

དཔྱད་ཅིང་སྒྲུབ་པའི་ཡོད་ཆེད།



མཛད་པ་པོ། ཡོ་ཆེན་ཏྲཱ་པཿ།
ཡེ་ཤེས་རིག་མཛད་ཆེན་མོའི་ཚོམ་ལྷན་གྱི་ཁང་།

༡༡། །བུད་མེས་མན་ངག་ལྷ་བའི་འོད་ཟེར་
ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །



མཛད་ས་པོ། ལོ་ཆེན་རྣམ་པུ།
མེས་མཛོད་ཆེན་མོ་ཙོ་ཙུ་ལྷོ་གཤམ་།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་དེབ་སྤྲིའི་ཨང་།

SJRB-0264

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཀྱིས་ཞུ་སྤྲིག་བྱས།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཀྱིས་སྟོག་རྩལ་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་བཅོས།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོས་འབྲེམས་སྤེལ་བྱས།

༡༠༡༥ ལོའི་རྒྱ་བ་བཞི་པར་ཚོམ་སྤྲིག་བྱས།

༡༠༡༥ ལྷ་ ༩ ཆེས་ ༡༡ ལ་བསྐྱར་དུ་ཚོམ་སྤྲིག་བྱས།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཏུ་བྱང་།

www.serajeyrigzodchenmo.org

ཡིག་འབྲེལ་ཏུ་བྱང་།

serajeyrigzodchenmo@gmail.com

དཔེ་སྤྲིག་པ། རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚོམ་སྤྲིག་པ།

པར་སྐྱུན་གྱི་བདག་དབང་སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོ་ལ་ཡོད།

དཀར་ཆག

རོ་སྟོད་མདོར་བསྟུན།	iii
ཞུ་སྒྲིག་པའི་གསལ་བཤད།	iv
འབྲུང་ཆེས་ཨན་རག་རྒྱ་བའི་ཨོད་ཟེར།	༡
ལེའུ་དང་པོ།	༡
སྟོར་འགོ་ཕྱི་འི་རྣམ་གཞག།	༡
ལེའུ་གཉིས་པ།	༡༩
རྒྱ་པོད་ཀྱི་སྟོར་འགོ་སྤུལ་ལུ་ཅིས།	༡༩
ལེའུ་གསུམ་པ།	༣༣
མཐའ་ཅིས་བཤད་པ།	༣༣
ལེའུ་བཞི་པ།	༣༩
གི་གོང་མཐུན་སྟོར་བཤད་པ།	༣༩
ལེའུ་ལྔ་པ།	༥༡
ལོ་གཅིག་འཁྲུད་སྟོར་ཀྱི་ཅིས་ཀྱི་དེའུ།	༥༡

མེ་ཏུ་བྱུག་པ།	༡༥
མེ་ཏུ་དང་ནད་པའི་ཕྱིས།	༡༥
མེ་ཏུ་བརྟན་པ།	༡༩
ཐངས་ཀྱི་ཕྱིས།	༡༩
པར་བྱང་སྒོན་ཆོག་	༢༠

དོ་སྟོན་མདོར་བསྟུན།

ལོ་ཆེན་རྣམ་ཤི། གཡོར་ལོ་བྲལ་ནང་གི་དར་རྒྱས་ཆོས་སྤིང་དུ་ལུངས། དགྲང་ལོ་བཅུ་གསུམ་
པར་གཙུག་ལུན་ལ། དགྲང་ལོ་བཅོ་ལྔ་འེ་སྐབས་རྒྱལ་དབང་ལྷ་བ་ལས་རབ་ཏུ་བྱུང་། སྟོབ་དཔོན་
དོན་བྲལ་དབང་རྒྱལ་སོགས་ལས་ཐུན་མོང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རིག་པའི་གནས་རྣམས་ལ་
སྤྱངས་བ་དེ་ཤིས་ཐུན་བ་གནང་། སྟོབ་མ་གསལ་ཆེ་བ། ས་སྐྱ་བདག་ཆེན་དག་དབང་ཀྱན་དགའ་
བཀྲ་ཤིས་སོགས་མང་ངོ། ༡༥༡༩ ལོར་རྩུན་གར་བས་སྤྱིད་རྩའི་འགའ་དུ་བཤོངས། གསུང་རྩོམ་
ལ། གསང་བདག་དགོངས་རྒྱན་སོགས་ཆོས་ཆོན་བདུན་ཅུ་ལྷག་ཙམ་བཞུགས།

ཞུ་སྤྲིག་པའི་གསལ་བཤད།

བོད་གངས་ཅན་གྱི་ལྗོངས་སུ་སྡོད་བྱོན་མཁས་པའི་དབང་པོ་དག་གི་བཀའ་ངེན་ལས། བོད་མི་རིགས་ཀྱི་ཤེས་རིག་གི་ཉིང་བརྟན་དང་འགྲོ་བ་མེད་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ལོར་དུ་གྱུར་པའི་གསུང་རབ་གྱི་སྒྲུབ་པའི་ཁྱིམ་མང་པོ་ཞིག་རྒྱང་སྤོང་ནའང་། དུས་རབས་ཀྱི་འཕེལ་འགྱུར་དང་འགྲོགས་པའི་མིའི་ཉེས་སྤོང་གྱི་དབང་གིས་ཅ་ཆེད་གསུང་རབ་མང་པོ་ཞིག་ཅ་བརྒྱག་ཏུ་བྱིན་ཟེན་བ་དང་། ལྷག་འཕྲོས་གང་མང་ཞིག་ཅ་བརྒྱག་ཏུ་འགྲོ་ཉིང་ཡོད་པར་བརྟེན་དུས་རབས་འདིའི་བོད་མི་ཞིག་ལ་མཆོན་ན་ཅ་ཆེ་བའི་གསུང་རབ་དེ་དག་གཅེས་ཉར་བྱེད་རྒྱར་བརྩོན་དགོས་པ་ནི་དུས་ལ་བབ་པའི་ལས་འགན་བརྒྱག་ཏུ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་ངེས། དེ་བས་འདི་ག་སེར་གྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཙུ་སྤྲིག་ཁང་ནས་ཀྱང་ཅ་ཆེད་གསུང་རབ་དེ་དག་ཉར་ཆགས་དང་སྤྲད་སྟེ་བྱི་ཆེད་དུ་ཙུ་སྤྲིག་གི་ལས་ཀ་འདི་གཉེར་བཞིན་ཡོད།

དེར་རབས་ཀྱི་འབྲུལ་ལས་སྐབས་བདེ་དུ་བྱིན་པ་དང་བསྐྱེད་ནས་གསར་དུ་ཙུ་སྤྲིག་གྲས་པའི་དེབ་དང་འབྲུལ་དེབ་གང་མང་ཞིག་ཁྱབ་བརྒྱལ་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པ་ནི་དགའ་ལོས་པ་ལྟ་བུར་སྤང་མོད། སྤྱིར་གསུང་རབ་དཔར་བསྐྱེད་དང་ཞུ་སྤྲིག་གྲེད་སྐབས་ཡིག་འབྲུ་གཅིག་བཅོས་ནོར་ཤོར་ནའང་ཆབས་ཆེ་བའི་སྟོན་ཆ་འབྱུང་སྤིང་བས་བསྐྱེད་དང་བཅོ་བཅོས་མེད་པར་སོར་འཛོག་གིས་བདག་ཉར་བྱ་རྒྱ་ཅི་ནས་ཀྱང་གལ་ཆེ་ཞིང་། གལ་ཏེ་ནོར་བར་ངེས་པའི་ཡིག་འབྲུ་གཅིག་བཅོས་དགོས་རྒྱང་ནའང་ཁ་གསལ་གྱི་མཆན་ཡིག་འགོད་རྒྱ་ཏ་ཅང་གལ་ཆེ་བ་ཡིན།

འདི་ག་ཙུ་སྤྲིག་ཁང་ལ་མཆོན་ན། པར་གཞི་ཚད་ལྡན་ཞིག་མ་བྱིར་བརྒྱུད་ནས་དེའི་ཡིག་འགྲོས་སོར་བཞག་གིས་ཙུ་སྤྲིག་གྲེད་རྒྱ་ཅ་དོན་དུ་འཛིན་བཞིན་ཡོད་ལ། དེའི་པར་གཞི་མི་འདྲ་བ་གཞན་ཡང་ལག་སོན་རྒྱང་ན་པར་གཞི་གཞན་དག་ལའང་གང་ཅུས་ཤིག་སྤར་བཞིན་ཡོད།

མ་ཕྱིར་ཡིག་འོར་མངོན་གསལ་ཅན་བྱུང་ན་བཙུག་ཏེ་མཆན་གྱིས་གསལ་བཤམས་བྱས་ཡོད་ལ། མ་ཕྱི་དང་བར་གཞི་སོ་སོར་སྒྲག་ཆད་བྱུང་བ་དང་། ཡི་གེ་མི་འདྲ་བ་བྱུང་བ་སོགས་ལ་མཐའ་མཆན་བཀོད་དེ་གསལ་བཤམས་བྱས་ཡོད།

ཙམ་སྒྲིག་ཁང་འདི་ནས་ཙམ་སྒྲིག་བྱས་པའི་དེབ་ཚོགས་སྐབས་ངེས་དགོས་པ་འགའ་ཞིག་ངོ་སྟོན་ཅུང་ཙམ་ཞུ་ན། གཞུང་གི་དཔྱད་སྲིད་སྒྲགས་[]འདིའི་ནང་དུ་བཅུག་པ་ནི་མ་ཕྱིའི་ནང་གི་འོག་མཆན་དང་དཔྱད་སྲིད་མཆན་ཡིན། ཡང་གཞུང་དཔྱད་སྲིད་སྒྲགས་ “ འདི་བཀོད་ཡོད་ན་དེ་ནི་དོ་སྣང་བྱ་དགོས་པའི་ཡི་གེ་འཕྲིན་ཆོག་ཅིག་གི་མདུན་དུ་བཀོད་ཡོད་ལ། དེའི་རྗེས་སུ་མཆན་གྲངས་ཀྱི་མང་ཡིག་བཀོད་ཡོད་པས་མཆན་གྲངས་དེ་དང་མཐུན་པའི་མཐའི་མཆན་ཡིག་ཏུ་གསལ་བཤམས་བྱས་ཡོད་པ་ཡིན། ཡང་བརྟེན་སྟོན་གྱི་བཞེད་ལུགས་མི་འདྲ་བ་སོགས་ཀྱི་དབང་གིས་ཐ་སྐྱོད་དང་ཐད་སྟོར་སྐྱོང་སོགས་མི་འདྲ་བ་ཡང་ཡང་བྱུང་ན་མཆན་གྱིས་གསལ་བཤམས་ཐེངས་གཅིག་བྱས་པས་ཆོག་པར་བྱས་ཏེ་རྗེས་མ་རྒྱུས་ལ་མདུན་དུ་རྒྱགས་ ” འདི་བཀོད་པ་ཙམ་ལས་རེ་རེ་བཞིན་མཆན་བྲིས་མེད།

མཐའ་མཆན་ཚོགས་སྐབས་དེབ་དེ་དབེ་བསྐྱར་བྱས་ཡོད་ཆེ་དེའི་མ་ཕྱིར་བཟུང་བའི་བར་གཞི་ལ་**མ་ཕྱི**་ཞེས་དང་། བར་གཞི་གཞན་དག་ལ་སྟེ་དགེ་བར་མ་དང་། བཟ་ཤིས་སྒྲན་པོ། ཞོལ། སྒྱ་འབྲུམ། ཁྲ་བྱང་བར་མ་རྒྱུས། **སྟེ། བཟ། ཞོལ། སྒྱ། ཁྲ།** སོགས་ཀྱིས་མཆོན་པར་བྱས་ཡོད། མཐའ་མཆན་གྱི་ཁོད་དུ་རྒྱགས་ཅན་ ***བསྐྱབས** ལྟ་བུ་བྱུང་ན་མ་ཕྱིའི་ཡིག་འོར་ཞིག་ཞུ་སྒྲིག་པས་བསྐྱབས་སུ་བསྐྱར་བའི་དོན་དུ་གོ་དགོས་ལ། ཡང་རྒྱགས་ *** འདིས་**ཞུ་སྒྲིག་པའི་གསལ་བཤམས་ཀྱི་ཆོག་མཆོན་པའི་སྐབས་ཀྱང་ཡོད། ཡང་རྒྱགས་ཅན་ **-བསྐྱབས** ལྟ་བུ་བྱུང་ཆེ་བསྐྱབས་ཆད་པ་དང་། **+བསྐྱབས** ལྟ་བུ་བྱུང་ན་བསྐྱབས་སྒྲག་མ་བྱུང་བའི་དོན་དུ་གོ་དགོས།

དཔེར་ན། མཐའ་མཆན་དུ། **མ་ཕྱི། ༥༩ན་༥༧། བསྐྱབ** ***བསྐྱབས** **སྒྱ། ༡༠༩ན་༦༧། ཁྲ། ༡༡༠བ་༩༧། བསྐྱབས** ཞེས་པ་ལྟ་བུ་བྱུང་ཆེ་དེ་དག་གི་དོན་ནི། **མ་ཕྱི**འི་ཤོག་གྲངས་**༥༩མདུན་**ངོས། ཡིག་གྲངས་**༥༧། བསྐྱབ**ཅེས་བྲིས་ཡོད་པ་མཆོན་ཞིང་། ***བསྐྱབས** ནི་མ་ཕྱིའི་

ཡིག་འོར་བསྐབ་དེ་ཉིད་ཞུ་སྒྲིག་པས་བསྐྱབས་སུ་བཅོས་ཡོད་པ་མཆོན་བྱེད་དུ་གོ་དགོས། ཡང་
གཞུང་དེའི་ཐད་ཀྱི་སྐྱེ་འབྱུང་པར་མའི་ཐྲེབ་གངས་**༡༠** **༣** **མདུན་དོས།** ཡིག་ཐེང་**༤** **པ་ན།** རྒྱ་བྱང་
པར་མའི་ཐྲེབ་གངས་**༡༡༠** **རྒྱ་བྱང་དོས།** ཡིག་ཐེང་**༣** **པ་ན།** **བསྐྱབས་**ཞེས་བཀོད་འདུག་ཅེས་གོ་
དགོས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན།

ཞུ་སྒྲིག་པའི་ཤེས་ཚད་དང་དོ་སྣང་གིས་མ་འདང་བར་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་འོར་འཁྲུལ་ཤོར་བ་
སོགས་གཟིགས་ཆེ་ཀུན་པན་གྱི་ལས་གཞི་འདིར་རྒྱ་བསྐྱེད་དང་ལམ་སྟོན་གྱི་ཆེད་དུ་མཐུན་ལྷན་
རྒྱལ་ས་ནས་འདི་གའི་ཚོམ་སྒྲིག་ཁང་དུ་ཁ་གསལ་གྱི་དོ་སྟོན་དང་ལམ་སྟོན་གནང་བའི་རེ་བསྐྱུལ་ཞུ་
རྒྱ་དང་། འདི་ནས་ཀྱང་གང་མགོགས་ངང་པར་གཞིར་བསྐྱར་ཞིབ་དང་ལེགས་སྒྲིག་ཞུས་ཏེ་སྤྲོས་
ཀ་ཇེ་ལེགས་སུ་གཏོང་ངེས་ཡིན།

མེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚོམ་སྒྲིག་ཁང་ནས།

བྱི་ལོ་༢༠༢༠་ལྷ་ཆེས་༡༥་ལ།

༡༡། །འབྱུང་ཅིས་མན་ངག་རྒྱ་བའི་

འོད་ཟེར་ཞེས་བྲ་བ་

བརྒྱགས་སོ།།

༡༡། །འབྱུང་ཅིས་མན་ངག་རྒྱ་བའི་འོད་ཟེར་ཞེས་བྲ་བ། རྒྱ་མ་དང་རྩེ་བཙུན་འཇམ་
པའི་དབྱངས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །རི་ལྷོའི་གནས་ལུགས་མངོན་གསེགས་ནས། །རི་
སྟོད་ལུགས་རྩེའི་གཞན་དབང་གིས། །འགྲོ་ལ་མན་བདེའི་ཕྱིན་ལས་ཅན། །གཏེར་ཆེན་
རྒྱ་མ་ལ་ཕྱག་འཆལ། །མཁུན་བཙེའི་ཚུ་སྦྲེས་ཀེ་ས་རབ། །རབ་སྦྲུན་ལེགས་བཤད་
བྱང་བའི་དབྱངས། །བརྒྱུར་མཁས་རྒྱལ་སྤྱོད་གཞོན་བུའི་སྤྱ། །འཇམ་པའི་དབྱངས་
ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །ཞུ་འབྲུལ་ལེན་འཆང་སྦྲེས་བྲ་ནི། །བཞི་ཆེན་བཞི་དང་དུ་ཉ་
ར། །ལོ་བཤད་མར་ནག་ཁ་གསུམ་དང་། །རྒྱང་ཕྱག་བརྒྱད་པར་བཅས་ཀྱན་
རྒྱལ། །བདག་སྒྲོའི་ཡོལ་གོ་དཀར་ནག་གི། །ཅིས་རིགས་བདུད་ཅིས་འགོངས་མཛད་
པ། །རྒྱལ་སྤྱོད་མཆོག་དང་རྒྱུམ་ཆེན་རྩེ། །རྒྱ་སྟོན་ནམས་ལའང་བེན་ཕྱག་
འབྲུལ། །མར་ཐོས་ཉི་མ་དང་བལ་བའི། །འགྲོ་སྒྲོའི་མཆོན་ལུན་བསལ་བའི་
ཆེད། །འབྱུང་བ་ཅིས་གྱི་མན་ངག་གནད། །གཅེས་བུས་རྒྱ་བའི་འོད་ཟེར་སྟོ། །

ལེའུ་དང་པོ།

སྒོར་འགོ་སྤྱི་ལོ་རྣམ་གཞག

དེ་ལ་སྤྱི་ལོ་རྣམ་གཞག་དང་། །ཁྱེ་བྲག་སོ་སོའི་བསྐྱོར་འགོ་སྤྱི། །རྣམ་པ་གཉིས་ལས་
དང་པོ་ནི། །གཙུག་ལག་འབྱུང་བའི་རྒྱུད་རྣམས་སྤྱ། །རང་བཞིན་གནས་ཆགས་སྤྱལ་
སྤྱི་སྒོར་སྤྱལ་བཅུད་བཤད་བ་ཡི། །རུས་སྤྱལ་རྣམ་པ་ལྔ་རུ་བཤད། །

སྒོར་པོ་དགུ་འདུས་ལས། །ཉེ་ཅིག་འདུས་པའི་འཁོར་རྣམས་ཀྱི། །རང་
བཞིན་གནས་པའི་རུས་སྤྱལ་དང་། །ཆགས་དང་སྤྱི་བའི་རུས་སྤྱལ་དང་། །དེ་ལས་
སྤྱལ་དང་བཤད་བ་ཡིས། །རུས་སྤྱལ་རྣམ་པ་ལྔ་རུ་བསྟན། །ཞེས་སོ། །

དེ་ལས་སྤྱང་ལུགས་ཆགས་སྤྱི་དེ། །མཆོན་བྱེད་སྤྱལ་བའི་རུས་སྤྱལ་
གྱིས། །མཆོན་ལས་སྟོན་པས་གཙུག་ལག་བསྟན། །དེ་སྤྱིར་དགོས་དོན་སྤྱིར་པོ་
ནི། །རྩ་བ་སྤྱི་བའི་རུས་སྤྱལ་དེ། །གན་རྒྱལ་དག་ཏུ་གནས་བ་ཡི། །མགོ་བོ་སྟོར་
བསྟན་མེ་ཡི་ཁམས། །སྟོ་གཡས་ཤར་བསྟན་ཤིང་གི་ཁམས། །སྟོ་གཡོན་རུབ་བསྟན་
ལུགས་ཀྱི་ཁམས། །མཇུག་མ་བྱང་བསྟན་རྒྱུ་ཡི་ཁམས། །ཡན་ལག་མཆོམས་བཞི་ས་
ཡི་ཁམས། །

དེ་ལ་བཅི་བྱ་ཅི་བྱེད་ཀྱི། །གཙུག་ལག་ཐམས་ཅད་བྱུབ་བ་ཡིན། །བཅི་བྱའི་
གཞི་ནི་འབྱུང་ལྔ་སྤྱི། །ཤིང་མེ་ས་ལུགས་རྒྱ་ལྔ་པོ། །དེ་རྣམས་མ་བྱ་དག་གོགས་
ཅི། །ཤིང་མ་རྒྱ་ལྔ་མ་ལུགས། །ལུགས་མ་ས་ལ་ས་མ་མེ། །མེ་ཡི་མ་དེ་ཤིང་ཡིན་

ནོ། །ཤིང་བྱ་མེ་ལ་མེ་བྱ་ས། །ས་བྱ་ལྷགས་ལ་ལྷགས་བྱ་ཆ། །རྒྱ་ཡི་བྱ་དེ་ཤིང་ཡིན་
ནོ། །ཤིང་དག་ལྷགས་ལ་ལྷགས་དག་མེ། །མེ་དག་རྒྱ་ལ་རྒྱ་དག་ས། །ས་ཡི་དག་དེ་
ཤིང་ཡིན་ནོ། །ཤིང་གྲོགས་ས་ལ་ས་གྲོགས་རྒྱ། །རྒྱ་གྲོགས་མེ་ལ་མེ་གྲོགས་
ལྷགས། །ལྷགས་ཀྱི་གྲོགས་དེ་ཤིང་ཡིན་ནོ། །དེ་ནི་འབྲུང་བའི་རྫོང་མགོ་སྟེ། །རྫོང་
མགོ་ཀྱན་གྱི་སྤྱི་བྱ་བཞག །

