

༢ ལྷ་མ་ཙུ་པའི་རྣམ་བཤད།

ཐོང་ཁའི་ནང་

༡༩༩༩



ཐོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས།

༥ ལྷ་མ་ཐུ་པའི་རྣམ་བཤད།



དཔེ་དེབ་འདི་ འབྲུག་གྲུལ་བཞི་པའི་ཁྲི་ལོ་ཉེར་ལྔ་པའི་
དུས་དྲན་བཅི་ལྔ་རུ་དོན་ལྷ་མ་ཐུ་བསྐྱུན་གྱི་ཡོད།

@ ལྷ་རྩ་དབང་:

དཔེ་དེབ་འདི་གིས་ ལྷ་རྩ་དབང་གི་ལོ་ལོ་
ཚོར་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས་ལུ་ཡོད།
ལྷན་ཚོགས་ལས་ ཡིག་ཐོག་གི་གནང་བ་
མེད་པར་ག་གིས་ཡང་ པར་ལོག་བཏབ་
ནི་དང་ འདྲ་བ་ལྷན་གྱི་ཕྱི་ཕྱོད་ག་ནི་ཡང་
འབད་མི་ཚོགས།

ལྷ་རྩ་ཐང་ལ་དང་པ།

༡༩༩༩

འབྲི་ཚོམ་འབད་མི:

འཇམ་པ་ཚོས་གྲུལ།

ལེགས་སྦྱར་བ།

ཤེས་རབ་ཅེ་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ།

བཀའ་ལྟར་།

དཔེ་བསྐྱུན་འབད་མི:

ཚོར་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས།

འབྲེམ་སྒྲིམ་ཡང་༡༩༩

འབྲུག་ ཐེམ་ཕུག།

ལུ་བ་བསྐྱུགས།

རྒྱ་ ༥ རེས་ བཀའ་ལྟར་ཤེས་རབ་ཅེ་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ་ནི་སློབ་དཔོན་ འཇམ་དཔལ་
ཚོས་གྲུལ་གྱིས་ཚོས་སྐད་སྐུ་ཕྱི་ཕྱོད་འབྲེལ་པ་ ཚོར་ཁ་ཐོག་ལུ་ཚོམ་སྒྲིག་འབད་
མི་འདི་ དུས་ཅེ་འབྲུག་བརྒྱུད་འཛིན་གྱི་གྲུལ་རབས་ བཞི་པའི་ཁྱི་ལོ་ ༢༥ རི་དུས་ཚེན་
ཅེན་འབྲེལ་བཅི་སྤྱད་དང་འབྲེལ་ཏེ་ དཔར་བསྐྱུན་ཞུ་ནི་འོ་གོ་སྐབས་ཐོབ་མི་འདི་ལུ་
ཡིད་སྤོ་སྤོམ་བྱུང་ཡི།

དཔེ་དེབ་འདི་གིས་ ར་བཅས་རའི་གྲུལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་ ཚོར་
ཁ་ཐོག་ཅེན་ ཚོས་སྐད་གྱི་བད་ཡི་སྦྱོར་ཚུལ་ཤེས་ཚུགས་པ་མ་ཚད་ དེ་ཡང་ ཚོར་
ཁ་ཐོག་ལུ་འབྲེལ་བཤད་བརྒྱུ་ནི་འདི་གིས་ དོན་དག་ཚུ་ག་ར་འཇམ་ཏྱོང་ཏྱོ་
འབད་ཏ་གོ་ཚུགས་ནི་ལུ་ཕན་ཐབས་སྤོམ་ཡོད་པའི་ཁར་ ཚོར་ཁ་ཐོམ་རིག་དཔེ་
དེབ་ཡར་གྲུལ་གྱི་ཐབས་ཏྱོག་ཅིག་ཡང་འབྲེལ་ཚུགས་ནི་མིན་མས།

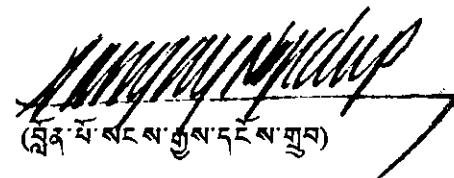
དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ དཔེ་དེབ་འདི་དཔེ་བསྐྱུན་འབད་མ་ཚུགས་
པར་ལུས་མོང་པ་ཅིན་ མི་བརྟུབ་པས་མཚོ་བའི་ཐུགས་བཞེད་གནང་ཞེ་ ཚོར་ཁ་
གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས་ལས་བཞེས་ཏེ་ དཔེ་བསྐྱུན་འབད་དོ་ཡོད་པ་ལས་ འདི་གིས་
ཚོས་སྐད་དང་ཚོར་ཁ་ཐོག་ལུ་སློབ་སྦྱོང་འབད་མི་ཚུ་གིས་གཙོས་པའི་ དོན་

གཉེས་ཅན་གྱི་རྒྱ་ཆེ་འི་མི་མང་གར་ལུ་ སན་ཐོགས་སྤྱོམ་འབྱུང་ཚུགས་པའི་རེ་བ་དང་
དཔེ་དེ་བ་ཙམ་གྱི་ག་འབད་མི་ སྤོབ་དཔོན་འཇམ་དཔལ་ཆོས་རྒྱལ་ལུ་ཡང་ དགའ་
བསྐྱེའི་ལེགས་སོ་ཡོད།

ཐེམ་ཡུག་

ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༩།

ལྷོ་ཆོས་འཕྲིན་



(སྤོན་པོ་སངས་རྒྱལ་དངོས་གྲུབ་)

ཁྱིམ་འཛིན་

རྫོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ཁྱེན་ཆོགས།

དཀར་ཆག།

མང་དཔེ་ཆ་ན།

ཤོག་གྲངས།

༡-	དབྱངས་གསལ་ལས་བཅས་པའི་སྒྲུང་ བྱ་ཡི་གུའི་སྒྲུང་ག།	༡-༧
༢-	སྒོན་འཇུག་གི་འཇུག་ཚུལ་ཤེས་མཁས་ དང་བཅས་པ།	༧-༡༣
༣-	རྗེས་འཇུག་དང་ཡང་འཇུག་གི་འཇུག་ཚུལ།	༡༤-༡༥
༤-	མིང་གཞི་དང་མིང་ཚིག་བརྗོད་པའི་རྣམ་གཞག་	༡༦-༡༨
༥-	སྐུ་ཉག་གི་སྒྲི་དོན།	༡༩-༢༡
༦-	ཡི་གུའི་སྒྲི་གནས་ཅམ།	༢༡-༢༣
༧-	སྐུ་ཕྱི་པའི་བརྗོད་བྱ།	༢༣-༢༥
༨-	སྐུ་བསྐྱེད་དང་ཞོར་ཁར་ཁའི་འཇུག་ཚུལ།	༢༥-༣༣
༩-	སྐུ་བསྐྱེད་ཐོང་ཁའི་ནང་འཇུག་ཚུལ།	༣༤-༣༧
༡༠-	ལ་དོན་གྱི་རྣམ་གཞག་	༣༨-༤༣
༡༡-	ཐོང་ཁའི་ནང་འཇུག་ཚུལ།	༤༣-༤༥
༡༢)	ཡི་ལྔ་གྱི་རྣམ་དཔྱད།	༤༦-༧༠
༡༣)	ཐོང་ཁ་ལུ་འཇུག་པའི་འབྲེལ་གྱ།	༧༡-༧༢

ཁ)	ཚོང་ཁ་ལུ་འཇུག་པའི་བྱེད་གྲྭ།	ཡ ༣-ཡ ༤
ཁ)	དམིགས་བསལ་ (པས་བས་མས) གསུམ་གྱི་འཇུག་ཚུལ།	ཡ ༤-ཡ ༥
ཆ)	ཀྱཱ་ཕུད་གྱི་འཇུག་ཚུལ།	ཡ ༦-༤ ༢
ཆ)	ཚོང་ཁ་ལུ་འཇུག་པའི་ཀྱཱ་ཕུད།	༤ ༣-༤ ༦
ད)	ལྷག་བཅས་ལུ་འཇུག་ཚུལ།	༤ ༦-༡༠༡
ཇ)	ཚོང་ཁ་ལུ་འཇུག་ཚུལ་གྱི་དེའི་བ།	༡༠ ༢-༡༠ ༧
ཇ)	འབྱེད་ཕུད་ལུ་འཇུག་ཚུལ།	༡༠ ༤-༡༡ ༣
ཉ)	ཚོང་ཁ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།	༡༡ ༣-༡༡ ༥
ཉ)	འབྱུང་ཁུངས།	༡༡ ༦-༡ ༢ ༣
ཉ)	ཚོང་ཁ་ནང་འཇུག་ཚུལ།	༡ ༢ ༤-༡ ༢ ༤
ཉ)	ཐོད་པའི་གྲྭ།	༡ ༢ ༥-༡ ༢ ༩
ཉ)	ཚོང་ཁའི་ནང་འཇུག་ཚུལ།	༡ ༢ ༩-༡ ༢ ༩
ཉ)	ནམ་དེའི་བརྒྱུད་ཀྱི་བཤད་པ།	༡ ༣ ༠-༡ ༣ ༡
ཉ)	ནམ་དེའི་དེའི་བ།	༡ ༣ ༡-༡ ༣ ༢
ཉ)	ནམ་དེའི་བརྒྱུ་ཚུལ།	༡ ༣ ༢-༡ ༣ ༤
ཉ)	ཕྱད་བརྒྱུ་ཚུལ།	༡ ༣ ༤-༡ ༣ ༥

ཉ)	སྤར་བརྒྱའི་རྒྱུ་གྱིས་ནམ་དེའི་ག་ར་ལུ་འཇུག་ཚུལ།	༡ ༣ ༥-༡ ༣ ༦
ཉ)	ཕྱད་ཀྱི་མཐར་འཇུག་ཚུལ།	༡ ༣ ༦-༡ ༣ ༦
ཉ)	ནམ་དེའི་མཐར་ནམ་དེའི་འཇུག་ཚུལ།	༡ ༣ ༦-༡ ༣ ༦
ཉ)	ནམ་དེའི་མཐར་ཕྱད་འཇུག་ཚུལ།	༡ ༣ ༧-༡ ༣ ༧
ཉ)	དམིགས་བསལ་ས་དང་རའི་འཇུག་ཚུལ།	༡ ༣ ༧-༡ ༣ ༧
ཉ)	མེ་སྤུའི་འཇུག་ཚུལ།	༡ ༣ ༨-༡ ༣ ༨
ཉ)	ཚོང་ཁ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།	༡ ༣ ༨-༡ ༣ ༨
ཉ)	དང་གྲྭ།	༡ ༣ ༨-༡ ༣ ༨
ཉ)	ཚོང་ཁ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།	༡ ༣ ༨-༡ ༣ ༨
ཉ)	དེ་གྲྭ།	༡ ༣ ༨-༡ ༣ ༨
ཉ)	ཚོང་ཁ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།	༡ ༣ ༨-༡ ༣ ༨
ཉ)	གང་གྲྭ།	༡ ༣ ༨-༡ ༣ ༨
ཉ)	ཚོང་ཁའི་ནང་འཇུག་ཚུལ།	༡ ༣ ༨-༡ ༣ ༨
ཉ)	བདག་གྲྭ།	༡ ༣ ༨-༡ ༣ ༨
ཉ)	ཚོང་ཁའི་ནང་འཇུག་ཚུལ།	༡ ༣ ༨-༡ ༣ ༨
ཉ)	དགག་གྲྭ།	༡ ༣ ༨-༡ ༣ ༨

6) རྫོང་ཁའི་ནང་འཇུག་ཚུལ།	༡༩༠-༡༩༠
7) ཚག་ཐོབ་ཐང་གི་རིམ་པ།	༡༩༡-༡༩༢
8) ཤད་ཐོབ་ཚུལ་གྱི་རིམ་པ།	༡༩༢-༡༩༣
9) ཚོགས་བཅད་གྱི་རིམ་པ།	༡༩༣-༡༩༡
ཚོག་ཀྱང་གི་རིམ་པ་དང་མཇུག་དོན།	༡༩༡-༡༩༡

ཕྱིན་བཤད།

༩ དེ་ཡང་། ལྷན་པའི་ནམ་བཤད་སློབ་གསུང་རིག་པའི་སློབ་མེས་མེ་མེ་འདི་
མ་གཞི་རང་ལུ་དེ་བཟུམ་མའི་བཅའ་ཞི་གི་ཕྱོད་སྤྱང་ས་རིག་པ་དང་། ད་ལྟོ་མོས་
སྤྱང་ས་རྒྱུ་མ་ལས་ དེ་སྤྱི་འཕྲི་ཙོམ་འབད་ཚུགས་པའི་སློབ་ས་པ་དང་ཁྱད་པར་
དྲུག་འདོད་མེད་དེ་འབད་རུང་ མཁས་མཛེས་ས་ལུ་དུ་ཕྱིན་པའི་ དབུ་འཛུགས་
དྲག་ཤོས་བཟང་ལེགས་འབྲུག་པ་མཚོག་གིས། ལྷགས་བསྐྱེད་རྒྱ་ཆེ་བཅོ་ཅིག་བཞེས་
པའི་ཕྱོད་ལས་ འཕྲི་དགོ་པའི་བཀའ་ཡང་བསྐྱར་གནང་མ་བཞེན་དུ་ འཕྲི་དགོ་པ་
བྱུང་ཡི།

དེའི་ཁྱད་ས་བཞེན་ས་ཡང་། བད་སྟོད་པའི་གཞུང་གི་ཡིག་རིགས་
ལེ་ཤ་ཅིག་འཛོམས་མ་ཚུགས་ཏེ་འབད་རུང་ རང་ལུ་ཁྱིད་ལུང་དང་ ཞལ་རྒྱུན་རེ་
ཡོད་པ། མདོ་ཁམས་མཁས་པའི་ཡང་ཅེ་རིན་པོ་ཆེ་རྒྱལ་བ་ཉི་མ་གིས་མཛེད་པའི་
ལྷན་རྟགས་བསྐྱེད་བསྐྱེད་པའི་དཀར་ཕྱེད་བ་དང་། ལྷན་ཁྲོང་ས་མཁས་པའི་ལུ་
མཚོག་ སློབ་དཔོན་ཞོ་ར་བྱུང་བའི་རྒྱལ་གིས་མཛེད་མཛེད་པའི་ལྷན་རྟགས་རྒྱམ་
ཀ་རའི་ཞལ་ལུང་དང་ གཞན་དཀར་གནད་ཚུ། རྟགས་ལྷན་རྟགས་བསམ་བཞུན་པའི་
རྒྱལ་མཚན་གྱིས་མཛེད་པའི་ ལེགས་བཤད་སྤྱང་བ་དམ་པ། རྒྱལ་སྐུས་གཞན་པན་
མཐའ་ཡས་གྱིས་ མཛེད་པའི་ལེགས་བཤད་འབྲུལ་གྱི་ལྷེ་མིག་ སྐུ་པལ་ལ་
མཚོག་གིས་མཛེད་པའི་ལྷན་རྟགས་ཚུ་དང་། དེ་ལས་གཞན་ས་ཏུ་འབྲེལ་ཆེན།
ལེགས་བཤད་ཕྱོད་དབང་། དགེ་བཤེས་དགེ་འདུན་རིན་ཆེན་གྱིས་མཛེད་པའི་
ལྷན་རྟགས། གཞན་ཡང་རིག་གསུང་གི་ལྷན་རྟགས་ཀྱི་དེ་བ་རྒྱུ་ལེ་ཤ་ཅིག་ལུ་
བཞེན་པའི་ཁར། ཁྱད་པར་རྫོང་ཁའི་སྤྱི་གཞུང་ལུ་ཁྱད་ས་བཞེན་ཏེ་སྤྱི། དེའི་གུ་
ད་རེས་ནངས་པ་གི་གནས་སྤངས་དང་ཡང་བསྐྱར་པའི་ཐོག་ རང་གི་རིག་པ་གིས་
ཟུར་རྒྱུ་ཏེ་ སན་ཐབས་གང་འོས་ཚུ་བཙུགས་ཏེ་བྲིས་ཡོད་པའི་ཁྱད་ས་ཡིན།

ཚམས་ཐངས་ཡང་། དགོས་པ་བྱུང་པར་ཅན་ལུ་དམིགས་ཏེ། སྤྱིར་
སྐྱད་ཀྱི་བདེ་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་བ་ཡང་ཤེས་ཐབས་ལྟ། འགྲེལ་བཤད་ཆོང་ཁའི་
ལས་འབད་གོམ་འཇམ་ཐབས་དང་། དཔེར་བཞིན་ ཚོས་སྐད་ཚུ་ཡང་། ལྷག་
ས་ཀྱི་བྱུང་པར་ལས་ མང་ཤོས་ཚོས་སྐད་ཆོང་ཁ་གཉིས་ཆ་ར་ལུ་འཇུག་བདུག་
ཡང་། ག་ཁྱབ་ཆེན་ལྷག་པ་ཅིག་གོ་ ཚུགས་པའི་ཚོས་སྐད་ཐོག་ལས་བྲིས་ཡོད་པ་
ཆད་ དེ་ཚུ་ཆོང་ཁ་ནང་འཇུག་ཚུ་ཡང་བཀོད་ཡོད་པའི་གྲ། ལྷག་པ་འབད་ཤེས་
ཡོད་པ་ ཆོང་ཁའི་བདེ་གཞུང་ནང་བལྟ་བ་གིས་འཇུག་པ་འབད་བཞག་ཡོད།
དམིགས་ལུ་དང་དགོས་པ། མ་གཞི་ཕྱོད་ཕྱོད་གོང་མ་ཚུ་གིས།

སྤྱོད་པའི་གཞུང་མ་འདུམ་བཟུ་ལྷག་པ་ཅིག་བཙམས་གནང་སྟེ་འདུག་རུང་།
འཇམ་ནངས་པར་དུས་ཀྱི་འཕོ་འགྱུར་དང་ གནས་སྤངས་དང་བསྐྱེད་མ་ད། དེ་
མ་ཡིག་པ་གསར་ཆིང་གི་བྱུང་པར་ཕྱེ་སྟེ་བཙམ་ནི་དང་། རིག་གསར་ཐོག་ལུ་
མ་དགོས་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་མ་ལས། ར་གིས་ཡང་ ཚོས་སྐད་ཆོང་ཁ་གཉིས་
ར་ལུ་ཕན་པའི་ཐབས་ལུ་ རིག་པའི་ས་བོན་བཟུམ་ཅིག་འབད་བཙམས་བཙམ་
།

བཟོད་གསོལ། གོང་ལུ་ཞུ་དོམ་བཟུམ། རང་ལུ་སྟེལ་སྤྱངས་དང་ཐོས་
ས་ཀྱི་རིག་པ་མེད་པ་ལས་ མ་ཤེས་མ་མཐོང་པའི་སྟོན་གྱིས་ནོར་འཕྲུལ་རེ་བྱུང་
པ་ཅིན། བྱུང་མཁས་དབང་དམ་པ་ཚུ་ལྟ། བཟོད་གསོལ་ཉིང་ཐག་པ་ལས་
ཉིང་དང་། འཛོལ་མེ་ཚུ་ལུ་ཐུགས་རེད་པར་ ཐད་ཀར་གསུང་གནང་པ་ཅིན།
སྟེ་པར་གཉིས་པ་ཚུ་འི་སྐབས་ལུ་ ལེགས་བཅོས་འགྱོ་ཚུགས་པའི་རེ་བ་ཡོད་
ཞུ་ནི་དང་གཅིག་ཁར། ལེགས་པའི་ཆ་བྱུང་ཚོས་མ་འདུམ་རེ་ཡང་ཐོན་ཡོད་པ་
། དེ་གིས་རང་དང་སྐལ་བ་མཉམ་མེ་ཚུ་ལྟ། འབྲི་སྟོག་བཟོད་གསུམ་གྱི་རིག་
བ་སྟེ་ ཚོས་སྤྱོད་ཀྱི་ལུ་ག་ཅི་འབད་རུང་ འགྲེལ་ཚུགས་པའི་རེ་བ་དང་སྟོན་ལམ་
ཟེར་ཞུ་ནི།

བཀའ་དྲིན་ལེགས་མོ། དེ་སྟེ་བཙམས་ཡོད་པའི་སྐམ་ཅུ་པའི་དཔེ་
དེབ་འདི། རང་ལས་པར་བདག་པ་ལུ་ མཐུན་ཁྱེན་དང་གནས་སྐབས་ག་ནི་ཡང་
འཛོམས་མ་ཚུགས་པ་ལས། ཆོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས་ལུ་གཅིགས་སུ་ལྷུང་
དུང་ཆེན་མཆོག་གིས་ དགའ་ཆོར་དང་བཙས་པའི་རོས་ལེན་གནང་ཡོད་པ་མ་ཆད་
གང་ལོས་ཀྱི་ལེགས་བཅོས་དང་ ཆོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོར་གྱི་བྱི་འཛོན་སྟོན་པ་
མཆོག་ལས་ དཔེ་དེབ་གསར་ཚོམ་གྱི་གསོལ་རས་དང་བཙས་ པར་བསྐྱུན་ཡང་
ཆོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས་ལས་གནང་སྟེ་ བཀའ་སྟེལ་མཛད་ནིའི་ཞལ་བཞེས་
གནང་མི་འདི་ལུ་ ཉིང་ཐག་པ་ལས་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ཟེར་ཞུ་ནི་དང་བཙས། བཀའ་ལུང་
ཤེས་རབ་ཅེ་མཐོ་རིམ་སྟོབ་གྲའི་སྟོབ་དཔོན་ འཇམ་དཔལ་ཚོས་ཀྱིས་གྱིས་དུས་
རབས་ཉི་ལུ་པའི་མཚམས། རབ་བྱུང་བཅུ་བདུན་པའི་ལོ་༡༧༠༠ གནམ་ལོ་མེ་
སྤང་། སྤྱི་ལོ་༡༩༩༧ ལུ་ རྫོགས་པ་འབད་ བྲིས་པའོ། ། །

སྐུ་ཕུ་པའི་རྣམ་བཤད་སློབ་གསར་རིག་པའི་

སློབ་མེ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

༄༅། ། ཀྱུ་ཀུན་མཆོན་པའི་རང་གཟུགས་འཕགས་མཚན་རྗེ་བཙུན་
འཇམ་དཔལ་དབྱངས་དང་། དེ་ཉིད་དངོས་སུ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ ཟུ་མི་ལོ་ཙྰ་
བ་མཚན་གི་ཞལ་ལྟར་གི་རྗེས་སུ་འབྱངས་ཏེ་ སྐུ་ཕུ་པའི་རྣམ་བཤད་སློ་
གསར་རིག་པའི་སློབ་མེ་འདི་ བཤད་པར་བྱ་བ་ལ།

ཐོག་མར། ཟུ་མི་མཁན་པོ་མཚན་གིས། བསྐྱབ་པ་ཀུན་གྱི་
གཞི་འཛིན་ཅིང་། ། རིག་བྱེད་སློབ་རྣམས་ཀྱི་གྲུ། ། མིང་ཚིག་བཟོད་པ་ཀུན་
གྱི་གཞི། ། ཡི་གེའི་ཐྱོར་བ་བཤད་པར་བྱ། ། ཟེར་གསུངས་དོ་བཟུམ་སྟེ་
ནང་པའི་བསྐྱབ་པ་གསུམ་དང་ ཕྱི་རྟོག་པའི་རིག་བྱེད་བཞི་ (ཅར་མེད་)
འཇིག་རྟེན་དང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ མིང་ཚིག་བཟོད་པ་ག་ར་
གི་གཞི་རྟེན་ ཡི་གུ་ཡུ་ལི་དང་ཀུ་ལི་ལས་བཅམས་ཏེ་བཤད་ནི་ཡིན་ནོ། །

ཀུ་མིང་མ་གཞལ་བྱེད་སྐུ་ཕུ་རྣམ་པ།

ཀ་ ལ་ ག་ ང་། ། ཅ་ ཆ་ ཇ་ ཉ།

ཏ་ ཐ་ ད་ བ། ། ས་ ས་ བ་ མ།

ཙ་ ཚ་ ཛ་ ཡ། ། ཞ་ ཟ་ འ་ ལ།

ར་ ལ་ ཤ་ ས། ཏ་ ཨ།

ལུ་མེའམ་དབྱངས་ཀྱི་མི་གུ་བཞི།

མི ལུ མེ མོ།

དེའི་མིང་དང་རྩལ་འཛིན།

མི	()	གི་གྲ།
ལུ	()	ཐབས་ཀྱ།
མེ	()	འཕྲེང་པོ།
མོ	()	ན་རོ།

དབྱངས་བཞི་གསལ་བྱེད་ལུ་མ་ཚ་ལུ་ཐུར་ཚུལ།

གི་ལུ་གེ་རོ། | ཅི་ཚུ་རེ་ཉ།
 ཉི་ལུ་དེ་མོ། | སི་ལུ་མེ་མོ།
 ཅི་ཚུ་རེ་མོ། | ཞི་ལུ་འེ་མོ།
 རི་ལུ་མེ་མོ། ཉི་ལོ། ལྷ་ལ།

ཡང་ཅིན་

གི་གྲ་གེ་གོ།	མི་ལུ་མེ་མོ།
གི་གྲ་གེ་གོ།	རི་ལུ་རེ་རོ།
ཅི་ཚུ་ཅི་ཅོ།	ཆི་ལུ་ཆེ་ཆོ།
རི་ལུ་རེ་རོ།	ཉི་ལུ་ཉེ་ཉོ།

ལ་སྟགས་པ་ཡ་ཚུན་དང་། གཞན་ཡང་རྒྱང་བཅོགས་འདྲོགས་གསུམ་ལ་
 སྟགས་པ་ག་ར་ལུ་རང་དེ་སྟེ་ཐུར་ནི་ཡིན།

དམིགས་བསལ་དབྱངས་བཞི་ཐུར་ཚུལ།

གོང་ལུ་གསལ་བྱེད་སྐབས་ལུ་ཐུར་དོན་བཟུམ་ཡིན་རུང་། ཆོགས་བཅད་ཚུ་
 ལུ་ཐུར་ཚུལ་ ཟུན་ཐོངས་མཁས་པའི་དབང་པོ་སྟོབ་དཔེན་ནོར་བུ་དབང་
 ཐུག་གི་གསུང་ཅིག་ནང་ :-

སྟེང་ཞེར་མེ་འཛིགས་རིག་པའི་གཟི་བཞིན་གྱི། |
 ལུ་ཐུར་ལུ་མ་ཐུས་བདུན་འདུལ་སྐྱ་གསུམ་གྱུག། |
 མཁྱེན་བཅེ་དཔེ་མེད་ཡེ་ཤེས་ཆེ་མཆེར་བརྟེས། |
 མགོན་ཐོན་བསྟོན་དོ་འདྲོད་དོན་མཆོག་སྟུལ་མཛོད། |
 ཟླ་བུ་ཡིན།

དབྱངས་ (ཀ) ཐུར་ཚུལ།

དབྱངས་ཨ་འདི་ སྟྱར་བཏང་གིས། དབྱངས་བཞིཔོ་བཟུམ་སྟེ་ དམིགས་
 བསལ་གྱིས་ཐུར་མ་དགོཔ་ལས་ དབྱངས་བཞི་ཟེར་གསུངས་མ་ཡིན་རུང་།
 དབྱངས་བཞི་ཐུར་མ་དགོཔ་པའི་ཡི་གུ་ཚུ་ལུ་ དབྱངས་ཨའི་སྟྱར་བའམ།
 དབྱངས་ཨའི་རྒྱན་ལུ་བགོད་པའི་དཔེ་ལུ་ཡང་ :-

བསམ་པ་བཟང་ན་ས་དང་ལམ་ཡང་བཟང་། |
 བསམ་པ་དམན་ན་ས་དང་ལམ་ཡང་དམན། |
 བསམ་ཅད་བསམ་པ་དག་ལ་རག་ལས་པས། |
 ཉག་པར་བསམ་པ་བཟང་ལ་འབད་པར་འཚལ། |

ལུ་མེ་ལོ་རྩ་པ་ལོ་རང་གིས་ཡང་། རྒྱ་གར་ལས་ལྷ་གཞུང་གི་ཡོན་ཏན་ལྷ་མ་
 ལྷ་ཡོག་མེལས་ད། ཆོས་རྒྱལ་ལྷོང་བཅན་ལྷ་མ་པོ་མཆོག་ལྷ་དབྱེང་ལ་རེས་
 པའི་བྱ་དཀར་པའི་བཟློད་པ་ཡིག་ལྷ་ལྷ་ལྷ་པའི་ནང་ཡང་:-

མེད་གསུངས་དོན་བརྒྱུ་ཕྱི་ཞིན། མེད་གི་དབྱངས་གསལ་གྱི་དོན་དག་
ཡང་། འགོ་ཀ་ལས་བཅུ་གསལ་ལས་ཀྱི་ཡི། མེད་ཚོག་གི་དོན་གསལ་མ་
ལས་གསལ་བྱེད། དེ་བརྒྱུ་ཕྱི། འགོ་ཀ་ལས་བཅུ་གསལ་ལས་ཀྱི་ཡི།

གཤམ་གསལ་མིང་གཞི་ཚུ་གི་འོག་ལས། ཡ་ཟླ། ར་ཟླ། ལ་ཟླ། ཚུ་འདྲགས་
 ཟེར་བརྟགས་ཏེ་ཡོད་པ་ལས་ འདྲགས་ཅན་ཟེར་བའི་ཡི་གུ་དབྱེ་བ་གསུམ་
 ཡོད་དེ་ཡང་ :-

ཀ་ ག་ ར་ ལ་ ཕ་ ཏ་ ཉ་ ཊ་ ཋ་ ཌ་ ཌྷ

ཆོག་ཕྱག་པ་ལུ་ཐོབ་ཚུལ།

ཆོག་རིང་ཐུང་གི་ཁྱད་པར་ག་ཅི་ཡིན་རུང་། སྐར་བལྟ་ཚུའི་མཐའ་ཅན་ལུ་
ཤད་གཉིས་དང་། དེ་མིན་པའི་རིགས་ལུ་ཤད་གཅིག་དོན་ཚན་མང་ཉུང་
ག་ཡིན་མ་ཇོགས་པའི་མཐའ་མ་ལུ་ཤད་གཉིས་དང་བཞི་སྐབས་ཐོབ་དང་
འབྲིལ་ཏེ་ཐོབ་ནི་ཡིན། དཔེ་འབདན།

རང་རེའི་འབྲུག་ཡུལ་འདི་ཆོས་ལུ་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་
ལགས་སོ། ། ལྷ་ལྷེ་མི་ལྷེ་ཐམས་པད་ཆོས་ལ་ཤིན་ཏུ་དྲང་
དཀར་རོ། ། དེ་ལྷ་ཆོས་ལ་དང་དཀར་བའི་མཐུས། །
ནད་ཐུག་འབྲུག་ཅོད་ལ་སོགས་པ་དབྱིངས་སུ་ཞི་ཞིང་།
བདེ་སྲིད་ཇོགས་ལུན་གསར་པའི་དཔལ་ལྷ་བུ་ལ་ཡོངས་
སྲིད་དོ། ། དེ་ལྷ་བུའི་དགའ་བདེའི་དཔལ་གྱིས་འཆོ་
བའང་། དཔལ་ལུན་འབྲུག་པའི་ཐུགས་རྗེ་བྱིན་སྐབས་
དང་། མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེས་ཆབ་སྲིད་དབང་
ཐང་དགྲང་དུ་འཕྱར་པའི་མཐུ་ལས་བྱུང་བ་ལགས་སོ། །

(|| ||) ལྷ་བུ།

དམིགས་བསལ་ཕྱག་པའི་མཐར་ཤད་གཉིས་ཐོབ་ཚུལ།

ཕྱག་པའི་མཐའ་མར་སྤྱིར་བཏང་ཤད་ཐོབ་ཚུལ་དེ་སྤྲེལ་ཡིན་རུང་། ད་རུང་
བསྟོ་བའི་ཆོག་བཟུམ་གྱུར་ཅིག་གྱུར་ཅིག་ཟེར་ཡོད་མི་ཚུའི་རྗེས་འབྲུག་
ཀ་ཚུའི་མཐའ་མར་ཤད་གཉིས་རང་ཐོབ་སྟེལ་ཡོད། ག་ཅི་འབད་ཟེར་བ་

ཅིན། གྱུར་ཅིག་དེ་ལྷ་ལྷེ་པའི་བདག་པོས་ཟེར་ཆོག་འཕྲོ་མཐུད་པ་ད།
གའི་མཐུག་གིས་ཤད་གཅིག་གི་ཁྱད་ཆོད་རུང་། བྱ་མཆིས་ཆི་མ་ལམ་ཐོང་མ་
ལས་ཤད་གཉིས་རྒྱལ་སྟེལ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་བཟུམ་སྟེ། ཆོགས་བཅད་རེ་
བཞིན་དུ་ག་ར་འཕྲོ་མཐུད་དེ་མིན་པར། ཆོགས་བཅད་དེ་གིས་དོན་དག་རེ་
སྟོན་པའི་མཚམས་ཡིན་པ་ཅིན། དེ་ཚུའི་མཐའ་མར་ཡང་ཤད་བཞི་ཐོབ་ནི་
ཡིན། དཔེ་འབདན།

སྟེ་གསུམ་སྟོང་དགའི་རྒྱ་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་སྒྲ།
རབ་འབྱམས་ཞིང་དུ་འཇིགས་མེད་གསུང་གིས་བསྐྱར། །
ཐེག་མཆོག་རིན་ཆེན་གྱིང་དུ་བསྐྱར་མཛད་པའི། །
ཡབ་ལས་བརྒྱད་པའི་བརྟན་པ་རྒྱས་གྱུར་ཅིག། ། ། ལྷ་བུ།

སྟེལ་མ་ལུ་ཐོབ་ཚུལ།

ཆོགས་བཅད་དང་ཕྱག་པ་པན་ཚུན་སྟེལ་ཏེ་ཡོད་པ་ལས་སྟེལ་མ་ཟེར་མ་
ཡིན། དེ་ལུ་ཤད་ཐོབ་ཐངས་ཆོགས་བཅད་ཕྱག་གི་སྐབས་དང་འབྲམ་ལས་
སྐབས་ཐོབ་བཞིན་དུ་སྤྱིར་བས་འབྲས།

དམིགས་བསལ་ཆོག་ཤད་ཐོབ་ཚུལ།

ཆོག་བཅད་ཕྱག་སྟེལ་མ་ག་ཅིའི་མཐའ་མར་ཡང་། རྗེས་འབྲུག་གའི་མཐའ་
མར་ཤད་གཅིག་ཟེར་གསུངས་རུང་། ག་རྗེས་འབྲུག་མིན་པའི་དབྱིངས་
ལུན་དང་། སྤད། མིང་གཞི། མིང་བཟུམ་གྱི་མཐའ་མར་ཡང་མ་གྲོགས་

ཡིག་གི་སྐབས་ ཞབས་ཀྱི་མཐའ་མར་ ཤད་གཅིས་རང་རྒྱབ་དགོས་ཡོད་
རུང་། ཚུགས་ཡིག་གི་མཐའ་མར་ ཤད་གཅིག་ཐོབ་ཚུལ། དཔེ་འབདན།

སྤྱི་མཐའ་དམ་པའི་ཆོས་གསུང་གི།
འཆོ་ཞིང་གཞེས་པར་གྱུར་ཅིག་གྱ།
སྤྱིང་པོ་ཅི་ཡང་མི་འདུག་གེ།
རང་ལ་ཕན་པའི་གཏམ་དུ་གོ།
རྒྱ་ལོར་བྱ་ཆའི་དོན་དུ་བགོ། ལྟ་བུ།

དེ་བཟུང་འབད། ག་དང་ཤའི་མཇུག་གིས་ཡང་། གོང་གསལ་དང་འདྲམ་
སྐབས་ཐོབ་བཞིན་དུ་ ཤད་གཅིག་རྒྱབ་དགོས་ དཔེ་འབདན།

ཆོས་རྒྱལ་ཆེན་པོ་ཨ་ཤོ་ག།
བམ་ཐེ་སྤྱི་བ་བདུན་པའི་ཤ། ལྟ་བུ།

ཆོག་གས་བཅད་རྒྱ་རིམ་པ་ལས་ཆོག་འབྱུ་གསུམ་པ།

སྤྱི་མ་མཆུན། ། རྒྱགས་རྗེས་གཟིགས། །
ལས་ངན་བདག་ ། བསྐྱབ་དུ་གསོལ། །

ཆོག་འབྱུ་བཞི་པ།

རབ་མཛེས་ཡིད་འཕྲོག་ ། མཚན་དཔེའི་སྤྱི་ནི། །
བདུད་ཅིའི་འོད་མཚུངས། ཆངས་སྤུངས་མཆུན་ནོ། ། ལྟ་བུ།

ཆོག་འབྱུ་ལྔ་པ།

ལུས་ལ་ན་ཆ་མེད། ། མེམས་ལ་སྤྱག་བསྐྱལ་མེད།
ཐས་དང་ལོར་གྱིས་ལྷུག། དགའ་བ་སྤྱིད་པ་ཡོད། །

ཆོག་འབྱུ་དྲུག་པ།

བྱ་དེ་ཁྱུང་ཁྱུང་དཀར་མོ། ། ག་ཤོག་ཅལ་ང་ལ་གཡར་དང་། །
ཐག་རིང་རྒྱང་ལ་མི་འགོ། ། ལི་ཐང་བསྐྱོར་ནས་སྤྱིབ་ཡོང་། །

ཆོག་འབྱུ་ཐད་ལྔ་པ།

གནས་འདི་རྣམ་རྒྱལ་ཁང་བཟང་མིན། ། གང་དེ་ལྟ་དབང་བཟུ་ཕྱིན་མིན། །
དེ་རྣམས་ལྟ་སྤྱག་གཞོན་ནུ་མིན། ། འོན་ཀྱང་བདག་གི་ཡིད་དགའ་འོ། །

ཡང་།

ཁྱུང་ཁྱུང་དཀར་མོ་ཡི་གསུང་སྒྲུང་། །
སྤྱི་འཛིན་གྱི་ལམ་དུ་ཐོས་ཅམ། །
ཆངས་པའི་དབྱངས་སྤྱི་ཡང་འཁྱུལ་བས། །
མེམས་ཀྱི་སྤྱང་བ་ཡང་འཁྱུར་མོང་། ། ལྟ་བུ།

ཆོག་འབྱུ་བརྒྱད་པ།

སྤྱིན་མོངས་འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ནི། །
རྫོགས་ལྡན་གསར་པའི་དཔལ་དང་མཚུངས་ཤིང་། །
ཐམས་ཅད་རང་དབང་དཔལ་ལ་སྤྱོད་པ། །
སྤུངས་བ་ལས་ཀྱང་སྤུངས་བ་བཟང་མོང་། །

ཡང་།

འབྲུག་ཙན་དན་བཞོད་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ན། །
དཔལ་ལྷགས་གཉིས་བཞུན་པ་སྦྱོར་བའི་མགོན།

ཆེན་འབྲུ་དགུ་པ།

བསམ་པ་བཟང་ན་ས་དང་ལམ་ཡང་བཟང་། །
བསམ་པ་ངན་ན་ས་དང་ལམ་ཡང་ངན། །

ཡང་།

ཟ་དྲགས་ན་སྤང་ཙམ་མཆིན་པ་ཡང་ན། །
སྦྱོང་ཆེས་ན་འོ་མ་ཡང་དྲག་ཏུ་འགྱུར། །

ཆེན་འབྲུ་བཅུ་པ།

ཆོས་བཤད་ལོ་ཐོས་ལོས་འཁོར་བ་ལས་མི་གྲོལ། །
གཟུགས་རབ་བྱུང་ཙམ་གྱིས་ཉན་ཐོས་སུ་མི་འགྲོ། །

ཆེན་འབྲུ་བཅུ་གཅིག་པ།

ལས་སྒོན་རྟེན་འབྲེལ་དཔག་བསམ་ལྡོན་ཤིང་གི་སྟེང་ན། །
རྒྱ་གར་ཤར་གྱི་མ་བྱ་གཞོན་ནུ་ཡང་ཕེབས་བྱུང་། །

ཆེན་འབྲུ་བཅུ་གཉིས་པ།

ཁོ་མོ་མེང་གེ་དཀར་མོ་གངས་ཤིང་ཅེ་ལ་སོན་ཁྱད་། །
ཁྱེད་ཤ་སྐྱག་ཁྱིས་འདྲེད་གང་དགར་བསྐྱར་བ་ག་ལ་འཇད། །

ཆེན་འབྲུ་བཅུ་གསུམ་པ།

བདག་ཁྱད་མེང་གེ་དཀར་མོ་གངས་ཤིང་ཅེ་ལ་སོན་ཁྱད་ཁྱད་། །
བར་རྒྱན་བྱ་ཡུག་འཛུབས་རྟེ་སོན་པའི་སྐལ་བ་མ་བྱུང་ངོ་། །

ཆེན་འབྲུ་བཅུ་བཞི་པ།

མེང་གེ་གངས་ཤིང་ཅེ་ལ་སོན་ཆོ་བསྐྱེད་ཉམས་ཆེ་ཆེ་འདྲ་ཡང་། །
མ་སྦྱོས་ཁྱེད་དུ་འབྱམས་ཆོ་སྦྱོབ་སྟིང་ནས་སྦྱོབ་པ་ལ་ཡང་། །

ཆེན་འབྲུ་བཅུ་ལྔ་པ།

རབ་དཀར་ཁ་དོག་ཤིན་ཏུ་མཛེས་པ་ཞལ་གྱི་རྒྱ་བའི་ལང་ཆོ་ཅན།

ཡེ་མ་མཉམ་སྦྱོར་སྟོང་དང་སྟིང་རྗེའི་རང་གཟུགས་ལྷག་པའི་ལྷ་མོ་
མཇལ། །

ཆེན་འབྲུ་བཅུ་དྲུག་པ།

རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་མཁའ་རབ་གཅིག་བཅུས་ལྷག་པའི་ལྷ་མོ་ཆོག་མགོན་ཁྱེད་
མཁའ་མོ། །

ཆོག་འབྲུ་བཅུ་བདུན་པ།

ཤིང་བུའི་ནང་རོགས་ཆུ་བྱ་ནམས་དང་རོལ་བའི་གོ་སར་ཅེ་བའི་དཔལ་
མངའ་བ། །

ཆོག་འབྲུ་བཅུ་བརྒྱད་པ།

ཀྲུལ་བ་ཀྲུན་གྱི་མཆུན་རབ་གཅིག་བསྐྱུས་ལྷག་པའི་ལྷ་མཚོག་མགོན་
པོ་ཆེད་མཆུན་ནོ། །

ཆོག་འབྲུ་བཅུ་དགུ་པ།

ཟབ་དང་ཞི་བ་སྟོས་པའི་ཆོས་ཀྱན་རིང་དུ་སོང་བའི་ཆེད་ཐུགས་འོ་
མའི་ཀྲུ་མཚོ་ལ། །དེ་བརྩམ་སྟེ།

ཆོག་མ་ཉེར་གཅིག་པ།

ཀྲུལ་བ་ཀྲུན་གྱི་སྤྱན་པར་ཐུགས་བསྐྱེད་ཀྲུལ་བའི་ཡུམ་གྱི་མ་ཡུས་
ཀྲུལ་བའི་སྤྱན་ལས་ཀྲུན་སྤྱབ་མ། །

ཉེར་གསུམ་པ།

སྤྱིག་ཏུའི་ནགས་ཀྱི་འཛིགས་པ་མེད་ལྷན་སྟོ་སྟོང་ས་དགེ་བཅུའི་
གངས་ཀྱི་རི་ལ་བསོད་ནམས་སྟོབས་ཀྱིས་གནས་བཅས་ཤིང་། །

ཐོ་གཅིག་པ།

ཇམ་བུའི་སྤྱ་ཡི་སྤྱིང་བུ་བསྐྱུར་བ་ནོར་འཛིན་སྟེག་མའི་ཡང་དུ་ཅེ་བའི་སྟེ་
དགུ་ནམས་ཀྱི་ཡུས་ཀྱི་འདུ་བ་སྟོམས་པ་མིན་པའི་གནས་དཔེན་ཅིང་། །
ལྷ་ལ།

ཆོག་མ་བཅད་རིང་ཐུང་གི་དཔེ་ཙམ་ཅིག་གཞན་དང་གཞན་ལས་འབྱ་སྟེ།
ཆོག་མ་བཅད་ཀྱི་རིམ་པ་བཞོད་ཡོད་པ་བཟུམ། གཞན་ཡང་རིག་པའི་
ས་བོན་དེ་གིས་རིགས་བསྟེ་སྟེ་འབྲི་སྟོག་བཟོད་གསུམ་འབད་བ་གིས་
འབྱས།

ཆོག་ཀང་གི་རིམ་པ།

སྤྱིར་བཏང་ཆོག་མ་བཅད་གཅིག་ལྟ། ཆོག་ཀང་བཞི་ཡིན་རུང་། དམིགས་
བསལ་གྱིས་ཆོག་མ་བཅད་ལྟ་ཆོག་ཀང་གཉིས་དང་། གསུམ། ལ། དུག་
བདུན་དགུ་ནང་ཡང་ཡོད་པ་ཤིས་དགོ།

སུམ་ཅུ་པའི་ནམ་བཤད་སྟོ་གསར་རིག་པའི་སྟོན་མེ་ཞེས་བྱ་བ་
ཤིགས་སོ། ། དགེའོ། །

(गं गं दं तं एं ऋं ५ं वं छं झं ञं रं यं लं)

ཕྱིན་འཇུག་ (མ) འི་འཇུག་ལུལ་བཟུ་གཅིག།

(ཁ་ག་ང་ཆ་ཇ་ཉ་ཐ་ད་ན་མ་ཙ་ཐ་ཨ་འ་)

འཇུག་ཚུལ།

ང་གཞི་བཟུ་གཅིག་པོ་ག་ར་ལུ་རྒྱུང་པ་དང་། དེ་ལས་ཁ་དང་ག་གཅིག་ལུ་
པ་རྩ་དང་ར་རྩ་འཛོལ་ཅན་འཇུག་པ་ཡིན། དཔེ་འབདན།

རྒྱུང་པ་ལུ	ཡའི་འཛོལ་ཅན་ལུ	རའི་འཛོལ་ཅན་ལུ
མཁན་	མཁྱེན་	འཁྲིལ།
མགོན་	མགྱོན་	མགྲོན།
མངའ་	ཾ	ཾ
མཚད་	ཾ	ཾ
མཇལ་	ཾ	ཾ
མཉམ་	ཾ	ཾ
མཐོང་	ཾ	ཾ
མདུན་	ཾ	ཾ
མནང་	ཾ	ཾ
མཚལ་	ཾ	ཾ
མཛེས་	ཾ	ཾ

ཕྱིན་འཇུག་ (ཨ) འི་འཇུག་ལུལ་བཟུ།

(ཁ་ག་ཆ་ཇ་ཉ་ཐ་ད་ན་མ་ཙ་ཐ་ཨ་འ་)

འཇུག་ཚུལ།

དེ་ཚུ་ག་ར་རྒྱུང་པ་དང་། ཁ་ག་མ་ཐ་བཞི་ལུ་ཡ་རྩ་དང་ར་རྩ་འཛོལ་ཅན་
དང་། དེ་ལས་(ད) གཅིག་ལུ་ ར་རྩ་འཛོལ་ཅན་འཇུག་པ་ཡིན།
དཔེ་འབདན།

