



Tibetan Buddhist Resource Center

# Text Scan Input Form - Title Page

|                                   |                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| TBRC Volume Number                | 4266                                                                                                                                                                                                                                             |
| TBRC Work Number (W)              | 27305                                                                                                                                                                                                                                            |
| Title                             | མགོ་ལོག་རུས་མཛོད།                                                                                                                                                                                                                                |
|                                   | mgo log rus mdzod                                                                                                                                                                                                                                |
| Author                            | ཐུགས་མཚོག་རྗེ།                                                                                                                                                                                                                                   |
|                                   | thugs mchog rdo rje                                                                                                                                                                                                                              |
| Descriptor                        |                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Original Publication              | mtsho sngon grangs nyung mi rigs kyi gna dpe'i dpe tshogs;                                                                                                                                                                                       |
| Place                             | zi ling                                                                                                                                                                                                                                          |
| Publisher                         | mtsho sngon mi rigs dpe skrun khang                                                                                                                                                                                                              |
| Date                              | 1991 [i.e. 1994]                                                                                                                                                                                                                                 |
| Total Volumes                     | 1                                                                                                                                                                                                                                                |
| Current Volume (of Total)         | 1                                                                                                                                                                                                                                                |
| Number of TBRC Introductory Pages | 2                                                                                                                                                                                                                                                |
| Number of Introductory Pages      | 10                                                                                                                                                                                                                                               |
| Number of Text Pages              | 124 + 2                                                                                                                                                                                                                                          |
| TBRC Scanning Information         | scanned at m/s satluj infotech images, 63-f sujan singh park, new delhi 110003, india for the tibetan buddhist resource center, 150 17th st., new york city, ny 10011, usa 2004<br>scanned for preservation purposes only; cannot be distributed |

**LC Control Number:** 97916000

**Type of Material:** Text (Book, Microform, Electronic, etc.)

**Personal Name:** Bkra-'sis-rgya-mtsho, Gyi-lun.

**Main Title:** Bod mi bu gdon drug gi rus mdzod me tog skyed tshal / Gyi-lun Bkra-'sis-rgya-mtsho, Gyi-lun Thugs-mchog-rdo-rje zun gi brtsams.

**Variant Title:** Title on t.p. verso: Mgo-log rus mdzod  
Chinese colophon title: Kuo lo tsung p'u

**Edition Information:** Par thens 2.

**Published/Created:** Zi-lin : Mtsho-snon mi rigs dpe skrun khan, 1991 [i.e. 1994]

**Related Names:** Thugs-mchog-rdo-rje, Gyi-lun.

**Description:** 3, 124 p. ; 21 cm.

**ISBN:** 7542002880

**Summary:** Study on the origin of Tibetan race.

**Subjects:** Tibetans--Origin.  
Ethnology--China--Tibet.

**Series:** Ch'ing-hai shao shu min tsu ku chi ts'ung shu.

**Variant Series:** Mtsho-snon grans ñun mi rigs kyi gna' dpe'i dpe tshogs

**LC Classification:** DS731.T56 B56 1994

**Overseas Acq. No.:** Ch-Tib-97-916000; 16

**Repro./Stock No.:** Library of Congress -- New Delhi Field Office RMBY2.50

**Geog. Area Code:** a-cc-ti

**Quality Code:** lcode

---



ཐུ་བའ་ལྟ་སྐུ་ཐུ་མཆོ་དང་ཐུ་གཤམ་མཆོད་ཀྱི་ཐུ་ལྟ་ལྟ་ལྟ་

༡༡། བོད་མི་བྱ་གཤོང་དུ་གྱི་གི་རུ་མ་མཛོད་མེ་ཏེ་གྱི་སྒྱེད་ཆེ་ལ་  
ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

མཆོ་ཐུ་གི་སྐུ་ལ་དཔེ་ཐུ་ལྟ་



བོད་མི་བྱ་གཞི་དང་རྒྱ་གཞི་རྒྱ་ས་མཛོད་མེ་ཏོག་  
སྐྱེད་ཚལ་ཞེས་བྱ་བ་བརྒྱགས་སོ།།

ཁྱིམ་ཁྱེད་ཀྱིས་ཁྱེད་མཛོད་  
ཁྱིམ་ཁྱེད་ཀྱིས་ཁྱེད་མཛོད་

མཛོད་ཁྱེད་ཀྱི་རིགས་དཔེ་ཁྱེད་ཁྱེད་།

1991ལོ་ཁྱིམ་ཁྱེད་།

མཚེས་ལྷན་ཁྲིམས་ཀྱི་འགན་ཁུར་དཔེ་དཔེ་མཚེས་

མཚེས་ལྷན་ཁྲིམས་ཀྱི་

ལྷན་ཁྲིམས་ཀྱི་མཚེས་ལྷན་ཁྲིམས་  
ལྷན་ཁྲིམས་ཀྱི་མཚེས་ལྷན་ཁྲིམས་

མཚེས་ལྷན་ཁྲིམས་ཀྱི་འགན་ཁུར་ལྷན་ཁྲིམས་ཀྱི་འགན་ཁུར་ལྷན་ཁྲིམས་

ལྷན་ཁྲིམས་ཀྱི་འགན་ཁུར་དཔེ་ལྷན་ཁྲིམས་ཀྱི་འགན་ཁུར་ལྷན་ཁྲིམས་

དཔེ་ལྷན་ཁྲིམས་ཀྱི་འགན་ཁུར་ལྷན་ཁྲིམས་ཀྱི་འགན་ཁུར་ལྷན་ཁྲིམས་

མཚེས་ལྷན་ཁྲིམས་ཀྱི་འགན་ཁུར་དཔེ་ལྷན་ཁྲིམས་ཀྱི་འགན་ཁུར་ལྷན་ཁྲིམས་

མཚེས་ལྷན་ཁྲིམས་ཀྱི་འགན་ཁུར་དཔེ་ལྷན་ཁྲིམས་ཀྱི་འགན་ཁུར་ལྷན་ཁྲིམས་

མཚེས་ལྷན་ཁྲིམས་ཀྱི་འགན་ཁུར་ལྷན་ཁྲིམས་ཀྱི་འགན་ཁུར་ལྷན་ཁྲིམས་

1992ལོའི་ཟླ3པར་ལྷན་ཁྲིམས་ཀྱི་འགན་ཁུར་ལྷན་ཁྲིམས་

1994ལོའི་ཟླ9པར་ལྷན་ཁྲིམས་ཀྱི་འགན་ཁུར་ལྷན་ཁྲིམས་

དཔེ་ལྷན་ཁྲིམས་ 2.50

«མཚོ་སྒོན་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་གནའ་  
 དཔེ་དཔེ་ཚོགས་»པར་རྩ་བསྐྱབ་  
 པའི་གསལ་བཤད།

དཔེ་ཚོགས་འདི་ནི་ཉང་གྲང་དབྱང་དང་རྒྱལ་སྤྱི་སྤྱི་བ་.....  
 ཁང་གི་རང་རྒྱལ་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་གནའ་དཔེ་ལེགས་སྤྱི་ག.....  
 སྒོར་གྱི་མཚུབ་སྒོན་གྱི་དཔྱད་པ་དོན་ལྡན། མཚོ་སྒོན་གིང་ཆེན་མི་  
 རིགས་ཚོས་ལུགས་ལས་དོན་ལྷོན་ལྷན་ཁང་གི་གྲངས་ཉུང་མི་.....  
 རིགས་གནའ་དཔེ་གཞུང་ལས་ཁང་གིས་འཆར་འགོད་ལེགས་སྤྱི་ག.....  
 བྱས་ཤིང་། མཚོ་སྒོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱབ་ཁང་གིས་པར་རྩ་བསྐྱབ་  
 པ་ཡིན།

མཚོ་སྒོན་རྩ་མི་རིགས་མང་པོ་གནས་ཤིང་། མི་རིགས་སོ་  
 སོས་ལྟན་རིང་པོའི་སྐྱུས་ཀྱི་འཕེལ་རྒྱས་ཁྲོད་རྩ་བས་པའི་མོངས་  
 སྤྱོད་རི་པོའི་གཏོས་དང་མཉམ་པ་མཛད། དེའི་ནང་རྩ་སྐྱུས་  
 དང་། སྐར་ཅིས། གསལ་རིག་རྒྱ་ཆུང་སོགས་འདུས། བསམ་  
 པའི་མོངས་སྤྱོད་འདི་དག་ལས་ཁ་ཤས་ཡི་གེར་བཀོད་པ་དང་། ཁ་

ཤིས་རག་རྒྱན་ཏུ་དང་། ཡིན་ནའང་རྩོན་ཆད་མི་རྒྱས་ཀྱི་དབང་  
གིས་གོ་རིམ་དང་ལྡན་པར་ལེགས་སྒྲིག་བྱེད་མ་ཐུབ།

༡ ཏང་གི་སྐབས་བརྒྱ་གཅིག་པའི་ཁྱེད་ཀྱི་ཆར་འཛིན་མས་སྒྲིག་.....  
ཆོག་མ་ཐེངས་གསུམ་པའི་ཚུན་ལ། ཏང་ཁྱེད་དབང་དང་རྒྱལ་སྤྱི་  
སྤྱི་ཁྱེད་ཁང་གིས་ཡིག་ཆ་ཐེངས་མང་སྒྲིལ་ཏེ། “གནའ་དཔེ་ལེགས་  
སྒྲིག་བྱས་ནས་ཐོས་རྒྱལ་གྱི་རིག་གནས་ཤུལ་བཞག་ཅ་ཆེན་རྒྱད་.....  
འཛིན་བྱེད་རྒྱ་ནི་བྱ་རབས་ཆ་རྒྱད་ལ་རག་ལས་པའི་བྱ་བ་གལ་ཆེན་  
ཞིག་རེད”ཅེས་བརྗོད། གངས་ཀྱང་མི་རིགས་ཀྱི་གནའ་དཔེ་དང་  
བཅས་པ་ལེགས་སྒྲིག་བྱེད་པ་དེ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ལས་ཀའི་གྲོས་རིམ་ཏུ་  
བཞག ཏང་དང་སྤྱི་གཞུང་གི་དགོངས་དོན་འདི་ལག་ལེན་བྱས་  
ནས། སྤྱི་ཆོག་སྤྱི་ལུགས་ཀྱི་དེང་རབས་ཅན་དང་སྤྱི་ཆོག་སྤྱི་  
ལུགས་ཀྱི་བསམ་པའི་ཤེས་རིག་དང་དངོས་པའི་ཤེས་རིག་གི་.....  
འཛུགས་རྒྱུ་ལ་ཞབས་འདེགས་ཞུ་ཆེད། ང་ཆོས་གནའ་དཔེ་  
འཆོལ་ལྟར་བྱེད་པ་དང་མཉམ་ཏུ་འཆར་གཞི་ཡོད་པར་ལེགས་སྒྲིག་  
དང་དཔེ་རྒྱན་བྱས་ནས་སློག་མཁན་རྣམས་ཀྱི་ཐུན་མཐར་ཐུ་མཐུད་ཏུ་  
འབུལ་རྒྱ་ཡིན། གཞན་ཡང་། གནའ་དཔེའི་ནང་དོན་ལ་དེང་  
རབས་ཀྱི་བསམ་སློབ་མཐུན་མིན་ལྟ་ཆོག་མེད་པ་ནི་ཞུ་མི་.....  
དགོས་པས། སློག་མཁན་རྣམ་པས་མར་ལའི་དགོངས་པ་ལྟར་བྲུང་  
འདོར་འཛིན་པ་བྱགས་འཇགས་འཆོལ།



གནའ་དཔེའི་ལེགས་སྒྲིག་དང་དཔེ་རྒྱན་གྱི་ཐད་ལ་ང་ཚོར་.....  
 ཉམས་ཐོང་དགོན་ཁིང་རྒྱ་ཚད་ཀྱང་དམའ་ཕྱིར་ནོར་སྒྲོན་ཡོད་དེས་་  
 པས། རྒྱ་ཆེའི་སྒྲིག་མཁན་ཚོས་དགོངས་འཆར་རྒྱག་པོར་གནང་  
 རོགས་ལྟ།

མཚ་སྒྲན་ཁིང་ཆེན་མི་རིགས་ཚོས་ལྷགས་ལས་དོན་  
 ལྷ་ཡོན་རྩན་ཁང་གི་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་  
 གནའ་དཔེ་གཞུང་ལས་ཁང་ནས།  
 1989ལོའི་ཟླ7པའི་ཆེས་15ལ།



## དཀར་ ཆག

- ལེའུ་དང་པོ། སྤྱི་ལོ་ལྷན་པུན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ལ། ..... ( 1 )
- ལེའུ་གཉིས་པ། ལྷ་ལོ་ལྷན་པུན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ལ། ..... ( 9 )
- ལེའུ་གསུམ་པ། ལོ་རྒྱུས་ལྷན་པུན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ལ། ..... ( 16 )
- ལེའུ་བཞི་པ། ལོ་རྒྱུས་ལྷན་པུན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ལ། ..... ( 26 )
- ལེའུ་ལྔ་པ། ལོ་རྒྱུས་ལྷན་པུན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ལ། ..... ( 86 )
- ལེའུ་དྲུག་པ། ལོ་རྒྱུས་ལྷན་པུན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ལ། ..... ( 112 )
- ལེའུ་བདུན་པ། ལོ་རྒྱུས་ལྷན་པུན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ལ། ..... ( 119 )
- ལེའུ་བརྒྱུད་པ། ..... ( 121 )



ལེའུ་དང་པོ། སྤྱི་ལོ་ལྔ་མ་བཞག་བཤད་པ།

གང་ལ་བརྟེན་ན་ན་མ་ཡང་མི་བསྐྱུ་བའི། །སྐྱུ་པ་ས་ཁྱི་  
མཚོག་སྐྱུ་དགོན་མཚོག་རིན་ཆེན་གཏུམ། །གཅིག་ཏུ་བསྐྱུ་པ་འི་  
རང་གཏུགས་སྐྱུ་པ་འི་སྐྱུ། །བཟུན་པའི་སྐྱུ་པ་མཚན་སྐྱུ་གས་ཁྱི་  
འཁོར་ཁོར་སྐྱུ་ལ། །ལེགས་བྱས་གནོད་སྐྱིན་མཛོད་ལས་ཁྱོན་པ་  
ཡི། །རིགས་བཟང་ནོར་བུའི་དོ་ལ་འཛིན་ན་འང་། །རང་  
གི་རང་རྒྱལ་མ་མཛོར་ན་གའི་བུ། །པལ་ཆེར་སྐྱན་པའི་བྱིས་ན་  
གཏུང་པས་འནར། །རྒྱལ་འདི་གཟིགས་པ་མི་དཔན་སྤྱིར་རྒྱུ་  
སྐྱུ་གས། །དམིགས་མེད་ཉེར་སྤྱོད་རིན་ལྡན་བྲ་མ་ཡིས། །སྐྱན་ཏུང་  
ཏས་མཛོད་རྩིས་པར་བསྐྱུ་པའི་བཀའ། །སྐྱོག་ཏུ་མ་བཟོད་འདི་  
ལ་འབད་པས་འཇུག །པོད་མི་ཏུ་གདོང་ཏུ་གཞི་ཏས་མཛོད་སྐྱུ་  
པར་བཀོད་པ་མེ་ཉྱག་བསྐྱེད་ཀར་པོའི་སྤྱིད་རྩལ་ལ་ལ། །ཕྱི་རྩྱད་  
འཛིག་རྟེན་ཁྱི་ཆགས་རྒྱལ། །ནང་བཟུང་འཕྲོ་བ་སྐྱུ་པ་རྒྱལ། །ལྷ་  
པའི་བཟུན་པ་དར་རྒྱལ། །པོད་ཁྱི་སྐྱུ་པ་རལ་བུང་རྒྱལ། །མི་ཏུ་  
གདོང་ཏུ་གཞི་སྐྱུ་པ་རྩལ་བཅས་སོ། །ཏུ་མ་ཏུ་ཕྱི་མ་ལ། །སྐྱུ་པ་

བོད་མི་ཕྱ་རིགས་བཞི་ལྔ།      རིགས་ལྔ་ལྔ།      རིགས་ཀྱག་པོ་  
 དེ་བྱུང་ཚུལ་དང་རོས་འཛིན་མོགས་བརྒྱད་པ་ལ།      དེ་དག་གི་རིགས་  
 མོག་མར་བྱུང་ཚུལ་དང་།      བར་སྐབས་ཞིག་ནས་བཟུང་ཉི་རིགས་  
 དེ་ཅམས་ཀྱི་ཁྱེས་ཚུལ་དང་།      དེ་དག་རོས་བཟུང་ནས་ད་ལྟའི་བར་  
 རྒྱ་དར་ཚུལ་བཤད་པ་དང་གསུམ།      དང་པོ་ནི།      དེ་ལ་ཐོན་ལྷགས་  
 ཉུར་ན་མིན་པའི་ཐོན་ཕྱ་ལྷན་ལྷན་དང་།      ལྷན་ཚུའི་རྒྱལ་མོ་འབྲུམ་  
 གཉིས་ཀྱི་བརྒྱད་པར།      ལྷ་དཔྱ་གཙུག་གསུམ་མོས་དང་བཞི་ནས་  
 རིམ་པར་བརྒྱད་ནས་མིན་པའི་རྒྱལ་ཕྱ་མཐིང་གི་བར་མཆེད་ཚུལ་.....  
 ཉུར་བྱུང་ལ།      མོང་རྒྱ་བཤད་པ་ཉུར་གྱི་སྐར་བོད་མི་བྱུང་ཚུལ།      ཁྱེའུ་  
 བྱུང་ཚུལ་མེམས་དཔའ་རང་ཉིད་ཀྱིས་རང་གི་བྱ་དང་ཆ་རིགས་.....  
 ཅམས་ལ་ཟང་ཟིང་གི་ཁྱེན་པའི་སྐབས་ལྷ་བཞི་བརྒྱ་པོ་ཅམས་ཆན་.....  
 བཞིར་བཅད་དེ་མོ་མོར།      བམེ་དང་།      དཔྱ་དང་།      རྩོང་དང་།  
 རྩོང་ཉི་མིང་བཞི་བཏགས་ནས་འཕགས་པ་ཐུན་རས་གཟིགས་ཀྱི་.....  
 ལུང་བརྟན་པ་ཉུར་རིགས་བཟང་ངན་གཉིས་ལྷ་དཔྱེ་བ་ཁྱེ་ནས་.....  
 བཟུང་ཉི་རང་ཆན་རང་ཆན་དེ་ཅམས་རང་ཆན་བྱས་ནས་ཐན་ཚུན་  
 མ་འདྲེས་པར་ལུན་རྒྱ་གནས་པ་ལ།      ཆོས་ཀྱི་ཁྱེན་པའི་སྐབས་ལྷ་  
 རིགས་བཟང་ངན་ཡང་ཤེས་ཆེ་བར་མངོན་ལ།      དེ་ནས་རིགས་  
 བཟང་པོ་ཅམས་ཀྱི་རང་ལྷགས་ཀྱིས་ལས་ཅམས་བརྒྱབ་ལ་དེའི་ཐོད་  
 ཀྱི་ཡུལ་ཉུ་ཅམས་དྲ་ངས་བ་ཆེན་པོས་མཆོད་པས།      དེ་དག་ཅམས་

ལ་ཞིང་པོ་ཞེས་ཟེར་ལ། ཟུམ་དེ་རྒྱལ་ལ་ཁྱི་རིགས་ལ་ཞིང་པོ་ལྟ་  
 རིགས་སྒྲིལ་ཟེར་བར་མངོན་པས་ལྟ་རིགས་སྒྲིལ་དང་། བལེ་ཡི་  
 རྒྱང་གི་བཟང་པོ་གཙོ་བོ་རྒྱལ་ལ་བལེ་ལྟར་སྤྱ། དེ་བཞིན་ཏུ་དལ་  
 ཡི་རྒྱང་གི་རིགས་བཟང་པོ་གཙོ་བོ་རྒྱལ་ལ་དལ་ཆ་སྤྱ། ལྷོང་གི་  
 རྒྱང་གི་རིགས་གཙོ་བོ་བཟང་པོ་རྒྱལ་ལ་ལ་སྤྱོད་ལྷོང་། ལྷོང་གི་  
 རྒྱང་གི་རིགས་བཟང་པོ་གཙོ་བོ་རྒྱལ་ལ་ལ་ཟང་འབྱུ་ཞེས་བརྗོད་  
 པ་འདིར། །

དཔེ་རྒྱུ་ལ་དངོས་ལྟ་ཅི་བཞིན་གསལ་ཆ་མི་སྤྱང་ཡང་། རྒྱེ་  
 འཇམ་དབྱངས་བཞད་པའི་རྒྱལ་ཟར་བལེ་ཁྱི་ལྟས་མཛད་པ་དེ་  
 ལ་དཔག་ན་དང་། མ་ཁི་བཀའ་འབྱུམ། རྒྱལ་བོན་གྱི་དཔེ་རྒྱུ་  
 རྒྱལ་ལ་དཔག་ན་ཕྱགས་ལྱིས་དེ་ལྟར་ཡིན་ནམ་སྟམ་པའི་དེའི་  
 རིགས་རྒྱུ་རྒྱལ་ལ་ནི་རིགས་ཆེན་ལྷའམ། རྒྱལ་ཆེན་ལྷ་ཞེས་  
 བརྗོད་པ་ཕྱགས་ལ་བཞུན་པ་ཁོ་བོས་ལེམས་བྱང་། སྤྱར་ཡང་ཡིག་  
 ཆང་ཁྱུངས་མ་རྒྱལ་ལས་ཞིབ་ཏུ་རྒྱགས་པར་བྱ་དགོས་སོ། །

རྒྱལ་ཆེན་འདི་དག་ལ་དོན་གྱི་མིང་ཡང་འདི་ལྟར་ཡོད་ལ།  
 ལྷོང་ཆེ་གཉན་ཅན་ཞེས་རྒྱལ་ཆེན་མི་བཞི་སྟགས་བྱུང་བ་ཆེས་གཉན་  
 ཆེ་ལ། འབྱུ་བྱས་པ་ཅན་ཞེས་དགའ་ལ་གློད་པ་དང་། ལྷ་ཡིག་ཆང་  
 ཅན་ཞེས་སྤྱོད་གཉེར་ལ་མཁས་པ་དང་། ལྷ་མིང་ན་ཅན་ཞེས་ལྷག་  
 དཔལ་ཆེ་བ། ཞིང་པོ་སྒྲིལ་པ་ལྟ་ཡི་རིགས་དང་ལྷ་ལ་རྒྱལ་ཆེན་

རྟེན་མེད། རིགས་བཟང་པོ་རྣམས་འདི་ལྟར་ཡར་ལུང་པའི་ལྷག་  
 མ་རིགས་རན་པ་ཐམས་ཅད་མྱིས་སྤྲོ་ཆོད་པ་གཉིས་སྤྲོ་བཅད་དེ། དེ་  
 གཉིས་ལ་ནི། དབང་ཡི་ཆོད་དང་། རྒྱ་ཡི་ཆོད་དང་། ཞེས་  
 དམངས་སམ་ཆ་ཞིང་གི་གཉིས་སྤྲོ་གྲས་པ་ཉི། རྩར་གྱི་མི་རིགས་  
 བཟང་པོ་བཞི་དང་། དེའི་ཁར་འདི་གཉིས་བཅིས་ཏེ། བོད་མི་ཕྱ་  
 ཅས་ཀྱི་ཡིན་ཞེས་གསུང་བྱུང་བོན་གྱི་དཔེ་ཉིང་དང་། གནའ་  
 མིའི་རག་རྒྱན་ལ་རྩང་ཡང་འདི་རྣམས་མཐུན་པར་འདུག་གོ།  
 གནའ་རྒྱུང་ལས་ཀྱང་། མི་ཕྱ་ཅས་ཀྱི་ཞིང་པོ་སྟོན་དང་བཅུན་ཞེས་  
 པ་ཡང་འདི་དང་འགྲིགས་སོ།

དཔེ་ཉིང་ལྟར་ནའང་རྩར་བོད་ལ་རྟེན་ལྱལ་པོ་མི་བཞིན་མེད་.....  
 པའི་སྐབས་སྤྱིར་ཅག་རྣམས་ཀྱིས་རྟེན་ལྱལ་པོ་ཞིག་འཆོལ་དགོས་.....  
 པར་འདུག་ཅེས་སྟོན་བསྟར་བའི་གཙུག་པོ་ནི། རྒྱ་པོ་ཐང་ཡིག་  
 ལས། ཞིང་གསུམ་རྒྱ་བཞི་ཡབ་འབངས་ཅས་ཀྱི་གིས། ཤེས་པ་  
 མཁན་མི་བཅུ་གཉིས་ཀྱིས་རྟེན་བཅའ་བར། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་གྱི་  
 ཞིང་ནི་ལྷ་རིགས་སྟོན་དང་། དེ་མིན་རིགས་ཆོད་བཞི་ཡི་ནང་གི་  
 རིགས་བཟང་པོ་གཙུག་པོ་བཞི་རྒྱ་བཞི་དང་། དེའི་ཡབ་མེས་གོང་  
 མའི་འབངས་དང་བཅས་པ་བཅིས་ན་ཅས་ཀྱི་དང་། ཤེས་པ་  
 མཁན་མི་བཅུ་གཉིས་ཟེར་བ་ནི་དྲངས་བཅེན་པོས་བོད་ཀྱི་ལྱལ་རྩ་  
 རྣམས་ལ་རྒྱན་ཏུ་གསོལ་མཆོད་བྱས་པས་དེ་རྣམས་དཔྱེས་ཏེ། དེས་



སམ་མི་ལམ་ཏུ་ལུང་ཉོན་པ་དང་། ཟུང་ཕྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ཏེ་ཟག་  
བཅས་ཀྱི་མངོན་ཤེས་དག་ཡོད་པ་ལ་ཟེར་ནའང་འདི་དང་འགྲིགས་  
པར་ཟུང་ངོ་། །

ཐོད་ཀྱི་མི་ནམས་ཀྱི་མཆོད་བྱུང་ནི་མེལ་ཆ་ལས་མཆོད་པའི་.....  
ལྷགས་ལྟར་འཆད་པ་ལས་འས་མེད་ངོ་། །

གོང་ཏུ་བཤད་པ་ལྟར་ཐོད་ལུང་འདིར་ཆོས་རྒྱལ་སྤྱང་བཅན་...  
ཟམ་པའི་བཅུན་མོ་སྒྲུལ་མའི་སྒྲུལ་བ་རྒྱ་བཟའ་ལྷན་ཤིང་གོང་རྩ་བུན་  
ཏུས་སོགས་དང་། དེ་རྗེས་ཆོས་རྒྱལ་ཁྲི་ལྷེ་གཙུག་བརྟན་གྱི་བཅུན་  
མོ་རྒྱ་པཟའ་གྱིས་ཤིང་གོང་རྩ་བུན་ཏུས་སོགས་ནས་བཟུང་། རྒྱ་ནག་  
གཙུག་ལག་ཅིས་ཀྱི་གཞུང་ཐོད་འདིར་འཕྱར་བ། ཅིས་གཞི་མ་ཏེ་  
གཤེར་གྱི་ཏུས་སྒྲུལ་གྱི་ལུས་ལ་ཉོད་བཅུད་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་རྣམས་...  
དང་། ཕྱི་ནང་གསང་གསུམ་གྱི་འབྱུང་བ་ལྟ་སོགས་ཆང་ལ། གསང་  
བའི་འབྱུང་བ་ལྟ་ནི་ཏུས་སྒྲུལ་དེའི་དོན་ལྟ་ལ། ཤིང་ཁམས་མཆོན་  
པ། མེ་ཁམས་སྟིང་། ལ་ཁམས་མཆོར་བ། ལྷགས་ཁམས་སྒྲོ་བ།  
རྒྱ་ཁམས་མཁལ་མ་ཉེ། དེ་ནམས་ཀྱི་སྒྲུ་བརྟན་མིང་ལྟ་ནི། ཀེག་  
དང་། ཇི་དང་། ལུང་དང་། ཤིང་དང་། ལུང་ལྟ་ལ་  
ཏུས་ཁམས་ལྟར་གཙུག་ལག་ཅིས་ཀྱི་ཉོན་པ་འཆམ་དཔལ་དབྱུངས་...  
གྱིས་ཕྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ཏེ། ཀེག་ཤིང་། ཇི་མེ། ལུང་ས།  
ཤིང་ལྷགས། ལུང་རྒྱ་ཁམས་ཡིན་ལ། ཅིས་གཞུང་དང་ལས།

ཅུས་ཁམས་ལྷ་ཡི་རིས་འཛིན་ནི། །སྐད་འགགས་ཀྱི་ཁ་འདར་གྱི་  
 མིང་། །སྐྱོ་བར་སྒྲ་འདྲིན་རིམ་ལྷོ་ཡིན། །ཉི་མའ་དབུགས་སྒྲ་མའ་  
 ལ་དང་། །ཁ་གདངས་ལྷེ་མུར་སྒྲ་དབུགས་ནས། །འོང་བ་དེ་ནི་མིང་  
 རྒྱལ་ཡིན། །མཚུ་སྒྲ་མཚུ་འཛིབས་ལྷེ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་  
 བ་འདི་ནམས་ལྷུང་དག་དབུགས་སྐྱོ་ནམ་འཕྱར་ལ་དབུགས་...  
 བས་རིས་འཛིན་དགོས་པ་ཞིག་ཉི་འདི་ནང་ལ་དབུགས་བརྒྱ་ཅིས་ཀྱི་...  
 གཞུང་དེ་དག་ལྷུང་ཚུན་ཆད་ཏུ་གང་ལྟར་ཡང་ཁོད་ཀྱི་ཅུས་ཆེན་ལྷ་...  
 མོ་རེ། སྐྱ་མིང་ཁམས། སྐྱ་མེ་ཁམས། སྐྱ་ལ་ཁམས། སྐྱ་  
 རྒྱལ་ཁམས། འཕྲི་ཚུ་ཁམས་ནམས་ལྷུ་བཅི་བ་དེ་ལྷུང་ལ། སྐྱ་  
 ཁོད་འདིར་ཅུས་ཆེན་ལྷ་འདི་ལྷུང་བ་ནས་བཟུང་རང་རང་གི་ལྷ་.....  
 སྐྱ་དེ་ནི། སྐྱ་མི་ཤ་བ། འཕྲི་འཕྲི་གཡག་སྐྱ་འཕྲི་ལྷུང་། སྐྱ་འཕྲི་  
 ལྷག་སྐྱ་ཡི་ལྷ་སྐྱ་ར་ཡིན་པར་བཞེད་སྐྱོལ་དེ་བཞིན། ཅིས་གཞུང་  
 དེ་འཕྱར་བ་ནས་བཟུང་ཉི། སྐྱ་ནི་མིང་ཁམས་ལྷག་ལ་ལྷ། སྐྱ་ནི་  
 མེ་ཁམས་ར་ལ་ལྷ། སྐྱ་ལི་ས་ཁམས་ཤ་མར་ལྷ། སྐྱ་ནི་རྒྱལ་  
 ཁམས་ལྷུང་ལ་ལྷ། འཕྲི་ནི་ཚུ་ཁམས་གཡག་ལ་ལྷ། ཅུས་པ་གཙང་  
 མར་མ་ཤེས་ན། དེ་ཡང་སྐྱ་ལ་བསྐྱེད་ཞེས་ཟེར། ཞེས་པ་ནི་ཅིས་  
 ལྷ་དེའི་རང་གི་རིགས་གང་ལ་རིས་འཛིན་དང་ལྷ་སྐྱ་སྐྱ་སྐྱ་དག་...  
 པར་མ་ཤེས་ན། སྐྱ་ལ་ཁམས་ཡིན་པས་ས་ཁམས་ལྷུ་བཅིས་ནས་  
 ཅུས་ཁམས་ཀྱི་དེ་ལྷ་དེ་ལྷུང་འཛིན་དགོས་པའི་དོན་དང་། ཡང་ན།

ཕྱི་བ་ལ་སོགས་མོ་སྐྱོར་བཅུ་གཉིས། དེ་ལ་འད་བན་མིང་འདི་ལྟ་ཏེ།  
 མིང་དང་ལྷག་ཡོས་སྐྱོར་གྲུམ་ཞེས། མེ་དང་ཏྲ་ལྷལ་མེང་འཇ།  
 ལྷགས་དང་ཕྱ་ལྷལ་ལྷ་ཞང་ཞུང་། ས་དང་གཤེད་བཞི་རྒྱལ་དྲང་རྩེ།  
 རྩ་དང་ཕྱི་ལག་སྐྱོར་མི་ཉག ཞེས་འབྱུང་ལ། ཕྱི་ནས་འབྱུང་བའི་  
 གཏོ་ཕྱག་ལས། མི་ནི་མི་ཉག་སྐྱོར་། མི་ནི་སྐྱོར་གྲུམ་ཟླ། མི་  
 ནི་རྩ་རྒྱལ་ཞང་ཞུང་། མི་ནི་མེང་ཀ་འཇ། མི་ནི་རྒྱལ་རྩེ་དྲང་དཀར་  
 ཞེས་ཕྱལ་དེ་དག་གི་རྒྱལ་པོ་འཇ། ཕྱལ་མི་པོ་ད་ཕྱལ་འདིར་བྱུང་བ་  
 ལྟར་ལས་ཅུས་ཆེན་ལྟ་འདི་བཞེད་བ་ལྟ་བུ་དང་། ཡང་གཏོ་ཕྱག་  
 ལས། གྲུམ་ཟླ་འབྲི་མི་རྒྱལ་པོ་ཡང་། རྒྱལ་ཕན་བཅུ་གཉིས་རྒྱད་ཏུ་  
 རྒྱལ། ཞེས་བ་ལ་དཔག་ན། ལྟར་པོ་དྱི་ཕྱ་རྒྱལ་བཅེན་པོ་འདི་རིགས་  
 མ་ཕྱོན་གོང་གི་རྒྱལ་ཕན་བཅུ་གཉིས་མེར་བ་དེ་གྲུམ་ཟླ་འབྲི་ཕྱལ་ནས་  
 བྱུང་བ་འདྲ་བ་དང་། དཔེ་རྟོག་ལས། སྐྱོར་ལ་ཅུས་ཆེན་བཅ་  
 བཅུད་ཤོལ། མེང་རྒྱལ་འཇ་བུ་དགུ་ཤོལ། ཞེས་བ་དེ་དག་ནས་ས་  
 ལ་གཞིགས་ཆེ། པོ་ད་མི་བུ་གདོང་རྒྱག་འདི་མཐའ་གཅིག་ཏུ་བྱུང་  
 རྒྱལ་དང་རོས་འཛིན་དཀའ་ལ། ཡང་གནའ་མིའི་རག་རྒྱན་མིས་  
 པའི་དཔེ་རྟོག་ཞིག་ལས། རྒྱལ་བུ་མཐིང་གི་སྐྱུ་ནི་ཨ་ཁྱེས་ཁྱི་ཆེན་  
 ཤ། དེའི་སྐྱུ་ཁྱི་དམ་རྒྱལ་པའི་སྐྱུ་ཁྱི་དེའི་སྐྱུ་ཁྱི་ཆེ་བ་ཨ་སྐྱོར་དྲང་།  
 དེ་ནས་ཨ་ལྷགས་འབྲི། པའི་རྒྱུང་ཟླ། དཔྱ་ཆ་སྐྱ་སོགས་དང་།  
 རྐྱ་ལྟ་རིགས། དམངས་དབའ་རྩ་གཉིས་དང་། པོ་ད་མི་བུ་གཏུང་

རྒྱལ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནམས་ཀྱི་རིགས་མཆོད་པ་ཡིན་ཞེས་ཟེར་བ་སོགས་  
 བཞེད་ཚུལ་མི་མཐུན་པ་མང་ཙམ་འདུག་པ་དང་། ཡང་མོང་གི་  
 གཏོ་ལུག་ལྟར། གནའ་པོའི་རྗེ་གཉལ་ཁྲི་བཙན་པོ་ཡན་ཆད་ཀྱི་ཚུལ་  
 ཐུན་བཅུ་གཉིས་ལྟར་བ་དེ་ནམས་ལུལ་མི་ཉག་ནས་སྡོང་རིགས་.....  
 དང་། དེ་བཞིན་ལུལ་རྟ་ནས་འབྱི་རིགས། ཞང་ཁྱང་ནས་སྤ། འ་ཞ  
 བས་ཞ་ལྟར་ཉེ་པོད་ཀྱི་ཚུལ་པོ་དེ་མཛད་པའི་མི་རྒྱད་མཆོད་པ་ལྟར་  
 འདུག་པ་སོགས་མི་མཚུངས་པ་ཆེར་སྤར་བར་འདུག་པ་དང་། ད་  
 ཅང་ཅས་མཛོད་ཀྱི་དཔེ་རྟིང་ཁྱད་ས་བཙན་པོ་དག་ལ་གཏུག་དགོས་  
 ལྱར་། གང་ལྟར་ཡང་པོད་ཀྱི་མི་ནམས་ཀྱི་ཆད་ཁྱད་ས་སྤུ་ལྟར་  
 ཚུབ་ལེམས་དཔའ་དང་། རྒྱལ་ཡིན་མོ་གཉིས་ལྟ་འདོད་མེན་  
 བདག་གིས་བཤད་པ་འདི་ལྟར་ལས་ཀྱིས་ས་དང་འགྲོ་ས་མེད་པ་.....  
 ཞིག་ལ། དེ་ལྟར་པོད་མི་ལྷ་གདོང་རྒྱལ་ལྟར་ཚུལ་རྣམས་ཞིག་ཙམ་  
 སྡོང་ནས། གཉིས་པ་དེ་དག་སོགས་ཀྱི་རིས་འཛོན་ཚུལ་ནི།

# ལེའུ་གཉིས་པ། ལྷ་རིགས་སྒྲིབ་སྒྲིབ།

མདོ་ཁམས་འདིར་ཐོག་མར་སྒྲིབ་རིགས་འདི་དོན་འཛིན་ལ།  
 སྒྲིབ་ཡི་རིགས་དང་། རུས་རིགས་ཟེར་བའི་རྒྱ་མཚན་ནི། ཁ་ཅིག་  
 མོང་ཏུ་བཤད་པ་ལྟར་དང་། ཁ་ཅིག་ཏུ་ཐར་ལྷ་མིའི་བར་གྱི་དུས་  
 ཐག་ཡོད་ཏུས་ལྷ་དེ་མི་ཉག་བཞག་བཟ་ལྷ་ཅེར་དུས་ཐག་ལས་.....  
 བབས་ནས་དེའི་མི་རྒྱད་ཏུ་རིམ་པར་མི་བྱུང་བ་ལས། མི་ཞིག་ས་  
 དམར་མདོར་སླེབས་པ་ལ། མི་དེ་འཇར་ཡུལ་རྒྱ་སྒྲིབ་ཏུ་སོང་བ་  
 དང་། སྒྲོལ་མ་ལྡང་ཀྱའི་གནས་མཇལ་བྱས་པས་དེའི་རྒྱ་རོ་མ་ཤེས་  
 པར། མི་ཉག་མྱད་ཏུ་ལྡང་ཀྱ་ལ་རྒྱ་ཞེས་ཟེར་བས། ཁོས་ལྷ་རྒྱ་  
 ཞིག་མཇལ་ཟེར་བས་མི་དེ་ལ་རྒྱ་རྒྱ་ཐོག་པའི་ཉེར། དེའི་བརྒྱད་པ་  
 མང་ཏུ་ས་དེར་མཆེད་པ་ལ་རྒྱའི་རིགས་ཟེར་བ་ཡིན་ལ། རྒྱུར་ནི་  
 མང་ཏུག་དང་རྒྱ་བཞི་ཟེར་བའི་ས་ཡི་ཆར། བར་ཁམས་འདིར་སྒྲིབ་  
 ཡི་རིགས་འདི་མང་ལ། རྒྱད་པར་ཏུ་རྒྱ་ཆའི་རྒྱད་འདིར་སྒྲིབ་རྒྱ་རྒྱའི་  
 རིགས་འདི་མིན་ཏུ་མང་ཕྱིར་རུས་མིང་ས་ཆ་ཏུ་ཐོགས་པའི་རྒྱ་ཁོག་...  
 ཟེར་བ་ཡིན་ལ། རུས་ཆེན་སྒྲིབ་དེ་ལ་བྱེ་བྲག་ཏུ་རྒྱ་ཆེན་རྒྱལ་མོ་མོ་བཅོ་  
 བརྒྱད་ནི། འགར་གེ་འགོ་ལ་གསུམ། གསུང་གསེར་འཕྲོ་མ་གསུམ།

རི་འབྲུམ་བཞག་གཞུམ། ཤོལ་ཞུག་འབྲུང་གཞུམ། གཅེས་མེད་རམ་  
གཞུམ། ཞུག་པོ་བྱ་གཞུམ་ཉི་ཤེས་བརྒྱད་ཡོད་དོ། །

ཐོག་མར་འགར་གྱི་རིགས་ལ། འགར་ཆེན་ཡེ་ཤེས་བཟང་པོ་  
དང་། འགར་དམ་པར་གྲགས་པའི་སྤྱོད་མཆོད་གཉིས་བྱུང་བ་འདི་  
ནི་མེད་ག་ལའི་སྒྲིབ་དཔོན་ཨ་རུ་དེ་བའི་ནམ་འཕྲུལ་རྒྱ་གྲགས།  
ཡལ་མེས་ནམས་རྩི་རྩེ་འཇིགས་བྱིད་གྱི་ནལ་འཕྱོར་བ་ཡིན་པས་རྒྱུར་  
རུའི་རྒྱས་ནས་འཇིགས་བྱིད་ལ་ཕྱགས་དམ་མཛད། འཕྱི་མོར་རྒྱ་  
བྱོན་ཏེ་རྒྱུ་བས་པ་འཇིག་རྟེན་མགོན་པོ་བཞེན་ནས་གྲུབ་པ་ཐོབ། ཅ་  
རིར་བྱོན་ནས་གསང་སྤགས་གྱི་རྒྱུད་པ་བསྐྱུངས། རྒྱགས་པོ་འགར་  
ཕྱག་རྒྱ་བཟུགས་པའི་ཆེ། བོད་གྱི་རྩ་འབྲེ་ཐམས་ཅད་འརྱས། སྤྱོད་  
ལུས་ཐངས་ཐལ་རྒྱ་འགྲོ་བའི་མཆོན་ཆ་མང་པོ་བརྒྱབ་བྱུང་ཉམ་ར་.....  
མེད་པས་ཐམས་ཅད་གྱིས་སྤྱོད་པས་སྤྱོད་པའི་རྩི་སྤྱོད་ཉིང་ཕུལ། འཕྱིན་  
ལས་མང་པོ་མཛད་ནས། སྤྱིས་སྤྱོད་པོར་ཐེབས་ནས་དེར་ཆོས་ཡེ་  
ནས་མི་དར་བ་ལ་རྒྱ་འཕྲུལ་དང་ཐམས་ཅད་མཁས་གྱིས་ཆོས་དར་བར་.....  
མཛད་ནས་སྤྱོད་པའི་རྩི་སྤྱོད་ཉིང་ཕུལ་བྱས་ནས་ཞི་བར་.....  
གཤེགས། དེར་དཔོན་པོ་ཨོ་བྱེ་ལ་སྤགས་པ་ཁམས་ནས་བྱོན་ཏེ་དེའི་  
འཕྲོ་བསྐྱུངས། དཔོན་རྒྱུད་རིམ་པར་བྱུང་བ་ལ་སྤྱོད་པའི་རྩི་སྤྱོད་ཉིང་ཕུལ་  
པར་གྲགས་ཏེ་རྒྱས་སྤྱིས་གྱི་བར་རྒྱ་ཡོད་དོ། །འགར་ཆེན་ཡེ་ཤེས་  
བཟང་པོས་སྤྱོད་པོར་ཐེབས་སྤྱོད་པའི་རྩི་སྤྱོད་ཉིང་ཕུལ་བྱས་པར་མཛད་དེ།

གྲུ་གཉིས་ལས་བཅོད་ན་མས་རིན་ཆེན་གྱིས་འགྲོ་མགོན་ཆོས་རྒྱལ་...  
 འབགས་པའི་གསོལ་དཔོན་ཁྱེད་ཀྱི། རྒྱ་ནག་གོང་མ་རྟོག་མེད་  
 གྱིས་ཆེན་པོའི་གྲོ་མར་བཀོད་ནས་སྤྱི་ཆེད་ལྷན་དམར་ཡང་.....  
 དཔོན་རྒྱ་ཆོགས་པ་རྟོག་པ་ཅམ་བཟུངས། དེའི་དཔོན་པོ་རྒྱ་རྒྱ་  
 རུས་ལ་སྤྲུལ་དབྱ་བྱུང་བའི་ནང་ནས་རྟོག་དཔོན་ཁྱེད་པ་བཟང་པོར་...  
 མོང་མ་མཆོད་ཡོན་གྱིས་ས་དམར་རྟོག་དཔོན་གྱི་ལས་ཀ་གནང་ནས་  
 མཛོན་པར་མཛོ་བ་བྱུང་། དེའི་སྤྲུལ་གཉིས་ལས་རྒྱ་རྒྱལ་པ་བཟང་  
 པོའི་སྤྲུལ་པར་བཟུང་བྱུང་། དེའི་སྤྲུལ་གྱི་ཆེན་བྱུང་རྒྱལ་འབྲུམ།  
 དེའི་སྤྲུལ་རྒྱ་ཆོས་རྣམ་པ་ནི་གསང་སྤྲུལ་རྟོག་པའི་བྱུང་ཐོབ་ཆེན་...  
 སོ་ཞིག་ཡིན། དེའི་མཆོད་ལ་དགོ་འདུན་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་སྤྲུལ་མགོན་པོ་  
 བཟུང་ཞི་དེར་སང་གི་པར་རྒྱ་ས་དམར་ཆོགས་དེར་རིགས་རྒྱུད་མ་...  
 ཆད་པ་ཡོད་དོ། །དཀར་ཆེན་བྱུང་རྒྱལ་འབྲུམ་གྱི་སྤྲུལ་བདེ་ཆེན་...  
 བཅོད་ན་མས་བཟང་པོ་ཞེས་པ། དུམ་འདས་པའི་དཔོན་མ་རྟོགས་  
 བཟུང་པར་ཀུ་ཐོག་རྩི་གདན་རྒྱ་ཆོན་ནས་བྱུང་མ་ལོག་པར།  
 མཆོད་གཞན་ན་མས་གྱིས་འཛོད་པར་བཏང་ཆོས་ལ། ཀམ་པ་  
 ཆོས་འགས་རྒྱ་མཆོད་ལས་ནས་རྒྱ་ཆོས་རྣམ་དཔོན་སྤྱོད་རྒྱ་སྤྱི་གྲོ་  
 ཁོ་པོས་བྱུང་མི་འོང་། རྒྱལ་ཐོབ་ཆེན་པོ་ཞིག་གིས་བྱིན་གྱིས་བཟུངས་  
 པའི་ས་བཟུང་གིས་ཉགས་བཟུང་གི་དབྱིབས་སྤྱི་རིམ་གྱིས་དཔང་.....  
 བཟུང་ནས་བཟུང་པ་ཐེ་བཟང་རྒྱ་འགྲོ་ཞེས་གཞུང་བ་ལྟར། རྒྱུ་

