

ཀུན་ལུ་མཉམ་པ་ལྟེན་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཁྱེད་ཀྱི།



༡༡། །འདབ་ཆགས་མི་ཆོས་སྤྱུ་བྱུང་བ་
རིག་པའི་གཏེར་མཛོད་།།



༄ | | འདབ་ཆགས་མི་ཚས་སྤྱབ་གད་པ་རིག་བའི་གཏེར་མ་རྒྱུ། |

ཀའ་སའ་མི་རིགས་དཔེ་སྐུ་ཁང་།

(甘)新登字第02号

责任编辑：卓玛吉
封面设计：马一青
封面题字：尕玛才让

飞禽选王的故事

(藏 文)

旦正才让 整理

道周 校订

甘肃民族出版社出版

(兰州第一新村81号)

甘肃省新华书店发行 青海新华印刷厂印刷

开本：787×1092毫米 1/32 印张：5.5

1993年3月第1版 1993年3月第1次印刷

印数：1—3,600

ISBN7-5421-0132-3/I·27(民文) 定价：2.55元

མཐོ་མ་གྱི་ད་ལེ་གྲིག་གི་འགན་ཁུར།
མ་ལས་ཐུན་གྱིས་མཐུན་ཤོག་གི་རི་མོ་འཁོད།
སྐར་མ་ཆེ་རིང་གིས་མཐུན་ཤོག་གི་ཡི་གེ་བྲིས།

འདབ་ཆགས་མི་ཚས་སུ་བཤད་པ་རིག་པའི་
གཏེར་མཛོད།

རྟ་མགྱིན་ཆེ་རིང་གིས་ལེགས་གྲིག་བཅུས།
རྩ་རིག་ཆེན་གྱིས་བྲུས་པ།
ཀན་སུཅུ་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་གིས་བསྐྱུན།
ཀན་སུཅུ་ཞིང་ཆེན་ཞིན་གྲུ་དཔེ་ཁང་གིས་བཟུམས།
1993ལོའི་ཟླ3པར་ཚོག་མར་བཏོན།
1993ལོའི་ཟླ3པར་པར་ཐངས་དང་པོ་བཏུས།
དཔར་གྲངས། 1—3, 600

ISBN 7-5421-0132-3/1 · 27

དེབ་རིང་སྟོན། 2. 55

དཀར་ཆག

- ལེའུ་དང་པོ། སྒྲིང་གཞི། (1)
- ལེའུ་གཉིས་པ། བྱ་རྒྱལ་སྒྲིང་གཞི་འགན་བྱེད་པ། (17)
- ལེའུ་གསུམ་པ། སྒྲིང་དང་ལུག་པ་མ་འཆམ་པ། (31)
- ལེའུ་བཞི་པ། བྱ་རྒྱལ་དང་ལུག་པ་མ་འཆམ་པ། (48)
- ལེའུ་ལྔ་པ། སྒྲིང་པ་སྒྲིང་ལྔ་པ་མ་འཆམ་པ། (58)
- ལེའུ་དྲུག་པ། འདབ་ཆགས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས། (71)
- ལེའུ་བདུན་པ། སྒྲིང་པ་ཉིས་ཤིང་འཕྲོང་པ། (80)
- ལེའུ་བརྒྱད་པ། སྒྲིང་པ་ལྔ་པ་མ་འཆམ་པ་རྒྱུད་པ། (110)
- ལེའུ་དགུ་པ། སྒྲིང་པ་མ་འཆམ་པ་མ་འཆམ་པ། (120)
- ལེའུ་བརྒྱ་པ། སྒྲིང་པ་ཉིས་པ་སྒྲིང་པ་མ་འཆམ་པ་མ་འཆམ་པ། (136)
- ལེའུ་བརྒྱ་གཅིག་པ། བསྟན་པ་གཅིག་གི་བསྟན་བཅོས། (144)
- ལེའུ་བརྒྱ་གཉིས་པ། སྒྲིང་པ་ཉིས་པ་མ་འཆམ་པ་མ་འཆམ་པ་མ་འཆམ་པ། (159)
- ལེའུ་བརྒྱ་གསུམ་པ། བྱ་རྒྱལ་སྒྲིང་གཞི་འགན་བྱེད་པ་མ་འཆམ་པ་མ་འཆམ་པ། (163)

ལེབ་དང་པོ། མེད་གཞི།

༡༡ ། རྒྱ་གར་སྐད་རྒྱ། ཀ་ལན་ཏ་ཀ་ཐུ་ཅ་ན་མ། བོད་
སྐད་རྒྱ། མཆུ་འཕྲད་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་ཞེས་བྱ་བ། བྱང་རྒྱལ་
མེམས་དཔའ་ངང་བའི་རྒྱལ་པོ་ལ་ཐུག་འཆའ་ལོ། །འདི་སྐད་བདག་
གིས་ཐོས་པ་དུས་གཅིག་ན་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལུལ་ལ་ར་ཏ་མི་ན།
རྒྱལ་པོ་ཨ་མི་ཏ་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ན་གདན་བཤམས་པ་ཉིད་ལ་བཞུགས་
སོ། །

