

གཟིགས།

༄༅

དཔལ་ཡང་དག་ཐུགས་ཀྱི་སྒྲིབ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཚ་དུམ་སྐྱུ་གསུམ་ཉི་ལྔ་འབར་བ་བཞུགས་སོ།

837

པ



ཨོྫ།	རྣམས་ཡོན་ཏན་རྫོགས་ལུགས་ལྟེ་	དུར་བྱོད་ཆས་གྱིས་རྣམ་པར་བརྒྱན་ལུགས་ལྟེ་	དཔལ་གྱི་གར་ནི་རྣམ་པར་འགྱུར་ལུགས་ལྟེ་	གཤེགས་བརྒྱུད་འབར་བའི་སྐྱོད་བའ་འཁྲུགས་ལུགས་ལྟེ་	གཡོན་
	གྱི་ནལ་སྤྱུག་བརྒྱད་རྣམས་ལུགས་ལྟེ་	རྣལ་འབྱོར་མ་ནི་བརྒྱད་ཉམ་ནི་ལུགས་ལྟེ་	འོད་ལ་ལྷགས་ཆེན་པོར་ཉམ་ལུགས་ལྟེ་	འདི་ནི་ཀུན་གཞི་ཡེ་ཤེས་ལུགས་ལྟེ་	བཞེངས་པའི་དཔལ་གྱི་འཁོར་ལོ་གསལ་ལུགས་ལྟེ་
	རྣལ་འབྱོར་མཚོགས་གི་ཡེ་ཤེས་ལུགས་ལྟེ་	དོན་དུ་གཉེར་ན་སྤྱུག་སྐྱེ་བཅོལ་ལུགས་ལྟེ་	ཉེ་དུ་ཀའང་གཉེས་མེད་པའི་ལུགས་ལྟེ་	རྫོགས་སྤོབ་དཔོན་བསྟོན་བྱས་ཏེ་ལུགས་ལྟེ་	ཚུལ་བཞིན་དབང་གིས་སྤྲོད་པར་བྱུང་ལུགས་ལྟེ་
	གསལ་འདྲ་བའི་གནས་དག་ཏུ་ལུགས་ལྟེ་	མཐུན་རྐྱེན་བཀའ་ཉམས་སྤུན་ཚོགས་ལུགས་ལྟེ་	རྣལ་འབྱོར་རང་གི་སྤོབ་སྤྱངས་ཏེ་ལུགས་ལྟེ་	བསོད་ནམས་ཚོགས་ཆེན་གསལ་གཤེགས་ལུགས་ལྟེ་	ཞིང་གི་རྩྭ་ལ་རྣལ་འབྱོར་

གཏིར་མཛོད་མཚོ། གྲིང་ཟབ་བདུན་ཡང་དག།

བསྐྱོམ་མེད་ལྷོ་གིས་སྐྱུལ་བསྐྱུར་ཅི་རུས་བྱེད། ཞི་བར་བསྐྱེན་ནས་བྱོ་བོར་ཉེ། དེ་ཡང་ལྷ་གམ་སྐྱོ་གཅིག་གོ། བསྐྱུ་བ་ཕྱིར་རང་ལས་ལྷ་གམ་དགུ། སྐྱུ་བ་ཆེན་མའུན་དུ་ལྷ་གམ་བསྐྱེད། ལྷོད་བཅུད་ལྷ་གམ་ཆེན་  
པོར་བསྐྱེད། ལས་གྲུང་ལྷ་གམ་ཆེན་པོས་ཤེས། ལྷ་གམ་ཐབས་དང་ཤེས་རབ་ཡིན། བདེ་ཆེན་ཡེ་ཤེས་ལྷ་གམ་ཆེད། རྣམ་འགྲུལ་མཚོག་འདོད་ལྷ་གམ་བསྐྱོམ་མེད། ཉེ་རུ་ག་དཔལ་ང་ཡིས་བཤའ། ཅེས་གསུངས་སོ།  
སྐྱུ་གསུམ་ཉི་ལྷའབར་བའི་རྒྱུད་ལས་སྐྱུ་སྐྱུ་བྱུ་རྒྱུའི་བསྐྱོམ་ཚུལ་གྱི་ལེན་སྟེ་དང་པོའོ། ཐུན་ཉེ་གཞུག། ཡང་དཔལ་ཆེན་པོས་རྩོམ་ཞེ་ཞེ་འི་གསུང་གིས་འཛིག་ཉེན་གྱི་བམས་གཡོ་བར་མཛོད་དེ་འདི་གསུངས་སོ། ལྷུ། རུ་ལུ་  
འབྲུ་བསྐྱུད་རྩོམ་ལྷུ། གྲགས་དང་མ་གྲགས་མིང་ཡང་མེད། རང་གྲུང་ཆོས་གྱི་དབྱིངས་ནས་ཤའ། ལྷོ་ནི་ཡེ་ཤེས་སྐྱུའི་བདག་ཉིད། རུ་ནི་གཡོ་བའི་དགའ་བ་སྟེ། ལྷུ་ནི་བྱུ་བའི་དགའ་བ་ཆེད། རུ་ཤའ་བཏུན་  
པའི་མཚོག་གི་དགའ། ལྷུ་ཤའ་གྲུང་རྒྱུ་དགའ་བྲལ་རྩོགས། རྩོ་གིས་མཚོག་གིས་ལ་སྐྱོར། རྩོ་ཡིས་མ་མོ་དབང་དུ་བསྐྱུས། རྩོ་གིས་དེ་གསལ་བ་ཟེམ་གྱིས་མོན། རྣམ་འགྲུལ་སྐྱོམ་པའི་ཆོག་ཡང་། གཟེར་  
ལྷུར་བཏུབ་ཅིང་སྐྱོག་ལྷུར་བསྐྱོར། ཐུན་ལྷུར་མངག་ཅིང་སིལ་གྲུར་བགྲམ། མ་ཡེངས་རུ་ལྷུ་འབྲུ་བསྐྱུད་བསྐྱོམ། རུ་ལྷུ་འབྲུ་བསྐྱུད་འབྲུམ་བསྐྱུད་གྱིས། དགའ་ཆོགས་མེད་པར་མཚོག་ཐོབ་འགྲུར། རུ་ལྷུས་ཐུན་

གཏེར་	ཨྵེ། མོང་དངོས་གྲུབ་འགྲུབ་། འུ་ལུ་གྲིར་བཏབ་གང་བསམ་གཏེར་། མཚོག་བདུན་རྩི་ལ་སྐྱུར་བ་ལ། འུ་ལུ་འི་སྐྱུག་ས་བཏབ་མཁའ་སྲོད་འགྲུབ་། སྐྱུག་ལ་སྲུ་འིང་རིལ་བུ་ལ། སྐྱུག་ས་བཏབ་	ལ
གསུམ་	འཆང་བས་མིས་མི་མཐོང་། ལག་པར་སྐྱུག་ས་བསྐྱོམ་རྒྱང་ལ་བྱུག་ས། འུ་ལུ་འི་སྐྱུག་ས་བསྐྱུག་ས་མཁའ་ལ་འགྲོ། མིག་གསུམ་རྩལ་ལ་འུ་ལུ་བཏབ་། མཐོང་བྱེད་ལ་བྱུག་ས་གང་འདོད་མཐོང་། འུ་ལུ་འི་འགྲུ་ཡི་ཕོ་ཉ་	841
རྒྱུ་	སྲོ་ས། བཅུད་རྣམས་བསྐྱུག་ས་འཆི་མེད་འགྲུབ་། འུ་ལུ་འི་སྐྱུ་ཡི་ས་ཚོགས་མཚོད་བཅུམ། འུ་ལུ་འི་སྐྱུ་ཡི་ས་སྐྱོན་གྲེག་བྱ། འུ་ལུ་འི་སྐྱུ་ཡི་ས་མེད་ལུང་འཕེན། འུ་ལུ་འི་མར་མེས་ཉམས་ཆག་བསྐྱང་། འུ་ལུ་འི་	
	སྐྱུ་ཡི་ས་ཐོག་མེར་འབེབ་། འུ་ལུ་འི་སྐྱུ་ཡི་ས་རྩུ་ལོ་གཏེར་། འུ་ལུ་འི་སྐྱུ་ཡི་ས་ལོ་རྣམས་འགྲུག་ས། བཅུམ་པ་ཙམ་གྱིས་ལས་འགྲུབ་པའི། ཡིད་བཞིན་ལོར་བུ་འདི་འཆང་བྱ། རིན་ཆེན་དཀྱིག་དང་ལོར་གྱིས་བསྐྱུ།	
	ཞེས་གསུངས། སྐྱུ་གསུམ་ཉི་ལྔ་འབར་བའི་རྒྱུད་ལས་གསུང་འུ་ལུ་འགྲུ་བསྐྱུད་གྱི་ལེ་ལུ་སྲུ་གཉིས་པའོ། རྣམ་ཉ། ཡང་དཔལ་ཆེན་པོའི་སྐྱུག་ས་མཉམ་ཉིད་ཞིབ་ཆེན་པོ་དང་དམིགས་མེད་གྱི་སྐྱིད་རྗེ་ཆེན་པོའི་རྩལ་ལྡན་པས་	
	ཉོམས་པར་ཞུགས་ཏེ་སྐྱོ་ཆེ་བའི་རྣལ་འབྱོར་པ་ཐམས་ཅད་དཔལ་ཆེན་པོའི་གོ་འཕང་ལ་བཀོད་དོ། དེའི་ཚེ་དཔལ་ཆེན་པོས་འདི་སྐྱུད་གསུངས་སོ། རྩྵེ། ཡང་དག་ལྟ་བུ་མཁའ་ལ་བྱུབ་། དམིགས་མེད་སྐྱིད་རྗེ་ལ་ཐམས་	

གཏིར་མཛོད་མཚོ། གླིང་ཟབ་བདུན་ཡང་དག།

ཡས་ཤིང་། ལྷགས་རྗེས་འགྲོ་རྣམས་དུས་གཅིག་བསྐྱལ་། སྲིད་པར་འཁོར་བ་མ་ཡིན་ནིང་། ཞི་བར་ཚགས་པའང་མ་ཡིན་ནོ། ཟང་ཟལ་ཚོས་གྱི་སྐྱུ་ཉིད་དེ། ལོངས་སྤོང་རྗོགས་སྐྱུར་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་། ལྷུ་ལ་པ་  
མཐའ་ཡས་འགྲོ་བ་འདྲེན་། ཅི་ཡང་མེད་ལ་ཅི་ཡང་གསལ་། ལྷེས་པ་མེད་ལ་ཅི་ཡང་སྐྱེས་། ལྷེས་པ་ཐམས་ཅད་འགག་པ་སྟེ། འགག་པ་མེད་ཅིང་ཅིར་ཡང་གནས་། གནས་པ་མེད་ལ་འགྲོ་ལོང་ཅན་། འགྲོ་ལོང་  
བྲལ་བ་གནས་དག་། དཀྱིངས་ཡེ་བྱང་འཇུག་དོས་འཛིན་བྲལ་། དེ་ཉིད་རྗོགས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་། རྣལ་འབྱོར་ད་བཟོ་པའི་གནས་སྤུ་འདུག་། ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་རུ་འབྱེད་། ཅུ་གསུམ་འཁོར་ལོ་དུག་བསྐྱོམས་  
ལ་། སྟེང་ལོག་བདེ་རྒྱུད་འབར་འཛག་གི་། བདེ་ཚེན་ཡེ་ཤེས་གྲུ་མེད་བསྐྱོམས་། འབབ་སྐྱེལ་སྐྱོག་ཁྱབ་རུས་ལྷན་བྱེད་། མཚོན་ཉིད་ལྷན་པའི་ཡུམ་ཉིད་ལ་། ཚུལ་གསུམ་ལྷན་པས་མཁའ་གསལ་དུ་སྤྱང་། མྱེད་ཅིག་  
གཅིག་གིས་བདེ་ཚེན་རྗོགས་། བརྟུལ་ལུགས་སྤོང་པས་དུར་བྲོད་ཉུལ་། གཟའ་གཏད་བྲལ་བའི་ངང་ལ་བཞག་། ཚོགས་དུག་སྤང་བ་ཐམས་ཅད་གྱུར་། ཚོས་སྐྱེའི་རྒྱན་དུ་བསྐྱབས་བྱེད་། འཁོར་ལོས་སྐྱུར་བའི་རྒྱལ་  
སྲིད་གྲུང་། རྒྱན་དུ་བསྐྱས་ནས་ལོངས་སྤོང་ལ་། བདེ་ཚེན་ཡེ་ཤེས་ཚེས་ཚེར་སྤྱར་། དང་པོ་ཡེ་ཤེས་ཐོབ་མཚེད་བྲལ་། ཡེ་ཤེས་མངོན་སུམ་མཐོང་བར་འགྱུར་། བར་པ་ཡེ་ཤེས་འགྱུར་བ་མེད་། བདེ་ཚེན་ཡེ་

གཏོར་	ཨོཾ། ཤེས་གོང་དུ་འཕེལ། བསྟོན་བྱ་བྱེད་བྲལ་བའི་བྱུགས། བདེ་ཆེན་ཡེ་ཤེས་རྒྱས་པར་རྫོགས། བདེ་ཆེན་ཡེ་ཤེས་ཚད་ལ་ཕེབས། བསྟོན་པ་མེད་པར་སྟུན་གྱིས་གྲུབ། སློབ་ཚེས་ཟད་ཉིད་	ལ
ལྷོ་	དུ་སོང། བསྟོན་པའི་མཐའ་དང་བྲལ་བ་སྟེ། ཆོ་འདིར་ཆོ་ལ་དབང་བཀས། རྒྱལ་རྒྱ་ཆེན་པོའི་ལས་ལ་སྦྱོར། སྐུ་ལྷའི་རྒྱལ་གྱི་དུ་ཆེན་པོ་ཐོབ། ཨ་ལ་ལ་ཉོ། ཅེས་གསུངས་སོ། སྐུ་གསུམ་ཉི་ལྔ་འབར་བའི་	
ལྷོ་	རྒྱུད་ལས་བྱུགས་ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོ་བསྟན་པའི་ལེན་སྟེ་གསུམ་པའོ། རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ། ཨོ་རྒྱན་མཁས་པ་པར་བདག། ཡང་དག་བསྟོན་པས་པས་དངོས་གྲུབ་ནི། རྒྱལ་རྒྱ་ཆེན་པོའི་རིག་འཛིན་ཐོབ། གསང་སྟུགས་སྟོབ་	
ལྷོ་	དཔོན་མངའ་ཡང་། རིག་རྩལ་དབང་ཐོབ་ཁོ་བོ་ཙམ། གྲུབ་ཏུ་གས་ཨོ་རྒྱན་བ་ཉོར་ཡུལ། གསང་སྟུགས་ཆོས་གྱི་འཁོར་ལོ་བསྟོར། འགྲོ་བ་གཅིག་གྲངས་ལུས་པ། བྱ་བྱུ་མཁའ་ལ་འཕུར་བ་བཞིན། ཞག་	
ལྷོ་	བདུན་ཁོངས་ནས་ཆོས་གྱི་དབྱིངས། བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ས་ལ་དྲངས། དེ་སྟེ་བྱུ་ཡི་ཡོན་ཏན་ཡང་། དཔལ་ཆེན་ཡང་དག་འདི་ལས་གྲུབ། འདི་མན་ཨོ་རྒྱན་པར་འབྱུང་། བདག་གི་གཙུག་རྒྱུ་ལོར་བུར་འཆང་།	
ལྷོ་	དཔོན་གྱི་རབས་སྐུ་ལ་སྟུན་དོན། རྒྱ་གམ་འདྲ་བའི་བྲག་ལ་སྐྱས། སྐུ་སྐྱས་ཆོས་གྱི་སྟོ་གྲོས་གྱི། སྐུ་མཐའ་ཞིག་གིས་རྙེད་པར་འོག། རྙེད་ནས་ཏུ་ལོ་ལ་མིང་། རྒྱལ་རྒྱལ་དམར་པོ་འཛིན་པ་ཡིས། ཐབས་སྐྱེས་	

