

# དཀར་ཆག

| ཨང་ | དོན་ཚན།                                                  | ཤོག་གྲངས། |
|-----|----------------------------------------------------------|-----------|
| ༡   | ལེའུ་བཙུ་དགུ་པ།      རོ་དང་ལྷ་རྩེས་བསྟན་པ།               | ༡-༡༠      |
| ༢   | ལེའུ་ཉི་ཤུ་པ།      སྟན་གྱི་རྩུས་པ་བསྟན་པ།                | ༡༠-༤༤     |
| ༣   | ལེའུ་ཉེར་གཅིག་པ།      སྟན་གྱི་སྟེ་ཚན་དང་སྦྱར་ཐབས་བསྟན་པ། | ༤༤-༥༡     |

དུག་པ། སྒྱུར་བ་སྟན་གྱི་གནས།

གནས་དུག་པ། སྒྱུར་བ་སྟན་གྱི་གནས།

༡༡། །གནས་དུག་པ་སྒྱུར་བ་སྟན་གྱི་གནས་ཀྱི་གཞུང་དོན་འགྲེལ་བ་ལ་ཇི་ལྟར་བསྟན་པར་ཁུས་པ་དང་།  
དེའི་ལན་བསྟན་པ་གཉིས། དང་པོ་ནི། དེ་ནས་ཡང་དང་སྤྱོད་ཡིད་ལས་སྒྱུས་ཀྱིས་འདི་སྟོན་ཅེས་ཁུས་སོ། །ཀྱི་  
སྟོན་པ་དང་སྤྱོད་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་ལགས། །སྒྱུར་བ་སྟན་གྱི་གནས་ལ་ཇི་ལྟར་བསྟན་པར་བགྱི། །འཆོ་མཛད་  
སྟན་པའི་རྒྱལ་པོས་བཤད་དུ་གསོལ། །ཞེས་ཁུས་པ་ལས། ཞེས་པ་སྟེ། འཆོ་བ་ཟས་ཀྱི་གནས་བསྟན་ཟིན་པའི་  
མཚུག་དེ་ནས་ཡང་དང་སྤྱོད་ཡིད་ལས་སྒྱུས་ཀྱིས་སྟོན་པ་དང་སྤྱོད་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་འདི་སྟོན་ཅེས་ཁུས་  
སོ། །དེ་ཡང་ཀྱི་སྟོན་པ་དང་སྤྱོད་ཆེན་པོ་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་ལགས་ཞེས་ཞེས་དང་བཅས་ཏེ་སྟན་པའི་གདངས་ཀྱིས་  
མཆན་ནས་བོས་ཏེ་གནས་དུག་པ་སྒྱུར་བ་སྟན་གྱི་གནས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་ཇི་ལྟར་བསྟན་པར་བགྱི་ཞེས་འདི་ན་འཆོ་  
མཛད་སྟན་པའི་རྒྱལ་པོས་གསལ་པོར་བཤད་དུ་གསོལ་ཞེས་གྲུས་པ་དང་བཅས་ཏེ་ཁུས་པ་ལས།

སྟོན་པས་དེའི་ལན་བསྟན་པ།

དེ་ལ་ཡང་ཉན་པར་གདམས་ཤིང་མཆོམས་སྒྱུར་བ་དང་། གནས་དོན་དངོས་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། སྟོན་པས་  
གསུངས་པ། ཀྱི་དང་སྤྱོད་ཆེན་པོ་ཉན་ཅིག །ཅེས་པ་སྟེ། སྟོན་པས་འདི་ལྟར་གསུངས་པ། དེ་ཡང་ཀྱི་ཞེས་བོས་  
ནས་དང་སྤྱོད་ཆེན་པོ་ཡིད་ལས་སྒྱུས་ལེགས་པར་ཉན་ལ་ཡིད་ལ་བྱུངས་ཤིག་དང་ངས་བཤད་པར་བྱའོ་ཞེས་ཉན་  
པར་གདམས་པའོ། །

གནད་དོན་དངོས་བསྟན་པ།

ནད་ལ་གསོ་བར་བྱེད་པའི་གཉེན་པོ་ཡི། །སྒྱུར་བ་སྟན་གྱི་གནས་ལ་བསྟན་བྱ་ན། །རོ་དང་ལྷ་རྩེས་ལུས་པ་སྒྱུར་  
ཐབས་བཞི། །ཞེས་པ་སྟེ། ནད་ལ་གསོ་བར་བྱེད་པའི་གཉེན་པོ་སྟོན་ལམ་ལ་སོགས་པ་བཞི་ཡོད་པའི་ནད་ནས་  
གསུམ་པ་སྒྱུར་བ་སྟན་གྱི་གནས་ལ་བསྟན་པར་བྱ་ན། དེ་ལ་རོ་དང་ལྷ་རྩེས་དང་ལུས་པ་དང་སྒྱུར་བའི་ཐབས་  
བསྟན་པ་སྟེ་ནམ་པ་བཞི་ཡོད་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །

ལེའུ་བཙུང་གྲུ་པ། རོ་དང་ལྷ་རྩེས་བསྟན་པ།

དེ་ལ་ཡང་གཞུང་དོན་དངོས་བཤད་པ་དང་། ལེའུ་འི་མཆན་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ལའང་རོ་བསྟན་པ་དང་། ལྷ་  
རྩེས་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་རོ་ལ་རྟེན་དང་དབྱེ་བ་དང་། །རོ་བོ་སྟེ་ཆོན་ལས་དང་ནམ་པ་ལ། །ཞེས་པ་སྟེ། སྒྱུར་བ་

སྒྲིག་གཞན་ལས་རོལ་སོགས་པ་ནམས་ཀྱི་ནང་ནས་དང་པོ་རོལ་ཤད་པ་ལའང་རོལ་རྟེན་དང་དབྱེ་བ་དང་རོལ་  
དང་སྡེ་ཚན་དང་ལས་དང་ནམ་པ་ལྟེན་སྒྲིག་སྟགས་པར་བྱའོ། །

༡ རོལ་རྟེན་བཤད་པ།

དེ་ལའང་རོལ་མས་ཅད་འབྱུང་ལྡན་སྐྱེད་པར་བསྟན་པ་དང་། འབྱུང་བ་ཤས་ཆེ་ཆུང་གི་དབང་ལས་རོལ་སོལ་ལྟ་  
བསྟན་པ། འབྱུང་བ་སོས་ལོ་ཡོན་ཏན་དང་ལས་བསྟན་པ། འབྱུང་བ་སྒྲིག་ཏུ་འབྱུང་ཚུལ་བསྟན་པ་བཅས་  
བཞི་ལོ། །དང་པོ་ནི། རྟེན་ནི་འབྱུང་བ་ལྡན་ལས་སྐྱེད་འགྱུར་ཏེ། །ས་ཡིས་གཞི་རྟེན་ཚུས་ལྷན་མེ་ཡིས་བློ་དུ། །རྒྱ་  
གིས་བསྐྱོད་བྱེད་ནམ་མཁས་གོ་བྱེད་བས། །དེས་བསྐྱོད་ཀྱང་ཀྱང་ཤས་ཆེར་རོག་ཅིག་མིན། །ཞེས་པ་སྟེ། མངར་བ་  
ལ་སོགས་པའི་རོལ་མས་ཀྱི་རྟེན་ཏུ་ཀྱང་པའི་སྒྲིག་ཏུ་གཏོགས་པ་ཀྱང་ཀྱང་ནི་ས་ལ་སོགས་པའི་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་ལྟ་  
ཆར་འདུས་པ་ཁོ་ན་ལས་ངེས་པར་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་ཏེ། དེའང་ཚུལ་རིམ་ལྔ་ཞེ་ན། སྒྲིག་ཡིན་ནོ་ཅོག་རང་  
རང་གི་རྒྱ་ལས་ས་བོན་ཉིད་སས་གཞི་བརྟེན་ནས་ཆགས་པར་ཀྱང་པ་ལ་ཚུས་བསྐྱེད་ཞིང་མེས་བློ་དུ་སྐྱེད་པ་དང་།  
རྒྱ་གིས་བསྐྱོད་དེ་འཕེལ་བར་བྱེད་ཅིང་ནམ་མཁས་ཆེར་སྐྱེ་བའི་གོ་སྐབས་བྱེད་པ་ལས་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་ཡང་སྒྲིག་  
ཀྱང་ཀྱང་ཆེན་དེ་ལྟ་བུས་བསྐྱོད་པར་འགྱུར་བའི་ཚུལ་མཚུངས་ ཀྱང་ས་བོན་ཉིད་ཀྱི་རང་བཞིན་དང་འབྱུང་བ་ཕན་  
ཚུན་ཤས་ཆེ་ཆུང་གི་དབང་གིས་རོག་ཅིག་ཁོ་ནར་ངེས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །

འབྱུང་བ་ཤས་ཆེ་ཆུང་གི་དབང་ལས་རོལ་སོལ་ལྟ་བསྟན་པ།

ས་ཚུ་མེས་ཚུ་མེ་ཆུ་དང་རྒྱུད། །མེ་རྒྱུད་ས་རྒྱུད་གཉིས་ཀྱིས་རོ་བྱུག་སྐྱེད། །ཅེས་པ་སྟེ། རོ་བྱུག་གི་རྟེན་ཏུ་ཀྱང་  
པའི་སྒྲིག་ཀྱང་ཀྱང་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་ལྟ་ཆོགས་པ་ལས་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྲུབ་བསྟན་མོད་ཀྱང་། ཤས་ཆེར་རོ་  
གཅིག་མིན་ཞེས་པའི་དོན་གྱིས་ན་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་ཕན་ཚུན་གཅིག་ཏུ་འདུས་པའི་ཆེ་ཤས་ཆེ་ཆུང་གི་དབང་གིས་རོ་  
གཅིག་ཏུ་མ་ངེས་པ་དེ་ཡང་རིམ་ལྔ་ཞེ་ན། འདི་ལྟར་ས་དང་རྒྱུད་ཤས་ཆེ་བ་ལས་རོལ་མངར་བ་དང་། མེ་དང་ས་ཤས་  
ཆེ་བ་ལས་སྐྱུར་བ་དང་། རྒྱུད་དང་མེ་ཤས་ཆེ་བ་ལས་ལན་ལྔ་དང་། རྒྱུད་དང་ཤས་ཆེ་བ་ལས་ཁ་བ་དང་། མེ་  
དང་རྒྱུད་ཤས་ཆེ་བ་ལས་ཆ་བ་དང་། ས་དང་རྒྱུད་ཤས་ཆེ་བ་ལས་བསྐྱེད་བ་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་འབྱུང་བ་གཉིས་གཉིས་  
ཤས་ཆེ་བའི་དབང་ཤུགས་ཀྱིས་རོ་བྱུག་པོ་དེ་དག་སོས་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །

༢ འབྱུང་བ་སོས་ལོ་ཡོན་ཏན་དང་ལས་བསྟན་པ།

ས་སྐྱོན་ལྟེ་བརྟན་རྒྱལ་འཇམ་སྐྱུམ་ལ་སྐྱམ། །མཁའ་ལ་བརྟན་དང་སྤྱད་ཕྱིད་སྤྱད་ནད་སེལ། །ཁྱེ་སྐྱོན་སྤྱབ་བསིལ་ལྟེ་  
རྒྱལ་སྐྱུམ་ལ་མཉེན། །བརྟན་ཞིང་འཇམ་ལ་སྤྱད་ཕྱིད་མཁའི་ནད་སེལ། །ཁེ་སྐྱོན་ཚ་ཚོ་སྐྱམ་རྩལ་ཡང་སྐྱུམ་  
གཡོ། །འོད་སྤྱིད་སྐྱོན་ཅིང་མདོག་ཕྱིད་བད་ཀན་སེལ། །སྤྱང་སྐྱོན་ཡང་གཡོ་གང་རྩལ་སྐྱུ་ལ་སྐྱམ། །སྤྱི་ཞིང་  
བསྐྱོད་དང་ཁབ་ཕྱིད་བད་མཁའི་སེལ། །ནམ་མཁའ་འབྱུང་བཞིའི་སྐྱོན་ལ་སྤྱིར་ཁབ་སྤྱེ། །ཁོང་སྤྱོད་ཡངས་པའི་  
གོ་འབྱེད་འདུས་ནད་སེལ། །ཞེས་པ་སྤྱེ། འབྱུང་བ་ལྡེ་ལས་རེ་རེ་ཤས་ཆེ་བའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་སྐྱོན་དེ་དག་ཀྱང་  
ཀྱང་། ཡོན་ཏན་དང་ལས་གཉིས་ཀྱི་སྐོ་ནས་སྤོན་ཞིང་། དེ་ཡང་འབྲས་བུ་ནི་རྒྱ་དང་མཚུངས་ལྡན་དུ་འབྱུང་བའི་  
ཕྱིར་ན་རྒྱ་འབྱུང་བ་དང་འབྲས་བུ་གཉིས་ཀའི་ཡོན་ཏན་རྣམས་རྐང་པ་སྤྲུ་མ་སྤྲུ་མས་སྤོན་ལ། ལས་རྣམས་ཕྱི་མ་ཕྱི་  
མས་གསལ་པོར་སྤོན་པ་ལས། སའི་རང་བཞིན་ཤས་ཆེ་བའི་སྐྱོན་རྣམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ནི། ལྟེ་བརྟན་རྒྱལ་འཇམ་  
སྐྱུམ་ལ་སྐྱམ་པ་དང་ལྡན་ཞིང་ངོ་ཤས་ཆེ་བ་ཡིན་ལ། ལས་ནི་ཡན་ལག་ལ་སོགས་པ་བརྟན་ཞིང་མཁའ་ལ། ལུས་  
བརྟན་པ་དང་མི་མཐོང་བ་གཅིག་ཏུ་སྤྱད་པར་ཕྱིད་ཅིང་གཙོ་བོར་སྤྱད་གི་ནད་སེལ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཆུའི་  
རང་བཞིན་ཤས་ཆེ་བའི་སྐྱོན་གྱི་ཡོན་ཏན་ནི། སྤྱི་བསིལ་ལྟེ་རྒྱལ་སྐྱུམ་འཇམ་ལ་མཉེན་པ་དང་ལྡན་ཞིང་རོའི་ཤས་  
ཆེ་བ་ཡིན་ལ། ལས་ནི་ཁོང་པ་ལ་སོགས་པ་བརྟན་ཞིང་གཤེར་བ་དང་། ལུས་འཇམ་ལ་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་སྤྱད་པར་  
ཕྱིད་ཅིང་གཙོ་བོར་མཁའི་སེལ་བའི་ནད་སེལ་བ་ཡིན་ནོ། །ཁའི་རང་བཞིན་ཤས་ཆེ་བའི་སྐྱོན་རྣམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ནི་ཆ་  
ཚོ་སྐྱམ་རྩལ་ཡང་སྐྱུམ་གཡོ་བ་དང་ལྡན་ཞིང་གཟུགས་ཀྱི་ཤས་ཆེ་བ་ཡིན་ལ། ལས་ནི་ལུས་ཀྱི་འོད་སྤྱིད་པ་དང་ཁ་  
ཟས་དང་ལུས་བྱངས་ལ་སོགས་སྤོན་ཅིང་མདོག་གསལ་བར་ཕྱིད་ལ། གཙོ་བོར་བད་ཀན་གྱི་ནད་སེལ་བ་ཡིན་  
ནོ། །སྤྱང་གི་རང་བཞིན་ཤས་ཆེ་བའི་སྐྱོན་རྣམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ནི་ཡང་གཡོ་གང་རྩལ་སྐྱུ་ལ་སྐྱམ་པ་དང་ལྡན་ཞིང་  
རེག་ཕྱའི་ཤས་ཆེ་བ་ཡིན་ལ། ལས་ནི་ལུས་སྤྱི་ཞིང་བསྐྱུལ་བསྐྱོད་དང་དྲངས་མ་ལ་སོགས་པ་ལུས་ལ་ཁབ་པར་  
ཕྱིད་ཅིང་གཙོ་བོར་བད་མཁའི་སྤོན་པའི་ནད་སེལ་བ་ཡིན་ནོ། །ནམ་མཁའ་ནི་འབྱུང་བ་གཞན་བཞི་གས་བསྐྱོད་  
པའི་སྐྱོན་ཀྱང་ལ་སྤྱིར་རིས་སྤུ་མ་ཆད་པར་ཁབ་པ་ཡིན་མོད་དེ། འོན་ཀྱང་དེ་ཉིད་རང་བཞིན་ཤས་ཆེ་བའི་སྐྱོན་  
ཡང་མང་དུ་སྤྱིད་པས་ན་དེའི་ཡོན་ཏན་ནི་ཁོང་སྤོད་པ་དང་སྤྱིའི་ཤས་ཆེ་བ་ཡིན་ལ། ལས་ནི་ཡངས་པའི་གོས་  
འབྱེད་པར་ཕྱིད་ཅིང་ཉེས་པ་གསུམ་ག་འདུས་པ་ལས་བྱུང་བའི་ནད་སེལ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་སྤྱི་ཐེར་ལས། དེ་ལ་  
སྐྱོན་ནི་ཁྱེན་དུ་འགྲོ། །ཤལ་ཆེར་མེད་དང་སྤྱང་ཤས་ཆེ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ། དེ་ལ་སྐྱོན་གྱི་རིགས་དེ་རྣམས་ཀྱི་ནད་ནས་  
ཁྱེན་དུ་འགྲོ་ཞིང་སྤོད་དུ་རྒྱ་བའི་སྐྱོན་སྤོན་པར་ཕྱིད་པ་ནི་ཤལ་ཆེར་ཞེས་པ་མང་དུ་མེད་དང་སྤྱང་གི་ཤས་ཆེ་བ་སྤྱི་མེ་  
དང་སྤྱང་གི་བདག་ཉིད་ཅན་ཡིན་ནོ། །དེའང་གང་གི་ཕྱིར་ཁྱེན་དུ་འགྲོ་བས་མེ་ཡིན་པ་དང་ཡང་བས་སྤྱང་ཡིན་པར་  
ཤས་པར་བྱའོ། །ཐུར་དུ་འགྲོ་བ་ཤལ་ཆེར་ནི། །ས་རྒྱའི་ཡོན་ཏན་ཤས་ཆེ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་ལ། སྐྱོན་ཐུར་དུ་འགྲོ་

ཞིང་འོག་ཏུ་རྒྱ་བས་འབྲུ་བར་བྱེད་པའི་ཚུལ་ཅན་གང་ཡིན་པ་དེ། བོ་ས་དང་རྒྱའི་ཤས་ཆེ་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་གཉིས་ནི་  
 ས་མྱི་བ་དང་རྒྱ་གཞོམ་ཕྱོགས་སུ་འགོ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འོན་ཀྱང་རི་ཤོ་ལ་སོགས་པའི་བུ་སྐྱ་སྐྱ་ཕལ་ཆེར་  
 ཡང་མེ་རླུང་གིས་བསྐྱེད་པའི་རོ་ཆ་བར་མི་འབྱུང་ཞིང་། དུར་བྱིད་ལ་སོགས་པའི་བཤལ་སྐྱ་སྐྱ་ཕལ་ཆེར་ཡང་ས་  
 རྒྱས་བསྐྱེད་པའི་རོ་མངར་བ་མ་མཐོང་ལ། བྱད་པར་དུ་རྒྱུག་སྐྱ་སྐྱ་བཏང་བས་འབྲུ་བ་དང་། འབྲུ་སྐྱ་བྱིས་རྒྱུག་  
 པའང་མང་དུ་སྐྱར་བའི་ཕྱིར་བཤད་པ་འདི་ནི་གྱི་ན་ཅམ་དུ་ཟད་དོ་ཞེ་ན་བདེན་མོད། འོན་ཀྱང་སྐབས་འདིར་སྒྱིར་  
 བཏང་བ་རོ་རུས་ལུ་རྩེས་མཐུན་པ་གཞིར་གཞག་གི་དབང་དུ་བྱས་པ་དང་། བྱེ་བྲག་ཏུ་རྒྱུག་འབྲུས་པའི་སྐྱ་སྐྱ་  
 རྒྱས་ཀྱི་རོ་རི་ལྷར་འདུག་ཀྱང་རུས་པ་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་མེ་རླུང་དང་ས་རྒྱའི་ཡོན་ཏན་ཤས་ཆེ་བ་ཞིག་ལས་ནམ་  
 ཡང་མ་འདས་ཤིང་དམིགས་བསལ་དུ་དུར་བྱིད་ལ་སོགས་པ་འགའ་ཞིག་བཤལ་རྒྱུག་ཐུང་མོང་གི་སྐྱ་སྐྱ་ཡིན་པའི་  
 དོན་དང་། བཤལ་སྐྱ་སྐྱ་བྱིས་རྒྱུགས་པ་ནི། རྒྱུག་སྐྱ་སྐྱ་དངོས་སུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཡང་དུས་སུ་མ་བཞོས་ཤིང་འདུལ་  
 ལེགས་མ་བྱུང་བ་སོགས་ཀྱི་སྐྱོན་ཡིན་ནོ། །དུར་བྱིད་རྒྱུག་སྐྱ་སྐྱ་ལ་གཏོང་བའི་རྒྱ་མཚན་མ་བདུལ་བ་དེ་ལ་ཤིན་ཏུ་  
 རྒྱབ་པའི་རུས་པ་ཡོད་པས་ན་ནད་སློང་ཞིང་རྒྱུག་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པས་བཤལ་སྐྱ་སྐྱ་ལ་གཏོང་བའི་ཆོ་འདུལ་ཞིང་  
 རྒྱུགས་ལ་གཏོང་དུས་མི་འདུལ་བའི་ཤེས་བྱེད་དང་བཅས་པའོ། །

༤ འབྱུང་བ་སྐྱ་སྐྱ་དུ་འབྱུར་ཚུལ་བསྐྱ་སྐྱ་པ།

དེ་བས་དངོས་དང་སྒྱུར་བའི་དབང་གྱུར་ལས། །ས་སྟེང་སྐྱ་སྐྱ་མིན་ཅི་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །གྲེན་འབྲེན་སྐྱ་སྐྱ་ནི་མེ་  
 དང་རླུང་ཡིན་ཏེ། །ཐུར་འགོ་ས་དང་རྒྱ་ལས་བྱུང་བའི་ཕྱིར། །བུ་སྐྱ་སྐྱ་ཕལ་ཆེར་དང་པོའི་རོ་ལས་འབྱུང་། །ཞེས་  
 པ་སྟེ། མངར་བ་ལ་སོགས་པའི་རོ་དང་ལྡན་པའི་སྐྱ་སྐྱ་ཀྱན་ཀྱང་འབྱུང་བ་འདུས་པ་ལས་སྟེ་ཞིང་། འབྱུང་བ་སོ་སོ་  
 བ་རྒྱུས་ཀྱང་མྱི་བ་སོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པས་མཁྲང་བ་ལ་སོགས་པའི་བྱེད་ལས་ཅན་ཁོ་ན་ཡིན་པ་དེ་བས་  
 ན་སྐྱ་སྐྱ་དངོས་ཡིན་པ་རྒྱུས་དང་། དངོས་མིན་པའི་བཅན་དུག་ལ་སོགས་པ་རྒྱུས་ཀྱང་གཉེན་པོ་དང་བཅས་ཏེ་  
 ཕན་ཚུན་སྒྱུར་བའི་དབང་དུ་གྱུར་པ་ལས་ཀྱང་སྐྱ་སྐྱ་དུ་འབྱུར་བ་དེའི་ཕྱིར་ས་སྟེང་འདི་ན་སྐྱ་སྐྱ་མ་ཡིན་པའི་དངོས་པོ་  
 ཅི་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཏ་ལ་ཏ་ལ་ལ་སོགས་པའི་དུག་ཀྱན་ཀྱང་སྐྱ་སྐྱ་དུ་བསྐྱར་རུས་ན་གཞན་རྒྱུས་ལྟ་སྟོས་  
 ཀྱང་ཅི་དགོས། དེ་ལྟ་བུས་ན་ལུས་ཀྱི་སྟོད་ནད་སེལ་ཞིང་གྲེན་དུ་རྒྱུགས་འབྲེན་པར་བྱེད་པའི་སྐྱ་སྐྱ་རྒྱུས་ནི་འཐུ་  
 དུས་ལ་སོགས་པའི་དབང་གིས་མེ་དང་རླུང་གི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་གཉིས་ཀའང་གྲེན་དུ་འགོ་བའི་  
 རང་བཞིན་དུ་དངོས་པོའི་སྟོབས་ཀྱིས་གྲུབ་པ་ཡིན་ལ། དེ་བཞིན་དུ་ཐུར་ཕྱོགས་སུ་གཞོམ་ཞིང་འགོ་བ་ནི་ས་དང་  
 རྒྱའི་རང་བཞིན་ལས་བྱུང་བ་དེའི་ཕྱིར་སྐྱ་སྐྱ་བྱིས་ནད་སེལ་ཞིང་ཉེས་པ་བུ་བའི་སྐྱ་སྐྱ་ཨ་རུ་ར་མཚུ་རིང་གི་མཚུ་ལ་  
 སོགས་པ་ཕལ་ཆེར་ནི་བདུ་དུས་ལ་སོགས་པའི་དབང་གིས་རོ་དུག་གི་དང་པོ་མངར་བའི་རོ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །

༡ རོའི་དབྱེ་བ་བསྟན་པ།

རོའི་མངར་སྐྱར་ལན་ཚྭ་ཁ་ཚ་བསྐྱ། ཁོ་རིམ་བཞིན་དུ་འཛོལ་བྱེད་སྟོབས་ཆེན་ཡིན། ཞེས་པ་སྟེ། སྐྱན་གྱི་རོལ་  
དབྱེན་ནི་དུག་སྟེ། མངར་བ་དང་། སྐྱར་བ་དང་། ལན་ཚྭ་བ་དང་། ཁ་བ་དང་། ཚ་བ་དང་། བསྐྱ་བའོ། རྟེ་  
ལས་འཕྲོས་ནས་རོལ་བྱེད་ལྟ་བུ་ཅ་བདུན་སོགས་མང་དུ་འབྱུང་ཞིང་སྐྱན་གྱི་ནུམ་པ་གངས་མེད་པ་ཀུན་ཀྱང་།  
དུག་པོ་འདིར་འདུ་བས་དེ་ལས་མང་མི་དགོས་ཤིང་། འབྱུང་བ་ལྡས་བསྐྱེད་པར་ཀུན་མཐུན་ཀྱང་རོག་ཅིག་དང་ལྟ་  
ལ་སོགས་པར་མི་འདུ་བའི་ཕྱིར་གངས་རེས་ཀྱང་གྲུབ་ལ། དེ་བཞིན་དུ་རྒྱུའི་ཡོན་ཏན་གྱི་དབང་གིས་མངར་བ་  
སོགས་གོ་རིམ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ཁམས་འཛོལ་བར་བྱེད་པའི་སྟོབས་ཀྱང་སྔ་མ་སྔ་མ་ནུམས་ཆེ་བ་དང་ལྟན་པ་ཡིན་  
པས་གོ་རིམ་ཡང་གྲུབ།

༢ རོའི་ངོ་བོ་བསྟན་པ།

ངོ་བོ་ལྟེ་ལ་གསལ་བས་རོཞེས་བྱ། རྟེ་ཡང་མངར་བའི་རོ་དེ་མུངས་པའི་ཆོ། ཁ་ལ་ཆགས་ཤིང་ཞིམ་པས་སྟེད་  
པ་སྟེ། སྐྱར་བ་སོ་བཅེ་བཞིན་སྐྱར་ཁ་ཚྭ་འཛུགས། ལན་ཚྭ་རེག་ན་ཚ་ཞིང་མཆིལ་མ་འདུ། ཁ་བ་ཁ་ཡི་དྲི་སྦྱང་ཡི་  
ག་ལྟོག་ཆ་བ་ཁ་ལྟེ་བསྟེག་ཅིང་མིག་ཚུ་འཛུགས། བསྐྱ་བ་ལྟེ་རྟན་ལ་ཆགས་རྩལ་སྟུམ་བྱེད། ཅེས་པ་སྟེ། འབྱུང་  
བ་ལྟེ་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་རྣམ་རགས་པ་སྐྱན་ཞེས་གྲགས་པ་ནུམས་ལ་བརྟེན་ཅིང་གནས་པའི་རོའི་ངོ་བོ་ནི་གང་  
ཞེ་ན། ལྟེ་དབང་པོ་དང་ཕྱད་པའི་ཆོ་དེ་ལ་བྱེ་བྲག་དང་བཅས་པ་གསལ་བར་འགྱུར་བས་ན་རོཞེས་བྱའོ། རྟེ་  
ཡང་ནུམ་པ་དུག་ལས། མངར་བའི་རོ་དེ་ལྟེ་དང་ཕྱད་ཅིང་མུངས་པའི་ཆོ་ན་ཁ་ལ་ཡུན་རིང་དུ་ཆགས་ཤིང་ཞིམ་  
པས་སྐྱར་ཡང་སྟེད་པ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་དེ་ཉིད་ཡིན་ཞིང་སྐྱར་བ་ནི་ཐོས་པའི་ཆོ་སོ་བཅེ་ཞིང་བཞིན་གྱི་ཆ་ཤས་པལ་  
ཆར་སྐྱེད་པ་དང་ཁ་ཚྭ་འཛུགས་པར་བྱེད་པ་དག་ཡིན་ལ། ལན་ཚྭ་ནི་ལྟེ་དང་རེག་པ་ན་ཚ་ཞིང་མཆིལ་མ་འདུ་བར་  
བྱེད་པ་ཉིད་དང་། ཁ་བ་ནི་གང་དག་ཁའི་དྲི་མ་ནུམས་སྦྱང་ཞིང་ཡི་ག་ལྟོག་པར་བྱེད་པ་དག་དང་། ཆེས་ཆ་བ་  
དག་ནི་ཐོས་མ་ཐག་དུ་ཁ་ལྟེ་བསྟེག་ཅིང་མིག་ཚུ་ལ་སོགས་པ་འཛུགས་པར་བྱེད་པ་དང་། བསྐྱ་བ་ནི་ཐོས་པས་ལྟེ་  
རྟན་ལ་ཡུན་རིང་དུ་ཆགས་ཤིང་མངར་བས་རྩལ་པ་སྟུམ་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པ་ནུམས་སོ། །

༣ རོའི་སྟེ་ཆན་བསྟན་པ།

རོ་དུག་སོ་སོ་སྐྱན་གྱི་སྟེ་བསྟན་པ། ཞེས་པ་སྟེ། མངར་བ་ལ་སོགས་པའི་རོ་དུག་སོ་སོར་བསྟན་པའི་སྐྱན་ནུམས་  
གྱི་སྟེ་ཆན་བསྟན་པ་ལ་རོམངར་བའི་སྟེ་ཆན་དང་། སྐྱར་བའི་སྟེ། ལན་ཚྭ་འི་སྟེ། ཁ་བའི་སྟེ། ཚ་བའི་སྟེ། བསྐྱ་  
བའི་སྟེ་ཆན་བཅས་དུག་དང་། ཞར་བྱུང་དོན་བསྐྱེད་པ་དང་བདུན་ནོ། །

༤ རོམངར་བའི་སྟེ་ཆན་བསྟན་པ།

ཤིང་མངར་རྒྱན་འབྲུམ་གྱུར་ཀྲུམ་ཅུ་གང་དང་། རྟོང་ག་ར་མཉེ་ཉེ་ཤིང་ལྷ་བ་དང་། ཀྲ་ར་བྱ་རམ་སྦྱང་དང་ཤ་  
མར་སོགས། རྟེ་དང་དེ་འདྲ་མངར་བའི་སྒྲན་སྡེ་ཡིན། ཞེས་པ་སྟེ། རོ་དྲུག་པོ་སོ་སོའི་སྒྲན་རྣམས་ཀྱི་སྡེ་ཚན་  
བསྟན་པ་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ། ཤིང་མངར་དང་། རྒྱན་འབྲུམ་དང་། གྱུར་ཀྲུམ་དང་། ཅུ་གང་དང་། རྟོང་ག་དང་། ར་  
མཉེ་དང་། ཉེ་ཤིང་པ་དང་། ལྷ་བ་དང་། ཀྲ་ར་དང་། བྱ་རམ་དང་། སྦྱང་དང་། ཤ་དང་མར་ལ་སོགས་པ་  
རྣམས་དང་། གཞན་ཡང་རོ་དེ་དང་དེ་འདྲ་བ་ཇི་སྟེད་ཅིག་ཡོད་པ་ཀྲུན་ཀྲང་མངར་བའི་སྒྲན་གྱི་སྡེ་ཚན་ཡིན་ནོ། །

༡ རོ་སྦྱར་བའི་སྡེ་ཚན་བསྟན་པ།

སེ་འབྲུ་སྦྱར་བྱ་བསེ་ཡབ་སྦྱར་རུ་ར། རྒྱ་བྱག་ད་ཅིག་ཞོ་དར་ཆང་དང་ཅུབས། རྟེ་དང་དེ་འདྲ་ལ་སོགས་སྦྱར་བའི་  
སྡེ། ཞེས་པ་སྟེ། སེ་འབྲུ་དང་། སྦྱར་བྱ་དང་། སེ་ཡབ་དང་། སྦྱར་རུ་དང་། རྒྱ་བྱག་གི་ཆོ་གུ་དང་། ད་ཅིག་  
དང་། ཞོ་དང་། དར་བ་དང་། ཆང་དང་ཅུབས་ནི་རྩར་མཁར་བས་འོ་མ་ཅུབས་པར་བཞེད། སྦྱེམས་པས་བཅན་  
སྦྱར་འཕྲལ་སྐད་བཅན་ཆང་ལངས་པ་ཞེས་པར་བཞེད། གཞན་སྦྱང་མ་ཅུབས་པར་བཞེད་པ་སོགས་སྒྲ་ཆོགས་ཀྱང་  
འདི་ནི་གཡོར་པོ་ཚྭ་གས་ཡུལ་སྐད་དུ་ཞོའི་རུ་མར་ཅུབས་ཞེས་ཡོངས་གྲགས་ཡིན་འདུག་པར་མ་བཟད་དཔལ་ཁང་  
ལོ་རྒྱུ་བས་དག་སྒྲོན་དུ། ཞོ་ཅུབས་ཅུབ་མོ་སེར་ཅུའི་གོས། ཞེས་ཞོའི་རུ་མ་རང་རོ་དང་མན་རྒྱུད་རྒྱས་པའི་དབང་  
སོགས་ནས་འཐད་པ་དེ་དང་གཞན་ཡང་དེ་དང་དེ་འདྲ་བ་ལ་སོགས་པ་ཀྲུན་ཀྲང་སྦྱར་བའི་སྒྲན་གྱི་སྡེ་ཚན་ཡིན་  
ནོ། །

༢ རོ་ལན་ལྷའི་སྡེ་ཚན་བསྟན་པ།

རྒྱམ་ལྷ་རྒྱ་ལྷ་སྟེ་མྱང་ལྷ་དང་ནི། ར་ལྷ་ཁ་རུ་ལྷ་དང་ཅུབས་རུ་ལྷ། ཟེ་ལྷ་ཤྲ་ལྷ་མཛེ་ལྷ་ཐལ་ལྷ་དང་། ཤིང་ཆ་ཡ་  
བཏྲ་ར་བྱལ་རྟོག་རྣམས། རྟེ་དང་དེ་འདྲ་ལ་སོགས་ལན་ལྷའི་སྡེ། ཞེས་པ་སྟེ། རྒྱམ་ལྷ་དང་རྒྱ་ལྷ་དང་སྟེ་མྱང་ལྷ་  
དང་ནི་ར་ལྷ་དང་ཁ་རུ་ལྷ་དང་ཅུབས་རུ་ལྷ་དང་ཟེ་ལྷ་དང་ཤྲ་ལྷ་དང་མཛེ་ལྷ་དང་ཐལ་ལྷ་དང་ཤིང་ལྷ་དང་ཡ་བཏྲ་ར་  
དང་བྱལ་རྟོག་རྣམས་དང་རོ་དེ་དང་དེ་འདྲ་བ་ལ་སོགས་པ་གཞན་ཡང་ཇི་སྟེད་ཅིག་མཆོན་པ་རྣམས་ནི་ལན་ལྷའི་  
སྡེ་ཚན་ཡིན་ནོ། །

༣ རོ་ཁ་བའི་སྡེ་ཚན་བསྟན་པ།

ནིམ་པ་རྟིག་ཏ་བོང་ང་དཀར་པོ་དང་། རྟོང་ལེན་གསེར་གྱི་མེ་རྟོག་དུག་མོ་ཉུང་། སྤྲ་ཅི་མཁྲིས་པ་སྦྱར་པ་བ་ཤ་  
ཀ། བྲག་ཞུན་གྱི་ཕྱེ་རེ་སོན་ལ་སོགས་པ། རྟེ་དང་དེ་འདྲ་ལ་བའི་སྒྲན་སྡེ་ཡིན། ཞེས་པ་སྟེ། ནིམ་པ་དང་རྟིག་  
ཏ་དང་བོང་ང་དཀར་པོ་དང་རྟོང་ལེན་དང་གསེར་གྱི་མེ་རྟོག་དང་དུག་མོ་ཉུང་དང་སྤྲ་ཅི་དང་མཁྲིས་པ་ཀྲུན་དང་

སྒྲིབ་པ་དང་བཤུག་དང་བྲག་ལུན་དང་གྱི་ལྗེ་དང་རེ་སྒོན་པ་ལ་སོགས་པ་དེ་དང་དེ་འདྲ་བའི་སྒྲན་ཇི་སྟེན་ཅིག་ཡོད་  
པ་ནམས་ནི་ཁ་བའི་སྒྲན་གྱི་སྟེ་ཚན་ཡིན་ནོ། །

༥ རོ་ཚ་བའི་སྟེ་ཚན་བསྟན་པ།

ན་ལེ་ཤམ་དང་བཅའ་སྒྲ་པི་པི་ལིང་། སྒྲ་གཤེར་ཤིང་ཀུན་སྒྲུབ་ཀ་ལྟེ་ཚ་བ། །དྲ་བ་བཙོང་དང་སྒྲོག་སྒྲུ་ལ་སོགས་  
པ། །དེ་དང་དེ་འདྲ་ཚ་བའི་སྒྲན་སྟེ་ཡིན། །ཞེས་པ་སྟེ། ན་ལེ་ཤམ་དང་བཅའ་སྒྲ་དང་པི་པི་ལིང་དང་སྟེ་ལུ་གཤེར་  
དང་ཤིང་ཀུན་དང་སྒྲུབ་ཀ་དང་ལྟེ་ཚ་དང་དྲ་བ་དང་བཙོང་དང་སྒྲོག་སྒྲུ་ལ་སོགས་པ་དེ་དང་དེ་འདྲ་བ་ཀུན་རོ་ཚ་  
བའི་སྒྲན་གྱི་སྟེ་ཚན་ཡིན་ནོ། །

༦ རོ་བསྒྲ་བའི་སྟེ་ཚན་བསྟན་པ།

ཚན་དན་ཨ་རུ་ར་དང་བ་རུ་ར། །ཡུའལ་ག་རུར་སྒྲག་དང་མོན་ཆ་ར། །འོམ་བུ་ལ་སོགས་དེ་འདྲ་བསྒྲ་བའི་  
སྟེ། །ཞེས་པ་སྟེ། ཚན་དན་ཨ་རུ་ར་དང་ཨ་རུ་ར་དང་བ་རུ་ར་དང་། ཡུའལ་སྟོན་པོ་དང་། ལི་ག་རུར་དང་།  
སྒྲག་དང་། མོན་ཆ་ར་དང་། འོམ་བུ་ལ་སོགས་པ་དེ་དང་འདྲ་བ་གཞན་ནམས་དང་བཅས་ཏེ་བསྒྲ་བའི་སྟེ་ཚན་  
ཡིན་ནོ། །

༧ དོན་བསྟུ་བ།

ག་བྱར་རྒྱ་མ་ཅི་ལ་སོགས་པ་ཡི། །ལྷན་པའི་རོ་ནམས་དེ་ལས་བསྐྱེས་ཏེ་དཔུད། །ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་རྒྱུང་པའི་  
སྟེ་ཚན་ནམས་གྱི་ཆོག་དངོས་བསྟན་ཉིད་ལས་མ་རྟོགས་པར་བྱ་བ་ཆེར་མེད་ཅིང་། འདི་སྒྲ་བས་གྱི་ཁྱེ་ཟེར་སོགས་  
སྟུ་ཡང་སྒྲན་མིང་ནམས་སྒྲ་དེ་སོར་བཞག་པ་སོགས་གྱིས་རྟོགས་པར་ནི་ཤིན་ཏུ་དཀའ་བས་བཏང་སྟོམས་སྟུ་བཞག་  
པ་ཡིན་ནོ། །ཁ་བའི་ཁ་བ་ཚ་བ་བསྒྲ་བ་སྟེ་རོ་བཞི་དང་ལྷན་པའི་ག་བྱར་དང་། སྒྱུར་བའི་མངར་བ་བསྒྲ་བ་གསུམ་  
དང་ལྷན་པའི་རྒྱ་མ་ཅི་དང་ལ་སོགས་པའི་སྒྲས་མངར་སྒྱུར་ཁ་བ་གསུམ་དང་ལྷན་པའི་ཆང་ལ་སོགས་པའི་སྒྲན་རོ་  
གཉིས་ནས་དུག་གི་བར་དུ་ལྷན་པ་འཕ། དེ་ལས་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་མང་བར་ལྷན་པའི་རོ་ནམས་ནི་རྒྱུང་པའི་རོ་དེ་  
ནམས་ལས་རིག་པས་བསྐྱེས་ཏེ་ཞིབ་ཏུ་དཔུད་པར་བྱ་བ་ཡིན་གྱི། མཐའ་དག་པ་ཀུན་ཀྱང་འདིར་བཤད་པར་བྱ་བ་  
མ་ཡིན་ནོ། །

༨ རོ་འི་ལས་བསྟན་པ།

དེ་ལ་ཡང་སྒྱིར་བསྟན་པ་དང་། ལུད་པར་གྱི་ལས། མདོར་བསྟུས་དམིགས་བསལ་གྱི་ལས་བསྟན་པ་དང་ནམ་པ་  
གསུམ་མོ། །དང་པོ་ནི།

ནད་གང་སེལ་བ་རྩི་ཡི་ལས་བསྟན་པ། །མངར་སྐྱར་ལན་ཚྭ་ཆ་བས་རྒྱང་འཛུམས་ཤིང་། །ཁ་དང་མངར་དང་བསྐྱར་  
བས་མཁྲིས་པ་སེལ། །ཚ་སྐྱར་ལན་ཚྭ་སྟེན་ཀན་སེལ་བར་བྱེད། །ཅེས་པ་སྟེ། རྒྱང་ལ་སོགས་པའི་ནད་གང་  
ཡིན་པ་དེ་རྣམས་སེལ་བར་བྱེད་པའི་སྟེན་གྱི་རོའི་བྱེད་ལས་བསྟན་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་རོ་མངར་བ་དང་སྐྱར་བ་  
དང་ལན་ཚྭ་བ་དང་ཆ་བ་བཞིས་རྒྱང་འཛུམས་ཤིང་། དེ་བཞིན་དུ་ཁ་བ་དང་མངར་བ་དང་བསྐྱར་བ་གསུམ་གྱིས་  
མཁྲིས་པ་སེལ་བར་བྱེད་ལ། ཚ་བ་དང་སྐྱར་བ་དང་ལན་ཚྭ་གསུམ་གྱིས་བད་ཀན་སེལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །

༩ བྱད་པར་གྱི་ལས་བཤད་པ།

དེ་ལ་ཡང་མངར་བའི་ལས་དང་བསྟན་པ་ལས་པའི་སྟོན། སྐྱར་བ་དང་། ལན་ཚྭ་བ། ཁ་བ། ཚ་བ། བསྐྱར་བའི་  
ལས་དང་བསྟན་པ་ལས་པའི་སྟོན་བསྟན་པ་བཅས་དུག་གོ། དང་པོ་ནི། བྱད་པར་མངར་བས་འཕྲོད་ཅིང་བྱུངས་  
སྟོབས་སྟེད། །ཀས་བྱིས་སྟེམ་པོ་གེ་བ་སྟོ་ལ་པན། །ལུས་བརྟས་མ་འབྱོར་མདངས་བཟླ་དབང་པོ་གསལ། །ཆེ་  
རིང་འཆོ་བྱེད་དུག་དང་རྒྱང་མཁྲིས་སེལ། །བསྟན་པ་ལས་བད་ཀན་ཆོལ་སྟེད་མེ་ཤོད་འབྱི། །ལུས་སྟོམ་གཅིན་  
ནད་ལྷ་བ་མེན་བྱ་སྟེད། །ཞེས་པ་སྟེ། རོ་རྣམས་ཀྱི་བྱེད་ལས་སོ་སོར་བཤད་པ་ལས་བྱད་པར་དུ་མངར་བའི་བྱེད་  
ལས་ནི་ཁམས་ལ་ལྟག་པར་དུ་འཕྲོད་ཅིང་ལུས་བྱུངས་དང་སྟོབས་སྟེད་པར་བྱེད་པ་དང་། ཀས་པ་དང་བྱིས་པ་དང་  
ཤ་སྟེམ་པོ་དང་གེ་བ་འགགས་པ་དང་སྟོ་རྩོལ་གྱི་ནད་རྣམས་ལ་པན་ཞིང་བསྟགས་པ་དང་། ལུས་བརྟས་པར་བྱེད་  
པ་དང་། མ་འབྱོར་ཞིང་ལྷུང་དུ་འཆོ་བར་བྱེད་པ་དང་། ལུས་ཀྱི་མདངས་དང་སྐྱ་དང་དབང་པོ་རྣམས་གསལ་བར་  
བྱེད་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཆེ་རིང་ཞིང་ལུས་འཆོ་བར་བྱེད་པ་དང་། དུག་ལས་ལྷུང་པའི་ནད་དང་རྒྱང་དང་མཁྲིས་  
པ་སེལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། ཡང་མངར་བ་དེ་ཉིད་ཉ་ཅང་བསྟན་པ་ལས་ན་བད་ཀན་དང་ཆོལ་བྱ་སྟེད་ཅིང་མེ་ཤོད་  
འབྱི་བ་དང་། ལུས་ཀྱི་ཤ་ལྟག་པོ་སྟོམ་པོར་བྱེད་པ་དང་། གཅིན་ནད་དང་ལྷ་བ་དང་མེན་བྱ་ལ་སོགས་པའི་ནད་  
སྟེད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །

༩ རོ་སྐྱར་བའི་ལས་དང་བསྟན་པ་ལས་པའི་སྟོན།

སྐྱར་བས་ཤོད་སྟེད་ཡི་ག་འབྱེད་པ་དང་། །ཆོམ་འདུལ་གཙོད་བྱེད་འཇུ་ཞིང་རེག་པ་སེལ། །རྒྱང་འགགས་རྒྱ་ཞིང་  
བསྟན་པ་ལས་ལྟག་མཁྲིས་སྟེད། །ལུས་ལྟོད་རབ་རིབ་མགོ་འཁོར་སྐྱ་རབ་འོར། །མེད་བལ་གཡན་པ་ཐོར་བྱ་སྟོམ་  
རིམས་སྟེད། །ཞེས་པ་སྟེ། རོ་སྐྱར་བས་ནི་ལུས་ཀྱི་ཤོད་སྟེད་ཅིང་ཡི་ག་འབྱེད་པར་བྱེད་པ་དང་། ཡིད་ཆོམ་པར་  
བྱེད་པ་དང་། ཁ་བས་འདུལ་ཞིང་སྐྱ་བར་བྱེད་པ་དང་། བད་ཀན་ལ་སོགས་པ་གཙོད་པར་བྱེད་པ་དང་། ཟས་  
འཇུ་བར་བྱེད་ཅིང་སྟོན་པར་བྱེད་པ་དང་། ལུས་ལ་བསྐྱས་ན་རེག་པ་སེལ་བར་བྱེད་པ་དང་། རྒྱང་འགགས་ནས་  
འབྱིལ་བར་བྱེད་པ་དག་བདེ་བར་རྒྱ་ཞིང་འབྱུང་བར་བྱེད་པ་དང་། ཡང་སྐྱར་བ་དེ་ཉིད་ཉ་ཅང་བསྟན་པ་ལས་པར་

གུར་ན་ཁྲག་དང་མཁྲིས་པ་སྐྱེད་པར་བྱེད་ཅིང་ལུས་སྟོད་པ་སྟེ་མཁྲང་བ་ལས་སྒྲོག་པར་བྱེད་པ་དང་། མིག་གི་རབ་  
རིབ་དང་མགོ་འཁོར་དང་སྐྱ་ཐབ་དང་འོར་དང་མེད་བལ་དང་གཡན་པ་དང་ཐོར་བྱ་དང་སྒྲོམ་དད་དང་རིམས་ཀྱི་  
ནད་ན་མས་བསྐྱེད་པར་འགྱུར་རོ། །

༣ རོ་ལན་ཚྭ་བའི་ལས་དང་བསྟེན་འགས་པའི་སྒྲོན།

ལན་ཚྭ་སྔ་འཁྱེལ་འགགས་པ་འབྱིན་པ་དང་། འུགས་ཀྱིས་རྩལ་དང་ཐོད་སྐྱེད་ཡི་ག་འབྱེད། བསྟེན་འགས་སྐྱ་  
འབྱི་སྐྱ་དཀར་གཉེར་མ་མང་། སྟོབས་འབྱི་སྒྲོམ་མཛེ་མེད་བལ་ཁྲག་མཁྲིས་སྐྱེད། ཁྱེས་པ་སྟེ། ལན་ཚྭ་འོར་སྔ་  
ནི་ལུས་སྔ་བར་རེངས་ཤིང་འགྱུར་མི་ཤེས་པར་འབྱིན་པ་དང་། བཤང་བ་དང་རྒྱང་འཁྱེལ་བ་དང་ཅ་སྐྱབས་ན་མས་  
འགགས་པ་འབྱིན་པར་བྱེད་པ་དང་། བསྟོན་པའི་འུགས་ཀྱིས་རྩལ་འབྱིན་པ་དང་མེ་ཐོད་སྐྱེད་ཅིང་ཡི་ག་འབྱེད་  
པར་བྱེད་པ་དང་། དེ་ཡང་མང་དུ་བསྟེན་ཞིང་སྐྱེད་འགས་ན་སྐྱ་དང་བ་སྐྱ་འབྱི་ཞིང་སྐྱ་དཀར་དང་གཉེར་མ་མང་དུ་  
འཕེལ་བར་བྱེད་པ་དང་། ལུས་ཀྱི་བྱངས་སྟོབས་ན་མས་འབྱི་ཞིང་སྒྲོམ་དད་དང་མཛེ་མེད་བལ་དང་ཁྲག་དང་  
མཁྲིས་པའི་ནད་ལ་སོགས་པ་སྐྱེད་པར་བྱེད་རོ། །

༤ རོ་ཁ་བའི་ལས་དང་བསྟེན་འགས་པའི་སྒྲོན།

ཁ་བས་ཡི་ག་འཁྱུས་དང་སྲིན་སྒྲོམ་དུག མཛེ་དང་བརྒྱལ་དང་རིམས་སྒྲོན་མཁྲིས་པ་འཛོམས། འབྱུལ་དང་ཆོལ་  
ཞག་རྒྱང་མར་བཤང་གཅི་སྟེམ། ཡིད་གཞུངས་ཅུ་མའི་ནད་དང་སྐད་འགགས་སེལ། བསྟེན་འགས་བྱངས་  
འཛད་རྒྱང་དང་བད་ཀན་སྐྱེད། ཞེས་པ་སྟེ། རོ་ཁ་བས་ནི་ཡི་ག་འཁྱུས་པ་དང་སྲིན་བྱའི་ནད་དང་སྒྲོམ་དད་དང་  
དུག་དང་མཛེ་དང་འབྱུལ་པ་དང་རིམས་ནད་དང་སྒྲོན་པ་སྟེ་སྐྱུག་པ་དང་མཁྲིས་པ་ན་མས་འཛོམས་  
པར་བྱེད་ཅིང་འབྱུལ་བ་དང་ཆོལ་དང་ཞག་དང་རྒྱང་མར་དང་བཤང་གཅི་ལ་སོགས་པ་སྟེམ་པར་བྱེད་པ་དང་།  
ཡིད་གཞུངས་པར་བྱེད་ཅིང་ཅུ་མའི་ནད་དང་སྐད་འགགས་པ་སེལ་བ་དང་། ཉ་ཅང་བསྟེན་འགས་ན་ལུས་བྱངས་  
འཛད་ཅིང་རྒྱང་དང་བད་ཀན་སྐྱེད་པ་སོགས་བྱེད་རོ། །

༥ རོ་ཆ་བའི་ལས་དང་བསྟེན་འགས་པའི་སྒྲོན།

ཆ་བས་སྒྲོག་ནད་གག་པ་མཛེ་འོར་སེལ། ཁྲ་འཇིག་ཐོད་སྐྱེད་འཇུ་བྱེད་ཡི་ག་འབྱེད། ཆོལ་དང་འབྱུལ་བག་སྟེམ་  
སྦྱང་ཅ་སྐྱབས་འབྱེད། བསྟེན་འགས་ཁྲ་བ་སྟོབས་ཟད་ལུས་འཁྱུམས་འདར། བརྒྱལ་ཞིང་རྟེན་པ་རྒྱབ་སོགས་  
ན་བར་བྱེད། ཞེས་པ་སྟེ། རོ་ཆ་བས་ནི་སྒྲོག་མའི་ནད་དང་གག་པ་དང་མཛེ་དང་འོར་ལ་སོགས་པ་སེལ་ཞིང་ཁྲ་  
འཇིག་པ་དང་ཐོད་སྐྱེད་པ་དང་ཁ་བས་འཇུ་བར་བྱེད་པ་དང་། ཡི་ག་འབྱེད་པ་དང་ཆོལ་དང་འབྱུལ་བག་སྟེམ་པ་  
དང་། ཐུར་དུ་སྦྱང་ཞིང་ཅ་སྐྱབས་འབྱེད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། ཆེར་བསྟེན་འགས་ན་ཁྲ་བ་དང་ལུས་སྟོབས་ཟད་

ནས། ལུས་འཁུམས་ཤིང་འདར་བ་དང་། བརྒྱལ་བར་བྱེད་ཅིང་རྟེན་པ་དང་རོ་རྒྱལ་ལ་སོགས་པ་ན་བར་བྱེད་པ་  
སོགས་ཡིན་ནོ། །

༤ རོ་བསྐྱ་བའི་ལས་དང་བསྟེན་པ་ལས་པའི་སྦྱོན།

བསྐྱ་བས་ཁྲག་མཁྲིས་ཆོལ་དང་འདྲལ་བག་སྐྱེ། །མ་འཆོ་ཆོལ་དང་ལྷགས་མདོག་དངས་པར་བྱེད། །བསྟེན་  
པ་ལས་བེ་སྐྱབས་འབྱེད་དང་བཤང་བ་སྟེ། །ལྟོ་སྟོ་སྟོང་ནད་སྐྱེ་དང་ཅ་སྟོ་འགག་ །ཅེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་རོ་བསྐྱ་  
བས་ནི་ཁྲག་མཁྲིས་དང་། ཆོལ་བྱ་དང་འདྲལ་བག་སྐྱེས་པ་དང་། མ་འཆོ་ཞིང་ཆོལ་དང་ལྷགས་པའི་མདོག་  
དངས་པར་བྱེད་ལ་གིན་ཏུ་བསྟེན་པ་ལས་བེ་སྐྱབས་འབྱེད་བ་དང་བཤང་བ་སྟེ་བ་དང་ལྟོ་བ་སྟོས་པ་དང་སྟོང་གི་  
ནད་རྣམས་སྦྱེད་ཅིང་དངས་མ་ལ་སོགས་སྐྱེས་པ་དང་ཅ་སྟོ་འགག་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །

༥ རོ་སྦྱིའི་ལས་མདོར་བསྐྱས་ཏེ་བསྟེན་པ།

མདོར་བསྐྱས་མངར་བའི་རོ་ཡིས་རྒྱང་མཁྲིས་སེལ། །ནས་རྟིང་སྐྱེས་སའི་ག་རྣམས་མ་གཏོགས་པ། །ཕལ་ཆེར་  
བད་ཀན་སྦྱེད་པར་བྱེད་ན་ཡང་། །གཡག་ཤོད་ཉ་ལྷག་ག་དང་སྤང་ཅི་པན། །སྦྱར་བས་བད་ཀན་སེལ་བྱེད་  
མཁྲིས་སྦྱེད་ཀྱང་། །སྦྱར་ར་ཡིས་ཁྲག་མཁྲིས་ཆ་བ་སེལ། །ལན་ཚུས་རྒྱང་དང་བད་ཀན་སེལ་བྱེད་ཅིང་། །ལྷེ་  
ལྷང་རྒྱུ་ཆ་མ་གཏོགས་མཁྲིས་པ་སྦྱེད། །ཏ་ཅང་ཐལ་པ་ལས་ལྷེ་བས་བད་ཀན་སྦྱེད། །ཁ་བས་མཁྲིས་སེལ་བད་  
རྒྱང་སྦྱེད་ན་ཡང་། །ཀ་ར་ལྷ་དང་སྟེ་ཏེས་བད་རྒྱང་སེལ། །ཆ་བས་རྒྱང་དང་བད་ཀན་སེལ་བྱེད་ལ། །སྟོག་སྦྱ་ཕི་ཕི་  
ཡིང་མིན་མཁྲིས་པ་སྦྱེད། །ཏ་ཅང་ཐལ་པ་ལས་ཡང་རྩལ་རྒྱང་ཡང་སྦྱེད། །བསྐྱ་བས་མཁྲིས་སེལ་ཨ་རུ་བ་རུ་  
ར། །མ་གཏོགས་ཕལ་ཆེར་བད་རྒྱང་གཉིས་ལ་གཞོད། །ཅེས་པ་སྟེ། གོང་དུ་བཤད་པ་དེ་རྣམས་ཀྱི་དོན་མདོར་  
ཉིལ་གྱིས་བསྐྱས་ནས་འཆད་ན་འདི་ལྟ་སྟེ། མངར་བའི་རོ་ཕལ་ཆེར་གྱིས་རྒྱང་མཁྲིས་གཉིས་སེལ་བར་བྱེད་མོད་  
ཀྱང་ནད་རྟིང་པ་དང་སྐྱེས་སའི་ག་རྣམས་པའི་སྟོག་ཆགས་ཀྱི་གཡ་སོགས་པ་རྣམས་འགའ་ཞིག་ཙམ་མ་གཏོགས་པ་  
ཕལ་ཆེར་གྱིས་བད་ཀན་སྦྱེད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ན་ཡང་། མངར་བའི་རོ་དང་ལྷན་པ་གཡག་ཤོད་དེ་བྱང་འབྲོང་གི་  
ག་དང་ཉ་ག་དང་ལྷག་ག་དང་སྤང་ཅི་རྣམས་ནི་འབྱུང་བའི་རྟེན་སྟབས་དང་རོ་བོའི་རུས་པས་བད་ཀན་ལ་ལྷག་པར་  
དུ་པན་པ་ཡིན་ལ། དེ་བཞིན་དུ་སྦྱར་བས་བད་ཀན་དང་རྒྱང་གཉིས་སེལ་ཞིང་མཁྲིས་པ་སྦྱེད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་  
མོད་ཀྱང་། སྦྱར་བས་ནི་རྟེན་སྟབས་རོ་བོའི་རུས་པས་ཁྲག་མཁྲིས་དང་ཆ་བའི་ནད་སེལ་ཞིང་། ལན་ཚུས་ཕལ་ཆེར་  
གྱིས་རྒྱང་དང་བད་ཀན་སེལ་བར་བྱེད་ཅིང་ལྷེ་ལྷང་རྩལ་ལྷ་གཉིས་ལྷ་རྩེས་ཆེས་མངར་བས་རོ་བཞིན་དུ་མི་  
གཞོད་པ་མ་གཏོགས་གཞན་རྣམས་ཀྱིས་མཁྲིས་པ་སྦྱེད་པར་བྱེད་པ་དང་། དེ་གཉིས་ཀྱང་ཏ་ཅང་ཐལ་པ་ལས་ན་  
རུས་པ་ལྷེ་བས་བད་ཀན་སྦྱེད་པར་བྱེད་པ་དང་། ཁ་བ་ཕལ་ཆེར་གྱིས་མཁྲིས་པ་སེལ་ཞིང་བད་རྒྱང་སྦྱེད་པར་

བཤད་མོད་ནའང་རོ་བོའི་རྩལ་པ་རྩོ་བ་དང་རྟེན་སྟོབས་ཀྱི་ཀར་ལྗང་དང་སྟེ་ཉེས་གཉིས་ཀྱིས་བད་ལྷུང་སེལ་བར་བྱེད་  
པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཚ་བས་ནི་ལྷུང་དང་བད་ཀན་སེལ་བར་བྱེད་ལ། དེའི་ནང་ནས་སྒོག་སྒྱུ་དང་པི་པི་ལིང་  
གཉིས་ཀ་ལྷ་རྩེས་ཆེས་ཁ་བ་དང་སྒོག་སྒྱུ་རོ་བོའི་རྩལ་པ་ཡོད་པ་གཉིས་མ་ཡིན་པ་གཞན་ནམས་ཀྱིས་མཁྲིས་པ་  
སྟེད་པར་བྱེད་པ་དང་། ཚ་བ་དེའང་ཉ་ཅང་ཐལ་བྲགས་ན་རྩལ་པ་ཡང་རྩལ་དང་ལྷན་པས་ལྷུང་ཡང་རྩལ་ཟད་སྟེད་  
པར་བྱེད་པ་དང་། བསྐྱ་བས་ནི་མཁྲིས་པ་སེལ་ཞིང་དེའི་ནང་ནས་ཨ་རུ་ར་དང་བ་རུ་ར་གཉིས་རོ་བོའི་རྩལ་པས་མ་  
གཏོགས་པ་ཕལ་ཆེར་ནི་བད་ལྷུང་གཉིས་ལ་གཞོད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ། ལྷ་རྩེས་བསྟན་པ།

ལྷ་རྩེས་བསྟན་པ་ལ་ཡང་རྩེ་ལྟར་ལྷ་བའི་རོ་བསྟན་པ་དང་། ལྷ་རྩེས་ཀྱི་རྩལ་པ་བསྟན་པ་འོ། །དང་པོ་ནི། ལྷ་རྩེས་སོ་  
བའི་མེ་དང་ཕྱད་པའི་ཆོ། །བད་མཁྲིས་ལྷུང་གིས་རིམ་པར་ལྷ་བ་ལས། །མངར་དང་ལན་ཚུའི་ལྷ་རྩེས་མངར་བར་  
ལྷ། །སྒྱུར་བ་རོ་མཚུངས་ཁ་ཚ་བསྐྱ་གསུམ་ཁ། །ཞེས་པ་སྟེ། ལྷ་ཟད་དམིགས་ཀྱིས་བསལ་བ་སྟན་ཀྱི་ལྷ་རྩེས་  
ནི། སྟན་ཐོས་པ་ནམས་སོ་བའི་མེ་གསུམ་པོ་དང་ཕྱད་པ་དེའི་ཆོ་ལས་བད་ཀན་ལྷག་བྱེད་དང་། མཁྲིས་པ་འཇུ་  
བྱེད་དང་། ལྷུང་མེ་མཉམ་གསུམ་པོ་དེ་དག་གིས་རིམ་པར་ལྷ་བ་ལས་རྩེས་ལའང་འདི་ལྟར་འབྱུང་སྟེ། སྟན་རོ་  
མངར་བ་དང་ལན་ཚུ་ཤས་ཆེ་བ་ཐོས་པའི་ལྷ་རྩེས་ནི་རང་རང་གི་རྒྱ་དང་རྩེས་སུ་མཐུན་པའི་གནས་ཀྱི་བྱེད་པར་  
ཀྱིས་ཐོག་མའི་སྐབས་སུ་མངར་བར་ལྷ་ཞིང་། དེ་བཞིན་དུ་རོ་སྒྱུར་བ་བར་ཀྱི་དུས་སུ་རོ་དང་མཚུངས་པ་སྒྱུར་བར་  
འཇུ་ལ། རོ་ཁ་ཚ་བསྐྱ་གསུམ་ནི་གནས་སྐབས་ཐ་མར་བབ་པའི་ཆོ་ཁ་བར་ལྷ་བ་ཡིན་ནོ། །

༡ ལྷ་རྩེས་ཀྱི་རྩལ་པ་བསྟན་པ།

ཉེས་པ་གསུམ་པོ་གཉིས་གཉིས་རེ་རེས་སེལ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །ཞེས་པ་སྟེ། དེས་ན་ཉེས་པ་གསུམ་པོ་ལྷ་རྩེས་  
མངར་བས་ནི་ལྷུང་མཁྲིས་སེལ། །སྒྱུར་བས་བད་ལྷུང་གཉིས་སེལ། །ཁ་བས་བད་མཁྲིས་གཉིས་ཏེ་གཉིས་གཉིས་ལྷ་  
རྩེས་རེ་རེས་སེལ་བར་བྱེད་དོ་ཞེས་པ་འདི་ནི་ལྷ་རྩེས་ཀྱི་ལས་བྱེད་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་གསུངས་སོ། །འདི་ལ་  
དགག་སྒྱུབ་དང་ནམ་གཞག་གི་སྟོས་བཤད་རྒྱས་པར་ཡོད་ཀྱང་དེ་ཙམ་མོ། །

ལེའུའི་མཚན་བསྟན་པ།

བདུད་ཅི་སྟིང་པོ་ཡན་ལག་བརྒྱད་པ་གསང་བ་མན་ངག་གི་རྒྱུད་ལས་དུམ་བུ་གཉིས་པ་བཤད་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་རོ་དང་  
ལྷ་རྩེས་བསྟན་པའི་ལེའུ་སྟེ་བཅུ་དགུ་པའོ། །

ལེའུ་ཉི་ལུ་པ། སྟན་ཀྱི་རྩལ་པ་བསྟན་པ།

༡༡། སྐྱོན་གྱི་རྩུས་པ་བསྟན་པའི་ལེའུའི་དོན་འགྲེལ་བ་ལ། ཉན་པར་གདམས་ཤིང་མཚམས་སྒྲུབ་བ་དང་།  
གཞུང་དོན་དངོས་བཤད་པ། ལེའུའི་མཚན་བསྟན་པ་དང་གསུམ་མོ། འདུ་པོ་ནི། དེ་ནས་ཡང་དང་སྤྱོད་རིག་  
པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་འདི་སྐད་ཅེས་གསུངས་སོ། ། གྲེ་དང་སྤྱོད་ཆེན་པོ་ཉོན་ཅིག ། ཅེས་པ་སྟེ། ལེའུ་བཅུ་དགུ་པ་  
བཤད་ཟིན་པའི་རྗེས་ཐོག་དེ་མ་ཐག་དེ་ནས་ཡང་དང་སྤྱོད་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་འདི་སྐད་ཅེས་གསུངས་སོ། ། དེ་  
ཡང་གྲེ་དང་སྤྱོད་ཆེན་པོ་ཡིད་ལས་སྒྲེས་ལེགས་པར་ཉོན་ལ་ཡིད་ལ་བྱུངས་ཤིག་ཅེས་གདམས་སོ། །

གཞུང་དོན་དངོས་བཤད་པ།

དེ་ལ་མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། འདུ་པོ་ནི། སྐྱོན་གྱི་རྩུས་པ་རོ་རྩུས་རོ་བོ་གཉིས། སྤྱི་དང་  
བྱེ་བྲག་ཅེས་སྒྲུག་གསུངས་པ་ཡིན། ། ཞེས་པ་སྟེ། འདི་ལྟར་སྐྱོན་ནམས་ཀྱི་རྩུས་པ་བཤད་པ་དེ་ལ་འདུ་པོ་དཔེ་དབང་དུ་  
བྱས་པའི་རྩུས་པ་དང་རྒྱས་པར་བཤད་པའི་དོ་བོ་དཔེ་དབང་དུ་བྱེད་པའི་རྩུས་པ་གཉིས་ཏེ། མིང་གི་ནམ་གངས་རྩུས་པ་  
སྤྱིར་བཤད་པ་དང་། བྱེ་བྲག་དུ་བཤད་པ་ཞེས་སྒྲུབ་པར་ཡང་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

དང་པོ། སྐྱོན་སྤྱིའི་རོ་རྩུས་བཤད་པ།

དང་པོ་རྩུས་སྟོབས་ཡོན་ཏན་གསུམ་དུ་བཤད། ། ཅེས་པ་སྟེ། རྩུས་པ་ལ་སྤྱི་བྱེ་བྲག་གཉིས་ཀྱི་དང་པོ་སྤྱིར་བཤད་པ་  
དང་། རོ་བོ་དཔེ་དབང་དུ་བྱས་པའི་རྩུས་པ་བཤད་པ་དེ་ལ་འདུ་པོ་ནང་གསེས་ཀྱི་རྩུས་པ་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་སྟོབས་དང་ཡོན་  
ཏན་གསུམ་དུ་བཤད་པར་བྱའོ། །

༡ རྩུས་པ་སྤྱིར་བཤད་པ།

རྩུས་པ་ཕྱི་སྒྲུམ་བསིལ་དང་རྩལ་བ་དང་། ། ཡང་རྩལ་ཆ་དང་རྩོ་བ་ནམ་པ་བརྒྱད། ། དང་པོ་བཞི་པོས་རྒྱུང་དང་  
མཁྲིས་པ་སེལ། ། འོག་མ་བཞི་ཡིས་བད་ཀན་སེལ་བར་བྱེད། ། ཡང་རྩལ་བསིལ་བ་གསུམ་གྱིས་རྒྱུང་སྤྱོད་  
ཅིང་། ། ཆ་རྩོ་སྒྲུམ་པ་གསུམ་གྱིས་མཁྲིས་པ་སྤྱོད། ། ཕྱི་སྒྲུམ་བསིལ་རྩལ་བཞི་ཡིས་བད་ཀན་སྤྱོད། ། འོན་ཏན་མ་  
ལུས་སྤྱོད་པོར་གྱུར་པ་དང་། ། རྩུས་པའི་ཁྱད་པར་ལྡན་པས་མཐུ་ཞེས་བཤྲོད། ། ཅེས་པ་སྟེ། སྐྱོན་གྱི་རྩུས་སྟོབས་  
ཡོན་ཏན་གསུམ་གྱི་ནང་ཆེན་རྩུས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཕྱི་བ་དང་སྒྲུམ་པ་དང་བསིལ་བ་དང་རྩལ་བ་སྟེ་རྩོ་བའི་རྩུས་པ་  
བཞི་དང་། དེ་ལས་གོ་ལྷོག་པ་ཡང་བ་དང་རྩལ་པ་དང་ཆ་དང་རྩོ་བ་སྟེ་ནམ་པ་བརྒྱད་དོ། ། དེའི་ནང་ནས་དང་  
པོའི་རྩུས་པ་ཕྱི་སྒྲུམ་བསིལ་རྩལ་བཞི་པོས་རིམ་པ་བཞིན་དུ་ཕྱི་སྒྲུམ་གཉིས་ཀྱིས་རྒྱུང་དང་། ། བསིལ་རྩལ་གཉིས་  
ཀྱིས་མཁྲིས་པ་སེལ་བ་ཡིན་ལ། ། འོག་མ་ཡང་རྩལ་ཆ་རྩོ་བཞིས་བད་ཀན་སེལ་བར་བྱེད་དོ། ། དེ་བཞིན་དུ་ཡང་  
རྩལ་བསིལ་བའི་རྩུས་པ་གསུམ་གྱིས་རྒྱུང་སྤྱོད་ཅིང་། ། ཆ་རྩོ་སྒྲུམ་པ་གསུམ་གྱིས་མཁྲིས་པ་སྤྱོད་པར་བྱེད་ལ། ། ཕྱི་

བ་སྐྱུམ་པ་བསིལ་བ་རྒྱལ་བ་བཞིས་བད་ཀན་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་འཆད་འགྱུར་གྱི་ཡོན་ཏན་མ་  
ལུས་པ་ཀུན་གྱི་སྤྱིང་པོར་གྱུར་པ་དང་། གཞན་ལས་སྤུལ་དུ་བྱུང་བའི་རྒྱས་པའི་བྱེད་པར་དང་ལྡན་པ་ཉིད་གྱི་  
དབང་གིས་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་མཐུ་ཞེས་འཇིག་རྟེན་དང་བསྟན་བཅོས་གཉིས་པར་རྒྱས་པ་ཆེས་ལྷག་པར་བརྗོད་པ་  
བཞིན་ནོ། །

