

༡༡། ཁྱེད་ཆེན་མོ་སེའི་མི་རྒྱལ་སྤྱོད་པ་

ལྷ་ལ་ཆེན་མོས་བཀུས་པ་

མེན་ཏུ་དཔེ་ཁང་གི་མཆོ་སྒྲོན་ཡོད་པ་

ཁང་ནས་དཔར་དུ་བསྐྱུག་



ཞེས་བྱ་བའི་ཡིག་དེབ་འདི་བརྩམས་ཤིང་བཀྲམ།
༡༩༥༢ ལོར་མོས་མཐུན་གནས་གཉིས་དང་མཉམ་དུ་
སྒྲུང་ཡིག་འདི་སློབ་བརྟན་གྱི་གར་དཔེར་བཅས་སོ། །

བརྗོད་བྱའི་མཆོམས་སྒྲུབ།

དཔེ་དེབ་འདིར་ནང་སྟོན་འཆིང་བ་ལས་སྒྲོལ་ཆེས་
སྤྲུལ་ལངས་ཤིང་བདག་པོར་ལྟར་པའི་རྩ་སའི་མི་.....
དམངས་ཚུལ་གྱིས་བདེ་སྤྱད་གྱི་འཛོལ་བར་རོལ་ཞིང་།
རང་གི་རྩ་ས་སྒྲུང་བའི་ཆེད་དུ་གསར་བཞེར་ངོ་ལོག་པ་
ལ་གཉའ་གཞོན་ཆོད་ཀྱང་དུས་པའི་དཔུང་མཛེངས་.....
གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཤིག་བྲིས་པ་ཡིན། ནང་སྟོན་གི་སྟོན་པོ་མི་
རིགས་མི་དམངས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁ་ནི། སྒྲུང་ཁན་ཉང་དང་།
མཐོ་ཀླུ་ཞི་མཆོག་གི་མགོ་འདྲན་ཡང་དག་པ་ལ་.....
བརྟེན་ནས་སྒྲུང་བ་ཡིན་གཤིས། རང་རེ་པོར་རིགས་
ཀྱི་དཔེ་ལས་དམ་པ་ཡིན་ནོ། །

དོར་ཆེན་རྩ་སའི་མི་རྣམས།

ཐུང་བཅུད་པའི་དོར་ཆེན་རྩ་ས་ལ་གནས་ས་བསྐྱེད་པའི་
དོན་ཞིག་བྱང་།

རྒྱལ་ཁབ་ཉི་མ་རྒྱུད་རིང་པའི་ས་ཆེན་པོ་ས་ཐོས་པ་……
ཉེར་རྒྱལ་མོང་། རྒྱལ་བྱང་གི་ལྷ་གསལ་པས་སྒྲིག་ཏུ་རྩ་ལ་བ་
ཐངས་དབྱུགས། རྩ་ས་གནས་ཏུ་འཕྱུར་པའི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་
པོར་བྱུར། འཇམ་མཁའ་རྒྱིན་ནག་རྒྱལ་པོར་དགྲི་གསལ་ནས་
ཐུང་གི་ཐོན་པོ་ཞིག་དང་འདྲ་བར་རྒྱུད་ནས་ཁེབས། མི་
ཆོང་མས་རྩ་སའི་ཐོན་ཆར་རྒྱུར་ཏུ་འབེབས་པར་གྱི།

ཆོར་རིང་དགའ་བས་མིག་གིས་མི་མཐོང་ས་ནས་ཞོར་བྱ་
དེད་ནས་འོང་བར། ཁོ་མོས་ཏུ་དམར་ཆེན་པོ་ཞིག་ལ་
ཞོན་ཞིང་། མོ་རང་ཕྱིན་ཏུ་གཅེས་པའི་གཉི་རྒྱུད་བཞིག་
ཁྲིད་ནས་ཡོད། ཁྲི་རྒྱུད་དེའི་མིང་ལ་ཀ་རྩ་བེད། བདག་
མོ་གང་ལ་ཕྱིན་ཀྱང་དེས་ནས་ཡང་ཏའི་སྤྲ་གཞུག་ཏུ་རྒྱགས་