གཏོར་མཛོད་མཚོ་གྲིང་ཟབ་བདུན་ཡང་དག

སྐལ་སྐབས་པའི་ཚེ། བྲོགས་ལ་ཨ་ཞིག་རྗེད་པ་ན། བདེ་ཚེན་མཚོག་གི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ། ཡང་ནི་གཙང་ལུང་སྤོགས་ཞིག་ནས། རྒྱལ་འབྱོར་སྐྱལ་ཡི་གོས་ཅན་ཞིག། ཉལ་བསྐབས་པས་མཚོག་ཐོབ་བྱེད། ཡང་  
ནི་མོན་གྱི་བྲག་དགའ་འདབས། བྱེད་རྗེ་རྗེའི་མིང་ཅན་དང། བུ་མོ་བསྐྱའི་མིང་ཅན་གཉིས། རྒྱུད་འདི་བསྟེན་ནས་མཚོག་ཐོབ་བྱེད། དེ་རྒྱལ་ས་ལ་ནི་འབྲོད་པར་གྱིས། ས་མ་ཡ་རྒྱ་རྒྱ། གཞན་ཡང་འདི་ཉིད་  
ཉལ་ས་སྐབས་པས་མཚོ་འདིར་འཚང་རྒྱ་བ་ནི་མང་དུ་འབྱུང་ངོ། དེ་བས་ན་ཟབ་རྒྱ། གཏོར་རྒྱ། སྐས་རྒྱ། འཁྱུར་ཁྱུར་གཤམ། ཨོྱ། དཔལ་ཡང་དག་ཐུགས་ཀྱི་ཐིག་ལེ་ལས། རྒྱུད་ཀྱི་དགོངས་འགྲེལ་བཞུགས་སོ།  
ཨོྱ། ཟླ་ཟླ་ཨོྱ། དཔལ་ཉེ་དུ་གཤམ་སྐབས་འཚོ་ལ་ལོ། ཚོས་ཀྱི་དཀྱིངས་ལས་བཞེངས་པ་སྟེ། བདག་རྒྱུན་མགོན་པོ་ཉིད་ཀྱི་སྐལ། སྐྱུ་གསུམ་མཚོན་པའི་ཞལ་གསུམ་བསྟན། སྐྱུ་གསུམ་རྒྱལ་པར་འབྱུར་བ་ཅན།  
དེ་རྗེ་སྟོང་པོའི་དོན་ཉོགས་ཉེ། ལཱ་འདྲུག་གསུམ་དཀྱིངས་སྐྱུ་བསྐྱལ། ཐོད་རས་རྒྱལ་འབྱོར་ཡེ་ལེས་བསྐྱེད། དྲིལ་བུས་སེམས་ཅན་སད་པར་བྱེད། ཐོད་བྲག་འཁོར་བ་གནས་ནས་སྟོར། རྒྱ་ཞགས་ཐུགས་རྗེའི་  
དཔུང་ཐག་ཅན། ཚད་མེད་བཞི་ཡི་ཞབས་བཞི་བསྐྱེད། བདེ་སྟོང་གཉིས་མེད་ཡུམ་དང་སྟོར། ཚོགས་བརྒྱད་བསྐྱལ་སྟོར་རྒྱལ་འབྱོར་བརྒྱད། མཚོག་གི་དངོས་གྲུབ་ཆེ་བའི་སྟོར། རྒྱུད་ཀྱི་དགྲ་གས་ཚེན་པོར་མཛད།



ཕྱིར་	ཨོྃ་ བསྐྱེན་པ་ནི་བཟུག་རྒྱ་རྒྱུད་ལྷ་གཤམ་སྒྲོ་གཅིག་གྱེད་པར་བསྐྱེན་ཉེ་བསྐྱེན་རྒྱ་གཤམ་དགུ་ལས་བཀོད་སྐྱབས་མཉམ་ཉི་མཉམ་ལེའི་རྣམ་འགྲུལ་བསྐྱོམ་སྐྱབས་པ་དམ་ཚིག་ཡེ་ཤེས་དབྱེ་ལོད་ཟེར་	ཕ
ལྷ་	འཕྲོ་འདུལ་དོན་གཉིས་བྱས་སྐྱབས་བསྐྱོད་ནི་རྒྱ་གཤམ་བསྐྱོམ་བཅུད་ནི་ཉེ་རུ་གཤམ་འཁོར་བཅས་སྐྱུ་རུ་མ་གྱུར་གཅིག་གྱུད་མེད་སྐྱབས་སྐྱུ་འབྲུག་སྐྱུར་གྲིམ་བར་བསྐྱོམ་དེ་སྐྱུ་བུ་ཡི་སྐྱུ་རྒྱུད་གསུང་འཁོར་         བའི་སེམས་ཅན་བསྐྱེད་བའི་ཕྱིར་གསུང་གིས་འཛིན་ཉེན་གཤོ་བར་མཛད་དེ་དོ་རྩེའི་སྐྱུ་ནི་གཞིམ་པ་མེད་གསུང་བའང་མ་ཡིན་རང་གྱུར་སྐྱུ་ཡེ་ཤེས་སྐྱུ་སྐྱེན་གཙོ་བོ་ལ་གཤོ་བ་དགའ་བ་དང་པོ་ལ་ཙོ་	ཕ
ལྷ་	རྒྱ་གོ་རྒྱ་གཉིས་སྐྱབས་སྐྱུ་གསུངས་བྱུ་བ་བདེ་བ་ཆེན་པོ་སྟེ་བྲ་མོ་བེ་རུ་གཉིས་སྐྱབས་སྐྱུ་གསུངས་བཏན་པ་མཚོ་གཤིད་གཤམ་བསྐྱེ་ཙོ་རྒྱ་ལྷ་གཉིས་སྐྱུ་གསུང་བྱུ་རྒྱུ་བ་བདེ་སྟོང་ཆེན་པོ་སྟེ་སྐྱེ་བ་སྐྱུ་སྐྱུ་གཉིས་སྐྱུ་	845
ལྷ་	གྱུད་མཚོ་གཤི་བདེ་ཆེན་ཡེ་ཤེས་ཉེ་མ་མོ་དབང་སྐྱུ་དབྱན་རུ་འཁོལ་རུ་བྲ་ལ་སོགས་དེ་གསལ་བ་སྟེ་དེ་ཉིད་བསྐྱོམ་དང་སྐྱབས་པའི་ཚེ་གཟེར་ནི་གཤོ་མེད་མར་མེ་སྐྱུར་སྐྱོ་གཤི་མགཤམ་མའི་འཁོར་པོ་	
ལྷ་	བཞིན་བྱན་ནི་ཡིག་འབྲུའི་སྐྱོ་བསྐྱུ་ཡིན་སིལ་བུ་སྐྱུ་དམིད་ཡིགས་བཀའ་མ་ཡེངས་པ་ཡི་གནད་གཟེར་ཉེ་འདུལ་སྐྱབས་བཟུད་གྱིས་མཚོ་གཟེར་གསུངས་དགའ་ཚོ་གསལ་མེད་པས་སྐྱུ་མི་དགོས་	

ཀའི་རྩེ་མཚོ་གླིང་ཟུང་བའི་ཡུང་དཀ

ཇམ་དང་རྒྱ་རྒྱུན་རྒྱུན་འབྲེལ་འཛོམས་། དེལ་རིག་སྐྱུ་གསལ་སྦྱོར་བ་ཡིས་། སྤྱན་མོང་དངོས་གྲུབ་བྱུང་པར་ཉེ་། སྤྱུག་སའི་དམིགས་མེད་སྦྱིང་རྗེ་ཡི་། བྱུང་བ་མཐའ་ལས་འདས་པ་སྟེ་། དམིགས་པ་མེད་ནས་འཛོམ་རྟོག་  
བྲལ་། བསྐྱེད་བམཛེག་གི་སལ་བཀོད་། ཆགས་དང་འཛོམ་པའང་ཡོད་མ་ཡིན་། རིག་མེད་སྦྱོང་པར་མི་འགྱུར་ཞིང་། ཟང་ཟལ་ཀུན་ལ་འོད་གསལ་ལ་བུ་། ལྷན་གྱིས་གྲུབ་ནས་མ་བྱས་པ་། སྐྱུལ་པ་མཁའ་ཡི་  
ཆར་པ་བཞིན་། བྱུང་བའི་ཡུལ་ཡང་བྲལ་བ་སྟེ་། འགྲོལ་སྤྲོན་པ་སྤྲོན་མེད་། རྩུག་རྒྱུ་འབྱེན་པར་བྱེད་པ་སྟེ་། སྦྱོས་པའི་ཡུལ་མེད་ཅི་ཡང་སྤྲོང་། འགག་པ་མེད་ལ་བརྗོད་བྱ་བྲལ་། བཤང་དང་གནས་ཡུལ་ཡོད་མ་  
ཡིན་། འགྲོ་འོང་བྱེད་པ་རྒྱུན་ཡང་ཡིན་། དོ་བོ་རང་བཞིན་ད་བྱིངས་ཡེ་གཉིས་། རྩུང་དུ་འཕྱུག་པ་བདེ་ཆེན་སྤྱུགས་། དེ་ཉིད་རང་གིས་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་། ལུས་རག་ཡིད་གསུམ་ནུམ་སྤྱངས་ཉེ་། རིམ་གྱིས་རྟོགས་  
པར་འབར་འཛོག་སྦྱོར་། སྐྱེད་ཅིག་རྟོགས་པར་མཁའ་གསལ་སྤྱད་། དབང་པོ་རྣམས་ཀྱིས་བྱུང་པར་ཆེ་། བརྒྱལ་ཞུགས་སྦྱོང་པས་རིག་ཅུལ་འདོན་། འོངས་སྦྱོང་རྒྱུན་དུ་བསྐྱབ་སྟེ་། ཆེར་འབར་ཅུལ་འདོན་ཐབས་ཡིན་  
ལོ་། ཐོབ་མཆོད་མཉམ་གཞག་རྗེས་ཐོབ་ལུ་། མདོན་སུམ་མཐོང་བསྐྱེད་ཅིག་གཉིས་། འགྱུར་མེད་ཉིན་མཚོན་རིས་མེད་པ་། འཕེལ་བ་ཡོངས་པ་རྒྱུད་བ་དང་། ཆོད་ལ་ཐེབས་པ་ཡོངས་པ་བྲལ་། ཟང་སར་

གཏེར་	ཨྵེ་ འགྲོལ་བ་ལྷ་བྱེད་བྲལ་མེད་ བརྒྱུད་པའི་སྒོ་ནས་རྣམ་སྒྲིལ་དང་། ཚོ་འདི་ལ་ནི་ཚོ་དབང་སྟེ་ བཙོན་འགྲུས་སྒོ་ནི་ཚེ་རྒྱུད་བྱེད་ ཚོས་གྱི་དབྱིངས་སྤྱི་ཐེངས་པ་ནི་ མཐའ་རྫོགས་སྟོན་འཁོར་དབྱེར་	ལ
རྒྱུ་	མེད་དོ་ ས་མ་ཡེ་ རྒྱ་རྒྱ་རྒྱེ་ ལྷ་ལྷ་ལྷེ་ ཨྵེ་ ཡང་དག་ལྷགས་གྱི་སྒྲིང་པོ་ལས་ལྷེ་ ཟབ་པའི་དབང་བཞི་བསྐྱར་བ་བཞུགས་སོ་ ཨྵེ་ རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱེ་ དཔལ་ཉེ་རུ་ཀ་ལ་ལྷག་འཚལ་ལོ་ ཡང་དག་ལྷགས་གྱི་སྒྲིང་	847
རྒྱུ་	པའི་དབང་བསྐྱར་བ་ལེ་ སྟོན་འགྲོ་དངོས་གཞི་རྫོགས་གསུམ་ དང་པོ་དབྱིལ་འཁོར་བཤམས་པ་དང་། ལྷ་བ་པ་གཉིས་ དབྱིལ་འཁོར་བཞེངས་པ་ནི་ གནས་སྤུན་སྤུམ་ཚོགས་པར་ས་ཡི་ཚོག་རྒྱལ་བཞིན་བྱས་	
	པར་ སྟོགས་བྱ་བྱ་བཞི་པ་ལ་བྱང་སེམས་དཀར་དམར་གྱིས་ཆག་ཆག་གདབ་ སྒོ་རྫོགས་སྤྱི་འགྲོ་གདབ་པའི་ནང་རྒྱ་གམ་དགུ་ལྷག་རྒྱས་མཚན་པ་གྲིས་ དེའི་དབྱུས་སྤྱི་བྱེད་འཁོར་ལྷུ་ལྷུ་ལྷུ་	
	སེམས་གྱིས་བཀའ་བཀའ་གྱིས་སྤྲས་པའི་སྟེང་ ཐོད་པ་བདུད་རྩིས་གདབ་ མེ་ལོང་གིས་ཁ་བཀའ་ དེའི་སྟེང་དུ་མར་མེ་དགུ་ ཐོད་པ་ལ་གཙོ་བོའི་སྤྱི་གྲིས་པ་དར་གྱི་གུར་སྤུབ་དང་བཅས་ཐོ་བཙེགས་སྤུ་བཤམ་	
	སྤྱི་ནང་གསང་བའི་མཚོད་པས་བསྐྱོར་ཞིང་ རིག་མ་ཆས་དང་སྤྲོན་པེ་ དམ་རྣམས་གཏོར་ཚེན་རྣམས་ཡོལ་བས་བསྐྱིབ་ གཉིས་པ་སྤྱུབ་པ་ནི་སྤོན་ལས་གཞུང་བཞིན་གཏང་ དབང་བསྟོན་ཅི་རུས་བྱེད་ སྤྱི་དོན་	



