

འཕེལ་ལུ་འཕེལ་ལུ་
འཕེལ་ལུ་འཕེལ་ལུ་

བོད་ཀྱི་རྒྱ་དམག

འཕེལ་ལུ་འཕེལ་ལུ་



འཕེལ་ལུ་འཕེལ་ལུ་

ཚོད་རིགས་ལས་ཁུངས་ཀྱི་དབུ་བཟུང་བའི་ཚོད་སྡེ་སྐབ་གཞི།

ཚོད་ཀྱི་སྤྱད་ཡིག

སྐབ་དེབ་བཞི་བ།

ཡུལ་གྲུབ་ཚོད་རིགས་ཚོད་སྡེ་ལྟ་བུ་ཚོད་ལྟར་ཁང་གི་ཚོད་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་འཕུལ་བུ།
ཚོགས་ཀྱི་འཕུལ་བུ་ཁང་། རྒྱ་གར་གྱི་ལྷ་ས་ཁུངས་ལྷན་ཁང་།



ཚོད་སྡེ་རིགས་ཀྱི་དབུ་བཟུང་བའི་ཚོད་སྡེ་ལྟ་བུ་ཚོད་ལྟར་ཁང་གི་ཚོད་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་འཕུལ་བུ།

ཚོད་སྡེ་རིགས་ཀྱི་ཚོད་སྡེ་དབུ་བཟུང་བའི་ཚོད་ལྟར་ཁང་གི་ཚོད་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་འཕུལ་བུ།

ཚོད་སྡེ་རིགས་ཀྱི་ཚོད་སྡེ་དབུ་བཟུང་བའི་ཚོད་ལྟར་ཁང་གི་ཚོད་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་འཕུལ་བུ།



དེབ་ཚོད་ 787 × 1092 1/32 རྒྱུ་ལྷན་ཁང་ 72,000

1989 ཚཱ་ལྷ་ 6 ཡར་བཟུང་གཞི་དང་ཡོད་པའི་ཚོད་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་འཕུལ་བུ།

1989 ཚཱ་ལྷ་ 6 ཡར་བཟུང་གཞི་དང་ཡོད་པའི་ཚོད་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་འཕུལ་བུ།

ISBN 7—223—00308—1/G·111

ཡར་བཟུང་གཞི 001—30,000 རྒྱུ་ལྷན་ཁང་གི་ཚོད་ 1.20

སྐྱོད་གཞི།

《ཐོད་རང་སྐྱོད་ལྗོངས་སུ་ཐོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྐབ་སྐྱོད་དང་།

ཐོད་སྐྱོད། མོང་འཕེལ་བཅས་གཏོང་རྒྱུའི་གཏུན་འབབས་འགའ་ཞིག་
(ཚོད་ལྟར་ལག་བརྟུར་བྱ་རྒྱུ་) འོན་འཕྲོལ་བྱེད་སྤྱད་ཀྱི་ཞིབ་སྐྱོལ་》ཀྱི་
དམོངས་དོན་ལྟར་ང་ཚོས་སྐབ་གཞི་འདི་ཙམ་གྱི་ལྷན་ཁྲིམ་ལྷན་ཏེ་ལྗོངས་ཡོངས་
སུ་འགྲེམས་སྤེལ་བྱས་པ་ཡིན།

ཐོད་ཡིག་འདི་ཉིད་ཐོག་མར་གསར་དུ་བཏོད་པ་ནས་ད་བར་མི་
ལོ་ཚིག་སྐྱོད་སུམ་བརྒྱ་ལྷག་ཙམ་སོང་བ་མ་ཟད། ཅུ་པ་དབྱངས་
གསལ་སོ་བཞི་ལ་བརྟུན་སྐྱོད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་མཐའ་དག་...
གསལ་བར་བྱེད་པའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ལྷན་ཚོས་ཀྱང་ལྡན་པས།
འཇམ་གྱིང་གི་ཡིག་རིགས་དུ་མའི་ནང་དུ་ཚེས་རྫོན་ཐོན་གྱི་བྲས་སུ་.....
གཏོགས་པ་དང་། ཐོད་ཡིག་གི་ཐོག་ནས་བརྩམས་པའི་ཐོད་ཀྱི་རིག་
གཞུང་གྱི་དང་བྱེ་བྲག་གངས་ལས་འདས་པ་རྣམས་ནི་ལྷན་ཏེ་མི་རིགས་
ཀྱི་རིག་གཞུང་གཏོར་མཛོད་ནང་དུ་ཚེས་ངོ་མཚར་ལྡན་པའི་ནོར་བུ་ལྟ་
བུར་བྱུང་།

《ཐོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་》སྐབ་གཞི་འདིར་འོན་སྐབ་དེའི་ཁྲིམ་ལྷན་གྱི་...

