚོལ་བྱས་རྟོད་ཕབ་ལ།། གལ་ཅན་ཏན་དན་གྱར་ཀྱམ་འོ་མ་ཐུག། ཞག་འདས་ཁོང་དུ་ཆང་བཏང་འབམ་པོས་བདུག། དེ་ཡིས་རྟོད་ཕེབས་རྒས་པ་འཇུར་བ་སླ།། དགེ་ཏུ་འཐེན་པས་རྒས་པ་ནང་དུ་འགྲོ།། ཅིས་ཀྱང་མ་ཚུད་སོག་ལེས་བསྟུངས་ལ་གཞུག། ནམ་ཟླ་ཐུར་ཏེ་འམ་གར་པོ་ལ།། ཐོ་ང་ར་ཁྲག་ར་མཁེ་མཆོ་ཡི་ཁུ།། ཐྲིན་དང་བག་ཕྱེ་ལྷག་ཞོ་ཅམ་དུ་ཐུག། ཆོགས་ཆེན་མཐོ་རེ་ཆོགས་ཕན་མཇུབ་རེ་ཐུག། ཁང་ཆུམས་ལ་ནི་ཁང་དང་མཉམ་པར་ཐུག། ཡང་ན་ཐོ་ང་ར་ཁྲག་བག་ཕྱེ་དང་།། ཏོང་ལེན་མཁྲིས་ལྷ་ཐང་གར་ཐུར་བ་ཐུག། ཕྱིང་པ་ལྷབ་མཁྲིགས་ཐུ་དེབ་ལྷད་བུས་དཀྲི།། དེ་ལྟེང་རས་འཇག་གསོན་པའི་ཆིངས་ཐུ་བཅིང།། ལྟོད་ན་འཁྲལ་ཞིང་དམ་ན་ཁོང་འོག་ལྷངས།། ཚབས་ཆེ་བ་ལ་དེ་ལྟེང་ཤིང་ཆས་བསྐྱར།། ལྷན་དུ་ལྟབ་ས་ཁྲུ་བ་ཁོང་དུ་བཏང་།། མར་གསར་འོ་མ་མངར་གསུམ་ཚོས་ཁྲུ་ལྡན།། ཨ་བ་ཨ་ཐུག་ཐང་ཙོ་མར་ཐུར་བཏང་།། ཆུ་ཅན་ཁོལ་དུ་བཏོན་ལ་ཤེལ་ཏ་གཞུག། ཞ་ཐུར་དོམ་མཁྲིས་ཀུར་ཀྱམ་ཅན་དན་དཀར།། ལྟབ་ས་ཁང་ཀ་ར་ཐུར་བས་རྒས་པ་ཐོ་ར།། འཕྲོད་ཅིང་བདེ་ན་མ་རུང་བར་དུ་གཞག། མི་འཕྲོད་ན་ན་གསུམ་ལྟ་བདུན་ལ་དགོས་ལ།། ལོག་གཏོན་རིང་ཐུང་ཡོན་པོ་བཅག་ལ་བཅིང།། ཆག་གཞུག་མ་ཆོད་རྒས་པ་ཟོས་པ་ན།། ཐུད་ཏང་བསྲེག་ཏང་སྟན་ཀྱིས་གསོ་བར་བྱ།།

ཐ་མ་གནད་ཀྱི་ལོག་གཏོན་བསྟན་པ་ནི།། ཤ་ཡི་གནད་ལ་གཞའ་ཁྲོས་བམ་རྒལ་བཞི།། ཙ་ཡི་གནད་ལ་ཐེར་ཁྲིད་ཆུས་ཤོར་བཞི།། ཆོགས་ཀྱི་གནད་ལ་

བམ་དང་འཕོར་བ་གཉིས།། ཚུ་རྒྱས་གནད་ལ་རེངས་དང་འཕྲུམས་པའོ།། དང་པོ་ཤ་གཞའ་ཚ་གཞའ་གང་གཞའ་གཉིས།། ཚ་གཞའ་ཁ་སྐྱེ་གཏིང་སྣ་སྟོངས་ཚད་སྐྱེ།། སྣངས་ཚུ་རེ་གཅིན་འདྲ་བའི་ཚུ་སེར་འཛག ། དེ་ལ་ཁོང་ནས་སྨན་གྱིས་འཕུལ་བསང་བསྐམ་པ་ལ་གཡས་ཅུ་གང་གྱར་ཀྱམ་ཅན་དན་བས་ཅུ་དོམ་མཁྲིས་གཡས་ཕུར་ཁོང་ལེན་ཀར་གང་སངས་ཆུས་དབྱལ།། ཆ་ལ་ཁྲ་བོ་ནག་པོའི་ཆས་ཀྱིས་བསྐྱང།། ཆ་ཁར་མི་གཏར་གཞན་དུ་གང་ཆུས་གཏར།། ཟླག་སྐྱེས་ཆག་མང་སྣངས་རྡོད་ཆེ་ན་སློང་།། གང་གཞའ་རྡོད་དང་སྣངས་ཚུང་ཆག་ཚུ་ཁྱང་།། དང་གི་མི་བདེ་གངོང་སྐྱ་ཟླག་མ་ངེས།། ཁོང་དུ་གསར་བཅུད་ས་འབྱུ་ལ་པ་བཏང་།། ཆ་ལ་དྲོད་ལྱམས་ཁྲ་བོའི་ལྱམས་ཀྱིས་བསྐྱང།། ཆུང་གསང་སྲལ་ཁ་ཆམས་སྲུ་མེ་ཡིས་བསྲོ།། དེ་ཡིས་མ་སློང་ཤ་ཆང་བུར་མར་སྨུག ། སློངས་ནས་སྨྱེ་ལྷར་གང་ལ་འཚམ་པས་བཅོས།། ཁྲོས་ལ་རྡོ་ལྷར་སྲ་དང་ལྷོག་ཟབས་གཉིས།། རྡོ་ལྷར་སྲ་ལ་ཚ་ཁྲོས་གང་ཁྲོས་གཉིས།། ཚ་ཁྲོས་དམར་མཁྲང་ཟླག་ཆེ་རེག་མི་བཟོད།། རྡོད་ཆེ་ཚ་འཚུག་ཙ་ཚུ་ཕྱི་ཚད་སྐྱེད།། དེ་ལ་དང་པོ་ཀློད་སྦང་སྲོར་བ་ཐུ།། དེ་རྗེས་ཟེར་ཆས་ལྷོང་རོས་ཡུང་སྐྱེར་ལྷུམ་ཙ་ལྷོ་ང་ར་གཞོབ་བགཱ་ཕྱེ་རྡོད་ཕབ་ལ་ཐུགས་ཏེ་ཨོག དེབ་བཏང་གང་ཞེ་གཏར།། དེས་ཀྱང་མ་ཐུབ་སྣངས་ན་ཚུ་ཙ་དང་།། ཐག་ཞུན་ཀློད་རྒལ་ར་ཞོ་བགཱ་ཕྱེ་ཐུག ། དེ་ཡི་སྟེང་དུ་ཕྱིང་པ་ཚུར་སྣངས་བཏང་།། ཡང་ན་སྣངས་དང་ཐུར་བའི་ ཚུ་ བཅགས་ལ།། གང་ས་ ཚུས་ བསྣངས་ ཏེང་ བསེལ་ བའི་ ཆས་ ས་ གཞུག ། ཅེས་ཀྱང་མ་ཐུལ་ཁྲ་བོ་ནག་པོས་དགུག ། ལྷང་ཁྲོས་སྣངས་པ་རྡོད་ཚུང་ས་ལ་སྐྱ།། ཟླག་ཆེ་ཕུག་ན་ཆོག་མེད་ཁུང་འཛུགས་འདྲ།། ཤ་ཐ་ཆང་དུ་ བཅོས་པའི་ཁུག་པ་ཐུ་ཁོད་ཐུང་ཀི་མི་ཤ་བག་ཕྱེ་ཕབས་ཁྲོད་ཐུང་ཡང་ན་དེ་ཕྱེང་ཁ་ཤ་ཐུང་ཏ་ཁོང་ར་ལུག་གི་ཁ་ཤ་འཐུ་མར་ཐུང་བའི་ལྱམས་ས་ཀློག ། ཡང་ན་ཐོ་ཡི་ཙ་བ་ལྷ་ཡིས་མནན་ཟ་ཨོ་ཐུ་མ་ཐུང་ཆོར་རེ་ལྷག་ཐུབ་ཀ་ཞིབ་པར་བཏགས་པ་དྲི་ཚུར་ཐུང་བས།། མ་ཐུབ་ཁྲ་བོ་ནག་པོའི་ ཆས་ས་ཀློག ། དེས་ཀྱང་མ་ཐུབ་ཚ་ཁྲོས་ལྷ་བུར་བཅོས།། ཕྱོག་ཐབས་ཁ་དོག་ དམར་ཐུག་སྣངས་པ་ཆེ།། ཚ་བུར་ཁ་ཁང་དཀར་ནག་འཐུང་བ་དང་།། རྡོད་ཆེ་

བ་སྒྲ་སྟོག་ཅིང་ཚ་བ་སྐྱེ།། དེ་ལ་ལྷག་ས་ཕྱེའི་ས་ཐོག་ཆ་ཀ་ནུ་ཀྱི་ཕྱེ་ཆོས་རམས་ཤུ་མཁན་སྦང་
གར་འབྱུ་མར་བག་ཕྱེ་འཆོས་པར་བཅོས་པའི་ཤུན་ནམ་ཆེན་བ། ལྷ་ཆོག་ས་ལ་ཙི་དང་དྲི་ཆུར་བཅོས
པའི་ལུམས།། དེས་མ་ཐུབ་ན་ནག་པོའི་ཤུན་ནན་ཏ།། ཆུ་བུར་ཐུང་ན་གཉེན
པོའམ་སྐམ་ཙིས་ཐུག ། ཀ་ནུའི་ཐལ་བ་ཏུད་པ་ཏ་བལ་མ་ནུ་ཞོ་འབྱུ་མར་ཐུག་ཡང་ན་ཀྱི་ཕྱེ་ལུག
ངལ་རེ་སྐོན་དྲེས་ནུལ་སྟོ་ལོའི་ཐལ་བ་དེ་ཁྲེང་ཁ་པོའམ་ལུམས་ས་གཤུག ། ཆུ
ཏོག་ས་འཐུང་ཁྲེ་འབྲོས་འདོད་ཐོར་པ་འོང།། དེ་ལ་ཀྱི་ཕྱེ་ཐག་ལྷོས་ལྷག་ས་ཕྱེ་ཤུ་ཏག་ཀུ
ཀུལ་བ་ཙི་ས་ཐོག་ཆུ་ཟི་ར་ཁྲག་དྲི་ཆུས་ཐུག་ཡང་ན་ལ་ཁྱང་ཁྱི་ཕག་ཀོ་ཀོ་ང་ཆོ་ཕོ་ཏ་ཀི་ཐུན་བཅན་ཏུག
ཙ་ཙི་ཙ་ནུ་དྲི་ཆུར་ཁྱར་བ་ཐུག་ས་པའི་ཁྲེ་ཏ་ཀོ་ཐ་ཁ ། ཐ་ཏ ། ཆ ། ཕ ། ཚ ། ཀ ། ཁ