ཀྱི་	ཨོྃ་ བར་ལྷུང་། དམ་བསྐྱང་མཚོག་གི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་པེ།	ཡེ་ཤེས་བསྐྱེད་པའི་རྒྱ་ཡིན་ནོ།	ཨོྃ་བརྒྱ་ཨ་མི་ཏཱ་ལུ་ད་ཀའ་ཐེ་ཐེ་ཐེ།	ཡེ་ཤེས་པ་དབབ་པ་ནི།	སློབ་བྱ་ཡང་དག་དཔའ་བོ་གཅིག་པར་	པ
ཡི་	གསལ་བའི་སློང་ནང་རྩྭ་ཡི་ག་མར་མེ་ལྷུང་འབར་བ་ལ་སེམས་བཟུང་དུ་གཞུག་པེ།	སློབ་དཔོན་གྱིས།	ཡེ་ཤེས་པ་བསྟོམ་པེ།	ཐེབས་ཏུགས་ལྷུང་ན་བརྟན་པར་བྱེ།	སློབ་དཔོན་གྱིས། བསྐྱེད་པ་བོད་ནས་འབྲེལ་བ་	
ཡི་	བརྟག་པའི་མེ་ཏོག་ལྷུང་ལ་འབུལ་པེ།	ཡེ་ཤེས་མཚོག་ཐོབ་དེས་བྱེད་པ་སེ།	སློབ་པ་མེད་པར་དོར་བར་གྱིས།	སློབ་མ་རྣམས་གྱིས། རྩེ་སྒྲི་རྩོ།	ཞེས་པས་འདོར་པེ། རིགས་གང་ལ་ཐོག་པ་བརྟགས་ཏེ།	
ཡི་	དབུས་སུ་བབ་ན། ལྷུང་མཚོགས་རང་གྲོལ་པེ།	འཕར་དུ། འོད་གསལ་ལ།	སློར་པེ། སློང་པོ། ལུབ། བདེ་བ། བྱང་དུ།	རྣམ་ཏོག་རང་གྲོལ་རྣམས་བརྟགས་པེ།	མེ་ཏོག་དེ་ཉིད་མགོ་བོར་འཚིངས་ལ།	
ཡི་	ཨོྃ་ ཡེ་ཤེས་སྣ་ཡིས་བྱིན་བསྐྱབས་པའི།	རིག་པའི་མེ་ཏོག་ཅོད་པར་འདི།	ཡེ་ཤེས་སྣ་དང་དོ་འཕྲད་པའི།	རིགས་གྱི་ཏུགས་སུ་འཆང་བར་གྱིས།	སློབ་མས་མིག་དབྱེ་བའི་དོན་དུ།	
ཡི་	སྣུག་སོལ། ཐབས་ལམས་རྒྱལ་པོའི་ཡེ་ཤེས་གྱིས།	བདག་གི་མ་རིག་མིག་སྤེལ་ཏེ།	སློང་པོའི་དགྱིལ་འཁོར་བསྟན་དུ་གསོལ།	སློབ་དཔོན་གྱིས།	རིག་པ་ཡེ་ཤེས་ཏེ་རུ་ཀས།	མ་རིག་མིག་ནི་དབྱེ་བར་

གཏིར་མཛོད་མཚོ། གླིང་ཟབ་བདུན་ཡང་དག།

མཛོད་ བདེ་ཆེན་ཡེ་ཤེས་མཐོང་བྱའི་ཕྱིར་ བྱོད་གྱི་མིག་ནི་དབྱེ་བར་བྱེ་ ཅོག་ལྷ་ལེགས་པར་ ལྷ་དེ་སྐད་པ་ནི་ ལྷོ་བ་དཔོན་གྱིས་དལ་གྱི་ལྷ་ཚོ་གསལ་ལ་ ཉེ་རུ་ག་དཔལ་བཅུ་ན་མིར་བཅས་ ཡབ་ཡུམ་  
སྐུ་སྐུ་འདོད་པ་ཡི་ ལྷ་ལ་བ་ཅན་འདི་སྐྱབས་ལྡེས་ལུངས་ ཞེས་གསོལ་བ་བཏབ་པས་གཞལ་ཡས་ཁང་གི་སྐོར་མས་སྤྱེས་ གོ་རྒྱུ་དགར་མོས་བྱིད་དེ་ ལྷ་མ་དང་ཉེ་རུ་ག་དབྱེར་མེད་པ་ལ་སྐྱབས་དང་བསྐྱོར་བ་བྱས་ཉེ་  
གཙོ་བོའི་མདུན་དུ་འཁོད་ལ་ དབང་བསྐྱར་བར་གསོལ་བ་གདབ་པ་ནི་ བདེ་ཆེན་རྒྱལ་པོ་ལྷ་མ་རྗེ་ ཉེ་རུ་ག་དཔལ་དགོངས་སྐྱབས་གསོལ་ བྱོད་གྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་བྱའི་ཕྱིར་ དབང་མཚོ་ག་མ་ལུས་བསྐྱུལ་དུ་  
གསོལ་ ཞེས་གསོལ་བ་བཏབ་པས་སྐོབ་བྱུ་རྩེ་དུ་གྱུར་པ་ གཙོ་བོའི་ཞལ་དུ་མིད་ ལྷ་དེ་དབྱིབས་བརྒྱན་ཡུམ་གྱི་མཁར་བབས་པས་ཉེ་རུ་གར་གྱུར་པ་ལ་དབང་བསྐྱར་བ་ནི་ ལྷ་ ལུས་པ་རྒྱ་གམ་པོ་བྱང་ན་  
ཉེ་རུ་ག་དཔལ་ལྷ་ཚོ་གསལ་བཞུགས་ བདེ་ཆེན་ལུ་བའི་བྱང་སེམས་རྒྱས་ དབང་བསྐྱར་ལུས་ནི་ལྷ་རྩེ་གསལ་ཤོག་ ཨོ་རུ་ལུ་རུ་ལུ་རྩེ་རྩེ་ ག་ལ་ལ་ག་ལ་ཨ་ལྷི་ལྷི་རྩེ་ ལྷ་སྐྱུ་སྐྱུ་གྱུ་དབང་བསྐྱར་བ་ནི་  
ཐོད་སྐྱེ་ཐོགས་ལ་ ལྷ་ དལུས་གྱི་རྒྱ་གམ་པོ་བྱང་ན་ ལྷ་མེད་དཔལ་ཆེན་ཉེ་རུ་ག་ ངང་འི་གྱུང་རྒྱབ་སེམས་ལས་བཞེངས་ ཉེ་རུ་ག་ཡི་དབང་བསྐྱར་རོ་ ཨོ་རུ་ལུ་རུ་ལུ་རྩེ་རྩེ་ ག་ལ་སྐྱ་གཙོ་རྩེ་ཨ་ལྷི་

གཏེར་	ཨོྃ། འིྃ། སྲི་འྲི་འྲི་འྲི་འྲི་འྲི། བཀོ་བོའི་ཐུགས་དམ་སྒྲོང་མཛད་པའི། སྲོང་ཉིད་དབྱིངས་ལས་བཞེངས་པ་མོ། ཡུམ་ཆེན་བཟོ་རྒྱུ་ལ་འགྲོལ་མ། དབྱིངས་ཡི་ཐུང་འཇུག་དབང་བསྐྱར་རོ། ཨོ་བཟོ་གོ་རྒྱུ།	ཕ
འཕྲུལ་	འཕྲུལ་ལྷ་གོ་རྒྱུ། གུ་ཡ་ཐུ་གཱ་ཚྲ་ཨ་མྲི་འྲི་འྲི་འྲི། སྐྱ་ཡི་དབྱིངས་ལས་བཞེངས་པ་ཡི། འཤར་གྱི་ཕྱོགས་ནས་གོ་རྒྱུ་དཀར། བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཡེ་ཤེས་སྐུ། གོ་རྒྱུ་དཀར་མོའི་དབང་བསྐྱར་རོ། ཨོ་བཟོ་གོ་རྒྱུ། གུ་	ཕ
འཕྲུལ་	ཡ་ཐུ་གཱ་ཚྲ་ཨ་མྲི་འྲི་འྲི་འྲི། བསྐྱར་གོ་དབྱིངས་ལས་བཞེངས་པ་ཡི། རུབ་གྱི་ཕྱོགས་ནས་སྤུ་མོ་རྒྱུ། བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཡེ་ཤེས་སྐུ། སྤུ་མོ་དམར་མོའི་དབང་བསྐྱར་རོ། ཨོ་བཟོ་སྤུ་མོ་རྒྱུ། གུ་ཡ་ཐུ་གཱ་ཚྲ་ཨ་མྲི་	ཕ
འཕྲུལ་	འིྃ། ཐུགས་ཀྱི་དབྱིངས་ལས་བཞེངས་པ་ཡི། འཤར་སྲོའི་ཕྱོགས་ནས་ཚྲ་ལྷོ། བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཡེ་ཤེས་སྐུ། ཚྲ་ལྷོ་ཡི་དབང་བསྐྱར་རོ། ཨོ་བཟོ་ཚྲ་ལྷོ་རྒྱུ། གུ་ཡ་ཐུ་གཱ་ཚྲ་ཨ་མྲི་འྲི་འྲི་འྲི། ཡོན་	ཕ
འཕྲུལ་	ཏན་དབྱིངས་ལས་བཞེངས་པ་ཡི། སྲོ་ཡི་ཕྱོགས་ནས་ཚྲ་ལྷོ། བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཡེ་ཤེས་སྐུ། ཚྲ་ལྷོ་མེར་མོའི་དབང་བསྐྱར་རོ། ཨོ་བཟོ་ཚྲ་ལྷོ་རྒྱུ། གུ་ཡ་ཐུ་གཱ་ཚྲ་ཨ་མྲི་འྲི་འྲི་འྲི། སྲིན་ལས་དབྱིངས་ནས་	ཕ
འཕྲུལ་	བཞེངས་པ་ནི། ཐུང་གི་ཕྱོགས་ནས་གོ་རྒྱུ་ལོ། བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཡེ་ཤེས་སྐུ། གོ་རྒྱུ་ཡི་དབང་བསྐྱར་རོ། ཨོ་བཟོ་གོ་རྒྱུ་ལོ། གུ་ཡ་ཐུ་གཱ་ཚྲ་ཨ་མྲི་འྲི་འྲི་འྲི། ཡེ་ཤེས་དབྱིངས་ལས་བཞེངས་པ་ནི། སྲོ་	ཕ

གཏིར་མཛོད་མཚོ། གླིང་ཟབ་བདུན་ཡང་དག།

རྒྱལ་ཕྱོགས་སྐྱེས་པའི་སྐྱེ་བའི་ཕོ་ཤེས་སྐྱེ། བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཕོ་ཤེས་སྐྱེ། བྱུ་སྐྱེ་ཡི་དབང་བསྐྱེར་རྩེ། ལོ་བརྒྱ་བྱུ་སྐྱེ་རྩེ། གཡུ་ཡ་སྐྱེ་གཏི་རྩེ་ལ་སྐྱེ་འི་རྩེ་རྩེ། གཤི་བཟེང་དབྱིངས་ལས་བཞེངས་པ་ནི། རྒྱལ་བྱང་ཕྱོགས་སྐྱེ་བའི་ཕོ་ཤེས་སྐྱེ།  
ལོ། བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཕོ་ཤེས་སྐྱེ། ལྷོ་ཤེས་ལོ་ཤེས་སྐྱེ། ལོ་བརྒྱ་ལོ་ཤེས་སྐྱེ། གཡུ་ཡ་སྐྱེ་གཏི་རྩེ་ལ་སྐྱེ་འི་རྩེ་རྩེ། དངོས་གྲུབ་དབྱིངས་སྐྱེ་བའི་ཕོ་ཤེས་སྐྱེ། བྱང་ཤེས་ཕྱོགས་སྐྱེ་བའི་ཕོ་ཤེས་སྐྱེ། བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཕོ་ཤེས་སྐྱེ།  
སྐྱེ་བའི་ཕོ་ཤེས་སྐྱེ། ལྷོ་ཤེས་ལོ་ཤེས་སྐྱེ། ལོ་བརྒྱ་ལོ་ཤེས་སྐྱེ། གཡུ་ཡ་སྐྱེ་གཏི་རྩེ་ལ་སྐྱེ་འི་རྩེ་རྩེ། ཆས་ཀྱི་དབང་བསྐྱེར་བའི་རྩེ། རྒྱལ་བྱང་ཕྱོགས་སྐྱེ་བའི་ཕོ་ཤེས་སྐྱེ། ལྷོ་ཤེས་ལོ་ཤེས་སྐྱེ།  
དང་རྒྱལ་བྱང་ཕྱོགས་སྐྱེ། བསྐྱེར་བའི་དཔལ་གྱི་སྐྱེ་བའི་ཕོ་ཤེས་སྐྱེ། ལོ་བརྒྱ་ལོ་ཤེས་སྐྱེ། ལོ་བརྒྱ་ལོ་ཤེས་སྐྱེ། ལོ་བརྒྱ་ལོ་ཤེས་སྐྱེ། ལོ་བརྒྱ་ལོ་ཤེས་སྐྱེ། ལོ་བརྒྱ་ལོ་ཤེས་སྐྱེ། ལོ་བརྒྱ་ལོ་ཤེས་སྐྱེ།  
ལོ། གསང་བའི་དབང་བསྐྱེར་བའི་རྩེ། ལོ་བརྒྱ་ལོ་ཤེས་སྐྱེ། ལོ་བརྒྱ་ལོ་ཤེས་སྐྱེ། ལོ་བརྒྱ་ལོ་ཤེས་སྐྱེ། ལོ་བརྒྱ་ལོ་ཤེས་སྐྱེ། ལོ་བརྒྱ་ལོ་ཤེས་སྐྱེ། ལོ་བརྒྱ་ལོ་ཤེས་སྐྱེ།  
ལོ། ལོ་བརྒྱ་ལོ་ཤེས་སྐྱེ། ལོ་བརྒྱ་ལོ་ཤེས་སྐྱེ། ལོ་བརྒྱ་ལོ་ཤེས་སྐྱེ། ལོ་བརྒྱ་ལོ་ཤེས་སྐྱེ། ལོ་བརྒྱ་ལོ་ཤེས་སྐྱེ། ལོ་བརྒྱ་ལོ་ཤེས་སྐྱེ། ལོ་བརྒྱ་ལོ་ཤེས་སྐྱེ།



ཀྱི་	ཨོྃ། མ་རྒྱུ་ལྷོ་ཉོྃ། ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་གྱི་དབང་བསྐྱུར་བཞིྃ། རིག་མ་སློབ་བྱའི་ལག་རྒྱ་གཏད་དེ། འདི་ནི་དགའ་ཚེན་ལྷ་མོ་སྟེ། བཞིན་བཟང་འདི་སྟོང་བདེ་ཚེན་རྟོགས། བདེ་ལ་མ་ཞེན་འཛིན་	པ
རྒྱུ་	པ་སྟོངས། དབབ་བཟུང་བརློག་གཟུབ་ཐབས་མཁམ་གྱིས། གོམས་ན་སྤང་སྤང་འཛིན་པ་བལ། བདེ་སྟོང་ཟུང་འཇུག་རྟོགས་པར་ཤོག། མ་རྒྱུ་ལྷོ་ཉོྃ། ཞེས་སློབ་བྱ་ཡབ་ཡུམ་འདུ་ཤེས་གསུམ་ལྷན་མཁམ་	853
ལྷོ་	གསང་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་ལ། ལྷ་བ་དང་། འཛིབ་པ་དང་། འབྲིལ་བ་དང་། ལྷུ་པའི་སྟོར་བཟེད་དུ་བཅུག་ལ་དགའ་བ་བཞི་དོ་སྟོང་། དབང་བཞི་པ་བསྐྱུར་བཞིྃ། མར་མེ་དགུ་བསྟན་ཅིང་དབང་བསྐྱུར་ལ།	
	ཚོས་ཉིད་དབྱིངས་ལ་རྒྱ་གམ་སྟེ། ཡེ་ཤེས་ལྷ་དགུའི་མར་མེ་གསལ། དོ་བོ་ག་དག་བསྟུབ་ལ། རང་བཞིན་ལྷན་གྱུ་བསྟོང་ཞིང་གསལ། བྱུ་ཚོལ་བལ་བའི་དོན་རྟོགས་ཤོག། ཨོྃ་རུ་ལུ་རུ་ལུ་རྩྱུ་རྩྱུ་། ལྷ་	
	ལྷ་རྒྱུ་ཅི་རྒྱུ་ཨ་ལྷོ་ཉོྃ། ཡང་སྐྱུ་གསུང་ཐུགས་གྱི་བྱིན་རྒྱུ་བས་གྱི་ཡེ་ཤེས་བསྐྱེད་པ་དང་བགོགས་འདུལ་བའི་སྤང་དུ་གཏོར་མའི་དབང་བསྐྱུར་བཞིྃ། གསོལ་བ་གདབ་སྟེ། ལྷ་མ་མགོན་པོ་ཉེ་རུ་ག། ཐུགས་རྗེའི་བཅུ	
	བས་བདག་ལ་གཟིགས། བདག་གི་ནད་གདོན་བགོགས་སྤལ་ཞིང་། བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་པར་མཛད་དུ་གསོལ། ལྷ་མས་གཏོར་མའི་དབང་བསྐྱུར་། རྩྱུ་། དཔལ་གྱི་གཏོར་མ་མེ་འབར་ཞིང་། བད་དུ་ཐུག་འཇུང་	