དེའི་ཆེ། དེའི་རྒྱལ་ན། ཡུལ་ལ་ལེགས་དྲ་བ་བྱ་བ་ན། བྱེད་ཆོ
 ཀ་བཟའ་མི་གཉིས་ཡོད་པ་ལ། ཆོ་ཀ་མོ་དེ། རྒྱལ་པོ་གསལ་རྒྱལ་གྱི་
 འབྲུའི་རྫོང་ས་གྱི་སྐུ་མ་མདོ་བྱ་བའི་ཡུལ་རྫོང་ས་གྱི་ཆལ་ཆེན་པོ་དེར།
 འབྲས་གྱི་སྐུ་མ་བྱ་འབྲུ་བར་སྦྱོན་པར་མོས་ཉི་མ་བརྒྱན་ལ་འབྲས་ཁལ་.....
 གཅིག་ཞོ་གཅིག་བྲེ་གང་། རྒྱུར་གང་། རྒྱལ་ཆུག་ལྡེ་མ་པ་ཅིག་དང་
 བཅས་པ་རྟེན་པས། མོ་སྐྱུ་མའི་དཀོན་ལྗོངས་དེའི་ཁོང་སྐྱས་ཏེ། ཉིན་
 མེད་ཉིན་ཉལ། མཆན་མེད་མཆན་ཉལ། ལྷག་སྤྱ་ཟད་ཟད་ཉལ།
 ཡུལ་མི་ལ་གཡར་བསྐྱེ་མ་བཏང་། སྤང་མི་ལ་མེ་མ་བྱིན། རྫོ་རྫུང་རིག་
 པས་ཁེངས། མདོད་རྫུང་ལྗོངས་གྱིས་ཁེངས། རྫོ་མལ་རུ་མ་ཤོང་།
 མལ་རྫོ་རུ་མ་ཤོང་བར། མལ་ས་ནས་པར་ལ་འབྲེལ་ལོག་བྱེད་ཅིང་

བསམས་པས། ངས་འདི་ལ་ཡི་དམ་རྒྱས་པ་གསེར་འབྲུམ་གཅིག་
 བཞེངས་སམ། དམ་པའི་ཚོས་ཀྱི་འཁོར་ཡེ་ཅིག་སྐོར་རམ། གནས་
 གནི་རྒྱ་མིའས་ཁྱུང་མགོ་བཅས་པའི་གཙུག་ལག་ཅིག་བཅིག་གམ། རྒྱ་
 གར་གྱི་པ་རྩི་ཏ་རྩམས་ལ་ཚོས་སྟོན་ཅིག་འདྲིན་ནམ། ཡར་རྒྱབ་གཅོང་
 སོ་འདི་སྤྱགས་སྤྱ་བཞུགས་སམ། ཡང་ན་བྱ་བ་རྒྱའི་འདུན་མ་བཟང་པོ་
 ཞིག་བྱས་པ་དྲག་གམ་སྟམ་ནས། ལུ་ལ་ལེ་གོང་བྱར་བྱེན། རྩོ་པོ་ལ་
 གཏམ་མ་སྟམ་པར་པར་ཚུར་ཁྲོས་ནས་བསྟན་དོ། །

དེར་ཁོ་རང་མའི་ཙར་བྱེན་ནས་སྟམ་པར། ཞེ་ཤ། སྤྱགས་མ་
 རྩོད་ཀྱིས་ཅི་རྟེན་པ་ཡིན། རྩར་ཡིན་ན་ང་ལ་བཀྱར་བཞི་བྱེད།
 བཀའ་དྲིན་བྱ་གཏེར། ངས་གང་ཟེར་ཁ་ལ་ཉན་པ་ཅིག་ཡོད་པ་ལ།
 རུས་བྱིས་ཁྲོས་པ་འདྲ་བ་འདི་གང་ལྟར་ཡིན་ནམ། ངན་ལ་སྤྱོད་ཞིང་
 ཁྲོ་ལ་གཏུམ། །བྱས་མེད་རེ་བ་ཅི་ལ་ཆེ། །མཁས་མེད་རང་མཚོང་
 ཅི་ལ་ཆེ། །སྤྱོད་འགྲོགས་དཀའ་ལོ་དྲན་ཅན། །རྩོད་ལ་ངན་
 ཉགས་བརྒྱད་ཚང་འདུག་ཅེས་པ་ལ། །

མོ་ན་རེ། ཨ་ཁུ་འདི་ཅི་ཟེར། སེང་གེ་གངས་དང་བྲལ་ན་བྱིའི་
 ཐུན་ཆེ་ཡིན། འཁོར་མོ་རྩ་དང་བྲལ་ན་སྤང་གི་གཉའ་ཆེ་ཡིན། ས་
 ངན་བྱིམ་དང་བྲལ་ན་ན་ཆའི་གཡོག་པོ་ལ། རྩོག་པོ་མོ་དང་བྲལ་ན་
 ལུ་ལ་མའི་སྟམ་འབྱུ་ཡིན། མཁས་བཙུན་བཟང་གསུམ་འཛོམས་པ་དག་
 བའི་བཞེས་ལ་དགོན། དཔའ་མཛོངས་འབྱུལ་དང་ལྟན་པ་སྟེས་པ་མོ་
 ལ་དགོན། སྤྱོད་གཏད་སྤྱབས་དང་བཅས་པ་འགྲོགས་པའི་གྲགས་ལ་

དགོན། འཛེར་མེད་དང་དང་བཅས་པ་ནགས་ཀྱི་མིང་ལ་དགོན།
གོ་མ་ལག་རྒྱགས་གཞུགས་དང་བཅས་པ་ཀྱི་མིང་རྟ་ལ་དགོན། རྩ་
མཉེན་དར་གསུམ་བཅས་པ་ནགས་པོ་རྒྱགས་ལ་དགོན། སྤུང་རིག་སྤུང་
གསུམ་འཛོམས་པ་སྒོ་རྒྱུང་བྱིས་ལ་དགོན། འཛེར་ས་དྲེགས་ཞིབ་ཆགས་
དང་ལྷན་པ་དེ་ཁོ་མོ་དང་རང་ཅམ་ཡིན་ཟེར་ནས་སྤྲུག་པའོ། ।