འབྲུང་བ་ལ་འང་ངོ་བོ་དང་། །ངེས་ཆིག་དབྱེ་བ་དེའི་མཆན་ཉིད། །བྱེད་ལས་
ལྷ་ལས་དང་བོ་ནི། །བརྟགས་ན་དབེན་ཕྱིར་མ་བྱུབ་སྟེ། །དེ་ལས་རང་བཞིན་འབྲུང་
ཕྱིར་ངེས། །དབྱེ་བ་ལྷ་འཕམ་དེ་ཡི་སྟེང་། །མཁའ་རྒྱུད་རི་བསྐྱན་བདུན་བརྒྱད་
མིད། །ཤིང་སོགས་རིམ་བཞིན་གཡོ་སྟེག་དང་། །སྤྱ་གཅོད་བརྒྱན་ལྷའི་མཆན་ཉིད་
འཛིན། །བྱེད་ལས་མ་འཁྲུགས་བདེ་སྟེང་ཞིང་། །འཁྲུགས་ན་ན་འཆིའི་སྤྱག་བསྐལ་
བསྐྱེད། །དེ་ཕྱིར་འབྲུང་འདུས་ཕྱང་བོ་ལ། །ནམ་ཆོག་ལས་བསྐྱེད་འདུ་བ་ཡི། །ནད་དང་
ཡེ་འབྲོག་གཤེད་བཞིས་སྟོང་། །བདེ་སྤྱག་མ་ལུས་འབྲུང་བས་བྱེད། །དེ་བསལ་ཕྱིར་
ན་ཅིས་འདི་གཅེས། །

ཅི་བྱེད་གཙུག་ལག་རྣམ་གཉིས་ཏེ། །རང་བཞིན་གཞི་དང་འཁྲུལ་སྣང་
ངོ་། །རང་བཞིན་གཞི་ཡི་གཙུག་ལག་ནི། །སྣང་མིད་འབྲུང་བ་ལྷར་སྣང་བ། །ཀྱན་ཡང་
ནམ་མཁའི་རང་བཞིན་ཏེ། །མཁའ་དབུས་མེད་ཅིང་འདུས་མ་བྱས། །མ་རིག་འཁྲུལ་
སྣང་གཙུག་ལག་ལ། །ཅི་བའི་གཞི་དང་ཅི་ཐབས་གཉིས། །བཅི་གཞི་ལ་འང་རྣམ་བཞི་
སྟེ། །འབྲུང་བ་རང་རྒྱུད་སྣང་བ་ཡུལ། །སྟོང་བྱེད་ཡིད་དང་འཛིན་བ་སེམས། །འབྲུང་
བ་ཕྱི་ནང་བར་གསུམ་གྱི། །ནང་གི་ཁམས་ལྷ་ནི། །སྟོང་མེ་ཁམས། །སྟོ་བ་ལྷགས་

ཁམས། མཆེན་པ་ཤིང་ཁམས། མཆེར་པ་ས་ཁམས། མཁལ་མ་ཆུ་ཁམས། དབྱེ་བས་
རང་རྒྱུད་གཏན་ལ་འབེབས། དབང་ཡུལ་ཅིར་སྤང་འབྱུང་བ་བྱ། །ཤེས་པ་དེ་ནི་སྤང་
བ་ཡུལ། །དེ་དག་པན་ཚུན་འབྱུང་བ་ཡི། །གཙོད་འབྲལ་བསམ་པ་སྒྲོད་བྱེད་ཡིད། །དེ་
ཡི་སྒྲོན་དང་ཡོན་ཏན་དག །འཛིན་པ་སེམས་ཀྱི་གཤམ་ཅེར་གྲགས། །

ཅི་ཐབས་བསྟུན་ནམ་པ་དགུ །ཁམས་ལོ་སྟེ་བ་སྤར་ཁ་དང་། །ཁྲ་ཞག་དུས་
ཆོད་གཟའ་སྐར་རོ། །དང་ལོ་ཁམས་ནི་ཀེག་ཤིང་དང་། །རི་མེ་ཀྱངས་ས་ཤངས་
ལྷགས་ཏེ། །འབྲུ་རུས་ཆེན་ལྷ་བྱ་གྲགས། །དེ་དག་སོ་སོའི་རོས་འཛིན་གྱང་། །སྐད་
འགགས་གྲེ་བ་འདར་ཀེག་ཤིང་། །སོ་བར་སྒྲ་འདོན་རི་མེ་སྟེ། །ལྷེ་ཁུང་དབྱགས་སྤྱད་
ཀྱངས་ས་དང་། །ཁ་གདངས་ལྷེ་འབྱར་སྤྱན་ནས་དབྱགས། །འོང་བ་དེ་ནི་ཤངས་ལྷགས་
ཁམས། །མཆུ་སྤྱད་མཆུ་འཛུམ་འབྲུ་ཆུར་བ་ཤད། །ཁམས་ལོ་སྤྱར་བའི་མཐུན་སྟེབས་
ནི། །ཤིང་ཁམས་ཀེག་ལ་དཔེར་མཆོན་ན། །སྟག་ཡོས་བྱུང་ན་དབང་ལོ་སྟེ། །བྱི་ཕག་
མ་ལ་རྟ་སྟལ་བྱ། །ཁྱི་འབྲུག་གྲོགས་ལ་བྱ་སྟེལ་དག། །ལྷག་ནི་འཆད་ཆེན་འཆད་ཆུང་
སྤང་། །དབང་གཟའ་ཕུར་བྱ་དབང་སྐར་ནི། །ཤར་སྐར་བྱག་ཡིན་ཀྱན་ལ་འགྲེ། །

གཉིས་པ་ལོ་འགྲོས་བཅུ་གཉིས་ཏེ། །འབྱུང་ཅིས་ཐོག་མར་གསུངས་པའི་
ཆོ། །ཐེ་མེ་བྱང་སྤྱད་བྱི་བའི་སྟེང་། །གནས་བྱིར་བྱི་བ་ལོ་མགོར་བཞག །དེ་ནས་སྤང་
སྟག་ཡོས་འབྲུག་སྟལ། །རྟ་ལྷག་སྟེ་འབྲུ་ཁྱི་ཕག །ཐོ་ལོ་མོ་ལོའི་དབྱེ་བ་ནི། །བྱི་སྟག་
འབྲུག་རྟ་སྟེལ་ཁྱི་ཐོ། །སྤང་ཡོས་སྟལ་ལྷག་བྱ་ཕག་ཐོ། །དེ་རེའང་དབང་ཐང་ལྷ་ལྷ་
བྱ། །བྱི་བས་ལོ་ཆེན་བྱག་ཆུར་འབྱུང། །དེ་ནསས་གནས་ལྷགས་བྱོགས་བསྟན་
པ། །ཤར་སྟོད་སྟག་ལ་ཤར་སྤྱད་ཡོས། །ཤར་སྟོ་མཆོམས་ན་འབྲུག་སྟེ་ལྷ། །སྟོ་སྟོད་

སྤྱལ་ལ་ལྟོ་སྤང་ན། ལྟོ་བྱལ་མཆམས་ན་ལུག་གནས་སོ། ལྱལ་སྟོང་སྤེ་ལྱལ་སྤང་
བྲ། ལྱལ་བྱང་ཁྱི་ཡི་གནས་ལུགས་ཡིན། ལྱང་སྟོང་པག་ལ་བྱང་སྤང་བྲ། ལྱང་ཤར་
མཆམས་ན་སྤང་སྤེ་ལྲ། ལྱུན་ལའང་སྟོག་ལུས་དབང་སྤྱང་བཞི། །

སྟོག་ནི་གནས་སྟོགས་འབྲུང་བ་སྟེ། ལྟག་ཡོས་སྟོག་ཤིང་རྒྱལ་མེ། ལྱ་
སྤེལ་ལུགས་ལ་བྱི་པག་ཟུ། སྤང་ལུག་ཁྱི་འབྲུག་བཞི་སྟོག་ས། སྟོག་གི་མ་ནི་ཆ་རུ་
གྲགས། སྟོག་དང་དབང་ཐང་གཅིག་པ་སྟེ། ཁ་ཡན་ཡིན་ཏེ་དབང་ཐང་ནི། སྟོག་གི་
མར་སོང་ཁོང་ནོང་ལོ། དབང་ཐང་བྱར་གྱུར་སེ་ཤིག་དང་། དབང་ཐང་སྟོགས་གྱུར་
ཁ་རལ་ཏེ། དབང་ཐང་དགྲར་གྱུར་མདུན་ཁུར་རོ། །

དེ་ནས་ལུས་ཀྱི་ལྟེ་མིག་ནི། ལྟག་ཡོས་བྲ་སྤེལ་ཁམ་ནས་རྩ་ཅི། སྤང་ལུག་
རྩ་བྱི་ཐེན་ཤིང་ནས་ཅི། ཁྱི་འབྲུག་པག་སྤྱལ་དུ་ནས་ལུགས་ཅི། ལུགས་རྩ་མེ་ས་ཤིང་
དུ་བགྲང་། དབང་ཐང་ལུས་གཉིས་བབས་ས་བསྟན། དེ་ལྟར་ལོ་འགྲོས་དུག་རུ་
ཡི། ཁྱི་མ་མཆེས་སོ་སོའི་ལུས་ཀྱི་ཁམས། གཅིག་ཕྱིར་ཁ་སྟོག་སྤྱལ་རུར་
གྲགས། དབང་ཐང་ལྟེ་མིག་བསྟན་བ་ནི། ལོ་ལོ་གནས་ལོར་ཤར་བའི་ཆེ། གཅིག་
བརྩ་རང་ལ་གཉིས་གསུམ་མ། བཞི་ལྷ་དག་ལ་དུག་བདུན་སྟོགས། བརྒྱད་དག་བྱ་
རུ་ཤེས་བར་བྲ། ལོ་ལོ་གནས་ལོར་ཤར་བའི་ཆེ། གཅིག་གཉིས་རང་ལ་གསུམ་
བཞི་མ། ལྷ་དུག་དག་ལ་བདུན་བརྒྱད་སྟོགས། དག་དང་བརྩ་ནི་བྱ་ཡིན་ཏེ། ལོ་ཆུན་
དུག་རུའི་ལོ་ལོ་གཉིས། སྤྱགས་མ་རེ་རེ་དབང་ཐང་གཅིག དེ་ཕྱིར་བྱ་འདེད་སྤྱལ་
རུར་འབྱུང། །

དེ་ནས་སྤྱང་རྩའི་ལྟེ་མིག་ནི། ལྟག་རྩ་ཁྱི་གསུམ་སྤྱང་སྤེལ་ལུགས། ལྱི་འབྲུག་

སྒྲེལ་གསུམ་སྒྲུང་སྟག་ཤིང་། །བྱ་སྒྲུང་སྒྲུལ་གསུམ་སྒྲུང་པག་ཟུ། །པག་ལུག་ཡོས་
གསུམ་སྒྲུང་སྒྲུལ་མེ། །དེ་དག་མཐུན་གསུམ་སྒྲེབས་པ་སྟེ། །འབྲུང་བ་ས་ཡི་སྒྲུང་རྟ་
མེད། །དེ་ལྟར་སྟོག་ལུས་དབང་སྒྲུང་སྟེང་། །རབ་སྒྲུང་སྒྲེས་པའི་སྟེ་བ་དང་། །མ་སྒྲུང་
སྒྲེས་པའི་སྒྲུང་ཁ་བསྒྲུབ། །བྱག་བྱག་དག་ཏུ་རྩི་བ་འདྲ་ཡོད། །

ལོ་ལ་འདྲ་དུས་ལྟོག་རྣམ་པ་གཉིས། །དུས་མ་ཤིང་གི་ཤིང་སྒྲུང་དང་། །མེ་
སྟག་ལ་སོགས་བྱ་འདེད་ཀྱིས། །རིམ་བཞིན་ཆུ་པག་བར་དུ་སྒྱུར། །ལྟོག་པ་ལོ་ཡི་སྟོར་
འགོ་ནི། །སྒྲེས་པ་བྱ་ལྟ་སྟག་ནས་སྒྱབ། །བྱད་མེད་མ་ལྟ་སྟེ་ལུ་ནས། །ཤེན་དུ་བཀའ་
ལ་ལོ་གངས་བགང་། །དཔེར་ན་ཤིང་ལོ་གི་བ་ལ། །ཤོ་ནི་མེ་སྟག་ལོ་ཆུ་སྟེལ། །སྟོར་
འགོ་བྱས་ནས་ཤེན་སྒྱར་རྩི། །གང་བབས་དམིགས་བཟུང་འགྲེལ་བ་ལྟ། །ཤོ་བྱི་གནས་
སྟོ་པག་ས་སྟོ། །མོ་གནས་འབྲུག་ལ་ས་སྟོ་སྒྱུལ། །སྒྲུང་ལུག་གཉིས་ནི་ལྷུང་གྲོད་
ལ། །བྱ་སྒྲེལ་གཉིས་ནི་བྱེ་བྲལ་ལ། །བྱི་རྟ་གཉིས་ནི་རུས་ཆོད་ལ། །སྟག་ཡོས་གཉིས་
ནི་འཁྱོར་པ་ལ། །ཡར་ལྟ་བགངས་པ་འཁྱུ་ཐག་སྟེ། །མར་ལྟ་ས་ཡི་རྟེན་ལྷུང་
ཡིན། །ཡར་བརྒྱད་བགངས་པ་གནས་བརྒྱདས་ལ། །མར་བརྒྱད་བགངས་པ་ས་
བརྒྱདས་ཡིན། །རང་གི་ལོག་མེན་སྟོག་དབང་གཉིས། །རང་ལོ་ལོ་སྟོག་དབང་གཉིས་
ཀ་ཡི། །དག་དུ་གྱུར་ཆེ་ལོ་ལོ་དང་། །མོ་ལོ་ལོ་ལོ་མན་ཚུན་དུ། །རང་བདུད་ཆད་ཅིང་
གཞན་སྒྲུ་འབྱུངས། །དཔེར་ན་ལོག་མེན་ཤིང་སྟག་ལ། །ས་བྱི་ས་འབྲུག་བདུད་གཅོད་
དང་། །ས་ཡི་སྒྲུང་ལུག་སྒྲུ་འབྱུངས་མོ། །དེ་བཞིན་ལོག་མེན་ཤིང་ཡོས་ཆེ། །ས་སྒྲུང་ས་
ལུག་བདུད་ཆད་ཅིང་། །ས་ཡི་བྱི་འབྲུག་སྒྲུ་འབྱུངས་འབྲུར། །དེ་ཡིས་ཀུན་ལ་འགྲེ་
བར་བྱ། །ཤིང་གིས་པ་ཁུ་མས་གསུམ་བཅི། །མེ་ཡིས་བྱ་ཆོ་མ་སྒྲུད་བཅི། །ས་ཡིས་

ས་ཁིང་ཡུལ་མཁར་བཅི། །ལྷགས་ཀྱིས་ཁང་ཉེ་ཁྱོད་དང་གྲོགས། །རྩ་དང་བསྐྱུང་མ་
བཅི་བར་བྱ། །རྩ་ཡིས་གཉན་ལམ་མཐའ་བཞི་བཅི། །དེ་ལས་གཞན་ཡང་བཤད་བར་
བྱ། །གཅིག་པ་རང་ཀེག་གཉིས་ནད་དག། །གསུམ་པ་བྱེ་བྲལ་བཞི་བཞི་གཤེད། །ལྷ་
པ་ལྷ་སྤྱན་དྲག་དྲག་འབྲས། །བདུན་པ་བདུན་རྩུང་ཤེས་བར་བྱ། །ཡར་གྱི་བཞི་གཤེད་
ན་རེས་དང་། །མར་གྱི་བཞི་གཤེད་འཆི་རེས་ཏེ། །དེ་ལ་ལོ་སྐར་ཆེ་བའང་ཟེར། །དེ་
ཡི་བདུན་རྩུང་སྐར་རྩུང་ཡིན། །དཔེར་ན་གྱི་བ་ལོ་པ་ཡི། །གནམ་ལོ་ཡོས་ཤར་སྐར་
ཆེན་ཏེ། །བྱ་ཤར་སྐར་རྩུང་གཞན་དྲུག། །ཕྱི་ཡི་རོ་འདོད་ཆེ་རྩུང་ཟེར། །དེ་ཡིས་ཀུན་
ལ་འབྲེ་བར་བྱ། །མེ་དང་རྩ་ཡི་སྟག་སྟུལ་དང་། །ཤིང་ལྷགས་མེ་སྟེལ་མེ་ལྷགས་
བྱ། །ལྷགས་རྩ་ཤིང་ཕག་མེའི་གྱི་བ། །དེ་རྣམས་ནག་འབྲས་ལོ་དུ་བྲགས། །སྟག་ནས་
བྱའི་བར་མེ་བརྒྱད་དང་། །ཁྱི་ནས་སྐང་བར་ལྷགས་བཞིའི་ལོ། །ལྷགས་ཀྱི་བྱ་ཁྱི་ས་
སྐང་འབྲུག་མེ་སྟེ་རྩ་སྟུལ་སྐར་རྩུང་དྲུག་མེ་རྩུང་སྟག་དང་ལྷགས་རྩ་སྟུལ། །རྩ་ཤིང་
སྟེལ་ཤིང་ཕག་རྣམས། །གདུག་པ་ཅན་གྱི་ལོ་བདུན་ལོ། །མེ་སྟུལ་རྩ་ཡི་བྱ་ཕག་
དང་། །ཤིང་བྱ་ལྷགས་ཀྱི་ཕག་ལུག་སྟེ། །ས་བྱ་བདུན་ནི་ལྷས་རན་ལོ། །ས་འབྲུག་
ལྷགས་ལུག་ས་སྟེ་དང་། །ལྷགས་བྱ་ལྷགས་ཁྱི་མེ་མོ་ཕག་མེ་སྐང་ཐན་པ་ལོ་བདུན་
ལོ། །མེ་རྩ་རྩུང་ལོ་གཉིས་ལ། །གནམ་སའི་བྱ་ར་ཞེས་སུ་བྲགས། །ལྷགས་བྱེ་ནས་
བརྩུང་ལྷགས་ཕག་བར། །ཐན་སྟེས་ལོ་ནི་བརྩ་གཉིས་ལོ། །

ལྷགས་སྐང་ཤིང་ལུག་མེ་ཁྱི་དང་། །རྩ་འབྲུག་དུར་མི་ནག་ལོ་བཞི། །རྩ་ཡི་
སྟག་སྟུལ་ལྷགས་སྟེ་གསུམ། །ཤིང་ནག་བྱ་གསུམ་བྱ་བ་ཡིན། །སྟེ་བ་གཉིས་ནག་ལ་
སྟེས་པའི། །སྟག་སྟེལ་ཕག་སྟུལ་ལོ་བཞི་ལ། །ལོ་ནག་མཆེ་བ་ཅན་དུ་བྲགས། །རྩ་ཡི་

བྱི་རྟ་བྱ་ཡོས་བཞི། །ས་ཡི་ཕག་འབྲུག་བྱ་དང་ཡོས། །མེ་འབྲུག་མེ་བྱ་ཆུ་སྐང་
ནམས། །སྲིན་ཁྱེར་ལོ་ནི་བཅུ་གཅིག་ཡིན། །མེ་རྟ་ཆུ་བྱ་ཤིང་ཡོས་དང་། །ལྷགས་བྱ་
ཐེང་འདྲེ་མི་བཞི་ཡིན། །

སྦྲེ་ཐེང་དང་པོའི་ཤིང་སྐང་དང་། །བར་པའི་ས་སྐྱལ་ཤིང་པོ་ཁྲི། །འོག་མའི་ཆུ་
ལྷག་པའི་བྱི་ཕག་ །ཤིང་ལྷག་ལྷགས་བྱི་ནམ་པ་བརྒྱད། །འབྲུང་བ་ལྔ་ལྔ་ལོ་ཡིན་
ནོ། །སྦྲེ་ཐེང་དང་པོའི་མེ་ཡོས་དང་། །ཆུ་བྱ་ས་ལྷག་ལྷགས་སྦྲེལ་བཞི། །བར་པའི་ཆུ་
སྐྱལ་འོག་མ་ཡི། །མེ་ཡོས་ལྷགས་སྟག་ལྷགས་ཁྲི་གཉིས། །ཆུ་ཡི་བྱི་ཕག་བཅུ་པོ་
ནི། །འབྲུང་བ་གཉིས་ལྔ་ལོ་ཡིན་ནོ། །ལྷགས་སྦྲེལ་ལྷགས་ཕག་མེ་འབྲུག་སྐྱལ། །ས་
ལྷག་ལྷགས་ཁྲི་ཤིང་སྐྱལ་དང་། །མེ་བྱ་ལྷགས་ས་ལོ་བརྒྱད་དོ། །ཤིང་སྟག་ལྷགས་
སྦྲེལ་མེ་པོ་སྟག་ །ཆུ་ཡི་སྟག་སྐྱལ་ཕག་སྦྲེལ་བཞི། །ས་ཁྲི་དྲ་ལྷག་ལོ་བརྒྱད་དོ། །ཐ་ཆུང་
ལོ་བཞི་དྲ་རུ་དང་། །ར་བ་བཞི་ནི་བསེ་རུ་སྟེ། །འབྲིང་པོ་བཞི་ལ་འཆོལ་བྱར་གྲགས། །