༡ སྐྱེད་གྱི་སྟོབས་བཤད་པ།

གངས་ཅན་འབིགས་བྱེད་ཆེ་ཉིད་སྟོབས་ཅན་ལས། །བསིལ་བྱོད་སྤུལ་དུ་བྱུང་བས་སྟོབས་ཞེས་བྱ། །དེ་ལ་ཆ་བས་  
གང་བའི་ནད་རྣམས་སེལ། །བསིལ་བས་ཆ་བའི་ནད་རྣམས་སེལ་བར་བྱེད། །ཅེས་པ་སྟེ། གངས་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་  
སྟོབས་རི་དང་། འབིགས་བྱེད་ཅེས་པ་གདགས་རི་སྟེ་དེ་གཉིས་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་སྐྱེད་མ་ནི་ཆེ་བའི་སྟོབས་བསིལ་བ་  
དང་། ཕྱི་མ་ནི་ཉི་མའི་སྟོབས་བྱོད་གྱི་རང་བཞིན་ཅན་དུ་གནས་པ་ལས་དེ་གཉིས་སུ་རང་རང་གི་རྒྱས་པ་དང་  
མཚུངས་པའི་སྐྱེད་སྐྱེས་ཤིང་། སྐྱེས་སྟེག་སོགས་རང་རང་དང་མཚུངས་པ་རྣམས་བསིལ་བྱོད་གྱི་སྟོབས་སྤུལ་དུ་  
བྱུང་བ་དང་ལྡན་པ་ཡིན་པས་ན་སྟོབས་ཞེས་བྱ་བའི་མིང་ཐོབ་པོ། །དེ་དག་ལ་སོགས་པ་ཆ་བའི་སྟོབས་དང་ལྡན་  
པའི་སྐྱེད་རྣམས་གྱིས་གང་བའི་ནད་རྣམས་སེལ་བར་བྱེད་ཅིང་། བསིལ་བའི་སྟོབས་དང་ལྡན་པའི་སྐྱེད་རྣམས་  
གྱིས་ནི་ཆ་བའི་ནད་རྣམས་སེལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །

༢ ཡོན་ཏན་བཤད་པ།

དེ་ལ་ཡོན་ཏན་དངོས་བཤད་པ་དང་། རོའི་བྱེད་པར་བཤད་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། ཡོན་ཏན་འཇམ་དང་མྱེ་  
བྱོ་སྐྱུམ་དང་བརྟན། །གང་དང་རྒྱལ་བ་བསིལ་མཉེན་སྦྲ་དང་སྐྱེས། །སྦྲ་དང་ཆ་བ་ཡང་དང་ནོ་རྩལ་གཡོ། །བརྩ་  
དང་བདུན་གྱིས་མཆན་ཉིད་ཉི་ཤུ་འཇོམས། །དེ་ཕྱིར་ཡོན་ཏན་ཞེས་སུ་བཤད་པ་ཡིན། །ཞེས་པ་སྟེ། བདུན་གྱི་  
མཆན་ཉིད་ཉི་ཤུ་འཇོམས་པའི་ཡོན་ཏན་ནི་རྩལ་བ་ལས་ལྷོག་པའི་འཇམ་པ་དང་། ཡང་བ་ལས་ལྷོག་པའི་མྱེ་བ་  
དང་། གང་བ་ལས་ལྷོག་པའི་བྱོ་བ་དང་ཕྱ་བ་ཞེས་སྦྲ་བ་ལས་ལྷོག་པའི་སྐྱུམ་པ་དང་། གཡོ་བ་ལས་ལྷོག་པའི་  
བརྟན་པ་དང་། སྐྱུམ་ལ་བྱོ་བ་ལས་ལྷོག་པའི་གང་བ་དང་། རོ་བ་ལས་ལྷོག་པའི་རྒྱལ་བ་དང་། ཆ་བ་ལས་ལྷོག་  
པའི་བསིལ་བ་དང་། སྦྲ་བ་ལས་ལྷོག་པའི་མཉེན་པ་དང་། བྱོ་མཉམ་བཞིན་གར་བ་ལས་ལྷོག་པའི་སྦྲ་བ་དང་།  
གཤེར་བའམ་སྦྲ་བ་དང་འབྲུ་བ་ལས་ལྷོག་པའི་སྐྱེས་པ་དང་། སྐྱུམ་པ་ལས་ལྷོག་པའི་སྦྲ་བ་དང་། བསིལ་བ་ལས་  
ལྷོག་པའི་ཆ་བ་དང་། མྱེ་བ་ལས་ལྷོག་པའི་ཡང་བ་དང་། རྒྱལ་བ་ལས་ལྷོག་པའི་ནོ་བ་དང་། འཇམ་པ་དང་འབྱུར་

བག་ལས་ལྟོག་པའི་རྩལ་པ་དང་། བརྟན་པ་ལས་གོ་ལྟོག་པའི་གཡོ་བ་སྟེ་བཅུ་དང་ཉ་ག་མ་བདུན་པོ་འདི་ཉིད་གྱིས་  
 རྒྱང་ནད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ནི། རྒྱང་ལ་རྩལ་ཡང་གང་ཤ་སྲ་གཡོ་བ་དུག མཁུས་པར་སྦྱུང་ནས་ཆ་ཡང་ངེ་མནམ་འཁྲུ་  
 གཤེར་བདུན་པོ་བད་ཀན་ལ་སྦྱུང་བསིལ་ལྟེ་རྩལ་འཇམ་བརྟན་འབྱར་བག་ཅན་བདུན་ཏེ་ཉི་ཤུ་པོ་རྒྱང་མཁུས་ཀྱི་  
 ཡང་བ་གཉིས་ལ་གཉེན་པོ་ལྟེ་བ་གཅིག བད་མཁུས་ཀྱི་སྦྱུང་བ་གཉིས་ལ་གཉེན་པོ་སྦྱུ་བ་བད་ཀན་གྱི་འཇམ་པ་  
 འབྱར་བག་གཉིས་ལ་གཉེན་པོ་རྩལ་པ་རྣམས་ཀྱིས་འཇོམས་པ་དེའི་ཕྱིར་སྦྱོར་གྱི་ཡོན་ཏན་བཅུ་བདུན་ཞེས་སུ་རྩྭ་  
 པ་དང་བུལ་བའི་རྒྱད་འདིར་ལེགས་པར་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །

༡ རོའི་བྱད་པར་བཤད་པ།

དེ་ལ་རུས་སྟོབས་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་རོ་ལ་བརྟེན་པའི་རྩལ་དང་། རོ་སོགས་མི་མཐུན་པའི་རྒྱ་མཚན། རོ་རུས་  
 ལྷ་ཆེས་མཐུན་དགོས་པར་གདམས་པའོ། །དང་པོ་ནི། དེ་དག་པལ་ཆེར་རོ་ལས་རྗེས་འབྱུང་སྟེ། །རོ་ནི་ས་སོགས་  
 རྣམས་ལ་བརྟེན་པའི་ཕྱིར། །ལྟེ་སྦྱུང་ལ་སོགས་དེ་ལས་འབྱུང་བ་ཡིན། ། ལན་ལྟ་བསྐྱ་མངར་རྣམ་གསུམ་རིམ་  
 བཞིན་ལྟེ། །དེ་བཞིན་ལན་ལྟ་སྦྱར་མངར་སྦྱུང་བ་ཡིན། །བསྐྱ་ཁ་མངར་བསིལ་ཁ་བསྐྱ་མངར་བ་རྩལ། །སྦྱར་ཆ་  
 ཁ་བ་རྣམ་གསུམ་ཡང་ལ་རྩལ། །ཆ་སྦྱར་ལན་ལྟ་རྣམ་གསུམ་ཆ་ལ་རྩོ། །ཞེས་པ་སྟེ། གོང་དུ་བཤད་མ་ཐག་པའི་  
 རུས་པ་བརྒྱད་སྟོབས་གཉིས་ཏེ་ཡོན་ཏན་བཅུ་བདུན་པོ་དེ་དག་པལ་ཆེར་ནི་རོ་མངར་སྦྱར་ལན་ལྟ་ཆ་བསྐྱ་བ་སྟེ་  
 དུག་ལས་རྗེས་སུ་འབྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། རོ་དེ་ནི་ས་རྩལ་སོགས་པའི་འབྱུང་བ་རྣམས་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་དེའི་ཕྱིར་  
 བ་ལྟེ་སྦྱུང་བསིལ་རྩལ་ལ་སོགས་པ་རུས་པ་ཐམས་ཅད་རོ་དུག་པོ་དེ་ལས་འབྱུང་བ་ཡིན་པས་ལན་ལྟ་དང་བསྐྱ་བ་  
 དང་མངར་བ་རྣམ་གསུམ་ནི་རིམ་པ་བཞིན་དུ་སྤྲ་མ་སྤྲ་མ་ལས་ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་དག་ལྟེ་བ་ཡིན་ཞིང་། དེ་བཞིན་ལན་ལྟ་  
 སྦྱར་མངར་གསུམ་ནི་ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་སྦྱུང་བ་ཡིན་ལ། བསྐྱ་ཁ་མངར་བ་གསུམ་ཡང་རིམ་པ་བཞིན་བསིལ་བ་ཡིན་པ་  
 དང་། ཁ་བསྐྱ་མངར་བ་རྣམས་ནི་རིམ་པ་ལྟར་རྩལ་བ་དང་། སྦྱར་ཆ་ཁ་བ་རྣམ་པ་གསུམ་ནི་གོ་རིམ་ལྟར་ཡང་ལ་  
 རྩལ་པ་དང་། ཆ་སྦྱར་ལན་ལྟ་རྣམ་པ་གསུམ་ནི་ཆ་ལ་རྩོ་བའི་གོ་རིམ་དང་ལྟན་པ་ཡིན་ནོ། །

རོ་སོགས་མི་མཐུན་པའི་རྒྱ་མཚན་བཤད་པ།

རོ་སོགས་མ་བཅོས་གང་ཡང་སྟོབས་ཅན་ཡིན། །རོ་མཉམ་རུས་པ་སོ་སོ་རྟེན་སྟོབས་དང་། །ཁྱུར་པ་སྦྱར་བའི་  
 དབང་ལས་འབྱུང་འབྱུར་ཏེ། །མི་མཐུན་འོག་མས་གོང་མ་བེལ་གྱིས་གཞོན། །ཞེས་པ་སྟེ། རོ་མངར་བ་ལྟ་བུའི་ལྷ་  
 རྗེས་ཀྱང་མངར་བར་ལྷ། རུས་པ་ཡང་ལྟེ་རྩལ་བསིལ་སྦྱ་སྦྱུང་བརྟན་སོགས་རོ་རུས་ལྷ་རྗེས་མཐུན་པ་མ་བཅོས་  
 པའི་རོ་གང་ཡང་ཡོད་པ་དེ་སྟོབས་ཅན་ཡིན་ལ། གལ་ཏེ་རོ་རུས་ལྷ་རྗེས་མཉམ་དུ་བེན་ཀྱང་རུས་པ་སོ་སོའི་རྟེན་  
 འབྱུང་བ་ལྟ་ཤས་ཆེ་རྒྱུ་གི་སྟོབས་དང་མཐུས་མི་འདྲ་བ་ཡོད་དེ་རང་བཞིན་གྱི་སྦྱོར་སོ་སོའི་རོ་ལས་རུས་པ་དང་ལྷ་

ཆེས་ཀྱིས་གཞན་དུ་གྱུར་པ་དང་། བར་ཕྱེ་ལ་སོགས་པ་སྐྱར་བའི་དབང་དུ་གྱུར་པ་ལས་ནད་གང་སེལ་བའི་སྟོབས་  
མི་འདྲ་བ་སྣ་ཚོགས་སུ་འབྱུང་བར་འགྱུར་བ་སྟེ་དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་ནམས་མི་མཐུན་ན་གང་མི་མཐུན་པ་དེའི་འོག་  
མས་གོང་མ་རོ་ལས་ལུས་པ་ལས་ལྷ་ཆེས་དེ་ལས་སྐྱར་བ་ལ་སོགས་པས་རིམ་གྱིས་བྱིས་གཞོན་པར་འགྱུར་བ་  
ཡིན་ནོ། །

༥ རོ་ལུས་ལྷ་ཆེས་མཐུན་དགོས་པར་གདམས་པ།

ཐམས་ཅད་མཐུན་ན་རོ་ཡིས་ལས་བྱེད་ལ། །རོ་བཞིན་མི་གཞོན་ལྷ་ཆེས་ལས་བྱེད་དེ། །རོ་ལས་གོ་ལྟོག་ལུས་པས་  
ལས་བྱེད་པས། །རོ་བསྐྱེད་ལུས་བསྐྱེད་ལྷ་ཆེས་སྐྱེད་པས་ཏེ་སྐྱར། །ཞེས་པ་སྟེ། རྒྱ་མཚན་དེ་ལྟ་བུས་ན་དེ་  
གསུམ་ག་གོང་དུ་སྟོས་པ་ལྟར་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཞིག་བྱུང་ན་རོ་ཡིས་ལས་བྱེད་པ་ཞེས་བྱ་ལ། རོ་བཞིན་གྱི་  
ལས་མི་བྱེད་དེ་རོའི་དབང་དུ་བྱས་ན་མཁྲིས་པར་སྟེ་མུང་རྒྱ་ལྟ་བུ་གཞོན་པར་འདུག་སྟུང་པ་ཞིག་ཀྱང་མི་གཞོན་  
པར་ལྷ་ཆེས་གྱི་ལས་གཙོ་བོར་བྱེད་ཅིང་ཕན་པ་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་དབེར་ན་རོའི་དབང་བྱས་ན་ཀ་ར་ལྟ་བུ་  
བྱས་བད་རྒྱང་སྦྱེད་ཀྱང་དེ་ལས་གོ་ལྟོག་པའི་རོ་བོའི་ལུས་པ་རྩོ་བས་བད་རྒྱང་སེལ་བ་བཞིན་གྱི་ལས་བྱེད་པ་ཡིན་  
པས་དེས་ན་བར་ཕྱེ་སོགས་སྐྱར་བ་ཐམས་ཅད་ལ་རོས་ལས་བྱེད་པ་ནམས་ཕྱོགས་གཅིག་དུ་བསྐྱེད་པ། དེ་བཞིན་  
དུ་ལུས་པས་ལས་བྱེད་པ་ནམས་ལུས་པར་བསྐྱེད་པ། ལྷ་ཆེས་ཀྱིས་ལས་བྱེད་པ་ནམས་ཕྱོགས་གཅིག་དུ་བསྐྱེད་པ་ཏེ་  
སྐྱར་དགོས་པས་སྦྱང་ནས་སྦྱན་པ་ནམས་ཀྱིས་དེ་ལྟ་བུའི་སྐྱར་རྒྱལ་མ་ཤེས་ན་མན་ངག་རྒྱུད་ལས་ལུས་ཀྱི་སྤྱོ་བོ་  
ནས་རྒྱང་མཐིལ་བར་གྱི་ནད་རེ་ལ་སྦྱན་གྱི་སྐྱར་བ་རེ་གསུངས་སྦྱང་བས་དེ་ཉིད་ལའང་སྟོ་ཤིན་དུ་ཞིབ་པར་སྦྱངས་  
ཏེ་ཤེས་པར་བྱ་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ། བྱེ་བྲག་དུ་རོ་བོ་སོ་སོའི་ལུས་པ་བཤད་པ།

དེ་ལ་མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། རོ་བོ་རྣམས་རེའི་ལུས་པ་བསྟན་པ་ནི། །རིན་པོ་ཆེ་  
ཡི་སྟན་དང་ས་དོའི་སྟན། །ཤིང་སྟན་ཅི་སྟན་ཐང་སྟན་སྟོ་སྟན་དང་། །སྟོག་ཆགས་སྟན་དང་དབྱེ་བ་བརྒྱད་དུ་  
བཤད། །ཞེས་པ་སྟེ། སྟན་གྱི་རོ་བོ་རྣམས་རེའི་ལུས་པ་ཞིབ་དུ་བསྟན་པ་ལ་ནི་རིན་པོ་ཆེའི་སྟན་དང་སའི་སྟན་  
དང་དོའི་སྟན་དང་ཤིང་གི་སྟན་དང་ཅིའི་སྟན་དང་ཐང་སྟན་དང་སྟོ་སྟན་དང་སྟོག་ཆགས་ཀྱི་སྟན་དང་བཅས་ཏེ་  
དབྱེ་བ་ནམ་པ་སྤྱིར་བཏང་བརྒྱད་དུ་བཤད་ཅིང་ལྟ་དང་བཅས་དགྲུང་འདོད་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ། རིན་པོ་ཆེའི་ལུས་པ་བཤད་པ་དང་། དོའི་སྟན་གྱི་ལུས་པ་བཤད་པ། སའི་སྟན་  
གྱི་ལུས་པ་བསྟན་པ། ཤིང་སྟན་གྱི་ལུས་པ་བསྟན་པ། ཅི་སྟན་གྱི་ལུས་པ་བསྟན་པ། ཐང་སྟན་གྱི་ལུས་པ་བསྟན་པ།  
སྟོའི་སྟན་གྱི་ལུས་པ་བསྟན་པ། སྟོག་ཆགས་ཀྱི་སྟན་གྱི་ལུས་པ་བསྟན་པ། ལྟོ་སྟན་གྱི་ལུས་པ་བསྟན་པའོ། །དང་

པོ་ནི། དང་པོ་རིན་པོ་ཆེ་ཡི་རྒྱས་པ་ནི། གསེར་གྱིས་ཆོ་རིང་རྒྱས་སྤྱི་དབྱིག་དུག་སེལ། དདུལ་གྱིས་ཆུ་སེར་ནད་  
 དང་ནྟག་ཁྲག་སྐྱེལ། ཟངས་གྱིས་ནྟག་སྐྱེལ་སྒོ་མཆིན་ཚ་བ་སེལ། ལྷགས་གྱིས་མཆིན་དུག་མིག་ནད་སྒྱ་བྱ་བ་  
 སེལ། གཡུ་ཡིས་དུག་དང་མཆིན་པའི་ཚ་བ་སེལ། ལྷ་ཏིག་ཀླད་པ་འཇག་གཙོད་དུག་ནད་སེལ། ཉ་ཕྱིས་རྒྱས་  
 པ་ལྷ་ཏིག་ཁྱད་པར་མེད། དུང་གིས་ནྟག་སྐྱེལ་འགྱུངས་འབྱེགས་རྩས་ཚད་སེལ། བྱུ་རྩས་མཆིན་ཚད་ཅ་ཚད་  
 དུག་ཚད་སེལ། ལྷ་མེན་དུག་དང་ཆུ་སེར་མཛེ་ནད་སེལ། ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ལ་དང་པོ་རིན་པོ་ཆེའི་སྒྲན་གྱི་རྒྱས་པ་  
 ནི། གསེར་ལ་སྦྱིར་མིང་སྤྲུལ་རུ་སོ་གཉིས་སོགས་བཤད་ཀྱང་རྒྱུད་འདིར་ནི་གཅིག་དུ་འཛིན་ལ། འོན་ཀྱང་རིགས་  
 གྱིས་དབྱེ་ན་དམར་པོ་དང་སེར་པོ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི་བྱ་མེ་ཟན་ནམ་ཆོ་རིང་གིས་འཇམ་བུ་རྒྱ་བོའི་གསེར་རྒྱ་  
 མཆོའི་འགྲམ་དུ་ཆགས་པ་ཟོས་ནས་རྒྱ་ནག་དང་རྟོར་གྱི་ཡུལ་དུ་བྱུན་བཏང་བ་ལས་བྱུང་བ་ཁ་དོག་དམར་པོ་དེའི་  
 བྱ་སོགས་བཅས་ན་གསུང་གིན་དུ་སྟན་པ་འབྱུང་བ་ཞིག་དང་། གཞན་ཡང་ཟངས་དམར་གཡའ་ཆགས་པ་ལྷ་བྱ་  
 རྩེ་ཕྱིམ་ཟེར་བ་བཅན་དུག་གི་རྒྱ་བྱགས་ན་འཇམ་ཆོན་འཕྲོ་བ་དུག་བརྟག་པའི་མཆོག་དུ་གྱུར་པ་དང་གཉིས།  
 གསེར་སེར་པོ་ལའང་མཆོག་དམན་གཉིས་ལས་མཆོག་ས་ལེ་སྤྲུལ་དང་། སེལ་པ་སིལ་མ་ལ་སེར་པོ་དམར་  
 མདངས་ཅན་དང་། སེར་རྒྱང་སྒོ་མདངས་ཅན་དཀར་ཤས་ཆེ་བ་བཅས་རིམ་གྱིས་མཆོག་དམན་ལས་འབྲུལ་སོ་  
 རྒྱུང་ཞིང་། འོན་ཀྱང་བརྟག་པ་རྣམས་པ་གསུམ་སོགས་བཤད་པ་ལྟར་གསེར་དང་གསེར་མིན་དབྱེ་བ་ཕྱིད་དགོས་ལ།  
 གཞན་ཡང་བཟོས་པའི་གསེར་དམན་པ་ནི་དུ་མ་འབྱུང་ལ། དེ་རྣམས་རོ་བསྐྱ་ལྷ་རྩེས་བསིལ་ཞིང་རྒྱས་པ་ནི་ཡན་  
 ལག་བརྒྱད་པ་ལས་ཀྱང་། པརྒྱའི་འདབ་མར་རྒྱ་བཞེན་དུ། གསེར་གྱི་ཡན་ལག་ལ་མི་ཆགས། ཆོ་ཡང་རིང་དུ་  
 འཕེལ་བར་འགྱུར། ཞེས་དང་། ལྷ་ཟེར་ལས། གང་གི་ཕྱིར་གསེར་འབྱུངས་པར་གྱུར་པས་དུག་ཟོས་པའི་ཡན་  
 ལག་རྣམས་ལ་དུག་དེ་ཆགས་ཤིང་ཞེན་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། དཔེར་ན་པརྒྱའི་འདབ་མར་རྒྱ་ཆགས་པར་མི་འགྱུར་བ་  
 དེ་བཞིན་དུ་དུག་ཆགས་པར་མི་འགྱུར་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་གསེར་འབྱུངས་པར་གྱུར་པ་དག་ནི་ཆོ་རིང་ཞིང་  
 འཕེལ་བར་འགྱུར་བ་ཉིད་ཀྱང་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་དང་། སྦྱར་དུག་ལའང་ཆོག་འདི་ཞེས་སོགས་བཤད་པ་  
 ལྟར་ཆོ་རིང་ཞིང་རྒྱས་དཀར་སྤྱི་བ་དང་དབྱིག་དུག་སྒྱ་གདོན་རྣམས་སེལ། དདུལ་ལ་སྦྱིར་མིང་བརྩམས་བཤད་  
 ཀྱང་འདིར་གཅིག་སྟེ་དེའང་དདུལ་རྟོར་གྲགས་པ་བཞུས་པ་ལས་འབྱུང་ཡང་རོ་བོ་ལ་ར་དདུལ་ལྷག་དདུལ་གཉིས་  
 སྤྱུ་འདོད། འོན་ཀྱང་དེང་སང་གི་དདུལ་དུ་དབྱེ་ན་རྟོར་དདུལ་ཤིང་ལ། རྒྱ་དདུལ་འོ་མ་ལ། རྒྱ་གར་བལ་མོན་གྱི་  
 རྩྭ་གྱ་རྒྱ་སེར་གྱི་འབྲུ་མེན་སོགས་ར་དདུལ། ལམས་དདུལ་ཞོ་ཁ་མ། ལྷགས་དང་བཤའ་དཀར་ཞ་ཉེ་ཟངས་  
 སོགས་ལས་འོང་བ་རྣམས་ལྷག་དདུལ། གཞན་ཡང་ཤིང་དང་ས་ལས་འབྱུང་བར་བཤད་པ་རྣམས་རོ་དང་ལྷ་རྩེས་  
 གསེར་དང་མཚུངས་པ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱས་པས་རྒྱ་སེར་གྱི་ནད་དང་ནྟག་ཁྲག་རྣམས་སྐྱེལ། ཟངས་ལ་སྦྱིར་མིང་བརྩམས་

གཉིས་ཙམ་བཤད་ཀྱང་འདྲི་གཅིག་སྟེ། དེའང་མཆོག་རང་བྱུང་གི་བྱང་པ་དང་། རྟོག་པ་ལས་བྱུང་བའི་  
མདོག་དམར་ནག་གྲོང་བ་ལྷགས་བྱངས། དམར་ལ་མཉེན་པ་གསེར་བྱངས་སོགས་ནི་རོ་མངར་ལྷ་རྩེས་བསིལ་  
བའི་རྩས་པ་དང་ལྷན་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྣལ་ལྷན་ཞིང་གྲོ་བ་དང་མཆིན་པའི་ཆ་བ་སེལ། ལྷགས་ལ་སྦྱར་མིང་དགུ་  
ཙམ་བཤད་ཀྱང་འདྲི་གཅིག་ དེའང་ལྷགས་རྟོག་ལེན་མདུང་ཅེ་སྟོག་ཆགས་ལས་འབྱུང་བ་སོགས་དཀར་ནག་  
རིགས་བཞི་ཙམ་འོང་ཡང་འཁྲུལ་གཞི་རྒྱུ་བས་མ་སྟོས་ལ། དེ་དག་རྣམས་ནི་རོ་སྦྱར་ཞིང་ལྷ་རྩེས་བསིལ་བའི་  
རྩས་པས་མཆིན་དུག་དང་མིག་ནད་སྦྱ་བ་རྣམས་སེལ་ལ། དེ་ལྟར་གསེར་དཔུལ་བྱངས་ལྷགས་བཞི་ནི་བལྟ་བའི་  
ཁམས་ཞེས་བྱ་བའི་སྟེ་ཆན་ནོ། །གཡུ་ལ་སྦྱི་དང་འདྲི་གཉིས་ཀར་མིང་གཅིག་སྟེ་རོ་བོ་ལ་མཆོག་དང་ཕལ་པ་  
གཉིས་ལས་སྟོ་ཞིང་དཀར་ལ་བཀྲག་མདངས་ཆེ་བ་དུག་དཀར། སྟོ་ཞིང་དམར་མདངས་ཆེ་བ་སྦྱུ་པ་དུག་དམར།  
དུག་དཀར་དམར་དེ་གཉིས་ཀ་བེལ་གྱིས་ལོན་པའི་གཡུ་སྦྱར་གསུམ་མཆོག་དང་། ཕལ་པ་ནི་དུག་མར་འབྲ་བའི་  
བར་གཡུ་དུག་དཀར་འབྲ་བ་གཡུ་སྟོན། ཕྱིས་འབྱུང་བའི་རྒྱ་གཡུ་ལ་སོགས་པས་དུག་དང་མཆིན་པའི་ཆ་བ་མ་  
ལུས་སེལ། གཡུ་དང་རྟོ་ཤེལ་གྱི་རིགས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་ལ་མི་བལྟ་བའི་ཁམས་ཞེས་བྱའོ། །ཕྱ་ཏིག་ལ་སྦྱིར་  
མིང་བདུན་འདྲི་གཅིག་སྟེ། དེ་ཡང་རྟ་ཕུ་ཏིག་ཀུ་ ནི་ཕྱ་ཏིག་དམར་པོ་སྟེ་སངས་རྒྱས་སྟོག་ཆགས་དམར་པོར་  
འཁྲུངས་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཕྱ་ཏིག་དམར་པོ་ཞེས་བྱ་སྟེ་རིན་པོ་ཆེའི་མཆོག་ཏུ་གྲགས་པར་བཤད་པ་དང་། གཞུ་ཕུ་  
ཏིག་ནི་ཆེ་རྒྱུ་ལུང་ཐང་ཙམ་དཀར་བའི་མདངས་ཙན་གྲང་པོ་ཆེ་མཆོག་གི་སྦྱི་བོའམ་མཆེ་བའི་ནང་ནས་ཐོན་པ་  
དང་། སྤ་ལུ་ཕྱ་ཏིག་སྟོ་མདངས་ཙན་རྒྱ་གར་སྟོ་ཕྱོགས་ཀྱི་ནགས་ཁོད་ཤིང་དུ་ཡའི་འདབ་མ་ལ་ཆར་བབས་པ་  
ལས་འབྱུང་བ་དང་། རམ་པ་ཕྱ་ཏིག་ནི་རུང་བྱང་ལྗང་ཉམས་ཙན་ཆེ་རྒྱུ་སྟན་མ་ཙམ་པ་རྒྱ་གར་ཤར་ཕྱོགས་ཀྱི་  
སྦྱིང་ཕན་ཞིག་གི་ཤིང་གེ་ལའི་འདབ་མ་ལ་ཆར་བབས་པ་ལས་འབྱུང་བར་བཤད་པ་དང་། སྦྱང་ཕྱ་ཏིག་ནི་དམར་  
མདངས་ཡོད་པ་རུབ་ཕྱོགས་ཏྲོར་ཡུལ་གྱི་སྦྱུལ་འགའ་ཞིག་གི་ལྷན་པ་ལས་འབྱུང་བ་དང་། ཤིང་པི་ཀ་ཕྱ་ཏིག་ཏུ་  
གྲགས་པ་ནི་ཆེ་རྒྱུ་དེས་མེད་རུང་བྱང་ཐང་མེར་མདངས་ཡོད་པ་སི་རྒྱུ་ལའི་རྒྱ་མཆོར་གནས་པའི་སྟོག་ཆགས་ཉ་ཕྱིས་  
འབྲ་བའི་སྦྱང་ཅེ་ཞེས་པའི་སྟོ་བ་ལས་བྱུང་བའི་རིགས་དང་རྒྱ་ཕྱ་ཏིག་དཀར་ཉམས་ཙན་ཨ་མདོའམ་འདོལ་ཁ་  
ཞེས་སྟོ་ཉམས་ཙན་དང་སྟོ་མ་རྒྱ་དཀར་ནག་གི་སྦྱར་ཐིག་རྒྱ་ཕྱ་ཏིག་དང་བཅས་པ་དེ་རྣམས་མཆོག་དམན་གོ་རིམ་  
བཞིན་གྱི་མིག་མེད་ལ་ཕོ། རྟན་པ་མང་ཞིང་ཁོང་སྟོང་འབྱུང་བ་མོར་འདོད་པ་དེ་གཉིས་ཀྱི་རྩས་པས་ལྷན་པ་འཇོག་  
པ་གཙོ་བོ་ཅིང་དུག་ནད་སེལ། ཉ་ཕྱིས་ལ་སྦྱིར་མིང་གསུམ་འདྲི་གཅིག་ནི་འཁྲུལ་སོ་རྒྱུ་ཞིང་རྩས་པ་ཕྱ་ཏིག་  
དང་ཁྱད་པར་མེད་དོ། །དུང་ལ་སྦྱིར་མིང་ལྷ་འདྲི་གཅིག་སྟེ་དེའང་མཆོག་དང་ཕལ་པ་གཉིས་ལས་དུང་ནས་དུང་  
དུ་སྦྱེ་བ་ལྷ་བར་མ་ཆོད་པར་གྲངས་པ་གཡམས་འཁྱུལ་ཁ་དོག་ཀྱུ་ལྟར་དཀར་བ་དང་། མདོག་དམར་གཟི་དུང་

གཉིས་མཆོག་ཡིན་ཞིང་པ་པ་གཡོན་འབྱེད་ཡོངས་གྲགས་དང་། ཚེར་མ་ཅན་བཞིའི་རྩས་པ་བཟང་ངན་རིམ་  
 བཞིན་འབྱུང་བས་རྣལ་ལྷན་ཞིང་འབྱེད་འབྱེད་པ་དང་རྩས་ཚད་རྣམས་སེལ་མིག་ལ་པན། བྱ་རུལ་སྦྱིར་མིང་  
 གསུམ་འདྲིར་གཅིག་སྟེ་རྒྱ་མཚོའི་འགྲམ་གྱི་བྲག་དང་བྱེ་མ་ལ་སྦྱེ་བ་ཤིང་གི་རིགས་ཅན་ཡིན་པར་དོ་རྩེ་མཁའ་འགྲོ་  
 སོགས་ལས་བཤད་པ་དེ་དག་ལ་དོག་གི་དབྱེ་བས་ཅེ་དམར་པོ་དང་རྩ་བ་དཀར་པོ་འོང་བ་ཡོངས་གྲགས་དང་།  
 ཅན་པོ་སོགས་གསུམ་དུ་ཡོད་ཀྱང་སྐབས་འདྲིར་བསྐྱེད་པ་ནི་དམར་པོ་དེས་མཆིན་ཚད་དང་རྩ་ཚད་དུག་ཚད་  
 རྣམས་སེལ། ལྷ་མེན་ལ་སྦྱིར་མིང་བཞི་འདྲིར་གཅིག་སྟེ་རོ་པོ་དོ་རིགས་སྟོན་པོ་ལ་གསེར་བཙག་ཡོད་པ་གསེར་སྦྱ་  
 མེན། གསེར་མེད་པ་དོ་སྦྱ་མེན་ཏེ་མཆོག་དམན་གཉིས་ཀྱིས་དུག་དང་རྩ་སེར་ལས་ཀྱང་པའི་མཛེན་ནད་སོགས་  
 སེལ་ལ། དེས་མཆོན་པའི་རིན་པོ་ཆའི་རིགས་ནི་མཐའ་ཁྲིམ་ཤིང་དེ་དག་གི་ངོས་འཛིན་དབྱེད་དོན་རྣམས་ལས་  
 བཤད་པ་ལྟར་དང་། དེ་བས་ཀྱང་མཆོག་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་རིང་བསྐལ་ཏེ་དེ་ལའང་རིགས་བཞི། ཉན་  
 ཐོས་སོགས་དང་བཅས་སྟོས་པ་མཐའ་ཁྲིམ་ཤིང་དེ་རྣམས་ཀྱི་རྩས་པ་དང་པན་ཡོན་སོ་སོ་རིན་ཆེན་རིམ་བྱུ་ལག་  
 ལེན་ཚད་དང་ལྷན་ན་ལྷའི་ཞོར་བྱ་ལྷ་བྱ་ནད་རྣམས་མི་སེལ་བ་མེད་ཅིང་། ཞི་བྱེད་ཀྱན་གྱི་ལོག་གཞོན་དུ་གྱུར་པ་  
 ཡིན་ནའང་དུག་འདོན་སོགས་ཀྱི་ལག་ལེན་ཚད་དུ་མ་ལྷན་ན་ལྷས་ངན་ལ་དགྲ་མིག་དགྲ་ཡིན་པས་ཉེས་དམིགས་  
 ཀྱང་མཐའ་ཁྲིམ་པ་བཤད་ཅིང་། དུས་དབང་གིས་ཡོ་བྱད་འཛོམ་དུ་སྤྱིད་ཀྱང་སྟོན་ཆེན་མགར་གྱིས་དར་བཟའེར་  
 བསྐྱེད་ལྟར་ལས་འབྲས་བྱ་ཇི་ལྟར་བཤད་པ་བཞིན་མི་འབྱུང་པ་སོགས་ནས་རྩས་པར་བཤད་ཀྱང་དགོས་པ་རྒྱུང་  
 ལ་བྱེད་པར་སྐབས་འདྲིར་དེ་ཙམ་མོ། །

༡ རོ་པོ་སྦྱན་གྱི་རྩས་པ་བསྟན་པ།

རོ་པོ་སྦྱན་གྱི་རྩས་པ་བསྟན་པ་ནི། སྦྱུག་པོ་སྦྱལ་རྒྱབ་པོ་སྦྱལ་མོ་སྦྱལ་གཉིས། རྩ་སེར་འཕུལ་འབྲེན་སྟེ་མཆིང་  
 ལྷ་བ་འཛིན། རྩས་པ་ཆག་པ་སྦྱིར་ཞིང་ཁྲིམ་པ་སྟོས། དཀར་པོ་སྦྱལ་རྒྱབ་དཀར་པོ་ཆིག་བྱབ་དང་། སྦྱུག་པོ་  
 ཆིག་བྱབ་ལ་སོགས་དེ་དང་འདྲ། གངས་ཐིགས་དེ་བཞིན་མཆིན་པའི་ཆ་བ་སེལ། ལབ་ལེན་མདེའུ་འབྱིན་ཁྲིམ་  
 རྩས་རྩ་ནད་སེལ། བེ་སྐབས་རྩས་སྦྱིར་ཆེན་གཙོད་ཤུ་སྟེད། མཚྭ་ར་ཡིས་རྩས་པའི་ཆད་པ་སེལ། ལག་  
 མགོས་རྩས་པ་གསོ་ཞིང་རྩ་སེར་འབྲེན། བྱེ་མགོ་དེ་བཞིན་ཤ་ལུ་སྟེད་པ་དང་། གསེར་དོ་དཔུལ་དོ་རྩ་སེར་  
 འབྲེན་པར་བྱེད། ལྷང་བེལ་གསེར་བེལ་དཔུལ་བེལ་རྩས་མདོག་འབྱིན། སྦྱ་བཞི་ཁྲིམ་པ་གསོ་ཞིང་རྩ་སེར་  
 འབྲེན། ཅོག་ལ་མ་ཡིས་རྩ་དང་ལྷ་བ་འཛིན། རོ་ཁྲིམ་ཁྲིམ་པ་སྟོས་ཞིང་ཤ་ལུ་གསོ། ལི་གྲིས་རྩལ་གཙོད་དོ་  
 རྩས་རྩས་པ་སྦྱིར། རོ་མཁྲིས་རྩ་སྟོས་གཤའ་དཀར་ཤ་ལུ་སྟེད། རྩོང་རོས་བ་བླ་མེན་ངན་རུལ་བ་གཙོད། རོ་  
 སོལ་དོ་རྣམས་འབྱུ་ཞིང་རྩ་ལ་སྟོས། བ་ལུ་དོ་རྩས་མཐིང་རྩས་རྩ་བ་གསོ། ཏི་ཆ་སེར་པོ་མ་འབྱུབ་མིག་ལ་

ཡན། །མཚལ་གྱིས་མ་འདྲུབ་སྒོ་མཆིན་ཅ་ཚད་སེལ། །ཡིག་བྱ་མིག་དང་བཅས་ཡུག་ནམ་ལ་སོགས། །མིག་ནད་  
 རུས་ཚད་སེལ་ཞིང་རྒྱ་སེར་སྟེམ། །ཅོང་ཞིས་འབྲུག་གཅོད་བད་ཀན་ཚ་བ་སེལ། །རྟོ་ཐལ་པོ་བའི་བད་ཀན་འདྲིལ་  
 བ་གཅོད། །ཏ་ཤིག་ཅ་སྒྱུང་མོ་དེ་དེ་ནད་སེལ། །ཞེས་པ་སྟེ། རྟོ་སྟོན་ནམས་ཀྱི་རུས་པ་བསྟན་པར་བྱ་བ་ནི།  
 སྟུག་པོ་སྤལ་རྒྱབ་ལ་སྦྱིད་དང་འདྲིར་མིང་གཅིག་སྟེ་དེའང་སྟུག་ལ་མཁྲགས་ཤིང་ལྗེ་ལྟེ་བ་སྤལ་པའི་རྒྱབ་ལྟར་ལ་  
 མཆོག་ནི་མཆོད་རྟེན་གྱི་རིས་ཀྱི་འབྲུམ་པ་ཆེ་བ་དང་། དམན་པ་འབྲུམ་པ་རྒྱུད་བ་དེ་གཉིས་པོ་སྤལ་དང་། མོ་སྤལ་  
 མཆོག་པདྨའི་རིས་ཡོད་པའི་འབྲུམ་པ་མེད་པ་དང་། དམན་པ་འབྲུམ་པ་སོགས་གང་ཡང་མེད་པ་ནམས་ནད་  
 གསེས་སུ་བྱེ་བ་དེ་གཉིས་ཀྱིས་རྒྱ་སེར་འབྲུལ་འདྲེན་སྟེམ་ཞིང་ལྟ་བ་འཛིན་པ་དང་རུས་པ་ཆག་པ་ནམས་སྒྱུར་ཞིང་  
 གྲུད་པའང་སྟོམ། དཀར་པོ་སྤལ་རྒྱབ་ལ་སྦྱིད་དང་འདྲིར་མིང་གཅིག་ནི་མཁྲགས་ཤིང་ལྟེ་ལ་རྟོ་སྟོན་རིང་བ་འབྲུམ་  
 ཅན་མཆོད་རྟེན་རིས་པོ་དང་། མོ་པདྨ་རིས་ཏེ་དེ་གཉིས་སོ་སོ་ལའང་མཆོག་དམན་དབྱེན་གོང་བཞིན་དུ་འབྱུང་བ་  
 དང་། དཀར་པོ་ཆེག་བྱབ་དང་། སྟུག་པོ་ཆེག་བྱབ་ལ་སྦྱིར་མིང་གཅིག་དང་འདྲི་སྐབས་སུ་མདུང་ཅེ་དེ་ལ་ཨ་བ་  
 ཞེས་པ་དང་གསུམ་སྟེ། དེའང་མཆོག་འབྲུག་པ་འཛིབས་པ་འདྲ་བ་འཇམ་ཞིང་འབོལ་ལ་སྦྱ་རིང་བ་བཅས་ན་རྒྱ་  
 ཁབ་གཤིབས་པ་ལྟར་རྫོང་ར་དང་ལྟན་པ་དེ་ཉིད་མདོག་གི་དབྱེ་བས་དཀར་པོ་ཆེག་བྱབ་དང་སྟུག་པོ་ཆེག་བྱབ་དུ་  
 གསལ་པ་ལ་མཆོག་དམན་ཀྱང་འོང་བ་དང་། ཁ་ཅིག་སྟུག་པོ་ཆེག་བྱབ་ཅེས་རྟོག་བྱུང་རམ་ངེ་ལྟན་དུ་གསལ་པར་  
 སྦྱིར་མིང་བཞི་འདྲིར་གཉིས་ཏེ་དེའང་དབྱེ་བས་གཡམ་པ་ལྟ་བུ་མདོག་སྟུག་ནག་ངེ་ཆེ་བ་དང་། དེ་དང་འདྲ་བའི་  
 མདོག་དཀར་དེ་དཀར་པོ་ཆེག་བྱབ་དུ་འང་བཞེད་པ་སྦྱང་བ་ལ་སོགས་པ་ནམས་སྟུག་པོ་སྤལ་རྒྱབ་དེ་དང་རུས་པ་  
 འདྲ། དེ་ལྟར་བཤད་པའི་སྤལ་རྒྱབ་གཉིས་དང་མདུང་ཅེ་གཉིས་ལ་རྟོ་སྟོན་པོ་སྟེ་བཞིར་རྩེ་བྱུང་མཁར་བ་བཞེད་  
 མོད་ཀྱང་བྱང་ལུགས་ལག་ལེན་ཕྱི་རྒྱུད་ནས་གསུངས་པའི་སྤལ་རྒྱབ་གཉིས་ཀྱི་སྟེང་གངས་ཐིག་དང་ཅོང་ཞི་ལ་  
 བཞེད་པ་རོ་བོ་གཉིས་ཀ་མཁས་པའི་གསུང་དུ་སོང་བས་རུང་བ་ཞིག་ཡིན་ནམ་སྟེ་ནམས་ནམས་མདུང་ཅེ་ཆེག་བྱབ་ལ་  
 བཞེད་གཤིས་སྤལ་རྒྱབ་དང་མདུང་ཅེ་རུས་པ་གཅིག་པའི་སྟོན་གྱིས་ཕྱི་མ་ལག་ལེན་དུ་ལེགས་སོ། །གངས་ཐིགས་  
 ལ་སྦྱིད་དང་འདྲིར་མིང་གཅིག་དེའང་རིགས་ཀྱི་དབྱེན་མོ་ཅོང་གི་རིགས་དཀར་ཞིང་སོབ་པ་མཉེན་ལ་འབོལ་བ་ཞིག་  
 དང་། རིལ་མོ་སྟན་མ་ཅམ་མཁྲགས་ལ་དཀར་ལ་འབྱུང་བ་གཉིས་ཀྱིས་དེ་བཞིན་དུ་མཆིན་པའི་ཚ་བ་སེལ། ཁབ་  
 ལེན་ལ་སྦྱིར་མིང་བཞི་འདྲིར་གཅིག་ནི་རིགས་བཞི་སྟེ། འགྲུགས་བྱེད་གཅོད་བྱེད་འབྲིགས་བྱེད་སྟོར་བྱེད་དེ་བཞི་  
 ལའང་མཆོག་འབྲིང་དམན་གསུམ་ལས་མཆོག་རི་རབ་ཀྱི་ལྟོར་ཁབ་ལེན་གྱི་བྲག་སང་གེ་ལྟ་བུ་ཡོད་པའི་དབང་  
 གིས་ལོགས་ཁྱིམ་སོགས་ལུགས་ནམས་ཀྱི་ཁ་ཕྱོགས་བྱང་དུ་གཏོད་པ་དང་། འབྲིང་རྒྱ་ནག་སོགས་ནས་འབྱུང་བ་  
 ཁབ་བརྩ་ཅམ་སྟེལ་ནས་ལེན་བྱབ་པ་དང་། སལ་པ་ནི་རྟོ་སྟོན་ནག་ཁ་བ་ལ་སོགས་པའི་ལུགས་རིགས་ལེན་བྱབ་

ཚམས་པ་བཅས་ཀྱིས་ཁོང་པ་སོགས་ལ་མདེུ་སོང་བ་ནམས་འབྱེན་ཞིང་ཁྲད་པ་དང་རུས་པའི་ཅ་ནད་ཀྱང་སེལ། བེ་  
 ལྷ་བས་ལ་སྤྱི་དང་འདྲིར་མིང་གཅིག་ནི་མདོག་གི་དབྱེ་བས་རིགས་སེར་སྤྱི་དང་སེར་སྤྱི་གཉིས་ཀྱིས་རུས་པ་སྤྱོར་  
 ཞིང་མེན་པ་གཙོ་དཔེ་དང་ཤུ་སྟེད། མཁྱེར་ལ་སྤྱི་དང་འདྲིར་མིང་གཅིག་སྟེ། དེ་ཡང་བྱར་མཁར་བ་དོན་ག་  
 མཁྱེར་གས་ཤིང་དཔེ་ལྟ་འཆིངས་པར་དགོས་པ་དེ་ཉིད་ལ་བཞེད། གོང་སྤྱན་པ་དང་སྤྱི་མས་པ་ཆོ་དབང་མདོག་  
 མཆིན་པ་འབྲ་བའི་འོད་འཆོར་བ་ཞིག་ལའང་བཞེད་ཀྱང་། རོ་བོ་ནི་མདོག་མ་ངེས་པར་ལྷག་གི་རུ་འབྲ་བ་དང་།  
 དགའ་འབྱེད་ཀྱི་རི་མོ་ལྟ་བུའམ་ཕོ་སྟོར་གྱི་དབྱེ་བས་ཅན་ཅིང་བ་ལ་ཕོ། ཞིབ་ཅིང་འཇམ་པ་ལ་ཕོ། འབྲིང་བར་མ་  
 ཉིང་དུ་འཛིན་པ་དེ་དག་གིས་རུས་པའི་ཆད་པ་ནམས་སེལ་བར་བྱེད། སག་མགོ་ལ་སྤྱི་དང་འདྲིར་མིང་གཅིག་  
 དེའང་འབྲ་བ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་པའི་བཏགས་མིང་སྟེ་སག་མགོའི་དབྱེ་བས་ཅན་མདོག་དམར་སེར་སྤྱི་ལ་རིས་ཡོད་  
 པ་དེས་རུས་པ་ཉམས་པ་ནམས་གསོ་ཞིང་རྒྱ་སེར་འབྲེན། བྱེད་མགོ་ལ་སྤྱི་དང་འདྲིར་མིང་གཅིག་དེའང་ཆོ་རྒྱུང་  
 དང་འཇམ་རྒྱུབ་ཀྱི་དབྱེ་བས་བྱེ་མགོ་ནི་ནས་བཞུགས་ཀྱི་མགོ་འབྲ་བ་ལ་དོག་དཀར་སྟོ་འཇམ་ལ་རྒྱུང་བ་དེ་མཆོག་དང་།  
 དམན་པ་དམར་སྤྱི་ཆོ་ལ་རྒྱུབ་ཅིང་ཁྲའི་མགོ་འབྲ་བ་གཉིས་ཀྱི་གོང་མ་སག་མགོ་དེ་བཞིན་དུ་ཤུ་སྟེད་པར་བྱེད་པ་  
 དང་། གསེར་དོན་ལ་སྤྱིར་མིང་གསུམ་འདྲིར་བྱང་ཁོག་དང་མིག་ནད་དུས་ཀྱི་ཏ་བྱ་དང་གཉིས་ ཏ། དེའང་  
 དབྱེ་བས་ངེས་མེད་ཕྱི་བལྟས་སྤྱི་ཕོ་སེར་ཉམས་ཅན་བཅག་ཁ་གསེར་ལྟར་འཆོར་བ་དེ་ཡིན་པ་དང་། དཔེ་ལྟ་དོ་  
 ལ་སྤྱིར་མིང་གསུམ་འདྲིར་གཅིག་ དེའང་དབྱེ་བས་ངེས་མེད་ཕྱི་བལྟས་སྤྱི་ལ་ནང་ནས་དཔེ་ལ་མདོག་འཆོར་ཞིང་  
 བཞུས་ན་དཔེ་ལ་འབྲུང་བ་དེ་གཉིས་ཀྱིས་རྒྱ་སེར་ནམས་འབྲེན་པར་བྱེད། སྤྱང་བེལ་ལ་སྤྱིར་མིང་བཞི་འདྲིར་  
 གཅིག་སྟེ་དོ་ལ་དོག་ནག་ཕོ་བཅག་ན་རྒྱ་ཁབ་གཤེབས་པ་ལྟ་བུ་འོད་ཟེར་འཕྲོ་ཞིང་། དེ་ཡང་ནག་པའི་ཆད་ནི་དོ་  
 བྱང་བ་ཞེས་བཅོམ་ལྟན་འདས་ཀྱི་དབྱེ་སྤྱི་དང་མཆོངས་པར་བཤད་པ་དེ་དང་། གསེར་བེལ་ལ་སྤྱི་དང་འདྲིར་མིང་  
 གཅིག་དེའང་གསེར་དོན་འབྲ་བ་དབྱེ་བས་སྤྱི་ཆོགས་འབོལ་བ་འོད་སྤྱི་རིང་བ་རྒྱ་ཁབ་གཤེབས་པ་ལྟར་འཕྲོ་བ་དེ་  
 དང་། དཔེ་ལྟ་བེལ་ལ་སྤྱི་དང་འདྲིར་མིང་གཅིག་ དེའང་དབྱེ་བས་སྤྱི་ཆོགས་དཔེ་ལྟ་དོ་ལས་འབོལ་ཞིང་ལྟར་བ་འོད་  
 སྤྱི་རྒྱ་ཁབ་གཤེབས་པ་ལྟར་རིང་བ་དེ་དང་བཅས་པ་གསུམ་གྱིས་རུས་མདོག་འབྱེན་ནོ། །ཁྱུ་བཞི་ལ་སྤྱིར་མིང་  
 བདུན་འདྲིར་ས་མང་ལོང་བྱ་དང་། ས་མང་ཆོ་ལོང་བཅས་གསུམ་སྟེ་དེའང་མིང་གིས་དོན་སྟོན་པ་དེ་ཉིད་ལ་ལ་དོག་  
 གི་དབྱེ་བས་དཀར་ནག་གམ་སེར་སྤྱི་གཉིས་སྤྱི་བཞེད་པའི་ནང་གསེས་ཀྱི་རུས་པ་དཀར་ཕོ་འམ་སེར་ཕོ་ས་མིག་  
 ལ་སུན་ཞིང་། ནག་ཕོ་འམ་སྤྱི་ཕོ་ས་ཁྱི་དུག་ལ་སུན་སྟེང་གདོན་བསྐྱུང་སྤྱི་རུས་ཀྱིས་ཁྲད་པ་གསོ་ཞིང་རྒྱ་སེར་  
 འབྲེན། ཅོག་ལ་མཁའ་རྒྱ་མཚལ་ལ་སྤྱི་མིང་གཅིག་འདྲིར་དཀར་ཕོ་ལ་མཚལ་དཀར་དང་གཉིས། དེའང་རང་  
 སྤྱི་དང་དཔེ་ལྟ་སྟོང་རོས་སོགས་ལ་བཟོས་པར་ཡང་བཞེད་ཅིང་རོ་བོ་ལ་དོག་དམར་ནག་རྒྱ་ཁབ་གཤེབས་པ་ལྟར་

འོད་ཟེར་འཕྲོ་བ་དཀར་ནག་གཉིས་ཀྱིས་ཅུ་དང་ལྷ་བ་ནམས་འཛིན། དཀར་པོས་འབྲུམ་བྱའི་ཚ་བ་སེལ། རྟོ་ཁྲད་  
 ལ་སྦྱི་དང་འདྲིར་མིང་གཅིག་ དེའང་འདྲ་བ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་པའི་བཏགས་མིང་སྟེ་ཁ་དོག་དཀར་གྲོ་འབྲུམ་པ་  
 ཡོད་པའི་ཁྲད་པ་འདྲ་བ་དེས་ཁྲད་པ་སྟོམ་ཞིང་ཤུའང་གསོ། ལི་གི་ལ་སྦྱིར་མིང་དུག་འདྲིར་གཅིག་སྟེ། དེའང་  
 རྟོ་ལས་བྱུང་བ་རྩལ་པ་ཞིག་དང་། ས་ལས་བྱུང་བ་འཇམ་པ། ཤིང་ལས་བྱུང་བ་སྣ་ཅུང་ཟད་ཡོད་པ། བལ་པོར་ཞ་  
 ཉེ་ལ་བཟོས་པ་སོགས་མཆོག་དམན་ལས་ཁ་དོག་དམར་སེར་ཚོན་དུ་རུང་བ་དེས་རུལ་བ་གཙོ། རྟོ་རྩལ་སྦྱིར་  
 མིང་གཉིས་འདྲིར་གཅིག་རྒྱད་འགར་ཡི་གེ་ཉ་མས་པས་ད་རྒྱར་སོང་བ་བྱང་ཁོག་ལེར་དངུལ་རྒྱ་དུག་པལ་ཞེས་པ་  
 དུལ་བཅས་བྱབས་པའི་ད་རྒྱར་སོང་བའི་དངུལ་རྒྱ་སོགས་དང་འབྲུལ་པ་སྣ་ཆོགས་ཤིང་བྱར་མཁར་བ་བེ་ཆ་བཟོས་  
 པའི་རྩེས་སུ་འབྱུང་བར་བཞེད་པ་དང་། འགེལ་པ་ཁ་ཅིག་དུ་མཚལ་གྱི་ད་རྒྱར་བཞེད་པ་ཡང་དངུལ་རྒྱ་བཞིག་  
 པའི་རྩེས་བཟོས་པ་མཚལ་དཀར་ལའང་འདོད་པ་སོགས་ནམ་གངས་ཇི་སྟེད་ཅིང་རྒྱད་ཡིག་འདི་སྐབས་ད་རྒྱར་རང་  
 གི་དབང་དུ་བཏང་ན་ཡུལ་སྐད་འགར་ད་རྒྱ་ཟེར་བ་མཚལ་རྒྱ་ཁབ་གཤིབས་པ་འདྲ་བ་འདི་མཚལ་ལ་རུས་པ་  
 གསུམ་བཤད་དགོས་ཀྱི་ལྷོག་ལ་མ་ཡིན་པས་སྒྲོས་སྒྲོན་ཅམ་ལས་རུས་པ་མི་འགལ་བ་འདུག་ཀྱང་ངོ་བོ་རྟོ་རྩེས་  
 ཉེ་དམ་པ་དང་པོའི་སངས་རྒྱས་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་ཡེ་ཤེས་ལེའུའི་ཆོགས་བཅད་ཉིས་བརྒྱ་གཉིས་པར། རྟོ་ཡི་རྒྱ་  
 བོ་ས་རུ་གྱུར་ཉེ་རི་བོང་ཅན་གྱི་རྒྱ་བོ་རྒྱ་དང་མེ་ཡི་རྒྱ་བོ་མེ། ཞེས་དང་། མ་ལ་ཡའི་འགེལ་པ་ལས་ཀྱང་། རྟོ་རྩེ་  
 རང་བཞིན་རྒྱ་ཚན་ནི། ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་རྒྱ་ཚན་ནམས་ཀྱི་འགྲམ་རྟོ་རྩལ་སོང་བ་ལྷ་བྱའི་ཁ་དོག་  
 སེར་པོ་དེས་རུས་པ་སྦྱོར། རྟོ་མཁྲིས་ལ་སྦྱི་དང་འདྲིར་མིང་གཅིག་དེའང་སེར་པོ་མཁྲིས་མདོག་ཅན་དབྱིབས་ངེས་  
 མེད་ལྷེ་ལ་གྲུན་ན་འབྱར་ཞིང་རོ་ཁ་བའི་ཉ་མས་ཡོད་པ་དེ་མཆོག་དང་། དམན་པ་ནི་རོ་ཁ་བ་མདོག་ངེས་མེད་དེ་  
 གཉིས་ཀྱིས་ཅུ་ཁ་སྟོམ། བཤའ་དཀར་ལ་སྦྱི་དང་འདྲིར་མིང་གཅིག་སྟེ་དེའང་ཟངས་ལ་བསྟེན་ན་ལི་འབྱུང་བ་དེ་  
 ཡིན་ཡང་དོན་རྟོག་རིགས་ལས་འབྱུང་བ་དང་རྟོ་སྟན་གསུངས་སུ་གསུངས་པས་ན་རྟོ་དེ་ཉིད་དགོས་པར་སེམས་པས་དེ་  
 དག་ནི་དངུལ་རྟོ་འདྲ་བའི་དཀར་བ་ཞིག་འོང་བ་དང་། བཟུ་བཏུལ་གྲུབ་པའི་ངོ་བོ་གཉིས་ཀྱིས་ཤུསྟེད། ལྷོང་  
 རོས་ལ་སྦྱིར་མིང་གསུམ་འདྲིར་གཅིག་དེའང་ངོ་བོ་རྟོ་དམར་སེར་ངི་མ་ཅན་འབྲུལ་གཞི་རྒྱུད་བ་དེ་དང་། བ་སྒྲ་ལ་  
 སྦྱིར་མིང་བཞི་འདྲིར་གཅིག་ནི་གོང་བཤད་དེ་ལས་རུང་ཟད་སེར་རྒྱ་ངི་མ་ཅན་ཚོན་བྱེད་པ་དེ་གཉིས་ཀྱིས་མེན་ངན་  
 རུལ་བ་གཙོད་རུས་ཤིང་གདོན་རིམས་ཀྱང་བསྟུང་། ལྷོང་རོས་སྒྲེར་གྱིས་སྒྲེ། རྟོ་སོལ་ལ་སྦྱི་དང་འདྲིར་མིང་  
 གཅིག་ དེའང་ཁ་དོག་ནག་པོ་གསོམ་སོལ་འདྲ་བ་མེ་ལ་བསྟེན་ན་ན་མེ་འབར་བ་དེས་རྟོ་ནམས་འཇུ་ཞིང་ཅུ་ཁ་འང་  
 བསྟོམ། བ་རུ་ལ་སྦྱི་དང་འདྲིར་མིང་གཅིག་སྟེ་ངོ་བོ་འདྲ་བའི་སྟོ་ནས་བཏགས་པ་ཡིན་ལ་དེའང་ཁ་དོག་ངེས་མེད་  
 བཅག་ན་རྩ་གཞོབ་མནམ་པ་རྩིང་ཞིབ་ཀྱི་པོ་མོ་མ་ནིང་གསུམ་འོང་བ་དང་། རྟོ་རྒྱས་དང་མཐིང་རྒྱས་མདོག་གི་

དབང་གིས་སྔོན་པོ་ལྗང་ལ་སྤང་རྒྱས་རྣམས་ལ་སྤྱི་དང་འདྲིར་མིང་གཅིག་སྟེ། དེའང་རྒྱས་པ་འདྲ་བ་ལ་རེག་བྱ་  
 འཇམ་པ་དཀར་པོར་ཡོད་ན་རྟོ་རྒྱས་དང་། སྔོན་པོར་ཡོད་ན་མཐིང་རྒྱས་ཟེར་ལ། རྒྱ་གར་དུ་འདི་ལ་གོས་འཛེས་  
 རྒྱལ་མཆིས་ཤིང་བོད་དུ་འང་པར་ཁེབས་ཀྱི་རྣམ་པ་འདུག་པ་མཐོང་ལ་དེ་གསུམ་གྱིས་རྒྱ་བ་རྣམས་གསེའོ། གྲི་ཆ་  
 ལ་སྤྱི་དང་འདྲིར་མིང་གཅིག་སྟེ། དེའང་ཟུར་མཁར་བ་དང་སྤྱུ་པ་གཉིས་རྟོའི་རིགས་ཏེ་བཞུས་ན་ཞཉི་འབྱུང་བ་ལ་  
 བཞེད་ཀྱང་བཞུས་ན་གྲི་ཆ་འབྱུང་བའི་རྟོ་སེར་པོ་མཆོག་དང་། དམན་པ་དམར་པོ་གཉིས་དང་བཞུ་བུལ་གྲུབ་  
 པའི་རོ་བོ་བཅས་ཀྱིས་མ་འདྲུབ་ཅིང་མིག་ནད་དང་བསེ་བྱི་ལ་ཕན། མཚལ་ལ་སྤྱིར་མིང་བརྒྱད་འདྲིར་གཅིག་  
 དེའང་ཡུལ་ངེས་མེད་ནས་ཀྱང་འབྱུང་བའི་མཚལ་དངོས་དེ་རིགས་དབྱེ་བྱས་ན་པལ་ཆེར་ནག་པོའི་རིགས་སུ་  
 གཏོགས་པ་དེས་མ་རྣམས་འདྲུབ་ཅིང་སྒོ་བ་དང་མཆིན་པའི་རྩ་ཆད་རྣམས་སེལ། ལིག་བྱ་མིག་ལ་སྤྱིར་མིང་  
 གཉིས་འདྲིར་གཅིག་སྟེ། འདི་ལ་ཟུར་མཁར་བ་རེས་སྤང་བྱིལ་དང་། རེས་མདུང་ཅེ་འདྲ་བ་ལ་དེ་ལས་སྤྱིད་ཡང་  
 བ་ཞིག་ཡོད་པར་བཞེད་པ་དང་། བྱིངས་རྣམས་ཀྱིས་གང་ཡིན་མ་རྟོགས་པར་མདུང་ཅེ་སྤྱུག་པོ་བཅས་ན་སེར་པོར་  
 འོང་བ་དེ་ལ་བཞེད་པ་སོགས་ལོང་བའི་མཁར་བ་ལྟར་གར་འཇུགས་མེད་པ་མཇེད་མོད་ཡིན་ན་འང་པད་དཀར་  
 རྒྱན་པོ་ལས། ལིག་བྱ་མིག་ནི་རོ་བོ་རྟོ་ཡིན་ཅིང་། །དམར་སེར་སྔོ་ལྗང་འདྲེས་པ་མིག་གི་རྒྱན། །འདི་ནི་རྩ་ལས་  
 བྱུང་བའི་རིན་པོ་ཆེ། །འདི་ཡི་རུས་པས་རྒྱ་སྐར་གཞོད་པ་ཐུབ། །ཅེས་བཤད་པ་དང་། རྐང་དོད་དུ་ཨ་ཇ་ན་མ་ཁི་  
 ཞེས་ཞོར་བྱར་ཡང་བཤད་ཅིང་། གཟི་དེའང་རྟོ་རིགས་རྙིང་མའམ་ཞོར་བྱའི་རིགས་ནས་རུས་པ་མི་འགལ་ཙམ་  
 བཅས་གཟི་མདོག་ནག་ལ་དམར་སེར་སྔོ་ལྗང་གི་མིག་ཡོད་པ་དེ་མི་འཐད་པ་རང་མ་མཆིས་རུང་། མཆོག་ནི་རྟོ་  
 མིག་གི་རྣམ་པ་འབྱུར་སྟབས་སུ་ཡོད་པ་རྩི་བཅག་ན་མཁྲེགས་ཤིང་འོད་ལྡན་ནག་པོ་མཆོག་དང་སེར་པོ་འང་འོང་བ་  
 དེ་དང་། བཅག་ལ་སྤྱིར་མིང་གཉིས་འདྲིར་གཅིག་ནི་རྟོ་དམར་པོའི་རིགས་ཏེ་ཡུལ་སྐད་དུ་བཅག་ཟེར་བ་དེ་དང་།  
 སྔོ་ཡུག་ཅེས་པ་ལ་སྤྱི་དང་འདྲིར་མིང་གཅིག་དེང་རིགས་བཅག་དང་འདྲ་བའི་མདོག་སྔོན་པོ་ཁང་པ་སོགས་ལ་  
 གསེལ་བ་དེ་རྣམས་ལ་སོགས་པས་མིག་ནད་དང་རུས་ཆད་སེལ་ཞིང་རྒྱ་སེར་རྣམས་སྟེམ། ཅོང་ཞི་ལ་སྤྱིར་མིང་ལྗང་  
 འདྲིར་གཅིག་སྟེ། དེའང་རིགས་ལྗང་སོགས་རྒྱས་པ་རྩ་རྒྱུད་དུ་བཤད་ཟིན་པ་ལྟར་གྱིས་འཁྱུ་བ་གཙོད་ཅིང་བད་ཀན་  
 གྲི་ཆ་བ་རྣམས་སེལ་བཅུད་ལེན་གྱི་གཙོ་བོ་ཡིན། རྟོ་ཐལ་ལ་སྤྱི་དང་འདྲིར་མིང་གཅིག་དེའང་འདི་ལ་རིགས་དང་  
 ཁ་དོག་མང་ཞིང་འདི་ཉིད་མང་པོ་ཡོད་སར་རྒྱ་ཆན་ཡང་འབྱུང་ཞེས་དང་། རོ་བོ་རྟོ་ལྷན་བཟོ་བའི་པལ་སྐད་རྟོ་  
 ཞོར་གསལ་པ་དེ་བསྟེགས་པའི་ཐལ་བས་པོ་བའི་གནས་སུ་བད་ཀན་འདྲིལ་བ་རྣམས་གཙོད། ཉུ་ཤིག་ལ་སྤྱིར་  
 མིང་བཞི་འདྲིར་ཐོ་ལེ་ཀོར་དང་གཉིས། དེའང་ཁ་དོག་གི་དབྱེ་བས་དཀར་དམར་སྔོ་ནག་ངེས་མེད་མིག་བལྟས་སུ་  
 ཉམས་ཅན་ལ་རྟོན་འབོལ་ཞིང་རི་མོ་ལེན་བདེ་བ་ཞིག་འོང་བ་དེས་རྩ་ནད་རྣམས་སྤྱིང་ཞིང་མ་ལ་ཕན། མོ་རྟོ་ལ་སྤྱི་

དང་འདྲིར་མིང་གཅིག་སྟེ། དེ་ཡང་དངོས་ནི་བྱད་མེད་ལ་དེལ་ནད་བྱང་ནས་བཏོན་པ་དེ་པོ་ལ་འཇུག་པ་དང་། དེ་  
བཞིན་དུ་མོ་ལ་པོ་དེ་དེ་འཇུག་ཅིང་མ་རྟེན་ན་ཆུ་ཁྲུང་ཁའི་དེལ་འཇམ་གྱིས་ཀྱང་དེལ་ནད་སེལ་ཞིང་ཆུ་དེ་དེའི་  
དུགས་ཀྱིས་ཁྲག་འབྱུགས་དང་དོ་དུག་ལ་ཕན། གཞན་ཡང་དོ་ཕ་ལམ། ལྷགས་དོ་སོགས་དོ་རིགས་མཐའ་གྲས་  
ཤིང་གོང་གསལ་ནམས་ལ་ཡང་པོ་མོ་མ་ནིང་ཆང་མར་འབྱེད་པའང་མཆིས་ཏེ་རིག་བྱ་རྩལ་པ་ནམས་པོ་འཇམ་པ་མོ་  
བར་པ་མ་ནིང་དུ་དབྱེད་གོས་པ་ལས་གཞན་དག་རྒྱས་པར་མ་སྒྲིམ་སོ། །

༣ སའི་སྒྲན་གྱི་རུས་པ་བསྟན་པ།

ས་ཡི་སྒྲན་གྱི་རུས་པ་བསྟན་པ་ནི། གསེར་གྱི་བྱེ་མས་མཁལ་ནད་ཆུ་འགགས་སེལ། སི་རྩ་ར་ཡིས་རྩ་ཚད་དོན་  
མ་གསོ། རྒྱག་ཁྲག་སྒྲེམ་ཞིང་མེས་འཆོག་མ་ལ་ཕན། ཟེ་ཚྭ་དོ་འཇུ་དེ་འུ་དོ་སྒྲན་བཞིག་ཡ་བཀྲར་དོད་སྟེད་  
སྒྲན་ནད་སྟོང་། བྲལ་ཏོག་རུལ་གཙོད་རྩམ་པ་ལྷགས་པར་བྱེད། བྲུ་ཟི་སེར་པོ་གདོན་འཛོམས་རྒྱག་ཁྲག་  
སྒྲེམ། རྒྱག་མཚུར་སེར་མཚུར་རུལ་གཙོད་སྒྲན་ལ་བསྟོ། བེག་པན་འབྲས་གཙོད་སྒྲན་བཞིག་ཡིང་ཐོག་  
ལེན། དོ་རིག་དུག་དང་ཚད་པ་རྟིང་པ་སེལ། ། བྲག་ཞུན་ཚད་པའི་ནད་ནམས་ཀྱན་ལ་ཕན། ཁྱད་པར་པོ་  
མཆིན་མཁལ་ཚད་སེལ་བའི་མཆོག་ཞེས་པ་སྟེ། སའི་སྒྲན་ནམས་གྱི་རུས་པ་བསྟན་པ་ནི་གསེར་གྱི་བྱེ་མ་ལ་སྟེ་  
དང་འདྲིར་མིང་གཅིག་སྟེ། དེའང་འདི་སྒྲན་ཉིད་སྤྱོད་དཀོན་པའི་དབང་གིས་ངོས་འཛིན་ཡང་ཤིང་གི་འབྲུ་རྒྱུང་  
ཞིག་འོང་བ་དང་། ཐོན་པོའི་རྒྱག་པ་ཟེར་བའི་སྤྱོད་ལྷུ་དེའི་འབྲུ་ལ་བྱེད་པ་སོགས་མཆིས་ཀྱང་། རོ་བོ་ནི་མཆོ་  
འགམ་ནས་འབྲུང་བའི་བྱེ་མ་ལྟ་བུ་སེར་པོ་མཆོག་དང་། ཕལ་པ་དུ་ཁ་རོ་ཁ་ཞིང་ཆ་བ་དེང་སང་མོད་ཅིང་འཁྲལ་སོ་  
རྒྱུང་བ་དེས་མཁལ་ནད་དང་ཆུ་འགགས་ཀྱང་སེལ། སི་རྩ་ར་ལ་སྟེར་མིང་དུག་འདྲིར་གཅིག་དེའང་སི་རྩ་ར་ཞེས་  
པ་རྒྱ་མཆོ་དང་། ར་ཆགས་པའམ་ཁྲག་ལའང་འཇུག་པས་མཁའ་འགྲོའི་མངལ་ཁྲག་དུ་འང་བཞེད་ལ་དོན་གནས་  
བཟང་གི་བྲག་ཁྲུང་དང་མཆོ་འགམ་ལ་ཆགས་པའི་ཁ་དོག་ཡི་ཁྲི་འབྲུ་རུང་དམར་སེར་དེས་རྩ་ཚད་དང་དོན་མ་  
གསོ་བ་དང་རྒྱག་ཁྲག་སྒྲེམ་ཞིང་མེས་ཆོག་གི་མ་ལའང་ཕན། ཟེ་ཚྭ་ལ་སྟེར་མིང་བཞི་འདྲིར་འཇུ་རྩ་དང་གཉིས་དེ་  
དག་ནི་ལྷག་པ་དང་། ཀྱང་རྟིང་ལ་ཆགས་པའི་ས་སྒྲུམ་པོལ་རྒྱ་ཆའི་རོ་བོ་བ་དེ་ལ་བཙོས་པའི་ཁ་དོག་དཀར་པོ་  
ཤེལ་ལྟར་དྲངས་པ་དེས་དོ་ནམས་འཇུ་ཞིང་དེའུ་དང་དོ་སྒྲན་བཞིག་ཅིང་ཆུ་འགག་འབྱིགས། ཡ་བཀྲར་ལ་སྟེ་དང་  
འདྲིར་མིང་གཅིག་དེའང་དངོས་ནི་ལྷ་ཟེར་ལས། ནས་ཆོག་འཁྲུས་པའི་ཐལ་བ་ཞེས་བསྒྱུར་བས། ནས་སྟོན་པོ་དེ་  
མོ་ལ་བསྐྱེད་པའི་ཐལ་བ་དེས་ཞག་གཅིག་སོང་བའི་ཁར་ཆགས་པའི་བ་ཆ་འབྲུ་བ་དེ་ཡིན་ཞེས་འགྲེལ་པ་འདོད་  
འཛོར་གསུངས་ཤིང་། གཞན་ཡང་སྐད་དོད་དུ་ཡ་བ་ན་ནས་དང་ཀྲར་འཁྱར་བ་ཡིན་ཏེ་འདུལ་བ་ནས་ཀྱང་ནས་  
ཆོག་ཐལ་བ་འཁྱར་བྱེད་ཡིན་པར་གསུངས་ཤིང་། རུས་པའི་དབང་དུ་སོང་ནའང་ལྷ་ཟེར་དུ། ནས་ཆོག་འཁྲུས་