ནས་འགྲོ་གི་ཡོད།

ནོར་བུ་སྒྲུག་པ་ཆེན་པོ་འི་ནང་དུ་དཀར་ལས་རྒྱབ་
ནས་འགྲོ་གི་ཡོད་ནའང་ཆོ་རིང་དགའ་བའི་བསམ་པར་དེ་
ཆོས་འགྲོ་བ་ཤིན་དུ་དལ་བསམས་ནས་ཁོང་ཁྱོ་ཞོས། ལྷག་
རིང་རྒྱན་ཆད་མེད་པར་ག་ཟུག་ཅིང་། ཁ་ཡེ། ཁ་ཡེ་ཞེས་
སྐད་སྒྲོག་གིན་ཡོད། ཡིན་ན་ཡང་ནོར་དེ་རྒྱམས་ཀྱིས་ཁོ་
ཆོའི་བདག་མོས་དེ་རིང་གཞོན་ཏུ་ན་རྒྱང་ཞིག་དང་ཟུག་
རྒྱུ་ཁ་ཆད་བྱས་ཡོད་པས་ཁོ་ཆོར་སྒྲུག་པོ་གཏོང་གིན་ཡོད་
པ་གང་ནས་ཤེས།

ཆོ་རིང་དགའ་བས་ནོར་བུ་སྒྲུག་པོ་དང་ཐག་ཏུ་ཅང་མི་
རིང་བའི་བྱེ་མའི་སྐད་ཞིག་ལ་དེད་ནས། སྒྲོ་བུར་དུ་ཏེ་ཐབ་
འཐེན་ཏེ། ཡིད་ཆད་པའི་མིག་གིས་རྒྱ་སར་ཡུན་རིང་གི་
བར་དུ་བསྐྱོར་ཞིང་བརྟུས་པའི་ཐེས་ཟུ། བཟང་པོ།
བཟང་པོ། ཞེས་སྐད་ཆེན་པོ་ཁ་ཤས་རྒྱན་མར་བོས་ཀྱང་།
མཐར་མིག་ཅིག་ཀྱང་མ་མཐོང་། ལན་འདི་བས་པའི་སྐད་

ཀྱང་མ་ཐོས། ཁོ་མོས་བྱ་བ་བས་ཟད་པར་ནོར་བུ་བྱེ་མའི་
སྒྲུང་ལ་བསྐྱོར་ནས། ལྷགས་པ་ཆེན་པོའི་ནང་དུ་བཟང་་་་
པོ་བསྐྱུགས་ནས་ཡོད།

དེ་ནས་རིང་པོ་མ་ཐོགས་པར་ཤར་བྱོགས་ནས་རྟ་རྒྱ་་་
རྒྱ་ཞིག་མདའ་འབྱར་བ་ལྟ་བུར་རྒྱགས་ནས་འོངས། ཆོ་་་
རིང་དགའ་བའི་སེམས་ལ་ལྷ་ལེར་བྱས་ཏེ། བགད་ནས་་་་
གདོང་ཐོག་མེ་ཏྲེ་ག་ལྟ་བུར་རྒྱར་ཅིང་རྒྱར་དུ་རྟ་ལས་བབས།
རུམ་ནས་དུ་ཁྱལ་དམར་རྒྱ་འབྱར་དར་རིང་པོ་ཡོད་པ་ཞིག་
སྒྲུངས་ཏེ། རང་གི་མགོ་ཐོག་དུ་རྒྱན་མར་གཡུག་ནས་ཕ་་་
རོལ་པོ་ལ་མགུ་བསུ་ཆོ་དག་དུ་བྱེད་པའི་བསམ་པ་བརྟན་་་
མོད་ཀྱང་། ཕ་རོལ་པོས་རྩེ་རྩེ་རྩེར་སླེབས་པའི་དུས་ལ།
ཁོའི་བསམ་པ་ཆོ་པོ་དེ་རིམ་གྱིས་ཁྱལ་པར་བྱུང་།