གཏེར་	ཨྵེ། གྲུང་རུ་ལུ་འབྲུ་བརྒྱད་པོ། བསྟེན་པ་འབྲུམ་བརྒྱད་ཉེ་བསྟེན་བརྒྱད། ལྷུ་བ་པ་བརྒྱད་དང་ལྷུ་བ་ཆེན་བརྒྱད། མ་ཡངས་འབྲུམ་ལྷག་བརྒྱད་བརྒྱས་ནས། མཚོག་གི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་པར་འགྱུར།	ལ
ཡ	ལྷུ་བ་རྒྱ་མཚོན་ལྷན་གྲོགས་སུ་བཅའ། མཚོམས་ནི་དམ་དུ་གཅད་པ་གནད། དམ་ཚོགས་ཉམས་པ་རུ་གྱིས། ཚོགས་གྱི་འཁོར་ལོ་ཡང་ཡང་གཏང། ཉམས་དང་རིག་པའི་ཕུལ་ཡང་འདོན། བརྒྱད་པའི་སྤྱུ་མར་	
ཡ	གསོལ་བ་གདབ། དད་པ་མོས་གུས་ཚད་མེད་བྱ། དེ་ཚོ་ཉམས་འཁུར་རིག་པ་འཕྱོ། ལྷོང་ཉིད་ལྷ་བ་རྟོགས་པ་དང། རིག་པ་གསལ་མདངས་རྒྱན་ཆད་མེད། ལྷོང་ནི་འགྲོ་འོང་མི་ཚོར་བ། དེ་དག་གསལ་བའི་	
ཡ	ཉུགས་སུ་བཤད། ཞལ་མཐོང་ལུང་བསྟན་སྤྲུགས་སྤྲུགས་སྤྲུགས། དེ་དག་ནང་གི་ཉུགས་སུ་བཤད། ཉམས་ལ་ནམ་མཁའ་སྤྱི་བོར་ཐིམ། མ་མོ་བརྒྱད་གྱིས་འབྲིལ་བ་དང། མམ་མཁའི་ཁམས་སུ་བྱེད་བ་དང། ཉི་	
ཡ	ལྷོང་ནང་དུ་བཅུག་པ་དང། མཁའ་འགྲོའི་སྤྱིང་སྤྱིན་ཚོགས་འཁོར་བསྟོར། དངོས་ཉམས་མི་ལམ་གང་གྲུང་བ། དེ་དག་སྤྱི་ཡི་ཉུགས་སུ་བཤད། མཚོག་སྤྲུབ་མཐར་ཐུག་འདི་ཡིན་པས། ལྷོང་གི་ཁོར་དུ་འདི་	
ཡ	ཚོངས་ཤིག། ས་མ་ཡ། རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ། རྒྱ་རྒྱ་ཤིན་ཉི། ཨྵེ། དཔལ་ཡང་དག་ལུགས་གྱི་སྤྱིང་པོལས། ཉམས་ལེན་རྒྱན་གྱི་རྣལ་འབྱོར་བཞུགས། ཨྵེ། ལྷ་རྒྱལ། དཔལ་ཉེ་རུ་ག་ལ་སྤྲུག་འཚལ་ལོ། ཡང་དག་	



གཏེར་	ཨོྃ། ཉེ་རུ་ག་ལ་ལྷུག་འཚལ་ལོ། ཡང་དག་ཚོམ་བུ་ཚོགས་སྐབ་མི། གནས་དུས་སྟོན་འཁོར་ཚོས་སུན་ཚོགས། ཡོ་བྱང་ཚེན་སྐབ་ཚེན་བྱ། དེ་ལ་སྟོན་འགྲོ་དངོས་གཞི་རྗེས། དང་པོས་བརྟག་	ལ
ལྷན་	ལྷན་དབང་བཟུང་། ལྷན་དག་སང་མཚམས་བཤའགས་པར་བྱ། དགྲིལ་འཁོར་གྱི་ཞིང་སྐབ་རྗེས་མི། ཐོད་པ་ལུན་ཚེན་གྱིས་བཀའ་སྟེ། རུས་ཚེན་རོ་རས་གྱིས་འིལ་ལ། སྟོང་བུ་བཙུག་པའི་མར་མེད་གྱུ། ལྷན་	
ལྷན་གཞུང་	ལྷན་གཞན་ཡང་གྲིལ་བཀོད། ལྷན་དག་སང་བའི་མཚོད་པ་བཤའ། དཔལ་གྱི་གཏོར་མ་བརྗོད་སྐབ་བཀོད། སོ་སོར་ལས་བསྐོས་སྐོམས་འདས་འིང་། དཔལ་གྱི་ཚས་སྟོན་གྱི་སྐབས་དབང་། ལྷན་དོན་གསུམ་པ་	859
ལྷན་	དངོས་གཞི་མི། ལྷན་ལས་ནར་མར་བཏང་བྱས་ལ། རིས་གྱི་གསུང་སྐབ་མ་ཚད་བྱ། ལྷན་སྐབས་སྟོང་དབང་སངས་འདི་ལྟར་བྱ། ལྷན་སྟོང་སྐབས་དག་གྲོ་ཚེ། ལྷན་སྟོང་བྱས་པའི་གཞལ་ཡས་ཁང་། མ་ཚགས་	
ལྷན་	ལྷན་ཉི་ཟླའི་སྟེང་། བཅོམ་སྐབས་མེད་ཉེ་རུ་ག། ཡུམ་མི་བརྗོད་ལ་འགྲོར་མ། ལྷན་པའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་སྟེང་བཟུང་། ཐམས་ཅད་སྐོར་མཚན་དཔེ་འབར་། གསུང་མི་རུ་ལུའི་སྐབས་སྐོས་གཞི། ལྷན་སྟོང་མི་བདེ་ཚེན་	
ལྷན་	ཡེ་ཤེས་ངང་། ཚུལ་བཞིན་བདག་གིས་བསྐྱབས་ལགས་པས། མཚོགས་གི་དངོས་གྲུབ་སྟོལ་བ་དང་། རིས་གྱི་སྟོན་ལས་མཛད་དུ་གསོལ། ལྷན་སྟོང་རུ་ལུའི་རིས་དབང་སྟེ། ཉམས་སྲུང་བདེ་ཚེན་ཡེ་ཤེས་སྟེང་།	

གཏོར་མཛོད་མཚོ་གྲིང་ཟབ་བདུན་ཡང་དག

དམ་ཚིག་སྲོག་རྩ་བ་བྱུང་བྱས་ནས་། དེའི་སྐྱབ་རྩལ་ལ་བབ་པ་ན་། ཐོད་བཟང་ཆང་བཀའ་ཤར་སྒོར་བཞག་། བདུད་ཅིར་གྱིན་བརྒྱབ་ས་ལྷ་ལ་འབུལ་། ལྷ་རྣམས་སྒྱུར་བའི་དེའི་སྐྱབ་ནི་། རང་གི་སྒྱུར་བས་ཐུགས་།  
གར་བསྐྱེ་། བདེ་ཚེན་ཐོབ་བསྐྱོམ་འདི་ལྟར་བསྐྱལ་། རྩེ་། བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཉེ་རུ་ག་། རྣལ་འབྱོར་ཡུམ་ཚོགས་དགོངས་སུ་གསོལ་། བདག་ཅག་དམ་བཅའ་མཐར་གྱིན་ཅིང་། དེ་རྗེས་པོའི་རྣམ་ལངས་།  
ཉེ་། དེའི་སྐྱབ་འབྱུང་བའི་རྩལ་ལ་བབ་། སྲོན་གྱི་ཐུགས་དམ་དེ་དགོངས་ལ་། མཚོག་དང་ཐུན་མོང་དེའི་སྐྱབ་སྒྲིལ་། སམ་སྲིད་པ་ལ་ཉེ་། ཐོད་ཆང་བདུང་ཞིང་སྐྱབ་རྣམས་། སྐྱོ་བོར་བྱུང་ཞིང་དབང་།  
ཡང་གྲང་། དེར་འཚོགས་དཔོན་སློབ་ཐམས་ཅད་གྱི་། དེའི་སྐྱབ་ཞལ་ཟས་ལོངས་སུ་སྒྲིད་། གཏོར་སྒྱུར་གྲོ་རྩུང་དགྱིལ་འཁོར་བསྐྱེ་། མཚམས་བཀོལ་བཀྲའི་སྒྲོན་ལམ་གྱུ་། དགྱིལ་འཁོར་རྩལ་ཚོན་རྒྱུར་།  
གཤེགས་ལ་། གཏོར་སྐྱ་གནས་སྐྱུང་དེ་ལྟ་བུས་། ཚོམ་བུ་དེ་ཉིད་གྲོལ་བར་འགྱུར་། སྒྲོས་པའི་སྒྲིང་པོའི་ན་རྩ་བའ་། ས་མ་ཡ་རྒྱ་རྒྱུ་། ཅེས་ལྟ་། ཞེ་། དཔལ་ཡང་དག་ཐུགས་གྱི་སྒྲིང་པོའི་ས་། ཐམས་ལམ་རིམ་།  
སྐྱེས་པ་ལ་གདམས་པ་བཞུགས་། ཞེ་། ཉེ་རྩེ་བུ་རྒྱུ་། དཔལ་ཉེ་རུ་ག་ལ་ཐུག་འཚལ་ལོ་། ཐམས་ལམ་རིམ་གྱིས་བསྐྱོམ་པ་ནི་། དབེན་པའི་གནས་སུ་ནང་ཚངས་ཅན་། འབོལ་གྱི་སྒྲིང་རྩེ་ལྱུ་ལ་གྱུང་བཅས་། སྐལ་།



ཕྱིར་	ཨོྃ། བསྐྱེད་མགོ་བཀུག་ཡ་རྒྱན་ལ། ལྷེ་སྐྱུར་མིག་ནི་གྲེན་དུ་སྟོ། དཔུང་མགོ་འཐེན་ལ་གྲུ་མོ་བརྒྱུད། ལག་གཉིས་སྟེའོག་མཉམ་པར་གཞག། ལུས་ནི་སྐུ་མ་སྐུས་བཏབ་སྟུང་། ཚུ་གསུམ་གྲེན་	ཕྱ
ལྷེ་བར་	འགྲོང་སྟོག་ཤིང་རྩུལ། གཉེར་བདུན་ལྡན་པ་སྟེའོག་ཏུ། སོར་བཞིའི་ཐང་དུ་དབུས་སྐྱེམ། གཡས་གཡོན་ཡར་སྐྱོ་སྐྱོར་བྱལ། སྐྱི་བོར་ཚུ་འདབ་སྐུམ་ཚུ་གཉིས། མགྲིན་པར་བཅུ་དུག་སྟོང་གར་བརྒྱུད།	ལྷ
ལྷེ་བར་	ལྷེ་བར་དུག་ཚུ་ཚུ་བཞི་བསྐྱོལ། གདུག་ས་རྩི་བས་སྟེ་བུའི་མདུད་ལྡན་བསྐྱོལ། དེ་ཉིད་ལེགས་པར་གསལ་ལ་ཐེབས་ནས། གཡས་གཡོན་དབུས་ནས་དགུ་སྐུགས་འབུད། བདག་ཤོན་སྐྱི་གསྐྱི་བུའང་བར་བསམ།	ལྷ
ལྷེ་བར་	སོར་བཞིའི་ཐང་ནས་རྒྱུད་ལྷེ་ལྷེ། གཡོན་ནས་བཅུ་མ་སྟེ་དལ་བུས་དུབས། ཚུ་གཉིས་བརྒྱུད་དེ་སྟོང་གར་ཐིམ། འཁོར་ལོའི་ཚུ་རྣམས་ཐམས་ཅད་གང། ཚུ་མདུད་རིམ་ལའི་ག་ཐང་རེ་བརྒྱུད། འདི་གས་པར་གསུངས།	ལྷ
ལྷེ་བར་	མཚན། ཡན་ལག་གཤམ་ཅིང་བརྒྱུད་བསྐྱུལ་བུ། ལག་པས་ནམ་མཁའ་འཛོལ་བུས་ལ། མཁའ་ལ་བཏེགས་ཏེ་སྐྱིལ་གྱིང་བཅས། ལག་པ་གཉིས་གྱིས་ནམ་མཁའ་མནན། ལྷེའོག་ལ་ནི་ཚོར་གྱིས་མནན། ལག་	ལྷ
ལྷེ་བར་	མནན་སྟེ་དམྱིལ་གདན་དུ་པབ། རྩུགས་མའོར་བར་རྒྱུད་སྐྱིར་འཕང། སྐྱི་བོན་ས་བརྒྱུད་ཐལ་ལེ་བར། སྟོང་པའི་ཚུ་མོར་འགྲོ་བ་དང། དོ་རྩེ་གཙུག་ནས་ཐོན་པར་བསམ། འོག་རྒྱུད་བཟུང་ཞིང་སྐྱུན་ས་བཏང།	ལྷ

གཏིར་མཛོད་མཚོ། གླིང་ཟེབ་བདུན་ཡང་དག།

རྒྱ་མཚོ་སྐལ་པ་ལ་སྐྱར་རོེ།	རྒྱ་དཀྱིལ་ལ་བཟུང་འོག་སྒོ་བསྐྱར།	རིམ་དགུའི་འོག་ཏུ་འགོ་བར་བྱེ།	དེལ་གོགས་སེལ་བྱ་བ་ནི།	གྲང་རྒྱུད་ལས་རྒྱ་བས་རྒྱུ་བ་ནས་ཐོན།	ཐིག་ལེ་སྒོ་བསེལ་སྒྲིན་པར་བསྐྱོམ།	དེ་
ཡིས་ཚད་པའི་ནད་ནམས་མཁི།	རེག་བྱའི་བའི་རྒྱུད་བཟུང་ལ།	འོག་སྒོའི་ཐད་དུ་ཐིག་ལེ་དམར།	ལུས་ཀྱི་སྒྲིབ་ནམས་བསྐྱེགས་པར་བསམ།	མགོ་བོ་འཁོར་ན་ལྷག་སྒྲིབ།	སྒྲིབ་རྒྱུད་ན་ཐིག་ལེ་དགར།	
སྒྲིབ་ནད་བདུད་རྩིས་གང་བར་བསམ།	བོགས་འདོན་རྩ་འདབ་ཐམས་ཅད་ཀྱི།	བ་སྐྱའི་བར་དུ་ཐང་ཐལ་ལེ།	འོད་ལྡའི་རྒྱུད་ནམས་བསྐྱེ་ཡི།	ཁྱེད་བྱུན་སྐྱེད་ལུས་འོད་ལྡམ།	ཐིག་གོར་དགང་གཞིལ་ལུས་འོད་	
ལྗེས་ལ།	བསྐྱེན་ས་འཕངས་ལུས་ནམས་ལའར།	འདྲེས་པར་བསམས་ལ་ལ་ཉམ་པར་གཞག།	དེ་ནི་རྩ་རྒྱུད་སྐྱེད་བའོ།	དེ་ནས་སྒྲིབ་འོག་ཅུང་ཤད་བསྐྱོམ།	རྒྱུད་གིས་བྱས་པས་རེག་བྱའི་ཚེ།	སྒྲིབ་སེལ་ག་པོ་སྐྱེས་པ་
ན།	མེ་འབར་སྐལ་པའི་འཁོར་ལོ་གང།	དེ་བཞིན་སྐྱི་བོའི་བར་དུ་སྐྱར།	ལུས་ཀྱི་སྒྲིབ་སྐྱེད་ཀུན་རྩིས་ནས།	སྐྱི་བོའི་མེ་ནི་མ་དུན་དུ་བྱུང།	འོག་སྒོ་ནས་ལྷགས་ལག་པ་ནས།	ཐོན་ཏེ་རྒྱུད་པའི་མཐིལ་ནས་
ལྷགས།	ལུས་ཀྱི་སྐྱིན་མེད་པར་སྐྱར།	གོགས་སེལ་རྒྱུ་བ་ན་བདེ་བ་དང།	བདེ་ན་སྒྲིབ་པ་ཉིད་དུ་སྐྱེད།	ཡལ་ན་བོགས་འདོན་རྒྱག་འཚིང་བྱེ།	ཁ་ཡི་མེ་ནི་སྒྲིབ་སྐྱར།	མེ་ཡིས་སྒྲིབ་ཚིལ་བསྐྱོར་འབྲིལ་