རྒྱུང་པ་ལུ	ཡ་རྩ་ལུ	ར་རྩ་ལུ
འཁན་	འཁྲིལ་	འཁྲིལ།
འགན་	འགྱིང་	འགྲོན།
འཆལ་	ཾ	ཾ
འཇལ་	ཾ	ཾ
འཐུང་	ཾ	ཾ
འདར་	ཾ	འདྲིལ།
འཕྱུལ་	འཕྱན་	འཕྲལ།
འབའ་	འབྱང་	འབྲལ།
མནང་	ཾ	ཾ
འཚལ་	ཾ	ཾ
འཛུལ་	ཾ	ཾ

ཐེམ་འཇུག་བརྒྱ།

ག་ ར་ ད་ བ་ མ་ འ་ ར་ ལ་ ས།

ཐེམ་འཇུག་ཟེར་བའི་དོན་དག།

མིང་གཞིའི་ཡི་གུ་ག་ཅི་ལུ་འབད་རུང་། དོན་དག་གོ་ནི་ཡོད་མེད་ཀྱི་ཁྱད་མ་གཏོགས་གཞན་འཇུག་མི་འཇུག་གི་དཔྱེ་བ་ག་ནི་ཡང་མེད་པར། མིང་གཞིའི་ཡི་གུ་ག་རའི་རྒྱུ་འཇུག་པ་ལས་རྒྱུ་འཇུག་དང་། མིང་གཞིའི་མཐའ་མར་འཇུག་པ་ལས་མཐའ་རྟེན་ཟེར་ཡང་སྤྲུལ་ཡིན། དཔེ་འབདན།

འཇུག་ཚུལ།

ཀག་ ཀར་ ཀད་ ཀན་ ཀབ་ ཀམ་ ཀའ་ ཀར་ ཀལ་ ཀས།
ཁག་ ཁར་ ཁད་ ཁན་ ཁབ་ ཁམ་ ཁའ་ ཁར་ ཁལ་ ཁས།
གག་ གར་ གད་ གན་ གབ་ གམ་ གའ་ གར་ གལ་ གས།
ངག་ ངར་ ངད་ ངན་ ངབ་ ངམ་ ངའ་ ངར་ ངལ་ ངས།

མོགས་ལྟ་བུ། མིང་གཞི་ག་ར་ལུ་ཐུར་དགོལ་རིགས་བརྩེ་རྩེ་ཤེས་དགོལ་དང་། རྒྱུར་པའི་མཐར་རྒྱུ་འཇུག་འ་ཡོད་མི་ཚུ། བད་རྟེན་པའི་སྐབས་ལུ་འབྲེ་སྟོལ་ཡོད་རུང་། ད་རེས་ནངས་པར་ (དཀའ་དགའ་) ལྟ་བུ་ཐོན་འཇུག་ཅན་ལུ་དང་དབྱེར་བཞི་མ་སྤྱད་བའི་བཅེགས་འདོགས་ཀྱི་ཡི་གུ་ (བདའ་) (བརྟའ་) (དབྱའ་) ལྟ་བུ་ཅམ་ཅིག་ལས་མི་འཇུག་པ་ཡིན་མ་ཤེས་དགོ།

ཡང་འཇུག་གཉིས།

(ད་ ས)

ཡང་འཇུག་ཟེར་བའི་དོན་དག།

མིང་གཞིའི་ཡི་གུ་ཚུ་གི་མཐའ་མར་རྒྱུ་འཇུག་དང་ ད་རུང་རྒྱུ་འཇུག་པས་ (ཀ་ར་བ་མ) བཞིའི་མཐའ་མར་ (ས་) དང་རྒྱུ་འཇུག་ (ན་ར་ལ) གསུམ་གྱི་མཐའ་མར་ ཡང་འཇུག་ (ད) འདི་ཡང་ཟེར་ལོག་སྟེ་རང་འཇུག་པ་ལས་ ཡང་འཇུག་ཟེར་མ་ཡིན།

ཡང་འཇུག་ (མའི) འཇུག་ཚུལ།

གཟིགས་ བཞུགས་ བཅགས་ ཆགས།
གསུངས་ བསངས་ མདངས་ ཐོགས།
བསྐྱབས་ བསྐྱབས་ བདབས་ རབས།
བསམས་ གདམས་ གཏམས་ ཐམས། ལྟ་བུ།

དེ་ཡང་དོན་དག་གོ་ནི་ཡོད་མེད་ཀྱི་ཁྱད་པར་མ་གཏོགས་འཇུག་མི་འཇུག་གི་དཔྱེ་བ་མེད་པ་ཤེས་དགོ།

ཡང་འཇུག་ (དའི) འཇུག་ཚུལ།

ཀའད་རྩ། ཀའ་རྩ། ཤེན་རྩ། ཤེན་རྩ།
གྱུར་རྩ། གྱུར་རྩ། བ་རོལ་ད་བྱ། བ་རོལ་བྱ།
སྟོན་ཅིག། སྟོན་ཅིག། རྩལ་ད་ཅིག། རྩལ་ཅིག།

ལྟ་བུའི་འཇུག་ཚུལ་ཚུ་ཡིན། རྒྱལ་པ་སྟེ་འོག་ལས་བཤད་འོང་།

རྒྱལ་ཁྲི་མིང་།

མིང་གི་རྒྱལ་ཁྲི་མཆན་དང་དེས་ཚིག་གཉིས་ཆ་རའི་སྒོ་ལས་ ལྷན་པའི་
འགྲུབ་ནི་ཡོད་མི་ཅིག་ལྟ་སྲུབ་ཡིན། དཔེ་འབདན་ སངས་རྒྱལ་དང་
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཟེར་བའི་ སངས་རྒྱལ་བཟུམ་ཅིག་ལྟ་ཆ་བཞག་
པ་ཅིན།

སངས་རྒྱལ་ཏེ། ཡ་རིག་པའི་གཉིད་མཐུག་པོ་ལྟ་བུ་ལས་

སངས་ཤིང་། ཤེས་བྱའི་ཆོས་ལ་སྒོ་གྲོས་སྒྲོའི་འདབ་མ་

ལྷན་རྒྱལ་པས་ན་ སངས་རྒྱལ།

ཟེར་མ་བཟུམ་ སངས་དང་རྒྱལ་པའི་དོན་དེས་ཚིག་འགྲེལ་ནི་ཡོད་མི་ཅིག་ལྟ་
རྒྱལ་ཁྲི་མིང་ཟེར་མ་ཡིན། མིང་ལྟ་གཞན་ཡང་ དངོས་པོ་རང་རང་སོ་
སོའི་མིང་ ཉིམ། ལྷན་ སེཌེ་ཟེར་མ་ལ་སོགས་པ་ཚུ་ལྟ་དངོས་མིང་དང་།
དངོས་མིང་དེ་ གཞན་དང་གཞན་ལྟ་བུ་གསལ་པ་ལྟ་ བཏགས་མིང་ཟེར་
གཉིས་ཡོད། བཏགས་མིང་དེའི་ནང་། འདྲ་བ་རྒྱལ་མཆན་གྱི་པ་མིང་
བཏགས་པ། འབྲས་མིང་རྒྱལ། རྒྱལ་མིང་འབྲས་པུ་ལྟ་བུ་བའི་སྒོ་ལས་
མིང་བཏགས་པ། ཚོགས་པའི་མིང་ཡ་གྲུལ་ལྟ། ཡ་གྲུལ་བའི་མིང་ཚོགས་
པ་ལྟ་བུ་གསལ་། གཞན་ཡང་པམ་སྤྱན་ཆ། གཉེན་ཉེ་འབྲེལ། རིགས་།
སྒྲ་ཆོས་སྤྱང་། ཆོས་ལྟགས་ལ་སོགས་པ་ལས་བརྟེན་ མིང་བཏགས་ཐངས་
ལེ་ག་ཡོད།

དོ་རུང་ མིང་གི་མཐའ་མར་གྱེན་ནམ་ཕྱད་གང་རུང་སྤྱད་མ་དེ་
ཆོག་ཟེར་ཡོད་རུང་ ཆོས་ཀྱི་འབྱུང་གནས། བཟུམ་པའི་དབང་ཕྱག་།
ལྷན་གྱིན། ལྷན་གྱིན་ལ་སོགས་པའི་སྐབས་མིང་དང་། གཞན་ཡང་
ཅིས་དཔོན། སྒོ་བ་གྱའི་དབྱ་འཛིན། མདོ་ཆེན་ཟེར་མ་བཟུམ་གྱི་གོ་སའི་
མིང་ཚུ་ཡང་ མིང་གི་སྤྱི་ཁར་བཏོགས་པ་ཡིན། དེ་འབད་མ་དེ་ ཆོ་གསལ་
ཟེར་མིང་གི་ཚོགས། ཆོག་གི་ཚོགས། བརྟེན་པའི་ཚོགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་དེ་
ཤེས་དགོས་གལ་ཆེ།

ལུས་རྟགས་ཀྱི་ཐུ་དོན།

ལུས་རྟགས་ཟེར་མི་དེ་ མིང་ཚིག་བརྟེན་པ་གསལ་གྱི་སྒོ་ལས། སན་ཚུན་བད་
སྟོད་པའི་དོན་སྟོན་པའི་གཞུང་ཅིག་ལྟ་སྲུབ་ཡིན།

ལུས་རྟགས་ཚུ་མི།

རྒྱུ་བཟུམ་འཇམ་དཔལ་དབྱུངས་ཀྱི་སྤྱུལ་པ། ཟུ་མི་འམ་ཐོན་མིའི་རིགས་
ཅིག་ལས་འབྱུངས་པའི་སམ་སྟོ་ཏེ་ཟེར་ བོད་བཟང་པོ་འམ་ ཀླན་ཏུ་བཟང་པོ་
ཟེར་ཞུ་བའི་སྐད་གཉིས་སྤྱི་བའི་དབང་ཕྱག་ལོ་ ལྷ་བ་མཁས་པ་ཆེན་པོ་ཅིག་
གིས་མཛད་གནང་བྱུག།

ལུས་རྟགས་ཟེར་བའི་དོན།

ལུས་རྟུ་པ་དང་ རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པ་ཟེར་བའི་བད་སྟོད་པའི་གཞུང་གཉིས་
མིང་གཅིག་ཁར་བལྟས་ཏེ་ ལུས་རྟགས་ཟེར་མ་ཡིན།

ལུས་ཕུ་པ་ཐེར་བའི་དོན།

ཐུ་མི་མཁན་པོ་མཆོག་གིས། མིང་ཆོག་བརྟུན་པ་གསུམ་མཁ། འབྲི་ལྷོག་
བརྟུན་གསུམ་འབད་དགོ་པའི་ རྟོན་ཕྱེད་ཆོག་ཕྱད་དང་ རྣམ་དཔྱེད་ཕྱོར་
བཙུག་ར་ གཞུང་ཆད་ཤོ་ལོ་ཀ་སུམ་ཅུའི་ནང་ཆང་མ་འབད་བཟུལ་ཏེ་
བཙམས་གནང་མ་ལས་ ལུས་ཕུ་པ་ཐེར་མ་ཡིན།

རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པ་ཐེར་བའི་དོན།

མིང་གཞི་ རྟོན་འཇུག་ རྟོན་འཇུག་ཚུ་ རྟེན་གནས་ཀྱི་ཕྱེད་ཚོལ་སྤྱོད་ རྟགས་
ཆེ་ཆུང་ཚུ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ ཐོ་མོ་མ་ཐེང་ལ་སོགས་པའི་རྟགས་ སོ་སོའི་སྟོལ་ས་
བདག་གཞན་དུས་གསུམ་དང་། ཕྱ་ཕྱེད་ལས་ གསུམ་ཀྱི་ཕྱོར་བཙུག་
པའི་དོན་ལུ་འཇུག་པ་ལས། རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པ་ཐེར་མ་ཡིན།

དེ་ཁར་གཙོ་མོ་སུམ་ཕུ་པའི་ཕྱོར་བཙུག་གོགས་ རྟགས་ཀྱི་འཇུག་
པ་མ་བཤད་རུང་། མིང་གཞིའི་རྟགས་ཚུ་ རྟེན་གནས་སོ་སོལས་འཐོན་པའི་
སྤྱོད་དང་ ཕྱེད་ཚོལ་ཚུ་ལས་ མོ། མ་ཐེང་། མོ། འུན་རུ་མོ། མོ་གཤམ།
མཆན་མེད་ཐེར་ལྟ་དང་། རྟོན་འཇུག་ལུ་གིས་མིང་གཞི་ལུ་འཇུག་པ་ད།
སྤྱོད་ཀྱིས་ཆེ་ཆུང་ཚུ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ ཐོ་མོ། འུན་རུ་མོ། མ་ཐེང་ཐེར་བཞི་དང་།
དེ་བཟུམ་མེ་ རྟོན་འཇུག་བཙུག་ཡང་ མིང་གཞི་དང་ཕྱོར་མ་ད་ རྟེན་གསུམ་
དག་ཞན་བར་མ་ཆུ་དང་བཟུན་ཏེ་ མོ། མ་ཐེང་། མོ་ཐེར་གསུམ་ཡོད།

དེ་སྟེ་ རྟོན་འཇུག་དང་ རྟོན་འཇུག་ཚུ་ མིང་གཞི་ལུ་འཇུག་
ཚུ་ལ་དཔྱེ་བ་གིས་ ཕྱེད་པ་བཞི་ཐེར་ཡོད།

- ༡) གང་ལ་འཇུག་པར་ཕྱེད་པ།
- ༢) གང་གིས་འཇུག་པར་ཕྱེད་པ།
- ༣) རི་སྒྲར་འཇུག་པར་ཕྱེད་པ།
- ༤) ཅིའི་ཕྱིར་འཇུག་པར་ཕྱེད་པ། ཐེར་རེ་རེ་ལུ་ རྣམ་པ་
བཞི་བཞིའི་སྟོལ་ས་འཇུག་མའི་ནང་། རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པ་ལུད་པ་ཅིག་
བཟུམ་ཡིན་མ་ཤེས་དགོ།

ཡི་གུའི་སྟེན་གནས།

ཡི་གུའི་སྟེན་གནས་ཕྱེད་ཚོལ་ཀྱི་དཔྱེ་བ་ལེ་ཤིང་རུང་ རྟགས་འདི་ཁར་
ཕྱིར་བཏང་མིང་གཞིའི་སྟེན་གནས་ཙམ་ཅིག་བཤད་ནི་ཡིན། དཔེ་འབད་ན།

མགྲིན་པ་ལས་སྟེན་པའི་ཡི་གུ་བདུན།

ཀ་ཁ་ག་ང་འ་ར་ཏ་ཨ།

ཀན་ལས་སྟེན་པའི་ཡི་གུ་བཅུ་གཉིས།

ཅ་ཆ་ཇ་ཉ་ཅ་ཆ་ཇ་ཁ་ལ་ཤ་ཨི་ཨེ།

མོ་ལས་སྟེན་པའི་ཡི་གུ་བདུན།

ཏ་ཐ་ད་ན་ཟ་ལ་ས།

མཆུ་ལས་སྟེན་པའི་ཡི་གུ་བདུན།

བ་མ་བ་མ་མ་ཨུ་ཨོ།

ཕྱི་ལོ་ལས་སྐྱེས་པའི་ཡི་གུ་གཅིག།

(ར)

ལྷ་ལས་སྐྱེས་པའི་ཡི་གུ་གཅིག།

ང་ཉ་ན་མ།

ལྷ་ལས་སྐྱེས་པའི་བཤོད་བྱ།

ལྷ་ལས་སྐྱེས་པའི་བཤོད་བྱའི་དོན་ནི་ རྒྱལ་འཇུག་ལྷ་སྐྱེས་དགོ་པའི་ སྤང་ནམ་
དེའི་དང་བཅས་བཤོད་དང་ སྤང་རང་དབང་ཅན་དུག་གི་སྤྱོད་ཚུལ་ཚུ་ཡིན།

སྤྱོད་ཚུལ་ཚུ་ག་སྤང་གི་འཇུག་པ་བཤོད་པ།

- | | |
|--------------|----------------------|
| ༡) སྤྱོད་པུ། | ༥) ལྷ་ག་བཅས། |
| ༢) ལ་དོན། | ༦) འཕྱོད་སྤྱོད། |
| ༣) ཡི་ལྷ། | ༧) འཕྱོད་པ་ཁྱེད་པ། |
| ༤) ལྷ་སྤྱོད། | ༨) བོད་སྤྱོད་ཚུ་ཡིན། |

སྤང་རང་དབང་ཅན་དུག་ནི།

- | | |
|--------------|----------------------|
| ༡) རི་སྤྱོད། | ༤) གང་སྤྱོད། |
| ༢) དང་སྤྱོད། | ༥) བདག་སྤྱོད། |
| ༣) དེ་སྤྱོད། | ༦) དགག་སྤྱོད་ཚུ་ཡིན། |

སྤང་དང་ལྷ་སྤྱོད་ལྷ་སྤྱོད་པ།

སྤྱོད་དེ་གཉིས་ཆ་རང་སྤང་རང་ཡིན་རུང་ དམིགས་བསལ་ལྷ་སྤྱོད་ཚུ་ག་སྤང་
གཞན་ཚུ་འོས་བསམ་ལྷ་སྤྱོད་མི་ལྷ་སྤང་དང་། རྒྱལ་དེའི་སྐབས་ལྷ་སྤྱོད་མི་
ལྷ་སྤྱོད་ཟེར་སྐབ་དགོ་པའི་ལྷ་སྤང་པར་ཡོད།

ཚུ་ག་སྤང་ཟེར་བའི་ངེས་ཚིག།

ཚུ་ག་སྤང་ཟེར་བའི་ངེས་ཚིག་ ཚུ་ག་གི་སྤྱོད་པ་ཚུ་ ལྷ་སྤྱོད་ཟེར་ ཚུ་ག་ཉེ་མ་དང་
ལྷ་སྤྱོད་ཟེར་བར་ན་ མཚམས་སྤྱོད་ཉེ་ སྤང་ (སྤྱོད) རི་གི་དོན་དག་སྤྱོད་མི་ལྷ་
ཚུ་ག་སྤང་ཟེར་མ་ཡིན།

རྒྱལ་དེའི་ཟེར་བའི་དོན་དག།

སྤྱོད་ཚུ་ག་སྤྱོད་མཚམས་སྤྱོད་པའི་སྤང་ཡང་ཡིན་པའི་ཁར། ལྷ་སྤང་པར་
ཚུ་ག་སྤང་གིས་ མིང་ཚུ་ག་གི་དེའི་བ་ལེགས་ཤོམ་འབད་སྤྱོད་ཚུ་གས་པའི་
ལྷ་སྤྱོད་མི་ཚུ་ག་སྤང་ཟེར་མ་ཡིན།

སྤང་དང་ལྷ་སྤྱོད་ཚུ་གི་སྤྱོད་ཚུལ་དེའི་པ།

སྤང་དང་ལྷ་སྤྱོད་ཟེར་མི་ཚུ་ལྷ་ སྤང་རང་དབང་ཅན་དང་། སྤང་གཞན་དབང་
ཅན་ཟེར་གཉིས་ཡོད། རྒྱལ་འཇུག་གི་མཐའ་མ་དང་འབྲིལ་ཉེ་སྤྱོད་མ་
དགོ་པར་ ག་ཚུ་ད་སྤྱོད་ཚུ་ག་མི་ལྷ་ རང་དབང་ཅན་དང་། རྒྱལ་འཇུག་གི་
མཐའ་མ་དང་འབྲིལ་ཉེ་སྤྱོད་དགོ་མི་ལྷ་ གཞན་དབང་ཅན་ཟེར་སྐབ་ཡིན།

ཕད་དམ་ཁྱེན་གྱི་སྒྲིབ་སྒྲིབ་ཚུལ།

སྒྲིབ་སྒྲིབ་ཚུལ་ཟེར་མི་དེ་ ཕད་དམ་ཁྱེན་གྱི་ཡི་གུ་ཚུ། རེས་འཇུག་རང་རང་
མོ་མོ་འཇུག་པའི་དང་འཇུག་ཏེ་ དེ་དང་དེ་འཇུག་པའི་ཐོབ་ཐོབ་ཐོབ་
ཚུལ་ཙམ་ཅིག་སྟོན་པ་ལུ་ སྒྲིབ་སྒྲིབ་ཚུལ་ཟེར་མ་ཡིན།

ཕད་དམ་ཁྱེན་གྱི་དོན་གྱི་འཇུག་ཚུལ།

ཕད་དམ་ཁྱེན་གྱི་དོན་གྱི་འཇུག་ཚུལ་ཟེར་མི་དེ་ མིང་ཆོག་བཞོད་པ་གསུམ་
ནང་བཟུལ་པའི་ཆོད་ཕྱེད་ཆོག་གི་འཇུག་ཚུལ་སྟོན་མི་ལུ་ དོན་གྱི་འཇུག་ཚུལ་
ཟེར་མ་ཡིན།

ནམ་དཔྱེ་བརྒྱད་མོ་མོ་ཕྱེ་ཚུལ།

གོང་ལུ་ཕད་ནམ་དཔྱེ་དང་བཅས་པ་བརྒྱད་ཡོད་པ་ལས། ལ་དོན་ལས་
གསུམ་དང་། ཡི་ལྟན་ལས་གཉིས། འབྲུང་ཁུངས་ལས་གཅིག་ བོད་སྐྱ་དང་
བཅས་ཏེ་བདུན། དེ་གུ་སྤྱིར་བཏང་མིང་གི་ ནམ་དཔྱེ་བཅས་ཏེ་བརྒྱད་ཡོད།

- ༡) རོ་བོ་ཙམ་སྟོན་པའི་ནམ་དཔྱེ།
- ༢) ལས་སྤྱུ་བའི་ནམ་དཔྱེ།
- ༣) ཕྱེད་པ་བོའི་ནམ་དཔྱེ།
- ༤) དགོས་ཆེད་ཀྱི་ནམ་དཔྱེ།
- ༥) འབྲུང་ཁུངས་ཀྱི་ནམ་དཔྱེ།
- ༦) འབྲེལ་སྤྱིའི་ནམ་དཔྱེ།
- ༧) རྟོན་གནས་ཀྱི་ནམ་དཔྱེ།

༨) བོད་སྐྱའི་ནམ་དཔྱེ།

ནམ་དཔྱེ་དེ་ཚུའི་ཡན་ལག།

ནམ་དཔྱེ་གཉིས་པའི་ཡན་ལག་ དེ་ཉིད།

ནམ་དཔྱེ་བཞི་པའི་ཡན་ལག་ ཆོ་སྒྲུབས།

ནམ་དཔྱེ་དང་བོའི་ཡན་ལག་ བོད་སྐྱ།

ནམ་དཔྱེ་ལུ་རོ་བོ་བདུན་དང་། དེ་གུ་བོད་སྐྱ་འདི་ཡན་ལག་དང་། རོ་བོའི་
ནང་ཡང་བཅི་སྟེ་ཡོད་པ་བཞི་ན་དུ་ རོ་བོ་དང་ཡན་ལག་བཞི་མས་ཏེ་བརྒྱ་
ཐམ་ཡོད། རོ་བོ་བདུན་མོ་འདི་ ཁྱེན་གྱི་སྟོ་ལས་བསྐྱ་བ་ཅིན་ ལ་དོན།
ཡི་ལྟན། འབྲུང་ཁུངས་ཀྱི་ཁྱེན་ཚུ་ནང་བཟུ་ནི་ཡིན།

ནམ་དཔྱེ་བདུན་བརྟན་པའི་སྐྱག་ཕད།

༡) སྐྱར་བསྐྱ།

༢) ཁྱེན་ཕྱད།

༣) སྐྱག་བཅས།

༤) འབྱེད་ཕྱད།

༥) དགར་སྤྱད་ཟེར་ཁྱ་དང་། དེའི་གུ་རང་
དབང་ཅན་དུག་བཀལ་ཏེ་ཕད་བརྒྱ་གཅིག་ཡོད་པ་
ཡིན།

དང་པ་སྐྱར་བསྐྱ།

ཕད་ (གོ་རོ་ནོ་བོ་མོ་འོ་རོ་ལོ་སོ་ཏེ་) བརྒྱ་གཅིག།

སྐྱར་བཟུ་མེར་བའི་དོན།

ཕྱད་དེ་ཚུ་མིང་ཚིག་བཞིན་པ་གཅིད་མཐའ་མར་སྐྱར་རྟེ་འབད་རུང་སྐྱར་
ལོག་སྟེ་འཕྱོ་མཐུད་ཀྱི་ཚིག་ཚུ་བཟུ་བཏང་མ་ལས་སྐྱར་བཟུ་དང་། གཞན་
ཚིག་གི་ཟླ་ཟེར་ཚིག་གོགས་བཟུ་ལས་ཟླ་སྟུད། སྐབས་ཐོབ་ལུ་བབས་པའི་
དོན་དག་ཅིག་ཆོགས་སོ་པའི་དོན་སྟོན་ལས་ཆོགས་ཚིག་ཟེར་མ་ཡིན།

སྐྱར་བཟུ་འི་སྐྱའི་ཕྱོར་ཚུ་ལ།

སྐྱར་བཟུ་འི་སྐྱའི་ཕྱོར་ཚུ་ལ་ཟེར་མིང་ཚིག་བཞིན་པ་གསུམ་གྱི་རྗེས་འཇུག་
གི་མཐའ་མར་སྐྱར་ཐངས་འདི་མིང་དང་བྱ་བ་གཉིས་ཆ་རའི་རྗེས་འཇུག་
(གའི) མཐའ་མར་(གོ) རའི་མཐའ་མར་(རོ) དའི་མཐའ་མར་(དོ)
ལ་སོགས་པ་རིམ་པ་བཞིན་དུ་སྐྱར་ནི་དང་། མཐའ་མེད་ཀྱི་མཐའ་མར་(འོ)
རྗེས་འཇུག་ན་ར་ལ་གསུམ་གྱི་ཡང་འཇུག་ད་དྲག་ཅན་གྱི་མཐའ་མར་(རྟེ)
འཐོབ་ནི་ཡིན། དཔྱེ་འབད་ན།

མིང་གི་མཐའ་མར་སྐྱར་ཚུ་ལ།

འབྲུག་གོ། ཐང་རོ། མོད་དོ། ལྷན་ནོ། ལབ་པོ། གསུམ་མོ།
འབའ་འོ། ཆར་རོ། སྐྱལ་ལོ། ཡོས་སོ། མའོ། ལྷ་ཡ།

བྱ་ཚིག་གི་མཐའ་མར་སྐྱར་ཚུ་ལ།

འདུག་གོ། བཟང་རོ། ཡོད་དོ། ཡིན་ནོ། གྲུབ་པོ། བསམ་མོ། དགའ་འོ།
དཀར་རོ། འཕེལ་ལོ། ཤེས་སོ། སྟོའོ། ཕྱིན་དྲོ། དར་དྲོ།
འཕེལ་དྲོ། ལྷ་ཡ།

ཚིག་གི་མཐའ་མར་སྐྱར་ཚུ་ལ།

དགའ་བ་འདུག་གོ། རྟེན་འབྲེལ་བཟང་རོ། སྦྱིད་པ་ཡོད་དོ། དཀོན་མཆོག་
མཁུན་ནོ། བསམ་པ་འགྲུབ་པོ། རྒྱ་འབྲས་བསམ་མོ། སེམས་དགའ་འོ།
ལྷག་བསམ་དཀར་རོ། མོང་དུ་འཕེལ་ལོ། སྤང་དོར་ཤེས་སོ། ཡིད་རབ་
ཏུ་སྟོའོ། མཐར་ཕྱིན་དྲོ། མོང་དུ་འཕེལ་དྲོ། ལྷ་ཡ།

བཞིན་པའི་མཐའ་མར་འཇུག་ཚུ་ལ།

འབྲུག་ལུང་དཀར་མོ་འདི་དགའ་བ་སྦྱིད་པ་འདུག་གོ། རང་དབང་གི་
དཔལ་ལ་སྦྱོད་པ་བཟང་རོ། གཞན་དང་མི་འདྲ་བའི་ཁྱད་ཆོས་མང་དུ་
ཡོད་དོ། རང་དབང་གིས་སྦྱོང་བའི་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་ཡིན་ནོ། འབྲུག་གི་
རྒྱལ་ཁབ་འདི་ཅ་བ་གསུམ་དུ་གྲུབ་པོ། ཐ་དམ་ཚིག་དང་ལས་རྒྱ་འབྲས་
རྒྱང་པ་བསམ་མོ། འདི་དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཞེས་བྱའོ།
དམ་པའི་ཆོས་ལ་ལྷག་བསམ་གང་བས་དཀར་རོ། ལྷར་དང་མི་འདྲ་བའི་
ཡར་རྒྱས་མོང་དུ་འཕེལ་ལོ། སྦྱིད་ཀྱི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ལེགས་པར་
ཤེས་སོ། དཔོན་འབངས་ཤིན་ཏུ་མཐུན་པས་ཡིད་སྟོའོ། བཅམས་པའི་
འཆར་གཞི་ལེགས་པར་མཐར་ཕྱིན་དྲོ། གཟེ་བཞིན་དབང་ཐང་ཤིན་ཏུ་
དར་དྲོ། ཆབ་སྦྱིད་མཐའ་ཐང་གོང་ལས་གོང་དུ་འཕེལ་དྲོ། ལྷ་ཡ།

ཆོགས་བཅད་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

དགའ་བ་སྐྱོད་པ་འདུག་གོ། །སྐལ་བ་ཤིན་ཏུ་བཟང་ངོ། །
 བདེ་སྐྱོད་དཔལ་ལ་སྐྱོད་དོ། །རྟག་ཏུ་དཀོན་མཆོག་མཆུན་ལོ། །
 བསམ་པའི་རེ་བ་འབྲུག་གོ། །རྒྱ་འབྲུག་སྤྱིང་ནས་བསམ་མོ། །
 སེམས་པ་དགའ་འོ་སྤྱོད་ལོ། །རྟག་བསམ་ཤིན་ཏུ་དཀར་ངོ། །
 དགེ་སེམས་གོང་དུ་སྤྱེལ་ལོ། །ཆོས་ལ་ཡིད་ཆེས་འཁྲུངས་མོ། །
 སྤར་ཡང་དམ་ཆོག་བརྟན་རྟོ། །བདེན་པའི་དབང་དུ་གྱུར་རྟོ། །
 སེགས་ཆོགས་གོང་དུ་འཕེལ་རྟོ། །ཉེ་ལྟ།

ཆོག་གི་འགོ་འཇུག་བར་གསུམ་ག་རྟེ་བཅུགས་རུང་དུ་བ་མ་ཆད་ ཆོགས་
 བཅད་ལུ་ཡང་ ད་ཉོ་དུག་ལུ་བཞག་དོ་བཟུམ་ ག་ར་ལུ་སྤྱར་བཏུ་བ་ཡིན་མ་
 ཤེས་དགོ།

འཇུག་ཚུལ་གཞན་དཔྱེ་བ་འདྲན་ཚུལ།

དཀོན་མཆོག་ནི་གསུམ་མོ། སངས་རྒྱུས་དང་། ཆོས་དང་། དགེ་འདུན་ལོ།

ཡང་།

མི་དགེ་བཅུ་ལས་ ལུས་ཀྱི་མི་དགེ་བ་གསུམ་མོ། སྤྱི་གཙོད་པ་དང་།
 མ་བྱིན་པ་ལེན་པ། མི་ཆངས་སྐྱོད་པའམ་ལོག་གཡེམ་མོ། ལྷ་བུའི་བརྗོད་
 ཚུལ་ཡང་མཐོང་མ་ལས་ འདི་ཁར་བཀོད་པ་ཡིན།

ཁྱད་པར་ (འོ) འཇུག་ཚུལ།

འོ་འདི་ ཆོགས་བཅད་ཁ་སྐྱོང་དགོ་པའི་སྐབས་ལུ་མ་གཏོགས་ མ་དགོ་པའི་
 སྐབས་ལུ་ (འ) མཐར་ (འ) དངོས་ལུ་མ་འབྲི་བར་ རེས་འཇུག་ (འ)
 འདི་འགྱུར་ང་ བ་རོ་སྤྱར་རྟེ་འབྲི་དགོས་ཡིན། དཔེ་འབདན།

ཁ་སྐྱོང་བ་ལྟ། མ་སྐྱོང་བ་ལྟ།

ཐུགས་ལུ་མང་འོ། །	(ཐུགས་ལུ་མང་འོ)
དཔོན་གྱི་བཀའ་འོ། །	(དཔོན་གྱི་བཀའོ)
གོ་བའི་བདེ་འོ། །	(གོ་བའི་བདེའོ)
སེམས་དཔའ་འོ། །	(སེམས་དཔའོ) ལྟ་ལྟ།

སྤར་བཏུ་ (འོ) ཆོག་འབྲུ་ཁ་སྐྱོང་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

ཆོགས་བཅད་ལུ་ཆོག་འབྲུ་བཞི་ལ་སེགས་པ་ལེ་ཤ་ཡོད། དེ་ཚུ་བཟོམ་ད་ (འོ)
 གིས་ ཆོགས་འབྲུ་གཅིག་གི་ཁྱད་ཆོད་པ་འབད་ ཆག་རྒྱབ་སྤྱོད་འབྲི་ནི་ཡིན།
 དཔེ་ ཆོག་འབྲུ་བདུན་བཟོ་ཐངས་ཅིག་ལུ་བཞག་པ་ཅིན།

དགའ་འོ་འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་། །
 དཔའ་འོ་རང་གི་ཁྱད་ཆོས་ཀྱིས། །
 ཕྱི་ནང་དབྱ་སྤྱོད་ཐུབ་དཀའ་འོ། །
 ཕྱོགས་ལས་ནམ་པར་རྒྱལ་བ་འོ། ། ལྟ་ལྟ།

ཆོག་འབྲུ་ཁ་མ་སྒོར་པའི་ཆོག་མ་བཅད་བཅོ་ཐང་།

མི་ལུས་ཐོབ་སྟེ་རབ་དག་འོ་ཞེས། །

སྟེ་མས་པར་མི་བྱ་རང་ཅག་ནམས། །

སྟོད་དག་འོ་དག་འདང་སྟོད་པ་ནི། །

འེས་འག་འོ་ཙམ་དུ་ཟད་འདི་ཅི། །

མཐའ་མེད་མེར་ རེས་འཇུག་མེད་པའི་མཐར་ སྐར་བུ་ (འོ)

ཆོག་འབྲུ་ཁ་སྒོར་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

སྟོ་འོ་གནས་ཁང་འདི་ཉིད་ན། །

ཉག་རྒྱ་ཞིམ་པའི་ཟས་ཟ་འོ། །

ལུས་ཀྱང་བདེ་འོ་སེམས་སྟོད་དོ། །

དེ་ནི་མཆོག་གསུམ་ཐུགས་རྗེ་འོ། ། ལྟ་བུ།

ཆོག་འབྲུ་ཁ་མ་སྒོར་པའི་ཆོག་མ་བཅད་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

སྟེང་སྟེ་ལུ་དང་འདྲའོ་སྐྱོན་སྟོངས་འདི། །

དེ་ཙ་བ་གསུམ་དུ་འོ་བཞི་པ་མེད། །

ཙ་བ་གསུམ་རྒྱལ་ཁབ་ཐམས་ཅད་དུ་འོ། །

དེ་དམིགས་བསལ་དུ་ཙ་བ་འདི་ནའོ། ། ལྟ་བུ།

དམིགས་བསལ་ (འོ) ཆོག་སྐྱག་པ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

ཆོག་ཁ་མི་སྒོར་བ་ལུ།

སྐམ་རྩ་པའི་ནམ་བཤད་འདི་སྟོབ་དཔོན་ཞིག་གིས་བྲིས་པའོ། །

ཆོག་ཁ་སྒོར་བ་ལུ།

རྒྱལ་རབས་དེ་ མཁས་པ་གཞན་ཞིག་གིས་བཅམས་གནང་བ་འོ། །

སྐར་བུ་ (ཉོ) བད་གསར་པའི་སྐབས་ལུ་འབྲི་ཐངས་།

སྐར་བུ་ (ཉོ) བད་གསར་པའི་སྐབས་ རེས་འཇུག་ན་ར་ལ་གསུམ་གྱི་

མཐའ་མར་ (ད་དག) དངོས་ལུ་འབྲི་ནི་མེད་རུང་ དུས་འདས་པ་ལུ་འཇུག་

པའི་སྐབས་ ད་དག་གྲགས་ཀྱིས་ཡོད་པའི་ དབང་དུ་བཏང་སྟེ་ (ཉོ) འབྲི་

ནི་ཡིན། དཔེ་འབདན།

དཔོན་ཕྱོན་རྟོ། །

ཕྱོན་ཟེན་རྟོ། །

དུང་དུ་བཅར་རྟོ། །

བཅར་ཟེན་རྟོ། །

ལྷ་ཡིག་ལུ་རྟོ། །

ལུ་ཟེན་རྟོ། ། ལྟ་བུ།

དེ་ཡང་དུས་འདས་པ་ལུ་འཇུག་པའི་སྐབས་མེན་པ་ཅིན་ དུས་མ་འོངས་པ་

དང་ ད་ལྟ་བ་སྟེ་ལུ་སྐར་བུ་སྟེ་མཚུངས་བཟུམ་སྟེ་འབྲི་ནི་ཡིན། དཔེ་

འབདན།

མ་འོངས་པ་ལྟ་

སྒྲུལ་འབྱོན་ནོ། ཚོས་བསྐྱེན་ནོ། སྒྲུབ་གསལ་ནོ། །
 དབང་བསྐྱར་རོ། མཐའ་བསྐྱར་རོ། ཕྱག་དབང་གཅར་རོ། །
 བཀའ་བསྐྱེན་ལོ། ཚོས་ལ་བསྐྱེན་ལོ། གདུང་བསྐྱེན་ལོ། ལྟ་ལྟ།

ད་ལྟ་བ་ཕྱི་ལྟ་

སྒྲུལ་འབྱོན་ནོ། ཚོས་སྒྲུབ་ནོ། སྒྲུབ་གསལ་ནོ། །
 དབང་བསྐྱར་རོ། མཐའ་སྐྱར་རོ། དུང་དུ་གཅར་རོ། །
 བཀའ་སྐྱེན་ལོ། ཚོས་ལ་སྐྱེན་ལོ། ། ལྟ་ལྟ།

ཡོད་ཚད་གཅིག་པོ་ཐེར་མའི་དོན་ལྟ་འཇུག་ཚུལ།

འདུག་གོ་ཅོག་ བཟང་ངོ་ཅོག་ ཡོད་དོ་ཅོག་ ཡིན་ནོ་ཅོག་ མཐོང་ཅོག་
 བཀའ་བསྐྱར་རོ་ཅོག་ མཆིས་སོ་ཅོག་ འཆལ་ཉོ་ཅོག་ ཐེར་མ་བཟུམ་ ཡིན།

ཐོར་ཁ་ (ལུ) འི་འཇུག་ཚུལ།

མི་དང་མེས་མ་ཅན། དངོས་པོ་གཅི་ཡིན་རུང་ རུང་གྱུ་འི་དོན་དག་སྒྲོན་མི་ལྟ་
 འཇུག་པ་ཡིན། དཔེ་འབདན།

མི་ལུ་ཐུང་། བའི་མེ་ལྟ། ཉའི་ཉི་ལྟ། ར་མོང་གི་རི་ལྟ།
 མཚོའི་མཆི་ལྟ། བོ་ལྟ། རི་ལྟ། སྐགས་ལྟ་ལྟ།

དོན་གྱིས་ཐོབ་པའི་རང་མིང་ལྟ་འཇུག་ཚུལ།

དཔེ་ཆའི་མེ་ལྟ། ལྟ་འཁོར་གྱི་ལྟ། གསེར་གྱི་ཐིམ་ལྟ།
 མདའི་མདེ་ལྟ། ཉའི་མཐིམ་ལྟ། རེ་ལྟ། རིགས་ལྟ། ལྟ་ལྟ།

ཁ་མ་སྐྱོང་བའི་ཆོག་མ་བཅད་ལྟ་འཇུག་ཚུལ།

བྱམས་པ་ཚད་མེད་སྐྱོམ་པ་ནི། ། བྱ་མོས་བྱི་ལྟ་ཕྱག་གསོ་བ་བཞིན། དགའ་
 བ་ཚད་མེད་སྐྱོམ་པ་ནི། ། ར་མོང་རེ་ལྟ་ཕྱད་ལྟ་ལྟ། ལྟ་ལྟ།

ཆོག་འབྲུལ་ཁ་སྐྱོང་བའི་ཆོག་མ་བཅད་ལྟ་འཇུག་ཚུལ།

རིན་ཆེན་གསེར་གྱི་ལྟ་ལྟ་དང་། ། ཉལ་རི་བའི་ཐིམ་ལྟ་དང་། །
 འདོད་འཛོམས་བ་ཡི་མེ་ལྟ་བཅས། ལྟ་ཐོར་དེ་འདྲ་ལྟ་པ་སྐྱིད། ། ལྟ་ལྟ།

ཐུག་པ་ལྟ་འཇུག་ཚུལ།

(ཁ་མི་སྐྱོང་བ་ལྟ་)

བྱི་ལྟ་ཐུང་འདི་ལྟ་འཁོར་མེད་ཐིམ་ཆོག་མ་འདུག་སྟེ།

(ཁ་སྐྱོང་བ་ལྟ་)

ལྟ་འཁོར་དེ་སྐྱི་བའི་རུང་གིས་གསོ་རུང་ བྱི་ལྟ་དེ་ནི་མ་གསོ་ལོ། ལྟ་ལྟ།

ཐོང་ཁའི་ནང་འཇུག་ཚུལ།

ཐོང་ཁའི་ནང་ཐེའུ་ལྷ། ཐོང་ཕུང་། (ཐོང་) ཁིའུ་ལྷ། ཁིའུ་ཕུང་། (ཁིའུ་)
ཐེར་སྐབ་པའི་ཁྱད་པར་ཙམ་ལས་ གཞན་ཐོང་ཁའི་ནང་སྐབ་ནི་ཡོད་མི་ཚུ་
ཚོས་སྐད་བཞིན་དུ་སྐབ་བརྟུབ་ཡིན།

ཐེའུ་ཁའི་ནང་ཐོང་ཐོང་འཇུག་ཚུལ།

དག་ཡིག་ངག་སྒྲོན་ལྷ་ལེའུ་གསུམ་ཡོད།
ཞབས་བྱོ་ལེའུ་ཐེངས་བཞི་བརྟུབས་ཅི།
ཞབས་བྱོ་ལེའུ་ག་ནི་བ་བྱ་བས།
ལྷ་འདི་ལྷ་ལེའུ་ཅིག་འདུག་རང་འདུག།
དེ་གཉིས་ཀྱི་བར་ན་ལེའུ་ཅིག་ཞུགས་ཅུག།
རོག་ད་ལྷོ་ལེའུ་བཙུག་པའི་བསྐང་ཡིན་མས།
ད་ལྷོ་ལེའུ་དུམ་ག་ཅིག་ཚང་མ་ཚུགས། ལྷ་བྲ།

ཐོང་ཁའི་ནང་སྐབ་ཐང་།

བ་ཤི་དུས་ལས་ཐོང་ངར་དགོགོ།
རྟ་བཙོངས་རུང་མཐེའུ་མ་བཙོང་། །
མོར་ཐུག་ཐེར་གྱི་གུའུ་སྐེ་ལྷ་བརྟགས། །
མགུ་བཀའ་ཤོག་དང་མཇུག་ཐེའུ་ཡོད།
ཞལ་སྒྲེའུ་རང་ཐལ་མོང་ཡི་སྐུ་རེ།

མི་ཅིག་འོང་ན་ཚུང་ལས་དང་།

རྟ་ཅིག་འོང་ན་ཁིའུ་ལས། ལྷ་བྲ།

སྐར་བརྟུ་ཐོང་ཁ་ལྷ་འཇུག་པ།

ཚོས་སྐད་ཀྱི་སྐར་བརྟུ་འི་ཕྱད་ཚུ་ལས་ ཐོང་ཁའི་ནང་ (གོ་དོ་ མོ་འོ་ལོ་སོ་)
དུག་གིས་ ཚོས་སྐད་བཟུམ་ གཞན་དབང་ཙམ་ལྷ་འཇུག་པ་ཡིན། དཔེ་
འབདན།

གདོང་ཉེས་པ་མེམས་ཀྱིས་ཚོར་རུག་གོ།

གཟུགས་སྒྲོམ་སྒྲུང་མ་ཆེ་ལྷ་ཡང་ཡོད་དོ། །

སྐམ་དང་དགོན་མཆོག་རང་མཆུན་ནོ། །

ཕུག་འཆལ་ལོ་མཐོལ་ལོ་བཤགས་ཤིག།

སྐབས་སུ་མཆི་འོ། སྐམ་དང་དགོན་མཆོག་

འོ་ལགས་སོ། ལེགས་སོ་བསྐྱལ། ། ལྷ་བྲ།

དམིགས་བསལ་ (གོ) འི་འཇུག་ཚུལ།

དམིགས་བསལ་ (གོ) འདི་ ཐོང་ཁའི་ནང་ གཞན་དབང་ཙམ་ རེས་
འཇུག་བརྟུ་དང་ མཐའ་མེད་ཀྱི་མཐའ་མར་ ཁྱབ་ཆེ་རྟོག་རྟོ་འབད་འཇུག་པ་
ཡིན། དཔེ་འབདན།

འཁྱོད་པ་རྟ་གིས་འབག་རུང་འབག་མི་ཐེག་གོ།

འཇུམ་པར་སྒྲོན་ཚོད་ཚུར་མཐོང་འོང་གོ།

བཏགས་ཤིང་དཔྱད་དགོས་ལེ་གཅིག་ཡོད་གོ།
 མགུ་ནག་མེད་ཅི་མོ་འདི་ནང་ན་ལས་ཡིན་གོ།
 སྒྲུ་ལུ་ཐུབ་རུང་དགོན་མཆོག་ལུ་མི་ཐུབ་གོ།
 ཁོ་དང་ང་ག་ནི་ལས་ཡང་མི་མཉམ་གོ།
 གསེར་གྲང་བརྒྱ་ལས་ཡོན་ཏན་སྒྲ་གཅིག་དགའ་གོ།
 དེ་གིས་དགའ་མ་སྦྱིད་པ་ཅིག་འབད་ཐོད་མི་སྟེར་གོ།
 ག་མ་བཅདན་རུས་པ་(རུ་ཏོ)མི་ཁོད་གོ།
 གཅེས་མི་གཅེས་སྒྲུ་སྒྲུ་བས་རང་གཅེས་གོ།
 བསོད་ནམས་མེད་པའི་དཔྱལ་བར་སྤྱི་མི་སྦྱེ་གོ། ལྷ་ཡ།

རྫོང་ཁའི་སྒྲར་བརྒྱ་(གོ)གིས་གཤམ་འཁོད་ཆོག་གོགས་མ་
 འདུམ་ཚུ་གི་མཐའ་མར་འཇུག་ཚུལ།

དཔེ་འབདན།

ཁོ་མར་སོང་ཡི་སོང་ཡི་གོ།	(ཡི)
ཚུར་འོངས་རྒྱག་འོངས་རྒྱག་གོ།	(རྒྱག)
བཤད་དེ་སྒྲུབ་ཅི་སྒྲུབ་ཅི་གོ།	(ཅི)
སེམས་ཤོར་ཆི་ཤོར་ཆི་གོ།	(ཆི)
སེམས་ལེགས་པས། ལེགས་པས་གོ།	(པས)
ཁ་གཏང་མ་མས། གཏང་མ་མས་གོ།	(མས)
སེམས་དགའ་བས། དགའ་བས་གོ།	(བས)