ཆུ་མཆེད་རྣག་མང་ཤེ་བུལ་དྲི་མི་ཞིམ། ། དེ་ལ་དང་པོ་སྦང་ཞོས་བུས་ཆུགས་
བསལ། ། བུལ་ཏོག་ཆུས་བཀུ་དེ་རྩེས་མཁྲིས་པས་བཀུ། ། བུལ་སོལ་ཨ་བུ་ཐུག་
ཁྱད་ཏོང་ལེན་ཞོ། ། ཆུ་མིན་ཐུགས་ལ་ཚུ་ཐུའི་ཐུ་ཡིས་མནན། ། ཆུ་ལ་ནས་ཚོགས་
མཁྲིས་པ་ཐུག་ཐོས་དང་། ། ཚུ་ཙ་འཐུ་མར་ཐུར་ཐུགས་ཤོ་མངས་དགབ། ། དེ་
ལྷོང་རས་ཕྱན་སྒྲབ་མོས་ལྷོད་པར་བཅིང་། ། ཡང་ན་ས་ཐིག་ཞོ་དང་ཐུར་ལ་
བཏང་། ། ཡང་ན་ཐལ་ཐྱོར་ཐུགས་ཤུ་ཀ་ཡོ་ཅེ་ཟློན་ཚུ་ཙ་དྲོས་རྟིང་ཕུར་ཡོག་ཐལ་བ
དཀར་ཡོར་བསྲེགས་པ་དང་མར་དཀར་མཁྲིས་ལྷ་ལུ་ཟིའི་ཟླ་མ་ཅི་ཐུག ། ངོམ་མཁྲིས་ཀུར་ཀུམ་ཏུ
གང་མཚལ་ཐུག་ཐོས་ཚ་ལ་དུལ་མ་ཀ་ར་ཐུང་ཅི་མར་དཀར་ཐུག་དར་དགབ་ཅེ་བལ་ཐུམ་དུ་བཅོས་པའི
ཆུ་ཅི་ཁོང་ཐྱེན་ཐུག་ཤའི་མེ་ཏོག་ངོམ་མཁྲིས་བཅོད་ཁུས་ངལ་ལ་ཟས་གསར་བཏུད་ཏིང་ཁྲོལ
བཏང་ཟས་ཀྱིས་བུས་ཆུགས་གསོ། ། ཟ་ཆུ་བུལ་ཐྲིང་འདོད་པའི་ཆུ་ཡིན་ཏེ། ། ཁྲག
བུལ་འཛོག་ཅིང་ཕྱི་བའི་ཟ་འཕྲོ་འདྲ། ། དྲི་མི་ཞིམ་ཞིང་ནུབ་ཅེ་ལོག་པོར་མཆེད། །
དེ་ལ་རམས་ལོ་ཐུ་ཙ་ཞོ་ཐུར་བཅིང་། ། གང་ཉེའི་ཙ་གཏར་ཆུ་ཡི་ཁྲག་ཆོད་ནས། །
མཁྲིས་ཐུ་ཚུ་ཙ་བཀ་ཐོས་ཆོག་མ་དང་། ། ནུ་ཞོ་འཐུ་མར་ཐུར་བའི་ཁ་ཉན་ཐུ། །
ཟགས་པ་བུ་ག་མང་པོ་འཐུང་བ་ཐེ། ། ཀྱད་བུལ་དུད་པ་ལྷང་དྲེག་མར་དཀར་
ཐུག ། ཡང་ན་ཤམ་ཙི་ཐལ་བ་ཐུག་པར་ཐུ། ། ནམ་ཟླ་དྲོ་དུས་ཆ་ལ་འབུ་ཐུང་ན། །
ཐྱི་བུག་ཆུ་ཐོས་ཚུ་འམ་ཕྱེ་མ་གདབ། ། ཙ་གནད་ཐྲེར་ལ་ཉེ་ཐྲེར་རིང་ཐྲེར་གཉིས། །
ཉེ་ཐྲེར་ཙ་ཆུད་ཁྲིད་མཁྱང་ན་ལ་ཚ། ། ཆ་ཁ་མ་ཀླང་མཁན་ཐང་ཚོག་མ་དང་། །
ཀླད་པ་ཐུར་བས་ཐྲེར་བ་བསྡུ་བར་ཐུ། ། དེས་མ་འདུས་ན་ཙ་ཐོ་ཐང་ཕཏ་བས་
ཐུད། ། རིང་ཐྲེར་ཆུང་ཙ་ཐྲིང་ཙའི་ཙ་ཐོ་ན་ཀྱིས། ། ཤ་ཐུལ་ཙ་དང་ཚོགས་མིག་ལ་
ས་གས་ཐུ། ། གཡས་གཡོན་ལྷོད་ཐུད་ཐེ་བཐོ་ལ་ཀླངས་པར་ཐྲེད། ། དེ་ཡང་ཚ་
ཁྱང་གཉིས་ཐུ་ཐྲིད་པ་ཡིན། ། དེ་ལ་ཐྲེར་དངོས་ཆ་ཡི་ཐད་ཀར་བསྲེག ། རི་བོའི
ཙེ་ལ་གས་ཀྱི་མེ་བཅའ་ལ་ཐུ། ། དར་ཡ་ཀན་ཤིང་མངར་ཀྱི་ཐ་ཐུག་ཐོས་ཁ་ཏ་ཊ་ངོ་མ་ཕ
མཁྲིས་ད་ཏིད་ཐུག་ཞུན་མ་གས་ཐིག་ག་ཐུར་ཚ་ལ་བཏབ་པ་མཇོ་འོས་ཐུངས་ལ་ཐ་ཐ་ནས་ལ་ཏེ
ཐྲེད་ཀྱི་ཐ་ཕ་ལ་ཀང་ཤིང་མངར་ཁྲོར་ཀང་ནམས་ལ་བཟང་ཐུ་མཁྲིས་ཐ་ད་ཏིག་ཚོས་ཕ་ཀ་ར་ནས་ཐ་ངའི

སེར་པོ་ཀ་ར་ཏ་ཡོ་ཐུང་བའི་ཁམ་ཡིས།། ཕྱི་ར་ལྟུད་ཙ་ཁ་སྟོམ་ཞིང་ཁྲག་ཁོང་སྦྲེད།། མ་
འདུས་ཙ་ལྟོ་ལྷགས་ནས་ཐུང་བ་མཆོག། ཁྱད་པར་ཚ་ཕྱི་ར་འཇིགས་ལྷམས་
གཏར་སྨན་བསྡུ་བཟང་ཐུག་ཅན་དན་དཀར་དམར་དོམ་མཁྲིས་ཀ་ཐུར་ཀ་ར་ཐུར་བས། གང་
ཕྱི་ར་ཐུག་ལྷམས་ཟས་ཀྱིས་བསྡུ་བར་བྱ།། ཙ་ཀནད་ཁྲིད་པ་ཕྱི་ཁྲིད་ནང་ཁྲིད་
གཉིས།། ཕྱི་ཁྲིད་ཙ་ཡི་སྐར་མདའ་ཕྱི་ཁྲིད་དུ།། ཁྲིད་པས་ཙ་ལ་ནང་ཙ་སྐྱངས་
མེད་ཀྱང་།། དང་ཀ་མི་བདེ་ཞོ་མཆིན་ན་བའམ།། མགོ་ན་སྟོད་ཀཏེར་ཚ་བ་སྐྱེ
བའམ།། ཆུང་ལྡན་སྐབས་ས་འདྲ་ལྟར་ལྟང་དུབ་ཕྱེད།། དེ་ཞོགས་ནད་ལྷ་ལྷ
ཆོགས་སྟོན་ཐུར་ན།། སྟོད་ལྷད་ཀཡས་ཀཡོན་ཀུན་ཏུ་ཐུ་ར་ཐུ།། སྐྱངས་ས་ཚ
འམ་དྲིག་པ་ཐོར་བ་ཞོགས།། ཀར་འདུག་དེ་ཡི་ལྟེང་དུ་ལྷམས་ཐུ་ཞིང་།། ཁོང
ནས་ཙ་ཕྱི་ར་བསྡུ་བའི་ལྷན་དར་ཡ་ཀན་ཀྱི་ལྷོར་བ་བཏང་བས།། ཆགས་མགོ་ལྷང་ན
ཕུག་པས་འཆོ་བ་ཡིན།། ཁོང་ནད་ཡིན་ལྷམ་ངོས་མ་ཟིན་ན་འཆི།། ནང་ཁྲིད
དོན་ལ་ཆུ་ས་ཀགོག་པ་ལྟེ།། མགོ་ལྷས་ལྟེ་ཞིང་སྟོད་ཀཏེར་དང་ཀ་འགགས། ཐྲོ
མང་ཐྲོ་ཡི་ཙ་དང་ཀསང་ས་ཀཏེར།། འདི་ཡི་ཆུ་ལ་ཚ་བ་མི་འདུས་པས།། ཆུ་ལ
ཀང་འཚམས་ཁོང་དུ་ཆེམ་ལྷན་ཆ་ཐུའི་ལྷོ་ཏར་ཆོན་ལྷ་ལྲ་ཀ་དོར་ཀསུམ་བསིལ་བཞི་ཀ་ཐུར་དོམ
མཁྲིས་དང་ཡ་ཀན་ཀ་ར་ཐུར་བ་བསྟེན།། ཀང་ཁྲིད་ཁོར་མོ་ཆོགས་པའི་ཀསང་དུ
བསྲེག། མ་ཐུབ་ཀཉིས་ཀར་འཕྲལ་ལྷོང་ས་བསྟགས་པ་ཡིན།། ཙ་ཀནད་ཆུས
ལ་ཚ་ཆུས་ཀྱང་ཆུས་ཀཉིས།། ཚ་ཆུས་ཆྱངས་ཆེ་དམར་འཁྱུག་ཙ་ཆུད་ཆྱངས།
ཀང་ན་ཀང་མཁྱང་ཀང་ཆུས་ཙ་ལ་ཀཏར།། ཁོང་དུ་བསིལ་ཅན་དན་དཀར་དམར
བསིལ་ཀསུམ་དོམ་མཁྲིས་ཀ་ཐུར་ཡུཏྲལ་ཀ་ར་བཏང་ཆུ་ལ་ཏོང་ལེན་ཏིག་ཏ་ཀྱི་ལྷེ་བར་པ་ཏ་མཚན
དཀར་ཆོས་ར་ཞོའི་ཀྱང་འཇིགས་བྱ།། དེ་མ་ཐུབ་ན་ཁྲ་ཞོས་ཆགས་ཏུ་དགུག། ཐུང
ཆུས་ཁུང་འཁྱུགས་ཆུལ་པ་ཏུས་པ་འདུ།། ཏོད་དང་ཟླུག་ཀཟིར་ཚད་ཏུགས་ཆུང
བ་ཡིན།། དེ་ལ་ས་ལ་ཐོ་ཙ་འཕྲང་ཆྱངས་མཚམས་བསྲེག། ཀས་ར་བཅུད་ཀིང
ཀུན་བཅའ་ཐ་བཟང་པོ་ཀསུམ་བུ་ར་མ་ཕྱེ་མ་ཁོང་དུ་བཏང།། ཆུ་ལ་བཅའ་ཐ་མི་ཁྲེན་ཁྲ
ཞོས་དགུག། ཆགས་ཏུ་མ་ཁྱུགས་ཏོད་དང་ཐལ་ན་ལྷང།། ཏོད་ཐལ་མཚམས་ས