གཏེར་	ཨོྃ འབར་ལྟེ་ འདི་ཡང་གལ་པར་གསུངས། མཚན། དེ་ནི་གཏུམ་མོ་སྐྱེང་བ་ཡིན་ལྟར་ དེ་ནི་སྐྱོ་བོའི་ཉི་ཡི་གམ་ཐར་ལྟར་ དུངས་མའི་ཐིག་ལེ་བཅུ་དུག་བསྐྱོམ་ལྟར་ གཏུམ་མོས་བཞུགས་ལ་མགྲིན་པར་དབབ་ལྟར་	ལ
ལྟེ་	སྐྱེང་ཡང་བསྐྱོག་ལ་ཐིག་ལེར་བསྐྱོམ་ལྟར་ དེ་ནི་དགའ་བ་དང་པོའོ་ལྟར་ སྐྱོ་བོ་བཟུང་བར་དུ་བསྐྱོམ་ལྟར་ མགོ་བོ་བདེ་བས་གང་བར་བྱེ་ལྟར་ སྐྱོ་བོ་ནས་གང་སྐྱེང་བཞིན་ལྟར་ མགྲིན་པར་ཐིག་ལེ་བཅུ་དུག་བསྐྱོམ་ལྟར་ གཏུམ་	
ལྟེ་	མོས་བཞུགས་ལ་སྐྱོང་ཁར་ཕབ་ལྟར་ དེ་ནི་དགའ་བ་ཆེན་པོའོ་ལྟར་ སྐྱེང་ཡང་མགྲིན་པའི་ཐིག་ལེར་བསྐྱོམ་ལྟར་ ཅུ་གསུམ་ཐིག་ལེ་སྐྱོ་བོར་བསྐྱོམ་ལྟར་ མགྲིན་པ་བདེ་བས་གང་བར་བསྐྱེད་ལྟར་ དེ་ནས་སྐྱེང་བཞིན་སྐྱོང་གར་ཕབ་ལྟར་	863
ལྟེ་	ཐིག་ལེ་ཉེ་དང་ཉི་བརྒྱད་བསྐྱོམ་ལྟར་ གཏུམ་མོས་བཞུགས་ལ་སྐྱོང་བར་དབབ་ལྟར་ སྐྱེང་ཡང་སྐྱོང་གའི་ཐིག་ལེར་བསྐྱོམ་ལྟར་ ཅུ་གསུམ་ཐིག་ལེ་སྐྱོ་བོར་བསྐྱོམ་ལྟར་ སྐྱོང་ཁ་བདེ་བས་གང་བར་བསྐྱེད་ལྟར་ དེ་ནི་བྱེད་པར་དགའ་བ་	
ལྟེ་	དེ་ནས་སྐྱེང་བཞིན་སྐྱོང་བར་ཕབ་ལྟར་ ཐིག་ལེ་དུག་ཅུ་ཅུ་བཞི་བསྐྱོམ་ལྟར་ གཏུམ་མོས་བཞུགས་ལ་གསང་བར་ཕབ་ལྟར་ སྐྱེང་བཞིན་སྐྱོང་གའི་ཅུ་ནང་གི་ལྟར་ ཐིག་ལེ་དུག་ཅུ་ཅུ་བཞིར་ཐིམ་ལྟར་ སྐྱོང་བ་བདེ་བས་གང་བར་	
ལྟེ་	བསྐྱེད་ལྟར་ འཁོར་ལོ་སོ་སོར་འཁོར་ཞིང་འབྱིལ་ལྟར་ ཐིག་ལེ་ཡིག་འབྲུ་བཞུན་ལ་གཏད་ལྟར་ འདི་ཡང་གལ་པར་གསུངས། དེ་ནི་སྐྱོན་སྐྱེས་དགའ་བ་འོ་ལྟར་ དེ་ནས་སྐྱོང་ཉིད་ངང་དུ་བཞག་ལྟར་ ཐུགས་སེལ་བྱེད་མཚེས་ལ་ཕབ་སྐྱེད་ལྟར་	



གཏོར་	ཨྱིཾ མའི་དབུས། བསྐྱའི་འདབ་མཁུ་བསྐྱའི་མེ། དེ་ཡང་མཉེན་འཇམ་རྒྱལ་པར་བསྐྱའི་མེ། བུ་གམ་ཕྱིས་བཀག་པར་བསམ། དེ་ནི་ཡི་གའི་འདུ་ཤེས་ཡིན། བདག་གིས་ཐབས་འདི་ལ་	ལྷ
དེག།	བསྐྱེན་ཏེ། བདེ་ཆེན་ཡེ་ཤེས་རྟོགས་ནས་ཀྱང། ཏེ་རུ་གཤམ་ལ་གོ་འཕང་ཐོབ། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱ་སྐྱེ། དེ་ནི་ཚོས་གྱི་འདུ་ཤེས་ཡིན། དེ་ནས་པན་ཚུན་ལྟ་བུ་དང། བན་ཚུན་འཆང་ཞིང་སེན་མོས་	ལྷ
དགའ།	རྟོ་རྟོ་ས་བསྐྱའི་ཐོ་སྤྱིར་རེག། ཤིན་ཏུ་འབྱིལ་ཞིང་དལ་བུས་བསྐྱེ། རིམ་གྱིས་བདེ་བ་བཅུ་དྲུག་བསྐྱེ། རྟོ་རྟོ་རྩ་བར་སྤེལ་ས་པ་ན། བདེ་ལ་སེམས་བཟུང་བདེ་སྟོང་བསྐྱེ། རྩ་བ་མཐར་སྤྱིན་དང་པོའི་	ལྷ
དྲུག་	ལས་ལྷོ་དང་པོར་དེ་བཞིན་ལ། དཔུང་མགོ་འཐེན་ཅིང་རྒྱ་མཚོ་བཏེགས། བཞི་ཚོན་བསྐྱེལ་བསྐྱེལ་ཉི་ཟླ་གྱིན། རྩྭ་དང་ཉི་གྲ་སྐྱེས་གྱིན་ཏུ་བྱང། རྩྭ་དེ་སྤྱིར་འཕང་འདྲེན་པའི་གནད། རིམ་སྤྱེས་བཞིན་	ལྷ
དྲུག་	དུ་ཐོག་ལེར་བསྐྱེ། ཡབ་ཡུམ་སོ་སོར་སྤེལ་བུས་ལ། འདར་བའི་ཚུལ་གྱིས་བཀྲམ་བུས་ཤིང། གཡོན་གྱི་སྤྱིན་ལག་ལ་བཀལ་ལ། དགའ་ཞིང་གཞིལ་བས་བྱུང་པར་འགྱུར། དེ་ལྟར་ཡང་ཡང་བསྐྱེལ་ས་བུས་	ལྷ

གཏིང་མཚོ་དམ་ཚོགས་གྲིང་ཟབ་བདུན་ཡང་དག

པས། བདེ་ཆེན་ཡེ་ཤེས་རྟོགས་པར་ཤེས། ལྷོད་ཉིད་རྩི་ཡིས་བྱིན་པ་གཅེས། ལྷོ་ཆེན་དོན་དུ་ཡི་གེར་བཀོད། མའོངས་དོན་དུ་གཏེར་དུ་སྐྱས། ཟབ་ལམ་འདི་འདྲ་སྲུས་སྤྱོད་པ། དེ་ནི་རིག་འཛིན་རྒྱལ་བའི་  
སྐྱས། གནས་དེར་ལྷ་ཡིས་མེ་ཉོག་ཆར། ལྷ་ཡིས་དགོས་འདོད་མི་བདག་ཏེར། རྒྱན་མི་འཆད་པར་འབེབ་པར་བྱིན། ལོ་ཉེས་འབྲུགས་རྩོད་སྲུ་གཞི། དེ་དང་འབྲེལ་ཚད་དོན་ཆེན་ལྡན། བཀྲ་ཤིས་བདེ་  
ལེགས་སུ་སྲུམ་ཚོགས། སམ་ཡེ། རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ། ཨོྱོ། དཔལ་ཡང་དག་ལྷུགས་ཀྱི་སྣོད་པོ་ལས། ལྷུག་རྒྱ་བརྟགས་ཐབས་བཞུགས་སོ། ཨོྱོ། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ། དཔལ་ཉེ་དུ་ཀ་ལ་སྲུག་འཚལ་ལོ།  
མཚོགས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་སྐྱབ་པ་ལ། ལྷོགས་ནི་སྲུག་རྒྱ་མཚན་ལྡན་བསྟེན། དེ་ཉིད་བརྟག་པའི་ཐབས་བསྟེན་ཏེ། ཞིང་སྐྱེས་མཁའ་འགྲོ་ཡོད་པའི་སྤྱིར། གནས་རི་ཡུལ་བབས་རྣམས་ནས་བཅའ། རིགས་བབས་  
མ་རྣམས་ལ་བརྟག། བཅུ་དུ་གནས་ནི་ཞེ་ལྷོ་ལྷོ་བར། ལྷོད་སྐྱད་ཤ་རྒྱས་མཁའ་གསལ་ལ་འཇམ། འདོམ་ཡངས་ཤེད་སྲ་དཔལ་བ་རྒྱལ། ལྷོན་མཚམས་རི་མོ་གྲོན་འགྲོང་གསུམ། ལྷ་ལི་མིག་དཔྱུས་མདོག་དམར་བ།  
རབ་ལ་དཔལ་བར་དགའ་འབྲིལ་རིས། འབྲིང་ལ་ཐིག་ལོ་དམར་པོ་དང། ཐམར་སྟེ་བ་དམར་པོས་མཚན། མཚུན་པར་སྲུ་བྱ་སྟེ། དང་པའི་སྐད་སྐྱོན་བཞིན་བབས་མ། སོ་དཀར་ཏྲི་བབས་སྐྱོན་པ་དང།

གཏོར	ཨྵེ། འཤངས་བུག་རྩུང་ན་གསང་དམ་རྟགས། འཇམ་པོར་སྒྲུབ་ལྷོ་མིག་ལྷོ། ཆགས་པའི་བཞིན་སྟོན་ཚིག་སྒྲུབ། ཏུ་ཅང་འཚོལ་པོ་མ་ཡིན་པ། སྒྲོ་ཆེ་བོར་ཡངས་ཤེས་དང་སྒྲུབ། གསང་སྒྲོ་	ལ
འཕྲིན་ཏུ་དམ་པར་གཅེས།	དེ་ནི་ཐབས་མཁའ་སྐོར་གྱིས་བསྐྱེ། མེད་ཐབས་མེད་པའི་གྲོགས་ཡིན་པས། མཚོ་གཞོབ་འདོད་ན་དེ་ཉིད་བཅའ། རྟོགས་པར་སྒྲུབ་ནས་སྤང་བྲུང་མེད། དང་པོའི་ལས་ཅན་ཐམས་ཅད་	
གྱིས།	གདོད་དམར་ཚིག་རྩུབ་མིག་གྲུག་སྐྱུལ། གཟུགས་མི་སྟོམས་ཤིང་མིག་སེར་ཅན། ཡིད་མི་འོང་དང་མཛོ་མོ་དང། རིགས་ངན་དམེ་ཡུག་མཚོལ་བ་སྤང། སྤང་བྲུང་ཞིབ་ཏུ་བརྩི་བ་གཅེས། ས་མ་ཡ་	
རྩུབ་སྐྱེ་སྐྱེ་སྐྱེ།	རྒྱལ་སྐྱེ་སྐྱེ་སྐྱེ། ཨྵེ། དཔལ་ཡང་དག་བུག་སྐྱི་སྒྲིང་པོལས། ལྷུག་རྩུའི་བཅུད་བསྐྱུས་བཞུགས་སོ། ཨྵེ། ཅུ་ལྷོ་ལྷོ། དཔལ་ཏེ་རུ་ག་ལ་སྐྱུག་འཚོལ་ལོ། ལྷུག་རྩུའི་བཅུད་བསྐྱུས་ཚོ་སྐྱུབ་ནི། ལྷུག་རྩུ་	867
པད་ཅན་ཤིན་ཏུ་གཅེས།	འབོལ་སྟེང་ལྷོ་ཅམ་སྐྱིད་པའི་སྟེང། དེ་སྟེང་གན་རྩུལ་ཚོང་རྟིང་བཞག། དར་གྱི་པོ་སྤྱང་མགོ་བོ་ཅམ། མཁའ་སྟེང་བཞག་ལ་དར་གྱིས་བསྐྱུལ། ལྷུག་རྩུའི་ལུས་རྩུལ་གདོད་དམར་ཞིང།	
རྩུབ་སྐྱེ་སྐྱེ་སྐྱེ།	མི་བཟོད་བར་དུ་བདེ་བ་བསྤང། འོག་སྒྲི་སྐྱིད་ཤིལ་གྱིས་བརྩུངས་ལ། སྟོན་ལག་རྩུལ་མས་དགྱིས་བྱས་ཏེ། མར་གྱིས་བྱུགས་ལ་ཅུ་ཉུལ་ལ། ཅུ་སྟེ་མའོ་ནན་གཡེར་མས་བྱུག།	