གསུམ་པ་སྦྲེ་བ་དགུ་ཡིན་ཏེ། །གཅིག་དཀར་གཉིས་ནག་གསུམ་མཐིང་
དང་། །བཞི་ལྔ་ལྔ་མེར་བྲུག་དཀར་དང་། །བདུན་དམར་བརྒྱད་དཀར་དགུ་དམར་
ཏེ། །ལྔ་བདུད་བསེན་མོ་སྐྱ་ས་བདག་ །རྒྱལ་བཅན་ལྟ་དང་མ་མོ་ཡི། །མེ་ལོང་ཞེས་པ་
རིམ་བཞིན་སྐྱར། །དཀར་གསུམ་ལྷགས་ལ་ནག་མཐིང་ཆུ། །བཞི་ལྔ་ཤིང་ལ་ལྔ་
མེར་ས། །དགུ་དམར་བདུན་དམར་མེ་ཡིན་ནོ། །བརྒྱད་དཀར་གཉིས་ནག་ལྔ་མེར་
གསུམ། །སྟག་སྦྲེལ་ཕག་སྐྱལ་བཞི་ལ་དབང་། །བདུན་དམར་བཞི་ལྔ་གཅིག་དཀར་
གསུམ། །བྱི་རྟ་བྱ་ཡོས་བཞི་ལ་དབང་། །དགུ་དམར་བྲུག་དཀར་གསུམ་མཐིང་
གསུམ། །སྐང་ལྷག་ཁྲི་འབྲུག་བཞི་ལ་དབང་། །

དེ་ཡང་ལོ་ཅན་དྲུག་ཅུ་ལ། རྩོག་ལུས་དབང་ཐང་དཔེ་བ་ཡི། སྤྱོད་བ་དྲུག་ཅུ་
ཆོན་གསུམ་སྟེ། བརྒྱ་དང་བརྒྱད་ཅུ་ཐམ་པ་འབྲུང་། རྟེ་ཕྱིར་བརྒྱད་ཅུ་སྒྲོར་ཞེས་
གསལ། སྤྱོད་ཐེང་གོང་མ་འི་གཅིག་དཀར་ནས། དྲུག་ཅུ་གངས་ལྗོག་ལྷ་རུ་ཟད། རྟེ་
ནས་བར་པ་འི་བཞི་ལ་བསྐྱོངས། བརྒྱད་ཟད་འོག་མ་འི་བདུན་ལ་འཁོར། རྟེ་ཡི་ཐ་མ་
གཉིས་སུ་ཟད། སྤྱིར་ཡང་སྤྱོད་ཐེང་གོང་མ་ཡི། རྟེ་ཐེང་དང་ཐེང་གཅིག་ལ་འཁོར། རྟེ་
ལྷར་བསྐྱལ་པ་འི་བར་དུ་ཡང་། ཆད་ལྷག་མེད་པར་འཁོར་བ་ཡིན། རྟེ་ཡང་ཡར་བཞི་
སྟོག་སྤྱོད་སྟེ། མར་བཞི་དབང་སྤྱོད་གང་སྤྱོད་ལུས། མཐུན་གསུམ་སྤྱང་ཉི་སྟོག་སྤྱོད་
སྤྱང་། དཔེར་ན་ད་ལྷའི་ཤིང་གི་ཡི། ལུས་སྤྱོད་གཅིག་དཀར་ལ་བབས་དུས། ཡར་
བཞི་བདུན་དམར་སྟོག་སྤྱོད་དང་། མར་བཞི་བཞི་སྤྱང་དབང་སྤྱོད་སྟེ། སྤྱང་སྤྱོད་ཤིང་ལྷག་
སྟོག་སྤྱོད་སྤྱང་། རྟེ་དག་གིས་དགྲུ་ལས་འཆོལ་ན། སྤྱོད་པ་འི་སྤྱོད་བ་དབྱུས་བཞག་
པས། རྩོག་ནི་ལྷོ་རུབ་མཆོམས་ན་གནས། དབང་ཐང་བྱང་ཤར་ལུས་ནི་
དབྱུས། བསྐྱོར་སྤྱོད་ཁ་ཤོ་གིས་དགྲུ་སྟེ། ལྷ་མེར་རུས་སྤྱལ་ལྷོ་ལ་གབ། ལི་ལ་དགྲུ་
དམར་ཁོན་གཉིས་ནག། དུ་ལ་བདུན་དམར་ཁོན་ལ་དྲུག། ཁམ་ལ་གཅིག་དང་གིན་
བརྒྱད་དཀར། ཟེན་མཐིང་ཟོན་ལ་བཞི་སྤྱང་སྟེ། གོ་རིམ་རི་བཞིན་བྱ་འབྲུང་
ནི། དབྱུས་ནས་གནས་ལྷགས་རི་ཐོ་དང་། མེ་ཆུ་ས་ཤིང་རྒྱང་ནས་དབྱུས། སྤྱོད་སྤྱོད་
དབྱུས་བྱས་བྱ་འབྲུང་ལྷར། བརྒྱད་བརྒྱད་ཀྱིས་བསྐྱོར་དགྲུ་ཆོན་དགྲུ། གཅིག་བརྒྱ་
བརྒྱ་དགྲུ་ཉིར་བརྒྱད་དང་། རྟེ་བདུན་ཞེ་དྲུག་ར་ལྷ་སྟེ། རྟེ་བཞི་དོན་གསུམ་བྱ་
གཉིས་དང་། གོ་གཅིག་ནམས་ལ་དབྱུས་སུ་འཆོག། བསྐྱོར་ལྷགས་དབྱུས་ནས་ཤར་
དུ་ཐོན། རྟེ་ལོ་དྲུག་ཐོ་གཡོན་བསྐྱོར་དང་། རྟེ་དྲུག་གཡས་བསྐྱོར་དུ་ལོན་

བཟང་། །རང་རང་རྒྱལ་ནས་དབུས་སུ་འབྱུག །སྤར་ཡང་དབུས་ནས་བྱ་འཕུར་
 གིས། །གང་བབས་སྟེ་བའོས་བཟུང་བ། །སྟེས་སྟེ་བདེ་ལྷག་འཆོལ་འདོད་ན། །གནས་
 ལོའི་སྟེ་བ་དབུས་བཞག་ནས། །བྱ་འཕུར་ཁོ་ནས་སྟེ་བ་རེད། །བཙུ་ཆན་རེ་རེ་བཟང་
 བྱ་ཞིང་། །བཙུ་ཁ་མ་ལོངས་རེ་རེ་བཅི། །ཡང་ན་དབུས་འཆོག་ལོ་ལོངས་དང་། །ད་
 ལྟའི་གནས་ལོའི་སྟེ་བ་སྤྲད། །དེ་ནས་དབུས་འཆོག་མ་ལོངས་བའི། །ལོ་གངས་གནས་
 ལོའི་སྟེ་བ་ནས། །བཟུང་སྟེ་ལྷགས་འབྱུང་བཟངས་བའི་གངས། །གང་བབས་སྟེས་
 སྟེར་ཐེ་ཆོམ་མེད། །གཞན་ཡང་ར་བསེ་ལ་སོགས་བཤད། །མེ་ལྷགས་ཚུ་གསུམ་ར་
 རུ་དང་། །ས་ཤིང་གཉིས་པོ་བསེ་རུ་སྟེ། །ནག་མཐིང་དམར་གཉིས་སྟེར་བབས་
 བ། །བར་གྱི་རོ་འདོད་ཅེས་སུ་བཤད། །གཅིག་དཀར་ལ་སོགས་རིམ་བ་བཞིན། །བྱིས་
 བ་སྟེས་དར་ཤར་པོ་དང་། །ལྷགས་ས་བན་བོན་བྱད་མེད་དང་། །ཁད་ཚོན་དང་ནི་ཅད་
 པོ་ལ། །གཉན་བས་གཉིས་ནག་ཅེས་སུ་བཏགས། །གནས་སྟོ་པོ་བྱག་ལོའི་གཅིག་
 དཀར། །ས་སྟོ་པོའི་གཉིས་ལོའི་བཞི་ལྡང་། །

ར་བ་བཞི་པོ་གཅིག་དཀར་ཆེས། །འབྲིང་པོ་བཞི་ལ་བཞི་ལྡང་ཆེས། །ཐ་ཆུང་
 བཞི་ལ་བདུན་དམར་ཆེས། །རིམ་པར་དེད་བས་ཆེས་ལ་འཁོར། །ཉིན་མཆན་དུས་
 གཉིས་ཐོག་མ་ལ། །ཆེས་སྟེ་སྤར་ནས་དེད་བ་ཡིས། །ཉིན་དགུ་མཆན་དགུ་དུས་ལ་
 འཆར། །

བཞི་བ་སྤར་ཁ་བརྒྱད་ཡིན་ཏེ། །སྟོན་ས་གཡས་བསྐྱོར་རིམ་བ་བཞིན། །ལི་
 མེ་ཁོན་ས་དུ་ལྷགས་དང་། །ཁེན་གནས་ཁམ་ཚུ་གིན་རི་དང་། །ཟིན་ཤིང་ཟོན་རྒྱུང་སྤར་
 ཁ་བརྒྱད། །མཁའ་རི་རྒྱུང་ཡང་སར་བྱས་བས། །མདོ་དོན་འབྱུང་བ་ལྟ་རུ་

འབྲུང། །སྤྱེས་པ་ལི་ནས་ཁོན་ཕྱོགས་བསྐྱོར། །བྱུང་མེད་ཁམ་ནས་ཁོན་ཕྱོགས་
བསྐྱོར། །བརྟུ་ཁ་མ་འོངས་རེ་རེ་སྟེ། །བརྟུ་ཁ་འོངས་ནས་བྱུར་ལ་མཆོངས། །སྤར་
ཁའི་བཟང་བཞི་ངན་བཞི་ནི། །ལི་ཁམ་གཉིས་དང་ཁོན་ཁོན་གཉིས། །དུ་གིན་གཉིས་
དང་ཟིན་ཟོན་གཉིས། །པན་ཚུན་གནས་སྤྲོན་རབ་ཀྱི་རབ། །ལི་ཟིན་ཁམ་ཟོན་དུ་ཁོན་
དང་། །གིན་ཁོན་གཉིས་གཉིས་པན་ཚུན་དུ། །སྟོག་འཆོ་གནས་པ་རབ་ཀྱི་
འབྲིང་། །རྒྱང་མེ་ས་ལུགས་རི་གནས་དང་། །རྒྱ་ཁིང་པན་ཚུན་གཅིག་གིས་
གཅིག་། །བསྐྱེད་པ་དཔལ་བསྐྱེད་རབ་ཀྱི་ཐ། །ཕྱུ་ལོན་རང་རང་ཕྱོགས་ན་སྟེ། །ཕྱེན་
ལུགས་མེ་གནས་རི་བཞི། །ཕྱུ་ལོན་འབྲིང་རབ་ས་རྒྱ་དང་། །ཁིང་རྒྱང་ཕྱུ་གཡང་འབྲིང་
གི་འབྲིང་། །མེ་རི་རྒྱང་གནས་ལུགས་རྒྱ་དང་། །ཁིང་ས་གནོད་པ་འབྲིང་གི་ཐ། །ལུགས་
མེ་ས་རྒྱང་གནས་ཁིང་དང་། །རི་རྒྱ་འདྲེ་ལུ་ཐ་མའི་རབ། །ལི་ཁོན་དུ་ཟིན་ཁོན་ཁམ་
དང་། །གིན་ཟོན་བདུད་གཅོད་ཐ་མའི་འབྲིང་། །གནས་རྒྱ་མེ་ས་རྒྱང་ལུགས་དང་། །ཁིང་
རི་པན་ཚུན་ལུས་ཆད་པ། །ཐ་མའི་ཐ་སྟེ་ངན་བཞི་ལོ། །ར་རུ་ཕྱོགས་བཞི་བསེ་རུ་
མཆོམས། །ཕོ་ལི་ཕོ་ཁམ་ལ་བབས་ན། །ནང་གི་རོ་འདོད་ཅེས་པར་གྲགས། །བལྟ་
བའི་མིག་བཞི་བརྒྱུད་རུ་བཞི། །བན་བཞི་ཐོན་བཞི་ལ་སོགས་པ། །འབྲས་བུའི་སྐབས་
སུ་ཤེས་པར་འབྲུང། །ཁོན་ལ་གནས་སྟོ་ཁོན་ས་སྟོ། །དེ་ནི་སྤྱི་ཡིན་ཁྱེ་བྲག་ནི། །བཅི་
བུའི་སྟོག་གི་མར་གྱུར་བའི། །སྤར་ཁ་ལ་བབས་གནས་སྟོ་སྟེ། །བུ་ནི་ས་སྟོ་དག་
གཤེད་སྟོ། །བྱིས་པའི་སྤྱེས་སྤར་མ་སྤྱུང་སྟེ། །དེ་ཉིད་བདེ་ཆུག་འཆོལ་འདོད་ན། །མ་
ལོའི་སྟེང་ནས་བུ་ཡི་ལོས། །འབྲི་ལུག་སྟེང་དུ་གཅིག་བསྒྲན་པའི། །གངས་དེར་མ་ཡི་
སྤར་ཁ་བསྐྱོར། །མ་དེ་གར་བབས་སྤར་ཁ་དེ། །བུ་དེ་སྤྱེས་པའི་སྤར་ཁ་ཡིན། །

སྒྲུག་ཏུ་བྱི་གསུམ་མི་ཡིས་ཆེས། །བྱི་འབྲུག་སྤྱེལ་གསུམ་ཁམ་གྱིས་
 ཆེས། །བྱ་སྒྲུང་སྤྱེལ་གསུམ་དུ་ཡིས་ཆེས། །པག་ལུག་ཡོས་གསུམ་ཟེན་གྱིས་
 ཆེས། །རིམ་བཞིན་དེད་པས་ཆེས་ལ་འཆར། །གང་ཆེས་ཉིན་མཆན་ཐོག་མ་
 བས། །ཉིན་བརྒྱད་མཆན་བརྒྱད་དུས་ལ་སྤྱར། །

ལྷ་པ་ཆེ་བ་བཅུ་གཉིས་ཏེ། །དབྱིད་ཆེ་ར་བ་བཅུ་གཅིག་སྒྲུག་ །བཅུ་གཉིས་
 དབྱིད་འབྲིང་ཡོས་སུ་ཅི། །ཆེ་བ་དང་པོ་དབྱིད་ཐ་འབྲུག་ །དེ་བཞིན་དབྲར་ར་གཉིས་
 པ་སྤྱུལ། །དབྲར་འབྲིང་གསུམ་པ་ཉི་ལྔ་བ། །བཞི་པ་དབྲར་ཆེ་ཐ་ཆུང་ལུག་ །ལྷ་པ་
 ཉོན་ཆེ་ར་བ་སྤྱེལ། །འབྲུག་པ་ཉོན་འབྲིང་བུ་ལྔ་བ། །བདུན་པ་ཉོན་ཆེ་ཐ་ཆུང་
 ཟི། །བརྒྱད་པ་དགུན་ཆེ་ར་བ་པག་ །དགུན་འབྲིང་དགུན་བ་བྱི་བ་པོ། །བཅུ་པ་དགུན་ཐ་
 སྒྲུང་དུ་འདོད། །དགུན་ཉི་དབྱིད་ར་སྒྲུག་ལ་ཐོག་ །མགོ་ཡིས་ཉིན་ཆེ་བཞོལ་
 མེད། །དབྲར་ཉི་ཉོན་ར་སྤྱེ་ལུང་ཐོག་ །སྤྱོད་གྱིས་ཉིན་ཆེ་བཞོལ་མེད། །ཞིབ་པར་སྒྲུང་
 བཞོལ་ཆོགས་དང་སྤྱོད། །

འབྲུག་པ་ཆེས་གངས་ཆེ་གཅིག་ལ། །ཞག་ནི་སུམ་ཅུ་ཐམ་པ་ཡོད། །པོ་ཆེ་འབྲུག་
 པོ་སྒྲུག་གིས་ཆེས། །པོ་ཆེ་འབྲུག་པོ་སྤྱེ་ལུས་ཆེས། །ཆེས་གཅིག་བཅུ་གསུམ་ཉིད་ལྷ་
 ལ། །གང་ཆེས་དེ་ཡི་ཉི་མ་འཆར། །པོ་ཆེ་འབྲུག་ཉི་ལྔ་ལ་ལུག་ །པོ་ཆེ་གྱིས་ཉི་ལྔ་ལ་
 སྒྲུང་། །ཞག་རེ་ལོ་འབྲོས་རེ་རེ་ཞིང་། །རིམ་པར་སྤྱར་བས་ཆད་སྒྲུག་མེད། །

བདུན་པ་དུས་ཆོད་ཞག་རེ་ཞིང་། །ཉིན་འབྲུག་མཆན་འབྲུག་ནམ་པར་
 བཞག་ །ནམ་ལངས་ཡོས་ལ་ཉི་ཤར་འབྲུག་ །ཉི་ཤོས་སྤྱེལ་ལ་ཉིན་བྱེད་རྟ། །བྱེད་ཡོལ་
 ལུག་ལ་ཉི་ལྔ་ར་སྤྱེལ། །ཉི་ལྔ་བ་བྱ་ལ་ས་སྤོད་ཟི། །སྤོད་འཁོར་པག་ལ་ནམ་བྱེད་

བྱེ། །བྱེད་ཡོལ་སྤང་ལ་ཐོ་རེངས་སྟག།

ལོ་རྒྱ་ཞག་དུས་དེ་དག་གི། །དབང་ཐང་ལོ་རྒྱ་ཉི་མ་སྟགས་ལ། །ཞག་དང་དུས་
ཆོད་རྒྱང་བར་འདེད། །གནམ་ལོ་མ་ལ་རྒྱ་བ་བྱ། །རྒྱ་བ་མ་ལ་ཞག་ནི་བྱ། །ཞག་ནི་མ་
ལ་དུས་ཆོད་བྱ། །རྒྱ་ཞག་དུས་ཀྱི་དབང་ཐང་རྣམས། །བདེ་སྟག་བརྟག་བའི་མན་ངག་
ནི། །གནམ་ལོ་འི་དབང་ཐང་གང་ཡིན་དེ་འི། །སྟག་ཡོས་བྱེ་སྤང་བྱ་ཡིན་ལ། །འབྲུག་
སྤྱལ་གྲོགས་ལ་རྟ་ལྷག་དག། །བྱ་སྤྱེལ་མ་ལ་བྱི་པག་རང་། །རྒྱ་བ་དེ་ཉིད་གཞིར་བྱས་
ཏེ། །རྒྱ་རེའི་ཞག་པོ་སྟུང་ཆོན་བཅུ་འི། །གཅིག་བྱག་བྱ་ལ་གཉིས་བདུན་
གྲོགས། །གསུམ་བརྒྱད་དག་ལ་བཞི་དགུ་མ། །ལྔ་བཅུ་རང་ཡིན་ཞག་དེ་ཡི། །དུས་
ཆོད་ཡོས་སྤྱེལ་སྤང་གསུམ་བྱ། །འབྲུག་བྱ་སྟག་གསུམ་གྲོགས་ཡིན་ཏེ། །སྤྱལ་བྱི་དག་
ལ་རྟ་པག་མ། །ལྷག་དང་བྱི་བ་རང་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་རྣམས་ཀྱི་སྟོག་ལུས་དང་། །སྤང་
རྟ་གསུམ་པོ་ལོ་བཞིན་བཅི། །

བརྒྱད་བ་གཟའ་ནི་བརྒྱད་ཡིན་ཏེ། །ཉི་རྒྱ་དམར་ལྷག་ཕྱར་སངས་སྟེན། །རྩ་
རྩ་ལ་དང་བརྒྱད་དུ་འདོད། །ཉི་མ་མིག་དམར་མེ་ཡིན་ལྟོ། །རྒྱ་བ་ལྷག་བ་ཚུ་ཡིན་
བྱང་། །ཕྱར་གིང་གར་ཏེ་སངས་ལྷགས་རུབ། །སྟེན་བ་ས་ཡིན་མཆོམས་ལ་
དབང་། །རྩ་རྩ་སྤྱི་བྱབ་འབྲུང་ལྔ་ཆོང་། །སྟག་རྟ་བྱི་གསུམ་སྟེན་བས་ཆེས། །བྱི་འབྲུག་
སྤྱེལ་གསུམ་དམར་པོས་ཆེས། །པག་ལྷག་ཡོས་གསུམ་རྒྱ་བས་ཆེས། །བྱ་སྤང་སྤྱལ་
གསུམ་ཕྱར་བྱས་ཆེས། །