མར་འགྱུ་ནི། འགྱུ་ནི་གོ།	(ནི)
ཚུར་འོང་དོ། འོང་དོ་གོ།	(དོ)
མར་བཏང་ད་ཡི། བཏང་ད་ཡི་གོ།	(ད) ལྷ་ཡ།

སྒྲར་བརྒྱ་དྲི་བ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

ཆོས་སྐད་ནང་སྒྲར་བརྒྱ་དྲི་བ་ལུ་མི་འཇུག་རུང་རྫོང་ཁའི་ནང་ཡང་(གོ་དོ་
 བོ་འོ་ལོ) ལུ་གིས་དྲི་བ་ལུ་འཇུག་པ་ཡིན།

རམ་སྦྱེས་མ་དང་ནམ་ཅོག་སྦྱེས་མ་ག་ཏ་གོ་
 འགྱུ་ལྷགས་ཐོད་ལྷགས་ཚུ་ག་དེ་སྦྱེ་ཡོད་དོ་
 དེའི་སྒྲོར་ལས་ག་དེ་སྦྱེ་འབད་ཡི་ལོ་ ལྷ་ཡ།

གཞན་ཡང་ལོ་འདི་གིས། མ་རངས་པའི་ཆོག་བཟུམ་དང་བརྒྱད་དེ་སྒྲུབ་
 བྱི། སྤྱི་ནི་དང་། སྤྱི་བས་ཞུམ་བཟུམ་མའི་དོན་སྟོན་པ་ལུ་འཇུག་འོང་།
 དཔེ་འབདན།

ཁོ་བས་དྲགས་ག་ཡང་མེད་ལོ།
 ཁོ་གིས་ཅིག་ཙ་ལས་མི་ཉན་ལོ།
 དེ་ཅིག་ཁྱོད་ཀྱིས་འབད་གནང་ལོ།
 ཁོ་ད་ལྟོ་མི་ཁོ་མ་ཟེར་མ་མས་ལོ།
 དེ་ཅིག་བཀའ་དྲིན་བསྐྱུང་གནང་ལོ།
 ཅིག་མ་འབད་བར་མི་བཞག་ལོ། ལྷ་ཡ།

སྤྱུ་མར་ཕྱག་འཆ་ལ། སྤྱུ་མ་རྩ་ཕྱག་འཆ་ལ།
བཟང་པོའི་དཔེར་བཞུ། དཔེ་རྩ་བཞུ། ལྟ་བུ།

དོ་རྩུང་ (རྩ) ཆོག་ཁ་སྒོང་མི་སྒོང་ཆོགས་བཅད་ལུ་མ་ཆད་ ཕྱག་པ་ལུ་
འཇུག་ཚུ་ལ། དཔེ་འབདན། ཁྱེད་བཞུགས་གནས་དེ་རྩ་ཐུགས་བག་མ་
ཕེབས་ན། རེ་ཞིག་འདི་རྩ་ཕེབས་ཏེ་བཞུགས། ལྟ་བུ།

ལ་ན་གཉིས་རང་དབང་ཅན་ལུ་འཇུག་ཚུ་ལ།

ལ་ན་གཉིས་པོ་འདི་ སྤྱུ་ཐང་ས་བཞོད་བདེ་མ་དང་མི་བདེ་བའི་བྱུང་པར་
ཅམ་ལས་ རེ་ས་འཇུག་གི་མཐའ་མར་འཇུག་མི་འཇུག་གི་དབྱེ་བ་མེད་པ་
ཡིན། དཔེ་འབདན།

ཕྱག་ལ། ཕྱག་ན། བྱང་ལ། བྱང་ན།
སྒོད་ན། སྒོད་ལ། གཞན་ན། གཞན་ལ།
སོགས་དང་སྒོ་ལ། སྒོ་ན། ཀླན་ན།
ཀླན་ལ། ཀླུང་ལ། ཀླུང་ན། བ་ཕྱུང་ལ།
བ་ཕྱུང་ན། ལྟ་བུ་འཇུག་པ་ཡིན།

རེ་ས་འཇུག་ (འདི) མཐར་ (ར) ཆོག་འབྲུ་ཁ་མ་སྒོང་བའི་ཆོགས་བཅད་
ལུ་འཇུག་ཚུ་ལ། དཔེ་འབདན།

སྤྱི་ཚུངས་རྒྱལ་ཁབ་ཆེན་མོའི་མཁར། །
གཙུག་ལོན་ལྷ་དབང་བདུད་ཅིའི་དབང། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔར་བྱོན་པའི་མགོན། །
ཅི་དགར་མཇུག་བའི་སྐལ་བ་བཟང་། ། ལྟ་བུ།

འདི་མཐར་ (རྩ) ཆོག་འབྲུ་ཁ་སྒོང་ལུ་འཇུག་ཚུ་ལ།

བར་ལྷང་ཁམས་ཀྱི་ནམ་མཁའ་རྩ། །
འཇའ་རྩ་གར་བའི་མཛེས་ཆོས་ཀྱིས། །
ཡིད་དྲུ་འོང་བའི་ཡུལ་ཅི་ཡང་། །
སྤྱིང་པོ་མེད་པའི་དཔེ་རྩ་མཆོན། ། ལྟ་བུ།

མཐའ་མེད་ཀྱི་མཐར་ (ར) ཆོག་མ་བཅད་ལུ་འཇུག་ཚུ་ལ།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་རྒྱལ་ཁབ་འདིར། །
སྤར་སྒོལ་བཟང་པོའི་རྒྱལ་མཆོན་ཅེར། །
ཉེར་མཁོའི་རིག་གསར་གོང་འཕེལ་ཏོག།
སྤ་ན་མཐོ་བར་མི་དགའ་ལ། ། ལྟ་བུ།

མཐའ་མེད་མཐར་ (རྩ) ཆོག་འབྲུ་ཁ་སྒོང་ལུ་འཇུག་ཚུ་ལ།

གནས་མཆོག་འདི་རྩ་དགའ་བ་ལ། །
གནས་མཆོག་འདི་རྩ་སྤྱིད་པ་ལ། །
དགའ་སྤྱིད་ལྷན་པའི་གནས་འདི་རྩ། །
སྤྱོ་བ་ངང་གིས་མི་འཕེལ་ཅི། ། ལྟ་བུ།

ལ་ན་རང་དབང་ཅན་ཡིན་པར་ སྤྱིར་བདེ་མ་དང་མ་བདེ་བའི་བྱུང་པར་
ཡོད་པ་ཡིན། དཔེ་འབདན།

ཡ་གི་དགའ་ལྡན་ལྟ་ཡུལ་ན། །

མ་གི་དམུལ་བའི་གཏིང་ཤེད་ན། །

ཕྱོགས་ཕྱོགས་འདི་ནས་པ་གི་ན། །

ཉི་མ་རྒྱབ་ཕྱོགས་པ་གི་ན། ། ལྟ་ལྟ།

(ན) འཇུག་པ་ལྟ།

ཡ་གི་དགའ་ལྡན་ལྟ་ཡུལ་ལ། །

མ་གི་དམུལ་བའི་གཏིང་ཤེད་ལ། །

ཕྱོགས་ཕྱོགས་འདི་ནས་པ་གི་ལ། །

ཉི་མ་རྒྱབ་ཕྱོགས་པ་གི་ལ། ། ལྟ་ལྟ།

(ལ) སྤྱིར་བཙེན་ དོན་དག་ལྟ་འགལ་བ་ཆེན་མོ་མེད་པར་ ཆོག་གི་སྤྱོད་
ཐངས་ལྟ་ བཞུགས་བདེ་ཉིང་དང་བྱ་བྱུང་བལྟ་ཉེ་སྤྱིར་དགོས་ རིགས་བསྐྱེ་ཉེ་
ཤེས་དགོས་ཡིན།

གཉིས་པ་དོན་གྱི་འཇུག་ཚུལ།

ལ་དོན་དེའི་དོན་གྱི་འཇུག་ཚུལ་ལྟ་ སྤྱིར་བཏང་གི་འཇུག་ཡུལ་ རོ་མ་ལྟ་དང་
དམིགས་བསལ་ (ལ) དང་ (ནའི) འཇུག་ཚུལ་བཟུ་བཤད་ནི་ཡིན།
དང་པ་འཇུག་ཡུལ་རོ་མ་ལྟ་པོ་:-

༡) ལས་སྤྱ་བ།

༢) དགོས་ཆེད།

༣) ཉེན་གནས།

༤) དེ་ཉིད།

༥) ཆོ་སྐབས།

དང་པ་ལས་སྤྱ་བ་ནི།

ལས་སྤྱ་བ་ཟེར་བའི་དོན་དག་ ཆོག་གི་བཞུགས་ཚུལ་ག་ཅི་འབད་པར་
བྱ་བ་ལྟ་འཇུག་པའི་གཞི་འམ་ལས་ཅིག་ གཙོ་བོར་སྤོན་ཉེ་སྤྱིར་པའི་རག་
ཅིག་ལྟ་ (ལས་སྤྱ་བ) ཡིན། ཡུལ་གྱི་མཐའ་མར་སྤྱིར་ཐངས་། དཔེ་
འབདན།

དཔོན་གྱི་ཐབས་སྤྱ་བཅར། གཞུང་གི་བཀར་བཅོ།

བྲག་གཡང་སར་འཛེག་ མཐོ་བའི་མཐའ་རྩ་འཕྱར།

བུམ་པར་ཚུ་བྱུག་ སྤྱིད་པའི་ཡུལ་དུ་ཐོད་དགོས།

འབྲུག་རྩ་ཡར་བྱས་བཏང། འཆམ་ལ་སྒྲོད་མོ་ལྟ།

རང་གི་ཁྱིམ་ན་ཐོད། ས་རོལ་དུ་སྤང། ལྟ་ལྟ།

གཉིས་པ་དགོས་ཆེད།

དགོས་ཆེད་ཟེར་བའི་དོན་དག་ལས་སུ་བྱ་བ་དང་ཡང་འདྲ་རུང་། བྱ་བའི་
ཡུལ་ལས་ལས་ག་ཅི་འབད་རུང་། དམིགས་བསལ་གྱི་སེམས་ཀྱི་ཚོར་
བཤམ་དགོས་པ་ཕན་ཐོགས་པའི་ཆོག་ཅིག་གཙོ་བོར་སྟོན་ཏེ་སྒྲུབ་པའི་
ངག་ཅིག་ལུ་དགོས་ཆེད་ཟེར་མ་ཡིན། དཔེ་འབདན།

དབུལ་ཕོངས་སུ་སྦྱིན་པ་གཏང་། ཐག་ཤིང་མགོན་པོར་ཕན་བཏང།
དྲིན་ཅན་པ་མ་རུ་ཞབས་ཏོག་ལྟ། ཞིང་དུ་ཚུ་དང་ཡུད་གཏོར།
ཐབ་རུ་གཙང་སྒྲ་གང་ཐབ་ཕྱེད། ཀན་རབས་གོང་ན་བཀྲར།
ཡུན་ཤིང་ནད་པ་ལ་སྤྱིང་རྩེ་བསྐྱེད། ལྷ་བྲ།

ཁྱེན་ཕུར་ཡུལ་བུ་བའི་མཐར།

ཕན་འདོགས་སུ་འཇུག་སྟེང་ཕྱག་བཞུ་བར་བཏང་།
སྟེང་ཕྱག་བཞུ་རུ་བཏང་། ཁྱེན་པ་གཏོང་དུ་འགྲོ།
ཚུ་ཡུད་སྒྲུག་རུ་འཇུག་སྟེན་གྱི་ཞལ་འདེབས་ན་སྦྱིན།
ཕན་སེམས་བསྐྱེད་ལ་འགྲོ། ལྷ་བྲ།

ཡང་།

ཆོས་ཐོས་སུ་སྒྲུ་མ་བསྟེན། སྟོམ་པ་སེལ་བར་ཚུ་འཇུང་།
ནད་དྲག་པ་རུ་སྟོན་མ། བར་ཆད་སེལ་དུ་རིམ་གྱི་བྲ།
ཡོན་ཏན་སྟོབ་རུ་བཙོན་དགོས། སངས་རྒྱས་ལ་ཆོས་ཕྱེད།
ལྷ་བྲ་འཇུག་པ་ལེ་ག་ཡོད།

གཤམ་གསལ་ཆོག་གྲོགས་འཇུག་པའི་དགོས་ཆེད།

(ཕྱིར་སྟངས་དོན་ཆེད)

འགྲོ་ལ་ཕན་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་འགྲུག།
བཞུན་པ་སྟེལ་སྟངས་ཆོས་གྲུ་བཙུགས།
རང་དབང་ཐོབ་ཆེད་སྟོག་སྟོས་གཏོང་།
ནད་ལྷག་ཞི་དོན་གསུང་རབ་སྟོག། ལྷ་བྲ།

ཕྱད་མ་སྒྲུར་བར་འཇུག་བརྟུབ་པའི་དགོས་ཆེད་ཡིན།

ཡང་།

ཆོས་ཀྱི་ཕྱིར་དུ་བཙོན་འགྲུས་བསྐྱེད།
ནད་པའི་སྟངས་དུ་སྟོན་སྟོན་བཏང་།
སྟོགས་དོན་དུ་དཀའ་ཐབ་སྟེད།
ཁེ་སང་ཆེད་དུ་ཆོང་ལས་བྲ། ལྷ་བྲ།

གཞན་ཡང་།

སྟོག་གི་ཕྱིར་ཡང་མི་གཏོང་ཞིང་།
དོན་ཚུངས་སྟངས་ཀྱང་ནན་ཏན་ཕྱེད།
ཆོ་འདེའི་དོན་ལ་ཁོ་ན་བསམས།
དགོས་དོན་ཚུངས་རུ་ཆེད་ཀྱང་འགྲོ། ལྷ་བྲ་ཆོག་གྲོགས་
གཞན་དང་གཞན་ལུ་ཡང་སྒྲུར་བརྟུབ་ཡིན། སུམ་ཚུ་པའི་གཞུང་ནང་།

དགོས་ཆེད་འདི་ ཡུལ་ལམ་ལས་སུ་ཕན་ཐོགས་པ་ཅིག་ལུ་གསུངས་རུང་
 སྤྱིར་བཏང་གི་དབང་དུ་བཏང་སྟེ་གསུངས་མ་གཏོགས་ ར་ལུ་སྤྱིན་པ་
 ཅིག་གྲ། ལྷ་བྱ་དང་ ར་ལི་དོན་ལུ་དོན་དུ། སྤྱིར་དུ། ཆེད་དུ་ལ་སོགས་པ་ལ་
 ཆོག་སྟོགས་སྤྱར་བ་དང་། ཚུར་བྱེད་པ་པོ་ལུ་ཡང་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པའི་
 སེམས་ཀྱི་ཚར་བ་ རང་བཞིན་གྱིས་སྟོན་ཚུགས་པའི་དགོས་པ་ཡོད།

གཞུང་པ་རྟེན་གནས།

རྟེན་གནས་སམ་གནས་གཞི་ཟེར་བའི་དོན་དག་ རྟེན་ནམ་གནས་ག་ཅི་
 ཡིན་རུང་ བརྟེན་པ་འདི་ནང་ འདི་ཡོད་ཟེར་དངོས་དང་ འགྲུགས་བརྟེན་
 གང་རུང་གི་སྟོ་ལས་སྟོན་མི་ཅིག་ལུ་ རྟེན་གནས་སམ་གནས་གཞི་ཟེར་མ་
 ཡིན། དཔེ་འབདན།

སྟོ་སྟོགས་སུ་འཕགས་པའི་ཡུལ།
 བམ་མཁར་ལྷ་གནས་ཆགས་ཡོད།
 བམ་མཁར་རུ་ལྷ་གནས་ཆགས།
 གཏམ་དུ་བདེན་རྒྱུ་ཅི་ཡང་སྟི།
 འབྲུག་ཏུ་ཞི་བདེ་ཡུལ་སམ་ཆོགས།
 གངས་སྟོད་ན་སེལ་དཀར་མོ་མཛེས།
 དགུང་སྟོད་ལ་ཉི་ཟླའི་དཀྱིལ་འཁོར།
 བམ་སྟོན་འཛིག་རྟེན་པ་རོལ་དུ། ལྷ་བྲ།

བཞི་པ་ལས་སུ་བྱ་བའི་ཡན་ལག་དེ་རྟེན།

དེ་རྟེན་ཟེར་མི་འདི་ ལས་སུ་བྱ་བ་དང་འདྲ་བའི་གྲ། བྱ་བྱེད་སོ་སོའི་བྱ་ག་
 བ་མི་དད་པའི་བྱ་ག། རང་བཞིན་གྱི་བྱ་བ་ཟེར་ བྱ་བའི་བྱེད་པར་མ་འདྲུལ་
 ཚུ་ལས། རང་བཞིན་གྱི་བྱ་བ་ ལས་དང་བྱ་བ་སོ་སོ་མེད་པ་ བྱ་ལས་རོ་བོ་
 གཅིག་ལུ་གྲུར་མི་ཅིག་ལུ་སྤྲེལ་ཡིན། དཔེ་འབདན།

ནམ་མཁའི་ཁམས་སུ་ཡལ།
 བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔར་གྱུར།
 བྲག་ཅ་སྟོང་པའི་སྤྱར་ཡལ།
 འདྲོད་ཆགས་ཚུ་རུ་འཁོལ།
 མེ་རྟོག་གི་ཆར་དུ་བབས།
 ཡིད་བདེ་བ་རབ་རུ་འཕེལ།
 གང་བས་གལ་དུ་ཆེ། ལྷ་བྲ།

དེ་རྟེན་དང་ལས་སུ་བྱ་བ་ཟེར་བའི་བྱེད་པར་འདི་ བྱེམ་ལུ་ལག་སྟེ་ཅོད་གཞི་
 ལེ་ག་འདུག་རུང་ དོན་དག་རོ་མ་ དཔེ་འབདན།

གངས་སུ་བཅུགས།	(གངས་སུ་ཚད།)
འབྲུག་པར་བསྐྱར།	(འབྲུག་པར་གྱུར།)
ནང་དུ་བརྟེན།	(ནང་དུ་ཐེན།)
ཆོས་བསྐྱར།	(ཆོས་གྱུར། ལྷ་བྲ།)

བཅུགས། བསྐྱར། བསྐྱེ། རྩེ་རང་བཞེན་གྱི་བྱ་བ། རྩེ། རྩེ།
 ཐེམ། རྩེ་བྱ་བྱེད་སོ་སོ་མེད་པར་ རོ་བོ་གཅིག་ལུ་གྱུར་བའི་བྱ་བ་ལུ་
 དེ་ཉིད་ཀྱི་ནམ་དུ་ཐེར་རོ་བོ་བཟུང་དགོ། དེ་བཟུམ་འབད་ འོད་དུ་གསལ།
 རྩེ་པར་ཡལ། དེ་བྱེད་ས་ལུ་ཞི་སོགས་བཟུམ་ཡིན།

ཐུ་པ་ཉེན་གནས་ཀྱི་ཡན་ལག་ཆེ་རྒྱབ་ལ།

ཆེ་རྒྱབ་ལ་ཐེར་མི་དེ། ཡོ་རྒྱ་ཞག་དུས་བསྐལ་པ་ལ་སོགས་པའི་ དུས་ཚོད་
 ཅིག་ལུ་གཙོ་བོར་རྩོན་ཏེ་སྒྲུབ་པའི་ཆོག་ཅིག་ཡིན། དཔེ་འབདན།

- ཆོས་གཉིས་ལུ་ཉེ་ཤིས་ཆག།
- དུག་པ་ཆོས་བཞེར་དུས་ཆེན།
- མེ་ཐུ་པ་རུ་ཐྱེ་ལ་མེ་དུས་ཆེན།
- གྱུན་དུ་དཀོན་མཆོག་ལ་བསྐྱེན།
- ཉག་རུ་དང་པོའི་ལམ་ལ་གནས།
- དཔྱིད་དུས་ན་ལུ་བྱུག་སྐད་ཉན།
- དུས་བཟང་ལ་ཞིང་གི་ལས་མི་བྱ།
- དུས་ཀྱན་དུ་སྒྲུབ་སུ་འགྲོ། རྩེ་ལ།

འོག་གི་ཆོག་གྲོགས་ཚུ་ལུ་རྩོལ་ཏེ་འཇུག་ཚུ་ལ།

(ཆེ་ དུས་ ཀར་ ཀར་ ལར་ བསྐྱར་ བ་ རྒྱབ་ས་ རྒྱབ་ས་རྒྱབ་ས་ལུ་
 ཅ་ན་ གཅིག་ན།)

དཔེར་ན།

དེའི་ཆེ་ཞལ་འཛོམས་ཤིག་ཆོགས།
 ཡོ་ཞལ་དུས་འཆི་བ་མི་ཉག་པ་དུན།
 ཉི་མ་འཆར་ཀར་ལས་ལ་འཐོན།
 ཉི་མ་རྒྱབ་ཀར་ལས་མཇུག་བསྒྲ།
 ཡོ་ཞལ་ལར་བྱ་གཞི་ཡོད་ན་དགའ།
 ཆོང་ལ་འགྲོ་རྒྱབ་ས་དགྲ་དང་མྱ།
 ང་འགྲོ་བའི་བསྐྱར་ཏེན་འབྲེལ་བཟང་།
 རྒྱབ་ས་རྒྱབ་ས་སེམས་དབང་མེད་འབྲེལ།
 དུས་ངན་ཅ་ན་མིའི་བསམ་པ་ངན།
 བདག་གིས་ཐོས་པའི་དུས་གཅིག་ན། རྩེ་ལ།

གཉིས་པ་རང་དབང་ཅན་(ན་ལ)གཉིས་ཀྱི་འཇུག་ཚུ་ལ།

དག་ཡིག་སྒྲ་སྒྲོ་མཆོན་ཆ་ཚུ་ལས་ འཇུག་ཚུ་ལ་ལེ་ཤ་ཅིག་གསུངས་ཏེ་ཡོད་
 རུང་། འདི་ལར་སྤྱིར་བཏང་གི་ནའི་འཇུག་པ་བརྒྱད་དང་ ལའི་འཇུག་པ་
 གཉིས་ནང་བསྐྱེད་པའི་ཚུ་ལ་ལུ་བཤད་ནི་ཡིན།

དང་པ་:- དམིགས་ཀྱིས་འབྱེད་པ་ཐེར་ དམིགས་ལུ་བཀར་བའི་དོན་
 ལུ་འཇུག་ཚུ་ལ།
 བཅུད་གཅིག་ལར་བསྐྱེན། རྩེ་འབྲེལ་ལུ་ཡོད་ཆེས་ན།
 བ་དམ་ཆོག་ཚུ་བཅུན་ན། མཐོ་བསམ་བཏང་ན། རྩེ་ལ།

གཉིས་པ་ :- ཁྱེ་མཚན་ལྟོན་པའི་དོན་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

བཙོན་འགྲུས་བསྐྱེད་ན་མཁས་པར་འགྱུར།

ཚོས་ནམ་དག་ཅིག་བྱེད་ན་སངས་ཀྱིས།

དམ་ཚིག་དྲང་ན་བསྐྱེད་བཅི་སྤྱོད། ལྟ་བུ།

གསུམ་པ་ :- ཁྱེ་མཚན་དོན་གྱིས་ཟེར་གྲགས་གྱིས་ལྟོན་པའུ་འཇུག་ཚུལ།

དམ་ཚིག་མ་དྲང་ན་བསྐྱེད་བཅི་སྤྱོད་པའི་ལྟ་བུ།

བཙོན་འགྲུས་མ་བསྐྱེད་ན་མཁས་པ་གལ་འགྱུར།

ཚོས་ཡང་དག་ཅིག་མ་བྱེད་ན་སངས་ཅི་ལྟར་གྱིས། ལྟ་བུ།

བཞི་པ་ :- བྱེ་ཚིག་གཞན་དུ་ལྟོན་ཟེར་ ཉེ་མ་དང་གྲུལ་མ་མ་འདྲ་བའུ་
འཇུག་ཚུལ།

སྤར་སྤང་པོ་ཞིག་ཡིན་ན་ ད་ནི་ཕྱག་པོ་འོ།

སྤར་གང་ཡང་མ་ཤེས་ན་ ད་ནི་མཁས་པ་འོ།

སྤར་སྤྱོད་བྱས་མེད་ན་ དེང་སང་ཡོད་དོ། ལྟ་བུ།

ལྔ་པ་ :- ཆག་འཛིན་ཟེར་ ཉེ་མ་འོས་དག་འཕམ་མི་སྤྱད་པ་བཟུམ་ཅིག་
བཀོད་ཞིན་ན་ གྲུལ་མ་སྤྱད་པ་ (འོས་པ) ལྟོན་པའུ་འཇུག་
ཚུལ།

མི་གཞན་གྱིས་ཡང་བྱམ་ལུ་ཆགས་ན་ གཞོན་པས་ལྟ་བུ།

ནང་པའི་ཚོས་ཀྱང་བྱེད་མི་ཚོག་ན་ བྱེ་པའི་ཚོས་གལ་ཚོག།

གཉིན་གྱིས་ཀྱང་དག་བཙོན་ དག་ཡིས་བཤད་ཅི་དགོས།

ལྟ་བུ།

དྲུག་པ་ :- བྱེ་ཚིག་དེས་པར་བྱེད་པ་ཟེར་ ལྟ་བུ་གི་དེ་མགོ་འཇུག་ལྟོག་
ལྟ་བུ་འཇུག་ཚུལ།

མི་གཞོན་གྱིས་ཀྱང་བྱམ་ལུ་ཆགས་ན་ མི་གཞན་གྱིས་ལོས།

བྱེ་པའི་ཚོས་ཀྱང་བྱེད་མི་ཚོག་ན་ནང་པ་བཤད་ཅི་དགོས།

དག་ཡིས་ཀྱང་གཉིན་བཙོན་ན་ གཉིན་གྱིས་ལོས་ཀྱང་།

ལྟ་བུ།

བདུན་པ་ :- ལྟོན་མཁས་བསྐྱེད་པའུ་འཇུག་ཚུལ།

འཇམ་གྱིང་ནང་ཞི་བདེ་ཞིག་བྱང་ན་ཅི་མ་རུང་།

ང་ཕྱག་པོ་ཞིག་འགྱུར་ཐུབ་ན་དག་འ་བའ་ལས་ང་།

ཚོས་ནམ་དག་ཅིག་བྱེད་ཐུབ་ན་ཅིས་མ་དག་འ། ལྟ་བུ།

བརྒྱད་པ་ :- མེ་ཚོམ་ཟ་བའི་དོན་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

སྤར་བཞིན་ཞི་བདེར་གནས་ན་དག་འ་འཕམ་མི་དག་འ།

བྱེ་ཚིག་ཅིག་ཕུལ་ཡོད་ན་དོན་དག་འགྲུབ་མི་འགྲུབ།

བྱེ་བཞིག་བཙམས་ཡོད་ན་བྱུས་པ་འཛོན་མི་འཛོན། ལྟ་བུ།

ལ་སྐའི་འཇུག་ཚུལ།

ལ་སྐའི་འཇུག་ཚུལ་ལུ་ཡང་ལེ་ག་ཡོད་རུང་ ཚིག་སྟག་མ་འདྲན་པ་དང་
 ཚིག་ཐུ་ཕྱི་མཚམས་སྟོར་བ་དང་ སྐལ་ཚིག་ལུ་འང་འཇུག་པ་ཡིན།
 དཔེ་འབདན།

ཚིག་སྟག་མ་འདྲན་པའི་དོན་ལྟ།

གོས་ཀྱིན་ལ་སྟེ་རགས་བཅེངས།

ཕྱག་འཆལ་ལ་སྟོན་ལམ་བཏབ།

དཀར་མེ་ཕུལ་ལ་ཆབ་བཟླ་ (སྟོན)

སྤྲེལ་མཇལ་ལ་ཕྱག་དབང་ལྷ། ལྟ་བུ།

ཚིག་ཐུ་ཕྱི་མཚམས་སྟོར་བ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

དགའ་བ་ཡོད་ལ་སྟོད་པ་ཡོད།

ལུས་པོ་བདེ་ལ་ལེམས་པ་སྟོད།

དུས་ད་ལྟ་དགའ་ལ་ཕྱི་མ་སྟོད།

བསམ་པ་འགྲུབ་ལ་རེ་བ་སྟོང་།

དབྱ་དུས་དབྱ་ལ་གཉེན་དུས་གཉེན། ལྟ་བུ།

དམིགས་བསམ་གདམས་ངག་དང་འདྲ་བའི་སྐལ་ཚིག་ལུ་

འཇུག་ཚུལ།

དེ་བས་ལེགས་པར་ཉན་ལ་མ་རྒྱུ་ཅིག།

ཁོངས་སྟོན་སྟངས་ལ། བཟོད་པ་སྟོམ་ལ།

ཁྱེད་རང་ཁོང་ལ་སྟོས་ཤིག། ལྟ་བུ།

ལ་དོན་བདུན་མོང་ཁ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

ལ་དོན་གྱི་ཉེན་བདུན་ལས་ མོང་ཁ་ལུ་ (ལུ་ར་དུ་རུ་ན) ལྟ་ ཚེས་སྟངས་བཞེན་དུ་
 གཞན་དབང་ཅན་ལུ་འཇུག་པ་ཡིན།

ཐུགས་གཉིས་ལུ་བཞེས་མི་དགོ།

སྐབས་དང་རེ་ས་སྤྲེལ་མར་ལྷ།

བཀའ་བཞེན་དུ་ཕྱག་ལྷ་དགོ།

དཀའ་མ་དཔག་རུ་མེད་པ་སྟུང།

སྤང་གི་མེ་རྟོག་སྤང་ན་ཡལ། ལྟ་བུ།

མོང་ཁ་ནང་ལ་སྐུ་ (ལུ) འཇུག་ཚུལ།

དགོན་མཚོག་ལུ་མཚོད་པ་ལུ།

ངན་སྟོང་ལུ་སྟོན་པ་གཏང་།

མ་མ་ལུ་ཞབས་རྟོག་གང་དཀ་ལྷ།

གོང་མ་ལུ་དམ་ཚིག་བཏན། ལྟ་བུ།

རུ་དང་ལུ་འཇུག་ཚུལ་གཞན།

རུ་འདི་ནདཔ་འདི་ ལ་ཅི་དྲག་རུ་སོང་རྟུག་ཟེར་མ་ཅམ་ཅིག་ལས་ ཡོང་མ་
གྲགས་ལུ་ (ལྷ) འཇུག་པ་ཡིན། དཔེ་འབདན།

ནདཔ་འདི་ལ་ཅི་དྲག་རུ་སོང་རྟུག།

ད་ཅིས་མེམས་དགའ་རུ་ཅིག་ཡོད།

ཁོ་ལུ་སློ་གཏད་རུ་ཅིག་འདུག། ལྷ་ལྷ།

དེ་ལ་རྫོང་ཁའི་ནང་ (ལྷ) ལྷ་འབད་སླབ་སྟེ་ལ་ཡོད་མེ་དེ་ ཆོས་སྐད་དམ་
བོད་སྐད་ལུ་ཡང་ མང་མེ་ག། ཉུང་མེ་བ་ཟེར་ཡོད་དོ་བཟུམ་ ཤར་ཕྱོགས་
པའི་ཁ་ནང་ཡང་། མང་མེ། ཉུང་མེ། ཟེར་སླབ་སྟེ་ལ་ཡོད་རུང་ རྫོང་ཁའི་
ནང་ལུ་སློ་འབད་སླབ་ཡིན་པས།

དམིགས་པས་ལ་ (ར) འཇུག་ཚུལ།

མ་གཞི་འདི་ ཆོས་སྐད་དང་འདྲམ་ཡོངས་གྲགས་ལུ་འཇུག་རུང་ རྫོང་
ཁའི་འགྲེལ་བ་ཤད་ནང་གསུངས་དོ་བཟུམ་ ཆོག་གྲོགས་ (ཁ) (ས) དང་
འབྲེལ་ཏེ་འཇུག་ཚུལ། དཔེ་འབདན།

ཁ་དང་འབྲེལ་བ་ལྷ།

ཤི་རན་ཁར་འགྱོད། ཟ་རན་ཁར་འཛོམས།

འགྱོ་རན་ཁར་ལྷ། གཉིས་ཀྱི་དོད་ཁར་གཅིག། ལྷ་ལྷ།

ཁ་དང་འབྲེལ་བ་ལྷ།

མདའ་ཕོག་སར་ཤུ། ལྷ་ཡོད་སར་ཆར་པ་རྟུག།

སྟེ་ས་སར་སྟེ་ས། སྟེ་མ་སར་སྟེ་མ། ལྷ་ལྷ།

(ན) རྫོང་ཁ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

བསམ་པ་བཟང་ན་ཆོས་རང་ཡིན།

དཔེ་ཅིག་ཡོད་ན་ཀུན་གྱིས་ཤེས།

ཟ་ཤེས་ན་དྲག་ཡང་སྟོན་ལུ་འགྱུར།

སྟེ་དན་ནམ་མཁའི་བྱ་ཡང་འཁོར།

སྟེ་ག་ན་མཆན་གྱི་བྱས་ཡང་སྤང་།

སྟེ་ག་ཤིན་དོམ་ཡོང་སོགས། ལྷ་ལྷ།

སྐད་ཅིགས་གཞན་ལུ་ དེ་སྟེ་ཆོག་བཟུ་སྟེ་སླབ་སྟེ་ལ་ཡོད་རུང་ རྫོང་ཁའི་
ངག་ག་ཤེས་ལུ་ ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བྱ་དེ་ཆོས་ཅིག་ཡིན།

ན་ལ་གཉིས་རྫོང་ཁར་འཇུག་ཚུལ།

སུམ་ལྷ་པའི་ནང་ སྟེ་ར་བཏང་ལ་ན་གཉིས། དེ་ཉིད་ལུ་འཇུག་པ་མ་གསུངས་

རུང་ རྫོང་ཁའི་ནང་ དེ་ཉིད་ལུ་ཡང་འཇུག་བཏུབ་ཡིན། དཔེ་འབདན།

དཀོན་གཉིས་དངས་འདོད་ཆེན། གསེར་སྐྱ་བཟངས་ལུ་འགྱུར།

བསོད་བདེ་བསྐམ་དགོ་མཉོམ་ད། མི་ཡང་སྟེ་ལུ་འགྱུར།

སྤང་གི་མེ་ཉོག་སྤང་ན་ཡལ། དེ་དེ་ན་རང་ཡལ། ལྷ་ལྷ།

ཡི་ལྷན་གྱི་ནམ་དབྱེ།

(གིས་ གྱིས་ གྱིས་ རིས་ ཡིས་)

ཡི་ལྷན་ཟེར་དགོ་པའི་དོན་དག།

ཡི་ལྷན་ཟེར་བའི་དོན་དག་ གྱེན་ནམ་ཕྱད་ལྟོ་དེ་ལྟ་ དབྱངས་ཡི་གི་གྲ་
དང་ལྷན་ཏེ་ཡོད་པ་ལས་ ཡི་ལྷན་ཟེར་མ་ཡིན།

དམིགས་བསལ་ཡི་ལྷན་ཤེས་དགོས་གལ་ཆེ་བ།

སྲུང་ཅུ་པའི་གྱེན་ནམ་ཕྱད་གཞན་ཚུ། རྗེས་འཇུག་གི་མཐའ་མར་ སྤྱར་
ཐངས་ཀྱི་སྤྱི་ལོ་སྤྱོར་ཚུལ་ཅམ་ཅིག་ཤེས་པར་ ཡུད་པ་ཅིག་བདུ་བ་རུང་
ཡི་ལྷན་སྐབས་སུ་ འབྲེལ་སྤྱོད་དང་ཕྱེད་སྤྱི་ལོ་དོན་ གཉིས་ཀྱི་བྱུང་པར་
ལེགས་ཤོམ་འབད་རང་ཤེས་དགོས་གལ་ཆེ།

ཡི་ལྷན་གྱི་སྤྱི་ལོ་འཇུག་ཚུལ།

རྗེས་འཇུག་ (ག་ར) གཉིས་ཀྱི་མཐའ་མར་ (གི) ད་བ་ས་གསུམ་དང་
ད་དྲག་ཅན་གྱི་མཐའ་མར་ (གྱི) ན་མ་ར་ལ་བཞིའི་མཐའ་མར་ (གྱི)
རྗེས་འཇུག་ (འ) དང་ མཐའ་མེད་ཀྱི་མཐའ་མར་ཆོག་ཁ་སྒོར་དགོས་
དང་མ་དགོ་པའི་བྱུང་པར་གྱིས་ (འི་ཡི) གཉིས་འཛོལ་ནི་ཡིན།
དཔེ་འབདན།

གི་སྤྱོར་ཚུལ།

སྤྱན་ལོངས་འབྲུག་གི། དེའི་གཞུང་གི། ལྷ་ལྷ།

གྱི་སྤྱོར་ཚུལ།

གངས་ཅན་བོད་ཀྱི། དེའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི།
ཆོས་སྤྱད་གཉིས་ཀྱི། ནམ་དུས་སྟོན་ཀྱི།
བཀའ་བཅལ་དཀྱི། མཁས་པར་གྱུར་དཀྱི།

གྱི་སྤྱོར་ཚུལ།

དབང་ཆེན་དཔོན་ཀྱི། ཅ་བ་གསུམ་ཀྱི།
ཆོས་ཁྲིམས་དར་ཀྱི། ནམ་གྱི་ལྱི།

འ་མཐར་ (འི་ཡི) འཇུག་ཚུལ།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་འི། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི།
དགྲ་སྟོན་ནམ་མཁའ་འི། ནམ་མཁའ་ཡི། ལྷ་ལྷ།

མཐའ་མེད་ལུ་ (འི་ཡི) འཇུག་ཚུལ།

དགྲ་སྟོན་མཐོན་པོའི། དགྲ་སྟོན་མཐོན་པོ་ཡི།
ཁྲི་གདུགས་ཉི་མའི། ཁྲི་གདུགས་ཉི་མ་ཡི།
སྤྱི་ལོ་བྱུང་བུམོ། སྤྱི་ལོ་སྤྱོར་མཚོག་ ལྷ་ལྷ།

དམིགས་བསལ་ (འི) སྤྱིར་ཚུལ།

(འི) འདི། བདེམ་སྒྲིབ་ཀྱི་ལུ་མཐུན་པའི་སྒྲིབ་ས་ རྒྱུ་ལྟུང་གི་ (འི) འི་
མཐུན་པའི་ (དགའ་འི) ཟེར་ལ་མཐུན་པའི་ (འི) འི་སྤྱི་ལྟུང་ལྟུང་ལྟུང་
བདེམ་ས་ལུ་སྒྲིབ་ས་ (དགའ་འི) ཟེར་ རྒྱུ་ལྟུང་ལྟུང་ལྟུང་ལྟུང་
གི་སྤྱི་བཀའ་ཏེ་འབྲི་པས་འབྲས་པ་ཡིན། དཔེ་འབདན།

མཐོ་བ་ནམ་མཁའ་འི། (ནམ་མཁའ་འི)

བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་འི། (སེམས་དཔའ་འི)

ཀྱུ་བའི་བཀའ་འི། (བཀའ་འི) ལྟུང་།

མ་གཞི་གོང་གི་དཔེར་བཞིན་ཚུ་ལྟུང་ ཚིག་གྲོགས་སྤྱིར་མཐུན་པ་ཡིན་པའི་
རྒྱུ་ལྟུང་གི་མཐུན་སྤྱིར་མཐུན་པའི་ཚུ་ལྟུང་ལྟུང་ལྟུང་ལྟུང་ལྟུང་
ཚིག་གྲོགས་མ་སྤྱིར་བར་སྤྱིར་ཚུལ་ ལ་གསལ་ཤེས་ནིའི་དོན་ལྟུང་ཡིན།

(འི) ལ་མ་སྒྲིབ་པའི་ཚིགས་བཅད་ལྟུང་ལྟུང་ཚུལ།

རང་རེ་འཇིག་རྟེན་འཇིག་སྤྱིར་འདིའི།

མི་ནམས་ཞི་བདེའི་ཐབས་བཅོན་ཞེས།

དོན་མེད་ངལ་བའི་ལས་སྤྱིར་ལྟུང་།

ཐམས་ཅད་ལྟུང་ལྟུང་ལྟུང་ལྟུང་ལྟུང་། ལྟུང་།

(འི) ཚིག་འབྲུལ་སྒྲིབ་པ་ལྟུང་ལྟུང་ཚུལ།

རང་རེ་འཇིག་སྤྱིར་འདིའི།

འབྲུལ་བའི་ལྟུང་ལྟུང་ལྟུང་།

ཞི་བདེའི་དུ་ལ་མཐུན་མོད།

མི་འདོད་པ་ལྟུང་ལྟུང་ལྟུང་། ལྟུང་།

(འི) ཚིག་ལྟུང་པ་ལྟུང་ལྟུང་ཚུལ།

དོན་ལ་བཅོན་པར་བྱ་ལྟུང་ལྟུང་ལྟུང་ལྟུང་།

དེ་བཞིན་དུ་ཚོས་ལ་བཅོན་པར་བྱ་ལྟུང་ལྟུང་ལྟུང་།

ལ་བཅོན་པར་བྱ་ལྟུང་། ལྟུང་།

སྤྱིར་བཏང་གི་ད་ལྟུང་ལྟུང་ཚུལ།

རང་ལྟུང་དུ་ལོག་གི་གསུངས།

ཚོས་ནམ་དག་བྱེད་ཀྱི་འདུག།

སྤྱིར་པོ་མེད་པ་བསམ་གྱི་ཡོད།

སེམས་པ་སྤྱིར་ནས་སྤྱིར་ཡོད།

རྟེན་པར་ཚོས་ལ་དགའ་ལྟུང་ལྟུང་། ལྟུང་།

དོ་རུང་ འི་ལྟུང་གཉིས་འཇིག་སར་ (གི) ལྟུང་ལྟུང་ལྟུང་ཚུལ།

དཔེ་འབདན།

མེས་པ་དགའ་གི་ཡོད། ཐུགས་ལུ་མངའ་གི་ཡོད།

ཆོ་དབང་ལུ་གི་འདུག། ལྷོ་ཟ་གི་ཡོད། ལྷ་ལྷ།

དམིགས་བསལ་མཐའ་མེད་ཀྱི་མཐར་ (གི) རོབ་ཚུལ་ ཆོས་སྐད་རོ་མའི་
ནང་ཡང་ཡོད་ཚུལ། དཔེ་འབདན།

ཡ་གི་དགའ་ལྡན་ལྷ་ལུ་ནས།

མ་གི་དཔྱལ་བའི་གདན་གྱི་བར།

ཐུགས་ཐུགས་འདི་ནས་པ་གི་ན།

ཉི་མ་རྒྱལ་ཐུགས་པ་གི་ན། ལྷ་ལྷ།

ཁྱེན་དེ་ལྷ་ལུ་མེས་འཇུག་ན་འཇུག་ཚུལ།

ལམ་དུ་སྐྱག་གིན་འདུག། དཀོན་མཆོག་མཆོད་ཀྱིན་ཡོད།

ཁྱེ་འབྲས་བསམ་གྱིན་ཡོད། མེས་པ་དགའ་ཡིན་ཡོད།

རེས་སྒྲི་ཡིན་ཡོད། ལྷ་ལྷ།

(འེན) འདི་མི་འཇུག་པའི་ཁར་ གཞན་བཞིཔོ་ཡང་ ཆོས་སྐད་རོ་མའི་
སྐབས་ལུ་འཇུག་སྟེ་མེད། ཆོས་སྐད་སྤྱིར་བཏང་ལུ་ བཞིན་སྐྱོད་དང་འདྲ་
བའི་ དུས་ད་ལྷ་བ་བཟུམ་ལུ་འཇུག་པ་ཡིན་མ་ཤེས་དགོ།

དམིགས་བསལ་ (གི) རོབ་ཚུལ།

ཡང་ མ་གཞི་ཆོས་སྐད་དང་འདྲམ་འཇུག་སྐབས་བདེ་རུང་ བཅུགས་
དང་མགོ་ཅན་གྱི་མཐའ་མར་གྱི་འབྲི་སྟེ་ཡོད་པ། དཔེ་འབདན།

མིག་གིས་ལྷ་གྱི་འདུག་ ལྷ་གྱིན་ཡོད།

ཡི་གེ་འབྲི་གྱི་འདུག་ འབྲི་གྱིན་འདུག།

ལྷ་ལྷ་ ཆོས་སྐད་སྤྱིར་བཏང་ནང་ ཡོངས་གྲགས་བྱིས་ཏེ་ཡོད་པ་ལས་
འདི་ཁར་ཡང་ དཔེ་བཞག་ནི་འདི་དོན་ལུ་བཀོད་ཡོད།

ཞི་ལྷན་གྱི་ཁྱེན་ལྷ་པོའི་དོན་གྱི་འཇུག་ཚུལ།

ཞི་ལྷན་གྱི་དོན་གྱི་འཇུག་ཚུལ་ལུ་ འབྲེལ་སྐྱོ་ཟེར་བྱ་བྱེད་མེད་པ་འབད་
མིང་པན་ཚུན་བར་ འབྲེལ་གཞི་འབྲེལ་ཆོས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་ འབྲེལ་བ་ལུ་འབྲེལ་
བའི་སྐྱོ་ཟེར་མ་ཡིན། དེ་ལུ་དབྱེ་བ་མ་འདྲམ་ལེ་ཤ་ཡོད་རུང་ འདི་ཁར་
འཇུག་ཚུལ་ནམ་པ་དུག་གི་ནང་བཤད་ནི་ཡིན། དཔེ་འབདན།

༡) རོ་བོ་བདག་གཅིག་གི་འབྲེལ་སྐྱོ།

༢) བྱད་གཞི་བྱད་ཆོས་ཀྱི་འབྲེལ་སྐྱོ།

༣) རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་འབྲེལ་སྐྱོ།

༤) དེ་ལས་དེ་བྱུང་གི་འབྲེལ་སྐྱོ།

༥) ཡན་ལག་དང་ཡན་ལག་ཅན་གྱི་སྐྱོ།

༦) བདག་པོ་དང་ཇེས་ཀྱི་འབྲེལ་སྐྱོ།

རོ་བོ་བདག་གཅིག་གི་འབྲེལ་སྐྱོ།

རོ་བོ་བདག་གཅིག་གི་འབྲེལ་སྐྱོ་པ་ཟེར་མི་འདི་ (གསེར་གྱི་ཐོར་པ) ཟེར་དོན་
བཟུམ་ གསེར་དང་ཐོར་པ་སོ་སོ་མེད་པར་ རོ་བོ་གཅིག་ལུ་གྱུར་བའི་སྐྱོ་བ་

ཐངས་ལུ་ རོ་པོ་བདག་གཅིག་གི་ འབྲེལ་པ་ཟེར་མ་ཡིན། མིང་གཞན་གཞི་
མཐུན་གྱི་ འབྲེལ་གྱི་ཟེར་ཡང་སྤྲོད་ཡིན། དཔེ་འབདན།