གཏིང་མཚོན་མཚོགས་གྲིང་ཟབ་བདུན་ཡང་དག

རང་གི་རྫོང་རྫོང་རྫོང་གི་ལུང་། བསྐྱོད་པ་སྐྱོད་པ་གཉིས་འབྲོད་པའི་རྟལ་སུ། ཡབ་ཡུམ་རྒྱུ་རྒྱུ་མི་ཚོར་བར་། ཚོར་བ་ཐམས་ཅད་འགགས་པ་ན་། རང་གི་ཐུགས་ཀའི་ཉི་བརྒྱད་ལས་། འོད་འཕྲོས་རྫོང་རྫོང་གི་སྐུ་གུར་  
བརྒྱད་། སྐྱོར་མཚོ་མས་ནས་འབྲོས་འོད་ཟེར་གྱིས་། འཁོར་འདས་སྐྱོད་བཅུད་བདུད་རྩི་བསྐྱུས་། ཐུག་རྒྱུའི་ལུས་ཐིམ་བདུད་རྩིས་གང་། འདི་དུས་བུག་གཉིས་ཡིག་འབྲུགས་ལ་། གསང་བའི་རྩ་བར་སྐྱུད་བྱེད་གྱི་།  
ཡི་གེ་ཨྲོ་ཡིག་དམར་པོ་ཡིས་། ཐུག་རྒྱུའི་བཅུད་དྲངས་རང་གི་ལུས་། རྩ་ཁམས་དྲངས་མ་དགར་དམར་གྱིས་། གང་སྟེ་འཆི་མེད་ཚེ་མཚོ་གའལུས་། བྱེ་རུ་མར་ཁུས་བྱན་བཞིན་བསྐྱོམ་། ལུས་ཁམས་སྐྱོད་ཆིལ་  
བདེ་བ་ན་། དེ་དུས་དྲངས་མ་འདུས་པའི་རྟལ་སུ། གཞན་ཡང་རྩ་ཁམས་བཟང་བ་དང་། རིགས་མཚན་དང་ལྡན་པ་ན་། རྣམ་འབྲེལ་དམ་ཚིག་ལྡན་པ་ཡིས་། གོང་གི་ཐབས་རྣམས་མ་བྱས་ཀྱང་། བཅུད་རྣམས་  
རང་བཞིན་འདུས་པ་སྟེ་། རྟལ་སུ་ཉི་གོང་དང་མཚུངས་པར་འགྱུར་། འདི་ནི་རློ་བ་གསུམ་བསྟེན་པས་། འཆི་མེད་ཚེ་ཡི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་། སམ་ཡེ་ རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་། ལུང་ལུང་ལུང་ལུང་། ཨྲོ་། དཔལ་ཡང་དག་ཐུགས་  
གྱི་སྐྱོད་པོ་ལས་། དབང་པོ་ལག་པའི་བཅུད་ལོན་བཞུགས་། ཨྲོ་། མི་འཕྲུལ་རྣམས་ལྟེ་། དཔལ་ཉེ་རུ་གའ་ཐུག་འཚལ་ལོ་། བཅུད་ལོན་གདམས་པ་བསྟེན་པར་བྱ་། དབང་ལག་ཞིབ་པར་འཐག་བྱས་ལ་། འོ་མ་ལུལ་དགུ



གཏེར་	ཨྵེ། གཅིག་ཏུ་གདུས། དེ་གཉིས་སྐྱུར་བའི་རིལ་བུ་ནི། འག་བའི་རིལ་མ་ཙམ་དུ་བྱིལ། རུ་ལུའི་སྐྱགས་བསྐྱོམ་བཅུད་རྣམས་བསྐྱུས། བདུད་ཚིར་བསྐྱུར་ལ་འབུམ་སྐག་གསུམ། བཟུམ་པས་	ལ
འོད་	འོད་དང་སིལ་སྐྱེ་འབྱུང་། སྲི་བཟང་འབྱུལ་ཞིང་རྗེས་ལྷུས་ལེགས། རྣམ་དེ་ཟླ་བ་གསུམ་བརྟེན་ན། ཚོ་བད་ཡིན་གྱང་ལོ་གསུམ་བསྐྱིང་། ཟས་མེད་གཅིག་ཏུ་སྐྱོམ་པ་ཡི། ལུས་གནད་ལྡན་པའི་ཏུ་སྐྱུག་གུ།	
འཁམས་	འཁམས་གསུམ་ནམ་མཁའ་བདུད་ཚིར་གུ། ཁ་ཡི་ཏུ་བ་ཏུ་བ་ཏུ་བས་བྱས་ལ། ལུས་རྣམས་བདུད་ཚིས་སྟེམས་གྱིས་གང། ཐུན་བར་སྟོང་ཉིད་ངང་ལ་བཞག། རིལ་བུ་དེ་ཉིད་དུས་དུག་ཟ། རགས་པའི་ཟས་སྤང་ཚུ་	
འབྱོམ་	འབྱོམ་འབྱུང་། སྐབས་སུ་གཏུམ་མོ་ཡང་ཡང་བསྐྱོམ། འདྲི་བཞུགས་པ་འག་ཤིན་ཏུ་ཟབ། ས་མ་ཡ། རྩེ་རྩེ་རྩེ། རྩེ་རྩེ་རྩེ། ཨྵེ། དཔལ་ཡང་དག་ཐུགས་གྱི་སྦྱིང་པོལས། ཐུགས་ཁྲིད་ཟབ་མོ་བཞུགས།	
ཨྵེ།	ཨྵེ། རྩེ་རྩེ་རྩེ། དཔལ་ཏེ་རུ་ག་ལ་སྐྱག་འཚལ་ལོ། ཡང་གསང་ཐུགས་གྱི་སྦྱིང་པོ་ཆེ། ག་དག་ཟང་ཟལ་རྟོགས་བྱའི་ཕྱིར། དལ་འབྱོར་ལུས་རྟེན་ཐོབ་དགའ་བ། མི་རྟག་འཚི་བ་དམ་པར་གུ། ཐུག་བསྐྱུལ་	
རྣམས་	རྣམས་ལ་ལེགས་བསམ་སྟེ། ཚོ་གཅིག་སངས་རྒྱས་ཐོབ་འདོད་གྱི། གདུང་བས་ངེས་འབྱུང་བསམ་པ་བརྟེན། ཚུ་བ་གསུམ་ལ་སྐྱུབས་འགྲོ་ཞིང། བྱང་ཚུབ་སེམས་ལྷ་བསྐྱེད་པར་གུ། རོར་སེམས་བསྐྱོམ་པས་	

གཏིར་མཛོད་མཚོ། གྲིང་ཟབ་བདུན་ཡང་དག

ལྷོག་ལྷོག་བྱུང་། ལྷོང་པོས་མཚུལ་འབྲུལ་བར་བྱུང་། ལྷོ་མ་ལྷོ་བོར་བསྐྱོམས་བྱས་ནས་། དབང་བཞི་ཡང་ཡང་ལྷང་བ་ཡིས་། བདག་རྒྱུད་དེས་པར་བྱིན་རྒྱབས་བསྐྱོམ་། བདག་ཉིད་ལུས་ནི་གཅེར་བུར་བུད་།  
 འགྲོ་བའི་གསུམ་ལྷོད་ལམ་བྱུང་། ལྷུག་བསྐྱེད་པོ་བཏྲག་པ་དང་། བདེ་བའི་ལྷོང་པོ་མེད་པར་ལྷུང་། ལུས་ནི་རྩོམ་པོ་འདུག་སྐྱེད་སྐྱེད་། རྩོམ་བསྐྱོམས་ལ་གཤམ་གཤམ་བཏྲག་། ལྷོ་གིས་སྐྱོད་བཅུད་ཟབ་ཟལ་  
 འཛིགས་། ལྷོ་དབྱེད་ས་ལོན་ཞིང་འགྲོ་འོང་བཏྲག་། དེ་ནས་ལུས་སེམས་སྐྱོད་དེ་བཞག་། སེམས་ཀྱི་སྐྱེ་འགག་གཞན་གསུམ་བཏྲག་། གང་དུ་འང་བཏྲག་པ་མེད་པ་ན་། རང་གི་སེམས་ཉིད་སྐྱོད་པར་འཤེས་། དེ་  
 ཚོ་སྐྱི་ཡི་ཡུལ་རྣམས་ལ་། དཔོན་པོ་ཡོད་དམ་མེད་དུ་བཏྲག་། ལྷོ་ནང་དཔོན་མེད་རྩོགས་པ་ན་། ཐམས་ཅད་སྐྱོད་པ་ཉིད་དུ་གཞན་། དེ་ནས་བསྐྱོད་རིམ་ཅུ་རྒྱུད་བསྐྱོམ་། བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ལམ་ལ་སྐྱུང་། དེ་ནས་  
 གཤམ་དེ་ན་ལ་བཏྲག་། ལྷོ་བྱེད་མ་ཐོན་པོ་འདི་བཏྲག་ན་། སེམས་ལས་གཞན་པ་སྐྱེ་ཞིག་ཡོད་། ལྷོ་བའི་ཡུལ་འདི་བཏྲགས་པ་ན་། དེ་འང་སེམས་ལས་གཞན་མེད་དོ་། བསྐྱེད་བྱེད་མེད་པ་ན་། ལྷོ་ཚུལ་ཅི་  
 ཞེས་ཟེར་བ་ན་། གཞི་ལམ་འབྲས་བུ་གསུམ་ལ་བཏྲག་། གཞི་ནི་དོ་བོ་གཤམ་ལ་། རང་བཞིན་ལྷུན་གྲུབ་འོད་གསལ་བ་། འདི་ལ་སྐྱེ་གཉིས་འབྲས་བུར་སྐྱིན་། དང་པོ་འབྲས་བུར་སྐྱིན་པ་ན་། ལམ་གྱིས་ཅི་ཐོན་

ཨྲ	ཨྲི་ ཟེར་བཞུག་ རང་བཞིན་ལྷུན་གྲུབ་དོ་མེད་ལེས་། དབྱུང་པོ་སེམས་ལོག་གཞི་ལྟེར་བཞིན་དུ་། ལྷུན་གྲུབ་དོ་མེད་ལེས་པ་ཡིས་། རང་གི་རང་ཉིད་བསྐྱེད་པ་པར་གྱུར་། དེ་ཉིད་བསལ་ལྱིར་ལམ་	ལ
ཨྲ	དགོས་པས་། དེ་ལ་རྣམ་པ་གསུམ་ཡིན་ཏེ་། རྣམ་གྲོལ་ཐབས་དང་སྐྱད་ཅིག་སྟེ་། རྣམ་གྲོལ་ལམ་ནི་རིང་བའི་ལམ་། ཐབས་ནི་ཉེ་བའི་ལམ་ཡིན་ལ་། དེ་ལས་བྱུང་ལམ་གསུམ་སྐྱད་ཅིག་གཞི་གཞི་། དབང་པོ་རྣོ་རྒྱལ་	
ཨྲ	བྱུང་པར་ཆེ་། ལམ་གསུམ་གང་ལ་སྐྱུང་བས་གྱུང་། དབྱུང་པོའི་བྱིམ་ནས་གཏེར་རྗེད་ལྟར་། ཀ་དག་ལྷུན་གྲུབ་རྟོགས་པར་ལྱུར་། དེ་ཡང་དང་པོ་སེམས་སེམས་འདི་ནི་། རང་བཞིན་བརྗོད་ཚིག་གསལ་ན་ཡང་། ལྷུ་མས་	
ཨྲ	མན་དག་གིས་མ་བགྲོལ་། གོ་ཉམས་རྟོགས་པས་མ་གཏུན་ན་། རང་བཞིན་རྟོགས་པར་ག་ལ་ལྱུར་། དེ་ནི་མན་དག་གིས་བགྲོལ་ཏེ་། སེམས་འདི་མ་བཅོས་ཅིག་གཞི་གཞི་ཆེ་། འདི་ཡིན་དོས་འཛིན་མེད་པ་འདི་།	
ཨྲ	དོ་བོ་ག་དག་འདི་ཡིན་ནིང་། མཐོང་རྒྱ་མེད་པ་འང་མ་ཡིན་ཏེ་། ལྷོང་བ་ཅན་དུ་གནས་པ་འདི་། གསལ་ལ་ལྷུན་གྲུབ་པར་སེམས་ལོ་བ་། འདི་ནི་རང་བཞིན་ལྷུན་གྲུབ་སྟེ་། དོ་རང་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་ཅི་། ལྷུ་མ་ན་དོ་བོ་རང་	
ཨྲ	བཞིན་གཉིས་། གསེར་དང་འོད་བཞིན་དབྱེ་གཞི་མེད་། ཚིག་ལ་གསེར་དང་འོད་སོ་སོར་། མིང་དུ་མ་བརྟགས་ལའག་མི་ལེས་། དེ་སྐྱིར་ག་དག་རང་བཞིན་གཉིས་། དོན་དུ་དབྱེ་བ་ཅི་ལ་འཚལ་། རང་རིག་	

ཀའི་རྒྱུ་མཛོད་མཚོ་གླིང་ཟེར་བའོ་ལྷན་པའོ་ཡང་དག

རྫོགས་པ་ཚེན་པོ་འདི། རེ་དོགས་བལྟས་པས་མཐོང་མི་འགྲུར། མ་བལྟས་བཞག་ན་དེས་པར་མཐོང། བལྟ་བུ་ལྟ་བུ་དབུལ་བཞུག། དེ་ནི་རང་དོ་འཕྲོད་པ་ཡིན། དེ་ནི་དེ་ལ་རྩལ་སྤྲུངས་ཏེ། ལྟོད་ལམ་གྱུན་ལ་བསྐྱེད་སྐྱེས་སྤྲུང་། ཡོངས་མེད་ཆགས་འཛིན་མེད་པར་སྤྲུང། འཛིག་ཏེན་ཚོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་ཀྱི། རྫོགས་པའི་གྲོགས་སྤྲུག་པར་འགྲོ་བུ། ལྟོད་ལམ་ཐམས་ཅད་ཅི་བདེར་བུ། ལྟོས་དང་བསྐྱབ་སྐྱུ་ཅི་ཡང་མེད། བྱུར་བའཏང་མེད་ཅིང་ག་ཡོང་བ་རྒྱུང། ཉིན་མ་ཚོན་མེད་ན་མ་དོན་སྤུམ་མཐོང། ས་ནི་དང་པོའི་རང་བཞིན་ཉིད། འདིན་ས་ཚོ་འཕོས་རྣམས་སྒྲིན་ཐོབ། དེན་ས་སྤྲུང་ན་ཡོངས་པ་བྲལ། ཅི་ཡང་མི་རྫོག་དང་དུ་གནས། རིག་པ་ཚོད་ལ་ཕེབས་པ་དང། ས་དགུར་གནས་འཁོར་ཚོ་ལ་དབང། བསྐྱོམ་དང་མི་བསྐྱོམ་རང་བཞིན་བྲལ། ས་བཅུ་ལ་གནས་སྤྲུག་རྒྱ་ཚེ། ལུས་ནི་ནམ་མཁའི་གར་བསྐྱར་ནིང། ཚོས་ཉིད་ཟད་སར་འཁྲོལ་བ་སྟེ། གྱུན་ཏུ་འོད་དུ་སྤྲུན་གྱིས་གྲུབ། དེན་ས་ལོངས་སྤྲོད་རྫོགས་སྤྲུ་ཡི། སྤྲུ་སྤྲུ་གསུང་སྤྲུ་སྤྲུགས་སྤྲུ་དང། ཡོན་ཏན་སྤྲུ་དང་སྤྲིན་ལས་སྤྲུ། མི་ཟད་རྒྱན་གྱི་འཁོར་ལོར་འགྲུབ། དེན་ས་ཚོས་གྱི་སྤྲུ་འགྲུབ་སྟེ། ལྟོན་གྱི་སྤྲོན་ལམ་ཚེན་པོ་ཡི་སེ། འགྲོ་བའི་དོན་དུ་སྤྲུན་པར་མཛད། དེ་སྤྲུ་བུ་ཡི་ལམ་འདི་ནི། ཏེ་རུ་ག་ཡི་གསང་བའི་ལམ། ལྟོན་གྱི་རྒྱལ་བ་ག་ཞེགས་པའི་ལུལ། མ་འོངས་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་ལམ། དལྟའི་རིག་