བའི་ཚེད་ཏུ་ཚིག་འབྲེལ་དང་། རྒྱུང་གཞི། གཞུག་ཡང་རྒྱན་མཁོའི་
 མིང་ཚིག་ཁག་གཅིག་གྲུང་ཁ་རྒྱུང་བྱས་ནས་བཀོད་ཡོད། རྒྱུང་དེའི་
 བཞི་བའི་ནང་དོན་གཙོ་བོ་རྣམས་རྟོགས་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡང་《ལེགས་
 བཤད་རྒྱུན་བའི་དབང་བོ་》དང་《དཀའ་གནད་གསལ་བའི་མེ་ཡང་》རྩ་
 བ་བྱས་ཏེ་འབྲེལ་བཤད་ཁ་གསལ་ཏུ་བཏང་བ་དང་། བྲད་སྡེ་སྡེ་བྱེ་
 བྲག་ནང་གསལ་རྒྱས་བརྒྱས་འོས་འཚམས་ཤིག་བཀོད་ཡོད། རྒྱུང་དེའི་
 ལ་བའི་ནང་རྒྱན་རྒྱུང་གཞི་ཁག་གཙོ་བོ་བྱས་ནས་དེ་མའི་བོད་ཀྱི་
 ཡིག་བརྒྱུར་རྣམས་གཞུག་ནང་ནས་ཁག་གཅིག་བདམས་ཏེ་བརྒྱུང་དོན་དེའི་
 གཞི་དེར་སྐབས་ཀྱི་འཚོ་བར་རྒྱུར་ནས་བརྒྱགས་པ་ཡིན། རྒྱུང་དེའི་དུག་
 བའི་ནང་གཙོ་བོ་དུས་རབས་རིམ་གྲུང་གི་ལྷགས་ཅན་རྩལ་པ་བོ་དང་།
 མཁས་དབང་འགྲུབ་ཞིག་གིས་བརྒྱུས་གནང་བའི་རྒྱུང་གཏམ་དང་། ལོ་
 རྒྱུས། ལེགས་བཤད། རྣམ་ཐང། རྟོགས་བརྒྱུད། ཚེད་རྩལ་
 སྤྲེལ་ཁག་བཙོ་བརྒྱུད་ཅམ་བདམས་ནས་བཀོད་ཡོད་པ་དེ་རྣམས་ལས་
 བོད་ཀྱི་རྩལ་རིག་རྒྱུ་དང་བྱེ་བྲག་གི་བྱད་ཚམ་རྒྱུར་ཅམ་མཚོན་པར་བྱས་
 ཡོད། གཞུག་ཡང་རྒྱུང་བཞི་དང་རང་རྒྱུང་བྱེད་བའི་ཡང་ཚེད།
 མཚན་འབྲེལ་དང་། ཚིག་འབྲེལ། རྒྱུང་གཞི་སྤྲེལ་བཀོད་ཡོད།

ད་ལས་ང་ཚོས་རྩལ་བྱས་པའི་རྒྱུང་དེའི་དུག་ བོ་དེས་རྒྱུང་
 བཞི་བྱེ་བྲེལ་གྱི་བོད་ཡིག་གནས་ཚད་རིམ་བཞིན་གོང་མཐོར་གཏོང་བའི་
 འདུན་པ་རྒྱུང་བྱེད་བའི་འབད་བརྩོན་རྟོག་མེད་བྱས་ཏུ་རྩལ་བྱས་པ་...

