

ཡིག་གནས།

དབྱངས་ཅན་ལྷོ་མ་དེ།

ལྷོ་ཡིག་དེ།

ཡིག་གནས་ལྷོ་ཡིག་དེ།

(ཡིག་གནས་ལྷོ་ཡིག་དེ།)



འབྲུག་མ་དབྱངས་ཅན་ལ།

ཡིག་གནས་ལྷོ་ཡིག་དེ། ཡིག་གནས་ལྷོ་ཡིག་དེ། ཡིག་གནས་ལྷོ་ཡིག་དེ།

ཡིག་གཞན་ས།

། འདུལ་བའི་འཕྲུལ་སྐྱེ་བའི་ཕྱི་

ལོ་འཕྲུལ་སྐྱེ་བའི་ །

ཡིག་གཞན་ས།

ཡིག་གཞན་སྐྱེ་བའི་ས།

(ཡིག་སྐྱེ་བའི་)



ཡིག་གཞན་ས།

༤

ཡིག་གཞན་སྐྱེ་བའི་

,

འཕྲུལ་སྐྱེ་བའི་ཕྱི་ལོ་

དེབ་ཨང་།

RNDSS333301

སྐྱེ་བའི་ཕྱི་རོལ་གྱི་སྐྱེ་བ་ལྟོང་བ་ཡིན།

སེར་གྲེས་རིག་མཛོད་ཀྱིས་ལྷན་སྐྲུན་བྱས།

སེར་གྲེས་རིག་མཛོད་ཀྱིས་ལྷོ་གླེ་རྩལ་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་བཞོས།

སེར་གྲེས་རིག་མཛོད་ཚོམ་སྒྲིག་ཁང་གིས་འབྲེལ་མ་སྒྲེལ་བྱས།

༢༠༡༥ ལོའི་ལྷ་བརྟན་པར་ཚོམ་སྒྲིག་བྱས།

ཚོད་ལྡན་བསྐྱར་ཞིབ་བྱས་མེད།

དེབ་ཚད། 15x21

ཡིག་ཚད། 14

ཡིག་གྲངས། 22,458

ར་ཚོའི་བྲ་ཆེགས་ཀྱི་ཁ་བུང་།

www.serajeyrigzodchenmo.org

ར་ཚོའི་ཡིག་སྐྱེ་བ།

serajeyrigzodchenmo@gmail.com

པར་སྐྲུན་གྱི་བདག་དབང་སེར་གྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོར་ཡོད།

དེ་ལྟར་ཡོད་པ་བསྟན།

འདམགས་མ་དབྱངས་ཅན་མ་ནི་ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀས་ཤེས་རབ་ཀྱི་ལྷན་བཅི་སློལ་ཡོད་ཅིང་།
འདིའི་ལྷན་རིམ་ལའང་ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀས་བརྗོད་ཚུལ་མི་འདྲ་བར་ཡོད།

སྐྱམ་དོ་འདི་ནི། འདམགས་ཡུལ་སྟོང་སྟོང་གསུ་བསྐྱེད་པའི་སློབ་དཔོན་ཨ་ཁུ་བླ་ཉི་ལམ་རང་
བཞིན་བཟང་པོ་ཞེས་བྱ་བ་དེས། བརྗེ་ཉ་སྟོང་སྟོང་ལ་འདྲུས་ནས་སྐྱ་རིག་པའི་སློབ་ལ་བསྟོ་
སྟོང་གནང་བའི་སྐབས། སློབ་དཔོན་གྱིས་སྟེན་བྱ་རྣམས་ལ་ཞེས་པའི་དོན་ལ། དྲི་སྟེན་ཞེས་
བརྗོད་དགོས་ཀྱང་། དྲི་སྟེན་ཞེས་པ་དག་ནས་ཤོར་བ་ན། ཚོགས་པ་ཀུན་གྱིས་འདྲ་སྟོང་བྱས་
པས། སློབ་དཔོན་གྱིས་རང་གིས་ལོར་བ་ཡིན་པ་དགོངས་བཞིན་དུ་དོ་ཚབ་ཀྱང་། འདི་ལྟ་བུ་སྟོན་
གྱི་སྐྱ་མཁན་རྣམས་ཀྱི་གཞུང་ན་ཡོད་པས་སྟེན་གསུངས་བམ་ནངས་པར་བསྟན་པར་བྱ་འོག་གསུངས་
ནས་ཚོགས་པ་གྲུས་སོ། །

ནང་དུ་སྟེན་བསྟན་ནས་དགེ་སྟོར་རྣམས་བསྐྱེད་པའི་ཉེ་ནས་སྟེན་སྟེན་བསྟན་པ་ན། དེ་འདྲའི་པོ་ཉི་
མེད་པས་ནངས་པར་དེ་དག་གི་གདོང་ལ་རི་ལྷོར་བཞུ། དེ་བས་ཤི་བ་དག་ལ་སྟེན་ནས་རལ་གྱིས་
མགུལ་བར་གཟུངས་པས་ལ་ཁྲག་ཉེལ་གྱིས་སྐྱེད་པའི་སྟོང་ལ། འདམགས་མ་དངོས་སུ་བྱོན་ནས་
བྱ་བྱ་གདུང་བ་མ་བྱེད་ཅེས་གསུངས་ནས། བརྗོད་པ་དབྱངས་ཅན་གྱི་མདོ་སྐྱད་ཅིག་ལ་སྟེན་
ཉི་དབྱགས་སྟེང་།

སྟོན་གྱི་སྐྱ་མཁན་འདྲ་སྟོང་ག་ཉིའི་བྱས་བྱས་པའི་གཞུང་བརྗེ་ག་ཞེས་པ་ལས། རིགས་
དང་བརྗོན་པ་ཆེན་པོའི་དོན་ལ་གཏུ་ལྷ་ག་མ་སྐྱིན་པར་བྱ་ཞེས་པའི་ཁྲངས་ལུང་བསྟན་ནས།
མའི་བྲག་རྩ་ཡང་མེད་པར་མཛད།

དེ་ནས་འདམགས་མ་དངོས་གྱིས་སྟེན་པའི་མདོ་དེ་ལ་གཞུང་འབྲེལ་རབ་བྱེད་གསལ་ལྟོན་
ཞེས་པ་མཚན་མོ་སྟན་གཅིག་གི་རིང་ལ་བྱབ་པར་མཛད་དེ། འདམགས་མའི་བྱིན་རྒྱལ་གྱིས་
ཡིག་ཤོག་ཀྱང་ཡུན་རིང་ལོན་པའི་དཔེ་རྙིང་ལྟ་བུར་གྱུར།

ཉེ་མ་ཤར་བ་ན་ཚོལ་བ་ཚོགས་པའི་མདུན་སར་ཅེད་མའི་ཚུལ་གྱིས་སྟེན་གསུངས་བམ་བསྟན།

ཀུན་ལ་གྲགས་པའི་ཀ་ཉིའི་བྱའི་ལུང་བྲངས་པས་ཚོགས་པ་ཀུན་མགྱུ་བར་བྱས། དེ་ནས་མགྲུལ་
གྱི་མ་བྱུལ་དང་ལོ་རྒྱུས་རྣམས་བསྟན་པས་ཀུན་ངོ་མཚར་དུ་གྱུར། མཁས་པ་མང་པོས་ཞུས་པ་
ལ་བརྟེན་མདོ་འགྲེལ་པ་དང་བཅས་ཚར་གཅིག་བཤད་ནས་ཕྱོགས་ཀུན་ཏུ་དར་བར་བྱས་སོ་
ཞེས་གྲགས་སོ། །

བྱ་སྒྲིག་པ་ལི་གསལ་བསྟན།

གངས་པེའི་ཤེལ་གྱི་མཚོད་རྟེན་གྱི་མེད་བས་སྤྱུ་རྒྱུད་བྱས་པའི་རང་པེའི་སྤྱི་པའི་སྤྲོན་སྤོངས་སྤྱུ་
ཚོས་རྒྱལ་ལོ་བཏུ་ཚམས་དང་ཀུན་རིག་མཁས་པའི་དབང་པོ་དག་གི་བཀའ་རྒྱུན་ལས། གསུང་
རབ་གྱི་སྒྲེགས་བམ་རི་རབ་གྱི་གཏོས་དང་མཉམ་པ་ཡོད་ན་ཡང་། ཏུས་གྱི་འཕེལ་འགྲིབ་
སོགས་གྱིས་མང་པོ་ཞིག་འབྱུང་བའི་ཟས་སྤྱི་བྱིན་པ་དང་། གང་མང་ཞིག་ས་རྒྱལ་གྱི་ཚོད་ཏུ་
ཆེས་མཐའ་མཐུག་གི་གཞིམས་མལ་བསྟེན་ལ་ཉེ་བ་སོགས་གྱིས་དེ་དག་སྤྱར་སྤོབ་དང་།
གཅེས་ཉར་བྱེད་རྒྱ་ལི་འཕྲིས་མེད་ན་སྤྱི་མེད་པའི་ཏུས་ཡིན་ཞིང་། དེས་རང་རིགས་བསམ་
ཡོད་གང་མང་ཞིག་གིས་དེ་དག་བསྐྱར་དཔར་དང་། དེབ་གཟུགས་པར་སྤྲོན་སོགས་གྱིས་
འབྲེམས་སྐྱེལ་དང་། སྤྱད་སྤོབ་ལ་རེས་བཞེན་པ་ནི་དགའ་འོས་པ་དང་། ཡི་རང་གི་ལེགས་སོ་
འབྲུལ་བའི་གནས་ཡིན་ནོ།།