གང་ཡིན་ཞེ་ན། མི་དེ་ཁོ་མོས་བསྐྱུག་པའི་བཟང་པོ་་་
མིན་པས་སོ། །

སྒྲུང་འགྲམ་པར་གང་བར་སྐྱེས་ཡོད་པའི་ཆད་པོ་ཞིག་

ཆོ་རིང་དགའ་བའི་མདུན་དུ་རྒྱགས་འོངས་ནས་རྟ་སྐབ་.....
འཐེན་ཏེ་བཞུང་།

བྱིས་མོ་རྒྱང་རྒྱང་། བྱིད་བྱིས་འདིར་ཅི་བྱེད་བྱིན་.....
ཡོད་ཅེས་གན་པོས་ཁོ་མོས་འདིར་ཡོང་དོན་ཅི་ཡིན་.....
གསལ་བར་ཐེས་ཡོད་ཀྱང་བསམ་བཞིན་དུ་ཁོ་མོར་དགའ་
ལས་འདི་ལྟར་བཏང་།

ཨ་ཁྱེས་ལགས། བྱིད་ལ་བྱ་བ་བྲེལ་ཆེ་བ་ཅི་ཡོད།
རྒྱགས་ནས་རྟ་རི་ན་བར་ཡང་རྩལ་ནག་ཐོན་ནས་ཡོད་ཅེས་
ཁོ་མོས་བྱི་བ་ལ་ལན་གནན་འདེབས་པའི་རྒྱལ་བྱིས་རྒྱད་.....
ཆའི་ལྷོ་མོ་གནན་དུ་བྱངས།

བྱ་བ་བྲེལ་ཆེ་གོས་ཐིག་ཡོད་པ་ལ་མི་མང་ཆོགས་ཆེན་
འཆོགས་དགོས་པས་ཆོང་མར་བན་རྒྱག་གི་ཡོད་ཟེར།

དགོང་མོར་ཆོགས་འདུ་གྲོལ་ནས། བྱིད་བྱིས་ང་ཆོ་
ལ་ད་རྒྱང་བཤད་མ་ཆོར་བའི་རྒྱང་བཤད་རོགས་གནང་.....
བྱས་པས།

ཉལ་མ་བྱུང་ཕྱི་མ་རེད། ངས་ད་ལྟ་བཤད་པ་རྩེ་བྱུང་
བཟེམ་ཆེ་བ་ཡོད་པ་རེད་ཟེར།

བྱུང་བཟེམ་ཆེ་བ་ཅི་ཡོད། ཁྱེད་མི་བཤད་ཟེར་ན་ལང་
ཆོག་བྱས་པས།

ང་མ་རེད། ངས་བརྟུན་མི་བཤད། ཡ། ད་ང་འགྲོ་
དགོས། བྱིས་མོ་ཆུང་ཆུང་། ཁྱེད་ཀྱིས་ཀྱང་སྤྲེལ་བར་ནང་
ལ་སོང་། འདི་རྩེ་ཡིན་ཟེར།

ཆད་པོས་རྒྱང་བཅད་བཅིག་བྱས་ནས། རྩེ་འབྲེལ་དུ་
རྒྱགས་སོང་།

ཆད་པོ་དེའི་མིང་ལ་ཨ་མོ་པོ་ལང་ཟེར། ཟླ་བའི་འགོ་
པ་ཡིན། ད་རུང་ཉང་མི་ཆུན་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། ཁོ་མི་
བྲང་མོ་བརྟན་པོ་ཞིག་ཡིན་རྟེན། དེ་སང་གི་དོན་དུ་
ནམ་ཡང་སྟག་བསྐྱེད་སྤྲོད་ལ་ཁྱོད་། བདེ་མྱིང་ཆེས་ཕྱ་
སྤྱོད་པ་ཞིག་ཡིན། མི་མང་ཆོང་མས་ཁོ་ལ་སྤོ་བཟད་ནས་
བཅི་བཀྱར་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད། ཟླ་བ་ཡོངས་ཀྱི་གཞོན་ནུ་པོ་