མེས་བསྐོར་ཕབས་སྒོད་ལྷ་འབྱམ་གཡེར་མ་ཞོ་སྟོད་འབམ་པོ་བུ་རམ་ཆང་འགགས་སྒང་མ་བསྒོས་པའི་
དོད་འཇིབས་བྱ། དོད་ཆེད་ནགས་ཏུ་ཁྱགས་ན་འཚོ་བར་འགྱུར། ཚུ་བུར་ཐུང་
ན་སྐམ་ཙོས་དུད་པ་ཤ་ཀ་ནུ་ཞོ་ཏིལ་མར་ཐུགས་དར་ཆིངས་བྱ་དུད་པ་ཚོགས་མ་ཐོག་སྐུ་ཕྲི་ལུད་ཕལ་བ
ཏི་ཚུ་ཐུར་བས་ཐུགས་པར་བྱ། ཙ་གནད་ཞོར་བ་ཆུང་ཞོར་ཁྲག་ཞོར་གཉིས། དེ
ཡང་སྟོད་ དང་ ཐུད་ ལ་ ཞོར་ བའོ། ཐོད་ ད་ ཆུང་ ཞོར་ འཕྱོ་ འདར་ ཏམ་ པ
འདེག ། གཡལ་དང་སྐྱེགས་བུ་འོང་ཞིང་ཟ་ཟི་མང། གཉིད་ཡེར་ཐོང་ཐུགས
ཕྱེད་ན་ཐུག་བདུག་བྱ། ནུས་ཕང་བུར་དཀར་གསར་བཅུད་ཁོང་དུ་བཏང། །
དེས་མ་ཐུབ་ན་ཆུང་གསང་མེ་ཡིས་མནན། ཐོད་ད་ཚ་བ་ཞོར་ན་ཐུམ་སེར་ཕྱིར། །
ཐོད་གཟེར་དབུགས་ཐུང་ཁ་སྐམ་ཟོ་ཏེ་ཆགས། ལྷོ་མང་མཚོ་ན་ལུས་ལྷེ་དང
ག་འགག ། ཙ་ཀྱིམས་ཆུ་དམར་ཆ་ལ་ཐྲུངས་མེད་གཞའ། ག་ཐུར་ཅན་དན་གི
ལྷ་ཚད་ ཐོངས་ ཐུར། ཆོ་ ཆུང་ ལ་ ཟོགས་ གཏར་ ཞིང་ བཞི་ ལ ཆས་ ཐུང། ཚ
འཇིབས་བྱས་ལ་ནགས་ཏུ་དགུག་པར་བྱ། ཐུང་ད་ཞོར་ན་ཕ་འཐུང་འཁྱུར་ཏེ། ।
ཁ་ཕ་གཏིང་ཕ་གང་ད་ཐུང་ཐྱུར་ཀྱང། ནུར་ཞོར་ཕ་འཕྲིལ་ཞིང་འགུལ་བ
ཐེ། ། ཟ་འོག་ཕུག་རོན་ཐེ་ལྷར་རི་མོ་འཐུང། ཕུག་ན་ཆུང་ཞོར་ཁྲག་མི་ཐུབ་པ
ཡིན། དབུག་ཏུ་མི་ནང་བདུད་ཙོ་ལྷ་ཡིས་བདུག ། ཁོང་ནས་ཙ་ཁ་འཛིན་པའི
ཐང་ཕྱི་བཏང། ཁྲག་ཞོར་ལྷ་བ་དམར་ཐྲོ་རེག་ན་བཙེ། འཕར་མེད་ཁྲོད་ནས
ཐུན་ བཏང་ ཆས་ བསིལ་ བྱ། ཙ་ ཀནད་ ཀུན་ ལ་ ཚ་ ཀ་ ད་བབ་ ད་ཀྱོག་ ཀཉིས། ।
ཚོགས་ཀནད་ཙ་ཁ་འབུས་ཀྱི་དོགས་པ་ དང། ཐོད་ ད་ ཞོར་ ངོགས་ མེད་ ཀ་ ཆ
ནས་ ད་ཀྱོག ། ཙ་ ཀ་ཤ་ བཅན་ ཆོད་ ཐོད་ ད་ འཆོར་ བའི་ ཕྱིར། ། ཁོང་ ནས
བསད་ ཅིང་ ཆ ཁར་ ད་བབ་ ཀར་ ཐུ། ། ཚོགས་ ཀནད་ ཀམ་ ལ་ ཚ་ ཀམ་ ཀྱང་ ཀམ
ཀཉིས། ། ཚ་ ཀམ་ ཚོགས་ ཆགས་ ཀམ་ ཐྲོས་ ཐ་ཆང་ ད་ཆར་ ཏ་ཆ། ། ངོད་ ཆེ་ ལ ཕ ཁ
འགལ་ ད་ ཀ ད ད ཀ ། ཀ ཐ ད ཀ ཕ ཚ ཐ ཕ ཐ ། ། ཀ ཐ
ཀ ཐ ཆ ད ཀ ཕ ཚ ཐ ཕ ཐ ། ། ཀ ཐ

ནན་བསེལ་བའི་འཇིབས་ཀྱིས་དྲང་། དེས་མ་ཐུབ་ནས་ཁྲ་བོས་ནགས་ཏུ་དགྱེན། གང་བམ་ཆུང་གིས་ཚོགས་ལ་ཆུ་ས་ར་སྐྱེ། རེས་ཚ་རེས་གང་རེས་ནོ་རེས་འགའ་བདེ། སྐྱབས་རྗེ་གཞིད་ཆུང་གོང་སྐུ་འགྱེལ་ནོ་ན། འདི་ལ་ཁོང་དུ་གསར་བཅུད་ཟླ་ལ་རྗེད། ཨི་ཐུགས་ཏང་མགོ་ལ་ཚོགས་ཚ་བ་གསུམ་ལྷ་འབྱུམ་ཕབས་ཆང་དུ་བཅོས་པའི་ཏུས་ཞུན་ཐུར་མ་ལ་ལ་ལ་ཁ་ཅོས་གདུལ། ཚོགས་འཁོར་བ་ལ་ཟླམ་འཁོར་གཤེར་འཁོར་གཞིས། ཟླམ་འཁོར་ཚོགས་ཆུ་ཆུང་གིས་གཡོས་པ་ཡིན། ཚོགས་ཁ་ལྟོད་ལ་ལྷོ་ཞིང་ཐུག་ཐུག་གཟེར། ཚོགས་མདུད་འདུས་ལ་འགྱེལ་དཀའ་ནས་ཆུ་མེད། གཞིད་ཆུང་ཟ་ཟི་མང་ལ་གཅོར་ལྟང་འདོན། ལུས་དང་གོང་པ་ལྷོ་ཟླ་ཟླབས་ས་ཏང་ང། འདི་ལ་བཅུད་བཏང་ལྷུམ་ལྟད་ཚ་བ་གསུམ་གཡེར་མ་ཎ་ས་མཆོ་ཕབས་ཤིང་ཚ་མར་ཁུ་ལྷང་གར་ཇེན་ཕྱེའི་ལྷོད་ལུམས་བྱ། མ་ཐུབ་ཐུར་མས་གསེང་ཤུལ་མེ་ཡིས་མནན། ཟླ་ལྷོར་ལྷོད་དང་ལྷུམ་ལྟད་ནན་འབྱར་དང་། ལྷོ་ཐུས་ཀྱིས་བསྡམ་ཞིང་ཇེས་ལ་འཐས་བུ་གསུམ་ཚ་བ་གསུམ་ཆུ་ས་ར་ལྷན་གསུམ་ལྷང་དང་ལྷར་བའི་ལྷན་མར་བྱ། གཤེར་འཁོར་ཟུངས་ཆུ་མཆོན་ཀྱིས་དགུགས་པ་ཡིས། ཏུས་པའི་ཚ་བ་ལྷོས་ཏེ་ལྟད་ཆུ་བསླང་བ་ལ་དང་པོ་ཟུངས་ཆུ་ལ་མདོག་གཞན་དུ་འགྱུར་ཏེ་ཤེ་ཏུལ་ལམ་ནགས་དང་འདྲེས་པའི་ལྷ་རིང་འཛག་དེས་ནད་ལྷོག་ཅིང་ལྟད་པས་ལྟད་ཆུ་ཐེ་ཏང་བ་གཅེས་ས། དེ་ཡིས་ཚོགས་ཆུ་ཏུལ་ནས་ནགས་ཏུ་འགྱུར། ནགས་གིས་ཚོགས་བར་ཁེངས་ནས་ཚོགས་མདུད་འཇིག ། དེ་ལ་ནགས་ཇེས་ལ་ལྷོ་ལྷུ་དམར་ལྷུ་ས་ར་ལྷུ་ལྷ་རིང་ལྷུང་ན་ཆུ་ས་ར་ཀྱི་ཆུ་ཡིན་ནགས་མི་ཆད་པར་ལྷེ་བས་ན་ཀྱེ་ཆུ་ལྷངས་ཆེན་པོ་ཤོར་ནས་བ་ལྷབས་ས་ལྷུང་ན་འཆི། མ་ལྷངས་པར་དུད་ཁྲུར་འཕྱུ་ན་འཆི། ཤེ་ཏུལ་ལམ་ཞག་ཅན་ནམ་ཊ་མིག་ལྷུང་ན་འཆི་ཆུ་ཆད་ཆུར་ནགས་ཇེས་ལ་ལྷོ་ལྷུ་ལྷ་ཐུང་བ་ལྷུང་ན་ནགས་ཆད་པས་དེ་ནམས་ཀྱི་ཏེ་ཐག་དབྱེ། དང་པོ་ཟུངས་ཆུ་ལྷན་ངོ་མ་མཁྲིས་ཅུ་གང་ཆུ་སེར་ལྷན་གསུམ་ལྷི་ཞུར་ཆང་ཕུལ་ཕྱེད་དང་ལྷུར་ལ་བཏང་བ་དང་ཐག་ཞུན་མཆོ་ལྷུར་པའོ་ཁ་ཅོ་ས་ཐོ་ཁ་ཤ་ཀ་ཁ་ཤ་ཀ་ཁ་ཤ་ཀ