ཡང་ཁོ་ན་རེ། མོ་དེ། ཡུལ་ངན་ནི་སྤྱག་གི་འཁོར་བ་ཡིན།
འཁོར་ངན་ནི་གཏམ་གྱི་གཞི་མ་ཡིན། སྒྲོགས་ངན་ནི་འགྱུར་པའི་ཅ་བ་
ཡིན། རྒྱུད་ང་ལ་དེ་ཅམ་རུ་སྒྲོས་ནས་སྤྲོད་པ་ནི་ལེགས་པ་མིན། མི་
ངན་གྱི་ཁས་སྒྲངས་དང་། ཀ་མཁུག་གི་རྒྱ། སྤུང་མེད་ཀྱི་སྒོ་སྒྲོས་དང་
གསུམ་འདི་དགོས་རུས་སྤྲོད་པ་དགའ། ལར་ན། རོ་ར་རྟག་པོས་
རུག་ཚོས་པ་ལྟར་གནག་མི་དགོས། བཞིན་དམར་གོ་ཐབ་རུ་བསྐྱེགས་
པ་ལྟར་འརུས་མི་དགོས། ལེམས་བློ་བས་དྲག་རུ་འཕྱོ་བ་ལྟར་
འབྲུགས་མི་དགོས། སྦྱིད་རུས་སྤྲོ་སྤྲོ་མ་མང་། སྤྱག་རུས་སྤྲོ་སྤྲོ་
མ་སྤུང་ཟེར་བའི་ཁ་དཔེ་ལྟར། ད་ལྟ་དེད་རང་བཟའ་མི་སྦྱིད་སྤྱག་
གཅིག་རུ་བསྐྱེས། ཀླང་བས་ལུས་པོ་བྱུག་པོ་ཞབས་མོས་བྱུག་ མོ་
ཞབས་མོས་བྱུག་ རོར་གཅིག་ཞག་གཉིས་སྤྱ་འཕེལ་བ་ཡོང་བའི་རུས་
སྤྱ། མི་དྲན་དག་དྲན་གྱི་སྤྱགས་ན་ཆག་སྒོས་ཐེགས་པ་འདྲ་བ་འདི་མ་
བྱེད་མོད། རི་ལྟར་ཡིན་ཡང་གསལ་ཆ་བྱེད་དགོས། རུས་པས། མོ་
ན་རེ། ཡ་རབས་དེར་ལྷ་མོ་ཆེ་བ་ཡིན། མ་རབས་དེར་སྦྱར་དད་ཆེ་བ་
ཡིན། ཞིང་ངན་གྱི་ཕྱིང་རུ་སྤྲོ་ངན་སྦྱེ། རི་ངན་གྱི་ཁ་ནས་ཐབ་ངན་

འགྲིལ། མི་དཔལ་གྱི་ཁ་ནས་གཏམ་དཔལ་ཡོད་། མ་རེ། གཡང་
 དཀར་ལྷག་དང་འགྲོགས་ན་ཤིང་མེ་བ་ལ་ཡང་གོས་བསྐྱོན། ས་ལེ་ཐུམ་
 དང་འགྲོགས་ན་གོར་མོ་རྩོལ་ལྷུ་བ། དཔལ་ལྷག་ན་ཡོད་ཏུས་མཚན་
 ཐང་ན་ཡོད་བྱ་བ་ཡིན། རང་ལ་རང་འོད་འདྲོམས་གང་མེད་ན་གནམ་
 ལ་ཁྱི་ལྷག་ཉི་མ་ཐུན་བཏུན་ཤར་ཡང་ཞན་པ་འདྲ། ལྷན་སྦྱོན་སྒྲུང་བ་
 མ་དག་པས། རྒྱུ་ཐུབ་པ་སྦྱོན་གྱི་ཐུང་པོར་མཐོང་། །ཟེར་བ་མ་
 ཐོས་སམ། ལམ་སྒྲོ་རབ་དེར་ཐུས་མི་འཐུར་བ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན།
 དགེ་བའི་རབ་དེ་གང་དང་ཡང་འཁོན་པ་མེད་པ་ཅིག་དགོས་པ་ཡིན།
 དབང་ཡོད་དེ་ལ་རང་ཅིས་ཆེ་བ་ཡིན། གོར་ཡོད་པ་དེ་ལ་ཁ་ཐོ་ཆེ་བ་
 ཡིན། ལྷགས་འགོར་ཅན་དེར་ཆག་སྒྲོ་ཆེ་བ་ཡིན། དབང་ཐུས་དན་པ་
 དེར་མོད་པ་ཆེ་བ་ཡིན། སྐོ་བགོས་སུ་མོ་ལ་ཆོག་སྒྲོགས་ཆེ་བ་ཡིན། སྐོ་
 མ་ཚད་པ་ལ་བཤད་སྒྲུ་ཆེ་བ་ཡིན། མ་གོ་བ་དེ་ལ་བསྐྱར་འདྲི་ཆེ་བ་
 ཡིན། ལས་ཚད་མེད་པའི་སྒྲུས་པ་ཁྱོད། ཁ་ཐུང་ཐུལ་སུ་མ་སྐྱ་ཅིག་
 ཐུས་པས། ཁོའི་བསམ་པ་ལ། འདི་དང་སང་སྐར་མི་བྱེད་པའི་སྒྲོ་
 རིག་ཟུར་ཟ་བྱེད། མཐོང་ཚད་ལ་ངོ་ཚུར་གནག་ནས་སྒྲོད་པ་འདི།
 རྩོད་མེད་པར་ཅི་ལ་མ་མཐུ། འདིས་ལྷ་ཆོས་ཅིག་དྲན་པ་ཡིན་ནམ་
 མེམས་ལ་གདོན་བྱགས་པ་ཡིན་ནམ། ཐུ་གཞན་གྱིས་ཁ་བྱིད་སྒྲོ་བྱིད་
 འདྲ་བས་བསྐྱས་སམ། གང་ལྟར་ཀྱང་། རོ་ཞིམ་པོ་དེ་ལྟེ་ལ་མ་ཐུངས་
 བ་ཟས་སྒྲ་མང་ཡང་མིག་གི་ཆོས་སྟོན། ཏྲ་བཟང་པོ་དེ་འོག་ཏུ་མ་
 བཅིབས་ན། གཟུགས་མཛོས་ཀྱང་མེམས་གྱི་རི་མ། མ་སྒྲུས་པ་རང་