སྒྲོལ་མེད་ལ་ འབྲེལ་གི་ གྲུ་ལ་ཁག།
གསེར་དང་དབྱེལ་གྱི་ བྲམ་པ།
རིན་ཆེན་ཟངས་ཀྱི་ མཆོད་ཀོང་།
མཐོ་བ་ནམ་མཁའི་ དབྱིངས་སུ།
ནོར་བུ་གཡུ་ཡི་ བྲམ་ཆོམ། ལྟ་བུ།

ལྷན་གཞི་ལྷན་ཆོས་ཀྱི་ འབྲེལ་པ།

ད་གཞི་ལྷན་ཆོས་ཀྱི་ འབྲེལ་པ་ཟེར་མི་ (བྱད་མེད་ཀྱི་ རྣམ་འགྱུར་) ཟེར་
མ་བཟུམ་ ལྷན་གཞི་བྱད་མེད་དེ་ལུ་ ལྷན་ཆོས་མཛེས་པའི་ རྣམ་འགྱུར་
ལུ་ཅིག་ལུ་ ལྷན་གཞི་ལྷན་ཆོས་ཀྱི་ འབྲེལ་པ་ཟེར་སྤྲོད་ཡིན། དཔེ་
འབདན།

པརྱའི་མེ་རྟོག་གི་ མདངས།
བྱད་མེད་ཀྱི་ རྣམ་འགྱུར་རོ།
སྒྲོན་མཐིང་གཡེར་གྱི་ གཡིག།
དར་མེད་གེའི་ མཆོངས་ཅལ།
མེད་གེ་དཀར་མོ་ཡི་ རྟོབས། ལྟ་བུ།

རྟོན་དང་བརྟོན་པའི་ འབྲེལ་པ།

རྟོན་དང་བརྟོན་པའི་ འབྲེལ་པ་ཟེར་མི། (ཁྱིམ་ནང་གི་མི) ཟེར་དོམ་བཟུམ་
རྟོན་ནམ་གནས་པའི་གཞི་ཁྱིམ་ལྟ་བུ་ལུ། བརྟོན་པ་མི་ཡོད་ཟེར་སྟོན་པའི་
སྤྲོད་ཐངས་ལུ་ གནས་གཞི་ལམ་རྟོན་གནས་ཟེར་མ་ཡིན། དཔེ་འབདན།

ལྟ་ཁང་གི་སྤྱོད་གསུང་ཐུགས་རྟོན།
གངས་ཅན་བོད་ཀྱི་ཁྱུང་ཁྱུང་།
གྲུ་ལམ་དབྱེལ་གྱི་ མཆོད་རྟོན།
མཐོ་བ་ནམ་མཁའི་ ཉི་དབྱེལ།
བལ་པོ་ཡི་བྱ་རུང་ཁ་ཤོར། ལྟ་བུ།

ཡན་ལག་དང་ཡན་ལག་ཅན་གྱི་ འབྲེལ་པ།

ཡན་ལག་དང་ཡན་ལག་ཅན་གྱི་ འབྲེལ་པ་ཟེར་མི་དེ། (ཤིང་གི་ཡལ་ག)
ཟེར་དོམ་བཟུམ་ ཡན་ལག་ཅན་ཤིང་ལུ་ ཡན་ལག་ཞལ་ལག་ཡོད་ཟེར་བའི་
སྤྲོད་ཐངས་ལུ་ རྟོན་གནས་ཟེར་སྤྲོད་ཡིན། དཔེ་འབདན།

སྒྲུག་དང་གཞིག་གི་ པགས་པ།
ནག་པོའི་བདུད་ཀྱི་ རལ་པ།
ཉའི་དག་སྤམ་གྱི་ པགས་པ།
མེད་གེ་དཀར་མོའི་གཡུ་རལ།
གཞུའི་ཅེ། མདངས་ཡི་སྒྲོ། ལྟ་བུ།

ཐདག་པོ་དང་ཇས་ཀྱི་འབྲེལ་སྒྲིག་

ཐདག་པོ་དང་ཇས་ཀྱི་འབྲེལ་སྒྲིག་ཟེར་མི་འདི་ (སྒྲིམ་འཛིན་ཕྱག་མེད་) ཟེར་དོན་
བཟུམ་ ཐདག་པོ་སྒྲིམ་དང་། སྒྲིམ་ལུ་ཡོད་པའི་ཇས་ (སྒྲིམ་ཆས་) རྟོན་པའི་
སྒྲིམ་ཐངས་བཟུམ་ཅིག་ལུ་ ཐདག་པོ་དང་ཇས་ཀྱི་འབྲེལ་སྒྲིག་ཟེར་མ་ཡིན།
དཔེ་འབདན།

འཇམ་དབྱངས་ཕྱག་གི་རལ་གྱི།

ནམ་ཐོས་སྒྲིམ་གྱི་བར་མཛོད།

དབང་ཆེན་དཔོན་གྱི་དབྱེ་ལ།

སྒྲིམ་འཛིན་ཕྱག་མེད་། (ཐུགས་དམ)

སྟོན་པོ་ཆོ་ཡི་ན་བཟུང་། ལྷ་ལྷ།

དེ་ལས་དེ་བྱུང་གི་འབྲེལ་སྒྲིག་

དེ་ལས་དེ་བྱུང་གི་འབྲེལ་པ་ཟེར་མི་དེ་ (ཆུ་ཡི་ཉ་) ཟེར་དོན་བཟུམ་ ཉ་འབྱུང་
སའི་གཞིའམ་འབྱུང་སའི་ཆུ་དེ་ལས་ ཉ་བྱུང་བ་རྟོན་པས་སྒྲིམ་ཐངས་ལུ།
དེ་ལས་དེ་བྱུང་གི་འབྲེལ་པ་ཟེར་མ་ཡིན། དཔེ་འབདན།

ནམ་མཐའི་སྟོན་ཕུང་གི་ཆར།

ལྷ་ཡིང་ཅན་དན་གྱི་དྲི་བུང་།

ཐོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས།

གྱི་མཚོ་ཆེན་མོ་ཡི་ནོར་བུ།

གྱི་འཁྲུག་ལྷ་མ་ཡི་བྲུ་ལྷ་ལྷ།

གོང་གི་འབྲེལ་བ་ཆུ་ སྒྲིམ་ཐངས་ཀྱི་ཁྱད་པར་གྱིས་དབྱེ་བ་དྲུག་ལུ་ཁྱེ་རུང་།
ཚུར་བསྐྱོ་བ་ཅིན་ རོ་བོ་ཐདག་གཅིག་གི་འབྲེལ་པ་དང་ དེ་ལས་དེ་བྱུང་གི་
འབྲེལ་སྒྲིག་ཉིས་ནང་ ཡུད་པ་ཅིག་བསྐྱོ་ཟེར་ཡང་གཞུང་ས་ལུགས།

ཕྱི་ཆོག་མི་མཐུན་པ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

ཕྱི་ཆོག་མི་མཐུན་པ་ཟེར་མི་ ཆོག་ཉེ་མམ་དང་ རྒྱལ་མམ་མ་མཐུན་པར་
འགལ་བ་བཟུམ་སྒྲེ་འཇུག་ཚུལ་ཅིག་ལུ་སྒྲིམ་ཡིན། དཔེ་ འབདན།

ཡོན་ཏན་སྟོབ་པ་ལས་ཁག་གི་བརྟེན་པ་ལས་སྟེ། །

དྲང་པོ་ལ་སྟོག་ཏད་ཀྱི་གཡོ་སྐྱུ་ཅན་ལ་མི་གཏད་དོ། །

མཁས་པས་བཤད་པ་བདེན་གྱི་སྟོན་པའི་མི་བདེན།

གཞན་སྟོན་མཐོང་བ་སྟེ་རང་སྟོན་དེ་ལྟར་མིན་ནོ། །

མཁས་སྐྱག་པ་གཙོ་ཡི་ལུས་སྐྱག་དེ་ཙམ་མི་གཙོའོ། །

ནང་པའི་ཆོས་ལ་དགའ་གི་ཕྱི་པའི་ཆོས་མི་དགའོ། ། ལྷ་ལྷ།

བྱེད་པ་པོའི་སྒྲིག་

(གིས་ གྱིས་ གྱིས་ འིས་ ཡིས་)

བྱེད་སྒྲིའི་ཁྱེན་དེ་ལྟེ་ལུ་ཇས་འཇུག་ (ས) དང་། དོན་དག་རྟོན་ཚུལ་
གྱི་ཁྱད་པར་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་ སྒྲིའི་སྟོར་ཚུལ་ལུ་ འབྲེལ་སྒྲིའི་སྐབས་
དང་གཅིག་རང་ཡིན། འབྲེལ་སྒྲིའི་དང་བྱེད་སྒྲིག་ཉིས་ཀ་ ཡི་ལྟན་གྱི་ནམ་
དབྱེ་ལས་འཕྲོས་པ་ལུ་བརྟེན་ཉེ་ཡིན།

ཕྱེད་རྒྱ་ཐེར་རྒྱལ་དགོ་པའི་དོན་དག།

ཕྱེད་རྒྱ་ཐེར་མི་དེ། ཕྱ་ཕྱེད་ལས་གསུམ་ལས། (སངས་རྒྱལ་གྱིས་ཚོས་
གསུངས་) རྩ་བུ་ཚོས་གསུང་མི་སངས་རྒྱལ་བཟུམ་སྟེ་གང་ཐག་ལ་སོགས་
པའི་ཕྱེད་པོ་ག་འབད་རུང་། (ལུ་འབད་མི་ཅིག) གཙོ་བོར་རྩོན་ཏེ་སྒྲུབ་
ཚུ་ལ་ཅིག་ལུ་ཕྱེད་རྒྱ་ཐེར་མ་ཡིན། དཔེ་འབདན།

གཞུང་གིས་སྤྱིད་དུག་གཞིགས།

སངས་རྒྱལ་གྱིས་ཚོས་གསུངས།

སྟོབ་དཔོན་གྱིས་དཔེ་ཆ་རྩོན།

བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་ས་མཛད།

མཁས་པ་ཡིས་དཔེ་ཆ་བཅམས། རྩ་བུ།

དམིགས་བསལ་ (འིས) འཇུག་ཚུལ།

དམིགས་བསལ་ (འིས) འདི་གོང་ལུ་འབྲེལ་སྤྱི་སྐབས་བཟུམ་སྟེ་
བད་རྩིང་ལུ་རྒྱུ་འཇུག་འ་མཐར་ (འིས) འབྲི་སྟོན་ཡོད་རུང་། བད་
གསར་པའི་སྐབས་རྒྱུ་འཇུག་འ་འདི་གུ་རང་གི་གུ་སྤྱར་ཏེ་འབྲི་དགོ།
དཔེ་འབདན།

ཀུན་དགའ་འིས་ (ཀུན་དགའིས) གྱིས།

མདའ་འིས་ (མདའིས) འབེན་ལུ་སོག།

ནམ་མཁའ་འིས་ (ནམ་མཁའིས) ལྷག། རྩ་བུ།

མཐའ་མེད་གྱི་མཐའ་མར།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་ས་དབང་བསྐྱར།

འཇམ་དབྱངས་རལ་གྱི་འིས་དབང་བསྐྱར།

བྲ་མ་མང་པོའི་ས་གདན་ས་བཅགས། རྩ་བུ།

འིས་ཡིས་གཉིས་བསྐྱབ་པའི་ཕྱེད་རྒྱ།

འིས་ཡིས་འབྲི་སར་སྤྱབ་ཐངས་གྱིས་ཚུར་བསྐྱབ་དགོ་པ་ཅིན་དེའི་རྒྱུ་འཇུག་

(ས) མིང་གཞིའི་མཐའ་མར་སྤྱར་ཏེ་འབྲི་ནི་ཡིན། དཔེ་འབདན།

བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔལ་མཛད། ཚོས་གྱི་རྒྱལ་པོའི་བགས་བཅད།

དྲང་པོའི་མདས་འབེན་ལ་སོག། ལྷག་གི་རལ་གྱིས་དབང་བསྐྱར།

ཟུར་མིག་གི་མདས་ཡིད་འཕྲག། རྩ་བུ།

(འིས) ཚོགས་བཅད་ལ་འཇུག་ཚུལ།

ནམ་མཁའི་ས་ལྷག་པའི་འགྲོ་བ་ནམས། །

སྤྱག་བསྐྱལ་དྲག་པོའི་ས་ཡོངས་སུ་མནར། །

(ཡིས) ཚོགས་ལ་རྟོང་བ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

ང་ཡིས་བཅམས་པའི་དེབ་དེ་ཡིས། །

གཞན་ལ་མན་པ་སྤྱིད་མཐའ་ཙམ། །

བུ་བྱེད་མོ་མོ་མེད་པའི་བྱེད་སྐྱ་པལ་པ་རྣམས་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

བཅའ་དྲུག་གིས་ཤི། བུའི་ཁྱིམ་གཏམས།
གཏམ་རལ་གྱིས་བྱུང། མདའི་ས་མི་བསད།
མདས་མི་བསད། རལ་གྱི་ཡིས་ཤིང་བཅད།
རལ་གྱིས་ཤིང་བཅད། ལང་ཚོས་དྲོགས། ལྟ་བུ།

རང་བཞིན་གྱི་བུ་བའི་བྱེད་སྐྱར་འཇུག་ཚུལ།

རང་གིས་འཕེལ། ལྷན་གྱིས་གྲུབ། ཁད་གྱིས་ཞི།
རིག་པའི་ས་གྲུབ། རིག་པ་ཡིས་གྲུབ། བསམ་པས་འཕེལ།
ལྟ་བུ།

བྱེད་སྐྱ་གཙོ་པལ་གྱི་རྣམ་གཞག།

བྱེད་སྐྱ་ལུ་གཙོ་བོ་དང་པལ་པ་ཟེར་གཉིས་ཡོད། (ཟེར་བས་རྩ་རྒྱུ་ལྟ་བུ་ལུ་
པལ་པ་རྩ་རྒྱུ་མི་དེ་དང་གཙོ་བོ་ཟེར་མ་ལུ་བཞག་མི་ཡོད་རུང་། ལུ་ལུ་གིས་
གཙོ་བོ་རྩ་རྒྱུ་མི་དེ་དང་པལ་པ་ཟེར་མ་ལུ་བཞག་མི་དེ་རང་འཐད་ནི་ཡིན་མ་
ལས་དེའི་དཔེ་བཞག་པ་ཅིན། དཔེར་ན།

བུ་མོ་དེས་ཟུར་མིག་གིས་ཡིད་འགྲུགས།
འཇིམ་བཅོཔས་འདམ་གྱིས་སྐྱ་བཞེངས།
དྲུང་ཡིག་གིས་སྐྱུག་བྱིས་ཡི་གྲུ་བྱི།
དམག་མིས་མེ་མདའི་ས་དག་པོ་བསད་དོ།
ཤིང་མཁན་གྱིས་སྐྱ་རེ་ཡིས་ཤིང་བཅད། ལྟ་བུ།

གཙོ་བོ་གཅིག་ལ་པལ་པ་གཉིས་རེ་འཇུག་པའི་བྱེད་སྐྱ།

ལྟ་བྱིས་པས་ཚོན་གྱིས་བྱིས་པའི་ཟང་ཀས་གོང་ཐོག།
མགར་བས་ཟངས་གྱིས་བདུངས་པའི་བུམ་པས་ཚུ་སྐྱོར།
དེས་པར་གྱིས་བྱིས་པའི་རེ་མོས་ཡིད་འཕྲོག། ལྟ་བུ།

གཙོ་བོ་ལྷགས་ལུ་རྩྭ་རྩེ་པལ་པ་གཉིས་རེ་འཇུག་པའི་བྱེད་སྐྱ།

པར་གྱིས་བྱིས་པའི་རེ་མོས་ཡིད་འཕྲོག།
གཞེར་གྱིས་བྱིས་པའི་ཡི་གེས་གང་ཡོད། ལྟ་བུ།

བྱེད་པོ་དང་བུ་ལུས་གོ་སྒྲིག་པའི་བྱེད་སྐྱ།

བདག་གིས་ཁོ་ལ་གཏམ་བཤད། ཁོ་ལ་བདག་གིས་གཏམ་བཤད།
དེབ་དེ་ང་ཡིས་བཅམས་པའོ། ང་ཡིས་དེབ་དེ་བཅམས་ཡོད། ལྟ་བུ།

འཇུག་ཚུལ་གཉིས་པ་སྐྱ་མཚན་ལུ་འཇུག་པའི་བྱེད་སྐྱ།

ཚོད་མཐོང་གིས་དྲན་པ་བརྟོན།
ཁེ་སང་ཐོབ་གྱིས་ཚོང་བརྒྱབ།
མཁས་པར་འགྱུར་གྱིས་བཅོལ།
བདེན་པར་སྒྲུབ་པ་ཉན་ཅིག།
ཁེ་མེད་མཐོང་བ་ཡིས་བཅོད།

གནད་ (པས) (པས) གཉིས་ཀྱིས་ཡང་ རྒྱ་མཚན་ལུ་འཇུག་
ཚུལ།

མཉན་ཡིན་པས་པན། རྒྱ་ཡིན་པས་གནད་འོང་།
དགེ་བ་ཡིན་པས་སྤང་། རྒྱ་པ་ཡིན་པས་དོར།
དུ་བ་མཐོང་བས་མེ་ཡོད། མེ་མས་དགའ་བས་ཕྱོད།

གིས་ཀྱིས་གཉིས་རྒྱ་མཚན་ལུ་འཇུག་ཚུལ།
རྒྱ་ལུ་མང་འ་བར་གྱིས། བག་མེད་དུ་མི་གཏོང་གིས།
རང་དབང་ཉིད་དུ་གྱིས། མི་འཛོམས་མར་མི་འགྲོ་གིས། རྩ་ཕྱ་
རང་དབང་དང་གནད་དབང་གཉིས་ སྐབས་ཐོབ་ཀྱིས་འཇུག་པ་
ཡིན།

ཅུད་རྒྱའི་ཚུག་རྒྱུར་བཤོད་ཚུལ།

སངས་ཀྱིས་གསུངས། སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་ཚོས་གསུངས། སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་
མེམས་ཅན་ལ་ཚོས་གསུངས། སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་མེམས་ཅན་དོན་དུ་ཚོས་
གསུངས། སངས་ཀྱིས་མ་ར་ན་མིར་འཁོར་ལུ་ཕྱེ་བཟང་པོར་ཚོས་
གསུངས། སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་མ་ར་ན་མིར་ལུ་ཕྱེ་བཟང་པོར་དོན་དུ་བདེན་
བཞེ་ལན་གསུམ་བཞུག་ཏེ་ཚོས་གསུངས་མོགས་རྩ་ཕྱའོ།

ཐོང་ཁ་ལུ་འཇུག་པའི་འབྲེལ་རྒྱ།

ཐོང་ཁའི་ནང་ཚོས་སྐད་ཀྱི་འབྲེལ་རྒྱ་འདི་ རྒྱའི་རྒྱུར་ཚུལ་མ་ཚད་ དོན་གྱི་
འཇུག་ཚུལ་ཡང་ བྱེ་ཚུག་མི་མཐུན་པ་ལུ་མི་འཇུག་པ་ཙམ་ལས་གནད་འདྲམ་
ཡིན། དཔེ་བཏོད་པ་ཅིན་ :-

རྒྱ་གི་རྒྱ་ག་ལས་གུང་ཡོད།
མེམས་གསལམ་ལུས་ཀྱི་དགྲ།
ད་རིས་དཔལ་གྱི་ཉིམ་འདི།
མདའི་ལྟོང་དང་གཞུང་ཐག་པ།
མདའ་ཡི་ལྟོང་དང་ལྟོ་ཡི་ཅེ། རྩ་ཕྱ།

དམིགས་བསམ་ (གི) འའི་མཐའ་མར་འཇུག་ཚུལ།

ཚེ་མདའ་གི་གཡམ་དར། ཕུ་དང་མདའ་གི་ཁྱུད།
མི་མཐའ་པ་གི་རིག་པ། ས་ཁ་གི་དྲོད། རྩ་ཕྱ།

གི་འཇུག་ཚུལ།

གི་ལས་གི་ལུ་འམ་ གི་ལས་གི་ལུ་ལུང་པའི་རག་གཤིས་ཀྱིས་རྒྱར་ཆག་སྟེ་
ཚོས་སྐད་ལུ་ཡང་སྐབས་སྐབས་ཡོད་པའི་ (གི) འཇུག་ཚུལ།

རི་པ་གི་རི་དང་ཚུ་གི་རི། པ་གི་རི་ཞི་གམེར་གྱི་རི།
ཚུ་གི་རི་ཞི་དངུལ་གྱི་རི། མོགས་རྩ་ཕྱ།

དམིགས་བསལ་ (གེ་ཏེ་ཏེ) གཞུམ་འཇུག་ཚུལ།

དེ་ལྟ་ཇོང་ཁའི་མཁའ་པོ་ལ་ལོ་གིས། ཚོས་སྐད་དམ་བོད་སྐད་ནང་ཡང་
སྐབ་ཐངས་འདྲམ་ཇོང་ཁའི་ནང་ དཔེ་འབདན།

ཁུར་ཆ་འབག་གོ། སྤམ་མཇལ་གྱི།

ལྷ་མ་འཕྱད་གྱི། ད་འགྱོ་གོ། ལྷ་ལ།

འགྲེང་བུའི་སྤྱི་ཅན་ལུ་འཇུག་པ་འབད་མཛེད་གནང་རུང་ ད་ཟིམ་ནངས་
པར་ (གོ) རྒྱུང་འབྲི་སྟོན་འདུག་གོ།

མིང་མཐའ་ (མ) མ་བཟུ་བའི་འབྲེལ་སྤྱ།

སྐར་མའི་ཁ་ཚུ། ཐུར་མའི་ཚད།

ཨོ་མའི་གར་ལྷ། ཀང་མའི་མ། ལྷ་ལ།

མིང་མཐའ་མིང་གཞིའི་མཐའ་མར་བཟུ་བའི་འབྲེལ་སྤྱ།

ང་མཐའ་མིང་གཞིའི་མཐའ་མར་བཟུ་མ་ད་ མིང་མཐའ་འདི་ རྒྱུ་འཇུག་
མ་འཁྱལ་བར་ མིང་མཐའ་ལུ་རང་བཞག་ཞིན་ན་ རྒྱུང་པའི་མཐའ་མར་
། རྒྱུང་ཐོབ་བཟུམ་རང་འབྲི་ནི་ཨིན། དཔེ་འབདན།

ཨོ་མ་གི་གར་ལྷ། ཐུར་མ་གི་ཚད།

ཉིམ་གི་ཚད་དྲོད། ཀང་མ་གི་རྒྱུང་མ། ལྷ་ལ།

གཉིས་པ་ཕྱེད་སྤྱི་ཇོང་ཁ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

ཕྱེད་སྤྱིའི་རྒྱུན་ལུ་ཇོང་ཁའི་ནང་འཇུག་པའི་སྐབས་ (གིས་ གྱིས་ གྱིས་)
གཞུམ་ཚོས་སྐད་བཞིན་དུ་དང་། (འིས་ ཡིས་) གཉིས་ཀྱི་ཆ་བ་ལུ་ (གིས་)
རྒྱུང་། མིང་གཞིའི་མཐའ་རྒྱུན་བཟུས་ཏེ་ རང་དབང་ཅན་ལུ་འཇུག་ནི་ཨིན།
དཔེ་འབདན།

གིས་གྱིས་གྱིས་གཞུམ་ཚོས་སྐད་བཞིན་དུ་འཇུག་ཚུལ།

དྲོ་པ་ཉིམ་གདོང་གིས་བསྟོ། ཕྱི་རྒྱུ་ཉིམ་རྒྱུ་བསྟོ།
ནང་མ་དགལ་གཏམ་གྱིས། ཕྱི་མ་དགལ་ཚུ་གིས་བཤལ། ལྷ་ལ།

འིས་ཡིས་ཆ་བ་ལུ་ (གིས་) འཇུག་ཚུལ།

མདའ་གིས་སྟོ་གཤེར་རྒྱལ། ཉིམ་གཞའ་གིས་བསྟོར་རྟུག།
མཁས་པ་གིས་སྤྱིང་འཛོལ། འགྱོད་པ་རྟུ་གིས་མ་ཐེག། ལྷ་ལ།

རྒྱུན་མིང་གཞིའི་མཐའ་མིང་མཐའ་མར་བཟུ་བའི་

ཕྱེད་སྤྱི།

གོང་མས་མ་ཞོན་པའི་གཡོག། ཞུ་མས་མ་ཞོན་པའི་མགྲ།
བཟང་དྲིས་གཏེ་ལུ་ཡང་བྱལ། དམ་ཚིག་པས་རྒྱུང་དྲོད། ལྷ་ལ།

མིང་མཐའ་མིང་གཞིའི་མཐའ་མར་མ་བཟུ་བའི་ཕྱེད་སྤྱི།

ཨོ་མས་ཚུར་འབྱུ། ན་འཐན་ཉིམས་དུག།
གནམ་སྐར་མས་གང་། ལྷོ་ཐུར་མས་ཟ།

ལྷ་བྱའི་སྐབ་ཐངས་ལྟ།

ཡོམ་གིས་ཀུས་འཁྱུག་ལྷོ་བྱུར་མ་གིས་བ།

ཡོམ་གིས་ཡང་དྲུག་ཀྱི་མ་གིས་འཛིག་ལྷ་བྱ།

ཕྱིད་རྒྱ་རྒྱ་མཚན་ལྷ་འཇུག་ཚུལ།

སྐུ་མ་ཐུ་པའི་ནང་རྒྱ་མཚན་ལྷ་རྒྱ་ལྷོ་ལོ་ཆ་ར་གིས་འཇུག་རུང་རྫོང་ཁ་
ནང་(གིས)གཅིག་གིས་འཇུག་པ་ཡིན། དཔེ་འབདན།

སྐུ་མ་ཐུ་ལྷོ་འདི་གིས་པན།

དྲུག་ཡིན་ལྷོ་འདི་གིས་གནོད།

རྒྱ་མེད་ལྷོ་འདི་གིས་ཡིན།

རྒྱ་མེད་ལྷོ་འདི་གིས། ལྷ་བྱ།

དམིགས་པལ་(པལ་བལ་མལ)གསུམ་འཇུག་ཚུལ།

པལ་ཁོ་དྲུག་པལ། སེམས་སྤང་པལ། རྒྱད་ཚོད་པལ། ལྷ་འཛོན་པལ།

མིག་ཁར་རྒྱལ་པལ། གང་བས་རུམ་པལ། ཁོ་མཁས་པལ།

ལྷ་བྱ་ལས་རྗེས་འཇུག་(འ་ར་ལ)འི་མཐར་འཇུག་པ་མི་བདེ།

པལ་སེམས་དགའ་བས། དབང་དར་བས། འོད་གསལ་བས།

ཆ་འདྲ་བས། ལྷ་བྱ་ལས། གང་དན་བ་མའི་མཐར་མི་བདེ།

མལ་མོ་བཟང་མས། དེ་བདེན་པས། ཁམ་རྒྱལ་མས། སྤང་བགམ་

མས། ལྷ་བྱ་ལས་གང་འ་ར་ལ་དང་མཐའ་མེད་ལྷ་མི་འཇུག།

མལ་མིང་མཐའི་མཐར་འཇུག་ཚུལ།

ལམ་བཀག་པ་མས། སར་བཏང་པ་མས། སྤྱོད་ཀྱང་པ་མས། ཚོ་སྒྲོན་པ་

མས། སེམས་དགའ་པ་མས། དབང་དར་པ་མས། སྤྱོད་འཁོལ་པ་མས།

སྤྱོད་པ་མས། ལྷོ་ཐམ་པ་མས། དབང་རྒྱལ་པ་མས། ལྷ་བྱ་ལས། བ་མ་ལྷ་

མི་འཇུག།

ཡིན་པས་ལྷ་བྱ་མལ་མེར་བཟུམ་ཏེ་སྐབ་ཐངས་།

དེ་དྲུག་ཡིན་པས། དེ་དྲུག་པས། དེ་ཆང་ཡིན་པས། དེ་ཆང་པས།

དེ་བདུད་ཡིན་པས། བདུད་པས། དེ་གདོན་ཡིན་པས། དེ་གདོན་པས།

གསེར་ཁབ་ཡིན་པས། གསེར་ཁབ་པས། དེ་ཡམ་ཡིན་པས། ཡམ་པས།

དེ་འི་བཀའ་ཡིན་པས། དེ་འི་བཀའ་པས། དེ་དར་ཡིན་པས། དར་པས།

དེ་ཞལ་ཡིན་པས། དེ་ཞལ་པས། དེ་ཚོས་ཡིན་པས། དེ་ཚོས་པས།

དེ་ལྷ་ཡིན་པས། ལྷ་པས། ལྷ་བྱ་རྗེས་འཇུག་ཀྱན་ལྷ་འཇུག་གོ།

དེ་ལྷ་ཡང་དྲུག་པས་མེར་མ་བཟུམ་ཏེ་སྐབས་མས་འཇུག་རུང་
དྲུག་ཡིན་པས་མེར་བའི་སྐབས་དྲུག་ཡིན་པས་མེར་ཡང་འཇུག་ལྷོ་ཡིན་པ་
ཤེས་དགོ།

གཞན་ཡང་དེ་གསུམ་རྒྱ་མཚན་ལྷ་འཇུག་ཚུལ།

སྐུ་མ་ཐུ་པས་ཟ་དགོ། དྲུག་ཡིན་པས་སྤང་དགོ།

སེམས་དགའ་བས་སྤོད། ལྷ་བྱ་ཡང་འཇུག་གོ།

གན་པ་ཀྱན་པུད།

ཕྱད་ (ཀྱང་ འང་ ཡང་) གཟུམ།

ཀྱན་པུད་ཀྱི་དོན།

ཀྱན་པུད་ཟེར་བའི་དོན་དག་ཕྱད་དེ་ཚུ་གཞན་དབང་ཅན་གྱི་སྒོ་ལས་མིང་
ཅིག་གི་སྒྲོར་བ་གཅིའི་མཐའ་མར་སྤྱར་རུང་ཆོག་ཏེ་མཇུག་དང་ཤུལ་མཇུག་
ཏེ་ས་མཐུན་མ་མཐུན་པའི་ཀྱན་གཉིས་དང་ཆོག་གཞི་གཅིག་ལས་གཅིག་
ཀྱུ་པུད་ཟེར་བའི་དོན་ལྟ་ཀྱན་པུད་ཟེར་མ་ཡིན།

ཀྱན་པུད་ཀྱི་གྲུབ་ཐྱོར་ཚུལ།

ས་འཇུག་ (ག་ད་བ་ས) ཡང་འཇུག་ (ད་དྭག) ཅན་གྱི་མཐའ་མར་ (ཀྱང་)
ས་འཇུག་ (ང་ན་མ་ར་ལ) ལྟའི་མཐའ་མར་ (ཡང་) རྒྱུ་འཇུག་ (འ)
ང་ (མཐའ་མེད) ཀྱི་མཐའ་མར། ཆོག་ལ་སྒྲོང་དགོས་དམ་དགོ་པའི་
ད་པར་གྱིས་ (འང) དང་ (ཡང) གཉིས་འཐོབ་ནི་ཡིན། དཔེ་འབདན།

ནམ་པར་དག་ཀྱང་། བདེ་ཁིང་སྤྱིད་ཀྱང་།

མི་ལུས་ཐོབ་ཀྱང་། ཕྱན་ལུས་ཆོགས་ཀྱང་།

ཐར་ལམ་བརྟན་དཀྱང་། དབང་བསྐྱར་དཀྱང་།

ཕྱོགས་ལས་ཀྱལ་དཀྱང་། ལྟ་བུ།

མང་འཐོབ་ཚུལ།

རྟེན་འབྲེལ་བཟང་ཡང་། དཔལ་དང་ལྡན་ཡང་།

དམ་ཆོག་བསམ་ཡང་། མང་འཐུང་དར་ཡང་།

གོང་དུ་འཕེལ་ཡང་། གཏམ་སྒྲུ་ཡང་། ལྟ་བུ།

(འང་) འཐོབ་ཚུལ།

ཕྱད་ (འང་) འདི་བདེ་རྟེན་པའི་སྐབས་ལུ་རྒྱུ་འཇུག་ (འ) འི་མཐའ་
མར་དགའ་འང་ཟེར་འབྲི་སྒོ་ཡོད་རུང་། བདེ་གསར་པའི་སྐབས་ལུ་
དགའ་འང་ཟེར་ (འ) གཅིག་བཟུས་ཏེ་འབྲི་དགོས་ཡིན། དཔེ་འབདན།

སེམས་པ་དགའ་འང་། (སེམས་པ་དགའ་འང་)

ལུང་པའི་མདའ་འང་། (ལུང་པའི་མདའ་འང་)

རྒྱལ་བའི་བཀའ་འང་། (རྒྱལ་བའི་བཀའ་འང་) ལྟ་བུ།

མཐའ་མེད་ཀྱི་མཐའ་མ་ལུ།

དཔལ་ལྡན་འབྲུག་པའང་། དམ་པ་ཆོས་ཀྱི་སྤྱུང་འང་།

འབྲུག་དབང་གི་རྒྱལ་པོའང་། ཤེས་རབ་ཅེའང་། ལྟ་བུ།

མཐའ་མེད་ཀྱི་དབྱེ་བ།

མཐའ་མེད་ཟེར་མི་ལུ་རྒྱུ་འཇུག་མ་ཞུགས་པའི་མིང་གི་མཐའ་མེད་གཅིག་
དང་མིང་མཐའི་མཐའ་མར་རྒྱུ་འཇུག་མ་ཞུགས་པའི་མཐའ་མེད་ཟེར་
གཉིས་ཡོད་པ་ཤེས་དགོ།

ལྷན་ (ཡང་) ཆོག་མ་བཅད་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

རེས་དགའང་སྤྱད་པའི་དུས་མེད་ན།

ཉག་པར་སྤྱད་པའི་གོ་སྐབས་བྲལ།

མཐས་པའང་གོང་དུ་མི་བཀུར་ན།

གཞན་ནམས་བཀུར་བ་སྤྱད་དམ་ཅི། ལྟ་བུ།

ལྷན་ (ཡང་) ཆོག་འབྲུལ་སྒྲོང་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

དལ་འབྱོར་མི་ལུས་ཆེད་དགའ་ཡང་།

ཆེད་ནས་ལྟ་ཆོས་དང་ཡང་ལྷན།

དེ་བཞིན་བཤེས་གཉེན་དམ་པ་ཡང་།

མཇལ་བའི་སྐལ་བ་ཤིན་ཏུ་བཟང་། ལྟ་བུ།

(ཡང་) ཆོག་སྤྱད་པ་ལུ་ཡང་འཇུག་ཚུལ།

དཔེར་ན། བར་ལམ་དེར་ཐུགས་བཅུ་སྟོད་མེད་སྟོན་ན། འཕགས་ལུས་

ཐོད་དགར་ཅན་གྱི་སྤྱོད་མས་ རྟོག་མ་པ་ནི་དང་གསུང་བྲིས་ བཅས་གནང་བ་

ཡང་ཉམས་མེད་འབྱོར་བ་བཀའ་དྲིན་ཆེ། སྤྱད་མར་ཡང་། གསེར་ནལ་མ

མཇལ་བའི་སྐལ་བ་མ་ཐོབ་རིང་། སྤྱི་འཛོལ་དགེ་ཞེས་མཛད་སྤྱོད་གོང་འཕེལ་དུ་

ཡོད་པ། ལྟ་བུ།

གཉིས་པ་དོན་གྱི་འཇུག་ཚུལ།

དོན་གྱི་འཇུག་ཚུལ་ལུ་ འདྲ་མི་འདྲ་ལེ་གཡོད་རུང་ སྤྱིར་བཏང་གི་འཇུག་

ཚུལ་གསུམ་དང་། རྩེ་བྲག་གི་འཇུག་ཚུལ་གཅིག་དང་བཅས་པ་བཞི་ལུ་

འཇུག་པ་བཤད་ནི་ཡིན།

༡) མཐུན་པའི་གྲུན། ༢) མི་མཐུན་པའི་གྲུན།

༣) སྤྱད་པའི་དོན། ༤) བནན་པའི་དོན་ལུ།

མཐུན་པའི་ཆོག་གྲུན་ནི།

ཆོག་སྤྱོད་མ་དང་གྱི་མ་གཉིས་ བན་ཚུན་མཐུན་པའི་ཆོག་སྤྱོད་པ་ལུ་ མཐུན་པའི་

གྲུན་ཟེར་མ་ཡིན། དཔེ་འབད་ན།

བྲམ་མོ་དེ་ནི་མཛེས་ཀྱང་མཛེས། །

དེ་མཐོང་ཅམ་ཡིད་ལ་དགའང་དགའ། །

དེ་ཡི་གསུང་ནི་ཉན་ཡང་ཉན། །

དེ་འདྲ་ཡིད་དུ་འོང་བ་ལ། ། ལྟ་བུ།

ཡང་སྤྱིར་བཏང་སྤྱད་སྤྱོད་པར་ཡང་ཆུད་རུང་། སྤྱོད་མཇལ་སྤྱད་པར་གྱིས་

ཆོག་མ་ཆད་ དོན་ཡང་མཐུན་པའི་ཆོག་གི་གྲུན་ནི། དཔེར་ན།

བྲམ་མོ་མཐོང་སྟེ་ཡིད་ཀྱང་འབྲུག། །

གསུང་ཅམ་ཐོས་པས་སྤྱོད་པའང་སེལ། །

སེམས་གྱིས་མ་བསམ་བཞིན་ཡང་འཁོར། །

ལོ་ཡི་འགྲོགས་ལྟན་ལྟ་བུར་ཐུང་། ། ལྟ་བུ།

དེ་བཅུ་ཕྱེ་གཞན་ཡང་།

ཆར་ཚུ་དུས་འཕེབས་ལོ་ཕུགས་ཀྱང་ལེགས།

སྐྱེ་ཆེ་རིང་ཞིང་ཞབས་པད་ཀྱང་བརྟན།

ཡང་ཡང་མཇལ་བས་ངོམས་པའང་མེད།

སྐྱེ་ལམས་བཟང་ཞིང་མཛད་ཕྱིན་ཡང་རྒྱས།

ཆབ་སྲིད་རྒྱས་ཤིང་མངའ་ཐང་ཡང་དར། ལྟ་ལྟ།

མི་མཐུན་པའི་ཆོག་གྱུན་ནི།

ཆོག་ཀྱི་ཕྱི་གཉིས་ཀྱི་བར་ན་ དགག་སྐྱེ་དང་བཅས་པ་མི་མཐུན་པ་ལུ་

མི་མཐུན་པའི་རྒྱུ་ཟེར་མ་ཡིན། དཔེ་འབདན།

ཁྱོད་ནི་མཛེས་ཀྱང་མི་མཛེས་ཤིང་། །

བཟླ་བར་སྒོ་བའང་མི་སྒོ་སྟེ།

ཡིད་དུ་འོང་ཡང་མི་འོང་ངོ།

དེ་འདྲ་བདག་ལ་དགོས་པ་ཅི། ལྟ་ལྟ།

ཆོག་ཀྱི་ཕྱི་འགལ་བའམ་ མི་མཐུན་པ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

གཞི་ཕྱད་སྐྱེ་ནང་ཡང་ཚུད་རུང་། སྐབ་ཐངས་ཀྱང་པར་གྱིས་ ཕྱི་ཕྱི་མི་

མཐུན་པའི་རྒྱུ་ལུ་འཇུག་ནི་ཡིན། དཔེ་འབདན།

སེམས་ཀྱིས་ཆགས་ཀྱང་མ་བོབ། །

ཡིད་ཀྱིས་དགའ་ང་དོན་མེད་དོ། །

ཡིངས་མེད་བཟླ་ཡང་མ་ངོམས།

མཐོང་ནའང་སེམས་ཀྱི་ན་ཟུག་གོ། ལྟ་ལྟ།

ཕྱད་པའི་སྐྱེ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

ཕྱད་པའི་སྐྱེ་ཟེར་མི་དེ་ ཆོག་གཞི་གཅིག་ལས་གཅིག་ལུ་བསྐྱེ་བ་ ལུ་སྐྱེ་བ་ཡིན།

དེ་ལུ་ནང་གསེས་ཀྱི་བསྐྱེ་ཚུལ་དེ་བུ་དེ་སྟེ་ཡོད་པ་ཡང་ཤེས་དགོ། དཔེ་

འབདན།

གཞི་མཐུན་པའམ་ཆོས་གོང་མ་དང་ འོག་མ་གཉིས་ཆ་རང་བཅུ་ལ།

དེ་ནི་དྲང་པོའང་ཡིན་ལ་སྲིད་བྱུས་ཅན་ཡང་ཡིན།

དེ་སྒོ་བ་དཔོན་ཡང་ཡིན་ལ་ཆོས་གོགས་ཀྱང་ཡིན་ནོ། །

དེ་ནི་མཁས་པ་ཡང་ཡིན་ལ་གྲུབ་པའང་ཡིན། ལྟ་ལྟ།

ཆོག་འོག་མ་གཉིས་གོང་མ་ཕྱད་པ།

ཉི་མས་ཀྱང་སྒྲིང་བཞི་བསྐྱོར་ཏེ། ཟླ་བས་ཀྱང་བསྐྱོར་ངོ། །

སྐྱེས་ཀྱང་ཆར་པལ་སྟེ། ཀྱུས་ཀྱང་ཆར་པལ་གོ། ལྟ་ལྟ།

གཞན་ཡང་བསྐྱེ་གཞི་ལུགས་ལུ་བརྟན་ཏེ་ བསྐྱེ་ཆོས་དངོས་ལུ་བརྟན་པའི་

ཕྱད་པ། དཔེ་འབདན།

ཡིད་ཀྱང་རབ་རྒྱ་དགའ། འཇིག་རྟེན་ཡང་མཁས་སོ། །
 སྤྱི་བའི་ལྷགས་ཀྱང་བཀུག་སྤྱང་པོ་ཆེ་ཡང་བརྟུལ་ལོ། །
 ཕྱི་ཡི་ཡོན་ཏན་ཡང་ཤེས། དོན་གྱི་ཐོག་ལུ་ཡང་མཁས། །
 ཐུབ་ན་ལྟ་ཡང་བཀོལ། མ་ཐུབ་འདྲེ་ཡང་མཆོད། ལྟ་བུ།

བརྒྱ་བཞི་ཡང་དངོས་ལྷ་བརྒྱན་པའི་བྱད་པ།

སེམས་མ་ཆད་ཡིད་ཀྱང་དགའ་ལོ། །
 ཆོས་མ་ཟད་འཇིག་རྟེན་ཡང་མཁས།
 ལྷག་མ་ལྟ་ཅི་ལྷགས་ཀྱང་བཀུག་གོ། །
 གཞན་པར་བཞག་སྤྱང་པོ་འང་བརྟུལ།
 བྱང་ཡོན་མ་ཆད་ཕྱི་ཡོན་ཡང་མཁས།
 ཐུབ་ན་འདྲེ་མ་ཆད་ལྟ་ཡང་བཀོལ།
 མ་ཐུབ་ན་ལྟ་མ་ཆད་འདྲེ་ཡང་མཆོད། ལྟ་བུ།

ཡང་སྤྱི་བའི་ལྷགས་པའམ་བརྒྱན་པ་ལྷ་འཇིག་རྟེན།

ཡང་ནས་ཡང་དུ་བརྒྱ་འདོད་པའི། །
 ཁྱོད་ཞལ་ཡིད་ལ་ཡང་ཡང་འཁོར། །
 ཡང་ཡང་བརྒྱས་ཀྱང་མི་ངོམས་པས། །
 ཡང་དང་ཡང་དུ་སེམས་པ་ཅི། ། ལྟ་བུ།

བྱད་བྱད་ཀྱི་མད་ཇོང་ཁ་ལྷ་འཇིག་རྟེན།

ཇོང་ཁ་ནང་མད་དེ་གསུམ་ལས། འང་ཇོང་ཁ་ལྷ་འཇིག་སྤྱི་ཙ་ལས་མེད།
 ཀྱང་གིས་ཇེས་འཇིག་ག་དང་སའི་མཐའ་མ་ཅམ་དང་། ཡང་གིས་རང་
 དབང་ཅན་གྱི་སྤོ་ལས་བྱུང་ཆེ་ཉོག་ཉོ་འབད་འཇིག་ནི་ཡིན། དཔེ་འབདན།

ཀྱང་འཇིག་རྟེན།

དུས་གཏན་ཀྱང་གངས་ལུ་མི་ཤར།
 དེ་སྤྱི་ཡིན་ཀྱང་རང་དོད་རུང་།
 གཏན་ཀྱང་ནི་གཅིག་ཁར་མི་ཤོད།
 སྤྱི་ཅིས་ཀྱང་གིས་མ་བརྟུབན། ལྟ་བུ།

བྱུང་བའི་ལྷགས་པའི་བྱད་པ་(ང་ན་མ་ར་ལ) འི་མཐའ་མར་(ཡང་)

འཇིག་རྟེན།

མངན་རྒྱལ་བའི་གསུང་ཡང་སྒྲོ།
 མ་བརྟུབན་གཉེན་ཡང་དགའ་ཡིན།
 ཐེམ་ཡང་གངས་སྒོད་ལུ་ལྷ་ལྷེས།
 སྤྱི་བའི་བར་ཡང་སྤྱི་བའི་སྤྱི་བའི།
 སྤྱི་བའི་ལྷགས་པའི་ཡང་ལྟོ། ལྟ་བུ།