ལྷ་རྒྱལ་པ་བཞིན་ལྷུང་། བསོད་ནམས་བཟང་པོ་དེ་ཉིད་རིམ་གྱིས་  
 མོ་བྱང་ཆེན་པོ་ལྷུང་ར་བཅས་འབྱུང་ཆེད། མིང་ཆེན་པོ་བདག་སྤྱང་  
 གི་སྤྱན་རྒྱུ་འཁྱར་ཏེ་སྤྱོད་མཁུན་པར་འཁོད་ནས་བསོད་ནམས་.....  
 བཟང་པོ་བདེ་དགོང་བཅུགས། དེ་ནས་བདེ་དགོང་ལ་སྤྱོད་བཞི་  
 ལྷུང་བའི་གཉིས་པ་མོ་ཐར་ཏུ་བྱགས་པ་དེས་ལྷུང་བའི་དབང་སྤྱོད་.....  
 ཐར་ཏེར་རྒྱལ་པོ་སྤྱན་རྒྱུངས་ཏེ་ལྷུང་པས་མཆོད། ལྷུང་ཆེན་གྱིས་  
 དུལ་མདའི་ཁྲིབ་རིའི་གཤམ་ཏུ་སྤྱོད་གནས་པའི་མཆོ་ཆུང་ཏུ་ཞིག་.....  
 ཡོད་པ་རྒྱུ་འབྱུང་གྱིས་བསྐྱབས་ནས་དེར་གཙུག་ལག་ཁང་ཏེན་དང་  
 བཞེན་པར་བཅས་པ་བཞེདས་ཏེ། ཆོས་རྗེ་ཆེན་པོ་དཔལ་རྒྱན་གྱི་བ་  
 ཉིད་ཏུ་བྱགས་པའི་བཏུན་པའི་ཐར་གཞི་ཚོག་མར་བཅུགས། མོ་  
 ཐར་གྱི་སྤྱོད་གཉིས་ལས་སྤྱོད་པ་དཔལ་རྒྱན་མེད་གིས་ཉིན་རིའི་ཚུགས་  
 ལྷུང་འཁུར་རྗེ་བཅུགས་པས་ཉིན་དགོན་ཏུ་བྱགས། དེའི་མཆོད་པོ་  
 རྒྱལ་མཆོན་འབྱུང་། དེའི་སྤྱོད་ལ་སྤྱོད་པ་མོ་ཐར་པ་སོགས་སྤྱན་བཞི་ཡོད།  
 ལ་སྤྱོད་ལ་སྤྱོད་པོ་གདན་ནམ་མཁའ་རྒྱན་བཟང་སོགས་སྤྱོད་བཅུན་.....  
 ལྷུང་། རྒྱལ་འཕེལ་ལ་སྤྱོད་གཉིས་ཡོད་པ་ལས། བདེ་དགོང་གྲུན་  
 དགའ་རིན་ཆེན་གྱིས་རྒྱན་འབྱུང་ཉིད་གི་སྤྱོད་པོ་ལྷུང་པོ་བཞེདས་  
 པ་སོགས་སྤྱོད་བསོད་ནམས་རྒྱལ་པའི་འགོ་ཚུགས། དེའི་གཙུང་  
 དཔོན་ནམ་མཁའ་དང་། རྗེ་ཆེན་གྱིས་གཉིས་ལས། ནམ་  
 མཁའི་སྤྱོད་རྒྱན་གྱི་བ། དེའི་སྤྱོད་ལ་སྤྱོད་པོ་གྲུན་དགའ་རྒྱལ་



མཚན་སྟགས་ཀྱི་སྐུ་མཆོད་དུ་གྱུ་ཡོད་པའི་གསུམ་པ་སྟེ་མ་ཕུམ་པ་  
 ཕུན་ཚོགས་ཀྱིས་ཆབ་སྲིད་རྒྱུར་བའི་བྱ་བ་མཛད་པ་གཙུག་པོར་མཛད་  
 བྱས་མངའ་ལུགས་ལྷ་ཉི་ཤེ་དང་མི་ཉི་ཤེ་རབ་དུ་རྒྱས་པར་བྱུང་། ལྷ་བ་  
 སྟེ་མ་ཉི་ཤེ་རུང་མཚན་ཅན། དུག་པ་སྟེ་མ་སྐར་མ་བསམ་འགྲུབ།  
 ཀམ་ཀམ་ཚང་གི་ཆོས་ལུགས་འཛིན་པ་མཛད་དེ་དཔོན་པོ་རྩོད་དུ་  
 བཞུགས། གཉིས་པ་དང་། བཞི་བ་གཞིས་ཀར་བཞུགས། གཉིས་  
 པ་དཔོན་ལྷ་འཕེལ་གྱི་སྐུ་ནམས་ལས་དཔོན་ཆེན་ཀྱན་དགའ་ཕུན་  
 ཚོགས་ཀྱིས་ས་རྒྱུར་སྟེ་མ་ཕུམ་པ་ཕུན་ཚོགས་ཀྱི་གདན་སའི་ཁྲིར་  
 སེབས། ལྷ་འཕེལ་གྱི་སྐུ་ཁྲི་ཆེན་སངས་རྒྱས་བཏུན་ཟེར་བ་སངས་  
 རྒྱུ་གྱི་བཏུན་པ་རིན་པོ་ཆེ་འཛིན་རྒྱུར་སྟེ་ལ་གསུམ་མཛད་པ་ལ་  
 ཕུག་རྒྱུ་ཆེ། འདི་བའི་ཡུལ་མི་གཅིག་པའི་གཅེན་པོ་ཨོ་རྒྱན་བཟླ་  
 བྱས་ཀྱི་སྐུ་ས་རྒྱུར་སྟེ་མ་བཅོད་ནམས་ཕུན་ཚོགས་ཀྱིས་དེའི་རྒྱུ་  
 ལྷ་ཁྲི་བཏུངས། དེའི་མཆོད་ཡ་དཔོན་དབང་ཆེན་མགོན་པོའི་སྐུ་  
 མི་ཡི་དབང་པོ་བཏུན་པ་ཆེ་རིང་ཡིན་ལ། འདིས་ནི་རྒྱལ་པོའི་  
 བཀའ་འཁུར་རྩོམ་དང་། དེའི་དཔོན་པོ་འབྲེལ་གྱི་བཏུན་  
 བཅོས་པོད་འདིར་འཁུར་ཆད་ཀྱི་དཔར་ནམས་རྟོ་བར་མཛད་པ་  
 སྟགས་ཀྱི་སངས་རྒྱུ་གྱི་བཏུན་པ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་གསུམ་འདུད་སྟེ་  
 འཛིན་རྒྱུར་སྟེ་ལ་གསུམ་མཛད་པ་ལ། ཆོས་རྒྱལ་མེས་དཔོན་ནམས་  
 དང་འགྲན་རྒྱས་པའི་རྒྱལ་པོ་དེ་ཡིན། དེའི་སྐུ་ས་རྒྱུར་སྟེ་མ་

འཛིན་མཛད་ཅིང་། གཉིས་པ་སྒྲམ། གཞུམ་པའང་མི་དབང་  
 ཉིད་སྒྲམ་ཆེད་ནམས་ད་ལྟ་བུགས་བཞིན་པ་འདི་ལགས་སོ། །  
 འདི་དགས་ཀྱི་ཡབ་མེས་སྐོན་མ་དཔོན་རྟེ་རྒྱན་གྱུ་བ་ཀྱི་སྐུ་ཉི་མ་གྱི་.....  
 དགས་ནམས་ནས་ཐར་སྒྲམ་པ་གྲུ་གིས་རྒྱ་མཚོ་ཞེས་པའི་སྐུ་ཉི་མ་.....  
 དམ་པ་དེ་སོགས་ཐུང་ལ། དཔོན་པོ་རྒྱན་འབྲུག་གི་མི་རྒྱུད་དང་།  
 གཞན་མཁར་ནང་ཟེར་བ་དང་། མདོ་རྒྱུང་ཆོང་སོགས་ཀྱི་སྐུ་དགས་  
 ཡང་ཡིན་ནོ། །འདི་ནམས་ནི་སོ་གཤིལ་ག་ཆོང་ཁྱུངས་མ་ལས་  
 མོལ་མཚོ་ཞིང་། དེ་ལས་གཞན་ཏུ་གོང་བཤད་ཀྱི་རྒྱ་ཆེན་རྒྱལ་མོ་ཆོ་  
 བཙོ་བརྒྱུད་ཀྱི་མི་དགས་ཐམས་ཅད་དེའང་སྟོ་རྒྱ་དགས་ཡིན་ལ།  
 འདི་དང་འདི་རྣམས་ཞེས་ཁི་བཞིན་འཆད་ཏུ་མེད། དེ་དག་གི་ཡིག་  
 ཆོང་ཁྱུངས་མ་ད་ལྟ་བུགས་གིས་མ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ། །

ཉི་ཤེས་མེད་འདི་ཉི་ཤེས་ཀྱི་དབུས་གཙང་དང་། བར་  
ཁམས་མདོ་ཐུན་མོགས་པོད་མི་ཤུལ་འདིར་མང་ཏུ་ཡོད་པ་གི་རྒྱགས་

ལ་རྟོགས་ལུས་ཤིང་། བོད་དབུས་ལྷ་ཡོད་རྒྱལ་པོའི་སྒྲོན་རིགས་ཞིང་  
 ཟེར་བ་ཟུར་བཤད་པ་ལྟར་འདི་རིགས་ཡིན་ལ། དབུས་ཀྱི་མཁར་  
 ཆེན་རིགས་སྒྲོལ་གཏོགས་ཞེས་པའི་གནའ་མིའི་རག་རྒྱན་ཡོད་ཀྱང་  
 རི་བཞིན་མ་འཆོལ། གཞན་དབུས་ཀྱི་ཞིང་ཟེར་བའི་རིགས་ཏེ་སྤྱོད་  
 དཀར་ལ་གཏོགས་ལ། སྤྱོད་དཀར་སྤྱོད་པ་འོག་ནས་འཆད་དོ། །  
 སྒྲོན་རིགས་འབྲལ་མེད་རུ་འབྲལ་ས་པའི་ཆོགས་རྣམས་ནི་ཡ་རབས་ཀྱི་  
 ཡོན་ཏན་དང་སྤྱོད་རྒྱལ་གྱི་ལྷན་ལ། དེ་ཉིད་པོ་ཆལ་ལྷ་དབྱ་དང་  
 ཡང་དབྱ་འཛོམ་པ། བྱ་དང་པར་རུ་སྤྱོད་མ་རྣམས་ནི་བྱ་རྒྱལ་ལེམས་  
 དཔའི་སྤྱོད་ཆད་ལྷན་གྱི་རིགས་སྤྱོད་པ་དམ་པ་སྤྱོད་མ་ལྷའི་རིགས་ཁོན་  
 ཡིན་ཞིང་། དེ་རྣམས་ཀྱི་མཆོན་ལྷ་རྣམས་དང་། སྒྲོན་རིགས་ཀྱི་  
 རས་ལྷ་དང་དབྱ་ལྷ་རུང་མི་རུང་ན་ཅན་ཟེར་བ་བརྟན་དགོས་.....  
 ཤིང་། འགོ་བའི་སྤྱང་ལ་ནི་བོད་ཀྱི་ཡུལ་ལྷ་ཆེན་པོ་རྣམས་གསུམ་  
 དང་། ཡར་ལྷ་ཤམ་པོ་དང་དམ་ཅན་སྤྱོད་པ་ཆེན་པོ་སྤྱོད་མཆོད་  
 མཆོད་བརྟན་ལ་བརྟན་དགོས་པ་ཡིན།

# ལེའུ་གཞུམ་པ། བསེ་བྱུང་སྒྲུབ་སྒྲིལ།

བསེ་བྱུང་སྒྲུབ་ནི། རྩོན་སྒྲུབ་ཕྱང་རྒྱུ་པ་ལེ་མཁས་དཔའི་རང་གི་མི་  
 ཆེན་བཞིར་བཅད་པའི་ནང་གི་བསེ་ཞེས་པ་དེ་ཡིན་ལ་དེ་ལ་བསེ་.....  
 བྱུང་སྒྲུབ་ཞེས་ཟེར་རྒྱུ། ཇི་སྐད་ཀྱི། སྒྲུབ་མིང་ན་ཅན་ཞེས་སྒྲུག་དཔལ་  
 ཆེ། ཞེས་པ་དང་། གནའ་བྱུང་ལས། འགག་དྲིག་མོ་གཞུམ་ནི་  
 སྒྲུབ་ལ་མོད། སྒྲུབ་དཔལ་ཅལ་ཆེ་བ་དེ་ནས་བྱུང་། ཞེས་སྒྲུབ་བྱུང་འདི་  
 དག་གི་དོན་དཔེ་མོད་ཀྱི་སྒྲུབ་གཉིས་དང་། དོན་མོད་ཀྱི་སྒྲུབ་གཉིས།  
 དེ་ཅས་ཆེན་བཞི་ལ་ཡོད་པ་སྒྲུབ་དོན་མོད་ཀྱི་སྒྲུབ་ཡིན་རྒྱུ། མདོ་  
 ཁམས་འདི་ནི་འདིའི་རྒྱུ་ཆེན་བཞིའི་བྱེ་བྲག་གར་རྒྱལ་མོ་རྒྱུ་རྒྱུ་.....  
 མོགས་རྒྱུ་རྒྱུ་གི་འགག་དྲིག་མོད་གནས་པའི་དོན་ཡིན། སྒྲུབ་སྒྲུབ་  
 ལ་སྒྲུབ་དཀར་དང་། སྒྲུབ་ཁྲ་དང་། སྒྲུབ་གཉིས་གཞུམ་དང་། དེ་ལ་  
 ཆེ་བྱུག་སྒྲུག་བཅན་བྱུག་ནམས་ཀྱི་རིགས་དང་། སྒྲུབ་དཀར་  
 སོ་ལ་དཔུང་སྒྲུབ་པར་སོ། ཞིང་དང་། མར་བ་མོགས་བཅུ་གཉིས་  
 ཡོད། རྒྱག་ཟེར་བ་ཡང་ཡོད། རྩོ་རྒྱུ་ཆོས་འབྱུང་རྒྱུ། མགར་  
 དམ་པའི་ཡོ་རྒྱུས་སྒྲུབ། སྒྲུབ་དཀར་ཀྱི་ནང་ཆེན་རིགས་བཞིར་བྱེ་  
 བས། རྩོར་བཅན་ལྷལ་བཟུང་འབྱུང་སྒྲུབ་ནི་དཔུང་གཙང་ཀྱུན་རྒྱུ་

འབྱུང་། འཛན་ལ་བྱེགས་པའི་དཔའ་རྒྱུད་ནི་འཇར་དང་ས་མཐར་  
དབྱུང་། རྩེ་རིང་བཞག་འཇུག་གི་སྐལ་རྒྱུད་ནི་བྲག་དར་དང་མི་ཉག་  
ཉིད་མཐར་ཏུ་འབྱུང་།

ཞུ་རྩེ་བྱམས་པ་དཔལ་གྱི་ཚོས་བརྒྱུད་ནི།      རྒྱལ་པ་མཚོག་  
དབྱེར་ལ། འཛན་སྤྱི་ཡི་བྱེར་ཅུབ།      གཡུ་རྩེ་མིང་པོ་གསུམ་ལ་  
གཏུགས་པས་རྩེ་རྩེས་འདན་ཏུ་བརྒྱབ།      རྒྱལ་པ་བཞེས་ཏེ་མ་ཐུས་  
དཔལ་ཏུ་བྲགས།      དྲིལ་བྱ་ལེར་པོ་ན་མཐར་འཛེར་བ་དཔོན་ལ་ན་རྩ་  
ཚོགས་འདུས།      བག་པོ་རྩི་རྩེ་རྩེ་ག་པ་དཔོན་ལ་ན་མཐར་དག་མཐར་ཅིག་  
ཐང་ལ་རྒྱུང་།      དེ་དབྱེར་པོ་གྲུ་བཞིའི་ཏུས་སྤྱིལ་བྱ་ལེར་པོ་  
བརྒྱམས་ནས་མཐའ་རྩོད་ཏུ་གཤེགས།      དེའི་ཆ་མོ་དཔལ་གྱི་བྲག་  
ཤིས་ཀྱིས་དྲིལ་བྱ་ནག་པོ་རྩི་རྩེ་ཅན་བརྒྱམས་ནས་ཐུང་པོ་ཅན་ཏུ་.....  
གཤེགས།      དེའི་ཡུས་བསོད་ནམས་འདུམ་བྱ་བྱུ་དཔལ་གཞོན་ཏུ་རྩ་  
རྩེ་ཐེར་བ་ཡང་འགར་དམ་པ་ཡིན་ལ་ཐུགས་བྱི་རྩེ་བ་གསུམ་པའི་.....  
ཆོས་བརྒྱུད་སྐར་མ་རྒྱལ་ལ་འབྱུངས་པ་ཡིན་ལ།      ས་རྒྱུ་བཞི་ཏེ་  
རིན་པོ་ཆེས་ཚོས་རྩ་དབྱེ་ཞེས་བྱུང་བཤད་པ་རྩར་ན་འགར་དམ་པ་  
དེ་རྩེ་རིགས་ལ་འབྱུངས་པ་ཡང་གསུངས་ལ།      འདི་སྐབས་རྩེ་རིང་  
ཚོས་འབྱུང་དང་།      རྩེ་དགའི་ཡིག་ཆར་གཉིས་མི་མཐུན་ནོ།      །  
རྒྱལ་མཐར་ཆེ་ལ་རྩེ་བྲའམ་རྩེ་ཚོད་ཞེས་རྩོན་པོ་མགར་རྩེར་བཅན་.....  
པའི་རྒྱུད་དང་།      ཁམས་སྤྱི་བྱ་ཏི་ཡང་ཐེར།      དཔུས་བྱི་རྩེ་གཞིགས་



རོང་གི་རྒྱལ་པོ་ཁོ་འཕན་ཆེན་པ་སྤུས་ཏེ་ཆ་ཁོ་ཟེར་བར་བྲག་ས་ཞེས་...  
 ཟེར་བ་འདུག་ཟུང་། རྩོམ་པ་རོང་དང་ཤར་རྒྱལ་ལོ་རོང་གཉིས་པ་  
 དད་ཡིན་པས་འདི་ལ་དབྱད་གཞིར་འདུག་ཟུང་། རིགས་དང་ས་  
 ཆའི་མིང་གང་ཡིན་མ་འཆལ་ཡང་དེ་གཉིས་གཅིག་གི་ཡིང་ལ་ཆ་.....  
 ཁོར་བྲག་ས་སོ། །དེ་ལ་ཆ་ཁོ་རྒྱལ་ས་ཁ་གསུམ་དང་། ཡང་ཆར་  
 གྱི་ཁིང་རྒྱལ་གྱི་གཏུང་རྒྱུད་དེར་རྒྱལ་པོ་ཁོ་པོ་རྒྱལ་ས་ཞེས་པའི་རྒྱལ་...  
 པོ་ཡང་རབས་གྱི་ཡོན་ཏན་དང་སྤྱོད་རྩལ་ཁྱད་ཆེན་པོ་ཅལ་ལྟ་དག་.....  
 དང་ལྟན་པ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་སྤོ་ཆེན་ལྟན་གྱི་རིགས་པོན་.....  
 ལུགས་པ་ཞིག་ལྟན་པ་དེ་ནས་བཟུང་གཏུང་རིགས་དང་ཞབས་.....  
 འབངས་ནམས་ལ་ཁོ་རྒྱལ་ས་ཞེས་པ་འདི་ལྟར་རོ། །ཆ་ཁོ་རྒྱལ་པོ་  
 ལྟན་མ་ཞིག་གི་རུས་དེར་ཆར་ཁམས་ལྟགས་གྱི་སྒྲ་ནག་པོ་བཅན་.....  
 རྒྱག་གི་མི་རྒྱུད་ལ་ཕྱིས་ནས་སྤྱི་དངོས་གོང་ཟེར་བ་དང་། དོ་གོང་  
 ཟེར་བ་གཉིས་ལྟར་། དང་པོ་ལ་བྱ་བ་ཞི། དེ་ཡི་ཆེ་བ་ཆ་སྤོ་ལ་ལྟན་  
 གྱི་མི་རྒྱུད་ལ་སྤྱིར་ཤོད་གྱི་མཁར་རུ་ཨ་སྤོ་ཟེར་བ་གཅིག་ལྟར་། དེ་  
 ཡི་བྱ་ལ་ཨ་སྤོ་ཡི་བྱ་ལྟག་བཟང་ཟེར་ལ། མི་གཞུགས་བྱད་མཛེས་པ་  
 ཁ་སྤྱད་མན་ཆར་ཤིན་རྒྱ་རིང་བས་ཐམས་ཅད་གྱིས་ཡག་པོ་ཞོལ་...  
 ཆེན་ཟེར། དེས་རྩོམ་ལ་ལྟ་མགོ་ཉིང་རུ་མཁར་བཅིགས་ཏེ་སྤར་མཁར་  
 དང་པོ་བྱང་གཉིས་བདག་བྱས་སོ། །འདིའི་རུས་དེར་སྤོ་རྩལ་དང་  
 རྩོམ་ལྱི་ས་ཆ་ཐམས་ཅད་མགོ་ལྟག་གིས་སྤངས་པ་ཡིན། དེའི་





རིགས་ལ་ཕྱིས་ནས་ང་རང་གི་ཡང་ཕྱིས་མཚོ་ལོག་རྩོད་མི་མཉེ་ཉེ.....  
 ཚན་རྩུ་ཡུར་པ་ང་རྩོད་དང་། ང་རྩོད་ཐེ་ཆེ་བརྟན་ཐུན་གཉིས་ཀྱི་  
 བར་རྩུ་རྩུ་རིགས་འདི་རྒྱལ་རྩོད་རང་རྩུ་ཡོད་ལ་དེ་ནས་དེ་ཕྱིས་ཐུ་རི་  
 བཞིན་མི་ཤེས་སོ། །ང་རྩོད་འདི་ཐུན་ནི་མི་ཡ་རབས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དང་  
 སྦྱོང་ཚུལ་ཀྱན་ལྡན་ལ་ཕོ་ཆལ་ལྷ་དབྱ་དང་ལྡན་པ་དང་། རྩུ་ཕྱིས་  
 མི་རིགས་འདི་ལ་འང་ཤིན་ཏུ་དྲིན་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པ་འོག་ནས་འཆད་  
 རྩུ་ཡོད་དོ། །ཞོར་བཤད་ཀྱི་རྩུ་རྒྱལ་པོའི་གཏུང་རྒྱད་དེ་ལ་འང་ཁོ་  
 རྒྱབས་ལ་ང་ཤི་ཅ་ཁོ་ཕོ་རྒྱལ་མཚན་དང་། ཞིང་རྒྱལ་ཀྱན་དགལ་  
 རྟོར་ཐུ་ཞེས་པ་ཕྱོད་ལ། འདིས་ཕོན་ཀྱི་བཀའ་འཁུར་དང་། བརྟན་  
 འཁུར་པར་རྩུ་བརྟོས་པ་སོགས་ཡ་རབས་ཀྱི་ཕྱིས་ཐུ་ཆེན་པོ་ཕོ་ཕོ་ཆལ་...  
 ལྷ་དབྱ་ལྡན་པ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། ང་ཤི་ཅ་རྩུ་གས་མཚོན་དང་། དེའི་  
 མི་རྒྱད་རྩུ་ང་ཤི་ཅ་ཆོས་རྒྱབས་ཐར་དང་། ས་ལེ་ངེས་མེད་སོགས་  
 སྦྱོན་པོ་ཕོ་ཕོ་ཆལ་དབྱ་ལྡན་པ་ཡང་མང་རྩུ་བྱུང་དོ། །ཆ་ཁོ་གོ་ལའི་  
 རྒྱལ་པོ་བད་མ་རྟོར་རྩུ་དང་། ང་ཤི་ཅ་ཆེ་དབང་སོགས་མི་ཡ་  
 རབས་ཕོ་ཆལ་དབྱ་ལྡན་དམ་པའི་ཆོས་ལ་དགལ་བ་དག་བྱུང་ལ།  
 བརྟན་འཛིན་ཀྱི་ཕྱིས་ཐུ་དམ་པ་ནི་ཆ་ཁོ་སྤྲ་ཆེན་དང་། ཆ་ཁོ་དཔོན་  
 པོ་དག་དབང་གཤམས་པ་དང་། བར་སོ་ཆོས་ཀྱི་སྲིད་གེ་དང་། བར་  
 སོ་སྒྲིང་པོ་སྒྲིང་མཛད་སོགས་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་སྦྱོ་ཆེན་ལྡན་ཀྱི་  
 རིགས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བརྟན་པ་རྩྱོར་སྤེལ་མཛད་པའི་ཕྱིས་ཆེན་ཀྱི་སྤྲ་

མ་ཡང་རིམ་བར་ཚུན་པ་ཞིག་ལགས་སོ། །གཞན་དམ་པ་རྒྱལ་པོ་  
 རིམ་ཚུན་རྒྱལ་ས་དང་། ཅིས་སྤྱི་དེའི་སྒོན་པོ་རྒྱལ་ནག་ཏུ་རྩོམ་  
 རྒྱལ་ཞེས་པ་པོ་ཙལ་ལྟ་དགུ་ལྟ་པ་ཟེར་བ་དེ་ཡང་སྤྱི་ལྟ་པོ་གཏུང་  
 རིགས་དང་། གཞན་གནའ་རྒྱལ་ཕྱི་རྒྱ་ཆེན། བཅན་ལ། གནའ་  
 དགོ་འག་གཞི། ཡང་སྤྱི་ལྟ་པོ་ཟེར་། པ་གམ་འགས་ཤར་རྒྱལ་མོ་  
 རིང་ཁག་ཐམས་ཅད་ཕྱི་རྒྱལ་རིགས་མ་འཕྲུག་པ་སྤྱི་ནག་པོ་བཅན་……  
 རྒྱལ་གི་གཏུང་རིགས་ཁོན་ཡིན་ནོ། །ཁག་ཅིག་གཞན་ཉག་རིང་  
 ལ་ཉོད་བརྒྱར་བ། བདག་འེ། ཉག་སྒྲིང་། རི་རྒྱལ་འགས་ཉོད་  
 མེད་བར་གསུམ་ཕྱི་རྒྱུ་རིགས་འདི་ཐམས་ཅད་ནི་སྤྱི་ཁྱེད་ལྟ་པོ་གཏུང་  
 གཏུང་རིགས་ཡིན་པ་དང་། ཁ་ཅིག་རྒྱ་ཉག་རིང་གི་རྒྱུད་རྒྱལ་ས་  
 འཕྱི་ཡིན་པའང་བཤད་པ་ཡོད། བཅོད་རིང་དེ་ཁ་རྒྱ་རྒྱུད་ཕྱི་ད་ལྟ་  
 རིགས་དེ་ལ་ས་ཡི་མིང་སོགས་པ་དེ་ཁ་ཟེར་བ་ལ་མུར་རྒྱུ་གཞུ་པ་……  
 རྒྱལ་གསུམ་མཁེན་པའི་སྤྱི་ལྟ་པོ་སྤྱི་ལྟ་པོ་མེད་ཞེས་པའི་བྱུང་……  
 མོ་བ་ཆེན་པོ་དེ་འབྱུང་ས། རིགས་དེ་ལ་དེ་ཁོང་མ་རྒྱ་རི་ཟེར་བ་དོན་  
 རྒྱ་སྤྱི་ལྟ་པོ་འདི་རིགས་དེ་ད་ལྟ་འང་ཡོད་ལ། གཞན་ཁམས་ཕྱི་ཕྱི་  
 རིང་ལྟགས་གསུམ་ཕྱལ་རྒྱ་སྤྱི་ལྟ་པོ་མུར་བར་ཡོད་ལ། མུར་  
 རྒྱུ་གཞུ་པ་ལྟ་དམར་བཞི་པའི་མ་ཕྱུམ་སྤྱི་བཟའ་བཅོད་ན་མས་སྤྱི་ལྟ་……  
 མ་འབྱུང་ས་པའི་སྤྱི་ལྟ་པོ་རིགས་རྒྱལ་ས་ཕྱུང་འདིར་ཡོད་དོ། །  
 གཞན་གཞུང་རིང་གི་ད་ལྟ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཟེར་བའི་དཔོན་རིགས་འདི་……

ཡང་ཐུ་ཡིན་པ་འག་ནས་འཆད་ཡོད་དོ། །

ཡང་ཤར་ཨ་མདོའི་ཡུལ་རུ་མལ་ཟེར་བའི་ཐེ་དཔན་གྱི་གདུང་  
རིགས་ཡོད་ལ། ཅིང་ཁའི་ཡུལ་རུ་ཡབ་མལ་དཔན་སྐུ་འབུམ་རྩ་ར་  
ཁ་ཆེ་དང་། (རྩ་ར་ཁ་ཆེ་འདི་ལྷགས་ལས་ཀ་ཡོད་པའི་མི་ཞིག་ལ། )  
ཡུམ་ཤིང་བཟའ་ཨ་ཚས་གཉིས་ལས། རྩེ་སྤྲ་མ་ཅིང་ཁ་བ་ཆེན་པོ་  
སྒྲོ་བཟང་ལྷགས་པའི་དཔལ་ཞེས་སྐབ་དབང་གི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་  
ལ་སྐབ་དབང་གཉིས་པ་ལྟ་བུ་དེ་འབྱུངས་ཤིང་། ཁམས་ཚྭགས་  
འདིར་མལ་གྱི་མི་རིགས་འདི་ལ་སྐད་རྒྱར་ཆགས་ནས་མ་ཟེར་ལ། གེ་  
འཕན་རྩིང་བའི་མངའ་ཞབས་ཀྱི་མ་ཟེར་བའི་ཆོ་བ་འདི་དག་འདི་...  
རིགས་ཡིན་ཟེར་བ་དང་། ཡང་ཁམས་ཚྭགས་ཀྱི་རྒྱག་ཆ་ཟེར་བའི་ཆོ་  
བ་འདི་རྣམས་རྒྱག་ཆ་ཟེར་བར་སྐད་རྒྱར་ཆགས་པ་ཡིན་ལ་དོན་རུ་...  
རྒྱག་ཆ་ཟེར་བ་སྤྲ་བའི་རྒྱག་གི་རྒྱག་ཆ་ཡིན་པ་སྤྲ་རིགས་ལ་གཏོགས་ཞེས་  
ཅས་མཛོད་ཀྱི་ཡིག་ཚང་ཞིག་ཏུ་འདུག་ཟེར་བ་ཐོས་སོ། །གཞན་  
ཡང་། བསེ་ཞེས་པ་ཨ་མདོར་ཡོད་པའི་རིགས་འདི་རྣམས་དང་།  
ཨ་བསེ་ཞེས་པ་ཁམས་ཚྭགས་ལ་མང་བ་འདི་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྤྲ་ཁོ་  
ན་ཡིན་ནོ། །

དེར་མ་ཟད་ད་ལྟ་རྒྱ་ནག་གོང་མ་མན་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱལ་རིགས་.....  
འདི་ཡང་ཐུ་ཡིན་ལ། ཁོང་རྒྱལ་རབས་རིམ་བྱོན་གྱི་སྤྱོད་ཀྱི་ཉིན་པ་  
ནི། བེ་ཅིན་པོ་བྱང་གི་ཉང་ཤིང་ལེ་ལྟ་ཁང་རུ་བྱིས་ཡོད་པ། མ་

བར་ཏུ་སོན་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མཛོད་སྟུང་ཏུ་མཛོད་པ་འདི་ལྟར་...  
 ལ། བོད་ཀྱི་རྒྱ་ཡི་སྒྲ་ཚོག་རྒྱང་ཡིན་ཀྱང་། རྒྱ་ནག་གི་སྐད་ཏུ་རྟ་  
 ཡི་མིང་ལ་ལྷ་དང་། རྒྱང་ལ་ཡེ་ལྷ་དང་། དེ་བཞིན་ཏུ་རྟོད་མའི་  
 མིང་ལ་རྟོ་ལྷ་ཞེས། ལྷ་རྟ་ཡིན་པ་མ་གཏོགས་མིང་གཞི་བ་དང་ཏུ་  
 མེད་པས། བདག་ཏུ་བཟུང་མ་བཟུང་མ་གཏོགས་རི་རྩ་དང་ཡུལ་  
 རྩའི་སྤེ་བྲག་ཅམ་ལས་རྒྱ་ལྷགས་ཀྱི་རྩ་རྒྱང་གཉིས་མིང་གཅིག་པར་...  
 བཞེད་ལ་དེ་ལྟར་བྲིས་པ་དང་། རྩང་ཤང་ཡེ་ནི་ཤོང་མ་རྒྱལ་པོ་  
 ལེར་པོ་ཡིན་ལ། ལེར་པོ་ནི་སོག་པོའི་རིགས་ཀྱི་མཚུངས་ཏེ། དེ་  
 ཡི་ལྷ་ཁང་ལ་སྒྲ་ཚོག་བྲིས་པ་སོགས་ཀྱིས་དང་། གཞན་མན་རྩས་ཀྱི་  
 ཡིག་ཆ་སོགས་ལ་དཔག་ན་རྒྱ་ནི་ཡིན་སྟུང་ཀྱང་། དེ་ལས་རྒྱ་  
 ནག་པོའི་རིགས་ཡིན་ནམ་སྟུང་པ་ཅམ་མོས་སོ། །འདིར་ཤོང་  
 བརྟེན་ནམས་ལྷ་འདུས་པའི་རྒྱ་རིགས་ཀྱང་བོད་དཔུས་གཙང་གི་...  
 ཡུལ་ནམས་དང་། མདོ་ཁམས་བོད་ཆེན་པོའི་ཡུལ་ཅི་རིགས་ལྷ་  
 ཡོད་མོད་ཀྱང་། འདི་ཅམ་ལས་ནི་འདིར་རི་བཞིན་བརྟེན་པའི་ཡིག་  
 ཆ་སྐར་མ་མཛོད་དོ། །

རྒྱ་རིགས་འདི་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མཛོད་པར་བྱ་བའི་འགོ་བའི་...  
 རྩ་ནི་རྒྱ་ཡི་པ་ཆན་ཀྱི་རྩ་ནམས་ཡིན་ལ། རྟེན་པར་ཏུ་འདིའི་རིགས་  
 ལ་རྟོན་ཚུན་ཀྱི་རྒྱལ་བའི་སྤེས་ཆེན་བྱང་རྒྱལ་ལེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་...  
 རྒྱ་ལ་བཀའ་སྤྱང་ཤོད་ཤོགས་ཆེན་པོ་དང་ལྷན་པ་ནམས་བྱོན་པ་ནི།

བོད་ཡུལ་རུ་སངས་རྒྱལ་གྱི་བཟླ་བ་ལི་ཉིད་པོ་རིན་པོ་ཆེ་རབ་ཏུ་.....  
 གསལ་བར་མཛད་པ་པོ་ཉི་ལྔ་མར་བ་ལོ་རྩ་བ་ཆེན་པོ་དང་། འདི་  
 དང་མིན་པོ་རྣམས་འདུལ་བར་མཛད་པ་རྣམས་པ་མར་མེ་ལོད་དང་།  
 རུག་རྒྱལ་རྣམས་འདུལ་བར་མཛད་པ་ལྷ་མོ་དྲོད་སྒེ་ཞེས་པ་.....  
 དང་། ཡང་མིན་པོ་རྣམས་འདུལ་བར་མཛད་པ་བྱ་ཆར་གཙུག་པོ་  
 ཡིན་པ་དང་། འཕག་གཡང་གཉིས་ཆར་དང་ལྷན་པ་ཨ་པོ་ཞིང་  
 དཀར་དང་། མདའ་ལ་འཕྲང་སྒྲིབ་པ་ཨ་གསོས་འཐེབ་རུག་དང་།  
 རྒྱག་གཡང་དང་ལྷན་པ་ཉིད་པ་མཆན་ཞེས་པ་སོགས་ཀྱི་པ་ཆན་.....  
 རྣམས་མཚོད་དཀོས་གལ་ཆེ་ཞིང་། རྒྱ་རིགས་ཀྱི་དབང་ལྷ་མོ་རྒྱ་  
 བྲ་ཞེས་པ་བྱ་བྲ་གནས་རྒྱགས་འབར་བའི་མཆོད་ཅན་ནམ་མཁའི་  
 དབྱིངས་ན་ཞིང་ཞིང་གོང་མིང་རུལ་བ་དེ་ཅས་ལྟ་དང་། ཡང་རྒྱ་  
 ཡི་རྒྱ་ལྟ་མཆོད་བྱ་རྒྱ་ཤེས་ཟེར་བ་སོགས་ཕྱི་ལྟ་དང་། ཅས་ལྟ་ནི་  
 བཅན་རྗེ་ཨ་བཤེ་ཆེན་པོ་དང་། བོད་ཀྱི་ཡུལ་ལྷ་ལོ་གཙུག་པོ་རྣམ་  
 གཞུམ་དང་། ཡར་ལྟ་ཤམ་པོ་སོགས་དང་། རུལ་མོ་དཔྱ་རྒྱ་སོགས་  
 རང་རང་གི་ཡུལ་གྱི་གཞི་བདག་རྣམས་མཚོད་ན་ཟུར་གྱི་འགོ་བའི་...  
 ལྟ་ཡིན་པས་ཤིན་ཏུ་ཉིད་ཉི་བ་དཔེ་ཉིད་ལས་གསུངས་སོ། །

# ལེའུ་བཞི་བ། ཨ་ལྷགས་འཁྲིའི་སྐོར།

ཨ་ལྷགས་འཁྲི། རྩོན་ཁྲིའུ་བྱང་རྒྱལ་མེས་པ་དཔའི་རང་  
 ཉིད་ཀྱི་མི་ཚན་བཞིར་བཅད་པའི་ནང་གི་སྒྲོང་ཞེས་པ་དེ་ཉིད་ཡིན་  
 ལ། དེ་ལ་ཨ་ལྷགས་འཁྲི་ཞེས་ཟེར་ལ། རི་སྐད་རུ། འཁྲི་བྱས་  
 པ་ཅན་ཞེས་དག་ལ་ཤོད། ཞེས་དང་། གནའ་རྒྱུང་ལས། རི་ཙ་  
 བ་གསུམ་དེ་འཁྲི་ལ་ཐོབ། འཁྲི་རྒྱལ་ས་ནོན་པ་དེ་ཡི་དོན། ཞེས་  
 རྒྱུང་རྒྱ་འདི་དག་ལ་དོན་ཐོབ་ཀྱི་གཉིས་དང་། དཔེ་ཐོབ་ཀྱི་གཉིས་  
 དང་བཞི་ཡོད་དེ། དེ་བཞི་རུས་ཆེན་བཞི་ལ་ཡོད་པ་ལས། འཁྲི་  
 ལ་དཔེ་ཐོབ་ཀྱི་རྒྱ་འདི་ཡིན་ཏེ། རི་ཙ་བ་གསུམ་ཀྱི་དཔེ་ལྟར་རུ་  
 བཏན་ཏེ་རྒྱལ་ས་ནོན་པའི་དོན་ཡིན་ལ། རྒྱུང་རྒྱ་འདིའི་མིང་ལ་  
 འཁྲི་དང་། ཨ་ལྷགས་འཁྲི་དང་། ལྷགས་མོ་དང་། འཁྲི་ནམས་སྤྱ་  
 གསལ་ལ། གནའ་རྒྱུང་རུ། འཁྲི་མིང་རྒྱུང་ཅན་དེ་འཐབ་ན་  
 མཛེས། ཞེས་འཐབ་འཛིང་ལ་བཟང་བའི་རིགས་ཡིན་ཞིང་། འཁྲི་  
 རི་ར་ཙ་ཅན་བཙོ་བརྒྱད་ཀྱི་གཏུང་རིགས་དང་། འཁྲི་མི་འཕྱར་  
 བར་བའི་གནས་བརྒྱད་ཞེས་ས་རྒྱ་དང་། འཁྲི་བྱང་མོགས་ཀྱི་གཏུང་  
 རིགས་བརྒྱད་དཔུས་གཙང་པར་ཁམས་སྤྱ་ཡོད་ལ། ས་རྒྱ་དང་།



ལས་ལུ་ཞིག་བཅས་པར་ཨ་འཁུམ་རྒྱལ་ཏུ་བཏགས་ཏེ། དེ་ཉིད་ཆེར་  
 གྱེས་པའི་ཆེ་ཅམ་ནས། མིང་རྩེ་དང་མ་མཐུན་པར་མིང་རྩེས་བཀའ་  
 བཞུན་དང་སྤྱགས་གནགས་པའི་ཆེ། མ་རྒྱལ་སྤོམ་རའི་ཞལ་ནས།  
 ཤར་ཞང་བའི་སྤྱགས་སྤྱུའི་སྤྱེད་སྤྱེད་རན། ཞེས་སྤྱགས་ཡང་ཡང་  
 གསུངས་པར་བརྟེན། བཅ་མི་བྱིམ་ལུ་བཅུ་ཅམ་དང་བཅས་ཏེ་  
 ལུལ་ལུད་ནས་རྩོམ་དཀོངས་དང་མོ་དང་། མ་མིད་མེ་མང་།  
 སྤྱིད་ཡག་དང་། མོས་བྱི་མ་མོ་བཞི་མདོ་རྣམས་སྤྱུ་བཅད་ནས་  
 ཞང་མོ་རྣམས་བྱི་སར་གཏུགས་ཆེ། བྱིད་རྣམས་ས་ཆ་དེ་རྣམས་  
 སྤྱུ་བཅད་ན་མ་གཏོགས། རྩུར་སྤར་དོས་སྤྱུ་འོང་མི་ཉན་གསུངས་  
 ཏེ་དེ་ཉུར་ཏུ་གནས་སོ། བྱིས་སྤྱུ་གཉན་མོ་རང་ཉིད་ལུ་ཏུ་སོང་  
 ཆེ། བྱིད་ལ་ས་ཆ་ཞིག་སྤྱིན་པ་དང་། རྒྱ་མཐའ་གང་དགའ་ན་  
 ཉེར་ཐེར་བར། ད་ལ་ལུ་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་ལ། མི་མེ་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་  
 པས་ས་ཞིག་དཀོས་བྱས་པར། མཁར་གོང་ལུག་རྩ་རིང་མོ་ཡན་  
 ཆད་དང་། ཆ་ལུང་རྩ་མཁར་སྤུམ་མདོ་མན་ཆད་སྤྱིན་པར། མཁར་  
 གོང་ལ་རྒྱལ་སྤྱུང་བྱས་ཤིང་བཞག་ལ། ཆ་ལུང་རྩ་མཁར་སྤུམ་མདོར་  
 སྤྱུ་མོ་པའི་མོན་པོ་སྤྱུ་གཤེན་གསེས་འདྲ་ཡེ་ཤེས་འཛིན་བྱངས་ཏེ། སྤྱུ་  
 གཤེན་རྩ་ཁང་ཡང་བཞེངས་ནས་མོན་མེ་རྩུང་ཏུ་ཞིག་བཅུགས། དེ་  
 བན་པར་རྩ་ཁང་ལུང་རི་དང་། བཅན་གདོང་རྩ་ཁང་རེ་བཞེངས།  
 རྩ་རྒྱལ་མཆོམས་ལ་བཞུགས། རྩ་རྒྱལ་འདིའི་མ་ཡི་ཁོ་ཁོ་སྤྱུ་སྤྱི་



མཚན་པོ་རིམ་ལྟུང་ཁྱུ་ལ་སྒྲིམ་ར་མཚན་པའི་ལྟ་ཁང་དང་.....  
 གསེས་མཁར་ཐོག་མར་བཅིགས། འདི་སྐབས་ཞིག་ནས་གཉན་མོ་  
 གཤུ་ཅེ་ཡང་མ་བྱ་གཉིས་ཀས་གསོལ་ཞིང་མཚན་པའི་སྐྱེང་མར་.....  
 བཞེན་ཏེ་ལྟ་ཁྱུ་ལ་ལྟ་རིར་མཚམས་ལ་བཞུགས། བྱ་དཔོན་སར་བསྐྱོས་  
 བས་ཡོད་པར་འདི་ཏུས་སྒྲིམ་དེ་ལ་གྱི་ཉྱེད་གཉན་ཅེའི་ས་ཆ།  
 བར་མཁར་རེའི་ས་ཆ། སྐད་བ་ལེའི་ས་ཆ་ཡིན་ལ། མཁར་རེ་ཟེར་  
 རྒྱ་དཔོན་པོ་ལྷན་གྱི་མི་རྒྱུད་ལས་སྒྲ་ལྟ་མར་ཟེར་བ་ལ་བྱ་བཏུན་.....  
 ཡོད་པར་མཁར་གངས་རེ་བཅིགས་པས་མི་རྒྱུད་ལ་མཁར་རེ་ཟེར།  
 བ་ལི་ཡང་སྒྲ་བ་ལི་ཟེར་བའི་མི་རིགས་ཡིན། དེ་ནས་གོང་འཕྲོས་  
 གཉན་མཁར་བ་གསུམ་རྣམས་ཀྱི་མི་ཕྱེ་རྣམས་དང་ཆོང་འབྲེལ་ཉེ་.....  
 ཤག་པན་ཚུན་བྱ་བ་ཕྱེ་བས་ནས་འདུག་སྐབས། འབྲི་ལྟ་ཁྱུ་ལ་མ་བྱ་  
 ཆོས་སྤྱིད་གཉིས་ཆར་མཚོ་བ་ལ། གཉན་མཁར་བ་གསུམ་གྱི་དཔོན་  
 རྣམས་སྐག་དོག་སྤྱེས་ནས་འདི་ཆོང་རང་ཅག་རྣམས་ཀྱིས་དམག་.....  
 བརྒྱབ་ནས་དཔོན་རྣམས་བསད་དེ་ཕྱེ་རྣམས་མངའ་ཞབས་སྒྱ་.....  
 བཅུད་དཔོན་པར་བཞུགས། །ཏུས་དེ་ཅམ་ན་གཉན་མཁར་བ་  
 གསུམ་ཡང་ཤིན་ཏུ་བཅོན་གྲགས་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་སྐབས་  
 ཀྱི་མིའི་སྒྲིག་ཞལ་འཕེན་པར། ཉྱེད་ཡས་ན་མཚོ་གཅིག་མཚོ་གཉིས་  
 ཡོད་ལེ་དེ། གཉན་ཅེའི་མཚོ་དམར་པོ་རེད། བར་འདི་ན་  
 གཡག་གཅིག་གཡག་གཉིས་ངར་ལེ་དེ། ལ་སྒྲོའི་གཡག་པོ་ཞལ་ཆེན་