ཡན་ལྷན་པའི་སྐོལ་ལ་ཚེ་རང་ཉིད་ཀྱི་སྐོལ་ཡོན་དང་ཉམས་ཚུང་ཞལ་པའི་
 དབང་གིས་བསམ་དོན་ལྟར་འབྲུག་པའི་རིམ་པ་ཚེར་མེད་ལ་རྒྱུན་དང་...
 ལོར་འབྲུག་པར་མི་ཉུང་བ་ཞིག་ཡོང་གི་དུས་ལ་ཚེ་རིང་གི་ལྷན་དང་...
 རྒྱལ་མ་རྣམས་ཀྱིས་དགོངས་འཆར་ཅི་ཡོད་ལྟར་རྒྱལ་ཡོད་པ་ལྷན་ལྷན་ཡིན།
 རྒྱལ་དེབ་དེ་རྣམས་ཚུལ་ལྷན་ཀྱིས་ཉིང་གྲུང་གྲུང་ཕོད་རང་རྒྱུང་ལྷོངས་...
 ཏང་གི་རྒྱལ་གྲུང་ཕོད་ཀྱི་སྐོལ་ཡོན་ལྷན་དུས་ཁང་དང་། གྲུང་གྲུང་
 གཞིས་ཅེ་ས་གནས་ཏང་གི་རྒྱལ་གྲུང་གྲུང་གྲུང་ནག་ཚུ་ས་གནས་ཏང་
 གི་རྒྱལ་གྲུང་གྲུང་གྲུང་གི་རྒྱལ་གྲུང་གྲུང་གི་རྒྱལ་གྲུང་གྲུང་
 ཡོད་ཚེ་པ་ཁག་གིས་རོགས་རྒྱུར་གང་ལེགས་གནང་བུང་བར་ལྷན་ལྷན་
 ཚེ་ལྷན་ལྷན་ཡིན།

གྲུང་གྲུང་ཕོད་རང་རྒྱུང་ལྷོངས་ལྷན་
 ཡོན་ལྷན་ཁང་ཏང་གི་རྒྱལ་གྲུང་གི་རྒྱལ་གྲུང་

1988 ལོའི་ཟླ་ 12 པར།

དཀར་ཆག

ཐོང་གཞི།

ལྷན་པ་བཞུགས་པ།

ཐོན་མིའི་ལེགས་བཞད་ལྷན་ཅུ་པའི་སྤོང་པ་སྒྲོན་པའི་དབང་པོ་

བཞུགས་སོ།(1)

ལེན་དང་པོ། བཟུན་བཅོས་བཅུ་མས་པའི་ཡན་ལག་བཞད་

པ།(5)

ས་བཅད་དང་པོ། མཚོན་བཞུགས།(5)

ས་བཅད་གཉིས་པ། བཅུ་མ་པར་དམ་བཅའ་བ།(7)

ལེན་གཉིས་པ། བཅུ་མ་བྱའི་གཞུང་དངོས་བཞད་པ།(8)

ས་བཅད་དང་པོ། དབྱངས་གསལ་བཞད་པ།(8)

ས་བཅད་གཉིས་པ། རྗེས་འཇུག་བཞད་པ།(11)

ས་བཅད་གསུམ་པ། ཡང་འཇུག་བཞད་པ།(13)

ས་བཅད་བཞི་པ། རྗེས་འཇུག་བཞད་པ།(15)

ས་བཅད་ལྔ་པ། རྗེས་བཞུགས་བཞད་པ།(17)

མ་བཅད་བྱུག་པ། ཞར་བྱུར་ཚིག་སྐད་དང་ནམ་དབྱེ་བཤད་
 པ།(19)

མ་བཅད་བདུན་པ། ལ་དོན་བཤད་པ།(21)

མ་བཅད་བརྒྱད་པ། ཨི་ལྷན་ལས་འབྲེལ་གྱི་བཤད་པ།(31)

མ་བཅད་དགུ་པ། ཨི་ལྷན་ལས་བྱེད་གྱི་བཤད་པ།(35)

མ་བཅད་བཅུ་པ། རྒྱན་ལྷན་བཤད་པ།(38)

མ་བཅད་བཅུ་གཅིག་པ། ལྷག་བཅས་བཤད་པ།(42)

མ་བཅད་བཅུ་གཉིས་པ། འབྲེལ་ལྷན་བཤད་པ།(48)