ཇེས་འཇིག་ག་དང་སའི་མཐའ་ཡང་(ཡང་)འཇིག་རྟེན།

སྤྱི་བའི་མངན་རྒྱལ་ཡང་བསད།
 ངོ་ཤེས་པ་ཀྱང་དང་པོ་ཡང་དགོ།

ཐང་ཆད་པའི་མི་ལུ་ཁབ་ཡང་ཕྱི།

རང་དྲག་ཉེ་ག་ལས་ཡང་ཐོན། ལྟ་བུ།

རྒྱལ་འཇུག་ལ་དང་མཐའ་མེད་ལུ་ (ཡང་) འཇུག་ཚུལ།

རྒྱལ་པའི་མདའ་ཡང་མ་ཐོག།

སྤྱོད་པའི་ཁ་ཡང་སྤྱོད་མ་དག། ལྟ་བུ།

ཡང་རྒྱ་གི་ལ་ཐོན་པ་རྒྱ་ཚོགས་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

ཞལ་དཀར་ཡང་དཀར། དཀར་ཡང་མི་དཀར།

ལུ་ལང་མ་གསན་མ། ལུ་ལང་མ་གསན།

ཐུབ་ན་ལྟ་ཡང་བཀོལ། མ་ཐུབ་ན་འདྲེ་ཡང་མཚོད།

ང་ཡང་ཡོད། ཁོ་ཡང་འདུག་སོགས་ལྟ་བུ།

ཡང་གི་རྒྱ་དང་འདུག་ (རང་) གི་ལ་འཇུག་ཚུལ།

ཞལ་དཀར་རང་དཀར། ཐུགས་དཀར་རང་མི་དཀར།

ལུ་ལང་མ་གསན་མ། ལུ་ལུ་ལང་མ་གསན་མ་ཅིག།

རང་རྒྱའི་རྒྱལ་ཚུལ་གསན།

དུས་རང་མེད་པ་མལ། ཅ་ལས་རང་མ་ཉན།

ད་སྟོ་རང་མེད། ང་རང་། ཟྱེད་རང་། སོགས་ལྟ་བུ།

རང་དང་འདུག་རུང་འཇུག་ཚུལ།

བཟོ་ལེགས་རུང་ལེགས། མ་ལེགས་རུང་མ་ལེགས།

སྤྱོད་རུང་ཉེ་ལུག་མེད། ཟ་རུང་བཅུད་མེད།

ཉལ་རུང་གཉིད་མེད། ཟྱེད་རུང་། ཟུག་རུང་། ལྟ་བུ།

རང་གཉིས་འབད་འཇུག་ཚུལ།

ཁོ་རང་རང་མཁས་པ་བཟོ། བུ་མོ་དེ་རང་རང་ལེགས།

རང་རང་ཡིན་མཚོན་མས། ང་རང་རང་། ཁོ་རང་རང་།

ལྟ་བུ།

རང་རང་ཟེར་མི་དེ་ མ་གཞི་ཆོས་སྒྲིབ་དང་བསྐྱེད་མ་དེ་ དེ་མེ་སྤྱོད་སྤྱོད་པ་

རུང་། རྫོང་ཁའི་ངག་གཤེས་ལུ། རང་ར་ཟེར་ ར་གཅིག་ལུ་རྫོང་འཇུག་

མ་སྤྱོད་རུང་བཅུད་ཤེས་དགོ།

གསན་ཡང་།

རྫོང་ཁར་ ལེགས་ཀྱང་ལེགས། ལེགས་རང་ལེགས། ལྟ་བུའི་ཆབ་ལུ་

དགག་སྤྱོད་ལྟ་བུ་ཉེ་འཇུག་ཚུལ། དཔེ་འབདན།

ལེགས་མི་ལེགས། དཀར་མི་དཀར། མཁས་མི་མཁས།

འཇའ་རི་མི་རི། ཞིམ་མི་ཞིམ། ལྟ་བུའི་འཇུག་ཚུལ་ཡང་

ཡོད་པ་ཡིན་ནོ།

ལྷ་པ་ལྷག་བཅས།

ཕྱད་ (སྟེ་ ཉེ་ དེ)

ལྷག་བཅས་ཟེར་བའི་དོན།

ཕྱད་དེ་གསུམ་གྱི་འཇུག་ཚུལ་ གཞན་དབང་ཅན་གྱི་སྟོ་ལས། མིང་ཆོག་ག་
 ཅིའི་མཐའ་མར་སྤྱར་རུང་། ཆོག་འཕྲོ་མཐུད་ལོག་སྟེ་སྤྱབ་ནིའི་ལྷག་ལུས་
 པའི་དོན་སྟོན་པ་ལུ་ ལྷག་བཅས་ཟེར་མ་ཡིན།

ལྷག་བཅས་ཀྱི་སྤྱི་ཕྱོད་ཚུལ།

རྗེས་འཇུག་ (ན་ར་ལ་ས) བཞི་དང་། ཡང་འཇུག་ ད་དྲག་གི་མཐའ་མར་
 (ཉེ) ཀྱང་དང་། རྗེས་འཇུག་དའི་མཐའ་མར་ (དེ) རྗེས་འཇུག་
 ག་ང་བ་མ་འཇུ་དང་། མཐའ་མེད་ཀྱི་མཐའ་མ་ལུ་ (སྟེ) འཕྲོ་བ་ནི་ཡིན།
 དཔེ་འབདན།

ཉེ་འཕྲོ་བ་ཚུལ།

སྤྱི་མ་འཕྲོན་ཉེ། དབང་བསྐྱར་ཉེ།
 འགྲོ་དོན་སྟེལ་ཉེ། བསྟན་པ་ཀྱས་ཉེ།
 ཐར་ལམ་བསྟན་ཉེ། ལྷ་བྱ།

དེ་འཕྲོ་བ་ཚུལ།

དང་པ་བསྐྱེད་དེ། ལྷག་གིས་བཀྱེད་དེ།
 བདེ་བར་བཀོད་དེ། ལྷ་བྱ།

སྟེ་འཕྲོ་བ་ཚུལ།

ལྷག་ས་ཡིད་གཅིག་སྟེ། དམ་ཆོག་གཙང་སྟེ།
 ལྷན་གྲགས་བྱབ་སྟེ། དག་པོ་པམ་སྟེ།
 བེན་རྩ་དཔའ་སྟེ། ཀྱན་གྱིས་མགུ་སྟེ།

དེ་ལུ་བད་སྟོད་ལ་ལུ་ནང་ (སྟེ) འདི་གིས་ ཆོག་ལ་སྟོང་ལུ་འཇུག་པ་ཡང་
 གསུང་མི་ཡོད། དཔེ་འབདན།

དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་ཅ་བ་སྟེ།
 སྤྱི་མ་རྣམས་ལ་ལྷག་འཆལ་ལོ། ། ལྷ་བྱ།

ལྷག་བཅས་ཀྱི་དོན་གྱི་འཇུག་ཚུལ།

མཆོམས་སྤྱོད་བའི་ལྷག་བཅས།
 དམ་བཅའ་བའི་ལྷག་བཅས།
 གཞན་འདྲེན་ལྷག་བཅས། ཟེར་གསུམ་ཡོད།

མཆོམས་སྤྱོད་བའི་ལྷག་བཅས་ཟེར་མི་འདི། ཆོག་པ་ཕྱི་པན་ཚུན་མཆོམས་
 སྤྱོད་བའི་སྟོ་ལས་སྟོན་མི་ཅིག་ཡིན། དེ་ལུ་ནང་གསལ་གྱི་དབྱེ་བ་གསུམ་
 ཡོད། དེ་ཡང་ :-

དང་པ། ཆོག་ཉེ་མ་བྱེད་པ་དང་ ཕྱི་མ་བྱ་བ་ལུ་འཇུག་པའི་ལྷག་
 བཅས་ནི།

མགོ་པོ་ལྷུ་ཉེ་གདོང་དག།
 དཀའ་བ་ལྷུ་དེ་གྲུབ་པ་ཐོབ།
 བྱ་བ་བཅོམ་ལྷོ་མཐར་ཕྱིན།
 བཀའ་བལྟལ་དེ་ཐོས། ལྷ་ལྷ།

གཉིས་པ། ཆོག་ལྷ་ཕྱི་གཉིས་ཆ་རང་བྱ་བ་ཡིན་པའི་གྲུ་བྱ་བ་
 གཉིས་དུས་ཟིམ་གྱིས་འཇུག་པའི་ལྷག་བཅས།

ཕྱག་འཆལ་དེ་ཕྱག་དབང་ལྷ།
 དད་པ་བསྐྱེད་དེ་ཐལ་མོ་ལྷར།
 ཟིག་པ་བསྐྱེད་ལྷོ་བྱ་བ་བཅས།
 དཔོན་ཕྱོད་དེ་བཀའ་གནང་། ལྷ་ལྷ།

ལྷུ་པ། ཆོག་ལྷ་ཕྱི་གཉིས་ཆ་རང་བྱ་བ་ཡིན་པའི་གྲུ་བྱ་བ་
 གཉིས་ལྷ་བས་གཅིག་ལྷ་འཇུག་པའི་ལྷག་བཅས།

བྱ་འཕུར་དེ་གཤོག་པ་ཕྱིང་།
 གད་མོ་བགད་དེ་མཆུ་གཉེར།
 ར་བརྟུང་ལྷོ་ལྷ་འཐོན་ཡོད།
 མེ་འབར་དེ་དུ་པ་འཇུག། ལྷ་ལྷ།

ར་དམིགས་བསལ་གྱིས་མ་གསུངས་རུང་། ཆོག་ལྷ་མ་བྱ་བ་དང་། ལྷ་མ་
 ད་པ་ལྷ་འཇུག་པའི་ལྷག་བཅས།

བཀའ་རེག་པོག་ལྷོ་འཆམ་རྒྱབ།
 ཤིང་ཆད་དེ་དུམ་བུ་བུ་བུང་།
 མེ་འབར་དེ་ཤིང་བུ་གས། ལྷ་ལྷ།

ཆོག་ལྷ་ཕྱི་གཉིས་ཆ་རང་བྱ་བ་ལྷ་འཇུག་པའི་ལྷག་བཅས།

ཡན་ལག་གྲུག་ལྷོ་འབྲས་བུ་དུད།
 རྒྱང་ཉ་ཉམས་དེ་དབང་བབས།
 ཤིང་ཆད་དེ་སར་འཁྱེལ། ལྷ་ལྷ།

དེ་བཅས། བྱ་བྱེད་གཞན་མོ་མོ་འབད་འཇུག་པའི་ལྷག་བཅས།

དབང་གནང་ལྷོ་ཡོན་ལྷ་དགོས།
 ལྷ་མ་འཁྱོན་དེ་བསང་བུང་རོ།
 ཆོས་བྱེད་དེ་ལྷོན་བདག་འཐོན། ལྷ་ལྷ།

གཉིས་པ་དམ་བཅའ་བའི་ལྷག་བཅས།

དམ་བཅའ་བ་ཟེར་མི་དེ། ཆོག་དེ་མ་གཅི་ཡིན་མ་ཅིག་ དམ་བཅའ་
 ཟེར་སྐྱབ་ནི་ཅིག་བཀོད་ཞིན་མ་ལས། ཆོག་ཕྱི་མ་གས་སྐྱབ་པ་ལྷ་ ལྷ་བ་ཡིན།
 དེ་ལྷ་ནང་གསལ་དུ་བ་བཞི་ཡོད། དེ་ཡང་:-

དཔྱེ་བ་འདྲན་པའི་སྒྲུག་བཅས།

དཔྱེ་བ་ཕྱེ་སའི་གཞི་གཅིག་ལས། དཔྱེ་བ་གཉིས་ལ་མོགས་པ་ཕྱེ་ཚུལ་ཅིག་
ལྟ་སྒྲུབ་ཡིན། དཔེ་འབདན།

འབྲུག་གི་ཅ་བ་ཞི་གསུམ་སྟེ། མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་དང་། གཞུང་དང་།
མེ་མེར་རོ། ། ལྟ་ལྟ།

གཞུང་ནང་ཕན་ཚུན་ནི་གཉིས་ཏེ། སྤངས་ཐང་ཁ་དང་། ཐེམ་ཕུའོ། ། བྱིས་ས་
ལྟགས་གཉིས་ཡོད་དེ། ཚོས་ཀྱི་ལྟགས་དང་། སྤང་ཀྱི་ལྟགས་སོ། ། ལྟ་ལྟ།

གཏན་ཚིགས་འདྲན་པའི་སྒྲུག་བཅས།

སྒྲུ་མཚན་ག་ཅི་ཡིན་མ་ཅིག་ ཏེ་མར་བཞོད་ཞིན་མ་ལས་ དོ་རུང་སྒྲུ་མཚན་
གཞན་ཅིག་སྒྲུབ་པ་ལྟ་སྒྲུབ་ཡིན། དཔེ་འབདན།

སྒྲུ་བའི་མཐའ་མར་འཆི་སྟེ། སྒྲུ་བ་དེ་རང་ཤི་དོན་དུ་སྒྲུ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།
འབྲུག་འདི་རང་དབང་རྒྱལ་ཁབ་ཡིན་ཏེ། རྒྱལ་ཁབ་གང་གི་མངའ་འོག་
ཏེ་འདྲན་ཚུད་མ་མྱོང་བའི་ཕྱིར། ལའི་རྒྱབ་རུ་དུ་བ་ཡོད་དེ། མེ་ཡོད་པའི་
ཕྱིར། ལྟ་ལྟ།

ཡང་བཟློད་ཚུལ་གཞན།

དུ་བ་མཐོང་སྟེ་མེ་ཡོད་པར་ཤེས།

ཚུ་བྱ་ཆགས་ཏེ་ཚུ་ཡོད་པར་ཤེས།

ཀྱུན་ཀྱིས་སྤྲད་དེ་མི་རན་དུ་ཤེས། ལྟ་ལྟའི་སྒྲུབ་ཚུལ་

པར། གཏན་ཚིགས་སམ་སྒྲུ་མཚན་གྱི་དོན་ལྟ་འཇུག་པ་ཡིན།

(ཁྱེ་ཏེ་དེ) གཞུང་ཚིག་གི་མཇུག་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

སྤྱང་རྩེ་ལྟ་ནི། སྒྲུག་དང་། མེང་གེ་དང་། ལུང་དང་། འབྲུག་སྟེ་བཞིའོ།
ཚོས་ལྟགས་ནི། རྩིང་མ་དང་། ས་སྒྲུ་དང་། བཀའ་བརྒྱད་དང་། དགེ་
ལྟགས་ཏེ་བཞིའོ། ། རྩིང་མ་དང་། ས་སྒྲུ་དང་། དགེ་ལྟགས་དང་།
བཀའ་བརྒྱད་དེ་ཚོས་ལྟགས་བཞིའོ། ། ལྟ་ལྟ།

འཇུག་ཚུལ་གཞན།

ཚོས་སྤྲད་དོ་མའི་སྐབས་ འབྲི་སྟེ་ལ་དེ་སྟེ་ཡིན་རུང་། སྤྱིར་བཏང་འབྲི་
སྟེ་ལ་ལྟ། དཔེ་འབདན།

མཐུན་པ་སྤྱན་བཞི་ནི། སྤྱང་མ་ཆེ། རི་བོང་། སྤྱེ་ལྟ། གོང་མ་སྟེག་བཅས་
ཡིན། སྤྱང་པོ་ཆེ། རི་བོང་། སྤྱེ་ལྟ། གོང་མ་སྟེག་བཞི་ལུ་མཐུན་པ་སྤྱན་
བཞི་ཟེར། ལྟ་ལྟ།

རེ་མ་ཚིག་འདྲན་པའི་སྒྲུག་བཅས་ནི།

ག་ཅིའི་སྒྲོར་ལས་འབད་རུང་ ཚིག་འབྲུ་རེ་རེ་བཞིན་དུ་འདྲོད་དག་ འགྲེལ་
བཤད་ནང་འཐོན་དགོ་པ་ལྟ་སྒྲུབ་ཡིན། དཔེ་འབདན།

ཐེམ་ཕུ་སྟེ། དགེ་བསྟོན་ཆེན་པོ་ཇག་པ་མེ་ལེན་དོ་ཞིག་ལ་ཐེམ་པའི་ཕུ་འམ་
ཕྱག་གོ། ལྟ་ལྟ།

འཇམ་མཁར་ཏེ། ལྟ་སྤྱས་གཙང་མའི་བཀའ་བཞིན་དུ་ འཇམ་ལགས་ཟེར་
ལྟས་ཏེ་ བཅིགས་པའི་མཁར་ཡིན་པས་སོ། །

བདེ་སྤྱད་དེ། ལུས་ལ་ན་ཚ་མེད་པར་བདེ་ཞིང་སེམས་ལ་སྤྱག་བསྐྱེད་མེད་
པར་སྤྱད་པའོ། །

གྱུ་བཤད་འདྲེན་པའི་སྒྲུག་བཅས།

ཆོག་འབྲུ་རེ་རེ་བཞེན་དུ་ འགྲེལ་བཤད་ནང་འཐོན་མ་དགོ་རུང་། སྤྱིར་
བཏང་མིང་ངམ་ཆོག་གི་དོན་དག་གྱུ་བཤད་ཟེར་ བཤད་པ་རྒྱལ་པ་ལུ་སྒྲུབ་
ཞིན། དཔེ་འབདན།

ཆོང་ཁ་སྟེ། ཆོང་ས་འདིར་གཞུང་པན་ཚུན་གཉིས་ཀྱིས་གཙོས་པའི་ ཆོང་
གཞིས་ནམས་སྤྱ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་ཆོས་སྤྱད་སྟོང་མི་ནམས་ཀྱི་
གཞུང་སྟངས་ལ་ཡིན་པས་སོ། །

ངག་དབང་ནམ་རྒྱལ་ཏེ། ཆོང་ས་འདིར་སྟེ་འགོ་སྤྱིའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་བགོ་
སྐལ་དུ་ ལུང་བསྟན་དུས་ལུ་བབས་ཏེ་བྱོན་ཅིང་། ཆོས་སྤྱད་ལཱས་གཉིས་
འཁོར་ལོ་བསྐྱར་བའི་མགོན་ཞིག་གོ། ལྟ་བུ།

ཤར་རྒྱལ་གཞུང་གསུམ་ཟེར་ཡོད་དེ། ཤར་གྱི་ཕྱོགས་སམ་ཤར་ ཕྱོགས་པ་
དང་། རྒྱལ་ཕྱོད་ལུང་པ། གཞུང་སྤྱང་ས་ཐང་ཁ་དང་ཐུམ་ལའོ། ། ལྟ་བུ།

ས་བཅད་གསུམ་པ་གཞན་འདྲེན་པའི་སྒྲུག་བཅས།

དོན་དག་གཅིག་གིས་ དོ་རུང་དོན་དག་ཅིག་གཅིག་པ་གཞན་ཅིག་དང་སྟེ་
ལྷན་ཞེས་སྒྲུག་མ་གཞན་ཡོད་པ་ཙམ་སྟོན་པ་ལུ་སྒྲུབ་ཞིན། དཔེ་འབདན།

གྱུ་ནག་མི་འབོར་མང་སྟེ་གྱུ་གར་ཡང་དེ་བཞིན་མང་རོ། །
ཁྱི་གདུགས་ཤར་ནས་ཆོས་ཏེ་ཞོ་ཤས་ཀྱང་དེ་བཞིན་ཆོས་སོ། །
བྱང་ཕྱོགས་ལུ་བོད་དེ་སྟོ་ཕྱོགས་ལུ་གྱུ་གར་རོ། ། ལྟ་བུ།

དོན་གཅིག་མིང་གི་ནམ་གུང་ས་སྟོན་པ་ལུ་འཇུག་ཚུགས།

ར་གི་ཡ་སྟེ་ལུ་རུ་སྤྱ ཀུན་མཁྱེན་ཏེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ། འོད་དཔག་མེད་
དེ་སྤྱང་བ་མཐའ་ཡས། བཀའ་བཙལ་དེ་བཀའ་གནང་། ལྟ་བུ།

ཆེས་འཇུག་གི་དོགས་ལེས།

ར་གི་ཡ་སྟེ་ལུ་རུ་སྤྱ ཟེར་མི་ཚུའི་སྐབས་ལུ་ མཐའ་མེད་ཡའི་མཐའ་མར་
(སྟེ) བྱིས་ད་ སྟངས་ཤིགས་གཞན་ལུ་ཡང་ཆེས་འཇུག་བཙུའི་མ་སྟངས་ཡོད་པ་
མེད་པའི་དོགས་པ་འཆར་མི་རེ་ཡོད་པ་ཅིན།
ཆེས་འཇུག་གི་སྤྱ་ཡོད་པ་མེད་པ་ལུ་བལྟ་སྟེ་ སྟངས་ཤིགས་གཞན་དང་གཞན་
ལུ་ཡང་ དེ་འབྲི་བརྟུབ་ཞིན་མ་ཤེས་དགོ། དཔེ་འབདན།

ང་བཅས་རའི་ནང་ཡང་། ཆེས་འཇུག་གི་མཐའ་མར་ག་ཞིན་མ་ སྤྱད་ནམ་
དཔྱེའི་ཁྱེན་གང་རུང་འཇུག་མི་ཅིག་དང་། ཆེས་འཇུག་གི་མཐའ་མ་མིན་
པའི། མིང་མཐའི་མཐའ་མར། ཅ་བའི་སྤྱ་མ་སྟེ། ཆེན་པོ་སྟེ། ཀུན་གྱི་ཅ་
བ་སྟེ། ལྟ་བུ་ལུ་འཇུག་སྟེལ་ཡོད་དོ་བཟུམ་ཅིག་ཞིན། དོ་རུང་ སྤྱ་མས་ཏེ།
སྤྱ་མར་ཏེ། ཅ་བར་རམ། ལྟ་བུའི་ནམ་དཔྱེའམ་ སྤྱད་གྱི་མཐའ་དང་
འབྲུལ་ནི་མི་འོང་།

ཁྱེར་རྣམ་གྲངས་སམ་སྐད་བསྐྱར་གྱི་དོན་ལུ་འཇུག་ཚུལ། དཔེ་འབདན།

ཨ་ཤོ་ཀ་སྟེ་ཕྱི་རལ་མེད། ཡིན་དར་རྟེ་བཀྱ་ཕྱིན།

ཕྱི་རལ་མེད་དེ་ཨ་ཤོ་ཀ། ལྷ་ཡ།

ལྷག་བཅས་ལུ་འཇུག་པའི་ལྷན་གཞན།

ཅིང་ ཅེས་ ཅེའོ། ཅེན། ཅིག

ཞིང་ ཞེས་ ཞེའོ། ཞེན། ཞིག

ཤིང་ ཤེས་ ཤེའོ། ཤེན། ཤིག

དེ་ཚུའི་སྐུའི་སྐྱོར་ཚུལ་ནི། རེས་འཇུག་ (ག་ད་བ) གསུམ་དང་ ད་དྲག་
ཅན་མཐའ་མར་ (ཅིང་ལ་སོགས་པ་ལྟ་དང་) ང་ན་མ་འ་ར་ལ་དྲག་དང་
མཐའ་མེད་ཀྱི་མཐའ་མར་ (ཞིང་ལ་སོགས་པ་ལྟ་དང་) སའི་མཐའ་མར་
(ཤིང་ལ་སོགས་པ་ལྟ་) འཛོལ་ཡིན། དམིགས་བསལ་ས་མཐར་ཤེས་ཀྱི་
ཚབ་ལུ་ སེམས་ཀྱིས་ཤེས་པའི་ཤེས་དང་འབྲུལ་གཞི་ཡོད་པ་ལས་ ཤེས་ཀྱི་
ཚབ་མ་ (ཞེས་) འབྲེད་གོཔ་ཡིན། རིམ་པ་བཞིན་དུ་ དཔེ་འབདན།

ཅིང་འཛོལ་ཚུལ།

སེམས་པ་ལྷག་ཅིང་ལུས་སྦྱིད་ཅིང་། ལ་སྟན་ལབ་ཅིང་འཇུམ་བསྟན་ཅིང་།
ཚོས་དོན་ཉམས་ལུ་བསྟན་སྟེ་ལེད་ཅིང་། ལྷ་ཡ།

ཅེས་འཛོལ་ཚུལ།

འཆི་བར་སྐྱག་ཅེས་ཚོས་བྱེད་ཅེས། ། ཚོས་དོན་ཡིད་ལ་སྐྱོམ་གྱུབ་ཅེས། །
དེ་ལ་བཙོན་ཅེས་ཟེར་ད་ཅེས་རྟེ། ། ཉེན་མོངས་དག་ལས་གྲོལ་ད་ཅེས་བྱ། །

ཅེའོ་འཇུག་ཚུལ།

སེམས་ལྷག་ཅེའོ་བཟོད་ཅེའོ། ། བཟོད་མི་བྱེད་ཀྱང་མི་ཐུབ་ཅེའོ། །
ཐུབ་ན་བཟོད་མི་དགོན་ཅེའོ། ། ཟེར་ད་ཅེའོ་ཚོས་དོན་བྱལ་ད་ཅེའོ། །

ཅེན་འཛོལ་ཚུལ།

ལུ་འདུག་ཅེན་བྱ་མོ་ཞིག། ཅི་བྱེད་ཅེན་མིག་ཁྱིག་གི།
དེ་ཐོབ་ཅེན་ཅི་ཆ་སྟེ། ། རྣམ་འགྱུར་མང་དུ་བསྟན་ཅེན། །

ཅིག་འཛོལ་ཚུལ།

ཤོག་ཅིག་བྱ་མོང་ཡི་དྲུང་། ། སྟོད་ཅིག་རྩན་པའི་གཏམ་ལབ་ཅིག། ལྷོན་ད་
ཅིག་དར་ད་ཅིག་འཇུམ་དགར་ཞིག། ། ང་ཡི་ཡིད་ཀྱི་བདེ་སྟེ་ལེད་ཅིག།

ཞིང་འཛོལ་ཚུལ།

དྲང་ཞིང་བདེན་ཞིང་ལས་བསམ་ཞིང་། ། དགའ་ཞིང་གྲོགས་ལ་དང་དགར་
ཞིང་། ། རིག་པ་སྟེ་ལ་ཞིང་ཀུན་ལ་སྟེ། འོན་ཀྱང་ཉག་དུ་སྐྱོ་ཞིང་གནས། །

ཞེས་འཛོམ་ཚུལ།

དང་ཞེས་གང་ཡང་མི་འཛོམ་ཞེས། ། ཡམ་ཞེས་གང་ཡང་བྱེད་དགའ་
ཞེས། ། དམིགས་ཀྱིས་བཀར་ཞེས་སྐྱགས་འཁེལ་ཞེས། ། ལྷ་ཞིང་བྱ་བ་ཕྱོན་
ཀྱི་ལས། །

ཞེའོ་འཛོམ་ཚུལ།

བཟང་ཞེའོ་གོང་གི་དཔོན་ཞེའོ། ། བསམ་ཞེའོ་སེམས་པ་དགའ་ཞེའོ། །
བཀྱར་ཞེའོ་དེ་ཡི་བཀའ་ཞེའོ། ། བསོད་ནམས་འཕེལ་ཞེའོ་སྟོ་ཞེའོ། །

ཞེ་ན་འཛོམ་ཚུལ།

སྐལ་བཟང་ཞེ་ན་མིན་ཏུ་བཟང་། ། ཅིས་ཡིན་ཞེ་ན་དཔོན་ཕྱོན་ཏེ། །
དུས་ནམ་ཞེ་ན་དེ་རིང་སྟེ། ། གཞན་གདའ་འམ་ཞེ་ན་དཔོན་ལག་ཚོ། །
དྲུང་བཅར་ཞེ་ན་མ་བཅར་ཏེ། ། ཞལ་མཇལ་ཞེ་ན་མཇལ་ཡོད་དོ། །
ཅི་ཞེ་ན་གོ་སྐབས་བྲལ། ། ལྷ་བྲ།

ཞིག་འཛོམ་ཚུལ།

ཅུང་ཞིག་བཞུགས་དང་གསོལ་སྟོན་ཞིག ། དྲང་གི་ཡུད་ཅམ་ཞིག་ཡུན་
ནས། ། མགྱོན་འགའ་ཞིག་གིས་དྲང་བཅར་ཞིང་། ། དལ་ཞིག་རེ་ཞིག་
བྱགས་སྟོ་མཛོད། །

ཤིང་མོགས་ལྷ་འཛོམ་ཚུལ།

འདུས་ཤིང་མོགས་ཤེས་བཞུགས་ཤེའོ། །
གང་ལགས་ཤེ་ན་གྲོས་ཤིག་དོན། ། ལྷ་བྲ།

ཕྱད་དེ་ཚུ་ལས། ཅིང་། ཞིང་། ཤིང་གསལ་གྱིས། ལྷག་ཅིང་། ཚོས་ཞིང་།
དུས་ཤིང་། ལྷ་བྲ་མིང་ཚུའི་མཐའ་མར་མ་འཇུག་པ་ཅམ་ལས། གཞན་
ཅས། ཅེའོ། ཅེ་ན། ཅིག་ལ་མོགས་པ་དང་འདྲ་ལྷན་ལྷ་བྲུད་པར་མེད་པ་
འཇུག་པ་ཡིན། དཔེ་འབད་ན།

ཅིང་། ཞིང་། ཤིང་། གསལ་མཚམས་སྟུར་བའི་ལྷག་

བཅས་ལྷ་འཇུག་ཚུལ།

ཤིང་གཅད་ཅིང་དུམ་བྱར་ཆད།

མཚོད་པ་འབྲལ་ཞིང་བཤགས།

ཀྱང་པ་མོགས་ཤིང་སར་འགྱེལ། ལྷ་བྲ།

ཚོག་ལྷ་ཕྱི་པན་ཚུན་མཚམས་སྟུར་བའི་ལྷ་ལྷ་འཇུག་ཚུལ།

ཞབས་པད་བརྟན་ཅིང་འགྱུར་བ་མེད།

འོད་རབ་ཏུ་གསལ་ཞིང་དང་དགར།

གཟུགས་ནི་མཛོས་ཤིང་ཡིད་དུ་འོང་། ལྷ་བྲ།

ད་ལྟ་བའི་རྒྱ་བཟུང་ལྟ་འཇག་ཚལ།

དཀའ་བ་ལྟ་དེ་ལྟ་བུ་ཡོད།

ཕྱི་རོལ་དག་པོ་བཀུ་ཞིང་འཕེལ།

གཅིག་ཏུ་འདུས་ཤིང་ཁ་འབྲལ། ལྟ་བུ།

ད་ལྟ་བུ་དང་འབྲེལ་བའི་བརྒྱུད་ཆོག་ལྟ་འཇག་ཚལ།

དཀའ་བ་ལྟ་དེ་ལྟ་དེ་ལྟ་དེ།

ཕྱག་འཚལ་ཞིང་འཚལ་ཞིང་བསྐྱོད།

གཅིག་ཏུ་འདུས་ཤིང་འདུས་ཤིང་འབྲལ། ལྟ་བུ།

ད་ ཅེས། ཞེས། ཤེས། གསུམ་གྱིས་ ཆོག་ཏེ་མཐོང་པོ་བཟུང་བའི་
དང་། ཟེར་བའི་དོན། ཡིན་ལོ་མིན་ལོ་ལྟ་བུ་ མ་རང་ས་པའི་ཆོག་བཟུམ་
ལྟ་འཇག་ནི་ཡིན། དཔེ་འབདན།

ཁྱེ་ལྟ་བུ་ཡོད་ཅེས་ཁམས་བཅོང་།

ཁོ་མཁས་པ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་དྲིགས།

ཆོས་མང་དུ་ཐོས་ཞེས་ངོམས། ལྟ་བུ།

ཆོག་ཕྱི་མ་གྱིས་ཏེ་མ་དྲང་བའི་དོན་ལྟ་འཇག་ཚལ།

ཚུལ་མིན་གྱི་ལས་བྱེད་མི་ཆོག་ བྱིམས་གཞུང་ནས།

རང་རྒྱ་བཞི་པའི་ཆོས་དྲུག་ལ། ཞེས་གྲོགས་མཆོག་ནས།

དེ་ཐུགས་ལ་ངེས་དགོས། ཞེས་དྲན་གསེལ་ཅམ་དུ། ལྟ་བུ།

ཅེས། ཞེས། ཤེས། གསུམ་གྱིས་ ཆོག་ཏེ་མཐོང་པོ་བཟུང་བའི་སྒྲིབ་དང་
དེ་སྒྲིབ་ཚུལ། ཡིན་ལོ། མིན་ལོ་ལྟ་བུ་ལྟ་འཇག་ནི་ཡིན། དཔེ་འབདན།

ཅ་བ་གསུམ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་འདུག་ཅེས། །

ལས་ཀྱི་འབྲས་སྤྱིང་ནས་བསམ་ཞེས། །

ལྟ་བུ་ཁབ་གཅིག་མི་མེར་གཅིག་དགོས་ཤིང་། ། ལྟ་བུ།

ཅེས། ཞེས། ཤེས། གསུམ་གྱིས་ ཆོག་ཕྱི་མ་ངོས་བཟུང་བའི་སྒྲིབ་དང་།
བཀུད་དེ་དྲི་བའི་དོན། དེ་སྒྲིབ་ལ་ཅེས། ཟེར་བའི་ཅེས། ཟེར་བའི་སྒྲིབ་བཟུམ་
ལྟ་འཇག་ཚུལ།

ཕྱི་པ་དང་ནང་པའི་ལྟ་ངོ་བོ་གཅིག་ཅེས།

ཕྱི་པའི་ལྟ་ཡང་ནང་པས་སྒྲུབ་ལོ་ཞེས།

དེ་ལས་སྒྲུབ་ཡིད་ཆེས་དགོས་ཤིང་། ལྟ་བུ།

ཅེས། ཅེས། ཅེས་གསུམ་གྱི་ཆ་བུ་ལྟ་ ཆོས་སྒྲིབ་དང་ རྒྱུ་ལ་གཉིས་ཁར་
(ཟེར) འདི་འཇག་ཚུལ། དཔེ་འབདན།

ཅ་བ་གསུམ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་འདུག་ཟེར། །

ལས་ཀྱི་འབྲས་སྤྱིང་ནས་བསམ་ཟེར་དོ། །

གཞུང་གི་ཕྱག་ལྟ་དགོས་ཟེར་ན། ལྟ་བུ།

ཅིག་ ཞིག་ ཤིག་གསུམ་གྱིས་ སྒྲུབ་ཆོག་ལྟ་འཇག་ཚུལ། དཔེ་འབདན།

དམ་ཉམས་དག་པོའི་སྤྲོད་འདྲིའི་ཁྱེད་ཅེས།
 ར་ཡི་བཀའ་ལས་ནམ་ཡང་མ་འགལ་ཞིག།
 སྤྲོད་ཁྱེད་དྲོད་མོ་ཞལ་དུ་བཞེས་ཤིག། ལྷ་ལྷ།

སྤྲོད་ཅིག་ལྷ་འཇུག་ཚུལ།

ཐར་པའི་གོ་འཕང་འཐོབ་པར་ཤོག་ཅིག།
 ཉག་རུ་བདེ་བ་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག།
 ཆེ་རིང་ནད་མེད་བདེ་སྤྲོད་དང་ལྷན་ཞིག།
 གནས་མཆོག་འདི་ལུ་སྤྲོད་སྤྲོད་ཆོགས་ཤིག། ལྷ་ལྷ།

ཤོག་གིས་ཡང་སྤྲོད་ཅིག་ལྷ་འཇུག་ཚུལ།

ལོ་རྟོག་སྤྲོད་སྤྲོད་ཆོགས་པར་ཤོག།
 ཉག་རུ་བདེ་དང་ལྷན་པར་ཤོག།
 མཐོ་རིས་བདེ་བ་ཐོབ་པར་ཤོག། ལྷ་ལྷ།

མིང་གི་ཆ་གས་སྤྲོད་པ་ལྷ་འཇུག་ཚུལ།

ཁ་ཅིག་རང་དོན་ཁོ་ན་ལ་བཅོན་ནོ།
 ཕྱི་མ་སྤྲོད་ཅིག་འཛོམས་པའི་རེ་བ་ཡོད།
 དུས་སྤྲོད་ཅིག་རེ་རེ་བཞེན་འགྱུར་རོ།
 མི་ལུས་ལན་ཅིག་ཐོབ་པ་སྤྲོད་པ་བཟང་།
 སྤྲོད་ཅིག་འགྲིགས་པ་ཅ་ལས་མེད་དོ།
 ཡུད་ཅམ་ཅིག་གམ་ཐང་ཅིག་གི་བར་རོ།

དར་ཅིག་གམ། (དལ་ཅིག) ར་ལ་གསེན་དང་། ལྷ་ལྷ།

གོང་གི་དེ་ཚུ་ག་ར་དེ་སྤྲོད་འབྲི་སྤྲོད་ཡོད་རུང་། ལན་ཅིག་སྤྲོད་ཅིག་ལྷ་
 ལན་གཅིག་སྤྲོད་ཅིག་ཅེར་འབྲི་རུང་བུ་བ་ཤེས་དགོ།

ཅིང་མོགས་ལཱ་འི་བཞོད་པ་སྤྲོད་ཚུལ།

འབྲུག་ཡུལ་དེ་ཤིན་རུ་སྤྲོད་ཅིང་། དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཅེས།
 ལྷ་མོངས་མ་ཡིན་པའི་ཁྱད་ཆོས་ཡོད་ཅེས། ཅི་ཡོད་ཅེ་ན། ཆོས་སྤྲོད་
 ཟུང་འཇུག་དང་སྤྲོད་ཅིག་ལས་ནམ་གཞག་གི་རིམ་པ་མང་དག་ཅིག་ཡོད་
 དོ། ལྷ་ལྷ།

ཞིང་མོགས་ལཱ་འི་བཞོད་པ་སྤྲོད་ཚུལ།

ལྷོངས་འདྲིའི་སྤྲོད་པའི་སྤྲོད་པ་བཟང་ཞིང་། དེར་འབྲུག་དང་འབྲུག་པ་
 ཞེས་གྲགས་པ་ཡིན་ཞེས། རི་ལྷ་ཞེ་ན། རང་དབང་བདེ་སྤྲོད་ཀྱིས་འཆོ་
 བའི་ཡུལ་ཡུང་ཞིག་གོ། ལྷ་ལྷ།

ཤིང་མོགས་ལཱ་འི་བཞོད་པ་སྤྲོད་ཚུལ།

གཞན་ཡང་། དགེ་བཅུས་སྤྲོད་སྤྲོད་ཆོགས་ཤིང་། སྤྲོད་ཀྱི་ལྷོངས་ཤེས་
 (ཞེས) གྲགས་ཤིང་། ལྷ་མཆོན་ཅིས་ཤེ་ན། སྤྲོད་རིགས་སྤྲོད་ཆོགས་ཤིག་
 སྤྲོད་པའི་ལྷོངས་སོ། ལྷ་ལྷ།

ཐོང་ཁ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

གོང་གི་ཕྱད་དེ་ཚུ་ལས་ཐོང་ཁ་ལུ་ཅིང་། ཅིག་ཞིང་། ཞིག་ཤིང་། ཤིག་
དུག་པོ་གིས་འཇུག་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ཅིང་གིས་རྗེས་འཇུག་བཅུ་པོ་དང་
མཐའ་མེད་ཀྱན་ལུ་འཇུག་ཚུལ། དཔེ་འབདན།

མི་གས་དད་པ་ལོག་ཅིང་གསོ། མོམ་འགྲང་ཅིང་རང་ཟ།
སློ་གཏང་ཅིང་ཉིང་བཀྲ། བ་འཐན་གན་ཅིང་རང་རྩ།
འཐབ་ཅིང་རང་ལོག་འཆམས། བུང་བགམ་ཅིང་རང་རྒྱུ།
ཤིང་བཀའ་ཅིང་རང་བཅིགས། གྲུལ་བཅར་ཅིང་རང་
བཤིགས། བཀའ་བསྐྱལ་ཅིང་རང་བརྟུང་། ཚོས་པ་གས་
ཅིང་གྲུལ་འགྲུར། ཚུར་བོ་ཅིང་རང་སླབ། ལྷ་བྲ། ཅིང་རྒྱང་
པ་དང་འབྲེལ་མ་ག་དེ་སྟེ་ཡང་འཇུག་པ་ཡིན།

ཅིང་གཉིས་འབྲེལ་འབད་འཇུག་ཚུལ།

སླབ་ཅིང་སླབ་ཅིང་གོ་ནི་མེད། ཤིག་ཅིང་མཐོང་ཅིང་རང་འབད། གས་ཅིང་
གས་ཅིང་མས་ཤོར། རྒྱབ་ཅིང་རྒྱབ་ཅིང་ཐོགས། ལྷ་བྲ།

ཅིང་དང་འདུལ་མི་རང་འཇུག་ཚུལ།

ཨ་ལུ་ཡིད་ཁར་འོང་ཡི་གསོ།
ཉན་ཡི་ཉན་ཡི་སླབ་ནི་མང་།
བལྟ་ཡི་ལྟ་ཡི་བལྟ་དགོ་མནོ།

མ་ཡི་མ་ཡི་མ་དགོ་མནོ། ལྷ་བྲ་རང་དང་འབྲེལ་མ་
འཇུག་པ་ལ་ཐོགས་པའི་སླབ་ཚུལ་སྒྲ་ཚོགས་ཡོད།

ཅིག་འཇུག་ཚུལ།

སྐམ་ཅུ་པ་བཞིན་དུ་རྗེས་འཇུག་(ག་ད་བ) དང་ཐོང་ཁར་མཐའ་མེད་ལུ་ཡང་
འཇུག་པ་ཡིན། དེ་ཡང་མིང་གི་མཐའ་མ་དང་། དེ་ལས་བྱ་བའི་མཐའ་མར་
སྐམ་ཚོག་དང་སྒྲོན་ཚོག་ཚུ་ལུ་འཇུག་པ་ཡིན། དཔེ་འབདན།

མིང་གི་མཐའ་མར།

འབྲུག་ཅིག་ཕྱིར། བདུད་ཅིག་བདུལ།
ཆབ་ཅིག་བཅུག། སློ་ཅིག་མ་བདེ། ལྷ་བྲ།

བྱ་བའི་མཐའ་མར།

ཐོབ་པར་ཤོག་ཅིག ཨ་ཙཱ་ལྟོད་ཅིག
ཉིང་གཏམ་སླབ་ཅིག ལྷ་བྲ།

ཐོང་ཁར་(ང་ན་མ་འ་ར་ལ) མཐའ་མེད་ཀྱི་མཐའ་མར་ཡང་(ཅིག) འཇུག་
ཚུལ། དཔེ་འབདན།

རྒྱ་སྒྲིང་ཅིག་འཕྲ། སྒྲིང་སྟོན་ཅིག་བཏང་།
གཏམ་ཅིག་བཤད། འཇའ་ཅིག་ཤར།
དར་ཅིག་འཕུར། ཞལ་ཅིག་གསུངས།
སློ་ཅིག་སྟོན། ལྷ་བྲ།

བྱ་བའི་མཐའ་མར།

ཀྱུ་པ་པོས་དབང་ཅིག་ ཆབ་སྲིད་བརྟན་ཅིག
བྱང་ཕྱད་མཐ་ཅིག་ སྤྱུག་ལས་བཀའ་ཅིག
ཕྱག་དབང་གཙུག་ཅིག་ སྤྱོད་ལས་ཀྱུ་ཅིག
ཕྱག་ལེགས་ཤོམ་ཞུ་ཅིག་ ལྷ་ཡ།

མའི་མཐའ་མར་འཇུག་ཚུལ།

གཟུགས་ཅིག་མ་བདེ། སེམས་ཅིག་མ་སྤྱིད།
ལམས་ཅིག་མ་དྲངས། ཆོས་ཅིག་མ་འགྲུབ། ལྷ་ཡ།

བྱ་བའི་མཐའ་མར།

ལྷ་ཡ་ཙུ་བ་ཞུགས་ཅིག་ སྤྱིད་སྤྱུག་གཟིགས་ཅིག
ཐུགས་བཀ་ཆགས་ཅིག་ ལྷ་ཡ།

རྩ་ཕྱི་རྩ་བམ་ཅིག་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

སྤྱབ་ཅིག་ཉན་མ་ཅིག་ ལྷ་བ་ཅིག་ཤེས་པ་ཅིག
ལྷ་མ་ཅིག་མཐོང་མ་ཅིག་ ལྷ་ཡ།

ཅིག་གི་འཇུག་ཚུལ་གཞན།

རྩེ་ས་འཇུག་དང་འབྲིལ་མ་དགོས་འབད་སྤྱབ་བརྟུབ་ཡིན། དཔེ་འབདན།
མོ་གིས་ཅིག་མི་ཉན། ཅིག་མ་འབད་བར་མི་བཞག་ལོ། དེ་ཅིག་མཛད་
གནང་། ཅིག་འབད་རང་འབད་དགོ། ལྷ་ཡ།

ཞིང་འཇུག་ཚུལ།

རང་དབང་གཙུག་ཞིང་གཙུག་མ།
ལྷ་མ་ལས་དར་ཞིང་ཀྱུ་པ་འབད། ལྷ་ཡ།
ལས་འཇུག་ནི་མེད་པ་ཡིན་མ་ཤེས་དགོ།

ཞིག་འཇུག་ཚུལ།

སྤྱུ་ཕུ་པ་བཞིན་དུ་(ང་ན་མ་འ་ར་ལ་དང་། མཐའ་མེད་ལུ་ཐོབ་རུང་། བྱ་བའི་
མཐའ་མར་མ་གཏོགས། མིང་ཚུ་འི་མཐའ་མར་མི་འཇུག། དཔེ་འབདན།

གནམ་བཟང་ཞིག་ དཔེ་ཆ་ལྟོན་ཞིག་
ལོག་འཆམ་ཞིག་ སེམས་ལུ་མངའ་ཞིག་
དར་འཕྱར་ཞིག་ ཁོ་ལུ་ཡི་གུ་སྤྱུ་ལ་ཞིག་
གསོལ་རས་ཞུ་ཞིག་ ལྷ་ཡ།

ཞིང་འཇུག་ཚུལ།

བརྟགས་ཞིང་ལེགས་ཤོམ་འབད་དཔུད།
བརྟགས་ཞིང་ལྷ་བ་དཔུད་དེ་འབད་དོ།
ཀྱུ་པ་ཞིང་ཀྱུ་པ་འབད་ལྷ། ལྷ་ཡ།

གཞན་ཡང་།

ཐུགས་རྩེ་ས་གཟིགས་ཤིག་ གཅིག་ཁར་འཛོམས་ཤིག་
དུ་མ་གྱུ་ཅིག་སྤྱུགས་ཤིག་ ཅ་ལ་སྤྱུགས་ཤིག་ ལྷ་ཡ།

ག་དོན་ ཅིག་ ཞིག་ ཤིག་གསུམ་རྫོང་ཁའི་ངག་གཤམ་ལུ་ དཔྱེ་བ་ཕྱེ་
 རྒྱལ་པ་བཟུམ་ཡང་འདྲག་རུང་། སན་ཚུན་ཟུར་ཆ་ཉམས་པའི་སྒྲོན་
 རྒྱལ་ཤེས་དགོཔ་ཡིན།

རྟེ་ཏེ་དེ་གསུམ་རྫོང་ཁ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

དེ་གསུམ་རྫོང་ཁ་ལུ་གི་གྲུའི་སྒྲུ་ཤུགས་ཆེ་བའི་སྒོ་ལས། བརྟེན་གྲུ་ཡང་
 དེ་འཇུག་ ཟེར་སྒྲུབ་ཡིན་རུང་། ད་ཤིས་ནངས་པར་སྒྲུམ་ཚུ་པའི་བརྟེན་
 བཞིན་དུ་འབྲེ་བའི་ཁྱད་པར་ཅམ་ལས། རྟེ་ཏེ་འཇུག་གི་མཐའ་མར་
 ཚུལ་ཚུ་ལུ་ཁྱད་པར་མེད་པ་ཡིན། དཔེ་འབདན།

རྟེ་འཇོག་ཚུལ།

མེ་ཆག་དགུ་བཏེག་རྟེ་བཏུ་རུང་མི་འཇོག།
 ཏྲགས་དང་རྟེན་འབྲེལ་བཟང་རྟེ་དྲག་ཅིག་
 ཚུ་དང་བྱག་ལུ་འཐབ་རྟེ་དོན་ཆོག་མེད།
 རང་གིས་མཐོ་བསམ་རྟེ་འབད་བའི་ལཱ་ཡིན།
 མེས་མ་ཆད་ཡིད་ཡང་དགའ་རྟེ་ཡོད་གོ།
 དཔུལ་བར་བཏུ་རྟེ་ཆང་བཅགས། ལྟ་བུ།

ཏེ་འཇུག་ཚུལ།

རྟེ་ཉམས་ཞོན་ཏེ་ཤེས། ས་རྒྱ་བསྐྱར་ཏེ་ཆོད།
 ཚུ་ཉམས་བཞུལ་ཏེ་ཤེས། མི་ཉམས་འདྲིས་ཏེ། ལྟ་བུ།

དེ་འཇུག་ཚུལ།

ཁྱེ་ལྷག་སྒོ་ཁར་བཤེད་དེ་འཇོང་མ་བཅུག་
 བ་དམར་མོ་བསད་དེ་ཟམ་བ་བཞོ་ཟམ་དྲག་
 འབུལ་བསད་དེ་ཁྱོག་མའི་རྟོ་མ་བཏབ། ལྟ་བུ།