པའི་ལན་ཚུ་ནི། སྐྱོན་དང་སྤྱིང་ནད་སྐྱུ་ཐབ་དང་། ཞེས་སོགས་དུ་མར་བཤད་པས་རྟོགས་ཀྱང་། དེང་སང་ནི་  
 བྲག་ཆེན་པོའི་གདན་ལ་ཆགས་པའི་ཐལ་བ་དཀར་པོ་ལག་པར་བཅངས་ནས་བཙོང་ན་སྐད་འདོན་པ་དེས་ཀྱང་  
 རུས་པ་མི་འགལ་བས་རྩོད་སྐྱོད་ཅིང་སྐྱོན་ནད་རྣམས་སྦྱོངས། བུལ་ཏྲིག་ལ་སྦྱིར་མིང་ལྟ་འདྲིར་འཛིན་གྱི་བོད་ཚུ་  
 དང་གསུམ་ནི། དེའང་ས་ཚུ་གང་འདྲ་བའི་རོ་ཁ་བ་ད་ལྟ་ཇ་སོགས་ལ་འདེབས་པའི་འབྲུལ་གཞི་རྒྱུ་བ་དེས་རུལ་  
 གཙོད་ཅིང་རྩམ་པ་ཐུགས་ལ་དུག་ནད་རྣམས་སེལ་བར་བྱེད་དོ། ། སྦྱ་བྱི་ལ་སྦྱིར་མིང་བཙུངས་ཀྱི་འདྲིར་  
 གཅིག དེའང་རྒྱ་ཆེན་ཡོད་པའི་ཉེ་འདབས་སུ་འབྱུང་སྟེ་འདི་ལ་རིགས་དཀར་ནག་སེར་གསུམ་དང་། ནག་པོ་ལ་  
 ཡང་རིགས་གཉིས་སོགས་སྦྱོས་པ་ནི་མང་ལ། དེ་ནང་ནས་སེར་པོ་མཆོག་སྦྱོས་ཤེལ་འདྲ་བ་དང་དམན་པ་ས་དང་  
 འདྲེས་པའི་དཀར་པོ་གཉིས་ལན་མང་དུ་བརྟལ་བའི་སེར་པོས་གདོན་འཛུམས་ཤིང་རྣག་ཁྲག་རྒྱ་སེར་སོགས་སྐྱེས།  
 ནག་པོ་རུ་འདྲ་བ་བྱི་མ་མན་ཞིང་འོད་ཅན་མཆོག་དང་། དམན་པ་རུ་མེས་ཆོག་པ་འདྲ་བས་མེད་བལ་སོགས་  
 གཉེན་འཛུམས་སོ། རྣག་མཚུར་ལ་སྦྱིར་མིང་བཙུག་འདྲིར་གཅིག་སྟེ། དེའང་མདོག་ལྗང་སེར་དུ་ཁ་བཅས་ཆེར་མ་  
 དེས་ཀྱང་དེ་དག་གི་ལྷ་བ་ལྷགས་ལ་བྱུགས་ནས་མཉེས་ན་ཟངས་ལྟར་དམར་པོར་གཏོང་བྱུང་ལ། ཡང་ན་ཨ་རུ་  
 རའི་ཁྲ་བར་བཏབ་ན་ནག་པོར་འགོ་བཤེད་དང་། སེར་མཚུར་ལ་སྦྱི་མིང་གོང་དང་མཐུན་ཞིང་འདྲིར་གཅིག དེའང་  
 ཆོས་ཀྱི་སྒྲོན་དུ་སྐྱེས་བུ་ལའང་རྒྱག་ཅིང་། དེ་ཉིད་ཨ་རུ་རའི་རྒྱུར་བཏབ་ན་སེར་པོར་འགོ་བཤེད་དེ་གཉིས་ཀྱིས་  
 རུལ་བ་གཙོད་ཅིང་སྐྱོན་ལའང་བཞོ། ནག་མཚུར་གྱིས་སྦྱ་བྱི་བ་ལའང་ཕན། བྱི་པན་ལ་སྦྱི་དང་འདྲིར་མིང་  
 གཅིག་དེའང་ཆད་རྒྱུང་སོགས་ལ་རུས་པ་ཆོ་འདྲ་བས་སྒྲོག་པ་བསྐྱེད་པ་ལ་འདོད་པ་དང་། ས་སྐྱ་སྐྱོན་གྱིང་པའི་  
 གསེར་བྱེད་རུལ་བྱེན་བུལ་ཏྲིག་ཡིན་པར་བཤད་འདུག་ཀྱང་། རོ་བོ་ས་སྐྱོན་ཡིན་ཅིང་མཚུར་གྱི་ཡོན་ཏན་དང་  
 རྩོགས་འདྲ་བའི་མདོག་སྒྲོན་པོ་ཇོ་ཀླུ་པལ་སྐད་དུ་ནི་ལ་ཐོ་ཐ་བེར་བ་དང་། རུང་ཟད་དཀར་བ་བཅས་རིགས་  
 གཉིས་འབྱུང་ཞིང་ཐོས་ན་མཚུར་བྱོ་བ་དེ་གཉིས་ཀྱིས་འབྲས་གཙོད་ཅིང་སྐྱོན་བཞིག་པ་དང་ཡིང་ཐོག་ཀྱང་ལེན་ལ་  
 རྒྱུང་ཆད་འཐབས་པར་ཕན། རྩོད་ཀྱི་ལ་སྦྱིར་མིང་བཙུགས་ཀྱི་འདྲིར་བཟན་པོའི་རྩོག་པ་དང་དམར་སེར་བཅས་  
 བཞི་ནི་ཁ་བྱང་བསྟན་གྱི་བྲག་གི་འང་སྤྱིབས་ལ་ཆགས་པའི་རྩོག་པ་དམར་པོ་སེར་པོ་དཀར་པོ་ལྗང་གུ་ནག་པོ་  
 སོགས་ཀྱི་ནད་ནས་དམར་པོ་མཆོག་དུ་འཛིན་པ་བཅས་ཀྱིས་དུག་དང་ཆད་པ་རྟིང་པ་རྣམས་སེལ། བྲག་ལུན་ལ་  
 སྦྱིར་མིང་བརྒྱད་འདྲིར་ཤི་ལ་ཇ་དུ་དང་གཉིས་ཏེ། འདིའང་ཁ་བྱང་བསྟན་གྱི་བྲག་ལ་རྒྱ་སྐྱེད་ཀྱི་ཁྲ་བ་ལྟར་  
 འཛིག་པ་དེ་ལ་རིགས་ལྟའམ་ སྦྱོན་དུག་སོགས་ཀྱི་རྒྱས་སྦྱོས་ཅ་རྒྱུ་དུ་བསྟན་བྱེན་པ་དེས་ཆད་པའི་ནད་རྣམས་  
 ཀུན་དང་། རྒྱུང་ནད་བསྐྱེད་པའ་ཕན་ཞིང་། རུད་པར་དུ་ཕོ་བ་དང་། མཆོན་པ་དང་། མཁལ་མའི་ཆད་པ་  
 རྣམས་སེལ་ལ་བཙུད་ལེན་གྱི་མཆོག་དུ་འགྱུར་རོ། །

༤ ཤིང་སྒྲན་གྱི་རྩམ་པ་བསྟན་པ།

དེ་ལ་མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱུ་པར་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་ནི།

ཤིང་སྒྲན་ཙ་བ་ལྷུ་མ་བྱ་སྒྲོང་པོ་དང་། ཡལ་ག་རྒྱུ་དང་ལྷན་པ་ཐང་རྒྱུ་དང་། ལེ་མ་མེ་རྟོག་འབྲས་བྱ་བ་རྩ་རྩ་  
འབྱུར། ཅི་སྒྲན་རྩ་ཤིང་སྒྲོག་ཆགས་ལས་བྱུང་བ། ཐང་སྒྲན་ཙ་བ་དར་པ་ལེ་མ་དང་། མེ་རྟོག་འབྲས་བྱ་ལྷུ་  
འབྱུར་བ་ཡིན། ཞེས་པ་སྟེ། ཤིང་གི་སྒྲན་ལ་ཙ་བ་དང་ལྷུ་མ་བྱ་དང་སྒྲོང་པོ་དང་ཡལ་ག་དང་། རྒྱུ་དང་ལྷན་པ་  
དང་ཐང་རྒྱུ་དང་ལེ་མ་དང་མེ་རྟོག་དང་འབྲས་བྱ་དང་བཅས་བརྩ་རྩ་འབྱུར་བར་གསུངས་ལ། ཅི་སྒྲན་ལ་རྩ་ལས་  
བྱུང་བ་དང་། ཤིང་བྱུང་བ་དང་། སྒྲོག་ཆགས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་ཡིན་ལ། ཐང་སྒྲན་ལ་རྩ་བ་དང་དར་པ་དང་ལེ་  
མ་དང་མེ་རྟོག་དང་འབྲས་བྱ་སྟེ་ལྷུ་ལྷུ་འབྱུར་བ་ཡིན་ལོ། །

གཉིས་པ་རྒྱུ་པར་བཤད་པ།

དེ་དག་གང་ལ་གང་པན་རྩམ་པ་ནི། ག་བྱར་ཚ་བ་རྒྱུ་པ་ཐོག་བབས་གསོད། རྟིངས་ཤིང་ཞེན་པའི་ཚ་བ་རྩད་  
ནས་འབྱིན། ཅན་དན་དཀར་པོས་སྒྲོ་སྟིང་འབྲུགས་ཚད་སེལ། ཅན་དན་དཀར་པོས་ཁྲག་གི་ཚད་པ་སེལ། ཨ་  
ག་རྩ་ཡིས་སྟིང་སྒྲོག་ཚ་བ་སེལ། གི་མི་རིམས་དྲུག་མཆིན་ཚད་སྟོད་ཚད་སེལ། རྩ་གང་སྒྲོ་ནད་ཀྱན་སེལ་མ་  
ཚད་གཅོག། བྱར་ཀྱམ་མཆིན་ནད་ཀྱན་སེལ་རྩ་ལ་སྟོལ། སྟུག་སྟེལ་མཁལ་ནད་གང་བ་མ་ལུས་སེལ། རྩ་ཏིས་  
རྒྱང་འཛོམས་སྟིང་གི་ནད་རྣམས་སེལ། ལི་ཤིས་སྒྲོག་རྩའི་ནད་དང་གང་རྒྱང་སེལ། ཀ་ཀོ་ལ་ཡིས་པོ་མཆར་  
གང་བ་སེལ། སྒྲ་ཅིས་དྲུག་སྟིན་མཁལ་མཆིན་གཉན་ནད་སེལ། རྩོམ་མཁལ་རྩ་སྟོལ་རྩལ་གཅོད་ཤ་ལྷ་  
སྟེད། སྟུལ་སྟོ་མཆིན་ཚད་པ་མ་ལུས་སེལ། རྩ་ག་ཕྱུ་ན་ག་གེ་སར་དང་། པ་ལྷ་གེ་སར་སྟོ་མཆིན་སྟིང་ཚད་  
སེལ། ཟི་ར་དཀར་པོས་སྒྲོ་ཡི་ཚད་པ་སེལ། ཟི་ར་ནག་པོས་མཆིན་པའི་གང་བ་སེལ། ལ་ལ་ཕྱད་ཀྱིས་པོ་ནད་  
གང་བ་སེལ། སོ་མ་ར་ཇས་ཕྱགས་ནད་རྒྱ་སེར་སེལ། ཐལ་ག་རྩོ་རྩེ་དག་གྱང་དེ་བཞིན་ལོ། གསེར་གྱི་མེ་རྟོག་  
སྟོད་ཚད་མཁལ་ཚད་སེལ། གསེར་གྱི་ཕྱད་བྱས་མཁལ་པ་གེན་དུ་འབྱེད། དྲུག་མོ་ཉུང་གིས་མཁལ་སེལ་ཚ་  
འབྲུག་ཅོད། རྩུན་འབྲུམ་སྟོ་ནད་སེལ་ཞིང་ཚད་པ་སྟོང་། ལྷ་སྟུས་པོ་བའི་བད་ཀན་ཚ་བ་སེལ། སྟར་བྱས་སྟོ་  
བཞོ་ཁྲག་འབྲུ་བད་ཀན་གཅོད། བསེ་ཡབ་བད་ཀན་ཚ་བ་སེལ་བར་བྱེད། སེ་འབྲུས་པོ་བའི་ནད་རྣམས་མ་ལུས་  
སེལ། མེ་བྱོད་སྟེད་ཅིང་བད་ཀན་གང་ནད་འཛོམས། རྩ་ལེ་ཤམ་གྱིས་བད་ཀན་གང་བ་སེལ། བི་པི་ལིང་གིས་  
གང་ནད་མ་ལུས་སེལ། སྒྲན་སྒྲས་བྱོད་སྟེད་ཟས་ལེན་བད་རྒྱང་འཛོམས། སྒྲ་སྒྲས་བད་རྒྱང་སེལ་ཞིང་ཁྲག་  
འབྲུགས་འབྲུ། ཅི་ཏ་ག་སྟོབས་མེ་འབྲུ་མེ་བྱོད་སྟེད། འོར་ནད་གཞང་འབྲུམ་སྟིན་ནད་མཛོ་ནད་སེལ། ཤིང་  
ཚས་པོ་མཆིན་གང་རྒྱང་སེལ་བར་བྱེད། ཀ་རྩ་ཡིས་པོ་བའི་མེ་བྱོད་སྟེད། ཤིང་ཀྱན་སྟིན་འཛོམས་གང་ནད་

རྟིང་རྒྱང་སེལ། ཁྱི་ཏང་ག་ཡིས་སློན་སེལ་མེ་དོད་སྟེང། མ་རུ་ཅེ་ཡིས་སློན་ནད་སེལ་བར་བྱེད། ཁོ་བྱེས་སློན་  
 གསོད་རུལ་གཙོད་པོ་རིམས་སེལ། རྟོས་དཀར་རྒྱ་སེར་སྟོང་ཞིང་སྟེམ་པར་བྱེད། བྲུ་བྲུལ་ས་གདོན་ལྟོག་པ་  
 གཉན་གཟེར་འཛེམས། ཤེལ་ཏས་ལྟ་རུས་རྒྱ་སེར་བཙོན་དུ་འཛིན། རྒྱ་ཚྭ་སྟུག་དང་སློན་གསོད་ཅ་ནད་  
 སྟོང་། གཤག་པ་ཤ་རེ་གཙོད་ཅིང་རྒྱ་འགགས་འབྱེགས། རྒྱ་ཚྭ་སྟུག་བད་རྒྱང་མ་ཞུ་གང་བ་སེལ། ལྷེ་ལྷུང་ཚྭ་ཡང་  
 དེ་བཞིན་མིག་ལ་ཡན། ལ་རུ་ཚྭ་དང་ཅབས་རུ་ཚྭ་གཉིས་ཀྱིས། དོད་སྟེང་སྟོ་སྟེག་འབྱིངས་དང་བད་རྒྱང་  
 འཛེམས། ར་ཚ་ཐལ་ཚྭ་སྟོད་ཀྱི་གང་བ་སེལ། མཛེ་ཚྭ་ཁྲག་འཇུ་མ་ཡི་རྒྱ་སེར་འདྲེན། ཚ་ལས་མ་འདུབ་  
 ཁྲག་འཇུ་སྟོང་བར་བྱེད། ལྷ་ཚྭ་སྟུག་བ་འཛེམས་པར་བྱེད་པའོ། ལ་རུ་ལན་ཚྭ་མ་གཏོགས་རེ་ལྷ་ལྷན། འཚོ་  
 བྱེད་དོད་སྟེང་ཟས་འཇུ་འཕོད་པར་བྱེད། རྒྱང་མཁྲིས་བད་ཀན་ལས་ཀྱུར་ནད་ཀྱན་འཛེམས། དེ་ལ་རིགས་ལྷ་  
 རྣམ་རྒྱལ་འཛིགས་མེད་དང་། བདུད་ཅི་འཕེལ་བྱེད་སྟེམ་པོ་ལྷ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་ཀྱུ་བའི་མཇུག་མ་  
 འདྲ། རྒྱང་མཁྲིས་བད་ཀན་འདུ་བའི་ནད་རྣམས་སེལ། ལྷུང་པར་བཀྲ་ཤིས་དོན་ཀྱན་འགྲུབ་པས་  
 བཟང་། འཛིགས་མེད་ཟུར་ལྷ་མིག་ནད་གདོན་ལ་བསྐྱགས། བདུད་ཅི་ཤ་མཐུག་སྟེམ་པོ་ཤ་འཕེལ་  
 བྱེད། འཕེལ་བྱེད་རྒྱུ་པོ་བུམ་འདྲ་མ་ལ་བསྐྱགས། སྟེམ་པོ་སྟུལ་མང་བྱིས་པའི་མཁྲིས་ནད་སེལ། བ་རུ་ར་  
 ཡིས་བད་མཁྲིས་རྒྱ་སེར་སེལ། རྒྱ་རུ་ར་ཡིས་བད་མཁྲིས་ཁྲག་ནད་སེལ། རྟིང་དང་མཁལ་མ་སྒྲ་གོར་ཞོ་ཤ་  
 གསུམ། རྟིང་ཚད་མཁལ་ཚད་མཆེར་ཚད་སེལ་བར་བྱེད། ལ་འབྲས་སྒྲ་འབྲས་འཇམ་འབྲས་མཁལ་ནད་  
 སེལ། འབྲ་གོས་བད་ཀན་སྐྱུག་སེར་པོ་ནད་སེལ། མ་རུ་པ་ཏས་རྒྱང་ཁྲག་ཚ་བ་སེལ། རྟུར་རྟུ་ལས་བད་  
 ཀན་ཚ་བ་སེལ། རུ་ཏས་རྒྱང་ཁྲག་པོ་བ་སྟོས་པ་སེལ། རྟོ་ནད་གཤག་པ་ཤ་རེ་གཙོད་པར་བྱེད། ལྷུང་བས་དུག་  
 སེལ་རུལ་གཙོད་གཉན་ནད་འཛེམས། རྟུ་དག་མ་ཞུ་དོད་སྟེང་གཤག་ལྟོག་སེལ། རྟུ་ཤེལ་སྐྱུགས་གཙོད་བད་ཀན་  
 ཚ་བ་སེལ། ལྷུང་སྟེར་དཀར་སྐྱུག་དུག་ཚད་སེལ་བར་བྱེད། དཔའ་བོ་དཀར་སེར་དཔའ་ཚོད་དེ་བཞིན་  
 རོ། བོང་ང་དཀར་པོས་རིམས་དུག་མཁྲིས་ཚད་སེལ། བོང་ང་དམར་སེར་ཤ་དུག་བཙོན་དུག་སེལ། ཤིང་  
 མངར་སྟོ་ནད་ཅ་ནད་སེལ་བར་བྱེད། རྟོ་ཏེས་ཀརྲ་ཀ་རིས་རྒྱང་ཚད་སེལ། ག་བྲ་དག་ཀྱང་དེ་བཞིན་རིམས་ལ་  
 ཡན། ཏིག་ཏས་མཁྲིས་པའི་ཚད་པ་མ་ལུས་སེལ། བ་ཤ་ཀ་ཡིས་ཁྲག་ཚད་མ་ལུས་སེལ། བ་ལེ་ཀ་ཡིས་སྟོ་  
 མཆིན་སྟོད་ཚད་སེལ། ག་དུར་རིམས་དང་སྟོ་ཚད་ཅ་ཚད་སེལ། རྟུབ་སེང་རུས་ཆག་སྟོར་ཞིང་རུས་ཚད་  
 སེལ། རྟོན་ཤིང་བད་རྒྱང་རྒྱ་སེར་གང་བ་སེལ། རྟོར་པ་སེ་ཚོད་དུག་སྟུང་རྒྱ་སེར་སེལ། སེང་ལྷེང་ཁྲག་དང་རྒྱ་  
 སེར་སྟེམ་པར་བྱེད། སོ་ཆས་ནད་ཀྱན་གཉན་འདྲེན་སྐྱུགས་སྟེམ་མཆོག། དན་རོག་གྲི་ལརྒྱས་དག་པོར་  
 སྟོང་། དོང་གས་མཆིན་ནད་སེལ་ཞིང་འཇམ་པོར་འབྲ། ཀ་བེད་ད་ཏིག་སྐྱུག་དང་མོན་ཆ་རས། འབྲུ་བའི་ནད་

རྣམས་ཚ་གང་མེད་པར་གཙོ། །ཅེས་པ་སྟེ། དེ་དག་རྣམས་གོ་རིམ་དང་པོ་གཉིས་པ་གསུམ་པ་བདུན་པ་བརྒྱད་  
 པ་རྣམས་རྒྱུད་དུ་གསལ་བ་དང་། བཞི་པ་ནས་བྱུག་པའི་བར་འདི་གོ་རིམ་གྱི་དབང་དུ་བཏང་ན་མཁས་པ་འགའ་  
 ཞིག་ག་བྱར་ནས་ཨ་ག་རུའི་བར་ཤིང་སྒྲན་གི་ཕང་ནས་ལྷན་ལ་བར་ཅི་དང་། དེ་ནས་སྟོ་སྒྲན་དུ་མ་ཐུག་བར་ཐང་  
 སྒྲན་དུ་བཞེད་པ་གོ་རིམ་གྱི་དགོངས་པ་ལྟར་ན་འཐད་མདོག་ཁ་ཡང་སྒྱུར་སྟེ་མང་པོར་དོགས་གཞི་དང་ཁྱད་པར་  
 འདི་གའི་ཤིང་སྒྲན་ལ་ས་བཅད་དམ་འབྱུང་ཁྱད་པར་བཅད་ཡོད་པར་སྒྲན་རོ་བོ་བཞི་ལས་མེད་པ་སོགས་སྟོ་དུ་མ་ནས་  
 ས་བཅད་གསུམ་པོ་འདི་གོ་རིམ་བར་བཀའ་མེད་པའི་མཆན་བྱ་ལྟར་གང་ལ་གང་ཕན་གྱི་རུས་པ་བཤད་པ་ནི་ག་  
 བྱར་ལ་སྒྱུར་མིང་བཅུ་འདིར་གཅིག་ དེའང་ཤིང་གླི་མ་ཞེས་པ་དང་། ཀུ་ཞེས་པ་དང་། ཆོང་གིང་ཞེས་པ་  
 སོགས་ལ་འཁྱུངས་དཔེའི་ཁྱད་པར་མ་མཐོང་ཡང་སྟོང་པོ་སེར་སྒྱུ་ལོ་མ་ལྡང་གུ་ཆེ་བ་མེ་རྟོག་རྒྱ་ཆོས་འབྱུ་མེར་པོ་འོང་  
 བར་ཕན་བྱའི་དབྱེ་བས་རིགས་གསུམ་གྱི་ཆོ་བའི་རྒྱལ་དུ་ཤེལ་ནི་དཀར་ལ་ཁོ་བ་འབྱུག་པ་འདྲ་བ་དང་། ལྷག་ཟེལ་  
 མདངས་སེར་ལ་སྤུལ་མང་བ་དང་། མང་སེར་ལ་སྤྱི་རིང་ཞིང་མཉེན་པ་དང་གསུམ་འབྱུང་བས་ཆ་བ་རྒྱས་པ་  
 རྣམས་ཐོག་བབས་སུ་གསོད་ཅིང་། ལུས་ལ་ཡུན་རིང་དུ་རྟིངས་ཤིང་ཞེན་པའི་ཆ་བ་རྣམས་ཅན་ནས་འབྱིན་  
 རོ། །ཚན་ལ་རིགས་དཀར་དམར་སྒྱུག་པོ་སྤྱུ་བྱུག་པ་ཚན་སོགས་རྣམ་གངས་མང་ལ། ཁྱད་པར་སྤུལ་སྟོང་  
 གོར་ཤི་ཤ་ས་མཆོག་གསུམ་ནི་གནས་གྱི་ཁྱད་པར་དང་སྤུལ་ལ་སོགས་པའི་སྟོག་ཆགས་ལ་བརྟེན་ནས་མིང་འབྱུང་  
 རྒྱལ་སོགས་སྟོས་པ་མང་ཞིང་འཁྱུངས་དཔེ་ཆད་ལྡན་མ་མཐོང་ཡང་གཞུང་ལུགས་འདིར་དཀར་དམར་དང་དམར་  
 པོའི་ཆར་གཏོགས་སྒྱུག་པོ་གསུམ་དུ་བསྐྱུས་པའི་དཀར་པོ་ལ་སྒྱུར་མིང་བརྒྱུད་འདིར་གཅིག་སྟེ། དེའང་རོ་བོ་  
 འཁྱུལ་མེད་ནི་སོས་ཀ་མར་ཁུ་ཁོལ་མའི་ནང་དུ་མདའ་སྒྱུག་ཙམ་བཅུག་ཀྱང་མར་ཁུ་འབྱུགས་འགོ་བ་དེ་མཆོག་  
 ཡིན་རུང་དེ་དག་འཁྱུལ་མེད་ནི་རྟོག་དཀར་སྟེ་ས་པཎ་གྱིས། མ་ལ་ཡ་ནས་འོངས་པ་ཡི། རྟོང་དུམ་པལ་ལ་རིན་  
 ཐང་ཆེ། །ཞེས་པ་དང་མཐུན་པར་ཚན་དཀར་པོར་གསལ་པ་ནི་མ་ལ་ཡ་ན་ཚན་དཀར་པོའི་རིགས་ཤིན་ཏུ་མང་  
 བའི་ཁོད་དུ་ཤིང་སྟོང་པོ་དཀར་པོ་ལོ་མ་ལྡང་སིབ་ཅན་ཞིག་སྒྲིས་པ་དེ་ལ་ཚན་གྱི་ངོ་མན་པས་རུས་པ་མི་  
 འགལ་བ་དེས་སྟོ་སྟོང་གི་འཁྱུགས་ཆད་རྣམས་སེལ། ཚན་དམར་པོ་ལ་སྒྱུར་མིང་བཅུ་འདིར་གཅིག་དེའང་སྟོང་  
 པོ་དམར་ལ་ལོ་མ་ལྡང་གུ་འོད་ལྡན་མེ་རྟོག་དང་གང་བྱ་དམར་པོའི་གང་བྱར་སྤྱུ་རྒྱུང་ཅན་རོ་བོ་ལྗོད་ལྗོད་ཞིང་ར་འདྲ་  
 བ་ངོ་དང་དང་ལྡན་པ་མདོག་གི་ཁྱད་པར་གྱིས་དམར་སྒྱུག་གཉིས་སུ་འབྱེད་པ་དེས་ཁྱག་གི་ཆད་པ་རྣམས་སེལ།  
 ཨ་ག་རུ་ལ་སྒྱུར་མིང་བརྒྱུད་འདིར་གཅིག་དེའང་བོད་སྐད་ལྟེ་བ་མེད་པའི་དོན་ཏེ་དེ་ལ་རིགས་ནག་སེར་གཉིས་  
 ལས་འཁྱུངས་དཔེར། ཨ་ག་རུ་ཞེས་བྱ་བའི་ཤིང་། སྒྱེ་ལུགས་མཁན་པ་འདྲ་བ་སྟེ། །ལོ་མ་སྟོ་སྒྱུ་སྤུན་པ་  
 ཡིན། །མེ་རྟོག་སྟོན་པོ་ངོ་ཡང་ཞིས། །རོ་ནི་ཁ་ལ་རྩབ་པ་ཡིན། །བྟོད་ཀྱི་སྟེ་ཆན་དག་ཏུ་འགྲོ། །ཞེས་པ་ལྟར་

མཆོག་ནག་པོ་ལོ་མ་མཁན་པ་འདྲ་བ་ཀྱང་ལྷང་གུ་མེ་ཏྲོག་སྒྲིམ་དངས་ཅན་དེའི་ཕ་བ་ས་འོག་ནས་འཕྱོན་པ་འཕྱོང་གི་རུ་འདྲ་བ་དེ་དང་། སེར་པོ་ལ་རིགས་གཉིས་ཀྱི་སྤྱང་པོ་ཆེ་ལ་སེར་བ་ལོ་མ་སྒྲིམ་རྒྱུ་ཅན་མེ་ཏྲོག་སྒྲིམ་དཀར་བྱི་དང་དང་ལྷན་པ་ཞིག་དང་། འབའ་ཞིག་ཅེས་སྤྱང་པོ་ཆེ་ལ་ཁ་དོག་སྒྲིག་ཉམས་ཅན་མེ་ཏྲོག་སྒྲིམ་དཀར་འཆར་བ་ཞིག་དང་། ཤོག་ཤིང་ཆུན་པོའི་ཕ་བ་ཨར་སྒྲུ་ཞེས་པ་སྤྱང་པོ་མདོག་སྤང་སེ་ལོ་མ་ལྷང་གུ་མེ་ཏྲོག་དཀར་པོ་འཆར་བ་ཨ་གར་གོ་སྤྱད་དུ་གྲགས་པ་དེ་དང་ཉ་ལམ་འདྲ་བ་རྣམས་སྦྱར་བཏང་ཅམ་དུ་སྒྲུ་མ་རིམ་བཞིན་བཟང་བ་དེ་དག་ལ་འཁྲུངས་དཔེ་དངོས་མ་མཐོང་ཡང་ཇི་སྟེན་དུ། ཨ་གར་བཟང་ངན་མེ་ལ་བྱིས། ཁེར་བཅུག་བྱི་ཆེ་ཁོལ་ན་བཟང་། ཞེས་པ་ལྟར་སེམས་དགོས་པས་སྦྱིང་དང་སྒྲིག་ཅའི་ཆ་བ་རྣམས་སེལ་ལ། དེ་རྣམས་དང་སྒྲུ་རུ་ཅན་ལང་རུས་པ་སྒྲིགས་མཚུངས་སོ། གི་མང་ལ་སྦྱར་མིང་བདུན་འདིར་གཅིག དེའང་མཆོག་གླུང་པོ་ཆེའི་མཆིན་པ་ལས་འབྱུང་ཞེས་གྲགས་པ་དང་། གཞན་ཡང་བ་ལང་དང་པག་ལ་སོགས་པའི་སེམས་ཅན་པལ་ཆེ་བའི་མཆིན་པའི་ཕ་ནང་ནས་འབྱུང་བའི་མདོག་ལུ་ཉི་དེ་ལ་ཤུན་པ་ལྟ་བུ་ཡོད་པ་སྒྲིག་པོ་མཆོག་དང་སེར་པོ་འབོལ་བ་དེ་དམན་པས་རིམས་དུག་དང་མཆིན་ཆད་སྤྱད་ཆད་རྣམས་སེལ། ཅུ་གང་ལ་སྦྱར་མིང་བཞི་འདིར་གཅིག་དེའང་མཆོག་གམ། དངོས་ནི་འཁྲུངས་དཔེ་མ་མཐོང་ནའང་བམ་ཤ་རོ་ཅ་ན་ཞེས་པའི་སྒྲིག་མའི་ནང་ནས་ཁ་དོག་སེར་སྒྲུ་རོ་མི་གསལ་བ་ཞིག་འབྱུང་ནའང་ད་ལྟ་ནི་ས་ཅུ་གང་ཁ་དོག་དཀར་པོ་བུལ་ཏྲོག་འདྲ་བ་ཞིག་ལ་དོས་འཛིན་པ་མཆོག་དམན་གཉིས་ལས་དེའང་། ཅུ་གང་དཀར་ལ་རོ་མེད་བཟང་། ཞེས་པ་དེས་སྒྲོ་ནད་ཀྱི་རིགས་ཀྱན་སེལ་ཞིང་མ་ཆད་ཀྱང་གཅོག་གྱར་ཀྱམ་ལ་སྦྱར་མིང་སུམ་ཅུ་ཅམ་མཆིས་ཀྱང་འདིར་ཁ་ཆེ་དང་གཉིས་དེ་དག་ནི་དག་བཅོམ་པ་ཉི་མ་གྱང་པས་སྒྲིས་ངད་ལྷན་ནས་བྱངས་པ་ཁ་ཆེར་བཏབ་པའི་ཕ་སྟེ་འཁྲུངས་དཔེ་ཁྲུངས་མ་དང་ངོ་མ་འཕྱོད་ཀྱང་རིང་ཐུང་ཁྱུ་གང་ཅམ་པ་ཁ་དོག་དམར་སེར་ཤིན་ཏུ་དྲངས་པ་དེ་མཆོག་དང་། བལ་པོ་གྱར་ཀྱམ་ཀྱང་རིང་བ་མི་ཆད་ཅམ་འདབ་མ་ཆེ་བ་དེའི་མེ་ཏྲོག་གི་ཟེ་འབྱུང་ནང་ནས་སྒྲུ་བྱང་བ་དམན་པ་དེ་ལ་ཇི་སྟེན་དུ། གྱར་ཀྱམ་དམར་ལ་མཁྲགས་ན་བཟང་། ཞེས་པ་དང་ཆ་མཐུན། བོད་སྒྲིས་གྱར་ཀྱམ་བཅས་འཁྲུལ་སོ་རྒྱུང་བས་མངོན་ཏྲོགས་ཞིབ་པ་མ་བཀོད་ཅིང་དེ་གསུམ་གྱར་ཀྱམ་གསུམ་ཞེས་གྲགས་ཤིང་མཆིན་པའི་ནད་ཀྱན་སེལ་ཞིང་ཕ་ཁའང་སྒྲོམ། སྒྲིག་སྒྲེལ་ལ་སྦྱར་མིང་བཞི་འདིར་གཅིག འདི་ཉིད་འཁྲུངས་དཔེ་ཁྲུངས་མ་དང་ངོ་མ་འཕྱོད་ཀྱང་འཕལ་སྟེན་ཨེ་ལ་སྤྲོ་མོ་ཞེས་ཀྱང་བྱ་སྟེ་སྤྱང་པོ་མདོག་ནག་གམ་ལོ་མ་ལྷང་གུ་གང་བུ་དཀར་པོ་བྱར་གསུམ་པ་མཆོག་དང་། མོན་སྒྲིག་གིས་ཀྱང་ཆབ་རུང་བ་དེ་གཉིས་ཀྱིས་མཁལ་ནད་གང་བ་རྒྱུང་གི་རིགས་རྣམས་མ་ལུས་པར་སེལ། རྩ་ཉི་ལ་སྦྱར་མིང་བཅོ་ལྔ་འདིར་པ་ལ་ཞེས་བཟང་པོ་དང་གཉིས། དེའང་ཤིང་སྒྲུ་མ་ཞེས་ཀྱང་དཀར་པོ་ལོ་མ་ལྷང་གུ་མེ་ཏྲོག་སེར་པོ་དེའི་འབྲས་བུ་དུ་སྒྲིག་བྱིང་བ་དགོགས་ན་ཁོག་ཅེས་སྒྲུ་འདོན་པ་དེ་པ་ལ་ཞེས་པར་

འཇུག་ཟེར་ཀྱང་དེ་ལྟར་ནི་མིན་པར་སེམས་ཤིང་། ཤིང་གི་འཁྲུངས་དཔེ་སོགས་མ་མཐོང་ཡང་དོན་པ་ལ་འབྲས་  
 སམ་བཟང་པོའི་མིང་ཡིན་ཅིང་། འདི་དག་འབྱུང་ཁུངས་ཤང་ཤང་གིས་རྒྱུར་བ་བཟུང་བ་དང་། སྤྱོད་པོས་  
 རོ་རྩེ་གདན་མར་བོ་རྟེན་མཆོད་རྩེ་སུ་ཁྱེར་བ་སོགས་སྒྲིམ་པ་མཐའ་གྲས་ཀྱང་འདིར་མ་བཞག་ཅིང་དོན་འབྲུལ་སོ་  
 རྒྱུར་བ་དེས་རྒྱུང་འཛུམས་ཤིང་སྤྱིང་གི་ནད་ན་མས་སེལ། ལི་ཤི་ལ་སྤྱིར་མིང་བཞི་འདིར་གཅིག་དེའང་འབྱུང་  
 ཁུངས་རྒྱ་མཆོའི་པ་རོལ་མི་མ་ཡིན་གྱི་གནས་ནས་འོང་རྒྱལ་ལས་འཁྲུངས་དཔེ་མ་མཐོང་ཞིང་ལོ་སྤྱོད་སོགས་ངེས་  
 ཁུངས་མ་མཆིས་ཀྱང་དངོས་ལ་རིགས་གཉིས་ཡོད་དེ་བུམ་པ་ལྟ་བུ་དོག་ཆེ་བ་དང་། ཟངས་ཀྱི་གཟེར་འདྲ་བ་ཞོར་  
 འཕྲང་རྒྱུང་ཞིང་དེ་ཡང་རི་སྐད་དུ། ལི་ཤི་ལ་ཤིག་མེད་ན་བཟང་ཟེར་བ་དེ་གཉིས་ཀྱིས་སོག་རྩ་ལས་ཀྱང་པའི་ནད་  
 དང་གང་རྒྱུང་སྐད་འགགས་ན་མས་སེལ། ཀ་ཀོ་ལ་ལ་སྤྱིར་མིང་བཅུ་གཉིས་འདིར་གཅིག་དེའི་འཁྲུངས་དཔེ་མ་  
 མཐོང་ཡང་ལོ་སྤྱོད་ལྡང་གྱུ་འབྲས་བུའི་པགས་པ་མཐུག་པ་སུལ་ཅན་སོབ་པ་མཆོག་དང་། པགས་པ་སྲབ་ཅིང་རྩ་  
 རྩོ་འཇམ་པ་དེ་དག་ལ། རི་སྐད་དུ། ཀ་ཀོ་ལ་ནི་སོབ་ན་བཟང་། །ཞེས་ཀྱང་བཤད་པས་གོང་མ་མཆོག་དམན་  
 གཉིས་པོ་དེས་སོ་བ་དང་མཆོར་པའི་གང་བ་ན་མས་སེལ། སྤྱ་རྩེ་ལ་སྤྱིར་མིང་ཉི་ཤུ་འདིར་བྲི་ཅན་ལྟེ་བ་དང་གཉིས།  
 དེའང་སྤྱ་བ་པོའི་མཆོན་མ་ལས་འབྱུང་སྟེ་འབྲུམ་པ་ཅན་མཆོག་དང་། དམན་པ་འབྲུམ་མེད་དེས་དུག་དང་སྤྱོད་  
 དང་མཁལ་མཆོན་གྱི་ནད་དང་། ཉེ་ལོག་སོགས་གཉན་དང་ཆད་པ་རིམས་ནད་མ་ལུས་པ་མིག་དང་རྩ་ནད་ལྟ་  
 གདོན་ན་མས་སེལ་ཞིང་རྒྱ་འགགས་འབྱིགས། རོམ་མཁྲིས་ལ་སྤྱིར་མིང་བདུན་འདིར་གཅིག་སྟེ། དེའང་རོ་བོ་  
 འཁྲུལ་གཞི་རྒྱུང་ལ་འོན་ཀྱང་དབྱར་དགུན་གྱི་དབྱེ་བས་གསེར་མཁྲིས་དང་གཡུ་མཁྲིས་གཉིས་སུ་འབྱེད་པའང་  
 འདུག་རུང་། རྒྱལ་ཀ་བ་འཇུགས་ན་བཟང་བ་དེས་ཆ་གང་མེད་པའི་རྩ་ཁ་སྤོམ་ཞིང་རུལ་གཅོད་པ་དང་ཤུལ་འང་  
 སྤྱོད་ཅིང་མིག་ལ་པན། ལྷན་ལ་ལ་སྤྱིར་མིང་ལྟ་འདིར་གཅིག་དེའང་འཁྲུངས་དཔེའི་ཁུངས་མ་མཐོང་ཡང་མེ་ཏྲོག་  
 གི་དབྱེ་བས་དཀར་པོ་དམར་པོ་སེར་པོ་སྤོན་པོ་སོགས་བཞི་པོ་ཀུན་གྱི་ལོ་རྒྱུད་ལྟར་ལ་གྱིའི་དབྱིབས་ཅན་རྒྱུ་  
 དང་ཐེའུ་ལོ་མ་སོགས་སྤྱ་ཆེ་ཞིང་མེ་ཏྲོག་གི་བཟོ་དབྱིབས་རྒྱ་མེན་འདྲ་བའི་ནད་གི་འབྲུ་མདོག་དུ་ཁ་ཤས་ཆེ་བའི་  
 ཁོད་དུ་དཀར་དམར་སེར་སྤོ་སོགས་ཅི་རིགས་འདྲེས་པ་ཆེ་རྒྱུང་ཡུངས་ཀར་ནས་སྤོ་མའི་བར་འབྱུང་བ་དེས་སྤོ་བ་  
 དང་མཆོན་བའི་ཆད་པ་མ་ལུས་པར་སེལ། གེ་སར་གསུམ་ལ་སྤྱིར་མིང་བཅུ་གཅིག་འདིར་སོ་སོར་རེ་སྟེ་དེ་ཡང་  
 བལ་ཡུལ་སོགས་ནས་རིགས་མི་འདྲ་བ་གསུམ་དུ་འབྱུང་ཞེས་ཀྱང་མཆིས་ལ། དོན་རྒྱ་གཞིས་པ་ལྟ་དང་། སྤྱུ་  
 མེ་ཏྲོག་ལའང་འཇུག་པས་ན་འཁྲུངས་དཔེའི་ཁུངས་མ་མཐོང་ཡང་སྤྱ་ཤིང་སྟེ་ལོ་སྤོང་གཉིས་སྟར་ག་འདྲ་བའི་ཐོག་  
 རྒྱུ་ལ་ཆོར་མ་ཡོད་པ་དེའི་ལྟེབས་སུ་ཐེའུ་ན་མས་ཁ་ཕྱོགས་གཅིག་དུ་བལྟས་ནས་སྤྱུ་པའི་ཐེའུ་ཁ་བྱེ་བ་སྐྱམས་  
 ནས་ཟངས་གོག་བཅོམ་པ་འདྲ་བ་དེ་ལ་རྒྱ་ག་སྤྱུ་དང་། མེ་ཏྲོག་བྱེ་ཆར་ནས་ནད་གི་སྤྱུ་འམ་རྩ་རྩ་སྤྱིམས་པ་འདྲ་བ་

དེ་ལ་རྒྱ་ག་གེ་སར་དང་བར་རམ་མེ་རྟོག་གི་འདབ་མ་དམར་པོ་དེ་ལ་པར་ག་གེ་སར་ཞེས་བྱ་སྟེ་དེ་གསུམ་གྱི་དང་པོས་  
 གློ་བ། གཉིས་པས་མཆིན་པ། གསུམ་པས་སྤིང་གི་ཚད་པ་བཅས་སེལ། ཟླ་ར་དཀར་པོ་ལ་སྤྱིར་མིང་ལྟ་འདྲིར་  
 གཅིག་སྟེ། དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། ཟླ་ར་དཀར་པོ་ལྷུ་མ་རར་སྟེ། ལོ་མ་ཕྱ་ལ་ཉ་ག་ཅན། མེ་རྟོག་དཀར་པོ་  
 གཏུགས་ཀྱི་ཚུལ། འབྲས་བུ་དག་ནི་གོ་སྟོད་འདྲ། རྩོམ་ཆ་ལ་མངར་བ་ཡིན། རང་གི་རུས་པས་བད་ཀན་  
 དང་། མ་ཞུའི་ནད་ནམས་སེལ་བར་བྱེད། ཅེས་པ་ནི་ལོ་མ་ཕྱ་ལ་རལ་གྱི་འདྲ་བ་ཉ་ག་ཅན་མེ་རྟོག་དཀར་པོ་  
 གཏུགས་ཀྱི་དབྱིབས་ཅན་འབྲས་བུ་གོ་སྟོད་ཀྱི་འབྲུ་ལྟ་བུ་རྩོམ་ཆ་མངར་ཅན་དང་། མེ་རྟོག་སེར་པོར་བྱུང་ན་ཟླ་ར་  
 སེར་པོར་འདྲོད་པ་གཉིས་ཀྱིས་གློ་བ་ཡི་ཚད་པ་སེལ། ཟླ་ར་ནག་པོ་ལ་སྤྱིར་མིང་བཞི་འདྲིར་གཅིག་སྟེ་དེའང་  
 འཁྲུངས་དཔེར། ཟླ་ར་ནག་པོ་ལོ་མ་སྟུམ། རྩོད་པོ་ཕྱ་ལ་རིང་བ་ལ། མེ་རྟོག་སྟོན་པོ་རྒྱུང་བ་ཡིན། འབྲས་བུ་  
 ནག་པོ་ལྷུགས་ཕྱེ་འདྲ། རྩོམ་ཆ་མངར་སྟུམ་ཡིད་ཅམ་ཚ། རུས་པས་སོ་བའི་ནད་ནམས་སེལ། ཞེས་པ་ནི་རྩེ་  
 སྤྱིབས་ཅན་རིང་ཅམ་ལོ་མ་སྟོར་རྒྱུང་སྟུམ་པ་མེ་རྟོག་སྟོན་པོ་རྒྱུང་ཞིང་འབྲས་བུ་ནག་པོ་བྱུར་གསུམ་འབྲུ་སྟུ་ཏར་པོ་  
 རིགས་ཀྱི་འབྲུ་ལྟར་ཆགས་པ་དེ་མཆོག་དང་། བོད་སྟེས་འབྲུ་གོང་བཞིན་ལ་གང་བྱ་ཅན་ལོ་མ་ཆེ་ཅམ་འབྲུང་བ་  
 བཅས་ཀྱིས་མཆིན་པའི་གང་བ་སེལ་ལ་འོན་ཀྱང་མེ་རྟོག་དང་འབྲུ་སོགས་གང་ཡང་མེད་པར་ངོས་བཟུང་བ་ནི་  
 འཁྲུངས་དཔེ་སོགས་ཀྱི་དགོངས་པ་དང་མི་འབྱོར་པས་ནམ་པར་འཁྲུམས་སོ། ལལ་ལ་ཕུད་ལ་སྤྱིར་མིང་གསུམ་  
 འདྲིར་གཅིག་སྟེ་འདྲི་ལ་འཁྲུངས་དཔེ་ཁྲུངས་མ་མ་མཐོང་ཡང་ལོ་རྒྱུད་ལྟར་མེ་རྟོག་དང་འབྲས་བུའི་དབྱིབས་  
 རིགས་དཀར་ནག་སེར་གསུམ་དུ་འདྲོད་པ་དེའི་འབྲུ་གོ་སྟོད་ཀྱི་འབྲས་བུ་འདྲ་བ་ལ་དེ་ལས་རྒྱུང་ཞིང་བྱི་ཤིན་ཏུ་  
 ཏུགས་པ་མཆོག་དང་། དམན་པ་བོད་དུ་འང་འོང་བ་དེས་སོ་ནད་གང་བ་ནམས་སེལ། སོ་མ་ར་ཇ་ལ་སྤྱིར་མིང་  
 བཅུ་གསུམ་འདྲིར་གཅིག་དེའང་ལ་ཅིག་ཕྱང་ན་མེད་པའི་ཤིང་གི་འབྲས་བུ་དང་། སྤྱང་གི་གོང་བུ་ལ་ངོས་འཛིན་  
 བྱེད་པ་འཁྲུལ་པ་ཡིན་ཏེ། དངོས་ལ་འཁྲུངས་དཔེར། སོ་མ་ར་ནི་ཁྲུངས་ཤོད་སྟེ། ལོ་མ་སྟོན་ལ་ཉ་ག་ཅན། རྩོད་  
 པོ་ཕྱ་ལ་རིང་བ་ཡིན། རྟུན་པ་གོས་དང་ཐག་པའི་རྒྱུར། འབྲས་བུ་གོ་བོ་སྟུམ་པའི་མདངས། རྩོམ་ཆ་མངར་ལ་  
 བག་ཅམ་སྟུམ། རང་གི་རུས་པས་རྒྱུང་ནད་དང་། རྒྱ་སེར་སྟོན་ནད་སེལ་བར་བྱེད། ཅེས་པ་ནི་སྟོན་པོ་ཕྱ་ལ་ལོ་  
 མ་རྒྱུང་བ་མེ་རྟོག་ཐང་ཕོམ་པ་དང་འདྲ་བའི་གང་བུ་བྱུར་གསུམ་གྱི་ནད་ནམས་འབྲས་བུ་རྒྱུང་རྒྱུང་མཁལ་གཞུགས་ལ་  
 རྟུ་ལའི་རིམ་ལོད་པ་ཞིག་རྒྱ་གར་ལྟོ་མོན་ནས་འབྲུང་བ་མཆོག་དང་དམན་པ་གར་ཡང་འོང་བ་དེས་པགས་པའི་  
 ནད་དང་རྒྱ་སེར་ནམས་སེལ། ཐལ་ཀ་དོ་རྩེ་ལ་སྤྱིར་མིང་བཞི་འདྲིར་གཅིག་དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། ཐལ་ཀ་དོ་རྩེ་  
 ཞེས་བྱ་བ། ཤིང་ཕུང་ཕྱ་ཞིང་རྒྱུང་བ་ལ། ལོ་མ་འབྲས་བུ་རྒྱུང་བ་སྟེ། གང་བྱ་རིང་ལ་འབྲས་བུ་ནི། བྱི་ཡི་སོ་  
 མཆོན་འདྲ་ལ་བྱེད། རྩོམ་ཆ་མངར་ལ་ཡིན། རང་གི་རུས་པས་རྒྱ་སེར་སྟེམ། ཞེས་པ་ནི་ལོ་སྟོན་ལྟར་གྱུ་མེ་

ཏྲག་དང་གོང་བྱ་སེར་པོ་སྤྲུལ་ཅན་འབྲས་བུ་དུ་ཁ་ཁྱིའི་པོ་མཚན་གྱི་ཅེ་འདྲ་བ་མཁྲེགས་པ་མཚོག་དང་། དམན་པ་  
 བློ་གང་བྱ་ཕྱ་མོ་འབྲས་བུ་འབོལ་བ་གྱི་ཁ་ཅན་དེ་དག་གིས་ཀྱང་སྤྲུལ་མ་དེ་བཞིན་དུ་ཕན་ནོ། །འོན་ཀྱང་ཁྱིའི་པོ་  
 མཚན་འདྲ་ཞེས་པའི་ཚིག་ལ་བརྟེན་ནས་ཆང་གང་བ་སོགས་ལ་ངོས་འཛིན་པ་ནི་རྣམ་པར་འབྱམས་སོ། །གསེར་  
 གྱི་མེ་ཏྲོག་ལ་སྦྱིར་མིང་གསུམ་འདྲིར་གཅིག་དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། གསེར་གྱི་མེ་ཏྲོག་ཅེས་བྱ་བ། །སྤོང་པོ་ཕྱ་  
 རིང་ལོ་མ་ཆེ། །མེ་ཏྲོག་སེར་པོ་འོད་དུ་འབར། །འབྲས་བུ་བཅོ་པོའི་གསེར་དང་འདྲ། །ཞེས་པ་ཐ་གྲུ་དང་སྤྱོད་  
 གཞན་ལ་འཁྲུལ་ནས་སྦྱེ་ཞིང་འབྲས་བུ་གསེར་སྤྱེ་འདྲ་བའི་འཁྲུལ་སོ་རྒྱུ་བ་དེས་སྤོད་ཀྱི་ཆད་པ་དང་མཁྲེགས་ཆད་  
 རྣམས་སེལ། རྒྱན་པས་གཞང་འབྲུམ་ལ་ཕན། གསེར་གྱི་ཕུད་བྱ་ལ་སྦྱིར་དང་འདྲིར་མིང་གཅིག་དེའང་འཁྲུངས་  
 དཔེར། གསེར་གྱི་ཕུད་བྱ་ཞེས་བྱ་བ། །འབྲས་བུ་སྦྱར་བ་མགོ་བཅད་འདྲ། །རོ་ནི་ཁ་ལ་རྩལ་པ་ཡིན། །རང་གི་  
 རུས་པས་དུག་ནད་དང་། །བད་མཁྲེགས་སེལ་ཞིང་གུན་དུ་འདྲེན། །ཞེས་པ་ལོ་རྒྱུང་ལྡང་གྲུ་སྤྲུལ་ཅན་འཁྲུལ་ཞིང་  
 མེ་ཏྲོག་སེར་པོ་བེ་ཏྲའི་འབྲས་ལྟར་རྩས་གཏུམས་པའི་ནང་གི་འབྲས་བུ་སྦྱར་བ་ཞེས་བཤྲ་བྱ་ཁ་དོག་ནག་པོ་རོ་ཁ་  
 ལ་རྩལ་པ་མཚོག་དང་། དམན་པ་སེར་པོ་སྤྲུལ་མའི་ཕང་གཟུགས་འདྲ་བ་དེ་གཉིས་ཀྱིས་མཁྲེགས་པའི་ནད་རྣམས་  
 གུན་དུ་འདྲེན་ནོ། །དུག་མོ་ཉུང་ལ་སྦྱིར་མིང་ཉི་ཤུ་འདྲིར་གཅིག་ །འཁྲུངས་དཔེའི་ཁྲུངས་མ་མཐོང་ཡང་ལོ་རྒྱུང་  
 ལྡང་གྲུ་མེ་ཏྲོག་སེར་སྦྱ། གང་བྱ་སྦྱུམ་བྱ་དང་འདྲ་བའི་ནང་གི་འབྲས་བུ་བྱིའུའི་སྤྱེ་འདྲ་བ་ཆེ་བ་མཚོག་གམ་པོ་དང་།  
 རྒྱུང་བ་དམན་པ་འམ་མོ་དེ་དག་གིས་མཁྲེགས་པ་སེལ་ཞིང་ཆ་བས་འཁྲུ་བའང་གཅོད། རྒྱན་འབྲུམ་ལ་སྦྱིར་མིང་  
 གཉིས་འདྲིར་གཅིག་དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། རྒྱན་འབྲུམ་ཤིང་ཏྲོག་ཀུན་གྱི་བཅུད། །རོང་གི་ནགས་ཀྱི་ནང་དུ་  
 སྦྱ། །ལོ་མ་སྦྱར་རྒྱུང་སྤོང་པོ་རིང་། །དབྱིབས་ནི་དབྱི་མོང་སྤོང་པོ་འདྲ། །མེ་ཏྲོག་དམར་རྒྱུང་མཐོང་བ་  
 དཀའ། །འབྲས་བུ་དམར་སེར་འོད་དང་ལྷན། །རོ་ནི་མངར་སྦྱར་རྒྱུང་ཟད་སྦྱར། །རོང་གི་རུས་པས་འཁྲུ་བ་  
 གཅོད། །ཏྲ་ཅང་མང་ན་འཁྲུ་བར་བྱེད། །ཅེས་པ་ནི་མངོན་ཏྲོགས་འཁྲུངས་དཔེར་བཤད་པ་ཙམ་གྱིས་གོ་བས་མ་  
 བཀོད་ཅིང་བཟང་ངན་གྱི་རིམ་པ་རྒྱུང་ཟད་བཞེད་ན་མགོ་དཀར་སོགས་ནས་འོང་བའི་འབྲས་བུ་དམར་སེར་མཚུ་  
 རྒྱུང་ཆེ་བ་དང་། །ཁ་ཆེ་ནས་འོང་བའི་སེར་པོ་ཆེ་རྒྱུང་སྤན་མ་ཙམ་ནང་གི་རུས་པ་མེད་པའི་ཤིན་ཏུ་རོ་ཞིམ་པ་ཞིག་  
 དང་། །ཁམས་ནས་འབྱུང་བ་ནང་གསེས་དམར་ནག་གཉིས་དང་། དག་པོའི་སྤོན་པོ་སོགས་རིམ་བཞིན་སྤྲུལ་  
 བཟང་བ་རྣམས་ཀྱིས་སྦྱོ་བའི་ནད་སེལ་ཞིང་ཆད་པའང་སྦྱོང་། རྒྱ་སྤྲུལ་སྦྱིར་མིང་ཉི་ཤུ་འདྲིར་ཏྲ་ཅ་དང་གཉིས་  
 དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། རྒྱ་སྤྲུལ་ཞེས་པའི་སྤོན་མཚོག་ནི། །ལོ་མ་སྤོང་པོ་མེ་ཏྲོག་རྣམས། །གོ་སྤོད་དག་དང་ཁྱད་  
 པར་མེད། །འབྲས་བུ་གཏུ་ཁ་སྦྱོར་འདྲ། །རང་གི་རུས་པས་བད་ཀན་སེལ། །མཚོག་དུ་སྦྱག་པོ་འཛོམས་པར་  
 བྱེད། །ཅེས་པ་ནི་ལོ་སྤོང་གོ་སྤོད་ལྟ་བུ་ལ་འབྲས་བུ་གཏུ་ཁ་སྦྱར་འདྲ་བ་ནང་གསེས་མདོག་སེར་ནག་གི་དབྱེ་བ་

ཕྱན་ཚམ་ཡོད་པ་དེས་པོ་བའི་བད་ཀན་དང་ཚ་བ་སྒྲོམ་དང་ནམས་སེལ་ཞིང་རྒྱང་ལའང་ཕན། ལྷར་བྱ་ལ་སྦྱིར་མིང་  
 བརྩ་བཞི་འདིར་གཅིག་ དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། ལྷར་བྱ་གདུག་རྩུབ་ཆེར་མ་ཅན། །འབྲས་བུ་བྲེལ་གྱི་ཕུ་གྱ་  
 འདྲ། །རོ་ནི་སྦྱར་ཞིང་ལྷེ་འབྱེགས་བྱེད། །རང་གི་རུས་པས་སྒོ་ནད་སེལ། །ཞེས་ཀྱང་བཤད་པ་ནི་སྒྲ་བ་ཤིང་ལ་  
 རིགས་དཀར་ནག་གཉིས་ཡོད་པའི་དཀར་པོའི་འབྲས་བུ་སྒན་མ་རྒྱུད་བ་ཚམ་མདོག་སེར་ཞིང་རོ་ཤིན་ཏུ་སྦྱར་བ་དེ་  
 ལ་ལུ་བཙུག་པ་དེས་སྒོ་བཞོ་ཞིང་ཁྲག་འཇུ་བ་དང་བད་ཀན་ཡང་གཙོད་ཅིང་ཤིང་དེའི་སྤྱིར་པོས་ཁྲག་འཇུ་ཞིང་  
 ཟུག་གཟེར་གཙོག་ལ་ཚ་བའང་སེལ། ཐལ་བས་རྒྱ་གཟེར་ལ་ཕན། བསེ་ཡབ་ལ་སྦྱི་དང་འདིར་མིང་གཅིག་དེའང་  
 འཁྲུངས་དཔེར། བསེ་ཡབ་ཤིང་སྤྱོད་ཆེ་བ་ལ། །ལོ་མ་ཆེ་ལ་མེ་ཏྲོག་དཀར། །གང་བྱ་རིལ་ལ་འབྲས་བུའི་  
 དབྱིབས། །མ་རུ་ཅེ་དང་འདྲ་བ་ཡིན། །རོ་ནི་སྦྱར་ལ་ཡིད་ཚམ་མངར། །རྩ་བའི་ནད་ཀྱི་བདུད་རྩི་ཡིན། །ཞེས་  
 ཀྱང་གསུངས་པ་དེ་ནི་ཤིང་ལོ་སྤྱོད་མེ་ཏྲོག་སོགས་ཀྱི་བྱ་དང་མཚུངས་ཤིང་། འབྲས་བུ་བྱར་རྩིང་བསྐྱོངས་པ་ལྟ་  
 བྱའི་མིལ་མོ་ནད་གི་ཆོ་གྱ་ཤིན་ཏུ་མཁྲེགས་པ་མ་རུ་ཅེའི་འབྲུ་ལྟ་བུ་ཡོད་པའི་ལམ་དུ་བརྗོད་པ་དེ་མཆོག་དང་།  
 དམན་པའང་རིགས་རྩུང་ཟད་མི་འདྲ་བ་སྤོང་པོ་ཆར་པ་ལྟ་བུ་ཆེར་མ་ཅན་ལོ་མ་མེ་ཏྲོག་གོང་མཚུངས། འབྲས་བུ་  
 ལྷར་ག་སྤོ་ཏྲོག་འདྲ་བ་སྤོན་ཀའང་མདོག་མི་འཇུར་བ་དང་དེང་ལི་ཁྱི་བྱར་བརྗོད་པ་ནམས་ཀྱིས་བད་ཀན་དང་ཚ་  
 བ་སེལ་བར་བྱེད། སེ་འབྲུ་ལ་སྦྱིར་མིང་བདུན་འདིར་གཅིག་ དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། སེ་འབྲུ་ཞེས་བྱ་བྱོད་ཀྱི་  
 ཤིང་། །སྤོང་པོ་གདུགས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་འབྱེལ། །ལོ་མ་སྒྲོར་མོ་རྒྱུད་བ་སྤྱེ། །མེ་ཏྲོག་དཀར་པོ་རབ་དུ་  
 མཛེས། །འབྲས་བུ་གྱ་བའི་དབྱིབས་དང་འདྲ། །ནད་ནི་འབྲས་བུས་རབ་དུ་གང་། །རོ་ནི་སྦྱར་མངར་སྦྱུ་པ་  
 འོ། །རང་གི་རུས་པས་གང་རྒྱང་སེལ། །པོ་བའི་མེ་བྱོད་སྦྱེད་པའི་མཆོག་ །ཅས་པ་ནི་སྤོང་པོ་གདུགས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་  
 འབྱེལ་བ། །ལོ་མ་སྒྲོར་ལ་རྒྱུད་ཞིང་མེ་ཏྲོག་དཀར་པོ་རབ་དུ་མཛེས་པ། །གང་བྱ་གྱ་བའི་དབྱིབས་ཅན་གྱི་ནད་འབྲུ་  
 དམར་པོས་རབ་དུ་གང་བ་རོ་སྦྱར་ཞིང་རུས་པ་སྦྱུ་བྱོ་དང་ལྷན་པ་དེས་པོ་བའི་ནད་ནམས་མ་ལུས་སེལ་བ་དང་།  
 མེ་བྱོད་སྦྱེད་ཅིང་བད་ཀན་གང་རྒྱང་གི་ནད་སོགས་འཛུམས། །ན་ལེ་ཤམ་ལ་སྦྱིར་མིང་ཞེ་གཅིག་འདིར་གྱི་གྱ་དང་  
 པོ་བ་རིས་བྱོད་སྦྱན་རིལ་མོ་བཅས་བཞི། དེ་ཡང་འཁྲུངས་དཔེའི་ཁྲུངས་མ་མཐོང་ཡང་ལོ་སྤོང་ལྷང་གྱ་ཡལ་ག་སྤ་  
 བ་འབྲས་བུར་བྱོད་སྦྱན་རིལ་མོ་འམ་འདྲ་མིང་དུ་བཏགས་པ་པོ་བ་རིས་ཞེས་པ་དེ་ཡིན་ལ། །འོན་ཀྱང་ཁ་དོག་  
 དཀར་ནག་གི་ཁྱད་པར་ཕན་བྱ་ཡོད་པའི་དཀར་པོ་ལ་གྱི་གྱར་ཡང་འབོད་པ་དེ་གཉིས་ཀྱིས་བད་ཀན་དང་གང་བ་  
 མེ་དབལ་བཅས་སེལ་ཞིང་མིག་སྤྱོད་ལོང་ལ་ཕན། བི་བི་ལིང་ལ་སྦྱིར་མིང་སྦྱུ་བྱ་སོ་གསུམ་འདིར་བྱོད་སྦྱན་ནར་  
 མོ་དང་གཉིས་འཁྲུངས་དཔེ་ཁྲུངས་མ་མ་ཐོང་ནའང་ལོ་སྤོང་ལྷང་གྱ་མེ་ཏྲོག་སེར་པོ། རགས་པར་འབྲུ་དབྱིབས་  
 འཛོང་མོ་ཁ་དོག་སྤོ་ནག་ཐལ་ཁ་དེ་ཉིད་ནད་གསེས་སུ་དབྱེན་ན་མོ་རིགས་སམ་མཆོག་སྤྱ་ཞིང་གོག་ཆེད་ཅན་དང་།

དམན་པའམ་པོ་རིགས་སྒྲིམ་པ་དེ་དག་གིས་གང་རྒྱུ་མཆེར་ནད་མ་ལུས་པ་སེལ། སྒན་སྒྲུ་ལ་སྤྱིར་མིང་བཅུ་དྲུག་  
 འདིར་བཅའ་སྒྲུ། སྒྲ་མོད། རྟོང་ག་སྟེ་བཞི། དེའང་ཇི་སྒྲུ་དུ། བཅའ་སྒྲ་རོ་ནི་མངར་ལ་ཚ། །མ་ཁར་བཏབ་ན་  
 སན་པར་བྱེད། །ཅེས་རོའི་བྱད་པར་ཅམ་ལས་འབྲུངས་དཔེ་ཇི་བཞིན་མ་མཐོང་ཡང་ལོ་རྒྱུ་ལྡང་གུ་ཅ་བའི་ཁ་  
 དོག་དཀར་ལ་དམར་མདངས་ཡོད་པའི་ཅེ་མཁྲེགས་པ་དེ་དག་ཀྱང་དབྱེ་ན་བཅག་པའི་ ཁ་དོག་དཀར་ལ་སྒྲུ་  
 བག་རྒྱུ་བ་སྒྲན་སྒྲ་དང་། བཅག་ཁ་དམར་ཁམ་སྒྲུ་བག་ཅན་དེར་དོང་ག་དང་། བཅའ་སྒྲ་སྒྲ་མོད་ཅེས་པ་དེ་  
 རྣམས་ཀྱིས་རྟོད་སྟེད་ཅིང་ཟས་ལེན་ལ་བད་རྒྱུ་རྣམས་འཛོམས། སྒྲ་སྒྲུ་ལ་སྤྱི་མིང་གོང་དང་མཐུན་ཞིང་འདིར་  
 སྟེ་ལྟ་གཤེར་དང་གཉིས་ལ་འབྲུངས་དཔེ་མ་མཐོང་ཡང་དེ་དག་ནི་གོང་བཤད་ཀྱི་སྒྲ་དང་དབྱིབས་འདྲ་བའི་སྟོང་པོ་  
 ཆེ་བ་ཅ་བའི་ཁ་དོག་ཆང་ཕབས་ལྟར་དཀར་བ་དེ་ཡིན་ལ། འོན་ཀྱང་སྟེ་ལྟ་གཤེར་ཞེས་པ་ལའང་འདི་ཉིད་རེས་  
 བཟུང་དགོས་པ་ལ་དང་སང་ཕལ་ཆེར་གཤེར་ཞེས་པའི་ཆོག་ལ་འབྲུལ་ནས་སྟོན་པ་ཡིན་ཞེས་ཀྱང་། དེས་ན་སྒྲན་  
 མཐའ་དག་ལ་སྒྲམ་སྟོན་མི་འདྲ་བའི་རུས་པ་དགོས་པར་སེམས་ཤིང་། ཡང་འགའ་ཞིག་ནས་སྟེ་ལྟ་གཤེར། སྒྲ་སྒྲུ་  
 སྒན་སྒྲ་ཞེས་སོ་སོར་བཤད་པ་ལྟར་ན་སྒྲ་རིགས་མི་འདྲ་བ་ཞིག་ཏུ་དོགས་ནའང་མན་ངག་རྒྱུད་ཀྱི་སྤྱིར་སྟེ་རྣམས་  
 སུ་སྟེ་ལྟ་གཤེར་གྱིས་ཁྲག་འཇུ་བ་ཤས་ཆེར་དུ་གསུངས་པས་འདི་ཉིད་འཐད་པ་བཅས་ཀྱིས་བད་རྒྱུ་སེལ་ཞིང་  
 ཁྲག་འབྲུགས་ཀྱང་འཇུ་བ་དང་ཆང་ནད་ལ་ཕན། ཅི་ཏུ་ཀ་ལ་སྤྱིར་མིང་བཅུ་བདུན་འདིར་གཅིག་དེའང་རོ་ཤིན་ཏུ་  
 ཚ་བ་ཞིག་དགོས་པར་རིགས་ཀྱང་རོས་འཛིན་བྱེད་པ་ནི་རྒྱུ་འདམ་ཅུ་སྒྲམ་པོ་འདྲ་བ་ལ་ལོ་མ་སྒྲུག་མ་གཞོན་ཏུ་  
 ལྟ་བུ་ཞིག་དང་། ཡང་བྱུར་མཁར་བས་ཕལ་ཆེར་རོས་འཛིན་གསུངས་པའི་སྟེ་མུང་ཆ་དང་སྟོན་སོ་ཡོད་པ་དེ་དང་།  
 པི་པི་ལིང་གི་ཅ་བ་ཐལ་ཁ་ཞིག་དང་། རྒྱ་གར་ཕལ་སྒྲུ་ལ་ཅི་ཏུ་ཟེར་བ་རོང་དུ་སྟེ་བའི་ཟླ་ཤིང་འདྲ་བ་སོགས་ལ་  
 འདོད་པའི་རོས་འཛིན་འབྲུམ་པོ་མང་ཡང་རོ་བོ་ནི་འབྲུངས་དཔེར། རྟོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཅི་ཏུ་ཀ །ས་གཞི་རྟོད་ཅན་  
 ཡུལ་དུ་སྟེ། །ལོ་མ་ལེབ་ཆགས་ཉ་ག་ཅན། །གང་བུ་དམར་སེར་འབྲུ་དང་ལྷན། །རོ་ནི་ཆ་བའི་མཐར་ཐུག་  
 རྟེ། །རང་གི་རུས་པས་གང་རྒྱུ་དང་། །སྒན་རིགས་འཛོམས་པར་བྱེད་པ་ཡིན། །ཞེས་དང་རོ་ཤིན་ཏུ་འཕྲོད་པར་  
 སྟོང་པོ་སྟེ་རྒྱལ་སྟེན་མ་འདྲ་བའི་འགལ་ཆོགས་མང་ཞིང་མདོག་ལྡང་གུ། །ལོ་མ་ཏ་ལམ་སྟེ་ཡགས་དང་ཕྱོགས་  
 མཚུངས་ཤིང་། །གང་བུ་འཛོང་མོ་ཁ་དོག་དམར་སེར་གྱི་ནང་དུ་འབྲུ་ལེབ་ཆགས་སུ་ཡོད་པ་དེའི་སྟོབས་སམ་རོ་  
 ཤིན་ཏུ་ཚ་བ་མེད་དང་འདྲ་བས་པོ་བའི་མེ་རྟོད་སྟེད་ཅིང་འོར་ནད་དང་གཞང་འབྲུམ་དང་། སྟེན་ནད་མཛོ་ནད་རྒྱུ་  
 རྣམས་སེལ་བའི་མཆོག་ཏུ་འགྱུར་རོ། །ཤིང་ཆ་ལ་སྤྱིར་མིང་བཅུ་དྲུག་འདིར་སྟོགས་མཐུག་པ་རོ་དམན་པར་དུ་ཚ་  
 དང་གཉིས་ནི་ །ཤིང་ཀན་ཅ་ཐའང་ཞེས་ཏེ་འབྲུངས་དཔེར། །ཤིང་ཆ་ཞེས་བྱ་རྟོད་ཀྱི་ཤིང་། །རྟོད་གི་ནགས་རི་  
 མཐུག་པོར་སྟེ། །སྟོང་པོ་མཁྲེགས་ལ་ལོ་མ་རྒྱུང་། །ཤུན་པ་མཐུག་སྐབ་རྣམ་པ་གཉིས། །སྐབ་པ་རྟོད་ཆེ་མཐུག་པ་