རེད། ལྷན་མས་ན་ཉག་གཅིག་ཉག་གཉིས་ངར་ལེ་དེ། བ་ལེ་ཨ་  
 ཆེ་ཉག་སྤྱག་རེད། ཅེས་སྤྱར་ལེན་པ་དེ་སྤྱད། གཉན་དཔོན་ལྷང་  
 རེད་ཀྱི་ཆེན་འབུམ་དང་། བྱགས་ལེའི་ཕྱ་བྱགས་པ་ཐར་སྤྱན་  
 རྣམས་དང་། བཤར་རེད་ཨ་སྤྱོས་ཉག་བཟང་ཡག་པོ་ཞེས་ཆེན།  
 བ་ལེ་ཨ་ཆེ་ཉག་སྤྱག་སྤྱགས་མི་དཔོན་ཡང་པོ་ཅལ་ཀྱན་ལྷན་མང་ཏུ་  
 ཡོད་པ་རྣམས་ཀྱི་གཅོས་དམག་ཆས་པར་སྤྱར་རྒྱུ་ཞིང་འཕན་གྱིང་  
 ཏུ། བ་ཆ་མོ་སྤྱར་ཞེས་འབུམ་ཨ་འབུམ་པ་ཕྱ་ལ་ཤིན་ཏུ་ཉིང་ཉེ་བའི་  
 བྱག་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ནས་བཙོན་ཏུ་མ་བཟུང་ན་ཕྱ་གཏོར་ཏུ་འཕྱོ་  
 བར་དོགས་ནས། གཉན་མཁར་བར་མར་བཙོན་ཏུ་བཅུག་ནས་  
 བཞག་ཉིད་མག་འདུས་སོ། །མོ་སྤྱར་གྱིས་བཙོན་སྤྱར་དེ་ལ།  
 ཁྱོད་དམག་ལ་སོང་། ང་ཙམས་སྤྱོདས་སྤྱ་བཅུག་པ་ལ་འཆར་  
 རྒྱ་མེད། སང་ཉིན་གཉན་མཁར་བ་གསུམ་གྱི་དམག་ལ་རྟ་དང་  
 མཛོ་དང་མཛོ་མོ་ཐོབ་ཐེར་ཏུས། ཁྱོད་གྱིས་མ་ཆ་མོ་སྤྱར་ཐོབ།  
 སྟོང་མ་སྤྱ་སྤྱར་མ་ཐོབ་ཐེར་རྒྱ་ཨེ་ཡིན། སང་ཐེར་པས་བཙོན་སྤྱར་  
 གིས་དམག་གི་རྩིས་ཉིགས། བ་ཆ་མོ་སྤྱར་གྱིས་རང་གི་གཡས་རལ་  
 ནས་སག་བརྟར་བྱངས་ཉེ་ཙམས་སྤྱོད་གཏོར་ནས་ཉིན་མཆན་ཁ་.....  
 སྤྱར་ཏུ་ཕྱ་གཏོར་བར་རྒྱགས་པས། དམག་ལས་ཐོན་ལ་ཐོན་པར།  
 ཨ་འབུམ་པ་ཕྱ་ནས་ཀྱང་མི་ལྷས་སྤྱོདས་གྱིས་ཅུང་ཐད་འཕྱིགས་ཅུང་  
 ནས་ཉི་ཤུ་པས་ཐོག་ཏུ་ཐམས་ཅད་འདུས་སར་འཕྱར་རོ། །དེ་ནས་

འབྲུ་ཡོག་པ་འཕམ་མཚོ་ཡོག་པ་ཐམས་ཅད་འདུས་ནས་ཡོད་ཚོག་དེར་  
 གཉན་མཁར་བ་གསུམ་གྱི་དཔག་ཚོང་འགའ་པར་གསུམ་ནས་རྒྱ་  
 འབབས་སྤྱ་བརྒྱུལ་པར། གཉན་མཁར་བ་གསུམ་གྱི་དཔག་དཔོན་  
 ཐམས་ཅད་བསད་དེ་རྒྱ་ཉེས་ཆེར་བཏང་། རྒྱར་གཡོག་མའི་བྱ་  
 རྒྱུལས་ཐར་ཞེས་པའི་གཙུག་མི་ལྷ་རྒྱལ་ལས་མ་མོད་པར། གཉན་  
 མཁར་བ་གསུམ་ལ་ཁྲལ་དཀར་བརྒྱ་ཡི་རྒྱན་བཀ་བཅད། རྒྱ་  
 དཀར་བརྒྱ་ཡི་ནང་རྒྱར་བཅག་ཐེར་བ་དེ་ནས་བྱུང་། དེ་ནས་རྒྱ་  
 མ་ནམས་གྱིས་མཚོ་ཡོག་ཨ་འབྲུམ་མ་བྱ་ལ་མཚོ་བསྐྱར། ལྷས་ལྷལ།  
 བན་རྩ་ཁས་སྐངས་པ་ཡིན་ནོ། །མ་ཚེ་འདི་རིགས་རན་ཞིག་ཡིན་  
 ཡང་འདི་རྒྱན་རྩ་བསྐྱར། མ་ཚེ་སྐྱ་མ་ཞིག་ཡོད་པར་དཔོན་འབྲུམ་  
 གྱི་ས་ཞིང་སོགས་བརྒྱལ་ནས་ཞང་མན་དཔོན་པ་བཏབ་ཏེ། དེ་ལ་  
 རྒྱས་པའི་ཚོས་ལྷགས་གྱི་སྐྱ་མ་ཚོང་མ་རབས་བརྒྱད་ཞེས་པ་དེ་.....  
 བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །

ཨ་འབྲུམ་མ་བྱས་སྐར་རྒྱ་ཚོག་ནས་གཤེར་འབྲུམ་ཞིག་གིས་ཏེ་  
 འཕྲོས་སྐར་ཨ་འབྲུམ་གྱི་གྱིང་རྒྱའི་མི་རིགས་གྱི་དཔོན་མ་ཞིག་ཡོད་....  
 པ་དེ་ལས་བྱ་ཞིག་བཅས་པར་མིང་ལ་འབྲུམ་རྒྱུལས། དེ་འཕྲོས་བྱ་  
 འཁྱིང་ལ་འབྲུམ་དགེ། རྒྱར་བ་འབྲུམ་ཡག་གསུམ་ཡིན། དེ་ནས་  
 འབྲུམ་རྒྱུལས་དང་། འབྲུམ་དགེ་གཉིས་ལ་རྒྱར་མར་བཅས་ཏེ་སྐྱ་  
 གསར་བཀར་ནས། རྒྱར་བ་འབྲུམ་ཡག་དང་། མ་ཨ་འབྲུམ། ཨ་ཐུས་

ལྷ་རྒྱལ་ན་མས་བྱིས་གཅིག་ཏུ་མཛད་སྐབས་དཔོན་གཡོག་ཏུ་ཤི་.....  
 ཐམས་ཅད་སྐར་ཤིང་ཏུ་སྡོ་བར་མཛད་དེ་ཁོ་བ་ལེ་སྐ་མཁར་དང་།  
 གཉན་མཁར་གཉིས་ཨ་འབུམ་མ་བུས་མཁར་བུས་ཏེ། ཏུ་ཨོ་མཚོ་  
 ཁར་དཔོན་ན་མས་དང་ཤི་ན་མས་ཨོ་ཁོག་ལོགས་བྱ་བ་ཤད། འབུམ་  
 རྒྱབས་འབུམ་དེ་མེ་འབུམ་ཡག་ཁག་གསུམ་ལ་ཨོན་གྱི་མགོ་ལོག་ཁ་.....  
 གསུམ་ཟེར། རྒྱུ་ལྷོ་ཚུགས་མགོ་ལོག་གི་ཡུལ་ནས་འོང་བ་དང་།  
 དེ་ལྷོང་གཉན་མཁར་བ་གསུམ་གྱི་མགོར་ལོག་པས་མགོ་ལོག་ཟེར་.....  
 བ་བྱུང་ངོ་། །དེ་ནས་གཉན་མཁར་བ་གསུམ་ཤི་ཅིས་བྱངས།  
 དེ་སྐབས་གནའ་མའི་སྐྱ་གཞས་འཕེན་པར། རྒྱད་མཁར་རེ་  
 མཁར་རྩ་བརྩུང་བརྩུང་རེད། རྒྱད་གཉན་ཅེ་གཉང་བ་བདའ་  
 བདའ་རེད། བར་བ་ལེ་བལ་དཀར་བམེད་བམེད་རེད། ཨ་  
 འབུས་དབང་འབུས་མགོ་བཏགས་རེད། འཕེས་ཀེ་བསྐྱ་བ་རྩ་ལ་  
 བསྐྱར། འཚམ་རིང་ཁ་ཏ་ནགས་ལ་གབ། བ་ལང་ཁོང་བུ་བུར་ལ་  
 བདས། ཨ་བུན་ཤ་རྒྱུང་རི་ལ་ཞོག མ་ཞོན་མ་མོ་རྩུ་ལ་བསྐྱར།  
 རྒྱད་ཨ་འབུམས་ཡན་གཅིག་ཟེས་གཉིས་མགོ་བཏགས། མགོ་ལོག་  
 ཨ་འབུམ་དེ་མཚོ་ལ་དར་ཆགས་འདྲ། བོད་ལ་ལ་ནི་མཚོ་ཁའི་རྒྱང་  
 མ་འདྲ། ཟེར་བ་དེ་བྱུང་། དེ་ནས་འབྲུ་ལྷ་རྒྱལ་དེ་དཔྱད་ཁོ་དཔྱ་  
 བརྩ་གོ་ཁྱར་སྐྱེལས་པ། དབྱར་རྒྱ་ཐ་རྒྱུང་གི་ཆོས་བརྒྱད་ཀྱི་རྩ་རྩ་  
 ལ་བུ་དང་ཆ་བོ་ཐམས་ཅད་དའི་སར་ཤོག་གསུངས་ནས་ཞལ་ཆེམས་

རྩ་ཚེགས་གསུངས། རྩེ་ལྷ་མ་མཚན་རྩེ་རྩལ་མཚན་དང་། རྩེ་  
 གན་མ་རྩོད་གི་རྩེ་ཐོན་གཡུང་རྩུང་འདྲ། རྩུབས་ཡི་དམ་མཚན་  
 རྩུན་རས་གཟིགས་མཐོན་དང་། རྩེ་རྩུབས་པ་དཀར་མ་རྩལ་  
 རྩོམ་ར་རྩམས། རུས་དེ་རིང་གི་མངོན་སྲུང་རྩམ་མེས་མཚོང་།  
 ཞེས་སོགས་ཀྱི་མཁུར་མ་ཐེབ་གཉིས་རྩལ་ཅམ་ཞིག་ནི། མཐོ་ལོག་  
 ལྷ་མ་ཚོས་འབྲུམ་པའི་རྩམ་ཐར་ན་ཡོད་པ་དེ་ལས་མཐོ་ལོག་གི་ལོ་.....  
 རྩུས་འདི་དག་རྩམས་མཐོ་ལོག་ཟུ་རྩུན་ནས་ཐིས་པར་བདག་གིས་.....  
 དེར་བརྩས་པ་ཡིན་ལ། དེར་མཁུར་མ་དེ་འདི་མན་ཆད་འབྲུག་  
 པས་བདག་གིས་བྱང་དེ་རྩུར་རྩེ་ཐིས་པ་ལགས་སོ། །རྩེ་ལྷ་མ་རྩེ་རྩེ་  
 རྩལ་མཚན་དང་། རྩེར་བ་འདི་སོགས་ལ་དཔག་ན། ཀུམ་ཐོག་  
 གཅང་རྩུན་རིན་པོ་ཆེའི་སྲོབ་མར་རྩུར་པ་ཞིག་རྩུ་རྩུང་ངམ་ཁོ་པས་...  
 བྱང་སེམས་སོ། །དེ་ནས་ཉིན་ཕྱིད་ཡོལ་ཅམ་ནས་རྩུང་བྲུག་ཅི་  
 ཡང་མེད་པར་གཤེགས་སོང་། འདས་རྩོད་ས་རྩམས་བྱང་ཀུམ་ཐོག་  
 རྩེ་རྩེ་གདན་རྩུ་ཁྱིར་བ་སོགས་ཀྱི་ལོ་རྩུས་མང་པ་ཨ་མཚན་བྱུ་འཕོར་...  
 བ་བཅོད་ན་མས་ཀྱགས་པ་ཐེར་པས་ཡི་གེར་བཀོད་པ་ཡོད་དོ། །དེའི་  
 སྲས་མཐོ་ལོག་ཨ་འབྲུམ་ཡང་དེ་བཞིན་ཚས་ཐོན་གཉིས་ཀར་རྩུད་.....  
 པའི་བྱིམ་ཐུགས་པ་ཞིག་ལ་མ་རྩལ་རྩོམ་ར་དང་། གཉན་པོ་གཡུ་ཅེ་  
 སོགས་ཡུལ་རྩེ་རྩམས་རྩུན་རྩུ་མཚན་པ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། ཉིན་གཅིག་  
 དཔོན་གཡོག་རྩམས་གཡུ་ཅེའི་རྩེ་ནང་རྩུ་རི་བལྟ་ཞིག་ལ་སོང་ནས།

འདིགས་ཀྱི་ཕྱིས་མཚོ་ཟེར་བ་ཞིག་གི་ཉེ་ཆར་བཟང་ལྷན་པས། ཁོང  
 མཚོ་བལྟ་ལ་གཅིག་ཀྱང་ཕྱོག་ནས། ས་པོར་ཞིག་གི་ཅར་བཞུགས་  
 པ་རུང་ཟད་གཉིད་ཀྱི་སྒྲིང་བའི་མི་ལམ་དུ། ལུང་དེར་གཉན་སྐས་  
 གསལ་ཁྱེར་རྩེ་ཟེར་བའི་ཕྱར་ཆེན་ཞིག་ལངས་པའི་མོད་ལ་སྐད་ཡོང་.....  
 བས། ཕྱ་ཞིག་གིས་སྐྱུ་ལ་ཞིག་བཟུང་ནས་ཁྱེར་ཉེ་ཆོན་དེར་འཕྱར་  
 འཁྱོ་བར་གི་བཏབ་ནས་ལྷ་འཕངས་པས། སྐྱུ་ལ་ཆོན་དེར་འཕངས་  
 འདུག་པ་ལྷ་ཡི་ནང་དུ་གྲངས་ཉེ་མཚོ་ཁར་ཁྱེར་ནས་བཞག་པར།  
 ཞེན་ཅམ་ནས་སྐྱུ་ལ་དེ་མཚོ་དེའི་ནང་དུ་སྒྲིང་བ་ལ་དོ་མཚར་ནས་.....  
 སྐར་ལྷག་ཉེ། མཚོ་ཁར་དེའི་རུབ་དེར་བཟང་པར་མི་ལམ་དུ།  
 མིན་དུ་འཕྱར་མ་ཞིག་གིས། ཁྱོད་ཀྱི་གཉན་སྐས་ཁྱེར་པ་  
 གྲངས་པས། ཁྱོད་ལ་གཞི་བདག་གཉན་སྐྱེ་གཡུ་ཅེའི་གཏང་རག་  
 ཞིག་སྐྱོན་རན་འདུག་པས། སང་རུབ་ཁྱོད་གཞི་བདག་གི་མཉུན་དུ་  
 ཆོན་རྒྱ་ཡིན་པས། དེ་རུས་ཁྱོད་ཀྱིས་སྐྱེ་མཉུན་དེར་ཕྱར་ཁྱ་ཞིག་ཡོད་  
 པ་དེ་དང་། དབུག་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་དང་། ཁྱི་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་  
 གཞུམ་དཀྱིལ་ཟེར་དཀྱིལ། ར་གཉན་ལྷན་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། སྐྱུ་ལ་  
 དེ་ར་ཡི་རུ་ཡིན་ཁིང་། སྐྱུ་ལ་རྒྱུ་ལ་ནས་རྒྱ་མཚོ་ལ་ཅེ་རུ་སྒྲིང་བ་  
 ཕྱ་ཡིས་ཁྱེར་བ་ཁྱོད་ཀྱིས་གྲངས་པས། རས་ཁྱོད་ལ་དེའི་རྒྱན་ལན་  
 དུ་སྒྲོ་བ་སྐབ་པ་ཡིན། ཁྱོད་དཔོན་གཡོག་སང་རུབ་ཡང་འདིར་ཆོད་  
 ལ། རས་ཕྱར་ཡར་མདའ་རྒྱངས་གང་ཅམ་དུ་སྐྱོས་ལ་དེར་ཁྱོད་

གཅིག་ཕུ་གཟིམས་པར་མཛོད་དང་། ང་རང་སྤྱི་པས་ཡོང་ཟེར་བ་  
 ཟིན་པར། ལྷིང་ཉིན་དེ་བཞིན་བྱས་པས་ཨ་འབྲུམ་རང་གིས་ནི་དྲ་  
 རྩལ་ཡང་རྩི་ལམ་ཡིན་ཆུ་བྱས་འདུག་པར། རྩལ་མོ་ཁ་ཆ་བས་ཤིན་  
 ཏུ་ཆེ་བ་དང་རྩལ་མཉམ་བྱ་ཐུང་རྩལ་གྱི་ཕྱད་མེད་ཟིན་ཆུ་དེ་མཛོད་  
 ལུ་འུ་ཚོན་ནས། རྩོད་གྱིས་དར་ཁ་བཟང་སྤྱོད་ལེགས་ཞིག་བསྐྱར་  
 ལ་ཚོས་ཆག་བཅས་དང་། རེད་གཉིས་བྱང་གཉན་པོ་གཟུ་ཆེའི་  
 མཉུན་རྩུ་འགྲོ་ཟེར་བ་བྱུང་བས། ལྷང་མད་སྐྱུག་པ་དང་བཅས་ཉེ་  
 དར་ཁ་བཟང་སྤྱོད་ཞིག་བསྐྱར་ནས། ལྷ་ལྷ་མཁུན་ཉེ་ཚོར་ཕྱད་པར་  
 རྩ་དཀར་པོ་སྤྱོད་བཅས་ཁྱིད་ཡོད་པ་དེ་ལ་ཞོན་ཟེར་བ་བཞིན་ཞོན་.....  
 པས། ཁོ་རང་གི་རྩ་ཁ་ཁྱིད་ནས་རེས་འགའ་ཞིག་ནམ་མཁའ་འགྲོ་  
 བ་ལྟ་བུ། རེས་འགའ་ས་གཞིར་འགྲོ་བ་ལྟ་བུའི་ངང་ནས། མོ་  
 བང་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་ཚོར་མོན་པར། ད་ལྱོད་འདིར་རྩ་ལས་ཐོབ་ས་ལ་  
 དར་དེ་ལག་པ་གཡས་པས་བསྐྱར་ལ། ལག་གཡོན་ང་ཡི་ལག་ཏུ་  
 ཞིག་དང་། རེད་གཉིས་འགྲོ་ རྩོད་སྐྱུག་མི་དགོས་ཟེར་བཞིན།  
 དེ་ལྷང་རྩི་སྐྱུས་བང་རིམ་ཅན་མང་པོར་འཛོགས་མོང་བར། གཞལ་  
 ཡས་ཁང་ངོ་མཆར་བ་ཞིག་གི་ནང་རྩུ་སོན་པར། ཁྱི་མཚོན་པོ་ཞིག་  
 གི་ཉེང་ན་མི་ཚོན་པ་རྩོན་པོ་མན་བས་པ་དཔུ་ལ་དར་དཀར་གྱི་ལ་.....  
 ཚོད་བཅིངས་པ། རྩི་ཟིན་དང་ཁ་སྐྱུ་སྐྱ་ར་ཤིན་ཏུ་རིང་བ་ཞིག་  
 བཞུགས་པ་ལ། བདག་བསྐྱུ་མའི་ཕྱད་མེད་དེས་བྱུག་འཆོལ་ལ་དར་

ལུ་ཏེ་ར་ཡིས་བསྐྱབས་པ་རྣམས་མ་བཟེད་གསུངས་པར། རེ་  
 ལྷར་བྱག་འཛལ་ནས་དར་ལུ་བར། དར་བྱག་གིས་སྐངས་ཏེ།  
 ཞལ་ནས། མགོ་མག་ཨ་འབུམ་རྒྱལ་ཁྱོད་ལ་ཅི་དགོས་གསུངས་བྱུང་  
 བར། ལྷར་བྱད་མེད་དེས་བསྐྱབས་པ་ལྷར། ལྷར་ཁྱ་འདི་དང་།  
 དབྱུག་པ་འདི་དང་། ཁྱི་མ་འདི་རྣམས་དགོས་ལྷས་པར། ཞལ་  
 བས། འདི་ལ་དེ་རྣམས་ཐུན་ནས་གཉན་མོ་ཁྱོད་ཀྱིས་ལྷར་བྱལ་  
 དེར་སྐྱལ་གསུངས་ཏེ། བྱག་གི་དར་ཁ་ཚོན་པ་ཞིག་སྐངས་ནས་  
 བདག་གི་སྒྲིང་བསྐྱོན་ནས། བསང་མཚོད་གཅོང་སྒྲ་དང་ལྷན་པ་  
 དག་ལ་ནམ་ཡང་བཙོན་པ་གལ་ཆེན་གསུངས་ནས། ལགས་སོ་ལྷས་  
 ཏེ་ཐུར་མོག་པར་ལྷར་བྱུད་མེད་དེས་དབྱུག་པ་དང་ལྷར་ཁྱ་.....  
 གཉིས་བཟུང་། ཁྱི་མ་དེ་ཁྱིད་ནས་ད་འགྲོ་གསུང་བར། སྒྲི་ཡི་དར་  
 ཁ་དེ་ཅམ་ཏུ་བཅུད་ནས་རྒྱུ་རྒྱུགས་པས། མ་བུར་གི་སྒྲི་ཁའི་  
 ས་དེར་སོན་པའི་ཁ་བ་དགར་དུངས་དེ་ཡོད་པར། ཁ་བ་འཆུབ་  
 བཞིན་ལྷར་བྱུ་རྟ་དེར་ཡང་ཞོན་ཟེར་ནས་ཁར་བཟུང་ཉི་ཡང་ལྷར་.....  
 བཞིན་ཁ་ཁྱིད་ནས་སོང་བར། ལྷར་ལྷར་ར་རང་གི་བྱར་སྒྲིང་སྐབས་  
 པར་རྟ་ལས་བབ་སྐབས། དེར་བྱད་མེད་ཉིད་ནས། ཁྱོད་ཀྱིས་  
 ཅམ་བྱུ་ཁ་ཐུ་ཟེར་ནས་ཐུས་པར། དར་མོ་ལྷར་ཁྱ་དེ་ཅམ་ཏུ་བཅུག  
 དེ་ནས་དབྱུག་པ་དེ། དེ་ནས་ཁྱི་མ་དེ་བདག་གི་ཅམ་ཏུ་བཅུག་ནས།  
 ལྷར་ཁྱ་དེ་ས་ཆ་ཡིན། དབྱུག་པ་དེ་དག་བཅུངས་ཡིན། ཁྱི་མ་དེ་



གཉན་པོ་གཟུ་ཅེའི་སྐུ་མོ་ཡིན་པས་རྗེས་ནས་འདི་གསུམ་གྱི་དངོས་  
 གུབ་དེ་ཁྱོད་ཚང་ལ་འོང་རྒྱུ་ཡིན་ནོ། །ང་རང་ནི་གཉན་མོ་ཀ་  
 དཀར་ཟེར་བ་དེ་ཡིན་པས། རྗེས་ནས་བསང་མཛོད་དག་པ་ལ་  
 བཅོན་པར་མཛོད་ཅིག ད་ཁྱོད་བདེ་བར་མཛོད་གསུངས་ནས་བསྟ་  
 རྒྱུ་ལ་གྱི་རྟ་དེ་ཁྱིད་ནས་ནམ་མཁའ་ལ་བཞུད་སོང་ངོ་། །ང་རང་  
 གི་རུམ་རུ་བྱར་ཁྲ་དང་། དབུག་པ་བྱི་མོ་ནམས་ཡོད་སྟུང་པའི་  
 བག་ཆགས་ཉིན་ཁ་གསུལ་བྱུང་བ་མ་གཏོགས་དེ་ནམས་ནི་མི་སྤང་།  
 རྩག་གིས་གནང་བའི་དར་སྒྲོན་པོ་དེ་ནི་མངོན་སྟུང་རུ་སྤང་བས།  
 མདའ་དར་བྱས་ཏེ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མངོན་སྟུང་མཛོད་རྒྱུ་འདི་ཡིན་  
 ནོ། །ཡང་སྐབས་ཤིག་བྱ་མའི་རྒྱ་གསུམ་ཆེས་ལྷ་ལ་མི་ལམ་རུ་སྤང་  
 གྱི་གཉན་པོ་གཟུ་ཅེ་དེས་རྟ་དཀར་པོ་རྩག་སྒྲོན་ལ་བཅིབས་ནས་  
 འཁོར་རྟ་བ་བརྒྱད་དང་བཅས། ང་རང་གི་བྱར་སྒྲོན་དེར་བྱོན་ནས།  
 བྱངས་སྒྲོད་ཀྱིས་རྟ་ལ་ཞོན་ནས་མདའ་གཞུ་འཁོར་གསུམ་བཅས་  
 མཛོ་མོང་མ་དང་། སྒྲོ་མཛོ་གཉིས་བར་རུ་ཤོག་ནས་སྤོང་དང་། སྤང་  
 མེད་པའི་མཛོ་གཡག་ཞིག་ཡོད་པ་མངོན་ནག་པོ་ཡིན། རེད་  
 གྱི་མཛོ་གཡག་ནམས་དཀར་པོ་ཡིན་པས་དེ་གཉིས་མཛོ་ཁ་ནས་.....  
 འཛིང་བ་མཛོང་ན། ཁྱོད་ཀྱིས་གཡག་ནག་པོ་དེ་གསོད་སྟབ་  
 རྒྱུ་ཡིན། རེད་ཀྱི་བྱ་མོ་ཁྱོད་ལ་སྤུར་རུ་སྦྱིན་གསུངས་པས། བྱི་ཉིན་  
 ལ་འབྱུང་རང་ཉིད་དང་བྱ་འབྱུང་ཡག་གཉིས་དེ་བཞིན་སོང་ནས་.....

བཅད་པས།      དབྱང་མེའ་འཆུབ་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱང་རྒྱུ་གཡག་  
 དཀར་ནག་གཉིས་མཚོ་གོང་འགབ་ནས་ཐོན་ཏེ།      བྱི་མའི་ནང་ལ་  
 འབྲེལ་ག་བྱས་ནས་ངར་ལྷ་བ་སྒྲིགས་བཞིན་འཛིང་བ་མཐོང་པས།  
 གཡག་གཉིས་ཀ་མྱེ་མ་དང་མྱེ་ཙམ་གཤེད་སོང་ཡོད་པར་དབྱེ་འབྱེད་...  
 དཀར་ཅམ་ནས་མ་བྱ་གཉིས་ཀས་གཉིས་འཕང་བར།      གཡག་ནག་  
 པོ་ལ་མདའ་གཉིས་ཀ་མོག་ནས་མཚོ་འགབ་མར་མཚོང་སོང་ངོ་།      །  
 གཡག་དཀར་པོ་དེ་ཡང་མཚོ་གོང་མར་བྱགས་སོ།      །དེ་ནས་  
 ཆེས་བརྒྱན་གྱི་རྒྱབ་མོ་མི་ལམ་རྒྱ་མཚུ་ཅེ་ཉིད་བྱོན་ནས།      ད་ནི་  
 ནངས་སྒྲུབ་པ་བྱ་བྱག་ཀ་བྱའི་ཙམ་བ་དེར་ཤོག་ལ།      ལྷ་བསང་  
 གཙང་མ་མཛིད་དང་།      ང་ཡི་སྲས་མོ་ཆེ་བ་ལྷ་མོ་སེང་ལྷམ་ཐེར་བ་  
 སེང་གི་དཀར་མོའི་གཞུགས་ཀྱི་བསྐྱལ་འོང་བའི་དེ་ལ་མདའ་དར་...  
 བྱིས་རེག་དང་།      མི་མོར་འབྱར་ཏེ།      གཙང་སྒྲུབ་ཀྱིས་ལ་ཁྱོད་གྱི་  
 བྱའི་རྒྱུང་མ་གྱིས་དང་།      མངའ་མང་ཆེ་བ་སྒྲར་ཤོད་མ་ལག་བྱག་  
 གི་མི་ལྷེ་དང་ས་ཆའི་བདག་པོ་འོང་ངོ་གསུངས།      བྱི་ཉིན་དེ་ལྷར་  
 བྱས་པས་ཁ་འཆུབ་ཆེན་པོ་དང་ན་བྱན་གྱི་ནང་ནས།      སེང་གི་  
 དཀར་མོ་ཞིག་བྱར་སྒྲོར་བྱང་ཡང་གཉན་གྱི་ཁ་རྒྱུང་གྱི་རྒྱག་གིས་...  
 དཔོན་གཡོག་ནམས་ཐམ་ཐོམ་རྒྱ་སོང་ནས།      མདའ་དར་རེག་ཅམ་  
 ཡང་མ་བྱས་ཏེ་སེང་གི་ཡང་ཡལ་སོང་ངོ་།      །ཡང་དེར་བཅད་པར་  
 མི་ལམ་རྒྱ་མཚུ་ཅེ་བྱོན་ནས།      ནངས་མོ་ཡང་ལྷ་བསང་གཙང་མ་

མོང་མཛོད་དང་། ར་ཡི་སྤྲུལ་མོ་འབྱིང་བ་གཉན་མོ་འབྲུག་སྤྲུལ་  
 ཟེར་བ་གཟུ་འབྲུག་སྤྲུལ་མོ་འཛིན་གཟུགས་སུ་བསྐྱུལ་འོང་གི་དེ་ལ་དར་  
 གྱིས་རེག་དང་། མི་མོར་འབྱུར་ལ་གཙང་སྤྲུལ་ཏེ། ཁྱོད་ཀྱི་  
 སུའི་རྒྱུང་མ་མཛོད་དང་། མངའ་མང་འབྱིང་བ་སྤྲུལ་ཤོད་མ་ལག་  
 རྒྱ་ཡི་མི་མེ་དང་ས་བརྒྱའི་བདག་པོ་འོང་རོ་གསུངས། ཟྱ་ཉིན་དེ་  
 ཉུར་བྱས་པར། ཁ་ཆར་ཆེན་པོ་ན་ཁུན་གྱི་ནང་ནས་གཟུ་འབྲུག་  
 སྤྲུལ་མོ་ཞིག་གྱུར་སྤོར་ཐོན་ཡང་། སྤར་ཉིན་ཉུར་མདའ་དར་རེག་  
 ཅམ་ཡང་མ་ཁུས་ཏེ་སྤར་བཞིན་ཡལ་སོང་རོ། །དོ་རུབ་ཡང་དེར་  
 བཅད་པར་མི་ལམ་རྒྱ་གཟུ་ཆེ་ཕྱོན་ནས། ནངས་སྤྲུལ་ཉི་ཉུང་ལས་  
 ཆེན་པོ་གཙང་སྤྲུལ་དང་སྤྲུལ་པར་མོང་མཛོད་ལ། ར་ཡི་སྤྲུལ་མོ་རྒྱུང་  
 བ་སྤྲུལ་མོ་སྤྲུལ་མཛེས་ཟེར་བ་དེ་སྤྲུལ་རེ་འབྲུམས་གྱི་གཟུགས་སུ་  
 བསྐྱུལ་འོང་གི་དེ་ལ་མདའ་དར་གྱིས་རེག་དང་། མི་མོར་འབྱུར་  
 ལ་གཙང་སྤྲུལ་གྱི་ན་ཁུན་ལ་ཁྱོད་ཀྱི་སུའི་རྒྱུང་མ་གྱིས་དང་། མངའ་  
 མང་རྒྱུང་བ་རོ་འཛི་སྤྲུལ་གསུམ་ཅམ་གྱི་ས་ཆ་དང་མི་མེ་ཡང་མི་  
 རབས་གཉིས་ཅམ་ལ་དབང་ཞིང་། མི་མཐའ་མང་པོ་རྒྱ་ཡི་རྒྱན་  
 ཉུར་རིང་ལ། སྤྲུ་དང་ས་བདག་གིས་སྤོར་སྤོར་གསུམ་མཛོད་ཅིང་། སྤ་  
 མོ་ལའང་སྤྲུལ་ཞིག་འབྱུར་འཕལ་ནས་ཕྱིར་ཕྱོན་དགོས་པ་འབྱུར་རོ་  
 གསུངས། ཟྱ་ཉིན་ཁ་འཆུབ་དང་ན་ཁུན་ཆེན་པོ་སྤར་ཉུར་བྱུང་བར།  
 མོར་སྤྲུན་ནས་གྱིན་ཏུ་སྤྲུལ་ཉི་ཉུང་ལས་བཅད་པས། བླ་ག་ཁུའི་

གདོང་དེ་ནས་མར་རྒྱལ་དེ་འབྲམས་ཞིག་འོང་བ་མངའ་དར་གྱིས་.....  
 དེ་ག་ཅམ་རྒྱལ་པར་བྱད་མེད་མཛེས་མ་མེ་རྟོག་ལྷ་ཆོགས་ཁ་དོག་.....  
 ལཱའི་མདོག་ཅན་ལྷས་དབུ་བརྒྱན་པ་དར་དཀར་གྱི་ཆོས་མན་བས་པ་  
 ཞིག་ཏུ་རྒྱར་ནས་བྱུང་། དེ་ལ་གཉན་མོ་མེ་རྟོག་མོད་ཅན་ཟེར་  
 ར། །དེ་ནས་དེ་ཉིད་བལྟས་ཏེ་བྱ་ཡི་རྒྱུར་མ་རྩར་བྱས་སོ། །  
 བྱིས་ནས་དབུ་བརྒྱན་གྱི་མེ་རྟོག་དེ་རྣམས་གཡང་ཁྱག་ནང་ཏུ་ཡོད་.....  
 པ་མདོན་ལྷམ་ཏུ་མཛོང་རྒྱ་ཡོད་པ་འདི་ཡིན་ནོ། །

དེ་ནས་གཉན་མོ་དེ་རྒྱུར་མའི་རྒྱལ་ཏུ་བཞུགས་བྱུང་། ག་  
 ཆོས་མི་མན་བ་ཅིང་ག་མི་གསོལ་བ་སོགས་གཅིང་རྒྱ་ཆེ་བས། གསོལ་  
 བ་བཟའ་བ་བྱུང་རྣམས་གཉན་མོ་རང་ནས་གཡོ་བ་རྒྱལ་དཀོས་པ་.....  
 དང་། བཞུགས་ས་ཡང་ནགས་ཆེལ་ལྷག་ཅིང་རྒྱ་མིག་མང་ཏུ་ཡོད་  
 པ། རྒྱ་མག་ཏེ་བ་ཞིག་ལ་བྱགས་དབྱེས་བས་སྒྲར་ཤོད་ཏུ་བཞུགས་  
 ཁང་བཅིགས་ནས་དེར་བཞུགས་པར་སྤྱ་མཁར་ཟེར་པ་དེ་ཡིན།  
 འབྲམ་ཡག་གི་བྱིམ་ཐབ་འཛིན་པའི་བྱད་མེད་ཏུ་གཉན་མོ་རང་གི་.....  
 བཀའ་བཞིན་ཤོང་བཟའ་རྩ་མཆོ་ཟེར་བ་བྱུང་ས། བག་གི་ཡོ་གསར་  
 གྱི་ཆོས་པ་བརྒྱད་ཀྱི་ཉིན་གཉན་མོ་ལས་ལྷས་ཞིག་བཅས་པར། རྩར་  
 མགོ་ཡོག་ཨ་འབྲམ་གྱི་བྱ་ཞིག་རྒྱུར་ཏུ་འུས་ནས་ཤི་བར་འབྲམ་.....  
 ཞིག་བྱིས་ནས་བྱ་ཞིག་བྱུང་བར་འབྲམ་རྒྱུབས་བཏགས་ཏེ་ཐར་བའི་  
 གྲིག་དེ་ལ་འཛེམས་ནས་མིང་ལ་ཡག་ཐར་བཏགས་སོ། །དབྱར་

ཁ་དེར་གཉན་མོ་མ་བུ་དེ་ཚོག་ལ་བྱོན་ནས་ཡོད་སྐབས་སུ། ལར་  
 རྩོན་རྒྱལ་ནས་འོང་ནམས་སུ་མཚོ་སྒང་དག་སྡེ་མཚོ་གོང་འོག་ནས་……  
 ཚོན་ཏེ་ནོར་རྒྱུར་འོང་ནས་འཕྱི་ནམས་ལ་ཞུགས་ཏེ། བེའུ་སྐལ་སྡེ་  
 དམར་ཁ་དོག་ལེགས་པ་མར་རྩ་བུར་བ་ཡིན་པ་ལ། དེའི་རྩོན་རྒྱུར་  
 དེ་བཞིན་ནོར་རྒྱུར་མཚོ་སྒང་ནམས་བུར་ནས་ནོར་ནམས་འབུ་སྡེ་……  
 དང་བཅས་ཏེ་གཏོར་བས། ཨ་འབུམ་ཉིད་ཉིན་གཅིག་སྐབས་ཁྲོ་  
 བཞེས་ཏེ། རྩ་སྒང་ཞིག་ལ་མདའ་བརྒྱབ་པར་མཚོ་སྒང་དེ་འབུ་སྡེ་  
 འདྲོན་བཞིན་མཚོར་མཚོངས་པས། དེའི་ཕྱི་རྩ་ར་མན་གང་ཡོད་  
 གྱིས་འབུ་སྡེ་བཏོན་ནས་མཚོར་མཚོངས་པ་དང་། མེར་བ་བབས་  
 ནས་ཚོག་འབུག་སྒོག་གསུམ་བུས་ཏེ་སྡེ་ལ་ཚོག་བརྒྱབ་པ་སྐས་སག་……  
 མར་གྱི་མལ་རྩ་བབས་བྱང་རྩོན་མ་བུར་བས་མིང་ལ་སག་མར་མིན།  
 ཚོག་མར་ཡིན་ཟེར་བ་དེར་བྲགས། དེ་ནས་གཉན་མོ་མེ་ཏོག་ཚོད་  
 ཅན་གྱི་ཞལ་ནས། གཞན་ནས་མཐུ་བྱད་ལྟ་དུ་བྱས་པས་དེ་ཡི་ཉེས་  
 པས་རྩ་སྒང་བསད་པ་དང་། དེ་ཡི་གཉན་སྐས་ཞིག་ཁྲོས་ནས་འདི་  
 ལྟར་བུར་ཡང་། ཡབ་གཉན་པོ་གཟུ་ཆེ་ནི་ལྟར་ལྟར་དུ་བྱས་བཞིན་  
 ལས་སྐབས་ཁྲོས་མེད་པས་བསང་མཚོད་ལ་རེ་མ་རེ་མ་མཛོད། ཕྱིན་  
 ཆད་མི་རིགས་འདིའི་མཐུ་བྱད་པ་ལ་ནི་ཉིན་རྩ་འདོམ་དགོས་པ་……  
 ཞིག་མ་གཏོགས། མཐུ་བྱད་འབུག་སྡེ་བ་ཞིག་རྩ་གདའ། ད་ཡི་  
 གནས་ཁང་སྡེ་མཁར་གྱི་ས་ཆ་དེར་སྡེ་མར་རྩ་གནས་པར་སྡོམ་……

ཞེས་བཀྲ་ལས་ལ་གཅེན་པོ་ཅན་གྱིས་མཛོད་ན་ཐུ་བས་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བ་  
 འབྱུང་། རྩ་མཛོད་མཛོད་གཤམ་གྱི་བྲག་ལོག་མོག་ཏུ་དངོས་པོ་ཞིག་  
 བཞག་པ་དེ་མ་ལྷུང་བར་ནི་དངོས་མི་རིགས་ལ་ལྷུང་བ་བཅི་འགྲོ་ད་  
 རང་ནི་ལུ་འདི་མྱེན་མྱིར་འོང་ཞིང་དེ་ནས་སྤར་འགྲོ་དགོས་པ་ཞིག་...  
 ཡིན་ལ་ད་ནི་རང་གནས་ཀྱི་འགྲོ་ཡང་། སྤང་ནས་ལུ་དང་ཆ་རིགས་  
 རྣམས་དང་འབྲེལ་བ་མེད་གསུངས་ནས། རྩོན་ཐུ་ར་བའི་ཆེས་  
 བཅུ་གསུམ་ཉིན། ལྷ་བསང་བྱས་པ་དང་བྱིས་བསང་མོངས་གསུངས་  
 བར། ཨ་འབྲུམ་མ་ལུ་ནས་དེ་ལྷུང་མཛོད་པས། བ་ལུན་ཤིན་ཏུ་  
 འཐིབས་ཤིང་མེར་སྤྲོད་ལྱང་བ་དང་། དངོས་ལུ་འདི་ལྷུང་བཟའ་ལྷ་  
 མཛོད་མ་ཁྱོད་གྱིས་གསོས་ལ་རེ་མ་མཛོད་མ་གཏོགས་ཁྱེད་གཉིས་ལ་...  
 འདི་ལས་ལྷག་པའི་ལུ་སྤེལ་ནི་མེད་དོ་གསུངས་ནས་སྤྲོད་དེ་ཡར་  
 བ་ལུན་གྱི་གསེབ་ཏུ་ཐུལ་ཞིག་ཏུ་ཐུར་ནས་ཡལ་འོང་དོ། །དེ་ནས་  
 གཉན་མོའི་ལུ་ཕག་ཐར་དེ་ཉིད་ལྷུང་བཟའ་ལྷ་མཛོད་དེས་མ་མ་བྱས་...  
 བས་གསོས་ཉེ་ཆེར་སྤྲོས་པའི་ཆེ། མི་ཡ་རབས་ཀྱི་ཡིན་ཏན་སྤྲོད་  
 རྩལ་ལྷན་ལྷན་མོ་ཆལ་རྩ་དབྱ་དང་ལྷན་པ་བྱང་རྩལ་མེམས་དཔའ་...  
 རྩོ་ཆེན་ལྷན་གྱི་རིགས་མ་དང་མེས་པོ་གཉིས་ཀྱི་ལྷུང་ནས་པོན་ཆོས་...  
 གཉིས་ཀ་ལ་མཁས་ཤིང་ཐུབ་པ་ཞིག་ཡིན་པར། ས་དང་ཐུས་པོས་  
 ཤིན་ཏུ་གཅེས་སྤྲོས་ཆེ་བས། ད་ཁྱོད་ནས་ཚོགས་གང་ལའང་བརྟག་  
 དཔུང་མཛོད་ལ། ཁྱོད་ཀྱི་ཡིད་ལ་གང་འགྲོ་བའི་ལྷུང་མེད་ཞིག་

ཁྱོད་ལ་རྒྱུ་མར་བསྟུ་ཡི། དེ་བས་གཞན་པ་མིང་མི་དཔོན་སོགས་  
 ལ་བརྟ་མི་དགོས་སྟུགས་པར། དེས་ན་རང་ཞབས་འཕེལ་འཛི་བཟའ་  
 མར་མོ་མཚོ་ཞེས་པར་འཐད་པས། དེ་ཉིད་རྒྱུ་མར་བསྟུས་ན་  
 ཞེས་པ་དང་ཕྱིས་པོ་གཉིས་ལ་སྟུགས་པ་ལྟར་དེ་རྒྱུ་མར་བླངས། ཁོང་  
 བཤད་ཀྱི་གཏན་པོ་གཤམ་ཅེའི་ཕྱང་བརྟན་ཏུ། ར་ཡི་བྱ་མོ་ཆེ་བ་  
 ཁྱོད་ཆང་གིས་ཡོན་ན། ལྷ་ར་ཤོད་མ་ལག་ཏུ་ག་གི་ས་ཆ་དང་མི་ལྟེ་  
 བདག་པོར་འཁྱུར་ཏེ་གསུངས་པའི་མ་ལག་ཏུ་ག་ནི། གན་འ་མིའི་  
 ལྷ་གཞས་ལ། ལྷ་ར་རྩལ་མ་ལག་ཏུ་ག་གི་ཆེ་བ་ཡིན། །ར་ཁོག་པ་  
 ལར་ལྷ་མོ་ལྷ་ར་གྱི་ལག །རྩོ་ཁོག་རི་མར་ལྷ་ག་མོ་ལྷ་ར་གྱི་ལག །  
 འཛི་སྐ་ལྷ་མོ་དར་མར་ལྷ་ར་གྱི་ལག །གཤམ་ཁོག་ལྷ་ག་མོ་འཕྲེད་  
 ཉལ་ལྷ་ར་གྱི་ལག །ཆར་ཁོག་མདོ་བ་ཁལ་བཀལ་ལྷ་ར་གྱི་ལག །  
 ལྷ་ག་ཁོག་ལྷ་ན་ལྷ་ལྷ་བཞི་ལྷ་ར་གྱི་ལག་ཅེས་ཟེར་བ་དེ་ན་མས་ཡིན་.....  
 བོ། །ལྷ་ར་གྱི་གཏན་པོ་གཤམ་ཅེའི་ཕྱང་བརྟན་ལྟར། བག་མར་  
 འདིའི་སྐ་རིང་ལ་རྩོ་འཛི་ལྷ་ར་གསུམ་གྱི་ས་ཆ་དང་མི་ལྟེ་མཐས་ཅད་  
 གྱི་བདག་པོ་གཅིག་ཕྱར་ལྷ་ར་ནོ། །འདི་སྐབས་སྐུ་མ་ཕྱེས་མཁོ་  
 མོག་མ་འཕུམ་དེ་ལོ་དུ་བཅུ་ལོ་གསུམ་བཞེས་པར་སྤྱི་མཚོ་ཁར་ལྷ་  
 བསང་ཞིག་ཕྱལ་བའི་ཆེ། ལྷ་བླངས་པ་ལྷ་ཕྱུགས་འདི་སྐད་ཟེར། ལྷ་ན་  
 རས་གཟིགས་དབང་དང་སྤྱོད་པ་དཀར་པོར་མཇལ། མ་ལྷལ་སྤྱི་མ་  
 ར་དང་གཤམ་ཅེ་བསྟུ་མར་བྱོན། དེ་རིང་དེ་ན་མས་གྱི་ཏུང་ཏུང་འཁྱོ་