ཆོག་ཁ་གསལ་བ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

ཨ་ཙཱ་རྒྱ་རལ་གནང་རྟེ་བཞུགས་ས།
 བ་དམ་ཆོག་བཏོན་ཏེ་བྱག་ཞུ་དགོ།
 ལེགས་ཤོམ་འབད་བཤད་དེ་སྒྲུབ། ལྟ་བུ།

ཁ་མ་གསལ་བ་ལུ།

ཨ་ཙཱ་རྒྱ་རལ་གནང་བཞུགས་ས།
 བ་དམ་ཆོག་བཏོན་ཏེ་བྱག་ཞུ་དགོ།
 ལེགས་ཤོམ་འབད་བཤད་སྒྲུབ། ལྟ་བུ།

སྒྲུབ་ཐངས་སྒྲུག་བཅས་དང་འབྲེལ་བའི་ཆོག་གཞན་ལུ་

འཇུག་ཚུལ།

ཙ་བ་གསུམ་ཟེར་མི་དེ་རྟེ། རྟེ་ག་དེ་སྒྲོ་མོ།
 དེ་ལས་ཏེ། དེ་རང་མམ་རྟེ། ཡིན་མས་ཏེ།
 དེའི་བསྐྱང་ལས་ཏེ། ལྟ་བུ།

སྒྲུབ་ཐང་ཆོག་གི་འགོ་མཇུག་བར་གསུམ་ཀུན་ལུ་ སྒྲུར་བརྟུབ་ཤེས་དགོཔ་
 ཡིན་ལོ། །

དུག་པ་འབྱེད་ཀྱིས།

(གམ་ ངམ་ དམ་ རྣམ་ བམ་ མམ་ འམ་ རམ་ ལམ་ སམ་ ཏམ་)

འབྱེད་ཀྱིས་ཟེར་བའི་དོན་དག།

འབྱེད་ཟེར་དབྱེ་བ་ཕྱེ་སའི་གཞི་གཅིག་ལས། ཕྱེ་བྱག་གི་དབྱེ་བ་གཉིས་ལ་
སོགས་པ་ཕྱེ་ནི་དང་། བསྐྱེ་སའི་གཞི་གཅིག་ལྟ་བུ་བསྐྱེ་ནི་ཆོས་གཉིས་ལ་
སོགས་པ་བསྐྱེ་བ་ལྟ་བུ་འབྱེད་ཀྱིས་ཟེར་པ་ཡིན།

འབྱེད་ཀྱིས་ཀྱི་སྒྲིབ་སྒྲིབ་ཚུལ།

གོང་གི་སྒྲིབ་བསྐྱེའི་སྐབས་དང་འདྲུལ། མིང་དང་བྱ་བ་གཅི་འབད་རུང་།
དེའི་མཐའ་མའི་རྗེས་འཇུག་གའི་མཐའ་མར་(གམ) ངའི་ མཐའ་མར
(ངམ) དའི་མཐའ་མར (དམ) ལ་སོགས་པ་རིམ་པ་ བཞིན་དུ་སྒྲིབ་ནི་དང་།
མཐའ་མེད་ཀྱི་མཐའ་མར (འམ) ད་དུག་ཅན་གྱི་མཐའ་ (ཏམ) འཐོབ་ནི་
ཡིན། དཔེ་འབདན།

འདུག་གམ། མཐོང་ངམ། ཡོད་དམ། ཡིན་ནམ།

འགྲུབ་བམ། བསམ་མམ། དགའ་མ། དར་རམ།

འཕེལ་ལམ། རྟོགས་སམ། གོ་འམ། ཕྱིན་ཏམ།

བསྐྱེད་ཏམ། བསྐྱེད་ཏམ། ལྟ་བུ།

དེ་ཡང་གོང་ལྟ་སྒྲིབ་བསྐྱེའི་སྐབས་བཟུམ། མིང་ཆོག་བཟོད་པ་སོ་སོའི་
མཐའ་མར་སྒྲིབ་ཚུལ་ཡོད་རུང་། འབྱེ་བཟོད་གོང་གི་དེ་གིས་རིགས་བསྐྱེ་
བས་འབྱེད་པ་ཡིན།

དམིགས་བསམ (འམ) འབྱི་ཚུལ།

ཕྱད (འམ) འདི་རྗེས་འཇུག (འ) དང་མཐའ་མེད་ཀྱི་མཐའ་མར།
ཆོགས་བཅད་ཁ་སྐོང་དགོ་པའི་སྐབས་ཆོག་རྒྱབ་སྟེ། མ་སྐོང་བའི་སྐབས་
མིང་གཞིའི་མཐའ་མར་བསྐྱེས་ཏེ་ ཆོག་མ་རྒྱབ་པར་འབྱི་དགོ་པ་ཡིན།
དཔེ་འབདན།

ཆོག་ཁ་སྐོང་བ་ལྟ།

སེམས་པ་དགའ་འམ་དྲུག་སྟོའམ། །

སེམས་ལ་མངའ་འམ་དོན་དེ་བཞིན། ལྟ་བུ།

ཁ་མ་སྐོང་བ་ལྟ།

སེམས་དཔའམ་སེམས་མ་ཀྱན་ལ་འོ། །

མ་མའམ་སྐྱ་མ་གཞན་དག་ལ། ། ལྟ་བུ།

སྒྲིབ་ཐངས་ཀྱི་དཔར་ལས་ཆོག་སྒྲིབ་པ་ལྟ་ཡང་འཇུག་ཚུལ།

ས་མའམ་སྐྱ་སྟོབ་ལ་ཞབས་རྟོག་ཞུས་ན། སྟེ་བ་འདི་འམ་ཕྱི་མ་ལ་ནམ་མེན་
ཡིད་དུ་འོང་བ་འཐོབ་པོ། ལྟ་བུ།

ཆོགས་བཅད་ལྟ་འཇུག་ཚུལ།

འདུག་གམ་གྲོགས་པོ་དེ་མཐོང་ངམ། །

གནས་དེར་ཡོད་དམ་ཁོ་ཡིན་ནམ། །

གཏམ་ཞིག་ལ་བ་བམ་དོན་བསམ་མམ། །

དགའ་འམ་སྒོ་འམ་གྲོགས་པོ་ལ། །

ཤར་རམ་མེས་ལ་དེ་འཕྱལ་ལམ། །

ཤེས་སམ་པན་ཚུན་མཐུན་ཟེན་ཏམ། ། ལྟ་བུ།

དོན་གྱི་འཇུག་ཚུལ།

ཕྱིར་བཏང་གིས་འབྱེད་པ་དང་སྤྱད་པ་ཟེར་ འབྱེད་པ་དང་གཉིས་དང་།
དམིགས་བསལ་དྲུ་བ་དང་ཐེ་ཚོམ་བཅས་བཞི་ལུ་འཇུག་པ་ཡིན། དཔེ་
རབ་དན།

འབྱེད་པ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

ལྟ་ཆེན་བཞི་ལྟེ། དབང་ཕྱག་གམ། ལྱབ་འཇུག་གམ། ཚངས་པའམ།
བརྒྱ་ཕྱིན་ཆེན་མོའོ། །

སྤྱད་པ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

དབང་ཕྱག་གམ། ལྱབ་འཇུག་གམ། ཚངས་པའམ། བརྒྱ་ཕྱིན་ནི་ལྟ་ཆེན་
མོའོ། ། ལྟ་བུ།

ཡང་།

འཇིགས་པ་ནི། ས་ཡིས་སམ། རྩས་སམ། མེས་སམ། རྒྱུད་གིས་སོ། །
ལྟ་བུ། རྣམ་དབྱེ་རྣམས་འཇུག་གི་མཐའ་ཅན་གྱི་མཐར་ཡང་འཇུག་པ་ཡིན།

མིང་གི་རྣམ་གྲངས་སྟོན་པ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

འབྲུག་གམ་ཅན་དན་བཞེད་པའི་རྒྱུད་ས།

ལྟ་དབང་བརྒྱ་ཕྱིན་ནམ་མིག་སྟོང་ལྟ།

མཐོ་ཀྱའི་ཞིང་མཐོ་ཚུང་། ལྟ་བུ།

རྣམ་གྲངས་མམ་སྟོན་བསྐྱར་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

ལྟ་ལྟེ་སྤྱད་འམ་ལྱབ་ཆུབ་མེས་དཔའ།

ལྱང་ན་མེད་དམ་ཆོས་རྒྱལ་ཨ་ཤོ་ཀ།

བརྒྱ་བརྒྱའམ་སངས་རྒྱས་དོ་རྟེ། ལྟ་བུ།

ཆོག་བསྐྱར་བ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

པརྒྱ་དཀར་པོ་འམ་པརྒྱ་དཀར་པོ་ལྟ་བུའི་མེས་དཔའ།

བཅོ་ལྟའི་རྒྱ་བའམ་བཅོ་ལྟའི་རྒྱ་བ་ལྟ་བུའི་གདོང་།

རྒྱ་དཀར་ནག་གམ་དེ་གཉིས་ལྟ་བུའི་མི་འབོར། ལྟ་བུ།

དོན་བསྐྱར་བ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

ཉི་འོད་ནི། གསལ་བའམ། ལྷང་བའམ། བཟ་བའོ། །

སངས་རྒྱས་ནི། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའམ། ཀུན་མཁྱེན་འོ། །

འཆི་མེད་དམ། རྣམ་སད་དམ། མིག་མི་འཇུག་ནི་ལྟ་བུའོ། ། ལྟ་བུ།

གང་རྒྱུ་ངམ་གདམ་ང་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

དྲི་བ་ཀ་པའམ། ཁ་པ་ནས་ལན་རེ་བྱིས།
མཐུན་མོང་ངམ་ཐུན་མོངས་གདམ་ང་ཡིན།
ཁྱེད་དམ་ང་། ཡང་ན། ངའམ་ཁོ། ལྟ་བུ།

དྲི་བ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

ཁོ་པར་འདུག་གམ། མིག་གིས་མཐོང་ངམ།
དཀའ་བ་སྤྱད་དམ། རེས་གཏན་ཡིན་ནམ།
སྟན་གཤམ་ཁྱབ་བམ། ཉོན་བསམ་མམ།
མེམས་དགའམ། ལྟ་བུ།

ཆོས་སྐད་སྐབས་དྲི་བ་ལུ་འཇུག་ཚུལ་དེ་སྟེ་ཡིན་རུང་། ད་རེས་ནངས་པར་
ཁྱེད་ཀྱི་དཔེ་ཡི་གུ་ལས་འགབ་སྟེ་ དྲི་བ་འདི་རྟགས་ (?) དེ་སྟེ་བཀོད་སྟོན་
ཡོད་པ་བརྒྱུ་འབྱི་བ་ཅིན།

ཁོ་པར་འདུག་གམ ? བསམ་པ་བཟང་ངམ ?
ལེགས་པར་བཤད་དམ ? བདེན་པ་ཡིན་ནམ ?
གཏམ་སྟན་ཁྱབ་བམ ? མེམས་པ་མམ་མམ ?
མན་ཚུན་མཛེས་ལ ? ལྟ་བུ།

ཐེ་ཚོམ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

ཆོང་ཞིག་ཁྱབ་ན་ཁེ་ཞིག་འཐོབ་བམ།
གཏམ་དེ་བདེན་པ་ཞིག་ཡིན་ནམ་སྟམ།
དེ་ཡིན་ནམ་མིན་ནམ་སྟམ་པ། ལྟ་བུ།

ཐེ་ཚོམ་དང་དྲི་བ་གཉིས་ཆར་འཇུག་ཚུལ།

ཞེ་བདེ་ཞིག་འབྱུང་ངམ་མི་འབྱུང་།
སྤྱད་བྱས་དེ་མཐར་ཕྱིན་ནམ་མི་ཕྱིན།
བསམ་དོན་དེ་འགྲུབ་བམ་མི་འགྲུབ།
དུས་གཞི་སྤྱད་པོ་འོང་ངམ་མི་འོང་། ལྟ་བུ།

འབྱེད་རྒྱུ་ཆོང་ཁ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

འབྱེད་རྒྱུ་ཀྱི་ཕྱད་དེ་ཚུ་ལས་ཆོང་ཁ་ནང་འཇུག་པ། གམ། དམ། ནམ།
མམ། བཞེ་ལས། གམ་འདི་གིས་རང་དབང་གཞན་དབང་གཉིས་ཆར་འདི་
སྟོ་ལས་དང་། དམ། ནམ། གཉིས་ཀྱིས་གཞན་དབང་ཅན་འབད་དྲི་བ་
ཐེ་ཚོམ་དང་། (མམ) འདི་ཆོག་སྤྱབ་ཐངས་རེས་པར་ཅན་ཅིག་ལུ་འཇུག་ནི་
ཡིན། དཔེ་འབདན།

(གམ)

ད་ག་ཅི་འབད་ཅ་དྲག་གམ་སྟོ ?
ད་འབད་ན་ན་འབད་གོ་ཡི་གམ ?
ཁོ་གིས་དེ་རེག་པ་ཆི་གམ། ལྟ་བུ།

(དམ)

ཅ་ལ་དེ་ཕྱོད་འབད་སར་ཡོད་དམ ?

དེ་ཅིག་ཁོ་ལུ་སྐབ་ནི་མེད་དམ་སྟེ།

ཁམས་བཟང་མོ་འབད་རང་ཡོད་དམ ?

ལྟ་བུ།

དེ་ལུ་འཇུག་ཚུ་ལ་དེ་སྟེ་ཡོད་རུང་། ཟུར་ཆ་འདྲོང་མ་འབད་སྐབ་སྟེ་ལ་མེད་པ་
ཡིན།

(ནམ)

ཐད་རེག་བར་རེག་རང་ཡིན་ནམ ?

དེ་གུ་རང་ཐག་གཅད་ནི་ཡིན་ནམ ?

ཡིན་ནམ་ཁོ་རེ་ད་འབད་ན། ལྟ་བུ།

དེ་ཡང་རྗེས་འཇུག་ན་འེ་མཐའ་མ་ཅོམ་ལས་གཞན་ལུ་མི་འཇུག་པ་ཡིན།

གམ་དམ་རམ་གཞུམ་རུར་ཆ་ཉམས་ཐོག་ལས་དྲི་བ་ལུ་

འཇུག་ཚུ་ལ།

ཁོ་པར་འདུག་ག ? ག་གིས་ཤེས་ག་སྟེ།

ཕྱོད་ལུ་ལོ་ཡོད་ད ? དེ་སྟེ་ཡིན་ན།

ཕྱོད་ལུ་དགོ་ནི་ཡིན་ན། ལྟ་བུ།

དྲི་བ་འམ་མེ་ཚོམ་ལུ་ཡང་འཇུག་ཚུ་ལ།

ཁོ་པར་ཡོད་ག་མེད་ག་སྟེ།

དེ་སྟེ་ཡིན་ན་མིན་ན་སྟེ།

པར་ཕྱོད་ཡོད་ད་མེད་ད། ལྟ་བུ།

དེ་ཚུ་ཡང་མཚོ་བསམ་གཏང་ལུགས་དང་བསྐྱེད་ཅེ་སྐབ་ཐང་ས་ཀྱིས་འབྱོམ་
ཡིན་ནོ། །

(མམ)

སྟེ་མ་བདུབན་འཕུད་ནི་རང་མམ།

དེའི་ཐད་ཁར་དེ་རང་མམ་སྟེ་ལ།

མིང་། བྱ་ཁྱུང་རང་མམ། ལྟ་བུ།

བདུན་པ་འབྱུང་ཁུངས།

(ནས་ལས)

འབྱུང་ཁུངས་ཟེར་བའི་དོན་དག།

འབྱུང་ཁུངས་ཟེར་མི་དེ་འཇུག་ཚུལ་ རང་དབང་ཅན་གྱི་སྒྲོལ་ས། དངོས་
གཅི་ཡིན་ཅུང་། དེ་ཚུའི་འབྱུང་སའི་གཞིའམ་འབྱུང་བའི་ཁུངས།
དངོས་དང་ཡན་ལག་གང་ཅུང་གི་སྒྲོལ་ས་སྟོན་པའི་ནམ་དེུ་དང་། དེའི་སྒྲོ་
པར་བསྟུ་བའི་ཕྱད། དགར་བ་དང་། རྒྱད་པ་ལུ་ཡང་འཇུག་ནི་ཡིན།

འབྱུང་ཁུངས་དངོས་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

འབྱུང་ཁུངས་དངོས་འདི། དཔེ་འབདན། (བ་ལས་ཨོམ) ཟེར་མ་བཟུམ་
མའི་འབྱུང་ཁུངས་བ་དང་། བ་འདི་ལས་ཚར་གཅིག་ཙམ་འབྱུང་མ་མེན་
ར། འབྱུང་སའི་གཞི་རང་བ་འདི་ཡིན་མ་ལས་ འབྱུང་ཁུངས་དངོས་
རམ་ཡིན། དཔེ་འབདན།

(ནས་)

ཀྱི་མཚོ་ནས་ནོར་བུ། ས་འོག་ནས་གསེར།

ཅན་དན་ནས་དྲི། ས་ལས་བུ། རྩ་བུ།

(ལས་)

སངས་རྒྱས་ལས་ཚོས། ཚོས་ལས་བྱིན་སྟབས།

མཁས་པ་ལས་རིག་པ། རྒྱ་ལས་འབྱས་བུ། རྩ་བུ།

འབྱུང་ཁུངས་ཆ་འདྲ་བ།

འབྱུང་སའམ་འབྱུང་སའི་ཁུངས་འདི་ལས་ རང་བྱུང་མ་དགོ་པར་ འབྲུལ་
གནས་སྐབས་ཙམ་ཅིག་དེ་དང་ དེ་ལས་འབྱུང་མ་ཙམ་སྟོན་པ་ལུ་སྒྲོབ་ཡིན།
དཔེ་འབདན།

(ནས་)

ནམ་མཁའ་ནས་ཆར་པ། ཤིང་ཅེ་ནས་བྱིལ་ཅུང་།

ལག་པ་ནས་ཤོར། གཡང་ནས་སྒྱུར། རྩ་བུ།

(ལས་)

ཁྱིམ་ལས་མི་འབྱུང་། ཤིང་ལས་བྱ་འཕུར།

དངུལ་ཁྱག་ལས་དངུལ། ལག་ལས་ནོར། རྩ་བུ།

འབྱུང་ཁུངས་ཀྱི་ཁྱད་པར།

དཔེ་འབདན། མེ་རྟོག་ལས་འབྱས་བུ། རྩ་བུ་དངོས་ལུ་འཇུག་དགོ་པ་ཅིག་
ཡོད་ཅུང་། འབྱས་བུ་བྱུང་ཚར་མ་དཔེ་རྟོག་མེད། མེ་རྟོག་འབྱས་བུ་ལུ་གུར་
སོང་མ་ལས་ དེ་ཡང་སྤྱིར་བཏང་འབྱུང་ཁུངས་ཆ་འདྲ་བའི་ནང་བཞག་
མི་ཡོད།

(ནས་ལས་) འཇུག་ཚུལ་ཁྱད་པར།

ནས་ལས་གཉིས་པོ་འདི། འབྱུང་ཁུངས་དངོས་དང་ཆ་འབྲེལ་གང་རུང་ལུ་
འཇུག་ཚུལ་ཁྱད་པར་མེད་པ་གསུངས་རུང་། སྤྱོད་ཐངས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ལྟ།
རྒྱ་ལས་འབྲས་ལྟ། ཟེར་སྤྱོད་ལྟ། རྒྱ་ནས་འབྲས་ལྟ་ཟེར་སྤྱོད་ལྟ་
པའི་ཁྱད་པར་ཡང་ཡོད།

ལས་རྒྱ་རྒྱ་མཚན་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

དུ་བ་འཇུག་བ་ལས་མེ་ཡོད་པར་ཤེས།
རྒྱ་བྱ་ཕྱིར་བ་ལས་རྒྱ་ཡོད་པར་རྟོགས།
འབྲུག་ཕྱིར་བ་ལས་ཆར་འབབ་བར་གོ། ལྟ་བུ།

ནས་རྒྱ་ཡང་འཇུག་ཚུལ།

(ནས་) རྒྱ་གིས་ཡང་རྒྱ་མཚན་ལུ་འཇུག་ཚུལ་གསུངས་དོ་བཟུམ་འབད་བ་
ན། དཔེ་འབདན།

མ་ཐོས་ཀྱང་ཁ་དོག་ནས་བྱོ་བ་ཤེས།
སྤྱོད་པ་ནས་གང་ཡིན་ཏེ་གོ་ཚུགས།
སྐད་ནས་ལུང་པ་གང་ཡིན་ཤེས། ལྟ་བུ།

ལས་ཀྱིས་ཡང་འཇུག་ཚུལ།

མ་ཐོས་ཀྱང་ཁ་དོག་ལས་བྱོ་བ་ཤེས།
སྤྱོད་པ་ལས་ཡ་རབས་ཡིན་མིན་ཏེ་གོ།
སྐད་ལས་ལུང་པ་གང་ཡིན་ཤེས། ལྟ་བུ།

ལས་རྒྱ་དགར་བ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

སྤྱིར་དགར་བ་ལུ་ (ལས་) རྒྱ་འཇུག་པ་གསུངས་རུང་། དེ་ཡང་ཡུལ་
སྐད་ཀྱི་སྤྱོད་ཐངས་ལྟ། རིགས་མཐུན་པ་ལུ་ (ནས་) དང་མི་མཐུན་པ་ལུ་
(ལས་) རྒྱ་འཇུག་པ་ཡང་ཡོད། དཔེ་འབདན།

རིགས་མཐུན་པ་དགར་བ་ལུ།

རྟེན་ནང་ནས་ཅང་ཤེས་མཆོག་གོ།
བ་ཡི་ནང་ནས་བ་མེན་བཟང་རོ། ། ལྟ་བུ།

རིགས་མི་མཐུན་པ་ལུ།

རྟེན་ལས་བོང་གུ་དམན། གཅན་གཟན་ལས་མ་མོ་ཞན།
བྱ་ལས་འཇུག་པ་མ་ཆད། ལྟ་བུ་འཇུག་གོ།

ལས་རྒྱ་དགར་བ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

དགར་བ་ཟེར་ལོགས་ལུ་བཀར་ཏེ་སྤྱོད་ཐངས་ཅིག་ཡིན། དེ་ལུ་ནང་གསེས།
རིགས་དང་བྱ་བ། ཡིན་ཏེ། རིགས་ཀྱི་སྤྱོད་ལས་དགར་བ་བཞི། དེ་རེ་རེ་ལྟ།
མཆོག། དམན། མ་དད། ལུ་དགར་བ་གསུམ་རེ་འབད་མ་དང་བཞི་
གསུམ་བརྒྱ་གཉིས་ལུ་དགར་ཚུལ་གྱི་དབྱེ་བ་ཡོད། དཔེ་འབདན།

རིགས་ཀྱི་སྤྱོད་ལས་དགར་བ་ལུ།

དམངས་རིགས་ལས་རྒྱལ་རིགས་མཆོག །
རྒྱལ་རིགས་ལས་དམངས་རིགས་དམན།
རྗེ་རིགས་ལས་བུ་ཟེ་མ་དད། ལྟ་བུ།

བྱ་བའི་རྩོམ་པ་དག་ཕྱི་ལོ།

ཆོད་སྤྱོད་པ་ལས་ཆོད་བཟུང་བ་ལེགས།

ཁ་ཉུང་བ་ལས་ཁ་མང་བ་དམན་ནོ། །

ཉམ་ཆུང་བ་ལས་ཁམས་མཐོ་བ་སོ་སོ། ། ལྟ་བུ།

ཡོན་ཏན་གྱི་རྩོམ་པ་དག་ཕྱི་ལོ།

དཀར་པོ་ལས་དམར་མེར་གྱི་ཁ་དོག་མཛེས།

ལེ་མང་ལས་ཐལ་ཀའི་མདོག་ཤིན་ཏུ་དམན།

ནག་པོ་ལས་དཀར་པོ་ཐ་དད་དོ། ལྟ་བུ།

གཞན་ཡང་།

དམུལ་བ་ཡང་སོས་ལས་ཐེག་ནག་ལྷག་བུལ་ཆེ།

ཐེག་ནག་ལས་ཡང་སོས་ཀྱི་ལྷག་བུལ་ཆུང་།

ཆོད་མུལ་ལས་གང་དམུལ་གྱི་ལྷག་བུལ་ཐ་དད། ལྟ་བུ།

རྩོམ་པ་གྱི་རྩོམ་པ་དག་ཕྱི་ལོ།

གཞི་མིག་གཉིས་པ་ལས་གསུམ་པ་གོང་ཆེ།

ཕྱུ་ཆེང་ལས་ཕྱུ་གསར་གོང་ཐང་ཆུང་།

གསེར་ལས་དངུལ་ཐ་དད་དམ་སོ་སོ། ལྟ་བུ།

གོང་གི་དེ་ཆུ་ལུ་དོ་རུང་གཞི་གཅིག་ལས་གཉིས་པ་སོགས་པ་དང་། གཞི་
གཉིས་པ་སོགས་པ་ལས་གཅིག་དག་བའི་རྩོམ་གང་ས་ལེ་གྲུ་འཇུག་པ་
ཡིན། དཔེ་འབདན།

གདོལ་རིགས་ལས་རྒྱལ་རིགས་དང་རྗེ་ལུ་རིགས་བཟང་།

ཞོར་གྲུ་ཐམ་ལས་ཉེ་མག་སྤོང་གསུམ་ཐ་བ་བཅོག།

ཐལ་མདོག་ལས་དཀར་མེར་དམར་ལྗང་སོ་སོའོ། ལྟ་བུ།

དེ་བཟུང་སྟེ།

དམར་ས་རིཌ་དང་གདོལ་རིགས་ལས་རྒྱལ་རིགས་བཟང་།

ཆང་དང་ཐམ་ཁ་འཇུང་བ་ལས་རྗེ་ལུ་ཕྱོད་པ་ལེགས།

དམར་པོ་དང་མེར་མདོག་ལས་སྤྱོད་དམན། ལྟ་བུ།

ཡང་།

ཆང་དང་ཉམ་ཁ་འཇུང་བ་ལས་རྗེ་ལུ་ཕྱོད་པ་ལེགས།

དམར་ས་རིགས་དང་གདོལ་རིགས་ལས་རྒྱལ་རིགས་

རྗེ་ལུ་རིགས་བཟང་། སོགས་ལྟ་བུ།

དེ་ཆུ་བད་སྟོད་མང་གོ་ནང་དཔེར་བཞིན་ཁ་གསལ་མ་བཞེད་པར། རིགས་
བཞེད་བ་གིས་འཇུག་པ་འབད་བཞག་འདུག་རུང་། འདི་ཁར་ཁ་གསལ་
འབད་འབྲི་བའི་ཁྱེད་ས་ཡིན་ནོ།

ནལ་སྐྱ་གིས་ཡང་དགར་བ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

སྒྱིར་བཏང་ནལ་སྐྱ་གིས་དགར་བ་ལུ་འཇུག་པ་ དེ་སྤྲེལ་གསུངས་རུང་།
སྤྱབ་ཐངས་ལུ་དཔུང་དེ་འཇུག་པ་གསུངས་ཡོད་པ་ཡིན། དཔེ་འབདན།

ཤིང་གི་ནང་ལས་དཔག་བསམ་ཤིང་མཆོག།

བྱ་བའི་ནང་ནས་ཆོད་བཟུང་བ་ལེགས་སོ། །

ཁ་དོག་ནམས་ནས་དམར་མེར་མཛེས། ལྟ་བུ།

ནལ་སྐྱ་གིས་ཆོགས་ཟེར་ལེ་ཤིག་གི་ནང་ལས་ འབྱེན་པ་ཟེར་བཏོན་པའི་སྤྱབ་
ཐངས་ལུ་འཇུག་ཚུལ། དཔེ་འབདན།

རྒྱལ་ཁབ་ནམས་ཀྱི་ནང་ནས་སྟོབས་ཆེ་ཤོའི་ཨ་མེ་རི་ཀ་འོ། རྒྱ་ནམས་ཀྱི་
ནང་ནས་གསུང་སྟན་པ་ནི་ཁྱུ་བྱུག་སྟོན་མོ་འོ། འབྲུག་དེ་ རྒྱལ་ཁབ་ནམས་
ཀྱི་ནང་ནས་སྒྱིད་ཤོས་ཤིག་ཡིན། ལྟ་བུ།

ནལ་སྐྱ་མཚམས་སྒྱིར་བའི་སྤྱག་བཅས་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

ཤིང་བཅད་ནས་བཅིགས། མདའ་འཕངས་ནས་ཐོག

ཤིང་ཆད་ནས་བཏོགས། རང་དག་ནས་ཕྱི་དག་ལྟ་བུ།

**ནལ་སྐྱ་དང་འདྲམ་(བས) ཀྱིས་ཡང་དགར་བ་ལུ་
འཇུག་ཚུལ།**

ལྟ་བས་སྤྱག་པའི་ལུས། བཟང་མོ་བས་ངན་པ་སྤྱགས་ཆེ།

ས་བས་བྱ་སྤྱག་ ། ང་བས་ཁོ་མཁས། ལྟ་བུ།

ནལ་སྐྱ་དྲུག་པ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

ནལ་སྐྱ་དེ་གིས་ ལུལ་ དུས་ དངོས་པོའི་མཚམས་འཛིན་ཅིང་དྲུག་པའི་
དོན་ལུ་འཇུག་པ་ཡིན། དཔེ་འབདན།

ལུལ་གྱི་མཚམས་འཛིན་ཅིང་དྲུག་པ།

འཛམ་གླིང་ཨེ་ཤི་ཡ་ནས་ཡོ་རོབ་བར།

རྒྱ་མཚོ་མར་ཁ་ནས་ཚུ་ཁའི་བར་དུ།

ཡ་གེ་ལྷ་ལུལ་ནས་མ་གེ་དཔུལ་བ་ཚུན།

རི་རབ་ཀྱི་ཅེ་མོ་ནས་ཅ་བ་ཐུག་ལྟ་བུ།

དུས་ཀྱི་མཚམས་འཛིན་ཅིང་དྲུག་པ།

ཆོས་བྱས་ནས་སངས་མ་རྒྱས་ཀྱི་བར།

སྟོན་ནས་མ་ཤི་ཚུན་ཀྱི་རིང་ལའོ།

གཉིད་ལོག་པ་ནས་མ་སད་ཀྱི་ཚུན།

དུས་སྐད་ཅིག་ནས་བསྐལ་པའི་མཐར། ལྟ་བུ།

དངོས་པོའི་མཚམས་འཛིན་ཅིང་དྲུག་པ།

རིན་ཆེན་གསེར་ལས་ལྷགས་ཀྱི་བར་དུ།

གོས་ཆེན་ནས་ཁ་ཤིའི་བར་ཀྱི་ཁྱད་པར།

ཞོར་བ་མེན་ནས་ཁ་བམ་ཚུན་ཀྱི་བར།

གདུགས་ནས་འཁོར་ལོ་ཚུན། ལྟ་བུ།

ཐོང་ཁ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

ཐོང་ཁ་འི་ནང་ནས་ལས་གཉིས་ལས། ལས་སྤྱོད་གཅིག་གིས་མ་གཏོགས་
འཇུག་སྤྱོད་མེད། དེའི་སྤྱོད་ནི་ཡང་སྤྱུ་ཕྱི་པའི་གཞུང་ནང་གི་འཇུག་ཚུལ་
དང་འདྲ་ལས་ དཔེར་བཞིན་ལོགས་སུ་མ་བཞོད། ཐོང་ཁ་འི་ནང་སྤྱང་
ཐང་ས་ཙམ་ཅིག་དཔེ་བཞོད་པ་ཅིན།

ཆོས་དམ་ཆོས་བོད་ལས་དར།
གངས་ལས་བབས་པའི་ཆུ་མོ།
ནད་མ་འོང་མ་ལས་རིམ་གྱོ།
ཆུ་མ་འོང་མ་ལས་གཡུར་བ།
མེ་རན་གྱི་ཁ་ལས་གཏམ་རན།
མེ་བཟང་ལས་སྤྱ། མོགས་ཉུ་བྱ།
རིགས་འགྲེ་སྟེ་ཤེས་དགོཔ་ཡིན་ནོ།

བཀྲུད་པ་བོད་པའི་སྤྱ།

(ཉེ་ཀྱ་མེ)

བོད་སྤྱ་ཐེར་བའི་དོན་དག།

འཇུག་ཚུལ་རང་དབང་ཅན་གྱི་སྤྱོད་ལས། ཡུལ་མཆོག་དམན་བར་གསུམ་ག་
ལུ་འབད་རུང་ སན་ཚུན་གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་བོ་མེའི་དོན་ལས་སྤྱར་བ་ལུ་
བོད་སྤྱ་ཐེར་མ་ཡིན། བོད་སྤྱ་འི་གསལ་ཁྱེད་གཞན་ཡང་ཡོད་རུང་། གཙོ་བོ་
ཆོས་སྐད་ལུ་ཡོངས་གྲགས་འཇུག་པ་ ཉེ་དང་ཀྱ་ཡེའམ་ཀའི་ཆུ་ཡིན་མ་
ལས། དང་པ་གཙོ་བོ་ཡུལ་མཆོག་ལུ་འཇུག་པའི་ (ཉེ) འཇུག་ཚུལ་བཤད་
ནི་ཡིན། དཔེ་འབདན།

མིང་གི་ཐོག་མཐའ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

ཉེ་རྒྱལ་པོ་རིན་པོ་ཆེ། ལྷ་ཡི་ལྷ་མཆོག་ཉེ།
སྤྱ་མ་རིན་པོ་ཆེ་ཉེ། ཉེ་སྤྱོད་དཔོན། ལྷ་བྲ།

ཆོག་ས་བཅད་སྐབས་གཙོ་བོ་བར་མཐའ་གཉིས་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་མཆོན་པའི་དཔལ། །
གཅིག་བསྐྱུས་ལྷག་པའི་ལྷ་མཆོག་སྤྱ།
བདག་ལ་དགོངས་ཉེ་སྤྱོད་ཉེ། །
སྤྱོད་པའི་སྤྱང་བ་སྤྱོད་ཅིག་ཉེ། ། ལྷ་བྲ།

ཡུལ་མཚོག་མིན་དང་ ལྷན་ངག་གི་སྐབས་ལུ་ཡིད་

འཕྲོག་མ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

ཏཱ་ལའ་བུ་མེད་མེད་ཅན་ལ། སྤྱོད་ལེགས་མ་ཏཱ།

ཏཱ་ལའ་བུ་མེད་མེད་ཅན་ལ། ལྷ་ལ།

མོ་མེད་ལུང་པར་ལས་ཡུལ་གོང་མ་དང་སྐབས་གཅིག་

འོག་མ་ལུ་ཡང་།

ཏཱ་ལའ་བུ་མེད་མེད་ཅན་ལ། ལྷ་ལ།

ཏཱ་ལའ་བུ་མེད་མེད་ཅན་ལ། ལྷ་ལ།

ཡང་བསྐྱར་མོ་མེད་ལུ་ (ཏཱ་) གཉིས་འཇུག་ཚུལ།

ཏཱ་ལའ་བུ་མེད་མེད་ཅན་ལ། ལྷ་ལ།

ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ།

འགྲུང་བུ་ཉིས་བཅུག་ཅན་ཆོག་མེད་ཏཱ་ལའ་བུ་མེད་མེད་

འབད་འཇུག་ཚུལ།

ཏཱ་ ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ།

ཏཱ་ ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ།

ཏཱ་ ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ།

ཆོག་ལུག་པའི་འགོ་མཇུག་པར་གསུམ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

ཏཱ་ ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ།

ཏཱ་ ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ།

ཏཱ་ ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ།

དམིགས་བསལ་(ཏཱ་) འཇུག་ཚུལ།

ཆོག་ལུག་པའི་འགོ་མཇུག་པར་གསུམ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

ཏཱ་ ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ།

ཏཱ་ ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ།

ཏཱ་ ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ།

ཏཱ་ ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ།

ཏཱ་ ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ།

ཏཱ་ ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ།

ཏཱ་ ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ།

ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ།

ཏཱ་ ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ།

ཏཱ་ ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ།

ཏཱ་ ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ། ལྷ་ལ།

ཡུལ་འདྲ་མཉམ་ལུ།

ཀྱ་ཡེ་སྤྲིང་གི་གྲོགས་པོ། ཚུར་ལ་ཉོན་དང་ཀྱ་འི།
ཀྱ་ཡེ་ཡིད་འོང་མ། དར་ཅིག་སྤྲོད་དང་། ལྷ་བྱ།

ཡུལ་དམན་པ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

ཀྱ་ཡེ་སྤྲིག་པ་ཅན་ཁྱོད། ཀྱ་འེ་གཡོག་པོ་ཁྱོད།
མིང་ན་ཁྱོད་ཀྱ་འེ། ཀྱ་ཡེ་གཡོག་མོ། ལྷ་བྱ།

ཆོག་ལ་བཅད་ཀྱི་ཆོག་མཐའ་བར་གསུམ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

ཀྱ་ཡེ་གསོན་དང་སྤྲིང་གི་ཡིད་འོང་མ། །
དར་ཅིག་ང་ལ་ལེགས་པར་གསོམ་དང་ཀྱ་འེ།
ཚུར་ཤོག་ཀྱ་ཡེ་སྤྲིན་པའི་གཏམ་ཞིག་ཡོད། ལྷ་བྱ།

མོ་མེའི་བྱུང་པར་ལས་ཡུལ་གོང་མ་ལུ་ཡང་འཇུག་ཚུལ།

ཀྱ་ཡེ་ཉོན་དང་འདྲིར་ཆོགས་སྤྲོན་པོ་ནམས། །
སྤྲོད་དབང་དར་ཅིག་ང་ལ་གསོན་དང་ཀྱ་ཡེ། ལྷ་བྱ།

ཆོག་ལྷག་པ་ལུ་ཡང་འཇུག་ཚུལ།

ཀྱ་ཡེ་བྱ་མོ་ཁྱོད་པར་པར་མ་འགོ་ཚུར་ཤོག་ཁྱོད་འདྲ་བའི་བྱ་མོ་ཁྱོད་
ཀྱ་ཡེ། ཡུད་ཅམ་སྤྲིང་ནས་འབྲལ་མི་ཤོད་པས། འདྲིར་ངའི་དྲུང་དུ་སྤྲོད་
ཅིག་ཀྱ་ཡེ།

ཆོག་གི་འགོ་ལུ་མོ་མོ་ཡང་འཇུག་ཚུལ།

ཀྱ་ཡེ་ ཤེས་རབ་ཀྱི་དཔལ་ལུན་སུམ་ཆོགས་པའི་གྲོགས་
པོ་ཁྱོད། ཀྱ་འེ་ལེགས་སྤྲོན་འབྲམ་གྱིས་འབྲལ་བའི་སྤྲིང་
གྲོགས་དམ་པ་ཁྱོད། ལྷ་བྱ།

ཁྱོང་ཁའི་ནང་འཇུག་ཚུལ།

ཁྱོང་ཁའི་ནང་ཆོས་སྒྲོན་བཞུགས་དུ་བོ་པའི་སྐྱུ་ལུ་མི་འཇུག་དྲུང་། སྐབ་སྐལ་
ཡོད་མི་འདི་ཚུ་ལུ་འཇུག་ཚུལ། དཔེ་འབདན།

ཀྱི་ཁོ་གཏེ་འདུག་གོ་ཁོ་ཀྱི་གཏེ་སྤྱོ།
ཁོ་གཏེ་སྤྱོ་ཀྱི། ལྷ་བྱ་དྲི་བ་ལུ་དང་།

གནན།

ཀྱི་ན་གཏང་ད། བ་གཏང་ད་ཀྱི། ག་དེ་སྤེ་ལོ་ཀྱི་འདི།
ན་གཏང་ཞིག་ཀྱི་འདི། ལྷ་བྱ་ཚུ་ལུ་འཇུག་པ་ཞིན།

དེ་བཟུམ་ཀྱ་ཡེ་གིས།

ཀྱ་ཡེ་ང་ལུ་ཅིག་གནང་། ཀྱ་ཡེ་དེ་མའི་ལུ་ཁོ་དེ།
ཁོ་ཀྱ་ཡེ་ད་ལྷ་རང་ནུ་ཡོད། ལྷ་བྱ་འོ། །

ནམ་དཔེ་བརྒྱད་ཀྱི་བཤད་པ།

ནམ་དཔེ་བརྒྱད་ནམ་བརྒྱད་ཀྱི་བཤད་པ་འདི། སྤྱིར་བཏང་གོང་ལུ་བཤད་
ཚར་རུང་། ཡོག་སྟེ་དམིགས་བསལ་གྱིས། བད་སྟོད་མཐུན་ཚུ་གིས་སྤྱིར་
བསྟུའི་སྟོར་ལས་ཚར་མ་ཅིག་བཤད་སྟེ་ལ་འདྲུག།

འདི་ཁ་ལུ་སྟང་ནམ་དཔེ་དང་བཅས་པ་ བརྒྱད་བཤད་ཚར་བའི་
མཇུག་ལུ་བཤད་ནི་ཡིན། གཅི་འབད་ཟེར་བཅིན། གོང་ལུ་བཤད་ཚར་མ་
ལས་ ཡོག་སྟེ་དམིགས་འཇམ་ནི་དེ་དོན་ལུ་ཡིན། དེ་ཡང་བརྒྱད་བཤོམས་
ཀྱིས་འབྲས་པ་འབད་དཔེ་གཅིག་ལུ་བཞག་སྟེ་བཤད་པ་ཅིན།

ནམ་དཔེ་དང་པ་ :- སྤྱི་མ།
གཉིས་པ་ :- སྤྱི་མ་ལ་གསོལ་བ་བཏབ།
གསུམ་པ་ :- སྤྱི་མས་ཆེ་དབང་གནང་།
བཞི་པ་ :- སྤྱི་མ་ལ་ཞབས་རྟོག་ཞུའོ།
ལྔ་པ་ :- སྤྱི་མ་ལས་དངོས་གྲུབ་བྱུང་།
དྲུག་པ་ :- སྤྱི་མ་འི་ཐུགས་རྗེ་ཁྱིམ་སྤྲུལ།
བདུན་པ་ :- སྤྱི་མ་ལ་མཆོད་དང་བཅེ་བ་ལྟན།
བརྒྱད་པ་ :- སྤྱི་མ་གྱི་ གྱེ་སྤྱི་མ། ཉེ་བ།

དེ་བཅུ་མེ།

ཆོས་ ཆོས་ལ། ཆོས་ཀྱིས། ཆོས་ཀྱི་དོན་དུ། ཆོས་ལས། ཆོས་ཀྱི།
ཆོས་ལ། གྱེ་ཆོས་མཛད་པ། དེ། དེ་ལ། དེས། དེ་འི་ཆེད་དུ། དེ་ལས།
དེ་ཡི། དེ་ལ། ཉེ་བ། མིང་ཆོག་བཛོད་པ་ཀྱན་ལུ་རིགས་བསྐྱེ་ཉེ་བྱུར་བས་
འབྲས།

ནམ་དཔེ་འི་དཔེ་བ།

ནམ་དཔེ་བརྒྱད་པོ་དེ་རེ་ལུ། གཅིག་ཆོག་ གཉིས་ཆོག་ མང་ཆོག་ཟེར་
གསུམ་རེ་སྤྱིར་ཉེ་ བརྒྱད་གསུམ་ཉེ་ སྤྱི་ཙ་བཞི་ལུ་འགྱུར་མ་ཡིན། དེ་ཡང་ :-
གཅིག་ཆོག་ལུ་ (མིང་) ག་ཡིན་མ་དང་། གཉིས་ཆོག་ལུ་ (དག) མང་ཆོག་ལུ་
(ནམས) ཟེར་སྤྱིར་ཉེ་སྟོན་མ་ཡིན། དེ་ཡང་ དཔེ་ཅིག་སྤྱིར་བཅིན།

ནམ་དཔེ་དང་པ་ལུ།

སྤྱི་མ། སྤྱི་མ་དག་ སྤྱི་མ་ནམས།

གཉིས་པ་ལུ།

སྤྱི་མ་ལ་ཞུ། སྤྱི་མ་དག་ལ་ཞུ། སྤྱི་མ་ནམས་ལ་ཞུ།

གསུམ་པ་ལུ།

སྤྱི་མས་གསུངས། སྤྱི་མ་དག་གིས་གསུངས། སྤྱི་མ་ནམས་ཀྱིས་ གསུངས།
ཉེ་བ། གཞན་སྟོལ་ལུ་ཡང་རིགས་བསྐྱེ་ཉེ་བྱུར་བར་ འབྲས།

དམིགས་པ་ལས་ (དག) གི་དོན་དག།

དེའི་སྐབས་གཉིས་ཚོགས་ལུ་འཇུག་རུང་། སྤྱི་མ་རྣམས་ལ་འཇུག་སྤྱི་མ་ལ་
བསྟེན་ལྟ་བུ་གཉིས་ཚོགས་གམ་མང་ཚོགས་བཟུམ་ལུ་ཡང་ འཇུག་ནི་ཡིན།
དཔེ་འབདན།

མཚན་ལྟན་སྤྱི་མ་དག་ལ་བསྟེན།

མཁས་པ་དག་ལ་དྲི་བར་བྱ། ། ལྟ་བུ།

ཡང་། གདོང་ཁ་ལུ། དེ་ཁ་ལུ་ཟེར་མ་བཟུམ། རོས་བཟུང་བའི་སྤྱི་ལུ་ཡང་
གོ་ནི་ཡོད་པ་

རྩ་ལྟར་སྟེ་བའི་མདུན་དག་ཏུ། །

ཁྱི་མདུན་དག་ཏུ་གསེར་བཞེན་ནོ། ། ལྟ་བུ།

འཇུག་ནི་ཡོད། རྫོང་ཁ་ལུ་དག་གི་ཚབ་གཉིས་དང་། རྣམས་ཀྱི་ཚབ་ (ཚུ)
(ག་ར) ཟེར་མི་ཚུ་མ་གཏོགས་ (དག) འདི་འཇུག་སྤྱི་ལ་ཙམ་མེད་པ་
ཡང་ཤེས་དགོ།

རྣམ་དབྱེ་བཟུ་ཚུ་ལ།

རྣམ་དབྱེའི་མཐར་ཁྱེན་ཚུ་ ཚོགས་པར་ཁ་གསལ་གྱིས་དགོས་དང་ ཁྱེན་གྱིས་
འབད་ཁ་འཕྱལ། ཚུར་བཟུ་དགོས་འཐོན་མ་ད་ བར་ན་ཁྱེན་བཟུ་ནི་འདི།
སྤྱི་བ་ཚུ་ལ་གྱི་རག་ལུ་གལ་ཆེ་མ་ཅིག་ཡིན། བོད་སྤྱི་ལུ་བཟུ་ནི་མེད་རུང་།
གཞན་བདུན་པོ་ཆ་ར་ལུ་རིམ་པ་བཞེན་དུ་ཡོད་པ། དཔེ་འབདན།