གཏེར་	ཨྵེ། འཛིན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། ལམ་འདིར་གནས་པ་ཁོམ་ཉིད་། འདི་ནི་མཁའ་འགྲོའི་སློང་བྲག་སྟེ། ལུས་སྟོག་བྱུང་རྒྱུར་མ་དང་། ཅི་ཡོད་སྒྲུ་མར་འབྱུལ་བྱས་ལེ། གདམས་ངག་ལུས་ལ་ཚེ་	ལ
གཅིག་བསྐྱོམ་།	དེ་སློང་གདམས་ངག་འདི་འདྲ་བེ། ད་ལྟ་སྟེལ་མངས་གཏེར་དུ་སྐྱས་། མ་འོངས་མངས་རྒྱས་ཐོབ་འདོད་ལྷམས་། འདི་ཉིད་སློང་ལྟར་གཅེས་སྐྱས་གྱིས་། སྐལ་ལྷན་གཅིག་དང་འབྲུང་པར་ཤོག་།	
ས་མ་ཡ་རྒྱེ།	གཏེར་རྒྱེ། སྐྱས་རྒྱེ། ཐབ་རྒྱེ། གསང་རྒྱེ། གཉན་རྒྱེ། ཁ་ཐོ་རྒྱེ། རླུ་མཁའ་རྒྱུ་སྐྱེ། ཨྵེ། དཔལ་ཡང་དག་ལུགས་ཀྱི་སློང་པོ་ལས་། རུ་ལུའི་ཚོགས་ཀྱི་མཚོན་པ་བལྟགས་། ཨྵེ།	
ཐུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་།	ཉེ་རུ་ག་ལ་ལུག་འཚོལ་ལོ། རུ་ལུའི་ཚོགས་ཀྱི་མཚོན་པ་ནི། ལག་གཡས་ཉི་མར་རུ་ལུ་བསྐྱོམ་། གཡོན་པར་རྒྱ་བར་རུ་ལུ་བསྐྱོམ་། གཡས་པས་བདུད་ཚིག་ཡོན་ལྷ་ཚོགས་། གཡས་པའི་	
བདུད་ཚིག་ཡོན་ལ་འབྱུལ་།	རྗེས་ཚགས་བདེ་སྐྱོར་འོད་དུ་ལུ། ཐོད་པའི་ཚང་དང་དབྱེར་མེད་འདྲེས་། ཐོད་པ་ཉི་ཟླའི་སྟོན་ཡངས་པར་། ཚོགས་ཚང་རུ་ལུ་འབྱུ་བརྒྱད་བསྐྱོམ་། འོད་འཕྲོས་སྟོན་བཅུད་བདུད་ཚི	
བསྐྱས་།	སྐྱགས་ལ་ཐོམ་ནས་འོད་དུ་ལུ། ཡོ་ཤེས་བདུད་ཚི་ཚེན་པོར་གྱུར་། ཨྵེ་རུ་ལུ་རུ་ལུ་རྩྱུ་རྩྱུ་། རང་ཉིད་ཉེ་རུ་ག་དཔལ་གསལ་། མ་གྱིན་པར་རིག་འཛིན་སྒྲུ་མའི་ཚོགས་། སློང་གར་ཡི་དམ་ཞི་བྱོའི་སྟེ།	

གཏིར་མཛོད་མཚོ། གྲིང་ཟབ་བདུན་ཡང་དག

སྟེ་བར་གོ་རྟེ་མཁའ་འགྲོ་རྣམས་། གསང་བར་དམ་ཅན་ཚོས་སྦྱོང་ཚོགས་། ཚོགས་གྲི་འགོར་ལོར་ལོངས་སྦྱོང་བས་། ལུས་ལྷ་བདེ་བ་ཆེན་པོར་མཉེས་། གྲིན་རྒྱབས་དངོས་གྲུབ་སྦྱོལ་བ་དང་། བར་ཆད་སེལ་ཞིང་།  
སྟོན་ལས་སྦྱབ་། བདེ་ཆེན་ཡེ་ཤེས་རྩལ་རྒྱས་ཤིང་། ཉམས་ཉེགས་གོང་ནས་གོང་འཕེལ་ཞིང་། ཉེ་རུ་གཤམ་འོག་འཕང་འོག་། ཨོ་རུ་ལུ་རུ་ལུ་རྩོ་རྩོ་རྩོ་རྩོ་། ལྷག་མ་རྟོན་ཅན་འགྲོ་དུག་དང་། ལན་ཆགས་རྣམས་།  
གྲིས་ཐོབ་པར་བསྟོས་། གནོད་སེམས་སྦྱག་བསྡུལ་ལན་ཆགས་བྱང་། ཐམས་ཅད་བདེ་ཆེན་ཐོབ་པར་འོག་། དེ་ལྟ་བུ་ཡིས་དགོར་སྒྲིབ་དག་། བདེ་ཞི་གདོན་བརྒྱ་གསྒྲིབ་སྒྲིབ་ཞི་། དངོས་གྲུབ་རང་བཞིན་ཐོབ་པ་ཡི་།  
ལས་ཚོགས་འདི་ཉིད་འོ་མཚར་ཆེ་། ཡང་དག་ཡི་དམ་བྱེད་པ་ཡི་། རྣམ་འགྲོར་རྣམས་གྲིས་ཉམས་ལེན་མཛོད་། བྱང་པར་ཉམས་ཆག་ཐམས་ཅད་བསྐྱང་། སམ་ཡ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་། ཨོ་། དཔལ་ཡང་དག་ཐུགས་གྲི་སྒྲིང་གོ་  
ལས་། རུ་ལུ་འི་ཐུན་མོང་སྦྱབ་པ་བརྟུགས་སོ་། ཨོ་། རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་། ཉེ་རུ་གཤམ་སྦྱག་འཚལ་ལོ་། རུ་ལུ་འི་ཐུན་མོང་སྦྱབ་པ་ནི་། རབ་ནི་འོ་ལངས་སྟེ་དག་ལ་། རལ་གྲི་བྱས་ཉེ་འགྲུབ་པ་ཡིན་། སྒྲིགས་མཛུབ་རྩེ་ལ་  
རུ་ལུ་འི་སྦྱགས་། ཐོང་བ་ལྟ་བུར་ཐོང་ལ་བསྟེངས་། དཔལ་གྲི་སྦྱར་གསལ་གཟེར་བ་ཡིས་། རུ་ཆད་བྲག་ཞིག་རི་ཡང་ཉིལ་། དཔལ་གྲི་སྦྱར་གསལ་སྒྲིགས་མཛུབ་གཉིས་། ཐུར་བསྐྱད་མིག་ནི་རྣམ་མཁའ་བསྟེ་།

གཏེར་	ཨྵེ་ ཚས་དང་བཅས་པ་ནམ་མཁའ་བསྐྱོམ་མེད་ དེས་ནི་མི་མངོན་པར་འགྱུར་རེ་ སྐྱེ་བདུན་ལ་དང་བྱ་ཚོད་ལེ་ ལི་བྱིསྐྱུ་གསལ་བཏུབ་སྐྱུ་གསལ་གྱུར་ཚེ་ རྣམ་ནི་འཕར་གཡོ་ཁོལ་བ་ལེ་ སྐྱིན་	ལ
ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་	མཚོམས་ལ་བྱུ་གསལ་གྲོང་ཁྱིམ་ཉུལ་ དགའ་འགྲིལ་མཚོན་པའི་རྣལ་འབྱོར་མར་ འབྲིལ་བས་མཁའ་སྐྱོད་གནས་སྐྱུ་བྱིད་ ཡང་ན་རྣམ་གྱིས་འགྲུབ་པའང་གྲིད་ དེ་རྣམས་སྐྱུ་མོང་ཚེན་པོ་ཡིན་ གྱི་ལྷུ་གསལ་རལ་	875
ལྷ་ལྷ་	གྱི་པོར་བཞི་པར་ རུ་ལྷའི་འགྲུ་རྣམས་སྐྱེན་འགྲོང་བསྐྱོམ་མེད་ མེ་འབར་བྱུ་གསལ་ན་གང་བསམ་གཅོད་ གཞན་ཡང་ཤིང་ལ་འདོམ་གང་བར་ སྐྱུ་གསལ་ལ་མེར་བ་བསྐྱོག་པར་འགྱུར་ བྱ་ཚོད་ལ་དང་སྐྱེ་བདུན་ལེ་	
	ཞིབ་པར་བཏགས་ལ་ཚང་གིས་སྐྱུ་སེམ་ ཐོད་པར་བྱུ་གསལ་ལ་རུ་ལྷུར་བསྐྱོམ་མེད་ འོག་ཏུ་ད་གྱིལ་འཁོར་མར་མེ་བཤམ་ མར་མེ་ལྷུར་བསྐྱོམ་རྣམས་ཁོལ་ནས་ གང་གིས་སྐྱོང་ཚད་མཁའ་སྐྱོད་འགྲོ་ དེ་ལ་ཁབ་ལོན་	
	རྣམ་བཏུབ་ནས་ རུ་ལྷའི་ལྷུ་གསལ་གྱུའི་སྐྱོར་བ་ཡིས་ ཤི་མ་ཐག་པའི་རོའི་སྐྱི་བོར་ བྱུ་གསལ་པས་མཁའ་སྐྱོད་གནས་སྐྱུ་འབྲེན་ གྱུ་གྱུ་ནག་པོའི་མི་མངོན་ལེ་ ལྷ་ཁོལ་ཚང་ཤིང་གྲོན་འགྲོ་བེ་ དེ་གཉིས་སྐྱུར་ལ་	
	རུ་ལྷུར་བསམ་ ལྷ་འོད་ཁོལ་བའི་བར་རུ་སྐྱུ་གསལ་ སྐྱིན་མཚོམས་བྱུ་གསལ་པས་མངོན་མི་འགྱུར་ བྱི་ཏུ་རུ་ལྷའི་མིག་ཚོལ་ལེ་ མིག་སྐྱུན་བཏུབ་སྐྱེ་ཐོད་པར་བྱུ་གསལ་ སྐྱུར་བཞིན་བསྐྱུ་བསམ་པས་མིག་ནད་སེལ་	

གཏེར་མཛོད་མཚོ་གླིང་ཟབ་བདུན་ཡང་དག

མཚོག་རྟུའགྲུབ་ན་ས་འོག་གི།   གཏེར་ཡང་མཐོང་འགྲུར་ཐེ་ཚོམ་མེད།   ལག་པའི་ནང་དུ་རུ་ལུ་བསྐྱོམ།   ལག་མཐིལ་རུ་ལུ་མངོན་སུམ་ལཾ།   དེ་མ་ཐག་རྟུ་རྐང་མཐིལ་དུ།   བྱུག་ས་པ་ས་མ་ཁའ་ལ་འཕུར་བ་དང།  
རྐང་མཐོག་ས་ཐེ་ཚོམ་མེད་པར་འགྲུབ།   ཚོར་མ་ཅན་གྱི་ཤིང་རྣམས་ལ།   རུ་ལུའི་སྐྲག་ས་བཏབ་མེ་སྐར་ལ།   མེན་རུ་ལུའི་རང་བཞིན་ལ།   གང་གཞོད་སྤྱོད་ས་འཕང་གཞོན་དེ་བརྒྱལ།   ཡུངས་དགར་ལ་བཏབ་  
གཞོད་ལ་གཏོར།   ཤིང་སྤྲོད་སུར་པའམ་སྤྲོད་པའང་རུང།   སུར་པ་སྐྱུ་གང་ཅོམ་ཞིག་ལ།   དར་ནག་ཅོད་པན་བཏགས་བྱས་པ།   དེ་ཉིད་རུ་ལུ་འགྲུ་བརྒྱད་བསྐྱོམ།   འབུམ་སྐྲག་གི་ས་སྐྱབ་ཤུ་རྒྱད་དང།   ཐབ་གྱི་  
ལམ་ལ་བཏབ་པས་བྱུབ།   ཉེན་འགྲེལ་སྤྱིང་པོ་ས་རབ་གནས་བྱུ།   བྲག་ཚེན་ཐལ་ཚེན་བསྐྱེས་པ་ཡི།   རྩལ་ལ་སྐྲག་ས་བཏབ་མཚོལ་དང་བསྐྱེ།   ཅིབས་བརྒྱད་རྩྭ་དང་འགྲུ་བརྒྱད་མཚོན།   རྩོར་ར་མེ་རི་དང་སྐྱན་པའི།  
ཐེ་རུ་བཏབ་ལ་རུ་ལུར་བསྐྱོམ།   འབུམ་སྐྲག་གི་ས་འགྲུབ་དེ་ཉིད་ནི།   དར་མཐིང་གི་ས་སྤྱིལ་མ་གྲུལ་དུ་བཏགས།   དེས་ནི་གཞོན་རྣམས་ཐམས་ཅད་བྱུབ།   དེ་ཡང་རྒྱལ་ཉ་འཛོམ་ལ་བྱུ།   པ་སངས་སྐར་མ་ནམ་འཛོམ་  
དུས།   མཚོན་བཟང་བས་འབུད་གང་བྱུང་ལ།   རུ་ལུ་མེར་པོ་བསྐྱོམས་བྱས་ལ།   སྐྱོམ་བུར་བཅུག་ལ་འབུམ་སྐྲག་བརྒྱས།   ཡིད་བཞིན་ཞོར་བུར་བསམས་བྱས་ལ།   མཛོད་གྱི་སྐྲག་ས་སྐྱས་ལ་མཚོད།





གཏིར་མཛོད་མཚོ། གྲིང་ཟབ་བདུན་ཡང་དག།

རྐང་པ་རུ་ལུ་འབྲུ་བརྒྱད་བསྐོམ་མེ། སྤྲུག་ས་བཟླས་ས་ལ་བརྟུན་བས་པ་ཡིས་མེ། རྒྱུད་གི་གཞོན་པ་མི་འབྲུང་ངོ། རྩུ་ལ་བསྐོམ་ས་ཏེ་མེ་ལ་བཏབ་མེ། གཞན་ཡང་ལས་ཚོགས་གང་དགོས་པ་མེ། གང་ལ་བསམ་པ་དེ་ཡིས་མེ།  
འབྲུག་མེ། རུ་ལུ་འབྲུ་གི་སྤྱུང་བཞི་མེ། སྤྲིགས་མཛུབ་རུ་ལུ་ལ་བསྐོམ་སྤྱེ། རྣམ་མཁམ་ཐོག་རི་ས་རྩེ་བས་བརྒྱད་གྲིས་མེ། དེ་ནང་རྩེ་ཡིག་འབྲུ་བརྒྱད་བསྐོམ་མེ། དེ་ཡིས་གནས་སྤྲུགས་ཐོག་ལས་སྤྱུང་མེ། དར་རམ་འོག་མེ།  
ལྷུང་དེ་བཞིན་གྲི་མེ། རུ་ལུ་འབྲུ་སྤྲུག་གཅིག་གིས་བསྐྱབས་མེ། མགུལ་དུ་བཏགས་པས་ཐོག་སྤྱུང་འབྲུང་མེ། ཚུལ་ས་བར་རྣམས་སྤྱུ་མཚོན་ཚགྲི་མེ། ཏེན་སྤྱིང་རོར་ཐེང་མེ་རི་ས་བསྐོར་མེ། སྤྲུགས་མི་འབྲུ་སྤྲུག་གསུམ་གྲིས་བསྐྱབས་མེ།  
དེ་ཡིས་མཚོན་ཚ་བསྤྱུང་བར་འབྲུང་མེ། འདི་ལ་དང་པོ་སྤོན་འགྲོ་བ་མེ། བསྐྱེན་སྤྱུ་བ་ཚད་སྤོན་བསྐྱུལ་དགོས་སོ་མེ། ས་མ་ཡེ། རྒྱ་རྒྱ་རྒྱེ། རྩེ་རྩེ་རྩེ། རྩེ། དཔལ་ཡང་དག་སྤྲུགས་ཀྱི་སྤྱིང་པོ་ལས་མེ།  
འཚི་མེད་ཚོའི་སྤྱུ་བ་བཞུགས་སོ་མེ། རྩེ། རྩེ་རྩེ་རྩེ་རྩེ་རྩེ། དཔལ་ཏེ་རུ་ག་ལ་སྤྲུག་འཚེ་ལ་ལོ། མཚོགས་གི་དངོས་སྤྱུ་བ་སྤྱུ་བ་པ་ལེ། སྤོན་དུ་འཚི་མེད་ཚོ་ཉིད་བསྐྱབས་མེ། རྒྱབས་འགྲོ་སེམས་བསྐྱུད་སྤོན་སོང་ནས་མེ།  
ཚོས་རྣམས་བདག་མེད་དེ་བཞིན་ཉིད་མེ། འགྲོ་ལ་གུན་བྱུ་བ་སྤྱིང་རྩེ་བསྐོམ་མེ། འཚི་མེད་ཚོ་ཡི་རིག་འཛོན་བསྐྱབས་མེ། རྩེ་ལས་སྤྱུང་བའི་འཁོར་ལོའི་དབྱས་མེ། རྩེ་ལས་སྤྱུ་གས་གཞན་ལ་ཡས་ཁང་མེ། བསྐྱུ་འདབ་བརྒྱད་སྤྱེ།

