

སྤྱི་མཉམ་ཆ་ལ་འབྱུང་བའི་དྲི་ལན་
གསེར་གྱི་ལྗེ་ཅིག



མཛད་པ་ལོ། དགེ་བཤེས་སྐལ་བཟང་ཨེ་ལགས།
མེར་བྱས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོ་འི་ཚུམ་སྤྲིག་ཁང་།

༡༡། རྒྱལ་ཏོག་ས་ལ་འཁྱག་བའི་དྲི་ལན་གསེར་གྱི་ཆེ་
མིག་ཅེས་བྱ་བ་བརྒྱགས་སོ། །



མཛད་བ་པོ། དགེ་བཤེས་སྐལ་བཟང་ཨེ་ལགས།

དེབ་གཞུགས་སྤྱི་གཞུང་གི་མེད་ཕྱོགས་ལ་བཟང་ཐང་འདོད་ཀྱིས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༩ ལོར་སྤྱི་གཞུང་གི་འཕྲིན་ལྷན་གྱིས་འཕྲིན་བྱས་

སྤྱི་གཞུགས་སྤྱི་གཞུང་གི་མེད་ཕྱོགས་ལ་བཟང་ཐང་འདོད་ཀྱིས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ལོར་གསེར་དུ་སྤྱི་གཞུང་གིས་འཕྲིན་བྱས་

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་དེབ་སྤྱི་འཕྲིན་མངའ་

SJRB-0182

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཚུལ་སྤྲིན་ཁང་གིས་སྤྲོད་སྤྲོད་ཀྱི་ལ་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་བཞུགས།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོས་འབྲེས་སྤྲོད་བྲེས།

༡༠༡༡ ཟླ་ ༡ ཚེས་ ༡༩ ལ་གསར་དུ་ཚུལ་སྤྲིན་བྲེས།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཏུ་བྲུང་།

www.serajeyrigzodchenmo.org

ཡིག་འབྲེལ་ཏུ་བྲུང་།

serajeyrigzodchenmo@gmail.com

གསར་སྤྲོད་ཀྱི་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚུལ་སྤྲིན་བྲེས།

པར་སྤྲོད་ཀྱི་བདག་དབང་དེབ་གསལ་ཚུལ་སྤྲིན་པ་ལ་ཡོད།

དཀར་ཆག

རོ་སྒྲོན་མདོར་བསྟུན།	iv
སྒྲོན་སྒྲེང་།	vi
སུམ་རྟགས་ལ་འབྲུག་པའི་རིས་ལན་གསེར་གྱི་ལྗེ་མིག་	༡
སུམ་ཙུ་པའི་རི་བ་རིས་ལན།	༣
སུམ་ཙུ་པའི་བརྗོད་བྱ་ཆོག་འཕྲད་བཙུ་བཞི་ནང་གསེས་དང་བཅས་པ་བྲད་གཞི་གཅིག་གི་ཐོག་དཔེ་ འགོད་ཚུལ།	༡༣༤
རྟགས་འབྲུག་གི་རིས་ལན་གསེར་གྱི་ལྗེ་མིག་	༡༣༥
སྦྱིར་དབྱངས་གསལ་རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ།	༡༣༧
དུས་གསུམ་སྦྱི་བྱེ་བྲག་ཐོར་བྱ་བྲལ་མཉམ་བཅས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་བཤད་པ།	༡༠༥
དུས་གསུམ་སྦྱིར་བཏང་བའི་ནང་གསེས་དུས་གསུམ་སྦྱི་དངོས་ཀྱི་རེ་འུ་མིག་	༡༠༥
དུས་གསུམ་སྦྱིར་བཏང་བའི་ནང་གསེས་བརྗོད་བདེར་བྱེད་ཆོག་མ་ཉིང་འཁྱུར་བའི་སྦྱིར་ བཏང་བའི་རེ་འུ་མིག་	༡༠༧
བ་སྒྲེ་ནས་ཐོན་པའི་དུས་གསུམ་སྦྱིར་བཏང་བའི་རེ་འུ་མིག་	༡༡༠
དུས་གསུམ་བྱེ་བྲག་པའི་བྱ་འདས་མོ་དང་བྱེད་བ་མ་ཉིང་འཕུལ་བའི་སྒྲེ་ཆོན།	༡༡༣
དུས་གསུམ་བྱེ་བྲག་པའི་ནང་གསེས་བྱ་འདས་མོ་དང་བྱེད་བ་མོ་ཡིས་འཕུལ་བའི་སྒྲེ་ཆོན་ ཀྱི་རེ་འུ་མིག་	༡༡༣

དུས་གསུམ་བྱེ་བྲག་པའི་བྱ་འདས་མོ་དང་བྱེད་པ་འཕུལ་མེད་མྱེ།.....	༣༡༤
དུས་གསུམ་ཐོར་བུའི་བྱ་བྱེད་མོས་འཕུལ་འདས་སྐུལ་འཕུལ་མེད་མྱེ།	༣༡༥
བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དང་པའི་ལས་ཆོག་.....	༣༡༦
དུས་གསུམ་ཐོར་བུའི་བྱེད་ཆོག་མོ་དང་གཞན་རྣམས་འཕུལ་མེད་མྱེ་བྱ་བྱེད་ཐ་དང་པའི་	
ལས་ཆོག་.....	༣༡༧
དུས་གསུམ་འཕུལ་མེད་ཐོར་བུའི་མྱེ་ཆོག།	༣༡༨
བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དང་པའི་འཕུལ་མེད་ལས་ཆོག་.....	༣༡༩
དུས་གསུམ་འཕུལ་ཡོད་ཀྱང་སྤྱི་བྱེ་བྱེ་བྱེ་མཉམ་གཤམ་དང་ཡང་མི་མཐུན་པའི་ཐོར་བུའི་	
རེ་ཕྱི་མིག་.....	༣༢༠
མོ་བ་ཡིག་བྱེ་བྲག་ཐ་མཉམ་གྱི་རེ་ཕྱི་མིག་.....	༣༢༡
མོ་བ་ཡིག་དུས་གསུམ་བྱེ་བྲག་ཐ་མཉམ་ལ་འཇུག་པའི་བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དང་པའི་ལས་ཆོག་..	༣༢༢
ཕྱོག་འཇུག་མ་ནིང་ག་ཡིག་དུས་གསུམ་བྱེ་བྲག་ཐ་མཉམ་ལ་འཇུག་པའི་བྱ་བྱེད་ཐ་དང་པའི་	
ལས་ཆོག་.....	༣༢༣
མ་ནིང་ག་ཡིག་དུས་གསུམ་བྱེ་བྲག་ཐ་མཉམ་ལ་འཇུག་པའི་བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དང་པ།	༣༢༤
ཕྱོག་འཇུག་མ་ནིང་ག་ཡིག་དུས་གསུམ་བྱེ་བྲག་ཐ་མཉམ་ལ་འཇུག་པའི་བྱ་བྱེད་ཐ་དང་པའི་	
ལས་ཆོག་.....	༣༢༥
ཕྱོག་འཇུག་མ་ནིང་ག་ཡིག་དུས་གསུམ་བྱེ་བྲག་ཐ་མཉམ་ལ་འཇུག་པའི་བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དང་པའི་	
ལས་ཆོག་.....	༣༢༦
ཕྱོག་འཇུག་མོ་འཇུག་དུས་གསུམ་བྱེ་བྲག་ཐ་མཉམ་ལ་འཇུག་པའི་བྱ་བྱེད་ཐ་དང་པའི་ལས་	

ཆོག་.....	༣༥༧
ཕྱོད་འབྲུག་མོ་འཁྲིག་དྲུས་གསུམ་བྱུང་མཉམ་ལ་འབྲུག་པའི་བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དང་པའི་ལས་	
ཆོག་.....	༣༩༠
ཕྱོད་འབྲུག་ཤེན་རྒྱ་མོ་མ་ཁྲིག་དྲུས་གསུམ་བྱུང་མཉམ་ལ་འབྲུག་པའི་བྱ་བྱེད་ཐ་དང་པའི་	
ལས་ཆོག་.....	༣༩༩
ཕྱོད་འབྲུག་ཤེན་རྒྱ་མོ་མ་ཁྲིག་དྲུས་གསུམ་བྱུང་མཉམ་ལ་འབྲུག་པའི་བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དང་	
པའི་ལས་ཆོག་.....	༣༩༯
པར་བྱང་ཕྱོད་ཆོག་.....	༣༯༡

དེ་སྔོན་མདོར་བསྡུས།

མེར་བྱེས་སྟོང་པའི་དགེ་བཤེས་སྐལ་བཟང་ལྷན་འབྲེལ་བཅའ་ཡོངས་གྲགས་སུ་འཛོད་པ་དགེ་བཤེས་སྐལ་བཟང་ཨེ་ལགས་མཆོག་གི། མདོ་ཁམས་ཆབ་མདོ་ས་སྐང་ལག་རིར་སྟོང་གསར་ཆང་ཡབ་མཉེན་རབ་བསྟན་འཛིན་དང་ཡུམ་ལྷ་མོ་ཆེ་རིང་གཉིས་ཀྱི་སྤྲུལ་སྤྱེ་ལོ་ ༡༩༥༩ ལོ་སྟོན་ཅན་དུ་སྐྱེས་ལསྤངས། ལོ་དེར་བཅན་བྱེད་དུ་འབྱོར་ནས་སིམ་ལར་ལོ་གསུམ་ཅན་གྱི་རིང་བཞུགས། དགྲུང་ལོ་བདུན་གྱི་སྐབས་ཀྱི་གར་སྟོང་སྟོན་གས་མེ་སོར་བོད་མིའི་གཞིས་ཆགས་སུ་ཕེབས་ནས་འཛིན་གྲུ་ལྷ་པའི་བར་སྟོབ་གྲུར་ཕེབས།

བྱེ་ལོ་ ༡༩༥༩ ལོར་བྲག་རྒྱུ་རིན་པོ་ཆེའི་མདུན་དུ་རབ་ཏུ་བྱུང་ནས་མེར་བྱེས་མཁས་སྟན་གྲུ་ཆང་གི་ཆོས་སྒྲོར་ཞུགས། བྱེ་ལོ་ ༡༩༦༥ ལོར་མེར་བྱེས་སྟོབ་གྲུའི་དགེ་ལས་གནང་སྟེ་བྱེ་ལོ་ ༡༩༩༩ བར་ལོ་ངོ་ཉི་ཤུ་ཙུ་ཕྱི་ལོར་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་དང་། རྒྱལ་རབས་ཆོས་འབྱུང་། དབུ་མེད་ཡིག་གཟུགས་ཁག་བདུན། དག་ཡིག་སོགས་སྟོབ་ཁྱིད་བྱེད་པའི་ལས་ཁུར་བཞེས་ཤིང་མཐའ་མའི་ལོ་ལྷ་རིང་གྲུ་ཆང་ཆོགས་འདུ་བས་བསྟོར་ཞག་གནང་བ་ལྟར་སྟོབ་གྲུའི་དགེ་ཆན་ཆེན་མོའི་མཆོན་གནས་བཞེས་ནས་ཤེས་ཡོན་ཐུགས་འགན་བཞེས། བྱེ་ལོ་ ༡༩༩༥ ལོར་མེར་བྱེས་སྟོབ་གྲུའི་དགེ་ལས་གནང་ཐུས་སུ་བོད་གཞུང་ཆོས་རིག་ལྷན་ཁང་གི་གོ་སྒྲིག་འོག་ཆོས་རྒྱུད་རིས་མེད་ཀྱི་གྲུ་ཆང་ཁག་ནས་མི་གསུམ་རེ་མར་ཁྱིའི་མཐོ་སྟོབ་དུ་དམིགས་གསལ་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་རིག་གཞུང་ཐོག་དགེ་ཆན་ལོས་སྒྲོང་གི་ཟབ་སྒྲོང་ལོ་གཅིག་གནང་། སྐབས་དེར་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་ཆེན་པོ་མཁས་དབང་ཟམ་གདོང་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་དང་། རིག་གནས་སྤྱི་བའི་དབང་ཕྱུག་ཆན་པད་མ་རྒྱལ་མཆོན་ལྷ་ས་གཉིས་ཟབ་སྒྲོང་ཆན་དུ་བསྟེན་པར་མཛད།

བྱེ་ལོ་ ༡༩༩༩ ལོར་མེར་བྱེས་མཁས་སྟན་གྲུ་ཆང་དུ་དགེ་བཤེས་དམ་འཛིན་གནང་ནས་བོད་དུ་གཉན་འཕྲད་དུ་ཕེབས། དེའི་རིང་ལྷ་ས་སྤན་རྩིས་ཁང་གི་དགེ་ཆན་གྱི་སྤྱི་མདུན་ནས་ལྷ་

དང་མཉམ་ཞིབ་ཡིག་གཟུགས་སྒྲགས་སྐྱོང་མཛད། ལོ་ངོ་ཉི་ལྔ་པའི་དགེ་ལས་གནང་བའི་སྐབས་སུ་
སེར་བྱེས་ལྡང་རྒྱུད་གསར་ཤོག་ཆོག་མཁུ་ཆུང་ནས་གོ་སྤྲིག་གིས་སེར་བྱེས་ཆོས་རའི་ཆོས་མཁུ་
ནང་དགེ་འདུན་བཟེས་གཞིན་ཆེན་སྐྱོང་ལ་ཉེ་བའི་ཆོག་མཁུ་ཡོངས་སུ་རྒྱུད་གསལ་ཐོག་ནས་སྐྱེ་བུ་
པ་དང་རྟགས་འདུག་ཟབ་ཁྱིད་ཐེངས་གསུམ་དང་། གཞན་ཡང་ཆོག་མཁུ་པ་དང་ཁང་ཆོན་ཁག་མང་
དག་གིས་ལའང་སློབ་གཉེར་བ་ཞལ་གངས་བརྒྱ་ལྷག་མང་པོ་ལ་སྐྱེས་རྟགས་བཤད་ཁྱིད་པོ་མང་
གནང་། བོད་ཁྱིམ་གྱིས་མཆོན་པའི་སློབ་བྱ་བ་རྣམས་ལ་དགུན་ཁའི་གྲང་གསེང་དང་བསྟན་པེར་
བྱེས་བྱ་ཆང་གི་གོ་སྤྲིག་ཤོག་བོད་ཁྱིམ་སློབ་བྱ་གཞི་རྣམས་ལ་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་རིག་གནས་ཟབ་སྐྱོང་
ཐེངས་མང་སྤྱད། ས་གནས་བོད་ལྗོངས་རང་བདེན་ཚོད་ལོན་ཆོག་མཁུ་པ་ནས་གོ་སྤྲིག་གིས་དབུས་
ཉིན་སློབ་ཀྱི་ཕོ་ལའོར་གྲང་གསེང་སྐབས་བསྟན་ས་གནས་ཉིན་སློབ་སློབ་བྱ་གཞི་རྣམས་ལ་ཟབ་ཁྱིད་
ཐེངས་གསུམ་དང་། རྒྱན་དུ་རང་ཤག་ཏུ་འདེད་ཀྱིས་གནས་བུར་སྐྱོང་བྱ་དགོས་ཀྱི་སྐྱེ་སེར་སློབ་བྱ་
རྣམས་དང་། ལྷག་པར་གྱི་རྒྱ་ལ་བ་བོད་སྐད་སྐྱོང་འདོད་ཡོད་པ་རྣམས་ལ་བོད་སྐད་སོགས་
བསྐྱབས་དང་སློབ་བཞུགས་པ་མ་ཟད་དེད་གི་ཆར་མཐོ་སློབ་ཁག་ཏུ་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སློབ་ཁྱིད་ཀྱི་
མཛད་རིམ་སྐྱོང་བཞུགས་པ་དང་། དེ་བཟུགས་འདི་པར་སྐྱེན་ཞུས་པའི་ལོ་ ༡༩༩༧ ལོའི་ཡན་ལ་
ཁོང་གིས་སྐྱེས་རྟགས་བཤད་ཁྱིད་ཆར་བྱ་བུ་ཅེས་བྱས་ཡོད་པ་ཁོང་གི་གནང་བའི་སྤི་
ཞུའི་ལས་དོན་བསྐྱབས་པའི་མཛད་རིམ་སྤྱིར་བཏགས་ལས་གསལ་བ་བཅས།

༡༩༩༧༠༣༡༥ ལ་སེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚོམ་སྤྲིག་པས་བྱོགས་བཏུས་བྱས།

སྟོན་སྒྲེང་།

ནུས་དག་ཤི་མེད་རིགས་པའི་ལྷོ་མིག་གིས། །

སྟོ་གསལ་མཛོད་ཀྱི་སྟོ་མོ་ལེགས་འབྱེད་ད། །

སྟོ་ཁྲའི་སྟོངས་ཀྱི་ཤིང་རྩའི་སྟོལ་འབྱེད་ཆེ། །

ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཐོན་མི་བྲག་གི་ཡུལ། །

ཞེས་བསྟོད་བྲག་གིས་སྟོན་བསུས་ཏེ་སྐབས་འདིར་གང་སྒྲེང་བར་བྱ་བ་ནི་དེ་ཡང་
རང་ཅག་གངས་ཅན་པ་རྣམས་ཀྱི་བཀའ་ཤིན་གཞལ་བར་དཀའ་བའི་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་
མོ་ཐོན་མི་སམ་རྩོ་ཁས་དཀའ་བ་བརྒྱ་བྲག་གིས་སྟོ་ནས་བོད་མི་རང་ཉིད་ཀྱི་སྤྱི་
ཆོགས་ནང་སྟོལ་རྒྱུ་ཀྱི་སྐད་དང་མཐུན་པར་བོད་རྒྱལ་ཁབ་ཆེན་པོའི་སྐད་ཡིག་
འབྲན་རྒྱ་བྲལ་བ་ཞིག་གཏན་ལ་ཐབ་བཞི་ད་ལྟ་ང་ཆོའི་མིག་ལམ་དུ་གྱུར་པ་འདི་ཉིད་
རེད། དེ་དང་ཕྱོགས་མཚུངས་བོད་རང་ཉིད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ལ་དགོས་མཁོ་ཆེ་བའི་སྤྱ་
རིག་པའི་བསྟན་བཅོས་ཆེན་པོ་བརྒྱད་མཛད་པར་གྲགས་ཀྱང་བསྟན་པ་འཕེལ་
འབྱིབ་ཀྱི་དབང་གིས་ད་ལྟ་ང་ཆོས་ལོངས་སུ་སྤྱོད་བཞིན་པ་ནི་སུམ་ཅུ་པ་དང་།
རྟགས་འབྲུག་གཉིས་ལས་མ་འདས། འོན་ཀྱང་ད་ལྟ་ང་ཆོའི་སྤྱོད་བཞིན་པའི་བོད་ཀྱི་
སྐད་ཡིག་འདི་ནི་ཉ་ཅང་ཉག་སྤྱི་བའི་གནས་སུ་ལྷུང་བཞི་སྟོས་མ་དགོས་པར་འགོང་
ས་མཆོག་གིས་དུས་དང་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་གསུང་བཞིན་ཡོད་ལ་ཆང་མས་ཀྱང་མཁྱེན་
གསལ་ལྟར་ལགས། དེར་མ་ཟད་འགོང་ས་མཆོག་གིས་རང་ཅག་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་
ཆོས་དང་རིག་གཞུང་གི་ཆེད་དུ་སྤྱོད་པའི་འདྲེས་མེད་ཀྱིས་བྱི་རྒྱལ་ཕྱོགས་མཐའ་

ཁག་ལ་འབོད་བསྐྱེད་དང་རེ་འབོད་ཀྱི་ངང་ནས་སྐྱེ་ཆེ་མིའ་པོར་སྐྱེ་ངལ་བསྐྱེད་ས་དང་
སྐྱེ་ང་བཞིན་པ་དེ་ཡང་གཙུག་པོ་ནི་དེང་འཛམ་གྱི་སྒྲིང་འདིར་དཔལ་འབྱོར་དང་ཕྱི་
དངོས་པོ་ཡང་རྒྱས་ཆད་མཐོར་ཕྱིན་ཀྱང་ནང་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་ནི་དེའི་ཆ་ཙམ་ཡང་
མེད་པར་འཛིགས་སྒྲུང་དང་རེ་དོགས་ཀྱི་ངང་ནས་གནས་པ་དག་ཞི་བདེ་ཡོང་བའི་
ཐབས་སྟོན་པར་མཛད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་དེང་སང་ཆོན་རིག་གི་གནས་ཆད་མཐོ་རྩ་
ཕྱིན་ཀྱང་དེ་ཙམ་གྱིས་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་བསྐྱེད་པའི་རྒྱུ་དུ་གྱུར་པ་ག་ལ་ཡིན།
དེས་ན་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་འབྱུང་བའི་གནས་དམ་པ་བོད་རྒྱུད་ནང་བསྟན་ཉིད་ལས་
མ་འདས། གཉིང་ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་བོད་རྒྱུད་ནང་བསྟན་གྱི་གཞུང་ལ་ཐོས་བསམས་
གྱིས་སྒྲོ་ནས་དེའི་དོན་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་བདེ་སྒྲག་ཏུ་རྟོགས་པར་བྱེད་པ་ལ་སྤུས་
རྟགས་ཀྱི་གཞུང་ལ་སྦྱང་བ་མེད་ན་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་དོན་རྟོགས་པར་དཀའ་བས་
སྤུས་རྟགས་ཀྱི་གཞུང་ལ་འཇུག་དགོས་ལ། མ་ཟད་གོལ་བ་དོན་དུ་གཉེར་བའི་སྤྱེས་
བྱའི་འདོད་དོན་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ལ་ཡང་རིག་པའི་གནས་ལྡེ་ལ་མཁས་པར་སྦྱང་
དགོས་ཏེ།

མདོ་སྤེ་རྒྱན་ལས། རིག་པའི་གནས་ལྡེ་དག་ལ་བཙོན་པ་མ་བྱས་ན། །འཕགས་
མཆོག་གིས་ཀྱང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་ཉིད་མི་འབྱུར་བས། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

སྤུས་རྟགས་ཀྱི་གཞུང་ལ་ཡང་འགྲེལ་བྱེད་གྲངས་ལས་འདས་པ་ཡོད་ཀྱང་དེ་དག་
གི་ནང་ནས་རབ་དང་ལུས་དུ་ཕྱིན་པ་ནི་བོད་ཕྱི་ནང་གཉིས་ལ་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་ནི་
བྱ་ཏེའི་སྤུས་རྟགས་ཀྱི་འགྲེལ་བ་དང་། སི་རྟའི་སྤུས་རྟགས་ཀྱི་འགྲེལ་བ་འདི་གཉིས་
ཡིན་ལ། འདི་གཉིས་འཆད་ཁྲིད་ཀྱི་མཁས་པ་ཡང་གྲངས་ལས་འདས་མོད། འོན་ཀྱང་

ཆན་འདི་ཉིད་ཀྱི་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་ཁྲིད་ཅུལ་དང་གཞུང་དོན་ལུང་རིགས་གཉིས་ཀྱི་སློ་
ནས་གཏན་ལ་འབེབས་སྐྱདས་ཐང་མཁས་པ་གཞན་དང་མ་འདྲ་བ་ནི། དབང་རྒྱལ་
བདག་ལྷ་བུའི་སློབ་ཆོགས་ལ་གཞུང་དོན་འཆད་ཁྲིད་སྐབས་སུ་གོ་བདེ་བའི་ཆེད་
ལུས་ཀྱི་རྣམ་འགྲུར་དང་། དེ་བཞིན་དག་གི་རྣམ་འགྲུར་དཔེར་བརྗོད་ཀྱང་ང་ཆོའི་
ལག་ཏུ་གཟུང་བའི་སྡེ་བུ་གཅིག་གི་ཐོག་ནས་རྣམ་དབྱེ་དང་། སྤང་། བདག་གཞན།
དུས་གསུམ། བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་མ་ཆང་བ་མེད་པར་སྟོན་གནང་མཛད་པ་སོགས་
ཁྱད་ཆོས་སྒྲ་ན་མེད་པ་མཆིས་ཀྱང་ཀན་ལགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ་ལྷ་བུ་ལ་བདག་
ལྷ་བུས་རྒྱ་ཐིགས་ཅམ་ལས་སློས་ག་ལ་ཐུབ། དེས་ན་སེར་ལྷོ་ཁམས་ཆན་ཀྱི་རིག་
གནས་འཛིན་སྐྱོང་གྲེ་ཆན་ཀྱི་འགན་ཁུར་བ་ཆབ་རིལ་རིམ་བྱོན་དང་ང་ཆོ་ཟུར་རྟིང་
གོང་མའི་འཛིན་བྲལ་སོགས་ཀྱིས་སྡེ་བུར་ཀན་ལགས་ཀྱི་སར་ཐེངས་མང་བསྐྱར་ནས་
སུམ་རྟགས་ཀྱི་འགྲེལ་བ་ཞིག་ཚུལ་རོགས་ཞེས་ལན་མང་སྐྱུལ་རོར་མཐའ་མར་ཞལ་
གཞེས་གཙང་མ་ཐོབ་སྟེ་སུམ་རྟགས་ལ་འཇུག་པའི་བྱིས་ལན་གསེར་ཀྱི་ལྷེ་མིག་
ཞེས་པའི་དེབ་གཟུགས་འདི་རྣམ་པ་ཆོའི་སྤྱན་ལམ་དུ་འབུལ་ཐུབ་པ་བྱུང་བ་རེད། ང་
ཆོར་དབང་བསྐྱར་ཀྱི་ཉམས་ཐོང་མེད་ཁར་དབང་ཅ་སྤྲིག་འཇུག་སྐབས་ཡིག་ཚོར་
དང་ཆོག་དོན་ཆད་ལྷག་མང་དག་ཅིག་ཡོད་སྲིད་པས་རྒྱ་ཆེའི་སློག་པ་པོ་དང་མཁས་
དབང་རྣམ་པར་བཟོད་གསོལ་དང་ལམ་སྟོན་གནང་རོགས་ཞེས་གསོལ་འདེབས་
ལན་བརྒྱར་ལྟ། ॥

༢༠༡༣ ཕྱི་ཟླ་༡ ཆོས། ༢༩ ཉིན་ཚུལ་སྒྲིག་པས།

༡༡། །སུམ་རྟགས་ལ་འཇུག་པའི་རྩིས་ལན་གསེར་གྱི་ལྗེ་མིག་
ཅེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

རི་སྟོད་ཤེས་བྱའི་མཁའ་དབྱིངས་སུ། །
བདེ་བར་བསྐྱོད་པའི་ལམ་པོ་ཆེ། །
གོགས་མེད་ལམ་བཟང་བདེ་སྟོང་གཞུང་། །
གསལ་མཛད་ཐོན་མིར་སྟོང་ནས་འདུད། །

མེས་པོའི་རྩོན་ལས་དེར་རབས་སུ། །
སུམ་རྟགས་འགྲེལ་གསེར་མཁོ་མེད་ཀྱང་།
རྩིས་ལན་ཚུལ་དུ་སྐྱུལ་བའི་ངོར། །
རང་ལུགས་གོ་བདེར་བཤད་པར་བྱ། །

དེ་ཡང་དབྱངས་ཅན་གྲུབ་པའི་རྫོང་རྩེས། །འདི་ལ་མ་སྦྱངས་སྒྲོངས་ཆོད་
གྱིས། །འཆད་ཚོད་ཚོམ་པའི་གྲར་འཇུག་པ། །ལྷ་སྦྱེས་སེང་ལྷགས་གྲོན་པ་
བཞིན། །ནམ་ཞིག་རྩིས་ངན་གསལ་བར་འགྱུར། །ཞེས་རི་སྟོང་གསུངས་པ་བཞིན་
སྒྲོངས་པ་བདག་ལྟ་བུས་སུམ་རྟགས་གཞུང་གི་དགོངས་དོན་འགྲེལ་བཤད་བྱེད་པ་
ནི། ཆེས་མི་འོས་མི་འཆམས་ཤིང་མཁས་སྒྲོམ་འགྲེལ་ཞིག་གྱང་ཁྱེས་པའི་གནས་སུ་
འགྱུར་གྱིད་པ་ནི་ཆོས་ཉིད་ཡིན། སྦྱིར་ན་གཞུང་དོན་ལ་ལོ་མང་གོམས་འདིས་བསྟེན་

ཅིང་གཞུང་དོན་གདེངས་འཁེལ་བ་ཞིག་མ་བྱུང་བར་མཁས་པའི་གྲགས་པ་ཁོ་ནའི་
རྗེས་སུ་བསྐྱེད་པ་ཏེ་འོབས་ཚོད་ཀྱིས་གཞུང་འཆད་པ་དང་རྩོམ་པའི་བྱ་བ་ལ་འཇུག་
པ་ནི་ཁོང་བས་ཁོང་བ་འཁྲིད་པ་ལྟར་གཞན་ལ་མན་ལས་གནོད་ཆེ་བ་ཡིན་མོད། རང་
གིས་གང་ཤེས་གཞན་ལ་འཆད་པ་དང་རྩོམ་པའི་སློན་ནས་མན་པ་བསྐྱབ་མི་ཐུབ་ན་
ཤེས་པའི་དགོས་དོན་ཡང་མི་འབྱུང་སྟེ། ཤིང་བཟང་བགས་པའི་འོག་ལ་རུལ། །ཟེར་
བའི་དཔེ་ལྟར་འགྲུང་རྒྱ་ལས་སྐལ་མཉམ་གཞན་གྱི་རེ་འདུན་སྐོང་བར་མི་རུས། དེས་
ན་ཁོ་བོ་རང་ཉིད་ལྟ་བུ་བཟང་བྱ་བྱུག་ཅུང་མ་སོན་བར་རྩོམ་པའི་བྱ་བ་ལ་མི་འཇུག་
སྟམ་པའི་འདུ་ཤེས་དམ་འཛིན་དུ་ཡོད་ནའང་། ལོ་མང་སྡོན་ནས་སྐད་ཡིག་རིག་
གཞུང་ལ་དོ་སྣང་ཅན་མང་པོས་ཁྲིད་ཀྱིས་རིག་གནས་བཤད་ཁྲིད་བྱེད་ཐབས་བཞིན་
ཡིག་ཐོག་ནས་ལྟ་སྟོག་བྱ་རྒྱ་དང་། སྤྱི་འཇུག་འོད་སྟེར་ཐོག་ཉན་རྒྱ་ཡོད་པ་ཞིག་དེས་
པར་དུ་བཟོ་གནང་དགོས་གཤམ་ཞེས་རེ་སྐུལ་དང་ལེགས་ཆ་འདོན་མཁན་རི་སྟེད་
ཅིག་བྱུང་། དེ་དག་གིས་ཀྱང་འདི་ལྟར་བཟོ་སྐྱབ་གནང་གི་ཡོད་དམ་ཞེས་ཡང་ཡང་
སྐུལ་འདེད་བྱེད་པ་དང་། ལྷག་པར་སེར་བྲེས་ལྟོ་བ་ཁང་ཆོན་གྱི་རིག་གནས་སྤེལ་
གོ་སྟོག་ཆོག་ས་རྒྱུད་རིམ་པས་བསྐྱོད་དུ་མེད་པའི་ནན་ཆེར་བསྐུལ་མ་གནང་བ་ལ་
བརྟེན། ད་རེས་དུས་ལ་མ་བབ་ཀྱང་སྐུལ་འོ་མ་བསྐྱོད་ཅམ་དུ་ལོ་མང་རིག་གནས་
བཤད་ཁྲིད་བྱེད་པའི་ཉམས་སྟོང་གི་ཐོག་ནས་སུམ་རྟ་གཉིས་ཀྱི་དགོངས་དོན་བྲ་
མི་གཉིས་སོ་སོའི་བཞེད་པ་དང་། རང་ལུགས་གསལ་བཤད་དགོས་པ་ནམས་བྱི་བ་
དེས་ལན་གྱི་ཚུལ་དུ་ཐོགས་སོ་ནང་ཆགས་ལ་བསམ་ཚུལ་བཤད་པ་ལྟར་འབྲི་རྒྱ་
ཡིན་པས། འདིའི་ནང་ཡོངས་གྲགས་མིན་པའི་དབྱུང་གཞིའི་ཚུལ་དུ་འགོད་པའི་རང་

གི་འདོད་ཚུལ་ཟུར་བ་མང་དག་ཅིག་ཐལ་སོང་ན། དེ་དག་གྲོག་པ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་
གཟེགས་ཅམ་ཉིད་ནས་འདོགས་སྒོ་མ་ཐེབས་པར་ཐུགས་བག་ཡངས་ཀྱིས་དབྱང་
ཞིབ་གནང་སྟེ་འདོར་ལེན་གང་དགོས་རང་གི་ཕྱག་རྒྱ་ཡོད་པས་སྤང་བྲང་མ་འཕྱག་
པར་གནང་གལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་བ་ཞུ། །

སུམ་རྩ་པའི་དྲི་བ་དྲིས་ལན།

༡༽ རྒྱ་གར་ལེགས་སྦྱར་སྐད་ཀྱི་ཐོག་ནས་བསྟན་བཅོས་འདིའི་མཆན་ལ་གང་ཞུ་
བ་རེད་དམ།

ལན། བྱ་ཉིས། བྱ་ཀ་ར་ཏ་ཏི་འད་རྒྱ་མ། ཞེས་དང་། སི་རུས། བྱ་ཀ་ར་ཏ་ཐུ་ལ་ཏི་
འད་རྒྱ་མ། ཞེས་གསུངས།

༢༽ བོད་སྐད་དུ་བསྟར་ན་བསྟན་བཅོས་འདིའི་མཆན་གང་རེད་དམ།

ལན། བྱ་ཉིས། བྱང་སྟོན་པ་སུམ་རྩ་བ། ཞེས་བ་དང་། སི་རུས། བྱང་སྟོན་པ་རྩ་བ་
སུམ་རྩ་བ། ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

༣༽ རྒྱ་མཆན་ག་རེའི་ཆེད་དུ་བྱ་ཉིས་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་མཆན་ལ་རྩ་བ་ཞེས་མ་
གསུངས་པ་ཡིན་ནམ།

ལན། རྒྱ་མཆན་གང་ཡིན་ཞེ་ན། བྱ་ཉིས་སུམ་རྩ་པའི་གཞུང་འདི་བྱ་ཀ་ར་ཏ་ཏི་རྩ་བ་
བརྒྱད་པ་ལས་ཀྱན་རུ་བཟང་པོའི་བྱ་ཀ་ར་ཏ་དང་པོའི་སྐབས་ཉེ་ལུ་བཤོ། །ཞེས་
འགྲེལ་བྱེད་ལྟར་བས་པའི་དགོངས་པ་འགྲེལ་ཚུལ་ལྟར་རྩ་བ་ཞེས་མ་གསུངས་པ་
ཡིན།

༤༽ འོན་མེད་ཏུས་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་མཆན་དུ་ཅ་བ་ཞེས་སྟོས་དགོས་པའི་ཁྱད་ས་
གང་ལ་གཏུགས་པ་རེད་དམ།

ལན། བསྟན་བཅོས་འདིའི་གཤམ་དུ། བསྐྱབ་ལ་བཅོན་པའི་གང་ཟག་གིས། ཏང་པོ་
ང་རོ་རྣམས་ལ་སྦྱང་། ཞེས་དང་། བསྐྱབ་པའི་རིམ་པ་དེ་ཡིས་ནི། ཞེས་དང་། དེ་
ཕྱིར་དང་པོར་འདི་ཉིད་བསྐྱབ། ཁེས་པའི་གཞུང་ཆོག་དེ་དག་གིས་བད་སྟོད་པའི་
བསྐྱབ་བྱའི་གནད་དང་པོ་སྤུམ་ཅུ་པའི་གཞུང་འདི་ཉིད་ཡིན་པར་བསྐྱབས་པ་ཡིན།
རི་ལྟར་ཞེ་ན། བསྐྱབ་བྱའི་གནད་བད་སྟོད་སྤུམ་ཅུ་པའི་གཞུང་ལ་དོ་བཅོན་ལྟར་
པའི་གང་ཟག་གིས་དང་པོར་ང་རོ་སྟེ་ཡི་གེ་དབྱངས་གསལ་གཉིས་དང་། སྟོན་
རྩིས་མིང་གསུམ། བཅེགས་འདོགས་དང་བཅས་པ་པན་ཚུན་སྟོར་བའི་ཡི་གེའི་
སྒྲ་གདངས་ཟུར་ཕྱིན་པ་སྦྱང་དགོས་པར་སྟོན་པའི་ཕྱིར། བསྐྱབ་ལ་བཅོན་པའི་
གང་ཟག་གིས། ཏང་པོ་ང་རོ་རྣམས་ལ་སྦྱང་། ཞེས་གསུངས་ཤིང་། བསྐྱབ་པའི་
རིམ་པ་དེ་ཡིས་ནི། ཞེས་པས་སྤུམ་ཅུ་པའི་གཞུང་ལ་བསྐྱབ་པ་སྟེ་སྦྱང་བའི་གོ་
རིམ་རི་ལྟར་གསུངས་པ་དེ་ལྟར་བྱེད་པ་ཡིས། ཞེས་དང་། དེ་ཕྱིར་དང་པོ་འདི་ཉིད་
བསྐྱབ། ཁེས་པས་རི་ལྟར་གསུངས་པའི་བསྐྱབ་ཚུལ་གོ་རིམ་དེ་ལྟར་དོན་གཉེར་
ཅན་གང་ཞིག་གིས་འབད་བཅོན་ཚུང་དུ་ཅམ་བྱས་པས་ཀྱང་རང་རྒྱུད་ཀྱི་མོངས་
པ་ལས་གྲོལ་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་པས་རྒྱ་མཆན་དེ་ཡིས་ཕྱིར་དང་པོ་སྟེ་ཐོག་མར་
འཆད་བཞིན་པའི་སྤུམ་ཅུ་པའི་གཞུང་འདི་ཉིད་བསྐྱབ་པར་བྱ་དགོས་པ་ཡིན་ཞེས་
པའོ། །

༥༽ བྲ་སི་གཉིས་སོ་སོས་བསྟན་བཅོས་འདིའི་མཆན་ཀྱི་དོན་རི་ལྟར་གསུངས་

ཡོད་དམ།

ལན། བྱ་ཉིས། སྐྱ་ཡི་མཚན་ཉིད་མིང་ཆིག་ཡི་གཤེ་རྣམ་འགྲུར་གྱི་སྐོན་ནས་དོན་ལུང་
དུ་སྐོན་ཞིང་། ཀྲ་ལི་སུམ་རྩའི་སྦྱོར་བ་རྒྱ་ཆེར་སྐོན་པས་དེ་སྐད་ཅེས་བྱ་བའོ་ཞེས་
དང་། སི་རུས། སྐྱ་ཡི་མཚན་ཉིད་ལུང་དུ་སྐོན་ཅིང་ལེའུ་ཕྱི་མ་རྣམས་ཀྱི་རྟེན་
གཞིར་གྱུར་བ་གང་ཞིག །གཞུང་ཆད་ལོ་ལོ་ཀ་སུམ་རྩར་གནས་པས་དེ་སྐད་
ཅེས་བྱ་བའོ་ཞེས་གསུངས།

༤༽ སྐྱ་ཡི་མཚན་ཉིད་ལུང་དུ་སྐོན་ཟེར་བའི་ཆིག་དོན་གང་ལྟར་དང་།

ལན། སྐྱ་ཞེས་པ་ནི་སྐད་ཡིག་དང་། མཚན་ཉིད་ཅེས་པ་ནི་རྣམ་གཞག་གམ་གནས་
ལུགས་སམ་སྤྱི་གཞིའམ་འགོ་སྟངས་ཤིག་སྟེ། ལུང་དུ་སྐོན་པ་ཞེས་པ་ནི་གོ་བརྟ་
སྟོང་པ་ལ་ཟེར་ཞིང་། དོན་བསྐྱུས་ཏེ་གོ་བདེ་བར་བཤད་ན། བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གི་
སྤྱི་གཞི་གཞི་གོ་བརྟ་སྟོང་པའི་སྟོབ་ཚན་ཡིན་པས། སྐྱ་ཡི་མཚན་ཉིད་ལུང་དུ་སྐོན་
ཟེར་བ་རེད།

༥༽ སི་རུས་ལེའུ་ཕྱི་མ་རྣམས་ཀྱི་རྟེན་གཞིར་གྱུར་པ་ཞེས་པའི་ཆིག་གི་གོ་དོན་
གང་རེད།

ལན། ད་ལྟ་ཡོད་བཞིན་པའི་རྟགས་འཇུག་དང་རྒྱབ་ནས་མེད་པར་གྱུར་པའི་བརྟ་
སྟོང་གྱི་གཞུང་དུག་པོ་ལ་ལེའུ་ཕྱི་མ་ཟེར་ཞིང་། ལེའུ་ཕྱི་མ་དེ་རྣམས་བསྐྱུ་
བཤམ་ཤེས་པར་བྱ་བ་ལ་གཞི་རྩ་སྟེ་ཐོག་མར་སུམ་རྩ་པའི་གཞུང་ལ་སྦྱངས་པ་
བརྟེན་དགོས་པའི་ཆ་ནས། རྟེན་གཞིར་གྱུར་པ་ཞེས་ཟེད། དོན་བསྐྱུས་ཏེ་བཤད་
ན། བརྟ་སྟོང་གྱི་གཞུང་ཕྱི་མ་རྣམས་ཤེས་པ་ལ་ཐོག་མར་སུམ་རྩ་པའི་གཞུང་ལ་

སྤང་བཅོན་བྱེད་པར་སྡོན་དུ་སོང་དགོས་པ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

༡༽ གཞུང་ཚད་ཤོ་ལོ་ཀ་སྤུམ་ཅུར་གནས་པ་ཞེས་པའི་གོ་དོན་གང་ཡིན་ནམ།
ལན། ཆོག་རྒྱུ་མང་ཅུང་གི་ཚད་གཞི་ལ་གཞུང་ཚད་ཅེས་བྱ་ཞིང་། ཆོག་རྒྱུ་བཞི་
ཅན་གྱི་ཆོག་ས་བཅད་ལ་ཤོ་ལོ་ཀ་ཟེར་བ་དང་། སྤུམ་ཅུར་གནས་པ་ནི་ཤོ་ལོ་ཀ་
སྤུམ་ཅུ་ཡོད་པ་སྟེ། མདོར་ན་བསྟན་བཅོས་སྤུམ་ཅུ་པའི་གཞུང་ཚད་ལ་ཆོག་ས་
བཅད་སྤུམ་ཅུ་ལ་ཉེ་བར་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས། གཞུང་ཚད་ཤོ་ལོ་ཀ་སྤུམ་
ཅུར་གནས་པ་ཞེས་ཟེར་བ་རེད།

༢༽ ཀན་ལགས་སྤངས་དྲོགས་འབྲི་བྱ་རྒྱུ་ལ། སྤུམ་ཅུ་པ་ཞེས་པའི་མཚན་བྱུང་གི་
སྤུམ་ལ་ག་སྡོན་འཇུག་མི་འབྲི་བ་དང་། ཅུ་ལ་བ་སྡོན་འཇུག་མི་འབྲི་བའི་གནད་
འགག་གང་ཡིན་ནམ།

ལན། བྱེད་རང་གིས་ཐི་བ་ཡག་པོ་ཞིག་བཞོད་གནང་སོང་། སྤྱིར་བཏང་གངས་
གསུམ་ལ་སྡོན་འཇུག་ག་དང་། བཅུ་ལ་སྡོན་འཇུག་བ་འབྲི་རྒྱུ་གནང་ཆོག་གི་
ཡོད་པ་ངས་ཁྱེད་ཀྱི་དགོས་ཀྱང་། ཡིན་ནའང་སྤུམ་ཅུ་ཞེས་པའི་སྐབས་སྤུམ་ལ་ག་
སྡོན་མི་འབྲི་བའི་གནད་འགག་ནི། སྤུམ་གངས་མིང་མཐའ་སྤྱི་མར་སྡོས་ཆེ་ག་
སྡོན་འཇུག་དོར་ཞིང་། མིང་མཐའ་སྤྱི་མར་སྡོས་ཆེ་ག་སྡོན་འཇུག་འབྲི་དགོས།
དཔེར་ན། སྤུམ་གངས་མིང་མཐའ་སྤྱི་མར་སྡོས་པ། སྤུམ་མདོ། སྤུམ་གྲི། སྤུམ་
འགྲུལ། སྤུམ་ལོག། སྤུམ་ཅེན། སྤུམ་ཅུ། ལྷ་བྱ་དང་། མིང་མཐའ་སྤྱི་མར་སྡོས་པ་
དཔེར་ན། མཆོག་གསུམ། དེགས་གསུམ། ཆ་གསུམ། ཆོལ་གསུམ། ཅེ་གསུམ་
ཞེས་འབྲི་བ་ཡིན། ཡང་སྤུམ་ཅུ་ཞེས་པའི་ཅུ་ལ་བ་སྡོན་འཇུག་མི་འབྲི་བ་ནི། རང་

གང་ལ་སྐྱར་བའི་གངས་དེར་རྗེས་འཇུག་ཡོད་མེད་ཁྱད་པར་གྱིས་ཡོད་ན་བ་སྟོན་
འཇུག་མེད་པའི་ཙུ་དང་། མེད་ན་བས་འཕུལ་ཅན་གྱི་བཙུ་ཞེས་འབྲི་བ་ཡིན།
དཔེར་ན། སུམ་ཙུ། བཞི་བཙུ། ལྷ་བཙུ། རྩལ་ཙུ། མདུན་ཙུ། བརྒྱད་ཙུ། དབྱ་བཙུ།
ཞེས་འབྲི་སྟོལ་ཡོད་པའི་གནད་འགག་དེ་ཆོ་ཤེས་རྒྱ་གལ་ཆེན་པོ་འདུག །

༡༠ ་། བསྟན་བཅོས་འདིའི་མཆན་བརྗོད་བྱེད་བྱེད་གང་གི་སྟོན་ས་བཏགས་པ་
ཡིན་ནམ།

ལན། བཤིས། བརྗོད་བྱའི་སྟོན་ས་བཏགས་པ་ཡིན་ཞེས་པ་དང་། སི་རུས། རྗོད་བྱེད་
གྱི་སྟོན་ས་བཏགས་པ་ཡིན་ཞེས་གསུངས།

༡༡ ་། བཤིས། བསྟན་བཅོས་འདིའི་མཆན་བརྗོད་བྱའི་སྟོན་ས་འདོགས་ཚུལ་ནི་
ལྷར་གསུངས་ཡོད་དམ།

ལན། བསྟན་བཅོས་འདིས་ཀླ་ལི་སུམ་ཙུའི་སྐྱར་བ་རྒྱ་ཆེར་སྟོན་པས་བརྗོད་བྱའི་སྟོ་
ན་ས་བཏགས་པའོ། ཞེས་གསུངས།

༡༢ ་། སི་རུས། བསྟན་བཅོས་ཀྱི་མཆན་རྗོད་བྱེད་ཀྱི་སྟོན་ས་འདོགས་ཚུལ་ནི་ལྷར་
གསུངས་སམ།

ལན། བསྟན་བཅོས་འདིའི་གཞུང་ཆད་པོ་ལོ་ཀ་སུམ་ཙུར་གནས་པས་དེ་སྐྱད་ཅེས་
བྱའོ། ཞེས་རྗོད་བྱེད་ཀྱི་སྟོན་ས་བཏགས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས།

༡༣ ་། བཤིས་ཀླ་ལི་སུམ་ཙུའི་སྐྱར་བ་རྒྱ་ཆེར་སྟོན་པས་ན། ཞེས་པའི་དགོངས་པ་
འགྲེལ་ཚུལ་ནི་ལྷར་ཡིན་ནམ།

ལན། བསྟན་བཅོས་སུམ་ཙུ་པས། མིང་གཞི་ཀླ་ལི་སུམ་ཙུའི་རྗེས་སུ་སྐྱར་བ་བྱ་

རྒྱལ་ཁྲིམ་འབྲུག་ཡི་གེ་བཙུང་བྱུང་ཚུལ་རྒྱལ་པར་བཤད་ཅིང་། དེ་དག་ལ་
དབྱངས་སོགས་སྒྱུར་ནས་ནམ་དབྱེ་ཆོག་འཕྲད་བྱུང་ཚུལ་དང་། དོན་གང་ལ་
སྒྱོར་བའི་ནམ་གཞག་སོགས་རྒྱ་ཆེར་རམ་རྒྱལ་པར་བཤད་པས་ན། ཀྲ་མི་སྐུམ་
ཅུའི་སྒྱོར་བ་རྒྱ་ཆེར་སྟོན་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

༡༩༽ བསྟན་བཅོས་འདིར་འགྱུར་བྲག་རི་ལྟར་མཛད་ཡོད་དམ།

ལན། བྲ་ཏིས། སྒྲ་བའི་དབང་བྲག་ལ་བྲག་འཆལ་ལོ། ཞེས་དང་། སི་ཏུས། ངག་གི་
དབང་བྲག་འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་བྲག་འཆལ་ལོ། ཞེས་གསུངས།

༡༥༽ བསྟན་བཅོས་འདི་རྒྱ་གར་སྐད་ནས་བསྒྱུར་བ་མ་ཡིན་བཞིན་རྒྱ་འགྱུར་དང་
འབྲ་བར་འགྱུར་བྲག་གི་ཚུལ་དེ་ལྟར་མཛད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆན་གང་ཡིན་ནམ།

ལན། བྲ་ཏིས། རྒྱ་གར་བའི་མཁས་པ་དང་དེས་མཛད་པའི་བསྟན་བཅོས་ཁྲུངས་དང་
ཆད་མ་བྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ། མཁན་སོ་འདི་དང་འདིས་མཛད་པའི་བསྟན་བཅོས་
ནམས་ཀྱང་དེ་དང་མ་ཐུན་པར་ཡིད་ཆེས་པའི་གནས་སུ་གོ་བའི་ཆེད་ཡིན་
ནོ། ཞེས་དང་། སི་ཏུས། འཕགས་ཡུལ་ནས་བསྒྱུར་པའི་བསྟན་བཅོས་ཁྲུང་པར་
འཕགས་པ་ནམས་དང་མཆུངས་པར་ལྟ་ཞིང་དོན་དུ་གཉེར་རིགས་སོ་ཞེས་
འདོམས་པའི་ཆེད་དུ་ལོ། ཞེས་གསུངས།

༡༦༽ སྐུམ་ཅུ་པའི་སྐབས་མཆོད་པར་བརྗོད་པའི་ཡུལ་བཞི་དེ་གང་དང་གང་རེད་
དམ།

ལན། མཆོད་བརྗོད་ཀྱི་ཡུལ་བཞི་སྟེ། སྤྱིར་དཀོན་མཆོག་ལ་བྲག་འཆལ་བ། བྲེ་
བྲག་ཏུ་འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་བྲག་འཆལ་བ། དགོས་པའི་དབང་གིས་རྟག་ཞི་བ་

ལ་ཕྱག་འཆའ་བ། དེན་གཞོ་བའི་བྱིར་མཁས་པ་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་ལ་ཕྱག་འཆའ་བ་
སྟེ་བཞིའོ།

༡༥༽ མཆོད་བརྗོད་ཅེས་པའི་ཆོག་གི་གོ་དོན་གང་ཡིན་ནམ།
ལན། གོང་དུ་བཀྱར་འོས་པའི་དམ་པའི་ཡོན་ཏན་ལ་བསྐྱགས་བརྗོད་བྱེད་པའི་དག་
ཅིག་ལ། མཆོད་བརྗོད་ཟེར་བ་རེད།

༡༦༽ ཐོན་མིས་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་ཐོག་མར་མཆོད་བརྗོད་མཛད་པའི་དགོས་པ་གང་
ཡིན་ནམ།

ལན། རང་གི་བཞེད་དགོངས་ལྟར་བསྟན་བཅོས་ཚུམ་པར་གོགས་མེད་ལམ་སྟོང་
མཐར་བྱིན་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ་མཆོད་བརྗོད་མཛད་པ་ཡིན་ནོ།

༡༧༽ སྤྱིར་དགོན་མཆོག་ལ་ཕྱག་འཆའ་བའི་ཚུལ་ཇི་ལྟ་ཡིན་ནམ།

ལན། ཅུ་བ་ལས། གང་ལ་ཡོན་ཏན་མཆོག་མངའ་བའི། དགོན་མཆོག་དེ་ལ་ཕྱག་
འཆའ་ལོ། །ཞེས་གང་སུའང་རུང་བ་ཞིག་ལ་ནོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་དང་ཆོས་
མཚུངས་པའི་ཡོན་ཏན་ཕྱན་སུམ་ཆོགས་པ་མངའ་བའམ་ཡོད་པ་ནི་དགོན་
མཆོག་སྟེ། དེ་ལྟ་བུའི་དགོན་མཆོག་རང་སྟེ་ནང་པའི་དོར་སྐྱབས་ལུལ་དགོན་
མཆོག་གསུམ་པོ་ཡིན་པས་དེ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ་ཞེས་དག་གི་སྟོན་ས་མཆོད་
པར་བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ། །པལ་སྐད་དུ། སུ་ལ་ཡོན་ཏན་ཕྱན་སུམ་ཆོགས་པ་ཡོད་པ་
དེ་ནི་དགོན་མཆོག་ཡིན་པས་དེ་ལྟ་བུ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། ཟེར་བ་རེད།

༡༨༽ མཆོད་བརྗོད་དང་པོའི་སྐབས་སུ་དགོན་མཆོག་གསུམ་ཞེས་དངོས་སུ་མ་
སྟོས་པར། དགོན་མཆོག་དེ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །ཞེས་གསལ་བའི་ཚུལ་དུ་དེ་སྟེ་

སྟོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ནམ།

ལན། རོན་མིས་རང་གིས་བརྩམས་ཆོས་བད་སྟོད་ཀྱི་གཞུང་རྣམས་ཕྱི་ནང་ཐུན་མོང་
པའི་བསྐབ་བྱའི་གནད་ཡིན་པར་ཤེས་པའི་ཆེད་དུ་འདི་ལྟར་གསུངས་པ་ཡིན། ཇི་
ལྟར་ཞེན་སྦྱིར་དཀོན་མཆོག་ཅེས་པ་ནི་ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀས་སྐབས་ལུལ་དུ་ཁས་
སྤངས་པ་བཞིན་རང་གང་ལ་དད་པའི་དཀོན་མཆོག་དེ་ལ་དགོངས་པ་འབྲེལ་
དགོས་པའི་སྟེད་དུ། དཀོན་མཆོག་དེ་ལ་བྱུག་འཆལ་ལོ། །ཞེས་དེ་སྐྱ་གསལ་བའི་
དངོས་པོ་ལ་འཇུག་པའི་ཚུལ་དུ་ཆེད་དུ་སྟོས་པ་ཡིན་ནོ། །

༡༡ ་། དཀོན་མཆོག་དེ་ལ་བྱུག་འཆལ་ལོ། །ཞེས་པའི་ལ་སྐྱ་དེ་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་
དང་བཞི་པ་གང་ཡིན་ནམ།

ལན། ར་ཉིས། རྣམ་དབྱེ་བཞི་པར་འདོད་ཅིང་། སྐབ་བྱེད་དུ་ཡོན་ཏན་གྱི་བྱང་པར་
མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་དཀོན་མཆོག་དེའི་ཆེད་དུ་བྱུག་འཆལ་ལོ། །ཞེས་གསུངས། སི་
ཏུས། རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པར་བཞེད་དེ། ལུལ་བྱང་པར་ཅན་ལ་བྱུག་བྱེད་པ་ནི་བྱུག་
བྱེད་པ་པོ་ཉིད་དམ་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་དོན་ལས་བྱུག་ལུལ་དེའི་ཆེད་དུ་མིན་པ་ནི་
གནག་རྩིས་ཀྱང་རྟོགས་སྤྲོ་བའི་ཕྱིར། བྱུག་གི་ལུལ་ལ་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་འཇུག་
པ་ལས་འོས་མེད་དོ། །ཞེས་གསུངས།

འདི་ཐད་ཅུང་ཟད་དབྱེད་ན། གོང་གི་མཁས་པའི་བཞེད་ཚུལ་མི་མཐུན་པ་གཉིས་
ལས་གང་ཞིག་འཐད་དམ་མི་འཐད་ཅེ་ན། འདི་འཐད་ཅིང་འདི་མི་འཐད་ཅེས་ལྟ་
བྱུང་གི་རྣམ་གཞག་ལྟར་ཅོད་པ་རྒྱག་དགོས་དོན་གང་ཡང་མེད་ལ། གཉིས་ཀ་
འཐད་ཕྱོགས་སུ་ཁས་སྤངས་ན་ཡང་སྐབས་མི་བདེ་བ་ཡོང་རྒྱ་ཞིག་ལས། དོན་

འབྲས་མོན་པའི་ངེས་ཤེས་རྟེན་པར་དཀའ། རང་ལུགས་ལ་དགོན་མཆོག་དེ་ལ་
 ལྷན་འཆའ་ལོ། །ཞེས་པའི་ལ་དོན་དེ་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་བཞི་གང་ཡིན་ཐོག་བྱ་མི་
 གཉིས་བཞི་དུ་ལྷན་མི་འདྲ་བ་ཞིག་བྱུང་བ་ཡོད་པ་ཅམ་ལས། ལྷན་རྣམ་དབྱེ་
 གཉིས་པ་དང་བཞི་པའི་འདོད་ཚུལ་ལ་ཁྱད་པར་གང་ཡང་མེད་པར་ཤེས་དགོས།
 དགོན་མཆོག་དེ་ལ་ཞེས་པའི་ལ་སྐྱ་དེ་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་ལས་ཀྱང་བཞི་པ་
 དགོས་ཆེད་དུ་བཞག་ན་གོ་རྒྱ་ཆེ་བ་ཡོད། དེ་ཡང་དགོན་མཆོག་ལྷན་བྱ་པའི་
 ལུལ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་དང་། དགོན་མཆོག་གི་ཆེད་དུ་ལྷན་འཆའ་
 བའས། ལྷན་བྱེད་པ་པོ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་རྣམ་དབྱེ་
 བཞི་པ་སྐྱབ་མི་ལྷན། འོན་ན་རི་ལྷན་སྐྱབ་ཅེ་ན། ལྷན་མཆོད་ཀྱི་ལུལ། དགོན་
 མཆོག་དང་། ཤེས་ལྷན་ལ་སོགས་པ་ནི། རང་གི་ཤེས་རྒྱུད་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོབ་
 བྱ་མཐར་ལྷན་ཡིན་པའི་གནད་ཀྱིས་དམིགས་བསམ་དཔེར་བརྗོད་འདིའི་རིགས་
 བཞི་པ་དགོས་ཆེད་དུ་བཞག་ན་འདིག་རྟེན་གྲགས་པ་དང་མཐུན་ཞིང་། ལྷོ་རོང་
 ཡང་འཆམས་པ་ཞིག་ཡོང་། དེ་མིན་ལུལ་ཁྱད་པར་ཅན་ལ་ལྷན་མཆོད་བྱེད་པ་
 ཅམ་གྱིས་བཞི་པ་དགོས་ཆེད་དུ་མི་འགྲོ་སྟེ། མཆོད་རྟེན་ལ་ལྷན་འཆའ་ཞེས་པ་
 དང་། དགོན་སྟེ་ཁག་ལ་མཆོད་འབུལ་བྱེད། ཅས་པ་ལྷན་བྱའི་མཆོད་རྟེན་དང་།
 དགོན་སྟེ་ཁག་ནི་ལྷན་མཆོད་ཀྱི་ལུལ་ཁྱད་པར་ཅན་ཡིན་ཀྱང་། རང་གི་ཤེས་
 རྒྱུད་དང་འབྲེལ་བའི་འཕྲོ་བྱ་མིན་པས། རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་ལས་འོས་མེད། དེ་
 ལྷན་ཁྱད་པར་བྱས་ན་རིགས་བསམ་གཞིན་པ་ཞེ་ཡོད་སྟུང་།

༡༩ ་ གང་གིས་སྐྱ་དབྱེད་སྒྲུབ་གསུངས་པའི། །འཇམ་པའི་དབྱེད་སྒྲུབ་ལ་ལྷན་

འཆའ་ལོ། །ཞེས་འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱིས་སྒྲ་དབྱངས་ཀྱན་གསུངས་པའི་སྒྲ་བ་
བྱེད་གང་ཡོད་དམ།

ལན། བྱ་ཉིས། དབྱངས་ཡིག་ཐོག་མར་གསུང་བ་པོ་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ཡིན་པར་
བཀལ་ཞིང་། དེའི་ཤེས་བྱེད་དུ་ཡི་གེ་སྟོན་བྱུང་གི་ལོ་རྒྱུས་ལས། ཡི་གེ་བྲབ་
འབྲུག་ལྷ་ཡིས་བཀོད། །འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ཀྱིས་ང་རོས་བྱངས། །ཞེས་
གསུངས། སི་རུས། འཇམ་དཔལ་དབྱངས་དེ་ཉིད་བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཐམས་
ཅད་ཀྱི་གསུང་མི་ཟད་བ་རྒྱན་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་རྒྱར་གྱུར་བ་དང་། དེའི་མ་གྲུས་
འཛིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲ་དབྱངས་བརྗོད་བ་མ་ལུས་པ་གསལ་བར་བྱེད་པའང་
ཡིན། ཞེས་སྒྲ་བ་བྱེད་དུ། མཆན་ཡང་དག་པར་བརྗོད་བ་ལས། །བཙུག་ལྷན་འདས་
ཀྱི་ཡེ་ཤེས་སྒྲ། །གཙུག་ཏོར་ཆེན་པོ་ཆོག་གི་བདག་ །ཡེ་ཤེས་སྒྲ་སྟེ་རང་བྱུང་
བ། །འཇམ་དཔལ་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའ་ལོ། །ཞེས་བཀོད།

༡༣ ་ །གང་གིས་སྒྲ་དབྱངས་ཀྱན་གསུངས་པའི། ཞེས་པའི་སྒྲ་དབྱངས་དེ་གང་ལ་
བྱེད་དམ།

ལན། བྱ་ཉིས། སྒྲ་དབྱངས་ནི་འདིར་དབྱངས་ཡིག་དང་། ཞེས་པ་དང་། སི་རུས།
འཛིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲ་དབྱངས་བརྗོད་བ་མ་ལུས་པ། ཞེས་གསུངས།

༡༤ ་ །བྱ་སི་གཉིས་ཀྱིས་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་སྒྲ་དབྱངས་ཀྱན་གསུངས་པར་
བཞེད་ཚུལ་ལ་མི་འབྲ་བའི་བྲད་པར་གང་ཡོད་དམ།

ལན། བྱ་ཉིས། སྒྲ་དབྱངས་སྟེ་དབྱངས་ཡིག་ཐོག་མར་གསུངས་པའི་བྲ་བ་བྱེད་པ་པོ་
འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཆན་ཀྱིས་སྒྲ་དབྱངས་ཀྱན་གསུང་བ་པོར་

བཞེད་པ་དང་། མི་རྒྱལ། འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ཀྱིས་མཐུ་ལས་འཛིག་རྟེན་ཐམས་
 ཅད་ཀྱི་སྐྱ་དབྱངས་བརྗོད་པ་མ་ལུས་པ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་ཆ་ནས། འཇམ་
 དཔལ་དབྱངས་ཀྱིས་སྐྱ་དབྱངས་ཀྱི་གསུངས་པར་བསྟན། ཞེས་གསུངས།

༡༥ ་། འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ཞེས་མཆོན་གྱི་སྐྱ་བཤད་ཚུལ་རི་ལྟར་ཡིན་ནས།
 ལན། བྱ་ཉིས། རྒྱའི་སྦྱོན་ཆགས་སོགས་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་དང་། རོ་བོའི་
 སྦྱོན་སྐྱ་དང་། ཡིག་འབྲུ་དང་། མིང་ཆིག་སོགས་རིམ་བཞིན་དུ་མི་སྟོན་པ་དང་།
 ཉམས་པ་དང་། མ་འབྱོར་བ་དང་། མ་འབྲེལ་བ་སོགས་ཀྱི་རྩལ་རེག་དང་བྲལ་
 བས་ན་འཇམ་པའོ། འཇམ་པ་དེས་ཁྱད་པར་དུ་བྱས་པའི་གསུང་དབྱངས་དང་ལྡན་
 པས་ན། འཇམ་པའི་དབྱངས་ཞེས་གསུངས། མི་རྒྱལ། ཉེས་པའི་རྩལ་རེག་ཐམས་
 ཅད་ཡོངས་སུ་སྤངས་པས་འཇམ་པའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པའི་སྤྱིར་འགོ་བ་ཐམས་
 ཅད་ཀྱི་ཁམས་དང་བསམ་པ་རྣམས་དང་མཐུན་པར་རྗེས་སུ་འཇུག་པའི་དབྱངས་
 ཀྱི་བདག་ཉིད་ཡིན་པས་ན། འཇམ་པའི་དབྱངས་ཞེས་བཀའ།

༡༦ ་། དགོས་པའི་དབང་གིས་རྟག་ཞི་བ་ལ་མཆོད་པར་བརྗོད་པའི་སྐབས། གང་
 གིས་མིང་གཞི་སྦྱོན་གསུངས་པ། །རྟག་ཞི་བ་ལ་བྱལ་འཆོལ་ལོ། །

ཞེས་རྟག་ཞི་བ་ཞེས་པ་ནི་གང་ལ་ངོས་འཛིན་བྱ་དགོས་སམ།

ལན། བྱ་ཉིས། ཡི་གེ་ཐོག་མར་གསུང་བ་པོར་གྲགས་པའི་རྟག་ཞི་བ། ཁྱབ་འཇུག་
 གས་ཆངས་པ་ལ་བྱལ་བྱས་པའོ། །ཞེས་ཤེས་བྱེད་དུ་འབྲེལ་བ་སྟོན་རས་
 གཞིགས་བརྒྱལ་ཞུགས་སུ། ཆངས་པ་དང་ཁྱབ་འཇུག་གཉིས་ཀ་ལ་རྟག་པ་དང་།
 ཞི་བའི་ལུས་ཡོད་པར་བཤད་ཅིང་། སོ་སོར་འབྲང་མའི་ལྟེ་བསྐྱར་གྱི་སྐབས་སུ།

དམངས་རིགས་ཕྱིར་ནི་རྟག་ཞི་བ། ། ཁྱབ་འཇུག་ལེགས་པར་བྲི་བར་བྱ། ། ཞེས་
གསུངས། སི་ཏུས། དབང་ཕྱག་གི་མཆན་དུ་རྟག་ཞི་བ་ཞེས་པ་ནི་ས་དྲ་ཤི་བ་སྟེ་
འཕགས་པའི་ཡུལ་དུ་རྒྱུང་ལྟར་གྲགས་པ་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་འདི་ལྟར་ཡིན་པའི་སྐབ་
བྱེད་དུ། འཕགས་ཡུལ་དུ་ནི་ཕྱི་རོལ་པ་དག་གིས་དབང་ཕྱག་འཛིག་རྟེན་གྱི་བྱེད་
པོར་ཡང་འདོད་ཅིང་། བྲམ་ཟེ་རྣམས་ཀྱི་གཞུང་དུ་བྱེད་པོ་ཉི་ཤུ་ཙམ་ཞི་བཤད་པ་
ལས་ཡི་གེའི་བྱེད་པོ་དབང་ཕྱག་ཏུ་གསལ་བར་བསྟན་ཞེས་གསུངས་སོ། །

༡༥༽ དགོས་པ་གང་གིས་ཕྱིར་རྟག་ཞི་བ་ལ་ཕྱག་འཆལ་བ་ཡིན་ནམ།
ལན། བྲ་ཏིས། ཡི་གེ་ཐོག་མའི་འབྲུང་ཁུངས་གཙོ་ཆེ་བའི་དབང་དུ་བྲས་ནས་དོན་དུ་
ན་ཆངས་པ་དང་། ཁྱབ་འཇུག་སོགས་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་སྐུ་ལས་བྱུང་བར་
གོང་གི་མདོ་དེ་ལས་གསུངས་པ་བཞིན། གང་ལས་ཡོན་ཏན་གྱི་བྱུང་པར་བྱུང་བ་
དེ་ཉིད་འིན་ཆེ་བ་ཡིན་པས་བཀུར་འོས་པ་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་གསུངས། སི་ཏུས།
མཁན་སོ་འདིས་ཡི་གེ་དབང་ཕྱག་གིས་བཀོད་པ་འཕགས་ཡུལ་དུ་བྲམ་ཟེ་རྣམས་
ལ་ཡོངས་སུ་གྲགས་པར་དགོངས་ནས་མ་བརྟགས་ཉམས་འགའི་འོར་འཛིག་རྟེན་
ཀྱི་གྲགས་པ་དང་སྒོ་བསྟན་ཏེ། དགོས་པའི་དབང་གིས་དེ་ལྟར་བསྟན་ཞེས་
གསུངས་སོ། །

༡༦༽ མཆོད་བརྗོད་ཀྱི་ཡུལ་གསུམ་པའི་སྐབས་རྟག་ཞི་བ་ཞེས་པ་དེ་ལ་འགྲེལ་
བྱེད་རྣམས་ཀྱི་དགོངས་པ་ཅེ་མ་བླན་མ་བྱུང་བ་དེ་དག་ནས་གང་ཞིག་ཐོན་མའི་
དགོངས་པར་སོང་བ་ཡིན་ནམ།

ལན། ཐོན་མིས་སྐྱ་གཅིག་དོན་མང་ལ་འཇུག་པའི་མིང་། རྟག་ཞི་བ་ཞེས་མཆོད་

བརྗོད་གསུམ་པའི་ཡུལ་དུ་སྒྲོས་པ་ནི། དྲིས་འབྲེལ་བྱེད་པ་སོ་སོའི་སྒོ་དང་འཆམ་
བར་དགོངས་པ་འབྲེལ་ཚུལ་མི་མ་ཐུན་པ་དུ་མ་འབྱུང་དགོས་པར་དགོངས་ནས་
རྟག་ཞི་བ་ཞེས་ཆེད་དུ་སྒྲོས་པ་ཡིན། དེས་ན་རྟག་ཞི་བའི་ཆོག་ལ་འབྲེལ་མཛད་པ་
རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་མ་ཐུན་མ་བྱུང་བ་དེ་དག་ཆང་མ་ཐོན་མིའི་དགོངས་པ་ཡིན་པར་
བྱུང་བོ། །གཞན་དུ་ན་རྩ་བུ་བྱེད་བྲག་པ་གཅིག་ལ་དེས་པར་བཟུང་བའི་སྤྲུལ་མང་དག་
ཅིག་ཡོད་ཀྱང་སྐབས་འདིར་མ་སྒྲོས་པ་ནི་གཞུང་འདི་ཕྱི་ནང་ཐུན་མོང་བའི་
བསྟན་བཅོས་ཡིན་པའི་གནད་ཀྱིས་དང་། གཙོ་བོ་རང་སྤྱེ་ལས་གཞན་པའི་གདུལ་
བྱ་རྗེས་སུ་བཟུང་བའི་སྤྲད་དུ་རྟག་ཞི་བ་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན།

༡༩ ་། རྟག་ཞི་བ་ཞེས་པ་སྤྲུལ་གཅིག་དོན་མང་ལ་འཇུག་ཚུལ་རྗེ་ལྟ་བུ་ཡིན་ནམ།
ལན། རྟག་ཞི་བ་ཞེས་པ་ནི། ཞ་ལུ་ཆོས་ལེགས་ཀྱིས་བྱུང་འཇུག་ལ་བཞེད་ཅིང་། ལོ་
ཆེན་ནམ་བཟང་སོགས་ཀྱིས་ཆངས་པ་དང་། རྣམ་སྤྱིང་པ་ཤ་ཆེན་སོགས་ཀྱིས་
སྤྲན་རས་གཟིགས་ལ་བཞེད་པ་དང་། མཁས་མཆོག་བླ་ཉིས་བྱུང་འཇུག་གས་
ཆངས་པ་ལ་འཇུག་ཅེས་དང་། སི་རྒྱལ་ལྟ་དབང་བྱུག་ཆེན་སོ་དང་། ཞ་ལུ་ལོ་རྒྱུ་
བ་ཆོས་སྦྱོང་བཟང་སོས་སངས་རྒྱུས་ལ་འཇུག་ཅེས་མཁས་པ་སོ་སོའི་འབྲེལ་
ཚུལ་སྤྲུལ་ཆོགས་བྱུང་བ་དེ་དག་རེ་རེའི་ལའང་བྱུངས་མེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། མཁས་
པས་བཤད་ན་ཅི་ཡང་བདེན་ཞེས་པ་ལྟར་དོན་ལ་གནས་སོ། །

༢༠ ་། རྟག་ཞི་བ་མཆོད་བརྗོད་ཀྱི་ཡུལ་དུ་སྒྲོས་པའི་དགོས་པ་གང་ཡིན་ནམ།
ལན། དེ་ལ་སི་རྒྱལ། ཕྱི་རོལ་བའམ་གཞན་སྤེ་རྗེས་སུ་གཟུང་བའི་སྤྲད་དུ་ཡིན་ཞེས་
གསུངས།

༣༡ ་ མོན་མིས་ཕྱི་རོལ་བའམ་གཞན་སྡེ་ནམས་རྗེས་སུ་གཟུང་བའི་སྤང་དུ་ཏྲག་ཞི་
བ་མཆོད་བརྗོད་ཀྱི་ཡུལ་དུ་སློབ་པའི་རྒྱ་མཆོན་གང་ཡིན་ནམ།

ལན། ཆོས་རྒྱལ་སྤང་བཅན་སྐམས་པོའི་བཀའ་བཞིན་མོན་མིས་རང་གིས་བརྩམ་བྱའི་
བད་སྤྱོད་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ནམས་པོད་སྤྱི་འབངས་ཡོངས་ཀྱི་མཐུན་སྦྲང་
དུ་འབྲལ་བ་རྒྱའི་བསྐབ་བྱའི་གཞུང་ཞིག་དུ་བརྩམ་པར་དགོངས་ནས་ཕྱོགས་སུ་མ་
ལྷང་བར་ཐབས་མཁས་སྤྲུགས་རྗེ་ཆེན་པོས་མཆོད་བརྗོད་ཀྱི་སྐབས་ཕྱི་ནང་
གཉིས་སྤྱོད་ཀྱི་ཐ་སྙད་ཏྲག་ཞི་བ་ཞེས་བཀོལ་སྤྱོད་གནང་བ་ཡིན། དེ་ཡང་སྐབས་
དེར་བོད་དུ་ནང་ཆོས་དར་སྡེལ་གཏོང་སྟོ་འཇུགས་ཅམ་ཡིན་གཤིས། རྒྱལ་པོའི་
བཀའ་དགོངས་བཞིན་ནང་ཆོས་ལ་དགའ་བའི་ཆོས་སློན་དང་གནས་ཡོད་པོ་བྲང་
གི་ནང་འཁོར་མི་སྣ་ཉུང་ཤས་ལས། དེ་མིན་སྤྱི་འབངས་ཡོངས་ཀྱིས་པ་མེས་ནས་
དར་བྱབ་ཏུ་ཅང་ཆེ་བའི་ཆོས་རྒྱུད་རྩིང་པར་དད་ཞེན་ཆེ་བར་བརྟེན་དེ་དག་ལ་
གཙོ་བོ་དགོངས་ནས་རྗེས་སུ་འཛིན་པ་སྟེ་སྤྲུགས་བཅེ་བ་ཆེན་པོས་ཏྲག་ཞི་བ་
ཞེས་མཆོད་བརྗོད་ཀྱི་ཡུལ་དུ་སློབ་པ་ཡིན་ནོ། །

༣༢ ་ མཆོད་བརྗོད་གསུམ་པའི་སྐབས་ཀྱི་མིང་གཞི་དེ་གང་ལ་བྱ་དགོས་སམ།

ལན། བྲ་ཏིས། ཀ་ལ་སོགས་པ་ཡི་གེ་གཞན་དང་བྲད་པ་སོགས་ལས། དོན་གྱི་ངོ་བོ་
དང་བྲད་པར་སྟོན་པའི་མིང་ཆེག་ལ་སོགས་པ་བྱུང་བས་ན། ཀ་ལ་སོགས་པ་ལ་
མིང་གཞི་ཞེས་སློབ་སོ། །ཞེས་དང་། སི་ཏུས། སྐབས་འདིའི་མིང་གཞི་ཡི་གེ་ཅམ་
ལ་ངོས་འཛིན་པ་ནི་རྒྱ་མཆོན་དང་བཅས་པ་སྟེ་ཞེས་གསུངས་སོ། །

༣༣ ་ ཇིན་གཙོ་བའི་ཕྱིར་མཁས་པ་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་ལ་ཕྱག་འཆལ་བའི་ཚུལ་ཅ་བ་

ལས་ཇི་ལྟར་གསུངས་སམ།

ལན། ཅ་བ་ལས། སྒྲེབ་སྒྲོར་ལེགས་མཛད་མཁས་ཀླམས་དང་། །སྒྲེ་མ་ལ་ཡང་བྲག་
འཆལ་ནས། །ཞེས་གསུངས།

༣༤ ་ སྒྲེབ་སྒྲོར་ཞེས་པའི་ཆོག་དོན་གང་ཡིན་ནམ།

ལན། ཡི་གེ་པན་ཚུན་མཉམ་དུ་སྒྲིག་སྒྲོར་བྱེད་པའི་དོན་ལ། སྒྲེབ་སྒྲོར་ཟེད།

༣༥ ་ དེན་གཞོ་བ་ཞེས་པའི་ཆོག་དོན་ག་འདྲ་རེད་དམ།

ལན། དེན་གཞོ་བ་ཞེས་པ་ནི། བཀའ་དེན་བསམ་ཤེས་ཀྱིས་དེན་ལན་གསོ་བ་པར་
བྱེད་པ་ལ་ཟེད།

༣༦ ་ མཆོད་བཟློན་བཞི་པའི་སྐབས་ཀྱི་སྒྲེབ་སྒྲོར་ཞེས་པ་ནི་ག་འདྲ་ཞིག་ལ་ཟེད་
བ་རེད་དམ།

ལན། བྲ་ཏུས། འདིར་སྒྲེབ་སྒྲོར་ཞེས་པ་ནི་ཡི་གེའི་སྒྲོར་བ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་ཡི་གེ་
པན་ཚུན་ཀླམ་དུ་བྲེ་ཆོག་སྤང་རྒྱུན་ལ་སོགས་པའི་དབང་གིས་བསྐྱར་བ་དང་།
དུ་བྲེ་བའི་ཀླམ་འཇུག་གི་སྒྲོན་སྒྲེབ་ཅིང་སྒྲོར་བས་སྒྲེབ་སྒྲོར་ཟེད། སི་ཏུས།
སྒྲེབ་སྒྲོར་ཞེས་པ་སྤྲ་སྤྲད་ཀྱི་འཇུག་པ་བྱིངས་རྒྱུན་ཀླམ་འཇུག་ཀླམས་སྒྲེབ་
ལེགས་པར་སྒྲོར་བ་ལ་ཟེད།

༣༧ ་ ཅ་བ་ལས་ཚཱ་བར་དམ་བཅའ་ཇི་ལྟར་གསུངས་ཡོད་དམ།

ལན། བསྐྱབ་བ་ཀུན་གྱི་གཞི་འཛིན་ཅིང་། །རིག་བྱེད་སྤྲོ་བ་ཀླམས་ཀྱི་རྒྱ། །མིང་ཆོག་
བཟློན་བ་ཀུན་གྱི་གཞི། །ཡི་གེའི་སྒྲོར་བ་བཤད་པར་བྲ། །ཞེས་གསུངས།

༣༨ ་ ཅེ་ཞིག་ལ་ཚཱ་བར་དམ་བཅའ་ཟེར་བ་རེད་དམ།

ལན། ཚུམ་པ་དམ་བཅའ་ཟེར་བའི། རང་གིས་བཤད་བྱའི་ནང་དོན་འདི་དང་འདིའོ་

ཞེས་བརྗོད་པའི་དམ་བཅའ་བའི་དག་ཅིག་ལ་ཟེར།

༣༩ ་། ནང་པའི་བསྐྱབ་པ་གསུམ་གང་དང་གང་ཡིན་ནམ།

ལན། བསྐྱབ་པ་གསུམ་ནི། ལྷག་པ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་དང་། ལྷག་པ་ཉིང་དེ་

འཛིན་གྱི་བསྐྱབ་པ། ལྷག་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་བཅས་ཡིན་ནོ། །

༤༠ ་། བྱུང་ལ་བའི་རིག་བྱེད་བཞི་གང་དང་གང་རེད་དམ།

ལན། རིག་བྱེད་བཞི་ནི། དེས་བརྗོད་དང་། མཆོད་སྦྱིན། ལྷན་ཆོག་། སྲིད་སྲུང་བཅས་

ཡིན་ནོ། །

༤༡ ་། ཚུམ་པ་དམ་བཅའ་སྐབས་གཞི་འཛིན་པ་ཞེས་པའི་ཆོག་དོན་གང་རེད་དམ།

ལན། ལྷོས་པའི་སྒོ་ནས་འཛིན་པ་སྟེ་དོན་སྦྱང་རྒྱ་བྱེད་པ་ལ་གོ་བ་ཡིན།

༤༢ ་། ཅི་ཞིག་ལ་མིང་ཟེར་བ་ཡིན་ནམ།

ལན། ཡི་གེ་རྩ་མ་འདུས་ཤིང་། དོན་གྱི་དོ་བོ་ཅམ་ལས་བྱུང་པར་གྱི་ཆོས་གང་ཡང་

མི་སྟོན་པའི་དག་ཅིག་ལ་མིང་ཟེར།

༤༣ ་། ག་འདྲ་ཞིག་ལ་ཆོག་ཟེར་བ་རེད་དམ།

ལན། མིང་རྩ་མ་འདུས་ཤིང་། དོན་གྱི་བྱུང་པར་སྟོན་པའི་དག་ལ་ཆོག་ཟེར།

༤༤ ་། བརྗོད་པ་ཞེས་པ་ནི་ག་འདྲ་ཞིག་ལ་ཟེར་བ་རེད་དམ།

ལན། ཆོག་རྩ་མ་འདུས་ཤིང་བརྗོད་བྱའི་དོན་ཆ་ཆང་བར་སྟོན་པའི་དག་གི་ཐེང་བ་

ཞིག་ལ་བརྗོད་པ་ཟེར།

༤༥ ་། ཡི་གེའི་སྦྱོར་བ་ཞེས་པ་ག་འདྲ་ཞིག་ཟེར་བ་རེད་དམ།

ལན། སྐབས་འདིར་ཡི་གེའི་སྟོར་བ་ཞེས་བ་ནི། སུམ་རྩུ་པའི་གཞུང་འདིར་ཡི་གེ་པན་
ཚུན་སྐར་ནས་ཆིག་པ་བྱ་བ་ཚུལ་དང་། རྗེས་འཇུག་གི་རྗེས་སུ་པ་སྟོར་ཚུལ་
དེ་དག་གི་དོན་གང་ལ་སྟོར་བའི་རྣམ་གཞག་བཅས་གསུང་གི་ཡོད་པས། ཡི་གེའི་
སྟོར་བ་བཤད་པར་བྱ། ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན།

༤༦ ་ སུམ་རྩུ་པའི་དགོས་སོགས་ཆོས་བཞི་གང་དང་གང་རེད་དམ།

ལན། སུམ་རྩུ་པའི་གཞུང་ནས་བཤད་རྒྱུའི་ནང་དོན་ཁག་ནི་བརྗོད་བྱ་དང་། གཙུག་
ལག་གཉིས་ཀྱི་སྤང་དོར་ལ་མི་སྤོངས་བ་ནི་དགོས་པ། ཐར་ཐུག་རྣམ་མཁུན་ཐོབ་
བ་ནི་ཉིང་དགོས། ཉིང་དགོས་དགོས་པ་ལ་བརྟེན་ཅིང་དགོས་པ་བརྗོད་བྱ་ལ་
བརྟེན་བ་ནི་འབྲེལ་བའོ། །

༤༧ ་ སྐར་བྱ་ཡི་གེའི་རྣམ་གཞག་བཤད་པ་ལ་ག་ཆོད་ཡོད་དམ།

ལན། དབྱངས་གསལ་གྱི་ཡི་གེ་དོས་གཟུང་བ། རྗེས་འཇུག་བཤད་པ། སྟོན་འཇུག་
བཤད་པ། མི་འཇུག་པའི་ཡི་གེ་བཤད་པ་དང་བཞིའོ། །

༤༨ ་ དབྱངས་གསལ་གྱི་ཡི་གེ་དོས་གཟུང་བའི་གཞུང་ཆིག་གང་ཡིན་ནམ།

ལན། །ཡི་གེ་ཁྲ་ལི་ཀྲ་ལི་གཉིས། །ཁྲ་ལི་གསལ་བྱེད་ཨི་སོགས་བཞི། །ཀྲ་ལི་སུམ་
རྩུ་ཐམས་པའོ། །ཞེས་པའོ། །

༤༩ ་ ཁྲ་ལི་ཀྲ་ལི་ཞེས་བརྗོད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆན་རི་ལྟར་ཡིན་ནམ།

ལན། འདི་ནི་ཐོན་མིས་བོད་ཀྱི་ཡི་གེ་འདི་ཉིད་ལེགས་སྐར་གྱི་ཡི་གེ་ལ་དཔེ་བྱེད་
པར་ཁུངས་སྟོན་པའི་ཆེད་དུའོ། །

༥༠ ་ ཁྲ་ལི་དང་ཀྲ་ལི་ཞེས་པའི་ཆིག་དོན་གང་རེད་དམ།

ལན། ལྷ་ལི་ཞེས་པ་ནི་ཨ་ཡི་ཐེང་བ་ཅན་གྱི་ཡི་གེ་དང་། ཀྲ་ལི་ནི་ཀ་ཡི་ཐེང་བ་ཅན་གྱི་ཡི་གེ་ལ་ཟེར་བ་ཡིན་ནོ། །

༥༡ ་། བོད་ཀྱི་དབྱངས་ཡིག་ནམས་ཨ་ཐེང་ཅན་གྱི་ཡི་གེ་མ་ཡིན་ཀྱང་། ཅི་སྟེ་དེ་ལ་ལྷ་ལི་ཞེས་བརྗོད་བ་ཡིན་ནམ།

ལན། བོད་ཀྱི་དབྱངས་བཞིས་ལེགས་སྦྱར་གྱི་ལྷ་ལི་དེ་སྒྲ་གདངས་མཆོན་པར་བྱེད་པའི་ཆ་ནས་ལྷ་ལི་གསལ་བྱེད་ཅེས་བརྗོད་དོ། །

༥༢ ་། ཅིའི་ཕྱིར་ཅ་བའི་གཞུང་ཆོག་ཏུ་ལྷ་ལི་གསལ་བྱེད་ཅེས་སྒྲོས་པ་ལས་གསལ་བྱེད་སྒྲུམ་ཅུ་ཐམ་པར་ཀྲ་ལི་གསལ་བྱེད་ཅེས་མ་སྒྲོས་པའི་རྒྱ་མཆོན་གང་རེད་དམ།

ལན། འདི་ནི་བོད་ཀྱི་དབྱངས་ཡིག་ནམས་ལྷ་ལི་གསལ་བྱེད་ཡིན་པ་ལས་ལྷ་ལི་དངོས་མ་ཡིན་པ་དང་། ཀ་སོགས་གསལ་བྱེད་ཀྱི་ཡི་གེ་ནམས་ཀྲ་ལི་དངོས་ཡིན་པས་གནད་ལགག་དེ་ཤེས་པའི་ཆེད་དུ་ཀྲ་ལི་གསལ་བྱེད་ཅེས་མ་སྒྲོས་པ་ཡིན་ནོ། །

༥༣ ་། ལྷེ་བ་ཕྱེད་དང་བརྒྱད་གང་ཡིན་ནམ།

ལན། ལྷེ་བ་ཕྱེད་དང་བརྒྱད་ནི། ཀ་ལྷེ། ཅ་ལྷེ། ཏ་ལྷེ། པ་ལྷེ། ཙ་ལྷེ། ཞ་ལྷེ། ར་ལྷེ། ཏ་ལྷེ་བཅས་ཡིན་ནོ། །

༥༤ ་། ལྷེ་བ་ཕྱེད་དང་བརྒྱད་ཀྱི་ཐོག་མར་ཀ་ལྷེ་དང་། རིམ་བཞིན་ཅ་ལྷེ་ཏ་ལྷེ་པ་ལྷེ་བཅས་གོ་རིམ་དེ་ལྟར་ངེས་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་མཆོན་ཅི་ཞིག་ཡིན་ནམ།

ལན། ལྷེ་བ་སོ་སོའི་ཡི་གེ་ནམས་ངག་ནས་བརྗོད་པའི་ཆེ་སྟེ་གནས་ཀྱི་ཅོལ་བ་

མགིན་པའི་ནང་ནས་སྤྱིར་འཕྱོན་པའི་རིམ་བ་དང་བསྐྱུན་ཏེ་གོ་རིམ་དེ་ལྟར་
བསྐྱེགས་བ་སྟེ། དེ་ཡང་ཀ་སྟེ་རྣམས་སྟེ་གནས་ཀྱི་ཚྱུ་ལ་བ་མགིན་པའི་སྤྱག་དང་།
ཅ་སྟེ་རྣམས་སྟེ་དྲིལ་ཞེན་ལ་རེག་པའི་ཚྱུ་ལ། ཏ་སྟེ་རྣམས་སྟེ་ཅེ་ཞེན་ལ་རེག་
པའི་ཚྱུ་ལ། པ་སྟེ་རྣམས་མཚུ་བཙུམས་པའི་ཚྱུ་ལ་བ་བཅས་ལས་ཐོན་པའི་རིམ་
བ་མངོན་སུམ་གྱིས་གྲུབ་པས་དེ་བཞིན་བསྐྱེགས་བ་ཡིན།

༥༥ ་ རྩོན་རྗེས་གཉིས་དང་མི་འཇུག་པའི་ཡི་གེ་བཅས་མདོར་བསྐྱུན་གྱི་གཞུང་
ཆོག་གང་རེད་དམ།

ལན། ཅ་བ་ལས། དེ་ལ་རྗེས་འཇུག་བཙུ་ཡིན་ཏེ། །དེ་ལས་ལྔ་ནི་རྩོན་དུའང་
འཇུག་མི་འཇུག་པ་ནི་ཉི་ཤུ་ལོ། །ཞེས་གསུངས།

༥༦ ་ གཞུང་ཆོག་འདིས་རྩོན་རྗེས་གཉིས་དང་མི་འཇུག་པ་བཅས་མདོར་བསྐྱུན་
ཚྱུ་ལ་རི་ལྟར་ཡིན་ནམ།

ལན། སྐབས་འདིར་རྩོན་རྗེས་གཉིས་དང་མི་འཇུག་པའི་ཡི་གེ་བཅས་ཀྱི་མིང་འདོན་
གནང་བ་ཅེས་ལས་སོ་སོའི་རྒྱུ་གངས་ཀྱི་ཡི་གེ་འདི་དང་འདི་ཞེས་མ་སྟོས་པས་
ན་མདོར་བསྐྱུན་པའོ། །

༥༧ ་ རྗེས་འཇུག་རྒྱས་བཤད་ཀྱི་གཞུང་ཆོག་གང་རེད་དམ།

ལན། ཅ་བ་ལས། ཀླ་ལི་བྱེད་དང་བརྒྱུད་སྟེ་ནི། །བཞི་བཞི་དག་ཏུ་བྱེ་བ་ལས། །དང་
པོ་གསུམ་བ་བཞི་བ་ཡི། །མས་གཉིས་དུག་པའི་གསུམ་བ་དང་། །བདུན་བ་ལ་ནི་
ཤ་མ་གཏོགས། །རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་བཙུ་བུ་འདོད། །ཞེས་གསུངས།

༥༨ ་ ཀླ་ལི་བྱེད་དང་ཞེས་སོགས་ཀྱིས་རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་རྒྱས་པར་བཤད་ཚྱུ་ལ་རི་

ལྟར་ཡིན་ནམ།

མཁུ་གཞུང་འདིས་སྐྱ་མི་ཁྱེད་དང་བརྒྱད་ཀྱི་ནང་ནས་རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་བཙུག་པ་
ཚུལ་དང་དེ་དག་གང་ཡིན་རྟོག་གསལ་སྟོན་ཁྱེད་པའི་ཕྱོད་ནས་རྒྱས་པར་བཤད་
བ་ཡིན་ནོ།

༥༩༽ ཅུ་བ་ལས་མི་འཇུག་པའི་ཡི་གེ་རི་ལྟར་གསུངས་ཡོད་ནས།

ལན། མིང་གཞི་གཉིས་སམ་གསུམ་སྒྲེལ་ལམ། རྟེན་དབྱེངས་ཀྱི་བཞི་ལྟ་
ཡང་། ཁང་དུ་འང་འཇུག་མིན་སྒྱུར་བའང་མིན། ཞེས་གསུངས།

༩༠ ་ མིང་གཞི་གཉིས་སམ་གསུམ་སྒྲེལ་ལམ། །ཞེས་པའི་མི་གཞི་དེ་གང་ཡིན་
ནམ།

མཁུ། ལྷགས་པདྱའི་མིང་གཞི་ཞེས་པ་ནི། སྟོན་འཇུག་དང་རྗེས་འཇུག་གང་གིས་ཀྱང་
བྱ་བ་མི་བྱེད་པར་མིང་གཞི་ཙམ་གྱི་བྱ་བ་བྱེད་པའི་མིང་གཞི་ཁོ་ནའི་ཡི་གེ་པ་
ཟེར་བ་རེད།

༩༡ ༽ མི་འདྲུག་སའི་ཡི་གེ་ཞེས་ས་ནི་གང་ལ་ཟེར་བ་རེད་དམ།

མཁུ། རྗེས་འཇུག་བརྩུ་པས་གཞན་པའི་ཡི་གེ་ཉི་ཤུ་ཐམ་པ་རྣམས་མིང་གཞི་ཡི་གེའི་
 རྩོན་དང་རྗེས་གང་པ་འདར་མི་འཇུག་པས་ན། མི་འཇུག་པའི་ཡི་གེ་ཟེད། མིང་གཞི་
 ཁོ་ན་དང་། མི་འཇུག་པའི་ཡི་གེ་དོན་གཅིག་ཡིན།

༤༣ ་ མེང་གཞི་གཉིས་སམ་གསུམ་སྟེལ་ལམ། །ཞེས་སོགས་ཆོག་རྒྱུ་གི་
ནང་དོན་གང་ཡིན་ནམ།

ཕན། མིང་གཞི་ཁོ་ནའི་ཡི་གེ། ཀ་ཁ་ཅ་ཆ་ཇ་ཉ་ཏ་ཐ་བ་པ་ཅ་ཆ་ཇ་མ་ཞ་ཐ་ཡ་ཤ་ཏ་

ཨ། བཅས་ཉི་ཤུ་ལོ་ནང་པན་ཚུན་གཉིས་སྐྱར་བའམ་ཡང་ན་གསུམ་སྐྱར་ནས་
འབྲེལ་བ་བཟོས་ཉི་དེ་ལ་དབྱངས་གང་རུང་རེ་སྐྱར་བས་ཡི་གེ་བཞིའི་ཆོག་ས་པ་
དང་ལྷན་པ་དཔེར་ན། ཅན། བཞམ། བཞིཡ། ལྷ་བུ་རི་ལྷར་བས་ཀྱང་། བོད་གྱི་
མིང་ཆོག་སོགས་བརྗོད་བྱ་གང་ལའང་མི་འཇུག་ཅིང་། དེ་ལྷར་སྐྱར་ན་རུང་བའང་
མིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན།

༤༣ ་༽ གཉིས་པ་སྐྱོར་ཚུལ་ཆོག་སྤང་གྱི་འཇུག་པ་བཤད་པ་ལ་ས་བཅད་ག་ཆོད་
ཡོད་དམ།

ལན། བ་ཉིས། རྣམ་དབྱེ་འཕྲོས་དོན་དང་བཅས་པ་བཤད་པ་དང་། ཆོག་སྤང་རྒྱང་པ་
བཤད་པ་དང་གཉིས། ཞེས་དང་། སི་ཏུས། རྗེས་འཇུག་ལ་ལྷོས་པའི་སྤང་རྣམ་
དབྱེ་དང་བཅས་པ་དང་། སྤང་རང་དབང་ཅན་བཤད་པ་གཉིས། ཞེས་གསུངས།

༤༤ ་༽ སྐྱོར་ཚུལ་ཆོག་སྤང་གྱི་འཇུག་པ་བཤད་པའི་ས་བཅད་དང་པོའི་སྐབས་བྱ་
སི་གཉིས་སོ་སོའི་འདོད་ཚུལ་རི་ལྷར་ཡིན་ནམ།

ལན། བ་ཉིས། རྣམ་དབྱེ་འཕྲོས་དོན་དང་བཅས་པ་བཤད་པ་ལ། རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་དང་
འབྲེལ་བའི་གོ་སོགས་བཤད་པ་དང་། རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་སོགས་བཤད་པ་དང་།
རྣམ་དབྱེ་བྱག་པ་ཉིད་བསྟན་པ་དང་། རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པ་ཉིད་བསྟན་པ་དང་། དེ་
དག་གི་ཡི་གེའི་སྐྱོར་ཚུལ་ལས་འཕྲོས་ནས་ཆོག་རྒྱན་སོགས་བཤད་པ་དང་།
རྣམ་དབྱེ་ལྷ་པ་སོགས་བཤད་པ་དང་། རྣམ་དབྱེ་བརྒྱད་པ་ཉིད་བསྟན་པ་དང་
བདུན་ནོ། །ཞེས་པ་དང་། སི་ཏུས། རྗེས་འཇུག་ལ་ལྷོས་པའི་སྤང་རྣམ་དབྱེ་དང་
བཅས་པ་ལ། སྐར་བསྐྱུ་ ལ་དོན། ཨི་ལྷན་གྱི་རྣམ་དབྱེ། རྒྱན་སྐྱུད། ལྷག་བཅས།

འབྲེད་སྤྱད། འབྲུང་ཁུངས། འཕོད་པའི་སྤྱ་བསྟན་པ་སྟེ་བརྒྱད་དོ། །ཞེས་གསུངས་
སོ། །

༤༥༽ ཅི་ཞིག་ལ་ཆིག་སྤང་ཟེར་བ་རེད་དམ།

ལན། རང་ཉིད་ཆིག་གཞན་དང་སྤང་ན་དོན་སྟོན་པའི་རྒྱས་པ་གསལ་བར་བྲེད་ཅིང།
དེ་ལྟར་མ་སྤང་ན་དོན་གསལ་བར་སྟོན་མི་རྒྱས་པས་ན། ཆིག་སྤང་ཅེས་ཟེར།

༤༦༽ རྗེས་འཇུག་ལ་ལྟོས་པའི་སྤང་ནམ་དགེ་དང་བཅས་པ་བརྒྱད་གང་དང་གང་
རེད་དམ།

ལན། རྗེས་འཇུག་ལ་ལྟོས་པའི་སྤང་ནམ་དགེ་དང་བཅས་པ་བརྒྱད་ནི། སྤར་བསྐྱུ། ལ་
དོན། ཨི་ལྷན། རྒྱན་སྤྱད། ལྷག་བཅས། འབྲེད་སྤྱད། འབྲུང་ཁུངས། འཕོད་སྤྱ་
བཅས་ཡིན་ནོ། །

༤༧༽ རྗེས་འཇུག་ལ་ལྟོས་པའི་སྤང་ནམ་དགེ་དང་བཅས་པ་བརྒྱད་པོ་གང་རུང་
ཡིན་ན། རྒྱས་དགེ་ཡིན་དགོས་སམ།

ལན། མི་དགོས་ཏེ། སྤར་བསྐྱུ་དང་། རྒྱན་སྤྱད། ལྷག་བཅས། འབྲེད་སྤྱད་བཅས་རྒྱས་
དགེ་མ་ཡིན་ནོ། །

༤༨༽ ཅི་ཞིག་ལ་སྤང་གཞན་དབང་ཅན་ཟེར་བ་ཡིན་ནམ།

ལན། སྤང་རང་ཉིད་རྗེས་འཇུག་གི་གཞན་དབང་དང་སྟབས་བསྟུན་གྱིས་སྤྱར་དགོས་
པས་ན། གཞན་དབང་ཅན་ཟེར་བ་རེད།

༤༩༽ རྗེས་འཇུག་ལ་ལྟོས་པའི་སྤང་ནམ་དགེ་དང་བཅས་པ་བརྒྱད་པོ་གང་རུང་
ཡིན་ན། སྤང་གཞན་དབང་ཅན་ཡིན་དགོས་སམ།

ལན། མི་དགོས་ཏེ། འབྲུང་ཁྱདས་དང་། འཛོད་སྤྱ་གཉིས་རྣམ་དབྱེ་ཡིན་ལ། སྤང་
གཞན་དབང་ཅན་མ་ཡིན་ནོ། །

༧༠༽ འོ་ན་འབྲུང་ཁྱདས་དང་། འཛོད་སྤྱ་གཉིས་སྤང་གཞན་དབང་ཅན་མ་ཡིན་
བཞིན་རྗེས་འཇུག་ལ་ལྟོས་པའི་སྤང་རྣམ་དབྱེ་དང་བཅས་པ་བརྒྱད་ཀྱི་ཁོངས་སུ་
བྱངས་པའི་རྒྱ་མཆན་ཅི་ཞིག་ཡིན་ནམ།

ལན། འབྲུང་ཁྱདས་དང་། འཛོད་སྤྱ་གཉིས་རྣམ་དབྱེ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་སྐབས་
འདིའི་ས་བཅད་ནང་རྣམ་དབྱེ་དང་སྤང་གཞན་དབང་ཅན་ཆ་ཆང་བསྐྱད་གོས་པའི་
ཕྱིར་དེ་ལྟར་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །

༧༡༽ ཅ་བ་ལས། སྤར་བསྐྱེ་རི་ལྟར་གསུངས་ཡོད་དམ།

ལན། །རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་བཅུ་པོ་ནི། །མིང་གང་གི་ནི་མཐར་སྐྱར་བ། །དེ་ལ་ལྷ་ལི་
བཞི་བ་སྐྱར། །སྤར་བསྐྱེ་བར་ནི་ཤེས་པར་བྱ། །ཞེས་གསུངས།

༧༢༽ སྤར་བསྐྱེའི་གཞུང་གི་ཆོག་འབྲེལ་གང་འདྲ་རེད།

ལན། །རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་བཅུ་པོ་དེ་དག་ནི་མིང་གང་ཡང་རྒྱུང་བའི་མཐའ་ལ་ཡོད་
པའི་རྗེས་འཇུག་དེ་དང་མཐུན་པར་ཆོག་བར་བྱེ་སྤྱེ་རང་འདྲ་ཡི་གེ་གསར་བ་ཞིག་
སྐྱར་བ་དེ་ལ་ལྷ་ལི་བཞི་བ་སྤྱེ་ན་རོ་རེ་སྐྱར་བས་ན། མེ་ཉོག་གོ། །དུས་བཟང་
རོ། །རྒྱན་སྤྱད་དོ། །ལ་དོན་ནོ། །གསོལ་ཐབ་པོ། །མཆོད་གཤོམ་མོ། །ས་མཐའ་
ལོ། །ཆེ་ཐར་རོ། །དབྱངས་གསལ་ལོ། །ལྷག་བཅས་སོ། །ལྷ་བྱ་ཡིན།

༧༣༽ ཅ་བའི་དངོས་བསྟན་སྤར་བསྐྱེའི་སྤང་རི་ཡོད་དང་། དེ་དག་གང་དང་གང་
རེད་དམ།

ལན། ཅ་བའི་དངོས་བསྟན་སྤྲོད་བསྟུང་བྱེད་ནི། རྗེས་འཇུག་བཙུ་ལ་དབྱངས་ན་རོ་
སྤྲོད་བའི་སྤྲོད་བཙུ་སྟེ། གོ་རོ་དོ་ཞོ་བོ་མོ་འོ་རོ་མོ་བཅས་ཡིན་ནོ། །

༥༥༽ མིང་མཐའི་དྲུག་གི་དབང་གིས་འཛོལ་བའི་སྤྲོད་བསྟུང་བྱེད་གང་ཡིན་དང་།
དེ་ལྟར་འཛོལ་ཚུ་ལ་རྗེ་ལྟར་ཡིན་ནམ།

ལན། མིང་མཐའི་དྲུག་གི་དབང་གིས་སྤྲོད་བསྟུང་བྱེད་ཏེ་ཡིག་ཨོ་ལྟན་འཛོལ་ཅིང་།
དེ་ཡང་རྟགས་འཇུག་བཞིན་པོ་ཡིས་པོ་ཡི་མིང་མཐའ་འདྲེན་བའི་ལུགས་ལྟར་
སྤྲོད་བའིན་ནོ། །

༥༦༽ སྤྲོད་བསྟུང་གོ་དོན་གང་ཡིན་ནམ།

ལན། སྤྲོད་གང་བཤད་པར་བྱ་རྒྱུའི་དོན་དེ་ཉིད་རེ་ཞིག་མཇུག་བསྟུང་བར་སོང་བའི་སྤྲོད་
ལ། སྤྲོད་བསྟུང་ཞེས་ཟེར། དེ་ཡང་པལ་སྐད་དུ་བསྟུང་གསོག་རྒྱག་པའམ་མཇུག་
སྤྲོད་བྱེད་པ་ཟེར་བའི་སྐབས་ལས་དོན་གང་ཞིག་མཇུག་སྤྲོད་པའམ། མཆོམས་
བཞག་པ། ཆར་བ་བཅས་ལ་གོ་བ་བཞིན། སྐབས་འདིའི་བསྟུང་ཚུ་ལ་ཡང་སྐད་ཆ་
མཇུག་སྤྲོད་པ་དང་། མཆོམས་བཞག་པའམ་ཆར་བའི་དོན་ལ་གོ་བ་ལེན་རྒྱ་ཡིན།

༥༧༽ གཞུང་ནས་བཤད་པའི་སྤྲོད་བསྟུང་བྱེད་ཀྱི་ཆབ་ཏུ་རྒྱན་སྤྲོད་པལ་སྐད་ནང་
ཆོག་ག་རེ་བཀོལ་སྤྲོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་དམ།

ལན། རྒྱན་སྤྲོད་པལ་སྐད་ནང་སྐད་ཆ་མང་ཉུང་གང་འདྲ་ཞིག་མཆོམས་བཞག་པའམ་
མཇུག་སྤྲོད་བྱེད་པའི་སྐབས་སྐད་ཆའི་མཐའ་ལ། རེད། མ་རེད། ཡིན། མ་ཡིན།
འདུག །མི་འདུག །སོང་། མ་སོང་། ལྷང་། མ་ལྷང་། ཤག །བཅས་བེད་སྤྲོད་གཏོང་
གི་ཡོད་པ་དེ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྲོད་བསྟུང་ཆབ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

༥༥༽ སྐར་བསྐྱའི་ཐང་བྱ་ཆིག་གི་མཐར་ཐང་ཀར་སྐྱར་བ་དང་དུས་གསལ་བྱེད་སྐྱ་
ཡི་རྗེས་སུ་སྐར་དགོས་པའི་བྱ་དང་པར་ག་འབྲེད།