གང་ཆེས་དེ་དར་བྱ་ཡང་དང་། །མ་ཚུད་དག་མྱོད་གྲོགས་ནི་གྲུད། །ཆེས་
གཅིག་བརྒྱད་དང་བཙོ་ལྔ་དང་། །ཉིར་གཉིས་ཉིར་དགུར་གང་ཆེས་འཆར། །གཞན་

ཡང་བཀྲམས་པའི་གཟའི་བྱེ་བྲག་ ། བྱི་གཟའ་ནང་གཟའ་བར་གཟའ་གསུམ། ། བྱི་གཟའ་
ལོ་ཤོན་བྱུག་ཅུ་ཡི། ། ས་ལྷགས་ལོ་རྣམས་སྟེན་པ་དང་། ། ཤིང་ལོ་ཕྱར་བྱ་མེ་མིག་
དམར། ། རྩ་ལོ་བཅུ་གཉིས་ལྷག་པ་ལོ། ། འདི་ལ་དམར་རྩུང་སྟག་མགོ་ལས། ། ཕྱར་སྟེན་
གོ་ལྷོག་སྐྱར་བ་ཡོད། ། བར་གཟའ་ལོ་འགྲོས་བཅུ་གཉིས་ཀྱི། ། བྱི་འབྲུག་སྟེལ་གསུམ་
ལོ་མིག་དམར། ། བྱ་སྐང་སྐྱལ་གསུམ་ཕྱར་བྱ་དང་། ། སྟག་ཏ་ཁྲི་གསུམ་སྟེན་པ་
སྟེ། ། སག་ལུག་ཡོས་གསུམ་ལྷག་པ་ལོ། །

ནང་གཟའ་སྐར་ཁ་བརྒྱད་ཡིན་ཏེ། ། ལི་ཁམ་ལོ་སྟེན་མའི་མིག་དམར། ། དུ་བློ་
མའི་དམར་མའི་སྟེན་པ། ། ཁེན་བོན་མའི་ཕྱར་མའི་ལྷག་པ། ། གིན་ཁོན་མའི་ལྷག་མའི་
ཕྱར་བྱ། །

དགུ་པ་སྐར་མ་ཉི་ཤུ་བརྒྱད། ། སྟེན་བྱུག་སྐར་མ་མགོ་དང་ལག་ ། རབས་ལོ་
རྒྱལ་ཤར་སྐག་ཤར་སྟོ། ། མཚུ་བྱེ་དཔོ་དང་མེ་བཞི་ནག་ ། ས་རི་སྟོ་སྐར་ས་གཞི། ། ལྟོ་
བྱུང་ཡིན་ཏེ་སྟེ་མཚམས་སྟོན། ། སྐབས་དང་རྩ་སྟོད་རྩ་སྟོད་དང་། ། རྩོ་ལྷན་བྱུང་སྐར་
བྱི་ལྷན་ནི། ། ལྷན་བྱང་མཚམས་ཀྱི་སྐར་མ་ཡིན། ། མོན་བྱེ་མོན་བྱེ་ལྷན་ས་སྟོད་
སྟོད། ། རས་བྱེ་དབྱེ་བྱེ་བྱང་སྐར་ཏེ། ། བྱེ་ཉི་བྱང་ཤར་མཚམས་སྐར་ཡིན། ། ཤར་སྐར་
བྱུག་ཤིང་སྟོ་སྐར་མེ། ། ལྷན་ལྷགས་བྱང་རྩ་མཚམས་སྐར་ས། ། སྐར་རྩུང་ཉི་ཤུ་ཅ་
བདུན་བཞོད། ། མགོ་ལག་བར་ན་སྐར་རྩུང་མེད། ། དབྱིད་རྩ་ར་བ་ནས་བཅམས་
ཏེ། ། མགོ་རྒྱལ་མཚུ་དཔོ་ནག་པ་དང་། ། ས་ག་སྟོན་དང་རྩ་སྟོད་དང་། ། རྩོ་ལྷན་
ལྷན་ས་དབྱུག་སྟེན་བྱུག་རྣམས། ། རྩ་བ་བཅུ་གཉིས་ཉ་སྐར་ཏེ། ། གང་ཉ་དར་བ་སྟོད་
སྐར་བྱུད། །

དེ་རྗེས་དར་གྲུང་དགུ་དྲུང་གསུམ། །དང་པོ་འབྲུང་བའི་དར་གྲུང་ནི། །ར་བ་
བཞི་ནས་རྫོང་འགོ་བྱ། །དེ་ཡང་ཡིང་རྣམས་སྟོན་ར་སྤྱེ། །མེ་རྣམས་དགུན་རྒྱ་ར་བ་
པག །ལྷགས་རྣམས་དབྱིད་ར་སྟག་ནས་བཟུང་། །ས་རྩ་དབྱར་ར་སྤྱལ་ནས་
བརྩམས། །དབྱགས་ལེན་མངལ་གནས་ལུས་རྫོགས་གསུམ། །བཙས་པ་ཁྲུས་བྱེད་
གོས་གྲོན་གསུམ། །ལས་བྱེད་དར་བ་གྲུང་བ་གསུམ། །ན་བ་ཡི་བ་དྲུང་ལྷགས་
གསུམ། །གཡས་རྫོང་རིམ་པར་བགྱངས་བྱས་ནས། །ལོ་རྒྱ་ཞག་དུས་བཞི་ཡི་
སྟེང་། །སྐབས་དང་སྦྱར་ཏེ་བཞག་པར་བྱ། །དར་བ་ལས་བྱེད་བཟང་པོའི་རབ། །ཁྲུས་
བྱེད་གོས་གྲོན་བཟང་པོའི་འབྲིང་། །ལུས་རྫོགས་བཙས་པ་བཟང་པོའི་
མཐའ། །དབྱགས་ལེན་མངལ་གནས་ངན་པའི་རབ། །གྲུང་བ་ན་བ་ངན་པའི་
འབྲིང་། །ཡི་བ་དྲུང་ལྷགས་ངན་པའི་ཐ། །དེ་དག་རྣམས་ཀྱང་རིམ་པ་བཞིན། །གཏེར་
ཆེན་རྟེན་དང་རྒྱུན་རིང་བ། །བསམ་གྲུབ་གསོ་སྦྱབ་བདེ་བ་ལྡན། །ལོངས་སྤྱོད་ཆེ་ཐོབ་
སྐལ་བད་དང་། །ལྷུང་ངན་སྦྱང་དང་བྱེ་བྲལ་དང་། །ལྷུང་གྲོད་གཡང་ཉམས་རྒྱུན་ཆད་
ཅེས། །དེ་ལྟར་བཟང་དྲག་ངན་དྲག་པོ། །སྟོག་ལུས་དབང་སྤྱང་ཀུན་ལ་སྤྱོད། །སྟག་
ཡོས་ཟེན་དང་རྟ་སྤྱལ་ཡི། །བྱ་སྟེ་བྱ་དང་ས་རྩ་ཡི། །ལོ་དྲག་ཁམ་ནས་དབྱགས་རྒྱངས་
ཏེ། །བརྫོང་བ་སྤར་ཁའི་དར་གྲུང་ཡིན། །

གཉིས་པ་དགུ་མིག་རྫོང་འགོ་ལ། །རྒྱང་སྤྱགས་སྤར་སྟེ་དུས་ཁམས་ལ། །དང་
པོ་རྒྱང་པའི་དགུ་མིག་ནི། །པོ་ནི་རང་ལྗེའི་བྱི་བ་དང་། །མོ་ནི་རང་ལྗེའི་བྱ་ནས་
བཟུང་། །དགུ་ཆོན་གྲེན་བགྱང་གཤེད་བཞིར་སྟོད། །དེ་ཡང་དགུ་དང་བཙོ་བརྒྱད་
དང་། །ཉིར་བདུན་སོ་དྲག་ཞེ་ལྷ་དང་། །དང་བཞི་རེ་གསུམ་བདུན་ཅུ་གཉིས། །གྲ་གཅིག་

རྣམས་ལ་དགུ་མིག་འབབ། །བྱང་པར་གནམ་ལོའི་མདུན་རྒྱབ་ཏུ། །དགུ་དྲར་གཉིས་
འཛོམས་རེ་རེ་ཡོད། །དེ་ཡང་སྟག་ཡོས་ལོ་བའི་ལོ། །བཙུ་བརྒྱད་བྱད་མེད་སོ་བྱག་
པ། །རྟ་སྦྱལ་སྦྱེས་པ་སོ་བྱག་དང་། །བྱད་མེད་བཙུ་བརྒྱད་བྱ་སྦྱེ་ནི། །ང་བཞི་ལོ་ལ་དོན་
གཉིས་སོ། །གཤེད་བཞི་བྱི་པག་བཙས་པ་ལ། །སྦྱེས་པ་དོན་གཉིས་སོ་ང་བཞིར། །དགུ་
མིག་དྲར་ཐོག་བྱིན་པས་ངན། །སྦྱགས་མ་འཕྱིང་པོ་བཞི་ནས་བསྐྱོར། །ས་རྩ་ལོ་བྱག་
བྱི་བ་ནས། །བྱེན་དུ་བབྱངས་པས་འབྱུག་ལ་སྟོང། །དེ་བཞིན་སྟག་ཡོས་ལོས་ནས་
ལྷག་རྟ་སྦྱལ་རྟ་ནས་བྱི་ལ་ལོ། །བྱ་སྦྱེ་བྱ་ནས་སྤང་ཐོག་སྟོང། །དེ་དག་གནམ་ལོ་གང་
ཤར་དེའི། །མར་བྱི་ལྷ་མཐུན་ལོ་བར་འབྱུང་། །དེ་བྱིར་ལོ་དགུ་ཉེར་གཅིག་དང་། །སོ་
གསུམ་ཞེ་ལྷ་ལྷ་བཅུ་བདུན། །རེ་དགུ་བྱ་གཅིག་རྣམས་ལ་སྟེ། །དེ་རྣམས་དྲར་བཞིའི་
ཐོག་བྱིན་པས། །གནད་བྱི་དགུ་མིག་ཅེས་སུ་བྲགས། །

སྤང་ཁ་ལོ་ལོ་ལོ་ཁམ་དང་། །སྦྱེ་བ་སྦྱེས་སྦྱེར་བབས་པ་ལོ། །རུས་ཁམས་དགུ་
མིག་སྐྱོར་འགོ་ནི། །ལུ་དང་ཀྱངས་གཉིས་བྱི་བ་ནས། །ཀེག་ནི་ལོས་དང་རི་ནི་
རྟ། །ཤངས་ནི་བྱ་ནས་སྐྱོར་འགོ་བྱ། །བྱེན་བབྱང་དྲར་སྦྱེང་བྱིན་པས་ངན། །དོན་ལ་
སྦྱགས་མ་ཁོ་ན་ལོ། །

གསུམ་པ་དྲར་མིག་བྱི་ལོ་དང་། །ནང་གི་སྤང་ཁ་དག་ལ་སྦྱོར། །དེ་ཡང་ཤིང་
དྲར་ལྷག་དང་ཁོན། །མེ་དྲར་བྱི་དང་ཁེན་ལ་ལྷགས། །ལྷགས་དྲར་སྤང་དང་གིན་ལ་
སྟེ། །ས་རྩ་འབྱུག་དང་ཐོན་ལ་བཏབ། །

དྲར་བྱི་ཁང་བྱ་བརྒྱད་ཅུ་ནི། །བྱི་རྟ་བྱ་ལོས་བཞི་ནས་བསྐྱོར། །འབྱེད་པའི་
སྦྱེ་མིག་བཞི་ཞེས་བྱ། །དེ་ཡང་བཙུ་བྱའི་དབང་མཐུན་བྱི། །ས་རྩ་བྱི་བ་སྦྱེ་ལྷ་

དང་། །ཤིང་གཉིས་ཡོས་དང་མེ་གཉིས་ན། །ལྷགས་གཉིས་བྱ་ལྡན་ས་བསྐྱོར་
ཕྱིར། །ཡང་དག་རྫོང་འགོ་ཉི་ཤུར་གྲགས། །ཐམས་ཅད་གྲུན་བསྐྱོར་རང་རང་གི།
།དབང་ཐུན་དུར་སྟེང་སྟེང་པ་ནི། །རང་དུར་ཆེ་སྟེ་དེའི་བདུན་ཟུར། །དབང་ཐང་
མ་ཐུན་པ་རང་དུར་ཚུང་། །རང་རང་དབང་ཐང་དག་ཐོག་གི། །དུར་སྟེང་ཕྱིན་པ་གཤེད་
དུར་ཆེ། །དེ་ཡི་བདུན་ཟུར་གཤེད་དུར་ཚུང་། །དེ་ཡང་གནམ་ལོ་གང་ཤར་
ཡང་། །སྤྱིས་བུའི་ལོ་གངས་ཉེར་གཅིག་དང་། །ར་གཅིག་ཞེ་ལྷ་བཙོ་ལཱའི་སྟེང་། །སྟེང་
པ་རང་དུར་ཆེ་དང་ཚུང་། །གཤེད་དུར་ཆེ་ཚུང་རིམ་པར་སྤྱར། །དེ་ལྟར་རྫོང་འགོ་
ཉི་ཤུ་ལ། །བཞི་བཞི་སྤྱར་བས་བརྒྱད་ཅུ་འོ། །

དུར་གྱི་ཉི་མ་སོ་དྲུག་ནི། །དྲུག་གསུམ་དུར་གྱི་ཉི་མ་ཞེས། །རྒྱ་བ་ཀྲན་ལ་
གསུམ་གསུམ་ཡོད། །སོ་རྒྱ་དྲུག་ལ་ལྷག་ཉི་དང་། །སོ་དྲུག་སྤང་གི་ཉི་མར་ངེས། །རྒྱ་
བའི་ར་འབྲིང་ཐ་གསུམ་ལ། །རིམ་བཞིན་གནམ་དུར་བར་དུར་དང་། །ས་དུར་ཞེས་
པའི་ཐ་སྟོད་བཏགས། །འབྲུང་ཅིས་མན་ངག་རྒྱ་བའི་འོད་ཟེར་ལས། །རྫོང་འགོ་སྤྱི་
ནམ་གཞག་བསྟན་པའི་ལེ་ལྷ་སྟེ་དང་པོ་འོ། །

॥

ལེའུ་གཉིས་པ།

རྒྱ་ཐོད་ཀྱི་སྐྱོར་ལགོ་སྤུམ་ཅུའི་ཅིས།

༩ བྱེ་བྲག་སོ་སོའི་སྐྱོར་ལགོ་ལའང་། །རྒྱ་ཐོད་སྐྱོར་ལགོ་སྤུམ་ཅུ་དང་། །ནམ་
ཞག་གཏན་དང་མཐུན་སྐྱོར་གཉེན། །ལོ་གཅིག་སྐྱེག་དང་ནད་ཅིས་དང་། །གཤེན་གྱི་
ཅིས་དང་བྱུག་གིས་བསྐྱུས། །དང་པོ་གཙུག་ལག་ཀྱན་གྱི་བཅུད། །རྒྱ་ཐོད་སྐྱོར་ལགོ་
སྤུམ་ཅུ་ལ། །རྟེན་པོར་རྒྱས་ལམ་ལ་བསྐྱུས་གསུམ་ལས། །འདིར་ནི་རྒྱས་པ་སྐྱོར་
ལགོ་རེད། །རྟེན་བརྒྱད་བརྒྱད་ཀྱན་བྲིལ་བས། །ཉིས་བརྒྱ་བཞི་བཅུས་གཏན་ལ་
དབབ། །

ཐོག་མར་རང་རང་ཅིས་གཞི་ནི། །རྒྱ་ཡི་སྐྱོར་ལགོ་བཙོ་ལྷ་ལས། །དང་པོ་ས་
བདག་རྒྱལ་པོའི་ཅིས། །ཤེས་གྱི་བྱ་ལྷུང་དཀར་པོ་དང་། །ཤིང་གི་བྱི་སྐྱེད་ལྷེད་ནས་
བཅི། །གཉིས་པ་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ནི། །གངས་ཀྱི་སེང་གེ་དཀར་མོ་དང་། །མེ་
སྐྱུ་མེ་ཡོས་ཁ་ནས་བཅི། །གསུམ་པ་རིག་འཛིན་སྤྲུགས་འཆང་ཅིས། །མིད་པའི་
དུག་སྐྱུལ་ནག་པོ་དང་། །ས་ཡི་འབྲུག་སྐྱུལ་ཁ་ནས་བཅི། །བཞི་པ་གཤེན་རབ་བོན་
གྱི་ཅིས། །བར་སྤང་གཡུ་འབྲུག་སྐྱོན་མོ་དང་། །ལྷགས་ཏྲ་ལྷགས་ལྷག་སྐྱེད་ནས་
བཅི། །ལྷ་པ་མི་ཆེན་གཙོ་བོ་རྣམས། །ས་ཡི་སྤང་ཆེན་རབ་བརྟན་དང་། །རྩ་སྤེལ་རྩ་
བྱའི་སྐྱེད་ནས་བཅི། །བྲག་པ་སྐྱེས་པ་དར་མ་རྣམས། །ནགས་ཀྱི་རྒྱ་སྐྱུ་ཁྲ་པོ་
དང་། །ཤིང་གྱི་ཤིང་པག་སྐྱེད་ནས་བཅི། །བདུན་པ་ཟ་མ་བྱུང་མེད་རྣམས། །ཟངས་

ཀྱི་སྒྲིབ་མོ་དམར་མོ་དང་། །མེ་བྱི་མེ་སྒྲང་སྒྲེང་ནས་བཅི། །བརྒྱད་པ་ཁང་ཁྱིམ་ཞིང་
སའི་ཅིས། །ལྷ་ཁང་རྒྱ་ཕིབས་ཁྲུང་མགོ་དང་། །རྒྱ་ཡི་འབྲུག་སྐུལ་སྒྲེང་ནས་
བཅི། །དབྱ་པ་ས་གཞི་སྒྲིང་བཟང་ངན། །ཅི་ན་ཁང་ཁྱིམ་སྒྲོ་ས་དང་། །འིང་རྩ་འིང་
ལྷག་སྒྲེང་ནས་བཅི། །བཅུ་པ་གོ་ཁབ་ཟངས་ཟེར་ཅིས། །བྲེད་ན་ཡིད་བཞིན་ལོར་བྱ་
དང་། །མེ་སྒྲེལ་མེ་བྱའི་སྒྲེང་ནས་བཅི། །བཅུ་གཅིག་བྱིས་པ་བསྐྱོས་ཆད་ཅིས། །བྲེད་
ན་སྒྲོན་འིང་རྒྱ་མིག་དང་། །ས་ཁྱི་ས་པག་སྒྲེང་ནས་བཅི། །བཅུ་གཉིས་པན་པའི་ལྷ་
ཁང་འགོའི། །ཅིས་ནི་ལྷ་བྱ་གོང་མོ་དང་། །ལྷགས་ཀྱི་བྱི་སྒྲང་སྒྲེང་ནས་བཅི། །བཅུ་
གསུམ་གཞོད་འབྲེ་གང་གཞོད་ཅིས། །བྲེད་ན་དུར་བྱ་རྒྱ་ལོ་དང་། །རྒྱ་སྐྱག་རྒྱ་ཡོས་
སྒྲེང་ནས་བཅི། །བཅུ་བཞི་ཆན་ཆོན་སྐྱ་ཡི་ཅིས། །བྲེད་ན་ལྷ་བ་རྒྱ་ལོ་དང་། །འིང་གི་
འབྲུག་སྐུལ་ཁ་ནས་བཅི། །བཅོ་ལྔ་ནད་པ་ལུན་ལོན་གྱི། །ཅིས་ནི་ནད་པ་ཡོ་ཉལ་
དང་། །མེ་ཡི་རྩ་ལྷག་སྒྲེང་ནས་བཅི། །

བོད་ཀྱི་སྐོར་འགོ་བཅོ་ལྔ་ལས། །དང་པོ་བྱིས་པ་གཞོན་རུ་ཆམས། །གསེར་
ཀྱི་རྩོ་རྩེ་ཅེ་ལྔ་དང་། །ས་ཡི་སྐྱག་ཡོས་སྒྲེང་ནས་བཅི། །གཉིས་པ་ན་རྒྱང་བྱ་ཕོ་
ཆམས། །བཅི་ན་སྐྱ་མཁན་ནེ་ཙོ་དང་། །ལྷགས་འབྲུག་ལྷགས་སྐུལ་སྒྲེང་ནས་
བཅི། །གསུམ་པ་འཁོར་འབངས་བཟན་གཡོག་ཅིས། །བྲེད་ན་པོ་བྲང་སྒྲིང་དབྱ་
དང་། །རྒྱ་རྩ་རྒྱ་ལྷག་སྒྲེང་ནས་བཅི། །བཞི་པ་རྩ་པོར་དེའུ་ཡི། །ཅིས་ནི་རྩ་མཆོག་རིན་
ཆེན་དང་། །འིང་གི་བྱ་སྒྲེལ་སྒྲེང་ནས་བཅི། །ལྔ་པ་མིག་པ་ཁ་དབྱག་ནི། །བྲང་གི་
འབྲོང་བྱ་རྩ་སྒྲོན་དང་། །མེ་བྱི་མེ་པག་སྒྲེང་ནས་བཅི། །དབྱ་པ་བཟང་མི་མཐུན་སྒྲོར་
ཅིས། །བྲེད་ན་གཉེར་གྱི་བུམ་པ་དང་། །ས་ཡི་བྱི་སྒྲང་སྒྲེང་ནས་བཅི། །བདུན་པ་བག་