རྣམ་དབྱེ་དང་པ།	ཀ་བ།	བཟུ་པ།	(ཀ་བཟུ)
གཉིས་པ་	ངན་མོང་དུ་འགྲོ་ལ།		(ངན་འགྲོ)
གསུམ་པ་	བསེལ་གྱིས་སྐྱམ་ལ།		(བསེལ་སྐྱམ)
བཞི་པ་	འགྲོ་ལ་ཕན་ཕྱིར་ལ།		(འགྲོ་ཕན)
ལྔ་པ་	མཚོ་ལས་བྱུང་བ་ལ།		(མཚོ་བྱུང)
དྲུག་པ་	གྱིས་བའི་སྤྱི་ལ།		(གྱིས་སྤྱི)
བདུན་པ་	མཁའ་ལ་གནས་པ་ལ་	(མཁའ་གནས)	ལྟ་བུ།

དེ་ལུ་ བད་སྟོད་གཞན་ཁར་བཟུ་ཐངས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་སོ་སོ་འབད་ཡོད་
རུང་། འདི་ཁར་བཟུད་བསྟོམས་འབད། རྣམ་དབྱེ་བདུན་པོ་བཟུ་ཚུ་ལ་
ཙམ་སྟོན་མ་ཡིན། དེ་བཟུམ་སྟེ། བཟུ་ས་ལས་ཕར་གྱིས་དགོ་རུང་ གྱིས་
ཐངས་ཡང་། དཔེ་འབདན།

ཡོངས་ཚོགས་ལ། ཡོངས་སུ་ཚོགས།

རྣམ་དག་ལ་ རྣམ་པར་(ར) དག

འོད་གསལ་ལ་ འོད་དུ་གསལ།

དཔག་མེད་ལ་ དཔག་ཏུ་མེད།

མཁའ་འགྲོ་ལ་ མཁའ་ལ་འགྲོ།

ནགས་སྟེས་ལ་ ནགས་ན་སྟེས། ལྟ་བུ།

དེ་ཡང་ནགས་སྒྲིལ་ཟེར་མི་ལྟ། ནགས་སྒྲིལ། ནགས་ལ་སྒྲིལ། ནགས་ན་
སྒྲིལ་ཟེར་འདྲུག་བདུག་རུང་། འདི་ཁར་དཔེ་ཙམ་བཞོད་དོན་དུ་བཞག་པ་
ཡིན།

ཐར་ན་ཁྱེན་མེད་པའི་མིང་ཆོག་བརྒྱ་ཚུལ།

བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ལྟ་	བྱང་སེམས།
དོན་ཀླན་གྲུབ་པ་ལ་	དོན་གྲུབ།
ཀླན་དགའ་རྩ་བ་ལ་	ཀླན་རྩ།
སྒྲུང་བ་མཐའ་ཡས་ལ་	སྒྲུང་མཐའ།
ཕྱན་སྒྲུལ་ཆོགས་པ་ལ་	ཕྱན་ཆོགས། ལྟ་བུ།

དེ་ཚུ་ཡང་གོང་གི་ནམ་དཔྱེད་དང་པའི་ནང་བསྐྱེད་ཞིན།

ཕྱད་བརྒྱ་ཚུལ།

ཕྱད་གཞན་ལྟ་དེ་སྤེ་བསྐྱེད་ཞི་ཡོད་པ་མ་མཐོང་། འདི་ཁར་ནམ་རྟོག་གི་ས་
བོན་ཙམ་དང་སྒྲ། བདག་སྒྲ། དགག་སྒྲ། གསུམ་ལྟ་བརྒྱ་ཚུལ་སྟོན་ནི་ཡིན།

དང་སྒྲ།

ཀ་བ་དང་བུམ་པ།	(ཀ་བུམ)
སྒྲ་མ་དང་སྟོབ་དཔོན།	(སྒྲ་སྟོབ)
པ་དང་མ་ལ།	(པ་མ) ལྟ་བུ།

བདག་སྒྲ།

ཡོད་པ་པོ།	(ཡོད་པོ)
མེད་པ་པོ།	(མེད་པོ)
ཐེད་པ་པོ།	(ཐེད་པོ) ལྟ་བུ།

དགག་སྒྲ།

ཡོད་པ་མིན་ལ།	(ཡོད་མིན)
མེད་པ་མིན་ལ།	(མེད་མིན)
ཡོད་མེད་ལའང་།	(ཡོད་མིན)
ཡོད་པ་མ་ཡིན།	(ཡོད་མིན)
མེད་པ་མ་ཡིན།	(མེད་མིན) ལྟ་བུ།

སྒྲུང་བརྒྱ་གིས་ནམ་དཔྱེད་ཁྱེན་ག་ར་ལྟ་འདྲུག་ཚུལ།

ནམ་དཔྱེད་ཁྱེན་གྱི་མཐའ་མར་སྒྲུང་བརྒྱ་ཚུ་སྒྲུར་མ་དུ། དེ་ཚུ་གིས་ཆོག་
དངོས་སུ་ཁ་མ་གསལ་བར་ཤུགས་བསྟན་ལྟ་སྟོན་པའི་སྒྲུབ་ཚུལ་ཅིག་ཡིན།
དཔེ་འབདན།

ནམ་དཔྱེད་པོ་	མཁས་པ་འོ། །
གཉིས་པ་	མཁས་པར་རོ། །
གསུམ་པ་	མཁས་པས་སོ། །
བཞི་པ་	མཁས་ཆེད་དུ་འོ། །
ལྔ་པ་	མཁས་པ་ལས་སོ། །

དུག་པ་ མཁས་པ་ཡིའོ། །

བདུན་པ་ མཁས་པ་ཡིའོ། ། ལྷ་བྱ།

ན་དག་ མཁས་པ་ཡིན། མཁས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། མཁས་པ་ས་མཛད།
མཁས་པ་འདི་དོན་དུ་ཡིན། མཁས་པ་ལས་བྱུང་མ། མཁས་པ་གི་ཡིན་མ།
མཁས་པ་ལྟ་ཡོད་པ་ཚུ་སྟོན་པ་འདི་དོན་ཡིན།

ལྷ་ཀྱི་མཐར་འཇུག་ཚུལ།

ཀྱིན་ལྷ་ སྤྱད་དམ་ཆོས་ཀྱང་དོ།

ལྷ་ག་བཅས་ ཡུལ་མོ་སར་བཅུགས་ཏེ་འོ།

དང་ལྷ་ རྒྱུད་དང་དང་དོ།

དེ་ལྷ་ ང་ལྟོད་སའི་གནས་དེའོ།

གང་ལྷ་ མི་གང་དང་གང་དོ། (སྤྱོད་)

བདག་ལྷ་ ཤེས་རབ་ཅེས་སྟོབ་གྱ་པའོ། ། ལྷ་བྱ།

མ་པ་བཞིན་དུ་འདི་དོན་དག་ ང་ཡང་ཡིན། སར་བཅུགས་ཏེ་ཡིན། སྟོགས་
བྱ། སྤྱད་བཅུ་ཡིན་པ་ལྟ། སྤྱད་བཅུ་འདི་དོན་དག་ཡིན། ཡིན་མས།
དགོ་ཡོད་གོ་ཟེར་བའི་ཆོག་རྟོགས་པའི་དོན་ཅན་ཅིག་སྟོན་མ་ཡིན་ནོ།

རྣམ་དབྱེའི་མཐར་འཇུག་ལྷ་ཀྱི་ཚུལ།

ད་ལྷ་ཀྱི་སངས་རྒྱལ། དུང་དུ་མཆིས་ནས་ལྟ།

དེ་བཞིན་དུ་འདི་ལྟོད་པ། དེ་བཞིན་དུ་ལས་མེད།

དེ་བཞིན་དུ་ས་རིགས་བསྟེ། ལྷ་བྱ།

རྣམ་དབྱེའི་མཐར་འཇུག་ལྷ་ཀྱི་ཚུལ།

ཏྱག་པར་རྒྱན་དུ་ཡང་། དེ་ནི་རྒྱུད་ཀྱི་སྟེ།

སྤྱ་མ་དག་ལས་བྱུང་། ལྷ་ཀྱི་རྒྱུ་ཏེ།

རྒྱུད་ལས་སམ། ལྷ་ཀྱི་པར་རམ། ལྷ་བྱ།

དེ་བཅུ་མ་འབད་ ལྷ་ཀྱི་མཐར་འཇུག་རྣམ་དབྱེ། ལྷ་ཀྱི་མཐར་འཇུག་དེ་རྒྱ།
དེ་ལས། དེ་ཡི། གཞི་ལ་བ་འདེབས་མོ་ཏེ། མེད་དོ་ཞེས། དེ་སྟེ། དེ་ལས།
དེ་པ། གང་སྟེ། གང་ཡང་། གང་དེ། ལྷ་བྱ་འཇུག་པ་ཡོད་དོ། །

དམིགས་བསམ་ཀྱིན་ (ག) (ར) གཉིས།

(ག) དང་(ར) གཉིས་ཀྱིན་ཡིན་རུང་། དེ་གཉིས་རྗེས་འཇུག་ལྟ་འཁྱུལ།
རྗེས་འཇུག་ཀྱིན་ལྟ་འཁྱུལ་ནི་ཡོད་པ་ལས། འདི་ཁར་དུམ་གྱི་ཅིག་དུན་
གཞི་བཞོད་ནི་ཡིན། དཔེ་འབདན།

ལོ་སྟག་ལོས་གོད་པས། རིམ་གྱོ་བྱ་དགོས་པ་ལོས།

འདི་ལོར་དངུལ་བརྒྱ་ལོར། མང་ཅམ་བསགས་ཡོད།

ལྷ་བྱའི། རྒྱུད་པར་ཕྱེ་དགོས་པ་ཡང་ཡོད། གཞན་ཡང་། དེས་པར་དུ།
ལྷ་ཀྱི་པར་དུ། རྒྱུད་པར་དུ། ཟེར་མི་ར་ཚུ་རྗེས་འཇུག་དང་། དང་པར་དུ།
གཉིས་པར་དུ། སྐབས་སུ་ལྟ། ཟེར་སྐབས་སྟོན་ཡོད་པའི་ཐད། མ་གཞི་
རྣམ་དབྱེའི་མཐར་འཇུག་ལྷ་ཀྱི་ཚུལ་ཡང་ཡོད་རུང་། དེའི་སྐབས་ དེ་སྟེ་
འབྲི་མ་བརྒྱུ་ཡིན།

ལྷ་དང་དབང་ཅན་རྒྱལ་ལས།

(ནི་རྒྱ)

ལྷ་རྒྱུ་བཅུ་འཇུག་ཚུ་ལ་ཀུན་ལུ་ རེས་བཟུང་གི་རྒྱ་ལུ་འཇུག་པ་མང་།
དཔར་གཞུང་དོན་ལྟར། དགར་བ་ཟེར་གཞི་གཅིག་གམ་ལེ་ག་ལས།
གར་ཚོས་གཅིག་ལ་སོགས་པ་ལོགས་སུ་བཀར་བའི་དོན་དང་། ཚོག་
ནི་སོ་སོ་ལམ་གཅིག་ལུ་དམིགས་སུ་བཟུང་སྟེ། འན་ཏན་ནམ་བཞན་པའི་
དོན་དང་། ཚོགས་བཅད་ལ་སྐྱོང་བའི་དོན་དང་བཅས་པ་ལུ་འཇུག་ནི་ཡིན།
ལེ་འབདན།

རྒྱ་བཟུང་ལུ་འཇུག་ཚུ་ལ།

ལས་དྲུང་ནི། ལྷགས་གཉིས་འཁོར་ལོས་བཟུར་བའི་མགོན་ཞིག།
ལྷག་ནི། ཚོས་རྒྱལ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ཐོགས་པའི་ལུ་ལྷི་མིང་རོ།
ལྷོངས་ནི། ལྷན་རིགས་ལྷ་ཚོགས་སྟེ་བའི་ལྷོངས་སོ། ། ལྷ་ལྷ།

དེ་བཟུམ་གཞན་ཡང་།

ལོ་ནི། ལྷ་མཆན་ནི། ཅ་བ་གཞུམ་ནི། དེའི་ལྷངས་ནི། ང་ནི།
ནི་སོགས་ལྷ་ལྷ།

གཞུང་དོན་ལྟར་དགར་བ་ལུ་འཇུག་ཚུ་ལ།

ལྷ་འི་རིགས་ནི་མའི་རིགས་ལས་བཟང་རོ། །
མའི་རིགས་ནི་ལྷ་འི་རིགས་ལས་དམའ་རོ། །
ལྷ་འི་རིགས་ནི་མའི་རིགས་ལས་ཐདད། ལྷ་ལྷ།

ཡང་།

མའི་རིགས་ལས་ནི་ལྷ་འི་རིགས་མཆོག་གོ།
ལྷ་འི་རིགས་ལས་ནི་མའི་རིགས་དམའ་ནོ། །
ལྷ་འི་རིགས་ལས་ནི་མའི་རིགས་སོ་སོ། ། ལྷ་ལྷ།

ཡང་།

ལྷ་འི་རིགས་ལས་མའི་རིགས་ནི་འན་ནོ།
མའི་རིགས་ལས་ལྷ་ལྷ་འི་རིགས་ནི་དམའོ།
ལྷ་མའི་རིགས་ལས་ལྷ་འི་རིགས་ནི་ཐདད། ལྷ་ལྷ།

ལས་ལྷ་འི་རྒྱལ་ལྷི་དགར་བ་དང་། འབྲུལ་བའི་དོགས་པ་ཡོད་རུང་།
སྤྱོད་ཐངས་ལུ་ (ནི) ལྷ་འི་དགར་བའི་ཁྱད་པར་དེ་སྟེ་ཡོད་པ་ ཞེས་དགོ།

དེ་བཟུམ་གཞན་ཡང་།

མེར་གཏུག་མོ་ནི་རི་དྭགས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ལོ།
མ་མོ་ནི་གཅན་གཟན་ཀུན་གྱི་ཐ་མ་ལོ། །
འདམ་མེར་ནི་མེར་གཏུག་མོ་དང་ཐདད། ལྷ་ལྷ།

དགར་བའི་ལྷ་དོ་མ་ (ནི) ལྷ་ལུ་ཚོག་གོགས་ (ལས) ལྷ་འི་ཚབ་འབྲེལ་
ལྷ་དང་ དང་ལྷ་ཚུ་གིས་ཡང་འཇུག་པ་ཡིན།

མང་ཆོག་གི་སྒོ་ལས་དགར་ཚུལ།

མི་ལུས་རིན་ཆེན་ནི་མི་ལུས་ནམས་ཀྱི་མཆོག་ཡིན།

མི་ལུས་ཀྱན་ཀྱི་མཆོག་ནི་མི་ལུས་རིན་པོ་ཆེ་འོ། །

མི་ལུས་ཐམས་ཅད་ལས་ནི་མི་ལུས་རིན་ཆེན་བཟང་།

མི་ལུས་རིན་ཆེན་ནི་མི་ལུས་གཞན་ལས་ཐ་དད་དོ། ། ལྟ་བུ།

གས་ལྟ་བུའི་བཞེད་ཚུལ་ཡོད་མི་གར་ལུ་རིགས་བསྐྱེ་བ་གིས་འཇུག་པ་

ན།

གར་གཞི་དགར་ཚོས་གཉིས་ཆ་རང་མང་ཆོག་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

ལྟའི་བུ་མོ་ནམས་ནི་མིའི་བུ་མོ་ནམས་ཀྱི་མཆོག་གོ།

མིའི་བུ་མོ་ཐམས་ཅད་ནི་ལྟའི་བུ་མོ་ནམས་ལས་དམན།

ལྟའི་བུ་མོ་དག་ནི་མིའི་བུ་མོ་ཀྱན་དང་ཐ་དད་དོ། ། ལྟ་བུ།

དགར་གཞི་དངོས་སུ་སྒྲོམ་མ་སྒྲོམ།

ར་བཏང་གོང་གི་དགར་བའི་དཔེར་བཞེད་ནང་མ་ཚུད་པ་མེད་རུང་།

ར་བསལ་དགར་གཞི་དངོས་སུ་སྒྲོམ་མ་སྒྲོམ་གཉིས་ལུ་འཇུག་ནི་ཡིན།

དགར་གཞི་དངོས་སུ་སྒྲོམ་པ།

རྒྱལ་ཁབ་ནམས་ལས་སྒྲོབས་ཆེ་ཤོ་ནི་ཨ་མི་རི་ཀ་འོ། །

རྒྱལ་ཁབ་ཀྱན་ལས་མི་འབོར་མང་ཤོ་ནི་རྒྱ་ནག་གོ།

དགར་གཞི་དངོས་སུ་མ་སྒྲོམ་པ།

སྒྲོབས་ཆེ་ཤོའི་རྒྱལ་ཁབ་ནི་ཨ་མི་རི་ཀ་འོ།

མི་འབོར་མང་ཤོ་ནི་རྒྱ་ནག་གོ། ལྟ་བུ།

ནན་ཏན་ནམ་བཞན་པ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

མི་ལུས་རིན་པོ་ཆེ་ནི་རྟེན། སྒྲིས་པ་པོ་ལུས་ནི་ཐོབ།

དམ་པའི་ཆོས་དང་ནི་མངལ། མཐུན་སྒྲིན་ནི་འཛོམས།

དེ་བས་ལྟག་པ་ཅི་དགོས།

གཞི་གཅིག་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

བུ་མོ་དེ་ཞལ་རས་ནི་མངོས། ཀྱན་སྟོད་ནི་ནི་ཞིང་དུལ།

ཀྱན་ཀྱི་ཡིད་ཁར་ནི་འོང་། དེ་འདྲ་བའི་བུ་མོ་འདི་ཅི། ལྟ་བུ།

ཆོག་མ་བཅད་ལ་སྒོར་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

སྒྲུ་མ་དང་ནི་སྒྲོབ་དཔོན་ལ། །

བསྐྱེན་བཀྱར་དང་ནི་ཞབས་ཏྱིག་ལ།

དད་པ་དང་ནི་དམ་ཆོག་གིས། །

ནམ་དུ་ཡང་ནི་འབྲལ་མེད་བསྐྱེན། །

འི་སྤྱི་ཚོང་ཁ་ལུ་འཇུག་ཅུང་།

१. गुरुदेव गुरुवास भिन्न वे अर्द्ध वासः ।
 २. भो वासः भिन्न वे अर्द्ध वासः ।
 ३. गुरुदेव अर्द्ध वे अर्द्ध वासः ।
 ४. अर्द्ध वासः अर्द्ध वे अर्द्ध वासः ।
 ५. गुरुदेव अर्द्ध वे अर्द्ध वासः ।

ཕྱོད་པའི་བྱིམ་ནི་ཡོད། །
 བ་པའི་ས་གནས་ནི་ཡང་།
 ཕྱོད་པའི་བྱ་ལོ་ནི་མེད།
 ལྷ་ལྷོ་གི་ས་ནི་ཡང་། ལྷ་ལྷ་

དཀོན་མཆོག་ལུ་མཆོད་པ་ལུ་མེ།
རབ་སྒོར་ལུ་སྒྲིབ་པ་གཏང་མེ།
དམ་པའི་སྒྲིབ་པ་རང་བསྐྱུང་མེ།
སྒྲིབ་པམ་ལེགས་ཤོམ་བཏང་མེ།
འཁྱོལ་མེ། རྟོད་མེ་ལེགས་སྒྲིབ་ལེ།

ཡ་ལོ་ལང་ཤོར་གྲང་ནི་མི་འོང་།
 ཚོད་འདི་ཙ་ལས་རང་བྱུ་ནི་མི་བ།
 དྲགས་ཐལ་ནི་ལྷགས་ཤོམ་མི་བོ།
 ཟ་ནི། འཐུང་ནི་ཚུ་ལྟ་ལ།

ཉི་མ་གྱི་སྒྲ་དང་ལྷ་མ་རེ་མ་བཟུང་ལུ་འཇུག་ཚུ་ལ།

དགའ་ནི་ནི་དགའ། རྒྱུད་ནི་ནི་རྒྱུད།

ཐ་ནི་ནི་ལང་། འཐུང་ནི་ནི་ལང་།

ཨིན་ནི་ནི་ཨིན། ལྷ་ལྟ།

དྲ་བ་ལུ་འཇུག་ཚུ་ལ།

ཁྱེད་གཉེ་འཁྱོ་ནི། གཅི་དགོ་ནི།

གཅི་འབད་ནི། ག་དགོ་ནི། ལྷ་ལྟ།

ལྷ་ལྟ་པའི་གཞུང་ལས་ གྲི་བ་ལུ་འཇུག་པ་མ་གསུངས་རུང་། རྫོང་ཁ་ནང་

བ་ལུ་སྤྲེལ་ནི་ཡོད་པ་ལས་བཞོད་པ་ཨིན་ནི།

ལྷ་དང་དབང་ཅན།

དང་སྒྲ།

དང་སྒྲ་འདི་མིང་ཆོག་བཟོད་པའི་སྒྲིབ་བ་གཅི་འབད་རུང་། སྒྲིབ་བཟང་

གཅིག་ལས་གཉིས་ལ་སོགས་པའི་བར་ན་ སོ་སོ་འབད་ཕྱེ་བའི་དོན་དང་།

དེ་ལས་གཞུང་དོན་ལྟར། འབྱེད་པ། ལྷ་ལྟ་ལ། ལྷ་མཆན། ཆོ་སྒྲུབས།

གདམས་ངག་ཚུ་ལུ་འཇུག་ནི་ཨིན། དཔེ་འབདན།

མིང་སོ་སོ་ཕྱེ་བ་ལྟ།

ལྷ་དང་ལྷ་མིན། ཀ་བ་དང་བུམ་པ། ང་དང་ཁྱེད།

དོ་རྗེ་དང་ཆེ་རིང་། གཞུང་དང་སྒྲིབ། ལྷ་ལྟ།

ཆོག་སོ་སོ་ཕྱེ་བ་ལྟ།

གསེར་གྱི་བུམ་པ་དང་དངུལ་བུམ། ལྷ་ལ་ཁབ་གཅིག་དང་མི་སེར་

གཅིག་ ལྷ་གར་དང་འབྲུག་གི་མཆན་ལམ། ཐ་དམ་ཆོག་དང་ལས་

ལྷ་འབྲས། ལྷ་ལྟ།

བཟོད་པ་ལུ་འཇུག་ཚུ་ལ།

བྱིམས་ལ་འཛམ་གླིང་ལྷ་ལྟའི་བྱིམས་དང་། རྫོས་སུ་ལྷ་ལ་ཁབ་རང་རང་

སོ་སོའི་བྱིམས་དང་། ཡང་རྫོས་ལྷ་ལ་ཆན་སོ་སོའི་བྱིམས་དང་གསུམ་ཡོད།

ལྷ་ལྟ།

འབྲེད་རྒྱུ་ལྟ་བུ་འཇུག་ཚུལ།

བ་ལྷོ་བཞི་ནི། སྒོར་གསར་དང་། དབང་འདུས་མོ་བྲང་དང་། སྤ་རོ་དང་།
ར་དཀར་རོ། ལྷགས་གཉིས་ནི། ཆོས་ཀྱི་ལྷགས་དང་། སྤྱིད་ཀྱི་ལྷགས་
ཉིས་སོ། ། ལྟ་བུ།

ར་གསར་དང་། དབང་འདུས་མོ་བྲང་དང་། སྤ་བྱོ་དང་ དར་དཀར་ནི་
བ་ལྷོ་བཞི་སོ། ། ལྟ་བུ།

ཁྱུ་མཚན་ལྟ་བུ་འཇུག་ཚུལ།

དུ་བ་མཐོང་བ་དང་མེ་ཡོད་པར་ཤེས།
ཁྱུ་བྱ་མཐོང་བ་དང་ཁྱུ་ཡོད་པའི་རྟགས།
འབྲུག་ཕྱིར་བ་དང་ཆར་འབབ་པར་ཤེས།
ཕྱིན་ཅ་བ་དང་ནད་ལས་གྲོལ། ལྟ་བུ།

ཁྱུ་མཚན་དང་ཆ་འདྲ་བ་ལྟ་བུ་འཇུག་ཚུལ།

རོ་ཆ་བ་དང་གདོང་བཟླས་འགྱུར།
ཉམ་ཚུང་བ་དང་ཀླན་གྱིས་བཞུས།
མགོ་འཁྲུ་བ་དང་གདོང་དག ལྟ་བུ།

ཆོ་སྐབས་ལྟ་བུ་འཇུག་ཚུལ།

དེ་ཡང་མ་གཞི་གོང་གི་ཁྱུ་མཚན་དང་འདྲ་རྒྱུ་དེ་ཁར་དུས་ཚོད་ཅིག་གཙོ་
བོར་རྟོན་ཏེ་སྐབས་ཚུལ་གྱི་ཆ་ལས་ ཆོ་སྐབས་ཟེར་ཆ་ཡིན། དཔེ་འབདན།

སོ་ག་ཆོས་པ་དང་ཁུ་བྱུག་འོང་།

ཁུ་བྱུག་འོང་བ་དང་སོ་ག་ཆོས།

ཟླ་དང་པོ་ཆོས་པ་དང་པོ་གསར།

ནམ་ལངས་པ་དང་འོང་། ལྟ་བུ།

འབྲེལ་ཆོག་ལྟ་བུ་འཇུག་ཚུལ།

ལུ་མ་ཚུ་པའི་གཞུང་ཚུ་ལས་ དམིགས་བསལ་གྱིས་མ་གསུངས་རྒྱུ་དེ།
སྐབས་སྒོལ་ལྟ་བུ་ཡོད་མི་ དཔེ་འབདན།

ཁོ་དང་གཅིག་ཁར་གཏང་། ང་དང་འབྲེལ་པར་འོང་།

དེ་དང་མཉམ་དུ་སྐྱེགས། ཁྱོད་དང་མཉམ་དུ་སོང་།

གདམས་ངག།

སྐུ་ལ་ཆོག་དང་འབྲེལ་བའི་གདམས་ངག་ལྟ་བུ་འཇུག་ཚུལ། དཔེ་འབདན།

བཙོན་འགྲུས་སྐྱེད་དང་མཁས་པར་འགྱུར་རོ།

རྟོག་ལས་སྒོངས་དང་ཐར་པ་འཐོབ་འོང་། །

དགོན་མཆོག་མཆོད་དང་བདེ་སྐྱིད་འབྱུང་རོ། ལྟ་བུ།

སྐལ་ཚིག་དང་འབྲེལ་པའི་གྲགས་བརྒྱན་གདམས་ངག་ལུ་

འཇུག་ཚུལ།

དཔེ་ཆ་ལེགས་པར་སློབས་དང་།

ཀུན་དང་མཐུན་ལམ་གྱིས་དང་།

ཉམ་ཚུང་ལ་བྱམས་སྐྱོང་བྱས་དང་།

ཅ་བ་གསུམ་ལ་བྱག་ཞུས་དང་། ལྟ་བུ།

སྐལ་ཚིག་རྒྱང་པ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

པར་སོང་སྟེ་སྟོས་དང་། འདིར་བྱང་བཞུགས་དང་།

དར་ཅིག་སྐྱགས་དང་། ཡི་གེ་བྲིས་ཤིག་དང་། ལྟ་བུ།

རྟུང་པའི་དོན་ལུ་འཇུག་ཚུལ་གཞན།

ཨ་ཀས་དང་། ཨང་ཀས་དང་། ཨབ་དང་། ཨའི་དང་། ཨུ་དང་། ཨུ་མོ་
བཅས་པའི་བཟའ་ཆང་དུག།

ལྟ་དང་། མི་དང་། ལྟ་མ་ཡིན་དང་། ཧྲི་ཟར་བཅས་པའི་འཛིག་ཏེན། ལྟ་བུ་
ལུ་འཇུག་གོ།

དང་སྐྱ་ཚྱ་ཁྱེང་ལ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

དང་སྐྱ་དེ་གིས་ཚྱེང་ལའི་ནང་ཡང་ཆོས་སྐད་དང་འཇུག་ཚུལ་གཅིག་ཅེས་
ཅིག་ཡིན་མ་ལས་དཔེར་བཞིན་ལོགས་སུ་མ་བཞོད། ཡིན་རུང་ཚྱེང་
ལའི་སྐབ་ཐངས་ཀྱི་དཔེ་ཅེས་ཅིག་བཞོད་པ་ཅིན། དཔེར་ན།

བྱུང་བྱག་དང་གདོང་ལུ་མཚོ་དགོ།

འདོད་པ་ཆེན་ཀུན་དང་བྲལ་འོང་།

སྐབས་སྐམ་དང་དགོན་མཚོག་མཆུན།

བོན་མོ་རྩ་དང་བརྒྱན་པའི་འཆམས།

པ་སྐལ་བྱ་དང་གཡག་སྐལ་གོམ།

ཁ་དང་ལག་པ་འཐབ་སོགས། ལྟ་བུ།

(དང་) དང་(ད) འི་ཁྱད་པར།

དེ་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་འདི་མ་གཞི་ཆོས་སྐད་དང་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་རུང་
ཚྱེང་ལ་ལུ་རྩེས་འཇུག་གི་སྐྱ་གྲགས་མ་ཐོན་མ་ལས་འབྲེལ་པ་དང་རྟུང་པ་
གཉིས་ཀྱི་སྐབས་སུ་མ་གཏོགས་འཇུག་པ་གཞན་ལུ་རྩེས་འཇུག་ར་དོན་
གྱིས་ཐོབ་རུང་དངོས་སུ་མ་འབྲི་བར་བཞག་སྟེ་ཡོད།

(ད) ཁྱད་སྐབ་ཐངས་གཞན།

ད། ད་འབྲེལ་དུག ད་རང་འདི་རན་འོང་།

ད་འབདན་ཡིན་མེ། ད་ལྟ་རང་། ད་ལྟོ།

ད་ཅི། ད་སང་། ལྟ་བུ།

དེ་སྒྲ།

(དེ)

ང་དབང་ཅན་གྱི་དེ་སྒྲའི་སྤང་འདི་ལྟ། འཇུག་ཚུ་ལ་གྱི་དབྱེ་བ། ཐ་སྟོང་གྱི་
བང་དུ་གསུམ། དངོས་པོའི་དབང་དུ་བཞི། དུས་གྱི་དབང་དུ་གཉིས།
ར་ནམ་གངས་དགྲ་དང་། བཅས་པ་ལྟ་འཇུག་ནི་ཡིན།

ཐ་སྟོང་གྱི་དབང་དུ་གསུམ།

- ༡) ནམ་གངས་གཞན་སྤྱོད་གྱི་ཐ་སྟོང་།
- ༢) ལྷག་བཅས་ལྟ་འཇུག་པའི་ཐ་སྟོང་།
- ༣) འདས་པ་ལྟ་འཇུག་པའི་ཐ་སྟོང་དོ།

མ་གངས་གཞན་སྤྱོད་གྱི་ཐ་སྟོང་ཟེར་མི་དེ། མིང་ཆོག་གི་ནམ་གངས་གཅི་
སྤྱོད་རུང་། དེ་སྒྲ་དེ་གིས་ཆོག་དངོས་ལྟ་ཟེན་པ་དངོས་བསྟན་དང་།
ཟེན་པ་ལྷགས་བསྟན་གྱི་སྒྲོ་ལས་སྟོན་པ་ལྟ་སྤང་ཡིན། དཔེ་འབདན།

ཆོག་ཟེན་བཅས་དངོས་བསྟན།

དེ་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་འོ། །རྒྱལ་པོ་དེ་ཆེན་པོ་འོ། །

རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་དེ། རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་སྤྱང་ན་མེད། ལྷ་ལྟ།

ལ་པོ་ཆེན་པོ་འམ་ སྤྱང་ན་མེད་ཟེར་བའི་ནམ་གངས་ཆོག་གང་རུང་ཟེན་
ལྟ་འཇུག་པ་ཡིན།

ཆོག་གིས་མ་ཟེན་པའམ་ལྷགས་བསྟན།

དེ་ཁྱོད་གྱི་ཡིན་ནམ། ཁོ་ཡི་དེ་ཁྱོད་ལ་ཡོད།

དེད་གཉིས་གྱི་དེ། དེ་དེའི་ཡིན། ལྷ་ལྟ།

སྤམ་ཅུ་པའི་གཞུང་ལས་ གཙོ་ཆེ་འམ་བྱུང་ཆེ་བའི་དབང་དུ། དེ་སྒྲ་མིང་གི་
ཐོག་མར་སྤྱར་དགོས་གསུང་སམ་ཡིན་རུང་། སྤམ་ཅུ་ལ་གྱི་ངག་ལྟ་མིང་གི་
ཐོག་མཐའ་དང་། ཆོག་གི་ཐོག་ཐ་བར་གསུམ་ཀླན་ལྟ་འཇུག་པ་ཡིན།

དཔེའི་ནམ་གངས་ཟེན་ཚུ་ལ།

ན་ནིང་ལོ་ལེགས་པ་དེ་བཞིན་འདི་ལོར་ཡང་ལེགས་སོ། །

མཐས་པས་སྒོ་ལ་གཏོད་པ་དེ་ལྟར་བདག་གིས་ཀྱང་དོ། །

གཞན་ལ་དཔེ་ཡོད་པ་དེ་མཚུངས་རང་ལའང་ཡོད་དོ། །

ལྷ་ལྟ། ཁོང་གི་ནམ་གངས་ཆོག་ཟེན་མ་ཟེན་ལྟ་དཔེ་བཞག་སྟེ། དེ་སྒྲའི་ཆོག་
སྤྱོད་ནམ་དབྱེ་དང་སྤང་ལྟ་སྤྱོད་བའི་བརྗོད་ཚུ་ལ་སྤྱོད་ཆོགས་ཡོད། དཔེ་
འབདན།

དེ་བྲམ་པའོ། །བྲམ་པ་དེ་ཡིན། བྲམ་པ་དེ་ལ་ཚུ་བྲུག།

བྲམ་པ་དེས་ཚུ་སྤྱོད། བྲམ་པ་དེའི་དོན་དུ། བྲམ་པ་དེ་

ལས། བྲམ་པ་དེ་ཡི་བྲུས་ཚུ། བྲམ་པ་དེ་ལ་ཡོད། ལྷ་ལྟ།

དམིགས་བསལ་རྣམ་གྲངས་གཞན་ཅན་ལ་འཇུག་ཚུལ།

མོ་གོང་གི་རྣམ་གྲངས་ནང་མ་བཟུལ་མེད་ཅུང་། སྤྱི་ཚུལ་གྱི་ཁྱད་པར་
ལྟ། དཔེ་འབདན།

མཛེས་པའི་ཡིད་འཕྲོག་བྱ་མོ། དེ་བལྟ་བས་ངོམ་པ་མི་འདུག ལྟ་བུ།
མཐུད་བརྟུབ་པའི་རྣམ་གྲངས་གཞན་ཅན་ཡིན་ཅུང་། ལ་ལུ་མ་མཐུད་པར་
མོ་མོ་འབད་འཇུག་པའི་རྣམ་གྲངས་ཡོད་ལ། དཔེ་འབདན།

མཛེས་པའི་ཡིད་འཕྲོག་བྱ་མོ། དེ་བལྟ་བས་ངོམ་པ་མི་
འདུག དྲིན་ཅན་མ་མ་བཀའ་དྲིན་ཆེ། དེའི་དྲིན་ལན་འཇུག་
དགོས། ང་མྱིད་ཕྱག་མང་དུ་སྤྲོད་ཡོད། དེ་ཕྱ་མའི་ལས་
དབང་ངོ། ཅིག་མ་ཁྱེད་པར་མི་གཞག་ལོ། དེ་ཅི་ཡིན་མ་
ཤེས། ལྟ་བུ།

ཐ་སྟད་གཞན་འདྲིན་སྟག་བཅས།

དེའི་སྐབས་སུ་སྤྲོད་རང་དབང་ཅན་ལུ་གསུངས་ཅུང་། རྣམ་གྲངས་དང་
དངོས་པོ་ཚུའི་སྐབས་ལུ་མ་གཏོགས། སྟག་བཅས་ཀྱི་སྐབས་གཞན་དབང་
ཅན་ལུ་འཇུག་པ་ཡིན། དེ་ཁའི་སྟག་བཅས་ལུ་ཆོག་དོན་གཉིས་ཀའི་འདས་
པའི་སྟག་བཅས་དང་། ཆོག་ཅམ་འདས་པའི་སྟག་བཅས་ཟེར་ཡོད་པ་
ལས། གཉིས་ཀ་འདས་པ་འདི། དཔེ་འབདན།

ཆོས་བཤད་དེ་ཉན། ཤིང་བཅད་དེ་ཁྱིམ་གྱིབ།
ཚུར་བོད་དེ་ལག། ལྟ་བུ།

ཡིན་ཅུང་། དེ་གོང་ལུ་མཆམས་སྟུར་བའི་སྟག་བཅས་ཀྱི་སྐབས་དང་ཡང་
འདྲ། སྟེ་ཆོག་ཅམ་གྱི་འདས་པ་ཟེར་མི་དེ། དཔེ་འབདན།

ཤིང་བཅད་དེ་ཅི་ཞིག་གྱ། གཏམ་བཤད་དེ་ཅི་ཁྱེད།
ལྟ་བུ་གསུངས་འདུག།

ཐ་སྟད་འདས་མ་ཐག་པ།

གོང་གི་རྣམ་གྲངས་གཞན་ཅན་གཉིས་དང་། སྟག་བཅས་ལུ་འཇུག་པ་
གཉིས་ ཐ་སྟད་ཏེ་མ་ལས་གྲུབ་ཆར་ཟ། ཤེས་ཏེ་མཐོ་བསམ་བཏང་ཆར་མི་
ཅིག་གི་སྟུར་ལས་ཡིན། དེ་གཉིས་འདས་པ་ལུ་འཇུག་ནི་དོན་ལུ་ས་བཅད་
མོ་མོ་བཞག་པ་མ་གཏོགས། དཔེར་བཞིན་ལོགས་སུ་བཞོད་སྟེ་ལ་མེད་ཟེར་
ཡིན་པས།

དམིགས་བསལ་ཐ་སྟད་ཀྱི་དོན།

ཐ་སྟད་ཟེར་མི་དྲང་དོན་ནམ་ཀུན་མོ་བའི་ཆོས་དང་། ཁ་བཤད་ཆོག་གི་མི་
ཏོག་འབྱེམ། སྤྱི་པ་ལུ་མ་བཅོན་པར་འཆད་ཅོད་ཅམ་པའི་སྟེན་པ་ཅན་
ཚུ་ལུ་གོ་བའི་སྐབས་ཡོད།

སྐུ་མི་ལ་གིས་རལ་རྒྱུ་པ་ལྟ།

དང་དོན་གྱི་བསྐྱེད་ཀྱིས་གསུངས་གསུངས་ནས། །

རལ་པའི་དོན་ལ་རྟོགས་དུས་མེད། །

ཐ་སྙད་མྱོངས་ཤིག་རལ་རྒྱུ་པ།

སྐྱོབ་དཔོན་ཀྱི་སྐུ་བ་ཀྱིས།

ཐ་སྙད་ལ་ཞི་མ་བརྟེན་པར། །

དམ་པའི་དོན་ཞི་རྟོགས་མི་འགྱུར། །

སྐྱོབ་དཔོན་ཞོར་དབང་གིས།

ལས་ཐ་སྙད་ཀྱིས་པའི་ཅེད་མོ་ལ། །

ཁྱོད་གཡེང་པར་བྱེད་དམ་པར་རྒྱུ་ལ། །

ཟེར་གསུངས་མ་བཟུམ་ཅིག་ཡིན། དེ་འབདལ་ད། མིང་བཏགས་སའི་གཞི་
དངོས་པོ་ག་ཅི་ལྟ་ཡིན་རུང་། དེའི་གྲུ་མིང་གང་རུང་ཅིག་བཏགས་ཞིན་མ་
ལས་ སེམས་ཀྱིས་ཡིན་མ་ཤེས། རག་གིས་དེ་དང་ འདི་ཟེར་བཞིན། ལག་
ལེན་གྱིས་འཇུག་བཏུབ་ལས། ཤེས་བཞིན་འཇུག་གསུམ་གྱི་ཐ་སྙད་ཟེར་
སྐབ་རྒྱུ་ལ་ལམ་ཟེར་བའི་ སྤོལ་བཟུམ་ཅིག་ལྟ་ གོམ་ཡིན་མས།

དངོས་པོའི་དབང་དུ་འཇུག་པ་བཞི།

༡) བདེན་པའི་དངོས་པོ།

༢) གསང་བའི་དངོས་པོ།

༣) བདག་གི་བའི་དངོས་པོ།

༤) ས་རོལ་པོའི་དངོས་པོ།

བདེན་པའི་དངོས་པོ་ཟེར་མི།

ཤོབ་བམ་རྒྱན་མེད་པར་ བདེན་པའམ་དང་པོ་རྟོན་པའི་རག་ལྟ་སྐབ་ཡིན།
དཔེ་འབདན།

དེ་དེ་བཞིན་དུ་བདེན། དེ་ཉིད་དུ་རང་འཐད།

དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་ཡིན། དེ་དེ་ལྟར་དུ་འོ། ལྟ་ལྟ།

གསང་བའི་དངོས་པོ་ཟེར་མི།

རང་ལས་གཞན་པའི་ས་ལོགས་མ་གིས་ཤེས་ཀྱིས་དོགས་ཏེ་ གསང་དགོ་
པའི་དོན་ལྟ་སྐབ་ཡིན།

ཁྱོད་ཀྱིས་ར་ལ་ལབ་པ་དེ།

དེ་ཁོ་ཡིས་ཤེས་ཚར་འདུག།

ཁོ་ལ་དེ་ལབ་ནི་མི་འོང་སྟེ།

གཞན་གྱིས་དེ་གོ་འདུག། ལྟ་ལྟ།

བདག་གི་བའི་དངོས་པོ་ཟེར་མི།

བདག་རང་དང་འབྲེལ་བའི་དངོས་པོ་ཚུ་སྟོན་པ་ལུ་འཇུག་པ་ཡིན།

བདག་གི་རྟ་དེ། དེ་ངའི་ཁང་པ་འོ།

འིག་པ་དེ་བདག་གི་ཡིན། ཁོ་བོའི་མཚོ་བསམ་དེ།

ལྷ་ལ།

མ་རྩལ་པོའི་དངོས་པོ་ཟེར་མི།

རང་ལས་གཞན་པའི་མ་རྩལ་པའི་དངོས་པོ་ཚུ་སྟོན་པའི་དོན་ལུ་འཇུག་ནི་
ཡིན།

ཁྱེད་ཀྱི་སྒྲིང་གྲོགས་དེ། དེ་ཁོ་ཡི་ཁང་པ་འོ།

དེ་གཞན་གྱི་ཅ་ལ་འོ། ཀ་བ་དེ་རིང་འོ།

དངོས་པོ་ལུ་ (དེ) མ་འཇུག་པ།

རང་གི་རང་ལུ་བདག་དེ། རང་དེ། ཟེར་མ་འཇུག་པ་དང་། དམིགས་
བསམ་གྱིས་མ་གསུངས་རུང་། རང་ལུ་མ་ཚད་གཞན་ལུ་ཡང་། ཁྱེད་དེ།
ཁོ་དེ། ཟེར་མ་འཇུག་ བདག་གི་དངོས་པོ་ལུ་ཡང་། བདག་གི་རྟ་དེ་ཟེར་
བའི་སྐབས་ཚུ་མ་གཏོགས། བདག་གི་ལུས་དེ། ཟེར་ཡང་མི་འཇུག་པར།
བདག་གི་ལུས་འདི། ཟེར་འཇུག་དགོས་གསུངས་ཟུག།

དངོས་པོའི་ནང་གཞུག་དབྱེ་བ།

དངོས་པོ་རེ་རེ་ལུ་དུས་གསུམ་རེ་སྤྱར་བ་ད། དབྱེ་བ་བརྒྱ་གཉིས་ཡོད་པ་
ཡིན། དཔེ་འབདན།

བདེན་པའི་དངོས་པོ་འདས་པ།

ཁ་སང་ལབ་པའི་གཏམ་དེ་བདེན་ནོ། །

སྤྱས་ཟེན་པའི་ལོ་རྒྱུས་དེ་དེ་བཞིན་ནོ། །

བཅའ་ས་པའི་བྱ་བ་དེ་དེ་སྤྱར་འཐད།

བདེན་པའི་དངོས་པོ་མ་འོངས་པ།

ནངས་པར་ལབ་རྒྱའི་གཏམ་དེ་བདེན་ནོ།

བརྗོད་པར་འགྱུར་བའི་ལོ་རྒྱུས་དེ་བདེན་ནོ།

བདེན་པའི་དངོས་པོ་ད་ལྟ་བ།

ད་ལྟ་ལབ་བཞིན་པའི་གཏམ་དེ་དེ་སྤྱར་རོ།

གོ་བཞིན་པའི་གཏམ་དེ་མང་གོ་བདེན་ནོ།

གཞན་གསུམ་པོ་ལུ་ཡང་འིགས་བསྟེ་སྟེ་སྤྱར་བས་འཇུག། ཡི་གུ་མང་སྟེ་དོན་
ཆོག་མེད་པ་ལས། ངལ་བ་དོན་མེད་ལས་སུ་ཟད། ཟེར་དོན་བཟུམ་ཡིན།

གཞན་ཡང་ :- ཁོང་གི་ནམ་གངས་གཞན་སྤྱོད་སྐབས་ལུ། ཆེན་པོ་དེ།
ཟེར་བ་ཅིན་ དེ་སྤྱོད་གིས་ནམ་གངས་ཆེན་པོ་འདི་ཟེན་བའི་སྐབས་དང་།

གསང་བའི་དངོས་པོའི་སྐབས་ལྟ། ཆེན་པོ་དེ་ཟེར་བ་ཅིན། ག་ཅི་ཆེན་པོ་
ཆེན་ན་མ་ཤེས་པའི་བྱད་པར་ཡོད།

ལུས་པ་དུས་ཀྱི་དབང་དུ་འདས་པ་དང་ མ་འོངས་པར་འཇུག་ཚུལ།

འདས་པའི་དུས་ལྟ།

སངས་རྒྱས་མར་མེ་མཛད་བྱེད་དུས་དེ།

དེ་སྔོན་བསྐལ་པ་བཟང་པོའི་དུས་སུ་འོ། །

ན་ནིང་གི་ལོ་དེ་ལ་ལོ་ཐོག་ལེགས་སོ། །

ཕྱི་སྤྱིང་པས་དབང་བསྐྱར་བའི་དུས་དེ། ལྟ།

ད་ལྟ་བའི་དུས་ལྟ།

ད་ལྟའི་རྣམ་འདྲན་བཞེ་པའི་དུས་འདི་ན།

དེ་རིང་འདི་ལ་འཛོམས་པ་སྐལ་བཟང་།

ད་ལྟའི་ལོ་འདི་ལ་ཆར་ཆུ་གང་བས་མང་།

དེ་རིང་དཔལ་གྱི་ཉི་མ་འདི་ལ་དགའ། ལྟ།

དམིགས་བསལ་དེ་དང་འདིའི་འཇུག་ཚུལ།

མིགས་བསལ་དེ་དང་འདི། ཐག་རིང་བ་ལུ་ (དེ) དང་། ཐུང་བ་ལུ་ (འདི)
ང་ལུ་བཤད་ཆར་མི་ལུ་ (དེ) འོག་ལུ་བཤད་ནི་ལུ་ (འདི) དེ་
ས་གཅིག་ཆོག་དང་ མང་ཆོག་སྤྱིར་བཏང་དང་ དམིགས་སུ་བཟུང་ནི་ཆུ་ལུ་
ཇུག་པ་ཡིན། དཔེ་འབད་ན།