མོ་ཚོ་ཚང་མས་ཁོ་ལ་ཨ་ཁྱེས་ཨ་མོ་གོ་ལང་ཞེས་བོས།

ཨ་མོ་གོ་ལང་སོང་བའི་གཞུག་ལ་ཆོ་རིང་དགའ་བས་་་་
སློ་མི་བདེ་བར་ལྷུང་། ཁོ་མོའི་བསམ་པར། བཟང་བོས་་་
ད་ལྟ་བར་དུ་མ་འོངས་པ་ཅི་ཡིན། ཨ་ཁྱེས་ཨ་མོ་གོ་ལང་་་་
གིས་ད་ལྟ་བུ་བ་བྲེལ་ཆེ་བ་ཡོད་ཟེར། ཟླ་བའི་ནང་དུ་ལས་
དོན་ཅི་ཞིག་བྱུང་བ་ཡིན་ན་ཨང་སྟེ་མས།

དེའི་དུས་སུ་རྒྱ་བ་བྱུང་གི་སྟེན་ས་པ་ལས་འབྱུག་སྐྱེ་ཞིག་་་་
བསྐྱུགས། ཐག་རིང་གི་ནམ་མཁའ་འི་མཐའ་ནས་སློག་གསེར་
མདོག་ཅན་ཁྱུག་ ཆར་ཆེན་པོ་ཡོང་ལ་ཡོང་ལ་བྱས། ཡིན་
ན་ཡང་ཁོ་མོས་རང་གི་མཛའ་སློག་ས་དང་ཁ་ཆད་དུ་ས་ཡོད་
པ་ཡིན་ན། མཐའ་ཐུག་གི་བར་དུ་མ་བསྐྱུགས་པ་ག་ལ་་་་་
ཅུང་།

ཆོ་རིང་དགའ་བས་འདི་ལྟར་ཡུན་རིང་ཡུན་རིང་གི་་་་
བར་དུ་བསྐྱུགས།

མོས་མཐུན་ལགས། བྱོད་བདེ་མོ་ཡིན་ནམ། མདུན་་་

ཕྱི་ལོ་བ་འདི་མི་མིང་ལ་ཅི་ཟེད། ཁྱོད་ཀྱིས་ང་ལ་བཤད་.....
རྟོགས།

ཞེས་པའི་སྐད་གདངས་དམར་པོ་ཞིག་ཆོ་རིང་དགའ་
 བའི་རྒྱལ་ཕྱོགས་ནས་གྲགས། ཁོ་མོས་ཕྱི་མིག་བཟུང་པ་ན།
 ལུས་སྐྱེས་པོ་ཚོ་བ་དང་འདྲ་བའི་མི་ཞིག་ཁོ་འུ་མུན་དུ་
 ལངས་ནས་བཞུད། ཁོ་སྐྱ་རིང་བཟང་བཟང་(སྐྱའི་ནང་དུ་
 ཐིག་ར་རིང་དགུ་དགུ་བརྒྱད་ཅུ་གཅིག་འཆགས་ཡོད་པ་
 དང་འདྲ།)དུ་བེངས། རྩལ་ནག་རྒྱལ་པའི་རྗེས་བཙོག་
 པ་འབའ་ཕོ་ཡོད་པའི་ངོ་ལ་ལུས། ལུས་ལ་བལ་མེད་གྱི་
 ཐན་ཅི་ཞིག་གཡོགས་ནས་འདུག ཆོ་རིང་དགའ་བས་
 འགྲུལ་པ་ཆ་མེད་དེ་ལ་དོགས་པ་སྐྱེས། འཛིགས་སྐྱག་དང་
 བཙུངས་པའི་སྐད་གདངས་གྱིས་དྲིས་པ།