མ་བཅད་བཅུ་གསུམ་པ། འབྱུང་ཁྲུང་ས་བཤད་པ།(52)

མ་བཅད་བཅུ་བཞི་པ། འཕོད་གྱི་བཤད་པ།(57)

མ་བཅད་བཅོ་ལྔ་པ། ཉི་གྲུ་བཤད་པ།(58)

མ་བཅད་བཅུ་དྲུག་པ། དང་གྲུ་བཤད་པ།(60)

མ་བཅད་བཅུ་བདུན་པ། དེ་གྲུ་བཤད་པ།(63)

མ་བཅད་བཅོ་བརྒྱད་པ། ལྷི་གྲུ་བཤད་པ།(67)

མ་བཅད་བཅུ་དགུ་པ། བདག་གྲུ་བཤད་པ།(70)

མ་བཅད་ཉི་ཤུ་པ། དགག་གྲུ་བཤད་པ།(74)

མ་བཅད་ཉེར་གཅིག་པ། ཚིག་སྐད་ཞིང་སྐྱབས་བཤད་པ། ... (76)

མ་བཅད་ཉེར་གཉིས་པ། ཚིག་སྐྱུར་གྱི་འཁྲུལ་བ་སྐྱོང་བ་བཤད་
 པ།(80)

ས་བཅད་ཉེར་གསུམ་པ། ཉེར་མཁོའི་ཡིག་ཤད་འཕྲོ་བ་ཚུལ་བཤད་
པ།(82)

ལེའུ་གསུམ་པ། མཇུག་གི་དོན་བསྟུ་བ་བཤད་པ།(86)

སྦྱིའི་བསྟུར་སྦྱོང་།(87)

རྟགས་འཇུག་བཤད་པ།

རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པའི་སྦྱིང་པའི་དོན་མདོ་ཅམ་བཟོད་པ་དཀའ་
གནད་གསལ་བའི་མེ་མོང་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།(95)

ལེའུ་དང་པོ། མིང་གཞི་ཡི་གེ་སྦྱིའི་རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བཤད་
པ།(103)

ལེའུ་གཉིས་པ། རྫོན་འཇུག་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པ་བཤད་པ།(106)

ས་བཅད་དང་པོ། རྫོན་འཇུག་རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་དང་རྫོན་
འཇུག་རྣམས་མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་གང་ལ་འཇུག་ཚུལ་བཤད་
པ།(106)

ས་བཅད་གཉིས་པ། རྫོན་འཇུག་རྣམས་ལྷ་ཚུལ་ཇི་ལྟ་བུའི་སྐོ་
ནས་འཇུག་པ་བཤད་པ།(111)

ས་བཅད་གསུམ་པ། རྫོན་འཇུག་རྣམས་དགོས་པ་ཅི་ཕྱིར་འཇུག་
པ་བཤད་པ།(114)

ས་བཅད་བཞི་པ། བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་དང་བདག་གཞན་དུས་
གསུམ་གྱི་སྐོར་བཤད་པ།(117)

ས་བཅད་ལྡ་པ། རྩོམ་འཇུག་གི་འཇུག་ཚུལ་རྫོང་བཤད་པ།(121)

ས་བཅད་བྱུག་པ། རྩོམ་འཇུག་ཅི་ཕྱིར་འཇུག་པ་བཤད་པ།(123)

ས་བཅད་བདུན་པ། བདག་གཞན་དང་དུས་གསུམ་དུ་ཕྱི་ནས་བྱ་
ཅིག་རྣམས་བལྟ་ཚུལ་རྫོང་བཤད་པ།(126)

ས་བཅད་བརྒྱད་པ། རྩོམ་འཇུག་རྣམས་འཇུག་པའི་བྱ་ཅིག་གི་
དཔེར་བཞོན་རྫོང་།(132)

མེད་གསུམ་པ། རྩོམ་འཇུག་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པ་བཤད་པ།(139)

ས་བཅད་དང་པོ། རྩོམ་འཇུག་རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་དང་རྩི་ལྟར་
འཇུག་ཚུལ་བཤད་པ།(139)

ས་བཅད་གཉིས་པ། རྩོམ་འཇུག་དོན་གྱི་འཇུག་ཚུལ་བཤད་
པ།(145)