ཁྱུས་དང་ཆས་ཀྱིས་བྱང་བ་ལ་ཚུ་ལྷུག་བརྟེག་ར་མཉེ་པར་པ་ཏ་ཏི་ཀ་ཏ་ཀྱི་ལྷེ་མཁྲིས་སྣ་སྦྲང་ཞོ་སྦྱར་
ཐུགས་ཕྱེ་རྩོད་ཀྱི་འཇིབས་ཐུབ།། དེ་ཡིས་འདྲོངས་ན་ཚོགས་ལ་ནུས་མི་འཚོར།། དེས་
མ་ཕྱུབ་ན་སྐྱེ་ཚུ་སྨན་ཀྱིས་བཅད་པ་ལ་དོམ་མཁྲིས་ཤེལ་ཏ་ཏོང་ལེན་ཚུ་ས་ར་སྨན་གསུམ་ཕྱེ་
འཕྱང་ནུ་ཞོས་རིལ་བུ་ཐུས་ལ་ཆར་བཙང་ཀ་ར་སྦྱར་བ་ས་ངང་ལྷེང་སྦྱབ་ས་ངང་ཆུས་འཕྱལ་ལ་ཁོང་དུ་བཏང་།
མཁྲིས་སྣ་ཏུ་སྐྱེགས་སྐོ་ང་བག་ཕྱེ་སྦྱང་།། ཞོ་སྦྱར་ཐུགས་ལ་སྟེང་དུ་ཕྱིང་དེབ་
བཏང་།། མདོ་བུ་བསྡུས་པས་ཚོགས་ཚུ་ཚ་གང་གཉིས།། དམར་ས་ར་དུག་ཅན་
ཤེ་རུལ་ཚ་བ་ཡིན།། སྟོ་ལྡང་འོ་མ་ཚུ་འདྲ་གང་བ་ཡིན།། གཉིན་པོ་ཆུ་ཁོང་
བསིལ་དྲོད་གཉིས་ཀྱིས་བྱང་།། དེ་ཡིས་མ་ཕྱུབ་འཁོར་ན་ཕྱི་ནང་གཉིས།། ཕྱི་
ཚོགས་འཁོར་ན་མགོ་ན་སྣ་ཁྲག་འཛག ། གཉིད་མེད་ཚ་བ་སྐྱེ་ལ་ཟ་ཟི་མང་།།
དང་ག་མི་བདེ་དངང་འདར་ཤྱོང་སྐྱུགས་འོང་།། ས་བཅོ་ཤ་སྣ་འཕྲིག་ཅིང་
མཇུབ་མོ་འགུལ།། བཏུང་བསྐྱམ་མི་ཤེས་ཚོགས་མགོ་བེམ་ལ་སྨོམ།། ཁོང་དུ་
ཐུབ་ས་ངང་བཏུད་འཕྱུག་ཅུས་ཅུ་ཀྱི་ཕོ་ཅུ་གང་གྱུར་གྱམ་སྨོས་དཀར་ཡ་ཅུ་ཀ་ར་སྦྱར་བ་གང་ས་ཆུས་
འཕྱལ་ལ་བཏང་པས་ཅུས་ཚད་བས་དེ།། ཆུ་ཚུ་གང་འོང་བསྲུས་ལ་ཚུ་ཡིས་བསྒྲང་།།
ཁྱུ་གམ་མཁྲིས་པའི་ནན་ཐུའི་ཟེ་ཁྱུ་ར་རོག་གཉའ་ཁྱུ་ཕོང་བྱ་ཀུ་པའི་གཞུ་ཁྱུ་མ་ཀལ
ཡུམཚོ་ཤུ་ཤའ་པའི་ཐང་ཚུ་ནམས་བསྒྲེས་ལ་ལེགས་པར་ཐུ་མཁྲིས་སྣ་རམས་ཆོས་མཚལ་བྱ་ཞུན་ཡུང
བ་སྦྲང་ཞོ་བག་ཕྱེ་སྦྱར་ལ་ཐུ་ཐས་པའི་སྟེང་ཕྱིད་དེབ་ནུ་འཕྲིམ་ཆོགས་མིག་ཏུ་ཉིས་བཅོ་ཐས་ཀུམ
བཅོ་ཐས་བཏང་།། ཆིང་ས་ཀྱིས་ བསྡམས་ ལ་ དེ་ ཐེང་ ཤེང་ ཆས་ བསྐྱར།། ནང
ཆོགས་འཁོར་ན་ཅུང་ཟད་འགུལ་ཐབས་མེད།། དཔྱ་ལ་ས་ཐས་པའི་ནུས་མགོ
མཐོ་མཐོ་ཇོ་ལ།། ཉ་དང་རང་འཐག་ལ་ས་ཐས་སྐད་ཆེན་ཐུ།། ནད་པའི་ཁམ་དུ
ཅུང་ཟད་ཐུ་ཐབས་མེད།། ཁ་ཉིད་མེད་ཆ་ཐུ་ལེན་ཞིང་ཐ་ཆོང་འདོན།། ཁ་ལྷེ
ཐམ་ཞིང་རིངས་པར་ཟ་འཐུང་ཐེད།། ཚོགས་ཚད་ཤེ་ནུལ་ཆག་འཛག་ཁ་ཆ
ལྷོ་ཁས།། ཁོང་སྨན་ཁོང་བཞིན་ཁ་ཟས་བསེལ་བ་ལ།། ཐབས་ས་ཐོར་ཏུའི་ཆུང
སྣ་ཟས་ཀྱིས་ཐ་ལ།། ཅུ་ཁང་ཐ་ལ་ཁ་ནའི་ཚུ་ཡིས་བཏུ། ཐོ་ལྷ་ལ
ཁ་ར་མཉེ་བག་ཕྱེ་དང་།། ཐང་ཁ་ར་ཞོ་ཐུ་ལ་ཐ་ལ་ཐམས་པར་ཐུ། ། དེ་ལྷ

ཕྱིང་པ་སྒབ་མཁྲེགས་སྟོམས་པར་བཏང་།། ཤེ་འམ་མེན་ཏྲི་འི་འཇག་གིས་སྟོམ་
ཆིངས་བྱ།། ཆིངས་ཀྱིས་ཚོགས་མལ་ཆས་སུ་གཞུག་པ་གཅེས།། ཆུ་ཁ་ཁོལ་དུ་
བཏོལ་ལ་ནང་རེ་ལྷོ།། ཁ་ཞུན་ནམ་ཟླ་ཚ་གང་དུས་དང་བསྟན།། དེ་ཡི་སྟེང་དུ་
ཤིང་ཆས་བསྐར་བྱ་སྟེ།། ཐོ་གས་མལ་བཅུད་ལ་བོར་བ་གཅེས་པ་ཡིན།། དུས་
སྒར་ཚུ་སྒུ་འབྱ་ཡི་འདིང་བཅས་ལ།། མལ་ཀྱིས་ལུས་པོ་ཆམ་ལ་དབབ་པ་གཅེས།།
བཙས་ནས་ཁ་ཟས་རིམས་ཀྱིས་ཐོད་ལ་བཏང་།། ནུ་ཚ་ཆད་དཀའ་ཤེད་
དམའ་ཡན་ལག་ཀྱོང་།། སྨན་མར་སྒྲར་ལ་ལུས་ཟུངས་བཙས་པར་བྱ།། ཚུ་ཐུས་
རེངས་ཁམ་འཁྱམས་པར་གྱུར་པ་ནི།། བཀྲང་བསྐམ་མི་བཏུབ་དེ་ལ་བཅོས་
ཐབས་མེད།། ཅང་ཟད་བཏུབ་ན་དང་པོར་ཚུ་ཚན་སྒང་།། དེ་ནས་མེ་ཏོག་སྣ་
ཚོགས་ལུམས་སུ་གཞུག ། ཡང་ན་སྒང་སྐམ་ཏ་ཀྱང་ལུག་རིལ་ལུམས།། ཡང་ན་
ཕུར་མོ་ཅན་དན་སྐྱག་པོ་དང་།། འོམ་བུ་ཆང་དུ་བཅོས་པའི་ལུམས་ཀྱིས་
བདུག ། མཚན་མོ་ལུམས་ལ་ཉིན་པར་བསྐུ་མཉེ་བྱ།། ཤ་མར་བུར་ཆང་བཅུད་
ཀྱིས་ཁོག་ནས་དབུལ།། དེ་རྗེས་བལ་ཚོའི་སྨྱོར་བས་དྲིལ་བྱས་ལ།། ཆང་གར་
བཟི་བ་འཕྱང་ས་ཅོར་ཀྱིས་ཀྱང་ས།། ཆ་ཡིས་མ་འགྱམས་ཇི་དྲག་བཀྲང་བསྐུམ་
བསླབ།། སོ་ཏ་ཚུད་ན་བཀུ་ཐུག་བསོ་ཞིང་མཉེ།། འགྱམས་ན་གང་ཉེ་གཏར་
ཞིང་ལུམས་སུ་གཞུག ། སྨྱོར་ན་བསིལ་ཀྱིས་མ་ཐུབ་ཅོག་གཅོན་རྡོད།། རྡོད་
ཀྱིས་མ་ཐུབ་དེ་ཡི་ཅོག་གཅོན་བསིལ།། ཅོག་གཅོན་ཏུས་ཆོད་སྨྱོར་ཤེས་མན་
ངག་གནད།། ཏུས་མིན་ཅོག་གཅོན་འཁྲལ་སྨྱོར་ཆོངས་པ་ཡིན།། ཞེས་གསུངས་
སོ།།