ལྟོམས། རྩོམ་ཆ་མངར་བསྐྱབ་དང་། ལམ་ལྗོངས་ལོ་ལྔ་ལྟར་བཅས་པའོ། རང་གི་རྩལ་པས་བྱོད་ནམས་  
 རྒྱུད། རྩོམ་པ་ནི་སྤོང་པོ་མཁུགས་ལ་ལོ་མ་རྒྱུད་བའི་ལྷན་པ་འབྲུག་རྒྱུད་ཐོག་མ་ཐོས་པ་དང་བྱེད་འོང་བའི་མདོག་  
 དམར་པོ་སྐབ་པ་རོ་ཆ་མངར་དང་ལྷན་པ་མཆོག་གསུང་བྱོད་ཆེ་བ་དང་། མཐུག་པ་དམན་པ་འཇམ་སྟོམས་པ་དེས་བྱད་  
 མེད་ཆ་བ་ལ་རྩལ་པ་རན་པས་ཕན་པར་བཤད་ཅིང་དེ་གཉིས་ཀྱིས་ཕོ་བ་དང་མཆིན་པའི་གྲང་རྒྱུད་ནམས་སེལ་བར་  
 བྱེད་དོ། ཀ་རྩལ་བ་ལ་སྤྱིར་མིང་བཅུ་བཞི་འདིར་གཅིག་ དེའང་བྲང་ཉིས་གཡུ་ཐོག་པའི་བཞེད་པ་འཇམ་འབྲས་  
 ཡིན་ཞེས་དང་། ཞིབ་པོ་བ་སྤྱིན་བྱ་དམར་ལེབ་ལ་འདོད་པ་དང་། ཤང་དཀར་བ་སྐྱ་དམར་བྱ་བཞེད། ཟུར་  
 མཁར་བས་རོ་བོ་མ་རྟེན་པར་བཞེན་འཇམ་འབྲས་ལ་བྲང་ཉིད་རྩེ་ཞེས་ཞུགས་ཀྱིས་ངོས་བཟུང་བར་ཡིད་གཉིས་ཅམ་  
 བོས་པས་རྟོགས་ཤིག་ཅེས་དང་། སྤྱིམ་པ་ཆོད་བང་འཇམ་འབྲས་སྤུལ་མང་བར་བཞེད། ཡང་འགའ་ཞིག་གྲགས་  
 ཞོ་ཤ་རིལ་མོར་འདོད་ཅིང་། ལ་ཅིག་སྤྱི་སྤྱིར་ངེས་པར་ཡོད་ཅེས་རང་གིས་བཅོས་པའི་ཆོག་གི་གད་རྒྱུད་ལ་  
 སྤྱིག་ཀྱང་བོད་བྱ་བཅོས་པའི་སྤྱི་སྤྱིར་ཡང་དག་ཅེས་པ་ལས་སྤྱི་སྤྱིར་ངེས་པ་ཞེས་པའི་དཔེ་ཁྲུངས་ཆེ་བ་རང་མེད་  
 ངེས་པས་རྣམ་པར་འབྱམས་ལ། རྩེ་གཡུ་ཐོག་པའི་བཞེད་པ་འབྲུལ་མེད་ཡིན་ན་སྟོས་མ་དགོས་ཀྱང་ཀ་རྩལ་  
 འཇམ་འབྲས་ཀྱི་རྒྱུད་དོད་ལ་མི་འཇུག་ཅིང་ཀ་རྩལ་མིང་གི་རིགས་དང་། འཇམ་འབྲས་ཀྱི་རྒྱུད་དོད་ནམས་མི་  
 འབྲ་ཅམ་འབྲུག་པ་དང་། རྒྱུད་སེལ་ཐ་དད་པས་དེ་གཉིས་གཅིག་པ་ནི་མིན་ངེས་ལ། རུང་མཐུན་སྤྱིར་བའི་ཆོ་  
 རྟེན་འཇམ་འབྲས་མཁལ་མའི་གྲང་བ་སེལ་བས་རྩལ་པ་མི་འགལ་ཅམ་ཡིན་ཀྱང་ཕོ་བའི་མེ་བྱོད་སྤྱིད་པ་སོགས་  
 རྒྱད་པར་གྱི་རྩལ་པ་མི་ཆང་ཞིང་འབྲུངས་དཔེ་ཁྲུངས་མ་དང་རོ་མ་འཕྲོད་ཀྱང་རོ་བོ་ནི་ཤིང་བྱོད་ཅན་གྱི་འབྲུ་རོད་  
 རྩེ་ཞེས་ཤིན་ཏུ་ལ་བ་སྤུལ་གྱི་སྤྱོད་ལྟ་བུ་ཞིག་འོང་ལ། དེ་ལ་མཁལ་མཆོག་དཔལ་པོས་མདོག་ཁམ་ནག་དང་ལྗང་  
 གྲུ་གཉིས་སུ་གསྤངས་ཀྱང་དེང་སང་ཆེས་དཀོན་པ་དེས་རྟེན་སྟོབས་གྱུར་པའི་དབང་གིས་ཕོ་བའི་མེ་བྱོད་ནམས་  
 རྒྱུད་པར་བྱེད་ལ། རུང་མཐུན་སྤྱིར་ན་འཇམ་འབྲས་ལས་སྤྱན་སྤྱི་ལ་རྩལ་པ་སྤྱི་སྤྱིས་གཉིས་ཀ་ཆང་རོ། ཤིང་ཀྱན་  
 ལ་སྤྱིར་མིང་བཅུ་བཞི་འདིར་གཅིག་ དེ་ལ་འབྲུངས་དཔེའི་རིགས་མ་མཐོང་ནའང་དུས་འཁོར་འགྲེལ་ཆེན་ལས་  
 ཤིང་བོ་ཀླ་ཞེས་པའི་ཆོ་བ་བལ་སྤྱིད་དཀར་པོ་ལ་བྱུགས་ན་སྤྱོད་པོར་འགོ་ཞེས་པ་དེ་དང་། ལྷམ་བུའི་སྤྱི་སྤྱི་ལ་  
 སུག་དང་སྤྱི་ལུགས་འབྲ་བར་རྩ་བ་བྱེད་ཅམ་ས་ནས་དོན་ཞིང་འོ་མ་འཇོག་པ་དེ་ལས་བྱུང་བ་ཡོངས་གྲགས་ཁ་དོག་  
 དཀར་སེར་དེས་སྤྱིན་འཇོམས་ཤིང་གྲང་བའི་ནད་དང་སྤྱིང་རྒྱུད་ནམས་སེལ་ལ། ལ་ཅིག་སྤྱིག་པ་ཤ་ལྷན་པ་སོགས་  
 ལ་བཅོས་པར་འདོད་ཀྱང་དེ་དག་ནི་རྣམ་པར་འབྱམས་པའོ། བྱི་ཏང་ག་ལ་སྤྱིར་མིང་བཞི་འདིར་གཅིག་དེའང་  
 འབྲུངས་དཔེར། བྱི་ཏང་ག་ཞེས་བྱ་བའི་སྤྱན། སྤོང་པོ་ཕྱ་ལ་རིང་བ་སྟེ། ལོ་མ་སྤྱི་རྒྱུད་རྩུབ་པ་ཡིན། མེ་ཏོག་སྤྱོ་  
 དམར་རྒྱུད་བ་ལ། འབྲས་བུ་སྤྱན་མ་སད་ཁྱེར་འབྲ། རྩོམ་སྤྱིར་ལ་མངར་བ་ཡིན། རང་གི་རྩལ་པས་སྤྱིན་བྱ་

ཡི། ཁྲོང་ཁྱེར་ཐམས་ཅད་གསོད་པར་བྱེད། །ཅེས་པ་ལྟར་སྤོང་པོ་སྤ་ལ་རིང་ཞིང་ལོ་མ་སྤྱུ་རྒྱུ་རྩལ་པ། མེ་རྟོག་  
 སྤོང་མར་རྒྱུང་ལ་འབྲས་བུ་སྤྲོ་མ་སྤ་ཁྲོང་འབྲ་བ་དེས་སྤྲོ་སེལ་ཞིང་པོ་བའི་མེ་རྟོང་ཀྱང་སྤྱེད། མ་རུ་ཅོ་ལ་སྤྱིར་  
 མིང་བརྒྱད་འདིར་གཅིག་དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། སྤྲོ་ནད་འཛོམས་པའི་མ་རུ་ཅོ། །ས་གཞི་བྱོད་ཆེའི་ཡུལ་ན་  
 སྤྱེ། །ལོ་མ་སྤོ་སྤྲོ་ཕུང་པོ་ཆེ། །སྤོང་པོ་སྤ་མོ་མེ་རྟོག་སེར། །འབྲས་བུ་དམར་སེར་མ་རུ་ཅོ། །རོ་ནི་ཁ་ལ་མངར་བ་  
 ཡིན། །རང་གི་རྩལ་པས་སྤྲོ་ནད་འཛོམས། །ཞེས་པ་ལྟར་རྒྱུ་དང་ལོ་མ་སྤོ་ཕུང་མེ་རྟོག་ཅ་བ་སྤོ་པོ་ཅེ་སེར་པོ་  
 གང་བུ་སྤྱུ་ཅན་གྱི་ནད་ནས་འབྱུ་ཕྱ་ཅམ་འོང་བར་སྤྲོ་བུ་དམར་ལེབ་རྩལ་གྲགས་པ་ཕྱི་ལྷན་དམར་སྤྱུ་གྲུ་བྱེད་འུ་  
 མཆིན་པ་འབྲ་བ་དེས་སྤྲོ་ནད་བད་གྲུ་མ་རྣམས་སེལ་བར་བྱེད། གོ་བྱེ་ལ་སྤྱི་དང་འདིར་མིང་གཅིག་རྩལ་འདོད་པ་དེ་  
 ལ་འཁྲུངས་དཔེའི་ཁྲུངས་མ་མཐོང་ཡང་རིགས་ནི་བསེ་ཤིང་ལ་དཀར་ནག་གཉིས་ཡོད་པའི་དཀར་པོ་དེའི་གྲས་  
 སུའང་འབྲེན་པ་འབྲས་བུའི་ཕྱི་སྒྲོགས་སྤྱེ་མཆོམས་སུ་རྒྱལ་པའི་ཁ་སྤོ་ལྟར་འདུས་ཤིང་ནད་ནས་ཁྲག་འོང་ལ་རྣམ་  
 པའང་ཁྲག་གི་རྒྱལ་པ་འབྲ་བ་དེས་སྤྲོ་གསོད་ཅིང་རུལ་གཙོད་པ་དང་པོ་བའི་རིམས་རྣམས་སེལ། སྤོས་དཀར་  
 ལ་སྤྱིར་མིང་བདུན་འདིར་གྲུ་གྲུལ་དཀར་པོ་དང་གཉིས་དེའང་འཁྲུངས་དཔེ་ཁྲུངས་མ་མཐོང་ཡང་ཤིང་སྤོང་པོ་  
 སྤྱུ་ག་ལ་སེར་མདངས་ཅན་ལོ་མ་སྤོ་གྲུ་མེ་རྟོག་སེར་པོ་འཆར་བ་དེའི་ཆོ་བ་ཁ་དོག་དཀར་པོ་རྟ་སོ་འབྲ་བ་དེས་རྒྱ་  
 སེར་གྱི་ནད་རྣམས་སྤོང་ཞིང་རང་སར་སྤྲོམ་པར་བྱེད་ལ། དམན་པ་སྤོ་ཡུལ་ནས་འོང་བའི་ནག་པོ་དེས་ནི་མི་རུང་  
 བར་བཤད་དོ། །གྲུ་གྲུལ་ལ་སྤྱིར་མིང་བཅུ་གཅིག་འདིར་འབྲེ་འཛིགས་ཐང་རྒྱུ་དང་གཉིས་དེའང་རིགས་དཀར་  
 ནག་གཉིས་མ་རྟེ། སྤྱུལ་སོགས་ལས་འབྱུང་ཞེས་ཀྱང་དོན་འཁྲུངས་དཔེ་དང་རོ་མ་འཕྲོད་ཅིང་ཤིང་འབྲེ་འཛིགས་  
 སྤོང་པོ་མདོག་དམར་སེར་ལྷགས་ལྷན་རིམ་པས་མང་ཞིང་ལོ་སྤོ་ཅན་དེའི་ཆོ་བ་ཁ་དོག་ནག་སེར་དངས་པ་རུ་  
 ཤེལ་འབྲ་བ་དཀར་པོ་དང་། སྤོ་བྱུང་ཉོག་པ་ནག་པོ་གཉིས་ཀྱིས་སྤྱུ་གཉན་ས་བདག་གི་གདོན་དང་། སྤོག་པ་ཉ་  
 ལོག་སོགས་གཉན་གཟེར་གྱི་རིགས་དང་རྒྱུང་ནད་བསྐྱེད་པ་རྣམས་འཛོམས། ཤེལ་ཏ་ལ་སྤྱིར་མིང་གསུམ་  
 འདིར་ནགས་མའི་ཐང་རྒྱུ་དང་གཉིས་སུ་འདོད་པ་ལ་འཁྲུངས་དཔེ་གོག་ཞིང་སྤྲོ་བས་སོང་བ་ལྟར་ལོ་སྤོང་སོགས་སྤྱེ་  
 རྒྱལ་རྟོགས་སྤོ་ཞིང་། དོན་ཐང་མ་སྤོ་ཤིང་གི་ཆོ་བའམ་རྒྱ་ལྷ་བུ་ཡིན་པས་ན་ཐང་རྒྱ་ཞེས་པའི་བད་ཆད་ཀྱང་དེ་  
 ལྟར་དུ་བཏགས་པ་དེས་སྤོ་བ་དང་རུས་པའི་བར་གྱི་རྒྱ་སེར་རྣམས་བཙོན་དུ་འཛོན་པར་བྱེད་ལ། འདི་ལ་བཏེན་  
 ནས་ཤིང་གི་ཆོ་བ་བྱུང་ཆད་ལ་ཐང་རྒྱ་ཞེས་པ་མི་རིགས་སོ། །རྒྱ་ལྷ་ལ་སྤྱིར་མིང་བདུན་འདིར་གཅིག་དེའང་བྲག་  
 ལས་བྱུང་བའི་ལྷ་རིགས་ཡིན་ཏེ། བད་སྤོད་ལས། རྒྱ་ལྷ་ཅོང་ཞི་བཅག་པ་འབྲ། །ཞེས་པ་ལྟར་བུ་ཅོང་འབྲ་བ་  
 མཆོག་དང་། བཟོས་པ་རོ་ཆ་ཞིང་མཆུར་བྲོ་བ་དེ་གཉིས་ཀྱིས་དུག་རིགས་རྣམས་སེལ་བ་དང་སྤྲོ་གསོད་ཅིང་  
 ཅའི་ནད་ཀྱང་སྤོང་བ་དང་། གག་པ་སོགས་ཤེས་པ་འཛོད་ཅིང་རྒྱུ་འགགས་ཀྱང་འབྱིགས། །རྒྱམ་ལྷ་ལ་སྤྱིར་

མིང་དགུ་འདིར་གཅིག་ དེའང་སྐྱེ་ལོ་གསལ་བྱེད་ནས་བཤད་པ་ལྟར་དོ་ལས་བྱུང་བའི་ཤེལ་ལྟར་དངས་པ་པོ་ཙུང་  
 འདྲ་བའི་རོ་མངར་ཤས་ཆེ་བ་དེས་བད་རྒྱུད་དང་མ་ཁུ་གང་ནད་ནམས་སེལ་ལ། འདི་ཉིད་མ་འབྱོར་ན་བྱང་ཆ་ལྟར་  
 མེད་དེས་ཆབ་རུང་བའང་མཁས་པ་སྤྲུལ་ནམས་བཞེད། ལྷེ་མུང་ལྷ་ལ་སྤྱི་དང་འདིར་མིང་གཅིག་ དེའང་འདི་ཉིད་  
 ལ་སྤྲུལ་མིང་རྒྱ་མཚོར། ལྷེ་མུང་ལྷ་ནི་ཡལ་གའི་སྤྲེ། ཞེས་དང་། བདུད་ཅི་འབྱུང་ཁྲུངས་སྤྲ། ལྷེ་མུང་ལྷ་ཞེས་བྱ་  
 བའི་སྤྲུལ། ལྷེ་རོང་ཆད་པའི་ཡལ་དུ་སྤྲེ། ཞེས་སོགས་ལ་བརྟེན་ཤིང་སྤྲུལ་ཡིན་པ་འདྲ་ཞིག་སྤྲུལ་མོད་དེ་ལྟར་ན་  
 གོང་གི་ཅི་ཏྲ་གའི་དུས་སྤྲུལ་སྤྲེད་བྱུང་བའི་ཡལ་གའི་ནམ་པ་དེ་འཐད་ཀྱང་། རོ་བོ་ནི་ལྷ་ཟེར་ལས། ལྷ་མཚོག་  
 ནི་རྒྱལ་ལྷ་དང་ལྷེ་མུང་ལྷ་ལོ་གསུངས་པ་ལྟར་རྒྱ་མཚོ་ལས་བྱུང་བ་རྒྱལ་ལྷ་དང་ལྷེ་མུང་ལྷ་གཉིས་ལས་གཡུ་ཐོག་  
 བའི་གསེར་མཆན་དུ་ལྷེ་མུང་ལྷ་རྒྱལ་ལྷ་འདྲ་བ་དམར་ཤས་ཆེ་བ་ཞིག་འབྱུང་རྒྱལ་བཅས་དོན་ལྷ་རིགས་དབྱིབས་  
 རྒྱལ་ལྷ་གོང་བཤད་འདྲ་བ་ལ་དེ་ལས་དམར་བ་དེར་ངོས་འཛིན་པས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་མིག་ལ་སྤྲོད་ནོ། ཁ་རུ་ལྷ་  
 ལ་སྤྱིར་མིང་དགུ་འདིར་གཅིག་ དེའང་རང་གྲུབ་དམར་པོ་དང་ནག་པོ་གཉིས་ཤིན་ཏུ་དངས་པ་དེ་བྱུང་ན་མཚོག་  
 དང་། བཅོས་པའི་ཁ་དོག་ནག་པོ་དེའང་མཚོག་དམན་གྱི་བྱུང་ཙམ་ལས་ཏྲ་ལམ་འདྲ་བ་གསུམ་དང་། ཙམས་རུ་  
 ལྷ་ལ་སྤྱིར་མིང་ལྷ་འདིར་གཅིག་ དེའང་རང་གྲུབ་ཡིན་པ་འགྲེལ་པ་ལྷ་ཟེར་ལས་བཤད་པ་ཁ་དོག་དཀར་པོ་མདུང་  
 ཅེ་འདྲ་བ་བཟང་ལ། དམན་པ་ནི་བཅོས་པའི་ལྷ་རིགས་དཀར་པོ་ཞིག་ཀྱང་འོང་བའི་ནམས་ནང་གསེས་གྱི་དབྱེ་བ་  
 ཙམ་ལས་དོན་ཁ་ཙམས་གཉིས་ཀྱིས་བྱོད་སྤྱོད་ཅིང་སྤྲོ་སྤྱོད་ཀྱི་འགྲིངས་པ་དང་བད་རྒྱུད་ནམས་འཛོམས། ར་ལྷ་དང་།  
 ཐལ་ལྷ་གཉིས་ལ་སྤྱི་དང་འདིར་མིང་རེ་སྟེ་འདི་གཉིས་ནི་བཅོས་པའི་ལྷ་ཡིན་པས་ན་མདོག་ཀྱང་ངེས་མེད་དུ་འབྱུང་  
 བས་སྟོད་གྱི་གང་བ་སེལ་ལོ། མཛེ་ལྷ་ལ་སྤྱི་དང་འདིར་མིང་གཅིག་ དེའང་བྲག་ལ་མཚུར་གྱི་ལྷ་བ་ལྟར་ཆགས་  
 ཤིང་ལྷ་ཐོ་བ་བྱང་ལྷ་ལྟར་དཀར་ཞིང་དངས་པ་དེས་ཁྲག་ནམས་འཇུ་ཞིང་མའི་རྒྱ་སེར་ཡང་འདེན་ལ། འདི་ཉིད་  
 ཡུན་སོང་ན་བྱལ་འདྲ་བར་ཡལ་འགོ་བས་ན་དེ་ལས་བསྐྱོད་ཕྱིར་ཆང་གར་དང་ཤ་ཁུ་སྤྲུལ་ཙན་བྱགས་པ་གདམས་  
 པའོ། ། ལྷ་ལ་སྤྱིར་མིང་ལྷ་འདིར་དར་རྒྱུད་དང་དར་སྤྲུལ་གསུམ་ནི་མཚོ་ལས་བྱུང་བའི་ཤེལ་འདྲ་བ་མཚོག་  
 ཡིན་ཅིང་། བྱེ་བྱུན་མ་ཐ་མར་འདོད་པ་དེ་གཉིས་ཀྱིས་མ་འདྲུབ་ཅིང་ཁྲག་འཇུ་བ་དང་སྤྱོད་བར་ཡང་བྱེད་ལ་རྒྱ་  
 སེར་སྤྲེལ། འདི་ཉིད་ལ་འཁྲུལ་སོ་བྱུང་ན་མེ་ལ་བསྟེགས་ཆོ་སྤྲུལ་ཏུ་ཁོལ་འོང་ངོ་། ལྷ་ལྷ་སྤྱི་དང་འདིར་མིང་  
 གཅིག་ དེའང་ལྷ་རིགས་བྱེ་མ་ཀར་གོང་བྱར་འདྲིལ་བ་འདྲ་བ་ལ་ལྷ་འི་རོ་ཤིན་ཏུ་དུགས་པ་དེས་ལྷ་བ་ནམས་  
 འཛོམས་པར་བྱེད་པའོ། འོན་ཀྱང་མ་རྟེན་ན་ས་སྤྲུག་གི་བ་ལྷས་ཀྱང་ཆབ་བདུབ་བོ། ལྷ་རུ་ར་འདིར་མདོ་སྟེ་  
 གསེར་འོད་དམ་པ་ལས། ལྷ་རུ་ར་ནི་ནམ་གཅིག་ལ། རོ་ནི་ནམ་པ་དུག་ལྷན་ཏེ། བད་ནི་ཐམས་ཅད་སེལ་བྱེད་  
 པའི། ཉེས་མེད་སྤྲུལ་ནམས་ཀུན་གྱི་རྒྱལ། ཞེས་རགས་པའི་དབང་གཅིག་ཏུ་གསུངས་པ་དང་། རྒྱུད་སྟེ་མཁའ་

འགོ་རྒྱུ་མཚོ་ལས། ཨ་རུ་ར་ནི་འཕགས་བྱེད་ཀྱི། འགས་དང་རི་བོ་དབང་ཆེན་སྦྱེས། འར་མ་ད་ཡི་རྒྱ་སྦྱེས་  
 མཚོག། གཞན་དག་དམན་དང་འབྲིང་པོ་ཡིན། སྤྱང་པོ་དང་ནི་འཇིགས་མེད་དང་། འཚོ་དང་དེ་བཞིན་བདུད་  
 ཅི་སྟེ། གཙང་མ་དང་ནི་འཕེལ་བ་དང་། རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་བདུན་དུ་བཟོད། འི་མོ་གསུམ་པོ་སྤྱང་པོ་  
 སྟེ། འཇིགས་མེད་རི་མོ་ལྷ་པ་ཡིན། འཚོ་བ་གསེར་མདོག་ཤེས་པར་བྱ། བདུད་ཅི་ཤ་ཆེན་ཞེས་བྱ་སྟེ། འི་  
 བཞིན་གཙང་མ་ཤ་མེད་ཡིན། སེར་སྦྱ་འཕེལ་བ་ཞེས་བྱ་སྟེ། གྲུ་བ་ལྷ་བུ་རྣམ་པར་རྒྱལ། ཞེས་སོགས་བཤད་  
 རྒྱལ་མང་ཞིང་སྦྱིར་མིང་བཅུ་གཅིག་འདིར་སྦྱིར་བཏང་གཅིག་ དེའང་འབྲུངས་དཔེར། ཨ་རུ་ར་ཞེས་བྱ་བའི་  
 ཤིང་། སྤྱོད་པོ་ཆེ་ལ་ལོ་མ་མཐུག། མེ་ཏྲོག་སེར་པོ་འབྲས་བུ་ལ། འིགས་ནི་བརྒྱད་དམ་བདུན་ནམ་ལ། འོ་ནི་  
 རྒྱག་དང་ལྷན་པ་སྟེ། རྒྱས་པས་ནད་རྣམས་སེལ་བར་བྱེད། འཅེས་པ་ལྷ་པོ་ཤིང་སྤྱོད་པོ་ཆེ་བ་ཕྱི་སྒྲོགས་མདོག་  
 སོགས་སྦྱར་སྤྱོད་འབྲ་བའི་བར་ཤུན་ ལྷང་སེར་ལོ་མ་ལྷང་གུ་མཐུག་པ་མེ་ཏྲོག་སེར་པོ་འཆར་བ་ཞིག་ལས་ནང་  
 གསེས་འབྲས་བུ་ནག་སེར་རིགས་གཉིས། སེར་པོ་ལ་ཡང་ཤིང་དར་གུད་ཀྱི་དབྱེ་བས་རིགས་བརྒྱད་དམ་ལྷ་པ་  
 འདོད་ཀྱང་སྦྱིར་བཏང་ལན་ཚུ་མ་གཏོགས་རོ་ལྷ་དང་ལྷན་ཞེས་པ་འཇིགས་མེད་སོགས་པལ་ཆེར་ལ་དགོངས་པ་དེ་  
 དག་གི་ཡོན་ཏན་ལུས་སོག་འཚོ་བར་བྱེད་ཅིང་བྱོད་སྦྱོད་ལ་ཟས་འཇུ་བ་སོགས་འཕྲོད་པར་བྱེད་པ་དང་རྒྱུད་དང་  
 མཁྲིས་པ་བད་ཀན་སོགས་ལས་སྦྱར་པའི་ནད་ཀྱན་འཛོམས་ལ། དེ་ལ་མཚོག་དམན་གྱི་ཁྱད་པར་རིགས་ཀྱི་སྒོ་  
 རས་དབྱེ་ན་རགས་པ་ལྷ་པོ་འཇུར་ཏེ། རྣམ་རྒྱལ་དང་། འཇིགས་མེད་དང་། བདུད་ཅི་དང་། འཕེལ་བྱེད་དང་།  
 སྒྲིམ་པོ་དང་ལྷ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་གི་ཡོན་ཏན་རིམ་པ་བཞིན་བཟོད་ན། རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་ལ་སྦྱིར་མིང་རྒྱག་འདིར་  
 གཅིག་སྟེ་ཆག་ཆང་གྲུ་བ་ཞེས་པའི་མཇུག་མ་འབྲ་བ་རོ་རྒྱག་དང་ལྷན་པ་ཞིག་འོང་ལ། གྲུ་བའི་མཇུག་མ་ཞེས་པར་  
 འབྲུལ་ནས་བྱི་ལའི་མཇུག་མ་འབྲ་བར་འདོད་པ་ནི་རྣམ་པར་འབྲུམས་ཤིང་། ཤོང་བཤད་དེ་ནི་རྗེ་གཡུ་ཐོག་པའི་  
 རྒྱས་སོགས་སྦྱ་བྱུང་བའི་ལོ་རྒྱུས་ལས་རོ་བོ་ཤིན་ཏུ་དཀོན་ལ། འོན་ཀྱང་གསེར་མདོག་དོག་ཆེ་བ་མཇུག་མ་ཅན་  
 དེས་མཚོན་བྱེད་རུང་ཡང་། རོ་བོ་བྱུང་ན་ཕན་ཡོན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་སྟེ་རྒྱུད་དང་མཁྲིས་པ་དང་བད་ཀན་ལ་སོགས་པ་  
 འདུ་བ་ཆ་གང་གང་གི་ནད་རྣམས་སེལ་ཞིང་། ཁྱད་པར་གང་དུ་ཡོད་པའི་སར་བཀྲ་ཤིས་པ་དང་འདོད་དོན་ཀྱན་  
 བདེ་ལྷག་ཏུ་འཁྱབ་པས་ན་ཡིད་བཞིན་གྱི་ཞོར་བྱ་དང་འབྲ་སྟེ་བཟང་ངོ་། འཇིགས་མེད་ལ་སྦྱིར་མིང་རྒྱག་འདིར་  
 གཅིག་ནི་ཟུར་ལྷ་པ་མདོག་ནག་པོ་ཤིན་ཏུ་འཛོང་བའི་རྣམ་པ་དེ་ཉིད་མིག་ནད་དང་གདོན་རིགས་ལ་བསྐྱགས་  
 སོ། བདུད་ཅི་ལ་སྦྱིར་མིང་རྒྱག་འདིར་གཅིག་ དེའང་ཤ་མཐུག་པས་ཤ་ཆེན་དུའང་གཤགས་ཤིང་མདོག་སེར་བ་  
 དེས་ནི་ལུས་སྒྲིམ་པོ་རྣམས་ཤ་འཕེལ་བར་བྱེད་དོ། འཕེལ་བྱེད་ལ་སྦྱིར་མིང་གསུམ་འདིར་གཅིག་ནི་དབྱིབས་  
 ལྷུ་པོ་བུམ་པ་འབྲ་བ་རིལ་བ་དེ་ཉིད་མའི་རིགས་ལ་བསྐྱགས་སོ། སྒྲིམ་པོ་ལ་སྦྱིར་མིང་གཉིས་འདིར་གཅིག་ནི་

ཤ་རྒྱུ་བས་སྤྲུལ་མང་ལ་དངོས་ངན་པ་དེས་བྱིས་པའི་མཁྱིས་ནད་སེལ་ལོ། །གཞན་ཡང་གསེར་མདོག་ཅེས་སེར་  
 པོ་སྤྱི་མིང་དང་། མཚུ་སྤྱང་བར་ཉ་རི་ཉ་ཀ་ཞེས་སྤྱིང་བར་བྱེད་པ་དང་། ཉག་རྒྱུ་ཆོ་གུ་མེད་པ་དེ་བདུད་རྩི་རྩུས་  
 པ་དང་མཚུངས་པ་བཅས་བདུན་ཉམ་བརྒྱད་དུ་འང་བཤད་དོ། །བ་རུ་ར་ལ་སྤྱིར་མིང་བཅུ་གཅིག་འདིར་གཅིག  
 དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། བ་རུ་ར་ཞེས་བྱ་བ་ནི། ཤིང་སྤྱང་སེར་སྤྱུ་ཆེ་བ་ལ། །ལོ་མ་ལེབ་མོ་མདངས་མི་  
 གསལ། །མེ་རྟོག་དཀར་པོ་རྒྱུང་བ་ཡིན། །ཨ་རུ་ར་ཡི་ཡོན་ཏན་ཆང་། །ཞེས་པ་ལྟར། ཤིང་སྤྱང་པོ་སེར་སྤྱུ་ཆེ་བ་  
 ལོ་མ་ལེབ་མོ་མེ་རྟོག་དཀར་རྒྱུང་འབྲས་བུ་ཨ་རུ་ར་ལས་འཇམ་པ་མདོག་དུ་སེར་རྒྱུང་བ་བཟང་བ་དང་། ཆེ་བ་  
 དམན་པ་གཉིས་ཀྱིས་བད་མཁྱིས་དང་རྒྱ་སེར་རྒྱུང་ནམས་སེལ། སྤྱི་རུ་ར་ལ་སྤྱིར་མིང་བཅུ་གཅིག་འདིར་གཅིག  
 དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། སྤྱི་རུ་ར་ཞེས་བྱ་བའི་ཤིང་། །ཆད་པ་ཆེ་བའི་ཡུལ་དུ་སྤྱེ། །སྤྱང་པོ་རིང་ལྡེམ་ལོ་མ་ཆེ། །མེ་  
 རྟོག་དམར་སེར་མདངས་མི་གསལ། །ཞེས་བཤད་ཀྱང་དངོས་བསྟན་མིག་ལམ་དུ་སོན་པ་ནི་སྤྱང་པོ་རིང་ལ་ལྡེམ་  
 པ་ལོ་མ་པག་ཟེ་ལྟར་སིབ་པ་འབྲས་བུ་དཀར་ཤས་ཅན་བཟང་བ་དང་། ཉག་ཤས་ཅན་དམན་པ་དེ་གཉིས་ཀྱིས་  
 བད་མཁྱིས་དང་ཁྲག་ནད་རྒྱུང་གཅིན་སྟེ་ནམས་སེལ། སྤྱིང་ཞོ་ཤ་ལ་སྤྱིར་མིང་གཉིས་འདིར་གཅིག དེའང་  
 འཁྲུངས་དཔེར། སྤྱིང་ནད་སེལ་བའི་ཞོ་ཤ་ནི། །རྩིང་གི་ནགས་ཀྱི་གསེབ་ན་སྤྱེ། །སྤྱང་པོ་ཆེ་ལ་ལོ་མ་མཐུག་ །མེ་  
 རྟོག་དཀར་པོ་རབ་དུ་མཛེས། །འབྲས་བུ་སྤྱིང་འདྲ་སྤྱིང་ཞོ་ཤ །ཞེས་པ་ལྟར། སྤྱང་པོ་ཆེ་ལ་ལོ་མ་མཐུག་པ་མེ་  
 རྟོག་དཀར་པོ་འབྲས་བུ་སྤྱིང་འདྲ་བ་མདོག་ནག་རྩུབ་པ་དེ་དང་། མཁལ་མ་ཞོ་ཤ་ལ་སྤྱི་དང་འདིར་མིང་གཅིག  
 དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། མཁལ་མ་ཞོ་ཤ་ཞེས་བྱ་བ། །ཤིང་སྤྱང་ཕྲ་ལ་ལོ་མ་འཇམ། །མེ་རྟོག་མཐིང་ག་མཛེས་པ་  
 ལ། །གང་བུ་སེར་པོའི་ནད་དག་ནས། །འབྲས་བུ་མདོག་ནག་མཁལ་མ་འདྲ། །རོ་ནི་མངར་ལ་སྤྱུ་པ་  
 ཡིན། །རང་གི་རྩུས་པས་མཁལ་ནད་སེལ། །ཞེས་པ་དང་མཚུངས་པར་སྤྱང་པོ་ཕྲ་ལ་ལོ་མ་འཇམ་པ་བྱ་བོའི་ལོ་མ་  
 ལྟ་བུ་མེ་རྟོག་མཐིང་ག་གང་བུ་སེར་པོའི་ནད་ནས་འབྱུ་མཁལ་མའི་དབྱིབས་ཅན་དཀར་པོ་མཆོག་དང་ནག་པོ་སེར་  
 པོ་ནམས་རིམ་གྱི་འང་མཆོག་དམན་དང་བཅས་དམན་ཞིང་སོ་སོ་ནད་གསེས་འབྱུང་བ་དང་། སྤྱུ་ཞོར་ཞོ་ཤ་ལ་སྤྱི་  
 དང་འདིར་མིང་གཅིག འོན་ཀྱང་དོན་མཆེར་པ་ཞོ་ཤ་སྟེ་འདི་ལ་སྤྱང་མིག་བ་མཁལ་བཅས་དང་འཁྲུལ་སོ་ཆེ་ཡང་  
 འཁྲུངས་དཔེར། སྤྱུ་ཞོར་ཞོ་ཤ་ཞེས་བྱ་བ། །ཤིང་སྤྱང་རྒྱུང་ལ་ཕྲ་བ་ཡིན། །འབྲས་བུ་ནག་ཁྲ་མཁལ་མའི་  
 དབྱིབས། །ཞེས་བཤད་པ་ལྟར་སྤྱང་པོ་རྒྱུང་ལ་ཕྲ་བ་ལོ་མ་སྤྱོད་མོ་མཐུག་པ་མེ་རྟོག་དཀར་པོ་གང་བུ་སྤྱིང་འདྲ་བའི་  
 ཉན་ནས་འབྲས་བུ་ནག་ཁྲ་མཁལ་དབྱིབས་དང་ལ་ལ་མཐའ་མཐུག་དཀྱིལ་སྤབ་མཆེར་པའི་དབྱིབས་ཅན་བྱུང་ན་  
 མཆོག་དུ་འདོད་པ་དེ་གསུམ་གྱི་རྩུས་པས་རིམ་པར་སྤྱིང་ཆད་དང་། མཁལ་ཆད་དང་། མཆེར་ཆད་ནམས་སེལ་  
 བར་བྱེད་ལ། འགའ་ཞིག་སྤྱུ་ཞོར་ཞོ་ཤ་བ་མཁལ་ལམ་སྤྱང་མིག་མཆིན་པ་ཞོ་ཤར་དོས་འཛིན་ཀྱང་དེ་ནི་མན་རྒྱུད་

དུག་ལེར། མཆོན་པ་ན་ན་བ་མཁལ་སྤྱག་པའི་ཐང་། ཞེས་གསུངས་པས་མཆོན་པ་ཞོ་ག་དང་མི་གཅིག་པ་ལ་  
 རྒྱུངས་སུ་བཤད་པ་བཞིན་མ་འཁྲལ་བ་དགོས་སོ། ཨ་འབྲས་ལ་སྦྱར་མིང་བཞི་འདྲིར་གཉིས། དེའང་འཁྲལས་  
 དཔེར། ཨ་འབྲས་ཤིང་སྤོང་རྒྱུང་བ་ལ། ལོ་མ་ལྷུ་མ་གྱི་ལོ་མ་འདྲ། མེ་རྟོག་སྤོང་པོ་གདུགས་ལྟར་ཐུབ། འབྲས་  
 བུ་ག་བའི་རྒྱིག་པ་འདྲ། རྩོམ་སྦྱར་ལ་མངར་བ་ཡིན། རང་གི་རུས་པས་མཁལ་ནད་སེལ། ཞེས་པ་དང་མཐུན་  
 པར་ཤིང་སྤོང་རྒྱུང་བ་ལོ་མ་ལྷུ་མ་ལོ་འདྲ་ཞིང་མེ་རྟོག་སྤོང་པོ་གདུགས་ཀྱི་དབྱིབས་ཅན་འབྲས་བུ་ག་བའི་རྒྱིག་པ་  
 འདྲ་བས་ག་འབྲས་ཀྱང་ཟེར་བ་དེ་དང་། སྤ་འབྲས་ལ་སྦྱར་མིང་གཉིས་འདྲིར་གཅིག དེའང་འཁྲལས་དཔེ་  
 ཁྲལས་མ་མ་མཐོང་རུང་ཤིང་སྤོང་འཆོམ་པ་ལོ་མ་སྤ་མ་འདྲ་བ་འབྲས་བུ་ཆེ་རྒྱུ་ཤུག་འབྲུ་ཅམ་དབྱིབས་བུ་ཆུང་  
 འདྲ་བ་མདོག་ནག་པོ་མཁྲེགས་པ་དེ་དང་། འཇམ་འབྲས་ལ་སྦྱར་མིང་བདུན་འདྲིར་གཅིག་སྟེ། འདི་ལ་འང་  
 འཁྲལས་དཔེ་ཁྲལས་མ་མ་མཐོང་རུང་སྤོང་པོ་ནག་ཤས་ཆེ་ལ་ལོ་མ་སིབ་པར་ཆོར་མ་ཅན་མེ་རྟོག་སེར་པོ་གང་བུ་  
 འཛོང་སྟབས་ཀྱི་ནད་ནས་འབྲས་བུ་ལྗང་གུ་ཐལ་ལ་ཅན་ན་བར་དགོགས་ཆེ་ཁོག་ཟེར་བ་དེ་དང་གསུམ་གྱིས་  
 མཁལ་མའི་གང་ནད་ནམས་སེལ། འབྲུ་གོ་ལ་སྦྱི་དང་འདྲིར་མིང་གཅིག དེའང་འགའ་ཞིག་ཤིང་རྩྱ་ཏའི་འབྲས་  
 བུ། བསེ་འབྲས་སོགས་ལ་འདོད་པ་ནི་ཁོངས་པར་བཤད་ཅིང་། འོན་ཀྱང་ཨ་རུ་ག་ཆེན་འདྲ། ཞེས་པ་ནས་ལ་སྦྱར་  
 པར་ཡང་བཞེད་རུང་དེ་ཉིད་ཡང་མིན་པར་སེམས་ཤིང་འདི་ལ་རོ་མངར་ཤས་ཅན་ཞིག་དགོས་པར་སེམས་པས་ན་  
 རོ་བོ་ནི་འཁྲལས་དཔེ་དང་རོ་མ་འཕྲོད་རུང་ཤིང་སྤོང་དམར་པོ་ལོ་ལྗང་མེ་རྟོག་དཀར་སེར་སྤོ་སོགས་ཅི་རིགས་  
 འཆར་ཞིང་འབྲས་བུ་ཨ་སྦར་གྲགས་པ་མཆོག་དང་། ཡང་སྤོང་པོ་དམར་ལ་ཆོར་མ་ཅན་ལོ་མ་ལྗང་གུ་མེ་རྟོག་  
 དཀར་པོ་འཆར་ཞིང་འབྲས་བུ་ཏའི་རུ་མ་འདྲ་བ་ཏུ་རེ་རྟུ་ག་ཞེས་མ་རུ་རྟ་སྐྱེ་འམ་ཆེ་པ་ལར་གྲགས་པ་བཅས་  
 མཆོག་དམན་གཉིས་ཀྱིས་བད་ཀན་སྤྱག་སེར་པོ་ནད་སོགས་སེལ་ཞིང་། ཕྱི་མས་རྒྱུང་ཁྲག་ཆ་བ་སྦྱི་དང་ཁྲུང་པར་  
 སྦྱོ་བྱེད་ཀྱི་གདོན་ལ་ཡན་པ་དང་རོ་ཅ་བར་བྱེད། མ་རུ་པ་ཏུ་ལ་སྦྱར་མིང་ལྟ་འདྲིར་གཅིག དེའང་འཁྲལས་དཔེར།  
 མ་རུ་པ་ཏུ་ཞེས་བྱ་བ། རྩོམ་ལ་རིག་པའི་འབྲུང་གནས་དང་། བསོད་ནམས་ལྷན་པའི་ལྷུ་མ་རར་སྟེ། རྩ་བ་དུང་  
 གི་ཆོ་ལོ་འདྲ། ལོ་འདབ་གཡུ་ལོ་བྱེན་དུ་འབར། རྒྱུ་ལ་དདུལ་གྱི་བ་སྦྱ་ཆགས། མེ་རྟོག་སེར་པོ་འོད་དང་  
 ལྷན། འདྲི་ཞིམ་སྟོས་དང་རྒྱུན་མི་ཆད། རྩོམ་ལ་ཆ་བ་ལ། རྩ་རྩེས་མངར་སྦྱར་ལྷན་པར་འོང། རང་གི་རུས་  
 པས་རྒྱུང་ཁྲག་དང་། བད་ཀན་ཆ་བ་སེལ་བར་བྱེད། ཅེས་པ་ལྟར། རྒྱུ་སྦྱབས་སོབ་ལོ་མ་ལྗང་སེར་གྱི་རྒྱུ་སྦྱ་  
 ཅན་མེ་རྟོག་སེར་པོ་མདངས་ལྷན་འཆར་བའི་རྩ་བ་དཀར་པོ་དེས་རྒྱུང་དང་ཁྲག་དང་ཆ་བ་བཅས་སེལ། སྤྱར་ལྷུ་  
 ལ་ལ་སྦྱར་མིང་ལྟ་འདྲིར་གཅིག དེའང་འཁྲལས་དཔེར། སྤྱར་མ་རུ་ཞེས་བྱ་བ། ལྷུ་མ་རའི་ནད་དུ་བཏབ་ན་  
 སྟེ། མེ་རྟོག་ལོ་མ་རི་ཤོད་དང་། རྩ་བ་དཀར་མཁྲེགས་ཡུང་བ་འདྲ། ཞེས་ལོ་རྒྱུ་རི་ཤོ་འདྲ་བ་མེ་རྟོག་སེར་པོ་

འཆར་བའི་ཕ་བ་དཀར་པོ་ཁམས་ནས་འོང་བ་དེས་བད་ཀན་གྱི་ཚ་བ་སེལ། རུ་ཏྲ་ནི་ཤ་པོ་རུ་ཏྲ་སྟེ་སྤྱིར་མིང་བརྩ་  
 འདིར་གཅིག་ དེའང་འཁྲུངས་དཔེ་ཁྲུངས་མ་མ་རྟེན་རུང་ལོ་རྒྱུ་ལྷང་སེར་མེ་ཏྲོག་དཀར་པོ་འཆར་བའི་ཕ་བ་ལ་  
 དོག་གི་དབྱེ་བས་དཀར་ནག་གཉིས་ཤ་བའི་རྩ་བཅགས་པ་འདྲ་བ་སྟོད་ནས་འོང་བ་དེས་རྒྱུ་ཁྲག་དང་པོ་བ་སྟོས་  
 པ་སེལ་ཞིང་སྟོ་བའི་ནད་དང་གཤམ་པ་དང་ཤ་རོ་རྣམས་གཅོད་པར་བྱེད་ལ། དེ་སོགས་སྤྱར་བས་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
 རྣམ་གྲངས་བརྒྱད་ཙམ་དུ་བྱེ་འདུག་པ་བཅས་རུང་ཟད་སྟོས་ན་མ་ལུ་བྱ་བྱར་ལ་ངོས་འཛིན་ནི་མང་། རོ་བོ་ལོ་མ་  
 ལྷང་གྱུ་མེ་ཏྲོག་དཀར་པོ་འཆར་བ་དེའི་རྒྱུ་ལྷང་སྟོང་པོ་སྟོགས་སེར་པོར་འོང་བ་དང་། མ་ལུ་སེ་ཤིང་ནི་སྤྱུག་མ་  
 དང་ཐང་ཤིང་སོགས་ལ་འཁྲིལ་ནས་སྟེ་བ་ལོ་མ་སྟོ་ཕན་དེ་ཡིན་ལ། དེ་བྱིན་བྱིངས་མིང་གཞན་དག་གི་ཁོངས་སུ་  
 སོང་བ་རྣམས་དེ་དག་རང་ལས་རྟོགས་ཤིང་། འདི་སྐབས་དགོས་དོན་རྒྱུང་བ་བཅས་དེ་ཙམ་ལས་མ་སྟོས་  
 སོ། །ཡུང་བ་ལ་སྤྱིར་མིང་གསུམ་འདིར་གཅིག་ དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། ཡུང་བ་ཁྲག་ཙན་ཞེས་བྱ་བ། །སྟོ་རོང་  
 བཟང་པོའི་ཡུལ་ན་སྟེ། །ལོ་མ་སྟོག་སྟེ་ལོ་མ་འདྲ། །ཕ་བ་བྱི་བྱན་སྐྱ་འདྲ་ལ། །ནང་གི་དམར་སེར་མདངས་དང་  
 ལྷན། །རོ་ནི་ཡིད་ཙམ་ཁ་བ་ཡིན། །རང་གི་རུས་པས་དུག་ནད་སེལ། །ཞེས་པ་ལྷར་ལོ་རྒྱུ་སྟོག་སྟེ་འདྲ་བ་ཕ་  
 བའི་བྱི་བྱན་དམར་སེར་ཡོངས་གསལ་སྐྱ་སེར་དུ་འབོད་པ་དེས་དུག་སེལ་ཞིང་རུལ་བ་གཅོད་ལ་གཉན་ནད་ཀྱང་  
 འཛོམས་ཤིང་གཅིན་སྟེ་བར་པན། ལུ་དག་ལ་སྤྱིར་མིང་དཀར་པོར་བརྟན། ནག་པོར་དུག་འདིར་གཅིག་ དེའང་  
 འཁྲུངས་དཔེར། ལུ་དག་རྒྱ་ཡི་ནད་དུ་སྟེ། །ལོ་མ་འབྲས་ཀྱི་ལྷང་པ་འདྲ། །ཕ་བ་ལུ་དག་ཁོ་གཉིར་ཙན། །དཀར་  
 ནག་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་ཡོད། །རོ་ནི་ཚ་ལ་རྩལ་བ་ཡིན། །ཞེས་པ་སྟེ་ལུགས་སོགས་སྤྱ་ལྷང་པ་འམ་འབྲས་ལྷང་  
 པ་འམ་འབྲས་ལྷང་ལྷར་གྱི་ཕ་བ་རྒྱུ་པོའི་སེར་ཚོགས་འདྲ་བ་བྱི་དུགས་ཆེ་ཞིང་མདོག་ནག་ངམ་ཙན་དང་། དཀར་  
 པོ་བྱི་ཞེས་ཞིང་རོ་མངར་ཉམས་ཙན་སྤྱ་སྟོན་དང་། སྟོ་འཕེལ་སོགས་ལ་གཏོང་བ་རིགས་གཉིས་འོང་བའི་དཀར་  
 པོས་རྒྱུར་དུག་ལ་པན། འདི་སྐབས་བསྟགས་པ་ནི་ནག་པོ་དེ་ཉིད་རང་མཚོག་དུ་བཤད་ཅིང་། དཀར་ནག་མ་རྟེན་  
 ན་གར་ཡང་སྟེ་བའི་སྤྱ་ལྷང་པས་ཀྱང་ཚབ་རུང་བས་མ་ལུ་བ་བྱོད་བསྟེད་ཅིང་གསལ་སྟོག་སོགས་གཉན་ནད་མ་  
 ལུས་དང་གདོན་རིགས་རྒྱ་སེར་སོགས་སེལ། སུ་ཤེལ་ཙེ་ལ་སྤྱིར་མིང་བརྩ་གཅིག་འདིར་གཅིག་ དེའང་འཁྲུངས་  
 དཔེ་ཁྲུངས་མ་མ་མཐོང་རུང་གཙང་འགམ་དུ་སྟེ་བའི་འཇག་མའི་ཕེ་གསུམ་བཞི་ལྷ་དུག་ཙམ་ཡོད་པ་ལ་རྩ་ག་བྱར་  
 གྱི་བྱི་མནམ་པ་དེས་སྤྱུགས་པ་གཅོད་ཅིང་བད་ཀན་གྱི་ཚ་བ་དང་གཞང་འབྲུམ་རྣམས་སེལ་ཞིང་རྒྱ་འགགས་ཀྱང་  
 འབྱེགས། ལྷང་སྟེར་དཀར་སྤྱུག་གཉིས་ལ་སྤྱི་དང་འདིར་མིང་གཅིག་ དེའང་ཇི་སྟོན་དུ། ལྷང་སྟེར་དཀར་པོ་བྱ་  
 སྟེར་འདྲ། །ནག་པོ་བྱ་རོག་སྟེར་མོ་འདྲ། །ཞེས་པ་ལས་འཁྲུངས་དཔེ་ཇི་བཞིན་མ་མཐོང་ཡང་རྒྱུ་ལྷང་ནག་པོ་ལོ་མ་  
 ལྷང་གྱུ་རོ་བོ་དཀར་པོ་བྱ་པོའི་སྟེར་མོ་འདྲ་བ་དེ་དང་། སྤྱུག་པོ་བྱ་རོག་གི་སྟེར་མོ་འདྲ་བ་དེས་དུག་ཚད་རྣམས་

སེལ་བར་བྱེད་དོ། །དཔའ་བོ་ལ་སྤྱི་དང་འདྲིའི་མིང་གཅིག་ །དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། དཔའ་བོ་སེར་པོ་ཞེས་བྱ་  
 བ། །ས་གཞི་འབོལ་བའི་ས་རྩ་སྟེ། །ལོ་མ་སྤོང་པོ་བ་སྤྱི་འདྲ། །མེ་ཏྲོག་སེར་པོ་རྒྱུང་བ་སྟེ། །རྩ་བ་ཁོང་སྤོང་ཁ་  
 དོག་སེར། །རྩོ་ཞི་ཁ་ལ་བསེལ་བ་ཡིན། །རང་གི་རྩལ་པས་དྲུག་རྣམས་འཛེམས། །ཞེས་བཤད་པ་ལྟར་དཀར་  
 སེར་གྱི་དབྱེ་བ་ཆེར་མེད་པ་ས་གཞི་འབོལ་སར་སྟེ། །བའི་ལོ་སྤོང་བ་སྤྱི་འདྲ་བ་མེ་ཏྲོག་དང་རྩ་བའི་དབྱེ་བས་དཀར་པོ་  
 ཞི་རྩ་བ་ཁོང་སྤོང་མཁུགས་ཤིང་རོ་ཁ་བ་དང་། སེར་པོ་ཞི་ཁ་དོག་གི་ཁྱད་པར་ལས་རྟ་ཤེལ་སོགས་ཀྱི་ནད་ལ་ཕན་  
 པ་དེ་དང་། དཔའ་ཁྱོད་ལའང་སྤྱི་དང་འདྲིའི་མིང་གཅིག་ །དེའང་འཁྲུངས་དཔེ་ཁྲུངས་མ་མ་མཐོང་རུང་སྟེ་རྒྱལ་  
 སོགས་དཔའ་བོ་དཀར་པོ་འདྲ་བ་ལ་དོག་པོ་སྤེང་བ་བརྒྱུས་པ་ལྟར་འབྲེལ་ཞིང་མིང་ནར་མ་རྩར་མར་ཡང་འབོད་པ་  
 བཅས་དེ་གསུམ་གྱིས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་དྲུག་ཆད་སེལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །འོང་ལ་རིགས་དཀར་སེར་དམར་  
 ནག་བཞི་ལས། །དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། །བོང་ངར་དཀར་ནག་དམར་སེར་བཞི། །དཀར་དམར་སེར་གསུམ་སྟོན་  
 ཡིན་ནོ། །ནག་པོ་སྟོན་ཡིན་དྲུག་ཀྱང་ཡིན། །སྟོན་དཀར་རོ་ཞི་ཁ་བ་ཡིན། །རང་གི་རྩལ་པས་དྲུག་ནད་  
 སེལ། །ཞེས་པ་ལྟར་གྱི་དཀར་པོ་ལ་སྤྱིར་མིང་བརྩུ་འདྲིའི་གཅིག་ །དེ་དག་ནི་ལོ་མ་རྩ་བའི་འདབ་མ་གསུམ་བཞི་  
 ལ་རྩར་འདབ་རྒྱུང་ངམ་ཉག་བདུན་བརྒྱུད་ཡོད་པ། །སྤོང་པོ་རྒྱུང་ལྷེམ་མེ་ཏྲོག་དཀར་སྤོང་མར་མདངས་ཅན་འཆར་  
 བ་དེས་རིམས་དྲུག་དང་མཁུགས་ཆད་རྣམས་སེལ་ལ། །བོང་ངར་དམར་སེར་གཉིས་ལ་སྤྱིར་མིང་གཉིས་རེ་དང་འདྲིར་  
 རེ་སྟེ། །དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། །འོང་ངར་དམར་པོ་ཞེས་བྱ་བ། །མེ་ཏྲོག་རྒྱ་ཆོས་རྩ་བ་དམར། །རོ་ཁ་རྩལ་པས་  
 དྲུག་རྣམས་སེལ། །ཁྱད་པར་བཅན་དྲུག་རྩལ་པ་འཛེམས། །ཞེས་པ་བཞིན་ལོ་སྤོང་སོགས་གོང་བཤད་ལྟར་ལ་མེ་  
 ཏྲོག་དམར་པོ་རྒྱ་མདངས་ཅན་ཤར་ན་དམར་པོ་དང་། སེར་པོ་ལ་འང་འཁྲུངས་དཔེར། །བོང་ངར་སེར་པོ་ཞེས་བྱ་  
 བ། །མེ་ཏྲོག་རྒྱུང་ཟད་སེར་མདངས་ཅན། །རོ་ཁ་རྩལ་པ་བསེལ་བ་ཡིན། །དྲུག་རིགས་ཆད་པའི་ནད་རྣམས་  
 ཞི། །འདི་ཡིས་མི་སེལ་གང་ཡང་མེད། །ཁྱད་པར་མཁུགས་པའི་རིམས་ལ་བསྐྱུགས། །ཞེས་པ་ལྟར་མེ་ཏྲོག་སེར་  
 མདངས་ཅན་ཤར་ན་སེར་པོར་འདོད་པ་དེ་གཉིས་ཀྱི་རྩ་བས་ཤ་དྲུག་དང་བཅན་དྲུག་བཅས་སེལ་ཞིང་ནག་པོ་  
 གཤམ་དུ་འཆད་དོ། །ཤིང་མངར་ལ་སྤྱིར་མིང་བཅོ་ལྔ་འདྲིའི་གཅིག་ །དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། །ཤིང་མངར་ལོ་མ་སྤོང་  
 ལ་རྒྱུང་། །རྩ་བ་སེར་ལ་རོ་ཞི་ཁ་དང་། །རང་གི་རྩལ་པས་སྟོན་ནད་སེལ། །ཞེས་པ་ལྟར་ཤིང་ལོ་མ་ལྟར་སེར་ནར་  
 ལྟབས་ཅན་ཡལ་ག་ནས་བྱང་ཐད་དུ་ཐོན་པ་དེ་སྟེ་སའི་ཁྱད་པར་གྱིས་ལྟུང་རར་སྟེས་པ་ཕོ་འམ་མཆོག་དང་། །མོ་རྒྱ་  
 འགམ་དུ་སྟེས་པ་དང་། །མ་ནིང་ནགས་ཀྱི་རྒྱ་འགམ་དུ་སྟེས་པ་དམན་པ་བཅས་ཀྱི་རྩ་བ་སེར་པོ་རོ་མངར་བ་དེས་  
 སྟོན་བའི་ནད་དང་རྩའི་ནད་རྣམས་སེལ་བར་བྱེད་ཅིང་རྒྱུར་ཕན། །སྟེ་ཤེས་ལ་སྤྱིར་མིང་བདུན་འདྲིའི་གཅིག་ །དེའང་  
 འཁྲུངས་དཔེར། །ནད་ཀུན་སེལ་བ་སྟེ་ཤེས་ནི། །ཉིན་སྤིབས་མཆོམས་སུ་འཁྲེལ་ནས་སྟེ། །རོ་མངར་རྩལ་པས་

ནད་ཀྱན་སེལ། བཅུད་ལེན་ནམས་ཀྱི་མཆོག་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པ་ལྟར་ཤིང་གཞན་ལ་འཁྲིལ་ནས་སྐྱེ་བ་ལོ་མ་དང་  
 ཡལ་ག་མེད་པ་མདོག་སྒྲི་སེར་ད་ལྟ་ཅ་བའི་བཅད་ཁ་སྤུལ་མང་བསྐྱས་པ་ལྟ་བུ་ནོར་འཕྲང་ཆུང་བ་དེ་སྐྱེར་འབྲས་  
 ཀྱིས་ངེག་ནད་སེལ་བ་དང་། ཀུམ་ཀ་རི་ལ་སྤྱིར་མིང་ཉི་ཤུ་འདིར་གཅིག་ དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། ཀུམ་ཀ་རི་ཞེས་  
 བྱ་བ། །སྤྱི་བ་ཀྱི་ནགས་རི་དག་ལ་སྐྱེ། །སྤྱོད་པོ་སེ་བ་གཞོན་ལུ་འདྲ། །མེ་རྟོག་དཀར་སེར་མདངས་དང་  
 ལྷན། །འབྲས་བུ་དམར་པོ་སྤྱངས་ནས་སྐྱེ། །རོ་ནི་མངར་ལ་བསྐྱེ་བ་ཡིན། །རང་གི་རུས་པས་ཆད་རིམས་  
 སེལ། །ཞེས་པ་ལྟར་རྒྱང་ལྡང་གུ་ནང་སོབ་ཆོར་མ་ཅན་ལོ་མ་མ་གཤམ་གྱི་ལོ་མའི་མདོག་འདྲ་ཞིང་མེ་རྟོག་དཀར་  
 སེར་འབྲས་བུ་དམར་པོ་སྤྱངས་ནས་སྐྱེ་བའི་ཅ་བ་རོ་མངར་བ་ནགས་གསེབ་ལུ་ར་སོགས་ནས་འོང་བའི་འཁྲུལ་  
 སོ་ཆུང་བ་དེའི་སྐྱེར་འབྲས་སྒྲོར་པན་པ་དང་དེ་གཉིས་ཀྱིས་རྒྱུང་ཆད་ཀྱི་རིགས་སེལ་ལོ། །ག་བྲ་ལ་སྤྱིར་མིང་བཅུ་  
 བཞི་འདིར་སྟག་ཆོར་བླ་ཉི་བཅས་གསུམ། དེ་དག་ནི་ཀུམ་ཀ་རི་ལ་དཀར་སྐྱུག་གཉིས་སུ་ཡོད་པའི་སྐྱུག་པོ་ལ་  
 བླ་ཉི་སྟེ་སྟག་ཆོར་ཟེར་བ་འདི་ཡིན་ཏེ་སྐྱེར་བུ་འཁྲུངས་དཔེ་མེད་ལ། འོན་ཀྱང་སྐྱེ་ལུགས་ཀུམ་ཀ་རི་འདྲ་བ་དེ་  
 དག་གིས་ཀྱང་དེ་བཞིན་བུ་རིམས་ལ་པན་ནོ། །ཏིག་ཏུ་ལ་སྤྱིར་མིང་དུག་འདིར་གཅིག་ དེའང་འཁྲུངས་དཔེ་  
 ཁྲུངས་མ་མ་མཐོང་ཡང་རྒྱ་ཏིག་ནི་རྒྱ་ཏིག་ལྡང་སེར་རེས་མེད་ནང་སོབ་ཅན་ལོ་མ་ནམས་ཡལ་གའི་བར་བར་  
 ནས་རྒྱབ་མདུན་གཤམས་གཡོན་ལྟག་སྤྱོད་བུ་སྐྱེ་ཞིང་མེ་རྟོག་སེར་པོ་འཆར་བ་སྒྲོ་བཟང་བ་དེ་མཆོག་དང་། དེ་  
 བཞིན་རིམ་པས་བལ་ཏིག་ དམན་པ་བོད་བུ་དབྱིབས་འདྲ་འབྱུང་བ་སྤྱི་སྐྱབས་བཤད་པ་སོགས་ཀྱིས་མཁྲིས་པའི་  
 ཆད་པ་མ་ལུས་སེལ་ལོ། །བ་ཤ་ཀ་ལ་སྤྱིར་མིང་བཅུ་གཉིས་འདིར་གཅིག་ དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། བ་ཤ་ཀ་ཞེས་  
 བྱ་བའི་ཤིང་། །སྤྱོད་པོ་ནགས་ཀྱི་ནང་ན་སྐྱེ། །སྤྱོད་པོ་ཆེ་ལ་ལོ་མ་མཐུག་ །མེ་རྟོག་དཀར་སེར་མདངས་དང་  
 ལྷན། །རོ་ནི་ཁ་ལ་རུས་པ་བསེལ། །རང་གི་རུས་པས་གཟེར་རིམས་བྱུག། །མདོར་ན་མཆིན་ནད་ཁྲག་མཁྲིས་  
 སེལ། །ཞེས་པ་ལྟར་ལོ་སྤྱོད་ཆེ་བ་སྤྱར་གསར་འདྲ་བའི་རྒྱང་ཁོང་གསོབ་མགལ་མཆོམས་བྱའི་སྟག་པོ་ལྟར་ཆོགས་  
 ཀྱི་ནམ་པ་ཅན་མེ་རྟོག་དཀར་སེར་འཆར་བའི་ཕྱེ་མོས་ཆོད་མ་བྱེད་རུང་ཞིང་དཀར་དམར་སྤྱོད་པ་རིགས་གསུམ་ཡོད་  
 པ་མཆོག་དང་། དམན་པ་བོད་བུ་སྐྱེ་བ་ལོ་མ་རྒྱང་སོགས་བྱེ་རུག་སེར་པོ་འདྲ་ཞིང་མེ་རྟོག་སྤྱོད་པོ་འཆར་བ་མཆོག་  
 དམན་ཀྱི་ཁྲད་ཆེ་བ་དེས་གཟེར་རིམས་དུག་སོགས་ཁྲག་ཆད་མ་ལུས་པ་སེལ། བ་ལེ་ཀ་ལ་སྤྱིར་མིང་དུག་འདིར་  
 གཅིག་སྟེ། དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། བ་ལེ་ཀ་ཞེས་བྱ་བའི་སྟེན། །ཤིང་གཞན་དག་ལ་འཁྲིལ་ནས་སྐྱེ། །མེ་རྟོག་  
 འབྲས་བུ་གང་ཡང་མེད། །རོ་ནི་ཁ་ལ་རྩུབ་པ་ཡིན། །རང་གི་རུས་པས་བད་ཀན་དང་། །གཟེར་རིམས་ཁྲག་ནད་  
 མ་ལུས་སེལ། །ཞེས་དང་མཚུངས་པར་ཤིང་སྟན་དབྱི་མོང་གི་དབྱིབས་ཅན་འཁྲིལ་ཞིང་སྐྱེ་ལོ་མེ་རྟོག་འབྲས་བུ་  
 མེད་པ་དེས་སྒྲོ་མཆིན་དང་སྤྱོད་ཀྱི་ཆད་པ་ནམས་སེལ། ག་དུར་ལ་སྤྱིར་མིང་པོ་རིགས་ལ་བདུན། མོ་རིགས་ལ་

དུག་འདིར་ལི་ག་དུར་ཏེ། དེའང་འཁྱུངས་དཔེར། བསེལ་བྱོད་སྟོམས་པ་ལི་ག་དུར། ཁོ་མ་འབྲས་ཀྱི་ལྗང་པ་  
 འདྲ། ཟུ་བ་མེན་བྱ་སྐམ་པོ་འདྲ། རྩོ་ཞི་ཆ་ལ་མངར་བ་ཡིན། རང་གི་རུས་པས་ཚད་རིམས་དང་། རྫོ་ནད་  
 སེལ་ཞིང་སྐངས་པ་འདྲལ། ཞེས་ཀྱང་བཤད་པ་ལྟར་སྟོང་པོ་ཆེ་ལ་ལོ་མ་མཐུག་པ་མེ་ཏྲིག་བྱའི་མཚུ་དང་འདྲ་ཞིང་  
 དངོས་ཀྱི་ནད་དམར་སྐྱ་ཕྱི་པོ་རོག་གི་སྲུག་པོ་འདྲ་བ་སོབ་པ་ཙ་བ་པ་སྟོམ་གྱིས་པོ་མོ་འབྱེད་པ་དང་། དམན་པ་  
 བོད་དུའང་སྐྱེ་བ་ལོ་མ་བོད་དཀར་འདྲ་བ་རྒྱང་དམར་སྐྱ་མེ་ཏྲིག་རྒྱ་ཁ་འཆར་བ་མཆོག་དམན་གྱིས་རིམས་དང་སྐྱོ་  
 བའི་ཆད་པ་དང་ཙའི་ཆད་པ་རྣམས་སེལ་ལོ། ལྟ་བ་སེང་ལ་སྦྱར་མིང་ལྟ་འདིར་སྦྱི་ཁྱར་ཤིང་སྟོན་བཅས་གསུམ།  
 དེའང་འཁྱུངས་དཔེར། ལྟ་བ་སེང་སྦྱི་ཁྱར་ཤིང་དཀར་པོ། རྫོ་ཡི་རོང་གི་ནགས་སུ་སྟེ། རྩུན་པ་སྦྱར་བའི་སྟོགས་  
 དང་མཚུངས། རང་གི་རུས་པས་རུས་ནད་སེལ། རྒྱ་རུ་བསྐྱས་ནས་ཁོང་བཏང་ན། རྒྱ་ནི་འཇིག་གི་གཙོ་བོ་  
 ཡིན། ཞེས་པ་ལྟར་རྩུན་པ་སོགས་སྦྱར་སྟོགས་ལྟར་གྱི་ལོ་མ་ལྗང་སྐྱ་རྒྱ་ལ་ཀ་བ་འཇུགས་པ་དེས་རུས་ཆག་  
 རྣམས་སྦྱར་ཞིང་རུས་ཚད་ཀྱང་སེལ་བ་དང་མ་ལ་པན། སྟོན་ཤིང་ལ་སྦྱར་མིང་གསུམ་འདིར་རྣམ་དང་གཉིས།  
 དེའང་འཁྱུངས་དཔེར། སྟོན་ཤིང་རིན་ཆེན་མཆོད་སྟོང་དང་། ཁོ་མ་གཡུ་ཡི་སྦྱིན་ཆེན་འདྲ། མེ་ཏྲིག་མེ་ཕྱེ་ཆད་  
 པ་འདྲ། རྩོ་ཞི་བྱོ་ཞིང་སྐམ་ལ་རྩུབ། རང་གི་རུས་པས་རྒྱང་འཛམས་འཁྱུ། ཞེས་པ་ལྟར་སྟོང་པོ་ཆེ་ལ་ལོ་མ་  
 སིབ་པ་མཆོ་འདྲ་བ་འབྲས་བྱ་འཛོང་ཉམས་ཅན་བྱིང་བ་མེ་ལ་སྦྱར་དུས་སྦྱུམ་འབྱུང་བ་གོར་ཙན་ནམ་ཐང་མ་སྟོན་  
 ཤིང་དུའང་འབོད་པ་དེས་བད་རྒྱང་དང་རྒྱ་སེར་གྱི་གང་བ་རྣམས་སེལ་ཞིང་སྟོན་འཇིག་ཙ་བས་མོ་ནད་ལ་པན།  
 སྦྱར་པ་ལ་སྦྱར་མིང་བཅུ་གཅིག་འདིར་གཅིག་ དེའང་འཁྱུངས་དཔེར། སྦྱར་པའི་ཤིང་ནི་ཆོར་མ་ཅན། སྦྱར་པ་  
 དཀར་པོ་ཞེས་ཀྱང་བྱ། ཉིན་སྟོང་གཉིས་ཀྱི་མཚམས་སུ་སྟེ། རགས་པ་དེལ་མདོག་སྦྱང་པོ་གསེར། མེ་ཏྲིག་  
 སེར་ལ་འབྲས་བྱ་དམར། རང་གི་རུས་པས་དུག་ནད་དང་། རིམས་རྟིང་མིག་ནད་ཐམས་ཅད་སེལ། ཞེས་པ་  
 དང་མཐུན་པར་ཡུལ་གང་དུའང་སྐྱེ་བ་པགས་པའི་ཕྱི་དེལ་མདོག་ལྟར་དང་མེ་ཏྲིག་སེར་པོ་འབྲས་བྱ་དམར་པོ་  
 འོང་ཞིང་ལོ་སྟོང་སོགས་ནོར་འཕྲང་རྒྱུང་བ་དེའི་རྩུན་པས་མཁྱིས་པ་དང་མཁལ་ཆད་སེལ་ཞིང་མིག་ལ་པན་པ་  
 དང་། སེ་རྟོད་ལ་སྦྱར་མིང་གཉིས་འདིར་གཅིག་ དེའང་འཁྱུངས་དཔེར། སེ་རྟོད་མ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། སྟོང་མོ་  
 རགས་ཀྱི་ནད་དུ་སྟེ། རྫོང་པོ་ཁོང་སྟོང་རྩུན་པ་སྦྱུག མེ་ཏྲིག་དམར་པོ་ཙ་བ་སྦྱུན། འབྲས་བྱ་ཆེ་ལ་རབ་ཏུ་  
 དམར། རང་གི་རུས་པས་དུག་ནད་འཛམས། ཞེས་པ་ལྟར་རོ་བོ་སྟོང་མ་རགས་སུ་མཆོག་མོ་རིགས་སྐྱེ་བ་སྟོང་པོ་  
 ཁོང་དམར་རྩུན་པ་སྦྱུག་པོ་མེ་ཏྲིག་དམར་རྒྱ་ཙ་བ་ཆོར་མ་ལྟ་བུ་ལྟགས་ཀྱའི་རྣམ་པ་ཡོད་པ་འབྲས་བྱ་དམར་ལྗང་  
 སྦྱ་ཅན། པོ་རིགས་སྟོང་པོ་ཁོང་སྟོང་རྩུན་པ་སྦྱུག་པོ་ཆོར་མ་ཅན་དང་། ཡང་དམན་པ་ཆོར་མ་མེད་པ་ལ་ཁོང་སྟོང་  
 པགས་པ་སྦྱུག་པོ་ཏེ་ལམ་འདྲ་བ་རྣམས་ཀྱིས་སོ་སྟེ་ཞིང་གདོན་ལ་བསྐྱགས་པ་དང་དེས་དུག་རྣམས་སྦྱད་ཅིང་རྒྱ་