ས་བཅད་གསུམ་པ། རྩོམ་འཇུག་གིས་སྤང་དང་རྣམ་དབྱེ་འབྲིན་
ཚུལ་བཤད་པ།(149)

ས་བཅད་བཞི་པ། མིང་ཅིག་ཡི་གེ་གསུམ་གྱི་ཁྱད་པར་བཤད་
པ།(156)

ས་བཅད་ལྡ་པ། རྩོམ་འཇུག་རྣམས་ཅི་ཕྱིར་འཇུག་པ་བཤད་
པ།(158)

ཞར་བྱང་། སྐུམ་རྟགས་སྤང་དགོས་ཞེས་འདོམས་པ།(161)

མཇུག་བྱང་།(162)

ལུང་ཚུ་པ་བཤད་པ།

ཚོན་མའི་ལེགས་བཤད་ལུང་ཚུ་པ་འི་སྒྲིང་པོ་རྒྱན་
པའི་དབང་པོ་བཞུགས་ས།

༄༅། །ན་མ་གུ་རུ་མཐུ་ཚུ་ལྟ་ཡ། །
ལྷ་མ་མཚོག་དང་དབྱེར་མེད་པའི། །
འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་གུས་བརྟུན་ནས། །
ཚོན་མའི་ལེགས་བཤད་ལུང་ཚུ་པའི། །
སྒྲིང་པོ་མདོར་བསྐྱས་བཤད་པར་བྱ། །

དབྱངས་ཀྱི་བྱ་བ་གསལ་པོ་རུ། །བྱིད་པ་ཞི་ལྷ་ཞེ་ཨ་བཞི། །
གསལ་བྱིད་ཀ་སྐགས་ལུང་ཚུ་ཡིན། །ཁ་ང་ད་ན་བ་མ་འ། །
ར་ལ་ས་རྣམས་རྗེས་འཇུག་བཅུ། །ད་དང་ས་གཉིས་ཡང་འཇུག་
སྟེ། །ད་ནི་ན་ར་ལ་གསུམ་དང་། །ས་ནི་ག་ང་བ་མར་
འཕྱོལ། །ཁ་ད་བ་མ་འ་སྟོན་འཇུག། །ཁོ་ངོ་དོ་ནོ་པོ་མོ་འ། །
ར་ལ་ས་རྣམས་ལྟ་བུ་སྟེ། །རྗེགས་ཚིག་མ་སྟུན་ཅེས་ཀྱང་བྱ། །

དྲག་ཡོད་ཉི་དང་མཐའ་མེད་ལོ། །གཞན་རྣམས་མིང་མཐའི་
 རིས་མཐུན་སྦྱར། །སྲ་ར་ཅུ་དུ་ན་ལ་དུ། །ལ་དོན་རྣམ་པ་
 བདུན་ཡིན་ཏེ། །རྣམ་དབྱེ་གཉིས་བཞི་བདུན་པ་དང་། །དེ་
 ཉིད་ཚེ་སྐབས་རྣམས་ལ་འཇུག། །ས་སྲ་ག་བ་དྲག་མཐའ་དུ། །ང་
 ད་ན་མ་ར་ལ་དུ། །འ་དང་མཐའ་མེད་ར་དང་ཅུ། །གི་གྱི་གྱི་
 རི་ཡི་ལྗ་པོ། །རྣམ་དབྱེ་དྲུག་པ་འབྲེལ་སྒྲ་དང་། །དེ་རྣམས་
 ས་མཐའ་ཅན་ལྗ་ནི། །རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པ་བྱེད་སྒྲ་སྟེ། །སྦྱོར་
 རྒྱལ་ན་མ་ར་ལ་གྱི། །ད་བ་ས་གྱི་ག་ང་གི། །འ་དང་མཐའ་
 མེད་འི་དང་ཡི། །ཀྱང་ཡང་འང་གསུམ་རྒྱན་སྦྱད་དེ། །ག་ད་
 བ་ས་དྲག་མཐའ་ཀྱང་། །ང་ན་མ་ར་ལ་མཐའ་ཡང་། །འ་
 དང་མཐའ་མེད་འང་དང་ཡང་། །དེ་དེ་སྟེ་གསུམ་ལྷག་བཅས་
 ཏེ། །ན་ར་ལ་ས་དྲག་མཐའ་ཏེ། །ད་དེ་ག་ང་བ་མ་ལ། །མཐའ་
 མེད་རྣམས་ལ་ས་སྟེ་འཕྲོ་བ། །གམ་ངམ་དམ་ནམ་བམ་མམ་
 འམ། །རམ་ལམ་སམ་ཏམ་འབྲེད་སྦྱད་དེ། །སྦྱོར་རྒྱལ་སྦྱར་
 བསྐྱའི་སྐབས་དང་མཚུངས། །ར་ཅུ་འི་ཡི་འང་ཡང་རྣམས། །
 ཀྱང་པ་མི་སྐྱང་སྐྱང་བའི་བྱད། །འོ་འུ་འམ་གྱི་གོང་དུ་ཚོག། །
 མེད་དང་ཡོད་པའང་དེ་བཞིན་ཡིན། །ནས་ལས་འབྱུང་འབྱུང་ས་