བདུད་ཙི་སྙིང་པོ་ཡན་ལག་བཀྲད་པ་གསང་བ་མན་ངག་གི་རྒྱུད་ལས་ཡན་
ལག་གི་ཆ་གསོ་བའི་ལེའུ་སྟེ་བཀྲད་ཅུ་རྩ་དྲུག་པའོ།། །།

ལེའུ་གྲུ་བདུན་པ། སྒྲུབ་བའི་དུག་བཅོས་པ།

དེ་ནས་ཡང་དྲང་སྲོང་ཡིད་ལས་སྐྱེས་ཏྲི་ས་འདི་སྐད་ཅེས་ཞུས་སོ།། ཏྲི་
དྲང་སྲོང་ཆེན་པོ་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་ལགས།། ཕྱི་ཡི་རྒྱན་ལས་ནད་དུ་གྱུར་པ་ཡིན།།
དུག་ནད་གསོ་བའི་སྨན་ལ་ཅི་ལྟར་བསྟན་པར་བགྱི།། འཚོ་མཛད་སྟན་པའི
རྒྱལ་པོས་བཤད་དུ་གསོལ།། ཞེས་ཞུས་པ་ལས། སྟོན་པས་གསུངས་པ། ཏྲི
དྲང་སྲོང་ཆེན་པོ་ཁོན་ཅིག ।

དུག་ལ་སྒྲུབ་བའི་དུག་དང་གྱུར་པའི་དུག ། རང་བཞིན་དུག་དང་རྣམ་པ
གསུམ་དུ་བཤད།། དེ་ལ་དང་པོ་སྒྲུབ་དུག་ཅེས་བྱ་བ།། ལྷ་བརྒྱ་དུས་ཀྱི་ཐ་མར
གྱུར་ཙམ་ན།། དུས་ངན་དབང་གིས་སྟོན་ངན་སྣ་ཚོགས་བྱེད།། དེ་དུས་མུ
སྟེགས་བསམ་ངན་སྟོན་པ་དར།། ཁང་གཞིས་སྲོག་ལ་ དུག་ གི་ ཆན་ པས
འདེབས།། དེ་ལ་རིགས་དང་འཇུག་ཚུལ་ངོས་བཟུང་དང་།། བཅོས་ཐབས
ཁོག་གཅོན་ཕྱི་རྟེས་བཅད་པ་རྣམ ། དང་པོ་དུག་རིགས་བསྟན་བའི་ཁ་ཡིས
དབྱེ།། མཐོང་བ་ཉི་མའི་ཟླུམ་ལ་བསྟན་བ་དང་།། ཕ་ཡི་ཟླུམ་ལ་བསྟན་ བ
ལ་ཁ་ཡི་ཟླུམ་ལ་ བ
ལ
ལ
ལ

རྣམས་ལ་སྨོན།། ཤ་སྨོན་ཤ་ཁྲག་མཁྲིས་པ་སྦུ་དུས་ལྟ།། ཤ་ནི་ཆོ་ཆོ་ར་དང་
མཁའ་ལྡིང་བྱ།། ཁྱི་དང་སྲེ་མོང་བྱང་པ་ཅ་སྦལ་སྟོམ།། ལྷོག་པ་ཙང་པ་ལ་
སོགས་སྣ་ཆོགས་སྨོན།། ཁྱད་པར་ར་ཁྱི་བྱ་དང་བྱང་པ་མང།། ཅི་སྨོན་དུག་
རིགས་ཀུན་ཀྱི་བཏུད་བསྡུས་ཡིན།། དངོས་ལ་སྨོན་བ་བོང་ང་ནག་པོ་དང།།
བཅན་དུག་ར་དུག་གསུམ་ལ་སྦྱར་བའོ།། སྟོ་ལ་སྦྱར་བ་ཐང་ཕྱོམ་འོལ་མོ་ཝ།།
ཞོ་ཤ་གཟེ་མ་དུར་ཕྱིད་ཐར་ནུ་སོགས།། སྣ་ཆོགས་ཀུན་ལ་སྨོན་བ་ཕྱེད་ན་ཡང།།
གཙོ་བོར་ཐང་ཕྱོམ་པ་ལ་སྦྱར་བ་མང།། དེ་ལ་ལྷན་འདུས་དུ་མར་འགྱུར་བ
ཡིན།། མང་པོར་ཕྱེ་བས་རྟོགས་པ་ཤིན་ཏུ་དཀའ།། གཉིན་པོ་ལོག་ན་སྣར་ཉིད
གནོད་པར་འགྱུར།། མདོར་བསྡུས་ཚ་སྨོན་གང་སྨོན་གཉིས་སུ་འདུས།། རིན
ཆེན་རྣོ་ལ་སྨོན་བ་གང་བ་སྟེ།། ཤ་ཙི་ལྟ་སྨོན་ཏ་ལས་གཙོ་བྱས་ལ།། གང་བར་མི
གྲོད་ཚ་སྨོན་དུག་དུ་འགྱུར།། འདྲེས་པའི་སྨོན་བ་ཚ་གང་འཐབ་པར་བྱེད།།
ནད་རིགས་མཇོ་དུག་སྟོ་དུག་གྲི་ཁོད་དུག ། ཁ་ཆ་ཆུ་སྐམས་ཟ་རེམ་ལྟག་ངགྲི
དང་།། ཆུ་ནད་རེངས་འཁྱམས་གྲིན་བུ་ལྕ་ཟན་དང་།། སྨུག་པོ་འཇུ་སྐེམས
མཁྲིས་ནད་མིག་ཕེར་དང་།། རིམས་ནད་ཙ་བྱེར་ནག་པོ་ཐོག་རྡེག་དང་།།
འཁྱམ་པོ་ཀཟའ་ནད་ཀན་ཟེར་ནད་ཚུ་འགགས་སོགས།། ངོ་མཚར་ན་ལུགས་དུ་མ
འགྱུར་བ་ཡོད།། ལྷང་དུས་ལོ་ཟླ་ཞག་གིས་བྱེད་པའི་ཕྱིར།། ཞག་དུག་ཟླ་དུག་ལོ
དུག་གསུམ་དུ་འགྱུར།།

འཇུག་ཚུལ་ཟིར་ལ་བསྒྲུར་བ་མདངས་ལ་འཇུག ། ཤེ་ལ་བསྒྲུར་བ་ཙ་སྐོ
ལྟ་ནས་འཇུག ། ཆུངས་ལ་བསྒྲུར་བ་ལྟ་སྐོ་བ་ལྟ་གཉིས།། ལྟམ་ལ་བསྒྲུར་བ་བ
ལྟའི་སྐོ་ནས་འཇུག ། ཟས་ལ་བསྒྲུར་བ་སོ་ལམ་ཁ་ནས་འཇུག ། དེ་ཉིད་དང་པོ
ཕོ་བའི་ནང་དུ་འབབ།། དུག་དེ་དངས་མ་ལ་ཞོན་ནད་བཅས་ཕྱིར།། ཐེག་ལྟག
ཟས་ལ་འཕྲིན་པས་མ་ཞུའི་ཚུལ།། དངས་མ་མ་མཆིན་པའི་གནས་ལ་ཁྲག་ལྟར
པས།། མཆིན་པ་ཇོ་ལྟོད་ན་གཟེར་ཙ་རྣམས་འཁྱུག ། ཁྲག་ལས་ཤར་ལྟར་ལྟོ
ཐེམས་ཀོ་ལེར་ན།། ཤ་ལས་ཆོལ་ལྟར་ཤེད་མེད་གཉིད་མི་ལྟེམས།། ཆོལ་ལས

བྱས་པར་གྱུར་པས་སོ་སེན་ནོ།། ཆོགས་གཞི་བྱས་པ་ཁོལ་བྱར་ན་བ་ཡིན།། བྱས་ལས་གླད་གཞུང་ཏུ་ཤུར་ཏུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར།། མགོ་འཁོར་ཞེ་མ་མི་བཟོད་ཏུ་ཆགས་འཚུག ། སྣལ་ཆོགས་ཁ་ཕྱེ་བཅོར་ན་ཕན་སྟམ་ཕྱེད།། ཏླད་གཞུང་ས་བོན་དཀར་དམར་གཉིས་སུ་སྦྱིན།། སྐྱེས་པའི་བཅུད་འཛིག་ཚགས་པ་འཆོར་བ་དང་།། བུད་མེད་ཟླ་མཚན་འབྱམ་མམ་འཕྲལ་བར་ཕྱེད།། ས་བོན་དངས་མ་མདངས་གྱུར་སྟེང་ལ་གནས།། མདངས་འཕྲག་བཟེད་ངས་ཚོས་དང་སྟེང་མི་དགའ།། མདོར་ན་དངས་མའི་ཏ་ལ་དུག་ཞོན་པས།། ལུས་ཟུངས་བདུན་དང་དྲི་མ་ཀུན་ལ་ཁྱབ།། གནས་ཀྱིས་བསྟུར་བ་ནད་ཏགས་ཅིར་ཡང་སྟོན།། ཆུང་མཁྲིས་བད་ཀན་འདུ་བ་འཕྲུག་པར་ཕྱེད།། དེ་ཕྱིར་དང་པོ་བར་དང་ཐ་མའི་དུས།།