གིས་མ་བུང་ན། སྒྲན་གསེལ་ཁྱང་ཡིད་ཀྱི་ཐན་ཤོགས་སོ་སྒྲམ་ནས་སྒྲས་
 པ། རྒྱད་ནི་འཁོར་བ་ལ་སྒྱུ་བ་སྒྲེས་པའི་ལྷ་ཆོས་ཤིག་དྲན་པ་ཡིན་ནམ་
 སེམས་ལ་གདོན་ཞུགས་པ་ཡིན་ནམ། བྱ་གཞན་གྱིས་ཁ་བྱིད་སྒྲོ་བྱིད་
 འདྲ་བས་བསྒྲས་སམ། དེད་རང་གཞིས་འཕོངས་དང་དོར་མ་སྒྲུག་ཤོ་
 ཡང་ཐེབ་དཔོས་བྱས་པས། མོ་ན་རེ། དས་ལྷ་ཆོས་ཁྱང་མ་དྲན།
 སེམས་ལ་གདོན་ཁྱང་མ་ཞུགས། བྱ་གཞན་གྱིས་ཁ་བྱིད་སྒྲོ་བྱིད་རང་མ་
 བུང་། བུང་ཡང་ཁ་བྱིད་ལ་སྒྲས་ཉན། ང་རང་ཡང་ཚོ་བདེ་བའི་དྲན་
 བྱིམ་ཅིག་བཟུང་ནས་སྔོན་བསམ་པ་ཡིན། རྒྱད་རང་སེམས་ཁོ་ཐག་
 ཆོད་ཟེར་ནས་ཁོ་ལ་བྱུབ་གཏད་དེ་ཉལ་ལ། །

དེར་ཁོའི་བསམ་པ་ལ། འདི་ལ་བྱ་གཞན་ཅིག་གིས་ཁ་བྱིད་བྱས་
 པར་ཐག་ཆོད་འདུག ང་རང་གིས་སྒྲོ་བྱིས་ཁྱང་ཐེམ་རོ་ལྟར་ཤོད་སྒྱུ་
 རང་མི་འདུག་སྒྲམ་ནས་ཀྱན་ལས་སད་པར་བྱ། ཡིད་སྒྲུག་པར་མི་
 བྱའོ། །བྱ་བ་ཡིན། སྒྱིར་མོ་ཆགས་ཀྱི་རིགས་ནི་ཁ་འབྲས་མཆར་བ་
 དང་། སྒྲེས་འབྲས་ལེགས་པ་ལ་དགའ་ཞིང་སྒྱིར་ཕོད་ཆེ། སྒྱིར་
 གཏམ་ཁྱང་འཆད་བྱིད་པས། བྱིམ་བྱ་དེ་ཕོ་ལ་སྒྲོས་འདེབས་པ་དང་།
 མ་ཁང་འདི་ལ་ངན་མཆར་དང་གཡོ་སྒྱུ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བས། མོ་ལ་འདྲི་
 མངག་གཏོང་དཔོས་བསམས་ནས། ཁོ་སྒྲ་སོར་བྱིམ་བྱ་དེ་ཕོའི་ཅར་
 བྱིན་ནས་སྒྲས་པ། ཨ་ཕོ་དེ་ཕོ་ལགས། དའི་གན་མོ་འདི་སྒྲན་ཆད་སྒྲོ་
 ཉེ་ལ་བཀྱར་བཞི་ཞབས་ཏོག་འཐེབས་པ་ཅིག་ཡོད་ལ། ད་ལོ་གཏམ་
 ལན་ཁྱང་མི་འཇལ་བར་འདུག བྱིད་སྒྲ་མཁས་ལ་རིག་པ་སྒྱུར། སྒྲོ་

རྒྱུ་ལ་ཉར་མཁམས། རྒྱུ་ཉེ་བས་ཟུག་ལྟར། སེམས་བཅེ་བས་
 གཏམ་བཤད། ཤ་ཆ་བས་སྒྲིལ་འདེབས་བྱ་བ་ཡིན་ཅིང་། ལྷལ་ཏུ་ཁ་
 བཅོ་མིག་བཅོ་དགོས། སྒྲིལ་ཅན་གྱི་སྒྲིལ་བྱ་དེ། སྤང་བ་དགལ་
 ཡོད་ཀྱང་གཅིས་པ་ཡིན། ངའི་ཀླན་མོ་འདི་ལ་སྒྲིལ་ཅིག་སྟེ་ལ་ཅི་
 ཡིན་འདྲི་བར་བྱ། གཏམ་གྱི་བྱང་རམ་སྒྲིགས་པོ་དེ་སྔ་ལགས་ཞེས་པ་
 ལ། དེ་སྔ་ན་རེ། སྒྲིགས་པོ། སྔ་ལ་མོ་ལ་ཅིག་སྟེ་པ་པ་མི་ཡོད་།
 འོན་ཏེ་བྱོང་རང་གི་ཁ་ལག་སྟོང་གསུམ་མ་ལེགས་པ་ཡིན་ནམ། བྱམས་
 རྒྱུ་བཞིན་བྱ་བ་ཞེ་ཡིན། ལར་སྒྲིགས་པོ་ཁོ་དེ། བསྐྱེད་ཏུ་ལེགས་པ་
 ས་མས་ཀྱང་མི་ཡང་། རྒྱུ་ཏུ་མ་བདེ་བ་དགས་ཀྱང་མི་འཆད་དོ། །
 སྒྲིལ་དག་པོའི་གཡལ་མོ་ཡིན། ནད་མེད་པར་སྒྲིལ་བཏང་ཡང་ཏུག་
 ཏུ་འགོ། འཁོན་མེད་པར་སྒྲིལ་འདེབས་པ་ནི་འཁོན་གྱི་རྒྱ་ཡིན། ཅི་
 མིས་སྒྲིལ་འདེབས་པ་ལས། བཟའ་མའི་ཁ་འཛིང་མལ་ཏུ་བྱམ་འགོ་
 བས། མལ་ཏུ་བྱམ་ན་རང་བཟང་། བྱོང་རང་གཉིས་ཞེ་འཁོན་ཆེར་
 མེད། རང་སེམས་ཆོས་སྒྱུར་རྟགས་ན་ཞེ་སྤང་ཆེ་བའི་ཁ་ན་མེད་ཟེར་
 རོ། །