ཐག་རིང་ལུང་ལྟ།

པ་གི་རི་དེ་དང་། ཚུ་གི་རི་འདིའི་བར་དུ།

ཁྱེད་གི་གཉེན་དེ་བས་དྲུང་གི་དགའ་འདི་དྲག།

ཡ་གི་ཁྱིམ་དེ་དང་མདུན་གྱི་ཁྱིམ་འདི། ལྟ།

གོང་འོག་གས་ ལྷག་འོག་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

དེ་སྐད་གོང་དུ་ལུས་དོན་བཞིན་ འོག་ནས་བྱུང་བ་འདི་དང་ཡང་ དོན་འདྲ།

དེ་ལྷན་བཤད་ཟིན་དང་ འདི་ལྷན་བཤད་ཆུ་ཡང་འདྲའོ། ། ལྟ།

གཅིག་ཆོག་དང་མང་ཆོག་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

གཅིག་ཆོག་ཀ་བ་དེ། ཀ་བ་འདི། མི་དེ། མི་འདི། ལྟ།

མང་ཆོག་དམང་ཆོགས་དེ། དམང་ཆོགས་འདི། ལྟ།

སྤྱིར་བཏང་དང་དམིགས་བསལ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

སྤྱིར་བཏང་གདོང་ལ་དཀར་ནག་མང་བའི་མི་དེ་ ལྟོ་ཆར་

དུ་མི་འགྲོགས་ཤིང་། སེམས་བརྟན་ཞིང་དཀར་ནག་མེད་

པའི་ད་ལྟ་ངའི་ཁྱོགས་པོ་འདི་ལྟ་ལུ་ཞིག་དགོས། ལྟ།

གཞན་ཡང་། འདིའི་མང་ཆོག་ འདི་དག་ འདི་རྣམས་

འདི་ཆོ་ དེའི་མང་ཆོག་ དེ་དག་ དེ་རྣམས་ དེ་ཆོ་ཆོག་

ཁྱོགས་སྤྱོད་ཆོགས་སྤྱིར་ཉེ་འབྲེ་ཁྱོག་འབད་དགོས་ཡིན།

དཔེ་འབད་ན།

མདུན་གྱི་འདི་དག་ ས་གེ་དེ་དག་
 ཅ་ཆས་འདི་རྣམས་ ཅ་ཆས་དེ་ཚོ།
 མི་འདི་རྣམས། མི་དེ་རྣམས། ལྟ་ལྟ།

རྩོམ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

ཟུར་ཆ་འདྲོང་མ་འབད་སྐབ་ད་ མ་སྐབ་པའི་བྱད་པར་ཅམ་མ་གཏོགས་
 ཚོས་སྐད་ནང་བཟུམ་དེ་དང་འདི་འི་འཇུག་ཚུལ་གཅིག་རང་ཡིན།

གཞན་ཟུར་ཆ་ཉམས་པའམ་ རག་གཤིས་གྱི་བྱད་པར་ལས། དེ་ལུ་ (མེ)
 དང་། འདི་ལུ་ (མྱེ) ཟེར་འཇུག་པ། དཔེ་འབདན།

དེ་མྱེ་ཡིན་ལུ།	མེ་མྱེ་ཡིན།
དེ་ཆམ་ཅིག་ལུ།	མེ་ཆམ་ཅིག།
དེ་ཅིག་འདུག་ལུ།	མེ་ཅིག་འདུག། ལྟ་ལྟ།

དང་།

འདི་བས་དྲགས་མེད་ལུ།	མྱེ་བ་དྲགས་མེད།
མི་འདི་འབྱུང་ཁུངས་མེད་ལུ།	མི་མྱེ་འབྱུང་ཁུངས་མེད།
འདི་ག་ལུ་སྐབ་མེ་ལུ།	མྱེ་ག་ལུ་སྐབ་མེ། ལྟ་ལྟ།

བཞི་པ་གང་རྒྱ།

(གང་)

གང་རྒྱ་ཟེར་བའི་དོན་དག་ དངོས་བསྟན་གྱི་དེ་དང་འདི་ཟེར་དོས་མ་བཟུང་
 པར་ སྤྱི་བྱས་ལུ་འཇུག་པའི་སྒྲ་དང་། དེ་ལས་ཤུགས་བསྟན་གྱིས་བྱེ་
 བྱག་དང་དྲི་བ་ལུ་འཇུག་པ་ཡིན། དེ་ཡང་། གཙོ་ཆེ་བའམ་བྱབ་ཆེ་བའི་
 དབང་གིས་ སྤྱི་སྒྲ་(གང་) གཅིག་ལུ་གསུངས་མ་མ་གཏོགས། གང་དང་
 འདྲ་བའི་ (ལུ་ཅི་ཇི་དེ) བཞི་གིས་ཡང་འཇུག་པ་ཡིན།

གང་སྤྱི་སྒྲ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

གང་ཞིག་དྲང་ཞིང་བདེན་པ་ལ་གནས་པས། །
 གང་གིས་མ་ཉེས་བྱ་བ་ཅི་བཅམས་ཀྱང་། །
 གང་ལ་དེའི་འབྲས་སྒྲིན་པར་དཀའ་བ་དེ། །
 གང་གིས་ཇི་མི་སྤྲུམ་པའི་རྟགས་སུ་སྤང་། ། ལྟ་ལྟ།

གཞན་ཡང་། གང་ལ། གང་གིས། གང་གི་དོན་དུ། གང་ལས་སྤྱང་བ།
 གང་ལ་གནས་པ། གང་ཡང་། གང་སྟེ། གང་དེ་སོགས་ལྟ་ལྟ།

གང་དྲི་བ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

ཁྱོད་གང་ནས་ཡིན། མིང་ལ་གང་ཟེར། ས་ཡི་མིང་གང་ཡིན། ཚོས་
 ལུགས་གང་ལགས། གང་ལས་འོང་། གང་དུ་འགྲོ་སོགས་ལྟ་ལྟ།

གང་ལྟ་བུ་ཐུག་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

གང་ལ་སྐྱབས་ན་བསྐྱབ་མེད་གཟིགས་པའི། །
ཡེ་ཤེས་སྐྱུན་ལྡན་དགོན་མཆོག་གསུམ་པོ་མཆུན། །
གང་གིས་སྐྱབས་ན་ནམ་ཀུན་ཉམ་རྒྱུད་པའི། །
སྐྱོ་བའི་ངང་རྒྱལ་འཛིན་པ་ཁོ་བོས་སོ། ། ལྟ་བུ།

གཞན་ཡང་། གང་དུ་འགྲོ་ན་ཡུལ་དུ། གང་གིས་འགྲོ་ན་ཁོ་ཡིས། ། གང་ལ་
བསྐྱེན་ན་སྤྲུམ་པ། གང་གི་ཡིན་ན་ཁོ་འི། ལྟ་བུ།

(ལུ་ཅི་རི་དེ) ཐུ་ལྟ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

སྤྱལ་དྲིས་རྒྱུ་ལྟར་མི་ཤེས།
ཅི་ཙམ་ལབ་ཀྱང་ཅི་ཡང་མི་གོ།
ལས་རི་བྱས་ཀྱང་རི་ཡིན་མ་ཤེས།
དེ་དོན་བཤད་རྒྱུ་། ལྟ་བུ།

དྲི་བ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

སྤྱ? རྒྱུད་སྤྱལ་ཡིན? མི་རྒྱུད་སྤྱ? སྤྱལ་ལབ་དགོས?
ཅི? ཁོ་འི་མིང་ཅི? དེ་ཅི་ཡིན? ཅི་དགོས་རྒྱུད་ལ?
ལོ་རིམ་སོང་? རིམ་དགོས? དེ་དོན་ཡིན་མ? ལྟ་བུ།

དམིགས་བསལ་(ལུ་འི) འཇུག་ཚུལ།

ཐུ་ལྟ་ལུ་འདི་རང་ལས་གཞན་པའི་ སར་ལོགས་མ་གང་ཐུག་ལུ་འཇུག་པ་
ཡོངས་གཤགས་དང་། ལུ་ནི་བེམ་པོ་འདི་དངོས་ལ་མིན། ཟེར་བེམ་པོ་འདི་དངོས་
པོ་ལུ་འཇུག་པ་མ་གསུངས་རྒྱུ་། ལུ་བ་ཆེ་བའམ་གཙོ་ཆེ་བའི་དབང་དུ་མ་
གཏོགས། སྤྱབ་ཚུལ་ལུ། གང་ཟག་རྒྱུད་མ་ལུ་མིན་པའི་གཞན་ལུ་ཡང་གོ་
བའི་སྐབས་ཡོད་པ་ཡིན། དཔེ་འབད་ན།

སྤྱང་པོ་བཀོད་པའི་མདོ་ལས།

རི་ལྟར་ནས་ཀྱི་ས་པོན་ནི་རྒྱུ་སྤྱང་ཆོགས་ཀྱང་ འབྲས་ལ་སོགས་པའི་
རྒྱ་གུའི་རྒྱར་མི་རྒྱུ་པས། ནས་ཀྱི་རྒྱ་གུའི་རྒྱ་རྒྱ་མོང་མ་ཡིན་པ་ཡིན་ལ།
ཡང་།

སྤྱན་པོ་ནི་ཁ་དོག་སྤྱལ་ལྟར་ཀྱང་། སྤྱན་པོ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱོ་སྤྱོ་ཡི་ ཁ་དོག་
གཞན་ཀྱི་སྤྱོ་སྤྱོ་བ་དང་འདྲ། ཟེར་གསུངས་དེ་ཡོད་པ་བཟུམ་ཅིག་ཡིན།

གོང་གི་སྤྱད་དེ་རྒྱུ་དང་གཅིག་ཁར་འཇུག་པའི་ཆོག་ གྲོགས་བརྒྱ།

(སྤྱད་ སྤྱད་ སྤྱད་ བཞིན་ ལྟར་ སྤྱད་ འདྲ་ ཞིག་ སྤྱོ་ སྤྱར་)

དེ་ལས་གང་དང་གཅིག་ཁར་འཇུག་པ་བདུན།

(སྤྱད་ ལྟར་ སྤྱད་ འདྲ་ ཞིག་ སྤྱོ་ སྤྱར་)

བཤོད་ཚུལ།

གང་གི་སྒྲིབ་དུ། གང་ལྟར་ཡང་། གང་གི་སྒྲིབ་དུ། གང་འདྲ་ཞིག།
གང་ཞིག་གིས། གང་ཉི། གང་ཕྱིར། ལྟ་བུ།

ཅུ་དང་འཇུག་པ་ལྟ།

ལྟར་ སྒྲིབ་ འདྲ་ ཞིག་ ཕྱིར།

བཤོད་ཚུལ།

ཕྱི་སྒྲིབ་དུ། ཕྱི་འདྲ་ཞིག་ ཕྱི་ཞིག་ཡིན།
ཕྱི་ཕྱིར་? ཕྱི་ལྟར་? ལྟ་བུ།

ཅུ་དང་འཇུག་པ་བདུན།

སྒྲིབ་ ལྟར་ སྒྲིབ་ འདྲ་ ཞིག་ ཉི་ ཕྱིར།

བཤོད་ཚུལ།

ཅུ་འདྲ་སྒྲིབ་དུ། ཅུ་འདྲ་སྒྲིབ་དུ། དེ་ཅུ་འདྲ། ཅུ་ཞིག་ཀྱི།
ཅུ་ཉི་བདེན་ན། ཅུ་ཕྱིར། ཅུ་ལྟར་འགྱུར་རུང་། ལྟ་བུ།

ཅུ་སྒྲིབ་པ་མཚན་པ་ལྟ་བུ་འཇུག་ཚུལ།

ཅུ་ ཅུ་འདྲ་སྒྲིབ་ཀྱི་ཚུ་འཛིན་ནམ། །
ཡང་ན་ངང་པའི་ཚོགས་སམ་ཅི། །
འདྲ་ཅུ་མཛེས་མའི་ཞལ་རས་སམ། །
དགའ་འམ་ཅུ་ལ་སྒྲོ་འམ་ཅི། ། ལྟ་བུ།

ཇི་དང་འཇུག་པ་དགུ།

སྒྲིབ་ སྒྲིབ་ ཉི་བདེན་ ལྟར་ ཉི་བདེན་ འདྲ་ ཞིག་ ཉི་ ཕྱིར།

བཤོད་ཚུལ།

ཇི་སྒྲིབ་དུ། ཇི་སྒྲིབ་ཀྱི་སྒྲིབ་པར། ཇི་སྒྲིབ་ཀྱི་སྒྲིབ་པར། དཔེ་ཇི་བཞིན་དུ།
ཇི་ལྟར་ཡང་། ཇི་སྒྲིབ་དུ། ཇི་འདྲ་ཡིན་རུང་། ཇི་ཞིག་ལྟར།
ཇི་ཉི་བདེན་ན། ཇི་ཕྱིར་འགྱོ། ལྟ་བུ།

ཇི་བཞིན་ཐེར་བའི་དོན།

ཇི་བཞིན་ཀྱི་དོན་འདི་ དཔེ་ཇི་ལྟར་བཞིན་དུ་འམ་དཔེ་དེ་བཟུམ། ཇི་ཡིན་པ་
འབད་ ཚུལ་བཞིན་དུ་ཐེར་བའི་དོན་ལྟ་འཇུག་ཚུལ། དཔེ་འབདན།

མཛེས་མའི་ཞལ་ཞེས་པ་ཇི་བཞིན་དགའ། །

ཇི་ཉི་བདེན་ཀྱི་ཇི་བཞིན་གཞིགས་ཤིག། །

སྒྲིབ་པའི་བཀའ་ཞེས་ཇི་བཞིན་སྒྲིབ། ལྟ་བུ།

གཞན་ཡང་བཞིན་ལྟར་ཚུ་གིས། དཔེ་འབདན། དཔེ་དེ་དང་འདྲ་མ་ཐེར་
དོན་ཉི་མ་དང་དཔེ་གྲུལ་མ། དཔེ་ཉི་མ་དང་དོན་གྲུལ་མ་ལྟ་ ཇི་དེ་སྒྲིབ་པ་
འཇུག་པ་ཡིན།

གང་ རི་ ཅི་གསུམ་མཉམ་དུ་འཇུག་ཚུལ།

གང་དུ་འགྲོ་ན།	རང་ཡུལ་དུ།
གང་གིས་འགྲོ་ན།	མོ་ཡིས་སོ།
རི་ལྷོ་འགྲོ་ན།	རྒྱགས་ཏེ་འོ། །
ཅི་འཕྲི་འགྲོ་ན།	ལས་ཤིག་དོན། ལྟ་བུ།

དམིགས་བསལ་རི་སྐད་འཇུག་ཚུལ།

རི་སྐད་ཐེང་མི་དེ་ བཀའ་དང་བསྟན་བཅོས་ཆེན་པོ་ཚུ་ལས། ལྷང་དྲང་
དགོས་དང་། གསུང་མི་དང་། གསུང་ས་ཏེ་བཞག་ས་སྤྱབ་རུང་མ་སྤྱབ་
རུང་། ལྷང་དྲང་པའི་ཆོག་གི་འགོ་ལུ་འཇུག་པ་ཡིན། དཔེ་འབདན།

རི་སྐད་དུ། ལྷ་མ་མེད་པའི་གོང་རོལ་ན། །
སངས་རྒྱས་བྱ་བའི་མིང་ཡང་མེད། །
བསྐལ་པ་སྟོང་གི་སངས་རྒྱས་ཀྱང་། །
ལྷ་མ་དག་ལ་བསྟེན་ནས་བྱང་། ། ལྟ་བུ།

དེ་འདྲ་ལུ་འཇུག་པ་བཟུ།

སྐད་ སྤྱད་ རྟེན་ བཞིན་ ལྷ་ར་ སྤྱད་ འདྲ་ ཞིག་ རྟེ་ ཕྱིར།

བཟོད་ཚུལ།

དེ་འཕྲི་སྤྱད་དུ། དེ་འདྲ་ཞིག་ དེ་ཞིག་གནང་། རྒྱ་མཚན་དེ་རྟེ། དེ་འཕྲི་ཕྱིར།
དེ་སྐད་དུ། དུས་དེ་སྤྱད་བར། དེ་རྟེན་ཅིག་ དེ་བཞིན་དུ། དེ་ལྷ་ར་རོ།
ལྟ་བུ།

འདི་ལུ་འཇུག་པ་དགུ།

སྐད་ རྟེན་ བཞིན་ ལྷ་ར་ སྤྱད་ འདྲ་ ཞིག་ རྟེ་ ཕྱིར།

བཟོད་ཚུལ།

འདི་སྐད་དུ། འདི་རྟེན་ཞིང་། དཔེ་འདི་བཞིན། འདི་ལྷ་ར་དུ།
འདི་སྤྱད་དུ། འདི་འདྲ་ཞིག་ འདི་ཞིག་ འདི་རྟེ་ འདི་འཕྲི་ཕྱིར། ལྟ་བུ།
མཐའ་དོན། བད་སྟོད་ཚུ་ནང་ཆོག་གྲོགས་དེ་ཚུ་ཐོབ། རི་དང་ཅི་གཉིས་མ་
གཏོགས་གསུང་སམ་མ་མཐོང་རུང་། བཟོད་ཚུ་ལ་ལུ་ཡོང་ས་གྲགས་ཡོད་པ་
ལས། (གང་ ལུ་ དེ་ འདི) བཞིན་ལུ་ཡང་སྤྱར་ཚུ་ལ་བྱི་དཔེ་ཅམ་
ཅིག་བཀོད་ཡོད་གོ།

ཕྱད་དེ་ཚུ་ལས་ཐོང་ཁ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

(གང་)

ག་ནི་ཡང་མི་ཤེས་ལུ། གང་ཡང་མི་ཤེས།
ག་ཡིན་མ་ཅིག་ལུ། གང་རུང་ཅིག། ལྟ་བུ།

(༩)

སྤྲུང་ག་རང་སྤྲོ་ སྤྲུང་གང་གིས་མི་ཤེས།

སྤྲུའི་ཡང་མི་རྒྱལ། ལྟ་བུ།

(༡༠)

ག་ཅི་སྤྲོ་? ག་ཅི་ཡིན་མ། ག་ཅི་ལས། ག་ཅི་འདྲི་དོན་ལྟ། ལྟ་བུ།

གང་སྤྲུའི་ལྟ་མ་གཏོགས་ (རི་ དེ) གཉིས་ལྟ་མི་འཇུག་གོ།

གང་ཟུར་ཉམས་ཏེ་ (ག) རྩོད་ཁ་བཞིན་དུ་ཚོས་སྒྲུབ་ནང་ཡང་

འཇུག་ཚུལ།

ར་ཕྱིན་བུས་པ་ལས། ཚུལ་ཁྲིམས་ཉམས་ཤིང་རང་དོན་མི་རྒྱས་ན། །

ཐན་དོན་ཚུལ་ལ་མཐུ་ཡོད་ག་ལས་འོང་། ། ལྟ་བུ།

ཐན་ཡང་། བྱེད་ག་ལས་འོང་། སོགས་འཇུག་པ་ཡོད་དོ། །

ཐ་པ་བདག་སྒྲ།

པ་ བ་ མ་ སྤ་ སྤ་ མོ།

བདག་སྒྲ་ཐེར་བའི་དོན་དག་འཇུག་ཚུལ་སྤྲུང་གང་ཟག་ཐེར་ (མི) ལྟ་ འཇུག་
པའི་སྐབས་མིན་པ་ཅིན་ མིང་མཐའ་དང་། མི་ལྟ་འཇུག་པའི་སྐབས་སྤ་
མིང་མཐའ་དང་། བདག་སྤ་སྤྲོན་པའི་དོན་ སྐབས་ཐོབ་བཞིན་དུ་འཇུག་པ་
ཡིན།

དེ་ཡང་བརྩོད་བདེ་འདྲིན་པ་དང་། ལུས་ཆེ་བའི་དབང་གིས་རང་དབང་
ཅན་ལྟ་གསུངས་རུང་། རིས་འཇུག་གི་མཐའ་དང་འབྲེལ་དགོས་ཡང་ཡོད།
དཔེ་འབདན།

མིང་མཐའ་ལྟ་འཇུག་ཚུལ་ལས་ (པ) འཇུག་ཚུལ།

ཏྲ་པ། རྩོད་པ། རྩོད་པ། རྩོན་པ། རྩུབ་པ། རུམ་པ། དགའ་པ།
གསར་པ། འབྲུལ་པ། ཚོས་པ། སྤ་པ། སྤྲུང་པ། ལྟ་བུ།

བ་འཇུག་ཚུལ།

དང་བ། དགའ་བ། དར་བ། གསལ་བ། ཟ་བ། ལྟ་བུ།

མ་འཇུག་ཚུལ།

བག་མ། རུང་མ། རུང་མ། རྩུན་མ། རྩུར་འབྲུབ་མ། དགའ་མ།
དར་མ། རོལ་མ། ཚོས་མ། ཟ་མ། ལྟ་བུ།

པོ་འཇུག་ཚུལ།

གར་པོ། བལ་པོ། ལུས་པོ། ཟ་པོ། ལྟ་པ།

པོ་འཇུག་ཚུལ།

དགའ་པོ། རེ་པོ། མཛའ་པོ། ཁྲོ་པོ། ལྟ་པ།

པོ་འཇུག་ཚུལ།

དྲག་མོ། རིང་མོ། རྒྱུ་མོ། བོན་མོ། རོན་གྲུབ་མོ། གཏུམ་མོ།
 མཛའ་མོ། དཀར་མོ། བལ་མོ། ལུས་མོ། ལྟ་མོ། ལྟ་བུ་མིང་།
 དང་ བྱ་བའི་མཐའ་ཅན་གྲུན་ལུ་བྱུང་མེད་པ་འཇུག་པ་ཡིན།

པོ་མོའི་བྱུང་པར་སྟོན་པའི་དོན་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

དབང་པོ།	དབང་མོ།
བཟང་པོ།	བཟང་མོ།
བདུད་པོ།	བདུད་མོ།
ཀྱུ་པོ།	ཀྱུ་མོ།
མཁན་པོ།	མཁན་མོ།
མཛའ་པོ།	མཛའ་མོ།
དཔའ་པོ།	དཔའ་མོ།
ཁྲོ་པོ།	ཁྲོ་མོ། ལྟ་པ།

པ་དང་བ་པོ་མོའི་བདག་སྐྱུ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

ནལ་འབྱོར་པ། རྣལ་འབྱོར་མ།
 ཡིག་མཁན་པ། ཡིག་མཁན་མ།
 སྐྱུ་གར་པ། སྐྱུ་གར་མ། ལྟ་པ།

(པ) དང་ (བ) གཉིས་པོ་མོ་བྱུང་མེད་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

ལྟ་ས་པ། ལྟ་ས་བ། ཅ་རི་པ། ཅ་རི་བ།
 མ་ནི་པ། མ་ནི་བ། ཡི་གེ་པ། ཡི་གེ་བ།
 རྩེང་མ་པ། རྩེང་མ་བ། ས་སྐྱུ་པ། ས་སྐྱུ་བ།
 ལྟ་པ།

པོ་མོ་གཉིས་ཀྱིས་པོ་མོའི་བདག་སྐྱུ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

བྱེད་པ་པོ། བྱེད་པ་མོ།
 འབྲིན་པ་པོ། འབྲིན་པ་མོ།

ལྟ་བུ་ཡོད་ཅང་། དེའི་གང་ས་གང་མོ་ཡང་མེད་པ་མ་ཆད།
 སྐབ་ནིའི་བྱུང་ཡང་ཆུང་མ་ཡིན།

པ་པོ་བ་མོ་བཞི་སྐྱུ་མ་མིང་མཐའ་ཕྱི་མ་བདག་སྐྱུ་ལུ་

ཡོད་པ་པ། མེད་པ་པ།
 ཡོད་པ་པོ། མེད་པ་པོ།
 མཐོང་བ་པོ། ཞི་བ་མོ། ལྟ་པ།

མོ་ལུ་མེང་ག་ཡིན་མ་དང་མོ་ལུ་མོའི་མེང་མཐའ་འཇུག་
ཚུལ།

ཉ། ཉ་མོ། ལ། ལ་མོ། ཉྱག་ ཉྱག་མོ།
ལྷ། ལྷ་མོ། ལྷ། ལྷ་མོ། ཉྱ་ལྷ།

མོ་མོའི་ཆོག་རྒྱར་ཉེ་འཇུག་ཚུལ།

མོ་མོ། མོ་མོ།
ལྷ་མོ། ལྷ་མོ།
ཉྱ་མོ། ཉྱ་མོ།
ར་མོ། ར་མོ། ཉྱ་ལྷ།

མེང་མཐའ་མེང་ཆོག་གི་ཉེན་མར་བ་རྒྱ་འབད་རྒྱབ་དགོས།

བ་རྒྱར། བ་ཤ་ལ། བ་མོ། བ་ཐག།
བ་རྒྱ། བ་མོ། བ་ར། ཉྱ་ལྷ།

མེང་ཆོག་གི་མེས་རྒྱ་མ་རྒྱར་འཇུག་ཚུལ།

ཀ་བ། ཤ་བ། བདེ་བ། དགའ་བ། རེ་བོ། འཕེལ་བ། ཉྱ་ལྷ།

ཅན་ལྷན་མཁན་མངའ་འཇུག་པའི་བདག་རྒྱལ་མ་
མེང་མཐའ།

(ཅན)

དབང་ཐང་ཅན། བསོད་ནམས་ཅན། དད་པ་ཅན།
སྟོབས་ཅན། ལ་དབང་ཅན། ལམས་ཅན། ཉྱ་ལྷ།

(ལྷན)

དཔལ་ལྷན། རོར་ལྷན། སྟོབས་ལྷན། འབྱོར་ལྷན།
དབང་ལྷན། མདངས་ལྷན། རྒྱགས་ལྷན། ཉྱ་ལྷ།

(མཁན)

ལྷ་བྱིས་མཁན། རེ་མོ་མཁན། ཡིག་བྱིས་མཁན།
ཤིང་མཁན། ཐགས་མཁན། ཀར་མཁན། ཉྱ་ལྷ།

(མངའ)

སྟོབས་མངའ། དཔལ་མངའ་བ། རྒྱགས་མངའ་བ།
བཙེ་བ་མངའ་བ། བྱིན་ལས་མངའ་བ། ཉྱ་ལྷ།

ཐདག་རྒྱ་ཐོང་ལ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

ད་དེ་དུག་པོ་ཆ་རང་སྐབས་ཐོབ་བཞིན་དུ། ཐོང་ལས་སྐབས་ཐང་ས་གིས་
ང་གི་སྐབས་ཚག་བཟུ་ཉེ་སྐབས་ནི་དང་། ཚག་ལུ་འཇུག་པ་ད་ཚག་མ་ལུ་
འི་ཁྱད་པར་ཚམ་ལས། གཞན་འཇུག་ཚུལ་ཚོས་སྐད་དང་གཅིག་རང་
ན། དཔེ་འབདན།

པ་རྒྱ་འཇུག་ཚུལ།

འཇུག་པ། ལག་པ། ཆར་པ། རྐྱད་པ།
ཁྲུལ་པ། དྲེལ་པ། ཟུག་པ། ཐག་པ།

པ་རྒྱ་མ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

ཀང་མ། ཉིང་མ། ལྷོང་མ། ཏུང་མ། དང་མ།
ཁྱུང་མ། ཏུང་མ། དཔུང་མ། མཐུན་མ།

པ་རྒྱ་མ་ཆེན་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

མེམས་དགའ་མ། ཐས་ཐམ། ལམ་འགྲོམ།
ཅ་ལ་བརྟུང་མ། མིག་ཉོ་བརྟུང་མ། ཀམ།

པ་རྒྱ་མ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

ར་འཇུང་མ་ད། བཏང་མ་དུག། ཀང་མ་ལ་ལག།
བཀའ་གནང་མ་ཁྱུ་ལམ། ཐས་གཙང་མ། བྱ་ངང་མ།

མ་རྒྱ་འཇུག་ཚུལ།

ལྷམ། སྐར་མ། པར་མ། དར་མ། ཟུར་མ།
ཐེར་མ། བར་མ། བཟའ་མ། ཡམ། ཀའྲོར་མ།

ཚག་མ་བཟུ་བའི་མི་མཐའ་མ་འཇུག་ཚུལ།

ཚལ་མ། མཆིལ་མ། ཚེར་མ། ལྷ་མ། ཀའྲའ་མ།

པོ་རྒྱ་འཇུག་ཚུལ།

དཀར་པོ། དམར་པོ། སེར་པོ། རྐྱད་པོ། གནག་པོ། ཁྱུ་པོ།
རྐྱད་པོ། བལ་པོ།

པོ་རྒྱ་མོ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

རྩེ་མཁའ་མོ། མགྲོན་མོ། དབང་ཆེན་དཔོན་མོ།
དགུང་ལྷོད་མཐོན་མོ། ཡེ་ཤེས་མགོན་མོ།

པོ་འཇུག་ཚུལ།

ཀུན་དགའ་པོ། ཏ་པོའི་གངས། པོ་དཔའ་པོ།
གསེར་གྱི་རི་པོ། དགའ་པོ་བཏབ། ལྷ་ཁྲོ་པོ།

མོ་རྒྱ་འཇུག་ཚུལ།

སེང་གེ་དཀར་མོ། ར་མང་མོ། གཡོག་མོ། དཔའ་མོ།
ཁྲོ་མོ། བུ་མོ། ཁྱུ་མོ། རྐྱ་ཆེན་མོ། ལྷ་པུ།

ཚག་མ་བུ་བའི་སྒྲུབ་ཐང་ལ།

མཁས་པ་གིས་ཅོད། ཟ་བ་གིས་མ་འགྲང་།

ཐུར་མ་གིས་དབོག། མཁན་པོ་གིས་གནང་།

དཔའ་བོ་དང་དཔའ་མོ་གིས་གང་། ལྷ་ཡ།

མགུར་མ་ལུ་མགུར་མ་ཟེར་སྒྲུག་ཚུལ།

ཕྱིར་བཏང་ཆོང་ཁའི་ནང་། དཀར་པོ་ལུ་དཀར་པོ་ཚག་བུ་མ་དང་།
པ་ལོ་གིས་ ཀ་རབ་ཟེར་སྒྲུག་མི་དེ་ཚུ་འཛོལ་བ་ཡིན་རུང་། མགུར་མ་ཟེར་
ཁའི་སྒྲུབ་ས་མགུམ་ཟེར་སྒྲུག་ནི་མིན་པར་ མགུ་རུམ་ཟེར་ སྒྲུབ་ཐང་ལ་གྱི་
ཁྱད་པར་ཅིག་ཡ་ཡོད་པ་ཡིན།

འབད་མ་ད་ གོང་གི་བདག་སྒྲུའི་ཕྱད་དུག་པོ་ཆ་ར་གིས། མིང་མཐའ་སྒྲུབ་
ལུ་དང་། གནན་(པ་བ་མ) གསུམ་གྱིས་བདག་པོའི་དོན་སྟོན་པ་ལུ་
བ་ཆེ་ནི་དང་། དེ་ལས་ཡང་ཁྱབ་ཆེ་མ་(པ) འདི་ཡིན་པའི་ཁྱད་པར་
དཔ་ཤེས་དགོ།

གན་ཡང་། མོ་འབད་རུང་། མོ་འབད་རུང་། མིང་མཐའ་མོ་སྒྲུ་རང་
ལྷག་དགོཔ། མེང་གེ་དཀར་མོ། ལྷ་ཡ། ལྱུ་ཁབ་ལུ་ཡང་། ལྱུ་ཁབ་
ན་མོ། ལྷ་ཡ། ཆོས་ལུ་ཡང་། ཡུམ་ཆེན་མོ། ལྷ་ཡ་མོ་སྒྲུའི་མིང་མཐའ་
ལྷག་དགོཔ་ཡང་ཡོད། ལྱུས་པ་འབད་ཤེས་འདོད་ཡོད་པ་ཅིན། བཀའ་
ཕྱན་ནམ་ཐར་ ལྱུ་རབས་ལོ་ལྱུ་ལ་སོགས་པའི་ཡིག་ཆ་ཁྱད་ས་ལྟན་
ལས་ཤེས་པ་འབད་དགོ།

དུག་པ་ དགག་སྒྲུ།

(མ་ མི་ མེད་ མིན་)

རང་དབང་ཅན་གྱི་ཕྱད་དགག་སྒྲུ་ཟེར་མི་དེ། ཡིན། ཡོད།
ལྷ་ཡའི་དགག་བྱའམ་བཀག་ནིའི་ལུ་ལ་ག་ཅི་ཡིན་མ་ཅིག་ལུ་མེད། མིན།
ལྷ་ཡའི་དགག་པའི་སྒྲུ་གིས་བཀག་པ་ལུ། དགག་སྒྲུ་ཟེར་མ་ཡིན། དེ་ཡང་
མ་མི་གཉིས་མིང་ཆོག་གི་ཉེ་མ་དང་། མིན་མེད་གཉིས་ གཙོ་བོ་མིང་ཆོག་གི་
ལྱུ་ལ་མ་འཇུག་པ་ཡིན། དཔེ་འབདན།

དགག་བྱ།

འགོག་བྱེད།

མིག་གིས་མཐོང་།

མིག་གིས་མི་མཐོང་།

ན་བ་ཡིས་ཐོས།

ན་བ་ཡིས་མི་ཐོས།

ཁོ་ཡ་རབས་ཡིན།

ཁོ་ཡ་རབས་མིན།

དེ་པར་ཡོད།

དེ་པར་མེད། ལྷ་ཡ།

(མ) འདས་པ་ད་ལྷ་པ་སྒྲུལ་ཆོག་དགག་པ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

འདས་པ།	ད་ལྷ་པ།	སྒྲུལ་ཆོག།	ཆོག་གོགས་ཅན།
ལྷ་མ་བསྟོམས།	མ་སྟོམ།	མ་སྟོམས།	མ་སྟོམས་ཤིག
ཆོས་མ་བསྟོབས།	མ་སྟོབ།	མ་སྟོབས།	མ་སྟོབས་ཤིག
ལས་མ་བྱས།	མ་བྱེད།	མ་བྱེས།	མ་བྱེས་ཤིག
མིག་གིས་མ་བསྟོས།	མ་སྟོ།	མ་སྟོས།	མ་སྟོས་ཤིག
གམ་	མ་སྟོ་ཞིག་ལྷ་ཡ།		

(མི) མ་འོངས་པ་དང་སྐབས་ཐོབ་ད་ལྟ་བུ་འཇུག་ཚུལ།

དུས་མ་འོངས་པ།	སྐབས་ཐོབ་ད་ལྟ་བུ།
ཟེལ་གྱིས་མི་གནན།	ཟེལ་གྱིས་མི་གནོན།
རྗེས་སུ་མི་དཔག།	རྗེས་སུ་མི་དཔོག།
ཤིང་མི་གཅད།	ཤིང་མི་གཅོད།
ཕྱིར་མི་གཏང།	ཕྱིར་མི་གཏོང།
ཚོང་ལས་མི་བྱ།	ཚོང་ལས་མི་བྱེད།
དེར་འགྲོ་མི་བྱ།	དེར་འགྲོ་མི་བྱེད། ལྟ་བུ།

དམིགས་བསལ་(མིན) འཇུག་ཚུལ།

བདེ་སྤྱོད་པའི་ནང་། དགག་སྒྲ་(མིན) འཇུག་ཚུལ་གསུངས་མ་མཐོང་
རུང་། སྐབས་ཐོབ་ཟུར་ཉམས་སོང་པ་བཟུམ་ཅིག་གིས་ (མིན) འཇུག་ཚུལ།

ཁོ་པར་མི་འདུག	ཁོ་པར་མིན་འདུག།
ང་ལ་དེ་མི་དགོས།	ང་ལ་དེ་མིན་དགོས།
པར་མི་འགྲོ་ལ།	པར་མིན་འགྲོ། ལྟ་བུ།

མིན་མེད་གཉིས་འཇུག་ཚུལ་གནན།

དེ་བཟང་པོ་ཡིན་འགྲོ།	དེ་བཟང་པོ་མིན་འགྲོ།
ཁོ་པར་སྤྱོད་ཡོད་འགྲོ།	ཁོ་པར་སྤྱོད་མེད་འགྲོ། ལྟ་བུ།
ཐོ་ཚུལ་དགག་པ་བཟུམ་སུ་ཡང་འཇུག་ནི་ཡིན།	

དགག་སྒྲ་ལུ་འཇུག་ཚུལ་གནན།

ཡོད་པ་མ་མིན།	ཡོད་པ་མིན།	ཡོད་པ་ཡིན།
མེད་པ་མ་ཡིན།	མེད་པ་མིན།	མེད་པ་ཡིན།
མེད་མེད་པོ།	མེད་པོ།	ལྟ་བུ།

མིང་མཐའ་དང་ མིང་མཐའ་བསྐྱབ་བའི་མཐའ་མར་འཇུག་པ་ཡིན།

མ་ཚོག་བར་གྱི་གསལ་བྱེད་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

ར་མ་ལུག	ཡ་མ་ཟུང་།
བྱ་མ་བྱེད།	ཚུགས་མ་འཁྱུག།
ལྟ་མ་ཡིན།	མི་མ་ཡིན། ལྟ་བུ།

དེ་འཕྲོ་ལས་ཟེར་བ་ལྟ་བུ་འཇུག་ཚུལ།

སྐྱེས་མ་ཐག་དུ།	དེ་མ་ཐག་པར།
ཉི་མ་ཤར་མ་ཐག།	འདས་མ་ཐག།
ཆད་ཟེན་མ་ཐག	ལྟ་བུ།

དམིགས་བསལ་དགག་སྒྲ་མེད་དང་ མིན་འཇུག་ཚུལ།

དེ་ལུ་སྤྱིར་བཏང་དགག་སྒྲ་གནན་དང་ རིགས་བསྐྱེ་བ་གིས་མ་འཇུག་པ་མེད་
རུང་། དུམ་གྱ་ཅིག་གསལ་བ་ཤད་འབད་བ་ཅིན། མེད་ཟེར་བ་ཅིན།
ང་ལུ་གྲུ་མེད། ཟེར་མ་བཟུམ་གཞི་གཅིག་ དགག་པའི་སྒྲ་དང་། མིན་ཟེར་
བ་ཅིན། དེ་ཉི་ཡིན་བ་མིན། ཟེར་མ་བཟུམ་གཅིག་དགག་སྒྲེ་གཅིག་སྐྱབ་
པའམ་ གཅིག་སྐྱབ་སྒྲེ་གཅིག་བཀག་པའི་དོན་ལུ་འཇུག་པ་ཡིན།

དགག་སྒྲ་ཚུ་མོང་ལ་ནང་འཇུག་ཚུ་ལ།

དགག་སྒྲུ་ཚུ་ཐོང་ཁ་ནང་འཇུག་ཚུ་ལ་ སྤྱིར་བཏང་གིས་ཚོས་སྐད་ནང་དང་
འདྲ་རྒྱུད་། དམིགས་བསལ་གྱིས་མི་ལ་ལྟ་མེན། མི་ལྟ་ཡང་མེན། དེ་ལས་
མེད་པ་ཟེར་སྒྲུ་ཚུ་ལ་ཡོད། དཔེ་འབདན།

དེ་མེ་ཅ་ལས་མེན།	དེ་མེ་ཅ་ལས་མེན།
རིག་པ་རྩོམ་མི་དགོ་ལྟ།	རྩོམ་མེན་དགོ།
བསོད་ནམས་མེད་པ།	ཕྱུ་མེད་པ་རྩ་བུ་མེས་དགོ།

དམིགས་པ་ལས་ (མེན) འཇུག་ཚུ་ལ།

དེ་དགག་པའི་སྐུ་ལ་འཁྲུག་པར། དེ་སྐྱེ་བའི་དགོ་པའི་བྱུང་པར་ཅིག་
ཡོད། དཔེ་འབདན།

ག་མེན་ (མོན)	ཆོས་མེན་བོད་མེན།
མ་མེན་མོ་མེན།	ཀྱུ་མེན་བོད་མེན།
ལྷ་མེན་འདྲེ་མེན།	ལྷ་ལྷ་འབྲི་དགོས་ཡོད།

ཚག་པོ་བ་མང་མ་གྱི་རིམ་དཀ

(.)

ཚག་འདི། གཏང་ཡིག་དང་། འབྲི་ཚམ། རོ་ཡིག་ལ་སོགས་པ་འབྲི་བའི་
སྐབས་ལྟ། མིང་གཞི། མིང་མཐའ། རྗེས་འཇུག་ལྟ་ནམ་དུའུ་ག་ར་གི་
མཐའ་མར་འབྲི་ཕྱོད་ཡོད། ཤད་འདི་དོན་ཚན་ག་ཡིན་མ་ ཚར་རེ་རྗེས་སུ་
ད་བ་སྟགས་འབྲི་ཕྱོད་མེད། དཔེ་འབདན།

མཛེས་པ་ལྟ་བུ་གྲུ་བའི་གཙུག་ལོར་ དཔལ་མི་དབང་མངའ་
བདག་ཟེན་པོ་ཆེའི་ ལྷ་ཆོ་ཞབས་པད་བརྟན་ཅིང་། ཆབ་
སྲིད་མངའ་ཐང་གོང་དུ་འཕེལ་བའི་ བླ་ཤིས་དང་མྱོན་
ལམ་ལྟོ། ། ལྷ་ལྷ།

དཔེ་ཆ་འི་འགྲེམ་སྟེང་ཆོག་མང་ཉུང་ག་ཅི་འབད་རུ་རྩིས་འཇུག་གི་མཐའ་མར། འད་མ་གཏོགས་ཆོག་རྩིས་འཇུག་ང་གཅིག་ལས་བཞུལ་མི་འཛོལ་ཡིན། ངའི་མཐའ་མར་འད་ཐོབ་དགོ་པའི་ཁྱེད་ལ། ངའི་མཐའ་མའི་ཆོག་དང་འད་གཅིག་ཁར་མཐུད་དེ་འགྲུལ་ད། པ་བཟུམ་ལུ་མཐོང་མ་ལས་དེ་སྤེམ་མི་མཐོང་ཞིའི་དོན་ལུ་ཆོག་རྒྱལ་པའི་ཁྱེད་ལ་དེ་ཡིན། དཔེ་ཆ་འབད་ན།

ཕན་པ་དང་བདེ་བའི་འབྲུང་གནས་གཅིག་ཕུན། རྒྱལ་བ་རྣམས་པའི་
སངས་རྒྱལ་གྱི་བརྟན་པ་འོན་པོ་ཆེ་དེ་ཡིན། དེ་གང་ལ་རྒྱ་ན། ལྟར་དང་
རྟོགས་པའི་བདག་ཉིད་ཅན། དེ་ཡིན་ཞིང་། དེ་རྩིས་ཏུ་མས་སུ་ལེན་

ཞེན། ལྷ་ཕྱེ་སྒྲོན་གསུམ་ལ་ཐོས་བསམ་དང་། རྟོགས་པ་བསྐྱབ་པ་གསུམ་
ལ་སྒོམ་སྒྱབ་བྱེད་དེ་ཉམས་སུ་སྒྲུང་དགོས་པ་དེ་ཡིན་ནོ། ། ལྟ་བུ།

དམིགས་བསལ་གྱི་ཁྲུང་མ།

ར་བཅས་ འབྲུག་ལྷགས་སྒྲུ་པའི་ནང་ ཡི་གུ་འབྲི་ལྷག་འབད་མི་ཚུ་གི་
རག་རྒྱན་ལྟ། ཀ་ལས་ཨ་ཚུན་གྱི་ཡི་གུ་ བཤད་པ་རྒྱབ་སྟོན་ཡོད་པ་མ་ཆད།
བྱད་པར་ར་མཐར་ཆག་ཐོབ་ཐངས་འདི་ལྟ། ར་རྒྱལ་ཅན་གྱིས་ཆག་ཅིག་
ཐོབ། ། ཟེར་བའི་ཁ་རྒྱན་བཞིན་དུ་འབྲིམ་ལས། དང་ཕྱི་ཁ་རྒྱན་དང་
བྱན་མི་ཉམས་ནི་དེ་དོན་ལྟ་བུ་གོད་པ་ཡིན།

ཤད་ཐོབ་ཚུལ།

(༡-༡༡-༡༡ །།)

ཤད་ཐོབ་ཚུལ་འདི་ལྟ། མིང་བཟུམ་གྱི་ཆོག་ཉུང་མ་ལྟ་ སྒྲུར་བསྐྱེད་མཐའ་
མར་ཤད་གཉིས་ བྱ་བྱད་མེད་པ་ལས་ ཤད་གཅིག་དང་། དེ་ཚུ་མཇུག་བསྐྱེད་
བའི་མཐའ་མར་ཤད་གཉིས་དང་ སྐབས་ཐོབ་དང་བསྐྱེད་ཏེ་བཞི་ཡང་
འཐོབ་ནི་ཡིན། དཔེ་འབདན།

དབྱར། དབྱིད། རྩོན། དགུན། ལྟ་བུལ།

དབར་རོ། དབྱིད་དོ། རྩོན་མོ། དགུན་མོ། ། ལྟ་བུ།

ཤར། རྩོ། ལྷག་ བྱར། ། ལྟ་བུལ།

ཤར་རོ། རྩོ་འོ། ལྷག་གོ། བྱར་དོ། ། ལྟ་བུ།

ཆོག་ལུ་ཐོབ་ཚུལ།

ཆོག་ལུ་ཆོགས་བཅད། ལྷག་པ། སྟོན་མ་ཟེར་གསུམ་ཡོད་ས་ལས་ ཆོགས་
བཅད་གྱི་སྐབས་ལྟ་ སྒྲུར་བསྐྱེད་པུད་ཡོད་མེད་དང་། ཆོག་རིང་ཐུང་ག་ཅི་
ཡིན་དུང་། ལ་ལོ་ལྟ་ཤད་གཅིག་ཐོབ་སྟོན་ཡང་ཡོད་དུང་། སྒྲུར་བྱང་རམ་
ཡོངས་གྲགས་ལྟ་ ཆོགས་བཅད་གྱི་མཐའ་མར་ཤད་གཉིས་དང་། ལེ་ལྟ་
དང་། རབ་བྱེད། བམ་པོ་ལ་སོགས་པའི་སྐབས་ཐོབ་གྱི་དོན་ཆུན་མང་ཉུང་
ག་ཅི་ཡིན་མ་རྟོགས་པའི་མཐའ་མར་ཤད་བཞི་འཐོབ་ནི་ཡིན། དཔེ་ཅམ་
ཅིག་འབདན།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ནི། །

དེ་ནི་རབ་རྩ་བྱེད་པ་དང་པོ་འོ། །།

ཤེས་རབ་གྱི་ལེ་ལྟ་སྟེ་དུག་པོ་འོ། །།

བམ་པོ་གཉིས་པའོ། །། ལྟ་བུ།

ཆོགས་བཅད་ཟེར་བའི་དོན་དག།

དེའི་སྒྲ་དོན་ལྟ་ ཀ་རི་ཀ་ཟེར་དུམ་བྱར་གཅོད་པའི་དོན་ཏེ། དཔེ་འབདན།
སྒྲ་དང་ཉིག་མའི་ཆོགས་བཟུམ་ཆུན་ཆུན་འབད་བཅད་ དེ་ཡོད་དོ་བཟུམ།
ཆོག་ལུ་ཡང་དེ་སྟེ་ཆོགས་སུ་བཅད་དེ་ཡོད་པ་ལས་ ཆོགས་བཅད་ཟེར་མ་ཡིན།