སེང་ཀྱང་སེལ་ལོ། སེང་ལྡེང་ལ་སྦྱིར་མིང་ཉི་ཤུ་ཙ་གསུམ་འདིར་སེང་ཆོར་དང་གཉིས། དེའང་འཁྱུངས་དཔེར།  
 སེང་ལྡེང་ཞེས་བྱའི་ཤིང་དག་ནི། ཚ་བས་གདུངས་པའི་རི་ལ་སྟེ། སྤྲོང་པོ་ཆེ་ལ་རབ་དུ་མཁེགས། ལོ་མ་ཕག་  
 གི་ཟེ་བ་འདྲ། རོ་ནི་ཡིད་ཅམ་ཁ་བ་ཡིན། རང་གི་རུས་པས་ཆུ་སེར་སྟེ། ཞེས་པ་ལྟར་སྤྲོང་པོ་ཆེ་ལ་མཁེགས་  
 པ་ལོ་མ་ཕག་ཟེ་འདྲ་བ་རིགས་སམ་མདོག་གི་དབྱེ་བས་ཅན་སེང་ལྡེང་། སྦྱིར་སེང་ལྡེང་། གསེམ་སེང་ལྡེང་  
 སོགས་སྟེ་ཆུ་ལ་འདྲ་ཞིང་ཁུ་བཙས་པ་ལ་ཁྱི་ལ་ལྷ་རི་ཞེས་པ་འབྱུང་བ་དེ་དག་གིས་ཁག་གི་རིགས་དང་ཆུ་སེར་  
 རྣམས་སྟེམ་པར་བྱེད་དོ། རོ་སོ་ཆ་ལ་སྦྱིར་མིང་དགུ་འདིར་གཅིག་དེའང་འཁྱུངས་དཔེར། སྤྲོད་དུ་འདྲན་པའི་པོ་  
 སོ་ཆ། ཚད་རོང་དག་ལ་སྟེ་བ་ཡིན། ཤིང་སྤྲོང་ཆེ་ལ་རབ་དུ་མཁེགས། ལོ་མ་སྦྱུ་ལ་ལྷ་བ་སྟེ། མེ་ཏྲོག་  
 དཀར་ལ་འབྲས་བུ་ནི། མི་ཆན་དག་གི་འབྲས་བུ་འདྲ། རོ་ནི་ཆ་ལ་ཡིད་ཅམ་སྦྱུ། རང་གི་རུས་པས་བད་ཀན་  
 སོགས། རན་རྣམས་ཐམས་ཅད་བྱེད་དུ་འདྲན། སྦྱུག་སྦྱན་ཀྱན་གྱི་གཙོ་བོ་ཡིན། ཞེས་དང་མཚུངས་པར་ཤིང་  
 སྤྲོང་དཀར་པོ་ཆེ་ལ་མཁེགས་ཤིང་ཆོར་མ་ཅན་ལོ་མ་སྦྱུ་ལ་ལྷ་བ་མེ་ཏྲོག་དཀར་སེང་འབྲས་བུ་མི་ཆན་གྱི་རྒྱིག་པ་  
 འདྲ་བ་ཁམ་སྟེམ་ཅམ་ནང་དུ་ཆོ་གུ་དོར་གའི་འབྲུ་འདྲ་བ་ཡོད་པ་དེས་ནད་ཀྱན་བྱེད་དུ་འདྲན་པའི་སྦྱུག་སྦྱན་གྱི་  
 མཆོག་གོ། དན་རོག་ལ་སྦྱིར་མིང་བདུན་འདིར་གཅིག་དེའང་འཁྱུངས་དཔེར། དན་རོག་དོད་ཀྱི་ཡུལ་དུ་  
 སྟེ། ཙ་བ་སྦྱོམ་ལ་ཤིན་དུ་རིང་། ལོ་མ་ཆེ་ལ་ཅུང་ཟད་རྩལ། སྤྲོང་པོ་སྦྱབས་ཅན་ཆོགས་པ་ཅན། མེ་ཏྲོག་  
 དཀར་པོ་གང་བུ་ཅན། རང་གི་རུས་པས་བད་ཀན་དང་། འདུས་པའི་ནད་རྣམས་སྦྱུགས་བཤལ་བྱེད། ཅེས་པ་  
 བོ་ལོ་སྤྲོང་སོགས་ཉ་ལམ་སྟེ་ཆུ་ལ་ལྷུ་ལྟ་བུ་ཁ་དོག་ལྡང་གུ་དང་རེ་གཉིས་དམར་ཤས་ཅན་ཆོགས་ཐག་ལྷུ་ལ་པས་  
 ཉེ་ཤིང་སྤྲོང་པོ་དང་ལོ་མའི་རྒྱང་གཉིས་ཀ་ཁོང་སྤྲོང་ལོ་མ་གཞི་གཅིག་ནས་རྩེ་མོ་བྱིངས་ཆེ་དགུར་གྱེས་པ་དང་།  
 རེ་གཉིས་ལྷ་ཅམ་དུ་གྱེས་པ་སོགས་ཆེ་བ་ལྷུ་ལོ་ཅམ་ནས་ཆུང་བ་ལྷུ་ལོ་འེ་བར་ཅི་རིགས་འོང་ཞིང་རྩེ་མོར་ཐིུ་  
 ཟ་རམ་བཅེགས་ཆོར་མས་གང་བ་སྟེ་བ་མེ་ཏྲོག་དཀར་པོ་གང་བུ་རུས་སྤལ་གསུམ་སྦྱོམ་ཁ་སྤྲོད་ཀྱི་རྣམ་པ་ཡོད་  
 པའི་ནང་འབྲུ་ནག་ཆུང་ཤིན་དུ་འཇམ་པ་བྱུང་ན་ཇ་ཡི་ས་ལ་ཞེས་མཆོག་དང་། དན་ཁ་བོ་འཁྱུངས་དཔེར། དན་ཁ་  
 བོ་ཞེས་བྱ་བ། སྦྱིབ་རི་ནགས་ཀྱི་ནང་དུ་སྟེ། སྤྲོང་པོ་རིང་ལ་འཁྲིལ་ཞིང་སྟེ། འབྲས་བུ་ཁ་བོ་དན་རོག་  
 འདྲ། ཞེས་པ་ལྟར་སྦྱིབ་ནགས་སུ་འཁྲིལ་ཞིང་སྟེ་བ་ལོ་མ་ཅུང་ཟད་རྩལ་པ་གང་བུའི་དབྱིབས་གོང་བཞིན་ལ་འབྲུ་  
 སྦྱར་བ་སྟེ་བཅད་ལྟ་བུ་ཁ་བོ་བྱུང་ན་དན་ཁ་ཞེས་འབྲིང་དང་། དམན་པ་འབྲུ་རུས་སྤལ་གྱི་རྒྱབ་འདྲ་བའི་ནག་པོ་  
 གསུམ་དང་། སྦྱི་ཁུ་ལ་སྦྱིར་མིང་བརྒྱད་འདིར་གཅིག་དེའང་འཁྱུངས་དཔེར། སྦྱི་ཁུ་ཞེས་བྱ་བ། དཔལ་གྱི་  
 དུམ་བུས་ནད་སེལ་བེར། ཤིང་སྤྲོང་ཆེ་ལ་ཆད་པོ་འདྲ། ཁ་དོག་སྤོན་པོ་ཡལ་ག་རྒྱས། ཐམས་ཅད་དོ་རྩེ་གོག་པོ་  
 འདྲ། འོ་མའི་རྒྱ་མཆོའི་ནང་ན་སྟེ། དེ་ལ་ཁུ་བུས་པ་ནི། རོ་ནི་བསྐྱལ་ཡིད་ཅམ་ཁ། རང་གི་རུས་པས་སྤྲོད་

དུ་སྤྱོད་། ། ཞེས་དང་མཐུན་པར་འོ་མའི་རྒྱ་མཆོའི་ནང་ནས་བདུད་རྩི་སེ་དཀར་ཞེས་ཤིང་སྤྱང་ཆེན་པོ་མི་ཆུན་གྱི་  
 གཟུགས་དབྱིབས་འདྲ་བ་ལ་དོག་སྤོན་པོ་ཡལ་ག་རྒྱས་པ་དེའི་ཞོ་འཕཛེ་བ་ལ་ཞུན་བྱས་པའི་ལུང་ར་འདོད་ཅིང་དེ་  
 དག་བསྐྱར་ན་ཕྱི་དཔལ་དང་ལུང་དུ་མ་བྱ་ལ་འང་འཇུག་པ་དེ་མཆོག་དང་། དམན་པ་རོང་མཚམས་བལ་ཡུལ་  
 སོགས་སུ་སྐྱེ་བ་སྤྱོད་པོ་ལོ་མ་མེད་པའི་འོ་མ་ཅན་གྱི་འོ་མ་སེ་ཞོར་ཡང་གྲགས་པ་དེ་ལུས་རྩོན་པར་འཐོར་ན་རྒྱ་  
 བྱར་འབྱུང་བ་དེ་གཉིས་བཙས་ཀྱིས་ནད་རིགས་གང་ཡང་དུག་པོར་སྤྱོད་ཞིང་སེ་ཞོས་འབྲས་ཀྱང་འདུལ། དོང་ག་  
 ལ་སྤྱིར་མིང་བདུན་འདིར་གཅིག་ དེའང་འཁྱུངས་དཔེར། སྤོན་མཆོག་དོང་ག་ཞེས་བྱ་བ། དཔེན་ལ་རྩོད་ཆེའི་ས་  
 ལ་སྐྱེ། ། ལོ་མ་མེ་རྟོག་ཆེ་བ་ལ། ། རང་ཉིད་ཤིང་གཞན་འཁྲུལ་ནས་སྐྱེ། ། དོང་ག་ཁྲག་གིས་བརྒྱངས་པ་འདྲ། ། རོ་  
 བྱི་མངར་ལ་ཡིད་ཅམ་ཆ། ། རང་གི་རུས་པས་ནད་རྣམས་སྤྱོད་། ། ཞེས་པ་བཞིན་ས་ཡུལ་རྩོད་ཆེ་སར་ཤིང་གཞན་  
 ལ་འཁྲུལ་ནས་སྐྱེ་བའི་ལོ་མ་ཆེ་ཞིང་རོ་བོ་ཁྲག་གིས་བརྒྱངས་པའི་རྒྱ་མ་འདྲ་བའི་ཐོག་དེས་མཆིན་པའི་ནད་རིགས་  
 སེལ་ཞིང་གང་ཡང་འཇམ་པོར་འཁྱུའོ། ། ཀླ་བེད་ལ་སྤྱིར་མིང་བཅུ་གསུམ་འདིར་གཅིག་ དེའང་འཁྱུངས་དཔེར།  
 ཀླ་བེད་ཅེས་བྱའི་ཤིང་མཆོག་ནི། ། ལོ་མ་ལེབ་ལ་ཆེ་བ་ཡིན། ། སྤྱོད་པོ་རིང་ལ་ཡལ་ག་མང་། ། མེ་རྟོག་དཀར་ལ་  
 རབ་དུ་མཛོས། ། འབྲས་བུ་བྱིས་པའི་ཐོད་པ་འདྲ། ། རོ་བྱི་རུང་ཟད་སྐྱར་བ་ཡིན། ། རུས་པས་མ་དང་སྤོན་ནད་  
 སེལ། ། ཞེས་པ་ནི་སྤྱོད་ཚུལ་རྒྱ་ལ་སོགས་ཏེ་ལམ་གསེར་མེ་ལྟ་བུར་འཁྲུལ་ཞིང་སྤྱོད་ལ་འོན་ཀྱང་དེ་བས་མགལ་ལག་  
 མང་ཞིང་ལོ་མ་ཏེ་ལོ་ལ་འབྲས་ཆར་ཅམ་འདྲ་བ་འབྲས་བུ་ཤིལ་འཛོང་ལོ་སྤྱོད་སོགས་ཆང་མ་ཟླའི་སྤྱ་ལྟ་བུས་བྱབ་  
 ཅིང་རིག་བྱ་རྒྱབ་པ་སྤོན་ནས་བྱིས་པའི་ཐོད་པ་འདྲ་བ་ལ་དོག་དམར་སྤྱོད་ཀི་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱ་སྤོད་བྱེད་པ་པོ་རིགས་  
 དང་། བེལ་བ་ཞེས་མོ་རིགས་སུ་འདོད་པ་འཁྱུལ་སོ་རྒྱུང་བ་དེ་གཉིས་དང་། ད་ཀྱིག་ལ་སྤྱིར་མིང་བདུན་འདིར་  
 གཅིག་ དེའང་འཁྱུངས་དཔེར། ད་ཀྱིག་ཅེས་བྱའི་ཤིང་དེ་ནི། ། ཆོད་པ་ཆེ་བའི་ནགས་ལ་སྐྱེ། ། སྤྱོད་པོ་ཆེ་ལ་ཤུན་  
 པ་སྐྱེ། ། མེ་རྟོག་དམར་རྒྱུང་ལོ་མ་སྤོར། ། འབྲས་བུ་ལུག་ཤིག་སྤོར་འདྲ། ། རོ་བྱི་མངར་ལ་སྐྱར་བ་འོ། ། རང་གི་  
 རུས་པས་འཁྱུལ་གཅོད། ། ཅེས་རྒྱ་མོན་སོགས་ཆོད་པ་སྤྱོད་པའི་ནགས་སུ་ཤིང་སྤོད་ཆེན་པོ་ཤུན་པ་སྐྱེ་བོ་མེ་རྟོག་  
 དམར་རྒྱུང་འབྲས་བུ་ལུག་ཤིག་གི་སྤོར་འདྲ་བ་མཁྲགས་ཤིང་རོ་ཆེར་མེད་པ་དེ་དང་། སྤྱག་ལ་སྤྱིར་མིང་གསུམ་  
 འདིར་གཅིག་ དེའང་འཁྱུངས་དཔེ་ཁྱུངས་མ་མཐོང་ཡང་དཀར་དམར་གཉིས་སུ་འདོད་པ་དེ་ནི་ཤིང་ལ་མེ་གུམ་  
 ཤིང་དུ་གྲགས་པའི་དམར་པོ་གོ་མའི་ཕྱེ་མ་འདྲ་ཞིང་། དཀར་པོ་བག་ཕྱེ་འདྲ་བ་གཉིས་དང་། མོན་ཆར་ལ་སྤྱིར་  
 མིང་དུག་འདིར་གཅིག་ དེའང་འཁྱུངས་དཔེར། བེ་ཤིང་ལོ་མ་ལེབ་སྤོར། ། ར་ཡི་ལོ་མ་འདྲ་བ་ལ། ། ཆོར་མ་བག་  
 ཅམ་ཡོད་པ་སྤྱེ། ། འབྲས་བུ་རྩྱ་ཏི་པ་ལ་འདྲ། ། ཞེས་པ་ལྟར་མཆོག་ནི་ཤིང་བེ་དོན་ག་པའི་ཁྲག་སྤྱེ་ར་ཁྲག་སྤྱེ་མ་པོ་

འདྲ་བ་འཁྲུག་ཅོད་ལ་བསྐྱགས་ཤིང་དམན་པ་འབྲས་བུས་ཀྱང་རུང་ཙམ་དེ་ནམས་ཀྱིས་འཁྲུག་བའི་ནད་རིགས་  
 ནམས་ཆ་གང་མེད་པ་གཅོད་ཅིང་། ནད་གསེས་བེལ་བས་བྱ་བཅས་ཀྱི་ཆད་པ་དང་། བེལ་བྱས་བྱུང་བ་པོ་ན།  
 མེད་ལྷན་གྱི་རུས་པ་བསྟན་པ་ནི། རྟོང་ལེན་ཁག་སྐྱེས་འབྲུགས་ཆད་དོན་ཆད་སེལ། སྤང་ཅི་དོ་པོས་རིམས་  
 དུག་རྙིངས་ཆད་སེལ། རེ་སྟོན་ཁག་སྐྱེས་སྤྱག་པོ་ཅ་ཆད་སེལ། གྱི་ལྷེས་སྟོད་ཆད་མཁྲིས་ཆད་སེལ་བར་  
 ཟུང་། སྤྱུལ་ཅུ་རྟིག་གིས་མཆིན་མཁྲིས་ཆ་བ་སེལ། སྤྱི་ཡང་ཀྱུ་ཡིས་པོ་མཆིན་ཆ་བ་སེལ། ཟུངས་རྟིག་ལྷགས་  
 རྟིག་མཁྲིས་པའི་ཆ་བ་སེལ། སྤྱོ་ལོ་སྤྱག་འདྲས་སྟོ་ཡི་ཆད་པ་སེལ། ཀྱུ་ཡའ་གྱི་མ་ཡིས་མཁྲིས་པ་ནི་སྟོང་  
 ཟུང་། ཀྱུ་ཡའ་ཆུང་གིས་དུག་དང་ཆད་འཁྲུག་ཅོད། བྱ་རྟོད་སྟོས་ཀྱིས་གདོན་དུག་རིམས་ཆད་སེལ། སྤྱོ་ལོ་  
 གོང་པ་ཡིས་མགོ་ཆག་དུག་ཆད་སེལ། ལྷ་མོ་མདེ་འབྲེན་བྱ་རོ་བྱུག་རྩ་འབྲེན། རྟ་ཡ་ཀུན་གྱིས་བྱང་ཁོག་ཆུ་  
 སེར་སྐྱེ། མགོ་བོའི་རུས་ཆག་སྟོར་ཞིང་ལྷ་བ་འཛིན། རྟ་ལྷགས་ལྷ་བ་འཛིན་ཞིང་ཆུ་སེར་འདྲེན། ཞ་བེ་ཁ་  
 ཡིས་མགོ་ཆག་དུག་ཆད་སེལ། ལྷག་ཤས་མ་འདྲུབ་གཉན་གསོད་དུག་ནད་སེལ། སྤང་རྒྱན་དཀར་པོས་གེ་བའི་  
 དུག་ཆད་སེལ། ལྷ་གྱུ་ཤིང་གིས་མ་སྟོར་དུག་ཆད་སེལ། ཅུང་དང་རྒྱ་བྱུ་ལྷུ་སྤྱག་དུག་ནད་སེལ། ཞ་བྱུག་  
 མགོ་ཆག་གསོ་ཞིང་ཆུ་སེར་སྐྱེ། ཆེར་སྟོན་རུས་ཆག་གསོ་ཞིང་ལྷ་བ་འདེགས། ལྷག་ཆུང་མདན་ཡོན་དག་  
 ཀྱང་དེ་བཞིན་ནོ། ཀྱུ་སེར་སྟོད་སྟོ་མཆིན་ཅ་ཆད་དུག་ཆད་སེལ། ལྷག་རུ་སྤྱག་པོས་དུག་སྟོད་ཤ་དུག་  
 སེལ། ལྷག་རུ་སེར་པོ་ཆུ་རུག་ཆུ་འཁྲུང་ཟུང་། སེ་བའི་མེ་རྟིག་མཁྲིས་སེལ་རྒྱུ་ལ་གཞོན། འབྲུ་སྤྱ་ཉང་གིས་མ་  
 འདྲུབ་སྟོ་ནད་སེལ། སྟོང་ཐོག་པ་ཡིས་ཤ་དུག་འབྲུགས་ཆད་སེལ། ཞ་གྲོང་སྟོ་ཡི་ཆད་པ་སེལ་བར་ཟུང་། ཆར་  
 བོང་གེ་བའི་ཆད་པ་སྟོ་ནད་སེལ། རྟ་ཀྱུན་སྟོང་གི་ཆད་པ་དུག་ནད་སེལ། སེ་རྟོད་འབྲས་བུས་དུག་ཆད་མཆིན་  
 ཆད་སེལ། ལྷག་པ་ཆེར་ཅན་མཁལ་ཆད་སྟོག་པ་སེལ། སྟོར་པའི་མེ་རྟིག་འབྲས་བུས་འཁྲུག་གཅོད། ཐང་  
 སྟོས་ལང་ཐང་ཅེ་ཡིས་སྤྱན་ནད་སེལ། སྤྱན་ཤིང་སྤྱ་མའི་འབྲས་བུ་དེ་བཞིན་ནོ། རྟོས་མའི་གེ་སར་སྤྱན་གསོད་  
 སྤང་ཐབས་འཛོམས། རྟ་ཀར་པོ་ཆིག་བྱུ་དུག་སྟོད་གཉན་སྤྱན་འཛོམས། ཞ་མ་བྱང་ཁོག་མ་དང་མིག་ལ་  
 པན་ཞིམ་ཐིག་ལེ་ཡིས་མིག་གི་ལིང་ཐོག་ལེན། རྟ་པ་ཉ་ཡིས་རིམས་དང་དུག་ཆད་སེལ། རྟ་བའི་ཅ་བས་སྤྱན་  
 གསོད་རུས་མཛེར་འགོགས། འདས་བྱ་ཀ་རས་སྟོ་མཆིན་ཅ་ཆད་སེལ། འབྲི་ཉ་ས་འཛིན་ནག་ཁག་ཆུ་སེར་  
 འདྲེན། བྱ་པོ་ཅི་ཅིས་བྱང་མེད་ལྷ་མཆོན་གཅོད། ལྷ་མོ་བཟུངས་སྟོ་ནག་འཁྲུག་གཅོད། ལྷི་བ་ལྷག་ལྷུང་བྱང་ཆ་  
 ཆམ་པ་སེལ། ཀྱུ་ཡེར་ཤིང་པ་ཡིས་འབྲུམ་པའི་ཆ་བ་སེལ། མེ་རྟིག་སེར་ཆེན་མ་འདྲུབ་ཅ་རུལ་གསོ། བྱག་སྟོ་  
 ཉ་པོས་དུག་སེལ་ཆད་འཁྲུག་ཅོད། བྱག་སྟོས་མ་འདྲུབ་ནག་སྐྱེ་ལྷ་བ་འཛིན། རྒྱ་སྟོས་སྤང་སྟོས་ཆད་རྙིང་  
 དུག་ཆད་སེལ། ལྷུང་ཅི་སྤྱས་ཀྱིས་ཆུ་འཁྲུང་རིམས་ཆད་སེལ། རྒྱ་རུས་མ་འདྲུབ་ཅ་འཁྲུང་རྒྱ་གཟེར་

སེལ། །འབམ་པོས་སྐྱངས་འཛེམས་ཁོང་འབྲས་བཤིག་པར་བྱེད། །མེ་ཏྲིག་ལུག་མིག་དུག་དང་རིམས་ནད་  
 སེལ། །མཁན་པས་ཁྲག་གཙོད་ཡན་ལག་སྐྱངས་པ་འཛེམས། །ཁུ་མ་ཅི་ཡིས་ཁུ་སེར་དམ་ཁུ་སྦྱང་། །བྱི་ཆེར་  
 རིམས་དུག་མཁལ་མའི་ཆ་བ་སེལ། །དེ་བས་རིམས་སེལ་ཙ་མཁྲིས་མཁྲིས་ནད་སེལ། །རེ་རལ་འོམ་བྱས་ཤ་དུག་  
 སྦྱར་དུག་སེལ། །ཁུ་མཁན་ཆོས་བཙོད་སྟོ་མཁལ་འགྲམས་ཆད་སེལ། །ལུ་མ་པས་ཁུ་འགགས་སྟོམ་དད་འབྲུ་བ་  
 སེལ། །བྲག་ལུ་མ་མ་འདྲུབ་རྟ་མིག་ཙ་སྟོ་འགག་ག་མའི་ཙ་བས་ཤ་ཆད་ཙ་ཆད་སེལ། །མཛོ་མོས་ཁྲག་འབྲགས་  
 འཇུ་ཞིང་ཁྲག་ཆད་སེལ། །ཡང་མའི་འབྲས་བྱས་སྟིང་ཆད་མོ་ནད་སེལ། །སྲད་དཀར་བ་ཡིས་དམ་ཁུ་སྦྱ་ཐབ་  
 སྦྱང་། །བྱི་རུག་མ་ཡི་འབྲུ་སྦྱང་སྟོན་པོལ་སེལ། །མཆོ་ལུ་ཙ་ཡི་ཁྲག་གཙོད་མཆིན་ཆད་སེལ། །བྲེ་གས་སྟོ་དང་  
 མཁལ་མའི་ཆ་བ་སེལ། །ལུག་རུང་རིམས་དུག་སྦྱག་པོ་ཙ་ཆད་སེལ། །ལུག་རལ་དུག་སེལ་ཡན་ལག་སྐྱངས་པ་  
 འཛེམས། །བྲངས་ཅི་བ་ཡིས་མཁྲིས་ནད་མིག་སེར་སེལ། །རྟ་ལོས་རྟ་ལོང་སྟོད་ཀྱི་ཆ་བ་སེལ། །ཤོ་མང་མ་ཡི་ཆ་  
 བ་སེལ་བར་བྱེད། །པ་ཡག་ཙ་བས་སྟོ་གསོ་སྟོ་ནག་འདེན། །བྲེ་ལ་བྲུག་ཤ་དུག་སེལ་བར་བྱེད། །ལུག་ཆོས་རྟ་  
 བའི་ནད་སེལ་སྟོས་པ་སྦྱང་། །སྟྱི་བའི་འབྲས་བྱས་མཁྲིས་པ་བྲེན་ལ་འདེན། །ས་ཇི་ཀ་ཡིས་པོ་བའི་མེ་དོད་  
 སྦྱང་། །སྦྱབ་ཀ་རུལ་གཙོད་དོད་སྦྱང་ཁུ་སེར་འདེན། །བྲེ་ཆ་དབྱི་མོང་གཉིས་ཀྱང་དེ་བཞིན་ནོ། །པ་ལུས་བད་  
 ཀན་ཆ་ཁང་འཐབ་པ་སེལ། །ཤོ་སྟོད་རྒྱང་ཆད་དུག་དང་མིག་ནད་སེལ། །ཐ་རམས་ན་རམས་བྱ་རྟ་འབྲུ་བ་  
 གཙོད། །སོག་ཀ་པ་ཡིས་སྦྱག་པ་མ་ལུས་གཙོད། །དབང་པོ་ལག་པས་ལུས་སྟོབས་ཁྲ་བ་སྦྱང་། །རི་ཤོས་མཁྲིས་  
 པ་སྦྱང་ཆེར་བད་ཀན་འདེན། །དུར་བྱིད་ཐར་རུས་ཆ་ཁང་ནད་ཀྱན་སྦྱང་། །སྟོན་བྱས་ཁུ་སེར་ཁོན་བྱས་མཁྲིས་པ་  
 སྦྱང་། །ལུ་མ་ཙས་དུག་ཆད་སྟོད་ཆད་བད་ཀན་སྦྱང་། །ཁུ་ཙས་གཉན་སྦྱང་མ་ཡི་སྐྱམ་ཅི་བྱེད། །རེ་ལུག་པ་ཡིས་  
 འབྲས་འདུལ་གཉན་ནད་སྦྱང་། །ལུ་བས་ཁུ་སེར་མཁལ་ཞེད་ཁང་བ་སེལ། །ཉེ་ཤིང་ར་མཉེས་ཆེ་བསྟིང་ཁུ་སེར་  
 སེལ། །ཨ་ཤོ་གརྒྱས་སྦྱང་ཁང་ཁུ་སེར་སེལ། །གཟེ་མས་གཙོན་སྟེ་བྱམ་བྱ་མཁལ་ནད་སེལ། །ཞེས་པ་སྟེ། སྟེ་འི་  
 སྟོན་གྱི་རུས་པའི་རིགས་རྣམས་བསྟན་པར་བྱ་བ་ནི། རྟོང་ལེན་ལ་སྦྱིར་མིང་བདུན་འདིར་བྱ་ཙ་ཤེལ་དང་གཉིས།  
 དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། སྟེ་ས་གཡའ་སྦྱང་མཆམས་ལ་སྟེ། །མེ་ཏྲིག་སྟོན་པོ་གོ་བྱན་འདྲ། །ལོ་མ་ཁོ་བོའི་རལ་གི་  
 འདྲ། །ཙ་བ་འབྲུ་ཡི་ལུས་དང་འདྲ། །ཞེས་བཤད་ཀྱང་ལོ་མ་འདབ་བཞི་སྟེ་ཅན་དེའི་ཙ་བ་དང་སང་ཆོང་ལ་ཁྱེར་  
 འོང་བ་མཆོག་དང་། དམན་པ་གར་ཡང་སྟེ་བའི་པོ་མོའམ་རིགས་གཉིས་ལས་པོ་ལ་མེ་ཏྲིག་སྟོན་པོ་གོ་བྱན་གྱི་  
 དབྱིབས་ཅན་དང་། མོ་ལ་མེ་ཏྲིག་མེད་པའི་ཙ་བ་འབྲུའི་ལུས་འདྲ་བ་གཉིས་ཀྱང་རུང་མཐུན་དུ་གཏོང་བ་སོགས་  
 ཀྱིས་ཁྲག་རིགས་སྟོམ་ཞིང་འབྲགས་ཀྱི་ཆད་པ་དང་དོན་ལཱ་ཆད་པ་རྒྱང་ནད་བསྐྱེད་པར་རྣམས་སེལ། སྦྱང་ཅི་དོ་  
 བོ་ལ་སྦྱིར་མིང་བདུ་འདིར་རྒྱ་རིམས་ཀྱི་ཆིག་བྱབ་དཀར་པོ་རིགས་གསུམ། དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། སྦྱང་ཅི་དོ་བོ་

ལ་ལུང་སྒྲུ། ལོ་མ་འདབ་མ་ཉ་ག་མེད། སྤྱོད་པོ་རིང་ལ་མེ་རྟོག་དཀར། ཀླས་པ་མི་ཆུན་མགོ་བོ་འདྲ། ཞེས་པ་  
 ལྟར་རོ་བོ་ནི་ལོ་མ་ཉ་ག་མེད་ལ་ཆེ་བ་རོ་ལ་བ་མེ་རྟོག་དཀར་པོ་མི་ཆུན་གྱི་མགོ་འདྲ་ཞིང་རྒྱུ་རིང་བ་དེས་ནང་  
 གསེས་རིམས་འཁྲུགས་སེལ་བ་དང་། འབྱར་བག་ནི་འཁྲུངས་དཔེར། སྤང་ཅི་འབྱར་བག་ཅན་ཞེས་པ། ས་  
 བཟང་སྤང་རི་དག་ལ་སྒྲུ། ལོ་མ་འབྱར་བག་ཉ་ག་ཅན། ལྷུ་མ་པོ་རུ་ཉ་ཞེས་ཀྱང་བྱ། ཞེས་པ་ལོ་མ་ཉ་ག་ཅན་  
 གྱིས་ས་འགེབས་པ་མེ་རྟོག་དཀར་པོ་རྒྱུ་རིང་བ་འབྱར་བག་ཡོད་པ་དེ་དག་སྒྲེར་གྱིས་ཆུ་ནད་ཆུ་ཤོར་གཙོང་ནད་  
 ལྟར་པའི་ཆད་པ་སོགས་སེལ་བ་དང་། ལུག་ཅི་ནི། འཁྲུངས་དཔེར། ལུག་ཅི་དོ་བོ་ཞེས་བྱ་བ། ས་བྱི་བཟང་པོའི་  
 སྤང་ལ་སྒྲུ། ལོ་མ་ཉ་ག་མེད་བལ་དང་བཅས། མེ་རྟོག་ནག་ངམ་བྱི་ཞིམ་བྲོ། ཞེས་པ་ས་བཟང་པོའི་སྤང་ལ་སྒྲུ་  
 བ་ལོ་མ་ཉ་ག་མེད་ཕྱ་ལ་བལ་དང་ལྷན་པ་མེ་རྟོག་གི་རྒྱུ་ལ་བྱི་ཞིམ་བྲོ་བ་དེ་གསུམ་གྱིས་རིམས་དུག་དང་  
 རྟིངས་པའི་ཆད་པ་རྣམས་སེལ། རེ་སྒོན་ལ་སྤྱིར་མིང་བདུན་འདིར་ཅི་དམར་དང་ཕུག་རོན་རྒྱུ་ལ་བཅས་གསུམ།  
 དེ་ཡང་འཁྲུངས་དཔེར། ཅི་དམར་རྒྱུ་ལ་གཅིག་གཡའ་སྤང་སྒྲུ། ལོ་མ་ལྷུ་ལ་གྱིས་པ་འདྲ། ལྷ་བ་གཅིག་ལ་  
 སྤྱོད་པོ་བརྒྱད། གསེར་གྱི་མེ་རྟོག་འོད་དང་ལྷན། བདུད་ཅི་འཕྲུལ་པ་ཁྱད་པར་ཆགས། བྱི་ཞིམ་རོ་ནི་མཆོག་ཏུ་  
 ལ། ཆད་པའི་ནད་ལ་བདུད་ཅི་ཡིན། ཞེས་པ་ལྟར་ལྷ་བ་གཅིག་ལ་སྤྱོད་པོ་བརྒྱད་ཅུ་འོད་ཞིང་མེ་རྟོག་སེར་  
 པོར་བདུད་ཅི་འཕྲུལ་པ་ཆགས་པ་བྱི་ཞིམ་ཞིང་རོ་ལ་བ་དེས་ཁྲག་སྒྲེས་ཞིང་སྤྱུག་པའི་ལྷ་ཆད་ཆ་འཁྲུ་རྣམས་སེལ།  
 གྱི་ཕྱེ་ལ་སྤྱིར་མིང་བཅུ་བཞི་འདིར་གཡའ་དང་གཉིས། དེའང་རིགས་གཉིས་ལས་དཀར་པོ་ནི་འཁྲུངས་དཔེར།  
 གྱི་ཕྱེ་དཀར་པོ་སྤང་ལ་སྒྲུ། ལོ་མ་སྤྱོད་ལ་མཐུག་འཇམ་རིང་། སྤྱོད་པོ་དམར་ལ་མེ་རྟོག་དཀར། འབྲས་བུ་ནག་  
 པོ་ཕུགས་ཕྱེ་འདྲ། རོ་ནི་ལ་ལ་རྩུབ་པ་ཡིན། ཞེས་པ་ལོ་མ་ལྷུ་གུ་མཐུག་འཇམ་རིང་ལ་ཆེ་བ་མེ་རྟོག་དཀར་པོ་  
 སྤང་རྒྱུ་འདྲ་བ་རྒྱུ་ལ་བཟང་ལྷུ་གུ་འབྲས་བུ་ནག་པོ་ཕུགས་ཕྱེ་འདྲ་བ་རོ་ལ་ལ་རྩུབ་པ་དང་། ནག་པོ་འཁྲུངས་  
 དཔེར། གྱི་ཕྱེ་ནག་པོ་སྤྱིབ་ལ་སྒྲུ། སྤྱེ་ལུགས་དཀར་པོ་འདྲ་བ་ལ། མེ་རྟོག་ལ་དོག་སྤྱེ་སྤྱུག་སྤྱེ། སྤྱངས་དང་ཆུ་  
 སེར་ལྷོག་པ་འདུལ། ཞེས་པ་ལྟར་ལོ་མ་གོང་བས་རྩུང་ཞིག་ཕྱ་ཞིང་མེ་རྟོག་དང་རྒྱུ་ལ་སྤྱོད་པོ་བཟང་བ་དེ་གཉིས་  
 གྱིས་སྤྱོད་ཀྱི་ཆད་པ་དང་མཁྲིས་པའི་ཆད་པ་རྣམས་སེལ་བར་བྱེད་དོ། སྤྱུ་རྩུ་ཉིག་ལ་སྤྱི་དང་འདིར་མིང་གཅིག་  
 རྒྱ། དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། སྤྱུ་རྩུ་ཉིག་ནི་གཡའ་སྤང་སྒྲུ། ལོ་མ་ལེབ་རྒྱུ་ཆོ་མ་མཆུ། མེ་རྟོག་དཀར་སེར་  
 པརྒྱ་འདྲ། རར་བ་དམར་སེར་བ་སྤྱུ་ཅན། ཞེས་པ་ལྟར་ལོ་མ་ལྷུ་གུ་ཆོ་མའི་མཆུའི་དབྱིབས་ཅན་མེ་རྟོག་སེར་  
 པོ་རྒྱུ་བ་པརྒྱ་སྤྱངས་པ་འདྲ་བ་རྒྱུ་ལྷུ་གུ་ཏ་ཅང་གི་སྤྱོ་མི་བཟང་བ་དེ་དག་གིས་མཆིན་པ་དང་མཁྲིས་པའི་ཆ་བ་  
 མེག་མེད་དུ་སེལ་ལོ། བྱི་ཡུལ་ལ་སྤྱིར་མིང་དུག་འདིར་ཅི་ལུ་བཅས་གཉིས། དེའང་ཤིང་སྤྱོ་འབྲུག་སྤྱུ་བ་ཞེད་  
 ནའང་གཙོ་བོ་སྤྱོ་སྤྱེ། འཁྲུངས་དཔེར། བྱི་ཡུལ་ནི་ཉིན་སྤྱིབས་གང་ཡང་སྤྱེ། ལོ་མ་མེ་རྟོག་སྤྱོན་པོ་སྤྱེ། རོ་ནི་

[illegible]

ག་ཆུང་ནི་གཡའ་གསེབ་སྒྲུ། ཟུར་བཞི་ལོགས་བརྒྱད་མཚན་རྟེན་བཅུགས། ཁེ་རྟོག་འིལ་བྱ་ཁ་བསྐང་འདྲ། ཟ་  
 བ་རྒྱས་པ་འཛིངས་པ་འདྲ། ཞེས་པ་ལྟར་ཟུར་བཞི་ལོགས་བརྒྱད་རྒྱལ་མཚན་གྱི་དབྱིབས་ཅན་ཅེ་མོར་མེ་རྟོག་  
 འིལ་བྱ་འི་ཁ་གནས་དུ་བསྟན་པ་ལྟར་ལྷིང་ཞིང་རོ་ཁ་བསེལ་དེ་དག་གིས་དུག་དང་ཚད་པ་ལས་ཟུར་པའི་འབྲུ་བ་  
 རྣམས་གཙོ་དོ། བྱ་ཚོད་སྤོས་ལ་སྤྱིར་མིང་དུག་འདིར་གཅིག་དེའང་འབྲུངས་དཔེར། བྱ་ཚོད་སྤོས་ཀྱང་གཡའ་  
 གསེབ་སྒྲུ། ལོ་མ་མཐུག་པོ་སྤྱབས་ཀའི་དབྱིབས། ཁེ་རྟོག་སྤྲོ་སྤྲོ་བ་སྤྲོ་ཅན། འི་མ་སྤྲོ་ཅིའི་འི་མ་མནས། ཞེས་  
 པ་ལྟར་ལོ་མ་མཐུག་པོ་སྤྱབས་ཀའི་ལོ་མ་འདྲ་ཞིང་མེ་རྟོག་སྤྲོ་སྤྲོ་སྤོས་ཀྱི་མགོ་དབྱིབས་ཅན་སྤྲོ་ཅིའི་འི་མ་མནས་པ་  
 དེ་ཉིད་ཀྱིས་འབྲུང་པའི་གདོན་དང་དུག་རིམས་ཚད་པ་ཕྱི་སྤོས་རྣམས་སེལ། སྤོས་གོང་པ་ལ་སྤྱི་དང་འདིར་མིང་  
 གཅིག་དེའང་འབྲུངས་དཔེར། ཡུ་མོ་སྤོས་གོང་གཡའ་སྤང་སྒྲུ། ལོ་མ་དམར་སྤྲོ་སྤོས་མེག་ལེ་ལ། ཁེ་རྟོག་སྤོས་པོ་  
 ཁོང་སྤོང་ཅན། དབྱིབས་ནི་སྤྲོ་གཤེད་ཁ་གྱེན་དུ། བསྟན་འདྲ་རོ་ནི་ཤིན་ཏུ་ལ། ཞེས་པ་ལྟར་ལོ་མ་སྤོས་ལྷང་སྤོས་  
 ལེ་ལ་ཁུར་མང་འདྲ་བ་མེ་རྟོག་སྤོས་པོ་ཁོང་སྤོང་ཅན་དབྱིབས་སྤྲོ་གཤེད་ཀྱི་ཁ་གྱེན་དུ་བསྟན་པ་ལྟར་སྤོས་པོ་དཀར་  
 མདོག་གི་དབྱེ་བས་རིགས་ཀྱི་རྩ་བ་རོ་ཤིན་ཏུ་ལ་བ་དེས་མགོ་བོ་ཆག་པའི་རིགས་གསོ་བ་དང་དུག་ཚད་རྣམས་  
 སེལ་ལོ། ཡུ་མོ་མདེའུ་འབྱིན་ལ་སྤྱི་དང་འདིར་མིང་གཅིག་སྤྲོ་དེ་ལའང་འབྲུངས་དཔེར། ཡུ་མོ་མདེའུ་འབྱིན་  
 མཐའ་གསེབ་སྒྲུ། ལོ་མ་སྤོས་མོ་ཉ་ག་ཅན། ཁེ་རྟོག་སྤྲོ་སྤྲོ་སྤོས་མེན་འདྲ། ཀྱང་བྱ་སྤོས་པོ་གཞུ་བྱབས་  
 འདྲ། ཞེས་ཀྱང་བྲག་སྤོས་ག་བྱར་དུའང་གཡགས་པ་ལོ་མ་སྤོས་ལྷང་སྤོས་པས་བྲག་ལོགས་བྲལ་ཅིང་མེ་རྟོག་དཀར་  
 དམར་སྤོས་སྤོས་པས་མེད་གེ་སར་སེར་པོས་ནང་གང་བ་དེ་དག་མེ་རྟོག་གིས་བྱེ་བའི་རིགས་གསུམ་ཡོད་པས་  
 མངལ་དུ་བྱ་རོ་ལུས་པ་དང་བྲག་རྩ་མདེའུ་སྤོས་འབྱིན་ནོ། དར་ཡ་ཀན་ལ་སྤྱི་དང་འདིར་མིང་གཅིག་འདི་ལ་  
 རྣམ་གྲངས་འདྲེན་ལུགས་བྱར་པ། ཟུར་མཁར་བ། སྤོས་པ་ཆོ་དབང་སྤོས་བཞེད་པ་མང་ཡང་རི་གཉེན་  
 མགུལ་སྤོས་དར་ཡ་ཀན་ནམ་སྤོས་མོ་དར་ཡ་ཀན་ཞེས་པ་ཆོར་སྤོས་ལྷངས་ཤོད་སྤྱི་བའི་དར་ཡ་ཀན་ཞེས་ལྷག་  
 ལྷག་པ། བརྒྱ་བྱིན་རྩ་སྤྱང་དར་ཡ་ཀན་ཞེས་ཉ་ལོ། རྒྱ་མིག་ནང་སྤོས་དར་ཡ་ཀན་ཞེས་བྲེ་ག་འདྲ་བ་རྒྱ་ལུ་  
 པར་གཡགས་པ། དམུ་རྒྱུང་སེལ་བའི་དར་ཡ་ཀན་ཞེས་སྤྲོ་གྱིག་ལྷ་འདུལ་བའི་དར་ཡ་ཀན་ཞེས་ལྷ་བདུད་དོ་རྗེ།  
 མ་རྣམས་འདུབ་པའི་དར་ཡ་ཀན་ཞེས་གསང་བ་སྤོས་གཅིག་དུ་གཡགས་པ་སྤོས་པ་དོང་བཏགས་འདྲ་བ་དང་བདུན་  
 དུ་བཤད་པ་མཆིས་པའི་རོ་བོ་ནི་འབྲུངས་དཔེར། འཛམ་བུའི་གླིང་ན་དཀོན་པའི་སྤོས། དར་ཡ་ཀན་ཞེས་བྲག་  
 གསེབ་སྒྲུ། ལོ་མ་སྤོས་མོ་ཁ་གསུམ་ལ། ཁེ་རྟོག་བ་དན་ཕྱར་བ་འམ། སྤོས་པ་དོང་རལ་བཏགས་པ་འདྲ། ཟ་བ་  
 སེར་ལ་ཁ་བ་ཡོད། ལོ་མ་དན་དཔག་དུ་མེད་པ་ཡིན། སྤོས་ལུགས་གྲོགས་ཀྱིས་བསྐྱར་བ་ན། བཞི་བརྒྱ་རྩ་  
 བཞིའི་ནད་རྣམས་སེལ། ཞེས་པ་ལྟར་ལོ་མ་དང་རྩ་བ་དཀར་སྤོས་དཀར་ཤས་ཅན་མེ་རྟོག་སྤོས་པོ་རྒྱ་ཁ་ཞིག་དང་།

གཞན་ཡང་དཀར་མེད་སྤྱོད་མར་སྤྱོད་ཆོག་མ་འཆར་བ་སྦྱོར་པ་དོང་པ་བཏགས་པ་འདྲ་ལ་གང་བྱ་སྤྱོད་ཅིང་ནང་འབྲུ་  
ནག་པོ་རྒྱུང་བ་འོང་བ་དང་། ཡང་འཁྲུངས་དཔེར། སྦྱོང་གནས་ཡུལ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱན་ལ་ཡོད། འཕྲོ་སྤྱོད་ཡལ་ག་ཁྲང་  
པོར་སྦྱོ། ཁེ་རྟོག་མདོག་དཀར་འདབ་མ་བཞི། འབྲས་བུ་མེན་དམར་པོ་འདྲ། རང་གི་རུས་པས་བྱང་ཁོག་  
གི། ཁྲག་དང་རྒྱ་མེད་འཛུམས་པའི་མཆོག། ཅེས་པ་དང་མཐུན་པར་དུས་འཁོར་ནས་ཀྱང་ཁྲག་གོད་པ་ཞེས་  
གསུངས་པའི་སྦྱོ་ལྷགས་ཀྱང་ལྡང་སྦྱོ་ལོ་མ་ལྡང་གྲ་ཕྱ་ཅིང་ཁྲང་པོར་སྦྱོ་བ་དེ་གཉིས་ཀྱིས་བྱང་ཁོག་གི་རྒྱ་མེད་སྦྱོམ་  
པ་དང་མགོ་བོའི་རུས་པ་ཆག་པ་སྦྱོར་ཞིང་ལྷ་བའང་འཛིན་པ་དང་དུས་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་ཕན། ཏྲ་ཕྱགས་ལ་སྦྱིར་མིང་དུག་  
འདིར་ཏྲ་ཕྱ་སྤྱོད་པ་དང་གཉིས། དེ་ལ་འང་འཁྲུངས་དཔེར། ཏྲ་ཕྱགས་དག་ནི་རྣམ་པ་གཉིས། རི་དང་ཁྲུངས་སྤྱོད་  
བ་ཡིན། འཕྲོ་སྤྱོད་མོ་མཐུག་པ་ལ། འབྲུམ་པ་ཐུག་ཐུག་ཡོད་པ་ཡིན། སྤྱོད་པོ་ཐུབ་བཞི་ཐིག་གིང་འདྲ། ཁེ་  
རྟོག་རྒྱ་མེད་དཀར་བའང་ཡོད། རི་སྦྱོར་མངར་ལ་སྦྱིན་ནད་སེལ། ཁྲུངས་དང་ན་སྦྱོར་པོ་ལ་སྦྱོ། ཞེས་པ་  
ལྟར་རིགས་སམ་སྦྱོ་གནས་ཀྱི་ཁྲད་པར་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ་རི་དང་ཁྲུངས་སྤྱོད་སྦྱོ་བའི་ལོ་མ་མཐུག་ལ་འབྲུམ་པ་ཐུག་  
ཐུག་ཡོད་པ། ཀྱང་གྲ་བཞི་ཐིག་གིང་འདྲ་བ་མེ་རྟོག་སྤྱོད་མར་དཀར་ཏྲ་ཕྱས་འཆར་ཞིང་ཆོར་མ་ཅན་དེས་ལྷ་བ་  
འཛིན་ཞིང་རྒྱ་མེད་རྣམས་འདྲན་པར་བྱེད་དོ། ཨ་བི་པ་ལ་སྦྱིར་མིང་དུག་འདིར་འོ་མ་འཛིན་དང་གཉིས། དེའང་  
བསྐྱར་ན་དུག་མེད་ཅེས་བྱ་སྤྱོད་འཁྲུངས་དཔེར། ཨ་བི་པ་ནི་གཡའ་སྤྱང་སྦྱོ། འཕྲོ་སྤྱོད་མཉེ་འདྲ་བ་ལ། སྤྱོད་པོ་  
སྦྱོག་ལ་མཉེན་པ་ཡིན། ཁེ་རྟོག་སྦྱོག་པོ་ཐུར་དུ་བྱུང་། ཅུ་བ་སྦྱོག་གཅིག་མ་དང་འདྲ། རོ་ནི་མངར་ལ་རུས་པ་  
བསེལ། ཞེས་པ་ལྟར་སྦྱོ་གནས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བཅས་གཉིས་སྤྱོད་ཡོད་པ་ནི་ལོ་ཀྱང་ལྡང་གྲ་ར་མཉེ་འདྲ་བ་མེ་རྟོག་  
སྦྱོག་པོ་ཐུར་དུ་བྱུང་བ་གོང་བྱ་བྱུར་དུག་པ་འབྲུ་ལེབ་མོ་དང་། ཡང་གང་བྱ་སྤྱོད་ཅིང་དབྱིབས་ཅན་སོགས་དོན་ཅུབ་  
སྦྱོག་གཅིག་མ་འདྲ་བ་རོ་མངར་བ་དེ་དང་། ཁྲུངས་སྤྱོད་པོ་ལོ་ཀྱང་ལྡང་གྲ་ར་མོ་ཤག་འདྲ་ཞིང་ཅུ་བ་གོང་  
མཚུངས་ཡོད་པ་དེས་མགོ་ཆག་དང་དུག་ཚད་རྣམས་སེལ་ལོ། ལྷག་ཤ་ལ་སྦྱིར་མིང་ལྷ་འདིར་གཅིག་ དེའང་  
འཁྲུངས་དཔེར། གཉན་དུག་ཅེས་བྱ་སྦྱིབ་མོར་སྦྱོ། འཕྲོ་སྤྱོད་གཡུ་བུན་འཐིབས་པ་འདྲ། རོ་ནི་ཅུང་ཟད་ལ་བ་  
ཡིན། རི་དུགས་ཆེ་བས་གདོན་རྣམས་འདུལ། རུས་པས་གཉན་དང་ཚད་པ་སེལ། ཁྲུངས་པ་འདུལ་ཞིང་སྦྱོག་  
པ་གསོད། ཅེས་པ་ལྟར་ལ་དོག་གི་དབྱེ་བ་ཅམ་ནས་རིགས་གཉིས་ཀྱི་དཀར་པོ་ལོ་མ་ནས་འདྲ་ཞིང་སྤྱོད་པོ་ལྡང་  
གྲ་ཅུ་བ་གཅིག་ལས་ཡལ་འདབ་རྒྱས་པ་མེ་རྟོག་སྤྱོད་མར་ཅུང་ཟད་རྒྱབ་ཏྲ་ཕྱས་སྤྱོད་མ་བྱུར་གསུམ་སྦྱོམ་བྱུང་བ་  
རོ་མངར་ཆ་འབྲུར་བག་ཆེ་བ་དེ་དང་། ནག་པོ་འཕྲོ་སྤྱོད་པོ་ནི་ལོ་ཀྱང་ལྡང་སེར་ལོ་དབྱིབས་དཀར་པོ་ལས་རྒྱུང་ལ་  
ཅིང་བ་འདྲིལ་ནས་སྤྱོད་པ་གང་བྱ་དང་རི་དུགས་ཆེ་བ་དེ་གཉིས་ཀྱིས་མ་འདུབ་ཅིང་འཁྲུག་ཅོད་སྦྱོགས་འདྲན་  
གཉན་གསོད་པ་དང་། ཁྲུངས་འདུལ་དུག་ནད་ཀྱང་སེལ་ལོ། སྤྱང་རྒྱལ་སྦྱི་དང་འདིར་མིང་གཅིག་ དེའང་

འཁྲུངས་དཔེར། སྤང་རྒྱན་དཀར་པོ་སྤང་ལ་སྟེ། ཁོ་མ་རྒྱུང་ལ་མེ་ཏྲོག་རྒྱས། རྩོམ་ཁ་ལ་ཚད་རིམས་  
 སེལ། ཞེས་པ་ལྟར་ལོ་མ་ལྟར་གྲུ་རྒྱུང་ལ་འཛིང་ཞིང་རྒྱ་པ་དེ་ལ་མེ་ཏྲོག་གི་དབྱེ་བས་དཀར་སྟོང་གསུམ་དུ་  
 འདོད་པའང་མཆིས་ཀྱང་འདི་སྐབས་བསྟགས་པ་ནི་དཀར་པོ་དེས་གེ་བའི་ནད་དང་དུག་ཚད་ཚད་རིམས་སོགས་  
 སེལ། ཡུ་གུ་ཤིང་ལ་སྦྱིར་མིང་དགུ་འདིར་རྣམ་པར་དང་། བཅད་འབྱོར་གྱི་གཙོ་བོ་བཅས་གསུམ། དེའང་  
 འཁྲུངས་དཔེར། མ་རྣམས་སེལ་བའི་སྤྲོད་མཆོག་ནི། སྦྱུག་པོ་དར་ཡ་ཀན་ཞེས་བྲ། སྤང་པོ་ཆེ་བའི་ཡུལ་དུ་  
 སྟེ། ཁོ་མ་ཕྱི་སྦྱུག་ནང་ནི་སྟེ། སྟོང་པོ་སྦྱུག་ལ་རབ་ཏུ་རིང་། མེ་ཏྲོག་རྒྱུང་ལ་སྦྱ་རྒྱུང་ཅན། རྩོམ་ཁ་ལ་རུས་པ་  
 བསེལ། སྤྱི་མི་ཞེས་པས་གདོན་རྣམས་འདུལ། རང་གི་རུས་པས་དུག་ནད་དང་། མ་ཡི་ཉེས་སྦྱོན་སེལ་བར་  
 ཟུང་། ཅེས་པ་ལྟར་ལ་སྟེ་གནས་ཀྱི་ཁྱད་དམ་དཀར་ནག་གི་དབྱེ་བས་རི་སྦྱེས་དཀར་པོ་ནི་ལོ་མ་ཆེ་ལ་ཉ་ག་ཅན་  
 སོག་ལེ་ལ་ཕྱི་ལྟར་སྦྱ་ནད་སྦྱུག་ཉམས་ཅན་ཡལ་རྒྱང་བཟང་བ། མེ་ཏྲོག་རྒྱུང་དུ་སྦྱ་རྒྱུང་ཅན་རོ་ལ་རུས་པ་བསེལ་  
 ལ་སྤྱི་མི་ཞེས་པ་དེ་དང་། ལྷངས་སྦྱེས་ནག་པོ་ནི་གཞན་མ་གོང་མཚུངས་ལོ་མ་ཁྲུང་མང་གི་དབྱིབས་ཅན་ལྟར་ནག་  
 དེ་དག་གིས་མ་རྣམས་སྦྱོར་ཞིང་གདོན་རིགས་དང་དུག་ཚད་སེལ། ཅུང་ལ་སྦྱིར་མིང་གཉིས་འདིར་  
 གཅིག་ དེའང་རོས་འཛིན་མི་འདྲ་བ་མང་དག་ཞིག་མཆིས་ཀྱང་རྣམ་པར་དག་པ་ནི་འཁྲུངས་དཔེར། སྟོང་ལ་ཕྱི་  
 མཆོག་མ་གྱི་ཏ། སྦྱིབ་ཀྱི་རི་ལ་སྟེ་བ་ཡིན། རྟོད་ཀྱི་སྐད་དུ་ཅུང་ཅེས་ཟེར། ཁོ་མ་སྟོན་པོ་འཇམ་ལ་ཕ། སྟོང་པོ་  
 ཟུན་དུ་བྲང་པོར་སྟེ། མེ་ཏྲོག་དཀར་སེར་ཕ་ལ་རྒྱུང་། འབྲས་བྱ་ལེབ་ཆགས་ལྟར་གྱའི་མདོག་ སྦྱན་འདི་སྟེ་  
 སར་དུག་མི་སྟེ། སྦྱུལ་ཡང་འབྱུང་བར་མི་འགྱུར་རོ། རྩོམ་ཁ་ལ་རྒྱུབ་པ་ཡིན། རང་གི་རུས་པས་དུག་ནད་  
 སེལ། ཚད་ནད་སེལ་བའི་ག་བྱར་ཡིན། ཞེས་པ་ལྟར་རྒྱང་ནག་པོ་ལོ་མ་ལྟར་མཁན་འདྲ་བ་འབྱུ་ལྟར་སྦྱུག་ཁོང་  
 སྟོང་ཐོས་ན་གཡེར་སྤྱི་མན་པ་སྟོང་བལ་ནས་འོང་བ་ཕལ་ཆེར་གྱིས་བསྟགས་ཏུ་འབོད་ཅིང་རེ་གཉིས་དགུ་ཐུབ་དམན་  
 པར་ཡང་བཞེད་པ་དེ་མཆོག་དང་། དམན་པ་ནི་སྟོགས་ཡང་སྟེ་བ་འཁྲུངས་དཔེར། ཅུང་ཅེས་བྲ་བའི་སྤྲོད་མཆོག་  
 ནི། སྤང་གཞི་མཁྲུགས་པོར་སྟེ་བ་སྟེ། རྩ་བ་ལྟ་བུའི་རྩ་བ་འདྲ། ཁོ་མ་ཕྱ་ལ་ཉ་ག་ཅན། སྟོང་པོ་ཕྱ་ལ་མེ་ཏྲོག་  
 དཀར། རང་གི་རུས་པས་དུག་རིགས་སེལ། ཞེས་པ་ལྟར་རྩ་བ་ལྟ་བུའི་འདྲ་ཞིང་ལོ་མ་ཉ་ག་ཅན་ཁྱད་པོར་སྟེ་བ་  
 མེ་ཏྲོག་གོ་སྟོད་དང་འདྲ་ཞིང་ལོ་མ་མང་ཉུང་དང་སྤྱི་ཆེ་རྒྱུང་ལས་འབམ་པོ་དང་ནོར་སོ་ཡོད་པ་དེ་མེ་ཏྲོག་ཡོད་པ་མོ་  
 དང་། མེད་པ་པོ་རིགས་གཉིས་ཡོད་པ་དང་། དགུ་ཐུབ་ལ་སྦྱི་དང་འདིར་མིང་རེ་སྟེ། དེའང་འཁྲུངས་དཔེར།  
 སྤང་ཆེན་ཆེག་ཐུབ་ཅེས་བྲ་བ། གཡའང་སྦྱིབ་རི་ལ་སྟེ་བ་སྟེ། ཁོ་མ་མེ་ཏྲོག་རྒྱུང་བ་ལ། རྩ་བ་ཆེན་པོ་སྤང་ཆེན་  
 གཟུགས། འབྲས་བྱ་དམར་ནག་གཟུགས་འདྲ་བ། རྩོམ་ཁ་དང་བསྟན་བ་ཡིན། རང་གི་རུས་པས་དུག་ནད་  
 དང་། ཚད་རིམས་ནད་རྣམས་ཐམས་ཅད་སེལ། ཞེས་བཤད་པ་མཆོག་ནི་རྩ་བ་དཀར་ཉམས་ཅན་བཟོ་དབྱིབས་

དེས་མེད་ད་ལྟ་སྟོ་མོན་ནས་འོང་བ་དང་། དམན་པ་དཔའ་བོ་སེར་པོའི་རིགས་ལོ་རྒྱུ་སོགས་རྒྱ་བོང་དང་མཚུངས་  
 ཤིང་མིང་སྒྲུང་ཆེན་ཆེག་ཕུབ་དུ་འདྲ་གྲགས་པའི་རྩ་བ་སེར་ཉམས་ཅན་ལ་ཕུག་གི་དབྱིབས་ཅན་སྒྲོམ་པ་དེ་གཉིས་  
 དང་། ལྷུ་མ་སྟག་ལ་སྦྱིར་མིང་ལྟ་འདྲིར་གཅིག་ དེའང་སྒྲོན་མིང་རྒྱ་མཚོར་ལྷུ་མ་སྟག་དང་ཀོ་བྱི་ལ་གཉིས་མི་  
 གཅིག་པར་གསུངས་འདུག་ཀྱང་རྒྱ་སྟག་སྟེ་མིས་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ལས་གཅིག་དུ་མཛད་ཅིང་། འཁྲུངས་དཔེར།  
 སྟོ་སྒྲོན་རྒྱལ་པོ་འཕུར་ལེབ་ནི། སྟོ་རོང་ཚད་པས་གསུངས་པའི་ཡུལ། ཤིང་སྟོང་ཆེ་ལ་འཁྲིལ་ནས་སྟེ། ལོ་མ་  
 མཐུག་ལ་རིང་བ་ཡིན། མེ་ཏྲོག་སེར་སྟེ་རྒྱུང་བ་དང་། འབྲས་བུ་སེར་པོ་རྒྱུང་བ་ཡིན། རོ་ནི་ཁ་ལ་རྩལ་བ་  
 ཡི། རང་གི་རུས་པས་དུག་ནད་སེལ། ཞེས་པ་སྟོང་པོ་དཀར་ལ་སྟོ་མདངས་ཡོད་པ་ལོ་མ་ལྡང་གུ་མེ་ཏྲོག་དཀར་  
 པོ་གང་བུ་སེར་པོ་ནས་བྱ་འཕུར་ལེབ་འོང་བ་རྣམས་ཀྱིས་དུག་ནད་སེལ། ཨ་བུག་ལ་སྦྱིར་མིང་ལྟ་འདྲིར་གཅིག་  
 དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། མེ་ཏྲོག་ཨ་བུག་ཅེས་བྱ་བ། སྦྲིབ་མོ་ནག་མ་དག་ལ་སྟེ། ལོ་མ་སྟོ་སྟེ་སྟེན་ལ་  
 རྩལ། སྟོང་པོ་གསུགས་ཀྱི་ཡུ་བ་འདྲ། རོ་ནི་རྩུང་ཟད་ཁ་བ་ཡིན། རང་གི་རུས་པས་སྟོག་པ་འཛོམས། ཞེས་པ་  
 ལྷར་འཕལ་སྐད་ཨ་བུག་གཟེར་འཛོམས་སུ་གྲགས་པ་རྒྱུ་ལེམ་ལ་མེ་ཏྲོག་སེར་པོ་གསེར་གསུགས་ཕུབ་པ་འདྲ་བ་  
 ལོ་མ་ལྡང་ནག་སྟེན་པའམ་སྟེན་པ་རོ་ཁ་ཉམས་ཅན་དེས་མགོ་ཆག་པ་རྣམས་གསོ་ཞིང་རྒྱ་སེར་ཀྱང་སྟེན་པ་དང་  
 གཟེར་རིམས་ལ་ཕན། ཆོར་སྟོན་ལ་སྦྱིར་མིང་བཞི་འདྲིར་གཅིག་ དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། ཆོར་སྟོན་ཞེས་བྱ་སྟོ་  
 ཡི་རིགས། ལོ་སྟོང་གསུག་རྩལ་ཆོར་མ་ཅན། མེ་ཏྲོག་སྟོན་པོ་རོ་ནི་ཁ། རང་གི་རུས་པས་རུས་ཚད་  
 སེལ། མགོ་ཆག་མ་ཡི་དར་ཡ་ཀན། ཞེས་པ་ལྷར་རི་མཐོ་སར་སྟེ་བའི་ལོ་མ་ལྡང་པ་རལ་གྱི་དབྱིབས་ཅན་རྒྱུང་  
 ཞིང་མེ་རྒྱུག་པོ་ཐུ་སོགས་ཚང་མ་ཆོར་མས་བྱུང་ཅིང་རེག་བྱ་ཤིན་དུ་རྩལ་ལ་མེ་ཏྲོག་སྟོན་པོ་ཁ་དོག་མཚར་  
 བ་ཟེའུ་འབྲུ་སེར་པོ་དབྱིབས་རྒྱ་མེན་ལྟ་བུ་འཆར་བ་དེ་དང་། ཕུ་ལག་དང་རི་ཐང་མཚམས་སོགས་སུ་སྟེ་བ་ལོ་མ་  
 དེ་བས་ཆེ་ཞིང་མདོག་རྩུང་ཟད་སྟེ་ལ་ངར་རྩ་དང་མེ་ཏྲོག་གི་རྒྱུག་པོ་ཟླ་འདྲ་བའི་ལྷེབས་ནས་ལོ་མ་དང་  
 ཐུའི་རྒྱུ་ཤིང་མག་ལ་ལྷར་སྟེ་བ་དང་། ཐུའི་རྒྱུ་རྒྱ་མེན་གྱི་རྒྱུ་ལྷར་ཆེག་སྟེ་སུ་སྟེ་བ་སོགས་ཚང་མ་ཆོར་  
 མས་བྱུང་ཅིང་མེ་ཏྲོག་གི་དབྱིབས་གོང་མཚུངས་ཁ་དོག་སྟེ་སྟེ་ཟེའུ་འབྲུ་སེར་པོ་འཆར་བའི་སྟོ་བཟང་དེ་བཅས་ཀྱིས་  
 རུས་ཆག་གསོ་ཞིང་རུས་ཚད་སེལ་བ་དང་ལྟ་བུ་འདྲེགས། སྟེ་རྒྱུ་རྒྱུང་མདན་ཡོན་ལ་སྦྱི་དང་འདྲིར་མིང་གཅིག་  
 དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། སྟེ་རྒྱུ་རྒྱུང་མདན་ཡོན་ཞེས་བྱ་བ། ལལ་ལ་སྟེ་རྒྱུ་རྒྱུང་བེར་མགོ་བེར། སྟེ་ལུགས་ལྷན་ལ་  
 འདྲ་བ་ལ། མེ་ཏྲོག་སྟེ་པོ་ར་གཟར་འདྲ། རོ་ནི་རྩུང་ཟད་ཁ་བ་ཡིན། རང་གི་རུས་པས་མགོ་ཆག་  
 ནད། ཐམས་ཅད་སེལ་བར་ཐེ་ཆོམ་མེད། ཅེས་པ་པ་ཡག་པའི་མེ་ཏྲོག་ལ་རྩེ་བུར་མཁར་བ་སྟོ་སྟོས་རྒྱལ་པོ་  
 སོགས་ཕྱིས་ཀྱི་མཁས་པ་པལ་ཆེར་བཞེད་ནའང་རྩེ་རྒྱ་སྟེ་མི་ཡན་སྟེ་རབས་ཀྱི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་བཞེད་པ་ལྷར་

ལ་ཅིག་ཆོར་ཕྱོན་གྱི་རིགས་སུ་འང་འདྲེན་པ་དེ་རི་མཐོ་སར་སྐྱེ་བའི་ལོ་མ་ལྷང་གྲ་རལ་གྱི་དེ་དབྱིབས་ཅན་ཆུང་ཞིང་  
 མེ་ཏྲོག་གི་རྒྱ་རྒྱུག་ཉམས་ཡོད་པ། ཆིག་སྐྱེས་དང་འབྲེལ་ནས་སྐྱེ་བ་ཅི་རིགས་སུ་འབྱུང་བ་ཐུ་སོགས་ཆོར་མས་  
 ལྟབ་ཅིང་མེ་དབྱིབས་ཆོར་ཕྱོན་འདྲ་བ་ལ་ཁ་དོག་རྒྱ་རྒྱུག་གམ་མཆིན་ཁ་ཟེའུ་འབྲུ་སེར་པོར་འཆར་བ་སྒྲོ་ངན་པ་དེ་  
 དང་། ཕུ་ལག་དང་རི་ཐང་མཆམས་སོགས་སུ་སྐྱེ་བ་ལོ་དབྱིབས་སྐྱེ་ཡགས་ཀྱི་ལོ་མ་ལྷ་བྱ་མདོག་གཡུ་ཁ་མེ་ཏྲོག་  
 གི་རྒྱ་རྒྱུ་མེན་ལྟར་ཆིག་སྐྱེས་དང་འབྲེལ་ནས་སྐྱེ་བ་ཅི་རིགས་སུ་འབྱུང་ཞིང་ཆང་མ་ཆོར་མས་ལྟབ་པ་མེ་དབྱིབས་  
 གོང་མཆུངས་ཁ་དོག་སྒྲོ་སྒྲུར་དམར་མདངས་ཅུང་ཟད་ཡོད་པ་སྒྲོ་བཟང་བ་དེ་དག་གི་རྩས་པས་ཀྱང་རུས་ཆག་གསོ་  
 ཞིང་ལྷ་བ་འདེགས་པ་སོགས་གོང་མ་དེ་བཞིན་དུ་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །གསེར་སྐྱད་ལ་སྦྱི་དང་འདིར་མིང་གཅིག་  
 དེའང་འཁྱུངས་དཔེ་ཁྱད་ས་མ་དང་རོ་མ་འཕྲོད་ཀྱང་འདྲ་བའི་སྒྲོ་ནས་བཏགས་མིང་སྟེ་རྒྱ་མོ་སེར་པོ་རོ་ཁ་བ་  
 དེས་སྒྲོ་བ་དང་མཆིན་པའི་རྩ་ཆད་དང་དུག་ཆད་སེལ་ཞིང་། དཀར་པོ་དཔུལ་སྐྱད་དུ་གྲགས་པའི་སྒྲོ་མ་པ་ཞིག་  
 ཀྱང་འདུག ལུག་རུ་ལ་འཁྱུངས་དཔེར། ལུག་རུ་སྐྱེན་གསུམ་བྱ་བ་ནི། དམར་སེར་སྐྱུག་པོ་གསུམ་ཡིན་  
 ཏེ། དམར་སེར་ནམ་གཉིས་ན་ཁར་སྐྱེ། སྐྱུག་པོ་དོ་རོག་གསེབ་ལ་སྐྱེ། ལོ་མ་རིང་ལ་ཉ་ག་ཅན། མེ་ཏྲོག་ལུག་  
 གི་རུ་འབྱུང་འདྲ། རོ་ནི་ཁ་ལ་སྐྱ་བ་ཡིན། ཞེས་པའི་སྐྱུག་པོ་ལ་སྦྱིར་མིང་གཅིག་འདིར་མེ་ཏྲོག་ལ་ཐལ་ཏེ་དང་  
 གཉིས། དེའང་ལོ་རྒྱུང་གྲ་རྒྱུང་ནས་ལོ་མ་ཉ་ག་ཅན་ཐང་སེར་ཐོན་པ་ཅེ་དང་ལོགས་སུ་མེ་ཏྲོག་རྒྱ་རྒྱུག་གི་  
 དཀྱིལ་དུ་ལུག་ཐུག་གི་རུ་དབྱིབས་ཤིན་ཏུ་དོད་པ་དེས་དུག་ནམས་སྐྱད་ཅིང་བད་ཀན་སྐྱུག་པོ་དང་ཤ་དུག་རྩ་ཆད་  
 ནམས་སེལ་ཞིང་ཆད་འཁྱུངས་གཅོད་པ་དང་སྐྱ་སྐྱེ་ཞིང་དཀར་པོ་ནག་པོར་གཏོང་། ལུག་རུ་དམར་པོ་ནི་མདོག་གི་  
 དབྱེ་བ་ཙམ་མ་གཏོགས་པན་ཡོན་སོགས་གོང་མ་དང་ཆ་མཐུན་ཙམ་མོ། ལུག་རུ་སེར་པོ་ལ་སྦྱི་དང་འདིར་མིང་  
 གཅིག་ དེའང་འཁྱུངས་དཔེར། ལུག་རུ་སེར་པོ་སྐབས་ནར་སྐྱེ། རར་པ་མཁྱིད་རེ་མཚུབ་རེ་ཙམ། མེ་ཏྲོག་སེར་  
 པོ་ལུག་རུ་འདྲ། དུག་ནམས་སྐྱད་པའི་སྐྱན་དུ་བཤད། རྒྱ་ནི་རྒྱ་མཆོ་ཙམ་ཡང་འབྱུང་། ཞེས་པའང་མེ་ཏྲོག་  
 གི་ཁ་དོག་སེར་པོར་འོང་བ་དང་ལོགས་ལ་མི་འབྱུང་བ་ཐུང་བ་མ་གཏོགས་གོང་འདྲ་ཞིང་དམར་པོ་དང་དཀར་པོ་  
 མེ་ཏྲོག་གི་དབྱིབས་དཀར་པོས་ཐིག་ལེ་བསྐྱུང་བ་སོགས་རང་རང་རྩས་པ་ལོགས་ལ་གསལ། གོང་གི་སེར་པོ་དེ་  
 དང་ཆུ་རུག་ལ་སྦྱིར་མིང་བཞི་འདིར་གཅིག་ དེའང་འཁྱུངས་དཔེར། ཆུ་རུག་ཆུ་འགྲམ་མཆམས་སུ་སྐྱེ། རྩ་བ་  
 གཡུ་སྐྱུལ་འབྱུང་པ་འདྲ། ལོ་མ་སྐལ་པའི་ལག་པ་འདྲ། རང་གི་རྩས་པས་རུས་ཆད་སེལ། ཞེས་པ་ལྟར་ཆུ་  
 འགྲམ་དུ་སྐྱེ་བའི་སྒྲོ་དགུན་ཡང་མི་སྐྱམ་པ་རྩ་བ་གཡུ་སྐྱུལ་འབྱུང་པ་འདྲ་བ་དེ་ལས་ལོ་མ་གཡུ་འདབ་ཅེས་སྐལ་  
 པའི་ལག་པ་འདྲ་བ་མཆོག་དང་། དམན་པ་བྱིངས་གོང་མཆུངས་ལོ་མ་ཉ་ག་མང་བ་སྒྲོར་མོ་ཆུང་ལ་རྒྱ་སྒྲོ་མ་པ་དེ་  
 གཉིས་ཀྱིས་ཆུ་འཁྱུང་བར་བྱེད་དོ། །སེ་བའི་མེ་ཏྲོག་ལ་སྦྱིར་མིང་ལྷ་འདིར་གཅིག་ དེའང་འཁྱུངས་དཔེར། སེ་བ་