ཡི། སུ་དང་ཆ་མོ་འབངས་ཐམས་ཅད་བདེ་པར་བརྒྱལ་ལ། གསུངས་  
 ནས་བསང་གསུང་ཚར་འཕལ་དེར་གཤེགས་སོ། །དེ་ནས་མགོ་  
 ལོག་འབུམ་ཡག་དེས་རྫོང་མི་སྤྱོད་གསུམ་ལ་མཁར་གཉིས་རེ་.....  
 བཙུགས་ཏེ། ས་རྒྱལ་མཁར་རྒྱལ་གི་བདག་པོ་མགོ་ལོག་འབུམ་ཡག་  
 ཟེར་བ་དེ་ཡིན། སག་ཐར་གྱི་བུ་ཆེ་བ་རྫོང་མི་འབུམ་དང་ལྷ་མ་ཚས་  
 འབུམ། (བསོད་ནམས་སྐྱབས) བད་མ་འབུམ། བད་མ་ཡག་  
 དང་བཞི་ཡིན། སག་ཐར་གྱི་བུ་ནམས་ཆེར་སྐྱེས་ཆེ་ཡི་གེ་བསྐྱབས་  
 ནས། ང་ཡི་བུ་ཆེ་བ་མེར་མོ་མི་བྱེད། རྒྱུང་བ་སྐྱེ་བོ་བྱེད་ནའང་ང་  
 ཡི་ཐོབ་ཐང་འཛིན་དགོས། འཕྲིང་བ་འདི་གཉིས་ཀྱི་གང་མཁས་  
 ཤིག་དང་གང་བརྟན་ཞིག་མེར་མོ་བྱས་ནས་ཡབ་བྱེས་ཀྱི་ཚས་བྱ་.....  
 སའི་ཀམ་མོག་རྫོང་མི་གདན་ཏུ་མངག་དགོས་ཟེར་ནས་བཏང་བས།  
 མཁས་ནི་བད་མ་འབུམ་མཁས། བརྟན་ནི་བསོད་ནམས་སྐྱབས་  
 བརྟན། ཁོང་གཉིས་ལ་དྲིས་པར་བསོད་ནམས་སྐྱབས་ཀྱིས་རྒྱས་  
 རྒྱན་པར་མེར་མོ་བྱེད་དེ་ཀམ་མོག་ལ་འགྲུ་ཟེར། བད་མ་འབུམ་  
 ནས་ཉིན་རེར་མེར་མོ་བྱེད་ཟེར། ཉིན་རེར་མི་བྱེད་ཟེར་བར།  
 སག་ཐར་ནས་བསོད་ནམས་སྐྱབས་མེར་མོ་བྱེད་རྒྱ་ཐག་བཅད་དེ་.....  
 ཚས་བསྐྱབས། བད་མ་འབུམ་སློང་ཤིག་བཟང་བར་ཚས་དང་ཐོན་  
 གཉིས་ཀ་བསྐྱབས་ཏེ་བྱིམ་སྐྱལ་པ་ཞིག་བྱས། བསོད་ནམས་  
 སྐྱབས་ཀམ་མོག་ཏུ་བཟངས་ནས། དེད་མི་རབས་གསུམ་ཏུ་མ་



ཁོམ་པ།      ད་ཁོམ་སྐབས་ཅམ་རྩ་ད་ཡི་ཤུ་ཆར་གྱི་ཆོས་རྒྱན་རྩ་  
 བཟངས་ཡོད་ཟེར་བ་བཅས་སུ་ཡ་བལ།      རྩེ་གྲུ་མ་བྱང་ཆུབ་ལེར་  
 ཞེད་ཐུགས་ཟིན་གྱི་སྒྲོབ་མ་དམ་པ།      མགོ་མོག་ཆོས་འབྲུམ་ཟེར་བ་  
 དེ་ཡིན། དེ་ནས་ཐག་ཐར་གྱིས་དོ་རྩེ་འབྲུམ་ལ་མ་འབྲུམ་བཟའ་བཟླ་  
 འཕྱར་མ་ཆུང་མར་བསྟུས་ཏེ།      དེས་ཆེན་མོ་མདའ་ཐར་རྩ་མཁར་  
 གསར་རྩ་བཅིགས་ནས་དེར་བཞག      བད་མ་འབྲུམ་ལ།      ཁམས་ལེ་  
 རིའི་ལྷ་ཁྱོད་བཟའ་བསྟུས་ནས།      ཆེན་མོ་གདོང་མཁར་དང་།      སྤྱ་རྩ་  
 ཆེའི་ས་ཆ་གཏད་ནས་དེར་བཞག      མཁར་འདི་ལ་མགོ་ནག་མ་ཟེར་  
 བ་དེ་ཡིན།      བད་མ་ཡག་ལ།      གཉན་ལྷ་དེའི་མཁར་དང་།      གཉན་  
 འཁོར་བརྒྱ་ཁྱིམ་བཅས་དང་།      ཆི་མདའ་མན་དང་རྟག་ཆལ་ཡན་  
 གྱི་ས་ཞིང་ཐམས་ཅད་སྤྱིན།      ཆུང་མར་གཉན་བཟའ་ལྷ་སྤྱིད་བསྟུས།  
 དོ་རྩེ་འབྲུམ་ལ་རྩ་རྩལ་གྱི་ས་ཆ་ཤུག་ཆང་རྟག་མགོ་མན་ཆད་དང་.....  
 གདན་ལི་མགོ་ཡན་ཆད་གྱི་མི་མེ་ནམས་དང་།      ཁ་རྩག་མཁར་ནམས་  
 སྤྱིན།      དེ་ནས་བད་མ་འབྲུམ་ལ།      འཛི་སྤེའི་མི་ནག་ཤོས་མདའ་  
 མན་ཆད་དང་།      ཁྱོད་དེ་ཁྱང་མདའ་ཡན་ཆད་གྱི་ས་ཆ་དང་མི་མེ་  
 ནམས་དང་།      ར་རྩོང་མཁར་དང་རྩོང་མདའི་མཁར་གཉིས་སྤྱིན།  
 བད་མ་ཡག་ལ།      སྤྱར་རྩལ་ཆེན་མོ་གལེར་གཞོང་མན་ཆད་དང་།  
 བ་ལེའི་ཁྱི་མདའ་ཡན་ཆད་གྱི་ས་ཆ་དང་མི་མེ་ཐམས་ཅད་དང་།      བ་  
 ལེའི་རོག་མེའི་གྲང་མཁར།      མཁར་དེའི་གྲོང་ཁྱིའི་གལེས་མཁར།

མཁར་འེའི་འབྲུམ་ཡིག་རྒྱག་མཁར་ན་མས་སྦྱིན། རྒྱ་ལྷོ་དང་འཛི་  
 སྐར། རྒྱ་ལྷོ་འབྲུམ་དང་པད་མ་འབྲུམ་གྱི་སྦྱ་ཚབ་འེ་བཞག་གོ།  
 བག་ཐར་རང་དང་པད་མ་ཡག་པ་བྱ་ནས། བ་འེའི་རྒྱ་ལྷོ་སྐར་  
 མཁར་རྒྱ་ལྷོ་སྐར་དང་། གཡག་མགོ་གཞིར་ཁང་རྒྱ་ལྷོ་སྐར་སྦྱ་  
 ཚབ་འེ་བཞག་གོ། རྒྱ་ལྷོ་འབྲུམ་གྱི་བྱ་ཆེ་བ། འབྲུམ་སྦྱག་རྒྱལ་  
 དང་། རྒྱུང་བ་དབང་ཆེན་འབྲུམ་ཡིན། པད་མ་འབྲུམ་གྱི་བྱ་ཆེ་  
 བ་ཐར་བ་དང་། རྒྱུང་བ་མགོ་ཡག་དཔོན་པོ་བྱང་རྒྱུང་རྒྱལ་མཆན་  
 གཉིས་ཡིན། པད་མ་ཡག་གི་བྱ་ཆེ་བ་ཁྱུ་དང་། རྒྱུང་བ་གཉན་  
 ཐར་གཉིས་ཡིན། འདི་སྐབས་གཉན་མོའི་བྱ་པག་ཐར་དེ་ཡོ་བརྒྱད་  
 རྒྱ་ལྷོ་དབྱར་མོན་ཆོ། ད་དེ་རང་མི་གན་ནི་འབྲུག་ཆོད་དེ་ཅམ་  
 ཞིག་ཡིན། བྱ་དང་ཆ་པོ་ན་མས་འདབ་ཡག་རྒྱས་སྐབས་དང་། ལྷ་  
 མ་ཆོས་འབྲུམ་པ་ཡང་པ་ཡུལ་རྒྱ་བཞགས་སྐབས་འདིར་ད་རང་འཆི་  
 འོས་སྦྱ་ཆོད་ཐར་གི་ད་ཡི་ཨ་མའི་ཁང་བ་སྦྱ་མཁར་རྒྱ་མོང་ནས་.....  
 འབྲུག་དགོས། ལྷ་མ་ཆོས་འབྲུམ་པ་ཁྱུ་དཔོན་དང་། བྱ་དང་  
 ཆ་པོ་ད་ལ་མེམས་ཆད་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཀྱང་དེར་ད་རང་སྦྱིལ་.....  
 དགོས་གཞུངས་ནས། དབྱར་འཕྱིར་པོའི་ཆོས་གཅིག་ལ་ཐམས་  
 ཅད་བཏང་ནས་སྦྱ་མཁར་རྒྱ་བཞགས་ཏེ། ལྷ་བ་དེའི་ཆོས་བརྒྱད་  
 གྱི་ཉིན། ལྷ་མ་ཆོས་འབྲུམ་པ་ཁྱུ་མཆན་ན་མས་ལ། བྱིད་ན་མས་  
 བས་དེ་རིང་ཁང་མོག་འདིར་ལྷ་བསང་རྒྱས་པ་ཞིག་མཆོད་དང་། ད་

རང་ཡང་དེ་རིང་དེ་ལ་ཉུང་གཉན་གཉིས་ཀ་སྒྲིམ་ཐེངས་ཤིག་ལ། སྒྲིམ་  
 བཤུན་དེ་རིང་ཆར་འབབ་སྒྲུ་རེད་དམ་གསུངས་པས། དེ་རིང་ཆར་  
 ཡང་མི་འབབ། ཉེ་མ་ཡང་མི་ཚ། ཕུལ་དགའ་མོར་འོང་། ཉུང་  
 བསང་ཁང་ཐོག་ལ་མཚོན་ཐེངས་ནས་དེ་ཉུང་མཚོན་པར། ཁོང་  
 ཡང་ཁང་ཐོག་རྒྱ་ཕྱོད་ནས་གདན་ཁར་བཞུགས་ཏེ་གསོལ་ཆང་ཅུང་  
 ཟད་བཞེས་ཏེ་བཞུགས། དེ་ནས་ཐམས་ཅད་བསང་མཚོན་ལ་  
 འདུས་ཚེ། ད་ཁྱིད་ལྷ་དང་ཆ་ཤོ། སྒྲིམ་འབངས་ཐམས་ཅད་དང་  
 ལ་ཉན་དང་། ར་ཡི་ཡང་ལྷེས་འབྲུ་ཉུང་ཕུལ་ནས་བཟུང་། ར་རང་  
 ལ་མ་སྒྲུག་གི་བར་རྒྱ་རྩོད་འཛི་སྒྲར་གསུམ་གྱི་ས་ཆ་དང་མི་སྡེའི་བདག་  
 ཤོར་ཞེ་འོང་གི་རེ་བས་བསྐྱབས་ཏེ། ར་ཡི་རིང་འདིར་འབྲུབ་  
 ཅམ་འོང་བ་ཡིན་ཁྱུང་། ཞང་པོ་གཉན་པོས་གཤམ་ཅེ་ཕྱང་བཞུན་དང་  
 ཁྱོད་ཚོའི་སྒྲིད་པ་ཚོགས་དང་། ར་རང་གི་མི་ལམ་བཅས་ལ་བཞུས་  
 བ་མི་རིང་བར་རྩོད་ལ་གཞན་གྱི་མི་དཔོན་དང་། འཛི་སྒྲ་གཞན་གྱི་  
 སྒྲིམས་འཛིན་ཉུང་འདུག་པ་དེ་ལྷགས་ལེམས་ལ་ཞོག དེ་ཉུང་སྐང་  
 ཚེ་ར་ཡི་སྒྲར་ཤོད་འདི་ར་ཡིས་ཁྱོད་རྣམས་ལ་བཞོས་ནས་ཕྱིན་ཆར་  
 བ་ཡིན་པས་དེ་ཉུང་རང་རང་གིས་བདག་གྱིས་ལ། ཁྱོད་རྣམས་ནང་  
 ཤིན་རྒྱ་བཟང་བར་མཚོན། ད་རང་ཅག་རྣམས་ཁྱིས་བསང་འདི་ཤིན་  
 རྒྱ་གཙང་སྒྲ་དང་ཕན་པར་མཚོན་ལ་དེའི་འཕྲོས་བསང་འདི་ཚར་བ་  
 དང་ར་གི་སོང་ན། ར་ཡི་ར་དེ་ལ་དོ་རྒྱུབ་སྐར་མ་མ་རྩོགས་བར་རྒྱ་

ལྷ་མ་ལུ་ལེག་མི་ཉན། དེ་ནས་སྒྲ་མ་ཚེས་འབྲུམ་པས་ཅི་གསུང་  
 མཛོད། ཅེས་གསུངས་ཏེ་མདའ་གཞུ་འཁོར་གསུམ་བསྐྱར་ནས་  
 བཞེངས་ཏེ་བསང་མཚན་བྱས། དེ་ནས་བསང་ཚར་འབྲུལ་དེར་ང་  
 མི་ཆུན་ནས་སྒྲ་ཞིག་ལེན་གསུངས་ཏེ། ང་མི་ཆུན་ན་ཚོད་ནི་ལལ་ལོ་  
 དེ་རིང་འགྲོ་མ་ཐུག་ཡང་ཐུག་དང་བཅས་ཏེ་བསྐྱ་བར་བྱོན། ཞང་  
 བོ་ཡང་ཞང་ནམས་རྒྱུ་རྒྱ་ར་འགྲོ་ཡི། སྤྱ་དང་ཆ་བོ་འབངས་ཐམས་  
 ཅད་བདེ་བར་བཞུགས། ཞེས་སྒྲ་རྒྱངས་ཏེ། སྒྲ་རྒྱག་གང་ཡང་  
 མེད་པར་མདའ་གཞུ་འཁོར་གསུམ་སྒྲོན་བཞིན་གདན་ཁ་ལ་བཞུགས་  
 བས་གཤེགས་སོང་། དེ་ནས་སྐར་མ་མ་ཚོགས་བར་རྒྱ་རྒྱ་དང་ཆ་བོ་  
 སྒྲོན་འབངས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཐུག་འཆལ། མོད་པ་གཏུགས་ནས་  
 གཏུང་དེ་ཉེར་ཁང་ལ་དྲངས་པར། སྒྲ་མ་ཚེས་འབྲུམ་པ་ནས་  
 གསུང་རྒྱུར། འབྲུ་ཉ་རྒྱལ་ནས་བཟུང་། རང་ཅག་གི་མ་ཆུན་འདིའི་  
 བར་གྱི་མ་ཐུག་ནམས་ནི་ཚུལ་ཤིན་ཏུ་བཟང་བོ་འདི་ཉ་སྤྱ་ནམས་.....  
 ཉུར་ཉུང་ལ་བཟང་བཟང་འདྲ་ཡང་དོན་ལ་བཟང་བོ་མིན། ཁོ་  
 ཚོས་གཞི་བདག་གི་གཙུག་པོ་ནམས་ཡི་དམ་གྱི་ཉིང་བོར་བཟུང་བས།  
 ཤི་ཆེ་སྒྲ་དང་ནམ་ཤེས་གཞི་བདག་གིས་ཤིད་འགྲོ་བ་རེད་ཀྱང་།  
 བས་ཞིག་ན་ཚོན་ལས་ཀྱི་ཆེས་སྤྱ་འབྲང་དགོས་པས་ཚོས་ཆེན་པོ་.....  
 བྱེད་དགོས་པ་ཡོད། ད་ཕྱིན་ཁྱེད་སྤྱ་དང་ཆ་རྒྱུད་ནམས་ཀྱིས་ཡི་དམ་  
 གྱི་ཉིང་བོ་རིགས་གསུམ་མགོན་པོ་ལ་མཛོད། ཚོས་ལུགས་ཀུ་མོག་

པའི་ཚོས་རྒྱད་མ་བཞེད། ངའི་ཚོས་ལྷགས་འདི་ལས་ལྷགས་སྤྱོད་ཚོས་  
 ཞིག་བསྐྱབ་ཐུན་མངའ་མང་ཆེ་རྒྱུ་རུ་འགྲོ་སྤྱོད་མ་ནི་མ་མཁོན་  
 དམ་གསུམ་ལ་གྱིས། བཞི་བདག་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་གཙོས་ལྷ་  
 རྣམས་ཀྱི་བསང་མཆོད་དང་གསོལ་མཆོད་ལ་བཙོན་ན་བཟང་.....  
 གསུངས་ཏེ། ལྷ་མ་ཚོས་འབྲུམ་པ་རྣམས་གསུམ་དང་། མ་སྐྱབ་ན་མ་  
 མཁའ་རིན་ཆེན་སྤྱོད་ལྷ་མ་བཙུ་བ་རྒྱན་གདན་རྒྱུ་ཏེ། དེ་ནས་  
 གཏུང་དེ་སྤྱོད་མཁའ་སྤྱོད་དེར་བཞུགས་པས། ཅུས་པ་རྣམས་ཀྱང་ལྷ་མ་  
 ཚོས་འབྲུམ་པ་ནས་ཀྱང་དང་ཆ་པོ་མཁའ་ཅད་ལ་བཙོན་ནས་སྐྱོན་.....  
 དགོས་པ་ལྱུང་། ཅུས་པ་དེ་རང་རང་གི་མཁའ་ཆེན་མོ་དགར་མཆོད་  
 མ་སྤྱོད་གི་རྒྱལ་རི་དང་། ཆེན་མོའི་གསེར་གཞུང་དབང་ཆེན་འབྲུམ་  
 ཀྱི་རྒྱལ་རི་རྣམས་སྤྱོད་པའི་ལྷ་མ་རྣམས་ཀྱི་རི་ལ་གཏོར། དེ་  
 ནས་བཟུང་རང་རང་གི་སྤྱོད་རི་ལྱུང་། བད་མ་འབྲུམ་གྱིས་གཏོར་  
 འདཔལ་ནས་བཟུང་རི་འབྲུར་ལེ་ཆེའི་བར་རུ་གཏོར་བས། དེ་  
 ནས་བཟུང་ཉི་མར་གཏོར་འདི་བད་མ་འབྲུམ་གྱི་མི་རིགས་ཀྱི་སྤྱོད་.....  
 རི་ལྱུང་། དེ་ནས་རྣ་རྣེ་འབྲུམ་གྱི་སྤྱོད་པ་འབྲུམ་རྒྱལ་གྱིས་སྤྱོད་  
 སྤྱོད་ཀྱི་བག་ཅུའི་སྤྱོད་བཟའ་ཞིག་སྤྱོད་ཏེ། སྤྱོད་ཆེན་གདན་མགོར་  
 ཀྱང་ཁང་བྱས་ཏེ་དེར་བཞུད། དབང་ཆེན་འབྲུམ་མ་མཁའ་རུ་  
 བཞུད། བད་མ་འབྲུམ་གྱིས་ཐར་བའི་རྣ་སྤྱོད་ལེ་རི་བཟའ་མ་ཡི་ཆ་  
 མོ་བཟླ་ཤིས་སྤྱོད་བསྐྱུས་ནས། ཆེན་མོ་གདོང་རུ་མ་ཁྱིམ་དེར་

བཅད། བྱང་རྒྱལ་རྒྱལ་མཆོན་ཀུ་མོག་ཏུ་བྱོན། བད་མ་ཡག་གི་  
 བྱ་ཆེ་བས་གཉན་གྲོང་གོང་མར་མཁར་བཅིགས་ཏེ་བཅད་པར་སྤྱུ་  
 བར་ཟེར། བྱ་རྒྱལ་བ་གཉན་མཁར་པ་བྱིམ་ཏུ་བཅད་པར་གཉན་  
 བར་ཟེར། འདི་སྐབས་ཅམ་ན། དཔལ་བྱལ་བན་ཞར་ནས་མགོ་  
 ཡོག་གི་དཔོན་ནམས་ལ་ས་ཞིག་བསྐྱངས་པར། རྩོམ་འབྲུམ་པ་བྱ་  
 གཉིས་སྤྱད་པོ་ཡིན་པ་དང་། དཔོན་ཆེན་ཞབས་ཀྱི་དཔོན་རྒྱལ་  
 བྱེད་ཆེད་ཏུ་རྩོམ་ལྱི་རྩོམ་མད་འབྱེན་པ་ཡིན། འབྲུམ་སྤྱག་རྒྱལ་  
 ཀྱི་བྱ་ཆེ་བ་མགོ་ཡོག་ཨ་རྩོང་དང་། དཔོན་ཡོག་རྒྱལ་མཆོན་ནམ་  
 རིན་ཆེན་འབྲུམ་གཉིས་ཡིན། བད་མ་འབྲུམ་གྱིས་དབང་རྩལ་  
 གདོང་ཏུ་མཁར་ཞིག་བཅིགས་ཏེ་དེར། འདི་སྐུན་སྤྱད་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་བྱལ་བསྐྱས་ནས་དེ་སྐོར་གྱི་ཕྱེ་ཐམས་ཅད་དང་ས་ཆའི་.....  
 བདག་པོ་བྱས་པར་བད་མ་འབྲུམ་ཆར་ཟེར་བ་བྱུང་། བད་མ་ཡག་  
 གི་ཤ་མདོག་ནག་སྤྱག་ཅན་ཞིག་ཡིན་པར་ཐམས་ཅད་ནས་བན་ནག་  
 ཟེར་བས། སྤྱུ་གཉན་གཉིས་ཀྱི་ནང་ཕྱེ་ནམས་ལ་བན་ནག་ཆར་  
 ཟེར། འབྲུམ་སྤྱག་རྒྱལ་གྱི་བྱ་ཆེ་བ་ཨ་རྩོང་གིས་ཡར་ཐང་ཏུ་མཁར་  
 བཅིགས་ཏེ། གཉན་བཟའ་མཆོ་མོ་སྤངས་ཏེ་དེར་བཅད་པར་ཨ་  
 རྩོང་ཟེར། འདི་སྐབས་ནི་རྩོད་སྐུ་མདོ་མར་བྱུར། ཤོབ་ལེབ་  
 ཡར་བྱུར་རྩུམ་བྱལ་བྱུར་རྒྱུ་མན་ཆད་དང་། རྩི་མདའ་ཡན་ཆད་  
 དབང་ཆེན་འབྲུམ་གྱིས། རྩི་ཡོ་འབྲང་རྒྱལ་མན་ཆད་དང་སྤྱག་

རྒྱུ་མཉམ་པ་ལྟར་ཡན་ཆད་ཨ་ཁྱེད་གི་ས། རྒྱུ་མཉམ་པ་མཐོན་པོ་མན་  
 ཆད་དང་། རིང་འཕན་བདེ་ནང་ཡན་ཆད་དང་། རྒྱུ་མཉམ་དཀར་  
 མོ་མན་ཆད། སུ་ཆའི་འགལ་དང་ཐང་ལྷང་ཐག་དཀར་མཆུ་ཞབས་  
 ཡན་གྱི་རྟོད་གཉིས་པད་མ་འབྱུང་གི་ས་དང་། རྒྱུ་མཉམ་པོ་རྒྱུ་འཁོའི་  
 མན་ཆད། རྒྱུ་མཉམ་པ་ལྟར་ཡན་ཆད་པད་མ་ཡག་གི་ས་ཡིན།  
 ཉིན་མིའི་དེ་ཐམས་ཅད་ལ་དེ་སྐབས་གྱི་ས་བཞོས་བྱས་མཆུ་མས་སྟ་  
 རྒྱུ་མཉམ་པ་ཆེན་པོ་ལྟར་ཡན་ཆད། དབང་ཆེན་འབྱུང་གི་སུ་ཆེ་  
 བ་ཆེ་བཟན་ཡག་ཟེར་བ་དེ་འབྲང་གཉིས་བར་གྱི་བྱང་ནང་ཏུ་  
 བཟད། འདི་ལ་མ་མཉམ་གཅེས་མིང་ཆེ་བཟན་ཁ་མོ་ཟེར། འདི་  
 རྒྱུ་མཉམ་པ་ཉི་དབང་ཆེན་པོ་ལྟར་ཡན་ཆད་གཉིས་བར་གྱི་རྒྱུ་མཉམ་པ་  
 ཡིན་ལ། འབྱུང་ཆད་ནི་འདི་རིགས་ལ་མི་གཏོགས་ཏེ་འོག་ནས་  
 འཆད་དོ། །སུ་རྒྱུ་མཉམ་པ་ཆེ་འབྱུང་ཡག་གི་མི་རྒྱུ་ཉི་དབང་ཆེན་  
 རྒྱུ་མཉམ་པ་ཆེ་རིགས་འདི་ཐམས་ཅད་ཡིན་ལ། མཉམ་པ་ཆད་ནི་  
 དེར་མི་གཏོགས་ཆུ་ལ་འོག་ནས་འཆད་དོ། །

ཨ་ཁྱེད་དང་། དབང་ཆེན་འབྱུང་དང་། པད་མ་འབྱུང་  
 འདི་ཁྱེད་ཆུ་རྒྱུ་མཉམ་པ་ཆེ་ཆུ་རྒྱུ་དང་ལྟར་ཡན་པ་ཡིན། མོག་  
 པོའི་རྒྱལ་པོ་ཞིག་གིས་བཟགས་པ་བཟོད་པའི་བྱིས་མོ་འོག་ཁག་  
 གསུམ་ཏུ་གྲགས་སོ། །ཨ་ཁྱེད་འདི་ལྟར་ཡན་ཆད་ཏུ་རྒྱུ་མཉམ་པ་  
 བཟའ་ལ་སུ་རྒྱུ་མཉམ་པ་ཆུ་ཡིན་དང་། དང་རྒྱུ་མཉམ་པ་ཆུ་ཡིན་པ་ཆུ་ཡིན་

སུ་ཁྱོད་མོ་རྒྱལ་གཉིས་ལུང་བར། ཁྱོད་མོ་རྒྱལ་གྱི་མྱི་རིགས་ནི་ད་ལྟའི་  
 ཡར་མང་མཁར་བ་ཚང་ཡིན། ལུང་ཁང་རུ་ཡན་མོ་སུ་ལུ་འབུམ་  
 རྒྱལ་དང་། ལུ་འབུམ་རྒྱབས་གཉིས། རྩ་མའི་སུ་མང་བཟའི་སུ་  
 ཚེ་འབུམ་རྒྱལ་གྱི་མི་རྒྱུད་ད་ལྟའི་མང་བཟའ་ཚང་འདི་རྣམས་ཡིན།  
 དགོན་རྒྱལ་ལྷ་ཚོས་བཟའི་སུ་ཚེ་དབང་རྒྱལ་གྱི་མི་རྒྱུད་ནི་ད་ལྟའི་.....  
 ཚོས་རྒྱུ་མི་རྒྱལ་རིགས་འདི་རྣམས་ཡིན། སུ་ཡངས་སུ་ཉམ་སུ་  
 ལུ་ལྷ་མར་གྱི་མི་རྒྱུད་ནི་ད་ལྟའི་སུ་ཡངས་སུ་རྩེ་རིགས་འདི་རྣམས་.....  
 ཡིན། འཛི་ཤའི་རབ་ཁར་སྒེལ་བཟའ་སུ་ན་མའི་སུ་ཁེ་གེ་མར་གྱི་  
 མི་རྒྱུད་མར་གྱི་རབ་ཁའི་མགོ་ལོག་རྣམས་ཡིན། བཞག་ཤོད་རུ་  
 རང་མོ་མེ་ལོང་སུ་ཚེ་རིང་རྒྱལ་ཟེར་བའི་མི་རྒྱུད་ད་ལྟའི་འབུམ་མགོ་  
 ལོག་རྣམས་ཡིན། དེ་མམས་ཅད་གྱི་ནང་ནས་རྩི་བཟའི་སུ་རྩིང་སུ་  
 རྒྱལ་ནི་མོ་ཚལ་ལྷ་དགུ་ཅན་དང་མི་དྲག་ཚལ་ཅན་ཡིན་པས། ཞ་  
 རྩིང་གི་མོ་བ་མང་མམས་ཅད་ལ་དབང་ཞིང་། དེའི་མང་མཁར་ད་  
 ལྟའང་གན་ཟེར་བ་དེ་བཅིགས་ནས། མོག་དམག་ལ་མ་དོང་རྒྱུང་བ་  
 བརྒྱུས་ནས་འཐབ་པ་ལོགས་མི་དཔའ་ཚལ་ཅན་ཡིན། འདི་དང་  
 རུས་མཉམ་རུ་བད་མ་འབུམ་གྱི་སུ་རྒྱུད་མར་བ་ཉི། ལུ་མོ་བད་མ་  
 ཡག་གི་ཤ་མདོག་སྒྲག་ནག་ཡིན་པ་ལ་མམས་ཅད་གྱིས་མགོ་ལོག་.....  
 བག་མར་ཟེར་བ་མི་ཡ་རབས་གྱི་ཡོན་ཏན་དང་རྩྱུད་རྒྱལ་ཅན་མོ་.....  
 ཚལ་དགུ་ལྷན་ཅན་ཡིན། དེས་ལྱང་ཕྱི་ནང་རུ་དབལ་བཟའི་སུ་ཞ་



དེར། དབང་རྩལ་རྩ་རྩ་བཟའ་མའི་བྱ་ཆེ་ཐར་འབྱུང་། ཆེན་མོ་  
 གདོང་རྩ་གདའ་ལེ་བཟའི་བྱ་མ་གཉན། རྩར་རྩ་གདོང་རྩ་གསའ་  
 བཟའི་བྱ་ཐུ་འབྱུང་ཐུལ་བཞི་ལ། མགོ་ལོག་ནག་ཐར་མ་བཞིའི་བྱ་  
 བཞི་ཟེར། མོང་གི་མ་རྩུང་གི་རི་བཟའ་ལ་བྱ་རྩེར་བྱ་ཐུལ་གྱི་བྱ་  
 མགོ་ལོག་ཐུ་ཐུ་འབྱུང་ཐུར་བ་འདིས་མཁར་མོང་མ་བཞིགས་པ་ཡིན།  
 དེའི་བྱ་ཆེ་དབང་འབྱུང་གིས་ཁར་བ་གསར་བ་བཞིགས་ཏེ་དེར་.....  
 དབལ་བཟའ་མེང་ལེ་མ་ཞེས་པ་དབལ་བྱལ་མགོན་པོ་རྩུན་ཐུབ་གྱི་.....  
 བྱ་མོ་ཆེ་བ་དེ་བཅུས་ནས་བཅད་ཀྱང་། དབལ་བཟའ་འདི་རྩར་  
 འཛི་རོང་མ་རྩུས་གཏེར་རྩུན་གྱི་ཡུམ་རྩ་ཁྱིད་ནས་ཕྱིར་འཕྲགས་ཏེ་.....  
 གཏེར་རྩུན་དཔྱར་རྩུན་རྩ་མོང་བ་མོགས་གྱིས་ཡིན་ནམ། དཔོན་  
 ཡང་འདས་ཤིང་དབལ་བཟའ་ཡང་རྩུ་བ་མོགས་དང་། རྩེས་ནས་  
 དེའི་གཙུང་ཐུ་མ་བཅུན་འཛིན་རྩུ་སར་འབབ་དགོས་ཐུར་ཡང་ཐུན་  
 མོང་བ་མོགས་གྱི་ཉེས་ཆེ་ཡང་མཁར་མོང་མར་དགེ་བཟའ་ཐུངས་ཏེ་  
 བཅུགས་པར། བྱ་མོ་ཆེ་བ་རྩུ་མོ་ཐུལ་མོ་འཁོ་ལམ་རིན་ལ་མོང་བ་དེ་  
 ཡིན། དེ་འཕྲོས་བྱ་མོ་ཐུལ་བཟའ་རྩུན་རྩ་ཐུབ་མོ་ཆང་ལ་མོང་ནས་  
 རྩེས་ཐུ་ཐུབ་མོང་ག་དབང་ཆེ་རིང་མགོ་ལོག་རྩ་བྱད་ནས་འོང་བའི་.....  
 མི་རིགས་ནི་ད་རྩུ་རྩར་བ་ཆང་ཟེར་བ་འདི་ཡིན། བྱ་མོ་རྩར་བ་རིག་  
 འཛིན་རྩུ་མོ་རྩོད་དབལ་བྱལ་ལྷགས་ཐར་འབྱུང་མཐ་བསྟན་.....  
 བཅས་མགོན་པོ་ལ་མོང་ཡང་ཐུས་ནི་མེད་དོ། །དེ་ནས་བྱ་ཆེ་བ་

གི་དམག་ཚོར་མཁོན་པ་ཡིན། འཕྲིང་བ་བསོད་ནམས་ནིར་བྱ་  
 ཡིན། འཕྲིང་རྒྱུད་བསོད་ནམས་དཔལ་མཁོན་ཡིན། རྒྱུད་བ་  
 མཁོན་པོ་དར་རྒྱས་དང་བཞི་ཡིན་ཏེ། འདི་བཞི་ལ་དགེ་བཟའ་བྱ་  
 བཞི་ཟེར། དམག་ཚོར་གྱིས་ཁང་གསར་ཏུ་དགེ་བཟའ་བཟུས་  
 པའི་བྱ་བསོད་ནམས་བརྟན་པ་ཡིན། དེའི་བྱ་རྩན་གྲགས་མཁོན་པོ་  
 ཡིན། དེ་དང་འཁོ་ཆག་དབང་འབྲམ་གྱི་སྲིང་མའི་བྱ་རྩ་རྩེ་རབ་  
 བརྟན། དེ་ནས། འཕྲིང་དགེ་འདུལ་སྐྱེས་ད་ལྟའི་ཁང་གསར་གྱི་  
 དཔོན་པོ་འདི་ནམས་སོ། །དམག་ཚོར་གྱི་བྱ་གཤོང་ཨ་མཁར་  
 བཟའི་བྱ་ཆེ་ནར་བརྟན་ཡིན། དེའི་བྱ་དབང་རྒྱལ་དང་པད་མ་རྩ་  
 རྩེ་སྐྱེས་ཡིན། དེའི་མི་རྒྱུད་ནི་ད་ལྟའི་བྱ་གཤོང་ཆར་རྩེ་རིགས་  
 འདི་དག་ཡིན། བསོད་ནམས་ནིར་བྱས་ཁང་ཆན་ཏུ་རྩེ་བཟའ་  
 བཟུས་པའི་བྱ་ནི་ཆེ་རིང་ལུན་ཆོགས་ཡིན། ལུ་མོ་དཔལ་ལྷིད་རྩོན་  
 མ་རྩེ་རྩོད་དཔལ་ལྷུང་མཁོན་པོ་དབང་རྒྱལ་ལ་སོང་ཡང་ཕྱས་ནི་མ་  
 རྒྱུད་ངོ་། །ལྷུང་ཁང་ཆེན་མོར་དབང་ཆེན་ལྷ་རྩོད་ལྷངས་པའི་བྱ་  
 མོ་དབང་མོ་ཡིན་པ། རྩེ་དཀར་ལ་སོང་ནས་ཕྱས་ལྷམ་སྲིང་འགའ་  
 ཡོད་པ་ལ། ཕྱས་ནམས་གྱི་རྩེ་རིགས་ད་ལྟའི་རྩེ་དཀར་ཆར་འདི་  
 དག་ཤོ། །ཆེ་རིང་ལུན་ཆོགས་གྱི་ཨ་མཆོག་བཟའི་བྱ་ཆེ་བ་དཔོན་  
 དག་དབང་དང་། རྒྱུད་བ་ཀར་མ་གཉིས་དང་། སྲིང་མོ་ཡང་  
 དགེ་བཟའ་མ་བཟང་མོ་ཆོས་པ་ཞིག་ཡོད། དག་དབང་གི་བྱ་བཟུ་

ཤིས་ཀྱི་མཚོ་དང་། དཔལ་ཆེན་མགོན་པོ། འཇའ་བཟའི་བྱ་  
 མགོན་པོ་ལགས་སོ། །དཔོན་ཀམའི་བྱ་བས་ཁོ་དང་། འཁོར་བ་  
 སྤང་མའི་བྱ་འབྱེད་བ་དག་སྤྱང་། རྒྱུ་བ་ནི་དཔོན་དགོན་མཚན་  
 བཟ་ཤིས། དཔལ་ཆེན་མགོན་པོ་མཆེད་སོགས་ད་ལྟ་ཁང་ཀན་  
 མང་ཐེར་བའི་རྗེ་དཔོན་གྱི་རིགས་འདི་ན་མས་ཡིན་ནོ། །དེའི་བྱ་  
 ཆེད་བང་མགོན་པོ། འབྱེད་བ་རྒྱལ་བ། རྒྱུ་བ་ལྟ་སྤྱང་། །  
 བསོད་ན་མས་ནོར་བུའི་གཡག་མའི་བྱ་ཁང་ཀན་མས་ཁོ་ཐེར་བའི་……  
 རིགས་ཡང་ཡོད་དོ། །བསོད་ན་མས་དཔལ་མགོན་གད་སོག་ཀྱི་  
 རྣམ་བཟའ་སྐངས་ནས་བཅད་ཀྱང་བྱ་མ་བྱུང་བར་རྗེས་ནས་རྣམ་……  
 བཟའ་དེར་མགོན་པོ་དར་རྒྱས་གྱི་བྱ་བྱུང་བར་བསོད་ན་མས་མགོན་  
 པོ་ཡིན། དེའི་བྱ་ན་མས་གོང་མ་ཆང་རྗེ་རིགས་ཀྱི་གཏོགས་ལ།  
 མགོན་པོ་དར་རྒྱས་འདིས་མཁར་གོང་མར་དཔལ་བཟའ་བསྟུན་ཏེ།  
 དེའི་བྱ་ཆེད་བ་བྲི་རྒྱལ་དང་། འབྱེད་བ་སྐྱ་མ་དགོ་འབྱེད་རྒྱ་མཚོ།  
 རྒྱུ་བ་ལྟ་རྒྱལ་དང་སྤང་མ་ཡང་འགའ་ཡོད་ཀྱང་། སྐར་རོང་  
 དཔོན་མོ་མིག་མཐོང་ཅན་གྱི་བྱ་མོ་དགོ་ཆེའི་དཔོན་མོ་དང་། རྩ་མོ་  
 ཆོས་པ་རྣམས་ཅན་བཟང་པོ་ན་མ་རྒྱལ་སྤོན་མ་བྱ་བའང་ཡོད་དོ། །  
 བྲི་རྒྱལ་ལ་བྱ་མེད། རྩ་རྗེ་འབྱུང་དང་དགོ་བཟའི་བྱ་དགོ་དཔལ་སྐྱ་  
 གཞིག་ལྟ་རྒྱལ་གྱི་བྱ་ལྟ་ཆེན་ཆེད་བང་རྣམས་རྒྱལ། དེའི་བྱ་རིན་  
 ཆེན་བྱ་མས་པ། བཟ་ཤིས་དོན་འབྱུང་སྐྱ་སོགས་གོང་མ་ཆང་རྗེ་

གས་འདི་ན་མས་ཡིན་ནོ། །ཚོན་མ་ཚུང་བཟུན་འཛིན་གྱིས་ཡང་  
 ཐང་ཏུ་བྱུར་བྱིས་དཔལ་ཤུལ་ཐུ་ཐལ་བཟའི་བྱ་ཀར་མ་ཡིན། དེས་ཐེ་  
 བར་ཏུ་བྱུང་བཟའ་བྱངས་པའི་བྱ་ཆེ་བ་ས་བདག་མགོན་པོ་ཡིན། དེ་  
 མེད་ཉོར་བཟུང་ནས་མགར་བཟའི་བྱ་བླ་མ་འཁྱར་མེད་མཚོག་གྲུབ།  
 བསོད་ནམས་འཕན་བྱན་ནམས་ཡིན་ལ། ཟུ་པོ་ནམས་ཀྱི་མི་རྒྱུད་ནི་  
 ད་ཉལེ་མེད་ཉོ་ཆང་རྩེ་རིགས་འདི་ནམས་དང་། ས་བདག་མགོན་  
 ཀྱི་གཡོག་མའི་བྱ་རི་ཀེད་དེས་ལེགས་ཀྱི་རྒྱུད་པ་ཡང་ཡོད་དོ། །  
 ཡང་ཀར་མ་དང་ཐང་བཟའི་བྱ་རྒྱུད་པ་བཟུན་པ་ཆེ་རིང་ཡིན་ལ།  
 དེའི་མཚོ་འགམ་ཏུ་ཐེ་བར་བཟའི་བྱ་རྩི་རྩེ་དང་། དཔལ་མགོན་  
 གཉིས་ཡིན། རྩི་རྩེའི་བྱ་ཐེ་བྱར་ཆོས་རྩེའི་ཐུལ་ཐུ་རིན་པོ་ཆེ་  
 དང་། ཟུ་པོ་བད་མ་དབང་གསལ་སོགས་དང་། དཔལ་མགོན་  
 ཀྱི་མི་རྒྱུད་ནམས་མཚོ་འགམ་ཆང་རྩེ་རིགས་འདི་ནམས་ཡིན་ནོ། །  
 ཡང་ཐེ་བར་ཆེ་རིང་དོན་འགྲུབ་ཀྱི་བྱ་བླ་མ་བསོད་ནམས་རབ་.....  
 དགའ་དང་། ཉ་མགྱིན་བྱན་གཉིས་ཡིན་ལ། འདིའི་རྩེ་རིགས་ལ་  
 རབ་ཁ་མདའ་བའི་རྩེ་རིགས་ནམས་སོ། །བད་མ་འབུམ་གྱི་བྱ་  
 ཐང་བ་ནི། ལུགས་གཉིས་གང་ལ་ནམ་དུའོད་ཆེ་བས་མཁར་ཁག་  
 ནམས་དང་། ཐེ་བྱད་ནམས་བྱ་ལ་གཏད་ནས། མ་རྒྱལ་དང་།  
 རྒྱལ་མོ་དཔུ་རྩི། ལུགས་རྩེ་ཆེན་པོ། ག་མོན་ལེང་གེ་ཡང་དགོན།  
 ཀུ་ཚོག་རྩིར་གདན། ཀུམ་པའི་གདན་ས་ནམས་ཐུ་བྱག་མཚོད་

བསྐྱར་བ་ལ་བཙུག་ནས། དབང་མདའ་ལྷ་པོ་ནི་གྱི་མཚམས་ཁང་  
 ཁོ་ནར་བསྐྱར་པས། མཚམས་པ་དཔོན་ཀན་ཟེར། འདིས་ནི་ཡི་  
 དམ་སྒྲུན་རས་གཟིགས་དང་ཚོས་སྒྲོང་དམ་ཅན་འབྲུག་པ་ཞིག་ཡིན་  
 ཟེར། སོ་བཙུན་ཅུ་གྲུག་ཐོག་ཏུ་འདས་སོ། །འདིའི་བང་སོ་  
 ནི་དབང་རྩལ་གདོང་མཁར་ལྷག་ཏུ་ཡོད་པ་འདི་ཡིན། འདིའི་བྱ་  
 བར་བས་བསྟུས་པའི་རྒྱུ་མ་དང་བྱིས་ནི་བེ་རི་ལྷ་སྒྲོང་བཟའ་ཁོང་...  
 གི་མ་ཡི་ཆ་སྟེ། ཆེན་པོ་གདོང་རང་མཁར་ཏུ་སྐྱེས་པ་ཡིན་  
 གྱུར། དེ་ལ་བྱ་དང་བྱ་སོ་གང་ཡང་མེད་ལ། ཟུར་བྱིས་པ་མེན་ནང་  
 མཚོ་འགྲམ་གྱུར་མཁར་ཏུ་དབལ་བཟའི་བྱ་མ་དར། དབང་རྩལ་  
 མཁར་ཀན་འདི་གྱུར་ཁང་ཡིན་པ་ད་ལྷའི་བང་སོའི་རྒྱབ་སྒྲིགས་ན་...  
 ཡོད་པ་ཡིན་གྱུར། རྗེས་ནས་ཞིག་རལ་ཏུ་སོང་བ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་  
 དབང་རྩལ་གདོང་མཁར་ཟེར་བ་དེར་རྩ་བཟའ་མའི་བྱ་ཆེ་འབྲམ་...  
 བར་དང་། སུ་རྒྱུང་བ་ཆེ་རིང་སྐྱབས་འདི་སེར་སོ་བྱས་ཉེ་ཀུ་ཐོག་  
 ཏུ་སོང་། རྒྱུང་ཏུ་གདོང་ཏུ་གསལ་བཟའི་བྱ་སྒྲིང་འབྲམ་རྒྱལ།  
 ཆེན་པོ་གདོང་གི་རྒྱར་བྱིས་ཏུ་གདའ་བཟའི་བྱ་མ་གཉན་དང་བཞི་...  
 ལ་མ་བཞིའི་བྱ་བཞི་ཟེར། འདི་ནམས་ཆེར་སྐྱེས་ཆེན་ག་མར་ནས་  
 མདའ་ཅལ་སྒྱུར་ཏུ་བརྟུག་ཉི་མདའ་ཅལ་སོབས་པ་དང་། སུ་ནམས་  
 ཆེན་པོ་གདོང་ཏུ་བསྐྱུས་ནས། དེ་རིང་བྱིད་ནམས་མདའ་ལ་གང་  
 རྒྱུན་བལྟ་དགོས་པས། མདའ་རྒྱུང་གང་མཚམས་ལྷ་ཆེན་པོ་མདའ་