ངོས་བཟུང་བཅོས་དང་རྟེས་གཅོད་ཤིན་ཏུ་དཀའ།། སྒྲུབ་བའི་རིགས་དང་ལུས་ཀྱི་ནད་ཁམས་དང་།། ཁ་ཟས་ཏ་ཡིས་བསྟུར་བས་དོན་ལ་འབབ།། སྟོད་ལྟུང་བུས་ཞིན་ཙ་བུ་ཆུག་པ་དང་།། ཤ་ལྷགས་ལ་སོགས་མ་ཅིས་གར་ཡང་འབབ།། བཏུག་པའི་ཐབས་ལ་ཆམ་པ་གསུམ་ཡིན་ཏེ།། ཕྱི་ཏུགས་འཕྲལ་མེད་མི་འགྱུར་ངོས་བཟུང་དང་།། ནད་རིགས་བབས་ས་སོ་སོའི་བཏུག་པ་དང་།། མི་འཚོ་འཆི་ལྟས་བཏུགས་ལ་སྦང་བ་གསུམ།། དང་པོ་ངོས་བཟུང་ཕྱི་ནང་གསང་བ་གསུམ།། ཕྱི་ཏུགས་འདུ་བ་གཞན་དང་ཆུབ་ཤ་བཅད།། ནང་ཏུགས་ཙ་ཆུ་ན་ལུགས་སྟོང་ཀྱིན་ཁྱིས།། ནད་ཀྱིས་ངོས་ བཟུང་ གསང་ བས་ ཅིས་ པ་ བསྟྱེད།། དང་པོ་ནམ་ལངས་མ་ལབས་ཟས་མ་ཟོས།། མཆིལ་མ་མ་དཀྱོགས་རང་ལུགས་ཆུ་གཅང་ཟླུ། ཁར་ལྷིང་དུ་མེད་ཞབས་སུ་སོང་ན་ཡོད།། ཆུ་བུ་ལ་ཐུགས་སྟེང་བཏབ་ཁོལ་ན་ཡིན།། དཀར་ཞོང་མེས་བསྲེགས་སྟེང་དུ་མཆིལ་མ་ཟླུ། ། བཅགས་པས་ནས་རེ་ནས་ཡོར་སོང་ན་ཡིན།། བ་མེན་རྣ་ནང་དྲི་ཆུ་ཆང་བསྲེས་ཟླུ། ། ཕྱི་ཐུར་དགྱུགས་པས་འཛའ་ཚོན་འདྲ་ན་ཡིན།། ཡང་ན་བ་མེན་རྣ་ནང་ དྲི་ཆུ་ཟླུ། ། རི་ཞོང་སྨ་རས་དགྱུགས་པས་ཚོག་ན་ཡིན།། ནད་པའི་དྲི་ཆུར་ལུར

གོང་སྐྱ་བཅུག་སྟེ།། ཞག་ལོན་ནང་པར་སྐམ་ཀྱོག་ཆོག་འདུ་ཡིན།། དེ་ཚུར་བྱ་ཡི་
ཟེ་བའི་ཁྲག་ཟླུག་ལ།། བོང་ང་བཏབ་པས་ནུ་ལྟར་སོང་བ་ཡིན།། ར་མེད་
དབྱལ་ལེབ་སོ་ནང་རྟོད་ལ་བཞག ། ནང་པར་མདོག་ཉམས་ཕྱི་བ་དཀའ་ན་
ཡིན།། ཆང་ཁྱོར་གང་དང་ཏུ་ལུ་ཀ་སྦྱར་བ།། སྲོད་ལ་འཕྱངས་ལ་མི་སྣ་ནང་
པར་བལྟ།། ལྷེ་རྨིལ་ཀན་ལ་འཛའ་ཆོན་སྣང་ན་ཡིན།། ཟླ་བྱའི་མདོངས་གཅིག
མར་གྲོལ་ཁྱུར་མིད་བྱ།། ནང་པར་ཆུས་བཀྲུས་མདོག་མ་ཉམས་ན་ཡིན།། དེ
ལྟར་ཕྱི་ནས་བརྟག་ཟབས་ཀུན་ཚང་ན།། ཡིན་པར་ངེས་ཏེ་མེད་ཀྱང་ངེས་མེད
ཕྱིར།། ནང་གི་རྟགས་ཀྱིས་ནད་ཀྱི་ངོས་བཟུང་བ།། ཙ་ཆུད་མ་ངེས་ཇི་ལྟར
འདུག་ཀྱང་ཀྱང་།། འགྱུར་ལྡོག་མང་ལ་གདོན་ཙ་འདྲ་ན་ཡིན།། ཆུ་མདོག་མ
ངེས་ཇི་ལྟར་འདུག་ན་ཡང་།། འཁར་སྟོད་ཁ་སྦྱར་ས་འོག་ཆུངས་བསྡུབས་པས།།
ས་རྩོ་རིན་ཆེན་སྟོ་ཡི་ཕྱེ་མཉམ།། ཐལ་ལྷོང་འདྲ་དང་ནག་ཆེངས་འཛའ་ཆོན
འོད།། ཡང་ན་དངས་ས་ངས་དུག་ཏུ་ངེས་པ་སྟེ།། ཟངས་ལ་ཐུགས་ན་ནག་པོར
འགྲོ་ན་ཡིན།། ན་ལུགས་ཁོང་དུ་སོང་བའི་ཟླ་གཅིག་ནས།། ཟླ་ཆམ་མོད་ཅིང
ཤེད་ཚུང་ཁམས་མི་བདེ།། ཟླ་བ་གཉིས་ནས་ཡང་ཡང་ལྟང་དུབ་ཟྭད།། གསུམ
ནས་གང་དུ་བབས་པའི་གནས་དེར་ན།། བཞི་ནས་ཟས་སྦྱོད་མི་འཚོད་ཀྱིན
ཀྱིས་ལྷོང་།། དེ་ཡང་སྦྱོར་བ་ནད་ཁམས་ཟས་ཀྱི་ཏ།། བབས་སའི་དབང་གིས
ཏགས་ལ་ངེས་པ་མེད།། འོན་ཀྱང་ཕལ་ཆེ་བ་ལ་འདི་ཙམས་འཐུང་།། ཟས་ལ
ཕྱོ་མེད་ཐྱིད་ཐུར་ཆོག་པ་ཟ།། ལུས་ལྷེ་ལྟོབས་འཆོར་ཤ་སྐམ་ཁ་དོག་ལྟ།། ལྷེ
འགས་བ་ཐུ་བཚེ་ལ་ས་ན་ཙ་ཐྱེད།། མགོ་འཁོར་ཤེས་པ་ཟི་ལ་གོམ་པ་འཁྱོར།།
མགོ་དང་ཕོ་མཆིན་ཁ་འཁོར་ཏོ་ཆུབ་ན།། ཤ་ལྟ་འགལ་འཕྲིག་ཁ་གཞི་ཏང
ཙམས་ན།། མེ་ཉི་བསིལ་ཁྲིབ་ལྟེག་ཅིང་འདུག་མི་ཚུགས།། ཏུལ་དང་ཚད་པ
གཉིད་ལ་འཕེལ་འཁྲིབ་ཟྭད།། མིག་འཁྲིབ་ཁ་མངལ་གཡལ་དང་ཐྱིད་པ་མང།།
སྐབས་ལ་ལ་འཕྲུ་ཐུག་དྲི་ཚུ་ཕྲི་བ་དང།། གསང་གནས་མི་ལྟང་སྐབས་ལ་ལ་ཉིང་མི
དགའ།། ལྟོད་ལྟད་ཡན་ལག་ཁོལ་བུར་ན་ཞིང་འཚོ།། ཟླ་མཚན་མི་ཆུ་ལྟེ་ཡི་བད