མ་འགྲོ་ལམ་ཅིས། །བྱེད་ན་མ་བྱ་མཐོང་བསྐྱོལ་དང་། །ལྷགས་ཀྱི་སྟག་ཡོས་སྟེང་
 བས་བཅི། །བརྒྱད་པ་མི་རོ་དམར་པོ་དང་། །ས་སྟེལ་ས་བྱའི་སྟེང་ནས་ནི། །རོ་ཡི་
 སྟེག་སྟུབ་སྟངས་གཙོད་བཅི། །དགུ་པ་རོ་ཅིས་ལོག་མ་ལོག་ །ཅི་ན་ཤིང་སྒོམ་སྟུ་པོ་
 དང་། །ལྷགས་ཁྱི་ལྷགས་པག་ཁ་ནས་བཅི། །བཙུ་པ་དུར་ས་བཟང་ངན་གྱི། །ཅིས་ནི་
 མོད་པ་དགུ་བཅེགས་དང་། །ཚུ་ཡི་བྱི་སྦང་སྟེང་ནས་བཅི། །བཙུ་གཅིག་གཏོ་ཆོག་
 དཀར་ནག་ཁའི། །ཅིས་ནི་ས་བདག་མགོ་གསུམ་དང་། །ཤིང་གི་སྟག་ཡོས་སྟེང་ནས་
 བཅི། །བཙུ་གཉིས་སྟེས་པའི་སྟོག་ལྷ་ཡི། །ཅིས་ནི་དོ་རྩེ་རྒྱ་གམ་དང་། །མེ་ཡི་འབྲུག་
 སྟུལ་སྟེང་ནས་བཅི། །བཙུ་གསུམ་བྱིས་པ་རྩུང་དུའི་ལུས། །ཅིས་ནི་འཁོར་ལོ་ཅི་བས་
 བརྒྱད་དང་། །ལྷགས་ཀྱི་བྱ་སྟེའི་སྟེང་ནས་བཅི། །བཙུ་བཞི་བྱུང་མེད་དབང་ཐང་
 ཅིས། །བྱེད་ན་གཡུང་དུང་འབྲིལ་བ་དང་། །ས་ཡི་རྩ་ལྷག་སྟེང་ནས་བཅི། །བཙོ་ལྷ་པ་
 བེ་མི་ཆེན་དང་། །ཡོན་ཏན་ཅན་དང་བཟོ་རིག་པའི། །ལྷང་ཅིས་པད་མ་འདབ་བརྒྱད་
 དང་། །ཚུ་ཡི་ཁྱི་པག་སྟེང་ནས་བཅི། །

དེ་ལྟར་ཅིས་གཞི་གཏན་པབ་ནས། །དེ་ནི་དེ་ལྟ་བོར་ཚུ་ལ་བཤད། །རྒྱ་བོད་
 སྐོར་འགོ་གང་ལ་ཡང་། །བཅི་བའི་ལོ་དང་སྐོར་འགོ་ཡི། །རང་གི་ཅིས་གཞི་དོས་
 བཟུང་བྲ། །དེ་ནས་བཅི་བྱའི་སྟེས་བྱ་དེ། །མོ་ལོ་མོ་ལོའི་ཁྲད་པར་གྱི། །ཅིས་གཞིའི་
 མོ་ལོ་མོ་ལོ་ཡི། །སྟེང་ནས་ཡར་བཞི་མར་བཞི་བགང་། །དེ་བཞིན་ཡར་བདུན་མར་
 བདུན་དང་། །ཡར་དེད་མར་དེད་བཙུ་གཅིག་སྟེ། །ཡར་བགངས་གནས་སུ་རྟེལ་
 དཀར་དང་། །མར་བགངས་གནས་སུ་རྟེལ་ནག་རེ། །ལེགས་བོར་ཡར་བཞི་མར་
 བཞི་ཡི། །སྟོག་ལ་བཅི་བྱའི་སྟེས་བྱ་དེའི། །སྟོག་གིས་འཐབ་པའི་དེ་ལྟ་རེ། །དེ་

བཞིན་ཡར་བདུན་མར་བདུན་གྱི། །ལུས་ལ་ལུས་འཐབ་དེ་ལུ་རེ། །ཡས་མར་བཅུ་
གཅིག་དབང་ཐང་ལ། །དབང་ཐང་གིས་འཐབ་དེ་ལུ་རེ། །དེ་བཞིན་རྩ་བའི་ལོ་ཕོ་
མོའི། །ལྷུང་རྟ་གཉིས་ལ་སྤྲེས་བྱ་ཡི། །ལྷུང་རྟ་འཐབ་བའི་དེ་ལུ་རེ། །བོར་ལ་བཟང་
ངན་ཁ་དམར་ནི། །འགེལ་བ་འབྲུལ་གྱི་མིག་ཚགས་གྱིས། །ལེགས་པར་གཏན་ལ་
དབབ་པར་བྱ། །འབྲུང་ཅིས་མན་ངག་རྒྱ་བའི་འོད་ཟེར་ལས་རྒྱ་བོད་ཀྱི་སྒྲོར་འགོ་
སུམ་ཅུའི་ཅིས་གྱི་ལེ་ལུ་སྟེ་གཉིས་བའོ། ། །

ལེའུ་གསུམ་པ།

མཐའ་ཅིས་བཤད་པ།

༥ ཉམ་ཞག་གཏན་གྱི་མཐའ་ཅིས་པ། །གཅེས་བའི་དེལ་བཞི་སྒོས་དེལ་
གཅིག་མེད་དུ་མི་རུང་དེལ་གཉིས། །མི་འགྱུར་སྐྱུང་གི་དེལ་ལྷ། །བརྒྱ་འཕེལ་དེལ་
བརྒྱ་ལྷག་གཅིག་ །སྒྲངས་གཙོད་དེལ་ཉི་ལྷ་བཞི། །སྤྱི་བསྐྱུས་བརྒྱ་དང་སུམ་ཅུ་
དུག་ །དེ་ཡང་སྒྲུལ་སྤྱིང་གཙང་མའི་སྤྱིང་། །མ་ཡིངས་སེམས་ཀྱིས་དེལ་བོར། །

ཐོག་མར་གཅེས་བའི་དེལ་བཞི་ནི། །རང་སྤྱིས་གནས་ལོ་རྒྱལ་པོ་དང་། །རྒྱ་
བ་སྒོན་པོ་ཞག་དམག་མི། །དུས་ཚོད་མཚོན་ཆའི་དེལ་བཞི། །སྤྱིས་བ་ཡིན་ན་
དཀར་པོ་དང་། །བུད་མེད་ལ་ནི་ནག་པོར་བོར། །སྒོས་དེལ་ཁམས་དང་ལོ་སྐྱར་
བའི། །འཆད་ཆེན་དཀར་གཅིག་འཆད་ཆུང་ནག་ །དབང་ལོ་དཀར་གསུམ་མ་ལོར་
གཉིས། །བྱ་ལོར་སྤྱིང་མ་དག་ལོ་ལ། །དཀར་གཅིག་ཐོག་མ་ལོར་ནག་གཅིག་
སྤྱི། །གང་ཡིན་པོར་བ་སྒོས་དེ་ལོ། །མེད་དུ་མི་རུང་དེལ་གཉིས་ནི། །ཁ་ཡན་ཁོང་
ཁོང་དེལ་དཀར་དང་། །སེ་ཤིག་འདུན་ཁུར་ནག་པོ་སྤྱི། །ཁ་རལ་དཀར་ནག་སྤྱིང་མ་
ལོ། །དེ་རྣམས་གང་ཡིན་དེལ་གཅིག་དང་། །ཅི་དུས་རྒྱང་ཅིས་དུས་ཚོད་སར། །དེལ་
དཀར་གཅིག་བཞག་དེལ་གཉིས། །

མི་འགྱུར་སྐྱུང་གི་དེལ་ལྷ་ནི། །པ་ཡི་ལོག་མེན་གར་བབས་སར། །དེལ་དཀར་
གཅིག་བཞག་པ་སྐྱུང་གཅིག་ །མ་ཡི་ལོག་མེན་གར་བབས་དང་། །བབ་སྐྱར་བབ་སྤྱི་

གང་ཡིན་ཉིང་། །དེལ་ནག་རེ་ཐོར་མ་སྐྱང་གསུམ། །རང་སྐྱེས་རྒྱ་བ་གང་ཡིན་
ཁར། །དེལ་དཀར་གཉིས་ཐོར་རང་སྐྱང་ཡིན། །བྱ་མོ་ཡིན་ན་པ་ཡི་སྐྱང་། །དོར་བའི་
ཆབ་ཏུ་མ་ལོ་ནས། །དུ་ལོན་གྱིན་དུ་བགངས་པ་ཡི། །གར་སྐྱེབས་ས་རུ་དེལ་ནག་
གཅིག་ཐོར་བས་མ་སྐྱང་བཞི་རུ་འགྱུར། །དེ་རྣམས་མི་འགྱུར་དེལ་ལྔ་སྟེ། །དེལ་བས་
ཅ་དེལ་བརྒྱ་གཉིས་སོ། །

དེ་རྗེས་བརྒྱ་འདྲེའི་དེལ་ནི། །བཙེ་བྱའི་སློག་ལུས་དབང་སྐྱང་བཞི། །རང་མ་
བྱ་སློགས་དག་ལྔ་སྟེ། །དེ་དག་ལྔ་པོ་རེ་རེས་ཀྱང་། །མི་འགྱུར་སྐྱང་གི་དེལ་ཡི། །པ་
ལོ་མ་ལོ་རྒྱ་སྐྱང་གི། །སློག་ལུས་དབང་ཐང་སྐྱང་རྟ་ནི། །རང་ཁོ་ན་དང་ཐང་སྐྱེ་
ཡི། །ཁམས་གཉིས་ལ་འཐབ་དེལ་ནི། །པ་སློགས་དཀར་ལ་དག་བྱ་ནག་ །ས་རྒྱ་ནང་
འཐབ་དཀར་པོ་ལ། །ཤིང་ལྷགས་མེ་གསུམ་ནག་པོར་ཐོར། །དེ་ལྟར་སློག་ལུས་དབང་
སྐྱང་བཞི། །རེ་རེར་དེལ་ཉིང་ལྔ་རེ། །དེལ་བས་དེལ་བརྒྱ་སྟེ། །སློག་ལུས་
དབང་སྐྱང་བཞི་པོ་ཡི། །རང་མ་བྱ་སློགས་དཀར་ན་བཟང་། །དག་དེལ་བཞི་པོ་ནག་ན་
དཀར། །བྱ་དམེད་ལུས་ཀྱི་དག་སློགས་ལྔོག་དེ་ལྟར་རེས་པར་བྱས་ནས་ཀྱང་། །དེལ་
ཉིང་བཞིས་སྐྱངས་གཅོད་དོ། །དེ་ཡང་བརྒྱ་འདྲེའི་དེལ་ནི། །དཀར་ནག་སོ་སོར་
བགངས་བྱས་ལ། །བཟང་ལ་དཀར་གཅིག་ངན་ལ་ནག་དེལ་ཉི་ཤུ་དེ་ཡི་སྟེང་། །སློག་
ལུས་དབང་ཐང་སྐྱང་རྟ་བཞིའི། །དར་གྲུད་རིམ་བཞིན་གང་སྐྱེས་ཀྱི། །ལོ་རྒྱ་ཞག་དུས་
སྟེང་བབས་ནས། །བཙེས་ཏེ་བཟང་བྱ་དེལ་དཀར་རེ། །ངན་བྱ་ནག་སྟེ་དེལ་བཞི་
པོ། །སྐྱོས་དེའི་མདུན་དུ་ཐོར་བར་བྱ། །དེ་ཡི་སྐྱངས་གཅོད་ཉིང་བཞིར་འགྱུར། །འདི་
ནི་མར་སྟོན་མཁས་པས་བཞེད། །ཁྱེད་ནག་ལ་བརྒྱད་རང་ལུགས་ཏེ། །གསལ་སྟོན་

ཅ་བའི་དགོངས་པ་ནི། །འབྲུལ་མེད་ཡིན་ཕྱིར་གཅེས་པར་བརྒྱུད། །འདི་ལས་གཞན་
ཡང་ཁྱེད་ནག་ལ། །ཕྱག་ལེན་མི་འབྲ་རྣམ་གཉིས་ཡོད། །

དེ་ཡང་བྱང་སྟོན་པ་རྣམས་ལ། །བཅི་བྱའི་སྟོག་ལུས་དབང་སྐྱེད་གི། །རང་
མ་བྱ་སྟོགས་དག་ལྟ་སྟོགས། །སྐྱེད་ལྟའི་སྟོག་སྟོགས་རང་མ་བྱ། །སྟོགས་དག་རྣམ་
འཐབ་དེའུ་བརྒྱ། །དེ་ཡི་ཁ་དམར་ཉི་ཤུའི་སྟེང་། །དར་གུད་བཅིས་ཉེ་དར་གུར་
ན། །མདུན་ཚུགས་གུད་ན་རྒྱ་བ་སྟོངས་ཞེས། །གང་ཡིན་དེའུ་གཅིག་ལོར་
ནས། །སྟངས་གཅོད་ཉེར་གཅིག་ཡིན་ཞེས་བཞེད། །

གཉིས་པ་འགྲོག་སྟོན་རལ་བའི་ལུགས། །བཅི་བྱའི་སྟོག་སྟོགས་རང་བཞི་
ཡི། །འཐབ་ཆེ་སྐྱེད་ལྟའི་རང་བཞིར་བྱེད། །དེ་བཞིན་མ་བྱ་སྟོགས་དག་བཞིས། །སྐྱེད་
ལྟའི་སྟེང་སྟེང་ཁམས་དང་ནི། །གཞན་གསུམ་དབང་ཐང་གཅིག་སྐྱེད་འཐབ། །དེ་ཡི་
སྟངས་གཅོད་ཉི་ཤུའི་སྟེང་། །དར་གུད་དེའུ་ཉི་ཤུ་ལ། །ལོར་ལ་དཀར་ནག་བཟངས་པ་
ཡིས། །གང་མང་དེའུ་གཅིག་ཉེ་སྐྱེད། །དེ་ཡིས་སྟངས་གཅོད་ཉེར་གཅིག་གོ། །འདི་ཡི་
དབང་ཐང་རི་ལྟ་བུ། །མ་བྱ་སྟོགས་དག་ལྟའི་འཐབ་ཆེ་དེ། །སྐྱེད་ལྟའི་སྟོག་གིས་བྱེད་པ་
ནི། །རྒྱ་ཅིས་རྟིང་མའི་ལུགས་ཡིན་གསུངས། །པ་སྐྱེད་མ་སྐྱེད་བབ་སྐྱེད་དང་། །རང་
སྐྱེད་མ་ཡི་སྐྱེད་ཁ་སྟེ། །མེ་སྐྱེད་དང་ནི་རྒྱ་སྐྱེད་བཅས། །མི་འབྱུང་སྐྱེད་ལྟའི་བཞེད་
པའང་། །ཡོད་མོད་མཁས་པས་དབྱེད་བྱའི་གནས། །

དེ་ནས་ཀུན་ལ་རབ་གཅེས་པའི། །དར་གུད་དེའུ་ཉེར་ལྟ་བུ། །བཅི་བྱ་
སྟེང་བྱའི་སྟོག་ལུས་དང་། །དབང་ཐང་སྐྱེད་ཉེ་རུས་ཁམས་ལ། །རང་མ་བྱ་སྟོགས་
དག་ལྟའི་སྟེ། །དེ་དག་འབྱུང་བའི་དར་གུད་ནས། །འཐབ་པས་ཚུལ་སྟོག་ཁམས་

གནས་པའི་སྟེང་། རྟེན་བཞིན་ལུས་རྣམས་རྒྱ་བ་དང་། རྟེན་བའ་ཐང་ཞག་དང་ལྷུང་རྟ་
རྣམས། རྟེན་ཆོད་སྟེང་པའ་དེའུ་ནི། བཟང་བྱུག་དཀར་ཉེ་རན་བྱུག་ནག་ རྟེན་ལས་
སྟོས་ཉེ་དར་གུད་དེལ། བརྒྱ་དང་ལྷ་བཅུའི་འཁོར་ལུགས་ཀྱང་། ལྷར་གྱི་སྟོག་
སྟོགས་ལྷ་ཆོན་ལྷ། རེ་རེ་ལའང་རང་མ་བྱ། རྟོགས་དག་ལྷ་ལྷར་སྟེ་བ་ལ། རྟེན་གུད་
བསྐྱོར་བས་དེའུ་ནི། བརྒྱ་དང་ཉེར་ལྷ་དེ་དག་སྟེང་། ལྷངས་གཙོད་དེའུ་ཉེར་ལྷ་
བཅས། བརྒྱ་དང་ལྷ་བཅུ་ཐམ་པར་འགྱུར། །

དེ་ནས་ལྷ་དཔལ་འདྲེ་བདུད་ནི། རྟེན་ཆའི་སྟོག་ལུས་དབང་ལྷུང་བཞིས། རང་
སྟོས་སྤར་སྟེ་གཉིས་ལ་འཐབ། རྟེན་ཆར་མ་འདྲེས་སོ་སོར་སྒྲིགས། མ་དང་འཕྲད་
ན་པ་མ་སྟ། རྟེན་དང་འཕྲད་ན་རྟེན་ཆ་དཔལ། རྟོགས་དང་འཕྲད་ན་སྤུབ་པ་འདྲེ། རྟེན་
དང་འཕྲད་ན་མི་སྤུབ་བདུད། རང་ནང་འཕྲད་པ་མ་སྤུན་པ་ཆོ། ཡང་གཅིག་དཔལ་
བྱུར་ལ་སྟོགས་བརྟག་ རྟེན་པའི་སྟོག་དང་ལྷུང་རྟ་ཡིས། རལ་ཡི་སྟོག་ལྷུང་གཉིས་ལ་
འཐབ། རྟེན་བཞིན་ལུས་དབང་གཉིས་སོ་ཡིས། མ་ལ་འཐབ་པའི་དེའུ་བཞི། མ་དང་
འཕྲད་ན་དཔལ་བབས་ལྷ། རྟེན་བཞིན་དག་འཕྲད་བྱུར་བབས་ཉེ། རང་ནང་འཕྲད་པ་
རང་རྟེན་ལྷ། རྟེན་དང་འཕྲད་ན་མ་དངས་མོར་དང་། རྟོགས་འཕྲད་ཆེ་ལེན་སྤ་བྱ་
འདོད། །

གཞན་ཡང་སྤར་པ་མཚུ་བ་ཚུགས་ལས། གསུངས་པའི་མན་དག་བསྟན་པ་
ནི། བཅི་བྱའི་སྟོག་ལུས་དབང་ལྷུང་བཞིས། རང་གི་སྟོག་དབང་ལྷུང་གསུམ་
ལ། རང་དོར་ལྷག་གསུམ་གྱིས་འཐབས་པའི། རྟེན་ལྷུང་སོར་ངོས་འཛིན་བྱ། རྟོག་
ལུས་ལྷུང་རྟ་དབང་ཐང་ལ། བཅད་པ་འཁོར་ལོ་རབ་སྟོངས་ཉེ། ལུས་དབང་ལྷུང་

གིས་རང་སློབ་ལ། བཅད་ན་མེད་ལ་རལ་དང་། སློབ་ན་གཤིན་ཆུ་རབ་བསྐྱར་
ཟེད། སློབ་ལུས་དབང་གིས་སྐྱར་ཏྲ་ལ། བཅད་པ་བྱ་དམར་མེ་ལེན་ཡིན། །

དེ་ནས་གཟུང་བཞིའི་སྐྱར་ཅིས་ནི། ཤོ་ནི་སྐྱག་ཏྲ་ཁྱི་གསུམ་དང་། ཤ་ཡི་ལོ་
པ་ལི་ཁམ་སྟེང་། བཅས་དང་བབས་སམ་གྱི་ཡང་བྱང་། སྟེན་པ་སུམ་འདོམ་ཞེས་
སུ་གསུམ། བྱད་མེད་ས་ལོ་སྐྱག་ཏྲ་ཁྱི། དུ་ཟིན་སྟེན་པ་སུམ་འདོམ་ཡིན། དེ་བཞིན་
ཁྱི་འབྲུག་སྟེལ་གསུམ་དང་། ཤེ་ཡི་ལོ་པ་ལོ་དུ་ཟིན། ཤོ་ནི་ལི་ཁམ་དམར་སུམ་
འདོམ། འབྲུག་སྟེལ་གསུམ་གྱི་ལོ་ལ། ཤོ་ནི་ཁེན་ཟོན་ལོ་གིན་ཁོན། བཅས་
སོགས་བྱར་བྱ་སུམ་འདོམ་གསུམ། ཤམ་ལུག་ཡོས་གསུམ་དབང་ཐང་ཆུ། ཤོ་ནི་
གིན་ཁོན་ལོ་ཁེན་ཟོན། དེ་རྣམས་ལྷག་པ་སུམ་འདོམ་སྟེ། དེ་དག་པ་ཡི་བབས་སྐྱར་
དང་། ཤོ་འགྲོས་རྒྱུང་པ་པ་དང་མ། རང་ལོ་གསུམ་ལ་བཅི་ཞེས་གསུངས། །