ཡང་ཕྱ་ཁ་མོ་ན་རེ། ཉི་མའི་འོད་ཀྱིས་རྫོ་རུས། སྒྲིལ་པོའི་འོད་
 ཀྱིས་བསིལ་རུས། སྒྲིལ་འབྲུག་ན་ཆར་འབབས་ཟེར་བ་དང་། སྒྲིལ་
 དང་འབྲུན་མ་བྱས་ཆད་ཐོག་ཏུ་འབབས་པ་ནི་དཀའ་བ་ཡིན་ཡང་།
 འབྲལ་ཏུ་ཆད་གཅིག་བྱེད་པ་དེ་སྤང་ཆད་གྱི་ཡང་ཆེ་ཡིན་པས། ལེགས་
 པ་ལ་ཀུན་དགའ། རྒྱུག་པ་ལ་ཀུན་སྟོན། འཛིང་བ་ལ་ཀུན་འཆང།

བཅན་པ་ལ་ཀུན་འཇིགས། བཅས་པ་ལ་ཀུན་ཉན། མཁས་པ་ལ་ཀུན་
 བསྟོད་ཟེར་བ་ཡིན་ཅིང་། རེ་བ་ཅིག་མ་བསྟོང་ན་འཕྲོག་པ་གཉིས་
 དང་ཅིར་མ་བྱུང་། བྱ་ཚོད་གནང་མ་ཚོད་ལ་ངོ་ཆ་རྟ་ཅིག་རེ་བ་ཡིན་
 བས་ཨ་ཚོ་ག་ཞེགས་འཆལ་བྱི་ཁ་ལ་མོ་ཡང་ཉན་ཐག་ཆོད། ཅེས་
 པ་ལ་ང་རང་འགྲོ་ཟེར་ནས་ཁོང་གཉིས་ཀ་མའི་ཚ་ལ་ཐུན་ནས་དེ་ཚོས་...
 རྒྱས་པ།

ཞེ་མ། ཆོ་རིགས་དགེ་དང་ལྡན་པའི་མོ་བཅུན་མ། །ཨ་མའི་
 རྒྱན་དང་ལྡན་པའི་མོ་བཅུན་མ། །ཟས་ནོར་བུ་དང་ལྡན་པའི་མོ་
 བཅུན་མ། །ལྷ་ལྷག་མཛེས་དང་ལྡན་པའི་མོ་བཅུན་མ། །བུ་ཆ་རྒྱུང་
 ལ་མཁས་པ་མོ་བཅུན་མ། །ལུས་ཁྱེལ་བསྐྱང་ལ་མཁས་པ་མོ་བཅུན་མ།
 རྩྱད་རྩྱ་ཐོ་ལ་གཏམ་ལན་མི་སྤྲོ་བར། ཁྱོས་ནས་ཚོད་པ་ཅི་ཡིས་ཡིན།
 ལར་སྟིང་ཉེ་བའི་ཟས་ལ་ཆེ་རྒྱུང་མེད། ཞེ་བརྒྱགས་པའི་གཏམ་ལ་མང་
 ཉུང་མེད། བ་ཆ་བའི་གཏམ་ལ་སྟན་པ་མེད། དགའ་བའི་གཏམ་ལ་
 ལེགས་ཉེས་མེད། སེམས་མཐུན་པའི་གྲོགས་ལ་སྟིང་ཉེ་དགོས་པ་ཡིན།
 སེམས་ཉིད་ཆོས་སྐྱར་རོ་རྒྱུད་པའི་བྲ་མ་ལ་མོས་བྱས་དགོས་པ་ཡིན།
 གདོང་གཏད་པའི་རྩྱ་ཐོ་ལ་བཀྱར་བཞི དང་ཞབས་རྟོག་དགོས་པ་ཡིན།
 ཡིད་ཆད་པའི་གཏམ་ལ་མང་མི་དགོས། དགའ་མོར་འགྲོགས་ནས་རྒྱ་
 མོར་འབྲལ་བ་ཡང་ཆད་དམ། རྩྱ་ཐོ་ལ་གཏམ་ལན་མི་སྤྲོ་བ་རྩྱད་རེ་
 ཞན། བུས་པས།