ལན། བྱ་ཆིག་གི་མཐར་ཐང་ཀར་སྐྱར་བསྐྱ་སྐྱར་མི་སྐྱར་གྱི་བྱ་དང་པར་ནི། བྱ་བའི་
ཆིག་གི་དུས་གསུམ་མཐར་དུས་གཉིས་ཀྱི་དག་ཆ་གཅིག་པ་ཡིན་ཆེ། བྱ་ཆིག་གི་
མཐར་ཐང་ཀར་སྐྱར་བསྐྱ་སྐྱར་ན་ཆིག་སྐྱབ་དེ་དུས་གསུམ་གང་ཡིན་དེ་བྱ་བ་
འབྱེད་དཀའ་བས་འདི་རིགས་ལ་སྐྱབས་ཐོབ་དུས་གསུམ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ། རྒྱ།
བཞིན། ཟེན་ཅི་རིགས་བཀོལ་ནས་སྐར་བསྐྱ་སྐྱར་ན་ནང་དོན་ཁ་གསལ་དུ་འགྲོ་
བ་ཡིན། དཔེར་ན། བཟ་ཤིས་ཐོད་དུ་འགྲོ་ལོ། ལྷ་བྱ་མཆོན་ན། འགྲོ་ཞེས་པའི་བྱ་
ཆིག་དེ་མ་འོངས་པ་དང་ད་ལྟ་བ་གཉིས་ཀར་འཇུག་པས་དཔེར་བཞིན་དེ་མ་
འོངས་པ་དང་ད་ལྟ་གང་གི་བཞིན་པ་ཡིན་དེ་བྱ་བ་འབྱེད་མི་རུས་པར་བརྟེན། དེ་
རིགས་ལ་དུས་གསུམ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་སྐྱར་ཉེ་སྐར་བསྐྱ་བྲིས་ན་དག་ཐོད་རང་
གི་བཞིན་པ་དེ་དུས་གང་ཡིན་གསལ་བར་མཆོན་རུས་པ་ཡིན། དཔེར་ན། བཟ་
ཤིས་ཐོད་དུ་འགྲོ་རྒྱ་ལོ། །ལྷ་བྱ་མ་འོངས་པ་དང་། བཟ་ཤིས་ཐོད་དུ་འགྲོ་བཞིན་
ནོ། །ལྷ་བྱ་ད་ལྟ་བ་ཡིན་པར་གསལ་ཐོར་གོ་སྐབ་བ་ནི་དུས་གསུམ་གསལ་བྱེད་
ཀྱི་སྐྱའི་མཐར་སྐར་བསྐྱ་སྐྱར་བའི་རུས་པས་ཡིན། དུས་གསུམ་དག་ཆ་མི་གཅིག་
པ་ཡིན་ན། བྱ་ཆིག་འདིའི་མཐར་ཐང་ཀར་སྐྱར་བསྐྱ་སྐྱར་ཡང་དུས་གསུམ་གང་
གི་དཔེ་ཡིན་ནོར་ཉེན་མེད། དཔེར་ན། རིག་གནས་ལ་དོ་སྣང་བྱའོ། །ཞེས་པ་མ་
འོངས་པ་དང་། རིག་གནས་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་དོ། །ལྷ་བྱ་ད་ལྟ་བ་དང་། རིག་གནས་
ལ་དོ་སྣང་བྱས་སོ། །ལྷ་བྱ་འདས་པ་བཅས་སོ་སོར་གོ་རུས་པ་ཡིན།

- ༥༩ ་ སྐར་བསྐྱ་དང་དོན་གཅིག་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་གང་ཡོད་དམ།
ལན། སྐར་བསྐྱ་དང་། རྫོགས་ཆིག་ ། རྫོགས་བཅས་དོན་གཅིག་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་
ཡིན། དེ་ཡང་སྐར་བསྐྱ་དང་སྐར་བསྐྱ་ཞེས་དང་། དག་ཡིག་དག་སྐྱོན་ནས་
རྫོགས་ཆིག་ ། སྐྱོ་ཆོན་ཆ་ནས་རྫོགས་དང་། ཅེས་གསུངས་ཡོད།
- ༦༠ ་ རྫོན་དབང་ལས་སྐར་བསྐྱ་ཡི་འཇུག་ཚུལ་རི་ལྟར་གསུངས་ཡོད་དམ།
ལན། ། དག་ཡོད་ཏོ་དང་མཐའ་མེད་ལོ། ། གཞན་རྣམས་མིང་མཐའ་རྗེས་མ་ཐུན་
སྐྱར། ། ཞེས་གསུངས།
- ༦༡ ་ རྫོགས་ཆིག་ཡི་འཇུག་ཚུལ་ཟེར་ན་གང་རེད་དམ།
ལན། རྗེས་འཇུག་གི་རྗེས་སུ་སྤྲད་གང་འཛོལ་མི་འཛོལ་གྱི་སྤྲིག་འཇུགས་ཤིག་ལ། རྫོགས་
ཡི་འཇུག་ཚུལ་ཟེར་བ་རེད།
- ༦༢ ་ གཞན་རྣམས་མིང་མཐའ་རྗེས་མ་ཐུན་སྐྱར། ཞེས་པའི་མ་ཐུན་སྐྱོར་རི་ལྟར་གྲ་
དགོས་སམ།
ལན། མིང་མཐའ་རྗེས་འཇུག་གི་སྤྲ་དང་། ལྷ་ལི་བཞི་བ་སྐྱར་ཡུལ་གྱི་མིང་གཞི་ཡི་
གཞི་སྤྲ་གཉིས་མ་ཐུན་པར་སྐྱར་དགོས་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །
- ༦༣ ་ རྫོགས་ཆིག་དང་རྫོགས་བཅས་ཀྱི་གོ་དོན་གང་ཡིན་ནམ།
ལན། གང་བཤད་པར་བྱ་རྒྱུ་དོན་དེ་ཉིད་རེ་ཞིག་རྫོགས་པར་བྱེད་པའི་ཆིག་ལ་
རྫོགས་ཆིག་དང་། གང་བཤད་པར་བྱ་རྒྱུ་དོན་ཆིག་གི་རྫོགས་ཆིག་གྲོགས་གཞན་
རེ་ཞིག་སྤྲད་པ་ལྟེ་མཇུག་སྤྲིལ་བར་སྐྱོན་པས་ན་རྫོགས་ཅེས་ཟེར་བ་ཡིན་ནོ། །
- ༦༤ ་ ཅ་བ་ལས་རྣམ་དབྱེ་བ་རྒྱུ་དངོས་སུ་བསྐྱར་པའི་གཞུང་ཆིག་གང་དང་གང་

ཡིན་ནམ།

ལན། སྐར་བསྐྱའི་སྐབས་མིང་གང་གི་ནི། །ཞེས་པས་རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་དང་། ལ་དོན་
སྐབས་ལས་དང་། ཞེས་པས་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ། ཨི་ལྷན་སྐབས་བྱེད་པ་པོ་རུ།
ཞེས་པས་རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པ། ལ་དོན་སྐབས་ཆེད་དང་། ཞེས་པས་རྣམ་དབྱེ་
བཞི་པ། འབྱུང་ཁུངས་ས། །ཞེས་པའི་སྐབས་ནས་རྣམ་དབྱེ་ལྔ་པ། ཨི་ལྷན་སྐབས་
འབྲེལ་བའི་ས། །ཞེས་པས་རྣམ་དབྱེ་དྲུག་པ། ལ་དོན་སྐབས་རྟེན་གནས་
དང་། །ཞེས་པས་རྣམ་དབྱེ་བདུན་པ། བོད་པ་ཡིན། ཞེས་པའི་སྐབས་ནས་རྣམ་
དབྱེ་བརྒྱད་པ་བཅས་གསལ་བར་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །

༡༥༽ སྐར་བསྐྱའི་སྐབས་མིང་གང་གི་ནི་ཞེས་པས་རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་དངོས་སུ་
བསྟན་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡོད་དམ།

ལན། དེང་གི་བར་སུམ་རྟགས་འགྲེལ་བྱེད་པལ་མོ་ཆེས་ཅ་བ་སུམ་ཙུ་པའི་སྐབས་སུ་
རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་བསྟན་པར་འདོད་མོད་ཀྱི། ཅ་བའི་ཆོག་འདི་དང་འདིས་བསྟན་
ཞེས་ཞལ་ཆོན་བཅད་པར་མ་མཐོང་ཡང་། མཁས་དབང་བླ་ཉི་ཤོགས་ཀྱིས་རྣམ་
དབྱེ་དང་པོ་དང་འབྲེལ་བའི་གོ་ཤོགས་བཤད་པ་ཞེས་སྐར་བསྐྱའི་སྐབས་རྣམ་
དབྱེ་དང་པོ་པལ་ཆེར་བསྟན་པ་ལྟར་བཞེད་འདུག །རང་ལུགས་ལ་སྐར་བསྐྱ་
བཤད་པའི་སྐབས་རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་དངོས་སུ་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། མིང་གང་གི་ནི་
མཐར་ཐུར་བ། །ཞེས་པས་མིང་ངམ་རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་ཐོག་མར་དངོས་སུ་བསྟན་
ནས་དེ་དག་གི་མཐར་ཐུར་རྒྱུའི་ཆོག་ལྷན་གྱི་ཐོག་མ་སྐར་བསྐྱ་བཤད་པ་ཡིན། དེ་
ལྟར་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ཞེ་ན། ཅ་བ་ལས། རྗེས་འཇུག་ལ་ལྟོས་པའི་

མད་རྣམ་དཔྱེད་དང་བཅས་པ་འཆད་པའི་སྐབས། སྤར་བསྐྱའི་གཞུང་ཙམ་ལ་མིང་གང་གི་ནི་ཞེས་མིང་ཞེས་པའི་ཆོག་ཐོག་མར་སློམ་ནས། གཞན་རྣམས་རང་ཐད་དུ་གང་མིང་གི་ནི་ཞེས་པ་ལས་མིང་གང་གི་ནི་ཞེས་མ་གསུངས་པ་ནི་ཐོན་མི་ཉིད་ཀྱིས་སྤར་བསྐྱའི་སྐབས་རྣམ་དཔྱེད་དང་པོ་བསྟན་པར་བཞེད་ནས། དེ་ལྟར་གཞན་ལ་འད་གོ་བའི་ཆེད་དུ་ཡིན་པར་རིགས་པས་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །

༡༥༽ རེས་འབྲུག་གི་སྤྱི་སྤྱོད་དང་མ་ཐུན་པར་སྤྱོད་པའི་གོ་སོགས་བཅུ་གཅིག་པོ་གང་རུང་ཡིན་ན་ཁྱོད་སྤར་བསྐྱའི་དགོས་སམ།

ལན། མི་དགོས་ཏེ། དཔེར་ན། ཡོད་དོ་ཅོག །མཁས་སོ་ཅོག །ཡིན་ནོ་ཅོག་ལྟ་བུའོ། དེ་ཡང་སྐབས་འདིའི་དཔེར་བཞིན་དུ་ཡོད་པའི་དོ་སོནོ་སོགས་ཆོག་གོགས་ཅོག་དང་འབྲེལ་ནས་རྒྱང་བ་དེ་རིགས་ནི་ཆ་ཆང་ངམ་ཆང་མ་སྟེ་ཡོངས་རྫོགས་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་པ་ལས་སྤར་བསྐྱའ་མ་ཡིན་ནོ། །

༡༦༽ གོ་སོགས་བཅུ་གཅིག་པོ་གང་རུང་མིང་མཐའ་བྱི་མར་སྤར་བ་ཡོད་ན་ཁྱོད་སྤར་བསྐྱའི་ཨེ་དགོས།

ལན། མི་དགོས་ཏེ། མཆུ་ཏོ། མཐེ་བོ། གང་མོ། ཡ་སོ། ལྟ་བུ་བཅས་ཀྱི་ཏོ་དང་བོ་མོ་སོ་བཅས་ནི་མིང་མཐའ་བྱི་མ་ཡིན་པ་ལས་གསར་དུ་སྤར་བའི་ཆོག་ཤད་མ་ཡིན་ནོ། །

༡༧༽ ག་འབྲུ་ཞིག་ལ་རྣམ་དཔྱེ་བྱེད་པ་ཡིན་ནམ།

ལན། ཆོས་གཉིས་མ་འདྲེས་པར་སོ་སོར་རྣམ་པར་དཔྱེ་བ་འབྱེད་པའི་སྤྱི་ཞིག་ལ་རྣམ་དཔྱེ་བྱེད།

༡༩༽ རྣམ་དབྱེ་དང་པོའི་གོ་དོན་གང་ཡིན་ནམ།

ལན། དོན་གྱི་ངོ་བོ་ཙམ་ལས་ཁྱད་པར་གྱི་ཚོས་གང་ཡང་མི་སྟོན་པའི་ངག་ཅིག་ལ་
རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་ཟེར།

༢༠༽ ཅ་བ་ལས། ལ་དོན་གྱི་སྤང་བྱུང་ཙུལ་ཇི་ལྟར་གསུངས་ཡོད་དམ།

ལན། ཅ་བ་ལས། །རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་བཙུ་རྣམས་ལས། །གང་མིང་མཐའ་ན་བཙུ་བ་
གནས། །དེ་ལ་ལྷ་ལི་གཉིས་བ་སྦྱར། །གང་མིང་མཐའ་ན་བཙུ་བ་གནས། །དེ་ལ་
གཉིས་བ་ལྷ་ཡང་སྦྱར། །གང་མིང་མཐའ་ན་གསུམ་བ་གནས། །དེ་ལ་ལྷ་ལི་
གཉིས་བ་སྦྱར། །བཞི་བ་དགྲུ་བ་དངོས་ཀྱང་སྟེ། །ཞེས་གསུངས།

༢༡༽ ཅ་བས་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ལ་དོན་གྱི་སྤང་གང་དང་གང་རེད་དམ།

ལན། ཅ་བས་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ལ་དོན་གྱི་སྤང་བྱུག་སྟེ། སུ་བྱ་ར་བྱ་ན་ལ། བཅས་
ཡིན་ནོ། །

༢༢༽ ཅ་བ་ལས་ལ་དོན་འཆད་པའི་སྐབས་ཏ་ཡིག་ལྷ་སྦྱར་གྱི་ལ་དོན་དངོས་
འབྱུགས་གང་དུའང་གསུངས་ཡོད་དམ་ཅེད།

ལན། ཅ་བ་ལས། ཏ་ཡིག་ལྷ་སྦྱར་གྱི་ལ་དོན་དངོས་འབྱུགས་གང་དུའང་མ་གསུངས་
ཏེ། ཅ་ཆོག་གྱུ། །རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་བཙུ་རྣམས་ལས། །ཞེས་ལས་སྒྲ་སྟོས་བས་ལ་
དོན་ཡི་གེ་རྣམས་གང་ལས་འབྱུང་བའི་ཁྱད་སྤངས་རྗེས་འཇུག་བཙུ་ཉིད་ཡིན་པར་
གསུངས་པས། ཏ་ཡིག་ལྷ་སྦྱར་གྱི་ལ་དོན་སུམ་ཙུ་པའི་གཞུང་ནས་བཤད་ཅེས་
བ་ནི་འབྲེལ་མེད་པའོ། །ལྟག་དོན་མིང་གཞི་ཁོ་ན་ཏ་ཡིག་ལས་བྱུང་བའི་སྤང་དག་
སྐབས་འདིར་བསྟན་བྱ་མ་ཡིན་ཏེ། རང་གང་ལ་སྦྱར་བའི་གཞི་རྗེས་འཇུག་གི་ཡི་

གེ་མེད་པ་གང་ཞིག །ད་ཟླ་ཁོ་ནའི་རྗེས་སུ་འཇུག་པའི་ཕྱད་ཡིན་པའི་སྲིད།
སྐབས་འདིར་མ་བཤད་དོ། །

༥༢ ་ དེ་ལ་གཉིས་པ་མུ་ཡང་སྦྱར། །ཞེས་པའི་ཡང་སྦྱ་སྟོས་པའི་དགོས་པ་གང་
ཡིན་ནམ།

ལན། དེ་ལ་གཉིས་པ་མུ་ཡང་སྦྱར། །ཞེས་ཡང་སྦྱ་སྟོས་པ་ནི། རྗེས་འཇུག་བརྒྱད་པ་
ར་ཡིག་མུ་སྦྱར་བ་དེ། ལ་དོན་ཡིན་པ་མ་ཟད་མུ་སྦྱར་བའི་ར་ཡིག་དེ་ཡང་ལ་
དོན་ཡིན་ཞེས་པ་གོ་བའི་ཆེད་ཡིན་ནོ། །

༥༣ ་ བཞི་བ་དགུ་པ་དངོས་ཀྱང་སྟེ། །ཞེས་ཀྱང་སྦྱའི་རྒྱས་པ་གང་ཡིན་ནམ།
ལན། དངོས་ཀྱང་སྟེ། །ཞེས་པའི་ཀྱང་སྦྱའི་རྒྱས་པས་ལ་དོན་ལ་དབྱངས་ཀྱིས་བརྒྱན་
པ་ཅམ་དུ་མ་ཟད་དབྱངས་ཀྱིས་མ་བརྒྱན་པའི་ལ་དོན་རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་དངོས་
ཀྱང་ཡོད་པར་གོ་བའི་ཆེད་དུ་འོ། །

༥༤ ་ ཏ་ཡིག་མུ་སྦྱར་གྱི་ལ་དོན་ཅ་བས་མ་བསྟན་ཀྱང་དེ་དོན་གྱིས་བྲི་དགོས་པ་
ཇི་ལྟར་ཡིན་ནམ།

ལན། སྦྱར་བསྟེན་སྐབས་ལྟར་ཤོ་ཡིས་ཤོ་ཡི་མིང་མཐའ་བྲངས་པའི་ལུགས་བཞིན་
མིང་མཐའ་ད་ཟླ་གི་དབང་གིས་ཏ་ཡིག་མུ་སྦྱར་གྱི་ལ་དོན་དོན་གྱིས་ཐོབ་པ་
ཡིན་ནོ། །

༥༥ ་ ཅ་བ་དང་ལྷོན་དབང་གཉིས་ལས། ལ་དོན་གྱི་དོན་གྱི་འཇུག་པ་ཇི་ལྟར་
གསུངས་ཡོད་དམ།

ལན། ཅ་བ་ལས། །ལས་དང་ཆེད་དང་རྟེན་གནས་དང་། །དེ་ཉིད་ཆེ་སྐབས་ལ་སྦྱ་

ཡིན། །ཞེས་དང། ལྷོན་དབང་ལས། །རྣམ་དབྱེ་གཉིས་བཞི་བདུན་པ་དང། །དེ་
ཉིད་ཆེ་སྐབས་རྣམས་ལ་འཇུག། །ཅེས་གསུངས་སོ། །

༥༦ ་ །སུ་ལ་སོགས་པ་བདུན་པོར་ལ་དོན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་ཞེས་བཞེད་པའི་རྒྱ་མཚན་
ཅི་ཞིག་ཡིན་ནམ།

ལན། སུ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་གིས་དོན་སྟོན་ཚུ་ལ་ནི་ལ་སྤྱད་དང་པལ་ཆེར་མཐུན་པར་
སྟོན་པའམ། ལ་སྤྱུ་མཐའི་གསལ་བྱེད་ཡིན་པས་ན་དེ་ལྟར་བཞེད་དོ། །

༥༧ ་ །ལ་སྤྱུ་མཐའི་གསལ་བྱེད་ཅེས་པའི་གོ་དོན་གང་ཡིན་ནམ།

ལན། ལ་སྤྱུ་དེ་རྩ་བའི་དངོས་བསྟན་གྱི་ལ་དོན་ཡི་གེ་དྲུག་གི་མཐའ་མ་ཡིན་པས།
མཐའ་ཡི་གསལ་བྱེད་ཅེས་བཞེད། དེ་བཞིན་གསལ་བྱེད་ལ་ཀླ་ལི་ཞེས་བཞེད་པ་
ནི་ཀ་ཐོག་མར་གནས་པའི་ཆ་ནས་ཐོག་མའི་གསལ་བྱེད་ཅེས་ཀྱང་མིང་དུ་
འདོགས་པ་ཡིན་ནོ། །

༥༨ ་ །ལེགས་བཤད་ལྷོན་དབང་ལས། ལ་དོན་གྱི་སྤྱི་སྡོལ་ཇི་ལྟར་གསུངས་ཡོད་
དམ།

ལན། ས་སུ་ག་བ་དྲག་མཐར་ཏུ། །ང་ད་ན་མ་ར་ལ་དུ། །འ་དང་མཐའ་མེད་ར་དང་
དུ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

༥༩ ་ །ལ་དོན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་སྤང་གཞན་དབང་ཅན་དུ་འཛོག་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་རེད་
དམ།

ལན། ར་ལ་གཉིས་མ་གཏོགས་པའི་ལ་དོན་གཞན་རྣམས་སྤང་གཞན་དབང་ཅན་ཡིན་
པས། མང་བ་གཙོ་ཆེ་བའི་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ཏེ་བཞག་པ་ཡིན།

- ༡༠༠ ་ རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་ལས་སུ་བྱ་བའི་གོ་དོན་གང་ཡིན་ནམ།
ལན། བྱ་བའི་ཡུལ་ལ་བྱ་བ་བྱེད་པར་གཙོ་བོར་སྟོན་པའི་ལ་དོན་ཅན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་ལ།
གཉིས་པ་ལས་སུ་བྱ་བ་བྱེད། བལ་སྐད་དུ། ལས་ཀྱི་བྱེད་པ་ལ་ལས་ཀྱི་བྱེད་པ་
ཅམ་གོ་བའི་སྐད་ཆའི་རིགས་ལ། ལས་སུ་བྱ་བ་བྱེད་པ་རེད།
- ༡༠༡ ་ རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པའི་བྱ་བ་ལ་བྱེད་པ་པོའི་རྩོལ་བ་ལ་ལྟོས་པའི་བྱ་བ་ཞིག་
ཡིན་དགོས་ཀྱི་རེད་དམ།
ལན། འདི་ནི་པལ་ཆེར་དགོས་ཀྱི་རེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན་བྱ་བའི་ཡུལ་ལ་བྱ་བ་གང་
ཞིག་བྱེད་པ་ལ་བྱེད་པ་པོའི་རྩོལ་བ་ལ་བལྟོས་ནས་བྱ་བ་དེ་བྱེད་དགོས་པ་ལས།
རྩོལ་བ་ལ་མ་བལྟོས་པར་བྱ་བ་བྱེད་པ་མི་འབྱུང་བའི་ཕྱིར།
- ༡༠༢ ་ བྱ་བའི་ཡུལ་ལ་བྱ་བ་བྱེད་པ་དང་། བྱ་བའི་ཡུལ་ལ་བྱ་བ་བྱུབ་པའམ་བྱུང་བ་
གཉིས་ལ་བྱེད་པར་ཡོད་དམ་མེད།
ལན། དེ་གཉིས་ལ་བྱེད་པར་ཆེན་པོ་ཡོད། བྱ་བའི་ཡུལ་ལ་བྱ་བ་བྱེད་ན་བྱ་བའི་ཡུལ་
ལ་བྱ་བ་བྱུབ་དགོས་ཤིང་། བྱ་བའི་ཡུལ་ལ་བྱ་བ་བྱུབ་ན་བྱ་བའི་ཡུལ་ལ་བྱ་བ་
བྱེད་མི་དགོས་ཏེ། དཔེར་ན། རྣམ་མཁར་སྤྱིན་པ་འཁོར། མགོ་ལ་སྐྱ་སྐྱེ། ཞེས་
པའི་བྱ་བའི་ཡུལ་སྤྱིན་པ་དང་མགོ་བཅས་ལ་བྱ་བ་འཁོར་བ་དང་སྐྱེ་བ་གཉིས་
རིམ་བཞིན་བྱུབ་པ་ཡིན་ཀྱང་། བྱ་བ་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རྩོལ་མེད་ཀྱི་བྱ་བ་ཡིན་
པའི་ཕྱིར།
- ༡༠༣ ་ བྱེད་པ་པོའི་རྩོལ་བ་ལ་ལྟོས་པའི་བྱ་བ་ཡིན་ན། བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆོག་
ཡིན་དགོས་སམ།

ལན། མི་དགོས་ཏེ། སློ་བཟང་བོད་དུ་འགྲོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་འགྲོ་བའི་བྱ་བ་དེ་བྱེད་པ་
པོའི་རྩོལ་བ་ལ་བསྟོས་ཀྱང་། བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆོག་མ་ཡིན་ཏེ། ཁྱོད་བྱ་བྱེད་ཐ་མི་
དད་པའི་ལས་ཆོག་ཡིན་ནོ། །

༡༠༥ ་། རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་ལས་སུ་བྱ་བ་ཞེས་པའི་ལས་དང་། རྟགས་འཇུག་
སྐབས་ཀྱི་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་ཞེས་པའི་ལས་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་གང་རེད་དམ།
ལན། རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པའི་སྐབས་ལས་སུ་བྱ་བ་ཞེས་པ་དེ་བྱ་བ་བྱེད་པའི་གཞིའམ་
གནས་གཞི་སྟེ་མདོར་ན་ལས་ཀ་བྱེད་ས་ཞིག་ལ་གོ་དགོས་པ་དང་། རྟགས་
འཇུག་སྐབས་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་ཞེས་པའི་ལས་ནི། བྱ་བའམ་ལས་ཀ་བྱེད་རྒྱ་
གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་ལས་ཞེས་ཟེར་བ་རེད། དཔེར་ན་དེ་བ་ཏུ་ཡི་གེ་འབྲི་ཞེས་པ་ལྟ་
བུར་མཆོད་ན། དེ་བ་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པའི་ལས་དང་། ཡི་གེ་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་
ཀྱི་ལས་ཡིན་ནོ། །

༡༠༦ ་། སྟན་ལགས། ལས་སྒྲ་པོའི་ཐོག་ནས་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པའི་དཔེར་བརྗོད་
བསམ་སློབ་ནང་འཁོར་བྱུང་བ་ཞིག་དང་། དཔེར་བརྗོད་སྒྲུག་པོ་བཟོ་རྒྱུར་མན་
པའི་ཐབས་ཤེས་གང་ཡོད་དམ།

ལན། དང་ཐོག་སྐད་ཆ་ཤོད་པའི་བརྒྱུད་ལམ་ནས་ཁྱི་བ་ཁག་ལ་ཞིབ་འཇུག་གནང་རྒྱ་
དེ་གལ་ཆེན་པོ་འདུག །སྐད་ཆ་ཤོད་སྐབས་ཁྱི་བ་དེ་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པའི་དྲི་བ་ཡིན་
པར་བརྟན་ཆོད་ན། དེ་ལ་གཞིགས་པས་ལན་དེ་ཡང་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པའི་ཡིན་མིན་
གསལ་པོ་ཆགས་ཡོང་གི་རེད། དེ་ཡང་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པའི་བྱ་བའི་ལུས་ལ་
སེམས་ལྡན་དང་སེམས་མེད་གཉིས་ཡོད་པ་ལས། དང་པོ་སེམས་ལྡན་གྱི་བྱ་བའི་

ཡུལ་གང་ཞིག་ལ་བྱ་བ་བྱེད་མིན་གྱི་ངི་བ་འདི་སྐབས། བྱ་བ་ཞིག་དང་འབྲེལ་ནས་
སྐུལ་ཞེས་ངི་ཆོག་འབྱུང་གི་རེད། འདི་ནི་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པའི་ངི་བ་ཡིན་པས།
དེའི་ལན་ངི་ལྟར་བཏབ་ཀྱང་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པའི་དཔེར་བརྗོད་ཉིད་དུ་ངེས་པ་
ཡིན།

དཔེར་ན་གཤམ་དུ།

ཁ་སྐད་ཐོག་ནས།

ཡིག་ཐོག་ནས།

ངི་བ། ལན།

ངི་བ། ལན།

སྐུལ་སྤྲད་པས།

བཟ་ཤིས་ལ་སྤྲད་པ་ཡིན། སྐུལ་སྤྲད་དམ། བཟ་ཤིས་སྐུལ་སྤྲད་དོ། །

སྐུལ་བསྐྱར་པས།

གྲོགས་པོ་ལ་བསྐྱར་པ་ཡིན། སྐུལ་སྐྱར་ངམ། གྲོགས་པོར་བསྐྱར་རོ། །

སྐུལ་བཏང་པས།

སྦྱིན་བདག་ལ་བཏང་པ་ཡིན། སྐུལ་བཏང་ངམ། སྦྱིན་བདག་ཏུ་བཏང་ངོ། །

སྐུལ་མངགས་པས།

དགེ་སྤྱད་ལ་མངགས་པ་ཡིན། སྐུལ་མངགས་མམ། དགེ་སྤྱད་ཏུ་མངགས་སོ། །

སྐུལ་བསྟན་པས།

མང་ཆོཏ་པ་ལ་བསྟན་པ་ཡིན། སྐུལ་སྟོན་ནམ། མང་ཆོགས་སྐུལ་བསྟན་ནོ། །

སྐུལ་བསྐྱལ་པས།

གཡོག་པོ་ལ་བསྐྱལ་པ་ཡིན། སྐུལ་སྐྱལ་མམ། གཡོག་པོར་བསྐྱལ་སོ། །

སུ་ལ་བཤད་བས།

གཞོན་སྐྱེས་ལ་བཤད་བ་ཡིན། སུ་ལ་བཤད་དམ། གཞོན་སྐྱེས་སུ་བཤད་དོ། །

སུ་ལ་བཙུག་བས།

བྱིས་བདག་ལ་བཙུག་བ་ཡིན། སུ་ལ་བཙུག་ལམ། བྱིས་བདག་ཏུ་བཙུག་ལོ། །

སུ་ལ་དྲིས་བས།

དགེ་ཆན་ལ་དྲིས་བ་ཡིན། སུ་ལ་དྲིས་སམ། དགེ་ཆན་ཏུ་དྲིས་སོ། །

སུ་ལ་བཀའ་བས།

སློབ་སྤྲུལ་ལ་བཀའ་བ་ཡིན། སུ་ལ་བཀའ་སམ། སློབ་སྤྲུལ་ཏུ་བཀའ་སོ། །ལྟ་
བུལོ། །

གཉིས་པ། སེམས་མེད་གྱི་བྱ་བའི་ཡུལ་གང་ཞིག་ལ་བྱ་བ་བྱེད་པའི་བྱི་བ་འདྲི་སྐབས།
བྱ་བ་ཞིག་དང་འབྲེལ་ཏེ་གང་ཏུ་དང། གང་ལ། ག་བར། ཞེས་བྱི་བ་འབྱུང་ཞིང་དེའི་ལན་
གང་བཏབ་ཀྱང་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་ལས་འོས་མེད། དཔེར་ན།

ཁ་སྐད་ནང་།

ཡིག་སྐད་ཏུ།

སློབ་སྤྲུལ་ག་བར་བཞག་བས།

ཐབ་ཆང་ལ་བཞག་བ་ཡིན།

སློབ་སྤྲུལ་གང་ཏུ་བཞག་གམ།

ཐབ་ཆང་ཏུ་བཞག་གོ། །

ཡི་གེ་ག་བར་བཏང་བས།

པ་ཡུལ་ལ་བཏང་བ་ཡིན།

ཡི་གེ་གང་ཏུ་བཏང་དམ།

པ་ཡུལ་ཏུ་བཏང་དོ། །

སྤྱ་གྲུ་ག་བར་བྲིད་བས།

བསྐྱབ་བྲུ་ལ་བྲིད་བ་ཡིན།

སྤྱ་གྲུ་གང་ཏུ་བྲིད་དམ།

སློབ་བྲུ་བྲིད་དོ། །

སོན་ག་བ་ལ་བཏབ་བས།	ཞིང་ཁ་ལ་བཏབ་བ་ཡིན།
སོན་གང་དུ་བཏབ་བས།	ཞིང་ཁར་བཏབ་པོ། །
ཤོག་གུ་ག་བ་ལ་སྦྱར་བས།	ཅིག་བ་ལ་སྦྱར་བ་ཡིན།
ཤོག་གུ་གང་དུ་སྦྱར་བས།	ཅིག་བར་སྦྱར་པོ། །
ཅ་ལག་ག་བ་ལ་བཅོལ་བས།	གནས་ཁང་ལ་བཅོལ་བ་ཡིན།
ཅ་དངོས་གང་དུ་བཅོལ་ལས།	གནས་ཁང་དུ་བཅོལ་པོ། །

༡༠༩ ་ རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པའི་བྱ་བ་ལ་དུས་ད་ལྟ་བ་ཡིན་དགོས་སམ།
 ལན། སྦྱག་སྦྱབ་དོག་པོ་བྱས་ཏེ་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པའི་བྱ་བ་ལ་དུས་ད་ལྟ་བ་ཤ་སྦྱག་
 འབྲི་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་མེད། བྱ་བའི་ཡུལ་ལ་བྱ་བ་བྱེད་པར་བཟོད་པའི་
 སྐབས། བྱ་བ་འདིའི་དུས་གསུམ་སྦྱལ་ཆོག་བཅས་གང་བེད་སྟོད་བཏང་ཡང་
 དཔེར་བཟོད་དེ་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་རང་འཇགས་སུ་གནས་ཀྱི་རེད།
 དཔེར་ན། སལ་སྐད། ཅིད་ཐང་ལ་ཅིད་མོ་ཅེ་རྒྱུ་ཡིན། མ་འོངས་པའི་སྐད་ཆ། ཡིག་
 སྐད། ཅིད་ཐང་དུ་ཅིད་མོ་ཅེ་རྒྱུ་ལོ། མ་འོངས་པའི་བཟོད་པ། སལ་སྐད། གཡུལ་
 ཐང་ལ་ཅིད་མོ་ཅེ་གི་ཡོད། ད་ལྟ་བའི་སྐད་ཆ། ཡིག་སྐད། གཡུལ་ཐང་དུ་ཅིད་མོ་
 ཅེ་བཞིན་ནོ། །ད་ལྟ་བའི་བཟོད་པ། སལ་སྐད། ཐོག་ཁར་ཅིད་མོ་ཅེས་བ་
 ཡིན། འདས་པའི་སྐད་ཆ། ཡིག་སྐད། ཐོག་ཁར་ཅིད་མོ་ཅེས་སོ། ། འདས་པའི་
 བཟོད་པ། སལ་སྐད། རྒྱལ་ཅིད་མོ་ཅེས་ཤོག །སྦྱལ་བའི་སྐད་ཆ། ཡིག་སྐད། རྒྱུར་
 ཅིད་མོ་ཅེས་ཤོག །སྦྱལ་ཆོག་གི་བཟོད་པ།
 དེ་ལྟར་གོང་གི་དཔེར་བཟོད་རྣམས་ལ་དུས་ཀྱི་བྱེད་པར་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་བྱ་

བའི་ཡུལ་ལ་བྱ་བ་བྱེད་པར་ཅན་སྟོན་པ་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པས་དེ་དག་རྣམ་
དབྱེ་གཉིས་པ་ཡིན་ཤིང་། ཤུལ་ཤུལ་བྱས་ན་སྟོན་ཆ་གང་ཡང་མེད།

༡༠༥༽ བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་ཆོགས་ཤིང་། ཏུས་མ་འོངས་པ་དང་འབྲེལ་བའི་རྣམ་
དབྱེ་གཉིས་པའི་ཆོག་སྐྱབ་བྱི་དགོས།

ལན། དཔེར་ན། སལ་སྐད། བསྟན་འཛིན་གྱིས་གྲོགས་པོ་ལ་གསར་ཤོག་གཏང་རྒྱ་
རེད། ཡིག་སྐད། བསྟན་འཛིན་གྱིས་གྲོགས་པོར་གསར་ཤོག་གཏང་རྒྱའོ། ཞེས་
བ་ལྟར། བསྟན་འཛིན་བྱེད་པ་པོ། གྲོགས་པོ་གནས་གཞི། གསར་ཤོག་ལས་སམ་
བྱ་ཡུལ། གཏང་བ་བྱ་བ། རྒྱ་མ་འོངས་པ་གསལ་བྱེད། དེ་ཡང་བྱ་བའི་ཡུལ་ལ་བྱ་
བ་བྱེད་རྒྱ་གཙོ་བོར་སྟོན་པས། ཏུས་མ་འོངས་པའི་དང་འབྲེལ་བའི་རྣམ་དབྱེ་
གཉིས་པ་ཡིན་ནོ། །

༡༠༦༽ མ་འོངས་པའི་ཆོག་སྐྱབ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་གང་ཞིག་ཡོད་དམ།

ལན། མ་འོངས་པའི་ཆོག་སྐྱབ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་རང་ཉིད་ལ་སྦྱར་ན། གཏང་རྒྱ་ཡིན།
གཏང་དགོས་ཡོད། གཏང་གི་ཡིན། ལྟ་བུ་དང་། གཞན་ལ་སྦྱར་ན། གཏང་རྒྱའོ།
གཏང་དགོས་འདུག །གཏང་གི་རེད། ལྟ་བུའོ། །

༡༠༧༽ བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་ཆོགས་ཤིང་། ཏུས་ད་ལྟ་བ་དང་འབྲེལ་བའི་རྣམ་དབྱེ་
གཉིས་པའི་དཔེར་བརྗོད་རི་ལྟར་འབྲེལ།

ལན། དཔེར་ན། སལ་སྐད་ཐོག །སུན་ཆོགས་གྱིས་པ་མ་ལ་ཡིག་ལན་གཏོང་གི་
འདུག །ཡིག་སྐད་བྱ། །སུན་ཆོགས་གྱིས་པ་མར་ཡིག་ལན་གཏོང་བཞིན་ནོ། །ཞེས་
བ་ལྟར། སུན་ཆོགས་བྱེད་པ་པོ། པ་མ་གནས་གཞི། ཡིག་ལན་ལས་སམ་བྱ་ཡུལ།

གཏོང་བ་བྱ་བ། བཞིན་ད་ལྟ་བ་གསལ་བྱེད། དེ་ཡང་བྱ་བའི་ཡུལ་ལ་བྱ་བ་བྱེད་
བཞིན་པར་གཙོ་བོར་སྟོན་པས། ཏུས་ད་ལྟ་བ་དང་འབྲེལ་བའི་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་
ཡིན་ནོ། །

༡༡༠ ་ ད་ལྟ་བའི་ཆོག་སྒྲིབ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲ་གང་དང་གང་ཞིག་ཡོད་དམ།
ལན། ད་ལྟ་བ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲ་རང་ཉིད་ལ་སྒྱུར་ན། གཏོང་གིན་ཡོད། གཏོང་བཞིན་
ཡིན། གཏོང་བའི་སྒྲ་ཡིན། གཏོང་སྒྲ་ཡིན། ལྟ་བུ་དང་། གཞན་ལ་སྒྱུར་ན།
གཏོང་གི་འདུག །གཏོང་བཞིན་འདུག །གཏོང་བའི་སྒྲ་རེད། གཏོང་སྒྲ་རེད། ལྟ་
བུལོ། །

༡༡༡ ་ བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་ཆོགས་ཤིང་། ཏུས་འདས་པ་དང་འབྲེལ་བའི་རྣམ་དབྱེ་
གཉིས་པའི་དཔེར་བཞིན་ག་འབྲེལ་དེ།

ལན། དཔེར་ན། བཤ་སྐད་ལ། བ་མས་སྒྲ་བྱ་སྟོབ་བྲ་ལ་བཏང་སོང་། ཡིག་སྐད་ཏུ།
བ་མས་སྒྲ་བྱ་སྟོབ་བྲར་བཏང་བྱེད་ནོ། །ཞེས་པ་ལྟར། བ་མ་ནི་བྱེད་པ་སོ་དང་། སྒྲ་
བྱ་ལས་སམ་བྱ་ཡུལ། སྟོབ་བྲ་གནས་གཞི། བཏང་བ་ཏུས་འདས་པ། ཟེན་འདས་
པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲ། དེ་ཡང་བྱ་བའི་ཡུལ་ལ་བྱ་བ་བྱས་ཟིན་པར་གཙོ་བོར་སྟོན་
པས། ཏུས་འདས་པ་དང་འབྲེལ་བའི་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་ཡིན་ནོ། །

༡༡༢ ་ ཏུས་འདས་པའི་ཆོག་སྒྲིབ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲ་གང་དང་གང་ཞིག་ཡོད་དམ།
ལན། འདས་པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲ་རང་ཉིད་ལ་སྒྱུར་ན། བཏང་བ་ཡིན། བཏང་བྱེད་
བཏང་ཆར། བཏང་ངོ་། །ལྟ་བུ་དང་། གཞན་ལ་སྒྱུར་ན། བཏང་བ་རེད། བཏང་
འདུག །བཏང་སོང་། བཏང་བཞག །བཏང་ངོ་། །ལྟ་བུལོ། །

༡༡༣ ་ སྤྱལ་ཚིག་དང་འབྲེལ་བའི་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པའི་དཔེར་བརྗོད་ག་འབྲེལ་
དམ།

ལན། དེ་བ་རྒྱ་ཡི་གེ་བྲིས་ཤིག །ཁོར་ཡུག་རྒྱ་ཤིང་སྤྲུག་པས་ཤིག །དཀོན་མཆོག་ལ་
གསོལ་བ་ཐོབ་ཅིག །ཅེ་ཐང་དུ་ཅེད་མོ་ཅེས་ཤིག །སློབ་ཚན་ལ་དོ་སྣང་བྱོས་
ཤིག །ཟ་ཁང་དུ་ཁ་ལག་ཐོ་ཞིག །ལྟ་བུའོ། །

༡༡༤ ་ སྤྱལ་ཚིག་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་གང་དང་གང་ཡོད་དམ།

ལན། ཞིག །ཅིག །ཤིག །དང་། ཨང་། བཅས་དེ་གསུམ་ལ་སྤྱལ་ཚིག་གསལ་བྱེད་
ཀྱི་སྐྱ་ཟེར་བ་རེད།

༡༡༥ ་ བྱེད་པ་པོ་དང་། བྱེད་པ། གནས་གཞི། བྱ་ཡུལ། བྱ་བ་བཅས་ཆང་ཞིང་།
དུས་འདས་པའི་བརྗོད་པ་དང་འབྲེལ་བའི་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པའི་དཔེར་བརྗོད་ཇི་
ལྟར་བཟོ་དགོས་སམ།

ལན། དཔེར་ན། བལ་སྐད་ལ། བཟ་ཤིས་ཀྱིས་སྐྱ་གུས་དེ་བ་ལ་ཡི་གེ་བྲིས་སོང་།
ཡིག་སྐད། བཟ་ཤིས་ཀྱིས་སྐྱ་གུས་དེ་བ་རྒྱ་ཡི་གེ་བྲིས་སོ། །ཞེས་བ་ལྟར། བཟ་
ཤིས་བྱེད་པ་པོ་དང་། སྐྱ་གུ་བྱེད་པ། དེ་བ་གནས་གཞི། ཡི་གེ་ལས་སམ་བྱ་ཡུལ།
བྲིས་ནི་བྱ་བ་འདས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་བྱ་བའི་ཡུལ་ལ་བྱ་བ་བྱས་ཟིན་པར་གཙོ་བོར་
སྟོན་པའི་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་ཡིན་ནོ། །

༡༡༦ ་ གཤམ་གསལ་བྱ་བའི་ཡུལ་གྱི་མཐར་ལ་དོན་གྱི་སྤྲད་སྤྲད་ནས་དེ་ལ་རང་
མོས་ཀྱིས་བྱ་བ་འོས་འཆར་རེ་བྲིས་ཏེ་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་ལས་སུ་བྱ་བའི་དཔེ་
བཟོ་དགོས།

ལན། དཔེར་ན། ཆོས་རང་མཆོད་ཉིད་ཚོད། ལྷ་བྱལོ། ཆོས་ར། སྒང་ཆེན། ཞིང་ཁ།
ནགས་ཆེལ། དཔེ་ཆ། སློབ་བྱ། སྒན་ཁང་། བ་མ། འོག་བྱ། ཡོན་ཏན། སྐད་
ཡིག། རྟིག་པ། ཐབ། ཁྲི། མལ་ཁྲི། དག་པོའི་སྲིད་གཞུང་། བོད་དོན་ཆབ་སྲིད།
ཆབ་འབངས། མགོ་བོ། མཉམ་སྦྲེལ་རྒྱལ་ཆོག་པ། སློག་བརྟན་ཁང་། ཅིང་ཐང་།
དཔེ་མཛོད་ཁང་། རྒྱལ་ཁབ། རོ་སློད་ལག་འཁྱེད། རྒྱལ་སློ་ཆེན་མོ།

༡༡༥༽ རང་མོས་ཀྱིས་བྱ་བའི་ཡུལ་གང་ཞིག་གི་མཐར་ལ་དོན་སྦྱར་ཏེ་གཤམ་
གསལ་བྱ་བའི་ཆོག་གང་འོས་བདམས་ནས་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་བ་ལས་སུ་བྱ་བའི་
དཔེ་བཅོ་དགོས།

ལན། དཔེར་ན། ཁབ་ཏུ་སྐད་བ་རྒྱད། ལྷ་བྱ། སྐད་བ་རྒྱད། ས་བཞོ། གདན་གདིང་།
བཟོ་སྒྲིང་བྱེད། གཡུལ་བཤམས། རབ་བྱང་སྐབ། དཔེ་དེབ་སྟོག། རྩ་རྩྱང་། མེ་
ཏོག་བཞོག། ཁྱི་དོར་བྱེད། མཁར་ཅིག། དག་གཞོན་བྱེད། མཆོད་བ་འབྲུལ།
མདའ་འཕངས། མགོ་སྐྱོར་གཏོང་། སྐྱོམ་སྐབ་བྱེད། གནས་སྐྱོར་སྐྱོད། ཁུང་བྱ་
བྱས། དཔེ་སྟོག་བརྒྱབ། ཆར་འབེབ། འཐབ་ཆོལ་བྱེད། འིང་གཙོད། ཅམ་བ་
གཏོར། སྐྱ་བྱ་བཟུང་། མུ་བ་མོ་བཅུགས། རྒྱལ་དར་སྒྲིང་། གཞོད་བ་སྐྱེལ། ཐུབ་
ཆོད་གཏོང་།

༡༡༦༽ རྣམ་དབྱེ་བཞི་པའི་གོ་དོན་གང་ཡིན་ནམ།

ལན། བྱ་བའི་ཡུལ་ལས་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་ལ་ཕན་འདོགས་པར་འགྱུར་བའི་
དོན་ཅན་ལ་རྣམ་དབྱེ་བཞི་པ་དགོས་ཆེད་ཟེར། དེ་ཡང་ཕལ་སྐད་དུ། དགོས་བ་
དང་རྒྱ་མཆོད་བྱི་ཆེད་དུ་ལས་དོན་སྐབ་པའི་སྐད་ཆའི་རིགས་ལ་རྣམ་དབྱེ་བཞི་

བ་ཟེར་བ་རེད།

༡༡༩༽ རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་དང་བཞི་པའི་བར་གྱི་བྱང་པར་གང་ཞིག་ཡོད་དམ།
ལན། དེ་གཉིས་ཀྱི་བྱང་པར་ནི། བྱ་བའི་ཡུལ་ལ་བྱ་བ་བྱེད་པ་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་
ཡང་། བྱ་བ་དེས་བྱ་ཡུལ་ལ་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པ་འཇམ་དགོས་པ་གང་ཞིག་གི་ཆེད་དུ་
བྱ་བ་བྱེད་པར་སྟོན་མི་སྟོན་གྱི་བྱང་པར་ཡོད། སྟོན་ན་བཞི་པ་དགོས་ཆེད་དང་མི་
སྟོན་ན་གཉིས་པ་ལས་སུ་བྱ་བ་ཡིན།

༡༢༠༽ བློ་ལགས། རྣམ་དབྱེ་བཞི་པའི་བྱ་བ་ལ་དུས་གསུམ་གའི་བྱ་བ་གྲིས་ན་
འགྲིག་གི་ཡོད་དམ་མེད།

ལན། དེ་འགྲིག་གི་འདུག། གང་ཡིན་ཟེར་ན། བྱ་བའི་ཡུལ་ལ་ཕན་གདགས་འགྱུར་
དང་། ཕན་འདོགས་བཞིན་པ། ཕན་བཏགས་ཟིན་པ་གང་ཡིན་ཡང་རུང་བྱ་བའི་
ཡུལ་ལ་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པའི་བྱ་བ་ཞིག་ཡིན་སྐབས་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་སྐད་ཀྱི་
སྒྲིམ་ཆང་མ་རྣམ་དབྱེ་བཞི་པར་གཞག་དགོས། དཔེར་ན། ཉན་པར་བརྟག་དབྱུང་
བྱ་དགོས། ཉན་པར་བརྟག་དབྱུང་བྱེད་བཞིན་ནོ། ཉན་པར་བརྟག་དབྱུང་བྱས་
ཟིན། ཞེས་དུས་གསུམ་གྱི་བརྗོད་པ་གང་གྲིས་ཡང་བྱ་བ་དེ་དག་ཆང་མ་བྱ་ཡུལ་
ཉན་པར་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་པར་བརྟེན། རྣམ་དབྱེ་བཞི་པའི་ནང་དོན་
ལས་མ་བཞུག་བ་རེད། དེ་བཞིན་བྱ་ཡུལ་ལ་ཕན་ཐོགས་མེད་ཡང་དེ་དང་འབྲེལ་
བའི་ལས་ལ་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པའི་རྣམ་དབྱེ་བཞི་པའི་བྱ་བ་དེ་ལ་འད་དུས་གསུམ་
གར་བེད་སྟོང་གཏོང་ཆོག་ དཔེར་ན།

དུས།

པལ་སྐད།

ཡིག་སྐད།

མ་འོངས་ལ། སློབ་སྦྱང་བྱེད་ཀྱི་གཏང་དགོས། སློབ་སྦྱང་བྱེད་དུ་གཏང་དགོས།
ད་ལྟ་ལ། སློབ་སྦྱང་བྱེད་ཀྱི་གཏང་གི་ཡོད། སློབ་སྦྱང་བྱེད་དུ་གཏང་བཞིན་མོ། །
འདས་ལ། སློབ་སྦྱང་བྱེད་ཀྱི་གཏང་བ་ཡིན། སློབ་སྦྱང་བྱེད་དུ་གཏང་ངོ། །
སྐུལ་ཆིག །སློབ་སྦྱང་བྱེད་ཀྱི་གཏང་ཡོད། སློབ་སྦྱང་བྱེད་དུ་ཐོངས་ཤིག །ཉ་
བུའོ། །

༡༩༡ ་། བཀའ་འབྲི་ལྷ་རྒྱུ་ལ། བྱ་བའི་ཡུལ་ལ་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པའི་དོན་ཅན་གྱི་བྱ་
བའི་རིགས་གང་དང་གང་ཡོད་དམ།

ལན། ཡོན་ཏན་སློབ། བསྟོད་བསྐྱབས་བརྗོད། སྤྲོད་བཅས་བྱེད། ལམ་སྟོན་གནང་།
སློབ་གསོ་སྦྱོང། བྱམས་སྦྱོང་བྱེད། ཆོས་བཤད། སེམས་གསོ་གཏོང་། སློབ་ཁྲིད་
བྱེད། སློབ་སྦྱང་སྦྱོང། བསྐྱབ་བྱ་བརྒྱུ་གྱི་རྩེ་བཏང། བཀའ་དབང་གནང་།
སྦྱིན་པ་གཏོང་། སྦྱང་སྦྱོབ་བྱེད། རོགས་རམ་བྱེད། ཁེ་བཟང་སྦྱོང། ཕན་ཐོགས་
སྦྱུལ། འཆོ་སྦྱོང་བྱེད། རྒྱ་གཡོག་བརྒྱུགས། ཞབས་ཕྱི་ལྷ། གསལ་བཤད་བྱེད།
མཛད་ཀྱིས་འཁྲིད། གསོལ་རས་གནང་། རང་ཆོས་ངོ་སྟོན་བྱེད། བདེ་སྦྱིད་སྦྱུལ།
དཀའ་ངལ་སེལ། སྤྲོད་ཁང་སྟོན། ཕན་བདེ་སྦྱུལ། སློབ་སྟོན་བྱེད། སྦྱིན་བདག་
འཆོལ། འཆོ་རྟེན་སྦྱོང། བྱ་ཡངས་གཏོང་། ཉེས་ཡངས་གཏོང་། སྦྱོང་གནས་བཟོ།
བཟང་འབྲུ་སྦྱིན། རྒྱ་སྦྱོང་བྱེད། ཟབ་སྦྱོང་སྦྱོང། བྱ་རྟེན་ལྷ། སློབ་ཡོན་སྦྱོང།
བྱ་སྦྱུལ་གཏོང་། གཤམ་བཅས་གཏོང་། ཆེ་ཐང་གཏོང་། མིག་དཔེ་སྟོན། སྤྲོད་
སྦྱོང། མལ་ཆས་གཡོག །སྤྱི་ལེན་ལྷ། བཀའ་སློབ་གནང་། སྦྱོང་བཟང་སྦྱོང། སྦྱིན་
བདག་བྱེད། གདམ་ངག་གནང་། ཁ་ཏ་བྱེད། ཕན་བཏགས། ཞེས་སོགས་གོང་གི་

བྱ་བ་རྣམས་བྱ་ཡུལ་སེམས་ལྡན་གང་ཟག་ལ་བྱེད་པར་བརྟེན་པ་ན། རྣམ་དཔེ་
བཞི་པའི་དཔེ་རྩ་འགྲུར་འགྲོ་བ་ཡིན། དཔེར་ན། ཡོན་ཏན་སློབ་ལྟ་བུའི་བྱ་བ་དེ།
བྱ་བའི་ཡུལ་སྤྱ་བྱ་ལ་བྱེད་པར་བརྟེན་པའི་ཆེ། སྤྱ་བྱར་ཡོན་ཏན་སློབ། ཅེས་
བརྟེན་པ་ན་རྣམ་དཔེ་བཞི་པར་སོང་བ་རེད། དེ་བཞིན་རང་སྤྱོད་གནང་དགོས།
༡༩༩། ཞུ་ལགས། རྣམ་དཔེ་བཞི་པའི་དཔེར་བརྟེན་པའི་སྐད་གྱི་ལམ་ནས་ཡིག་
ཐོག་ལ་འབྲི་སྤངས་དོ་སྤྱོད་ཅིག་གནང་རོགས།

ལན། བྱ་ཡུལ་ལ་པན་ཐོགས་ཡོད་པའི་རྣམ་དཔེ་བཞི་པའི་དཔེ་འབྲི་སྐབས་པལ་སྐད་
དང་ཡིག་སྐད་གཉིས་བར་ཏ་ལམ་བྱེད་པར་མི་འདུག །དཔེར་ན། སྤྱ་བྱ་ལ་སློབ་
སྤྱོད་སྤྱོད། མ་ལ་སྤྱོད་འདུག །ལྟ་བུ་ལ་སྐད་ནང་བེད་སྤྱོད་གཏོང་བ་བཞིན་དུ་ཡིག་
ཐོག་ལའང་གཅིག་མཚུངས་འབྲི་བ་རེད། ཡིན་ནའང་བྱ་བའི་ཡུལ་དང་འབྲེལ་བའི་
ལས་ལ་པན་ཐོགས་ཡོད་པའི་རྣམ་དཔེ་བཞི་པའི་དཔེ་བརྟེན་གྱི་སྐབས་ལ་དོན་གྱི་
ཆ་བརྟེན་ལ་སྐད་ནང་ཀག །ཀག །གག །གག ཅེས་ཅི་རིགས་བེད་སྤྱོད་གཏོང་གི་
འདུག །དཔེར་ན།

པལ་སྐད།

ཡོན་ཏན་སློབ་ཀར་བཏང་།
ཡོན་ཏན་སློབ་པར་བཏང་།
ལས་ཀ་བྱེད་ཀར་སྤྱོད་པས།
ལས་ཀ་བྱེད་པར་བསྤྱོད་པས།
ཅེད་མོ་ཅེ་གར་ཕྱིན།

ཡིག་སྐད།

ཡོན་ཏན་སློབ་ཏུ་བཏང་།
ཡོན་ཏན་སློབ་ལ་བཏང་།
ལས་ཀ་བྱེད་ཏུ་བསྤྱོད་པས།
ལས་ཀ་བྱེད་ལ་བསྤྱོད་པས།
ཅེད་མོ་ཅེ་རུ་ཕྱིན།

ཅེད་མོ་ཅེ་བར་བྱིན།	ཅེད་མོ་ཅེ་ལ་བྱིན།
སྐད་ཆ་ཤོད་ཀར་ཡོང།	སྐད་ཆ་ཤོད་དུ་ཡོང།
སྐད་ཆ་ཤོད་པར་ཡོང།	སྐད་ཆ་ཤོད་ལ་ཡོང།
ལྟ་མོ་ལྟ་གར་འགྲོ།	ལྟ་མོ་ལྟ་བུ་འགྲོ།
ལྟ་མོ་ལྟ་བར་འགྲོ།	ལྟ་མོ་ལྟ་ལ་འགྲོ།

ལྟ་བུ་དཔེར་བརྗོད་གཅིག་ལ་ལ་དོན་མི་འབྲ་བ་གསུམ་རེ་སྦྱར་ནས་ནམ་དཔེ་བཞི་
པའི་དཔེ་བཅོ་ཆོག་གི་རེད། མ་ཟད་སྤྱགས་སྤང་གནང་དགོས་པ་ཞིག་ལ། བྱ་བའི་
ཡུལ་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་ལ་པན་ཐོགས་ཡོད་པའི་ནམ་དཔེ་བཞི་པའི་དཔེར་
བརྗོད་ལ། ན་ལ་གཉིས་ནས་ལ་ཡིག་ཁོ་ན་སྦྱོད་པ་མ་གཏོགས་ན་ཡིག་གཏན་
ནས་འབྲི་སློལ་མི་འདུག །

༡༩༣ ་ བློ་ལགས། ནམ་དཔེ་བཞི་པའི་སྐབས་བྱ་བའི་ཡུལ་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་
ལ་པན་ཐོགས་ཡོད་པ་ཞེས་པའི་ལས་ཀྱི་ཆོག་ལ་དུས་གསུམ་གྱི་དག་ཆ་གང་
ཞིག་འབྲི་སློལ་ཡོད་དམ།

ལན། གནད་འགག་འདི་ཤེས་པར་བྱེད་རྒྱ་ནི་གལ་ཆེན་པོ་འདུག །ནམ་དཔེ་བཞི་
པའི་བྱ་བའི་ཡུལ་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་ཀྱི་ཆོག་ལ་དུས་ལྟ་བུ་འབྲི་བ་ལས། མ་
འོངས་པ་དང་འདས་པ་གཉིས་ཏ་ལས་འབྲི་སློལ་མི་འདུག །དཔེར་ན།

མ་འོངས་པ། ད་ལྟ་བ། འདས་པ། སྐལ་ཆོག་ །དཔེར་བརྗོད།

བྱ་འགྲུལ། བྱེད་བཞིན། བྱས་ཟིན། བྱོས་ཤིག །སློབ་སྦྱོང་བྱེད་དུ་གཏོང། གཙང་
འགྲུལ། གཙོད་བཞིན། བཙང་ཟིན། ཆོད་ཅིག །ཤིང་གཙོད་དུ་མངའ། བརྟུ་འགྲུལ།

འཇུ་བཞིན། བཏུས་ཟིན། ཟུས་ཤིག །མེ་ཏོག་འཇུ་ཅུ་ཕྱིན། གཏང་འཇུར། གཏོང་
བཞིན། བཏང་ཟིན། རོངས་ཤིག །སྐད་གཏོང་དུ་བསྐྱེབས། བཟའ་འཇུར། ཟ་
བཞིན། རོས་ཟིན། རོ་ཞིག །ཁ་ལག་ཟ་ཅུ་འབྱོར།

ལྷ་བྱ་གོང་གི་དཔེར་བཞེད་ལྷ་པོའི་ལ་དོན་སྦྱར་གཞིའི་ལས་ཆིག་རྣམས་དུས་ད་
ལྷ་བ་ཉིད་འབྲི་བ་མ་ཟད། ལས་ཆིག་དེ་དག་གི་མཐར་དགོས་བ་གསལ་བྱེད་གྱི་
སྒྲ། ཕྱིར། ཆེད། སྒྲད། རོན། བཅས་གང་སྦྱར་ཡང་ལས་ཆིག་དུས་ད་ལྷ་བ་ཉིད་
འབྲི་སྒོལ་རྒྱན་འཇགས་སུ་ཡོད་པར་ཤེས་དགོས། མ་ཟད་གོང་གསལ་དཔེར་
བཞེད་ཁག་གི་བྱ་བའི་ཆིག་བཞེ་པོ་བརྒྱབས་ཏེ། སོང་བ། ཆས་བ། ཕྱིར་བ། སྦྱོང་
བ། འཕྱོན་བ། རྒྱག་བ། བེབས་བ། འབྱོན་བ། སྦྱལ་བ། འབོད་བ། སྐད་གཏོང་བ།
འཁྲིད་བ། སྐོང་བ། ཆོགས་བ། འཛོམས་བ། བཟངས་བ། གཤེགས་བ། ཡོང་བ།
འདུས་བ། ཆིབས་སྦྱར་གནང་བ། རོང་བ། འདོང་བ། ཞབས་གྱིས་བཅགས་བ།
བཟོད་བ། ཞབས་སོར་འཁོད་བ། གདན་འཕྲེན་ཁུ་བ། ཆིབས་ཞལ་སྦྱར་བ།
ལྷགས་བ། བརྟོལ་བ། འཆགས་བ། འཁོར་བ། ལོག་བ། མདུན་སྦྱོང་བྱེད། རོན་བ།
ཆིབས་ཞལ་སྦྱར་བ། ཆིབས་ཁ་བསྦྱར་བ། བརྒྱག་བ། བཅས་གང་གིས་ཡང་
རྣམ་དབྱེ་བཞི་བ་རང་དུ་གནས་གྱི་རེད།

༡༣༥ ་། ཀྣན་ལགས། རྣམ་དབྱེ་བཞི་པའི་བྱ་བ་ལ་ཚོལ་བཅས་གྱི་བྱ་བ་ཡིན་དགོས་
གྱི་རེད་དམ།

ལན། དེ་ལ་དགོས་མི་དགོས་གྱི་བསམ་སྒོ་གཏང་སའི་གཞི་གཉིས་ཡོད། བྱ་བའི་
ཡུལ་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་ལ་པན་ཐོགས་ཡོད་པའི་བྱ་བ་ཡིན་ན། ཚོལ་བཅས་གྱི་

བྱ་བ་ཡིན་དགོས་པ་དང་། བྱ་བའི་ཡུལ་ལ་པན་ཐོགས་ཡོད་པའི་བྱ་བ་ཡིན་ན།
ཚུལ་བཅས་ཀྱི་བྱ་བ་ཡིན་མི་དགོས། དཔེར་ན། ཞིང་དུ་ཆར་པའ། ཞིང་དུ་ཆར་
བབས། ལྷ་བུའི་དཔེར་བརྗོད་དེ་གཉིས་ཀ་བྱ་བའི་ཡུལ་ལ་པན་ཐོགས་ཡོད་པའི་
བྱ་བ་ཡིན་པས་རྣམ་དབྱེ་བཞི་པ་ཡིན་ཀྱང་། སྤྲ་མ་ཚུལ་བཅས་ཀྱི་བྱ་བ་དང་སྤྲེལ་
ནི་ཚུལ་མེད་ཀྱི་བྱ་བ་ཡིན་པའི་བྱུང་བར་ཡོད་པ་ཅུ་ལས། བྱ་བ་ཆར་པ་བ་དང་
ཆར་བབས་པ་གཉིས་བྱ་ཡུལ་ཞིང་ལ་པན་ཐོགས་ཡོད་པ་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་
པས་རྣམ་དབྱེ་བཞི་པ་ལ་གཞག་དགོས་ཀྱི་རེད།

༡༢༥ ་། རྣམ་དབྱེ་བདུན་པའི་གོ་དོན་གང་ཡིན་ནམ།

ལན། ཆོས་གང་ཞིག་གཞི་གང་ལ་བརྟེན་བཤམ་གནས་པའི་དོན་ཅན་དུ་སྦྱར་བའི་ལ་
དོན་ཅན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་ལ། བདུན་པ་རྟེན་གནས་ཟེར། དཔེར་ན། བཟ་ཤིས་ལ་རིག་
སྟོབས་ཡོད། ཉགས་སུ་རི་དྲགས་གནས། ལག་ན་གསེར་གྱི་དོང་ཅེ་
བདོག །སྤྲགས་ལ་མངའ། སྟོད་དུ་གཡའ་ཆགས། འབྲོག་པར་སྟོ་སྤྲགས་སེམས་
ཅན་མང་། སོགས་ལ་རྣམ་དབྱེ་བདུན་པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྦྱ་སྦྱར་བས་གཞི་གང་
ལ་ཆོས་གང་ཞིག་བརྟེན་པ་གསལ་བར་གོ་བྱས་ཞིང་། གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྦྱ་མ་སྦྱར་
ཡང་ལ་དོན་གྱི་བྱུགས་ཀྱིས་རྟེན་གནས་སུ་གོ་བྱས་པའང་ཡོད་དེ། མགོ་བུ་ལྷ་མོ།
ལྷུ་མ་རར་མེ་ཉོག། ཁྲི་བུ་མུག་མ། ཉམ་མཁར་སྤྲོན་པ། ཅི་བར་ལན། ཟས་ལ་སྟོ་
བ། དེབ་བུ་ཡི་གེ །ཤིང་སྟོང་དུ་ཡལ་ག །ལྷ་བུ་འོ། །

༡༢༦ ་། ཆན་ལགས། བརྟེན་གཞུང་འགའ་ཞིག་ཏུ་རྣམ་དབྱེ་བདུན་པ་ལ་བྱ་བ་
གཏན་ནས་མེད་པ་ཞེས་གསུངས་གནང་གི་འདུག །འདིའི་སྟོར་ཆན་ལགས་རང་

དགོངས་ཚུལ་ག་རེ་ཡོད་དམ།

ལན། འདིའི་ཐད་ངས་ཐག་ཚད་པོ་ཞིག་ཞུ་བ་ཀྱི་མེད། ཡིན་ནའང་རྣམ་དབྱེ་བདུན་
 བ་ལ་བྱ་བ་གཏན་ནས་མེད་པ་ཞེས་བ་དེ། ལས་སུ་བྱ་བ་ལྟར་གཞིའམ་བྱ་བའི་
 ཡུལ་གྱི་སྤྲོད་དུ་བྱ་བ་གཏན་ནས་མི་བྱེད་པ་ཞིག་དགོས་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་པ་
 ལས། གཞི་དེའི་སྤྲོད་དུ་བྱ་གཏན་ནས་མི་བྱུབ་པའམ་མེད་པའི་དོན་མིན། དཔེར་
 བ། རྣམ་མཁར་སྤྱིན་པ་དགྲིགས་དང་འབྲིགས་ཞེས་པ་གཉིས་ལས་དང་པོ་
 དགྲིགས་ནི་བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཚིག་ཡིན་པས་གཉིས་པ་ལས་སུ་བྱ་བ་དང་།
 འབྲིགས་ཞེས་པ་བྱེད་མེད་ལས་ཚིག་ཏུ་སོང་ག་ཤིས་གཞིའམ་བྱ་ཡུལ་ནས་
 མཁར་རང་ཉིད་བྱུབ་པའམ་ཡོད་པ་ཅེས་གོ་བས་བདུན་པ་རྟེན་གནས་སུ་འཛོག་ན་
 བཟང་སྟམ། དེ་བཞིན་དུ། བདུན་དུ་ཤེལ་དམ་བཅག་དང་ཆག །འབེན་དུ་མདའ་
 འཕངས་དང་པོག །ཐབ་ཏུ་མེ་སྤར་དང་འབར། མལ་ཁྲིར་སྤྲུ་བ་སྟལ་དང་ཉལ།
 ས་གཤོང་དུ་རྩ་བ་སྤྱིལ་དང་འབྲིལ། ལ་སོགས་པའི་བྱ་བ་སྤྲོད་པ་གཉིས་པ་
 ལས་སུ་བྱ་བའི་དོན་ཅན་དང་། བྱ་བ་སྤྱི་མ་སྤྱོར་བ་ནི་བདུན་པ་རྟེན་གནས་སུ་
 འཛོག་ན་ལེགས་སམ་སྟམ།

༡༣༥༽ རྣམ་དབྱེ་བདུན་པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་གང་དང་གང་ཡོད་དམ།

ལན། ཡོད་པ། གནས་པ། བཅས་པ། བརྟེན་པ། མཆིས་པ། མངའ་པ། ལྡན་པ། བདོག་
 པ། ཆགས་པ། འདུག་པ། མང་པ། ཉུང་པ། ལ་སོགས་པ་ཚོས་གང་ཞིག་གི་མཐར་
 སྐྱར་བ་ན། གཞི་གང་ལ་ཚོས་དེ་ཡོད་པ་གསལ་པོར་གོ་བར་བྱེད་པའི་སྐྱ་ཡིན་
 བོ། །

༡༢༩ ་། དེ་ཉིད་ཀྱི་གོ་དོན་གང་ཡིན་ནམ།

ལན། བྱ་ལས་སམ་གཞི་ཚུ་འོ་ཐོ་གཅིག་པའི་དོན་ཅན་དུ་སྦྱར་བའི་ལ་དོན་གྱི་རྣམ་
དབྱེ་ལ་དེ་ཉིད་ཅེས་ཟེར།

༡༣༠ ་། ར་ལ་གཉིས་དེ་ཉིད་ཀྱི་དོན་ལ་འཇུག་མིན་བྱ་སི་གཉིས་ཀྱི་འདོད་ཚུ་ལ་བྱུང་
བར་ཇི་ལྟར་ཡིན་ནམ།

ལན། བྱ་ཉིས། ར་ལ་གཉིས་དེ་ཉིད་ཀྱི་དོན་ལ་འཇུག་པར་འདོད་ཅིང་། སི་ཏུས། དེ་
ལྟར་མི་འཇུག་པ་ཡིན་གསུངས།

༡༣༡ ་། བྱ་ཉིས་ར་ལ་གཉིས་དེ་ཉིད་ཀྱི་དོན་ལ་འཇུག་པར་གསུངས་པའི་བྱུངས་ཇི་
ལྟར་གསུངས་ཡོད་དམ།

ལན། གཞུང་འདིར། ལས་དང་ཆེད་དང་བརྟེན་གནས་དང་། །དེ་ཉིད་ཆེ་སྐབས་ལ་སྦྱ་
ཡིན། །ཞེས་ལ་ཡིག་དོན་ལྟ་བུ་ཐོ་དེར་འཇུག་པ་གཞིར་བཞག་ནས། དུ་ལ་སོགས་
པ་ཡང་དོན་ལྟ་བུ་ཐོ་དེར་འཇུག་པ་ལ། ལའི་སྦྱ་དང་བྱུང་བར་མེད་པ་བཤད་
དོ། །ཞེས་གསུངས།

༡༣༢ ་། སི་ཏུས། ར་ལ་གཉིས་དེ་ཉིད་ལ་མི་འཇུག་པར་གསུངས་པའི་བྱུངས་གང་
ལ་བཅོལ་བ་ཡིན་ནམ།

ལན། སི་ཏུས་སྦྱ་སྒྲིའི་གཞུང་བྱུངས་གཏུགས་ཏེ། སྦྱ་སྒྲི་མཆོན་ཆ་ལས། །དུ་ལ་
སོགས་པ་ལ་དང་མཐུན། །དེ་ཉིད་དག་ནི་ལྟག་པ་ཡིན། །དེ་བཞིན་ལྟག་བཅས་ལ་
ལ་ལོ། །ཞེས་ལ་དོན་དེ་ཉིད་ལ་མི་འཇུག་པར་གསུངས་པ་ཡིན།

༡༣༣ ་། སྦྱ་སྒྲི་ལས། །དུ་ལ་སོགས་པ་ལ་དང་མཐུན། །དེ་ཉིད་དག་ནི་ལྟག་པ་

ཡིན། །ཞེས་པས་ན་ལ་གཉིས་དེ་ཉིད་ལ་མི་འབྲུག་པ་རྗེ་ལྟར་གསུངས་པ་ཡིན་
ནས།

ལན། ཅུ་པའི་སྐབས་ནས་བསྟན་པའི་དབྱངས་ཀྱིས་བརྒྱན་པའི་ལ་དོན་གྱི་མཐའ་མ་
སྟེ་དུ་ལ་སོགས་པ་ཞེས་ལ་དོན་སྲ་རུ་ར་དུ་བཅས་བཞི་པོས་སྒྲིར་ལ་སྒྲ་དང་
མཐུན་པའམ་མཚུངས་པར་དོན་སྟོན་ཞིང་། དེ་ཉིད་ཀྱི་དོན་སྟོན་པ་ལ། དུ་ལ་
སོགས་པ་ནི་ལ་སྒྲ་ལས་ཀྱང་ལྷག་པ་ཡིན་ཞེས་ལ་སྒྲ་དེ་ཉིད་ཀྱི་དོན་ལ་མི་འབྲུག་
པ་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

༡༣༣ ་ བློ་ལགས། དེ་ཉིད་ཀྱི་དོ་བོ་འཛོག་ཚུལ་ཐད་ལ་བྲ་སི་གཉིས་སོ་སོས་ག་
འབྲ་གསུངས་ཡོད་དམ།

བྲ་ཉིས། བརྗོད་བྱའི་དངོས་པོ་དེའི་རང་བཞིན་ནམ་དོ་བོར་བདེན་པར་སྟོན་པའམ།
ཆོས་རང་རང་གི་དོ་བོ་ཉིད་ཅེས་དུ་གྲུབ་པ་སོགས་སྟོན་པའི་ལའི་སྒྲ་ལ། དེ་ཉིད་
ཅེས་དང་། མི་རྩས། ལས་དང་བྱ་བ་ཐ་མི་དད་པའི་རང་གི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་སྟོན་པའི་
དོན་ཅན་ལ། དེ་ཉིད་ཅེས་གསུངས།

༡༣༤ ་ བློ་ལགས། དེ་ཉིད་དོས་འཛོན་གནང་ཚུགས་ཐད་ལ་བྲ་སི་གཉིས་ཀྱི་བར་
མི་མཐུན་པའི་ཆ་གང་ཞིག་ཡོད་དམ།

ལན། གཞི་ཅའི་བྲ་སི་གཉིས་ཀྱིས་དེ་ཉིད་དོས་འཛོན་གནང་སྐབས་དོན་གྱི་ཆ་ནས་
ཁྱད་པར་མེད་ཀྱང་། དེ་ཉིད་ཀྱི་དོ་བོ་འམ་གོ་དོན་འཛོག་སྟངས་ཀྱི་ཆ་ནས་ཁྱབ་ཆེ་
ཆུང་གི་ཁྱད་པར་ཐན་བྱུང་གྱུར་ཡོད། བྲ་ཉིས་ལ་དོན་སྒྲིར་བའི་གཞི་སྒྲིབ་གཉིས་
དེ་བརྗོད་བྱའི་དངོས་པོ་ཅི་རིགས་ཀྱི་དོ་བོར་བདེན་པར་སྟོན་པའི་དོན་ལ་དེ་ཉིད་

ཞེས་གསུངས་པས་ཁྱབ་ཆེ་བ་དང་། སི་ཏུས་ལ་དོན་སྦྱོར་བའི་གཞི་སྡེ་མ་ལས་
དང་ཕྱི་མ་བྱ་བ་ཞེས་བཅད་མཆམས་བཟུང་འདུག་པས་ཁྱབ་ཆད་ཆུང་བ་ཡིན།
མདོར་ན་སི་ཏུས་བཞེད་པའི་དེ་ཉིད་ཀྱི་དཔེ་ཡིན་ན་བྱ་ཏི་ལ་དེ་ཉིད་ཡིན་པས་ཁྱབ་
ཀྱང་། བྱ་ཏིས་བཞེད་པའི་དེ་ཉིད་ཡིན་ན་སི་ཏུ་ལ་དེ་ཉིད་ཡིན་པས་མ་ཁྱབ་སྟེ། ན་
ལ་གཉིས་རང་གི་ངོ་མོ་བདེན་པ་སྟོན་པའི་དོན་ལ་འཇུག་པ་དུ་མ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།
༡༣༥ ་ འོན་ཀྱང་ལགས། ན་ལ་གཉིས་དེ་ཉིད་ཀྱི་དོན་ལ་འཇུག་མིན་མཁས་པའི་
བཞེད་ཚུ་ལ་གཉིས་ནས་གང་ཞིག་འཐད་པ་ཡིན་ནས།
ལན། སྟོན་བྱོན་མཁས་པ་དེ་དག་གི་གསུང་ལ་བརྟེན་ནས་རང་རེ་ཕྱི་རབས་པ་
རྣམས་ཀྱི་ཡིག་ཚོངས་བསལ་དགོས་པར་ཡིན་གཤིས། ང་ཚོས་འདི་འཐད་ཅིང་
འདི་མི་འཐད་ཅེས་ཁ་ཚོན་གཙོད་པ་ནི་འོས་འགན་མིན། མཁས་པའི་གསུང་ལ་
དབྱེད་པ་བྱས་ཏེ་རང་སྟོང་འཆམས་པའི་ལེགས་ཆ་སྤང་དགོས་པ་ལས་ང་ཚོ་འདི་
དང་ཁྱེད་ཚོ་དེ་ཞེས་འཐེན་འབྱེད་གྱིས་ཁས་སྤང་གུ་དོག་ལྟ་བུ་གཏན་ནས་གནང་
མི་རུང་། ཤེས་རྒྱ་ཆེ་དགོས་ན་མཐོང་རྒྱ་ཆེ་དགོས་ཞེས་པ་ལྟར་གུ་ཡངས་ཀྱི་
བསམ་བས་བཟུང་ལྟར་མཁས་པའི་གསུང་དེ་དག་གི་བློ་བ་སྤང་རྒྱ་དེ་གལ་ཆེན་
པོ་འདུག། དེས་ན་དེ་ཉིད་ཀྱི་དོན་ལ་ན་ལ་གཉིས་འཇུག་མི་འཇུག་གི་མཁས་པའི་
བཞེད་ཚུ་ལ་མི་མཐུན་པར་གཉིས་བྱུང་ཡོད་པ་ནི། རང་རང་གི་དབྱེད་མཆམས་
མི་མཐུན་པར་གཉིས་བྱུང་བའི་དབང་གིས་འདི་ལྟར་བྱུང་བ་ཡིན། རི་ལྟར་ཞེ་ན་
བྱ་ཏིས་དེ་ཉིད་ཀྱི་དོན་རང་གི་ངོ་མོ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་སྟོན་པ་ཞེས་གསུངས། དེ་ལྟར་ན།
ཁ་སྟོན་ཆོག་ལ་གནས། ག་ལ་སྟི། གཏན་ལ་པལ། དོན་ལ་གནས། གདན་ལ་

བཀྲིང་། ལམ་ལ་ཞུགས། གཏེར་ལ་སྦས། རྟོག་ལ་ཐུག། གྲུམ་ལ་ཐུག། ཆམ་ལ་
 བབ། རང་སོ་ན་གནས། ལྷན་སྦྲུག་ལ། ལ་སོགས་བ་དུ་མ་ཡོད་པ་དེ་དག་བྱ་ལས་
 རོ་བོ་གཅིག་པའི་དོན་ཅན་མ་ཡིན་ཀྱང་རང་གི་རོ་བོ་བདེན་པ་སྟོན་པའི་དོན་ལ་
 འཇུག་པས། བྱ་ཉིའི་བཞེད་པ་ལྟར་དེ་ཉིད་ཀྱི་དོན་དུ་སོང་བ་ཡིན། སི་ཏུས། བྱ་
 ལས་གཉིས་རོ་བོ་ཐ་མི་དད་པར་སྟོན་པ་ལ་དེ་ཉིད་ཅེས་དགོངས་པ་བཀལ་བ་ཡིན་
 གཤམ་དེ་ལྟར་ན། ཉན་ལ་གཉིས་དེ་ཉིད་ཀྱི་དོན་ལ་མི་འཇུག་པས་བྲལ་བ་ཡིན་
 བོ། །དེས་ན་རང་ལུགས་ལ་མཁས་པའི་ལེགས་བཤད་དེ་གཉིས་ཀ་སྦྱི་བོར་
 བཀྱར་ཏེ། དེ་ཉིད་ལ་རང་གི་རོ་བོར་བདེན་པ་སྟོན་པའི་དེ་ཉིད་དང་། བྱ་ལས་རོ་བོ་
 ཐ་མི་དད་པར་སྟོན་པའི་དེ་ཉིད་ཅེས་དབྲེ་བ་གཉིས་སུ་བྲེ་ན་དགེ་མཚན་ཆེ་བར་
 མཛོན།

༡༣༩ ། སྐྱན་ལགས། དེ་ཉིད་ཅེས་པའི་ཆོག་དོན་གང་རེད་དམ།

ལན། དེ་ཉིད་ཅེས་པ་ནི། ལ་དོན་སྦྱར་བའི་གཞི་སྡེ་མ་དེ་གཞི་བྱི་མ་ཉིད་ལས་རོ་བོ་
 ལོགས་སུ་མེད་པས། དེ་ཉིད་ཅེས་ཟེར། བལ་སྐྱད་དུ་གཞི་གཉིས་བྱུང་པར་མེད་
 བཤམ་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པའི་དོན་ལ་དེ་ག་རང་ཡིན་པ། ཟེར་བ་ལྟར་དེ་བཞིན་
 གོ་བ་སྒྲང་རྒྱ་ཡིན། དཔེར་ན། གོང་དུ་འཕེལ། ཟེར་བའི་སྐྱད་ཆའི་ནང་དོན་ལ་ཆ་
 བཞག་ན། གཞི་སྡེ་མ་གོང་མཐོར་འགྲོ་བ་ལས་ཟུར་དུ་བྱི་མ་འཕེལ་བ་འདི་འོ་ཞེས་
 ལོགས་སུ་མེད་པ་དང་། བྱི་མ་འཕེལ་བ་ལས་ལོགས་སུ་སྡེ་མ་གོང་མཐོར་འགྲོ་བ་
 འདི་ཡིན་ཞེས་ཟུར་དུ་སྟོན་རྒྱ་མེད་པས་ན། དེ་ལྟ་བུའི་སྐྱད་ཆའི་རིགས་ཆང་མ་དེ་
 ཉིད་ཀྱི་དཔེར་བརྗོད་ལ་གཞག་དགོས། མཛོང་ན། གཞི་སྡེ་མ་ཟེར་ཡང་བྱི་མའི་རོ་

ཐོད་ག་རང་ཡིན་པ་དང་། གཞི་ཕྱི་མ་ཟེར་ཡང་སྒྲ་མའི་ངོ་ཐོད་ག་རང་ཡིན་པས།
དེ་ཉིད་ཟེར་བ་རེད།

༡༣༥ ། སྐྱོན་ལགས། དེ་ཉིད་ཀྱི་དཔེར་བརྗོད་འགོད་སྒྲ་ངས་མི་འདྲ་བ་ཁག་ག་ཚོད་
ཡོད་དམ།

ལན། དེ་ཉིད་ཀྱི་དཔེར་བརྗོད་འགོད་སྒྲ་ངས་ལ་རིགས་མི་འདྲ་བ་དྲུག་ཙམ་བསམ་སྒྲོ་
གཏང་རྒྱ་འདུག །དེ་ག་འདྲ་རེད་ཟེར་ན།

༡ ཆོས་ཅན་བརྗོད་པའི་སྒྲའི་མཐར་ལ་དོན་སྦྱར་བའི་དེ་ཉིད་དང་།

༢ ཆོས་བརྗོད་པའི་མཐར་ལ་དོན་སྦྱར་བའི་དེ་ཉིད།

༣ བྱ་བ་བརྗོད་པའི་མཐར་ལ་དོན་སྦྱར་བའི་དེ་ཉིད།

༤ ལ་དོན་བསྐྱུས་པའི་མིང་གི་བར་སྒྲ་སྒྲོར་དང་མཐུན་པར་ལ་དོན་སྦྱར་བའི་དེ་ཉིད།

༥ མིང་མཐའ་དང་ལ་དོན་བསྐྱུས་པའི་མིང་གི་བར་མིང་མཐའ་པ་བ་པོ་ཐོ་ཅི་རིགས་
ཀྱི་མཐར་ལ་དོན་སྦྱར་བའི་དེ་ཉིད།

༦ ལ་དོན་བསྐྱུ་མི་རུང་བའི་ཆོས་གཉིས་ངོ་ཐོར་བདེན་པར་སྟོན་པའི་དེ་ཉིད་བཅས་
ཡོད་པ་ཡིན།

༡༣༦ ། བཀའ་འདི་ཞུ་རྒྱུར། ཆོས་ཅན་བརྗོད་པའི་སྒྲ་ཡི་མཐར་ལ་དོན་སྦྱར་བའི་དེ་
ཉིད་ཀྱི་དཔེར་བརྗོད་བཟོ་སྒྲ་ངས་ག་འདྲ་རེད་དམ།

ལན། འདི་དཀའ་ལས་ཁག་པོ་མ་རེད། དཔེར་ན་མེ་ཉོག་དང་། ཤིང་སྒོར་། ཁང་པ།
སྒྲུ་གུ་ལ་སོགས་པ་དེ་ཆོ་ཆོས་ཅན་བརྗོད་པའི་སྒྲ་རེད། དེ་ལྟ་བུའི་མཐར་ལ་དོན་
རེ་སྦྱར་ནས་སོ་སོའི་ངོ་ཐོ་མཚོན་པའི་སྒྲ། གསལ། དེས། རྒྱུར། གནས། བྱུང།

སོགས་སྐྱར་ཆེ། ཆོས་ཅན་དེ་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་ལས་དོན་གཞན་མི་སྟོན་པ་ཡིན།
དཔེར་ན། མེ་ཉོག་ཏུ་ངེས། མེ་ཉོག་ཏུ་གྱུར། མེ་ཉོག་ཏུ་གནས། མེ་ཉོག་ཏུ་གྲུབ།
ཅེས་པའི་ཆོག་གྲུབ་དེ་ཆོ་དེ་ཉིད་ཀྱི་དཔེ་ཡིན་པར་སྤྲུལ་པར་རྟོགས་པ་མེད། དེ་
བཞིན་དཔེར་བརྗོད་གང་མང་འབྲི་ཨེ་ཐུབ་ལྟ་དགོས།

༡༣༩ ་ ཆན་ལགས། ང་ལ་བྲི་བ་ཞིག་ཞུ་རྒྱུ་ཡོད། ཆོས་བརྗོད་པའི་སྤྱིའི་མཐར་ལ་
དོན་སྐྱར་པའི་དེ་ཉིད་ཀྱི་དཔེར་བརྗོད་འབྲི་སྤངས་སྒྲོར་གསལ་བ་ཤད་ཅིག་གནང་
རོགས།

ལན། རང་གི་ཐོག་ཕྱོགས་ཡོད་པའི་ཐ་སྙད་ཀྱི་རིགས་ལ་ཆོས་བརྗོད་པའི་སྤྱི་བེད་བ་
རེད། དག་ཡིག་གསར་སྤྲིག་ནས་རྒྱན་ཆོག་གྲང་བེད་ཀྱི་འདུག །དཔེར་ན། རིང་
བ། ཐུང་བ། ཆེ་བ། རྒྱུང་བ། ཆ་བ། གང་བ། ཡག་པོ། རྒྱག་པོ། ལ་སོགས་པ་དེ་
རྣམས་རྒྱན་ཆོག་ཡིན་པས་དེ་ཆོའི་མཐར་ལ་དོན་གྱིས་བྱ་བ་ཞིག་མཆམས་སྦྱོར་
བྱེད་པ་ན། དེ་ཉིད་ཀྱི་དཔེ་ཆགས་འཕྲོ་གི་རེད། དེ་ལ་ཐུགས་སྤང་དགོས་པ་ཞིག་
ནི། རྒྱན་ཆོག་དང་བྱ་བ་མཆམས་སྦྱོར་ཀྱི་དཔེ་བཟོ་སྐབས་རྒྱན་ཆོག་གི་མཐར་
ཡོད་པའི་མིང་མཐའ་བ་དང་བ་པོ་བཅས་མེད་པར་བཟོས་ཏེ་མིང་མཐའ་སྡུ་མ།
རིང་། ཐུང་། ཆེ། རྒྱུང་། ཆ་། གང་། ཡག །རྒྱག །བཅས་ལ་ཐད་ཀར་ལ་དོན་སྐྱར་
ནས་བྱ་བ་མཆམས་སྦྱོར་བྱེད་དགོས། དེ་ཡང་རིམ་བཞིན་དཔེར་བརྗོད་བཟོ་བ་
ཡིན་ན།

ཐག་པ་རིང་དུ་གཏོང་། དུས་ཆོད་ཐུང་དུ་འགྲོ། རུས་ཤུགས་ཆེ་དུ་བྲིན། བ་ཟུག་
ཆུང་དུ་སོང་། མེ་ཤུགས་ཆེ་དུ་འགྲོ། གནམ་གཤིས་གང་དུ་བྲིན། གཤིས་ཀ་ཡག་

ཏུ་འགྱུར། བཟོ་ལྷ་སྤྱད་ཏུ་བཏང་། ལྷ་བྱ་ཡིན། དེ་ལྷར་རྒྱན་ཆོག་གི་མཐར་ལ་དོན་
སྤྱར་བའི་དེ་ཉིད་ཡིན་ན། ཅན་ལ་གཉིས་མི་འབྲུག་པས་ཁྲབ། དེ་ལྷ་བྱའི་གནད་
ལགས་ཤེས་ན་དེ་ཉིད་ཀྱི་དཔེར་བརྗོད་རང་གི་སྒྲོ་རྩེ་འཆང་ག་ཐེབས་པ་ཡོང་རྒྱ་
ཉག་ཅིག་རེད།

༡༩༠༽ ག་ཤམ་གསལ་རང་གི་ལྷོག་ཕྱོགས་ཡོད་པའི་ཐ་སྙད་རྣམས་ལ་རང་ངོས་
ནས་དེ་ཉིད་ཀྱི་དཔེར་བརྗོད་བཟོ་རྒྱ་སྒྲོང་བརྩེར་གནད་དགོས།

ལན། དཔེར་ན། རྒྱུ་ལའོར་དལ་དུ་ཕྱིན། རྒྱུ་ལའོར་དལ་པོར་གཏོང་། ལྷ་བྱ་
ཁྲད་གཞི་གཅིག་གི་ཐོག་དཔེར་བརྗོད་གཉིས་རེ་བཟོ་རྒྱ་ཡོད།

དལ་པོ། མཁྱོགས་པོ། སྤྲ་མོ། རག་པ། མཐོ་པོ། དམའ་པོ། བསྐྱས་པ། རྒྱས་པ། ཞི་
པ། དྲག་པོ། ལེགས་པ། ཉེས་པ། བཟང་པོ། རན་པ། འཇམ་པོ། རྩལ་པོ། མཁྱེགས་པོ།
མཉེན་པོ། གར་པོ། སྤྲ་པོ། དཀར་པོ། རག་པོ། རྩེང་པོ། ཞིབ་པོ། བསེལ་པོ། རྩ་པོ།
གཙང་མ། བཙོག་པ། གང་མོ། ཆ་པོ། ཡང་པོ། རྒྱིད་པོ། ལྷ་ཡངས་པོ། ལྷ་སྤྱོད་ག་
པོ། སྤྲ་པོ། སྒྲོམ་པོ། བཟང་པོ། རན་པ། དམ་པོ། རྩྱེད་པོ། ཆེ་པ། རྩུང་པ། དཀར་པོ།
ནག་པོ། མཐུག་པོ། སྤལ་པོ།

༡༩༡༽ ཆུན་ལགས། འོན་ཀྱང་བའི་མཐར་ལ་དོན་སྤྱར་བའི་དེ་ཉིད་ཀྱི་དཔེར་བརྗོད་
ག་ལྟ་བུས་ཉེ་བཟོ་དགོས་རེད་དམ།

ལན། དེ་ལས་སྤྲ་པོ་རེད། རྩ་ཆོག་གཉིས་མཆམས་སྒྲོར་བྱེད་པའི་དེ་ཉིད་ཀྱི་དཔེ་
བཟོ་སྐབས། ལ་དོན་སྤྱར་ཡུལ་གྱི་བྱ་བ་དེའི་མིང་མཐའ་བྲི་དགོས་པ་དང་མི་
དགོས་པའི་རིགས་གཉིས་ཡོད། དང་པོ་གཞི་དཔེ་ཆ་སྟོན་ །ཅེས་པ་ལྷ་བྱ་ལ་

མཆོན་ན། དཔེ་ཆ་སྒྲོག་པར་བྱེད། དཔེ་ཆ་བསྐྲུག་པར་བྱ། ཞེས་རྟུགས་འཇུག་
སྐབས་ནས་བཤད་པའི་བྱེད་ལས་ཀྱི་སྤྱད་དང་། བྱ་ལས་ཀྱི་སྤྱད་ཡིན་ནོ་ཙམ་གྱི་སུམ་རྟུ་
པའི་སྐབས་དེ་ཉིད་ཀྱི་དཔེ་རྩ་གཞག་དགོས། གཉིས་པ་མིང་མཐའ་བསྐྱུས་ཏེ་ཐོབ་
ཐང་གི་ལ་དོན་སྤྱར་བའི་དཔེ། དཔེ་ཆ་སྒྲོག་ཏུ་འཇུག་ཁེས་དཔེ་དེ་གཉིས་ལ་མིང་
མཐའ་བྲི་དགོས་མི་དགོས་ཁྱད་པར་ཡོད་པ་ལས་དེ་ཉིད་ཀྱི་དཔེ་ཡིན་པ་ལ་ཁྱད་
པར་མེད། དེ་བཞིན་ཚོལ་བཅས་ཀྱི་བྱ་བའི་རིགས་མཐའ་དག་ལ་གོང་གི་དཔེར་
བརྗོད་བཞིན་གྲིས་ན་དེ་ཉིད་ཀྱི་དཔེ་རྩ་འགྲུར་འགྲོ་བ་ཡིན། དེ་ཡང་བྱ་བ་གཉིས་
མཆོམས་སྒྲོར་བྱེད་པའི་དེ་ཉིད་ཡིན་ན། ན་ལ་གཉིས་མི་འཇུག་པས་ཁྱབ།

༡༧༩ ་ དེ་ཉིད་ཀྱི་ལ་དོན་བསྐྱུས་པའི་གཅིག་བསྐྱུས་ཀྱི་མིང་ཆིག་གི་བར་སྤྱ་སྒྲོར་
དང་མཐུན་པར་ལ་དོན་སྤྱར་བའི་དེ་ཉིད་ཀྱི་དཔེ་གཤམ་བྱས་ཏེ་བཟོ་དགོས་སམ།
ལན། འདིའི་གནད་འགག་ཤེས་ན་དེ་ཉིད་ཀྱི་དཔེ་བརྗོད་བཟོ་རྒྱུར་པན་ཐོགས་ཆེན་
པོ་ཡོད། དཔེར་ན། ལ་དོན་བསྐྱུས་པའི་གཅིག་བསྐྱུས་ཀྱི་མིང་ཆིག་ །ཕུལ་བྱུང་།
ཆིགས་བཅད། ཉམས་སྤྱོད་། འདིགས་རུང་། ཡིད་འོང་། ཟེར་བ་ལྟ་བུ་རི་སྟེང་
ཅིག་ཡོད་པ་དེ་དག་གི་ཆིག་སྤྱ་མའི་རྗེས་འཇུག་དང་མཐུན་པར་ལ་དོན་རེ་སྤྱར་
ཏེ། ཕུལ་བྱུང་། ཆིགས་སྤྱ་བཅད། ཉམས་སྤྱོད་། འདིགས་སྤྱ་རུང་། ཡིད་བྱུང་
འོང་། ཞེས་བརྗོད་པ་ན་དེ་དག་དེ་ཉིད་ཀྱི་དཔེ་རྩ་གྲུར་པ་རེད། དེ་བཞིན་གཤམ་
གསལ་མིང་ཆིག་གི་བར་སྤྱ་སྒྲོར་དང་མཐུན་པར་ལ་དོན་རེ་སྤྱར་ཏེ་དེ་ཉིད་ཀྱི་
དཔེ་བཟོ་སྤངས་གོང་བཞིན་རང་སྤྱོད་གནད་དགོས། གདན་བཏིང་། གོས་གྲོན།
ཞབས་གཡོགས། འོད་འཆེར། རྟགས་བཀོད། ཞལ་བཞེས། མཆོམས་སྤྱར། ཡི་

གཤིས་ཐོག་འཁོབས་ཡོངས་གྲགས་ལུང་བཤད། ལྷན་འཛོམས་དགེ་ལྡན་
བསྟོན། རབ་དཀར་པར་བསྟན། ལྷ་མོང་ཁྱོན། ཆོས་བཤད། ལྷ་མོ་སྟོན། ལྷོན་
མཛོང་། ལུང་འབྲེལ། ལྷན་འབྲེལ། ལྷན་སྟེས། དཔག་མེད། གཅིག་སྟེས། ཞིབ་
བཤད། ཁོངས་གཏོགས་མེ་འབར། རབ་མཛེས། གཅིག་བསྟེས། མཛོན་འབྲེལ།
གོང་འཕེལ། མད་ལུང་། དངོས་མཛོང་། ལྷགས་འགྲོ། ལྷོག་འབྲེལ། རབ་རྒྱས།
ཡོངས་སྟོང་། དང་ལེན། དབང་འདུས། དངོས་བསྟན། རྗེས་འབྲངས། བསམ་མེད།
དམིགས་བཀར། ཉམས་ལེན། ཁུངས་གཏུགས། མིང་བཏགས། རྒྱ་བསྟེད།
དངོས་བྱུང་། ལུང་ཚུལ། ལུང་འཕགས། དབང་བསྟེས། ལྷན་འབྲེལ། ཡོངས་
རྗེས། རབ་ལུང་། ལྷ་སྟེས། བསྟན་བཅོས་བཅུམས། ཡར་རྒྱས་འགྲོ། གཞེངས་
བསྟོད། རྗེས་མཐུན། སེམས་བསྟེད། མར་རྒྱད་ཕྱིན། དོན་གཉིད། རྗེས་ཡི་རངས།
རབ་དགལ། གཟུགས་རུང་། ལྷགས་བབས། རྗེས་བསྟེགས། གཞལ་མེད། གསར་
འབྱོར། ཁྱིམས་བཅད། རྗེས་ཡོད། རིགས་གནས། ལྷང་རུང་། ཡོངས་སྟོང་།
གཉིས་མེད། རབ་བརྗེད། ཡོངས་འཛིན། ཁས་སྦངས། ལུང་འདུག ཁུང་བསྟེས།
མཐའ་འཁྲིལ། ལྷ་གོ་ལྷ་ལེན། རབ་གནས། ལུང་བསྟན། གར་འཁྲལ། ལུང་འཛོམས།
རྗེས་འཛིན། རབ་སྟེས། ལྷོང་རུང་། ལྷ་ལེས། གཙོག་བཀྲལ། གཏེར་སྟེས། ལས་
རུང་། ལམ་ཞུགས། ལིན་སྦངས། ལྷན་འཕེལ། མེ་འབར། མཆོང་འཁྲིལ། ལྷ་ར་
བསྟོད། གསར་སྟེས། གཏམ་སྟེང་། སོགས་གངས་ལས་འདས་བསྟེན་ཡིག་གི་
ཁོད་ཏུ་ཡོད་པར་ལེས་དགོས།

༡༤༣ ༽ མིང་མཐའ་བ་བ་སོགས་དང་ལ་དོན་བསྐྱུས་པའི་གཅིག་བསྐྱུས་མིང་ཆིག་

གི་དེ་ཉིད་ཀྱི་དཔེ་ག་འདྲ་རེད་དམ།

ལན། དེ་ལས་སྒྲ་པོ་རེད། དཔེར་ན། རྣམ་དག །རྒྱས་བཤད། རྣམ་རྒྱལ། བརྟན་
བཅུགས། མངོན་ཤེས། སོགས་ནི་རང་གི་མིང་མཐའ་དང་ལ་དོན་བསྟུས་པའི་
གཅིག་བསྟུས་ཀྱི་མིང་ཆིག་ཡིན། དེ་རྣམས་ཀྱི་བར་དུ་མིང་མཐའ་དང་ལ་དོན་
འབྲི་བ་ན་དེ་ཉིད་ཀྱི་དཔེ་རུ་འགྱུར་འགྲོ། དཔེར་ན། རྣམ་པར་དག །རྒྱས་པར་
བཤད། བདེ་བར་གཤེགས། བརྟན་པར་བཅུགས། མངོན་པར་ཤེས། ཞེས་པ་
ལྟར་ཉེ་དེ་རྣམས་ལ་དོན་ར་དང་རུ་ཁོ་ན་ལས་གཞན་སྟོང་པའི་སྟོལ་མེད། གོང་
བཞིན་གཤམ་གསལ་མིང་ཆིག་རྣམས་ལ་རང་ངོས་ནས་དེ་ཉིད་ཀྱི་དཔེ་བཟོ་
དགོས། ཞི་གནས། རྣམ་ཤེས། བཀུར་འོས། གོ་ལོག །ཁྱད་ཆོས། མངོན་བསྟོན།
རྣམ་གྲོལ། མཁས་རྣོལ། གདུལ་བྱ། ལེགས་བཤད། རྣམ་རྟོག །ལྷག་མཐོང་། རྣམ་
ཐར། བདེན་བྱུང། མཉམ་བཞག །རྣམ་སྦྱིན། མངོན་གསལ། དགེ་བསྟོ། ཆོངས་
སྟོང། དབྱེ་འབྱེད། ལོག་སྒྱུབ། ལེགས་བཤད། རྟེན་དཀའ། མངོན་མཐོ། སྟོང་
བསྟུས། ཤེས་བྱ། བསྒྲུབ་བྱ། གསལ་བཤད། རྣམ་རྒྱལ། ཁྱད་མེད། བདེན་འཛིན།
རྣམ་རིག །རྣམ་གཞག །མངོན་ཤེས། སྦྱིན་བྱེད། ལོག་ལྷ། དབྱེ་མེད། ལོག་གཡེམ།
ལོག་སྟོང། ཉན་འདོད། གཅེས་འཛིན། དེས་འབྱུང་། རྣམ་འགྱུར། ལེགས་སྟེལ།
གཅེས་སྤང་། དེམ་བྱོན། ལེགས་གསུངས། བཟོད་དཀའ། རྒྱས་མཛད། བཅས་
གོང་གི་མིང་ཆིག་གི་བར་དུ་རང་གི་མིང་མཐའ་དང་ལ་དོན་མཉམ་སྦྱར་གྱི་དཔེ་
བཟོ་སྒྲུབས་མིང་ཆིག་སྒྲ་པའི་རྗེས་འཇུག །ག་ང་དན་བ་མ་ས། བཅས་ལ་མིང་
མཐའ་བ་དང་པོ་ཅི་རིགས་དང་། རྗེས་འཇུག་ར་ལ་འམཐའ་མེད་བཅས་ལ་མིང་

མཐའ་བ་པོ་ཅི་རིགས་སྒྱུར་ནས་ལ་དོན་ར་ཡིག་འབྲི་དགོས།

༡༩༩༽ ལ་དོན་བསྐྱེ་མི་རུང་བའི་ཆོས་གཉིས་ངོ་ཐོར་བདེན་པར་སྟོན་པའི་དེ་ཉིད་
ཀྱི་དཔེ་རིམ་ལོ་ཤིང་གི་རེད་དམ།

ལན། མཆར་དུ་དང་ད། རྩལ་དུ་བྱུག། འདུས་བྱས་སུ་བྱུག། མཛོན་སུམ་དུ་རྟོགས། སྒྲ་
རི་བཞིན་དུ་ཁས་སྒྲངས། དག་དུ་ལངས། གྲོགས་སུ་བསྟེན། དབང་དུ་བྱས། མང་
དུ་མཆིས། རྩལ་དུ་ཆོག། ཉམས་སྒྱུད་དུ་སོང་། རང་དབང་དུ་སྦྱོང་། ཤེས་བ་ཆལ་
དུ་གནས། སེམས་ཅེ་གཅིག་ཏུ་གཏད། རེ་ཟབ་ཏུ་བྱིན། གཉིས་སུ་དབྱེ། དོན་དམ་
དུ་འཛོག། །འིན་ཏུ་སྒྲ། ལ་སོགས་བ་རི་སྟེང་ཅིག་ཡོད་པ་དེ་དག་གི་ལ་དོན་བསྐྱེ་
མི་རུང་སྟེ། བསྐྱེ་ན་རང་གི་བརྗོད་དོན་གསལ་བར་མི་རུས་སོ། །

༡༩༩༽ ཆེ་སྐབས་ཀྱི་གོ་དོན་གང་ཡིན་ནམ།

ལན། དུས་སྟོན་པའི་དོན་ཅན་དུ་སྒྱུར་བའི་ལ་དོན་གྱི་ནམ་དབྱེ་ལ། ཆེ་སྐབས་ཟེར།
པལ་སྐད་དུ་ཆེ་སྐབས་ཞེས་པ་ནི་དུས་ཚོད་ ལ་ཟེར་བ་རེད། མཛོན་ན་དུས་ཚོད་
གང་ཞིག་གི་མཐར་ལ་དོན་སྒྱུར་བའི་ཆོག་སྒྱུབ་གང་ཡིན་ཀྱང་དེ་ཆེ་སྐབས་
ཆགས་འགོ་བ་ཡིན།

༡༩༩༽ ཆུན་ལགས། ལ་དོན་མ་ཡིན་པའི་ཆེ་སྐབས་ཀྱི་དོན་ལ་འཇུག་པའི་སྐད་
གཞན་གང་ཡོད་དམ།

ལན། སྐད་རང་དབང་ཅན་སྐབས་སུ་དང་སྒྲ་ཆེ་སྐབས་ཀྱི་དོན་ལ་འཇུག་པར་
གསུངས་ཡོད། འོན་ཀྱང་དང་སྒྲ་ཆེ་སྐབས་ཀྱི་དོན་ལ་འཇུག་པ་ནི་ལ་དོན་བཞིན་
བྱུང་ཆེ་བ་མ་ཡིན། དང་སྒྲ་ཆེ་སྐབས་ཀྱི་དོན་ལ་འཇུག་སྐབས་དུས་དང་འབྲེལ་

བའི་བྱ་ཆོག་ཅིག་གི་མཐར་སྐྱོར་དགོས་པ་ལས་ལ་དོན་བཞིན་དུས་ཆོག་གི་སྤྲུ་
ལ་ཐད་ཀར་སྤྱར་བའི་སྐྱོལ་མེད། གལ་ཏེ་དང་སྤྱད་དུས་ཆོག་ལ་ཐད་ཀར་སྤྱར་ན་ཅི་
འགྱུར་ཞེ་ན། འབྲེད་སྤྱད་ཀྱི་དཔེ་རུ་འགྱུར་བ་ལས་ཆེ་སྐྱབས་སུ་ནམ་ཡང་མི་
འགྱུར། དཔེར་ན། དགུན་ཁར་གནམ་གཤིས་གང་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་དུས་ཆོག་གི་
མཐར་ཐད་ཀར་ལ་དོན་ཐོབ་ཀྱང་དང་སྤྱད་མི་འཛོལ། དང་སྤྱད་ཆེ་སྐྱབས་ལ་སྐྱོར་བ་ན་
དགུན་ཁ་ཤར་བ་དང་གནམ་གཤིས་གང་ཞེས་དུས་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་ཆོག་
ཤར་བ་ཞེས་སོགས་ཀྱི་མཐར་སྐྱོར་ཏེ་ཆེ་སྐྱབས་ཀྱི་དོན་སྟོན་དགོས། དུས་ཆོག་
ལ་ཐད་ཀར་འཇུག་པའི་ཆེ་སྐྱབས་ཀྱི་སྤྱི་ཡིན་ན། ལ་དོན་ཡིན་དགོས་ཤིང་། དུས་
ཆོག་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་ཆོག་ལ་འཇུག་པའི་ཆེ་སྐྱབས་ནི། ལ་དོན་དང་། དང་སྤྱད་
སྤྱན་མོང་གི་བསྟན་བྱ་ཡིན། དེ་ཡང་པལ་ཆེར་ལ་དོན་བདུན་ནས་ན་ཡིག་ཁོ་ན་
འཇུག་པ་བདེ་བ་ལས་གཞན་ནམས་མི་བདེ། དཔེར་ན། དགུན་ཁ་ཤར་བ་ན་
གནམ་གཤིས་གང་། ལྟ་བུ། དོན་བསྟན་ན། དང་སྤྱད་ཆེ་སྐྱབས་ལ་འཇུག་པའི་དཔེ་
ཡིན་ན་ཁྱོད་ལ་ལ་དོན་འཇུག་པས་བྱུང་། ལ་དོན་ཆེ་སྐྱབས་ལ་འཇུག་པའི་
དཔེ་ཡིན་ན། ཁྱོད་ལ་དང་སྤྱད་འཇུག་པས་མ་བྱུང་བའི་བྱུང་པར་ཡོད།

༡༩༥༧ ལ་དོན་བདུན་ནས་དམིགས་བསལ་ལ་ཡིག་གི་འཇུག་པ་གཞན་གང་དང་
གང་ཡོད་དམ།

ལན། ལ་ཡིག་གི་དམིགས་བསལ་འཇུག་པ་གཞན་ཏེ།

༡ མི་མ་སྤྱན་པའི་ཆོས་གཉིས་གཞི་གཅིག་ཏུ་སྤྱད་པར་སྟོན་ན།

༢ མ་སྤྱན་པའི་ཆོས་གཉིས་གཞི་གཅིག་ཏུ་སྤྱད་པར་སྟོན་ན།

༣ ཆོག་དོན་སྔ་མ་བསྐྱབས་ནས་ཕྱི་མ་དགག་པར་སྟོན་པ།

༤ དགག་སྐྱབ་ཀྱི་ཆོས་གཉིས་གཞི་གཅིག་ཏུ་སྤྱད་པར་སྟོན་པ།

༥ བརྗོད་བྱའི་དོན་ལྷག་མ་ཡོད་པར་སྟོན་པ།

༦ བསམ་སྒྲིའི་ཆར་སྤང་གི་དོན་ལ་འཇུག་པ་བཅས་ཡིན་ནོ། །

༡༤༩ ། ལ་སྐྱ་མི་མ་སྤུན་པའི་ཆོས་གཉིས་གཞི་གཅིག་ཏུ་སྤྱད་པ་ལ་འཇུག་པའི་
དཔེར་བརྗོད་འགོད་ཚུལ་རིམ་ལྔ་ཡིན་ནམ།