ཉིན་གྱི་གད་པའི་ངོར་བྲ་བྲང་ཡོད་པ་ལ་མཁར་འགོ་ནས་འཕེན་.....  
 བཅུག་པར། སུ་གཞན་གསུམ་ཀ་ནས་མདའ་བྲ་ཁོང་ཏུ་ཕྱག  
 གསའ་བཟའི་སུ་ཁྱུ་འབུམ་རྒྱལ་གྱིས་བྲ་བྲང་ཁར་མདའ་བབས་པ་.....  
 དང་། ཡང་ལོག་དམག་དང་འབབ་ཆེ་སུ་གཞན་གསུམ་པོས་མི་  
 གསུམ་བསད་ཅིང་། གསའ་སུས་རྟ་ཞིག་ལས་མ་སོད་པས། ཐམས་  
 ཅད་གྱིས་སྒྲ་གཞས་ལ། བཞོ་ལོག་ནག་ཐེར་མ་བཞིའི་སུ་བཞི་ལ།  
 སུ་ཁ་ཡ་མ་འདང་གསའ་སུ་ཁྱུ་འབུམ་རྒྱལ། ཞེས་ཟེར། དེ་ནས་  
 ཨ་དར་དེ་ལྟག་པར་སོ་ཆལ་རྩ་དགུ་དང་ལྷན་པ། མདའ་ལ་བརས་  
 རྩེང་རྒྱར་དཀོས་པ་དཔའ་ཆལ་ཅན་ཞིག་ལ། འཛི་ངོར་གི་མཁར་  
 ཏུ་ཡང་དབལ་བཟའ་སྐངས་ཏེ་དེར་བཞད། ད་ལོག་ཏུ་འབྲོག་  
 རྩོག་ལ་མཁར་ཞིག་བཅིགས་ནས་དེར་ཡང་སྒྲ་བཟའ་ཞིག་སྐང་.....  
 ངོ། །མགོ་ལོག་ནག་ཐེར་ནས་ཆེན་པོ་གདོང་མཁར་འགོ་ནག་  
 མར་གསེར་འབུམ་པོ་ཏི་བཅུ་དྲུག་མ་གྲིས་ཏེ་རབ་གནས་ལ་འཛམ་....  
 ཐང་ཚོས་རྩེ་གོང་མ་དང་རི་ཁྲོད་པ་དགེ་བ་རྒྱ་མཚེ་ཐེར་བ་གཉིས་....  
 ལྷན་རྒྱས་སྒྲ་དྲངས་ཏེ་འབུལ་ཆེན་སུལ་ཏེ། འཛི་སྐའི་མྱི་ནག་པོས་  
 མདའ་མན་ཆད་དང་། བསི་མདའ་ཡན་ཆད་ཀྱི་ས་ཆ་དང་ལྷ་བ་  
 རྣམས་སུལ། ཚོས་རྩེ་གོང་མ་ནས་འཛམ་ཐང་ལོགས་ཀྱི་ཕོན་འགའ་  
 སུལ་དཀོས་གསུངས་པ་རྩེ་སུལ། སྒྲ་མ་དང་མྱི་རྒྱལ། གསེར་རྒྱ་  
 དང་རྒྱལ་ཡོལ་བསྐྱགས་སོ། །དེ་སྐབས་ཀྱི་མི་དང་སྲད་མེད་རྣམས་

གྱིས་སྤྱ་གཞས་འཐོན་པར། གླ་མ་ཚས་རྗེ་འདྲ་བའི་མོ་འདེབས་  
 ཞིག་ཡང་། ཨ་དགེ་སྤྱ་སྤྱེས་འདྲ་བའི་ཨ་ཞང་ཞིག་ཡང་། མགོ་  
 ལྷག་ནག་ཐེར་འདྲ་བའི་མ་མིང་ཞིག་ཡང་། འཛི་རིང་ཨ་དར་འདྲ་  
 བའི་སྤ་ས་ཞིག་ཡང་། ཤ་དར་ཆས་དར་འདྲ་བའི་ནང་ལ་ཞིག་  
 ཡང་། ཨ་ཤོག་རྒྱང་ཤོག་འདྲ་བའི་ལྷོད་རྒྱང་ཞིག་ཡང་། ཞེས་  
 ཟེར་བར་གྲགས། དེ་ནས་མགོ་ལྷག་ནག་ཐེར་ཆས་པའི་སྐབས་སྤྱ་  
 འཕྲང་གཉིས་བར་གྱི་སྤྱ་ཚ་བྱི་མ་ཡང་ཡབ་ཡུམ་ལ་དཔལ་ཀམ་པ་.....  
 ཆེན་པོ་བཙུ་བ་འབྲངས་པ་ཡང་། ཡབ་ཡུམ་གྱིས་སྤྱ་ཁ་མ་གཏད་  
 ནས་ལོ་གངས་སོང་ཆོ། མགོ་ལྷག་ནག་ཐེར་གྱིས་འཕྲོགས་ཏེ་སྤྱ་  
 ཁོངས་གཏད་ཅིང་། ཆོ་རིང་སྤྱབས་ཀུ་ཐོག་རྒྱ་སོང་ནས་སྤ་མ་  
 ཐུས་ཏེ་མཚན་ཀམ་བཟ་ཤིས་སྤྱ་བཏགས་པ་དེ་སོགས་གྱིས་བསྐྱལ་.....  
 ནས་སོང་བར། གླ་མ་འདི་དཔལ་ཀམ་པ་ཆེན་པོ་དེའི་ཡོངས་  
 འཛིན་བཞེས་ཏེ། དེ་ཕྱིན་ནས་སྤ་མ་ཀམ་ཡོངས་འཛིན་ཞེས་  
 མཚན་རྒྱ་གྲགས་ལ། གླ་མ་འདི་ཚས་ལྷགས་གསར་རྟིང་གཉིས་ཀ་  
 འཛིན་པར་མཛད་པ་ཞིག་ལགས་སོ། །འདིའི་ཕྱི་རྒྱབ་ཀམ་འབུམ་  
 ཉི་མི་རྒྱབ་ཚ་བ་མིན་ལ། འདིའི་མི་རྒྱབ་ཆོ་འབུམ་ཐེར་གྱི་རྒྱང་རྒྱུ་  
 རྒྱས་གྱི་གཡོག་ཚའི་བྱ་ཡིན། རྗེས་ནས་སྤ་མ་ཀམ་ཡོངས་འཛིན་  
 དང་། ཆོ་ཐེར་འབུམ། ཀམ་འབུམ་ནམས་གྱིས་ས་མཁར་ཁྲ་ཅེ་  
 མ་འདི་བཅུགས་པ་ཡིན་ནོ། །མཁར་རྟིང་གོང་མཁར་གྱུང་ཁང་

ཡིན་ནོ། །ནག་ལ་འཛིན་པའི་ཤོག་ནས་ཁྲ་ལ་ཕྱད་མཁན་མཛེས་ཀྱིས་  
 ཁྲ་འོ་མདའ་མཁར་རྩ་ཨ་མར་བཟའ་རྩེ་མིང་གར་མྱིད་ཡང་ཡོད་ལ།  
 དེ་ལ་བྱ་མོ་བྱ་ཤིས་སྒྲོན་པ་ཟེར་བ་ཡང་ཡོད་པ་དེ། མཛེས་གཞུང་  
 རྩ་མར་སྤྱ་གཞིར་གྱི་འཁྲལ་ལྟེ་ཆོ་འདུ་ཟེར་བའི་བརྒྱ་ཤོག་ཞིག་ཡོད་...  
 པ་ཟེས་ནས་མགོ་ལོག་པར་མ་འདུམ་ལ་མགོ་བཏགས་ཀྱི་ལྟེ་པ་ཡིན་...  
 པ་དེ་ན་མས་དང་། མགོ་ལོག་ནག་མར་བཅས་ནས་མཆོད་རྟེན་  
 ནག་རྒྱང་བཞེངས་ཡང་ཟེར། ཁ་ཅིག་གིས་སྤྱ་གཞིར་གྱི་རྩས་ནས་  
 འདི་ན་མས་ཀྱིས་བཞེངས་ཏེ། བོན་ལྷགས་ཀྱི་མཆོད་རྟེན་ཡིན་ཟེར་  
 བ་གང་ཡིན་མ་དེས་སོ། །མགོ་ལོག་ནག་མར་དང་། སྒྲོན་པོ་ཨ་  
 མར་སྤྱ་པོ་དཔོན་གཡོག་ན་མས་ཁྲ་འོ་མདའ་ཁྲ་ལ་ཡིན་ལ་སོང་ཆོ།  
 ཨ་མར་སྤྱ་པོ་ནས་ཁྲ་འོ་མདའ་མན་རྩུན་གྱི་རྩ་སྒྲོ་རྒྱལ་སྒྲོན་གསུམ་...  
 གསོད་དཔོན་ཟེར་འདུག་པ་ཁོས་ཡང་ཡང་ཐོས་པར། འདུག་མི་ཉན་  
 པ་འདྲ་ཟེར་ནས་བཟུ་གསོག་བྱེད་ཆོ། སོག་དམག་སློབས་ནས་འཁྲལ་  
 ལྟེ་ཆོ་འདུ་རྩད་བརྒྱལ་བརྒྱབ་གཏོར་བྱས། དམག་གིས་མཁར་  
 བསྐྱར་རྟེ་རྟེ་མ་གསུམ་ལ་མ་སྤྱབ་པར། སོག་པོའི་སྒྲོན་པོ་གར་མེ་  
 ཀན་ཟེར་བས། མགོ་ལོག་ཁ་གསུམ་ཀྱིས་དེད་སོག་པོ་ལ་མགོ་  
 བཏགས་ཆར། རྒྱུད་ནས་མགོ་སྐྱར་དང་དེད་གཉིས་སྒོ་བསྐྱར་ཆོག་  
 ཟེར་བར། ད་མི་ཀན་ན་ཆོད་ཐལ་ཡོད་པས། དས་བྱ་རྒྱུད་ལ་  
 བཅས་དན་མི་འཛོག་པ་ཤེས། མགོ་མི་འདོགས། ད་དེད་ན་མས་



ཐང་ལ་འབུད། བྱིད་ཚོན་པོ་གང་དྲག་ན་མས་བྱང་ཐང་ལ་བུད་  
 ཟེར་ནས། ཉ་སྔ་ཆུན་ཞོན་ནས་ཚོན་པོ་སྤྱོད། སུ་བཟ་པོ་གསུམ་  
 གྱིས་འཐབ་ནས་ཐོག་འི་ཚོན་པོ། ལུ་ཤེས་ཚོན་པོ། ན་ཐར་ཚོན་  
 པོ་གསུམ་བཅད། ཉ་ཤིས་ཉ་ཚོན་པོས་ཨ་པར་སྤྱོད་པོ་དང་། སྔས་  
 བཟ་མི་ཨ་བཙོ་བརྒྱད་ཐོག་ལ་བཅད་དོ། །ནག་ཐར་གྱི་ཉ་བཅད་  
 ནས་ཐོག་དམག་གིས་བཙོན་ཏུ་བཟུང་ནས། ཐོག་པོ་རྒྱལ་པོ་སྤྱི་འི་  
 བ་ར་སྒར་ཤོད་ས་ཁང་ཏུ་བཞུགས་ཡོད་པའི་སར་བྱིར་བར། ཐོག་  
 པོའི་ཚོན་པོ་ཤར་མེ་ཆུན་གྱིས་ཁང་ཆ་ནས་ཡར་རྒྱལ་པོ་པོས་ཉ།  
 མཚོ་ཡག་ནག་ཐར་ནི་སྤྲུག་ཁ་སྤྱོད་ཞེས་བྱིད་ཡོད། ཚོན་པོ་དམག་  
 དཔོན་ན་མས་ང་མིན་ཆོད་འདིས་བཅད་ཆར། ཞེས་པོས་པས།  
 རྒྱལ་པོ་སྤྲུག་ནས་མཐུན་ཏུ་བྱིར་བཞུགས་པ་ཡོད་དེ། སྔས་ཁ་ནས་སྤྱོད་  
 རེ་ཅན་འགས་མཚོ་ལ་བརྒྱབ་ནས་བཅད་དོ། །འདི་སྐབས་ནག་  
 ཐར་འདི་ཨ་བརྒྱད་ཅུ་བྱ་ལྟ་ཡིན་ལ། རོ་ཐང་ཏུ་འཕེན་ས་དེར་ཆོར་  
 མ་སྤྱེས་པ་ལྷལ་དེར་ཡོད་པའི་མཚོ་ཡག་ཏུས་གཅིག་པ་ན་མས་གྱིས་...  
 རོ་དེ་ས་ཁང་མཚོ་ནང་ལ་འཕངས་པས། མི་མཐའ་རིང་ཟེར་པ་  
 བྱུང་དོ། །འདི་རོང་མཚོ་ཡག་ཨ་དར་གྱི་སྤྱོད་བཟའི་བུ་ཆོ་ཡག་གི་  
 མི་རྒྱུད་ཀྱི་ལ་ཆོང་ཇི་རིགས་ན་མས་ཡིན། སྤྱོད་པོ་གསུམ་པོ་བ་རྒྱུང་  
 པ་རིན་ཆེན་དར་རྒྱས་གྱི་དཔོན་ལྷལ་རྒྱ་ནང་ལ་ཡོད། དཔལ་བཟའི་  
 བུ་ཆོ་སྤྲུག་གི་མི་རྒྱུད་འདི་རོང་མགར་དུས་ཡིན། རོ་ནང་འཕགས་

བ་ཆང་དང་། གན་མོག་ལྷ་འབྲུམ་གཉིས་ཀྱི་མི་རིགས་ནམས་ནི་ཁྱ་  
 ལ་ཆང་ལ་གཏོགས་སོ། །གསལ་བཟའི་བྱ་ལྷ་འབྲུམ་རྒྱལ་གྱི་བྱ་ནི་  
 མཚོ་ལོག་ཏེ་ཐར་རྒྱལ་ཡིན་ལ། འདིས་མཚོ་ལོག་ཨ་རྒྱུང་གི་ཡན་མོ་  
 བྱ་ལྷ་འབྲུམ་རྒྱལ་གྱི་བྱ་ལྷ་འབྲུམ་རྒྱལ་གྱིས་ལོག་དམག་གི་རྒྱ་.....  
 ཁྱིད་ཡོད་པ་བསད་པས་དཔེ་ཏེ་ཟེར་བ། དེ་ནས་དཔེ་ཆང་ཁྱ་  
 མོགས་པ་བྱུང་། འདི་ཡིས་འཇི་རོང་གི་ལོག་མོ་ལ་མོལ་པའི་བྱ་  
 དཔེ་ཆོ་རྒྱལ་བྱམས་ཡིན། འདིས་ལོག་དམག་ལ་མཚོ་མ་བཏགས།  
 ལོག་དམག་གིས་མ་བྱལ་ནས་འདི་ལ་ལོག་ལོས་དཔེ་བྱ་ར་ཏེ་མི་ཏེ་ལ་  
 ཟེར། འདི་ལོག་དམག་གིས་མཛོན་ཏེ་ཅི་ནས་མ་བྱལ་པས། རྗེས་ནས་  
 ལེར་ལོག་རྒྱ་རྒྱལ་ཏེ་དམག་རྒྱུང་རྒྱལ་ནས་བསད་དེ་ལོས་འཇབ་.....  
 གྱིས་མས་ནས་གསོན་པོར་བཟུང་ཉི་ཏེ་ར་ལ་བཏགས་ནས་ཏར་.....  
 འབྱུང་བཅུག་ཏེ་བསད་ཟེར་རོ། །འདིའི་རྒྱུད་པ་ལ་དཔེ་སྤྱི་སྒྲོར་  
 དང་། གཞན་དཔེ་ཉིན་རྒྱར་དང་། དཔེ་གདོང་རྒྱར་ཐམས་ཅད་  
 གསལ་བཟའི་བྱ་ལྷ་འབྲུམ་རྒྱལ་གྱི་རྒྱུད་པ་ཡིན། དཔེ་དང་མང་  
 བཟའ་གཉིས་ལ་ནང་ངན་བྱུང་ནས། དཔེ་མང་གཉིས་ཀ་རྒྱུང་ཟེར་  
 བ་དེ་བྱུང་ལ་རྗེས་ནས་ཨ་རྒྱུང་གི་ཞབས་སྤྱོད་རོ། །ར་བཟའ་  
 མའི་བྱ་ཆོ་འབྲུམ་ཐར་གྱིས་རོབ་གདོང་མཁར་ཏེ། དབལ་བྱལ་འབྲུམ་  
 རྒྱལ་ལག་གི་སྤྱིང་མོ་ཆོ་བ་དབལ་བཟའ་མཚོ་ལྷ་མ་བླངས་པའི་བྱ་...  
 ནི་མཚོ་ལོག་ཆོ་རྒྱལ་བྱུག་ཡིན། དེ་ནས་འབྲུམ་རྒྱལ་ལག་གི་སྤྱིང་

མོ་རྒྱུད་པ་གཟུང་མྱན་མྱེད་མཁར་ཁྲ་ཙཱ་མར་བསྟུས་པའི་བྱ་མོ་ཆེ་བ་  
 ལྟ་མཆོད་དང་། རྒྱུད་པ་ཕྱི་མོ་ཐར་གཉིས་ཡིན། བྱ་ཆེ་བ་མགོ་ལྟག་  
 བཟུལ་ཡི་ཡིན། བྱ་རྒྱུད་པ་ཐོན་ལུ་མ་གཉིས་ཡིན། ད་རྩ་ན་མ་མཁའ་  
 རྒྱལ་གྱི་སྤྱིང་མོ་ཆ་བཟའ་མ་ལྟ་མྱན་མྱེད་མཁར་རྒྱ་བསྟུས་པའི་བྱ་ནི་  
 དཔོན་པོ་རིན་ཆེན་ཡིན་ཏེ། འདི་ཉིད་སྤྱི་མ་ཀ་མ་ཡོངས་འཛིན་  
 བས་མཚུར་སྤྱར་བཏང་། བྱ་མོ་ལྟ་མཆོད་ཐར་ར་གན་ད་རྩ་ན་མ་  
 མཁའ་རྒྱལ་ལ་མྱེན་པའི་བྱ་ནི་ད་རྩ་ན་དང་། ད་རྩ་རྩ་རྩ་ཆེ་བརྟན་  
 གཉིས་ཡིན། བྱ་མོ་རྒྱུད་པ་དེ་རྒྱ་རྒྱུ་ཁ་ནས་མགོ་བཏགས་འོང་བའི་  
 མི་མ་གན་མ་བརྟན་ལས་རྒྱལ་ལ་དེང་དེང་གི་མཁར་ཞིང་དང་བཅས་  
 མྱེན། ཐུར་ཆེ་འབུམ་ཐར་གྱི་གཡག་མོའི་བྱ་ཀླུ་འབུམ་གྱིས་  
 དབང་གཉིས་མཁར་རྒྱ་རྩེ་རྩོད་དབལ་བཟའ་ཞིག་སྤངས་པའི་བྱ་.....  
 ཡག་ལྟ་དང་། རྟག་ལྟ་གཉིས་ཡིན། ཆེ་རྒྱལ་སྤྱག་ལ་བྱ་མོ་གཅིག་  
 གཉིས་ལས་མེད་རྟུན། མོག་པོའི་རྒྱལ་པོ་ལ་མགོ་མ་བཏགས་པས།  
 མོག་པོའི་གཡོ་ཐབས་གྱིས་དབལ་བྱལ་འབུམ་སྤྱབས་ཡག་དང་ཞང་...  
 ཆན་གཉིས་ཀ་བཅོན་རྒྱ་བཟུང་ཡང་ད་རྩ་ད་ལགོ་མ་བཏགས་ནས་.....  
 མོག་ལྟལ་རྒྱ་བྱིད་དེ། བཅོན་ཞབས་ནས་རྒྱ་ལྟགས་བཅས་ཐལ་སྤེ་  
 ལ་གོ་བ་མཉེད་བྱིད་བཟུག་ལ་ལོ་གསུམ་ཡིན་རྟུན་ཞང་པོ་ནས། ད་  
 ནི་མགོ་བཏགས་ཏེ་བདག་མྱེན་བཟའ་པོ་རེ་ལེན་ནས་ལྟལ་རྒྱ་སྤང་...  
 བ་ཕྱི་ཁ་མེད་ཟེར་བར། ད་རྩ་ད་ལོ་གཅིག་ཙམ་རྒྱ་བཟུང་ན་མགོ་མི་

བྱུགས་ནས་ཤོར་ཐབས་འདྲ་ཡོད་ཀྱིད་ཟེར་ནས་བཞུད་པའི་ཉིན་...  
 རྣམས་སྤྱི་ཐེ་རི་རྒྱུད་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཅེ་ཞོར་ཏུ་བཅོན་པ་རྣམས་ལ་.....  
 ཁ་རན་ལག་ཅེད་བྱེད་དེ། མདའ་རྒྱུད་གཞུ་རྒྱུད་གིས་ཁ་རོ་ལའང་  
 འཕེན་པར། ཆེ་རྒྱལ་སྤྱུག་ནས། ཨ་ཞང་ལགས། ད་ནི་ཤི་ན་  
 དགའ་འདུག་ཟེར་ནས་ཁྱོད་ལངས་དུས། ཨ་ཞང་ནས། དེ་  
 འདྲ་མ་ཟེར་རྒྱུན་མེད། མིག་ནང་ཆོ་ལ་མ་བརྒྱབ་ན་དེ་རེད། ཁྱོད་  
 ལང་དགོས་མེད། ཡང་ན་མགོ་བྱུགས་རན། ལར་ད་ཅམ་ན་  
 མགོ་མོག་དཔལ་ལྷལ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མགོ་མོག་པོ་ལ་ཤོར་ཡོད་.....  
 བསམ་ཟེར་པར། ཉིན་གཅིག་ཨི་ཏི་ཁ་ཐེ་རི་ཟེར་བ་ལ། ཁྱོད་  
 རྒྱུད་བདག་ལ་འཁོངས་དང་ང་ཡི་མིག་ནང་འདིར་གཅིག་ཨེ་མོག་ལྟ་  
 ཟེར་ནས། མིག་བརྒྱན་དེ་ཐེ་རི་རྒྱུད་བུད་པར་ཐག་ཉེ་སྐབས།  
 དབྱུག་པས་ཐེ་རི་ཐག་ལ་བརྒྱབ་ནས་ཐེ་རི་བསད་པར། སོག་པོ་  
 རྣམས་བརྒྱགས་ནས་འོང་པར། འདུམ་རྒྱུབས་ཡག་ནས་ང་རང་  
 ཡིན་ཟེར་པར། ཆེ་རྒྱལ་སྤྱུག་ནས་ང་རང་ཡིན་ཟེར་ཏེ། ཉོས་ཤོས་  
 ཁ་ཤི་ཏུ་ཡང་བསད་པས། ཆེ་རྒྱལ་སྤྱུག་རན་གསོད་བྱས། འདུམ་  
 རྒྱུབས་ཡག་གི་དེའི་ཕ་གཅིག་གི་ཕྱེ་ནས་ལག་པ་གཡས་ཀྱི་ཁོང་མོ།  
 སྤྱིན་ལག་ བཟེའུ་རྒྱུད་གསུམ་བཅད་ནས། རྒྱ་ནག་པོ་བྱང་  
 ཏུ་ཁ་བཞོར་ནས་རྒྱགས་པར་ཟི་ཁོན་ཁྱིན་ཏུ་དང་། རྒྱལ་རྒྱུད་  
 བརྒྱད་ནས་སྤར་རང་ལུ་ཏུ་ཐོན་ནོ། །ལྷལ་ནས་མོ་བ་མེང་

རྒྱུད་ཟེར་བས་རྒྱ་མིག་གི་མོ་བརྟའ་པར། དཔལ་ལྷན་འབྲུམ་སྒྲུབས་  
 ཡག་གི་མོ་མཐུད་ནི། ས་མལ་སྒྲོས་ན་དོམ་མལ་སྒྲིགས། དག་ཆ་  
 ལེར་མ་རང་ཡུལ་ཐར། ཟེར་བ་བབས་འདུག་པས། ཟེར་དཀའ་  
 ཡང་མཐར་ཡུལ་རྩ་སྒྲིབས་ཟེར། མགོ་ལོག་ཆེ་སྒྲུག་རྒྱལ་ཁྱི་མོ་མཐུད་  
 ནི། རྩོན་མོ་རྒྱ་ཡི་དཀྱིལ་འཁོར་རྩ། དམར་པོ་ཁྲག་གི་ཆ་ཆ་འཕྲ།  
 ཞེས་ཐར་རྒྱ་མ་རེད་ཟེར་བས། དེའི་སྐབས་ཀྱི་རྒྱ་གཞས་ལ། རྒྱ་ག་  
 རྒྱར་མངོན་སྲུང་མཐོང་བ་མོ་སང་མོ། སྒྱི་མོ་མངོན་སྲུང་མཐོང་  
 བ་ཆོས་རྗེའི་སྒྲུབ། ཟེར་བ་ཆོས་རྗེ་མོ་རྒྱལ་དེ་ཁང་དམར་རྩ་བརྒྱགས་  
 ཡོད་པ། རྩོན་རྒྱ་ར་བའི་ཉི་ཤུ་བཞིའི་ཉིན་པར་ཁང་ཐོག་རྩ་ཁམས་  
 སངས་ལ་བྱོན་ནས་ཡོང་བར། ཐང་ཤིང་ཙ་བར་རྒྱ་མི་འཁོར་གསུམ་  
 རྒྱོག་པ། ལྷ་ཡི་ར་ལ་དམར་སལ་ལེ་བ་ཞིག་ཐོན་ནས་ལྷ་དེ་སྤྱད་  
 ནས་ཡར་བརྟལ་པར། མགོ་ལོག་ཆེ་རྒྱལ་སྒྲུག་ཡིན། ར་སོག་པོས་  
 བསད་ཆར་བ་ཡིན། ཨ་ཞང་ད་རུང་མ་བསད་ཆོད་ཡིན། བྱིད་  
 ར་ཡི་ཡུལ་རྩ་བྱོན་ལ་ར་ལ་ཆོས་བྱིས། ཟེར་ནས་ཡལ་སོང་བ། ཁ་  
 ཡུལ་བཞིན་ནམས་བྱ་ཆོན་མང་གས་ནས། ཆེ་རྒྱལ་སྒྲུག་འདས་ཆར་  
 འདུག ར་རང་འོང་རྒྱ་ཡིན་པས། དེ་ལྷགས་ཆོས་བྱིས་དགོ་ལྷས་  
 མཛོད་ཟེར་བས་བང་ཆེན་མངགས། དེ་ལྷགས་མགོ་ལོག་ཆེ་རྒྱལ་  
 རྒྱག་ལ་རྗེས་ནས་ཆོས་དགོ་བྱས་ཏེ་ཁྲབ་དཀར་གསལ་རྒྱར་མ་དང་།  
 འབྲུལ་ཆེན་ཡུལ། ལྷ་ཞིང་ཉིང་ཞབས་རྒྱུ་མཛོད་ཐེབས་སྒྲུ་ཡུལ་

མ། ། བྱིས་ནས་འབྲམ་སྐྱབས་ཡག་ནས་ཉི་ཤུ་གཏམ་གྱི་དཀོར་  
མོར་ཟངས་རྟ་སྐྱོན་ནས་བསད་པ་ཡིན་ཚུལ་བཤད་པས་ཚས་རྩེས་.....  
མདོན་ལུས་རུ་མཐོང་ཟེར་རྒྱ་དེ་ཡིན་ནོ། །

ལྷ་མ་ཀཱ་ཡོངས་འཛིན་ནི་ཆ་ཁོའི་རྒྱལ་ས་ཁག་གཞུམ་གྱི་དབུ་  
ལྷ་ཡིན་པ་དང་། སྐན་རུ་མཐུ་དང་རན་རྟགས་ཆེ་བ་གཉན་  
པོའི་ཆད་ཡིན་པས། དབལ་བྱལ་ནམ་རྒྱལ་བཟ་ཤིས་པ་བུའི་ཡ་  
མཁར་ཉིན་གྱི་མོ་དེ་ཁོང་ལ་དབང་དཀོས་ཚུལ་གཞུངས་.....  
པར། ཚས་རྩེ་ལྷ་མ་དང་མི་རྒྱལ་ནམས་གྱིས་བར་གཞུ་བཏང་ནས།  
ཡ་མཁར་ཉིན་གྱི་ས་ཆ་སོག་ལམ་ལ་གསར་མན་ཆད་དང་། གསར་  
ལུང་རྒྱ་མདའ་ཡན་ཆད་གྱི་ས་ཆ་དང་། རྟེན་པ་མདོས་དོམ་གྱི་མི་  
རུད་ནམས་རུད་ཤོག་ལ་རྒྱར་གཏད་ནས། རྟེན་རུང་མཐར་རུ་མཁར་  
རྟ་ཁང་མ་བཅིགས། དེར་མགོ་ཡོག་བཟ་ཡི་ལ་བལ་བཟའ་ཆེ་རིང་  
མྱིད་བཟུས་ཉི་དེར་བཟད། ལྷ་མཁོར་ནང་མར་གཉི་ཤག་ལུ་  
དང་། ཡག་ལུའི་བུ་ཆེ་ཡག་གཉིས་བཏང་། ལྷག་གཤོག་པ་པོ་རྟ་ཁོ་  
མ་གཤང་། ཉིན་སྐལ་ལ་ཆེ་རིང་མ་རྒྱལ། ཉིན་གྱི་མདའ་དང་།  
མགོན་གཞུངས། གཡང་མོར་གཞུམ་སྐྱོན། མོ་མཚོན་ལ། བསེ་  
ཁལ། བསེ་ཚོག་ ཉོར་ལེར། རལ་གྱི་བུ་ཤིང་མ་ནམས་སྐྱོན།  
ལྷ་མ་ཀཱ་ཡོངས་འཛིན་རྟེན་པ་མཁར་རྟ་ཁང་མར་ཡོ་གཉིས་ལ་.....  
བཞུགས་ཉི་མུར་བྱོན་པ་ཡིན། རྩེས་ནས་ཤག་ལུ་གདོང་མཁར་

ཏུ་བཅུད།           ཆེ་ཡག་མ་མཁར་ཅེ་མེར་བཅུད་དེ་མག་ཡག་ཕྱ་  
 དབང་གཤིས་དང་ཐེ་བྱུང་བར་ཏུ་ཨ་རག་རེ་བཟུང་ནས་འབྱུང་.....  
 རྒྱུ་ལ་མར་འགྲོ་རྒྱུ་འགྲོ་བྱེད་ལམ་ནས་མོར་སོང་བ་ཕྱུས་བསད་....  
 མ་ཤེས།           ཆེ་ཡག་ཕྱ་མཁར་རྩ་སོགས་མཁར་ནང་ཏུ་བཅུད་པ་  
 མཁར་པ་དང་།   རྩེས་ནས་དབང་གཤིས་ལ་ཡང་མི་རིགས་ཡོད་པ་  
 ཆ་ཆར། ཤག་ཡིན་ཏུ་ཙེ་ར་གནས་མཁར་གདོང་ཆང་ཡིན། བཟ་མུའི་  
 དབལ་བཟའི་ཕྱ་གཟུངས་ཆེན་འབྱུལ་ནག་ཐང་ཡིན།   འཁྱིང་བ་  
 བརྟན་པ་མེར་མོ་བྱས་ཁྱུང་མ་འོང་ནས།       རྒྱུང་བ་དགེ་འདུན་  
 རྒྱ་མཚོ་མེར་མོ་བྱས་ནས་ཀམ་ཀམ་ཆང་གི་གདན་ས་མཚུར་ཕྱ་ལྷ་.....  
 སར་སོང་ནས་ཁྲ་མ་བྱས་ཏེ་ཐེར་མགོའི་རི་ཁྲོད་བཏབ་ནས་དེར་.....  
 བཟུགས་ཏེ་གཤེགས་སོ།           །གཟུངས་ཆེན་འབྱུལ་ཐེ་ནང་བྱུང་  
 འགལ་ཏུ་མཁར་བཅིགས་ཏེ་དེར་བཅུད་པའི་ཕྱ་ཆེ་བ་མགོན་ཐར་.....  
 འབྱུལ།   འཁྱིང་བ་ཆེ་དབང་འབྱུལ།   རྒྱུང་བ་ཆེ་རིང་འཕན་  
 སོགས་ད་ལྟའི་ཐེ་བྱུང་འགལ་མ་ཆང་རྩེ་རིགས་འདི་ཐམས་ཅད་དེ་...  
 རྩེས་ཀྱི་རྒྱུད་པ་ཡིན།   བརྟན་པ་མཁར་རྩ་ཁང་མར་བཅུད་ནས་  
 ཕྱ་ཆེ་བ་བརྟན་སྤང་དང་།   རྒྱུང་བ་གཏུགས་དཀར་གཉིས་ཡིན།  
 མཁར་རྩ་ཁང་མ་དོ་མ་དེ་རྩེས་ནས་རྒྱ་རོང་དམག་གིས་བསྐྱེགས་.....  
 རྩེས་དེའི་ཆབ་ཀྱི་མཁར་ལ་གཏུགས་དཀར་བཅུད་ཅིང་།   རྩ་ཁང་  
 མའི་བྱལ་ཏུ་བརྟན་སྤང་གི་ཁང་བ་བྱས་ནས་དེར་བཅུད་པས།   དེ་

གཅིས་ཀྱི་མི་དེགས་ལ་ད་ལྟའི་ཐེ་ནང་གོང་མ་ཆང་རྩེ་དེགས་ན་མས་...  
 ཡིན་ནོ། །ཚོན་བྱ་མས་མཁར་བྱ་ཅི་མར་སྒྲིང་མོག་བཟའ་ལྷན་  
 སྒྲིང་བཟུས་པའི་བྱ་ཆེ་བ་མགོ་མོག་དཀའ་བྱུང་མགོ་ཆེ་ཡིན། འཁྲིང་  
 བ་ཀམ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཡིན་ཏེ། མཚུངས་བྱ་གསར་འགྲོ་ལམ་ནས་  
 ཀུན་མོག་རྒྱལ་མས་བསོད་ན་མས་ཐེ་བཅན་དང་མངལ་ནས་སྡོད་.....  
 ལས་ཀྱིས་དད་པ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་བྱུང་ནས་དེའི་སྒྲོབ་མར་བྱུང་ཏེ་བྱ་.....  
 ཅ་དྲག་པོ་དང་མ་མགོན་དམ་གཟུམ་འབྲུག་ཟེར། འཁྲིང་རྒྱང་སྒྲ་  
 ཡིན་ཏེ། མི་ནང་དུ་མཁར་བཅེགས་ནས་མོག་མོ་སྒྲ་སྒྲན་གར་  
 གྲངས་པར་བྱ་མོ་གཅིས་ལས་མེད་ཀྱང་། བྱ་མོ་རྒྱང་བ་མཁར་  
 བདག་ཏུ་བརྒྱུག་ནས་མག་པ་བསྐྱོས་བ་སྟོང་དཔོན་ཆེ་མགོན་ཡིན་.....  
 ཁོང་རང་གི་རང་བྱིན་ཆོད་པ་བྱུང་། སྒྲ་རིས་སྒྲོན་པའི་བྱ་མང་  
 གཅིག་ནི་མོག་པོ་ཐེ་ཐེའི་མི་རྒྱུད་ཁོང་རང་ལ་མོག་པོའི་སྐས་མོ་ཁ་.....  
 བར་བྱེད། མི་རྩ་ཤི་རྩ་འ་རྩ་བ་བཟ་ཤིས་ཡིན་པ་མོག་པོ་རྩ་འ་རྩ་  
 བཟ་ཤིས་ཡིན་ལ། དེའི་མི་རྒྱུད་ནི་ཐེ་ནང་ཨ་ཡི་དང་། གྱི་བྱང་ཨ་  
 གཟུ་འགཔ་མ་ཆང་ཡིན་ནོ། །བྱ་མོ་ཆེ་བ་ནི་ཨ་མི་ནང་སྒྲིང་ལ་  
 མོང་བའི་བྱ་རྒྱུད་ནི་སྒྲིང་འབྲུམ་རྒྱུབས་ཡིན་ནོ། །སྒྲིང་བཟའི་བྱ་  
 རྒྱང་བ་ནི་གཟུང་པོ་ལེ་ཡིན་ནོ། །འཛམ་བུ་ཆོས་རྩེ་གོ་རྒྱལ་གྱི་  
 སྒྲིང་མོ་རྒྱང་བ་བསོད་ན་མས་སྒྲོལ་མ་དབང་མདའི་མཁར་དུ་གྲངས་  
 པའི་བྱ་མོ་ནི་མགོ་མོག་བཟའ་བྱུང་མ་མར་དེ་ཆ་ཁོར་མོང་ནས་དེའི་



བྱ་དེ་རྩ་མ་དཀར་ཡིན། སྐྱ་བཟའི་བྱ་ཆེ་བ་ཆེ་དཔག་རྒྱལ་དང་།  
 རྒྱུ་བ་སྐྱ་རྒྱལ་འབྲུམ་གཉིས་ཡིན་ལ། སྤྱིང་བཞི་དང་སྐྱ་བཟའ་སྐྱ་  
 གཉིས་བཅས་ཚོན་ལྷ་བྱ་རྒྱལ་ཟེར་རོ། །སྤྱིང་བཟའ་འདས་ནས་  
 སྐྱ་བཟའ་སྤར་མཁར་བྱི་ཅི་མར་སྤོས་ནས། བྱ་ནམས་དང་ཚོམ་  
 བང་ལ་བྱུང་མེད་བྱས་ཏེ། བྱ་ཆེ་བ་དཀར་རྒྱལ་མར་བྱིས་དཔང་  
 མདའི་མཁར་རྩ་ནང་བའི་ཆོས་བྱལ་ཁང་དམར་བཟའ་རྒྱལ་མ་སྤྱིད་  
 སྤངས་པའི་བྱ་ཆེ་བ་མགོ་ལྷག་བསོད་ནམས་འབྲུམ་དང་རྒྱུ་བ་སྐྱ་  
 མ་ཀུན་བཟའ་བཏུན་འཛིན་ནམ་རྒྱལ་པ་ཀུ་ཚོག་པ་སོགས་བྱི་དམ་  
 པའི་ཆོས་མདོ་ལྷགས་ཡོངས་བྱི་དཔང་ལྷང་གི་མཛོད་འཛིན་དེ་.....  
 ཡིན། བསོད་ནམས་འབྲུམ་ནི་རིག་གནས་སྤྱི་དང་བྱུང་པར་  
 དཔལ་ལྷན་གསེབ་རིག་པ་ལ་མཆིན་རབ་བྱི་བད་མ་ནམ་པར་བྱེ་  
 བ་དེ་ཡིན། འཕྱིང་བ་ནི་དཔང་མདའི་མགོན་པོ་ཡིན་ལ། འདི་  
 ལ་རྒྱལ་རྩེ་ནམས་བྱིས་དཔང་རོས་མགོན་པོ་ཞེས་ཟེར་ལ་མི་ཡ་.....  
 རབས་པོ་ཆལ་རྩ་དགུ་དང་ལྷན་པ་དེ་ཡིན། འཕྱིང་རྒྱུ་བ་དཔང་  
 མདའི་ཆོས་རྒྱུང་ཡིན་ཏེ། འདི་ཤིན་ཏུ་དཔལ་ཞིང་བཏུན་པ་ཡིན་  
 ལ། རྒྱུ་བ་རྩ་མེད་དོན་འབྲུམ་ཅེས་དཔལ་ཆལ་ཅན་དེ་དང་བཞི་  
 ཡིན། མགོན་པོས་གད་ཚོག་ཏུ་སོག་བཟའ་སྤངས་པའི་བྱ་ཆེ་བ་  
 བཀ་ཤིས་རྒྱ་མཚོ་ཡིན་ལ། སྤར་བྱི་མི་རིགས་ནམས་ལ་བཏུས་ན་སྤྱི་  
 བྱལ་རྩ་ཚོ་ཡོར་ལྷ་བྱ་དང་། ད་ལྟའི་མི་ནམས་བྱི་ནང་ནས་ཡི་གེ་རིག་

པ་སྐྱུ་ལ་ཅུང་ཟད་ཆུང་པ་ཞིག་ཡིན་ནོ། །འཕྲིང་པ་ནི་ར་སྟོན་  
 རྒྱལ་མཚན་རྣེས་ཀྱི་རྒྱལ་ཏུ། རྟོག་པ་ཆེན་པོན་པོ་ཆེ་ནས་རྟོག་  
 བརྒྱུང་པའི་གྱི་ཡུང་རྒྱལ་སྟེ་རྒྱལ་མཚན་རྣེས་རྟོག་དང་། འཕྲིང་ཆུང་  
 དཔོན་བསྟན་ནས་མཚན་རྣེས་རྟོག་དང་། ཆུང་པ་བྲམ་མ་ཀམ་ཚས་དབང་  
 ཞེས་ཀམ་ཀམ་ཚང་གི་ཚས་བརྒྱད་འཛིན་མཛད་མཁན་དེ་དང་.....  
 བཞི་ཡིན། འདིའི་རྒྱ་པོ་རྣེས་ཀྱི་རྒྱུད་ནི་གྱི་ཡུང་ཚང་རྟོག་རྟོག་  
 རྟོག་ཡིན། ཚས་རྒྱུད་གིས་བྱ་ཡོར་པད་མ་མགོན་མཁར་བཅིག་སྟེ།  
 རྟེ། སྐྱུ་པ་བཟའ་ཁེན་པོ་སྟོན་སྟངས་པའི་བྱ་ཆེ་པ་ཁོ་པོ་དང་།  
 སྟེ་མ་བཟུན་འཛིན། དཔོན་ཆེ་མཚན་ཆེ་དབང་ནས་རྒྱལ།  
 སྟེ་མ་བསྟན་ནས་རྒྱ་མཚོ། འདན་སྟོན་ཚས་གྱི་རྒྱལ་པའི་རྟོག་  
 རྒྱལ་ཏུ་རྟོག་པ་ཆེན་པོ་ཆེ་ནས་འཛིན་མཛད་པའི་དབང་མདའི་.....  
 རྒྱལ་སྟེ་རྣེས་རྟོག་དབང་བཟང་ཡིན་ནོ། །སྟོན་ནས་ཏུ་པོ་རྣེས་རྟོག་  
 འབྱུང་འདས་མིང་བྱ་མཛད་པ་སྐྱུ་ལ་ལྷོས་དབང་མདའི་མཁར་ཏུ་.....  
 སྟོན་པ་ཡིན་ལ། འདིའི་རྟོག་རྟོག་ནས་པ་དབང་མདའ་ཚང་རྟོག་  
 རྟོག་འདི་རྟོག་མཛད་རྟོག་།

ཀྱུང་པོ་ཁེའི་བྱ་ཆེ་དབང་འབྱུང་སྟངས་ཁེའི་མགོན་འགབ་.....  
 མར་བཟུན་པའི་བྱ་ཆེ་པ་ཁོ་པོ་དང་། འཕྲིང་པ་རྒྱལ་པོ་ཡིན།  
 འདི་དབང་ཚས་ཆེ་ལ། ཆུང་པ་སྟེ་པ་བཟང་འབྱུང་ཡིན། རྟོག་  
 རྟོག་སྟེ་མགོན་འཛིན་ཁེའི་མཁར་ཏུ་སྟོན་པས་དེ་རྟོག་སྟེ་ཀྱུང་

གི་ད་ལྟའི་ལྷན་ཐོག་ཆེ་རིགས་འདི་ན་མས་ཡིན། ལྷ་བཟའི་སྤྱི་ཆེ་  
 དཔག་རྒྱལ་གྱིས་སྒྲིང་མཁར་རྩ་ཨ་གཏམ་བཟའ་བླངས་པའི་སྤྱི་རྒྱུ་.....  
 རྒྱལ་འབུམ་དང་། བྱི་ལྷ་མ་མཁར་རྩ་སྤྱི་བཟའི་སྤྱི་འབུམ་རྒྱལ་ཡིན།  
 འདི་ཡིན་ཏུ་དཔའ་ཆལ་ཆེ་ཟེར། འདི་གཉིས་ཀྱི་རྒྱུད་པ་ན་མས་ལ་  
 དཔང་རོས་ཆང་ཆེ་རིགས་ན་མས་ཡིན། ལྷ་བཟའི་སྤྱི་འབུམ་གྱིས་  
 དཔང་ཆེན་ལྷ་དྲ་གྱི་སྤྱི་རྒྱུ་བཟའ་པ་ད་མ་མཆོ་བླངས་པའི་སྤྱི་ཆེ་བ་.....  
 བོང་ལྷ་མགོན་པོ་དང་། དེའི་འཕྲོའི་གཏན་ཐར་འབུམ་རྒྱལ་ཁང་  
 ཏུ་བཞུགས། དེའི་འཕྲོའི་ཆེ་རིང་དཔང་རྒྱལ་ལི་མགོ་གོང་མའི་མཁར་  
 ཏུ་བཞུགས། དེའི་འཕྲོའི་ནོར་བུ་བྱ་ཁར་བཞུགས། དེའི་འཕྲོའི་ཆེ་  
 དཔང་རབ་བཏན་མཁར་ཁྲ་ཅི་མའི་ཐོབ་བདག་པ་རྒྱུད་པ་ཡིན་.....  
 རོ། །བོང་ལྷ་མགོན་པོའི་མི་རྒྱུད་ནི། ད་ལྟའི་བོང་ལྷ་ཆང་ཆེ་རིགས་  
 འདི་ན་མས་དང་། གཏན་ཐར་འབུམ་གྱི་རྒྱུད་པ་གི་ད་ལྟའི་མཁར་  
 རྒྱུད་གོང་མ་ཆང་ཆེ་རིགས་ན་མས་དང་། ཆེ་དཔང་གི་མི་རྒྱུད་  
 གི་མཁར་ནང་འགབ་མའི་དཔོན་རིགས་ན་མས་ཡིན་ནོ། །ཁོར་སྤྱི་  
 སྤྱི་དཔང་རྒྱལ་ཡིན་ཀྱང་རིགས་བརྒྱུད་ཆད་ཆར། ཆེ་དཔང་རབ་  
 བཏན་གྱི་སྤྱི་བཏོད་ན་མས་རྒྱལ་ཡིན། དེ་ལའང་རིགས་རྒྱུད་མེད་  
 རོ། །ཇར་གྱི་མགོ་ལྷན་ནག་ཐར་གྱི་གདའ་བཟའི་སྤྱི་ཨ་གཏན་ནི་  
 ཆེན་པོ་གདོད་ནས་མར་བོང་ལྷ་ལ་སྤྱོད་ནས་དེར་ཁང་བ་བཞེགས་...  
 མོ། །དེར་སྤྱི་ཆེ་བ་ཆག་འེ་དང་། ཆེ་དཔང་རྒྱུ་བས་གཉིས་ཡིན།