རྒྱུ་ཕུང་ཆེ་བ་ལ། ཆོར་མ་དག་གིས་ཐམས་ཅད་བྱུང། ལོ་མ་སྒྲོར་རྒྱུ་ཕུང་ཅད་རྒྱུ། མེ་ཏྲོག་དཀར་ལ་  
 འབྲས་བྱ་དམར། རྩོམ་སྒྲུབ་མངར་སྐྱུ་མ་པ་ཡིན། རང་གི་རྩལ་པས་རྒྱུང་མཁྲིས་སེལ། ཞེས་པ་ལྟར་དཀར་  
 བྱ་རིགས་གཉིས་ནི་རྒྱུང་པའི་ཕུང་པོ་རྒྱས་པ་ཆོར་མས་བྱུང་བ། ལོ་མ་སྒྲོར་རྒྱུ་ཕུང་ཅད་རྒྱུ་པ་མེ་ཏྲོག་དཀར་  
 པོ་འབྲས་བྱ་དམར་པོ་རོ་མངར་སྒྲུབ་དེས་མཁྲིས་པའི་རིགས་རྣམས་སེལ་ཞིང་རྒྱུང་ཁ་གཞོན་ནོ། འབྲུ་སྐྱ་ཏང་ལ་  
 སྒྱིར་མིང་གསུམ་འདིར་གཅིག་ དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། འབྲུ་སྐྱ་ཏང་ནི་ཞིང་ནང་སྒྱུ། ལོ་མ་རྒྱུ་པོ་རྩོམ་  
 མཁྱ། མེ་ཏྲོག་སེར་ཞིང་ངར་པ་མཆོག་ གང་བྱ་སྐྱུ་པོ་སྒྲན་ལོག་འདྲ། མཁལ་ཆད་སྒྲོ་ཆད་སྒྲིང་ཆད་  
 སེལ། ཞེས་པ་མོ་རིགས་ལོ་སྒྲོང་ངན་པ་མེ་ཏྲོག་སེར་པོ་རྒྱས་པ་གང་བྱ་ཅན་དང་། མོ་རིགས་ལ་འཁྲུངས་དཔེ་མ་  
 མཐོང་ཡང་རྒྱུ་པོ་མོ་ཁྲད་པོར་སྒྱུ་བ་ལོ་མ་སྒྲོར་རྒྱུང་ལྡང་གུ་མེ་ཏྲོག་སེར་པོ་གང་བྱ་མེད་པ་འབྲུ་ནི་ལེའི་རི་མོ་ཅན་  
 མོ་ཆོམས་སྐྱ་འོང་བ་དང་གཉིས་པོ་དེ་དག་གིས་མ་རྣམས་འདྲུབ་ཅིང་སྒྲོ་ནད་ཀྱང་སེལ། སྒྲོང་ཐོག་པ་ལ་སྒྱིར་མིང་  
 ལྡང་འདིར་གཅིག་ནི་འཁྲུངས་དཔེར། སྒྲོང་ཐོག་འབར་བ་ཞེས་ཀྱང་བྱ། ག་བྱར་ཟིལ་གཞོན་ཞེས་ཀྱང་བྱ། སྐྱམ་  
 སའི་གམ་པ་དག་ལ་སྒྱུ། རྩ་བ་དཀར་པོ་ལ་ཕྱག་འདྲ། རྒྱུང་པོ་གཅིག་ལ་མེ་ཏྲོག་སེར། འབྲས་བྱ་གསེར་གྱི་བྱེ་  
 མ་འདྲ། སྒྲོ་ཡི་ནད་དང་ཁྲག་ནད་སེལ། ཁྲག་གི་ནད་ལ་ཆིག་ཐང་བྱུང། ཅེས་ལོ་རྒྱུང་ས་ཀར་དང་སྒྲུ་ལྡུ་  
 ཏང་ལམ་འདྲ་བ་མེ་ཏྲོག་སེར་པོ་གང་བྱ་ཕྱ་ལ་འབྲས་བྱ་སེར་ཞིབ་ཀྱིས་གང་བ་འདྲེ་པད་ཁར་གྲགས་པ་དེས་ཤུག་  
 དང་འབྲུམ་པ་སོགས་འཁྲུགས་ཆད་སེལ། ཨ་གྲོང་ལ་སྒྱི་དང་འདིར་མིང་གཅིག་ དེའང་རིགས་བཞི་ལས་མཁན་  
 པ་ཨ་གྲོང་དང་ཕུར་མོ་ཨ་གྲོང་གཉིས་གཤམ་དུ་འཆད་ལ་རྩ་ཨ་གྲོང་ལ་རིགས་གཉིས་ལས། དེའང་འཁྲུངས་  
 དཔེར། སྒྲོ་སྒྲན་རྒྱལ་པོ་ཨ་གྲོང་ནི། བྱང་གི་རི་ལ་སྒྱུ་བ་ཡིན། ལོ་མ་སྒྲོ་སྐབ་ཉག་རྒྱུང་ཅན། རྒྱུང་པོ་སྒྲུ་ཤིང་  
 བྱ་པོ་འདྲ། བདུད་རྩི་ཟིལ་པ་སྐྱུ་མ་གྱིས་བརྒྱན། ཞེས་པ་ལྟར་བྱ་པོ་རྒྱུ་པོ་ལོ་མ་སྐབ་པ་སྒྲོང་པོ་རྒྱུང་བ་  
 མཆོག་དང་། དཀར་པོ་འཁྲུངས་དཔེ་དང་རོ་མ་འཕྲོད་ཀྱང་རྒྱུ་པོ་མ་ཆེ་ལོ་མ་ཆེ་ལ་མེ་ཏྲོག་སེར་པོ་འཆར་བ་  
 དམན་པ། ཤིང་ཨ་གྲོང་ནི་འཁྲུངས་དཔེ་ཁྲུངས་མར་རོ་མ་འཕྲོད་ཀྱང་རྒྱུ་པོ་ལོ་མ་སྒྲོར་རྒྱུང་སྐབ་ལ་ཕྱག་པ་དེ་  
 རྣམས་ཀྱིས་སྒྲོའི་ཆད་པ་སེལ་བར་བྱེད་ཅིང་། ཆར་བོང་ལ་སྒྱི་དང་འདིར་མིང་གཅིག་ དེའང་འཁྲུངས་དཔེར།  
 མཁན་རིགས་ཆར་བོང་ཞེས་བྱ་བ། རྒྱུང་པོ་ཆེ་ལ་ཡལ་ག་མང་། འབྲས་བྱ་མི་རྒྱན་མགོ་བོ་འདྲ། རྩོམ་ཆ་བྱི་  
 དུགས་ཆེ། རང་གི་རྩལ་པས་ཆ་སྐྱུངས་འཛོམས། ཞེས་པར་རིགས་དཀར་བྱ་གམ་སྐྱུ་སྐྱུ་མཆོག་དམན་ནམ་  
 གསུམ་དུ་བཤད་ཅིང་དེའི་སྐྱུ་པོ་ཕུང་པོ་ཆེ་ལ་ཡལ་ག་མང་བ་འབྲས་བྱ་མཁན་པའི་འབྲུ་འདྲ་བ་རོ་ཆ་བྱི་དུགས་  
 ཆེ་བ་དེ་མཆོག་དང་དམན་པ་ཤིང་དང་རྩའི་དབྱེ་བ་ལས་ཡོག་མོ་དང་འཁྲུལ་སོ་ཡོད་པ་ཞིག་དང་། དཀར་པོ་བྱི་  
 དུགས་པ་དེ་གསུམ་གྱིས་བྲེ་བའི་ཆད་པ་དང་སྒྲོ་ནད་ཀྱང་སེལ། ཏང་ཀྱན་ལ་སྒྱི་དང་འདིར་མིང་གཅིག་ དེའང་

འཁྲུངས་དཔེར། མིང་ནི་ཏང་ཀུན་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཁོ་མ་ཕྱ་སིབ་སྐྱུག་ནག་ལ། རྩོད་པོ་རིང་ལྡེམ་ཡལ་ག་  
 རྒྱུད་། མེ་ཏྲོག་དབྱིབས་ནི་སྐྱུ་ནག་འདྲ། རྩོད་ཆེ་ལ་དྲི་མི་ཞིས། རང་གི་རུས་པས་བད་རྒྱུད་སེལ། ཞེས་པ་ལ་  
 དཀར་ནག་གཉིས་ལས་དཀར་པོ་ནི་རྒྱུད་རིང་ལ་སེར་མདངས་ཅན་ལྡེམ་པ་ལོ་མ་ཕྱ་སིབ་རྩ་བ་སྟོང་ལོ་འདྲ་བ་མེ་  
 ཏྲོག་ལྷ་བ་འདྲ་བ་སེར་མདངས་ཅན་དང་། རྒྱག་པོ་ནི་ལོ་སྟོང་རྩ་བ་སོགས་ལྷ་བ་འདྲ་བ་མེ་ཏྲོག་སེར་པོ་དྲི་ཆེ་བ་སྐྱུ་  
 རྒྱག་ འདྲ་བ་དེ་གཉིས་ཀྱིས་སྟོང་གི་ཆད་པ་དང་དུག་ནད་རྣམས་སེལ། སེ་ཆོད་གོང་དུ་འཁྲུངས་དཔེར་རིགས་  
 བཤད་པའི་མོ་རིགས་དེའི་འབྲས་བུ་མེ་ཏྲོག་དམ་ བེ་འདྲ་བ་དེ་གཉིས་མཆོག་དམན་གྱིས་དུག་ཆད་དང་མཆིན་  
 ཆད་རྣམས་སེལ། རྒྱག་པ་ཆེར་ཅན་ལ་སྦྱིར་མིང་བརྒྱད་འདིར་གཅིག དེའང་ཤུག་རིགས་རྒྱ་ཤུག ལྷ་ཤུག  
 ཤུག་ཆེར་གསུམ་ལས་རྒྱ་ཤུག་གཤམ་དུ་ཁ་སློང་དུ་འཆད་ལ། འཁྲུངས་དཔེར། ལྷ་ཤུག་ལོ་བཟང་འབྲས་བུ་  
 ཟུན། ཁལ་ལ་ནད་རྒྱ་སེར་ཐམས་ཅད་སེལ། ཁྲ་ལ་བཏབ་ན་ལྷ་རྒྱུད་འཕྲོ་ ཞེས་པའི་ཤུགས་ལས་འཁྲུངས་དཔེ་  
 སྦྱར་དུ་མ་མཐོང་ཡང་སྐབས་འདིར་བསྐྱུགས་པ་ནི་སྟོང་པོ་རྒྱུད་ཞིང་ཆེར་མས་གང་བ་དེས་མལ་ཆད་དང་ལྷོག་པ་  
 རྣམས་སེལ་ཞིང་། ལོ་མའི་དུགས་ཀྱིས་རྒྱ་ཞབས་ཀྱི་ནད་ལ་བསྐྱུགས་པ་དང་། འབྲས་བུས་རྒྱུད་ལག་གི་ཆ་བ་  
 དང་རྒྱ་སེར་ཡང་སྦྱེམ་ལ་གཉིད་བསྐྱུང་བ་དང་བཅུད་ལེན་གྱི་མཆོག་དུ་བཤད། སྦྱར་པའི་མིང་དང་འཁྲུངས་དཔེ་  
 སོགས་གོང་དུ་བརྗོད་པའི་འཁྲུལ་སོ་མེད་པ་དེའི་མེ་ཏྲོག་སེར་པོ་དེ་དང་འབྲས་བུ་དམར་པོས་འཁྲུབ་གཅོད། ཐང་  
 ཕོམ་ལ་སྦྱིར་མིང་བཅུ་གསུམ་འདིར་རྟ་དུ་ར་དང་གཉིས། དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། རྟ་དུ་ར་ཞེས་བྱ་བ་ནི། ཡུལ་  
 རྒྱུད་དུ་ནི་ཐང་ཕོམ་པ། གཡལ་འ་རིའི་སྤང་གི་མཆོམས་ལ་སྟེ། རྩ་བ་སྟོང་པོ་ལོ་མ་སྟོན། མེ་ཏྲོག་དམར་སྐྱུག་  
 མཐུག་པ་ལ། འབྲས་བུ་སོ་མ་ར་ཇ་འདྲ། རྩོད་ཆེ་ལ་རུས་པས་ནི། རྩོག་འབྲས་ལ་སོགས་སྤངས་རྣམས་  
 འདུལ། སྦྱིན་ནད་མ་ལུས་འབྱེན་པར་བྱེད། ཡོན་ཏན་བསམ་མི་བྱུང་བས་སོ། ཞེས་པར་རིགས་དཀར་ནག་  
 གཉིས་ལས་རི་མཐོ་སར་སྦྱོར་བའི་དཀར་པོ་ལོང་ར་ལྗང་གུ་སྟོན་ ལ་མེ་ཏྲོག་དམར་ནག་མཐུག་པ་གང་བྱ་ཆེ་ཞིང་  
 འབྲས་བུ་སོ་མ་རྩ་ཇ་འདྲ་བ་དེ་དང་། ལྷུངས་སུ་སྦྱོར་བའི་ནག་པོ་སྟོང་པོ་ཆེ་བ་ལོ་ལྗང་སྟོར་མོ་མེ་ཏྲོག་རྒྱུད་ཀར་གང་  
 བྱ་ཅན་དེས་ནད་གསེས་རོ་ཅ་བ་དང་། ལང་ཐང་ཅེ་ལ་སྦྱིར་མིང་དགུ་འདིར་གཅིག དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། ལང་  
 ཐང་ཅེ་ནི་ལྷུ་མ་རར་སྟེ། རྩོད་པོ་ཕྱ་ལ་རིང་བ་ལ། གང་བྱ་རིལ་བ་སྦྱི་སྐྱུགས་འདྲ། རྩ་བརྒྱད་མགོ་ལྷར་བསྐྱེདས་  
 རས་ཡོད། འབྲས་བུ་ཉིལ་ཅམ་གསེག་བདར་རིས། ཞེས་པ་ལྷར་ལོ་མ་ལྗང་གུ་ཉ་ག་ཅན་རྒྱུད་རིང་ལ་ལྡེམ་པའི་  
 ལྡེབས་སུ་གང་བྱ་སྦྱི་སྐྱུགས་ཀྱི་དབྱིབས་ཅན་འབྲས་བུ་ཉིལ་ཅམ་ལེབ་ཆགས་འབྱུང་བ་དེ་དང་དམན་པ་ཐང་ཕོམ་  
 རྒྱག་པོ་དང་དབྱིབས་འདྲ་བ་འབྲུ་ཆེ་བ་ལས་མཆོག་དང་མཚུངས་པ་དེ་གཉིས་ཀྱིས་སྦྱིན་གྱི་ནད་རྣམས་སེལ། སྦྱིན་  
 ཤིང་སྦྱ་མ་ལ་སྦྱིར་མིང་བཞི་འདིར་གཅིག དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། སྦྱིན་ཤིང་སྦྱ་མ་ཞེས་བྱ་བ། ཉིན་སྦྱིབས་

གཉིས་ཀའི་མཚམས་སུ་སྒྲུ། །པགས་པ་དངུལ་གྱི་མདོག་ལྟར་དཀར། །མེ་ཏྲོག་རྒྱ་མཚོས་མདངས་དང་  
ལྡན། །འབྲས་བུ་དམར་པོ་འོད་ཟེར་འབར། །རྩས་པས་ཕོ་བའི་མེ་དོད་སྒྲེད། །ཅེས་པ་ནི་ཡུལ་ཁ་ཅིག་དུ་གོ་སྒྲུང་  
པར་ཡང་གྲགས་པ་ལོ་མ་ལྗང་གྱུ་སིབ་ཉམས་ཅན་རྒྱུ་མདངས་ཅན་མེ་ཏྲོག་དམར་རྒྱ་འབྲས་བུ་  
དམར་སྒྲུག་སྒྲིན་ནས་ནག་པོར་འགོ་བ་དེ་མཚོག་དང་། དམན་པ་རྒྱུ་མདངས་ཅན་མེ་ཏྲོག་  
དཀར་པོ་འཆར་བའི་འབྲས་བུ་བཅས་ཀྱིས་ གྲང་དེ་བཞིན་དུ་རྩས་པ་ཡིན་ནོ། །དྲེས་མ་ལ་སྤྱིར་མིང་ཕོར་གཉིས།  
མོར་གསུམ་མ་ནིང་ལ་བཅུ་སྟེ་བཙོ་ལྷ་འདྲིར་གཅིག དེའང་ཕོ་མོ་མ་ནིང་གསུམ་ལས་ཕོ་རིགས་ལ་འཁྱུངས་དཔེར།  
དྲེས་མ་དག་ལ་རིགས་གསུམ་སྟེ། །ལོ་མ་སྒོམ་ལ་ལེབ་ཅིང་རིང་། །ཡང་ན་སྟོ་དམར་མདངས་དང་ལྡན། །དྲེས་  
ཁོད་འབྲས་བུ་རྒྱུང་བ་ཡིན། །རང་གི་རྩས་པས་སྒྲིན་ནད་འཛུམས། །ཞེས་པ་ལྟར་རྒྱ་དྲེས་སུ་འང་འབོད་པ་ཁྱུངས་  
སུ་སྒྲུ་བའི་ལོ་མ་སྒོམ་ལ་ལེབ་ཅིང་འབྲས་བུ་བཅས་མེ་ཏྲོག་དམར་སྒྲུག་མདངས་མི་གསལ་བ་དེ་དང་། མོ་རིགས་ལ་  
འཁྱུངས་དཔེ་མ་མཐོང་ཡང་སྤང་སྟོངས་སུ་སྒྲུ་བ། །མེ་ཏྲོག་སྟོན་པོ་ལོ་མ་མཉེན་ལ་ཐག་པ་འཛོམས་པ་དེ་དང་། མ་  
ནིང་ནི་འཁྱུངས་དཔེར། མ་ནིང་ངས་མེད་གང་ཡང་སྒྲུ། །ཕོ་མོ་གཉིས་ལ་འབྲས་ངན་ཞིང་། །མདོག་རྒྱ་མེ་ཏྲོག་སྟོ་  
དམར་ཅན། །ཅ་བ་རི་སྒོག་སྒྲེ་གྱུ་འདྲ། །རང་གི་རྩས་པས་ནད་ནམས་སྟོང་། །དུག་ནད་ཅན་ལ་བདུད་ཅི་  
འདྲ། །ཞེས་ངས་མེད་དུ་སྒྲུ་བ་འབྲས་ངན་མདོག་རྒྱ་མེ་ཏྲོག་རྒྱ་ཅན་ཅ་བ་རི་སྒོག་འདྲ་བ་གོ་བྱ་ཞེས་པའི་  
རིགས་ནམས་ཀྱི་གོ་སར་གྱིས་སྒྲིན་རིགས་གསོད་ཅིང་གྲང་ཐབས་འཛུམས། དཀར་པོ་ཆིག་བྱབ་ལ་སྤྱིད་འདྲིར་  
མིང་གཅིག དེའང་བྱང་ཟུར་སོགས་དུག་སྤྱད་པའི་དཀར་པོ་ཆིག་བྱབ་གོ་བྱ་དང་། དེ་བཞིན་གཉན་ལ་འཛིན་པ།  
སྒྲིན་ལ་ཐང་ཕྱོམ་པ་སོགས་བྱེད་པར་སྤང་ཡང་དོན་ཆིག་བྱབ་ཅེས་པ་སྤྲོན་ངོ་རྒྱུང་གཅིག་གིས་ནད་སྤྲོ་མང་དག་ལ་  
ཕན་པའི་དབང་གིས་གསུངས་ལ་སྒྲེར་དུ་ངོས་འཛིན་ནི་འཁྱུངས་དཔེར། དཀར་པོ་ཆིག་བྱབ་གཡའ་ལ་སྒྲུ། །ལོ་མ་  
གང་བུ་ཐང་ཕྱོམ་འདྲ། །ས་ལས་མ་འཕགས་ཅོག་པོར་སྒྲུ། །ཅ་བ་དཀར་པོ་སྤྱག་པ་འདྲ། །ཞེས་བཤད་ཀྱང་ཅ་བ་  
ལ་སྤྱག་སྒྲིམ་པོ་འདྲ་བ་རྒྱུ་ལ་རིང་བ་ལོ་མ་ལྗང་གྱུ་སྤྱབ་ལེབ་ཅན་ཞིག་དང་ས་ལས་མ་འཕགས་པར་སྒྲུ་བ་ལོ་  
མ་གྲུག་གོ་བ་འོང་བ་རིགས་གཉིས་ཀྱི་ཅ་བས་དུག་ནམས་སྤྱད་ཅིང་གཉན་སྒྲིན་ཀྱང་འཛུམས། །ཨ་མ་ལ་སྤྱིད་  
འདྲིར་མིང་གཅིག དེའང་རིགས་གསུམ་ལས་མཚོག་ལ་འཁྱུངས་དཔེར། །ཨ་མ་བདུད་ཅི་བྲག་ལ་སྒྲུ། །མེ་ཏྲོག་  
འབྲས་བུ་གང་ཡང་མེད། །རོ་ནི་ཡིད་ཅིམ་ཁ་ལ་དྲངས། །མིག་ནད་གསོ་བའི་བདུད་ཅི་ཡིན། །ཞེས་པ་ལྟར་མེ་  
ཏྲོག་འབྲས་བུ་གང་ཡང་མེད་པར་བྱང་བསྟན་གྱི་བྲག་ལ་སྒྲུ་བའི་རྒྱ་ཁབ་གཤིབས་པ་ལྟ་བུ་དེ་དང་། དམན་པ་ཨ་མ་  
དར་དབྱངས་སྤྱད་པ་འདྲ། །ཞེས་པ་ལྟར་དར་དབྱངས་སྤྱད་པ་འདྲ་བ་དེ་ལ་མེ་ཏྲོག་འབྲས་བུ་ཡོད་པར་མོ་དང་།  
མེད་པ་ཕོར་བཞེད་པ་དེ་དག་གིས་བྱང་ཁོག་སྟོད་སྤྱད་ཀྱི་མ་དང་མིག་གི་ནད་རིགས་ལ་འང་ཕན་ཞིང་། མོ་སྒྲུ་བ་

དང་གདོན་ལ་བསྐྱུགས། །མ་རྟེན་ན་ཨ་འདྲ་ཞེས་ཅ་རྒྱུ་པོ་ཅེ་ནོན་གྱིས་ཀྱང་ཚབ་རུང་ཅམ་མོ། །ཞིམ་ཐིག་ལེ་ལ་  
 སྦྱིར་མིང་བཅོ་ལྔ་འདྲིར་གཅིག་ དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། །ཞིམ་ཐིག་ལེ་ཞེས་བྱ་བ་དེ། སྦྱོང་པོ་གྱུ་བཞི་ཆོགས་ཕྱན་  
 མང་། །དེ་མཆོམས་ལོ་མ་ཕྱོགས་བཞིར་གྱུས། །ལོ་མ་ཟླ་འདྲ་ཟུག་རྒྱ་མེད། །མེ་རྟོག་དཀར་སེར་རོ་ནི་  
 ལ། །འབྲས་བུ་ནག་པོ་འཛི་བ་འདྲ། །རང་གི་རུས་པས་མིག་གི་ནད། །ལིང་ཐོག་སེལ་བའི་བདུད་ཅི་ཡིན། །ཞེས་  
 པ་ལྟར་མཆོག་གམ་དཀར་པོ་རྒྱ་བཞི་ཆོགས་ཕྱན་མང་ཞིང་དེ་མཆོམས་ཡལ་ག་ཕྱོགས་བཞིར་གྱུས་ཤིང་ལོ་མ་  
 ཟླ་འདྲ་བ་ཟུག་རྒྱ་མེད་པ་མེ་རྟོག་དཀར་སེར་རོ་ལ་བ་འབྲས་བུ་ནག་པོ་འཛི་བ་འདྲ་བ་དང་། །ནག་པོ་ལ་འཁྲུངས་  
 དཔེར། །མིག་ནད་སེལ་བའི་ཨ་ཇ་ན། །ན་དང་འདྲེས་པའི་སྐམ་སར་སྟེ། །ལོ་མ་ནག་ཅིང་རྩལ་པ་ལ། །སྦྱོང་པོ་གྱུ་  
 བཞི་གདེངས་ཀ་ཅན། །མེ་རྟོག་རྒྱ་སྐྱུག་ནམ་མཁའ་འཕུར། །འབྲས་བུ་མདོག་ནག་བཞི་པོ་ལ། །ཟུར་གསུམ་བ་  
 བོ་གས་པ་འདྲ། །རོ་ནི་མངར་དང་སྐྱུམ་པ་ཡིན། །རང་གི་རུས་པས་མིག་ནད་སེལ། །ཞེས་སྦྱོང་པོ་གྱུ་བཞི་ཆོག་  
 སྟེས་ལོ་མ་ཟླ་འདྲི་དབྱིབས་འདྲ་བ་མེ་རྟོག་དམར་པོ་མ་གཏོགས་གོང་མ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་འབྱུང་བ་ཞིམ་ཐིག་ནག་པོ་  
 མཆོག་དང་། །དམན་པ་འཁྲུངས་དཔེར། །གསེར་མགོ་སྤྱིབས་ཀྱི་སྦྱད་དུ་སྟེ། །ལོ་མ་འབོལ་ཞིང་སྐྱུམ་པ་ལ། །རང་  
 པ་གྱུ་བཞི་མཁའ་བ་སྟེ། །རིང་བྱུང་རྒྱ་རེ་ལྟ་རེ་ཅམ། །མེ་རྟོག་སྦྱོང་པོ་རྒྱ་མདངས་ཅན། །མེ་རྟོག་གོས་ནི་རྒྱ་སྐྱུག་  
 ལ། །རོ་ནི་སྐྱུམ་ཞིང་གོ་སྦྱོང་འདྲ། །མིག་ནད་མ་ལུས་སེལ་བར་བྱེད། །ཅེས་དབྱིབས་དེ་དང་འདྲ་བ་སྦྱོང་པོ་གྱུ་  
 བཞི་ཡལ་ག་ཅན་ལོ་མ་དབྱིབས་སྦྱོན་མ་བཞིན་ ལ་རུང་བདུ་རུང་བ་ཞིག་འབྱུང་བ་དང་། །འཁྲུངས་དཔེར། །ཞིམ་  
 ཐིག་སངས་རྒྱས་རྒྱ་འཛི་བ་ནི། །ན་དང་འདྲེས་པའི་སྐམ་སར་སྟེ། །ལོ་མ་ནག་རྩལ་སྦྱོང་པོ་རྒྱ་མདྲ། །རིང་བྱུང་སེར་  
 བཞི་སེར་གསུམ་ཅམ། །མེ་རྟོག་དཀར་སྐྱུ་མང་བ་སྟེ། །འབྲས་བུ་ནག་པོ་ཏིལ་འབྱུ་འདྲ། །མིག་ནད་ཐམས་ཅད་  
 སེལ་བར་བྱེད། །ཅེས་པ་ལྟར་རྒྱ་རེ་དམར་པོ་ལོ་མ་ཉ་ག་ཅན་མེ་རྟོག་རྒྱ་ལ་འདབ་མ་ལྔ་དང་གང་བུའི་རྩ་བ་ རྒྱ་  
 ལྔ་ཐོན་གཤེབས་སྟེང་གཟུགས་ཅེ་མོ་རིང་བ་ཐིང་རིལ་གྱི་མཆུ་འདྲ་བ་དེ་དང་། །ཡང་རྒྱ་བཞི་ལོ་མ་སྦྱོར་རྒྱ་ཉ་  
 གའི་རྣམ་པ་སྐྱུམ་པ་རྒྱ་སྤྱིབས་ཅན་མེ་རྟོག་སྦྱོན་པོ་འཆར་བ་དེ་གསུམ་གྱིས་མིག་གི་ལིང་ཐོག་རྣམས་ལེན་ཞིང་སྤྱིན་  
 སེལ། །པན་ཏ་ལ་སྦྱིར་མིང་བཅུ་དྲུག་འདྲིར་གཅིག་ དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། །པན་ཏ་ཞེས་བྱ་བའི་སྦྱོན། །ལོ་མ་སྦྱོ་  
 ལ་བྱུང་པོ་ཆེ། །སྦྱོང་པོ་སྦྱ་རིང་མེ་རྟོག་དཀར། །འབྲས་བུ་མོན་སྐྱོན་དབྱིབས་སྦྱ་འདུག །རོ་ནི་ལ་ལ་རུས་པ་  
 བསེལ། །རང་གི་རུས་པས་མཁྲིས་ཆད་སེལ། །ཞེས་པ་ལྟར་ལོ་རྒྱུང་གྱུ་ཁྲད་པོར་སྟེ་ཞིང་གང་བུ་པད་ལ་འདྲ་  
 བ་མེ་རྟོག་དཀར་པོ་འབྲས་བུ་མོན་སྐྱོན་འདྲ་བ་ཡིས་རིམས་དང་དྲུག་ཆད་རྣམས་སེལ་ལོ། །དྲུབ་ལ་སྦྱིར་མིང་བཅུ་  
 འདྲིར་གཡར་ཁྱུ་དང་གཉིས། །དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། །དྲུབ་དག་ལ་རིགས་གཉིས་ཏེ། །རི་ལ་སྟེ་བ་དྲ་ཆོད་  
 ཡིན། །ཞིང་ལ་སྟེ་བ་དྲ་གཡུང་སྟེ། །ལོ་མ་སྐྱུམ་ལ་མཐུག་པ་ཡིན། །མེ་རྟོག་དཀར་སེར་མདངས་དང་

ལྷན། འབྲས་བུ་བྱ་རྒྱུ་སྤངས་པ་འདྲ། རྩོམ་ཆ་ལ་ཁྱེས་པོ། རང་གི་རྒྱས་པས་སྤྱོད་ནད་དང་། སྤྲངས་དང་  
 འབྲས་དང་ཤ་རོ་འདུལ། ཞེས་པ་ལྟར་ལོ་མ་སྤྱོད་ལ་མེ་རྟོག་སེར་པོ་མདངས་དང་ལྷན་པ་འབྲས་བུ་བྱ་རྒྱུ་སྤངས་  
 པ་ལྟ་བུ་རོ་ཆ་བ་རི་སྤྱོད་མཆོག་དང་། སྤྲངས་སྤྱོད་དམན་པ་དེའི་ཙ་བས་སྤྱོད་ནམས་གསོད་ཅིང་སྤྲངས་པ་དང་  
 འབྲས་ལའང་ཕན། འབྲས་བུས་དུག་གིས་ཕོག་པ་སེལ་བ་དང་རྒྱས་མཛེར་ནམས་འགོག་ འདམ་བུ་ཀ་ར་ལ་སྤྱི་  
 དང་འདིར་མིང་གཅིག་ དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། འདམ་བུ་ཀ་ར་ཆུ་ནད་སྤྱོ། རྩོམ་རར་བར་པ་བོར་བ་འདྲ། རིང་  
 ཐུང་མཁྱེད་རེ་མཚུབ་རེ་ཅམ། མཆོན་ཆད་རྒྱས་ཆད་སྤྱོད་པོ་དང་། མཆོན་གྱིས་ཕོག་པའི་སྤྱོད་སེལ། ཞེས་  
 པ་ལྟར་ལོ་མ་སྤྱོད་རིང་འདྲིལ་ཞིང་སྤྱོད་པའི་རོ་མངར་བདེ་མཆོག་དང་། དམན་པ་ལ་འཁྲུངས་དཔེར། འདམ་བུ་ཀ་ར་  
 ཞེས་བྱ་བ། ཆུ་མིག་རྫིང་གི་ནད་ལ་སྤྱོ། ལོ་མ་བཙོང་གི་ལོ་མ་འདྲ། སྤྱོ་མ་རམ་བུ་ལྟ་བུར་ལྷེམ། རྩོམ་མངར་  
 ལ་འཇམ་པ་འོ། རང་གི་རྒྱས་པས་རྒྱས་ཆད་སེལ། ཞེས་ཆུ་རྩལ་ཏུ་རྩ་རྒྱུ་བཙོང་ལྟ་བུ་རིང་ཐུང་ཅི་རིགས་པ་དེ་  
 གཉིས་ལ་གྱོང་མི་གྱོང་དང་ཆེ་ཆུང་སོགས་དབྱེ་བ་བྱེ་ན་མང་བ་མཆིས་ཀྱང་དགོས་པ་ཆུང་བས་མ་སྤྱོད་པ་དེ་དག་  
 གིས་སྤྱོད་མཆོན་དང་ཙ་རྒྱས་ཀྱི་ཆད་པ་ནམས་སེལ། འབྲི་ཏ་ས་འཛིན་ལ་སྤྱིར་མིང་གཉིས་འདིར་གཅིག་ དེའང་  
 འཁྲུངས་དཔེར། འབྲི་ཏ་ས་འཛིན་ཞེས་བྱ་བ། ལོ་མ་སྤྱོད་པོ་ཆུང་བ་ལ། སྤྱོད་པོ་དམར་པོས་ས་གཞི་བྱལ། མེ་  
 རྟོག་དཀར་སེར་ཆུང་བ་ཡིན། འབྲས་བུ་བྱ་བའི་དབྱིབས་དང་འདྲ། ལའང་ན་ན་རམ་འབྲས་བུ་འདྲ། རྩོམ་རྩུང་  
 ཟད་མངར་བ་ཡིན། རྒྱས་པས་སྤྱོད་དུ་འཕྲེན་པར་བྱེད། ཅེས་པ་ནི་ཕལ་སྐད་ཏེ་སྤྲང་བེར་བ་དང་སྤྱོད་ཆུལ་ལོ་  
 དབྱིབས་འདྲ་བ་ལ་དེ་ལས་ཞིང་ཆུང་བ་ཐག་དམར་པོ་སྤྱོད་པ་དེས་ནག་ཁྲག་དང་ཆུ་སེར་ནམས་འཕྲེན། བྱ་  
 ཕོ་ཙཱ་ཙཱ་ལ་སྤྱིར་མིང་གཉིས་འདིར་གཅིག་ དེའང་མ་མ་སྤྱོད་ལྷགས་དང་། ལྷག་རྒྱུག་པོ་འདྲ་བ་ལ་སྤྱོད་ཤང་  
 ཅེ། ལལ་སྤྱོད་མའི་མེ་རྟོག་སོགས་ལ་འདོད་པ་བཅས་སྤྱོད་ཆོགས་ཤིག་མཆིས་ཀྱང་སྤྱོད་མའི་མེ་ རྟོག་ལ་ཁྲག་  
 ཤོར་གཙོད་པའི་རྒྱས་པ་སྤྱོད་ཆོགས་ཅམ་ཆང་ཡང་དེ་དག་ནི་རྩལ་བ་བཞིན་ཡིན་པར་མ་སེམས་འཁྲུངས་དཔེ་བསྟན་པ་  
 ལ་སོགས་པའི་ཁྲུངས་མི་འདུག་ཀྱང་འཁྲུངས་དཔེ་བྱུར་པ་ཞིག་ཏུ། བྱ་ཕོ་ཙཱ་ཙཱ་ཞེས་བྱ་བ། མིང་གི་བཙོད་བྱ་སྤྱོད་  
 རྒྱུ་མ། མེ་རྟོག་སྤྱོད་པོ་འབྲས་དམར་བ། རང་གི་རྒྱས་པས་ཁྲག་ཤོར་གཙོད། ཅེས་འདུག་པ་བྱུར་ལྷགས་  
 ཤིག་གིས་མཛེད་དམ་སྟུམ། བྱང་སྤྱོད་དང་སྤྱོད་མཐོང་བ་དོན་ལྷན་གྱི་རིན་ཆེན་སྤྱོད་མེར། བདུད་ཅི་ཨ་ཁུ་ཅིར་  
 གྲགས་པ། སྤྱོད་མ་མཛོ་ཆོར་སེ་བ་དང་། གྲམ་ར་མཉེ་དམར་ཤད་ཁོད། ཙ་བ་སྤྱོད་སྤྱོད་འདྲ་བ་ལ། ལོ་མའི་  
 དབྱིབས་ནི་ར་མཉེར་མཚུངས། མེ་རྟོག་གསེར་སྤྱོད་པ་གཟར་འདྲ། འབྲས་བུ་སྤྱོད་པ་འདྲ་བ་ཡོད། མགོ་ཆག་མ་  
 ཡི་བདུད་ཅི་སྤྱོད། རྒྱས་པ་སྤྱོད་པ་དོ་ཆུ་བཞིན། མངལ་ཁྲག་གཙོད་པའི་མཆོག་ཡིན་ཏེ། བྱ་ཕོ་ཙཱ་ཙཱ་ཞེས་ཀྱང་  
 གྲགས། ཞེས་དང་། གཙང་སྤྱོད་དར་མགོན་གྱིས་སྤྱོད་མ་སྤྱོད་མ་མཛོ་ཆོར་ར་མཉེ་སེ་བ་དམར་ཤང་ཁོད་དུ་ སྤྱོད་

བ་མེ་རྟོག་སྤྱོད་མེར་ར་གཟར་འདྲ་བ་ལོ་མར་མཉེ་འདྲ་བ་ཙ་བ་སྒྲོག་གཅིག་ལྟ་བུར་ཡོད་པ་བདུན་ཅི་ཨུ་ཅི་ཞེས་མ་  
 སྒྲན་དང་ཁྲག་གཅོད་ཀྱི་གཙོ་བོར་བསྐྱགས་པ་འདི་ལ་མིང་གཞན་བྱ་པོ་ཅི་ཅིའང་ཟེར་ཞེས་པའི་དོ་བོ་ནི་སྤོང་པོ་  
 མགལ་པ་མང་བ་ལོ་མར་མཉེ་འདྲ་བ་མེ་རྟོག་མེར་སྤྱོད་གཉིས་སུ་འབྱུང་བའི་འཁྲུལ་སོ་མེད་པ་དེས་བྱད་མེད་ཀྱི་ཟླ་  
 མཚན་འབྱམས་པ་སོགས་འཛེག་རིགས་གཅོད། ལྷ་མོ་ཟ་ལ་སྦྱིར་མིང་གཉིས་འདིར་གཅིག་དེའང་འཁྲུངས་  
 དཔེར། ལྷ་མོ་ཟ་ནི་ཞིང་ལ་སྦྱེ། ལོ་འདབ་སྒན་རྒྱུང་འདྲ་བ་ལ། ཀའང་བྱ་བྱ་པོའི་ཕྱི་སྤྱེར་འདྲ། ཞེས་པ་ལྟར་ལོ་  
 འདབ་སྒན་རྒྱུང་ལྟ་བུ་གང་བྱ་བྱ་པོའི་ཕྱི་སྤྱེར་དང་འདྲ་ཞིང་འབྲས་བྱ་བྱིས་པའི་སྒྲིག་པ་འདྲ་བ་དེས་སྒྲོ་ནག་དང་  
 འཁྲུ་བ་རྣམས་གཅོད། སྦྱི་བ་ལ་སྦྱིར་མིང་བདུན་འདིར་གཅིག་དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། སྦྱི་བ་ཞེས་པ་སྤིབ་མོར་  
 སྦྱེ། ལོ་མ་ཕྱ་ལ་མེ་རྟོག་ནི། ལྷ་ལྟུང་སྤོན་པོ་དག་འདྲ་བར། སྤྱོད་ཞིང་གཞན་ལ་འཁྲུལ་ནས་སྦྱེ། ཙ་བ་མར་གྱི་  
 རྒྱལ་པ་འདྲ། རྒྱས་པས་སྦྱའི་དྲི་ཚོར་བར་བྱེད། ལོ་ག་དང་ག་འབྱེད་པ་ཡིན། ཞེས་པ་ལྟར་ལོ་གསེབ་སོགས་  
 དང་སྤིབས་སུ་གཞན་ལ་འཁྲུལ་ནས་སྦྱེ་བའི་ཙ་བ་དོག་པོ་མངར་གས་ཆེ་བ་ལོ་མ་ལྟར་གྱུ་ཕྱ་བ་དབྱི་མོང་གཞོན་ལྟ་  
 ལྟ་བུ་མེ་རྟོག་ལྷ་ལྟུང་སྤོན་པོ་འདྲ་བའི་སྤྱེར་འབྲས་ཀྱིས་ཙ་ཚད་དང་སྦྱིང་ཚད་སེལ་བ་དང་། ལྷག་ཟུར་ལ་སྦྱིད་དང་  
 འདིར་མིང་གཅིག་འདི་ལ་འཁྲུངས་དཔེར། དི་དེ་ལྷག་ཟུར་ཞེས་བྱ་བ། ལོ་མ་ལྟར་མེར་སྤྱོད་ཅན་ཏེ། ཁར་པ་གྱུ་  
 བཞི་མེ་རྟོག་སྤྱུག་རིང་བྱང་མཚུབ་རེ་མཐོ་རེ་ཙམ། ཙ་བ་དོག་བསྒྲིལ་རོ་ནི་མངར། འབྲས་དང་སྒྲོ་ནད་མཐའ་  
 དག་འཛོམས། ཞེས་པ་ལྟར་རྟུང་དཀར་པོ་ལོ་མ་རྟ་ལྷགས་འདྲ་བུ་མེ་རྟོག་རྒྱ་དཀར་བྱ་འཆར་བ་དེའི་ཙ་བ་དོག་  
 པོར་ཡོད་པ་བཅས་གཉིས་ཀྱིས་བྲང་ཆ་བ་དང་ཆམ་པ་སེལ། གཡེར་ཤིང་པ་ལ་སྦྱིད་དང་འདིར་མིང་གཅིག་དེའང་  
 འཁྲུངས་དཔེ་ཁྲུངས་མ་མ་མཐོང་ཡང་མཚོག་སྒྲོ་ཡུལ་ནས་འོང་བ་སྦྱེ་རྒྱལ་བྱང་པོ་སོགས་ཉ་ལམ་སྦྱི་བ་ལྟ་བུ་ལ་དེ་  
 བས་ཁ་དོག་ནག་ངམ་ཅན་དང་། དམན་པ་གམ་པ་ལ་སྦྱེ་བའི་སྤྱོད་རྟུང་དམར་གས་ཁྲུ་གང་ཙམ་ལ་འབྲས་བྱ་གཡེར་  
 མ་ལྟ་བུ་མེ་རྟོག་མེར་པོ་འཆར་བ་དེ་དག་གིས་འབྱུམ་པའི་ཆ་བ་རྣམས་སེལ། མེ་རྟོག་མེར་ཆེན་ལ་སྦྱིད་དང་འདིར་  
 མིང་གཅིག་དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། མེ་རྟོག་མེར་ཆེན་བྱ་བ་དེ། ལོ་མ་སྤྱུ་རྒྱུང་ཉ་ག་ཙན། སྤོང་པོ་ཕྱ་མོ་མེ་རྟོག་  
 མེར། དབྱིབས་ནི་རྒྱ་མེན་འདྲ་བ་ལ། རོ་ནི་ཁ་ལ་ཆ་ཡི་ནད། སེལ་ཞིང་ཐམས་ཅད་འདུབ་པར་བྱེད། ཅེས་པ་  
 ལྟར་ས་སྐམ་སར་སྦྱེ་བའི་མེ་རྟུང་སོགས་བྱིངས་རྒྱ་མེན་དང་ལོ་མ་ལ་བ་མོ་འདྲ་བ་ལ་དེ་ལས་རྟུང་བྱང་ཞིང་མེ་རྟོག་  
 མེར་པོ་འཆར་བ་དེས་མ་འདུབ་ཅིང་ཙ་རུལ་པ་རྣམས་གསོ། བྲག་སྦྱུ་ཉ་བོ་ལ་སྦྱིར་མིང་བཞི་འདིར་མིང་པོ་བདུན་  
 གྱི་སྤིང་གཅིག་མ་དང་སྒྲོན་པོ་རེ་རལ་བཅས་གསུམ། དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། ཉ་བོ་བྲག་གི་ལོགས་ལ་སྦྱེ། ལོ་མ་  
 ལེབ་མོ་མེ་རྟོག་ནི། སྤོ་ལ་རྣས་དུས་དཀར་བ་ཡོད། རོ་ནི་ཁ་ལ་མངར་བ་ཡིན། རྒྱས་པས་བསམ་སེ་མཁལ་  
 ཅན་དང་། མ་རྣམས་འདུབ་ཅིང་དུག་ནད་སེལ། ཞེས་པ་ལྟར་ལོ་མ་ཆེ་ལ་མཐུག་ཀོབ་ཉ་ག་ཙན་བཟད་ནས་སྦྱེ།

ཞིང་མེ་ཏོག་དཀར་སྔོ་འཆར་བ་དེས་དུག་དང་བསམ་སེམས་ལ་ནད་སོགས་སེལ་ཞིང་ཚད་འཁུག་ཅོད་པ་དང་མ་  
 འདུབ། བྲག་སྔོས་ལ་སྤྱིར་མིང་བཞི་འདིར་བཅུན་མོ་རེ་རལ་དང་གཉིས། དེའང་འཁུངས་དཔེར། བཅུན་མོ་རེ་  
 རལ་བྲག་གི་སེར་ཁར་སྟེ། ལོ་མ་སེར་གྱི་ཐིག་ལས་བརྒྱན། མཚན་དྲི་གནད་འགྲམ་རིགས་ལ་ཕན། ཞེས་པ་  
 ཅི་རྒྱུ་རེ་ནས་ཐོན་པའི་ལོ་མ་གཞི་གཅིག་ལ་འདབ་མ་བཞི་ལྟ་འོང་བའི་དབུས་མ་རིང་བ་རལ་གྱི་དེ་བྱིབས་ཅན་  
 རྒྱབ་སྐྱེ་སེར་ཐིག་གིས་བརྒྱན་པ་དེས་མ་འདུབ་པ་དང་ནག་སྟེམ་ཞིང་རྩེ་ཚད་པ་སེལ་ལ་ལྟ་བའང་འཛིན། རྒྱ་  
 སྔོས་ལ་སྤྱིར་མིང་བཅུ་འདིར་གཅིག་ དེའང་འཁུངས་དཔེར། སྟན་མཚོག་རྒྱ་སྔོས་ཞེས་གྲགས་པ། སྟོང་པོ་སྔོ་ལ་  
 རིང་བ་ཡིན། མེ་ཏོག་སེར་བའི་མདངས་ཆགས་པ། ལོ་མ་མེ་ལོང་ལ་ལྟར་གྱེས། སྤྱི་ཞིམ་རོ་ལ་རུས་པ་  
 བསེལ། རང་གི་རུས་པས་དུག་ཚད་སེལ། ཞེས་པ་ལྟར་ལོ་མ་ལྷ་མོ་ཟ་འདྲ་བ་རྒྱུ་ལ་རིང་བ་མེ་ཏོག་སེར་པོ་  
 འཆར་བ་འབྱུ་འབྱུ་སྟེ་ཕོ་རིགས་འདྲ་རུང་བ་དྲི་ཞིམ་པ་དེ་དང་། སྟང་སྔོས་ལ་སྤྱིར་མིང་ཉེར་ལྟ་འདིར་གཅིག་  
 དེའང་འཁུངས་དཔེར། སྟང་སྔོས་ཞེས་བྱ་དྲི་བསྟང་ཞིམ། སྤྱིབས་ཀྱི་སྟང་ལ་སྟེ་བ་ཡིན། ལོ་མ་གཡུ་ཡི་གཞོང་  
 པ་འདྲ། སྟོང་པོ་སྟུག་ལ་མེ་ཏོག་རྒྱ། ལུང་པ་དྲི་ཞིམ་སྔོས་དྲིར་འགྱུར། འདི་ལ་ལྟ་ནམས་ཏྲག་ཏུ་  
 གནས། ཞེས་པ་ལྟར་སྤྱིབས་ཀྱི་སྟང་ལ་སྟེ་བ་ལོ་མ་གཡུ་གཞོང་འདྲ་བ་སྟོང་པོ་སྟུག་པོ་མེ་ཏོག་དམར་པོ་དྲི་ཆེ་བ་  
 དེས་ཚད་པ་རྟིང་པ་དང་དུག་ཚད་སེལ་ཞིང་གདོན་ལ་བསྟུགས། ལུང་ཕྱི་སྟུག་ལ་སྤྱིར་མིང་བདུན་འདིར་སེར་པོ་  
 ཁག་རྒྱུ་དང་ལོ་མར་སྔོ་སྤྱིན་དུ་འབོད་པ་གསུམ་ལ་འཁུངས་དཔེར། ལུང་ཕྱི་སྟུག་ཞེས་བྱ་བ་འདི། མོན་ལུལ་སྟོ་  
 ཅི་ལ་ཁ་ཡི། ཉགས་རི་མཐུག་པའི་སྟང་ལ་སྟེ། ལོ་མ་ཕྱ་ལ་སྟུམ་པ་ཡིན། སྟོང་པོ་རིང་ལ་མེ་ཏོག་སེར། རོ་ནི་  
 ལ་ལ་བསྐྱབ་པ་ཡིན། རང་གི་རུས་པས་ནག་རྒྱ་སྟེམ། མ་འདུབ་སྟོ་བྱར་ཚད་རིམས་སེལ། ཞེས་པ་ལྟར་རྒྱུ་ཕྱ་  
 ལ་ལྟེམ་པ་ལོ་མ་སྟབ་མོ་དེ་བྱིབས་སྟབ་ཀ་དང་འདྲ་བའི་ཉ་ག་ཅན་ མེ་ཏོག་སེར་པོ་འཆར་བ་དེའི་རྩ་བ་སེར་པོ་སྟུ་  
 ཅན་དེས་རྒྱ་འཐུང་ཞིང་རིམས་ཚད་སེལ་བ་དང་། དམན་པ་ལ་འཁུངས་དཔེར། སྔོ་སྤྱིན་ཁག་རྒྱུ་ཞེས་བྱ་  
 བ། ཉིན་གྱི་བྲག་གི་ལོགས་ལ་སྟེ། ལྷུམ་བུ་ལྷགས་ཀྱི་ཅན་ཡང་ཟེར། སྟོང་བུ་རིང་ལ་ཡིད་ཅམ་སེར། ལོ་མ་  
 གཡུ་བུན་གཏོར་བ་འདྲ། རོ་ནི་ཅུང་ཟད་ལ་བ་ཡིན། ཞེས་པ་ལྟར་རྒྱུ་རིང་ལ་ལོ་མ་ལྷང་གུ་སིབ་པ་ཞིག་འོང་བ་  
 ཡང་རྒྱ་འཐུང་གི་རུས་པ་མེད་པ་ལས་གཞན་མ་གོང་དང་ཕྱོགས་མཚུངས་འོང་། རྒྱ་དུས་ལ་སྤྱི་དང་འདིར་མིང་  
 གཅིག་ དེའང་འཁུངས་དཔེར། རྒྱ་དུས་ཉིན་སྤྱིབས་གཉིས་ཀར་སྟེ། ལོ་མ་ཕྱ་ལ་འཇམ་པ་སྟེ། སྟོང་པོ་མེ་ཏོག་  
 དག་གིས་གང་། མེ་ཏོག་དཀར་ལ་དམར་བའི་མདངས། ཚིགས་པ་རེ་རེ་དག་ནས་སྟེ། འབྲས་བུ་དག་གིས་  
 བྱར་བྱར་གང་། རོ་ནི་ཚ་ལ་ལ་བ་ཡིན། རང་གི་རུས་པས་མ་ཚད་འཛོམས། ཞེས་པ་ལྟར་སྟེ་རྒྱུ་དང་ལོ་  
 དེ་བྱིབས་སོགས་ལུངས་ཀར་དང་ཉ་ལམ་ཕྱོགས་མཚུངས་མདོག་ལྷང་སེར་རྒྱུ་ཤོ་མང་འདྲ་བ། ཡལ་ག་རྒྱམས་

མགལ་ཚོགས་ནས་ཐད་སོར་ཐོན་པ་མེད་ཀྱི་སྒྲིག་པ་ལ་སེར་ཉམས་ཅུང་ཟད་ཡོད་པ་འཆར་བའི་ཙ་བ་ཆེ་བ་དེ་  
 མཚོག་དང་། དམན་པ་གར་ཡང་སྐྱེ་བ་ལོ་མ་ནར་སྟབས་ཉག་ཅན་མེད་ཀྱི་སེར་པོ་འཆར་བས་ཀྱང་རྒྱས་པ་རུང་  
 མཐུན་ཅམ་འོང་བ་དེ་གཉིས་ཀྱིས་མ་འདྲུབ་ཅིང་ཆད་རིམས་དུག་ལ་བསྟགས་པ་དང་ཙ་མཐུན་ཅིང་རྒྱ་གཟེར་ཡང་  
 སེལ། འབམ་པོ་ལ་སྦྱར་མིང་གཉིས་འདིར་གཅིག་ དེའང་འཁྱུངས་དཔེར། འབམ་པོ་སྦྱང་གི་ལོགས་ལ་  
 སྦྱ། ལོ་མ་སྦྱང་པོ་གོ་སྦྱད་འདྲ། ཁྱི་མེ་མནམ་ལ་རོ་མི་སྦྱེག་ རང་གི་རྒྱས་པས་ལྟོག་པ་སེལ། ཞེས་པ་ལྟར་ལོ་  
 སྦྱང་མེད་ཀྱི་གོ་སྦྱད་འདྲ་བ་ལ་ལོ་མ་ཉུང་བ་ལས་ཅུང་དང་ཞོར་སོ་ཅན་གྱི་མེད་ཀྱི་རྒྱང་ཡོད་པར་པོ་མེད་པ་མོ་  
 འམ་ནག་པོར་འདོད་པ་ཅུང་ཟད་ཅམ་གྱི་མདོག་དབྱེ་ཡང་ཡོད་པ་རིགས་གཉིས་པོས་སྐྱེས་དང་ལྟོག་པ་འཛམས་  
 ཤིང་ཁོང་འབྲས་རྣམས་བཞིག་པར་བྱེད་དོ། མེད་ཀྱི་ལུག་མིག་ལ་སྦྱི་དང་འདིར་མིང་གཅིག་ དེའང་འཁྱུངས་  
 དཔེར། མེད་ཀྱི་ལུག་མིག་གཡའ་སྦྱང་མཚམས། ལོ་མ་སྦྱ་སྦྱུང་ལ་སྦྱར། སྦྱང་པོ་སྦྱག་ལ་རིང་བ་  
 ཡིན། འདབ་མ་ལྷུང་ལ་སྦྱར་པོ་འདྲ། སྦྱང་པོ་ལུག་མིག་ལྷ་བྱ་ལ། རོ་མི་ཅུང་ཟད་ཁ་བ་ཡིན། ཞེས་པར་ལྷ་མོ་  
 ལུ་མ་དེ་བ་དང་རྒྱལ་པོ་ཡུལ་འཁོར་སྦྱང་གི་ལོ་རྒྱས་སོགས་རྒྱས་སྦྱོས་བྱེད་ན་མང་ཡང་ངོ་བོ་རྒྱང་ལྷུ་མ་ལ་ལོ་མ་  
 འཛོང་བ་ཉག་མེད། མེད་ཀྱི་འདབ་མ་སྦྱར་པོ་བེའུ་འབྲུ་སེར་པོ་འཆར་བ་སྦྱོ་བཟང་བ་དེས་དུག་དང་རིམས་ནད་  
 རྣམས་སེལ། མཁན་པ་ལ་སྦྱར་མིང་གསུམ་འདིར་གཅིག་ དེའང་རིགས་གསུམ་ལས། འཁྱུངས་དཔེར། མཁན་  
 པ་ཨ་ཀྱོང་གཡའ་སྦྱད་སྦྱ། ལོ་མ་ས་འབྱར་སྦྱ་ལ་སྦྱར། རིང་བྱང་མཚུབ་རེ་མཐོ་རེ་ཅམ། མེད་ཀྱི་སེར་ཞིང་ཁྱི་  
 མ་མངར། སྦྱངས་འདུལ་མ་འབྲས་རྒྱ་ལོང་པན། ཞེས་ལོ་མ་ཉག་ཅན་རྒྱང་བ་རྒྱང་ལོང་མེད་ཀྱི་སེར་པོ་  
 འཆར་བ་ཡུལ་སྦྱད་ཨ་ཀྱོང་དཀར་མོར་འབོད་པ་དང་རིགས་གཞན་གཉིས་ལ་འཁྱུངས་དཔེ་ཁྱུངས་མ་མ་མཐོང་  
 ཡང་དཀར་པོ་རྒྱང་པ་ལོ་མ་སྦྱ་ཅན་དེ་དང་། དམར་པོའི་སྦྱག་པོ་ཁ་དོག་གི་དབྱེ་བ་དང་འབྲུལ་ཡོད་པ་དེ་དག་  
 གིས་ཁྲག་གཅོད་པ་དང་ཡན་ལག་གི་སྦྱངས་པ་འཛམས་ཤིང་། ནང་གསེས་དཀར་པོས་མཁལ་ནད་ལའང་པན་  
 ཞིང་བཅུད་ལེན་ལ་བསྟགས། རྒྱ་མ་ཙི་ལ་སྦྱར་མིང་གཅིག་འདིར་ཙི་སྦྱག་མོ་དང་གཉིས། འདི་ལ་བྱ་དཀར་  
 གདང་བཞུགས་འདྲ་བེར་བ་ནས་མཁའ་འགྲོ་ལ་སྦྱག་དང་། ཁ་ཅིག་ལྷགས་ཏིག་འདྲ་བའི་རོ་ཆ་བ་ཞིག་ལ་ངོས་  
 འཛོན་པ་ནི་རྣམ་པར་འབྱམས་པ་སྦྱོ་དོན་འཁྱུངས་དཔེར། རྒྱ་མ་ཙི་ཞེས་བྱ་བ་ནི། སྦྱོ་གནས་འདམ་དང་ཞིང་  
 གསེབ་སྦྱ། ལོ་མ་སྦྱར་པོ་རལ་གྱི་འདྲ། སྦྱང་པོ་ཙ་རིས་དམར་པོ་ཡོད། སྦྱོ་མ་བོར་བ་དག་དང་འདྲ། རྒྱས་  
 པས་རྒྱ་སེར་དམུ་རྒྱ་སྦྱང་། ཞེས་པ་མཚོག་གམ་ནག་པོ་ལོ་མ་སྦྱ་ལྷང་རལ་གྱི་དེབྱིབས་ཅན་སྦྱོ་མ་དམར་པོ་རལ་  
 བྱ་འདྲ་བ་རྒྱང་དམར་པོ་དེ་དང་། དཀར་པོར་འཁྱུངས་དཔེ་མ་མཐོང་ཡང་རྒྱང་ལྷང་གྱུ་རིང་བ་ལོ་མ་རལ་གྱི་  
 གཟུགས་མེད་ཀྱི་རྒྱ་ཁ་འཆར་བ་ཡལ་བྱུང་གང་བྱ་ནར་སྟབས་དུག་མོ་ཉུང་བ་རོ་ཁ་ཉམས་ཅན་གཉིས་ཏི་

བཟང་བ་སྟོད་ལུགས་སུ་ནག་པོ་དང་བྱར་པོ་པཌ་ཆེན་དཀར་པོར་མཛད་པ་གཉིས་ཀྱི་རུས་པས་ཆུ་མེར་དང་དམུ་  
 ཆུའི་ནད་ནྟམས་སྟོང་། བྱི་ཆེར་ལ་སྦྱིར་མིང་གསུམ་འདྲིར་གཅིག་ དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། བྱི་ཆེར་མ་ཞེས་བྱ་བ་  
 བློ། རྒྱ་ཤོད་བྱེ་མའི་ཡུལ་དུ་སྟེ། ཁོ་མ་རྒྱུ་ལ་ནག་ཅིང་མཐུག། སྟོང་པོ་བྱུང་ལ་མཐུག་ཅིང་སྟེ། སྟེ་མ་གོས་ལ་  
 འབྱར་ཞིང་འཁྲིལ། རྩོམ་ཁ་ལ་རྩུབ་བ་ཡིན། རང་གི་རུས་པས་ཆུ་འགགས་སེལ། ཞེས་ཀྱང་སྟོང་པོ་ལྡང་མེར་  
 རྒྱ་དམ་ཅན་རྟམ་པ་ཤིང་གི་རིགས་ཆེར་མ་ཕུག་སོ་གཟིངས་པ་ལྟར་ཆ་ཞིང་གང་བྱ་ཅན་སྟལ་གོས་ལ་འབྱར་འོང་  
 བ་དེས་རིམས་དུག་དང་མཁལ་མའི་ཆ་བ་རྟམས་སེལ། དེ་བ་ལ་སྦྱིར་མིང་བཞི་འདྲིར་གཅིག་ དེའང་སྟོང་པོ་ལ་  
 འཁྲུངས་དཔེ་ཁྲུངས་མ་མ་མཐོང་ཡང་སྟོང་སྟེ་མེ་རྟོག་མཐིང་མདོག་ཅེས་རིང་བྱང་སོར་བཞི་ཅམ་སྟེ་ཆུ་ལ་སྦྱང་རྒྱ་  
 འདྲ་བ་དེ་མཆོག་དང་། དམན་པའམ་རྒྱ་དེ་བ་ནི་ལོ་མ་མཐུག་པ་ཆེ་རྒྱུ་སྟེ་ཆོས་ནས་ཐོན་ལྟག་ཅམ་འདྲ་བ་རྒྱབ་  
 ལ་སྦྱ་བའི་སྦྱ་ཅན་མེ་རྟོག་ལུག་མིག་གི་མེ་རྟོག་འདྲ་བ་དང་། ཤིང་དེ་བ་ལ་འཁྲུངས་དཔེར། དེ་བ་ཞེས་བྱའི་ཤིང་  
 དེ་ནི། སྦྱར་པ་འདྲ་ལ་རྩུང་ཟད་དཀར། མཛེར་པ་མང་ལ་མཐུགས་པ་སྟེ། ཆོད་རིམས་གཟེར་བྱང་ནད་ནྟམས་  
 སེལ། ཞེས་པ་ནི་སྟེ་ཆུ་ལ་སོགས་ཀྱི་དབྱིབས་སྦྱར་པ་ལྟ་བུ་ལ་ནང་གསེས་དབྱེ་བ་ཕན་བྱ་འོང་བའི་ནོར་འཕྲང་རྒྱུང་  
 བ་དེ་བྱུང་ན་དང་། མ་བྱུང་ན་སྦྱར་པ་དཀར་པོའི་ཤུན་པས་ཆབ་རུང་བ་སོགས་རུས་པ་ཕྱོགས་འདྲ་བས་རིམས་ཀྱི་  
 རིགས་རྟམས་སེལ། རྩ་མཁྲིས་ལ་སྦྱིར་མིང་གཉིས་འདྲིར་གཅིག་ དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། རྟན་རྟམས་ཞིབྱེད་རྩ་  
 མཁྲིས་ནི། ཁོ་མ་སྟོང་ལ་འཇམ་པ་སྟེ། མེ་རྟོག་མེར་པོ་འདབ་བཞི་ཡོད། རྩོམ་ཁ་ལ་རུས་པ་རྩུབ། མཁྲིས་ནད་  
 མ་ལུས་སེལ་བར་བྱེད། ཅེས་ཀྱང་ལོ་མ་ལྡང་གུ་རྩུབ་ལ་སྟེ་ཆུ་ལ་དང་དབྱིབས་ཁྲུང་མང་དང་ཕྱོགས་མཆུངས་མེ་  
 རྟོག་མེར་པོ་འདབ་བཞི་ཅན་བཅད་ན་འོ་མ་འཇོག་པ་དེས་མཁྲིས་ནད་སེལ། རེ་རལ་ལ་སྦྱིར་མིང་ལྟ་འདྲིར་རྒྱལ་  
 པོ་རེ་རལ་ལམ་ལྟ་བུ་རེ་རལ་བཅས་གཉིས། དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། རྒྱལ་པོ་རེ་རལ་ཉིན་གྱི་བྲག་ལ་སྟེ། ཁོ་  
 མ་མེ་ཕྱེ་མཆེད་པ་འདྲ། རྩ་བ་སྟེ་འཁྲུངས་མཁྲིས་མ་འདྲ། རྩོམ་ཁ་རྩུང་ཟད་མངར་ལ་བསེལ། ཞེས་པ་ལྟར་ལོ་མ་  
 ལྡང་གུ་དབྱིབས་མེ་ཕྱེ་ཕྱེབ་པ་འདྲ་བའི་རྒྱབ་ལ་སེར་ཐིག་ཤིན་ཏུ་ཕུག་པ་རྩ་བའི་སྦྱ་ཕུད་ན་གཡུ་སྦྱལ་ལྟ་བུ་དང་།  
 མ་ཕུད་ན་སྟེ་འཁྲུངས་མཁྲིས་མཁྲུང་འདྲ་བ་དེ་བེ་ཁོད་དུ་སྟེས་ན་བེ་སྟེས་རེ་རལ་ཞེས་པ་དང་། འོ་མ་བྱ་སྦྱིར་མིང་དུག་  
 འདྲིར་གཅིག་ དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། རྒྱ་ཤིང་འོ་མ་བྱ་ཞེས་བྱ་བ། རྒྱ་ཁྲུང་བྱེ་མའི་ནད་དུ་སྟེ། སྟོང་པོ་སྦྱག་ལ་  
 རིང་བ་སྟེ། མེ་རྟོག་དམར་སྦྱག་ཕུང་པོར་འཁྲིལ། ཁོ་མ་སྦྱ་ཞིང་སྟོང་པོ་ཡིན། རྩོམ་ཁ་ལ་མངར་བ་སྟེ། རང་གི་  
 རུས་པས་དུག་རིགས་སེལ། ཞེས་པ་ལྟར་སྟོང་པོ་སྦྱག་ལ་རིང་བ་མེ་རྟོག་དམར་སྦྱག་ཕུང་པོར་འཁྲིལ་བ་ལོ་མ་སྦྱ་  
 ཞིང་ལྡང་བ་རོ་ཁ་མངར་ནོར་འཕྲང་རྒྱུང་བ་དེ་དག་གིས་ཤིང་དུག་དང་སྦྱར་དུག་མཁྲིས་ཆོད་རྟམས་སེལ་ལ་འོ་མ་  
 བྱའི་བྲག་པས་སྦྱར་ཡར་ཕན། གཞན་ཡང་རེ་རལ་གསུམ་ཞེས་སྐབས་འདྲིར་བཤད་ཀྱི་ལྟ་བུ་རེ་རལ་ལ་རྒྱལ་པོ་

རེ་རལ་དང་། གོང་གི་བྲག་སྒྲིམ་ལ་བཅུན་མོ་རེ་རལ། བྲག་སྒྲིལ་ཏེ་ལོ་སྒྲོན་པོ་རེ་རལ་ཏེ་གསུམ་མོ། །ཞུ་མཁན་ལ་སྒྱིར་མིང་བཅོ་ལྔ་འདིར་སེང་ཕྱོམ་དང་གཉིས། དེའང་འཁྲུངས་དཔེ་ཁྲུངས་བྱབ་མ་མཐོང་ཡང་ཤིང་ལོ་སྒྲོང་ཆེ་བ་ལོ་མ་ལྡང་སེར་མཐུག་པར་སྤང་ཞུན་ཏུ་གྲགས་པ་མཆོག་དང་། དམན་པ་ནགས་ཞུན་ཏུ་གྲགས་པ་ལོ་མ་ལྡང་ནག་ཅན་དང་། ཆོས་ལ་སྒྱིར་མིང་བཅུད་འདིར་རྒྱ་སྒྲིགས་དང་གཉིས་འདི་ལའང་འཁྲུངས་དཔེ་ཁྲུངས་བྱབ་མ་མཐོང་ཡང་། ཤིང་གེ་བྱ་ཀ་ཞེས་པ་མདོག་སྟག་མ་འབྲ་བ་མེ་རྟོག་གི་འདབ་མའི་ནང་དམར་པོ། རྒྱབ་ནག་པོ་ཟེའུ་འབྲུ་སེར་པོ་ཅན་དེའི་ཆོ་བར་ནམ་དུས་ཀྱི་དབང་གིས་རྩོ་ཆོས་དང་ནག་རྩུག་གཉིས་སུ་འདོད་པ་དང་། བཅོད་ལ་སྒྱིར་མིང་བཅུ་གསུམ་འདིར་གཅིག་འདི་ལའང་འཁྲུངས་དཔེ་ཁྲུངས་མ་མཐོང་ཡང་མིག་ལམ་དུ་བསྟར་བར་ལོ་མ་ལྡང་གུ་ཉག་མེད་རྒྱ་མོ་སྒྲུབས་ཅན་ས་ལ་ཁྲད་པོར་འབྱར་ནས་སྒྲེ་བའི་ནོར་འཕང་རྒྱུད་བ་དེ་དག་གིས་སྒྲོ་བ་དང་མཁལ་མའི་འགྲམས་ཆད་ནམས་སེལ། ལྷམ་པ་ལ་སྒྱིར་མིང་དུག་འདིར་མ་ནིང་ལ་ཉི་དགའ་དང་། མོར་མདོག་ལྷན་བཅས་གསུམ། དེའང་པོ་རིགས་ཏེ་ལོའི་མདོག་ལྷན་ཏུ་གྲགས་པ་ལ་འཁྲུངས་དཔེར། མེ་རྟོག་ཏེ་ལོ་ཞེས་བྱ་བ། །དཀར་སྒྲུག་ལོ་མ་ཉི་དགའ་འབྲ། །ཞེས་པ་ལྟར་རྒྱ་རིང་ལ་ལོ་མ་སྒྲོན་པོ་མེ་རྟོག་དཀར་པོ་འཆར་བ་ཞིག་དང་རྒྱ་མ་འཆར་བ་གཅིག་མོ་རིགས་རྒྱ་ལྷམ་པར་གྲགས་པར་འཁྲུངས་དཔེ་མ་མཐོང་ཡང་རྒྱ་ལ་རིང་བ་མེ་རྟོག་དཀར་པོ་འཆར་བ་ཞིག་དང་། རྒྱ་སྒྲུག་འཆར་བ་གཅིག་མ་ནིང་ལ་ཉི་དགའ་ལ་འཁྲུངས་དཔེར། ཨ་ཇ་ཀ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། །ས་ཁད་དམའ་བའི་ཡུལ་དུ་སྟེ། །ལོ་མར་ཉི་དགའ་ཞེས་ཟེར་ཞིང་། །འབྲས་བུ་ཨ་ཇ་ཀ་ཞེས་བྱ། །རྩ་བ་སྒྲོང་པོར་བཅས་པ་ལ། །ལྷམ་པ་ཞེས་ནི་མིང་དུ་བཏགས། །རོ་ནི་མངར་ལ་བསྐྱབ་ཡིན། །རང་གི་རུས་པས་རྒྱ་འགགས་དང་། །མ་ནག་སྒྲིམ་ལ་ཁ་མི་སྒྲིམ། །ཞེས་པ་ནི་ཡོངས་གྲགས་ལྷམ་པ་ལོ་མ་ཟེར་བ་རྒྱ་ལ་ལོ་མ་སྒྲོར་མོ་མེ་རྟོག་དཀར་པོ་འཆར་བ་དེའི་འབྲས་བུ་མཆོག་ཏུ་བསྟགས་པ་སོགས་ཀྱིས་རྒྱ་འགགས་དང་མཁལ་ཆད་སྒྲོམ་དད་འཁྲུ་བ་ནམས་སེལ་ཞིང་། པོ་ལྷམ་མམ་ཏེ་ལོའི་མེ་རྟོག་གིས་ས་བོན་འཛག་པ་གཅོད་ཅིང་རྩ་བར་པ་ལ་ཞེས་ཟད་བྱེད་ཡིད་འཆུས་སོགས་ལའང་ཕན། བྲག་ལྷམ་ལ་སྒྱིད་འདིར་མིང་གཅིག་དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། བྲག་ལྷམ་བྲག་གི་ལོགས་ལ་སྟེ། །ལོ་མ་མཐུག་ཅིང་སྒྲུམ་པ་ཡིན། །ཟིལ་པ་དང་བཅས་སྒྲོ་ལ་ལྷུམ། །མེ་རྟོག་དཀར་དམར་གཉིས་སུ་ཡོད། །མ་ནི་རི་ལྟར་ཆབས་རྒྱུད་ཡང་། །འདི་མེད་པས་ནི་སོས་པ་དཀའ། །ཞེས་པ་ལྟར་ལོ་མ་མཐུག་ཅིང་སྒྲུམ་ཟིལ་ལྷུམ་པ་མེ་རྟོག་རྒྱ་མར་འཆར་བ་དེས་མ་འབྲུབ། རྩ་མིག་ལ་སྒྱིད་འདིར་མིང་གཅིག་དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། རྩ་མིག་བྲག་གི་རྩ་བར་སྟེ། །ལོ་མ་ཉི་དགའི་ལོ་མ་དང་། །མེ་རྟོག་རྩ་མིག་པ་འབྲ། །ས་ལས་མ་འཕགས་གཅིག་སྒྲིམ་གྱི། །རྩ་ཡི་སྒྲོ་ནམས་འགག་པར་བྱེད། །ཅེས་པ་ལྟར་སྒྲོང་པོ་ཡལ་ག་སོགས་མེད་པར་ལོ་མ་ཆིག་སྒྲིམ་ས་ནས་མ་འཕགས་པ་ལྷམ་ལོ་དང་ཏེ་ལམ་འབྲ་ཞིང་རྒྱ་ཅན་ཅན་མེ་རྟོག་