ལན། འདི་ནི་རྒྱ་སྤྱད་ཀྱི་སྐབས་ལྟར་མི་མ་སྤུན་པའི་ཆོག་རྒྱན་གྱི་དཔེ་ཡི་ཆོག་སྤང་
ཁ་བསྐྱར་བྱས་ཏེ་ལ་སྐྱ་སྤྱོད་བ་ན་མི་མ་སྤུན་པའི་ཆོས་གཉིས་གཞི་གཅིག་ཏུ་སྤྱད་
པའི་དཔེ་ཏུ་འགྱུར་བ་ཡིན། དཔེར་ན། རྩ་བ་རིང་ཡང་མཇུག་མ་སྤང་། ཞེས་མི་
མ་སྤུན་པའི་ཆོག་རྒྱན་གྱི་དཔེ་དེ་བཞིན་ལ་སྐྱ་སྤྱོད་རྩ་བ་རིང་ལ་མཇུག་མ་སྤང་
ཞེས་བརྗོད་ན་མི་མ་སྤུན་པའི་ཆོས་གཉིས་གཞི་གཅིག་ཏུ་སྤྱད་པ་སྟེ། གཞི་གཅིག་
ཏུ་སྤྱད་ཚུལ་ནི་གཞི་གཅིག་ཏུ་ཆོས་གཉིས་ཆང་བའམ་ཆོགས་པར་སྟོན་པའི་དོན་
ཡིན།

གཞན་ཡང་ཆོག་སྤང་ཞིང་ཅིང་ཤིང་སོགས་ཀྱང་བཞོལ་སྟོང་བྱེད་ཆོག་སྟེ། རྩ་བ་
རིང་ཞིང་མཇུག་མ་སྤང་། རྩ་བ་རིང་ལ་མཇུག་མ་སྤང་། རྩ་བ་རིང་ཡང་མཇུག་མ་
སྤང་། ཞེས་མི་མ་སྤུན་པའི་ཆོས་གཉིས་གཞི་གཅིག་ཏུ་སྤྱད་པ་ལ་སྤང་མི་མ་སྤུན་པ་
གསུམ་བེད་སྟོང་གཏོང་ཆོག་གི་འདུག །མདོར་ན་པལ་སྐྱད་ཏུ་ཡིན་ནའང་ཟེར་
བའི་དོན་ཡིན། དེ་ཡང་མི་མ་སྤུན་པའི་ཆོས་ཞེས་པ་ནི་བྱད་པར་གྱི་ཆོས་མི་
མ་སྤུན་པ་ལ་ཡིན་གྱིས་བྱ་བ་དང་ཆོས་ཅན་མི་མ་སྤུན་པ་གཞི་གཅིག་ཏུ་སྤྱད་པ་ལ་

ལ་སྐྱ་འཇུག་པ་མེད།

༡༩༩༽ ལ་སྐྱ་མཐུན་པའི་ཚོས་གཉིས་གཞི་གཅིག་ཏུ་སྤྱད་པའི་དཔེ་འགོད་སྤངས་
གང་འབྲེད་དམ།

ལན། དཔེར་ན། གསལ་ལ་ལྟུམ་པའི་རྒྱ་བ། ཞེས་པའི་སྐབས་གསལ་བ་དང་ལྟུམ་
པའི་ཚོས་གཉིས་གཞི་རྒྱ་བའི་སྤྱང་དུ་ཆང་བར་བཟོད་པ་དང་། དེ་བཞིན་སྐ་ལ་
རིང་བའི་སྤྱད་པ། ཞེས་བཟོད་པ་ན་སྐ་བ་དང་རིང་བའི་ཚོས་གཉིས་གཞི་སྤྱད་པའི་
སྤྱང་དུ་ཆང་བར་སྟོན་པའོ། །དེ་ཡང་པལ་སྤྱད་དུ་མ་བཟུང་བའི་དོན་ཡིན་ཏེ།
འཛོན་ཐང་ཆེ་བ་མ་བཟུང་བར་སྤྱ་ཚོད་པའི་མི་བེར་བ་ལ། འཛོན་ཐང་ཆེ་ལ་བཟུང་
ཚོད་ཅེས་བཟོད་སྟོལ་ཡོད་པ་དེ་བཞིན་ཀུན་ལ་རིགས་བསྐྱེད། །

༡༩༠༽ ལ་སྐྱ་ཆིག་སྐ་མ་བསྐྱབས་ནས་ཕྱི་མ་དགག་པར་སྟོན་པའི་དོན་ལ་འཇུག་
ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ནམ།

ལན། དཔེར་ན། བདེ་བ་འདོད་ལ་སྤྱག་བསྐྱལ་མི་འདོད། ཅེས་པའི་ལ་སྐྱས་སྐ་མའི་
ཆིག་བདེ་བ་འདོད་པར་བསྐྱབས་ནས་ཕྱི་མ་སྤྱག་བསྐྱལ་འདོད་པ་དགག་པའི་
ཕྱིར། ཆིག་དོན་སྐ་མ་བསྐྱབས་ཤིང་ཕྱི་མ་དགག་པའི་དོན་དུ་གྱུར་བ་ཡིན། དེ་
ཡང་ཆིག་སྐྱབ་འདི་རིགས་པལ་སྤྱད་དུ་བཀོལ་སྤྱོད་ཇི་ལྟར་བྱེད་དམ་ཞེས། བོང་
གི་དཔེར་བཟོད་དང་མཚུངས་པར་དཔེར་ན། མཁས་པ་ཡིན་ལ་ལྟུན་པོ་མིན།
ཞེས་པ་པལ་སྤྱད་དུ། ཁོང་མཁས་པ་རེད་མ་གཏོགས་ལྟུན་པོ་མ་རེད་ཅེས་ཟེར་
སྟོས་ཡོད་པ་དེ་དག་གི་རེད་མ་གཏོགས་ཟེར་བའི་ས་མིག་ཏུ་ཡིན་ལ་ཞེས་བཟོད་
ན་དག་ཟོད་ལ་སྐྱ་ཆིག་དོན་སྐ་མ་བསྐྱབས་ནས་ཕྱི་མ་དགག་པའི་དཔེ་དུ་སོང་བ་

ཡིན། དེ་ལ་ཆོག་པ་དང་གཞན་ཞིང་ཅིང་ཤིང་སོགས་དང་ལས་སྐྱོད་དང་གི་སོགས་གི་
མཛད་ཀྱང་བཀོལ་ཆོག་གི་འདུག །

དཔེར་ན། མ་གཏོགས། སེར་མོ་བ་རེད་མ་གཏོགས་སྐྱོ་བོ་མ་རེད། ཅེས་བ་ལྟ་བུར།
ལ་སྒྲ། སེར་མོ་བ་ཡིན་ལ་སྐྱོ་བོ་མིན། ཞིང་སྒྲ། སེར་མོ་བ་ཡིན་ཞིང་སྐྱོ་བོ་མིན།
ལས་སྒྲ། སེར་མོ་བ་ཡིན་བ་ལས་སྐྱོ་བོ་མིན། གི་སྒྲ། སེར་མོ་བ་ཡིན་གི་སྐྱོ་བོ་
མིན། ཞེས་བ་ལྟར་བཀོལ་སྟོང་ཆོག་པར་ཤེས་དགོས།

༡༥༡ ་ ལ་སྐྱོད་གསུམ་གི་ཆོས་གཉིས་གཞི་གཅིག་ཏུ་སྟུང་པར་སྟོན་པའི་དཔེ་རི་
ལྟར་ཡིན་ནམ།

ལན། དཔེར་ན། འོད་གསལ་ལ་ལ་མི་གསལ། གོས་རན་ལ་ལ་མི་རན། མྱོད་ཁོག་རྒྱགས་
ལ་མི་རྒྱགས། སློབ་སྦྱོང་བྱེད་ལ་མི་བྱེད། ཞེས་བ་ལྟ་བུ་ནི་པལ་སྐྱོད་དང་ཡིག་
སྐྱོད་བར་བྱུང་བར་མེད་པ་དང་། དེ་ལྟ་བུའི་ཆོག་སྐྱབ་གི་རིགས་ལ། ལ་དོན་བདུན་
ནས་ལ་སྐྱོ་ཁོ་བོད་སྟོང་གཏོང་བ་ལས་གཞན་ནམས་བཀོལ་སྟོལ་མེད།

༡༥༢ ་ དུས་གསལ་བྱེད་གི་སྐྱོ་གང་དང་གང་ཡོད་དམ།

ལན། སྤྱི་ཚོ། སྤྱི་ཚོ། ཞོགས་པ། དགོང་མོ། ཉིན་དགུང་། དགུང་ཆོགས། སྤྱི་མོ། སྤྱི་མོ།
མོ་རེངས། ཉིན་མོ། མཆན་མོ། མཆན་སྟོད། མཆན་སྒྲ། མཆན་དཀྱིལ། རམ་
སྟོད། རམ་སྒྲ། རམ་བྱེད། ཉིན་གང་། མཆན་གང་། ས་རུབ་པ། ཉི་མ་ཤར་པ། ཉི་
མ་རུབ་པ། རམ་ལངས་པ། སྐྱེ་རེངས་ཤར་པ། ལུན་རུབ་པ། དེ་རིང་གི་ཉིན་མོ།
སང་གི་ཉིན་མོ། རངས་པ། གནངས་ཉིན། གཞེས་ཉིན། ཁ་སང་གི་ཉིན་མོ། ཁས་
ཉིན་མོ། ཉེ་ལམ། ཉེ་འཇར། བར་ལམ། བར་སྐྱབས། རོ་དགོང་། རོ་རུབ། མདང་།

དགོང་། མདང་བྱུག་ སང་བྱུག་ བྱུག་གཅིག་ །ད་ལྟ་རང་། དེ་མ་ཉིད། དེ་མ་
 ཐག་ ཁྲོ་བྱུག་ འཇུག་ཅམ། སང་དགོང་། ཁ་དགོང་། ད་ལོ་ འདི་ལོ་ བཞིང་ལོ་
 གཞེས་ཞིང་ལོ་ སྤ་ལོ་ བྱི་ལོ་ ལོ་མགོ་ །ལོ་མཇུག་ །ལོ་དཀྱིལ་ ལོ་སྟོད་ ལོ་སྤྱད་
 ལོ་བྱེད་ ཁྲོ་མགོ་ ཁྲོ་མཇུག་ ཁྲོ་དཀྱིལ་ ཁྲོ་བ་སྟོན་མ། ཁྲོ་བ་རྗེས་མ། ཁྲོ་བ་ཉིང་
 མ། གཟའ་ཉི་མ། གཟའ་ཁྲོ་བ། གཟའ་མིག་དམར་། གཟའ་ལྷག་པ། གཟའ་ཕྱར་བྲ།
 གཟའ་བ་སངས། གཟའ་སྟོན་པ། དབྱར་ཁ། དལུར་ཁ། སྟོན་ཀ ། དབྱིད་ཀ ། ཆེ་
 སྟོད། ཆེ་སྤྱད། ཆེ་དཀྱིལ། ལོ་ན་ཆུང་དུས། གཞོན་དུས། ལྷན་དུས། ཆེ་འདི། ཆེ་
 སྟོན་མ། ཆེ་རྗེས་མ། ཆུ་ཆོད་དང་ལོ། ལྷང་གསེང་། བར་གསེང་། ལོ་གསར་།
 དབྱར་གནས། ས་ག་ཁྲོ་བ། ལྷ་བབ་དུས་ཆེན། ཆོ་འབྱུང་དུས་ཆེན། སྟེ་བ་སྟོན་མ།
 སྟེ་བ་བྱི་མ། བྱིས་པའི་གནས་སྐབས། དར་མའི་གནས་སྐབས། ལོ་ཆུང་དུས།
 གཞོན་སྟེས་སྐབས། མ་འོངས་པ། དུས་སང་། སང་ཕོད། དེང་དུས། ད་ལྟའི་
 གནས་སྐབས། དེང་སང་། དེང་སྐབས། དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་ །འོད་ཀྱལ་ལོ་
 ༡༩༣༩ལོ། བྱི་ལོ་༡༩༣༩ལོ། ཡུན་ཚམ་ཞིག་ །སྤྲད་ཅིག་ཅམ། བྱིས་པའི་དུས་
 ཆེན། སྟེས་སྐར་ཉིན་ལོ། སྟེས་གཟུག་ ཁྲོ་གཟུག་ ཀྱལ་བའི་འཇུངས་སྐར། ཞེས་
 སོགས་གོང་གསལ་དུས་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་ཡི་མཐར་ལ་དོན་དེ་སྦྱར་ཏེ་རང་ལོས་
 ཀྱིས་བརྗོད་པའི་ལྷན་བཞེས་ཀྱང་ཆེ་སྐབས་ཀྱི་དཔེ་དུ་དེས་བ་ཡིན།

༡༥༣ ་ ལ་སྐྱ་ལྷག་བཅས་ཀྱི་དོན་ལ་འཇུག་པའི་དཔེ་དེ་ལྷན་ཡིན་ནམ།
 ལན། དཔེར་ན། སྟོ་བྱེ་སྟེ་ནང་དུ་འཇུག་ ཞེས་པའི་ལྷག་བཅས་ཀྱི་དཔེ་དེ་བཞིན་
 ཆོག་ཤད་ནས་སྐྱ་དང་ལ་སྐྱ་གཉིས་གང་སྦྱར་ཡང་ལྷག་བཅས་ཀྱི་དོན་ལས་མ་

འདས་ཏེ། གློ་ཕྱེན་ས་ནང་དུ་འཇུག། གློ་ཕྱེན་ས་ནང་དུ་འཇུག། ཞེས་བ་ལྟ་
བུལ། །ནས་སྐྱད་པ་ལ་སྐྱེས་ལྟ་བུ་འཇུག་པའི་དཔེ་ཡིན་ན། མཆོམས་
སྒྲོར་ལྟ་བུ་འཇུག་པའི་བས་བྱུང་བོ། །

༡༥༥༽ ལ་སྐྱེས་བས་མ་གློ་ལེ་ཆོར་སྐྱད་གི་དོན་ལ་འཇུག་པའི་དཔེ་ག་འདྲ་རེད་དམ།
ལན། དཔེར་ན། ཡ་ར་བ་ལ། ཐབས་སྒྲུག་པ་ལ། སྒྲིང་རྩེ་བ་ལ། ཞེས་པའི་ལ་སྐྱེས་
ནམས་བས་མ་གློ་ལེ་ཆོར་སྐྱད་རྩེ་བུང་ལ་འཇུག་པ་ཡིན།

༡༥༦༽ རྣམ་དབྱེ་བྱུག་པ་འབྲེལ་སྐྱེས་བཤད་པའི་གཞུང་ཆོག་གང་ཡིན་ནམ།
ལན། རྩེས་འཇུག་ཡི་གེ་བཅུ་པོ་ལ། །ཨི་དང་མཐུན་ལྷགས་འདི་ཞེས་བྲ། །དང་པོ་
གཉིས་ལ་དང་པོ་མཐུན། །གསུམ་ལ་བཅུ་ལ་གྲ་དང་སྐྱར། །བདུན་པ་ཉིད་ལ་
བདུན་པ་སྟེ། །ལྟག་མ་རྣམས་ལ་གྲ་སྐྱར་བ། །དེ་དག་ཨི་སྐྱར་འབྲེལ་བའི་ས།
།ཞེས་གསུངས་སོ། །

༡༥༧༽ ཅན་ལགས། སུམ་གཞུང་ཅ་བའི་ཆོག་ཟིན་ལྟར་བྲས་ན། ཨི་ལྟན་རྣམ་དབྱེ་
འཆད་པའི་སྐབས་ཡི་བསྟན་ཡོད་དམ་ཅིད།

ལན། ཁྱེད་རང་གི་རི་བ་དེ་ལ་བསམ་གཞིགས་ཏན་ཏན་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་ཡོད། ཅ་
བའི་ཆོག་གློས་དང་བསྟན་ན་ཨི་ལྟན་རྣམ་དབྱེ་འཆད་པའི་སྐབས་ཡི་བསྟན་ཅིད་
པ་གསལ་བོ་རེད། ཡིན་ན་ཡང་དེར་གི་བར་སུམ་ཅུ་བའི་འབྲེལ་བྱེད་པ་ཆང་མས་
མཐོན་གཅིག་ཏུ་ཅ་བའི་སྐབས་ཡི་བསྟན་པ་ལྟར་གསུངས་ཡོད། དེར་བརྟེན་ངས་
འབྲེལ་བྱེད་གོང་མ་རྣམས་དང་མི་མཐུན་པར་ཅ་བ་ལས་ཨི་ལྟན་རྣམ་དབྱེ་ཡི་
བསྟན་ཅིད་ཅེས་བཤད་ན་ཀུན་གྱི་སྒྲོ་ཡུལ་དུ་མི་གཤོང་བའི་ཁ་རྩ་བ་ཆེན་ལྟ་བུ་

འགྱུར་མིད། འོན་ཀྱང་ཁྱེད་རང་གིས་གནད་འགག་ཅན་གྱི་དྲོགས་འདི་བྱས་པ་
 ཡིན་དུས་དེ་ལ་ངས་ལན་མི་རྒྱག་ན་མི་འགྲིག། །དེར་བརྟེན་ཅི་སྟེ་ཐོན་མིའི་
 དགོངས་པ་དང་མ་ཐུན་པར་འབྲེལ་བརྗོད་བྱ་དགོས་ན། ཨི་ལྷན་ནམ་དབྱེ་བ་ཤད་
 པའི་རྩ་པའི་ཆོག་གི་སྒྲོས་དང་དོན་གྱི་ཆ་གང་ལ་གཞིགས་ཀྱང་ཡི་བསྟན་མེད་
 ཅེས་སྒྲོབས་པ་དང་བཅས་ཉེ་བ་ཤད་ཆོག། །རྒྱ་མཚན་ནི་སྐབས་འདིར་གཙོ་བོར་
 རྗེས་འཇུག་བཤད་པའི་གཞུང་ཡིན་པས་མིང་གཞི་ཁོ་ནའི་སྤང་འདིར་གསུང་མི་
 དགོས་པར་གཙོ་འདོན་གནང་ཡོད་པ་གང་ཞིག། །རྗེས་འཇུག་འཇིག་གི་རྗེས་སུ་
 སྤྱར་བར་བྱ་རྒྱའི་སྤང་རང་དང་སྤྱ་མ་ཐུན་པའི་རྗེས་འཇུག་འཇིག་ལས་བྱུབ་པའི་
 ཨི་ལྷན་གྱི་ནམ་དབྱེ་འི་ཡོད་བཞིན་དུ་གཞི་རྗེས་འཇུག་གཅིག་གི་རྗེས་སུ་སྤང་མི་
 མ་ཐུན་གཉིས་བཤད་པར་བྱ་རྒྱ་ནི་སྐབས་འདིར་གིན་དུ་འབྲེལ་མ་ཆགས་པ་ཉིད་
 དུ་ཟད། འོན་ཡི་ལ་སོགས་པའི་མིང་གཞི་ཁོ་ནའི་སྤང་དེ་ནམས་ཐོན་མིས་བསྟན་
 མེད་དམ་ཞེ་ན། སྐབས་འདིར་བསྟན་པར་འབྲེལ་མ་ཆགས་ཤིང་། སྐབས་གཞན་
 དུ་བསྟན་ཡོད་པར་ངེས་སོ། །

༡༥༧ ་ ཅི་ཞིག་ལ་ནམ་དབྱེ་དྲུག་པ་འབྲེལ་སྤྱེར་བ་རེད་དམ།
 ལན། ཆོག་སྤྱིའི་མིང་དོན་པན་ཚུན་འབྲེལ་བ་བརྗོད་པའི་དོན་ཅན་གྱི་སྤྱི་ལ།
 འབྲེལ་སྤྱིའི་ས་ལན་ལོན།
 ༡༥༨ ་ ལྷན་དབང་ལས་ཨི་ལྷན་ནམ་དབྱེའི་སྤྱི་ཡི་སྤྱོར་ཚུལ་ཇི་ལྟར་གསུངས་ཡོད་
 དམ།
 ལན། །སྤྱོར་ཚུལ་ན་མ་ར་ལ་གྱི། །ད་བ་ས་གྱི་གང་གི། །འདང་མཐའ་མེད་འི་དང་

ཡི། །ཞེས་གསུངས།

༡༥༩༽ ཚིག་སྒྲ་བྱི་པན་ཚུན་འབྲེལ་བ་སྟོན་ཚུལ་ལ་གཞི་དེ་ཡོད་དམ།

ལན། ༡ རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་འབྲེལ་བ། དཔེར་ན། ཉམ་མཁའི་སྤྱིན་བ། ༢ ཡན་ལག་
དང་ཡན་ལག་ཅན་གྱི་འབྲེལ་བ། དཔེར་ན། ཤིང་གི་ཡལ་བ། ༣ བྱང་གཞི་དང་
བྱང་ཚོས་གྱི་འབྲེལ་བ། དཔེར་ན། མེ་ཏོག་གི་མཛེས་སྤྱད། ༤ མཚན་ཉིད་དང་
མཚོན་བྱའི་འབྲེལ་བ། དཔེར་ན། ཡང་ཞིང་གཡོ་བའི་རྒྱུད། ༥ ཆ་ཤས་ཅན་དང་
ཆ་ཤས་གྱི་འབྲེལ་བ། དཔེར་ན། དེབ་གྱི་ཤོག་བྲ། ༦ བདག་པོ་དང་བདག་ཇུས་
གྱི་འབྲེལ་བ། དཔེར་ན། རྒྱལ་ཁབ་གྱི་ཅ་ཁྲིམས། ༧ རྒྱ་དང་འབྲས་བྱའི་འབྲེལ་བ།
དཔེར་ན། མེ་ཡི་དུ་བ། ༨ ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་གྱི་འབྲེལ་བ། དཔེར་ན། མིག་ཤེས་
གྱི་གཟུང་བྲ། ༩ གཞི་མཐུན་གྱི་འབྲེལ་བ། དཔེར་ན། ཐེང་མའི་སྟོད་འགག། ༡༠
དཔེ་དང་དཔེ་ཅན་གྱི་འབྲེལ་བ། དཔེར་ན། མཁུན་པའི་ཚུ་གཏེར། ༡༡ རོ་པོ་
གཅིག་པའི་འབྲེལ་བ། དཔེར་ན། ཡི་གེ་འབྲི་བྱེད་གྱི་སྒྲ་བྲ། ༡༢ རྩོགས་དང་
རྩོགས་ཅན་གྱི་འབྲེལ་བ། དཔེར་ན། རྒྱ་མཚོའི་མཐའ། ༡༣ དུས་དང་དུས་ཅན་
གྱི་འབྲེལ་བ། དཔེར་ན། དེང་དུས་གྱི་འཕྲུལ་ཆས། ལྟ་བུའོ། །

༡༦༠༽ ས་མཐའ་མེད་པའི་ཨེ་ལྷན་གྱི་སྤང་དེ་དག་འབྲེལ་སྒྲ་མ་ཡིན་པའི་དོན་གཞན་
གང་དང་གང་ལ་འཇུག་གི་ཡོད་དམ།

ལན། ཚིག་དོན་སྒྲ་མ་བསྐྱབས་ཤིང་བྱི་མ་དགག་པར་སྟོན་པའི་དོན་དང་། དུས་ད་ལྟ་
བ་དང་མ་འོངས་པའི་བརྗོད་པ་གསལ་བྱེད་བཅས་ལ་འཇུག་པ་ཡིན་ཏེ། དང་པོ།
ཚིག་དོན་སྒྲ་མ་བསྐྱབས་ནས་བྱི་མ་དགག་པའི་དཔེ། རང་ལས་གཞན་གཅིས་

བར་འཛིན་པའི་སྤྲེས་བྱ་ནི། མཁས་པ་ཡིན་གྱི་སྤྱན་པོ་མིན། ལྟ་བུ། གཉིས་པ།
དུས་ད་ལྟ་བ་དང་མ་འོངས་པའི་བརྗོད་པ་གསལ་བྱེད་ལ་འཇུག་པ། དཔེར་ན།
སློབ་སྦྱོར་བྱེད་གྱི་ཡོད། བྱེད་གྱི་འདུག །ལྟ་བུ་ད་ལྟ་བ་དང་། ཡི་གེ་གཏང་གི་རེད།
གཏང་གི་ཡིན། ལྟ་བུ་མ་འོངས་པའི་བརྗོད་པ་གསལ་བྱེད་དུ་འཇུག་པ་ཡིན་ནོ། །

༡༤༡ ་ རྩ་བ་ལས། རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པ་བྱེད་སྤྱི་ཁྱར་གསུངས་ཡོད་དམ།
ལན། དེ་ཉིད་ལ་ནི་བཅུ་པ་སྦྱར། །བྱེད་པ་པོ་རུ་ཤེས་པར་བྱ། །ཞེས་གསུངས།
༡༤༢ ་ གང་ཞིག་ལ་རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པ་བྱེད་སྤྱི་ཐེར་བ་རེད་དམ།
ལན། བྱ་བ་བྱེད་པའི་བྱེད་པ་པོ་གཙོ་བོར་གོ་བར་བྱེད་པའི་ཨི་ལྷན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་ལ་
བྱེད་སྤྱི་ཐེར།

༡༤༣ ་ ས་མཐའ་ཅན་གྱི་ཨི་ལྷན་རྣམ་དབྱེ་དེ་རྣམས་ལ་དོན་གྱི་འཇུག་ལུལ་གྱི་
རྣམ་གཞག་རི་ལྟ་བུ་ཡོད་དམ།

ལན། ༡ བྱེད་པ་པོ་གཙོ་བོ་སེམས་ལྷན་གང་ཟག་ལ་འཇུག་པ། དཔེར་ན། ལྷ་མས་
ཆོས་བཤད། ལྟ་བུ་དང་། ༢ ལུལ་ཅན་ཤེས་པ་ལ་འཇུག་པ། དཔེར་ན། མིག་
གིས་ལྟ་མོ་ལྟ། ༣ ལུས་ཀྱི་ཡན་ལག་ལ་འཇུག་པ། དཔེར་ན། ལག་པས་ཡི་གེ་
འབྲི། ༤ ལུས་ཀྱི་ཆ་ཤས་ལ་འཇུག་པ། དཔེར་ན། སེན་མོས་འབྲད། ༥ ཡོ་བྱེད་
ལ་འཇུག་པ། དཔེར་ན། ལྟ་རེས་ཤིང་གཙོད། ༦ འབྲུང་བའི་རིགས་ལ་འཇུག་པ།
དཔེར་ན། ལྷ་ཡིས་འབྲེད། ༧ བྱ་བ་སྦྱབ་པའི་ཐབས་ཚུལ་ལ་འཇུག་པ། དཔེར་ན།
དབྱ་བོ་ཞི་བས་བརྟུལ། ༨ རྒྱ་རྒྱུན་གསལ་བྱེད་ལ་འཇུག་པ། དཔེར་ན། གནས་
གཤེས་གང་བས་ལུས་པོ་འབྲུགས། ༩ བྱ་བའི་ངོ་བོ་བྱུབ་ཚུལ་ལ་འཇུག་པ།

དཔེར་ན། ལྷན་གྱིས་བྱ་བ། ༡༠ རིགས་མི་མཐུན་པར་དགར་བ་ལ་འཇུག་པ།
དཔེར་ན། ཡོན་ཏན་ནི་གསེར་བས་རིན་ཐང་ཆེ། ༡༡ དངོས་པོའི་རང་བཞིན་སྟོན་
པ་ལ་འཇུག་པ། དཔེར་ན། ལོ་གཅིག་གིས་ཆེ་བ་ཡོད། ལྷ་བྱ་བཅས་ལ་འཇུག་པ་
ཡིན་ནོ། །

༡༢༥ ་ རྒྱ་ལགས། རྒྱ་མཚན་གསལ་བྱེད་ལ་འཇུག་པའི་དཔེའི་སྐབས་སུ་བྱེད་
སྒྲུ་མིན་པའི་འཕྲད་གཞན་གང་དང་གང་བཞེས་སྟོང་བྱེད་སྒྲུ་ལོད་དམ།
ལན། རྒྱ་མཚན་གསལ་བྱེད་གྱི་དཔེའི་སྐབས། བྱེད་སྒྲུ་དང་། དང་སྒྲུ། གཤེས། བརྟེན།
སྐབས། རྒྱུ། ལས། མོགས་སྟོང་ཆོག །

དཔེར་ན། ཁ་སྐད་ནང་། སྐད་ཡིག་སྟོབ་སྟོང་བྱས་ཅང་ཡི་གེའི་འགྲོ་སྐངས་
ཤེས། །ཟེར་བ་ལྷ་བྱ་ལ། བྱེད་སྒྲུ་སྐྱར་བ། སྐད་ཡིག་སྟོབ་སྟོང་བྱས་པས་ཡི་གེའི་
འགྲོ་སྐངས་ཤེས། དང་སྒྲུ་སྐྱར་བ། སྐད་ཡིག་སྟོབ་སྟོང་བྱས་པ་དང་ཡི་གེའི་འགྲོ་
སྐངས་ཤེས། གཤེས་སྒྲུ་སྐྱར་བ། སྐད་ཡིག་སྟོབ་སྟོང་བྱས་པ་ཡིན་གཤེས་ཡི་
གེའི་འགྲོ་སྐངས་ཤེས། བརྟེན་སྒྲུ་སྐྱར་བ། སྐད་ཡིག་སྟོབ་སྟོང་བྱས་པར་བརྟེན་ཡི་
གེའི་འགྲོ་སྐངས་ཤེས། སྐབས་སྒྲུ་སྐྱར་བ། སྐད་ཡིག་སྟོབ་སྟོང་བྱས་སྐབས་ཡི་
གེའི་འགྲོ་སྐངས་ཤེས། རྒྱུ་སྒྲུ་སྐྱར་བ། སྐད་ཡིག་སྟོབ་སྟོང་བྱས་རྒྱུ་ཡི་གེའི་
འགྲོ་སྐངས་ཤེས། ལས་སྒྲུ་སྐྱར་བ། སྐད་ཡིག་སྟོབ་སྟོང་བྱས་པ་ལས་ཡི་གེའི་འགྲོ་
སྐངས་ཤེས། ཅས་པ་ལྷ་བྱའོ། །

༡༢༦ ་ རྒྱུ་སྐྱར་བཤད་པའི་ཅ་བའི་གཞུང་ཆོག་གང་ཡིན་ནམ།
ལན། །ལྷ་ཡི་བྱིས་ནས་གཉིས་པ་སྐྱར། །ཆོག་རྒྱུ་གཉིས་དང་སྐྱར་པར་

འབྲུག་ །ཞེས་གསུངས།

༡༢༢ ། རྫོན་དབང་ལས་རྒྱན་སྤྱད་ཇི་ལྟར་གསུངས་ཡོད་དམ།

ལན། གྲང་ཡང་འང་གསུམ་རྒྱན་སྤྱད་དེ། །ག་ད་བ་ས་བྲག་མཐར་གྲང་། །ང་ན་མ་ར་
ལ་མཐར་ཡང་། །འ་དང་མཐའ་མེད་འང་དང་ཡང་། །ཞེས་གསུངས།

༡༢༣ ། གྲང་ཡང་འང་གསུམ་ལ་རྒྱན་སྤྱད་ཅེས་བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡིན་ནམ།
ལན། གྲང་སོགས་གསུམ་རང་གི་བྱེད་ལས་ཆོག་རྒྱན་གཉིས་དང་། སྤྱད་པ་བཅས་
ཀྱི་དོན་སྟོན་པའི་ཆ་ནས་རྒྱན་སྤྱད་ཅེས་ཟེར་བ་ཡིན་ནོ། །

༡༢༤ ། ཅི་ཞིག་ལ་ཆོག་རྒྱན་ཟེར་བ་རེད་དམ།

ལན། ཆོག་མཛེས་པར་བྱེད་པའི་ཆ་ནས་ཆོག་རྒྱན་ཞེས་ཟེར། དཔེར་ན། རྒྱན་ཆ་
ལྷགས་གཟབ་སྒྲོས་སོགས་སྤྲས་པས་སྦྱེ་བུའི་ལུས་མཛེས་པར་བྱེད་པ་དེ་བཞིན།
གྲང་སོགས་གསུམ་ཆོག་གི་སྤྲ་ཆ་གཏོད་པའི་དོན་དུ་སོང་བས་ཆོག་གི་རྒྱན་
ཞེས་བརྗོད།

༡༢༥ ། ཆོག་རྒྱན་ལ་གཉིས་ཡོད་པ་དེ་གང་དང་གང་རེད་དམ།

ལན། ཆོག་རྒྱན་གཉིས་ཏེ། མཐུན་པའི་ཆོག་རྒྱན་དང་། མི་མཐུན་པའི་ཆོག་རྒྱན་
བཅས་ཡིན་ནོ། །

༡༢༦ ། མཐུན་པའི་ཆོག་རྒྱན་གྱི་གོ་དོན་གང་ཡིན་ནམ།

ལན། བྲ་ཏིས། མཐུན་པའི་ཆོས་གཉིས་གཞི་གཅིག་ཏུ་སྤྱད་ཅིང་། བྱད་པར་ཆོག་
མཛེས་པར་བྱེད་པས་ན། མཐུན་པའི་ཆོག་རྒྱན་ཞེས་བརྗོད་པ་དང་། སི་ཏུས།
ཆོག་ལྷ་བྱེ་གཉིས་མཐུན་པར་སྟོན་པའི་རྒྱན་ལ་མཐུན་པའི་ཆོག་རྒྱན་ཞེས་

གསུངས།

༡༥༡ ་ མཐུན་པའི་ཆོག་རྒྱན་སྐབས་བྲ་སི་གཉིས་ཀྱི་བར་བཞེད་ཚུལ་མི་འདྲ་བའི་
ཁྱད་པར་གང་ཡོད་དམ།

ལན། བྲ་ཉིས། གཙོ་བོ་དོན་མཐུན་པའི་ཆོས་གཉིས་གཞི་གཅིག་ཏུ་ཆང་བར་བཞེད་
ནས་དཔེར་བཞིན་དུ། དཔལ་ཡང་འབར་ལ་ཡིད་ཀྱང་འཕྲོག། མཛེས་པའང་ཡིན་
ཏེ་མདོག་ཀྱང་དཀར། ཞེས་སོགས་འགོད་གནང་མཛད། སི་ཏུས། ཆོག་དོན་
གཉིས་ཀར་མཐུན་པར་སྟོན་པ་ལ་དགོངས་ཏེ་དཔེར་བཞིན་དུ། གསལ་ཡང་
གསལ། མཛེས་ཀྱང་མཛེས། ཞེས་བཀོད་འདུག། དེས་ན་མཁས་པས་གསུངས་
པའི་ལེགས་ཆ་རྣམས་སྤངས་ཏེ། མཐུན་པའི་ཆོག་རྒྱན་ལ། དོན་གྱི་རང་བཞིན་
ཅེས་མཐུན་པའི་ཆོག་རྒྱན་དང་། ཆོག་དོན་གཉིས་ཀ་མཐུན་པའི་ཆོག་རྒྱན་
བཅས་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་བྱེ་ན་མི་ལེགས་སམ་སྙམ། སི་ཏུའི་ལུགས་བཞིན་བྲས་
ན། སྐབས་འདིར་ཁ་སྐད་དུ། སྟོན་བཟའ་ལྟ་བཟའ། བོད་ལ་འགྲོ་ལྟ་འགྲོ། བ་མ་
ཐུག་ན་སྐྱིད་ལྟ་སྐྱིད། སེམས་འཁྱགས་ཡོད་ལྟ་ཡོད། དཔལ་བོ་ཡིན་ལྟ་ཡིན། བསམ་
ཤེས་ཐུབ་ལྟ་ཐུབ། ས་སྙུམ་གཤོས་ན་མེ་འབར་ལྟ་འབར། ལྟ་བུ་གངས་ཀྱིས་མི་
ལངས་པར་འཆོ་བ་དངོས་ཀྱི་ནང་སྟོད་བཞིན་ཡོད་པ་དེ་དག་ལ་རྒྱན་སྟེད་ཀྱི་སྤང་
སྟེད་ན་ད་གཟོད་མཐུན་པའི་ཆོག་རྒྱན་གྱི་དཔེ་རུ་འཇུག་འགྲོ་བ་ཡིན། ཇི་ལྟར་ཞེ་
ན། བཟའ་ཡང་བཟའ། འགྲོ་ཡང་འགྲོ། སྐྱིད་ཀྱང་སྐྱིད། ཡོད་ཀྱང་ཡོད། ཡིན་ཡང་
ཡིན། ཐུབ་ཀྱང་ཐུབ། འབར་ཡང་འབར། ལྟ་བུལོ། །

༡༥༢ ་ མི་མཐུན་པའི་ཆོག་རྒྱན་གྱི་གོ་དོན་དང་དཔེར་བཞིན་གང་རེད།

ལན། བྱ་ཉིས། མི་མ་ཐུན་པའི་ཆོས་གཉིས་གཞི་གཅིག་ཏུ་སྤྱད་ཅིང་། བྱད་པར་ཆོག་
མཛེས་པར་བྱེད་པ་ལ། མི་མ་ཐུན་པའི་ཆོག་རྒྱན་ཞེས་ཟེར། དཔེར་བཞིན་དུ།
སྤྱགས་རིས་མེད་ཀྱང་བདུད་དཔུང་འཛོམས། འཆིང་བ་སྤངས་ཀྱང་ཐུགས་རྗེས་
བསྐྱམས། ཆགས་པ་སྤངས་ཀྱང་འགྲོ་ལ་ཆགས། ཞེས་པ་དང་། སི་ཏུས། ཆོག་ལྷ་
ཕྱི་མི་མ་ཐུན་པར་སྟོན་པའི་རྒྱན་ལ། མི་མ་ཐུན་པའི་ཆོག་རྒྱན་ཞེས་འདོད། དཔེར་
བཞིན་དུ། བདུད་ཀྱང་ཁོ། མཛེའང་བསྐྱུ། ཞེས་བྲ་སི་གཉིས་ཀྱི་བར་མི་མ་ཐུན་ཆོག་
རྒྱན་བཞེད་ཚུལ་ལ་བྱད་པར་མེད། དཔེ་དེ་བཞིན་དུ། མེ་ཉོག་རྩང་ཡང་མཆོད་
པའི་རྩས། སློབ་སྤྱག་ཡིན་ཀྱང་བསྐྱབ་ལ་མི་བཙོན། དག་གན་ཡིན་ཀྱང་སློབ་ཁྱིད་
མི་ཤེས། ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །དེ་ཡང་ཆོས་ཅན་བཞིན་པའི་སྐྱེ་ལ་མི་མ་ཐུན་པའི་
ཆོག་རྒྱན་མེད་པར་ཤེས་དགོས། བྱད་ཆོས་བཞིན་པའི་སྐྱེ་དང་བྲ་ཆོག་གི་མཐར་
བལ་སྐྱད་དུ། ཡིན་ན་ཡང་། མ་ཡིན་ན་ཡང་། རེད་དེ། མ་རེད་དེ། ཡིན་ཏེ། མ་ཡིན་
ཏེ། མིན་ཏེ། འདུག་ཏེ། མི་འདུག་ཏེ། སོང་སྟེ། མ་སོང་སྟེ། སྤང་སྟེ། མ་སྤང་སྟེ།
ཟེར་བ་བཅས་བེད་སྤྱོད་གཏང་ས་གང་ཡིན་གྱི་སྐྱད་ཆ་ནམས་མི་མ་ཐུན་པའི་ཆོག་
རྒྱན་གྱི་དཔེར་བཞིན་ཡིན།

༡༥༣ ་ མི་མ་ཐུན་པའི་ཆོག་རྒྱན་གྱི་དོན་ལ་འཇུག་པའི་སྤྱད་ཀྱང་སྤྱགས་ལས་
གཞན་གང་དང་གང་ཡོད་དམ།

ལན། མི་མ་ཐུན་པའི་ཆོག་རྒྱན་གྱི་དོན་ལ་འཇུག་པའི་སྤྱད་ཀྱང་སྤྱགས་གསུམ་ལས་
གཞན། ལ་སྐྱེད་དང་། ལས་སྐྱུ། མོད་སྐྱུ། ཞིང་སྤྱགས་གསུམ། གྱི་སྤྱགས་ལྷ་བཅས་
ཡོད་པ་ཡིན།

དཔེར་ན། དག་པོ་ཞི་བས་གདུལ་བར་བྱ་དགོས་ཀྱང་དག་པོས་ནམ་ཡང་མི་སྤྲུལ།
ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་མི་མཐུན་པའི་ཆོག་རྒྱན་ལ་དཔེ་མཆོད་ན། ལ་སྤྱ་སྦྱོར་བ། དག་པོ་
ཞི་བས་གདུལ་བར་བྱ་དགོས་ལ་དག་པོས་ནམ་ཡང་མི་སྤྲུལ། ལས་སྤྱ་སྦྱོར་བ།
དག་པོ་ཞི་བས་གདུལ་བར་བྱ་དགོས་པ་ལས་དག་པོས་ནམ་ཡང་མི་སྤྲུལ། མོད་
སྤྱ་སྦྱོར་བ། དག་པོ་ཞི་བས་གདུལ་བར་བྱ་དགོས་མོད་དག་པོས་ནམ་ཡང་མི་
སྤྲུལ། ཞིང་སོགས་སྦྱོར་བ། དག་པོ་ཞི་བས་གདུལ་བར་བྱ་དགོས་ཤིང་དག་པོས་
ནམ་ཡང་མི་སྤྲུལ། གྱི་སོགས་སྦྱོར་བ། དག་པོ་ཞི་བས་གདུལ་བར་བྱ་དགོས་ཀྱི་
དག་པོས་ནམ་ཡང་མི་སྤྲུལ། ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །

༡༥༥ } རྒྱན་སྤྱད་སྐབས་ནས་བཤད་པའི་སྤྱད་པ་ཞེས་པ་ནི་ཅི་འདྲ་ཞིག་ལ་གོ་
དགོས་སམ།

ལན། བྱ་ཉིས། རོན་གྱི་རང་བཞིན་སྤྱ་མར་གང་སྤྱར་བུའི་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཁྱད་
པར་བྱི་མར་ཡང་ངེས་ཅན་དུ་སྦྱོར་བར་སྟོན་པ་ལ། སྤྱད་པ་ཞེས་བརྗོད་པ་དང་།
སི་རུས། གཞིའམ་རོན་གཞན་ཞིག་ལ་སྤྱད་ཅིང་སྦྱོར་བའི་སྤྱ་ལ། སྤྱད་པ་ཞེས་
གསུངས། རོན་བསྐྱུ་ན། རྒྱན་སྤྱད་ཀྱི་སྤྱད་པ་ཞེས་པ་ནི། གྱང་ཡང་འང་གསུམ་
ཆོག་རྒྱ་སྟོས་པའི་འུགས་ཀྱིས་རོན་གཞན་ཞིག་རང་སྟོབས་ཀྱིས་གོ་བར་རུས་
པའི་ཆ་ནས་རོན་གཞན་སྤྱད་པ་ཟེར། དཔེར་ན། ཆོས་སྡེ་ཁག་གི་སྟོབ་གཉེར་བ་
ནམ་པས་དེང་རུས་ཀྱི་ཤེས་བྱ་ཡང་སྦྱོར་གི་ཡོད། བཟ་ཤིས་ནི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་མི་
སྤྱ་ཞིག་གྱང་ཡིན། ཞེས་པའི་ཡང་དང་གྱང་སྤྱིའི་རུས་པས་རིམ་བཞིན་ཆོས་སྡེ་
ཁག་གི་སྟོབ་གཉེར་བས་དེང་རུས་ཀྱི་ཤེས་བྱ་ལས་གྱང་གཞན་ཞིག་སྦྱོར་གི་ཡོད་

བ་དང་། བཟ་ཤིས་ནི་ཆབ་སྲིད་ལས་གཞན་པའི་མི་སྣ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་པར་ཆོག་
ལས་དངོས་སུ་མ་སློམ་ནའང་། རྒྱགས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་གོ་བར་བྱེད་པས་སྤྱད་པ་
ཞེས་ཟེར་བ་རེད།

༡༥༥ ་ རྒྱན་སྤྱད་བཤད་པའི་སྐབས་བྲ་སི་གཉིས་ཀྱི་བཞེད་པ་མི་འདྲ་བའི་བྱང་
བར་གང་ཡོད་དམ།

ལན། བྲ་སི་གཉིས་ཀྱིས་རྒྱན་སྤྱད་ཀྱི་ངོ་བོ་ལམ་དོན་གྱི་རང་བཞིན་གྱི་ཆ་ལ་འདོད་
ཚུལ་བྱང་གང་ཡང་མ་མཆིས་ཀྱང་། བྲ་ཉིས་སྤྱད་པ་ལ་གསུམ་དུ་བྲེ་སྟེ། བྱང་པར་
གྱི་གཞི་དང་། བྱང་པར་གྱི་ཆོས་གོང་འོག་གཉིས་ཀྱིས་པན་ཚུན་སྤྱད་པ་དང་།
གཞི་མཐུན་པར་སྤྱད་པ། གོང་མས་འོག་མ་སྤྱད་པ་བཅས་གསུམ་དུ་དབྲེ་སྟེ། དང་
པོ་ནི། ལྷན་པ་ལའང་ཡིན་ལ་སྡོན་པོའང་ཡིན། ལྷན་དང་། གཉིས་པ་ནི། ཆོས་ཀྱང་
བྲན་ཏེ། ཆོས་མ་ཡིན་པ་མིན་ནོ། ཞེས་དང་། གསུམ་པ་ནི། ལྷས་ཆར་པབ་སྟེ།
ལྷས་ཀྱང་འབེབས་སོ། ཞེས་པ་ལྷ་བྱ་བཞོད་གནང་འདུག །

སི་ཏུས། སྤྱད་པ་ལ་བྱང་པར་མི་འབྱེད་པར་དཔེར་བཞིན་དུ། གཟུགས་འདི་ནི་
མཛེས་ཤིང་འོད་ཀྱང་འཕྲོ། མིར་མ་བཟད་ལྷས་ཀྱང་བཟུང་དོ། །འདི་ནི་ལྷན་པ་
ལའང་ཡིན་ལ་སྡོན་པོའང་ཡིན། ཞེས་གསུངས།

༡༥༦ ་ རྒྱན་སྤྱད་ཀྱི་སྐྱ་སྐྱོར་ཚུལ་ལེགས་བཤད་ལྡོག་དབང་ལས་ཇི་ལྟར་གསུངས་
ཡོད་དམ།

ལན། ལྡོག་དབང་ལས། །ག་ད་བ་ས་བྲག་མཐར་ཀྱང་། །ང་ན་མ་ར་ལ་མཐར་ཡང་། །འ་
དང་མཐའ་མེད་འང་དང་ཡང་། ཞེས་གསུངས།

༡༥༥ ་ ཅུ་བ་ལས་ལྷག་བཅས་ཅི་ལྟར་བཤད་ཡོད་དམ།

ལན། ཅུ་བ་ལས། །ལ་དོན་སྲ་ལ་ལྷ་ཕྱིས་ནས། །དེ་ལ་གསུམ་པའི་དང་པོ་སྦྱར། །དེ་
ལ་ལྷ་ལི་གསུམ་པ་སྦྱར། །དེ་ནི་ལྷག་དང་བཅས་པ་ལོ། །ཞེས་གསུངས།

༡༥༦ ་ ལྷོན་དབང་ལས་ལྷག་བཅས་ཀྱི་སྦྱོར་ཅི་ལྟར་གསུངས་ཡོད་དམ།

ལན། ལྷོན་དབང་ལས། །ན་ར་ལ་ས་བྲག་མཐར་ཉེ། །དེ་གང་བ་མ་ལ། །མཐའ་མེད་
རྣམས་ལ་ས་སྟེ་འཕོབ། །ཅེས་གསུངས།

༡༥༧ ་ ལྷག་བཅས་ཟེར་བ་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་ཟེར་བ་རེད་དམ།

ལན། བུ་ཉིས། ཆིག་དོན་སྲ་མ་མ་རྫོགས་པར་སྦྱར་ཆིག་ལྷག་མ་གཞན་སྟོན་རྒྱ་ཡོད་
བ་ལ་འབྲུག་པས། ལྷག་མ་དང་བཅས་པའི་སྦྱོར། །ཞེས་གསུངས། སི་ཏུས། བསྟན་
བྱའི་ལྷག་མ་འདྲེན་པའི་དོན་དུ་གྱུར་པས། ལྷག་མ་དང་བཅས་པའི་སྦྱོར་ཞེས་
གསུངས། དེ་ཡང་པལ་སྐད་དུ། སྐད་ཆའི་ནང་དོན་མ་རྫོགས་པར་བཤད་རྒྱ་ལྷག་
མའམ་བཤད་འཕྲོ་ཡོད་པར་གོ་བའི་སྦྱོར་ལ་ཟེར་བ་རེད།

༡༥༨ ་ ལྷག་བཅས་ལ་ཅུ་བའི་དབྱེ་བ་ག་ཆོད་ཡོད་དམ།

ལན། ལྷག་བཅས་ལ་ཅུ་བའི་དབྱེ་བ་གསུམ་སྟེ། མཆོམས་སྦྱོར་ལྷག་བཅས་དང་།
དམ་བཅའ་ལྷག་བཅས། གཞན་འདྲེན་ལྷག་བཅས་དང་གསུམ་མོ། །

༡༥༩ ་ ཅི་ཞིག་ལ་མཆོམས་སྦྱོར་ལྷག་བཅས་ཟེར་བ་རེད་དམ།

ལན། བྱ་བའི་ཆིག་གཉིས་མཆོམས་སྦྱོར་ཞིང་། བྱད་པར་རང་གི་བསྟན་དོན་བྱ་ཆིག་
ཕྱི་མ་འདྲེན་པར་བྱེད་པའི་དོན་ཅན་ལ་མཆོམས་སྦྱོར་ལྷག་བཅས་ཟེར།

༡༦༠ ་ མཆོམས་སྦྱོར་ལྷག་བཅས་ལ་ནང་གསེས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ག་ཆོད་ཡོད་དམ།

ལན། བྱ་ཉིས། བྱ་བ་རིམ་ཅན་དུ་མཆོམས་སྒྲོར་བ་དང་། བྱ་བ་ཅིག་ཅར་དུ་མཆོམས་
 སྒྲོར་བ་ཞེས་དབྱེ་བ་གཉིས་སུ་བཞེད་དེ། དང་པོ་ནི། མདའ་འཕངས་ཏེ་ཐོག་ལག་
 བ་བརྒྱུད་སྟེ་བཟུང་། ལྷ་མཆོད་དེ་ལས་བྱ། ལྷ་བྱ་བཀོད་པ་དེ་བཞིན་དུ་དཔེ་གཞན་
 བཀོད་ན། སྒྲུ་བྱ་བཟུང་སྟེ་ཡི་གེ་བྲིས། བརྒྱུད་སྟེ་ལུས་སྟོང་བཏེ་ཐང་
 ཟུང་ཞེས་བ་ལྷ་བྱ་དང་། གཉིས་པ་ནི། འཇུ་མ་དུ་ཐུལ་ཏེ་མདངས་སྤྲང་། སོ་བཞུན་
 ཏེ་བགད། ཅེས་འགོད་གནང་མཛད་པ་དེ་བཞིན་དུ། ལྷ་མོ་བལྟས་ཏེ་མཐོང་།
 རིག་པ་བསྐྱེམས་ཏེ་སྒོ་བ་སྒྲོར་བྱེད། སྒོ་ག་སྤར་ཏེ་འབར། ལྷ་བྱ་ཡིན། སི་ཏུས།
 མཆོམས་སྒྲོར་ལྷག་བཅས་ལ། བྱེད་པས་བྱ་བ་འཛེན་བ་དང་། བྱ་བས་བྱ་བ་འཛེན་
 བ། བྱ་བ་ཅིག་ཅར་དུ་མཆོམས་སྒྲོར་བ་བཅས་གསུམ་དུ་དབྱེ་སྟེ། དང་པོ། བྱེད་
 པས་བྱ་བ་འཛེན་པའི་དཔེ་ལ་མདའ་འཕངས་ཏེ་ཐོག་ལྷ་བསྐྱབས་ཏེ་བྱུག། ལྷ་བྱ་
 དང་། གཉིས་པ། བྱ་བས་བྱ་བ་འཛེན་པའི་དཔེར་ལྷ་མཆོད་དེ་ལས་བྱ། བྱུག་
 འཆོལ་ཏེ་བཤད། ཅེས་དང་པོ་དང་གཉིས་པ་གཉིས་ནི་བྱ་བ་རིམ་ཅན་དུ་མཆོམས་
 སྒྲོར་བའི་ལྷག་བཅས་སུ་བསྐྱབ་པ་ཡིན། གསུམ་པ། བྱ་བ་ཅིག་ཅར་དུ་མཆོམས་
 སྒྲོར་བའི་ལྷག་བཅས་ཀྱི་དཔེ་སྟེ། འཇུ་མ་དུ་ཐུལ་ཏེ་མདངས་སྤྲང་། འཕར་ཏེ་འགྲོ་
 ཆོག་སྤྲད་བཅས་ཏེ་འབར། ལྷ་བྱ་འགོད་གནང་མཛད་ཡོད། དེས་ན་བྱ་སི་སོ་
 སོས་མཆོམས་སྒྲོར་ལྷག་བཅས་ལ་དབྱེ་སྟེ་མི་འདྲ་བ་འདྲོག་ཡོད་པ་ཙམ་ལས་
 དོན་གྱི་ཆ་དང་དཔེར་བརྗོད་འགོད་སྤངས་བཅས་ལ་ཁྱད་པར་གང་ཡང་མེད་པར་
 ཞེས་དགོས།

༡༩༣ ་ སི་ཏུས་བྱེད་པས་བྱ་བ་འཛེན་པ་ཞེས་པ་ནི་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་ཟེར་བ་རེད་

དཔལ།

ལན། ཚིག་སྒྲུབ་སྒྲ་མའི་བྱ་བ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཕྱི་མའི་བྱ་བ་འབྱུང་བར་སྟོན་པའི་
ལྷག་བཅས་ལ། བྱེད་པས་བྱ་བ་འདྲེན་པ་ཟེར། དཔེར་ན། སྟོབ་སྟོང་བྱས་ཏེ་
མཁས་པར་གྱུར། ཚུ་བརྟུང་སྟེ་སྟོམ་ནད་བསལ། ཞེས་བ་ལྟ་བུ་སྟེ། སལ་སྐད་དུ།
སྟོབ་སྟོང་བྱས་ནས་མཁས་པ་ཆགས། ཚུ་བརྟུང་ནས་སྟོམ་ནད་བསལ། ཞེས་
མཁས་པར་ཆགས་པ་དང་སྟོམ་ནད་བསལ་བ་གཉིས་རིམ་བཞིན་སྟོབ་སྟོང་བྱས་
པ་དང་ཚུ་བརྟུང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བའི་ཕྱིར་བྱེད་པས་བྱ་བ་འདྲེན་པ་ཡིན་
ཞེས་ཟེར།

༡༥༥ ་། ཆན་ལགས། བྱེད་པས་བྱ་བ་འདྲེན་པའི་དཔེ་ལ་ལྷག་བཅས་ལས་གཞན་
པའི་སྤང་གང་དང་གང་བེད་སྟོང་བྱེད་སྟོལ་ཡོད་དཔལ།

ལན། བྱེད་པས་བྱ་བ་འདྲེན་པའི་དཔེ་ལྟ་བུ་སྟོམ་གཞི་གཅིག་ལ་བྱེད་སྤྱོད་དང་ནས་སྤྱོད་
ལས་སྤྱོད་དང་། སལ་སྐད་དུ་ཅང་ཞེས་པའི་སྤྱོད་བཅས་བཀོལ་སྟོང་བྱེད་ཆོག །དཔེར་
ན།

ལྷག་བཅས། སྟོན་བཟས་ཏེ་ན་ཆ་བྲག་སྟེང་བྱུང་། བྱེད་སྤྱོད་ སྟོན་བཟས་པས་ན་ཆ་
བྲག་སྟེང་བྱུང་། ནས་སྤྱོད་ སྟོན་བཟས་ནས་ན་ཆ་བྲག་སྟེང་བྱུང་། ལས་སྤྱོད་ སྟོན་
བཟས་པ་ལས་ན་ཆ་བྲག་སྟེང་བྱུང་། ཅང་སྤྱོད་ སྟོན་བཟས་ཅང་ན་ཆ་བྲག་སྟེང་
བྱུང་། ལྟ་བུ་ཡིན།

༡༥༦ ་། བྱ་བས་བྱ་བ་འདྲེན་པ་ཞེས་པ་དེ། གང་འདྲ་ཞིག་ལ་ཟེར་བ་རེད་དཔལ།

ལན། སན་ཚུན་རྟེན་བརྟེན་པའི་འབྲེལ་བ་མེད་པར་ཚིག་སྒྲུབ་སྒྲ་མའི་བྱ་བ་དེའི་རྗེས་

སྤྲུལ་མའི་བྱ་བ་བྱུབ་པར་སྟོན་པའི་ལྷག་བཅས་ལ། བྱ་བས་བྱ་བ་འདྲེན་པ་ཟེར།
དཔེར་ན། གཞུགས་པོ་བཟུས་ཏེ་གཟབ་སྟོས་བརྒྱབ། འཛིན་སྐྱོལ་ཏེ་ཅེད་མོ་ཅེ།
ཞེས་པའི་སྐབས་ཀྱི་བྱ་བ་སྤྲུལ་གཉིས་པོ་དེ་སྟོས་ས་སྟོས་ཆོས་ཀྱི་སྟོན་ས་མི་
འཛིན་པར་བྱ་བ་སྤྲུལ་པའི་རྗེས་སྤྲུལ་བྱ་བ་མའི་ཉིད་འདྲེན་པ་འཕམ་འབྱུང་
བ་སྟོན་པའི་དོན་དུ་སོང་བས་བྱ་བས་བྱ་བ་འདྲེན་པ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན། བརྗོད་
པ་འདི་རིགས་ཆང་མ་པལ་སྐད་དུ་ནས་སྤྲུལ་བ་པེད་སྟོང་གཏོང་གི་ཡོད། དེ་ལ་
ཆོག་འཕྲད་གཞན་ཞིང་ཅིང་ཤིང་བཅས་ཀྱང་འབྲི་བ་ཡིན། དཔེར་ན། གཞུགས་
པོ་བཟུས་ཤིང་གཟབ་སྟོས་བརྒྱབ། ལྟ་བུའོ། །

༡༤༩ ་ བྱ་བ་ཅིག་ཅར་དུ་མཆོམས་སྟོར་བ་ཞེས་པའི་གོ་དོན་གང་རེད།

ལན། ཆོག་སྟོར་གཅིག་ཏུ་བྱུབ་པའི་བྱ་བ་གཉིས་པོ་དེ་དུས་སྤྲུལ་མེད་པར་མཆོམས་
སྟོར་བ་ལ། བྱ་བ་ཅིག་ཅར་དུ་མཆོམས་སྟོར་བ་ཞེས་ཟེར། དཔེར་ན། མིག་
གདངས་ཏེ་བལྟས། དབྱགས་ཆད་དེ་ཤི། ལྟ་བུ་མིག་གདངས་པའི་བྱ་བ་སྟོན་ལ་
བྱུབ་ནས་ཅིག་ཤོས་རྗེས་ལ་བྱུབ་པ་མེད་པ་དང་། དབྱགས་ཆད་པའི་བྱ་བ་སྟོན་
ལ་བྱུབ་ནས་ཅིག་ཤོས་རྗེས་ལ་བྱུབ་པ་མེད་པས། བྱ་བ་ཅིག་ཅར་དུ་མཆོམས་
སྟོར་བའི་ལྷག་བཅས་ཡིན། དེ་ཡང་སྐབས་འདིར་ཁ་སྐད་དུ། ནས་སྤྲུལ་ཁོ་ན་སྟོང་
ཀྱི་ཡོད། མདོར་ན། ཆོག་སྟོར་གཅིག་ཏུ་བྱུབ་པའི་བྱ་བ་གཉིས་དུས་མཉམ་དུ་
བྱུབ་པའི་ལྷག་བཅས་ལ་ཟེར།

༡༥༠ ་ ཅེ་ཞིག་ལ་བྱ་བ་རིམ་ཅན་དུ་མཆོམས་སྟོར་བ་ཟེར་བ་རེད་དམ།

ལན། ཆོག་སྟོར་གཅིག་ཏུ་བྱུབ་པའི་བྱ་བ་སྤྲུལ་གཉིས་ལ་དུས་སྤྲུལ་མའི་གོ་རིམ་ཡོད་

པའི་དོན་ཅན་ལ། བྱ་བ་རིམ་ཅན་དུ་བྱུང་བའི་མཆོམས་སྒྱུར་ལྷག་བཅས་ཟེར། དེ་
ཡང་བྱེད་པས་བྱ་བ་འདྲན་པ་དང་བྱ་བས་བྱ་བ་འདྲན་པ་ཡིན་ན། བྱ་བ་རིམ་ཅན་
གྱི་མཆོམས་སྒྱུར་ལྷག་བཅས་ཡིན་པས་བྱུང་བ་ཡིན།

༡༤༩ ་ མཆོམས་སྒྱུར་ལྷག་བཅས་གྱི་དོན་ལ་འཇུག་པའི་སྤང་གཞན་གང་དང་གང་
ཞིག་ཡོད་དམ།

ལན། ཉན་སྒྲུབ་དང་། ལ་སྒྲུ། ཞིང་སོགས་གསུམ་བཅས་མཆོམས་སྒྱུར་ལྷག་བཅས་གྱི་
དོན་སྟོན་པར་འཇུག་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། ཁ་རོག་སྟོང་དེ་མ་ཆི་ཐོན། ཞེས་
པའི་དཔེ་ལྟ་བུ་ལ། ཁ་རོག་སྟོང་ནས་མ་ཆི་ཐོན། ཁ་རོག་སྟོང་ལ་མ་ཆི་ཐོན། ཁ་
རོག་སྟོང་ཅིང་མ་ཆི་ཐོན།

ཞེས་གོང་གསལ་དཔེར་བརྗོད་ཀྱི་ཆོག་སྤང་རྒྱུ་མ་མི་མཐུན་ཡང་དོན་སྟོན་ཚུལ་
གྱི་ཆ་ནས་བྱེད་པར་མེད་པས་ཆོག་སྒྲུབ་འདི་རིགས་ལ་གོང་གི་སྤང་གང་སྒྲུར་
ཡང་མཆོམས་སྒྱུར་ལྷག་བཅས་ཉིད་ལས་མ་འདས་སོ། །

༡༥༠ ་ སྒྲ་སྟོ་མཆོན་ཆ་ལས། དུ་ལ་སོགས་པ་ལ་དང་མཐུན། །དེ་ཉིད་དག་ནི་ལྷག་
པ་ཡིན། །དེ་བཞིན་ལྷག་བཅས་ལ་ལ་ལོ། །ཞེས་ལ་སྒྲ་ལྷག་བཅས་གྱི་དོན་དུ་
འཇུག་ཚུལ་གསུངས་པ་ནི། ལྷག་བཅས་གྱི་དབྱེ་བ་གསུམ་པོ་གང་གི་དོན་དུ་
འཇུག་པ་ཡིན་ནམ།

ལན། སྒྲ་སྟོ་ལས། ལ་སྒྲ་ལྷག་བཅས་གྱི་དོན་ལ་འཇུག་པར་གསུངས་པ་ནི། ལྷག་
བཅས་གྱི་དབྱེ་བ་གསུམ་ནས་མཆོམས་སྒྱུར་ལྷག་བཅས་ཅམ་ལ་འཇུག་པའི་དོན་
ཏེ། དེ་ཡང་བྱ་བས་བྱ་བ་འདྲན་པའི་མཆོམས་སྒྱུར་ལྷག་བཅས་གྱི་དོན་ཅམ་ལས་

ལྷག་བཅས་གཞན་རྣམས་ལ་འབྲུག་པ་མི་བདེ་བ་ཡིན་ནོ། །

༡༥༠ ་། དམ་བཅའ་ལྷག་བཅས་ཀྱི་གོ་དོན་གང་ཡིན་ནམ།

ལན། རང་གིས་གང་དམ་བཅའ་རྒྱུ་དོན་དེ་ཉིད་སྤྱོད་བྱེད་སྤྱོད་ཆོག་པའི་སྤྱོད་ནས་
གསལ་བའམ་གོ་བར་བྱེད་པ་ལ། དམ་བཅའ་ལྷག་བཅས་ཟེར།

༡༥༡ ་། དམ་བཅའ་ལྷག་བཅས་ལ་ནང་གསེས་ཀྱི་དབྱེ་བ་གཞི་དཔྱད་དམ།

ལན། དམ་བཅའ་ལྷག་བཅས་ལ་ནང་གསེས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བཞི་སྟེ། དབྱེ་བ་འདྲན་པ།
གཏན་ཆོག་པ་འདྲན་པ། དེས་ཆོག་པ་འདྲན་པ། རྒྱས་བཤད་པ་འདྲན་པ་བཅས་བཞི་ལོ།

༡༥༢ ་། དབྱེ་བ་འདྲན་པའི་གོ་དོན་གང་ཡིན་ནམ།

ལན། དབྱེ་གཞི་སྟོན་དུ་དམ་བཅས་ནས་དེ་གསལ་བྱེད་དུ་དབྱེ་བའི་རྣམ་གངས་གང་
ཡོད་འདྲན་པ་སྟེ་བརྗོད་པ་ལ། དབྱེ་བ་འདྲན་པ་ཟེར། སྐབས་འདིར་དབྱེ་བ་ཞེས་
བ་ནི། ཁ་གངས་སམ་རྣམ་གངས་ལ་གོ་རྒྱུ་ཡིན། དཔེར་ན། རྩོམ་པ་འབྲོམ་གསུམ་
སྟེ། རྩོམ་པ་འབྲོམ་པ་ལ་ཉེ་བཤད། རྩོམ་པ་འབྲོམ་པ་འབྲོམ་པ་ལ་ཉེ་བཤད། རྩོམ་པ་
རྒྱལ་བའི་འབྲུང་གནས་བཅས་སོ། ། དངོས་པོ་ལ་དབྱེ་བ་གསུམ་སྟེ། བེམ་པོ་
དང་། བེམ་པོ་ལ་ལྷན་མིན་འདུ་བྱས་བཅས་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་བ་ལྟ་བུ་ལོ། །

༡༥༣ ་། གང་འདྲ་ཞིག་ལ་གཏན་ཆོག་པ་འདྲན་པ་ཟེར་བ་རེད་དམ།

ལན། ཆོག་པ་མ་དམ་བཅས་པའི་དོན་དེ་ཉིད་གསལ་བྱེད་དུ་རྒྱ་མཚན་ནམ་རིགས་
བ་བཞེད་པ་ཞིག་ལ། གཏན་ཆོག་པ་འདྲན་པ་ཟེར། དེ་ཡང་ནང་དོན་རིག་པ་ནས་
ཐོན་པའི་ཉག་སྟོར་གྱི་རིགས་བ་ཆང་མ་སྐབས་འདིའི་དཔེར་བརྗོད་དུ་འོས་བ་
ཡིན། དཔེར་ན། སྤྱོད་པ་ཅན། མི་ཉག་པ་ཡིན་ཏེ། རྒྱས་བཤད་པའི་ལྟར། ཞེས་

པ་ལྟ་བུ། དེ་གཏན་ཚིགས་འདེན་པ་ནི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། སྐབས་འདིར་ལྟག་བཅས་
ཏེ་སྐས་སྐྱ་དེ་མི་ཏག་པ་ཡིན་པའི་སྐབ་བྱེད་དམ་རྒྱ་མཆན་ལ་བྱས་པ་འདེན་པའི་
ཕྱིར་གཏན་ཚིགས་འདེན་པ་ཟེར་བ་རེད། དེ་བཞིན་རྒྱུན་སྡོད་པལ་སྐད་ཀྱི་ནང་
དོན་ནས་གཏན་ཚིགས་འདེན་པའི་དཔེ་བཟོ་བའི་སྐབས་ཐུགས་སྦྱང་གནང་
དགོས་པ་ཞིག་ལ། བྱེད་སྐྱ་རྒྱ་མཆན་གྱི་དོན་ལ་འཇུག་པའི་དཔེ་རྣམས་ཚིག་ལྡན་
ཕྱི་ལྟོག་ནས་ལྟག་བཅས་ཀྱི་སྐད་སྐྱར་ན་གཏན་ཚིགས་འདེན་པའི་དཔེ་རུ་འགྱུར་
འགོ་བ་ཡིན། དཔེར་ན། བྱེད་སྐྱ་རྒྱ་མཆན་གྱི་དོན་ལ་འཇུག་པ། སྐན་དུས་ཐོག་
བཟས་པས་ནད་བྱས་སྐྱེད་བྱུང་། ཞེས་པའི་དཔེར་བཞིན་འདི་གོ་ལྟོག་སྟེ། ནད་བྱས་
སྐྱེད་བྱུང་སྟེ། སྐན་དུས་ཐོག་བཟས་པས་སོ། ཞེས་བཞིན་པ་ན་གཏན་ཚིགས་
འདེན་པའི་དཔེ་རུ་གྱུར་པ་ཡིན། པལ་སྐད་དུ། བ་ཆ་བྱས་སྐྱེད་བྱུང་བ་དེ་སྐན་དུས་
ཐོག་བཟས་ཅང་བྱུང་བ་རེད། ཞེས་པ་དེ་བཞིན་ཀུན་ལ་རིགས་འགྲེལ་ཆོག །གཏན་
ཚིགས་དང་། རིགས་པ། མཆན་ལ། རྒྱ་མཆན། ཏགས། སྐབ་བྱེད། གོ་བྱེད།
ཤེས་བྱེད་རྣམས་མིང་གི་རྣམ་གངས་ཡིན་ནོ། །

༡༩༥༽ དེས་ཚིག་འདེན་པ་ནི་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་ཟེར་བ་རེད་དམ།

ལན། རང་གིས་དམ་བཅས་པའི་ཐ་སྙད་དེ་གསལ་བྱེད་དུ། ཐ་སྙད་དེའི་སྐྱ་སྐྱབ་ཚུལ་
ལམ་སྐྱ་ཡི་བཤད་པ་འདེན་པ་ཞིག་ལ། དེས་ཚིག་འདེན་པ་ཟེར། དཔེར་ན། གསོ་
སྦྱོར་སྟེ། དགོ་བ་གསོ་ཞིང་སྟེག་པ་སྦྱོར་བར་བྱེད་པས་སོ། །ལྟ་བུ་དེས་ཚིག་ནི་
ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། གསོ་སྦྱོར་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་འདི་དགོ་བ་གསོ་བའི་ཆ་ནས་གསོ་
ཞེས་པའི་ཚིག་གིས་དེས་པར་བྱེད་པ་དང་། སྦྱོར་ཞེས་པ་ནི། སྟེག་པ་སྦྱོར་བར་

བྱེད་པའི་ཆ་ནས་སྤྱོད་ཞེས་པའི་ཆོག་གིས་ངེས་པ་སྟེ་གཏན་པབ་པས་ན་ངེས་
 ཆོག་ཞེས་བརྗོད། དེ་བཞིན་དུ། བསྟན་འཛིན་ཏེ། རྒྱལ་བས་བསྟན་པའི་དམ་ཆོས་
 མི་ཉམས་རྒྱན་འཛིན་བྱེད་པས་སོ། །ཕུན་ཆོགས་ཏེ། བཟ་ཤིས་པའི་མཚན་
 མཐམ་མཐུན་པའི་རྒྱན་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའོ། །དར་རྒྱས་ཏེ། བྱོགས་ཀྱན་ཏུ་དར་
 ཞིང་རྣམ་པ་ཀྱན་ཏུ་རྒྱས་པས་སོ། །ཆོས་ལུགས་ཏེ། ཆོས་དང་མཐུན་པའི་ལམ་
 ལུགས་སྟོལ་ཡིན་པས་སོ། །ངེས་ཆོག་དང་། ངེས་བརྗོད། སྤྱོད་བཤད་བཅས་དོན་
 གཅིག་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན་ནོ། །

༡༥༥ ་ རྒྱས་བཤད་འཛིན་པའི་གོ་དོན་གང་རེད་དམ།

ལན། མདོར་བསྟུས་ནས་བཤད་པའི་བརྗོད་བྱའི་ནང་དོན་དེ་ཉིད་གསལ་བྱེད་དུ།
 བཤད་པ་རྒྱས་པའི་སྒོ་ནས་གསལ་བར་བྱེད་པ་ལ་རྒྱས་བཤད་འཛིན་པ་ཟེར།
 དཔེར་ན། འདི་ནི་མདོར་བསྟུས་ཅམ་སྟེ། ཞེས་བརྗོད་པའི་ཆེ་ལྷག་བཅས་ཀྱི་སྤྱི་
 རྒྱས་པས་གང་བརྗོད་ཟེར་བ་དེ་རྟེན་གྲངས་ཅམ་མཐམ་གསལ་བཤད་མེད་པར་
 ལྟང་ཅམ་གྱིས་བཤད་ཅིང་། དེ་ལས་རྒྱས་པའམ་གསལ་བ་བཤད་རྒྱ་ཡོད་པའི་
 ངེས་པ་འཛིན་རྒྱས་པའི་ཕྱིར། རྒྱས་བཤད་འཛིན་པ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན། དེ་
 བཞིན་དུ་མདོ་ཅམ་སྟེ། བསྟུས་དོན་ཏེ། རྩོམ་བཤད་དེ། རྟགས་བསྟུས་ཏེ། རགས་
 རིམ་ཅམ་སྟེ། རགས་བཤད་ཅམ་སྟེ། རོབ་ཅམ་སྟེ། རྩང་བསྟུས་ཅམ་སྟེ། རགས་
 ཅམ་སྟེ། རྟིང་བསྟུས་ཤིག་སྟེ། མགོ་སྒྲོས་པ་ཅམ་སྟེ། རགས་བཤད་ཅམ་སྟེ། ཞེས་
 སོགས་ཅི་རིགས་བཀོལ་ཆོག །

༡༥༦ ་ གཞན་འཛིན་ལྷག་བཅས་ཞེས་པ་ནི་ཅི་འདྲ་ཞིག་ལ་ཟེར་བ་རེད་དམ།

ལན། མཆམས་སྒྱུར་དང་དམ་བཅའ་ལྷག་བཅས་གཉིས་ཀྱི་ནང་དོན་དང་མི་མཐུན་
བར་རང་གི་བསྟན་བྱ་ལྷག་མ་དེ། སྔ་མའི་ཆོག་དོན་ལས་དོན་གཞན་ཞིག་བྲངས་
བ་ལ། གཞན་འབྲེན་ལྷག་བཅས་ཟེད། དཔེར་ན། དགའ་ལྡན་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་
སྤྱིང་ནི་རྩེ་རིན་པོ་ཆེའི་གདན་ས་སྟེ། སེ་ར་ཐེག་ཆེན་སྤྱིང་ནི་བྱམས་ཆེན་ཆོས་
རྩེའི་གདན་ས་ཡིན་ནོ། །ལྟ་བུའོ། །

༡༩༥༽ ཆན་ལགས། སྟེ་དེ་ཉེ་གསུམ་པོ་དེ་ལྷག་བཅས་ཀྱི་དོན་ལས་གཞན་གང་ལ་
འཇུག་པ་རེད་དམ།

ལན། སྟེ་དེ་ཉེ་གསུམ་པོ་དེ་ལྷག་བཅས་ལས་གཞན་ཆོག་དོན་སྔ་ཕྱི་འགལ་བའམ་མི་
མཐུན་བར་སྟོན་པའི་དོན་ལ་འཇུག་པ་ཡིན་ཉེ། སྔར་རྒྱུ་སྤྱད་སྐབས་མི་མཐུན་
པའི་ཆོག་རྒྱུ་ཀྱི་དཔེར་བཞིན་རྣམས་ཀྱི་སྤང་བརྩེ་པོ་བརྒྱབ་ནས་ལྷག་བཅས་ཀྱི་
སྤང་སྦྱར་ན་དག་ཟོད། དཔེར་བཞིན་དེ་ཉིད་ཆོག་དོན་སྔ་ཕྱི་འགལ་བ་སྟོན་པའི་
དཔེ་བྱ་འགྲུང་འགྲོ་བ་ཡིན། དཔེར་ན། ལམ་བཀག་སྟེ་མི་འགག། ཆོས་བཤད་དེ་
མི་ཉན། ཡོན་ཏན་བསྐྱབས་ཉེ་མི་ཤེས། ཞེས་པ་དེ་དག་ལ་རྒྱུ་སྤྱད་ཀྱི་སྤང་སྦྱར་
ན་མི་མཐུན་པའི་ཆོག་རྒྱུ་བྱ་འགྲུང་འགྲོ་བ་ཡིན། སལ་སྤྱད་བཞིན་པ་འདི་
རིགས་ཆང་མར་ནས་སྔ་ཉིད་བེད་སྤྱོད་གཏོང་གི་རེད།

༡༩༦༽ འབྲེད་སྤྱད་བཤད་པའི་ཅ་བའི་གཞུང་ཆོག་གང་ཡིན་ནམ།

ལན། རྩིས་འཇུག་ཡི་གེ་བཙུ་པོ་ལ། །བྱུག་པ་སྦྱར་ན་འབྲེད་སྤྱད་ཡིན། ཞེས་པའོ། །

༡༩༧༽ ལྟོན་དབང་ལས་འབྲེད་སྤྱད་རི་ལྟར་གསུངས་ཡོད་དམ།

ལན། ལྟོན་དབང་ལས། །གམ་ངམ་དམ་ནམ་བམ་མམ་འམ། །རམ་ལམ་སམ་ཏམ་

འབྲེད་སྤྱད་དེ། །སྒྲོར་ཚུལ་སྦྲར་བསྐྱེད་སྐབས་དང་མཚུངས། །ཞེས་གསུངས།
 ༡༠༠ ་ ། སྐྱོན་ལགས། ཚ་བ་ལས་འབྲེད་སྤྱད་ཏམ་བསྟན་ཡོད་དམ་མེད།
 ལན། ཚ་བ་སུམ་རྩ་བ་ལས། འབྲེད་སྤྱད་འཆད་པའི་སྐབས་མིང་གཞི་ཁོ་ནའི་ཡི་གེ་
 ལས་བྱུང་བའི་ཏམ་བསྟན་མེད་པ་གསལ་པོ་ཡིན་པར་ཚ་བའི་ཆིག་རིས་ཀྱི་ཐོག་
 བས་རོ་ཆ་འཕྲོད་བྱུང་བ་དེ་ལྟར་ཡང་། འདི་ལ་མུ་ཚུགས་ཀྱིས་བསྟན་ཡོད་ཅེས་
 བཤད་ན་མི་འགྲིག །ཚ་བས་དེ་ལྟར་མ་བསྟན་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡིན་ཞེ་ན། ཆིག་
 སྤང་ཏམ་རང་ཉིད་གང་ལ་སྦྱར་བའི་གཞི་རྗེས་འཕྲུག་ཡི་གེ་མེད་པས་དེ་ལ་སྦྱོར་
 གྱེད་ཀྱི་ཆིག་སྤང་ཏམ་བཤད་པ་ནི་སྐབས་དང་འབྲེལ་མ་ཆགས་པ་ཡིན་ནོ། །

༡༠༡ ་ ། འབྲེད་སྤྱད་ཀྱི་སྤང་གང་དང་གང་ཡིན་ནམ།
 ལན། འབྲེད་སྤྱད་ཀྱི་སྤང་ནི། གམ་ངམ་དམ་ནམ་བམ་མམ་འམ་རམ་ལམ་སམ་ཏམ་
 བཅས་བཅུ་གཅིག་ཡིན་ནོ། །

༡༠༢ ་ ། འབྲེད་སྤྱད་ཟེར་བའི་ཆིག་འབྲེལ་ག་འབྲ་རེད་དམ།
 ལན། འབྲེད་ཟེར་བ་ནི་དབྱེ་བ་འབྲེད་པའམ་བྲུད་པར་བྱེ་བའི་དོན་དང་། སྤྱད་ཟེར་བ་
 ནི་གཞི་གཅིག་ཏུ་སྤྱད་པའམ་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་རུབ་པའི་དོན་ཡིན།

༡༠༣ ་ ། འབྲེད་པའི་གོ་དོན་གང་ཡིན་ནམ།
 ལན། བྲ་ཉིས། དབྱེ་བའི་གཞི་གཅིག་ལས་རྣམ་གངས་མང་པོ་འབྲེད་པ་ལ། འབྲེད་
 སྤྱད་ཅེས་གསུངས། དཔེར་བརྗོད་དུ། དུང་པོ་ནི་ལྷ་སྟེ། གཞུགས་སམ། ཆོར་
 བའམ། འདུ་ཤེས་སམ། འདུ་བྱེད་དམ། རྣམ་པར་ཤེས་པའོ། །ལྷ་བྱ་བཞོད་གནང་།
 སི་ཏུས། དབྱེ་གཞི་གཅིག་ལས་བྱེ་བྲག་གཉིས་སམ་མང་པོར་འབྲེད་པ་ལ།

འབྲེད་སྤྱད་ཅེས་བརྗོད་ཅིང་། དཔེར་བརྗོད་དུ། ཆོས་ནི་གཉིས་ཏེ། འདུས་བྱས་
སམ། འདུས་མ་བྱས་སོ། ། སྤང་པོ་ནི་ལྷ་སྟེ། གཟུགས་སམ། ཆོར་བའམ། འདུ་
ཤེས་སམ། འདུ་བྱེད་དམ། རྣམ་པར་ཤེས་པའོ། ། ལྷ་བྱ་འགོད་གནང་མཛད་པ་དེ་
བཞིན་དུ། བོད་ཀྱི་ཆོས་རྒྱུད་ཆེན་པོ་བཞི་སྟེ། ཉིང་མའམ། ས་སྐྱའམ། བཀའ་རྒྱུད་
དམ། དགེ་ལུགས་བཙས་ཡིན་ནོ། ། གདན་ས་ཆེན་པོ་གསུམ་སྟེ། སེ་རའམ།
འབྲས་སྤངས་སམ། དགའ་ལྡན་བཙས་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་བ་ལྷ་བྱའོ། །

༡༠༩ ་ སྤྱད་པའི་གོ་དོན་གང་ཡིན་ནམ།

ལན། བླ་ཉིས། སྤྱད་པ་ནི། རྣམ་གངས་དུ་མར་འབྲེད་པའི་ཆོས་རྣམས་སྟོགས་གཅིག་
ཏུ་སྤྱད་པ་ལ། གསུངས་ཏེ་དཔེར་བརྗོད་དུ། གཟུགས་སམ། ཆོར་བའམ། འདུ་
ཤེས་སམ། འདུ་བྱེད་དམ། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་སྤང་པའོ། ། ཞེས་དང་། སི་ཏུས།
ཆོག་དོན་གཉིས་སམ་མང་པོ་དོན་གཅིག་ཏུ་སྤྱད་པ་ལ། སྤྱད་པ་ཞེས་གསུངས།
དཔེར་བརྗོད་དུ། འདུས་བྱས་སམ་འདུས་མ་བྱས་ནི་ཆོས་སོ། ། གཟུགས་སམ།
ཆོར་བའམ། འདུ་ཤེས་སམ། འདུ་བྱེད་དམ། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་སྤང་པའོ། ། ལྷ་
བྱ་དེ་བཞིན་དུ། དབྱེ་བའི་རྣམ་གངས་སོ་སོར་འབྲེད་པའི་ཆོས་རྣམས་དབྱེ་གཞི་
གཅིག་ཏུ་སྤྱད་པའི་དཔེ།
དཔེར་ན། ཉིང་མའམ། ས་སྐྱའམ། བཀའ་རྒྱུད་དམ། དགེ་ལུགས་བཙས་ནི་བོད་
ཀྱི་ཆོས་རྒྱུད་ཆེན་པོ་བཞི་འོ། ། སེ་རའམ། འབྲས་སྤངས་སམ། དགའ་ལྡན་བཙས་
ནི་གདན་ས་ཆེན་པོ་གསུམ་སོ། ། ལྷ་བྱའོ། །

༡༠༩ ་ འབྲེད་སྤྱད་ཀྱི་སྤང་རྣམས་མིང་མཐར་སྟོར་ཚུལ་ལེགས་བཤད་ལྟོན་དབང་

ལས་ཇི་ལྟར་གསུངས་ཡོད་དམ།

ལན། ལེགས་བཤད་ཚོན་དབང་ལས། སྒྱོར་ཚུལ་སྒྲར་བསྐྱེད་སྐབས་དང་མཚུངས།
ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། དག་ཡོད་ཏམ་དང་མཐའ་མེད་ལས། །གཞན་རྣམས་མིང་
མཐའི་རྗེས་མཐུན་སྦྱར། ཞེས་པ་ལྟར་སྦྱར་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །

༡༠༩ ་། གཞན་རྣམས་མིང་མཐའི་རྗེས་མཐུན་སྦྱར། ཞེས་པའི་མིང་མཐའ་དེ་གང་ལ་
ངོས་འཛིན་དགོས་སམ།

ལན། སྐབས་འདིའི་མིང་མཐའ་ནི། མིང་གཞིའི་མཐའ་ལ་གནས་པའི་རྗེས་འཇུག་གི་
ཡི་གེ་ལ་གོ་དགོས་པ་ཡིན།

༡༠༡ ་། འབྲེད་སྤྱད་ཀྱི་སྤང་རྣམས་དོན་གཞན་གང་དང་གང་སྟོན་པ་ལ་འཇུག་གས།
ལན། འབྲེད་སྤྱད་ཀྱི་སྤང་རྣམས་ནི་བ་འདི་བའི་དོན་དང་། ཐེ་ཆོམ་གྱི་དོན། གདམ་ང་
བཅས་ཀྱི་དོན་ལ་འཇུག་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། བ་ཏིས། གཟུགས་རྟག་གས་མི་
རྟག་ཁེས་པ་ནི་བའི་དོན་དང་། གསེར་ལེན་ནས། དདུལ་ལེན། ལྷ་བྱ་གདམ་ངའི་
དོན་དུ་གསུངས། སི་ཏུས། འཛིག་རྟེན་མཐའ་དང་ལྷན་ནམ་མི་ལྷན། རྟག་གས་མི་
རྟག་ཁེས་པ་ནི་བ་དང་ཐེ་ཆོམ་གྱི་དོན་དུ་འཇུག་པར་གསུངས་པ་ལས། གདམ་
ངའི་དོན་དུ་འཇུག་ཚུལ་དངོས་སུ་མ་གསུངས།

༡༠༢ ་། ཅ་བ་ལས་རྣམ་དབྱེ་ལྔ་བ་འབྱུང་ཁུངས་ཇི་ལྟར་གསུངས་ཡོད་དམ།

ལན། ཅ་བ་ལས། །རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་བརྩ་པོ་ཡི། །བཞི་བ་དགུ་བ་ལ་བརྩ་བ། །སྦྱར་
བ་འབྱུང་ཁུངས་ས་ཡིན་ཏེ། །དགར་དང་སྤྱད་པའང་དེ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་
སོ། །

༡༠༩ ་ རྣམ་དབྱེ་ལྷ་པ་འབྱུང་ཁུངས་ཀྱི་གོ་དོན་གང་ཡིན་ནམ།

ལན། བྱེ་ཏིས། འབྱུང་ཁུངས་གང་ལས་བྱུང་བར་སྟོན་པ་ལ། འབྱུང་ཁུངས་ཞེས་
བརྗོད་པ། དཔེར་བརྗོད་དྲུ་ རི་ནས་ཚུ་བྱུང་། གནམ་ནས་ཆར་བབས། ས་ལས་སྐྱ་
གུ་སྒྲིལ། ཏྲ་ལས་སྐྱུང་། ཆོས་ནས་བཤད། ལྷ་བྱ་བཀོད་པ་དང་། སི་ཏུས། ཆོས་
གང་ལས་གང་ཞིག་བྲལ་བའམ་བྱུང་བར་སྟོན་པའི་དོན་དུ་མཚུངས་པར་འདུག་
པས། འབྱུང་ཁུངས་ཞེས་གསུངས། དཔེར་བརྗོད་དྲུ་ སངས་རྒྱལ་ལས་ཆོས་
ཆོས་ལས་འཕགས་པའི་ཆོག་ས། །ཆོག་ས་ལས་སྤྱིང་པོ་ཡེ་ཤེས་ཁམས་ཐོབ་
མཐར། ཞེས་དང་། གསེར་ཁ་ནས་གསེར། རྒྱ་མཚོ་ནས་ཉེར་བྲུ། བ་ལས་འོ་མ།
མཁས་པ་ལས་རིག་པ། མོགས་འཕོད་གནང་མཛད་ཡོད།

༡༡༠ ་ རྟོན་དབང་ལས། འབྱུང་ཁུངས་རི་ལྟར་གསུངས་ཡོད་དམ།

ལན། རྣམ་ལས་འབྱུང་ཁུངས་དགར་སྤྱད་དེ། །འབྱུང་ཁུངས་དངོས་ལ་གང་སྤྱར་
འཇུས། །རིགས་མཐུན་དགར་ནས་མི་མཐུན་ལས། །སྤྱད་ལ་ནས་སྤྱོད་ཁོ་ན་
འདུག །ཅེས་གསུངས་སོ། །

༡༡༡ ་ འབྱུང་ཁུངས་ལ་ནང་གསེས་ཀྱི་རིགས་གཞོད་ཡོད་དམ།

ལན། སི་ཏུའི་གོང་གི་འགྲེལ་བྱེད་པ་རྣམ་པས་འབྱུང་ཁུངས་ལ་ནང་གསེས་ཀྱི་ཁྱད་
པར་བཤད་པ་མ་མཐོང་ཡང་། སི་ཏུས་འབྱུང་ཁུངས་ལ་དངོས་དང་ཆ་འདྲ་ཞེས་
གཉིས་སུ་བྱེ་ཡོད།

༡༡༢ ་ བློ་ལགས། འབྱུང་ཁུངས་དངོས་ཀྱི་གོ་དོན་གང་ཡིན་ནམ།

ལན། ཆོས་དེ་ལས་དངོས་སུ་བྱུང་ཞིང་བྲལ་བའི་ཆོས་སུ་དམིགས་པ་ལ་འབྱུང་

ཁྲུངས་དངོས་ཟེར་བ་རེད། དཔེར་ན། སི་ཏུས། གསེར་ཁ་ནས་གསེར། རྒྱ་མཚོ་
ནས་ལོར་བྲ། བ་ལས་འོ་མ། མཁས་པ་ལས་རིག་པ། ཞེས་བཀོད་བ་བཞིན་མཁས་
པ་ལས་ལེགས་བཤད་བྱུང་། ཞེས་བ་ལྟ་བུར་མཚོན་ན། ལེགས་བཤད་མཁས་པ་
ལས་དངོས་སུ་བྱུང་བ་གང་ཞིག །བྱུང་བའི་ཚོས་ལེགས་བཤད་ནི་འབྱུང་བའི་
གཞི་མཁས་པ་ལས་རྩར་དུ་ཡོད་པས་བྲལ་བའི་ཚོས་སུ་དམིགས་པ་ཡང་ཡིན་
པས། འབྱུང་ཁྲུངས་དངོས་ཞེས་གསུངས་པ་རེད།

༡༡༣ ་ ཤུན་ལགས། ཅི་འདྲ་ཞིག་ལ་འབྱུང་ཁྲུངས་ཆ་འདྲ་ཟེར་བ་ཡིན་ནས།
ལན། ཚོས་དེ་ལས་དངོས་སུ་བྱུང་ཞིང་མ་བྲལ་བའམ་བྲལ་ཞིང་དེ་ལས་བྱུང་བ་ལྟར་
སྣང་བ་ལ་འབྱུང་ཁྲུངས་ཆ་འདྲ་ཟེར། དཔེར་ན། སི་ཏུས། ཏྲ་ལས་ལྟུང་། རི་ལས་
ལྟུང་། ལྷས་ནས་བབས། ཤར་ཕྱོགས་ནས་འོད་སྣང་། ཞེས་སོགས་བཀོད་བ་དེ་
བཞིན་དུ་འོ་མ་ལས་ཞོ་བུར་ཞེས་བ་ལྟ་བུ་ནི། ཚོས་དེ་ལས་དངོས་སུ་བྱུང་ཞིང་མ་
བྲལ་བ་དང་། ཏྲ་ལས་ལྟུང་ཞེས་བ་ནི། ཚོས་དེ་ལས་བྲལ་ཞིང་བྱུང་བ་ལྟར་སྣང་བ་
ཡིན་ནོ། །

དེ་ཡང་དཔེར་བརྗོད་དང་པོའི་སྐབས་ཞོ་འོ་མ་ལས་དངོས་སུ་བྱུང་བར་སློབ་མ་
དགོས་ཏེ། དངོས་པོའི་གནས་ཚུན་དང་འཇིག་རྟེན་གྲགས་ཚུལ་གཉིས་ཀར་འཕྲད་
བ་ཡིན། འོན་ཀྱང་ཞོ་འོ་མ་ལས་བྲལ་བའི་ཚོས་སུ་དམིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་
ལས་འབྱུང་བའི་གཞི་འོ་མ་དེ་ལས་རྩར་དུ་ཞོ་འདིའོ་ཞེས་བསྟན་རྒྱ་མཐོང་བར་
བྱུང་པས་ཚོས་དེ་ལས་བྲལ་བ་མིན།

དཔེར་བརྗོད་གཉིས་པའི་སྐབས་ལྟུང་བའི་ཚོས་དེ་ཉིད་རྟ་དང་ཁ་བྲལ་ནས་ལྟུང་

བར་མངོན་སྲུང་ཆད་མས་བྱུང་བས་བྱལ་བའི་ཆོས་སྲུ་དམིགས་པ་ཡིན་ཞིང་།
ལྷུང་བའི་ཆོས་དེ་རྟ་ལས་དངོས་སྲུ་བྱུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། རྟ་ནི་ལྷུང་བའི་ཆོས་ཀྱི་
དངོས་སྲུ་སྦྱེ་བྱེད་མ་ཡིན་པ་གང་ཞིག །འཇིག་རྟེན་གྲགས་ཚུལ་དུའང་རྟ་ལས་
ལྷུང་བེར་བ་ལས། རྟ་ལས་ལྷུང་བར་བྱུང་མི་བེར་ཞིང་། ཡང་རྟ་ལས་ལྷུང་བྱུང་ཞེས་
བརྗོད་སྟོབ་ཡོད་ཀྱང་འདི་ནི་བྱ་བ་འདས་པ་གསལ་བྱེད་དུ་གོ་དགོས་པ་ལས་
གཞི་གང་ཡང་རུང་བ་ལས་ཆོས་གང་ཞིག་ལྷུང་བའི་དོན་ཅན་མ་ཡིན་ནོ། །

༡༡༥ ་༽ དགར་བ་ཞེས་པ་ནི་ཅི་འདྲ་ཞིག་ལ་བེར་བ་རེད་དམ།

ལན། མང་པོའི་ནང་ནས་ཟུར་དུ་འདོན་པ་འཕམ་ལོགས་སྲུ་བཀར་བའི་དོན་ཅན་ཞིག་
ལ་དགར་བ་བེར། དོན་བསྐྱུ་ན། དམིགས་སྲུ་བཀར་བའི་དོན་ལ་བེར། དེ་ཡང་
དགར་བ་ཞེས་པའི་ཆོག་དེ་དམིགས་སྲུ་བཀར་བའི་དུས་མ་འོངས་པ་འཕམ་ད་ལྟ་
བའི་ལས་ཆོག་ཡིན། དཔེར་ན།

མ་འོངས། ད་ལྟ་བ། འདས་པ། སྐུལ་ཆོག
དགར་བ། འགེར་བྱེད། བཀར། ཁོར་ཅིག །
བཀར་བ། དགར་བྱེད། བཀར། ཁོར་ཅིག །

ཅེས་དག་ཆ་འབྲི་སྟོབ་གཉིས་འདུག

༡༡༦ ་༽ རས་སྦྱ་དགར་བ་ལ་དབྱེན་ག་ཆོད་ཡོད་དམ།

ལན། བྱ་ཉིས། རིགས་དང་། བྱ་བ། ཡོན་ཏན། རས་བཅས་དགར་ཚུལ་བཞི་
གསུངས། སི་རུས། རིགས་དང་། བྱ་བ། ཡོན་ཏན་བཅས་གསུམ་ལས་རས་
དགར་བ་མི་བཞེད། གོང་གི་དབྱེས་སྟོན་ནས་བསྐྱུ་ན། དེལ་ཚུ་ཡབ་སྲས་གཉིས་

གྱི་གཞུང་ལས། རིགས་མ་ཐུན་དགར་བ་དང་། རིགས་མི་མ་ཐུན་དགར་བ་བཅས་
གཉིས་སུ་བསྐྱས་པ་ཡིན་ནོ། །

༡༡༤ ་ རིགས་དང་བྱ་བ་ཡོན་ཏན་རྗེས་བཅས་དགར་ཚུལ་རི་ལྟར་ཡིན་ནས།
ལན། རིགས་དགར་བ་ཞེས་པ་ནི། རིགས་གྱི་ནང་ནས་རིགས་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་
དམིགས་སུ་བཀར་བའི་བརྗོད་པ་ཞིག་ལ་ཟེར་བ་རེད། དཔེར་ན། བྱ་ཉིས། སྤྱི་པོ་
ཐམས་ཅད་གྱི་ནང་ནས་རྒྱལ་རིགས་སུ་ལྷུང་བའོ། །ཞེས་དང་། སི་རུས། མི་
རྒྱལ་གྱི་ནང་ནས་རྒྱལ་རིགས་དཔལ། ཞེས་གསུངས། དེ་བཞིན། སྒོ་བ་སྤྱག་གི་
ནང་ནས་ལ་རབས་བཟང་སྒྲོད་དང་ལྷན་པ་ལ་ཀུན་གྱིས་བཀུར། རིག་མཛོད་
འབྲུལ་འཁོར་ནང་ནས་ཀྱང་འཁོར་ལས་རྟགས་ཅན་ཉིད་རིན་ཐང་ཆེ། ཆོས་གྱི་ནང་
ནས་ནང་བ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ཁོ་ན་ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་ལ་ཆོན་རིག་དང་ཡང་
མ་ཐུན། ཞེས་དང་།

བྱ་བ་དགར་བ་ཞེས་པ་ནི། བྱ་བའི་ནང་ནས་བྱ་བ་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་དམིགས་སུ་
བཀར་བའི་བརྗོད་པ་ཞིག་སྟེ། དཔེར་ན། བྱ་ཉིས། ལས་ཐམས་ཅད་ལས་ཡི་གེ་
འབྲི་བ་བྱ་དུ་འཕགས་པའོ། །ལྟ་བུ་དང་། སི་རུས། བཤེས་གཉེན་ངན་པ་ལ་
བཀུར་སྟེ་བྱེད་པ་ལས་ལྷ་མཆོད་པ་ཉིད་ལེགས། ཞེས་གསུངས། དེ་བཞིན། སྒོ་
རའི་ནང་མེ་རྟོག་འདེབས་པ་ལས་འབྲས་ལྷན་སྒྲོན་གིང་འཇུགས་པར་བཟང་།
དམར་ཐས་བསྟེན་པ་ལས་དཀར་ཐས་བསྟེན་པ་ཁོ་ན་ལུས་ལ་འཕྲོད་ཅིང་ཆོས་
དང་ཡང་མ་ཐུན། ཟང་ཟེང་གིས་མཆོད་པ་བྱེད་པ་ལས་སྒྲ་མའི་བཀའ་གསུང་ཅི་
སྒྲུབ་ཞུས་པ་དགལ། ཞེས་པ་དང་།

ཡོན་ཏན་དགར་བ་ཞེས་པ་ནི། ཡོན་ཏན་ནམ་ཐུང་ཆོས་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་དམིགས་
སྤྱོད་བཀར་བའི་བརྗོད་པ་ཞིག་སྟེ། དཔེར་ན། བྱ་ཏིས། སྤྲུལ་བྱ་ལས་དར་གོས་རེག་
བྱ་འཇམ་མོ། །སི་ཏུས། ལྷ་ཆེན་པོ་ལས་བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཡོན་ཏན་དུ་མས་
འཕགས་སོ། །ཞེས་གསུངས། དེ་བཞིན། བྱ་རམ་ལས་ཤེལ་ཀ་ར་མངར། རྒྱ་གར་
སྟོས་ལས་བོད་ཀྱི་སྟོས་བྲི་མ་ཞིས། བོད་ཤོག་ལས་རྒྱ་ཤོག་འཇམ་ཤ་དོད། ལྷ་
བྱའོ། །

རྩས་དགར་བ་ཞེས་པ་ནི། རྩས་ཀྱི་ནང་ནས་རྩས་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་དམིགས་སྤྱོད་
བཀར་བའི་བརྗོད་པ་ཞིག་སྟེ། ཐོག་མར་རྩས་ཞེས་པ་ནི་སྐབས་འདིར་བྱག་མཚན་
དང་། གོ་མཚོན། ལག་ཆའམ་ཡོ་བྱད་སོགས་ལ་གོ་དགོས་པ་ཡིན། དཔེར་ན། བྱ་
ཏིས། ལྷ་ཡི་ནང་ནས་རྩོལ་ཅེ་བརྒྱ་འཛིན་པ་ནི་བརྒྱ་བྱིན་ནོ། །ལྷ་བྱ་བཀོད་ཅིང་།
སི་ཏུས། རྩས་དགར་བ་མི་བཞེད་དེ། རྩས་རྒྱུད་པ་དགར་བ་མི་སྲིད་ཅེས་
གསུངས་སོ། །

༡༡༥༽ རིགས་མཐུན་དགར་བའི་གོ་དོན་གང་ཡིན་ནམ།

ལན། དགར་གཞི་སྟོན་དུ་བཀོད་ནས་དེ་ལས་དགར་ཆོས་རིགས་མཐུན་པ་ཞིག་
དམིགས་སྤྱོད་བརྒྱུད་བའི་དོན་ཅན་ལ། རིགས་མཐུན་དགར་བ་ཟེར། དཔེར་ན། བྱ་
བ་མཐའ་དག་གི་ནང་ནས་གཞན་དོན་བསྐྱབ་པ་ནི་མཚོག་གོ། །ལྷ་བྱ།

༡༡༦༽ ཅི་ཞིག་ལ་རིགས་མི་མཐུན་དགར་བ་ཟེར་བ་རེད་དམ།

ལན། དགར་གཞི་སྟོན་དུ་བཀོད་ནས་དགར་ཆོས་རིགས་མི་མཐུན་པ་ཞིག་དམིགས་
སྤྱོད་བརྒྱུད་བའི་དོན་ཅན་ལ། རིགས་མི་མཐུན་དགར་བ་ཟེར། དཔེར་ན། ཤེས་ཡོན་

ལས་ལྷག་བསམ་གལ་ཆེ། ལྟ་བུ་དགར་ཆོས་ཤེས་ཡོན་ལ་ཐད་ཀར་ལས་སྐྱེ་སྐྱོར་
བའི་བཟོད་པ་དེ་རིགས་ལས་སྐྱེ་དགར་བའི་དོན་དུ་གྱུར་ཅིང་། ཡང་དགར་ཆོས་
ལ་ཐད་ཀར་ནི་སྐྱེ་སྐྱོར་ཆེ་ནི་སྐྱེ་དགར་བའི་དཔེ་རུ་འཛོག་ན་ལེགས། དཔེར་ན།
ཤེས་ཡོན་ནི་ལྷག་བསམ་ལས་གལ་ཆེ། ཞེས་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ། །

༡༡༩ ་ སྤྱད་ལ་ནས་སྐྱེ་ཁོན་འཇུག ། ཅེས་པའི་སྤྱད་པའི་དོན་ཅི་ཞིག་ཡིན་ནམ།
ལན། ཆོག་ལྷ་ཕྱི་གཉིས་ཀྱིས་མཆོམས་འཛིན་ཅིང་བར་གྱི་བཟོད་དོན་ནམས་སྒྲོས་
མ་དགོས་པར་ནས་སྐྱས་གསལ་བར་བྱེད་པས་ན། སྤྱད་བ་ཟེར།

༡༢༠ ་ ཉན་སྐྱའི་སྤྱད་ཚུལ་ལ་ག་ཆོད་ཡོད་དམ།

ལན། ཉན་སྐྱའི་སྤྱད་ཚུལ་ལ་བཞི་སྟེ། དུམ་སྤྱད་པ། གངས་སྤྱད་པ། དུས་སྤྱད་པ།
དངོས་པོ་སྤྱད་པའོ། ། རིམ་བཞིན་དཔེར་བཟོད་ནི། བོད་ནས་རྒྱ་གར་བར། དུམ་
སྤྱད་པ་དང་། བཅུ་ནས་བརྒྱ་བར། གངས་སྤྱད་པ། དེ་རིང་ནས་སང་ཉིན་བར།
དུས་སྤྱད་པ། མགོ་ནས་རྒྱ་པའི་བར། དངོས་པོ་སྤྱད་པའོ། །

༡༢༡ ་ སྐར་བསྐྱེད་དང་། རྒྱན་སྤྱད། འབྲེད་སྤྱད། དགར་སྤྱད། བཅས་ཀྱི་བསྐྱེད་ཚུལ་
ཁྱད་པར་ཅི་འདྲ་ཡིན་ནམ།

ལན། སྐར་བསྐྱེད་བསྐྱེད་ཚུལ་ནི། སྐར་བཤད་པར་བྱ་རྒྱའི་དོན་རེ་ཞིག་ཚོགས་བ་སྟེ་
མཇུག་བསྐྱེད་པའི་དོན་དུ་གྱུར་བ་དང་། རྒྱན་སྤྱད་ཀྱི་སྤྱད་པ་ནི། གྲང་ཡང་འང་
གསུམ་གྱི་རྒྱས་པས་དོན་གཞན་ཞིག་ཤུགས་ཀྱིས་གོ་བར་བྱེད་པ། འབྲེད་སྤྱད་
ཀྱི་སྤྱད་པ་ནི། གཞིའམ་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་ཆོས་དུ་མ་སྤྱད་པ་དང་། དགར་སྤྱད་ཀྱི་
སྤྱད་པ་ནི། གཞི་གཉིས་མཆོམས་འཛིན་ཅིང་བར་གྱི་བཟོད་དོན་ནམས་མ་སྒྲོས་

བར་གོ་བར་བྱེད་པ། བཅས་སོ་སོའི་བསྐྱུ་ཚུལ་ཁྱད་བར་མི་འཇུག་པར་བྱ་གཤམ།
༡༡༩ ་ ཅུ་བ་ལས་ནམ་དབྱེ་བརྒྱད་པ་འབོད་སྐྱེ་རི་ལྟར་གསུངས་སམ།
ལན། །གང་མིང་བརྗོད་པའི་དང་པོ་རྩ། །ཀྱེ་སྦྱར་བཞི་བོད་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས།
༡༢༠ ་ ལྷོན་དབང་ལས་ནམ་དབྱེ་བརྒྱད་པ་འབོད་སྐྱེ་རི་ལྟར་གསུངས་སམ།
ལན། །ཀྱེ་དང་ཀྱ་ཡེ་བོད་སྐྱ་སྟེ། །པལ་ཆེར་མིང་གི་ཐོག་མར་སྦྱོར། །ཞེས་གསུངས།
༡༢༡ ་ ཅི་ཞིག་ལ་འབོད་སྐྱ་ཟེར་བ་རེད་དམ།
ལན། འབོད་བྱའི་མིང་དེ་ཉིད་པ་རོལ་པོར་གསལ་བར་བྱེད་པའི་སྐྱ་ཡིན་པས། འབོད་
སྐྱ་སྟེ་འབོད་པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་ཟེར། དོན་སྦྱིང་བ་རོལ་པོ་སྐྱད་གཏོང་བའི་དོན་
ནོ། །