ཀུན་[ཀན]དག། མིག་འབྲས་སོ་དང་རྣ་བ་མགོ་བོ་གཟིར།། མཛིང་པ་རེངས་
དང་གྲི་བ་འཛོར་བ་སོགས།། ངེས་མེད་སྣ་ཚོགས་དུ་མའི་རྒྱས་འགྱུར་སྟེ།། ཁ་
སོ་རྩས་པ་ན་བས་ཆུང་དང་འདྲ།། མིག་ སེར་ ཚ་ བ་ སྐྱེ་ བས་ མཁྲིས་ པ་ འདྲ།།
འཇུ་དཀའ་སྒྲིག་སྐྱུག་འཆིངས་པས་བད་ཀན་འདྲ།། ཙ་འཕྲུག་ཅོ་ སྟོད་ གཟེར་
བས་ཁྲག་ནད་འདྲ།། ཟ་འཕྲུག་ སྨྲིད་ ལ་ ཞེམ་ པས་ ཆུ་ ས་ ར་ ། གང་ ཕྱམ་
ཚོགས་གཞི་ན་བས་རིམས་དང་འདྲ།། ཁྲག་སྐྱུག་ཕོ་མཆིན་ན་བས་སྐྱུག་པོ་འདྲ།།
སྟོད་བས་ཆུང་ཤ་ལྷགས་སྐམ་པས་ས་བདག་འདྲ།། དེ་དག་ སྟོར་ ངན་ ཟས་ ཀྱི་ ན་
ལུགས་ཡིན།། ཁྱད་པར་ ཙ་ དང་ ཆུ་ གཞིས་ བརྒྱ་ མི་ ཐུབ།། ལྷ་ ཚོགས་ ནད་ ལྷ་
མང་ཞིང་འགྱུར་ལྟོག་ཆེ།། ཟོས་ཀྱང་མི་ཕན་ཤ་འགྲོས་ལུས་ སྟོ་ བས་ འཆོར།། ཕོ་
མཆིན་ མི་ བདེ་ ཆམ་ འདེ་ ཐས་ ལྷིང་ མི་ དག་ འ།། དོན་ ཚེད་ ན་ ཞིང་ ཏྲས་ ཚེད་ དར་
རེ་འདྲ་ ། དེ་ བདུན་ ལྟན་ ན་ ངེས་ པར་ གདོན་ མི་ ཟ།། ཕན་ གཅོད་ བསྟེན་ པ་
ཉལ་ཕོ་ རྒ་ བང་ དང་།། ཉ་ ཕག་ ཤ་ ཏུལ་ དང་ ཕོ་ ལྷུར་ བའི་ ཏ།། གཏར་ ཁྲག་ ཚ་
བས་ལྟང་ ན་ ནང་ ཏ་ གས་ ཡིན།། ནང་ ཏ་ ག་ ངེ་ ཆ་ ཚ་ ན་ མི་ འགྱུར་ ཏེ།།
ཏ་ ག་ ཚ ེ ད ་ ང ེ ས ་ ཆ ་ ཟ ེ ན ་ ན ་ ག ས ང ་ ব ར ་ ব ཏ ་ ། ཆ ུ ་ ཆ ུ ང ་ ཕ ་ ཡ ི ་ ཚ ་ ব ར ་ ཉ ་ ཕ ག ་
ཤ ། བ ཏ བ ་ ཕ ེ ་ ཆ ོ ད ་ ཆ ས ་ ལ ྟ ང ་ ན ་ ངེ ས ་ ཕ ར ་ ཡ ི ན །། ར ཟ ླ ་ ཆ ུ ར ་ ব ལ ྷ ས ་ ས ྲ ོ ད ་ ལ ་
ཁ ྲ ོ ར ་ ག ང ་ ব ཏ ང ་ ། ཁ མ ས ་ ব ཕ ྲ ུ ག ས ་ ལ ུ ས ་ ལ ྟ ེ ་ ཕ ྲ ུ མ ་ ས ེ ར ་ ཁ ྲ ེ ར ་ ན ་ ཡ ི ན །། ངེ ་ ར ལ ་ ব
ལ ོ ར ་ ব ཏ ব ་ ব ཏ ང ་ ཕ ྱ ུ ག ་ ན ་ ཡ ི ན །། ཆ ས ་ ཡ ུ ག ་ ཅ ོ ན ་ ད ན ་ ད ག ར ་ ཕ ོ ་ ཕ ྱ ེ ར ་ ཤ ེ ན ་ ཕ ྱ ེ །།
ཕ ྱ ེ ་ ཞ ེ ར ་ ཁ ྱ ེ ས ་ ལ ཞ ལ ་ ལ ཁ ྲ ེ ་ ཕ ྱ ུ ག ་ ག ཟ ེ ར ་ ན ་ ཡ ི ན །། ཨ ་ ད ུ ་ ལ ྷ ང ་ ཏ ྲ ན ་ ས ེ ་ ཕ ྱ ེ ར ་ ব ར ་ ཤ ེ ན ་
ཟ ང ་ །། ব ཏ ང ་ ব ས ་ ཚ ོ ག ས ་ ག ཞ ི ་ ལ ྷ ན ་ ཅ ོ ་ ན ་ ན ་ ཡ ི ན །། ཤ ེ ག ་ ལ ཟ ླ ་ ཨ ེ ང ་ ཀ ུ ན ་ ལ ྷ ་ ཅ ོ ་
ལ ཟ ས ་ ད ྲ ་ ག ས ུ ས །། ব ་ ཆ ུ ར ་ ব ཕ ོ ལ ་ ব ཏ ང ་ ག ར ་ ব ব ས ་ ཟ ླ ་ ལ ྟ ང ་ ཡ ི ན །། ས ེ ་ ཚ ོ ད ་
ལ ོ ས ་ ད ྲ ེ ་ ཟ ང ་ ব ཏ ང ་ ཆ ུ ར ་ ব ཅ ོ ས ་ ব ས །། ལ ཏ ེ ལ ་ ན ་ ད ུ ག ་ ནད ་ ཡ ི ན ་ ཕ ེ ་ ངེ ས ་ ཨ ེ ས ་
ব ཕ ྱ ེ ད །། ཀ ུ ན ་ ཀ ྱ ི ས ་ ཆ ེ ས ་ ས ྡ ུ ད ་ ཟ ླ ན ་ ব ཏ ང ་ ব ས ་ ག ས ལ །། ཅ ེ ་ ཟ ག ་ ব ཏ ེ ག ་ ཕ ་
ལ ཏ ེ ག ་ ཟ ླ ོ ་ ཤ ས ་ ཏ ེ ག ས ་ ད ང ་ །། ནད ་ ཏ ེ ག ས ་ ལ ྟ ང ་ ད ུ ས ་ ব ব ས ་ ས ཞ ེ ་ ཟ ླ ོ ་ ན ས ་ ব ཏ ེ ག ། ।
ད ང ་ ཕ ོ ་ ལ ཏ ེ ག ་ ཟ ླ ོ ་ ཏ ེ ག ས ་ ཀ ྱ ི ས ་ ব ཏ ེ ག ་ ཕ ་ ནེ །། ཁ ེ ་ ཟ ེ ར ་ ད ུ ་ ব ་ ཆ ླ ང ས ་ ལ ས ་ ཟ ླ ང ་ ব ཞ ེ ་

དུག། དང་པོར་མཚན་པ་ཚ་ཞིང་མགོ་བོ་ན།། ལུས་སྦྱིར་སྟོམ་ལ་སྦྱོད་རྒྱར་ཚོག་
པ་ཟ།། ཚོགས་གཞི་ཕྱི་ན་ཤ་ན་ཞིང་ཕྱམ་སེར་ཁྲེར།། ཚབས་ཆེ་གཡོ་སྐམ་ཞ་
འཁྱམས་གཟའ་ཕོག་འདྲ།། རེག་པ་དང་པོ་པགས་པ་ཚ་སྦྱོད་ཟ།། ཕྱུགས་རྟེས་
འབྱམ་ཐོར་ཤུ་བ་སྐྱངས་འབུར་འོང་།། དེ་ནས་ཁ་ཅིག་ཙ་ལ་ཁྲེར་བར་འགྱུར།།
ཁ་ཅིག་ལྟོག་པ་ཁ་ཅིག་འཐས་ཐུ་འགྲོ།། ཐ་མ་ཤ་རུལ་ཙ་ཆད་རུས་པ་ཟ།། ཤས
རིགས་སྦྱོར་བའི་ཤོ་ནས་བརྟག་པ་ནི།། དཔྱིག་དུག་ཤེད་ཆུང་ཤ་སྐེམས་ཏེ་སྟོར་
འགྲོ།། ན་ཚ་མི་ཆེ་ཕོ་བར་ཟུག་ཅིང་གྱང་།། ཁ་ལ་གཡའ་ཐྲོ་མཚན་མ་ལྡང་མི་
འགྱུར།། མིག་སེར་ཐྲོ་ཐ་ཞིག་ཞོ་ཟོས་ཁྲག་དུ་འཕྱང་།། རྐོ་ཐོ་ཕོ་བ་ས་ལ་ཡིན་
ལག་ཕ།། གདོང་ཐོ་ཚ་ཆུ་ལ་ཐ་ན་ལ་གང་བར་ལ་ཁ། མཆིན་མཁྲིས་ཕོ་མཆོར་
ཁ་ང་ཐ་ཆད་དུ་འདུལ།། ཤ་ཐོ་ཕ་མཆིན་མི་བདེ་མིག་ཐ་ན་དམར།། མིག
འགྲིབ་མིད་པ་ལ་ཁ་ལ་གྲ་བ་འཛོར།། ཁྲག་ཏུ་འཁྱ་འམ་ལུད་པ་ཁྲག་ཏུ་ལུ།།
མགོ་དང་ཤ་མཇིང་ཕྱི་ཤ་ནང་གོལ་སོགས།། གང་བཏང་དེར་འབབ་ཁོལ་བུར
ན་བར་ཟེད།། ཐུ་ཐོ་ཆུ་ཞབས་ཐིན་བཞིན་འཁྱུག་ཅིང་ན།། ཆུ་ཁྲག་འདྲེས
ཤིང་ནང་ཙ་གཟེར་བ་ཡིན།། ཙི་ཐོ་གཞོགས་ཕྱེད་ན་ཞིང་ངོས་ཤ་ཤ་ལ།། མགོ
ཀང་ཚོགས་གཞི་ན་ཞིང་ཕྱམ་སེར་ཁྲེར།། ཚ་བ་ཤ་ཞིང་མིག་འགྲིབ་མཆིན་དྲི
འཁོར།། དངོས་ལས་ཐུར་བ་ལྷེ་དང་སེན་ཙ་ཕྱེད།། མིག་འགྲིབ་ཕོ་ནག་ལྷེ་མཆུ
འགས་པ་ཡིན།། ཐོ་ཐོ་རུ་ཤིང་ན་ཞིང་ཆུ་བ་རེངས།། ལུས་གང་ཤེང་འདར
ཞེམས་འཕྱ་འགྲོ་ན་འབུབ།། རང་ཁེས་ཆོར་བས་ཁ་མཆུ་ཤུངས་ཤ་ཟེད།།
མདོར་བསྡུས་ཚ་གང་ཐོ་ཐོ་བ་ཆམ་པ་གཉིས།། ཚ་ཐོ་ཙ་ཁྲིམས་ཆུ་ཐུག་ཀུ་ཡ
མཐུག། རུས་ཚོགས་ཤ་གཞི་མགོ་ན་གང་ཤུམ་ཟེད།། རོ་ཤོད་ཕོ་མཆིན་གཟེར
ཞིང་ཁ་ལྷེ་སྐམ།། མཆུ་འགས་ས་ནག་ཁོང་པ་ཚ་འཐུག་ཟེད།། ཤེས་པ་ཟི་ལ་ཆི
ལམ་མང་བ་ཕྱེ།། གཅོ་ཐོར་མཆིན་མཁྲིས་གཉིས་ལ་འབབ་པ་ཡིན།། གང་ཐོ
ཐོ་ཐེ་ཁ་ཟས་མི་འདུ་འཕྲིན།། ཙ་དལ་ཆུ་ཐོ་ལྷེ་ཐུ་གདོང་པ་གཡོ།། མཇུག་ཏུ
ཐུན་དུ་འདྲེལ་ལམ་ཆུ་ཏ་ལྟོག། གཅོ་ཐོར་མ་ཞུ་ཕོ་བར་འབབ་པ་ཡིན།། ཐོ་