ཁྱེད་ལྟེན། གང་ནས་འོངས་ཟེར།

ཨ་རུད་ནི་ཤོན་ནས་འོངས་ཏེ། དེ་ན་ཕྱག་ཡོད་པས་
སོ། །ཞེས་ཁོས་བསམ་བཞིན་དུ་རང་གི་མིང་མ་བཤད།

ཁྱོད་གང་ལ་འགྲོ་རྒྱུ་ཡིན། སུ་ཐུག་དགོས་པ་ཤད་པས།
 ངས་འདིར་འོང་བའི་དུས་སུ། ང་ཚོ་སྡེ་བའི་སྐལ་ལ་རྒྱས་
 ང་ལ་ཉོར་ཆེན་ཉོ་བོན་གྱི་པོ་ཡིན་ཡིན་ཏུར་སྡེ་བའི་སྐལ་.....
 བཟང་ལ་ངག་འཛིན་ཞེས་བསྐྱར་ཡོད། པོ་ཡིན་ཡིན་ཏུར་
 སྡེ་བ་འདི་ནས་ཐག་རིང་ཐུང་ཅི་ཅི་མ་ཡོད། ཁྱོད་ཀྱིས་ང་
 ལ་བཤད་དོགས་ཞེས་ཟེར་ནས། ཁྱོད་ཅི་ག་གེའི་མིག་.....
 གིས་མོ་ལ་ཁྱིག་ཁྱིག་བལྟས་ཏེ། ལན་འདེབས་པར་སྐྱུག
 འོན་ཏུང་པོ་ཡིན་ཡིན་ཏུར་སྡེ་བའི་སྐལ་བཟང་ཞེས་.....
 པའི་ཆོག་དེ་དག་གིས་ཆོ་རིང་དགའ་བས་དོགས་པ་ཏུ་ཅང་
 ཆེན་པོ་སྐྱེ་བའི་རྒྱུར་གྱུར། ང་ཚོ་སྡེ་བའི་སྐལ་བཟང་གིས་
 བོ་མིང་ཏང་གི་དམག་ནང་དུ་གྲལ་དཔོན་ལན་ཅིག་དུས་.....
 ཅུང་ངས། ད་ལྟ་དོ་དམ་བྱ་ཡུལ་ཡིན། དོགས་གཞིར་གྱུར་
 པའི་མི་འདི་འདྲས་དོགས་པ་ཡོད་པའི་མི་དེ་འདྲའི་མིང་ཁོ་
 བ་ཅུང་གཅོད་པའི་རྒྱུ་མཛན་ཅི་ཡིན་ཞེས་སྒྲུམས་ནས་ཆོ་.....
 རིང་དགའ་བས་ཁོ་ལ་ཡུན་རིང་གི་བར་དུ་ལན་མ་བཏབ།

ཁོ་མོ་ཕྱི་ལོ་ལྷན་པའི་བྱི་རྒྱུ་ལ་རུས་ཀྱང་ན་།
བཀའ་ཉིས་བེངས་ཏེ། མིག་འབྲས་གཡོ་འགྲུལ་མེད་པར་མི་
ཆ་མེད་དེ་ལ་མིག་ཅེ་རེར་ལྷ་འཁོར་ཡོད།

ཁྱོད་ཀྱི་བྱིས་ཁྱེད་ཀྱི་ས་ཆ་གང་ལ་ཡོད་ཅེས་དྲིས་པས།
 ཡལ་ཐུན་མོ་པོ་སྡེ་བར་ཡོད་ཅེས་ཟེར་ནས་ཁོས་སྒྲུར་
 ཡང་ཐུན་འདེབས་བྱེད་པའི་རྒྱལ་གྱིས་ཡིན་ན་ཡང་ད་ལྟ་
 གནས་སྡེ་རྒྱ་རེད། ས་དེར་ཐུན་པ་ཤིན་དུ་ཆེ། མོས་མཐུན་
 ལགས། གཞི་ནས་ཁྱོད་ཀྱིས་པོ་ཡིན་མིན་དུར་སྡེ་བ་འདི་
 ནས་བྲག་རིང་ཐུང་ཅི་ཅེས་ཡོད་པ་ཤེས་སམ་མི་ཤེས་ཞེས་
 དྲིས།