སེར་པོ་རྟ་མིག་གི་དབྱིབས་ཅན་ཤར་བ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་པ་དེས་ཅ་སྟོ་འགོགས། ག་མ་ལ་སྤྱི་དང་འདྲིར་མིང་  
 གཅིག་དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། ག་མ་ཞེས་བྱ་ཆོར་མ་ཅན། ལོ་མ་ཆོར་མའི་སྤྱོད་པོས་བྱབ། མེ་རྟོག་སེར་པོ་  
 མདངས་མི་གསལ། རྩོམ་ལ་ལྷས་པ་བསལ། ཤལ་ཆད་ཅ་ཆད་ཐམས་ཅད་སེལ། ཞེས་པ་ལྟར་ཤིང་ཕ་མོ་  
 ཆོར་མ་ཅན་གོ་ལྷགས་ཤན་ཤུན་བྱེ་བ་ཁོང་པ་དཀར་པོ་མེ་རྟོག་སེར་པོ་མདངས་མི་གསལ་ཞིང་རོ་ཁ་དེའི་ཅ་བས་  
 ཤལ་ཆད་དང་ཅའི་ཆད་པ་རྣམས་སེལ། མཛོ་མོ་ལ་སྤྱི་དང་འདྲིར་མིང་གཅིག་དེའང་འཁྲུངས་དཔེ་དང་རོ་མ་འཕྲོད་  
 གུང་ཤིང་ཆོར་མ་ཅན་ག་མ་ལས་ཆེ་བ་སྤྱི་དཀར་པོས་བྱབ་པ་མེ་རྟོག་སེར་པོ་སྤྱིང་པོ་ཅན་དམར་པོ་ལྟ་བུ་དེས་  
 ཁག་འབྱུགས་རྣམས་འཇུ་ཞིང་ཁག་ཆད་ཀྱང་སེལ། སང་མ་ལ་སྤྱི་དང་འདྲིར་མིང་གཅིག་དེའང་འཁྲུངས་དཔེར།  
 སང་མ་ཞེས་བྱ་ལོ་མ་ཕྱ། སྤྱོད་པོ་ཅུང་ཟད་ཆེ་བ་ལ། འབྲས་བུ་སྤྱི་པོ་རོ་ཞི་མངར། རང་གི་རྩས་པས་སྤྱིང་  
 ཆད་སེལ། ཞེས་པ་ལྟར་ལོ་མ་ཕྱ་སིབ་སྤྱངས་པ་འདྲ་བ་སྤྱོད་པོ་སྤྱི་པོ་ཅུང་ཟད་ཆེ་ཞིང་ཡལ་ག་ཐད་སོར་ཐོན་པ་  
 འབྲས་བུ་དམར་སྤྱི་སྤྱི་སྤྱི་མ་ཅམ་འབྱུང་བ་དཀར་ནག་རིགས་གཉིས་སྤྱུང་དབྱེ་བ་དེའི་འབྲས་བུས་སྤྱིང་གི་ཆད་  
 པ་དང་མོ་ནད་ཀྱང་སེལ། སྤྱད་མ་ལ་སྤྱིར་མིང་བཅུ་འདྲིར་གཅིག་དེའང་སྤྱིར་རིགས་དཀར་ནག་དང་བྱེ་བྱུང་སྤྱད་  
 མ་གསུམ་ལས་ནག་པོ་ཁ་སྟོང་དུ་རྒྱས་པར་འཆད་ཅིང་། དཀར་པོ་ལ་འཁྲུངས་དཔེར། སྤྱད་མ་དག་ལ་རིགས་  
 གསུམ་སྟེ། དཀར་པོ་བྱེ་མ་ལ་སྟེ་སྟེ། ལོ་མ་སྤྱོད་པོ་སྤྱི་དཀར་ཅན། མེ་རྟོག་མདངས་ལྷན་བད་ཀན་  
 སེལ། ཞེས་པ་ལྟར་ལོ་རྒྱུ་ལ་སྤྱི་སྤྱི་ཞོལ་དུ་འོང་བའི་མེ་རྟོག་དཀར་པོ་མཚོག་དང་། དམན་པ་སྤྱོད་པོ་འཆར་བ་  
 དེས་དཔྱ་ཅུ་དང་སྤྱི་ཐབ་སྤྱོད་ཞིང་ཁོང་དུ་སྟོག་ཆགས་སོང་བ་སེལ། བྱེ་བྱུང་སྤྱད་མ་ཞི་འཁྲུངས་དཔེར། སྤྱི་ས་  
 གཡའ་སྤང་མཚམས་སྤྱི་སྟེ། ལོ་མ་མེ་རྟོག་སྤྱད་མ་འདྲ། གང་བྱ་རྒྱལ་བ་ཁ་བསྐྱམས་འདྲ། འབྲས་བུ་སྤྱད་ཅུང་  
 ཇི་བཞིན་མཁྱེགས། ཞེས་པ་ལྟར་ལོ་མ་དང་མེ་རྟོག་སྤྱད་ནག་དེ་ལས་འབྲས་ངན་པ་གང་བྱ་རྒྱལ་བ་ཁ་བསྐྱམས་  
 འདྲ་བ་ཞིག་འོང་བས་སྤྱིར་བཏང་ཅུ་སེར་སྟེ་མ་པར་བྱེད། བྱེ་བྱུག་ལ་སྤྱི་དང་འདྲིར་མིང་གཅིག་དེ་ལ་བརྒྱུད་པའི་  
 རང་འགྲེལ་དུ། བྱེ་བྱུག་པ་སྟེ་སེར་ནག་གཉིས་ཞེས་དང་། འཁྲུངས་དཔེར་བྱེ་བྱུག་པ་ཡི་མཚན་ཉིད་ནི། ལོ་མ་  
 མཐིང་ཤུན་རྩ་རྩ་ཡབ་འདྲ། འབྲས་བུ་གསེར་གྱི་མཚོད་རྟེན་འདྲ། རྩོ་ཞི་ཆ་ལ་བསྐྱེད་པ་ཡིན། ཞེས་བཤད་པ་ལྟར་  
 རྒྱུ་ཕྱེས་ལོ་མ་ཉག་མེད་འཛོང་སྤྱབས་ཅན་ལྟར་གུ་མེ་རྟོག་གམ་སྟེ་མ་གསེར་གྱི་མཚོད་རྟེན་འདྲ་བ་བྱི་དུགས་  
 མན་མ་པ་མཚོག་དང་ཡང་སྟེ་མ་ནག་པོ་སེར་ནག་གཉིས་དེ་དག་ལས་ལོ་མ་སྟོར་ཞིང་མེ་རྟོག་གམ་སྟེ་མ་ནག་པོ་  
 འཆར་བའི་རིགས་ཤིག་ཀྱང་འོང་བ་དེ་གསུམ་གྱིས་མའི་འབྲུ་སྤྱང་ཞིང་སྤྱི་པོ་པོ་སེལ། མཚོ་ལྷུ་མ་ལ་སྤྱིར་མིང་  
 གཉིས་འདྲིར་གཅིག་དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། མཚོ་ནི་བྲག་སྟེ་མེ་རྟོག་དམར། འདྲབ་མ་རིལ་མོ་རོ་ཞི་  
 ལ། རིང་བྱང་མཐོ་རེ་རྒྱུ་རེ་ཅམ། རྟོ་དང་སྤྱན་བཞིག་སྤྱངས་པ་འདུལ། ཞེས་པ་ཅ་བ་གཅིག་ལ་འདབ་མ་

རིལ་མོ་ཚོགས་མང་ཞིང་མདོག་ལྡང་གུ་རྒྱུ་ཀྱང་གི་རྣམ་པ་དང་འབྲས་བུ་ཡོད་པར་ལུག་མཚོ་མེད་པར་ར་མཚོ་སྟོན་ར་  
 ས་མེད་པ་དེས་རྩ་ཡི་ཁྲག་གཙོད་ཅིང་མཆིན་པའི་ཚད་པའང་སེལ་ཞིང་བཙུད་ལེན་ལ་བསྐྱགས། བྲེ་ག་ལ་སྦྱིར་  
 མིང་བཞི་འདིར་གཅིག་ དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། སྡོ་ཡི་གཙོ་བོ་བྲེ་ག་ནི། འབོལ་ས་དག་དང་ཞིང་གསེབ་  
 སྟེ། འལོ་མ་སྡོ་མཐུག་མདངས་དང་ལྷན། སྡོང་པོ་མདའ་སྦྱུག་ལྟ་བུ་རིང་། ཀྱང་བུ་ར་དང་འབྲ་བའི་  
 བར་། འབྲས་བུ་ནག་པོ་ཉིལ་དང་འབྲ། རོ་ནི་ཁ་ལ་སྦྱུ་པ་ཡིན། རུས་པས་ནད་རྣམས་ཐམས་ཅད་  
 སེལ། ཞེས་པ་ལྟར་རྒྱུ་མདའ་སྦྱུག་ལྟར་བཤན་པ་ལོ་མ་ལྡང་མཐུག་མདངས་ལྷན་གང་བུ་ར་འབྲ་བ་འབྲས་བུ་  
 ཉིལ་ཙམ་འབྲུང་བ་དེས་སྟོ་བ་དང་མཁལ་མའི་ཚ་བ་བད་ཀན་སྟེ་པོ་རྩ་སེར་རྣམས་སེལ། ལུག་རྒྱུང་ལ་སྦྱིར་མིང་  
 གསུམ་འདིར་གཅིག་ དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། མེ་ཏོག་ལུག་རྒྱུང་སྦྱ་རྒྱུང་ཅན། རོ་ནི་ཁ་ལ་རུས་པ་བསིལ། གྲི་  
 མི་ཞེས་པས་གདོན་རྣམས་འདུལ། རང་གི་རུས་པས་གདོན་ནད་དང་། རྩ་ཡི་ཉེས་སྦྱོན་འདུལ་བར་བྱེད། ཅེས་  
 པ་ལྟར་སྟེ་རྩལ་རྒྱུང་ཟད་བགད་པ་ལས་ལོ་མ་རྒྱུ་སོགས་བྱིངས་ལུག་མིག་ཇི་ལྟ་བུ་ལ་དེ་བས་རྒྱུང་ཟད་སྦྱ་ཞིང་  
 རྒྱུང་བ་མེ་ཏོག་སྡོ་སྦྱ་འཆར་བས་ན་ལུག་རྒྱུང་དུ་བཏགས་པ་དེས་རིམས་དུག་དང་བད་ཀན་སྦྱུག་པོ་རྩ་ཚད་རྣམས་  
 སེལ། ལུག་ངལ་ལ་སྦྱི་དང་འདིར་མིང་གཅིག་ དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། ལུག་ངལ་དཀར་པོ་རྩ་འགྲམ་སྟེ། འལོ་  
 མ་འབོལ་ཞིང་ངར་པ་ལ། འབྲར་བག་ཡོད་ཅིང་མེ་ཏོག་སེར། རོ་ནི་མངར་ལ་རུས་པ་བསིལ། རྒྱུང་གཟེར་  
 འཛུམས་པའི་མཚོག་དུ་བཤད། ཅེས་ཀྱང་ལོ་མ་རྩུ་མེན་འབྲ་བ་ལྡང་གུ་མེ་ཏོག་སེར་པོ་དཀར་ཉམས་ཅན་འཆར་  
 བ་དེས་དུག་སེལ་ཞིང་ཡན་ལག་གི་སྦྱངས་པ་རྣམས་འཛུམས། ཟངས་རྩི་བ་ལ་སྦྱིར་མིང་གསུམ་འདིར་གཅིག་  
 དེའང་སྦྱིར་བཏང་རིགས་གཉིས་ལས་དཀར་པོར་འཁྲུངས་དཔེ་ཁྲུངས་མ་མ་མཐོང་ཡང་རྒྱུ་བཞི་པ་མོ་ནས་ལོ་  
 མ་པ་སེབ་སྟེ་བས་ཚོམས་སྦྱ་ཞིང་འབྲས་བུ་སྦྱལ་གོས་ལ་འབྲར་འོང་བ་དེ་ལོ་མར་བཏབ་ནས་བསྟོལ་ཏེ་བསྟལ་ན་  
 ཞོར་འགོ་བ་དང་། བག་པོ་ལ་འཁྲུངས་དཔེར། ཟངས་རྩི་ནག་པོ་བྱ་བ་ནི། ས་ནག་འབོལ་བའི་ནད་དུ་  
 སྟེ། མཁལ་པ་ལྟ་བུའི་རྩི་ཡང་ཆེ། ཞེས་པ་ལྟར་ལོ་མ་འབོལ་པོ་ཡ་མ་ལ་པན་ཞེས་བའི་མཁལ་པ་ལྟ་བུའི་རྩི་ཆེ་  
 བ་དེ་དང་། ཡང་དཀར་པོའི་རིགས་ཚར་པོང་འབྲ་བ་ལ་དེ་བས་སྦྱ་བའི་གང་བུ་དམར་པོ་ནད་འབྲུ་ནག་རྒྱུང་འོང་བ་  
 དེ་སོགས་ཀྱིས་མཁྲིས་ནད་ཀྱི་རིགས་དང་བྱད་པར་མིག་སེར་སེལ། ལྷ་ལོ་ལ་སྦྱི་དང་འདིར་མིང་གཅིག་ དེའང་  
 འཁྲུངས་དཔེར། ལྷ་ལོ་སྦྱིབས་ཀྱི་རི་ལ་སྟེ། འལོ་མ་རྒྱུང་ཟད་རྩུབ་པ་ལ། སྡོང་པོ་དམར་པོ་རིང་ལ་ལྷེམ། མེ་  
 ཏོག་དཀར་པོ་སྦྱིན་ཕུང་གཏིབས། རོ་ནི་རྒྱུང་ཟད་ཁ་སྦྱར་བ། རུས་པས་ཁོང་ནད་གཙོང་རྩིང་སེལ། ཞེས་པ་  
 ལྟར་ལོ་མ་རྩུབ་ཉམས་སྡོང་པོ་དམར་པོ་རིང་བ་མེ་ཏོག་དཀར་པོ་སྦྱིན་ཕུང་གཏིབས་པ་ལྟ་བུ་རོ་སྦྱར་བ་དེས་རྒྱུ་ལོང་  
 གཉིས་གཙོར་ལྟར་པའི་སྡོད་ཀྱི་ཚ་བ་རྣམས་སེལ། ཤོ་མང་ལ་སྦྱིར་མིང་གསུམ་འདིར་གཅིག་ དེའང་སྟེ་སའི་བྱད་

བར་སོགས་ནས་སྤྱིར་བཏང་རིགས་ལྡེལ་ས་རི་ཤོ་ག་ཤམ་དང་ལུག་ཤོ་རྒྱ་ཤོ་ཁ་སྐོང་དུ་འཆད་ལ་འདིར་གྲུང་ཤོ་ནི།  
 འཁྲུངས་དཔེར། ཤོ་མང་ན་དང་ས་འཇམ་སྟེ། སྟོང་པོ་དམར་ལ་ཆེ་བ་ཡིན། ལོ་མ་སྟོ་འཇམ་ལེབ་ལ་སྟུམ། མེ་  
 ཏྲོག་དམར་པོ་རྩལ་ཅིང་སྤྲངས། འབྲས་བུ་གཟེ་མ་ར་མགོ་འདྲ། རྩོ་ནི་མངར་ཁ་མ་ཡི་ནད། ཐམས་ཅད་སེལ་  
 བར་ཐེ་ཆོམ་མེད། ཅེས་པ་ལྟར། སྟོང་པོ་ནང་སོབ་དམར་ལ་ཆེ་བ་ཆོགས་ཅན་ལོ་མ་ལྡང་སྟུམ་ཆེ་ལ་མེ་ཏྲོག་  
 དམར་སེར་རིགས་གཉིས་རྩལ་ཅིང་སྤྲངས་པ་འབྲས་བུ་གཟེ་མ་ར་མགོ་འདྲ་བ་རོ་མངར་ཁ་ཅན་དང་། རྩེ་ཤོ་ལ་  
 འཁྲུངས་དཔེར། ག་བ་མ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། བོད་ཡུལ་རྒྱ་ཁྲུང་ཡུར་བར་སྟེ། རྟེ་མིང་རྒྱ་ཤོ་བ་ཡང་ཟེར། སྟེ་  
 ལུགས་ཤོ་མང་གཞན་དང་འདྲ། རྩོ་ནི་རྩལ་ཅད་སྦྱར་བ་ཡིན། ཞེས་པ་གཞན་ལས་རྒྱུ་ཞིང་སྟོང་པོ་མེད་པ་དེ་  
 དག་གིས་མཁའ་ཆ་བའི་རིགས་རྣམས་སེལ་བར་བྱེད་ཅིང་བསྐྱེད་ཐུགས་ཐལ་གྱིས་རིམས་ཆད་ལ་ཕན། པ་ཡག་པ་ལ་  
 སྤྱིར་མིང་བརྒྱུ་འདིར་གཅིག་དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། པ་ཡག་ས་གཞི་མནན་པར་སྟེ། མེ་ཏྲོག་སྟོ་སྟུག་དམར་  
 བའི་མདངས། འབྲས་བུ་སྟོང་གི་དབྱིབས་དང་འདྲ། རྩོ་ནི་མངར་ལ་རྩལ་ཅད་ལ། བན་སེལ་སྟོན་གྱི་རྒྱལ་པོ་  
 འདི། ཞེས་པ་ལྟར་ལོ་མས་ས་གཞི་མནན་པ་འདྲ་བ་མེ་ཏྲོག་སྟོན་པོ་རྩལ་ཅད་དམར་བའི་མདངས་ལྟན་འབྲས་བུ་  
 སེམས་ཅན་གྱི་སྟོང་འདྲ་བས་ན་གཡག་སྟོང་ལུག་དང་བྱ་རོག་ཞོར་བུ་སོགས་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་སུ་འབོད་པའི་རྩ་  
 བས་སྟོ་གསོ་ཞིང་སྟོ་རྣམས་འདྲེན་པ་དང་མངལ་སྟན་བཞིག་བྱེད་ལ་ཕྱག་ལ་སྤྱིར་མིང་གཉིས་འདིར་གཅིག་  
 དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། བྱེད་ལ་ཕྱག་གམ་ལ་སྟེ། ལོ་མ་ལྡང་གུ་མཐུག་པ་ལ། མེ་ཏྲོག་དཀར་ཞིང་ངར་པ་  
 ཟ། རིང་ཐུང་མཚུབ་རེ་མཁྱིད་རེ་ཅམ། ལ་ཕྱག་རོ་འདྲ་རུས་པ་ཡིས། ཟས་འཇུ་ཤ་ནད་སེལ་བར་བྱེད། ཅེས་  
 པ་ལྟར་ལོ་མ་སྟུང་ཆེ་ཏྲོག་དཀར་པོ་རྩལ་ཅད་ལྟེ་བྱ་བ་འདྲ་བ་རོ་ལ་ཕྱག་སྟོ་བ་མཆོག་དམན་གཉིས་སུ་འདྲེན་བྱེད་པ་དེ་  
 དག་གིས་ཤ་དུག་སེལ་བར་བྱེད་དོ། ཞུག་ཆོས་ལ་སྤྱི་དང་འདིར་མིང་གཅིག་དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། ཞུག་ཆོས་  
 ཞེས་བྱའི་མེ་ཏྲོག་ལ། རིགས་ནི་དཀར་དམར་གཉིས་སུ་ཡོད། དམར་པོ་བྲག་དང་གཡལ་ལ་སྟེ། ལོ་མ་ས་  
 འབྲར་ཉ་ག་ཅན། མེ་ཏྲོག་བྱ་རུའི་ཕྱང་པོ་འདྲ། ཁང་བུ་གཉན་གྱིར་དང་འདྲ། འབྲུ་ནི་རྒྱ་ཡི་སྟན་རྒྱང་  
 འདྲ། རྩོ་ནི་ཁ་ལ་མངར་བ་ཡིན། རང་གི་རུས་པས་རྒྱང་འཁྱིམས་འབྱིན། ཞེས་པ་ལྟར་མེ་ཏྲོག་གི་དབྱིབས་  
 དཀར་དམར་སེར་གསུམ་ཡོད་ཀྱང་འདི་སྐབས་བསྐྱེད་ཐུགས་པའི་དམར་པོ་ནི་ལོ་མ་ཉ་ག་ཅན་ས་ལ་འབྲར་ཞིང་མེ་  
 ཏྲོག་བྱ་རུའི་ཕྱང་པོ་འདྲ་བ་ནང་གི་ཟུང་འབྲུ་དོ་རྩེའི་རྣམ་པ་ཡོད་པ་གང་བུ་གཉན་གྱིར་འཁྱིམ་ལྟ་བུ་ནས་འབྲས་བུ་  
 རྒྱ་སྟན་འདྲ་བ་འོང་བ་དེས་ན་བའི་ནད་རྣམས་སེལ་ཞིང་སྟོས་པ་སྟོང་། སྤྱི་བལ་སྤྱི་དང་འདིར་མིང་གཅིག་དེའང་  
 འཁྲུངས་དཔེར། ངང་པ་གཅིག་རྒྱག་དར་ཡ་ཀན། ཆོར་མ་སྦྱོ་བོ་དག་ལ་སྟེ། ལོ་མ་ཕྲ་ལ་རྒྱང་བ་ཡིན། མེ་  
 ཏྲོག་སྟོན་པོ་རྒྱང་བ་ལ། ཁང་བུ་ནར་མོ་འབྲས་བུ་ནི། རང་པ་ཆིག་རྒྱག་སྟན་མ་ཅམ། རྩོ་ནི་ཁ་ལ་དྲི་མི་

ཞིམ། རང་གི་རྩལ་པས་སྤྱོད་ནད་དང་། གཤམ་པ་འཛོམས་པར་བྱེད་པ་ཡིན། ཞེས་པ་ལྟར་ཆོར་སྐྱར་ཡང་  
 གཤམ་པ་ཡུལ་གར་ཡང་སྐྱེ་བའི་ལོ་མ་ཕྱ་ལ་རྒྱུ་བ་མེ་རྟོག་ སྤྱོད་ཀོང་བྱ་ནར་མའི་ནང་ནས་འབྲས་བྱ་དམར་པོ་  
 འོང་བ་དེ་ལ་ངང་པ་ཆིག་ཐུབ་ཀྱང་ཟེར་བའི་རོ་ཁ་བ་དེས་མཁྲིས་པ་གྲེན་ལ་འདྲེན་ནོ། ལཱ་ཇི་ཀ་ལ་སྤྱིར་མིང་བརྒྱད་  
 འདིར་སྐྱེ་སྤྱོད་དང་གཉིས། དེའང་འཁྱུངས་དཔེ་ཁྱུངས་མ་མ་མཐོང་ཡང་ལོ་གསེབ་ཏུ་སྐྱེ་བའི་སྤྱོད་ནག་མར་གཤམ་  
 པ་འཁྱུལ་གཞི་རྒྱུ་ཞིང་མེ་མེད་ཏུ་བའི་གས་སུའང་འདྲེན་པ་དེས་པོ་བའི་མེ་བྱོད་བསྐྱེད་ཅིང་མ་ལ་ཕན། སྤྱབ་ཀ་  
 ལ་སྤྱིར་མིང་ལྷ་འདིར་ར་སྤྱབ་དང་གཉིས། དེའང་འཁྱུངས་དཔེར། སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱལ་པོ་ཙོར་སྤྱོད། བོད་སྐད་ཏུ་ནི་  
 སྤྱབ་ཀ་ཟེར། ལོ་མ་སྤྱོད་མོ་འཇམ་ལ་མཉེན། སྤྱོད་པོ་རྟོག་ནས་ཕྱོགས་བཞིར་གྲེས། མེ་རྟོག་དཀར་སྤྱོད་  
 མདངས་མི་གསལ། འབྲས་བྱ་སྤྱོད་པོ་ལྷགས་ཀྱ་ཅན། རོ་ནི་ཁ་ལ་ཆ་བ་ཡིན། རང་གི་རྩལ་པས་གང་སྐྱོན་  
 སེལ། ཞེས་པ་ལྟར་མཆོག་རྒྱུ་ལྷེས་ལ་ལོ་མ་ལྷང་གྲུ་འདབ་མ་ཆེ་བ་སུམ་སྤྱོད་གྱི་ནམ་པ་ཉ་ག་ཆེ་བ་འབྲས་བྱ་  
 རྒྱུ་ཏུ་པོ་ཆོམས་སུ་གནས་པའི་ཙོར་ལྷགས་ཀྱ་འདྲ་ཞིང་མེ་རྟོག་དཀར་པོ་རོ་ཆ་ལ་སྤྱོད་བཟང་བ་དང་། དམན་པ་  
 དབྱིབས་སྤྱོད་མ་བཞིན་གྱི་སྤྱོད་ན་པ་དེས་རུལ་གཙོད་ཅིང་བྱོད་སྐྱེད་པ་དང་རྒྱ་སེར་ནམས་འདྲེན། ལྷེ་ཆ་ལ་སྤྱིར་  
 མིང་རྒྱག་འདིར་སེར་འདབ་ལྷ་པ་དང་གཉིས། དེའང་འཁྱུངས་དཔེར། བོད་བྱ་ལན་ལྷ་ཞེས་བྱ་བ། སྤྱིབས་གྱི་ན་  
 དང་སྤང་ལ་སྤྱོད། ཙོ་བ་རྒྱུང་བྱ་ཕྱ་བ་ལ། ལོ་མ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཉ་ག་ཅན། མེ་རྟོག་སེར་པོ་འདབ་མ་ལྷ། རང་གི་རྩལ་  
 པས་གང་སྐྱོན་དང་། གཤམ་པའི་རིགས་སེལ་དཔུ་རྒྱ་སྤྱོད། ཞེས་པ་མཆོག་གམ་མོ་རིགས་ལོ་མ་ལྷང་གྲུ་ཉ་ག་  
 ཅན་མེ་རྟོག་སེར་པོ་ཆེ་ལ་འདབ་མ་ལྷ་པའང་ཟེར། དམན་པའམ་པོ་རིགས་འདབ་མ་ཆེ་ཞིང་མཐུག་ལ་དབྱིབས་  
 སེར་མའི་སྤུལ་ལག་འདྲ་བ་དེ་གཉིས་དང་། དབྱི་མོང་ལ་སྤྱིར་མིང་བརྒྱ་བཞི་འདིར་ཨ་བཟོ་དང་རྒྱུད་ནི་བརྒྱ་རེང་  
 ཏུས་སོགས་བཤད་པའི་ཙོ་བྱ་དང་གསུམ། དེའང་འཁྱུངས་དཔེར། དབྱི་མོང་དཀར་ནག་གཉིས་ཡོད་དེ། ཉིན་  
 སྤྱིབས་གཉིས་ཀ་དག་ན་སྤྱོད། སྤྱོད་པོ་ཤིང་གཞན་དག་ལ་འཁྲིལ། ལོ་མ་ནག་ལ་རྒྱུང་བྱ་རྒྱུབ། མེ་རྟོག་ནག་པོ་  
 འབྱུང་བ་ནི། ཟུ་བྱེད་ནག་པོ་ཁ་ར་དང་། དབྱི་མོང་ནག་པོ་ཞེས་བྱ་སྤྱོད། སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པས་ཤེས་པར་བྱ། མེ་  
 རྟོག་དཀར་པོ་སྤྱོད་བ་དེ། གང་སྐྱོན་འདུལ་བའི་དར་ཡ་ཀན། རོ་ནི་ཆ་ལ་ཡིད་ཅམ་མངར། རང་གི་རྩལ་པས་  
 བྱོད་སྐྱེད་ཅིང་། སྤྱོད་རིགས་མ་ལུས་འདུལ་བར་བྱེད། ཅེས་པ་ལྟར་རིགས་དབྱེ་སོགས་རྒྱས་སྤྱོད་ན་བཞི་  
 ཅམ་ཡང་མཆིས་རུང་། དོན་ལོ་མ་ལྷང་ནག་རྒྱུབ་ལ་སྤྱོད་པོ་ཤིང་གཞན་ལ་འཁྲིལ་ནས་སྤྱོད་བ་དེར་མེ་རྟོག་དཀར་པོ་  
 མདངས་མི་གསལ་ཅམ་བྱིལ་བྱ་འདྲ་རུང་ཤར་ན་དཀར་པོར་འདོད་པ་བསྐྱུགས་པ་དང་། དཀར་པོ་ལ་སེར་པོའི་  
 མདངས་ཡོད་པ་ཁྱ་བོར་འདོད་པ་དམན་པ་རུང་ཅམ་པ་དེ་གཉིས་བཅས་ཀྱིས་ཀྱང་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱབ་ཀ་དེ་བཞིན་  
 ཏུ་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། འོན་ཀྱང་ནག་པོའི་རིགས་སུ་འདོད་པའི་མེ་རྟོག་ནག་པོ་འཆར་བ་དེ་ནི་གཏོང་ཏུ་མི་རུང་

རོ། །བ་ལུ་ལ་སྒྱིར་མིང་གསུམ་འདིར་མེ་རྟོག་ལ་ད་ལིར་གྲགས་པ་དང་གཉིས། དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། བདུན་  
 ཅིང་ལི་ཞེས་བྱ་བ། །བ་ལུ་དཀར་པོ་ཞེས་ཀྱང་བྱ། །སྲིབ་མོ་རི་མཐོ་དག་ན་སྒྲེ། །སྤོང་པོ་དཀར་ལ་ལོ་མ་  
 ལམ། །མེ་རྟོག་དཀར་ལ་འབྲས་བུ་ཅན། །རྩོ་ཞི་མངར་ལ་བསྐྱབ་པ་ཡིན། །རང་གི་རུས་པ་འཇམ་པ་སྟེ། །རྒྱུང་  
 མཁེས་བད་ཀན་སྐད་འགགས་དང་། །སྒོ་ནད་མ་ལུས་སེལ་བར་བྱེད། །ཅེས་པ་ལྟར་ལོ་མ་སྤོང་ལ་མེ་རྟོག་དཀར་  
 ནག་གཉིས་འཆར་བའི་དཀར་པོ་དེས་སྒྲུབ་བ་སོགས་བད་ཀན་ཆ་གང་འཐབ་པ་རྣམས་སེལ་ཞིང་བཅུད་ལེན་  
 ལའང་བསྐྱགས། །གོ་སྟོད་ལ་སྒྱིར་མིང་ལྷ་འདིར་གཅིག་ དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། །གོ་སྟོད་ལ་ལུང་ན་ལ་སྒྲེ། །ལོ་  
 མ་འཛོང་སྟབས་ཉ་ག་ཅན། །སྤོང་པོ་སྤྲ་ལ་རིང་བ་སྟེ། །མེ་རྟོག་དཀར་པོ་གདུགས་ལྟར་རྒྱུམ། །འབྲས་བུ་ལ་ལ་  
 སུད་དང་འབྲ། །རང་གི་རུས་པས་སྐྱངས་འདུལ་ཞིང་། །མིག་ནད་སེལ་ཞིང་དང་ག་འབྱེད། །བད་ཀན་སྒྲུབ་པོའི་  
 ནད་རྣམས་སེལ། །ཞེས་པ་ལྟར་ལོ་མ་ལེབ་མོ་ཉ་ག་ཅན་རྒྱུ་སྤྲ་ལ་རིང་ཞིང་མེ་རྟོག་དཀར་པོ་གདུགས་ལྟར་རྒྱུམ་  
 པ་དེས་རྒྱུང་ཆད་དང་དུག་དང་། །བད་ཀན་དང་མིག་ནད་སོགས་སེལ་ཞིང་དང་ག་འབྱེད་པ་དང་སྐྱངས་ཀྱང་  
 འདུལ། །ཐ་རམ་ལ་སྒྱིར་མིང་བཞི་འདིར་བེ་ཁྲར་དང་གཉིས། དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། །ཐ་རམ་ཞིང་ནང་ལམ་  
 ལར་སྒྲེ། །ལོ་མ་ལྷང་གུ་སྒྱུམ་འཛོང་ཅན། །འབྲས་བུ་བྱེ་རུག་པ་དང་འབྲ། །རྩོ་ཞི་མངར་ལ་བསྐྱབ་པ་ཡིན། །རང་གི་  
 རུས་པས་བཤལ་བ་གཙོད། །མ་རྣམས་འདུབ་ཅིང་ཆུ་སེར་སྟེ། །ཞེས་པ་ལྟར་ལོ་མ་ལྷང་གུ་སྒྱུམ་ཞིང་ཉ་ག་ཅན་  
 ཆེ་ལ་ཁང་པོར་སྒྲེ་ཞིང་རྒྱུ་ཆད་དང་སྟེ་མཁམ་མེ་རྟོག་ལྷང་གུ་བྱེ་མཇུག་འབྲ་བ་དང་། །དེ་བས་ལོ་མ་ལྷང་སྒྲུབ་མེ་རྟོག་  
 གམ་སྟེ་མ་སེར་པོ་རྒྱུ་ཆད་ཉལ་སྒྲེས་ཏེ་གཉིས་དང་། །ན་རམ་ལ་སྒྱིར་མིང་གསུམ་འདིར་གཅིག་ དེའང་འཁྲུངས་  
 དཔེར། །རམ་བུ་ཞེས་བྱ་སྐམ་ཅི་ནི། །སྲིབ་མོ་རི་རིང་ཐང་ལ་སྒྲེ། །ལོ་མ་རལ་གྱི་འབྲ་ལ་རིང་། །ཚ་བ་དམར་པོ་  
 སྒྱུམ་པ་ཡིན། །མེ་རྟོག་དཀར་སྒྲུབ་ཏེ་མཇུག་འབྲ། །རང་གི་རུས་པས་འཁྲུབ་གཙོད། །ཅེས་པ་ལྟར་ལོ་མ་ལྷང་གུ་  
 ཉག་མེད་འཛོང་སྟབས་ཅན་ཁང་པོར་སྒྲེ་ཞིང་མེ་རྟོག་རྒྱུ་འབྲས་བུ་དམར་རྒྱུང་ཡོངས་གྲགས་རམ་བུར་འབོད་  
 པ་དེ་དང་བྱ་རྒྱུ་ལ་སྒྱིར་མིང་དུ་འདིར་ཏི་ཐུ་ས་དང་ཆེ་བར་ལོ་བཙན་དུ་འང་འབོད་པ་བཙས་གསུམ། དེའང་  
 འཁྲུངས་དཔེར། །མ་ལོ་རྒྱུ་གཅིག་ཅེས་བྱ་བ། །སྤོང་པོ་དར་ཡ་ཀན་ཞེས་བྱ། །ཉིན་སྲིབས་ཕྱོགས་མེད་དག་ན་  
 སྒྲེ། །ལོ་མ་སྤོང་འབྲ་ཅུང་བད་སྤོ། །སྤོང་པོ་སྤོང་པོ་སྤྲ་ལ་རིང་། །མེ་རྟོག་སྤོང་མར་ཕུ་ཤུད་མགོ། །རྩོ་ཞི་ཅུང་བད་  
 ལ་བ་ཡིན། །རང་གི་རུས་པས་དམར་བཤལ་གཙོད། །ཅེས་པ་ལྟར། །རྒྱུང་གུ་སྤྲ་ལ་རིང་བ་ལོ་མ་ཆུ་སྤོང་སྤོང་  
 མོ་འབྲ་བ་ཅུང་བད་སྤོ་ཞིང་མེ་རྟོག་ །སྤོང་མར་ཕུ་ཤུད་མགོ་དེ་གཡར་སྒྲེས་རྒྱུང་བ་དང་། །ལྷངས་སྒྲེས་སྤོང་བཟང་ལོ་  
 བཙན་དུ་འབོད་པ་སོགས་ཀྱིས་འཁྲུབ་གཙོད་ཅིང་། །ཐ་རམ་རིགས་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་གྱི་རུས་པས་མ་འདུབ་ཅིང་  
 ཆུ་སེར་ཀྱང་སྟེ། །ལོ་བཙན་གྱིས་བྱེད་སྤོང་ལ་མན། །སོག་ཀ་བ་ལ་སྒྱིར་མིང་ལྷ་འདིར་གཅིག་ དེའང་འཁྲུངས་

དཔེར། སྔོ་སྒྲན་ཀྱལ་པོ་སོག་ཀ་ནི། སྐྱེ་ལུགས་བྲེ་ག་དག་དང་འདྲ། ལོ་མ་སྔོང་པོ་རྒྱུང་བ་ལ། མེ་ཏྲོག་དཀར་  
 རྒྱུང་འབྲས་བྱ་ནི། སོག་ཀ་དག་དང་འདྲ་བ་ཡིན། རྩོ་ནི་མངར་བས་སྐྱུག་པ་གཙོ་དོ། ཅེས་པ་ལྟར་ཀར་ལྷུ་མ་  
 ཞིང་ལོ་མ་ལྷང་གུ་ཉ་ག་ཅན་མེ་ཏྲོག་དཀར་རྒྱུང་གང་བྱ་སོག་ཀ་འདི་དབྱིབས་འདྲ་བ་འབྲས་བྱ་སྔོ་མ་ཅམ་སེར་པོ་དེས་  
 སྐྱུག་པ་མ་ལུས་གཙོ་དོ། གྲུང་པོ་ལག་པ་ལ་སྤྱིར་མིང་བརྩུ་གཉིས་འདིར་བརྒྱ་བྱིན་དང་གཉིས། དེའང་  
 འཁྱུངས་དཔེར། སྤང་དང་རྒྱ་མིག་འགྲམ་ལ་སྤྱེ། ལོ་མ་རྒྱ་ལའི་ལོ་མ་འདྲ། མེ་ཏྲོག་དར་དབྱངས་འཁྱུང་པ་  
 འདྲ། སྤྱེ་མ་བྲ་པོའི་སྤྱེ་མ་འདྲ། རྩ་བ་མི་ཡི་ལག་པ་འདྲ། ཞེས་པ་ལྟར་མཆོག་སྐམ་སྤྱེས་ལོ་མ་ཏ་ལའི་ལོ་མ་  
 འདྲ་བ་ལྷང་གུ་མེ་ཏྲོག་སྔོ་སེར་ཀར་ལྷང་གུ་སྤྱེ་མ་མཆོད་རྟེན་བཅེགས་པ་ལྟ་བུ་རྩ་བ་མིའི་མཚུབ་མོའི་གྲངས་དུག་  
 ཡན་ཆང་བཞོགས་བདག ལྷ་དབང་ལག་རྣམས་མཆོག་དང་། བཞི་གཞོད་སྤྱིན་གསུམ་གཉིས་ཅི་ཟེའི་ལག་པ།  
 གཅིག་ཐེའུ་རང་ལག་པར་བཤད་པ་རིམ་པས་དམན་པ་དང་། རིགས་ཀྱི་དམན་པ་རྒྱ་སྤྱེས་ལོ་ཀར་སོགས་གོང་  
 མཚུངས་ལ་མེ་ཏྲོག་སེར་པོ་འཆར་བའི་རྩ་བ་མཚུབ་མོའི་གྲངས་གསུམ་བཞི་ཡན་ཡོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་ལུས་ཀྱི་  
 སྤྱོད་པས་དང་ཁུ་བ་རྣམས་སྤྱེད་ཅིང་དུག་སྤྱེད། རི་ཤོ་ལ་སྤྱིར་མིང་བརྩུན་འདིར་གཅིག དེའང་འཁྱུངས་དཔེར། ཤེ་  
 ལུ་སྤྱེ་དར་ཞེས་བྱ་བ། ལོ་མ་ཆེ་ལ་སྔོང་པོ་སྤྱེན། མེ་ཏྲོག་སེར་པོས་བར་སྤྱང་ཁེངས། འབྲས་བྱ་པ་སྤྱེའི་ས་བོན་  
 འདྲ། རྩོ་ནི་མངར་ལ་ཁ་བ་ཡིན། རང་གི་རུས་པས་བད་ཀན་སྐྱུག རྩུ་རྩེས་བསིལ་དུ་འརྒྱུ་བ་ཡིན། མ་འདྲུབ་  
 རིམས་རྟིང་འབྱང་དཀའ་སེལ། ཞེས་པ་ལོ་མ་ཆེ་ལ་སྔོང་པོ་སྤྱེན་པ་མེ་ཏྲོག་སེར་པོས་བར་སྤྱང་ཁེངས་ཤིང་འབྲས་  
 བྱ་པ་སྤྱེའི་ས་བོན་འདྲ་བ་ཆེ་རྒྱུང་རིགས་གཉིས་ཡོད་པས་མ་འདྲུབ་ཅིང་མཁྱེས་པ་འདྲེན། སྤྱང་ཆེར་ལ་སྤྱིར་མིང་  
 གསུམ་འདིར་གཅིག དེའང་རིགས་དཀར་ནག་གཉིས་ལས་དཀར་པོ་ལ་འཁྱུངས་དཔེར། སྤྱང་ཆེར་དཀར་པོ་  
 ཞེས་བྱ་བ། སྤྱིབས་ཀྱིས་ནག་དག་ལ་སྤྱེ། ལོ་མ་ས་གཞི་མནན་པ་འདྲ། ལོ་མ་ཉ་ག་ཆེར་མས་སྤྱངས། སྔོང་  
 པོ་རིང་ལ་ལྷུ་མ་པ་ཡིན། མེ་ཏྲོག་རྩ་ཡི་དོམ་དོམ་འདྲ། ཞེས་པ་ལྟར་ལོ་མས་ས་གཞི་མནན་པ་ལྟ་བུ་མེ་ཏྲོག་དོམ་  
 དོམ་འདྲ་བ་མཆོག་དང་། ནག་པོ་ལོ་མ་ལྷང་གུ་ཉ་ག་དང་ཆེར་མ་ཅན་སྔོང་པོ་རིང་ལ་ལྷུ་མ་པ་མེ་ཏྲོག་རྒྱ་ཁ་ཅན་  
 དང་། དམན་པ་དཀར་པོ་ཅི་བཞིན་ལ་ཀར་མེད་པ་ལོ་མའི་དབུས་ནས་མེ་ཏྲོག་འཆར་བ་རྣམས་ཀྱིས་བད་ཀན་  
 འདྲེན་ཞིང་མ་འབྲས་ཀྱང་འདྲུབ། དུར་བྱིད་ལ་སྤྱིར་མིང་བརྩུ་འདིར་ཅི་བྱི་ཏ་དང་གཉིས། དེའང་འཁྱུངས་དཔེར།  
 དུར་བྱིད་ཐར་རུ་འདྲ་བ་སྤྱེ། རང་གི་རུས་པས་བཤལ་བར་བྱེད། ཅེས་པ་ལྟར་རྩེབ་གཅིག་ལས་ཀར་རྣམས་  
 སྤྱོད་པས་སུ་ཐོན་ཞིང་ལོ་མ་ལྷང་གུ་མེ་ཏྲོག་དམར་རྒྱ་འདབ་བཞི་པ་འབྲས་བྱ་སྤྱེ་པོ་བྱུར་གསུམ་ཀྱི་རྣམ་པ་འདོད་  
 པ་མཆོག་དང་། དམན་པ་འབྲས་བྱ་མེད་པ་དེ་གཉིས་དང་། ཐར་རུ་ལ་སྤྱིར་མིང་བཙོ་བརྒྱད་འདིར་གཅིག  
 དེའང་འཁྱུངས་དཔེར། ཐར་རུ་ཉིན་སྤྱིབས་གཉིས་ཀར་སྤྱེ། རྩ་བ་སྔོང་པོ་མཐུག་ལ་ལྷི། ལོ་མའི་རྒྱ་མཆོ་སྤྱེད་

སར་བྱེད། ཀླུ་དང་མེ་ཏྲོག་འབྲས་བྱ་དམར། རྩོམ་ཆ་ལ་བཞུགས་པའི་མཆོག་ ཀླུ་སྐུ་མཛོད་དང་ཐོར་པ་  
 འཛེམས། ཞེས་པ་ལྟར་ལོ་རྒྱུ་དྲུག་ཕྱིད་དང་ཕྱོགས་མཚུངས་མེ་ཏྲོག་དང་འབྲས་བྱ་དམར་པོ་ཅ་བ་ལ་སྤྱག་འདྲ་  
 བ་དེ་ནམས་ཀྱིས་ཆ་གྲང་གི་ནད་ཀྱན་སྦྱོར་ཞིང་ཐར་ཅུ་བསྟེགས་པའི་ཐལ་བས་སྒྱུག་པ་གཙུག་ཅོད། སྟོན་བྱ་ལ་སྦྱིར་  
 མིང་བཞི་འདིར་གཅིག་ འདི་ལ་རྩེ་རྩུར་མཁར་བས་དྲགས་པོ་སོགས་སྤྱུ་བའི་ཤོག་ཤིང་པ་དངོས་དང་། མ་བྱུང་  
 ན་རེ་ལྷག་པས་ཆ་བརྩུང་བར་བཞེད་ཀྱང་། བྱང་ལྷགས་སྤྱོད་འཛིན་པ་འདི་འཁྱུངས་དཔེར། སྟོན་བྱ་རི་སྟོད་  
 སྤང་ལ་སྦྱེ། ལོ་མ་ས་འབྱར་སྤྱི་ཅན་ལ། བཅད་ན་ཞོ་འབྱུང་ངར་པ་ཤ། མེ་ཏྲོག་སྟོན་པོ་དྲིལ་བྱ་ལ། རྒྱ་སེར་ཆ་  
 གྲང་གཉིས་ཀ་སྦྱོར་། ཞེས་པ་ལྟར་གཡའ་སྤང་མཚམས་སྤྱུ་བའི་སྟོ་འདབ་མ་ལྡང་གུ་མེ་ཏྲོག་སྟོ་ལ་དམར་  
 མདངས་ཡོད་པ་དེར་བཞེད་ལ་དེང་སང་ལྷ་རྩེ་སྟོད་སྤྱད་མཐའ་དག་གི་ལག་ལེན་དུའང་སྟོ་འདི་ག་བྱེད་ཅིང་དོན་  
 དུའང་འཐད་པ་དེས་རྒྱ་སེར་ནམས་སྦྱོར་། ཁོན་བྱ་ལ་སྦྱིར་མིང་གསུམ་འདིར་གཅིག་ དེའང་འཁྱུངས་དཔེར།  
 ཁོན་བྱ་སྤང་གི་ལ་སྤྱག་འདྲ། ཞེས་པ་ལྟར་ལོ་མ་སྟོར་རྒྱུང་ལྡང་གུ་ཅ་བ་ལ་སྤྱག་འདྲ་བས་ན་སྤང་གི་ལ་སྤྱག་དུའང་  
 གཤགས་པ་དེས་མཁྲིས་པ་ནམས་སྦྱོར་། ལྷུ་ཅ་ལ་སྦྱིར་མིང་བཅུ་གཅིག་འདིར་ཞིམ་ཤིང་དང་ཅུབ་ཤིང་བཅས་  
 གསུམ། དེའང་འཁྱུངས་དཔེར། ལྷུ་མ་ནི་རྩ་བྱག་དག་ན་སྦྱེ། ཆེ་འབྲིང་རྒྱུང་གསུམ་ཡོད་པ་ཡིན། ལོ་མས་ས་  
 གཞི་མནན་པ་འདྲ། སྟོང་པོ་ཁོང་སྟོང་རིང་ལ་ལྷེམ། མེ་ཏྲོག་དམར་པོ་སྤྱངས་པ་འདྲ། རྩོམ་རྒྱུར་ལ་ཅུབ་པ་  
 ཡིན། འབྲས་བྱ་རྩུར་གསུམ་བད་ཀན་སེལ། ཞེས་པར་རིགས་དབྱེ་བྱེད་ན་ལྷ་ཅམ་མཆིས་རུང་མ་སྟོས་ཤིང་པོ་  
 ལོ་མ་ལྡང་གུས་ས་གཞི་མནན་པ་སྟོང་པོ་ཆེ་ལ་ཁོང་སྟོང་མེ་ཏྲོག་སེར་པོ་འམ་དམར་པོ་འཆར་བ་དེས་དུག་ཆད་སྟོད་  
 ཆད་སོགས་དང་བད་ཀན་ཀྱང་སྦྱོར་། རྒྱ་ཅ་ལ་སྦྱིར་མིང་བདུན་འདིར་གཅིག་ དེའང་འཁྱུངས་དཔེར། རྒྱ་བ་ལོ་  
 མ་ཤིན་དུ་ཆེ། རང་གི་རུས་པས་བད་ཀན་སེལ། ཅུ་བས་མ་ནམས་གསོ་བར་བྱེད། ཅེས་པ་པོ་རྒྱུ་བས་ཅན་  
 ལོ་མ་ལྡང་མཐུག་སྟེ་མའམ་འབྲས་བྱ་སེར་པོ་ཤོ་མའི་དབྱིབས་རྩུར་གསུམ་དུ་འོང་བ་ལོ་མ་ཆེ་བ་དེ་ཐུར་ར་འབོད་  
 པ་དེ་དང་མོ་ལ་འཁྱུངས་དཔེ་མ་མཐོང་ཡང་རྒྱུ་བས་མེད་པ་རྒྱུ་དམར་ཉམས་ཅན་དབྱས་སྤྱུ་མ་རྒྱུང་བ་རེ་  
 ལོ་མ་གོང་དང་འདྲ་བ་རྩུར་ར་གཤགས་པ་དང་མ་ནིང་ལ་རིགས་གཉིས་ཀྱི་གཅིག་ལོ་མ་ཆེ་བ་སྤྱུ་བས་ཅན་རྒྱུ་བྱང་  
 བ་ནམས་སྦྱེ་ས་དང་སྟོ་བཟང་ངན་གྱི་དབྱེ་བ་མ་ནིང་རིགས་གཅིག་ནི་རྒྱ་རྒྱུང་བ་ལོ་རྒྱུ་དམར་ཉམས་རྒྱུ་བྱང་ལོ་  
 མ་གྱོང་བ་སོགས་ཀྱིས་གཉན་ནད་ནམས་སྦྱོར་ཞིང་མའི་སྐམ་ཅིའང་བྱེད། རྒྱུ་གིས་སྤྱུག་པོ་ལ་ཕན་ཞིང་རྒྱ་རྒྱུང་  
 བས་དུག་བཟྱག་གོ། རེ་ལྷག་པ་ལ་སྦྱིར་མིང་བཞི་འདིར་གཅིག་ དེའང་འཁྱུངས་དཔེར། རེ་ལྷག་ལོ་མ་མཐུག་ལ་  
 སྤྱུམ། སྟོང་པོ་ཐང་ཤིང་གཤིབས་པ་འདྲ། མེ་ཏྲོག་དམར་པོ་མདངས་དང་ལྷན། རྩོམ་རྒྱུར་ལ་ཅུབ་པ་  
 ཡིན། རང་གི་རུས་པས་འཇམ་ཅིའི་སྤྱན། ཞེས་པ་ལྟར་ཅུ་བ་གཅིག་ནས་རྒྱུ་སྟོན་པ་ལོ་མ་མེ་ཏྲོག་

སོགས་ཐར་ཏུ་འདྲ་བ་དེས་འབྲས་ནམས་འདུལ་ཞིང་གཉན་ནད་ཀྱང་སྤོང་། ལུ་བ་ལ་སྤྱིར་མིང་དགུ་འདིར་སྤོང་  
 བྱ་དང་གཉིས། དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། ལུ་ཆོད་སྤྱིབས་ཀྱི་རི་ལ་སྤྱོ། ལོ་མ་གོ་སྤོད་འདྲ་བ་ལ། སྤོང་པོ་སྤྱག་  
 པོ་མེ་རྟོག་དཀར། འབྲས་བུ་གོ་སྤོད་འདྲ་བ་ལ། རྩོམ་ཆ་དང་ཁ་མངར་བཅས། རྩུས་པས་བད་ཀན་གང་བ་  
 དང་། སྤོང་པོ་ནད་ནམས་ཐམས་ཅད་སེལ། ཞེས་པར་སྤྱིར་བཏང་དམིགས་བསལ་གྱི་རིགས་དབྱེ་རྒྱས་པར་  
 མཆིས་རུང་མཆོག་ལོ་མ་གཡུའི་མཐུལ་འདྲ་བ་མེ་རྟོག་དཀར་པོའི་གདུགས་ཕུབ་པར་ཆོར་མ་ལྟ་བུས་བྱུང་བ།  
 དམན་པ་ལ་འཁྲུངས་དཔེར། ལུ་གཡུང་ཞིང་གི་ནང་ལ་སྤྱོ། ལོ་མ་འབྲས་བུ་གོ་སྤོད་འདྲ། སྤོང་པོ་སྤྱག་པོ་མེ་  
 རྟོག་དཀར། རྩོམ་ཆ་དང་ཁ་མངར་བཅས། རྩུས་པས་བད་ཀན་གང་བ་དང་། སྤོང་པོ་ནད་ནམས་ཐམས་ཅད་  
 སེལ། རྩ་བ་ལྷ་ཡི་ཁོད་དུ་ཤིས། ཞེས་པ་ནི་སྤོང་པོ་སྤྱག་པོ་མེ་རྟོག་དཀར་པོ་ལོ་མ་འབྲས་བུ་གོ་སྤོད་འདྲ་བ་དེ་  
 གཉིས་ཀྱིས་རྒྱ་སེར་དང་མཁལ་རྟེན་གང་བ་པོ་ནད་སྤྱོད་ཐབ་རྒྱུང་ནམས་སེལ་ཞིང་། བ་ལང་ལུ་བར་གྲགས་པ་ལ་  
 འཁྲུངས་དཔེར། བ་ལང་ལུ་བ་ཞེས་གྲགས་པ། ཤིང་ནག་རྩ་མོའི་ནང་ལ་སྤྱོ། ལུ་གཡུང་འདྲ་ལ་ནད་མི་  
 སེལ། རྒྱུངས་སྤོས་བྱུང་ན་དུགས་བྱས་པམ། ཞེས་པ་ལྟར་གོང་གི་དམན་པ་དང་སྤྱོད་ཐབ་འདྲ་བ་དེའི་དུགས་ཀྱིས་  
 རྒྱུངས་སྤོས་ལ་པན་པ་ལས་གོང་མ་གཉིས་ཀྱི་རུས་པ་དང་མི་མཚུངས་སོ། ཉེ་ཤིང་ལ་སྤྱིར་མིང་བཅོ་བརྒྱད་འདིར་  
 གཅིག་དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། བདུན་ཅི་ཉེ་ཤིང་ཞེས་བྱ་བ། ཉིན་དང་སྤྱིབས་ཀྱི་མཆོམས་སུ་སྤྱོ། ལོ་མ་ལུགས་  
 ཕྱེ་གཏོར་བ་འདྲ། སྤོང་པོ་ཕྱ་རིང་ཆོར་མས་བྱུང། འབྲས་བུ་ལུགས་ཀྱི་སྤན་རྒྱུང་འདྲ། རྩོམ་ཆ་ལ་བསྐྱབ་  
 དེས། ལྷོན་གྱི་ནད་ནམས་སེལ་བར་བྱེད། ཅེས་པར་སྤོང་པོའི་བདུན་ཅི་བྱུང་འཇུག་གིས་བརྒྱས་པ་སོགས་ཀྱི་  
 བསྐྱགས་པ་ཡོད་ཀྱང་མ་བཟོད་ཅིང་། རོན་ལོ་མ་ལུགས་ཕྱེ་གཏོར་བ་འདྲ་བ། འབྲས་བུ་ལུགས་ཀྱི་སྤན་རྒྱུང་ལྟ་བུ་  
 རོ་མངར་བ་དེས་ནང་གསེས་རྒྱུང་དང་མོ་མཆོན་ལྷོན་ བཅས་ཀྱི་ནད་ལ་ཡང་པམ། ར་མཉེ་ལ་སྤྱིར་མིང་བཅོ་  
 བརྒྱད་འདིར་གཅིག་དེའང་འཁྲུངས་དཔེར། ལོན་ཏན་བརྒྱད་ལུན་ར་མཉེ་ནི། དཔེན་གནས་ཉམས་དགའི་  
 ཆལ་ལ་སྤྱོ། རྩ་བ་དཀར་པོས་ས་གཞི་བྱུང། ལོ་མ་སྤོན་པོ་རལ་གྱི་འདྲ། མེ་རྟོག་དམར་པོས་སྤོང་ན་  
 བྱུང། འབྲས་བུ་ནད་དཀར་རིང་བསེལ་འདྲ། རྩོམ་ཆ་མངར་གསུམ་ག་ལུན། ཆོ་རིང་རྒྱས་སྤྱོད་ལུན་  
 འཇུར། རྩ་བ་ལྷ་ཡི་མཆོག་དུ་བཤད། ཅེས་པ་ལྟར་རྩ་བ་དཀར་སེར་གྱིས་ས་གཞི་བྱུང་པ་ལོ་མ་ལྷང་གུ་རལ་གྱི་  
 ཕུར་བ་ལྟ་བུ་འབྲས་བུ་ཅན་རོ་བསྐྱུ་ཁ་མངར་གསུམ་དང་ལུན་པ་དེས་སྤྱོད་ཐབ་དང་རྒྱུང་སེལ་ཞིང་གཉིས་ཀའི་རྩ་  
 བས་ཆོ་བསྤིང་ལ་རྒྱ་སེར་གྱི་ནད་ནམས་སེལ། ཨ་ཤོ་གརྒྱ་ལ་སྤྱིར་མིང་བདུན་འདིར་བསྤྱོད་པ་དང་གཉིས། དེ་དག་  
 བྱི་རྒྱ་སྤྱད་དེ་བསྐྱུར་ན་རྟེན་ངོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་པས་ན་མིང་ཅམ་ལ་བརྟེན་ནས་ལོ་རྩ་བ་ལ་ཅིག་རྟ་བོན་པ་ལ་རོས་  
 འཛིན་ཀྱང་། རོ་བོ་ནི་འཁྲུངས་དཔེར། ཨ་ཤོ་གརྒྱ་རྒྱ་ཤོད་སྤྱོ། རྩ་བ་ཐང་ཕོམ་རྩ་བ་འདྲ། ལོ་མ་སྤོན་སྤྱོད་ཕྱེ་ཅི་

ཅན། །མེ་ཏྲོག་དམར་པོ་མཛེས་པའི་ཚུལ། །རོ་ནི་མངར་ལ་ཚ་བ་ཡིན། །རུས་པས་སྤྲད་ཀྱི་ཚོད་སྤྲད་ཅིང་། །ཅ་བ་  
 ལྷ་ཡི་མཆོག་ཏུ་བཤད། །ཅེས་པར་མེ་ཏྲོག་གིས་ཕྱེ་བའི་རིགས་གཉིས་ཀྱི་དཀར་པོ་ལོ་མ་ལྷང་སྐྱོར་སྐྱོར་མོ་འབྱར་ཅི་  
 ཅན་རྒྱུ་ལ་མེ་ཏྲོག་དམར་སྐྱེ་འཆར་ཞིང་རོ་མངར་ལ་ཅ་བ་ཆེ་བ་དེས་སྤྲད་ཀྱི་གྲང་རྒྱུ་གི་ནད་དང་སྐྱེ་བ་ཅ་  
 སེར་རྣམས་སེལ་ཞིང་རྫོགས་པའི་གཞི་མེ་ཏྲོག་ནག་པོ་ཤར་བ་དེ་ནི་གཏོང་མི་རུང་ངོ་། །གཟེ་མ་ལ་སྤྱིར་མིང་དགུ་  
 འདིར་གཅིག་དེའང་འཁྱུངས་དཔེར། གཟེ་མ་རྒྱ་ཤོད་བྱེ་མར་སྤྱོ། །ལོ་མ་སྤོང་པོ་ས་གཞི་བྱལ། །མེ་ཏྲོག་རྒྱུང་ཏུ་  
 མཐོང་བ་དགལ། །འབྲས་བུ་གཟེ་མ་ར་མགོའི་དབྱིབས། །ཞེས་པ་ལྷར་ལོ་སྤོང་གིས་ས་གཞི་བྱལ་ཅིང་མེ་ཏྲོག་  
 དཀར་སེར་རྒྱུང་ཏུ་འཆར་བ་འབྲས་བུ་ཆོར་བྱར་ཅན་ར་མགོའི་དབྱིབས་འདྲ་རོ་མངར་དེ་ལ་གཟེ་རྒྱུང་ལྷ་ལྷན་  
 སོགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཡོད་པ་དེས་གཅིན་སྤི་བ་དང་། གྲང་རྒྱུང་གྲང་བྱ་གྲུམ་བུ་འོར། སྐྱེ་བལ། མཁལ་མ་དང་རྒྱུང་  
 ནད་སོགས་སེལ་ཞིང་། དེ་ལྷར་བཤད་པའི་ལུ་བ། ཉེ་གིང་། ར་མཉེ། ཨ་ཤོ་གརྒྱ་བཞིར་ཅ་བ་བཞི་དང་། དེ་  
 སྤོང་གཟེ་མའི་འབྲས་བུ་བསྐྱན་པར་ཅ་བ་ལྷ་ཞེས་ཐ་སྙད་ཏུ་གྲགས་སོ། །

སོག་ཆགས་ལས་བྱུང་བའི་སྤྲན་གྱི་རུས་པ་བསྐྱན་པ།

སོག་ཆགས་ལས་བྱུང་རྒྱུ་དང་རུས་པ་དང་། །ཤ་ཁྲག་མཁྲིས་ཆོལ་ཁྲད་པ་ལྷགས་སེན་སྤྱ། །རྒྱ་བྱན་བྱབས་རིལ་  
 ལུས་དང་བཅུ་གསུམ་འབྱུང་། །དེ་དག་གང་ལ་གང་པན་རུས་པ་བསྐྱན། །ཅེས་པ་སྟེ། སོག་ཆགས་ལས་བྱུང་བའི་  
 སྤྲན་ལ་རུའི་རིགས་དང་། རུས་པ་དང་། ཤ་དང་། ཁྲག་དང་། མཁྲིས་པ་དང་། ཆོལ་དང་། ཁྲད་པ་དང་།  
 པགས་པ་དང་། སེན་མོ་དང་། སྤྱ་དང་། རྒྱ་དང་། བྱན་དང་། བྱབས་རིལ་གྱི་ལུས་དང་བཅུ་གསུམ་འབྱུང་བ་དེ་  
 དག་གིས་ནད་གང་ལ་གང་པན་གྱི་རུས་པ་རིམ་པ་བཞིན་ཏུ་བསྐྱན་པར་བྱའོ། །

༡ རུའི་སྤྲན་གྱི་རུས་པ་བསྐྱན་པ།

བསེ་རུས་བྱང་ཁོག་རྣག་ཁྲག་རྒྱ་སེར་སྟེམ། །ལ་ཤ་ཤ་བའི་རྩ་ཡང་དེ་དང་འདྲ། །གཙོད་དང་དགོ་བའི་རྩ་ཡིས་  
 འཁྱུ་བ་གཙོད། །རྒྱ་རུ་ལྷག་ཐུག་རྩ་ཡིས་བྱ་འབྲིན་བྱེད། །ཁོད་གཡག་རྩ་ཡིས་ཚོད་སྤྲད་སྤྲན་ནད་བཞིག་ །གཉན་  
 གྱི་རྩ་ཡིས་རིམས་ནད་སེལ་བར་བྱེད། །ཅེས་པ་སྟེ། བསེ་རུ་ལ་སྤྱིར་མིང་བཞི་འདིར་གཅིག་དེའང་རྩ་མདོག་  
 གིས་ཕྱེ་བའི་དཀར་ཁྲ་ནག་གསུམ་མཆོག་དམན་གོ་རིམ་བཞིན་གྱིས་བྱང་ཁོག་ནད་གི་རྣག་ཁྲག་དང་རྒྱ་སེར་  
 རྣམས་སྟེམ་ཞིང་དུག་ལ་པན། །ལ་ཤ་ལ་སྤྱིར་མིང་གཉིས་འདིར་གཅིག་ཏུ་འདོད་པ་དེ་དག་གིས་རྩ་སྟོད་སོགས་  
 ནས་འོང་བའི་མཐོ་གང་ཙམ་འབོག་བཅས་དེ་དང་། ཤ་བ་ལ་སྤྱིར་མིང་གསུམ་འདིར་གཅིག་ཏུ་བཤད་པ་དེའི་རྩ་  
 འབོག་བཅས་འཁྱལ་སོ་རྒྱུང་བ་དེ་ཡང་གོང་བཤད་ཀྱི་བསེ་རུའི་དེ་དང་རུས་པ་འདྲའོ། །བཙོད་ལ་སྤྱིར་མིང་བདུན་  
 འདིར་གཅིག་ཏུ་བོད་པའི་སྟེར་རུས་ཀྱིས་མ་ལ་པན་ཞིང་ཁྱེའུ་བཙའ་བ་དང་། དགོ་བ་ལ་སྤྱིར་མིང་དགུ་འདིར་

གཅིག་ཏུ་འབོད་པ་དེ་གཉིས་ཀྱི་ར་ཡི་རྩལ་པས་འབྲུ་བ་རྣམས་གཙོན་ཅིང་བྱང་ཁོག་གི་རྣལ་སྐྱེལ། རྒྱ་ལ་སྤྱིར་མིང་  
 རྒྱག་འདིར་གཅིག་ཏུ་བཤད་པ་དེའི་ར་རྣལ་པོ་སྤྲལ་ལ་ཕྱི་སྤྲལ་ཅི་ཅི་མ་ཞིབ་མོར་འོང་བ་དེ་དང་། ལྷག་ལ་སྤྱིར་  
 མིང་དགུ་འདིར་གཅིག་ཏུ་བཤད་པའི་ཐུག་པོའི་ར་གཉིས་ཀྱིས་བྱ་ཚ་འབྱེན་པར་བྱེད། རྒྱུ་གཡལ་ག་ལ་སྤྱིར་མིང་  
 བཅུ་འདིར་གཅིག་ཏུ་བོད་པ་ནི་འབྲོང་སྟེ་དེའི་རྩལ་ལས་ཀྱི་དོད་སྟེད་ཅིང་སྐྱོན་ནད་རྣམས་བཞིག་ཅིང་བྱང་ཁོག་གི་  
 རྣལ་སྐྱེལ། གཉམ་ལ་སྤྱིར་མིང་བཅུ་གསུམ་འདིར་གཅིག་སྟེ་དེ་དག་གི་ར་ལྷག་ཐུག་པོའི་ར་དབྱིབས་འདྲ་བ་ལ་དེ་  
 ལས་ཆེ་བ་དེ་ཡིས་རིམས་ནད་རྣམས་སེལ་བར་བྱེད་དོ། །

༡ རྩལ་པའི་སྐྱོན་གྱི་རྩལ་པ་བསྟན་པ།

མི་ཡི་རྩར་ཐོད་རྒྱ་སེར་སྐྱེལ། མི་རྩས་བཙའ་མ་སོག་ཐལ་གྱིས། ཚད་རྫིང་ལྷུས་ལ་ཞེན་པ་འགོགས། མི་ཡི་  
 དབྱི་རྩས་ལྟོག་པ་གསོད། འབྲུག་རྩས་རྩལ་གཙོན་མེན་པ་འདྲུབ། ལྷག་གི་རྩས་པས་ལྷ་བ་འགྲུགས། འབྲོན་  
 བྱ་ཁྲག་གཙོན་རྣལ་རྒྱ་སྐྱེལ། ཐོག་གིས་བསད་པའི་རྩས་པ་དང་། རྒྱ་གཟེར་ཐོད་པས་རྒྱ་གཟེར་  
 འཛོམས། སྤག་པའི་རྩས་པས་སྤྲུག་པོ་སེལ། ལྷག་གི་རྩས་པས་རྒྱང་ནད་སེལ། སེར་བ་རྩས་ཀྱིས་རྒྱ་འགགས་  
 སེལ། ཟེར་མོའི་རྩས་པས་ཁྲག་ཤོར་གཙོན། སྤྱེའུ་འི་རྩས་པས་བྱ་འབྱེན་བྱེད། འབྲུ་སྟོགས་སྤོར་སེལ་དམུ་རྒྱ་  
 སྟོང་། བཤུལ་ཆགས་རྩས་པས་རྒྱ་སེར་སེལ། ཞེས་པ་སྟེ། མི་ལ་སྤྱིར་མིང་ཉི་ཤུ་འདིར་གཅིག་ཏུ་འབོད་པ་དེའི་  
 རྩར་ནང་ནས་ཐོན་པའི་ཐོད་པའི་རྩས་པས་རྒྱ་སེར་སྐྱེལ་ཞིང་མིའི་རྩས་པས་སྤྱིང་ནད་ལ་ཕན། དེ་བཙའ་མ་དང་  
 རྒྱ་པར་སོག་ཐལ་གྱིས་ཚད་པ་རྫིང་པ་ལྷུས་ལ་ཞེན་པ་ཀྱན་འགོག་པ་དང་། མི་ཡི་དབྱི་རྩས་ཀྱིས་ལྟོག་པ་འང་  
 གསོད། འབྲུག་ལ་སྤྱིར་མིང་བཅུ་དྲུག་འདིར་གཅིག་དེའི་རྩས་པས་རྩལ་བ་གཙོན་ཅིང་མེན་པ་འདྲུབ། ལྷག་ལ་  
 སྤྱིར་མིང་བཙུ་ལྟོ་འདིར་གཅིག་དེའི་རྩས་པས་རྩས་པའི་ལྷ་བ་འགྲུགས་པར་བྱེད། འབྲོན་བྱ་ལ་སྤྱིར་མིང་བརྒྱད་  
 འདིར་ཀུ་པ་ཉི་དང་གཉིས། དེའང་ཆེ་བ་རྒྱ་ནས་འོང་བ་མཆོག་དང་། དམན་པ་རྒྱང་དུ་དེས་ཁྲག་གཙོན་ཅིང་  
 རྣལ་དང་དམུ་རྒྱུ་སེར་རྣམས་སྐྱེལ་པ་དང་སྐྱོན་བཞིག་ཅིང་མིག་ལ་ཕན། མི་ཐོག་གིས་བསད་པའི་རྩས་པ་  
 དང་། རྒྱ་གཟེར་གྱིས་ཤི་བའི་ཐོད་པས་རྒྱ་གཟེར་འཛོམས། སྤག་པ་ལ་སྤྱིར་མིང་དགུ་འདིར་གཉི་ཐུག་དང་གཉིས་  
 ལྷ་འབོད་པ་དེའི་རྩས་པས་བད་ཀན་སྤྲུག་པོ་སེལ་བར་བྱེད། ལྷག་གི་སྤྱི་མིང་གོང་བཤད་དེའི་རྩས་པས་རྒྱང་ནད་  
 ཐམས་ཅད་སེལ་ཞིང་། སེ་བ་རྩས་ཞེས་པ་ལྷུས་མོའི་ཆོགས་མགོར་འོང་བ་དེས་རྒྱ་འགགས་སེལ། ཟེར་མོ་ལ་  
 སྤྱིར་མིང་དྲུག་འདིར་གཅིག་དེའི་རྩས་པས་ཁྲག་ཤོར་ཀྱན་གཙོན། སྤྱེའུ་ལ་སྤྱིར་མིང་བདུན་འདིར་གཅིག་དེའི་  
 རྩས་པས་བྱ་མ་འབྱེན་པ་འབྱེན་པར་བྱེད། འབྲུ་སྟོགས་ལ་སྤྱིར་མིང་བཅུ་འདིར་གཅིག་ཏུ་བཤད་པ་དེས་སྤོར་ནད་  
 སེལ་ཞིང་དམུ་རྒྱ་སྟོང་། བཤུལ་ཆགས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩས་པས་རྒྱ་སེར་སེལ།