མོ་ན་རེ། ཞེ་མ། རྒྱ་མཁས་ལ་གཟེངས་མཚོ་བའི་རྒྱུང་གི་

གཤམ་པ་ཅན་གྱི་བྱང་གནས་དེ་མོ་ལ། ར་རན་ཡང་སྒྲིགས་ལ་རྒྱག་མི་
 ལྟར། སྒྲིགས་ལ་རན་སྒྲིགས་བྱང་ན་གཞན་གྱིས་ཁྲིལ། ར་རྒྱང་ཆེན་
 རྒྱལ་བ་མ་མོ་ཡི་སྒྱུན། མི་ཤེས་མཁས་བྱང་བྱེད་པ་བ་མ་མོ་ཡི་སྒྱུན།
 འདྲོད་ཆགས་རྒྱ་ལྷར་ཁོལ་བ་བ་མ་མོ་ཡི་སྒྱུན། ཡོད་ཆད་སྒྲིག་བས་
 བྱེད་པ་བ་མ་མོ་ཡི་སྒྱུན། བ་ཉལ་རོ་འཛད་བྱེད་པ་བ་མ་མོ་ཡི་སྒྱུན།
 དག་སྤོང་ཕྱི་ལ་སྒྱུད་པ་བ་མ་མོ་ཡི་སྒྱུན། རྒྱ་ལྷག་རྒྱགས་མོ་འཆལ་བ་
 བ་མ་མོ་ཡི་སྒྱུན། ཡོད་པ་ཉར་ཆགས་མི་ཡོད་པ་བ་མ་མོ་ཡི་སྒྱུན།
 མེད་ན་འཆལ་བ་མི་ཡོད་པ་བ་མ་མོ་ཡི་སྒྱུན། ཁང་འཁོར་རྒྱག་པས་
 འགོངས་པ་བ་མ་མོ་ཡི་སྒྱུན། འསྒྲིགས་ཤིང་སྤོང་རྒྱ་འགྲོ་བ་བ་མ་མོ་ཡི་
 སྒྱུན། འདྲོད་ཆགས་བྱེད་པས་མི་རོམས་བ་མ་མོ་ཡི་སྒྱུན། བདག་
 ཅག་སྤོང་བ་བ་མ་མོ་ཡི་སྒྱུན་ཡིན་ནའང་། ར་འི་སྤོང་སྤོང་སྤོང་སྤོང་
 བས། བ་མོ་ལྷན་བས། རྒྱལ་མ་ལྷགས་ཐེབས་བས། སྤོང་སྤོང་གོས་ལ་
 ཁྲར། སེམས་སྤོང་སྤོང་བས་སྤོང། ཉིན་པར་རལ་རྒྱལ་མཆན་མོའི་
 གཉིད་བཅག འདྲོད་ཆགས་ལངས་བྱང་། སྤོང་པ་གཞན་མ་རྒྱ་
 པར་རྒྱག་སྤོང་བས། རྒྱལ་མོ་གསལ་རྒྱལ་གྱི་ལྷན་རྒྱ་འགྲོ་བ་སྤོང་བས་
 འགྲུ་ཅ་སྤོང་བས། འགྲུ་ཁལ་གཅིག་ཞོ་ཅིག་བྲེ་གང་། རྒྱར་བ་
 གང་དང་བཅས་པ་རྟེན་པས། ཁོང་སྤོང་ཉི་གཉིས་ལན་མ་བྱས་པ་
 ཡིན། རྒྱ་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་ཁོ་མོ་ཡང་རྒྱ་ཁྲིམ་བཟང་བ་ཅིག་
 བཟུང་ནས་མོ་བདེ་ཅིག་བྱེད་བསམ་པ་ཡིན་བྱས་པས།

དེ་མོའི་བསམ་པ་ལ། བྱ་བསམ་ཅད་ནངས་ཟས་ནངས་འཆོལ།

ལུ་ཐ་ལ་ལུ་འཆོལ། ཕ་རིམ་ཁ་རེ་ལས་མི་བྱིད་པ་ཅམ་ན། ལྷག་
མས་འབྲས་འདི་ཅམ་ཞིག་བསྟན་པས། མོ་རེ་འཇིགས། (ལེགས་པའི་
དོན) མོ་རེ་འཇོངས། མོ་རེ་ལྷག་སྟམ་ཁྱང་། མོ་རེ་བ་སྟེན་གྱིས་
དོགས་ནས་འདི་མཉམ་སྟེན་ལོ། །

ཁྱོད་བསམ་པ་དང་རེ་སྟོ། རོམ་པ་དང་རེ་བྲངས། རོར་བ་བ་
འདི་ཡོད་ཁྱང་བད་པ་ལ་ཆགས་ཟེད། སྟེ་བ་ཤད་བཟང་པོ་དེ་ནི་ཅ་
ཡོད་ཁྱང་དགལ། ཡོན་ཏན་དང་ཆ་ལྷགས་བཟང་པོ་དེ་དག་ལ་ཡོད་
ཁྱང་སྟོབས། ལྷན་གྱི་སྟུན་སྟུར་མཛེས་པ་ཡིན། ལར་ཁྱོད་རང་སྟེ་བ་
མཐོ་བ་ཡིན། ལྷ་ཆུང་ཏུ་འདིས་ཏུད་ཁྱིམ་ཅིག་གང་ནས་འཇིན་བྱེད།
ཤོ་དང་སྟུར་བའི་བྱེད། ཕ་དང་སྟུགས་པའི་སྟུག་ཅི། ཤེད་དང་སྟུགས་
པའི་ཁྱར་ཆ། རོར་དང་སྟུགས་པའི་བྱ་བ་དེ་དགོས་པ་ཡིན། ཁྱོད་
རང་མ་འགྲུབ་གྱི་བར་ཏུ་ཁ་མོ་མ་འདོན། འདི་གང་གི་ཐོག་ཏུ་འབབ་
མི་ཤེས། དོ་ལུ་ཁྱོད་རང་གིས་བསམ་སྟོ་ལེགས་པར་བྟོངས། དས་
ཁྱང་གང་དག་གི་སྟོ་བརྟུ་སྟེད་རོགས་ཕ་རིམ་བྱས་པས།