པོ་ཡིན་ཕྱིན་ཏུ་སྒྲེ་བ་ཟེར་རམ། སྒྲེ་ཏུ་ཉེ་ཞེས་ཁོ་
མོས་སྐད་གདངས་རིང་བར་འཐེན་ནས་སྒྲེར་ཡང་། ཡིན་
ན་ཡང་ང་ཚོ་ཉོར་ཆེན་ལ་ལྷགས་སྒོལ་ཞེས་ཡོད། ལམ་ལ་
བཟོད་པའི་འགྲུལ་པས་སྒྲོན་ལ་རང་གི་ལག་ཁྱིམ་ལམ་ཡིག་
བཟུང་ན། དེ་ནས་ལམ་འདྲི་བའི་དབང་ཡོད་ལ། དེ་ལྟར་

ཁོ་ན་བྱས་ན། མི་རྒྱུས་ཀྱིས་གཞི་ནས་ཁོ་འདི་རྒྱས་པའི་ལམ་
དྲང་མོ་བྱས་ནས་སྟོན་རྒྱ་རེད་ཟེར།

འོ་ཡ་ཟེར་བཞིན་ཁོ་གཡོ་སྒྱའི་འཇུག་ལུ་ཞིག་བྱས་་་་
ནས། ལམ་ཡིག་ཟེར་རམ། ཡོད། ཡོད། འོ་ན་ཀྱང་བྱིས་
ནས་ཐོན་པའི་དུས་སུ་ངའི་བྱད་མེད་ཀྱིས་ངས་དེ་ལམ་དུ་་་་
ཐོར་ཡོང་བསམས་ནས་ནང་གི་རྒྱང་སྒྲུལ་ལ་དམ་པོར་་་་་་
བཅོམ་ནས་ཡོད། ད་ལྟ་ལོན་ན་སྒྲུབས་བདེ་པོ་མིན། ཡ
ད་ས་རུབ་སོང་། ངས་ད་ལྟ་ལམ་འདི་དཔག་ཤིང་། རྩིས
མར་ཐུག་ཆོག་ཅེས་ཁོ་སྟོགས་གཅིག་ནས་གཏམ་བཤད་་་་་
བཞིན་དུ། སྟོགས་གཅིག་ནས་ཕྱིར་ཁོ་ག་སོང་།

ཆོ་རིང་དགའ་ངས་ཁོ་ཕྱིར་ཁོ་ག་སོང་བ་མཐོང་ནས།
སེམས་ཆོག་ཤིན་དུ་ཆེ། ཁོ་དོགས་པ་ཡོད་པའི་མི་ཡིན་་་་
པར་གསལ་བར་ཤེས་ཀྱང་། ཁོ་འགོག་པའི་ཐབས་མེད་་་
པར་ལུས། མོ་འདི་བསམ་པར། སོག་ལུ་ལ། སྒྱུང་འཕར་
བཏང་སོང་བའི་མི་རྩ་སའི་ཉེས་ཅན་ཡིན་ཞེས་པའི་གཏམ་