རྫོགས་གཞན་ཞིག་ནས་བཤད་ན། མི་རིགས་དེའི་ཤེས་རིག་གི་ཉེར་བརྟུན་ནི་མི་
རིགས་དེའི་སྤྱི་ལོ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཉིད་དར་སྐྱེལ་དང་སྤྱད་སྤོབ་བྱེད་རྒྱ་ཡང་། མི་རིགས་དེ་
ཉིད་གྱི་འོས་འགན་ཡིན་ན། བསམ་སྒྲོའི་རྒྱགས་སྤེལ་གྱི་ཏུ་གྱུར་པའི་གསུང་རབ་གྱི་སྒྲེགས་བམ་དེ་
དག་ནི། ཤེས་རིག་གི་ཉིང་བརྟུན་ཡིན་ལ། མི་རིགས་འདིའི་སྤྱི་ལོ་ཡིན་ནོ།།

སྟོན་པ་བཙུན་ལྷན་འདས་ཀྱི་བཀའ་ལས་ཀྱང་། ཤེས་རིག་གྱི་སྒྲེགས་བམ་རིན་པོ་ཆེ་
ཉིད། ཡི་གེར་འདྲི་བ་དང་། འདྲིར་བརྟུག་པ་སོགས་ཀྱི་མན་ཡོན་ནི་སྟོང་གསུམ་ཞོར་གྱིས་
བཀའ་རྟེ་སངས་རྒྱས་འབྲུམ་ཐུག་བརྒྱུ་ལ་མཚོན་པ་ལུལ་བ་བས་ཀྱང་། བསོད་ནམས་ཆེ་བར་
གསུངས་པ་སོགས་གྱིས་ཀྱང་གསུང་རབ་གྱི་སྒྲེགས་བམ་དག་ཡི་གེར་འདྲི་བ་དང་། འདྲིར་
བརྟུག་པ་དག་གི་མན་ཡོན་དང་དགེ་མཚན་ཀྱང་མཚོན་ལ། རོན་གནད་ཀྱང་གོ་བྱུབ་སོ།།

༧ བོད་ས་༧ ལྷོ་བས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་ཀྱང་། ང་རང་སྤྱི་ཆེན་པོ་དང་འདྲེ་
ཁང་རྒྱུ་པོ་རྒྱག་རྒྱ་ལ་དེ་ཅུ་དགའ་བོ་མེད། སྤྱི་ཆེན་པོ་བཞེངས་ཏུང་དེས་གསུང་ནི་མི་

འབྲོན། དེ་ལས་དཔེ་ཆ་མང་པོ་དཔར་བསྐྱབ་གྲིས་འགྲེམས་སྟེལ་བྲམ་ན་བཟང་། ཞེས་ཚོགས་
སྤྱ་བཀའ་གནང་བ་སོགས་གྲིས། ལྷ་ཚང་རིན་པོ་ཆེ་ནས་ཀྱང་ང་ཚོའི་མི་རིགས་འདིའི་ཡབ་
མེས་གོང་མ་དག་གི་བྱུང་བ་ཞབས་དེ་དག་མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་དང་། གནས་ས་བརྒྱུད་འཛིན་
སོགས་དང་། རང་རིགས་ལ་ཞབས་འདེགས་ཐུན་ཚམ་ཞུ་བྱུང་བ་དགོངས་ཏེ། སེར་གྲེས་རིག་
མཛོད་ཆེན་མོའི་བྲ་ཚིགས་སྒྲོ་འབྲེད་དང་། སེར་གྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚོམ་སྒྲིག་ཁང་
གསར་འཛུགས་བྲམ་པ་ལགས་ན། འདི་ག་ཚོམ་སྒྲིག་ཁང་གིས་ཀྱང་གཙོ་བོ་བཀའ་བསྐྱབ་
གཉིས་གྲིས་མ་ཚོན། གཡུང་རྒྱུད་བོན་དང་བཙས་པའི་ཚོས་བརྒྱུད་རིས་སྤྱ་མ་ཆད་པའི་བོད་ཀྱི་
མཁས་དབང་དག་གི་བཀའ་ཚོམ་གྱི་སྒྲེགས་བམ་དག །བར་བསྐྱབ་འགྲེམས་སྟེལ་དང་། ཞོར་
དུ་གཞན་གྱི་ཤེས་རིག་ནང་འཛེན། དེང་རབས་ཀྱི་ཚོམ་པ་པོ་ཚུན་གཞིན་དུའང་མེད་གྱི་
བཅམས་ཚོས་ཀྱང་བར་བསྐྱབ་འགྲེམས་སྟེལ་གྱི་ཞབས་ཞུའི་ལས་གཞི་འདི་གཉེར་བ་ཡིན།

སྒྲིབ་སྒྲོ་བ་གཉེར་བ་མང་པོས་ཤིག་དེ་བ་གཞུགས་ལ་མོས་པ་ཆེ་བ་དང་། དེ་བ་
གཞུགས་ཀྱང་གང་མང་ཞིག་སར་བསྐྱབ་བྲམ་ཏེ་ཐོན་གྱིན་ཡོད་ལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་དཔེ་རིང་
ལྷ་ཚོགས་བྲེད་མཁན་རྗེ་ཉུང་དང་། བར་ཤིང་གི་སྒྲོ་སྒྲོ་ཡང་རྗེ་ཚུང་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པས།
བར་ཤིང་མང་པོ་ཞིག་མཛོད་སྤྱགས་སྤྱ་ས་རྒྱལ་གྱི་ཁོད་དུ་གཟིམས་འགོ་ཚོམ་བཞིན་ཡོད།

ལྷག་པར་དུ་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པ་བརྗེ་འཕྲིན་གྱི་དུས་རབས་འདིར་འོད་ཚུབས་
གྱི་འགོས་དང་འགོགས་ཏེ། ཚན་ཅལ་གྱི་ཤེས་རིག་རབ་ཏུ་དར་བས། མི་རྣམས་ཀྱི་སྒྲོ་ལོར་མི་
ཤོང་པའི་དངོས་གཞུགས་གང་མང་ཞིག་འབྱུང་བཞིན་ཡོད་ལ། དེ་དང་བསྐྱབ་ནས་སྤོགས་
གཞན་ཞིག་ལ་ཐོབ་ཤོར་དང་། བམ་ཉེས་འབྱུང་གིན་ཡོད་པའང་ཚོས་ཉིད་ཡིན།

དཔེར་ན། eBook གམ་སྒྲོག་རྒྱལ་འབྲུལ་དེ་བ་གྱི་བཟོ་ཅལ་འདི་དར་བས།
གཞིགས་པ་པོ་དག་ལ་སྒྲོག་བདེ་བ་དང་། སྒྲོད་བདེ་བ། གཞུང་ཚན་འཚོལ་སྤྲོ་བ། འབྲེར་བདེ་
བ་སོགས་གྲིས་མི་རྣམས་ཀྱི་ཡིད་དབང་བཀུག་སྟེ། འབྲུལ་དེ་བ་ལ་དགའ་མོས་རྗེ་ཆེར་འགྲོ་
བཞིན་པ་དེས། ཤོག་སྟེང་གི་དཔེ་ཆ་ཉར་བའི་དཔེ་མཛོད་ཁང་གྲགས་ཆེན་གང་མང་ཞིག་གི་

གཏན་པ་མེད་པའི་སྐོ་སྐོ་གསལ་གྱི་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཚོས་ཉིད་ལས་སྐོ་གསལ་བཟུགས་པའང་གང་འཚོས་
བྱུང་ཡོད་ན། ང་ཚོ་ཡང་དུས་རབས་ཀྱི་རྗེས་ཟེན་པར་བྱས་ཏེ་རང་རེའི་ཤེས་རིག་གི་འོད་སྦྲང་།
རྒྱལ་གཞུགས་ཀྱི་གོ་ལ་འདིར་ཡུན་རིང་གནས་པ་དང་། འཕྲིན་ལས་ཀྱི་འཇུག་པ་རྒྱལ་སྤྱིའི་
ཀྱི་འགྲོས་དང་མཉམ་པ་ཡོང་སྐྱོད་དང་། གཞེགས་པ་མོ་དག་གི་དགའ་མོས་དང་དུས་བབ་དང་
བསྐྱུན་ཏེ། ང་ཚོས་གྲང་བཀའ་བསྐྱུན་གཉིས་ཀྱིས་གཙོ་བོར་བྱས་ཏེ་བོད་གངས་ཅན་གྱི་གནའ་དེང་
གི་མཁས་པའི་བརྒྱལ་ཚོས་དག་eBook དང་ PDF སོགས་སུ་ཚོམ་སྐྱོག་བྱས་ཏེ་
འབྲེམས་སྤེལ་བྱེད་རྒྱུའི་ལས་གཞི་འདི་འདེམ་པ་ཡིན།