མོ་ན་རེ། གསར་འགྲོགས་ཆེ་བའི་གཉེན་ལས། ཁྱི་ཐག་རིང་བའི་
དག་དགལ། གཡོག་པོ་དན་པའི་དཔོན་ལས། དཔོན་པོ་བཟང་པོའི་
གཡོག་སྟེད། ཤེད་མེད་གྱི་རྟ་ལས། ཁོ་ཐག་ཆོད་པའི་རྒྱང་ཐང་མཚུགས།
འབྲུ་དན་གྱི་ཆང་ལས་ཆོད་མ་ཞིམ། སྟོ་མི་སྟུབ་པའི་ཆུང་མ་ལས། སྟོ་
སྟུབ་པའི་རོགས་མོ་ཞག་གཅིག་དགལ། གདོང་ཆུང་གི་ཁྱོ་ལས་མོ་རང་མོ་
སྟེད། ད་ཅིག་ཁྱང་ཏུད་ཁྱིམ་ཅིག་རང་འཇིན་ཟེར་རོ། །

དེ་ནས་ཚུ་ག་པ་མང་གི་ཅར་ཕྱིན་ནས་སྐྱུ་པ། རྒྱ་གསལ་པོ་པ་མང་
 གསལ་པར་བྱ། འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁ་དཔེ་ལ། ཡ་རབས་ཡོན་ཏན་ཅན་
 དེ་གོང་དུ་ཞོག མ་རབས་རང་མཐོང་ཅན་དང་མ་འགྲོག་ཅིག ངན་པ་
 ཟུ་བའི་རྒྱུ་མ་མ་ལེན་ཟེར་བ་འདུག་ཏུ། བདག་གི་བྱད་མེད་འདི།
 གཞུང་རལ་གྱི་སོ་གཉིས་མ་ལས་ངན། ཁྱེད་ཀྱི་ཁྱི་ལས་རྒྱུང་། ཟུ་བ་
 ར་ཀན་ལས་ངན་པའི་རྒྱུ་ཅན་ཅིག་ཡིན་ཅུང་འཐལ་ཆར་བྱུང་། འདིས་
 ཁྱང་བདག་ལ་ངོ་རྒྱལ་གནག་ཁྱོས་ནས་མྱོད། ཨ་ལན་མི་ཁྱག་པ་ཅིག་
 ཕྱིད་ཀྱིན་འདུག འདི་ལ་ཆོག་པ་རྩོས་པས་ཁྱོས་ཀྱི་ན་མི་ཆོད་པས། ཨ
 ཁྱ་པ་མང་ཁྱོད་ཀྱིས། ཐབས་མཁས་ལ་རྒྱུར་བ་བརྩོ་བ། ཁ་མཁས་ལ་
 རྒྱུ་བས་ཆོམས་པ་བྲག་ལོགས་ཀྱི་ཤིང་འཁྱུ་བ་ལྟར་གྱིས་ལ། བད་རྒྱུན་
 སལས། རྒྱུན་ཅི་ཡིན་འདི་ཅུ་གསལ། གཏམ་གྱི་བྱུང་ངམ་གྲོགས་པོ་
 ཞེས་པས།

པ་མང་ན་རེ། ག་ལེ་བྱས་པས་གར་ཁྱང་སྤེལས། འཇམ་
 པོར་སྐྱུ་པས་ཀྱན་གྱིས་གོ ར་རྩེ་འགྲོས་ཀྱི་ལ་ཁར་འཛོགས། རྒྱེ་ཆོ་
 ཡོད་ན་སྤང་ཤང་ཡོད་བ། མི་ཆོ་ཡོད་ན་འགྲོགས་ཤང་ཡོད་། ག་ལེ་མ་
 ལ་བང་ཡོད་བ། ཟུ་བ་ཞི་མ་ལ་བརྩོ་ཡོད་བ་ཡིན། ཁྱོད་རང་འཆབ་
 འཆུབ་ཕྱིད་མི་དགོས། ཟེར་ནས་པ་མང་ནི་མོའི་ཅར་ཕྱིན་ནས་འདི་
 མྱོང་ཅུ་སྐྱུ་པོ།

གྱེ་མ་གྱེ་མ་མོ་བཅུན་ཚུ་ག་གསོན། ཁོ་པོས་སྤྱིང་གཏམ་ཆོག་གསུམ་
 འཆད། ཟུ་བ་རྒྱུ་ལི་ནང་ནས་ཚུ་ག་འཛངས། དཔུ་ལེགས་པས་དཔུ་པ་

དཀར་དེལ་བྱ་འདྲ། གཞུང་སྟན་པས་དེལ་བྱ་འཁོལ་བ་འདྲ། མཇུག་
 མ་ཤེལ་གྱི་ལྷང་བ་འདྲ། ཀླང་བ་ལྷགས་གྱི་ལྷུ་འདྲ། ཁ་དོག་ཡིད་
 འོང་ཉ་ན་མཛེས། བྱ་ཕོས་ཀྱན་གྱི་ཡིད་འཕྲོག་ཅིང་། བལྟས་པ་ཅམ་
 གྱིས་ཚོག་མི་ཤེས། ཅོག་སྐད་ལུམ་བུ་རྒྱག་ཅུ་ཡོད། ཉམ་ཆུ་འཕྲལ་
 གྱི་རུས་ཚད་འཛིན། འཇིག་རྟེན་འདི་ན་ཁྱོད་འདྲ་དགོན། མཛེས་མ་
 ཁྱོད་དང་ཁྱོ་ཕོ་གཉིས། གཏན་གྱི་བཟང་འཚོ་ཨ་ཅང་ཆེ། འཕྲལ་གྱི་
 སྒྲིང་ལུག་ཨེ་བྱེད་དམ། ཞེས་ཅོ་དྲིས་པས།