ཁྱི་གཅིག་འཆོག་པ་ཞེས་བྱ་བ། ཤ་ཡི་སྐྱག་ཏྲ་ཁྱི་གསུམ་ལྟར། ཁྱི་གཟུང་
ཁམས་བསྐྱར་མ་ཐུན་གསུམ་ཡིན། གཞན་ཡང་ཁྱི་གཟུང་དབང་ཐང་དང་། བར་
གཟུང་སློབ་དང་ནང་གཟུང་ཁམས། དེས་བྱས་གཅོད་འདུལ་དེལ་བྱུག་པོར། ཁྱི་
གཟུང་བར་དང་ནང་ལ་འཐབས། དེ་བཞིན་བར་གཟུང་ཁྱི་དང་ནང་། ནང་གཟུང་ཁྱི་
བར་ལ་འཐབ་ཏེ། བསྐྱེད་དང་གཅོད་པ་བརྟག་པར་བྱ། འདི་དག་ཅ་བའི་ལྷན་ཐབས་
ལུགས། སྐྱས་པ་མཆོ་བ་ཆུགས་སྐྱོར་ལས་ནི། ཤ་ཡི་ལོ་ག་མེན་བར་གཟུང་
བབས། དེ་དང་ནང་གཟུང་སྐྱར་པའི་སྟེང་། བྱ་རྒྱུང་རང་མ་ཐུན་བར་གཟུང་ལོ། སྐྱེས་
ན་གང་ཡིན་གཟུང་སྐྱར་གསུམ། རང་མ་ཐུན་མ་སྐྱེས་མ་གཟུང་སྟེང་། གཟུང་གཞན་
སྐྱེས་ཞེས་ཁ་དམར་གདགས། །

དེ་ནས་རྒྱ་མ་པ་སྤང་ནི། །ཁྱེན་འཕར་ཁྱེན་ལྟ་སྤར་བབས་གསུམ། །པ་མེས་
མོ་ཡི་དར་གུད་དེ། །བྱ་ཆའི་མོ་ཐོག་པབ་ལ་བསྐྱོད། །དེ་ཡང་སྟོག་གི་ཁམས་དང་
སྐྱོད། །དང་པོ་ཁྱེན་འཕར་སྐྱོར་འགོ་ནི། །ཁྱེས་བྱེད་ཆོམས་ལ་བཅས་པ་ལྟམས། །དར་
བ་སྤྲོད་ལ་ལས་བྱེད་སར། །བབས་པ་རྣམས་ནི་ཁ་རལ་ལོ། །གཉིས་པ་ཁྱེན་ལྟ་སྐྱོར་
འགོ་ནི། །དབུགས་ལེན་ཆོམས་ལ་མངལ་གནས་ལྟམས། །ལུས་རྫོགས་སྤྲོད་ལ་གུད་
ན་རལ། །གསུམ་པ་སྤར་འབབ་དན་པ་ནི། །ན་སར་ཆོམས་ལ་ཕི་སར་ལྟམས། །དུར་
སར་ཁ་རལ་དུར་གཤེད་སྤྲོད། །ཁོན་ཐོག་བྱ་ཆ་སྟག་ཡོས་སྐྱེས། །གིན་ལ་བྱ་སྐྱེལ་
ཁེན་ཏ་སྐྱེལ། །ཐོན་ཐོག་གཤེད་བཞི་བྱི་པག་བྱག། །སྐྱེས་རྣམས་རྒྱ་མའི་ལུང་རྩོད་
གསུམ། །པ་མེས་ཏ་སྐྱེལ་བཞི་སྤྲད་ལ། །བྱ་ཆ་བྱི་པག་བྱུང་བ་ལྟར། །པ་མེས་བཞི་སྤྲད་
སྟོག་དགར་བྱ། །བྱུང་ན་འཆིང་འགགས་ཚུད་པ་ཟེར། །ལོ་སྤེ་སྤར་ཁའི་རྩ་རྩ་
དང། །བསེ་རྩ་འཆོལ་བ་གསུམ་ངེས་པས། །རིམ་བཞིན་མི་གངས་བྱུང་དང་ཡ། །ངེས་
མེད་འབྲུང་ཞེས་ལུང་བསྟན་བྱ། །ནག་འཕུས་ལྷགས་བཞི་མེ་བརྒྱད་སོགས། །ལོ་དན་
རྣམས་ལ་སྐྱེས་པ་དང། །སྤར་སྤེའི་བསྐྱོམས་ཅིས་ལ་སོགས་པ། །ཞིབ་མའི་སྐྱོ་ཡིས་
ལེགས་བརྟག་ནས། །དེ་རྣམས་འབྲས་བུའི་རིམ་པ་ནི། །རྩ་བའི་འགེལ་པ་ཉི་ལྔ་
དང། །དམར་རྩེད་སྟག་མགོ་སྤྲིལ་སྐྱེལ་སོགས། །མཁས་པའི་གཞུང་ལྟར་བྱིས་འབྲུང་
བའི། །སྤྲ་རྟགས་ཆང་གི་མངོན་ཤེས་རྣམས། །འབྲུལ་བ་མེད་པར་གཏན་ལ་
དབབ། །འབྲུང་ཅིས་མན་ངག་རྒྱ་བའི་འོད་ཟེར་ལས། །མཐའ་ཅིས་བཤད་པའི་ལེ་ལུ་སྟེ་
གསུམ་པའོ། ། །

ལེའུ་བཞི་བ།

གི་གོང་མ་ཐུན་སྐྱོར་བཤད་པ།

དེ་ནས་མ་ཐུན་སྐྱོར་གཉེན་ཅིས་ལ། །སློག་ལུས་དབང་ཐང་རྒྱུད་ཏྲ་དང་། །འབྲུང་བའི་
སྐྱོན་གངས་བཅས་སྒྲ་དང་། །སྤར་ཁ་རང་ཁམས་མ་ཁམས་དང་། །སློག་ལུས་དབང་
སྐྱུང་སླེ་བ་ཡི། །གི་གོང་བཞི་སླེ་མ་ཐུན་སྐྱོར་གྱི། །དེའུ་བཅུ་གསུམ་འཁོར་བར་བྲ། །

དང་པོ་སྐྱེས་པ་བྱད་མེད་གྱི། །སློག་གཉིས་འཐབ་པའི་དེའུ་གཅིག་དེ་བཞིན་
ལུས་དང་དབང་ཐང་དང་། །སྐྱུང་ཏྲ་གཉིས་འཐབ་དེའུ་རེ། །དེ་ཅམས་སྐྱེས་པས་བྱད་
མེད་དང་། །བྱད་མེད་གྱིས་ཀྱང་སྐྱེས་པ་ལ། །མན་ཚུན་འཐབ་པའི་དེལ་ཆར་
གཉིས། །དེ་ཡང་སློག་སྐྱུང་སྐྱེས་པ་གཅིས། །ལུས་དབང་བྱད་མེད་གཅིས་པར་
བཟུང་། །དེ་ལས་འབྲུང་བའི་སྐྱོན་གངས་བཅི། །ཤིང་གཅིག་ས་གཉིས་ཚུ་ལ་
གསུམ། །མེ་བཞི་ལྷགས་ལ་དེའུ་ལྷ། །ར་བམེ་དེལ་གངས་མཉམ་རྒྱལ་བརྟག་དེ་
བཞིན་སྐྱེས་སྒྲའི་སློག་གཉིས་དང་། །སྤར་ཁ་གང་སྐྱེས་ཁམས་གཉིས་དང་། །རང་
ཁམས་གཉིས་དང་མ་ཁམས་གཉིས། །གཙོད་འབྲལ་འཐབ་པའི་དེའུ་ཐོར། །འདི་དག་
བཅི་ཚུ་ལ་ལྷགས་མང་ཡང་། །ཅ་བའི་རང་འགྲེལ་ཉི་ཤུ་བར། །འབྲུང་བ་གསོ་བསྐྱེད་
དག་ཕྱོགས་གྱིས། །གཉེན་སྐྱོར་གཏན་ལ་དབབ་པར་བྲ། །ཞེས་གསུངས་འདི་ལ་ཆད་
མ་ཡིན། །

དེ་ནས་གི་གོང་ནམ་བཞི་ནི། །སློག་སླེ་ལུས་སླེ་དབང་སླེ་དང་། །སྐྱུང་སླེ་བཞི་

པོ་ངོས་བཟུང་སྟེ། །སྟོག་སྟེ་ཉྦག་སྟུང་སྟོག་འཆོ་སྟོགས། །བཅིས་པའི་དེལ་བཞི་པོར་
བར་བྲ། །སྟེས་པ་ལྷ་མེད་གཉིས་དང་ནི། །བྱད་མེད་ལྷ་མེད་བདུན་ལ་བཅི། །

དེ་རྒྱམས་གསལ་སྟོན་ཅ་བ་ཡི། །དེ་ལུ་བཅུ་གསུམ་འཛོར་ལུགས་ཏེ། །གཞན་
དུ་མཁས་པའི་ཕྱག་བཞེད་ལ། །རྒྱང་ཁྲག་ཁི་ཤའི་ངོས་འཛིན་མཛད། །དང་པོ་རྒྱང་པ་
པོ་མོ་ཡི། །སྟོག་སྟོགས་འཐབས་དང་ཁྲག་པ་ནི། །སྤར་གྱི་སྤར་སྟེ་སྤྲད་དེ་ཡིན། །གལ་
ཏེ་དེ་ལ་མ་མ་ཐུན་ན། །གསར་བ་ཡང་ཁྲག་བཅི་བར་མཛད། །སྟེས་པའི་སྟེ་བ་རང་
སར་བཞག །བྱད་མེད་སྟེ་བ་འགྲུགས་པ་ནི། །གཅིག་ནི་གཉིས་ལ་གཉིས་ནི་
གཅིག །གསུམ་ནི་དགུ་ལ་དགུ་ནི་གསུམ། །བཞི་ནི་བརྒྱད་ལ་བརྒྱད་ནི་བཞི། །བྲག་
བདུན་མི་འགྲུགས་དེ་རྗེས་སུ། །སྤར་སྟེ་ཉྦག་སྟུང་སྤར་བཞིན་བཅི། །

གསུམ་པ་ཁི་ཤ་ཅི་བ་ནི། །སྟེས་པ་པོ་ལོ་ཀན་པ་དང་། །བྱད་མེད་མོ་ལོ་ན་
གཞོན་གཉིས། །བཟང་ཞིང་གོ་ལྟོག་ངན་པ་སྟེ། །འདི་དང་པོ་མོའི་སྟེས་རྒྱ་ཡི། །སྟོག་
སྟོགས་དར་གྲུང་བཅི་བ་གཉིས། །རང་འགྲེལ་ཉི་ཤུ་པ་ལས་གསུངས། །དེ་དག་
ལེགས་པར་བཅིས་ནས་ཀྱང་། །འགྲེལ་པའི་ལེ་ལུ་བཞི་བ་ཡི། །ལེགས་ཉིས་འབྲས་བྱ་
སྤངས་བཅད་དོ། །དེ་ཉིད་ལས་དུ་འཇུག་པ་ན། །བྱར་ཐག་ཉི་ཤུ་བཅད་པ་དང་། །བརྒྱང་
ལུགས་བཅུ་ཡིས་རྫོང་བ་དང་། །དགོས་པའི་མི་ལྷ་བསྟན་པ་གསུམ། །

དང་པོ་བྱར་ཐག་ཉི་ཤུ་ནི། །ཐྲིག་ནག་ཆེ་འབྲིང་རྒྱང་བ་གསུམ། །ཁ་ཉིས་ཡི་
ཁྲག་གཞོང་བརྒྱར་གསུམ། །ལྟས་ངན་ཆེ་འབྲིང་རྒྱང་བ་གསུམ། །སྤ་ལ་སྤྱ་གྱི་ལག་ཁེ་
སྟོགས། །འགལ་མེ་སྤྲད་ཀོར་རྒྱབ་ས་སྟེ། །འབྲུགས་ཤིང་ལག་ཐོགས་ཉིང་ལྷགས་
ཀྱ། །ཐྲི་པོར་རྒྱ་ཐོར་ཁྲམ་ཤིང་མཇུག །ཁྱོ་འཆི་བ་དང་རབས་ཆད་དང་། །བྲེ་བྲམ་ཉི་

ལུ་བཅད་པར་བྱ། །གཉིས་པ་ལོ་སྟེ་སྤར་ཁ་དང་། །དར་གུད་ཆེ་བ་ཞག་དང་
དུས། །གཟའ་སྤར་ས་བདག་བཅུ་ཡིས་རྫོང་། །གསུམ་པ་དགོས་པའི་མི་ལྔ་ཡང་། །མཉེ་
བོ་མཐུན་གསུམ་ལོ་བ་དང་། །ལུས་མཐུན་ཏུ་བྱིད་སྟོག་མས་བྱ། །སྟོག་མཐུན་ཆེ་མོ་
སྟོག་སྟོགས་སམ། །དབང་ཐང་མ་ཡིས་ཟས་བྲངས་ལ། །བདུན་བྱར་དབྱ་ལོས་སྒྲ་
ཆོགས་བྱ། །རྒྱས་པར་རིན་ཆེན་འགོ་ལམ་དང་། །འབྲེལ་པའི་ལེའུ་ལྔ་པ་
སོགས། །ཞིབ་མོར་བལྟས་ཏེ་གཏན་ལ་དབབ། །འབྱུང་རྩིས་མན་ངག་ཆེ་བའི་འོད་ཟེར་
ལས། །གི་གོང་མཐུན་སྦྱོར་བ་འད་པའི་ལེའུ་སྟེ་བཞི་པའོ། །

ལེ་ལུ་ལྷ་བ།

ལོ་གཅིག་འབྲུང་སྐོར་གྱི་ཅིས་ཀྱི་དེ་ལྟ།

༥ ལོ་གཅིག་འབྲུང་བསྐོར་སྐྱེག་ཅིས་ལ། །མི་འགྱུར་ཅ་བའི་དེ་ལྟ་བུ། །གཙོད་འབྲུང་
དེ་ལྟ་ཉི་ཤུ་བཞི། །ཁ་དམར་དེ་ལ་བཞི་རྩ་བ་དེ་ལ་བདུན། །སྟེ་བའི་ཀེག་ཐན་དེ་ལྟ་
བཞི། །དགུ་མིག་དྲར་མིག་ནམ་པ་གཉིས། །སྟེ་བསྐྱུས་དེ་ལྟ་ཞེ་བདུན་ནོ། །

སྟེ་མི་གནམ་ལོ་གང་ཡིན་དང་། །བཙེ་བྱའི་ལོག་མེན་གར་བབས་
གཉིས། །བར་སྟེ་ནང་སྤར་གང་བབས་དང་། །གསང་བ་དར་གྲུང་འཐབས་གཞིའི་
ལོ། །ཡང་གསང་དབང་ཐང་གར་བབས་ཀྱི། །དུས་ཚོད་གང་ཡིན་དེ་ལྟ་བུ། །སྟེས་པ་
ལ་ནི་དཀར་པོ་དང་། །བྱད་མེད་ཡིན་ན་ནག་པོར་པོར། །

དེ་རྗེས་གཙོད་འབྲུང་དེ་ལྟ་ནི། །བཙེ་བྱའི་སྟོག་གིས་གནམ་ལོ་དང་། །ལོག་
མེན་གཉིས་ཀྱི་སྟོག་དང་ནི། །སྤར་སྟེ་ལ་འཐབ་དེ་ལྟ་བཞི། །དར་གྲུང་བསྐོར་ཉེ་གནམ་
ལོ་ཡི། །སྟེང་དུ་བཟང་ངན་བཙེས་པས་སྟེ། །དུས་ཚོད་སྟོག་ལ་འཐབ་པས་བྱུག །དེ་
ནམས་སྟོག་དེ་ལ་བྱུག་ཡིན་ནོ། །

དེ་བཞིན་ལུས་དབང་སྤངས་ཏེ་བཞིས། །ཅ་བའི་དེ་ལྟར་འཐབ་པ་དང་། །དར་
གྲུང་གནམ་ལོའི་སྟེང་བཙེས་ཉེ། །ལུས་དབང་སྤངས་བཞིར་བྱུག་བྱུག་པོར། །དེ་དག་
དེ་ལྟ་འཐོར་རྩལ་གྱང་། །མ་འཐུང་དཀར་གསུམ་སྟོགས་ལ་གཉིས། །ས་རྩ་ནང་ཐང་
དཀར་པོ་གཅིག །བྱ་ཐང་ཕྱེད་མ་ནག་གཉིས་དག ། སྟེང་སྟུགས་མེ་གསུམ་ནག་

གཅིག་པོར། །དར་གྲུད་ལའང་བཟང་ཏུག་གི། །རབ་འབྱིང་ཐ་མའི་གོ་རིམ་
བཞིན། །དཀར་པོ་གསུམ་དང་གཉིས་དང་གཅིག་ །དན་ཏུག་རབ་འབྱིང་ཐ་གསུམ་
ལ། །བྱེད་མ་ནག་གཅིག་ནག་གཉིས་སོ། །

དེ་ནས་ཁ་དམར་རྟེན་བཞི་ཡང་། །དཀར་ནག་མང་ཉུང་བགྱང་བྱས་
ལ། །དཀར་གསུམ་དཀར་གཉིས་སོགས་སུ་བོར། །

དེ་རྗེས་རྩལ་པའི་རྟེན་བདུན་ནི། །རང་ལོ་གནས་ཤར་རང་ཀུག་རྩལ། །བདུན་
ཟུར་ཤར་ན་དག་གཤེད་རྩལ། །ལོ་འགྲོས་དབང་ཐང་ཆང་ཆུ་གཅིག་ །གནས་ལོར་ཤར་
བ་བྱིས་མཆོས་རྩལ། །ལྷུང་རྟག་ཅིག་ཤར་མ་ཐུན་གསུམ་རྩལ། །པ་མེས་སྤྱན་རླེང་དྲར་
སྤི་སོགས། །སྤི་རན་སྤྱོད་སྤེལ་ས་དེ་ཡིས་རྩལ། །བཟང་མི་སྤར་ཁ་གཅིག་སྤྱོད་
ཆོགས། །སྤྱུ་རླེ་ཞེས་པ་བཟང་ལྷུགས་རྩལ། །རང་སྤྱེས་སྤར་ཁའི་སྤྱོད་སྤེལ་ས་
ལ། །གསང་ཀུག་རྩལ་སྤྱུ་རྩལ་པ་སྤྱོ། །རྩལ་ན་རྟེན་ལྷུ་ནག་པོ་དང་། །མི་རྩལ་ན་ནི་
དཀར་པོར་བོར། །

སྤེ་བའི་ཀུག་སྤན་ནས་བཞི་ནི། །ཁང་ཀུག་གནས་ལོའི་སྤེ་བ་དང་། །མལ་ཀུག་
རང་གི་སྤེས་སྤེ་དང་། །ཡུལ་ཀུག་སྤེ་བ་གཉིས་ནག་དང་། །

ཁམས་ཀྱི་རྩ་སྤྱོ་འགགས་པ་ནི། །རང་གི་སྤེས་སྤེའི་དག་སྤྱོད་བབས། །དེ་
ནས་སྤྱོད་སྤེལ་ས་ནག་པོ་དང་། །ལྷོག་ན་རྟེན་དཀར་པོར་བོར། །དེ་རྗེས་ལོ་གྲངས་
སྤར་སྤེ་ཡི། །དབྱ་མིག་ཚུད་དང་སྤར་ཁ་ཡི། །དྲར་དྲ་ཚུད་ན་རྟེན་ནག་རེ། །མ་ཚུད་
དཀར་པོ་རེ་རེ་བོར། །

གཞན་ཡང་ལོག་མེན་ལེ་ལག་གི། །འཇུ་ཐག་རྟེན་སྤར་གནས་སའི་

རྒྱང་། །བཞི་ལ་བཅི་བྱའི་སྟོག་དང་ལུས། །དབང་སྒྲུང་བཞིས་འཐབ་དེལ་བཞི་
དང་། །བདུད་གཙོང་སྒྲ་འབྲུམ་ལ་སོགས་བཅི། །

གཞན་ཡང་སྤྲུལ་བ་མཛུ་བ་ཚུགས་ལས། །གསུངས་པའི་ལོ་གཅིག་འབྲུང་
བསྐྱོར་ཅིས། །དེ་ལྟ་སྤྲུལ་བ་ཅུ་སོ་གཅིག་ནི། །གནམ་ལོའི་སྟོག་ལུས་དབང་སྒྲུང་
དང་། །སྤར་སྤེལ་ཅ་བའི་དེལ་བྱལ་ལ། །བཅི་བྱའི་སྟོག་ལུས་དབང་སྒྲུང་བཞིས། །པར་
འཐབ་དེ་ལྟ་ཉི་ཤུ་བཞི། །དེ་དག་ཁ་དམར་དེལ་བཞི་དང་། །སྤར་སྤེལ་དགུ་མིག་གསུམ་
དང་བཅས། །སྤྲུལ་ཅུ་ཅ་གཅིག་དག་ཏུ་ངས། །