འདི་གཉིས་ཀྱིས་རྒྱལ་བུ་མཉམ་བཞིན་ཅིང་བཅན་འཕྲོག་བྱས་པས།  
 མགོ་ལྗག་ཚོན་ལི་མས་རྗེས་ནས་ཕབ་དགོས་ལྟར་བ་ལ། དེ་གཉིས་  
 ཁྱི་མི་རྒྱད་ད་ལྟའི་བོང་ལུའི་མགོ་ལྗག་གྲུ་མ་ཆང་ཁག་སྟགས་འདི་……  
 རྒྱལ་མས་ཡིན། ཡང་ཨ་གཉན་གྱིས་དབང་རྒྱུ་ལྟར་མྱོད་ཏུ་མཁར་  
 ཞིག་བཅིགས་ནས་དེར་བྱ་བཟའ་བྱངས་པའི་ཁྱ་ཆེ་བ་པད་མ་རྒྱལ་……  
 དང་། འཁྱིར་པ་སྟིང་པོ། རྒྱུང་བ་རྩ་རྗེ་གསུམ་ཡིན། པད་མ་  
 རྒྱལ་རྒྱ་ཁར་ཏུ་བཅད་པར་ཕྱེ་བ་ལ་བཅན་ཆེ་ཞིང་། རྒྱད་པར་ཞིང་  
 འཕན་དགོན་པ་ལ་ཤིན་ཏུ་འཚོ་བས། མཐུ་གཏད་གྱིས་མི་རྒྱད་རྗེ་  
 ངན་རྗེ་རྒྱུང་ལ་ཡོང་ནས་ཞིང་འཕན་ལོ་ལོ་ཆང་དང་། ཀ་འཛོ་  
 ལེ། ལེར་ཀ་ལེ་སྟགས་མི་ལུང་བོ་ཡང་བ་སྟེ་ཆོགས་འབུགས་པ་ཅན་  
 མང་ཏུ་སྦྱོས་ནས་མི་རྒྱད་ཆད་དོ། །སྟིང་ལུའི་ཁྱ་སྟིང་ཁོ་དང་སྟིང་  
 རྒྱལ་གཉིས་ཡིན་པ་འདི་དག་རྒྱལ་མས་ཀྱིས་རྒྱལ་བུ་མཉམ་བཞིན་པས་……  
 བས་རྒྱ་དམག་གིས་གཏོར་ཏེ། སྟིང་ཁོ་མ་དགེ་ཆེ་དུ་ཁོག་ཏུ་འབྱར་  
 པ། པད་རྒྱུང་ག་ཆང་གིས་བརྒྱུངས་ནས་ད་ལྟའི་ཕྱེ་བ་ལ་མའི་མགོ་  
 ལྗག་འདི་རྒྱལ་མས་འདིའི་རྒྱད་པ་ཡིན། སྟིང་རྒྱལ་མས་དབང་ཆེན་  
 རྟོད་ཏུ་འབྱར་ནས་ཆེན་མོ་མདར་བཅད་པའི་མི་རིགས་ལ་ད་ལྟ་……  
 མདར་བ་ཆང་རྗེ་རིགས་འདི་རྒྱལ་མས་དེའི་རྒྱད་པ་ཡིན། རྩ་རྗེའི་ཁྱ་  
 འབུམ་རྒྱལ་མས་དང་། འབུམ་རྒྱལ་གཉིས་སྒྲར་ཁྱོད་མྱོད་ཏུ། འབུམ་  
 རྒྱལ་གྱི་ལུང་ཏུ་མཁར་བྱས་སྟེ་ལ་བཅིགས་ཏེ་དེར་བཅད། འབུམ་

ལྷུ་ལས་ཤྱོད་དང་ཕྱ་ལོ་གད་ཐོག་གཉིས་པདག་ཕྱས་ནས་ཡང་རྒྱ་  
 ཁྲིམས་མ་བསྐྱངས་པས་ཡང་མགོ་ལོག་དགའ་ལྷུ་བ་ཐར་གྱིས་རྒྱ་  
 དམག་ཁྲིད་ནས་དམག་གིས་བརྒྱུ་བ་ནས་འབྲུམ་རྒྱས་བསད་པ་  
 སོགས་ཕྱས་ནས་ཡང་བརྒྱུ་བ་ལོག་གཏོར་གསུམ་ཕྱས་ནས་དམངས་  
 རིགས་ལྷ་མཁུ། ཡང་འབྲུམ་རྒྱས་ཀྱི་ཕྱ་དགོ་ཁོ་འབྲུམ་ལྷན་རྒྱས་  
 ཀྱི་རིགས་ལ་ཡང་རྒྱ་ཁྲིམས་བཞིག་ཅིར་དཔོན་གྱི་ཡ་བཟུང་།  
 འབྲེས་བཅའ་མི་ལོས་པ་ཆེར་ཕྱས་པར་ཡང་མགོ་དབང་མགོན་གྱིས་  
 རྒྱ་དང་ཆ་ཁོ་ཁྲིད་ནས་ཀྱི་ལྷུང་གི་དེ་རྒྱས་ཆེག་ཅིད་ཏུ་བཏང་  
 དོ། །ཕྱ་ལོ་གད་ཐོག་སོགས་ཀྱི་མགོ་ལོག་སྐོར་བ་ཐེར་རྒྱ་འདི་  
 རྒྱས་ཐར་གྱི་རྒྱར་པ་རྒྱ་ཆེད་མི་རྒྱད་ཡིན་ནོ། །མགོ་ལོག་པད་མ་  
 འབྲུམ་གྱི་མི་རབས་རྒྱན་སོར་རྒྱས་བསད་ཐིན་རྟོ། །

ཐར་མགོ་ལོག་པད་མ་ཡག་གི་ཕྱ་ཆེ་བ་ལྷུ་གཉན་ཤྱོད་ཐོར་  
 མར་བསྐྱད་དེ། ཤྱོད་དེ་ནང་འཁོར་ཡིན་པས་ལྷུ་གད་ཏུ་མིང་  
 ཐོགས་ལ། དེའི་ཕྱ་མགོ་ལོག་རྒྱུར་ཕྱ་ཡག་སོགས་ནས་བར་རྒྱལ་  
 ལྷ་མགོ་ལོག་ལྷུ་ཐར་དང་རྒྱལ་ཆེན་སོགས་ལྷུར་ལ། རྒྱལ་  
 ཆེན་གྱི་ཕྱ་རྒྱ་དེ། དེའི་ཕྱ་ལྷ་མ་དམ་པ། རབ་དགའ་ལྷན་སོགས་  
 ལྷུར་ལ། གཞན་གྱི་ཐེ་ཐར་རྒྱ་རྒྱན་ཆར་དང་དེའི་ལྷ་མ་དམ་པ་  
 ཆོས་དཔལ་ལྷན་རྒྱས་དང་། བ་ཆ་རྒྱ་སྐོར་ཤྱོད་གི་རྒྱ་རྒྱར་  
 སོགས་འདིའི་མི་རིགས་རྒྱས་ནི་མགོ་ལོག་པད་མ་ཡག་གི་རྒྱད་པ་

ཡིན། ཡང་ཁྱོད་པ་འགལ་མ་གཉན་ནང་གི་པད་མ་ཡག་གི་སྤྱུ་རྒྱུ་  
བ་ཉྟག་འཕན་རྒྱུད་པ་ལ་བར་སྐབས་སྤྱུ་མག་ལྷིང་སྤྱུ་ཙོ་ཞེས་མི་  
དཔའ་ཚལ་ཅན་དེ་སྟགས་བྱུང་ལ་དེའི་རྒྱུད་པ་ད་ཉྟ་མག་ལྷིང་གི་.....  
དཔལ་ཡུལ་ཆང་འདི་རྒྱལ་ཡིན་ནོ། །

མག་ལྷིང་པད་མ་ཡག་གི་རྩེ་རྒྱུད་འདི་རྒྱལ་ས། ཨ་རྒྱུང་མག་  
ལྷིང་བཙན་འཛིན་ཡང་ང་པ་སྤྱི་ཆེ་ཅམ་ནས་རང་བྱེན་གཞན་.....  
བྱེན་གང་ཉྟར་ཀྱང་ཨ་རྒྱུང་གི་ཞབས་སྤྱུ་སྤང་བར་འདུག་གོ། །མག་  
ལྷིང་པད་མ་ཡག་གི་མི་རབས་ཐོན་སྤང་མདོ་ཅམ་བཤད་ཟིན་ནོ། །

ད་ནི་ཐར་མག་ལྷིང་ཨ་རྒྱུང་གི་རྩ་པོ་དཔོན་ལྷིང་རིན་ཆེན་.....  
འབུམ་གྱི་སྤྱི་མག་ལྷིང་ཆེ་ཁོ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་རྒྱ་ར་སྟགས་ལ་མཁར་  
ཁག་གསུམ་ཡོད་པར་སྤྱད་མེད་གསུམ་སྤངས་པར། ཨ་མི་བཟའ་  
བྱུང་། མོའི་སྤྱུ་ཆེ་འབུམ་རྒྱལ་ཆེན་ཅོང་དང་། འདི་དཔའ་ཚལ་ཆེ་  
བ་མག་ལྷིང་ནག་ཐར་ལ་ཡ་བཟུང་ནས་རྟག་མེ་ཐར་མཁར་བྱིར་.....  
ལེན་སྤྱབ་མི་དེ་ཡིན། དེའི་འཕྲེལ་ཐོང་བཟའ་ཤ་ཁེའི་སྤྱུ་ཆེ་དར་  
འབུམ། རྟོམ་བཟའ་ཉྟ་མོའི་སྤྱུ་ཆེ་རྒྱལ་འབུམ་དང་གསུམ་དེ་ཡིན།  
ཆེ་འབུམ་རྒྱལ་ཆེན་ཅོང་དང་ས་ཁི་བཟའ་གཉིས་ཀྱི་སྤྱུ་མག་ལྷིང་ཆེ་  
དཔལ་རྒྱལ་ཡིན། ཆེ་དཔལ་རྒྱལ་དང་འགི་མདའ་བཟའ་གཉིས་  
ཀྱི་སྤྱུ་ཆེ་བ་རྟ་འཕྲེལ་སྤྱུ་མ་དྲགས་པོ་བ་ནམ་མཁའ་ཡིན། སྤྱུ་མ་  
རྒྱུང་བ་འདྲ་ཟེར་ཡིན། མི་རྒྱ་སྤྱུ་ཐར་ཡིན། དེའི་སྤྱུ་ག་སྟེ་ཡིན།



མཁའ་གསལ་གྱི་དབལ་བཟའ་སྒྲན་ནི་དེ་དཔོན་ལྷག་ཀྱན་དགས་.....  
 གླངས་པའི་བྱ་ཆེ་བ་ཨ་འབུམ། ལྷ་ཁོ། ལྷ་ཁོ། བཟ་ཁོ།  
 གླ་མ་མེད་གེ་དང་ལྷ་ཡིན། ཨ་འབུམ་གྱི་བྱ་ཆེ་བ་ཤུ་འབུམ་  
 ཡིན། དེ་ལ་རྒྱད་མེད། འཕྲིང་བ་སྒྲ་མེད། །རྒྱུང་བ་རྩ་ཁོ་  
 དང་གཞུག་ཡིན། ཨོ་རྒྱན་ནི་སྒྲ་མ་བྲིམ་སར་ལྷག་པའི་བྱ་ཆེ་བ་ཆེ་  
 གཞུངས་ལ་རྒྱད་མེད། འཕྲིང་བ་རྩོན་རྒྱལ་འབུམ། རྒྱུང་བ་  
 ཆོས་ལུ་ཞེས་བདག་ལ་མུ་རབས་གྱི་གཏམ་རྒྱུད་ལྷ་ཆོགས་བཤད་མི་...  
 དང་། དེའི་པ་ཨོ་རྒྱན་གྱིས་ཐུར་གྱི་མགོ་ལྷག་སྒྲ་མ་ཆོས་འབུམ་པ་  
 དང་། མགོ་ལྷག་སྒྲ་མ་ཀམ་ཡངས་འཛིན་གྱི་རྣམ་ཐར་གཉིས་  
 ལས་མགོ་ལྷག་གི་ལོ་རྒྱུས་ཐོན་རབས་ན་མས་གྱི་དཔེ་བསྐྱུས་པ་.....  
 རྣམས་ལས་བདག་ལའང་དེའི་དཔེ་བསྐྱུར་འབྱུག་པར་མཛད་པ་པོ་...  
 དེ་ཡིན། གཡུང་གླང་སྐགས་འབྱུང་རྩ་ཁོའི་བྱ་ཆེ་བ་འབུག་འེ་དང་།  
 འཕྲིང་བ་བྱུ་བ་པ་གཉིས་ཀ་ལ་རྒྱད་མེད་ཟེར། རྒྱུང་བ་སྒྲ་མ་དར་  
 རྒྱུས་ལུས་ལྷག་གི་བྱ་རྟ་ཐར་རྒྱལ་ཡིན། མགོ་ལྷག་ལྷ་ཁོ་ནི་སྒྲར་རྩོང་  
 རྩ་ཐར་རྒྱ་དཔོན་ཐན་པའི་རིགས་གྱི་ཨ་འཕྲོག་རྒྱུད། ཨ་གཙུགས་  
 རྒྱུད། ཨ་འབུམ་རྒྱུད། ཨ་རྒྱུབས་རྒྱུད་སྐགས་རྩོང་ཆོ་བཞིའི་དཔོན་  
 རྒྱལ་བཟའི་རྩོ་རྩོ་སྐགས་ཐུར་མགོ་ལྷག་གིས་བསད་ནས་ཐོབ་ཐང་...  
 གླངས་པ་དེའི་ཐོབ་ཐོག་རྩོ་རྒྱུག་མདའ་ལ་བཞག་པ་ཡིན། དེའི་  
 རྩ་མགོ་ལྷག་ནོར་བུ། དེའི་བྱ་ཆེ་བ་བན་དེ་རྒྱུབས། རྒྱུང་བ་ཨོ་



རྒྱལ་མཉམས་གཉིས་ཡིན། བན་དེ་སྤྱབས་སྤྱུ་མདའ་ལ་བཟུང་པའི་  
 སུ་སྤྱུ་མདའི་ལྷགས་སྤྱུ་ཡིན། མོ་རྒྱལ་མཉམས་ཀྱི་སུ་ཆེ་བ་རྒྱལ་  
 བཟང་། རྒྱལ་བ་འབྱུང་མི། མགོ་མོག་སྤྱུ་ཆེ་བ་རྒྱལ་ཞོ།  
 དེའི་སུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཆོས་འབྱུང་རྒྱལ། དེའི་སུ་འབྱུག་མགོན་ཡིན། རྒྱལ་བ་  
 མགོ་མོག་བཟུ་ཁོའམ་སུ་ཡོལ་རྒྱལ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཆེ་བ་འབྱུང་ཡིན། དེའི་སྤྱུ་  
 བཟའི་སུ་སྤྱུ་འབྱུང་། དེའི་སུ་ཆེ་བ་རྒྱུ་ཆེ། རྒྱལ་བ་བདེ་མ་  
 འབྱུང་། དེའི་སུ་རྒྱུ་འབྱུང་སྤྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཡིན། ཡང་བཟུ་ཁོའི་སྤྱུ་  
 བཟའི་སུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་འབྱུང་། དེའི་སུ་ལྷགས་འབྱུང་། སྤྱུ་སྤྱུ་ཆེ་རྒྱུ་  
 འབྱུང་དང་གསུམ་ཡིན། ཆེ་རྒྱུ་འབྱུང་སྤྱུ་འབྱུང་མང་ཆོས་ཆེ་  
 རྒྱུ་མོ་ཆེ་བའི་སྤྱུ་སྤྱུ་དང་། སྤྱུ་རྒྱུ་ཆེ་དབང་མོགས་ཡིན། རྒྱུ་ཆེ་  
 འབྱུང་དང་སྤྱུ་བཟའི་སུ་འབྱུང་ཁོ་དང་། རྒྱུ་རྒྱུ་འབྱུང་དང་།  
 འབྱུང་ཡག་རྒྱུ་དང་གསུམ་ཡིན། འབྱུང་ཁོའི་སུ་མགོན་མར་  
 འབྱུང་འདི་དཔའ་ཆལ་མིན་རྒྱུ་ཆེ་ཟེར། ཁོན་ཡག་འབྱུང་སྤྱུ་  
 མོགས་ཡིན་ནོ། །རྒྱུ་རྒྱུ་འབྱུང་སྤྱུ་འབྱུང་མར་རྒྱུ་དང་།  
 འབྱུང་མར་ཆང་བ་སྤྱུ་སྤྱུ་དང་། གཙང་མར་སྤྱུ་གཙང་བ་པའི་  
 རྒྱུ་སྤྱུ་དང་། ལྷགས་མར་འབྱུང་སྤྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་སོ། །འབྱུང་  
 ཡག་རྒྱུ་སྤྱུ་གནས་མར་འབྱུང་ཡིན། མགོན་མར་འབྱུང་སྤྱུ་  
 དགེ་བཟའི་སུ་བསམ་འབྱུང་ཡིན་ཀྱང་དེ་ལ་སུ་མེད། སྤྱུ་བཟའི་  
 སུ་བདེ་མ་སྤྱུ་མཉམས་ཡིན།

ཡང་མོང་ཏུ་བཤད་པའི་ཡབ་ཚེ་རྒྱལ་འབྲུམ་དེས་ཐར་རྒྱ་ར་.....  
 མོང་མཁར་དབལ་རྒྱལ་འབྲུམ་རྒྱབ་ས་ཡག་གི་རྗེས་བཟའི་བུ་མོ་.....  
 གཞུང་ས་རྒྱིད་ཁྲངས་པའི་བུ་ཚེ་བ་མཚོ་ལོག་མིང་བུ་འབྲུམ་དང་།  
 འདིའི་རྒྱད་པ་ཞིག་ལས་རྗེ་དཔོན་གཏུགས་དཀར་འབྲུམ་ཐུན་ལོགས་  
 གྱི་མི་རྒྱད་མོང་མ་ཆད་པ་ཡིན། རྒྱང་བ་སྐུ་འབྲུམ་གཉིས་ཡིན།  
 མིང་བུ་འབྲུམ་གྱིས་དབལ་བཟའ་རྒྱང་བ་ཞིག་བཟུས་པའི་བུ་ཚེ་བ་...  
 བཟ་ཤིས། འབྲིང་བ་སྐུ་ཐར་འདི་མཐོང་མདར་བཤད། རྒྱང་བ་  
 རྒྱ་གར་འབྲུམ་དང་གཞུམ་ཡིན། སྐུ་འབྲུམ་གྱི་བུ་ཚེ་བ་ཚེ་  
 འབྲུམ་གྱིས་མཐོང་མདའི་མཚོ་ལོག་ཀླུ་འབྲུམ་ལ་སྒོ་བྱག་ནས་ཀླུ་...  
 འབྲུམ་བསད་རྒྱུན་ཏུ་སོང་བས་སྒོ་བྱག་ཆང་ཟེར་ལ། རྗེ་ནང་ཏུ་ས་  
 ཏུད་པ་སྒོ་བྱག་ཁུལ་ཐར་དང་། དེའི་བུ་འཕན་ནོར་དང་། རྩ་  
 འབྲུམ་ཐར་གཉིས་ཡིན། མཚོ་ལོག་སྐུ་འབྲུམ་གྱི་བུ་རྒྱང་བ་རྩ་  
 ཐར་འབྲུམ་གྱི་བུ་རྩ་འབྲུམ་དང་། འབྲུམ་ཐེ་གཉིས་ཡིན། རྩ་  
 འབྲུམ་གྱི་བུ་རྩ་རྗེ་ཡིན། རྩ་རྗེའི་བུ་འབྲུམ་ཡི་དང་ཀླུ་ཤེས་རབ་  
 གཉིས་ཡིན། འབྲུམ་པའི་བུ་ཐུབ་པ་རྒྱལ་དང་། བ་གདོང་གཉིས་  
 དཔོན་རྒྱས་ཐུ་ཡོད། ཀླུ་ཤེས་རབ་ཀྱིས་དཔོན་རྒྱས་ཚས་སྐྱོར་  
 ཁྲ་མ་ཀླུ་ཐུན་ཚོགས་གྱི་དཔོན་གཉེར་ཐུག་མཐོང་གྱི་ལས་ཁུར་.....  
 མོལ་ཐང་ཁྲངས་ནས། རྗེས་ཐུ་ཚོས་སྐྱོར་ཁྲ་མ་གཤེགས་པ་ནས་  
 དཔོན་ལ་ཞག་དང་དཔོན་ལ་རྗོགས་དབལ་ཐུང་ཐུབ་བཏུན་གླིང་གི་...

གཅིག་དཀོན་མེ་མལ་ཆེར་ལ་དཀོངས་རྒྱལ་པ་ཡིན།

རྒྱ་མ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ་དང་ཁོན་རྒྱལ་གཉིས་ཀྱི་ལྷ་མ་སྤྱིར་མ་  
ལྷ་མ་མཆོ་ཁྱོ་ལྷ་གས་མ་འགྲིག་ནས།      ཆོས་སྐྱོར་ཤེས་རབ་ལ་སྒྲིག་  
ཏུ་ཐུན་ནས་དེའི་ཕྱ་ཆེ་བ་འབྲུམ་ཡག་ཟེར་བ་དེ་ཡིན།      འདི་ཆོས་  
སྐྱོར་གྱི་ཕྱ་ཆེ་བ་ལྷ་མ་གྱི་ཕྱ་ཆེ་ཆོས་སྐྱོར་ཆེ་མཐོན་གྱི་ཕྱ་ཡིན་ཟེར་  
ཡང་བདེན་ཤས་ཆེ།      འཕྱིར་བ་ཆོས་སྐྱོར་སྒྲ་མ་ནོར་བཟང་ཟེར་བ་  
འདི།      རྒྱ་མ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེས་སྒྲོན་པོ་མགར་གྱི་སྒྲུ་མཐའ་ཏུ་རོས་  
འཛིན་མཛད་པ་ཡིན།      རྒྱུང་བ་སྒྲ་མ་དམ་པ་སྒྲིང་གསལ་འདྲ་ཟེར་  
ནམས་ཡིན།      ཕྱ་ཆེ་བ་འབྲུམ་ཡག་རང་ནས་འཕྲོག་བཅས་ཏེ། ཕྱ་  
རྒྱུང་བ་ཁོན་རྒྱལ་ཆེར་ལ་མོ་རུ་ས་བཅོལ་གཏམ་ཕྱས་ཏེ།      དེར་སངས་  
ཕྱ་རྒྱུང་ནང་ན་ཡོད་པ་འདི་ཆེར་ཡིན་ནོ།      །ཡང་གོང་གི་སྒྱིར་ཕྱ་  
འབྲུམ་གྱི་ཕྱ་ཆེ་བ་བཟུ་ཤིས་ཀྱི་འབེལ་བཟའི་ཕྱ་གེ་ཁོ་ཐར་ཡིན།  
དེའི་ཕྱ་ཆེ་བ་སྒྱིར་འབྲུམ།      འཕྱིར་བ་གཡུང་འཛོ།      འཕྱིར་རྒྱུང་  
ཤག་ལེ།      མཁར་ར་སྒྲ་མ་པད་མ།      སྒྲ་མ་དགེ་འབྲུག།      རྒྱུང་བ་  
སྒྲ་མ་བཟང་འབྲུམ་དང་ལྷ་ཡིན།      སྒྱིར་འབྲུམ་གྱི་ཕྱ་ཆེ་བ་མཁར་རེ་  
ཐོན་ཐར་འབྲུམ་དང་།      རྒྱུང་བ་དར་རྒྱས་ཡིན།      ཐོན་ཐར་འབྲུམ་  
གྱི་ཕྱ་ཁོ་ཐོ་དང་།      རྒྱ་ཆེ་རྒྱལ་གཉིས་ཡིན།      དར་རྒྱས་གྱི་ཕྱ་  
འབྲུམ་ཁོ་ཡིན།      གཡུང་འཛོའི་ཕྱ་སྒྱིར་ཁོ་ཡིན།      དེའི་ཕྱ་ཐར་  
གསེར་ཡིན།      ཤག་ལེའི་ཕྱ་མཁར་རེ་སྒྲ་ཁོ་དང་།      སྒྲ་མ་ཆོས་ཐར།

རྩོན་ཀླུ་དང་གཞུམ་ཡིན། ལྷ་ཁོའི་སྤྱོད་ཅུ་མཁུན་དང་། འབྲུམ་ཡག་  
 ཀླུ་གཉིས་ཡིན། རྩོན་ཀླུ་འབྲུམ་རྒྱ་ར་མཁར་རྒྱ་ཡོད། ཡང་ཞོང་  
 གི་ཡབ་ཆེ་ཀླུ་འབྲུམ་གྱི་དབལ་བཟའི་སྤྱོད་ཆེ་བ་སྟིང་སྤྱོད། འབྲིང་བ་  
 སྤྱུ་ཐར་གྱི་སྤྱོད་དཀར་འབྲུམ་ཡིན། དེའི་སྤྱོད་ཆེ་བ་མཛི་མདའི་  
 མགོ་ལྷག་ཀླུ་འབྲུམ་ཡིན། རྩུང་བ་ཆོས་ཁོ་ཡིན། ཀླུ་  
 འབྲུམ་ལ་སྤྱོད་མེད། ཆོས་ཁོའི་རྩེ་བཟའ་མའི་སྤྱོད་གནམ་ཀླུ་འབྲུམ་  
 དང་། དམེ་བཟའི་སྤྱོད་ཆེ་གཞུང་འབྲུམ་དང་། མཁའ་འགྲོ་འབྲུམ།  
 ལྷ་མ་ནོར་སྤྱོད་དང་གཞུམ་ཡིན། གནམ་ཀླུ་འབྲུམ་གྱི་སྤྱོད་རིང་  
 འབྲུམ། དེའི་སྤྱོད་ཆེ་ནོར་སྤྱོད་ཡིན། ཆེ་གཞུང་འབྲུམ་ལ་སྤྱོད་  
 མེད་དོ།

ཡང་ཞོང་གི་སྟིང་སྤྱོད་འབྲུམ་གྱི་སྤྱོད་རྩུང་བ་རྒྱ་གར་འབྲུམ་གྱི་སྤྱོད་  
 ཆེ་བ་སྟིང་འབྲུམ་དང་། རྩུང་བ་གཞུང་རྩུང་འབྲུམ། སྤྱོད་མེ་དང་  
 གཉིས་ཡིན། དེའི་སྤྱོད་སྒྲལ་བཟའ་འབྲུམ། དེའི་སྤྱོད་ཤེས་རབ་  
 ཡིན། གཞུང་རྩུང་འབྲུམ་སྤྱོད་ཆེ་བ་གནམ་ཀླུ་འབྲུམ་དང་། རྩུང་  
 བ་རྩུན་སྤྱོད་ཡིན། གནམ་ཀླུ་འབྲུམ་དང་རྩུང་བཟའི་སྤྱོད་ཆེ་  
 དབང་འཕན་དང་། ཆེ་དབང་འབྲུམ་སྤྱོད་དང་། རྒྱ་ཆོགས་  
 བཟའི་སྤྱོད་ལྷ་མ་བཟུན་འཛིན་ཡིན། ཆེ་དབང་འབྲུམ་གྱི་སྤྱོད་ལྷ་མ་  
 རས་བ་རྩུལ་ཁྱིམས་དོ་རྩེ་ཡིན། རྩུན་སྤྱོད་གྱི་སྤྱོད་རྩོན་འབྲུམ་ཀླུ་  
 ཡིན།

ཡང་ཁོང་གི་ཡབ་ཚེ་རྒྱལ་འབུམ་དེའི་དཔ་བཟའ་ཚོན་མ་ཞིག་  
 གྲངས་པའི་བྱ་ཡི་རྒྱད་པ་ན་མས་ད་ལྟ་ས་ཁང་ཁོན་འབུམ་སྟན་.....  
 ན་མས་ཡིན་ལ། དེམ་བཟའ་རྗེས་མ་ལུ་བྱ་རྒྱན་གྱི་བྱ་ཆེ་པ་སྟུང་  
 འབུམ་དང་། འབྲིང་པ་གར་དབང་ལྷ་དཔར་བ་བརྟན་པ། ཡི་  
 རྒྱལ་ཞིང་པོ་ཞི་བ་སྟུང་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་རིན་པོ་ཆེ་ཡིན་ནོ། །རྒྱང་  
 པ་དཔོན་པོ་རྒྱན་གྱུ་བ་ཡིན། རྒྱ་འབུམ་སྟར་བཟའི་བྱ་ཆེ་པ་སྟུང་པ་  
 འབུམ། དེའི་བྱ་རྩ་ཐར། དཔོན་པོ་རྒྱན་གྱུ་བ་གྱི་འཆ་མས་རིང་གི་  
 རི་ཚོག་རྒྱ་འཚོག་སྐར་ལ་བཞག་པ་སྐར་བ་ཡིན། རྒྱང་པ་ལྟ་རྒྱུ་བས་  
 ཡང་སྐར་པའི་སར། སྤྱི་ཆེ་སྟུང་པས་སྤྱི་ཆེ་ཟེར་ལ། དེའི་བྱ་  
 སྤྱི་ཆེའི་ལྷགས་ལ། དེའི་བྱ་ཆེས་མཁོན། དེའི་བྱ་ཆེས་སྟག་སྟན་  
 ན་མས་འཆ་མས་རིང་ན་པའི་མི་རིགས་རྗེ་རྒྱད་ན་མས་ཡིན། ལྟ་  
 ཐར་རྒྱད་པ་ནི་གར་མཁོན་སྟན་ན་མས་ཡིན་ཟེར་རོ། །སྟར་  
 བཟའི་བྱ་འབྲིང་པ་གཞ་ཆེ་རིང་ཡིན་ལ། འབྲིང་རྒྱང་དཔོན་པོ་  
 རོར་བྱ་ཡིན། རྒྱང་པ་རྗེ་ལའི་དཀའ་སྟུང་འབུམ་ཡིན། དེའི་བྱ་  
 ཐར་ཁོ་དང་། ཆེ་འབུམ་རྒྱལ། བན་ཞར་གསུམ་ཡིན། བན་  
 ཞར་བྱ་བ་དེ་ཆེན་དང་། གྲ་མ་རྗེ་འཕན་གཉིས་ཡིན། བདེ་ཆེན་  
 བྱ་རྒྱུ་ལྟ་དང་། རྒྱུ་བས་གཉིས་ཡིན།

ཡང་ཁོང་པག་གི་ཡབ་ཚེ་རྒྱལ་འབུམ་གྱི་དབང་བཟའི་བྱ་ཆེ་  
 པ་ཞིང་འབུམ་གྱི་སྤྱི་ཆེ་པ་སྟུང་པ་སྟུང་པ་དཀོན་མཆོག་ཡིན།

རྒྱུ་པ་ཚལ་ལུ་མ། དེའི་ཕུ་རྒྱ་རའི་རིག་འཛིན། དེའི་ཕུ་ཆེ་བ་  
 གཞུངས་ཁོ་ཡིན། འདི་པ་ད་མ་འབུམ་གྱི་ནང་གི་གྱི་ཕྱང་ལ་སོང་།  
 རྒྱུ་པ་ཚལ་འབུམ། དེའི་ཕུ་ཆེ་དཔང་ཐར་ཡིན། ཚས་རྒྱུང་ཟེར་  
 བའི་མེར་མོ་ཞིག་ཡང་ཡོད། ཟུར་རྒྱུང་འགི་ནང་ཚང་གི་རྩེ་རིགས་  
 བློ། བཞོ་ཡག་དཔོན་ཡག་གི་རྒྱུད་པ་ལས་ཆད་པ་ཡིན་ནོ། །མཞོ་  
 ཡག་ཨ་རྒྱུང་གི་རུ་བོ་དཔོན་ཡག་རིན་ཆེན་འབུམ་གྱི་མི་རབས་རྩེ་  
 དཔོན་གྱི་རིགས་རྩོན་སྤང་ན་མས་བ་ཤད་ཟིན་ཏོ། །

དེ་ལས་གཞན་ངང་བ་ཟེར་རྒྱུའི་མཞོ་ཡག་ན་མས་དང་། ཉོབ་  
 ཡེ་ཟེར་རྒྱུའི་མཞོ་ཡག་ཡིན་ཟེར་བ་འདི་ཡོགས་ནི། མཞོ་ཡག་ཐ་གྱི་  
 གང་ལ་གཏོགས་པ་ནི་མ་འཆལ་ཡོ། །ཟུར་མཞོ་ཡག་ཨ་འབུམ་གྱི་  
 ཕུ་འབྱིང་བ་འབུམ་དཔེ་དེ་རྩོ་རྩལ་གྱི་འཕྲག་ཐོག་ཉིག་ཉ་གཤོང་.....  
 མཁར་ནས་བཅས་པའི་རུས། རྩོ་ལ་ཤ་མང་ཤོས་ཀྱིས་བཅས་རྩོན་  
 བཞག་པས། དེ་རིང་གི་རྩོན་ཤ་དེ་ཉོབ་འབུག་ཟེར་བས། ས་  
 ལ་དེ་མྱོན་ཉོབ་ཤ་དང་། མི་ལ་ཉོབ་མོ་ཟེར་བ་ཕུང་ཞེས་གནའ་  
 མའི་ངག་རྒྱན་ཞིག་ན་འབུག་གོ། །

གཤམ་རྩོང་རུ་རྩོན་ས་རྒྱ་པས་ཁྱི་དཔོན་རུ་བ་རྩོས་པའི་ལྷགས་  
 མོ་ཁྱི་དཔོན་གྱི་མི་རིགས་ཡོགས་ཡོད་ལ། གཞན་བར་ཁམས་གྱི་  
 ཕུལ་གྱི་རྩོང་ལྷགས་གཞུམ་ཟེར་བར་འབྱི་རིགས་ནི་ཡང་ལ་གྱེ་ཤོད་...  
 གྱི་ལྷགས་མོ་འབྱི་རིགས་ལུ་རྩོན་སྤང་ཆེན་གྱི་ལྷགས་མོ་གྱི་ཆེན་པ་

83

ཆག་མེད་རིན་པོ་ཆེ་ཡང་འབྲི་ལ་འབྲུངས་པའི་དེའི་རིགས་ན་མས་...  
 དང་། རྩོམ་ཆེན་བཙུན་གྱི་ནང་གི་མགོ་ཚམས་གི་ལུང་བ་  
 ན་མས་ལྷ་ཡང་ལྷ་ལྷགས་འབྲི་ཡི་རིགས་འདི་ད་ལྟའང་ཤིན་ཏུ་མང་...  
 རོ། །གཞན་ཁམས་ཚྭགས་ལ་ཉེ་བའི་རྩས་ཡོད་ལ་དེའི་  
 རིགས་ལ་ཐར་ལི་ཏུ་བན་ཆེན་གྱི་སྒྲིབ་མ་ལོ་རྩ་བ་ཀམ་ཆེ་ད་བང་.....  
 ཀུན་བྱམ་ཞེས་བྱ་བ་འབྲུངས་པའི་རིགས་སྒྲིབ་ཞེ་རིགས་ཐ་མས་.....  
 ཅད་ནི་འབྲི་རིགས། རྩོན་འབྲི་རྩེ་ལྟ་ད་བང་ཐོད་དཀར་དང་།  
 ལྷ་མོ་ལྷ་མ་ནས་བཟུང་། ཀན་མ་ཐེལ་དཀར་པོ། ས་ཐེལ་  
 ལྷ་པོ། འབྲི་རྩེ་ར་ཙུ་ཅན་བཙུན་ལྷང་བའི་ཆན་ན་མས་དང་།  
 འབྲི་མི་འབྱུར་ཐར་བའི་གནས་བཟུན་གྱི་མ་མཆན་མཆེད་ནས་གྱུས་  
 པ་ན་མས་དང་། དེའི་རིགས་ལ་འབྲུངས་པའི་བཟུན་རིགས་འདུལ་  
 བར་མཛད་པ་ལྟ་ད་བང་ཐོད་དཀར་དང་། འབྲི་རྩེ་ས་འཁྱགས་  
 པར་མཛད་པ་པོ་ཉེ་རིགས་མོང་ཐེང་ཞེས་པ་དང་། རྩལ་ཁྱིམས་  
 དར་བར་མཛད་པ་འབྲི་རྩེ་སྒྲིབ་ལྷང་ཅད་དང་། རྩེ་ནག་འདུལ་བར་  
 མཛད་པ་ཉེ་ཐར་རྩས་འེ་ཞེས་པ་དང་། རྩོར་དམག་འདུལ་བར་  
 མཛད་པ་ཉེ་ཙུ་ཅན་འེ་ཞེས་པ་དང་། རྩེ་པོད་ཀུན་འདུལ་བར་  
 མཛད་པ་པོ་ཉེ་རྩལ་པོ་རྩས་འེ་ཞེས་པ་དང་། ལྷ་ཉེགས་འདུལ་བར་  
 མཛད་པ་གན་ཉེ་དཀར་པོ་ཞེས་པ་གན་མ་ཐེལ་ལམ། ཀན་མ་ཐེལ་  
 གྱི་སྒྲིབ་པ་དེ་དང་། སྒྲིན་པོ་འདུལ་བར་མཛད་པ་ཉེ་སྒྲིབ་ཞེས་པ་



ས་ཐེལ་ལམ་ས་ཐེལ་གྱི་སྤུལ་བ་དེ་སོགས་སྟོན་ཕྱོད་གྱི་མཚན་ལྟ་.....  
 རྣམས་དང་། འཕྲི་རིགས་ཀྱི་དབང་ལྷན་གནས་ཐེལ་དཀར་པོ་ནི། མི་  
 མགོ་ར་ཐེར་ཆེན་སོ་དཀར་བཟ་ཅན་མན་བ་པ། ཉ་དཀར་པོ་ལ་  
 བཅིབས་པ། བྱག་གཡས་ན་ཤེལ་གྱི་རལ་གྱི་དང་། བྱག་གཡོན་  
 བས་བསེ་དབྱུག་གི་རྟེན་དཀར་བརྒྱམས་པ་དེ་ཉིད་དང་། འཕྲི་  
 རིགས་ཀྱི་དབང་ལྷན་འབྲུ་མ་སྤུམ་སྤུམ་ཞེས་པ། རུང་གཡག་དཀར་པོ་  
 དཔལ་གཡང་གི་ར་ཙུ་ལ་ཅན་ལ་ཆིབས་པ་ནི་རུས་སྒྲེའི་ལྟ་ཡིན་  
 པ་དེ་སོགས་མཚན་པ་ལ་བཙོན་དགོས་ཤིང་། མོ་ལྟ་དམ་ཅན་རྟོ་  
 རྟེ་ལག་པ་ཡིན་ཞིང་དེ་ལ་མཚན་པ་དང་། གཞན་པོ་ད་ལྟལ་གྱི་  
 གཞི་བདག་གི་གཙུ་པོ་རྣམ་གསུམ་དང་ཁྱད་པར་རུ་རྟོ་འཕྲི་སྤྲོར་.....  
 གསུམ་རུ་གནས་རྣམས་དང་། ཁྱད་པར་མ་རྒྱལ་སྟོམ་ར་དང་།  
 གཉན་པོ་གཡུ་ཅེ་རྣམས་མཚན་བཙོན་ལ་བཙོན་དགོས་པའོ། །





88

དང་ཞང་པོ་གཉིས་ཀར་ལྷན་པའི་སྒྲ་དཔའ་ཐེལ་ཆེ་ཞིང་འདན་མ་  
 ལྷན་ཁྱད་དང་། སྒྲ་དཔའ་ཡང་ཐེལ་སྒྲེས་མཆོག་མར་བ་དང་། སྒྲ་  
 སྒྲེས་མཆོག་སྒྲ་ཆ་ཤར་ཡག་དང་། སྒྲ་ཨ་པས་སྒྲེན་པོ་འཐེབ་ཀྱག་  
 རྣམས་སྒྲོན་ཆེན་ཡིན། དེ་རྣམས་ནི་རྒྱལ་སྐབས་དེར་པོད་ལྷལ་  
 གྱིས་སངས་རྒྱལ་གྱི་བཏུན་པ་ལ་མི་དད་ཅིང་གནོད་པར་བྱེད་པའི་  
 ཉེར་གངས་རི་རྒྱལ་པོ་འཁོར་དང་བཅས་པ་དང་། ལྷན་སྒྲགས་  
 གྱི་མིན་པོ་བརྟུང་མི་ཡི་རྒྱལ་རྒྱལ་གྱི་རྒྱ་འབྲུལ་ཅན་བརྟུང་རྒྱལ་.....  
 བན་པོ་པ་བྱ་འཁོར་བཅས་འབྲུལ་པའི་ཆེད་རྒྱ་སངས་རྒྱལ་གྱིས་.....  
 ལྷལ་པའི་དཀར་སྒྲགས་སྒྲོང་པའི་ཉ་རྣམས་གྱི་སྒྲལ་བ་ཁོན་ཡིན་ལ།  
 ལྷན་པར་རྒྱ་སྒྲིང་རྒྱ་གེ་སར་ནི་སངས་རྒྱན་པ་ཨར་མི་བྱང་རྒྱལ་འབྲེ་  
 བཀོལ་གྱི་དམ་པའི་ཆོས་གྱི་སྒྲོབ་མར་ལྷན་པ་ལྷུག་པའི་དཔའ་རྒྱག་  
 ཆེན་པོ་ཡིན་ལ། བོན་གྱི་ལྷུག་པོ་པ་ཆེན་པོ་ཡང་ཡིན་པས་གནམ་  
 རྒྱུ་རྒྱལ་མོ་དང་། མ་རྒྱལ་སྒྲོམ་ར་དང་། ཨ་པོ་གེར་མཛོད་  
 སྒྲགས་ལྷལ་ཉ་རྣམས་གྱིས་བྱང་སྒྲོང་སྒྲགས་མཛོད་པ་ལ་སྐད་ཅིག་  
 ལྷན་གཤམ་བ་མེད་ཟེར་རོ། །མིང་ཁྱིམ་མའི་རྒྱེད་པོན་གྱི་  
 གཏུར་རིགས་ནི་རྒྱལ་འབྲི་ལྷན་ཅིན་པོ་ལྷན་པོ་རྒྱལ་ས་བཅས་  
 འབྲུག་ཅིང་མིང་ཆེན་པོ་བདག་རྒྱུར་གྱི་པར་རྒྱ་ཡོད་ལ། དེ་རྣམས་  
 གཏུར་རྒྱུད་ཆད་པ་ཞབས་རྒྱུར་བ་རྒྱ་བཙོན་རྣམས་བཟང་པོ་དེ་མི་  
 མོ་བ་ཐང་ཐམས་ཅད་གྱི་བདག་པོར་ལྷན་པ་དེའི་མི་རིགས་ནི་ད་.....

ལྷའི་ཁམས་ནི་དགའི་རྒྱལ་པོ་ཡིན་ནོ། །ཡང་པར་ཁམས་སུ་གླིང་  
 ག་རྒྱུང་བྲམ་མིག་འཛིན་མགོན་པོ་རྒྱན་འགྲུབ་ཞེས་གསང་ཐུགས་...  
 ཉིང་མའི་བྲམ་མ་དམ་པ་ནི། ཀམ་ཆགས་མེད་རིན་པོ་ཆེའི་སྤྱི་  
 ཏུག་སྤྱབ་བླགས་པ་དེ་མགས་ཀྱི་གཏུང་རིགས་ཡོད་ལ། གླིང་ཁྱི་  
 པར་མའི་གཏུང་རིགས་ནི་འཁྱི་སྤྱང་ཉིན་གྱི་གླིང་མཁར་རག་རྩྭ་ག་...  
 རྩ་བུར་ཏུ་བླགས་པའི་རྩེས་རིགས་རྣམས་ལས་དེར་སྐབས་སུ་གླིང་  
 རྩེ་རིན་ཆེན་དང་། གླིང་དཔོན་མགོན་པོ་མར་སྤྱི་མཆེད་དུ་རྩ་  
 བླགས་པ་འདི་ལགས་སོ། །གླིང་པར་པ་འདིའི་མི་རིགས་ཤིག་  
 ལ་པད་མ་ཆེ་བརྟན་ཟེར་བ་དེ་མགོ་ཙག་ཡུལ་ཏུ་འབྱུང་འོངས་ནས།  
 མགོ་ཙག་འཁུམ་ཡག་གི་ནང་འཁོར་སྤྱག་མཛིད་པ་བྱས་ནས་བཞུད་  
 པར། རྩེས་ནས་ཁྱིམ་ཐབ་བཟུང་ནས་བྱ་དང་འཁོར་གཡོག་མང་  
 པ་དང་། ཁོར་ཡང་དཔའ་ཅལ་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་པར། མགོ་  
 ཙག་ཁག་གསུམ་གླིང་དང་བཞི། མ་ཆད་རྩེ་དང་འབྲ་འབྲ་ཡིན།  
 ཆད་ན་རྩེ་ཡི་རྩྭ་ག་པ་ཡིན། ཟེར་པ་དེ་བྱུང་ལ། དེའི་མི་རྒྱུད་  
 ནི་དུ་ལྷའི་དབང་ཆེན་ཉིད་མའི་གླིང་འདི་རྣམས་ཡིན་པ་དང་།  
 ཡང་པར་སྐབས་གཤེད་ཏུ་གླིང་པར་པ་འདིའི་རྩེ་རིགས་རྩ་དབང་...  
 ཟེར་པ་ཞིག་བྱུང་དེ་འོང་ནས་མགོ་ཙག་སྐར་རོལ་ཉིན་གྱི་སྤྱག་ཆེན་  
 མ་མི་ནང་ཏུ་བཞུད་པར་དེའི་བྱ་ཆེ་བ་ཆེ་དབང་དང་། རྒྱུང་པ་  
 མགོན་པོ་དབང་གཉིས་ཡིན། ཆེ་དབང་སྤྱག་པོས་བཙན་ཏུ་བཟུང་

བྱས་ཐྱིང་པའི་རྗེས་ནང་ནས་སོག་མོ་ཞིག་བྱིད་ནས།      ཡར་ཐྱིང་  
 རོལ་ཨ་མི་ནང་རྩ་སྒྲིབས་པར་གྱིང་སོག་པོ་ཆང་དང་།      མགོན་  
 དབང་གི་མི་རྒྱད་ལ་གྱིང་ཟེར་བ་ཡིན་ཁྱད་།      རྩ་མའི་མི་རྒྱད་ལ་  
 སོག་པོ་སྐལ་བཟང་འབྲུག་དེས་ཨ་རྒྱུང་གཟའ་སྐར་གྱིད་བསྟན་.....  
 བྱས། དེ་ལ་བྱ་བརྒྱན་ཡོད་པའི་མི་རྒྱད་ལ་མོ་ཆལ་ལྷ་དབྱ་འཛོམས་  
 པ་མང་རྩ་ཡོད་པས་ད་ལྟའི་སོག་པོ་ཁ་གསུམ་ན་མས་སོ། །དེའི་རྩ་  
 རྒྱུང་བ་སོག་པོ་ལྷ་ཁོ་ཞེས་མི་སྒོ་ཆལ་གྱུང་པོ་ཅན་དེ།      རྩ་ཡི་གམ་  
 རྩ་ཐེགས་ནས་ཁོ་ཡི་སྐྱུན་སྒྲུ་མ་པད་མ་འཛིན་ལས་ལ་མགོན་པོ་རང་  
 འཁོར་རྩ་ཡོད་པ་དང་།      ལྷ་བ་རྟགས་མརྟན་གྲུ་བ་རྟན་ནས་  
 སྐྱག་ཆེན་ཨ་རྟེ་མགོ་མན་དང་།      དྲིས་མགོ་ཡན་གྱི་ས་དང་མི་ལྷེ་  
 དབང་པའི་དཀའ་ཤོག་གནང་ནས་ཡར་ཐྱིལ་མཛད་རོ། །སྒྲུ་མ་  
 དེའི་དཔོན་རིགས་མང་རྩ་ཡོད་པའི་ལྷ་བ་ཐོབ་ཡང་འགའ་ལྟར་།  
 དེ་ཡི་ཕྱི་མའི་མི་རྒྱད་ལ་གྱིང་བཟུ་གིས་འབྲུག་དང་། དེའི་རྩ་གྱིང་  
 སྒྲུ་མ་དྲི་མེད་དང་།      རིག་འཛོན་ཞེས་དཔལ་ལྷལ་སྒྲུ་མ་པད་མ་  
 རྟོར་བྱའི་དངོས་སྒྲོབ་དེ་སོགས་ལྟར་རོ། །ད་རྒྱུང་ཡང་མི་རིགས་  
 བཟང་པོ་ཡོད་ལ་འདི་ཆང་གི་མི་རིགས་ན་མས་ལ་གྱིང་གི་གཏུང་.....  
 རྒྱད་བྱས་ཁྱད་རོ་མི་ཆ་པའི་མི་འགའ་ཞིག་འདི་རིགས་ལ་བྱུང་.....  
 རོ། །གཞན་རྩ་གྱིང་གི་ས་ཆ་མངའ་ཞབས་ནས་འོང་བ་ཐམས་  
 ཅད་ལ་གྱིང་ཟེར་བ་ལ་དབག་ན་དེ་ཐམས་ཅད་གྱིང་གི་རྩེ་རིགས་.....