མོ་ན་རེ། ཁོ་དེ་ཉོན་ཅིག་པལ་བའི་བྱ། མཐོན་པའི་གོ་
 འཕང་མ་ཐོབ་པས། པལ་བའི་གཞུགས་སྤྱུ་སྒྲིས་པ་ཡིན། བཟང་
 པའི་སྦྱོད་པ་མ་མཐོང་བས། སྒྲིན་པའི་རིག་པ་ཤར་བ་ཡིན། མན་
 པ་མེད་པའི་ཐན་གྲོགས་ལས། རང་དབང་ཡོད་པའི་མོ་རང་སྦྱིད།
 མི་འོས་པ་ཡི་སྒྲིང་ལུག་ལས། རང་ལེམས་མཐུན་པའི་མིག་ཤོ་དགའ།
 བྱ་བུ་མོངས་པ་ཁ་དོག་སྦྱོད། དས་དཀའ་ལས་བྱས་པའི་ནོར་ཆས་
 བློ། ཁྱོད་ལ་མི་ཡོང་རེ་གོ་མ་ཆེ་ཨང་། ཟེར་རོ། །

ས་ལང་ན་རེ། ནོར་བྱ་བ་ཀྱན་ལ་ཡོད་དེ། ལེར་སྒྲས་བཅིངས་
 ཉན་བཞུད་པ་ལ་སན་གནོད་གང་ཡང་མེད། ནོར་གྱི་འཕོད་སྒྲི་རྒྱག་ལ་
 མ་འཕོ་ན། ཁྱོད་ལ་ནོར་ཡོད་ཀྱང་ཅི་བྱེད་རྒྱ་ཡིན། ཁྱོད་རང་བསམ་
 སྒྲོ་ཐོངས། སྒྲོ་གྲོས་མི་ལ་འདྲི་མ་ཤེས། རང་ཐག་རང་གིས་གཙོད་མི་
 ཤེས་པ་འདི་མ་བྱེད། གྲོས་དབང་རང་ལ་ཡོད་ཀྱང་། གྲོས་བྱེད་མི་ལ་
 དྲིས་བྱ་བ་ཡིན། ད་ནི་ང་ཡིས་གྲོས་གཅིག་འདོན། ཁྱོད་བསྐྱབས་པ་

ཉན་ནམ་མུ་ཀ་མ་ཟེར།

དེར་མུ་ཀ་མ་ན་རེ། དེ་ནི་ཡིན་ན་ངོ་མཚར་ཆེ། རྒྱུས་པ་པོ་ལ་
གཅེས་པ་དེ་སྒྲ་ལྟས་ཆོས་སྤྱི་ཡིན། རྒྱུས་ལེགས་གཞུགས་མཛེས་མི་
འདུག་ཏེ། ཆོག་ཆ་སྒྲ་པ་མཁས་ལུགས་ཀྱི། སྒྲ་ཆད་སྒྲ་ཆད་ཡོད་
ཡོད་འདྲ། བྱིད་ལ་ཁོ་མོས་ཅིས་ཀྱང་ཉན། རྟོན་གྱི་འཛོད་སྒྲ་ལྟ་བུ་
པ་དེ་གསུངས་དང་བྱས་པས།

པ་མང་ན་རེ། རྟོན་གྱི་འཛོད་སྒྲ་ལྟ་བུ་ལ་དད་པ་ཅན་གྱི་རྟོན་དེ་
ཆོས་རྒྱགས་སྤྱི་འཛོད། ཅེ་རུང་ཅན་གྱི་རྟོན་དེ་གཉེན་རྒྱགས་སྤྱི་འཛོད།
ཞེ་ཐང་ཅན་གྱི་རྟོན་དེ་དག་རྒྱགས་སྤྱི་འཛོད། ཁེངས་དག་ཅན་གྱི་རྟོན་
དེ་སྤྱི་འཛོད་སྤྱི་འཛོད། ལེན་ལྟ་ཅན་གྱི་རྟོན་དེ་སྤྱི་འཛོད་ཆ་བའི་
རྒྱགས་སྤྱི་འཛོད། ལན་ཆགས་ཅན་གྱི་རྟོན་དེ་འདྲི་རྒྱགས་སྤྱི་འཛོད།
དེ་རྒྱག་རྟོན་གྱི་འཛོད་པ་ཡིན། དེའི་ཉེར་རྩ་པོ་འདྲི་ཆགས་ཅན་གྱི་
རྟོན་དེ་ཟ་མ་མོ་ལ་འཛོད། སྒྲ་ཉེས་པའི་རྟོན་དེ་གར་འཛོད་དང་འདིར་
འཛོད་མི་ཡོང་བས། བྱིད་གང་གི་རྒྱགས་སྤྱི་འཛོད་སྤྱི་ཡིན་བྱས་པས།

མོ་ན་རེ། དེ་ཡིན་ན། བདག་གི་བསམ་ཆོད་དང་མཐུན་པར་
འདུག་བདག་ཀྱང་སྤྱི་མཐུན་པའི་རྟོན་འདི་ལ་བཞེན་ནས། ཡི་དམ་རྒྱལ་པ་
གསེར་འབྲུམ་ཅིག་བཞེད་ངམ། དམ་པ་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཅིག་སྒྲོར་
རམ། གནས་གཞི་རྒྱ་བའི་ཁྱེད་མཚོ་དང་བཅས་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་
ཐེ་ཙམ་ཅིག་ཅིག་གམ། རྒྱ་གར་གྱི་པཱི་ཏ་རྒྱལ་པོ་ཆོས་རྒྱུན་ཅིག་
དྲང་ངམ། ཡར་རྒྱལ་གཙང་པོ་འདི་སྤྱི་འཛོད་སྤྱི་འཛོད་སྤྱི་འཛོད་པས། ཡང་