༣ ཤེལ་མེད་ཀྱི་ལུས་པ་བསྟན་པ།

མི་ཤས་འབྲས་འདུལ་རྒྱུ་དུག་གཉན་ནད་འཛམས། སྐུལ་ཤས་འདྲིལ་བཤེག་འགགས་འབྱེན་མིག་ལ་པན། བྱ་  
ཁོད་ཤ་ཡིས་རྫོད་སྒྲིད་ཕྱ་བ་འཇིག། མ་བྱའི་ཤ་ཡིས་མཁྲིས་པ་དུག་ནད་འཛམས། ཏེ་བྱེད་ཤ་ཡིས་མཁལ་ཤེད་  
གང་བ་སེལ། སྐུལ་གྱི་མཆིན་པས་རྒྱ་འགགས་སེལ་བར་བྱེད། འཕྱི་བའི་མཆིན་པས་རུས་པ་གས་པ་སྦྱོར། ཏེ་  
ཡི་མཆིན་པས་མིག་ལ་མཆོག་ཏུ་པན། སྒོ་སྒྲིང་མཆིན་མཆེར་མཁལ་ཤས་རང་ནད་སེལ། སྐུང་ཀིའི་ཕོ་བས་རྫོད་  
སྒྲིད་མ་ཞུ་འཇུ། སྐུང་ཀིའི་ཕྱེ་ཡིས་ཕྱེ་སྐྱངས་འཛམས། ཡག་པའི་ཕྱེ་ཡིས་རུས་མཛེར་འགོགས། བྱི་ཡི་ཕྱེ་ཡིས་  
མ་རྣམས་འདུབ། བོང་བྱའི་ཕྱེ་ཡིས་འཁྲུ་བ་གཙོད། ཐུག་འབྲས་རོ་ཙ་བྱི་རྒྱིག་བྱ་རོགས་འབྱེན། ཤ་དང་ལུག་  
རྩའི་སྒོ་བས་སྒོ་དོལ་གཙོད། བྱ་ཤང་ཤ་ཡིས་སྐྱག་པ་གཙོད་པར་བྱེད། མཆིལ་པ་ནས་ཟེར་ཅངས་པས་ཁུ་བ་  
སྒྲིད། ཏེ་ར་པའི་ཤ་ཡིས་ཉལ་ལོག་སེལ་བར་བྱེད། བཅས་པ་སྒྲེ། མིའི་སྐྱེ་མིང་གོང་དུ་སོང་བ་དེའི་ཤ་འདྲིར་ཤ་ཆེན་  
དུ་འབོད་པས་འབྲས་འདུལ་ཞིང་རྒྱུ་ནད་དང་དུག་དང་གཉན་ནད་ཐམས་ཅད་འཛམས། སྐུལ་ལ་སྐྱིར་མིང་བཅུ་  
གཅིག་འདྲིར་ཞེ་སྤང་དང་སྐྱའི་ཤ་སྒྲེ་གསུམ། དེའི་ཤས་འདྲིལ་བ་བཤེག་ཅིང་བགགས་པ་འབྱེན་པ་དང་མིག་དང་  
བྱིས་པའི་ཆ་གཟེར་སྒོ་ནད་མཛེ་མ་བྱེར་རྣམས་ལ་པན་ཞིང་རུས་འཛེར་འགོག། བྱ་ཁོད་ལ་སྐྱིར་མིང་བཅུ་བཞི་  
འདྲིར་གཅིག། དེའི་ཤས་ལུས་ཀྱི་རྫོད་སྒྲིད་ཅིང་ཕྱ་བ་ཀྱུན་འཇིག་ལ་གདོན་འཛམས་པར་བྱེད། མ་བྱ་ལ་སྐྱིར་མིང་  
བཅུ་བདུན་འདྲིར་གཅིག། དེའི་ཤ་ཡིས་མཁྲིས་པའི་ནད་དང་དུག་ནད་གདོན་རྣམས་འཛམས། ཏེ་བྱེད་ལ་སྐྱིར་  
མིང་དགུ་འདྲིར་ཕྱའི་རྒྱལ་པོ་དང་གཉིས། དེའི་ཤ་ཡིས་མཁལ་ཤེད་ཀྱི་གང་བ་ཐམས་ཅད་སེལ། སྐུལ་ལ་སྐྱིར་  
མིང་བརྒྱད་འདྲིར་གཅིག། དེའི་མཆིན་པས་རྒྱ་འགགས་པ་རྣམས་སེལ་བར་བྱེད། འཕྱི་བ་ལ་སྐྱིར་མིང་བདུན་  
འདྲིར་གཅིག། དེའི་མཆིན་པས་རུས་པ་གས་པ་དང་ཆག་པ་རྣམས་སྦྱོར། ར་ལ་སྐྱིར་མིང་དགུ་འདྲིར་གཅིག། དེ་  
ཡི་མཆིན་པས་མིག་དང་སྐྱེན་ལ་མཆོག་ཏུ་པན། གཞན་ཡང་སྒོག་ཆགས་ཀྱི་སྒོ་བ་དང་སྒྲིང་དང་། མཆིན་པ་དང་།  
མཆེར་པ་དང་། མཁལ་མ་རྣམས་ཀྱི་ཤས་རང་རང་གི་ནད་སེལ། སྐུང་ཀི་ལ་སྐྱིར་མིང་བཅུ་གཉིས་འདྲིར་གཅིག།  
དེའི་ཕོ་བས་རྫོད་སྒྲིད་ལ་མ་ཞུ་བ་སྐྱེད་ཅད་པར་ཤ་འཇུ་བ་དང་། སྐུང་ཀིའི་ཕྱེ་ཡིས་ཕྱེ་སྐྱངས་པ་འཛམས། ཡག་  
པའི་ཕྱེ་ཡིས་རུས་འཛེར་རྣམས་འགོགས། བྱི་ལ་སྐྱིར་མིང་བཅུ་འདྲིར་གཅིག། དེའི་ཕྱེ་ཡིས་མ་རྣམས་འདུབ།  
བོང་བྱ་ལ་སྐྱིར་མིང་བཅུ་བཞི་འདྲིར་གཅིག། དེའི་ཕྱེ་ཡིས་འཁྲུ་བ་གཙོད་པ་དང་ཐུག་པའི་འབྲས་བྱས་རོ་ཙ་བར་  
བྱེད། བྱིའི་རྒྱིག་པས་བྱ་རོག་འབྱེན། ཤ་ལ་སྐྱིར་མིང་དགུ་འདྲིར་གཅིག་ཏུ་འབོད་པ་དེ་དང་། ལུག་རྩ་ལ་སྐྱིར་

མིང་བརྒྱད་འདིར་གཅིག་ཏུ་འབོད་པ་དེ་གཉིས་ཀྱི་སྒོ་བས་སྒོ་དོལ་གཙོད་པར་བྱེད། བྱ་མང་ལ་སྤྱིར་མིང་བརྒྱ་  
གསུམ་འདིར་གཅིག་ དེའི་ཤ་ཡིས་སྒྲིག་པ་གཙོད་ཅིང་གདོན་འཛོམས་པར་བྱེད། བྱེད་མཆིལ་པ་ལ་སྤྱིར་མིང་  
བརྒྱ་འདིར་གཅིག་ ནས་ཟན་ལ་སྤྱིར་མིང་བརྒྱ་འདིར་གཅིག་ ཅངས་པ་ལ་སྤྱིར་མིང་བརྒྱ་གཅིག་འདིར་བར་གྱི་  
སྤར་ཆགས་དང་གཉིས་སུ་བཤད་པ་ནམས་ཀྱི་ཤས་ལུས་སྟོབས་དང་ཁུ་བ་སྟེད་ཅིང་རོ་ཙལ་ནག་འབྱུང་བཅོལ་  
ཞིང་ཟུག་རྩ་འབྱེན་པར་བྱེད། རུར་པ་ལ་སྤྱིར་མིང་བརྒྱ་བཞི་འདིར་བཞེད་དང་གཉིས། དེའི་ཤ་ཡིས་ཉལ་ལོག་གི་ནད་  
སེལ་བར་བྱེད་དོ། །

༤ ཁྲག་གི་སྤྲན་གྱི་རུས་པ་བསྟན་པ།

ཤ་བའི་ཁྲག་གིས་སྤྲན་སེལ་མངལ་ཁྲག་གཙོད། ་ར་ཡི་ཁྲག་གིས་རེག་དུག་འབྱུང་ནག་སེལ། ་གཡག་གློད་ཁྲག་  
དང་གཙོད་ཁྲག་འབྲུ་བ་གཙོད། ་ཡག་ཁྲག་དུག་དང་སྒྲིག་པོ་བྱེར་བ་སྟུང། ་འོང་ཁྲག་གྲུམ་བྱ་ཆོགས་མིག་རྩ་  
སེར་སེལ། ་བྱ་ཡི་ཟེ་ཁྲག་ཤ་གསོ་ལྟ་བ་འཛིན། ་མངལ་ཁྲག་རྩ་སྤོམ་ཤ་འཁྱེད་པར་བྱེད། ་ཅེས་པ་སྟེ། ཤ་བའི་  
ཁྲག་གིས་སྤྲན་སེལ་ཞིང་མངལ་གྱི་ཁྲག་གཙོད་ལ་ཆང་ནད་མི་འབྱུང་བར་བྱེད། ་ར་ཡི་ཁྲག་གིས་རེག་པའི་དུག་  
དང་འབྱུང་ནག་དང་སྒྲིག་པོ་མཛོ་ནད་སེལ། ་གཡག་གློད་ཀྱི་ཁྲག་དང་གཙོད་ཁྲག་གཉིས་ཀྱིས་འབྲུ་བ་གཙོད།  
ཡག་ཁྲག་གིས་དུག་དང་སྒྲིག་པོའི་རིགས་བྱེར་བ་ནམས་སྟུང། ་འོང་ཁྲག་གིས་གྲུམ་བྱའི་ནད་དང་ཆོགས་མིག་གི་  
རྩ་སེར་ནམས་སེལ། ་བྱ་མཆོའ་ལུ་ལ་སྤྱིར་མིང་བཙོ་ལྟ་འདིར་འདོད་ཆགས་དང་གཉིས་སུ་འདོད་པ་དེའི་ཟེ་བའི་  
ཁྲག་གིས་ཤ་གསོ་བ་དང་ལྟ་བ་འཛིན་ཅིང་ཉལ་ལོག་སེལ། ་མངལ་ཁྲག་ལ་སྤྱི་དང་འདིར་མིང་གཅིག་ དེས་རྩ་ཁ་  
སྤོམ་ཞིང་ཤ་འཁྱེད་པར་བྱེད་ཅིང་མཛོར་པན།

༥ མཁྲིས་པའི་སྤྲན་གྱི་རུས་པ་བསྟན་པ།

མཁྲིས་པའི་རིགས་ནམས་ཐམས་ཅད་རྩ་ཁ་སྤོམ། ་རུལ་གཙོད་ཤ་གསོ་དུག་སེལ་མིག་ལ་པན། ་ཞེས་པ་སྟེ།  
མཁྲིས་པའི་རིགས་ནམས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རྩ་ཁ་ཀྱན་བསྐྱུལ་པ་དང་རུལ་པ་གཙོད་ཅིང་ཤ་འཁྱེད་པོ་བ་དང་དུག་  
སེལ་ཞིང་མིག་ལ་པན་ནོ། །

༦ ཆོལ་བྱའི་སྤྲན་གྱི་རུས་པ་བསྟན་པ།

སྒྲུལ་གྱི་ཆོལ་བྱས་མདེའུ་འབྱེན། ་ཤ་ཆོལ་སྤྲན་སེལ་དུག་ནད་སྟུང། ་ཡག་ཆོལ་དུག་སྟུང་བྱ་ཐོར་སེལ། ་མི་  
ཆོལ་རྒྱང་འཛོམས་བྱ་ཐོར་སེལ། ་ཞེས་པ་སྟེ། སྒྲུལ་གྱི་ཆོལ་བྱས་མདེའུ་བྱི་ལ་འབྱེན་ཅིང་ཉལ་ལོག་སེལ། ཤ་བའི་  
ཆོལ་བྱས་སྤྲན་ནད་སེལ་ཞིང་དུག་ནད་སྟུང། ཡག་པའི་ཆོལ་བྱས་དུག་ནད་བྱེར་བ་སྟུང་ཅིང་བྱ་ཐོར་སེལ་སྐྱ་བྱི་བ་  
སྟེ། མིའི་ཆོལ་བྱས་རྒྱང་ནད་མཐའ་དག་འཛོམས་ཤིང་བྱ་ཐོར་སེལ།

༡ གྲླ་པའི་སྒྲན་གྱི་རུས་པ་བསྟན་པ།

ར་གྲླ་ཆུ་རྒྱས་ཆད་པ་གསོ། །ལུག་གྲླ་མགོ་འཁོར་འཛོལ་འཁྱུ་གསོ། །རི་དྲགས་གྲླ་པས་འབྲུ་བ་  
གཙོད། །རི་བོང་གྲླ་པས་རྒྱ་གཟེར་སེལ། །མི་གྲླ་སྒྲངས་འཛོལ་ཆུ་སེར་འཛིག་ །ཅེས་པ་སྟེ། རི་གྲླ་པས་  
ཆུ་བ་དང་རྒྱས་པ་ཆད་པ་རྣམས་གསོ། །ལུག་གི་གྲླ་པས་མགོ་འཁོར་ཞིང་མཛོལ་འཁྱུ་པ་གསོ། །རི་དྲགས་རྣམས་  
གྱི་གྲླ་པས་འབྲུ་བའི་རིགས་གཙོད་ཅིང་། ལུང་པར་རི་བོང་གི་གྲླ་པས་རྒྱ་གཟེར་སེལ། །མི་གྲླ་པས་སྒྲངས་  
པ་འཛོལ་གིང་ཆུ་སེར་འཛིག་པར་བྱེད་དོ། །

༢ བགས་པའི་སྒྲན་གྱི་རུས་པ་བསྟན་པ།

སྒྲུལ་ལྷགས་ཤ་བཟ་སྒྲང་ཤུ་སེལ། །བསེ་གོ་སྒྲང་གོ་འབྲུམ་ནག་སེལ། །བྱི་བའི་བགས་པས་རྣག་སྒྲ་འབྲེན། །ཞེས་  
པ་སྟེ། སྒྲུལ་གྱི་བགས་པས་ཤ་བཟ་དང་སྒྲང་ཤུ་སེལ། །འབྲུང་གདོན་ལ་ཕན། །བསེ་གོང་བཤད་གྱི་གོ་བ་དང་།  
སྒྲང་ལ་སྦྱར་མིང་བཅུ་བཞི་འདིར་གཅིག་ དེའི་གོ་བ་གཉིས་གྱིས་འབྲུམ་ནག་སེལ། །བྱི་བ་ལ་སྦྱར་མིང་དགུ་འདིར་  
གཅིག་ དེའི་བགས་པས་རྣག་སྒྲ་འབྲེན་པར་བྱེད་དོ། །

༣ སེན་མའི་སྒྲན་གྱི་རུས་པ་བསྟན་པ།

ཆུ་སྦྱོར་སྦྱར་མོས་རུས་ཆད་སེལ། །འོང་བུའི་མིག་པས་ཆུ་འགགས་སེལ། །རྟ་ཡི་མིག་པས་སྒྲན་ནད་སེལ། །རྟ་  
བོན་པ་ཡིས་ཉལ་ལོག་འཛོལ་སེལ། །ཞེས་པ་སྟེ། ཆུ་སྦྱོར་ལ་སྦྱར་མིང་ཉི་ཤུ་ཅུ་གཉིས་འདིར་གཅིག་ དེའི་སྦྱར་མོས་  
རུས་པའི་ཆད་པ་སེལ། །ཞེས་པ་ནི་ཆུ་སྦྱོར་གྱི་སྦྱར་མོ་དངོས་དེའམ་དེ་མ་འབྱོར་ན་རྒྱ་གི་ཞེས་པ་སྦྱོས་སྦྱོར་ལ་གཏོང་  
བ་དེའོ། །འོང་བུ་ནག་པོ་ལོ་གཅིག་སོང་བའི་ལག་གཡས་པའི་མིག་པས་ཆུ་འགགས་དང་རིམས་ནད་སེལ། །རྟ་ལ་  
སྦྱར་མིང་བཅུ་དྲུག་འདིར་གཅིག་ དེའི་མིག་པས་སྒྲན་གྱི་ནད་སེལ། །ཞིང་ཁྲ་གདོན་ལ་ཕན། །རྟ་བོན་པ་ཞེས་རྟའི་  
ལག་པའི་ལྗེབས་གྱི་ར་ལྟ་བུ་འབྲུར་བ་དེ་ཡིས་ཉལ་ལོག་དང་ཁྲ་གདོན་འཛོལ་པར་བྱེད་དོ། །

༡༠ སྦྱུའི་སྒྲན་གྱི་རུས་པ་བསྟན་པ།

མ་བུའི་མདོངས་དུག་སྒྲོ་ནག་སེལ། །སོ་བུའི་སྦྱོ་ཡིས་ཆུ་འགགས་འབྱིགས། །འུག་པའི་སྦྱོ་ཡིས་དམ་ཆུ་  
སེལ། །བྱ་མ་བུའི་སྦྱོས་མངལ་ནད་འབྱིན། །གནའ་བའི་སྦྱ་ཡིས་དུག་ནད་སེལ། །ར་མཐུག་ཚོངས་སྦྱས་ལྟོག་པ་  
འཛོལ་སེལ། །ཞེས་པ་སྟེ། མ་བུའི་མདོངས་ཀྱིས་དུག་དང་སྒྲོ་ནག་ནད་ཁྲ་གདོན་རྣམས་སེལ། །སོ་བུ་ལ་སྦྱར་མིང་  
བཅུ་བཞི་འདིར་གཅིག་ དེའི་སྦྱོ་ཡིས་ཆུ་འགགས་པ་འབྱིགས་གིང་གདོན་སེལ། །འུག་པ་ལ་སྦྱར་མིང་བཅོ་ལྔ་

འདིར་གཅིག་དེའི་སྒྲིལ་ལྟ་བུ་སྤྲུལ་བར་བྱེད། བྱ་མ་བྱེ་ལ་སྤྲིར་མིང་དྲུག་འདིར་གཅིག་དེའི་མཚུག་སྒྲིལ་  
མངལ་ནད་འབྱེན། གནའ་བ་ལ་སྤྲིར་མིང་བརྒྱད་འདིར་གཅིག་དེའི་སྤྲུལ་ལྟ་བུ་ནད་སྤྲུལ་ར་བྱུག་པོའི་མོངས་  
སྤྲུལ་ལྟོག་པ་འཛུལ།

༡༡ རྩེ་སྒྲན་གྱི་རྩུས་པ་བསྟན་པ།

མི་རྩུས་གཉན་སྤྲན་སྤྲུལ་རིམས་སྤྲུང་། །བ་རྩུས་རྩུ་སྤྲུལ་ཚད་རྩེད་སྤྲུང་། །ཞེས་པ་སྟེ། མི་རྩུས་གཉན་སྤྲན་སྤྲུལ་  
ཞིང་རིམས་ནད་ཀྱང་བསྤྲུང་། བ་ལ་སྤྲིར་མིང་བརྒྱད་འདིར་གཅིག་དེའང་མཚོག་དམར་ཟལ་དང་གཞན་གང་བྱུང་  
གི་རྩུས་རྩུ་སྤྲུལ་དང་ཚད་རྩེད་སྤྲུང་བར་བྱེད།

༡༢ བྱན་གྱི་སྒྲན་གྱི་རྩུས་པ་བསྟན་པ།

མོད་བྱན་བྱོད་སྤྲུང་སྤྲུལ་བཞིག་སྤྲུངས་པ་འགྲུགས། །ཕག་བྱན་མ་ཞུ་གཉན་རིམས་མཁྲིས་སྤྲན་སྤྲུལ། །མི་བྱན་  
མཁྲིས་སྤྲན་དྲུག་སྤྲུལ་སྤྲུངས་པ་འཛུལ། །རྟ་སྤྲུངས་སྤྲན་སྤྲུལ་མཁྲིས་རྒྱུག་པ་གཙོད། །རི་བོང་བྱན་གྱིས་  
དུལ་རྩུ་སྤྲུང་བར་བྱེད། །ཁྱི་སྤྲུང་གོང་མོའི་བྱན་གྱིས་སྤྲུངས་པ་འཛུལ། །བྱ་བྱན་བྱི་བྱན་གཉིས་ཀྱིས་རྟ་སྤྲན་  
འཛེན། །ཕྱག་རོན་བྱན་གྱིས་སྤྲུངས་པ་རྟ་ཏུ་འགྲུགས། །ཞེས་པ་སྟེ། མོད་བྱན་གྱིས་བྱོད་སྤྲུང་ཅིང་སྤྲན་བཞིག་  
པ་དང་སྤྲུང་པ་འགྲུགས། ཕག་བྱན་གྱིས་མ་ཞུ་གཉན་རིམས་དང་མཁྲིས་སྤྲན་སྤྲུལ། མི་བྱན་གྱིས་མཁྲིས་སྤྲན་དང་  
དྲུག་ནད་སྤྲུལ་ཞིང་སྤྲུངས་པ་དང་གཞོན་པ་འཛུལ། །རྟའི་མིང་གོང་མོང་གི་སྤྲུངས་ཀྱིས་སྤྲན་ནད་སྤྲུལ་ཞིང་མཁྲིས་  
རྒྱུང་དང་རྒྱུག་པ་གཙོད་གཞོན་ལ་ཕན། །ཆར་ཉིས་ཁྱེར་བ་སེར་ག་མ་ཞེས་པའི་དྲུགས་ཀྱིས་ཁྱེར་འབྲུགས་ལ་ཕན།  
རི་བོང་གི་བྱན་གྱིས་དུལ་རྩུ་སྤྲུལ་ཐམས་ཅད་བྱུང་དུ་སྤྲུང་བར་བྱེད་ཅིང་མ་ལ་ཕན། །ཁྱིའི་མིང་གོང་དུ་སོང་ཞིང་བྱན་གྱི་  
ཁྱད་པར་རྩུས་པས་གཞོན་ལ་ཕན་པ་དང་། སྤྲུང་གིའི་མིང་གོང་དུ་སོང་བ་དང་། གོང་མོ་ལ་སྤྲིར་མིང་དྲུག་འདིར་  
གཅིག་ཏུ་བཤད་པ་དེ་གསུམ་གྱི་བྱན་གྱིས་སྤྲུངས་པ་འཛུལ། །བྱ་བྱན་དང་བྱི་བའི་བྱན་གཉིས་ཀྱིས་རྟ་སྤྲན་འཛེན་  
ཞིང་བྱི་བྱན་སྤྲུང་གྱིས་སྤྲུགས་བྱ་སྤྲུལ། ཕྱག་རོན་ལ་སྤྲིར་མིང་དྲུག་འདིར་གཅིག་དེའི་བྱ་བྱའི་བྱན་གྱིས་སྤྲུངས་པ་  
རྟ་སྤྲན་རྟ་ཏུ་འགྲུགས་ལ་དྲུགས་ཀྱིས་བད་ཀན་བྱུམ་བྱུ་དཀར་པོར་ཕན།

༡༣ ལྷས་བྱབས་རིལ་སྤྲན་གྱི་རྩུས་པ་བསྟན་པ།

བྱང་པས་རྩ་ཡི་ནད་རྟམས་སྤྲུང་བར་བྱེད། །ཐིག་སྤྲན་རྩུ་སྤྲུལ་གཉིས་ཀྱིས་རྩུ་འགྲུགས་སྤྲུལ། །བསེ་སྤྲུར་བྱིང་བྱིང་  
སྤྲུ་ལྷས་སྤྲུང་ཐབས་འཛུལ། །སྤྲུ་མའི་འབྲུལ་ལྷས་རྩུ་འགྲུག་ཤོར་བ་སྤྲུལ། །ན་བྱན་བྱ་མོས་སྤྲུང་པ་འཛུལ་པ་  
གཙོད། །རྩུ་བྱི་བྱིའི་ཤ་ཡིས་ཤ་དྲུག་སྤྲུལ། །ཐིགས་པས་སྤྲན་ནད་དྲུག་ནད་སྤྲུལ་བར་བྱེད། །ཞེས་པ་སྟེ། བྱང་  
པ་ལ་སྤྲིར་མིང་བརྒྱད་བཞི་འདིར་གཅིག་དེའི་ལྷས་ཀྱིས་རྩུའི་ནད་རྟམས་སྤྲུང་བར་བྱེད། །ཐིག་སྤྲན་ལ་སྤྲིར་མིང་

དགུ་འདིར་གཅིག་ཏུ་འདོད་པ་དང་། རྩ་ནང་གི་སྤྱར་བ་ལྷུང་བར་འགོ་བའི་སྤྱར་རྩུང་ལ་སྤྱི་དང་འདིར་མིང་གཅིག་  
 དེ་གཉིས་ཀྱིས་རྩུང་འགགས་པ་སེལ་ཞིང་རྩུང་གིས་ཁྱད་པར་དུ་རྩ་ནང་འཇམ་པོར་སྦྱོང་། བསེ་སྤྱར་ལ་སྤྱི་དང་  
 འདིར་མིང་གཅིག་ དེའང་འདི་ལ་ཁ་ཅིག་གཉིས་སུ་འབྱེད་པ་འདུག་ཀྱང་དེ་ལྟར་བྱེད་པ་ནི་རུས་པ་སོགས་གང་གི་  
 སློ་ནས་ཀྱང་མི་མཚུངས་པས་ན་བསེ་བྱི་མནམ་པའི་སྤྱར་བ་དེ་རང་ལས་གཞན་དང་འབྲུལ་པ་མེད་པ་དེས་གཉན་  
 ཚད་དང་བྱིས་པའི་ལྟེ་མཁའ་ལ་པན་པ་དང་། བྱིང་བྱིང་བྱུ་ལུ་ལ་སྤྱིར་མིང་ལྷ་འདིར་གཅིག་ཏུ་བཤད་པ་དེ་གཉིས་  
 གྱི་རུས་པས་སྒྲུང་ཐབས་འཛུམས་ཤིང་བྱིང་བྱིང་བྱུ་ལུ་སྤྱིར་གྱིས་རྩུང་འགགས་འབྱེགས། སྤྱི་མའི་འབྲུལ་ལ་སྤྱི་དང་  
 འདིར་མིང་གཅིག་ དེ་ཡིས་རྩའི་ཁྲག་ཤོར་བ་ཁོང་ནས་སྒོམ། ན་བུན་བུ་མོ་ལ་སྤྱིར་མིང་བརྒྱད་འདིར་  
 གཅིག་ །དེས་ཀྱང་པ་འཇམ་པ་གཙོད། རྩ་བྱི་ལ་སྤྱི་དང་འདིར་མིང་གཅིག་སྟེ་དེ་དག་ནི་སེལ་སྤྱད་རྩུ་ཡེར་འབོད་  
 པ་ཅི་ཅི་དང་ཕྱོགས་མཚུངས་ལ་དེ་ལས་མཚུ་དང་མཚུག་མ་རིང་ཞིང་ཕྱ་བ་དེ་དང་། རྩ་བྱི་ལ་སྤྱི་དང་འདིར་མིང་  
 གཅིག་ དེ་ནི་བྱེད་ཨོག་མ་དཀར་པོ་ཐའི་དཀྱིལ་དུ་འཇུལ་འགོ་ཞིང་རྩ་བྱི་ཨོག་དཀར་དུ་གྲགས་པ་དང་གཉིས་ཀྱི་  
 ཤས་ཤ་དུག་སེལ། མིགས་པ་ལ་སྤྱིར་མིང་དགུ་འདིར་གཅིག་ཏུ་བཤད་པ་དེས་སྤྱན་ནང་དང་དུག་ནང་སེལ་བར་  
 བྱེད་དོ། །

གསུམ་པ། སྤྱན་རྩ་བཤད་པ།

སྤྱན་རྩ་བུ་རམ་གང་རྒྱང་སེལ་བའི་རྟ། །ཀར་ཁྲག་མཁྱིས་ཆ་བ་སེལ་བའི་རྟ། །སྤྱང་ཅི་རྩ་སེར་བད་ཀན་སེལ་བའི་  
 རྟ། །ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ལ་སོགས་པ་རྒྱད་ཡན་ལག་བརྒྱད་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཅན་འདིར་བཤད་པའི་སྤྱན་གྱི་རྩ་བུ་རམ་  
 གང་བ་དང་། རྒྱང་ནད་སེལ་བའི་རྟ་དང་། ཀར་ནི་ཁྲག་དང་། མཁྱིས་པ་ལས་ཀྱུར་པ་ཆ་བའི་རིགས་སེལ་བའི་  
 རྟ་དང་། སྤྱང་ཅི་ནི་རྩ་སེར་དང་། བད་ཀན་སེལ་བའི་སྤྱན་གྱི་རྩ་ཡིན་ནོ། །

བཞི་པ། གཅེས་པར་གདམས་པ།

དེ་དག་སོ་སོའི་སྤྱན་གྱི་རུས་པ་སྟེ། །དང་སྤྱང་རྣམས་ཀྱིས་འདི་ལ་གཅེས་པར་བྱུངས། །ཞེས་གསུངས་སོ། །ཞེས་  
 པ་སྟེ། རིན་པོ་ཆེའི་སྤྱན་ནམ་སྤྱན་རྩའི་བར་བཤད་པ་དེ་དག་ནི་སོ་སོའི་སྤྱན་གྱི་རུས་པ་བསྟན་པ་ཡིན་སྟེ། དང་  
 སྤྱང་ཡིད་ལས་སྤྱིས་སོགས་འཁོར་ཆོགས་དང་། བྱིས་གསོ་བ་རིག་པར་འཇུག་འདོད་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་འདི་ལ་  
 གཅེས་པར་བྱུངས་ཞེས་གསུངས་སོ། །

ལེའུའི་མཚན་བསྟན་པ།

བདུད་ཅི་སྟོང་པོ་ཡན་ལག་བརྒྱད་པ་གསང་བ་མན་ངག་གི་རྒྱུད་ལས། དུམ་བུ་གཉིས་པ་བཤད་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྤྱན་  
 གྱི་རུས་པ་དང་། རྒྱུད་གཞན་གསུམ་གྱི་སྤྱན་རྣམས་ཁ་སྐོང་དུ་མཁས་པ་མི་བཞི་དང་། གཡུ་ཐོག་པས་མཛད་པའི་

འཁྲུངས་དཔེ་རྩིང་པ་ལྷགས་སྒྲུག་གིས་བྲིས་པ་དང་། སྔོ་འབྲུམ་ལེ་ཚན་དང་ཡང་རོ་གང་འཕྲོད་སྟེ་དེ་བསྟན་པའི་  
ལེའུ་ཉི་ཉེ་བྱ་པའོ།།

༥༥

ལེའུ་ཉི་ཉེ་གཅིག་པ། སྟན་གྱི་སྡེ་ཚན་དང་སྒྲུར་ཐབས་བསྟན་པ།

༥༥། །སྟན་གྱི་སྡེ་ཚན་དང་སྒྲུར་ཐབས་བསྟན་པའི་ལེའུ་ཉི་ཉེ་འགྲེལ་བ་ལ་ཉན་པར་གདམས་ཤིང་  
མཚམས་སྒྲུར་བ་དང་། གཞུང་དོན་དངོས་བཤད་པ། ལེའུ་ཉི་ཉེ་མཚན་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། དེ་ནས་ཡང་བྱང་  
སྟོང་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་འདི་སྐད་ཅེས་གསུངས་སོ། །ཀྱེ་བྱང་སྟོང་ཆེན་པོ་ཉོན་ཅིག །ཅེས་པ་སྟེ། ལེའུ་ཉི་ཉེ་  
པ་བཤད་ཟིན་པའི་རྗེས་ཐོག་དེ་མ་ཐག་པ་དེ་ནས་ཡང་བྱང་སྟོང་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་འདི་སྐད་ཅེས་གསུངས་  
སོ། །དེ་འདྲའི་ཀྱེ་བྱང་སྟོང་ཆེན་པོ་ཡིད་ལས་སྐྱེས་ལེགས་པར་ཉོན་ལ་ཡིད་ལ་བྱུངས་ཤིག་ཅེས་གདམས་སོ། །  
གཞུང་དོན་དངོས་བཤད་པ་ལ་མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། སྒྲུར་ཐབས་སྡེ་ཚན་རོ་  
སྒྲུར་ལུས་པར་སྒྲུར། །ནད་གང་སེལ་བ་སྟན་གྱི་སྡེ་བསྟན་པ། །ཞེས་པ་སྟེ། བོད་དུ་བཤད་པའི་རོ་ལུས་གཉིས་པོ་  
དེ་ལ་སྒྲུར་བའི་ཐབས་ནི་སྡེ་ཚན་གྱི་རིགས་མཐུན་སོ་སོར་བཤད་པ་དང་། རོ་སྒྲུར་དང་ལུས་པར་སྒྲུར་བ་གཉིས་  
ལས། དང་པོ་ནད་གང་སེལ་བ་ལ་སྟན་གྱི་སྡེ་ཚན་སོ་སོར་བསྟན་པ་ནི། དེ་ཡང་ཡན་ལག་བརྒྱད་པ་རང་འགྲེལ་  
དང་འགྲེལ་པ་ལྷ་ཟེར་གཉིས་ཀར་སྟན་མིང་བཀོལ་ནས་བཤད་ཅིང་། ལ་ཆེ་ལྷ་དགས་འདིའི་སྐོར་བྱུང་དུ་བཀོད་  
ནས་མིང་སོ་སོའི་རྣམ་གངས་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་སྟན་མིང་སྒྲུབ་སྒྲུབ་པའི་ཞེས་འདི་ཉིད་འཐད་པ་ལོ་རྩ་བའི་  
འགྲུར་ཡིན་འདུག་པས་ཀྱེ་སྟོང་སོར་བཞག་གི་རྣམ་པས་གོ་དཀའ་ཙམ་འདུག་པ་ལ་ཁོ་བོས་མཚན་བྱ་རགས་པ་  
བཀོད་པ་ཡོད་ཅིང་། སྟན་མིང་འདི་རྣམས་གལ་ཆེ་བར་འདུག་པས་སྟོང་ལྷན་རྣམས་ཀྱིས་ཅི་ནས་ཀྱང་དོན་དུ་གཉེར་  
བར་གྱིས་ཤིག

གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ།

དེ་ལ་ཡང་ཆ་བ་ཐུན་མོང་དུ་སེལ་བའི་སྟན་སྡེ་དང་། བྱེ་བྲག་མཁྲིས་ཆད་སེལ་བའི་སྟན་སྡེ། འག་ཆད་སེལ་བའི་  
སྟན་སྡེ། རིམས་ཆད་སེལ་བའི་སྟན་སྡེ། དུག་ཆད་སེལ་བའི་སྟན་སྡེ། སྟོ་ཆད་སེལ་བའི་སྟན་སྡེ། རྒྱུ་ཆད་སེལ་  
བའི་སྟན་སྡེ། བད་ཆད་སེལ་བའི་སྟན་སྡེ་བཅས་བརྒྱད་དོ། །དང་པོ་ནི། ག་བྱར་ཙན་དན་དཀར་པོ་གི་མི་  
དང་། །བྱུ་གང་གྱར་གྱུ་ལ་ལྷུ་ལ་སྟོན་པོ་རྣམས། །ཆ་བ་ཐུན་མོང་སྒྱིར་འཛུམས་སྟན་སྡེ་ཡིན། །ཞེས་པ་སྟེ། ག་  
བྱར་རིགས་གསུམ་དང་ཙན་དཀར་པོ་དང་། གི་མི་དང་། ས་བྱུ་གང་དང་། ལ་ཆེ་གྱར་གྱུ་ལ་དང་། ལྷུ་ལ་སྟོན་  
པོ་རྣམས་ཆ་བའི་རིགས་ཐུན་མོང་དུ་སྒྱིར་འཛུམས་པའི་སྟན་སྡེ་ཡིན་ནོ། །

༢ མཁྱིས་ཚད་སེལ་བའི་སྒྲན་སྡེ་བསྟན་པ།

དྲིག་ཏྲ་གསེར་གྱི་མེ་ཏྲོག་དྲུག་མོ་ཉུང་། བོང་ང་དཀར་པོ་ཅ་མཁྱིས་གཡའ་གྱི་མ། གྱི་ལྷེ་སྐྱེར་པ་མཁྱིས་པ་སེལ་བའི་སྡེ། །ཞེས་པ་སྟེ། དྲིག་ཏྲའི་རིགས་རྣམས་དང་གསེར་གྱི་མེ་ཏྲོག་དང་དྲུག་མོ་ཉུང་དང་བོང་ང་དཀར་པོ་དང་ཅ་མཁྱིས་དང་གཡའ་གྱི་མ་དང་གྱི་ལྷེ་དཀར་པོ་དང་སྐྱེར་པ་རྣམས་ནི་མཁྱིས་པ་སེལ་བར་བྱེད་པའི་སྡེ་ཚན་ཡིན་ནོ། །

༣ རྩག་ཚད་སེལ་བའི་སྒྲན་སྡེ་བསྟན་པ།

ཅན་དན་དམར་པོ་མཛོ་མོ་སང་ལྡེང་དང་། རྟོང་ལེན་བ་ཤ་ཀ་དང་སྐྱུ་རུ་ར། ་རེ་སོན་སྤང་ཅི་དོ་བོ་བཙོད་དང་ཚོས། །ལྷག་ནད་སེལ་བར་བྱེད་པའི་སྒྲན་སྡེ་ཡིན། །ཞེས་པ་སྟེ། ཅན་དན་དམར་པོ་དང་། མཛོ་མོ་ཤིང་དང་། སང་ལྡེང་གི་རིགས་དང་རྟོང་ལེན་དང་། བ་ཤ་ཀའི་རིགས་དང་། སྐྱུ་རུ་ར་དང་། རེ་སོན་པ་དང་། སྤང་ཅི་དོ་བོ་དང་། བཙོད་དང་། རྩ་ཚོས་རྣམས་ནི་ལྷག་གི་ནད་སེལ་བར་བྱེད་པའི་སྒྲན་གྱི་སྡེ་ཚན་ཡིན་ནོ། །

༤ རིམས་ཚད་སེལ་བའི་སྒྲན་སྡེ།

གི་མི་གསེར་གྱི་མེ་ཏྲོག་བོང་ང་དཀར། །ག་དུར་བྱི་ཚེར་དེ་བ་པར་པ་ཏ། །ལྷག་རྒྱུ་རིམས་ནད་སེལ་བའི་སྒྲན་སྡེ་ཡིན། །ཞེས་པ་སྟེ། གི་མི་དང་། གསེར་གྱི་མེ་ཏྲོག་དང་། བོང་ང་དཀར་པོ་དང་། ལི་ག་དུར་དང་། བྱི་ཚེར་བ་དང་། དེ་བ་སྟེ་ཤིང་འདེལ་པ་དང་། པར་པ་ཏ་དང་། སེར་པོ་ལྷག་རྒྱུ་ཞེས་ལྷུང་ཅི་སྤྱུས་ཏེ་དེ་རྣམས་ནི་རིམས་ནད་སེལ་བར་བྱེད་པའི་སྒྲན་གྱི་སྡེ་ཚན་ཡིན་ནོ། །

༥ དྲུག་ནད་སེལ་བའི་སྒྲན་སྡེ་བསྟན་པ།

སྤྱ་ཅི་བོང་ང་དཀར་སེར་དམར་པོ་གསུམ། །ཁྱུང་སྤེར་དཀར་སྐྱུག་དཔའ་བོ་དཀར་སེར་ཅད། །རྣམ་པར་རྒྱ་ཐུབ་སྟག་ཤ་ཏ་བོ་དང་། །ཡུང་བ་གང་ག་རྒྱུང་དང་རེ་རལ་དང་། །འོམ་བུ་སྤང་རྒྱུ་སྤང་ཅི་དོ་བོ་དང་། །སེ་ཁོད་སྐྱེར་པའི་བར་ཤུན་དྲུག་སྒྲན་སྡེ། །ཞེས་པ་སྟེ། སྤྱ་ཅི་དང་། བོང་ང་དཀར་སེར་དམར་པོ་གསུམ་དང་། ཁྱུང་སྤེར་དཀར་སྐྱུག་དང་། དཔའ་བོ་དཀར་སེར་དང་། ཅད་དང་། རྣམ་པར་ཏེ་ཡུ་གུ་ཤིང་དང་། དུ་ཐུབ་དང་། སྟག་ཤ་དང་། ཏ་བོ་དང་། ཡུང་བ་དང་། ག་རྒྱུང་དང་། རེ་རལ་གསུམ་དང་། འོམ་བུ་དང་། སྤང་རྒྱུ་དང་། སྤང་ཅི་དོ་བོ་དང་། སེ་ཁོད་དང་། སྐྱེར་པའི་བར་ཤུན་རྣམས་ནི་དྲུག་ནད་སེལ་བར་བྱེད་པའི་སྒྲན་གྱི་སྡེ་ཚན་ཡིན་ནོ། །

༤ གྲོ་ནད་སེལ་བའི་སྒྲན་སྡེ་བསྟན་པ།

ཅུ་གང་ཤིང་མངར་རྒྱན་འབྱུང་སྟར་བྱ་དང་། རུ་རྟ་ག་རུར་ཨ་གྲོང་སྡོ་ལོ་དཀར། རུག་འབྲེལ་སོགས་གྲོ་སྒྲན་སྡེ་  
ཚན་ཡིན། །ཞེས་པ་སྟེ། ཅུ་གང་དང་ཤིང་མངར་དང་རྒྱན་འབྱུང་དང་སྟར་བྱ་དང་རུ་རྟ་དང་ལི་ག་རུར་དང་ཨ་  
གྲོང་དང་སྡོ་ལོ་དཀར་པོ་དང་སྡོ་ལོ་སུག་འབྲེལ་སོགས་པ་ནམས་ནི་གྲོ་སྒྲན་གྱི་སྡེ་ཚན་ཡིན་ནོ། །

༥ རྒྱང་ཚད་སེལ་བའི་སྒྲན་སྡེ་བསྟན་པ།

སྡེ་ཏྲེས་ཀུའྲ་ཀ་རི་ཨ་ག་རུ། །ཤོ་སྟོད་རུ་རྟ་གུ་གུལ་སྟོག་སྒྱུ་ནམས། །རྒྱང་དང་ཚད་པར་ལྷན་པའི་སྒྲན་སྡེ་  
ཡིན། །ཞེས་པ་སྟེ། སྡེ་ཏྲེས་དང་ཀུའྲ་ཀ་རི་དང་ཨ་ག་རུ་རི་རིགས་དང་ཤོ་སྟོད་དང་ཤ་པོ་རུ་རྟ་དང་གུ་གུལ་དཀར་  
ནག་དང་སྟོག་སྒྱུ་ནམས་ནི་རྒྱང་དང་ཚད་པར་ལྷན་པ་ཞི་བར་བྱེད་པའི་སྒྲན་གྱི་སྡེ་ཚན་ཡིན་ནོ། །

༦ བད་ཚད་སེལ་བའི་སྒྲན་སྡེ་བསྟན་པ།

བསེ་ཡབ་མ་རུ་འུ་སྟུ་སྟར་བྱ་དང་། །ལྷན་པ་སེལ་བའི་སྒྲན་སྒྱུ་རུ་རྟ། །བད་ཀན་ཚ་བ་སེལ་བའི་སྒྲན་སྡེ་  
ཡིན། །ཞེས་པ་སྟེ། བསེ་ཡབ་དང་མ་རུ་པ་ཏ་དང་འུ་སྟུ་དང་སྟར་བྱ་དང་ལྷན་པ་གྱི་རིགས་དང་སེལ་བའི་སྒྲན་སྒྱུ་  
དང་རུ་རྟ་རྒྱུ་རྟ་ནམས་ནི་བད་ཀན་དང་ཚ་བར་ལྷན་པ་སེལ་བར་བྱེད་པའི་སྒྲན་གྱི་སྡེ་ཚན་ཡིན་ནོ། །

༧ གང་བའི་ནད་སེལ་བའི་སྒྲན་སྡེ་བསྟན་པ།

དེ་ལ་ཡང་བད་རྒྱང་སེལ་བའི་སྒྲན་སྡེ་བསྟན་པ་དང་། བད་ཀན་གང་བ་སེལ་བའི་སྒྲན་སྡེ་བསྟན་པ་དང་། རྒྱང་  
ནད་སེལ་བའི་སྒྲན་སྡེ་བསྟན་པ་བཅས་གསུམ་མོ། །དང་པོ་ནི། སྒྲན་སྒྲན་སྒྱུ་ཤིང་ཀུན་ལ་རུ་མ། །བཙོང་སྟོག་  
བད་རྒྱང་སེལ་བའི་སྒྲན་སྡེ་ཡིན། ། །ཞེས་པ་སྟེ། སྒྲན་སྒྲན་དང་། སྒྲན་སྒྱུ་དང་། ཤིང་ཀུན་དང་། ལ་རུ་ཚ་དང་།  
བཙོང་དང་། སྟོག་སྒྱུ་ནམས་ནི་བད་རྒྱང་ལྷན་པ་སེལ་བར་བྱེད་པའི་སྒྲན་གྱི་སྡེ་ཚན་ཡིན་ནོ།

༨ བད་ཀན་གང་བ་སེལ་བའི་སྒྲན་སྡེ་བསྟན་པ།

སེལ་མེ་ལ་རིས་དང་པི་པི་ལིང་། །སྒྲན་སྒྲན་ཙོ་ཏྲ་ཀ་དང་ཀ་གོ་ལ། །སུག་སྟེལ་ཤིང་ཚ་འཇམ་འབྲས་བྱི་ཏང་  
ག །དེ་ལིས་ཟི་ར་ནག་པོ་ལ་ལ་ལུད། །དེ་ཕྱི་མོང་སྟུབ་ཀ་ཕྱེ་ཚ་ཙབས་རུ་མ། །རྒྱ་ཚྭ་རྒྱུ་ཚྭ་རྩ་ཚྭ་ཐལ་ཚྭ་  
ནམས། །བད་ཀན་གང་བ་སེལ་བའི་སྒྲན་སྡེ་ཡིན། །ཞེས་པ་སྟེ། སེལ་མེ་དང་པོ་རིས་དང་པི་པི་ལིང་དང་སྒྲན་  
སྒྲན་དང་ཙོ་ཏྲ་ཀ་དང་ཀ་གོ་ལ་དང་སུག་སྟེལ་ཤིང་ཚ་འཇམ་འབྲས་དང་བྱི་ཏང་ག་དང་དེ་ལིས་ཏེ་བ་ལུ་  
དང་ཟི་ར་ནག་པོ་དང་ལ་ལ་ལུད་དང་། དེ་ཕྱི་མོང་ནག་པོ་དང་། སྟུབ་ཀ་དང་། ཕྱེ་ཚ་དང་། ཙབས་རུ་ཚ་དང་།  
རྒྱ་ཚྭ་རྒྱུ་ཚྭ་རྩ་ཚྭ་ཐལ་ཚྭ་ནམས་ནི་བད་ཀན་གང་བ་སེལ་བའི་སྒྲན་གྱི་སྡེ་ཚན་ཡིན་ནོ། །

༩ རྒྱང་ནད་སེལ་བའི་སྒྲན་སྡེ་བསྟན་པ།

རྩྱ་ཉི་ལྷ་རམ་རུས་སྒྲུང་སྒྲན་ཡིན། །ཞེས་པ་སྟེ། རྩྱ་ཉི་དང་ལྷ་རམ་དང་རུས་བཅུད་གསུམ་ལ་སོགས་པའི་རུས་སྒྲན་མས་ནི་རྩྱང་སྒྲན་གྱི་སྡེ་ཚན་ཡིན་ནོ། །

༣ ཚ་གང་གཉིས་ཀ་སེལ་བའི་སྒྲན་གྱི་སྡེ་བསྟན་པ།

དེ་ལ་ཡང་རྩྱ་སེར་སེལ་བའི་སྒྲན་གྱི་སྡེ་ཚན་དང་། སྒྲན་ནད་སེལ་བའི་སྒྲན་གྱི་སྡེ་ཚན། འབྲུག་ཅོད་ཀྱི་སྒྲན་གྱི་སྡེ་ཚན། རྩྱ་སྒྲན་གྱི་སྡེ་ཚན། སྒྲུགས་སྒྲན་གྱི་སྡེ་ཚན། འབྲུ་སྒྲན་གྱི་སྡེ་ཚན་བཅས་དུག་གོ། །དང་པོ་ནི།

སྒྲོས་དཀར་ཐལ་ཀ་དོ་རྩེ་སོ་མ་ར། །སེང་ལྗེད་སྒྲུར་པ་རྩྱ་སེར་སྒྲན་གྱི་སྡེ། །ཞེས་པ་སྟེ། སྒྲོས་དཀར་རྩེ་སོ་མ་དང་ཐལ་ཀ་དོ་རྩེ་དང་སོ་མ་ར་ཇ་དང་སེང་ལྗེད་གི་ཁུ་སྟེ། བྱི་ལ་ལ་རི་དང་སྒྲུར་པའི་རྩྱ་བ་རྩམས་ནི་རྩྱ་སེར་སེལ་བར་བྱེད་པའི་སྒྲན་གྱི་སྡེ་ཚན་ཡིན་ནོ། །

༤ སྒྲན་ནད་སེལ་བའི་སྒྲན་སྡེ་བསྟན་པ།

སྒྲ་ཅི་ཤིང་ཀྱན་སྒྲོག་སྒྲུ་མ་རུ་ཅོ། །ཐང་ཕྱོམ་ལང་ཏང་ཅོ་དང་བྱི་ཏང་ག། །བྲེས་འབྲུ་འབྲུ་སྒྲོགས་ཕུར་ཐལ་སྒྲན་ཤིང་འབྲུ། །དྲ་བ་གཡེར་མ་སྒྲུ་མ་སྒྲན་སྒྲན་སྟེ། །ཞེས་པ་སྟེ། སྒྲ་ཅི་དང་ཤིང་ཀྱན་དང་སྒྲོག་སྒྲུ་དང་མ་རུ་ཅོ་དང་ཐང་ཕྱོམ་པ་དང་ལང་ཐང་ཅོ་དང་བྱི་ཏང་ག་དང་བྲེས་མའི་འབྲུ་དང་འབྲུ་སྒྲོགས་དང་ཕུར་མའི་ཐལ་བ་དང་སྒྲན་ཤིང་སྒྲ་མའི་འབྲུ་དང་དྲ་བ་དང་གཡེར་མ་དང་སྒྲུ་མ་རྩམས་ནི་སྒྲན་སྒྲན་གྱི་སྡེ་ཚན་ཡིན་ནོ། །

༥ འབྲུ་གཅོད་ཀྱི་སྒྲན་སྡེ་བསྟན་པ།

ཀ་པེད་བིལ་བ་ད་ཉིག་མོན་ཆ་ར། །སྒྲག་དང་ཐ་རམས་ན་རམས་རྒྱ་སྒྲོགས་ཤིང་། །གཅོད་ཁྲག་བྱ་རྒྱང་འབྲུ་གཅོད་སྒྲན་སྡེ་ཡིན། །ཞེས་པ་སྟེ། ཀ་པེད་དང་བིལ་བ་དང་ད་ཉིག་དང་མོན་ཆ་ར་དང་སྒྲག་དང་ཐ་རམས་དང་ན་རམས་དང་རྒྱ་སྒྲོགས་ཀྱི་ཤིང་དང་གཅོད་ཁྲག་དང་མེ་ཉོག་བྱ་རྒྱང་རྩམས་ནི་འབྲུ་བ་གཅོད་པའི་སྒྲན་གྱི་སྡེ་ཚན་ཡིན་ནོ། །

༦ རྩྱ་སྒྲན་གྱི་སྡེ་བསྟན་པ།

རྒྱ་ཚྭ་རྒྱམ་ཚྭ་གསེར་གྱི་བྱེ་མ་དང་། །སྤིག་སྤིན་སྤུག་སྤེལ་ཉི་དགའ་རྩྱ་སྒྲན་སྟེ། །ཞེས་པ་སྟེ། རྒྱ་ཚྭ་རྒྱམ་ཚྭ་དང་གསེར་གྱི་བྱེ་མ་དང་སྤིག་སྤིན་དང་སྤུག་སྤེལ་དང་ཉི་དགའ་སྟེ་ལྷུ་མ་པ་ལོ་མ་རྩམས་ནི་རྩྱ་སྒྲན་གྱི་སྡེ་ཚན་ཡིན་ནོ། །

༧ སྒྲུགས་སྒྲན་གྱི་སྡེ་ཚན་བསྟན་པ།

སོན་ཆ་རི་ཤོ་སྤྱང་ཆོར་བྱ་དག་དང་། །གསེར་ཕུད་འབྲི་ཏ་ས་འཛིན་སྒྲི་འབྲུ་དང་། །གཡའ་ཀྱི་ཡུངས་ཀར་ལ་སོགས་སྒྲུགས་སྒྲན་སྟེ། །ཞེས་པ་སྟེ། པོ་སོན་ཆ་དང་རི་ཤོ་བ་དང་སྤྱང་ཆོར་དང་བྱ་དག་ནག་པོ་དང་གསེར་གྱི་ཕུད་

བྱ་དང་འབྲི་ཏ་ས་འཛིན་དང་སྤྱི་འབྲུ་དང་གཡའ་ཀྱི་མ་དང་ཡུངས་ཀར་ལ་སོགས་པ་ནམས་ནི་སྐྱུག་སྐྱེན་གྱི་སྡེ་ཚན་  
ཡིན་ནོ། །

༤ འབྲུ་བར་བྱེད་པའི་སྐྱེན་གྱི་སྡེ་ཚན་བསྟན་པ།

ཨ་རུ་དམ་དོང་ག་སྤྱི་ཁམ། རུར་བྱིད་ཐར་རུ་ལྷུ་མ་ཙ་སྟོན་བྱ་དང་། ཁོན་བྱ་ཙེ་སྟག་རེ་ལྷག་ཆུ་ཙ་ནམས། འབྲུ་  
བར་བྱེད་པའི་སྐྱེན་གྱི་སྡེ་ཚན་ཡིན། ཞེས་པ་སྟེ། ཨ་རུ་ར་མཆུ་རིང་དང་དན་དའི་རིགས་དང་དོང་ག་དང་སྤྱི་ཁམ་  
རུར་བྱིད་དང་ཐར་རུ་དང་ལྷུ་མ་ཙ་དང་སྟོན་བྱ་དང་ཁོན་བྱ་དང་ཙེ་སྟག་མེ་ཞེས་པ་ཆུ་མ་ཙེ་དང་རེ་ལྷག་དང་ཆུ་ཙ་  
ནམས་ནི་འབྲུ་བར་བྱེད་པའི་སྐྱེན་གྱི་སྡེ་ཚན་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ། རོ་རུས་གྱི་སྐྱར་ཐབས་བཤད་པ།

དེ་ལ་ཡང་མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། སྐྱར་ཐབས་རོ་སྐྱར་རུས་པར་  
སྐྱར་བ་གཉིས། ཞེས་པ་སྟེ། སྐབས་འདིར་སྐྱེན་དེ་དག་སྐྱར་བའི་ཐབས་ལ་རོ་སྐྱར་དང་རུས་པར་སྐྱར་བ་གཉིས་  
སུ་ཡོད་པ་ལས་ཞེས་པ་འོ། །

གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ། རོ་སྐྱར་ལྷ་བརྩ་ཙ་བདུན་བཤད་པ་དང་། རོ་གཉིས་སྐྱར་བཤད་པ། རོ་གསུམ་  
སྐྱར་བཤད་པ། རོ་བཞི་སྐྱར་བཤད་པ། རོ་ལྷ་སྐྱར་བསྟན་པ། དོན་མཚུག་བསྟུ་བའོ། དང་པོ་ནི། རོ་བསྐྱེབས་  
སྐྱར་བ་ལྷ་བརྩ་ཙ་བདུན་ཏེ། ཞེས་པ་སྟེ། དེའང་རོ་གཉིས་བསྐྱེབས་པ་སོགས་ཀྱི་སྐྱར་བ་ལྷ་བརྩ་ཙ་བདུན་ཡོད་དེ་  
ཞེས་པ་འོ། །

༥ རོ་གཉིས་སྐྱར་བསྟན་པ།

གཉིས་པར་སྐྱར་ལ་མངར་ལྷ་སྐྱར་བ་བཞི། ལན་ཙ་གསུམ་ལ་ལ་གཉིས་ཚ་བ་གཅིག ཅེས་པ་སྟེ། དང་པོ་  
གཉིས་པར་སྐྱར་བ་ལ། མངར་བའི་སྐྱར་བ། མངར་བའི་ལན་ཙ་བ། མངར་བའི་ལ་བ། མངར་བའི་ཚ་བ།  
མངར་བའི་བསྐྱར་བ་སྟེ་མངར་བ་ལ་ལྷ། སྐྱར་བའི་ལན་ཙ་བ། སྐྱར་བའི་ལ་བ། སྐྱར་བའི་ཚ་བ། སྐྱར་བའི་བསྐྱར་བ་  
སྟེ་བཞི། ལན་ཙ་བའི་ལ་བ། ལན་ཙ་བའི་ཚ་བ། ལན་ཙ་བའི་བསྐྱར་བ་སྟེ་གསུམ། ལ་བའི་ཚ་བ། ལ་བའི་བསྐྱར་བ་  
སྟེ་གཉིས། ཚ་བའི་བསྐྱར་བ་སྟེ་གཅིག་སུ་ཡིན་པས་བསྟོམས་ན་གཉིས་པར་བྱེ་བ་ལ་བཙུ་བའོ། །

༦ རོ་གསུམ་སྐྱར་བསྟན་པ།

གསུམ་རུ་སྐྱར་ལ་མངར་བརྩ་སྐྱར་བ་དུག ལན་ཙ་གསུམ་ལ་ལ་བ་གཅིག་སུ་ཉིད། ཞེས་པ་སྟེ། རོ་གསུམ་རུ་  
སྐྱར་བ་ལ། མངར་བའི་སྐྱར་བ་ལན་ཙ་བ། མངར་བའི་སྐྱར་བ་ལ་བ། མངར་བའི་སྐྱར་བ་ཚ་བ། མངར་བའི་  
སྐྱར་བ་བསྐྱར་བ་སྟེ་བཞི། མངར་བའི་ལན་ཙ་བ་ལ་བ། མངར་བའི་ལན་ཙ་བ་ཚ་བ། མངར་བའི་ལན་ཙ་བ་བསྐྱར་བ་

སྟེ་བདུན། མངར་བའི་ཁ་བ་ཚ་བ། མངར་བའི་ཁ་བ་བསྐྱ་བ་སྟེ་དག། མངར་བའི་ཚ་བ་བསྐྱ་བ་སྟེ་མངར་བའི་  
 ལུས་སྦྱར་བཅུ། སྦྱར་བའི་ལན་ཚུ་བ་ཁ་བ། སྦྱར་བའི་ལན་ཚུ་བ་ཚ་བ། སྦྱར་བའི་ལན་ཚུ་བ་བསྐྱ་བ་སྟེ་གསུམ།  
 སྦྱར་བའི་ཁ་བ་ཚ་བ། སྦྱར་བའི་ཁ་བ་བསྐྱ་བ་སྟེ་ལ། སྦྱར་བའི་ཚ་བ་བསྐྱ་བ་སྟེ་དུག་ཡིན་ནོ། །ལན་ཚུ་བའི་ཁ་བ་  
 ཚ་བ། ལན་ཚུ་བའི་ཁ་བ་བསྐྱ་བ། ལན་ཚུ་བའི་ཚ་བ་བསྐྱ་བ་སྟེ་གསུམ་ཡིན་ལ། ཁ་བའི་ཚ་བ་བསྐྱ་བ་སྟེ་ཁ་བ་  
 གཅིག་ཕུ་ཉིད་དོ། །

༤ རོ་བཞི་སྦྱར་བསྟན་པ།

བཞི་སྦྱར་མངར་བཅུ་སྦྱར་བཞི་ལན་ཚུ་གཅིག །ཅེས་པ་སྟེ། བཞི་སྦྱར་ནི། མངར་བའི་སྦྱར་བ་ལན་ཚུ་བ་ཁ་བ།  
 མངར་བའི་སྦྱར་བ་ལན་ཚུ་བ་ཚ་བ། མངར་བའི་སྦྱར་བ་ལན་ཚུ་བ་བསྐྱ་བ་སྟེ་གསུམ། མངར་བའི་སྦྱར་བ་ཁ་བ་ཚ་  
 བ། མངར་བའི་སྦྱར་བ་ཚ་བ་བསྐྱ་བ། མངར་བའི་སྦྱར་བ་ཁ་བ་བསྐྱ་བ། མངར་བའི་ལན་ཚུ་བ་ཁ་བ་ཚ་བ།  
 མངར་བའི་ལན་ཚུ་བ་ཁ་བ་བསྐྱ་བ། མངར་བའི་ལན་ཚུ་བ་ཚ་བ་བསྐྱ་བ། མངར་བའི་ཁ་བ་ཚ་བ་བསྐྱ་བ་སྟེ།  
 མངར་བའི་བཞི་སྦྱར་བཅུ་དང་། སྦྱར་བའི་ལན་ཚུ་བ་ཁ་བ་ཚ་བ། སྦྱར་བའི་ལན་ཚུ་བ་ཁ་བ་བསྐྱ་བ། སྦྱར་བའི་  
 ལན་ཚུ་བ་ཚ་བ་བསྐྱ་བ། སྦྱར་བའི་ཁ་བ་ཚ་བ་བསྐྱ་བ་སྟེ་སྦྱར་སྦྱར་ལ་བཞི། ལན་ཚུ་ཁ་བ་ཚ་བ་བསྐྱ་བ་སྟེ་ལན་ཚུ་  
 བའི་བཞི་སྦྱར་གཅིག་ཡིན་ནོ། །

༥ རོ་ལྔ་སྦྱར་བསྟན་པ།

ལྔ་སྦྱར་མངར་བ་ལྔ་ལ་སྦྱར་བ་གཅིག །ཅེས་པ་སྟེ། ལྔ་སྦྱར་ལ། མངར་བའི་སྦྱར་བ་ལན་ཚུ་བ་ཁ་བ་ཚ་བ།  
 མངར་བའི་སྦྱར་བ་ལན་ཚུ་བ་ཁ་བ་བསྐྱ་བ། མངར་བའི་སྦྱར་བ་ཁ་བ་ཚ་བ་བསྐྱ་བ། མངར་བའི་སྦྱར་བ་ལན་ཚུ་བ་  
 ཚ་བ་བསྐྱ་བ། མངར་བའི་ལན་ཚུ་བ་ཁ་བ་ཚ་བ་བསྐྱ་བ་སྟེ་མངར་བའི་ལྔ་སྦྱར་ལྔ་ཡིན་ལ། སྦྱར་བའི་ལན་ཚུ་བ་ཁ་  
 བ་ཚ་བ་བསྐྱ་བ་སྟེ་སྦྱར་བའི་ལྔ་སྦྱར་གཅིག་ཕུ་ཉིད་དོ། །

༦ དོན་མཁུག་བསྟན་པ།

བཞི་པ་གཉིས་པ་བཅོ་ལྔ་པ་དུག །གསུམ་པ་ཉི་ལྔ་དུག་ཏུ་སྦྱར་བ་གཅིག །ཀྱང་པ་དུག་སྟེ་དུག་ཅུ་ཙུག་གསུམ་  
 མོ། །འཕེལ་བྱད་བདུན་ཅུ་ཙུ་བཞི་འགྲོ་ལོར་སྦྱར། །ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་བཞི་པ་སྦྱར་བ་དང་། གཉིས་པ་  
 སྦྱར་བ་གཉིས་ལ་བཅོ་ལྔ་བཅོ་ལྔ་རེ་ཡོད་དེ། བཞི་སྦྱར་ལ་མངར་བ་བཅུ་དང་སྦྱར་བ་བཞི་ལན་ཚུ་བ་གཅིག་སྟེ་  
 བཅོ་ལྔ་དང་། གཉིས་པར་སྦྱར་བ་ལ་མངར་བ་ལྔ། སྦྱར་བ་བཞི། །ལན་ཚུ་བ་གསུམ། ཁ་བ་གཉིས། ཚ་བ་  
 གཅིག་སྟེ་བཅོ་ལྔ་འོ། །ལྔ་སྦྱར་ལ་མངར་བ་ལྔ་དང་སྦྱར་བ་གཅིག་སྟེ་དུག་ཡིན་ནོ། །གསུམ་སྦྱར་ལ་ཉི་ལྔ་ཡོད་  
 དོ། །མངར་བ་ལ་བཅུ་སྦྱར་བ་ལ་དུག ལན་ཚུ་བ་ལ་གསུམ། ཁ་བ་ལ་གཅིག་དང་བཅས་པས་ཉི་ལྔ་དང་། དུག་

ཏུ་སྐྱར་བ་ལ་གཅིག་རང་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་རོ་སྤེབས་སྒྱུར་བ་ལྟ་ཅ་བདུན་དང་རྒྱུ་ལེ་རོ་དུག་སྟེ་བསྐྱེམས་  
པའི་རོ་སྒྱུར་དུག་ཅ་ཅ་གསུམ་མོ། །འཕེལ་ཟད་བདུན་ཅ་ཅ་བཞིའི་གཉེན་པོར་སྒྱུར་བར་བྱེད་དགོས་སོ། །དེས་ན་  
འཕེལ་ཟད་ནི་ལེའུ་བཅུ་གཉིས་པར་བཤད་ཟིན་པ་ལྟར་དེ་རྣམས་ཀྱི་གཉེན་པོར་གང་འཆམ་གྱི་སྒྱུར་ལུགས་བྱ་  
དགོས་པ་ཡིན་ལ། སྤྱི་ཕྱི་སྒྱུན་པ་རྣམས་ཀྱིས་རེ་རེ་བཞིན་དུ་གངས་སྒྲོལ་སྐྱར་བ་ཡོད་ཀྱང་གཞུང་གི་དགོངས་  
དོན་མ་ཡིན་པས་བཏང་སྟོམས་སུ་བྱའོ། །

༡ ལུས་སྒྱུར་བཤད་པ།

ལུས་པར་སྐྱར་ལ་ཞི་དང་སྐྱར་བ་གཉིས། །ཞེས་པ་སྟེ། སྒྲན་ལུས་པ་མཐུན་པར་སྐྱར་བ་ལ་ཞི་བྱེད་དང་སྐྱོང་བྱེད་  
ཀྱིས་སྐྱར་བའི་ཆ་ག་གཉིས་སུ་ཡོད་དོ། །

༡ ཞི་བྱེད་བཤད་པ།

ཞི་བྱེད་སྒྲན་སྒྱུར་སྟེ་ཆན་ལྟ་འམ་བདུན། །ཐང་བྱེད་ལྟ་བུ་སྟེ་གུ་སྒྲན་མར་ལྟ། །སྒྲན་ཆང་འབྱི་ཏ་གཉིས་ཏེ་བདུན་  
དུ་བཤད། །ཅེས་པ་སྟེ། སྒྲན་གྱི་རོ་སྤེབས་བཤད་ཟིན་པའི་རྩིས་ནས་ཞི་བྱེད་ཀྱི་སྒྲན་སྒྱུར་སྟེ་ཆན་ལྟ་འམ་བདུན་  
ཐང་བྱེད་ལྟ་བུ་སྟེ་གུ་སྒྲན་མར་ལྟ་དང་། དེའི་སྟེང་དུ་སྒྲན་ཆང་དང་འབྱི་ཏ་སྟེ་འཇུ་དང་བཅས་པས་གཉིས་ཏེ་བདུན་  
དུ་བཤད་དོ། །

༡ སྐྱོང་བྱེད་བཤད་པ།

སྐྱོང་བྱེད་འཇམ་ཅི་བཤལ་སྐྱུགས་ནི་རུ་ཏ། །སྒྲ་སྐྱོངས་ཉེས་གསུམ་འདུས་པ་མགོ་ནད་འབྱིན། །ཞེས་པ་སྟེ། སྐྱོང་  
བྱེད་ལ་འཇམ་ཅི་བཤལ་སྐྱུགས་ནི་རུ་ཏ་སྒྲ་སྐྱོངས་ཀྱིས་ཉེས་པ་གསུམ་ག་སེལ་ཞིང་བྱེད་པར་དུ་འདུས་པའི་མགོ་  
ནད་ཅ་བ་ནས་འབྱིན་པར་བྱེད་པའི་སྒྲན་སྟེ་ཆན་དུ་སྐྱར་བ་ཡིན་ཞེས་པའོ། །

༡ མཐུག་དོན་བསྟུ་བ།

བཞི་བརྒྱ་ཅ་བཞི་ནད་ཀྱི་གཉེན་པོར་སྒྱུར། །ཞེས་གསུངས་སོ། །ཞེས་པ་སྟེ། རོ་སྤེབས་སུ་སྐྱར་བ་དང་། ལུས་  
སྤེབས་སུ་སྐྱར་བ་རྣམས་ཀྱིས་བཞི་བརྒྱ་ཅ་བཞིའི་ནད་དུང་ནས་འབྱིན་པར་བྱེད་པས་དེ་རྣམས་ཀྱི་གཉེན་པོར་གང་  
ལ་གང་འཆམ་པའི་སྒྲོ་ནས་སྒྱུར་བར་གྱིས་ཤིག་ ཅེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

ལེའུའི་མཆན་བསྟན་པ།

བདུད་ཅི་སྟིང་པོ་ཡན་ལག་བརྒྱད་པ་གསང་བ་མན་ངག་གི་རྒྱུད་ལས་དུམ་བུ་གཉིས་པ་བཤད་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲན་གྱི་  
སྟེ་ཆན་དང་སྒྱུར་ཐབས་ཞིབ་དུ་བསྟན་པའི་ལེའུ་སྟེ་ཉི་ཤུ་ཅ་གཅིག་པའོ། །

॥