དགར་ལྷུང་དེ། །འབྲུང་ཁྲུང་ས་དངོས་ལ་གང་སྐྱུར་འབྲུག། །
 རིགས་མཐུན་དགར་ནས་མི་མཐུན་ལས། །ལྷུང་ལ་ནས་སྐྱེ་བོ་ན་
 འཇུག། །ཁྱེ་དང་ཀུ་ལེ་འབོད་སྐྱ་ལྟེ། །ཡལ་ཆེར་མིང་གི་ཕོག་
 མར་སྐྱུར། །ནི་ནི་དགར་དང་བཟན་པའི་སྐྱ། །དང་ནི་སྐྱུང་
 འབྲུང་རྒྱ་མཚན་དང་། །ཆོ་སྐབས་གདམ་ངག་ལྷ་ལ་འཇུག། །
 མིང་གི་ཕོག་མའི་དེ་སྐྱ་ནི། །ཕ་སྐྱུང་འདས་ལ་ཕག་པ་དང་། །
 ལྷམ་གྲངས་གཞན་ཅན་གཉིས་ལ་འཇུག། །ཅི་ཇི་སྐྱ་གང་སྐྱེ་སྐྱ་ལྟེ། །
 ཞིག་སྐྱེ་སྐྱུང་འབྲུ་ཕྱིར་ལ་ཅི། །སྐྱུང་སྐྱུང་ལྷར་བཞིན་སྐྱུང་ལ་
 ཇི། །སྐྱ་ནི་གང་ཟག་གང་ཀུན་ལོ། །ན་རོ་ཡོད་མེད་པ་བ་
 མ། །བདག་པོའི་སྐྱ་སྐྱེ་ག་ད་ན། །བ་མ་ས་དང་དྲག་མཐར་
 པ། །ང་འ་ར་ལ་མཐའ་མེད་ལ། །བདག་སྐྱ་ཡར་ལྱུར་བ་དང་
 བྱི། །ཆ་ལ་པ་ཉིད་སྐྱུར་བ་ལེགས། །མིང་མཐའི་པ་བའང་
 པལ་ཆེར་འད། །མ་ནི་ངེས་མེད་སྐབས་དང་སྐྱུར། །མ་མི་
 མིན་མེད་དགག་སྐྱ་ལྟེ། །མ་མི་ཕོག་མ་མིན་མེད་མཇུག། །མ་ནི་
 བར་གྱི་གསལ་བྱེད་ལའང་། །ཆོག་ཕྱད་ཞིང་སོགས་ང་ན་མ། །
 འ་དང་ར་ལ་མཐའ་མེད་མཐར། །ཞིང་ཞེས་ཞེ་འོ་ཞེ་ན་ཞིག། །
 ག་ད་བ་དང་ད་དྲག་མཐར། །ཅིང་ཅེས་ཅེ་འོ་ཅེ་ན་ཅིག། །ས་