བ་འདྲེས་པ་ཕོ་མཆིན་གཉིས་ཀར་འབབ།། གྱང་ཡང་ཚ་ཚུལ་ཚ་ཡང་གྱང་ཚུལ་
སྟོན།། ནལ་ཕུགས་སྐོ་ནས་བརྒྱ་པ་མཇོ་དུག་ནི།། མཇོ་ཁྲག་བས་ཁོས་ཕལ་ཆེར་
གཙོ་བྱས་པས།། འགལ་འཕྲིག་ཟ་བོར་ཙ་འཚུག་བུས་ཀང་ན།། ཁྱེ་བ་མི་བདེ་ཤ་
སྨོ་ཐོར་ཕྱུ་འོང་།། བུས་ལ་བབས་པ་ཕོ་མཇོ་སྐམས་ནས་འཆི།། ཤ་དང་ཙར་
བབས་མོ་མཇོ་བུལ་ནས་འཆི།། སྨྱོ་དུག་ཕལ་ཆེར་གོང་མོའི་ཁྲག་དང་ནི།། ཐང་
ཕྱོམ་པ་ཡིས་སྨྱོར་བའི་གཙོ་བྱས་མང་།། སྟོད་ཆུངས་ཤེས་པ་འཕྱོ་ཞིང་ཕྱ་ཡིས་
འདེབས།། འདར་ཞིང་འཁྲོ་བརྡོ་ནས་ལ་ནས་ལ་ཆོགས་འདོན།། ཡང་ན་སོ་
འཆའ་འགྱེལ་ཞིང་ཏན་མེད་འཚོག ། ཁྱེ་དུག་ཚ་སིངས་ལ་ཆ་ཀུ་ཤོའི་འབྱུ།།
འདྲེ་འདར་ཟླད་པ་ཁྱེ་ཁྲག་སོགས་ལ་སྨྱོར།། ཏ་ཁྱེ་ཚུ་ཁྱེ་ལྷབ་ཁྱེ་གཡང་ཁྱེ་དང་།།
ལྷེབ་ཁྱེ་སོགས་ཀྱིས་འཆི་བར་བྱེད་པ་སྟེ།། སྐབས་སུ་མཚོ་འཁོར་ལྟང་ཞིང་སྟོང
མི་དགའ།། འཁྲུགས་ནོ་སྟོད་ཐུང་བྱེད་པ་བགེ་རེ་ཤམས།། གཡའ་ཟ་ཙ་ལྷོད
འགྱོ་ལྟེ་ཞིང་འདོད་པ་འཐུང་།། ཏིག་ཏའི་ཐང་བཏང་ཞེ་མ་ལ་ཤལ་བས།། མིག་ལ
འོད་འཕྱེ་ཏི་ཚུ་ཁྲག་ཏུ་འཐུང་།། ཁ་ཆ་ཆུ་སྐམས་རིན་པོ་ཆེ་ལ་སྨྱར།། ཁ་ལ་ཆ
འཐུང་ཟས་ཐོམ་ཟ་མི་ཤེས།། ཆུ་མ་ཐུམས་ན་ཟླ་ཆེ་ཏི་མ་འགག ། ཟ་རེམ
ལྷག་ངཀྱི་ལྟོ་ཆེ་མཇིང་པ་རེངས།། ཆུ་ནད་རེངས་འཁྲམས་ཁྲག་ཏུ་བཤལ་བ་ལ།།
ལག་ཀང་རེངས་འཁྲམས་མི་ཡིས་བཀྲང་བསྒམ་དགོས།། ལྷིན་བུ་ལྷ་ཟན་ཏུ་
ལྷིན་ནད་ལྟང་།། ལྷུག་པོ་འཇུ་ཐེམས་སྨྱོར་བ་འདུས་པའི་ནད།། ཕོ་མཆིན་མི
བདེ་ཁྲག་འཕྲ་ལྷ་ཁྲག་འཛིག ། ཤ་ཐེམས་ཤེད་མེད་མཆིན་པ་བུལ་ནས་འཆི།།
མཁྲིས་པ་མིག་ལེར་ཁི་ཕོ་ཁ་ཏུར་ལྷུར།། མཁྲིས་ཡུལ་ཀྱས་ནས་མིག་ལྷིད་ཤ
མདངས་ལེར།། རིམས་ནད་ཙ་ཏེར་རིམས་ཀྱི་ན་ལུགས་འདྲ།། ནག་པོ་ཐོག
རྡོ་ཏུ་ལྷུལ་མཚོ་ལ་ལྷུར།། མིག་ལྷིད་ཟླད་དཀྱལ་གཟེར་ལྟང་གསུས་པ་ལྷོ།།
འཁྲམ་པོ་གཟའ་ནད་འཕལ་དུ་རེངས་ཀྱིན་འགྱེལ།། ཀང་ལག་བཤལ་ལྷིད་མིག
འབོར་ཤ་ཐེམ་འཆི།། གཟེར་ནད་ཚུ་འགགས་ཏུང་པ་ལ་ལྷུར་བས།། ཙ་མིག་ཀུ
ཞབས་གཟེར་ལ་དྲི་ཚུ་འགག ། གཞུག་ལ་ཙར་ཏེར་ཁྲག་ཐུག་ལྷ་ཁྲག་འཛིག །

དེ་ལ་སོགས་ཏེ་སྤྱོད་བ་སྟ་ཚོགས་ལས།། ནད་རིགས་སྟ་ཚོགས་དུ་མ་འབྱུང་བར་
འགྱུར།། ལྷང་དུས་སྨོ་ནས་བརྒྱ་པ་ཞག་གི་དུག ། སྤྱོད་བ་མ་སྨིན་རྣོ་འམ་ཏྲེན་
ཕྱད་པས།། གློ་བུར་ལངས་ཏེ་མ་ཞུ་ལྷ་བུ་འམ།། སྨྱ་ཁོར་ལངས་རིམས་ལྷར་ན་བ་
ཕལ་ཆེ་སྟེ།། འཕྲལ་དུ་མིག་ལོང་ལྟེ་མཆུ་འགས་པ་དང་།། རེངས་ས་མ་འགྱེལ་
ཞིང་དྲན་པ་ཉམས་ཀྱང་གྲོད།། ཟླ་དུག་ཤ་སྐམས་ས་ནས་མོའི་བཀྲ་ཤེད་ངལ།།
མཆུ་སྐམ་སོ་ནག་མིག་འཁྲིབ་ཆ་བ་ཎར།། ཁོང་སྟོ་ཚོགས་གཞི་སྨྱ་ལོའི་ཐིག་ལེ་
འོང་།། ཞོ་འཕྱངས་སྟོ་ཞིང་ཆང་འཕྱངས་ཟ་ཟི་མང་།། ལོ་དུག་ཤ་སྐམས་མཆིན་
པ་འཕྱོངས་ནས་ན།། སྟོ་ཕྱང་ཏ་སྟ་ཞིང་འདོད་ཅིང་ཆ་བ་ཎར།། མཁལ་མ་གྲང་
ཞིང་ལ་ཆེ་བག་ཇེ་རྒལ།། ཤིན་བུ་ལ་ཅོག་ཅིང་ཆང་འཕྱངས་ལུས་ཉམ་ཆུང་།། ས་
ན་ཙི་བ་ལོགས་འཕོ་ཞིང་ལྷག་པ་དགྱེ།། གཉིད་མེད་ཕོ་བ་གཟེར་དང་ཟ་འཕྱག་
བྱེད།། བབས་ས་གནས་ཀྱི་སྨོ་ནས་བརྒྱ་པ་ནི།། སྟ་ལ་བབས་ན་ལྟེ་ལྷེ་བ་ཤེས་
པ་འཕྱོ།། རྒྱལ་ཆེ་ཕྱིད་པ་མང་ལ་ཤུགས་རིང་བྱེད།། ལྷོ་བབས་ལྷ་འགགས་
གཡའ་ལ་ཕྱིད་པ་འབྱུང་།། ལྷོ་མང་ཁྲི་བ་འཛིར་ལ་ཀྱེགས་བུ་མང་།། མཆིན་
པར་བབས་ན་མིག་ཞུ་མཆིན་དྲི་གཟེར།། མཁྲིས་ཀླུག་མཆོགས་མ་ལྟེ་ལ་ཁ་ཚུ་
འཛགས ། མཆེར་བབས་མཚུ་ན་ལྷོ་ཞིང་ཙོ་ཐ་ཕྱུང་ན།། ལྷ་གདོང་གྲངས་ན་
འཁྱོང་ཞིང་ཚ་ན་འགྱུང་།། མཁལ་བབས་མཁལ་ཏེད་གྲང་ཞིང་མཁལ་ཙ་ཁྲིད།།
ཏང་པ་ལྟེ་ལ་ཚུ་ཁྲི་ཆ་བ་ཎར།། ལྷོད་དུ་ལྷུང་ན་ཁྲེག་ཁྱུག་ཟས་མི་འདུ།། ཆུ་ལོང་
ལྷོ་འཁྲོག་ཚ་འགྱུང་འཕྲུ་བ་ཡིན།། ཤར་བབས་འགུལ་འཕྲིག་ཁྱིམས་ཆུང་པགས་
པ་ལྟོ།། ཙ་ཁྱིམས་ཙ་ཆམས་འཁྲིད་འཕྲུག་ཁྱིད་པ་ལྟེ།། ཚུ་བ་ལ་བབས་བཤུལ་
རེངས་ཡན་ལག་ འཕྲུམ།། རྩས་ བབས་ ཚོགས་ པ་ ན་ ཞིང་ མཉེས་ ན་ ཕན།།
ཚོགས་ཁ་འཁོར་ཁྱངས་བཀྲུང་བཁྱམ་དཀའ་བ་དང་།། རྩས་པ་ཐམས་ཅད་ཤམ་
ཁོལ་བྱེད་པ་ཡིན།། དེ་ལྟར་བྱེ་ཐག་སོ་སོའི་ནད་རྣམས་ཆམས།། གཞན་དང་
འཕྲལ་ཁྱིར་ངེས་པ་ཆེད་དཀའ་བས།། ཁྱེ་ནང་གསང་རྣམས་གསུམ་ཀྱི་བར་ནས་
འདོན།། དེ་ཡིས་འཕྲལ་མེད་ངེས་པར་གཏན་ལ་ཕེབས།། ཤིན་ཏུ་གསང་བའི་