ཡིན་ཟེར་མི་སྒྲིབ་སེ། །

ཤར་ལྷའི་ཁོག་རང་ལ་ཟེ་ཕན་གྱི་རིགས་སི་ཏུ་པུ་ཆེན་རིན་  
པོ་ཆེའི་ཞབས་རྒྱུ་ནས་དཔལ་ལྷན་གསོ་བ་རིག་པ་ཞེས་སྟེན་གྱི་.....  
སྒྲིབ་མ་སྒྲིང་འཁྱོ་མགོན་བྱ་བ་ལྟ་ཤིས་འབྲུམ་ཞེས་གསོ་རིག་ལ་.....  
མཁས་པ་ཆེན་པོ་དེ་འབྲུངས་པའི་གཏུང་རིགས་དེ་སོགས་ཟེ་ཕན་.....  
འཁྱོ་ཡར་བར་སྒྲིང་གི་མི་རིགས་བྱང་ཡོད་དོ། །

ཕྱིན་ཁམས་ལེ་རི་རྒྱལ་པོ་ཞེས་པར་ཁམས་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་...  
དེའི་གཏུང་རིགས་ནི། ཉ་སྒྲིང་དཀར་པོའི་རྒྱུད་པ་དངོས་དེ་ཡིན་  
ལ། བར་སྐབས་སྒྱ་ལེ་རི་རྒྱལ་པོ་དོན་རྒྱལ་སྒྲིན་ནས་སྒྲ་མ་  
དང་དགོན་པ་སྒྱི་བ་བྱང་པར་བྱ་དགེ་ལྷགས་པ་ལ་གནོད་ཆད་སེམས་ཆེ་  
བས། དགེ་ལྷགས་ཀྱི་སྒྱིན་པ་དག་ཆེན་པོ་སོག་པོ་སྒྱ་ཡོད་རྒྱལ་པོ་  
གོ་མིར་ཉན་དཔུང་བཅས་ཀྱིས་བཅོམ་ནས། རྒྱལ་ས་འཁོར་བཅས་  
ཐམས་ཅད་བཅོམ་ཞིང་གཏོར་བ་ཡིན་ལ། བར་ཁམས་ངོམ་གྱི་དོན་  
ཏུ་སྒྲིང་དཀར་པོའི་མི་རྒྱུད་འདི་ཡོད་ལ། ལྷར་ཀར་དཔང་ལྷ་དམར་  
བ་རིན་ཆེན་གསུམ་པ་སྒྱལ་སྒྱ་ཆོས་དཔལ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྒྲིབ་མ་ངོ་མ་...  
བྱ་བལ་ནམ་མཁའ་རྒྱལ་མཆོན་ཞེས་བ། ལྷས་མ་སྐྱངས་བར་མཁའ་  
སྒྲིང་ཏུ་མངོན་སྒྱུ་བྱ་བྱོན་པ་དེ་ཉིད་འབྲུངས་པའི་རིགས་དེ་ཡིན་...  
ལ། ཟེས་ནས་འདི་ཡི་རིགས་དེ་ཟེ་ཀམ་ཆགས་མེད་རིན་པོ་ཆེའི་  
སྒྱ་ཞང་ཏུ་བྱུར་བའི་རིགས་དེ་ད་ཉུང་ཡོད་དོ། །ཡང་ཟེ་ཀམ་པ་



ཡང་མདོ་ཁམས་འདིར་ཤོར་བྱལ་ཆེན་པོའི་བརྒྱན་ཏུ་གསལ་  
 བ་ནི། དབལ་བྱལ། རག་བྱལ། བྱག་བྱལ་སོགས་ཟེར་བ་དང་།  
 ཉིག་ཆ། རྩོག་ཆ། འགོ་ཆ། བྱག་ཆ་སོགས་ཆ་ཆེན་པོའི་བརྒྱན་  
 ཡོད་པ་ཡིན་ཟེར་བ་གནད་མྱིའི་རག་རྒྱན་ཏུ་ཡོད་ལ། དེ་ལ་དབལ་  
 བྱལ་ཟེར་བའི་རྒྱ་མཆན་ནི། ཤོར་དབལ་ཆེན་རྒྱ་བསམ་ཟེར་བའི་  
 བྱལ་གྱི་མི་རིགས་ལ་དབལ་བྱལ་ཟེར་བ་ཡིན་ལ། དེ་ནས་མི་

24

བཀ་དེ་གས་ནས་འཆི་ཁར་སྒེབས་ཏུ་ས་ཁོང་གི་སྒྲོབ་མ། ཨ་མཚོད་  
 བོན་པོ་པོ་དང་སྒྲོང་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ལ་ཞལ་ཆེ་མས་དང་ལྷང་བཞུན།  
 ཁོང་གི་སྒྲོ་གཏུང་བཞུ་གནས་བཞུ་ཚུལ། དེ་ཉིན་གྱི་ཉིན་འབྲེལ་  
 བཞུག་ཚུལ་ན་མས་ཤོག་ཏུ་གཏུངས་ནས་ཡི་གེར་བཞུབ་ནས་དེར་.....  
 བཞག་ ཁོ་པོ་པོ་རལ་གི་ཆེ་དགུ་བ་སོགས་དགུ་བཞུ་པོ་མཚོན་ལྷ་ལྷ་  
 པོ་མམས་ཅད་ད་ནས་ལུལ་ཏུ་མི་འཛིན་པར་བག་རྒྱ་འདིར་མཚོད་...  
 ཉིན་ཞིག་བཅིགས་ལ་དེའི་ནང་ཉིན་ཏུ་ཞོག་ཅིས་བ་སོགས་ཞལ་.....  
 ཆེ་མས་མང་ཏུ་བཞག་ཉི་དེར་གཤེགས་སོ། །དེ་ནས་ཨ་མཚོད་  
 བོན་པོ་དེས་མས་པོ་གཏུང་བཞིན་ཏུ་ས་གནས་བཟང་པོ་དེར་.....  
 གཏུང་སྒྲོང་གཤམ་བྱེད་ཏུ་ས། ད་ཉིད་ན་མས་ནས་འཕལ་ཏུ་ལག་  
 ཁར་གང་ཡོད་དེའི་ས་ཡོན་ན་མ། ས་སྒྲོན་ཏེ་ཕུལ་དང་། ངས་  
 མས་པོ་གཏུང་ལྷར་གྱི་ཉིན་འབྲེལ་ཞིག་བཞུག་པར་བྱ་ཡི་གཏུངས་  
 པར། ཐོག་མར་གེ་ལུ་ནས་རང་གི་མགུལ་ནས་གཡུ་ཞིག་བྲངས་  
 ནས་ཕུལ་པར། གེ་ལུ་གཡུ་རྒྱལ་ཁེབ་མང་ཆེ། གཏུངས་ནས་ཡར་  
 ཕུལ། གེ་ཆེ་ས་སྒྲོ་ཁྲག་ནས་མཚལ་ཞོ་གང་ཡོད་པ་བྲངས་ནས་ཕུལ་  
 པར། གེ་ཆེ་བྱིལ་ཁྲག་ཀུན་ལ་དམར་གཏུངས་ནས་ཡར་ཕུལ། གེ་  
 འཕན་གྱིས་གཡས་རལ་ནས་མདའ་ཞིག་བྲངས་ཏེ་ཕུལ་པར། གེ་  
 འཕན་ཉག་སྒན་དགུ་ལ་དཔའ་གཏུངས་ནས་ཡར་ཕུལ། གེ་རྒྱལ་  
 གྱིས་ལྷམ་ཕུ་དམར་པོ་འདྲོམ་གང་ཕུལ་པར། གེ་རྒྱལ་རྟ་ཤ་ཀུན་

གྱིས་མཛད་གསུངས་ནས་ཡར་སྤུལ། བན་དེས་དར་ཁ་ཞིག་སྤུལ་བར།  
 བན་དེ་དར་ཁ་དགུང་ལ་མཚོ་ཞེས་ཡར་སྤུལ་བར། གེ་རྒྱལ་གྱིས་  
 ཁོ་ལ་ཉིན་འབྲེལ་ངན་པ་བསྐྱེད་ཞེས་མ་རངས་བ་མཛད་ཀྱང་།  
 བྱིས་པོ་ཡི་གེར་སྐྱེས་པུ་རྟ་ཤ་མདོག་འཛོག་མི་བྱུང་ན་དེ་ཡི་མི་རྒྱུད་  
 རྟ་ཤ་ཀྱུན་གྱིས་མཛད་ལྟར་འགྱུར་ཟེར་བ་ཡོད་པ་དང་། མོང་གི་དེ་  
 རྣམས་དང་དེ་འདྲ་ཐམས་ཅད་ཡི་གེར་བྲིས་ཡོད་པ་ལ་ཐམས་ཅད་  
 རོ་མཚར་སྐྱེས་སོ། །གཏུང་བཞུགས་དེ་བཤག་གི་ཡི་རྩ་རྒྱལ་ལ་རྒྱབ་  
 རི་བྱས་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ཟེར། དེ་ནས་ལུལ་དེར་མི་རིང་བར་  
 དཔལ་ལྷན་ཀློང་པ་བྱོན་ཆོ་མ་འོངས་པ་ན་རལ་གྱི་འདི་སེམས་ཅན་  
 ལ་གནོད་གསུངས་ནས། སྤུབ་རྟགས་གྱིས་རལ་གྱི་དེ་རྒྱལ་བྱུང་  
 གཏུབས་ནས་ཆལ་བ་རྣམས་རྒྱབ་རི་རོས་ལ་སྐྱས་ནས་བཞག་.....  
 པར། རྩེས་ཞིག་ནས་མཚན་མོ་གཅིག་ལ་སེར་དྲག་དང་ན་ལུན་  
 འབྲེལ་བ་འབྲུག་སྐྱེ་དྲག་པོས་སེར་བ་ཅམ་བྱུང་ཞིང་ཁང་མོག་ཏུ་  
 སྤྱག་ཆོམ་ཆེན་པོ་བྱུང་བས། བྱིར་ཉིན་བཟླས་པར་སྐར་གྱི་རལ་  
 གྱི་ཆོ་གསུམ་པ་ཁ་རྒྱ་ལྟ་བུ་ཞིག་བྱས་ནས་ཁང་མོག་ཏུ་བཞག་ཡོད་  
 པར་རོ་མཚར་སྐྱེས་ནས་སྐྱུར་ཏུ་མཚོད་ཉིན་བཅིགས་ཉེ་དེར་བཞག་  
 པ་འདི་རིགས་བཙུ་བརྒྱད་གྱི་རལ་གྱི་ཡིན་ཟེར་འདུག་པ་སོགས་.....  
 འདི་རྣམས་གྱི་ལོ་རྒྱུས་འདི་དག་གནའ་མེད་ངག་རྒྱན་དག་པ་ལ་.....  
 འདུག་པའི་བཤག་རྒྱུད་མཚོད་ཉིན་དེ་ནི་ད་ལྟ་འདྲ་ཡོད་དོ། །བཤེ་

བྱི་མཚན་གྱིས་མཛད་པའི་རྗེ་འཇམ་དབྱངས་བཞད་པའི་རྣམ་ཐར་དེ་  
 ལས། དབལ་ཤལ་ལུར་བ་ཐར་གྱི་ཕུ་ནི། གེ་ལྷ་དང་། གེ་ཙེ་  
 དང་། གེ་འཕན་གཞུམ་ཡིན། གེ་ཙེ་འི་བརྒྱད་པ་ནི་གེ་ཙེ་རྣམས་  
 དང་། གེ་ལའི་རྒྱད་པ་ནི་ཁམས་སྤུ་འབུམ་རྒྱབས་ཡག་དང་ཁོ་ཁོ་  
 མོགས་ཡིན། གེ་འཕན་གྱི་རྒྱད་པ་མི་ཡ་རབས་མང་སྦང་མཚམས་  
 བ་དབལ་ཤལ་བན་དཔོན་ཟེར་བ་བྱུང་བས། དེ་ཨ་རིགས་བན་དེ་  
 དང་འབྲུག་ནས་ཨ་རིགས་བན་དེའི་བྱ་གཉིས་གསོད་པ་པོ་དེ་ཡིན།  
 དེའི་བྱ་དགེ་ཁོ་ཐར་ཡིན། དེའི་བྱ་ལྷད་པ་ཡིན། དེའི་བྱ་སྤུ་  
 རྒྱབས་ཡག་ཡིན། དེའི་བྱ་སྤུ་མ་རྒྱབས་ཡིན། དེའི་བྱ་དགེ་སྦྱང་  
 བསོད་ནམས་རྒྱན་གྲུབ་དང་། གཞུང་ལྷག་དང་། དབལ་འབུམ་  
 རྒྱལ་དང་གཞུམ། དབལ་འབུམ་རྒྱལ་གྱིས་ཁ་བྱ་བཟའ་མཁར་མོ་  
 སྤྱད་ཐངས་པའི་ཕུ་ནི་རྗེ་འཇམ་དབྱངས་བཞད་པའི་རྣམ་རྗེ་ཞེས་.....  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་བརྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་སྤྱི་དང་ཁྱད་པར་དགེ་ལྷགས་.....  
 པའི་བརྟན་པ་འཛིན་མཛད་དེ་འབྱུངས་ལ། འདིའི་མི་རིགས་ཀྱང་  
 ད་ལྟ་སོག་པོ་རྒྱན་ལྷང་གི་མངའ་ཞབས་སྤྲོ་ཡོད། ཡང་རྗེ་འཇམ་  
 དབྱངས་བཞད་པ་རྣམས་འདིའི་སྤྱ་སྤྱེས་དཀོན་མཆོག་འཛིགས་ཐེད་..  
 དབང་པོ་ཞེས་མཁས་པའི་དབང་རྒྱུག་ཆེན་པོ་དེ་ཡང་ཨ་མ་མཛོ་རྣམས་...  
 ར་གསེར་ཁང་རྒྱ་དབལ་ཤལ་གེ་འཕན་གྱི་རྗེ་རིགས་ལ་འབྱུངས་.....  
 པའི་རིགས་དེ་ཡང་ད་ལྟ་ཡོད་ཅིང་། རྒྱན་མང་གི་མངའ་རིས་སྤུ་

ད་ལྟ་དབལ་མང་མ་དང་། དབལ་ཁྱུང་མ་ཟེར་བ་ཡོད། དབལ་  
 མང་གི་རིགས་ལ་འབྲུངས་པའི་འཇམ་དབྱངས་བཞད་པའི་དགོན་  
 ཆེན་ཨ་མདོ་བཟ་ཤིས་འབྲིལ་གྱི་དགོ་བའི་བཤེས་གཉིན་ཆེན་པོ་.....  
 དབལ་མང་ཆེ་བ་དགོན་མཚོག་རྒྱལ་མཚན་ཞེས་བྱ་བ་འབྲུངས་པའི་  
 རིགས་ནམས་ད་ལྟར་ཡོད་དོ། །གེ་ལུ་དང་གེ་འཕན་གཉིས་མ་  
 ལུ་དང་ལུན་ཡིན་པ་མི་མཚུངས་ཅི་ལས། གེ་འཕན་གསུམ་ཡོད་  
 པར་མད་འཕྲོ་གསུམ་ཟེར་ལ་གེ་འཕན་དང་དང་ལུ་ཆེ་བ་གཉིས་ནི་  
 རྩན་གྱི་པ་ལྟེས་གྱི་སར་སོང་ལ་དེར་གཞིས་ཀྱི་བཟུང་ནས་བཞད་.....  
 པའི་མི་རིགས་ནམས་ལས་མི་རྒྱུད་མཆེད་པ་ནི། ཨ་མདོའི་ཡུལ་གྱི་  
 གེ་འཕན་བཤད་མ་ཐག་པ་འདི་ནམས་དང་། ལུ་འབྲིང་བ། རྒྱུང་  
 བ་གཉིས་གྱི་རྒྱུད་པ་ནི་འབྲོག་པ་ཁོ་ན་བྱས་ཏེ་ཁལས་སྤྱགས་གྱི་གེ་  
 འཕན་གཡི་ཅང་ཕྱེག་གསུམ་གྱི་ཆེ་རིགས་གྱི་གེ་འཕན་འདི་ནམས་  
 དང་། འདི་ལ་རྗེས་ནས་གེ་འཕན་སྤྲད་མ་ཟེར་བ་བྱུང་། ཡང་  
 དེ་ལས་ཡར་སྡི་ལྟོད་དང་སྡི་སྤྲད་སོགས་ལ་གྱེས། རྩན་མ་ནམས་  
 ལ་གེ་འཕན་ཉིང་བ་དང་། དེའི་མི་རིགས་རྩན་མ་ཞིག་གིས་མལ་  
 བཟའ་ཞིག་སྤངས་ཕྱིན་གྱི་མི་རིགས་ལ་གེ་འཕན་མལ་བཟའ་ཆང་  
 ཟེར་བ་བྱུང་། ཡང་དེའི་མི་རིགས་ཞིག་གིས་རྩར་སྤྲད་པོན་སྤན་  
 གྱི་མི་རྒྱུད་ཆོས་རྗེས་སྤྲུལ་སྤྲུང་དཔོན་རྒྱུ་བསྐྱོས་པའི་མི་རིགས་ལ་  
 ལྟོང་དཔོན་ཟེར་ལ། དེས་ལྟོང་བཟའ་ཞིག་སྤངས་ཕྱིན་གྱི་མི་རིགས་

ལ་ཉྱེད་བཟའ་ཚང་ཡང་ཟེར། ཡང་སྐྱ་བཟའ་ཞིག་ཁྱེད་མེད་ཀྱི་  
 རྒྱུད་པ་རྣམས་ལ་ཉྱེད་བཟའ་ར་སྐྱར་ཟེར་བ་ལྟར་བར་འདིའི་སྐྱ་མེད་  
 ཀྱི་མི་རིགས་ལ་དཔའ་ཚལ་ཅན་མང་ཏུ་སྐྱེས་ཤིང་། རྒྱུད་པར་  
 ཏུ་སྐྱ་མའི་ཉྱེད་བཟའ་རྒྱལ་མཚན་ཟེར་བའི་མི་དཔའ་ཚལ་ཤིན་ཏུ་  
 ཆེ་བ་ཞིག་སྐྱེས་པར་རྗེས་ནས་སྐྱ་པོའི་རྒྱལ་པོ་རྒྱ་ནང་གིས་དཔའ་  
 མིང་ལ་ཉྱེད་བཟའ་ལྷ་ལྷར་བཏགས་ལ། ཡང་ར་སྐྱར་ཉྱེད་བཟའ་  
 མཚན་ནི་ཟེར་བའི་མི་ཤིན་ཏུ་དཔའ་ཚལ་ཅན་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ལ།  
 སྐྱ་པོའི་རྒྱལ་པོ་རྒྱ་ནང་མ་ལུ་ནས་ཉྱེད་བཟའ་ཁ་གྲི་ཁ་ཞེས་.....  
 བཏགས་པ་དེ་སྐྱ་སྐྱ་རྒྱ་ཉི་དཔེར་གསུམ་ཏུ་གནས་པ་ཐམས་ཅད་...  
 ལ་གཤམ་པ་ཉྱེད་མ་ཞེས་ཟེར་རོ། །གཤམ་པ་ཉྱེད་མི་རིགས་འདི་  
 ཐམས་ཅད་ལ་སྐྱེས་པ་དག་ཐལ་ཆེ་བ་མང་ཤོས་ཞིག་ནི་དཔའ་ཚལ་  
 ཅན་ཁོ་ན་ལྟར་བ་ནི་མི་རྒྱུད་བཟའ་བ་དང་སྐྱ་ཉིན་འབྲེལ་དེས་  
 ཡིན་པར་ཀྱན་གྱིས་སྐྱ་བའོ། །

གེ་ཅེའི་མི་རྒྱུད་ནི། གེ་ཅེའི་བྱ་ཆེ་འཁྱེད་རྒྱུ་ལས་  
 མཆེད་པ་ལ། དགེ་ཅེའི་ས་ལག་སྐྱེད་གསུམ་ཟེར་ལ། བྱ་ཆེ་བའི་རྒྱུད་  
 པ་རྣམས་ཀྱིས་འཕྲིག་པ་བྱས་ཏེ་མཆེད་ནས་ཡོང་བ་རྣམས་ལ་མ་མོ་  
 དང་། དེ་ཕྱིན་ཅམ་ཏུ་བྱ་ཆེ་འཁྱེད་གེ་རྒྱུད་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཡང་འཕྲིག་  
 པ་བྱས་ཏེ་མཆེད་ནས་སྐྱེད་བ་རྣམས་ལ་སྐྱེད་བ་དང་། བྱ་ཆེད་  
 བའི་རྒྱུད་པ་རྣམས་སྐྱར་རོལ་ཏུ་བཞུད་པ་རྣམས་ལ་ལ་འ་ཟེར་ལ།

དགེ་ཅེ་ཡ་ཐོང་ན་མས་ནི་སྒྲི་རྒྱུ་སྒྲི་དང་། དེ་ནས་ཤེས་རྒྱུ་  
 སྒྲི་སྒྲི་དང་རྒྱུ་ཐོག་ན་མས་སྒྲི་མཆོད་དེ་སོང་བ་ལས། སར་ཆུང་སྒྲི་  
 སྒྲི་དགེ་ཅེ་སེར་ལྷུ་ལྷུ་ཆད་ཀྱི་དགེ་ཅེ་ཆུ་ཆུ་ཁ་པའི་དཔོན་རིགས་  
 བཟུང་ཅད་དང་། སར་ཤིས་སྒྲི་དང་རྒྱུ་ཐོག་ཀྱི་དགེ་ཅེ་ཆུ་ཆུ་ཁ་པའི་དཔོན་  
 ཡུང་ཞེས་པ་རྒྱུ་ལ་པ་ཡོན་ཏན་སྒྲི་མཆོད་ཞབས་ཡུང་པ་དེས་ནི་.....  
 ཁེར་འགོར་ཟེར་བར་སྒྲི་པ་ཤི་དཔོན་ཆུང་བྱས་ནས་བཞུགས་པར་.....  
 སྒྲི་སྒྲི་དཔལ་ལྷུ་འབྱུང་སྒྲི་བས་ཡག་གིས་ས་ཡུང་དེ་གཏོར་བར།  
 མཆོ་སྒྲི་པའི་གཡས་ཀྱི་ལ་སོང་བར་དགེ་ཅེ་དཔོན་ཆུང་ཟེར་ལ།  
 རྒྱུ་ནས་དེའི་མི་རིགས་ཡང་མག་པོའི་སྒྲི་པ་པོ་བཟོན་འཛིན་ཆད་.....  
 ལ་ཁྱུ་ཞེས་བྱུང་བྱས་སྒྲི་རང་ལྷུ་ཀྱང་འབྱུང་བ་ད་ལྷུ་ཆུ་.....  
 ཁའི་དགེ་ཅེ་དཔོན་པོ་ཆུང་རྒྱུ་རིགས་དང་། ཡང་སར་སྒྲི་དགེ་ཅེ་  
 མ་ཐོང་གཉིས་གཅིག་ལས་བར་སྒྲི་བས་སྒྲི། དགེ་ཅེ་སྒྲི་བཟང་ཆུ་  
 ཁེས་དང་། ལྷུ་མག་ཡོག་དཔལ་ཆུང་བཟུང་རྒྱུ་ཁྱེ་མ་གཉིས་  
 སྒྲི་སྒྲི་གཅིག་ཀྱི། ཀུ་ཐོག་དགེ་ཅེ་སྒྲི་པའི་སྒྲི་རིན་པོ་ཆེ་ཞེས་  
 སངས་རྒྱུ་སྒྲི་བཟོན་པ་རིན་པོ་ཆེ་སྒྲི་དང་། རྒྱུ་པར་གསང་  
 སྒྲི་སྒྲི་སྒྲི་ཆུང་མའི་བཟོན་འཛིན་ཆུང་པོ་མཁས་པའི་དཔལ་  
 རྒྱུ་དམ་པ་དེ་ཉིད་འབྱུངས་ལ། དེའི་མི་རིགས་བྱུང་དཔོན་པོ་  
 དཔལ་རྒྱུ་མཆོད་སྒྲི་སྒྲི་དང་མ་ཆོན་ན་མས་བྱུང་མང་བར་ཡོད་  
 དོ། །ཡང་ལག་པའི་རྒྱུ་པ་ན་མས་ནི་སྒྲི་རྒྱུ་རྒྱུ་དགེ་ཅེ་སྒྲི་ལྷུ་



གྱི་རྩེ་རིགས་ན་མས་དང་། དེ་ཡན་ས་ཆར་སྤྱོད་བ་དང་། རྩ་  
 དར་བ་དང་། སྒོ་འགབ་གསུམ་གྱི་ས་ཆ་ན་མས་ལ་དགེ་ཅེ་ཁ་གསུམ་  
 ཟེར་བ་དང་། དགེ་ཅེ་སྤྱལ་འགོའི་རྩེ་རིགས་སྐགས་ཐམས་ཅད་  
 ཡིན་ཞིང་ད་ལྟ་དང་ཡོད་ལ། ཤར་སྤྱོད་ན་མས་དང་ཁོ་ལྟལ་  
 ར་ཐལ་ན་མས་སྤྱལ་འདི་རིགས་སྤར་རྩེ་རིགས་ཡིན་ཀྱང་ཁྱིས་ནས་.....  
 དམངས་ཐལ་པའི་རིགས་སྤྱོད་སྤར་བ་ཡང་མང་ངོ་། །འདི་རིགས་  
 ལ་འད་སྟོན་ནས་མི་དཔལ་ཆལ་ཆེ་བ་མང་ཏུ་བྱུང་ཞིང་། བར་  
 སྐབས་སྤྱལ་ དགེ་བྱི་མ་ཞེས་པའི་མི་ཤིན་ཏུ་དཔལ་ཆལ་ཅན་སྐགས་  
 ཀྱང་བྱུང་ལ། འདིའི་རྩེ་རིགས་ན་མས་ནི་མི་གཞི་ཤིན་ཏུ་བཟང་  
 ཞིང་། མཚེག་དམན་ཡོངས་གྱིས་གཅེས་ཤིང་དམར་བ་ཁོ་ན་བྱུང་བ་  
 ནི་སྟོན་གྱི་ཉེན་འབྱེལ་དེས་ཡིན་ཞེས་ཐམས་ཅད་གྱིས་སྤྱོད་ངོ་། །  
 གེ་བྱལ་གྱི་མི་རིགས་དེ་ནི་ད་ལྟ་གོ་འཕན་ན་མས་གྱི་ནང་འདིར་ཡོད་  
 ཀྱང་རྩེ་རིགས་ནི་མཚན་ཞིང་ཡོད་པ་འད་ཏུང་ཏུ་ལས་མ་མཆེད་བ་...  
 འདི་ན་མས་ནི། སྟོན་གྱི་ཉེན་འབྱེལ་དེས་ཡིན་ཡང་ཟེར་ངོ་། །  
 སྤར་གྱི་བན་དེ་ཟེར་བ་དེའི་མི་རྒྱུད་ནི། སྤར་རྩང་ནག་ཏུ་དེ་ནས་  
 ལམར་གསར་ཞེས་པར་ལམར་ཞིག་བཅིགས། དེར་བཞད་པ་ལ་  
 དཔལ་ལྟལ་ལམར་གསར་ཆང་ཟེར་ལ། དེའི་བྱ་དཔལ་ལྟལ་གཞུང་  
 ཏུང་དཔལ་ཞེས་པ་ནས་མི་རབས་འགའ་ཞིག་སྤར་མཚམས་སྤྱལ་  
 དཔལ་ལྟལ་གཤེན་རབ་འཕན་ཞེས་པའི་མི་དཔལ་ཆལ་ཅན་དེ་.....

ལྷ་མོ། དེའི་བྱ་ཆེ་བ་དཔལ་ལྷལ་ཁོ་ཁོ་དང་། འཕྱིར་བ་བན་ཞན།  
 རྒྱུར་བ་བཟ་ཡག་དང་གཞུམ་ཡིན། ཁོ་ཁོའི་སྤྱན་དང་ཏུ་འཁོག་པ་བྱས་  
 བས། བྱ་ཆེ་བ་ཐོན་ཐར་གྱི་རྒྱུད་པ་ལ་དཔལ་ལྷལ་སྤྱུ་ཐལ་དང་།  
 ལྷ་རྒྱུར་བ་ཁོ་ན་དང་ཏུ་འཁོག་པ་བྱས་ནས་བཅད་པའི་ཆེ་རིགས་.....  
 རྣམས་ནི་ད་ལྟ་དཔལ་ལྷལ་ཁོ་ཐལ་གྱི་དཔོན་རིགས་འདི་ཐམས་.....  
 ཅད་ཡིན་ལ། འདི་གཉིས་ནི་དཔལ་ལྷལ་ཁོ་ཁོའི་མི་རིགས་ཏེ་ཁོ་  
 ཁོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །བར་སྐབས་སྤྱད་པལ་ལྷལ་སྤྱུ་ཐལ་ཆེ་དཔག་  
 རྒྱབས་དང་། བན་ཕྱོག་སྤྱན་གཉིས་ལྷུང་། ཆེ་དཔག་རྒྱབས་གྱི་  
 ལྷ་པད་མ་རྒྱལ་ཡིན། དེའི་བྱ་ཆེ་དཔར་མཐོན་སྤྱན་རྣམས་ཡིན།  
 ཁོ་ཐལ་གྱི་མི་རིགས་ལ་བར་སྐབས་སྤྱད་པལ་ལྷལ་རྒྱལ་མཐོན་ཞེས་...  
 པ་གསེར་གྱི་བཀའ་འཕྱར་བཞེངས་པའི་དཔོན་པོ་བསོད་ནམས་.....  
 ཅན་དེ་ཡང་ལྷུང་ལ། ཁོ་ཁོ་མི་རིགས་འདི་ལ་མི་དཔལ་ཅལ་ཅན་  
 ཁོ་ན་ལྷུང་ཡང་གི་མ་ཡང་རོ། །ད་ལྟ་ཁོ་ཁོ་མི་རིགས་ནི་སྤྱུ་ཐལ་  
 དང་། ཁོ་ཐལ་མ་ཐམས་ཅད་གྱི་དཔོན་རིགས་ནི་དཔལ་ལྷལ་ཆེ་  
 རོན་ཆང་མན་ཆད་དང་། དཔལ་མཁན་དང་དཔལ་རྣམས་ཆང་  
 ཡན་ཆད་གྱི་ཆེ་རིགས་དཔལ་ལྷལ་ཡིན་ཆད་འདི་རྣམས་སོ། །

ཡང་སྤར་གྱི་དཔལ་ལྷལ་ཡིག་ལྷུང་ཕྱོགས་སོག་པོའི་མངའ་.....  
 ཞབས་སྤྱོད་ལས། དེ་ནས་མཆོ་ཁ་གཡོན་ཏུ་ལ་བཅད་དེ་དཔལ་  
 ལྷལ་གཡོན་ཏུ་མ་ཟེར་ལ། ཆེས་ནས་མཆོ་ཁའི་དཔོན་འདི་ན་མང་

ལ་རྒྱ་དཔག་གིས་བརྒྱབ་ནས་གཏོར་བྱས་སྤྱུ་ཁམས་ཚྭ་གས་ལ་སྒྲིགས་  
 བ་ལ་ད་ལྟ་བར་ཁམས་ཀྱི་དབལ་ཤུལ་གཡོན་ཅུ་མ་ཟེར། ལྷ་ར་  
 རྩོད་དབལ་ལེ་རྒྱབས་མན། ལུར་བ་ཐར་ཡན་ཅམ་ནས་ཁམས་ལི་  
 ཐང་ཚྭ་གས་སྤྱུ་འབྱར་བ་ལ་དབལ་ཤུལ་སྒྲིག་འབྱར་མའི་རྩེ་རིགས་……  
 རྣམས་ཡོད་ལ། བར་སྐབས་སྤྱུ་དབལ་ཤུལ་ཆེ་དབང་མགོན་པོ་  
 ཞེས་མི་དབལ་ཆལ་ཅན་དེ་སྐགས་དང་། སྒྲིག་འབྱར་སྤྱུ་མ་འཕྱིན་  
 ལས་རབ་རྒྱས་ཞེས་པའི་མཁས་པ་ཆེན་པོ་དེ་སྐགས་བྱུང་བ་དེའི་……  
 རིགས་རྣམས་དང་། ཁ་ཅིག་གིས་འདི་གཉིས་ཀ་མཆོ་སྒྲིན་པའི་  
 གཡོན་ཅུ་ནས་འབྱར་བ་ཡིན་ཟེར། ཡང་དེ་ལས་མཆོད་པའི་ཁྲོམ་  
 ཐལ་མའི་རྩེ་རིགས་སྐགས་ཁམས་ཚྭ་གས་ཐམས་ཅད་ལ་དབལ་ཤུལ་  
 གྱི་མི་རིགས་ནི་མང་ངོ་། །ཡང་གོང་གི་དབལ་ཤུལ་མཁར་གསར་གྱི་  
 དབལ་ཤུལ་བན་ཞར་དེའི་བྱ་མོ་མགོ་ལྟ་རྩི་རྩེ་འབྱམ་ལ་ཡོད་པས།  
 དེ་ལི་བྱས་ཀྱི་མགོ་ལྟ་ཁ་གསུམ་ལ་ས་ཞིག་བསྐྱངས་པས། མགོ་ལྟ་  
 ཁ་གསུམ་གྱི་དཔོན་རྣམས་ཀྱིས། ཁྱོད་ཀྱིས་དཔོན་ཆེན་ཞབས་ཀྱི་  
 དཔོན་ཆུང་ལྟར་བྱེད་ན་ས་ཞིག་ཕྱིན་ཟེར་ནས། དེ་འབྲུ་བྱེད་ཆེད་  
 དང་རྒྱུད་པོ་ཡིན་པ་སྐགས་ཀྱིས་རྩི་རྩེ་མང་འ་ནང་དང་།  
 ལག་མང་འ་ནང་གི་ས་ཆ་ཕྱིན་པས། རྩེ་མང་འ་ལའང་མཁར་  
 བཅིགས་ཏེ་བསྐྱེད་པ་དེའི་བྱ་དབལ་ཤུལ་ཉལ་ཉལ་རྒྱབས་ཡིན། ཉལ་  
 ཉལ་རྒྱབས་ཀྱིས་མགོ་ལྟ་འབྱམ་ཕྱག་རྒྱལ་གྱི་མིང་མོ་བྱངས་པའི་བྱ་……

ཆེ་བ་ཉམ་ཉམ་འཕན་དང་། རྒྱུ་བ་འབྲམ་སྐྱུ་ལ་གཉིས་ཡིན།  
 ཉམ་ཉམ་འཕན་ལ་བྱ་མེད་ལ། འབྲམ་སྐྱུ་ལ་བྱི་བྱ་ཆེ་བ་སྐྱ་མ་  
 ལྟལ་དང་། བྱ་རྒྱུ་བ་དབལ་བྱལ་ལངས་སྐྱལ་འབྲམ་གཉིས་ཡིན།  
 དེའི་སྐྱོར་བྱི་སྐྱ་གཞས་ལ། ཉམ་ཉམ་ཉམ་འཕན་ལ་བྱ་མེད། བྱི་  
 འབྲམ་སྐྱུ་ལ་ལ་བྱ་ཡོད་ཟེར། མོང་གི་སྐྱོང་དབལ་བྱལ་མཁར་  
 ལར་གཤིན་རབ་འཕན་བྱི་གཡོག་མའི་བྱ་ཆོས་མག་གི་བྱལ་བྱི་མི་.....  
 རྒྱུ་ནི། རྒྱལ་སྐྱོང་སྐྱོང་སྐྱལ་སྐྱོང་ལར་དབལ་དེ་ཆོས་བྱལ་འདི་  
 མཁས་ཅད་ཡིན། ཡང་དེའི་གཡོག་མོ་གཞན་ཞིག་གི་བྱ་དག་  
 འབྲུན་ལ་སྐྱོང་དག་ཟེར་བའི་མི་རྒྱུ་ནི་དབལ་སྐྱོང་དག་ཆར་འདི་.....  
 རྒྱལ་མིན་ཟེར་ལ། ཁ་ཅིག་གིས་སྐྱོང་དག་དེ་སྐྱོང་རིགས་མིན།  
 གཡོག་པོ་ཁ་ཞིག་གི་བྱ་ཡིན་ཟེར། སྐྱ་མ་རྒྱལ་རྒྱུ་མདའི་མཁར་  
 མོང་མར་བཅད་དེ། དེས་ཨ་པོ་བཟའ་ཞིག་སྐྱུངས་པའི་བྱ་ནི་  
 དབལ་བྱལ་སྐྱ་མ་སྐྱུ་བས་ཡིན། སྐྱ་མ་སྐྱུ་བས་བྱིས་ཨ་པོ་བཟའ་ཞིག་  
 བསྐྱུས་ཏེ། ཤེས་ནང་རྒྱ་རྒྱ་བཙས་པའི་བྱ་ཆེ་བ་དབལ་བྱལ་བཙན་  
 འཛིན་ནས་རྒྱུ་བ་སྐྱུ་མར་བྱི་བར་རྒྱ་ལེར་སྐྱུ་བཙན་ཡོད་པར་ཨ་  
 བཟའ་བྱ་བཙན་ཟེར། དེ་ཡི་སྐྱུ་པོ་ཆེ་བ་རྒྱལ་སྐྱུ་རྒྱུ་དཔ་ནི་དབལ་  
 བྱལ་ཆོས་སྐྱོར་སྐྱལ་གཤེར་མལ་བྱི་རྒྱུ་དཔ་ནི་དབལ་  
 རྒྱལ་མིན་ལ། རྒྱུ་བ་སྐྱུ་མར་ནི་དབལ་ཅལ་ཆེ་ལ། དབལ་  
 བྱལ་འབྲམ་སྐྱུ་བས་ཡག་སྐྱལ་པོས་བྱེར་བྱལ་རྒྱ། སྐྱུ་མར་འདིའི་

ས་ཉེ་ཆེ་བ་ཞིག་གིས་འབྲམ་རྒྱབས་ཡག་གི་གཡོག་མོ་བྱང་མེད་ཏུ་.....  
 བརྟེན་པའི་ཞོ་བཟའ་ཞིག་ཁྲིད་པའི་རྗེས་ནས། འབྲམ་རྒྱབས་ཡག་  
 རྩལ་ཏུ་ཐོན་པར་ཐུག་ན་མས་དང་། རྟོན་པོ་ན་མས་གྱིས་འབྲམ་  
 རྒྱབས་ཡག་ལ་གསང་ནས་ཤོར་ནང་གི་ཏུ་བརྟུབ། དབལ་བྱལ་  
 བརྟེན་འཛིན་བསད། ཞོ་བཟའ་ཁྱེར་ཁྱེར་བ་སོགས་བྱས་པར།  
 རྗེས་ནས་སྤྱུ་ཐར་གྱིས་ཉོང་མའི་ཏུ་བརྟུབ། ཁ་ཐུ་ཆེ་རིང་བྱམས་  
 བསད། རྩོ་ཉོང་ཆང་གི་མི་འགའ་བསད་པས་དབལ་སྤྱུ་ཐར་  
 དཔུལ་བ་ཅི་མཐོང་ང་ཐེར་བ་དེ་ཡིན། དེའི་བྱ་རྩ་མགིན་ཡག་དེའི་  
 རུ་ཀྱན་དགའ་བསད་ན་མས་དང་། མགོན་ལུ་གཉིས་ཡིན།  
 མགོན་ལུའི་བྱ་རབ་བརྟན་ཡིན། དེའི་བྱ་རྩ་མ་མཁས་བྱལ་དང་།  
 དབང་ཆེན་གཉིས་ཡིན། སྤྱུ་ཐར་གྱི་མི་རྒྱུད་དེ་ལ་དབལ་བྱལ་  
 རྩང་ཡོས་ཐེར་རོ། །དབལ་བྱལ་སངས་རྒྱས་འབྲམ་གྱི་བྱ་ནི་  
 དབལ་བྱལ་འབྲམ་རྒྱབས་ཡག་ཡིན། འདི་ནི་མི་ཤིན་ཏུ་དབའ་  
 ཅལ་ཆེ་ཞིང་བྱུང་པར་མདའ་ཅལ་ལ་རྟེན་པས་གཞོན་ཏུ་སྤྱིད་ཐུབ་...  
 ཉ་བྱ་དེ་ཡིན། འདི་ཏུས་གྱི་ཐུ་གཞས་ལ། དབལ་བྱལ་འབྲམ་  
 རྒྱབས་ཡག་གི་མདའ་ལོ་ལམ་ཏུ་འགྲོ་ ཆོས་བྱལ་འབྲམ་ཞར་མའི་  
 མདའ་རྩ་ལམ་ཏུ་འགྲོ་ ཐེར་བ་དེ་བྱང་། འདིའི་མདའ་ཅལ་ལ་སོག་  
 པོ་ཐུ་མདོ་ཉའོ་ཐེན་བྱ་རྩང་མམ་མང་སྤྲུག་ནས། བཙོན་ནས་  
 གཉོང་ཏུས། ལག་གཡས་གྱི་གོང་མོ་དང་། སྤོན་ལག་ མཐེལ་



ལུས་སྒྲུབ་ཀྱི་ཁྱེད་པར། དཔོན་མགོན་པོ་ལྷན་སྐྱབ་པའོན་པུ་ཆེ་  
 མོག ལྷན་ཁོར་ཆེ་མིང་ཐར་ཞེས་པའི་གསར་མའི་སྒྲུ་མ་ཞིག་ཡོད་  
 པ་དེས་གཏེར་རྩོན་ལ་དད་པ་མེད་པར་བྱ་གྱེས་སོགས་ལ་བརྟེན།  
 འབར་ཆུང་འབྲུག་འེ་དང་། མོ་སྐྱོན་ནེ་གཉིས་ཀྱིས་གཙུག་  
 དམག་མངགས་ནས། གཏེར་བརྩུ་སོགས་ལ་སྤྱོད་མྱོང་མོག་ཞེས་  
 བཀའ་བསྒྲིག་ནས། གཏེར་རྩོན་བསད་ཆེ། བྲག་འོ་མར་ཐགས་པ་  
 དང་། ལྷན་ཉགས་ལྷན་ཡིད་བརྩུར་རྩས་པ་བརྩན་ཡང་བསྐྱོར་སྒྲུ་  
 སྤྱོད་ཆུང་བྱིད། ལ་ཆུང་ཆེ་དབང་འབྲུམ་ལ་ལྷན་པ་དང་། ཆེ་  
 དབང་འབྲུམ་ལྷན་རྒྱ་འདས། སྤྱོད་ཆུང་། སྒྲུ་མ་བརྩན་འཛིན་  
 དེར་བཅད་པར་མིག་གཉིས་ཡོང་བ་སོགས་མི་ལགས་པ་མང་རྒྱུ་.....  
 ལྷན་། དམག་དཔོན་པ་འབར་ཆུང་དོན་ནེ་དང་མྱོད་སྐྱོད་ལྷན་ལྷན་ལི་  
 གཉིས་ལྷན་། གཙུག་ཆོང་མགོ་ནས་ལྷེ་བས་ཏེ་མི་བ་དང་།  
 གཙུག་ལ་མི་འདོད་ལྷ་ཆོགས་ལྷན་། གཏེར་རྩོན་དཔོན་པའི་དམག་  
 མི་བརྩུ་ཐག་བཞི་འབྲུམ་ནད་ཀྱིས་མི་བ་སོགས་བཀའ་མི་མིས་པ་མང་  
 རྒྱུ་ལྷན་པར་སྒྱུར་དོ། །གཏེར་རྩོན་དེས་གཏེར་ཆོས་ཡང་ཅི་རིགས་  
 ཞིག་ཡོད་པར་མངོན་ལ། ལྷ་ལྷན་བཀའ་ཐང་དོ་མཆོར་བ་ཞིག་  
 ཡོད་ཐེར་བ་ཆོས་པས་གཏེར་བརྩུ་མིན་ཏེ། གཏེར་རྩོན་དཔོན་  
 ཡིན་པར་ལྷན་པ་ཞར་ལྷན་ལྷ་སྤྱོད་ལགས་སོ། །

ལྷན་དབལ་སྤྱལ་མགོན་པོ་ལྷན་སྐྱབ་པ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་རྗེ་ཀམ་.....