སྤྱིའི་ཆ་ལས་བཀའ་བསྐྱུན་གཉིས་ཀྱིས་མཚོན་མཁས་དབང་སྤྱི་མ་དག་གི་གསུང་
རབ་གསར་བསྐྱུན་གྱིས་དེ་བ་གཞུགས་དཔེ་ཆ་དང་། ལྷོ་གསལ་འབྲུལ་དེ་བ་གྲང་གང་མང་ཞིག་
འཛོན་བཞིན་ཡོད་ན་ཡང་། གསར་དུ་པར་བསྐྱུན་བྱས་པའི་དེ་བ་གཞུགས་དང་ལྷོ་གསལ་འབྲུལ་
དེ་བ་དག་ལའང་ཆད་ལྷག་དང་ཚོར་འབྲུལ། ལྷོ་ཆེན་པ་དག་གིས་རང་འདོད་དང་འོས་ཚོད་
སོགས་ཀྱིས་གང་བྱུང་བཟོ་བཅོས་བརྒྱབ་པ་སོགས། ལྷོ་གཏན་ཚོགས་པ་དང་ལུངས་དག་པ།
ལྷོ་དག་ཚད་ལྡན་སོང་བའི་གསུང་རབ་ཀྱི་དེ་བ་གཞུགས་དང་འབྲུལ་དེ་བ་ཉ་ཅང་དཀོན་པའི་
ཚོད་དུ་སྤང་བ་སོགས་དང་། ང་ཚོའི་ལས་གཞི་གཙོ་བོ་དེ་ཡང་བཀའ་བསྐྱུན་གཉིས་དང་
མཁས་དབང་སྤྱི་མ་དག་གི་གསུང་རབ་དག་ཚོམ་སྐྱོག་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཡིན་པ་དང་། ལོར་དུ་བཤམ་པ་
ལྟར་དམ་པ་སྤྱི་མ་དག་གི་བྱུག་རྗེས་གསལ་བའི་པར་ཤིང་དག་གི་འཕྲིན་ལས་མཇུག་སྤྱིད་
ཀྱིན་ཡོད་པ་སོགས་ཀྱིས། ང་ཚོས་པར་ཤིང་གི་རྒྱན་ཡུན་གནས་ལ་འབད་བཙོན་དང་། ཤིང་
པར་གྱི་ནང་དུ་པར་ཤིང་ཆགས་དང་། ཡིག་འབྲུ་མི་གསལ་བ། པར་ཡིག་པས་བྱི་རོར་དང་
བརྗོས་རོར་ཤོར་བ་སོགས་ཀྱིས་ཡིག་རོར་རེ་བྱུང་ཡོད་ན་ཡང་། པར་ཤིང་མང་ཤོས་ཤིག་
ཚོམ་པ་མོ་རང་ཉིད་དམ། རིག་གནས་ལ་ནང་བྱུན་རྒྱབ་པའི་མཁས་དབང་དང་དམ་པའི་སྤྱིའི་
བྱ་གང་མང་ཞིག་གིས་ལྷོ་དག་བཏང་བ་ཡིན་པས་གང་བྱུང་བཟོ་བཅོས་སོགས་བྱ་རྒྱུ་མེད་པ་
དང་། གསུང་རབ་ལས་ཡིག་འབྲུ་གཅིག་ལོར་ན་ཡང་དོན་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་འབྱུང་ན། གསུང་

རབ་ལ་བསྐྱེད་དང་བཟོ་བཅོས། ཐན་དམ་པའི་གསུང་རབ་ལས་ཡིག་འབྲུ་གཅིག་ལའང་
 བཅོས་ལྷན་མེད་པར་སོར་བཞག་བྱ་རྒྱའི་ཅ་དོན་རྒྱན་འཁྲོངས་བྱེད་རྒྱ་གལ་ཆེ་བ་དང་དགོ་
 མཚན་ཆེ་བར་མཛོང་སྟེ། ང་ཚོས་དཔེ་རིང་ཚད་ལྡན་ཞིག་མ་དཔེར་བ་ལྟར་སྟེ་དང་བྱ་ཡིག་
 གཉིས་གསལ་བསྐྱར་བྱས་ཏེ། མ་སྤྱི་ཇི་མ་ཇི་བཞིན་འབྲུལ་དེ་བ་ཏུ་བཟོ་རྒྱ་དང་། ཡིག་ཞོར་
 མཛོད་མཚན་ཅན་རྣམས་ཞོར་བཅོས་བྱས་ཡོད་ན་ཡང་། འབྲུལ་དེ་བ་བམ་ eBook གི་ནང་དུ་
 རྒྱར་མཚན་བཞག་ཆེ་རུང་སྐབས་མི་བདེ་བས། eBook གི་ནང་དུ་ང་ཚོས་ཞོར་བཅོས་བྱས་
 བ་དེ་ཡིག་མདོག་དམར་པོར་བསྐྱར་ཡོད་ལ། PDF ཡི་ནང་དུ་ང་ཚོས་གང་ཞོར་བཅོས་བྱས་
 པའི་མ་སྤྱིའི་ཡི་གེ་ལྟར། ཞོར་སྒྲིག་ཏུ་ཐག་བཅད་པའི་གཞུང་ཡིག་གསལ་མ་སྤྱིའི་ཡི་གེ་དེ་མཇུག་
 དུ་རྒྱར་མཚན་གྱི་དོ་བོར་བཞོད་ཅིང་། ལྷ་སྒྲིག་པའི་ཞོར་བཅོས་ཀྱི་ཡི་གེ་དེ་གཞུང་ཡིག་དངོས་
 སམ་གཞུང་དཔྲུས་ཀྱི་ཡི་གེ་དང་མི་ཞོར་བའི་ཆེད་དུ། ཞོར་དུ་མཚན་སྟགས་དང་། འོག་ཏུ་
 མཚན་གངས་སྐྱར་ཡོད་པས། གཞུང་དཔྲུས་སུ་ཤོར་དོགས་དང་ཞོར་ས་མེད། མདོར་ན་ PDF
 ཡི་ནང་དུ་ལྷ་སྒྲིག་པས་ཞོར་བཅོས་བྱས་ཡོད་པ་ཚང་མར་རྒྱར་མཚན་ཡོད་ལ། གལ་ཏེ་ང་
 ཚོས་ཞོར་བཅོས་བྱས་པ་དེ་ཉིད་ལ་དོགས་གནས་ཡོད་ཆེ། རྒྱར་མཚན་དུ་གསལ་བ་ལྟར་གྱི་
 མ་ཡིག་དེ་རྒྱར་བྱངས་ཏེ་འབྲུལ་བ་རྒྱ་བ་ཚོག་ཅིང་། བར་གཞིའི་ནང་གི་ལྷ་སྒྲིག་པའི་ཞོར་
 བཅོས་ཀྱི་ཡིག་འབྲུ་དག་གྲངས་ཤིང་། རྒྱར་མཚན་ལས་ཆད་ཉགས་ཅན་རྣམས་ལྟར། རྒྱར་
 མཚན་གཞན་དག་རྒྱར་བྱངས་ཏེ་གཞུང་དཔྲུས་དང་སྐྱར་ན། གཞུང་དེ་དང་དེའི་མ་སྤྱིའམ་མ་
 དཔེའི་དཔེ་རིང་དངོས་ཇི་སྟེ་བ་བཞིན་འབྲུང་ངོ། །འདི་ནི་གསུང་རབ་ལ་བསྐྱེད་དང་བཟོ་
 བཅོས། ཐན་དམ་པའི་གསུང་རབ་ལས་ཡིག་འབྲུ་གཅིག་ལའང་བཅོས་ལྷན་མེད་པར་སོར་
 བཞག་བྱ་དགོས་པའི་ཅ་དོན་རྒྱན་འཁྲོངས་བྱས་པའང་ཡིན་ནོ། །

ཞེས་སེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚོམ་སྒྲིག་ཁང་གིས་༢༠༡༥ལོའི་ཟླ་༣པའི་
 ཆེས་པ་ལ།

དཀར་ཆག

དོ་སློང་མདོར་བསྟུན།	I
ལྷ་སྐྱིག་པའི་གསལ་བཤད།	III
བད་སློང་བ་དབྱེས་ཅན་གྱི་མདོ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །	1
པར་བྱང་སློབ་ཆིག་.....	22

༡༡། །བད་སྐྱོད་པ་དབྱངས་ཅན་གྱི་མདོ་ཞེས་བྱ་བ་
བཞུགས་སོ། །

༡༡། ། རྒྱ་གར་སྐད་དུ། སྲུང་སྐྱོད་ལྷོ་གར་སྐད་དུ། བད་སྐྱོད་པ་
དབྱངས་ཅན་གྱི་མདོ། འཕགས་མ་དབྱངས་ཅན་མ་པ་བྱུག་འཚེལ་སོ། །

ཨ་ཞི་ཞུ་རི་མི་མཚུངས་པ་རྣམས་སོ། ། སྤང་ཏུ་རིང་པོ་སྤྱད་སྲུང་བྱེ་བ་
རྣམས་འབྲེལ་བའོ། ། ལྷག་མ་འདི་ག་རྟེན་ལས་བྱུ་བ་པ་འདིར་བཤད་དོ། །
ཨ་ཞི་ཞི་ཞོ་མཚེལ་སྐྱོར་གྱི་ཡི་གེ་རྣམས་སོ། ། གཉེས་པོ་རྣམས་དབྱངས་སོ། །
ཨ་ལོར་བ་རྒྱ་མིའོ། ། ཏལ་ཕར་ལ། ཉམ་འཕྲུལ། རྩྭ་རྩྭ་རྩྭ། རྩྭ་དག་ལ། འཕཚེལ་
ཅེ་ཏེ་ག་ལ། ཤམ་སྐོག་མ་དང་མཐའ་མ་དག་གིས་སོ། ། ཏ་ས་གསལ་གྱེད་
རྣམས་སོ། ། དབྱངས་ཉམས་པ་གསལ་གྱེད་དོ། ། བྱ་བའི་ཆེད་དུའོ། ། གང་ཞེ་ག་
ཨི་རྩ་གྱི་མིང་ཅན་དེ་ཉི་དབྱེའོ། ། ཡི་གེ་མི་མཐོང་བ་བྱིས་པའོ། ། ཡི་གེ་རྣམ་པར་
འགོག་པ་ཉི་དབྱེ་བ་ཅེས་སོ། ། གཉེན་དང་འབྲེལ་བའི་ཞུགས་པའོ། ། དམ་དང་འབྲེལ་བ་
ཉི་ཀུན་ལས་བསྐྱར་བའོ། ། དབྱངས་པར་ན་མེད་པའི་ཏ་ས་རྣམས་ཉི་ཡང་དག་
པར་སྐྱོར་བའོ། ། ཀུ་ཚུ་ཏུ་ཏུ་སྒྲེ་བ་རྣམས་སོ། ། ཨ་རྩ་ཨ་རྩ་ཨ་རྩ་མི་འཕྲོ་ཏུ་
འོ། ། ཨ་རྩ་ཨ་རྩ་ཨ་རྩ་འཕྲོ་འཕྲོ་བའོ། ། མཐའི་དབྱངས་ལ་སོགས་པ་ཉིའོ། ། མཐའ་
ལས་སྐོན་མ་ཞུ་བ་རྣམས། ། བ་ལོལ་ཏུ་ཡང་དག་པར་སྐྱོར་བ་སོགས་མེད་པའི་
སྤང་ཏུ་ཉི་ཡང་བའོ། ། ཞེས་པ་བད་སྐྱོད་པ་དབྱངས་ཅན་གྱི་མདོ་ལས་མིང་གི་

ཤ་ལས་ཅ་གྲུ་ཡང་བཤོ། ། ལུང་ཅུ་ལས་དྲ་ཏྲ་ལྷ་དབྱངས་ལ་གཉིས་སོ། ། ཚ་
ཡིའོ། ། ཁ་ས་ལ་རྩོ་ས་རྩམས་གྱི་ཅ་བཤོ། ། མ་ཞི་རྩེས་སུང་རོའོ། ། ཚིག་མཐའ་
དང་རྩོ་ས་ལ་ཡང་བཤོའོ། ། ཡ་བ་ལ་ཡ་མ་ཡང་བཤོ། ། ཡ་བ་ལ་པ་རོའོལ་ལ་བ་
ལ་ཡང་བཤོ། ། རྩོ་སྒྲེབ་སྒྲོར་ལའོ། ། ཞེས་བ་བརྟེན་པ་དབྱངས་ཅན་གྱི་མདོ་
ལས་གསལ་བྱེད་མཚམས་སྒྲོར་རྩམས་རྩོགས་སོ། ། །

རྩམ་བར་བཅད་བྱའི་སྒྲའོ། ། ཤ་ཤ་ས་ལ་ཡང་བཤོ། ། གྲུ་སྒྲུ་དག་ལ་རྩོ་
རྩོད་ག་ཡང་བཤོ། ། ལུ་ཅའི་བ་ཉི་ལ་སོགས་བ་རྩམས་ལའོ། ། ཨ་ཉན་གྱི་རྩ་ཉི་མ་
ཡིན་བ་ལ་རྩོའོ། ། ཨ་ལས་ཨ་ལ་ལྷའོ། ། ཉ་བ་ལའོ། ། ལྷ་ལས་ཨ་བ་ལ་
དབྱའོ། ། དབྱངས་ལ་ཡུ་ཉིད་ཡང་བཤོ། ། རྩོ་སྒྲུ་ལས་སོ། ། ལྷ་མི་ལས་རྩོའོ། །
ལྷ་ཤ་སྒྲུ་གྱི་བྱ་རྩོ་ལ་རྩོའོ། ། དེ་མའི་རང་བཞིན་ཅན་ནི་ཁ་བ་ལ་ཡང་བཤོ། ། ར་
ལས་སོ། ། ར་ལ་དབྱེ་སྒྲེ་མིང་པོ་ཡང་རོ། ། ས་དང་ཨེ་ཤ་ལས་ཉ་ས་ལའོ། །
ཞེས་བ་བརྟེན་པ་དབྱངས་ཅན་གྱི་མདོ་ལས་རྩམ་བར་བཅད་བྱའི་མཚམས་
སྒྲོར་ཉི་མཚམས་སྒྲོར་ལྷ་བ་རྩོགས་སོ། ། །

རྩམ་དབྱའི་མཐའ་ཅན་ནི་ཚིག་གོ། རྩམ་དབྱེ་མེད་པ་ནི་མིང་རོ། ། སི་ཨོ་
རོ་སྒྲུ། ཨམ་ཨོ་ཤ་སྒྲུ། ལྷ་སྒྲུ། དེ་སྒྲུ། ལྷ་སྒྲུ། དམི་སྒྲུ། དམ་ཨོ་སྒྲུ། དེ་
ཨོ་སྒྲུ་སྒྲུ་རྩམས་སོ། ། སྒྲུ་རྩོད་ག་གི་རྩམ་བཅད་རོ། ། ཨམ་ཤ་སྒྲུ་དག་གི་
ཨའོ། ། ལྷེས་བ་ལ་སྒྲའི་བཤོ། ། ཤ་སྒྲུ་ལའོ། ། ལྷ་ཨི་རྩོའོ། ། ལྷ་ལ་ལྷའོ། ། ལྷའི་
ལྷ་ཨའོ། ། དེ་ལ་ཨམ་ལའོ། ། ལྷ་ས་མང་པོ་ཉིད་ལ་ཨའོ། ། དམི་ཨི་རྩོའོ། ། དམ་
སྒྲུའོ། ། ཨོ་སྒྲུ་ལའོ། ། ལྷམ་ལ་ལུ་རྩོའོ། ། ལྷམ་ལའོ། ། གྲུ་ཨི་ལ་ལ་ཤ་ཅུ་བྱེད་དེ་

སའོ། ། ཀུན་ཏུ་བོད་པ་ལ་སི་རྗེའོ། ། བྱིངས་མ་ཡིན་པའི་མཚུངས་པ་ལ་རྗེ་
དབྱིའོ། ། རྟོན་ཞུའོ། ། རྩ་ར་རི་ལས་མཐའ་མ་ཡིན་པའི་ནའི་ཆའོ། ། ཨ་བ་ཀུ་བུ་
བར་ན་ཡོད་ཀྱང་ངོ། ། སཱ་སྐ་སོགས་ལ་སྤྲུའོ། ། ཨུ་ལས་སོ། ། ཨུ་ལ་
སྤྲུའོ། ། དི་སྤྲུའོ། ། སྤྲུ་སའི་དབྱི་བ་ཡང་ནའོ། ། བྱིངས་ཀྱི་ཨུ་དབྱིའོ། ། ཨོ་
ཅི་ཨོ་ཨུ་དག་གོ། ། ཨོ་ཨོ་རྟོན་ལའོ། ། རྗེ་ལའོ། ། བྱད་མེད་མ་ཡིན་པ་ལ་ལྷ་
རྒྱའོ། ། ང་འགོ་བ་ལའོ། ། ངསི་དཔྱ་དག་གི་ཨའོ། ། དི་ཨའོ། ། དེ་ཡང་རྟེན་འོ། །
རྟེན་ལ་འེའོ། ། རྗེ་མ་ཡིན་པའི་སི་རྗེའོ། ། ས་འི་འེའོ། ། ས་འི་བ་ཉི་དག་ལ་
ཨོ་ཀུའོ། ། ང་ལ་རི་ཀུའོ། ། རི་རྟུ་ལས་ངའི་ཨུའོ། ། རྱད་སོགས་ཀྱི་སི་སོགས་ལ་
འི་ཨའོ། ། རིའི་ཨ་ཡང་ངོ། ། བྱིངས་ཀྱི་ཨོ་ཨུ་དག་གི་ཨི་ལྷ་ཨུ་དག་དབྱངས་
ལའོ། ། ལྷ་སྐ་དག་ཡང་ནའོ། ། དའི་ཨུའོ། ། སའི་ཨུའོ། ། ལྷ་ལ་ཨུའོ། ། རྗེའི་
ཨུའོ། ། དི་ལའོ། ། སྤྲུའི་ཨུའོ། ། རེའི་ས་དང་རྩ་ལའོ། ། ཨོ་ཨོའོ། ། ཨུ་
ཤས་ལའོ། ། ཞེས་བ་བད་སྟོན་བ་དབྱངས་ཅན་གྱི་མདོ་ལས་སྐྱེས་པའི་རྟགས་
དབྱངས་ཀྱི་མཐའ་ཅན་རྣམས་རྫོགས་སོ། ། །

བྱད་མེད་ལ་ཨ་ལ་ཨུའོ། ། ཨོ་ཨུའོ། ། རྗེ་ཨའོ། ། ལྷ་ཨོ་སྐ་དག་ལ་
ཨའོ། ། རི་རྟུ་རྣམས་ཀྱི་ཡུའོ། ། ཡུའ་ལས་ཨུ་ཡང་ངོ། ། ཨི་རྟུ་ཨུ་རྟུ་དག་ལས་
སོ། ། བྱད་མེད་ཀྱི་ཨི་ཨུ་དག་ལའོ། ། ཏ་ས་ཨོ་བུ་ལ་སི་དབྱིའོ། ། རྗེ་ལ་བྱང་
དུའོ། ། རི་རྟུ་རྣམས་ཀྱི་ཨུའོ། ། སྤྲུ་ལའོ། ། ཨུ་ཤས་དག་ལ་ཡང་ནའོ། །
ཨི་ལྷ་ཨུ་དག་ཡང་ནའོ། ། ཞེས་བ་བད་སྟོན་བ་དབྱངས་ཅན་གྱི་མདོ་ལས་བྱད་
མེད་ཀྱི་རྟགས་དབྱངས་མཐའ་ཅན་རྣམས་རྫོགས་སོ། ། །

ཨཱ་ལས་ཨཱ་ལོ། ། ཨོ་ཨོ་ལོ། ། ར་སྐྱ་ལས་དག་གི་ཤེལོ། ། ཡ་མ་མ་
ཡིན་པ་ལས་བྱུང་ལོ། ། ལཱེ་ལྷ་པ་རྒྱལེལོ། ། ཨཱ་སྐྱ་སོགས་ལ་ལྷེལོ། ། མ་ནིང་ལས་
སི་ཨཱ་དག་འདིག་གོ། ། ཨི་ལྷ་རི་རྣམས་ཀྱི་ལོ། ། ལཱ་མི་ལས་དབྱངས་ལ་
བྱུང་ལོ། ། ལས་ལ་སོགས་པ་ལ་ཨཱཱེ་སོགས་ཀྱི་ལཱ་ཡང་རོ། ། ལས་ལ་སོགས་
པ་དབྱངས་ལ་ལྷ་སྐྱ་ཡང་དག་པར་སྐྱོར་བ་མ་ཡིན་པའི་ཨཱ་དབྱེལོ། ། ཨི་རི་དག་
ལ་ཡང་ལོ། ། མ་ནིང་གི་ལྷུང་ལྷུང་ལོ། ། རྟ་སོགས་ལ་སྐྱེས་པར་བཤད་པའི་སྐྱེས་
པ་བཞིན་ཡང་ལོ། ། ཞེས་པ་བརྟེན་སྐྱོད་པ་དབྱངས་ཅན་གྱི་མདོ་ལས་མ་ནིང་གི་
རྟགས་དབྱངས་མཐའ་ཅན་རྣམས་རྫོགས་སོ། ། །

ཨཱ་རྟ་ཉེ་སི་ལེལོ། ། ཡང་དག་པར་སྐྱོར་བའི་མཐའ་དབྱེལོ། ། རྩི་ལ་
ཨཱ་ལོ། ། བས་རྣམས་ཀྱི་ར་ས་ལེལོ། ། ལཱ་སྐྱོན་མའི་ལྷེལོ། ། རྩི་ལྷེལོ་མཐའ་ལས་
སྐྱོན་མའི་རྩི་བ་རྣམས་ནི་རྩི་རྩི་སྐྱེ་སྐྱེ་སྐྱེ་སྐྱེ་ལེལོ། ། གནས་མེད་པ་ལ་ཡང་ལོ། །
ཉེའི་རྩེལོ། ། ལྷུ་སོགས་ཀྱི་ལྷ་ཉིད་རྩི་ཉིད་ཡང་ལོ། ། ལས་སོགས་དབྱངས་ལ་
སྐྱེའི་བའི་ཨོ་ལོ། ། སཉེའི་སའི་རྩི་ལ་ལྷེལོ། ། ཅ་རྟུ་གྱི་ཤི་ལ་ཨྲེ་ཡང་རོ། །
རའི་གྲངས་ལེལོ། ། རྩི་མ་ཡིན་པ་ལ་མིང་གི་ན་དབྱེལོ། ། ར་ཉ་དག་གི་རྩིལོ། ། ལཱ་
ལ་སོགས་པའི་ཡང་རོ། ། ལཱ་ལ་ཨི་རྟ་གྱི་ཨཱ་ལོ། ། བ་ཐེན་གྱི་བྱུང་ལོ། ། སི་ལ་
ཨྲེལོ། ། བ་ཐེན་རྣམས་ཀྱི་ལེལོ། ། ཨི་རྩི་རྣམས་ཀྱི་ཤི་དང་སི་ལེལོ། ། ཉུ་གྱི་རྩི་
ལ་ལྷེལོ། ། ར་སྐྱ་ལས་དག་ནི་འདིག་གོ། ། ར་ཆ་ལས་སོ། ། ཨཱ་ལཱ་ལས་རྩི་ཡང་
ལོ། ། འདི་རྣམས་ལ་ཨྲེ་ཡང་ལོ། ། ཨི་དེ་གྱི་སྐྱེས་པ་ལ་ཨཱི་མོ། ། དའི་
མའོ། ། རྩི་ཨོས་དག་ལ་ཨེལོ། ། ཨཱ་ལ་ཨཱོ། ། རྩི་སྐྱེས་ལོ། ། མ་ལ་ལ་རྩི་

རྩེ་ལ་སོགས་པའི་པ་ལོ། ། པ་ལོ་པ་ལོ། ། རའི་ས་ལོ། ། ལྷའི་གུལོ། ། ཨུའི་དབྱི་
 ཞིང་མིང་པོའང་ངོ། ། ཉི་རལ་ལ་སོགས་པའོ། ། ལྷ་རྟེན་དག་ལས་བྱུང་ལོ། ། ལ་
 ལྷ་ལྷ་ལ་ལྷ་གྱི་རྩི་ལ་ཡིན་པ་ལ་རིང་པོ་སྟེ་གི་ལའང་ངོ། ། ཨ་ལྷ་དང་སའི་སི་
 ལའོ། ། པའི་པའོ། ། དོ་ཤ་རྣམས་ཀྱི་རའོ། ། ལྷས་སའི་ཨ་སྲུང་ངོ། ། དབྱངས་
 ལ་མའོ། ། མི་འབྱུང་བ་ལ་ལྷས་སའི་སྲུ་ལག་གུལོ། ། སྲ་གྲ་དག་གི་སྲོན་མའོ། །
 བསྲ་གྱི་བ་ལྷའོ། ། ལྷ་ཤལ་བ་ས་རྣམས་ཀྱིའོ། ། སི་ལ་སའོ། ། སིའི་ཨོའོ། ། མ་
 ལས་ལྷ་དག་གོ། མང་པོ་ཉིད་ལ་ཨའི་ཨོའོ། ། མཚུངས་པ་ལ་ཨ་དས་ལ་ས་གྲ་སྟེ་
 སི་སོགས་བཞིན་ལོ། ། ཞེས་པ་བརྟེན་ལ་དབྱངས་ཅན་གྱི་མདོ་ལས་ཉ་སའི་
 མཐའ་ལས་སྟེ་ས་པའི་རྟགས་རྣམས་རྩོགས་སོ། ། །

བཏའི་རྩེའོ། ། དི་བྲ་གྱི་སི་ལ་ཨོའོ། ། ར་ས་ལ་ལྷའོ། ། ཉི་ཅ་ལྷ་དག་གི་
 ལྷ་མེད་ལ་ཉི་ཨའི་ལྷ་རྟེན་ལྷའི་བཞིན་ལོ། ། ལྷ་དག་ལ་ཨི་ལྷ་དག་གི་ཉ་ས་
 ལའོ། ། ལྷ་མེད་ལ་ཨི་ལས་ལོ། ། ཨ་བྲ་རྣམས་ཀྱི་རྩེ་ལ་ལྷའོ། ། དི་ཤ་རྣམས་ཀྱི་
 གུལོ། ། ཞེས་པ་བརྟེན་ལ་དབྱངས་ཅན་གྱི་མདོ་ལས་ཉ་སའི་མཐའ་ལས་ལྷ་
 མེད་ཀྱི་རྟགས་རྣམས་རྩོགས་སོ། ། །

ཨ་ལྷ་གྱི་སའོ། ། བ་དབྱིའོ། ། བ་མཐའ་ཨ་ལྷའི་གི་དག་གི་ཡང་བ་དབྱི་
 བ་སྟེ་བ་སྟོང་ལའོ། ། ཞེས་པ་བརྟེན་ལ་དབྱངས་ཅན་གྱི་མདོ་ལས་ཉ་སའི་
 མཐའ་ལས་མ་ཞིང་གི་རྟགས་རྣམས་རྩོགས་སོ། ། །

སི་ཡིས་ལྷ་ཨ་ལྷའོ། ། བཏའི་མིག་ལ་ཡུ་བ་ལྷ་བ་དག་གོ། ཨོ་སྲུལ་ལོ། །
 རྩེ་གྱིས་ཡུ་ཡི་བ་ཡི་ལོ། ། བཏའི་ཉིད་ལ་ལྷ་མེད་དག་གོ། ཨལ་ས་རྩི་ལ་

ཞུའོ། ། འཕྲ་གྱི་ནའོ། ། ལྷ་འི་དག་ལ་ཨའོ། ། དེ་ཡིས་ཏུ་བྱམ་མཚོ་དོ། ། བྱས་
འཕྲ་མོ། ། དམི་བྱས་དག་གི་ལྷའོ། ། དས་གྱི་ཏ་བ་མ་མའོ། ། སྤྱི་ཞུ་གོ་དོ། །
ཡུལ་དུ་ཨ་སྤྱད་དག་ལ་དུག་པ་བཞི་བ་གཉིས་པ་རྣམས་གྱི་ཉེ་མེ་བམ་ནོ་བས་ནས་
དག་གོ། ཨམ་གྱི་ཏུ་སྤྱད་དག་གོ། དང་པོ་ལ་མ་ཡིན་ནོ། ། ཅ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་
གྱིས་ཀྱང་དོ། ། ཞེས་པ་བདུ་སྤྱོད་པ་དབྱངས་ཅན་གྱི་མདོ་ལས་ཡུལ་དུ་ཨ་སྤྱད་གྱི་
ཚོ་ག་རྣམས་རྩོགས་སོ། ། །

ཅ་ལ་སོགས་པ་ནི་སྤྱ་ཏའོ། ། གེ་ལ་ལས་སྤྱི་ལ་ཅི་རྒྱ་ལ་སོགས་པའོ། ། བྲ་
ལ་སོགས་པ་ཉེར་བསྐྱར་དོ། ། བྱིངས་ལ་ཐོག་མའོ། ། དེ་རྣམས་མི་ཟད་པའོ། །
ལྷ་ལ་སོགས་པའི་མཐའ་རྣམས་ཀྱང་དོ། ། མི་ཟད་པ་ལས་རྣམ་དབྱེ་རྣམས་
འདིག་གོ། ཞེས་པ་བདུ་སྤྱོད་པ་དབྱངས་ཅན་གྱི་མདོ་ལས་མི་ཟད་པའི་སྤྱེ་རྣམས་
རྩོགས་སོ། ། །

ཨ་རྩ་སོགས་ལས་ཀྱང་ཞུ་དའོ། ། ལྷ་ལ་ཨ་རྩ་གྱི་ཨའོ། ། ལྷ་འི་ཏུ་ཡང་
ནའོ། ། ལ་རི་ཨ་རྩ་ལ་ཨའོ། ། ཨི་ཨ་དག་གི་དབྱེའོ། ། ར་རྩ་ལུ་རི་རྩ་ལས་སོ། །
ན་ད་ལ་སོགས་པ་ལས་སོ། ། ཨི་རྩ་སོགས་ལས་ཞུ་རྩི་སྤྱ་ཡང་དོ། ། ཨཡ་བ་རྩ་
ཡ་མ་ཡིན་པ་ལས་རིགས་འའོ། ། རང་ལུས་ལས་ཡང་ནའོ། ། མ་རུ་སོགས་གྱི་
ཨི་ཡང་དོ། ། ལྷ་ལ་སོགས་པ་ལས་སོ། ། བྲ་རྩི་རྩི་ལ་སོགས་པའི་སྤྱི་ནི་ནི་སྤྱ་ཏའི་
མཐའ་འོ། ། ལྷ་ལས་ཡོན་ཏུན་ལ་ཡང་ནའོ། ། ལྷ་རྩ་ལས་ལྷའོ། ། ཡུ་བརྒྱ་ལས་
ཏེའོ། ། ཞེས་པ་བདུ་སྤྱོད་པ་དབྱངས་ཅན་གྱི་མདོ་ལས་བྱད་མེད་གྱི་རྩེན་རྣམས་
རྩོགས་སོ། ། །

ཉགས་ཀྱི་དོན་ལ་དང་པོ་ལོ། ། བོད་པ་ལའང་ངོ། ། རྫོས་རྣམས་སོ། །
 ལྷག་མ་རྣམས་བྱ་བའི་ལས། བྱེད་པོས་བསྐྱབ་པའི་ཐབས། སྦྱིན་པའི་གཞོན། བྱེ་
 ཞིང་ལྷུང་བ། འབྲེལ་བ་རྟེན་དུ་གྱུར་པའི་དངོས་པོ་དག་ལའོ། ། དུས་དང་ལམ་
 བར་མཚམས་མེད་པ་ལའོ། ། བྱེད་པ་པོ་གཙོ་བོས་བྱ་བ་རྒྱས་པའི་སྐྱབ་བྱེད་
 ལའོ། ། མི་བྱེད་པ་དང་ལྷན་ཅིག་པ་དང་། བྱག་འཚམ་བ་དང་། བོར་བ་དང་
 ལོགས་སུ་བཀར་བ་དང་ཟླ་བོ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ལས་སོ། ། ལྷ་ལ་སོགས་པ་
 མ་ཡིན་པའི་ཤིང་ཀྱི་བྱེད་པོ་དང་ལས་དག་ལ་བྱག་པའོ། ། འན་པའི་ལས་ལའང་
 བྱག་པའོ། ། འདིགས་པའི་རྒྱ་ལའང་ལྷ་པའོ། ། རྒྱ་དང་རབ་ཏུ་སྐྱོར་བ་ལ་བྱག་
 པའོ། ། འདི་འབྲང་ཡོད་པའི་གསུམ་པའོ། ། གང་གི་ལུས་ཀྱི་རྣམ་འགྱུར་ལའོ། །
 སྦྱེད་པར་བྱེད་པའི་རང་བཞིན་ལའོ། ། ལྷུང་ལ་སོགས་པ་སྐྱོར་བ་ལ་ལྷ་པའོ། །
 འབྲུགས་པ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱོར་བ་ལའང་ངོ། ། མ་གྲུས་པ་ལ་བྱག་པ་དང་བདུན་
 པ་དག་གོ། ། གཞན་ལས་བཤད་པའི་དང་པོ་ལོ། ། སྡེ་བ་སྐྱོར་ལས་ནི་སི་སོགས་
 ཐམས་ཅད་དུའོ། ། ཞེས་བ་བད་སྐྱོད་པ་དབྱངས་ཅན་གྱི་མདོ་ལས་བྱེད་པ་ཅན་
 ཀྱི་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་རྣམས་རྫོགས་སོ། ། །

མིང་རྣམས་ཀྱི་མན་ཚུན་བསྐྱབ་པ་ཡང་ངོ། ། དེ་ཡང་བྱག་ཏུ་དབྱེའོ། ། མི་
 ཟད་པ་ལྷ་མ་ནི་མི་ཟད་པར་གྱུར་པའོ། ། བསྐྱབ་པ་དང་རྒྱེན་དག་ལའོ། ། དེ་ནི་མ་
 བོད་ངོ། ། མི་ཟད་པར་གྱུར་པ་ལས་སོ། ། མཚུངས་པ་མ་ཡིན་པ་ལ་ཡལ་ལོ། །
 ལྷུང་ལས་ལྷུང་མ་ཡིན་པའི་ལམ་ལོ། ། ལྷ་འདི་དག་ཡང་ནའོ། ། ལོགས་སུ་བཀར་
 པའི་དོན་ལ་ལྷ་བད་ཡང་ངོ། ། ལམ་རྣམས་སོགས་པ་དེའི་སྐྱེས་བུའི་ལོ། ། ལྷ་ནའི་

ཡང་ནའོ། ། བ་ཉ་ལའོ། ། བ་ཨའོ། ། དབང་ལ་ལ་ཨལའོ། ། དང་གི་དོན་ལ་ལྷས་
 དབྱེའོ། ། རྩོགས་གཉིས་པ་དང་ལྷས་དབྱེ་ལ་གཅིག་ཉིད་དོ། ། གངས་ཐོག་ལ་
 ཅན་ཅི་རྩོགས་གཉིས་པའོ། ། རྩོགས་གཉིས་པ་ལ་མཉམ་དུ་འདུས་པའི་ཨལ་
 ཞུས་འོ། ། གཞན་གྱི་དོན་ལ་འབྲུ་མང་པོའོ། ། ཨི་རྩུ་ལ་སོགས་པ་དག་ལས་ཀྱང་
 མ་ཡིན་ནོ། ། བ་རྩ་ལ་རྩ་དག་ལ་ཨ་སུ་ཀའོ། ། རྩམ་ལས་ཨལའོ། ། གཞན་གྱི་དོན་
 ལའོ། ། སྐྱེས་པ་བཞིན་ཡང་ནའོ། ། བོ་ཡིའོ། ། ལ་ཨ་ཏ་ཀ་རྣམས་སོ། ། བའི་
 ཡང་ནའོ། ། མཉམ་པའི་དོན་ལ་ལས་འཛིན་པའོ། ། མིང་དང་གི་རྩུ་ལས་ཀྱང་བསྐྱ་
 བའོ། ། ལྷ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ས་ལ་སོགས་པའོ། ། ཀའི་ཀའོ། ། སྐྱེས་བུ་ལ་
 ཡང་ནའོ། ། འགའ་ཞིག་ཏུ་དབྱི་བ་མ་ཡིན་ནོ། ། ལྷས་དབྱེ་ལས་དང་པོ་ཡང་
 དོ། ། རྩོགས་དང་གངས་ཀྱི་མིང་ཅན་ལའོ། ། ཞེས་པ་བརྗོད་པ་དབང་ལ་ཅན་
 གྱི་མདོ་ལས་ཚིག་སྐད་ཀྱི་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་རྣམས་རྗོགས་སོ། ། །

བུ་བརྒྱུད་ལ་ཨལའོ། ། དབང་ལ་དང་པོའི་རྣ་ཉ་འགྲོ་བ་ལའང་འཕེལ་
 བའོ། ། དབང་ལ་ལ་ལྷ་དང་ཨའི་ཨལའོ། ། ཨལ་རི་ལྷུ་ལའོ། ། དང་སྲོང་མ་ཡིན་པ་
 ལ་ཨལའོ། ། གཞན་ལ་ཨ་ཉི་དུད་མེད་ཀྱི་མི་ཉི་སྐྱ་སྐྱ་ལ་སོགས་པ་
 རྣམས་ལ་ཏུ་ལྷ་ཡན་ཏུ་ཨེ་ཡལའོ། ། མང་པོ་ཉིད་ལ་འགའ་ཞིག་ཏུ་
 འཛིག་གོ། ། ལྷ་དང་འདིའི་དོན་ལའོ། ། ལ་ལར་གཉིས་ཀ་ལའོ། ། ལྷ་འགྲོ་བལས་
 ཡང་ནའོ། ། ཅ་ཏུ་ལྷ་ཀྱི་ཅ་དབྱེའོ། ། ཨ་ཏུ་ཀྱི་དཀའོ། ། བྱེད་པ་པོ་དང་བྱ་བའི་
 སྐྱོར་བ་ལའོ། ། ཀ་ཞུན་ཨེ་ཡ་ཨེ་ཀ་རྣམས་སོ། ། ཡ་དབྱི་བའང་དོ། ། ཏུ་དང་ཉ་
 བ་དག་གོ། ། དང་གི་དོན་ལ་ཡང་དོ། ། ཨལ་དང་ཞུན་དག་ལས་ཡུལ་དུ་ཨལལ་

དག་གི་ཉ་བ་ཀ་ལ་སོགས་པའོ། ། མཉམ་པ་ལ་བརྒྱའོ། ། དངོས་སོ་ལ་ཉ་བ་
ཡེའོ། །

མོ་ཉི་ཉ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཨི་མན་ཉེ་ཉེའོ། ། རིའི་ར་ཨི་མན་ལའོ། ། བ་
ཉུ་ལས་དབྱི་ཞིང་བ་ཉུའི་ཡང་བྱུའོ། ། ཡོད་པའི་དོན་ལ་མ་ཉུ་པའོ། ། མ་ཉུའི་དོན་
ལ་ཨ་དང་ཨི་ཀུ་དག་གོ། ། མ་དང་ཨ་མཐའ་ལྷ་བ་རྒྱ་ལས་བ་ཉུ་ཨིན་དག་གོ། ། ཉ་
ཉེའུ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ལས་ཀྱང་ངོ་། ། ཨ་ཉུ་ཀིལ་ཡང་ཉུ་རྣམས་ལས་
སོ། ། ཡུ་ཉུ་དག་གི་ལྷའོ། ། ཀིལ་ནི་ཀི་སྟེ་ཡ་ཡང་ངོ་། ། ཨེ་ཉུ་གི་ལྷ་དང་
ཨི་ཡང་ནའོ། ། ཉུ་སོགས་ལ་ཨི་ལའོ། ། དུ་ལས་རིང་བ་ལ་ལྷུའོ། ། འལྷལ་
སོགས་པ་ལ་ལྷའོ། ། ལྷ་ཚ་ལས་སྤྱི་ནིའོ། ། ལྷ་ད་བ་བཟོད་བ་ལ་ལྷུ་ལ་ལྷུ་འ་དག་
གོ། ། ལྷ་མད་ཡོངས་སུ་མ་རྟོགས་པ་ལ་ཀལ་དེའུ་དེའུ་ལ་རྣམས་སོ། ། ལ་
བལྷུང་བ་ལ་རྒྱ་པའོ། ། ལྷ་བ་དན་པ་ལ་སྤ་པའོ། ། ལྷོན་ཏུས་ཤེས་པ་ལ་ཚ་
རུའོ། ། ལྷི་བྱངས་དང་རྣམ་འགྲུང་དང་བཅོ་བོ་རྣམས་ལ་མ་ཡུའོ། ། མཚམས་
ལྷོང་གི་ཡུ་བ་དག་ལ་མ་ཡིན་ཉེ་ཨིུ་ལྷུ་དག་གོ། ། ལྷེས་པའི་དོན་ལ་ཨི་ཉའོ། །
ལྷང་བར་ཏུ་འཕགས་པ་ལ་ཉ་ར་ཉ་མ་ལྷི་ཡ་སྤ། ཨཱི་རྣམས་སོ། ། ཨཱི་ཨི་མར་
ལྷི་ག་སུ་རྣམས་ལ་གུ་ཏུ་ལ་སོགས་པའི་ཉེ་དབྱི་བའང་མ་ཡིན་ཞིང་གར་སོགས་
སུའོ། ། ལྷ་གི་སྤ་ལས་ལྷི་ཡས་ལྷི་ལྷི་དབྱིའོ། ། བ་ཉུའི་ཨཱི་ལ་ཡིའོ། ། ཚད་ལ་
ད་ལྷ་ལ་སོགས་པའོ། ། ལྷངས་ལྷི་བྱེ་བྲག་ལོགས་སུ་བཀོལ་བ་ལ་དྲི་དང་ཉེ་དག་
ལས་ཉི་ཡའོ། ། རྡུ་ཅ་ཉུ་དག་ལ་ཐའོ། ། ཀཉི་དང་ཀཉི་བ་ལ་དག་ལས་ཀྱང་
ཐའོ། ། བལྷུ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ལ་མའོ། ། ཨེ་ཀ་ད་ཤར་ལ་སོགས་པ་རྣམས་

ལྷུང་ཟེན་བ་ལ་སེའོ། ། བ་ལ་དུ་ལ་སོགས་བ་ལས་སོ། ། སི་ལ་ལྷུང་དང་
 བེདུ་ལས་སོ། ། ལྷུས་ལ་ལྷུ་དབྱེའོ། ། ལྷུ་ལས་ལུ་འེའོ། ། ལྷུ་ལའང་སི་དབྱེའོ། །
 བ་ལ་ལྷུ་འེའོ་བའོ། ། སི་ལ་འོ། ། ལྷུ་ལས་ལྷུ་ལེའོ། ། ལྷུང་དུ་ལས་ལྷུ་ལ་
 དབྱེའོ། ། ལྷུང་གི་སི་ལ་གྲི་ཡང་ནའོ། ། ལྷུ་ས་ལས་སོ། ། ལྷུ་ར་ལ་ཡང་ནའོ། །
 ལྷུ་ལེད་པའི་རྒྱ་མི་ལས་འེལ་བའོ། ། ལྷུ་ས་ལ་དྲི་ཤ་རྣམས་ཀྱི་ཨ་ར་ལེའོ། །
 སི་སྤྱི་དག་ལའོ། ། ལི་འེའོ་བ་དང་ལྷུ་ཤ་སོགས་ལ་དའོ། ། ལྷུ་ཤ་ཤ་རྣམས་ཀྱི་
 མཐའ་ལས་ས་ཀའོ། ། ལེས་བ་བད་སྤོད་བ་དབྱངས་ཅན་གྱི་མདོ་ལས་ལྷུང་ཟེན་
 གྱི་རྒྱུན་གྱི་རབ་ལྷུ་ལྷུང་བ་རྣམས་རྩོགས་སོ། ། ། །

ལྷུང་བ་ལོ་མ་ཡིན་བ་ལས་ལྷུ་ལ་ལེའོ། ། དབྱེའོ། ། ལྷུ་བ་རྒྱུང་དུ་
 ལས་སོ། ། ལྷུ་ལས་ལྷུ་ཀའོ། ། ལེས་བ་བད་སྤོད་བ་དབྱངས་ཅན་གྱི་མདོ་ལས་
 དའོ་ས་ལོ་དང་ལས་ཀྱི་རབ་ལྷུ་ལྷུང་བ་རྣམས་རྩོགས་སོ། ། །

ལྷུ་ས་དང་ལོ་ལས་ལྷུ་ལ་དུ་ལྷུང་བ་ལ་ཡང་སྤྱི་གཉིས་ཀྱང་འོ། ། ཡདུ་
 ལའོ། ། དེ་ལྷུངས་སོ། ། ལྷུ་ལྷུ་འོ། ། དབྱངས་དང་པོའི་ལ་འོ་ལའོ། ། ལྷུ་ས་དང་རྣ་
 བ་རྣམས་ལ་ལྷུ་ཀའོ། ། ལ་ལེ་དབྱེའོ། ། ལྷུ་ལྷུ་བ་རྒྱུའི་རྣེ་ཀའོ། ། ཅ་ར་བ་ལ་དག་
 གི་ལའི་ཡང་ལྷུ་ལྷུ་འོ། ། ལྷུ་ལྷུ་ལེའོ། ། ལེས་བ་བད་སྤོད་བ་དབྱངས་ཅན་གྱི་མདོ་
 ལས་ཡང་རྒྱུན་གྱི་རབ་ལྷུ་ལྷུང་བ་རྣམས་རྩོགས་སོ། ། །

གཞན་ལ་འཛིག་བ་ཡང་ན་རྗེས་སུ་འཇུག་གོ། ལྷུ་ལེད་པའི་ལྷུ་ས་ལས་
 ཀྱང་འོ། ། གཉིས་ལས་ལྷུངས་བ་འེའོ་བ་ལ་ལྷུ་བ་རྒྱུའི་ཡོན་ལྷན་ལོ། ། ལེས་བ་
 བད་སྤོད་བ་དབྱངས་ཅན་གྱི་མདོ་ལས་ཡང་འཛིག་པའི་མཐའི་རབ་ལྷུ་ལྷུང་བ་

རྣམས་རྫོགས་སོ། །

བྱེད་བ་པོ་ལ་ཡང་ངོ་། ། ཉེ་བར་འཇལ་བའི་ཀུན་ཏུ་སྐྱོད་བ་ལ་ཡོད། །
 བདག་ཉིད་འདོད་བ་ལ་སའོ། ། ལྷ་རིའི་ས་ལའོ། ། ས་ཨི་ལཱ་མེད་བ་ལ་མ་ཡིན་
 འོ། ། ས་ལ་རིང་པོའོ། ། ས་ལ་ཨ་ཨིའོ། ། ཏུ་ལས་སུ་འགོ་བའོ། ། རིུ་
 ཨིའོ། ། ཡའི་ཨུའོ། ། ས་ལ་ཨིའོ། ། ལྷ་སྐྱོ་ཉིའི་ཨིའོ། ། ཨ་ཤ་ལ་ཨུ་ཡ་
 ཡང་ནའོ། ། གུ་རྩ་རྣམས་ལས་སོ། ། ལྷ་ཡའོ། ། མིང་ལ་ཡ་སྟེ་ཨའི་ཡང་ཨིའོ། །
 བྱེད་བ་ལའང་ཡའོ། ། བྱེད་བ་པོ་ལ་ཉིང་འགོ་བའོ། ། ཉི་ཉིད་ལ་ཐུང་ཏུའོ། ། མི་
 ཐ་སོགས་ཀྱི་རའོ། ། ཏུ་ཀྱི་རྩུའོ། ། ས་དའི་ཤུའོ། ། རི་ལྷུ་ལས་ཉིལ་
 སུ་ཀའོ། ། ཨི་ལྷུའོ། ། རྩུ་སོགས་ལ་ཉིའོ། ། ཉི་དང་ཨང་ལས་གཉིས་གཉིས་
 གུང་ངོ་། ། ཉིའི་འོ། ། ཐུ་ཏུ་རིང་པོའོ། ། ཨང་ལ་ལྷ་བ་སྐྱུ་ཐུང་ཏུ་ཐི་ཐུང་ཏུའོ། །
 རིུ་ཀྱི་མ་ཡིན་འོ། ། བ་ཏུ་ལས་ལྷིའོ། ། ཨང་ལ་སྐྱོན་མའི་རྩ་ཞི་ངོའོ། ། ཀྱི་བའི་
 རུའོ། ། ཞེས་བ་བད་སྐྱོད་བ་དབྱངས་ཅན་ཀྱི་མདོ་ལས་ཀྱེན་དང་སྐྱོར་བའི་རབ་
 ཏུ་བྱེད་བ་རྣམས་རྫོགས་སོ། །