གཏེར་	ཨྵེ་ འཇུས་སེུ་ ཚེ་བདུད་པོ་མི་སྐྱེལ་བའི་སྟེང་ལྷོ་ པརྒྱ་ཉི་ཟླའི་གདན་སྟེང་དེུ་ ཨྵེ་གི་འཕྲོ་འདུ་ས་ཚེ་བཅུད་བསྐྱུས་ལྷོ་ བདག་ཉིད་ཡང་དག་ཉེ་རུ་གཤེ་ དམར་གསལ་ཞལ་གསུམ་ཕྱུག་དུག་པེ་ དང་པོའི་ཕྱུག་གཉིས་ཕྱུག་ས་གཤེ་ ཐལ་སྐྱུར་ཚེ་ཡི་བུམ་པ་འཛིན་ལྷོ་ ལྷུག་མས་དེ་རྩེ་སྐྱུར་དང་ལྷོ་ ལ་ལྷོ་གཡོ་བ་ཅིང་རྩིས་བུ་འབྲོལ་ལྷོ་ ཡུམ་ནི་སྐྱུད་ཉེད་དམར་སེར་ལྷོ་ ལ་ལྷོ་ཚེ་ཡི་བུམ་པ་འཛིན་ལྷོ་ གོ་རྩེ་སྐྱུ་མོ་	ཕ
ཕྱེ་གཏེར་	བརྒྱད་རྣམས་ཀྱང་ལྷོ་ དམར་གསལ་ལ་ལ་ལྷོ་ཚེ་བུམ་པ་འཛིན་ལྷོ་ འཇུར་འོད་འབྲུག་ས་པའི་སྟེང་དུ་གསལ་ལྷོ་ གྱིན་སྐྱབས་དབང་བསྐྱུར་སྐྱུན་དང་ས་ལོང་ལྷོ་ དཔྱེར་མེད་བསྐྱེམ་ཞིང་གདན་འབྲུལ་བེུ་ ཕྱུག་འཚལ་གྱིན་ད་ མཚོད་པས་མཚོད་ལྷོ་ ཟླ་གསལ་དབང་གི་གཞལ་ཡས་ནེ་ ཡང་དག་ཚེ་ཡི་སྐྱེ་ཚེ་གསལ་བཞུག་ས་ལྷོ་ སྟོང་པོ་མི་ལོག་ས་དེ་རྩེའི་བདག་ལྷོ་ འཁོར་དང་བཅས་ལ་ཕྱུག་འཚལ་བསྐྱེད་ལྷོ་ ཕྱུག་ས་གཤེ་རྒྱ་གསལ་གཉིས་ཀྱི་	879
ཕྱེད་	དུས་ལྷོ་ ཉི་ཟླ་ཟླ་གསལ་གཤེའི་ནང་ལྷོ་ ལྷོ་ལ་ཨ་ལྷོ་ཨྵེ་གིས་མཚོན་ལྷོ་ རུ་ལུ་འབྲུ་བརྒྱད་སྐྱུག་ས་ཀྱིས་བསྐྱེར་ལྷོ་ འོད་ཐེར་སྟོང་ལམ་ས་ལྲུབ་པར་འཕྲོས་ལྷོ་ འཁོར་འདས་ཚེ་བཅུད་ཐམས་ཅད་ཀུན་ལྷོ་ ཨྵེ་ཡུར་ཚེ་ཡི་རྣམ་ པར་བསྐྱུས་ལྷོ་ སྟོང་གར་ཐིམ་ཞིང་བཀྲ་གསལ་མེད་ས་འབར་ལྷོ་ འཚི་མེད་དེ་རྩེའི་སྟོག་འབྲུབ་བསམ་ལྷོ་ ཨྵེ་རུ་ལུ་རུ་ལུ་ཨྵེ་ཨྵེ་ལྷོ་ ཨྵེ་ཡུར་ཚེ་ཡི་ལྷོ་ ཅེ་གཉིས་ལ་འབྲུམ་ཕྱུག་གསུམ་བཟླས་པས་ལྷོ་ འཚི་མེད་ཚེ་ཡི་	



གཏོང་	ཨྲཱི་	དབྱིངས་ལས་ཟེ་	ཚེ་ཡི་ལྷ་མོ་ལྷ་མོ་རྩེ་	རུབ་ཕྱོགས་ནམ་མཁའ་ཟེ་	ལྷ་དབང་ལག་ནས་ཟེ་	ལྷོང་པོ་བུམ་པའི་ཟེ་	ལྷ་པ་མཚོ་ག་བདག་ལ་ཟེ་	ཨྲཱི་བཟོ་ལྷ་མོ་རྩེ་	ལྷ་ཡུལ་ན་ཚེ་ལྷ་མོ་ཟེ་		
	ཨྲཱི་	ལྷ་གསལ་གྱི་དབྱིངས་ལས་ཟེ་	ཚེ་ཡི་ལྷ་མོ་ཚེ་ལྷ་མོ་ཟེ་	འཕྲུལ་ལྷོ་ནམ་མཁའ་ཟེ་	མེ་ལྷ་འི་ལག་ནས་ཟེ་	ལྷོང་པོ་བུམ་པའི་ཟེ་	ལྷ་པ་མཚོ་ག་ཟེ་	ཨྲཱི་བཟོ་ལྷ་མོ་རྩེ་	ལྷ་ཡུལ་ན་ཚེ་ལྷ་མོ་ཟེ་	ཨྲཱི་	ཡོན་རྩེ་
ལྷ་	ལྷ་	དབྱིངས་ལས་ཟེ་	ཚེ་ཡི་ལྷ་མོ་ཚེ་ལྷ་མོ་ཟེ་	ལྷོ་ཕྱོགས་ནམ་མཁའ་ཟེ་	གཤེན་རྩེ་འི་ལག་ནས་ཟེ་	ལྷོང་པོ་བུམ་པའི་ཟེ་	ལྷ་པ་མཚོ་ག་ཟེ་	ཨྲཱི་བཟོ་ལྷ་མོ་རྩེ་	ལྷ་ཡུལ་ན་ཚེ་ལྷ་མོ་ཟེ་	ཨྲཱི་	ལྷོ་ལས་དབྱིངས་ལས་ཟེ་
ལྷ་	ལྷ་	ཚེ་ཡི་ལྷ་མོ་ལྷ་མོ་ཟེ་	ལྷ་དབྱིངས་ནམ་མཁའ་ཟེ་	གཤེན་ལྷོ་ནམ་མཁའ་ཟེ་	ལྷོང་པོ་བུམ་པའི་ཟེ་	ལྷ་པ་མཚོ་ག་ཟེ་	ཨྲཱི་བཟོ་ལྷ་མོ་རྩེ་	ལྷ་ཡུལ་ན་ཚེ་ལྷ་མོ་ཟེ་	ཨྲཱི་	ལྷོ་ལས་དབྱིངས་ལས་ཟེ་	ཚེ་ཡི་ལྷ་མོ་ལྷ་མོ་ཟེ་
ལྷ་	ལྷ་	ལྷོ་རུབ་ནམ་མཁའ་ཟེ་	ལྷོ་ལྷ་མོ་ལྷ་མོ་ཟེ་	ལྷོང་པོ་བུམ་པའི་ཟེ་	ལྷ་པ་མཚོ་ག་ཟེ་	ཨྲཱི་བཟོ་ལྷ་མོ་རྩེ་	ལྷ་ཡུལ་ན་ཚེ་ལྷ་མོ་ཟེ་	ཨྲཱི་	ལྷོ་ལས་དབྱིངས་ལས་ཟེ་	ཚེ་ཡི་ལྷ་མོ་ལྷ་མོ་ཟེ་	རུབ་ལྷ་དབྱིངས་ལས་ཟེ་
ལྷ་	ལྷ་	ལྷ་ཟེ་	ལྷོ་ལྷ་མོ་ལྷ་མོ་ཟེ་	ལྷོང་པོ་བུམ་པའི་ཟེ་	ལྷ་པ་མཚོ་ག་ཟེ་	ཨྲཱི་བཟོ་ལྷ་མོ་རྩེ་	ལྷ་ཡུལ་ན་ཚེ་ལྷ་མོ་ཟེ་	ཨྲཱི་	ལྷོ་ལས་དབྱིངས་ལས་ཟེ་	ཚེ་ཡི་ལྷ་མོ་ལྷ་མོ་ཟེ་	ལྷ་དབྱིངས་ལས་ཟེ་



གཏེར་	ཨོྃ།                    དམར་ཆེ།            ཆེ་བའི་ཆེ་མཆོག་ཉེ་རུ་གེ།            ཀ་དག་གྲོང་ནས་ལྷན་གྱིས་གྲུབ།            གྲུབ་མཆོག་ཆེ་ཡི་དངོས་གྲུབ་དཔལ།            དཔལ་ཆེན་རྩོུ་ཆེ་ཡི་བདག།            བདག་ཉིད་ཆེན་པོའི་དབང་བསྐྱར་རྩོུ།	ལ
ཉེར་བཞེན་བྱོུ།	རྣམ་པ་སྒྲི་བོར་བཞག་གྲུས་ལ།            ཨོྃ།            མི་འགྲུར་བྲུགས་གྱི་ཐིག་ལེ་ཆེ།            ཆེ་མཆོག་རྩོུ་ཉེ་གྲོག་འགྲུབ་ཤོག།            མི་འགྲུར་སྐྱ་ཡི་ཐིག་ལེ་ཆེ་རི།            བགྲོས་རྒྱུད་མེད་པའི་དབང་ཐོབ་ཤོག།            གཞོུ་མེད་གསུང་གི་རྩོུ་ཉེ། ཨོྃ།            མི་འགག་ཆངས་པའི་ཆེ་ཐོབ་ཤོག།            འགྲུལ་མེད་བྲུགས་གྱི་ཆེ་ཡི་མཆོག།            འཆི་མེད་བདེ་ཆེན་ཐོབ་པར་ཤོག།            ཨོྃ་རུ་ལུ་རུ་ལུ་རྩོུ་ལྷོ་རྩོུ།            ཀླུ་ཡ་སྐྱ་གཙོ་རྩོུ་རྩོུ་ཆེ་ལྷོ་ཨ་ལྷོ་ལྷོ་རྩོུ།            ཆེ་འགྲུར་སྒྲིལ་ལ། ཨོྃ།            འགྲུང་བ་ལྷ་ཡི་བཅུད་བསྐྱུས་ལ།            བགྲུ་ཤིས་བྱུ་རྩོུ་ཉེ་ནང་དུ་བསྐྱུལ།            དམར་རྩལ་ཆེ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པའི།            འགྲུང་བ་ལྷ་ཡི་སྤོབས་རྒྱས་ཤོག།            ཨོྃ་རུ་ལུ་རུ་ལུ་རྩོུ་ལྷོ་རྩོུ།            ལྷ་ཡ་སྐྱ་ཆེ་ལྷོ།            ཆེ་ཆང་པོའངས	883
གཏེར་	ལྷོ་དཔེ་སྐྱེད་དབྱེད་ལ།            ཨོྃ།            བདུད་ཅི་ཀུན་གྱི་བཅུད་བསྐྱུས་ལ།            བགྲུ་ཤིས་བྱུ་རྩོུ་ཉེ་ནང་དུ་བསྐྱུལ།            བདེ་བ་ཆེན་པོར་ལོངས་སྤྱོད་པས།            ཆེ་ཉེ་རྣམ་པར་འཕེལ་གྲུར་ཅིག།            ཨོྃ་རུ་ལུ་རུ་ལུ་རྩོུ་ལྷོ་རྩོུ།            ལྷ་ ལྷོ་རྩོུ་ཆེ་ལྷོ།            ཆེ་མངས་གནས་ལྷར་རྒྱས་གདབ་ལ།            མི་འགྲུར་མི་ཤིགས་སྐྱ་ལྷ་ཡིས།            ཆེ་ཉེ་རྣམ་པར་རྒྱས་བཏབ་སྤོུ།            འགྲུང་བ་ལྷ་ཡི་བཅུད་རྣམས་བསྐྱུས།            གཞོག་པོར་དབྲུགས་སྤོག་ལ་བསྐྱུལས།	

གཏིར་མཛོད་མཚོ་གླིང་ཟབ་བདུན་ཡང་དག

མི་འགྲུར་མི་ཤིགས་ཚེ་ཐོབ་ནས་།      རྩོམ་ཤིག་དང་ལྡན་པར་ཤོག་།      ལོ་ལྔ་། ལྔ་ལྔ་། ལྔ་ལྔ་། ལྔ་ལྔ་། ལྔ་ལྔ་།      ཚེ་ཡི་བརྩུད་རྣམས་ཐུགས་ཀ་ཡི་།      ལམ་རྩི་རྩོ་གསུམ་རྣམས་ལ་ཐིམ་།      རྒྱ་གམ་ཚེ་ཡི་བདུད་རྩིས་།  
 གང་།      ལྷོང་འོག་རྒྱ་གྲུམ་རྣམས་མདུད་།      རྩོམ་ལྷོང་པའི་འཛོམ་གྱིས་གདབ་།      ལྷོས་མི་ལྷོས་ཚགས་འོད་ཟེར་འབར་།      གནས་ལྷོར་འོད་ཟེར་དགའ་འབྱུང་བསྐྱེམ་།      ལྷོས་ལྷོ་འོད་གྱི་བྱ་བས་གཡོགས་།  
 མི་ཤིགས་ཐིག་ལེ་ཚེན་པོར་བསྐྱེམ་།      ད་གྱིས་འཁོར་ཐམས་ཅད་རང་ལ་བསྐྱེམ་།      རྩོམ་ལྷོར་དུ་རྩུབ་པར་བསམ་།      ལྷོ་བ་བྱུར་དབང་བསྐྱུར་གོང་བཞིན་བྱུ་།      འདི་ནི་གཅིག་བརྒྱད་ཁོར་འོ་།      རྒྱལ་ལྡན་གཅིག་གདང་།  
 འབྲུད་པར་ཤོག་།      སམ་ཡ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་།      ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་།      མཚོ་གླུར་གླིང་པའི་གཏིར་མ་ཡང་དག་པའོ།།      ॥