དཔེ་ཡོད་པ་ལྟར། ངས་མི་དོགས་པ་ཅན་ཞིག་སྟེན་པ་
ཡིན་ན། ཅིས་ནས་ཀྱང་ཁོ་ལས་སྤྱོད་པ་གཏོང་མི་རུང་ཞེས་
དང་། ཡང་། ཨ་ཁྱེས་ཨ་མོ་གོ་ལང་གིས་བྱ་བ་བྲིས་ཆེ་བ་
ཡོད། བྱིས་མོ་རྒྱང་རྒྱང་། རྩོད་ཀྱིས་ཀྱང་སྤྱོད་པ་
ནང་ལ་སོང་བའི་གོ་དོན་ཅི་ཡིན་སྟེ་མས། དེའི་དུས་
སྤྱོད་མི་བསམ་པར་འགྲུལ་བསྟོན་ཅིག་བཏང་ཞིང་། རྩས་
ཤིག་ཉིད་དེ། ཉལ་ཉལ་པོར་ཁོའི་ཇེས་དོད་དེ་སོང་།

མོས་མཐུན་ལགས། རྩོད་རྒྱང་ཞིག་སྟེན་པ་ཟེར།

དོགས་པ་ཡོད་པའི་མི་དེས་ཐང་ཆད་ཆད་བཞིན་དུ་.....

བསྟན་པར་གྱུར།

དུས་ཚོད་བྱིས་སོང་། གན་མ་གྱི་བཟོ་ལ་བརྟུས་ན།

དེས་པར་ཆར་འབབས་སྐྱེ་རེད། ང་ཚོ་ཆོང་མ་པེ་སང་རེད།

སྤྱི་ཚོར་མི་འགོ། ངའི་ནང་ལ་ང་འཁྱུང་བ་དང་།

ང་ལ་གསོ་བར་འགོ། ཞེས་སྒྲུས་པས།

མི་དེས་ཁ་མ་གྲགས་པར། དོན་གཞན་ཞིག་ལ་བསམ་

གྲོ་གཏོང་བཞིན་དུ་གནས་ལ་ཞིབ་ལྟ་ཞིག་བྱས། དུས་དེ་ཁོ་
 རན་རུབ་བྱང་གི་རྣམས་པས་ཁུར་སྐྱ་ཞིག་བྱུབ་ནས་ཁོའི་
 ལུས་ལ་གཡོགས་པའི་ཐན་ཅི་མེར་པོ་དེ་ཡང་ལ་ལོག་ ཆོ་
 རིང་དགའ་བས་སྒོ་ག་རེ་ག་པ་ལྟར་ལུས་ཡོངས་རྒྱགས་.....
 འདར། གང་ལ་ཟེར་ན། རོགས་གཞིར་གྱུར་པའི་མི་དེའི་
 ཐན་ཅིར་གྱུར་འོག་ནས་མི་མདའི་ཁ་འོད་གསལ་བ་ཞིག་.....
 མངོན་པས་སོ། །

རོ་རང་གིས་ཁོ་མི་བཟང་མིན་པར་ཐག་བཅད་དེ།
 ངས་མ་པར་ངས་བྲངས་ཡོད་ཆོད་བཅོལ་ནས་ཁོ་རང་སྡེ་བ་
 རང་དུ་ཁྲིད་དགོས། མིན། དེ་མི་འགྲིག་ དགྲ་བོའི་གཡོ་
 གྲུ་ཆེ། ཁོ་བཞི་རེ་འདོད་ཁྱིམ་བྱུབ་གྱི་རེད། དེ་འདྲི
 དུས་ལྟ་སྤྲོད་ས་ན་ཕྱིས་འགྲོ། མི་དེས་ད་ལྟ་མགོ་བཏེགས་ཏེ་
 གནས་ལ་ལྟ་གིན་ཡོད། རོགས་ཟོན་གང་ཡང་མི་བྱེད་པས།
 ངས་ཤོ་རྒྱབས་དང་བསྐྱུན་ཏེ་ཁོའི་མི་མདའ་འགྲོག་གོ་ཞེས་
 བསམས།



ཁོ་མོས་ཐོ་བྱར་དུ་ཕར་ལ་རྒྱུགས་ཏེ། མ་
རབས་དེའི་མེ་མདའ་ཐུང་གང་བཟུང་།