རི་ཤ་ལ་སོགས་བ་རྣམས་ཀྱི་བ་བྱུ་ལ་སོགས་བ་རྣམས་སོ། ། གུ་
 རྣམས་ཀྱི་ཚའོ། ། ལྷ་རིུ་དག་གི་རྩའོ། ། ཐུའི་ཤུའོ། ། སུ་ལ་སོགས་བའི་ཐུང་
 ཏུའོ། ། ཞེས་བ་བད་སྐྱོད་བ་དབྱངས་ཅན་ཀྱི་མདོ་ལས་ཀུན་ནས་བསྐྱུར་བའི་
 རབ་ཏུ་བྱ་བ་རྣམས་རྫོགས་སོ། །

བི་ལས་བི་ཤ་སོགས་ལའོ། ། བི་བ་རྩ་དག་ལས་རིའའོ། ། ལྷུང་ལས་དུ་
 ལ་ལ་གདངས་བ་མ་ཡིན་བ་ལའོ། ། ཨ་ཏུ་སི་བ་རི་རྣམས་ལས་གུང་གི་རྩའོ། །

སམ་ཨ་བ། དྲ། ལྷ་བ། བི་རྣམས་ལས་སྐྱེ་ལོ། ། ལྷུ་བི་དག་ལས་ཉ་པ་ལོ། །
 ལྷུ་ལས་ཡ་མ་ཉ་ལོ། ། ལ་བུ་དྲུག་རྣམས་དབྱི་བ་ཉིད་དོ། ། ལྷུ་ལས་ཅ་ར་
 ལ་འདོན་པ་ལོ། ། བི་ཨ་བ་བ་འི་རྣམས་ལས་གྱི་ལོ། ། རྒྱ། ལྷུ་ལྷུ་བི་ལྷུ་རྣམས་
 ས་མཐའ་ཅན་ལ་ལྷུ་ལོ། ། འཆེ་བ་སོགས་ལས་གཞན་པའི་ལས་གཅིག་ལ་
 འཇུག་པ་ལ་ལྷུ་ལོ། ། བི་ལྷུ་བ་འི་ལྷུ་བ་རྣམས་ལས་རམ་ལོ། ། སྐྱུ་བཞུགས་
 ལས་སྤྲུ་དག་ལ་ཡང་ནའོ། ། ལུ་ཚ་སོགས་ལ་བུ་ལོ། ། ལི་ལྷུ་འགྲོ་བ་ལ་
 ལུ་ལོ། ། ལས་རྣམས་ཀྱི་རིང་པོ་ལོ། ། ཡ་ལ་ཨོལོ། ། ལུ་འི་རི་ལྷུ་ལོ། ། ལུ་
 སོགས་ལས་བཞི་པོ་རྣམས་ཀྱི་ཉ་དང་བ་ས་ལོ། ། ད་རི་དྲུ་སོགས་ཀྱི་ང་འགྲོ་བ་
 ལ་ལི་ལྷུ་ལྷེ་ལྷུ་དབྱི་བ་ཡང་རོ། ། ལྷུ་འི་ལྷུ་ལྷུ་དག་ལས་སོ། ། ལྷུ་ཨོལོ། ། ལུ་བུ་
 ལུ་རྣམས་ལས་ལྷུ་ལང་ནའོ། ། ཉ་རྣམས་ཀྱི་ལ་བུ་དྲུག་དབྱི་བ་ཉིད་དོ། །
 ལས་ལོ། ། ལས་ལ་རྩ་ལྷུ་དེ་གྲ། ལྷུ་རྣམས་ཀྱི་ལོ། ། བིད་ལས་ཉིད་ལ་
 སོགས་པ་དགུ་རྣམས་ནི་ཉ་ལ་སོགས་པར་ཡང་ནའོ། ། སི་ལ་སའོ། ། ར་ཉི།
 ལེ་རྒྱ། ལྷུ་ལོ། ། ལེ་ལས་ལྷུ་ལོ། ། ལེ་ལྷུ་ལ་དབྱི་ཞིང་རིང་པོ་ཡང་རོ། །
 ལྷུ་སོགས་ཀྱི་ཡང་རོ། ། གཞན་ངས་རོལོ། ། དིད་ལ་སའི་ཉ་ལྷུ་སིད་ལ་ཡང་
 ལོ། ། བ་འགྲོ་བ་ལ་ལྷུ་འི་ལྷུ་ལོ། ། ལྷུ་རྣམས་ཀྱི་ལོ་ལྷུ་ལོ། ། ལྷུ་
 ལའི་རིདྱི་དག་གི་ལོ། ། ལེས་པ་བད་སྐྱོད་པ་དབྱུངས་ཅན་གྱི་མདོ་ལས་ཀུ་
 ལས་བཤད་པའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་རྣམས་རྩོགས་སོ། ། །

བྱེད་པ་པོ་ལ་གྱི་ལྷུ་ ལྷུ་བྱེད་པ་གོ། ལྷུ་ལོ། ། ལྷུ་ལྷུ་ལ་ལས་ཡང་
 ལོ། ། ལྷུ་བྱེད་པ་གི་ལོ་ལོ། ། ལྷུ་བྱེད་པ་གི་ལོ་ལོ། ། ལྷུ་བྱེད་པ་གི་ལོ་ལོ། །

སའི་ངང་ཚུལ་གྱིས། ། མ་རྟོགས་འགལ་འཁྲུལ་མཆིས་ན་ཐོག་མེད་གྱི། ། མི་དགོ་
སྤྲིག་སའི་ཚོགས་དང་ཆབ་གཅིག་པའ། ། མི་འཆབ་ཚོངས་སའི་ཡིད་གྱིས་མཐོལ་
ཞིང་བཤགས། ། འདིར་འབད་དགོ་ཚོགས་དུང་དང་པད་ཅ་ལྟའ། ། གཅིག་ཏུ་
དཀར་སའི་འོད་ལུང་འབྲུམ་སྤག་གིས། ། སྤྲེ་རྒྱའི་བོ་ཡི་ཐུན་ས་རབ་བསལ་
ནས། ། གུན་མཁྱེན་རྒྱལ་སའི་གོ་འཕང་ཐོབ་ས་དང། ། རྣམ་དག་བད་སྤོད་གཞུང་
གི་བཅུད་བསྐྱུས་སའི། ། ཚིག་ཅུང་དོན་རྒྱས་ལེགས་བཤད་སྦྱིང་པོ་འདི། །
མཁའ་ལ་ཉི་མའི་བཤོད་ས་མ་ཆད་པའ། ། ཕྱོགས་དུས་གུན་ཏུ་དར་ཞིང་རྒྱས་
གྱུར་ཅིག། ། ། སུ་མ་སྐྱུ་ལོ།

བར་བྱང་སྒྲིབ་ཆིག

རྣམ་ཐོལ་ཞི་བའི་རྒྱ་མཚོར་རོ་གཅིག་ཏུ།
 གཞོལ་བའི་མཐའ་ཡས་ཚོས་ཚུལ་དལ་འབབ་སྐྱེད།
 ཆིག་གི་གཟེགས་མ་རེས་ཡུང་དུག་གསུམ་གྱི།
 རི་མ་ཡོངས་འཁྱུད་ལེགས་བཤད་བདུད་ཅི་འདི།

 དབར་དུ་བསྐྱུན་བའི་རྣམ་དཀར་ཕྱང་པོའི་མཐུས།
 ཡང་དག་ཚོས་ཀྱི་སྒོ་མོ་སྒྲོང་ཐག་བརྒྱ།
 གདངས་ཉེ་རྒྱུད་ལྗེའི་འགོ་བ་མ་ལུས་བ།
 དེས་ལེགས་ཉོར་བུའི་མཚོད་ལ་དབང་འབྱོར་ཤོག།

ཅེས་འདྲ་མ་གླིང་ཡངས་བའི་ཁྱོན་ལ་འཆེ་མེད་ཞི་བའི་ལམ་སྟོན་རྣམ་
 འདེན་བྱུ་སེལ་འདི་རིང་ལུགས་སྟོ་ཀྱུན་ནས་རྒྱས་བ་སོགས་འཕྲུལ་ལུན་ལེགས་
 ཚོགས་དུ་མའི་ཆེད་དུ་དམིགས། ཉར་བསྐྱུན་བྱུ་བ་མཐའ་རིས་མེད་ཀྱི་གསུང་རབ་
 དག་དབར་དུ་བསྐྱུན་དང་བསྐྱུན་འཕྱུར་གང་ལའང་སྐྱེད་ཚོག་བའི་དགེ་བསྟོན་
 སྟོན་ཆིག་ཏུ་བྱུ་འདི་དགེ་སྟོན་ཚོས་སྐྱ་བ་དག་དབང་སྟོན་བཟང་བསྐྱུན་འཇིག་རྒྱ་
 མཚོས་སྐྱེད་བའོ།