ཡང་ན་ཅ་ཅ་བའི་དེལ་བྱལ་དང་། །བསྐྱོམས་པས་སོ་བདུན་དག་ཏུ་འང་
འབྲུལ། །དེ་ལྟར་བཅིས་པའི་འབྲས་བྱ་ནི། །ཅ་བའི་འགྲེལ་བ་ཉི་ཤུ་དང་། །དམར་ཚུང་
སྤྲུལ་མགོ་སྤྲང་སྤྲིལ་སོགས། །བལྟས་ཉེ་ཉེས་སྐྱོན་བཅོས་བ་གཅིས། །

དེ་ནས་རྒྱ་ནག་དེལ་སྐྱོར་ནི། །བཟའ་ཚང་གཅིག་གིས་བསྐྱུས་བ་ཡི། །བཅི་
བྱའི་སྟོག་ལུས་དབང་སྒྲུང་བཞིས། །གནམ་ལོའི་སྟོག་ལུས་དབང་སྒྲུང་ལ། །གཙོང་
འབྲལ་བྱས་པའི་དེལ་བཞི་སྟེ། །དཀར་ནག་རེ་རེ་སྤྱི་ལྟར་བོར། །

དེ་རྗེས་བབས་སྤེལ་དེ་ལྟ་ནི། །རང་རང་ཁམས་མ་ཐུན་ཁ་དོག་སྟེ། །དང་པོར་
སྤྲིལ་བ་དེ་རྗེས་མོ། །ཀན་གཞོན་མ་ཞོར་རིམ་བཞིན་བགས། །

དེ་ནས་དེལ་ཁ་བྱ་བ་ནི། །དེལ་གལ་གོང་མའི་ལུས་དང་ནི། །འོག་མའི་ཁམས་
ནས་སྤངས་ལ་བོར། །ལྟག་ནམས་རྫོགས་པར་མ་གྱུར་བར། །སེ་བརྟར་རིས་སུ་
སྤངས་ཉེ་བརྒྱུད། །དེ་ལ་བརྒྱུད་པའི་དེལ་སྐྱོར་ཟེར། །དེ་ལ་དང་པོའི་དེ་ལྟ་གསུམ། །ལྟ་
ས་རབ་འབྱིང་ཐ་གསུམ་མོ། །དེ་ནས་རྒྱུད་པའི་གལ་གཞུག་ནས། །རེ་རེ་སྤངས་ལ་

ཐུང་འགྲུགས་བྱ། །བྲལ་རིམ་འོག་མའི་དང་པོ་གསུམ། །མི་ས་རབ་འབྲིང་ཐ་གསུམ་
ཟེར། །དེ་ནས་ཡས་མས་གཉིས་ཀ་ཡི། །མཐུག་ནས་རེ་རེ་ཆངས་བྱས་ནས། །མི་སའི་
འོག་ཏུ་རིམ་བཞིན་བོར། །དེ་ཉིད་ཐོག་མའི་རྗེལ་གསུམ་པོ། །ཁྱིམ་ས་རབ་འབྲིང་ཐ་
གསུམ་མོ། །སོ་སའི་ས་དང་རྗེལ་རོ་ལ། །ཞིབ་མོའི་སྒྲོས་བརྟགས་བྲས་བྱ་ནི། །འགྲེལ་
བ་ཐེག་ལེ་ནག་པོར་ལྟོས། །

ཡང་ཅིག་ཀེག་ཅིས་རྣམ་གྲངས་ལ། །རྒྱ་གསུམ་ཁ་སློང་ཅེས་བྱ་བ། །སྤང་
རྒྱན་ལོ་མའི་སྒྲོར་གསུམ་ལས། །དང་པོ་གསེར་ལོ་ཅན་གྱི་རྗེལ། །འགྲེམས་ལྷགས་
གནམ་ལོ་གང་ཤར་གྱི། །སློག་ལུས་དབང་སྤྱང་སྟེ་བ་ལ། །རེ་རེ་ལ་ཡང་བཅི་བྱ་
ཡི། །སློག་ལུས་དབང་སྤྱང་སྟེ་བ་ལས། །འཐབ་པའི་རྗེལ་ཉེར་ལྟ་དང་། །ཁ་དམར་ལྟ་
སྟེ་སུམ་ཅུའོ། །དེ་བཞིན་གནམ་ལོའི་བདུན་ཟུར་དང་། །མར་གྱི་བྱག་འབྲས་བཞི་
གཤེད་གྱི། །སློག་སོགས་ལྟ་ལ་བཅི་བྱའི་ལས། །འཐབ་པའི་རྗེལ་དང་ཁ་དམར་
བཅས། །རེ་རེར་སུམ་ཅུ་སུམ་ཅུ་སྟེ། །ཁོན་རིལ་བརྒྱ་དང་ཉི་ཤུའོ། །

གཡུ་ལོ་ཅན་གྱི་འགྲེམས་ལྷགས་ནི། །རང་གི་ལོག་མེན་གར་བབས་
དང་། །དེ་ཡི་བདུན་ཟུར་མར་བྱག་འབྲས། །བཞི་གཤེད་བཞི་ཡི་སློག་སོགས་
ལྟར། །རང་གི་སློག་སོགས་ལྟས་འཐབ་པའི། །གཙོད་འབྲལ་སྤངས་གཙོད་རིལ་བ་
ཡི། །རྗེལ་བརྒྱ་དང་ཉི་ཤུའོ། །

དུང་ལོ་ཅན་གྱི་འགྲེམས་ཐབས་ལ། །གང་ཤར་རྒྱ་བ་དེའི་བདུན་ཟུར། །མར་
གངས་བྱག་འབྲས་བཞི་གཤེད་བཞིས། །སྤང་བཞིན་འཐབ་པའི་བརྒྱ་ཉི་ཤུ། །དེ་ལྟར་
ཡོངས་བསྟོམས་རྗེལ་ནི། །སུམ་བརྒྱ་བྱག་ཅུར་འགྲེམས་ཚུལ་ཏེ། །མར་སྟོན་རོ་སྟོན་

གདམས་པ་ཡིན། །

དེ་སྟེང་ཞག་དང་དུས་ཚོད་ལའང་། དེའུ་བརྒྱ་དང་ཉི་ཤུ་རེ། །བཟུམ་པས་
དུག་བརྒྱར་འབྲུར་རོ་ཞེས། །ཁྱུང་ལྟས་གཞོན་བྱ་བསོད་ནམས་བཞེད། །དེ་
ལྟར་ཅིས་པའི་འབྲས་བྱའང་། །སྤོང་ལོ་ཀུན་འདུས་འགྲེལ་པ་ནི། །གཤམ་པའི་སྟོང་གཟེར་
ཞེས་བྱ་བར། །ཡོད་ཅེས་མཁས་པའི་གཞུང་ལས་བྱུང་། །འོན་ཀྱང་གནས་སྐབས་བྱ་
སྒྲིའི་ཆེད། །སློག་ལུས་དབང་སྒྱུང་སྟེ་བ་ལྟས། །ཆེ་དང་ནད་དང་ཟ་ཟང་དང་། །བསོད་
ནམས་གདོན་བྱེད་ལ་བརྟགས་པའི། །ཁ་དམར་སྤྱི་བསྟོམས་ལྡར་བསྐྱས་ལ། །རིགས་
མཐུན་འབྲས་བྱ་གང་རུང་གིས། །སྟངས་གཅོད་བྱས་ཀྱང་ཆོག་པར་ངེས། །དེ་ལྟར་ལོ་
གཅིག་འབྲུད་སྐོར་གྱི། །འཕེལ་འགྲིབ་ཆགས་ཆེན་བསལ་བའི་བྱིར། །ཞིབ་མོར་
གཏན་ལ་དབབ་པ་གཅེས། །འབྲུང་ཅིས་མན་ངག་ཁྱ་བའི་འོད་ཟེར་ལས་ལོ་གཅིག་
འབྲུད་སྐོར་གྱི་ཅིས་ཀྱི་དེའུ་སྟེ་ལེའུ་ལྟ་བུའོ། །

ལེའུ་བྱུག་པ།

སྤེའུ་དང་ནད་པའི་ཅིས།

༥ འབྲུང་བ་འཁྲུགས་དང་ནམ་ཉོག་གིས། །བསྐྱེད་པའི་ནད་འབྲེས་གཏུངས་
པའམ། །བཅས་མ་ཐག་གི་བྱིས་པའི་ཆེད། །དེའུ་བཅུ་དགུ་པོར་བར་བྲ། །

དེ་ཡང་བཅི་བྱའི་སློག་གིས་མི། །གནམ་ལོའི་སློག་འཐབ་དེའུ་དང་། །སློག་གི་
དར་གུད་ལོ་ཡི་སྟེང་། །པལ་པའི་དེའུ་གཅིག་དེ་བཞིན་བྲ། །ཆེ་ཞག་དུས་ཆོད་སློག་ལ་
འང་། །བཅི་བྱའི་སློག་གིས་འཐབ་པ་དང་། །སློག་གི་དར་གུད་ཆེ་སློགས་སྟེང་། །བཅིས་
པའི་དེ་འུ་རེ་རེ་སྟེ། །འཐབ་བསྐྱོར་སྟེ་སྟེགས་སློག་དེལ་བརྒྱད། །དེ་བཞིན་བཅི་བྱའི་
ལུས་ཀྱིས་ཀྱང་། །ལོ་ཆེ་ཞག་དང་དུས་ཆོད་ཀྱི། །ལུས་ལ་སོ་སོར་འཐབ་པ་
དང་། །ལུས་ཀྱི་དར་གུད་ལོ་སློགས་བཞིའི། །སྟེང་པལ་བཅིས་པས་ལུས་དེལ་
བརྒྱད། །དེལ་པས་སློག་ལུས་དེལ་བཅུ་བྲུག་། །དེ་སྟེང་ཆེ་བ་རོ་རེ་ཞིང་། །ལྟ་ལོ་བརྒྱད་
འཆར་ཆེས་གཅིག་ནས། །འོད་འབར་བརྟན་མ་རྣོད་དཔལ་མ། །མདངས་ལྡན་ཆར་
འབེབས་གཡོ་མེད་དང་། །འོད་ལྡང་སྐྱེད་བྱེད་རིམ་པ་བཞིན། །དང་པོ་བྲུག་ལ་ཞག་
བཞི་དང་། །བྱི་མ་གཉིས་ལ་ཞག་གསུམ་རེ། །སྐྱར་བའི་ཆེས་གངས་བཟང་ངན་
དང་། །དེ་བཞིན་གཟའ་དང་སྐར་མ་ཡང་། །བཟང་ངན་ཅིས་པའི་དེལ་གསུམ་སྟེ། །དེལ་
པས་དེའུ་བཅུ་དགུ་པོར། །དེ་ལྟར་བཅིས་པའི་འབྲས་བྱ་འང་། །རྩ་འབྲེལ་ཉི་ཤུ་པ་
སློགས་སྟོན། །

གཞན་ཡང་ནད་ཅིས་ཐང་ཤིང་ནི། རྩོག་མར་བཅི་གཞི་ངོས་བཟུང་བྲ། ཉེ་
ལས་ཅིས་འགོ་བཙོ་ལྷ་སྟེ། ཉང་པོ་རང་གི་རྒྱ་ཆེ་ནི། རྩོར་རམ་མ་རྩོར་གནམ་ལོ་
ནས། མི་དེས་དུ་ལོན་ཐུར་དུ་སྐྱབ། གཉིས་པ་རྒྱལ་པོ་གདན་ས་ནས། འབྲེད་དམ་
མི་འབྲེད་ལྷགས་སྟག་ནས། ཉུ་ལོན་ཐུར་དུ་སྐྱབ་ལ་བཅི། གསུམ་པ་ཞ་འཕྲིང་ཐལ་
འོག་ཏུ། རྩུད་དམ་མ་རྩུད་ཆུ་སྟག་ནས། ཐུར་དུ་དུ་ལོན་བགངས་ལ་བཅི། བཞི་པ་
ལྟོན་པོ་གལ་ས་ནས། ཡར་རམ་མ་ཡར་ཤིང་སྟག་ནས། ཉུ་ལོན་ཐུར་དུ་སྐྱབ་ལ་
བཅི། ལྷ་པ་གཡི་ཐུང་ག་ཆག་གས། མ་ཆག་ས་པོ་སྟག་ནས་ནི། ཉུ་ལོན་ཐུར་དུ་
སྐྱབ་ལ་བཅི། ཉུག་པོ་བདུད་ཀྱིས་འཆོལ་མི་འཆོལ། ལྷགས་མོ་ཡོས་ནས་དུ་ལོན་
སྐྱབ། བདུན་པ་སྤིན་པོས་ཁྲིད་མ་ཁྲིད། ས་མོ་ཡོས་ནས་དུ་ལོན་སྐྱབ། བརྒྱུད་པ་
ལྟོན་ཤིང་ཆག་མ་ཆག། ཤིང་མོ་ཡོས་ནས་དུ་ལོན་སྐྱབ། ཉུག་པ་བང་མཛོད་རྩོང་མ་
རྩོངས། མེ་མོ་ཡོས་ནས་དུ་ལོན་སྐྱབ། བརྒྱུད་པ་ཡས་ཐག་ཆད་མ་ཆད། གནམ་ལོའི་
ཡར་གྱི་བརྒྱ་གསུམ་ནས། ཐུར་དུ་དུ་ལོན་སྐྱབ་ལ་བཅི། བརྒྱ་གཅིག་དབྱེད་ཐག་ཆད་
མ་ཆད། གནམ་ལོའི་མར་གྱི་བརྒྱ་གསུམ་ནས། ཉུ་ལོན་གྱེན་དུ་བཀའ་ལ་བཅི། བརྒྱ་
གཉིས་པ་ནི་བྱང་ཐང་རྒྱུད། ལངས་སམ་མ་ལངས་མེ་སྟག་ནས། ཉུ་ལོན་ཐུར་དུ་
བགངས་ལ་བཅི། བརྒྱ་གསུམ་སྟོ་ཁྲིམ་ཞིག་མ་ཞིག། རྩུ་པོ་སྟེལ་ནས་དུ་ལོན་
བཀའ། བརྒྱ་བཞི་པ་ནི་ཉལ་བའི་སྐྱས། ཞིག་གམ་མ་ཞིག་གནམ་ལོ་ཡི། ཡར་གྱི་
ལྷ་ནས་དུ་ལོན་སྐྱབ། བཙོ་ལྷ་རྩོན་ཐུར་ཐུངས་མ་ཐུངས། གནམ་ལོའི་མར་གྱི་ལྷ་
མ་ཐུན་ནས། ཉུ་ལོན་གྱེན་དུ་བགངས་ལ་བཅི། བརྒྱ་ཉུག་དེལ་སྟོ་འགགས་མ་
འགགས། གནམ་ལོའི་མར་གྱི་ཉུག་འབྲས་ནས། ཉུ་ལོན་གྱེན་དུ་བགངས་ལ་

བཅི། རྟེན་ཆེས་གཞི་གར་བབས་ཀྱི། རྟོག་ལུས་དབང་ཐང་ལྷང་རྟེན་ལ། བཅི་བྱའི་
 རྟོག་ལུས་དབང་ལྷང་གིས། འཕམ་པའི་རྟེན་བཞི་བཞི་སྟེ། དཀར་ནག་གཏན་ཆེས་
 བཞིན་དུ་བོད། རྟེན་ས་དཀར་ནག་བགངས་བྱས་ལ། སོ་སོའི་བཟང་ངན་སྐྱངས་
 གཅོད་བྱ། རྟེན་ཆེས་མིག་བཟུངས་ཀྱང་། ཆེས་ཆེན་བདུན་དུ་རིལ་ལ་བཟླ། རྟེ་
 ཡང་ཐང་ཤིང་རིང་མོ་དང་། གཟེར་ཟམ་གཡུ་ཤུག་དཔག་བསམ་སྟོན། དཔལ་བྱར་
 བྱིས་དང་གཤེན་གསོན་མིག་ལིང་ཆེ་བཀལ་ལམ་མ་བཀལ་བཟླ། རྟེ་དག་རྟེན་ལྟ་
 ཆོན་གསུམ། བཅད་ལ་དང་པོ་སྦྱེས་པའི་ས། བར་པ་བྱད་མེད་ཐ་བྱིས་པ། རིས་
 བཞིན་སོ་སོའི་ས་དུ་བཟླ། །

གཞན་དུ་ཆེས་འགོ་ཐ་མ་ཡི། རྟེན་བོར་ད་ལྟའི་ཤུག་བཞེད་དུ། གནམ་ལོ་
 རང་གི་རྟོག་ལུས་དབང་། ལྷང་རྟེན་བཞི་ཡི་སྟེ་བ་ལ། བཅི་བྱའི་རྟོག་སོགས་སྟེ་བ་
 བཞིས། འཕམ་པས་རྟེན་སྟོ་བཟླ་བ་ཡོད། གཞན་ཡང་ལོག་མེན་སྐར་སྟེ་དང་། ཉི་
 མའི་ནད་གདན་བཟླ་བ་སོགས། རྟེན་ཆེན་གཞུང་ལས་ཤེས་པར་བྱ། རྟེན་ལྟར་
 གྱིས་གདུང་བའི་འགྲོད། བན་པའི་ལྷག་བསམ་དག་པོ་ཡིས། ལེགས་པར་བཅིས་ལ་
 ཁ་དམར་རྣམས། རང་རང་འགྲེལ་པས་སྐྱངས་བཅད་དེ། འཕུགས་པ་བཅོས་ཤིང་
 གུད་པ་གསོ། རྣམ་རྟོག་འདྲེ་གདོན་བསལ་བར་བྱ། འཕྲུང་ཆེས་མན་ངག་ཁྲ་བའི་འོད་
 ཟེར་ལས་སྤྱི་དང་ནད་པའི་ཆེས་ཀྱི་ལེ་བྱ་སྟེ་དུག་པའོ།

ལེའུ་བདུན་པ།

ཟངས་ཀྱི་ཅིས།

༥ ལུས་ཅན་ཆེ་ཡི་དུས་བྱས་ཆེ། །སྒྲ་སེམས་ཡིད་གསུམ་རིམ་བུ་ལྟར། །གཤེད་མས་
ཁྱེར་ཞིང་འགོ་བྱ་གཞུགས། །ཕྱང་པོའི་ཡུལ་ལ་ཆགས་པའི་བྱིར། །དེ་ཡི་ཕྱང་པོ་ལ་
བརྟེན་ནས། །ཡུལ་གྱི་གསོན་པོའི་བྱར་བསལ་བྱིར། །དུར་མཛོད་ཅིས་ལ་གསུམ་
ཡིན་ཏེ། །གསོན་གྱི་ཁོག་ནས་གཤིན་དབྱེད་དང་། །གཤིན་གྱི་ཁོག་ནས་གསོན་
གདོན་པ། །གཤིན་གྱི་འདུར་ཤིང་བརྟག་པའོ། །

དང་པོ་གསོན་ཁོག་གཤིན་འདོན་པའི། །དེས་ཅན་དེའུ་ཉི་ཤུ་སྟེ། །ལོ་དང་
སྟོག་ལུས་དབང་ཐང་ལྷང་། །སྤར་ཁ་བབ་སྟེ་དར་གུད་ལ། །རྩུབ་དེལ་བདུན་དང་སྟེས་
སྟེའོ། །དེ་ཡང་གསོན་བྱིང་གཡས་བཏིང་ལ། །ཕྱ་པོ་ནས་ནི་རིམ་བུ་བཞིན། །བཟའ་
སྟོར་བྱེ་ཡིས་བར་བཅད་ལ། །བྱ་པོ་རྩུང་བརྩུད་ཡན་ཆད་ཀྱི། །གསོན་དེལ་མ་ནོར་
རིམ་བཞིན་པོར། །དང་པོ་བཙེ་བྱའི་ལོ་དེལ་ནི། །ར་བར་དེལ་གཉིས་འབྲིང་པོར་
རེ། །རང་ཕྱོགས་འབྱུང་བའི་ཁ་དོག་བཞིན། །ཐ་རྩུང་ཕྱོགས་བསེས་དེའུ་ནི། །ཐ་མེན་
གཉིས་ཏེ་གང་ཡིན་པོར། །དེ་མདུན་སྟོག་ལུས་དབང་ལྷང་གིས། །གནམ་ལོ་ལའང་
འཐབ་དེའུ་བཞི། །དེ་འོག་སྤར་ཁ་གང་ཡིན་དེལ། །རང་རྩུད་ཐ་མེན་སྤར་ལྟར་
པོར། །དེ་འོག་བབས་སྟེ་གང་ཡིན་དེལ། །གཅིག་དཀར་དཀར་གཅིག་བྱ་དཀར་
གཉིས། །བརྩུད་དཀར་དཀར་གསུམ་གཉིས་ནག་ལ། །ནག་གཅིག་མཐིང་གཉིས་བཞི་
ལྷང་གསུམ། །ལྷ་སེར་བྱེད་མ་བདུན་དམར་ལ། །དམར་གཅིག་དགུ་ལ་དམར་གཉིས་

ཐོབ། །སྒོག་ལུས་དབང་ལྷན་སྒྲེ་བ་ལྟེ། །དར་གུད་དེལ་ལྷ་འབྲམ་དང་ནི། །རྩལ་དེལ་
བདུན་པོ་རྒྱབ་ཏུ་བོད། །དེ་རྒྱུ་སྒྲེ་སྒྲེ་གང་ཡིན་དེལ། །བབ་སྒྲེ་རི་བཞིན་ཐོར་བར་
བྱ། །དེ་ལྷར་དེལ་ཉི་ཤུའོ། །རྒྱས་པར་གེག་ཅིས་བཞིན་དུ་བོད། །སྒྲི་དང་བྱེ་བྲག་ཁ་
དམར་གདགས། །