༡༢༢ ་ འབོད་པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་གང་དང་གང་ཡིན་ནམ།
ལན། ཀྱེ་དང་། ཀྱ་ཡེ། ལྷ་ཡེ། བཅས་ཉེ། དེ་ཡང་འབོད་བྱའི་ཡུལ་གྱི་ཁྱད་བར་ལས།
གོང་དུ་བཀུར་འོས་པའི་ཡུལ་ཁྱད་བར་ཅན་ལ་ཀྱེ་ཞེས་འབོད་པ་དང་། རང་དང་
ལོ་མཉམ་མམ་འབྲེམ་མཉམ་གྱི་རིགས་ལ་ཀྱ་ཡེ། རང་ལས་དམན་པ་ལ་ལྷ་ཞེས་
འབོད་པ་ཡིན། དེས་བཞིན་དཔེར་བརྗོད་ནི། ཀྱེ་རྒྱལ་པོ་རིན་པོ་ཆེ། ཀྱ་ཡེ་འཛིན་
གྲོགས་གཅིག་པ། ལྷ་ཡེ་གཡོག་པོ། ལྷ་བྱའོ། །

༡༢༣ ་ ཅི་ཞིག་ལ་སྤང་རང་དབང་ཅན་ཟེར་བ་རེད་དམ།
ལན། རྗེས་འཇུག་གི་ཁྱད་བར་ལ་མ་ལྟོས་པར་རང་སྟོབས་ཀྱིས་རྗེས་འཇུག་བཅུ་ཡི་
རྗེས་སུ་སྦྱར་དུ་རྒྱུང་བའི་སྤང་ཡིན་པས། རང་དབང་ཅན་ཞེས་ཟེར།

༡༢༤ ་ སྤང་རང་དབང་ཅན་ལ་ག་ཚོད་ཡོད་དམ།

ལན། བྲང་རང་དབང་ཅན་ལ་བྱག་སྟེ། བྱི་སྐྱུ། དང་སྐྱུ། དེ་སྐྱུ། གང་སྐྱུ། བདག་སྐྱུ།
དགག་སྐྱུ་བཅས་ཡིན་ནོ། །

༡༡༩ ་ ཅུ་བ་དང་འཛོན་དབང་གཉིས་ལས་ནི་སྐྱུ་རི་ལྟར་གསུངས་ཡོད་དམ།

ལན། ཅུ་བ་ལས། གང་མིང་མཐའ་དང་མཐུན་པ་ཡི། །བཞི་པ་ལ་ནི་ཨི་སྐྱུར་
བ། །དགར་དང་བཟན་པའི་ཆོག་ཏུ་འགྱུར། །ཞེས་དང་། རྫོན་དབང་ལས། བྱི་བྱི་
དགར་དང་བཟན་པའི་སྐྱུ། །ཞེས་གསུངས།

༡༢༠ ་ བྱི་སྐྱུའི་འཇུག་ཡུལ་གང་དང་གང་རེད།

ལན། བྱི་སྐྱུ་དགར་བ་དང་། བཟན་པའི་དོན་གཉིས་ལ་འཇུག་པ་ཡིན།

༡༢༡ ་ བྱི་སྐྱུའི་དགར་ཚུལ་ལ་དབྱེ་བ་གཞོན་དམ།

ལན། བྱི་སྐྱུ་དགར་བ་ལ། རིགས་མཐུན་དགར་བ་དང་། རིགས་མི་མཐུན་
དགར་བ་ཞེས་གཉིས་སུ་དབྱེ་སྟེ། རིགས་མཐུན་དགར་ཚུལ་ལ་དགར་གཞི་
དངོས་སུ་སྒྲོས་པ་དང་། མ་སྒྲོས་པ་གཉིས་སུ་བྱུང་པར་བྱེ་ཡོད། དགར་གཞི་
དངོས་སུ་སྒྲོས་པ། ལྷ་ཡི་ནང་ནས་བརྒྱ་བྱིན་ནི་མིག་སྟོང་དང་ལྷན་པའོ། །ཞེས་
བ་དང་། དགར་གཞི་དངོས་སུ་མ་སྒྲོས་པ། མིག་སྟོང་དང་ལྷན་པ་ནི་བརྒྱ་བྱིན་
ནོ། །ཞེས་བཞོན་ཡོད།

སི་ཏུས། བྱི་སྐྱུ་དགར་བ་ལ་མཆོག་ཏུ་དགར་བ། དམན་པར་དགར་བ། ཐ་དད་ཅ་མ་
དུ་དགར་བ་བཅས་དབྱེ་བ་གསུམ་དུ་བྱེ་སྟེ། དཔེར་བཞིན་དུ། མཆོག་ཏུ་དགར་བ།
བྱུང་འཇུག་ནི་ལྷ་རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས་བརྒྱལ་ཡོད་པའོ། །དམན་པར་དགར་བ།
རིགས་རྣམས་ལས་ནི་གདོལ་བའི་རིགས་ཐ་ཆད་དོ། །ཐ་དད་ཅ་མ་དུ་དགར་བ།

མཐིང་ག་ནི་སྡོ་སངས་ལས་གཞན་ནོ། །ལྷ་བྱ་བཞོད་ཡོད།

༡༣༡ ་། བཟན་པ་ཞེས་པ་ཅི་ཞིག་ལ་ཟེར་བ་རེད་དམ།

ལན། རང་གི་བརྗོད་དོན་དེ་ཉིད་པ་རོལ་པོར་ནན་པོར་སོང་བར་བྱེད་པའི་སྐྱ་ཞིག་ལ་
བཟན་པ་ཟེར།

༡༣༢ ་། སྐུ་ལགས། སུམ་ཅུ་པའི་སྐབས། དགར་དང་བཟན་པའི་ཆོག་ཏུ་
འབྱུང། ཞེས་ར་བཟན་དང་། ཉགས་འཇུག་སྐབས། འབྱེད་དང་བསྐྱེད་དང་བདག་
པོ་དང་། ཞེས་ས་བསྐྱེད་གསུངས་འདུག་གཤིས། །དེ་གཉིས་ནས་གང་ཞིག་འཐད་
པ་ཡིན་ནམ།

ལན། སྤྱིར་བཏང་ར་བཟན་དང་ས་བསྐྱེད་གཉིས་ཀྱིས་དོན་སྟོན་ཚུ་ལ་མི་འབྲ་ཡང་། བེ་
སྐྱ་བཟན་པའི་དོན་ལ་འཇུག་ཚུ་ལ་སྐབས་ར་བཟན་དང་ས་བསྐྱེད་གང་གིས་ཀྱང་མི་
འགྲིགས་པ་མེད། ཅི་སྟེ་ཞེ་ན། ར་བཟན་ནི་ནན་ཏན་བྱེད་པའི་དོན་ཏེ་ས་བསྐྱེད་ནི་
ནན་ཏན་བྱེད་པའི་དོན་ལ་ནི་སྐྱ་གཅིག་གིས་མ་འབྲས་པར་དུ་མ་བསྐྱེད་ཏེ་བརྗོད་
དགོས་པའི་ཕྱིར། ས་བསྐྱེད་འབྲི་བ་ཡང་འཐད་པ་ཡིན།

༡༣༣ ་། བཟན་པའི་དཔེར་བརྗོད་ངི་ལྟར་འགོད་དགོས་སམ།

ལན། བྱ་ཏིས། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཆོས་ཐམས་ཅད་ནི་སྤྲུགས་སུ་རྒྱུད། ཆོས་ཀྱི་འཁོར་
ལོ་ནི་རབ་ཏུ་བསྐྱོད། སྤོབ་མའི་ཆོགས་དུལ་བ་མཐའ་ཡས་པ་ནི་མངལ། ཞེས་
དང་། ཁབ་ནི་གྲོན། རྩེ་ནི་གྲོན། མདའ་ནི་ཡོད། མདུང་ནི་ཡོད། མེ་མདའ་ནི་
ཡོད། ལྷ་བྱ། སི་ཏུས། ཁྱོད་ནི་གཉེན་དང་ཁྱོད་ནི་བཤེས། ཞེས་པ་དང་། སྤང་བར་
བྱ་བ་ནི་སྤངས། རྒྱུ་བར་བྱ་བ་ནི་རྒྱུ། ཞེས་བཞོད་ཡོད། དེ་བཞིན་དུ། ང་ནི་

ཡོད། མར་ནི་ཡོད། འོ་མ་ནི་ཡོད། དནི་ད་སྐབ་མ་ཞིམ་པོ་ཞིག་བཟོ་དགོས། ལྷག་
བསམ་ནི་ཡོད། ཤེས་ཡོན་གྱིས་ནི་ལྷག་ཤིང་མང་ནི་ཆེ། བྱེད་གཞུང་ཞབས་པ་
འོས་ངེས་ཡིན་ནོ། །

༡༣༩ ་༽ བེ་སྐྱ་དགར་བརྟན་གཉིས་ལས་གཞན་པའི་དོན་གང་ལ་འཇུག་གི་རེད་
དམ།

ལན། བེ་སྐྱ་ཆིགས་བཅད་ཁ་སྐོང་གི་དོན་དུ་འཇུག་པ་སྟེ། བེ་སྐྱས་དགར་བརྟན་གྱི་
དོན་གང་ཡང་མི་སྟོན་པར་ཆིགས་བཅད་སྐབས་རྟེན་པ་ཁ་མ་གང་བ་གང་བར་
བྱེད་པ་ཅམ་གྱི་དོན་དུ་འཇུག་པ་ཡིན། དཔེར་ན། སྐར་བསྐྱ་བར་ནི་ཤེས་པར་
བྱ། །ཞེས་དང་། དེ་ཉིད་ལ་ནི་བརྟན་པ་སྐྱར། །ཞེས་དང་། གསུམ་པ་ལ་ནི་གཉིས་པ་
སྐྱར། །ཞེས་དང་། གང་མིང་གི་ནི་ཡ་མཐའ་ན། །ཞེས་སོགས་གྱི་བེ་སྐྱ་ནམས་
ཆིག་རྟེན་གྱི་ཡིག་འབྲུ་ཁ་མ་ཆང་བ་ཆང་བའི་ཆེད་དུ་བཀོལ་བ་ཅམ་ལས་དགར་
བ་དང་བརྟན་པའི་དོན་གང་དུ་འང་མི་འཇུག་པ་ཡིན།

༡༣༩ ་༽ དང་སྐྱ་བཤད་པའི་རྩ་ཆིག་དང་། ལྷོན་དབང་གི་གཞུང་ཆིག་བཅས་གང་
རེད་དམ།

ལན། རྩ་བ་ལས། མིང་གང་རུང་བའི་བར་མཆོམས་སྟུ། །གསུམ་པ་ལ་ནི་གཉིས་པ་
སྐྱར། །དེ་ནི་སྐྱད་དང་འབྲེད་པ་དང་། །རྒྱ་མཆོན་ཆེ་སྐབས་གདམས་ངག་
ལྷོ། །ཞེས་དང་། ལྷོན་དབང་ལས། དང་ནི་སྐྱད་འབྲེད་རྒྱ་མཆོན་དང་། །ཆེ་
སྐབས་གདམས་ངག་ལྷ་ལ་འཇུག་ཤེས་གསུངས།

༡༣༩ ་༽ དང་སྐྱའི་འཇུག་ལུལ་ལྷ་པོ་དེ་གང་དང་གང་ཡིན་ནམ།

ལན། དང་སྐྱའི་འཇུག་ཡུལ་ལྔ་སྟེ། སྤྱད་པ་དང་། འབྱེད་པ། རྒྱ་མཚན། ཆེ་སྐབས།
གདམས་ངག་བཅས་ཡིན་ལོ། །

༡༣༥༽ དང་སྐྱ་འབྱེད་སྤྱད་ཀྱི་དོན་ལ་འཇུག་ཚུལ་རི་ལྟར་རེད་དམ།
ལན། དང་སྐྱ་འབྱེད་སྤྱད་ལ་འཇུག་ཚུལ་ནི། འདི་ནས་གསལ་བ་ཤད་མི་དགོས་པར་
བྱི་བ་༡༩༥༥ དང་༡༩༩ སྐབས་གསལ་སོགས་ཀྱི་སྤང་ནམས་འབྱེད་པ་དང་སྤྱད་པ་ལ་
འཇུག་ཚུལ་བཤད་པ་ལྟར་དཔེ་དེ་དག་གི་ཆིག་སྤང་བརྗེ་བོ་རྒྱག་སྟེ་དང་སྐྱ་སྤྱར་
བ་ན། དང་སྐྱ་འབྱེད་སྤྱད་ལ་འཇུག་པའི་དཔེ་རུ་འགྱུར་འགྲོ་བ་ཡིན།

༡༣༦༽ དང་སྐྱ་རྒྱ་མཚན་ཀྱི་དོན་ལ་འཇུག་ཚུལ་ག་འདྲ་རེད་དམ།
ལན། དང་སྐྱ་རྒྱ་མཚན་ཀྱི་དོན་ལ་འཇུག་ཚུལ་ནི། རྒྱ་མཚན་ཞིག་གི་མཐར་དང་སྐྱ་
སྤྱར་ཉེ་རང་གི་བརྗོད་དོན་གང་ཡིན་པ་དེ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཞིག་ལ་ཟེར་བ་རེད།
དེ་ཡང་བྱི་བ་༡༥༩ ནང་གསལ་རྒྱ་མཚན་གསལ་བྱེད་ཀྱི་དཔེར་བརྗོད་བཞོད་པ་
དེའི་ཆིག་སྤང་འགྱུར་བ་གཏང་རྒྱ་ལས་དཔེར་བརྗོད་འགོད་སྤངས་ལ་བྱེད་པར་
གང་ཡང་མེད།

༡༣༧༽ དང་སྐྱ་ཆེ་སྐབས་ཀྱི་དོན་ལྟོན་པ་ལ་འཇུག་ཚུལ་རི་ལྟར་ཡིན་ནམ།
ལན། ཆེ་སྐབས་ཟེར་བ་ནི་དུས་ཚོད་ལ་ཟེར་ཞིང་། དང་སྐྱ་ཆེ་སྐབས་ཀྱི་དོན་ལ་
འཇུག་པའི་སྐབས་དུས་ཀྱི་སྤྱེལ་དང་སྐྱ་ཐད་ཀར་སྤྱར་བའི་སྤོལ་མེད་ཀྱང་། དུས་
དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་བ་ཞིག་གི་མཐར་རང་ཉིད་སྤྱར་ཉེ་ཆེ་སྐབས་ཀྱི་དོན་ལྟོན་པར་
བྱ་དགོས། དཔེར་ན། བཟླ་སྟེ་ཉི་མ་ཤར་བ་དང་འགྲོ་ ཞེས་དང་། སི་དུས། རྒྱ་
སྤྱར་རྒྱལ་འཆར་བ་དང་ཡུལ་དུ་ཆས་སོ། ཉི་མ་ཤར་བ་དང་ཆོས་སྟོན་བྱང་། ཞེས་

གསུངས། དེ་བཞིན་དུ། གྲང་མེང་ཤར་བ་དང་སྒོ་འབྲམ་དུ་འགྲོ། །གྲང་མེང་ཆེས་
བ་དང་གནས་སྒོར་འགྲོ་རྒྱུ་འཆར་གཞི་འདིར། གྲང་མེང་བཞག་པ་དང་སྒོ་སྒང་
སྒྲེས། གྲང་མེང་ཐེན་བ་དང་སྒོ་བ་གྲུའི་སྒྲིག་ཆས་བརྗེ་པོ་རྒྱག། །ཅེས་པ་ལྟར་གྲང་
མེང་ཞེས་པ་ནི་དུས་ཀྱི་སྒྲ་ཡིན་ཞིང་། དུས་དེར་ཐད་ཀར་དང་སྒྲ་སྒྲར་ན། གྲང་
མེང་དང་། ཞེས་འབྲེད་པའི་དོན་དུ་འབྲུར་འགྲོ་བ་ལས་ཆེ་སྐབས་ཀྱི་དཔེ་རུ་མི་
འབྲུར། དེའི་ཕྱིར་གྲང་མེང་གི་མཐར། ཤར་བ་དང་། ཆེས་བ་དང་། བཞག་པ་དང་།
ཐེན་བ་དང་ཞེས་སོགས་ཀྱི་བྱ་བའི་ཆོག་གོགས་རེ་མཉམ་སྒྲར་བྱས་ནས་བརྗོད་
བ་བཟོ་དགོས་པ་ཡིན།

༡༩༠༽ དང་སྒྲ་གདམས་རག་གི་དོན་ལ་འབྲུག་ཚུལ་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནམ།
ལན། གདམས་རག་ཞེས་པ་ནི་ཀུན་སྒྲོང་བཟང་པོས་བ་རོལ་པོར་པན་པའི་བསྐྱབ་བྱ་
བྱེད་པའི་དོན་ཡིན། དཔེར་ན། བྲ་ཉིས། འདི་གྱིས་དང་། ཉོན་དང་། སྒོ་བས་དང་།
སྒོ་མས་དང་། ཡིད་ལ་བྱངས་དང་། ཞེས་དང་། མི་དུས། ལེགས་པར་སྒོ་བས་དང་།
ཁ་ཉོན་གྱིས་དང་། ཡིད་ལ་བྱངས་དང་ཞེས་གསུངས། དེ་བཞིན་དུ། བསམ་ངན་
ཁོག་རྒྱ་བཅངས་ཉེ་ཕྱི་ཚུལ་བཟང་མདོག་མ་བྱེད་དང་། ཆོས་མཐུན་གྱི་བྱ་བ་
སྐབས་དང་། དོན་དམ་པའི་ཡ་རབས་བཟང་སྟོང་བྱོས་དང་། སྒྲ་དུས་ཐོག་ཐོ་
དང་། མི་ཆེ་དོན་དང་ལྡན་པར་གྱིས་དང་། ལྟ་བུ། །

༡༩༡༽ དེ་སྒྲ་བཤད་པའི་ཆ་ཆོག་དང་། སྒྲོན་དབང་གི་གཞུང་ཆོག་གང་ཡིན་ནམ།
ལན། ཆ་བ་ལས། གང་མིང་གི་ནི་ཡ་མཐའ་རུ། །གསུམ་པ་ལ་ནི་ཨེ་སྒྲར་བ། །ཐ་སྙད་
དབང་དུ་གསུམ་ཡིན་ཏེ། །དངོས་པོའི་དབང་དུ་བཞེ་རུ་འབྲུར། །དུས་ཀྱི་དབང་དུ་

གཉིས་ཡིན་ནོ། །ཞེས་དང་། རྒྱུན་དབང་ལས། མིང་གི་ཐོག་མའི་དེ་སྒྲིབ། །ཐ་སྙད་
འདས་མ་ཐག་པ་དང་། །རྣམ་གངས་གཞན་ཅན་གཉིས་ལ་འཇུག་ །ཅེས་གསུངས།
༡༩༡༽ ཅུ་བ་བཞིན་དེ་སྒྲིབ་འཇུག་པ་དགུ་གང་དང་གང་ཡིན་ནས།
ལན་ ཐ་སྙད་དབང་དུ་འཇུག་པ་གསུམ་སྟེ། བ་ཉིས། ཐ་སྙད་འདས་མ་ཐག་པ་དང་། ཐ་
སྙད་རྣམ་གངས་གཞན་ཅན། ཐ་སྙད་ལྷག་བཅས་ཉེ་གསུམ་དང་། སི་ཏུས། རྣམ་
གངས་གཞན་སྒྲོར་དང་། ལྷག་བཅས། དུས་གསུམ་ལས་འདས་པ་སྟེ་གསུམ་ལ་
འཇུག་ཅེས་གསུངས།
དངོས་པོའི་དབང་དུ་འཇུག་པ་བཞི་སྟེ། བདེན་པའི་དངོས་པོ་དང་། གསང་བའི་
དངོས་པོ། བདག་གི་བའི་དངོས་པོ། གཞན་གྱི་བའི་དངོས་པོ་བཅས་བཞི་དང་།
དུས་གྱི་དབང་དུ་འཇུག་པ་གཉིས་ཉེ། འདས་པ་དང་། མ་འོངས་པ་གཉིས་ལ་
འཇུག་ཅེས་གསུངས། སྐབས་འདིར་སི་ཏུས་ལྷག་བཅས་ཅམ་མ་གཏོགས་པའི་དེ་
སྒྲིབ་འཇུག་པ་ཐམས་ཅད་རྣམ་གངས་གཞན་ཅན་གྱི་དོན་ལ་འཇུག་པས་བྱབ་
ཅེས་གསུངས། དགོངས་དོན་དེ་བཞིན་དབྱངས་ཅན་གྲུབ་པའི་རྩི་རྩེས་ལེགས་
བཤད་རྒྱུན་དབང་དུ་དེ་སྒྲིབ་བཤད་པའི་སྐབས། མིང་གི་ཐོག་མའི་དེ་སྒྲིབ། །ཐ་སྙད་
འདས་མ་ཐག་པ་དང་། །རྣམ་གངས་གཞན་ཅན་གཉིས་ལ་འཇུག་ །ཅེས་གསུངས་
པ་ཡིན་ནོ། །

༡༩༢༽ དེ་སྒྲིབ་ཐ་སྙད་འདས་མ་ཐག་པ་ལ་འཇུག་ཚུལ་རིམ་ལྔ་ཡིན་ནས།
ལན། ཐ་སྙད་དམ་མིང་གང་ཞིག་བརྗོད་ཟིན་མ་ཐག་ཏུ་དེ་སྒྲིབ་སྟོན་ནས་དེ་སྒྲིབ་བརྗོད་
ཟིན་པའི་མིང་དེ་བསྐྱར་རྒྱོང་བྱ་མི་དགོས་པར་མིང་གི་ཆབ་དུ་དེ་སྒྲིབ་བཀོལ་སྟོན་

བྱེད་པ་ཞིག་ལ། ར་སྟོད་འདས་མ་ཐག་པ་ཞེས་ཟེར་བ་རེད། དཔེར་ན། བཀྲིས། ཀ་
བ་རིང་པོའོ། རྟེན་པོའོ། དེ་ལ་ཟུར་ཡོད་དོ། ཞེས་བ་དང་། སི་རྩས། ལྷག་
བཅས་ལྟར། དེ་སྤྱི་འཇུག་ཡུལ་དངོས་པོའི་དབང་དུ་བཞི་དང་། དུས་ཀྱི་དབང་དུ་
གཉིས་བཅས། ར་སྟོད་འདས་མ་ཐག་པ་ལས་དོན་གཞན་དུ་མི་བཞེད་པས་ན།
ལེགས་བཤད་ལྡོན་དབང་ལས། ར་སྟོད་འདས་མ་ཐག་པ་དང་། རྣམ་གྲངས་
གཞན་གཉིས་ལ་འཇུག་ རེས་གསུངས་པ་རེད།

༡༩༩ ་ རྟེན་སྤྱི་རྣམ་གྲངས་གཞན་ཅན་ལ་འཇུག་ཚུལ་རི་ལྟ་བུ་ཡིན་ནས།

ལན། བཀྲིས། རྣམ་གྲངས་གཞན་ཅན་ཞེས་པའི་རྣམ་གྲངས་དེ་ཁ་གྲངས་སམ་གྲངས་
ཀྱི་དབྱེ་བ་དུ་མ་ཡོད་པ་ལ་དགོངས་ཏེ། དཔེར་བཞིན་དུ། གདུང་འདེགས་བ་གང་
དང་གང་ཡིན་པ་དེ་དང་དེ་ནི་ཀ་བའོ། ཞེས་དེ་དང་དེ་ཞེས་པས་གདུང་འདེགས་
པའི་རིགས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་མཐའ་དག་ལ་གོ་བར་བྱེད་པས་ན་རྣམ་གྲངས་གཞན་
ཅན་དང་། ཡང་འདི་ནི་ཆོངས་པ་སྟེ། གདོང་བཞི་བ་ཡང་དེ་ཡིན། མེས་པོ་ཡང་དེ་
ཡིན། ཞེས་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་དུ་མ་ལ་དེ་སྤྱི་འཇུག་པས་རྣམ་གྲངས་གཞན་ཅན་
དུ་གསུངས། སི་རྩས། གླུ་མ་འདྲིར་རྣམ་གྲངས་ནི། གྲངས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་ལ་མི་
བཞེད་པར་ཆོག་ཟེན་ལ་དངོས་སུ་གསལ་མི་གསལ་རི་ལྟར་ཡང་དེ་སྤྱི་འཇུག་དུ་
ཆོས་སམ་རྣམ་པ་གཞན་ཞིག་གོ་ཞིང་མཆོན་པར་བྱེད་པའི་དོན་ལ་རྣམ་གྲངས་
གཞན་ཅན་ཞེས་འདོད། དཔེར་ན། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ། ཞེས་བཞིན་པའི་ཆེ་དེ་
སྤྱི་འཇུག་ལ་དཔེར་བུ་པའི་ཡུལ་ཆོག་དུ་དངོས་སུ་མི་གསལ་ན་ཡང་དོན་གྱིས་
དཔེར་བུ་ཡུལ་གཞན་ཞིག་གོ་ཞིང་མཆོན་པར་བྱེད་པས་ན་རྣམ་གྲངས་གཞན་

ཅན་ཞེས་གསུངས། དེས་ན་གོང་གི་མཁས་པའི་ལེགས་བཤད་རྣམས་སྦངས་ཏེ།
རྣམ་གྲངས་གཞན་ཅན་གྱི་དཔེ་འགོད་སྦངས་ལ་རིགས་གསུམ་ཡོད་པར་ཤེས་
དགོས།

དང་པོ། དེ་སྐྱེས་རང་གི་རིགས་གཅིག་པའི་རྣམ་གྲངས་དུ་མ་གོ་བར་བྱེད་པ།
དཔེར་ན། རྒྱ་མེར་མེ་ཏོག་གང་དང་གང་ཡིན་པ་དེ་དང་དེ་ནི་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་
བསྐྱེག་དགོས། བོད་རིགས་ན་གཞོན་སུ་དང་སུ་ཡིན་པ་དེ་དང་དེས་ནི་རང་གི་
སྐད་ཡིག་རིག་གཞུང་ལ་དོ་སྤང་ངེས་པར་དུ་བྱ་དགོས། གཟུར་གནས་གཏམ་
བཤད་སུ་བྱས་ཀྱང་དེ་དང་དེ་ནི་ཉན་དགོས་ཀྱང་དགོས། ཅེས་པ་རྣམས་རིམ་
བཞིན་པལ་སྐད་ཐོག་ནས། རྒྱ་མེར་མེ་ཏོག་གང་ཡིན་པ་དེ་ཕྱོགས་གཅིག་ལ་
བསྐྱེག་དགོས། བོད་རིགས་གཞོན་སྐྱེས་སུ་ཡིན་པ་དེས་རང་གི་རིགས་གཞུང་ལ་
དོ་སྤང་ངེས་པར་དུ་བྱེད་དགོས། ཕྱོགས་ལྷང་མེད་པའི་སྐད་ཆ་སུས་བཤད་ཀྱང་
དེ་ནི་ཉན་དགོས་ལྟ་དགོས། ཟེར་བ་ལྟར་ཡིན།

གཉིས་པ། དོན་གཅིག་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་དུ་མ་ལ་དེ་སྐྱེ་འཇུག་པ། དཔེར་ན།
འདི་ནི་མེ་ཏོག་པར་སྒྲེ། ཚུ་སྐྱེས་ཀྱང་དེ་ཡིན། འདམ་སྐྱེས་ཀྱང་དེ་ཡིན། སུ་ལ་
སོགས་པ་བདུན་པོ་ལ་ལ་དོན་ཞེས་བརྗོད། ལ་སྐྱེ་ཡང་དེ་ཡིན། རྣམ་དབྱེ་གཉིས་
པ་སོགས་ཀྱི་ཆིག་སྤྱད་ཀྱང་དེ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་དང་། གོ་སོགས་སྤྱད་བཅུ་གཅིག་
པོ་ནི་སྐར་བསྐྱེ་སྒྲེ། རྒྱ་སྤྱད་ཅེས་པའང་དེ་ཡིན། རྒྱ་སྤྱད་ཆིག་ཅེས་བརྗོད་ཀྱང་དེ་
ཡིན། ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ལ་རིམ་བཞིན་པལ་སྐད་ཐོག་ནས། འདི་ནི་མེ་ཏོག་པར་རེད།
ཚུ་སྐྱེས་ཟེར་ཡང་དེ་རེད། འདམ་སྐྱེས་ཟེར་ནའང་དེ་རེད། ཟེར་བ་དང་། སུ་ལ་

སོགས་པ་ཡི་གེ་བདུན་པོ་ལ། ལ་དོན་ཟེར་བ་རེད། ལ་སྤྲུལ་ཟེར་ཡང་དེ་ཡིན། རྣམ་
དབྱེ་གཉིས་པ་སོགས་ཀྱི་ཆོག་ཐང་ཟེར་ཡང་དེ་ཡིན། གོ་སོགས་བཅུ་གཅིག་པོ་
ལ་སྤྲུལ་བསྐྱེ་ཟེར་བ་རེད། རྒྱ་སྤྲུལ་ཟེར་ཡང་དེ་ཡིན། རྒྱ་གས་ཆོག་ཟེར་ཡང་དེ་
ཡིན། ཞེས་བ་ལྟ་བུའོ། །

གསུམ་པ། དེ་སྤྲི་ཤུལ་དུ་རྣམ་གངས་གཞན་ཞིག་ལ་འཇུག་པ། སི་ཏུའི་བཞེད་པ་
ལྟར་ན། དེ་བཞིན། དེ་ལྟ། དེ་མཆོངས། དེ་ལྟར་ན། དེ་ལ། དེ་ཡང་། དེ་སྤྲིགས།
དེ་མཆོངས། དེ་ཉིན། དེ་ནི། དེ་དང་། དེ་ཡོད། དེ་རིགས། ལ་སོགས་པའི་དཔེར་
བརྗོད་གངས་ཀྱིས་མི་ཡངས་པ་འགོད་ཆོག་ཡིན།

༡༩༥༽ དེ་སྤྲི་ཐ་སྤྲུལ་གཙམ་ལ་འཇུག་ཚུལ་ཅི་འདྲ་ཞིག་རེད་དམ།

ལན། དེ་སྤྲི་ཐ་གཙམ་ཀྱི་དོན་ལ་འཇུག་པའི་དཔེ་འགོད་སྤྲིགས་ཀྱི་ཐང་མཆོན་ཉིད་
རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་གཟིགས་མཁན་རྣམས་ལ་སྤྲུལ་པ་ཅ་བ་ནས་འཕྲད་ཀྱི་མ་
རེད། རྒྱ་མཆོན་གང་ལགས་ཤེ་ན། མཆོན་ཉིད་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་སུ་འགོད་
ཚུལ་ཡོད་འགོད་དང་མེད་འགོད་ཀྱི་རྣམས་སྤྲོར་གྱི་རིགས་པའི་རྣམ་གཞག་ཡོད་
དོ་ཅོག་གི་དེ་སྤྲི་ཐ་སྤྲུལ་གཙམ་ཀྱི་དོན་དུ་འཇུག་པ་ཡིན། དེ་ཡང་དམ་བཅའ་སྤྲུལ་
བཙམ་ཀྱི་ནང་ཆོན་གཏན་ཆོགས་འདྲེན་པའི་དཔེ་ཡིན་པས་བྱུང། དཔེར་ན། དུ་བ་
དང་ལྟན་པའི་ལ་ལ་ཆོས་ཅན། མེ་ཡོད་དེ། དུ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་དང་། མེ་
མེད་མཆོན་མེད་རྒྱ་མཆོན་ཆོས་ཅན། དུ་བ་མེད་དེ། མེ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་
རྣམས་ཆོས་དོན་གསུམ་ཆང་པའི་སྤྲོར་བ་ཡང་དག་དང་ལྟར་སྤྲུལ་རི་ལྟར་བཞག་
ཀྱང་གཏན་ཆོགས་འདྲེན་པའི་དཔེ་དུ་འགོ་བ་ཡིན། ཡང་མཆོན་ཉིད་གཞུང་ལ་

སྤྱངས་པ་མེད་མཁན་ནམས་ཉགས་སྤྱོད་འཁོད་རྒྱ་ཁག་ཅམ་ཡོད་ནའང་། ད་
མཐའ་ཅན་གྱི་བྱ་ཆེག་གང་ཡོད་ཀྱི་མཐར་དེ་སྤྱ་སྤྱོད་བའི་མཆམས་སྤྱོད་ལྷག་
བཅས་ཀྱི་དཔེ་བཟོ་རྒྱ་ཡོད། དཔེར་ན། རྒྱལ་བའི་གསུང་ཡིག་ཐོག་ཏུ་བཀོད་དེ་
འབྲེམས་སྤེལ་བྱེད། ཐག་པ་སྤྱོད་དེ་ཤོད། ཐོར་བ་བཟེད་དེ་རྩ་སྤྲུགས། སྤགས་པ་
བཤུད་དེ་མ་བཟོས། ལྷ་བྱ་འབྲི་ཆོག །དཔེར་བཞིན་འདིའི་སྐབས་པལ་སྤྱད་ཏུ་
ནས་སྤྱ་ཁོ་ན་བེད་སྤྱོད་བཏང་བ་ལས་དེ་སྤྱ་པལ་ཆེར་བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་མེད།

༡༤༤ ་། དེ་སྤྱ་བདེན་པའི་དངོས་པོ་ལ་འཇུག་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ནམ།

ལན། རང་གི་གནས་ལུགས་སམ་ངོ་ཐོར་བྱང་ཐོར་བཞིན་པའི་དོན་ཏུ་དེ་སྤྱ་འཇུག་
པས་ན། བདེན་པའི་དངོས་པོ་ལ་འཇུག་ཅེས་ཟེར་བ་རེད། དཔེར་ན། བྱ་ཉིས། དེ་
བཞིན་ཉིད་དོ། །དེ་ཁོ་ནའོ། །དེའི་རང་བཞིན་ནི་དེ་ཉིད་དོ། །དེ་དེ་བཞིན་ནོ། །དེ་
རང་ཡིན་ནོ། །དེ་ཁོ་ནར་འཇུག་གོ། །ལྷ་བྱ་དང་། སི་ཏུས། དེ་དེ་བཞིན་ནོ། །དེ་ཁོ་
ན་ཉིད་དོ། །ལྷ་བྱ་འཁོད་གནང་མཛད།

གོང་བཞིན་དཔེ་གཞན་འཁོད་ན། དེ་བྱང་པོ་འོ། །དེ་བདེན་པའོ། །དེ་དངོས་གནས་
རེད། དེ་དངོན་སྤྲུམ་སོ། །དེ་འཇུག་མེད་དོ། །དེ་བདེན་པ་བདེན་སྤྱབ་པོ། དེ་གཅིག་
མཚུངས་རེད། དེ་ཆོས་ཉིད་དོ། །དེ་གནས་ལུགས་སོ། །དེ་རང་བཞིན་ནོ། །དེ་
གཤེས་ལུགས་སོ། །དེ་རང་གཤེས་སོ། །དེ་དངོས་པོའི་གནས་ཆོད་ཉིད་དོ། །དེ་
ལྟར་ངེས་སོ། །ལ་སོགས་པའོ། །

༡༤༥ ་། དེ་སྤྱ་གསང་བའི་དངོས་པོ་ལ་འཇུག་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ནམ།

ལན། གསང་བར་བྱ་རྒྱའི་དངོས་པོ་ལས་གནས་དོན་གང་ཞིག་མིང་འདོན་མི་བྱེད་

པར་དེ་སྐྱ་མེང་གི་ཆབ་ཏུ་བཀོལ་བ་ན། གསང་བའི་དངོས་པོ་ལ་འཇུག་པ་ཡིན།
དཔེར་ན། བཀྲིས། དེ་མ་སྟོན། དེ་མ་ཟེལ། དེ་བསྐྱགས་པར་མི་བྱ། ཞེས་དང་། སི་
ཏུས། ཁྱོད་ཀྱིས་དེ་ལེགས་པར་བྱས་བཅ། ཞེས་འགོད་གནང་མཛད།

༡༤༩ ་ དེ་སྐྱ་བདག་གི་བའི་དངོས་པོ་ལ་འཇུག་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ནམ།

ལན། རང་ཉིད་ཀྱིས་བདག་ཏུ་བཟུང་བའི་དངོས་པོའི་རིགས་ལ་དེ་སྐྱ་འཇུག་པས།
བདག་གི་བའི་དངོས་པོ་ལ་འཇུག་ཅེས་ཟེལ། དཔེར་ན། བཀྲིས། བདག་གི་དེ།
བའི་དེ། རང་གི་དེ། ཞེས་དང་། སི་ཏུས། བདག་གི་ལྟ་དེ། ཁོ་པོའི་ཁོར་དེ། ཞེས་པ་
ལྟ་བུ་འགོད་པར་མཛད་པ་དེ་བཞིན་དུ། གུས་པའི་དཔེ་དབུ་དེ། བླ་གྱི་ཡི་གེ་དེ།
རེད་ཅག་གི་དེ། ར་ཆོའི་དེ། འ་ཅག་གི་དེ། ལུ་ཅག་གི་དེ། བདག་ཅག་གི་དེ། འོ་
སྟོལ་གྱི་དེ། རང་ཅག་གི་དེ། ར་ཆོའི་དེ། བདག་ཆོའི་དེ། ཁོ་པོའི་སྟོད་གནས་དེ།
ལྟ་བུ་ལོ། །

༡༥༠ ་ དེ་སྐྱ་གཞན་གྱི་བའི་དངོས་པོ་ལ་འཇུག་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ནམ།

ལན། རང་ལས་གཞན་པའི་གང་ཟག་དང་གཞན་གྱིས་བདག་ཏུ་བཟུང་བའི་དངོས་
པོ་ལས་ཕྱི་རོལ་ཡུལ་གྱི་དངོས་པོ་ལ་དེ་སྐྱ་འཇུག་པས། གཞན་གྱི་བའི་དངོས་པོ་
ལ་འཇུག་ཅེས་ཟེལ། དཔེར་ན། བཀྲིས། མི་དེ། ལྟ་དེ། སྐྱེས་བུ་དེ། ཁྱོད་ཀྱི་དེ།
གཞན་གྱི་དེ། ཞེས་དང་། སི་ཏུས། དེ་ནི་ཡོད་དོ། །དེ་ནི་མེད་དོ། །ཀ་བ་དེ། ཁྱོད་
ཀྱི་དེ། དེས་བསྟན་པ་དེ་ནི། ལྟ་བུ་འགོད་གནང་མཛད་པ་དེ་བཞིན་དུ། སྐྱ་ཉིད་ཀྱི་
ཕྱག་སྦྱག་དེ། ཁྱེད་ཀྱི་ཁས་ལེན་དེ། ཁྱེད་ཅག་གི་དགོངས་ཚུལ་དེ། གང་ཉིད་ཀྱི་
གསུང་དེ། ཁྱོད་ཉིད་ཀྱིས་བཤད་པ་དེ། ཁོང་ཆོའི་རིགས་པ་དེ། ཁོ་པོའི་འཆར་

གཞི་དེ། ཁོ་པ་ཚོ་འདྲ་བ་དཔག་དེ། བྱིད་རྣམ་པའི་བཞུགས་གདན་དེ། བྱིད་རྣམ་
ཚོ་འདྲ་བ་ཀའ་མོ་ལ་དེ། ཁོང་རྣམ་ཚོ་འདྲ་བ་ར་དེ། ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ལོ། །

༡༥༠ ་། དེ་སྐྱ་དུས་འདས་པ་ལ་འཇུག་ཚུལ་རི་ལྟར་ཡིན་ནམ།

ལན། ད་ལྟ་ནས་ཅིས་པའི་རྫོགས་པའམ་ཚར་ཟིན་པའི་དུས་ལ་དེ་སྐྱ་འཇུག་པས། དེ་
སྐྱ་དུས་འདས་པ་ལ་འཇུག་པ་ཡིན། དཔེར་ན། བྲ་ཉིས། ཁ་སང་གི་དུས་དེ། ཞེས་
དང་། སི་ཏུས། ཉན་ཅིང་གི་ལོ་དེ་ལ། ཁ་སང་གི་ཉི་མ་ཤར་བ་དེའི་ཚེ། སྐད་ཅིག་སྔ་
མ་དེར། ལྟ་བུ་འགོད་པར་མཛད་པ་དེ་བཞིན་དུ། གཞེས་ཉིང་ལོ་དེ། ཁས་ཉིན་གྱི་
ཉིན་མོ་དེ། ཁ་ས་ཁ་ཉིན་གྱི་དུས་དེ། མདང་དགོང་གི་དུས་དེ། སྔ་ཐུབ་དེར། བདུན་
པག་སྔོན་མ་དེར། རྩ་བ་སྔོན་མ་དེར། ལོ་སྔོན་མ་དེར། དུས་རབས་སྔ་མ་དེར། མི་
ཚོ་སྔ་མ་དེར། སྐྱེ་བ་སྔོན་མ་དེར། འདས་པའི་ལོ་དེ། ལྟ་བུ་ལོ། །

༡༥༡ ་། དེ་སྐྱ་མ་འོངས་པ་ལ་འཇུག་ཚུལ་རི་ལྟར་ཡིན་ནམ། ཉིང་ལ། རྩེས་ལ། བྲི་ལ།
མཇུག་ལ།

ལན། ད་ལྟ་ནས་ཅིས་པའི་འབྱུང་འབྱུང་རམ་ཤར་རྒྱའི་དུས་ཚོད་ལ་དེ་སྐྱ་འཇུག་
པས། དེ་སྐྱ་དུས་མ་འོངས་པ་ལ་འཇུག་པ་ཡིན། དཔེར་ན། བྲ་ཉིས། སང་གི་དུས་
དེ་ཅ་ན་འདི་བྲེད། ཞེས་དང་། སི་ཏུས། དེའི་དུས་ན་འཁོར་ལོས་སྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོ་
དུང་ཞེས་བྲ་བ་འབྱུང་བར་འབྱུང་རོ། །སང་ཉི་མ་ཤར་བའི་དུས་དེར་འགོ་ལོ། །ལྟ་
བུ་འགོད་གནང་མཛད་འདུག་པ་དེ་བཞིན་དུ། དེ་རིང་དགོང་མོའི་དུས་དེར།
གནངས་ཀྱི་ཉིན་མོ་དེར། གཞེས་ཉིན་མོ་དེར། རོ་ཐུབ་ཀྱི་དུས་དེ། རོ་དགོང་ཉལ་
པའི་དུས་དེ། བདུན་པག་རྩེས་མ་དེ། རྩ་བ་རྩེས་མ་དེ། ལོ་རྩེས་མ་དེ། དུས་སང་གི་

ལོ་དེར། སང་མོད་གྱི་ལོ་དེར། སྐྱེ་བ་རྗེས་མ་དེར། དུས་རབས་ཕྱི་མ་དེར། མི་
ཆོའི་མཐའ་མ་དེར། ཆོ་རབས་རྗེས་མ་དེར། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཆང་རྒྱ་
བའི་དུས་དེར། ལོ་མཐའ་མ་དེར། རྟེན་མའི་ལོ་དེར། ཕྱི་མའི་ལོ་དེར། ལྟ་བུལོ། །

༡༥༡ ་། ཐུན་ལགས། འདི་སྐྱ་དང་དེ་སྐྱ་གཉིས་ཀྱི་འཇུག་ཡུལ་བྱུང་བར་ག་འདྲ་ཡོད་
དམ།

ལན། འདི་སྐྱ་དང་དེ་སྐྱ་གཉིས་དུས་ལ་འཇུག་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན། འདི་སྐྱ་དུས་ད་
ལྟ་བུ་ཉིད་ལས་འདས་དང་མ་འོངས་གཉིས་ལ་མི་འཇུག་པ་ཡིན། དཔེར་ན། བྲ་
ཉིས། དུས་འདི། ཞེས་དང་། མི་དུས། ད་ལྟའི་བསྐྱལ་བ་འདིར། ད་ལྟའི་ལོ་འདི། དེ་
རིང་གི་དུས་འདིར། ཞེས་སོགས་བཞོད་པ་བཞིན་དུ། ད་ལྟའི་དུས་ཆོད་འདི། དེ་
རིང་གི་ཉིན་མོ་འདི། ད་ལྟའི་བདུན་སྟག་འདི། ད་ལྟའི་ཆུ་བ་འདི། ད་ལོའི་ལོ་འདི།
མི་ཆོ་འདི། སྐྱེ་བ་འདི། ཆོ་རབས་འདི། བསྐྱལ་བ་འདི། དེང་སང་གི་དུས་ཆོད་
འདི། དེང་སྐབས་ཀྱི་དུས་འདི། རིག་གནས་སྐྱོང་བཞིན་པའི་དུས་འདི། ད་ལྟ་སྐད་
ཆ་བཞད་པའི་དུས་འདི། རྣམ་འཛེན་བཞི་པའི་དུས་འདི། ལྟ་བུལོ། །

༡༥༢ ་། འདི་སྐྱ་དང་དེ་སྐྱ་གཉིས་བར་ཐག་ཉི་རིང་གི་བྱུང་བར་ལ་འཇུག་ཚུལ་ཇི་
ལྟར་བཤད་དམ།

ལན། བར་ཐག་ཉི་རིང་ལས། འདི་སྐྱ་ཉི་བ་ལ་འཇུག་ཅིང་། དེ་སྐྱ་རིང་བ་སྟེ་རྒྱུང་བ་ལ་
འཇུག་པ་ཡིན། དཔེར་ན། མདུན་གྱི་མི་འདི་རྒྱལ་གྱི་མི་དེ་ལས་གཟུགས་པོ་
རིང་། །རྒྱལ་གྱི་རི་དེ་མདུན་གྱི་ཁང་བ་འདི་ལས་མཐོལ། །ཚུར་རོལ་གྱི་ཁོང་ཆོ་
འདི་པ་རོལ་གྱི་ཁོང་སྟེ་དེ་ལས་རྒྱ་ཆེལོ། ལྟ་བུ་དང་།

རང་གཞན་གཉིས་ལས། རང་ལ་འདི་སྐྱ་དང་གཞན་ལ་དེ་སྐྱ་སྒྲོར་བ། དཔེར་ན། འེ་
བསམ་ཚུལ་འདི་ཁྱེད་རང་གི་བསམ་ཚུལ་དེ་ལས་བཟང་ངོ་། ཁྱེད་ཀྱི་སྐྱ་ལུ་དེ་
འེ་སྐྱ་ལུ་འདི་ལས་རིན་ཐང་ཆེ་ཞིང་སྐྱས་ཀ་ཡང་དག་གོ། ལྟ་བུ་དང་།
མངོན་འགྱུར་དང་སྒྲོག་འགྱུར་གཉིས་ལས། མངོན་འགྱུར་གྱི་གནས་ཚུལ་རིགས་
ལ་འདི་སྐྱ་དང་། སྒྲོག་འགྱུར་གྱི་གནས་ཚུལ་ལ་དེ་སྐྱ་བཀོལ་བ། དཔེར་ན། དངོས་
སུ་མཐོང་བའི་གནས་ཚུལ་འདི། མངོན་གསལ་མེད་པའི་གནས་ཚུལ་དེ། ལྟ་
བུ་ལོ། །

༡༥༤ ་། གང་སྐྱའམ་སྤྱི་སྤྱི་བཤད་པའི་ཅ་ཆིག་དང་། ལྟོན་དབང་གི་གཞུང་ཆིག་
བཅས་གང་ཡིན་ནས།

ལན། ཅ་བ་ལས། མིང་གང་བཟོད་པའི་དང་པོ་རུ། གང་པོ་ལ་ནི་གཉིས་པ་སྒྱུར། སྤྱི་
ལ་བྱལ་བ་ཉིད་རུ་འདོད། ཁྱེད་དབང་ལས། ཅི་རི་སུ་གང་སྤྱི་སྤྱི་
སྤྱི། ཞིག་སྤྱི་སྤྱི་འདྲ་བྱིར་ལ་ཅི། སྤྱི་སྤྱི་ལྟར་བཞེན་སྤྱི་ལ་ཇི། སྤྱི་ལྟར་
བྱལ་གང་ཀུན་ལ་ལོ། ཞེས་གསུངས།

༡༥༥ ་། ག་འདྲ་ཞིག་ལ་སྤྱི་སྤྱི་ཐེར་བ་རེད་དམ།

ལན། གཞིའམ་ཆོས་བྱེ་བྲག་པ་སྤྱི་ཆོས་སྤྱི་གསེར་པོ་ལ་ཞིག་ལ་ངོས་བཟུང་མེད་པར་
བཟོད་བྱས་སྤྱི་ཡི་ཆ་ལ་འཇུག་པའི་སྤྱི་ཡིན་པས་སྤྱི་སྤྱི་ཐེར།

༡༥༦ ་། ལྟོན་དབང་ལས། ཞིག་སྤྱི་སྤྱི་འདྲ་བྱིར་ལ་ཅི། ཞེས་པའི་ནང་དོན་གང་
རེད་དམ།

ལན། སྤྱི་སྤྱི་འདྲ་ཅི་ཞེས་པ་ནི་རང་གི་ཆིག་གྲོགས། ཞིག་སྤྱི་སྤྱི་འདྲ་བྱིར་

བཅས་ཀྱི་སྒོན་དུ་སྒྱར་ནས་བརྗོད་བྱ་སྤྱི་ཡི་ཆ་ལ་འཇུག་པའི་སྤྱི་སྒྱུ་བ་བར་བྱ་
 དགོས་པ་ཡིན། དཔེར་ན། ཅི་ཞིག་། ཅི་སྟེ། ཅི་སྤྱད། ཅི་འབྲ། ཅི་བྱིར། ཞེས་པ་ལྟ་
 བྱ་སྟེ། དེ་དག་ནི་དྲི་བའི་ཚུལ་དུ་བརྗོད་བྱ་སྤྱི་ཡི་ཆ་ལ་འཇུག་པའི་སྤྱི་ཡིན།
 ཅི་ཞིག་ཅེས་པ་ནི། སལ་སྐད་དུ་ག་རེ་ཟེར་བའི་དོན་ཡིན། དཔེར་ན། འདི་ཅི་ཞིག་
 རེད་དམ། འདི་ན་ཅི་ཞིག་འདུག་གམ། འདི་ཅི་ཞིག་ཡིན་ནམ། ཁྱེད་ཅི་ཞིག་འདོད་
 དམ། ཁྱེད་ལ་ཅི་ཞིག་དགོས་སམ། ཁྱེད་ཅི་ཞིག་མཐོང་ངམ། ལྟ་བུ་དང་།
 ཅི་སྟེ་ཞེས་པ་ནི། སལ་སྐད་དུ་གལ་སྲིད་ཟེར་བ་དང་ག་རེ་བྱས་ནས་ཟེར་བའི་དོན་
 ལ་འཇུག་གི་རེད། དཔེར་ན། ཅི་སྟེ་མ་འོངས་པར་མིང་དོན་མཚུངས་པའི་ལྟ་
 རམས་དག་བཤེས་བྱེད་འདོད་ན་ད་ལྟ་ཉིད་ནས་གཞུང་ཆེན་མོའི་བྱ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་
 གཞུགས་དགོས། ཅི་སྟེ་བྱི་ལ་འགྲོ་ཆེ་དགོངས་པ་ཁྱེད་དགོས། ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ནི་གལ་
 སྲིད་ཟེར་བའི་དོན་ལ་འཇུག་པ་དང་། བོད་པ་ཡིན་ཀྱང་ཅི་སྟེ་བོད་སྐད་མི་རྒྱག་པ་
 ཡིན་ནམ། ཟེར་བ་ན་ག་རེ་བྱས་ནས་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན།
 ཅི་སྤྱད་ཅེས་པ་ནི། སལ་སྐད་དུ་རྒྱ་མཚན་ག་རེའི་ཆེད་དུ་ཟེར་བའི་དོན་ཡིན།
 དཔེར་ན། ཁྱེད་འདིར་འོང་བ་ཅིའི་སྤྱད་དུ་ཡིན་ནམ། ཆོས་བྱེད་དགོས་པ་ཅི་སྤྱད་
 ཅི་ན། བོད་རིགས་ན་གཞོན་ཆོས་བསྐྱབ་པ་བཙུན་པ་ནི་ཅིའི་སྤྱད་དུ་ཡིན་ནམ། ལྟ་
 བུ་དང་།
 ཅི་འབྲ་ཞེས་པ་ནི། སལ་སྐད་དུ་གང་འབྲས་ཟེར་བའི་དོན་ཡིན། དཔེར་ན། ཅི་འབྲ་
 འདུག་གམ། ཅི་འབྲ་རེད་དམ། ཅི་འབྲ་ཡིན་ནམ། ཅི་འབྲ་བྱེད་དམ། ཅི་འབྲ་ཞེས་
 སམ། ཅི་འབྲ་བཤད་དམ།

ཅི་ཕྱིར་ཞེས་པ་ནི། གོང་གི་ཅི་སྤྲད་ཅེས་པའི་དོན་དང་མཚུངས་པ་རེད། སལ་སྐད་
དུ་ག་རེ་བྱས་ནས་སལ། རྒྱ་མཚན་ག་རེའི་ཆེད་དུ་ཞེས་ངེ་བ་ངེས་པའི་དོན་ཡིན།
དཔེར་ན། ཅི་ཕྱིར་ན་ཆོད་ཀྱིས་ཀྱང་ད་དུང་ཆོས་ལ་མི་བཙོན་པ་ཡིན་ནམ། ལྷ་བྱ་
དང་། མཚན་ཉིད་ཀྱི་ཆོད་པའི་ནང་ལན་བཞི་པོ་གང་དུང་ནས་ཅི་ཕྱིར་ཟེར་བ་དེ་
ཡང་། ག་རེ་བྱས་ནས་ཟེར་བ་དང་རྒྱ་མཚན་གང་གི་ཆེད་དུ་ཞེས་པའི་དོན་དུ་གོ་
དགོས། དཔེར་ན། ཕྱི་ཚོལ་གྱིས་སྤྲོ་ཆོས་ཅན། རྟག་པ་ཡིན་པ་ཐལ། ཞེས་ངེ་བ་
ངེས་པའི་ལན་དུ་ཕྱི་ཚོལ་རང་ཉིད་ཀྱི་འདོད་པར་བབ་ན། འདོད་ཞེས་ལན་
འདེབས་པ་དང་། དེ་ལྟར་མི་འདོད་ན། རྒྱ་མཚན་གང་གི་འང་ཆེད་དུ་བྱམ་པ་རྟག་
པ་མིན། ཞེས་པའི་ཆོག་དོན་བསྟུས་ཏེ་ཅི་ཕྱིར་ཞེས་ལན་རྒྱག་གི་ཡོད་པ་རེད།
༡༥༥) ལྷེད་མིང་ལྟར་བཞིན་སྐད་ལ་ངེ། ཞེས་པའི་ཆོག་འགྲེལ་ངེ་ལྟར་རེད་དམ།
ལན། སྤྱི་སྤྱིའི་སྤྲད་ངེ་ཞེས་པ་ནི་ཆོག་གོག་སལ། ལྷེད། མིང། ལྟར། བཞིན། སྐད།
བཅས་ཀྱི་སྡོན་དུ་སྦྱར་ཏེ་ངེ་སྤྱེད། ངེ་མིང། ངེ་ལྟར། ངེ་བཞིན། ངེ་སྐད། བཅས་སུ་
བྱལ་བ་དེ་དག་རང་གི་བརྗོད་བྱ་སྤྱིའི་ཆ་ལ་འཇུག་པའི་སྤྱི་དུ་བྱུར་པ་ཡིན་ཏེ།
ངེ་སྤྱེད་ཟེར་བ་ནི། ཆོད་དཔག་བྱེད་མི་སྤྱལ་པའི་གངས་འཁོར་མང་པའི་ཆ་ལ་
འཇུག་པའི་སྤྱི་སྤྱི་ཡིན། དཔེར་ན། སལ་སྐད་དུ་མཁས་པ་ག་ཆོད་ཡོད་པ་དེའི་
ཅིས་གྱིས་ཟེར་བ་ལ། ཡིག་ཐོག་ནས་མཁས་པ་ངེ་སྤྱེད་ཅིག་ཡོད་པ་དེ་སྤྱེད་གྱིས་
ཞེས་འབྲི་དགོས་ཀྱི་རེད། དཔེར་ན། མཁས་པ་ངེ་སྤྱེད་ཅིག་ཡོད་པ་དེ་སྤྱེད་གྱིས་
སྤྱི་ཆོག་ས་ནང་བརྒྱབ་ཆེན་གྱི་བྱ་གཞག་བསྐྱེད་བྱལ། ཤེས་ཚོངས་ངེ་ཅམ་མང་བ་
དེ་ཅམ་གྱིས་སྤྱི་ཆོག་ས་ཉམས་གུད་དུ་འགོ་རྒྱ་ཉག་ཅིག་ཡིན།

དེ་སྤྲོད་ཟེར་བ་ནི། ཆོད་འཛིན་བྱེད་མེ་ཐུབ་པའི་འབྲུང་འབྲུར་གྱི་དུས་སྤྱི་ཡི་ཆ་
ལ་འཇུག་པའི་སྤྱི་སྤྱེ། སལ་སྐད་དུ་གལ་སྤྲོད་ཟེར་བའི་དོན་ཡིན། དཔེར་ན།
གལ་སྤྲོད་རིག་གནས་མཐར་མ་བྱིན་བར་དུ་སྤྲོད་བཅོམ་སྟོད་མེད་བྱེད་གྱི་ཡིན།
ཞེས་པ་ཡིག་ཐོག་དུ་དེ་སྤྲོད་རིག་གནས་མཐར་མ་བྱིན་བར་དེ་སྤྲོད་སྤྲོད་བཅོམ་
སྟོད་མེད་བྱ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་དེ་སྤྲོད་གྲོགས་པོ་འདིར་མ་སྤྲོད་པས་གྱི་བར་དེ་
སྤྲོད་ར་བསྐྱགས་ནས་སྟོད་གྱི་ཡིན། ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན།

དེ་ལྟར་དང་དེ་བཞིན་ཟེར་བ་ནི། འབྲེམ་མཚུངས་རྣམ་པ་སྤྱི་ཡི་ཆ་ལ་འཇུག་པའི་སྤྱི་
སྤྱེ། དེ་ཡང་ཆོས་རང་གི་ངོ་བོ་འཕྲུལ་རང་བཞིན་དང་། རྣམ་པ། ཁྱད་ཆོས། དཔེ།
བྱ་བ་སོགས་ཅི་རིགས་གྱི་འབྲེམ་མཚུངས་བརྗོད་པ་ལ་བཀོལ་དུ་ཆོག་པ་ཡིན།
སལ་སྐད་དུ་གང་འབྲས་གཅིག་བྱེད་པ་དེ་ནང་བཞིན་ཞེས་བརྗོད་ཆེ། ཡིག་ཐོག་
ནས་དེ་ལྟར་བྱེད་པ་དེ་ལྟར་ཞེས་བྲི་དགོས་པ་ཡིན། དཔེར་ན། དེ་ལྟར་དགེ་ཆུན་
གྱིས་ལམ་སྟོན་གནང་བ་དེ་ལྟར་དང་ལེན་ཞུས་ན་འདི་བྲི་གཏན་གྱི་བདེ་བ་འཛོམས།
ཡིག་གཟུགས་སྤྱོད་སྐབས་མཐོགས་ཆོས་སྤྱོད་ཆོས་སུ་མ་སོང་བར་དེ་བཞིན་
ཆུན་ལགས་གྱིས་ཀ་དཔེར་བྲིས་པའི་ཡིག་གཟུགས་དེ་བཞིན་གཟབ་སྟེ་འབྲི་ཨེ་
ཐུབ་བལྟ་དགོས། ལྟ་བུ་ལོ། །

དེ་སྐད་ཟེར་བ་ནི། འབྲེམ་མཚུངས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ལ་འཇུག་པ་མིན་ཡང་།
སྤྲེམ་སྐད་དང་གསུང་སྤྱོད་མཚུངས་སྤྱི་ཡི་ཆ་ལ་འཇུག་པ་ཡིན། དཔེར་ན། སལ་
སྐད་དུ་ཐུ་མས་གང་གསུངས་པ་དེ་ནང་བཞིན་ཉམས་ལེན་བྱེད་དགོས། ཟེར་བ་
ཡིག་ཐོག་དུ་ཐུ་མས་དེ་སྐད་གསུངས་པ་དེ་སྐད་ཉམས་ལེན་བྱ་དགོས། ཞེས་བྲི་

དགོས་པ་ཡིན།

༡༥༩ ཅེ་བ་དང་ལྷོན་དབང་གཉིས་ལས་བདག་སྤྱི་སྐབས་ཅི་ལྟར་གསུངས་ཡོད་
དམ།

ལན། ཅེ་བ་ལས། གང་མིང་གི་ནི་མ་མཐའ་ན། བྱ་ལི་རྒྱ་ཡི་སྤྱེ་མེད་པ། རྟེ་ལ་བྱ་ལི་རྒྱ་
སྤྱར་ན། བདག་པོའི་སར་ནི་ཤེས་པར་བྱ། ཞེས་དང་། ལྷོན་དབང་ལས། ཉ་རོ་
ཡོད་མེད་པ་བ་མ། བདག་པོའི་སྤྱེ་སྤྱེ་ག་དུ་ན། བ་མ་ས་དང་བྲག་མཐར་པ། རང་ལ་
ར་ལ་མཐའ་མེད་ལ། བདག་སྤྱེ་ཡ་གྱུར་བ་དང་ནི། ཁྱེད་ལ་པ་ཉིད་སྤྱོད་པ་
ལེགས། མིང་མཐའི་པ་བའང་པལ་ཆེར་འདྲ། ཁ་ནི་ངེས་མེད་སྐབས་དང་
སྤྱར། ཞེས་གསུངས།

༡༦༠ བདག་སྤྱི་སྐབས་བྱ་ལི་རྒྱ་ཡི་སྤྱེ་ཞེས་པ་ནི་ག་འདྲ་ཞིག་ལ་ཟེར་བ་རེད་
དམ།

ལན། བྱ་ལི་རྒྱ་ཞེས་པ་ནི་ལེགས་སྤྱར་གྱི་སྤྱད་ཡིན། བྱ་ཞེས་པ་པ་སྤྱེ་དང་ལི་རྒྱ་ནི་ཕོ་
ཡི་རྟགས་ཅན་གྱི་ཡི་གེ་སྤྱེ་པ་སྤྱེའི་ནང་གི་ཕོ་ཡིག་པ་བདག་པོ་ལྷོན་པའི་སྤྱར་
བཤད་པ་རེད། དེ་ཡང་སྤྱར་མིང་གི་ཆ་ཤས་ན་མེད་པར་གསུང་དུ་བྱ་ལི་རྒྱའི་སྤྱར་
སྤྱར་པའི་སྤྱོད་པས་ཀྱིས་མིང་དེ་ལས་དོན་གཞན་བདག་པོ་འཇམ་བྱ་བ་གང་ཞིག་སྤྱུབ་
པའི་སེམས་ལྟན་གང་ཟག་གོ་བར་བྱེད་པས་ན་བདག་སྤྱེ་ཟེར། དཔེར་ན། གཡལ་
ཅེས་པའི་མིང་གི་མཐར་སྤྱར་མེད་པའི་བདག་སྤྱེ་པ་གསུང་དུ་སྤྱར་སྤྱེ་གཡལ་པ་
ཞེས་བརྗོད་ཆེ་གཡལ་ལས་དོན་གཞན་གཡལ་འཆོ་སྤྱོད་བྱེད་མཁན་གྱི་སེམས་
ལྟན་གང་ཟག་ལ་གོ་བ་ཡིན་ནོ། །

༡༩༠༽ སྐྱོན་ལགས། ལེགས་བཤད་ཚྱོན་དབང་ལས། གང་ན། །བ་མ་ས་དང་བྲག་
མཐར་བ། །ང་འ་ར་ལ་མཐའ་མེད་ལ། །བདག་སྐྱ་ཡ་གྱུར་བ་དང་ནི། །ཆ་ལ་བ་ཉིད་
སྐྱོར་བ་ལེགས། །ཞེས་བདག་སྐྱ་བ་དང་བ་གཉིས་སྤང་གཞན་དབང་ཅན་ལྟར་
རྗེས་འཇུག་གི་རྗེས་སུ་སྐྱོར་ལུགས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་གསུངས་འདུག་པས་དེ་
གཉིས་སྤང་གཞན་དབང་ཅན་ཡིན་ནམ།

ལན། དེ་བ་འདི་ཡག་པོ་ཞེས་འདུག །ལེགས་བཤད་ཚྱོན་དབང་ལས་བདག་སྐྱ་བ་
དང་བ་གཉིས་རྗེས་འཇུག་གི་རྗེས་སུ་སྐྱར་སྤངས་ཤིག་གསུངས་ཡོད་བ་དེ་ནི།
དབྱངས་ཅན་གྱུབ་པའི་དོ་རྗེས་འདི་ལྟར་བྱེད་ན་ལེགས་ཆའམ་མཐུན་ཤིང་ཆེ་བ་
ཡོད་ཅེས་གསུངས་བ་ལས། བདག་སྐྱ་གང་ལ་སྐྱོར་བའི་གཞི་རྗེས་འཇུག་གི་ཐོབ་
ཐང་ངམ་སྤྲིག་གཞི་གསུངས་བ་མ་ཡིན་པས། སྤང་གཞན་དབང་ཅན་ཡིན་ཟེར་ན་
འགྲིགས་ཀྱི་མེད་བ་རེད།

༡༩༡༽ ཅ་བ་དང་། ཚྱོན་དབང་ལས་དགག་སྐྱ་དེ་ལྟར་གསུངས་ཡོད་དམ།
ལན། ཅ་བ་ལས། གང་མིང་བརྗོད་པའི་མ་མཐའ་ན། །སྤྱི་ལི་རྒྱའི་སྐྱ་མེད་ལ། །དེ་ལ་སྤྱི་
ལི་རྒྱ་སྐྱར་ན། །དགག་པའི་གནས་སུ་ཤེས་པར་བྱ། །ཞེས་དང་། ཚྱོན་དབང་ལས།
མ་མི་མིན་མེད་དགག་སྐྱ་སྟེ། །མ་མི་ཐོག་མར་མིན་མེད་མཇུག །མ་ནི་བར་གྱི་
གསལ་བྱེད་ལའང་། །ཞེས་གསུངས།

༡༩༢༽ སྤྱི་ལི་རྒྱའི་སྐྱ་ཟེར་ན་གང་རེད་དམ།
ལན། སྤྱི་ལི་རྒྱ་ཞེས་བ་ནི་ལེགས་སྐྱར་གྱི་སྐྱད་ཡིན། སྤྱི་ཞེས་པ་མོ་འམ་བྱད་མེད་དང་།
ལི་རྒྱ་ནི་རྟགས་ཏེ་མོ་ཡི་རྟགས་ཅན་གྱི་ཡི་གེ་ལ་སྤྱི་ལི་རྒྱ་ཟེར་བ་རེད། དེ་ཡང་བ་

[illegible]

225

བ་ཡིན།

༡༩༥༥ ་། དགག་སྐྱ་ཟེར་བའི་ནང་དོན་གང་ཡིན་ནམ།

ལན། གཞིའམ་ཆོས་གང་གི་རང་བཞིན་ཡོད་པའམ་ཡིན་པ་ཅི་རིགས་འགོག་པར་
བྱེད་པའི་སྐྱ་ཞིག་ལ་དགག་སྐྱ་ཟེར་བ་རེད།

༡༩༥༦ ་། ལྷོན་དབང་ལས། མ་མི་ཐོག་མ་མིན་མེད་མཇུག །ཅེས་གསུངས་པའི་
འབྲེལ་བཟོད་རི་ལྟར་བྱ་དགོས་སམ།

ལན། དགག་སྐྱ་མ་དང་མི་གཉིས་ཆོས་གང་གི་རང་བཞིན་འགོག་པར་བྱེད་པ་ན།
ཆོས་དེའི་ཐོག་མར་སྐྱ་སྟེ་འགོག་པར་བྱེད་དགོས། དཔེར་ན། མ་རེད། མ་
མཐོང་། མི་འབྱུང་། མི་ཆོག །ཅེས་པ་ལྟ་བུ་དང་། དགག་སྐྱ་མིན་དང་མེད་གཉིས་
གཞིའམ་ཆོས་དེའི་རང་བཞིན་འགོག་པའི་སྐྱབས། ཆོས་དེའི་མཇུག་ཏུ་སྐྱོས་ཏེ་
འགོག་པར་བྱ་དགོས། དཔེར་ན། ལྷན་པོ་མིན། ལྷ་ལྷོ་མིན། ལྷ་ཆེན་མིན། ལྷ་
བྱའོ། །

༡༩༥༧ ་། བདག་སྐྱའི་གོ་དོན་དང་། བདག་སྐྱའི་སྐྱབས་དངོས་བསྟན་གྱི་བདག་སྐྱ་
འདོད་ཚུལ་ལ་བྲ་སི་གཉིས་ཀྱི་བྱང་པར་གང་ཡོད་དམ།

ལན། བྲ་ཏིས། རང་རང་གི་བདག་པོའམ་རང་ཉིད་གང་ལ་ལྷན་པའི་གཞི་སྟོན་པའི་སྐྱ་
ལ་བདག་སྐྱ་ཞེས་གསུངས་ཤིང་། བ། བ། བོ། ཅན། རྣམས་དངོས་བསྟན་གྱི་
བདག་སྐྱར་བཞེད་དེ་དཔེར་བཟོད་དུ། ཏ་བ། གསེར་བ། སེ་ར་བ། ལྷ་ས་བ། སྐྱ་ར་
ཅན། ཀ་བ་བ། བུམ་བ་བ། སྤྱང་བ་བོ། ཞེས་སོགས་འགོད་གནང་མཐོང་པ་ལས།
བོ་དང་མ་མོ་གསུམ་བདག་པོ་སྟོན་པའི་དོན་ལ་འཇུག་པའི་དཔེར་བཟོད་

གསུངས་མེད།

སི་ཏུས། བདག་པོའི་དོན་གསལ་བར་བྱས་པའི་ཕྱིར། བདག་སྐྱེལ་པ་བ་དང་།
བ་དང་པོ་གཉིས་དངོས་བསྟན་གྱི་བདག་སྐྱར་གསུངས་ཏེ་དཔེར་བརྗོད་དུ། ཏུ་པ།
གསེར་པ། ཁ་ལོ་པ། ཐིན་ལས་པ། བྱེད་པོ། ལེན་པོ། གཏོང་བ་པོ། ཡོད་བ་པ།
མེད་བ་པ། བྱེད་བ་པོ། ཤེས་བ་པོ། ཞེས་བཀོད་དེ་དངོས་བསྟན་གྱི་བདག་སྐྱེལ་
དང་པོ་གཉིས་ལས་གཞན་མ་གསུངས།

༡༩༩༽ སྦྱིར་བདག་པོ་སྟོན་པའི་དོན་ལ་འཇུག་པའི་སྒྲ། བ་དང་པོ། བ་དང་པོ། མ་
དང་པོ། ཅན། ལྷན། ལ་སོགས་པ་ཡོད་ཀྱང་། ཅ་བ་ལས་པོའི་རྟགས་ཅན་གྱི་
བདག་སྐྱེལ་བ་ཉིད་དངོས་སུ་གསུངས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ནམ།

ལན། བདག་སྐྱེལ་བ་ཉིད་གཙོ་བོ་སྦྱེས་པ་ལ་འཇུག་པའི་སྐྱེལ་ཡིན་ཞིང་། བྱེད་པར་རང་གི་
འཇུག་ལུལ་རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་མང་བའི་ཕྱིར། བ་ཉིད་དངོས་བསྟན་གྱི་བདག་
སྐྱར་གསུངས་པ་ཡིན། དེ་ཡང་དཔེར་མཚན་གྱི་སྟོན་ས་བདག་སྐྱེལ་བ་སྦྱེས་པ་ཁོ་
ན་ལ་འཇུག་པ་གཞགས་གསལ། བཅུན་པ། མག་པ། རྒྱལ་པོ། བྱོས་པོ། ལྷགས་པ།
སྤས་པོ། ཨ་པ། གཡོག་པོ། རྣལ་འབྱོར་པ། དབང་པོ། གཅུང་པོ། གཞས་པ།
གནས་པོ། གཞོན་པ། འབྲོག་པ། ཆས་པོ། བདག་པོ། མཛངས་པ། གཅེན་པོ། རྗེ་
བཅུན་པ། འཕགས་པ། འཆལ་པོ། ཞེས་སོགས་སྦྱེས་པ་ཁོ་ནའི་དོན་དུ་འཇུག་པ་
ནི། བདག་སྐྱེལ་བ་ཉིད་ཀྱི་བྱས་པས་ཡིན་ནོ། །

༡༩༩༽ མ་ནི་བར་གྱི་གསལ་བྱེད་ལའང་། ཞེས་པའི་ཆོག་དོན་གང་རེད།

ལན། དགག་སྐྱེལ་བཞིའི་ནང་ནས་མ་ཡིག་དེ། གཞི་སྤྲ་མ་དང་ཕྱི་མ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་

སྐྱར་ནས་རང་གང་ལ་སྐྱར་བའི་གཞི་སྡེ་བྱི་གཉིས་པོའི་དོན་གྱི་རང་བཞིན་འགོག་
 བ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་དོན་ལའང་འཇུག་པ་ཡིན། དཔེར་ན། ར་མ་ལུག་ །ཅེས་
 བརྗོད་པ་ན། བར་གྱི་མ་ཡིག་དེས་སྡེ་མ་ར་དང་བྱི་མ་ལུག་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པར་
 གསལ་བ་སྟེ་གོ་བར་བྱེད་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས། མ་ནི་བར་གྱི་གསལ་བྱེད་ལའང་
 ཞེས་གསུངས། དེ་བཞིན་དུ། ཏ་མ་པོང་། ཡ་མ་བུང་། རྒྱགས་མ་འཇུག་ །ས་མ་
 འཁོག་ །བྲ་མ་བྱིལ། སྐྱ་མ་མེར། དིང་མ་བུང་། བྲ་མ་སྟོལ། ཆེ་མ་ཆུང་། བྲ་མ་རྒྱ།
 སོགས་ཅི་སྟེད་ཅིག་ཡོད་པ་ཡིན།

༡༥༠ ་ སུམ་ཙུ་པའི་གཞུང་ནས་མ་བཤད་པའི་ལོགས་བཤད་སྟོན་དབང་ལས་
 ཆོག་སྤང་ཞིང་སོགས་ཅི་ལྟར་གསུངས་ཡོད་དམ།

ལན། སྟོན་དབང་ལས། ཆོག་སྤང་ཞིང་སོགས་ང་ན་མ། །འ་དང་ར་ལ་མཐའ་མེད་
 མཐར། །ཞིང་ཞེས་ཞེ་འོ་ཞེ་ན་ཞིག། ག་ད་བ་དང་ད་བྲག་མཐར། །ཅིང་ཅེས་ཅེ་འོ་
 ཅེ་ན་ཅིག། ས་མཐར་དམིགས་བསལ་ཞེས་མ་གཏོགས། །ཤིང་ཤིག་ཤེ་འོ་ཤེ་ན་
 འཛོལ། །ཅེས་གསུངས་ཡོད།

༡༥༡ ་ ཆོག་སྤང་ཞིང་སོགས་ཞེས་པ་ནས། ཤེ་ན་འཛོལ་ཅེས་པའི་བར་གྱི་ནང་དོན་
 གང་ཡིན་ནམ།

ལན། ཆོག་སྤང་ཞིང་སོགས་ཞེས་པ་ནི་ཞིང་སོགས་ལྟ་དང་། ཅིང་སོགས་ལྟ་། ཤིང་
 སོགས་བཞི་སྟེ་དེ་དག་ནི། རང་གང་ལ་སྐྱར་བའི་གཞི་རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་གང་
 ཡིན་ཞེ་ན། ང་ན་མ་འ་ར་ལ་མཐའ་མེད་བཅས་ཀྱི་མཐར་ཆོག་སྤང་ཞིང་ཞེས་ཞེ་འོ་
 ཞེ་ན་ཞིག་བཅས་འཛོལ་བ་དང་། རྗེས་འཇུག་བ་མ་ས་དང་ད་བྲག་བཅས་ཀྱི་རྗེས་

སུ་ཅིང་སོགས་ལྟ་འཛོལ་ཅིང་། ས་མཐར་དམིགས་བསལ་ཞེས་མ་གཏོགས། ཟེར་
བ་ནི། ཞིང་སོགས་ལྟ་ནས་ཞེས་དང་། ཅིང་སོགས་ལྟ་ནས་ཅེས་ཟེར་བ་ལྟར་གིང་
སོགས་ནས་ཤེས་ཟེར་བ་ཆིག་པུད་ནས་དོར་བས། རྗེས་འཇུག་ས་ཡི་མཐའ་ལ་
སྦྱར་རྒྱ་ཤེས་ཟེར་བའི་ཆབ་ཏུ་དམིགས་བསལ་གྱིས་ཞེས་སྦྱར་དགོས་པ་མ་
གཏོགས། དེ་མིན་གིང་སོགས་བཞི་རྗེས་འཇུག་ས་ཡི་མཐར་འཛོལ་བ་ཡིན་ཞེས་
གསུངས།

༡༥༡ ་། ཆན་ལགས། བདག་སྐྱ་ཡ་གྱུར་དང་ཆ་གྱུར་ཞེས་བ་དེ་ག་འདྲ་ཞིག་ལ་ཟེར་
བ་རེད་དམ།

ལན། བདག་སྐྱ་ཡ་གྱུར་ཞེས་བ་ནི། མིང་ཆིག་ཆ་སྟེ་ཆོག་བར་གཉིས་ཅན་གྱི་མཐར་
བདག་སྐྱ་གྱུར་བ་ན། ཆོག་བར་གསུམ་ཅན་ཏུ་གྱུར་བས་བདག་སྐྱ་ཡ་འགྱུར་ཏུ་
སོང་བ་རེད། དཔེར་ན། ཆབ་མདོ་བ། ཨ་མདོ་བ། ལྷ་ས་བ། གཞིས་རྩེ་བ། ལྷ་བུ་
དང་།

བདག་སྐྱ་ཆ་འགྱུར་ཞེས་བ་ནི། མིང་ཆིག་ཡ་སྟེ་ཆོག་བར་གཅིག་ཅན་གྱི་མཐར་
བདག་སྐྱ་གྱུར་བ་ན། ཆོག་བར་གཉིས་ཅན་ཏུ་གྲུབ་བས་བདག་སྐྱ་ཆ་འགྱུར་ཏུ་
སོང་བ་ཡིན། དཔེར་ན། འབྲུལ། ཞོད། རྒྱལས། གད། སྒྲ། གཞས། ལྷ་བུ་མིང་
ཆིག་ཡ་དེ་རྣམས་ལ་གསར་ཏུ་བདག་སྐྱ་བ་གྱུར་བ་ན། འབྲུལ་བ། ཞོད་བ། རྒྱལས་
བ། གད་བ། སྒྲ་བ། གཞས་བ། ལྷ་བུ་བདག་སྐྱ་ཆ་འགྱུར་ཡིན་བ་དེ་བཞིན་ཏུ།
མག་བ། རང་བ། རད་བ། རོན་བ། འན་བ། སྒེན་བ། བཅུན་བ། བཙོན་བ། དཔར་
བ། མོ་བ། ལྷ་བ། བྲ་བ། བྲ་བ། ཉ་བ། བྲི་བ། ལྷ་བུ་ཡིན།

༡༥༣ ་ སྐྱོན་ལགས། ང་འ་ར་ལ་མཐའ་མེད་ལ། །བདག་སྐྱ་ཡ་གྱུར་བ་དང་ནི། །ཆ་
 ལ་བ་ཉིད་སྐྱོར་བ་ལེགས། །ཞེས་པའི་ནང་དོན་གསལ་བ་ཤད་གནང་རོགས།
 ལན། ང་འ་ར་ལ་མཐའ་མེད་ལ། །བདག་སྐྱ་ཡ་གྱུར་བ་དང་ནི། །ཆ་ལ་བ་ཉིད་སྐྱོར་བ་
 ལེགས། །ཞེས་པས་དངོས་སུ་མིང་མཐའི་རྗེས་འཇུག། ང་འ་ར་ལ་མཐའ་མེད།
 བཅས་ཀྱི་མཐའ་བདག་སྐྱ་སྐྱར་ནས་ཡི་གེ་ཡ་འགྱུར་བ་ཡིན་ན། སལ་ཆེར་བདག་
 སྐྱ་བ་སྐྱར་བ་མང་ཞིང་དེ་ལྟར་བྱས་ན་བརྗོད་བདེ་བ་ཡིན་པས་ལེགས་ཞེས་པ་
 ལྟར་དཔེར་ན། ཙུང་མཐོང་བ། སྐྱོར་སྐྱར་བ། འབྱེད་གཏོང་བ། དམ་བཅའ་བ།
 སྐྱོབ་གཉེར་བ། སྐྱ་བཅར་བ། ཁྱོམ་སྐྱོར་བ། སྐྱོས་གར་བ། སྐད་སྐྱར་བ། གསར་
 ཉལ་བ། ཐོད་ཀལ་བ། རོ་ཁྱོལ་བ། བྱ་ར་བ། བསྐྱང་གསོ་བ། དཔེ་ཆ་བ། ཆོགས་
 འདུ་བ། བེབས་བསྐྱ་བ། ཁ་ལོ་བ། ཤིང་བཅོ་བ། ལྷ་བྱ་ཡིན་ཞིང་། རྒྱགས་ལས་
 གོང་གི་རྗེས་འཇུག་ལས་གཞན། ག་ད་ན་བ་མ་ས་བཅས་ལ་བདག་སྐྱ་སྐྱར་བས་
 ཡ་གྱུར་ན་བ་སྐྱར་བ་ལེགས་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། སྐྱོབ་འཁྱིད་པ། ཆོན་རིག་པ།
 བྱོང་ཆོག་པ། ཞིབ་འཇུག་པ། ལྷན་ངག་པ། རྟོག་ཞིབ་པ། མཆོན་ཉིད་པ། གསར་
 འགོད་པ། འཁྲབ་སྟོན་པ། ཁས་ལེན་པ། ལྷེ་ལེན་པ། གཞུང་འཛིན་པ། ཞབས་
 བརྟན་པ། ཉམས་ལེན་པ། སྐྱོབ་སྟོན་པ། གསོལ་ཐབ་པ། སྐོམ་སྐྱབ་པ།
 ཆོགས་ལམ་པ། ལམ་ཁྱུགས་པ། གཞུང་ཞབས་པ། རིག་གནས་པ། དྲངས་བླངས་
 པ། དེང་རབས་པ། རྒྱ་རབས་པ། ཕྱི་རབས་པ། ལྷ་བུའོ།

༡༥༤ ་ མིང་མཐའི་བ་བའང་པལ་ཆེར་འདྲ། །ཞེས་པའི་ཆོག་དོན་གང་ཡིན་ནམ།
 ལན། མིང་གི་ཆ་ཤས་སུ་བྱུང་པའི་མིང་མཐའི་བ་དང་བ་སོགས་བདག་སྐྱ་ལྟར་མིང་

མཐར་སྐྱར་བ་འབྲ་བས་པལ་ཆེར་བདག་སྐྱ་མིན་ནམ་སྟམ་ནོར་ཉིན་ཡོད་པས་དེ་
ལ་གཟབ་དགོས་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན། དཔེར་ན། ཏྲག་པ། ཆགས་པ། ཐན་པ།
དད་པ། ཀ་པ། མོ་པ། ཟུ་པ། འཁོར་པ། ལ་སོགས་སའི་མིང་མཐའི་ས་དང་བ་
རྒྱུ་ས་མིང་གི་ཆ་ཤས་སུ་བྱལ་བ་ལས། དེ་དག་བདག་སྐྱ་མིན་པར་ཤེས་དགོས་
པ་ཡིན།

༡༥༥ ་ ཆོག་ཕྱད་ཞིང་ཅིང་ཤིང་གསུམ་གྱིས་ནང་དོན་ག་རེ་སྟོན་གྱི་རེད་དམ།
ལན། ཆོག་ཕྱད་ཞིང་སོགས་གསུམ་གྱིས་རང་གི་བརྗོད་དོན་སྟུང་མ་དེ་ཙམ་དུ་མ་བཟང་
སའི་བྱི་མ་དེ་ཡང་ཡིན་པའམ་ཡོད་པ་ཅི་རིགས་སྟོན་པ་ལ་འཇུག་པ་ཡིན། དེ་ཡང་
ཁ་སྐད་དུ། མ་བཟང་དང་མ་ཆད་ཟེར་བའི་དོན་ཡིན། དཔེར་ན། ཁོང་ནི་རང་བཞིན་
བྱང་སོ་ཡོད་པ་ཙམ་དུ་མ་བཟང་སེམས་པ་ཡང་བཟང་སོ་ཡོད། ཟེར་བའི་ཁ་སྐད་གྱི་
ནང་དོན་དེ་ཡིག་ཐོག་ནས། ཁོང་ནི་རང་བཞིན་བྱང་ཞིང་སེམས་པའང་བཟང་
ངོ་། །ཞེས་དང་། རྒྱུ་ཟེར་བ་ནི་ཡང་བ་ཙམ་དུ་མ་བཟང་ཏྲག་ཏུ་གཡོ་འགྲུལ་ཅན་གྱི་
རང་བཞིན་ཡིན། ཟེར་བའི་ཁ་སྐད་ཡིག་ཐོག་ནས། རྒྱུ་ཞེས་པ་ནི་ཡང་ཞིང་གཡོ་
བའི་རང་བཞིན་ནོ། །ཞེས་ས་དང་། གཞན་ལ་ཆོས་བཤད་པས་མ་ཆད་རང་གིས་
ཀྱང་ཆོས་ཉན་ཟེར་བ་ལྟ་བུ་ཡིག་ཐོག་ནས། གཞན་ལ་ཆོས་བཤད་ཅིང་རང་གིས་
ཀྱང་ཉན་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་དང་། རི་མོ་བྲིས་པས་མ་ཆད་ཆོན་ཡང་བཏང་བ་རེད། ཟེར་
བ་ཡིག་ཐོག་ནས། རི་མོ་བྲིས་ཤིང་ཆོན་ཡང་བཏང་ངོ་། །ཞེས་ས་དང་། ཡང་ཁ་
སྐད་ནང་རི་མོ་བྲིས་ནས་ཆོན་བཏང་ཟེར་བའི་སྐབས་ནས་སྤྱིའི་ཆ་བ་ཏུ་ཞིང་
སོགས་བྲིས་ནས་རི་མོ་བྲིས་ཤིང་ཆོན་བཏང་ངོ་། །ཞེས་བརྗོད་ན་ལྷག་བཅས་གྱི་

དོན་དུ་གོ་བ་ཡིན།

༡༥༦ ་ ཆོག་སྤང་ཞེས་དང་ཅེས་གཉིས་ཀྱིས་བྱེད་ལས་སམ་ནང་དོན་ག་འདྲ་ཞིག་
སྟོན་གྱི་རེད་དམ།

ལན། ཆོག་སྤང་ཞེས་དང་ཅེས་ཟེར་བ་ནི་ཁ་སྤྲད་ནང་(ཟེར་)ཞེས་པའི་དོན་ཏེ། དེ་
གཉིས་ལ་མིང་མཐའ་སྦྱར་ཏེ་ཞེས་བ་དང་ཅེས་བ་ཞེས་བརྗོད་ན། (ཟེར་བ་) ཞེས་
གོ་བ་ཡིན། དཔེར་ན། མིང་མཐའ་མེད་པ།

པལ་སྤྲད། བཟ་ཤིས་ནི་ཕུན་ཚོགས་ཀྱི་གྲོགས་པོ་ཡིན་ཟེ་གསུང་གི་འདུག

ཡིག་སྤྲད། བཟ་ཤིས་ནི་ཕུན་ཚོར་ཀྱི་གྲོགས་པོ་ཡིན་ཞེས་གསུང་གི་འདུག

པལ་སྤྲད། བཟ་ཤིས་ག་བར་འགྲོ་འདོད་ཡོད་ཟེ་ལབ་གྱི་འདུག་གས།

ཡིག་སྤྲད། བཟ་ཤིས་གང་དུ་འགྲོ་འདོད་ཡོད་ཅེས་རྗོད་གྱི་འདུག་གས།

མིང་མཐའ་ཡོད་པ། བཟ་ཤིས་ཟེར་བའི་མི་དེ་སྤྱི་འགྲོགས་པོ་ཡིན་ནམ། ཟེར་བའི་

པལ་སྤྲད་དེ་ཡིག་ཐོག་ནས། བཟ་ཤིས་ཞེས་པའི་མི་དེ་སྤྱི་འགྲོགས་པོ་ཡིན་ནམ།

ཞེས་བ་དང་། ཡང་བཟ་ཤིས་ག་བར་འགྲོ་འདོད་ཡོད་ཟེ་ལབ་གྱི་འདུག་གས། ཟེར་

བའི་པལ་སྤྲད་ཡིག་ཐོག་ནས་བཟ་ཤིས་གང་དུ་འདོད་ཡོད་ཅེས་རྗོད་གྱི་འདུག་

གས། བོད་ཟེར་བ་ནི་ཆོས་ལྡན་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་རེད། ལྟ་བུ་ཡིག་ཐོག་ནས་

བོད་ཅེས་བ་ནི་ཆོས་ལྡན་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་གོ། ལྟ་བུ་ལོ། །

༡༥༧ ་ ཆོག་སྤང་ཞེ་ལོ། ཅེ་ལོ། །ཤེ་ལོ། །བཅས་གསུམ་པའི་དོན་སྟོན་ཚུལ་གང་
ཡིན་ནམ།

ལན། ཆོག་སྤང་ཞེ་ལོ། ཅེ་ལོ། །ཤེ་ལོ། །བཅས་གསུམ་དང་། ཟེར་རོ། །བཤད་

དོ། །བརྗོད་དོ། །སྤྲུལ་སྟོ། །ཞེས་པ་རྣམས་དོན་མཚུངས་པ་ཡིན། བལ་སྐྱད་དུ།
ཟེར་བ་རེད་དོ། །ཟེར་སོང་ངོ་། །ལབ་བ་རེད་དོ། །ལབ་སོང་ངོ་། །གསུངས་པ་རེད་
དོ། །གསུངས་སོང་ངོ་། །ཞེས་པའི་དོན་དུ་བེད་སྤྱོད་གཏོང་གི་འདུག །དཔེར་ན།
བལ་སྐྱད་དུ་པ་མས་སྟོབ་སྟོང་ལ་རིག་པ་བསྐྱིམ་དགོས་གསུངས་སོང་ངོ་། ཟེར་
བ་དེ་ཡིག་ཐོག་ནས། པ་མས་སྟོབ་སྟོང་ལ་རིག་པ་བསྐྱིམ་དགོས་ཤིང་། །ཐུ་མས་
པན་སེམས་རྣམ་པར་དག་པས་གཞན་དོན་བསྐྱབ་ཅེ་ཡོ། །དགེ་ལྡན་གྱིས་སྐྱད་
ཡིག་ནི་རིག་གཞུང་གི་རྩ་བ་ཡིན་ཞེ་ཡོ། །ལྟ་བུ་ཡིན།

- ༡༥༤ ། ཚིག་མདུན་ཞེ་ན། ཅེ་ན། ཤེ་ན། བཅས་གསུམ་གྱི་དོན་གང་ཡིན་ནས།
ལན། ཚིག་མདུན་ཞེ་ན། ཅེ་ན། ཤེ་ན། བཅས་གསུམ་ནི། བལ་སྐྱད་དུ་ཟེར་ན། ཞེས་པའི་
དོན་ཡིན། དཔེར་ན། བསྟན་འཛིན་ཟེར་ན་སྤྱི་ལ་ཟེར་བ་རེད། ཅས་པ་ཡིག་ཐོག་
ནས་བསྟན་འཛིན་ཞེ་ན་སྤྱི་ལ་ཟེར་བ་རེད་དམ། ཆབ་སྲིད་ཟེར་ན་གང་རེད། ཆབ་
སྲིད་ཟེར་བ་ནི་ཆབ་འབངས་སྟོང་བའི་སྲིད་བྱུས་གཅིག་ལ་ཟེར་བ་རེད། ལྟ་བུ་
ཡིག་ཐོག་ནས། ཆབ་སྲིད་ཅེ་ན་གང་ཞིག་རེད་དམ། ཆབ་སྲིད་ཅས་པ་ནི་ཆབ་
འབངས་སྟོང་བའི་སྲིད་བྱུས་ཤིག་ལ་ཞེས་པ་ཡོ། །རྒྱལ་མདུན་དོ་སྟོན་ཅེ་ན།
མདུན་ལ་མ་ཡིན་ཡིན་མདོག་གིས་དོ་དཀར་སྟེལ་ལང་འཁྲབས་ནས་མ་མཐོང་
སར་སྟོན་ནས་རྒྱལ་བཤད་དང་སྟོག་ཐོག་སྟོན་པ་ལ་ཟེར་བ་རེད། བརྗོད་ན། ལབ་
ན། སྤྲུལ་ན། བསྐྱད་ན། གསུངས་ན། བཅས་གྱི་གོ་དོན་གཅིག་པ་རེད།
༡༥༥ ། ཚིག་མདུན་ཞེ་ན། ཅིག །ཤིག །གསུམ་པོ་བེད་སྤྱོད་གཏོང་སྟངས་གང་འདྲ་
རེད་དམ།

ལན། དེ་གསུམ་པོ་ནི། ཁ་གངས་གཅིག་དང་། གཞན་ལ་ལས་ཀ་སོགས་སྐྱལ་བའི་
 སྐབས་སྐྱལ་ཆོག་གསལ་བྱེད་ལ་བེད་སྲོད་གཏོང་གི་རེད། དཔེར་ན། དང་པོ་ཁ་
 གངས་ཀྱི་དོན་ལ་འཇུག་པ། སལ་སྐད་ནང་མི་གཅིག་། དེ་བ་གཅིག་ ཁེངས་
 གཅིག་ ཟེར་བ་ཡིག་ཐོག་ནས། མི་ཞིག་དང་། དེ་བ་ཅིག་ ཁེངས་ཤིག་ ཁྱ་བུ་འཕྲི་
 དགོས། གཉིས་པ་སྐྱལ་ཆོག་གསལ་བྱེད་ཀྱི་དོན་ལ་འཇུག་པ་དཔེར་ན། ཁ་སྐད་
 བད། ཁྱེད་རང་ལྟ་ལ་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཡག་པོ་སྦྱངས་ཤིག་ ཟེར་བ་ཡིག་ཐོག་
 བས་ཐོན་དུ་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཡག་པོ་སྦྱངས་ཤིག་ ཁྱ་བུ་དང་། སྒོ་བྱེ་
 ཞིག་ ཁསྐབ་བྱ་རྒྱུ་བས་ཤིག་ ཁསྒྲོད་བསྐྱགས་ཇོད་ཅིག་ ཁྱ་བུ་ཡིན། སལ་སྐད་
 དུ་སྐྱལ་ཆོག་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱལ་ཤིག་མ་གཏོགས་ཞིག་དང་ཅིག་སལ་ཆེར་བེད་
 སྲོད་གཏོང་གི་མེད། འོན་ཀྱང་ཡིག་ཐོག་ནས་ཇེས་འཇུག་གི་ཐོབ་ཐང་བཞིན་ཞིག་
 དང་ཅིག་གང་འཐོབ་ཇེས་འཇུག་ལ་བཟོས་ཏེ་མ་ཉོར་བར་འཕྲི་དགོས།

སུམ་ཅུ་པའི་བརྗོད་བྱ་ཆིག་འབྲང་བཅུ་བཞི་ནང་གསེས་དང་
བཅས་པ་བྲད་གཞི་གཅིག་གི་ཐོག་དཔེ་འགོད་ཚུལ།

བྲད་གཞི་སྟུ་གུ་ལྟ་བུ་ལ།

ནམ་དེ་བྲེ་དང་པོ། ----- སྟུ་གུ།
ནམ་དེ་བྲེ་གཉིས་པ། ----- སྟུ་གུར་སྟག་ཆ་ལྟལ།
ནམ་དེ་བྲེ་གསུམ་པ། ----- སྟུ་གུས་ཡི་གེ་འགྲི།
ནམ་དེ་བྲེ་བཞི་པ། ----- སྟུ་གུ་ཉི་ཅུ་འགྲོ། སྟུ་གུ་ཉི་བར་འགྲོ། སྟུ་གུ་ཉི་ལ་འགྲོ།
ནམ་དེ་བྲེ་ལྔ་པ། ----- སྟུ་གུ་ནས་སྟག་ཆ་འདོན།
ནམ་དེ་བྲེ་དྲུག་པ། ----- སྟུ་གུ་འཛིན་ཁེ་བས་ཆོད། འགྲི་བྲེད་ཀྱི་སྟུ་གུ། གྲི་བྲེ་དེ་བ།
ནམ་དེ་བྲེ་བདུན་པ། ----- སྟུ་གུར་སྟག་ཆ་ཡོད།
དེ་ཉིད། ----- སྟུ་གུར་གྲུར། སྟུ་གུ་བདེན་མེད་དུ་རྟོགས། སྟུ་གུ་གཟུང་བར་བྲ།
སྟུ་གུ་འཛིན་པར་བྲེད། སྟུ་གུ་འཛིན་དུ་ཆུག།
ཆེ་སྐབས། ----- སྟུ་གུ་བྲུབ་དུས་སྟུ་རང་གི་རྒྱ་ལགགས།
སྐར་བསྟུ། ----- འདི་སྟུ་གུ་ལོ། །

༼ རྒྱན་སྟུང། ༽

མ་སྟུན་པའི་ཆིག་རྒྱ། ----- སྟུ་གུ་ཉི་ཡང་ཉོ།
མི་མ་སྟུན་པའི་ཆིག་རྒྱ། ----- སྟུ་གུ་ཡོད་ཀྱང་ཡི་གེ་མི་འགྲི།
སྟུང་པ། ----- སྟུ་གུ་ཡང་འཁྱེར་དགོས།

༼མཆམས་སྒྲོར་ལྷག་བཅས།༽

བྱེད་པས་བྱ་བ་འདེན་པ། ----- སྦྱ་གྲུ་བཙོངས་ཏེ་ཁེ་བཟང་འཛོལ།

བྱ་བས་བྱ་བ་འདེན་པ། ----- སྦྱ་གྲུ་ཉོས་ཏེ་སྒོལ་གྲར་འགྲོ།

བྱ་བ་ཅིག་ཅར་དུ་མཆམས་སྒྲོར་བ། ----- སྦྱ་གྲུ་བཙུགས་ཏེ་གིས།

༼དམ་བཅའ་ལྷག་བཅས།༽

དབྱེ་བ་འདེན་པ། ----- སྦྱ་གྲུ་ལ་རིགས་གསུམ་སྟེ། ས་སྦྱག་དང་།

ན་སྦྱག་། སྦྱག་སྦྱག་བཅས་སོ། །

གཏན་ཆིགས་འདེན་པ། ----- སྦྱ་གྲུ་ཆོས་ཅན། མི་རྟག་པ་ཡིན་ཏེ།

བྱས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཡིག་གཟུགས་འབྲི་བྱེད་ཡིན་ཏེ། ཁ་གསེག་བཅད་མའི་

སྦྱ་གྲུ་ཡིན་པས་སོ། །

ངེས་ཆིག་འདེན་པ། ----- ལྷགས་སྦྱག་སྟེ། རྒྱ་ལྷགས་རིགས་ལས་བྱུ་བ་པའི་

འབྲི་སྦྱག་ཡིན་པས་འདི་ལྟར་བརྗོད་དོ། །

རྒྱས་བཤད་འདེན་པ། ----- འདི་ནི་སྦྱ་གྲུའི་པན་ཡོན་མདོར་བསྐྱས་ཅམ་

སྟེ། རྒྱས་པར་བཤད་ན།

༼འབྱེད་སྤྱད།༽

འབྱེད་པ། ----- ཡི་གེ་འབྲི་བའི་ཡོ་བྱད་གསུམ་སྟེ། སྦྱ་གྲུའམ། དེ་བ་

བམ། ལྷག་ཆ་བཅས་ཡིན་ནོ། །

སྤྱད་པ། ---- སྦྱ་གྲུའམ། དེ་བ་བམ། ལྷག་ཆ་བཅས་ཡི་གེ་འབྲི་བའི་ཡོ་བྱད་དོ། །

༼འབྱུང་ཁུངས།༽

ནམ་དཔེ་ལྷ་པ་འབྱུང་ཁུངས།-----སྦྱ་གྲུ་ནས་སྐྱབ་ཆ་སྟོ། །
རིགས་མ་ཐུན་དགར་བ།-----སྦྱ་གྲུ་འི་ནང་ནས་སྐྱབ་ཆ་དམར་པོ་
ཅན་ནི་ཆུན་ལགས་ཀྱི་ལོ། །
རིགས་མི་མ་ཐུན་དགར་བ།-----སྦྱ་གྲུ་ལས་འབྱི་དེབ་རིན་པོ་ང་ཆེ།
སྦྱད་པ།-----སྦྱ་གྲུ་འི་ཅེ་ནས་མ་ཐུག་བར།
འཕོད་སྒྲ།-----ཤེ་སྦྱ་གྲུ་འཛིན་པ།

༼ནི་སྦྱའི་འཇུག་ལུལ་གཉིས།༽

ནི་སྦྱ་དགར་བ།-----སྦྱ་གྲུ་ནི་ངའི་ཚུང་འབྱིས་ཕྱོགས་པོ་ཡིན།
ནི་སྦྱ་བཞུན་པ།-----སྦྱ་གྲུ་ནི་ཡོད། འབྱི་དེབ་ནི་ཡོད། ད་ནི་ཡི་གེ་གི་བར་བྱལོ། །

༼དང་སྦྱའི་འཇུག་ལུལ་ལྷ།༽

དང་སྦྱ་སྦྱད་པ།-----སྦྱ་གྲུ་དང་། འབྱི་དེབ་དང་། སྐྱབ་ཆ་བཅས་ཡི་
གེ་འབྱི་བའི་ཡོ་བྱད་ཡིན།

དང་སྦྱ་འབྱེད་པ།-----འབྱི་བྱེད་ཀྱི་སྦྱ་གྲུ་གསུམ་སྟེ། ས་སྦྱ་གྲུ་དང་།
ན་སྦྱ་གྲུ་དང་། སྐྱབ་སྦྱ་གྲུ་བཅས་སྟོ། །

དང་སྦྱ་རྒྱ་མཆན་སྟོན་པ།-----སྦྱ་གྲུ་འཇུ་སྟངས་མཐོང་བ་དང་ཡིག་གེ་འབྱི་
ཚུང་ཡོད་མེད་ཆོད་དཔག་བྱེད་ཐུབ།

དང་སྦྱ་ཆེ་སྐབས་སྟོན་པ།-----ཡི་གེ་འབྱི་རན་པ་དང་སྦྱ་གྲུ་གར་ཡོད་མི་ཤེས།

དང་སྦྱ་གདམས་རག་སྟོན་པ།-----སྦྱ་གྲུ་ཁ་གསེག་བཅད་མས་ཡིག་
གཟུགས་གིས་དང་།

༼དེ་སྐྱོད་ཐ་སྙད་དབང་དུ་གསུམ།༽

ཐ་སྙད་འདས་མ་ཐག་པ།----- ང་ལ་སྐྱུ་གུ་ཞིག་བཞེད་བྱང་། དེ་སྐྱུ་འེད།
 ཐ་སྙད་ནམ་གངས་གཞན་ཅན།----- ཞ་སྐྱུ་གུ་གང་དང་གང་ཡིན་པ་དེ་དང་དེ་ནི་
 རི་མོ་འབྲི་བྱེད་དོ། །འདི་ནི་ཞ་སྐྱུ་གུ་སྟེ། རི་མོ་འབྲི་བྱེད་ཀྱང་དེ་ཡིན།
 ཐ་སྙད་ལྷག་བཅས།----- སྐྱུ་གུ་སྐྱད་དེ་ལེན།

༼དངོས་པོའི་དབང་དུ་བཞི།༽

བདེན་པའི་དངོས་པོ།----- ཁྱེད་ཀྱིས་གནང་བའི་སྐྱུ་གུ་དེ་བཞིན་འདི་ན་ཡོད།
 གསང་བའི་དངོས་པོ།----- དེ་སྐྱུ་ལའང་མ་ཞོད་ཅིག །
 བདག་གི་བའི་དངོས་པོ།----- ངའི་སྐྱུ་གུ་དེ་གང་དུ་ཡོད་དམ།
 གཞན་གྱི་བའི་དངོས་པོ།----- ཁྱེད་ཀྱི་སྐྱུ་གུ་དེ་གང་ནས་བྱང་ངམ།

༼དུས་ཀྱི་དབང་དུ་གཉིས།༽

དུས་འདས་པ།----- ཁ་སང་སྐྱུ་གུ་ཉོས་པའི་དུས་དེ་ཆོས་གངས་གང་རེད་དམ།
 མ་འོངས་པ།----- སྐྱུ་གུ་ཉོ་རྒྱའི་དུས་ཆོད་དེ་སང་ཉིན་ཡིན།

༼ཕྱི་མ།༽

ཅི་ཞིག་----- སྐྱུ་གུས་ཅི་ཞིག་བྱེད་འདོད་དམ།
 ཅི་སྟེ།----- ཅི་སྟེ་སྐྱུ་གུ་ཡོད་ཀྱང་ཡི་གེ་མི་འབྲི་བ་ཡིན་ནམ།
 ཅི་སྐད།----- སྐྱུ་གུ་བཟུང་བ་ཅི་སྐད་ཅེན། ཡི་གེ་འབྲི་བའི་ཆེད་དུ་ལོ། །
 ཅི་འདྲ།----- ཁྱེད་ལ་སྐྱུ་གུ་ཅི་འདྲ་ཞིག་དགོས་སམ།
 ཅི་བྱིད།----- ཅི་བྱིད་སྟོབ་གྲར་སྐྱུ་གུ་ཁྱེད་ཉེ་མི་འཕོ་བ་ཡིན་ནམ།

༼བདག་སྒྲ༽

སྒྲ། ----- སྒྲ་གུ་ཉོ་བ་ལོ།
བ། ----- སྒྲ་གུ་འཛིན་བ།

༼དགག་སྒྲ༽

མ། ----- ལག་ཏུ་བཟུང་བའི་དངོས་སོ་དེ་སྒྲ་གུ་མ་རེད།
མི། ----- སྒྲ་གུ་ཤག་ཏུ་བཞག་མི་འདུག
མིན། ----- སྒྲ་གུ་ས་ཡི་གེ་འགྲི་མཆམས་འཛོག་གི་མིན།
མེད། ----- ང་ལ་སྒྲ་གུ་མེད།

༼ཞིང་སོགས་ལ༽

ཞིང་། ----- སྒྲ་གུ་བཟུང་ཞིང་ཡི་གེ་འགྲི།
ཞེས། ----- ང་ལ་སྒྲ་གུ་གཟུང་དགོས་ཞེས་བཞེད་བྱུང་།
སྒྲ་གུ་ཞེས་བ་ནི་ཡི་གེ་འགྲི་བྱེད་དོ། །
ཞེའོ། ----- ཡི་གེ་འགྲི་མཁན་ལ་སྒྲ་གུ་འཛིན་པ་ཞེའོ།
ཞེན། ----- འདི་ཅི་ཡིན་ཞེན། འདི་ནི་སྒྲ་གུ་འོ།
ཞེག་། ----- སྒྲ་གུ་ཞེག་ཁྱེར་ཤོག །ལྟ་བུ་འོ། །

རྟགས་འཇུག་གི་དྲིས་ལན་གསེར་གྱི་ལྟ་མེག

༡ ༽ གཞུང་གི་མཆན་ལ་རྟགས་འཇུག་ཅེས་འདོགས་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆན་གང་
ཡིན་ནམ།

ལན། གཞུང་འདིས་སྡོན་རྗེས་མིང་གསུམ་ལ་རྟགས་ཀྱི་ཁྱད་པར་བཤད་ཅིང་། དེ་
དག་གི་དོན་གྱི་འཇུག་པ་བཤད་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་རང་གི་བཞེད་བྱའི་ཆ་ནས་
བཏགས་པ་ཡིན་ནོ།

༡ ་ རྟགས་འཇུག་བསྐབ་པའི་དགོས་པ་ཅི་ཞིག་ཡིན་ནམ།

ལན། རྟགས་འཇུག་གི་སློབ་ཚན་འདི་བསྐབས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱ་ཆེ་བའི་བྱ་ཆེ་ག་
གི་ནམ་གཞག་དང་། དངོས་ལོ་བདག་གཞན། དུས་གསུམ་གྱི་ཁྱད་པར་བཅས་ལ་
མི་ཤེས་པའི་ཚོངས་པ་སེལ་བའི་ཆེད་དུ་ཡིན་ནོ།

༢ ་ རྟགས་འཇུག་ལ་མཚོད་བཞེད་དང་ཚོམ་པར་དམ་བཅའ་གཉིས་ཟུར་དུ་མ་
མཛད་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་རེད་དམ།

ལན། སུམ་ཅུ་པའི་སྐབས་ནས་བཤད་པའི་མཚོད་བཞེད་དང་ཚོམ་པར་དམ་བཅའ་
གཉིས་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་ཐོན་མིས་བརྩམས་པའི་སྒྲ་ཡི་བསྟན་བཅོས་བརྒྱད་
ཀྱི་ཐུན་མོང་བའི་གཞུང་ཡིན་པར་གོ་བའི་ཆེད་དུ་དེ་ལྟར་མ་མཛད་པ་ཡིན་ནོ།

༣ ་ ཡི་གའི་རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ་ལ་གཞོད་ཡོད་དམ།

ལན། ཡི་གའི་རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ་ལ་བཞི་ཡོད་དེ། སྤྱིར་དབྱངས་གསལ་ཡི་
གེ་ལ་རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ་དང་། གསལ་བྱེད་ལ་ནང་གསེས་ཀྱི་རྟགས་ཀྱི་
དབྱེ་བ་བཤད་པ། སྡོན་འཇུག་ལ་རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ། རྗེས་འཇུག་ལ་
རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ་དང་བཞིའོ།

སྤྱིར་དབྱངས་གསལ་རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ།

རྩ་བ་ལས། ཐོ་ཡི་ཡི་གེ་འབའ་ཞིག་ལ། །སྤེ་བ་བྱེད་དང་བརྒྱད་གནས་པའང་། །སྤེ་

ཆོན་མུ་རུ་རིལ་བྱས་ནས། ཁོ་དང་མ་ནིང་མོ་དང་ནི། ཤིན་རུ་མོ་དང་བཞི་བཞི་
རུ། སྒེ་བ་བཞི་བ་ཡན་ཆད་དེ། ལྷག་མ་བཅུ་བཞི་གནས་བ་ལ། ཅ་སོགས་
གསུམ་ནི་ཅ་སོགས་སྦྱར། ལཱ་ནི་བ་དང་སྦྱར་བར་བྱ། ལྷག་མ་བཅུ་ནི་མོ་རུ་
སྦྱར། ར་ལ་ཉ་ནི་མོ་གཤམ་སྟེ། ཨ་ནི་མཆོན་མེད་ཅེས་གྲང་བྱ། ཞེས་གསུངས།
༥༽ མོ་ཡི་ཡི་གེ་འབའ་ཞིག་ལ། ཞེས་བས་དབྱངས་གསལ་གཉིས་ལ་རྟགས་ཀྱི་
དབྱེ་བ་རྩི་ལྟར་གསུངས་སམ།

ལན། མོ་ཡི་ཡི་གེ་འབའ་ཞིག་ལ། ཞེས་བས་སྦྱར་དབྱངས་གསལ་གཉིས་ནས་ཕོ་
ཡིག་གསལ་བྱེད་འབའ་ཞིག་སྟེ་ཁོ་ནའམ་ཁེ་ཅང་ལ་ཞེས་གསུངས་བས་གསལ་
བྱེད་ཡི་གེ་ཕོ་ཕོ་ཡིག་རུ་དངོས་སུ་བསྟན་བའི་བྲགས་ལས་དབྱངས་མོ་ཡིག་རུ་གོ་
བ་ཡིན་ནོ།

༦༽ དབྱངས་མོ་ཡིག་དང་གསལ་བྱེད་ཕོ་ཡིག་བཤད་བའི་རྒྱ་མཆོན་གང་རེད།
ལན། དབྱངས་ཡིག་རྣམས་ང་རོའི་རྣམ་བ་ཅན་གྱི་ཆ་ནས་སྤྱ་ཚེལ་ཞན་བར་འབྱུར་
བས་མོ་ཡིག་དང་། གསལ་བྱེད་རྣམས་རང་གི་སྦྱེས་གནས་ཀྱི་ཚེལ་བ་སྤྱ་ཆོགས་
ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་ཞིང་སྤྱ་ཚེལ་བྲག་བར་འབྱུར་བས་ཕོ་ཡིག་རུ་བཞག་བ་ཡིན་
ནོ།

༧༽ སྒེ་བ་བྱེད་དང་བརྒྱད་ཅེས་བ་དེ་ག་འདྲ་རེད་དམ།
ལན། གསལ་བྱེད་སུམ་ཅུ་ཐམ་འདི་ཡི་གེ་བཞི་ཆོན་རེ་ལ་སྒེ་བ་རེ་བྱས་ཏེ་ཀ་སྒེ་ནས་
ཉ་སྒེ་བར་ཡི་གེ་བཞི་ཆོན་བདུན་དང་བྱེད་ཀ་ཡོད་བ་དེ་ལ་སྒེ་བ་བྱེད་དང་བརྒྱད་
ཟེར། དེ་ཡང་བྱེད་ཀ་སྟོན་བ་དང་གངས་བརྒྱད་རུ་འབྱུར་བ་ཡིན་བས་བྱེད་དང་

བརྒྱད་ཅེས་བརྗོད།

༩༽ ཅ་བ་ལས། མིང་གཞི་ལ་རྒྱལ་སྤྱི་དབྱེ་བ་རྩི་ལྟར་གསུངས་ཡོད་དམ།
ལན། སྒྲེ་བ་བྱེད་དང་བརྒྱད་གནས་བཤང་། སྒྲེ་ཚན་ལྔ་རུ་བྲིལ་བྱས་ནས། རོ་དང་
མ་ནིང་མོ་དང་ནི། །འཁོར་རུ་མོ་དང་བཞི་བཞི་རུ། སྒྲེ་བ་བཞི་བ་ཡན་ཆད་
དབྱེ། །ལྷག་མ་བཅུ་བཞི་གནས་བ་ལ། །ཅ་སོགས་གསུམ་ནི་ཅ་སོགས་སྦྱར། །ཕ་
ནི་བ་དང་སྦྱར་བར་བྱ། །ལྷག་མ་བཅུ་གི་མོ་རུ་སྦྱར། །ར་ལ་ཉ་ནི་མོ་གསུམ་
སྟེ། །ཨ་ནི་མཚན་མེད་ཅེས་ཀྱང་བྱ། །ཞེས་གསུངས།

༩༽ སྒྲེ་ཚན་ལྔ་རུ་བྲིལ་བར་བྱས་ནས། ཞེས་པའི་སྒྲེ་ཚན་ལྔ་དེ་གང་ཡིན་ནམ།
ལན། སྒྲེ་ཚན་ལྔ་སྟེ། རོ་དང་། མ་ནིང་། མོ། །འཁོར་རུ་མོ། མོ་གསུམ་བཅས་ཡིན་ནོ།
༡༠༽ སྒྲེ་ཚན་ལྔ་རུ་བྲིལ་བྱས་ནས། ཞེས་པའི་སྐབས་ཀྱི་བྲིལ་ཞེས་པའི་ཆིག་དོན་
གང་ཡིན་ནམ།

ལན། རྩོགས་བསྐྱུས་བྱེད་པའི་དོན་ཏེ། སྒྲེ་བ་བྱེད་དང་བརྒྱད་སོ་དེ་སྒྲེ་ཚན་ལྔ་ལ་
རྩོགས་བསྐྱུས་བྱས་ནས་མིང་གཞི་ལ་རྒྱལ་སྤྱི་ཁྱད་པར་བཤད་པར་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་
ཞེས་གསུངས།

༡༡༽ རོ་དང་མ་ནིང་མོ་དང་ནི། །འཁོར་རུ་མོ་དང་བཞི་བཞི་རུ། སྒྲེ་བ་བཞི་བ་ཡན་
ཆད་དབྱེ། །ཞེས་པས་སྒྲེ་བ་བཞི་བ་ཡན་ཆད་ཀྱི་ཡི་གེ་ལ་རྒྱལ་སྤྱི་དབྱེ་བ་བཤད་
ཚུལ་རྩི་ལྟར་ཡིན་ནམ།

ལན། བ་སྒྲེ་ཡན་ཆད་ཀྱི་སྒྲེ་བ་བཞིའི་ཡི་གེ་བཅུ་བྲུག་སོར་བཞི་ཚན་སོ་སོའི་གོ་རིམ་
བཞིན་དང་སོ་ཀ་ཅ་ཉ་བ་བཞི་སོ་དང་། གཉིས་བ་ཁ་ཆ་ཐ་པ་བཞི་མ་ནིང་། གསུམ་

ས་ག་ཇ་ད་བ་བཞི་མོ། བཞི་ས་ང་ཉ་ན་མ་བཞི་ཤིན་རྒྱ་མོ་ཡིན་ཞེས་སྡེ་ས་བཞི་ས་
ཡན་ཆད་གྱི་ཡི་གེ་སོ་སོ་ལ་རྟགས་གྱི་བྲད་སར་བཤད་ས་ཡིན།

༡༩ ་ ལྷག་མ་བཅུ་བཞི་གནས་ས་ལ། ཞེས་སའི་ལྷག་མ་བཅུ་བཞི་པོ་གང་ཡིན་ནམ།
ལན། སྡེ་ས་བཞི་ས་ཡན་ཆད་གྱི་ཡི་གེ་ལ་རྟགས་གྱི་བྲད་སར་བཤད་སའི་འཕྲོས་ལྷག་
མ་ཙ་སྡེ་དང་ཞ་སྡེ་ར་སྡེ་ཏ་སྡེ་བཅས་བསྡེམས་སའི་ཡི་གེའི་གངས་ཅུ་བཞི་ཡོད་ས་
དེ་ལ། ལྷག་མ་བཅུ་བཞི་ཟེར་བ་རེད།

༡༩ ་ ཤོན་ལགས། ཅ་སོགས་གསུམ་ནི་ཅ་སོགས་སྟུང་། ཞེས་སའི་ནང་དོན་གང་
ཡིན་ནམ།

ལན། ཅ་ཆ་ཇ་བཅས་ཡི་གེ་གསུམ་པོ་ནི། སྟར་ཅ་ཆ་ཇ་གསུམ་ལ་རྟགས་གྱི་བྲད་
སར་གང་བཤད་ས་དེ་བཞིན་ཅ་སོ་ཡིག་དང་། ཆ་མ་ནིང་། ཇ་སོ་ཡིག་བཅས་སྟུ་
སྟུར་བར་བྱ་དགོས། རྒྱ་མཚན་ནི། ཅ་དང་ཅ། ཆ་དང་ཆ། ཇ་དང་ཇ། བཅས་པན་
ཚུན་སྟེ་ཆོ་ལ་ཤིན་རྒྱ་ཉེ་བའི་བྲིས་རྟགས་ཀྱང་དེ་དང་མཐུན་སར་སྟུར་དགོས་ས་
ཡིན་ཞེས་གསུངས།

༡༩ ་ མིང་གཞི་ལ་མོ་གཤམ་གྱི་རྟགས་གྱི་དབྱེ་བ་འཆད་སྐབས་ཅ་བའི་ཆོག་ལ་མི་
མཐུན་ས་འགའ་ཞིག་འཛོན་གྱི་ཡོད་ས་དེ་དག་གང་དང་གང་རེད་དམ།

ལན། ཞལ་ལུ་ལོ་ཆེན་གྱིས་དག་ཡིག་བ་མ་ཉོག་ཏུ། རྩོགས་སྟུ་ལྷུང་བ་ཉི་ལྟ་
དགྲ། །སུམ་ཅུ་བ་ནི་རྩོགས་ལྷུང་མེད། །ཅེས་ཨ་ཡིག་རྟགས་མེད་དུ་གསུངས། བ་
ཉིས། ར་ལ་ཏ་ནི་མོ་གཤམ་སྟེ། །མ་ནིང་མཚན་མེད་ཅེས་ཀྱང་བྲ། ཞེས་དང་། སི་
རྟུས། །ར་ལ་ཏ་ནི་མོ་གཤམ་སྟེ། །ཨ་ནི་མཚན་མེད་ཅེས་ཀྱང་བྲ། ཞེས་དང་།

དབྱངས་ཅན་གྲུབ་པའི་དོན་རྗེས། །ར་ལ་ཏ་ཨ་མོ་ག་ཤམ་སྟེ། །ཨ་ནི་མཆན་མེད་
 ཅེས་ཀྱང་བྲ། ཞེས་དང་། ཨ་སྤྱ་ཡོངས་འཛིན་ནས། །ར་ལ་ཏ་ནི་མོ་ག་ཤམ་སྟེ། ཨ་
 བེ་ཀུན་གྱི་སྒོ་ག་ཏུ་ཞུགས། །ཞེས་དང་། མཁས་དབང་དགེ་འདུན་སྦྱིན་པས། །ར་
 ལ་ཏ་ཨ་མོ་ག་ཤམ་སྟེ། །མ་ནིང་མཆན་མེད་ཅེས་ཀྱང་བྲ། ཞེས་སོགས་ཡོད་པར་
 སོ་སོའི་དགོངས་གཞི་དགོས་པ་གང་ཡིན་དང་། དེ་དག་ལས་གང་ཞིག་ཐོན་མིའི་
 དགོངས་པར་འབྱོར་མིན་དུ་བར་གསལ་ཆ་མེད་པ་ནི། སྐབས་འདིར་རྒྱལ་ས་
 འབྲུག་གི་རྩ་བའི་ཆོག་རིས་མི་མཐུན་པ་དུ་མ་བྱུང་བའི་དབང་གིས་དུས་ད་ལྟའང་
 འདི་བཞིན་ཚོད་པའི་གཞི་ལྟ་བུར་གནས་ཡོད་པ་ལས། བོད་མི་སྦྱི་མཐུན་གྱི་སྤྱང་
 བྱའི་སློབ་ཆུང་གི་ངོ་བོ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་བྱུང་མེད། དེས་ན་གང་ཞིག་འཐད་དམ་མི་
 འཐད་གྱི་ཆོག་ཐག་གཅོད་མི་བྱས་ན། གཟུར་གནས་ཤེས་ལྡན་ནམ་པས་རྟོག་
 ཞིབ་ཐབ་ནན་གྱིས་འབྱུང་འབྱུར་མི་རབས་གསར་པའི་སྦྱི་མཐུན་སྤྱང་བྱའི་སློབ་
 ཆུང་ཞིག་ཏུ་བསྐྱར་བྱུང་པ་མཛད་རྒྱ་ནི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ།

༡༥ ་ སི་ཏུས། ཨ་ནི་མཆན་མེད་ཅེས་ཀྱང་བྲ། ཞེས་པའི་ཀྱང་སྤྱིའི་བྱས་པ་གང་
 ཡིན་ནམ།

ལན། ཨ་ནི་མཆན་མེད་ཅེས་ཀྱང་བྲ། ཞེས་པའི་ཀྱང་སྤྱིའི་བྱས་པས་ཨ་ཡིག་དེ་མོ་
 ག་ཤམ་གྱི་ཡི་གེ་ཡིན་པར་མ་ཐད་ར་ལ་ཏ་ལས་ཀྱང་སྤྱ་ཚོལ་ཞན་པའི་རྒྱ་མཆན་
 གྱིས་མིང་གཞན་མཆན་མེད་ཀྱང་བཟོད་པ་ཡིན་ཞེས་གསུངས།

༡༦ ་ ལྷག་མ་བྲུག་ནི་མོ་དུ་སྤྱར། ཞེས་པའི་ལྷག་མ་བྲུག་པོ་དེ་གང་ཡིན་ནམ།

ལན། ཅ་སྒྲེའི་མན་ཆད་གྱི་ཡི་གེ་ར་ལ་ཏ་ཨ་བཅས་མོ་ག་ཤམ་དུ་བཤད་པའི་ལྷག་མ་

ཞ་ཟ་འ་ཡ་ཤ་ས་བཅས་དྲུག་ནི་མོ་ཡི་རྟགས་སུ་སྦྱར་བ་སྟེ་བཞག་པ་ལོ། །

༡༥༽ འོ་ན་སི་རུས། ཨ་ཡིག་རྟགས་མེད་ཀྱི་ཡི་གེར་འདོད་དམ་མི་འདོད་ཅེ་ན།
ལན། སི་རུས་ཨ་ཡིག་རྟགས་མེད་དུ་མི་འདོད་དེ། ཨ་ཡིག་མོ་ག་ཤམ་གྱི་ཡི་གེར་
ཁས་སྦྱངས་པས་སོ། འོ་ན་ཅི་སྟེ་ཨ་ནི་མཆན་མེད་ཅེས་གྲང་བྱ། ཞེས་གསུངས་
པ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། ར་ལ་ཏ་ཨ་བཅས་ནང་པན་ཚུན་སྦྱ་ཚྭ་བསྐྱར་བ་ན། ཨ་ཡིག་
དེ་ར་ལ་ཏ་གསུམ་ལས་གྲང་སྦྱ་ཚྭ་ཞན་པར་གྱུར་པའི་བྱད་པར་དེ་ལྟར་ཤེས་
པའི་ཆེད་དུ་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ།

༡༦༽ མིང་གཞི་ལ་རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པའི་རྒྱ་མཆན་གང་ཡིན་ནམ།
ལན། མིང་གཞི་སུམ་ཅུའི་ཡི་གེ་རྣམས་ངག་ནས་འདོན་པའི་ཆེ་སྤྱེ་གནས་ཀྱི་ཚྭ་བ་
སྦྱ་ཆོགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲིན་པར་བྱེད་དགོས་པས། སྦྱ་གདངས་གྲང་བྲག་
ཞན་མི་མ་ཐུན་པར་དུ་མ་གྱུར་པའི་བྲིད། དེ་ལ་རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ་ཡིན་
ནོ།

༡༧༽ མོ་ཡི་ཡི་གེའི་ནང་ནས་ནི། འཇུག་པའི་ཡི་གེ་བཅུ་དབྱུང་བྱ། ཞེས་པའི་མོ་
ཡིག་དེ་གང་ལ་བྱེད་དམ།

ལན། མོ་ཡི་ཡི་གེའི་ནང་ནས་ནི། ཞེས་པའི་མོ་ཡིག་དེ་མིང་གཞིའི་རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་
ལྟ་བོ་དེ་དབྱེ་བ་གསུམ་དུ་བསྐྱུ་བའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་མོ་ཡིག་ལ་བྱ་ཞིང་། དེ་
ཡང་མོ་ཡི་མཆན་ཅན་གྱི་རྟགས་ཤིན་ཏུ་མོ་དང་། མོ་ག་ཤམ་གཉིས་མོ་དུ་བསྐྱུས་
ཏེ་བཤད་པ་ཡིན་ནོ།

༡༨༽ མིང་གཞིའི་རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ལྟ་བོ་དེ་དབྱེ་བ་གསུམ་དུ་བསྐྱུ་ཚྭ་ལ་ངེ་ལྟར་

ཡིན་ནམ།

ལན། མོ་ཡི་མཆན་ཅན་གྱི་རྟགས་ཤིན་ཏུ་མོ་དང་། མོ་གཤམ་གཉིས་མོ་རུ་བརྩིས་ཏེ་

མིང་གཞི་རྣམས་པོ་དང་། མ་ཞིང་། མོ་བཅས་གསུམ་དུ་བསྡུས་པ་ཡིན་ནོ།

༡༡ ། མེང་གཞི་རྣམས་རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་གསུམ་དུ་བསྟུན་གོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་

ཡིན་ནམ།

ལན། གཞུང་འདིར་རྗེས་འཇུག་བཅུ་དྲུང་ཚུ་ལ་དང་། རྒོན་འཇུག་གང་ལ་འཇུག་པ་

དང་མི་འདྲུག་པའི་ཚུ་ལ། མིང་མཐའ་འདྲེན་ཚུ་ལ་སོགས་འཆད་བདེ་བའི་བྱིང་།

མིང་གཞི་རྣམས་ཉགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་གསུམ་དུ་བསྡུས་བ་ཡིན་ནོ།།

༣༣ ་ དཀའ་གནད་གསལ་བའི་མེ་ལོང་ལས། མིང་གཞི་རྣམས་སོ་སོའི་རྟགས་ཀྱི་

བྱུང་པར་རི་ལྟར་གསུངས་ཡོད་དམ།

ལན། དཀའ་གསལ་ལས། སྒྲིང་ན་དབྱངས་མོ་གསལ་བྱེད་པོ། དེ་སྒྲིང་གླ་ལི་སྐྱམ་

ཅུ་པོ། རོ་ཡི་ཡི་གེ་འབར་ཞིག་ལ། རང་གསེས་སྡེ་ཆོན་ལྷུང་དབྱེ་སྟེ། ཀ་ཅ་ཏ་པ་

ཅ་རྣམས་པོ། ཁ་ཆ་ཐ་པ་ཆ་མ་ཞིང་། ག་ང་ད་བ་ཇ་ལུ་ཞ། ཟ་འ་ཡ་ག་ས་རྣམས་

མོ། ར་ཉ་ན་མ་ཤིན་ཏུ་མོ། ར་མ་ཏ་ཨ་མོ་གཤམ་སྟེ། ཨ་ནི་མཚན་མེད་ཅས་

ཀྱང་བྱ། ཞེས་གསུངས་སོ།

༡༣༽ མིང་གཞི་ག་ཅ་ཏེ་པ་ཅ་རྣམས་པོ་ཡིག་ཏུ་འཛོག་པའི་རྒྱ་མཆན་གང་རེད་

དམ།

ལན། མིང་གཞི་ཀ་ཅ་ཏ་པ་ཅ་རྣམས་རང་ཉིད་ངག་ནས་འདོན་པའི་ཆེ་སྒྲ་ཚུལ་དྲག་

བར་འགྱུར་བའི་ཆ་ནས་ཕོ་ཡིག་ཏུ་བཞག་པ་ཡིན།

༡༥ ་ མིང་གཞི་ཁ་ཆ་ཐ་པ་ཆ་བཅས་མ་ནིང་དུ་འཛོག་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཞིག་ཡིན་
ནམ།

ལན། མིང་གཞི་ཁ་ཆ་ཐ་པ་ཆ་བཅས་རང་ཉིད་ངག་ནས་འདོན་པའི་ཆེ་སྒྲ་ཚོལ་རན་
པར་འགྱུར་བའི་ཆ་ནས་མ་ནིང་དུ་འཛོག་གོ།

༡༦ ་ མིང་གཞི་ག་ཇ་ད་བ་ཇ་ཕ་ཞ་ཟ་འ་ཡ་ཤ་ས་དང་བཅས་པ་མོ་ཡིག་དུ་འཛོག་
པའི་རྒྱ་མཚན་གང་རེད་དམ།

ལན། མིང་གཞི་དེ་རྣམས་རང་ཉིད་ངག་ནས་འདོན་པའི་ཆེ་སྒྲ་ཚོལ་ཞན་པར་འགྱུར་
བའི་ཆ་ནས་མོ་ཡིག་དུ་བཞག་པ་ཡིན་ནོ།

༡༧ ་ མིང་གཞི་ང་ཉ་ན་མ་བཞི་པོ་ཤིན་དུ་མོ་རུ་འཛོག་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་
ནམ།

ལན། མིང་གཞི་ང་ཉ་ན་མ་བཞི་པོ་དེ་རང་ཉིད་ངག་ནས་འདོན་པའི་ཆེ་མོ་ཡིག་ལས་
ཀྱང་སྒྲ་ཚོལ་ཞན་པར་འགྱུར་བས་ཤིན་དུ་མོ་རུ་བཞག་པ་ཡིན་ནོ།

༡༨ ་ ཅིའི་ཕྱིར་མིང་གཞི་ར་ལ་ཏ་གསུམ་མོ་གཤམ་གྱི་ཡི་གེར་འཛོག་པ་ཡིན་ནམ།
ལན། མིང་གཞི་ར་ལ་ཏ་གསུམ་རང་ཉིད་ངག་ནས་འདོན་པའི་ཆེ་ཤིན་དུ་མོ་ཡིག་

ལས་ཀྱང་སྒྲ་ཚོལ་ཞན་པར་འགྱུར་བས་ན་མོ་གཤམ་དུ་བཞག་པ་ཡིན་ནོ།

༡༩ ་ སྒྲ་ཚོལ་ཞེས་པའི་ཆིག་གི་གོ་དོན་གང་རེད་དམ།

ལན། ཡི་གེ་རྣམས་ངག་ནས་འདོན་པའི་སྐད་གདངས་ལ་སྒྲ་ཟེར་ཞིང་། སྒྲ་དེ་ཉིད་གང་
ལས་འབྱུང་བའི་སྒྲི་གནས་ལྟེ་རྒྱ་ལ་སོགས་པ་གཡོ་འགྲུལ་བྱེད་པའམ་བཀོལ་
སྒྱེད་བྱེད་པ་ལ་ཚོལ་བ་ཟེད།

༡༩ ་ ཅི་ཞིག་ལ་སྦྱེ་གནས་ཟེར་བ་རེད་དམ།

ལན། ཡི་གེ་གང་ལས་སྦྱེ་བར་བྱེད་པའི་གནས་སམ་འབྱུང་བའི་ཁུངས་ཏེ་སྦྱེས་བྱའི་
ལྷེ་རྒྱལ་ལ་སྦྱེ་གནས་ཟེར།

༢༠ ་ སྦྱ་ཚྭ་བྲག་པ་དང་ཞན་པ་ཞེས་པ་དེ་ག་འདྲ་ཞིག་ལ་ཟེར་བ་རེད་དམ།

ལན། སྦྱ་བྲག་ཞན་ཞེས་པ་ནི་སྐད་གདངས་རྩལ་ཅིང་ཁྲོང་པའི་ཆ་ལ་སྦྱ་བྲག་པ་དང་།
སྐད་གདངས་འཇམ་ཞིང་ལྷོད་པའི་ལ་སྦྱ་ཞན་པ་ཞེས་ཟེར་ཞིང་། ཚྭ་ལ་བྲག་ཞན་
ཞེས་པ་ནི། ལྷེ་རྒྱལ་ལ་སྦྱེ་གནས་ཀྱི་གཡོ་འགྲུལ་ཤེད་ཆེ་བའམ། བྱེད་ཚྭ་ལ་
རྩལ་པའི་ཆ་ལ་ཚྭ་ལ་བྲག་པ་ཞེས་དང་། ལྷེ་རྒྱལ་ལ་སྦྱེ་གནས་ཀྱི་ཚྭ་ལ་ཤུགས་རྩུང་
བ་སྟེ་ལྷོད་པའི་ཆ་ནས་ཚྭ་ལ་ཞན་པ་ཞེས་ཟེར་བ་རེད།

༢༡ ་ ཅུ་བ་ལས། སྟོན་འཇུག་གི་རྒྱལ་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཇི་ལྟར་གསུངས་སམ།

ལན། ཅུ་བ་ལས། །སྟོན་འཇུག་ཡི་གེ་ལྷ་ལོ་ལ། །ཐོ་དང་མ་ནིང་མོ་དང་ནི། །ཤིན་རྩ་མོ་
དང་བཞི་རུ་དབྱེ། ཞེས་གསུངས།

༢༢ ་ དཀའ་གསལ་ལས། སྟོན་འཇུག་སོ་སོའི་རྒྱལ་ཀྱི་ཁྲད་པར་ཇི་ལྟར་
གསུངས་ཡོད་དམ།

ལན། དཀའ་གསལ་ལས། །སྟོན་འཇུག་ལྷ་ཡི་བ་ཡིག་སོ། །ག་ད་མ་ནིང་འ་མོ་
ཡིག །མ་ནི་ཤིན་རྩ་མོ་ཡིན་ནོ། ཞེས་གསུངས།

༢༣ ་ སྟོན་འཇུག་ལ་རྒྱལ་ཀྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པའི་རྩུ་མཚན་གང་ཡིན་ནམ།

ལན། སྟོན་འཇུག་རྣམས་འཇུག་ཡུལ་མིང་གཞི་ལ་སྦྱར་ནས་འདོན་པའི་ཆེ་སྦྱ་ཚྭ་ལ་
བྲག་ཞན་གྱི་ཁྲད་པར་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རྒྱལ་ཀྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །

༣༩ ་ རྩོམ་འཇུག་རྣམས་འཇུག་ཡུལ་མིང་གཞི་ལ་ཚུལ་རིམ་གྱི་སྒྲིམ་སྒྲིམ་འཇུག་
བ་ཡིན་ནམ།

ལན། མོ་བ་ཡིག་འཇུག་ཡུལ་མིང་གཞི་ལ་སྐྱེ་ཚེ་དག་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཏེ་སྒྲིམ་སྒྲིམ་
འཇུག་བ་དང་། མ་ཞིང་ག་ད་གཉིས་འཇུག་ཡུལ་མིང་གཞི་ལ་སྐྱེ་ཚེ་རན་པའི་
ཚུལ་གྱིས་འཇུག།

མོ་བ་ཡིག་འཇུག་ཡུལ་མིང་གཞི་ལ་སྐྱེ་ཚེ་ཞན་པའི་ཚུལ་གྱིས་འཇུག །འིན་ཏུ་
མོ་མ་ཡིག་འཇུག་ཡུལ་མིང་གཞི་ལ་སྐྱེ་ཚེ་འིན་ཏུ་ལྟོད་པའི་ཚུལ་གྱིས་འཇུག་
བ་ཡིན་ནོ།།

༤༠ ་ ཅ་བ་ལས། རྩོམ་འཇུག་གི་བྱེད་བ་བཞིའམ་འཇུག་བ་བཞི་རིམ་གསུངས་
སམ།

ལན། བྱ་ཉིས། དེ་དག་རེ་རེའང་བཞི་བྱེད་དེ། །གང་གིས་འཇུག་བྱེད་གང་ལ་
འཇུག །རིམ་ལྔ་འཇུག་བྱེད་ཅིའི་ཕྱིར་འཇུག །ཅེས་དང་། སི་ཏུས། །དེ་དག་རེ་
རེའང་བཞི་བྱེད་དེ། །གང་ལ་འཇུག་བྱེད་གང་གིས་བྱེད། །རིམ་ལྔ་འཇུག་བྱེད་ཅི་
ཕྱིར་བྱེད། ཅེས་གསུངས་སོ། །

༤༡ ་ ཅ་བ་ལས། རྩོམ་འཇུག་གི་གང་ལ་འཇུག་བ་རིམ་ལྔ་གསུངས་ཡོད་དམ།

ལན། །གང་ལ་འཇུག་བར་བྱེད་ཅེ་ན། །མོ་ནི་མོ་དང་མོ་ལ་འཇུག །མོ་ནི་མོ་དང་མ་
ནིང་ལ། མ་ནིང་ཡང་ནི་མོ་མོ་ལ་འོ། །འིན་ཏུ་མོ་ནི་མ་ནིང་དང་། །མོ་དང་འིན་ཏུ་
མོ་ཉིད་ལ་འོ། །ཞེས་གསུངས།

༤༢ ་ དཀའ་གསལ་ལས། རྩོམ་འཇུག་གི་གང་ལ་འཇུག་བ་རིམ་ལྔ་གསུངས་ཡོད་

དམ།

ལན། །མོ་ཡིག་བཞི་ཀ་ཅ་ཏ། །ཅ་ག་ང་ཇ་ཉ་ད་ན། །ཇ་ཞ་ཟ་ར་ཉ་སར་འཇུག། མ་ནིང་
ག་ནི་ཅ་ཏ་ཅ། །ཉ་ད་ན་ཞ་ཟ་ཡ་ལ། །སར་འཇུག་མ་ནིང་ད་ཡིག་ནི། །ཀ་བ་ག་བ་ང་
མར་འཇུག། །མོ་ཡིག་འ་ནི་ག་ཇ་ད། །བ་ཇ་ཁ་ཆ་ཐ་པ་ཆ་ད། །ཤིན་ཏུ་མོ་ཡི་མ་
ཡིག་ནི། །ཁ་ཆ་ཐ་ཆ་ག་ཇ་ད། །ཇ་ང་ཉ་ན་རྣམས་ལ་འཇུག། །ཅེས་གསུངས།

༣༩ ་། ཅེ་ཕྱིར་འཇུག་གི་གཞུང་དོན་དེ་ཕྱིས་ཕྱིན་པར་ཤེས་པ་ལ་ཐོག་མར་གང་དང་
གང་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱ་དགོས་སམ།

ལན། ཅེ་ཕྱིར་འཇུག་གི་གཞུང་དོན་ཤེས་པ་ལ་ཐོག་མར་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་དང་།
དངོས་སོ་བདག་གཞན། དུས་གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག་བཅས་ཤེས་པར་བྱ་དགོས་
པ་ཡིན།

༤༠ ་། ཅ་བ་ལས། སྟོན་འཇུག་གི་གང་ལ་འཇུག་པ་ནི་ལྟར་གསུངས་ཡོད་དམ།

ལན། གང་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་ཅེ་ན། །མོ་ནི་མོ་དང་མོ་ལ་འཇུག། །མོ་ནི་མོ་དང་མ་ནིང་
ལ། །མ་ནིང་ཡང་ནི་མོ་མོ་ལ་འོ། །ཤིན་ཏུ་མོ་ནི་མ་ནིང་དང་། །མོ་དང་ཤིན་ཏུ་མོ་
ཉིད་ལ་འོ། །ཞེས་གསུངས།

༤༡ ་། སྟོན་འཇུག་རྣམས་འཇུག་ཡུལ་མིང་གཞི་ལ་འཇུག་པའི་དགོས་པ་གང་རེད་
དམ།

ལན། བྱ་ཉིས། བདག་གཞན་སོགས་དོན་དགུ་སྟོན་པའི་ཆེད་དུ་འཇུག་ཅེས་དང་། སི་
ཏུས། བདག་གཞན་སོགས་དོན་ལྔ་སྟོན་པའི་ཆེད་དུ་འཇུག་པར་གསུངས།

༤༢ ་། བྱ་ཉིས་བདག་གཞན་སོགས་དོན་དགུ་འཛོག་ཚུལ་ནི་ལྟར་ཡིན་ནམ།

ལན། དངོས་པོ་ལ་འཇུག་པ། བདག་དང་། གཞན། བདག་གཞན་གཉིས་ཀྱི་བྱ་བ་
བཅས་བཞི་དང་། ལས་ལ་འཇུག་པ། བྱེད་པའི་ལས་དང་། བྱ་བའི་ལས་གཉིས།
དུས་ལ་འཇུག་པ། མ་འོངས་པ་དང་། ད་ལྟ་བུ། འདས་པ་གསུམ་སྟེ་དོན་དགའོ།

༤༡ ་ སི་ཏུའི་ལུགས་བཞིན་བདག་གཞན་སོགས་དོན་ལྡེ་ལྟར་འཛོག་གས།

ལན། བདག་དང་གཞན་གཉིས་དང་། དུས་གསུམ་བཅས་དོན་ལྡེ།

༤༢ ་ བྱ་བའི་བཞིན། སྟོན་འཇུག་གི་དགོས་པ་བཤད་པའི་སྐབས་དངོས་པོ་ལ་
བདག་དང་། གཞན། བདག་གཞན་གཉིས་ཀྱི་བྱ་བ་བཅས་བཞི་པ་གསུངས་པའི་
དགོངས་པ་འི་ལྟར་འགྲེལ་དགོས་པ་ཡིན་ནས།

ལན། གཞན་བསྐྱབ་ཕྱིར། ཞེས་པས་དངོས་པོ་གཞན་དང་། བསྐྱབ་ཅེས་པའི་བྱ་བ་
སྟོན་ཕྱིར་འཇུག་པ་དང་། མ་ཞིང་གཉིས་ཀྱི་ཞེས་པས་བདག་གཞན་གཉིས་ཀྱི་
དང་། བདག་དང་ཞེས་པས་དངོས་པོ་བདག་ཅེས་དངོས་པོ་ལ་འཇུག་པ་བཞི་
བཤད་དོ།

༤༣ ་ དངོས་པོ་ལ་འཇུག་པར་འཆད་པའི་སྐབས་བདག་གཞན་གཉིས་ཀྱི་ཞེས་
ཟུར་དུ་བྲང་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆན་གང་ཡིན་ནས།

ལན། འདི་ནི་རྩ་བ་ལས། །མ་ཞིང་གཉིས་ཀྱི་ད་ལྟ་ཆེད། །ཅེས་རྩ་བའི་ཆིག་ཟེན་དང་
མ་ཟུན་པར་བདག་གཞན་གཉིས་ཀྱི་ལ་འཇུག་པ་ཟུར་དུ་བྲངས་པ་ཡིན་ནོ།

༤༤ ་ ཅི་ཕྱིར་འཇུག་པ་བཤད་པའི་གཞུང་གིས་དུས་གསུམ་སྟོན་ཚུལ་འི་ལྟར་
ཡིན་ནས།

ལན། ཐོ་ནི་འདས་དང་ཞེས་པས་དུས་འདས་པ་དང་། ད་ལྟ་ཆེད། ཅེས་པས་དུས་ད་

ལྷ་བ་དང་། མ་འོངས་ཕྱིར། ཞེས་བས་དུས་མ་འོངས་བཅས་དུས་གསུམ་བསྟན་
བ་ཡིན་ནོ།

༧༩ ་། ཅི་ཕྱིར་འཇུག་གི་རྩ་བའི་གཞུང་ཆོག་ཐད་ལ་བྱ་ཉི་དང་སི་རུ་གཉིས་གྱི་ཁྱད་
བར་གང་ཡིན་དང་། དེ་གཉིས་ལས་གང་འཐད་བ་ཡིན་ནམ།

ལན། བྱ་ཉིས་མོ་ནི་བདག་དང་མ་འོངས་ཕྱིར། ཞེས་དང་། སི་རུས། མོ་ནི་བདག་ད་
མ་འོངས་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་ཤིང་། འདོད་ཚུལ་དེ་གཉིས་ལས་བྱ་ཉིའི་ལུགས་
བཞིན་འཐད་བར་སེམས་ཏེ། གཞུང་འདིར་སྟོན་འཇུག་པོ་མོ་མ་ནིང་གསུམ་སོ་
སོའི་བསྟན་བྱ་གཙོ་བོ་བདག་གཞན་དང་། དུས་གསུམ་བཅས་དོན་ལྡ་ལས་གང་
དང་གང་ཡིན་འཆད་པའི་སྐབས་ཡིན་བས། མོ་འ་ཡིག་གི་བསྟན་བྱའི་གཙོ་བོ་
བདག་གཞན་གཉིས་ནས་བདག་དང་དུས་གསུམ་ལས་དུས་མ་འོངས་བ་ཡིན་
པའི་ཕྱིར། མོ་ནི་བདག་དང་མ་འོངས་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་བ་ནི་ཐོན་མའི་
དགོངས་བ་དང་མཐུན་ཤིང་ཆེ་སྟམ།

༨༠ ་། སི་རུ་ལྷར། མོ་ནི་བདག་ད་མ་འོངས་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་བ་མི་འཐད་པའི་
རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ནམ།

ལན། སྐབས་འདིར་བསྟན་བྱའི་གཙོ་བོ་བདག་གཞན་དང་འབྲེལ་བའི་དུས་གསུམ་
ཡིན་བ་ལས། བདག་གཞན་དང་མ་འབྲེལ་བའི་དུས་གསུམ་སྐབས་འདིའི་བསྟན་
བྱ་མ་ཡིན་ཞིང་། ལར་ནས་དངོས་པོ་བདག་སྟོན་བ་ལ་འཇུག་པའི་སྟོན་འཇུག་
ཡིན་ན།

དུས་ད་ལྷ་བ་ལ་འཇུག་པས་ཁྱབ་པའི་ཕྱིར། བདག་ད་ཞེས་ད་ལྷ་བའི་སྐྱ་ཟུར་དུ་

སྒོ་སྤྱོད་པ་དགོས་པ་གཞན་མེད་དོ།

༩༩ ་ རྒྱུ་ལྟུག་མོ་འཁྲིག་དུས་གསུམ་ལས་ད་ལྟ་བུ་ལ་འཁྲུག་པ་བྱས་ཆེ་བ་ཡིན་
ཀྱང་། རྩ་བ་ལས་། མོ་ནི་བདག་དང་མ་འོངས་ཕྱིར། ཞེས་མ་འོངས་པ་དངོས་སུ་
གསུངས་པ་ལས་ད་ལྟ་བུ་མ་གསུངས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡིན་ནམ།

ལན། སྐབས་འདིར་བདག་གཞན་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་ཀྱི་དུས་གསུམ་འཆད་པའི་
སྐབས་ཡིན་པས་ན། དུས་ད་ལྟ་བུ་དངོས་པོ་བདག་གི་ཁོངས་སུ་བསྐྱུས་པའི་ཕྱིར་
མོ་འཁྲིག་དུས་ད་ལྟ་བུ་ལ་འཁྲུག་པ་བྱུང་དུ་མ་གསུངས་ཤིང་། མ་འོངས་པ་དང་
འདས་པ་གཉིས་ལས་མོ་འཁྲིག་དུས་མ་འོངས་པ་འཁྲུག་པ་བྱས་ཆེ་བས་ན། དུས་
ཀྱི་སྐབས་མོ་འཁྲིག་མ་འོངས་པ་ལ་འཁྲུག་ཅེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ།

༩༩ ་ སི་རུས། མོ་ནི་བདག་དམ་འོངས་ཕྱིར། ཞེས་རྩ་བའི་ཆིག་ཏུ་དང་ཞེས་ཡོད་
པ་དེ་ད་ཞེས་བཅོས་དགོས་པའི་གནད་འགག་གང་ལ་ཐུག་པ་ཡིན་ནམ།

ལན། སི་རུས། ཅི་ཕྱིར་འཁྲུག་པ་བཤད་པའི་སྐབས་བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆིག་དང་བྱེད་
མེད་ལས་ཆིག་གཉིས་ཀའི་དུས་གསུམ་བསྟན་པར་དགོངས་ནས། མོ་འཁྲིག་
དུས་ད་ལྟ་བུ་དང་མ་འོངས་པ་གཉིས་ཀར་འཁྲུག་པའི་བྱེད་མེད་ལས་ཆིག་ཇི་སྟེད་
ཅིག་ཡོད་པ་དེ་དག་ཀྱང་རྩ་བས་བསྟན་པར་འབྲེལ་དགོས་པར་བྱུང་སྟེ། མོ་ནི་
བདག་དམ་འོངས་ཞེས་བཅོས་པ་ཡིན་ནོ།

༡༠ ་ ཇི་བ། བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་ཞེས་པའི་གོ་དོན་གང་ཡིན་ནམ།

ལན། བྱ་ཞེས་པ་ནི་བྱ་བའམ་ལས་ཀ་དང་། བྱེད་ཅེས་པ་ནི་བྱེད་པ་པོ་འམ་ལས་ཀ་
བྱེད་མཁན་དང་། ལས་ཞེས་པ་ནི་བྱ་བའི་ཡུལ་ལམ་ལས་ཀ་བྱེད་རྒྱ་གང་ཡིན་པ་

བཅས་ལ་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་ཟེར་བ་རེད།

༥༡ ་ རྒྱུ་བྱ་ཆོག་ཅེས་པ་ནི་ག་ལང་ཞིག་ལ་ཟེར་བ་རེད་དམ།

ལན། ཆོག་རང་ཉིད་དག་ཏུ་རྫོད་པའི་ཆེ་པ་རོལ་པོའི་སྤང་ངོར་གཡོ་འགྲུལ་གྱི་རྣམ་པ་
མཆོན་ཞིང་། རྒྱལ་གསུམ་གྱི་བརྫོད་པ་དང་འབྲེལ་བའི་དག་ཅིག་ལ་བྱ་ཆོག་ཟེར།

༥༢ ་ རྒྱུ་བྱ་བྱེད་བྱ་བའི་ངོ་བོ་བྱུབ་ཚུལ་གྱི་སྒོ་ནས་དབྱེ་བ་ག་ཆོད་ཡོད་དམ།

ལན། རྒྱུ་བྱ་བ་བྱུབ་སྤངས་ལ་གཉིས་ཡོད་དེ། བྱེད་པ་པོའི་རྩོལ་བ་ལ་སྒྲོལ་ནས་
བྱུབ་པའི་རྩོལ་བཅས་ཀྱི་བྱ་བ་ཞིག་དང་། བྱེད་པ་པོའི་རྩོལ་བ་ལ་མ་སྒྲོལ་བར་
བྱུབ་པའི་རྩོལ་མེད་ཀྱི་བྱ་བ་བཅས་རིགས་གཉིས་ཡོད་པ་ཡིན།

༥༣ ་ བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་ནང་ཆོན་གྱི་བྱ་བ་ལ་རྩོལ་བཅས་དང་རྩོལ་མེད་ཀྱི་བྱ་བ་
གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་ཡོད་དམ་མེད།

ལན། བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་གྱི་བྱ་བ་ལ་རྩོལ་བཅས་རྩོལ་མེད་ཀྱི་དབྱེ་བ་གཉིས་སུ་མི་
འབྲུང་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡིན་ན་བདག་གཞན་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་བ་ཡིན་དགོས་པའི་
ཕྱིར།

༥༤ ་ བྱེད་པ་པོ་གཞན་དང་དངོས་སུ་འབྲེལ་བའི་བྱ་བ་ཞེས་པའི་གོ་དོན་གང་ཡིན་
ནམ།

ལན། རྩོལ་བཅས་བྱ་བ་གང་ཞིག །བྱ་ཡུལ་ལས་ངོ་བོ་གཞན་པའི་བྱེད་པ་པོ་ཞིག་
དང་དངོས་སུ་འབྲེལ་ནས་བྱུང་བའི་བྱ་བ་ལ། བྱེད་པ་པོ་གཞན་དང་དངོས་སུ་
འབྲེལ་བའི་བྱ་བ་ཟེར།

༥༥ ་ བྱེད་པ་པོ་གཞན་དང་དངོས་སུ་འབྲེལ་བའི་ལས་ཆོག་ལ་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་

གང་ཡོད་དམ།

ལན། བྱེད་པ་པོ་གཞན་དང་དངོས་སུ་འབྲེལ་བའི་ལས་ཆིག་དང་། བྱ་བྱེད་ཐ་དང་
པའི་ལས་ཆིག །བདག་དོན་དངོས་ཀྱི་ལས་ཆིག །བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆིག་བཅས་
དོན་གཅིག་མིང་གི་རྣམ་གངས་ཡིན་ནོ།།

༥༦༽ བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་གྱི་བྱེད་ཅེས་པ་ལ་ནང་གསེས་གཞི་ཡོད་དམ།

ལན། དེ་ལ་བྱེད་པ་པོ་དང་། བྱེད་པ་ཞེས་གཉིས་སུ་དབྱེ་བའམ། ཐ་སྙད་གཞན་བྱེད་
པ་པོ་གཙོ་བོ་དང་། བྱེད་པ་པོ་པལ་བ་ཞེས་དབྱེ་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་གཉིས་འཛོན་གྱི་
ཡོད།

༥༧༽ བྱེད་པ་པོ་གཞན་དང་དངོས་སུ་མ་འབྲེལ་བའི་ལས་ཆིག་ལ་མིང་གི་རྣམ་
གངས་གང་དང་གང་ཡོད་དམ།

ལན། བྱེད་མེད་ལས་ཆིག །རྩོལ་མེད་ཀྱི་བྱ་བ། བྱེད་པ་པོ་གཞན་དང་དངོས་སུ་མ་
འབྲེལ་བའི་ལས་ཆིག་དང་། བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དང་པའི་ལས་ཆིག་བཅས་དོན་གཅིག་
མིང་གི་རྣམ་གངས་ཡིན་ནོ།།

༥༨༽ ཅ་བའི་ཆིག་ཟིན་ལྟར། བདག་གཞན་ཞེས་པ་ནི་ག་འདྲ་ཞིག་ལ་ཟེར་བ་རེད་
དམ།

ལན། བྱ་བའམ་ལས་ཀ་བྱེད་མཁན་གྱི་བྱེད་པ་པོ་ལ་བདག་ཅེས་དང་། བྱ་ལུལ་ལམ་
ལས་ཀ་བྱེད་རྒྱ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་གཞན་ཞེས་ཟེར་བ་ཡིན།

༥༩༽ དཀའ་གསལ་ལས། བདག་གཞན་དབྱེ་བ་རི་ལྟར་གསུངས་ཡོད་དམ།

ལན། དཀའ་གསལ་ལས། །ལས་གང་ཞིག་ལ་བྱེད་པ་པོ། །གཞན་དང་དངོས་སུ་

འབྲེལ་བ་ཡི། །དབང་དུ་བྱས་ནས་བྱེད་པོ་དང་། །དེ་ཡི་བྱེད་བ་གཉིས་པོ་
ནི། །དངོས་པོ་བདག་ཡིན་བྱ་ཡུལ་དང་། །བྱ་བ་གཉིས་པོ་དངོས་པོ་གཞན། །ཞེས་
གསུངས།

༤༠ ་ །བདག་གཞན་དབྱེ་བ་བཤད་པའི་དགོས་པ་གང་ཡིན་ནམ།
ལན། བྱེད་བ་པོ་དངོས་པོ་བདག་དང་། བྱ་བའི་ཡུལ་དངོས་པོ་གཞན་དུ་བསྐྱུ་བ་སྟེ་དེ་
ལྟར་ཤེས་པའི་ཆེད་དུ་མ་ཟད།

བདག་གཞན་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་བྱེད་རྣམས་ཀྱང་བདག་གཞན་གྱི་ཁོངས་སུ་
བསྐྱུ་དགོས་པའི་དོན་དུ་བདག་གཞན་གྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ་ཡིན་ནོ།

༤༡ ་ །དཀའ་གསལ་ལས། བདག་གཞན་དབྱེ་བ་བཤད་པའི་དགོས་པ་རི་ལྟར་
གསུངས་ཡོད་དམ།

ལན། བདག་གཞན་དབྱེ་བས་དེ་ཙམ་དུ། །ཁྱབ་པ་མིན་ཡང་བྱེད་པོ་དང་། །བྱ་ཡུལ་
བསྐྱུ་ཕྱིར་དབྱེ་བ་དེ། །མཛད་ནས་བདག་གཞན་དང་འབྲེལ་བའི། །བྱ་བྱེད་རྣམས་
ཀྱང་དེ་ཁོངས་བསྐྱུས། །ཞེས་གསུངས།

༤༢ ་ །བདག་གཞན་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱེད་དོན་གཅིག་མིང་གི་རྣམ་
གྲངས་གཞན་གང་ཡོད་དམ།

ལན། བདག་གཞན་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱེད་དང་། བྱ་བྱེད་ཤེད་མཚུངས་ཀྱི་སྐྱེ་
གཉིས་དོན་གཅིག་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན།

༤༣ ་ །བདག་གཞན་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་བྱེད་ཅེས་པ་དེ་ག་འདྲ་ཞིག་ལ་ཟེར་བ་རེད་
དམ།

ལན། བདག་ནི་བྱེད་པ་པོ་སྟེ། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲ། བྱེད་པ་དང་། བྱེད་པའི་སྒྲ། བྱེད་པ་ལས། བྱེད་ལས་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲ་བཅས་ལ་བདག་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲ་ཟེར་ཞིང་། གཞན་ནི་བྱ་བའི་ཡུལ་ཏེ། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲ། བྱ་ཡུལ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲ། བྱ་ལས། བྱ་ལས་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲ་བཅས་ལ་གཞན་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲ་ཟེར་རོ།

༤༥༽ བདག་གཞན་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་བྱེད་རྣམས་བདག་གཞན་དུ་བསྐྱུ་དགོས་ཞེས་པ་ནི་དེ་དག་བདག་གཞན་ཡིན་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་ནས།

ལན། བདག་གཞན་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་བྱེད་རྣམས་བདག་གཞན་དུ་བསྐྱུ་ཞེས་པ་ནི་དེ་དག་བདག་གཞན་ཡིན་ཞེས་པའི་དོན་མིན་ཏེ། བདག་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲ་དཔེར་ན། བྱེད་པ། བྱེད་ལས་སོགས་དངོས་པོ་བདག་དུ་བསྐྱུ་བ་ཡིན་ཀྱང་བདག་མ་ཡིན་ཏེ། བདག་ཡིན་ན་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་དགོས་པ་དང་། དེ་བཞིན་གཞན་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲ་བྱ་ལས་སོགས་དངོས་པོ་གཞན་མ་ཡིན་ཏེ། གཞན་ཡིན་ན་བྱ་བའི་ཡུལ་ཡིན་དགོས་པ་ལས། བྱ་ལས་ཞེས་པ་ནི་བྱ་ཡུལ་མ་ཡིན་ཏེ། བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཁྱོད་ལ་དུས་གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག་འཐད་པའི་ཕྱིར།

༤༦༽ དཀའ་གསལ་ལས། །དེ་ཕྱིར་དུས་གསུམ་དབྱེ་བས་ནི། བྱེད་ལས་དང་འབྲེལ་བྲག་གི་ནི། །སྟོར་བ་ཀུན་ལ་ཁུབ་པ་ཡིན། །ཞེས་བྱེད་ལས་དང་འབྲེལ་བའི་བྲག་གི་སྟོར་བ་ཞེས་པ་དེ་གང་ལ་དགོངས་ནས་གསུངས་པ་ཡིན་ནས།

ལན། བྱེད་ལས་དང་འབྲེལ་བའི་བྲག་གི་སྟོར་བ་ཞེས་པ་ནི། མཁས་མཆོག་གྲ་ཉིད་གཞུང་ནས་ཐོན་པའི་བྱེད་པའི་ལས་དང་བྱ་བའི་ལས་ཞེས་པ་དེ་དག་ཀུན་ལ་ཡང་དུས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བས་ཁུབ་པ་ཡིན་ཞེས་གསུངས།

༤༦༽ བྱེད་པའི་ལས་དང་། བྱ་བའི་ལས་ཞེས་ཐ་སྙད་འདི་བཞིན་མཁས་མཆོག་གྱ་
ཉིས་གསར་དུ་འདོགས་པའི་ཁུངས་གང་ཡོད་དམ།

ལན། ཐ་སྙད་འདི་བཞིན་བྱ་ཉིས་གསུངས་པའི་ཁུངས་སི་ཏུ་འབྲེལ་ཆེན་དུ། གཞན་དུ་
བྱེད་པའི་ལས་དང་བྱ་བའི་ལས་ཞེས་ལས་ཀྱི་ཆོག་ལ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་དེའང་
དབྱེ་བ་དེ་དག་གི་ནང་འདུས་ཏེ་ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན། གཞན་དུ་ཞེས་པ་ནི་བྱ་
ཉིདེ་གཞུང་ལ་གོ་དགོས་པ་ཡིན་ཏེ། བྱ་ཉིས་དག་དོན་སྙམ་ཆོག་དུ། བྱེད་པ་པོ་
དང་འབྲེལ་བའི་ལས། བྱེད་པའི་ལས་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། བྱ་བའི་ཡུལ་དང་འབྲེལ་
བའི་ལས། བྱ་བའི་ལས་ཞེས་འདོགས་པ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་སོ།།

༤༧༽ དཀའ་གསལ་ལས། བྱེད་ལས་དང་འབྲེལ་བའི་དག་ཅེས་པ་དེར། སི་ཏུ་ཞལ་
ལུང་དུ་ཐ་སྙད་གང་བྱེད་དམ།

ལན། བྱེད་ལས་དང་འབྲེལ་བའི་དག་ཅེས་པ་དེར། དུལ་ཚུ་རྣམ་རྩ་བས། སི་ཏུ་ཞལ་
ལུང་དུ། བྱ་བྱེད་ཀྱི་ལས་དང་འབྲེལ་བའི་དག་ཅེས་ཐ་སྙད་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ།།

༤༨༽ རྩེ་བ། ཅི་ཞིག་ལ་བྱེད་པའི་ལས་དང་། བྱ་བའི་ལས་ཞེས་ཟེར་བ་ཡིན་ནམ།
ལན། བྱེད་པའི་ལས་ཞེས་བྱ་བ་ནི། ལས་གང་ཞིག་ལ་བྱེད་པ་པོས་བྱ་བ་བྱེད་བཞིན་
པའི་སྐབས་བྱེད་པ་པོ་རང་སྟེང་དུ་མཐོང་རྒྱ་ཡོད་པའི་ལས་རིགས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་
གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ལ། བྱེད་པའི་ལས་ཟེར། བྱ་བ་བྱེད་བཞིན་པ་དང་བྱས་ཟིན་
པའི་གནས་སྐབས་སུ་བྱ་བའི་ཡུལ་རང་སྟེང་དུ་བྱུབ་པའི་བྱ་བའི་རིགས་ལ། བྱ་
བའི་ལས་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ།།

༤༩༽ དུས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པའི་དགོས་པ་གང་ཡིན་ནམ།

ལན། དུས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པའི་དགོས་པ་ནི། བདག་གཞན་གྱི་དབྱེ་བས་མ་
ཁྲབ་པའི་ལྷག་མ་བྱེད་མེད་ལས་ཆོག་རྣམས་དུས་གསུམ་དུ་བསྟུ་བའི་ཕྱིར་ཉེ་
དག་ལ་དུས་གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག་ཡོད་པར་ཤེས་པའི་ཆེད་ཡིན།

༧༠༽ དཀའ་གསལ་ལས། དུས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པའི་དགོས་པ་རི་ལྟར་
གསུངས་ཡོད་དམ།

ལན། །དེས་ན་དུས་གསུམ་དུ་དབྱེ་བ། བདག་གཞན་དབྱེ་བས་མ་ཁྲབ་པ། །བསྟུ་བའི་
དོན་དུ་ཤེས་དགོས་པར། གསུངས་ཀྱང་ཞེས་པའོ།།

༧༡༽ དཀའ་གསལ་ལས། །གསུངས་ཀྱང་སྟོན་འཇུག་འཕྱིག་སྐབས། །བྱེད་ལས་
ཅམ་དང་འབྲེལ་བ་ཡི། དངོས་སོ་བདག་ལའང་འཇུག་པ་མཐོང་། །ཞེས་པའི་སྐབས་
འདིར་དབྱངས་ཅན་གྲུབ་པའི་དོ་རྗེའི་བཞེད་དགོངས་དང་མཐུན་པའི་འབྲེལ་
བརྗེད་རི་ལྟར་བྱ་དགོས་པ་ཡིན་ནམ།

ལན། སི་རྟའི་ཞལ་ལྷང་དུ་བདག་གཞན་གྱི་དབྱེ་བས་ནི། བྱེད་པ་སོ་གཞན་དང་
དངོས་སུ་མ་འབྲེལ་བའི་བྱ་བྱེད་ཀྱི་ལས་རྣམས་ལ་མ་ཁྲབ་སྟེ། །ཞེས་གསུངས་
ཀྱང་སྟོན་འཇུག་འཕྱིག་སྐབས་བྱེད་པ་སོ་གཞན་དང་དངོས་སུ་མ་འབྲེལ་བའི་བྱ་
བྱེད་ཡོད་པའི་ལས་བདག་འགྲོ་འོ་ལྟ་བུའི་ཆོ། འགྲོ་བྱ། འགྲོ་བ་སོ། །ཞེས་སོགས་འ་
ཡིག་དངོས་སོ་གཞན་ལ་འཇུག་པ་མ་ཟད་དངོས་སོ་བདག་ལའང་འཇུག་པ་མཐོང་
བ་སྟེ་ཡོད་ཅེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ།།

༧༢༽ ཆཀ་ལགས། བྱེད་ལས་ཅམ་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་ཆོག་ལ་སྟོན་འཇུག་འ་
ཡིག་ཅམ་དུ་མ་ཟད་སྟོན་འཇུག་གཞན་རྣམས་ཀྱིས་འཇུག་པ་མི་ཉུང་བ་ཞིག་ཡོད་

མོད། ཅི་སྟེ་དཀའ་གསལ་ལས། སྟོན་འཇུག་འཁྲིལ་སྐབས། བྱེད་ལས་ཙམ་དང་
འབྲེལ་བ་ཡི། །དངོས་པོ་བདག་ལའང་འཇུག་པ་མཐོང་། །ཞེས་སྟོན་འཇུག་ལ་
ཡིག་དམིགས་བཀར་གྱིས་གསུངས་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཞིག་ཡིན་ནམ།
ལན། བྱེད་རང་གི་དྲི་བ་དེ་ཞེ་བླ་གིས་ཡག་པོ་འདུག། །གནས་དོན་འདིའི་ཐོག་སྤྲུལ་
ཀྱང་རྟོགས་པ་ཟེ་སྟོང་མེད་པར་ང་ལ་ཡིད་ཆེས་ཡོད། །གཞུང་གཞན་གང་ནའང་
མེད་པའི་དཀའ་གནད་འདིའི་རིགས་དབྱངས་ཅན་གྲུབ་པའི་དོ་རྗེའི་ཐུན་མོང་མ་
ཡིན་ལེགས་བཤད་ཡིན་པས་དེ་ལ་གཟབ་དགོས་བ་ཡིན། དེས་ན་བྱེད་ལས་ཙམ་
དང་འབྲེལ་བའི་བླ་གི་དངོས་པོ་བདག་ལའང་འཇུག་པའི་སྟོན་འཇུག་ལྟ་ལས་ལ་
ཡིག་དམིགས་སུ་བཀར་ནས་གསུངས་པའི་དགོངས་པ་དེ་ལྟར་འབྲེལ་དགོས་ཤེ་
ན། སྤྱིར་འཕུལ་ཡིག་ཅན་གྱི་ལས་ཆོག་ལ་དུས་གསུམ་འཕུལ་ཡིག་འགྱུར་བ་
དང་མི་འགྱུར་བའི་གཉིས་ཡོད་ཅིང་། དེ་གཉིས་ནས་དུས་གསུམ་འཕུལ་ཡིག་མི་
འགྱུར་བའི་ལས་ཆོག་ནམས་དཀའ་གནད་མིན་པས་སྐབས་འདིར་དཀའ་གནད་
ཅན་གྱི་དུས་གསུམ་འཕུལ་ཡིག་འགྱུར་བའི་ལས་ཆོག་གི་བདག་གཞན་དུས་
གསུམ་གང་ལ་སྟོན་འཇུག་མི་འཇུག་པར་གསལ་བར་འཆད་པའི་སྐབས་ཡིན་
པས། དཀའ་གནད་ཅན་དུས་གསུམ་འཕུལ་ཡིག་འགྱུར་བའི་ལས་ཆོག་གི་དབང་
དུ་བྱས་ཏེ་ཆོག་ཉུང་དུས་བླ་དོན་སྟོན་ཆོག་ཏུ། བྱེད་ལས་ཙམ་དང་འབྲེལ་
ཡི། །དངོས་པོ་བདག་ལའང་འཇུག། །ཅེས་གསུངས། རྒྱ་མཚན་དེའི་ཕྱིར་དུས་
གསུམ་འཕུལ་ཡིག་འགྱུར་བའི་ལས་ཆོག་གི་དངོས་པོ་གཞན་ཙམ་དུ་མ་ཟད་
བདག་ལའང་འཇུག་པའི་སྟོན་འཇུག་ཡིན་ན། མོ་འཁྲིལ་ཡིན་པས་ཁྲུབ་པའི་ཕྱིར་

- སྒྲིམ་ཆིག་ཏུ་སྒྲོན་འཇུག་འཡིག་དམིགས་བཀའ་གྱིས་གསུངས་པ་ཡིན།
- ༥༣ ་ བྱེད་ལས་ཙམ་དང་འབྲེལ་བ་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་དེ་རི་ལྷོང་བྱུང་བ་ཡིན་ནམ།
ལན། ཐ་སྙད་འདི་བཞིན་དབྱངས་ཙན་གྱུ་བ་པའི་རྩོམ་སྒྲིམ། སི་རྩའི་ཞལ་ལུང་གི་
དགོངས་པ་འབྲེལ་བའི་ཆེ། བྱེད་པ་པོ་གཞན་དང་དངོས་སུ་མ་འབྲེལ་བའི་བྱ་བྱེད་
ཀྱི་ལས་ཞེས་པ་དེ་ལ། ཆིགས་སུ་བཅད་པའི་སྐབས་བྱེད་ལས་ཙམ་དང་འབྲེལ་བ་
ཞེས་ཐ་སྙད་འདོགས་གནང་བ་ཡིན།
- ༥༤ ་ དཀའ་གསལ་ལས། བྱེད་ལས་ཙམ་དང་འབྲེལ་བ་ཞེས་པ་དེ་ག་འདྲ་ཞིག་ལ་
ཟེར་བ་རེད་དམ།
- ལན། ཚུལ་བཅས་ཀྱི་བྱ་བ་གང་ཞིག་བྱ་བྱེད་རོ་བོ་ཐ་མི་དད་པའི་ལས་ཆིག་ལ། བྱེད་
ལས་ཙམ་དང་འབྲེལ་བ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན། དཔེར་ན། བྱོགས་སུ་འགྲོ་བྱ། འགྲོ་
བྱེད། བྱིན། སོང་ཞིག་ཤོང་བྱ། འདོང་བྱེད། ཤོངས། དེངས་ཤིག་ཤུ་བུའོ།།
- ༥༥ ་ གསུངས་ཀྱང་སྒྲོན་འཇུག་འཡིག་སྐབས། ཞེས་ཀྱང་སྐྱོས་པའི་གོ་དོན་ལྷག་
པོ་གང་ཡོད་དམ།
- ལན། སི་རྩའི་ཞལ་ལུང་ལས། བྱེད་པ་པོ་གཞན་དང་དངོས་སུ་མ་འབྲེལ་བའི་བྱ་བྱེད་
ཀྱི་ལས་རྣམས་བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པ་ཡིན་པས་དེ་དག་ལ་དངོས་པོ་བདག་གཞན་
ཀྱི་དབྱེ་བ་འབྱེད་རྒྱ་མེད་ཅེས་གསུངས་ཀྱང་། དེ་དག་ལ་དངོས་པོ་བདག་དང་
གཞན་གཉིས་ཀ་ཡོད་པར་གོ་བའི་བྱིར་ཀྱང་སྐྱོས་པ་ཡིན་ནོ། བཤོར་ན། ཁྱོད་
ཀྱི་བདག་གཞན་ཡོད་ན། ཁྱོད་ལ་བདག་གཞན་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཡོད་པས་མ་ཁྱབ་པའི་
དོན་ནོ།།

༧༽ བྱེད་ལས་ཙམ་དང་འབྲེལ་བ་ཞེས་ཙམ་སྐྱོས་པའི་དགོས་བ་གང་ཡིན་
ནམ།

ལན། ལྷགས་འདི་ནས་བཤད་པའི་བྱ་ཆེད་ནི་ཁྱེད་པ་ལོ་གཞན་དང་དངོས་སུ་འབྲེལ་
པའི་ལས་ཆེད་ཡིན་པར་གཅད་པར་བྱ་བའི་ཆེད་དུ་ཅམ་སྒྲུ་སྒྲོལ་བ་ཡིན་ནོ།

ཨ་ཨ་། དཀའ་གསལ་འབྲེལ་བྱེད་པལ་མོ་ཆེས། བྱེད་ལས་ཅམ་དང་འབྲེལ་བ་
ཡི། །དངོས་པོ་བདག་ལའང་འབྲུག་པ་མཐོང་། ཞེས་པའི་སྐབས་ཀྱི་དཔེར་བརྗོད་
དུ་འགའ་རེས་བྱེད་པོ་གཞན་དངོས་དང་དངོས་སུ་འབྲེལ་བ། ཆོས་འཁད་པ་པོ་
འཁད་བྱེད་ཅེས་བཀོད་པ་དང་། རེ་འགས་ཚུལ་མེད་ཀྱི་བྱ་བ་བྱེད་མེད་ལས་ཆོག་
རིགས་བཀོད་པ་མོགས་དཔེར་བརྗོད་སྐྱེ་བྱུང་ནས་མི་མཐུན་པ་དུ་མ་བྱུང་བ་
དེ་དག་དཀའ་གསལ་གྱི་དགོངས་པ་ཡིན་ནམ་མེན།

ལན། བྱེད་པ་ས་ཅེས་དང་འབྲེལ་བ། ཞེས་པའི་རྒྱལ་བ་ས་ཆོས་འཆད་པ་པོ་སོགས་
བདག་དོན་དངོས་ཀྱི་པ་ས་ཆོག་དཔེ་དུ་བཀོད་པ་ནི་ཆེས་མི་འོས་པ་ཞིག་སྟེ།
གཞུང་འདིར་སྟོན་འཇུག་མོ་འཁྲིག་བདག་དོན་པ་ལ་པ་འཇུག་པར་བཤད་
པའི་རྒྱལ་བ་ཡིན་པ་ས། འདིར་བདག་དོན་དངོས་ཀྱི་དཔེ་བཀོད་པ་དེ་དག་གཞུང་
དོན་དང་འབྲེལ་མེད་ཅིང་། བྱེད་པར་དུ་འདི་ཐད་ཚུལ་མེད་ཀྱི་བྱ་བའི་རིགས་
བཀོད་པ་ནི་དེ་བས་ཀྱང་གཞུང་དོན་ལ་ཉེ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། ཚུལ་མེད་ཀྱི་བྱ་བ་ལ་
བདག་དོན་དངོས་དང་པ་ལ་གང་གི་འདར་མ་སྟེད་བྱེད་སྟོལ་མེད་པའི་ཕྱིར།

༧༩༽ དངོས་པོ་གཞན་གྱི་བའི་ཡུལ་གྱི་སྤྲེལ་མ་སྟེད་མེད་སྟོལ་མི་འདྲ་བ་གང་དང་
གང་ཡོད་དམ།

ལན། བྱ་ཡུལ་དང་། ལས། ལས་ཀྱི་དངོས་པོ། ཡུལ་ཀྱི་དངོས་པོ། གཞན་ཀྱི་དངོས་
པོ། བྱ་བ་བསྐྱབ་པའི་ཡུལ་བཅས་ཡོད་དོ།

༥༩ ་། བདག་གཞན་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་བྱེད་རྣམས་བདག་གཞན་དུ་བསྐྱུ་ཚུ་ལ་ངེ་
ལྟར་ཡིན་ནམ།

ལན། དཔེར་ན། རྩང་ཡིག་གིས་ཡི་གེ་འབྲི་ལྟ་བུར་མཆོད་ན།

མ་འོངས་པ། ད་ལྟ་བ། འདས་པ། སྐལ་ཚིག་།

བྲི་རྒྱ། འབྲི་བཞིན་པ། བྲིས་བེན་པ། བྲིས་ཤིག་།

༼ དངོས་པོ་བདག་༽

༼ དངོས་པོ་གཞན༽

བྱེད་པ་པོ། རྩང་ཡིག་།

བྱ་བའི་ཡུལ། ཡི་གེ

བྱེད་པ་པོའི་སྐྱ། འབྲི་བ་པོ།

བྱ་ཡུལ་གྱི་སྐྱ། བྲི་བྲ།

བྱེད་པ། སྐྱ་གུ་སོགས་ཡོ་བྱད། བྱ་ཡུལ་གྱི་གནས་གཞི། འོག་བྱ་སོགས།

བྱེད་པའི་སྐྱ། འབྲི་བྱེད། བྱ་ཡུལ་གྱི་གནས་གཞིའི་སྐྱ། བྲི་གཞི། བྱེད་པའི་ལས།

སྐྱ་གུ་འཛིན་པའི་ཚེ་ལ་བ་སོགས། བྱ་བའི་ལས། ཡིག་གཟུགས་གསལ་བ་

སོགས། བྱེད་པའི་ལས་ཀྱི་སྐྱ། འབྲི་བར་བྱེད། བྱ་ལས་ཀྱི་སྐྱ། བྲི་བར་བྲ། བྱེད་

ལས་ད་ལྟ་བའི་སྐྱ། འབྲི་བཞིན་པ། བྱ་ལས་མ་འོངས་པའི་སྐྱ། ཡི་གེ་བྲི་རྒྱ། ཞེས་

གོང་འཁོད་བདག་གཞན་སོ་སོའི་ཁོངས་ཀྱི་བྱ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་རྣམས་དག་ཆ་མ་རྟོར་

བར་འབྲི་ཤེས་པ་ལ། རོག་མར་བྲ་བའི་དུས་གསུམ་གྱི་དག་ཆ་ངེས་པར་བྱས་

ནས་ད་གཟོད་གཞི་ནས་བདག་དང་འབྲེལ་བའི་སྐྱ་རྣམས་དུས་ད་ལྟ་བ་དང་།

གཞན་དང་འབྲེལ་བའི་སྐྱ་རྣམས་དུས་མ་འོངས་པའི་དག་ཆ་ལས་བྲི་དགོས་པ་

ཡིན་ཏེ། དཀའ་གསལ་ལས། །བྱེད་པ་པོ་ནི་ད་ལྟ་བུ། །བྱ་ཡུལ་མ་འོངས་པར་
བསྐྱུས་ནས། ཞེས་གསུངས་སོ།།

༡༠ ་ ཐག་པ་བཅད་ཟེར་བ་བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆོག་དང་། ཐག་པ་ཆད་ཟེར་བ་བྱེད་
མེད་ལས་ཆོག་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་རེད་དམ།

ལན། ཐག་པ་བཅད་ཟེར་བའི་བྱ་བ་དེ་འབྱུང་བ་ལ་ངས་པར་དུ་བྱེད་པ་པོ་ཞིག་གི་
རྩོལ་བ་ལ་བལྟས་ནས་འབྱུང་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། ཐག་པ་ཆད་པ་ཟེར་བ་ནི་
བྱེད་པ་པོའི་རྩོལ་བ་མེད་ཀྱང་འབྲུབ་རྒྱ་ཡོད་པའི་བྱ་བ་ཞིག་རེད། དཔེར་ན། ས་
རོལ་པོ་ཞིག་ལ་སྐད་ཆ་ཤོད་པའི་སྐབས་ཐག་པ་བཅད་འདུག་ཟེར་བ་ན། ས་རོལ་
པོའི་སྐད་རོལ་སྐྱུས་བཅད་པ་ཡིན་ནམ་སྐྱུམ་སྟེ། ས་རོལ་པོས་ཐག་པ་སྐྱུས་བཅད་
པ་རེད་དམ་ཞེས་དེ་བ་འདི་རྒྱ་ཡིན་པ་ལས། དེ་ལ་ཐག་པ་སྐྱུས་ཆད་པ་རེད་དམ་
ཞེས་དེ་བ་རྩ་བ་ནས་མི་འབྱུང་བ་ནི་རང་ཉིད་བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆོག་ཡིན་པའི་
གནད་ཀྱིས་ཡིན་པ་དང་། དེ་བཞིན་ཐག་པ་ཆད་འདུག་ཟེར་བ་ན། ས་རོལ་པོའི་
སྐད་བར་ག་འདྲ་བྱས་ཏེ་ཆད་པ་ཡིན་ནམ་སྐྱུམ་སྟེ། ཐག་པ་ག་འདྲ་བྱས་ཏེ་ཆད་པ་
རེད་དམ་ཞེས་དེ་བ་འབྱུང་བ་ལས། ཐག་པ་སྐྱུས་ཆད་པ་རེད་དམ་ཞེས་མི་ཟེར་བ་
ནི། བྱ་བ་རང་ཉིད་ལ་བྱེད་པ་པོ་མེད་པའི་དབང་གིས་གང་ཐག་ལ་འཇུག་པའི་སྐྱ་
སྒྲ་བྱེད་མེད་ལས་ཆོག་ལ་མི་འཛོལ་བ་ཡིན་ནོ།།

༡༡ ་ དངོས་པོ་བདག་གཞན་གཉིས་དུས་གསུམ་གང་དུ་བསྐྱུ་བ་ཡིན་ནམ།

ལན། བྱེད་པ་པོ་ཞིག་དང་མ་འབྲེལ་བར་བྱ་བ་བྱེད་བཞིན་པའི་གནས་སྐབས་མི་
འབྱུང་བའི་བྱིར། དངོས་པོ་བདག་དུས་ད་ལྟ་བུར་བསྐྱུ་དགོས་ཤིང་། དེ་བཞིན་བྱ་

བ་བསྐྱབ་རྒྱ་ཡིན་མིན་དེ་བྱ་བའི་ཡུལ་སྤྱིང་དུ་བྱ་བ་བབས་ཡོད་མེད་ཀྱི་ཆ་ནས་
འདྲི་བ་པའི་ཕྱིར། དངོས་པོ་གཞན་མ་འོངས་པར་བསྐྱས་པ་ཡིན།

༡༩ ་ བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆོག་གི་དུས་གསུམ་སྐུ་ཆོག་བཅས་དངོས་པོ་བདག་
གཞན་གཉིས་སུ་བསྐྱ་ཚུལ་རི་ལྟར་ཡིན་ནམ།

ལན། དུས་མ་འོངས་པ་དང་འདས་པ་གཉིས་དངོས་པོ་གཞན་དུ་བསྐྱ་བ་དང་། ད་ལྟ་
བ་དང་སྐུ་ཆོག་གཉིས་དངོས་པོ་བདག་ཏུ་བསྐྱ་དགོས་པ་ཡིན་ཏེ། བྱ་བ་བསྐྱབ་
རྒྱ་དང་བསྐྱབས་ཐེན་གཉིས་བྱ་ཡུལ་གྱི་སྤྱིང་ནས་ངེས་པ་འབྲེན་དགོས་པས།
འདས་མ་འོངས་གཉིས་དངོས་པོ་གཞན་དུ་བསྐྱ་ཞིང་། བྱ་བ་སྐྱབ་བཞིན་པ་དང་
སྐྱབས་ཤིག་ཅེས་གཞན་ལ་སྐུ་བའི་ཆེ་བྱེད་པ་པོ་དང་འབྲེལ་དགོས་པའི་ཕྱིར།
དེ་གཉིས་དངོས་པོ་བདག་ཏུ་བསྐྱས་པ་ཡིན་ནོ།

༢༠ ་ བྱ་བའི་དུས་གསུམ་གྱི་དག་ཆ་འབྲི་ཚུལ་ལ་རྩ་བའི་དབྱེ་བ་ག་ཆོད་ཡོད་ནམ།
ལན། བྱ་བའི་དུས་གསུམ་གྱི་དག་ཆ་འཕམ་ཡིག་གཟུགས་འབྲི་ཚུལ་དེ་ལ། དུས་
གསུམ་གཟུགས་འཇུག་བ་དང་། དུས་གསུམ་གཟུགས་མི་འཇུག་བ་ཞེས་འབྲི་
ཚུལ་གཉིས་བྱུང་བ་ཡིན།

༢༡ ་ དུས་གསུམ་གཟུགས་འཇུག་བ་དང་གཟུགས་མི་འཇུག་བ་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་
པར་རི་ལྟར་ཡིན་ནམ།

ལན། བྱ་བ་བྱེ་བྲག་པ་གཅིག་གི་དུས་གསུམ་གྱི་དག་ཆ་འབྲི་བའི་སྐྱབས། མ་འོངས་
པ་དང་། ད་ལྟ་བ། འདས་པ་བཅས་ཀྱི་དག་ཆ་གཅིག་འཇུག་བྱུང་བ་ལ་དུས་
གསུམ་གཟུགས་མི་འཇུག་བ་ཞེས་བྱ་ཞིང་། དཔེར་ན། བསྟོད་བྱ། བསྟོད་བྱེད།

བསྟོད་ཟིན། བསྟོད་ཅིག །ལྟ་བུའོ། དེ་ལྟར་དུས་གསུམ་གྱི་དག་ཆ་གཅིག་འགྱུར་
མ་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་དུས་གསུམ་གཟུགས་འགྱུར་བ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན། དཔེར་
ན། དགག་བྱ། འགོག་བྱེད། བཀག་ཟིན། ཁོག་ཅིག །ལྟ་བུའོ།

༡༥༽ བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆོག་དང་བྱེད་མེད་ལས་ཆོག་གཉིས་ཀར་དུས་གསུམ་
གཟུགས་འགྱུར་མི་འགྱུར་གྱི་རྣམ་གཞག་བཤད་རྒྱ་ཡོད་དམ་མེད།

ལན། བྱེད་འབྲེལ་བྱེད་མེད་གཉིས་ཀར་དུས་གསུམ་གཟུགས་འགྱུར་མི་འགྱུར་
གཉིས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། བྱེད་འབྲེལ་གཟུགས་འགྱུར་ལས་ཆོག་
དཔེར་ན། ས་སོགས་དགོག་བྱ། འགོག་བྱེད། བཀོག །ཁོག་ཅིག་ལྟ་བུ་དང་།
བྱེད་འབྲེལ་གཟུགས་མི་འགྱུར་ལས་ཆོག་དཔེར་ན། བྱག་ཏུ་བཞེས་བྱ། བཞེས་
བྱེད། བཞེས། བཞེས་ཤིག་ལྟ་བུའོ། བྱེད་མེད་གཟུགས་འགྱུར་ལས་ཆོག་དཔེར་
ན། གནམ་གཤིས་སོགས་འགྱུར་རྒྱ། འགྱུར་བཞིན། གྱུར་ཟིན། ལྟ་བུ་དང་། བྱེད་
མེད་གཟུགས་མི་འགྱུར་ལས་ཆོག་དཔེར་ན། འཁོར་ལོ་སོགས་འཁོར་རྒྱ། འཁོར་
བཞིན། འཁོར་ཟིན། ལྟ་བུའོ།

༡༦༽ སྟོན་འཇུག་ཐོབ་ཐང་གི་ཆ་ནས་དུས་གསུམ་ལ་ནང་གསེས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ག་
ཆོད་ཡོད་དམ།

ལན། སྟོན་འཇུག་ཐོབ་ཐང་མི་འདྲ་བའི་དབང་གིས་དུས་གསུམ་ལ། དུས་གསུམ་
སྒྱིར་བཏང་བ་དང་། བྱེ་བྲག་པ། ཐོར་བུ་པ། བྱབ་མཉམ་ཞེས་དབྱེ་བ་བཞི་བཤད་
པ་ཡིན།

༡༧༽ ཅིའི་སྒྱིར་དུས་གསུམ་སྒྱིར་བཏང་བ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན་ནམ།

ལན། ཤིན་རྒྱ་མོ་མ་ཡིག་ལས་གཞན་པའི་སྟོན་འཇུག་བཞིའི་འཇུག་པ་བཤད་པའི་
དུས་གསུམ་སྟེ། སྟོན་འཇུག་མང་བའི་འཇུག་པ་བཤད་པའི་སྟེ་ཚན་ཡིན་པས།
དུས་གསུམ་སྟེར་བཏང་བ་ཞེས་བཞུགས། མདོར་ན། དུས་གསུམ་སྟོན་འཇུག་མི་
འབྲ་བར་འཛོལ་པའི་ལས་ཆོག་ཡིན་ན། དུས་གསུམ་སྟེར་བཏང་བ་ཡིན་པས་ཁྲབ་
ཅེས་ཁ་མཆོན་གཙོད་ཆོག།

༡༡ ་ དུས་གསུམ་སྟེར་བཏང་བ་ཞེས་པ་དེ་ག་འདྲ་ཞིག་དགོས་སམ།

ལན། སྟོན་ཆོག་ལས། བྱ་ཡུལ་མ་ནིང་བྱེད་པ་མོ་ཡིས་འཕུལ། །པ་སྟེ་ལས་གཞན་
འདས་ཆོག་པོ་ཡིས་འཕུལ། །སྐྱ་གདངས་ཐ་དད་མགོ་ཅན་མེད་ངེས་ལ། །བཞུགས་
བདེར་བྱེད་ཆོག་མ་ནིང་འགྱུར་ཡང་སྟོན། །ཅེས་གསུངས།

༡༢ ་ སྟོན་བཞིན་དུས་གསུམ་སྟེར་བཏང་བ་ལ་སྟོན་འཇུག་ཐོབ་ཐང་གི་ཆ་ནས་
དབྱེ་བ་ག་ཆོད་ཡོད་དམ།

ལན། དེ་ལ་སྟོན་འཇུག་ཐོབ་ཐང་གི་ཆ་ནས་དབྱེ་བ་གསུམ་དུ་འབྱེད་རྒྱ་ཡོད།

༡ བྱ་ཡུལ་མ་ནིང་བྱེད་པ་མོས་འཕུལ་ཞིང་། འདས་འཕུལ་པོ་ཡིག་ངེས་པའི་པ་
སྟེ་ལས་གཞན་པའི་དུས་གསུམ་སྟེར་བཏང་བ། དེ་ལ་དུས་སྟེ་དངོས་འདོགས་པ་
ཡིན།

༢ བྱ་ཡུལ་མ་ནིང་བྱེད་པ་མོས་འཕུལ་ཞིང་། འདས་འཕུལ་མེད་པའི་པ་སྟེ་ནས་
སྟོན་པའི་དུས་གསུམ་སྟེར་བཏང་བ། དེ་ལ་པ་སྟེ་ནས་སྟོན་པའི་དུས་གསུམ་སྟེར་
བཏང་བ་ཞེས་འདོགས་པ་ཡིན།

༣ བྱ་ཡུལ་མ་ནིང་བཞུགས་བདེར་བྱེད་ཆོག་མ་ནིང་འགྱུར་ཞིང་། འདས་པོ་ངེས་

པའི་དུས་གསུམ་སྤྱིར་བཏང་བ། དེ་ལ་བརྗོད་བདེར་བྱེད་ཆོག་མཁེད་འགྱུར་བའི་
སྤྱིར་བཏང་བ་ཞེས་འདོགས་པ་བཅས་དབྱེ་བ་གསུམ་ཡོད།

༥༠ ་ དུས་གསུམ་སྤྱི་དངོས་ཞེས་པ་དེ་ག་འདྲ་ཞིག་ལ་ཟེར་བ་རེད་དམ།

ལན། སྒྲུལ་ལས། །བྱ་ཡུལ་མ་ཁིང་བྱེད་པ་མོ་ཡིས་འཕུལ། འདས་པོ་ངེས་ཤིང་སྤྱུལ་
ཆོག་འཕུལ་མེད་མང་། །མིང་གཞི་བྱ་བྱེད་མོ་དང་འདས་ལ་པོ། །སྤྱུལ་ཆོག་མ་
ཁིང་པལ་ཆེར་ངེས་པ་པོ། །དེ་ཡང་དུས་གསུམ་སྤྱི་དངོས་ཀྱི་ལས་ཆོག་མིང་གཞི་
ཀ་སྒྲེ་དང་ཏ་སྒྲེ་གཉིས་ནས་ཐོན་ཆེ་རང་གི་སྒྲེ་པ་གཅིག་པའི་མིང་གཞི་པན་ཚུན་
འགྱུར་བ་ལས་སྒྲེ་པ་གཞན་ནས་འགྱུར་བའི་སྒྲོལ་མེད། སྒྲེ་པ་དེ་གཉིས་ཀྱི་མིང་
གཞི་འགྱུར་སྐབས་བྱ་བྱེད་མོ་ཡིག་དང་། འདས་ཆོག་པོ་ཡིག །སྤྱུལ་ཆོག་མ་ཁིང་
བཅས་སྤྱུ་འགྱུར་ཞིང་། དེ་ཡང་པལ་ཆེར་མིང་གཞི་གསུམ་འགྱུར་གྱི་ལས་ཆོག་
ཡིན་པས་བྲབ་པ་ཡིན།

དཔེར་ན། མ་འོངས། ད་ལྟ། འདས། སྤྱུལ་ཆོག །

ཀ་སྒྲེ། དགག་བྲ། འགོག་བྲེད། བཀག་ཟིན། ཁོག་ཅིག

ཏ་སྒྲེ། གདོན་བྲ། གདོན་བྲེད། བཏོན་ཟིན། ཐོན་ཅིག །ལྟ་བུལ།

དུས་གསུམ་སྤྱི་དངོས་ཀྱི་ལས་ཆོག་ཅ་སྒྲེ་དང་ཅ་སྒྲེ་གཉིས་ནས་ཐོན་ཆེ་བྱ་ཡུལ་
ཅ་མ་གྱི་མིང་གཞི་སྒྲེ་པ་གཞན་ནས་འགྱུར་བ་ཅ་མ་ལས་དུས་གཞན་ནས་ས་རང་
གི་སྒྲེ་པ་ནས་འགྱུར་དགོས། དེ་ཡང་མིང་གཞི་བཞི་འགྱུར་གྱི་ལས་ཆོག་ཡིན་
པས་བྲབ།

དཔེར་ན། མ་འོངས། ད་ལྟ། འདས། སྤྱུལ་ཆོག

ཅ་སྒེ། གཞུག་བྲ། འཕྱག་བྲེ། བཟུག་ཟེན། ལྷག་ཅིག
ཅ་སྒེ། གཞུང་བྲ། འཕྱང་བྲེ། བཟུང་ཟེན། ལྷང་ཅིག །ལྟ་བུའོ།
མིང་གཞི་ཞ་ཡིག་དང་ཟ་ཡིག་གཉིས་ནས་ཐོན་པའི་དུས་གསུམ་སྤྱི་དངོས་ཀྱི་
མིང་གཞི་འགྱུར་ཚུལ་ནི་བྲེད་པ་པོ་ཙམ་གྱི་མིང་གཞི་གཞན་དུ་འགྱུར་བ་ལས་
གཞན་རྣམས་མིང་གཞི་རང་དང་གཅིག་མཚུངས་ཟི་དགོས། དེ་ཡང་མིང་གཞི་
གཉིས་འགྱུར་གྱི་ལས་ཆོག་ཡིན་པས་བྲུབ།

དཔེར་ན། མ་འོངས། ད་ལྟ། འདས། སྐུལ་ཆོག
ཞ་ཡིག །གཞིབ་བྲ། འཛིབ་བྲེ། བཞིབས་ཟེན། འཛིབས་ཤིག
ཟ་ཡིག །གཞུར་བྲ། འཕྱར་བྲེ། བཞུར་ཟེན། ཞུར་ཅིག །ལྟ་བུའོ།
མིང་གཞི་མི་འགྱུར་པའི་དུས་གསུམ་སྤྱི་དངོས་གཅིག་ཙམ་ལས་མེད་པ་ནི།
དཔེར་ན། མ་འོངས། ད་ལྟ། འདས། སྐུལ་ཆོག
གདས་བྲ། འདམ་བྲེ། བདམས་ཟེན། འདམས་ཤིག །ལྟ་བུའོ།
(༧) བ་སྒེ་ནས་ཐོན་པའི་དུས་གསུམ་སྤྱིར་བཏང་བ་ཞེས་པ་ནི་ག་འདྲ་ཞིག་དགོས་
སམ།

ལན། རྩོམ་ལས། བ་སྒེ་ནས་ཐོན་དུས་གསུམ་སྤྱིར་བཏང་ནི། །བྱ་ལུལ་མ་ནིང་བྲེད་
པ་མོ་ཡིས་འཕྲུལ། །འདས་སྐུལ་འཕྲུལ་མེད་མིང་གཞི་བྲ་བྲེད་མོ། །འདས་སྐུལ་མ་
ནིང་པལ་ཆེར་ངེས་པ་ཙམ། ཞེས་པ་ལྟར།

དཔེར་ན། ད་བྲེ་བྲ། འབྲེད་བྲེ། བྲེས། བྲེ་ཞིག
དབྲལ་བྲ། འབྲལ་བྲེ། བྲལ། བྲལ་ཅིག །ལྟ་བུའོ།

༥༢ ་ བྱེད་ཆོག་མ་ཞིང་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་བཏང་བ་ཞེས་པ་ནི་ག་འདྲ་ཞིག་ལ་ཟེར་བ་
རེད་དམ།

ལན། སྤྱིམ་ལས། བྱེད་ཆོག་མ་ཞིང་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་བཏང་བར། །བྱ་བྱེད་མ་ཞིང་
འདས་ལ་བས་འབྲུལ་ངེས། །སྤྱིལ་ཆོག་ཅི་རིགས་མིང་གཞི་འགྱུར་ཚུལ་ནི། །དུས་
གསུམ་མི་འགྱུར་སྤྱིལ་ཆོག་འགྱུར་བའང་ཡོད། ཅེས་པ་ལྟར།

དཔེར་ན། གཅད་བྲ། གཅོད་བྲེ། བཅད། ཆོད་ཅིག

གཏོད་བྲ། གཏོད་བྲེ། བཏོད། གཏོད་ཅིག །ལྟ་བུའོ།

༥༣ ་ མིང་གཞི་འགྱུར་ཚུལ་གྱི་ཆ་ནས་དུས་གསུམ་སྤྱིར་བཏང་བ་ལ་དབྱེ་བ་ག་
ཆོད་ཡོད་དམ།

ལན། མིང་གཞི་འགྱུར་ཚུལ་གྱི་ཆ་ནས་དུས་གསུམ་སྤྱིར་བཏང་བ་ལ་དབྱེ་བ་བཞི་སྟེ།

༡ མིང་གཞི་བཞི་འགྱུར་གྱི་དུས་གསུམ་སྤྱིར་བཏང་བ་དང་།

༢ མིང་གཞི་གསུམ་འགྱུར་གྱི་དུས་གསུམ་སྤྱིར་བཏང་བ།

༣ མིང་གཞི་གཉིས་འགྱུར་གྱི་དུས་གསུམ་སྤྱིར་བཏང་བ།

༤ མིང་གཞི་མི་འགྱུར་བའི་དུས་གསུམ་སྤྱིར་བཏང་བ་དང་བཞི་ཡོད།

འདིའི་དཔེར་བཞེད་ནི་བྱིས་ལན་༡༩ ནང་གསལ་བཞེན་ལོ།

༥༤ ་ དུས་གསུམ་བྱེ་བྲག་པ་ཞེས་བཞེད་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་རེད་དམ།

ལན། སྤོན་འབྲུག་པོ་བ་ཡིག་དུས་གསུམ་ལས་གཙོ་བོ་མ་འོངས་པ་དང་འདས་པ་
གཉིས་ལ་འབྲུག་པ་དམིགས་ཀྱིས་བཤད་པའི་དུས་གསུམ་སྟེ། པོ་བ་ཡིག་བྱེ་
བྲག་ཏུ་བཤད་པའི་སྤེ་ཚན་ཡིན་པས། དུས་གསུམ་བྱེ་བྲག་པ་ཞེས་ཟེར།

༥༥ ་ རྩལ་གསུམ་གྱེ་བྲག་པ་ཞེས་པ་དེ་ག་འབྲ་ཞིག་དགོས་སམ།

ལན། རྩོམ་ལས། །གཉིས་པ་གྱེ་བྲག་བྱ་འདས་པོས་འཕུལ་ཞིང་། བྱེད་པ་མ་ནིང་
མོས་འཕུལ་འཕུལ་མེད་བཞི། །འཕུལ་ཅན་ལ་ལྟོས་མགོ་ཅན་མང་བའི་སྡེ། །འདས་
སྐུལ་གཉིས་ལ་ཡང་འབྲུག་ཐོབ་ངེས་བའོ། །ཞེས་གསུངས། རྩོམ་བཞིན་སྡོན་
འབྲུག་ཐོབ་ཚུལ་གྱི་ཆ་ནས་རྩལ་གསུམ་གྱེ་བྲག་པར་ནང་གསེས་གྱི་དབྱེ་བ་
གསུམ་སྟེ།

༡ བྱ་འདས་པོས་འཕུལ་བྱེད་པ་མ་ནིང་འཕུལ་བའི་སྡེ་དང་།

༢ བྱ་འདས་པོས་འཕུལ་བྱེད་པ་མོ་ཡིས་འཕུལ་བའི་སྡེ།

༣ བྱ་འདས་པོས་འཕུལ་བྱེད་པ་འཕུལ་མེད་གྱི་སྡེ།

བཅས་དབྱེ་བ་གསུམ་ལས། དང་པོ། བྱ་འདས་པོས་འཕུལ་བྱེད་པ་མ་ནིང་འཕུལ་
བའི་སྡེ་ནི། རྩོམ་ལས། བྱ་འདས་པོ་དང་བྱེད་སྐུལ་མ་ནིང་འཕུལ། །རྩལ་གསུམ་
སྐུལ་ཆིག་མིང་གཞི་མི་འགྱུར་ཞིང་། །བྱེ་བྲག་སྡེ་ཆན་ལས་ཆིག་ཉུང་ཤོས་ཏེ།
།དེ་ཡང་མིང་གཞི་རྒྱང་པ་ཁོ་ནར་ངེས། །ཞེས་པ་ལྟར།

དཔེར་ན། མ་འོངས། ད་ལྟ། འདས། སྐུལ་ཆིག་

བཤམ་བྱ། གཤོམ་བྱེད། བཤམས་ཟིན། ཤོམས་ཤིག་

བགད་བྱ། དགོད་བྱེད། བགད་ཟིན། དགོད་ཅིག་།ལྟ་བུ་སྟེ།

སྡེ་ཆན་འདི་ནི་རྩལ་གསུམ་མིང་གཞི་མི་འགྱུར་བའི་ལས་ཆིག་ཡིན་པས་བྱུང་
བོ། །གཉིས་པ། བྱ་འདས་པོས་འཕུལ་བྱེད་པ་མོ་ཡིས་འཕུལ་བའི་སྡེ། རྩོམ་ལས།
བྱ་འདས་པོ་དང་བྱེད་པ་མོ་ཡིས་འཕུལ། །སྐུལ་ཆིག་པལ་ཆེར་འཕུལ་མེད་མིང་

གཞི་ནི། །བྱ་འདས་ཕོ་དང་འདས་སྐྱལ་མ་ནིང་མང། །དེ་ཡང་མིང་གཞི་རྒྱང་
འདོགས་གཉིས་ཀྱིས་ངེས། །ཞེས་པ་ལྟར།

དཔེར་ན། མ་འོངས། ད་ལྟ། འདས། སྐྱལ་ཆིག།

བཅོང་བྱ། འཆོང་བྱེད། བཅོངས་ཟེན། ཆོངས་ཤིག།

བཞེ་བྱ། འཞེད་བྱེད། བཞེས་ཟེན། ཞེས་ཤིག་ལྟ་བུ་སྟེ།

སྒྲེ་ཆོན་འདིའི་ཁོངས་མིང་གཞི་མི་འགྱུར་བ་རེ་ཅམ་ཐོན་པ་ལས་དེ་མིན་མིང་གཞི་
འགྱུར་བའི་ལས་ཆིག་ཡིན་པས་བྱབ་པ་ཡིན་ནོ།

གསུམ་པ། བྱ་འདས་ཕོས་འཕྱལ་བྱེད་པ་འཕྱལ་མེད་ཀྱི་སྒྲེ་ནི། དཀའ་གསལ་
ལས། འདས་ལ་བས་འཕྱལ་ཡང་འཇུག་ཡོད། །ད་ལྟ་བ་ལ་གཉིས་ཀ་མེད། །མ་
འོངས་འཕྱལ་ཡོད་ཡང་འཇུག་མེད། སྐྱལ་ཆིག་འཕྱལ་མེད་ཡང་འཇུག་ཡོད།
སྐབས་འགར་འདས་དང་སྐྱལ་ཆིག་ལ། ས་རྒྱང་སྐར་བས་འཕྱས་བའང་ཡོད།
ཅེས་པ་ལྟར། སྐབས་འདིར་དབྱངས་ཅན་བྱབ་པའི་དོ་རྗེས་གཙོ་བོར་མགོ་ཅན་
ལས་ཆིག་ལ་ཆེད་དུ་དམིགས་ནས་སྒྲོན་འཇུག་གི་ཐོབ་ཐང་གསུངས་པ་ཡིན།

དཔེར་ན། མ་འོངས། ད་ལྟ། འདས། སྐྱལ་ཆིག།

བསྐྱབ་བྱ། སྐྱབ་བྱེད། བསྐྱབས་ཟེན། སྐྱབས་ཤིག།

བལྟ་བྱ། ལྟ་བྱེད། བལྟས་ཟེན། ལྟས་ཤིག།

བསྐྱབ་བྱ། སྐྱབ་བྱེད། བསྐྱབས་ཟེན། སྐྱབས་ཤིག་ལྟ་བུ་དང་།

དེ་ཡང་སྒྲེ་ཆོན་འདི་ནས་ཐོན་པའི་ལས་ཆིག་ཡིན་ན། དུས་གསུམ་སྐྱལ་ཆིག་དང་
བཅས་པའི་མིང་གཞི་མི་འགྱུར་བའི་ལས་ཆིག་ཡིན་པས་བྱབ།

༥༦ ་ ཅི་ཞིག་ལ་དུས་གསུམ་ཐོར་བུ་ཟེར་བ་རེད་དམ།

ལན། སྡོན་འཇུག་གི་ཐོབ་ཐང་དུས་གསུམ་སྤྱི་བྱེ་བྲག་ཁྱབ་མཉམ་གསུམ་དང་མི་
མཐུན་པ་ཁ་ཐོར་གྱི་དུས་གསུམ་སྟེ། སྤྱི་བྱེ་ཁྱབ་མཉམ་གསུམ་པོ་གང་དུའང་མི་
བསྐྱེད་པའི་སྡེ་ཚན་ཡིན་པས། དུས་གསུམ་ཐོར་བུ་ཞེས་ཟེར།

༥༧ ་ དུས་གསུམ་ཐོར་བུ་བ་ཞེས་པ་ནི་ག་འདྲ་ཞིག་དགོས་སམ།

ལན། སྡོམ་ལས། བྱ་བྱེད་མོ་འཕུལ་འདས་སྐུལ་འཕུལ་མེད་ཅིང་། བྱེད་ཆིག་མོས་
འཕུལ་གཞན་རྣམས་འཕུལ་མེད་པ། དུས་གསུམ་འཕུལ་མེད་ཡོད་ཀྱང་སྤྱི་བྱེ་
བྲག་ །ཁྱབ་མཉམ་གང་དང་མི་མཐུན་རྣམ་པ་བཞི། ཞེས་པ་ལྟར།

དུས་གསུམ་ཐོར་བུ་བ་ལ་ནང་གསེས་གྱི་དབྱེ་བ་བཞི་སྟེ།

༡ བྱ་བྱེད་མོས་འཕུལ་འདས་སྐུལ་འཕུལ་མེད་སྟེ།

༢ བྱེད་ཆིག་མོས་འཕུལ་གཞན་རྣམས་འཕུལ་མེད་སྟེ།

༣ དུས་གསུམ་འཕུལ་མེད་གྱི་སྟེ།

༤ འཕུལ་ཅན་ལ་ལྟོས་སྤྱི་བྱེ་ཁྱབ་མཉམ་གསུམ་དང་མི་མཐུན་སྟེ། བཅས་བཞི་
ལས།

དང་པོ། བྱ་བྱེད་མོས་འཕུལ་འདས་སྐུལ་འཕུལ་མེད་སྟེ་ནི། སྡོམ་ལས། བྱ་བྱེད་
མོས་འཕུལ་འདས་སྐུལ་འཕུལ་མེད་ཅིང་། །མིང་གཞི་མི་འགྱུར་མོ་དང་མ་ནིང་
ངེས། །བྱ་བྱེད་གཟུགས་གཅིག་འདས་སྐུལ་ཡིག་གཟུགས་གཅིག །ལས་ཆིག་
ཀྱང་གངས་ཉི་ཤུ་ཅུ་ཞིག་ཡོད། །ཅེས་པ་ལྟར།

དཔེར་ན། མ་འོངས། ད་ལྟ། འདས། སྐུལ་ཆིག །

འཁྱིད་བྲ། འཁྱིད་བྲེད། བྱིས་བྱིས། བྱིས་ཅིག།

འབྲུ་བྲ། འབྲུ་བྲེད། འབྲུས་བྱིས། འབྲུས་ཤིག།

འཁོད་བྲ། འཁོད་བྲེད། བོས་བྱིས། བོས་ཤིག། །ཉུ་བྲུ་དང་།

སྤྱེ་ཆོན་འདི་ནི་མིང་གཞི་མོ་དང་མ་ནིང་ཁོ་ནས་ངེས་ཤིང་། མིང་གཞི་དེ་ཡང་ཁ་
ད་བ་པ་བཅས་ནས་ཐོན་པ་དང་། བྲུ་བྲེད་ཡིག་གཟུགས་གཅིག་ལ་འདས་སྐྱལ་
ཡིག་གཟུགས་གཅིག་ཏུ་པལ་ཆེར་ངེས། དེ་ཡང་དབྱངས་ལྡན་ལས་ཆོག་ཡིན་
པས་བྲུབ་པ་ཡིན།

གཉིས་པ། བྲེད་ཆོག་མོས་འཕུལ་གཞན་རྣམས་འཕུལ་མེད་སྤེ་ནི། སྤྱོམ་ལས།
བྲེད་ཆོག་མོས་འཕུལ་གཞན་རྣམས་འཕུལ་མེད་ཅིང་། །མིང་གཞི་མི་འགྱུར་དེ་
ཡང་ད་བ་གཉིས། བཅས་ནས་འཐོན་ནིང་པལ་ཆེར་ལས་ཆོག་གངས། །བཅུ་ཅན་
ཡོད་པའི་དུས་གསུམ་སྤྱེ་ཆོན་ནོ། །ཞེས་པ་ལྟར།

དཔེར་ན། མ་འོངས། ད་ལྟ། འདས། སྐྱལ་ཆོག

བྱི་བྲ། འཁྱི་བྲེད། བྱིས་བྱིས། བྱིས་ཤིག

བྱི་བྲ། འཁྱི་བྲེད། བྱིས་བྱིས། བྱིས་ཤིག། །ཉུ་བྲ།

སྤྱེ་ཆོན་འདི་བཞིན་འདས་ཆོག་དབྱངས་ལྡན་ཡིན་ན་ཁྱོད་ཀྱི་བྲུ་བྲེད་གཉིས་
གཟུགས་འགྱུར་ནིང་འདས་སྐྱལ་གཉིས་པལ་ཆེར་གཟུགས་མི་འགྱུར་བ་ངེས་པ་
ཡིན།

གསུམ་པ། དུས་གསུམ་འཕུལ་མེད་སྤེ་ནི། སྤྱོམ་ལས། དུས་གསུམ་སྐྱལ་ཆོག་
བཅས་པར་འཕུལ་མེད་དང་། །མིང་གཞི་མི་འགྱུར་རྒྱུར་བཅེགས་འདོགས་གསུམ་

ནས།།འཛོལ་ཞིང་དུས་གསུམ་ཐོར་བུའི་ནང་ཆོན་གྱི།། ལས་ཆོག་ཁ་གངས་མང་
ཤོས་ཡིན་པའི་སྒྲེ། ཞེས་པ་ལྟར།

དཔེར་ན། མ་འོངས། ད་ལྟ། འདས། སྐུལ་ཆོག

སྤང་བ། སྤོང་བྱེད། སྤང་བེན། སྤོང་ཅིག །

སྤེལ་བ། སྤེལ་བྱེད། སྤེལ་ད་བེན། སྤེལ་ཅིག །ལྟ་བུ་དང་།

དེ་ཡང་འཕུལ་མེད་བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆོག་གི་བྱ་ཡུལ་དབྱངས་ལྡན་ཡིན་ན་འདྲིའི་
བྱ་བྱེད་གཉིས་གཟུགས་གཅིག་པ་དང་། འདས་སྐུལ་གཉིས་པལ་ཆེར་ཡིག་
གཟུགས་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་ཞིང་། བྱ་ཡུལ་དབྱངས་མེད་ད་སའི་མཐའ་ཅན་ཡིན་ན་
རང་གི་བྱ་འདས་གཟུགས་གཅིག་དང་། བྱེད་སྐུལ་གཟུགས་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་བ་
ཡིན།

བཞི་པ། འཕུལ་ཅན་ལ་ལྟོས་སྤྱི་བྱེ་བྱུབ་མཉམ་གསུམ་དང་མི་མཐུན་པའི་ཐོར་
བུའི་སྒྲེ་ནི། སྒོ་མ་ལས། དུས་གསུམ་དང་ནི་དུས་གཉིས་འཕུལ་ཡོད་ཀྱང་། སྤྱི་བྱེ་
བྱུབ་མཉམ་གང་དང་མི་མཐུན་ཞིང་། མིང་གཞི་མི་འགྱུར་རྒྱུར་པ་ཁོ་ནས་ངེས།
དེ་ཡང་ཐོར་བུའི་སྒྲེ་ཆོན་ཉུང་བུའི་སྒྲེ། ཞེས་པ་ལྟར།

དཔེར་ན། མ་འོངས། ད་ལྟ། འདས། སྐུལ་ཆོག

མནན་བ། གཞོན་བྱེད། མནན་བེན། གྲོན་ཅིག

མཉན་བ། ཉན་བྱེད། མཉན་བེན། ཉན་ཅིག །ལྟ་བུ་ལོ།།

༥༩ ་ སུས་གསུམ་བྱུབ་མཉམ་ཞེས་པ་དེ་ག་འདྲ་ཞིག་ལ་ཟེར་བ་རེད་དམ།

ལན། བྱུབ་བྱེད་གྱི་སྒོན་འཇུག་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་དུས་གསུམ་ལ་གཅིག་འགྱུར་

ཡོད་ཁྲབ་མཉམ་གྱི་སྤྲེ་ཚན་ཡིན་པས། ཏུས་གསུམ་ཁྲབ་མཉམ་ཟེར།

༥༩ ་ ཏུས་གསུམ་ལ་ཁྲབ་མཉམ་ཏུ་འཇུག་པའི་སྔོན་འཇུག་ཤིན་ཏུ་མོ་མ་ཡིག་ལས་ཀྱང་སྔོན་འཇུག་གཞན་རྣམས་འཇུག་པ་རྒྱ་ཆེ་བ་ཡིན་ཀྱང་། ཅ་བ་ལས། ཤིན་ཏུ་མོ་ནི་མཉམ་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་ཁྲབ་མཉམ་ཤིན་ཏུ་མོ་ཅམ་ལས་མ་གསུངས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཞིག་ཡིན་ནམ།

ལན། ཅ་བ་ལས། ཤིན་ཏུ་མོ་ནི་མཉམ་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་ཁྲབ་མཉམ་ཤིན་ཏུ་མོ་ཅམ་ལས་མ་གསུངས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། སྔོན་འཇུག་གཞན་རྣམས་ལ་རང་གི་འཇུག་ལུལ་ཏུས་གསུམ་སྤྱི་དང་བྲེ་བྲག་ཐོར་བུ་སོགས་སྣ་ཆོགས་ཡོད་ཅིང་། ཤིན་ཏུ་མོ་མ་ཡིག་ལ་རང་གི་འཇུག་ལུལ་ཏུས་གསུམ་ཁྲབ་མཉམ་ཅམ་ལས་མེད་པས་དེ་ལྟར་གོ་བའི་ཆེད་ཏུ་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ།

༡༠༠ ་ ཏུས་གསུམ་ཁྲབ་མཉམ་དང་། ཏུས་གསུམ་གཟུགས་མི་འགྱུར་བ་གཉིས་ཀྱི་ཁྲད་པར་དྲི་འདྲ་ཡིན་ནམ།

ལན། ཁྲབ་མཉམ་གྱི་ལས་ཆོག་ལ་གཟུགས་མི་འགྱུར་བ་ཡིན་མི་དགོས་ཏེ། དཔེར་ན། བཟོ་རྒྱ། བཟོ་བཞིན། བཟོས་ཟེན། བཟོས་ཤིག །ལྟ་བུ་སྔོན་འཇུག་གཅིག་འགྱུར་ཐོབ་པའི་ཆ་ནས་ཁྲབ་མཉམ་ཡིན་ཞིང་། མ་འོངས་ད་ལྟ་གཉིས་དང་འདས་སྤུལ་གཉིས་ཀྱི་ཡིག་གཟུགས་གྱུར་བའི་ཕྱིར། གཟུགས་མི་འགྱུར་བའི་ལས་ཆོག་མ་ཡིན། དེ་བཞིན་གཟུགས་མི་འགྱུར་བ་ཡིན་ན། ཁྲབ་མཉམ་གྱི་ལས་ཆོག་ཀྱང་ཡིན་མི་དགོས་ཏེ། དཔེར་ན། གཏམ་སོགས་སྟོས་རྒྱ། སྟོས་བཞིན། སྟོས་ཟེན། སྟོས་ཤིག །ལྟ་བུ་ཡིག་གཟུགས་གཅིག་པའི་ཆ་ནས་གཟུགས་མི་འགྱུར་བ་

ཡིན་ཞིང་། ཁྲབ་མཉམ་གྱི་ལས་ཆོག་མ་ཡིན་ཏེ། ཁྱོད་ལ་ཁྲབ་བྱེད་གྱི་སྡོན་འཇུག་
མེད་པའི་ཕྱིར།

༡༠༡ ་། ཐོ་ནི་འདས་དང་གཞན་བསྐྱབ་ཕྱིར། ཞེས་པའི་སྐལ་བས་ནས་ཐོ་ཡིག་དགོས་
པ་དུས་གསུམ་ནས་འདས་པ་དང་། བདག་གཞན་གཉིས་ནས་གཞན་གཙོ་བོར་
སྡོན་པའི་ཕྱིར་འཇུག་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ནམ།

ལན། སྡོན་འཇུག་གི་ཐོ་བ་ཡིག་དུས་གསུམ་ལས་དུས་འདས་པ་ལ་འཇུག་པ་རྒྱ་ཆེ་
བའས་ཁྲབ་ཆེ་བའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་ཐོ་ནི་འདས་དང་ཞེས་པ་དང་། དེ་བཞིན་
བདག་གཞན་གཉིས་ནས་གཞན་ལ་འཇུག་པ་མང་བའི་ཕྱིར་གཞན་བསྐྱབ་ཕྱིར་
ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན། དེ་ཡང་། ཐོ་བ་ཡིག་དུས་གསུམ་ལ་འཇུག་པ་ཁྲབ་ཆེ་
ཆུང་གི་རིམ་པ་ནི། དུས་གསུམ་ལས་དུས་འདས་པ་ལ་འཇུག་པ་ཁྲབ་ཆེ་བ་དང་།
དེ་ལས་ཉུང་བ་དུས་མ་འོངས་པ། དེ་ལས་ཀྱང་ཉུང་བ་དུས་ད་ལྟ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་
ཅ་བ་ལས་དེ་ལྟར་གསུངས། དེས་ན་དུས་གསུམ་ལ་སྡོན་འཇུག་ཐོ་བ་ཡིག་ཁྲབ་
ཆེ་ཆུང་གི་འཇུག་པའི་ཚུལ་ཇི་ལྟ་བུ་ཡིན་ཞེ་ན། ཐོ་བ་ཡིག་དུས་འདས་པ་ལ་
འཇུག་པ་ཁྲབ་ཆེ་བ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཆན་ནི།

དང་པོ། པ་སྟེ་ལས་གཞན་པའི་དུས་གསུམ་སྤྱིར་བཏང་བའི་དུས་འདས་པ་ཡིན་ན་
ཁྱོད་ལ་ཐོ་བ་ཡིག་འཇུག་པས་ཁྲབ།

གཉིས་པ། དུས་གསུམ་གྱི་བྲག་པ་ཡིན་ན། ཁྱོད་གྱི་དུས་འདས་པ་ལ་སྡོན་འཇུག་
པ་ཡིག་འཇུག་པས་ཁྲབ།

གསུམ་པ། ཐོ་བ་ཡིག་རང་གི་ཁྲབ་མཉམ་གྱི་དུས་འདས་པ་ཡིན་ན། ཁྱོད་ལ་བས་

འཕུལ་ཐོབ་པས་བྱབ་པའི་བྱིར། ཐོ་བ་ཡིག་དུས་འདས་པ་ལས་མ་འོངས་པར་
འཇུག་པ་བྱབ་ཆུང་བ་ཡིན་ཏེ།

དང་པོ། དུས་གསུམ་གྱེ་བྲག་པའི་དུས་མ་འོངས་པ་ཡིན་ན། ཁྱོད་ལ་ཐོ་བ་ཡིག་
འཇུག་པས་བྱབ།

གཉིས་པ། ཐོ་བ་ཡིག་རང་གི་བྱབ་མཉམ་གྱི་དུས་མ་འོངས་པ་ཡིན་ན། ཁྱོད་ལ་
བས་འཕུལ་ཐོབ་པས་བྱབ་པའི་བྱིར། དུས་མ་འོངས་པ་ལས་ཀྱང་ད་ལྟ་བ་ལ་
འཇུག་པ་བྱབ་ཆུང་བ་ཡིན་ཏེ། ཐོ་བ་ཡིག་རང་གི་བྱབ་མཉམ་ལས་ཆོག་གི་དུས་
ད་ལྟ་བ་ཙམ་ལས་འཇུག་ཡུལ་གཞན་མེད་པས་ཉུང་བ་ཡིན་ནོ།།

པ་སྒེ་ལས་གཞན་པའི་དུས་གསུམ་སྦྱིར་བཏང་བའི་ཁོངས་སུ།

མ་འོངས་པ། ད་ལྟ་བ། འདས་པ། སྤུལ་ཆོག །

དགོད་བྲ། འགོད་བྲེད། བགོད་ཟིན། ཁོད་ཅིག །ལྟ་བུ་བྲ་ཆོག་གངས་སུམ་ཅུ་ལྟག་
ཙམ་དང་། གཅད་བྲ། གཅོད་བྲེད། བཅད་ཟིན། ཆོད་ཅིག །ལྟ་བུ་བྲ་ཆོག་གངས་
ཉི་ཤུ་ལ་ཉི་བ་ཡོད།

དུས་གསུམ་གྱེ་བྲག་པའི་ཁོངས།

བསྐྱབ་བྲ། སྐྱབ་བྲེད། བསྐྱབས་ཟིན། སྐྱབས་ཤིག །ལྟ་བུ་བྲ་ཆོག་གངས་ཉིས་
བརྒྱ་ལྔ་བརྒྱ་ཤོར་དང་། བཙོང་བྲ། འཙོང་བྲེད། བཙོངས་ཟིན། ཆོངས་ཤིག །ལྟ་
བུ་བྲ་ཆོག་གངས་བཞི་བརྒྱ་ཞེ་གངས། བགད་བྲ། དགོད་བྲེད། བགད་ཟིན།
དགོད་ཅིག །ལྟ་བུ་བྲ་ཆོག་གངས་བརྒྱ་གངས་ཙམ། བསམ་བྲ། སེམས་བྲེད།
བསམས་ཟིན། སོམས་ཤིག །ལྟ་བུ་བྲ་ཆོག་གངས་བརྒྱ་གངས་ཙམ་བཅས་ཡོད།

རང་གི་བྱ་བ་མཉམ།

བྱེད་འབྲེལ། བསྟོད་བྱ། བསྟོད་བྱེད། བསྟོད་ཟིན། བསྟོད་ཅིག །ལྟ་བུ་བྱ་ཆོག་གི་
གངས་བཞི་བརྒྱ་ཞེ་གངས་དང་། བྱེད་མེད། བཅའ་འཁྲུང་། བཅའ་བཞིན།
བཅས་ཟིན། ལྟ་བུ་བྱ་ཆོག་གངས་ཉི་ཤུ་ལ་ཉེ་བ་ཡོད་པ་བཅས་ཁྱོད་རྒྱ་ཅིས་
ཀྱིས་ཕོ་བ་ཡིག་བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆོག་གི་འདས་པ་ལ་འཇུག་པའི་ལས་ཆོག་གི་
གངས་བཞི་བརྒྱ་སྒོར་ཞིག་ཡོད་པས་བས་འཕུལ་དུས་གསུམ་ལས་འདས་པ་ལ་
གཙོ་བོར་འཇུག་པ་ཡིན་ནོ། དེ་བཞིན། ཕོ་བ་ཡིག་བདག་གཞན་གཉིས་ནས་
གཞན་ལ་འཇུག་པ་བྱ་བ་ཆེ་བ་ཡིན་ཏེ། དུས་གསུམ་གྱི་བྲག་པའི་དངོས་པོ་གཞན་
དང་། རང་གི་བྱ་བ་མཉམ་གྱི་དངོས་པོ་གཞན་ལ་འཇུག་པ་ཡིན།

དུས་གསུམ་གྱི་བྲག་པའི་ཁོངས།

བསྐྱལ་བྱ། སྐྱོལ་བྱེད། བསྐྱལ་བྱེད་ཟིན། སྐྱོལ་བྱེད་ཅིག །ལྟ་བུ་བྱ་ཆོག་གངས་ཉིས་བརྒྱ་
ལྟ་བུ་སྒོར་དང་། བཀྱིག་བྱ། འབྱིག་བྱེད། བཀྱིགས་ཟིན། བྱིགས་ཤིག །ལྟ་བུ་བྱ་
ཆོག་གངས་བཞི་བརྒྱ་ཞེ་གངས། བཤམ་བྱ། གཤོམ་བྱེད། བཤམས་ཟིན། ཤོམས་
ཤིག །ལྟ་བུ་བྱ་ཆོག་གངས་བརྒྱ་གངས་བརྒྱལ་བ། བཞོན་བྱ། ཞོན་བྱེད། བཞོན་
ཟིན། ཞོན་ཅིག །ལྟ་བུ་བྱ་ཆོག་གངས་བརྒྱ་གངས་ཅམ་ཡོད།

ཕོ་བ་ཡིག་བྱ་བ་མཉམ།

བཞེས་བྱ། བཞེས་བྱེད། བཞེས་ཟིན། བཞེས་ཤིག །ལྟ་བུ་བྱ་ཆོག་གངས་
བཞི་བརྒྱ་ཞེ་གངས་ཡོད་པ་བཅས་ཁྱོད་བསྐྱེམས་ཕོ་བ་ཡིག་དངོས་པོ་གཞན་ལ་
འཇུག་པའི་བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆོག་གངས་སུམ་བརྒྱ་ལྟ་བུ་སྒོར་ཞིག་ཡོད།

མདོར་ན་བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆོག་གང་ཞིག །བྱ་འདས་གཉིས་པོས་འཕུལ་བའི་
ལས་ཆོག་ཡིན་ན། དུས་གསུམ་བྱེ་བྲག་པ་ཡིན་པས་བྱུང་བའི་བྱིར་ཏེ། པོ་ནི་
འདས་དང་གཞན་བསྐྱབ་བྱིར། །ཞེས་པའི་ཆོགས་ཀྱང་མིལ་པོའི་སྐྱབས་ནས་དུས་
གསུམ་བྱེ་བྲག་པ་དངོས་སུ་བསྟན་པ་དང་། པོ་ནི་འདས་དང་ཞེས་ཆོག་ཀྱང་བྱེད་
ཀྱིས་པ་སྤེལ་ལས་གཞན་པའི་དུས་གསུམ་སྤྱིར་བཏང་བ་དངོས་སུ་བསྟན་པ་ཡིན་
ནོ།།

གཞན་ཡང་སྐྱབས་འདིར་སྐྱབས་བདེའི་ཚུལ་དུ་དྲིས་ལན་འབྲི་དགོས་ཆེ་གོང་
གསལ་དུས་གསུམ་རེའུ་མིག་ནང་གསལ་འབྱུང་བཏོན་གསེག་གིས་བྱས་པའི་བྱ་
ཆོག་རྣམས་ཟུར་འདོན་གྱིས་ལན་དུ་དྲིས་ན། པོ་ནི་འདས་དང་གཞན་བསྐྱབ་བྱིར།
ཞེས་པའི་དྲིས་ལན་འཕྱས་པ་ཡིན། མ་ནིང་དང་པོའི་སྐྱབས་ཀྱང་དེ་བཞིན་
རིགས་འགྲེ་བར་བྱ་དགོས།

༡༠༩ ་ མ་ནིང་གཉིས་ཀ་ད་ལྟ་ཆེད། ཅེས་པའི་སྐྱབས་ནས་སྡོན་འཇུག་མ་ནིང་
གཉིས་དངོས་པོ་བདག་གཞན་གཉིས་ཀ་དང་། དུས་ད་ལྟ་བ་གཙོ་བོ་བསྐྱབ་པའི་
བྱིར་འཇུག་པའི་ཚུལ་ག་འདྲ་རེད་དམ།

ལན། སྡོན་འཇུག་གི་མ་ནིང་ག་ད་གཉིས་དངོས་པོ་བདག་གཞན་གཉིས་དང་གཙོ་བོ་
དུས་ད་ལྟ་བར་འཇུག་པ་ཡིན་ཏེ། རང་ཉིད་བདག་གཞན་གཉིས་དང་དུས་ད་ལྟ་བ་
ལ་འཇུག་པ་བྱུང་བའི་བྱིར། དེ་ཡང་དུས་གསུམ་བྱེ་བྲག་པའི་ནང་གསེས་བྱ་
འདས་པོས་འཕུལ་ཞིང་བྱེད་པ་མ་ནིང་གི་སྤེལ་དང་། དུས་གསུམ་སྤྱི་བཏང་བའི་
ནང་ཆོན་བརྗོད་བདེར་བྱེད་ཆོག་མ་ནིང་འགྱུར་བའི་སྤེ། རང་གི་བྱུང་མཉམ་གྱི་

དུས་ད་ལྟ་བ་བཅས་ལ་འཇུག་པ་ཡིན་ནོ།

བྱ་འདས་ཐོས་འབྲུལ་ཞིང་བྱེད་པ་མ་ནིང་འབྲུལ་བ།

དཔེར་ན། མ་འོངས་ལ། ད་ལྟ་བ། འདས་ལ། སྐུལ་ཆིག་
བཏོག་བྲ། གཏོག་བྱེད། བཏོགས་ཟེན། རོགས་ཤིག །ལྟ་བུ་བྱ་ཆིག་གངས་ཉི་ཤུ་
ལ་ཉེ་བ་དང་། བཀར་རྒྱ། དགར་བྱེད། བཀར་ཟེན། ཁོར་དུ་ཅིག །ལྟ་བུ་བྱ་ཆིག་
གངས་ལྔ་སྟོར་ཞིག་ཡོད། བཟོད་བདེར་བྱེད་ཆིག་མ་ནིང་འབྲུར་བའི་སྤྱིར་བཏང་
བ། གཅད་བྲ། གཅོད་བྱེད། བཅད་ཟེན། ཆོད་ཅིག །ལྟ་བུ་བྱ་ཆིག་གངས་ཉི་ཤུ་ལ་
ཉེ་བ་དང་།

རང་གི་བྱ་བ་མཉམ་སྡེ་ཆོན།

གསུང་བྲ། གསུང་བྱེད། གསུངས་ཟེན། གསུངས་ཤིག །ལྟ་བུ་བྱ་ཆིག་གངས་
བདུན་བཅུ་བཞུལ་བ་དང་། དཔྱག་རྒྱ། དཔྱག་བྱེད། དཔྱགས་ཟེན། དཔྱགས་
ཤིག །ལྟ་བུ་བྱ་ཆིག་གངས་ཉི་ཤུ་སྟོར་ཡོད་པ་བཅས་ཁྱོན་བསྡེམས་མ་ནིང་
གཉིས་དངོས་པོ་བདག་དང་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་དུས་ད་ལྟ་བ་ལ་འཇུག་པ་གངས་
བརྒྱ་དང་སུམ་བུ་བཞུལ་བ་དང་། དགོས་པོ་གཞན་ལ་འཇུག་པའི་ལས་ཆིག་
གངས་བརྒྱ་ལྟག་ཅེས་ཡོད་པར་བརྟེན། ཅ་བ་ལས། མ་ནིང་གཉིས་ཀ་ད་ལྟ་
ཆོད། །ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ།

༡༠༣ ་ མོ་ནི་བདག་དང་མ་འོངས་ཕྱིར། །ཞེས་མོ་འཡིག་གི་དགོས་པ་དངོས་པོ་
བདག་དང་དུས་མ་འོངས་པ་གཙོ་བོར་སྟོན་པའི་ཕྱིར་འཇུག་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་
རེད་དམ།

ལན། སྟོན་འཇུག་མོ་འཡིག་དངོས་པོ་བདག་དང་དུས་མ་འོངས་པར་འཇུག་པ་རྒྱ་
ཆེ་བའི་ཕྱིར་དེ་གཉིས་ལ་གཙོ་བོར་འཇུག་པར་གསུངས་པ་ཡིན། དེ་ཡང་དུས་
གསུམ་གྱི་བྲག་གི་ནང་གསེས་བྱ་འདས་པོས་འཕུལ་བྱེད་པ་མོ་ཡིས་འཕུལ་བའི་
སྒྲེ་དང་། དུས་གསུམ་སྤྱིར་བཏང་བའི་ནང་ཆོན་སྤྱི་དངོས་དང་། དུས་གསུམ་ཐོར་
བྱ་བའི་ནང་ཆོན་བྱ་བྱེད་མོས་འཕུལ་འདས་སྐུལ་འཕུལ་མེད་སྒྲེ་དང་། བྱེད་ཆོག་
མོས་འཕུལ་གཞན་རྣམས་འཕུལ་མེད་སྒྲེ། རང་གི་བྱེད་མཉམ་ལས་ཆོག་བཅས་
གྱི་དངོས་པོ་བདག་སྟོན་པ་ལ་འཇུག་པ་ཡིན།

བྱ་འདས་པོས་འཕུལ་ཞིང་བྱེད་པ་མོས་འཕུལ་བའི་དུས་གསུམ་གྱི་བྲག་པ།

མ་འོངས་པ། ད་ལྟ་བ། འདས་པ། སྐུལ་ཆོག

བཏག་བྱ། འཐག་བྱེད། བཏགས་ཟིན། ཐོགས་ཤིག། ལྟ་བྱ་བྱ་ཆོག་གངས་ལྗ་བཅུ་
ཉི་བ་དང་།

དུས་གསུམ་སྤྱི་དངོས།

གཞུག་བྱ། འཇུག་བྱེད། བཅུག་ཟིན། རྟག་ཅིག། ལྟ་བྱ་བྱ་ཆོག་གངས་བཞི་
བཅུ་ལ་ཉི་བ་དང་།

བྱ་བྱེད་མོས་འཕུལ་འདས་སྐུལ་འཕུལ་མེད་གྱི་ཐོར་བྱ་བ།

འཐེར་བྱ། འཐེར་བྱེད། ཐེར་ད་ཟིན། ཐེར་ད་ཅིག། ལྟ་བྱ་བྱ་ཆོག་གངས་ཉི་ཤུ་ཅ་
གངས།

བྱེད་ཆོག་མོས་འཕུལ་གཞན་རྣམས་འཕུལ་མེད་གྱི་ཐོར་བྱ་བ།

ཟི་བྱ། འཐི་བྱེད། ཟིས་ཟིན། ཟིས་ཤིག། ལྟ་བྱ་བྱ་ཆོག་གངས་བཅུ་གངས་དང་།

མོ་འ་ཡིག་ཁྱབ་མཉམ་གྱི་སྡེ་ཆན།

འཕང་བྲ། འཕེན་བྲ། འཕངས་ཟེན། འཕོངས་ཤིག་། ལྟ་བུ་གངས་བཞི་བཙུ་ཞེ་
གངས་། བཅས་ཡོད་པ་ཁྱོན་བསྡོམས་བྲེད་འབྲེལ་ལས་ཆིག་གི་དངོས་པོ་བདག་
ལ་མོ་འ་ཡིག་འཇུག་པའི་ལས་ཆིག་གངས་བརྒྱ་དང་ལྔ་བཙུ་སྟོར་ཞིག་དང་། དེ་
བཞིན་མོ་འ་ཡིག་བྲེད་འབྲེལ་དུས་མ་འོངས་པར་འཇུག་པ་བསྡོམས་གངས་
བདུན་ཙུ་ལ་ཉེ་བར་ཡོད་པའི་བྲིར། ཅ་བ་ལས། མོ་ནི་བདག་དང་མ་འོངས་
བྲིར། །ཞེས་གསུངས།

༡༠༩ ་ ། ཤིན་རྒྱུ་མོ་ནི་མཉམ་བྲིར་རོ། །ཞེས་ཤིན་རྒྱུ་མོ་མ་ཡིག་དུས་གསུམ་ཁྱབ་
མཉམ་སྟོན་བྲིར་འཇུག་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ནས།

ལན། སྟོན་འཇུག་གི་ཤིན་རྒྱུ་མོ་མ་ཡིག་རང་གི་འཇུག་ཡུལ་ལས་ཆིག་གི་བདག་
གཞན་དུས་གསུམ་ལ་བྲད་པར་མེད་པ་གཅིག་འགྱུར་དུ་འཇུག་པའི་ཆ་ནས་དུས་
གསུམ་ཁྱབ་མཉམ་ལ་འཇུག་པ་ཡིན།

དཔེར་ན། མ་འོངས་པ། ད་ལྟ་བ། འདས་པ། སྐལ་ཆིག་

བྲེད་འབྲེལ། མཇུག་བྲ། མཇུག་བྲེད། མཇུག་བྲ། མཇུག་བྲེད་ཅིག་ལྟ་བུ་བྲེད་ཆིག་
གངས་བཙུ་ལྟ་བུ་ཅེས་ལས་མེད།

༡༠༩ ་ ། ཅེ་ཞིག་ལ་དུས་གསུམ་མགོ་རྟོག་ཅེས་ཟེར་བ་རེད་དམ།

ལན། བྲེད་ཆིག་བྲེད་བྲག་པ་གཅིག་གི་དུས་གསུམ་དག་ཆ་འབྲེད་ཚུལ་ལ་མཁས་པའི་
བཞེད་སྟོལ་མི་མཐུན་པ་དུ་མ་ཐོན་པའི་རིགས་ལ་དུས་གསུམ་མགོ་རྟོག་ཅེས་
འདོགས་པ་ཡིན། དཔེར་ན། སྟོན་དུ་བཟེད་ལྟ་བུའི་བྲེད་ཆིག་ལ་མཆོན་ན།

མ་འོངས། ད་ལྟ་བུ། འདས་པ། སྤྲུལ་ཆིག
༡ གཞེད་གྲ། འཛིན་བྱེད། བཞེད། ཟེད་ཅིག
༢ བཞེད་གྲ། འཛིན་བྱེད། བཞེད། ཟེད་ཅིག
༣ གཞེད་གྲ། གཞེད་བྱེད། གཞེད། གཞེད་ཅིག
༤ བཞེད་གྲ། བཞེད་བྱེད། བཞེད། བཞེད་ཅིག།

ཅེས་པ་ལྟར་བཞེད་སྒོལ་དང་པོ་ནི་དུས་གསུམ་སྤྱིར་བཏང་བ་དང་། གཉིས་པ་
དུས་གསུམ་གྱི་བྲག་པ། གསུམ་པ་ག་ཡིག་བྲབ་མཉམ། བཞི་པ་བ་ཡིག་བྲབ་
མཉམ་དུ་གྱུར་བ་དེ་ལྟ་བུའི་བཞེད་པ་མི་མ་སྤྲོད་པའི་མགོ་རྟོག་ཅན་གྱི་བྲ་ཆིག་རི་
སྟེད་ཅིག་ཡོད་པ་ཡིན་པས། དེ་དག་ལ་གཟབ་དགོས།

༡༠༩ ། གན་ལགས་སུ་བཀའ་འདྲི་ཞུ་རྒྱུ་དུས་རྒྱུན་གན་བྱེད་ཀྱི་རྒྱལ་འཇུག་
བཤད་འཁྱིད་གནང་སྐབས་སུ། མ་ནིང་གཉིས་ཀ་ད་ལྟར་ཆེད། ། ཅེས་པའི་སྐབས་
གཞུང་སྲ་མ་ན་མེད་པའི་སྤྲོད་མོང་མ་ཡིན་པའི་འགྲེལ་བཤད་ཟུར་པ་ཞིག་བསྐྱོན་
གནང་གི་འདུག །འདིའི་སྐོར་གང་འདྲ་ཡིན་ནམ།

ལན། དེ་བ་འདིའི་ལན་ཁོ་བོའི་འདོད་ཚུལ་བཞིན་ཡོངས་གྲགས་བྱས་ཏེ་བཤད་རྒྱུ་དེ་
སྐབས་བདེ་པོ་རང་མི་འདུག །རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ཞེ་ན། མ་ནིང་། གཉིས་ཀ་ད་
ལྟར་ཆེད། །ཅེས་པའི་མ་ནིང་གཉིས་ཀ་ཞེས་པ་དེ་དང་གི་བར་རྒྱལ་འཇུག་
འགྲེལ་བྱེད་ཀྱན་གྱིས་བདག་གཞན་གཉིས་ཀ་ལ་ངོས་བཟུང་བ་མ་གཏོགས་མ་
ནིང་ག་ད་གཉིས་ལ་ངོས་འཛིན་གཏན་ནས་གནང་མེད་པ་རེད། དེར་བརྟེན་འགྲེལ་
བྱེད་སྲ་མ་རྣམས་ཀྱི་བཞེད་པ་དང་མི་མ་སྤྲོད་པར་ཁོ་བོས་འགྲེལ་བཤད་ཟུར་པ་

ཞིག་རྒྱག་ན་རིག་གནས་སྤྱོད་བརྒྱུ་ལས་བཀའ་བཀྲོན་གནང་མི་ཡོང་ངམ་སྟེ་ཞུ་
ཡང་འཆེར་པོ་འདུག། ཁོཅ་ཀྱང་དབྱུང་གཞིའི་ཚུལ་དུ་རང་ལུགས་བཞིན་ལན་གྱི་
ཚུལ་དུ་འདི་ལྟ་སྟེ། སྤོན་འཇུག་ཏགས་གྱི་དབྱེ་བ་བཞི་ལས་སྤོན་འཇུག་མ་ནིང་
གཉིས་ཡོད་ཅེས་འགྲེལ་བྱེད་ན་གྱིས་དགོངས་བ་ཅེ་མ་ཐུན་བྱུང་ཡོད་པར་ངས་ཞུ་
མ་དགོས་ལ། དེ་སྤོན་འཇུག་མ་ནིང་གཉིས་ཡོད་པ་དེ་ཡང་ཁུངས་གཏུགས་ས་ཅི་
སྟེ་སྤོད་ན། མ་ནིང་གཉིས་ཀ་ད་ལྟར་ཆེད། ཁེས་པའི་གཞུང་ཆོག་འདི་ཉིད་ལ་
ཁུངས་གཏུགས་བྱ་དགོས་པ་ལས། གཞན་མ་ནིང་གཉིས་ཡོད་པ་དོ་ཆ་འཕྲོད་
ཐུབ་པའི་ཏགས་འཇུག་གི་གཞུང་གང་ནའང་མི་གསལ། དེས་ན་སྐབས་འདི་ར་མ་
ནི་ང་གཉིས་ཀ་ཞེས་པ་དེ་ག་ད་གཉིས་ལ་དོས་བཟུང་ནས་དེ་གཉིས་གྱིས་བདག་
གཞན་དོན་ལྡན་ལས་གཙོ་བོར་དུས་ད་ལྟ་བ་ལ་འཇུག་ཅེས་བརྗོད་ན་ཤིན་ཏུ་འགྲེལ་
ཆགས་ཤིང་རྒྱ་མཚན་དང་བཅས་ཏེ། དུས་གསུམ་ནས་མ་འོངས་པ་གཙོ་བོར་
སྤོན་པ་མོ་འཁྲིག་དང་། ད་ལྟ་བ་སྤོན་པ་མ་ནིང་ག་ད་གཉིས། འདས་པ་སྤོན་པ་ཕོ་
བ་ཡིག་ཡིན་ཞིང་། བདག་གཞན་གཉིས་ནས་བདག་གཙོ་བོར་སྤོན་པ་མོ་འཁྲིག་
དང་། གཞན་གཙོ་བོར་སྤོན་པ་ཕོ་བ་ཡིག་ཅེས་བདག་གཞན་དོན་ལྡན་གཙོ་བོར་
སྤོན་པའི་སྤོན་འཇུག་སོ་སོ་ནས་བཤད་ཟིན་ཅིང་། སྤྱིར་ཡང་མ་ནིང་ག་དང་ད་
གཉིས་གྱིས་བདག་གཞན་གཉིས་ཀ་གཙོ་བོར་སྤོན་པ་ལ་འཇུག་ཅེས་བརྗོད་ནི།
དེ་གཉིས་གྱིས་བདག་གཙོ་བོར་སྤོན་པ་ལ་འཇུག་པ་ཐལ། བདག་གཞན་གཉིས་
ཀ་གཙོ་བོར་སྤོན་པ་ལ་འཇུག་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། མོ་ནི་བདག་དང་ཞེས་པའི་ཅ་
བའི་ཆོག་གི་དགོངས་པ་ཇི་ལྟར་འགྲེལ་ལས། དེ་བཞིན་ག་ད་གཉིས་གཞན་གཙོ་

བོར་སྟོན་པ་ལ་འཇུག་པ་ཐལ། ཁྱོད་བདག་གཞན་གཉིས་ཀ་གཙོ་བོ་སྟོན་པར་
 འཇུག་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། མོ་ནི་འདས་དང་གཞན་བསྐྱུབ་ཕྱིར། །ཞེས་པའི་རྩ་
 བའི་ཆོག་ལ་དགོས་པ་མེད་པར་ཐལ་ལོ། །དེས་ན་བདག་གཞན་གཉིས་ཀ་གཙོ་
 བོར་སྟོན་པའི་དོན་ལ་འཇུག་པའི་སྟོན་འཇུག་མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། བདག་གཙོ་བོར་
 སྟོན་པ་ལ་འཇུག་ན། གཞན་གཙོ་བོར་སྟོན་པ་ལ་མི་འཇུག་པས་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར་ཏེ།
 བདག་གཞན་སོགས་གཙོ་སྟོན་མི་སྟོན་ཟེར་བ་དེ་ཡང་དེ་ལ་འཇུག་པ་ཁྲབ་ཆེ་
 རུང་གི་སྒོ་ནས་འདོག་དགོས་པས་ན། སྟོན་འཇུག་གང་དང་གང་གིས་བདག་ལ་
 ཁྲབ་ཆེ་བའི་སྒོ་ནས་འཇུག་ཅེས་བརྗོད་པའི་ཆེ། དེ་དང་དེས་ནི་གཞན་ལ་ཁྲབ་
 རུང་བས་འཇུག་པར་བྱལ་གྱིས་གོ་ཞིང་། གཞན་ལ་ཁྲབ་ཆེ་བའི་སྒོ་ནས་
 འཇུག་ཅེས་པ་ན། ། དེ་དང་དེས་བདག་ལ་ཁྲབ་རུང་བས་འཇུག་པ་དོན་གྱིས་གོ་
 བས་སོ། །ལྷག་དོན་དུ་ག་ད་གཉིས་བདག་གཙོ་བོར་སྟོན་པ་ལ་མི་འཇུག་སྟེ།
 དངོས་སོ་བདག་ལ་གཙོ་བོར་འཇུག་པ་སྟོན་འཇུག་མོ་འཕྱིག་ཁོ་ན་ཡིན་པའི་
 ཕྱིར་ཏེ། མོ་འཕྱིག་གིས་དངོས་སོ་བདག་ལ་ཁྲབ་ཆད་བཞིན་སྟོན་འཇུག་གཞན་
 གང་གིས་ཀྱང་མ་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར་དང་། སྟོན་འཇུག་ག་ད་གཉིས་དངོས་སོ་གཞན་
 གཙོ་བོར་སྟོན་པ་ལ་ཡང་མི་འཇུག་སྟེ། གཞན་གཙོ་བོར་སྟོན་པ་ལ་འཇུག་པའི་
 སྟོན་འཇུག་ཡིན་ན། མོ་བཕྱིག་ཡིན་པས་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །

༡༠༥༽ ཆན་ལགས། བྱ་ཆོག་གི་དུས་གསུམ་ལ་དབྱངས་གཅིག་གླུང་འབྲི་དགོས་
 པ་དང་མི་དགོས་པའི་ཁྱད་པར་གྱི་སྒྲོར་གསལ་བཤད་ཅིག་གནང་རོགས་གནང་།
 ལན། བྱ་ཆོག་གི་དུས་གསུམ་སྐུ་ཆོག་གང་ལ་དབྱངས་ཐོབ་པ་དང་གང་ལ་མི་ཐོབ་

པའི་བྱད་པར་ཤེས་པར་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཡང་གནད་འགག་ཅིག་རེད། དེ་ཤེས་པ་ལ་ཐོག་
མར་རྒྱན་སྤྱོད་པ་ལ་སྐད་ནང་བྱ་ཆོག་དང་འབྲེལ་བའི་སྐད་ཆ་འོད་པའི་སྐབས་
པལ་ཆེར་དུས་འདས་པའི་སྐབས་འོད་བྱེད་པ་ལས་མ་འོངས་ད་ལྟ་སྐལ་ཆོག་
གསུམ་ཉ་ལམ་བེད་སྤྱོད་གཏོང་སྒོལ་མེད་པར་བརྟེན། ཁོ་བོས་དུས་འདས་པ་ལ་
གཞི་བཙུག་ནས་བྱ་ཆོག་གི་དབྱངས་ཐོབ་ཐང་སྐོར་གསལ་བ་ཤད་བྱ་རྒྱུ་ཡིན།
དུས་འདས་པ་དབྱངས་ལྡན་གྱི་ལས་ཆོག་ཡིན་ན་འདིའི་དུས་གསུམ་སྐལ་ཆོག་
དང་བཅས་པར་དབྱངས་གཅིག་འགྱུར་ཐོབ་པ་ཡིན། དཔེར་ན། ས་སོགས་བཞོག་
ལྟ་བུ་དབྱངས་ལྡན་དུས་འདས་པའི་ལས་ཆོག་ཁ་སྐད་དུ་བཞོལ་སྤྱོད་བྱེད་པ་
བཞིན་འདིའི་དུས་གསུམ་སྐལ་ཆོག་བཅས་པར་དབྱངས་ཨོ་ལྡན་གཅིག་འགྱུར་
བྱེད་ཐོགས། དཔེར་ན། དཞོག་བྲ། འཞོག་བྲེད། བཞོག་བྲེན། ཁོག་ཅིག་ལྟ་བུ་
དང་། ལམ་སོགས་བཞག་ལྟ་བུ་དབྱངས་མེད་དུས་འདས་པ་ཡིན་པས་འདིའི་
དུས་གསུམ་སྐལ་ཆོག་ལ་དབྱངས་ཡོད་མེད་བསྐྱེད་ཏེ་བྱེད་ཐོགས། དཔེར་ན།
དགག་བྲ། འཞོག་བྲེད། བཞག་བྲེན། ཁོག་ཅིག་ལྟ་བུ། དེ་བཞིན་བྱ་ཆོག་པལ་
ཆེ་བ་ལ་རིགས་འགྲེ་ཆོག་པ་ཡིན།

༡༠༩ ་། ཀུན་ལགས་སུ་བཀའ་འདི་ཞུ་རྒྱུར། དཀའ་གསལ་ལས། འོན་ཀྱང་བྱེད་པོ་
གཞན་དངོས་དང་། འབྲེལ་བའི་འདས་ལ་འདི་སྤྱོད་འཇུག་མེད་པར་ངེས་
ཤིང་། །ཞེས་གསུངས་པས་མེད་པར་ངེས་ཚུལ་རི་ལྟར་ཡིན་ནམ།
ལན། གནས་དོན་འདི་བདེ་སྤྱོད་གཞུང་གཞན་གང་ནའང་མེད་པའི་དབྱངས་ཅན་གྱུ་བ་
པའི་རྩོམ་ཁེད་མེད་པའི་ལས་ཆོག་དཔྱད་ཏེ་ཅུལ་ལས་འཇུངས་པའི་ལེགས་

བཤད་བྱ་དུ་འབགས་པ་ཞིག་ཡིན་པར་ཤེས་དགོས། འདི་ཐད་དགོངས་པ་རྒྱུ་
 ལྟར་དགོས་དགོས་ཤིང་། དུས་གསུམ་འཕྲུལ་ཡིག་འཇུག་པའི་བྱེད་པ་ལོ་གཞན་
 དང་དངོས་སུ་འབྲེལ་བའི་ལས་ཆེག་གི་དུས་འདས་པ་ཡིན་ན། ཁྱོད་ལ་མོ་འཡིག་
 མེད་པར་ངེས་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་པ་ལས། བྱེད་པ་ལོ་གཞན་དང་དངོས་སུ་
 འབྲེལ་བའི་ལས་ཆེག་ཅན་གྱི་དུས་འདས་པ་ཡིན་ན། ཁྱོད་ལ་མོ་འཡིག་མི་
 འཇུག་པར་ངེས་ཞེས་པའི་དོན་མིན། གཞུང་ཆེག་འདི་བཞིན་དཀའ་གནད་ཅན་
 དུ་སོང་ག་ཤིས། དཀའ་གསལ་འབྲེལ་བྱེད་འགའ་ངེས་སྐབས་འདིར་འབྲེལ་
 བཞེད་དམིགས་བསལ་ཅི་ཡང་མི་བྱེད་པར་གཡོལ་ཏེ་བྱིན་པ་དང་། འགའ་ཞིག་
 རྣམ་འབྲེལ་བཞེད་བྱེད་ཁུལ་བགྱིས་ཀྱང་གཞུང་ཆེག་ལས་ཡོངས་སུ་ལྷོག་ཏེ་
 མེད་པར་མ་ངེས་ཏེ་ཞེས་དཔེར་བཞེད་ཀྱང་མོ་འཡིག་ཁྲབ་མཉམ་གྱི་ལས་ཆེག་
 རིགས་ཤིག་སྒྲིག་བཞེད་པ་མཐོང་རྒྱ་འདུག་པ་དེ་དག་ནི་གཞུང་གི་དགོངས་དོན་ལ་
 ཉེ་བའི་བཤད་པ་མིན་པར་ལྟ་ཅི། འདི་ཐད་གཞུང་དོན་རྒྱུ་ཞིབ་ལ་རང་གིས་ངལ་
 བ་ཅན་ཡང་མ་བསྐྱེན་པར་གཞན་གྱིས་ཟེར་སྒྲོལ་ཞེས་འབྲངས་ཁོ་ནའི་རྒྱན་
 འབྲུམས་སུ་སོང་སྟེ་དེར་བྱིས་འབྲེལ་པལ་མོ་ཆེས་དེ་ལ་མེད་པར་མ་ངེས་ཏེ་ཞེས་
 དཔེར་བཞེད་ཀྱང་འགོད་རྒྱ་ཡོད་ཁུལ་བྱེད་པ་ནི། གང་གི་མཁུན་པའི་རྒྱ་གཏེར་
 ལས་བྱུང་པའི་བྱེད་ཞོར་ཞིག་གཏན་ནས་མིན་པར་ཁ་ཆོན་གཅོད་ཆོག །གང་གི་
 གཞུང་དོན་རྒྱུ་བཞིན་རྒྱ་ཆད་ལོན་པ་ཞིག་འབྲེལ་བཞེད་ཅི་སྟེ་བྱེད་འདོད་ཆོ།
 གཞུང་དོན་རྒྱུ་གཅོན་དུ་མ་སོང་བར་གཞུང་གི་ཆེག་དང་མཐུན་ཤིང་ཅི་སྟེ་
 གྱིས་སྒྲ་མའི་དགོངས་པ་བཞིན། མེད་པར་ངེས། ཞེས་མེད་པར་ངེས་ལུགས་ངེས་

སྐྱེས་གང་ཡིན་དུས་གསུམ་ཤེས་བྱའི་རྒྱ་མཚོའི་གཏིང་ལ་ཞུགས་ཏེ་དབྱད་པ་
རྫོགས་པར་གནང་བྱུང་ན། ད་གཞོན་མེད་པར་ངེས་པའི་དགོངས་དོན་ནོར་བུ་
ལག་ཏུ་སོན་རྒྱ་ཉག་ཅིག་གོ་དོན་བསྟུ་ན། གོང་གི་དཀའ་གསལ་གཞུང་ཆོག་
གིས་དངོས་སུ་དགག་ཕྱོགས་ནས་མེད་པར་ངེས་ཞེས་གསུངས་པས་ཤུགས་
ལས་སྐྱབ་ཕྱོགས་ནས་མོ་འ་ཡིག་དུས་འདས་པར་འཇུག་པའི་བྱེད་འབྲེལ་ལས་
ཆོག་ཡིན་ན། ཁྱོད་དུས་གསུམ་བྲུབ་མཉམ་གྱི་ལས་ཆོག་ཡིན་པས་བྲུབ་པ་
བསྟན་པ་ཡིན།

༡༠༩ ་ དུས་གསུམ་དཀའ་གནད་འཆད་པའི་སྐབས་འདིར་བྲུབ་མཉམ་ལས་ཆོག་
ལོགས་སུ་ཕྱད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚོན་ཅི་ཡིན་ཞེ་ན།

ལན། ཉགས་འཇུག་རྩ་བའི་ཆོག་ཟིན་གྱི་དུས་གསུམ་བྲུབ་མཉམ་ནི་དཀའ་གནད་
མིན་ཞིང་། རྩ་བ་ལས་དངོས་སུ་ཐ་སྟད་མི་བྱེད་པའི་དཀའ་གནད་ཅན་གྱི་དུས་
གསུམ་འཕུལ་ཡིག་འགྱུར་བའི་སྡེ་ཆོན་ནམས་ལ་དོགས་གཅོད་གྱི་ཆེད་དུ་སྐབས་
འདིར་སྡོན་འཇུག་པོ་མོ་མ་ནིང་གསུམ་དུས་གསུམ་གང་ལ་མི་འཇུག་པ་
གསུངས་པ་ཡིན།

༡༡༠ ་ དཀའ་གསལ་ལས། ག་ད་ཅུང་། ཞེས་པའི་དགོངས་དོན་ངེ་ལྟར་ཡིན་ནམ།
ལན། དུས་གསུམ་འཕུལ་ཡིག་འགྱུར་བའི་བྱེད་པོ་གཞན་དང་དངོས་སུ་འབྲེལ་བའི་
ལས་ཆོག་གི་དུས་འདས་པ་ལ་སྡོན་འཇུག་མ་ནིང་ག་ད་གཉིས་འཇུག་པ་ཤིན་ཏུ་
ཅུང་བ་ཡིན་ཞེས་པའི་དོན་ཏེ། དུས་གསུམ་སྦྱིར་བཏང་བ་དང་བྱེ་བྲག་པའི་དུས་
འདས་པ་ཡིན་ན།

ཁྱོད་ལ་ལྷོན་འཇུག་མ་ནིང་མི་ཐོབ་པས་བྱབ་པ་གང་ཞིག། ཁྱོར་བྱའི་ནང་གསེས་
དུས་གསུམ་འབྲུལ་ཡོད་ཀྱང་སྤྱི་བྱེ་བྱག་བྱབ་མཉམ་གང་དང་མི་མ་ཐུན་པའི་ཐོར་
བྱ་ནས་ཉུང་བྱ་སྟེ་རེ་བྱང་ཐོན་པ་ཡིན་ཞེས་པའི་དོན་ནོ།།

དཔེར་ན། མ་འོངས། ད་ལྟ། འདས་པ། སྤྱི་ལ་ཆིག

ག་ཡིག་འདས་པ་ལ་འཇུག་པ། གང་མ་བྱ། འདོམས་བྱེད། གང་མས། འདོམས་
ཤིག། ད་ཡིག་འདས་པ་ལ་འཇུག་པ། དགོལ་བྱ། འཁོལ་བྱེད། དགོལ་ད། ཁོལ་ད་
ཅིག། །ལྟ་བུ་དེ་ཙམ་ལས་མེད་པར་ཤེས་པའི་ཕྱིར་ག་ད་ཉུང་ཞེས་གསུངས་པ་ནི་
དོན་དང་ལྡན་པའི་ལེགས་བཤད་ཡིན། །དེ་ལྟར་དཀའ་གསལ་ཆིག་རིས་བཞིན་
ག་ད་ཉུང་ཞེས་པའི་སྐབས་ཉུང་ཚུལ་རི་ལྟར་ཡིན་འགྲེལ་བརྗོད་བྱ་དགོས་པ་ལས་
ག་ད་གཉིས་དུས་འདས་པ་ལ་འཇུག་པ་མང་བ་རང་གི་བྱབ་མཉམ་ལས་ཆིག་
རྣམས་འདིར་དཔེ་བཀོད་པ་ནི་དཀའ་གསལ་གྱི་དགོངས་པ་ལས་རིང་དུ་འབྲུབ་པ་
ཡིན་པར་ཤེས་དགོས། དོན་བསྐྱུ་ན་སྐབས་འདིར་མ་ནིང་འདས་པ་ལ་འཇུག་པ་
ཉུང་ཞེས་པས་གོང་གསལ་དཔེ་བརྗོད་རེ་གཉིས་ཙམ་མ་གཏོགས། མ་ནིང་ག་ད་
གཉིས་དུས་འདས་པ་ལ་འཇུག་པའི་བྱེད་འགྲེལ་ལས་ཆིག་ཡིན་ན། ག་ད་གཉིས་
བྱབ་མཉམ་ལས་ཆིག་ཡིན་པས་བྱབ་པ་བྱུགས་ལས་གོ་དགོས།

༡༡༡ ༽ དཀའ་གསལ་ལས། ད་ལྟ་བ་ལ་བའི་ལྷོན་འཇུག། ཉུང་ཞིང་མགོ་ཙན་ད་ལྟ་
བར། །བས་འབྲུལ་མེད་པར་ངེས་པ་ཙམ། །ཞེས་པའི་དགོངས་དོན་རི་ལྟར་
གསལ་བགོལ་བྱ་དགོས་སམ།

ལན། སྤྱིར་ལྷོན་འཇུག་པ་ཡིག་དུས་ད་ལྟ་བ་ལ་འཇུག་པ་ནི། ལྷོན་འཇུག་གཞན་

ནུས་ལས་ཀྱང་ཆེས་ཉུང་བ་ཡིན་པར་མ་ཟད། བྱེད་པར་མགོ་ཅན་གྱི་དཔེ་ལས་ཆོག་གི་དུས་ད་ལྟ་བུ་ལ་བས་འཕུལ་འཇུག་པ་འཕུལ་ཡིག་མི་འགྱུར་བའི་རང་གི་བྱ་བ་མཉམ་ལས་ཆོག་ནས་ཉུང་ཟད་ཅིག་ཐོན་པ་ཅམ་ལས། དེ་མིན་རྒྱ་ཆེ་བའི་མགོ་ཅན་འཕུལ་ཡིག་འགྱུར་བའི་གྱེད་པེ་ལས་ཆོག་ཡིན་ན། བྱེད་ཀྱི་དུས་ད་ལྟ་བུ་ལ་བས་འཕུལ་མི་འཐོབ་པས་བྱ་བ་ཅེས་པའི་དོན་ཏེ། དོན་བསྐྱུ་ན། སྦྱིར་བས་འཕུལ་དུས་གསུམ་ནས་ད་ལྟ་བུ་ལ་འཇུག་པ་ཉུང་ཞིང་། བྱེད་པར་མགོ་ཅན་བྱ་བ་མཉམ་ད་ལྟ་བུ་ལ་ཉུང་ཤས་ཡོད་པར་བྱུང། མགོ་ཅན་གྱེད་པེ་ལས་ཆོག་གི་ད་ལྟ་བུ་ཡིན་ན། བས་འཕུལ་མི་འཇུག་པས་བྱ་བ་བསྐྱུ་བ་ཡིན། །དེ་ཡང་གཞུང་ཆོག་འདིའི་མཇུག་དེ་མ་ཐག་ཏུ་འཆད་པར་འགྱུར་བ་ཐོབ་ཡིག་མགོ་ཅན་ལས་ཆོག་གི་དུས་གསུམ་གང་ལ་འཇུག་ཚུལ་འཆད་པའི་སྒོམ། འདས་པ་བས་འཕུལ་ཡང་འཇུག་ཡོད། །ད་ལྟ་བུ་ལ་གཉིས་ཀ་མེད། །མ་འོངས་འཕུལ་ཡོད་ཡང་འཇུག་མེད། །སྐུལ་ཆོག་འཕུལ་མེད་ཡང་འཇུག་ཡོད། །སྐབས་འགར་འདས་དང་སྐུལ་ཆོག་ལ། །ས་རྒྱུང་སྦྱར་བས་འཕུལ་བའང་ཡོད། །ཅེས་པའི་གཞུང་དོན་ལ་འཇུག་པ་བདེ་བའི་ཆེད་དུ་ཐོག་མར་བས་འཕུལ་གང་ལ་མི་འཇུག་པའི་ནུས་གཞག་གསུངས་སོ།།

༡༡༩ ་། བཞུགས་ལགས། འོན་པས་འཕུལ་བྱ་བ་མཉམ་གྱི་མགོ་ཅན་ལས་ཆོག་ད་ལྟ་བུ་ལ་འཇུག་པ་ཉུང་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཞེ་ན།

ལན། འཕུལ་ཅན་ལ་བཞུགས་པའི་མགོ་ཅན་ད་ལྟ་བུར་བས་འཕུལ་འཇུག་པ་བྱ་བ་མཉམ་ཅམ་ལས་མེད་ཅིང་། དེ་ཡང་མགོ་ཅན་ལས་ཆོག་གི་གངས་འཐོར་ལ་

གཞིགས་པས་ཏ་ཅང་ཅུང་བ་ཡིན། དཔེར་ན་གཤམ་གསལ་བཞིན།

བྱ་ར། མ་འོངས། ད་ལྟ། འདས། སྤྱི་ཚིག།
ཤེས་ཡོན་ཅན་སོགས་ལ། བསྟོད་བྱ། བསྟོད་བྱེད། བསྟོད་ཟེན། བསྟོད་ཅིག །
གཞུང་ལུགས་སོགས་ལ། བཙུན་བྱ། བཙུན་བྱེད། བཙུན་ཟེན། བཙུན་ཅིག །
ཉམ་ཆུང་སོགས་ལ། བརྟམ་བྱ། བརྟམ་བྱེད། བརྟམ་ཟེན། བརྟམ་ཤིག །
ཡ་རབས་སོར་ལ། བསྐྱལ་བྱ། བསྐྱལ་བྱེད། བསྐྱལ་ཟེན། བསྐྱལ་ཤིག །
བརྗོད་པའི་དོན། ལུགས་སོར། བསྐྱེལ་བྱ། བསྐྱེལ་བྱེད། བསྐྱེལ་ཟེན། བསྐྱེལ་ཅིག །
བྱག་ལེན་སོགས། བསྟར་བྱ། བསྟར་བྱེད། བསྟར་ཟེན། བསྟར་ཅིག །
སོགས་དེ་ཅམ་ལས་མེད་པའམ་དེ་ཅམ་དུ་ཡོད་པར་རང་རེ་བྱི་རབས་པས་ཤེས་
དགོས་པའི་ཆེད་དུ་དེ་ལྟར་གསུངས་པ་ནི་བྱུང་དུ་འཕགས་པའི་སྟོན་མེད་ལེགས་
བཤད་ཡིན་པར་གོར་མ་ཆག

༡༡༣ ་ ཇི་བ། མགོ་ཅན་ད་མཐའ་ཅན་དང་འ་ས་གཉིས་བསྐྱེས་ཀྱི་ལས་ཆོག་དུས་
གསུམ་ཐོར་བྱར་འཛོག་པར་སྟོན་གང་ཡོད་དམ།

ལན། བྱ་འདས་པོས་འཕྱལ་བའི་ད་མཐའ་ཅན་གྱི་ལས་ཆོག །བཙུན་བྱ། ཙོན་བྱེད།
བཙུན། ཙོན་ཅིག །ལྟ་བུ་དང་། བྱ་འདས་པས་འཕྱལ་འ་ས་གཉིས་བསྐྱེས་ཀྱི་ལས་
ཆོག །བལྟར་བྱ། ལྟར་བྱེད། བལྟས། ལྟས་ཤིག །ལྟ་བུ་རྗེས་འཇུག་འགྱུར་བའི་
དབང་གིས་དུས་གསུམ་ཐོར་བྱར་བབྱངས་པ་ནི་ཆེས་མི་འོས་པ་ཞིག་སྟེ། སྤྱིར་
དུས་གསུམ་སྤྱི་བྱེ་བྲག་ཐོར་བྱ་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་དེ་དུས་གསུམ་གྱི་སྟོན་འཇུག་
འགྱུར་ཚུལ་གྱི་སྟོན་དེ་ལྟར་འདོགས་གནང་མཛད་པ་གང་ཞིག །དཀའ་གསལ་

ལས། སྐབས་འགར་འདས་དང་སྐལ་ཚིག་ལ། །ས་རྒྱར་སྒྱར་བས་འཐུས་པའང་
ཡོད། ཅེས་པས་མགོ་ཅན་ད་མཐའ་ཅན་དང་འ་ས་གཉིས་བསྐྱེས་ཀྱི་ལས་ཚིག་
རྣམས། འདས་ལ་བས་འཐུལ་ཡང་འཇུག་ཡོད། ཅེས་པའི་སྐབས་ནས་བསྟན་པའི་
དུས་གསུམ་གྱི་སྡེ་ཚན་ཡིན་པར་བཞེད་དེ། སྐབས་འགར་ཞེས་པའི་གོ་དོན་ནི།
འདས་ལ་བས་འཐུལ་ཡང་འཇུག་ཡོད། ཅེས་པའི་སྐབས་ནས་བསྟན་པའི་ལས་
ཚིག་གི་དག་ཆ་འགའ་རེར་འདས་དང་སྐལ་ཚིག་ལ་ཡང་འཇུག་མེད་པར་ད་རྒྱར་
བ་མ་ཟད་ས་རྒྱར་བ་སྒྱར་བས་འཐུས་པའང་ཡོད་ཅེས་གསུངས། དེས་ན་བྱ་
འདས་བས་འཐུལ་མགོ་ཅན་གྱི་འཐུལ་ཡིག་འགྱུར་བའི་ལས་ཚིག་ཡིན་ན།
སྐབས་འདིར་བསྟན་གྱི་དུས་གསུམ་ཡིན་པས་ཁྲབ་བ་གང་ཞིག །དེ་ལ་དུས་
གསུམ་གྱེ་བྲག་བ་ཡིན་པས་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར་ཉེ། དུས་གསུམ་གྱེ་བྲག་བ་ཞེས་ཕོ་བ་
ཡིག་གི་འཇུག་བ་གྱེ་བྲག་བའདད་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་དང་། གྱེ་བྲག་ཏུ་བའདད་
ཅེས་པ་ནི། དམིགས་གྱིས་བའདད་པའམ་ཁྲད་པར་དུ་བའདད་བ་སྟེ་མདོར་ན་གཙོ་
བོར་བའདད་པའི་དོན་ཡིན་ཉེ། དུས་གསུམ་ལས་དུས་གཉིས་ཙམ་ལ་ཕོ་བ་ཡིག་
འཇུག་པར་བའདད་པའི་ཕྱིར་རང་གི་འཇུག་ཡུལ་མང་བའི་ཆ་ནས་གཙོ་བོའམ་གྱེ་
བྲག་ཏུ་བའདད་ཅེས་གསུངས་པའོ། དེས་ན་དོན་བསྐྱུས་ཉེ་བཟོན་ན། རྗེས་འཇུག་
སོགས་ཀྱི་ཁྲད་པར་ལ་མ་བསྟོས་པར་དུས་གཉིས་ཙམ་ལ་ཕོ་བ་ཡིག་འཇུག་པའི་
ལས་ཚིག་ཡིན་ན། དུས་གསུམ་གྱེ་བྲག་བ་ཡིན་པས་ཁྲབ་ཅེས་ཁ་ཆོན་གཙོད་
ཚིག།

༡༡༥ ་ མཁས་མཆོག་བཟུང་བའི་གཞུང་དུ། མ་ཞིང་ད་ནི་བདག་དངོས་དང་། །བདག་

དང་འབྲེལ་བའི་ལས་མི་འཇུག ། ཅེས་སྡོན་འཇུག་མ་ནིང་དངོས་པོ་བདག་ལ་མི་
འཇུག་ཅེས་གསུངས་པའི་དགོངས་པ་འབྲེལ་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ནམ།
ལན། དེ་ཡང་གོང་བཞིན་སྡོན་འཇུག་གི་མ་ནིང་དེ་ཡིག་ནི། ཏུས་གསུམ་འཕུལ་ཡིག་
འགྱུར་བའི་བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆིག་གི་དངོས་པོ་བདག་དངོས་སྟེ་བྱེད་པ་པོ་དང་།
བདག་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་ཏེ་བྱེད་པའི་ལས་བཅས་པར་པལ་ཆེར་མི་འཇུག་པ་
ཡིན་ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་ཏེ། པལ་ཆེར་མི་འཇུག་ཅེས་བརྗོད་དགོས་པ་ལས་
གཏན་ནས་མི་འཇུག་ཅེས་པའི་དོན་མ་ཡིན་ཏེ།
དཔེར་ན། གད་མོ་མོགས། བགད་བྲ། དགོད་བྱེད། བགད་ཟེན། དགོད་ཅིག །
ཅེས་པའི་དཔེ་འདི་ཙམ་ལས་གཞན་མེད་པས་ན། རང་གི་རག་དོན་སྟོམ་ཆིག་ཏུ།
མ་ནིང་དེ་ནི་བདག་དངོས་དང་། །བདག་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་མི་འཇུག་ཅེས་
གསུངས་པའོ།

༡༡༥ ་ ཅ་བ་དང་དཀའ་གསལ་གཉིས་ལས་རྗེས་འཇུག་གི་རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཇི་
ལྟར་གསུངས་ཡོད་དམ།

ལན། ཅ་བ་ལས། རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་བཅུ་པོ་ལ། །པོ་མོ་མ་ནིང་གསུམ་དུ་
དབྱེ། །ཞེས་དང་།
དཀའ་གསལ་ལས། རྗེས་འཇུག་བཅུ་ཡི་བ་ཡིག་པོ། །ག་ད་མ་ནིང་འཕོ་ཡིག་མ་
ནི་ལྷན་ཏུ་མོ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས།

༡༡༦ ་ རྗེས་འཇུག་གི་རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་གསུམ་གང་དང་གང་ཡིན་ནམ།

ལན། རྗེས་འཇུག་གི་རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་གསུམ་སྟེ། པོ་དང་། མོ། མ་ནིང་བཅས་ཡིན་

མོ།

༡༡༥༽ རྗེས་འཇུག་ཏྭགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་སོ་སོའི་ཡི་གེ་གང་དང་གང་ཡིན་ནམ།
ལན། བྱ་ཉིས། རྗེས་འཇུག་ས་བ་ད་གསུམ་པོ་དང་། ག་ར་ལ་ངན་མ་བྱུག་མོ། འ་མ་
ནིང་བྱ་གསུངས།

སི་ཏུས། རྗེས་འཇུག་ག་ད་བ་ས་བཞི་པོ་དང་། ང་མ་འགསུམ་མོ། ན་ར་ལ་གསུམ་
མ་ནིང་བྱ་བཞེད་དོ།

༡༡༦༽ སྐུན་ལགས། རྗེས་འཇུག་ཏྭགས་ཀྱི་དབྱེ་བའི་ཡི་གེ་སོ་སོར་ངོས་འཛིན་
གནང་ཐོགས་ཀྱི་ཐད། བྱ་སི་གཉིས་ཀྱི་བར་བཞེད་ཚུལ་ཏེ་བག་ཆེན་པོ་ཞིག་ཤོར་
འདུག་པས་འདི་གནད་འགག་ག་འདྲ་ཞིག་ལ་ཐུག་པ་ཡིན་ནམ།

ལན། བྱེད་རང་གི་ངེ་བ་འདི་ལ་ངས་ཀྱང་བསམ་གཞིགས་མང་པོ་བྱས་སྤྱོད་ཡོད་དེ།
འདིའི་ཐད་ད་དུང་ཡང་ཐག་ཆོད་པོ་ཞིག་དང་གདེང་འཁེལ་བ་ཞིག་ལྷུ་སྟུ་
ཁག་པོ་ཆགས་ཀྱི་འདུག །ཡིན་ནའང་བྱེད་རང་གི་ས་ངེ་བ་ལ་དབྱེད་གཞིའི་ཚུལ་
བྱ་སྤྱོད་མིན་ཅེས་རང་གི་ཆོད་དཔག་གིས་བསམ་སློབ་འཆར་སྤང་ཞིག་ལྷུ་བའི་
དབང་བྱ་བཏང་ན།

མཁས་མཆོག་བྱ་ཉིས། རྗེས་འཇུག་པོ་ཡིག་ད་བ་ས་གསུམ་དང་། ག་ར་ལ་ངན་
མ་བྱུག་མོ་དང་། འ་མ་ནིང་བྱ་གསུངས་པའི་ཁྱད་ས་ནི། སྤྱིར་འགྲེལ་བྱེད་མྱ་རབས་
པའི་གཞུང་ལུགས་ཁག་དང་སློབ་སྦྱོར་ནས་ཡིན་གྱིས། བྱེད་བར་ཨེ་ལྷན་ནས་
དབྱེ་འཆད་པའི་སྐབས། གསུམ་ལྷ་བཅུ་ལ་ཀྱ་དང་སྦྱར། ཞེས་བས་མིང་གཞི་པོ་
ཡིག་ཀ་ལས་བྱུབ་པའི་ཀྱི་གང་ལ་སྦྱར་བའི་གཞི་རྗེས་འཇུག་ད་བ་ས་གསུམ་

ཡིན་པར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ཤུགས་ཀྱིས་དེ་གསུམ་རྗེས་འཇུག་གི་ཕོ་ཡིག་
 ཡིན་པར་གྲུབ་ཅིང་། དང་པོ་གཉིས་ལ་དང་པོ་མ་ཐུག་། ཞེས་དང་། ལྷག་མ་རྣམས་
 ལ་གྱ་སྦྱར་བ། ཞེས་པས་མིང་གཞི་མོ་ཡིག་ག་ལས་གྲུབ་པའི་གི་དང་གྱི་གཉིས་
 རིམ་བཞིན་རང་གི་འཇུག་ཡུལ་རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་ག་ང་ན་མ་ར་ལ་བཅས་ཡིན་
 པར་བསྟན་པས་དེ་དག་རྗེས་འཇུག་གི་ཕོ་ཡིག་ཏུ་གྲུབ་པ་དང་། རྗེས་འཇུག་ལ་
 ཡིག་འདི་ཉིད་རང་གང་ལ་སྦྱར་བའི་ཡི་གེ་རྣམས་ངག་ཏུ་འདོན་པའི་ཆེ་སྒྲ་
 གདངས་མི་འགྱུར་བ་གང་ཞིག་། སྒྲ་གདངས་དྲག་ཞན་གྱི་གསལ་ཆ་ཡང་དེ་ཙམ་
 མི་མདོན་པའི་ཕྱིར་མ་ནིང་དུ་འདོག་པ་མིན་ནམ་སྟེ།

མི་ཏུ་བཤ་ཆེན་གྱིས། རྗེས་འཇུག་ཕོ་ཡིག་ག་ད་བ་ས་བཞི་དང་། ཕོ་ཡིག་ང་མ་ལ་
 གསུམ། མ་ནིང་ན་ར་ལ་གསུམ་དུ་བཞེད་པའི་རྒྱ་མཆོན་ནི། རྗེས་འཇུག་གི་རྗེས་
 སུ་རྒྱན་སྤྱད་གྱི་སྤྱད་སྦྱོར་ཚུལ་གྱི་རྣམ་གཞག་དང་བསྟན་ཏེ། མིང་གཞི་ཕོ་ཡིག་
 ག་ལས་གྲུབ་པའི་རྒྱན་སྤྱད་ཀྱང་རྗེས་འཇུག་ག་ད་བ་ས་བཅས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འཛོལ་
 པའི་ཕྱིར། ག་ད་བ་ས་བཞི་རྗེས་འཇུག་གི་ཕོ་ཡིག་ཏུ་གསུངས་ཤིང་། རྗེས་འཇུག་
 ང་ཡིག་གི་རྗེས་སུ་མིང་གཞི་ཕོ་ཡིག་ལས་གྲུབ་པའི་ཨི་ལྷན་རྣམ་དབྱེ་གི་འཛོལ་
 པས་ང་ཕོ་ཡིག་དང་། རྗེས་འཇུག་མ་ཡིག་གི་རྗེས་སུ་མིང་གཞི་ཕོ་ཡིག་ལས་
 གྲུབ་པའི་ཨི་ལྷན་རྣམ་དབྱེ་གྱི་འཛོལ་པས་མ་ཕོ་ཡིག་ཏུ་འདོད། རྗེས་འཇུག་ལ་
 ཡིག་གི་རྗེས་སུ་མིང་གཞི་ཕོ་ཡིག་ལས་གྲུབ་པའི་ཨི་ལྷན་རྣམ་དབྱེ་ཡི་འཛོལ་
 པས་འཕོ་ཡིག་དང་། རྗེས་འཇུག་ན་ར་ལ་པོ་ནི་མིང་གཞི་ཕོ་ཕོ་སོགས་རྒྱལ་ས་
 ལྷའི་རྗེས་སུ་འཇུག་པ་གང་ཞིག་། ཁྱད་པར་དྲག་སྦྱར་བའི་གཞི་ཡིན་པས་རྗེས་

འཇུག་ན་ར་ལ་གསུམ་མ་ནིང་དུ་གསུངས་པར་སྒྲང་།

༡༡༩༽ རྗེས་འཇུག་ལ་ཉགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ནམ།
ལན། རྗེས་འཇུག་རྣམས་འཇུག་ཡུལ་མིང་གཞི་དང་སྦྱར་ནས་དག་ཏུ་འདོན་པའི་ཆེ་
སྒྲ་ཚུལ་དག་ཞན་གྱི་ཁྱད་པར་གྱུར་པའི་བྱིར། ཐོ་མོ་མ་ནིང་སོགས་ཀྱི་ཉགས་ཀྱི་
དབྱེ་བ་བཤད་པ་ཡིན་ནོ།

༡༢༠༽ ཅུ་བ་དང་དཀའ་གསལ་གཉིས་ནས་རྗེས་འཇུག་ཉགས་ཀྱི་ནང་གསེས་དབྱེ་
བ་གསུངས་ཚུལ་ག་འདྲ་རེད་དམ།

ལན། ཅུ་བ་ལས། ཐོ་ལ་སྦྱེས་བྱ་རབ་འབྱིང་ཐ་གསུམ་དང་།

ཐོ་ལ་ཐོ་དང་ཤིན་ཏུ་མོ། །

མ་ནིང་འགྱུར་དང་མཚན་གཉིས་དང་། །

མཚན་མེད་མ་ནིང་གསུམ་དུ་འདོད། །

ཅེས་དང་།

དཀའ་གསལ་ལས།

ཐོ་ཡི་ག་ཡིག་ཡང་འཇུག་ཅན། །

སྦྱེས་བྱ་རབ་དང་ཐོ་ཡིག་བ། །

ཡང་འཇུག་ཅན་ནི་སྦྱེས་བྱ་འབྱིང་། །

ག་བ་ཡང་འཇུག་མེད་པ་དང་། །

ད་སའི་མཐའ་ཅན་ཐ་མ་ལོ། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྗེས་འཇུག་ཉགས་ཀྱི་ནང་གསེས་ཐོ་ལ་སྦྱེས་བྱ་རབ་

འབྲིང་ཐ་གསུམ་དང་། མོ་ལ་མོ་ཙམ་དང་ཡིན་ཏུ་མོ། མ་ནིང་ལ་འབྲུང་བ་མ་ནིང་
དང་། མཚན་གཉིས་མ་ནིང་། མཚན་མེད་མ་ནིང་བཅས་དབྱེ་བ་བརྒྱད་དུ་བཤད་
བ་ཡིན་ནོ།

༡༢༡ ་ རྗེས་འབྲུག་རྟགས་ཀྱི་ནང་གསེས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ལ་སྐྱེས་བུ་རབ་འབྲིང་ཐ་
གསུམ་སོགས་ཀྱི་ཐ་སྙད་འདོགས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ནམ།
ལན། རྗེས་འབྲུག་གི་ཙམ་འདི་རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་དང་། ནང་གསེས་རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་
གཉིས་མ་ནོར་བར་བྱད་པར་འབྱེད་བདེ་བའི་ཕྱིར་ཐ་སྙད་དེ་ལྟར་བཏགས་པ་ཡིན་
ནོ།

༡༢༢ ་ རྗེས་འབྲུག་རྟགས་ཀྱི་ནང་གསེས་ཀྱི་དབྱེ་བར་སྐྱེས་བུ་རབ་འབྲིང་ཐ་
གསུམ་སོགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བརྒྱད་དུ་བྱེ་བའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ནམ།
ལན། རྗེས་འབྲུག་རྟགས་འབྲུག་ལུལ་མིང་གཞི་དང་སྐར་ནས་ངག་ཏུ་འདོན་པའི་ཆེ་
ནང་གསེས་ཀྱི་སྐྱ་ཙོལ་བྲག་པའི་བྲག་པ་སོགས་ཀྱི་བྱད་པར་བརྒྱད་དུ་འབྲུར་བའི་
ཕྱིར་དབྱེ་བ་དེ་ལྟར་བཤད་པ་ཡིན་ནོ།

༡༢༣ ་ ཅི་ཕྱིར་སྐྱེས་བུ་རབ་ཅེས་བརྗོད་པ་ཡིན་ནམ།
ལན། འབྲུག་ལུལ་མིང་གཞི་ལ་རང་ཉིད་སྐྱ་ཙོལ་བྲག་པའི་བྲག་པའི་སྐོ་ནས་འབྲུག་
པས་ན། སྐྱེས་བུ་རབ་ཅེས་བརྗོད།

༡༢༤ ་ རྗེས་འབྲུག་རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བའི་ནང་གསེས་སྐྱེས་བུ་རབ་འབྲིང་ཐ་གསུམ་
སོགས་ངོས་འཛིན་གནང་བྱོགས་ཐད་ལ་བྲ་ཉི་དང་སི་ཏུ་གཉིས་བཞེད་ཚུལ་མི་
མ་ཐུན་པ་བྱུང་འདུག་པ་དོན་སྙིང་གནད་འགག་ག་བར་ཐུག་ཡོད་དམ།

ལན། གཞི་ཅིའི་གནད་འགག་ཐུག་ས་དེ། སུམ་རྟགས་ཅ་བའི་སྐབས་སུ་ཡང་འཇུག་
ཡི་གེ་དངོས་སུ་བསྟན་པ་དང་མ་བསྟན་པའི་བཞེད་པ་མི་འདྲ་བ་གཉིས་བྱུང་ཡོད་
པའི་དབང་གིས། དག་པ་གསུམ་ཉིད་ནང་མཛད་དམ། །ཞེས་པའི་དག་པ་གསུམ་པོ་
དེ། ཡང་འཇུག་བསྟན་པར་མི་བཞེད་པ་རྣམས་ཀྱི་ལྟར་ན་སྟོན་འཇུག་དང་མིང་
གཞི་རྗེས་འཇུག་བཅས་ཀྱི་སྐྱ་དག་པ་ལ་ངོས་བཟུང་བ་དང་། ཡང་འཇུག་བསྟན་
པར་བཞེད་པ་དག་གིས་དག་པ་གསུམ་པོ་དེ་མིང་གཞི་དང་རྗེས་འཇུག །ཡང་
འཇུག་གསུམ་ཀྱི་སྐྱ་དག་པ་ལ་ངོས་འཛིན་གནང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེས་བྱ་རབ་
འབྱིང་བ་གསུམ་ཀྱི་བཞེད་པ་མི་མ་ཐུན་པ་བྱུང་བ་ཡིན།

༡༩༥༽ སྐྱེས་བྱ་རབ་ཅེས་པ་ནི་ག་འདྲ་ཞིག་དགོས་སམ།

ལན། བྱ་ཏིས། ས་རབ། ཅེས་སྟོན་རྗེས་མིང་གསུམ་པོ་ཡིག་ཚོགས་ཤིང་ཁྱད་པར་
རྗེས་འཇུག་ས་ཁྱགས་པའི་ཡི་གེ་ལ་སྐྱེས་བྱ་རབ་ཅེས་གསུངས།
དཔེར་ན། བཀས། བཀྱས། བཀྲས། བཅས། བཅུས། བཅོས།
བཅོས། བཅོས། བཅུས། བཏོས། བལྟས། བལྟོས། བལྟུས། ལྟ་བུའོ།
སི་རུ་བཞིན་ལྟོན་དབང་ལས། པོ་ཡི་ག་ཡིག་ཡང་འཇུག་ཅན། །སྐྱེས་བྱ་རབ་དང་།
ཞེས་སྟོན་འཇུག་ཡོད་མེད་དང་མིང་གཞིའི་རྟགས་གང་ཡིན་ཀྱི་ཁྱད་པར་ལ་མ་
ལྟོས་པར་རྗེས་འཇུག་པོ་ག་ཡིག་གི་རྗེས་སུ་ཡང་འཇུག་ས་ཁྱགས་པའི་ཡི་གེ་
སྐྱེས་བྱ་རབ་རུ་བཞེད། དཔེར་ན། ཆགས། རགས། རྩགས། རྣགས། རྟགས།
བགས། ཆགས། ཞགས། ལགས། བཏགས། དམགས། དཔྱགས། དཔྱོགས། འཇུགས།
འཇུགས། མཇུགས། བྱོགས། ལྟགས། ལྟུགས། ལྟོགས། བརྟགས།

ཐོགས། ཐིགས། ཐུགས། འདོགས། བསྐྱོགས། དཔགས། འཕགས། ལྷ་བུའོ།
 ༡༢༤ ་ སྤྲུལ་བུ་རབ་གྱི་བཞེད་ཚུལ་ལ་བྲ་སི་གཉིས་བར་མ་ཐུན་པའི་ཆ་དང་མི་
 མ་ཐུན་པའི་ཆ་གང་ཡོད་དམ།

ལན། སྤྲུལ་བུ་རབ་ལ་ས་མཐའ་ཅན་གྱི་ཡི་གེ་དགོས་པར་བྲ་སི་གཉིས་དགོངས་པ་
 ཅེ་མ་ཐུན་བྱུང་ཞིང་། མི་མ་ཐུན་པའི་ཆ་ནི་བྲ་ཉིས་ཐོན་རྗེས་མིང་གསུམ་གར་པོ་
 ཡིག་ཆོགས་པར་སྤྲུལ་བུ་རབ་དང་། སི་ཏུས་ཐོན་འཇུག་ཡོད་མེད་ཅི་ཡང་རུང་
 ཞིང་། མིང་གཞི་ཅི་རིགས་ཀྱི་མཐར་རྗེས་འཇུག་པོ་ཡིག་ག་ལ་ཡང་འཇུག་ས་
 ཞུགས་པ་སྤྲུལ་བུ་རབ་ཏུ་བཞེད།

༡༢༥ ་ ཅི་བྱིར་སྤྲུལ་བུ་འབྲིང་ཞེས་བྲ་བ་ཡིན་ནམ།

ལན། རྗེས་འཇུག་རང་ཉིད་འཇུག་ཡུལ་མིང་གཞི་ལ་སྤྲུལ་ཚུལ་བྲག་པའི་འབྲིང་བའི་སྤྲོ་
 བས་འཇུག་པས་ན། སྤྲུལ་བུ་འབྲིང་ཞེས་བྲ་འོ།

༡༢༦ ་ སྤྲུལ་བུ་འབྲིང་ཞེས་པ་ཅི་འདྲ་ཞིག་དགོས་སམ།

ལན། བྲ་ཉིས། ད་འབྲིང་། ཞེས་ཐོན་རྗེས་མིང་གསུམ་པོ་ཡིག་ཆོགས་ཤིང་བྱུང་པར་
 རྗེས་འཇུག་ད་ཞུགས་པའི་ཡི་གེ་ལ་སྤྲུལ་བུ་འབྲིང་བྱ་འདོད།

དཔེར་ན། བཀད། བཅད། བཅད། བཅད། བཞོད། བཅུད། བཅུད།

བཅུད། བཞོད། ལྷ་བུ་དང་།

སི་ཏུ་བཞིན་ཐོན་དབང་ལས། པོ་ཡིག་བ། །ཡང་འཇུག་ཅན་ནི་སྤྲུལ་བུ་
 འབྲིང་། །ཞེས་ཐོན་འཇུག་ཡོད་མེད་དང་མིང་གཞིའི་རྒྱལ་ལ་གང་ཡིན་གྱི་བྱུང་
 པར་ལ་མ་ལྟོས་པར་རྗེས་འཇུག་པོ་བ་ཡིག་གི་རྗེས་སུ་ཡང་འཇུག་ཞུགས་པའི་

ཡི་གེ་ལ་སྐྱེས་བུ་རབ་ཏུ་འདོད་པ་ཡིན། དཔེར་ན། སྐབས། འདེབས། ཆབས།
གྲབས། སྐབས། ལྟ་བུའོ།

༡༢༩ ་ ཅི་བྱིར་སྐྱེས་བུ་ཐ་མ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན་ནམ།
ལན། རྗེས་འཇུག་རང་ཉིད་འཇུག་ཡུལ་མིང་གཞི་ལ་སྐྱེ་ཙུལ་བྲག་པའི་ཞན་པའི་སྐོ་
ནས་འཇུག་པས་ན། སྐྱེས་བུ་ཐ་མ་ཞེས་བརྗོད་དོ།

༡༣༠ ་ སྐྱེས་བུ་ཐ་མ་ཞེས་པ་ཅི་འདྲ་ཞིག་དགོས་སམ།
ལན། བྱ་ཉིས། བ་ཐ་མ། ཞེས་སྟོན་རྗེས་མིང་གསུམ་པོ་ཡིག་ཚོགས་གིང་བྱད་པར་
རྗེས་འཇུག་བ་མཐའ་ཅན་གྱི་ཡི་གེ་ལ་སྐྱེས་བུ་ཐ་མ་ཞེས་འདོད།

དཔེར་ན། བཀའ། བཏའ། བཅའ། ལྟ་བུ་དང་།

སི་ཏུ་བཞིན་དཀའ་གསལ་ལས། ག་བ་ཡང་འཇུག་མེད་པ་དང་། །ད་སའི་མཐའ་
ཅན་ཐ་མ་འོ། ཞེས་སྟོན་འཇུག་ཡོད་མེད་དང་མིང་གཞིའི་རྟགས་གང་ཡིན་གྱི་
བྱད་པར་ལ་མ་ལྟོས་པར་རྗེས་འཇུག་ག་དང་བ་གཉིས་ཡང་འཇུག་མེད་པའི་ཡི་
གེ་དང་། ད་དང་ས་རྗེས་འཇུག་ཏུ་ཡོད་པའི་ཡི་གེ་ནམས་སྐྱེས་བུ་ཐ་མར་བཞེད་
པ་ཡིན། དཔེར་ན། ཆག །བདག །རབ། བཏའ། བོད། བཅད། ཚོས། དགོས། ལྟ་
བུའོ།

༡༣༡ ་ བྱ་ཉིད་སི་ཏུ་གཉིས་གྱི་སྐྱེས་བུ་རབ་འབྱིང་ཐ་གསུམ་གྱི་འདོད་ཚུལ་ལ་
བྱད་པར་གང་ཡོད་དམ།

ལན། བྱ་ཉི་བཞིན་སྐྱེས་བུ་རབ་འབྱིང་ཐ་གསུམ་གང་རུང་ཡིན་ན། སི་ཏུའི་ལྷགས་ལ་
སྐྱེས་བུ་ཐ་མ་ཡིན་པས་བྲལ། སི་ཏུ་བཞིན་སྐྱེས་བུ་ཐ་མ་ཡིན་ན།

བྲའི་རྒྱུ་སྤྲུལ་བ་འབྲིང་ཐ་མ་གསུམ་གང་རུང་ཡིན་པས་མ་བྲུབ་སྟེ། ག་མཐའ་
ཅན་གྱི་ཡི་གེ་བདག་དང་དག་ལྟ་བུ་བྲའི་ལུགས་སུ་མོ་གསུམ་མོ་གཉིས་མ་ནིང་
གསུམ་གང་གི་ཁོངས་སུ་མ་གཏོགས་སོ།

༡༣༢ ་ རྒྱུ་ལོ་འཇུག་གི་མོ་ལ་ནང་གསེས་མོ་ཅམ་དང་ཤིན་ཏུ་མོ་གཉིས་སུ་དབྱེ་
བའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ནམ།

ལན། རྒྱུ་ལོ་འཇུག་མོ་ཡིག་ནམས་འཇུག་ཡུལ་མིང་གཞི་དང་སྤྲུལ་ནས་འདོན་བའི་ཆེ་
སྒྲ་ཚོ་ལ་དག་ཞན་གཉིས་སུ་འགྱུར་བའི་ཆ་ནས་ནང་གསེས་གྱི་དབྱེ་བ་གཉིས་
བཤད་པ་ཡིན་ནོ།

༡༣༣ ་ ཅི་ཞིག་ལ་མོ་ཅམ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན་ནམ།

ལན། འཇུག་ཡུལ་མིང་གཞི་ལ་སྒྲ་ཚོ་ལ་ཞན་བའི་དག་པའི་སྟོན་ལོ་འཇུག་པས་ན། མོ་
ཅམ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན།

༡༣༤ ་ རྒྱུ་ལོ་འཇུག་རྒྱལ་གྱི་ནང་གསེས་མོ་ཅམ་དེ་ཅི་འདྲ་ཞིག་དགོས་སམ།

ལན། བྲའི་སྤྲུལ་ག་ར་ལ་གསུམ་མོ་ཅམ་སྟེ། ཞེས་སྟོན་རྒྱུ་མིང་གསུམ་མོ་ཡིག་
ཆོགས་ཞིང་། བྲུང་པར་རྒྱུ་ལོ་འཇུག་ག་ར་ལ་ཅི་རིགས་ཞུགས་པའི་ཡི་གེ་ལ་མོ་
ཅམ་ཞེས་འདོད། དཔེར་ན། འགོག་ འབར་ འཇུག་ ལྟ་བུ།

སི་ཏུ་བཞུགས་སྟོན་དབང་ལས། ང་མ་ཡང་འཇུག་ཅན་མོ་དང་། ཞེས་སྟོན་འཇུག་
ཡོད་ཅིང་ལ་མ་སྟོན་པར་མིང་གཞི་མོ་ཡིག་གི་མཐར་རྒྱུ་ལོ་འཇུག་ང་མ་གཉིས་
ཡང་འཇུག་དང་བཅས་པའི་ཡི་གེ་ལ་མོ་ཅམ་དུ་བཞུགས། དཔེར་ན། བརྗོད་སྤྲུལ་
གངས། གོ་མས། འབྲུམས། ལྟ་བུའོ།

༡༣༥ ་། ཅི་ཞིག་ལ་ཤིན་ཏུ་མོ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན་ནམ།

ལན། རྗེས་འཇུག་རང་ཉིད་འཇུག་ཡུལ་མིང་ག་ཞི་ལ་སྤྱི་ཚེ་ལ་ཞན་པ་འདི་ཞན་པ་སྒོ་ནས་
འཇུག་པས་ན་ཤིན་ཏུ་མོ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན།

༡༣༦ ་། རྗེས་འཇུག་མོ་ཡི་ནང་གསེས་ཤིན་ཏུ་མོ་ཞེས་པ་དེ་ལ་ག་འདྲ་ཞིག་དགོས་
སམ།

ལན། བྱ་ཉིས། ང་ན་མ་གསུམ་ཤིན་ཏུ་མོ། །ཞེས་སྟོན་རྗེས་མིང་གསུམ་མོ་ཡིག་གི་
ཆོག་ས་ཞིང་། བྱད་པར་རྗེས་འཇུག་ང་ན་མ་གསུམ་ཅི་རིགས་ཞུགས་པའི་ཡི་གེ་
ལ་ཤིན་ཏུ་མོ་རུ་འདོད། དཔེར་ན། འགོང་། འདོན། འཇམ། ལྷ་བྱ་ཡིན།
སི་ཏུ་བཞེན་ལྟོན་དབང་ལས། ང་མ་ཡང་འཇུག་མེད་པ་དང་། །འ་མཐའ་ཅན་
རྣམས་ཤིན་ཏུ་མོ། །ཞེས་སྟོན་འཇུག་གི་བྱད་པར་ལ་མ་ལྟོས་པར་མིང་ག་ཞི་མོ་
ཡིག་གི་མཐར་རྗེས་འཇུག་ང་མ་གཉིས་ལ་ཡང་འཇུག་མེད་པ་དང་། འ་མཐའ་ཅན་
གྱི་ཡི་གེ་རྣམས་ཤིན་ཏུ་མོ་རུ་བཞེད། དཔེར་ན། གང་། དགང་། དམ། གདམ།
འབལ། ལྷ་བྱ་ལོ།

༡༣༧ ་། ཅུ་བ་ལས། རྗེས་འཇུག་གི་མ་ནིང་ལ་ནང་གསེས་དབྱེ་བ་རི་ལྟར་གསུངས་
ཡོད་དམ།

ལན། མ་ནིང་འགྱུར་དང་མཆན་གཉིས་དང་། །མཆན་མེད་མ་ནིང་གསུམ་དུ་
འདོད། །ཅེས་འགྱུར་བ་མ་ནིང་དང་། མཆན་གཉིས་མ་ནིང་། མཆན་མེད་མ་ནིང་
བཅས་དབྱེ་བ་གསུམ་གསུངས།

༡༣༨ ་། རྗེས་འཇུག་མ་ནིང་རྟགས་གྱི་ནང་གསེས་ལ་འགྱུར་བ་མ་ནིང་དང་། མཆན་

གཉིས་མ་ནིང་། མཚན་མེད་མ་ནིང་བཅས་གསུམ་དུ་དབྱེ་བའི་རྒྱ་མཚན་གང་
ཡིན་ནམ།

ལན། རྗེས་འབྲུག་མ་ནིང་རང་ཉིད་འབྲུག་ཡུལ་མིང་གཞིའི་དབང་ལས་སྐྱེཾ་ཚྭ་བྲག་
ཞན་ཅི་རིགས་ཀྱི་ངོ་བོར་འགྱུར་བ་དང་། བྲག་ཞན་མཚན་མ་གཉིས་དང་འཕྲད་པ་
དང་། བྲག་ཞན་མཚན་མ་གང་དང་མ་ཕྲད་པ་བཅས་གསུམ་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར།
ཁྱོད་ལ་འགྱུར་དང་མཚན་གཉིས་མཚན་མེད་གསུམ་དུ་དབྱེ་བ་ཡིན་ནོ།

༡༣༩ ་ ཅི་སྟེ་འགྱུར་བ་མ་ནིང་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན་ནམ།

ལན། སྐྱེཾ་ཚྭ་བར་མ་རྗེས་འབྲུག་མ་ནིང་རང་གི་འབྲུག་ཡུལ་མིང་གཞི་བྲག་པ་ཕོ་
དང་ཕྲད་པའི་དབང་གིས་རང་ཉིད་སྐྱེཾ་བྲག་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཞན་པ་མོ་དང་ཕྲད་
པའི་དབང་གིས་རང་ཉིད་སྐྱེཾ་ཞན་པར་འགྱུར་བ་ན། འགྱུར་བ་མ་ནིང་ཞེས་བརྗོད་
ནོ།

༡༤༠ ་ འགྱུར་བ་མ་ནིང་ལ་ནང་གསལ་གཞོད་ནམ།

ལན། འགྱུར་བ་མ་ནིང་ལ་བྲག་དང་ཕྲད་ན་བྲག་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཞན་དང་ཕྲད་ན་
ཞན་པར་འགྱུར་བ་བཅས་གཉིས་ཡོད།

༡༤༡ ་ བྲག་དང་ཕྲད་ན་བྲག་པར་འགྱུར་བའི་དཔེ་ཅི་འདྲ་ཞིག་དགོས་སམ།

ལན། བྲ་ཉིས། མ་ནིང་འཕྱིག་གཅིག་ཕྱི་ནི། །རང་ཉིད་གང་ལ་སྦྱར་བའི་གྲོགས། །བྲག་
དང་ཕྲད་ན་བྲག་པར་འགྱུར། །ཞེས་སྟོན་འབྲུག་དང་མིང་གཞི་ཕོ་ཡིག་གི་མཐར་
རྗེས་འབྲུག་མ་ནིང་འཕྱིག་ཞུགས་པ་ན། རང་ཉིད་སྐྱེཾ་བྲག་པ་དང་ཕྲད་པས་སྐྱེཾ་བྲག་
པར་འགྱུར་བ་ཡིན་གསུངས། དཔེར་ན། བཀའ། བཅའ། བཏའ། བཅའ། བཅའ། བཅའ། བཅའ།

བཀྲ། བཀྲ། བཀྲ། བཀྲ། བཀྲ། བཀྲ། བཀྲ། བཀྲ། བཀྲ། བཀྲ། བཀྲ། བཀྲ། བཀྲ། བཀྲ། བཀྲ།
སི་ཏུ་བཞེན་དཀའ་གསལ་ལས། བར་མ་མ་ནིང་ན་ར་ལ། །ཡང་འཇུག་ཡོད་དམ་
མེད་ཀྱང་རུང་། །མིང་གཞི་མོ་ཡིག་མཐར་ཡོད་དང་། །མིང་གཞི་མ་ནིང་རྗེས་སུ་
ནི། །ཡང་འཇུག་དང་བཅས་ཞུགས་པ་ན། །དག་དང་འཕྲད་པས་དག་པར་
འགྱུར། །ཞེས་སྟོན་འཇུག་གི་ཁྱད་པར་ལ་མ་ལྟོས་པར་མིང་གཞི་དག་པ་མོ་ཡིག་
གི་མཐར་རྗེས་འཇུག་ན་ར་ལ་གསུམ་ཡང་འཇུག་ཡོད་མེད་ཅི་རིགས་དང་། མིང་
གཞི་མ་ནིང་གི་མཐར་ཡང་འཇུག་དང་བཅས་པ་ནི་སྐྱ་དག་དང་ཕྲད་པས་དག་པར་
འགྱུར་བར་བཞེད། དཔེར་ན། དཀོན། གཙང་། བཅུ། སྟེན། སྐྱལ། མཁེན།
ཐར་ད། བསྐྱལ་ད། བསྐྱར་ད། བསྐྱོན་ད། བསྐྱར་ད། བསྐྱར་ད། མྱོར་ད། སྐྱར་ད། ཕུལ་ད།
ལྟ་བུའོ།

༡༩༩༽ ཞན་དང་འཕྲད་ན་ཞན་པར་འགྱུར་བ་ཞེས་པ་ཅི་འདྲ་ཞིག་ལ་ཟེར་བ་རེད་
དམ།

ལན། བྱ་ཉིས། མ་ནིང་འ་ཡིག་གཅིག་སུ་ནི། །རང་ཉིད་གང་ལ་སྐྱར་བའི་གྲོགས། །ཞན་
དང་ཕྲད་ན་ཞན་པར་འགྱུར། །ཞེས་སྟོན་འཇུག་དང་མིང་གཞི་སྐྱ་ཞན་པ་མོ་ཡིག་
གི་མཐར་རྗེས་འཇུག་སྐྱ་ཞན་པ་མོ་འ་ཡིག་ཞུགས་པ་ན། ཞན་དང་ཕྲད་པས་ཞན་
པར་འགྱུར་བ་ཡིན་གསུངས། དཔེར་ན། འགལ། འཇལ། འདལ། འབལ། འལོ། འལྲོ།
འཇུ། འཛོ། འབ། འདི། འདྲི། འབྲ། འམྲ། འབྲ། འལོ། འལྲི། འབྲ། ལྟ་བུ།
སི་ཏུ་བཞེན་དཀའ་གསལ་ལས། མིང་གཞི་མོ་ཡིག་རྗེས་སུ་ནི། །ཡང་འཇུག་མེད་
པར་ཞུགས་པ་ན། །ཞན་དང་ཕྲད་པས་ཞན་པར་འགྱུར། །ཞེས་པ་ལྟར། སྟོན་

འབྱུག་གི་བྱང་པར་ལ་མ་ལྟོས་པར་མིང་གཞི་མོ་ཡིག་གི་མཐར་ཐེས་འབྱུག་ན་ར་
 ལ་གསུམ་ཡང་འབྱུག་མེད་པ་མིང་གཞི་སྒྲ་ཞན་པ་ཙམ་དང་སྤང་པས། ཞན་དང་
 སྤང་པའི་ཞན་པར་འགྱུར་བར་གསུངས། དཔེར་ན། གྲུལ་ འགོར། རྒྱལ། བཀྲུ།
 སྒྲུལ། སྒྲུལ། འཇུལ། འཇོན། འབྱུལ། འཇོལ། རྩེན། དལ། དར། དན། བདལ།
 བདར། བདེན། བོན། དཔོན། དབྱེན། དཔེན། འཔེན། བར། བྲུལ། བོར། དཔོར།
 དབྲུལ། བལ། དབྲུལ། དབལ། འཇུལ། འཇུར། འཇོར། བཞར། ཞན། ཞེན། བཞིན།
 ཞུན།

གཞོན། གཞལ། གཟན། བཟུར། ཟེལ། འོན། ལུར། འོལ། ངར། ལུར། ངལ། དུལ།
 མངལ། དངར། དམུལ། གསལ། ལྟ་བུའོ།

༡༩༣ ་ ཅ་བ་ལས། མཚན་གཉིས་མ་ནིང་རི་ལྟར་གསུངས་ཡོད་དམ།
 ལན། ཅ་བ་ལས། གཉིས་ཀ་དག་དང་སྤང་བྱུར་ན། །དེ་ནི་གཉིས་ཀ་ཅན་དུ་
 འགྱུར། །ཞེས་གསུངས།

༡༩༤ ་ ཅི་ཞིག་ལ་མཚན་གཉིས་མ་ནིང་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན་ནམ།
 ལན། རྩེས་འབྱུག་མ་ནིང་རང་ཉིད་སྒྲ་བྲག་པའི་མཚན་མ་པོ་དང་ཞན་པའི་མཚན་མ་
 མོ་གཉིས་ཀ་དང་སྤང་པ་ན། མཚན་གཉིས་མ་ནིང་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ།

༡༩༥ ་ མཚན་གཉིས་མ་ནིང་ཞེས་པ་ནི་ཅི་འདྲ་ཞིག་དགོས་སམ།
 ལན། བྲ་ཉིས། མིང་གཞི་ཡི་གེ་བྲག་དང་ཞན། །གཉིས་ཀ་དག་དང་སྤང་བྱུར་ན། །རྩེས་
 འབྱུག་མ་ནིང་ཡི་གེ་ལ། །དེ་ནི་གཉིས་ཀ་ཅན་དུ་འགྱུར། །ཞེས་རྩེས་འབྱུག་མ་
 ནིང་འཡིག་ །རང་ཉིད་སྒྲོན་འབྱུག་བྲག་པ་པོ་དང་མིང་གཞི་ཞན་པ་པོ་བཅས་བྲག་

ཞན་གྱི་མཚན་མ་གཉིས་དང་སྤང་བ་ལ། མཚན་གཉིས་མ་ནིང་དུ་འདོད།
དཔེར་ན། བདལ། བཟལ། བཞལ། བཤལ། བལོ། བཤྱ། བལོ། བལོ། བལྱ། བསྐྱ།
བར། བརྩ། བསྐྱ། བསྐྱ། བདེ། བདོ། བད། བསྐྱ། བརྩ། བརྩ། བསྐྱ། བསྐྱ།
བསྐྱ། བསྐྱ། ལྷ་བྱ་གོང་གསལ་འདྲེས་འཇུག་མེད་པ་རྣམས་དོན་གྱིས་ཐོབ་ལ་འ་
མཐའ་འབྲི་སྒོལ་མེད་པར་ཤེས་དགོས།

སི་རྩ་བཞིན་དཀའ་གསལ་ལས། མིང་གཞི་མོ་ཡིག་རྩེས་སུ་ནི། །ཡང་འཇུག་དང་
བཅས་ཞུགས་པ་ན། །དག་ཞན་གཉིས་ཀའི་ཆ་ལྡན་གྱིར། །མཚན་གཉིས་མ་ནིང་
ཞེས་སུ་བྲགས། །ཞེས་པ་ལྟར། སྒོན་འཇུག་རྟགས་ཀྱི་བྱང་པར་ལ་མ་ལྟོས་པར་
རྩེས་འཇུག་མ་ནིང་ན་ར་ལ་གསུམ་མིང་གཞི་སྒྲ་ཞན་པའི་མཚན་མ་མོ་ཡིག་གི་
མཐའ་ཡང་འཇུག་སྒྲ་དག་པའི་མཚན་མ་དང་སྤང་པས་ན། མཚན་གཉིས་མ་ནིང་
དུ་གསུངས། དཔེར་ན། གསནད། འབརད། མཇལད་ལྟ་བུའོ།

༡༤༦ ་ ཅུ་བ་ལས། མཚན་མེད་མ་ནིང་རི་ལྟར་གསུངས་ཡོད་དམ།

ལན། ཅུ་བ་ལས། གཉིས་ཀ་དག་དང་མ་སྤང་ན། །གང་དུ་ཡང་ནི་མི་འགྱུར་རོ། །ཞེས་
གསུངས།

༡༤༧ ་ ཅི་ཡི་བྱིར་མཚན་མེད་མ་ནིང་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནམ།

ལན། རྩེས་འཇུག་མ་ནིང་རང་ཉིད་མིང་གཞི་མ་ནིང་གི་རྩེས་སུ་འཇུག་པས་ན། དག་
ཞན་གང་གི་ཡང་ཆ་དང་མི་ལྡན་པས་མཚན་མེད་མ་ནིང་དུ་གསུངས།

༡༤༨ ་ མཚན་མེད་མ་ནིང་ཞེས་པ་དེ་ག་འདྲ་ཞིག་དགོས་སམ།

ལན། བྲ་ཉིས། གཉིས་ཀ་དག་དང་མ་སྤང་ན། །རྩེས་འཇུག་འདྲེས་ཞན་

གཉིས། །གང་དུ་ཡང་ནི་མི་འགྱུར་རོ། །ཞེས་མིང་གཞི་མ་ནིང་གི་མཐར་ཐེས་
འབྱུག་མ་ནིང་འ་ཡིག་ཞུགས་པ་ནི་བྲག་ཞན་གཉིས་གང་དུ་ཡང་མི་འགྱུར་བས།
མཆན་མེད་མ་ནིང་དུ་འདོད། དཔེར་ན། ཁལ་ ཆལ་

ཐལ། ཐལ། ཆལ། ལྟ་བུ་དེད་དུས་དེ་ལྟར་འབྲི་མེད་པ་ཙམ་ལས་དོན་གྱིས་ཐེས་
འབྱུག་མེད་པའི་ཡི་གེ་མེད་ཞེས་པ་ལྟར་འཐེས་འབྱུག་ཐོབ་པ་ཡིན།

སི་རུ་བཞིན་ཐོན་དབང་ལས། མིང་གཞི་མ་ནིང་ཐེས་སུ་ནི། །ཡང་འབྱུག་མེད་
པར་ཞུགས་པ་ན། །བྲག་ཞན་གང་དུ་ཡང་མི་འགྱུར་བས། །མཆན་མེད་མ་ནིང་ཞེས་
སུ་འདོད། །ཅེས་པ་ལྟར། ཐོན་འབྱུག་གི་བྲད་པར་ལ་མ་ལྟོས་པར་མིང་གཞི་མ་
ནིང་གི་མཐར་ཐེས་འབྱུག་མ་ནིང་ན་ར་ལ་གསུམ་ཡང་འབྱུག་མེད་པར་ཞུགས་པ་
ནི། །བྲག་ཞན་གཉིས་ཀའི་ཆ་དང་མི་ལྡན་པས་ན།

མཆན་མེད་མ་ནིང་ཞེས་སུ་འདོད། དཔེར་ན། མཁན། འཆར། འཕེལ།

ལྟ་བུ་ལོ།

༡༩༩༽ ཅ་བ་ལས་ཐེས་འབྱུག་དོན་གྱི་འབྱུག་ཚུལ་ནི་ལྟར་གསུངས་ཡོད་དམ།
ལན། ཅ་བ་ལས། དོན་ནི་ནམ་པ་གཉིས་ཡིན་ཏེ། །སྤྲུལ་གང་ལྟར་འགྱུར་བ་དང་། །ཕྱི་
མ་གང་ལྟར་འགྱུར་བ་ལོ། །ཞེས་གསུངས།

༡༩༠༽ ཐེས་འབྱུག་གི་དོན་གྱི་འབྱུག་ཚུལ་ལ་གཞོད་ཡོད་དམ།
ལན། ཐེས་འབྱུག་དོན་གྱི་འབྱུག་ཚུལ་ལ་གཉིས་ཏེ། །སྤྲུལ་གང་ལྟར་འགྱུར་བ་དང་།
ཕྱི་མ་གང་ལྟར་འགྱུར་བ་བཅས་གཉིས་ཡོད།

༡༩༡༽ ཅ་བ་ལས། སྤྲུལ་ཐོན་འབྱུག་སྤྲུལ་བཞིན་སྤྲུལ། །ཞེས་པའི་སྤྲུལ་དེ་གང་ལ་

ངོས་འཛིན་དགོས་སམ།

ལན། སྐབས་འདིའི་སྔ་མ་ནི་མིང་མཐའ་བྱི་མའི་མིང་གཞི་ལ་ལྟོས་པའི་མིང་མཐའ་སྔ་
མའི་རྗེས་འབྲུག་དེ་ལ་སྔ་མ་ཞེས་ཟེར་བ་རེད། དཔེར་ན། བསྐྱབ་བྱ། ཞེས་པ་ལྟ་
བུར་མཆོན་ན། བསྐྱབ་ཅེས་པ་མིང་མཐའ་སྔ་མ་དང་། བྱ་ཞེས་པ་མིང་མཐའ་བྱི་མ་
སྟེ། བསྐྱབ་ཅེས་པའི་རྗེས་འབྲུག་བ་དེ་མིང་མཐའ་བྱི་མ་བྱ་ཞེས་པ་ལ་ལྟོས་པའི་
སྔ་མ་ཡིན་པས་སྔ་མ་ཞེས་བརྗོད།

༡༥༩ ་། གང་ལྟར་འགྲུར་བ་ཞེས་པའི་ཆིག་དོན་འགྲེལ་བརྗོད་རིམ་ལྟར་ཡིན་ནམ།

ལན། སྔར་སྟོན་འབྲུག་གི་ཅི་ཕྱིར་འབྲུག་པ་བཤད་པའི་སྐབས་སུ་མིང་དེས་བདག་
གཞན་སོགས་དོན་གང་བསྟན་པ་ལྟར་དེའི་རྗེས་འབྲུག་གིས་ཀྱང་སྟོན་འབྲུག་ལ་
གོགས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་དེ་ལྟར་སྟོན་པར་འགྲུར་བ་ཡིན་པས་ན།
སྔ་མ་གང་ལྟར་འགྲུར་བ་ཞེས་བརྗོད་དོ།

༡༥༩ ་། ཅ་བ་ལས། བྱི་མ་གང་ལྟར་འགྲུར་བ་རིམ་ལྟར་གསུངས་ཡོད་དམ།

ལན། ཅ་བ་ལས། བྱི་མ་དག་གི་འདྲེན་ཚུལ་ནི། །མོ་ཡིས་མོ་ཡི་མིང་མཐའ་བྲང་། །མོ་
ཡིས་མོ་ཡི་མིང་མཐའ་བྲང་། །མ་ནིང་གིས་ནི་མ་ནིང་ངོ་། །ཞེས་གསུངས།

༡༥༩ ་། བྱི་མ་གང་ལྟར་འགྲུར་བ་ཞེས་པའི་བྱི་མ་དེ་གང་ལ་བྱ་དགོས་སམ།

ལན། མིང་མཐའ་སྔ་མའི་རྗེས་འབྲུག་གིས་རང་གི་བྲང་བྱའི་མིང་མཐའ་བྱི་མའི་མིང་
གཞི་ལ་བྱི་མ་ཞེས་བརྗོད་བ་ཡིན།

༡༥༩ ་། བྱི་མ་གང་ལྟར་འགྲུར་བའི་ཚུལ་རིམ་ལྟར་བྱ་ཡིན་ནམ།

ལན། མིང་མཐའ་སྔ་མའི་རྗེས་འབྲུག་གི་ཉགས་གང་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ཉེ། དེ་དང་

མཚུངས་པར་མིང་མཐའ་བྱི་མའི་མིང་གཞི་བྲང་བར་འབྲུར་བས་ན། བྱི་མ་གང་
ལྟར་འབྲུར་བ་ཞེས་བཤོ།

༡༥༦ ་ བྱི་མ་གང་ལྟར་འབྲུར་ཚུལ་ལ་ག་ཚོད་ཡོད་དམ།

ལན། བྱི་མ་གང་ལྟར་འབྲུར་བ་ལ་གཉིས་ཏེ། རྟགས་མཚུངས་འདྲན་པ་དང་།
བརྗོད་བདེ་འདྲན་བཤོ།

༡༥༧ ་ ཅི་ཞིག་ལ་རྟགས་མཚུངས་འདྲན་པ་ཟེར་བ་ཡིན་ནམ།

ལན། མིང་མཐའ་སྔ་མའི་རྗེས་འབྲུག་རྟགས་གྱིས་རང་དང་རྟགས་མཚུངས་པའི་མིང་
མཐའ་བྱི་མའི་མིང་གཞི་བྲངས་པ་ལ། རྟགས་མཚུངས་འདྲན་པ་ཟེར།

༡༥༨ ་ རྟགས་མཚུངས་འདྲན་ཚུལ་ལ་ག་ཚོད་ཡོད་དམ།

ལན། རྟགས་མཚུངས་འདྲན་ཚུལ་དེ་ལ་གསུམ་ཡོད་དེ། ཐོ་ཡིས་ཐོ་ཡི་མིང་མཐའ་
བྲང་བ་དང་། མོ་ཡིས་མོ་ཡི་མིང་མཐའ་བྲང་བ། མ་ནིང་གིས་མ་ནིང་བྲང་བ་བཅས་
གསུམ་མོ།

༡༥༩ ་ ཐོ་ཡིས་ཐོ་ཡི་མིང་མཐའ་བྲང་ཚུལ་རི་ལྟར་ཡིན་ནམ།

ལན། མིང་མཐའ་སྔ་མའི་རྗེས་འབྲུག་རྟགས་ཐོ་ཡིག་གིས་མིང་མཐའ་བྱི་མའི་མིང་
གཞི་ཐོ་ཡིག་འདྲན་པ་ལ། ཐོ་ཡིས་ཐོ་ཡི་མིང་མཐའ་བྲང་བ་ཞེས་ཟེར།

༡༦༠ ་ ཐོ་ཡིས་ཐོ་ཡི་མིང་མཐའ་བྲངས་པའི་དཔེར་བརྗོད་རི་ལྟར་འགོད་དགོས་
དམ།

ལན། བྱ་ཏིས། མིང་མཐའ་སྔ་མའི་རྗེས་འབྲུག་ཐོ་ཡིག་ས་བ་ད་གསུམ་གྱིས་མིང་
མཐའ་བྱི་མའི་མིང་གཞི་ཐོ་ཡིག་ཀ་ཅ་ཏ་བ་ཅ་ལྔ་ཅི་རིགས་འདྲན་པ་ཞིག་ལ་ཟེར་

བ་རེད། དཔེར་ན། འོད་ཀྱིས་ཆད་པ། རྫོང་པ། བྱེད་ཀ། རྫོང་ཀྱིས་ཆད་ཀྱིས་ཐད་
 ཀྱིས་སྐྱད་པ། རྐྱད་པ། རྐྱེད་པ། དཔྱེད་ཀ། རྐྱིབ་པ། ཐབ་ཀ། བསྐྱབ་པ། གཡས་
 པ། རྒྱས་ཀ། རྩུགས་ཀ། གཉིས་ཀ། བྲེས་པ། ལས་ཀ། ཆབས་ཅིག་གྲངས་ཀ།
 ཤེས་པ། ཆེས་པ། ཆོས་ཅན། འཁོས་ཀ། ཐབས་ཅིག་གཤེས་ཀ། ལྟ་བུ་དང་།
 སི་རྩལ། མིང་མཐའ་སྤྱི་མཐའ་རྩལ་པོ་ཡིག་གཤེས་པ་སྤྱི་བ་སྤྱི་བ་སྤྱི་བ་སྤྱི་བ་སྤྱི་བ་
 བྱི་མ་པོ་ཡིག་ཀ་ཅ་ཏ་བ་ཅ་ལྟ་ཅི་རིགས་འདྲེན་བ་ལ་པོ་ཡིག་གི་རྟགས་མཚུངས་
 འདྲེན་བར་བཞེད་དེ། རྟག་པ། བྲག་ཅ། རྟག་པ། རྟག་པོ། གཅིག་པ། ཅིག་ཅར།
 ཁོག་པ། ཐག་པ། ཐོག་ཀ། རྩུག་པོ། རྟོག་པ། འོད་ཀྱིས་ཆད་པ། དཔྱེད་ཀ། རྫོང་
 པ། བྱེད་ཀ། རྫོང་ཀྱིས་ཆད་ཀྱིས་ཐད་ཀྱིས་སྐྱད་པ། རྐྱད་པ། རྐྱེད་པ། རྐྱིབ་པ།
 ཐབ་ཀ། བསྐྱབ་པ། གཡས་པ། རྒྱས་ཀ། རྩུགས་ཀ། གཉིས་ཀ། བྲེས་པ། ལས་ཀ།
 ཆབས་ཅིག་གྲངས་ཀ། ཤེས་པ། ཆེས་པ། ཆོས་ཅན། འཁོས་ཀ། ཐབས་
 ཅིག་གཤེས་ཀ། ཤོགས་ཇི་སྟེན་ཅིག་ཡོད་པ་ནས་རྩལ་པོ་ཡིག་གིས་
 མིང་གཞི་པོ་ཡིག་བྲངས་པ་སི་རྩལ་རྟགས་མཚུངས་སྤྱི་བཞེད་བ་ཅ་མ་ལས་
 གཞན་བྲ་སི་གཉིས་ཀྱི་བར་བྲད་བར་མེད་པ་ཡིན། མདོར་ན། བྲ་ཏི་ལྟར་པོ་ཡིས་
 པོ་ཡི་མིང་མཐའ་བྲངས་པའི་དཔེ་ཡིན་ན། སི་རྩལ་དེ་བཞིན་བྲབ་ཀྱང་སི་རྩལ་
 པོ་ཡིས་པོ་ཡི་མིང་མཐའ་བྲངས་པའི་དཔེ་ཡིན་ན། བྲ་ཏི་ལ་དེ་བཞིན་མ་བྲབ་སྟེ།
 གོང་གསལ་རྩལ་པོ་ཡིག་གིས་མིང་གཞི་པོ་བྲངས་པ་རྣམས་བྲ་ཏིས་
 བརྗོད་བདེ་འདྲེན་བར་ལས་རྟགས་མཚུངས་སྤྱི་བཞེད་དེ། རྩལ་པོ་ཡིག་
 མ་པོ་ཡིག་རྩལ་པོ་ཡི་བྱེད་པའི་བྱེད་པ།

༡༢༡༽ མོ་ཡིས་མོ་ཡི་མིང་མཐའ་དྲང་ཚུལ་དེ་ལྟར་ཡིན་ནམ།

ལན། མིང་མཐའ་སྔ་མའི་རྗེས་འབྲུག་གི་རྟགས་མོ་ཡིག་གིས་མིང་མཐའ་བྱི་མའི་མིང་
གཞི་མོ་ཡིག་འདྲེན་པ་ལ། མོ་ཡིས་མོ་ཡི་མིང་མཐའ་དྲང་བ་ཞེས་ཟེར།

༡༢༢༽ མོ་ཡིས་མོ་ཡི་མིང་མཐའ་དྲངས་པའི་དཔེར་བརྗོད་ཚུལ་དེ་ལྟར་ཡིན་
ནམ།

ལན། བྱ་ཉིས། མིང་མཐའ་སྔ་མའི་རྗེས་འབྲུག་མོ་ཡིག །ག་ར་ལ་ང་ན་མ། བཅས་
གྱིས་མིང་མཐའ་བྱི་མའི་མིང་གཞི་མོ་ཡིག་ག་ཇ་ད་བ་ཇ་ཕ་ཞ་ཟ་འ་ཡ་ལ་ས་ང་ཉ་
ན་མ་ར་ལ་ཏ་ཨ་བཅས་ཅི་རིགས་འདྲེན་པའི་ལོ་གེ་ལ་མོ་ཡིས་མོ་ཡི་མིང་མཐའ་
འདྲེན་པ་ཞེས་སུ་འདོད། དཔེར་ན། ཐོག་མ།

འབྲུག་མ། སྟུག་མ། ཐོག་མ། ཆིག་མ། ལུག་མ། བོག་མ། མཁྲིག་མ།
སྐྱོར་བ། རྟོར་བ། འཁོར་ལོ། བར་མ། འཁར་བ། གཉེར་མ། སྐྱར་མ།
སྐྱོར་ལོ། སྟར་མ། དར་མ། གཟེར་མ། སྟྱར་ལོ། སིལ་མ། འབྲུལ་བ།
མཁལ་མ། དཔྲུལ་བ། རིལ་མ། བྲུང་ལ། ཆང་མ། འཆང་ག། གཤུང་མ།
མཆང་བ། ཐེང་བ། འོང་ག། བོང་མ། སྦང་བ། སྦྱང་མ། ཆང་མ།
མཚན་མ། འཛིན་མ། སེན་ལོ། ལྷན་མ། རྟུན་མ། འཇམ་ལ། གདམ་ག།
ཞེས་སོགས་དང་།

སི་ཏུས། མིང་མཐའ་སྔ་མའི་རྗེས་འབྲུག་མོ་ཡིག །ང་མ་ལ། གསུམ་གྱིས་མིང་
མཐའ་བྱི་མའི་མིང་གཞི་མོ་ཡིག །ག་ཇ་ད་བ་ཇ་ཕ་ཞ་ཟ་འ་ཡ་ལ་ས་ང་ཉ་ན་མ་ར་
ལ་ཏ་ཨ་བཅས་ཅི་རིགས་འདྲེན་པ་ལ་མོ་ཡིས་མོ་ཡི་མིང་མཐའ་དྲངས་པ་སྟེ།

དཔེར་ན། ཐང་ག། རྟོང་ལ། ཆང་ས། འཆང་ག། དགའ་བ།
ཐྱེང་ག། འཆང་ར། གདུང་ལ། འོང་ག། སྤང་ག། ཆང་ལ། ཐྱེང་ལ།
ཆང་ས། འཇམ་ཤ། གདམ་ག། གཏའ་ལ། དགའ་བོ། དགའ་མོ། སྟོང་།
མཆེ་བ། སྤི་བ། སྟོ་བ། བདེ་བ། ལོ་ལ། མགོ་བོ། ལྷ་ལ། ཅེ་མོ། ཇི་ལ། རྩ་ཙོ། གཉི་
ག། དུ་བ། མཐེ་བོ། སྦྱ་ག། སྦྱོ་ལ། སྟོང་། ལྟ་བུའོ།
༡༩༣ ༽ མ་ནིང་གིས་མ་ནིང་བྱང་ཚུལ་རི་ལྟར་ཡིན་ནམ།
ལན། མིང་མཐའ་སྤྲ་མའི་རྗེས་འཇུག་ཏྟགས་མ་ནིང་གིས་མིང་མཐའ་བྱི་མའི་མིང་
གཞི་མ་མིང་འབྲེན་བ་ལ། མ་ནིང་གིས་ནི་མ་ནིང་བྱང་ཞེས་ཟེར།
༡༩༤ ༽ མ་ནིང་གིས་མ་ནིང་བྱངས་པའི་དཔེར་བརྗོད་རི་ལྟར་འགོད་དམ།
ལན། བྱ་ཏིས། མིང་མཐའ་སྤྲ་མའི་རྗེས་འཇུག་མ་ནིང་འཕྱིག་གིས་མིང་མཐའ་བྱི་
མའི་མིང་གཞི་མ་ནིང་། ཁ་ཆ་ཐ་པ་ཆ། ཅི་རིགས་བྱངས་པའི་ཡི་གེ་ལ་བྱ་སྟེ།
དཔེར་ན། བཀའ་ཐང་། མངའ་ཐང་། འཇའ་ཆོན། མཐའ་ཆགས། མཐའ་ཆར། རི་
ཁ། རྩ་ཆ། དཔེ་ཆ། སྦྱ་ཆ། ལྷ་ཆ། མི་ཁ། བདེ་ཆ། ལྟ་བུ་དང་།
སི་རུས། མིང་མཐའ་སྤྲ་མའི་རྗེས་འཇུག་མ་ནིང་ན་ར་ལ་གསུམ་གྱིས་མིང་མཐའ་
བྱི་མའི་མིང་གཞི་མ་ནིང་། ཁ་ཆ་ཐ་པ་ཆ། ཅི་རིགས་བྱངས་པའི་ཡི་གེ་ཞིག་ལ་བྱ་
སྟེ། དཔེར་ན། ཉེན་ཁ། འཛོན་ཐང་། མཚོན་ཆ། གུན་ཁ། དབྱར་ཁ། དཀོར་ཆ།
གཏེར་ཁ། སྟར་ཁ། མངར་ཆ། གཞེར་ཁ། དར་ཆ། གསོལ་ཁ། ཐལ་ཆ། འབྲུལ་ཆ།
ཆོལ་ཁ། རོལ་ཆ། ལྟ་བུའོ།
༡༩༥ ༽ ཏྟགས་མི་མཚུངས་ཀྱང་བརྗོད་བདེའི་དབང་གིས་མིང་མཐའ་འབྲེན་ཚུལ་དེ་

ལ་རིགས་ག་ཚོད་ཡོད་དམ།

ལན། བརྗོད་བདེ་འབྲེན་ཚུལ་ལ་བྱུག་ཡོད་དེ། མོ་ཡིས་མོ་བྲངས་པ་དང་། མོ་ཡིས་མ་
ནིང་བྲངས་པ། མོ་ཡིས་མོ་བྲངས་པ། མོ་ཡིས་མ་ནིང་བྲངས་པ།

མ་ནིང་གིས་མོ་བྲངས་པ། མ་ནིང་གིས་མོ་བྲངས་པ་བཅས་ཡོད་པ་རིམ་བཞིན་
དཔེ་འགོད་པ་ལ།

དང་པོ། མོ་ཡིས་མོ་བྲངས་པ། བྲ་ཏི་བཞིན། བྱུགས་མ། སྤྲུལ་མོ། ཞབས་ར། ལྟ་
མོ། ཚད་མ། ལྟེན་མ། འཐབ་མོ། རྒྱབ་ཤ། མཚུབ་མོ། ལྟ་བྱ་དང་།

སི་རུ་མ། ལྷག་མ། གཉུག་མ། ལྷག་མ། འོག་མ། མཚུག་མ། སྤྲུག་མ། རོག་མ། ཁོག་
མ། མཁྲིག་མ། ཚིག་མ། ཐིག་ལེ། ལྟ་མོ། ཚད་མ། འཐབ་མོ། མཚུབ་མོ། ལྟེན་
མ། ཞབས་ར། བྱུགས་མ། ལྟ་བྱ་ལོ།

གཉིས་པ། མོ་ཡིས་མ་ནིང་བྲངས་པ། བྲ་ཏི་བཞིན། ལེགས་ཆ། རས་ཆ།

གནས་ཆ། ཐེབས་ཆི། སྟོང་ཆ། སྦྱང་ཆ། སྤང་ཆ། བྱོད་ཆ། བྱུབ་ཆ།

ཆེས་ཆ། ཐོབ་ཆ། འཚུབ་ཆ། ལྟ་བྱ་དང་།

སི་རུ་བཞིན། དག་ཆ། རོག་ཆ། འཕྲུག་ཆ། ལག་ཆ། བྱོད་ཆ། སྦྱང་ཆ། སྟོང་ཆ།
སྤང་ཆ། ཐོབ་ཆ། འཚུབ་ཆ། བྱུབ་ཆ། ཆེས་ཆ། ཐེབས་ཆི། གནས་ཆ། རས་ཆ།
ལེགས་ཆ། ལྟ་བྱ་ལོ།

གསུམ་པ། མོ་ཡིས་མོ་བྲངས་པ། བྲ་ཏི་བཞིན། དག་པོ། ཞག་པོ། བྲག་ཅ། ཅིག་
ཅར། གཅིག་པ། རག་པ། ཁོག་པ། ཐག་པ། རོག་ཀ། ལྷུག་པོ། རོར་ཅོག། རོར་ཏོ།
དར་ཅིག། དར་ཅོག། ཚལ་པ། སྤང་པོ། མཐིང་པ། ཡང་གི། སྤང་པོ། སྤྲུང་ཀ། རྒྱང་

པ། སྤྱང་པོ། ཡང་པོ། གཅིན་པ། རྩེན་པ། ཚན་པ། གྲམ་ཀ། འབྲན་པ། འོན་པ། བེམ་
པོ། ཁམ་པ། ལྷ་བྱ་དང་།

སི་རྩ་བཞིན། ཨང་གི་རྒྱང་པ། སྤྱང་པོ། སྤྱང་པོ། མཛིང་པ། སྦྱང་ཀ། ཁམ་པ། བེམ་
པོ། མཆུ་རྟོ། ལྷ་བྱ་པོ།

བཞི་པ། མོ་ཡིས་མ་ནིང་བྲངས་པ། བྲ་ཉི་བཞིན། རོག་ཁ། འབྲུག་ཆ། ལག་ཆ།
དག་ཆ། ལག་ཆ། མངར་ཆ། ལྷར་ཁ། དཀོར་ཆ། གཉེར་ཁ། གཟེར་ཁ། དར་ཆ།
ཆོལ་ཁ། ཐལ་ཆ། རོལ་ཆ། གསོལ་ཁ། དབང་ཆ། ཟིང་ཆ། མཆོན་ཆ། འཛིན་ཐང་།
ཉེན་ཁ། བམ་ཁ། ལམ་ཁ། ལྷ་བྱ་དང་།

སི་རྩ་བཞིན། དབང་ཆ། ཟིང་ཆ། བམ་ཁ། ལམ་ཁ། སྤྱ་ཆ། ལྷ་བྱ་པོ།

ལྷ་པ། མ་ནིང་གིས་མོ་བྲངས་པ། བྲ་ཉི་བཞིན། སྤྱེང་པ། མཆུ་རྟོ། རྩེང་ཅོ།
ངལ་ཅག། འོང་སྒོལ། ལྷ་བྱ་དང་།

སི་རྩ་བཞིན། རྩེན་པ། ཚན་པ། འབྲན་པ། ཐན་པ། གཅིན་པ། གྲམ་ཀ། འོན་པ། ཐོར་
ཅོག། ཁར་པ། ཐོར་རྟོ། དར་ཅིག། ཁེལ་པ། ལྷ་བྱ་པོ།

བྱག་པ། མ་ནིང་གིས་མོ་བྲངས་པ། བྲ་ཉི་བཞིན། གཉེར་མ། མཐའ་མ། དཀའ་མོ།
བི་མ། བྲེ་པ། ལྷ་མ། སྒོ་ང་། མཆེ་པ། མཐེ་བོང་། ལོ་མ། ར་མ། དི་པ། ལྷེ་པ། ལྷེ་
མ། རྩེ་མ། བོ་པ། ཁ་པ། ཅེ་མོ། ལྷ་མ། བདེ་པ། དུ་པ། མགོ་བོ། མཐེ་བོ། སྦྱ་ག། སྦྱོ་
མ། ལྷ་བྱ་དང་།

སི་རྩ་བཞིན། སེན་མོ། ལྷན་མ། མཆོན་མོ། ལྷན་མ། མཆོན་མ། བཏྱན་མ། འཛིན་
མ། ལྷར་མ། སྒོར་མོ། སྤར་མ། གཉོར་མ། འཁར་པ། རོར་མ། སྒོར་མོ། སེལ་མ།

གཉེར་མ། བར་མ། འཁོར་ལོ། རོར་མ། གཟེར་མ། སྦྱར་མོ། འགྲུལ་བ། ཐུལ་བ།
མཁལ་མ། ཡལ་བ། ཐལ་བ། ལྷ་བུའོ།

ཤེས་དམན་མཐའ་གྲུལ་བདག་ལྷས་མི་འོས་བཞིན། །
སུམ་ཉགས་དགོངས་དོན་རིས་ལན་བྱས་བ་འདིར། །
ཅིས་ཀྱང་རྫོབ་སོགས་ཉོངས་བའི་ཆོགས་མཆིས་ན། །
ཐུར་གནས་མཁས་བར་སྙིང་ནས་དགོངས་སེལ་བྱ། །

དུས་གསུམ་སྤྱི་བྱེ་བྲག་ཐོར་བྱ་བྱེ་མཉམ་བཅས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་
བཤད་པ།

དུས་གསུམ་སྤྱི་ར་བཏང་བའི་ནང་གསེས་དུས་གསུམ་སྤྱི་དངོས་ཀྱི་
རེབ་མིག

དུས་གསུམ་འབྲུལ་ཡིག་གསུམ་འགྱུར་གྱི་ལས་ཆོག་ཡིན་ན་དུས་གསུམ་སྤྱི་
དངོས་ཡིན་པས་བྱེ་བྲག་

བྱ་ཡུལ་མ་ནིང་བྱེད་བ་མོ་ཡིས་འབྲུལ། །
འདས་པོ་ངེས་ཤིང་སྦྱུལ་ཆོག་འབྲུལ་མེད་མང། །
མིང་གཞི་ཀ་སྡེ་ཏ་སྡེ་གཉིས་པོ་ནས། །
འཕྱོར་ཆོ་བྱ་བྱེད་མོ་དང་འདས་ཆོག་པོ། །

སྐུལ་ཚིག་མ་ནིང་ངེས་ཅམ་ཅ་སྟེ་དང་། །

ཅ་སྟེ་པལ་ཆེར་མིང་གཞི་བཞི་འགྱུར་ཏེ།

ཞ་ཟ་གཉིས་ཀྱི་བྱ་འདས་སྐུལ་ཚིག་གསུམ། །

གཅིག་ཅིང་བྱེད་ཚིག་ཇ་ཇ་རིམ་བཞིན་འགྱུར།

དུས་གསུམ་འཕུལ་ཡིག་གསུམ་འགྱུར་གྱི་ལས་ཚིག་ཡིན་ན། དུས་གསུམ་

སྟེ་དངོས་ཡིན་པས་བྱབ་བ་ཡིན།

ཚིག་དོན།

མ་འོངས། ད་ལྟ་བ། འདས་པ། སྐུལ་ཚིག་

༡ རྒྱན་གཙོད་པའི་དོན།

དགག་བྱ། འགོག་བྱེད། བཀག་ཁོང་ཅིག

༢ གང་བར་བྱེད་པའི་དོན།

དགང་བྱ། འགོངས་བྱེད། བཀང་ཁོངས་ཤིག

༣ འབར་ཇས་ཀྱིས་རྫོ་སོགས་འགས་གཏོར་བྱེད་པའི་དོན།

དགང་བྱ། འགང་བྱེད། བཀང་ཁོང་ཤིག །

༤ གཡོགས་པའི་དོན།

དགབ་བྱ། འགབས་བྱེད། བཀབ་ཁོབ་ཅིག

༥ འོགས་སུ་འབྱེད་པའམ་ཟུར་དུ་འདོན་པའི་དོན།

དགར་བྱ། འགར་བྱེད། བཀར་ཁོར་ཅིག

༦ སྐད་བ་སྒྲིམ་པའམ་བརྗོ་བའི་དོན།

དགལ་བྱ། འགལ་བྱེད། བཀལ་ཁོལ་ཅིག

༧ སྤྲགས་སོགས་ལ་ཁལ་འཁྱར་དུ་འཕྱག་པའི་དོན།

དགལ་བྱ། འགལ་བྱེད། བཀལ་ཁོལ་ཅིག

༨ ཤིང་སོགས་གཤགས་ནས་སིལ་བྱར་བྱེད་པའི་དོན།

དགས་བྱ། འགས་བྱེད། བཀས་ཁོས་ཤིག

༩ བཅོམ་པའི་འཁྲུག་ཏུ་འབྱུག་པའི་དོན། དགུག་བྱ། འགྲུགས་བྱེད། བཀྲུག་ཁྲུག་ཅིག

༡༠ གསོད་པའི་དོན། དགུམ་བྱ། འགུམས་བྱེད། བཀྲུམ་ཁྲུམས་ཞིག

༡༡ འབལ་བའི་དོན། དགོག་བྱ། འགོག་བྱེད། བགོག་ཁོག་ཅིག

༡༢ འབྲི་བ་དང་། འཆར་གཞི་སྤྲིག་པ་སོགས་ཀྱི་དོན།

དགོད་བྱ། འགོད་བྱེད། བགོད། ཁོད་ཅིག །

༡༣ དངོས་རྒྱས་བཤམས་པའམ་ཁྲུབ་པར་བྱེད་པའི་དོན།

དགམ་བྱ། འགམ་བྱེད། བགམ། ཁོམས་ཞིག །

༡༤ ཆིག་དོན་གོ་སྤྱོད་བཤམ་གསལ་པོར་བཤད་པའི་དོན།

དགོལ་བྱ། འགོལ་བྱེད། བགོལ། ཁོལ་ཅིག །

༡༥ གསོད་པའི་ཞེ་ཆིག ། དགོང་བྱ། འགོངས་བྱེད། བགོང། གོངས་ཞིག

༡༦ ཆིངས་ཐག་དང་མདུད་པ་སོགས་བཞིག་པའི་དོན།

དགོལ་བྱ། འགོལ་བྱེད། བགོལ། ཁོལ་ཅིག

༡༧ འཆིང་བ་དང་། མིང་འདོགས་པར་བྱེད་པའི་དོན།

གདགས་བྱ། འདོགས་བྱེད། བདགས། ཐོགས་ཞིག །

༡༨ བསད་ནས་གཏན་མེད་བྱེད་པའི་དོན།

གདག་བྱ། འདོག་བྱེད། བདགས། ཐོགས་ཞིག །

༡༩ ས་སོན་སའི་ནང་དུ་ལྷུག་པའི་དོན།

གདབ་བྱ། འདེབས་བྱེད། བདབ། ཐོབས་ཅིག

༢༠ གདན་སོགས་ངོས་སྟོམས་པར་བཀྲམ་པའི་དོན།

གདིང་བྱ། འདིང་བྱེད། བདིང་། ཐིངས་ཞིག

༡༡ བམ་བར་བྱེད་པའི་དོན། གདུལ་བྱ། འདུལ་བྱེད། བརྟལ། སྤུལ་ཅིག
༡༢ ཡར་བཀྲགས་པའི་དོན། གདེག་བྱ། འདེགས་བྱེད། བཏེགས། ཐེགས་ཤིག
༡༣ བྱིར་འབྱིན་པའི་དོན། གདོན་བྱ། འདོན་བྱེད། བཏོན། ཐོན་ཅིག
༡༤ མང་སྐའི་ནང་ནས་བསལ་ཞིང་སྒྲག་པའི་དོན།

 གདམ་བྱ། འདམ་བྱེད། བདམས། འདེམས་ཤིག
༡༥ སློང་བའམ་འདོན་པའི་དོན། གཞིལ་བྱ། འཇིལ་བྱེད། བཅིལ། ཅིལ་ཅིག
༡༦ སློལ་ངེས་པའི་དོན། གཅག་བྱ། འཇགས་བྱེད། བཅགས། ཆོགས་ཤིག
༡༧ འདུལ་བའམ་འདོན་པའི་དོན། གཟུན་བྱ། འཇུན་བྱེད། བཟུན། ཟུན་ཅིག
༡༨ འཛི་ཅད་བྱེད་པའམ་འདུལ་བའི་དོན།

 གཟུར་བྱ། འཇུར་བྱེད། བཟུར། ཟུར་ཅིག
༡༩ བྱེ་ཡང་དང་རིང་སྤང་ཆད་པའི་དོན། གཞལ་བྱ། འཇལ་བྱེད། བཅལ། འཇོལ་ཅིག
༢༠ བྱི་ནས་ནང་དུ་འཇུག་པའམ་ལྷུག་པའི་དོན།

 གཞུག་བྱ། འཇུག་བྱེད། བཞུག། ཆུག་ཅིག
༢༡ བཞུས་པ་དང་རྩེ་ཉུང་དུ་འགྱུར་པའི་དོན།

 གཞུམ་བྱ། འཇུམ་བྱེད། བཞུམ། ཆུམ་ཞིག
༢༢ གཏོར་བ་དང་བཤིག་པའི་དོན། གཞོམ་བྱ། འཇོམས་བྱེད། བཅོམ། ཆོམ་ཞིག
༢༣ སྤྱང་འོག་སོགས་ལ་གནས་བར་བྱེད་པའི་དོན།

 གཞག་བྱ། འཇོག་བྱེད། བཞག། ཞོག་ཅིག
༢༤ རྩལ་འཁྱུང་བྱེད་པའི་དོན། གཞིབ་བྱ། འཇིབ་བྱེད། བཞིབས། འཇིབས་ཤིག
༢༥ རྩ་སོགས་སྤར་དུ་འཇོག་ཏུ་འཇུག་པའི་དོན།

༤ མནན་པ་དང་བཅིར་ནས་རལ་པའི་དོན།

གཙར་གྱ། གཙར་བྱེད། བཙར། ཚུར་ཅིག

༥ སྒྲེར་བཤམ་བྱིན་པའི་དོན།

གཏང་གྱ། གཏོང་བྱེད། བཏང། རོངས་ཤིག

༦ གསར་དུ་བཟོ་བཤམ་གསར་སྒྲུབ་བྱེད་པའི་དོན།

གཏོད་གྱ། གཏོད་བྱེད། བཏོད། བཏོད་ཅིག

༧ ཐོགས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱས་པའི་དོན།

གཞབ་གྱ། གཞབ་བྱེད། བཞབས། བཞོབས་ཤིག

༨ སྒྲ་སོགས་འབྲེག་པའི་དོན།

གཞར་གྱ། གཞར་བྱེད། བཞར། གཞོར་ཅིག

༩ སྒོམ་པོ་སྒྲ་པོར་བཟོ་བའི་དོན།

གཞོག་གྱ། གཞོག་བྱེད། བཞོགས། གཞོགས་ཤིག

༡༠ གཅིག་རྗེས་གཉིས་མཐུད་དུ་འབྲོ་བའི་དོན།

གཤར་གྱ། གཤར་བྱེད། བཤར། གཤོར་ཅིག

༡༡ སྒྱུ་མོ་བརྒར་ནས་ཆས་པའི་དོན།

གཤུད་གྱ། གཤུད་བྱེད། བཤུད། གཤུད་ཅིག

༡༢ ཐོགས་གཅིག་ལ་ཡོ་བའི་དོན།

གསེག་གྱ། གསེག་བྱེད། བསེགས། གསེགས་ཤིག

༡༣ ཆེལ་བ་དང་འབྲེད་པའི་དོན།

གསེད་གྱ། གསེད་བྱེད། བསེད། གསེད་ཅིག

༡༤ སོག་བཙད་པ་དང་འགྲུམ་པའི་དོན།

གསད་གྱ། གསོད་བྱེད། བསད། སོད་ཅིག

བ་སྒྲེ་ནས་ཐོན་པའི་དུས་གསུམ་སྒྱིར་བཏང་བའི་རེ་འུ་མིག

བ་སྒྲེ་ནས་ཐོན་དུས་གསུམ་སྒྱིར་བཏང་སྟེ། །

འདས་སྐུལ་པལ་ཆེར་མ་ནིང་ངེས་པར་ཅན། །

དབང་གྲུ རབང་བྲེད། བྲད། སྒྲོད་ཅིག

༡༣ རལ་བར་བྱེད་པའི་དོན། དབལ་བྱ། འབལ་བྱེད། སྤལ། རྩོལ་ཅིག
༡༤ ལྷ་དུ་གཏོང་བའི་དོན། དམི་བྱ། འམིད་བྱེད། མིས། མིས་ཤིག །

དུས་གསུམ་བྱེད་ག་པའི་ནང་གསེས་བྱ་འདས་པོ་དང་བྱེད་པ་མ་ནིང་
འཕུལ་བའི་སྡེ་ཆན།

བྱ་འདས་པོ་དང་བྱེད་སྐུལ་མ་ནིང་འཕུལ། །
དུས་གསུམ་སྐུལ་ཆིག་མིང་གཞི་མི་འགྱུར་ནིང་། །
བྱེ་བྲག་སྡེ་ཆན་ལས་ཆིག་ལྷང་ཤོས་ཏེ། །
དེ་ཡང་མིང་གཞི་རྒྱང་པ་ཁོ་ནས་ངེས། །

ཆིག་དོན། བྱ་ཡུལ། བྱེད་པ་པོ། འདས་པ། སྐུལ་ཆིག
༡ གད་མོ་འཆོར་བའི་དོན། བགད་བྱ། དགོད་བྱེད། བགད། དགོད་ཅིག
༢ ལྷ་ཐེགས་སོགས་མར་འབེབས་པའི་དོན།

བཏིག་བྱ། བཏིག་བྱེད། བཏིགས། བཏིགས་ཤིག

༣ བཅལ་དུ་བགམ་པའི་དོན། བདལ་བྱ། གདལ་བྱེད། བདལ། གདོལ་ཅིག
༤ དངོས་རྩས་ཞིབ་མོར་གཏུབ་པའི་དོན།

བཅབ་བྱ། གཅབ་བྱེད། བཅབས། གཅོབས་ཤིག

༥ རྩོ་བསྐྱེམས་ནས་དོགས་ཐོན་བྱེད་པའི་དོན།

བཟབ་བྱ། གཟབ་བྱེད། བཟབས། གཟོབས་ཤིག

༦ སྤལ་མོར་གཞོག་པའི་དོན། བཤུར་བྱ། གཤུར་བྱེད། བཤུར། གཤུར་ཅིག

༧ འཕུ་བ་དང་སེལ་བའི་དོན། བཤང་བྱ། གཤོང་བྱེད། བཤངས། གཤོངས་ཤིག

༡ གཞིག་བྱེད་པའམ་འགོད་པའི་དོན།

བཤམ་བྱ། གཤོམ་བྱེད། བཤམས། ཤོམས་ཤིག

༢ རི་དྲགས་སོགས་ཚོན་པའི་དོན། བཤར་བྱ། གཤོར་བྱེད། བཤར། གཤོར་ཅིག

༣ རིམ་བ་ལྟར་སྒྲིག་པའི་དོན། བསར་བྱ། གསར་བྱེད། བསར། གསར་ཅིག

༤ འདར་དུ་འཕུག་པ་དང་སྒྲུག་པའི་དོན།

བསིག་བྱ། གསིག་བྱེད། བསིག། སིགས་ཤིག

༥ དངོས་རྒྱས་སྤང་ཆུ་གཏོར་ནས་བཤལ་པའི་དོན།

བསིང་བྱ། གསིང་བྱེད། བསིངས། གསིངས་ཤིག

༦ གཤམ་པའམ་དུམ་བྱར་བྱེད་པའི་དོན།

བསིལ་བྱ། གསིལ་བྱེད། བསིལ། གསིལ་ཅིག

༧ སྒྲུབ་པའམ་སྒྲུབ་པ་སོགས་ཀྱི་དོན།

བསག་བྱ། གསོག་བྱེད། བསགས། སོག་ཅིག

༨ སྦྱངས་པ་དང་སྦྱད་པའི་དོན། བསོག་བྱ། གསོག་བྱེད། བསོགས། སོག་ཅིག

༩ རིན་ལན་འཇལ་པའི་དོན། བསབ་བྱ། གསོབ་བྱེད། བསབས། སོབས་ཤིག

དུས་གསུམ་གྱི་བྲག་པའི་ནང་གསེས་བྱ་འདས་སོ་དང་བྱེད་པ་མོ་
ཡིས་འཕུལ་པའི་སྤེ་ཆོན་གྱི་རེ་འུ་མིག

བྱ་འདས་སོ་དང་བྱེད་པ་མོ་ཡིས་འཕུལ། །

སྦྱལ་ཆོག་པལ་ཆར་འཕུལ་མེད་མིང་གཞི་ནི། །

བྱ་འདས་སོ་དང་འདས་སྦྱལ་མ་ནིང་མང། །

༡༩ ཉར་ཆགས་བྱེད་དུ་འཇུག་པའི་དོན། བཙེལ་བྱ། འཆོལ་བྱེད། བཙེལ། ཆོལ་ཅིག

༡༠ ཐུམ་རྒྱག་པའི་དོན། བརྟམ་བྱ། འཐུམ་བྱེད། བརྟམས། ཐུམས་ཞིག

༡༡ ཞིབ་མོར་བཟོ་བའི་དོན། བཏག་བྱ། འཐག་བྱེད། བཏགས། ཐོགས་ཞིག

༡༢ སྤྱད་པའམ་སྦྱག་པའི་དོན། བཏུ་བྱ། འཐུ་བྱེད། བཏུས། ཐུས་ཞིག

༡༣ གཤེར་ཁུའི་རིགས་ཁར་རྩལ་པའི་དོན།

བཏུང་བྱ། འཐུང་བྱེད། བཏུངས། ཐུངས་ཞིག

༡༤ མར་རྒྱར་བ་དང་གྲུས་པའི་དོན། བཏུད་བྱ། འཐུད་བྱེད། བཏུད། ཐུད་ཅིག

༡༥ ཤིང་རྟོག་དང་ཁ་སྦྱ་སོགས་འཁོག་པའི་དོན།

བཏོག་བྱ། འཐོག་བྱེད། བཏོགས། འཐོགས་ཞིག

༡༦ མཐར་སྐྱོད་དང་རྗེས་སྟེག་བྱེད་པའི་དོན།

བདའ་བྱ། འདེད་བྱེད། བདས། དེད་ཅིག

༡༧ དག་ཞིབ་དྲངས་སྟོགས་འབྱེད་པའི་དོན།

བཙག་བྱ། འཙག་བྱེད། བཙགས། ཙགས་ཞིག

༡༨ ཙུ་འཁྱི་བའམ་བརྟམ་བཙེལ་བྱེད་པའི་དོན།

བཙམ་བྱ། འཙམ་བྱེད། བཙམས། ཙམས་ཞིག

༡༩ ཐུག་བྱེད་པའི་དོན། བཙལ་བྱ། འཙལ་བྱེད། བཙལ། ཙལ་ཅིག

༢༠ བར་གསེབ་ཏུ་བརྟུག་སྟེ་གཞོན་པའི་དོན།

བཙེར་བྱ། འཙེར་བྱེད། བཙེར། ཙེར་ཅིག

༢༡ ཁ་མིག་སོགས་རྩམ་པའི་དོན། བཙུམ་བྱ། འཙུམ་བྱེད། བཙུམས། ཙུམས་ཞིག

༢༢ གོས་སོགས་འབྲལ་པའི་དོན། བཙེམ་བྱ། འཙེམ་བྱེད། བཙེམས། ཙེམས་ཞིག

ཆོག་དོན། བྱ་ལུལ། བྱེད་པ་ལོ། འདས་པ། སྐུལ་ཆོག
༡ གོས་སོགས་བྱོན་པའི་དོན། བསྐྱབ་བྱ། སྐྱབ་བྱེད། བསྐྱབས། སྐྱབས་ཤིག
༢ ཡི་གེ་སོགས་འདོན་པའི་དོན། བསྐྱག་བྱ། སྐྱོག་བྱེད། བསྐྱགས། སྐྱོགས་ཤིག
༣ མ་བྱེན་པར་ལེན་པའི་དོན། བརྒྱ་བྱ། རྒྱ་བྱེད། བརྒྱས། རྒྱས་ཤིག
༤ ས་དོང་སོགས་འབྱུ་པའི་དོན། བརྩོ་བྱ། རྩོ་བྱེད། བརྩོས། རྩོས་ཤིག
༥ གནས་གཞན་དུ་སློ་པའི་དོན། བསྐྱུ་བྱ། སྐྱུ་བྱེད། བསྐྱུས། སྐྱུས་ཤིག
༦ རྒྱུ་ལག་སོགས་སྤྱང་པའི་དོན། བརྒྱུང་བྱ། རྒྱུང་བྱེད། བརྒྱུངས། རྒྱུངས་ཤིག
༧ རྒྱན་དུ་བཞག་ནས་རྒྱལ་པམ་ཚོད་པའི་དོན།

 བསྐྱག་བྱ། སྐྱག་བྱེད། བསྐྱགས། སྐྱགས་ཤིག
༨ རྒྱོག་ཏུ་སྐྱས་པའི་དོན། བསྐྱུང་བྱ། སྐྱུང་བྱེད། བསྐྱུངས། སྐྱུངས་ཤིག
༩ ཆོན་ཅི་སོགས་འབྱུག་པའི་དོན། བསྐྱུ་བྱ། སྐྱུ་བྱེད། བསྐྱུས། སྐྱུས་ཤིག
༡༠ འབྲམ་པར་བྱེད་པའི་དོན། བསྐྱམ་བྱ། སྐྱམ་བྱེད། བསྐྱམས། སྐྱམས་ཤིག
༡༡ གཞན་རྒྱུད་སྐྱེལ་བའམ་བཏང་པའི་དོན། བསྐྱུར་བྱ། སྐྱུར་བྱེད། བསྐྱུར། སྐྱུར་ཅིག
༡༢ ལས་ཀ་བྱེད་དུ་འཇུག་པའི་དོན། བསྐྱུལ་བྱ། སྐྱུལ་བྱེད། བསྐྱུལ། སྐྱུལ་ཅིག
༡༣ ཉི་མ་སོགས་ལ་རྒྱན་སེལ་པའི་དོན།

 བསྐྱམ་བྱ། རྐྱེལ་བྱེད། བསྐྱམས། རྐྱེམས་ཤིག
༡༤ གོ་གནས་སྐྱོད་པའི་དོན། རྐྱོ་བྱ། རྐྱོ་བྱེད། བརྐྱོས། རྐྱོས་ཤིག
༡༥ ཡིད་ཆེས་པར་བྱེད་པའི་དོན། བསྐྱུང་བྱ། རྐྱོང་བྱེད། བསྐྱུངས། རྐྱོངས་ཤིག
༡༦ འགྲུགས་པའམ་སྐྱུང་པའི་དོན། བསྐྱོང་བྱ། རྐྱོང་བྱེད། བསྐྱོངས། རྐྱོངས་ཤིག
༡༧ རྒྱོན་པའམ་གཡོག་པར་བྱེད་པའི་དོན། བསྐྱོན་བྱ། རྐྱོན་བྱེད། བསྐྱོན། རྐྱོན་ཅིག

༡༩ ལའོར་དུ་འཇུག་པའི་དོན། བསྐོར་བྲ། སྐོར་བྲེ། བསྐོར། སྐོར་ཅིག

༡༩ ཁོལ་བར་བྲེད་པའི་དོན། བསྐོལ་བྲ། སྐོལ་བྲེ། བསྐོལ། སྐོལ་ཅིག

༢༠ བྱ་ལོན་སོགས་གཡར་བའམ་གཏོང་བའི་དོན།

བསྐྱེ་བྲ། སྐྱེ་བྲེ། བསྐྱེས། སྐྱེས་ཤིག

༢༡ ལུ་སོགས་འབྲིལ་དུ་འཇུག་པའི་དོན།

བསྐྱེལ་བྲ། སྐྱེལ་བྲེ། བསྐྱེལ། སྐྱེལ་ཅིག

༢༢ ཁ་ནས་ཟས་རིགས་བྱིར་འཕོན་པ།

བསྐྱུག་བྲ། སྐྱུག་བྲེ། བསྐྱུགས། སྐྱུགས་ཤིག

༢༣ སྐོང་བ་དང་འདོར་བའི་དོན། བསྐྱུང་བྲ། སྐྱུང་བྲེ། བསྐྱུངས། སྐྱུངས་ཤིག

༢༤ མི་ཐན་པར་བརྟེན་པའི་དོན། བསྐྱུད་བྲ། སྐྱུད་བྲེ། བསྐྱུད། སྐྱུད་ཅིག

༢༥ སྐོང་བ་དང་འདོར་བའི་དོན། བསྐྱུར་བྲ། སྐྱུར་བྲེ། བསྐྱུར། སྐྱུར་ཅིག

༢༦ སྐྱེ་བ་དང་འབྲུང་བར་བྲེད་པའི་དོན། བསྐྱེད་བྲ། སྐྱེད་བྲེ། བསྐྱེད། སྐྱེད་ཅིག

༢༧ འོར་འཕེན་བྲེད་པའི་དོན། བསྐྱེལ་བྲ། སྐྱེལ་བྲེ། བསྐྱེལ། སྐྱེལ་ཅིག

༢༨ ཁ་སོགས་སྐྱར་བའི་དོན། བསྐྱོག་བྲ། སྐྱོག་བྲེ། བསྐྱོགས། སྐྱོགས་ཤིག

༢༩ འཕོ་བར་བྲེད་པའམ་ཕན་ཕོགས་བྲེད་པ།

བསྐྱུང་བྲ། སྐྱུང་བྲེ། བསྐྱུངས། སྐྱུངས་ཤིག

༣༠ སྐྱལ་བ་དང་གཡོ་བའི་དོན། བསྐྱོད་བྲ། སྐྱོད་བྲེ། བསྐྱོད། སྐྱོད་ཅིག

༣༡ ཞོན་དུ་འཇུག་པའི་དོན། བསྐྱོན་བྲ། སྐྱོན་བྲེ། བསྐྱོན། སྐྱོན་ཅིག

༣༢ ཉེན་ཁ་ལས་ཐར་བར་བྲེད་པའི་དོན།

བསྐྱུབ་བྲ། སྐྱུབ་བྲེ། བསྐྱུབས། སྐྱུབས་ཤིག

༣༢ གཡོ་འགྲུལ་བྱེད་པའི་དོན། བསྐྱམ་བྲ། སྐྱོམ་བྱེད། བསྐྱམས། སྐྱོམས་ཤིག
༣༣ ཡང་ཡང་བྱེད་པ་དང་རྫོས་པའི་དོན། བསྐྱར་བྲ། སྐྱོར་བྱེད། བསྐྱར། སྐྱོར་ཅིག
༣༤ གསར་དུ་འཛུགས་པའམ་བཟོ་བའི་དོན།

བསྐྱལ་བྲ། སྐྱལ་བྱེད། བསྐྱལ། སྐྱལ་ཅིག

༣༥ སྐྱོང་བའི་དོན། བདེ་ཆིང་དུ་ཟགས་པ། བསྐྱ་བྲ། སྐྱ་བྱེད། བསྐྱས། སྐྱས་ཤིག
༣༦ སྐབ་པའམ་དགོག་པའི་དོན། བསྐྱོག་བྲ། སྐྱོག་བྱེད། བསྐྱོགས། སྐྱོགས་ཤིག
༣༧ གནས་ནས་འདྲེན་པའམ་སྐྱག་པའི་དོན། བསྐྱད་བྲ། སྐྱོད་བྱེད། བསྐྱད། སྐྱོད་ཅིག
༣༨ འཐབ་པའམ་ཚྱོད་པ་དང་། ཆད་ལས་ཡོལ་བ།

བཀལ་བྲ། ཀོལ་བྱེད། བཀལ། ཀོལ་ཅིག

༣༩ དེག་པ་དང་སྒོ་སོགས་རྒྱག་པའི་དོན།

བརྒྱབ་བྲ། རྒྱག་བྱེད། བརྒྱབས། རྒྱབས་ཤིག

༤༠ སྒོག་རབ་སྒྲོད་པའི་དོན། བརྒྱག་བྲ། རྒྱགས་བྱེད། བརྒྱགས། རྒྱགས་ཤིག
༤༡ མཛེས་ཆས་གྱིས་སྐྱས་པའི་དོན། བརྒྱན་བྲ། རྒྱན་བྱེད། བརྒྱན། རྒྱན་ཅིག
༤༢ མཁྱོགས་པོར་འཕྱོ་བའི་དོན། བརྒྱག་བྲ། རྒྱག་བྱེད། བརྒྱགས། རྒྱགས་ཤིག
༤༣ ལྷོ་བ་འཁྱུ་བར་བྱེད་པའི་དོན། བརྒྱང་བྲ། རྒྱང་བྱེད། བརྒྱངས། རྒྱངས་ཤིག
༤༤ སྐྱད་པ་སོགས་བྲ་གའི་ནང་བྲངས་པའི་དོན།

བརྒྱ་བྲ། རྒྱད་བྱེད། བརྒྱས། རྒྱས་ཤིག

༤༥ ས་ལ་འབྱེལ་དུ་འཁྱུག་པའི་དོན། བསྐྱེལ་བྲ། སྐྱེལ་བྱེད། བསྐྱེལ། བསྐྱེལ་ཅིག
༤༦ འཁྱིག་པ་སྐྱོད་པའི་དོན། བསྐྱོ་བྲ། སྐྱོ་བྱེད། བསྐྱོས། སྐྱོས་ཤིག
༤༧ བགས་པ་སོགས་འཐེན་ནས་ཆེར་སྐྱེད་བྱེད་པ།

བཟླིག་ཤྱ། ཟླིག་ཤྱེད། བཟླིགས། ཟླིགས་ཤིག
༤༡ བད་ཉིད། སྤྱར་བ་དང་འབྲན་པའི་དོན། བཟླིན་ཤྱ། ཟླིན་ཤྱེད། བཟླིན། ཟླིན་ཅིག
༤༢ མི་མངོན་པར་ཤྱེད་པའི་དོན། བཟླིབ་ཤྱ། ཟླིབ་ཤྱེད། བཟླིབས། ཟླིབས་ཤིག
༤༣ སྤྱད་པ་སོགས་དམ་པོར་འཁེལ་པའི་དོན།

བཟླིམ་ཤྱ། ཟླིམ་ཤྱེད། བཟླིམས། ཟླིམས་ཤིག
༤༤ ཟློགས་གཅིག་ཏུ་སྤྱངས་པ་དང་བཏུམ་པའི་དོན།

བཟླིལ་ཤྱ། ཟླིལ་ཤྱེད། བཟླིལ། ཟླིལ་ཅིག
༤༥ ཡར་ལེན་པའམ་འཕྱ་པའི་དོན། བཟླྱག་ཤྱ། ཟླྱག་ཤྱེད། བཟླྱགས། ཟླྱགས་ཤིག
༤༦ སྤྱངས་ནས་ཁྱ་བར་ཤྱེད་པའི་དོན། བཟླྱང་ཤྱ། ཟླྱང་ཤྱེད། བཟླྱངས། ཟླྱངས་ཤིག
༤༧ འབྲན་པའམ་སྤྱར་པའི་དོན། བཟླྱན་ཤྱ། ཟླྱན་ཤྱེད། བཟླྱན། ཟླྱན་ཅིག
༤༨ ཁྱ་བ་སོགས་ཤྱེད་པའི་དོན། བཟླྱབ་ཤྱ། ཟླྱབ་ཤྱེད། བཟླྱབས། ཟླྱབས་ཤིག
༤༩ ཆོས་མཚུངས་པར་ཤྱེད་པའི་དོན། བཟླེ་ཤྱ། ཟླེ་ཤྱེད། བཟླེས། ཟླེས་ཤིག
༥༠ འབྱར་བའམ་ཡར་སྤོང་བར་ཤྱེད་པའི་དོན།

བཟླེང་ཤྱ། ཟླེང་ཤྱེད། བཟླེངས། ཟླེངས་ཤིག
༥༡ ཟློས་ཤྱེད་པའི་དོན། བཟློད་དོན་འདྲ། བཟློ་ཤྱ། ཟློ་ཤྱེད། བཟློས། ཟློས་ཤིག
༥༢ ཐག་པ་སོགས་ཀྱིས་འདོགས་པའི་དོན།

བཟློག་ཤྱ། ཟློག་ཤྱེད། བཟློགས། ཟློགས་ཤིག
༥༣ རྒྱ་ཆེན་པོ་འབྱེན་པའི་དོན། བཟླླག་ཤྱ། ཟླླག་ཤྱེད། བཟླླགས། ཟླླགས་ཤིག
༥༤ ཞེ་ཆོག་འབྱལ་པའི་དོན། བཟློན་ཤྱ། ཟློན་ཤྱེད། བཟློན། ཟློན་ཅིག
༥༥ ཐར་བ་ཤྱེད་པའམ་འདོན་པར་ཤྱེད་པའི་དོན།

བསྐྱོལ་བྲ། སྐྱོལ་བྲེ། བསྐྱོལ། སྐྱོལ་ཅིག
༥༦ གཏུས་ནས་དཀག་ཏུ་འཇུག་པའི་དོན། བསྐྱར་བྲ། སྐྱར་བྲེ། བསྐྱར། སྐྱར་ཅིག
༥༧ མོ་ཉོག་སོགས་འབྲེག་པའི་དོན། བར་བྲ། ར་བྲེ། བརས། རོས་ཤིག
༥༨ རྒྱ་ཁོར་སྤྲད་ནས་སྤྲ་བའི་དོན། བརན་བྲ། རན་བྲེ། བརན། རོན་ཅིག
༥༩ འཛིགས་སྤང་སྤྲུལ་བའི་དོན། བརམ་བྲ། རམ་བྲེ། བརམས། རོམས་ཤིག
༦༠ དབྱགས་དང་རྩ་བ་འཛིབ་པའི་དོན། བརུབ་བྲ། རུབ་བྲེ། བརུབས། རུབས་ཤིག
༦༡ ཟླ་སོགས་སྤྲ་བར་ལྷགས་ཏེ་ཆོས་སུ་འཇུག་པའི་དོན།

བརྩོ་བྲ། རྩོ་བྲེ། བརྩོས། རྩོས་ཤིག
༦༢ རི་རྒྱགས་འཛིན་པ་དང་གསོད་པའི་དོན། བརྩོན་བྲ། རྩོན་བྲེ། བརྩོན། རྩོན་ཅིག
༦༣ རྫོས་བཏར་བའམ་བྱིན་པའི་དོན། བརྩྭ་བྲ། རྩྭ་བྲེ། བརྩྭས། རྩྭས་ཤིག
༦༤ ཉེས་སྦྱོན་རྩོན་པར་འདོན་པའི་དོན།

བརྩྭག་བྲ། རྩྭག་བྲེ། བརྩྭགས། རྩྭགས་ཤིག
༦༥ དངོས་པོ་པར་སྦྱོད་ཚུན་ལེན་བྲེད་པའི་དོན།

བརྩེ་བྲ། རྩེ་བྲེ། བརྩེས། རྩེས་ཤིག
༦༦ ཡིད་ལ་མི་བློན་པར་འགྱུར་བའི་དོན། བརྩེད་བྲ། རྩེད་བྲེ། བརྩེད། རྩེད་ཅིག
༦༧ བཤད་པའམ་སྤྲ་བའི་དོན། བརྩོད་བྲ། རྩོད་བྲེ། བརྩོད། རྩོད་ཅིག
༦༨ བརྩྱུང་། གཡོར་བའམ་བསྐྱེ་བའི་དོན། བརྩྱ་བྲ། རྩྱ་བྲེ། བརྩྱས། རྩྱས་ཤིག
༦༩ ཁོག་པ་བཤམ་པའི་དོན། བརྩྱང་བྲ། རྩྱང་བྲེ། བརྩྱངས། རྩྱངས་ཤིག
༧༠ གཡོར་བ་དང་བསྐྱེ་བའི་དོན། བརྩྱན་བྲ། རྩྱན་བྲེ། བརྩྱན། རྩྱན་ཅིག
༧༡ རེག་པའམ་འཛིན་པའི་དོན། བརྩྱབ་བྲ། རྩྱབ་བྲེ། བརྩྱབས། རྩྱབས་ཤིག

༩༡ རྩོད་བ་དང་སྤུལ་ནས་གནས་ཚུལ་ཁེན་པའི་དོན།

བརྟུང་བྱ། རྟུང་བྱེད། བརྟུངས། རྟུངས་ཤིག །

༩༢ བད་རྟེན་དུ་བཤད་པའི་དོན།

བསྟན་བྱ། སྟན་བྱེད། བསྟན་བྱེད། སྟན་ཅིག

༩༣ ཉལ་དུ་འཇུག་པའི་དོན།

བསྟལ་བྱ། སྟལ་བྱེད། བསྟལ། སྟལ་ཅིག

༩༤ མི་རུང་བ་རྣམས་ལོགས་སུ་དགར་པའི་དོན།

བསྟེག་བྱ། སྟེག་བྱེད། བསྟེགས། སྟེགས་ཤིག

༩༥ འཛོམས་པའམ་གཏོར་པའི་དོན།

བསྟེལ་བྱ། སྟེལ་བྱེད། བསྟེལ། སྟེལ་ཅིག

༩༦ འབྲུག་པའམ་སྦྱང་པའི་དོན།

བསྦྱག་བྱ། སྦྱག་བྱེད། བསྦྱགས། སྦྱགས་ཤིག

༩༧ རྩུང་དུ་གཏོར་པའི་དོན།

བསྦྱང་བྱ། སྦྱང་བྱེད། བསྦྱངས། སྦྱངས་ཤིག

༩༨ གཞན་ལ་ཁེན་པའམ་བརྟེན་པའི་དོན།

བསྟེན་བྱ། སྟེན་བྱེད། བསྟེན། སྟེན་ཤིག

༩༩ རྩེས་སུ་རྒྱག་པའམ་འདེད་པའི་དོན།

བསྟེག་བྱ། སྟེག་བྱེད། བསྟེགས། སྟེགས་ཤིག

༡༠༠ ཐག་ཉེ་བར་བཏུང་པའི་དོན།

བསྟེན་བྱ། སྟེན་བྱེད། བསྟེན། སྟེན་ཅིག

༡༠༡ གཉེར་མ་སྦྱང་པའི་དོན།

བསྟེར་བྱ། སྟེར་བྱེད། བསྟེར། སྟེར་ཅིག

༡༠༢ དཀྲག་པའམ་དམོག་པའི་དོན།

བསྟོག་བྱ། སྟོག་བྱེད། བསྟོགས། སྟོགས་ཤིག

༡༠༣ མ་ཡིས་བྲུ་གྱུར་ཁ་ནས་ཁ་ལ་ཟས་སྦྱོང་པའི་དོན།

བསྟོང་བྱ། སྟོང་བྱེད། བསྟོང། སྟོང་ཅིག

༡༠༤ འཇུན་པའི་དོན།

བསྟོན་བྱ། སྟོན་བྱེད། བསྟོན། སྟོན་ཅིག

༡༠༥ ལག་པ་བརྒྱངས་ཏེ་ཁེན་པའི་དོན།

བརྟུབ་བྱ། སྟུབ་བྱེད། བརྟུབས། སྟུབས་ཤིག

༡༥༡ ཟས་མིང་པ་ནས་ཟར་དཀའ་བའི་དོན།

བནང་བྲ། རྟོང་བྲ། བནངས། རྟོངས་ཤིག

༡༥༢ ཉན་ཉན་དང་གལ་ཆེན་པོར་འཛིན་བའི་དོན།

བནན་བྲ། རྟོན་བྲ། བནན། རྟོན་ཅིག

༡༥༣ མས་པའམ་གཞིང་པ། ཉམས་པའི་དོན།

བསྟང་བྲ། བསྟང་བྲ། བསྟང། རྟོང་ཅིག

༡༥༤ བྱིར་འབྱུང་པའམ་བྱིར་སྟོང་བའི་དོན།

བསྟུང་བྲ། སྟུང་བྲ། བསྟུང། སྟུང་ཅིག

༡༥༥ ལུ་མ་ལུ་ལུ་འཇུག་པའི་དོན།

བསྟུན་བྲ། སྟུན་བྲ། བསྟུན། སྟུན་ཅིག

༡༥༦ མེད་པར་བཟོ་བའི་དོན།

བསྟུབ་བྲ། སྟུབ་བྲ། བསྟུབས། སྟུབས་ཤིག

༡༥༧ དུས་ཆོད་སྔ་ཕྱི་སྟོ་བའི་དོན།

བསྟུར་བྲ། སྟུར་བྲ། བསྟུར། སྟུར་ཅིག

༡༥༨ གཞོན་པར་བྱེད་པའི་དོན།

བསྟེམ་བྲ། སྟེམ་བྲ། བསྟེམས། སྟེམ་ཅིག

༡༥༩ འཇིམ་པ་དང་སྤགས་སོགས་བརྗེ་བའི་དོན།

བསྟོ་བྲ། རྟོ་བྲ། བསྟོས། རྟོས་ཤིག

༡༦༠ གོ་རིམ་འཆོལ་བའམ་རྟོར་བར་བྱེད་པའི་དོན།

བསྟོག་བྲ། རྟོག་བྲ། བསྟོགས། རྟོག་ཅིག

༡༦༡ ཁ་སྟོང་བའམ་མང་དུ་གཏོང་བའི་དོན།

བསྟན་བྲ། རྟོན་བྲ། བསྟན། རྟོན་ཅིག

༡༦༢ ལྷས་ཁྱི་ཆོར་བ་བྱེད་པ་དང་། འཁྱེར་བའི་ཞེས།

བསྟམ་བྲ། རྟོམ་བྲ། བསྟམས། རྟོམས་ཤིག

༡༦༣ སྤར་དུ་དབྱེད་བའམ་ཁྱོང་བའི་དོན།

བསྟར་བྲ། རྟོར་བྲ། བསྟར། རྟོར་ཅིག

༡༦༤ རྟོར་དུ་འཇུག་པའི་དོན།

བསྟོར་བྲ། རྟོར་བྲ། བསྟོར། རྟོར་ཅིག

༡༤༥ ཕན་ཚུན་གཅིག་སྟེང་གཅིག་ཅིག་པའམ་སྒྲིག་པའི་དོན།

བསྟོལ་བྲ། སྟོལ་བྲེ། བསྟོལ། སྟོལ་ཅིག

༡༤༦ བདེ་ཆེད། ལག་པ་སོགས་བཟུས་པའི་དོན།

བསྟལ་བྲ། སྟོལ་བྲེ། བསྟལ། སྟོལ་ཅིག

༡༤༧ གངས་ཀ་བགང་བའི་དོན།

བཅི་བྲ། ཅི་བྲེ། བཅིས། ཅིས་ཤིག

༡༤༨ རྫོ་སོགས་གཅིག་ཐོག་གཅིག་བཞག་པའི་དོན།

བཅིག་བྲ། ཅིག་བྲེ། བཅིགས། ཅིགས་ཤིག

༡༤༩ རྫོ་སོགས་གཅིག་ཐོག་གཅིག་བཞག་པའི་དོན།

བཅིག་བྲ། ཅིག་བྲེ། བཅིགས། ཅིགས་ཤིག

༡༥༠ ཡར་ལང་བའམ་འགྲེང་དུ་འཇུག་པའི་དོན།

བཅང་བྲ། ཅང་བྲེ། བཅངས། ཅངས་ཤིག

༡༥༡ ཤགས་འགྲེང་པའམ་ཆོལ་བའི་དོན།

བཅད་བྲ། ཅད་བྲེ། བཅད། ཅད་ཅིག

༡༥༢ དཔེ་ཆའམ་བསྟན་བཅོས་མཛད་པའི་དོན།

བཅམ་བྲ། ཅོམ་བྲེ། བཅམས། ཅོམས་ཤིག

༡༥༣ བཙོན་པ་དང་འབད་པའི་དོན།

བཅལ་བྲ། ཅོལ་བྲེ། བཅལ། ཅོལ་ཅིག

༡༥༤ ཞེ་ཆིག་འབྲིན་པའམ་སྟོད་པའི་དོན།

བསྟལ་བྲ། སྟོལ་བྲེ། བསྟལ། སྟོལ་ཅིག

༡༥༥ གཡོས་སྟོར་བྲེད་པའི་དོན།

བཛི་བྲ། ཇི་བྲེ། བཛིས། ཇིས་ཤིག

༡༥༦ རྣས་པ་གཞན་དུ་བསྐྱར་ནས་འཁྲུལ་དུ་འཇུག་པའི་དོན།

བརྟུ་བྲ། ཟུ་བྲེ། བརྟུས། ཟུས་ཤིག

༡༥༧ གོས་སོགས་ཡར་བཟུགས་པའམ་བྲིལ་བའི་དོན།

- བརྩེ་བྲ། རྩེ་བྲེ། བརྩེས། རྩེས་ཤིག
- ༡༥ མངགས་པ་དང་གཏོང་བའི་དོན། བརྩེ་བྲ། རྩེ་བྲེ། བརྩེས། རྩེས་ཤིག
- ༡༥ རྩོན་ལྷན་གཏོང་བའི་དོན། བརྩེ་བྲ། རྩེ་བྲེ། བརྩེ། རྩེ་ཅིག
- ༡༥ རྩོན་པའི་དོན། བརྩེ་བྲ། རྩེ་བྲེ། བརྩེས། རྩེས་ཤིག
- ༡༥ ཁ་ཟས་ལོངས་སྤྱོད་པའི་དོན། བརྩེ་བྲ། རྩེ་བྲེ། བརྩེས། རྩེ་ཞིག
- ༡༥ རྩྭག་པའི་དོན། བརྩྭག་བྲ། རྩྭག་བྲེ། བརྩྭགས། རྩྭག་ཅིག
- ༡༥ རྩྭལ་བའམ་སྤྱད་པའི་དོན། བརྩྭས་བྲ། རྩྭས་བྲེ། བརྩྭས། རྩྭས་ཤིག
- ༡༥ ཡང་ཡང་བཤད་པའི་དོན། བརྩྭ་བྲ། རྩྭ་བྲེ། བརྩྭས། རྩྭས་ཤིག
- ༡༥ ཞེ་ཆིག །འཆད་པའམ་བཤད་པའི་དོན། བརྩྭ་བྲ། རྩྭ་བྲེ། བརྩྭས། རྩྭས་ཤིག
- ༡༥ འགོག་པ་དང་། རྩྭག་པ། ཁ་ལྷོགས་སྤྱད་པ་ལྷོགས་ཀྱི་དོན།
- བརྩྭག་བྲ། རྩྭག་བྲེ། བརྩྭགས། རྩྭགས་ཤིག
- ༡༥ རྩྭ་གཏད་པ་དང་ཡིད་ཆེས་པའི་དོན།
- བརྩྭག་བྲ། རྩྭག་བྲེ། བརྩྭགས། རྩྭགས་ཤིག
- ༡༥ འཛོམས་པའམ་རྩལ་རྩལ་བརྩྭགས་ནས་མེད་པར་གཏོང་བའི་དོན།
- བརྩྭག་བྲ། རྩྭག་བྲེ། བརྩྭགས། རྩྭགས་ཤིག
- ༡༥ ལོ་བས་པའམ་གོམས་པ་བྱང་ཆུབ་པའི་དོན།
- བརྩྭར་བྲ། རྩྭར་བྲེ། བརྩྭར་ས། རྩྭར་ས་ཤིག
- ༡༥ རྩྭའི་ནང་དུ་རྩྭར་བའམ་བངས་པའི་དོན། བརྩྭན་བྲ། རྩྭན་བྲེ། བརྩྭན། རྩྭན་ཅིག
- ༡༥ གནང་བའི་དོན། བརྩྭབ་བྲ། རྩྭབ་བྲེ། བརྩྭབས། རྩྭབས་ཤིག
- ༡༥ ངན་སྤྱུལ་བྲེད་པའི་དོན། བརྩྭམ་བྲ། རྩྭམ་བྲེ། བརྩྭམས། རྩྭམས་ཤིག

༡༤༣ ཉང་ཁུལ་དངོས་པོ་འཛོང་བའམ་སྒྲོད་པའི་དོན།

བཤུག་བྲ། ཤུག་བྲེད། བཤུགས། ཤུགས་ཤིག

༡༤༤ ལྷན་སྒྲུ་དམའ་བོས་བཤད་པའི་དོན།

བཤུབ་བྲ། ཤུབ་བྲེད། བཤུབས། ཤུབས་ཤིག

༡༤༥ རི་མོ་དང་རྩེས་ཤུལ་སོགས་འབྱེད་པའམ་མེད་པར་བཟོ་བའི་དོན།

བསུབ་བྲ། སུབ་བྲེད། བསུབས། སུབས་ཤིག

༡༤༦ ཁ་གཏན་བའམ་སྒྲོམ་པའི་དོན། བསུམ་བྲ། སུམ་བྲེད། བསུམས། སུམས་ཤིག

༡༤༧ རྟོག་དཔྱོད་བྲེད་པའམ་འདར་རྒྱག་པའི་དོན།

བསམ་བྲ། སེམས་བྲེད། བསམས། སོམས་ཤིག

༡༤༨ འདག་པར་བྲེད་པའམ་མེད་པར་གཏོང་བའི་དོན།

བསལ་བྲ། སེལ་བྲེད། བསལ། སེལ་ཅིག

༡༤༩ དངོས་ཐུས་ནང་དུ་འབྲེས་པའི་ཚུ་རྩེ་ཅུ་གཏོང་བའི་དོན།

བསྐབ་བྲ། སྐབ་བྲེད། བསྐབས། སྐབས་ཤིག

༡༥༠ ཐོན་ཚུང་དང་མེར་སྐྱ་བྲེད་པའི་དོན། བསྐེ་བྲ། སྐེ་བྲེད། བསྐེས། སྐེས་ཤིག

༡༥༡ རྒྱུང་བ་དང་རིང་དུ་གཏོང་བའི་དོན།

བསྐྱིང་བྲ། སྐྱིང་བྲེད། བསྐྱིངས། སྐྱིངས་ཤིག

༡༥༢ ལས་ཀ་ལྷག་འཕྲོ་མེད་པར་གྲུབ་པར་བྲེད་པའི་དོན།

བསྐྱིབ་བྲ། སྐྱིབ་བྲེད། བསྐྱིབས། སྐྱིབས་ཤིག

༡༥༣ རྒྱུའ་བ་དང་རྒྱུང་བའི་དོན། བསྐྱུང་བྲ། སྐྱུང་བྲེད། བསྐྱུངས། སྐྱུངས་ཤིག

༡༥༤ རྒྱུ་ལྷགས་འདུལ་རྒྱུང་བྲེད་པའི་དོན། བསྐྱུན་བྲ། སྐྱུན་བྲེད། བསྐྱུན། སྐྱུན་ཅིག

༡༠༥ དུག་པའི་དོན། བསྐྱབ་བྱ། སྐྱབ་བྱེད། བསྐྱབས། སྐྱབས་ཤིག
༡༠༦ ཚྭ་ཚུ་སོགས་གྱི་ནང་གོ་བ་སྤངས་ཏེ་མཉེན་མོར་བཟོ་བའི་དོན།

 བསྐྱལ་བྱ། སྐྱལ་བྱེད། བསྐྱལ། སྐྱལ་ཅིག
༡༠༧ མཉམ་དུ་འབྲེལ་བར་བྱེད་པའི་དོན། བསྐྱེ་བྱ། སྐྱེ་བྱེད། བསྐྱེས། སྐྱེས་ཤིག
༡༠༨ མེས་འབར་དུ་འཇུག་པའི་དོན། བསྐྱེག་བྱ། སྐྱེག་བྱེད། བསྐྱེགས། སྐྱེགས་ཤིག
༡༠༩ ཉར་ཚགས་བྱེད་པ་དང་གཅེས་སྤྲེས་བྱེད་པའི་དོན།

 བསྐྱེལ་བྱ། སྐྱེལ་བྱེད། བསྐྱེལ། སྐྱེལ་ཅིག
༡༡༠ རྩོས་སུ་འཇུག་པ་དང་སྐྱེམ་པར་བྱེད་པའི་དོན།

 བསྐྱོ་བྱ། སྐྱོ་བྱེད། བསྐྱོས། སྐྱོས་ཤིག
༡༡༡ བར་མོར་བྱེད་པའི་དོན། བསྐྱང་བྱ། སྐྱང་བྱེད། བསྐྱངས། སྐྱངས་ཤིག
༡༡༢ སྐྱག་རུས་བྱེད་སྐབ་པ་དང་བཟོད་སྐབ་པའི་དོན།

 བསྐྱན་བྱ། སྐྱན་བྱེད། བསྐྱན། སྐྱན་ཅིག
༡༡༣ སྐབ་མོར་བྱེད་པའི་དོན། བསྐྱབ་བྱ། སྐྱབ་བྱེད། བསྐྱབས། སྐྱབས་ཤིག
༡༡༤ རྫོ་འབྲིད་པ་དང་མགོ་སྐྱོར་གཏོང་བའི་དོན། བསྐྱུ་བྱ། སྐྱུ་བྱེད། བསྐྱུས། སྐྱུས་ཅིག
༡༡༥ ལྷན་མ་སྤྲེས་པའི་དོན། བསྐྱེ་བྱ། སྐྱེ་བྱེད། བསྐྱེས། སྐྱེས་ཤིག
༡༡༦ བྱི་ནང་དང་སྟེང་ལོག་དང་མགོ་མཇུག་གོ་སྟོག་པའི་དོན།

 བསྐྱོག་བྱ། སྐྱོག་བྱེད། བསྐྱོགས། སྐྱོགས་ཤིག
༡༡༧ ལང་བར་སྐྱལ་བ་དང་འབྱུང་དུ་འཇུག་པའི་དོན།

 བསྐྱང་བྱ། སྐྱང་བྱེད། བསྐྱངས། སྐྱངས་ཤིག
༡༡༨ ལྷན་འབྲེལ་མཐུན་སྦྲེ་བའི་དོན། བསྐྱང་བྱ། སྐྱང་བྱེད། བསྐྱང། སྐྱང་ཅིག

༡༡༩ ལུ་བ་སོགས་ལྷན་པ་རྒྱག་པའི་དོན། བསྐྱར་བྱ། སློན་བྱེད། བསྐྱར། སློན་ཅིག

༡༢༠ གཞན་ལས་ཡོན་ཏན་སློབ་པའམ་གཞན་ལ་ཡོན་ཏན་སློབ་པའི་དོན།

བསྐྱབ་བྱ། སློབ་བྱེད། བསྐྱབས། སློབས་ཤིག

དུས་གསུམ་ཐོར་བྱའི་ནང་གསེས་བྱ་བྱེད་མོས་འཕུལ་འདས་
སྐུལ་འཕུལ་མེད་སྒྲེ།

བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་ལས་ཆིག

བྱ་བྱེད་མོས་དང་འདས་སྐུལ་འཕུལ་མེད་ཅིང་། །

མིང་གཞི་མི་འགྱུར་མོ་དང་མ་ནིང་ངེས། །

བྱ་བྱེད་གཟུགས་གཅིག་འདས་སྐུལ་ཡིག་གཟུགས་གཅིག །

ལས་ཆིག་རྒྱང་སྤྱི་ཕྱ་ཅམ་ཞིག་ཡོད། །

ཆིག་དོན།

མ་འོངས། ད་ལྟ། འདས། སྐུལ་ཆིག

༡ རྟོག་ཁྲིས་དང་ཁལ་སོགས་འཁྱེར་པའི་དོན། འཁྱེར་བྱ། འཁྱེར་བྱེད། ཁྱེར། ཁྱེར་ཅིག

༢ ལག་ནས་བརྒྱང་སྒྲེ་འཁྱོ་པའི་དོན། འཁྱེར་བྱ། འཁྱེར་བྱེད། ཁྱེར། ཁྱེར་ཅིག

༣ ལྷ་འཕྲོན་བྱེད་པའི་དོན། འཁྲིད་བྱ། འཁྲིད་བྱེད། ཁྲིད། ཁྲིད་ཅིག

༤ འཁྱོ་བར་སྐུལ་བའི་དོན། འདེད་བྱ། འདེད་བྱེད། དེད། ཐེད་ཅིག

༥ འབྲུ་བའམ་རྟོ་པའི་དོན། འབྲུ་བྱ། འབྲུ་བྱེད། འབྲུ། འབྲུ་ཅིག

༦ འཐེན་པའི་དོན། འབྲུད་བྱ། འབྲུད་བྱེད། འབྲུད། འབྲུད་ཅིག

༧ རུལ་དུ་འབྱུག་པའི་དོན། འབྲུལ་བྱ། འབྲུལ་བྱེད། འབྲུལ། འབྲུལ་ཅིག

༨ བྱིར་འདོན་པའམ་མར་སློད་པའི་དོན། འབྲུད་བྱ། འབྲུད་བྱེད། འབྲུད། འབྲུད་ཅིག

༡༩ རྒྱལ་ཁབ་འདུལ་བའམ་གསེབ་བའི་དོན། འཆབ་བྱ། འཆབ་བྱེད། ཆབ། ཆོབས་ཤིག

ཆོག་དོན།	མ་འོངས་པ།	ད་ལྟ་བུ།	འདས་པ།
༡ ཐག་ཚད་པའི་དོན།	འཁེལ་ཤུ།	འཁེལ་བཞིན།	ཁེལ་ཟིན།
༢ དཀྱི་བའམ་འཁྱུད་པའི་དོན།	འཁྲིལ་ཤུ།	འཁྲིལ་བཞིན།	ཁྲིལ་ཟིན།
༣ ལྷིང་འོག་འཁོར་བཞིན་འགོ་བའམ་ལྷིང་པའི་དོན།			

༥ མངོན་པའི་དོན། འཆར་རྒྱ། འཆར་བཞིན། ཤར་ཟེན།

༤ ཆེ་འཕོ་བའམ་ལུས་འཛིག་པའི་དོན།	འཆི་རྒྱ། འཆི་བཞིན། ཤི་ཟིན།
༥ ཐར་བའི་དོན།	འཆོར་རྒྱ། འཆོར་བཞིན། ཤོར་ཟིན།
༦ ཉང་ནས་ཕྱི་ལ་བྱད་པའི་དོན།	འཐོན་རྒྱ། འཐོན་བཞིན། ཐོན་ཟིན།
༧ ལག་པར་འོང་བའམ་རྟེན་པའི་དོན།	འཐོབ་རྒྱ། འཐོབ་བཞིན། ཐོབ་ཟིན།
༡༠ སོ་སོར་བལ་བའི་དོན།	འཐོར་རྒྱ། འཐོར་བཞིན། ཐོར་ཟིན།
༡༡ ཇི་མ་སོགས་གཙང་མར་གྱུར་པའི་དོན།	འདག་རྒྱ། འདག་བཞིན། དག་ཟིན།
༡༢ འབྲན་མ་བརྟའ་བར་པམ་པའི་དོན།	འཕམ་རྒྱ། འཕམ་བཞིན། པམ་ཟིན།
༡༣ རྒྱག་པ་དང་གཞོད་པའི་དོན།	འཕྱང་རྒྱ། འཕྱང་བཞིན། ཕྱང་ཟིན།
༡༤ ཐོག་ལ་ཁེལ་བ་དང་ཐེབས་པའི་དོན།	འཕྱག་རྒྱ། འཕྱག་བཞིན། ཐོག་ཟིན།
༡༥ དབྱལ་ཐོར་འགྱུར་བའི་དོན།	འཕོངས་རྒྱ། འཕོངས་བཞིན། ཐོངས་ཟིན།
༡༦ བྱི་ལ་ཐོན་པའི་དོན།	འཕྱད་རྒྱ། འཕྱད་བཞིན། བྱད་ཟིན།
༡༧ བརྒྱལ་བའམ་ཐྱོས་པའི་དོན།	འཕོག་རྒྱ། འཕོག་བཞིན། ཕོག་ཟིན།
༡༨ ཐོར་སྟོར་བྱུང་བའི་དོན།	འདོར་རྒྱ། འདོར་བཞིན། དོར་ཟིན།
༡༩ འདག་པའི་དོན།	འབྱང་རྒྱ། འབྱང་བཞིན། བྱང་ཟིན།
༢༠ ཐོག་ཆགས་ལུས་སྟེང་གི་སྤྱ་ལྱང་བའི་དོན།	འབྱི་རྒྱ། འབྱི་བཞིན། བྱི་ཟིན།
༢༡ རྩ་དང་འདམ་དུ་རྩལ་པའི་དོན།	འབྱིང་རྒྱ། འབྱིང་བཞིན། བྱིང་ཟིན།
༢༢ འཆོ་ཐབས་བྱེད་པའི་དོན།	འབྱིད་རྒྱ། འབྱིད་བཞིན། བྱིད་ཟིན།
༢༣ འབྱེད་པ་དང་འབྱེད་པའི་དོན།	འབྱིད་རྒྱ། འབྱིད་བཞིན། བྱིད་ཟིན།
༢༤ མར་ལྷུང་བའམ་ཉིལ་པའི་དོན།	འབྱིལ་རྒྱ། འབྱིལ་བཞིན། བྱིལ་ཟིན།
༢༥ འཐོབ་པ་དང་། ཡོང་བ། སྐྱེ་བ། འབབ་པ་བཙས་ལ་འཇུག།	

	འབྱུང་རྒྱ། འབྱུང་བཞིན། བྱང་ཟེན།
༡༩ ཁ་འབྱེད་པའི་དོན།	འབྱེ་རྒྱ། འབྱེ་བཞིན། བྱེ་ཟེན།
༡༧ འཁྲོས་པའི་དོན།	འབྱེར་རྒྱ། འབྱེར་བཞིན། བྱེར་ཟེན།
༡༨ གཡོལ་བའམ་འཁྲོས་པའི་དོན།	འབྱོལ་རྒྱ། འབྱོལ་བཞིན། བྱོལ་ཟེན།
༡༩ གངས་ཚད་ཡོངས་བའམ་ཆ་གས་ཀྱན་འཛོམས་པའི་དོན།	
	འཚང་རྒྱ། འཚང་བཞིན། ཚང་ཟེན།
༢༠ རང་བཞིན་གྱིས་སྤེལ་བར་འགྱུར་བའི་དོན།	འཚོག་རྒྱ། འཚོག་བཞིན། ཚོག་ཟེན།
༢༡ གས་སུ་ཚུད་པའི་དོན།	འཚུད་རྒྱ། འཚུད་བཞིན། ཚུད་ཟེན།
༢༢ གཤེར་ཁུའི་རིགས་འབབ་བའམ་འཇོར་བའི་དོན།	
	འཇག་རྒྱ། འཇག་བཞིན། ཟགས་ཟེན།
༢༣ ཚར་བའམ་ཟད་པའི་དོན།	འཇད་རྒྱ། འཇད་བཞིན། ཟད་ཟེན།

དུས་གསུམ་ཐོར་བྱའི་ནང་གསེས་བྱེད་ཚིག་མོ་དང་གཞན་རྣམས་
འཕུལ་མེད་སྤྱེ། བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་ལས་ཚིག་

སྤོམ་ལས།

བྱེད་ཚིག་མོས་འཕུལ་གཞན་རྣམས་འཕུལ་མེད་ཅིང་། །
མིང་གཞི་པལ་ཆེར་མི་འགྱུར་མོ་མ་ནིང་། །
གཉིས་ཀྱིས་ངེས་ཤིང་ལས་ཚིག་རྒྱུ་གངས་ནི། །
ཉི་ཤུ་ཅུ་ལས་མེད་པའི་ཐོར་བྱ་ལོ། །

ཚིག་དོན།

མ་འོངས། ད་ལྟ། འདས། སྤུལ་ཚིག་

- [illegible]

དུས་གསུམ་འཕུལ་མེད་ཐོར་བུའི་སྡེ་ཚོན།

སྡེ་མ་ལས།

དུས་གསུམ་སྐྱལ་ཚིག་བཅས་པར་འཕུལ་མེད་ཅིང་། །

མིང་གཞི་མི་འགྲུར་རྒྱུར་བཅེགས་འདོགས་གསུམ་ནས། །

ཐོན་ཅིང་དུས་གསུམ་ཐོར་བུའི་ནང་གསེས་ཀྱི། །

ལས་ཚིག་རྒྱུར་གྲངས་མང་ཤོས་ཡིན་པའི་སྡེ། །

ཚིག་དོན།

མ་འོངས། ད་ལྟ། འདས། སྐྱལ་ཚིག་

༡ སྡེ་ནང་ཅོད་པའི་དོན།

མཐ་བྲ། མཐ་བྲེ། མཐ། མཐ་ཅིག་

༢ སྡེ་པའི་ཕྱོག་ལྷ།

མོད་བྲ། མོད་བྲེ། མོད། མོད་ཅིག་

༣ རྒྱལ་ནང་དུ་སྡོད་པའི་དོན།

རྒྱལ་བྲ། རྒྱལ་བྲེ། རྒྱལ། རྒྱལ་ཅིག་

༤ བད་རྒྱེད་། བྱོ་འཁྲབ་པའི་དོན།

སྐབ་བྲ། སྐབ་བྲེ། སྐབ། སྐབ་ཅིག་

༥ བད་རྒྱེད་། གཏོང་པའི་དོན།

སྡི་བྲ། སྡི་བྲེ། སྡི། སྡི་ཞིག་

༦ བསྐྱོར་ནས་གཞོག་པའི་དོན།

སྐྱག་བྲ། སྐྱག་བྲེ། སྐྱག། སྐྱག་ཅིག་

༧ བད་རྒྱེད་། ཐབས་ཀྱིས་བསྐྱུ་བའམ་བྲིད་པའི་དོན།

སྐྱད་བྲ། སྐྱད་བྲེ། སྐྱད། སྐྱད་ཅིག་

༨ བཟང་པའམ་བཙོག་པར་བྲེད་པའི་དོན།

གོས་བྲ། གོས་བྲེ། གོས། གོས་ཞིག་

༩ དབྱངས་སུ་བྱངས་ནས་ཚིག་འདོན་པའི་དོན།

བྲེར་བྲ། བྲེར་བྲེ། བྲེར། བྲེར་ཅིག་

༡༠ གོས་སོགས་གོན་པའི་དོན།

གོན་བྲ། གོན་བྲེ། གོན། གོན་ཅིག་

༡༡ རྒྱུད་ཐོས་སུ་གཏོང་པའི་དོན།

གོན་བྲ། གོན་བྲེ། གོན། གོན་ཅིག་

༡༢ མཐ་ཐོན་སྐྱད་ནས་བེད་སྡོད་བྲེད་པའི་དོན།

མཐ་བྲ། མཐ་བྲེ། མཐ། མཐོས་ཞིག་

༡༣ གཅིག་སྡེད་གཅིག་བཞག་པའམ་སྐྱར་པའི་དོན།

སྐྱེ་བྱ། སྐྱེ་བྱེད། སྐྱེ། སྐྱེ་ཅིག
༡༣ བཤད་བཤམ་འཆད་བཤེདོན། སྐྱེད་བྱ། སྐྱེད་བྱེད། སྐྱེདས། སྐྱེདས་ཤིག
༡༤ མཁན་ནས་ལེབ་མོར་བྱེད་བཤེདོན། སྐྱེབ་བྱ། སྐྱེབ་བྱེད། སྐྱེབས། སྐྱེབས་ཤིག
༡༥ དངོས་ཇས་སྒྲིག་སྒྲེ་འཆོལ་བཤེདོན། སྐྱོར་བྱ། སྐྱོར་བྱེད། སྐྱོརས། སྐྱོརས་ཤིག
༡༦ བཅིངས་བ་འབྱོལ་བཤམ་སྐྱོད་བཤེདོན། སྐྱོད་བྱ། སྐྱོད་བྱེད། སྐྱོད། སྐྱོད་ཅིག
༡༧ རང་གི་ཡོན་ཏན་སོགས་གཞན་ལ་སྐྱོན་བཤེདོན།

རོམ་བྱ། རོམ་བྱེད། རོམ། རོམ་ཞིག
༡༨ འཛིན་བཤམ་གཉེར་བཤེདོན། ཉར་བྱ། ཉར་བྱེད། ཉར། ཉར་ཅིག
༡༩ རེག་བ། འབྱུག་བ། བྱིར་སྐྱིང་བཤེདོན། ཉུག་བྱ། ཉུག་བྱེད། ཉུགས། ཉུགས་ཤིག
༢༠ རོར་བཤམ་འཛོལ་བ། གཞོད་བ་བཅས་ཀྱི་དོན། ཉེས་བྱ། ཉེས་བྱེད། ཉེས། ཉེས་ཤིག
༢༡ དབུལ་བྱིན་ནས་དངོས་ཇས་བཟུང་བཤེདོན། ཉོ་བྱ། ཉོ་བྱེད། ཉོས། ཉོས་ཤིག
༢༢ བཅའ་ནས་ལག་བར་ཐོབ་བཤེདོན། ཉེད་བྱ། ཉེད་བྱེད། ཉེད།

༢༣ ཡར་འདེགས་བཤེདོན། ཉྩེགས་བྱ། ཉྩེགས་བྱེད། ཉྩེགས། ཉྩེགས་ཤིག
༢༤ སྐྱིན་བཤེདོན། ཉྩེར་བྱ། ཉྩེར་བྱེད། ཉྩེར། ཉྩེར་ཅིག
༢༥ རེག་བཤམ་འཆད་བཤེདོན། སྐྱུག་བྱ། སྐྱུག་བྱེད། སྐྱུག། སྐྱུག་ཅིག
༢༦ ཡིད་ལ་ཤར་བཤེདོན། སྐྱབ་བྱ། སྐྱབ་བྱེད། སྐྱབ། སྐྱབ་ཅིག
༢༧ ཀླང་བས་ས་ལ་རྒྱུང་བཤེདོན། སྐྱིག་བྱ། སྐྱིག་བྱེད། སྐྱིག། སྐྱིག་ཅིག
༢༨ སྒོད་ཀྱི་ནང་དུ་འབྱོར་བཤེདོན། སྐྱུག་བྱ། སྐྱུག་བྱེད། སྐྱུགས། སྐྱུགས་ཅིག
༢༩ བརྒྱུང་བ་སྐྱེར་བཤམ་སྐྱིན་བཤེདོན། སྐྱུད་བྱ། སྐྱུད་བྱེད། སྐྱུད། སྐྱུད་ཅིག
༣༠ ཉེ་མར་སྐྱམ་བཤེདོན། སྐྱེ་བྱ། སྐྱེ་བྱེད། སྐྱེས། སྐྱེས་ཤིག

༣༢ བད་མྱིང་། ཇིས་ལན་འདེབས་པའི་དོན། སྟོན་བྲ། སྟོན་བྲེ། སྟོན། སྟོན་ཅིག
༣༣ ལུ་མ་འཛིབ་པའི་དོན། ལུ་བྲ། ལུ་བྲེ། ལུས། ལུས་ཤིག
༣༤ བད་མྱིང་། རྒྱ་གྲིས་བརྒྱན་པའི་དོན། སྤ་བྲ། སྤ་བྲེ། སྤ། སྤ་ཞིག
༣༥ བད་མྱིང་། ལྷ་གོན་བྲེད་པ། སོ་སོར་བསྟོན་པ། སྟོ་བ་དང་སྤར་བ་བཅས་ཀྱི་དོན།

སྤགས་བྲ། སྤགས་བྲེ། སྤགས། སྤགས་ཤིག

༣༦ འདོར་བ་དང་སེལ་པའི་དོན། སྤར་བྲ། སྤར་བྲེ། སྤརས། སྤརས་ཤིག
༣༧ བལུལ་བ་དང་ཕམ་བར་བྲེད་པའི་དོན། སྤམ་བྲ། སྤམ་བྲེ། སྤམ། སྤམ་ཞིག
༣༨ ཐོགས་གཅིག་ལུ་བསྐྱས་པའི་དོན། སྤྲ་བྲ། སྤྲ་བྲེ། སྤྲས། སྤྲས་ཤིག
༣༩ བད་མྱིང་། བརྒྱན་པའི་དོན། སྤྲ་བྲ། སྤྲ་བྲེ། སྤྲ། སྤྲ་ཅིག
༤༠ བད་མྱིང་། བསྐྱེས་པ་དང་སྤྲོན་པའི་དོན། སྤྲན་བྲ། སྤྲན་བྲེ། སྤྲན། སྤྲན་ཅིག
༤༡ འཕྱར་དུ་འཇུག་པའི་དོན། སྤྲར་བྲ། སྤྲར་བྲེ། སྤྲར། སྤྲར་ཅིག
༤༢ རེ་མང་དུ་གཏོང་བའི་དོན། སྤེལ་བྲ། སྤེལ་བྲེ། སྤེལ། སྤེལ་ཅིག
༤༣ ཀྱང་བ་འདེགས་འཛོག་བྲས་ནས་སྟོད་པའི་དོན། སྟོ་བྲ། སྟོ་བྲེ། སྟོས། སྟོས་ཤིག
༤༤ དམའ་ས་ནས་མཐོ་སར་སྟོར་བའི་དོན།

སྟག་བྲ། སྟག་བྲེ། སྟགས། སྟགས་ཤིག

༤༥ བད་མྱིང་། གཏོང་བ་དང་སྟེན་པའི་དོན། སྟོན་བྲ། སྟོན་བྲེ། སྟོན། སྟོན་ཅིག
༤༦ སྤར་གནས་ལས་གཞན་དུ་སྟོ་བའི་དོན། སྟར་བྲ། སྟར་བྲེ། སྟར། སྟར་ཅིག
༤༧ ཐག་པ་སོགས་སྤར་དུ་དབྱེད་པའི་དོན། སྟྲ་བྲ། སྟྲ་བྲེ། སྟྲས། སྟྲས་ཤིག
༤༨ མོངས་སུ་སྟོད་པའི་དོན། སྟྲ་བྲ། སྟྲ་བྲེ། སྟྲ། སྟྲ་ཅིག
༤༩ རྒྱ་དུ་འབྱེད་དུ་འཇུག་པའི་དོན། སྟྲར་བྲ། སྟྲར་བྲེ། སྟྲརས། སྟྲརས་ཤིག

༥༠ འདམ་སོགས་ཀྱིས་ཞལ་བ་བྱེད་པའི་དོན། སྤྱིལ་བྲ། སྤྱིལ་བྱེད། སྤྱིལ། སྤྱིལ་ཅིག

༥༡ སྤྱིར་སྤྱོད་པའི་དོན། སྤྱུག་བྲ། སྤྱུག་བྱེད། སྤྱུགས། སྤྱུགས་ཤིག

༥༢ ཆོག་གིས་སྤྲིགས་པའི་དོན། སྤྱོ་བྲ། སྤྱོ་བྱེད། སྤྱོས། སྤྱོས་ཤིག

༥༣ ཡོན་ཏན་སོགས་གཞན་ལ་ངོམ་པའི་དོན།
སྤྱོམ་བྲ། སྤྱོམ་བྱེད། སྤྱོམས། སྤྱོམས་ཤིག

༥༤ རྒྱ་ཆ་སོགས་བརྒྱན་པའི་དོན། སྤྲས་བྲ། སྤྲས་བྱེད། སྤྲས། སྤྲས་ཤིག

༥༥ འཕྲིན་ཡིག་སོགས་སྤྱིར་པའི་དོན། སྤྲིང་བྲ། སྤྲིང་བྱེད། སྤྲིངས། སྤྲིངས་ཤིག །

༥༦ རྟེན་གསེག་གས་གཡོ་འགྲུལ་བྱེད་པའི་དོན།

སྤྲུག་བྲ། སྤྲུག་བྱེད། སྤྲུགས། སྤྲུགས་ཤིག

༥༧ འོད་འཕྲོ་བར་བྱེད་པའི་དོན། སྤྲོ་བྲ། སྤྲོ་བྱེད། སྤྲོས། སྤྲོས་ཤིག

༥༨ རྟེན་བཟུང་སྤྱིན་པའི་དོན། སྤྲྀང་བྲ། སྤྲྀང་བྱེད། སྤྲྀང། སྤྲྀང་ཅིག

༥༩ རྒྱས་བར་བཤད་པའི་དོན། སྤྲོ་བྲ། སྤྲོ་བྱེད། སྤྲོས། སྤྲོས་ཤིག

༦༠ རྟོགས་པའི་དོན། བེགས་བྲ། བེགས་བྱེད། བེགས། བེགས་ཤིག

༦༡ བརྟེན། བརྟུམ་པའི་དོན། བུར་བྲ། བུར་བྱེད། བུར། བུར་ཅིག

༦༢ བརྟེན། སྤྱོད་བ་དང་འདྲེད་པའི་དོན། བུལ་བྲ། བུལ་བྱེད། བུལ། བུལ་ཅིག

༦༣ ཤིང་སོགས་གཙོད་སྐབ་བཟུང་གཏུབ་སྐབ་པའི་དོན།

མེད་བྲ། མེད་བྱེད། མེད། མེད་ཅིག

༦༤ བརྟེན། རྟོགས་སྐབ་པའི་དོན། མོལ་བྲ། མོལ་བྱེད། མོལ། མོལ་ཅིག

༦༥ གཡོམ་བ། འདྲེད་བ། བྱིས་བ། བྱགས་བ་བཅས་ཀྱི་དོན།

བྱབ་བྲ། བྱབ་བྱེད། བྱབས། བྱབས་ཤིག

༤༤ འགོ་བས་པའམ་འབྲུམ་པའི་དོན། བྱི་བས་བྱ། བྱི་བས་བྱེད། བྱི་བས། བྱི་བས་ཤིག

༤༥ འབྲུག་པའམ་སྐྱད་པའི་དོན། བྱིལ་བྱ། བྱིལ་བྱེད། བྱིལ། བྱིལ་ཅིག

༤༦ ལས་ཀ་དང་བྱ་བ་སོགས་སྐྱབ་པའི་དོན། བྱ་འབྲུད། བྱེད་བཞིན། བྱས། བྱས་ཤིག

༤༧ བར་རྩིང། ལྷག་པའི་དོན། བྱོགས་བྱ། བྱོགས་བྱེད། བྱོགས། བྱོགས་ཤིག

༥༠ བར་རྩིང། བརྟམ་པའི་དོན། བད་བྱ། བད་བྱེད། བད། བད་ཅིག

༥༡ བླ་བེ་སོགས་སྐྱད་ལ་རྒྱུང་པའི་དོན། བེ་བྱ། བེ་བྱེད། བེས། བེས་ཤིག

༥༢ བར་རྩིང། སོ་ཡིས་ལྷད་པའམ་སྐྱར་པའི་དོན། བླད་བྱ། བླད་བྱེད། བླད། བླད་ཅིག

༥༣ རྩ་སོགས་པན་རྩེན་བསྐྱོལ་ནས་སྐྱེལ་པའི་དོན།

བླས་བྱ། བླས་བྱེད། བླས། བླས་ཤིག

༥༤ ཞེ་ཆོག་ཉོ་པའི་དོན། བླུ་བྱ། བླུ་བྱེད། བླུས། བླུས་ཤིག

༥༥ རྩ་བ་གཏད་ནས་ཉན་པའི་དོན། བླག་བྱ། བླག་བྱེད། བླགས། བླགས་ཤིག

༥༦ སྐྱལ་བ་དང་གཏོང་པའི་དོན། བོད་བྱ། བོད་བྱེད། བད། བོད་ཅིག

༥༧ མི་མངོན་པར་བྱེད་པའམ་ཡིབ་པའི་དོན། བླ་བྱ། བླེད་བྱེད། བླས། བློས་ཤིག

༥༨ མི་གཙང་བས་སྐྱོ་པའི་དོན། བླག་བྱ། བླག་བྱེད། བླགས། བློགས་ཤིག

༥༩ མེ་འབར་དུ་འརྱག་པ་དང་མེན་མོས་འབྱད་པའི་དོན།

སྐར་བྱ། སྐར་བྱེད། སྐར། སྐར་ཅིག

༦༠ གསང་བྱའི་གནས་དོན་གང་སར་བསྐྱགས་པའི་དོན།

སྐར་བྱ། སྐར་བྱེད། སྐར། སྐར་ཅིག

༦༡ སྐྱོད་སོང་ཁ་མར་སྐྱོན་པའི་དོན། སྐབ་བྱ། སྐབ་བྱེད། སྐབས། སྐབས་ཤིག

༦༢ ལུས་ནེམ་པ་བྱེད་པའི་དོན། སྐར་བྱ། སྐྱོར་བྱེད། སྐརས། སྐྱོརས་ཤིག

༡༣ རྒྱལ་པོ་རེ་རེ་བྱས་ནས་སྒོམ་པའི་དོན། སྐམ་བྲ། སྒོམ་བྲེད། སྐམས། སྒོམས་ཤིག

༡༤ གཅེར་བུར་འཇིང་བ་དང་མཚན་པའི་དོན།

སྤིག་བྲ། སྤིག་བྲེད། སྤིགས། སྤིགས་ཤིག

༡༥ རྩེར་བ་དང་སྒྲོད་པའི་དོན།

སྤིན་བྲ། སྤིན་བྲེད། བྲིན། བྲིན་ཅིག

༡༦ ཤེས་ཡོན་སོགས་སྒོམ་པའི་དོན།

སྒྲུང་བྲ། སྒྲོང་བྲེད། སྒྲུངས། སྒྲོངས་ཤིག

༡༧ འབྲུར་དུ་འཇུག་པའི་དོན།

སྒྲུར་བྲ། སྒྲོར་བྲེད། སྒྲུར། སྒྲོར་ཅིག

༡༨ རྒྱ་སྐྱུགས་ཏེ་གཡོ་བའམ་རྩི་པའི་དོན།

སྐྱུ་བྲ། སྐྱུང་བྲེད། སྐྱུས། སྐྱུས་ཤིག

༡༩ རྒྱིག་པ། དཀྲོལ་བ། རྒྱོང་བ། བཅས་ལ་འཇུག །

སྒྲེང་བྲ། སྒྲེང་བྲེད། སྒྲེངས། སྒྲེངས་ཤིག

༢༠ པན་རྒྱུན་མ་ཐུང་བའམ་འབྲེལ་དུ་འཇུག་པའི་དོན།

སྒྲེལ་བྲ། སྒྲེལ་བྲེད། སྒྲེལ། སྒྲེལ་ཅིག

༢༡ བད་གཏོང་བའམ་གོ་བད་སྒྲོད་པའི་དོན།

སྒྲུན་བྲ། སྒྲོན་བྲེད། སྒྲུན། སྒྲོན་ཅིག

༢༢ ཟས་སོགས་མིད་བར་འགྲོར་འཇུག་པའི་དོན།

མིད་བྲ། མིད་བྲེད། མིད། མིད་ཅིག

༢༣ ཁ་ནང་དུ་བཞག་ནས་སྒྲེས་འགྲུལ་བར་བྲེད་པའི་དོན།

སྐྱར་བྲ། སྐྱར་བྲེད། སྐྱར། སྐྱར་ཅིག

༢༤ སྒོ་བ་གསོ་བཏང་ནས་བཞག་པའི་དོན།

སྒོལ་བྲ། སྒོལ་བྲེད། སྒོལ། སྒོལ་ཅིག

༢༥ ཤེས་པས་ཆོར་བར་བྲེད་པའི་དོན།

སྒྲོང་བྲ། སྒྲོང་བྲེད། སྒྲོངས། སྒྲོངས་ཤིག

༢༦ འཆོལ་པའི་དོན།

སྐྱུག་བྲ། སྐྱུག་བྲེད། སྐྱུགས། སྐྱུགས་ཤིག

༢༧ གསང་སྐྱབས་ཀྱིས་འཆོལ་བར་བྲེད་པའི་དོན།

སྐྱུལ་བྲ། སྐྱུལ་བྲེད། སྐྱུལ། སྐྱུལ་ཅིག

༩༩ བད་རྟེན་ ཤེས་པའི་དོན། མངས་བྲ། མངས་བྲེ། མངས། མངས་ཤིག

༩༩ མཚོན་ཆ་སོགས་སོག་ནས་མ་བཟོས་པའི་དོན།

མས་བྲ། མས་བྲེ། མས། མས་ཤིག

༡༠༠ མི་ལམ་གཏོང་བའི་དོན།

མི་བྲ། མི་བྲེ། མིས། མིས་ཤིག

༡༠༡ ཁྱི་སོགས་གྱིས་སོ་འདེབས་པའི་དོན། ཁྱག་བྲ། ཁྱག་བྲེ། ཁྱགས། ཁྱགས་ཤིག

༡༠༢ བལ་སོགས་གསེད་པའི་དོན། མེལ་བྲ། མེལ་བྲེ། མེལ། མེལ་ཅིག

༡༠༣ ལྷ་སྟོག་པའི་དོན།

མོ་བྲ། མོད་བྲེ། མོས། མོས་ཤིག

༡༠༤ རྩེད་པའི་དོན།

མྱེད་བྲ། མྱེད་བྲེ། མྱེས། མྱེས་ཤིག

༡༠༥ བད་རྟེན་ འཕྲི་བ་དང་། ལུ་བ། གསོལ་བ་བཅས་ཀྱི་དོན།

མྱེད་བྲ། མྱེད་བྲེ། མྱེད། མྱེད་ཅིག

༡༠༦ གཞན་ལ་ངན་སྟོས་བྲེད་པའི་དོན།

མྱེད་བྲ། མྱེད་བྲེ། མྱེད། མྱེད་ཅིག

༡༠༧ རེ་བ་རྟ་ཅང་བཟང་སོ་བྲེད་པའི་དོན།

མྱོན་བྲ། མྱོན་བྲེ། མྱོན། མྱོན་ཅིག

༡༠༨ བཤད་པ་འཇམ་རྫོང་པའི་དོན།

མྱོས་བྲ། མྱོས་བྲེ། མྱོས། མྱོས་ཤིག

༡༠༩ རེ་ལྷུང་དུ་གཏོང་བའི་དོན།

མྱུགས་བྲ། མྱུགས་བྲེ། མྱུགས། མྱུགས་ཤིག

༡༡༠ བཟང་བཟུང་གཙོད་པའི་དོན།

མྱུང་བྲ། མྱུང་བྲེ། མྱུང། མྱུང་ཅིག

༡༡༡ མཁྱོགས་པར་བྲེད་པའི་དོན།

མྱུར་བྲ། མྱུར་བྲེ། མྱུར། མྱུར་ཅིག

༡༡༢ བད་རྟེན་ མི་མཚོན་པར་སྟོན་པའི་དོན།

མྱེད་བྲ། མྱེད་བྲེ། མྱེདས། མྱེདས་ཤིག

༡༡༣ བཤད་པ་དང་རྫོང་པའི་དོན།

མྱ་བྲ། མྱ་བྲེ། མྱས། མྱས་ཤིག

༡༡༤ བད་རྟེན་ ངན་པར་སྟོན་པའི་དོན།

མྱེ་བྲ། མྱེ་བྲེ། མྱེས། མྱེས་ཤིག

༡༡༥ ཡུལ་སྐད་ལ་ལར་སྒྲོ་བའི་དོན།	སྒྲིང་བྲ། སྒྲིང་བྲེད། སྒྲིང་། སྒྲིང་ཞིག
༡༡༦ བད་རྟིང་། མཚུ་སྒྲུར་ཏེ་འོ་བྲེད་པའི་དོན།	ཚུན་བྲ། ཚུན་བྲེད། ཚུན། ཚུན་ཅིག
༡༡༧ མཚུ་སྒྲུར་ཏེ་འོ་བྲེད་པའི་དོན།	ཚུམ་བྲ། ཚུམ་བྲེད། ཚུམ། ཚུམ་ཞིག
༡༡༨ བད་རྟིང་། ཞིབ་ཐོར་གཏུབ་པའི་དོན།	ཅབས་བྲ། ཅབས་བྲེད། ཅབས། ཅོབས་ཤིག
༡༡༩ བད་རྟིང་། འབྲིན་པའི་དོན།	ཅལ་བྲ། ཅལ་བྲེད། ཅལ། ཅོལ་ཅིག
༡༢༠ རོལ་བའམ་ཅེ་འཛོ་བྲེད་པའི་དོན།	ཅེ་བྲ། ཅེ་བྲེད། ཅེས། ཅེས་ཤིག
༡༢༡ ཡར་འཕགས་པའམ་ལྗིང་བའི་དོན།	ཅེན་བྲ། ཅེན་བྲེད། ཅེན། ཅེན་ཅིག
༡༢༢ ཉར་བའི་དོན།	ཆགས་བྲ། ཆགས་བྲེད། ཆགས། ཆགས་ཤིག
༡༢༣ སྒྲུར་བ་དང་རིང་སྒྲུར་སོགས་འཇལ་བའི་དོན།	ཆད་བྲ། ཆད་བྲེད། ཆད། ཆོད་ཅིག
༡༢༤ སྒྲུབ་པའམ་ཁུས་པའི་དོན།	ཆུགས་བྲ། ཆུགས་བྲེད། ཆུགས། ཆུགས་ཤིག
༡༢༥ རྟོགས་པ་དང་ཤེས་པའི་དོན།	ཆོར་བྲ། ཆོར་བྲེད། ཆོར། ཆོར་ཅིག
༡༢༦ འཛེམ་དོགས་དང་རོ་ཆ་བྲེད་པའི་དོན།	ཇི་བྲ། ཇི་བྲེད། ཇི། ཇི་ཞིག
༡༢༧ འདམ་བག་སོགས་འབྲུག་པའི་དོན།	ཞལ་བྲ། ཞལ་བྲེད། ཞལ། ཞལ་ཅིག
༡༢༨ རེ་འདུན་སོགས་བཤད་པའི་དོན།	ཇུ་བྲ། ཇུ་བྲེད། ཇུས། ཇུས་ཤིག
༡༢༩ གཙུ་བའི་དོན།	ཇུད་བྲ། ཇུད་བྲེད། ཇུད། ཇུད་ཅིག
༡༣༠ རྫོ་ལ་ངེས་པའི་དོན།	ཟེན་བྲ། ཟེན་བྲེད། ཟེན། ཟེན་ཅིག
༡༣༡ སེམས་རྒྱུང་བྲེད་པའི་དོན།	ཟེམ་བྲ། ཟེམ་བྲེད། ཟེམ། ཟེམ་ཞིག
༡༣༢ རྫོང་བའམ་བཤད་པའི་དོན།	ཟེར་བྲ། ཟེར་བྲེད། ཟེར། ཟེར་ཅིག
༡༣༣ བད་རྟིང་། ལྷད་པའི་དོན།	ལྷད་བྲ། ལྷད་བྲེད། ལྷད། ལྷད་ཅིག

༡༣༥ གར་འཁྲབ་པའི་དོན།	ཆོ་བ། ཆོ་བེད། ཆོས། ཆོས་ཤིག
༡༣༥ གླུ་ལ་འཕྲུག་བྱེད་པའི་དོན།	འོར་བ། འོར་བེད། འོར། འོར་ཅིག
༡༣༦ བཟླ་ཆིང་། ལག་པ་ཡར་བཏེགས་པའི་དོན།	ཡེར་བ། ཡེར་བེད། ཡེར། ཡེར་ཅིག
༡༣༧ འཁྲུག་པའི་སྒྲིམ་པའི་དོན།	ཡོག་བ། ཡོག་བེད། ཡོག། ཡོག་ཅིག
༡༣༨ མཐོང་པའི་དོན།	རིག་བ། རིག་བེད། རིག། རིག་ཅིག
༡༣༩ ཐོགས་གཅིག་ཏུ་སྤྱད་པའི་དོན།	རུག་བ། རུག་བེད། རུག། རུག་ཅིག
༡༤༠ འདོད་པའི་འདུན་པའི་དོན།	རེ་བ། རེ་བེད། རེ།
༡༤༡ དངོས་སུ་སྤྱད་པའི་འཕྲུག་པའི་དོན།	རེག་བ། རེག་བེད། རེག། རེག་ཅིག
༡༤༢ རིག་པ་སྒྲིམ་པའི་དོན།	རེམ་བ། རེམ་བེད། རེམ། རེམ་ཅིག
༡༤༣ འོངས་སུ་སྤྱོད་པའི་དོན།	རོལ་བ། རོལ་བེད། རོལ། རོལ་ཅིག
༡༤༤ རང་དགར་བ་འདྲ་བ་དང་སྒྲིམ་པའི་དོན།	ལབ་བ། ལབ་བེད། ལབ། ལོབ་ཅིག
༡༤༥ བྱ་བ་སོགས་བྱེད་པའི་དོན།	ལས་བ། ལས་བེད། ལས། ལོས་ཤིག
༡༤༦ བར་དུ་འགྲུབ་པར་བྱེད་པའི་དོན།	ལུག་བ། ལུག་བེད། ལུགས། ལུགས་ཤིག
༡༤༧ ཆོན་པས་བཟོ་བར་བྱེད་པའི་དོན།	ལུམ་བ། ལུམ་བེད། ལུམས། ལུམས་ཤིག
༡༤༨ ལག་ཏུ་འཛིན་པའི་འཕྲུག་པའི་དོན།	ལྷང་བ། ལེན་བེད། ལྷངས། ལོངས་ཤིག
༡༤༩ ལེན་སྤྱད་པར་བྱེད་པའི་དོན།	ལོན་བ། ལོན་བེད། ལོན། ལོན་ཅིག
༡༥༠ གསེད་པའི་དོན།	འད་བ། འད་བེད། འད། འད་ཅིག
༡༥༡ མཛེས་རྒྱུ་སྤྱས་པའི་དོན།	འན་བ། འན་བེད། འན། འན་ཅིག
༡༥༢ གི་སོགས་ནང་ནས་བྱིར་འདོན་པའི་འཕྲུག་པའི་དོན།	
	འབ་བ། འབ་བེད། འབས། འོབས་ཤིག

༡༥༣ གོ་བཤམ་རྟོགས་པ་ཁོང་དུ་ཆུད་པའི་དོན། ཤེས་བྲ། ཤེས་བྱེད། ཤེས། ཤེས་ཤིག
༡༥༤ ཆོད་ལགས་བྱེད་པའི་དོན། སད་བྲ། སད་བྱེད། སད། སད་ཅིག
༡༥༥ ཐ་གུ་སོགས་ཀྱིས་སྦྲེ་བཤམ་སྦྲོ་མ་སོགས་བཟོ་བའི་དོན།
སྦས་བྲ། སྦས་བྱེད། སྦས། སྦྲོས་ཤིག

བྲ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པའི་འདུལ་མེད་ལས་ཆིག

ཆིག་དོན། མ་འོངས། ད་ལྟ། འདས། སྐལ་ཆིག
༡ རང་བྱགས་སུ་འཁུམས་པའི་དོན། ཀུམ། ཀུམ། ཀུམ།
༢ བྱེད་དུ་ལངས་པའི་དོན། ཀེར། ཀེར། ཀེར། ཀེར།
༣ སྐད་ཆ་བཤད་མི་ཤེས་པའི་དོན། སྐྱགས་ལྟ། སྐྱགས། སྐྱགས།
༤ བསྐམས་ནས་ཆུ་འབྱུང་འདོད་སྦྱེ་བའི་དོན། སྐོམ་ལྟ། སྐོམ། སྐོམ། སྐོམ།
༥ སྦྲར་མེད་གསར་དུ་འབྱུང་བའི་དོན། སྦྱེ། སྦྱེ། སྦྱེས།
༦ རོ་ཆ་བའི་དོན། སྦྱེངས། སྦྱེངས། སྦྱེངས། སྦྱེངས།
༧ སེམས་སྦྱག་བསྐལ་བྱེད་པའི་དོན། སྦྱོ། སྦྱོ། སྦྱོ། སྦྱོ།
༨ འཇིགས་པའམ་ཞེད་པའི་དོན། སྦྱག། སྦྱག། སྦྱག།
༩ ལུས་ལ་ནད་ཀྱིས་འབྱུང་བུ་བྱུང་བའི་དོན། སྦྲང་། སྦྲང་། སྦྲངས།
༡༠ ཉོ་འཆོང་སྐབས་རག་བཤམ་ཐོབ་པའི་དོན། སྦྱུ། སྦྱུ། སྦྱུ།
༡༡ བཀག་ནས་ཁེགས་པའི་དོན། སེག། སེག། སེགས།
༡༢ གང་བའི་དོན། སེང་། སེང་། སེངས།
༡༣ འགོ་བས་པའམ་བྱུབ་པའི་དོན། སེབས། སེབས། སེབས།

༡༩ བཟོད་པའམ་ཐེག་པའི་དོན།	ཁྱབ། ཁྱབ། ཁྱབ།
༡༥ གང་བ་དང་། དེས་པ་ཡོད་པའི་དོན།	ཁྱབ། ཁྱབ། ཁྱབ།
༡༦ ཐེག་པའི་དོན།	ཁྱོབ། ཁྱོབ། ཁྱོབ།
༡༧ རྟོག་པོར་ཐོར་བའི་དོན།	ཁྱལ། ཁྱལ། ཁྱལ།
༡༨ བཀྲམ་པའམ་ཁྱབ་པའི་དོན།	ཁྱེམས། ཁྱེམས། ཁྱེམས།
༡༩ རོ་ཆ་བའམ་འདྲེམ་པའི་དོན།	ཁྱེལ། ཁྱེལ། ཁྱེལ།
༢༠ ཞེ་སྒང་ལང་བའི་དོན།	ཁྱོ། ཁྱོ། ཁྱོ།
༢༡ ཆ་ཆང་བའམ་ཆད་པོར་བའི་དོན།	གང་། གང་། གང་།
༢༢ ཡིབ་པའམ་སྐྱང་བའི་དོན།	གབ། གབ། གབ།
༢༣ སེར་ཁ་བྱང་བའི་དོན།	གས། གས། གས།
༢༤ འཁྱོག་པའམ་བྱར་བྱ་བྱུང་པའི་དོན།	བྱབ། བྱབ། བྱབ།
༢༥ རྒྱད་པའམ་ཉམས་པའི་དོན།	བྱང། བྱང། བྱང།
༢༦ བཙེ་བཀྱར་བྱེད་པའི་དོན།	བྱས། བྱས། བྱས།
༢༧ ཤེས་པའམ་རྟོགས་པའི་དོན།	གོ། གོ། གོ།
༢༨ ལྟོ་བས་འགྲོ་བའི་དོན།	གོབ། གོབ། གོབ།
༢༩ ཉམས་པའམ་ཟད་པའི་དོན།	གོང། གོང། གོང།
༣༠ ལུས་ལ་གྱོན་པའི་དོན།	གོན། གོན། གོན།
༣༡ རོར་བའམ་འཁྲལ་བའི་དོན།	གོལ། གོལ། གོལ།
༣༢ བད་རྟིང་། ཉམས་པའི་དོན།	བྱ། བྱ། བྱ།
༣༣ འབྲམ་པ་དང་། ཁ་འཐོར་བའམ་བརྒྱགས་པའི་དོན།	བྱར། བྱར། བྱར།

༣༩ བད་རྟིང་། ཐོས་པ། བཀུར་བ། བཀུ་བ་བཅས་ལ་འབྱུག།	བྱ། བྱ། བྱ།
༣༥ ཀང་བ་སྤུ་སྟོན་གྱིས་འབྱོག་ཏེ་འབྲོ་བའི་དོན།	བྱོལ། བྱོལ། བྱོལ།
༣༦ ལྟ་འབྱེན་པའམ་ཐོན་པའི་དོན།	བྲག། བྲག། བྲགས།
༣༧ འབྲགས་པའི་དོན།	བྲང་། བྲང་། བྲང་།
༣༨ བྲག་པའམ་འཐོར་བའི་དོན།	བྲམ། བྲམ། བྲམ།
༣༩ དམ་པོར་སྤྱིལ་བའི་དོན།	བྲིམ། བྲིམ། བྲིམས།
༤༠ ཆག་གུམ་དུ་འབྱུར་བའི་དོན།	བྲུག། བྲུག། བྲུགས།
༤༡ ཆག་པའམ་དུམ་བུར་འབྱུར་བའི་དོན།	བྲུམ། བྲུམ། བྲུམས།
༤༢ ཞེས། འཆི་བའི་དོན།	བྲོངས། བྲོངས། བྲོངས།
༤༣ མདུད་པ་སོགས་ཞིག་པའམ་ཐོར་བའི་དོན།	བྲོལ། བྲོལ། བྲོལ།
༤༤ ན་ཆོད་ཡོལ་པའམ་རྟིང་པ་དང་། ཡུན་ལོན་པའི་དོན།	ག། ག། གས།
༤༥ རྟོབས་ཤུགས་སོགས་ཟད་པའམ་ཉམས་པའི་དོན།	གུད། གུད། གུད།
༤༦ མང་དུ་འཕེལ་བའམ་ངེ་ཆེར་དར་བའི་དོན།	གྱ། གྱ། གྱས།
༤༧ རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་པའི་དོན།	གྱལ། གྱལ། གྱལ།
༤༨ ཁོང་ཁོ་ལང་པའམ་ཞེ་སྤང་ལང་བའི་དོན།	ངམ། ངམ། ངམ།
༤༩ ཐང་ཆད་པའམ་དུབ་པའི་དོན།	ངལ། ངལ། ངལ།
༥༠ སེམས་དགའ་པའམ་སྟོ་བས་མིག་མཆུ་འཆོར་བའི་དོན།	དུ། དུ། དུས། དུས།
༥༡ ལྷག་གཟིག་སོགས་གྱིས་རང་ལྟ་འབྱེན་པའི་དོན།	དེམ། དེམ། དེམ།
༥༢ རྩོལ་འཇགས་པའི་དོན།	དེས། དེས། དེས།
༥༣ ཡིད་ཆིམས་པའི་དོན།	དོམས། དོམས། དོམས།

༥༤ མེད་པ་དང་ཉམ་པ་ལངས་པའི་དོན།	རམ། རམ། རམ།
༥༥ ཆགས་པ་དང་ཉམ་པ། མེད་པ་སོགས་ཀྱི་དོན།	རབ། རབ། རབ།
༥༦ རུལ་ཚུ་ཐོན་པའི་དོན།	རུལ། རུལ། རུལ།
༥༧ རབ་ཀྱི་འབྲི་ཚུལ་གཞན།	སྒབ། སྒབ། སྒབ།
༥༨ དབུགས་དག་ཏུ་འབྲིན་རུབ་བྱེད་པའི་དོན།	སྒམ། སྒམ། སྒམ།
༥༩ ཞིག་སྒྲིན་བྱང་པའི་དོན།	ཆག། ཆག། ཆག།
༦༠ འདོད་པས་ཞེན་པ་དང་། བྱང་པ་བཅས་ལ་འཇུག །	ཆགས། ཆགས། ཆགས།
༦༡ བྱགས་པའམ་ཚུད་པའི་དོན།	ཚུད། ཚུད། ཚུད།
༦༢ མཐར་ཐྱིན་པར་རྟོགས་པའམ་ཤེས་པའི་དོན།	ཚུབ། ཚུབ། ཚུབ།
༦༣ བག་འཁུམས་པའི་དོན།	ཚུམ། ཚུམ། ཚུམ།
༦༤ རྫོ་འཁེལ་པའི་དོན།	ཆེས། ཆེས། ཆེས།
༦༥ རྩང་བའམ་འོས་པ། འགྲིག་པ། འཐད་པའི་དོན།	ཆོག། ཆོག། ཆོག།
༦༦ བར་འགོག་ཐུབ་པ། ཁས་ལེན་པ། གོ་ཚད་པ་བཅས་ལ་འཇུག །	ཆོད། ཆོད། ཆོད།
༦༧ ཐུལ་པའི་དོན།	ཆོམ། ཆོམ། ཆོམ།
༦༨ རྒྱད་པའམ་འཇིག་པའི་དོན།	ཉམས། ཉམས། ཉམས།
༦༩ ལུས་པོ་མལ་དུ་པབ་ནས་ངལ་གསོ་བའི་དོན།	ཉལ། ཉལ། ཉལ། ཉོལ།
༧༠ ཞིག་ནས་མར་ལྷང་བའི་དོན།	ཉིལ། ཉིལ། ཉིལ།
༧༡ སྤྱག་བསྐལ་གྱི་གནས་སུ་བྱར་བའི་དོན།	ཉེན། ཉེན། ཉེན།
༧༢ འཁྲག་པའམ་འཆོལ་བའི་དོན།	ཉོག། ཉོག། ཉོག།
༧༣ ལུས་སེམས་ཀྱི་རྒྱས་སྒྲོབས་ཉམས་ནས་ལས་སུ་མི་རྩང་བའི་དོན།	ཉོབ། ཉོབ། ཉོབ།

༡༤ ཡུན་རིང་འགོར་ནས་ངོ་བོ་དང་རྒྱུ་བ་འཁྱུར་བའི་དོན།	ཉིང་། ཉིང་། ཉིང་།
༡༥ ཅི་ཤིང་བརྒྱན་དང་ཐལ་ནས་སྐམ་པའི་དོན།	ཉིད། ཉིད། ཉིད།
༡༦ རིང་ཚད་སྤེབས་པའམ་འདད་བའི་དོན།	ཉྱུ་ཉྱུ་ཉྱུ་
༡༧ འདོད་པའམ་སེམས་པའི་དོན།	སྒྲུ་སྒྲུ་སྒྲུ་སྒྲུ་
༡༨ ཤེས་པའི་དོན།	རྟོགས། རྟོགས། རྟོགས།
༡༩ མར་ལྷུང་བའི་དོན།	ལྷུང་། ལྷུང་། ལྷུངས།
༢༠ བརྟེན་ཉིང་། གཉིད་ལྷུང་བ་དང་ཁམས་དྲུབ་པའི་དོན།	ལྷུང་། ལྷུང་། ལྷུང་།
༢༡ ཞེ་ཆོག །ན་པའི་དོན།	ལྷེ་ལྷེ་ལྷེ་ལྷེ་
༢༢ ཁོག་པར་ཟས་ཀྱིས་སྒྲོངས་ནས་ཟ་འདོད་སྤྱེ་བའི་དོན།	ལྷོགས། ལྷོགས། ལྷོགས།
༢༣ ཟད་པའམ་མེད་པར་འཁྱུར་བའི་དོན།	ལྷོང་། ལྷོང་། ལྷོངས།
༢༤ བོར་བའི་དོན།	ལྷོར་། ལྷོར་། ལྷོར་།
༢༥ ལུ་སོགས་གདུས་ནས་རྗེ་ལྷུང་དུ་འགྲོ་བའི་དོན།	ཐག །ཐག །ཐག
༢༦ གནམ་ངོ་དྲུངས་པའི་དོན།	ཐང་། ཐང་། ཐང་།
༢༧ བརྟེན་ཉིང་། སེམས་མ་ཐུན་པ་དང་ཡིད་འཐད་པའི་དོན།	ཐམས། ཐམས། ཐམས།
༢༨ གྲོལ་བའམ་ཤོར་བའི་དོན།	ཐར། ཐར། ཐར།
༢༩ སོང་བ་དང་ཕྱིན་པའི་དོན།	ཐལ། ཐལ། ཐལ།
༣༠ ཚད་འཛིན་པ་དང་ཚད་ཤེས་པའི་དོན།	ཐིག །ཐིག །ཐིག
༣༡ ལུ་སོགས་ཀྱི་རྟོག་སོ་མར་ལྷུང་བའི་དོན།	ཐིགས། ཐིགས། ཐིགས།
༣༢ སྤེབས་པ་དང་འགྲོད་པ། འགྲོར་བ་བཅས་ལ་འཇུག །	ཐིང་། ཐིང་། ཐིངས།
༣༣ རོ་བོ་དབྱེར་མེད་དུ་འབྲས་པའི་དོན།	ཐིམ། ཐིམ། ཐིམ།

༥༩ བན་ཚུན་འབྲང་བའི་དོན།	ཐུག། ཐུག། ཐུག།
༥༥ རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་དང་འགྲན་ཆེ་བྱེད་ཐུབ་པའི་དོན།	ཐུག། ཐུག། ཐུག།
༥༦ བད་ཅིང་། སློན་པའི་དོན།	ཐུལ། ཐུལ། ཐུལ།
༥༧ གཏོགས་པའམ་ཚུད་པའི་དོན།	ཐེ། ཐེ། ཐེ།
༥༨ བཟོད་པའམ་བསྐྱན་པའི་དོན།	ཐེག། ཐེག། ཐེག།
༥༩ ཚད་ལོང་བ་དང་ཆ་ཚང་བའི་དོན།	ཐེང་། ཐེང་། ཐེངས།
༡༠༠ བད་ཅིང་། སླེབས་པའི་དོན།	ཐེངས། ཐེངས། ཐེངས།
༡༠༡ གོས་སོགས་རལ་བའི་དོན།	ཐེད། ཐེད། ཐེད།
༡༠༢ བཙེ་གདུང་ཆེ་བའམ་ཞེན་ཆགས་ཆེ་བའི་དོན།	ཐེན། ཐེན། ཐེན།
༡༠༣ ཐོག་པའམ་འགོས་པའི་དོན།	ཐེབས། ཐེབས། ཐེབས།
༡༠༤ ཐོབ་པའི་དོན།	ཐེམས། ཐེམས། ཐེམས།
༡༠༥ འཛིན་པའམ་འཆང་བའི་དོན།	ཐོགས། ཐོགས། ཐོགས།
༡༠༦ རྣ་བས་སྐྱ་གོ་བའི་དོན།	ཐོས། ཐོས། ཐོས།
༡༠༧ ཡིད་ཆེས་ཤིང་གཙུག་ཏུ་བཀྱར་བའི་དོན།	དད། དད། དད།
༡༠༨ རྒྱས་པའམ་འཕེལ་བའི་དོན།	དར། དར། དར།
༡༠༩ སད་པ་དང་སངས་པའི་དོན།	དུང་། དུང་། དུང་།
༡༡༠ ཞེན་ཆགས་པའང་འབྲེང་བའི་དོན།	དུངས། དུངས། དུངས།
༡༡༡ ཐུར་དུ་གྲུག་པའི་དོན།	དུད། དུད། དུད།
༡༡༢ ལུས་སེམས་ཐང་ཆད་པའི་དོན།	དུབ། དུབ། དུབ།
༡༡༣ འཛེམ་པའམ་ཐེ་ཚོམ་ཟ་བ་བཅས་ཀྱི་དོན།	དོགས། དོགས། དོགས།

༡༡༥ དབྱིབས་དང་རི་མོ་ཟླ་བཞིན་ཐོན་པའི་དོན།	དོད། དོད། དོད།
༡༡༥ གསལ་བར་འགྱུར་བའི་དོན།	བྲངས། བྲངས། བྲངས།
༡༡༦ ནད་བསོས་བའམ་བྲངས་པའི་དོན།	བྲག། བྲག། བྲག།
༡༡༧ རྒྱགས་བའམ་ཁངས་པའི་དོན།	བྲེགས། བྲེགས། བྲེགས།
༡༡༨ འཛོམ་དྲོགས་མེད་བའམ་ཟླ་མུམ་པའི་དོན།	བྲེད། བྲེད། བྲེད།
༡༡༩ ཚ་བྲོད་རྒྱས་པའི་དོན།	བྲོ། བྲོ། བྲོས།
༡༢༠ གྱི་སོགས་ནི་ཉམས་པའི་དོན།	རྒྱགས། རྒྱགས། རྒྱགས།
༡༢༡ བད་རྟེན་འདུས་པའི་དོན།	རྒྱབ། རྒྱབ། རྒྱབས།
༡༢༢ བད་རྟེན་མེད་པའི་དོན།	རྟེངས། རྟེངས། རྟེངས།
༡༢༣ རྟེན་དུ་འབྱུར་བའམ་ཐོན་པའི་དོན།	རྟོས། རྟོས། རྟོས།
༡༢༤ རྒྱ་བ་དང་འབྱུར་བའི་དོན།	ལྷང་། ལྷང་། ལྷང་།
༡༢༥ ཡོད་པ་དང་ཐོབ་པའི་དོན།	བདོག། བདོག། བདོག།
༡༢༦ ནམ་ལང་བའི་དོན།	ལྷང་། ལྷང་། ལང་།
༡༢༧ རྒྱས་བངས་ནས་རྟེན་བར་འགྱུར་བའི་དོན།	ལྷར། ལྷར། ལྷར།
༡༢༨ བད་རྟེན་ལྷག་བའམ་ལུས་པའི་དོན།	ལྷས། ལྷས། ལྷས།
༡༢༩ འབྱུར་བའམ་འབྱོར་བའི་དོན།	ལྷིང་། ལྷིང་། ལྷིང་། ལྷིང་།
༡༣༠ ལྷ་ལྷོག་པའི་དོན།	ལྷིར། ལྷིར། ལྷིར།
༡༣༡ རྒྱས་བངས་ནས་ཞིག་བའམ་འདལ་བའི་དོན།	ལྷར། ལྷར། ལྷར།
༡༣༢ བད་རྟེན་ལྷག་བའམ་ལུས་པའི་དོན།	ལྷས། ལྷས། ལྷས།
༡༣༣ མིག་དབང་ཉམས་པའི་དོན།	ལྷོངས། ལྷོངས། ལྷོངས།

༡༥༣ དགའ་བའི་དོན།	སྟོ། སྟོ། སྟོ། སྟོ།
༡༥༤ ག་ཚ་བའམ་གཅེས་པའི་དོན།	པངས། པངས། པངས།
༡༥༥ ལུས་པ་དང་འབྲས་བུ་ཡག་པོ་བྱུང་བའི་དོན།	པན། པན། པན།
༡༥༦ གོ་ཚད་པའི་དོན།	ཐེད། ཐེད། ཐེད། ཐེད།
༡༥༧ སྟོབས་པའ་བཟོད་པ་དང་ལུས་པའམ་བྱུང་བའི་དོན།	ཐོད། ཐོད། ཐོད། ཐོད།
༡༥༨ འབྲགས་པས་འཁངས་ནས་རོ་བོ་འགྱུར་བའི་དོན།	ཐྱིད། ཐྱིད། ཐྱིད། ཐྱིད།
༡༥༩ སྟོག་ཆགས་སྟེའི་མངལ་ནས་སྒྲ་གྲ་བཙའ་རན་པའི་དོན།	ཐྱིས། ཐྱིས། ཐྱིས། ཐྱིས།
༡༦༠ ཡར་ཐོན་པའི་དོན།	ཐྱུག། ཐྱུག། ཐྱུག། ཐྱུག།
༡༦༡ སོ་སོར་བྱེ་བའི་དོན།	ཐྱེད། ཐྱེད། ཐྱེད། ཐྱེད།
༡༦༢ ཀྱང་ལག་རྒྱུང་བའི་དོན།	ཐྱེས། ཐྱེས། ཐྱེས། ཐྱེས།
༡༦༣ བྱར་དུ་འབྱུང་བའི་དོན།	ཐྱུལ། ཐྱུལ། ཐྱུལ། ཐྱུལ།
༡༦༤ བརྒན་བར་བྱེད་པའི་དོན།	བང། བང། བངས།
༡༦༥ ཟས་ཀྱིས་ཆིམ་པའམ་ངོམས་པའི་དོན།	བད། བད། བད།
༡༦༦ བསྐྱབས་པའམ་འགན་འཁུར་དགོས་བྱུང་བའི་དོན།	བབ། བབ། བབ། བབ།
༡༦༧ རུལ་བའི་དོན།	བམ། བམ། བམ།
༡༦༨ བད་རྟིང་། ཟད་པའི་དོན།	བས། བས། བས།
༡༦༩ བད་རྟིང་། འཕྲིགས་པའི་དོན།	བྱངས། བྱངས། བྱངས། བྱངས།
༡༧༠ རྒྱ་སོགས་སྤྱང་བའི་དོན།	བྱད། བྱད། བྱད།
༡༧༡ སྤྱིད་པའི་དོན།	བེམ། བེམ། བེམ།
༡༧༢ འཕྲིས་ཆ་ཆེ་བའི་དོན།	བྱང། བྱང། བྱང། བྱང།

༡༧༣ གཞན་ལ་སྤྱོད་ཅེ་བའི་དོན།	བྱམས། བྱམས། བྱམས། བྱམས།
༡༧༤ བད་རྟེན་། ཉུལ་བའི་དོན།	བྱལ། བྱལ། བྱལ། བྱལ།
༡༧༥ ཟུབ་བ་དང་བཟོད་བའི་དོན།	བྲ། བྲ། བྲ།
༡༧༦ རིན་གོང་བཟང་བའམ་ཉོ་མཁན་མང་བའི་དོན།	བྲིན། བྲིན། བྲིན།
༡༧༧ རྩ་མོ་བྱར་དུ་རྒྱས་པའམ་འབེལ་བའི་དོན།	བྲུག། བྲུག། བྲུག། བྲུག།
༡༧༨ ས་ལ་འཛོར་བའམ་སྤྱར་བའི་དོན།	བྲལ། བྲལ། བྲལ། བྲལ།
༡༧༩ འཇིགས་པའམ་ཞེད་བའི་དོན།	བྲེད། བྲེད། བྲེད། བྲེད།
༡༨༠ ཁོམ་པར་མེད་པར་འགྱུར་བའི་དོན།	བྲེལ། བྲེལ། བྲེལ། བྲེལ།
༡༨༡ སེམས་སྤང་མངོན་སུམ་དུ་བྱུང་བའི་དོན།	བྲོ། བྲོ། བྲོ། བྲོ།
༡༨༢ དགའ་བ་དང་སློབ་སོགས་ཀྱི་དོན།	བྲོད། བྲོད། བྲོད། བྲོད།
༡༨༣ བད་རྟེན་། ཟུབ་པའམ་བཟོད་བའི་དོན།	བྲེ། བྲེ། བྲེ། བྲེ།
༡༨༤ ཁྱི་ཟུག་པར་བྱེད་བའི་དོན།	བྲེལ། བྲེལ། བྲེལ། བྲེལ།
༡༨༥ སྤངས་བ་དང་འབྱར་བའི་དོན།	བྲོས། བྲོས། བྲོས། བྲོས།
༡༨༦ མོ་ཟུགས་དུས་རྩ་ལངས་པ་དང་། འཕྲེད་བའི་དོན།	བྲིལ། བྲིལ། བྲིལ། བྲིལ།
༡༨༧ ཀྱང་ལག་སོགས་ཀྱི་ཚོར་བ་ཉམས་པའི་དོན།	བྲིད། བྲིད། བྲིད། བྲིད།
༡༨༨ བད་རྟེན་། ལྟོགས་པའི་དོན།	བྲིལ། བྲིལ། བྲིལ། བྲིལ།
༡༨༩ མངལ་ཆགས་པའི་དོན།	བྲུལ། བྲུལ། བྲུལ། བྲུལ།
༡༩༠ ཁང་ལྟོགས་ཀྱིས་མཁར་བའི་དོན།	བྲེབས། བྲེབས། བྲེབས། བྲེབས།
༡༩༡ འབྲུག་ལྟོགས་ཀྱི་ཟུག་བསྐལ་ཕྱོད་བའི་དོན།	བྲེས། བྲེས། བྲེས། བྲེས།
༡༩༢ ཡིད་ཐང་ཆད་བ་དང་ལྟོགས་པའི་དོན།	བྲུག། བྲུག། བྲུག།

- ༡༤༣ དགའ་བའི་དོན། མོས། མོས། མོས།
- ༡༤༤ རུལ་ནས་འདམ་བག་དང་འདྲ་བར་གྱར་བའི་དོན། ཟླ། ཟླ། ཟླ།
- ༡༤༥ ཐོ་བའི་འདྲ་སྟོབས་ཀྱིས་ཟས་ཁྱ་བར་བྱེད་བའི་དོན། ཟླ། ཟླ། ཟླ། ཟླ།
- ༡༤༦ ཆང་སོགས་ཀྱིས་བཟེ་བའི་དོན། ཟླ། ཟླ། ཟླ། ཟླ།
- ༡༤༧ ཐོངས་པ་དང་མེད་པར་གྱར་བའི་དོན། དམན། དམན། དམན། དམན།
- ༡༤༨ སེར་སྒྲ་དང་སྒྲེད་པ་བྱེད་བའི་དོན། དམར། དམར། དམར། དམོར།
- ༡༤༩ རྒྱད་པ་དང་། འགྲིབ་པ། ཉམས་པ་བཅས་ལ་འདྲུག ། དམས། དམས། དམས། དམས།
- ༡༥༠ འཇུ་མ་མཐངས་འབྲིན་བའི་དོན། དུལ། དུལ། དུལ། དུལ།
- ༡༥༡ ཡིད་སྟོ་བ་དང་། མཆོར་བ། སུན་བ། ཡི་ཆད་པ་བཅས་ཀྱི་དོན། དུལ། དུལ། དུལ། དུལ།
- ༡༥༢ ཡིད་སྟོ་བ་དང་། མཆོར་བ། སུན་བ། ཡི་ཆད་པ་བཅས་ཀྱི་དོན། ུལ། ུལ། ུལ། ུལ།
- ༡༥༣ བད་ཉིད། སྐྱ་བ་དང་བཙོག་པའི་དོན། མེ། མེ། མེས། མེས།
- ༡༥༤ བད་ཉིད། འཕྲི་བ་དང་ཅད་གཙོད་བྱེད་བའི་དོན། མ། མེད། མས། མོས།
- ༡༥༥ མེ་ཤེས་པའི་དོན། མོངས། མོངས། མོངས། མོངས།
- ༡༥༦ ལུས་སེམས་བྱིང་ཞིང་འཐིབས་པ་འཕམ་ཐང་ཆད་བའི་དོན། ུ། ུ། ུ། ུ།
- ༡༥༧ བད་ཉིད། བན་པའི་དོན། ུལ། ུལ། ུལ། ུལ།
- ༡༥༨ ཅི་ཤིང་གི་འབྲས་བུ་སྟེ་བའི་ཆད་རྫོགས་པའི་དོན། ུལ། ུལ། ུལ། ུལ།

༡༠༩ དབང་ཅ་ལ་རྒྱུན་བྱང་ནས་ཤེས་རིག་འཛོལ་བའི་དོན།	སྟོ། སྟོ། སྟོས། སྟོས།
༡༡༠ ཟུག་རྩ་བྱང་བའི་དོན།	ཚ། ཚ། ཚ།
༡༡༡ བད་རྟེན་ཅེ་ཆར་བའམ་གྲུབ་བའི་དོན།	ཆགས། ཆགས། ཆགས།
༡༡༢ ཟད་བའམ་རྫོགས་བའི་དོན།	ཆར། ཆར། ཆར།
༡༡༣ རོམ་བའམ་མགྲུ་བའི་དོན།	ཆིམ། ཆིམ། ཆིམས།
༡༡༤ ལོ་རྒྱའི་འགོ་བརྒྱུམས་བའི་དོན།	ཆེས། ཆེས། ཆེས།
༡༡༥ སོམ་ཉིའམ་སྒོ་ཐག་མ་ཆོད་བའི་དོན།	ཆོམ། ཆོམ། ཆོམ། ཆོམ།
༡༡༦ བཅོས་ནས་ཟ་ཆོག་པའི་ཆད་ལ་བསྐྱེབས་བའི་དོན།	ཆོས། ཆོས། ཆོས། ཆོས།
༡༡༧ མར་ཕྱིན་པ་དང་གྲུབ་བའི་དོན།	རྫོགས། རྫོགས། རྫོགས། རྫོགས།
༡༡༨ ཀང་ལག་སོགས་ལ་རྒྱུན་བྱང་བའི་དོན།	ཀ། ཀ། ཀ།
༡༡༩ མིག་དབང་ཤོར་བའི་དོན།	ཀར། ཀར། ཀར།
༡༢༠ ཡལ་བའམ་མེད་པར་འགྱུར་བའི་དོན།	ཀྲ། ཀྲ། ཀྲ།
༡༢༡ སྤ་འཐས་རྣམས་གཤེར་ཁུར་འགྱུར་བའི་དོན།	ཀྲ། ཀྲ། ཀྲ།
༡༢༢ ཐུར་དུ་དབྱང་བའམ་མར་གྲུག་པའི་དོན།	ཀྲ། ཀྲ། ཀྲ།
༡༢༣ དཔའ་འཁྱམས་པ་དང་སྟོབས་པ་ཉམས་པའི་དོན།	ཀྲ། ཀྲ། ཀྲ།
༡༢༤ སྤངས་པ་དང་སྟོས་པ་སོགས་རྗེ་ཉུང་དུ་ཕྱིན་པའི་དོན།	ཀྲ། ཀྲ། ཀྲ།
༡༢༥ འཛིགས་པའི་དོན།	ཀེ། ཀེ། ཀེ།
༡༢༦ དགའ་བ་དང་ཆགས་པའི་དོན།	ཀེ། ཀེ། ཀེ།
༡༢༧ འཛོགས་ནས་བློས་པའི་དོན།	ཀོགས། ཀོགས། ཀོགས།
༡༢༨ ཉིལ་བའམ་རྫིབ་པའི་དོན།	ཀོམ། ཀོམ། ཀོམ།

༡༡༩ ཟ་སྤྱག་ལངས་པ་དང་དོགས་པ་སྤྱེ་བའི་དོན།	ཟ། ཟ། ཟ།
༡༢༠ ལྷང་བའམ་འབབ་པའི་དོན།	ཟག། ཟག། ཟག།
༡༢༡ མཐུག་ཇོགས་པ་དང་ཆར་བའི་དོན།	ཟད། ཟད། ཟད།
༡༢༢ འཆོལ་བའམ་འཁྲུག་པའི་དོན།	ཟེང་། ཟེང་། ཟེང་།
༡༢༣ ཉ་བའི་དོན།	ཟུག། ཟུག། ཟུག།
༡༢༤ འགབས་པ་དང་མི་མདོན་པར་འགྱུར་བའི་དོན།	ཟུབ། ཟུབ། ཟུབ།
༡༢༥ ཁ་རུབ་པའི་དོན།	ཟུམ། ཟུམ། ཟུམ།
༡༢༦ ཁྲིས་ཟུག་པའི་དོན།	ཟུས། ཟུས། ཟུས།
༡༢༧ འུལ་བའམ་སོ་སོར་འཐོར་བའི་དོན།	ཟེགས། ཟེགས། ཟེགས།
༡༢༨ འཁྱར་བའི་དོན།	ཁྲོས། ཁྲོས། ཁྲོས། ཁྲོས།
༡༢༩ འདྲ་ཉིད་། འདུ་བའི་དོན།	འུབ། འུབ། འུབ།
༡༣༠ སྤྱ་ཐོས་མི་སྤབ་པའི་དོན།	འོན། འོན། འོན།
༡༣༡ རུང་བའམ་ཆོག་པའི་དོན།	འོས། འོས། འོས།
༡༣༢ འཁྲུ་བའི་དོན།	ཡན། ཡན། ཡན།
༡༣༣ འཁྲར་བ་དང་འཐོར་བའི་དོན།	ཡར། ཡར། ཡར།
༡༣༤ མཐོང་རྒྱ་མེད་པར་འགྱུར་བའི་དོན།	ཡལ། ཡལ། ཡལ།
༡༣༥ ཁ་ཆོན་གཙོད་པའི་དོན།	ཡིན། ཡིན། ཡིན།
༡༣༦ སྤས་བའམ་སྤྱང་བའི་དོན།	ཡིབ། ཡིབ། ཡིབ། ཡིབ།
༡༣༧ གཉིད་ལོག་པའམ་གཉིད་ཁུག་པའི་དོན།	ཡུར། ཡུར། ཡུར།
༡༣༨ རིག་པ་སོར་མི་གནས་པར་གཞན་ལ་འཕྲོ་བའི་དོན།	ཡེང་། ཡེང་། ཡེངས།

༡༤༩ བད་རྟིང་། མར་འཕྲང་བའི་དོན།	ཚོ། ཚོ། ཚོས།
༡༤༩ ཞེ་ཆེག་། ཡིན་ནམ་རེད་གྱི་དོན།	ལགས། ལགས། ལགས།
༡༥༠ ཉམ་ལྷང་བའི་དོན།	ལང་། ལང་། ལངས།
༡༥༡ ཉམས་ས་དང་ཞན་ས་ངན་ས་བཅས་ལ་འཇུག་།	ལད། ལད། ལད།
༡༥༢ རྒྱན་ངན་བྱེད་པའི་དོན།	ལན། ལན། ལན།
༡༥༣ ལུད་པ་འདོན་པའི་དོན།	ལྷ། ལྷ། ལྷ།
༡༥༤ ཉིལ་བའམ་སྤར་དུ་བརྒྱུ་བའི་དོན།	ལུག་། ལུག་། ལུག་།
༡༥༥ འཕྱར་བའི་དོན།	ལུད། ལུད། ལུད།
༡༥༦ མ་ཆང་བའམ་ཆད་པའི་དོན།	ལུས། ལུས། ལུས།
༡༥༧ འགྲེལ་བའམ་ཉིལ་བའི་དོན།	ལོག་། ལོག་། ལོག་།
༡༥༨ མིག་ཞར་བའི་དོན།	ལོང་། ལོང་། ལོང་།
༡༥༩ གངས་ལོང་བའམ་སོན་པའི་དོན།	ལོན། ལོན། ལོན།
༡༦༠ ཤེས་པའི་དོན།	ལོབས། ལོབས། ལོབས།
༡༦༡ རེངས་སར་འགྱུར་བའི་དོན།	ཤིང་། ཤིང་། ཤིང་།
༡༦༢ བཟ་ཤེས་བའམ་འབྲས་བྱ་ཡག་པོ་ཡོང་བའི་དོན།	ཤེས། ཤེས། ཤེས།
༡༦༣ རྟོག་སྤྱབས་འཆོར་བའམ་འབྲེད་པའི་དོན།	ཤུད། ཤུད། ཤུད།
༡༦༤ རྩད་པའམ་རྩད་པའི་དོན།	ཤོང་། ཤོང་། ཤོང་།
༡༦༥ འདག་པའི་དོན།	སངས། སངས། སངས།
༡༦༦ སངས་བའམ་རྟོགས་པ། རེ་མཐོང་སོང་བའི་དོན།	སད། སད། སད།
༡༦༧ ཐེམ་བའམ་བྱས་པའི་དོན།	སིམ། སིམ། སིམས།

༡༡༠ བད་རྟེན་། རུལ་བའི་དོན།	ལུང་། ལུང་། ལུང་།
༡༡༩ རྩོུ་བའི་དོན།	ལུན། ལུན། ལུན།
༡༢༠ སོ་བཅེ་བའི་དོན།	སེག། སེག། སེག།
༡༢༡ བར་མཚམས་ཡངས་པོར་འགྱུར་བའི་དོན།	སང་། སང་། སངས།
༡༢༢ རྩུ་ཞོར་དམ་ཏུ་འཛིན་བའི་དོན།	སེར། སེར། སེར།
༡༢༣ འདུ་བ་དང་འཕེལ་བའི་དོན།	སོགས། སོགས། སོགས།
༡༢༤ སྤེབས་བ་དང་བྱིན་བ་འཕྲོད་བ་བཅས་ལ་འདུག །	སོན། སོན། སོན།
༡༢༥ རྩེ་ཞིང་འཕེལ་བའི་དོན།	སོས། སོས། སོས།
༡༢༦ ལུབ་བ་དང་ཚོག་བའི་དོན།	སྟི། སྟི། སྟི།
༡༢༧ ཞེན་བའམ་ཆགས་བའི་དོན།	སྟེ། སྟེ། སྟེ།
༡༢༨ ས་རུབ་བའི་དོན།	སྟོས། སྟོས། སྟོས།
༡༢༩ འབྱོར་བའམ་རྩོལ་བའི་དོན།	སྟེལ། སྟེལ། སྟེལས།

དུས་གསུམ་འཕུལ་ཡོད་ཀྱང་སྤྱི་ཁྱེ་བྱེ་བྱེ་བ་མཉམ་གང་དང་ཡང་མི་
མ་སྤྱན་བའི་ཐོར་བུའི་རེ་བུ་མིག

དུས་གསུམ་དང་ནི་དུས་གཉིས་འཕུལ་ཡོད་ཀྱང་། །

སྤྱི་ཁྱེ་བྱེ་བྱེ་བ་མཉམ་གང་དང་མི་མ་སྤྱན་ཞིང་། །

མིང་གཞི་འགྱུར་དང་མི་འགྱུར་གཉིས་ནས་འཛོན། །

དེ་ཡང་ཐོར་བུའི་སྤེ་ཆན་ཅུང་དུའི་སྤེ། །

ཆིག་དོན།

མ་འོངས། ད་ལྟ། འདས། ལྷུལ་ཆིག

༡ འབྲུ་རིགས་ནང་གི་སྟྭགས་མ་བསལ་བའི་དོན།

དཀྱའ་བྲ། འཁྱའ་བྲེད། དཀྱའས། ཁྱའ་ས་ཤིག

༢ རོལ་མོ་སོགས་འབྲུད་རྒྱུད་བའི་དོན།

དགྲོལ་བྲ། འཁྲོལ་བྲེད། དགྲོལ། ཁྲོལ་ཅིག

༣ སྟོབ་བའམ་སྟོན་བ་དང་འཆད་བའི་དོན།

གདམ་བྲ། འདོམས་བྲེད། གདམས། འདོམས་ཤིག

༤ སྟེང་ནས་འོག་ཏུ་རྩི་བའི་དོན།

གནན་བྲ། གཞོན་བྲེད། མནན། ཞོན་ཅིག

༥ བྲ་བ་བྲེད་པར་སྐུལ་བའི་དོན།

འབྱུག་བྲ། འབྱུག་བྲེད། བཅུག། བྱུག་ཅིག

༦ བག་ཐོན་ནམ་དོགས་ཐོན་བྲེད་པའི་དོན།

གཟེམ་བྲ། འཛེམ་བྲེད། འཛེམས། འཛེམས་ཤིག

༧ རྩ་བར་གཏད་དེ་སྒྲུ་འཛིན་པའི་དོན།

མཉན་བྲ། ཉན་བྲེད། མཉན། ཉན་ཅིག

༨ བྱར་བྱར་བྲེད་པའི་དོན།

མཉེ་བྲ། ཉེད་བྲེད། མཉེས། མཉེས་ཤིག

༩ ཞེ་ཆིག་གྲོན་པའི་དོན།

མནབ་བྲ། ནབ་བྲེད། མནབས། རོབས་ཤིག

༡༠ དང་དུ་ལེན་པའི་དོན།

མཛོད་བྲ། རོད་བྲེད། མཛོས། རོད་ཅིག །

ཕོ་བ་ཡིག་ཁྲབ་མཉམ་གྱི་རེ་འུ་མིག

ཆིག་དོན།

མ་འོངས། ད་ལྟ། འདས། སྐུལ་ཆིག

༡ བྲེན་དུ་བསྐངས་པའི་དོན།

བཀན་བྲ། བཀན་བྲེད། བཀན། བཀན་ཅིག

༢ སྐན་གཏུས་ནས་སྐན་ཁུ་ལེན་པའི་དོན།

བུ་བྲ། བུ་བྲེད། བུས། བུས་ཤིག

༣ བཅི་འཛོག་དང་ཐིན་ལན་འཇལ་བའི་དོན།

- བཀྱར་བྱ། བཀྱར་བྱེད། བཀྱར། བཀྱར་ཅིག
༤ སྤ་ཞུམ་པར་བྱེད་པའི་དོན། བཀོང་བྱ། བཀོང་བྱེད། བཀོང། བཀོང་ཞིག
༥ ཟུར་དུ་འདོན་པ་ལམ་ལོགས་སུ་བཀར་པའི་དོན།
བཀོལ་བྱ། བཀོལ་བྱེད། བཀོལ། བཀོལ་ཅིག
༦ སྤྲིགས་པའི་ཞེ་ཆིག ། བཁྲོན་བྱ། བཁྲོན་བྱེད། བཁྲོན། བཁྲོན་ཅིག
༧ མང་པོའི་ནང་ནས་འདས་པའི་དོན།
བཟབ་བྱ། བཟབ་བྱེད། བཟབས། བཟབས་ཞིག
༨ ཁུལ་སོགས་འགེལ་པའི་དོན། བཟལ་བྱ། བཟལ་བྱེད། བཟལ། བཟོལ་ཅིག
༩ ལམ་སྤྲ་འཕྲེན་པའི་དོན། བཟྱི་བྱ། བཟྱི་བྱེད། བཟྱིས། བཟྱིས་ཞིག
༡༠ བྱ་བ་བྱེད་པའི་དོན། བཟྱི་བྱ། བཟྱིད་བྱེད། བཟྱིས། བྱིས་ཞིག
༡༡ རྩོག་མ་དྲངས་པར་བྱེད་པའི་དོན།
བབྱང་བྱ། བབྱང་བྱེད། བབྱངས། བབྱངས་ཞིག
༡༢ འགོར་རྒྱུན་བཟོ་བའམ་འགོག་པའི་དོན།
བགག་བྱ། བགག་བྱེད། བགགས། བགོགས་ཞིག
༡༣ ཉམས་སད་བྱེད་པའམ་ཆོད་ལྟ་བྱེད་པའི་དོན།
བགམ་བྱ། བགམ་བྱེད། བགམ། བགོམ་ཞིག
༡༤ བགོ་བཤའ་རྒྱག་པའི་དོན། བགོ་བྱ། བགོ་བྱེད། བགོས། བགོས་ཞིག
༡༥ དུས་ལས་འདས་པ་དང་དུས་ཆོད་འགོར་པའི་དོན།
བབྱང་བྱ། བབྱང་བྱེད། བབྱངས། བབྱོངས་ཞིག
༡༦ བྱངས་ཀ་ཅི་པའི་དོན། བབྱང་བྱ། བབྱང་བྱེད། བབྱངས། བབྱོངས་ཞིག

༡༢' བར་ཐག་ཆེ་བྱ་བཏང་སྟེ་གདང་བའི་དོན།

བཟང་བྱ། བཟང་བྱེད། བཟང། བཟང་ཅིག

༡༤ འགྲིལ་བྱ་འཇུག་པའི་དོན།

བགྲིལ་བྱ། བགྲིལ་བྱེད། བགྲིལ། བགྲིལ་ཅིག

༡༥ འབྲས་སོགས་ལྷན་པ་བྱད་པའི་དོན།

བབྱ་བྱ། བབྱ་བྱེད། བབྱས། བབྱས་ཤིག

༡༦ ཐོས་བྱེད་པའི་དོན།

བཐོ་བྱ། བཐོ་བྱེད། བཐོས། བཐོས་ཤིག

༡༧ རྒྱུང་བའི་དོན།

བསྐྱད་བྱ། བསྐྱད་བྱེད། བསྐྱད། བསྐྱོད་ཅིག

༡༨ བཟང་པོར་བསྟོད་པའི་དོན།

བསྐྱགས་བྱ། བསྐྱགས་བྱ། བསྐྱགས། བསྐྱགས་ཤིག

༡༩ སོས་ལྷན་པའམ་ལྷན་པའི་དོན།

བཅེམ་བྱ། བཅེམ་བྱེད། བཅེམས། བཅེམས་ཤིག

༢༠ བན་རྩིད། སྤངས་པའི་དོན།

བཅེར་བྱ། བཅེར་བྱེད། བཅེར། བཅེར་ཅིག

༢༡ བརྟེན་པའི་དོན།

བསྟེལ་བྱ། བསྟེལ་བྱེད། བསྟེལ། བསྟེལ་ཅིག

༢༢ ཐུབ་པའམ་ཐུས་པའི་དོན།

བདུབ་བྱ། བདུབ་བྱེད། བདུབ། བདུབ་ཅིག

༢༣ བྱ་ག་བརྟོལ་བའི་དོན།

བཏོལ་བྱ། བཏོལ་བྱེད། བཏོལ། བཏོལ་ཅིག

༢༤ ཐུབ་ཆོད་གཏོང་བའི་དོན།

བརྟུས་བྱ། བརྟུས་བྱེད། བརྟུས། བརྟུས་ཤིག

༢༥ ཉམས་སྤུ་ལེན་པའི་དོན།

བསྟར་བྱ། བསྟར་བྱེད། བསྟར། བསྟར་ཅིག

༢༦ ཡོན་ཏན་དང་བཟང་ཆ་བརྟོད་པའི་དོན།

བསྟོད་བྱ། བསྟོད་བྱེད། བསྟོད། བསྟོད་ཅིག

༢༧ ཐོས་དང་བྱ་བ་སོགས་དགྲིག་བྱ་འཇུག་པའི་དོན།

བདུག་བྱ། བདུག་བྱེད། བདུགས། བདུགས་ཤིག

༣༣ ཚུར་འགྲགས་པ་འཕམ་པའི་དོན།

བདུང་བ། བདུང་བྱེད། བདུངས། བདུངས་ཤིག

༣༣ དབྱར་བ། བྱིས་བ། བདེན་པ་བདར་བ་བཅས་ཀྱི་དོན།

བདར་བ། བདར་བྱེད། བདར། བདོར་ཅིག

༣༤ མིག་གིས་ལྟ་རྟོག་བྱེད་པའི་དོན། བཙའ་བ། བཙའ་བྱེད། བཙའ། བཙའ་ཞིག

༣༥ འབད་པ་ལྟོད་མེད་བྱེད་པའི་དོན། བཙོན་བ། བཙོན་བྱེད། བཙོན། བཙོན་ཅིག

༣༦ རྩོད་པ་དང་གནས་པ་འཆོ་བ་བཅས་ཀྱི་དོན།

བཟུགས་བ། བཟུགས་བྱེད། བཟུགས། བཟུགས་ཤིག

༣༧ གཞར་པའི་དོན། བཟུར་བ། བཟུར་བྱེད། བཟུར། བཟུར་ཅིག

༣༨ གསར་དུ་བཟོ་བ་དང་སྐྱུན་པའི་དོན།

བཞེང་བ། བཞེང་བྱེད། བཞེངས། བཞེངས་ཤིག

༣༩ ཁས་ལེན་པའི་དོན། བཞེད་བ། བཞེད་བྱེད། བཞེད། བཞེད་ཅིག

༤༠ བད་རྩིང། བྲེད་པའི་དོན། བཞེན་བ། བཞེན་བྱེད། བཞེན།

༤༡ གསོལ་བ་སྟོ་ཡོངས་སུ་སྦྱོད་པའི་དོན།

བཞེས་བ། བཞེས་བྱེད། བཞེས། བཞེས་ཤིག

༤༢ བད་རྩིང། བཙོན་པའི་དོན། བཟུད་བ། བཟུད་བྱེད། བཟུད། བཟུད་ཅིག

༤༣ གསར་དུ་སྐྱུན་པ་འཕམ་པ་སོགས་ཀྱི་དོན།

བཟོ་བ། བཟོ་བྱེད། བཟོས། བཟོས་ཤིག

༤༤ འག་དང་པགས་པའི་ཆེད་དུ་གསོད་པའི་དོན།

བའལ་བ། བའལ་བྱེད། བའལ། བའོས་ཤིག

༩༥ ཇི་མ་འཁྱད་པར་བྱེད་དོན། བཤེས་བྱ། བཤེས་བྱེད། བཤེས། བཤོས་ཅིག

༩༦ དཀྱག་པའམ་སྤྱབ་པའི་དོན།

བཤེགས་བྱ། བཤེགས་བྱེད། བཤེགས། བཤེགས་ཤིག

༩༧ རྒྱན་ལྷགས་འགོག་པའམ་འབྲལ་དུ་འཇུག་པའི་དོན།

བཤུ་བྱ། བཤུ་བྱེད། བཤུས། བཤུས་ཤིག

༩༨ སྒྲོང་པའམ་སྒྲིགས་པའི་དོན། བཤུང་བྱ། བཤུང་བྱེད། བཤུངས། བཤུངས་ཤིག

༩༩ མེ་ལ་ལྷེས་ནས་ངར་དུ་འཇུག་པའི་དོན།

བཤེད་བྱ། བཤེད་བྱེད། བཤེད། བཤེད་ཅིག

༡༠ བརྟག་དབྱེད་བྱེད་པའི་དོན། བཤེར་བྱ། བཤེར་བྱེད། བཤེར། བཤེར་ཅིག

༡༡ བརྟེན་ཅིང་། འཁྱིག་སྒྲོར་བྱེད་པའི་དོན། བཤོ་བྱ། བཤོ་བྱེད། བཤོས། བཤོས་ཤིག

༡༢ བྱི་སྒྲར་དང་བྱི་འགྲུང་བྱེད་པའི་དོན།

བཤོལ་བྱ། བཤོལ་བྱེད། བཤོལ། བཤོལ་ཅིག

༡༣ ཇི་མ་འདག་པར་བྱེད་པ་དང་སྒྲོན་སྒྲོང་པའི་དོན།

བསང་བྱ། བསང་བྱེད། བསངས། བསོངས་ཤིག

༡༤ གདན་འཇོན་པའི་དོན། བསུ་བྱ། བསུ་བྱེད། བསུས། བསུས་ཤིག

༡༥ བརྟེན་ཅིང་། རེག་པ་དང་ཐུག་པའི་དོན།

བསུར་བྱ། བསུར་བྱེད། བསུར། བསུར་ཅིག

༡༦ གཅེས་སྤྱས་བྱེད་པའམ་སེར་སྤྱ་བྱེད་པའི་དོན།

བསེར་བྱ། བསེར་བྱེད། བསེར། བསེར་ཅིག

༡༧ ངལ་བ་ལས་སྤྱར་གསོ་པའི་དོན། བསོ་བྱ། བསོ་བྱེད། བསོས། བསོས་ཤིག

ཕོ་བཟེལ་དུས་གསུམ་བྲབ་མཉམ་ལ་འཇུག་པའི་བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དང་ པའི་ལས་ཆིག

ཆིག་དོན།

མ་འོངས། ད་ལྟ། འདས། སྐུལ་ཆིག

༡ འཁོན་འཛིན་བྱེད་པའི་དོན།

བཀོན། བཀོན། བཀོན།

༢ འོད་སོགས་འཆར་བའི་དོན།

བཟ། བཟ། བཟ།

༣ ལྟོགས་པའི་དོན།

བཟེས། བཟེས། བཟེས།

༤ ཞེ་ཆིག །རྩེད་ཆ་པའི་དོན།

བཟེས། བཟེས། བཟེས།

༥ སྐུ་བའམ་འབྱིད་པའི་དོན།

བཟད། བཟད། བཟད། ཟད།

༦ གཟེ་རམ་ཆེ་བར་འགྱུར་བའི་དོན།

བཟིད། བཟིད། བཟིད།

༧ དར་བའམ་རྒྱས་པའི་དོན།

བསྐྱ། བསྐྱ། བསྐྱས།

༨ ཡོད་བའམ་ཐོབ་པའི་དོན།

བདོག །བདོག །བདོག

༩ ཤེད་ཀྱིས་རེག་པའ་ལྷག་པའི་དོན།

བདབ། བདབ། བདབས།

༡༠ སྤྱ་གྲུ་སྐྱེ་བའི་དོན།

བཅའ། བཅའ། བཅས།

༡༡ རེས་སུ་ཆགས་བའམ་སྦྲིང་ཉེ་བའི་དོན།

བཅེ། བཅེ། བཅེ། བཅེ།

༡༢ གད་མོ་དགོད་པ་དང་། མེ་ཉོག་ཁ་བྱེ་བའི་དོན།

བཞད། བཞད། བཞད། བཞོད།

༡༣ གཤེར་ཁུའི་རིགས་འབབ་བའམ་འཛག་པའི་དོན།

བཞུར། བཞུར། བཞུར།

༡༤ བསྐྱལ་པ་དང་། མོད་པ། ཐེག་པ། ལུས་པའི་དོན།

བཞོད། བཞོད། བཞོད། བཞོད།

༡༥ བོར་བ་དང་སྟོར་བའི་དོན།

བཟླག །བཟླག །བཟླགས།

༡༦ འཁྲུ་བའམ་འབྱུང་བའི་དོན།

བཤལ། བཤལ། བཤལ།

༡༧ རུབ་པ་དང་འཐེབས་པ་སྐྱིབ་པ་བཅས་ལ་འཇུག །

བསྐྱིབ། བསྐྱིབ། བསྐྱིབས།

ཕྱིན་འཇུག་མ་ནིང་ག་ཡིག་དུས་གསུམ་ཁྱབ་མཉམ་ལ་འཇུག་པའི་བྱ་ བྱེད་ཐ་དད་པའི་ལས་ཆོག་

ཆོག་དོན།

མ་འོངས། ད་ལྟ། འདས། སྐལ་ཆོག་

༡ གཏོར་བཤམ་འཆོལ་དུ་འཇུག་པའི་དོན།

གཙུག་གྱ། གཙུག་བྱེད། གཙུག་ལ། གཙུག་ཅིག་

༢ གཅིན་པ་གཏོར་བའི་དོན།

གཅི་བྱ། གཅི་བྱེད། གཅིས། གཅིས་ཤིག་

༣ གྲིས་ཤ་སོགས་གཙུག་པའི་དོན།

གཅིལ་བྱ། གཅིལ་བྱེད། གཅིལ། གཅིལ་ཅིག་

༤ ཐུམ་ནང་དུ་གཏུམ་པའི་དོན།

གཏུད་བྱ། གཏུད་བྱེད། གཏུད། གཏུད་ཅིག་

༥ ཡུལ་སྐད་དུ་རྟེན་རྟེན་བྱེད་པའི་དོན།

གཉོག་བྱ། གཉོག་བྱེད། གཉོགས། གཉོགས་ཤིག་

༦ སོ་ལྟ་བུ་བྱེད་པའམ་འཆོལ་བའི་དོན།

གཏུལ་བྱ། གཏུལ་བྱེད། གཏུལ། གཏུལ་ཤིག་

༧ འདོད་དོན་འཛུབ་པར་བཙོན་པའི་དོན།

གཉེར་བྱ། གཉེར་བྱེད། གཉེར། གཉེར་ཅིག་

༨ སོ་ཡིས་ཞིབ་མོར་ལྟ་བའི་དོན།

གཉག་བྱ། གཉོག་བྱེད། གཉགས། གཉོགས་ཤིག་

༩ འཆོལ་བཤམ་སྟོང་པའི་དོན།

གཏད་བྱ། གཏོད་བྱེད། གཏད། གཏོད་ཅིག་

༡༠ བཤད་པ་དང་རྫོང་པའི་དོན།

གཏམ་བྱ། གཏམ་བྱེད། གཏམས། གཏོམས་ཤིག་

༡༡ འགོངས་པའི་དོན།

གཏམས་བྱ། གཏམས་བྱེད། གཏམས། གཏོམས་ཤིག་

༡༢ ཁྱབ་ཞུགས་སོགས་གཙུགས་ནས་འདོན་པའི་དོན།

གཏར་བྱ། གཏར་བྱེད། གཏར། གཏོར་ཅིག་

༡༣ དབུགས་གཟུགས་ཀྱིས་སྒྲིབ་པའམ་འཐེབས་པའི་དོན།

གཏྲིབ་བྱ། གཏྲིབ་བྱེད། གཏྲིབས། གཏྲིབས་ཤིག་

༡༥ བན་ཚུན་ཐུག་བཟུང་འབྲང་དུ་འཇུག་པའི་དོན།

གཏུག་བྱ། གཏུག་བྱེད། གཏུགས། གཏུགས་ཤིག

༡༦ དུམ་བྱར་གཙོད་པའི་དོན། གཏུབ་བྱ། གཏུབ་བྱེད། གཏུབས། གཏུབས་ཤིག

༡༧ རུད་པ་གཏོང་བ་དང་འབྲུལ་བར་བྱེད་པའི་དོན།

གཏུལ་བྱ། གཏུལ་བྱེད། གཏུལ། གཏུལ་ཅིག

༡༨ མཇུ་བ་མོ་བཞེབས་ནས་སྒྲ་འབྱིན་པའི་དོན།

གཏོག་བྱ། གཏོག་བྱེད། གཏོགས། གཏོགས་ཤིག

༡༩ ཐོར་བྱར་གཏོར་པའི་དོན། གཏོར་བྱ། གཏོར་བྱེད། གཏོར། གཏོར་ཅིག

༢༠ ཁ་མིག་སོགས་བྱེ་བའི་དོན། གདང་བྱ། གདང་བྱེད། གདངས། གདོངས་ཤིག

༢༡ སྒྲན་སོགས་ཡུན་རིང་དུ་སྒྲོལ་བའི་དོན། གདུ་བྱ། གདུ་བྱེད། གདུས། གདུས་ཤིག

༢༢ ཡར་འབྱར་བཟུང་སྒྲིང་བའི་དོན།

གདེང་བྱ། གདེང་བྱེད། གདེངས། གདེངས་ཤིག

༢༣ ཞེ་ཆོག་། རྟེར་བཟུང་སྒྲུལ་བའི་དོན།

གནང་བྱ། གནང་བྱེད། གནང། གནོངས་ཤིག

༢༤ འཚོ་བ་དང་རྒྱག་པའི་དོན། གནོད་བྱ། གནོད་བྱེད། གནོད།

༢༥ གྲི་མདུང་སོགས་ཀྱིས་སྒྲན་པའི་དོན།

གཙག་བྱ། གཙག་བྱེད། གཙགས། གཙགས་ཤིག

༢༦ གཙེས་སྒྲས་དང་གུས་བཀུར་བྱེད་པའི་དོན།

གཙི་བྱ། གཙི་བྱེད། གཙིས། གཙིས་ཤིག

༢༧ ཨམ་གཙིགས་བསྐྱམས་ནས་སོ་མཛོན་པའི་དོན།

གཅིགས་བྱ། གཅིགས་བྱེད། གཅིགས། གཅིགས་ཤིག

༡༧ དངོས་ཇས་པན་ཚུན་བཅར་པའི་དོན།

གཙུབ་བྱ། གཙུབ་བྱེད། གཙུབས། གཙུབས་ཤིག

༡༩ གཞོད་པའམ་སྟན་པར་བྱེད་པའི་དོན། གཙེ་བྱ། གཙེ་བྱེད། གཙེས། གཙེས་ཤིག

༡༩ རྩ་བར་སྟན་པར་བྱེད་པའི་དོན། གཙེར་བྱ། གཙེར་བྱེད། གཙེར། གཙེར་ཅིག

༢༠ དཔྱོད་པ་དང་ཚྭ་པའི་དོན། གཞིག་བྱ། གཞིག་བྱེད། གཞིགས། གཞིགས་ཤིག

༢༡ ཤིང་སོགས་གཞོག་པའི་དོན། གཞུར་བྱ། གཞུར་བྱེད། གཞུར། གཞུར་ཅིག

༢༢ ཟན་པའི་དོན། གཞེན་བྱ། གཞེན་བྱེད། གཞེན། གཞེན་ཅིག

༢༣ བཅོམ་པའི་དོན། གཞེར་བྱ། གཞེར་བྱེད། གཞེར། གཞེར་ཅིག

༢༤ མེས་འཆིག་པའི་དོན། གཞོབ་བྱ། གཞོབ་བྱེད། གཞོབས། གཞོབས་ཤིག

༢༥ འབད་པ་བྱེད་པའི་དོན། གཞོལ་བྱ། གཞོལ་བྱེད། གཞོལ། གཞོལ་ཅིག

༢༦ ཕྱིར་འདོན་པ་དང་གཏིག་པའི་དོན།

གཟག་བྱ། གཟག་བྱེད། གཟགས། གཟོགས་ཤིག

༢༧ སྦྱོར་བ་དང་གཟིག་བྱེད་པའི་དོན། གཟའ་བྱ། གཟའ་བྱེད། གཟས། གཟས་ཤིག

༢༨ འགེལ་བ་དང་ཐུར་དུ་དབྱུང་དུ་འཇུག་པའི་དོན།

གཟར་བྱ། གཟར་བྱེད། གཟར། གཟར་ཅིག

༢༩ བཅོམ་པའི་དོན། ཡར་འཛོགས་པའི་དོན།

གཟེག་བྱ། གཟེག་བྱེད། གཟེགས། གཟེགས་ཤིག

༣༠ ཡར་འཛོགས་པའམ་བྱེན་དུ་ཁྱོད་པའི་དོན།

གཟེང་བྱ། གཟེང་བྱེད། གཟེངས། གཟེངས་ཤིག

- ༤༡ རིན་ལན་འངལ་བའམ་གསོ་བའི་དོན། གཞོ་བྲ། གཞོ་བྲེད། གཞོས། གཞོས་ཤིག
༤༢ རྒྱུ་ཞོས་པའི་དོན། གཟན་བྲ། གཞོན་བྲེད། གཞོན། གཞོན་ཅིག
༤༣ འཕེན་བའམ་སྐྱར་བའི་དོན།
 གཡུག་བྲ། གཡུག་བྲེད། གཡུགས། གཡུགས་ཤིག
༤༤ འཁྲིག་ལོག་བྲེད་པའི་དོན།
 གཡེམ་བྲ། གཡེམ་བྲེད། གཡེམས། གཡེམས་ཤིག
༤༥ ཁ་ཟས་བཅའ་བ་དང་འཛོད་པའི་དོན།
 གཡོ་བྲ། གཡོ་བྲེད། གཡོས། གཡོས་ཤིག
༤༦ སྒོན་བ་དང་འགོ་བས་པའི་དོན།
 གཡོག་བྲ། གཡོག་བྲེད། གཡོགས། གཡོགས་ཤིག
༤༧ གཡུག་པའི་དོན། གཡལ་བྲ། གཡོལ་བྲེད། གཡལས། གཡོལས་ཤིག
༤༨ ཅ་ལག་སོགས་གནས་སྐབས་གཞན་ལ་བཀོལ་སྤྱོད་བྲེད་འབྲུག་པའི་དོན།
 གཡར་བྲ། གཡོར་བྲེད། གཡར། གཡོར་ཅིག
༤༩ ཟུར་བའམ་བྱོལ་བའི་དོན། གཡོལ་བྲ། གཡོལ་བྲ། གཡོལ། གཡོལ་ཅིག
༥༠ བད་རྟིང་། གསེད་བ་དང་འབྲུག་པའི་དོན།
 གཤམ་བྲ། གཤམ་བྲེད། གཤམ། གཤམ་ཅིག
༥༡ སྒྲིག་བ་དང་མཉམ་དུ་སྒྲིབ་པའི་དོན།
 གཤིབ་བྲ། གཤིབ་བྲེད། གཤིབས། གཤིབས་ཤིག
༥༢ བརྒན་པར་བྲེད་པའི་དོན། གཤེར་བྲ། གཤེར་བྲེད། གཤེར། གཤེར་ཅིག
༥༣ འཕོ་བ་དང་ལྷག་པའི་དོན། གཤོ་བྲ། གཤོ་བྲེད། གཤོས། གཤོས་ཤིག

༥༥ སེལ་བྱར་བྱེད་པའི་དོན། གཤག་བྱ། གཤོག་བྱེད། གཤགས། གཤོགས་ཤིག

༥༥ གཞན་ལ་མི་མཛོན་པར་བྱེད་པའི་དོན།

གསང་བྱ། གསང་བྱེད། གསངས། གསོངས་ཤིག

༥༦ ལྷར་དུ་སྒྲོར་བའི་དོན།

གསིར་བྱ། གསིར་བྱེད། གསིར། གསིར་ཅིག

༥༧ ཞེ་ཆིག །སྤྲ་བའི་དོན།

གསུང་བྱ། གསུང་བྱེད། གསུངས། གསུངས་ཤིག

༥༨ མེས་ཡིས་སྤྲེག་པའི་དོན།

གསུར་བྱ། གསུར་བྱེད། གསུར། གསུར་ཅིག

༥༩ གཤག་པའམ་གསེལ་བའི་དོན།

གསེ་བྱ། གསེ་བྱེད། གསེད། གསེད་ཅིག

༦༠ བར་མཚམས་སྟོན་པོར་གཏོང་བའི་དོན།

གསེང་བྱ། གསེང་བྱེད། གསེང། གསེང་ཞིག

༦༡ སྒྲོང་བའམ་འཆོ་བའི་དོན།

གསོ་བྱ། གསོ་བྱེད། གསོས། གསོས་ཤིག

༦༢ ཞེ་ཆིག །ཉན་པའི་དོན།

གསན་བྱ། གསན་བྱེད། གསན། གསན་ཅིག

༦༣ སྒྲོར་ག། ལྷན་ག། འབྱར་བ་བཅས་ཀྱི་དོན།

གསོར་བྱ། གསོར་བྱེད། གསོར། གསོར་ཅིག

༦༤ ལྷ་བའམ་འབྲུལ་བའི་དོན།

གསོལ་བྱ། གསོལ་བྱེད། གསོལ། གསོལ་ཅིག

མ་ཞིང་ག། ཡིག་དུས་གསུམ་བྱུང་མཉམ་ལ་འཇུག་པའི་བྱ་བྱེད་ཐ་
མི་དད་པའི་ལས་ཆིག

ཆིག་དོན།

མ་འོངས། ད་ལྟ། འདས། ལྷལ་ཆིག

༡ མཆེད་པ་དང་བྱུང་བའི་དོན།

གདལ། གདལ། གདལ།

༢ བཤད་པའི་དོན།

གདས། གདས། གདས།

༣ རྒྱལ་ཏེ་སྟོག་སྟོག་ཏུ་འབྱར་བའི་དོན།	གདུ། གདུ། གདུས།
༤ མནར་བའམ་གཟེར་བའི་དོན།	གདུང་། གདུང་། གདུངས།
༥ བད་སྟེང་། འིན་ཏུ་སེམས་བའི་དོན།	
གཙེ་གས། གཙེ་གས། གཙེ་གས། གཙེ་གས།	
༦ འ་མི་སྟེ་བ་དང་། མ་ཁ་སོས་དཀའ་བའི་དོན།	གཞལ། གཞལ། གཞལ།
༧ བད་རྟེང་། མཐུན་བའི་དོན།	གཞར། གཞར། གཞར།
༨ བད་རྟེང་། མགྲ་བའི་དོན།	གཞལ། གཞལ། གཞལ།
༩ བད་རྟེང་། བཞུགས་པ། འཚོ་བ། གནས་བའི་དོན།	གཞེས། གཞེས། གཞེས།
༡༠ གཞོད་བའམ་གཙེ་བའི་དོན།	གཟན། གཟན། གཟན།
༡༡ ཡར་བཀལ་ནས་སྟེ་གཞན་མར་འབྱུང་བའི་དོན།	གཟེད། གཟེད། གཟེད། གཟེད།
༡༢ ར་ཐུག་སྟེ་བའི་དོན།	གཟེར། གཟེར། གཟེར། གཟེར།
༡༣ ཟ་ཐུག་ལང་བ་དང་། གཡལ་ཆགས་བའི་དོན།	གཡལ། གཡལ། གཡལ།
༡༤ གྲུལ་བའི་དོན།	གཡལ། གཡལ། གཡལ།
༡༥ རྒྱགས་བའམ་སྒྱིགས་བུ་བྱེད་བའི་དོན།	གཡིག། གཡིག། གཡིག།
༡༦ གཉིད་ལོག་བའམ་གཉིད་ཁྲག་བའི་དོན།	གཡུར། གཡུར། གཡུར།
༡༧ སེམས་དང་མིག་གཞན་ལ་ཤོར་བའི་དོན།	གཡེང་། གཡེང་། གཡེངས།
༡༨ སེམས་གཡེང་བའི་དོན།	གཡེལ། གཡེལ། གཡེལ།
༡༩ འགྲུལ་བའམ་འགྱུར་བའི་དོན།	གཡོ། གཡོ། གཡོ།
༢༠ དམ་པོར་འགྱུར་བའི་དོན།	གཡགས། གཡགས། གཡགས།
༢༡ བད་རྟེང་། མཐུན་བའི་དོན།	གཡེམ། གཡེམ། གཡེམ།

༡༠ རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་ཤེས་པར་བྱེད་པའི་དོན།

དཔག་བྱ། དཔོག་བྱེད། དཔགས། དཔོགས་ཤིག

༡༡ རྗེས་སམ་ཤུལ་གཏོད་པའི་དོན། དཔར་བྱ། དཔར་བྱེད། དཔར། དཔར་ཅིག

༡༢ བད་མྱོང་། སྤེལ་བའི་དོན། དཔེལ་བྱ། དཔེལ་བྱེད། དཔེལ། དཔེལ་ཅིག

༡༣ དག་ནས་བཤད་པ་ཡི་གེར་འགོད་པའི་དོན།

དཔོད་བྱ། དཔོད་བྱེད། དཔོད། དཔོད་ཅིག

༡༤ འཕྲ་སྟོང་བྱེད་པའི་དོན།

དབྲ་བྱ། དབྲ་བྱེད། དབྲས། དབྲས་ཤིག

༡༥ དངོས་རྒྱས་ཐུར་བྱ་བརྒྱར་བའི་དོན།

དབྲང་བྱ། དབྲང་བྱེད། དབྲངས། དབྲངས་ཤིག

༡༦ བསམ་སྒྲོས་ཉོག་པའམ་འཇལ་བའི་དོན།

དབྲད་བྱ། དབྲད་བྱེད། དབྲད། དབྲད་ཅིག

༡༧ རྟོག་པོ་ཆེན་པོ་རྟོག་པོ་རྒྱུར་བྱུར་བའི་དོན།

དབྲལ་བྱ། དབྲལ་བྱེད། དབྲལ། དབྲལ་ཅིག

༡༨ ཞིབ་མོར་འཐག་པའི་དོན། དབྲར་བྱ། དབྲར་བྱེད། དབྲར། དབྲར་ཅིག

༡༩ རལ་བར་བྱེད་པའི་དོན། དབྲལ་བྱ། དབྲེལ་བྱེད། དབྲལ། དབྲེལ་ཅིག

༢༠ མཐོང་བ་དང་འཐོབ་པའི་དོན།

དམིགས་བྱ། དམིགས་བྱེད། དམིགས། དམིགས་ཤིག

༢༡ ཟས་སོགས་ལྟད་པའི་དོན། དམུར་བྱ། དམུར་བྱེད། དམུར། དམུར་ཅིག

༢༢ ཁ་དན་སྟོག་པ་དང་སྟོང་པའི་དོན། དམོད་བྱ། དམོད་བྱེད། དམོད། དམོད་ཅིག

༢༣ གོས་རྒྱ་ནང་བྱ་འཇུག་པའི་དོན།

དཔྱུག་བྲ། དཔྱུག་བྲེ། དཔྱུགས། དཔྱུགས་ཤིག

སྒོན་འཇུག་མ་ནིང་ད་ཡིག་དུས་གསུམ་ཁྲབ་མཉམ་ལ་འཇུག་བའི་བྲ་
བྲེད་ཐ་མི་དད་བའི་ལས་ཆིག

ཆིག་དོན།	མ་འོངས། ད་ལྟ། འདས། སྐུལ་ཆིག
༡ གཤེར་ཁུ་འབྲགས་ནས་སྤ་འཐས་སུ་གྱུར་བའི་དོན།	དཀག། །དཀག། །དཀག།
༢ རི་བོ་བ་དང་། འཇག་བའམ་སྤང་བའི་དོན།	དུ། དུ། དུ། དུ།
༣ བཟེད་བའམ་དོར་བའི་དོན།	དུང། དུང། དུང།
༤ སྒོ་བའམ་དགེས་བའི་དོན།	དགལ། དགལ། དགལ།
༥ སྒྱར་བའམ་སྒྱར་དུ་གྲག་བའི་དོན།	དགྲ། དགྲ། དགྲ།
༦ བརྟེན་ན་བའི་དོན།	དགྲས། དགྲས། དགྲས།
༧ སེམས་དགའ་བའི་དོན།	དགེས། དགེས། དགེས།
༨ མཁོ་བའི་དོན།	དགོས། དགོས། དགོས།
༩ རྒྱབ་ཕྱོགས་སུ་འཁོར་བའི་དོན།	དམེད། དམེད། དམེད། དམེད།
༡༠ དགའ་བའི་དོན།	དམེས། དམེས། དམེས།
༡༡ འཇིགས་བའམ་སྒྲག་བའི་དོན།	དངང་། དངང་། དངངས།
༡༢ མངའ་བའམ་འཛོལ་བའི་དོན།	དབང་། དབང་། དབང་།
༡༣ རྒྱ་ཚོར་གྲིས་ཐོངས་བའི་དོན།	དབུལ། དབུལ། དབུལ། དབུལ།
༡༤ མེད་བའམ་ཉུང་བའི་དོན།	དབེན། དབེན། དབེན།
༡༥ ཐོངས་པ་དང་མེད་པར་གྱུར་བའི་དོན།	དམན། དམན། དམན། དམན།

སྒྲོན་འབྲུག་མོ་འཕྱིག་དུས་གསུམ་ཁྲབ་མཉམ་ལ་འབྲུག་པའི་བྱ་
བྱེད་ཐ་དད་པའི་ལས་ཆོག

[illegible]

- འཕྱོགས་བྱ། འཕྱོགས་བྱེད། འཕྱོགས། འཕྱོགས་ཤིག
- ༩ འཛིན་པའམ་འཆང་བའི་དོན། འརྩ་བྱ། འརྩ་བྱེད། འརྩས། འརྩས་ཤིག
- ༤ ཏམ་འཐུང་བྱེད་པའི་དོན། འངང་བྱ། འཛོང་བྱེད། འངངས། འཛོངས་ཤིག
- ༡༠ གཞན་ལ་ཆོར་དུ་མི་འརྩག་པར་ཡིབ་པའི་དོན།
- འངབ་བྱ། འངབ་བྱེད། འངབས། འཛོབས་ཤིག
- ༡༡ དངངས་པ་དང་སྒྲག་པའི་དོན། འཛིགས་བྱ། འཛིགས་བྱེད། འཛིགས།
- ༡༢ སེར་སྒྲ་བྱེད་པའི་དོན། འརྩང་བྱ། འརྩང་བྱེད། འརྩངས། འརྩངས་ཤིག
- ༡༣ བརྩ་ཆེད། འཕྱིག་པ་དང་། བརྩག་པའི་དོན།
- འརྩད་བྱ། འརྩད་བྱེད། འརྩད། འརྩད་ཅིག
- ༡༤ གྲོག་འཁྲབ་པའི་དོན། འཆམ་བྱ། འཆམ་བྱེད། འཆམས། འཆོམས་ཤིག
- ༡༥ ཟས་སྒྲ་མའི་རིགས་སོས་ལྷད་པ་དང་སྒྲར་སྒྲར་བྱེད་པའི་དོན།
- འཆའ་བྱ། འཆའ་བྱེད། འཆོས། འཆོས་ཤིག
- ༡༦ བརྩ་ཆེད། འཕྱོག་པའི་དོན། འརྩུ་བྱ། འརྩུ་བྱེད། འརྩུས། འརྩུས་ཤིག
- ༡༧ བཙན་གྱིས་བརྩལ་ཏེ་སྒྲུལ་བའི་དོན།
- འརྩུམས་བྱ། འརྩུམས་བྱེད། འརྩུམས། འརྩུམས་ཤིག
- ༡༨ གྱིམས་པ་དང་འཁྱོག་པའི་དོན།
- འརྩུས་བྱ། འརྩུས་བྱེད། འརྩུས། འརྩུས་ཤིག
- ༡༩ ཁས་ལེན་བྱེད་པའི་དོན། འཆེ་བྱ། འཆེ་བྱེད། འཆེས། འཆེས་ཤིག
- ༢༠ རྩལ་པ་དང་། ཐག་པ་སོགས་འཕྲེན་པའི་དོན།
- འཕྲེན་བྱ། འཕྲེན་བྱེད། འཕྲེན། འཕྲེན་ཅིག

༡༣ བད་མྱོང་། གཤེན་ལས་བྱེད་པའི་དོན།

འདད་བྲ། འདད་བྱེད། འདད། འདད་ཅིག

༡༤ བྱིར་འབྱེན་པ་དང་། འདེགས་པ་བཅས་ཀྱི་དོན།

འཛོང་བྲ། འཛོང་བྱེད། འཛོངས། འཛོངས་ཤིག

༡༥ བད་མྱོང་། སྤངས་པའི་དོན།

འཕུང་བྲ། འཕུང་བྱེད། འཕུངས། འཕུངས་ཤིག

༡༦ འདའ་བ་དང་། འབྱད་པ། སྒྲུར་བ་བཅས་ལ་འཇུག །

འཕུལ་བྲ། འཕུལ་བྱེད། འཕུལ། འཕུལ་ཅིག

༡༧ རྒྱག་པ་དང་། དེག་པ། འདོར་བ་བཅས་ལ་འཇུག །

འཔང་བྲ། འཔེན་བྱེད། འཔངས། འཔོངས་ཤིག

༡༨ བརྟམ་སྒྲོད་བྱེད་པའི་དོན།

འཕྲ་བྲ། འཕྲ་བྱེད། འཕྲས། འཕྲོས་ཤིག

༡༩ ཐུར་དུ་དབྱང་དུ་འཇུག་པའི་དོན། འཕྱང་བྲ། འཕྱང་བྱེད། འཕྱངས། འཕྱོངས་ཤིག

༢༠ རྒྱན་གོས་སོགས་ཀྱིས་བརྒྱན་པའི་དོན། འཕྱོར་བྲ། འཕྱོར་བྱེད། འཕྱོར། འཕྱོར་ཅིག

༢༡ རྟོན་གྱིས་རྒྱང་པ་གཡུག་པའི་དོན། འཕྲ་བྲ། འཕྲ་བྱེད། འཕྲས། འཕྲས་ཤིག

༢༢ གཞུ་བ་བཤམ་འཕུར་བཤམ་འབྱད་པ་བཅས་ལ་འཇུག །

འཕྲུག་བྲ། འཕྲུག་བྱེད། འཕྲུགས། འཕྲུགས་ཤིག

༢༣ ཞོར་ལ་དོན་གཞན་བཤམ་པའི་དོན། འཕྲོས་བྲ། འཕྲོས་བྱེད། འཕྲོས། འཕྲོས་ཤིག

༢༤ ཅོལ་བ་དང་བཅོལ་པའི་དོན། འབད་བྲ། འབད་བྱེད། འབད། འབད་ཅིག

༢༥ རྒྱ་ནང་གོས་པ་སྒྲོས་ཏེ་འཕྲོ་བའི་དོན།

འབོག་བྲ། འབོག་བྱེད། འབོགས། འབོགས་ཤིག

༦ ཐུལ་བའི་དོན།

པ། གང་དེད་ཀྱིས་འབྲུག་ས་པར་འགྱུར་བའི་དོན།

༤ ཐག་ཚོད་པའི་དོན།

༤ ཡིད་མ་ཚིམ་ས་བའམ་འདོད་པ་གང་མེད་པའི་དོན།

༡༠ སྡོད་པའམ་གནས་པའི་དོན།

༡༡ གང་ནས་རངས་པར་འགྱུར་བའི་དོན།

༡༣ ། གང་བའམ་དོད་མེད་པའི་དོན།

༡༦ དོན་རྒྱུང་མེད་པའི་སྐད་ཆ་བཤད་པའི་དོན།

༡༥ དམ་པོར་བཟུང་བའམ་ཆེས་པའི་དོན།

༡༩ ལྷོད་དམ་ཐུམ་ནང་དུ་གང་བའི་དོན།

༡༩ འཁོར་བའི་དོན།

༡༠ འཁོར་བའམ་མུ་སོགས་འབྱེལ་བའི་དོན།

༡༡ ལྷུང་བའམ་རྒྱུན་པའི་དོན།

༡༣ ལས་འགན་སྲོགས་གཙང་བའི་དོན།

༡༧ འགྲོས་པའི་དོན།

༣༥ ཡོ་བའི་དོན།

༡༩ བར་མ་ཆད་པའམ་ལྷ་མཁུད་པའི་དོན།

༡༥ གཡོ་བའི་དོན།

༡༩ འབྲེག་བའམ་ཡ་ཡོར་དུ་འགྱུར་བའི་དོན།

འཁུམ། འཁུམ། འཁུམས།

འཁྱུ་ལ། འཁྱུ་ལ། འཁྱུ་ལ།

འཁྱེད་། འཁྱེད་། འཁྱེདས།

འཁྲེལ། འཁྲེལ། འཁྲེལ།

འཁོང་། འཁོང་། འཁོངས།

འཁོད། འཁོད། འཁོད།

འཁོབ། འཁོབ། འཁོབས།

འབྲུག་ | འབྲུག་ | འབྲུག་ས།

འབྲུལ། འབྲུལ། འབྲུལ།

འབྲིག་ |འབྲིག་ |འབྲིགས།

འབྲིམས། འབྲིམས། འབྲིམས།

འབྲིང་། འབྲིང་། འབྲིང་།

འབྲིལ། འབྲིལ། འབྲིལ།

འབྲུག་ འབྲུག་ འབྲུག་ས།

འཁྱུར། འཁྱུར། འཁྱུར།

འབྲུས། འབྲུས། འབྲུས།

འབྲེག་ |འབྲེག་ |འབྲེགས།

འབྲེང་། འབྲེང་། འབྲེངས།

འབྲེམ། འབྲེམ། འབྲེམས།

འཕྲོ་པ། འཕྲོ་པ། འཕྲོ་པ།

༡༩ མཐར་ཕྱིན་པའམ་སྒྲེབས་པའི་དོན།	འཁྲོལ། འཁྲོལ། འཁྲོལ།
༢༠ བད་མྱིང་། འཕྱོ་བའི་དོན།	འཁྲོས། འཁྲོས། འཁྲོས།
༢༡ ཆགས་པའམ་བཞེན་པའི་དོན།	འབྲ། འབྲ། འབྲས།
༢༢ ལས་འགན་སོགས་ཁྱར་དུ་འབབ་པའི་དོན།	འབྲི། འབྲི། འབྲིས།
༢༣ འཐིབས་པའི་དོན།	འབྲིགས། འབྲིགས། འབྲིགས།
༢༤ སྐྱག་པའམ་འཛིགས་པའི་དོན།	འབྲིམས། འབྲིམས། འབྲིམས།
༢༥ རྟེན་པའམ་བལལ་བའི་དོན།	འབྲུ། འབྲུ། འབྲུས།
༢༦ གོ་རིམ་སོགས་ནོར་བའི་དོན།	འབྲུག། འབྲུག། འབྲུགས།
༢༧ རྒྱུ་བའི་ཞེ་ཆོག།	འབྲུང་། འབྲུང་། འབྲུངས།
༢༨ རོར་བའམ་འཛོལ་བའི་དོན།	འབྲུལ། འབྲུལ། འབྲུལ།
༢༩ བད་མྱིང་། ཆགས་པའམ་ཞེན་པའི་དོན།	འབྲེན། འབྲེན། འབྲེན།
༣༠ སེམས་རྒྱད་ཤེངས་པའི་དོན།	འབྲེབ། འབྲེབ། འབྲེབས།
༣༡ རུས་ཆོག་འཆུས་པ་དང་། ཁྱོད་ཁོག་སྒོས་པའི་དོན།	འབྲོག། འབྲོག། འབྲོགས།
༣༢ རོགས་པའམ་ཁེགས་པའི་དོན།	འགག། འགག། འགགས།
༣༣ མི་མ་ཐུན་པའི་དོན།	འགལ། འགལ། འགལ།
༣༤ བད་མྱིང་། འགྱིང་བའི་དོན།	འགྱིང་། འགྱིང་། འགྱིང་། འགྱིངས།
༣༥ གཡོ་བའི་དོན།	འགྲུལ། འགྲུལ། འགྲུལ།
༣༦ ཐར་བའི་དོན།	འགོང་། འགོང་། འགོངས།
༣༧ ཡུན་རིང་དུ་འགོར་བའམ་ཐོགས་པའི་དོན།	འགྱང་། འགྱང་། འགྱངས།
༣༨ གྲུ་རྒྱར་གཡོ་བའི་དོན།	འགྲུ། འགྲུ། འགྲུས།

༤༩ སོ་སོར་བལ་བའམ་ལོགས་སུ་བཀར་བའི་དོན།	འགྲེ། འགྲེ། འགྲེས།
༥༠ སར་ལོག་བའམ་རྟེན་བའི་དོན།	འགྲེལ། འགྲེལ། འགྲེལ།
༥༡ སྤར་བྱས་གྱི་བྱ་བ་ལ་སེམས་སྤྱག་བྱེད་བའི་དོན།	འགྲོད། འགྲོད། འགྲོད།
༥༢ ཟས་ཟོས་ནས་ལྟོ་བ་རྒྱགས་བའི་དོན།	འགྲང་། འགྲང་། འགྲངས།
༥༣ བྱབ་བའམ་མཆེད་བའི་དོན།	འགམ། འགམ། འགམས།
༥༤ དགར་འཛིན་བའི་དོན།	འགས། འགས། འགས།
༥༥ འོས་ཤིང་འཆོམས་བའི་དོན།	འགྲིག། འགྲིག། འགྲིགས།
༥༦ ཟད་བའམ་རྩེ་ཉུང་དུ་འགྱུར་བའི་དོན།	འགྲིབ། འགྲིབ། འགྲིབས།
༥༧ འགྲེལ་ལོག་བྱེད་བའི་དོན།	འགྲེ། འགྲེ། འགྲེས།
༥༨ ཡིད་མཐུན་དང་ཡིད་རང་བའི་དོན།	འཆོམས། འཆོམས། འཆོམས།
༥༩ ཟས་ཟ་འདོད་ཉམས་བའི་དོན།	འཆུ། འཆུ། འཆུས།
༦༠ རོར་བའམ་འཛོལ་བའི་དོན།	འཆུག། འཆུག། འཆུགས།
༦༡ བཟླ་ཆིང་། ཞེན་བའམ་ཆགས་བའི་དོན།	འཆུམ། འཆུམ། འཆུམས།
༦༢ འབྲུག་པ་དང་རོར་བའི་དོན།	འཆོལ། འཆོལ། འཆོལ།
༦༣ བཟླ་ཆིང་། ལེན་པ། ཡིད་ཆོམ་པ། ཡིད་ལ་འཇགས་པ་བཅས་ལ་འཇུག།	འཇེན། འཇེན། འཇེན།
༦༤ ཡིད་དུ་འོང་བའམ་སྒོ་ལ་བབས་བའི་དོན།	འཇེབས། འཇེབས། འཇེབས།
༦༥ འདོད་པ་སྟེར་བ་དང་སྟོང་བའི་དོན།	འཇོ། འཇོ། འཇོ།
༦༦ མཁྲིས་ནད་གྱིས་གྲོད་པ་འབྱུང་བའི་དོན།	འཇང་། འཇང་། འཇངས།
༦༧ ཞི་བའམ་མེད་པར་འགྲོ་བའི་དོན།	འཇད། འཇད། འཇད།

༥༠ བད་རྟེན་། ཀྲང་ལག་ཉམས་བཤམ་ན་བའི་དོན།	འཇལ། འཇལ། འཇལ།
༥༡ ཡི་བ་བ་དང་སྒྲུང་བའི་དོན།	འཇར། འཇར། འཇར།
༥༢ ཉམས་བཤམ་མེད་པར་འགྱུར་བའི་དོན།	འཇིག། འཇིག། འཇིག།
༥༣ རྟོད་བཤམ་གནས་བའི་དོན།	འཇགས། འཇགས། འཇགས།
༥༤ ཆག་བཤམ་ཉམས་བའི་དོན།	འཇིལ། འཇིལ། འཇིལ།
༥༥ སྒར་གྲས་ཉེས་སྒྲོན་དང་ཁས་ལེན་སོགས་རྗེས་སུ་ཁས་མི་ལེན་བའི་དོན།	
	འབྱུག། འབྱུག། འབྱུག།
༥༦ རིང་པོར་བརྒྱར་བཤམ་སྒར་དུ་འབྱུང་བའི་དོན།	འཇོལ། འཇོལ། འཇོལ།
༥༧ རྫོ་རིག་མི་གསལ་བར་འགྱུར་བའི་དོན།	འབྱུམ། འབྱུམ། འབྱུམ།
༥༨ འགྲིག་བ་དང་། ཆོག་ག། རུང་བ་བཅས་ཀྱི་དོན།	འབྱུས། འབྱུས། འབྱུས།
༥༩ ཀྲང་བ་སྒྲོལ་བའི་དོན།	འཐེང་། འཐེང་། འཐེང་།
༦༠ ག་རུས་སོགས་བར་ཆགས་དམ་པོར་སོང་བའི་དོན།	འཐེམས། འཐེམས། འཐེམས།
༦༡ ཆད་ལོང་བའི་དོན།	འདང་། འདང་། འདངས།
༦༢ རུས་ཡོལ་བའི་དོན།	འདལ། འདལ། འདས།
༦༣ ཡོམ་ཡོམ་དུ་འགྱུལ་བའི་དོན།	འདར། འདར། འདར།
༦༤ རྩ་སོགས་ཀྱིས་བངས་ནས་རྗེ་ཆེར་སོང་བའི་དོན།	འདལ། འདལ། འདལ།
༦༥ ལྷན་དུ་ཆོགས་བའི་དོན།	འདུ། འདུ། འདུས།
༦༦ རྟོད་བཤམ་གནས་བའི་དོན།	འདུག། འདུག། འདུག།
༦༧ འདོད་བ་དང་རེ་བ་བྱེད་པའི་དོན།	འདུན། འདུན། འདུན།
༦༨ མ་ཐུན་བ་དང་འགྲིག་བའི་དོན།	འདུམ། འདུམ། འདུམས།

༥༠ དལ་མགྲོགས་རན་པར་འགྲོ་བའི་དོན།	འདུར། འདུར། འདུར།
༥༡ སྤྱིན་དང་དུ་བ་སོགས་སང་བའམ་ཡལ་བའི་དོན།	འདེང་། འདེང་། འདེང་།
༥༢ ཆགས་བ་དང་དགའ་བ། སྐྱེད་བ་བཅས་ཀྱི་དོན།	འདོད། འདོད། འདོད།
༥༣ ལྷན་དུ་འཛོམས་བའམ་མཉམ་དུ་ཆོགས་བའི་དོན།	འདོམ། འདོམ། འདོམ།
༥༤ མཚུངས་བའི་དོན།	འབྲ། འབྲ། འབྲ།
༥༥ ཆ་རྒྱུ་ཡོད་བའི་དོན།	འབྲིས། འབྲིས། འབྲིས།
༥༦ མ་ཁ་གསོས་བའི་དོན།	འབྲུབ། འབྲུབ། འབྲུབས།
༥༧ བརྟེན་གས་བའི་དོན།	འབྲུམས།
༥༨ མཉམ་དུ་སྒྲེ་བའི་དོན།	འབྲེ། འབྲེ། འབྲེས།
༥༩ མེས་ཆོག་རན་བའི་དོན།	འབྲེགས། འབྲེགས། འབྲེགས།
༡༠༠ སུན་བའི་དོན།	འབྲེད། འབྲེད། འབྲེད།
༡༠༡ འཛིགས་སྒྲུང་བྱེད་སྟེ་མཚོངས་རྒྱགས་བྱེད་བའི་དོན།	འབྲོག། འབྲོག། འབྲོགས།
༡༠༢ འཕག་འཆག་རྒྱག་བ་དང་ཇེ་མཐོར་འགྲོ་བའི་དོན།	འཕག། འཕག། འཕགས།
༡༠༣ བརྟེན་ཆག་བ་དང་གས་བ་ཉམས་བ་བཅས་ཀྱི་དོན།	འཕན།
༡༠༤ ཇེ་མང་དུ་འགྲོ་བའི་དོན།	འཕར། འཕར། འཕར།
༡༠༥ གནས་དུ་འཕུར་བའི་དོན།	འཕེར། འཕེར། འཕེར།
༡༠༦ བར་སྒྲུང་དུ་འགྲོ་འོང་བྱེད་བའམ་སྤྱིང་བའི་དོན།	འཕུར། འཕུར། འཕུར། འཕུར།
༡༠༧ མང་དུ་བྱིན་བའམ་ཆེ་དུ་བྱིན་བའི་དོན།	འཕེལ། འཕེལ། འཕེལ།
༡༠༨ གནས་གཅིག་ནས་གཞན་དུ་འགྲོ་བའི་དོན།	འཕོ། འཕོ། འཕོས།
༡༠༩ ཅེ་མོ་ཐུར་དུ་གཞོལ་བའི་དོན།	འཕྱང་། འཕྱང་། འཕྱང་།

༡༡༡ གཏན་འཁེལ་བའི་དུས་ལས་འདས་པའི་དོན།	འབྲེ། འབྲེ། འབྲེས།
༡༡༢ སྐྱ་སོགས་འཛིང་ཞིང་འབྱར་བའི་དོན།	འབྲིང་། འབྲིང་། འབྲིངས།
༡༡༣ རོར་བའམ་འཁྲལ་བའི་དོན།	འབྲུག། འབྲུག། འབྲུགས།
༡༡༤ སྤྲིན་པ་དང་དུ་བ་སོགས་ཡར་འགོ་བའི་དོན།	འབྲུར། འབྲུར། འབྲུར།
༡༡༥ གོག་བའམ་ཉུར་བའི་དོན།	འབྲེ། འབྲེ། འབྲེས།
༡༡༦ སྤྲིང་ཞིང་འབྱར་བའི་དོན།	འབྲོ། འབྲོ། འབྲོས།
༡༡༧ མཇལ་བའམ་ཐུག་པའི་དོན།	འཕྲད། འཕྲད། འཕྲད།
༡༡༨ ཤེས་པའམ་རྟོགས་པའི་དོན།	འཕྲིག། འཕྲིག། འཕྲིགས།
༡༡༩ རྫོས་བདེན་རྩུན་གྱི་དེ་བཤེས་ཤིང་བའི་དོན།	འབྲུལ། འབྲུལ། འབྲུལ།
༡༢༠ སེམས་ཆགས་པའམ་ཁ་བྲལ་བར་མ་བཟོད་པའི་དོན།	འཕྲོང་། འཕྲོང་། འཕྲོང་། འཕྲོང་།
༡༢༡ འོད་འཆར་བའི་དོན།	འཕྲོ། འཕྲོ། འཕྲོས།
༡༢༢ ལག་ཏུ་འབྱོར་བ་དང་། བན་བའམ་མཐུན་པའི་དོན།	འཕྲོད། འཕྲོད། འཕྲོད།
༡༢༣ མི་གཙང་བ་དང་འཕྲེས་པའི་དོན།	འབག། འབག། འབགས།
༡༢༤ ར་ལུག་གིས་སྐད་འབྲིན་པའི་དོན།	འབལ། འབལ། འབལ། འབལ།
༡༢༥ དངོས་རྩལ་ལ་མེ་སྤྲོ་འབྱུང་བའི་དོན།	འབར། འབར། འབར།
༡༢༦ གསར་དུ་སྤྲོ་བའི་དོན།	འབྲུ། འབྲུ། འབྲུས།
༡༢༧ རོས་མི་མཉམ་པར་ཡར་འཕག་པའི་དོན།	འབྲུར། འབྲུར། འབྲུར།
༡༢༨ བརྩེད་། ཐུབ་པའམ་ཉུས་པའི་དོན།	འབྲོངས། འབྲོངས། འབྲོངས།
༡༢༩ འཕེལ་བའམ་མཆོད་པ་དང་ཁྲུབ་པའི་དོན།	འབྲུམ། འབྲུམ། འབྲུམས།

༡༣༠ མ་འདྲེས་པར་སོ་སོར་བྱེ་བའི་དོན།	འབྲེས། འབྲེས། འབྲེས།
༡༣༡ སྐྱངས་ནས་བྱང་ལ་ཐེབས་པའི་དོན།	འབྱོང་། འབྱོང་། འབྱོང་།
༡༣༢ འཕྲོད་པའི་དོན།	འབྲོར། འབྲོར། འབྲོར།
༡༣༣ རྩེས་སུ་འབྱོ་བ་དང་སྟེག་པའི་དོན།	འབྲང་། འབྲང་། འབྲངས། འབྲོངས།
༡༣༤ བན་ཚུན་མ་ཐུད་པའམ་བརྟེན་པའི་དོན།	འབྲེལ། འབྲེལ། འབྲེལ། འབྲེལ།
༡༣༥ ག་སྒྲིག་བྱས་ཆར་བའི་དོན།	འཆག། འཆག། འཆག། འཆག།
༡༣༦ ཉུལ་བ་དང་འཇུལ་བའི་དོན།	འཆང་། འཆང་། འཆངས། ཆོངས།
༡༣༧ ཐེལ་བ་དང་རྟལ་བའི་དོན།	འཆབ། འཆབ། འཆབས།
༡༣༨ འབྲིག་པ་དང་འོས་པ་མ་ཐུན་པ་སོགས་ཀྱི་དོན།	འཆམ། འཆམ། འཆམས།
༡༣༩ ཆར་སྒྲི་བ་དང་། འཕེལ་བ། སྒྲིད་ཐོན་པའི་དོན།	འཆར། འཆར། འཆར། འཆར།
༡༤༠ བྱ་བ་ཞིག་བྱེད་པའམ་སྐྱུལ་བའི་དོན།	འཆལ། འཆལ། འཆལ། འཆལ།
༡༤༡ དུ་བ་དང་བྲི་མ་སོགས་འབྲིགས་པའི་དོན།	འཆུབ། འཆུབ། འཆུབས།
༡༤༢ བརྟེ་ཞིང་གཏུང་བའི་དོན།	འཆུམ། འཆུམ། འཆུམས།
༡༤༣ ཆོམ་བ་དང་དགའ་བའི་དོན།	འཆེམ། འཆེམ། འཆེམས།
༡༤༤ སྐད་སྒྲོག་པའི་དོན།	འཆེར། འཆེར། འཆེར། འཆེར།
༡༤༥ ཆེ་སྟོག་གནས་པའི་དོན།	འཆོ། འཆོ། འཆོ།
༡༤༦ ཏུབ་པའི་དོན།	འཆོབ། འཆོབ། འཆོབས།
༡༤༧ སེར་སྐལ་དགོན་པའི་དོན།	འཇོངས། འཇོངས། འཇོངས།
༡༤༨ ཐུར་དུ་འཕྱང་བའི་དོན།	འཇོར། འཇོར། འཇོར།
༡༤༩ འཇོག་པའི་དོན།	འཇོར། འཇོར། འཇོར། འཇོར།

༡ རྩམ་བྲུལ་ཏེ་མཉེས་པར་བྱེད་པའི་དོན།

མཆོད་བྲ། མཆོད་བྱེད། མཆོད། མཆོད་ཅིག

༢ སྦྱེལ་བཤམ་སྦྱོར་བའི་དོན།

མཐུད་བྲ། མཐུད་བྱེད། མཐུད། མཐུད་ཅིག

༤ རང་ཉེས་མི་གསང་བར་བཤད་པའི་དོན།

མཐོལ་བྲ། མཐོལ་བྱེད། མཐོལ། མཐོལ་ཅིག

༡༠ སྒོམ་པ་དང་མཐུད་པ་རྒྱག་པའི་དོན།

མཐུད་བྲ། མཐུད་བྱེད། མཐུད། མཐུད་ཅིག

༡༡ གཞན་ལ་འཆེ་བཤམ་སྦྱག་སྦྱོར་སྦྱེད་པའི་དོན།

མནར་བྲ། མནར་བྱེད། མནར།

༡༢ དངོས་རྩམ་གྱི་སྦྱང་དུ་རྟགས་བཀོད་པའི་དོན།

མཚན་བྲ། མཚན་བྱེད། མཚན། མཚན་ཅིག

༡༣ མཚོན་རྟགས་བྱེད་པའི་དོན།

མཚོན་བྲ། མཚོན་བྱེད། མཚོན། མཚོན་ཅིག

སྒོན་འཇུག་ཤིན་ཏུ་མོ་མ་ཡིག་དུས་གསུམ་བྲུབ་མཉམ་ལ་འཇུག་
པའི་བྲ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པའི་ལས་ཆོག

ཆོག་དོན།

མ་འོངས། ད་ལྟ། འདས། སྐུལ་ཆོག

༡ བྱང་རྒྱབ་པའི་དོན།

མཁས། མཁས། མཁས།

༢ དགོས་པ་ཡོད་པའི་དོན།

མཁོ། མཁོ། མཁོ།

༣ ཡིད་ཆོམ་པ་དང་དགའ་བའི་དོན།

མགྲ། མགྲ། མགྲ།

༤ ལྷན་བཤམ་ཡོད་པ་དང་། དབང་བའི་དོན།

མངལ། མངལ། མངལ།

༥ གསལ་བཤམ་མཐོང་བའི་དོན།

མངོན། མངོན། མངོན།

༦ འགྲོ་བཤམ་འོང་བའི་དོན།

མཆི། མཆི། མཆིས།

༥ མི་ཐང་བའམ་འཛིགས་པའི་དོན།	མཛེད། མཛེད། མཛེད།
༩ ཐུབ་པ་དང་། རྒྱས་པ། འཕེལ་བ་བཅས་ལ་འཇུག །	མཆེད། མཆེད། མཆེད།
༡༠ འདྲ་བའམ་འགྲན་ཐུབ་པའི་དོན།	མཉམ། མཉམ། མཉམ།
༡༡ ཞེ་ཆོག །ངལ་བའམ་ཐང་ཆད་པའི་དོན།	མཉེས། མཉེས། མཉེས།
༡༢ ཞེ་ཆོག །དགའ་བའི་དོན།	མཉེས། མཉེས། མཉེས།
༡༣ མཚུངས་པའི་དོན།	མཐུན། མཐུན། མཐུན།
༡༤ མིག་གིས་རིག་པ་དང་སྒྲུང་བའི་དོན།	མཐོང་། མཐོང་། མཐོང་།
༡༥ གི་མ་གྲོ་བའམ་ཆོར་བའི་དོན།	མནམ། མནམ། མནམ།
༡༦ མི་གཙང་བ་འགོ་བའམ་འབག་པའི་དོན།	མཐོལ། མཐོལ། མཐོལ།
༡༧ བན་ཚུན་འདྲ་ས་ཡོད་པའི་དོན།	མཚུངས། མཚུངས། མཚུངས།
༡༨ རོ་གཞོང་བའམ་རོ་ཆ་བ་དང་། ཞེད་པའི་དོན།	མཆེར། མཆེར། མཆེར། མཆེར།
༡༩ ཡིད་དྲུའོང་བའི་དོན།	མཛེས། མཛེས། མཛེས།

བར་བྱང་སྟོན་ཆོག

ནམ་གྲོལ་ཞི་བའི་རྒྱ་མཚོར་རོ་གཅིག་ཏུ།
གཞོལ་བའི་མཐའ་ཡས་ཆོས་རྩལ་དལ་འབབ་སྤྱང་།
ཆོག་གི་ཟེགས་མ་རེས་ཀྱང་དྲུག་གསུམ་གྱི།
དྲི་མ་ཡོངས་འབྱུང་ལེགས་གསུངས་བདུན་ཅི་འདི།

དབར་དུ་བསྐྱུན་པའི་ནམ་དཀར་བྱང་པའི་མཐུས།
ཡང་དག་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོ་མོ་སྟོང་ཕྱག་བརྒྱ།
གདངས་ཏེ་རྒྱུད་ལྡེའི་འགོ་བ་མ་ལུས་པ།
རེས་ལེགས་ཞོར་བུའི་མཛོད་ལ་དབང་བྱེད་ཤོག།

ཅེས་འཛམ་གླིང་ཡངས་པའི་ཁྱོན་ལ་འཆེ་མེད་ཞི་བའི་ལམ་སྟོན་ནམ་འབྲེན་ཤུག་སེལ་འཛིན་པའི་སྤྱི་བོ་ལྟ་བུ་ལྟོན་ནས་རྒྱས་པ་སོགས་འཕམ་ཡུན་ལེགས་ཆོགས་དུ་མའི་ཆེད་དུ་དམིགས། ཉན་བསྟན་གྱུ་བ་མཐའ་རིས་མེད་ཀྱི་གསུང་རབ་དག་དཔར་བསྐྱུན་དང་བསྐྱུན་འབྱུར་གང་ལ་ཡང་སྦྱར་ཆོག་པའི་དགོ་བསྟེན་སྟོན་ཆོག་ཏུ། ཤུག་འཛིན་སྟོང་ཆོས་སྤྱོད་བཀའ་དབང་སྟོ་བཟང་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོས་སྦྱར་བའོ།།