མེད་དོ། །སྤྱི་འོ་འོ་དབལ་ཤུལ་རྒྱལ་མཁས་ཀྱི་མི་རིགས་ནི་ད་ཉེ་ལོར་  
 ཡོད་ལ། བ་མདའི་རྒྱལ་རྒྱལ་བཟ་ཤིས་ནས་དབལ་ཤུལ་འབྲུག་  
 རྒྱལ་སྐོགས་དང་། དབལ་ཤུལ་བསོད་ནམས་དང་རྒྱལ་ལ་སྐོས་མ་  
 རྒྱུད་ཞིང་གཏུང་རྒྱུད་ཆད་དོ། །གཟུངས་འབྲུག་རྒྱལ་ཀྱི་མི་རིགས་  
 ནི་མ་འཁྱི་མཁོ་བ་ད་སྐབས་དབལ་ཤུལ་མཁོན་ཁོ་མ་བྱ་དང་། མ་  
 ཤུལ་བམི་མདའ་ཆང་མི་རྒྱུད་ནི་ད་ཉེ་ཡོད་དོ། །ཚེན་དབལ་ཤུལ་  
 མཁའ་གསར་བཟ་ཤིས་ཡག་གི་རྒྱུད་པ་རྒྱལ་མི་མཁའ་གསར་གྱི་  
 རྩེ་རིགས་འདི་རྒྱལ་ལགས་སོ། །ཞོང་བྱ་རྒྱུད་པའི་རྒྱུད་པ་  
 རྒྱལ་མི། བྱ་རྒྱུད་པ་ཡག་ཆོས་གཞུག་འཕན་དང་བཞི་ཟེར་བ་  
 འདི་རྒྱལ་མི་ཡོད་ལ། འདིའི་ཆོས་ཤུལ་ཏུ་ཡབ་བྱ་རྒྱུད་མོན་ཁོ་  
 དང་། ཡུམ་རྒྱ་རྩོག་བཟའ་ལ་རྩོ་ཡུལ་དབང་རིན་པོ་ཆེ་ཞེས་  
 པ་ཡུལ་བཟུན་རིན་པོ་ཆེ་གྱི་དང་རྒྱུད་པར་གསར་ཐགས་ཐུ་འབྱུང་  
 ཉིང་མའི་ཡུལ་པའི་དབང་རྒྱུག་དམ་པ་དེ་ཟུ་འབྱུངས་པ་ཡོད་ལ།  
 དེ་ཉིད་ཀྱི་དཔོན་རིགས་ཀྱི་ཁྱ་མ་དམ་པ་རྒྱལ་ཡུང་བཞུགས་སོ། །  
 བྱ་རྒྱུད་ཆོས་ཤུལ་ལས་རྒྱ་ཡི་མི་ནག་ལ་ཕོག་ནས་དགེ་ཅེའི་ཞབས་ལྷ་  
 སྐོས་ནས་བྱད་སོང་བའི་མི་རིགས་ནི་ད་ཉེ་ཟླ་ཐལ་མའི་གཆང་  
 རྒྱལ་མི་ཟེར་བ་ཡོད་དོ། །ཐུར་གྱི་གཡོག་མའི་བྱ་ཡ་རྒྱུབས་ཀྱི་  
 རྒྱུད་པ་རྒྱལ་མི་ད་ཉེ་ལོར་ཡ་རྒྱུབས་ཀྱི་ཆོ་ཆེན་འདི་ཡོད་ནོ། །ཞོང་  
 ཤུལ་ཆེན་བཙོ་བརྒྱུད་ཀྱི་རག་ཤུལ་རྒྱལ་མི་ཁམས་རྩོགས་སྐོགས་ལ་

མང་ཏུ་ཡོད་ལ། ཟུག་ཕྱལ་ནི་ཟུག་ཆ་དང་གཅིག་ཟེར་ལ། ལྷོང་  
 ཆ་ཆེན་པོ་ཅི་བརྒྱད་ཀྱང་ཟེར་རོ། །རྟོག་ཆ་དང་། ཟླ་ཆ་དང་།  
 འགོ་ཆ་སོགས་ཡོད་ཟེར། ཟུག་ཆ་འི་མི་རིགས་ནི་ཁམས་ལྗེ་དཔེ་འི་  
 བཀའ་སློན་ཡང་ཡིན་ལ། འདི་རིགས་ལ་ཀུ་ཟོག་ཟུག་ཆ་ཟུལ་  
 བའི་ཟུ་དཔེ་འདུན་ངེས་དོན་དཔར་པོ་ཞེས་པ་གསར་ཁྲགས་ཉིང་……  
 མའི་ཟུབ་པའི་དཔར་ཟུག་ཆེན་པོ་དེ་ཟུ་འབྲུངས་ཤིང་དེ་སོགས་……  
 ཟུག་ཆ་འི་རིགས་ཀྱང་ད་ལྟ་ཡོད་ལ། ཟླ་ཆ་ནི་ཉུག་ལྷོ་ཟླ་ཆ་པ་  
 ཞེས་ལྷོ་ཀུ་ཟོག་སྒྲུབ་ཐོབ་ཟླ་རབས་བརྒྱ་གཞུག་ཞེས་པ་……  
 འབྲུངས་པའི་རིགས་དང་། ཡང་ཟླ་ཆ་ཟུལ་ཟུ་རིག་འཛིན་ནས་  
 མཁའ་ཚོས་དཔར་ཞེས་ཟུབ་ཐོབ་དེ་འབྲུངས་པའི་རིགས་སོགས་……  
 ཡོད་དོ། །རྟོག་ཆ་ནི་ཤར་ལྷའི་ཉིང་དང་། ཤིས་ཉིང་དྲ་ཐལ་མ་  
 དང་། བེ་འཕན་ཉིང་བ་ནམས་ལྷ་ཡོད་ལ། བདག་གི་ཞང་ཐོར་  
 ཟུར་པའི་རིགས་ནམས་ཡིན་ནོ། །མགོ་ཆ་ནི་དབལ་ཕྱལ་མགོ་ཆ་  
 ཞེས་ལྷོང་དབལ་ཆེན་ཟུབས་ཕྱིན་ནས་བྱེས་པ་ཞིག་ཡིན་པར་མཛོན་  
 ནོ། །ཁ་སྤོ་ལྷོང་གི་རིགས་འདི་ཁམས་ཅད་ལ་ལྷོན་ཆད་ཟུ་པོ་ལྷོང་  
 དང་། གལ་མཆིག་འཕྱི་རྩ་མ་ནས་བཟུང་ཉི། གངས་ཅན་ན་  
 ཟུག་བྲག་ལ་འགན་ཟླ་བལ་བ་ཟུག་པོ་ཉི་ཅིས་སོགས་དཀར་ནག་ཁྲ་  
 དང་། ཟུག་པོ་འི་རིགས་བཞི་ལ་རྩོན་པའི་མི་ཟུལ་བ་ལྟ་བུ་དག་ནི།  
 ཡེ་ན་མགོ་ར་ཟེར་བ་དང་། ལྷོང་ཆབ་ཐོབ་པོ་ཞེས་པ་དང་། ལྷོང་

རྒྱུ་ལ་མཚན་ལྷན་མཛོད་ལྷན་འབྲེལ་ལྷན་དང་མཉམ་པ་དང་།  
 དབང་ལྷན་ལྷན་ཅེས་དག་པོ་ཐམས་ཅད་ཆམ་ལ་འབེབས་པ་པོ་དང་།  
 སྤྱིར་རྒྱུ་ལ་པོ་ཞེས་པ་མེད་ཆེན་ནོར་ལྷན་ལྷན་འབྲེལ་དེ་.....  
 མོགས་དང་། རྒྱལ་ཆ་དུངས་ཤེ་ཞེས་ལྷན་གྱི་མོད་ལ་སྤྱི་ལོ་པར་  
 མཛད་པ་པོ་དེ་དང་། མ་མངས་མོད་ཤི་ཞེས་ལྷན་ལ་མཛོད་ཆལ་  
 མཉམ་པ་པོ་དེ་དང་། ཨ་ལྷན་སྤྱི་ལོ་ཞེས་འབྲེལ་ལག་པས་བསད་  
 བས་ཤི་ཆོན་བཟུང་པ་པོ་དེ་མོགས་ཆོན་ལྷན་རིགས་འདིར་འབྲེལ་པ་པོ་  
 དེ་དག་གི་མཚན་ལྷན་ནམས་དང་། མཚན་པོ་དབྱེད་ཆོན་དབྱེད་སྤྱིར་  
 བྱ་གནས་པའི་ཨ་ལྷན་མོད་གི་དག་ལྷན་ཆེན་པོ་དབྱེད་གི་མི་མོ་གཤམ་ཡི་.....  
 ཆོན་མ་མཛོད་པ་ཅན། དབྱེད་གི་མོར་གཞུག་ཅན་པ་དན་དཀར་པོ་  
 དབྱེད་ལ་འབྲེལ་བས་ཉ་ལྷན་གཤམ་པར་མཛད་པ་དེ་དང་། ཡང་  
 མོད་གི་དག་ལྷན་མོད་ལྷན་ཤོམ་ཤོམ་ཟེར་བ་གཤམ་འབྲེལ་ཆོན་མོ་ཟེར་ས་  
 གྱི་ཟེ་བ་རྒྱས་པ་ཅན་དང་། ཡང་མོད་གི་དག་ལྷན་མོག་འབྲེལ་  
 མཚོགས་ཤེས་མོགས་སྤྱིར་ལྷན་ལྷན་དེ་ནམས་དང་། མོ་ལྷན་དམ་  
 ཅན་རྒྱུ་ལག་པ་སྤྱི་མཛོད་དང་། འཛོ་བའི་ལྷན་ནི་མད་ལྷན་གྱི་  
 གཞི་བདག་ཆེན་པོ་ནམ་གསལ་དང་། ལྷན་པར་ལྷན་ཆེན་སྤོམ་  
 ར་དང་རང་གི་ལྷན་ལྷན་ནམས་གྱི་གསོལ་མཚོ་དེ་ལ་འབད་དཀོས་.....  
 ས། །

## ལེའུ་བྱུག་པ། ལྷ་ཆ་མཁའ་སྐྱོད།

ལྷ་ཆ་མཁའ་སྐྱོད། རྩོན་ལྷེའུ་བྱུང་ཆུབ་ལེམས་དཔའ་རང་ཉིད་  
ཀྱིས་མི་ཆེན་བཞིར་བཅད་པའི་ནང་གི་ལྷ་ཞེས་པ་དེ་ལ་ལྷ་ཆ་སྐྱོད་.....  
ཞེས་ཟེར་ལ། རི་སྐད་ཏུ། ལྷ་ཡིག་ཆངས་ཅན་ཞེས་སྐོབ་གཉེར་ལ་  
མཁས་ཞེས་དང་། གནའ་རྒྱང་ལས། བང་ཡངས་མོ་གཞུམ་ནི་  
སྐལ་མོབ། ལྷ་ལེའུ་མང་བ་དེ་ཡི་དོན། ཞེས་རྒྱང་ལྷ་འདི་དག་  
གི་དོན་ནི་དཔེ་མོབ་ཀྱི་ལྷ་གཉིས་དང་། དོན་མོབ་ཀྱི་ལྷ་གཉིས་ཏེ་  
བཞི་ཕྱས་ཆེན་བཞི་ལ་ཡོད་པ་ལས། ལྷ་འདི་ལ་དོན་མོབ་ཀྱི་ལྷ་ཡིན་  
ལ། བང་ཡངས་མོ་གཞུམ་ནི་བར་ཁམས་འདིར་ཁམས་གཡར་མོ་  
བང་དང་། བྱང་དཀར་མོ་བང་དང་། བདེ་སྐྱོད་ཏུ་ཅང་ཁ་ལ་ཀྱི་  
བང་དང་གཞུམ་ཡིན་ལ། དེ་ནམས་སྐལ་མོབ་ལ། དེ་ནམས་ལྷ་  
འཕྲིག་ལེའུ་བྱུག་སྐྱོད་པ་དག་གི་རྩེ་དཔོན་མཛད་པ་ཡིན་ཏེ། འདི་  
རིགས་ལ་དམུ་ཆ་སྐྱོད་དང་། བང་ལེ་སྐྱོད་དང་། ལྷ་དང་དམུ་དང་།  
སྐལ་ཞེས་ཟེར། དམུ་ཆ་སྐྱོད་ལྷ་དཔུའི་གཏུང་རྒྱུད་ཡོད་ལ། ལྷ་དཔུ་  
ནི། ལྷ་ཡུ་ལྷོ་དང་། ལྷ་ཡུ་རིག་དང་། ལྷ་ཡུ་འབྲུག་དང་། ལྷ་

ལ་ཁྲོམ་དང་། ལ་ཤིང་ཚོགས་ཡིན་ལ། དེ་རིགས་ཚོན་དབུས་  
 གཙང་རུ་ཡོད་པར། བར་སྐབས་ཁྱུ་གཙང་གི་གཏིང་ཕྱིས་མཁར་  
 ཆེན་རུ་མི་དབང་པོའི་ནམས་རྒྱལ་མཆོན་ཞེས་མངོན་པར་མཛོ་བ་  
 དེ་བྱུང་ཞིང་། དེའི་ཐུས་ཁྱུ་ཀམ་རྒྱལ་ཆ་པ་པ་གོ་ཤི་ལྟ་བུར་གསལ་བ་  
 མཆོག་དབུངས་ཞེས་རྗེ་གར་དབང་ལུ་དམར་རྒྱག་པ་ཆོས་ཀྱི་དབང་  
 རྒྱག་གི་སྒྲོབ་མ་མཁས་གྲུབ་གཉིས་ཐུན་གྱི་སྒྲེས་བྲུ་དམ་པ་དེ་སྟེ་.....  
 འཁྲུངས་པའི་གཏུང་རིགས་དེ་ཡང་སྣ་ཡིན་ལ། ཡང་དཔྱ་ཆ་སྣ་བྲུ་  
 དབྱ་ལས་ཀྱིས་པ་ནི་ཁམས་གཡར་མོ་ཐང་ཚོགས་ནས་མཆེད་པར་.....  
 ཚོན་འཁྱི་བྱུང་གི་རོང་འཛིན་མདོ་དང་། མེ་ཤོད་ཚོགས་ཁྱུ་སྣ་ལ་  
 སྒོ་དཔལ་ཁར་ཞེས་བས་མི་དབང་ཆེན་པོ་མངོན་པར་མཛོ་བ་དེ་.....  
 བྱུང་ལ། དེ་ལས་མཆེད་པའི་སྣ་ཡི་གཏུང་རིགས་བྱང་མང་ཞིང་།  
 ཁམས་སྣ་རྗེའི་དཔོན་རིགས་ནམས་དང་། མེ་ཤོད་ཀྱི་སྣ་ཡི་གཏུང་  
 རིགས་འདི་ལ་ཚོན་སྒྲུ་མ་ཀུ་ཚོག་པ་ཆེན་པོ་དམ་པ་བདེ་ལེགས་ཁྱུ་  
 གསལ་བ། མཆོན་དངོས་ཤེས་རབ་ཅེང་གི་དང་། ཚྭ་བས་བ་  
 མཐའ་ཡས་ཞེས་གྲུབ་བརྟན་རིན་པོ་ཆེ་སྟེ་དང་། བྱེ་གྲག་བརྟན་  
 པ་སྣ་འཁྲུང་བའི་གསང་ཐུགས་རྒྱུང་མའི་བརྟན་འཛིན་ཆེན་པོ་.....  
 མཁས་དང་གྲུབ་པའི་དབང་རྒྱག་དམ་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་སྟེ་འཁྲུངས་.....  
 པའི་གཏུང་རིགས་བྱང་ཕྱིས་ཆེན་སྣ་ཡིན་ལ། སྣ་རྗེ་དཔོན་རིགས་  
 ཁྱུ་འཁྲུངས་པ་རྗེ་རིན་པོ་ཆེ་རིག་འཛིན་དགེ་འདུན་ཤེས་རབ་ཅེས་.....

གསང་ཐུགས་རྒྱུ་ཡི་རྒྱལ་བརྒྱད་ཀྱི་བརྒྱན་པའི་མངའ་བདག་.....  
 ཆེན་པོ་དེ་ཡང་ཅུས་ཆེན་ལྷ་ཡིན། ཡང་སྤྲུལ་སྤྲུལ་དཔལ་ཞེས་ཀྱི་  
 གཏུང་རིགས་ནི་ས་དབང་སྤེལ་གཞི་ལུན་ན་འདྲོན་ཆེན་པོ་གད་.....  
 མོག་པའི་མི་རིགས་དང་། གཞན་ཨ་ཤོ་ཐེར་བའི་རིགས་ཐམས་  
 ཅད་དང་། རི་ཁུང་རྒྱུ་མཁོ་ཆར་མི་རིགས་ཀྱང་ཨ་ཤོ་ཐེར་མའི་མི་  
 རིགས་ཡིན་ལ། དེ་ལ་ཀུ་མོག་སྤྲུལ་ཆ་གཉིས་པ་འཇིགས་བྲལ་  
 ཆས་དབྱིངས་རྩ་རྩེ་ཞེས་དམ་པའི་རྒྱུས་བྱ་ཆེན་པོ་དེ་འབྱུངས་པའི་.....  
 རིགས་ཀྱང་ད་རྩ་ཡོད་དོ། །སྤྲུལ་ཀྱང་དཀར་པོ་ཐང་གི་  
 བདག་པོ་ནི་ཨ་རིག་གི་རྩེ་དཔོན་ཐམས་ཅད་ཡིན་ལ། རྒྱུང་དཀར་  
 པོ་ཐང་ཐེར་བ་ནི་ཨ་རིག་དཀར་པོ་ཐང་ཡིན་ལ། དེར་ཨ་རིག་  
 དང་། ཨ་འབྲུག་གཉིས་ཀྱི་གཏུང་རྒྱུད་ཀྱི་རིགས་དེར་ཆགས་པ་ལ་  
 ཨ་རིག་གི་རྩེ་རིགས་ཐམས་ཅད་དང་། ཨ་འབྲུག་གི་ཁྱིས་ཁྱ་འབྲུག་  
 ཐེར་བའི་རིགས་དེ་ཡིན་ནོ། །ཨ་རིག་གི་རྩེ་རིགས་ཐུར་ཨ་རིག་  
 དཔལ་བཟང་རྒྱལ་པོ་ཞེས་པའི་མི་དཔལ་ཅལ་ཆེ་བ་པོ་ཅལ་རྩ་དག་.....  
 དང་ཐུན་པ་ཐུགས་པའི་དཔལ་གྱིས་མདོན་པར་མཐོ་བ་དེ་རྒྱུང་ལ།  
 དེ་ཕྱིན་ཡང་ཨ་རིག་བན་དེ། ཡང་ཨ་རིག་དོར་དམར་དང་། ཨ་  
 རིག་ཡི་དམ་མོགས་ཀྱི་མི་དཔལ་ཅལ་ཆེ་བ་ཅན་མང་ཏུ་རྒྱུང་ལ། དེ་  
 དག་གི་གཏུང་རིགས་ཀྱི་རྩེ་རྒྱུད་ཡང་ཡང་ཡོད་དོ། །སྤྲུལ་གིང་  
 གི་གཏུང་རིགས་ཀྱང་མདོ་མཛད་ཅིང་ཁ་ལ་ཀྱི་ཐང་ཚུགས་ན་ཡོད་.....

དོ། ། རྩེ་རིན་པོ་ཆེ་ཤར་ཅང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་མ་ཡུམ་ཤིང་བཟའ་  
 ཨ་ཆོས་ཀྱི་གཏུང་རིགས་མཉམས་ཀྱི་མི་རྩེ་ན་མས་ཀྱི་རིགས་དང་།  
 ཡང་མདོ་མཉམ་རི་པོ་ཏན་ཏིག་གི་ཉེ་ཆར་སྤྱི་རིགས་ཡོད་ལ།  
 བརྟན་པ་མྱི་དར་བྱ་མཉམ་འབྲེལ་ཀྱི་སྤྱི་ཆེས་ཆེན་པོ་མ་གཡོག་ཅང་.....  
 གཞུམ་ཀྱི་མཁན་བྱ་སྤྱི་ཆེན་སྤྱི་དགེ་བ་རབ་གསལ་ལམ། དཀོངས་  
 པ་རབ་གསལ་ཉིད་གཏུང་རིགས་དཔྱེ་ལ་འབྲེལ་ཤིང་དེ་ཡང་ཅུས་  
 ཆེན་ཆའི་རིགས་ཡིན་པ་དང་། ཡང་སྤྱི་ཨ་ཁོས་ཀྱི་གཏུང་རིགས་ནི་  
 ཨ་ཁོས་དང་། ཁོས་ཆ་དང་། ཁོས་ཐོག་ཡིན་ལ། མཛོད་དགེ་  
 མཉམ་ཀྱི་ས་ཆར་ཁོས་ཆ་དང་གི་གཏུང་རིགས་སྤྱི། ཨ་མདོ་དཀོན་ཆེན་  
 སྤྱི་བྱང་ཤིས་འབྲེལ་ཀྱི་རྩེ་འཇམ་དབྱངས་བཞད་པ་གཉིས་པ་.....  
 དཀོན་མཆོག་འཇིགས་མེད་དབང་པོའི་སྒྲོབ་མ་ཁྱི་གོང་ཐང་སྤྱི་ལ་.....  
 བའི་སྤྱི་དཀོན་མཆོག་བརྟན་པའི་སྒྲོན་མེ་ཞེས་གུས་བརྟན་རིན་པོ་.....  
 ཆེ་སྤྱི་དང་། བྱང་པར་རི་པོ་དགེ་བྱས་པའི་བརྟན་འཛིན་ཆེན་  
 པོ། མཁས་པའི་དབང་ལྷན་ཆེན་པོ་མཁས་གྲུབ་སྤྱི་པའི་ཉི་མ་སྤྱི་  
 རྩེན་པ་ལྷ་བྱ་དེ་ཡང་ཁོས་ཆ་དང་ཉེ་ཅུས་ཆེན་ཆའི་འབྲེལ་པ་ཡིན་.....  
 ཞིང་། གཞན་ཨ་ཁོས་དང་། ཁོས་ཆ་དང་། ཁོས་ཐོག་ན་མས་  
 ཁམས་སྤྱི་གས་སྤྱི་མང་ལ། དབལ་སྤྱི་ཞེས་པའི་ར་ཐོག་ཆེན་སྤྱི་གི་  
 དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཆེན་པོ་དེ་ཡང་ཁོས་ཐོག་གི་རིགས་སྤྱི་.....  
 འབྲེལ་ཤིང་། ས་ཆ་ལེ་ཐང་སྤྱི་གས་ཀྱི་ཆ་ཁ་ཞེས་པ་དེར་དེ་རིགས་

ད་ལྟར་ཡོད་དོ། །གཞན་མཛོད་དགའི་རྩེ་རིགས་རྣམས་ནི་སྒྲ་  
 འདིའི་གཏུར་རིགས་ཡིན་ཟེར་བ་ཡོད་ཀྱང་དེ་ནི་མ་ཡིན་པར་མིང་...  
 ཅམ་གྱིས་འབྲུལ་བར་མངོན་ལ། རྩོན་པོ་དེ་གི་ཡུལ་དཔུང་གྱི་པོ་དང་  
 རྩལ་པོའི་གཏུར་རྒྱུད་རྩལ་ས་མ་ཚོ་བ་པ་ཞིག་ལ་བྱ་མེད་པར། མང་  
 ལྟ་ལོགས་ཡུལ་རྩ་རྣམས་ལ་གསོལ་བ་བཏབ། ལུང་རྩོན་སྐབས་ཀྱི་  
 བམ་མཁའ་ནས་མཐུན་ཏུ་འཇའ་རྩ་བྱས་པའི་ཕྱི་ན་བྱ་རྒྱུར་བ་ཞིག་  
 རྒྱུར་བར་བྱ་སྐལ་བྱས་ཏེ་ཕྱིན་ཏུ་དགའ་བས། མི་རིགས་ལ་དགའ་  
 རིགས་ཟེར་བ་ལ། སྤྱིས་ཀྱི་དགའ་ཡི་ཤེས་དར་རྒྱས་བྱ་བ་མངའ་  
 བདག་ཁྱིམ་རལ་བ་ཅན་གྱི་རྩོན་པོ་ཞིག་པོ་དང་རྒྱུར་བའི་ཁྱིམ་ཏུ་ཤར་...  
 རྩོགས་རྒྱ་པོ་དེ་གི་ས་མཆོམས་ཀྱི་བཞག་པའི་མི་རྒྱུད་ལ་ཆེ་བ་དགའ་...  
 རྩག་རྩལ་ཅན་དང་། རྒྱུར་བ་དགའ་རྒྱུར་ཡུལ་ཅན་གཉིས་ཡིན།  
 དགའ་རྩག་རིས་ཅན་ནམ་རྩག་རྩལ་ཅན་གྱི་མི་རྒྱུད་ཀྱི་ཁྱེ་མ་དགའ་...  
 འཐུན་ཟེར་བ་དེ་པོ་དེ་གི་ཁྱེ་མ་ཆེད་པོ་ཞིག་རྒྱ་ནག་ལ་ཐེབས་ལམ་...  
 རྣམས་ཀྱི་རྩག་མཛོད་ཀྱི་ཞབས་བྱའི་ལས་ཁུར་བཟུང་བར་མཛོད་པ་  
 དགའ་འཐུན་ཟེར་བ་རྒྱུར་བས་མཛོད་དགའི་ཡིན་ལ། དེ་ཆར་གྱི་  
 རིགས་ཐམས་ཅད་ལ་མཛོད་དགའི་རྩོད་ལྷན་པར་གཞུགས་ཀྱི་རྩེ་རིགས་  
 ཐམས་ཅད་དང་། རྒྱུར་ཡུལ་ཅན་གྱི་མི་རྒྱུད་ནི་ཨ་མ་པོ་ཙེ་ལེ་  
 དཔོན་རིགས་ཐམས་ཅད་ཡིན་ནོ། །དེའི་ནང་གི་རིགས་རྣམས་ལ་  
 ནི་རྩ་རིགས་དགའ་ཡི་རྒྱུད་པ་ཟེར་བ་ཡིན། དཔུང་གཅིང་ཏུ་ཡང་



འདི་འི་རིགས་རྣམས་ཡོད་དོ། །པར་ཡི་དཔོན་དང་། ཁྱི་རྒྱུང་  
 དཔོན་རྣམས་དང་། ཁྱི་མས་དང་། ར་བའི་དཔེ་ཚང་དཔོན་  
 རིགས་རྣམས་ནི། དཔུ་ཚ་སྐ་ཡི་རིགས་ཤིག་ཡིན་ཞེས་ཁ་ཅིག་གིས་  
 ཟེར་ལ། ཁ་ཅིག་གིས་སྤྱད་པོན་ཐུག་གྱི་མི་རིགས་སྤྱ་སྤྱ་ཡང་། དེ་  
 རྣམས་ནི་ཁྱུ་གཅིག་ཡིན་ལ། ཁྱི་རྒྱུང་དང་པར་བྱུང་པ་སོགས་ནི་  
 སྤྱད་པོན་ཐུག་གྱི་རིགས་ཡིན་ལ། རྒྱ་ཁྱི་རྒྱུང་པའི་རིགས་ནི་སྤྱར་  
 རོལ་འདིར་ཡང་ཡོད་ལ། ཁྱི་མས་ནི་སྤྱ་རིགས་ཤིག་ཡིན་པ་རྒྱ་ཡིས་  
 ཁྱི་མས་འཛིན་གྱི་འཛོ་བ་ལ་བསྐྱོས་པ་དང་། པར་ཡི་ནི་ཉུང་པའི་  
 རིགས་ཡིན་ལ། ར་བའི་དཔོན་ཐུག་དཔེ་ཚང་ནི་སྤྱ་རིགས་ཤིག་  
 ཡིན། འདི་གཞིས་ཁྱིས་ནས་རྒྱ་དཔོན་ཉན་གོང་ཡོད་དང་། ཟན་  
 ཏ་ཨ་ཡི་གཞིས་ནས་མངའ་མང་མཐོ་བར་བྱས་པ་ཡིན་ཞེས་གནའ་  
 མེད་འག་རྒྱན་དག་ཁྱུ་ལས་མོས་པ་ཅམ་ལས། ཡིག་ཚང་འདྲ་ནི་  
 མ་མཐོང་རོ་(རིགས་མཐོ་བ་ཞིག་ཡིན་པེས་འདྲ)། །དཔུ་ཚ་སྐ་  
 ཡི་གཏུང་རིགས་འདིར་སྤྱན་ཐོན་གྱི་དཔུ་ཚ་སྐ་ཡི་བྱ་དཔུ་ལ་སོགས་  
 བའི་སྤྱལ་བའི་མི་ཉུང་པ་རབས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དང་། སྤྱད་རྒྱལ་  
 ལུན་ལུན་པོ་ཆལ་ལྟ་དུ་དང་ལུན་པ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་སྤྱ་  
 ཆེན་ལུན་གྱི་རིགས་སྤྱན་མ་དག་གིས་མཆུན་ལྟ་ཐམས་ཅད་དང་།  
 སྐ་ཡི་དགྲ་སྤྱ་ཆེན་པོ་སྤྱ་མོ་སེང་ཁོམ་ཞེས་པ། གསེར་གྱི་སྤྱག་སེར་  
 པོ་ལ་མཚལ་གྱི་སྤྱག་རིས་བཤ་བ་ཁམས་སྤྱ་རྒྱ་ཞིང་སྤྱ་ཡི་སྤྱ་ལ་བ་

སྒྲིལ་པ་དང་ཐུག་ཅན་གྱི་དཔྱ་སྒྲིལ་ཁོར་བ་དེ་ཉིད་དང་། བོད་  
ཡུལ་གྱི་ཡུལ་ལྟའི་གཙ་བོ་རྣམ་གསུམ་དང་། བྱད་པར་བྱ་རང་གི་  
ཡུལ་ལྟ་རྣམས་ལ་མཚན་པར་བཙན་དགོས་སོ། །

# ལེའུ་བརྟན་པ། དབལ་དང་ཟླ་གཉིས་ཀྱི་སྐོར།

དམངས་རིགས་དབལ་ཟླ་གཉིས་ནི།      རྩོན་ཐུང་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའ་རང་ཉིད་ཀྱིས་མི་ཚན་བཞིར་བཅད་པ་དེར་རང་ཚན་  
བཞི་པོ་མ་འདྲིས་པར་བཞག་པ་དེ་ལས་ལྷ་རིགས་དགའ་ནི་སྤར་.....  
བཤད་ཐེན་ལ།      དེའི་འཕྲོས་བཞི་ཚན་གྱི་ནང་ནས་མི་ཡ་རབས་  
ཀྱི་ཡོན་ཏན་དང་རྩོད་ཚུལ་ཀུན་ལྡན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སློ་ཆེན་  
ལྡན་གྱི་རིགས་ནམས་གཙ་བྱས་ཏེ།      དེ་ཡི་མིང་ལ་སྤོང་དང་། འབྲུ་  
དང་ཟླ་དང་སྐྱེ་བཞི་ནི་གཙ་བོའི་རིགས་ནམས་ལ་ཚོགས་ཤིང་ཅས་...  
ཆེན་ཏུ་གསལ་པ་ཡིན་ལ།      དེའི་འཕྲོའི་རིགས་ཆེན་བཞི་གའི་ལྷག་  
མ་དམངས་རིགས་ཐམས་ཅད་པོ་བསྐྱས་ཤིང་ཚན་གཉིས་ཀྱི་བཞོས་...  
ཏེ།      གཅིག་ལ་དབའ་འམ་དབའ་དང་།      གཅིག་ལ་མདའ་འམ་  
ཟླ་ཞེས་བཏགས་ལ།      བོད་མི་སུ་གཅུང་བྱུག་ཟེར་བ་ནི།      མི་སུ་  
ཅས་བྱུག་ཞང་པོ་སྟོ་དང་འབྲུན་ཞེས་པ་དེ་ཡིན་ལ།      དབའ་ཡི་  
རིགས་ལ་ཐོག་མའི་ཞང་པོ་དང་།      ཟླ་ཡི་རིགས་ལ་ཆ་པོ་བྱང་བས།  
ཆ་ཞང་གཉིས་ཀྱི་རིགས་བྱང་ཟེར་བས་ཆ་ཞང་ཡང་གསལ་སོ།      །  
དབའ་ཡི་རིགས་ལ་གཡང་དང་འཕེལ་ཆ་ཚོགས་ཅས་མང་བསྐྱར་.....

ལས་འདས་པ་དག་ལྷུང་ལ།      རྒྱ་ཡི་རིགས་ལ་འོང་ཁེ་དང་སྒྲོན་  
 མོགས་ཀྱི་རྒྱས་མང་པོར་འཕེལ་བ་ད་ལྟའི་དམངས་རིགས་ཚེལ་ང་།  
 གི་རིགས་འདི་ཐམས་ཅད་ཡིན་ནོ། །ཨ་ཙོ་ནི་འབྲི་ཡིན་ལ། བར་  
 ཁམས་ལྷ་དབྱས་དང་ཁད་ཉེ་བ།      རྩོད་ཨ་ཙོ་ཞེས་དཔའ་ཙོ་ཞེས་  
 པ་དང་།      མཚོག་ཚང་རྒྱ་ཡིན་པ་ཟེར་བ་གནའ་མིའི་རག་རྩུན་རྒྱ་  
 འབྱུག་གྲང་ཐག་ཚད་ཀྱི་ཡིག་ཚང་འདྲ་ནི་མ་མཐོང་ངོ། །ཞོང་  
 རྒྱ་བཤད་པའི་རྒྱ་ཙོ་དཔའ་རྒྱ་གཉིས་ཀྱི་དག་ལྷ་ནི་རང་རང་གི་.....  
 མཚུན་ལྟ་རྒྱུ་ཡིན་དང་། དག་ལྷ་ནི་ཤེལ་ལས་ལྷུབ་པའི་རྩེལ་ཁམ་  
 གཞུགས་དང་།      རྒྱང་ལས་ལྷུབ་པའི་བྱི་ཙོ་དཀར་ཙོ་གཉིས་ཀྱི་  
 གཞུགས་ཀྱི་རྒྱས་ལྟ་དག་ལྟ་དང་།      ཙོད་ལྷུང་ཀྱི་ལྷུང་ལྟའི་གཙོ་ཙོ་  
 རྩུ་གཞུམ་དང་།      རང་རང་གི་ལྷུང་ཀྱི་གཞི་བདག་རྩུ་མཚོད་  
 བརྩོད་ལ་བརྩོན་དགོས་སོ། །

## མཐུག་བྱང་།

ཞེས་བདག་གིས་གསར་ཏུ་བསྒྲིགས་པའི་བྱང་གི་ཁྱི་མོ་ནམས་...  
 ནི་བཀའ་དང་། བཏུན་བཅས་རེ་བྱང་ཞིག་དང་། བོད་རྒྱལ་པོ་  
 བཀའ་སློན་བཅས་ཀྱི་ནམ་ཐར་པལ་ཆེར་དང་། བོད་ཀྱི་རྣལ་པོན་  
 ཀྱི་དཔེ་རྙིང་ཞིག་དང་། ཅས་མཛོད་ཐར་ཐོར་ཞིག་དང་། ཅས་  
 ཆེན་དག་ཏུ་འབྱུངས་པའི་སླ་མ་མཁས་པ་ཆ་ཤས་ཀྱི་ནམ་ཐར་དྲང་།  
 རྒྱང་ཡིག་ཁྱངས་དག་སྒྲིང་གི་ལྷགས་ར་མ་ནས་བྱང་བ་ཐར་ཐོར་.....  
 ཞིག་དང་། གནའ་མིའི་དག་རྒྱན་དག་ཁྱལ་ནམས་དང་། རྒྱ་  
 གཞས་རྙིང་བ་ལོགས་དང་བཅས་གོང་བཞིན་བསྒྲིགས་ཏེ་བོད་ཀྱི་མི་  
 ཡི་བྱང་རྒྱལ་མི་མཚུངས་པ་རྣ་ཆོགས་ཤིག་འཐུག་བྱང་། རྩེའུ་དང་  
 ཐག་སྒྲིན་ལས་མཆེད་པ་ནི་སོར་བཞག་སྟེ་བཀོད་པ་ཡིན་ལ། དེའི་  
 ཞོར་ཏུ་བོད་ཆོས་རྒྱལ་རྒྱལ་སློན་ནམས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་རྩོགས་ཅམ་རེ་.....  
 དང་། རིགས་ཅས་གཏུང་ཆེན་དེ་དག་ཏུ་འབྱུངས་པའི་སླ་མ་དམ་  
 པ་ནམས་ཀྱི་མཛོད་པ་བཟང་པོའི་ལོ་རྒྱུས་མཆོན་ཅམ་རེ་བཅས་.....  
 བསྐྱར་མ་བྱ་བར་འདིར་གོང་བཀོད་དང་བཅས་པའི་སྐབས་ཁྱེས་.....  
 བཅད་ཡལ་འདབ་ལྷ་བ་ཅན་ཞིག་ལ་བྱང་རྒྱལ་དང་རོས་འཛིན་གྱི་...

འདབ་ཅེ་གཉིས་རིས་མཚན་པའི་མེ་ཉྱག་པད་མ་དཀར་པོའི་འདབ་  
ཡངས་རུས་ཡིག་ལྷ་ཚོགས་པ་པད་མ་དཀར་པོའི་སྤྱད་ཆལ་ཞེས་བྱ་  
བའི་བཟུན་བཅས་འདི་གསར་རྩ་བཟུན་པ་ཡིན་ནོ། །འདིར་  
སྤྲུལ་པ།

འདི་ལྟའི་ཡིག་ཚང་གསར་རྩ་བཟུན་པ་ཡི། །འོས་སྤྲུལ་གྱི་  
གན་པོ་བདག་ཉྱ་བྱས། །ཐ་མལ་བཟུན་བཅས་ཚུལ་པ་ལ་དགའ་  
བ། །ཉེས་མང་ཡིག་ཚང་མང་སྤྱོད་དཔོན་དཔེན་ཡང་། །མཚན་  
ལྷན་སྤྲུལ་མ་མཚན་སྤྲུལ་བའི་སྤྲུལ། །ཁྱོད་ཀྱིས་མི་བྱ་གདོང་བྱག་  
ནམ་བཤད་ཀྱི། །རུས་ཡིག་ཞིབ་རྒྱས་གསར་བསྐྱེགས་ཀྱིས་གསུངས་  
པ། །སྤྱི་བོར་བཟུལ་བ་བརྒྱུ་ཏུ་མ་ཤོད་ནས། །དགེ་བའི་  
བཤེས་གཉེན་ནམས་དང་སྤྲུལ་པ་ཡི། །བཀའ་བཟུལ་དང་རྩ་སྤངས་  
པའི་བསོད་ནམས་དེ། །ཚད་རྩ་མེད་པའི་ཕན་ཡོན་ལ་བསམ་  
བཞིན། །འདི་འདྲའི་ཡིག་ཚང་བཀོད་པའི་བཅོན་པ་བྱས། །  
འདི་ཅམ་ལའང་མགོ་ལྷས་མཚུངས་པ་ཞིག །དགོས་སྤྱིར་ཤོད་ཇེ་  
གཉའ་ཁྱི་བཅན་པོ་ནས། །མངའ་བདག་ཅེ་ལྷའི་བར་གྱི་གཏུང་  
རབས་དང་། །ཚོས་སྤྱོད་ནམས་ཀྱི་རིགས་རུས་དང་བཅས་  
བརྒྱད། །ཤོད་མི་གདོང་བྱག་ཞང་པོ་སྤྱོད་དང་བརྟན། །བྱང་  
ཆུལ་ངོས་འདོན་ལྷ་ཚོགས་ཐ་དད་རྩ། །བྱང་ནམས་ཚོགས་གཅིག་  
བསྐྱེགས་པ་དཀའ་ན་ཡང་། །ཤོད་ནམས་སྤྱུའི་ཆ་སོར་བཞག་ཇི་

བཞིན་བྱས། །བཀའ་བཏུན་དཔེ་རྟིང་ཡིག་ཚང་རྒྱས་མཛོད་  
 དང་། །སྤྱང་སྤྱུ་གནའ་མིའི་དག་སྤྱན་དག་ཁྱུ་ནམས། །རང་  
 གི་གང་མཐོང་གང་ཐོས་སོར་བཞག་ཏེ། །གང་ལ་གང་འཆས་  
 བཞིན་རུ་སོ་སོར་བཀོད། །སྐབས་ཆེན་ཡལ་འདབས་ལྷ་རེ་བྱང་  
 རྩལ་དང་། །ངོས་འཛིན་གཉིས་རེས་མཆོན་པའི་འདབས་ཅེ་  
 གཉིས། །མེ་རྟོག་པད་མ་དཀར་པོའི་འདབས་མ་བཞིན། །རྒྱས་  
 ཡིག་མེ་རྟོག་སྤྱེད་ཆལ་མཛེས་པའི་བྱན། །མཆོན་ལྷན་སྤྲ་མ་ནམས་  
 གྱི་མཆོད་ཇས་འདི། །མཁུན་སྤྱན་རབ་ཡངས་བྱང་པའི་འདབས་  
 རྟེགས་སུ། །འབྲལ་ལ་སྒོ་ལྷན་རྒྱང་བྱག་ཆོགས་གྱི་དཔལ། །ཡ་  
 རབས་སྤྱེས་བྱ་ནམས་གྱི་བཞེན་བྱའང་ཡིན། །སྤྱན་བྱན་ཡ་རབས་  
 རྟགས་གྱི་བཏུན་བཅོས་ལས། །རང་གི་མི་རབས་བདུན་རྒྱུད་རྩན་  
 ཆད་ནི། །ཇི་བཞིན་མི་ཤེས་པ་ཡི་སྤྱེས་བྱ་དེ། །ནགས་གྱི་སྤྱེུ་  
 ངང་རྩལ་ཇི་བཞིན་ཞེས། །སྤྱོད་པའི་གངས་གྱི་མི་རབས་ལས་ལྷག་  
 ཏེ། །ཡ་རབས་སྤྱེས་བྱའི་ངང་རྩལ་ལ་དབྱེས་ན། །སྤྱན་རབས་  
 ལ་རྒྱས་སྤང་པའི་དགེ་ལྷན་པར། །འདོད་ན་ཡིག་ཚང་འདི་དག་  
 བཞེན་པར་རིགས། །འདི་ལ་ཇི་བཞིན་མ་བཤད་ལྷག་བཤད་ནི། །  
 མ་རྟོགས་ལྷག་རྟོགས་སྤྱེས་རྟོགས་སྤྱོད་བྱང་དང་། །ཐ་མལ་  
 བཏུན་བཅོས་བཅམས་གཉིས་ཤེས་པ་ཀྱུན། །ཡེ་ཤེས་འཇིག་རྟེན་  
 ལྷ་ཆོགས་སྤྱན་ལྷར་བཤགས། །འདི་ཡི་ཞར་བྱང་འདི་རིགས་ལས་

འབྲུངས་པའི། །བྱུང་བཅུན་རིན་ཆེན་འཛིན་མཛད་ལྷ་མ་དང་། །  
 མི་དབང་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་མཆོན་ཅམ་དེ། །བསྐྱར་ན་མ་ཡ་མིས་  
 པའི་དགེ་ཚཱལ་དང་། །འི་བཞིན་ཞིབ་རྒྱས་བཤད་པ་ཅལ་བཏོན་  
 བཅས། །དཔལ་ལྷན་ལྷ་མའི་བཀའ་སྐྱབ་ངལ་བྱས་འདིའི། །  
 དགེ་ཚཱལ་འི་སྟེང་མཆིས་པ་མ་ལྷས་ཀྱན། །ལེམས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་རྣམ་མཁུན་སྟོབ་ཕྱིར་བརྟ། །འདི་སྐད་མ་ལྷགས་འབྲི་མི་  
 ཅས་ཆེན་དེར། །སྒྲིས་པའི་རྣང་རྒྱལ་གནས་རྒྱལ་མ་དད་ཏུ། །  
 བྱུང་པའི་འཆོ་མཛད་རྣ་ཚཱལ་རྒྱལ་འཛིན་པ། །བཤ་ཤིས་རྒྱ་མཆོ་  
 འཛོད་པ་དེ་དང་ནི། །སྒྲུགས་མཆོག་རྟོ་མེ་བྱང་གིས་བསྐྱིགས་  
 ལགས་སོ། །བཤ་ཤིས་མདོ་ལྷགས་ལྷན་པའི་ཉི་ཟླ་གཉིས། །ཡན་  
 གནས་དར་རྒྱས་འོད་མེར་བརྒྱ་ཉོར་གིས། །འཕྱོ་ཀྱན་ལྷག་བཤལ་  
 སྐྱན་ཚཱལ་མཐར་བཤུད་དེ། །བདེ་སྦྱིད་འོད་རྣང་དཀར་པོས་  
 རྒྱབ་བྱུར་ཅིག །སྐྱེ་མཆོ་ལམ། །བཤ་ཤིས་དགེའོ། །





封面题字 智华

责任编辑 爱智

封面设计 星亮

《青海少数民族古籍丛书》

**果洛宗谱**

(藏文)

扎西加措 土却多杰著

青海省民宗委少数民族古籍办公室整理

青海民族出版社出版

(西宁市西关大街96号)

青海省新华书店发行 青海民族印刷厂印刷

开本: 850×1168毫米 1/32 印张: 4.125

1992年3月第一版 1994年10月第二次印刷

印数: 1,500—4,500

ISBN 7-5420-0288-0/G·245 (民文)

定 价: 2.50元