གསོན་གྱི་ཆགས་བསྐྱོག་རིམ་གྲོ་དང་། །གཤིན་ལ་འགོ་གཤེད་ལ་སོགས་
པ། །རིག་པས་མ་ནོར་སྤངས་གཅོད་གཅེས། །གཉིས་པ་སྒྲེ་དལ་གཤིན་ཁོང་
ནས། །གསོན་རྒྱས་གཉན་ལ་དབབ་པ་ནི། །གསོན་ཅིས་བཞིན་དུ་བོར་བཅས། །ཡང་
ན་ཆད་ཆེན་ནག་པོ་གསུམ། །ཆད་རྒྱུད་ལ་ནི་ནག་པོ་གཉིས། །མ་ལོ་ཆེ་བར་དཀར་
ཆེན་གཉིས། །མ་ལོ་རྒྱུད་བར་དཀར་རྒྱུད་གཉིས། །དེ་བཞིན་རང་ལོར་དཀར་པོ་
གཅིག །བྱུ་ལོར་བྱེད་མ་དག་ལོར་ནག །སྒོགས་ལ་དཀར་གཉིས་ནག་པོ་གཅིག །དེ་
ཡང་ཆེ་ལོ་རྒྱུད་ལོ་ལ། །མི་ནོར་དེལ་ཆེ་རྒྱུད་བོད། །

ཡང་ན་རང་རྒྱུད་དེལ་སྒྲེ། །མགོ་བཀའ་གནས་ཐིག་བཏབ་པ་འབྲ། །སོ་སོའི་
མདུན་ཐོར་འབྲས་དེལ་དངོས། །རང་གི་ལོ་དང་བདུན་ཟུར་ལ། །དཀར་ནག་རེ་རེ་
འཁོར་རོ་ཞེས། །རྩ་བར་གསུངས་མོད་དེ་ལྷ་ནའང་། །ཕྱག་ལེན་དང་སང་མཇུག་པའི་
སོལ། །མེད་བྱིར་འདིར་ཡང་བཏང་སྒྲེ་མས་བཞག །དེལ་དང་བསྐྱུན་ཁ་དམར་ནི། །སྒྲི་
དང་བྱེ་བྲག་ཁུད་པར་གྱི། །དུར་སའི་སྒྲིན་ཡོན་གང་རྒྱས་བཏགས། །ཐམས་ཅད་ཤིལ་
ལ་སྤངས་གཅོད་བྱ། །

གསུམ་པ་གཤིན་གྱི་འདུར་ཤིང་གྱི། །དེལ་བརྒྱ་དང་གོ་དགུ་སྒྲེ། །གཤིན་གྱི་
སྒོག་ལུས་དབང་ལྷན་ཁམས། །སྤར་ཁ་ར་བསེ་དུར་ལྷ་དང་། །རོ་རིགས་འདོན་སྒྲོགས་
སྒྲེ་གནས་གཏོ། །དེ་ལྷར་སྒྲེ་ཆོན་བཅུ་གཉིས་སོ། །དེ་ཡང་གཤིན་གདན་རིག་པོ་

ནི། །གཡོན་སྤྱོད་ས་བཏིང་ལ་གཤིན་དེལ་པོར། །སྤྱོད་མའི་སྤེ་ཆན་ལྷ་པོ་ནི། །གནམ་
ལོ་ལོག་མེན་སྤེ་བ་དང་། །སྤྱར་ཁ་དར་གྱུད་རྒྱ་བ་ཞག། །དུས་ཆོད་གཟའ་སྐར་གསོན་
ལོ་སྤྱེ། །དེ་ལྟར་ཅ་དེལ་བཅུ་གཅིག་ལ། །གཤིན་དེའི་སྤྱོད་ལུས་དབང་ཐང་དང་། །སྤྱར་
རྟ་དུས་ཀྱི་ཁམས་དང་ལྷས། །དར་གྱུད་བརྟག་ཅིང་གཅོད་འབྲལ་འབྱེད། །དཀར་ནག་
གསོན་དེལ་བཞིན་དུ་པོར། །དྲིལ་བས་དེའུ་ང་ལྷ་སྤྱེ། །དེ་སྤྱོད་གསོན་གཤིན་སྤྱོད་
འཐབ་དེལ། །ཁམས་ཀྱི་གཅོད་འབྲལ་མཐར་བཞག་པས། །དེལ་གྲངས་ང་དུག་དག་ཏུ་
འབྱུང། །

དུག་ས་སྤྱད་དང་ལེ་ལན་ནི། །སྤྱར་ཁའི་ནད་བརྒྱད་འབྲེ་བརྒྱད་དང་། །ལྷགས་
བརྒྱད་ཟས་བརྒྱད་གོས་བརྒྱད་དང་། །ཁོར་བརྒྱད་མགྲོན་བརྒྱད་འབྱལ་བ་
བརྒྱད། །སྤྱོད་ས་བརྒྱད་གཞོད་པའི་ས་བརྒྱད་དང་། །ཞོད་གཏོང་བརྒྱད་དེ་དག་
ལ། །ལེ་ལན་སྤྱག་ན་དེལ་ནག་དང་། །མ་སྤྱག་དེལ་དཀར་དེལ་བཅུ་གཅིག། །

བདུན་པ་ར་བསའི་རོ་རྫོས་ནི། །གནམ་ལོ་ལོག་མེན་སྤེ་བ་དང་། །སྤྱར་ཁ་དར་
གྱུད་རྒྱ་བ་དང་། །ཞག་དུས་གཟའ་དང་སྐར་མ་སྤྱེ། །དེ་ནམས་རྫོས་ས་ལོད་མེད་
དང་། །གསོན་པོ་གང་ལ་རྫོས་པ་ཡི། །དེའུ་རེ་པོར་བཅུ་གཅིག་གོ། །

བརྒྱད་པ་འབྲུང་དུར་སིལ་བུ་ནི། །གཤིན་དེའི་ཁམས་དང་གནམ་ལོ་
དང་། །རྒྱ་བ་ཞག་དང་དུས་ཆོད་དང་། །གཟའ་དང་སྐར་མ་སྤྱོད་དང་ལུས། །དབང་ཐང་
སྤྱར་རྟ་སྤེ་བ་དང་། །སྤྱར་ཁ་ནམས་ཏེ་བཅུ་གསུམ་གྱིས། །དུར་ལྷར་འཐབ་པའི་དེའུ་
པོར། །གཤིན་གྱིས་པར་བཅད་དཀར་པོ་སྤྱེ། །དུར་གྱིས་བཅད་ན་དེལ་ནག་ལ། །ནང་
འཕྲད་ས་རྩུ་དཀར་པོ་སྤྱེ། །ཤིང་ལྷགས་མེ་གསུམ་ནག་པོ་པོར། །སིལ་བུའི་དེའུ་རེ་
ལྷའོ། །དུར་ས་ལྷ་ནི་རི་སྤྱེལ་ཤིང་། །བསྐྱེད་པ་མེལ་སྤྱ་བ་ས། །སྤྱབ་པ་ལྷགས་ལ་སྤྱར་

བ་མུ། །

དགྲ་པ་རོ་རིགས་བཅུ་གཅིག་ནི། །མཛེ་རོ་དང་ནི་རབས་ཆད་ཀྱུ་ག། དཔེ་པོ་
རིགས་གསུམ་སྟོན་ཅན་བརྒྱད། །བཟ་རིགས་ལྔ་དང་སྤུ་རིགས་ཀྱུ་ག། གྲིང་ཤི་བཞི་
དང་གཤིས་ངན་གསུམ། །ཚོད་ཅེས་མཚུན་དང་ཞན་པ་དང་། །ངན་པ་རྣམས་ཉེ་བཅུ་
གཅིག་པོ། །གང་ཡིན་དེལ་དཀར་མིན་ན་ནག་།

བཅུ་པ་འདོན་ཕྱོགས་བཅུ་གཅིག་ནི། །ལོ་དང་སྤེ་བ་སྤར་ཁ་དང་། །ཡུལ་
ཕྱོགས་རོ་རིགས་ལྔ་བ་དང་། །ཞག་དང་གཟུང་སྐར་དུས་ཚོད་དང་། །གསོན་པོའི་ལོ་
ཡིས་དྲང་བ་སྟེ། །སོ་སོའི་གཙང་ཕྱོགས་གང་ཡིན་ལ། །ཕྱོགས་བཞི་འབྲུང་བ་རང་
རྒྱུད་དང་། །མཚམས་བཞིར་ཤ་མེན་དེུ་པོར། །

བཅུ་གཅིག་ཕྱི་མ་གར་སྟེ་ནི། །གནམ་ལོ་ལོག་མེན་སྟེ་བ་དང་། །སྤར་ཁ་དར་
གུད་རྩ་བ་ཞག །དུས་ཚོད་གཟུང་དང་སྐར་མ་དང་། །གསོན་དེལ་རྣམས་ཀྱིས་སྟེ་
གནས་བརྟག །ལྔ་ལ་དཀར་གཉིས་མིར་སྟེད་མ། །ངན་འགྲོར་ལྷུང་ན་ནག་གཉིས་
པོར། །

བཅུ་གཉིས་མཐུག་གཙོད་གཏོ་ཚོག་ནི། །གནམ་ལོ་ལོག་མེན་སྟེ་བ་
དང་། །སྤར་ཁ་དར་གུད་རྩ་ཞག་དུས། །གཟུང་སྐར་ཉམས་རྣམས་བཙོས་པ་
དང་། །གསོན་དེལ་ཆགས་ཆེར་ལྷུང་ན་འཚོས། །དེ་ཡང་བཙོས་ཐབས་གང་དགོས་
ལ། །དེལ་ནག་དེ་ལྟོག་དཀར་པོར་པོར། །དེ་ལྟར་བྲིལ་བས་འདྲར་ཤིང་གྱི། །དེུ་བརྒྱ་
དང་བརྒྱད་ཅུ་བདུན། །དེ་ནས་སྟེ་ཚན་བཅུ་གཉིས་ལ། །དཀར་ནག་བགངས་ལ་ཁ་
དམར་གྱི། །དེུ་བཅུ་གཉིས་ལོགས་སུ་པོར། །དཀར་ལ་དཀར་པོ་ལྟོག་པ་
ནག །མཉམ་ན་སྟེད་མ་ཁྱད་པར་དུ། །སྟེག་སྐྱབ་དྲར་ལྷའི་ཁ་དམར་ནི། །རང་ལ་རང་

འབྲུང་དཀར་པོ་གཅིག །མ་ལ་བྱ་འབྲུང་དཀར་པོ་གཉིས། །བྱ་ལ་མ་འབྲུང་ནག་པོ་
གཉིས། །དགྲ་ལ་ཐོགས་འབྲུང་ནག་པོ་གཅིག ། ཐོགས་ལ་དགྲ་འབྲུང་དཀར་ནག་
གཉིས། །རོ་རིགས་བཟང་ངན་དཀར་དང་ནག །

འང་ཕྱོགས་གཙང་བསྐྱུན་ལོ་རྒྱུ་ལོ་རྒྱུ། །སྤྱེ་གནས་ལྷ་མི་ངན་འཕྲོ་ལ། །དཀར་
གཅིག་ཕྱེད་མ་ནག་གཅིག་སྟེ། །གཏོ་ཚྭ་རྒྱུ་ལ་གྲངས་བསྐྱུན་བ་གཅིས། །དེ་ལྟར་
སྤངས་གཅོད་རྒྱུ་ཡི། །ཁ་དོག་དང་བསྐྱུན་ཁ་དམར་ཀྱང་། །སྟོག་གིས་འཆི་བྱས་
ལུས་དྲུང་ས། །དབང་ཐང་ཟས་སྒྲུབ་སྤྱང་རྒྱུ་ཡིས། །ཤིང་གི་ཡལ་ག་རྩས་ཁམས་
རྒྱུ་ཡི། །འབྲུང་ཐང་ཆེ་ཆུང་སྤངས་ཁ་ཡིས། །ལེ་ལན་ར་བསེས་སྒྲོས་བ་དང་། །འབྲུང་དྲུང་
སེལ་བྱས་སྟེག་སྒྲུབ་བཅི། །རོ་རིགས་བཞག་བ་འདོན་ཕྱོགས་ཀྱིས། །འང་ཕྱོགས་
གནས་རྒྱུ་གར་སྤྱེ་བཟླ། །གཞུག་གཅོད་གཏོ་ཡིས་ཤི་ །གཞུག་བཅད། །གཞན་ཡང་
གཤེན་ཁོང་གསོན་དབྱུང་བཤི། །

རྒྱུ་རོ་ལེན་འཕོར་ཚུལ་ནི། །ཤི་རྒྱ་དེ་ཡི་སྟོག་རྒྱང་ལ། །གཤེན་དེའི་སྟོག་
ལུས་དབང་སྤྱང་བཞི། །རང་མ་བྱ་དགྲ་ཐོགས་དང་ལྷང་། །ཕྱེ་བས་རིམ་འཐབ་རང་
རྒྱུ་སྟོགས། །སོ་སོ་མ་འབྲེས་འབྲེད་ལ་བསྒྲིག། །

དེ་ནས་རྒྱུ་སྟོག་བ་ནི། །སྟོག་གི་དགྲ་དང་ལུས་ཀྱི་དངོས། །དབང་ཐང་དགྲ་
དང་སྤྱང་རྒྱུ་དངོས། །སྟོག་གི་སྟོགས་དང་ལུས་ཀྱི་མ། །དབང་ཐང་སྟོགས་དང་སྤྱང་
རྒྱུ་རྒྱུ་མ། །སྟོག་གི་མ་དང་ལུས་ཀྱི་སྟོགས། །དབང་ཐང་མ་དང་སྤྱང་རྒྱུ་རྒྱུ་སྟོགས། །སྟོག་
གི་དངོས་དང་ལུས་ཀྱི་དགྲ། །དབང་ཐང་དངོས་དང་སྤྱང་རྒྱུ་རྒྱུ་དགྲ། །གཉིས་གཉིས་པན་
ཚུན་སོ་སོར་བརྒྱེ། །བྱ་བཞི་མི་བརྒྱེ་རང་སར་བཞག། །སྤྱིང་ནས་མར་དེད་རྒྱུ་ཆར་
ནི། །དང་པོ་པ་ཁྱ་ཆན་རིམ་སྒྲུབ། །གཉིས་པ་མ་སྒྲུ་ཞག་ཉིའི་ས། །གསུམ་པ་མག་བ་ཆ་

ཡུག་ས། །བཞི་པོ་དོ་བདག་ས་ཡིན་ནོ། །འབྲེད་ལ་རང་མ་བྱ་སོགས་ལྷ། །རིམ་བཞིན་
ཆན་དང་སྐྱེས་དང་དང་། །བྱད་མེད་དང་མ་བྱ་ཆ་དང་། །ཏང་བྱན་རྣམས་ཀྱི་ས་ཡིན་
ནོ། །དེ་ནས་དེ་ལྟ་ཡི་རོ་རྒྱངས་ཏེ། །ནག་གསུམ་དཀྱིལ་ནས་དཀར་པོ་ལོང་། །དཀར་
གསུམ་ནང་ནས་དེལ་ནག་ལེན། །མ་སྐྱན་གསུམ་ལོ་པར་རྒྱོས་ཞེས་གསུངས། །

དེ་ལྟར་བོར་དེལ་རང་འབྲེལ་སོགས། །ཟངས་ཀྱམ་མན་དག་ཡི་གེ་
ལྟར། །འདྲར་ལུགས་སྟེག་སྐྱབ་གང་བཟང་དང་། །འགམ་རྒྱོས་ཤི་གཞུག་གཙོད་
ཐབས་སོགས། །གཤེན་དང་གསོན་ལ་པན་སེམས་ཀྱིས། །ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ་
བཙོས་པ་གཅེས། །འབྱུང་རྩིས་མན་དག་རྒྱ་བའི་འོད་ཟེར་ལས། །ཟངས་ཀྱམ་གྱི་རྩིས་
ཀྱི་ལེའུ་སྟེ་བདུན་པའོ། །

གཞན་ཡང་གསོན་གཤེན་གཉིས་ཀ་ལ། །གཅེས་པའི་ས་དབྱེད་བརྟག་ཐབས་
དང་། །གྱིམ་ཤང་འཕྱང་བཤེག་རྣམ་པ་བཞིས། །འགལ་བྱེད་དག་པོ་བརྒྱག་པ་
དང་། །རང་ཀེག་གཞན་ལ་སྟོ་བ་སོགས། །བཤད་མོད་ཤེས་འདོད་ལྟ་བུ་དག །རྒྱ་
ཆེན་གཞུང་དུ་བལྟ་བར་གྱིས། །འདིར་ནི་རྒྱ་ལག་ལེགས་ཀྱིས། །ཉེ་བར་བསྐྱལ་
ཞིང་རང་ཉིད་ཀྱི་འང་། །བྱན་ཐོར་སྟོར་འགོ་དེལ་བོར་གྱི། །རྩ་བ་ཙམ་ཞིག་བསྐྱུས་པ་
འདི། །བན་རྩུང་རྣམས་ལྷོ་ཡིས། །དམ་ཆོས་སྐྱབ་པར་མ་རུས་པའི། །ཞག་འགའི་ཉི་རིང་
འཕུལ་བྱིར་བྱིས། །ནོངས་གྱུར་མཁས་རྣམས་བཟོད་པར་བཞེས། །ལེགས་བཤད་
གང་མཆིས་དགེ་བ་དེས། །འགྲོ་ཀྱན་བདག་སྟོན་རིག་པ་ལ། །བརྟེན་ནས་ཆོས་ཀྱན་
སྟོན་གྱུར་པའི། །བདག་མེད་གཉིས་པོ་རབ་ཏྟགས་ཏེ། །ཀྱན་ཏུ་ཕོལ་བ་བརྟེན་གྱུར་
ཅིག །

འབྱུང་རྩིས་མན་དག་རྒྱ་བའི་འོད་ཟེར་ཞེས་བྱ་བ་དུག་ཅུ་སྟོར་བཅུ་

གཉིས་པའི་འགོར་སྤོས་ཀྱི་བན་ཅུང་གིས་སློབ་དཔོན་མཁས་པ་ནམས་ཀྱི་དིན་ལས་
ཅུང་ཟད་ངེས་པ་ནམས་ཟེན་ཐུན་སྲུག་ངེས་སུ་བགྱིས་པ་དགེ་ལེགས་སུ་གྱུར་ཅིག །
མདྲ་ལྟོ།

པར་བྱང་སྒོན་ཆིག

ནམ་གྲོལ་ཞི་བའི་རྒྱ་མཚོར་རོ་གཅིག་དུ།
གཞོལ་བའི་མཐའ་ཡས་ཚོས་ཚུལ་དལ་འབབ་སྤང་།
ཆོག་གི་གཟེགས་མ་རེས་ཀྱང་དུག་གསུམ་གྱི།
དེ་མ་ཡོངས་འཁྱུད་ལེགས་བཤད་བདུན་ཅི་འདི།

དབང་དུ་བསྐྱེད་པའི་རྣམ་དཀར་ཕུང་པོའི་མཐུས།
ཡང་དག་ཆོས་ཀྱི་སྒོ་མོ་སྟོང་ཕྱག་བརྒྱ།
གདངས་ཏེ་རྒྱད་ལྗེའི་འཁོར་བ་མ་ལུས་པ།
ངེས་ལེགས་ཞོར་བུའི་མཛོད་ལ་དབང་འཁོར་ཤོག།

ཅེས་པའི་སྤྱིར་ཡངས་པའི་ཁྱོན་ལ་འཆེ་མེད་ནི་པའི་ལས་སྟོན་ནས་འདེན་ལྡན་མེད་པའི་
 ལུགས་སྟོན་ཀྱང་ནས་རྒྱས་པ་སོགས་འབྲལ་ཡུན་མེགས་ཆོགས་དུ་མའི་ཆེད་དུ་དམིགས། བད་
 བསྟན་བྱུང་མཐའ་པེས་མེད་ཀྱི་གསུང་རབ་དག་དཔར་དུ་བསྟན་དང་བསྟན་འཇུག་གང་ལའང་སྟར་
 ཆོག་པའི་དགོ་པ་མྱོའི་སྟོན་ཆོག་ཏུ་ལྡན་པའི་མྱོང་ཆོས་རྒྱ་བ་དག་དཔར་སྟོེ་ལམ་པ་མཉམ་འཁོར་
 རྒྱ་མཆོས་སྟར་བའོ། །

༡༡། ཀམ་མཁུག་ལྷོ་ལྷོ། ཡའི་ཀུན་ལྷོ་ལྷོ། ཡི་ལྷོ་ལྷོ།

ཡི་གེ་ཉི་ཤུ་ཅུ་ག་པ་འདི་དག་ཆའི་ནང་དུ་བཞུགས་ཆེ་བཤོམ་ཡུག་གི་ཉིས་པ་མི་འབྱུང་
བར་འཇམ་དབལ་ཅུ་ལྷུ་དཔལ་ལ་གསུངས་སོ། །