མཐར་དམིགས་བསལ་ཞེས་མ་གཏོགས། |ཤིང་ཤིག་ཤེའོ་ཤེན་
 འཕྲོབ། |འོན་ཀྱང་ཁ་ཅིག་ལྟན་ཅིག་སྐྱབས། |མིང་གི་ཆ་
 དང་མ་ནོར་གཅེས། |རྒྱང་པ་འཕུལ་ལ་འ་མཐའ་དགོས། |
 ལྷག་ཀྱང་བཅེགས་འདོགས་ཅན་ལ་སྤོངས། |ལྷག་པའི་དོན་
 མང་མིང་མཚམས་དང་། |དོན་འབྲིང་འབྲེད་དང་དོན་ཉུང་
 རྫོགས། |ཚིགས་བཅད་ག་མཐར་ཚིག་ཤད་བྱ། |རྫོགས་ཚིག་
 མཐའ་ཅན་ལྷག་པ་དང་། |ཚིགས་བཅད་རྟེན་མཐར་ཉིས་ཤད་
 འཕྲོབ། |དོན་ཚན་ཚེན་མ་རྫོགས་པ་དང་། |ལེའུའི་མཚམས་
 ལུ་བཞི་ཤད་དགོས། |ང་ཡིག་མ་གཏོགས་ཡིག་ཤད་དེ་བར། |
 ཚིག་མེད་དེ་སྐྱབས་ཞིབ་དུ་འབད། |ཚིག་གི་ལོ་མས་མ་བསྐྱབས་
 ཤིང་། |དོན་གྱི་འབྲས་བུ་གཡུར་བཟ་བའི། |ལེགས་བཤད་
 ལྷན་པའི་དབང་པོ་འདི། |དབྱངས་ཅན་གྲུབ་པའི་དོན་རྫོགས་
 སྤེལ། ལྷ་ལྷ།

ལེགས་བཤད་རྣམ་པའི་དབང་ཚེའི་འགྲེལ་བ་
འདི་ཉིད་འཆད་བ་ལ།

བསྟན་བཅོས་བརྩམས་པའི་ཡན་ལག་བཤད་པའི་ལུ་དང་གཅིག
བརྩམ་བུའི་གཞུང་དངོས་བཤད་པའི་ལུ་དང་གཉིས། མཚུག་གི་དོན་
བསྟུ་བ་བཤད་པའི་ལུ་དང་གསུམ་མ།

ལུ་དང་པོ། བསྟན་བཅོས་བརྩམས་པའི་
ཡན་ལག་བཤད་བ།

ས་བཅད་དང་པོ། མཚོད་བརྗོད།

ཏྲ་སྐད་ཀྱི་སྐོ་ནས་མཚོད་པར་བརྗོད་པ་ནི།

ན་མོ་གུ་ཏུ་མཐུ་རྩོ་ལ། །

ཞེས་པའི་ན་མོ་ནི་ཕྱག་འཆལ་ལ། གུ་ཏུ་ནི་གྲ་མ། མཐུ་རྩོ་ལ་ནི་
འཇམ་པའི་དབྱངས། ཡ་ནི་མཚམས་སྐྱར་བས་གྲ་མ་འཇམ་དབྱངས་ལ་
ཕྱག་འཆལ་ལོ་ཞེས་པའི་དོན་ནི།

མོད་སྐད་ཀྱི་སྒྲི་ནས་མཚོད་པར་བཟོད་པ་ནི།

ཐཱ་མ་མཚོག་དང་དབྱེར་མེད་པའི།

འཇམ་པའི་དབྱེར་ལ་གུས་བདུད་ནས། །

ཞེས་པ་ནི་དབྱེར་ཅན་གྱུ་བ་པའི་རྣམ་རྒྱུ་ཉིད་རང་གི་རྒྱུ་ཅན་གྱི་ཅ་བའི་

ཐཱ་མ་མཚོག་དང་རོ་བོ་དབྱེར་མེད་པའི་རྒྱུ་བཅུན་འཇམ་པའི་དབྱེར་སྐད་

ལ་ལྷུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱིས་གུས་པས་བདུད་ཅེས་པའོ། ། བས་ནི་ལྷག་

བཅས་ཀྱི་སྒྲི་ཡིན་ཏེ་བཟོད་བྱ་ལྷག་མ་བཅས་པར་དམ་བཅའ་བ་དེ་ལྷོ་ལྷོ་

བཟོད་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ།