

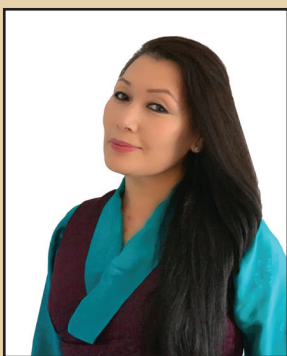
ཀོང་པོ་ཨ་མ་འབའ་ལྷུ།

(ཨ་མ་འབའ་ལྷུའི་མགིན་དབྱངས་ལས་བརྗོད་བའི་ཀོང་པོའི་སྐྱེ་སྐྱོད་ཀྱི་གཞས་ཚོག་གཅེས་བཅུས།)



ཕྱོགས་སྐྱིག་པ། རྗོས་རྒྱུར་གཞས་མ་ས་མཐོ་ཚེ་རིང་དབང་མོ།





BIOGRAPHY

Tsering Wangmo was born and brought up in a refugee camp in southern India. She studied traditional Tibetan music, dance and opera at the Tibetan Institute of Performing Arts in Dharamsala, India, and has performed in Europe, Asia, and throughout North America.

A tireless culture-bearer for Tibet, Tsering is the Artistic Director and a co-founder of Chaksam- pa Tibetan Dance & Opera Company. She is a former Vice-President and Cultural Coordinator for the Tibetan Association of Northern California, and a recipient of an ABC-TV Channel 7 “Profiles in Excellence” award for her contributions to the Bay Area community.

In 2011, Tsering produced “Choegyal Norsang,” the first full-scale Tibetan Opera to be performed in the United States, an event which inspired ex-TIPA members from across the United States to join Chaksampa,

Tsering immigrated to the United States in 1989 and lives in the San Francisco Bay Area.

བྲང་ཚྲོང་རྒྱན་པའི་སེམས་ཀྱི་ཚྲོང་འདུའི་ཆ་འཕྲིན།

-----མཁལ་པོ་ཀུན་གྱི་དངོས་བྱུང་བསོད་ནམས།

གཞས་མ་ཞིག་གིས་སོར་མོའི་འདུ་བྱེད་ཀྱིས།
 བར་དུ་བསྐྱུན་པའི་གཞས་ཚིག་དོ་རིང་འདིར།
 ཁོ་བོས་ལྷག་བསམ་ཚོལ་མེད་བསྐྱུགས་བརྗོད་དང།
 མ་བཙོས་ཅེན་པའི་གདུང་དབྱེད་ཁྱེད་ལ་སྤྲིངས།

སོལ་རྒྱུན་གཞས་ཚིག་བདུད་ཅིའི་ཉིང་ཁུ་བཅུད།
 གངས་ཅན་མ་པམ་གཡུ་མཚོའི་བྱ་རྒྱུ་བཞེན།
 ལེགས་བཤད་དབྱེད་ཀྱིས་རྒྱུན་པའི་མ་ས་ནས།
 མགྲིན་ལག་རྒྱུད་གི་ཞེ་མདངས་དཀར་པོར་སྟེར།

ཐོན་མེའི་བད་སྟོན་རིག་གཞུང་གཞས་སུ་སྟེན།
 བྱུང་ཆེན་ལྷགས་ཟམ་ལྷག་རྒྱུན་རྫོས་གར་ལ།
 བཅེ་ཞེན་འདྲེན་པའི་དུང་རྒྱ་དཔལ་དུ་འཛིན།
 དབྱེད་ཅན་ལྷ་མོའི་མགྲིན་བཟང་ཉེ་བར་འཕྲུང།

རིག་གཞས་སྤྱི་དང་ཡང་སྟོས་རྫོས་གར་ཐད།
 ཞེན་དཀར་མཁྲེན་དཔྱོད་གོམ་སྟེན་དལ་འཛེགས་ནས།
 རྣམ་མང་ཤེས་བྱར་ཉེར་འཕྲུད་དཔལ་ལ་འགྲུབ།
 སྟེན་འགྱུར་དག་གི་མགྲིན་བཟང་རྒྱུན་དུ་ཤོམས།

རང་རེའི་མེས་པོའི་གོམས་གཤེས་བཟང་པོ་དང་།
ཕ་ཕྱུས་བྱ་འཛིན་ཡ་རབས་ཕྱག་རྒྱུན་སྲོལ།
མ་འོངས་གསར་སྐྱེས་དག་ལ་བན་པའི་བྱིར།
གཞས་ཚིག་སྣ་འཛོམས་ལེགས་སྐྱེས་གཅིག་ཏུ་འབྲམས།

སྤྱན་སྐྱོངས་ཀོང་པོའི་སྲོལ་བཟང་སྟོང་གི་འོར།
རྒྱུན་བསྐྱོངས་གཞས་ཚིག་སྤྱན་འཛེབས་ཆར་དུ་བསྐྱེལ།
རེ་ལྟོས་སྤྱན་འགྲུར་གླིང་བུའི་སྐྱ་དབྱངས་དེས།
དད་གཉེར་ཐོས་འཛིན་འདབ་མའི་དབྱིད་དུ་གྲུབ།

ཀོང་པོའི་གཞས་ཚིག་ཕྱག་དཔེའི་བུམ་བཟང་ལས།
སྲོལ་རྒྱུན་སྤྱན་འགྲུར་འཕོས་པའི་སྤྱན་གྱི་ཆབ།
ཚིག་རྒྱུན་སྣ་ཚོགས་ཐེགས་པ་རབ་ཏུ་རྒྱས།
དད་གཉེར་སྐྱོངས་པའི་ནད་ཡམས་འབྲལ་དུ་གསོས།

ཕུལ་བུང་རྩལ་དགུ་རྫོགས་པའི་གཞས་མ་མཚོག།
དང་རབས་བྱུག་རྩལ་དམར་སེར་མ་བྱུགས་ཤིང་།
མེ་ཉོག་སྐྱེག་མའི་མཚར་སྐྱུག་མ་བརྒྱས་པར།
གཞོན་ཏུ་ཟླ་མེད་སྐྱེག་འཆང་དཔལ་ལ་བརྗེད།

དབྱངས་ཅན་ལྷ་མོའི་མགྲིན་བཟང་མ་འགྲན་ཡང་།
སྤྱན་སྐྱེས་དག་གི་འགྲུར་ཁྱགས་ཁོང་ལས་ལྷག།

ཡན་ལག་མཚོག་མའི་སྐྱེག་འགོས་ཡོམ་ཡོམ་དང་།
གནས་བྱེད་སྐར་མའི་ཚོགས་ལས་དཔལ་དུ་བཞད།

དེའི་ཕྱིར་གཞས་མའི་འཇུག་བརྒྱུ་ལོམས་བ་དེར།
གནའ་དེང་ཤེས་བྱའི་དེ་བསྐྱེད་ཕྱོགས་བྱུང་བས།
སྐྱེག་འཛིན་གདོང་མཁན་མིང་ཅན་ཏུ་བ་གཅིག་གིས།
འཇུངས་བས་ཁོ་ལག་ཡོངས་སུ་ཚོར་སྐྱེན་རྒྱས།

ཀོང་ཡུལ་སོལ་རྒྱན་སྐྱེ་ཅལ་དལ་འབབ་གྲང་།
གཞས་དེབ་མ་དོས་མཚོ་དུ་ལེགས་འབྲིལ་བའི།
མ་མད་བྱེད་དུ་འབྲེལ་བའི་རྣམ་དཔྱོད་ལས།
འབྲུང་འགྲུར་ལོ་རྒྱུས་ཁོད་དུ་དོ་རིང་བཅུགས།

ཁོ་བོའི་ཀོང་པོའི་གཞས་ཚོག་ཕྱག་དཔེ་འདིར།
དད་གཉེར་དགེས་པའི་འཇུག་མདངས་དབྱངས་ཀྱི་ཆར།
ལེགས་སྐྱེས་ཆ་འཕྲིན་གསར་པའི་ཆེད་བརྗོད་ཚོམས།
གདོང་མཁན་སྟོན་པའི་ཡིས་མགྲིན་ནས་བརྗོད།

ཚན་སྒྲིང་།

བོད་ནི་སྤྱི་གར་གྱི་རྒྱ་མཚོ་ཡིན་ཞེས་སྤར་རྒྱན་བཤད་སོལ་ཡོད་པ་ལྟར་རང་རེ་བོད་ཀྱི་ཡུལ་
 ཏུ་ངག་ནས་སྤྱི་སྤྱོད་ཤིང་ལུས་ཀྱིས་གར་བྱེད་པའི་སྤྱོད་གར་འབྲེལ་སོལ་ནི་བོད་བཅོམ་པའི་སྐབས་
 ཀྱི་མགུར་སྤྱི་སོགས་མ་དར་བའི་གོང་རོལ་ཞིག་ནས་དར་ཁབ་ཡོད་པར་སྤར་ཞིག་ སྤྱིས་སུ་དུས་
 རབས་བཅོམ་པའི་ནང་གྲུབ་ཆེན་ཐང་སྤོང་རྒྱལ་པོས་ལྷགས་ཟམ་གསར་འཛུགས་ཀྱི་མཐུན་རྐྱེན་
 འཚོལ་སྤྱོད་ཆེད་ཨ་ལྷོ་ལྷོ་མོའི་སྤྱོད་གར་འབྲེལ་སྤོང་གསར་གཏོད་མཛད་པ་ནས་བཟུང་བོད་ཡུལ་
 སྤོང་སྤྱད་བར་གསུམ་དུ་ཉ་ཅང་དར་ཁབ་ཆེན་པོ་བྱུང་བར་སྤང་། དེའི་ཕྱིར་བོད་ནི་ཚོས་སྤྱན་ཞིང་
 ཁམས་ཡིན། མ་ཞིའི་དབྱངས་རྟ་ལེན་པའི་མི་རིགས། བོད་མི་རིགས་ནི་སྤྱི་གར་གྱི་རྒྱ་མཚོ་ཞེས་
 གྲགས་པ་ལྟར་ཁ་བ་གངས་ཅན་པའི་སྤོང་སྤྱད་བར་གསུམ་གྱི་ཡུལ་གྱུ་སོ་སོར་རྣམ་པ་དང་ཁྱད་
 ཚོས་མི་འདྲ་བའི་བོད་གཞུང་། གར་དང་འགས་སོགས་ཀྱིས་སློ་ཀུན་ནས་སྤྱོད་པའི་མི་རིགས་
 འིག་ཡིན་ལ། ཞིང་འབྲོག་གི་སོ་སོའི་མཚོན་པའི་སྤྱི་གར་བོད་གསུམ་སོགས་མི་འདྲ་བ་ཉ་ཅང་མང་
 ཞིག་དེ་བཞིན་དུ་ལ་ཁའི་རྗེ་སྤྱད་དང་ཞིང་པའི་གྲང་སྤྱུ། མོ་མོའི་མཛའ་སྤྱུ། ལྷ་མའི་མགུལ་སྤྱི་སོགས་
 ཉ་ཅང་སྤྱན་སུམ་ཚོགས་པའི་གཏོང་དམར་གངས་ཅན་པའི་སྤྱི་གར་ལ་རོལ་བའི་མི་རིགས་འིག་
 ཡིན་ཟེར་ན་ཡང་ཚོགས་པ་སྣམ། ཡིན་ན་ཡང་གུས་མོ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༧ ལོར་གྲུང་གསལ་དང་བསྐྱེད་རྒྱ་
 གར་དུ་གཉེན་འཕྲད་དུ་སྤྱིན་པའི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་དུ་སེམས་སུ་འགོག་དུ་མེད་པའི་ཚོར་བ་མངར་
 སྤྱར་འབྲེལ་མའི་སེམས་འཚབ་ཀྱི་འཆར་སློ་ཞིག་བྱུང་། རྒྱ་མཚན་ནི་སྤོང་ཕྱོག་རྣམས་རབས་པའི་
 སྤྱོད་རྒྱུན་བཟང་པོ་དེ་རིམ་བཞིན་ཉམས་པ་དང་། གུས་མོའི་པ་མ་སོགས་ཀྱིས་ལོ་གསར་སྐབས་
 སུ་སྤྱི་གཞུང་དང་ཞབས་བོ་སོགས་བཏང་པའི་ལུགས་སོལ་བཟང་པོ་ཡོད། དེའི་ཕྱིར་གུས་མོ་ཡང་
 རྣམས་རབས་རྣམས་ཀྱི་སྤྱི་གར་ལ་དགའ་ཞེན་དང་པ་མའི་བརྒྱུད་ཁྲིད་ཀྱི་བག་ཆགས་བཟང་པོ་ཞིག་
 རང་བཞིན་སྤོང་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱི་གར་ལ་ཉ་ཅང་དགའ་ཞེན་ཆེན་པོ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར། རེད་དེ་དེང་སང་
 གི་སྤྱི་ཚོགས་སུ་རྣམས་རབས་པ་རིམ་བཞིན་རྗོགས་ལ་ཉེ་བ་དང་གཞིན་སྤྱོད་ཚོས་བོད་ཀྱི་ཐུན་

མིན་གྱི་རིག་གཞུང་ལ་དགའ་ཞེན་དེ་ཅམ་མེད་པ་མ་ཟད་བོད་ཀྱི་སྐྱ་གར་གྱི་ནི། སྟན་པའི་མེ་ལོང་
 ལས། སྐྱེག་དང་རོལ་དང་སྟབས་ལ་སོགས། །བལྟ་བའི་དོན་ཡིན་ཅིག་ཤོས་ཀྱང་། །མཉན་པར་
 བྱ་བ་ཉིད་ཅེས་པ། །འདི་ཡང་ལུགས་གཉིས་དག་ཏུ་བརྗོད། །ཅེས་གསུངས་པ་དང་། ལྗོས་གར་
 གྱི་སྐབས་ལུས་དག་ཡིད་གསུམ་གྱི་ཉམས་འགྱུར་རྗེ་ལྟར་སྟོན་པའི་ཚུལ་ནི། དགའ་བ་སོགས་
 སེམས་གྱི་ཁྱད་པར་ལས་བྱུང་བའི་རྣམ་གངས་གཅོ་ཆེ་བའི་སྐྱ་ཅལ ༩༩ དང་། སྟན་པའི་རང་
 བཞིན་དང་ལྡན་པ་སོགས་ཚིག་དོན་དབྱངས་གསུམ་གྱི་རྣམ་གངས་གྱི་སྐྱ་ཅལ ༩༩ དང་། སྐྱེག་
 པ་དང་སྐྱེག་པའི་སྐྱེག་པ་སོགས་ལུས་ཀྱི་གར་སྟབས་གྱི་རྣམ་གངས་གྱི་སྐྱ་ཅལ ༡༩༣། ཞི་བའི་
 ཀྱང་ལག་གི་སྟབས་མེ་དོག་མ་སོགས་ལུས་ཀྱི་གར་སྟབས་གྱི་ཁྱད་པར་སྐྱ་ཅལ ༢༣། སྐྱེག་པའི་
 དབྱ་རྒྱན་སོགས་མཛེས་བྱེད་རྒྱན་ཆའི་རྣམ་གངས་གྱི་སྐྱ་ཅལ ༡༩༠ ཅམ། སྐྱེག་པའི་ཤོས་སོགས་
 འཁྲབ་ཤོས་གྱི་རྣམ་གངས་གྱི་སྐྱ་ཅལ ༤། སྐྱེག་པའི་བཞིན་མདངས་སོགས་བཞིན་མདངས་གྱི་
 རྣམ་གངས་གྱི་སྐྱ་ཅལ ༩། རོལ་མོ་དང་སྐབ་ཆའི་སྟོར་སོགས་རོལ་མོའི་རྣམ་གངས་གྱི་སྐྱ་ཅལ་
 ༡༢། གསེར་འཁོར་སོགས་ཕྱག་མཚན་གྱི་རྣམ་གངས་ཚན་པའི་སྐྱ་ཅལ་ ༤། གངས་གནས་ལ་
 དཔག་སྟེ་གཟུགས་ལ་ལགས་དང་བྱུང་ལ་བཟུ་ཤིས་སོགས་འབྲུད་རྒྱུད་དཔོལ་གསུམ་གྱི་རྣམ་
 གངས་ཚན་པའི་སྐྱ་ཅལ་ ༤ བཅས་གྱི་རྣམ་གཞག་རྒྱས་པར་གསུངས་པ་རྣམས་བཅན་ཤོལ་སྤྱི་
 ཚོགས་སུ་བོད་ཀྱི་ཐུན་མིན་གྱི་ལྗོས་གར་གྱི་རིག་གཞུང་སྤར་གྱི་རྒྱན་ཉམས་ཆག་འགོ་སྤྱིས་
 བཞིན། གུས་མོས་སེམས་སུ་མ་བཟོད་ནས་བོད་ཀྱི་སྟོལ་རྒྱན་གྱི་ལྗོས་གར་གྱི་རིག་གཞུང་འདི་
 མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་སྤྱིར་དུ་ཨ་མ་འབའ་ལུའི་དྲན་པ་ནང་ཡོད་པའི་དག་རྒྱན་གྱི་སྐྱ་གཞས་གཅོའི་
 དུལ་ལུང་གི་བཤད་སྟོལ་སོགས་གཞས་ཚིག་འཚོལ་ཞིབ་དང་ཐར་ཐོར་ཡོད་པ་རྣམས་སྤྱད་རུབ་
 གྱི་བྱེད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་གུས་མོས་ཉེ་གོང་པོ་ཨ་མ་འབའ་ལུ། །ཞེས་པའི་དེབ་འདི་འཚོལ་ཞིབ་
 སྐབས་སུ་སྤྱི་བར་གསུམ་རྒྱབ་སྟོར་དང་རམ་འདེགས་གནང་མཁན། ལྷ་ཁ་མཐོ་སྟོབ་གྱི་སྟོབ་
 དགོ་མཁས་དབང་ལེ་འཛིན་མེད་དབང་རྒྱལ་ལགས་དང་། བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་མཁན་པོ་
 ཀམ་འབྲུག་དངོས་གྲུབ་བསོད་ནམས་ལགས་དང་། གུས་མོའི་ཨ་མ་འབའ་ལུ་ལགས། ཨ་མ་ཀུན་

དགའ་རྒྱལ་མཚན་ལགས། གྲུས་མོའི་སྤྱན་མཚེད་སློ་བཟང་ཚོས་ལྷན་ལགས། ཀོང་པོ་ལྷང་ར་ཨ་
 ཅག་དབྱངས་ཅན་ལགས། ཨ་དར་བསོད་ནམས་ཕུན་ཚོགས་ལགས། ཉང་ཁ་ལུང་སྤང་བ་གོམ་
 འབར་བསོད་ནམས་བཟ་ཤེས། ཀོང་པོ་རིག་གཞུང་བདེ་དོན་ཚོགས་པ་དང་དེའི་ཚོགས་གཞོན་
 ཨ་དར་ལྷན་གྲུབ་ལགས། དཔལ་མོ་ཐང་འཕྲིན་ཚོགས་དང་དེའི་ནང་དུ་བཞུགས་པའི་ཀོང་པོའི་
 གནའ་རབས་གཞས་སྣ་སྒྲུ་རྩལ་ལ་གདུང་ཞེན་ཤིན་ཏུ་ཟབ་པའི་གཞས་པ་དང་གཞས་མ་ལྷན་
 རྒྱས་དང་། (ACTA) art ཨེ་ལའ་ཡི་ཨེན་སི། ཀ་ལོ་ཕོར་ཉི་ཡ། གར་འི་ཤེན་ལ། ཨར་གྱི་
 ཞེས་པའི་ཚོགས་པ་བཅས་ཀྱིས་ཐུགས་འཁུར་གཙོ་བོ་བཞེས་གནང་བར་གྲུས་མོས་བཀའ་དྲིན་ལྷོ་
 མེད་ཆེ་ལྷོ་བ་དང་ཆབས་ཅིག་གྲུས་མོའི་རེ་བ་ལ་མ་འོངས་པར་ང་ཚོའི་རིག་གཞུང་བཟང་པོ་འདི་
 མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ། རོ་སྤང་གནང་མཁན་ཚང་མར་སྤྲིང་ཐག་བ་ནས་རྗེས་སུ་
 ཡི་རང་དང་དགའ་བསྟུ་ལྷན་ལེན།

ཨ་རི་རྒྱལ་ས་སེན་སེན་སི་ཀོ་ནས་གྲུས་མོ་གཞས་མ་ས་མཐོ་ཆེ་རིང་དབང་མོ་ནས་སྤྱི་ལོ་
 ༢༠༡༤ ལོའི་ཟླ་བ་ ༤ པའི་ཚེས་ ༡༡ ཉིན་བཟང་པོར་ལུལ།

Thank you :

Scholar Geshey Beri Jigme Wangyal
Members of parliament Khenpo Kada Ngedup sonam

Adha Tsering Tashi
Adha Kalsang Dorjee

Adha Lhundup
Late Adha Sonam Phuntsok

Carol Keslar

My brother Chime Gyamtso(Lobsang Choeden)

My brother in-law Tenzin Dhonyo Aji Yangchen Changra
Alliance of California traditional Arts. (ACTA) San Francisco.

www.actaonline.org

Chaksampa Tibetan Dance and Opera Company San Francisco

www.chaksampa.org.

Tibetan Institute of performing arts

www.tibetanart.com

My mother Ama Bhalu



I dedicate this book to my beloved late father, whose inspiration still spurs and lives in me, and to my beloved mother whose patience and good memory helped me accomplish this task.

When I was a young girl, my parents used to take me along to witness a variety of traditional Tibetan folk dances performed by elderly Tibetans in the camps, on occasion of Tibetan New year & other festivals. Dances used to go on for days & nights. Watching these folk lore used to enthralled me .The melodies of folk lore, gaiety, grace of folk dance imprinted in me such a deep impression at that impressionable age, which I belief, invoked the artist in me.

As I grew up, I joined them by holding their hands and following their movements, learning through observation, without formal teaching at that stage.

My late father loved to sing and dance, and was highly appreciated by the community for his energy. My mother is also a great singer and was a graceful dancer in those golden years. Their interest in music & dance moulded me into the artist I am. This legacy has led me to research these almost lost songs which my mother learned orally while following the footsteps of her elders, either during the work they did in the fields, as well as in Losar- Tibetan new year.

The inspiration to record them arose in the year 2000, when after a trip to my community in India, I became aware that only a few elders remained who could sing and dance these songs, and those who could, were quickly passing away.

It's hard to realize that younger generations no longer have the spirit of mirth and dedication that is needed to continue the transmission of

these colorful traditional cultural performances.

I was determined not to allow such powerful traditions to die. So when I returned to the States, I brought a tiny part of the elder community whom I lived with during my growing years. They came to the Presidio of San Francisco and performed traditional Tibetan dances on the occasion of Losar. Through these performances, they were able to invoke interest the Kongpo youth about Their culture. Now these youngsters are able to learn their stories, songs, and dances as well as their essence and meanings. They continue to perform in their own community such as India, Canada, Switzerland and USA.

I wrote down the lyrics of these songs according to my mother's memory. She had no formal education, and no opportunity to go to school, so this book is documented from my mother's memory only.

Through writing this book and recording this CD of the elders singing in their own voice, I feel a great sense of accomplishment in preserving Kongpo folk dances in the name of Tradition. I hope this effort will act as torch bearer to the younger generation both Tibetans and non Tibetans who are interested all over the world.

As His Holiness the Dalai Lama has often stated, we as Tibetans have an extra responsibility to keep our culture and identity alive. I feel immensely gratified that my dream has ultimately taken shape to keep kongpo folk lore alive.

Tibet has a wide variety of rich cultural tradition, and when we express it in all of it's grace, color, and richness, we create the most beautiful Tibetan mosaic!

དཀར་ཆག

རྒྱུང་ཡིང་ནས་སྤུལ་བའི་འཚམས་འབྲིན། III

བྲང་སྲོང་ཀུན་པོའི་སེམས་ཀྱི་ཚོར་འདུའི་ཆ་འབྲིན། V

སྲོན་སྦྱང་། IX

བོད་ཀྱི་ཀོང་པོའི་ལྷ་རབས་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྟུན། 1

ཀོང་པོའི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྟུན། 5

ཀོང་ཁུལ་གྱི་ཅ་ཆའི་གནས་ཡི་ཁག་གི་མཚན་བྲང་མདོར་བསྟུན། 9

རིས་མེད་སྦྱེས་ཆེན་རྣམས་ཀྱི་མཚན་བྲང་མདོར་བསྟུན། 17

བོད་ཀྱི་ཀོང་པོ་ས་ཁུལ་གྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་གཞས་ཆེག་ཁག་ 37

 དང་པོ་ཀོང་པོའི་བོད་རིགས། 37

 གཉེས་པ་ཀོང་པོའི་སྤྱི་རིགས། 38

 གསུམ་པ་ཀོང་པོའི་ཚོ་སང་ཞབས་སྲོའི་རིགས། 39

དང་པོ། ཀོང་པོ་བོད་རིགས། 40

 འཇགས་བརྒྱུང་། 40

 བོ་ཡི་ལམ་མོ་གཡར་བ། 40

 རྫོག་ས། 41

 མཚོད་པ་བོ་དངོས། 43

 དང་པོ་དེ་ཆས་ས་ལས་ཡལ་བ། (༡) 44

དང་པོ་དེ་མཚོན་ས་ལས་ཡག་ཤག(༩).....	45
མཚོན་སྟོ་པོ།	46
དེ་རྒྱལ་ལྷན་པོ།	47
རང་ཚོ་ལྷང་པའི་སྤྱ་ལ།	48
དེན་ཚེན་བྱམ་པ་བཞེངས་པ།	49
ཚོས་འཁོར་ལྷ་ས་རྒྱལ་པའི་ས་ཆ་ཡག་ཤག	50
ཚོས་འཁོར་ལྷ་ས་སྣན་གྲགས་ཆེ།	51
ཚོས་འཁོར་ལྷ་ས་ཚོས་ལ་འགོ་གྱི་ཟེང།	52
ཚོས་འཁོར་ལྷ་ས་རྒྱལ་དེ་ལ་གཟིགས་དང་།	52
ཚོས་འཁོར་ལྷ་ས་མ་བྱ་བེད་ཡོད།	53
ཞེ་བ་གསེར་ཁལ་བརྒྱ་དང་བརྒྱད་ཅུ།	54
ཚོས་འཁོར་ལྷ་སར་ཨེ་འགོ(༡).....	54
ཚོས་འཁོར་ལྷ་ས་སྤྱོད་ལ་ཨེ་འགོ(༩).....	55
ཚོས་འཁོར་ལྷ་སར་ཞབས་མོ་རྒྱལ་ལ་གྱིན།	56
ཡག་སྟོ་ཡག་ལ།	56
གངས་སྟོན་མཚོན་པོ།	57
ཚོན་ལྷན་ལྷ་མ།	59
ལྷ་མ་བཟང་པོ།	59
ཤར་སྟོ་བྱུ་བྱང་།	59

གྲུང་དཀར་པོ།60

དཔེ་རྒྱན་གྱི་རི་པོ།61

བཀྲ་ཤིས་ལུང་བའི་སྤྲ་ལ།61

ཉི་ཟླ་སྐར་གསུམ།62

སྤེང་འོག་བར་གསུམ།63

འབྲུལ་ལེགས་ཞབས་རྒྱ།63

འཕྲོང་རྒྱུང་།65

དབྲུང་གསུམ་མཚོ།67

ཡུལ་སྦྱིད་པོ།68

སྤྱན་གསུམ་པོ།68

ལྷ་ཚོས་བྲུས་པ།69

ཉི་མ་ཟླ་བ་བཞོད་གཅིག་བརྒྱབ།70

ཚོས་རྒྱལ་ལོར་བཟང་།71

ཨ་ཅེ་སྐལ་སྐལ་བྱ་ཁྲིད།71

ཨ་ཅེ་སྤྲ་འཛོམས་བྱ་ཁྲིད།72

གནས་ཆེན་པོ་རྒྱ་ལ།72

དཀར་པོའི་གནས་སྐོ་ལས་གསལ།73

ཉི་མ་སྤྲ་རྒྱུ་ལོགས་ལ།73

དགའ་སྦྱིད་པའི་པོ།74

ཕུ་ལ་ཆགས་ཚུལ་ཡག་པོ།	74
གནས་ཆེན་གནས་ཚུང་།	75
མེ་ཉོག་པད་མ།	75
སྐྱེ་བ་གཅིག་ཡོད་ཚོགས།	76
སྤང་གཞོན་མ་ལ།	77
རི་མོ་གནས་སྐྱབས་འབར་བ། (ཉ)	77
རི་མོ་གནས་སྐྱབས་འབར་བ། (མ)	78
སྤྲིད་པ་ཆགས་པའི་གངས་རྒྱུད།	79
འབྲས་སྤུངས་རྒྱབ་རི།	80
རང་བྱུང་མཚོད་རྟེན།	80
གངས་རི་ཤེས་ཀྱི་བྱམ་པ།	81
ཉི་མ་མ་ཤར་གོང་ལ།	82
ཞི་བ་བཟང་པོ།	82
བྱ་དེ་ཕུག་རོན་མ་རྒྱུ།	83
གཉིས་པ། གོང་མོའི་སྐོར་སྐོར་སྐྱེར་བཏང་གི་མོའི་རིགས།	84
ཚོགས་བཞེངས་པའི་པོ།	84
ཕུ་དེ་ལ་འཇའ་ཡི་གུར་ཁང་ཕུབ་ཡོད།	85
ཤིང་ཅན་སྤོང་པོར་མཁའ་འགོ་སྐྱབ་གསུམ་འཁོར་ཡོད།	86
མེ་ཉོག་སྐྱེས་པའི་ཨ་མ།	87

པ་ལ་བཟང་གི་སྐྱུལ་སྐྱུ། 88

བསང་བཏང་བའི་ལོ། 89

རི་ཚུ་ཤིང་གསུམ་གྱི་བཤད་པ། 91

གསེར་གྱི་རྩ་བའི་ནང་གི་མེ་ཉོག། 92

འཇའ་ཚོན་དགོན་པ་མ་རྒྱག་དགོན་པ་རྒྱག། 93

འཇའ་ཚོན་དགོན་པ། 94

རི་མོའི་རི་བྱང། (རི་བྱང་ནི་རི་གདོང་ཞེས་པའི་དོན།) 95

ཨ་ཁུ་བསྟན་པའི་སྐྱུ་ལུས་མ་བྱ་འབྲ། 96

ཚོང་དཔོན་ཚོང་སྤྲུག (1) 96

ཚོང་དཔོན་ཚོང་སྤྲུག (2) 97

གསོམ་ལོ་གདུང་ལོ་མེ་ལོ་གསུམ། 97

སུ་ཡི་དགོན་ཚེན་ཁ་མོ། 98

ཡབ་གྱི་མིང་ལ་དགུང་སངས་མཐོན་པོ་ཟེང། 98

གདན་ས་མཐེལ་ལ། 99

བསོད་ནམས་ལས་གྱི་སྣ་རྩ། 99

ལྷ་མ་བཟང་པོ་ཁོང་ལ་འགྱུར་བ་མེད། 100

སྦྱིད་པོ་སྣ་ལུལ་ལ་བསང་བཏང་བ། 101

འོར་བུ་རི་ཡི་རྩེ་མོ་ལ་གཟིགས་དང། 102

ཉི་མ་སུ་རྩྱའི་ལོགས་ལ་བྲག་ལ་ཞབས་རྗེས་བཞག། 103

ཚོས་འཁོར་ལྷ་སའི་རྒྱབ་རི་ལ་གཟིགས།	104
སྒྲོ་ས་གཅིག་ལེན་བ།	105
ལྷ་མ་བཟང་པོ་འཇུངས་ས་གར་བ་ཡིན་པ་ཤོད་ཤོག།	106
ཚོགས་པོ་ཞི་བ་འདི་ལས་བཟང་དྲག་ལ།	107
གངས་སྟོད་ཕྱོགས་ལ་སྦྱན་རས་ཀྱིས་བཙའ།	110
དཔག་བསམ་ཤིང་དེ་རྒྱང་གི་ས་ལ་སྦྱེས་ཡོད།	110
ཚོས་འཁོར་སྤིང་སར་དགའ་བའི་ནམ་མཁའ་གསལ།	111
གནམ་སྟོན་པོ་ཡར་ལ་བལྟས་བས་ཡབ་ཆེན་ཨ་པ་མཇུག་བྱུང།	113
བཟ་ཤིས་ལོ་ཡག་.....	114
བཟ་ཤིས།	116
གཡང་འགྲུགས།	118
ཉ་བཤད་ལོག་བོ་དུས་ལ་ཐེབས།	119
གསུམ་པ། ཀོང་པོའི་ཤུབ་ལུང་(སྲང་ལམ།) བོ་རྩུང་ངམ་གཏུག་བོའི་སྐོར།	122
ཨ་ཅེ་སྤང་སའི་རྣམ་ཐར་བཞུགས་སོ།	122
ཨ་ཅེ་སྤང་སའི་རྣམ་ཐར་བཞུགས་སོ།	124
འདས་ལོག་སྤང་ས་འོད་འབྱུང།	127
ཨ་ཅེ་སྤང་སའི་རྣམ་ཐར་བཞུགས་སོ།	128
མ་བྱའི་བོ་རྩུང།	129
མཚོད་བ་གཅིག་དང་པོ།	130

ཤོག་དཀར་ཤོག་ནག་ཤོག་མེར་གསུམ།130

མུ་མོ་ལྷ་ཡི་བཤད་པ།131

མོད་ཀྱི་རི་དེ་བྱ་རུ་རི་མོ་དང་འབྲེལ་དུ།131

རི་མགོ་མཐོན་པོ།132

ཡར་ལུང་གུ་བསུ་ལྷ་ཁང།132

ལྷུང་གི་གཤོག་པ།133

ཉི་མ་ལྷ་བ་རླུང་བའི་མཁར་ར་འབྲ།133

ཤིང་ཚན་ལྗོངས་པོ།134

མཐོན་པོ་གནམ་ལ་སྐྱེས་ཀ་བཅུ་གས།135

སྐོ་མོ་ཉག་ཉག་བཏང་བ།135

གུ་ལམ་གོང་མ་འོག་མ་བར་མ་གསུམ།136

ཉི་མ་ཤར་སྐོ་གླིང།136

ཡར་གྱི་གངས་སྐོད་ཕྱོགས་ལ།137

ལྷ་འཇམ་དབྱེངས་ལུའི་ཉི་ཟེང།137

ཞིང་ཁ་བཏབ་པའི་མོ།138

རྒྱ་ནག་ཞིང་མོ་ཆེ་ལ་ཞིང་ཅིག་མོ།138

ལྷ་སྐྱེན་བཤད་པ།140

ལྷ་སྐྱེན་མཚོད་པ།141

ལྷ་སའི་སྐོར་ལམ།142

ལྷ་བ་རྒྱུང་དཀར་རི་ཡི་མར་ནང་ལ།143

རྒྱ་ནག་རྒྱ་ཤིང་མ་བཅུ་གས།144

མྱིང་དབལ་ལྷན་ལུལ།145

མདའ་མོ་གསེར་རྒྱ།146

མཇལ་དར་དཀར་པོ།146

རྗེ་བཅུ་མི་ལའི་རྣམ་ཐར།146

མཁའ་འགྲོ་ཆེན་གཞོན་གསུམ།(༡)148

མཁའ་འགྲོ་ཆེན་གཞོན་གསུམ།(༢)ལུ་ལུང་(སྲང་ལམ) བོ་གཏུང་།148

གཡུ་ལོ་རྒྱུ་ལ་ལ།149

བོན་རི་མཚོན་པོ་མཇལ་བྱུང་།150

བོད་ཀྱི་རི་སྒྲ་བཞི་ཡི་བཤད་པ།150

བོད་ཀྱི་ཐང་ཆེན་བཞི་ཡི་བཤད་པ་ཡོད།150

བེལ་མོའི་རྩ་བ་བཞི་ཡི་བཤད་པ་ཡོད།(བེལ་ནི་བེའུ་མིང་།)151

མིག་རྒྱུང་ལ་བ་བཞི་ཡི་བཤད་པ་ཡོད།151

བོད་ཀྱི་མདོ་ཆེན་བཞི་ཡི་བཤད་པ་ཡོད།(དར་བཤད།)151

ཐང་དེ་བསྐྱེད་ཐང་ལ་རྒྱུང་དང་ཞུ་མོའི་ཅེ་མོ་ཅེད་པ།152

རི་བའི་བུ་མོ།153

གསེར་གྱི་བང་ཁྲི་སྟེང་ལ།153

རྩ་བཤད་རྩ་ལང་ལང་སི་ལང་།153

ཀྱི་ལ་ཉ་དཀར།155

གསེར་གྱི་ཟམ་པའི་སྤྲེང་ལ།155

མ་བྱ་ཁྱ་བྱ་ག་ཞེ་ཙོ་གསུམ།156

རབ་བརྟན་བཞི་ཡི་བཤད་པ།157

མ་མཐོང་བཞི་ཡི་བཤད་པ།158

མཚོད་པ་བཞི་ཡི་བཤད་པ་ཡོད།158

ཟམ་ཆེན་བཞི་ཡི་བཤད་པ་ཡོད།159

རྩ་ཙོ་རྣམ་པ་བཞི་ཡི་བཤད་པ་ཡོད།160

གངས་ཀྱི་དཀར་པོའི་སྒོ་ལྷགས།160

རྫོང་ཁ་བཞི་ཡི་བཤད་པ་ཡོད།161

བོད་གྱི་གནས་ཆེན་གསུམ་གྱི་བཤད་པ་ཡོད།162

ཀྱི་ནག་གནས་ཆེན་གསུམ་གྱི་རྣམ་ཐར་ཡོད།163

མེད་པ་བཞི་ཡི་བཤད་པ་ཡོད།163

མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་ཐར་ཡོད།164

དུགས་པོ་རོང་གི་རོང་བཤད།166

གངས་སྒོད་མཐོན་པོ།167

སྒོ་ལྷགས་དང་ལྗེ་མིག་གི་བཤད་པ།167

རྩོ་སྒྲ་དགུ་ཡི་བཤད་པ་ཡོད།168

བཞི་པ། ཀོང་མོའི་སྤྱི་འདུན་རིག་པ།	170
གཅིག་གནས་སྡོན་པོ་ཁ་ཞེང་ཆེ།(༡).....	170
གནས་སྡོན་པོ་ཁ་ཞེང་ཆེ།(༢).....	171
སྐ་མ་བཟང་པོ་ཚོས་འཁོར་སྤིང་ལ་བཞུགས་དོགས་མེད།	171
མེ་ཉོག་དང་རང་སེམས།	172
སྐ་མ་མ་མེབས་གོང་ལ་གསེར་ཁྲི་རྒྱག་ནས་བཞག།.....	173
གཡུ་མ་ལས་མོ་ལག་པ།	174
དགུང་སངས་མཐོན་པོ།	175
ལྷ་ས་ལ་སྤེལ་པ།	175
གཞས་ཀྱི་སྐོ་མོ་དགུང་སངས་ཡར་ལ།	176
གསེར་རྒྱ་ལྷག་ན་དོ་རྗེ།	178
གོས་ཆེན་ལག་མོ།	178
གསེར་ཁྲི་སྤོང་ལ་གསེར་བྱ་རེ་བབས།	179
སྤྲ་ཐང་།	179
དགའ་བའི་མི་ཡང་འཛོམས་བྱུང།	180
གནང་བྱང་ལ་དང་གནང་བྱང། ལྷ་སྐོར་རྒྱང།	181
རས་རྩེད་དོ་རྗེ་གྲགས་པ།	181
ཚོས་རྒྱལ་ལོར་བཟང།	182
སྤིང་སྤོད་སྤིང་སྤྲ།	183

ཉི་མ་ཟླ་བ།184

མ་མ་བཟང་པོས་ཡར་ཤོག་གསུང་བྱུང་།184

གངས་ལྗོད་ཕྱོགས་ནས།185

གཡས་གཡོན་མེད་ནས་བཏང་རོགས།186

སྒྲིབ་ལོ་སྒྲིབ་གི་ཅེ་མོ།187

སྤེང་ཕྱོགས་ལྟ་ལ་འཇའ་ཡི་གུར་ཁང་ལུབ།188

ཉ་གཅིག་ཉོས་ན་ཉ་ནག་ཉིང་དཀར་ཉོས།188

ལྷུང་ཉ་དར་བའི་དར་སྤོག་རྒྱག་པ།189

ཉི་ཟླ་སྐར་གསུམ་ལེབས་རྒྱའི་ལས་འཕྲོ།189

སྲས་པོ་དཀར་གསལ་ཟླ་བ།190

ཉི་མ་ཤར་ནས་ས་གཞི་ཤོད་པ།191

ཁམ་བུ་ཤིང་གི་མེ་ཉོག།191

ཨོ་རྒྱལ་པད་ལྷ།192

ཟླ་མ་བཟང་པོའི་དཀར་གཏོར།192

གསེར་གྱི་སྤོང་པོ།193

མ་དེ་ཡ་ལ་ཅན་དན་སྤོང་པོ།194

གསེར་གྱི་ཅོག་ཅེ་སྐར་ལ་གསེར་གྱི་རྩ་བུ་བབས་ཡོད།194

གནས་ཆེན་པོ་ཉ་ཅེ་ལ་ལྷ་ཆེན་མངལ།195

ལ་ཆེན་པོ་ཡར་ལ་བརྒྱབ་པ།195

ལྷ་མ་མ་མེབས་གོང་ལ་གསེར་ཁྲི་རྒྱག་ནས་བཞག་ཡོད།196

བྲེའུའི་སྲིད་ལྷ།196

མ་བྲུ་འཇགས་ལ་ལྷ་མས་ཡར་ཤོག་གསུང་བྲུང་།197

ལྷ་མའི་མདུན་ལ་རྒྱག་པའི་གསེར་གྱི་ཚོག་ཅེ།197

རྐང་བོ་སྲུ་གཞས་དཔུང་གདང་ལེག་ལེག་198

གཡས་དུང་དཀར་པོ།199

དེ་རིང་འཛོམས་པའི་མི།199

དཔུལ་གྱི་ཆེ་གཡང་བུམ་པ།200

ཆོས་གོགས་མང་བོ་མི་དགོས།200

གཉེས། གོང་པའི་མདའ་སྲུའི་རིགས།201

ཆོས་འཁོར་ལྷ་ས་ཕྱི་ལ་རྒྱག་པའི་ལྷགས་རི་འབྲ།201

རྒྱལ་པོའི་ཉ་ར།202

སེམས་པའི་མདའ་མོ།(1)202

སེམས་པའི་མདའ་མོ།(2)204

འཛོམས་ས་ལས་ཡག་ཤག205

ཡར་གྱི་གངས་རྩོད་ཕྱོགས་ལ།205

རྩ་རི་གནས་གྱི་སྲུག་ལ།206

རྩ་རི་གནས་གྱི་སྲུག་ལ།207

སྲུག་མ་སྲུག་རྒྱུད་ཡག་ཤག208

སང་གེ་དཀར་མོ་སྐྱེན་གཉིས་ཡོད།208

ཚེ་རིང་སྤྱིད་པའི་ནམ་མཁར་གཟིགས་དང་།209

ལྷ་པ། རྗེ་ལྷ།210

 བསངས།210

 ལྷ་གཡལ་གྲུ་པ།210

 ལུ་ལ་རྗེ་མགོ་ཡག་ཅུག211

ལྷག་པ། ཚེ་སང་གི་རིགས།212

 ཚེ་སང་།212

 སྤེང་ལྷ་ལ་ལྷ་བྱ་ཡོད།213

 ཚེ་སང་བཤད་པ།213

 དཀར་པོ་བཞི་ཡི་བཤད་པ།213

 ནག་པོ་བཞི་ཡི་བཤད་པ་ཡོད།214

 དཀར་མོ་བཞི་ཡི་བཤད་པ་ཡོད།214

 ལུང་པ་གསེར་གྱི་ལུང་པ།214

 མགོ་སེག་ལས་མོ།214

 སྐྱག་ཚང་མ་བསམས།215

 བྱང་གི་རུས་སྐལ་རྒྱུ།215

 ཁྱིད་གྱི་རི་དང་འཇགས་གྱི་རི།216

 ཚེ་སང་ནང་གི་ཨ་མ་གནས་མོ།216

ཁ་མ་མ་ཁྲིད།	216
སྲིད་པའི་སློང་དགུ། ཨོ་སང་།	217
ལ་གཅིག་བརྒྱབ་པའི་པར་ནང་།	217
ཨོ་སང་བཅུ་གཉིས།	218
འབྲས་ཆང་དཀར་པོ།	218
བདུན་པ། ཀོང་པོའི་ཚད་ཤགས།	219
རས་ཚུང་དོར་གྲགས་ཀྱི་གྲུབ།	221
ཆང་གཞས། སྐར་མ་སྲིད།	222
ལགས་ལྷས་པའི་བདེ་སྲིད་ལགས།	222
ཀོང་ལྷའི་སློང་རོ་སློང་མདོར་བསྐྱུས།	232
མཇུག་ཏུ་བཤད་པའི་གཏམ།	233

གནས་ཐོག་དུས་སྐབས་བྱ་ལྷང་ལྷང་སྐྱེ་ནག་དང་དག་གོང་ཚུ་བྱའི་རིགས་དཀར་པོ་དང་གསེར་བྱ་
 བཅས་ཡོད། ཡུལ་གྱི་མི་རྣམས་ཅེད་མོ་རིགས་དང་སྐྱེ་གནས་སོགས་ལ་སྦྱིད་སྦྲང་ལྷན་པ་ཡོད་
 བོད་ལྷང་པ་ཡོད་པའི་ཚོས་ལུགས་ཚང་མ་ལ་སྤྱོད་པ་རིགས་གཏན་ནས་མེད་པ་དགོན་ཁག་ཚང་
 མར་བསྟེན་བཀུར་ལྷ་སོལ་དང་། གོང་ཡུལ་གྱི་ཨ་རྒྱལ་རྒྱལ་པོ་ཞེས་དངོས་ཡོད་ལོ་རྒྱུས་ནང་བྱུང་
 གྱིང་ཡོད་པའི་མི་རྗེ་བོ་སོད་ནམས་དབང་ཐང་ཅན་ལྷ་སར་གཙུག་ལག་ཁང་ནང་ཚོས་མཇུག་འཇུག་
 སྐབས་རྗེ་བོ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་ཁོང་གི་ལྷ་ས་གོག་བཅོལ་ཉར་ལྷུས་པར་དགོར་གཉེར་གྱི་མ་ཤེས་ནས་
 ལྷ་ས་བཅོལ་ཉར་ལྷུས་པ་འགྲིགས་མིན་བཤད་པར་རྗེ་བོ་རིན་པོ་ཆེས་ནས་གསུངས་བསྐྱོན་གནང་
 བས་ལྷ་ས་གོག་དེ་ཨ་རྒྱལ་རྒྱལ་པོས་ང་ལ་ཉར་ཚགས་བྱེད་པར་བཅོལ་བྱུང་ཞེས་དགོར་གཉེར་ལ་
 གསུངས་དང་མ་འོངས་པར་ང་ཨ་རྒྱལ་རྒྱལ་པོའི་ལྷང་པར་སེབས་དགོས་པའི་གདན་ལྷ་ཡང་བྱུང་
 བའི་གསུང་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཚོར་མ་དང་དུད་འགྲོའི་སྦྱི་བས་མེ་བཏང་མ་དགོས་པར་ཤིང་གི་ནང་
 བས་ཤིང་བེ་ཉིའི་མེ་བཏང་རྒྱ་ཡོད། བག་རྒྱན་གྱི་ཤ་དང་ནས་རྒྱན་གྱི་ཚང་། གོ་རྒྱུན་གྱི་བཟའ་བཙུན་
 ཤིང་ཉོག་སྒྲ་མང་བཅས་བྱ་རྒྱ་ཡོད་ཅེས་ལྷུས་པར་ཞལ་བཞེས་གནང་སྟེ་རྗེ་བོ་རིན་པོ་ཆེ་གོང་ཡུལ་
 དུ་སེབས་ནས་ཁོང་རྣམ་གཉིས་མཇུག་འཇུག་པ་གོང་པོ་སྤྲས་སྟོ་(གསེར་སྟོ) ང་ལ་བྱུང་
 ཡོད་པ་རེད། དེ་ལྷུས་དུ་ཚུ་རྗེ་བོ་ཞེས་ས་གནས་སུ་དུས་ད་ལྷ་ཡང་རང་བྱོན་གཟི་བཞིན་ཅན་ཉམས་
 མེད་མཇུག་རྒྱ་ཡོད་ཅིང་དེ་བཞིན་ཨ་རྒྱལ་རྒྱལ་པོས་བོད་རྒྱ་བཅུ་པ་ནང་ཡུལ་མི་ཁྲིམ་ཚང་ཆེ་ཚུང་
 ཚང་མ་ནས་འབྲུ་རིགས་དང་། ཟས་སྒྲ་ཚང་མ་ཁྲིམ་ཚང་ནང་ལ་བསྐྱུས་བེན་པ་དང་ཐོག་སེམས་
 ཅན་ཤ་ཤིང་རྒྱུས་པའི་སྐབས་སུ་ཡུལ་མི་རྣམས་ལས་བྲེལ་མེད་པའི་དུས་དང་། རྒྱ་རབས་དག་
 རྒྱུན་ལས་སྐབས་དེར་དམིགས་གསལ་དམག་ལ་སེབས་དགོས་པར་དགོངས་ཉེ་གོང་པོ་ལོ་གསར་
 བོད་རྒྱ་བཅུ་པའི་ཚོས་གཅིག་ལ་ལོ་གསར་བཏང་རྒྱ་སོལ་གཏོད་བཅུགས། དུས་ནས་བཟུང་ད་ལྷའི་
 བར་སྤར་བཞིན་རྒྱུས་སྟོས་ལྷན་པ་ཉིན་གངས་བཅོ་ལྷ་ནས་ཉི་ཤུ་བར་གྲོང་ཚོ་འཕེལ་མི་ཚང་པན་ཚུན་
 མགོན་འབོད་བྱེད་རེས་གྱི་དགའ་སྟོན་དང་། ལུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་གྱི་སྤར་སོལ་སྐྱེ་གནས་
 ཞབས་བྲོ་དང་། རྟ་རྒྱལ་སྐབས་སུ་རྟ་ཐོག་ནས་མདའ་གཞུ་དང་མེ་མདའ་སོགས་འཕང་བའི་སྐྱེ་

ཅུམ་དང་། ཚ་བསྐྱར་བྱས་པ་མི་ཤུགས་ཆེན་ཅེད་པོ་ཆེ་རྣམས་ཀྱི་ཅེད་དོ་ཞེས་དོ་རྒྱ་མ་ཉེས་བརྒྱ་
 ཅུམ་ཡོད་པའི་དོ་དུང་པའི་གང་ལ་ཡར་བཏེགས་ནས་མཛེད་སྐོར་དེ་ཅུམ་ཐུབ་མིན་གྱི་འགྲན་
 བསྐྱར་དང་། མདའ་རྒྱང་མ་ཞེས་དཔག་ཚད་དེ་ཅུམ་རྒྱག་ཐུབ་མིན་འགྲན་བསྐྱར་སོགས་ཅེད་
 རིགས་སྣ་ཚོགས་ཅེད་སོལ་ཡོད་པ་དང་། འག་པགས་སྤྲངས་འཇུགས་ཀྱི་དམར་ཐེག་ཐོག་མདའ་
 བེ་ཤུས་ཚ་བསྐྱར་སོགས་ཅེད་རིགས་ཅེད་སོལ་ཡོད། དེ་བཞིན་ཀོང་པོའི་ཡུས་དེ་འར་སྟོ་ནས་
 རུབ་བྱང་བར་ཡུལ་སྡེ་དང་འགོག་སྡེ་ཁྲབ་པའི་ས་རྒྱ་ཉ་ཅང་ཆེ་བར་བཏེན། རྒྱ་དེགས་དང་ཆས་
 གོས་གོན་སྐྱངས། ལྷ་གཞས་འཁྲབ་སྐྱངས་གང་ཅིའི་ཐད་དུ་ཁྲུང་པར་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་བཞིན། ས་
 ཁྲུལ་སོ་སོའི་སྤར་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ལྡན་པའི་དུས་ཆེན་སྤར་བཅི་ལྷ་དགོས་པ་མང་པོ་ཡོད་པ་ལྟར་དཔེ་
 མཚོན་ཅུམ་ལྷས་ན། ཉང་ཁྲི་ཁྲུལ་གྱི་ཉང་པོའི་ལུགས་སོལ་ཞེས་གནས་ཆེན་བོན་རིའི་རུབ་བྱང་
 ངོས་སུ་ཆགས་པའི་དགོན་ཆེན་མདུན། འེལ་སྐུ་སྤྲེང་མཁར་སྤར་བསྐྱར་པ་གཤེན་རབ་མཚོག་
 གི་བཞུགས་ཁྲི་ཡོད་སར་བོན་རིའི་དགོན་ཁག་གི་སྤྲ་མ་དགེ་འདུན་རྣམས་ཀྱི་གཟབ་མཚོར་དང་
 ལྡན་པས་ཚོས་སྤོགས་ཀྱི་མཛེད་སྐོར་སྤར་སོལ་རྒྱས་སྤོལ་གྱི་ཐོག་ནས་གནང་དགོས་པ་དང་། དེ་
 ཁྲུལ་གྲོང་སྡེ་ཁག་ནས་ཉེན་གཅིག་འེལ་སྐུ་སྤྲེང་མཁར་བར་རྟ་གཞོན་དུ་བསྐྱིགས་ནས་བཅར་
 ཉེ། ཉེན་འབྲེལ་གྱི་གཞས་དང་ཞབས་བྲོ་སྤུལ་དགོས་པ། ཉེན་གཉེས་པར་ཉང་ཁྲིའི་བཀའ་ལེགས་
 སྤར་མཁར་ཉང་པོ་ལོ་གསར་ཐོག་མར་འགོ་འཇུགས་སྐབས་པ་རྒྱན་ཞེས་མི་འེལ་སྤུན་ཞིག་གི་
 སྐབས་དེའི་ལོ་རྒྱུས་དང་། རྒྱས་རབས་རྣམས་རྒྱས་བཤད་ཚར་བ་དང་མཚམས། འཆམ་འགོ་
 དང་པོ་ས་ཆགས་དང་། པོ་གིང་མོ་གིང་འཆམ་བཅས་གྲོལ་མཚམས་སུ་བྲོ་དཔོན་ནས་འཇགས་
 རྒྱང་ཐོག་ནས། པོའི་ལམ་མོ་ཞེས་བྲོ་རང་དངོས་སུ་འགོ་བརྒྱགས་ནས་ཉེན་གང་བྲོ་སྤུ་མང་པོ་
 འཁྲབ་སོལ་ཡོད། དེ་བཞིན་འགོག་པ་ཚོའི་རྩི་དཔོན་རྣམས་ཀྱི་ཉེན་འབྲེལ་ཆེད་དུ་གཡག་ལ་མར་
 སྤར་བཀའ་ནས། ཅེ་པ་ཚོན་མདོག་འདྲ་མིན་གྱི་རྒྱན་ཆ་བཟོ་བ་རྒྱས་སྤོལ་དང་འབྲེལ། རྩི་དཔོན་
 ཚང་མས་གཡག་རྒྱ་གོང་དུ་རྩི་སྤུ་གཏང་དགོས་པ་བཅས་ལོ་འཁོར་བརྒྱ་གཉེས་མཚམས་སུ་སྤར་
 བཅི་སྤར་སོལ་རྒྱན་གནས་གཡེ་ཆེ་ལའི་ལུགས་སོལ་ཡོད། རྒྱ་མཚོན་གཙོ་བོ་བསྐྱར་པ་གཤེན་

རབ་མཚོག་ཀོང་ཡུལ་དུ་ཕེབས་ཉེ་བདུད་ཁྱབ་པ་ལག་རིང་ཆམ་ལ་ཕབ་སྟེ་བདུད་རིགས་མེད་པ་
 བཅོས་ནས་གནས་ཆེན་བོན་རི་གནས་སྐྱོ་ཕྱེས་པ་ཅམ་མ་ཟད། དུས་དེ་ནས་བཟུང་བོན་རི་སྐྱོར་
 ཆེན་དང་སྐྱོར་ཚུང་ཞེས་གནས་རི་སྐྱོར་རྒྱུའི་སྲོལ་གཏོད་གནང་སྐབས། དགའ་སྟོན་ཉེན་འབྲེལ་
 ལྷུས་པ་དེ་དག་རྒྱན་གནས་སྲུང་བཅི་ལྷུས་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་ཡང་ལོ་འཁོར་བཅུ་གཉིས་ཉེ་ལོ་ནམ་
 ཡིན་པ། ལོ་དེར་བོན་རི་མཐའ་སྐྱོར་རི་བརྒྱུད་ཡོངས་སུ་ལྷ་སྐྱུ་དང་མ་མཁའ་འགོ་སོགས་གནས་
 དེར་ཕེབས་ཡོད་པར་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་ལོ་དེར་བོན་རི་མཐའ་སྐྱོར་ཀྱི་ཤིང་རིགས་གཅོད་བསྐྱེགས་
 མི་ཚོག་པ་འཛེམ་བྱ་དམ་པོ་གནང་སྲོལ་ཡོད་ཅིང་། རྒྱད་ཚོས་ཞིག་ལ་གནས་མཚོག་བོན་རི་
 གར་མཇལ་ན་གནས་དེར་སྐྱུལ་རིགས་རྩ་བ་ནས་མཐོང་རྒྱ་མེད། སྐབས་དེར་ཉང་པོ་ལོ་གསོལ་
 གནས་མཇལ་ལ་ཆ་བཞག་ན་ཀོང་པོའི་ཡུལ་མི་ཅམ་མ་ཟད་ཁམས་དང་བྱང་རིགས་སྟེ་བཞིའི་ཚོ་
 བ་སུམ་ཅུ་སོ་དགའི་སེར་སྐྱ་སྟོང་ཚོ་མང་པོ་མཇལ་ཁ་ཡོང་སྲོལ་ཡོད། ཀོང་པོ་རིགས་གཞུང་བདེ་དོན་
 ཚོགས་པའི་ཚོགས་གཞིན་སྐྱབ་བྱུང་དང་ཀོང་པོ་བ་ཨ་དགའ་བསོད་ནམས་སུན་ཚོགས་གཉིས་ནས་སུམ། བལ་ཆེར་སྐྱི་
 ལོ་ ༡༠༠༡ ལོར་གྲིས་པ་ཡིན་ཚོད་སྣང་།

ཀོང་པོའི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བཟུས།

ཀོང་པོའི་ཡུལ་གྱི་སྐབས་མོང་མ་ཡིན་པའི་རིག་གཞུང་གོམས་གཤིས་སྐོར་ལ་མདོར་ཅིང་ལྷོ་
 བ། ཤར་ཨེ་ལི་ཡའི་ནང་རྒྱ་གར་ནས་བཅེས་པའི་བྱང་སྤྱོད་པ་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་ས་ལྷ་སའི་ཤར་སྤྱོད་པ་
 སུ་ཀོང་པོ་ཞེས་པ་ཡོད། བོད་ཀྱི་སྟོང་གངས་རིན་པོ་ཆེའི་བརྒྱུད་ནས་འབབ་པའི་རྒྱ་བཞི་ལས།
 གཙང་དང་དབུས་ནས་འབབ་པའི་རྟ་མཚོ་གཤམ་འབབ། ཀོང་པོ་རྒྱ་ལའི་རི་ཚོམ་མ་གྱེ་གོང་དུ་དབུས་
 གཙང་ཡོངས་རྫོགས་མཚོ་ལྷན་འབྲེལ་བས་བོད་འདི་ཆེས་སྤྱོད་པའི་དུས་སུ་རྒྱ་མཚོ་ཡིན་པ་དང་།
 མཚོ་བྱི་ནས་ཡུལ་ཁམས་ཆགས་ཟེར་བ་ལྟར། ཀོང་པོའི་མཐིམ་དུ་རྒྱ་ལ། རི་ཚོམ་གྱེ་བས་བོད་
 ཡུལ་གྱི་བཀོད་པ་ཆགས་པ་དེ་བཞིན་མཚོ་བྱི་བའི་ཤུལ་དུ་ཡུལ་གྱི་བཀོད་པ་ཀོང་བའམ་གཤོང་
 ལྷ་བུ་ལ། ཀོང་དང་པོ་གཉིས་ལས་ཀོང་པོའི་མིང་ཆགས་པ་གོ་སྟབས།

ཀོང་པོའི་ཡུལ་དུ་བོན་གྱི་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་ཀྱི་ཚོས་འཁོར་བསྐོར་བ་ཡིན། བོན་གྱི་ཚོས་
 ཆེས་སྤྱོད་པར་བོད་དུ་དར་ཁྲབ་བྱུང་ཞིང་། བོད་རང་གི་སྐབས་མོང་མ་ཡིན་པའི་རིག་གཞུང་ཞིག་
 ཡིན། ཀོང་ཡུལ་དུ་བོད་ཟླ་ ༡༠ པའི་ལོ་གསར་གཏོང་སྟོན་ཡོད། ལྷ་མཚོ་ནི་སྤྱོད་པའི་རྒྱལ་
 བོད་དང་སོག་པོའི་བར་ལ་དམག་ལངས་ཡོད་པ་རེད། ལྷ་མཚོ་དེར་ཀོང་པོ་ནས་ཨ་རྒྱལ་རྒྱལ་པོ་
 དམག་ལ་སྤྱོད་པ་ཡིན་ན་དམག་ཉན་ཉན་ཐོབ་པ་འདུག་པའི་དང་ཆེས་ནང་ཐོབ་ཡོད་པ་
 རེད། ཨ་རྒྱལ་རྒྱལ་པོ་ལ་དམག་ལ་འགོ་དཔོན་པའི་བཀའ་ལེན་དུས་ཁོང་གི་བོད་ཀྱི་ལོ་གསར་
 མ་བཏང་བར་རྩ་བ་ནས་འགོ་གི་མིན་བཤད་དེ་ལོ་གསར་སྤྱོད་པའི་བཏང་བ་ནས་བཟུང་། ཀོང་
 པོའི་མི་རྣམས་ལོ་གསར་བོད་ཟླ་བཅུ་པ་ལ་བཏང་བའི་ཡུགས་སྟོན་ཆགས་པ་རེད། དུས་ད་ལྟ་ཡང་
 སྤྱོད་པའི་གསར་བོད་ཟླ་བཅུ་པའི་ནང་བཏང་བཞིན་ཡོད། ཀོང་པོ་ཡུལ་དུ་བོད་ཟླ་བཅུ་པའི་ལོ་
 གསར་བཏང་སྟོན་ནི་བོད་ཟླ་དང་པོའི་ལོ་གསར་བཏང་བ་དང་གཅིག་པ་ཡིན།

ལོ་རེའི་བོད་ཟླ་ ༤ པའི་ཆེས་ ༢༤ ཉིན་དགུ་གཏོར་རྒྱག་པ་དང་དགུ་འཆས་འབྲབ་ཅིང་།
 རྒྱང་པ་ཚོ་ཡང་སྟོན་ཐེམ་པ་རེ་རེ་ནས་དགུ་སྟབས་བཏང་ནས་སྤྱོད་པའི་ཡོད་པ་དང་། ཆེས་

༣༠ ཉིན་ལོ་གསར་གྱི་ག་སྤྲིག་སྟ་གོན་བྱེད་གྱི་ཡོད། ལོ་གསར་ཚེས་ ༡ ཉིན་རྟེན་འབྲེལ་བཟང་
 བོ་མཚོན་བྱེད་དུ་ནང་མི་ཕན་ཚུན་བྱེ་མར་བཟུག་རེས་དང་། ཁ་ཚིག་ངན་པ་མི་སྤྲོ་བ་བཟ་ཤིས་
 བདེ་ལེགས་ལུ་རེས་བྱེད་དགོས། དེའི་ཉིན་སོ་སོའི་ནང་དུ་མཚོན་འབྲེལ་དང་ཁ་འདོན་དགེ་སྦྱོར་
 གང་སྐབ་བྱེད་པ་ལས་ཁྲིམ་མཚེས་དང་དགའ་ཉེ་སྤྲོན་རོགས་སོགས་ཁྲིམ་གཞན་དུ་འགོ་བའི་སྲོལ་
 མེད། ལོ་གསར་ཚེས་ ༢ ཉིན་གོང་སྤྲེ་སོ་སོའི་འགོ་དཔོན་ནམ་སྤྲིན་བདག་སོགས་ལ་ཇ་ཆང་སྐྱེལ་
 དུ་འགོ་སྲོལ་ཡོད། དཔོན་པོ་རྣམས་ནས་ཀྱང་སྤྲེ་ལེན་གཟབ་རྒྱས་ག་སྤྲིག་ལུ་སྲོལ་ཡོད། མགོན་པོ་
 རྣམས་ནས་དགའ་སྤྲིད་སྲོོ་གསུམ་གྱི་ཐོག་ནས་ཀན་གོན་རྣམས་ཀྱིས་འཁྲིད་དེ་སྲོོ་སེམས་འཁོལ་
 བའི་ངང་ནས་བོ་བརྟུངས་བོ་འཁྲབ་ནས་ནམ་བསྐྱེལ་སྲོལ་ཡོད། ཚེས་ ༣ ཉིན་མི་ཀན་པ་རྣམས་
 རྣམ་བོ་འམ་བོ་ཡི་བར་བཞུགས་བྱས་ཏེ། འབྲུང་འགྲུང་ལོ་གཅིག་གི་རིང་ལོ་སྤྲུགས་ལམ་འགོ་བཟང་
 བའི་རྟེན་འབྲེལ་ཆེད། གཞན་ཚིག་བསྐྱར་ཏེ་བཟ་ཤིས་ལོ་ཡག་ཅེས་བའི་གཞན་བཏང་ནས། སྤྲིན་
 བདག་གམ་གནས་བདག་ལ་གོ་སོ་བྱེ་མར་ཡར་འབྲེལ་བ་དང་། སྤྲིན་བདག་གམ་གནས་བདག་
 རྣམ་ལེགས་གསོལ་མཚོན་བྱེད་དུ་བཟ་ཤིས་ཁ་དར་གཡོགས་སྲོལ་ཡོད། ཚེས་ ༤ ཉིན་དགའ་
 ཉེ་སྤྲོན་གོགས་རྣམས་ཕན་ཚུན་མགོན་འབོད་བྱེད་སྲོལ་ཡོད། ཚེས་ ༥ ཉིན་སྤྲོ་མགོན་འབོད་བྱེ་
 རྒྱ་མཚམས་བཞག་སྟེ། ཕྱི་རོ་མདའ་ར་ནང་འཛོམས་ནས་ཇ་ཆང་དང་འབྲེལ་བརྒྱབ་འབེན་བསྐྱངས་
 ཏེ་ཕོ་གཞོན་རྣམས་ནས་མདའ་བརྒྱབ་པ་དང་མདའ་སྐྱེ་ལེན་སྲོལ་ཡོད། བོན་གྱི་བསྟན་པ་གཤེན་
 རབ་སྐྱེ་དངོས་སུ་ཀོང་ཡུལ་དུ་བྱོན་ཏེ་ཀོང་པོ་བོན་རི་ཞེས་པ་དེ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་སྦྱོང་། ཟངས་
 གྱི་སྤྲིང་ཞེས་བྱ་བ། ལོ་ ༢༥༠༠ འགོ་བའི་ལོ་རྒྱུས་དེ། ཀོང་པོ་བོན་རིའི་གནས་སྤོ་བའི་ཆེད་བོན་
 གྱི་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་དངོས་སུ་ཕེབས་པ་རེད། དེར་བརྟེན་རིམ་གྱིས་ཀོང་པོ་བོན་རིའི་གནས་
 མགོན་ལོ་འཁོར་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་རྟ་ལོའི་ལོ་ལ་གཉོང་སྲོལ་ཡོད། དེའི་སྐྱབས་ལ་བསྟན་
 པ་མི་དར་བསམ་བྱུབ་ཟེར་བ་དེས་བོ་འམ་བོ་ཡི་མཚོན་པ་དང་སྐྱེ་ལོ་མཚོན་པའི་ཚིག་དེ་ཐོག་མར་
 བརྒྱམས་ནས་བཟུང་ཀོང་པོའི་ཕོ་གཞོན་དཔའ་བོ་རྣམས་དང་མོ་གཞོན་དཔའ་བོ་རྣམས་དངོས་སུ་
 ཆས་ཏེ་གནས་མགོན་རྣམས་ལ་དགའ་བསྐྱེད་མེད་གྱི་ངང་ནས། བོ་འམ་བོ་ཡི་མཚོན་པ་དང་སྐྱེ་

ཡི་མཚོན་པ་འབྲུལ་ཞིང་། ར་ཚང་གི་མཚོན་པ་དང་། གིང་འཚམ་སོགས་ཀྱིས་ལྷ་ལྷ་མ་རྣམས་ལ་
མཚོན་པ་འབྲུལ་བའི་ལྷགས་སྲོལ་བཟང་པོ་དེ་ཡོད་པ་རེད། རྩེ་ལ་མེབས་དུས་ཚང་དང་ར་ཡི་
བསྟུ་བ་དང་། སར་ལ་མེབས་དུས་འགྲོས་ཚེན་རྟ་པོའི་སྐྱེལ་མ་ཡོད།

སྐབས་དེའི་སྐུ་རྩལ་གྱི་ཚོན་ཁུངས་ལ་བཤད་རྒྱུ་འབྲེལ་བའི་ལྷ་རྒྱུང་སྟེ། ལ་ལས་སྲར་ཉིང་མི་དུ་
རྫོ་གྲོས་གྱི་མཁོ་ལག་ཡངས་ཤིང་། གཞས་དང་ཞབས་མོར་མངའ་བརྟེས་པའི་བསྟན་པ་མི་དར་
བསམ་བྱུབ་ཞེས་པ་ཞིག་རྒྱུང་ཞིང་། ཁོང་གི་དམངས་གཞས་དང་། ཞབས་མོར་ལེགས་བཅས་མང་
པོ་མཛད་པ་མ་ཟད། ཁྱད་པར་དུ་ཞབས་མོར་སྐྱ་སྟན་དཔོལ་གཏོང་གི་རྣམ་ཁངས་ཁ་སྐྱོན་བརྒྱབ་
པར་བརྟེན་གོང་ལུལ་གྱི་ཞབས་མོར་སྲར་བས་ཉམས་འགྱུར་དོད་ཅུ་པོར་བའི་མཛད་རྗེས་བཞག་
ཡོད། འདི་ལ་གཏམ་རྒྱུད་གཅིག་ཡོད་དེ། བསྟན་པ་མི་དར་བསམ་བྱུབ་ཀྱིས་སྐྱ་སྟན་དཔོལ་རྒྱུང་
གི་ཚོགས་པ་གཅིག་ཚུགས་པར་མདའ་བ་ཚེ་མཚོག་ཟེར་ཞིང་། རྫོ་པོའི་ཚེས་བརྟེན་ཚོགས་
པ་ཚོགས་ནས་སྐྱ་སྟན་དཔོལ་རྒྱུང་གི་ཞབས་མོ་མི་རྣམས་དགའ་སྤྱིའི་དཔལ་ལ་རོལ་དུ་འཇུག་
ཅིང་། ལུལ་གཞན་དུའང་སྐྱོད་དེ་སྟན་གཞས་ཀྱི་དུ་ལྷག་ཞིང་། ཁོང་གི་རྣམ་མཁན་གྱི་ཞབས་མོ་ལ་
ཟད། གཞུགས་བྱུང་བཞིན་རས་མད་རྒྱུང་མཚར་སྟུག་རབ་ཅུ་མཛེས་ཤིང་། སྐྱེས་འབྲས་ལེགས་
པའི་དཔེར་ལོས་པ་ལ་ལྷ་མི་ཀུན་གྱི་ཡིད་དབང་འཕྲོག་པར་བརྟེན་དུགས་ལ་སྐྱམས་པོའི་སྤྱང་མ་དུང་
གི་ལྷ་མོའི་ཡིད་དབང་ལོར་བར་བརྟེན། ལྷ་མོས་རྒྱུད་རྣམས་ཉེ་དུས་རི་བར་སྐོར་དུ་སྐྱོད་འདོད་
ཡིད་ལ་འཁོར་བ་བཞིན་ཨ་མར་མོལ་བས་ཨ་མས་ད་རེས་འགྲོ་ན་བར་ཚད་ཡོད་ཅེས་བཀག་གུང་
མ་ཉན་བས། ཡང་ཨ་མས་དགའ་ཡོལ་ལུ་རིང་ལོ་མས་བཀང་སྟེ། མོར་སྐོར་གསུམ་རྒྱག་སྟེ་ལོ་མ་
མ་པོར་ན་གནས་སྐོར་ཕྱིན་པས་ཚོག་ལོ་མ་པོར་ཚེ་བར་ཚད་ཡོད་པས་འགྲོ་རྒྱ་མེད་ཅེས་བརྗོད་པ་
ལྟར་མོར་སྐོར་མཐའ་མའི་སྐབས་ལོ་མ་པོར་གུང་མ་ཉན་པར་གྲོགས་པོ་ན་གཞོན་ཚོ་ཁག་གཅིག་
དང་མཉམ་དུ་སྐྱ་སྟན་པོ་རྒྱུད་རྒྱག་བཞིན་གནས་སྐོར་ལ་སྐྱོད་དེ། དུགས་ལ་སྐྱམས་པོའི་ཞོལ་དུ་
གནས་ལམ་སྐབས་གྲོགས་པོ་རྣམས་ཀྱི་རང་རང་གི་སྟིང་སྟུག་སྐོར་སྐྱེང་བས། དུང་གི་ལྷ་མོས་
ཞི་མི་ནག་པོ་ཞིག་ཅུ་སྐྱུལ་ནས་བསྟན་པ་མི་དར་བསམ་བྱུབ་ཀྱི་པར་དུ་ཉམས་བྱུང་བར། ང་ཡི་སྟིང་

གི་ཐོག་ས་པོ་འདི་ཡིན་ཞེས་བྱིལ་བྱིལ་བྱས་པར་འཇའ་ཡལ་བ་ལྟར་གྱུར། སང་ཉིན་སྐམ་པོར་ལྷ་
 མོའི་མགོན་ཁང་མཇུག་སྐབས་ལྷ་མོས་བཟུང་ག་བྱས་ཏེ་རྐང་པ་གཡས་པ་བཟུག་ན་གཡོན་ན་
 འབྱར་གཡོན་བཟུག་ན་གཡས་འབྱར་ནས་ལོག་རྒྱ་མ་བྱུང་བར་གཟུགས་ཕྱང་དེར་དོར་ནས་ལྷ་
 མོའི་གཏན་ཐོག་ས་པོ་ལུས། དེའི་བྱི་ལོར་བསྟན་པ་མི་དར་གྱི་གཏན་ཐོག་ས་པོ་གཡུ་ཚུང་སྦྱིད་མོས་
 གསེར་གཡུ་འདྲེས་པ་དེའི་རྒྱབ་གཅིག་བཀའ་ཏེ་བསྟན་པ་མི་དར་བསམ་གྱུབ་བསྐྱེད་བར་དུགས་ལ་
 སྐམ་པོར་སྦྱོད། ལྷ་མོའི་མགོན་ཁང་རྩེ་གསེར་གཡུ་རྣམས་སྦྱངས་ཏེ་བསྟན་པ་མི་དར་བསམ་
 གྱུབ་བཟུང་ག་བཏང་དགོས་པའི་ལྷ་བ་ལུས་སྐབས་མི་དར་བསམ་གྱུབ་ཀྱི་རུས་པ་པར་གང་མར་
 དབྱུག་པར། གཡུ་ཚུང་སྦྱིད་མོ་ཉ་ལས་ཉད་གྱིས་རྒྱལ་ཏེ་དེར་ཐོངས་ནས་ལྷར་སྦྱེས། དེ་ནས་
 མགོན་ཁང་གི་བྱི་རོལ་དུ་སེའུ་ཕྱང་ཞིག་ལ་གནས་ཏེ་སྐམ་པོའི་བཙུན་མ་རྣམས་ཀྱི་གསོལ་གྱི་
 ཡོད། བསྟན་པ་མི་དར་བསམ་གྱུབ་ཀྱི་སྐྱེ་གསོལ་གྱང་ལྷ་མོའི་མགོན་ཁང་ནང་དུ་མཇུག་རྒྱུ་ཡོད་པ་
 དང་། ཁོང་གསུམ་གཏན་ཐོག་ས་པོ་གྱུར་ཏེ་ད་ལྟོ་ལྷ་དེ་གསུམ་གསོལ་གྱི་ཡོད་པར་གྲགས་སོ།།

ཀོང་པོའི་ཐོངས་པོ་ཡི་ཚེག་རྒྱར་ཅམ་ལྷོན། དང་པོ་འཇུགས་བརྒྱུད་དང་། ཐོ་ཡི་ལམ་མོ་
 གཡུར་བ། ཐོ་ཡི་མཚོད་པ་འབྱུལ་བ། ཞེས་པ་སོགས་བརྗོད་རྗེས་ལྷ་དང་རྒྱ་མ་རྣམས་དང་དགོན་
 ཚེན་ཁག་དེ་བཞིན་གནས་ཚེན་རྣམས་ལའང་བསྟོད་པ་འབྱུལ་བའི་ལུགས་སྟོལ་བཟང་པོ་ཡོད་པ་
 དེ།

ཀོང་པོའི་གནའ་པོའི་སྐྱེ་རྒྱུ་ཏེ་ཐོངས་པོ་ཞེས་པའི་གཞས་སྐྱའི་མེའུ་འགོ་མ་རྒྱུགས་པའི་
 ཐོན་དུ་འགོ་བ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་བསམ་བཞིན་ཀོང་ལུལ་དུ་སྐྱའི་སྦྱེ་སྦྱེད་བཞེས་པའི་རིས་
 མེད་སྦྱེས་ཚེན་རྣམས་ཀྱི་མཚན་བྱང་ལོ་རྒྱས་དང་། ཅ་ཚེའི་གནས་རི་ཁག་རོ་སྦྱོད་མཛོད་བསྐྱུས་
 ཀྱི་ལམ་ནས་ཐོན་བསྐྱེད་བར་བྱའོ།།

ཀོང་ལུལ་གྱི་རྩ་ཆའི་གནས་ཤིང་ཁག་གི་མཚན་བྱང་མདོར་བཟུངས།

༡) ཀོང་པོ་ཉིང་ཁི་ལུལ་དུ་ཡོད་པའི་གནས་ཆེན་པོར་དེ་ནི་སློན་གཤེན་རབ་མི་པོ་ཆེས་གྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་དང་། བྱིས་སུ་དེ་པ་འབྲུག་སྐས་གྱིས་གནས་སློ་བྱེ་བ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། གནས་ཤིང་དབུ་ཅེ་གཙོ་བོ་ནི་སློ་དེ་སློག་པོ་ཡིན་པ་ལ། གཙོ་མཚོག་དབུ་ཅེ་དང་། ལྷ་དེ་གྲང་ཏོ། ལོར་བུ་དེ། གཤེན་དེ་བདེ་ལྷན་སོགས་དེ་རྒྱུད་མང་ཞིང་། སློན་གཉའ་ཁི་བཅན་པོ་ལྷ་དེ་གྲང་ཏོར་ལེབས། རྒྱལ་ལ་སྲ་བ་ཇི་ཡི་གཉའ་ཁི་བཅན། གཤེན་ལ་སྲ་བ་ནམ་མཁའ་སྤང་བ་མདོག་ཅན་ཟེར་བ་རྒྱལ་བོན་ཆོས་ཡོན་རྒྱུད་དུ་འབྲེལ་ཏེ་དཔྱད་དེ་སློག་པོའི་མདུན་དུ་ལེབས། ལོར་བུ་དེའི་སྤྲེང་དུ་བབས། བོན་གྱི་བརྒྱན་པ་དར་ཞིང་རྒྱས་པ་སྤེལ། ཞེས་ཡིག་ཆ་ཁ་ཤས་སུ་འཁོད་ཡོད་པས། གནའ་རབས་སུ་ཀོང་ལུལ་ནི་བོད་ཀྱི་ཤེས་དཔལ་དེག་གསུམ་གྱི་འབྲུང་ཁུངས་དང་ལྷེ་གནས་ཤིག་ཏུ་བྱུང་སྲིང་ཡོད་པ་དེ་མཚོན་ཡོད་པར་སྟེ།

༢) ཀོང་པོ་རྒྱ་མདའ་རྫོང་ཁོངས་ཉང་པོའི་ལུལ་དུ་ཡོད་པའི་གནས་ཆེན་བྲག་དཀར་ལྷ་ཅུ་འི། དཔལ་རྫོ་རྗེ་ལག་ལོའི་རང་བྱོན་བྲག་དེ་ཐོག་ཚད་བརྒྱད་ཅུ་དང་ལྷན་པའི་འདབ་རོལ་ནས། གསང་ཆབ་ཚུལ་དུ་ཆོ་ཅུ་ཉིན་མཚན་དུས་དྲུག་ཏུ་འབབ་པ་སོགས་འོ་མཚར་བརྗོད་ལས་འདས་པའི་གནས་མཚོག་ཞིག་ཡིན། དེ་ཡང་སློབ་དཔོན་དེན་པོ་ཆེ་དང་། ཉང་ཉིང་འཛོན་བཟང་པོ། ཀམ་པ་རང་བྱུང་རྫོ་རྗེ་དང་ཆོས་གྲགས་རྒྱ་མཚོ་བཅས་ཀྱི་གནས་སློ་བྱེ་བར་གྲགས།

༣) ཀོང་པོ་རྒྱ་མདའ་རྫོང་ཁོངས་བྲག་གསུམ་ལུལ་དུ་ཡོད་པའི་བྲག་གསུམ་དྲངས་མ་དྲངས་མཚོ་ནི་བདུད་ལུབ་པ་ལག་རིང་གི་སྤྲེལ་མཚོར་བཞག་ཅིང་། བྲག་གསུམ་ནི་དེགས་གསུམ་མགོན་པོའི་གནས་མཚོག་སྤེལ་འདིའི་ནང་དུ་གནས་ཆེན་གནས་བྲན་དུ་མས་བསྐྱོར་ནས་ཡོད་པར་གསུངས་ཤིང་། རྒྱལ་བ་དེགས་གསུམ་མགོན་པོ་དང་། ཨོ་རྒྱན་བརྒྱ་སོགས་གྱིས་གྱིན་བརྒྱབས་མཛད་དོ།

༤) ཀོང་པོ་རྒྱ་མདའ་རྫོང་ཁོངས་བྲག་གསུམ་ལུལ་དུ་ཡོད་པའི་འབྲུ་ལ་མི་འདུལ་ལྷ་བྲག་ནི་སྤྲེལ་རས་གཟིགས་ཀྱི་གནས་དེ་ཡིན་པ་དང་། ལྷ་བྲག་འདི་སྤྲིར་གྱུ་རུའི་སྐས་ལུང་དང་སྐོས་

སུ་སྐྱབ་ཆེན་སྲིན་གྱི་ཕྱགས་འཆང་ནས་བཀོལ་བའི་གནས་མཚོག་ལགས་སོ།།

༥) ཀོང་པོ་རྒྱ་མདའ་རྫོང་བག་ལྗོངས་གྲོང་ཚོའི་ཕྱོགས་སུ་ཡོད་པའི་བང་རི་འཛོག་པོའི་གནས་རི་ལོ། གཏེར་བཏོན་འཇམ་ཚོན་སྟེང་པོས་དབྱེ་བའི་རྩ་ཆེའི་གནས་རི་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡང་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་འགོ་འདུལ་གྱི་ཞིང་ཁམས་ཏུ་བག་ཡབ་ཡུམ་གྱི་པོ་བྱང་དུ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པས། ལྷང་ལྷང་སྟེ་དུག་གི་དར་གྲུད་ལོ་ལེགས་ཉེས། ལྷང་བ་འཇམ་རྩལ། ཉལ་ལངས་བདེ་སྦྱིད་ཐམས་ཅད་གྱི་ཉེན་འབྲེལ་ས་གནད་བང་རི་འཛོག་པོ་ཁོ་ན་གཅེས་པར་ཡོད་དོ།།

༦) ཀོང་པོ་ཉིང་ཁྱི་རྫོང་ཁོངས་གྱི་བུ་རྩ་ལེ་ཀོང་ཡུལ་སྟེག་པ་གན་རྒྱལ་སྟོན་གྱི་བའི་ས་དབྱིབས་གྱི་རུ་བར་དུ་འཁེལ་བའི་ས་གནད་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ཡུལ་འདིར་བྱང་རྩལ་མེས་ས་དཔའ་ཚོས་རྒྱལ་རྗེ་མེད་ཀུན་ལྡན་གྱི་གནས་བདུད་རི་ཏུ་ཤར་སྐྱོན་གྲོག་དང་། བུ་རྩ་གཏེར་གྱི་ལྷ་ཁང་། འབྲུག་ཚོས་ལྡན། མེ་རག་མདོ། ཚོས་འཁོར་སྤྱིང་། ལྷ་མ་སྤྱིང་སོགས་བུ་རྩ་ཉེན་གསུམ་གནས་གསུམ་ཞེས་གནས་རི་དགོན་སྟེས་སྐྱབ་པ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། གནས་དང་དགོན་སྟེར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་མཁན་དང་བྲུག་འདེབས་པ་པོ་ནི་ཚོས་རྒྱལ་རྗེ་མེད་ཀུན་ལྡན། ཚོས་རྒྱལ་རྫོང་བཅོན་སྐམ་པོ། ཀུན་མཁྱེན་བརྒྱ་དཀར་པོ། རྒྱལ་དབང་ཀམ་པ། བདུད་འཛོམས་འཛིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྡོ་རྗེ་བཅས་ཡིན།

༧) དབུས་རི་བར་བསྐོར་གྱི་གནས་གཙོ་ཚོན་ལྷ་སྤྱི་དཀར་(རི་པོ་འབིག་བྱེད་)ནི་ཀོང་སྟོད་དང་ཉང་ཁའི་བར་དུ་ཆགས་པའི་གནས་རི་ཞིག་ཡིན་པས། ཕྱོགས་གང་ཞིག་ནས་གནས་སྟོར་དུ་སྟོད་ཀྱང་འགྲིག་ཅིང་ཚོན་རྒྱབ་སྟོར་ཟེར། དེ་ཡང་རིགས་གསུམ་མགོན་པོའི་གནས་ཡིན་ཉེ་ཚོན་ལ་སྤྱི་དཀར་གྱི་གངས་རིའི་ཞལ་ཤར་དུ་ཕྱོགས་པའི་སྐུན་རས་གཟིགས་གྱི་པོ་བྱང་དང་། གཡམས་གཡོན་གཉིས་སུ་འཇམ་དབྱངས་དང་བྲུག་རྡོར་གྱི་གནས་རི་སྐུ་རྒྱལ་ཏུ་རྗེ་བཙུན་སྟོན་པའི་གནས་རི་བཅས་ཡིན། གནས་རི་དེའི་སྟེང་དུ་ལྷ་གཡལ་ཉི་མ་རྒྱལ་པོར་གྲགས་པ་སྤྱིར་བཏང་གཡལ་གོ་བཞིའི་ཁལ་རྒྱབ་གཅིག་པོས་འཁྱར་ཉེ་བྱིད་མཁན་མེད་པར་ཉིན་ཞག་གཉིས་ཀྱི་ཚོད་པའི་སྐུ་ལ་

སྐྱེལ་བ་དང་། ཉིན་གཅིག་ངལ་གསོ་ནས་རྗེ་པའི་མཁོ་ཆས་རྣམས་སྤར་རེ་ཅེར་སྐྱེལ་མཁུ་ཞིག་
བྱུང་སྟེ་མཐར་འཇུག་ལུས་སྲུ་གཤེགས་སྐྱད། གནས་འདི་ནི་མོན་དུང་མཚོ་ངལ་བ་དང་། ལྷ་མ་གྱི་
ལུ་ཁ་རྒྱུང་སྟེ་སྐྱབ་ཐོབ་ལྷ་ལ་བ་སོགས་ཀྱི་གནས་སྐོ་བྱ།

༡) སྐབས་སྐྱིད་རྫོང་ཁོངས་ཀོང་སྤྲད་ཚུགས་སུ་ཡོད་པའི་རེ་ལོ་གནས་ལྷགས་འབར་བ་ནི།
ཚུགས་བཅུའི་སངས་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱི་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་གངས་རེ་བརྒྱད་ཀྱི་ཡ་གྲུལ་ཡིན་ཏེ།
ཤེལ་གྱི་མཚོད་རྟེན་བཞག་པ་འབྲ་བ་ཡི། ལོགས་ལ་མཚོད་རྟེན་བརྒྱ་དང་ཅ་བརྒྱད་ཀྱིས། བསྐོར་
བ་ལྷ་བུ་རོ་མཚར་བྱུང་འབགས་པ། ཞེ་ཁྲིའི་རྣ་ནི་ཉིས་སྟོང་བརྒྱད་བརྒྱ་ཡི། སོ་བྲང་བྱི་རོས་ཞེ་ཁྲི་
རིགས་བརྒྱ་དང་། བཀའ་བརྒྱད་ལྷ་ཚོགས་བདུན་བརྒྱ་ཉི་ལུ་དང་། བཀའ་འདུས་ལྷ་ཚོགས་སྟོང་
དང་ཉིས་བརྒྱ་རྣམས། རང་བྱོན་གསལ་བར་ཚུགས་མཚམས་དབུས་སུ་བཞུགས།

ད་དུང་གནས་ལྷགས་འབར་བའི་ཉི་རྒྱུད་དུ་སྐྱབ་ལུག་མ་ན་ཏེ་ག་དང་། དམ་ཅན་མགར་
ནག་ཚེ་ལུང་གནས། ཨ་ཅར་གནས། ཀོང་བཅུན་དེ་མེའི་རྟེན་མཁར་སོགས་ཡོད།

༤) སྐབས་སྐྱིད་རྫོང་ཁོངས་ཀྱི་ཀོང་སྤྲད་རྒྱ་ལ་སྤོང་ནི་སྤོང་འཇམ་པའི་སྐྱ་ཡི་རྟེན། ཚུ་སྐྱང་
སྤགས་སྐྱ་སྐྱོགས་པ་གསུང་གི་རྟེན། རང་བྱུང་མཚོད་རྟེན་འདི་ནི་ལུགས་ཀྱི་རྟེན། ཞེས་དང་། སྤམ་
དོང་བྱ་བའི་འཇིགས་པ་ཅན་ཏེ་ལ་རིག་པ་གཏད་ནས་མགོར་ཞོགས་མེ་སྤྱིག་དང་བྱ་བ་འཇིགས་
སྤྱག་ཅན་མཚོང་བ་ཅམ་གྱི་བར་ཆད་ཞེ་རི་བོའི་ཞོལ་དུ་སྐྱེས་པ་ལ་མོ་གདོང་མོ་གདོང་བཅོན་
གདོང་བདུད་གདོང་སོགས་མེ་གདོང་ཁ་བརྒྱ་དང་ཅ་བརྒྱད་ཡོད་མེ་གདོང་མཚན་བྱེ་བ་སྤྱག་བརྒྱ་ཡོད་
དེ་རྣམས་མཁུ་འཇོའི་ཆ་ལུགས་ཡིན་མེ་ཞེས་སོགས་འཁོད་ཡོད་པས་ཀོང་སྤྲད་རྒྱ་ལའི་ཁུལ་འདི་
འཇམ་པའི་རིགས་ལྗེའི་ཞིང་ཁམས་སུ་བཞག།

༡༠) ཉིང་ཁི་གོང་ཁྲེར་སྟོ་ལོ་ཡིད་འོང་ཟངས་རྫོང་ནི་སྤར་ལུལ་མི་ཚོས་སྐྱབ་བུ་ཚོས་བཙོ་
དགོས་སྐྱབས་ཟངས་རྫོང་ཞེས་པའི་བྲག་རི་དེའི་མདུན་དུ་བྱིན་ཏེ། བསང་དང་གསེར་སྐྱེམས་
ལུལ་ནས་ངས་ཚོས་ཤིག་རྒྱག་དགོས་ཡོད་པས་ཚོས་སྟོད་ཟངས་ཚེན་དེ་གཡུར་རོགས་ཞུས་

ན་དེ་མ་ཐག་ཏུ་བཅས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་པ་དང་། བེད་སྲོད་ཚར་རྗེས་སྤྲུགས་རྗེ་ཆེ་ཞེས་
སྤྱིར་འབྲུལ་ཞུས་ན་བཅས་དེ་རང་ཡལ་འགོ་བས་བྲག་དེ་ལ་བཅས་རྫོང་ཞེས་པའི་མིང་སློབས་པར་
བཤད། རྗེས་སུ་ཡུལ་མི་འདོད་རྗེས་ཅན་ཞིག་གིས་བཅས་གཡར་ནས་ཡུན་རིང་ཡར་མ་སྤུལ་བས་
དེ་ནས་བཟུང་བཅས་གཡར་མཁན་མེད་པར་གྱུར་བ་རེད་ཟེར། གནས་འདིའི་དབྱུས་ཀྱི་རི་དེ་ཅི་
འཕགས་མཚོག་སྤྱན་རས་གཟིགས་སེམས་ཉིད་ངལ་གསོ་སྐྱེ་ཆ་ཚང་རྒྱན་ཆ་སྤྲུགས་ཡོངས་སུ་
རྫོགས་པ་ལ་སོགས་རང་བྱོན་མང་དུ་མཇུག་རྒྱ་ཡོད་པར་བཤད།

གནས་འདི་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ལོར་ཁམས་སྤུལ་འཇུག་དབྱུངས་དོན་གྲུབ་དབྱུས་རི་བར་བསྐོར་
དུ་སྲོད་སྐབས་སུ་རི་སྤྲུག་མོ་ཆེར་དག་པའི་སྤང་བར་བྲང་སྲོང་བྱེད་འཇུག་ཆེན་པོས་ལུང་དུ་སྤུལ་
བ་ལྟར་གནས་སྐོ་དབྱེ་བ་ཞིག་ཡིན་འདུག།

༡༡) ཉིང་ཁྲི་མོང་བྱེད་སྤོན་སྤིང་རྫོང་ཁོངས་ཀོང་སྲོད་སུ་ལུང་བྱེད་པའི་གནས་ནི། ཅེ་མོ་རལ་
གྱི་གནས་ལ་འབྱུར་བ་འདྲ་བའི་གངས་རིའི་རྩ་བ། སྐྱེད་བ་གཡུ་ཡི་མཇུག་སྤུལ་བ་འདྲ་བའི་ཚང་
ཚོང་གི་ལྗོན་པ། འདབས་སུ་མ་རྒྱད་ཀྱི་ཡོན་ཆབ་བཤམས་པ་འདྲ་བའི་ཀོང་རོང་གི་ས་གཞི། ལུ་ལ་
སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་གནས་དང་། བར་དུ་བྲག་ན་རྗེ་རྗེའི་གནས། མདའ་ན་འཇུག་པའི་དབྱུངས་
ཀྱི་གནས་ཉེ་རྗེ་བོ་རིགས་གསུམ་མགོན་པོའི་གནས་མཚོག་ཏུ་བྲགས། རྗེ་བརྒྱ་ཀ་རས་གནས་སྐོ་
ཕྱེ་ནས་ད་བར་ལོ་རྒྱུ་ ༡༩༠༠ ལྷག་གི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་བར་བཤད།

༡༢) སྤོན་སྤིང་རྫོང་ཁོངས་ཀྱི་གནས་ཡུལ་ལུང་དུ་སྤོན་སུང་དུ་བྲགས་པའི་གནས་མཚོག་
གཅིག་ཡོད་པར་གཡུ་སློབ་ཡོན་ཉན་མགོན་པོས་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༥ ནས་ ༡༩༥༥ བར་ལོ་བཅུ་བཞུགས་
ཉེ་སྤོན་ཀྱི་དགོན་པ་ལྟར་སྤུག་བྱེད་པ་སྤུག་བཅུ་བ། སྤོན་སུ་འབྲུལ་རམས་པ་བྱེད་པ་དང་། སྤོན་སུ་
རབ་འབྲུལས་པ་བྱེད་པ། སྤོན་སུ་བཀའ་བཅུ་བྱེད་པ་བྱེད་པ་བཅས་སྤོན་སུ་མཁས་དབང་མང་པོ་གསོ་
སྲོང་གནང་། གནས་དེར་སྤོན་སྤོན་མཚེད་བརྒྱད་དང་། བྲང་སྲོང་རིག་འཛིན་རྒྱུད་པར་བཅས་པ་
དང་། དར་བྱེད་ཀྱང་ཏུ་བྲགས་པའི་སྤོན་སུ་རྣམས་རྗོ་ལ་རང་བྱོན་ཡོད་ཅིང་། དེའི་རྗེན་འབྲེལ་གྱིས་

གནས་དེར་སླེབས་པ་ཙམ་གྱི་སྐོན་བསོད་རྒྱས་པར་གསུངས་སོ།། གནས་དེ་ཁྱད་འཕགས་སྐོན་
རྒྱུའི་བྲག་སྤྱག་ངོ་མཚར་དང་ལྡན་པ་ཞིག་དེ་ངོས་མཐོ་སར་ཡོད་པ་བཅས།

༡༣) ཉིང་ཁྲི་ཐོང་ཁྲིང་མེ་ཉོག་རྫོང་ཁོངས་སུ་ཡོད་པའི་བུརྩ་ཆེ་སྤྱག་ནི་གྲུ་རྒྱུའི་ཆེ་སྤྱབ་
གྱི་གནས་གཅིག་ཡིན་པར་སྣང་། གནས་བཤད་སྤྱི་ལོ་བདེ་ཆེན་འཁོར་ལོ་དབྱིངས་གྱི་ནང་། ཀ་
ཉི་ཚ་སྤྱག་སྤམ་བརྒྱ་བྲག་ཅུ་ཡི། བུརྩ་བརྩོ་རྩོ་བརྩོ་ཀམ་ཅམ། ཡབ་ཡུམ་ལྷ་ཆོག་གས་ཉིལ་གང་
འཕྱར་ལྟར་བཞུགས། དབུས་སུ་ཆེ་མཚོག་སྤྱགས་གྱི་བདུད་ཅི་ལེ། བྱེན་དུ་འཕྱར་བའི་ཆེ་ཡི་ཚུ་
མན་བུམ། གང་བཞུགས་ཁ་ནས་ལུང་པའི་བདུད་ཅི་ལེ་ཚུ། མྱོང་གོལ་འཆི་མེད་བདུད་ཅི་རྒྱན་དུ་
འབེབས། སྐལ་ལྡན་སྤམ་མྱོང་ཆེ་སྤེང་བར་ཆད་སེལ། མཚོག་སྤམ་དངོས་གྲུབ་ཆེ་འདིར་ཐོབ་
པར་འགྱུར། ཞེས་སོགས་མང་དུ་ཡོད་དོ།།

༡༤) ཉིང་ཁྲི་རྫོང་ཁོངས་ཀོང་སྤྱད་ཐེམ་བདེ་ཆེན་བརྩའི་སྤྱབ་སྤྱག་ནི་གྲུ་རྒྱུ་རྩོ་རྩོ་དབྱིས་
འཁོར་ཞལ་སྤེ་ནས་བདུད་ཡལ་ལྟ་ལྟ་ལོ་བུལ་སའི་གནས་ཡིན། དེ་ཡང་གསོལ་འདེབས་བར་
ཆད་ལམ་སེལ་ལས། རྒྱལ་བའི་བསྐྱེད་པ་བཅུ་གས་པའི་ཆེ། གཡའ་འདིའི་ནགས་ལ་སྤྱབ་པ་མཛད།
བསྐྱེན་སྤར་ནམ་མཁའི་དབྱིངས་སུ་འཕངས། རྩོ་རྩོའི་སྤྱག་རྒྱས་སྤངས་ཤིང་བརྒྱལ། བརྒྱལ་ཞིང་
ཅན་ལྟ་ལྟ་སུ་འཕངས། མེ་འབར་འཁྲུགས་ཞིང་མཚོ་ཡང་སྐྱེམ། སྤིབ་གྱི་སྤེ་སྤེགས་ས་གང་
བསྐྱེགས། ཡལ་ལྟ་ལོ་རྒྱལ་དུ་བརྒྱགས། ཞེས་འཁོད་པའི་གནས་མཚོག་དེའོ།།

༡༥) ཉིང་ཁྲི་རྫོང་ཁོངས་ཀོང་སྤྱད་མཐའ་འོག་བདུད་འདུལ་ནི་ཀོང་པོ་དེ་མོ་དགོན་པའི་ཤར་
རྒྱུད་དེ་ཅེར་ཡོད། དེ་ཡང་གྲུ་རྒྱུ་ཡབ་ཡུམ་ལྷ་བ་ཡུལ་གྱི་གསང་བའི་གཉེར་ལུང་བྲག་སྤྱག་དུ་ཉིང་
དེ་འཛིན་ལ་བཞུགས་པའི་སྐབས་ཤིག་ན། གྲུ་རྒྱུའི་ཞལ་ནས་འདི་ལྟར་ཉེ་མ་ཤར་གྱི་སྤོགས་ན་དེ་
སེང་ཆེན་འགྲིང་པ་འདྲ་བའི་ངོས་སུ་བརྒྱ་བདག་འཆི་མེད་ཆེ་ཡི་དེག་འཛིན་ཐོབ་པའི་གནས་མཚོག་
རྩ་ག་རྩ་ཉིལ། བྲག་སྤྱག་མ་ར་རྩི་ཀའང་ཆ་མཚུངས་པའི་སྤྱབ་གནས་ཁྱད་པར་ཅན་གཅིག་ཡོད་
པས་དེར་འགྲོ་བར་བྱའོ་གསུངས་ནས་རྩུ་འཕྱུལ་གྱིས་ནམ་མཁའ་འཕྱར་ཉེ་སྤྱད་ཅིག་ལ་གནས་

དེར་མེབས་ནས་བཞུགས་པ་དང་།

དེ་རྗེས་ཚོས་རྒྱལ་ཁྲིའི་ལོ་རྒྱུས་ལ་གཏེར་སྟོན་ཆེན་པོ་མངའ་བའདུག་ཉེ་ཉི་མ་འོད་ཟེར་
དང་། རི་གོན་ཆེན་པོ་རྒྱ་གྲིང་ལ། ལྷ་བ་ཆེན་མང་སྟོར་རྒྱལ་པོ། ལྷ་བ་སྐྱེ་རི་ཁོད་རས་ཆེན། དབུས་
སྟོན་ཀྱང་དགའ་བཟང་པོ། རྗེ་བཙུན་མི་མཉམ་སྲོལ་སྟོན། རིག་འཛིན་འཇའ་ཚོན་སྟོན་པོ་བཅས་རིམ་
པས་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་ཏེ་གཟིགས་སྤང་གཏུན་ལ་མཁ་པོ།

༡༦) ཉིང་ཁྲི་མོར་ཁྲེང་མེ་ཉོག་རྫོང་ཁོངས་སུ་ཡོད་པའི་ཀྱུན་འདུས་རྫོང་སེམས་པོ་བྱང་ལ།
ནང་ལྟར་ན་ཚོས་སྐྱེ་ཏུ་བཟང་པོའི་ཞིང་། གསང་བ་ལྟར་ན་རྣམ་པར་སྤྱང་མཛད་ཞིང་། ལྷ་བ་ལྟར་ན་
ཞི་བ་རྗོད་རྗེ་སེམས་དཔའི་གནས་ཏེ་རྫོང་སེམས་ཀྱི་གནས་སུ་བཞད་ལ།

དེ་ཡང་རྒྱ་འོད་གཞིན་ལུ་ཨོ་རྒྱལ་འགོ་འདུལ་གྲིང་། གཡུ་སྐྱ་སྟོང་པོ་རྗོད་རྗེ་ཐོགས་མེད་ཅུལ།
ཀྱུན་བཟང་གར་དབང་འཆི་མེད་རྗོད་རྗེ་ཞེས། སྐས་ཡུལ་དབང་པའི་རིག་འཛིན་རྣམ་གསུམ་གྱི་
གཏེར་གནས་ཡིན་ཏེ།

རྫོང་སེམས་པོ་བྱང་བསྐྱོར་པའི་མཉམ་པོ་ལོ་ལྟེ་ལ། རོ་པོ་སྤྲུལ་ལན་མ་བཅུ་གསུམ་དང་། ལྷ་རི་
རོང་བསྐྱོར་ཅིག་དང་མཉམ། ལྷ་རི་རོང་བསྐྱོར་བཅུ་གསུམ་དང་། བརྒྱ་ཤི་མཐའ་སྐྱོར་ཅིག་དང་
མཉམ། བརྒྱ་ཤི་སྐྱོར་བ་བཅུ་གསུམ་དང་། རྫོང་སེམས་པོ་བྱང་ཅེ་སྐྱོར་ཅིག་དང་མཉམ། ཅེ་སྐྱོར་
བཅུ་གསུམ་མཐའ་སྐྱོར་ཅིག་དང་མཉམ། མཐའ་སྐྱོར་བཅུ་གསུམ་སྐྱོར་ན་བཅུ་གསུམ་རྗོད་རྗེ་འཛིན་
པའི་ས་ཐོབ་པར་གསུངས་སོ།

༡༧) ཐོད་སྟོངས་ཉིང་ཁྲིའི་ཁོངས་སུ་པོ་དང་བད་བཀོད་ཕྱོགས་སུ་ཡོད་པའི་སྐས་གནས་
མཐའ་འགོ་འདུལ་འདུལ་ལ། ལྷ་བ་དཔལ་གྱི་འོད་ཀྱི་གནས། ལྷ་བ་བདེ་ཆེན་དཀར་མོའི་
གནས། གསང་བར་བདུད་འདུལ་བྲག་མོའི་གནས་ཞེས་གཙོ་པོ་མཐའ་འགོ་མེད་གདོང་མའི་གནས་
ཡིན་པ་འདྲ། གནས་འདིར་མཐའ་འགོའི་སྐྱེ་བརྟན་འདུལ་ཕྱོགས་བརྒྱ་ཡོད་པར་གསུངས། གཏེར་
སྟོན་རྗོད་རྗེ་ཐོགས་མེད་དགྲའ་ལོ་ཞེ་བདུན་ཐོག་གནས་སྐོ་ཕྱེ་བ་ཞེས་ཡིན་འདུག

༡༤) བོད་ཁ་བའི་ལྗོངས་འདིར་དབུ་ལ་འཁོར་ལོ་བདེ་མཚོག་གི་སྐྱེ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་གནས་གསུམ་སྟེ། ལྷོད་གངས་རི་སེང་གདོང་དཀར་པོ་སྐྱེ་ཡི་གནས། བར་ལ་བྱི་སྟག་གདོང་ཁྲ་བོ་གསུང་གི་གནས། ལྷན་དུ་འགྲན་གསུམ་འགྲན་རྒྱ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་ལྟོ་རྩེ་རི་པག་གདོང་ནག་མོ་ཐུགས་ཀྱི་གནས་ཞེས་བཅོམ་ལྡན་འདས་དབུ་ལ་འཁོར་ལོ་སྐྱོམ་པའི་པོ་བྲང་ཡིན་ཏེ། བཀའ་རྒྱུགས་པ་ཆེན་པོའི་རྒྱུད་ལས། ཀོང་པོའི་ལྟོ་རུབ་ཕྱོགས་སུ་རི་ནག་པོ་ལ་འདས་པ་ན། གངས་རི་ཤེས་ཀྱི་མཚོད་རྟེན་འབྲེལ་བ་ཞིག་ཡོད། དེའི་གཡས་སུ་མཚོ་དུང་དཀར་གཡས་འབྲེལ་འབྲེལ་བ་ལ་གསང་སྟགས་ཞི་ཁྲིའི་རྣམ་ཚུགས་བཞུགས་པའི་པོ་བྲང་སྟེ། དེའི་རྩུ་འབྲུང་ཞིང་ཁྲུས་བྲས་པ་ཅམ་གྱིས་ཟག་བཅས་ཀྱི་ཕྱང་པོ་མི་སྣེར་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་གསུངས་སོ།།

༡༥) ཀོང་བཅུན་དེ་མོའི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བཅུ་མ།

ཀོང་བཅུན་དེ་མོ་ནི་སྟོན་རྒྱ་གར་རྒྱལ་པོ་ཁྲི་ལྗེ་གཅུག་གི་བྱ་མོར་སྐྱེས་ནས་མིང་དུ་ཉིང་ཉིང་ཞང་གི་སྟོན་གཅིག་དུ་གྲགས། དེ་ནས་ཆེ་འཕོས་ཏེ་བོད་དུ་ཡབ་ལྷ་རྩེ་འཕོམ་དང་ཡུམ་ལྷ་སྟན་རྒྱལ་མོ་གཉིས་ལ་སྲས་གསུམ་སྲས་མོ་གསུམ་དུག་བྱུང་། བྱ་ཆེ་བ་ཀོང་ལྷ་དཀར་པོ། འཕྲིང་བ་གངས་ལྗེས་རྒྱལ་པོ། རྩུང་བ་རེ་ལྗེས་རྒྱལ་པོའོ།

སྲིང་མོ་ཆེ་བ་ཀོང་བཅུན་དེ་མོ། འཕྲིང་བ་གཅུང་ལྷོན་རྒྱལ་པོ། རྩུང་བ་རེ་མོ་གཡུ་མོ་དང་གསུམ་པོ། དེ་ལ་ཀོང་བཅུན་དེ་མོ་ནི་རྒྱ་ཆ་ལུགས་སུན་སུམ་ཚོགས་པས་མཛེས་ཤིང་འོད་དུ་ཆགས་པ། གཟེ་བཞིན་གྱིས་རྒྱལ་ཁམས་ཐམས་ཅད་དབང་དུ་སྡུད་པ་གཅིག་བྱུང་། གཞན་དུ་ཀོང་བཅུན་དེ་མོ་བོད་ཁམས་སྦྱོང་། ཀོང་པོའི་ཡུལ་གྱི་ཀོང་རྩེ་དཀར་མོའི་སྲས་མོར་འབྲུངས། ཞེས་དང་། «བརྟན་མདོས་དབྱིད་ཀྱི་རྒྱལ་མོའི་སྐུ་དབྲངས་»ལས་ཤར་ཕྱོགས་ཀོང་ཡུལ་གྲེ་སྐྱ་རུ། ཀོང་བཅུན་དེ་མོ་འོད་འབར་མ། ཞེས་ལྷ་མོ་འདིའི་སྐུ་མདོག་སྐྱུག་ནག་དར་དང་ཤིང་པགས་གྲོན་པ། ལག་ན་མདའ་དང་རིན་པོ་ཆའི་ཟ་མ་ཉོག་འཛིན་པ། སྤྲིན་པའི་གསེབ་ཀྱི་རྩུང་བཞོན་པར་གྲགས་པས། ཀོང་བཅུན་དེ་མོ་ནི་ཀོང་རྩེ་དཀར་པོ་སྟེ་ཡབ་ལྷ་རྩེ་འཕོམ་གྱི་ཁྲིམ་རྒྱུད་དུ་སྐྱེས་པ་མ་ཟད།

ཟས་སུ་ཤིང་ཉོག་ཟ་བ་དང་གོས་སུ་ཤིང་བགས་གྲོན་པའི་ཆེས་གནའ་རབས་ནས་བྱུང་བ་ཤེས་
ཤིང་། དེ་རྗེས་ཡབ་ཡུམ་སྲས་སྲོས་དང་བཅས་པ་སྲིད་པའི་ལྷ་སྲུང་དུ་བཀུར་ཉེ་ཡོད་པ་དང་།
བར་སྐབས་སུ་ཀོང་བཙུན་དེ་མོ་བོད་ཀྱི་ས་མཚམས་སུ་ཕྱིན་པས་སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་བསྐྱེ་བཟོ་
དང་མཇལ། དམ་ཚེག་དོ་རྗེ་སྤྱི་བོར་གཟེར་བས་རང་གཟུགས་ཁྲིམ་བྱ་དེ་མོ་སུ་བྱུང་། སྲོན་གྱི་
སློན་ལམ་གྱིས་མཐུས་ལྷ་སྲིན་གཏུག་པ་ཅན་རྣམས་འདུལ་དོན་དུ་ལས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་མཛད། སྲོག་
སྲིང་ཕུལ། མ་འོངས་པའི་དུས་སུ་ཚོས་མཛད་སྤྱེས་བྱ་དམ་པ་རྣམས་སྦྱོང་བར་ཞལ་གྱི་བཞེས་
ནས་དམ་བཅའ་དང་ཁས་སྐྱབས་པ་ཡིན་ནོ། སྲོན་གྱི་དུས་སུ་ཀོང་བོའི་རྒྱལ་མོ་ཡིན། ད་ལྟའི་
དུས་སུ་ཀོང་བཙུན་དེ་མོ་ཡིན།

༡༠) ཀོང་རྗེ་དཀར་པོ་ནི་རི་མོ་ལྷ་རི་གྲང་ཉོའི་མདུན། རྒྱལ་ས་ཀོང་ཡུལ་གྲེ་སྤྱིའི་དབུས།
མོ་གྲང་ཅེ་སྐྱ་ཡང་ཚོག་གི་ནང་ན། སྲོན་ལྷ་སྲས་སད་མེར་ཚོག་ཚོག་ཅེས་བྱ་བ་དགོངས་ནས་དོག་
ལ་ཉང་དུགས་ཀོང་གསུམ་གྱི་རྗེ་བོར་ཕྱོན་པའི་གཏུང་རྒྱུད་ཀོང་རྗེ་དཀར་མོ་ཞེས་གསལ་ཡོད་
པས། ཡུལ་དེ་ནི་ལྷ་སྲས་སད་མེར་ཚོག་ཚོག་ནས་ཀོང་རྗེ་དཀར་དམར་ནག་གསུམ་རིམ་བརྒྱད་
གྱིས་དབང་བསྐྱུར་ས་ཁོངས་ཅམ་དུ་མ་ཟད། གཉའ་ཁྲི་བཅོན་པོའི་བྱུང་ཡུལ་དང་རྒྱལ་སྲིད་བཞེས་
ཡུལ་ཡང་ཡིན་ཞིང་། ཕྱིས་སྐར་ཡང་གི་གུམ་བཅོན་པོའི་སྲས་ཉ་ཁྲིས་ཀོང་རྗེ་དཀར་པོ་མཛད་པ་
དང་། སྲས་ཤེས་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་མཛད་པ་སོགས་ལས་བྱུང་བའི་ཁྲིམ་རྒྱུད་མི་སྣ་རྗེས་མ་རྣམས་
ལ་ཀོང་བོའི་གཅེས་མིང་དུ་“ཨ་རྒྱལ་རྒྱལ་བོར”འབོད་པ་སོགས་རྒྱལ་རྒྱུད་མང་དུ་བྱུང་བའི་གཟི་
བརྗིད་ཀྱི་ཕོ་རྒྱུས་ལྡན་པ་བཅས་མདོ་ཅམ་མོ། སྲོན་གྱི་དུས་སུ་ཀོང་རྗེ་དཀར་པོ་ཡིན། ད་ལྟའི་
དུས་སུ་ཀོང་ལྷ་དཀར་པོ་ཡིན།

རིས་མེད་སྐྱེས་ཆེན་རྣམས་ཀྱི་མཚན་བྱང་མདོར་བཟུང་བ་བཞུགས་སྐོར་

༡) མཆིམས་དོ་རྗེ་སྐྱེའུ་ཚུང་ནི་ཆོས་རྒྱལ་གྱི་སྲིད་སྐྱེའུ་བཅོམ་གྱི་སྐྱེ་དུས་སུ་གོང་ཡུལ་གྱི་སྐྱེ་དཔོན་པ་རྩུ། ས་ནི་འཆིང་སྐྱག་ཞང་དར་དར། མ་ནི་གོང་ལྷམ་དཀར་ཡག་གཉིས་ཀྱི་སྐྱེས་སུ་འབྱུངས།

༢) གཉེར་ཆེན་སངས་རྒྱལ་སྤྱིང་པ་ནི་ཨོ་རྒྱན་ཆེན་པོའི་གསུང་གི་སྐྱེལ་བ་ལྟ་སྐྱེས་སུ་རྩུག་བཅོམ་པོའི་སྐྱེ་བ་སྐྱེ། གོང་ཡུལ་ལོང་པོའི་རྒྱ་མདའ་གྱི་གང་སྤྱིང་བྱ་བར་ཡབ་རྣམས་འཕྲོར་སྐྱག་ལུང་སྐྱོན་པ་དང་། ཡུམ་ཨ་རྩུ་རྒྱན་གཉིས་ཀྱི་སྐྱེས་སུ་རབ་བྱུང་བྱུག་པའི་ལྷགས་འབྲུག་སྐྱེ་ལོ་ ༡༣༩༠ ལོར་ངོ་མཚར་པའི་བལྟས་དང་བཅས་སྐྱེ་འབྱུངས། རབ་བྱུང་བཅུན་པའི་མེ་གྱི་སྐྱེ་ལོ་ ༡༣༩༩ ལོར་དཔོན་པ་ལྷན་སྐྱབ་སྤྱིང་དུ་ཞི་བར་གཤེགས།

༣) ཨ་ཅ་ར་ས་ལའི་སྐྱེ་བ་གཉེར་སྐྱོན་སྐྱེ་བའི་མེད་སྐྱེན་པོ་ནི་མཁའ་སྐྱོད་རྩེ་པོའི་བྱང་ཤར་མཆིམས་གོང་ལོང་ལོང་བཟ་ཤེས་དབལ་གྱི་འཕྲོར་བ་རྒྱ་མཚོ་ལྟ་བུ་ན། ཡབ་དོ་རྗེ་རྣམ་པ་གསུམ་དང་། ཡུམ་བསྐྱ་རྣམ་པ་གསུམ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་པ་ལས་སྐྱེ་བསྐྱེད་པའི་ཡབ་དངོས་ནི་བྱུག་དོར་ཞེས་བྱ་ལ། ཡུམ་ནི་ཉག་མོ་བསྐྱ་མཚོ་ཞེས་བྱ་བ་གཉིས་ཀྱི་སྐྱེས་སུ་སངས་རྒྱལ་སྤྱིང་པའི་དུས་མཉམ་ཅམ་དུ་སྐྱེ་བལྟམས། འདས་ལོ་མ་རྗེད།

༤) གཉེར་སྐྱོན་བསམ་གཏན་བདེ་ཆེན་སྤྱིང་པ་ནི། འཕྲོག་མི་དབལ་གྱི་ཡེ་ཤེས་དང་གཤུ་སྐྱ་སྤྱིང་པོ་རྩུང་དུ་འབྲུག་པའི་རྣམ་འབྲུལ་ལོང་པོ་འཛིན་གང་སྤྱིང་དུ་འབྱུངས། དུས་ཚོད་ནི་སངས་རྒྱལ་སྤྱིང་པའི་སྐྱེ་ཆའི་སྐྱེད་རབ་བྱུང་ ༦ ཅམ་དུ་བྱུང་བའོ། ཞེས་པ་དང་། ཡང་འབྲུག་པ་བསྐྱེད་དཀར་པོའི་དུས་མཉམ་རབ་བྱུང་ ༥ བ་ཅམ་ལ་ཕྱོན་བར་སྐྱང་ཞེས་ཆོས་འབྱུང་ཁག་ཏུ་གསལ། འདི་རིག་འཛིན་ཆེན་པོ་ཆོས་རྗེ་སྤྱིང་པས་སྐྱག་ཤེས་དོ་རྗེ་ཡིན་པར་མཛད་འདུག་སྟེ། སྐྱག་ཤེས་དོ་རྗེའི་སྐྱེས་སུ་ཞི་གོང་པོ་དགའ་ཆགས་སྐྱེ་པའི་སྐྱེས་སུ་འབྱུངས་ཏེ། དེ་རྗེས་སྐྱོན་པའི་ཅམ་ཕྱོན་བར་བཤད།

༥) ལྷུ་ལ་པའི་སྐུ་ཀུན་བཟང་འོད་ཟེར་ཨོ་རྒྱན་གར་དབང་བསྟན་པའི་ཉི་མ་ནི། སྤམ་གནས་ཆེན་པོ་བདེ་ཆེན་སྐྱོད་བཀོད་པའི་སྤྱིང་ག་ཚོས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་ཆར། ལྷུ་ཡུལ་ཞེས་པ་རི་དབྱིབས་བ་གམ་བཅེགས་པ་འབྲེ་བའི་མདུན་སྤང་སྤོངས་ཚལ་སོགས་དབྱིབས་དང་བཀོད་ལེགས་ཉམས་དགའ་བ་ཞིག་ཏུ་སློ་མིའི་སྲོང་ཁྲེང་ཡོད་པ་དང་ཉེ་བར་བྱ་ཡུལ་ནས་འཕོས་པའི་མོན་པ་དུད་གངས་ཁ་ཤས་ཡོད་པའི་ནང་དུ། ཡབ་བྱར་ནས་འཕོས་པའི་སྤྲུགས་འཆང་དཀོན་མཚོག་ཅེས་པ་དང་། ཡུམ་ཀོང་པོ་རྒྱལ་ལ་སྤེ་བའི་སྤམ་མོ་ཞིག་ལ་རྒྱ་མོ་ལུག་གི་ལོ་ལ་རོ་མཚར་བའི་བསྟན་དང་བཅས་འབྲུངས།

༦) ཨོ་རྒྱན་བདེ་ཆེན་སྤྱིང་པའི་སྐུའི་སྤྱེ་བ་ནི་རབ་བྱུང་བརྒྱད་པ་ཅམ་ལ་ཀོང་པོ་བྱ་རྒྱུར་འབྲུངས།

༧) ཉང་ཉིང་འཛིན་བཟང་པོའི་མུགས་སྐུལ་གཉེར་སྟོན་འཇའ་ཚོན་སྤྱིང་པོ་ནི། ཀོང་མ་རུ་ཧ་ཚལ་དུ་ཡབ་ཚོས་སྤྱིང་མགོན་པོ་དང་། ཡུམ་མ་སངས་བྱ་སྤྱིད་གཉེས་ལ་རབ་བྱུང་བཅུ་པའི་ཤིང་བྱ་སྤྱི་ལོ་ ༡༥༧༥ ལོར་སྐར་མ་རྒྱལ་ལ་བབས་པའི་ཉིན་སྐུ་འབྲུངས། དགྲུང་གངས་ ༧༡ བཞེས་པ་མེ་སྤྱིལ་སྤྱི་ལོ་ ༡༦༥༦ ལོར་བང་རི་འཛོག་པོར་འདས།

༨) གཉེར་སྟོན་སྐུལ་པའི་སྐུ་བསྟན་འཛིན་ལོར་བྱ་ནི། ཡབ་སྐུན་རས་གཟིགས་དབང་གྲུབ་ཐོབ་ལོ་ཆེན་རྒྱ་ལྷ་པོའི་སྤྱེ་བ་རིག་པ་འཛིན་པ་འཕྲིན་ལས་དབང་སྤྲུག་དང་། ཡུམ་སུམ་མཁར་དཔོན་ཚང་གི་སྤམ་མོ་ཀུན་བཟང་དབང་ལོ་གཉེས་ཀྱི་སྤམ་སྐུ་འབྲུངས།

༩) གཡུ་སྐུ་སྤྱིང་པོའི་རྣམ་འབྲུལ་གཉེར་སྟོན་རྗེ་རྗེ་ཐོགས་མེད་དམ་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་འོད་རྗེ་རྗེ་ནི་རྗེ་གཉེས་ཁྲིའི་གཏུང་བརྒྱུད་གི་གུམ་བཙན་པོའི་སྤམ་ཤག་གིས་བྲག་གསུམ་མཚོ་རྒྱའི་ལུང་བར་པོ་གང་བཏབ་སྟེ། མཚོ་སྐོན་རྒྱལ་པོའི་སྤམ་མོ་བཙུན་མོར་བཞེས་པའི་རིགས་ལས་འབྲུངས་པ་ཡབ་གྲུབ་ཆེན་འཇམ་དབྲངས་སུན་ཚོགས་སྤམ་པའི་རྣམ་འབྲོར་པ་ཆེན་པོར་བྱུང་བ་དེ་དང་། ཡུམ་བསྐྱོད་སྤྱིད་གཉེས་ཀྱི་སྤམ་སྐུ་རབ་བྱུང་བཅུ་གཉེས་པའི་མཇུག་གི་ལོ་སྐུག་སྤྱི་ལོ་ ༡༧༢༦

ལོར་སྐུ་བཟུངས། དགྲའ་ལོང་གཅིག་མེ་འབྲུག་རྒྱ་བ་ ༡༢ པའི་ཆེས་ ༩ ལ་གཞུགས་སྐྱིད་བཞོད་
བ་ཚོས་དབྱིངས་སུ་བསྐྱུས།

༡༠) ལྷ་མ་རེན་པོ་ཆེ་སྐུ་ཅན་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཡབ་སྐུན་པ་ཡང་རྒྱལ་གྱི་སྐུ་སྐྱེ་ལོང་པོ་ཅི་དཀར་
དུ་འབྱུངས། རུས་སྐང་ཡིན། སྐྱ་ཆོ་མཐར་ཕྱིན་པར་བཞུགས་ནས་ཚོས་དབྱིངས་སུ་གཤེགས་སོ།།

༡༡) ཀུན་མཁྱེན་དག་དབང་བསྐྱེད། སངས་རྒྱལ་གླིང་པའི་ཕྱང་ཕྱིན་ཆོས་བདག་གི་གཙོ་
བོ་དཔལ་ལྷན་མེད་གཤེད་སྐུ་ཆོ་དཔལ་འབར་དབང་བུ་གཤེད་སྐུ་སྐྱེ་ལོང་པོ་རྒྱུ་བྱ་བྱུང་དུ་
འབྱུངས། ཀོང་ཕྱོགས་རྙིང་མའི་བསྐྱུན་འཛིན་གཅིག་ལ་མཁྱེན་པ་དང་འཕྲིན་ལས་འབྲུག་རྒྱ་མེད་
པའི་བཤེས་གཉེན་ཆེན་པོ་དེའོ།།

༡༢) དཔོན་པོ་རི་སྐྱེད་པ་མཚུངས་མེད་བསྐྱུན་འཛིན་རྩོ་རྩེ་དཔལ་བཟང་པོ་ནི། དུགས་
ཀོང་གཉིས་ཀྱི་སོ་མཚམས་ང་ལ་རི་སྐྱེད་གི་གནས་སུ་སྐྱི་ལོ་ ༡༥ ༩༩ ལོར་འབྱུངས། དགྲའ་ལོ་
དོན་གསུམ་བཞེས་པ་ཤིང་སྐུ་སྐྱི་ལོ་ ༡༦༠༥ ལོའི་ས་ག་རྒྱ་བའི་ཆེས་ ༩ ལ་གནས་ཆེན་ཚུ་བོ་
གཡས་འབྲེལ་གྱི་མཚོ་རྩོད་རྩོད་བྱ་རིའི་ཅེར། སྐུ་ལ་སྐྱུང་བ་མེད་པར་དགོངས་བ་ཚོས་དབྱིངས་
སུ་ཐེམ་ཚུལ་བསྐྱུན་ཏོ།།

༡༣) རྩོགས་ཆེན་བསོད་ནམས་དབང་པོ་ནི་ཀོང་པོ་རྒྱུན་ཆོ་གཞུག་དུ་སྐྱུ་རའི་རིགས་སུ་ཚུ་
བྱི་སྐྱི་ལོ་ ༡༥༥༩ ལོར་འབྱུངས། དགྲའ་ལོ་དོན་རྒྱག་པ་ཤིང་སྐང་སྐྱི་ལོ་ ༡༦༩༩ ལོའི་སྐུན་རྒྱག་
རྒྱ་བའི་ཆེས་ ༩༥ ལ་ཀོང་ཡུལ་མཐོ་དགའི་སྐུ་སྐྱེད་སྐྱུང་བ་མེད་པར་གཤེགས།

༡༤) བེ་མ་ལའི་སྐུ་ལ་པ་རྣལ་འབྱོར་བ་ཆེན་པོ་ཀུན་བཟང་རྣམ་རྒྱལ་ནི་བྱུང་དུགས་ཀོང་
གསུམ་གྱི་ཡ་གྲལ་རྩོད་ཕྱོགས་བྱ་ཡུལ་དཔལ་གྱི་འབྲས་ལོ་གཤོངས་བྱ་བའི་ཡུལ་དུ། ལྷ་རིགས་
ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་རུས་ལས་གྲེས་པ་མ་ཡིད་འོང་བྱ་དགའ་ཞེས་བྱ་བའི་མངལ་དུ་ཞུགས་རུས་
ཡབ་ཡུམ་གཉིས་ལ་མཚན་བཟུངས་བཟང་པོ་དང་བཅས་རབ་བྱུང་བཅུ་པའི་མེ་བྱ་སྐྱི་ལོ་ ༡༥༩༨
ལོར་འབྱུངས། དགྲའ་ལོ་ལྷ་བཅུ་ཅ་རྒྱག་ཚུ་ལོ་འབྲུག་གི་ལོ་སྐྱི་ལོ་ ༡༦༥༩ ལོར་ཤེས་བྲག་གི་

ཡང་དགོན་དུ་གཤེགས་སོ།།

༡༥) རྗེ་གསུམ་ཆེན་མཆོད་བཅེས་སྐུ་རབས་དང་པོ་གྲུ་རུ་ཆེ་དབང་ལི་རབ་བྱུང་བཅོ་ལྔ་མེ་སྤྲེལ་
སྤྱི་ལོ་ ༡༥༤༦ ལོར་གོང་ཕྱོགས་སུ་འབྱུངས། དེ་ནས་ཁམས་ཕྱོགས་སུ་གདན་འདྲེན་ཞུས།

༡༦) གྲུ་རུ་འཇུག་ཆོས་བདུན་འཛོམས་འཛིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་དོན་རྗེ་ལྷི། རྗེ་གཉམ་ཁྲི་བཅོན་
པོའི་གདུང་རྩི་མ་མེད་པ་ཡབ་ཀུ་མོག་སྐྱུལ་སྐུ་ལོར་བུ་བསྟན་འཛིན་དང་། དུམ་རྩུ་སྤྱིང་པའི་གདུང་
རིགས་ནམ་རྒྱལ་སྤོལ་མ་གཉིས་ཀྱི་རིགས་སྲས་སུ་རབ་བྱུང་བཅོ་ལྔ་པའི་ཚུ་འབྲུག་སྤྱི་ལོ་ ༡༤༠༩
ལོར་རོ་མཚར་པའི་བལྟས་དུ་མ་དང་བཅས་ཉེ་སྐུ་དཀྱིལ་མཚན་དཔེའི་བསྐྱོད་གདུལ་བྱའི་དཔལ་དུ་
བཞད། བར་སྐབས་སུ་བསྟན་འཛིན་དོན་རྒྱ་ཆེན་མཛད་དེ། རབ་བྱུང་བཅུ་དྲུག་པའི་མེ་མོ་ལོས་
སྤྱི་ལོ་ ༡༤༥༦ ལོར་དགོངས་པ་ཚོས་དབྱིངས་སུ་བསྐྱུས་སོ།།

༡༧) སྐབས་རྗེ་ཚོས་ཉིད་སྤོང་གྲོལ་ལས་བསྐྱུ་བཟོད་པ་ལྷི། ཡབ་མཐོ་ལོག་གསེར་ཏྲ་སྤྲེགས་
འཆང་འཚོ་བྱེད་དགོན་མཚོག་རབ་བཅུན་དང་། དུམ་འབྲུག་ཡུལ་ཤར་ཕྱོགས་ཡེ་ཤེས་དཔལ་
སྤོན་གཉིས་ཀྱི་སྲས་སུ་རབ་བྱུང་བཅོ་ལྔ་ཚུ་ཁྲི་སྤྱི་ལོ་ ༡༤༥༥ ལོར་བད་བགོད་འཚི་མེད་ཡང་
གསང་སྤིང་དང་ཉེ་བའི་ཆར་འབྱུངས།

༡༨) བཤ་ཆེན་བི་མ་ལ་དང་རྒྱལ་བ་སྤོང་ཆེན་རབ་འབྲུམས་སོགས་ཀྱི་ནམ་རོལ། མཁན་
ཆེན་དཔལ་དག་དབང་དཔལ་བཟང་གི་ཡང་སྤིད་དེ་མ་ཐག་བ་སྐྱུལ་པའི་སྐུ་རིན་པོ་ཆེ་འཇམ་
དབྱུངས་ལེགས་བཤའ་ཚོས་ཀྱི་ཉི་མ་(སྤྱུལ་སྐུ་སངས་རྒྱལ་ཆེ་རིང་ཡང་ཞུ་)ནི་གོང་བུ་ཚུ་ལྷ་ཁང་
དང་ཉེ་བ་བདེ་སྤྱིད་ཁང་གསར་དུ། ཡབ་བསྐྱུ་ཆེ་དབང་དང་ཡུམ་ཆེ་གཡང་ལྷ་མོ་གཉིས་ལ་རབ་
བྱུང་བཅུ་དྲུག་པའི་ཤིང་སྤྲེལ་ལྷ་བ་བཞི་པའི་ཆོས་བཅོ་ལྔ་ཉིན་དབུ་མཐོ་མཇུག་མ་སྤོག་པར་
བསྟམས་ཉེ། རྒྱལ་བའི་སྲས་ཀྱི་སྤོད་ཚུལ་ལས་མ་འདས་པར་བྱིས་སུ་འཁོར་ལོ་གསུམ་ཀྱི་དབུ་
འཕང་མཐོ་བཞིན་པའོ།།

༡༩) མཚུངས་མེད་བསྟན་འཛིན་དོན་རྗེའི་སྤྱུལ་པའི་སྐུ་ལྷི་མོད་ཆང་བ་སྐྱ་ཚོགས་རང་གྲོལ་

དགྲིལ་ཚམ་དུ་འཇུངས། བར་དུ་འགོ་དོན་རྒྱ་ཆེ་མཛད་དེ་རབ་བྱུང་བཅུ་གཅིག་པའི་རྒྱ་བྱ་སྤྱི་ལོ་
༡༩༣༣ ལོར་ཞི་དབྱིངས་སུ་གཤེགས།

༡༥) འབྲི་གུང་རྒྱུ་ཚང་སྤྲུལ་པའི་སྐུ་དགོན་མཚོག་འཕྲིན་ལས་བཟང་པོ་ནི། ལོང་པོ་སྐང་
གོང་དགྲིལ་དུ་ཁྲིམ་ཚང་ཤང་བ་ཞེས་བར། ཡབ་ལྷ་རྒྱལ་དང་ཡུམ་དོ་རྗེ་རྒྱལ་མོ་གཉིས་ཀྱི་སྲས་
སུ་མེ་མོ་སྤྱེལ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༡༩ ལོར་འཇུངས། འཕྲིན་ལས་རྣམ་པ་བཞིའི་བསྟན་འགྲོའི་དོན་ཡུན་
རིང་དུ་སྐྱབ་བར་མཛད་ནས་དགུང་ལོ་ཞེ་དྲུག་པར་ཞི་བ་ཆེན་པོར་གཤེགས།

༡༦) འབྲུག་ཆེན་སྐྱབས་མགོན་སྐུ་མེད་བདུན་པ་བཀའ་བརྒྱུད་འཕྲིན་ལས་ཤིང་རྟ་ནི། ཀོང་
ཡུལ་རལ་གྲུའི་ནང་ཚན་མོ་རོང་བཀ་ཤིས་རྫོང་གསར་དུ་བྲགས་པའི་ཁབ་ཏུ། ཡབ་སྤེ་བ་ཆེ་རིང་
དབང་རྒྱལ་དང་ཡུམ་འོད་གསལ་བུ་འབྲིད་གཉིས་ཀྱི་སྲས་སུ་རབ་བྱུང་བཅུ་གཅིག་པའི་ས་ཁྲི་སྤྱི་
ལོ་ ༡༩༡༩ ལོར་རྒྱལ་རྒྱ་བའི་ཆོས་གཅིག་ཉིན་བདེ་བར་སྐུ་བལྟམས། རབ་བྱུང་བཅུ་གསུམ་པའི་
མེ་པག་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༤༧ དགུང་གངས་ལཱ་ཅུ་ལ་ཕེབས་པའི་ཆེ། རོར་རྒྱ་དང་པོའི་ཆོས་བཅུ་བདུན་
ཉིན་ཐུགས་དམ་ལྷགས་བརྒྱས་ལ་བཞུགས་བཞེན་པའི་ལུང་སྐུའི་དགྲིལ་འཁོར་ཆོས་དབྱིངས་ཞི་བ་
ཆེན་པོ་རྣམ་པ་མེད་པའི་འོད་གསལ་འདུས་མ་བྱས་པའི་ངང་དུ་སྟོམས་པར་ཞུགས་པར་གྱུར་ཏོ།།

༡༧) རྗེ་དགོན་མཚོག་འཕྲིན་ལས་བཟང་པོའི་སྤྲུལ་པའི་སྐུ་དགོན་མཚོག་བསྟན་འཛིན་འགོ་
འདུལ་ནི། ཤར་སྤོགས་ཀོང་པོའི་ཡུལ་གྱི་བྲེ་བྲག་འོར་ཤོད་མཚེམས་ཀྱི་གད་བ་སྐུ་བོ་དང་ཉེ་བར་
ཡབ་སྤེ་བ་མོ་རོང་བ་ཆེ་རིང་དབང་རྒྱལ་ཞེས་གཞུང་སའི་མདའ་དཔོན་ཞིག་དང་། ཡུམ་བུ་ཁྲིད་
གཉིས་ལ་སྲས་བཞི་བལྟམས་པའི་སྲས་གཉིས་ཀྱི་ཆེ་བ་འབྲུག་པ་འཕྲིན་ལས་ཤིང་རྟ་དང་། རྒྱུང་
བ་རྗེ་འདི་ཉིད་རབ་བྱུང་བཅུ་གཉིས་ཤིང་འབྲུག་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༣༩ ལོར་འཇུངས། རྩོན་སྲོལ་བཟང་
པོའི་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་རྒྱུན་ཉམས་པ་མེད་པ་གོང་འཕེལ་དུ་སྐྱོང་བར་མཛད་དེ་དགུང་ལོ་ཞེ་གསུམ་
པར་གཤེགས་སོ།།

༡༨) དགོན་མཚོག་འཕྲིན་ལས་བཟང་པོའི་སྤྲུལ་སྐུ་བསྟན་འཛིན་སངས་རྒྱལ་མཚོན་འཕྲིན་

བཅུ་བཞི་ལོ་ལྷོ་སྤྱི་ལོ་ ༡༧༦༣ ལོར་དགོངས་པ་ཚོས་དབྱིངས་སུ་ཐིམ་ཚུལ་སྟོན་ཏོ།།

༣༡) ལྷ་བ་དབང་འཕྲིན་ལས་འོད་ཟེར་རམ་དགོན་མཚོག་མཐར་ཕྱིན་ནི་རབ་བྱུང་བཅུ་བཞི་
བའི་ཤིང་སྟག་སྤྱི་ལོ་ ༡༧༤༧ ལོར་ཉང་པོ་ཚོད་ཕྱག་རྫོང་གི་འདབས་ཞོལ་དུ་སྐྱུ་བཏུངས། ལྷ་ཚང་
གི་བཏུན་སྲོལ་ཡུན་རིང་བསྐྱུངས་ཏེ་དགྲུང་གྲངས་དྲུག་ཅུ་ཙུམ་པེབས་པ་རབ་བྱུང་བཅུ་བའི་ལྷ་
བའི་ས་རྟ་ལོར་རྣམ་སྲོལ་ཞི་བ་ཚེན་པོར་གཤེགས།

༣༢) དུང་ཀུ་ཚོར་ནི་རབ་བྱུང་དྲུག་བའི་མེ་པོ་སྟག་སྤྱི་ལོ་ ༡༣༧༦ ལོར་འཁྲུངས།(འདི་
ནས་མར་ལ་ཚོས་རྒྱུད་ཞལ་སྲ་བཀའ་བརྒྱུད་ཡིན།) དགྲུང་ལོ་དྲུག་ཅུ་བཞེས་པ་ཤིང་སྐྱུང་སྤྱི་ལོ་
༡༧༧༥ ལོའི་ས་ག་ལྷ་བའི་ཚེས་ལ་རི་པོ་ལྷ་འཛིན་དུ་གཤེགས།(རི་པོ་ལྷ་འཛིན་འདི་དེང་ཀོང་
པོ་རྒྱ་མདའ་རྫོང་གནས་ཡུལ་གྱི་སྟོད་ཚམ་དུ་ཡོད།)

༣༣) དུག་རྫོང་སྐུལ་པ་ཚོས་ཀྱི་གྲགས་པ་ནི་ཡབ་ཀུ་ཚོར་སངས་རྒྱས་དབལ་དང་། ཡུམ་
སངས་རྒྱས་མཚོ་མོ་གཉིས་ཀྱི་སྲས་སྐྱུ་བགེས་སུ་མེ་སྐུལ་སྤྱི་ལོ་ ༡༧༣༡ ལོར་འཁྲུངས། ཐང་
གྲུ་ལ་སྐྱུ་གཤེགས། སྐྱུ་གཤུང་རིལ་པོ་མཚོད་རྟེན་གྱི་ནང་དུ་བཞུགས། དེར་སང་བར་དུ་ཡུམ་མི་
རྣམས་ཀྱིས་ཉི་ཆར་སྦང་ས་ཤིན་རྒྱབས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བར་ཡོད་དོ།།

༣༤) མཁས་གྲུབ་འཇམ་དབྱངས་གཞོན་ནུ་ནི་ཡབ་ཀུ་ཚོར་བའི་སྲས་གསུམ་གྱི་འབྲིང་
པོ་དང་། ཡུམ་གཡུང་དུང་ལུ་ཞེས་པ་ཀུ་ཚོར་བ་གཞན་ཞིག་ཡིན། ས་རྟ་སྤྱི་ལོ་ ༡༧༣༧ ལོར་
འཁྲུངས། དགྲུང་ལོ་དོན་གཉིས་བཞེས་པ་ས་སྐུལ་སྤྱི་ལོ་ ༡༧༠༤ ལོའི་ཚེས་ལྷུ་བའི་ཚེས་
གསུམ་ལ་སྐྱུ་གཤེགས།

༣༥) སྐུན་རས་གཟིགས་ཀྱི་སྐུལ་པ་རྒྱལ་བ་འཕགས་པ་ལྷ་ནི། ཡབ་ཀུ་ཚོར་རྟོགས་ལྡན་
སངས་རྒྱས་དབལ་དང་། ཡུམ་སངས་རྒྱས་མཚོ་མོ་གཉིས་ལ་ས་སྐུལ་སྤྱི་ལོ་ ༡༧༣༤ ལོར་ལོང་
པོ་གཉན་ཚེན་ཐང་ལྷ་གནས་བའི་མདུན། འུ་ལུ་སྦང་གོང་ཚོའི་ཐང་སྦང་དུ་སྐྱུ་འཁྲུངས། འཕགས་
པ་ལྷ་འདི་དགྲུང་གྲངས་ ༧༤ རོག་གྲག་གསུམ་མཚོ་རྒྱའི་སྐུ་སྐུམ་ནང་བུ་བའི་ལུང་པར་གཤེགས།

༣༧) འབགས་པ་ལྷ་སྐྱ་མེད་གཉིས་པའི་ཡབ་རྗེ་སངས་རྒྱས་བཟ་ཤིས་ནི། སྤྱི་ལོ་ ༡༧༡༩
ལོར་འབྲུངས། དགྲའ་ལོ་དོན་གསུམ་བཞེས་པ་ཤིང་ཡོས་སྤྱི་ལོ་ ༡༥༥༥ ལོར་ཤར་བྱོགས་བདེ་
ལྷན་བཀོད་པའི་ཞིང་ཁམས་སུ་གཤེགས་སོ།།

༣༨) ཡབ་རྗེ་སངས་རྒྱས་བཟ་ཤིས་ཀྱི་སྐུལ་སྐྱ་སངས་རྒྱས་ཚོས་འཛོལ་ལོ་དགའའི་རྗེས་
སུ་ཆབ་ནག་འདོམ་སྐང་དུ་ཤིང་གི་སྤྱི་ལོ་ ༡༥༤༧ ལོར་འབྲུངས། མེ་སྐུལ་སྤྱི་ལོ་ ༡༤༡༧ ལོར་
ཚོས་ཁང་ཅ་བར་གཟིམ་ཁང་དུ་གཤེགས། དེའི་སྐུལ་སྐྱ་གཉན་ཁི་ཤོ་རོ་ག་ཏུ་ས་ཏྟ་སྤྱི་ལོ་ ༡༤༡༩
ལོར་འབྲུངས།

༣༩) འབགས་པ་ལྷ་སྐྱ་མེད་གཉིས་པ་འབགས་པ་སངས་རྒྱས་ནི། སྐྱ་གོང་མ་འདས་ནས་
ལོ་ཉེ་ཤུའི་རྗེས་སུ་གོང་བརྗོད་ཡབ་རྣམས་འཕྲོར་དབང་སྐྱུག་སངས་རྒྱས་བཟ་ཤིས་དང་། ཡུམ་
ཚོས་ལྷན་སྐོལ་མ་གཉིས་ཀྱི་སྲས་སུ་མེ་ཡོས་སྤྱི་ལོ་ ༡༥༠༧ ལོར་ཚོས་ཁང་ཅ་ཞེས་བར་སྐྱ་
འབྲུངས། དགྲའ་ལོ་དུག་ཅུ་བཞེས་པ་མེ་སྐྱུག་སྤྱི་ལོ་ ༡༥༤༤ ལོར་སྐྱ་གཤེགས།

༤༠) འབགས་པ་ལྷ་མཐོང་བ་དོན་ལྷན་ནི་མེ་ཡོས་སྤྱི་ལོ་ ༡༥༤༧ ལོར་ལོང་པོ་སྟོད་པ་
སར་ཡབ་ཨོ་རྒྱན་དང་། ཡུམ་བཟ་ཤིས་ལྷ་མོའི་སྲས་སུ་བལྟམས། ཤིང་འབྲུག་སྤྱི་ལོ་ ༡༤༠༧
ལོར་གོང་པོ་ཆེ་ཤོག་གི་ཁ་མཚུའི་མདུན་མར་ཤེབས་པའི་ལམ་ཐོག་ཏུ་ཅུང་སྤང་ཚུལ་གྱི་མཁར་
ལྷག་ཅེས་བར་སྐྱ་གཤེགས།

༤༡) འབགས་པ་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ནི་ལོང་པོ་སྟོད་པ་སར་ཡབ་ཆེ་ཐར་དོན་གྲུབ་དང་། ཡུམ་
མཁར་འགྲོའི་མཚན་ཉགས་དུ་མ་ལྷན་པ་རྒྱལ་མོ་ཞེས་པའི་སྲས་སུ་ཤིང་སྐུལ་སྤྱི་ལོ་ ༡༤༠༥ ལོར་
འབྲུངས། དགྲའ་གངས་མོ་དགའ་བཞེས་པ་རྩ་ལུག་སྤྱི་ལོ་ ༡༤༧༩ ལོར་གཤེགས།

༤༢) དེ་མོ་སྐྱ་མེད་དང་པོ་སྟོད་ཀྱི་དཀོན་མཚོག་འབྲུང་གནས་ནི། མདོ་ཁམས་ཀྱི་ཆ་མེག་
ཅེས་པར་རྒྱལ་བ་འབགས་པ་ལྷ་དང་གདུང་རུས་གཅིག་པའི་དཔོན་པོར་ས་སྐྱུག་སྤྱི་ལོ་ ༡༤༥༩
ལོར་འབྲུངས། དགྲའ་གངས་ཞེ་བཞེས་པ་རྩ་ལུག་སྤྱི་ལོ་ ༡༥༠༩ ལོར་སྐྱ་ཞི་བར་གཤེགས།

༤༣) དེ་མོ་སྐྱ་མེད་གཉིས་པ་དཔལ་འབྱོར་བཟང་ཤིས་ནི་ཉང་ཚུ་རྒྱུད་ཀྱི་འཕྲུང་ཁ་གདོང་
(ཀོང་མོ་ས་སྐར་ཚོས་ཁང་) ཏུ་བརྩམས་པ་གཅིག་ལ་ཤིང་གི་སྤྱི་ལོ་ ༡༥༠༩ ལོར་འཁྲུངས། དགྲུང་
གངས་གྲ་གསུམ་བཞེས་པ་མེ་ཁྲི་སྤྱི་ལོ་ ༡༥༤༦ ལོར་ཐུགས་ཀྱི་དགོངས་པ་ཟག་མེད་ཚོས་
དབྱིངས་སུ་གཤེགས།

༤༤) དེ་མོ་སྐྱ་ལ་སྐྱ་ལྟ་དབང་ཕྱོགས་ལས་རྣམ་རྒྱལ་ནི་ཡབ་ཚེ་རིང་དང་། དུམ་མན་བདེ་
ཚོས་རྗེའི་ཚོ་མོ་གཉིས་ལ་སྲས་བཞེ་སྐྱམ་གཅིག་ལྟ་ཡོད་པ་ལས་ཚེ་བར་རབ་བྱུང་དགུ་པའི་མེ་
པག་སྤྱི་ལོ་ ༡༥༤༧ ལོར་གཉེན་ཁྲི་ཏུ་སྐྱུ་འཁྲུངས། དགྲུང་གངས་ལེ་གསུམ་བཞེས་པ་ལྷགས་ཏེ་
སྤྱི་ལོ་ ༡༦༣༠ ལོར་བྱ་ཐུག་གི་རྩ་ཅི་ཏུ་སྐྱ་གཤེགས།

༤༥) དེ་མོ་སྐྱ་ལ་སྐྱ་ལྟ་དབང་བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཚན་ནི་ཡབ་ཚེ་རིང་གཡུང་བྱུང་དང་། དུམ་མོ་
རྒྱན་གཉིས་ཀྱི་སྲས་སུ་ལྷགས་ལུག་སྤྱི་ལོ་ ༡༦༣༡ ལོར་བྲག་སྤེལ་ཏུ་སྐྱུ་འཁྲུངས། དགྲུང་
ལོ་མོ་བདུན་མེབས་པ་སྤྱི་ལོ་ ༡༦༤༩ ལོར་གཤེགས།

༤༦) དེ་མོ་སྐྱ་མེད་ལྟ་པ་དག་དབང་ནམ་མཁའ་འཇམ་དབྱངས་ནི། རབ་བྱུང་བརྒྱ་གཅིག་
པའི་ས་བྱ་སྤྱི་ལོ་ ༡༦༤༩ ལོར་ཀོང་མོ་སྐྱ་སྐྱོང་ཏུ་སྐྱུ་བཞུམས། དགྲུང་ལོ་ང་གསུམ་བཞེས་པ་
རབ་བྱུང་བརྒྱ་གཅིག་པའི་རྩ་ལྷག་སྤྱི་ལོ་ ༡༦༥༥ ལོར་སྐྱ་ཞི་བར་གཤེགས་སོ།།

༤༧) དེ་མོ་སྐྱ་མེད་བྲུག་པ་དག་དབང་འཇམ་དཔལ་བདེ་ལེགས་རྒྱ་མཚོ་ནི། རབ་བྱུང་བརྒྱ་
གཉིས་པའི་རྩ་ལོ་སྤྱི་ལོ་ ༡༦༥༥ ལོར་ཀོང་ཡུལ་བུ་རྩ་རྣམས་ཁང་གི་གོང་མལ་ཏུ་ཡབ་བསོད་ནམས་
ལྟ་དར་དང་ཡུམ་སྐོལ་མ་སྤྱིད་ཀྱི་སྲས་སུ་འཁྲུངས། ཁོང་ནི་བོད་ཀྱི་སྐྱུ་ལ་སྐྱུ་ཏེ་ཐོག་ཕྱི་ལོ་བདུན་པ་
ཀྱང་སྤིད་སྐོང་གནང་མཁའ་ཐོག་མ་དེ་ཡིན་པ་དང་། དགྲུང་གངས་ང་ལྟ་པ་རབ་བྱུང་བརྒྱ་གསུམ་
པའི་མེ་བྱ་སྤྱི་ལོ་ ༡༦༦༦ ལོར་བསྟན་རྒྱལ་སྤིང་ཏུ་སྐྱུ་གཤེགས།

༤༨) དེ་མོ་སྐྱ་མེད་བདུན་པ་སྐོ་བཟང་ཐུབ་བསྟན་འཇིགས་མེད་རྒྱ་མཚོ་ནི། རབ་བྱུང་བརྒྱ་
གསུམ་པའི་ས་ཁྲི་སྤྱི་ལོ་ ༡༦༦༩ ལོར་ཆབ་མདོ་བུམས་པ་སྤིང་གི་ཉེ་འདབས་ས་སྐང་ཏུ་སྐྱུ་

འཁྲུངས། དགྲའ་ལོ་སོ་བདུན་བཞེས་པ་ས་ཡོས་སྤྱི་ལོ་ ༡༡༡༩ ལོའི་ཟླ་བ་ ༣ པའི་ཚེས་ ༣ ཉིན་
སློ་བུར་འབྲུམ་པ་ལྷ་བུའི་སྤྱང་བཞེས་ཀྱིས་ཞི་བར་གཤེགས།

༤༩) དེ་མོ་སྐྱ་མེད་བརྒྱུད་པ་དག་དབང་སློ་བཟང་འཇིགས་མེད་རྒྱ་མཚོ་ནི་རབ་བྱུང་བཅུ་
བཞི་པའི་ལྷགས་འབྲུག་སྤྱི་ལོ་ ༡༡༩༠ ལོར་སྐྱ་བལྟམས། དགྲའ་གངས་སོ་ལྷ་བཞེས་པ་ཤིང་ལྷག་
སྤྱི་ལོ་ ༡༡༥༧ ལོར་རྫོང་ཁར་རྒྱང་འབྲུད་རིང་དགོངས་པ་རྫོགས།

༥༠) དེ་མོ་སྐྱ་མེད་དགྲའ་པ་འཕྲིན་ལས་རབ་རྒྱས་ནི་རབ་བྱུང་བཅུ་བཞི་པའི་ཤིང་ཡོས་སྤྱི་
ལོ་ ༡༡༥༥ ལོར་སྐྱ་བལྟམས། དགྲའ་ལོ་ཞེ་ལྷ་བཞེས་པ་ལྷགས་སྤྱི་སྤྱི་ལོ་ ༡༢༠༠ ལོར་དགོངས་
པ་རྫོགས།

༥༡) དེ་མོ་སྐྱ་མེད་བཅུ་བ་སློ་བཟང་འཇམ་དཔལ་ལྷུང་རྟོགས་བསྟན་འཇིག་རྒྱ་མཚོ་ནི་རབ་
བྱུང་བཅོ་ལྷ་པའི་ལྷགས་སྤང་སྤྱི་ལོ་ ༡༢༠༡ ལོར་ཀོང་པོ་ང་མོད་སྐྱ་མེད་ཏུ་ཡབ་ང་རྒྱུར་དོན་གྲུབ་
དབང་རྒྱལ་དང་། ལུམ་ལྷ་རྒྱལ་བ་བཅུ་གསུམ་པའི་སྐྱ་ཚབ་སྤང་མཉུན་ལྷན་གྲུབ་ཚོས་འཛོམས་
གཉིས་ཀྱི་སྲས་སུ་འཁྲུངས། ཚུ་སྤང་སྤྱི་ལོ་ ༡༢༦༣ ལོར་དགོངས་པ་ཚོས་དབྱིངས་སུ་ཐིམ།

༥༢) དེ་མོ་སྐྱ་མེད་བཅུ་གཅིག་པ་བསྟན་འཇིག་ལུན་ཚོགས་ནི་ལྷ་ལྷན་བསྟན་རྒྱས་སྤིང་ཏུ་
སྐྱ་གོང་མའི་གདུང་སྲས་ཡབ་མི་འལྱུར་རྩོམ་དང་། ལུམ་བདེ་ཆེན་ཚོས་སློན་གཉིས་ཀྱི་སྲས་སུ་
རབ་བྱུང་བཅུ་བདུན་པའི་ལྷགས་བྱ་སྤྱི་ལོ་ ༡༢༡༡ ལོའི་ཟླ་བ་ ༡ པའི་ཚེས་ ༡༥ ཉིན་སྐྱ་བལྟམས།
སྤྱི་ལོ་ ༣༠༡༩ ལོར་ལྷ་རམས་དམ་བཅའ་འཛོག་པ་སོགས་ལེགས་ཚོགས་གོང་འཕེལ་ཏུ་གནས་
བཞིན་པའོ།

༥༣) ཞི་བ་ལྷ་སྐྱ་མེད་དང་པོ་དཔལ་ལྷན་མཚོག་གྲུབ་ནི་ཀོང་པོ་གྲག་གྱི་ལ་སྤེང་ཁའི་ཉང་
ལྷུབ་ཏུ་ཤིང་གི་སྤྱི་ལོ་ ༡༢༥༧ ལོར་འཁྲུངས། དགྲའ་གངས་བདུན་ཅུ་ཅུ་ལུག་སྤྱི་ལོ་ ༡༥༩༩
ལོར་མདོ་ཁམས་སྤང་ཏུ་གཤེགས།

༥༤) ཞི་བ་ལྷ་སྐྱ་མེད་གཉིས་པ་དཔོན་བྱུང་སངས་རྒྱས་འབྲུང་གནས་ནི། འཕགས་པ་ལྷ་སྐྱ་

མེད་གཉིས་པ་དང་ཡབ་གཅིག་པ་ཡིན་པས་དཔོན་བྱང་ཞེས་ཞུ། སྐྱ་མེད་འདི་གོང་མོ་མཐའ་སྐྱབ་
ཏུ་ཡབ་ལྷ་མ་སངས་རྒྱལ་དོན་གྲུབ་ཀྱི་སྲས་སུ་ཚུ་ཡོས་སྤྱི་ལོ་ ༡༥༧༩ ལོར་འབྲུངས། དགྲུང་
གངས་དོན་བརྒྱན་བཞེས་པ་ལྷགས་སྤེལ་སྤྱི་ལོ་ ༡༦༩༠ ལོར་ཆབ་མདོ་བྲམས་པ་སྤིང་ཏུ་གཤེགས།

༥༥) ཞི་བ་སྐྱ་སྐྱ་མེད་གསུམ་པ་ཞི་བ་བཟང་པོ་ནི་ཤིང་སྤང་སྤྱི་ལོ་ ༡༦༩༥ ལོར་སྐྱ་གོང་མའི་
ཡབ་ཚེན་གཅིག་པ་ནམ་མཁའ་བག་ཤིས་དང་། དུམ་མ་གཅིག་མཚོ་མོ་གཉིས་པ་དཔོན་ལུག་ཏུ་
འབྲུངས། དགྲུང་གངས་པོ་གསུམ་བཞེས་པ་མེ་བྲུ་སྤྱི་ལོ་ ༡༦༡༦ ལོར་ཞིང་གཞན་ཏུ་གཤེགས།

༥༦) ལྷགས་ར་སྐྱལ་སྐྱ་སྐྱ་མེད་དང་པོ་ཚོས་རྗེ་སངས་རྒྱལ་དབལ་འཕྱོང་ནི། འཕགས་པ་
སྐྱ་བདེ་ཚེན་རྗེ་འཛིན་སྐྱ་མཚེད་པ་སྐྱལ་སྤྱི་ལོ་ ༡༧༧༧ ལོར་འབྲུངས། དགྲུང་ལོ་དོན་ལྷ་བཞེས་
པ་ཚུ་ལུག་སྤྱི་ལོ་ ༡༥༩༧ ལོར་གཤེགས།

༥༧) ལྷགས་ར་སྐྱལ་སྐྱ་སྐྱ་མེད་གཉིས་པ་ཚོས་རྗེ་དག་གི་དབང་པོ་ནི་ཤིང་བྲུ་སྤྱི་ལོ་ ༡༥༩༧
ལོར་གོང་ལུལ་ཏུ་འབྲུངས། དགྲུང་གངས་པོ་བཏུན་བཞེས་པ་སྤྱི་ལོ་ ༡༥༧༡ ལོར་གཤེགས།

༥༨) ལྷགས་ར་སྐྱལ་སྐྱ་སྐྱ་མེད་གསུམ་པ་དག་དབང་ཚོས་འཕྱོང་བཟང་པོ་ནི་ཚུ་འབྲུག་སྤྱི་
ལོ་ ༡༥༧༩ ལོར་ལོང་པོ་སྟོད་པ་སང་ཡབ་ཀུན་བཟང་གི་སྲས་སུ་སྐྱ་འབྲུངས། དགྲུང་གངས་བཏུ་
བཞི་མེ་རྟ་སྤྱི་ལོ་ ༡༦༠༦ ལོར་ཆབ་མདོ་བྲམས་པ་སྤིང་ཏུ་གཤེགས།

༥༩) ལྷགས་ར་སྐྱལ་སྐྱ་སྐྱ་མེད་བཞི་བ་དག་དབང་འཕྱོན་ལས་བཟང་པོ་ནི་མེ་ལུག་སྤྱི་ལོ་
༡༦༠༦ ཅམ་ཏུ་ལོང་པོ་སྟོད་པ་སང་ཞལ་སྐྱ་རིན་པོ་ཚེའི་སྐྱ་མཚེད་ཏུ་འབྲུངས། དགྲུང་ལོ་རེ་
གཅིག་བཞེས་པ་མེ་ལུག་སྤྱི་ལོ་ ༡༦༦༦ ལོར་གཤེགས།

༦༠) ལྷགས་ར་སྐྱལ་སྐྱ་སྐྱ་མེད་ལྷ་བ་དག་དབང་བསྟན་འཛིན་ལུན་གྲུབ་ནི་ལྷགས་པག་སྤྱི་
ལོ་ ༡༦༦༡ ཅམ་ཏུ་ལོང་པོ་སྟོད་པ་སང་ཡབ་ཚེ་རིང་བསམ་གྲུབ་དང་། དུམ་བག་ཤིས་བྲུ་ཞིང་
གཉིས་ཀྱི་སྲས་སུ་འབྲུངས། དགྲུང་ལོ་རྒྱལ་བཞེས་པ་མེ་ལུག་སྤྱི་ལོ་ ༡༦༩༦ ལོར་གཤེགས།

༦༡) བན་བདེ་ཚོས་རྗེ་མཁས་གྲུབ་ཤུའི་ལྷ་དབང་ནི་མེ་ཁྱི་སྤྱི་ལོ་ ༡༥༤༦ ལོར་ཞི་བ་བཟང་

པོའི་སྐུ་མཆེད་ཀྱི་དཔོན་པོ་བརྟན་སྲུང་དང་། དུམ་ཐང་སྟོན་ནང་སོ་དཔལ་མོ་སྐྱོལ་མ་གཉིས་ཀྱི་
སྲས་སུ་ཀོང་པོར་འཁྲུངས། དགྲུང་གངས་བདུན་ཚུ་ཤིང་ལུག་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༥ ལོར་གཤེགས།

(༤) སློབ་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ་ནམ་མཁའ་རྒྱ་མཚོའི་གྲག་ལྷི་འབྲུག་ལུས་བྱ་བར་ཡབ་དོན་
གྲུབ་མགོན་པོའི་སྲས་སུ་ལྷགས་མོ་སྐང་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༡ ལོར་འཁྲུངས། དགྲུང་གངས་ལྷག་ཚུ་
བཞེས་བ་ལྷགས་བྱི་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༠༡ ལོའི་ཉོར་རྩ་བཞི་པའི་ཆེས་ཉེར་ལྷ་ལ་འཛིན་ལུལ་ར་མ་སྐང་
དུ་སྲུང་བ་ལས་འདས།

(༥) སློབ་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ་ནམ་མཁའ་རྒྱ་མཚོའི་ཡང་སྤྱིད་འབགས་པ་དཔལ་འཕྱོར་རྒྱ་
མཚོའི། ལྷགས་བྱེ་ལུང་དུ་ཡབ་ཨོ་རྒྱུན་རྟ་མགྱིན་དང་ཡུམ་ཨའོ་ཏུར་གཉིས་ཀྱི་སྲས་སུ་ས་སྤྱིལ་
སྤྱི་ལོ་ ༡༩༠༥ ལོར་འཁྲུངས། འདས་ལོ་མ་རྟེན།

(༦) སློབ་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ་དགེ་ལེགས་རྒྱ་མཚོའི་ཡང་སྤྱིད་འབགས་པ་དཔལ་འཕྱོར་ས་
མགོན་དཔལ་ཀྱི་སྲས་སུ་ཚུ་སྐལ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༣༣ ལོར་འཁྲུངས། དགྲུང་ལོ་དོན་བརྒྱུད་བཞེས་བ་
ལྷགས་བྱི་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༡༡ ལོར་གཤེགས་ཚུང་བདེ་བ་ཅན་དུ་ཉོར་རྩ་ལྷ་པའི་ཆེས་ཉེར་ལྷ་ལ་གཤེགས།

(༧) སློབ་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ་དགེ་ལེགས་རྒྱ་མཚོའི་ཡང་སྤྱིད་སྐལ་སྤྱི་ལོ་གསུམ་པར་
འབགས་པ་དག་དབང་རྒྱ་མཚོ་ཚུ་སྐང་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༡༩ ལོར་དགོན་ལུག་ཏུ་སྐུ་འཁྲུངས།

(༨) ལྷུང་པ་ཆོས་བཟང་ཉི་མ་ལོ་ཉོས་ནང་དུ་ཡབ་འཚོ་བྱེད་ལྷ་རི་སྐྱབས་དང་། དུམ་སྐྱང་
མོ་ཀྱི་ཐར་གཉིས་ལ་སྲས་གསུམ་བྱུང་བའི་ཐ་རྒྱུད་དུ་རབ་བྱུང་བརྒྱུད་པའི་ཚུ་སྤྱིལ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༩
ལོར་སྐུ་འཁྲུངས། དགྲུང་ལོ་དུག་ཚུ་ཐེབས་བ་ལྷགས་འབྲུག་སྟོན་རྩ་ར་པའི་ཆེས་བཙོ་བརྒྱུད་ཉི་
མ་རྩེ་ཤར་ལ་གཤེགས།

(༩) ལྷུང་པ་སངས་རྒྱས་དཔལ་བཞི་ལྷ་བ་ལའི་དགོན་པར་ཡུམ་སྐྱོལ་མ་སྤྱིད་ལ་ཤིང་པོ་
རྟ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༢༩ ལོར་འཁྲུངས། འདི་ནས་མར་ལ་གདན་ས་ཆེན་པོ་གསུམ་ནས་ཐོན་པའི་ཀོང་
ལུལ་ཀྱི་མཁས་གྲུབ་རིམ་བྱོན་ལས་དྲངས་བ་བཞུགས་སོ།།

༤༡) ཀོང་པོ་ཚུལ་ཁྲིམས་སློབ་ལོ་ལྷན་ཅི་རབ་བྱུང་བརྒྱད་པའི་ནང་ཤར་ཕྱོགས་ཀོང་ལུལ་དུ་སྐྱེ་
འབྱུངས། རབ་བྱུང་བརྒྱད་པའི་ཚུ་སྤྲེལ་སྤྱི་ལོ་ ༡༧༥༣ ལོར་དགོངས་བ་ཚོས་དབྱིངས་སུ་ཐིམ།

༤༢) ཀོང་པོ་དབལ་ལྷན་གྲགས་བ་ལྷི་རབ་བྱུང་དགུ་པའི་སྔད་ཅམ་དུ་ཉང་པོ་རྒྱ་ནང་པའི་
སྲས་སུ་སྐྱེ་འབྱུངས། རབ་བྱུང་བརྒྱ་པའི་ཤིང་ཉ་སྤྱི་ལོ་ ༡༥༤༧ ལོར་དགའ་ལྷན་དུ་ཞི་བར་
གཤེགས།

༥༠) ཀོང་པོ་དགའ་བརྒྱ་རིན་ཆེན་ལྷན་ལྷན་ལྷི་དུས་རབས་བཙོ་ལྷ་པའི་ནང་འབྱུངས། ཤར་
ཕྱོགས་ཀོང་པོའི་ལུལ་དུ་དགའ་ལྷན་བསྟན་བ་རིན་པོ་ཆེ་ཉིན་མོ་ལྟར་གསལ་བར་མཛད། འདས་
ལོ་མ་རྟེན།

༥༡) ཀོང་པོ་བསྟན་འཛིན་ལེགས་བཤམ་ལྷི་ལོའི་དུས་རབས་བརྒྱ་དྲུག་པའི་འགོ་སྟོན་ཅམ་
དུ་ཀོང་པོ་བཟ་ཤིས་རབ་བརྟན་དུ་འབྱུངས། སྤྱི་ལོ་ ༡༧༧༦ ལོར་མས་སུ་དབལ་འབར་དུ་འདས།

༥༢) ཀོང་སྟོན་བསམ་གྲུབ་རིན་ཆེན་ལྷི་ལོའི་དུས་རབས་བརྒྱ་དྲུག་པའི་དུས་མཇུག་དུ་
ཀོང་ཕྱོགས་སུ་འབྱུངས། སེར་བྲེས་གྲུ་ཚང་གི་མཁན་ཐོག་བཙོ་བརྒྱད་པར་ལེབས། འདས་ལོ་
མ་རྟེན།

༥༣) ཀོང་པོ་སྟན་ལྷ་དོན་གྲུབ་ལྷི་ལོའི་བཟ་ཤིས་འབྲས་སྤྲེངས་སུ་རབ་བྱུང་བརྒྱ་གཅིག་
པའི་ཤིང་ལོས་སྤྱི་ལོ་ ༡༧༦༥ ལོར་བསྟན་ལ། འདས་ལོ་མ་རྟེན།

༥༤) ཀོང་པོ་ཐར་བ་རིན་ཆེན་ལྷི་དུས་རབས་བརྒྱ་པའི་དུས་མཇུག་ཅམ་དུ་ཀོང་པོར་
འབྱུངས། འདས་ལོ་མ་རྟེན།

༥༥) ལྷག་སུ་སྐྱེ་སྤོང་བཞི་བ་སློབ་བཟང་བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཚན་ལྷི་ཀོང་ཉང་པོ་རྒྱ་ནང་(དོ་བོ་
མགོར་)དུ་ཡབ་ལྷགས་འཆང་དགོན་མཚོག་སྟན་གྲགས་དང་། ལུམ་འཛོམས་བ་གཉིས་ཀྱི་སྲས་
སུ་རབ་བྱུང་བརྒྱ་གཉིས་པའི་ཤིང་ཉ་སྤྱི་ལོ་ ༡༦༡༧ ལོར་འབྱུངས། དགའ་གངས་ཞེ་དགུ་བཞེས་
བ་རབ་བྱུང་བརྒྱ་གསུམ་པའི་ཚུ་ཉ་སྤྱི་ལོ་ ༡༦༤༣ ལོར་སྐྱེ་ཞི་བར་གཤེགས།

༡༠) ལྷག་པོ་སྤྱི་མཉམས་ལྷན་པ་གར་དབང་ལྷོ་བཟང་ཚོས་ཀྱི་དབང་ལྷག་ནི་རབ་བྱུང་བཅུ་གསུམ་
པའི་ཤིང་བུ་སྤྱི་ལོ་ ༡༧༤༥ ལོར་གྱིང་ཕུ་གཤུ་ལྷན་པ་ལྷན་པ་ལྷན་པ་ལྷན་པ་ལྷན་པ་ལྷན་པ་ལྷན་པ་ལྷན་པ་
བདེ་ཆེན་བུ་མིང་གཉིས་ཀྱི་སྲས་སུ་བཞུགས། དགྲུང་ལོ་རེ་བརྒྱད་བཞེས་པ་རབ་བྱུང་བཅུ་བཞི་
པའི་ལྷ་སྤྱི་ལོ་ ༡༨༣༣ ལོར་དགོངས་པ་ཚོས་དབྱིངས་སུ་བཞུགས།

༡༡) ཀོང་པོ་ཡེ་ཤེས་ཐར་འདོད་ནི་རབ་བྱུང་བཅུ་གསུམ་པའི་མེ་ཁྱི་སྤྱི་ལོ་ ༡༧༥༤ ལོར་
ཀོང་པོ་བྲག་གསུམ་འབྲུ་ལ་མེ་བ་སྐར་དུ་ཡབ་སློབ་མ་དར་རྒྱས་དང་། ལུས་བསོད་ནམས་དབལ་
འཛོམས་གཉིས་ཀྱི་སྲས་སུ་འཇུགས། དགྲུང་གྲངས་དོན་བཞི་བཞེས་པ་རབ་བྱུང་བཅུ་བཞི་པའི་
ས་ལྷང་སྤྱི་ལོ་ ༡༨༣༤ ལོར་གཤེགས།

༡༢) ཀོང་པོ་ཡེ་ཤེས་བཙུན་འབྲུས་ནི་རབ་བྱུང་བཅུ་གསུམ་པའི་ལྷགས་སྤྱི་ལོ་ ༡༧༤༡
ལོར་ཡབ་ཆེ་དབང་རྒྱ་མཚོ་དང་ལུས་ཆེ་དབང་བཟང་པོ་གཉིས་ཀྱི་སྲས་སུ་འཇུགས། དགྲུང་ལོ་ང་
འབྲུག་བཞེས་པ་རབ་བྱུང་བཅུ་བཞི་པའི་མེ་ཁྱི་སྤྱི་ལོ་ ༡༨༡༦ ལོར་གཤེགས།

༡༣) དགེ་བཤེས་ལུན་ཚོགས་ཚོས་འཕེལ་ནི་སྤྱི་ལོ་ ༡༨༡༨ ལོར་ལོང་པོ་ང་པོ་དང་འགྲངས་
མ་གྲོང་དུ་ཡབ་ལྷ་རྩེ་ཆེ་བཅུན་བཟུ་ཤིས་དང་ལུས་འཚེ་མེད་སྤྱིད་འཛོམས་གཉིས་ཀྱི་སྲས་སུ་
འཇུགས། ད་ལྟ་འཕགས་ལུས་མེད་སྤྱད་གྲུ་ཚང་དུ་ལེགས་ཚོགས་ཡར་འཕེལ་ངང་བཞུགས་
བཞིན་པའོ།།

༡༤) ལྷ་བཟང་ཡེ་ཤེས་རྒྱ་མཚོ་ནི་ཤར་ཕྱོགས་ཀོང་ལུས་དུ་ཡབ་ཆེ་འཕེལ་དང་། ལུས་མཚོ་
མོ་གཉིས་ཀྱི་སྲས་སུ་རབ་བྱུང་བཅུ་གསུམ་པའི་ས་བུ་སྤྱི་ལོ་ ༡༧༤༤ ལོར་འཇུགས། དགྲུང་ལོ་རེ་
བརྒྱད་བཞེས་པ་མེ་འབྲུག་སྤྱི་ལོ་ ༡༨༤༤ ལོར་སྤྱི་གཤེགས།

༡༥) ལྷ་མཉམས་ལྷན་པ་ལྷན་པ་ལྷན་པ་ལྷན་པ་ལྷན་པ་ལྷན་པ་ལྷན་པ་ལྷན་པ་ལྷན་པ་ལྷན་པ་ལྷན་པ་ལྷན་པ་
བཞུགས་སུ། དགྲུང་ལོ་གྲུ་གསུམ་བཞེས་པ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༡༨ ལོའི་ལྷ་བ་ ༩ པའི་ཚེས་ ༡༧ ཉིན་
དགོངས་པ་གཞན་དོན་དུ་གཤེགས། བར་སྐབས་ཀྱི་སྤྱི་སྲིད་རབས་མ་རྟེན།

༡༢) འབྲུག་རྒྱལ་དབང་ཚོས་ཇི་འཕྲིན་ལས་ནམ་རྒྱལ་ནི་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༠༦ ལོར་ང་ལོད་ཁྲིམ་
རྒྱུད་དུ་འཁྲུངས། དགུང་གྲངས་ང་ལྷག་ཤེས་པ་ཚུ་ཁྲི་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༤༩ ལོར་ར་སྐྱེང་དང་དགའ་
འབྲས་བར་བེང་ལངས་སྐབས་ཤེ་ཅིན་དུ་བསྐྱོད་པའི་ལམ་བར་དུ་སྐྱ་གཤེགས།

༡༣) དུགས་པོ་རྩ་མ་རིན་པོ་ཆེ་སྐྱ་སྐྱེང་གསུམ་པ་རྩོ་བཟང་འངམ་དཔལ་ལྷན་གྲུབ་རྒྱ་མཚོ་
དཔལ་བཟང་པོ་མཚོ་གཞི། རབ་བྱུང་བཅུ་བཞི་པའི་ཤིང་སྐུལ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༥ ལོར་ཀོང་སྐྱོད་དུང་
དགར་དཔོན་དང་ཉེ་བའི་རས་མི་སྐྱ་ག་བདག་གི་སའི་ཆར། ཡབ་འབངས་མི་ཁྲིམ་བདུན་ནས་ཡིན་
པའི་ཨ་ཇོ་འཕྲིན་ལས་བཟོད་པ་དང་། དུམ་ཆེ་རིང་མཐིང་གི་ཞལ་བཟང་མའི་སྐུལ་པ་ཨ་ལྷེ་སྐུལ་
བཟང་སྐྱོལ་མ་གཉིས་ལ་སྐྱ་བཏུམས། རབ་བྱུང་བཅོ་ལྔ་པའི་ས་ལྷག་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༡༩ ལོར་རྣ་ལྷན་
རྒྱ་བཟང་རི་ཁྲོད་དུ་གཞུགས་སྤྱི་ལོ་བཞེད་པ་བསྐྱུས་པའི་རྒྱལ་བསྐྱོད་བར་བྱུང་ཉོ།

༡༤) རྩ་སྐྱོན་ལྷ་རྒྱན་བསྐྱོན་འཕྲིན་རྒྱ་མཚོ་ནི་རབ་བྱུང་བཅུ་བཞིའི་སྐྱོད་ཅམ་དུ་ཀོང་པོར་
འཁྲུངས། འདས་ལོ་མ་རྟེན།

༡༥) འབྲུ་ལ་མཁན་ཆེན་སྐྱ་སྐྱེང་དང་པོ་རྩ་བ་བཟང་པོ་ནི་དུས་རབས་བཅོ་ལྔ་པའི་དུས་
འགོ་ཅམ་དུ་ཕྱོན་གྱི་སྐྱེས་མཚོག་ནམས་ཀྱི་གནས་སྐོ་ཤེ་བའི་སྐས་ལུལ་བྲག་གསུམ་གྱི་ཤེ་བྲག་
རོ་གདན་ཞེས་པར་སྐྱ་འཁྲུངས། འདས་ལོ་མ་རྟེན།

༡༦) སྐྱ་སྐྱེང་གཉིས་པ་གྲུབ་མཚོ་ག་བྱང་རྒྱལ་རྒྱལ་མཚོན། སྐྱ་སྐྱེང་གསུམ་པ་དག་དབང་
འཕྲིན་ལས་བཟང་པོ་གཉིས་ཀྱི་འཁྲུངས་འདས་ལོ་ཆོགས་མ་རྟེན།

༡༧) འབྲུ་ལ་མཁན་ཆེན་སྐྱ་སྐྱེང་བཞི་པ་ཡེ་ཤེས་བསྐྱོན་པའི་སྐྱོན་མེ་ནི། རབ་བྱུང་བཅུ་
གཉིས་པའི་ཤིང་བྱ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༠༥ ལོར་ཀོང་ལུལ་ཉང་ཁ་རྣ་དགའ་ཞེས་པར་ཡབ་འབྲུག་བསམ་
གྲུབ་དང་། དུམ་སྤྱིད་ལོ་བྱ་ཁྲིད་གཉིས་ཀྱི་སྐས་སུ་འཁྲུངས། འདས་ལོ་མ་རྟེན། སྐྱ་སྐྱེང་ལྔ་པ་རྩོ་
བཟང་ཡེ་ཤེས་བསྐྱོན་པའི་སྐྱོན་མེ། སྐྱ་སྐྱེང་བདུན་པ་རྩོ་བཟང་གྲུབ་བསྐྱོན་དམ་ཚོས་རྒྱ་མཚོ། སྐྱ་
སྐྱེང་བརྒྱད་པ་དག་དབང་གྲུབ་བསྐྱོན་མཁས་སྐྱ་ག། སྐྱ་སྐྱེང་དགུ་པ་བསྐྱོན་འཕྲིན་རྩ་བ་ད་རྣ་དགུང་

ལོ་ ༣༦ ལ་ཐེབས་པ་བཅས་སོ།།

༡༥) དུང་དཀར་སྐྱ་ཐོང་དང་ལོ་དུང་དཀར་ཉི་མ་འབྲུག་གཤམ་ནི་ལོང་ལོ་ཅི་ཐར་དུ་སྐྱ་
འབྲུངས། དགུང་ལོ་བདུན་ཅུ་བཞུགས།

༡༦) སྐྱ་ཐོང་གཉིས་པ་དུང་དཀར་དོན་གྲུབ་རྒྱ་མཚོ་ནི་ཞོ་འབྲུག་གནས་མདར་འབྲུངས།
དགུང་ལོ་ཞེ་བརྒྱད་བཞུགས།

༡༧) སྐྱ་ཐོང་གསུམ་པ་དུང་དཀར་ཚོངས་དབྱངས་འབྲུག་གཤམ་ནི་ཀོང་ལོ་རྒྱ་མདའ་ལྷལ་
དུ་འབྲུངས། དགུང་ལོ་དུག་ཅུ་ལྷག་ཅམ་བཞུགས། སྐྱ་ཐོང་བཞི་པ་དུང་དཀར་དག་དབང་སྟོན་
གཤམ། སྐྱ་ཐོང་ལྔ་པ་དུང་དཀར་ཚོངས་གཤམ་རྒྱ་མཚོ།

༡༨) སྐྱ་ཐོང་དུག་པ་དུང་དཀར་དག་དབང་འཕྲིན་ལས་ནི་འབྲུ་ལ་ཇོ་གདན་དུ་
འབྲུངས། དགུང་ལོ་ཉེར་དགུར་གཤམ། སྐྱ་ཐོང་བདུན་པ་དུང་དཀར་ལེགས་བཤད་རྒྱ་མཚོ།

༡༩) སྐྱ་ཐོང་བརྒྱད་པ་དུང་དཀར་རྫོ་བཟང་འཕྲིན་ལས་ནི། སྤྱི་ལོ་ ༡༧༩༦ ལོར་ཤོད་ཀྱི་ཀོང་
ལོ་ཇོ་ལོ་ཤོར་ཐེར་འབྲུངས། སྐྱ་མཚོད་བརྒྱ་གཅིག་ཡོད་པ་ལས་ལྔ་པ་ཡིན། སྤྱི་ལོ་ ༡༧༩༧ ལོའི་
རྗེ་བ་ ༧ པའི་ཚེས་ ༡༣ ཉིན་དགུང་གཤམ་བདུན་ཅུའི་ཚོག་སྐྱ་ཚེའི་འཕེན་པ་ཇོ་གས།

༢༠) དགའ་ལྷན་དཔོན་པའི་མཁན་རིན་པོ་ཆེ་འཛིགས་མེད་གཤམ་བའམ་སངས་རྒྱས་
མཚོག་ནི་སྤྱི་ལོ་ ༡༧༩༠ ལོར་ཀོང་ལོ་སྤར་སྐྱ་ཚུ་འཁོར་དུ་སྐྱ་འབྲུངས། དགུང་ལོ་གྲ་བརྒྱད་ཐེབས་
པ་སྤྱི་ལོ་ ༡༨༡༩ ལོའི་རྗེ་བ་ ༩ པའི་ཚེས་ ༡༥ ཉིན་སྐྱ་ཞེ་བར་གཤམ།

༢༡) ཤོད་ཀྱི་སྐྱལ་སྐྱ་རྣམ་གསུམ་གསལ་ལོ་སེམས་དབང་སྐྱ་ཐོང་བཞི་པ་དག་དབང་ཚོས་
ཀྱི་རྒྱ་མཚོ་ཉར་ལོ་གཤམ་སྤྱ་འབྲུངས། དགུང་ལོ་སོ་དུག་པར་གཤམ།

༢༢) སྤྱིར་ལྷང་མངའ་རིས་སྐྱལ་སྐྱ་སྐྱ་ཐོང་བཞི་པ་རྫོ་བཟང་བཤ་ཤེས་ཀོང་ལོ་དགའ་ཆག་
དུ་འབྲུངས། དགུང་ལོ་སོ་བདུན་པར་གཤམ།

༤༥) ལྷ་གསོལ་སྒྲིབ་དགོན་སྐྱུལ་སྐྱ་སྐྱེ་སྒྲིབ་ལྷ་པ་རིག་འཛིན་ཀམ་ནམ་རྒྱལ་གོང་པོ་རྒྱ་
མདར་འཁྲུངས། དགྲུང་ལོ་སོ་ལྷར་གཤེགས།

༤༦) ལྷན་ཅེ་སྐྱལས་གྲ་སྐྱུལ་སྐྱ་སྐྱེ་སྒྲིབ་དང་པོ་ནམ་རྒྱལ་འགྲ་ཤེས་གོང་པོ་དགོན་དབང་
རར་འཁྲུངས། དགྲུང་ལོ་ང་བརྒྱད་པར་གཤེགས།

༤༧) ལྷན་ཅེ་སྐྱལས་གྲ་སྐྱུལ་སྐྱ་སྐྱེ་སྒྲིབ་གཉིས་པ་ངག་དབང་བསྟན་འཛིན་བཟང་པོ་གོང་
པོ་མེ་ལྷར་འཁྲུངས། དགྲུང་ལོ་རེ་ལྷར་གཤེགས།

༤༨) གཉིང་སྐྱེས་དགོའུ་དགོན་གྱི་སྐྱ་མའི་སྐྱ་སྐྱེ་སྒྲིབ་གཉིས་པ་འགྲོ་མགོན་ཤེས་རབ་བཟང་
པོ་གོང་པོ་དེ་མོར་འཁྲུངས། དགྲུང་ལོ་བཞི་ཅུར་གཤེགས།

༤༩) མཚུར་སུ་མཚོད་གོང་སྐྱབས་རྗེ་རྒྱལ་ཚབ་རེན་པོ་ཆེད་ཡང་སྲིད་ཀམ་བསྟན་པའི་
རྒྱལ་མཚན་ཚོས་གྱི་རྒྱ་མཚོའི་དཔལ་བཟང་པོ་ཞི་གོང་པོ་རྒྱ་ལ་སྒྲོར་སྒྲེ་པའི་སྐུ་སུ་འཁྲུངས།

༡༠༠) སེར་སྐྱད་གྲ་ཚང་གི་མཁན་རབས་ཉེར་བཞི་པ་ཉང་པོ་རྒྱ་ནང་པ་སངས་རྒྱལ་དཔལ་
འབྱོར།

༡༠༡) སེར་བྲེས་གྲ་ཚང་གི་མཁན་རབས་ཉེར་གཅིག་པ་གོང་པོ་བསམ་གྲུབ་རིན་ཆེན།

༡༠༢) སེ་ར་སྐྱོད་པ་གྲ་ཚང་གི་མཁན་རབས་བཙུན་པ་ཉང་པོ་དགའ་བ་རིན་ཆེན།

༡༠༣) སེར་བྲེས་གྲ་ཚང་གི་མཁན་རབས་ཉེར་གཉིས་པ་གོང་པོ་བཀྲ་ཤེས་འབྲུང་གནས།
ཚོས་འཁོར་རྒྱལ་གྱི་མཁན་པོར་ཡང་ལེབས།

༡༠༤) འབྲས་སྒོ་སྒྲིབ་གྲ་ཚང་གི་མཁན་རབས་བཞི་པ་གོང་པོ་ཚུལ་ཁྲིམས་སྒོ་གྲོས།

༡༠༥) འབྲས་བུ་ཡང་གྲ་ཚང་གི་མཁན་རབས་ཉེར་བཞི་པ་ཉང་པོ་བསོད་ནམས་ཆེ་རིང་།

༡༠༦) རྒྱ་འོད་དབང་མོ་ཞི་གོང་པོ་སྐྱད་ཏུ་བལྟམས། རྗེ་རྗེ་ཐོགས་མེད་གྱི་གསང་ཡུམ་མཛད།
གཤེགས་ཏུས་འཇའ་ལུས་འགྲུབ་ལ་ཉེ་བ་ཞིག་བྱུང་།

༡༠༧) ཏྲ་ཤོད་བྲུ་མོ་སྐྱ་མཚོ་ནི་ཀོང་པོའི་སྣོད་ཀྱི་(ཉེད་པོའི་)བྲག་དཀར་ལྷ་ཚུའི་ཉེ་འདབས་
སྲུ་བསྐྱེད་ས། མཚུར་ཕུའི་ནང་རྟེན་དུ་ཏྲ་ཤོད་བྲུ་མོ་སྐྱ་མཚོའི་དབུ་ཐོད་མཁའ་འགྲོ་སྤེ་སྤེའི་རང་
བྱོན་ཅན་བཞུགས་པར་གྲགས།

༡༠༨) གཞས་དེབ་འདིའི་སློབ་སྟོན་པ་ཨ་མ་འབའ་ལུག་གི་ལོ་རྒྱུས་རགས་སྐྱེད།

ཨ་མ་འབའ་ལུག་ནི་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༣༥ ལོར་ཀོང་ཕུའམ་གསང་བ་རྒྱུད་གི་གཞིས་དགའ་ཞེས་
པའི་མི་ཚང་ཞིག་ལ་སྐྱེས་ཤིང་། རང་ལོ་ ༣༥ ལྷན་སྲུ་ཐོད་ནས་རྒྱ་གར་མེ་སོར་གཞི་ཆགས་
ལ་འགྱོར་ཉེ་མེ་སོར་གཞིས་རྒྱུད་གསུམ་པར་མི་ལོ་བཞི་བརྒྱ་ལྷག་ཅུ་མ་བསྐྱེད་པའི་སྤོང་སོ་སོའི་ཕུན་
མོང་མ་ཡིན་པའི་སྐྱ་གཞས་ལ་དོ་སྣང་ཆེན་པོས་འགན་ཁུར་གནང་། སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༡ ལོར་ཨ་མ་
འབའ་ལུག་དང་གཞན་རབས་བརྒྱ་ཅུ་མ་ཨ་འི་ལ་ཀོང་པོའི་གཞས་དང་ཞབས་མོ་འབྲེལ་སྟོན་ཆེད་
འགྱོར། དེར་དུས་ཐོད་ཀྱི་ཀོང་གཞས་སོགས་ཁུར་སྲུང་སྤྱོད་པ་ཤེས་མཁན་ཉུང་ཉུང་ནང་ནས་
ཨ་མ་འབའ་ལུག་ནི་གཙོ་བོ་གཅིག་ཡིན་ཞིག་དེབ་འདིའི་ནང་གི་གཞས་ཆེན་མང་ཆེ་བ་ནི་ཨ་མ་
འབའ་ལུག་གི་སེམས་ནང་དུ་མ་བརྟེན་བརྟེན་པོར་ཉར་གནང་བ་དེ་དག་ཡིག་ཐོག་དུ་བཀོད་དེ་མ་
འོངས་པའི་ཐོད་སྐྱེད་རྣམས་ལ་མ་ཤི་བསྐྱེད་བྱ་དང་ཤི་ན་ཁ་ཆེས་སྐྱེས་དུ་འཛོག་གནང་མཛད་པ་
ཞིག་ཡིན་འདུག་ཅིང་། དེ་ནས་ད་བར་དུ་རིམ་བཤམ་ཁ་གསལ་རྒྱག་ནས་བྱུང་བའི་དམིགས་བསལ་
ཀོང་པོའི་གཞས་དེབ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་ཅོ།

སྲོལ་ཡོད་ཏེ་ཅང་སྒྲུང་བ་སྦྱིད་པོ་ཚོར་གྱི་ཡོད། དེར་སང་བོ་ནམ་སྦྱེལ་མཁན་ཅུ་བ་ནས་མི་འདུག།

༣) བཟ་ཤིས་ལོ་ཡག་ཁག ཀོང་པོའི་ལུགས་སྲོལ་ལ། ལོ་གསར་དང་ཆང་ས་དང་ཚེས་
བཟང་དུས་བཟང་གང་རུང་ལ་གཞས་བཏང་སྟེ་གཞས་མཚུགསྦྱིལ་སྐབས་བཟ་ཤིས་ལོ་ཡག་མ་
བཏང་ན་ཅུ་བ་ནས་འགྲིག་ཐབས་མེད། བཟ་ཤིས་ལོ་ཡག་བཏང་ན་རྟེན་འབྲེལ་ཡག་པོ་དང་གོགས་
དབང་བར་ཆད་ཚང་མ་སྟོག་པའི་ཡིད་ཆེས་བྱེད་གྱི་ཡོད། མཚུགས་ཏུ་ལོག་པོ་བཏང་བཞིན་དུ་རང་
རང་སོ་སོའི་ཁྲིམ་ཚང་ལ་ལོག་འགོ་སྲོལ་ཡོད།

གཉེས་བ་ཀོང་པོའི་སྦྱེལ་རིགས།

༡) ཀོང་པོའི་སྦྱེལ་དང་སྦྱོར་སྦྱེལ་རིགས། སྦྱེལ་ཅེས་བ་འདི་བཞིན་སྦྱེལ་ཚེན་ཁག་དང་དཔོན་ཁག་
ཕེབས་སྐབས་ཆང་འགྲིམས་བཞེས་འབྲུལ་ནས་གཏོང་སྲོལ་དང་། ཆང་ས་རྟེན་འབྲེལ་སྐབས་སྦྱེལ་
ངེས་བར་དུ་བཏང་སྲོལ་ཡོད། སྦྱེལ་མ་བཏང་སྟེན་ལ་དགའ་ས་ལེན་དགོས། སྦྱེལ་མཚམས་བཞག་
དུས་བཟ་ཤིས་ལེན་ནས་བཞག་སྲོལ་ཡོད། དགའ་ས། དགའ་ས་སྦྱོགས་ནས་ཡོང་བས། སྦྱིད་
ས་འདི་རུ་སྦྱེལ་བྱུང་། ཀླང་ཚུང་གཡམས་པའི་བརྒྱབས་ས། མ་བྱ་གཞོན་པའི་མདོངས་སྟོ། བཟ་
ཤིས། དུས་སྦྱེལ་དུ་ལོ་དགའ་དུག་སང་པོད་ལོས་ཀྱང་སྦྱིད་བ། གཞེས་པོད་ཡང་ཡང་འཛོམས་པའི་
བཟ་ཤིས་སྟོན་ལམ་ལྷུ་ཡོད།

༢) ཀོང་པོའི་མདའ་སྦྱེལ་རིགས། མདའ་སྦྱེལ་ནི་ཀོང་པོའི་ལུགས་སྲོལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་བ་
གཅིག་ཡིན། མདའ་ཅེད་ལ་མཁས་བ་ཚོས་མདའ་བརྒྱབ། ལོ་གཞོན་མོ་གཞོན་ཚོས་མདའ་སྦྱེལ་
བཏང་ནས་ཉིན་གང་ཅེད་མོ་ཅེད་ནས་བསྐྱད་པའི་ལུགས་སྲོལ་ཡོད། མདའ་བརྒྱབས་དུས་བེ་བྱ་
ཡི་སྦྱེལ་སྦྱོན་པོས་མི་མང་ཆང་མ་བསྐྱོང་གི་ཡོད།

༣) ཀོང་པོའི་རྩི་སྦྱེལ་(འབྲོག་སྦྱེལ་དོན།) ཀོང་པོའི་རྩི་སྦྱེལ་ནི་ལོ་གཅིག་ལ་དུས་གཅིག་བཏང་
སྲོལ་ཡོད། ཀོང་པོ་ནང་རི་རྒྱུ་ལུན་པོ་ཞེས་པའི་རི་ཏེ་ཅང་གི་བྱིན་སྐབས་ཆེན་པོ་གཅིག་ཡོད་

བ་རེད། དེ་གའི་ས་ཁུལ་གྱི་རྗེ་བོ་རྣམས་རྗེ་ལྷ་གསོལ་དུ་རི་རྒྱལ་ལྷན་པོ་ལ་བསངས་བཏང་བ་
དང་དར་སློབ་བསྐྱངས་ནས་རྗེ་ལྷ་བཏང་སྟོལ་ཡོད། སེམས་ཅན་ལ་ན་ཚ་མ་ཡོང་བའི་སློན་ལམ་
རྒྱག་ནས་རྗེ་ལྷ་ལ་སྐྱ་ཡི་མཚོན་བ་འབྲུལ་གྱི་ཡོད།

༩) འཕྲུངས་གཞས།(འབྲུམ་གཞས་ཡང་ཟེར།) ཆང་གཞས་ནི་ཀོང་པོ་གཅིག་པོ་མ་ཡིན་
པར་བོད་ཀྱི་ལུང་བ་གང་སར་བཏང་བའི་ལུགས་སྟོལ་ཡོད།

གསུམ་བ་ཀོང་པོའི་ཨོ་སང་ཞབས་སྲོའི་རིགས།

ཨོ་སང། ཨོ་སང་འདི་ཡང་པོ་མོ་པན་ཚུན་ཚིག་རྒྱག་བཏང་ནས་ཅེད་མོ་ཅེད་སྟོལ་ཡོད།
ཚོགས་པོ། ཚོགས་པོ་བཏང་དུས། ཁྱོ་ག་ཚོས་ཚོགས་པང་དུ་ལེན། སྐྱེས་དམན་རྣམས་
ཀྱིས་མདའ་དར་ལག་རྒྱ་སྟོགས་ཤིང་ཆང་ལུད་བསྐྱམས་ནས་ཚོགས་པོ་བཏང་སྟོལ་ཡོད།

དང་པོ། ཀོང་པོ་པོ་འི་རིགས།

འཇགས་བརྒྱུད།

ཀོང་པོ་འི་ལྷགས་སྲོལ་ལ། གཞས་གང་ཡང་མ་གཏོང་གོང་ནས་འཇགས་བརྒྱུད་གཏོང་བའི་ལྷགས་
 སྲོལ་ཡོད། གང་ཡིན་ཟེར་ན་ས་བདག་དང་ཡུལ་ལྷ་ཐམས་ཅད་ལ་ལྷ་བ་འབྲུལ་བའི་ལྷགས་སྲོལ་ཡོད།
 ལྷ་བ། ལྷ་རྒྱལ་སྲོལ། ལྷ་རྒྱལ་སྲོལ། ས་དེ་ཚོ་མ་འགྱུར། བད་མ་འདབ་བརྒྱུད་འདྲ་བལྟགས། ཡི་
 འཇགས་ཡོད་སོ། རྣམ་པ་ཚོ་ལ་མཚོན་པ་འབྲུལ། ལྷ་རྒྱལ་སྲོལ། ལྷ་རྒྱལ་སྲོལ། བར་དེ་ཚོ་མ་
 འགྱུར། བཟ་ཤིས་ཉགས་བརྒྱུད་འདྲ་བལྟགས། ཡི་འཇགས་ཡོད་སོ། རྣམ་པ་ཚོ་ལ་མཚོན་པ་
 འབྲུལ། ལྷ་རྒྱལ་སྲོལ། ལྷ་རྒྱལ་སྲོལ། གནས་དེ་ཚོ་མ་འགྱུར། འཁོར་ལོ་ཅིབས་བརྒྱུད་འདྲ་བལྟགས།
 ཡི་འཇགས་ཡོད་སོ། ཡི་རྣམ་པ་ཚོ་ལ་མཚོན་པ་འདྲ་འབྲུལ།

བོ་ཡི་ལམ་མོ་གཡུང་བ།

སྲོལ། བོ་ཡི་ལམ་མོ་གཡུང་བ་གཡུང་། བོ་ཡི་ལམ་མོ་གཡུང་བ་གཡུང་།
 ཞི་བ་དེ་ཚོས་འཁོར་ལྷ་ས། བོ་ཡི་ལམ་མོ་གཡུང་བ་གཡུང་། ཡིའེ་ས་སྤྱིད་བོ་ས་བདག་མཉེས་སོ།
 སྲོལ། བོ་ཡི་ལུང་བསྟན་མ་ལྷ། བོ་ཡི་ལུང་བསྟན་ལྷ། མཚོན་པོ་དེ་ཨ་མ་དཔལ་ལོ།
 བོ་ཡི་ལུང་བསྟན་ལྷ། ཡིའེ་ཡུལ་སྤྱིད་བོ་ཡུལ་ལྷ་མཉེས་སོ།
 སྲོལ། བོ་ཡི་མཚོན་པ་གཡུང་བ་གཡུང་། བོ་ཡི་མཚོན་པ་གཡུང་བ་གཡུང་།
 དེ་ལ་སོ་སོས་ཡུལ་འཁྲིད་མཁན། བོ་ཡི་མཚོན་པ་གཡུང་བ་གཡུང་། ཡིའེ་རུང་ལ་ཁྲག་དོག་མ་བྱེད།
 སྲོལ། བོ་ཡི་ལམ་མོ་གཡུང་བ་གཡུང་། བོ་ཡི་ལམ་མོ་གཡུང་བ་གཡུང་།
 ཞི་བ་དེ་དུགས་ལས་སྤྲུལ་སོ། བོ་ཡི་ལམ་མོ་གཡུང་བ་གཡུང་། ཡིའེ་ས་སྤྱིད་བོ་ས་བདག་མཉེས་སོ།
 སྲོལ། བོ་ཡི་ལུང་བསྟན་མ་ལྷ། བོ་ཡི་ལུང་བསྟན་ལྷ། མཚོན་པོ་དེ་ལྷ་བའི་གཞོན་ལྷ།

རྫོག་ས།

སྲིད། གཅིག་གཉིས་གསུམ་བྱས་ནས། ཨོ་ལ་བརྩ་བྱག་ཞབས་བློ་རྒྱག་ཡིད།
 རྫོག་ག་བསྐྱིགས་ཡིད་རང་ས་བརྩུང་ཡིད་ཞབས་བློ་ལ། གཡས་ལ་བརྩུབ་གཡོན་ལ་བརྩུབ།
 ས་གཞི་མ་ལ་བྱམས་བ་ཡིད་དོ། ཞབས་བྱུགས་ལ་པངས་སེམས་མེད་དོ། རྩ་ང་ལ་ཁྲག་དོག་མ་མཛད།
 སྲིད། བོ་ཡི་རྫོག་ས་གཅིག་མ་གཡམ། བོ་ཡི་རྫོག་ས་གཅིག་གཡམ། ཉི་མ་དེ་ལྷོ་ཡི་ཕྱོགས་ལ།
 བོ་ཡི་རྫོག་ས་གཅིག་གཡམ། ཡེའེ་རྫོག་ས་བདེ་མོ་གཅིག་ཤོག།
 སྲིད། བོ་ཡི་བོ་ཕུད་གཅིག་མ་འབྲུལ། བོ་ཡི་བོ་ཕུད་གཅིག་འབྲུལ། ལྷོ་དེ་རིན་ཆེན་འབྲུང་གནས།
 བོ་ཡི་བོ་ཕུད་གཅིག་འབྲུལ། ཡེའེ་བོ་ཕུད་གཅིང་མ་གཅིག་འབྲུལ།
 སྲིད། གཅིག་གཉིས་གསུམ་བྱས་ནས། ཨོ་ལ་བརྩ་བྱག་ཞབས་བློ་རྒྱག་ཡིད། རྫོག་ག་བསྐྱིགས་ཡིད།
 རང་ས་བརྩུང་ཡིད་ཞབས་བློ་ལ། གཡས་ལ་བརྩུབ་གཡོན་ལ་བརྩུབ། ས་གཞི་མ་ལ་བྱམས་བ་ཡིད་དོ།
 ཞབས་བྱུགས་ལ་པངས་སེམས་མེད་དོ། རྩ་ང་ལ་ཁྲག་དོག་མ་མཛད།
 སྲིད། བོ་ཡི་རྫོག་ས་གཅིག་མ་གཡམ། བོ་ཡི་རྫོག་ས་གཅིག་གཡམ། ཉི་མ་དེ་རྒྱབ་གི་ཕྱོགས་ལ།
 བོ་ཡི་རྫོག་ས་གཅིག་གཡམ། ཡེའེ་རྫོག་ས་བདེ་མོ་གཅིག་གཡམ།
 སྲིད། བོ་ཡི་བོ་ཕུད་གཅིག་མ་འབྲུལ། བོ་ཡི་བོ་ཕུད་གཅིག་འབྲུལ། རྒྱབ་དེ་སྤང་བ་མཐའ་ཡས།
 བོ་ཡི་བོ་ཕུད་གཅིག་འབྲུལ། ཡེའེ་བོ་ཕུད་གཅིང་མ་གཅིག་འབྲུལ།
 སྲིད། གཅིག་གཉིས་གསུམ་བྱས་ནས། ཨོ་ལ་བརྩ་བྱག་ཞབས་བློ་རྒྱག་ཡིད།
 རྫོག་ག་བསྐྱིགས་ཡིད་རང་ས་བརྩུང་ཡིད་ཞབས་བློ་ལ། གཡས་ལ་བརྩུབ་གཡོན་ལ་བརྩུབ།
 ས་གཞི་མ་ལ་བྱམས་བ་ཡིད་དོ། ཞབས་བྱུགས་ལ་པངས་སེམས་མེད་དོ། རྩ་ང་ལ་ཁྲག་དོག་མ་མཛད།
 སྲིད། བོ་ཡི་རྫོག་ས་གཅིག་མ་གཡམ། བོ་ཡི་རྫོག་ས་གཅིག་གཡམ། ཉི་མ་དེ་བྱང་གི་ཕྱོགས་ལ།
 བོ་ཡི་རྫོག་ས་གཅིག་གཡམ། ཡེའེ་རྫོག་ས་བདེ་མོ་གཅིག་གཡམ།
 སྲིད། བོ་ཡི་བོ་ཕུད་གཅིག་མ་འབྲུལ། བོ་ཡི་བོ་ཕུད་གཅིག་འབྲུལ། བྱང་དོན་ཡིད་གྲུབ་ལ།
 བོ་ཡི་བོ་ཕུད་གཅིག་འབྲུལ། ཡེའེ་བོ་ཕུད་གཅིང་མ་གཅིག་འབྲུལ།

སྲིད། གཅིག་གཉིས་གསུམ་བྱས་ནས། ཨོ་ལ་བཅུ་དྲུག་ཞབས་བློ་རྒྱལ་ཡོད།
 རྟོག་གྲ་བསྐྱིགས་ཡོད་རང་ས་བཟུང་ཡོད་ཞབས་བློ་ལ། གཡས་ལ་བརྒྱབ་གཡོན་ལ་བརྒྱབ།
 ས་གཞི་མ་བྱམས་པ་ཡོད་དོ། ཞབས་བྱུགས་ལ་པངས་སེམས་མེད་དོ། ཅུང་ལ་ཁྲག་དོག་མ་མཛད།
 སྲིད། བོ་ཡི་རྟོག་ས་གཅིག་མ་གཡལ། བོ་ཡི་རྟོག་ས་གཅིག་གཡལ། ཉི་མ་དེ་དབུས་ཀྱི་ཕྱོགས་ལ།
 བོ་ཡི་རྟོག་ས་གཅིག་གཡལ། ཡེའེ་རྟོག་ས་བདེ་མོ་གཅིག་གཡལ།
 སྲིད། བོ་ཡི་བོ་ཕུད་གཅིག་མ་འབྲུལ། བོ་ཡི་བོ་ཕུད་གཅིག་འབྲུལ། དབུས་དེ་རྣམ་པར་སྣང་མཛད།
 བོ་ཡི་བོ་ཕུད་གཅིག་འབྲུལ། ཡེའེ་བོ་ཕུད་གཅིག་མ་གཅིག་འབྲུལ།
 སྲིད། གཅིག་གཉིས་གསུམ་བྱས་ནས། ཨོ་ལ་བཅུ་དྲུག་ཞབས་བློ་རྒྱལ་ཡོད། རྟོག་གྲ་བསྐྱིགས་ཡོད།
 རང་ས་བཟུང་ཡོད་ཞབས་བློ་ལ། གཡས་ལ་བརྒྱབ་གཡོན་ལ་བརྒྱབ། ས་གཞི་མ་ལ་བྱམས་པ་ཡོད་དོ།
 ཞབས་བྱུགས་ལ་པངས་སེམས་མེད་དོ། ཅུང་ལ་ཁྲག་དོག་མ་མཛད།

མཚོད་བ་བོ་དངོས།

འཇགས་ལྷ་མའི་དབུ་ལ་གསེར་གྱི་ཉི་མ་ཤར། (ཀོང་པོའི་ཡུལ་སྐད་སྐད་ཀྱི་འཇགས་ཟེར་ན་ང་ཞེས་བའི་དོན།)
 འཇགས་ཀྱི་དགོན་བ་མ་རྒྱལ་དགོན་བ་རྒྱལ། འཇགས་ཀྱི་དགོན་བ་ཉི་མ་ཤར་གྱི་ཕྱོགས་ལ་རྒྱལ་ཡོད།
 ཤར་རྟོ་རྟེ་སེམས་དཔའ་འཇགས་ཀྱི་ལྷ་མ་ཡིན་པ། ཤར་རྟོ་རྟེ་སེམས་དཔའ་འཇགས་ཀྱི་ལྷ་མ་ཡིན་པ།
 འཇགས་ལྷ་མའི་དབུ་ལ་གསེར་གྱི་ཉི་མ་ཤར་ཡོད། འཇགས་ལྷ་མའི་དབུ་ལ་གསེར་གྱི་ཉི་མ་
 ཤིན་ཏུ་ཤར་ཡོད།
 ལྷ་མའི་དབུ་ལ་གསེར་གྱི་ཉི་མ་ཤིན་ཏུ་ཤར་ཡོད། འཇགས་ལྷ་མའི་ཞལ་ལ་དུང་གི་རྩ་བ་ཤར་ཡོད།
 འཇགས་ལྷ་མའི་ཞལ་ལ་དུང་གི་རྩ་བ་ཤར་ཡོད། ལྷ་མའི་ཞལ་ལ་དུང་གི་རྩ་བ་ཤར་ཡོད།
 འཇགས་ལྷ་མའི་བྱིན་རྒྱལ་ཆར་བ་བཞེན་དུ་འབབ་ཡོད། འཇགས་ལྷ་མའི་བྱིན་རྒྱལ་བ་དུང་
 ཅི་བཞེན་དུ་འབྱེལ་ཡོད།
 ལྷ་མའི་བྱིན་རྒྱལ་བ་དུང་ཅི་བཞེན་དུ་འབྱེལ་ཡོད། ཞབས་བློ་ཕྱིར་འགྲིག་ཕྱིར་འགྲིག་ཕྱིར་ལ་

འགྲིག་མོ་རྒྱག་ཤོག།

ཕྱིར་བརྒྱ་སྡེ་ཁྲིམ་པ་ལྷན་མོ་མཉེས་པ་བཞག་ཡོད། བརྒྱ་སྡེ་ཁྲིམ་པ་ལྷན་མོ་མཉེས་པ་བཞག་ཡོད།
ཞབས་བློ་ནང་འགྲིག་ནང་འགྲིག་ནང་ལ་འགྲིག་མོ་རྒྱག་ཤོག ནང་མ་དང་མཁའ་འགྲོ་བོ་ཡི་མཚོད་
པ་འབྲུལ་ཡོད།

མ་དང་མཁའ་འགྲོ་བོ་ཡི་མཚོད་པ་འབྲུལ་ཡོད། ཞབས་བློ་རྒྱར་འགྲིག་རྒྱར་འགྲིག་རྒྱར་ལ་འགྲིག་
མོ་རྒྱག་ཤོག།

རྒྱར་མཚོར་རྟ་མིག་གཞོང་རྒྱག་འདུག་སེ་བྱས་ནས་རྒྱག་ཤོག རྟ་མིག་གཞོང་རྒྱག་འདུག་སེ་བྱས་
ནས་རྒྱག་ཤོག།

དང་པོ་དེ་ཆས་ས་ལས་ཡག་པོ།

དང་པོ་ཆས་ལས་ས། ཤར་ཕྱོགས་རྒྱབ་རི་ཡ་ལ་མཚོད། ཡོད་ཟེར་གྲགས།
མོ་འདི་ནི་སྐལ་ལ་བ་བཟང་ཡོད་ཀྱི་ལོ། ཡོད་ཟེར་གྲགས།
གཉིས་པ་དང་འཛོམས་ལས་ས། ལུབ་ལ་ཕྱོགས་ཨོ་རྒྱལ་ཡུལ་ལ་འཛོམས། ཡོད་ཟེར་གྲགས།
མོ་འདི་ནི་དུས་ལ་ཚོད་འཛོམས་ཡོད་ཀྱི་ལོ། ཡོད་ཟེར་གྲགས།
ལྷ་ཚོས་དང་ལྷ་ལས་ས། ལ་ལ་བའི་སྐྱ་མ་ཡར་ལ་ལྷ། ཡོད་ཟེར་གྲགས།
མོ་འདི་ནི་ཕྱིན་རྒྱལ་ལ་ཆེ་ཡོད་ཀྱི་ལོ། ཡོད་ཟེར་གྲགས།
ཞབས་སྐྱི་དང་ལྷ་ལས་ས། མགོ་ལ་འདྲེན་དཔོན་པོ་ཡར་ལ་ལྷ། ཡོད་ཟེར་གྲགས།
མོ་འདི་ནི་མངའ་ལ་ཐང་འཕྲོར་ཡོད་ཀྱི་ལོ། ཡོད་ཟེར་གྲགས།
འི་ལན་དང་འཇལ་ལས་ས། འིན་ལ་ཆེན་པ་མ་ཡར་ལ་འཇལ། ཡོད་ཟེར་གྲགས།
མོ་འདི་ནི་བྱམས་ལ་སྐྱོང་ཆེ་ཡོད་ཀྱི་ལོ། ཡོད་ཟེར་གྲགས།
ཉམས་དགའ་དང་སྐྱོང་ལས་ས་ཆང་ལ་རྩ་བུ་བཞི་ཡར་ལ་སྐྱོང། ཡོད་ཟེར་གྲགས།
མོ་འདི་ནི་མངར་ལ་སྐྱུར་འཛོམས་ཡོད་ཀྱི་ལོ། ཡོད་ཟེར་གྲགས།

ཟེར་གྲགས་ལ་སེ།

བྱིས་པ་དེ་འཛོམས་ལ་ས་ཡག་དྲག་ཅེད་ལ་རྩ་གྲུ་བཞི་ནང་ལ་འཛོམས། ཡོད་ཟེར་གྲགས་ལ།
 བོ་འདི་ནི་རྟག་དང་རྟེན་འབྲེལ་འགྲིག་ཡོད་ཀྱི་ལོ། ཡོད་ཟེར་གྲགས་ལ། བོ་འདི་ནི་རྟག་དང་རྟེན་
 འབྲེལ་འགྲིག་ཀྱི་ལོ། ཡོད་ཟེར་གྲགས་ལ་སེ།

ཨ་མ་ལ་ཆང་ལ་མ་དེ་འཛོམས་ས། ཆང་ལ་རྩ་གྲུ་བཞི་ནང་ལ་འཛོམས། ཡོད་ཟེར་གྲགས་ལ།
 བོ་འདི་ནི་མངར་ལ་སྐྱར་འཛོམས་ཡོད་ཀྱི་ལོ། ཡོད་ཟེར་གྲགས་ལ་སེ། བོ་འདི་ནི་མངར་ལ་སྐྱར་
 འཛོམས་ཡོད་ཀྱི་ལོ། ཡོད་ཟེར་གྲགས་ལ་སེ།

སྤྱོད་ལ་མོ་ཡག་དྲག་རྒྱས་ལ་སྤེལ་བ་ལ་ལ་བཞག་ ཡོད་ཟེར་གྲགས་ལ། བྱི་བོ་གཉམ་ལ་
 སྐྱབ་པོ་ཡོད་ཟེར། རང་ལུལ་སློ་རྩ་ལ་ལོག་འགོ་སེ།

མཚན་སྣོ་ལོ།

དང་པོ་དེ་མཚན་ལ་ས་ཡག་དྲག་ཤར་ལ་སྤྱོགས་རྒྱབ་རི་ལེ་ནས་མཚན། ཡོད་ཟེར་དྲག་ཡེ།
 བོ་འདི་ནི་སྐལ་བ་བཟང་ཡོད་ཀྱི་ལོ། ཡོད་ཟེར་དྲག་ལ། བོ་འདི་ནི་སྐལ་བ་བཟང་ཡོད་ཀྱི་ལོ། ཡོད་
 ཟེར་དྲག་ཡེ།

གཉིས་པ་དེ་འཛོམས་ལ་ས་ཡག་དྲག་བྱབ་སྤྱོགས་ཨོ་རྒྱལ་ལུལ་ལ་འཛོམས། ཡོད་ཟེར་དྲག་ཡེ།
 བོ་འདི་ནི་དུས་ཚོད་འཇམ་ཡོད་ཀྱི་ལོ། ཡོད་ཟེར་དྲག་ཡེ། བོ་འདི་ནི་དུས་ཚོད་འཇམ་ཡོད་ཀྱི་ལོ།
 ཡོད་ཟེར་དྲག་ཡེ།

བོ་འདི་གཉོང་ས་ལག་དྲག་དཔོན་ལ་ཆེན་ཁ་མོ་སྤྱོགས་ནས་བཏང། ཡོད་ཟེར་དྲག་ཡེ།
 བོ་འདི་ནི་བྱིན་རྒྱལ་ས་ཆེ་ཡོད་ཀྱི་ལོ། ཡོད་ཟེར་དྲག་ཡེ། བོ་འདི་ནི་བྱིན་རྒྱལ་ས་ཆེ་ཡོད་ཀྱི་ལོ།
 ཡོད་ཟེར་དྲག་ཡེ།

བོ་འདི་གཉོང་ས་ལག་དྲག་རྫོང་ལ་ཆེན་ཁ་མོ་སྤྱོགས་ནས་བཏང། ཡོད་ཟེར་དྲག་ཡེ།
 བོ་འདི་ནི་མངར་ཐང་མཚོ་ཡོད་ཀྱི་ལོ། ཡོད་ཟེར་དྲག་ཡེ། བོ་འདི་ནི་མངར་ཐང་མཚོ་ཡོད་ཀྱི་ལོ།

ཡོད་ཟེར་དྲག་ཡེ།

མོ་འདི་གཉིད་ས་ལ་ཡག་དྲག་རྒྱས་ལ་གོང་སྐོར་མོ་སྤྱོད་ས་ནས་བཏང་། ཡོད་ཟེར་དྲག་ཡེ།

མོ་འདི་ནི་བྱམས་སྐྱོང་ཆེ་ཡོད་ཀྱི་པོ། ཡོད་ཟེར་དྲག་ཡེ། མོ་འདི་ནི་བྱམས་སྐྱོང་ཆེ་ཡོད་ཀྱི་པོ།

ཡོད་ཟེར་དྲག་ཡེ།

རི་རྒྱལ་སྐྱུན་པོ།

རི་རྒྱལ་སྐྱུན་པོའི་ཅེ་མོ་ལ་རྟེན་འབྲེལ་འབྲིག་ཡོད། སེང་ལྷ་སྐྱུན་གསུམ་ཚང་ཡོད། སེང་དེ་ལ་

ཅན་ལྟོང་པོ།

མ་དང་མཁའ་འགྲོ་གཟིམ་རྒྱུ་མཉམ་པོ་ཅིག་གྱ། སེང་དེ་ལ་ལྷ་སྐྱུན་སེང་ལྷ་སྐྱུན་པོ།

མ་དང་མཁའ་འགྲོའི་བསང་ལྷ་སྐྱུན་མཉམ་པོ་གཅིག་གྱ། སེང་དེ་ལ་རྒྱ་རྒྱུང་གཡུ་ལོ།

ལྷ་སྐྱུན་པོའི་བསེལ་གྱི་བ་མཉམ་པོ་གཅིག་གྱ། རི་རྒྱལ་སྐྱུན་པོའི་རྟེན་འབྲེལ་འབྲིག་ཡོད།

བྱ་རྒྱུང་ལ་སྐྱུན་གསུམ་ཚང་ཡོད། བྱ་རྒྱུང་ལྷ་སྐྱུན་པོའི་རྟེན་འབྲེལ་འབྲིག་ཡོད།

ཚོས་བྱེད་པོག་ཟེར།

ཚོས་བཤད་དབང་བཀུར་མཉམ་པོ་ཅིག་གྱ། བྱ་རྒྱུང་འབྲིང་བའི་རྟེན་འབྲེལ་འབྲིག་ཡོད།

དཔོན་པོ་བཟང་པོའི་བཀུར་ལ་ཞབས་སྤྱི་ལྷ་སྐྱུན་པོ། གཏམ་དང་ཡིག་ཅིས་གནང་བ་མཉམ་པོ་

ཅིག་གྱ།

བྱ་རྒྱུང་རྒྱུང་བའི་རྟེན་འབྲེལ་འབྲིག་ཡོད། མ་མ་བཟང་པོའི་བཀུར་ལ་རང་འཚོ་བཟུང་པོག་ཟེར།

ས་གཞིས་ས་ཁང་གནང་བ་མཉམ་པོ་ཅིག་གྱ། རི་རྒྱལ་སྐྱུན་པོའི་ཅེ་མོ་ལ་རྟེན་འབྲེལ་འབྲིག་ཡོད།

རྒྱ་སྐྱུན་གསུམ་ཚང་ཡོད། རྒྱ་འདི་ཡར་ཆབ་གཅོད་པོ། མ་དང་མཁའ་འགྲོའི་ལྷ་སྐྱུན་པོ་མཉམ་པོ་

ཅིག་གྱ།

རྒྱ་འདི་གང་གྲུ་བདུད་ཅི། མ་དང་མཁའ་འགྲོའི་ཡོན་ཆབ་མཉམ་པོ་ཅིག་གྱ། རྒྱ་འདི་རྩ་རྒྱ་བསེལ་མ།

ཨ་མ་ཚང་མའི་ཚང་རྒྱ་མཉམ་པོ་ཅིག་གྱ།

རང་ཚོ་ལུང་བའི་སྤྲུལ།

རང་ལ་ཚོ་ལུང་བའི་དང་སྤྲུལ་ལ་ནི།

ཨ་ལ་འོ། ཉེན་འགྲེལ་འགྲིག་པའི་ཤིང་སྣ་སྤྲུན་གསུམ་འཛོམས་ཡོད་སོ།

ཨ་ལ་འོ། ཉེན་འགྲེལ་འགྲིག་པའི་ཤིང་སྣ་སྤྲུན་གསུམ་འཛོམས་ཡོད་སོ།

ཤིང་འདི་ཚན་དན་སྤོང་སོ། ལྷ་མ་བཟང་པོའི་བཀའ་ཡིན་པས་བསང་ལུག་ཉན་པ་གཅིག་བཞག་ཡོད་སོ།

ཨ་ལ་འོ། ལྷ་མ་བཟང་པོའི་བཀའ་ཡིན་པའི་བསང་ལུག་ཉན་པ་གཅིག་བཞག་ཡོད་སོ།

ཤིང་འདི་ལྷ་ཤིང་ལུག་ལ། དཔོན་སོ་བཟང་པོའི་བཀའ་ཡིན་པའི་གཟེམ་ཀ་ཉན་པ་གཅིག་བཞག་ཡོད་སོ།

ཨ་ལ་འོ། དཔོན་སོ་བཟང་པོའི་བཀའ་ཡིན་པའི་གཟེམ་ཀ་ཉན་པ་གཅིག་བཞག་ཡོད་སོ།

ཤིང་འདི་རྒྱ་ལྷང་གལུ་ལོ། མ་དང་མཁའ་འགྲུའི་བཀའ་ཡིན་པའི་བསེལ་གཡལ་ཉན་པ་གཅིག་བཞག་ཡོད་སོ།

ཨ་ལ་འོ། མ་དང་མཁའ་འགྲུའི་བཀའ་ཡིན་པའི་བསེལ་གཡལ་ཉན་པ་གཅིག་བཞག་ཡོད་སོ།

རང་ཚོ་ལུང་བའི་བར་ལ། ཉེན་འགྲེལ་འགྲིག་པའི་བྱ་རྒྱུང་སྤྲུན་གསུམ་འཛོམས་ཡོད་སོ།

ཨ་ལ་འོ། ཉེན་འགྲེལ་འགྲིག་པའི་བྱ་རྒྱུང་སྤྲུན་གསུམ་འཛོམས་ཡོད་སོ།

བྱ་ལ་རྒྱུང་གན་པ་ཡིན་ཟེར། ལྷ་མ་བཟང་པོའི་བཀའ་ཡིན་པའི་ལྷ་ཚོས་ཉན་པ་གཅིག་བཞག་ཡོད་སོ།

ཨ་ལ་འོ། ལྷ་མ་བཟང་པོའི་བཀའ་ཡིན་པའི་ལྷ་ཚོས་ཉན་པ་གཅིག་བཞག་ཡོད་སོ།

བྱ་རྒྱུང་འགྲིང་བ་ཡིན་ཟེར། དཔོན་སོ་བཟང་པོའི་བཀའ་ཡིན་པའི་ཞབས་མྱི་ཉན་པ་གཅིག་བཞག་ཡོད་སོ།

ཨ་ལ་འོ། དཔོན་སོ་བཟང་པོའི་བཀའ་ཡིན་པའི་ཞབས་མྱི་ཉན་པ་གཅིག་བཞག་ཡོད་སོ།

བྱ་ལ་རྒྱུང་རྒྱུང་བ་དང་ཡིན་ཟེར། ས་མ་བཟང་པོའི་བཀའ་ཡིན་པའི་རློན་ལན་ཉན་པ་གཅིག་འཇམ་ཡོད་སོ།

ཨ་ལ་འོ། ས་མ་བཟང་པོའི་རྒྱན་ལན་ཉན་ས་གཅིག་འཇམ་ཡོད་སོ།
 རང་ཚོ་ལྷུང་པའི་མདའ་ལ། རྟེན་འབྲེལ་འགྲིག་པའི་རྩ་ལྷ་སྤྲུལ་གསུམ་འཛོམས་ཡོད་སོ།
 ཨ་ལ་འོ། རྟེན་འབྲེལ་འགྲིག་པའི་རྩ་ལྷ་སྤྲུལ་གསུམ་འཛོམས་ཡོད་སོ།
 རྩ་མོ་གངས་དཀར་བདུད་ཅི། ལྷ་མ་བཟང་པོའི་བཀའ་ཡིན་པའི་བུམ་རྩ་ཉན་ས་གཅིག་བཞག་
 ཡོད་སོ།
 ཨ་ལ་འོ། ལྷ་མ་བཟང་པོའི་བཀའ་ཡིན་པའི་བུམ་རྩ་ཉན་ས་གཅིག་བཞག་ཡོད་སོ།
 རྩ་མོ་ཡར་ཆབ་གཅང་སོ། དཔོན་པོ་བཟང་པོའི་བཀའ་ཡིན་པའི་རྩ་ཉན་ས་གཅིག་བཞག་ཡོད་སོ།
 དཔོན་པོ་བཟང་པོའི་བཀའ་ཡིན་པའི་རྩ་ཉན་ས་གཅིག་བཞག་ཡོད་སོ།
 རྩ་མོ་གངས་རྩ་ལྷ་མཁའ་། ས་མ་བཟང་པོའི་བཀའ་ཡིན་པའི་ཆང་རྩ་ཉན་ས་གཅིག་བཞག་ཡོད་སོ།
 ས་མ་བཟང་པོའི་བཀའ་ཡིན་པའི་ཆང་རྩ་ཉན་ས་གཅིག་བཞག་ཡོད་སོ།

རིན་ཆེན་བུམ་སྤྲུལ་བཞག་པའི་མཁའ་མཁའ་

ཞེ་བ་གཅིག་གྱེད། སྤང་གཞོངས་གཉིས་གྱེད། ཞེ་བ་བཟང་པོ་སྤང་གཞོངས་བདེ་ལ་མོ་ཞུ་ཡོད།
 མཚོན་པོ་གཅིག་གྱེད། མེ་ཉོག་གཉིས་གྱེད། མཚོན་པོ་མཛེས་མོ་མེ་ཉོག་སྤྲུལ་ལ་མོ་འདྲ་ཡོད།
 གསེར་དང་གཅིག་གྱེད། དབུལ་དང་གཉིས་གྱེད། རིན་ཆེན་འབུམ་སྤྲུལ་པའི་འདྲ་བཞག་པའི་ཉག་འོ།
 གཡུ་དང་གཅིག་གྱེད། ལྷ་ལྷ་དང་གཉིས་གྱེད། བུམ་ལ་པའི་ཁ་བརྒྱན་འདྲ་བཞག་པའི་ཉག་འོ།
 དར་དང་གཅིག་གྱེད། གོས་ཆེན་དང་གཉིས་གྱེད། བུམ་ལ་པའི་ན་བཟང་འདྲ་བཞག་པའི་ཉག་འོ།
 རྩ་ལྷ་དང་གཅིག་གྱེད། རྩ་ལྷ་དང་གཉིས་གྱེད། བུམ་ལ་པའི་བུམ་ཐག་འདྲ་བཞག་པའི་ཉག་འོ།
 རྩ་ལྷ་དང་གཅིག་གྱེད། རྩ་ལྷ་དང་གཉིས་གྱེད། བུམ་ལ་པའི་བུམ་གདན་འདྲ་བཞག་པའི་ཉག་འོ།
 གངས་དཀར་དང་གཅིག་གྱེད། བདུད་བཅེ་དང་གཉིས་གྱེད། བུམ་ལ་པའི་བུམ་རྩ་འདྲ་བཞག་པའི་ཉག་འོ།
 མ་བུ་དང་གཅིག་གྱེད། རྩ་ལྷ་དང་གཉིས་གྱེད། བུམ་ལ་པའི་ཁ་བརྒྱན་འདྲ་བཞག་པའི་ཉག་འོ།
 དགེ་སྤོང་དང་གཅིག་གྱེད། ལྷ་བརྒྱ་དང་གཉིས་གྱེད། བུམ་ལ་པའི་རབ་གནས་འདྲ་བཞག་པའི་ཉག་འོ།

བདུད་རྩི་དང་གཅིག་གྱེད། ལྷན་སྐྱེ་བ་དང་གཉིས་གྱེད། ལུས་ལ་བའི་ལུས་རྗེས་འབྲུག་དགོས་ཉལ་འོ།

ཚོས་འཁོར་ལྷ་ས་རྒྱག་པའི་ས་ཆ་ཡག་ལྷག་འོ།

ཚོས་འཁོར་དང་ལྷ་ས། ཚོས་འཁོར་དང་ལྷ་ས། རྒྱག་པའི་ས་ཆ་ལས་ཡག་ལྷག་འོ།
རྒྱག་པའི་ས་ཆ་ལས་ཡག་ལྷག་འོ།
ཨ་མ་དང་དཔལ་ལོ། ཨ་མ་དང་དཔལ་ལོ། འཛོད་པའི་མཚོན་པོ་ལས་མཛེས་ལྷག་འོ།
འཛོད་པའི་མཚོན་པོ་ལས་མཛེས་ལྷག་འོ།
སློས་ལྷུང་དང་འཁྲིད་མཁན། སློས་ལྷུང་དང་འཁྲིད་མཁན། ལྷ་དང་གཡང་སྤྱ་འགྲུགས་པ་ལས་
ཡག་ལྷག

ལྷ་དང་གཡང་སྤྱ་འགྲུག་པ་ལས་ཡག་ལྷག
དྲུགས་ལས་དང་སྐྱམ་པོ། དྲུགས་ལ་དང་སྐྱམ་པོ། རྒྱག་པའི་ས་ཆ་ལས་ཡག་ལྷག་འོ།
རྒྱག་པའི་ས་ཆ་ལས་ཡག་ལྷག་འོ། རྒྱ་འོད་དང་གཞོན་ལྷ། རྒྱ་འོད་དང་གཞོན་ལྷ།
འཛོད་པའི་མཚོན་པོ་ལས་མཛེས་ལྷག་འོ། འཛོད་པའི་མཚོན་པོ་ལས་མཛེས་ལྷག་འོ།
མདའ་སྤྱད་དང་འབྲུལ་མཁན། མདའ་སྤྱད་དང་འབྲུལ་མཁན། ལྷ་དང་གཡང་སྤྱ་འགྲུགས་པ་ལས་ཡག་
ལྷག་ལྷག

བྱ་ཆུ་དང་སྤྲེ་ལུང་། བྱ་ཆུ་དང་སྤྲེ་ལུང་། རྒྱག་པའི་ས་ཆ་ལས་ཡག་ལྷག་འོ།
རྒྱག་པའི་ས་ཆ་ལས་ཡག་ལྷག་འོ།
བསྟན་པའི་དང་རྩོ་པོ། བསྟན་པའི་དང་རྩོ་པོ། འཛོད་པའི་མཚོན་པོ་ལས་མཛེས་ལྷག་འོ།
འཛོད་པའི་མཚོན་པོ་ལས་མཛེས་ལྷག་འོ།
བརྒྱ་མཚོད་དང་འབྲུལ་མཁན། བརྒྱ་མཚོད་དང་འབྲུལ་མཁན། ལྷ་དང་གཡང་སྤྱ་འགྲུགས་པ་
ལས་ཡག

ལྷ་དང་གཡང་སྤྱ་འགྲུགས་པ་ལས་ཡག་ལྷག

མེ་སོར་དང་རྒྱལ་མོང་། མེ་སོར་དང་རྒྱལ་མོང་། རྒྱལ་པའི་ས་ཆ་ལས་ཡག་ལ་བྲག་འོ།
རྒྱལ་པའི་ས་ཆ་ལས་ཡག་ལ་བྲག་འོ།
ཡིད་བཞིན་དང་ལོ་རྒྱུ། ཡིད་བཞིན་དང་ལོ་རྒྱུ། འབོད་བའི་མགོན་པོ་ལས་མཛུགས་ལ་བྲག་འོ།
འབོད་བའི་མགོན་པོ་ལས་མཛུགས་ལ་བྲག་འོ།
མོ་གཞོན་དང་མོ་གཞོན། མོ་གཞོན་དང་མོ་གཞོན། ལྷ་དང་གཡལ་སྲུ་འགྲུགས་པ་ལས་ཡག་བྲག་
ལྷ་དང་གཡལ་སྲུ་འགྲུགས་པ་ལས་ཡག་བྲག་

ཚོས་འཁོར་ལྷ་ས་སྣོན་གྲགས་ཆེ།

ཚོས་འཁོར་ལྷ་ས་སྣོན་གྲགས་ཆེ་རང་བྲག་སྟེ། དགའ་ས་ཕྱོགས་ནས་ཆས་ཡོང་བ་ཡིན།
སྤྱིད་ས་ཕྱོགས་ནས་ལྷགས་ཡོང་བ་ཡིན། ཨ་མ་དབུལ་ལོ་ཡ་མཚོན་ཆེ་རང་བྲག་སྟེ།
དགའ་ས་ཕྱོགས་ནས་ཆས་ཡོང་བ་ཡིན། སྤྱིད་ས་ཕྱོགས་ནས་ལྷགས་ཡོང་བ་ཡིན།
སྤོས་ཡུལ་ཁྲིད་མཁན་རྩམ་བཞིན་ཆེ་རང་བྲག་སྟེ། བསྟན་བའི་སྤྱིག་ཁ་རྩོག་ལ་བཞག་ས་ལས་ཡག་བྲག་
བྲགས་ལའི་སྤྱིམ་པོ་འབྲེལ་སྤྱད་ཆེ་རང་གྲགས་ཏེ། དགའ་ས་ཕྱོགས་ནས་ཆས་ཡོང་བ་ཡིན།
སྤྱིད་ས་ཕྱོགས་ནས་ལྷགས་ཡོང་བ་ཡིན། རྒྱ་བའི་གཞོན་ལུ་ཡ་མཚོན་ཆེ་རང་བྲག་སྟེ།
དགའ་ས་ཕྱོགས་ནས་ཆས་ཡོང་བ་ཡིན། སྤྱིད་ས་ཕྱོགས་ནས་ལྷགས་ཡོང་བ་ཡིན།
མདའ་ལྷན་འབྲེལ་མཁན་རྩམ་བཞིན་ཆེ་རང་གྲགས་ཏེ། བསྟན་བའི་སྤྱིག་ཁ་རྩོག་ལ་བཞག་ས་
ལས་ཡག་བྲག་
བྲ་ཆུ་སྟེ་ལུང་སྣོན་གྲགས་ཆེ་རང་གྲགས་ཏེ། དགའ་ས་ཕྱོགས་ནས་ཆས་ཡོང་བ་ཡིན།
སྤྱིད་ས་ཕྱོགས་ནས་ལྷགས་ཡོང་བ་ཡིན། བསྟན་བའི་རྩོ་ལོ་ཡ་མཚོན་ཆེ་རང་བྲགས་ཏེ།
དགའ་ས་ཕྱོགས་ནས་ཆས་ཡོང་བ་ཡིན། སྤྱིད་ས་ཕྱོགས་ནས་ལྷགས་ཡོང་བ་ཡིན།
བརྒྱ་མཚོད་འབྲེལ་མཁན་རྩམ་བཞིན་ཆེ་རང་གྲགས་ཏེ། བསྟན་བའི་སྤྱིག་ཁ་རྩོག་ལ་བཞག་ས་
ལས་ཡག་བྲག་

དགའ་ས་ཕྱོགས་ནས་ཆས་ཡོང་བ་ཡིན། སྲིད་ས་ཕྱོགས་ནས་ལྷགས་ཡོང་བ་ཡིན།
 མེ་སོང་རྒྱས་གོང་འབྲེལ་སྐྱད་ཆེ་རང་གྲགས་ཏེ། (སྐབས་འདིར་འབྲེལ་སའི་ས་གནས་མིང་སྟོན།)
 དགའ་ས་ཕྱོགས་ནས་ཆས་ཡོང་བ་ཡིན། སྲིད་ས་ཕྱོགས་ནས་ལྷགས་ཡོང་བ་ཡིན།
 ཡིད་བཞིན་ལོར་བྱ་ཡ་མཚན་ཆེ་རང་གྲགས་ཏེ། དགའ་ས་ཕྱོགས་ནས་ཆས་ཡོང་བ་ཡིན།
 སྲིད་ས་ཕྱོགས་ནས་ལྷགས་ཡོང་བ་ཡིན། རོ་གཞོན་མོ་གཞོན་རམ་བཟླེད་ཆེ་རང་གྲགས་ཏེ།
 བསྟན་པའི་སྲིག་ཁ་ཐོག་ལ་བཞག་ས་ལས་ཡག་ཤག་

ཆོས་འཁོར་ལྷ་ས་ཆོས་ལ་འགོ་གྱི་ཟེད།

ཆོས་འཁོར་ལྷ་ས་ཆོས་ལ་འགོ་གྱི་ཟེད། ཨ་མ་དཔའ་ལོ་ཆོས་ལ་བྲིད་རོགས་ཟེད།
 ད་ལྟ་འགོ་བའི་ལས་དང་སྐབས་བ་ཟེད། བྱི་མ་འགོ་བའི་སྟོན་ལམ་ཚོག་གསུམ་བརྒྱབ།
 དྲགས་ལ་སྐབས་ལོ་ཆོས་ལ་འགོ་གྱི་ཟེད། རྒྱ་ལོད་གཞོན་བྱ་ཆོས་ལ་བྲིད་རོགས་ཟེད།
 ད་ལྟ་འགོ་བའི་ལས་དང་སྐབས་བ་ཟེད། བྱི་མ་འགོ་བའི་སྟོན་ལམ་ཚོག་གསུམ་བརྒྱབ།
 ལྷ་ཆུ་སྟེ་ལྷ་རྒྱ་ཆོས་ལ་འགོ་གྱི་ཟེད། བསྟན་པའི་རོ་གོ་ཆོས་ལ་བྲིད་རོགས་ཟེད།
 ད་ལྟ་འགོ་བའི་ལས་དང་སྐབས་བ་ཟེད། བྱི་མ་འགོ་བའི་སྟོན་ལམ་ཚོག་གསུམ་བརྒྱབ།
 ལྷ་རི་གྲང་མོ་ཆོས་ལ་འགོ་གྱི་ཟེད། ཨ་མ་གཡུ་མོ་ཆོས་ལ་བྲིད་རོགས་ཟེད།
 ད་ལྟ་འགོ་བའི་ལས་དང་སྐབས་བ་ཟེད། བྱི་མ་འགོ་བའི་སྟོན་ལམ་ཚོག་གསུམ་བརྒྱབ།

ཆོས་འཁོར་ལྷ་ས་རྒྱབ་རི་ལ་གཞིགས་དང།

ཆོས་འཁོར་ལྷ་སའི་རྒྱབ་རི་ལ་གཞིགས་དང། རྒྱབ་རི་འདི་ཆོ་རྩ་སྣ་འཛོམས་ཡོད་སོངོ།
 ཨ་མ་དཔའ་ལོ་མདུན་རི་ལ་གཞིགས་དང། མདུན་རི་འདི་ཆོ་རྩ་སྣ་འཛོམས་ཡོད་སོངོ།
 རྩ་ཕྱད་རྩ་ཕྱད་བཞེས་ས་ལས་ཡག་ཤག་ ཆིབས་ཆེན་ལོར་བྱ་རྒྱུད་དཀར་བཞེས་ཡོད་སོངོ།
 རྩ་ཕྱད་རྩ་ཕྱད་བཞེས་ས་ལས་ཡག་ཤག་ སྲིད་པོ་ལོར་བྱ་སྲིད་ལ་ལོག་ཏེ་འགོ་

ལྷ་རི་བྱང་ཉོ་གཡས་ཀྱི་ཕྱོགས་ལ་གཟིགས་དང་། གཡས་ཀྱི་ཕྱོགས་ལ་མ་བྱ་བྲིད་ཡོད།
མ་བྱ་འཇའ་བྲིད་དཔལ་འཛོམས། ཨ་མ་གཡུ་མོ་གཡོན་གྱི་ཕྱོགས་ལ་གཟིགས་དང་།
གཡོན་གྱི་ཕྱོགས་ལ་ཁྱུ་བྱ་བྲིད་ཡོད། ཁྱུ་བྱ་བྲིད་བསོད་ནམས་དཔལ་འཛོམས།
གཡས་གཡོན་མེད་བ་ལོར་བྱ་བྲིད་ཡོད། ལོར་བྱ་བྲིད་ལ་ལེབས།

ཞི་བ་གསེར་ཁལ་བརྒྱ་དང་བརྒྱད་ཅུ།

ཞི་བ་ལ་འདི་ལས་བཟང་དྲག ཞི་བ་ལ་སྤང་གཞོངས་ཀྱི་བདེ་མོ་ཤོག
མཚོན་པོ་ལ་འདི་ལས་བཟང་དྲག མཚོན་པོ་ལ་མེ་ཉོག་ཁྲ་མོ་ཤོག
སྤྲོའི་མེ་ཉོག་ལ་ཁ་དོག་སྤེ་སྤེའི་བཟ་ལ་ཤིས་པ་ཤོག
སྤྲོའི་ཡང་རྒྱུར་ཁ་དོག་སྤེ་སྤེའི་དོན་ལ་བྱུབ་པ་ཤོག
གསེར་ཁལ་བརྒྱ་དང་བརྒྱད་ཅུ། ཉ་པོ་གསེར་བྱ་ལ་བཀའ། ལྷ་ས་སྟོན་བའི་རྩོ་བོ་ལ།
སེར་པོ་གསེར་གྱི་གསེར་ཆབ་སྟོན། དུལ་ཁལ་བརྒྱ་དང་བརྒྱད་ཅུ། མི་ཉག་ཚོས་མོ་ལ་བཀའ།
ལྷ་ས་ར་མོ་ཆེ་ལ། དཀར་པོ་དུལ་གྱི་དུལ་ཆབ་སྟོན། གཡུ་ཁལ་བརྒྱ་དང་བརྒྱད་ཅུ།
ཚོད་མ་གཡུ་བྱ་ལ་བཀའ། ལྷ་ས་ཨ་མ་དཔལ་ལྷ་ལ། སྟོན་པོ་གཡུ་ཡི་གཡུ་ཆབ་སྟོན།
ཉེ་མ་དེ་ལོ་ལས་དགའ་དྲག སང་ལོ་དེ་ལས་སྤྲིད་པ་ཤོག ཞལ་རས་ཡང་ཡང་མཇལ་བའི་བཟ་
ཤིས་སྟོན་ལས་ཤོག ཀོང་མོའི་རིག་དོས་གནས་བལྟས། ཉིང་ཁྱི་རྩོད་ལྷུང་དང་རྩོད་མི་དམངས་མིང་གཞུང་ནས།
སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ ལོའི་ཟླ་བ་ ༤ པའི་ཚེས་ ༢༠ ཉིན་ཞེས་པ་ལས་བྲངས།

ཚོས་འཁོར་ལྷ་སར་ཨེ་འགོ(༡)

ཚོས་འཁོར་ལྷ་སར་ཨེ་འགོ་བེར་ན་དགའ་དྲག ཨ་མ་དཔལ་ལོ་མི་འགོ་ལྷ་རྒྱ་མི་འདུག
འགོ་ན་མཉམ་དུ་འགོ་ཚོག་གསེར་གྱི་ཟམ་པ་བརྒྱགས་ཡོད།
སྟོད་ནས་མཉམ་དུ་སྟོད་ཚོག་གཡུ་ཡི་རྩོ་བཅལ་བཉིང་ཡོད། སར་འགོ་རྩུར་འགོ་ལོར་བྱ་བྲིད་

ལ་མེབས་ཡོད།

དུགས་ལ་སྐྱམ་པོ་ཨེ་འགོ་ཟེར་ན་དགའ་བྲག་རྒྱ་འོད་གཞོན་ལྷ་མི་འགོ་ལྷ་རྒྱ་མི་འདུག

འགོ་ན་མཉམ་དུ་འགོ་ཚོགས་གསེར་གྱི་ཟམ་པ་བརྟུགས་ཡོད།

སྡོད་ན་མཉམ་དུ་སྡོད་ཚོགས་གཡུ་ཡི་རྩོ་བཅའ་བཏེང་ཡོད། སར་འགོ་རྒྱ་མི་འགོ་ལོར་བྱ་འབྲིད་ལ་
མེབས་ཡོད།

བྱ་རྒྱ་སྡེ་ལུང་ཨེ་འགོ་ཟེར་ན་དགའ་བྲག་བརྟུགས་པའི་རྩོ་བོ་མི་འགོ་ལྷ་རྒྱ་མི་འདུག

འགོ་ན་མཉམ་དུ་འགོ་ཚོགས་གསེར་གྱི་ཟམ་པ་བརྟུགས་ཡོད།

སྡོད་ན་མཉམ་དུ་སྡོད་ཚོགས་གཡུ་ཡི་རྩོ་བཅའ་བཏེང་ཡོད། སར་འགོ་རྒྱ་མི་འགོ་ལོར་བྱ་འབྲིད་ལ་
མེབས་ཡོད།

ལྷ་རི་གྲང་ཉི་ཨེ་འགོ་ཟེར་ན་དགའ་བྲག་ཨ་མ་གཡུ་མོ་མི་འགོ་ལྷ་རྒྱ་མི་འདུག

འགོ་ན་མཉམ་དུ་འགོ་ཚོགས་གསེར་གྱི་ཟམ་པ་བརྟུགས་ཡོད།

སྡོད་ན་མཉམ་དུ་སྡོད་ཚོགས་གཡུ་ཡི་རྩོ་བཅའ་བཏེང་ཡོད། སར་འགོ་རྒྱ་མི་འགོ་ལོར་བྱ་འབྲིད་ལ་
མེབས་ཡོད། གཞུས་བཏེང་མཁའ་གསལ་པ་ཨ་མ་འབའ་ལྷ།

ཚོས་འཁོར་ལྷ་ས་ཕྱོགས་ལ་ཨེ་འགོ(༩)

ཚོས་འཁོར་ལྷ་ས་ཕྱོགས་ལ་ཨེ་འགོ་བསམ་ཞིང་དགའ་བྲག་ཨ་མ་དབའ་ལོ་ཕྱོགས་ལ་མ་
མཇལ་ལྷ་རྒྱ་འཁོ་ཉི་བ།

ད་འགོ་ན་མཉམ་ལ་དུ་འགོ་ཚོགས་དེ་སྐལ་བཟང་གསེར་གྱི་ཟམ་པ། ད་འདུག་ན་མཉམ་ལ་
དུ་འདུག་ཚོགས་དེ་མ་འགྱུར་གཡུ་ཡི་རྩོ་བཅའ། ད་འགོ་དང་ས་ལ་བཟུ་ལ་ཤིས་པ་ཤོག་དང་། ད་
འདུག་དང་ས་ལ་གཡུང་ལ་ཆགས་མོ་ཤོག་ཡ། དུགས་ལའི་སྐྱམ་པོ་ཕྱོགས་ལ་ཨེ་འགོ་བསམ་
ཞིང་དགའ་བྲག་ས། རྒྱ་འོད་གཞོན་ལྷ་ཕྱོགས་ལ་མ་མཇལ་ལྷ་རྒྱ་འཁོ་ཉི་བ། ད་འགོ་ན་མཉམ་ལ་
དུ་འགོ་ཚོགས་དེ་སྐལ་བཟང་གསེར་གྱི་ཟམ་པ། ད་འདུག་ན་མཉམ་ལ་དུ་འདུག་ཚོགས་དེ་མ་འགྱུར་

གཡུ་ཡི་རྩོ་གཅེས། ད་འགྲོ་དང་ས་ལ་བཟུ་ལ་ཤིས་པ་ཤོག་དང། ད་འདུག་དང་ས་ལ་གཡང་ལ་
ཆགས་མོ་ཤོག་ཡ། འུ་རྩ་སྤེ་ལུང་སྤྱོད་ས་ལ་ཨེ་འགྲོ་བསམ་ཞིང་དགའ་བྲག་སེ། བསྟན་བའི་རྩོ་
ལུ་སྤྱོད་ས་ལ་མ་མཇལ་ལྷ་རྩ་འབོ་ཉི་བ། ད་འགྲོ་ན་མཉམ་ལ་དུ་འགྲོ་ཆོག་དེ་སྐལ་བཟང་གསེར་
གྱི་ཟམ་པ། ད་འདུག་ན་མཉམ་ལ་དུ་འདུག་ཆོག་དེ་མ་འགྲུར་གཡུ་ཡི་རྩོ་གཅེས། ད་འགྲོ་དང་ས་ལ་
བཟུ་ལ་ཤིས་པ་ཤོག་དང། ད་འདུག་དང་ས་ལ་གཡང་ལ་ཆགས་མོ་ཤོག་ཡ། གཞས་བཏང་མཁམ།
བཟུ་ཤིས་རབ་བརྟན་དབལ་སྤྱོད་ལ། སྤྱི་ལོ་ ༡༠༡༤ ལོའི་རྒྱ་བ་ ༣ པའི་ཆེས་ ༥ ཉིན།

ཆོས་འཁོར་ལྷ་སར་ཞབས་བྲོ་བརྒྱབ་ལ་བྱིན།

ཆོས་འཁོར་ལྷ་སར་ཞབས་བྲོ་བརྒྱབ་ལ་བྱིན་ན་མ་གཅིག་དགའ་སྤྱིད་སོ།
ཨ་མ་དབལ་ལོ་ཞབས་བྲོ་བྱུགས་ལ་མཉེས་ན་མ་གཅིག་དགའ་སྤྱིད་སོ།
དུགས་ལ་སྐམ་བོ་ཞབས་བྲོ་བརྒྱབ་ལ་བྱིན་ན་མ་གཅིག་དགའ་སྤྱིད་སོ།
རྒྱ་འོད་གཞོན་ལུ་ཞབས་བྲོ་བྱུགས་ལ་མཉེས་སོ་མ་གཅིག་དགའ་སྤྱིད་སོ།
འུ་རྩ་སྤེ་ལུང་ཞབས་བྲོ་བརྒྱབ་ལ་བྱིན་ན་མ་གཅིག་དགའ་སྤྱིད་སོ།
བསྟན་བའི་རྩོ་བོ་ཞབས་བྲོ་བྱུགས་ལ་མཉེས་ན་མ་གཅིག་དགའ་སྤྱིད་སོ།
ལྷ་རི་གྲང་ཉོ་ཞབས་བྲོ་བརྒྱབ་ལ་བྱིན་ན་མ་གཅིག་དགའ་སྤྱིད་སོ།
ཨ་མ་གཡུ་མོ་ཞབས་བྲོ་བྱུགས་ལ་མཉེས་ན་མ་གཅིག་དགའ་སྤྱིད་སོ།

ཡག་སྲོ་ཡག་ལ།

ཡ་ཨ་ཡག་སྲོ་ཡག་ལ། ཞི་བ་འདི་ལས་བཟང་ལ་སོ་སྤང་ལ་གཞོངས་འཇུག།
ཡ་ཨ་ཡག་སྲོ་ཡག་ལ། མགོན་བོ་འདི་ལས་མཇེས་ལ་བ་མེ་ཉོག་དང་འབྲ།
ཡ་ཨ་ཡག་སྲོ་ཡག་ལ། མེ་ཉོག་རང་ཆོ་ཁ་མདོག་ཡག་སྤྱིང་འཇུག།
གངས་རི་དཀར་མོའི་འོག་ལ་ནས་རྩ་མོ་རི་འབབ། སྤྱིང་ལྷ་ཡི་ཀྲས་ལ་(སྐས་)འོ་ཁྲུས་གསོལ་རི་མེབས།

སོའོ། བདུན་བརྒྱུད་དགུ་བྱེད་ནས་སེམས་པ་སྤྲོ་མོ་རིག་པ་དེ་ཚོ་ཆགས་ཚུལ་ལས་ཡག་ཟག་

ཟག་སྟོང་མཐོན་པོ་དགོན་ས་ཡིན་པའི་རྒྱག་ས་ལས་ཡག་ཟག་

ཐང་དཀར་རྫོང་པོ་ཚོས་གྲོགས་ཡིན་པས་བཞུགས་ཉམས་ལས་སྟོ།

སོའོ། གཅིག་གཉིས་གསུམ་བྱེད་ནས་རྗེ་འོགས་ཀྱི་ཚུ་མོ་དེ་ཚོ་འབབ་ཚུལ་ལས་ཡག་ཟག་

སོའོ། བཞི་ལྷ་ལྷག་བྱེད་ནས་འཇམ་པོ་དར་གྱི་སྣེ་ལྷ་དེ་ཚོ་འཐག་ཚུལ་ལས་ཡག་ཟག་

བདུན་བརྒྱུད་དགུ་བྱེད་ནས་སེམས་པ་སྤྲོ་མོ་རིག་པ་དེ་ཚོ་ཆགས་ཚུལ་ལས་ཡག་ཟག་

སྤང་སྟོང་མཐོན་པོ་དགོན་ས་ཡིན་པའི་རྒྱག་ས་ལས་ཡག་ཟག་

ལ་བ་འགོང་རྒྱུང་ཚོས་གྲོགས་ཡིན་པས་བཞུགས་ཉམས་ལས་སྟོ།

སོའོ། གཅིག་གཉིས་གསུམ་བྱེད་ནས་སྤང་འོགས་ཀྱི་ཚུ་མོ་དེ་ཚོ་འབབ་ཚུལ་ལས་ཡག་ཟག་

སོའོ། བཞི་ལྷ་ལྷག་བྱེད་ནས་འཇམ་པོ་དར་གྱི་སྣེ་ལྷ་དེ་ཚོ་འཐག་ཚུལ་ལས་ཡག་ཟག་

སོའོ། བདུན་བརྒྱུད་དགུ་བྱེད་ནས་སེམས་པ་སྤྲོ་མོ་རིག་པ་དེ་ཚོ་ཆགས་ཚུལ་ལས་ཡག་ཟག་

ལྷང་སྤིང་གྲུ་བཞི་དགོན་ས་ཡིན་པས་རྒྱག་ས་ལས་ཡག་ཟག་

བྱིའུ་རྒྱུང་འཛོལ་མོ་ཚོས་གྲོགས་ཡིན་པས་བཞུགས་ཉམས་ལས་སྟོ།

སོའོ། གཅིག་གཉིས་གསུམ་བྱེད་ནས་ལྷང་སྤིང་འོག་གི་ཚུ་མོ་དེ་ཚོ་འབབ་ཚུལ་ལས་ཡག་ཟག་

སོའོ། བཞི་ལྷ་ལྷག་བྱེད་ནས་འཇམ་པོ་དར་གྱི་སྣེ་ལྷ་དེ་ཚོ་འཐག་ཚུལ་ལས་ཡག་ཟག་

སོའོ། བདུན་བརྒྱུད་ལ་དགུ་བྱེད་ནས་སེམས་པ་སྤྲོ་མོ་རིག་པ་དེ་ཚོ་ཆགས་ཚུལ་ལས་ཡག་ཟག་

མཚོ་སྟོང་མཐོན་པོ་དགོན་ས་ཡིན་པས་རྒྱག་ས་ལས་ཡག་ཟག་

ཉ་རྒྱུང་གསེར་མིག་ཚོས་གྲོགས་ཡིན་པས་བཞུགས་ཉམས་ལས་སྟོ།

སོའོ། གཅིག་གཉིས་གསུམ་བྱེད་ནས་མཚོ་སྟོང་འོག་གི་ཚུ་མོ་དེ་ཚོ་འབབ་ཚུལ་ལས་ཡག་ཟག་

སོའོ། བཞི་ལྷ་ལྷག་བྱེད་ནས་འཇམ་པོ་དར་གྱི་སྣེ་ལྷ་དེ་ཚོ་འཐག་ཚུལ་ལས་ཡག་ཟག་

སོའོ། བདུན་བརྒྱུད་ལ་དགུ་བྱེད་ནས་སེམས་པ་སྤྲོ་མོ་རིག་པ་དེ་ཚོ་ཆགས་ཚུལ་ལས་ཡག་ཟག་

ཚད་ལྡན་སྒྲིག་མཁུ་སྤྱོད་

ཕུ་དེར་ཚད་ལྡན་སྒྲིག་མཁུ་སྤྱོད་བཞུགས་སྡོད་ཡོད། གསེར་གྱི་ཐང་ཀ་ཡག་ཉིད་འབྲ་བའམ་ཡོད།
 བར་དེ་ལ་དགེ་སློང་ལྷན་ཚོགས་བཞུགས་སྡོད་ཡོད། གཡུ་ཡི་མཚུལ་ཡག་ཉིད་འབྲ་བའམ་ཡོད།
 མདའ་དེ་ལ་སྒྲིག་བདག་དབུ་ལྷན་ཚོགས་བཞུགས་སྡོད་ཡོད། བསོད་ནམས་ལོངས་སྤྱོད་ཡག་ཉིད་འབྲ་
 རྒྱས་ཡོད།
 ལྷན་ཚོགས་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་གཡུ་སྤྱོད་ཡོད་ཉེན་དང་ཉེན་འབྲེལ་ཡག་ཉིད་འབྲ་བསྒྲིགས་ཡོད།
 དམན་བུ་མོ་ལོ་ལོ་གཡུ་སྤྱོད་ཡོད་ལྷན་དང་གཡུ་སྤྱོད་ཡོད་སོགས་ཡག་ཉིད་འབྲ་བསྒྲིགས་ཡོད།

སྒྲིག་མཁུ་སྤྱོད་

སྤྱོད་པོ་འདིའི་སྤྱོད་ལ་གྲུར་དཀར་པོ་ཕུ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཡག་ཉིད།
 གྲུར་གྱི་དབུ་ལ་བཞུགས་སྡོད་རང་ཚོ་སྒྲིག་མཁུ་སྤྱོད་པོ་བཞུགས་སྡོད།
 གཡུ་སྤྱོད་སྤྱོད་ལ་འབྲེལ་བའི་ཚོ་དབུ་ལྷན་ཚོགས་ཡག་ཉིད།
 གྲུར་གྱི་དབུ་ལ་བཞུགས་སྡོད་རང་ཚོ་དཔོན་པོ་བཞུགས་སྡོད།
 གཡུ་སྤྱོད་སྤྱོད་ལ་འབྲེལ་བའི་ཚོ་ལྷན་ཚོགས་ཡག་ཉིད།
 གྲུར་གྱི་མཚུལ་ལ་བཞུགས་སྡོད་རང་ཚོ་སྤྱོད་པོ་བཞུགས་སྡོད།
 གཡུ་སྤྱོད་སྤྱོད་ལ་འབྲེལ་བའི་ཚོ་ལྷན་ཚོགས་ཡག་ཉིད།
 གྲུར་གྱི་གཡུ་སྤྱོད་ལ་འབྲེལ་བའི་ཚོ་དབུ་ལྷན་ཚོགས་ཡག་ཉིད།
 ཚེད་མོ་དང་ཉེན་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ལ་འབྲེལ་བའི་ཚོ་ལྷན་ཚོགས་ཡག་ཉིད།

ལས་འགན་ལྡན་པའི་ལྷན་ཚོགས་

ཉེ་མ་ལྷན་གྱི་སྤྱོད་ལ་གཡུ་སྤྱོད་ཡག་ཉིད་ལྷན་ཚོགས་ཡག་ཉིད།

གཡུ་མཚོ་གཡམས་བསྐྱོར་ནང་ལ་མེ་ཉིག་དཀར་པོ་གཅིག་ཤར།
 མེ་ཉིག་དཀར་པོའི་མཚོད་བ་ཤར་རྗེ་རྗེ་སེམས་དབའ་ལ་འབྲུལ་ས་ལས་ཡག་ཟླག
 ཉེ་མ་སྣོ་གི་ཕྱོགས་ལ་གཡུ་མཚོ་གཡམས་བསྐྱོར་གཅིག་འཁྲིལ།
 གཡུ་མཚོ་གཡམས་བསྐྱོར་ནང་ལ་མེ་ཉིག་ལྗང་ཁུ་གཅིག་ཤར།
 མེ་ཉིག་ལྗང་ཁུའི་མཚོད་བ་དེ་སྣོ་རིན་ཆེན་འབྲུང་གནས་ལ་འབྲུལ་ས་ལས་ཡག་ཟླག
 ཉེ་མ་ལུབ་གྱི་ཕྱོགས་ལ་གཡུ་མཚོ་གཡམས་བསྐྱོར་གཅིག་འཁྲིལ།
 གཡུ་མཚོ་གཡམས་སྐྱོར་ནང་ལ་མེ་ཉིག་དམར་པོ་གཅིག་ཤར།
 མེ་ཉིག་དམར་པོའི་མཚོད་བ་དེ་ལུབ་སྣང་བ་མཐའ་ཡས་ལ་འབྲུལ་ས་ལས་ཡག་ཟླག
 ཉེ་མ་བྱང་གི་ཕྱོགས་ལ་གཡུ་མཚོ་གཡམས་བསྐྱོར་གཅིག་འཁྲིལ།
 གཡུ་མཚོ་གཡམས་བསྐྱོར་ནང་ལ་མེ་ཉིག་གསེར་པོ་གཅིག་ཤར།
 མེ་ཉིག་གསེར་པོའི་མཚོད་བ་བྱང་དོན་ཡོད་སྐྱབ་བ་ལ་འབྲུལ་ས་ལས་ཡག་ཟླག
 ཉེ་མ་དབུས་གྱི་ཕྱོགས་ལ་གཡུ་མཚོ་གཡམས་བསྐྱོར་གཅིག་འཁྲིལ།
 གཡུ་མཚོ་གཡམས་བསྐྱོར་ནང་ལ་མེ་ཉིག་རྣམ་པར་སྣོ་ཚོགས་གཅིག་ཤར།
 མེ་ཉིག་རྣམ་པར་སྣོ་ཚོགས་མཚོད་བ་དེ་དབུས་རྣམ་པར་སྣང་མཛད་ལ་འབྲུལ་ས་ལས་ཡག་ཟླག

གུར་དཀར་པོ།

གུར་དཀར་པོ་མ་ལ་སྐབ་གུར་དཀར་པོ་སྐབ་ས་ལ་ཡག་ཟླག
 གུར་དཀར་པོ་རྒྱ་ནག་སྤང་གཞོངས་ནང་སྐབ།
 གུར་དཀར་པོའི་ཀ་བ་མ་སྤང་གུར་དཀར་པོའི་ཀ་འབྲས་སྤང།
 རྒྱ་ནག་ཅན་དན་སྤོང་པོ་གུར་དཀར་པོའི་གུར་ཀ་འབྲས་སྤང།
 གུར་དཀར་པོའོ་གུར་ཐག་མ་བཏགས་གུར་དཀར་པོའི་གུར་ཐག་འབྲས་བཏགས།
 རྒྱ་ནག་སྤོང་སྐྱད་གསུམ་བསྐྱེལ་གུར་དཀར་པོའི་གུར་ཐག་བཏགས།

གྲུང་དཀར་པོའི་ཕྱར་པ་མ་བརྒྱུད་གྲུང་དཀར་པོའི་ཕྱར་པ་འདྲ་བརྒྱུད།
ལྷགས་ཕྱར་གྱིས་པ་ལོ་བརྒྱུད་གྲུང་དཀར་པོའི་ཕྱར་པ་བརྒྱུད།

དཔེ་རྒྱན་གྱི་རི་བོ།

རི་བོ་རི་བྱུང་ཡག་འགྲུབ་དཔེ་རྒྱན་གྱི་རི་བོ། ཅེ་མོ་ཆགས་ཚུལ་ཡག་འགྲུབ་ཆེ་དབང་གི་བྱམ་པ་འདྲ།
འཇམ་བྱ་སྒྲིང་གི་ཆེ་དབང་དེ་འདི་ནས་ལྷ། རི་བོ་རི་བྱུང་ཡག་འགྲུབ་དཔེ་རྒྱན་གྱི་སྐྱེད་པ།
སྐྱེད་པ་ཆགས་ཚུལ་ཡག་འགྲུབ་དམ་པ་ཚོས་གྱི་པོ་ཉི་འདྲ། འཇམ་བྱ་སྒྲིང་གི་ཚོས་སྣ་དེ་ནས་བྱུང།
རི་བོ་རི་བྱུང་ཡག་འགྲུབ་དཔེ་རྒྱན་གྱི་ཅ་བ། ཅ་བ་ཆགས་ཚུལ་ཡག་འགྲུབ་
གཡུ་མཚོ་ཡི་གཡལས་བསྐྱོར་འདྲ་རྒྱུག་འཇམ་བྱ་སྒྲིང་གི་ཚུ་སྣ་དེ་ནས་བྱུང།

བཟང་གིས་ཕྱར་པའི་ཕྱར་པ།

བཟང་གིས་ཕྱར་པའི་ཕྱར་པ། དར་དཀར་པོ་རྒྱུང་གི་རྒྱན་ཆ།
དར་ལ་སོ་དཀར་པོ་མིན་པ། ཐང་དཀར་ཚོད་པོ་འཇགས་ནི་ཡིན་པ།
ཐང་དཀར་ཚོད་པོ་མ་བསྐྱེད། བྲག་སྟོད་མཐོ་ས་ལ་ལོག་འགྲོ།
བྲག་སྟོད་མཐོ་ས་ལ་སྐྱེ་བས་དུས། ཐང་དཀར་དགའ་བའི་དགའ་སྐྱེ་ལེན།
ཐང་དཀར་སྐྱེད་པའི་སྐྱེད་སྐྱེ་ལེན།
བཟང་གིས་ཕྱར་པའི་བར་པ། དར་མེར་པོ་རྒྱུང་གི་རྒྱན་ཆ།
དར་ལ་སོ་མེར་པོ་མིན་པ། གཤེར་བྱ་ངང་པ་འཇགས་ནི་ཡིན་པ།
གཤེར་བྱ་ངང་པ་འཇགས་ནི་མ་བསྐྱེད། མཚོ་སྟོད་མཐོ་ས་ལ་ལོག་འགྲོ།
མཚོ་སྟོད་མཐོ་ས་ལ་སྐྱེ་བས་དུས། གཤེར་བྱ་དགའ་བའི་དགའ་སྐྱེ་ལེན།
གཤེར་བྱ་སྐྱེད་པའི་སྐྱེད་སྐྱེ་ལེན།
བཟང་གིས་ཕྱར་པའི་མདའ་པ། དར་སྟོན་པོ་རྒྱུང་གི་རྒྱན་ཆ་བཞག།

དར་ལ་སོ་སྤོན་སོ་མེན་པ། ལུ་བྱུག་སྤོན་སོ་འཇགས་ནི་ཡིན་པ།
 ལུ་བྱུག་ལ་སོ་སྤོན་སོ་མ་བསྐྱད། ཡར་ལུང་ལུང་གསེབ་ལ་ལོག་འགྲོ
 ཡར་ལུང་ལུང་གསེབ་ལ་སྤོབས་དུས། ལུ་བྱུག་དགའ་བའི་དགའ་སྤྱོད་ལེན།
 ལུ་བྱུག་སྤྱིད་པའི་སྤྱིད་སྤྱོད་ལེན།
 བཟ་ཤིས་ལུང་བའི་ལུ་ལ། གངས་རི་དཀར་སོ་ཆགས་ཡོད།
 གངས་རི་དཀར་སོ་མེན་པ། ལྷ་ཡི་སོ་བྲང་ཡིན་པ།
 མཇལ་དར་དཀར་སོ་འཁུར་ཞིང་། ལྷ་ཡི་སོ་བྲང་མཇལ་འགྲོ
 བཟ་ཤིས་ལུང་བའི་བར་ལ། ཇ་རི་དམར་སོ་ཆགས་ཡོད།
 ཇ་རི་དམར་སོ་མེན་པ། བཙན་གྱི་སོ་བྲང་ཡིན་པ།
 མཇལ་དར་དམར་སོ་འཁུར་ཞིང་། བཙན་གྱི་སོ་བྲང་མཇལ་འགྲོ
 བཟ་ཤིས་ལུང་བའི་མདའ་ལ། གཡུ་མཚོ་གཡམས་སྐྱོར་འབྲིལ་ཡོད།
 གཡུ་མཚོ་གཡམས་སྐྱོར་མེན་པ། ལྷ་ཡི་སོ་བྲང་ཡིན་པ།
 མཇལ་དར་སྤོན་སོ་འཁུར་ཞིང་། ལྷ་ཡི་སོ་བྲང་མཇལ་འགྲོ

ཉི་ཟླ་སྐར་གསུམ།

ལྷེང་དེ་ལ་ལུབ་བའི་གུར་གསུམ་ཡོད། ཉི་མ་ཟླ་སྐར་མ་གསུམ་ཡོད།
 དེ་ཡི་འོག་ལ་གཉིང་བའི་གདན་གསུམ་ཡོད། ལྷ་ག་གདན་གཟེགས་གདན་གུར་གདན་གསུམ།
 དེ་ཡི་སྤྱིང་ལ་བཞུགས་བའི་མི་གསུམ་ཡོད། རྒྱ་དཔོན་རུ་དཔོན་ཉོར་དཔོན་གསུམ།
 དེ་ཡི་མདུན་ལ་བཙུགས་བའི་སྤོག་གསུམ་ཡོད། རྒྱ་སྤོག་བོད་སྤོག་སོག་སྤོག་གསུམ་ཡོད།
 དེ་ཡི་གང་ལ་བཙུགས་བའི་དཀར་ཡོལ་གསུམ་ཡོད། དཀར་ཡོལ་ཀ་མེད་ཀ་བཟང་གསུམ་ཡོད།
 དེ་ཡི་ནང་ལ་སྤྱོད་གསུམ་བའི་ཟས་གསུམ་ཡོད། ཆང་དང་ཨ་རག་བདུད་ཅི་གསུམ་ཡོད།

སྟེང་ལོག་བར་གསུམ།

ཀྱ་དཀར་ཀྱ་ནག་གོང་ཡུལ་གསུམ། ཀྱ་གར་ཀྱལ་མོ་ཚོས་ལ་དགའ་མོ་རེད།
སྟེང་དེ་ལ་སངས་ཀྱས་ནམ་མཁའ་གང་། ལོག་དེ་ན་དག་འདུན་ས་གཞི་འབྲིས།
བར་དེ་ན་ཚོས་ཀྱི་ལོ་ཅར་སྐྱབ།

ཀྱ་དཀར་ཀྱ་ནག་གོང་ཡུལ་གསུམ། ཀྱ་ནག་ཀྱལ་མོ་ཅིས་ལ་དགའ་མོ་རེད།
སྟེང་དེ་ལ་འཇའ་འོད་ནམ་མཁའ་གང་། ལོག་དེ་ལ་ཅིས་གཞུང་ས་གཞིར་འབྲིས།
བར་དེ་ལ་ཅིས་ཀྱི་ལོ་ཅར་འབྲིས།

ཀྱ་དཀར་ཀྱ་ནག་གོང་ཡུལ་གསུམ། གོང་ཡུལ་ལྷུང་བ་འབྲུ་ཡི་བསྟན་བ་དང།
སྟེང་དེ་ལ་ཆར་ཚུ་དུས་སུ་འཛོམས། ལོག་དེ་ལ་ལོ་ཡག་ཅ་བ་ཚུགས།
བར་དེ་ལ་སྐྱབ་པོའི་བང་མཛོད་ཁེངས།

འབྲུལ་ལེགས་ཞབས་མོ།

འབྲུལ་ལེགས་ང་ཡི་མ་སྲིན་ང་ཡིས་སྲིན། འབྲུལ་ལེགས་ང་ཡི་ཉི་མ་ཤར་གྱི་ཚོགས་ལ་སྲིན།
ཤར་དོ་རྗེ་སེམས་དཔའ་འབྲུལ་ལེགས་མཇལ་ཁ་གཏོང་རོགས། འབྲུལ་ལེགས་ཞབས་མོ།
འབྲུལ་ལེགས་ཞབས་མོ་བརྒྱབ་ཤོག་ཟེད། མཁས་བ་རང་ལ་བརྒྱབ་ཤོག་ཟེད་ལ། འབྲུལ་ལེགས་
ཞབས་མོ།

འབྲུལ་ལེགས་ཞབས་མོ་མ་ཤེས་ན། བཟ་ཤེས་འཆམ་བའི་ལན་གསུམ་བརྒྱབ་ཤོག་ཟེད།
གཡས་ལ་དཔའ་མོ་བརྒྱ་ཡི་སྐྱ་གཅིག་བཏང་ཡོད། གཡོན་ལ་དཔའ་མོ་སྟོང་གི་སྐྱ་ལེན་གཅིག་
སྟོག་ཡོད་ལ།

ཀྱ་སྟོང་གཉིས་ཀྱི་ལྷུས་གསོལ་ལེབས། ལྷུས་གསོལ་རེ་རེ་ལེབས་བཞེན་རྣམ་པ་རེ་ཚོན།
རྣམ་པ་དེ་ཡི་ཞབས་མོ་གཅིག་ལ་གཉིས་གསུམ།

འབྲུལ་ལེགས་ང་ཡི་མ་ཕྱིན་ང་ཡིས་ཕྱིན། འབྲུལ་ལེགས་ང་ཡི་ཉི་མ་ལྟོ་ལ་ཕྱིན།
 ལྟོ་རིན་ཆེན་འབྲུང་གནས་འབྲུལ་ལེགས་མཇལ་ཁ་གཏོང་རོགས། འབྲུལ་ལེགས་ཞབས་སྒོ།
 འབྲུལ་ལེགས་ཞབས་སྒོ་བརྒྱབ་ཤོག་ཟེར། མཁས་པ་རང་ལ་བརྒྱབ་ཤོག་ཟེར་ལ།
 འབྲུལ་ལེགས་ཞབས་སྒོ། འབྲུལ་ལེགས་ཞབས་སྒོ་མ་ཤེས་ན།
 བཟ་ཤེས་འཆམ་པའི་ལེན་གསུམ་བརྒྱབ་ཤོག་ཟེར། གཡས་ལ་དཔའ་བོ་རྒྱ་ཡི་སླུ་གཅིག་བཏང་ཡོད།
 གཡོན་ལ་དཔའ་མོ་སྟོང་གི་སླུ་ལེན་གཅིག་སློག་ཡོད་ལ། རྒྱ་སྟོང་གཉིས་ཀྱི་ཁྲུས་གསོལ་ལེབས།
 ཁྲུས་གསོལ་རེ་རེ་ལེབས་བཞེན་རྣམ་པ་རེ་ཐོན། རྣམ་པ་དེ་ཡི་ཞབས་སྒོ་བཞི་ལྔ་རྒྱག
 འབྲུལ་ལེགས་ང་ཡི་མ་ཕྱིན་ང་ཡི་ཕྱིན། འབྲུལ་ལེགས་ང་ཡི་ཉི་མ་རྒྱབ་ཀྱི་སྤྱོགས་ལ་ཕྱིན།
 རྒྱབ་སྐྱང་བ་མཐའ་ཡས་འབྲུལ་ལེགས་མཇལ་ཁ་གཏོང་རོགས། འབྲུལ་ལེགས་ཞབས་སྒོ་བརྒྱབ་
 ཤོག་ཟེར།
 མཁས་པ་རང་ལ་བརྒྱབ་ཤོག་ཟེར། འབྲུལ་ལེགས་ཞབས་སྒོ། འབྲུལ་ལེགས་ཞབས་སྒོ་མ་ཤེས་ན།
 བཟ་ཤེས་འཆམ་པའི་ལེན་གསུམ་བརྒྱབ་ཤོག་ཟེར་ལ། གཡས་ལ་དཔའ་བོ་བརྒྱ་ཡི་སླུ་གཅིག་
 བཏང་ཡོད།
 གཡོན་ལ་དཔའ་མོ་སྟོང་གི་སླུ་ལེན་གཅིག་སློག་ཡོད་ལ། རྒྱ་སྟོང་གཉིས་ཀྱི་ཁྲུས་གསོལ་ལེབས།
 ཁྲུས་གསོལ་རེ་རེ་ལེབས་བཞེན་རྣམ་པ་རེ་ཐོན། རྣམ་པ་དེ་ཡི་ཞབས་སྒོ་བདུན་བརྒྱད་ལ་དགུ
 འབྲུལ་ལེགས་ང་ཡི་མ་ཕྱིན་ང་ཡི་ཕྱིན། འབྲུལ་ལེགས་ང་ཡི་ཉི་མ་བྱང་གི་སྤྱོགས་ལ་ཕྱིན།
 བྱང་དོན་ཡོད་གྲུབ་པ་འབྲུལ་ལེགས་མཇལ་ཁ་གཏོང་རོགས།
 འབྲུལ་ལེགས་ཞབས་སྒོ་འབྲུལ་ལེགས་ཞབས་སྒོ་བརྒྱབ་ཤོག་ཟེར། མཁས་པ་རང་ལ་བརྒྱབ་
 ཤོག་ཟེར་ལ།
 འབྲུལ་ལེགས་ཞབས་སྒོ། འབྲུལ་ལེགས་ཞབས་སྒོ་མ་ཤེས་ན། བཟ་ཤེས་འཆམ་པའི་ལེན་བརྒྱབ་
 ཤོག་ཟེར།
 གཡས་ལ་དཔའ་བོ་བརྒྱ་ཡི་སླུ་གཅིག་བཏང་ཡོད། གཡོན་ལ་དཔའ་མོ་སྟོང་གི་སླུ་ལེན་གཅིག་

སློབ་ཡོད་ལ།

རྒྱ་སྟོང་གཉིས་ཀྱི་ལྷུས་གསོལ་ལེབས། ལྷུས་གསོལ་རེ་རེ་ལེབས་བཞེན་རྣམ་པ་རེ་ཐོན།
རྣམ་པ་དེ་ཡི་ཞབས་སྲོ་གཅིག་ལ་གཉིས་གསུམ། འབྲུལ་ལེགས་ང་ཡི་མ་སྲིན་ང་ཡིས་སྲིན།
འབྲུལ་ལེགས་ང་ཡི་ཉི་མ་དབུས་ཀྱི་སྲོགས་ལ་སྲིན། དབུས་རྣམ་པར་སྦྱང་མཛད་འབྲུལ་ལེགས་
མཛལ་ཁ་གཏོང་རོགས། འབྲུལ་ལེགས་ཞབས་སྲོ་འབྲུལ་ལེགས་ཞབས་སྲོ་བརྒྱབ་སོགས། །མཁས་
པ་རང་ལ་བརྒྱབ་སོགས་ཟེར་ལ།

འབྲུལ་ལེགས་ཞབས་སྲོ། འབྲུལ་ལེགས་ཞབས་སྲོ་མ་ཤེས་ན། བཟ་ཤིས་འཆམ་པའི་ལེན་གསུམ་
བརྒྱབ་སོགས་ཟེར་ལ། གཡམས་ལ་དཔའ་བོ་བརྒྱ་ཡི་སྤྱོད་གཅིག་བཏང་ཡོད། གཡོན་ལ་དཔའ་མོ་སྟོང་
གི་སྤྱོད་ལེན་གཅིག་སློབ་ཡོད་ལ།

རྒྱ་སྟོང་གཉིས་ཀྱི་ལྷུས་གསོལ་ལེབས། ལྷུས་གསོལ་རེ་རེ་ལེབས་བཞེན་རྣམ་པ་རེ་ཐོན།
རྣམ་པ་དེ་ཡི་ཞབས་སྲོ་བཞེན་ལྷུག

འབྲོང་ཚུང་།

འབྲོང་ཚུང་ང་ཡི་མ་སྲིན་ང་ཡིས་སྲིན། འབྲོང་ཚུང་ང་ཡི་ཉི་མ་ཤར་གྱི་སྲོགས་ལ་སྲིན།
ཤར་རྩོ་རྩེ་སེམས་པ་འབྲོང་གི་ལྷ་མ་རེད། འབྲོང་ཚུང་ཨ་པ་མེད་ལ་ཅི་དང་ག་འདྲ་ཟེར་ཡིན།
ཨ་པ་མེད་ལ་རྒྱ་རོག་གཏོང་དགར་ཟེར་ཡིན། འབྲོང་ཚུང་ཨ་པ་མེད་ལ་ཅི་དང་ག་འདྲ་ཟེར་ཡིན།
འབྲོང་ཚུང་ཨ་པ་མེད་ལ་འབྲོང་དར་མ་ཟེར་ཡིན། གཡམས་རི་ལོགས་ལ་རྣམ་གཅིག་ཟ།
གཡོན་རི་ལོགས་ལ་རྣམ་གཅིག་འཇུང་། སྤང་གཞོངས་ནང་ལ་སྤྱིད་ཉལ་བརྒྱབ། འབྲོང་ཚུང་ང་
ལས་དགའ་བ་མེད།

འབྲོང་ཚུང་ང་ལས་སྤྱིད་བ་མེད། དགའ་སྤྱིད་འཛོམས་པའི་གཡམས་སྟོར་གཅིག་བརྒྱབ།
དགའ་སྤྱིད་འཛོམས་པའི་གཡོན་སྟོར་གཅིག་བརྒྱབ།

འབྲོང་ཚུང་ང་ཡི་མ་སྲིན་ང་ཡིས་སྲིན། འབྲོང་ཚུང་ང་ཡི་ཉི་མ་སྟོ་ཡི་སྲོགས་ལ་སྲིན།

སྒྲི་རིན་ཆེན་འབྲུང་གནས་འགྲོང་གི་སྒྲ་མ་ཡིན། འགྲོང་རྩུང་ཨ་མའི་མིང་ལ་ཅི་དང་ག་འདྲ་ཟེར་ཡིན།
ཨ་མའི་མིང་ལ་རྒྱ་རྡོག་གཉིང་དཀར་ཟེར་ཡིན། འགྲོང་རྩུང་ཨ་མའི་མིང་ལ་ཅི་དང་ག་འདྲ་ཟེར་ཡིན།
འགྲོང་རྩུང་ཨ་མའི་མིང་ལ་འགྲོང་དར་མ་ཟེར་ཡིན། གཡས་རི་ལོགས་ལ་རྩ་གཅིག་ཟ།
གཡོན་རི་ལོགས་ལ་རྩ་གཅིག་འཕུང་། སྤང་གཞོང་ནང་ལ་སྦྱིད་ཉལ་བརྒྱབ། འགྲོང་རྩུང་ང་ལས་
དགའ་བ་མེད།

འགྲོང་རྩུང་ང་ལས་སྦྱིད་བ་མེད། དགའ་སྦྱིད་འདྲོམས་པའི་གཡས་སྒྲོར་གཅིག་བརྒྱབ། དགའ་
སྦྱིད་འདྲོམས་པའི་གཡོན་སྒྲོར་གཅིག་བརྒྱབ།

འགྲོང་རྩུང་ང་ཡི་མ་ཕྱིན་ང་ཡི་ཕྱིན། འགྲོང་རྩུང་ང་ཡི་ཉི་མ་རྒྱབ་ཀྱི་ཕྱོགས་ལ་ཕྱིན།
རྒྱབ་སྤང་བ་མཐའ་ཡས་འགྲོང་གི་སྒྲ་མ་ཡིན། འགྲོང་རྩུང་ཨ་མའི་མིང་ལ་ཅི་དང་ག་འདྲ་ཟེར་ཡིན།
ཨ་མའི་མིང་ལ་རྒྱ་རྡོག་གཉིང་དཀར་ཟེར་ཡིན། འགྲོང་རྩུང་ཨ་མའི་མིང་ལ་ཅི་དང་ག་འདྲ་ཟེར་ཡིན།
འགྲོང་རྩུང་ཨ་མའི་མིང་ལ་འགྲོང་དར་མ་ཟེར་ཡིན། གཡས་རི་ལོགས་ལ་རྩ་གཅིག་ཟ།
གཡོན་རི་ལོགས་ལ་རྩ་གཅིག་འཕུང་། སྤང་གཞོང་ནང་ལ་སྦྱིད་ཉལ་བརྒྱབ། འགྲོང་རྩུང་ང་ལས་
དགའ་བ་མེད།

འགྲོང་རྩུང་ང་ལས་སྦྱིད་བ་མེད། དགའ་སྦྱིད་འདྲོམས་པའི་གཡས་སྒྲོར་གཅིག་བརྒྱབ།
དགའ་སྦྱིད་འདྲོམས་པའི་གཡོན་སྒྲོར་གཅིག་བརྒྱབ། འགྲོང་རྩུང་ང་ཡི་མ་ཕྱིན་ང་ཡི་ཕྱིན།
འགྲོང་རྩུང་ང་ཡི་ཉི་མ་བྱང་ཕྱོགས་ལ་ཕྱིན། བྱང་དོན་ཡོད་གྲུབ་པ་འགྲོང་གི་སྒྲ་མ་ཡིན།
འགྲོང་རྩུང་ཨ་མའི་མིང་ལ་ཅི་དང་ག་འདྲ་ཟེར་ཡིན། ཨ་མའི་མིང་ལ་རྒྱ་རྡོག་གཉིང་དཀར་ཟེར་ཡིན།
འགྲོང་རྩུང་ཨ་མའི་མིང་ལ་ཅི་དང་ག་འདྲ་ཟེར་ཡིན། འགྲོང་རྩུང་ཨ་མའི་མིང་ལ་འགྲོང་དར་མ་
ཟེར་ཡིན།

གཡས་རི་ལོགས་ལ་རྩ་གཅིག་ཟ། གཡོན་རི་ལོགས་ལ་རྩ་གཅིག་འཕུང་། སྤང་གཞོང་ནང་ལ་
སྦྱིད་ཉལ་བརྒྱབ།
འགྲོང་རྩུང་ང་ལས་དགའ་བ་མེད། འགྲོང་རྩུང་ང་ལས་སྦྱིད་བ་མེད།

དགའ་སྐྱིད་འཛོམས་པའི་གཡས་སྐྱོར་གཅིག་བརྒྱབ། དགའ་སྐྱིད་འཛོམས་པའི་གཡོན་སྐྱོར་
གཅིག་བརྒྱབ།

འབྲོང་ཚུང་ངའི་མ་སྤྱིན་འབྲོང་ཚུང་ངའི་སྤྱིན། འབྲོང་ཚུང་ངའི་ཉེ་མ་དབུས་ཀྱི་སྤྱོགས་ལ་སྤྱིན།
དབུས་རྣམ་པར་གནང་མཛད་འབྲོང་གི་ལྷ་མ་ཡིན། འབྲོང་ཚུང་ཨ་མའི་མིང་ལ་ཅི་དང་ག་འདྲ་ཟེར་ཡིན།
ཨ་མའི་མིང་ལ་རྒྱ་རོག་གཉིད་དཀར་ཟེར་ཡིན། འབྲོང་ཚུང་ཨ་མའི་མིང་ལ་ཅི་དང་ག་འདྲ་ཟེར་ཡིན།
འབྲོང་ཚུང་ཨ་མའི་མིང་ལ་འབྲོང་དར་མ་ཟེར་ཡིན། གཡས་འཛོམས་ལ་རྩ་གཅིག་ཟ།
གཡོན་འཛོམས་ལ་རྩ་གཅིག་འཕུང། སྤང་གཞོང་ནང་ལ་སྐྱིད་ཉལ་བརྒྱབ། འབྲོང་ཚུང་ངའས་
དགའ་བ་མེད།

འབྲོང་ཚུང་ངའས་སྐྱིད་པ་མེད། དགའ་སྐྱིད་འཛོམས་པའི་གཡས་སྐྱོར་གཅིག་བརྒྱབ། དགའ་
སྐྱིད་འཛོམས་པའི་གཡོན་སྐྱོར་གཅིག་བརྒྱབ།

དབུས་གསུམ་མཚོ།

དབུས་གསུམ་དབུས་ཀྱི་དུས་ལ། རི་བོ་འཇགས་ལ་གཡུ་ཡི་དབུ་ཞུ་བཞེས། སྟོན་གསུམ་སྟོན་
ཀྱི་དུས་ལ།

རི་བོ་འཇགས་ལ་གསེར་ཀྱི་དབུ་ཞུ་བཞེས། དབུན་གསུམ་དབུན་ཀྱི་དུས་ལ། རི་བོ་འཇགས་ལ་
དུང་གི་དབུ་ཞུ་བཞེས།

འཇགས་རྣམ་པ་འཇགས་རོ་མ་ཤེས་མེད། འཇགས་རྣམ་པ་གནས་ལས་རྒྱལ་མོ་ཡི་བོ།
གནས་སྟོན་པོ་ས་ལ་ཟག་སོང་ཟེར་ན། ཁྱེད་རྣམ་པ་སྤྲུགས་སེམས་ཡག་ཉིད་ཟེར། འཇགས་རྣམ་
པ་འཇགས་རོ་མ་ཤེས་མེད། འཇགས་རྣམ་པ་རི་རྒྱལ་ལྷན་པོ་ཡི་བོ། རི་ཤུགས་ཆེན་པོ་སྤར་ལ་
ཟག་སོང་ཟེར་ན། ཁྱེད་རྣམ་པ་སྤྲུགས་སེམས་ཡག་ཉིད་ཟེར།

འཇགས་རྣམ་པ་འཇགས་རོ་མ་ཤེས་མེད། འཇགས་རྣམ་པ་མཚོ་སྐྱོན་རྒྱལ་མོ་ཡི་བོ།
ཆུ་མོ་སྟོན་པོ་གྲེན་ལ་འབྲིད་སོང་ཟེར་ན། ཁྱེད་རྣམ་པ་སྤྲུགས་ལ་སེམས་ཡག་ཉིད་ཟེར།

ཡུལ་སྐྱིད་པོ།

ཡུལ་སྐྱིད་པོ་རྒྱ་གར་ལྷང་བ་ལ། བོ་འདི་ནི་རྒྱ་རྒྱ་འགྲིམས་ལྷུག་འགྲིམས་ལ་ཡོད་སོ།
 ཡུལ་སྐྱིད་པོ་རྒྱ་ནག་ལྷང་བ་ལ། བོ་འདི་ནི་ཅིས་ཀྱི་བརྟན་བ་དར་ལ་ཡོད་སོ།
 ཡུལ་སྐྱིད་པོ་བལ་ཡུལ་ལྷང་བ་ལ། བོ་འདི་ནི་སྤྲི་ཉིག་བརྒྱ་ལྷུགས་བརྒྱ་ཡོད་སོ།
 ཡུལ་སྐྱིད་པོ་ཚེས་འཁོར་ལྷའི་ལ་ས། བོ་འདི་ནི་ལྷང་སྤྲུག་འཐག་ལྷུག་འཐག་ཡོད་སོ།
 ཡུལ་སྐྱིད་པོ་གོང་མོ་ལྷང་བ་ལ། བོ་འདི་ནི་འབྲུ་སྐབ་ལྷ་ལྷ་དར་ཡོད་སོ།

སྤྲུག་གསུམ་པོ།

གྲང་ཐང་སྤོན་མོའི་འོག་ལ་སྤོན་པ་ལ་སྤྲུག་གསུམ་འཛོམས་ཡོད། གཅིག་ནི་ཁྱི་གདུགས་ཉི་མ།
 གཉིས་ནི་དཀར་གསལ་ལྷ་བ། གསུམ་ནི་སྐར་མ་སྤོན་དུག སྤོན་པ་ལ་སྤྲུག་གསུམ་འཛོམས་ཡོད།
 དཔོན་ཆེན་སྤོན་པ་ལ། སྤོན་པ་ལ་སྤྲུག་གསུམ་འཛོམས་ཡོད། གཅིག་ནི་གསེར་གྱི་དུང་ཆེན།
 གཉིས་ནི་དུལ་གྱི་རྒྱ་སྤྲིང་། གསུམ་ནི་ལྷ་མའི་གསུང་སྐད། སྤོན་པ་ལ་སྤྲུག་གསུམ་འཛོམས་ཡོད།
 བོ་རྩོད་མོ་འོད་ལ། མཁས་བ་དག་ལ་སྤྲུག་གསུམ་འཛོམས་ཡོད། གཅིག་ནི་གེ་སར་རྒྱལ་པོ།
 གཉིས་ནི་སེང་ལྷུ་འཛོག་མོ། གསུམ་ནི་ཕྱོགས་ལས་རྣམ་རྒྱལ། མཁས་བ་དག་ལ་སྤྲུག་གསུམ་
 འཛོམས་ཡོད།
 སྤང་གཞོངས་བདེ་མོའི་འོད་ལ། མཛེས་མོ་དག་ལ་སྤྲུག་གསུམ་འཛོམས་ཡོད། གཅིག་ནི་སྐལ་
 བཟང་མེ་ཉིག།
 གཉིས་ནི་དམ་བ་སངས་རྒྱལ། གསུམ་ནི་ལྷུང་དབལ་མེ་ཉིག མཛེས་མོ་དག་ལ་སྤྲུག་གསུམ་
 འཛོམས་ཡོད།

ལྷ་མོ་དང་གཅིག་གྲེད་གྲེད་ལ་ཚུང་དང་གཉིས་གྲེད། ལྷ་མོ་དང་སྲོན་སྲོན་སྲོན་ལ་སྐྱབ་པ་རྒྱག་
ལ་ལེབས་དང་།

ང་རས་རྗེས་རྗེས་རྗེས་ལ་ལྷ་ཚོས་གྲེད་ལ་ཡོང་ཡོད། ང་རས་རྗེས་རྗེས་རྗེས་ལ་ལྷ་ཚོས་གྲེད་ལ་
ཡོང་ཡོད།

སྐྱ་ལས་དང་འདི་ཚོ་སྐྱ་ལས་དང་འདི་ཚོ། སྐྱ་ལས་འདི་ཚོ་ཚོས་ཀྱི་མ་ལ་ལྲབ་པ་མི་འདུག
སེམས་པ་འདི་ཚོ་དམ་ཚིག་མ་ལ་གཙང་པ་མི་འདུག སེམས་པ་འདི་ཚོ་དམ་ཚིག་མ་ལ་གཙང་
པ་མི་འདུག

མཚོ་སྟོད་དང་གཅིག་གྲེད་ཉ་ལ་ཚུང་དང་གཉིས་གྲེད། ལྷ་མོ་དང་སྲོན་སྲོན་སྲོན་ལ་སྐྱབ་པ་རྒྱག་
ལ་ལེབས་དང་།

ང་རས་རྗེས་རྗེས་རྗེས་ལ་ལྷ་ཚོས་གྲེད་ལ་ཡོང་ཡོད། ང་རས་རྗེས་རྗེས་རྗེས་ལ་ལྷ་ཚོས་གྲེད་ལ་
ཡོང་ཡོད།

སྐྱ་ལས་དང་འདི་ཚོ་སྐྱ་ལས་དང་འདི་ཚོ། སྐྱ་ལས་འདི་ཚོ་ཚོས་ཀྱི་མ་ལ་ལྲབ་པ་མི་འདུག
སེམས་པ་འདི་ཚོ་དམ་ཚིག་མ་ལ་གཙང་པ་མི་འདུག སེམས་པ་འདི་ཚོ་དམ་ཚིག་མ་ལ་གཙང་
པ་མི་འདུག

ཉི་མ་རྒྱ་བ་བཟོད་གཅིག་བརྒྱབ།

ཤར་དང་རྒྱབ་གཉིས་བར་ལ་ཉི་མ་རྒྱ་བ་བཟོད་གཅིག་བརྒྱབ།
སྤྱ་དང་མདའ་གཉིས་བར་ལ་གངས་རྒྱ་བམིལ་མ་བཟོད་གཅིག་བརྒྱབ།
ས་དང་གནམ་གཉིས་བར་ལ་ཆར་རྒྱ་དུས་གསུམ་བཟོད་གཅིག་བརྒྱབ།
ཆར་རྒྱ་དུས་གསུམ་བརྒྱབ་བཞེན་ལོ་ཡག་ལྡང་པ་ཅ་བ་གཅིག་ཚུགས།
ལོ་ཡག་ལྡང་པ་ཅ་བ་ཚུགས་ཞིང་སྤྱག་ཤིའི་བང་མཛོད་གཅིག་བརྒྱང་ཡོད།
སྤྱག་ཤིའི་བང་མཛོད་བརྒྱང་ཞིང་ཆང་དང་ཨ་རག་འགྲུང་ཡོད།

ཆང་དང་ཨ་རག་ལ་འགྱུར་བཞིན་གཞོན་པ་པོ་གཞོན་མོ་གཞོན་འཛོམས་ཡོད།
པོ་གཞོན་མོ་གཞོན་འཛོམས་བཞིན་ཅེད་མོ་ཉམས་དགའ་སྦྱོང་ཡོད།

ཆོས་རྒྱལ་ནོར་བཟང་།

རི་འདི་གཡས་རི་འོགས་ལ་སྐྱ་སྐྱ་སྐྱེས། རི་འདི་གཡོན་རི་འོགས་ལ་བ་སྐྱ་སྐྱེས།
སྐྱ་སྐྱ་བ་སྐྱ་སྐྱེས་པའི་བསངས་གཅིག་གཏོང་།
བསང་འདི་དཀར་པོ་ནམ་མཁའི་ཡུལ་ལ་གཏོང་། ཆོས་རྒྱལ་བྱང་ལ་བསམ་དོན་གྲུབ་པ་ཤོག
རི་འདི་གཡས་རི་འོགས་ལ་གདུང་ལོ་སྐྱེས། རི་འདི་གཡོན་རི་འོགས་ལ་གསོམ་ལོ་སྐྱེས།
གདུང་ལོ་གསོམ་ལོ་སྐྱེས་པའི་བསངས་གཅིག་གཏོང་།
བསངས་འདི་དཀར་པོ་ནམ་མཁའི་ཡུལ་ལ་གཏོང་། ཆོས་རྒྱལ་བྱང་ལ་བསམ་དོན་གྲུབ་པ་ཤོག
རི་འདི་གཡས་རི་འོགས་ལ་མཁན་བ་སྐྱེས། རི་འདི་གཡོན་རི་འོགས་ལ་མཁན་བྱར་སྐྱེས།
མཁན་བ་མཁན་བྱར་སྐྱེས་པའི་བསངས་གཅིག་གཏོང་། བསངས་འདི་དཀར་པོ་ནམ་མཁའི་ཡུལ་
ལ་གཏོང་།
ཆོས་རྒྱལ་བྱང་ལ་བསམ་དོན་གྲུབ་པ་ཤོག

ཨ་ཅེ་སྐལ་སྐལ་བྱ་ཁིད།

ཨ་ཅེ་སྐལ་སྐལ་བྱ་ཁིད་སྐྱེས་ས་ག་བར་ཡིན་བཤད་ཤོག
ས་སྐྱེས་སྐྱེས་ས་ཡག་དག་སྐྱེས་ས་རྒྱ་གར་ཤར་ཕྱོགས།
སྐྱེས་ནས་གདན་ས་ཡག་དག་གདན་ས་ཆོས་འཁོར་ལྗང་ས།
སྐལ་སྐལ་ལ་པོ་ལ་འགོ་དུས་ལ་ལ་ཁ་བ་མི་འདུག
ཁ་བ་ལ་གོད་ཆག་མི་འདུག སྐལ་སྐལ་གླུང་ལ་སྐྱེས་དུས།
གླུང་ལ་བ་མོ་མི་འདུག་བ་མོ་ལ་བྱ་ཡུག་མི་འདུག

ཨ་ཅེ་ལྷ་འཛོམས་བྱ་བྱིད།

གཞས་འདི་ཆང་སའི་སྐབས་བྱ་མོ་བསྟུ་བ་དང་སྐྱེལ་བའི་སྐབས་བཏང་སྐྱོལ་ཡོད།
 ཨ་ཅེ་ལྷ་འཛོམས་བྱ་བྱིད་སྐྱེས་ས་ག་བ་ཡིན་བ་བཤད་ཤོག
 མ་སྐྱེས་སྐྱེས་ས་ཡག་དག་སྐྱེས་ས་རྒྱ་གར་ཤར་ཕྱོགས།
 ལྷ་འཛོམས་ཡིད་ཀྱི་སྐྱེལ་མ་སྐྱེལ་མ་དམ་ཚོས་པོ་ཉི།
 ཨ་ཅེ་ལྷ་འཛོམས་བྱ་བྱིད་སྐྱེས་ས་ག་བ་ཡིན་བ་བཤད་ཤོག
 མ་སྐྱེས་སྐྱེས་ས་ཡག་དག་སྐྱེས་ས་རྒྱ་ནག་གཞུང་ལ།
 ལྷ་འཛོམས་ཡིད་ཀྱིས་སྐྱེལ་མ་སྐྱེལ་མ་ཅིས་གཞུང་ལྷ་མོ།
 ཨ་ཅེ་ལྷ་འཛོམས་བྱ་བྱིད་སྐྱེས་ས་ག་བ་ཡིན་བ་བཤད་ཤོག
 མ་སྐྱེས་སྐྱེས་ས་ཡག་དག་སྐྱེས་ས་བའ་ཡུལ་གཞུང་ལ།
 ལྷ་འཛོམས་ཡིད་ཀྱི་སྐྱེལ་མ་སྐྱེལ་མ་གཡུ་དང་བྱ་བྱ།
 ཨ་ཅེ་ལྷ་འཛོམས་བྱ་བྱིད་སྐྱེས་ས་ག་བ་ཡིན་བ་བཤད་ཤོག
 མ་སྐྱེས་སྐྱེས་ས་ཡག་དག་སྐྱེས་ས་ཚོས་འཁོར་ལྷ་ས།
 ལྷ་འཛོམས་ཡིད་ཀྱིས་སྐྱེལ་མ་སྐྱེལ་མ་ལྷུང་ལྷག་ལྷ་ལ།

གནས་ཆེན་པོ་རྒྱལ།

གནས་ཆེན་པོ་རྒྱའི་ཅེ་ལ། གསེར་གྱི་ཉི་མ་ཤར་སོང། གསེར་གྱི་ཉི་མ་མེན་པ། ལྷ་མའི་དབུ་ཞུ་ཡིན་པ།
 དབུ་ཞུ་རྒྱ་རྒྱུད་ནས་མཇུག་བས། དན་སོང་ལྷུང་དགོས་མི་འདུག
 གནས་ཆེན་པོ་རྒྱའི་ཅེ་ལ། དབུལ་གྱི་ལྷ་བ་ཤར་སོང། དབུལ་གྱི་ལྷ་བ་མེན་པ། ལྷ་མའི་ཞལ་རས་ཡིན་པ།
 ཞལ་རས་རྒྱུད་ནས་མཇུག་བས། དན་སོང་ལྷུང་དགོས་མི་འདུག
 གནས་ཆེན་པོ་རྒྱའི་ཅེ་ལ། གསེར་གྱི་དུང་ཆེན་བཏང་སོང། གསེར་གྱི་དུང་ཆེན་མེན་པ།

ལྷ་མའི་གསུང་སྐད་ཡིན་པ། གསུང་སྐད་རྒྱང་ནས་ཐོས་པས། ངན་སོང་ལྷུང་དགོས་མི་འདུག
གནས་ཆེན་པོ་ལྷའི་ཕྱི་ལ། ཆོས་ཀྱི་ཕྱི་གུ་པ་བཅུ་གསུ་སོང་། ཆོས་ཀྱི་ཕྱི་གུ་པ་མིན་པ།
ལྷ་མའི་ན་བཟའ་ཡིན་པ། ན་བཟའ་རྒྱང་ནས་མཇལ་བས། ངན་སོང་ལྷུང་དགོས་མི་འདུག
གནས་ཆེན་པོ་ལྷའི་ཕྱི་ལ། གཡུ་ཡི་རྩོ་བཅའ་བཉེང་སོང་། གཡུ་ཡི་རྩོ་བཅའ་མིན་པ།
ལྷ་མི་ཞབས་སུ་གསུ་ཡིན་པ། ཞབས་སུ་གསུ་རྒྱང་ནས་མཇལ་བས། ངན་སོང་ལྷུང་དགོས་མི་འདུག

དཀར་པོའི་གནམ་སྒོ་ལས་གསལ།

ཆོས་འཁོར་ལྷ་ས་དཀར་པོའི་གནམ་སྒོ་ལས་གསལ། ཨ་མ་དཔལ་ལོ་དབུ་ལ་ཉི་ཟེར་རྒྱག
སྒོས་ཡུལ་ཁྲིད་མཁན་བསོད་ནམས་ལོངས་སྤྱོད་རྒྱས། དུགས་ལ་སྐམ་པོ་དཀར་པོའི་གནམ་སྒོ་ལས་གསལ།
ཟླ་འོད་གཞོན་ལྷ་དབུ་ལ་ཉི་ཟེར་རྒྱག མདའ་ལྷུང་འདུལ་མཁན་བསོད་ནམས་ལོངས་སྤྱོད་རྒྱས།
བྱ་ཆུ་སྒྲེ་ལུང་དཀར་པོའི་གནམ་སྒོ་ལས་གསལ།
བསྟན་པའི་རྩོ་པོའི་དབུ་ལ་ཉི་ཟེར་རྒྱག བརྒྱ་མཚོད་འདུལ་མཁན་གསོད་ནམས་ལོངས་སྤྱོད་རྒྱས།
ལྷ་རི་གྲང་ཉོ་དཀར་པོའི་གནམ་སྒོ་ལས་གསལ། ཨ་མ་གཡུ་མའི་དབུ་ལ་ཉི་ཟེར་རྒྱག
འབྲུ་ལྷུང་འདུལ་མཁན་བསོད་ནམས་ལོངས་སྤྱོད་རྒྱས།

ཉི་མ་སྤྱོད་ལོགས་ལ།

ཉི་མ་སྤྱོད་ལོགས་ལ་ཉི་ཟེར་མདངས་ལ་ཆོས་གོས་འབྲ་བཤམས།
དེ་ལ་ཆོས་གོས་བཤམས་མཁན་གྲུབ་ཐོབ་ཐང་སྤོང་རྒྱལ་པོ་ཡིན་ལུང་བསྟན་རེ་གནང་།
ཉི་མ་གྲང་གི་ལོགས་ལ་འགྲོས་ཆེན་རྩོ་པོ་ཡིན་ཟེར་གོམ་ཚད་རེ་བཟུང་།
དེ་ལ་གོམ་ཚད་བཟུང་མཁན་གླིང་གི་གོ་སར་རྒྱལ་པོ་ཡིན་ཟེར་དཔའ་རྩལ་རེ་འོམ།
ཉི་མ་བྱི་རྩོད་ལོགས་ལ་བྲག་དཀར་པོའི་ལོགས་ལ་ཞབས་རྗེས་རེ་བཞག
དེ་ལ་ཞབས་རྗེས་བཞག་མཁན་ལྷ་མ་དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཡིན་ཟེར་ཆོས་རེ་གསུངས།

དགའ་སྲིད་པའི་བོ།

དགའ་སྲིད་པའི་བོ་འདི། ལྷ་མ་བཟང་པོ་འཁྲུངས་ས་ག་ནས་ཡིན་པ་བཤད་པོག།
 ལྷ་མ་བཟང་པོ་འཁྲུངས་ས་འདི་དགོན་ཆེན་སྤེལ་མོ། ལྷ་མ་བཟང་པོ་སྐྱ་ཆེ་ལ་བར་ཆད་མ་བཏང་།
 ཆོས་བཤད་དང་དབང་བཀུར་གནང་རྒྱ་ལ་ཟད་པ་མི་འདུག།
 དགའ་སྲིད་པའི་བོ་འདི། དཔོན་པོ་བཟང་པོ་འཁྲུངས་ས་ག་ནས་ཡིན་པ་བཤད་པོག།
 དཔོན་པོ་བཟང་པོ་འཁྲུངས་ས་དེ་རྗེས་ཆེན་གྱི་སྤེལ་མོ། དཔོན་པོ་བཟང་པོ་སྐྱ་ལུས་ལ་བར་ཆད་མ་བཏང་།
 གཏམ་དང་སྐད་ཐགས་གནང་རྒྱ་ལ་ཟད་པ་མི་འདུག།
 དགའ་སྲིད་པའི་བོ་འདི། བ་མ་བཟང་པོ་འཁྲུངས་ས་ག་ནས་ཡིན་པ་བཤད་པོག།
 བ་མ་བཟང་པོ་འཁྲུངས་ས་དེ་བརྒྱ་ལྡོང་གི་སྐོར་མོ། བ་མ་བཟང་པོ་སྐྱ་ཆེ་ལ་བར་ཆད་མ་བཏང་།
 ལུས་ས་སྐོར་ཆེ་གསུམ་གནང་རྒྱ་ལ་ཟད་པ་མི་འདུག།

སྤུ་ལ་ཆགས་ཚུལ་ཡག་ཏུ།

སྤུ་ལ་ཆགས་ཚུལ་ཡག་ཏུ། སྲིད་པ་ཆགས་པའི་གངས་རི།
 མར་ལ་འབབ་ཚུལ་ཡག་ཏུ། ཚུ་མིག་དྲངས་གཙང་དབང་པོ།
 མདའ་ལ་འབྲེལ་ཚུལ་ཡག་ཏུ། དཀར་པོ་འོ་མའི་རྒྱ་མཚོ།
 མ་ཅིག་བཅིགས་བཟོ་ཡག་ཏུ། སེར་པོ་མར་གྱི་བཅིགས་པ།
 བཅིགས་ནས་འགྲུར་ལས་མེད་པ། ཁང་རྒྱར་ལུང་གཞི་ལོགས་བརྒྱད།
 མ་གྲིས་རི་མོ་ཡག་ཏུ། གཙན་གཙན་སྒྲག་གི་རི་མོ།
 གྲིས་ནས་འགྲུར་ལས་མེད་པ། ལྷ་ཁང་གསར་པའི་ལོགས་རིས།
 མ་བཙོ་ཆོན་མདོག་ཡག་ཏུ། མཛེས་མོ་གཡུ་དང་བྱ་བ།
 བཙོ་ནས་འགྲུར་ལས་མེད་པ། རྒྱ་ཆོས་ཏུ་ལོའི་མེ་ཏོག།

གནས་ཚེན་གནས་ཚུང་།

གནས་ཚེན་གནས་ཚུང་གནས་ལ་སྐྱོད་ར་གཅིག་བསྐྱོད་ཡོད། གནས་འདི་བཟང་པོ་ཚོས་འཁོར་
ལྷ་ས།

གནས་ལ་སྐྱོད་ར་གཅིག་བསྐྱོད་ཡོད། ལྷ་ས་ལ་རྣམས་ཚོ་ཚོས་ལ་དགའ་ཉན་ལ་གཅིག་བཞག
གཞོན་ལ་རྣམས་ཚོ་ལྷ་ཚོས་ཡང་ཉིང་འདྲ་ལྷ།

གནས་ཚེན་གནས་ཚུང་གནས་ལ་སྐྱོད་ར་གཅིག་བསྐྱོད་ཡོད། གནས་འདི་བཟང་པོ་དྲུགས་ལ་
སྐྱམ་པོ།

གནས་ལ་སྐྱོད་ར་གཅིག་བསྐྱོད་ཡོད། ལྷ་ས་ལ་རྣམས་ཚོ་ཚོས་ལ་དགའ་ཉན་ལ་གཅིག་བཞག
གཞོན་ལ་རྣམས་ཚོ་ལྷ་ཚོས་ཡང་ཉིང་འདྲ་ལྷ།

གནས་ཚེན་གནས་ཚུང་གནས་ལ་སྐྱོད་ར་གཅིག་བསྐྱོད་ཡོད། གནས་འདི་བཟང་པོ་བྱ་ཚུ་སྐྱེ་ལྷ།
གནས་ལ་སྐྱོད་ར་གཅིག་བསྐྱོད་ཡོད། ལྷ་ས་ལ་རྣམས་ཚོ་ཚོས་ལ་དགའ་ཉན་ལ་གཅིག་བཞག

གཞོན་ལ་རྣམས་ཚོ་ལྷ་ཚོས་ཡང་ཉིང་འདྲ་ལྷ།
གནས་ཚེན་གནས་ཚུང་གནས་ལ་སྐྱོད་ར་གཅིག་བསྐྱོད་ཡོད། གནས་འདི་བཟང་པོ་ལྷ་རི་བྱང་རྟོ།

གནས་ལ་སྐྱོད་ར་གཅིག་བསྐྱོད་ཡོད། ལྷ་ས་ལ་རྣམས་ཚོ་ཚོས་ལ་དགའ་ཉན་ལ་གཅིག་བཞག
གཞོན་ལ་རྣམས་ཚོ་ལྷ་ཚོས་ཡང་ཉིང་འདྲ་ལྷ།

མེ་རྟོག་པད་མ།

མེ་རྟོག་པད་མ་མ་སྐྱེན་མེ་རྟོག་པད་མ་སྐྱེན། མེ་རྟོག་པད་མས་འགྲོ་ས་འདྲ་སྐྱེན་རྒྱལ་པོའི་ལྷུ་མ་རྒྱ།
འདྲ་སྐྱེན་རྒྱལ་པོའི་ལྷུ་མ་རྒྱ་མེ་རྟོག་པད་མ་འོད་ཀྱིས་གང། མེ་རྟོག་ལག་པའི་བཞོག་ལ།

ལག་སྐྱེན་ལག་གི་སྐྱེན་ལ། མེ་རྟོག་ཁ་ཡི་བཞོག་ལ། ཁ་སྐྱེན་ཁ་ཡི་སྐྱེན་ལ།

སེམས་པའི་ཡིད་ཀྱི་བཞོག་ལ། དཀོན་མཆོག་མཆོད་ལ་འབྲུལ།

མེ་ཉོག་པད་མ་མ་ཕྱིན་མེ་ཉོག་པད་མ་ཕྱིན། མེ་ཉོག་པད་མ་འགྲོ་ས་ལྷོ་ཕྱོགས་རྒྱལ་པོའི་ལྷུ་མ་རྟ།
 ལྷོ་ཕྱོགས་རྒྱལ་པོའི་ལྷུ་མ་རྟ་མེ་ཉོག་པད་མ་འོད་ཀྱིས་གང། མེ་ཉོག་ལག་པས་བཏོག་ན།
 ལག་སྐྱིབ་ལག་གི་སྐྱིབ་པ། མེ་ཉོག་ཁ་ཡི་བཏོག་ན། ཁ་སྐྱིབ་ཁ་ཡི་སྐྱིབ་པ།
 སེམས་པའི་ཡིད་ཀྱི་བཏོག་ནས། དཀོན་མཆོག་མཆོད་པ་འབྲུལ།
 མེ་ཉོག་པད་མ་མ་ཕྱིན་མེ་ཉོག་པད་མ་ཕྱིན། མེ་ཉོག་པད་མ་འགྲོ་ས་རྒྱལ་པོའི་ལྷུ་མ་རྟ།
 རྒྱལ་པོའི་ལྷུ་མ་རྟ་མེ་ཉོག་པད་མ་འོད་ཀྱིས་གང། མེ་ཉོག་ལག་པས་བཏོག་ན།
 ལག་སྐྱིབ་ལག་གི་སྐྱིབ་པ། མེ་ཉོག་ཁ་ཡི་བཏོག་ནས། ཁ་སྐྱིབ་ཁ་ཡི་སྐྱིབ་པ།
 སེམས་པའི་ཡིད་ཀྱི་བཏོག་ནས། དཀོན་མཆོག་མཆོད་པ་འབྲུལ།
 མེ་ཉོག་པད་མ་མ་ཕྱིན་མེ་ཉོག་པད་མ་ཕྱིན། མེ་ཉོག་པད་མ་འགྲོ་ས་བྲལ་ཕྱོགས་རྒྱལ་པོའི་ལྷུ་མ་རྟ།
 བྲལ་ཕྱོགས་རྒྱལ་པོའི་ལྷུ་མ་རྟ་མེ་ཉོག་པད་མ་འོད་ཀྱིས་གང། མེ་ཉོག་ལག་པས་བཏོག་ན།
 ལག་སྐྱིབ་ལག་གི་སྐྱིབ་པ། མེ་ཉོག་ཁ་ཡི་བཏོག་ན། ཁ་སྐྱིབ་ཁ་ཡི་སྐྱིབ་པ།
 སེམས་པའི་ཡིད་ཀྱི་བཏོག་ནས། དཀོན་མཆོག་མཆོད་པ་འབྲུལ།

སྐྱེ་བ་གཅིག་ཡོད་ཆོག

སྐྱེ་བ་གཅིག་ཡོད་ཆོག་ཤི་བ་ནི་མ་བཏང།
 ཤི་བ་མེད་པའི་ཆེ་ཡི་དངོས་གྲུབ་ཆེ་དཔག་མེད་ཀྱིས་གནང་བྱུང།
 གསུང་སྐྱད་གཅིག་ཡོད་ཆོག འགག་པ་ནི་མ་བཏང།
 འགག་པ་མེད་པའི་གསུང་གི་དངོས་གྲུབ་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ཀྱིས་གནང་བྱུང།
 ལྷོ་ལོར་གཅིག་ཡོད་ཆོག ཟད་པ་ནི་མ་བཏང།
 ཟད་པ་མེད་པའི་ལོར་གྱི་དངོས་གྲུབ་རྣམས་སྤྲོས་པར་མཚོན་གནང་བྱུང།

སྤང་གཞོངས་ནང་ལ།

མཁས་པ་ལ་སྤང་གཞོངས་ནང་ལ་མེ་ཉེག་ཚང་ཁ་ཤིག་ཤིག་ལོག་འགོ་ལོག་འགོ་ལོག་འགོ་
 ལྟ་ཁང་ནང་ལ་ལོག་འགོ་ ལྟ་ཁང་ནང་ལ་སྤྲོད་ས་དུས་བསྐྱུ་བ་མེད།
 མངའ་ར་ནང་ལ་སྤྲོད་ཤར་འཚང་ཁ་ཤིག་ཤིག་ལོག་འགོ་ལོག་འགོ་ལོག་འགོ་ ལྟ་ཁྲིམ་ནང་ལ་ལོག་འགོ་
 ལྟ་ཁྲིམ་ནང་ལ་སྤྲོད་ས་དུས་བསྐྱུ་བ་མེད།
 མོ་ར་ནང་ལ་སྤྲོད་བཟང་འཚང་ཁ་ཤིག་ཤིག་ལོག་འགོ་ལོག་འགོ་ལོག་འགོ་ ལྟ་ཁྲིམ་ནང་ལ་ལོག་འགོ་
 ལྟ་ཁྲིམ་ནང་ལ་སྤྲོད་ས་དུས་བསྐྱུ་བ་མེད།

རི་མོ་གནམ་ལྷགས་འབར་བ།(༡)

རི་མོ་གནམ་ལྷགས་འབར་བ། རལ་གྱི་གནམ་ལ་ཕྱར་བ་ལས་ཡག་ཤོད་ལྟ་དཀར་ལོ།
 གངས་ལ་ཉི་ཟེང་བརྒྱབ་པ་ལས་ཡག་ཤོད་ གནམ་ཆེན་རྒྱ་ལ་སེང་གཏམ། ལྷ་ཉིག་དར་ལ་བརྒྱ་
 བ་ལས་ཡག་ཤོད།
 ཅེ་ལེ་ཚོད་ཚང་སྐྱབ་ཕུག་ ཐང་དཀར་གནམ་ལ་ལྷིང་བ་ལས་ཡག་ཤོད། ཐེམ་སྤམ་གྱུ་ཏུ་སྐྱབ་ཁང་།
 ཐག་ལ་ཕྱར་བ་བརྒྱབ་པ་ལས་ཡག་ཤོད། དེ་མོ་མངའ་རིས་གྲུ་ཚང་།
 གཡུ་ཡི་མཚུལ་འབྲུལ་བ་ལས་ཡག་ཤོད། ཆབ་ནག་རི་མོ་དཔོན་ཆེན། ལ་བ་སྤྱིད་ཉལ་རྒྱག་པ་
 ལས་ཡག་ཤོད།
 ཀོང་སྤྱོད་ཆེ་རྒྱལ་གྲོང་། བ་མ་བུ་རྒྱུད་འཛོམས་པ་ལས་ཡག་ཤོད། ཀོང་སྤྱོད་བཟ་ཤིས་རབ་བརྟན།
 དུང་དཀར་ལུང་ལ་ཉལ་བ་ལས་ཡག་ཤོད།
 བུ་རྒྱ་གསེར་གྱི་ལྷ་ཁང་། གསེར་བུ་ཐང་ལ་བབས་པ་ལས་ཡག་ཤོད།
 དཔོན་པོ་ལྷ་རི་གྲུང་ཉོ། ཐང་དཀར་གནམ་ལ་ལྷིང་བ་ལས་ཡག་ཤོད།

རི་མོ་གནམ་ལྷགས་འབར་བ།(༩)

གནམ་ལྷགས་འབར་བའི་མོ་གཉིས་པ་འདི་གཞི་རྒྱ་རྩོག་མོ་དང་མོ་དང་གཅིག་པ་ཡིན།
འོན་ཀྱང་མོའི་འགྲུང་ལྷག་དང་ཚིག་གྲངས་མང་ཅུང་ཅུང་མི་འདྲ་བས་འདིར་བཀོད་ཡོད།
སྤྱིར་རི་མོ་ལ་གནམ་ལྷགས་འབར་བ། རི་མོ་ལ་གནམ་ལྷགས་འབར་བ། རལ་གྱི་གནམ་ལ་
ལྷར་བ་དང་འདྲ་ཡ།

ལྷ་ལས་རྒྱ་ལྷང་ལ་ཉ་ལོའི་མེ་ཉོག།
སྤྱིར་འར་ལ་སོ་གོང་ལྷ་དཀར་ལ་ཤོ། འར་ལ་སོ་གོང་ལྷ་དཀར་ཤོ། གངས་ལ་ཉི་ཟེར་བརྒྱབ་པ་
དང་འདྲ་ཡ།

ལྷ་ལས་རྒྱ་ལྷང་ལ་ཉ་ལོའི་མེ་ཉོག།
སྤྱིར་གནམ་ཚེན་ལ་རྒྱ་ལ་སེང་ལ་གཏམ། གནམ་ཚེན་ལ་རྒྱ་ལ་སེང་གཏམ། ལྷ་ཉིག་དར་ལ་བརྒྱ་
བ་དང་འདྲ་ཡ།

ལྷ་ལས་རྒྱ་ལྷང་ལ་ཉ་ལོའི་མེ་ཉོག།
སྤྱིར་ཅེ་མེ་ལ་ཚོད་ཚང་རྒྱབ་ལ་ལྷག། ཅེ་མེ་ལ་ཚོད་ཚང་རྒྱབ་ལྷག། ཐང་དཀར་གནམ་ལ་ལྷིང་པ་
དང་འདྲ་ཡ།

ལྷ་ལས་རྒྱ་ལྷང་ལ་ཉ་ལོའི་མེ་ཉོག།
སྤྱིར་ཐེན་སྲས་ལ་གྲུ་རྒྱབ་ལ་ཁང་། ཐེན་སྲས་ལ་གྲུ་རྒྱབ་ཁང་།
བྲག་ལ་ལྷར་བ་བརྒྱབ་པ་དང་འདྲ་ཡ། ལྷ་ལས་རྒྱ་ལྷང་ལ་ཉ་ལོའི་མེ་ཉོག།

སྤྱིར་དེ་མོ་ལ་མངའ་འཛིན་གྲུ་ལ་ཚང་། དེ་མོ་ལ་མངའ་འཛིན་གྲུ་ཚང་།
གཡུ་ཡི་མཚལ་འབྲུལ་བ་དང་འདྲ་ཡ། ལྷ་ལས་རྒྱ་ལྷང་ལ་ཉ་ལོའི་མེ་ཉོག།
སྤྱིར་ཚབ་ནག་ལ་རི་མོ་དཔོན་ལ་ཚེ། ཚབ་ནག་ལ་རི་མོ་དཔོན་ཚེ། ཚོས་ཀྱི་མོ་ཉི་བཅིགས་
བ་དང་འདྲ་ཡ།

ཡུ་ལས་རྒྱ་ལྷང་ལ་ཉ་ལོའི་མེ་ཉོག།

སྤོའི་ཀོང་སྟོན་ལ་ཆེ་རྒྱལ་གྲོང་ལ་བ། ཀོང་སྟོན་ལ་ཆེ་རྒྱལ་གྲོང་ལ་བ། བ་མ་བྱ་རྒྱུད་འཛོམས་ལ་
དང་འབྲེལ།

ཡུ་ལས་རྒྱ་ལྷང་ལ་ཉ་ལོའི་མེ་ཉོག།

སྤོའི་ཀོང་སྟོན་ལ་བཟ་ཤིས་རབ་ལ་བརྟན། ཀོང་སྟོན་ལ་བཟ་ཤིས་རབ་བརྟན།

དུང་དཀར་ལུང་ལ་ཉལ་བ་དང་འབྲེལ། ཡུ་ལས་རྒྱ་ལྷང་ལ་ཉ་ལོའི་མེ་ཉོག།

སྤོའི་བྱ་རྒྱུ་ལ་གསེར་གྱི་ལྷ་ལ་ཁང་། བྱ་རྒྱུ་ལ་གསེར་གྱི་ལྷ་ལ་ཁང་། གསེར་བྱ་ཐང་ལ་བབས་ལ་
དང་འབྲེལ།

ཡུ་ལས་རྒྱ་ལྷང་ལ་ཉ་ལོའི་མེ་ཉོག།

སྤོའི་དཔོན་ལ་ལ་ལྷ་རི་གུང་ལ་ཉོ། དཔོན་ལ་ལ་ལྷ་རི་གུང་ཉོ། ཐང་དཀར་གནམ་ལ་ལྷིང་བ་དང་འབྲེལ།

ཡུ་ལས་རྒྱ་ལྷང་ལ་ཉ་ལོའི་མེ་ཉོག།

སྤོའི་བ་ཆགས་པའི་གངས་རྒྱུང་།

ཞི་བ་འདི་ལས་བཟང་དག་སྤོའི་བ་ཆགས་པའི་གངས་རྒྱུང་འདྲ། སྤོའི་བ་ཆགས་པའི་གངས་རྒྱུང་འདྲ།

མཐོན་པོ་འདི་ལས་མཛེས་དག་གངས་རི་རྒྱབ་གྱི་ཉི་ཟེར་འདྲ། རི་རྒྱབ་གྱི་ཉི་ཟེར་འདྲ།

གངས་རི་བཞུར་པའི་མཚོ་མོ། རྒྱལ་ཁམས་ཡོང་ལ་མན་བ་གཅིག་བཞག་འཛམ་བྱ་སྤྱིང་ལ་མན་
བ་གཅིག་བཞག།

བྱ་དེ་གསེར་བྱ་ངང་བ། འགྲིམས་པའི་དུས་སུ་གཡས་གྱི་སྤོའི་གས་ལ་འགྲིམས།

འགྲིམས་པའི་དུས་སུ་གཡས་གྱི་སྤོའི་གས་ལ་འགྲིམས། བྱ་དེ་གཡུ་བྱ་སྤོའི་མོ།

འགྲིམས་པའི་དུས་སུ་གཡོན་གྱི་སྤོའི་གས་ལ་འགྲིམས། འགྲིམ་པའི་དུས་སུ་གཡོན་གྱི་སྤོའི་གས་ལ་འགྲིམས།

གསེར་བྱ་གཡུ་བྱ་མེད་པའི། བ་མ་བཟང་པོ་རྩོན་ལན་ཚོས་གྱི་སྤོའི་ར་གཅིག་བསྐྱོད།

བ་མ་བཟང་པོ་རྩོན་ལན་ཚོས་གྱི་སྤོའི་ར་གཅིག་བསྐྱོད།

འབྲས་སྤྲངས་རྒྱབ་རི།

འབྲས་སྤྲངས་རྒྱབ་རི་ཤིང་ལྷ་འཛོམས་པ་ཡོད་དོ་དགའ་སྲིད་སོ།
 ཤིང་ལྷ་འཛོམས་རྒྱ་དང་ཅ་བརྒྱད་འཛོམས་པ་ཡོད་དོ་དགའ་སྲིད་སོ།
 བསམ་ཡས་ཤིང་ལྷ་ཉན་པ་ཡོད་དོ་དགའ་སྲིད་སོ།
 འབྲས་སྤྲངས་རྒྱབ་རི་རྩོ་ལྷ་འཛོམས་པ་ཡོད་དོ།
 རྩོ་ལྷ་འཛོམས་རྒྱ་དང་ཅ་བརྒྱད་འཛོམས་པ་ཡོད་དོ་དགའ་སྲིད་སོ།
 བསམ་ཡས་རྩོ་ལྷ་ཉན་པ་ཡོད་དོ་དགའ་སྲིད་སོ།
 འབྲས་སྤྲངས་རྒྱབ་རི་ས་ལྷ་དེ་ཚོ་འཛོམས་པ་ཡོད་དོ་དགའ་སྲིད་སོ།
 ས་ལྷ་འཛོམས་རྒྱ་དང་ཅ་བརྒྱད་འཛོམས་པ་ཡོད་དོ་དགའ་སྲིད་སོ།
 བསམ་ཡས་ས་ལྷ་ཉན་པ་ཡོད་དོ་དགའ་སྲིད་སོ།
 འབྲས་སྤྲངས་རྒྱབ་རི་ཆུ་ལྷ་དེ་ཚོ་འཛོམས་པ་ཡོད་དོ་དགའ་སྲིད་སོ།
 ཆུ་ལྷ་འཛོམས་རྒྱ་དང་ཅ་བརྒྱད་འཛོམས་པ་ཡོད་དོ་དགའ་སྲིད་སོ།
 བསམ་ཡས་ཆུ་ལྷ་ཉན་པ་ཡོད་དོ་དགའ་སྲིད་སོ།

རང་བྱུང་མཚོད་རྟེན།

སྤོ་ལྷ་དེ་ལ་གངས་རི་དགའ་སོ་དེ་ལ་བཞེངས་པའི་མཚོད་རྟེན་ལོ། ལ་བཞེངས་པའི་མཚོད་
 རྟེན་ལོ་ཡ།
 སྤོ་ལྷ་དེ་ལ་སོ་མཚོད་རྟེན་བཞེངས་མཁན་དེ་ཨ་མ་གནས་ལས་རྒྱལ་མོ་ལོ། ཨ་མ་གནས་ལས་
 རྒྱལ་མོ་ལོ་ཡ།
 སྤོ་ལྷ་བར་དེ་ལ་ལྷ་ཤིང་ལྷ་གཤམ་དེ་ལ་ལ་འཇུགས་པའི་དར་ཤིང་ལོ། ལ་ལ་འཇུགས་པའི་དར་
 ཤིང་ལོ་ཡ།

སྤྱིའི་དེ་ལ་སོ་དར་ཤིང་འཇུགས་མཁན་དེ་ཨ་མ་ནགས་ལས་རྒྱལ་ལ་མོའོ། ཨ་མ་ནགས་ལས་
རྒྱལ་ལ་མོའོ་ཡ།

སྤྱིའི་མདའ་དེ་ལ་ཡར་ཆབ་གཅོད་སོ་དེ་མ་འབྲུལ་བའི་ཡོན་ལ་ཆབ་འོ། མ་འབྲུལ་བའི་ཡོན་ལ་
ཆབ་འོ་ཡ།

སྤྱིའི་དེ་ལ་སོ་ཡོན་ཆབ་འབྲུལ་མཁན་དེ་ཨ་མ་མཚོ་སྤྲོད་རྒྱལ་མོའོ། ཨ་མ་མཚོ་སྤྲོད་རྒྱལ་མོའོ་ཡ།
གཞན་བཏང་མཁན་གསང་བ་ཨ་མ་འབང་ལུག་གྱི་ལོ་ ༡༠༡༤ ལོའི་རྒྱ་བ་ ༡ བའི་ཆེས་ ༡༧ ཉིན།

གངས་རི་ཤེལ་གྱི་སྤྲུལ་བ།

སྤྱིའི་ཞི་ལ་བ་བཟང་དྲག་དེ་སྤྲང་གཞོངས་བདེ་མོ་ཡ་ཤོག་ཡ། ཞི་ལ་བ་བཟང་དྲག་སྤྲང་གཞོངས་
བདེ་མོ་ཡ་ཤོག་ཡ།

སྤྱིའི་མཚོན་ལ་སོ་མཛེས་མོ་དེ་མེ་ཉོག་ཁྲ་མོ་ཡ་ཤོག་ཡ། མཚོན་ལ་སོ་མཛེས་མོ་མེ་ཉོག་ཁྲ་མོ་
ཡ་ཤོག་ཡ།

སྤྱིའི་ཁ་ལ་དོག་སྤྲེ་ལྗེའི་བག་སྤྲེ་ཤིས་བ་ཡ་ཤོག་ཡ། ཁ་ལ་དོག་སྤྲེ་ལྗེའི་གཡང་སྤྲེ་ཆགས་མོ་ཡ་
ཤོག་ཡ།

སྤྱིའི་ཤར་ལ་ཕྱོགས་རྒྱབ་རི་དེ་བཞེངས་བའི་མཚོད་རྟེན་ནི་མིན་བ། ཤར་ཕྱོགས་རྒྱབ་རི་དེ་
བཞེངས་བའི་མཚོད་རྟེན་ནི་མིན་བ།

སྤྱིའི་གངས་རི་ཤེལ་གྱི་སྤྲུལ་བ་བཞེངས་བ་དེ་མཚོད་རྟེན་ལས་ཡག་དྲག་གངས་རི་ཤེལ་གྱི་སྤྲུལ་
བ་བཞེངས་བའི་མཚོད་རྟེན་ལས་ཡག་དྲག་

སྤྱིའི་སྤྲོ་ལ་ཕྱོགས་ནགས་རི་དེ་བཅུགས་བའི་ཤིང་སྤྲོ་ནི་མིན་བ། སྤྲོ་ལ་ཕྱོགས་ནགས་རི་བཅུགས་
བའི་ཤིང་སྤྲོ་ནི་མིན་བ། སྤྱིའི་ཚན་ལ་དན་སྤོང་སོ་དེ་བཅུགས་བའི་ཤིང་སྤྲོ་ལས་ཡག་དྲག་ཚན་དན་

སྤོང་སོ་བཅུགས་བའི་ཤིང་སྤྲོ་ལས་ཡག་དྲག་སྤྱིའི་རྒྱབ་ལ་ཕྱོགས་གངས་རི་དེ་སྤྲུལ་བའི་ཡོན་ཆབ་
ནི་མིན་བ། རྒྱབ་ལ་ཕྱོགས་གངས་རི་སྤྲུལ་བའི་ཡོན་ཆབ་ནི་མིན་བ། སྤྱིའི་ཡར་ལ་ཆབ་གཅོད་

མེ་ཉོག་ཀླས་པའི་དུས་ལ། ལྷ་ཁང་ནང་ལ་ལོག་འགོ།
 ལོ་ཡག་སྐྱེས་པའི་ཨ་མ། ཨ་མ་གཡང་ཞིང་ལྷ་མོ། ལོ་ཡག་གསོས་པའི་ཨ་མ།
 ཨ་མ་སྐྱེན་བཟང་བྱ་མོ། ལོ་ཡག་གཞོན་པའི་དུས་ལ། གཡང་ཞིང་རྒྱན་ཆ་བཞག་ཡོད།
 ལོ་ཡག་ཀླས་པའི་དུས་ལ། ལྷག་པོའི་བང་མཛོད་ལ་ལོག་འགོ། ལྷག་པོའི་བང་མཛོད་ལོག་བཞིན།
 ཆང་དང་ཨ་རག་ལ་འགྱུར་ཡོད། ཆང་དང་ཨ་རག་ལ་འགྱུར་བཞིན། གཞོན་པ་ལོ་གཞོན་མོ་གཞོན་
 འཛོམས་ཡོད།
 ལོ་གཞོན་མོ་གཞོན་འཛོམས་བཞིན། ཅེད་མོ་ཉམས་དགའ་སྐྱོང་ས་ལས་ཡག་ཟླ།

པ་ལ་བཟང་གི་སྐྱེལ་སྐྱུ།

པ་ལ་བཟང་གི་སྐྱེལ་སྐྱུ་མ་ལ་བཟང་གི་སྐྱེལ་མོ། པ་མ་སྐྱེས་ས་མ་གཅིག་ཕྱོགས་ཕྱོགས་རེད་ཡ།
 པ་མ་སྐྱེས་ས་མ་གཅིག་ཕྱོགས་ཕྱོགས་རེད་ཡ། འཛོམས་ས་ལས་ཡག་ཟླ། འཛོམས་ས་ལས་
 ཡག་ཟླ།
 ཨ་མའི་སྐྱོ་མོ་ནང་ལ་འཛོམས་ས་ལས་ཡག་ཟླ། ཨ་མའི་སྐྱོ་མོ་ནང་ལ་འཛོམས་ས་ལས་ཡག་ཟླ།
 བག་ལ་ཤིས་པ་ཤོག་དང་གཡང་ལ་ཆགས་པ་ཤོག་དང་། བད་དང་ཤི་བ་མེད་པའི་བག་ཤིས་
 ལྷོན་ལམ་ཤོག།
 བད་དང་ཤི་བ་མེད་པའི་བག་ཤིས་ལྷོན་ལམ་ཤོག།
 ལྷེད་ལྷ་ཡི་ལྷ་མོ་མངའ་རིས་བལ་པོའི་ལྷ་མོ། ལྷ་མོ་འབབ་ས་མ་གཅིག་ཕྱོགས་ཕྱོགས་རེད་ཡ།
 ལྷ་མོ་འབབ་ས་མ་གཅིག་ཕྱོགས་ཕྱོགས་རེད་ཡ། འཛོམས་ས་ལས་ཡག་ཟླ། འཛོམས་ས་ལས་
 ཡག་ཟླ།
 ལྷ་མའི་བུ་མ་བ་ནང་ལ་འཛོམས་ས་ལས་ཡག་ཟླ། ལྷ་མའི་བུ་མ་བ་ནང་ལ་འཛོམས་ས་ལས་ཡག་ཟླ།
 བག་ལ་ཤིས་པ་ཤོག་དང་གཡང་ལ་ཆགས་པ་ཤོག་དང་། ལྷ་མོ་རྒྱན་ཆད་མེད་པའི་བག་ཤིས་
 ལྷོན་ལམ་ཤོག།

རྒྱ་མོ་རྒྱན་ཆད་མེད་པའི་བཟང་ལེས་སློན་ལམ་ཤོག།

རྒྱ་མོ་བཟང་ལེས་ཀྱི་སྐྱེ་བའ་གང་གྲུ་བཟང་ལེས་ཀྱི་སྐྱེ་བའ། སྐྱེ་བའ་སྐྱེ་ས་མ་གཅིག་ཕྱོགས་ཕྱོགས་རེད་ཡ།
སྐྱེ་བའ་སྐྱེ་ས་མ་གཅིག་ཕྱོགས་ཕྱོགས་རེད་ཡ། འཛོལ་ས་ས་ལས་ཡག་ཤེས་འཛོལ་ས་ས་ལས་
ཡག་ཤེས།

རྒྱལ་པོའི་མདའ་རྩ་ནང་ལ་འཛོལ་ས་ས་ལས་ཡག་ཤེས། རྒྱལ་པོའི་མདའ་རྩ་ནང་ལ་འཛོལ་ས་ས་
ལས་ཡག་ཤེས།

བཟང་ལ་ལེས་པ་ཤོག་དང་གཡང་ལ་ཆགས་པ་ཤོག་དང་། མདའ་ཆག་གཞུ་ཆག་མེད་པའི་བཟང་
ལེས་སློན་ལམ་ཤོག།

མདའ་ཆག་གཞུ་ཆག་མེད་པའི་བཟང་ལེས་སློན་ལམ་ཤོག་ཡ།

མོ་རྒྱན་དང་གཅིག་བྱས་ནས་ལ་རྒྱན་དང་གཉིས་བྱས་སྐྱེ་ས་གཡང་ཞིང་མ་གཅིག་ཕྱོགས་ཕྱོགས་
རེད་ཡ།

སྐྱེ་ས་གཡང་ཞིང་མ་གཅིག་ཕྱོགས་ཕྱོགས་རེད་ཡ། འཛོལ་ས་ས་ལས་ཡག་ཤེས་འཛོལ་ས་ས་
ལས་ཡག་ཤེས།

སྐྱེ་བའི་བང་མཛོད་ནང་ལ་འཛོལ་ས་ས་ལས་ཡག་ཤེས། སྐྱེ་བའི་བང་མཛོད་ནང་ལ་འཛོལ་ས་
ས་ལས་ཡག་ཤེས།

བཟང་ལ་ལེས་པ་ཤོག་དང་གཡང་ལ་ཆགས་པ་ཤོག་དང་། རྒྱན་དང་སྐྱེ་བའི་བཟང་ལ་ལེས་
པ་ཤོག།

རྒྱན་དང་སྐྱེ་བའི་བཟང་ལ་ལེས་པ་ཤོག།

བསང་བཟང་བའི་མོ།

སྐྱེའི་ཞི་བ་བཟང་པོ་སྐྱེ་བའི་གཞོན་སྐྱེ་བའི་མོ་འདྲ་ཤོག། ཡོད་ལ་བདེ་མོ་འདྲ་ཤོག་ཡ།

སྐྱེའི་མཚོན་པོ་མཛེས་མོ་མེ་ཉོག་དེ་ཁྲ་མོ་ལ་མཛེས། ཡོད་ལ་ཁྲ་མོ་ལ་མཛེས་ཡ།

སྤྱི་གཡས་རི་ལོགས་ནས་བ་ལུ་དེ་ཕྱག་གང་ལ་བཏོགས། ཡོད་ལ་ཕྱག་གང་ལ་བཏོགས།
 སྤྱི་གཡོན་རི་ལོགས་ནས་སུ་ལུ་དེ་ཕྱག་གང་ལ་བཏོགས། ཡོད་ལ་ཕྱག་གང་ལ་བཏོགས་ཡ།
 སྤྱི་བ་ལུ་སུ་ལུ་གཉིས་ཀྱི་བསང་ཅིག་ལ་གཏོང་། ཡོད་ལ་བསང་ཅིག་ལ་གཏོང་ཡ།
 སྤྱི་འབྲི་མར་རྩམ་བ་གཉིས་ཀྱི་བསང་རྩམ་ལ་སྐྱགས། ཡོད་ལ་བསང་རྩམ་ལ་སྐྱགས་ཡ།
 སྤྱི་རྩུ་མོ་གར་བདུད་ཅིས་ཆབ་ཅིག་ལ་བརྒྱབ། ཡོད་ལ་ཆབ་ཅིག་ལ་བརྒྱབ།
 སྤྱི་ལྷ་བསང་དཀར་པོ་ནས་མཁའ་དབྱིངས་སུ་ལ་འབྲིལ། ཡོད་ལ་དབྱིངས་སུ་ལ་འབྲིལ་ཡ།
 སྤྱི་དེ་ཡི་རྒྱབ་ལ་སློན་ལམ་དེ་ཚིག་གསུམ་ལ་བརྒྱབ། ཡོད་ལ་ཚིག་གསུམ་ལ་བརྒྱབ།
 སྤྱི་ནད་དང་སྤུ་གེ་མེད་པའི་སློན་ལམ་དེ་རྒྱག ཡོད་ལ་སློན་ལམ་དེ་རྒྱག་ཡ།
 སྤྱི་གཡས་རི་ལོགས་ནས་ཕྱག་ལོ་དེ་ཕྱག་གང་ལ་བཏོགས། ཡོད་ལ་ཕྱག་གང་ལ་བཏོགས་ཡ།
 སྤྱི་གཡོན་རི་ལོགས་ནས་གསོམ་ལོ་དེ་ཕྱག་གང་ལ་བཏོགས། ཡོད་ལ་ཕྱག་གང་ལ་བཏོགས་ཡ།
 སྤྱི་གསོམ་ལོ་ཕྱག་ལོ་གཉིས་ཀྱི་བསང་ཅིག་ལ་གཏོང་། ཡོད་ལ་བསང་ཅིག་ལ་གཏོང་ཡ།
 སྤྱི་འབྲི་མར་རྩམ་བ་གཉིས་ཀྱི་བསང་རྩམ་ལ་སྐྱགས། ཡོད་ལ་བསང་རྩམ་ལ་སྐྱགས་ཡ།
 སྤྱི་རྩུ་མོ་རྩུ་བསིལ་མ་དེ་ཆབ་ཅིག་ལ་བརྒྱབ། ཡོད་ལ་ཆབ་ཅིག་ལ་བརྒྱབ།
 སྤྱི་ལྷ་བསང་དཀར་པོ་ནས་མཁའ་དབྱིངས་སུ་ལ་འབྲིལ། ཡོད་ལ་དབྱིངས་སུ་ལ་འབྲིལ་ཡ།
 སྤྱི་དེ་ཡི་རྒྱབ་ལ་སློན་ལམ་དེ་ཚིག་གསུམ་ལ་བརྒྱབ། ཡོད་ལ་ཚིག་གསུམ་ལ་བརྒྱབ་ཡ།
 སྤྱི་ཚེ་འདི་ལ་བར་ཆད་དེ་མེད་པ་ལ་ཤོག ཡོད་ལ་མེད་པ་ལ་ཤོག་ཡ།
 སྤྱི་གཡས་རི་ལོགས་ནས་མཁའ་བ་དེ་ཕྱག་གང་ལ་བཏོགས། ཡོད་ལ་ཕྱག་གང་ལ་བཏོགས་ཡ།
 སྤྱི་གཡོན་རི་ལོགས་ནས་མཁའ་སེར་དེ་ཕྱག་གང་ལ་བཏོགས། ཡོད་ལ་ཕྱག་གང་ལ་བཏོགས་ཡ།
 སྤྱི་མཁའ་བ་མཁའ་སེར་གཉིས་ཀྱི་བསང་ཅིག་ལ་གཏོང་། ཡོད་ལ་བསང་ཅིག་ལ་གཏོང་ཡ།
 སྤྱི་འབྲི་མར་རྩམ་བ་གཉིས་ཀྱི་བསང་རྩམ་ལ་སྐྱགས། ཡོད་ལ་བསང་རྩམ་ལ་སྐྱགས་ཡ།
 སྤྱི་རྩུ་མོ་དྲངས་གཙང་དབང་མོ་དེ་ཆབ་ཅིག་ལ་བརྒྱབ། ཡོད་ལ་ཆབ་ཅིག་ལ་བརྒྱབ།
 སྤྱི་ལྷ་བསང་དཀར་པོ་ནས་མཁའ་དབྱིངས་སུ་ལ་འབྲིལ། ཡོད་ལ་དབྱིངས་སུ་ལ་འབྲིལ་ཡ།

སྲིའི་ཚུ་ཤེད་འདི་ཚོ་གཞུ་མོ་དེ་བཀྱག་པ་དང་འདྲ། ཡོད་ལ་བཀྱག་པ་དང་འདྲ་ཡ།
 སྲིའི་ཚུ་མཉུག་འདི་ཚོ་མདའ་མོ་དེ་བཏང་པ་དང་འདྲ། ཡོད་ལ་བཏང་པ་དང་འདྲ་ཡ།
 སྲིའི་སྲོ་དྲོ་ལྷན་མོ་ཚུ་སྡེ་དེ་ཁྲིམ་པ་ལ་བཞག ཡོད་ལ་ཁྲིམ་པ་ལ་བཞག་ཡ།
 སྲིའི་བྱི་དྲོ་གཏམ་དེ་སྟུན་པོ་རང་ཡུལ་ལ་ལོག ཡོད་ལ་རང་ཡུལ་ལ་ལོག་ཡ།

གསེར་གྱི་རྩ་བའི་ནང་གི་མེ་ཉོག

ཨ་ལའོ་ཡེ་ཞི་བ་ལ་འདི་ལ་ལས་བཟང་དག སྤང་གཞོངས་གྱི་བདེ་ལ་མོ་འདྲ་ཤོག་ཡ།
 སྤང་གཞོངས་གྱི་བདེ་ལ་མོ་འདྲ་ཤོག་ཡ། ཨ་ལའོ་ཡེ་མཚོན་པོ་ལ་འདི་ལ་ལས་མཛེས་དག
 མེ་ཉོག་ཡོད་གྱི་ཁ་མོ་འདྲ་མཛེས་དག མེ་ཉོག་ཡོད་གྱི་ཁ་མོ་འདྲ་མཛེས་དག
 ཨ་ལའོ་ཡེ་མེ་ཉོག་ལ་ཁ་དོག་སྡེ་ལྗེ་བཟ་སྲུ་གྱི་ཤེས་པ་ལ་ཤོག་ཡེ། བཟ་སྲུ་གྱི་ཤེས་པ་ལ་ཤོག་ཡེ།
 ཨ་ལའོ་ཡེ་ཡང་བསྐྱར་ལ་ཁ་དོག་སྡེ་ལྗེ་གཡང་སྲུ་གྱི་ཆགས་མོ་འདྲ་ཤོག་ཡེ། དོན་སྲུ་གྱི་གྲུབ་
 མོ་འདྲ་ཤོག་ཡ།
 ཨ་ལའོ་ཡེ་ཉི་མ་ལ་ཤར་གྱི་ཕྱོགས་ལ་གསེར་ལ་གྱི་ར་བ་ཅིག་བསྐྱོར་ས་ལས་ཡག་དག
 གསེར་ལ་གྱི་ར་བ་ཅིག་བསྐྱོར་ས་ལས་ཡག་དག
 ཨ་ལའོ་ཡེ་གསེར་ལ་གྱི་ར་བ་ཅིག་ནང་ལ་གསེར་ལ་གྱི་མེ་ཉོག་ཅིག་བཞད་ས་ལས་ཡག་དག
 གསེར་ལ་གྱི་མེ་ཉོག་ཅིག་བཞད་ས་ལས་ཡག་དག
 ཨ་ལའོ་ཡེ་གསེར་ལ་གྱི་མེ་ཉོག་མཚོད་བ་ཤར་རྗེ་རྗེ་སེམས་དབའ་ལ་སྤུལ་ས་ལས་ཡག་དག
 ཤར་རྗེ་རྗེ་སེམས་དབའ་ལ་སྤུལ་ས་ལས་ཡག་དག
 ཨ་ལའོ་ཡེ་ཉི་མ་ལ་སྡོལ་ཡི་ཕྱོགས་ལ་དདུལ་གྱི་ར་བ་ཅིག་བསྐྱོར་ས་ལས་ཡག་དག
 དདུལ་གྱི་ར་བ་ཅིག་བསྐྱོར་ས་ལས་ཡག་དག
 ཨ་ལའོ་ཡེ་དདུལ་གྱི་ར་བ་ནང་ལ་དདུལ་ལ་གྱི་མེ་ཉོག་ཅིག་བཞད་ས་ལས་ཡག་དག
 དདུལ་ལ་གྱི་མེ་ཉོག་ཅིག་བཞད་ས་ལས་ཡག་དག

ཨ་ལའོ་ཡེ་དབུལ་གྱི་མེ་ཉོག་མཚོན་བ་སྟོ་རིན་ཚེན་འབྲུང་གནས་ལ་སྤུལ་ས་ལས་ཡག་ཟག
 སྟོ་རིན་ཚེན་འབྲུང་གནས་ལ་སྤུལ་ས་ལས་ཡག་ཟག
 ཨ་ལའོ་ཡེ་ཉི་མ་ལ་རྒྱུ་གྱི་སྤྱོད་ས་ལ་གཡུ་ལ་ཡི་ར་བ་ཅིག་བསྐྱོར་ས་ལས་ཡག་ཟག
 གཡུ་ལ་ཡི་ར་བ་ཅིག་བསྐྱོར་ས་ལས་ཡག་ཟག
 ཨ་ལའོ་ཡེ་གཡུ་ཡི་ར་ལ་བ་ནང་ལ་གཡུ་ལ་ཡི་མེ་ཉོག་ཅིག་བཞད་ས་ལས་ཡག་ཟག
 གཡུ་ལ་གྱི་མེ་ཉོག་ཅིག་བཞད་ས་ལས་ཡག་ཟག
 ཨ་ལའོ་ཡེ་གཡུ་ཡི་མེ་ཉོག་མཚོན་བ་རྒྱུ་སྤྲུང་བ་མཐའ་ཡས་ལ་སྤུལ་ས་ལས་ཡག་ཟག
 རྒྱུ་སྤྲུང་བ་མཐའ་ཡས་ལ་སྤུལ་ས་ལས་ཡག་ཟག
 ཨ་ལའོ་ཡེ་ཉི་མ་ལ་བྲུང་གི་སྤྱོད་ས་ལ་དྲུང་གི་ལ་ར་བ་ཅིག་བསྐྱོར་ས་ལས་ཡག་ཟག
 དྲུང་ལ་གི་ར་བ་ཅིག་བསྐྱོར་ས་ལས་ཡག་ཟག
 ཨ་ལའོ་ཡེ་དྲུང་གི་ར་ལ་བ་ནང་ལ་དྲུང་ལ་གྱི་མེ་ཉོག་ཅིག་བཞད་ས་ལས་ཡག་ཟག
 དྲུང་ལ་གྱི་མེ་ཉོག་ཅིག་བཞད་ས་ལས་ཡག་ཟག
 ཨ་ལའོ་ཡེ་དྲུང་གི་མེ་ཉོག་མཚོན་བ་བྲུང་དོན་ཡོད་གྲུབ་བ་ལ་སྤུལ་ས་ལས་ཡག་ཟག
 བྲུང་དོན་ཡོད་གྲུབ་བ་ལ་སྤུལ་ས་ལས་ཡག་ཟག
 ཨ་ལའོ་ཡེ་དུས་སྤུལ་ད་ལོ་ལས་དགའ་ཟག་སང་མོད་ཡོད་ཀྱི་ལོ་ས་ཀྱང་ལ་སྐྱེད་ཡོང་།
 སང་མོད་ཡོད་ཀྱི་ལོ་ས་ཀྱང་ལ་སྐྱེད་ཡོང་། ཨ་ལའོ་ཡེ་གཞེས་མོད་ལ་ཡང་ཡང་འཇོམས་བའི་
 བཟ་ཤིས་བའི་སྟོན་ལམ་ལྷུ་ས་ལས་ཡག་ཟག་བཟ་ཤིས་བའི་སྟོན་ལམ་ལ་ལྷུ་ས་ལས་ཡག་ཟག

འཇའ་ཚོན་དགོན་བ་མ་རྒྱལ་དགོན་བ་རྒྱལ

འཇའ་ཚོན་དགོན་བ་མ་བརྒྱལ་དགོན་བ་བརྒྱལ། འཇའ་ཚོན་དགོན་བ་ཉི་མ་ཤར་གྱི་སྤྱོད་ས་ལ་
 བརྒྱལ་ཡོད།
 ཤར་དོན་རྗེ་སེམས་དབའ་འཇགས་ཀྱི་སྐྱ་མ་ཡིན་བ་དོན་རྗེ་སེམས་དབའ་འཇགས་ཀྱི་སྐྱ་མ་ཡིན་པ།

སྤྱི་འགྲིག་ནང་འགྲིག་ས་གཞི་མ་ལ་རྒྱག་ཤོག་ས་གཞི་སྤྲེལ་འདུག་པར་བརྒྱུད་པོ་ཡི་མཚོན་པ་འབྲེ་ཕུལ།
འཇའ་ཚོན་དགོན་པ་མ་རྒྱག་འཇའ་ཚོན་དགོན་པ་རྒྱག་ཉི་མ་བྱུང་གི་ཕྱོགས་ལ་འཇའ་ཚོན་དགོན་པ་རྒྱག་
བྱུང་སྤང་བ་མཐའ་ཡས་འཇའ་ཡི་ལྷ་མ་ཡིན་པ། ཞབས་བོ་སྤྱི་འགྲིག་སྤྱི་འགྲིག་སྤྱི་ལ་འགྲིག་སོ་རྒྱག་
སྤྱི་ཡི་བརྒྱ་རྩེ་ཁོམ་པ་རྣམས་མེད་ཉི་མ་ཤར། ཞབས་བོ་ནང་འགྲིག་ནང་འགྲིག་ནང་ལ་འགྲིག་སོ་
རྒྱག་ཤོག།

ནང་ཚང་དང་ཨ་རག་སོ་ཡི་རྒྱན་ཆ་བཞག་སྤྱི་འགྲིག་ནང་འགྲིག་ས་གཞི་མ་ལ་རྒྱག་ཤོག།
ས་གཞི་སྤྲེལ་འདུག་པར་བརྒྱུད་པོ་ཡི་མཚོན་པ་འབྲེ་ཕུལ།
འཇའ་ཚོན་དགོན་པ་མ་རྒྱག་འཇའ་ཚོན་དགོན་པ་རྒྱག་ཉི་མ་བྱུང་གི་ཕྱོགས་ལ་འཇའ་ཚོན་དགོན་
པ་རྒྱག།

བྱུང་དོན་ཡོད་བྱུང་བ་འཇའ་ཡི་ལྷ་མ་ཡིན་པ། ཞབས་བོ་སྤྱི་འགྲིག་སྤྱི་འགྲིག་སྤྱི་ལ་འགྲིག་སོ་རྒྱག་
སྤྱི་ཡི་བརྒྱ་རྩེ་ཁོམ་པ་རྣམས་མེད་ཉི་མ་ཤར། ཞབས་བོ་ནང་འགྲིག་ནང་འགྲིག་ནང་ལ་འགྲིག་སོ་
རྒྱག་ཤོག།

ནང་ཚང་དང་ཨ་རག་སོ་ཡི་རྒྱན་ཆ་བཞག་སྤྱི་འགྲིག་ནང་འགྲིག་ས་གཞི་མ་ལ་རྒྱག་ཤོག།
ས་གཞི་སྤྲེལ་འདུག་པར་བརྒྱུད་པོ་ཡི་མཚོན་པ་འབྲེ་ཕུལ།

རི་བོའི་རི་བྱང། (རི་བྱང་ནི་རི་གདོང་ཞེས་བའི་དོན།)

- རི་བོ་འཇའགས་ནི་རི་བྱང་ཡག་ཤོག་རི་བོ་འཇའགས་ནི་གསེར་གྱི་རི་བོ་དང་འབྲ།
- རི་བོ་འཇའགས་ནི་འཇའ་ལས་མེད་པ་གསེར་གྱི་མེ་ཉོག་འཇའགས་ནི་གནས་བཟོད་རེ་བདེ།
- རི་བོ་འཇའགས་ནི་རི་བྱང་ཡག་ཤོག་རི་བོ་འཇའགས་ནི་དུལ་གྱི་རི་བོ་དང་འབྲ།
- རི་བོ་འཇའགས་ནི་འཇའ་ལས་མེད་པ་དུལ་གྱི་མེ་ཉོག་འཇའགས་ནི་གནས་བཟོད་རེ་བདེ།
- རི་བོ་འཇའགས་ནི་རི་བྱང་ཡག་ཤོག་རི་བོ་འཇའགས་ནི་གཡུ་ཡི་རི་བོ་དང་འབྲ།
- རི་བོ་འཇའགས་ནི་འཇའ་ལས་མེད་པ་གཡུ་ཡི་མེ་ཉོག་འཇའགས་ནི་གནས་བཟོད་རེ་བདེ།

ཨ་ཁུ་བསྟན་བའི་སྐྱ་ལུས་མ་བྱ་འབྲ།

ཨ་ཁུ་བསྟན་བའི་ཡག་སོང། སྐྱེས་ས་རྒྱ་གར་མིན་པ། གཅིག་གཉིས་གསུམ་བྱེད་ནས་སྐྱ་ལུས་དེ་
ཚོ་མ་བྱ་དང་འབྲ་ཡོད། བཞི་ལྷ་བྱུག་བྱེད་སྐྱོ་མདོངས་དེ་ཚོ་རོམ་བཞིན་བའི་གཤམ་འགྲོ་བརྟུན་བརྒྱན་
དགུ་བྱེད་ནས་ཨ་ཁུ་བསྟན་བའི་ཡག་སོང།

ཨ་ཁུ་ལ་བསྟན་བའི་ཡག་སོང། སྐྱེས་ས་ཡར་ལུང་མིན་པ། གཅིག་གཉིས་གསུམ་བྱེད་ནས་སྐྱ་ལུས་
དེ་ཚོ་ཁུ་བྱུག་འབྲ་ཡོད། བཞི་ལྷ་བྱུག་བྱེད་ནས་གསུང་རྒྱན་དེ་ཚོ་རོམ་བཞིན་བའི་གཤམ་འགྲོ་བརྟུན་
བརྒྱན་དགུ་བྱེད་ནས་ཨ་ཁུ་བསྟན་བའི་ཡག་སོང།

ཨ་ཁུ་བསྟན་བའི་ཡག་སོང། སྐྱེས་ས་གོང་ལུལ་མིན་པ། གཅིག་གཉིས་གསུམ་བྱེད་ནས་སྐྱ་ལུས་
དེ་ཚོ་ནེ་ཚོ་འབྲ་ཡོད།

བཞི་ལྷ་བྱུག་བྱེད་ནས་ཨོ་སང་དེ་ཚོ་རོམ་བཞིན་བའི་གཤམ་འགྲོ་
བརྟུན་བརྒྱན་དགུ་བྱེད་ནས་ཨ་ཁུ་བསྟན་བའི་ཡག་སོང།

ཚོང་དཔོན་ཚོང་ལུག (༡)

ཚོང་དཔོན་མ་བཞུགས་རྒྱ་གར་ལུང་བར་བྱིན་བའི་ཡག་སོང། དམ་ཚོས་སོ་ཉི་ཚོས་འཁོར་ལྷ་ས་
ས་པ་ཡག་སོང།

ཚོང་དཔོན་མ་བཞུགས་རྒྱ་ནག་ལུང་བར་བྱིན་བའི་ཡག་སོང། ཅིས་གཞུང་ལྷ་མོ་ཚོས་འཁོར་ལྷ་
ས་པ་ཡག་སོང།

ཚོང་དཔོན་མ་བཞུགས་བའི་ལུལ་ལུང་བར་བྱིན་བའི་ཡག་སོང། གཡུ་དང་བྱུ་ཏུ་ཚོས་འཁོར་ལྷ་
ས་པ་ཡག་སོང།

ཚོང་དཔོན་མ་བཞུགས་གོང་སོ་ལུལ་ལ་བྱིན་བའི་ཡག་སོང། འབྲུ་སྟན་སྐྱ་ལྷ་ཚོས་འཁོར་ལྷ་ས་ལ་
ས་པ་ཡག་སོང།

གཉིས་པ་ལྷང་པ་ཁ་གངས་མང་ལ་བལྟ་ནས་སོ་སོ་བབས་ལ་མཁས་པ་བྱེད།
གསུམ་པ་སྐྱ་མའི་བྱམ་རྩུང་ནང་ལ་འཛོམས་པའི་སྒོན་ལམ་ལྷ།

ཕུ་ཡི་དཔོན་ཆེན་ཁྲ་མོ།

ཕུ་ཡི་དཔོན་ཆེན་ཁྲ་མོ་འདི་ལ་སྐད་སོ། རང་ལ་སྐྱ་མ་བཟང་པོ་སྤྱིང་ལ་གི་རྒྱན། རང་ལ་སྐྱ་
མ་བཟང་པོ་སྤྱིང་ལ་གི་རྒྱན་ལ།

སྐྱ་མ་བྱིན་རྒྱབས་ཆེ་བ་ལྷ་ལ་རྒྱ་མེད། ཕྱི་མ་ཡར་འདྲེན་ཡོང་བའི་ཁས་ལ་ལེན་བྱས། ཕྱི་མ་
ཡར་འདྲེན་ཡོང་བའི་ཁས་ལ་ལེན་བྱས་ལ། བར་ལ་རྫོང་ཆེན་ཁྲ་མོ་འདི་ལ་སྐད་སོ། རང་ལ་དཔོན་
པོ་བཟང་པོ་སྤྱིང་ལ་གི་རྒྱན། རང་ལ་དཔོན་པོ་བཟང་པོ་སྤྱིང་ལ་གི་རྒྱན་ལ། དཔོན་པོ་དབང་ཐང་
ཆེ་བ་ལྷ་ལ་རྒྱ་མེད། ལྷོགས་བཞི་དག་བགོགས་འདུལ་བའི་ཁས་ལ་ལེན་བྱས། ལྷོགས་བཞི་དག་
བགོགས་འདུལ་བའི་ཁས་ལ་ལེན་བྱས་ལ།

མདའ་ལ་རྒྱས་གོང་སྒྲོང་མོ་འདི་ལ་སྐད་སོ། རང་ལ་ས་མ་བཟང་པོ་སྤྱིང་ལ་གི་རྒྱན། རང་ལ་
ས་མ་བཟང་པོ་སྤྱིང་ལ་གི་རྒྱན་ལ། ས་མ་བཀའ་དྲིན་ཆེ་བ་ལྷ་ལ་རྒྱ་མེད། ལྷོ་གོས་བྱམས་སྐྱོང་འདི་
ནི་ཁས་ལ་ལེན་བྱས། ལྷོ་གོས་བྱམས་སྐྱོང་འདི་ནི་ཁས་ལ་ལེན་བྱས་ལ། གཞས་བཏང་མཁན་ཨ་
དར་ཕུར་པ་ཆེ་རིང་།

ཡབ་ཀྱི་མིང་ལ་དགའ་སངས་མཚོན་པོ་ཟེར།

སྤྱོད་ཞི་བ་བཟང་པོ་སྤྲང་གི་གཞོངས་ཀྱི་བདེ་མོ་འབྲ་ཤོག་ཡེ། ཞི་བ་བཟང་པོ་སྤྲང་གཞོངས་ཀྱི་
བདེ་མོ་འབྲ་ཤོག་དང་།

སྤྱོད་མཚོན་པོ་མངོས་མོ་མེ་ཉླ་གི་ཁྲ་མོ་འབྲ་ཤོག་ཡེ། མཚོན་པོ་མངོས་མོ་མེ་ཉླ་གི་ཁྲ་མོ་
འབྲ་ཤོག་དང་།

སྤྱིའི་ཡབ་ཀྱི་མིང་ལ་དགུང་སངས་ཀྱི་མཚན་པོ་ལ་ཟེར་ཡིན། ཡབ་ཀྱི་མིང་ལ་དགུང་སངས་ཀྱི་
མཚན་པོ་ལ་ཟེར་ཡིན།

སྤྱིའི་ཡུམ་ཀྱི་མིང་ལ་ཁྱི་གདུགས་ཀྱི་ཉི་མ་ལ་ཟེར་ཡིན། ཡུམ་ཀྱི་མིང་ལ་ཁྱི་གདུགས་ཀྱི་ཉི་མ་ལ་ཟེར་ཡུ།
སྤྱིའི་བུ་ཡི་མིང་ལ་དཀར་གསལ་ཀྱི་ཆོ་བ་ལ་ཟེར་ཡིན། བུ་ཡི་མིང་ལ་དཀར་གསལ་ཀྱི་ཆོ་བ་ལ་ཟེར་ཡུ།
སྤྱིའི་བུ་དཔེ་མིང་ལ་སྐར་མ་དེ་སློན་བྲུག་འདྲ་ཟེར་ཡུ། བུ་དཔེ་མིང་ལ་སྐར་མ་དེ་སློན་བྲུག་འདྲ་ཟེར་ཡིན།
སྤྱིའི་སྣུན་པོ་བོ་ཡི་འགོ་ལུགས་དེ་འདྲ་ལ་ཡིན་ཡུ། སྣུན་པོ་བོ་ཡི་འགོ་ལུགས་དེ་འདྲ་ཡིན་ཡུ།
སྤྱིའི་སྤྱོད་ལྷན་པོ་རྒྱུ་སྤྲེ་ཁྱིམ་པ་ལ་བཞག་ཡོད། ཕྱི་དོ་གཏམ་སྣུན་རང་ཡུལ་སློལ་ལ་ལོག་ཡུ།
གཞས་བཟང་མཁན་འཆི་མེད་རྗེ།

གདན་ས་མཐེལ་ལ།

གདན་ས་མཐེལ་ལ་སྤྱི་བས་ཐང་གཅིག་ཡོད། ཐང་ཆེན་དེ་ཚོ་བལ་བསྐྱིལ་བསྐྱིལ་ལུགས་བསྐྱིལ།
གདན་ས་མཐེལ་ལ་འགོ་བའི་ལ་གཅིག་ཡོད། ལ་པོ་དེ་བཞིན་སྐྱས་འདྲེགས་འདྲེགས་ལུགས་འདྲེགས།
དེ་ནས་གདན་ས་མཐེལ་ལ་སྐྱེ་བས་པའི་དུས། རྒྱལ་རི་འདི་ཚོ་སྤོས་ཀྱི་རྩར་རྩར་རེད།
སྤོས་ལས་ཀྱི་མ་ཞིས་དབུ་གཞས་རོགས་ཚོ། མདུན་རི་འདི་ཚོ་སེལ་(སེ་འབྲུམ་)ཀྱི་རྩར་རྩར་རེད།
སེལ་ལས་སེལ་ཀྱི་ཞིས་དབུ་གཞས་རོགས་ཚོ། དེ་ནས་གདན་ས་མཐེལ་ལ་སྐྱེ་བས་པའི་དུས།
རྩར་རྩར་ལོག་མོ་གསེར་ཁྱིའི་སྤྲེང་ལ་བཞུགས། བྱུག་དང་མཚོད་བ་གཡུ་ཁྱིའི་སྤྲེང་ལ་ལུལ།

བསོད་ནམས་ལས་ཀྱི་ལྷ་རྒྱ།

བསོད་ནམས་ལས་ཀྱི་ལྷ་ས་རྒྱ་གོང་མ་ལ། ཅ་ལོ་གསུམ་སྐྱེས་པའི་འདོམ་གང་ཡོད།
ལྷ་གཡལ་ག་ག་ལོག་དང་ཅ་ཟ་ཡོད། དེ་ཡང་མ་ཟ་ཕྱོགས་ཕྱོགས་ཕྱོགས་ལ་འགོ་
བསོད་ནམས་ལས་ཀྱི་ལྷ་ས་ར་བར་མ་ལ། ཅ་ཆོ་གསུམ་སྐྱེས་པའི་ཁྱུ་གང་ཡོད།
ཅ་ལོ་གསེར་ག་ལོག་དང་ཅ་ཟ་ཡོད། དེ་ཡང་མ་ཟ་ཕྱོགས་ཕྱོགས་ཕྱོགས་ལ་འགོ་

བསོད་ནམས་ལས་གི་ལྷས་ར་འོག་མ་ལ། ལྷ་ཞག་གསུམ་སྐྱེས་པའི་ཐོ་གང་ཡོད།
གཡང་དཀར་ལུག་གྲུ་ཤོག་དང་རྩ་བ་ཡོད། དེ་ཡང་མ་ཟུལ་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ལ་འགྲོ།

ལྷ་མ་བཟང་པོ་ཁོང་ལ་འགྲུར་བ་མེད།

དཔོན་ལ་ཆེན་ཁྲ་མོ་ཁོང་ལ་འགྲུར་བ་ལས་མི་འདུག
ལྷ་མ་བཟང་པོ་ལ་འགྲུར་བ་མེད་ལུང་པས་གི་རྒྱན་ཆ།
ཚོས་བཤད་དབང་བསྐྱར་ལ་འགྲུར་བ་ལ་མེད་བག་ཆགས་འདྲ་བཞག་ལ།
རྩོང་ལ་ཆེན་ཁྲ་མོ་ཁོང་ལ་འགྲུར་བ་ལས་མི་འདུག
དཔོན་པོ་བཟང་པོ་ལ་འགྲུར་བ་མེད་ལུང་པས་གི་རྒྱན་ཆ།
གཏམ་དང་ཡིག་རྩིས་ལ་འགྲུར་བ་མེད་བག་ཆགས་འདྲ་བཞག་ལ།
རྒྱས་ལ་མོང་ཁྲ་མོ་ཁོང་ལ་འགྲུར་བ་ལས་མི་འདུག
མ་མ་བཟང་པོ་ལ་འགྲུར་བ་མེད་ལུང་པས་གི་རྒྱན་ཆ།
ལྷོ་ལོས་བྱམས་སྐྱོང་ལ་འགྲུར་བ་མེད་བག་ཆགས་འདྲ་བཞག་ལ།
པོ་ར་ལ་གྲུ་བཞི་ལ་འགྲུར་བ་ལས་མི་འདུག
ཀར་མོ་སྐྱ་གཞས་ལ་འགྲུར་བ་མེད་ལུང་པས་གི་རྒྱན་ཆ།
ཀར་མོ་སྐྱ་གཞས་ལ་འགྲུར་བ་མེད་བག་ཆགས་འདྲ་བཞག་ལ།
སྐ་ལ་རྩོ་རྣམ་ལ་མོ་ཡོད་ལ་ནི་ཟེ་ལ།
རྒྱས་སྤེ་ཁོམ་པ་ལ་བཞག་ལ་རོགས་བཞག་ལ་ནི་རོགས་ལ།
ཕྱི་ལ་རྩོ་གཏམ་ལ་སྤྱན་ཡོད་ལ་ནི་ཟེ་ལ།
རང་གི་སྐོ་རྩ་ལ་ཡོག་ལ་འགྲོ་ཡོག་ལ་ནི་འགྲོ་ལ།

སྤོའི་ལྷོ་གོས་བྱམས་སྐྱོང་ཡོང་བའི་རྩལ་སེན་རྩལ་ཡོད།

ལྷོ་གོས་བྱམས་སྐྱོང་ཡོང་བའི་རྩལ་སེན་རྩལ་ཡོད།

སྤོའི་སྤོ་རྩོ་ལོ་བརྒྱ་སྤོ་དེ་ཁྲིམ་བ་ལ་བཞག་ཡོད།

སྤོ་རྩོ་ལོ་བརྒྱ་སྤོ་དེ་ཁྲིམ་བ་ལ་བཞག་ཡ།

སྤོའི་སྤོ་རྩོ་གཏམ་བཟང་དེ་རང་ཡུལ་གྱི་སྤོ་རྩོ་ལ་ལོག་ཡོད།

སྤོ་རྩོ་གཏམ་བཟང་དེ་རང་ཡུལ་གྱི་སྤོ་རྩོ་ལ་ལོག་ཡ།

གཞས་བཏང་མཁན་བུ་ཚུ་ལྷོ་དབྱངས། སྤོ་ལོ་ ༡༠༡༤ ལོའི་ཟླ་བ་ ༣ པའི་ཚེས་ ༡༤ ཉིན།

ནོར་བུ་རི་ཡི་ཚེ་མོ་ལ་གཟིགས་དང་།

སྤོའི་མེ་ཉོག་རང་ཚོ་ཁ་དོག་དེ་ཡག་སྤྱིང་འབྲ་འདོད། ཡོད་ལ་ཡག་སྤྱིང་འབྲ་འདོད་ཡ།

སྤོའི་ཁ་དོག་སྤོ་ལྷོ་དེ་དོན་སྤྱུ་ལྷོ་མོ་འབྲ་ཤོག་ཡོད་ལ་ལྷོ་མོ་འབྲ་ཤོག་ཡ།

སྤོའི་རི་དེ་ནོར་བུ་རི་ཡི་ཚེ་མོ་ལ་གཟིགས། ཡོད་ལ་ཚེ་མོ་ལ་གཟིགས་ཡ།

སྤོའི་ཚེ་མོ་དེ་ཚོ་གངས་རི་ཡི་དཀར་པོ་ལ་ཆགས། ཡོད་ལ་དཀར་པོ་ལ་ཆགས་ཡོད་སེ།

སྤོའི་གངས་རི་དཀར་པོ་འོག་ནས་ཚུ་ཅིག་ལ་འབབ། ཡོད་ལ་ཚུ་ཅིག་ལ་འབབ་ཡོད་སེ།

སྤོའི་ཚུ་དེ་སྤྱིས་ཚུ་མིན་བ་དེ་འབབ་ཚུ་ལ་རེད་ཡ། ཡོད་ལ་འབབ་ཚུ་ལ་རེད་ཡ་སེ།

སྤོའི་རྩོ་བའི་ལྷོ་ལ་བརྒྱ་ཡི་དེ་སྤྱིས་ཚུ་འབྲ་བྱེད། ཡོད་ལ་སྤྱིས་ཚུ་འབྲ་བྱེད་ཡ་སེ།

སྤོའི་རི་དེ་ནོར་བུ་རི་ཡི་རྐྱེད་བ་ལ་གཟིགས། ཡོད་ལ་རྐྱེད་བ་ལ་གཟིགས་ཡ་སེ།

སྤོའི་རྐྱེད་བ་དེ་བྲག་རི་ཡི་དམར་པོ་གི་བཟུང་། ཡོད་ལ་དམར་པོ་གི་བཟུང་ཡོད་སེ།

སྤོའི་རྩོ་དེ་དམར་པོ་འོག་ནས་ལ་ཚུ་ཅིག་ལ་འབབ། ཡོད་ལ་ཚུ་ཅིག་ལ་འབབ་ཡོད་སེ།

སྤོའི་ཚུ་དེ་སྤྱིས་ཚུ་མིན་བ་དེ་འབབ་ཚུ་ལ་ཡིན། ཡོད་ལ་འབབ་ཚུ་ལ་ཡིན་ཡ་སེ།

སྤོའི་མ་དང་མཁའ་འགོ་བརྒྱ་ཡི་དེ་ཁྲིམ་ཚུ་འབྲ་བྱེད། ཡོད་ལ་ཁྲིམ་ཚུ་འབྲ་བྱེད་ཡ་སེ།

སྤོའི་རི་དེ་ནོར་བུ་རི་ཡི་རྩོ་བ་ལ་གཟིགས། ཡོད་ལ་རྩོ་བ་ལ་གཟིགས་དང་སེ།

སྲིའི་རྩ་བ་དེ་ཚོ་རྩ་སྣ་འཛོམས་སའི་རྩ་ཡི་ལ་བཟུང་། ཡོད་ལ་རྩ་ཡི་ལ་བཟུང་ཡ་སེ།
 སྲིའི་རྩ་དེ་སྦྱེས་རྩ་མིན་ས་དེ་འབབ་རྩ་ལ་ཡིན། ཡོད་ལ་འབབ་རྩ་ལ་ཡིན་ས་སེ།
 སྲིའི་ཨ་མ་ཆང་མ་བརྒྱ་ཡི་དེ་ཆང་རྩ་ལ་བྱེད། ཡོད་ལ་ཆང་རྩ་ལ་བྱེད་ཡ་སེ།
 སྲིའི་སྣུན་པོ་བོ་ཡི་འགོ་ལྷགས་དེ་དེ་འབྲེལ་ཡིན། ཡོད་ལ་དེ་འབྲེལ་ཡིན་ཡ་སེ།
 སྲིའི་སྣ་རྩོ་རྣམས་མོ་ཡོད་ཟེར་དེ་ཁྲིམ་ས་ལ་བཞག། ཡོད་ལ་ཁྲིམ་ས་ལ་བཞག་ཡ་སེ།
 སྲིའི་བྱི་རྩོ་གཏམ་ལ་སྣུན་པོ་དེ་རང་ལུས་དགའ་ས་ལ་ལོག། ཡོད་ལ་དགའ་ས་ལ་ལོག་ཡ་སེ།

ཉི་མ་སྣ་རྩོའི་ལོགས་ལ་བྲག་ལ་ཞབས་རྗེས་བཞག

མེ་ཉོག་ལ་ཁ་ལ་དོག་སྡེ་ལ་ལྗེའི་དོན་སྲུ་ཡོད་ཀྱི་འགྲུབ་མོ་འབྲེལ་ཤོག་ཡེ།
 དོན་སྲུ་ལ་ཡོད་ཀྱི་འགྲུབ་མོ་ལ་ཤོག་ཡ་སེ།
 ཡང་རྒྱུར་ལ་སོ་ཁ་ལ་དོག་སྡེ་ལ་ལྗེའི་བཟུ་སྲུ་ཡོད་ཀྱི་ཤིས་བ་འབྲེལ་ཤོག་ཡེ།
 གཡང་སྲུ་ཡོད་ཀྱི་ཆགས་མོ་འབྲེལ་ཤོག་ཡ་སེ།
 མཐའ་ཡས་ལ་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་ལ་པོ་མེ་ལ་ཉོག་བརྒྱ་ཡིན་ཟེར་གྲུར་ཁང་འབྲེལ་སྲུབ་ཡ།
 མེ་ལ་ཉོག་བརྒྱ་ཡིན་ཟེར་གྲུར་ཁང་འབྲེལ་སྲུབ་ཡ་སེ། འདི་ལ་སོ་གྲུར་ལ་ཁང་སྲུབ་ལ་མཐའ་རྒྱ་མ་
 ལ་སོ་ཨོ་རྒྱུ་གྱི་བརྒྱ་འབྲེལ་ཡིན་ཡ། ལྷ་མ་ལ་སོ་ཨོ་རྒྱུ་གྱི་བརྒྱ་འབྲེལ་ཡིན་ཡ་སེ།
 ཉི་མ་ལ་སོ་སྣ་ལ་རྩོའི་ལོགས་ལ་ནི་བྲག་དཀར་པོའི་ལོགས་ལ་ཞབས་རྗེས་ཅིག་བཞག་ཡ།
 བྲག་དཀར་པོའི་ལོགས་ལ་ཞབས་རྗེས་ཅིག་བཞག་འོ་ཡ།
 འདི་ལ་སོ་ཞབས་ལ་རྗེས་བཞག་ལ་མཐའ་གྲུབ་ཐོབ་ལ་ཐང་སྟོང་གི་རྒྱལ་པོ་འབྲེལ་ཡིན་ཡ།
 གྲུབ་ཐོབ་ལ་ཐང་སྟོང་གི་རྒྱལ་པོ་འབྲེལ་ཡིན་ཡ།
 ཉི་མ་ལ་དགུང་ལ་གྱི་དཀྱིལ་ལ་ནས་འགྲོས་ལ་ཆེན་རྩ་པོ་ཡིན་ཟེར་གོམ་བཞོད་ཅིག་བརྒྱབ་འོ་ཡ།
 འགྲོས་ལ་ཆེན་ལ་རྩ་པོ་ཡིན་ཟེར་གོམ་བཞོད་ཅིག་བརྒྱབ་འོ་ཡ།
 འགྲོས་ལ་སོ་གོམ་བཞོད་རྒྱག་ལ་མཐའ་དཔོན་པོ་ལ་ཁམས་གསུམ་གྱི་དབང་འདུས་འབྲེལ་ཡིན་ཡ།

དཔོན་པོ་ལ་ཁམས་གསུམ་གྱི་དབང་འདུས་འབྲ་ཡིན་ལ།
 ཉེ་མ་ལ་སོ་སྤྱོད་ལོགས་ལ་ནི་ནག་ལ་རྒྱུང་འབྲི་མོ་ཡིན་ཟེར་འོ་མ་ཅིག་འཇོ་ལ།
 འག་ལ་རྒྱུང་འབྲི་མོ་ཡིན་ཟེར་འོ་མ་ཅིག་འཇོ་ལ་སེ།
 འདི་ལ་སོ་འོ་ལ་མ་འཇོ་ལ་མཁན་པ་མ་བཟང་སོ་ཐེབ་ལ་རྩལ་ཆེ་བ་ཅིག་དགོས་ལ།
 བ་མ་བཟང་སོ་ཐེབ་ལ་རྩལ་ཆེ་བ་ཅིག་དགོས་ཡོད་ལ་སེ།
 སྤྱོད་ལྷན་མོ་ཡོད་ལས་ཀྱང་རྒྱས་སྤེ་ཡོད་ཀྱི་ཁྲོམ་བ་ལ་བཞག་འོ་ལ།
 རྒྱས་སྤེ་ཡོད་ཀྱི་ཁྲོམ་བ་ལ་བཞག་འོ་ལ།
 སྤྱོད་ལ་སོ་གཏམ་ལ་སྤྱོད་ལ་ཡོད་ལ་ཀྱང་རང་ཡུལ་པའི་དགའ་ས་ལ་ལོག་འགྲོ་རང་ཡུལ་པའི་
 དགའ་ས་ལ་ལོག་འགྲོ།

ཚོས་འཁོར་ལྷ་སའི་རྒྱབ་རི་ལ་གཟིགས།

ཞི་བ་ལ་འདི་ལ་ལས་བཟང་ལ་དྲག་ལ། ཞི་བ་ལ་སྤང་གཞོངས་གྱི་བདེ་མོ་འབྲ་ཤོག་ཡེ།
 ཞི་བ་ལ་སྤང་གཞོངས་གྱི་བདེ་མོ་འབྲ་ཤོག་ལ། མཚོན་པོ་ལ་འདི་ལ་ལས་མཛེས་ལ་དྲག་ཡེ།
 མཚོན་པོ་ལ་མེ་ཉོག་གི་ཁ་མོ་འབྲ་མཛེས་དྲག མཚོན་པོ་ལ་མེ་ཉོག་གི་ཁ་མོ་འབྲ་མཛེས་དྲག
 མེ་ཉོག་ལ་ཁ་དོག་སྤེ་སྤེའི་ལ་དགའ་སོ་ལ་བཟ་སྤྱོད་གིས་བ་འབྲ་ཤོག་ཡེ། དགའ་སོ་ལ་བཟ་སྤྱོད་
 གིས་བ་འབྲ་ཤོག་ལ།
 ཡང་བསྐྱར་ལ་ཁ་དོག་སྤེ་ལ་སྤེའི་ལ་སྤྱིད་པོ་འབྲ་གཡང་སྤྱོད་ཆགས་མོ་འབྲ་ཤོག་ཡེ།
 སྤྱིད་པོ་ལ་གཡང་སྤྱོད་ཆགས་མོ་འབྲ་ཤོག་ལ། ཚོས་འཁོར་ལྷ་སའི་རྒྱབ་རི་ལ་གཟིགས་ལ་དང་ལ།
 རྒྱབ་རི་འདི་ཚོ་གསེར་གྱི་རི་སོ་དང་འབྲ་ཡེ། རྒྱབ་རི་འདི་ཚོ་གསེར་གྱི་རི་སོ་དང་འབྲ་ལ།
 ཨ་མ་དབའ་ལོ་མདུན་རི་ལ་བཞུགས་ལ་ཤིང་། གསེར་ལ་གྱི་མེ་ཉོག་འཇགས་ནི་མཚོན་བ་རི་
 སུལ་ཡེ།
 གསེར་ལ་གྱི་མེ་ཉོག་འཇགས་ནི་མཚོན་བ་རི་སུལ་ལ།

སྲོའི་སྤྲུལ་བོ་རྩོམ་ལེན་པས་བྱི་བོ་གཡུ་ལ་འགྱུར། ཡོད་ལ་གཡུ་ལ་ནི་འགྱུར་སོང་།
 སྲོའི་ལྷ་ས་ཨ་མ་དབའ་ལོ་དེ་གཡུ་ཤོག་ཡག་ཉེས་འདྲ་སློན། ཡོད་ལ་ནི་གཡུ་ཤོག་ཡག་ཉེས་ལ་
 སློན་ལ་སེ།
 སྲོའི་སྤྲུལ་བོ་ཚུ་ཅིག་ལེན་པས་དེ་བྱི་བོ་ཆང་ལ་འགྱུར། ཡོད་ལ་བྱི་བོ་ཆང་ལ་འགྱུར་སོང་།
 སྲོའི་ཨ་མ་གོང་བཅུན་དེ་མོ་དེ་ཆང་ཤོག་ཡག་ཉེས་འདྲ་སློན། ཡོད་ལ་ནི་ཆང་ཤོག་ཡག་ཉེས་
 འདྲ་སློན་ལ་སེ།
 སྲོའི་སྤྲོ་བོ་ལོད་ཟེར་བརྒྱ་སྤེ་ཁོམ་པ་ལ་བཞག། ཡོད་ལ་བརྒྱ་སྤེ་ཁོམ་པ་ལ་བཞག་ལ་སེ།
 སྲོའི་བྱི་བོ་གཏམ་ལ་སྤྲོ་བོ་དེ་རང་ཡུལ་དགའ་ས་ལ་ལོག། ཡོད་ལ་རང་ཡུལ་དགའ་ས་ལ་ལོག་
 ཡོད་ལ་སེ།

ལྷ་མ་བཟང་པོ་འཁྲུངས་ལ་ས་གར་བ་ཡིན་པ་ཤོད་ཤོག

དགའ་ལྗིད་ལ་གཟེགས་དང་། ཞི་བ་བཟང་པོ་སྤང་ལ་གཞོངས་བྱི་བདེ་མོ་འདྲ་ཤོག་ལ།
 མཚོན་པོ་མཛེས་མོ་མེ་ཉིག་གི་ཁ་མོ་འདྲ་ཤོག་ལ། ཁ་དོག་སྤེ་ལྷའི་བཀྲ་ལ་སྤུ་བྱི་ཤིས་པ་འདྲ་
 ཤོག་ལ།
 ཁ་དོག་སྤེ་ལྷའི་གཡང་ལ་སྤུ་བྱི་ཆགས་པ་འདྲ་ཤོག་ལ། དགའ་ལྗིད་ལ་གཟེགས་དང་།
 ལྷ་མ་བཟང་པོ་འཁྲུངས་ལ་ས་གར་བ་ཡིན་པ་ཤོད་ཤོག ལྷ་མ་བཟང་པོ་འཁྲུངས་ལ་ས་དེ་དགོན་
 ཆེན་གྱི་ཁ་མོ།
 ལྷ་མ་བཟང་པོ་སྤྲུ་ཆེ་ལ་ནི་བར་ཆད་འདྲ་མ་གཉོང་། ཆོས་བཤད་དབང་བཀུར་གནང་རྒྱ་ཁོང་ལ་
 ཟད་པ་འདྲ་མི་འདུག།
 ཡོད་ལ་བསམ་འོ་ས་ལས་ནི་ཡག་འགྲུག དགའ་ལྗིད་ལ་གཟེགས་དང་།
 དཔོན་པོ་བཟང་པོ་འཁྲུངས་ལ་ས་གར་བ་ཡིན་པ་ཤོད་ཤོག དཔོན་པོ་བཟང་པོ་འཁྲུངས་ལ་ས་དེ་
 རྩོད་ཆེན་གྱི་ཁ་མོ།

དཔོན་པོ་བཟང་པོ་སྐྱེ་ཆེ་ལ་ནི་བར་ཆད་འདྲ་མ་གཏོང་། གཏམ་བཟང་ཡིག་བཟང་གནང་རྒྱ།
ཁོང་ལ་ཟད་པ་འདྲ་མི་འདུག ཡོད་ལ་བའོ་ས་ལས་ནི་ཡག་ཟག དགའ་སྦྱིད་ལ་གཟིགས་དང་།
ས་མ་བཟང་པོ་འཁྲུངས་ལ་ས་གར་ཡིན་པ་ཤོད་ཤོག ས་མ་བཟང་པོ་འཁྲུངས་ལ་ས་དེ་རྒྱས་ཁོང་
གི་ཁ་མོ།

ས་མ་བཟང་པོ་སྐྱེ་ཆེ་ལ་ནི་བར་ཆད་འདྲ་མ་གཏོང་། ལྷོ་གོས་བྱམས་སྦྱོང་གནང་རྒྱ།ཁོང་ལ་ཟད་
པ་འདྲ་མི་འདུག

ཡོད་ལ་བའོ་ས་ལས་ནི་ཡག་ཟག དགའ་སྦྱིད་ལ་གཟིགས་དང་། ལྷག་ཤར་པ་འཁྲུངས་ལ་ས་གར་
ཡིན་པ་ཤོད་ཤོག

ལྷག་ཤར་པ་འཁྲུངས་ལ་ས་དེ་མདའ་ར་ལ་བྱ་བཞི། ལྷག་ཤར་པ་སྐྱེ་ཆེ་ལ་ནི་བར་ཆད་འདྲ་མ་
གཏོང་།

དཔའ་རྩལ་ངོམ་རྒྱུ་ཁོང་ལ་ཟད་པ་འདྲ་མི་འདུག ཡོད་ལ་བས་འོ་ས་ལས་ནི་ཡག་ཟག

དགའ་སྦྱིད་ལ་གཟིགས་དང་། ལྷན་བྱ་ལོ་འཁྲུངས་ལ་ས་གར་ཡིན་པ་ཤོད་ཤོག

ལྷན་བྱ་ལོ་འཁྲུངས་ལ་ས་དེ་བོ་ར་གྱི་བྱ་བཞི། ལྷན་བྱ་ལོ་སྐྱེ་ཆེ་ལ་ནི་བར་ཆད་འདྲ་མ་གཏོང་།

ལྷ་གཞས་ངོམ་རྒྱུ་ཁོང་ལ་ཟད་པ་འདྲ་མི་འདུག ཡོད་ལ་བས་འོ་ས་ལས་ནི་ཡག་ཟག

དགའ་སྦྱིད་ལ་གཟིགས་དང་། ལྷོ་ལྷན་ལོ་རྒྱས་ལྷེ་གྱི་ཁྲིམ་པ་ལ་བཞག་ཡོད།

ལྷོ་རྒྱ་གཏམ་བཟང་རང་ཡུལ་དེ་དགའ་ས་ལ་ལོག ཡོད་ལ་བས་འོ་ས་ལས་ནི་ཡག་ཟག

ཚོགས་པོ་ཞི་བ་འདི་ལས་བཟང་ཟག་ལ།

སྤྱིའི་ཞི་བ་ལ་འདི་ལ་ལས་བཟང་ལ་ཟག ལྷང་གཞོངས་གྱི་བདེ་མོ་ལ་སྤང་གཞོངས་གྱི་བདེ་མོ།

སྤྱིའི་མཚོན་པོ་ལ་འདི་ལ་ལས་མཛེས་ལ་ཟག མེ་ཉོག་གི་ཁ་མོ་ལ་མེ་ཉོག་གི་ཁ་མོ།

སྤྱིའི་ཚོགས་གཞོང་ལ་གཡུ་ལ་ཡི་གཞོང་ལ་ཟག ཚོགས་འདི་ལ་སྤུལ་ཡོད་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་
པ་ཤོག་ཡེ།

ཡང་ཡང་གི་ཚོགས་འདི་ལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ཤོག་ཡ།
 སྤྱི་ཚོགས་རྩམ་ལ་ནས་ཀྱི་རྩམ་ལ་བ། རྩམ་པ་འདི་ལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ཤོག་ཡ།
 ཡང་ཡང་གིས་ཚོགས་འདི་ལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ཤོག་ཡ།
 སྤྱི་ཚོགས་རྩུ་ལ་གང་ལ་གྲ་བདུད་ལ་ཅི། རྩུ་བོ་འདི་ལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ཤོག་ཡ།
 ཡང་ཡང་གིས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ཤོག་ཡ།
 སྤྱི་ཚོགས་མར་ལ་འབྲི་ལ་མར་སེར་བོ་འདི་ཚོགས་འདི་ལ་རྒྱན་ཡོད་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་
 ཤོག་ཡ།
 ཡང་ཡང་གིས་ཚོགས་འདི་ལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ཤོག་ཡ།
 སྤྱི་ཚོགས་གཞུག་ལ་ཀ་ལ་ར་བུ་རམ་འདི་ཚོགས་འདི་ལ་རྒྱན་ཡོད་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ཤོག་ཡ།
 ཡང་ཡང་གིས་ཚོགས་འདི་ལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ཤོག་ཡ།
 སྤྱི་ཚོགས་ཤིང་ལ་འབྲི་མོག་དམར་བོ་འདི་ཚོགས་འདི་ལ་རྒྱན་ཡོད་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ཤོག་ཡ།
 ཡང་ཡང་གིས་ཚོགས་འདི་ལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ཤོག་ཡ།
 སྤྱི་ཚོགས་རྩུ་ལ་སྒྲར་ལ་ཀ་ཁམ་བུ་ལ་འདི་ཚོགས་འདི་ལ་དགོས་ཡོད་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་
 པ་ཤོག་ཡ།
 ཡང་ཡང་གིས་ཚོགས་འདི་ལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ཤོག་ཡ།
 སྤྱི་ཚོགས་རྒྱུད་པ་འདི་ལ་རྒྱལ་ལ་འདི་ཚོགས་འདི་ལ་རྒྱན་ཡོད་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ཤོག་ཡ།
 ཡང་ཡང་གིས་ཚོགས་འདི་ལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ཤོག་ཡ།
 སྤྱི་ཚོགས་གཞུག་ལ་བརྒྱུད་པ་འདི་ཚོགས་གཞུག་འདི་ལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ཤོག་ཡ།
 ཡང་ཡང་གིས་ཚོགས་འདི་ལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ཤོག་ཡ།
 སྤྱི་ཚོགས་ཉི་མ་ལ་འདར་ལ་བྱི་ཕྱོགས་ལ་ནས་ཚོགས་འདི་ལ་དགོས་ཡོད་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ཤོག་ཡ།
 ཡང་ཡང་གིས་ཚོགས་འདི་ལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ཤོག་ཡ།
 སྤྱི་ཚོགས་ལྷ་མ་ལ་ཨོ་ལ་རྒྱན་པ་ལ་མ་ཚོགས་འདི་ལ་དགོས་ཡོད་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ཤོག་ཡ།

ཡང་ཡང་གིས་ཚོགས་འདེལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ཤོག་ཡ།

སྤྱོད་ཉི་མ་ལ་ལྟོ་ལ་ཡི་ཕྱོགས་ལ་ནས་ཚོགས་འདེལ་དགོས་ཡོད་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ཤོག་ཡ།

ཡང་ཡང་གིས་ཚོགས་འདེལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ཤོག་ཡ།

སྤྱོད་མཁའ་འགོ་ལ་ཡེ་ཤེས་མཚོ་ལ་རྒྱལ་ཚོགས་འདེལ་དགོས་ཡོད་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ཤོག་ཡ།

ཡང་ཡང་གིས་ཚོགས་འདེལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ཤོག་ཡ།

སྤྱོད་ཉི་མ་ལ་བུ་བ་ཀྱི་ཕྱོགས་ལ་ནས་ཚོགས་འདེལ་དགོས་ཡོད་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ཤོག་ཡ།

ཡང་ཡང་གིས་ཚོགས་འདེལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ཤོག་ཡ།

སྤྱོད་ལྷ་ལྷམ་ལ་མན་ལ་རྟ་ར་ལ་བ་ཚོགས་འདེལ་དགོས་ཡོད་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ཤོག་ཡ།

ཡང་ཡང་གིས་ཚོགས་འདེལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ཤོག་ཡ།

སྤྱོད་ཉི་མ་ལ་བྱང་ལ་གི་ཕྱོགས་ལ་ནས་ཚོགས་འདེལ་དགོས་ཡོད་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ཤོག་ཡ།

ཡང་ཡང་གིས་ཚོགས་འདེལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ཤོག་ཡ།

སྤྱོད་རྗེ་བཅུན་ལ་སྤོལ་མ་དཀར་ལ་མོ་ཚོགས་འདེལ་དགོས་ཡོད་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ཤོག་ཡ།

ཡང་ཡང་གིས་ཚོགས་འདེལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ཤོག་ཡ།

སྤྱོད་ཉི་མ་ལ་དབུས་ཀྱི་ཕྱོགས་ལ་ནས་ཚོགས་འདེལ་དགོས་ཡོད་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ཤོག་ཡ།

ཡང་ཡང་གིས་ཚོགས་འདེལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ཤོག་ཡ།

སྤྱོད་མ་ཅེག་ལ་དབལ་གྱི་ལྷ་ལ་མོ་ཚོགས་འདེལ་དགོས་ཡོད་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ཤོག་ཡ།

ཡང་ཡང་གིས་ཚོགས་འདེལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ཤོག་ཡ།

སྤྱོད་སྤྲུལ་རྩོལ་ལྟ་ལ་མོ་བརྒྱལ་སྤེ། བརྒྱ་སྤེ་འདེལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ཤོག་ཡ།

བརྒྱ་སྤེ་འདེལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ཤོག་ཡ།

སྤྱོད་མི་རྩོལ་གཏམ་ལ་སྤྲན་པོ་ཡོད་ལ་ན་ཟེ་བརྒྱ་གོང་འདེལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ཤོག་ཡ།

ཡང་ཡང་གི་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ཤོག་ཡ།

གངས་སྟོང་ཕྱོགས་ལ་སྐྱུན་རས་གྱིས་བཅོམ།

སྤོའོ་རས་གངས་སྟོང་ཕྱོགས་ལ་སྐྱུན་རས་གྱིས་བཅོམ། ཡོད་ལ་སྐྱུན་རས་གྱིས་བཅོམ་ལ།
 སྤོའོ་མཛེས་པའི་གངས་ལ་མེ་ཉོག་ཞལ་མཛེས་ལ་བྱུང། ཡོད་ལ་ཞལ་མཛེས་ལ་བྱུང་ལ།
 སྤོའོ་གངས་གྱི་གང་ལ་མེ་ཉོག་ཆགས་དགོས་ལ་བྱུང། ཡོད་ལ་ཆགས་དགོས་ལ་བྱུང་ལ།
 སྤོའོ་གངས་ལ་མེ་ཉོག་རྗེ་ཁ་དེ་མ་ཉམས་ལ་གོང། ཡོད་ལ་མ་ཉམས་ལ་གོང་ལ།
 སྤོའོ་སྟེང་ལྷ་ཡི་ཕྱོགས་ལ་མཚོད་བ་ལ་སྟུལ། ཡོད་ལ་མཚོད་བ་ལ་སྟུལ་ལ།
 སྤོའོ་རས་སྤང་སྟོང་ཕྱོགས་ལ་སྐྱུན་རས་གྱིས་བཅོམ། ཡོད་ལ་སྐྱུན་རས་གྱིས་བཅོམ་ལ།
 སྤོའོ་མཛེས་པའི་སྤང་རྒྱན་མེ་ཉོག་དེ་ཞལ་མཛེས་ལ་བྱུང། ཡོད་ལ་ཞལ་མཛེས་ལ་བྱུང་ལ།
 སྤོའོ་སྤང་གི་སྤང་རྒྱན་མེ་ཉོག་དེ་ཆགས་དགོས་ལ་བྱུང། ཡོད་ལ་ཆགས་དགོས་ལ་བྱུང་ལ།
 སྤོའོ་སྤང་རྒྱན་མེ་ཉོག་རྗེ་ཁ་དེ་མ་ཉམས་ལ་གོང། ཡོད་ལ་མ་ཉམས་ལ་གོང་ལ།
 སྤོའོ་སྟུག་གི་མཚོད་བཤམ་མཉུན་ལ་དེ་མཚོད་བ་ལ་སྟུལ། ཡོད་ལ་མཚོད་བ་ལ་སྟུལ་ལ།
 སྤོའོ་སྟུག་རྗོ་ཡིན་ཟེ་བརྒྱ་སྟེ་ལ་ཁྲོམ་བ་ལ་བཞག ཡོད་ལ་ཁྲོམ་བ་ལ་བཞག་ལ།
 སྤོའོ་སྟེ་རྗོ་ཡིན་ཟེ་རང་ལྷུལ་དགའ་ས་ལ་ལོག ཡོད་ལ་སྐྱིད་ས་ལ་ལོག་ལ།

དབག་བསམ་ཤིང་དེ་རྒྱང་གི་ས་ལ་སྐྱེས་ཡོད།

ཞི་ལ་བ་འདི་ལ་ལས་བཟང་དག སྤང་ལ་གཞོངས་བདེ་མོ་ལ་ལྷ་ལ་ཡོད་སོའོ་ཡེ།
 སྤང་ལ་གཞོངས་བདེ་མོ་ལ་ལྷ་ལ་ཡོད་སོའོ་ལ། མཐོན་ལ་ལོ་འདི་ལ་ལས་མཛེས་དག་མེ་
 ལ་ཉོག་ཁྲོ་ཡེ་མཛེས་ལ་ཡོད་སོའོ་ལ། མེ་ཉོག་ཁྲོ་ཡེ་མཛེས་ལ་ཡོད་སོའོ་ལ། མེ་ལ་ཉོག་
 ཁ་དོག་སྟེ་སྟེ་དགའ་ལོ་ལ་བག་ལ་སྐྱེ་ཤིས་ལ་བ་ཤོག་ཡེ། དགའ་ལོ་ལ་བག་ལ་སྐྱེ་ཤིས་ལ་བ་
 ཤོག་ལ། ཡང་ལ་བསྐྱུང་ཁ་དོག་སྟེ་སྟེ་སྐྱིད་ལོ་ལ་གཡང་ལ་སྐྱེ་ཆགས་མོ་ལ་ཤོག་ཡེ། སྐྱིད་
 ལོ་ལ་གཡང་ལ་སྐྱེ་ཆགས་ལ་མོ་ཤོག་ལ། ཤིང་ལ་གྱི་དབག་ལ་བསམ་ཤིང་དེ་རྒྱང་ལ་གི་ས་ལ་

སྐྱེས་ལོད་སོའོ་ཡེ།

རྒྱུ་ལོ་ལྔ་པ་སྐྱེས་ལོད་སོའོ་ཡེ། རྒྱུ་ལོ་ལྔ་པ་སྐྱེས་ལོད་སོའོ་ཡེ། རྒྱུ་ལོ་ལྔ་པ་སྐྱེས་ལོད་སོའོ་ཡེ།
བབས་ས་ལ་རེད་ཡེ།

ས་ཐག་རིང་ཡང་རྒྱ་བབས་ས་ལ་རེད་ཡེ། རྒྱ་བབས་ལ་ཡུན་རིང་གྲང་བབས་
ཡུན་རིང་གྲང་མདོངས་སྐྱོ་འོམ་ས་ལ་རེད་ཡེ། བབས་ཡུན་རིང་གྲང་མདོངས་སྐྱོ་འོམ་ས་ལ་རེད་
ཡེ། ལེང་ལ་གྱི་ཚོལ་ལ་དན་སྐྱོང་མོ་རྒྱུ་ལོ་ལྔ་པ་སྐྱེས་ལོད་སོའོ་ཡེ། རྒྱུ་ལོ་ལྔ་པ་སྐྱེས་
ལོད་སོའོ་ཡེ། རྒྱུ་ལོ་ལྔ་པ་སྐྱེས་ལེང་ས་ཐག་རིང་ཡང་ཐང་དགར་བབས་ས་ལ་རེད་ཡེ།
ས་ཐག་རིང་ཡང་ཐང་དགར་བབས་ས་ལ་རེད་ཡེ། ཐང་ལ་དགར་བབས་ལ་ཡུན་རིང་གྲང་བབས་
ཡུན་རིང་གྲང་གཤོག་ཚལ་འོམ་ས་ལ་རེད་ཡེ། བབས་ཡུན་རིང་གྲང་གཤོག་ཚལ་འོམ་ས་ལ་རེད་
ཡེ། ལེང་ལ་གྱི་རྒྱ་ལ་ལྷང་གཤུ་མོ་གཡང་ལ་གྱི་ས་ལ་སྐྱེས་ལོད་སོའོ་ཡེ། གཡང་ལ་གྱི་ས་ལ་
སྐྱེས་ལོད་སོའོ་ཡེ། གཡང་ལ་གྱི་ས་ལ་སྐྱེས་ལེང་ས་ཐག་རིང་གྲང་ལྷུག་བབས་ས་ལ་རེད་
ཡེ། ས་ཐག་རིང་ཡང་ལྷུག་བབས་ས་ལ་རེད་ཡེ། ལྷུག་བབས་ལ་ཡུན་རིང་གྲང་བབས་
ཡུན་རིང་གྲང་གསུང་སྐྱད་འོམ་ས་ལ་རེད་ཡེ། བབས་ཡུན་རིང་གྲང་གསུང་སྐྱད་འོམ་ས་ལ་རེད་
ཡེ། ལྷུག་ལ་རྒྱ་ལྷང་ལ་མོ་བརྒྱ་སྐྱེ་བརྒྱ་སྐྱེ་ལ་ཁོམ་ལ་ལ་བཞག་ལོད་སོའོ་ཡེ། བརྒྱ་སྐྱེ་ཁོམ་ལ་
བཞག་ལོད་སོའོ་ཡེ། མི་ལ་རྒྱ་གཏམ་ལ་སྐྱེ་རང་ལ་ཡུལ་དགར་ས་ལ་ལོག་ལོད་སོའོ་ཡེ།
རང་ལ་ཡུལ་སྐྱིད་ས་ལ་ལོག་ལོད་སོའོ་ཡེ།

ཚོས་འཁོར་སྐྱིད་སར་དགའ་བའི་ནམ་མཁའ་གསལ།

ཞི་ལ་བ་འདི་ལ་ལས་བཟང་དྲག་ལ་སྤང་གཞོངས་འོ་བདེ་ལ་མོ་ཤོག་སྤང་གཞོངས་འོ་བདེ་ལ་མོ་ཤོག་ལ།
མགོན་ལ་མོ་འདི་ལ་ལས་མཛེས་ལ་དྲག་མེ་ཉོག་འོ་ལྷ་ལ་མོ་མཛེས་མེ་ཉོག་འོ་ལྷ་ལ་མོ་མཛེས་ལ།
ཚོས་ལ་འཁོར་སྐྱིད་ལ་ས་དགའ་བའི་དེ་ནམ་མཁའ་འོ་གསལ་ལ་ལོད་སོ། དགའ་བའི་འོ་ནམ་ལ་

གནམ་སྟོན་པོ་ཡར་ལ་བལྟས་བས་ཡབ་ཆེན་ཨ་པ་མཇལ་བྱུང་།

སྤྱིའི་ཞི་ལ་བ་འདི་ལ་ལས་བཟང་དྲག་ཞི་བ་ལ་སྤང་གཞིངས་ཀྱི་བདེ་མོ། ཞི་ལ་བ་འདི་ལ་
ལས་བཟང་དྲག་ཞི་བ་ལ་སྤང་གཞིངས་ཀྱི་བདེ་མོ།

སྤྱིའི་མགོན་པོ་ལ་འདི་ལ་ལས་མཛེས་དྲག་མགོན་པོ་ལ་མེ་རྟོག་གི་ཁྲ་མོ། མགོན་པོ་ལ་འདི་
ལ་ལས་མཛེས་དྲག་མགོན་པོ་ལ་མེ་རྟོག་གི་ཁྲ་མོ།

སྤྱིའི་མེ་རྟོག་ལ་ཁ་ལ་དོག་སྡེ་ལྗེའི་བཟུང་ལ་སྤྱི་ལེས་བ་ཤོག་ཡ། མེ་རྟོག་ལ་ཁ་ལ་དོག་
སྡེ་ལྗེའི་གཡང་སྤྱི་ཆགས་མོ་ཤོག་ཡ། སྤྱིའི་ཡང་བསྐྱར་ལ་ཁ་ལ་དོག་སྡེ་ལྗེའི་དོན་སྤྱི་ལྟུང་མོ་ལ་
ཤོག་ཡ།

སྤྱིའི་གནམ་དེ་སྟོན་པོ་ཡར་ལ་བལྟས་བས་ཡབ་ཆེན་ཨ་པ་ཡང་མཇལ་བྱུང་། གནམ་དེ་
སྟོན་པོ་ཡར་ལ་བལྟས་བས་ཡབ་ཆེན་ཨ་པ་ཡང་མཇལ་བྱུང་།

སྤྱིའི་ས་དེ་སེར་པོ་མར་ལ་བལྟས་བས་ཡུམ་ཆེན་ཨ་མ་ཡང་མཇལ་བྱུང་། ས་དེ་སེར་པོ་མར་
ལ་བལྟས་བས་ཡུམ་ཆེན་ཨ་མ་ཡང་མཇལ་བྱུང་། གསུང་དེ་སྟོན་པོ་པར་ལ་བཏང་དུས་གསེར་གྱི་
རྒྱ་སྤིང་ལས་སྟོན་བྱུང་། གསུང་དེ་སྟོན་པོ་པར་ལ་བཏང་དུས་གསེར་གྱི་རྒྱ་སྤིང་ལས་སྟོན་བྱུང་།

སྤྱིའི་གཏམ་དེ་སྟོན་པོ་རྩེར་ལ་བཤད་དུས་དདུལ་གྱི་རྒྱ་སྤིང་ལས་སྟོན་བྱུང་། གཏམ་དེ་སྟོན་
པོ་རྩེར་ལ་བཤད་དུས་དདུལ་གྱི་རྒྱ་སྤིང་ལས་སྟོན་བྱུང་།

སྤྱིའི་རྒྱ་སྤིང་ལ་པོ་སྐད་མོ་སྐད་ལྟ་ལ་མཚོན་པ་ལ་འབྲུལ་ཡོད། རྒྱ་སྤིང་ལ་པོ་སྐད་མོ་སྐད་
ལྟ་ལ་མཚོན་པ་ལ་འབྲུལ་ཡོད། སྤྱིའི་ཡར་ལ་མཚོན་པ་འབྲུལ་མཁན་རྩོམ་གསལ་ལ་མི་འགྱུར་དོ་
རྗེ། ཡར་ལ་མཚོན་པ་འབྲུལ་མཁན་རྩོམ་གསལ་ལ་མི་འགྱུར་དོ་རྗེ།

སྤྱིའི་དེ་ལ་དངོས་ལ་གྲུབ་གནང་མཁན་ཨ་མ་ལ་ཀོང་བཙུན་དེ་མོ། དེ་ལ་དངོས་ལ་གྲུབ་
གནང་མཁན་ཨ་མ་ལ་ཀོང་བཙུན་དེ་མོ།

ལོ་ཡག་ལོག་ཤོག་འོ་ལོ་ཡག་ལྷང་ལ་བ་ལོག་ཤོག་ཨ།
 ཀོང་ཡུལ་ལྷང་བ་ལ་འབྲེལ་སྐད་ཆེ་ལ་གྲགས་འོ། ཨ་ལ་རྒྱལ་རྒྱལ་པོ་ལ་ཡ་མ་མཚན་ཆེ་ལ་གྲགས་
 འོ་ལོག་ཤོག་ལོ་ཡག་དང་། འབྲེལ་ལྷང་ལ་ས་སྤྱོད་ལ་ནས་གཡང་ལ་སོགས་འགྲུག་བ་ཡོད་
 དོ། ལོ་ཡག་ལོག་ཤོག་འོ་ལོ་ཡག་ལྷང་ལ་བ་ལོག་ཤོག་ཨ།
 རྒྱལ་ལྷང་བ་ལ་འབྲེལ་སྐད་ཆེ་ལ་གྲགས་འོ།
 ཨ་ལ་ཞང་ཚོས་ལ་རྒྱལ་ཡ་མ་མཚན་ཆེ་ལ་གྲགས་འོ་ལོག་ཤོག་ལོ་ཡག་དང་།
 དཀར་ནག་དབྱེ་ལ་ས་སྤྱོད་ལ་ནས་གཡང་ལ་སོགས་འགྲུག་བ་ཡོད་དོ།
 ལོ་ཡག་ལོག་ཤོག་འོ་ལོ་ཡག་ལྷང་ལ་བ་ལོག་ཤོག་ཨ།
 ཏཱ་མོག་ལྷང་བ་ལ་འབྲེལ་སྐད་ཆེ་ལ་གྲགས་འོ།
 རྒྱལ་བ་ལ་བྱམས་བ་ལ་མ་མཚན་ཆེ་ལ་གྲགས་འོ་ལོག་ཤོག་ལོ་ཡག་དང་།
 མཚོགས་ལ་དར་ལེན་ས་ལ་སྤྱོད་ལ་ནས་གཡང་ལ་སོགས་འགྲུག་བ་ཡོད་དོ།
 ལོ་ཡག་ལོག་ཤོག་འོ་ལོ་ཡག་ལྷང་ལ་བ་ལོག་ཤོག་ཨ།
 མོ་རྩོ་ལྷང་བ་ལ་འབྲེལ་སྐད་ཆེ་ལ་གྲགས་འོ། གཏུང་གཞུ་དཀར་པོ་ལ་མ་མཚན་ཆེ་ལ་གྲགས་འོ་
 ལོག་ཤོག་ལོ་ཡག་དང་། རྒྱང་ཅུལ་ལེན་ས་སྤྱོད་ལ་ནས་གཡང་ལ་སོགས་འགྲུག་བ་ཡོད་དོ། ལོ་
 ཡག་ལོག་ཤོག་འོ་ལོ་ཡག་ལྷང་ལ་བ་ལོག་ཤོག་ཨ།

བཀྲ་ཤིས།

བཀྲ་ཤིས་ཚུར་ལ་མེབས་དུས་ཆང་དང་ཇ་ཁྲ་བསྟུ་བ་ཡོད།

དགའ་སྦྱིད་སོ་དགའ་སྦྱིད་སོ། ཉི་མ་ཤར་གྱི་སྤྱོད་ལ་བཀྲ་ཤིས་བྱོན་བ་ཡོད་དོ་དགའ་
 སྦྱིད་སོ། ཤར་རྩོ་རྩེ་སེམས་དཔའ་མཛོན་སུམ་བྱོན་བ་ཡོད་དོ་དགའ་སྦྱིད་སོ། མཛོན་སུམ་བྱོན་
 བཞིན་དངོས་བྱུབ་གནང་བ་ཡོད་དོ་དགའ་སྦྱིད་སོ། དགའ་སྦྱིད་སོ། བཀྲ་ཤིས་ཚུར་ལ་མེབས་
 དུས་ཆང་དང་ཇ་ཁྲ་བསྟུ་བ་ཡོད་དོ། དགའ་སྦྱིད་སོ། ཚུར་ལ་མེབས་དུས་ཆང་དང་ཇ་ཁྲ་བསྟུ་བ་

མེ་ཉོག་དང་འབྲེལ་ཡོད། མོག་བོ་དུས་ལ་ཐེབས་ཡེ་འོ་དེ་ལ་ཆས་བ་ཡག་ཟླག
 མོག་བོ་དུས་ལ་ཐེབས། མོག་བོ་དུས་ལ་ཐེབས་འཇགས་ཡོད་སོ། ཏྟ་མོའི་མཇུག་གུ་རྩུ་མོ་གྲུག་
 བ་དང་འབྲེལ་ཡོད། མོག་བོ་དུས་ལ་ཐེབས་ཡེ་འོ་དེ་ལ་ཆས་བ་ཡག་ཟླག
 མོག་བོ་དུས་ལ་ཐེབས། མོག་བོ་དུས་ལ་ཐེབས་འཇགས་ཡོད་སོ། ཨ་བྱུང་འཇགས་ནི་རྩུ་མོ་འབྲིང་
 བ་འབྲེལ་ཡོད། མོག་བོ་དུས་ལ་ཐེབས་ཡེ་འོ་དེ་ལ་ཆས་བ་ཡག་ཟླག
 མོག་བོ་དུས་ལ་ཐེབས། མོག་བོ་དུས་ལ་ཐེབས་འཇགས་ཡོད་སོ། ཏྟ་མོའི་དུས་མགོ་རྒྱ་ནག་ཐེ་
 རྩུ་འབྲེལ་ཡོད། མོག་བོ་དུས་ལ་ཐེབས་ཡེ་འོ་དེ་ལ་ཆས་བ་ཡག་ཟླག
 མོག་བོ་དུས་ལ་ཐེབས། མོག་བོ་དུས་ལ་ཐེབས་འཇགས་ཡོད་སོ། ཨ་བྱུང་འཇགས་ནི་དམ་སྤྲུག་
 གནང་བ་འབྲེལ་ཡོད། མོག་བོ་དུས་ལ་ཐེབས་ཡེ་འོ་དེ་ལ་ཆས་བ་ཡག་ཟླག
 མོག་བོ་དུས་ལ་ཐེབས། མོག་བོ་དུས་ལ་ཐེབས་འཇགས་ཡོད་སོ། ཏྟ་མོའི་ལག་བ་གཞུ་མོ་གྲུག་
 བ་འབྲེལ་ཡོད། མོག་བོ་དུས་ལ་ཐེབས་ཡེ་འོ་དེ་ལ་ཆས་བ་ཡག་ཟླག
 མོག་བོ་དུས་ལ་ཐེབས། མོག་བོ་དུས་ལ་ཐེབས་འཇགས་ཡོད་སོ། ཏྟ་མོའི་རྒྱང་བ་མདའ་མོ་བཏང་
 བ་འབྲེལ་ཡོད། མོག་བོ་དུས་ལ་ཐེབས་ཡེ་འོ་དེ་ལ་ཆས་བ་ཡག་ཟླག
 མོག་བོ་དུས་ལ་ཐེབས། མོག་བོ་དུས་ལ་ཐེབས་འཇགས་ཡོད་སོ། ཨ་བྱུང་འཇགས་ནི་གེ་སར་
 རྒྱལ་བོ་འབྲེལ་ཡོད། མོག་བོ་དུས་ལ་ཐེབས་ཡེ་འོ་དེ་ལ་ཆས་བ་ཡག་ཟླག

གསུམ་པ། ཀོང་པོའི་གྲུབ་ལུང་(སྤང་ལམ།) བོ་རྒྱུང་རམ་གཏུག་ བོའི་སྐོར།

ཀོང་སྐད་དུ་གྲུབ་ལུང་སྟེ་སྤང་ལམ་པོ་རྒྱུང་ནི་སྤྱིར་ན་གཞུས་སྣ་འགྲན་བསྐྱུར་སྐབས་སུ་
ཁག་ཐེག་པོ་མོ་སོགས་པའ་ཚུན་བར་དུ་ངར་ཤུགས་སྤོང་བའི་ཚིག་རྒྱག་ཟུར་བའི་ཚུལ་གྱིས་བཏང་
བའི་བོའི་རིགས་ཤིག་ཡིན།

ཨ་ཅེ་སྤང་སའི་རྣམ་ཐར་བཞུགས་སོ།

སྤྱིའི་ཞི་བ་བཟང་པོ་སྤང་གཞོངས་དེ་བདེ་མོ་འདྲ་ཤོག ཡོད་ལ་བདེ་མོ་འདྲ་ཤོག་ཡ།
སྤྱིའི་མགྲོན་པོ་མངོས་མོ་མེ་ཉོག་གི་ཁ་མོ་འདྲ་ཤོག ཡོད་ལ་ཁ་མོ་འདྲ་ཤོག་ཡ།
སྤྱིའི་ཤར་སྤོགས་ཀོང་ཡུལ་གཞུང་གི་དེ་ཤིང་ཅེ་ལ་ནས། ཡོད་ལ་ཤིང་ཅེ་ལ་ནས་ཡ།
སྤྱིའི་སྤྲེའུ་ཨ་མ་དེ་ལ་ནི་སྤྲེའུ་སྤྲུག་ལ་དེ། ཡོད་ལ་སྤྲེའུ་སྤྲུག་ལ་དེ་ལ་སེ།
སྤྱིའི་གཡང་ཅལ་ཅན་རྣམས་ལུས་ཀྱི་སྤྱུ་གར་ལ་བསྐྱུར། ཡོད་ལ་སྤྱུ་གར་ལ་བསྐྱུར་ཡ།
སྤྱིའི་ཅལ་མེད་རྣམས་ཀྱང་ཞིམ་མངར་དེ་ཤིང་འབྲས་ལ་ཟ། ཡོད་ལ་ཤིང་འབྲས་ལ་ཟ་ཡ།
སྤྱིའི་སྤྲེའུ་ལས་བད་དེ་སྤང་བོའི་ལག་རྒྱ་ལ་ཐེབས། ཡོད་ལ་ལག་རྒྱ་ལ་ཐེབས་ཡ།
སྤྱིའི་སྤྲེའུ་ལ་ཐག་པ་གཡོགས་དུས་ལ་འོ་དེ་རྒྱལ། ཡོད་ལ་འོ་དེ་ལ་རྒྱལ་ཡ།
སྤྱིའི་ཅེད་མོ་བསྐྱབ་དུས་སྤྲུག་ལས་སྣ་ཚོགས་ལ་བཏང། ཡོད་ལ་སྣ་ཚོགས་ལ་བཏང།
སྤྱིའི་སྤྲེའུ་བྱ་སྤྱོད་མང་པས་ལན་པ་ལ་ཡིན། ཡོད་ལ་ལན་པ་ལ་ཡིན་ཡ།
སྤྱིའི་སྤྲེའུ་སྤོགས་ནགས་མ་སྤོངས་ཀྱི་ཤིང་ཅེ་ལ་ནི། ཡོད་ལ་ཤིང་ཅེ་ལ་ནི་ཡ།
སྤྱིའི་བྱ་མོ་ཨ་མ་དེ་ལ་བྱ་སྤྲུག་ལ་དེ། ཡོད་ལ་བྱ་སྤྲུག་ལ་དེ་ཡ།
སྤྱིའི་གཤོག་ཅལ་ཅན་རྣམས་ནམ་འཕངས་དགྲང་ནས་ལ་བཅད། ཡོད་ལ་དགྲང་ནས་ལ་བཅད་ཡ།

སྲོའི་རྩལ་མེད་རྣམས་ཀྱང་ཞིམ་མངར་ལ་ཤིང་ཉོག་ཟ། ཡོད་ལ་ཤིང་ཉོག་ཟ་ཡ།
 སྲོའི་སྐྱེ་མཁས་ཀྱི་ཚོ་རྒྱལ་པོའི་དེ་ལྷག་ལ་ནི་ཐེབས། ཡོད་ལ་ལྷག་ལ་ནི་ཐེབས་ཡ།
 སྲོའི་རྒྱུང་བ་ལྷགས་སྐྱོག་རྒྱག་དུས་འོ་རེ་རྒྱལ། ཡོད་ལ་འོ་རེ་ལ་རྒྱལ་ཡ།
 སྲོའི་མི་སྐད་བསྐྱབ་དུས་སྐྱག་ལས་སྐྱ་ཚོགས་ལ་བཏང་། ཡོད་ལ་སྐྱ་ཚོགས་ལ་བཏང་།
 སྲོའི་ཀེ་ཚོ་སྐྱ་ལྷེ་བདེ་བས་ལན་བ་ལ་ཡིན། ཡོད་ལ་ལན་བ་ལ་ཡིན་ཡ།
 སྲོའི་བྱ་བ་སྐྱོགས་བལ་ཡུལ་འབྲས་ཀྱི་ལྷང་བ་ལ་ནས། ཡོད་ལ་ལྷང་བ་ལ་ནས་ཡ།
 སྲོའི་གསེར་སྐྱང་ཨ་མ་བལ་གྱི་མགོན་པོ་ལ་རེད། ཡོད་ལ་མགོན་པོ་ལ་རེད་ཡ།
 སྲོའི་ཟས་སྐྱལ་ཅན་རྣམས་མེ་ཉོག་བཅུད་ལེན་ལ་བྱས། ཡོད་ལ་བཅུད་ལེན་ལ་བྱས་ཡ།
 སྲོའི་སྐྱལ་མེད་རྣམས་ཀྱང་འབྲས་ཆང་འི་ལ་ནི་འཁོར། ཡོད་ལ་འི་ལ་ནི་འཁོར་ཡ།
 སྲོའི་སྐྱག་རྒྱུང་བྱང་བ་བྱིས་པའི་ལག་ནང་ལ་ཐེབས། ཡོད་ལ་ལག་ནང་ལ་ཐེབས་ཡ།
 སྲོའི་མུའུ་མོས་འཕྱར་མཉེད་བཏང་དུས་འོ་རེ་རྒྱལ། ཡོད་ལ་འོ་རེ་ལ་རྒྱལ་ཡ།
 སྲོའི་སྐྱང་ཅི་བསོགས་དུས་སྐྱག་ལས་སྐྱ་ཚོགས་ལ་བཏང་། ཡོད་ལ་སྐྱ་ཚོགས་ལ་བཏང་།
 སྲོའི་སྐྱང་ཅི་མངར་ཆ་ཆེ་བས་དེ་ལན་བ་ལ་ཡིན། ཡོད་ལ་ལན་བ་ལ་ཡིན་ཡ།
 སྲོའི་བྱང་སྐྱོགས་སོག་ཡུལ་རྩ་ཁ་ལྷང་བ་ལ་ནས། ཡོད་ལ་ལྷང་བ་ལ་ནས་ཡ།
 སྲོའི་ལྷག་མོ་ཨ་མ་རེ་ལ་ནི་ལྷ་གྲུ་ལ་རེ། ཡོད་ལ་ལྷ་གྲུ་ལ་རེ་ཡ།
 སྲོའི་གཡང་དགར་ལྷ་གྲུ་སྐྱང་གི་ཅི་བཅུད་ལ་ཟ། ཡོད་ལ་ཅི་བཅུད་ལ་ཟ་ཡ།
 སྲོའི་ཆེ་བདེ་ལྷ་གྲུ་དེ་བཤུན་པའི་ལག་ཏུ་ལ་ཐེབས། ཡོད་ལ་ལག་ཏུ་ལ་ཐེབས་ཡ།
 སྲོའི་བཤུན་པས་ཁོག་ལག་བཏང་དུས་འོ་རེ་རྒྱལ། ཡོད་ལ་འོ་རེ་ལ་རྒྱལ་ཡ།
 སྲོའི་ཤ་ཡི་ཆེད་དུ་སྐྱག་ལས་དེ་སྐྱ་ཚོགས་ལ་བཏང་། ཡོད་ལ་སྐྱ་ཚོགས་ལ་བཏང་ཡ།
 སྲོའི་ལྷ་གྲུ་ཞིམ་ཤ་ཆེ་བས་ལན་བ་ལ་ཡིན། ཡོད་ལ་ལན་བ་ལ་ཡིན་ལ་ས།
 སྲོའི་དུས་སྐྱག་མཉམ་པའི་གསེར་གཞོངས་དེ་རིང་མོ་ལ་ནས། ཡོད་ལ་རིང་མོ་ལ་ནས་ཡ།
 སྲོའི་སྐྱད་ཤར་ཨ་མ་རེ་ལ་བྱ་མོ་རེ། ཡོད་ལ་བྱ་མོ་རེ་ཡ།

སྤོའི་སྐལ་ཡོད་རྣམས་ཀྱང་དབེན་པའི་རི་ཁོད་ལ་འགྲིམས། ཡོད་ལ་རི་ཁོད་ལ་འགྲིམས་ལ།
 སྤོའི་སྐལ་མེད་རྣམས་ཀྱང་པ་མའི་འགྲམ་དུ་ལ་སྤོད། ཡོད་ལ་འགྲམ་དུ་ལ་སྤོད་ལ།
 སྤོའི་བྱ་མོ་མཛེས་མ་དཔོན་པོའི་དེ་བག་མ་ལ་སྤྲེབས། ཡོད་ལ་བག་མ་ལ་སྤྲེབས་ལ།
 སྤོའི་ཨ་ནེ་སྟེ་མོའི་ལག་ཏུ་འོ་རེ་རྒྱལ། ཡོད་ལ་འོ་རེ་རྒྱལ་ཡ་མེ།
 སྤོའི་ཐུག་དོགས་བྱས་ནས་སྐྱབ་ལས་དེ་སྣ་ཚོགས་ལ་བཏང། ཡོད་ལ་སྣ་ཚོགས་ལ་བཏང་ལ།
 སྤོའི་བྱ་མོ་ཁ་འབྲས་མཚར་བས་དེ་ལན་པ་ལ་ཡིན། ཡོད་ལ་ལན་པ་ལ་ཡིན་ལ།
 སྤོའི་མི་རྟག་འཆི་བ་སྤྲོད་ནས་དེ་མ་བྲན་ལ་ན། ཡོད་ལ་མ་བྲན་ལ་ན་ལ།
 སྤོའི་སྐྱུ་ལྷས་མཛེས་ཀྱང་དེ་མ་བྱ་དང་འབྲ། ཡོད་ལ་མ་བྱ་དང་ལ་འབྲ་ལ།
 སྤོའི་མི་ལྷས་ཐོབ་ནས་སྣ་ཚོས་མ་བྱེད་ལ་ན། ཡོད་ལ་མ་བྱེད་ལ་ན་ལ།
 སྤོའི་གསུང་སྐད་སྟན་ཡང་བྱེད་དེ་འཛོམ་མོ་དང་འབྲ། ཡོད་ལ་འཛོམ་མོ་དང་འབྲ་ལ།
 སྤོའི་ངས་ཨ་ལྷེ་སྤྲང་པའི་རྣམ་ཐར་ལ་གསུང། ཡོད་ལ་རྣམ་ཐར་ལ་གསུང་ལ།
 སྤོའི་སྤྱོད་ཡོད་ཟེར་རྒྱས་སྤེ་དེ་ཁོམ་པ་ལ་བཞག ཡོད་ལ་ཁོམ་པ་ལ་བཞག་ལ།
 སྤོའི་བྱི་རྩོག་སྟན་དེ་རང་ཡུལ་དགའ་ས་ལ་ལོག ཡོད་ལ་དགའ་ས་ལ་ལོག་ལ་མེ།

གཞས་བཏང་མཁན་རྫོ་བཟང་། སྤྱི་ལོ་ ༡༠༡༤ ལོའི་ཟླ་བ་ ༩ པའི་ཚེས་ ༡༤ ཉིན།

ཨ་ཅེ་སྤྲང་པའི་རྣམ་ཐར་བཞགས་སོ།

ངའི་ཨ་ཅེ་སྤྲང་པའི་རྣམ་ཐར་ལ་ཡོད་རྣམ་ཐར་ཡོད། མཐོ་བ་ནམ་མཁའི་ལམ་གྱི་ཉི་མ་དང་
 ཉི་མ་དང་། དམའ་བ་ས་ཡི་སྤེང་གི་བདུ་གཉིས་བདུ་གཉིས་ལ། མཐོ་དམན་ཐུག་པའི་བྱེད་པར་
 ཡོད་ན་ཡང་ཡོད་ན་ཡང་། ལས་དབང་མཐུན་པའི་པན་ཚུན་མཛའ་གྲོགས་ཡིན་མཛའ་གྲོགས་
 ཡིན་ལ། རིང་བ་མདའ་མོ་ཚད་ལྡན་ཚོད་སྐོད་དང་ཚོད་སྐོད་དང་། ཐུང་བ་གཞུ་མོ་ར་ཚོད་འབྲིལ་བ་
 གཉིས་འབྲིལ་བ་གཉིས་ལ། རིང་ཐུང་ཐུག་པའི་བྱེད་པར་ཡོད་ན་ཡང་ཡོད་ན་ཡང་། ལས་དབང་
 མཐུན་པའི་པན་ཚུན་མཛའ་གྲོགས་ཡིན་མཛའ་གྲོགས་ཡིན་ལ། ཆེ་བ་མཐའ་ཡས་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་

དང་ཆེན་པོ་དང་། རྒྱུ་ར་བ་ལྟོ་དཀར་ཉ་རྒྱུ་ར་གསེར་མིག་གཉིས་གསེར་མིག་གཉིས་ཡ། ཆེ་རྒྱུ་ར་
ལྷག་པའི་རྒྱུ་ར་པར་ཡོད་ན་ཡང་ཡོད་ན་ཡང་། ལས་དབང་མཐུན་པའི་པན་རྒྱུ་ར་མཛའ་གྲོགས་ཡིན་
མཛའ་གྲོགས་ཡིན་ཡ། དས་ཨ་ཅེ་རྒྱུ་ར་པའི་རྣམ་ཐར་སོང་རྣམ་ཐར་སོང་ཡ།

དས་ཨ་ཅེ་རྒྱུ་ར་པའི་རྣམ་ཐར་ཡོད་རྣམ་ཐར་ཡོད། གངས་སེང་དཀར་མོ་གཡུ་རལ་རྒྱུ་ར་བ་
དེ་རྒྱུ་ར་བ་དེ། གངས་རི་དཀར་པོ་ར་ལ་མ་ཆགས་ཤིག་མ་ཆགས་ཤིག་ཡ། ར་ལས་

རྣམ་པ་གངས་དཀར་ཉི་མེ་ཡོད་ཉི་མེ་ཡོད་ཡ། གངས་རི་ར་ཉི་མེ་མས་བཟུང་ཉེན་འདུག་
བཟུང་ཉེན་འདུག་ ཐང་དཀར་མོད་པོ་གཤོག་རྩལ་འཛོལས་བ་ཁྲིད་འཛོལས་བ་ཁྲིད། བྲག་རྩོད་
མཚོན་པོ་ར་ལ་མ་ཆགས་ཤིག་མ་ཆགས་ཤིག་ཡ། ར་ལས་རྣམ་པ་བ་རི་རྒྱུ་ར་ལྷན་པོ་ཡོད་རྒྱུ་ར་པོ་
ཡོད་ཡ། བྲག་རི་ར་ཉི་མོག་གི་གཏོར་ཉེན་འདུག་གཏོར་ཉེན་འདུག་ཡ། བཅོམ་རྒྱུ་ར་ཉ་བ་དྲུང་ར་
རྒྱུ་ར་བ་ཁྲིད་རྒྱུ་ར་བ་ཁྲིད་ཡ། སྤང་རྩོད་བདེ་མོ་ར་ལ་མ་ཆགས་ཤིག་མ་ཆགས་ཤིག་ཡ། ར་ལས་
རྣམ་པ་རྣམ་པ་གང་འཛོལས་ཡོད་གང་འཛོལས་ཡོད་ཡ། སྤང་རི་ར་ཉི་མེ་གི་ཁྲིད་ཉེན་འདུག་ཁྲིད་
ཉེན་འདུག་ཡ། ཉ་རྒྱུ་ར་གསེར་མིག་འཇུག་བཟོད་མཁས་བ་ཁྲིད་མཁས་བ་ཁྲིད། མཚོའི་རྩོད་རྩོན་
པོ་ར་ལ་མ་ཆགས་ཤིག་མ་ཆགས་ཤིག་ཡ། ར་ལས་རྣམ་པ་པའི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ཡོད་ཆེན་པོ་ཡོད་
ཡ། མཚོ་མོ་ར་ཉི་ཐན་པས་རྣམ་ཉེན་འདུག་རྣམ་ཉེན་འདུག་ཡ། གསུང་རྣམ་འཇུག་པའི་རྒྱུ་ར་གྲིང་
འཛོལ་མོ་ཁྲིད་འཛོལ་མོ་ཁྲིད་ཡ། རྒྱུ་ར་གྲིང་བྱ་བའི་ར་ལ་མ་ཆགས་ཤིག་མ་ཆགས་ཤིག་ཡ། ར་
ལས་རྣམ་པ་པའི་རྩེད་ཆེལ་རྩེད་ཡོད་རྩེད་ཡོད་ཡ། རྒྱུ་ར་མ་ར་ཉི་ཐན་མཐུག་བསྐྱེད་ཉེན་འདུག་
བསྐྱེད་ཉེན་འདུག་ཡ། དུས་གསལ་ཅན་གྱི་གསེར་རྒྱུང་རྒྱུང་བྱ་ཁྲིད་རྒྱུང་བྱ་ཁྲིད་ཡ། ཏ་མོའི་མེ་ཏོག་
ར་ལ་མ་ཆགས་ཤིག་མ་ཆགས་ཤིག་ཡ། ར་ལས་རྣམ་པ་པའི་རྩོད་ལྷན་ལྷན་ར་ཡོད་ལྷན་ར་ཡོད་ཡ།
མེ་ཏོག་ར་ཉི་མེར་བས་བཅོམ་ཉེན་འདུག་བཅོམ་ཉེན་འདུག་ཡ། ཨ་མའི་བྱ་རྒྱུ་ར་རྣུ་དར་པོ་ཁྲིད་
དར་པོ་ཁྲིད་ཡ། འདི་རྒྱུ་ར་ས་ར་ལ་མ་ཆགས་ཤིག་མ་ཆགས་ཤིག་ཡ། ར་ལས་རྣམ་པ་དཔོན་
པོ་ཡབ་སྲས་ཡོད་ཡབ་སྲས་ཡོད་ཡ། ཨ་མ་ར་ཉི་མེ་ཏོག་རྒྱུང་ཉེན་འདུག་རྒྱུང་ཉེན་འདུག་ཡ། དེ་ཚོ་
གསན་བ་ཨེ་རྒྱུ་ར་ཨ་མའི་བྱ་ཨ་མའི་བྱ་ཡ། རྣུ་དར་པོའི་རྣམ་པ་ལ་དེ་རྣམ་ཞོག་དེ་རྣམ་ཞོག་ཡ།

བྱ་ཚུང་ལྷ་ལྷ་དར་པོ་འི་རྣམ་ཐར་ལ་ཡོད་རྣམ་ཐར་ཡོད་ཡ། གངས་རི་མཐོན་པོ་སེང་གོ་དཀར་མོ་ང་
 དཀར་མོ་ང་ཡ། གངས་རི་དཀར་པོ་བྲིད་ལ་མ་ཆགས་ན་མ་ཆགས་ན། སེང་གོ་ང་ལ་གཡུ་རལ་
 རྒྱས་དུས་མེད་རྒྱས་དུས་མེད་ཡ། སེང་གོ་ང་ལ་གཡུ་རལ་མ་རྒྱས་བར་མ་རྒྱས་བར་ཡ། གངས་
 རི་དཀར་པོ་ཅིས་ཀྱང་བཞུགས་རོགས་མཛོད་བཞུགས་རོགས་མཛོད་ཡ། གངས་སེང་དཀར་
 མོ་གཡུ་རལ་རྒྱས་པའི་དུས་རྒྱས་པའི་དུས་ཡ། གངས་རི་སེང་གོ་འཇགས་ནས་ལྷ་ཚོས་བྲེད་ལྷ་
 ཚོས་བྲེད་ཡ། བྲག་སྟོད་མཐོན་པོ་འི་ཐང་དཀར་ཚོད་པོ་ང་ཚོད་པོ་ང། མཐོན་པོ་འི་བྲག་དམར་བྲིད་
 ལ་མ་ཆགས་ན་མ་ཆགས་ན། མདའ་མཁན་དཔའ་བོས་གཞོད་པ་མ་བྱུང་ཡང་མ་བྱུང་ཡང། ཐང་
 དཀར་ང་ལ་གཤོག་སྟོ་རྒྱས་དུས་མེད་རྒྱས་དུས་མེད་ཡ། ཚོད་པོ་ང་ལ་གཤོག་སྟོ་མ་རྒྱས་བར་མ་
 རྒྱས་བར་ཡ། བྲག་སྟོད་མཐོན་པོ་ཅིས་ཀྱང་བཞུགས་རོགས་མཛོད་བཞུགས་རོགས་མཛོད་ཡ།
 ཐང་དཀར་ང་ལ་གཤོག་སྟོ་རྒྱས་པའི་དུས་རྒྱས་པའི་དུས། བྲག་དང་ཐང་དཀར་འཇགས་ནས་ལྷ་
 ཚོས་བྲེད་ལྷ་ཚོས་བྲེད་ཡ། སྤང་སྟོད་མཐོན་པོ་འི་ཤ་བ་སྐྱུག་ཚུང་ང་སྐྱུག་ཚུང་ང། བྲག་སྟོད་མཐོན་
 པོ་བྲིད་ལ་མ་ཆགས་ན་མ་ཆགས་ན། ལིང་བ་བྲི་བྲིད་གཞོད་པ་མ་བྱུང་ཡང་མ་བྱུང་ཡང། ཤ་བ་
 སྐྱུག་ཚུང་དུང་ར་རྒྱས་དུས་མེད་རྒྱས་དུས་མེད། ཤ་བ་སྐྱུག་ཚུང་དུང་ར་མ་རྒྱས་བར་མ་རྒྱས་བར།
 སྤང་སྟོད་མཐོན་པོ་ཅིས་ཀྱང་བཞུགས་རོགས་མཛོད་བཞུགས་རོགས་མཛོད་ཡ། ཤ་བ་སྐྱུག་ཚུང་
 དུང་ར་རྒྱས་པའི་དུས་རྒྱས་པའི་དུས། སྤང་དང་ཤ་བ་འཇགས་ནས་ལྷ་ཚོས་བྲེད་ལྷ་ཚོས་བྲེད་ཡ།
 གསུང་སྐད་སྟན་པའི་བྲེའུ་འཛོལ་མོ་ང་འཛོལ་མོ་ང། ལྷང་གླིང་བྲ་བཞི་བྲིད་ལ་མ་ཆགས་ན་མ་
 ཆགས་ན། རྒྱ་ཁ་ཉོར་པས་གཞོད་པ་མ་བྱུང་ཡང་མ་བྱུང་ཡང། འཛོལ་མོ་ང་ལ་གསུང་སྐད་ཤེས་
 དུས་མེད་ཤེས་དུས་མེད་ཡ། བྲེའུ་ཚུང་ང་ལ་གསུང་སྐད་མ་ཤེས་བར་མ་ཤེས་བར། ལྷང་གླིང་བྲ་
 བཞི་ཅིས་ཀྱང་བཞུགས་རོགས་མཛོད་བཞུགས་རོགས་མཛོད་ཡ། བྲེའུ་ཚུང་ང་ལ་གསུང་སྐད་
 ཤེས་པའི་དུས་ཤེས་པའི་དུས། ལྷང་གླིང་འཛོལ་མོ་འཇགས་ནས་ལྷ་ཚོས་བྲེད་ལྷ་ཚོས་བྲེད་ཡ།

མཚོ་སྟོད་མཐོན་པོ་འི་ཉ་ཚུང་གསེར་མིག་ང་གསེར་མིག་ང། གཙང་ཆབ་སྟོན་མོ་བྲིད་ལ་
 མ་ཆགས་ན་མ་ཆགས་ན། ལྷགས་ཀྱང་ངར་མས་གཞོད་པ་མ་བྱུང་ཡང་མ་བྱུང་ཡང། ཉ་ཚུང་ང་

སྤྱང་སྤྱིང་གྲུ་བཞི་ནས་མཚུགས་བསྐྱུ་གོང་། གྲེལ་རྒྱུང་སྤྱང་ལ་འཁོར་བ་བཀའ་འིན་ཆེ།
རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ཐུན་བས་མ་སྐྱུ་གོང་། ཉ་རྒྱུང་མཚོ་ལ་འཁོར་བ་བཀའ་འིན་ཆེ།
མ་མ་རྒྱན་རྒྱན་འཆི་བ་མ་གྲུང་གོང་། ལུ་མོ་སྤྱང་ས་ལོག་བ་བཀའ་འིན་ཆེ།

ཨ་ཅེ་སྤྱང་སའི་རྣམ་ཐར་བཞུགས་སོ།

མེ་ཉོག་རང་ཚོ་ཁ་དོག་ཡག་སྤྱིང་འདོད་ལ། མེ་ཉོག་རང་ཚོ་ཁ་དོག་ཡག་སྤྱིང་འདོད་ལ།
ཁ་དོག་སྤྲེ་ལྡེའི་བཟུ་ལ་ཤིས་པ་ཤོག་ལ། ཁ་དོག་སྤྲེ་ལྡེའི་བཟུ་ལ་ཤིས་པ་ཤོག་ལ།
ཁ་དོག་སྤྲེ་ལྡེའི་གཡང་ལ་ཆགས་མོ་ཤོག་ལ། ཁ་དོག་སྤྲེ་ལྡེའི་གཡང་ལ་ཆགས་མོ་ཤོག་ལ།
ར་ཨ་ཅེ་སྤྱང་ས་རྣམ་ཐར་ཡོད་ལ། ར་ཨ་ཅེ་སྤྱང་ས་རྣམ་ཐར་ཡོད་ལ། བ་འདི་ལ་ཀུན་བཟང་བདེ་
ཆེན་ཟེར་ལ།
མ་འདི་ལ་ཀུན་བཟང་བདེ་ཆེན་ཟེར་ལ། མ་འདི་ལ་སྐྱུ་ལ་བཟང་ཚོས་སྤྲོན་ཟེར་ལ། མ་འདི་ལ་སྐྱུ་ལ་
བཟང་ཚོས་སྤྲོན་ཟེར་ལ།
ལུ་མོ་ར་ལ་སྤྱང་ས་འོད་འབྱུང་ཟེར་ལ། ལུ་མོ་ར་ལ་སྤྱང་ས་འོད་འབྱུང་ཟེར་ལ། ཤར་སྤྱང་རི་ལོགས་
ལྷི་འཇའ་དང་འབྲ་ལ། ཤར་སྤྱང་རི་ལོགས་ལྷི་འཇའ་དང་འབྲ་ལ། འཇའ་ལ་ཁ་དོག་མཚར་གྲུང་སྤྱིང་
པོ་མེད་ལ། འཇའ་ལ་ཁ་དོག་མཚར་གྲུང་སྤྱིང་པོ་མེད་ལ། སྤྱིང་པོ་ཡོད་བ་དམ་བ་ལྷ་ཚོས་རེད་ལ།
སྤྱིང་པོ་ཡོད་བ་དམ་བ་ལྷ་ཚོས་རེད་ལ། ལུ་བ་རྒྱ་མཚོ་གཞུང་གི་སྤྱི་མོ་འབྲ་ལ། ལུ་བ་རྒྱ་མཚོ་གཞུང་
གི་སྤྱི་མོ་འབྲ་ལ། སྤྱི་ལ་ཡོངས་སྤྱོད་ཆེ་གྲུང་སྤྱིང་པོ་མེད་ལ། སྤྱི་ལ་ཡོངས་སྤྱོད་ཆེ་གྲུང་སྤྱིང་པོ་མེད་
ལ། སྤྱིང་པོ་ཡོད་བ་དམ་བ་ལྷ་ཚོས་རེད་ལ། སྤྱིང་པོ་ཡོད་བ་དམ་བ་ལྷ་ཚོས་རེད་ལ། ལུང་གཡུ་
འབྲུག་སྤྱིང་གི་འབྲུག་དང་འབྲ་ལ། ལུང་གཡུ་འབྲུག་སྤྱིང་གི་འབྲུག་དང་འབྲ་ལ། འབྲུག་ལ་ཉག་སྤྱི་
ཆེ་གྲུང་སྤྱིང་པོ་མེད་ལ། འབྲུག་ལ་ཉག་སྤྱི་ཆེ་གྲུང་སྤྱིང་པོ་མེད་ལ། སྤྱིང་པོ་ཡོད་བ་དམ་བ་ལྷ་ཚོས་
རེད་ལ། སྤྱིང་པོ་ཡོད་བ་དམ་བ་ལྷ་ཚོས་རེད་ལ། དས་ཨ་ཅེ་སྤྱང་ས་རྣམ་ཐར་ཡོད་ལ། དས་ཨ་ཅེ་
སྤྱང་ས་རྣམ་ཐར་ཡོད་ལ། ལྷ་ཉོ་སྤྱང་མོ་བརྒྱ་སྤྲེ་ཁྲོམ་བ་བཞག་ལ། ལྷ་ཉོ་སྤྱང་མོ་བརྒྱ་སྤྲེ་ཁྲོམ་བ་

སྤོའི་མ་བྱ་བདེ་མོ་ཡོད་ན་གཞེས་ཆས་ས་ལ་བཞག་ཤོག། གཞེས་ཆས་ས་ལ་བཞག་ཤོག།
སྤོའི་མ་བྱ་བདེ་མོ་ཡོད་ན་སྐྱག་སྐྱ་མེད་ས་བཞག་ཤོག། ཉིག་སྐྱ་མེད་ས་བཞག་ཤོག།

མཚོད་པ་གཅིག་དང་པོ།

མཚོད་པ་གཅིག་དང་པོ། མཚོད་པ་གཅིག་དང་པོ། ཡ་ལ་འབྱུང་བ་ཡོད་དོ་ཡག་སོ།
ཡར་གྱི་སྟེང་ཕྱོགས་སྐྱ་ཡུལ་ལ་འབྱུང་ཡོད་ལགས། ད་དགོང་རང་ཚོ་ལ་ཅེད་ལ་མོ་ཅེད་ས་ལས་
ཡག་ཤག་སྐྱ་སྐྱན་མཚོད་པ་མ་གཅིག་འབྱུང། མཚོད་པ་གཅིག་དང་པོ། མཚོད་པ་གཅིག་དང་
པོ། ཡ་ལ་འབྱུང་བ་ཡོད་དོ་ཡག་སོ། ཡར་གྱི་བར་ཕྱོགས་བཅོམ་ཡུལ་ལ་འབྱུང་ཡོད་ལགས། ད་
དགོང་རང་ཚོ་ལ་ཅེད་ལ་མོ་ཅེད་ས་ལས་ཡག་ཤག་སྐྱ་སྐྱན་མཚོད་པ་མ་གཅིག་འབྱུང། མཚོད་པ་
གཅིག་དང་པོ། མཚོད་པ་གཅིག་དང་པོ། ཡ་ལ་འབྱུང་བ་ཡོད་དོ་ཡག་སོ། ཡར་གྱི་འོག་ཕྱོགས་
སྐྱ་ཡུལ་ལ་འབྱུང་ཡོད་ལགས། ད་དགོང་རང་ཚོ་ལ་ཅེད་ལ་མོ་ཅེད་ས་ལས་ཡག་ཤག་སྐྱ་སྐྱན་
མཚོད་པ་མ་གཅིག་འབྱུང།

ཤོག་དཀར་ཤོག་ནག་ཤོག་སེར་གསུམ།

ཤོག་དཀར་ཤོག་ནག་ཤོག་སེར་གསུམ། ཤོག་ནག་འདི་ཚོ་ནག་ཚུང་འབྲི་མོ་འདྲ།
བཞོ་སྐྱོགས་བཟ་ཤིས་སྐོ་མོ་གཡས་ཕྱོགས་ལ་བཞག་ཤེ་ཚུ་དུང་ལས་སྐོ་མོ་གཡོན་ཕྱོགས་ལ་བཞག།
དེའི་སྟེང་ལ་ནོར་ལྷ་གཡང་སྐྱབས་བཞུགས། སེར་པོ་མར་གྱི་བཅེགས་པ་གྲུང་ལས་མཐོ།
ཤོག་དཀར་ཤོག་ནག་ཤོག་སེར་གསུམ། ཤོག་སེར་འདི་ནི་ཉ་པོ་གསེར་བྱ་འདྲ།
ཉ་སྐྱ་སེར་ཤོག་དངུས་ཤོག་གཡས་ཕྱོགས་ལ་བཞག་ཤེ་མདའ་(སྐབ་)སེར་གྱི་ཨ་ལོང་གཡོན་
ཕྱོགས་ལ་བཞག།
དེའི་སྟེང་ལ་གོ་སར་རྒྱས་པོ་བཞུགས། འགོས་དང་གོ་མ་ས་དབྱེ་བ་བྱེ་བཞིན་དུ།
ཤོག་དཀར་ཤོག་ནག་ཤོག་སེར་གསུམ། ཤོག་དཀར་འདི་ཚོ་གཡང་དཀར་ལྷག་གྲུ་འདྲ། ཇར་

དོ་དགའ་ལྷན་ཆབ་དར་གཡོན་ལྷོགས་ལ་བཞག། དེམ་ཅེ་ལྷུང་གི་གཤོག་པ་གཡས་ལྷོགས་ལ་
བཞག། དེའི་སྟེང་ལ་སེང་ལྷུམ་འགྲོག་མོ་བཞུགས། འཇམ་པོ་བལ་གྱི་དབྱེ་བ་སྤེལ་བཞེན་དུ།

མཇུབ་མོ་ལྷ་ཡི་བཤད་པ།

མོ་ལ་མཇུབ་མོ་ལྷ་ཡི་བཤད་པ་ཡོད། ལྷ་མཇུབ་མོ་ལྷ་ཡི་ནང་ནས་ཐེ་བོང་དེ།
འབ་དབྱང་སྤྲ་སོ་ཐེབ་བསྐྱོར་སྐྱོན་ས་ཡིན། ལྷ་བཅོན་ཐོད་མདའ་སྤྲད་དུ་གོན་རྒྱ་ཡིན།
ལྷ་མཇུབ་མོ་ལྷ་ཡི་ནང་ནས་མཇུབ་རྒྱུང་འདི། རྒྱ་གར་འབགས་པའི་མཇུབ་ལྷ་བས་སྐྱོན་ས་
ཡིན། ལས་འགོ་སྤྲ་ཉིག་འཛེམ་བུ་རྒྱག་ཆེད་ཡིན། ལྷ་མཇུབ་མོ་ལྷ་ཡི་ནང་ནས་དགྲིལ་མཇུབ་
འདི། གསེར་དང་དུལ་གྱི་ཚོགས་ཁེབས་སྐྱོན་ས་ཡིན།
ཁྲིམ་གྱི་མི་མང་དགྲིལ་ལ་དོམ་རྒྱ་ཡིན། ལྷ་མཇུབ་མོ་ལྷ་ཡི་ནང་ནས་ལྷ་མཇུབ་འདི། དཀོན་མཆོག་
གསུམ་ལ་མཆོད་པ་འབྲུལ་ས་ཡིན། དན་སོང་མ་ལ་སྤྲིན་པ་གཏོང་ས་ཡིན།
ལྷ་མཇུབ་མོ་ལྷ་ཡི་ནང་ནས་ཨ་སྤྲུག་འདི། སྤོན་པོ་འབྲུ་ཡི་ལྷ་གས་མ་ལྷ་གས་ས་ཡིན།
ལྷ་མོ་རྣམས་ཀྱི་བང་མཚོད་བརྒྱུངས་ས་ཡིན།

བོད་ཀྱི་རི་དེ་བྱ་རུ་རི་བོ་དང་འབྲུ་ཡོད།

སྤོའི་བོད་ཀྱི་རི་དེ་བྱ་རུ་རི་བོ་དང་འབྲུ་ཡོད། བོད་ཀྱི་རི་དེ་བྱ་རུ་རི་བོ་དང་འབྲུ་ཡོད།
སྤོའི་བྱ་རུ་ལ་བསམ་བཞིན་རི་བོ་ལ་སྐྱོར་ར་ཅིག་བསྐྱོར་ཡོད། བྱ་རུ་ལ་བསམ་བཞིན་རི་བོ་ལ་
སྐྱོར་ར་ཅིག་བསྐྱོར་ཡོད།
སྤོའི་ཀོང་པོའི་རི་དེ་ལོ་ཡག་རི་བོ་དང་འབྲུ་ཡོད། ཀོང་པོའི་རི་དེ་ལོ་ཡག་རི་བོ་དང་འབྲུ་ཡོད།
སྤོའི་ལོ་ཡག་ལ་བསམ་བཞིན་རི་བོ་ལ་སྐྱོར་ར་ཅིག་བསྐྱོར་ཡོད། ལོ་ཡག་ལ་བསམ་བཞིན་རི་བོ་
ལ་སྐྱོར་ར་ཅིག་བསྐྱོར་ཡོད།
སྤོའི་སྤོ་རྩོ་ལོ་རྒྱས་སྤེ་ཁྲིམ་པ་ལ་བཞག་ཡོད། སྤོ་རྩོ་ལོ་རྒྱས་སྤེ་ཁྲིམ་པ་ལ་བཞག་ཡོད།

ཡང་ལྟར་བྱ་བ་སྤྲོ་ཁར་ལོ་སང་མཁམ་པ་ཡོད་ན། ཆས་ཤོག་ཟེར་སྤྲོགས་ཤོག་ཟེར། ལོ་སང་
མཁམ་པ་རང་མིན་འདུག་སྟེ། ཀོང་ལྷལ་གཞུང་གི་ནེ་གཙོ་འཇགས་ལེ། ཆས་ཡོང་པ་ཡིན་སྤྲོགས་
ཡོང་བ་ཡིན།

ལྟར་གི་གཤོག་པ།

ལྟར་གི་གཤོག་པ་མ་བརྒྱུད་གཤོག་པ་བརྒྱུད། ལྟར་གི་གཤོག་པ་རྒྱ་གར་ལྷལ་ལ་བརྒྱུད།
དམ་ཚོས་ལེན་ལ་ཨེ་འཕྲོ་ཚོང་དཔོན་ཚོ། དམ་ཚོས་ཟད་པ་མི་འདུག་ཚོང་སྤྲོག་ཚོ།
ལྟར་གི་གཤོག་པ་མ་བརྒྱུད་གཤོག་པ་བརྒྱུད། ལྟར་གི་གཤོག་པ་རྒྱ་ནག་ལྷལ་ལ་བརྒྱུད།
རྒྱ་རྒྱལ་ལེན་ལ་ཨེ་འཕྲོ་ཚོང་དཔོན་ཚོ། རྒྱ་རྒྱལ་ཟད་པ་མི་འདུག་ཚོང་སྤྲོག་ཚོ། ལྟར་གི་གཤོག་པ་མ་
བརྒྱུད་གཤོག་པ་བརྒྱུད། ལྟར་གི་གཤོག་པ་བལ་ལྷལ་གཞུང་ལ་བརྒྱུད། གཡུ་བྱུར་ལེན་ལ་ཨེ་
འཕྲོ་ཚོང་དཔོན་ཚོ། གཡུ་བྱུར་ཟད་པ་མི་འདུག་ཚོང་སྤྲོག་ཚོ། ལྟར་གི་གཤོག་པ་མ་བརྒྱུད་གཤོག་
པ་བརྒྱུད། ལྟར་གི་གཤོག་པ་ཚོས་འཁོར་སྤྲོ་ས་བརྒྱུད། ལྟར་སྤྲོག་ལེན་ལ་ཨེ་འཕྲོ་ཚོང་དཔོན་ཚོ།
ལྟར་སྤྲོག་ཟད་པ་མི་འདུག་ཚོང་སྤྲོག་ཚོ། ལྟར་གི་གཤོག་པ་མ་བརྒྱུད་གཤོག་པ་བརྒྱུད། ལྟར་གི་
གཤོག་པ་ཀོང་ལྷལ་གཞུང་ལ་བརྒྱུད། འབྲུ་སྤྲོ་ལེན་ལ་ཨེ་འཕྲོ་ཚོང་དཔོན་ཚོ། འབྲུ་སྤྲོ་ཟད་པ་མི་
འདུག་ཚོང་སྤྲོག་ཚོ། ལྟར་གི་གཤོག་པ་མ་བརྒྱུད་གཤོག་པ་བརྒྱུད། ལྟར་གི་གཤོག་པ་མོ་ར་ནང་
ལ་བརྒྱུད། ལྟར་གཞུགས་ལེན་ལ་ཨེ་འཕྲོ་ཚོང་དཔོན་ཚོ། ལྟར་གཞུགས་ཟད་པ་མི་འདུག་ཚོང་སྤྲོག་ཚོ།

ཉི་མ་རྒྱ་བ་རྒྱུང་བའི་མཁམ་ར་འབྲུ།

སྤྱི་ལོ་གཞུག་དེ་སྤོན་པོ་ཡང་པོ་དེ་ཁ་གོན་དང་འབྲུ། ཡོད་ལ་ཁ་གོན་དང་འབྲུ་ཡ།
སྤྱི་ལོ་གོན་སྤྱི་ཚོགས་པའི་རས་གོས་དེ་ཡིན་དོགས་ལ་མེད། ཡོད་ལ་ཡིན་དོགས་ལ་མེད་ཡ།
སྤྱི་ལོ་སྤོན་བཟང་གོན་འདོད་ཡོད་ན་གོན་རོགས་ལ་གྱིས། ཡོད་ལ་གོན་རོགས་ལ་གྱིས་ཡ།
སྤྱི་ལོ་གཞོན་པ་འཇགས་ལ་མ་གོན་དེ་ལྷ་རྒྱུ་ལ་མེད། ཡོད་ལ་ལྷ་རྒྱུ་ལ་མེད་ཡ།

སྲོའི་ཉི་མ་རྒྱ་བ་དེ་རྒྱུ་བའི་དེ་མཁར་རྒྱ་དང་འབྲ། ཡོད་ལ་མཁར་རྒྱ་དང་འབྲ་ལ།
 སྲོའི་རྒྱུ་ལ་ཚོག་པའི་མཁར་རྒྱ་དེ་ཡིན་དོགས་ལ་མེད། ཡོད་ལ་ཡིན་དོགས་ལ་མེད་ལ།
 སྲོའི་སྐྱོན་བཟང་རྒྱུ་འདོད་ཡོད་ན་རྒྱུ་རོགས་ལ་གྱིས། ཡོད་ལ་རྒྱུ་རོགས་ལ་གྱིས་ལ།
 སྲོའི་གཞོན་པ་འཇགས་ལ་མ་རྒྱུ་དེ་ལྷ་རྒྱུ་ལ་མེད། ཡོད་ལ་ལྷ་རྒྱུ་ལ་མེད་ལ།
 སྲོའི་སྐར་མ་སྐྱོན་རྒྱག་དེ་རྒྱག་པའི་དེ་ལན་ཅེ་དང་འབྲ། ཡོད་ལ་ལན་ཅེ་དང་འབྲ་ལ།
 སྲོའི་རྒྱག་སྲུ་ཚོག་པའི་ལན་ཅེ་དེ་ཡིན་དོགས་ལ་མེད། ཡོད་ལ་ཡིན་དོགས་ལ་མེད་ལ།
 སྲོའི་སྐྱོན་བཟང་རྒྱག་འདོད་ཡོད་ན་རྒྱག་རོགས་ལ་གྱིས། ཡོད་ལ་རྒྱག་རོགས་ལ་གྱིས།
 སྲོའི་གཞོན་པ་འཇགས་ལ་མ་རྒྱག་དེ་ལྷ་རྒྱུ་ལ་མེད། ཡོད་ལ་ལྷ་རྒྱུ་ལ་མེད་ལ།
 སྲོའི་སྐྱོན་པ་དཀར་པོ་ལྷ་གྲུའི་བལ་དང་ལ་འབྲ། ཡོད་ལ་བལ་དང་ལ་འབྲ་ལ།
 སྲོའི་སྐྱོན་བཟང་གོན་འདོད་ཡོད་ན་གོན་རོགས་ལ་གྱིས། ཡོད་ལ་གོན་རོགས་ལ་གྱིས་ལ།
 སྲོའི་གཞོན་པ་འཇགས་ལ་མ་གོན་དེ་ལྷ་རྒྱུ་ལ་མེད། ཡོད་ལ་ལྷ་རྒྱུ་ལ་མེད་ལ།
 སྲོའི་དགུ་ཚོགས་ཀྱི་གཞོན་པའི་གཞོན་པའི་དེ་ལྷ་རྒྱུ་དང་འབྲ། ཡོད་ལ་ལྷ་རྒྱུ་དང་འབྲ་ལ།
 སྲོའི་བཅེངས་ལ་ཚོག་པའི་ལྷ་རྒྱུ་དེ་ཡིན་དོགས་ལ་མེད། ཡོད་ལ་ཡིན་དོགས་ལ་མེད་ལ།
 སྲོའི་སྐྱོན་བཟང་བཅེངས་འདོད་ཡོད་ན་བཅེངས་རོགས་ལ་གྱིས། ཡོད་ལ་བཅེངས་རོགས་ལ་གྱིས་ལ།
 སྲོའི་གཞོན་པ་འཇགས་ལ་མ་བཅེངས་དེ་ལྷ་རྒྱུ་ལ་མེད། ཡོད་ལ་ལྷ་རྒྱུ་ལ་མེད་ལ།
 སྲོའི་སྲོ་རྒྱ་ལྷ་ལོ་དེ་རྒྱ་སྲོ་ཁོ་ལ་ལ་བཞག ཡོད་ལ་ཁོ་ལ་ལ་བཞག་ལ།
 སྲོའི་སྲོ་རྒྱ་གཏམ་སྐྱོན་རང་ལྷ་ལ་དགའ་ས་ལ་ལོག ཡོད་ལ་དགའ་ས་ལ་ལོག་ལ།

ཤིང་ཅན་སྲོང་པོ།

ཤིང་དེ་ཅན་སྲོང་པོ་གཡང་གི་ས་ལ་སྐྱེས་ཡོད་སོ། གཡང་གི་ས་ལ་སྐྱེས་ཤིང་ས་ཐག་རིང་པོའི་
 ཐང་དཀར་བབས་ས་རེད། ཐང་དཀར་སྲོད་ལུན་རིང་ན་གཞོག་ཅུལ་རོམས་ས་རེད།
 ཤིང་དེ་སྲོང་པོ་གཡང་གི་ས་ལ་སྐྱེས་ཡོད་སོ། གཡང་གི་ས་ལ་སྐྱེས་ཤིང་ས་ཐག་རིང་པོའི་

ཞེ་ཚེ་བབས་ས་རེད། ཞེ་ཚེ་སྤོད་ལྷན་རིང་ན། ཞེ་སང་བཟང་ས་རེད།
ལིང་དེ་རྒྱ་ལྷན་གསུམ་པོ་གཡང་གི་ས་ལ་སྤྲེས་ཡོད་སོ། གཡང་གི་ས་ལ་སྤྲེས་ལིང་ས་ཐག་རིང་
བའི་ལྷ་བྱུག་བབས་ས་རེད། ལྷ་བྱུག་སྤོད་ལྷན་རིང་ན་གསུང་སྐད་དེས་ས་རེད།

མཐོན་པོ་གནམ་ལ་སྐྱས་ཀ་བཅུགས།

མཐོན་པོ་གནམ་ལ་སྐྱས་འཛེག་བཅུགས་ཀྱི་ཟེད། མཐོན་པོ་གནམ་ལ་སྐྱས་འཛེག་ཡོང་དོགས་མེད།
ཞེ་ལོ་མི་ཡོང་ལྷས་བས་ཡོང་འགྲོ་ལགས། འཇམ་ཆེན་སྤྲིན་བ་གཅིག་གི་སྤྲུལ་བ་སྤྲེས།
གཉིས་བ་རི་ལ་འདོམ་བ་འཇམ་ཀྱི་ཟེད། གཉིས་བ་རི་ལ་འདོམ་བ་ཡོང་དོགས་མེད།
ཞེ་ལོ་མི་ཡོང་ལྷས་བའི་ཡོང་འགྲོ་ལགས། ཐང་དཀར་རྩོད་པོ་གཅིག་ལ་སྤྲུལ་བ་སྤྲེས།
དམའ་མོ་ས་ལ་ཐེལ་ཕྱིས་བརྒྱབ་ཀྱི་ཟེད། དམའ་མོ་ས་ལ་ཐེལ་ཕྱིས་ཡོང་དོགས་མེད།
ཞེ་ལོ་མི་ཡོང་ལྷས་བའི་ཡོང་འགྲོ་ལགས། འགྲོས་ཆེན་རྟ་པོ་གཅིག་ལ་སྤྲུལ་བ་སྤྲེས།

སྐོ་མོ་ཉག་ཉག་བཏང་བ།

སྐོ་མོ་དེ་ལ་ཉག་ཉག་ལན་གསུམ་བཏང་། ལྷེང་ལྷ་ལྷུ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་པོ་སྤྲུལ་མཚམས་བཞུགས།
གཞོན་བ་ཁྱེད་ལ་ཅི་དང་གང་དགོས་ཟེད། གཞོན་བ་ང་ལ་གང་ཡང་དགོས་བ་མེད།
དཀར་པོའི་ཚོས་ཀྱི་ལུང་བསྟན་གནང་རོགས་ཀྱེད། ཉག་པོ་སྤྲིག་པའི་ལས་འདི་རྒྱབ་ལ་བཞག
སྐོ་མོ་དེ་ལ་ཉག་ཉག་ལན་གསུམ་བཏང་། བར་བཅན་ཀྱི་ཀྲས་པོ་སྤྲུལ་མཚམས་བཞུགས།
གཞོན་བ་ཁྱེད་ལ་ཅི་དང་གང་དགོས་ཟེད། གཞོན་བ་ང་ལ་གང་ཡང་དགོས་བ་མེད།
དཀར་པོའི་ཚོས་ཀྱི་ལུང་བསྟན་གནང་རོགས་ཀྱེད། ཉག་པོ་སྤྲིག་པའི་ལས་འདི་རྒྱབ་ལ་བཞག
སྐོ་མོ་དེ་ལ་ཉག་ཉག་ལན་གསུམ་བཏང་། དོག་སྤྲུ་ཡི་ཀྲས་པོ་སྤྲུལ་མཚམས་བཞུགས།
གཞོན་བ་ཁྱེད་ལ་ཅི་དང་གང་དགོས་ཟེད། གཞོན་བ་ང་ལ་གང་ཡང་དགོས་བ་མེད།
དཀར་པོའི་ཚོས་ཀྱི་ལུང་བསྟན་གནང་རོགས་ཀྱེད། ཉག་པོ་སྤྲིག་པའི་ལས་འདི་རྒྱབ་ལ་བཞག

བྱ་ལམ་གོང་མ་འོག་མ་བར་མ་གསུམ།

བྱ་ལམ་གོང་མ་འོག་མ་བར་མ་གསུམ། བྱ་ལམ་གོང་མ་དེ་ལ་རྩི་གཅིག་ཚུགས།
 ཞེ་བཟུང་བསམ་པ་ཐང་དཀར་ཚོད་པོ་ཡིན། མ་བཟུང་དགོས་པའི་གོ་བོ་མྱེད་དཀར་བཟུང་།
 ང་ནི་ཁྱེད་ལ་གཡུགས་འདོད་ཤར་བ་མིན། མདའ་མིན་མདའ་སྐྱོ་མ་པར་འཕེན་གཡུགས་པ་ཡིན།
 བྱ་ལམ་གོང་མ་འོག་མ་བར་མ་གསུམ། བྱ་ལམ་བར་དེ་ལ་རྩི་གཅིག་ཚུགས།
 ཞེ་བཟུང་བསམ་པ་ཁྱ་བྱུག་སྟོན་པོ་ཡིན། མ་བཟུང་དགོས་པའི་འདྲེ་བྱ་སྐྱག་(སྲེག་) བ་བཟུང་།
 ང་ནི་ཁྱེད་ལ་གཡུགས་འདོད་ཤར་བ་མིན། དབྱར་དབྱུན་མ་ཤེས་གཡུགས་པ་ཡིན།
 བྱ་ལམ་གོང་མ་འོག་མ་བར་མ་གསུམ། བྱ་ལམ་འོག་དེ་ལ་རྩི་གཅིག་ཚུགས།
 ཞེ་བཟུང་བསམ་པ་སྐྱ་མཁས་ནེ་ཙོ་ཡིན། མ་བཟུང་དགོས་པའི་བྱིའུ་རྒྱུང་འཛོལ་མོ་བཟུང་།
 ང་ནི་ཁྱེད་ལ་གཡུགས་འདོད་ཤར་བ་མིན། ཇོ་སང་ཉམས་དགའ་མ་སྐྱོང་གཡུགས་པ་ཡིན།

ཉི་མ་ཤར་སྐྱོ་སྦྱིང་།

ཉི་མ་ཤར་སྐྱོ་སྦྱིང་དང་རྩ་སྦྱ་སྦྱིང་། ཨུ་འཇགས་ལ་རྩ་སྦྱ་ལེན་དགོས་ཟེད།
 རྩ་སྦྱ་ལེན་ལ་གཡང་དཀར་ལུག་གུ་དགོས། གཡང་དཀར་ལུག་གུ་བྱུང་ན་རྩ་སྦྱ་ལེན།
 ཉི་མ་སྐྱོ་སྦྱིང་དང་ཤིང་སྦྱ་སྦྱིང་། ཨུ་འཇགས་ལ་ཅན་དན་གཏུབ་དགོས་ཟེད།
 ཅན་དན་གཏུབ་ལ་སྦྱ་རེ་རྩ་བ་དགོས། སྦྱ་རེ་རྩ་བ་ཡོད་ན་ཅན་དན་གཏུབ།
 ཉི་མ་ལུབ་སྐྱོ་སྦྱིང་དང་རྩ་སྦྱ་སྦྱིང་། ཨུ་འཇགས་ལ་རྩ་སྦྱ་ལེན་དགོས་ཟེད།
 རྩ་སྦྱ་ལེན་ལ་གསེར་གྱི་སྐྱོག་གཅིག་དགོས། གསེར་གྱི་སྐྱོག་གཅིག་བྱུང་ན་རྩ་སྦྱ་ལེན།
 ཉི་མ་བྱུང་སྐྱོ་སྦྱིང་དང་རྩ་སྦྱ་སྦྱིང་། ཨུ་འཇགས་ལ་ཚ་སྦྱ་ལེན་དགོས་ཟེད།
 ཚ་སྦྱ་ལེན་ལ་སྦྱ་གཡུག་གུ་བ་དགོས། སྦྱ་གཡུག་གུ་བ་བྱུང་ན་རྩ་སྦྱ་ལེན།

ཡར་གྱི་གངས་སྟོང་ཕྱོགས་ལ།

ཡར་གྱི་གངས་སྟོང་ཕྱོགས་ལ། སེང་གོ་དཀར་མོ་ཟེར་བ་གྲགས་ཆེན་པོ་གཅིག་རང་འགྲེལ།
གཡུ་རལ་རོམ་རྒྱ་འདི་ལས་པོའོ་(མེད་བ་)ལ། གཡས་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་མདའ་མོ་གཉོང་ནས་གང་བྱེད།
གཡོན་གྱི་ཕྱོགས་ལ་གཞུ་མོ་འགྲུག་ནས་གང་བྱེད།

ཡར་གྱི་གྲག་སྟོང་ཕྱོགས་ལ། ཐང་དཀར་མོ་ཟེར་བ་གྲགས་ཆེན་པོ་གཅིག་རང་འགྲེལ།
གཡོག་ཅལ་རོམ་རྒྱ་འདི་ལས་པོའོ་ལ། གཡས་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་མདའ་མོ་གཉོང་ནས་གང་བྱེད།
གཡོན་གྱི་ཕྱོགས་སུ་གཞུ་མོ་འགྲུག་ནས་གང་བྱེད།

ཡར་གྱི་སྤང་སྟོང་ཕྱོགས་ལ། ཤ་བ་འཕྲོང་ཚུང་ཟེར་བ་གྲགས་ཆེན་པོ་གཅིག་རང་འགྲེལ།
རྩ་ཅེ་རོམ་རྒྱ་འདི་ལས་པོའོ་ལ། གཡས་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་མདའ་མོ་གཉོང་ནས་གང་བྱེད།
གཡོན་གྱི་ཕྱོགས་སུ་གཞུ་མོ་འགྲུག་ནས་གང་བྱེད།

ཡར་གྱི་སྤང་སྟོང་ཕྱོགས་ལ། རྒྱུ་ཚུང་འཕྲོང་མོ་ཟེར་བ་གྲགས་ཆེན་པོ་གཅིག་རང་འགྲེལ།
གསུང་རྒྱན་རོམ་རྒྱ་འདི་ལས་པོའོ་ལ། གཡས་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་མདའ་མོ་གཉོང་ནས་གང་བྱེད།
གཡོན་གྱི་ཕྱོགས་སུ་གཞུ་མོ་འགྲུག་ནས་གང་བྱེད།

ཡར་གྱི་མཚོ་སྟོང་ཕྱོགས་ལ། ཉ་ཚུང་གསེར་མིག་ཟེར་བ་གྲགས་ཆེན་པོ་གཅིག་རང་འགྲེལ།
སྟོ་བ་རྒྱན་རོམ་རྒྱ་འདི་ལས་པོའོ་ལ། གཡས་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་མདའ་མོ་གཉོང་ནས་གང་བྱེད།
གཡོན་གྱི་ཕྱོགས་སུ་གཞུ་མོ་འགྲུག་ནས་གང་བྱེད།

སྣ་འཇམ་དབྱངས་ལུ་ཉི་ཟེར།

སྣ་འཇམ་དབྱངས་ལུ་ལ་ཉི་ཟེར་རྒྱག་གངས་རི་བཞུར་རྒྱུ་དོགས་ནས་ཉི་ཟེར་རྒྱག་
གངས་རི་མ་བཞུར་ཁྲ་ཆར་བསགས་ནས་སྟོང།
སྣ་འཇམ་དབྱངས་བར་ལ་རྒྱུང་གཅིག་རྒྱག་ཅོན་དན་འབྲེལ་རྒྱུ་དོགས་ནས་རྒྱུང་གཅིག་རྒྱག་ཅོན་

དན་མ་འགྲེལ་རྩ་བ་བརྒྱུད་ནས་སྡོད།

ལྷ་འཇམ་དབྱུངས་མདའ་ལ་རྩ་གཅིག་འབབ། གད་པ་ཚད་རྒྱ་དོགས་ནས་རྩ་གཅིག་འབབ། གད་
པ་མ་ཚད་ས་སུག་བརྒྱུད་ནས་སྡོད།

ཞིང་ཁ་བཏབ་པའི་བོ།

དང་པོ་ཞིང་ལ་ལུད་གཅིག་རྒྱག་ལ་བ་ཡོད། མོ་རོག་ནག་རྩུང་ཐང་ལ་བབས་ལ་བ་འདྲ་ཡོད།
སེང་ལྷམ་འབྲོག་མོ་གཅིག་གིས་སོན་ལ་གཅིག་གཏོར། གཡོག་མོ་འཇོ་མས་བ་སྦྱིད་གི་སོན་
ལ་གཡོག་རྒྱག་ཡོད། མཇོ་མོ་རྒྱུད་དཀར་གཅིག་ལ་གཉའ་ལ་གཅིག་རྒྱག་གཉའ་ཤིང་ཡག་མོ་
གསེར་ལ་གི་གཉའ་ལ་ཤིང་ཡོད་ལ། བེའུ་ཡག་མོ་སྦྱང་སྦྱང་ལེབ་ལ་སྦྱིལ་ཡོད། གཤོལ་བ་ཡག་
མོ་དདུལ་ལ་གི་གཤོལ་ལ་བ་ཡོད་ལ། ཡག་བཟུང་ཡག་མོ་རྒྱུད་གི་གཤོག་ལ་བ་ཡོད། རྒྱན་ཐག་
ཡག་མོ་སྦྱང་ལ་སྦྱང་གསུམ་སྦྱིལ་ཡོད་ལ། ཐོང་བ་ཡག་མོ་གཡུ་ལ་ཡི་ཐོང་ལ་བ་ཡོད། ཞིང་མོ་
ཡག་མོ་གི་ལ་སར་རྒྱལ་ལ་མོ་ཡོད། རལ་དེ་དང་མོ་ཐར་ལ་སྦྱོག་བ་དེ། གེ་སར་རྒྱལ་མོ་མདའ་
ལ་མོ་བཏབ་བ་དང་འདྲ་ཡོད། རལ་དེ་གཉིས་བ་རྩུར་ལ་སྦྱོག་བ་དེ། སེང་ལྷམ་འབྲོག་མོ་སྦྱེ་ལ་
ལྷ་འགྲུག་ལ་བ་འདྲ་ཡོད།

རྒྱ་ནག་ཞིང་མོ་ཆེ་ལ་ཞིང་ཅིག་མོ།

སྤོའོ་ཞི་བ་བཟང་པོ་སྤང་གཞོངས་དེ་བདེ་མོ་འདྲ་ཤོག་ཡོད་ལ་བདེ་མོ་འདྲ་ཤོག་ལ།
སྤོའོ་མགོན་པོ་མཇེས་མོ་མེ་ཏོག་དེ་ཁ་མོ་འདྲ་ཤོག་ཡོད་ལ་ཁ་མོ་འདྲ་ཤོག་ལ།
སྤོའོ་རྒྱ་ནག་ཞིང་མོ་ཆེ་ལ་ཞི་བཤད་བ་ལ་ཡོད། ཡོད་ལ་བཤད་བ་ལ་ཡོད་ལ།
སྤོའོ་རྒྱ་བ་དང་པོ་རྩུར་ལ་ཞི་ཤར་བའི་ལ་དུས། ཡོད་ལ་ཞི་ཤར་བའི་ལ་དུས་ལ།
སྤོའོ་རྒྱ་ནག་ཞིང་མོ་ཆེ་ལ་ཞི་སོ་ནམ་ལ་བྱེད། ཡོད་ལ་ཞི་སོ་ནམ་ལ་བྱེད་ལ།
སྤོའོ་གཟའ་སྐར་འཇོད་སྦྱིང་ལེགས་པའི་དེ་སོ་ནམ་ལ་བྱེད། ཡོད་ལ་ཞི་སོ་ནམ་ལ་བྱེད་ལ།

སྤྱོད་རྒྱ་ནག་ཞིང་མོ་ཆེ་ལ་ནི་ལུང་ཅིག་ལ་སྐྱེ་ལ། ཡོད་ལ་ལུང་ཅིག་ལ་སྐྱེ་ལ་ལ།
 སྤྱོད་ཨོ་རོ་རོ་ནག་རྒྱུང་ས་ལ་བབས་པ་དང་འབྲ། ཡོད་ལ་བབས་པ་དང་འབྲ་ལ།
 སྤྱོད་རྒྱ་ནག་ཞིང་མོ་ཆེ་ལ་ནི་ཞིང་ཅིག་ལ་རྫོ། ཡོད་ལ་ཞིང་ཅིག་ལ་རྫོ་ལ།
 སྤྱོད་མཛོ་མོ་ལྷུང་གི་རོ་ག་པོ་དེ་གཡམས་སྤྱོགས་ལ་ཡོད། ཡོད་ལ་གཡམས་སྤྱོགས་ལ་ཡོད་ལ།
 སྤྱོད་མཛོ་མོ་ཀམ་རོ་ག་པོ་དེ་གཡོན་སྤྱོགས་ལ་ཡོད། ཡོད་ལ་གཡོན་སྤྱོགས་ལ་ཡོད་ལ།
 སྤྱོད་གསེར་གྱི་གཉའ་ཤིང་ཡིན་ཟེ་བརྒྱབ་སེ་བརྒྱབ། ཡོད་ལ་བརྒྱབ་སེ་བརྒྱབ་ལ།
 སྤྱོད་ཁྲིས་པ་ཤིང་གི་རང་འགྲུག་གཤོལ་པ་ལ་ཡོད། ཡོད་ལ་གཤོལ་པ་ལ་ཡོད་ལ།
 སྤྱོད་བེ་རྟོ་ཤིང་ལ་གྲུབ་པའི་དེ་ཐོང་པ་ལ་ཡོད། ཡོད་ལ་ཐོང་པ་ལ་ཡོད་ལ།
 སྤྱོད་ལྷགས་སོ་ཡག་མོ་བག་གསུམ་དེ་སྤང་ལྷགས་ལ་ཡོད། ཡོད་ལ་སྤང་ལྷགས་ལ་ཡོད་ལ།
 སྤྱོད་ལག་བརྒྱང་ཡག་མོ་ལྷུང་གི་དེ་གཤོག་པ་ལ་ཡོད། ཡོད་ལ་གཤོག་པ་ལ་ཡོད་ལ།
 སྤྱོད་གཤོལ་ཐག་ཡག་མོ་རྒྱ་ནག་དེ་སྤྱོང་སྤྱོད་ལ་ཡོད། ཡོད་ལ་སྤྱོང་སྤྱོད་ལ་ཡོད་ལ།
 སྤྱོད་རྒྱ་ཐག་ཡག་མོ་དབྱར་ཁའི་གྲུ་ལུང་ལ་ཡོད། ཡོད་ལ་ཀོ་བ་ལ་ཡོད་ལ།
 སྤྱོད་གཉའ་དགྲིས་ཡག་མོ་ལུ་གུ་དེ་ཕྱིང་པ་ལ་ཡོད། ཡོད་ལ་ཕྱིང་པ་ལ་ཡོད་ལ།
 སྤྱོད་རྟོ་ལྷགས་ཡག་མོ་བསམ་པའི་དེ་དོན་གྲུབ་ལ་ཡོད། ཡོད་ལ་དོན་གྲུབ་ལ་ཡོད་ལ།
 སྤྱོད་གནས་མོ་བསོད་ནམས་ཅན་གྱི་སོན་ཅིག་ལ་གཏོར། ཡོད་ལ་སོན་ཅིག་ལ་གཏོར་ལ།
 སྤྱོད་གཡོག་མོ་འཛོམས་པ་སྤྱིད་གྱི་སོན་གཡོག་ལ་རྒྱག། ཡོད་ལ་སོན་གཡོག་ལ་རྒྱག་ལ།
 སྤྱོད་གཡུ་འབྲུག་གྲགས་ཤིང་སེ་ར་དེ་བབས་པ་དང་འབྲ། ཡོད་ལ་བབས་པ་དང་འབྲ་ལ།
 སྤྱོད་ཞིང་རྫོ་ཡག་མོ་བསོད་ནམས་དེ་དཔའ་རྒྱས་ལ་ཡོད། ཡོད་ལ་དཔའ་རྒྱས་ལ་ཡོད་ལ།
 སྤྱོད་རལ་དེ་དང་སོ་པར་ལ་ནི་འགྲོ་པའི་ལ་དུས། ཡོད་ལ་འགྲོ་པའི་ལ་དུས་ལ།
 སྤྱོད་དབྱུ་མཛོད་མཁས་པས་ཐིག་སྤྱོད་དེ་བརྒྱང་བ་དང་འབྲ། ཡོད་ལ་བརྒྱང་བ་དང་འབྲ་ལ།
 སྤྱོད་རལ་དེ་གཉིས་པ་རྒྱུར་ལ་སྤོག་པའི་ལ་དུས། ཡོད་ལ་སྤོག་པའི་ལ་དུས་ལ།
 སྤྱོད་དབྱུ་མཛོད་མཁས་པས་འཆོམ་སྤྱོར་རྒྱག་པ་དང་འབྲ། ཡོད་ལ་རྒྱག་པ་དང་འབྲ་ལ།

སྲིད་རྒྱ་ནག་ཞིང་མོ་ཆེ་ལ་ས་ཅིག་རྒྱག་ ཡོད་ལ་ས་ཅིག་ལ་རྒྱག་ཡ།
 སྲིད་གདན་རྒྱུ་བཞི་ས་ལ་གཉིང་བ་དང་འདྲ། ཡོད་ལ་གཉིང་བ་དང་འདྲ་ཡ།
 སྲིད་རྒྱ་ནག་ཞིང་མོ་ཆེ་ལ་ནི་རྒྱ་ཅིག་ལ་གཉིང། ཡོད་ལ་རྒྱ་ཅིག་ལ་གཉིང་ཡ།
 སྲིད་གཡུ་མཚོ་སྡོན་པོ་ཐང་ལ་ནི་འབྲིལ་བ་དང་འདྲ། ཡོད་ལ་འབྲིལ་བ་དང་འདྲ་ཡ།
 སྲིད་རྒྱ་ནག་ཞིང་མོ་ཆེ་ལ་ནི་ཡུར་མ་ལ་རྒྱག་ ཡོད་ལ་ཡུར་མ་ལ་རྒྱག་ཡ།
 སྲིད་ཁུ་བྲུག་སྡོན་མོ་ཐང་ལ་ནི་བབས་བ་དང་འདྲ། ཡོད་ལ་བབས་བ་དང་འདྲ་ཡ།
 སྲིད་རྒྱ་ནག་ཞིང་མོ་ཆེ་ལ་ནི་ཐོག་ཅིག་ལ་བསྟུ། ཡོད་ལ་ཐོག་ཅིག་ལ་བསྟུ་ཡ།
 སྲིད་གཡང་དཀར་ལུ་གུ་བལ་ཅིག་བག་བ་དང་འདྲ། ཡོད་ལ་བག་བ་དང་འདྲ་ཡ།
 སྲིད་འབྲུ་ཕུད་དང་པོ་དེ་རྩ་བའི་ལྷ་མ་ལ་འབྲུལ། ཡོད་ལ་ལྷ་མ་ལ་འབྲུལ་ཡ།
 སྲིད་ལྷ་མ་སྐྱུ་ཁམས་བཟང་བའི་དེ་སྡོན་ལམ་རེ་བརྒྱབ། ཡོད་ལ་སྡོན་ལམ་རེ་བརྒྱབ་ཡ།
 སྲིད་འབྲུ་ཕུད་གཉིས་བ་འགོ་འདྲེན་དཔོན་པོ་ལ་འབྲུལ། ཡོད་ལ་ནི་དཔོན་པོ་ལ་འབྲུལ་ཡ།
 སྲིད་དཔོན་པོ་མངའ་ཐང་མཐོ་བའི་དེ་སྡོན་ལམ་རེ་བརྒྱབ། ཡོད་ལ་སྡོན་ལམ་རེ་བརྒྱབ་ཡ།
 སྲིད་འབྲུ་ཕུད་གསུམ་བ་རིན་ཅན་དེ་ས་མ་ལ་འབྲུལ། ཡོད་ལ་ས་མ་ལ་འབྲུལ་ཡ།
 སྲིད་དབྱུ་སྐྱ་དུང་ལས་དཀར་བའི་དེ་སྡོན་ལམ་རེ་བརྒྱབ། ཡོད་ལ་སྡོན་ལམ་རེ་བརྒྱབ་ཡ།

སྐྱ་སྡོན་བཤད་བ།

(སྐྱ་སྡོན་གྱི་སྐྱ་གདངས་སྐྱིག་སྐྱངས་ནི་དབྱུག་གཞས་ཡིན་ན་སྐྱང་རྩོད་སྐྱང་རྩོད་ཞེས་སྐྱིག་དགོས་བ་དང་། ཀོང་གཞས་
 ཡིན་ན་ནམ་མཁའ་གསལ་གྱི་ཀོ་ལ། གསལ་ན་སྐྱ་རོགས་ལྷེད་རོགས། ཉམ་མཁའ་མ་གསལ་གྱི་ཀོ་ལ། གསལ་མེད་སྐྱང་
 སྐྱ་རོགས་ལྷེད་རོགས། ཞེས་སྐྱིག་སྐྱོལ་ཡོད་བར་བཤད།)

སྐྱ་སྡོན་བག་ཤེས་རྒྱལ་པོ་ཁོང་ལ་ཨ་བ་ལ་མིན་འདུག་མ་ཟེད། ཨ་མ་ལ་མིན་འདུག་མ་ཟེད། མོ་
 ཤིང་སྟག་པའི་སྡོང་མོ་བག་ཤེས་ལ་རྒྱལ་པོའི་ཨ་བ། བག་ཤེས་ལ་རྒྱལ་པོའི་ཨ་བ།
 མོ་ཤིང་སྡང་མ་ནག་པོ། བག་ཤེས་རྒྱལ་པོའི་ཨ་མ། བག་ཤེས་རྒྱལ་པོའི་ཨ་མ།

སྐྱ་སྦྱོན་མགོ་ལ་གཟིགས་དང་དགོན་པོ་ལ་སྤྲུག་སྤྲུག་འདྲ་ཡོད། དགོན་པོ་ལ་སྤྲུག་སྤྲུག་འདྲ་ཡོད།
སྐྱ་སྦྱོན་སྐྱལ་པ་གཟིགས་དང་སྤང་གཞོངས་བདེ་མོ་འདྲ་ཡོད། སྤང་གཞོངས་བདེ་མོ་འདྲ་ཡོད།
སྐྱ་སྦྱོན་ཁོག་པ་གཟིགས་དང་རུས་སྐལ་ཁོག་པ་འདྲ་ཡོད། རུས་སྐལ་ཁོག་པ་འདྲ་ཡོད།
མོ་སྐྱད་རྒྱུ་ཆེན་འདྲ་བ་གཡམ་གྱི་སྤྱོད་པ་ལ་བཞག་ཡོད། གཡམ་གྱི་སྤྱོད་པ་ལ་བཞག་ཡོད།
མོ་སྐྱད་རྒྱ་སྤྱིང་འདྲ་བ་གཡོན་གྱི་སྤྱོད་པ་ལ་བཞག་ཡོད། གཡོན་གྱི་སྤྱོད་པ་ལ་བཞག་ཡོད།
རྒྱ་སྤྱིང་མོ་སྐྱད་མོ་སྐྱད་དཀོན་མཆོག་མཆོད་པ་འབྲུལ་ཡོད། དཀོན་མཆོག་མཆོད་པ་འབྲུལ་ཡོད།

སྐྱ་སྦྱོན་མཆོད་པ།

མཆོད་པ་དང་པོ་ཡར་ལ་འབྲུལ། ཡབ་དེ་དབང་པོ་བརྒྱ་བྱིན་ལ། སྐྱ་སྦྱོན་མཆོད་པ་སྦྱོན་པོ་
འབྲུལ། གཅིག་གཉིས་གསུམ་བྱས་ནས། ཡར་གྱི་གངས་དཀར་པོ་དེ་ནས་ཆགས། ལྷང་དེ་དཀར་
པོ་ཆགས་པ་དེ། ཡབ་གྱི་བཀའ་འདྲིན་ཆེ་བྱུང་། དེ་ལ་སྤྱོད་ཞིག་ལེན་པ་ལེན་ལུགས་ཡག་ཤོག་སྐྱ་སྦྱོན་
མཆོད་པ་སྦྱོན་པོ་སྤུལ་ཡོད།

མཆོད་པ་གཉིས་པ་ཡར་ལ་འབྲུལ། ཡར་གྱི་ཡུམ་ཆེན་ཨ་མར་འབྲུལ། ཡུམ་དེ་སྤྱིད་པོ་སྤྱོད་
མཚོད་ལ། སྐྱ་སྦྱོན་མཆོད་པ་སྦྱོན་པོ་འབྲུལ། གཅིག་གཉིས་གསུམ་བྱས་ནས། ཡར་སྤྱོད་ལམ་པོ་
དེ་ནས་ཆགས། རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་འཁྲིལ་བ། ཡུམ་གྱི་བཀའ་འདྲིན་ཆེ་བྱུང་། དེ་ལ་སྤྱོད་ཞིག་ལེན་པ་
ལེན་ལུགས་ཡག་ཤོག་སྐྱ་སྦྱོན་མཆོད་པ་སྦྱོན་པོ་སྤུལ་ཡོད། མཆོད་པ་གསུམ་པ་ཡར་ལ་འབྲུལ།
ཡར་གྱི་གཞས་རོགས་མོང་མཆོས་ལ། གཞས་དང་རྒྱས་སྤེ་ཁྲོམ་པ་ལ། སྐྱ་སྦྱོན་མཆོད་པ་སྦྱོན་
པོ་འབྲུལ། གཅིག་གཉིས་གསུམ་བྱས་ནས། ཡར་གྱི་ཤིང་ནགས་སྤྱུག་པོ་དེ་ནས་ཆགས། ཤིང་
ནགས་སྤྱུག་པོ་སྤྱེས་པ། མོགས་གྱི་བཀའ་འདྲིན་ཆེ་བྱུང་། དེ་ལ་སྤྱོད་ཞིག་ལེན་པ་ལེན་ལུགས་ཡག་
ཤོག་སྐྱ་སྦྱོན་མཆོད་པ་སྦྱོན་པོ་སྤུལ་ཡོད།

གང་འདུག་ལ། གྲེ་མ་ལ་སོ་པར་ཤིག་རྩུར་ཤིག་ལ་གནང་། གྲེ་མ་ལ་སོ་པར་ཤིག་རྩུར་ཤིག་ལ་
གནང་ཡ། དེ་མིན་སྲུ་དང་གང་ལ་ཡང་གདན་ལ་ས་མེད་ལ། འུང་གི་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་གདན་ས་
ལ་རེད། འུང་གི་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་གདན་ས་ལ་རེད་ལ། སྤུས་རྩོལ་ལྷན་ལ་མོ་བརྒྱ་སྡེ་ལ། སྤུས་
རྩོལ་ལྷན་མོ་བརྒྱ་སྡེ་ལ་ཁོལ་བ་ལ་བཞག། ཕྱི་རོ་གཏམ་སྟུན་རང་ཡུལ་དགའ་ས་ལ་ལོག་ལ། ཕྱི་
རོ་གཏམ་སྟུན་རང་ཡུལ་སྦྱིད་ས་ལ་ལོག་ལ།

རྒྱ་ནག་རྒྱ་ལིང་མ་བཅུགས།

སྤྱིའི་ཞི་བ་འདི་ལ་ལས་བཟང་དག། སྤང་གཞོངས་འོ་བདེ་ལ་མོ་ཤོག། སྤང་གཞོངས་འོ་བདེ་
ལ་མོ་ཤོག་ལ།

སྤྱིའི་མགོན་པོ་འདི་ལ་ལས་མཛེས་དག། མེ་ཉོག་འོ་ཁ་ལ་མོ་ཤོག་མེ་ཉོག་འོ་ཁ་ལ་མོ་ཤོག་
ལ། ཡང་སྐྱུར་ཁ་དོག་སྡེ་ལྡེའི་བཟ་སྲུ་འོ་ཤིས་བ་ཤོག། བཟ་སྲུ་འོ་ཤིས་བ་ཤོག་ལ། ཡང་སྐྱུར་
ཁ་དོག་སྡེ་ལྡེའི་དོན་སྲུ་འོ་འགྲུབ་ལ་མོ་ཤོག། དོན་སྲུ་འོ་འགྲུབ་ལ་མོ་ཤོག་ལ། རྒྱ་ནག་རྒྱ་ལ་ལིང་
མ་བཅུགས་དེ་རྒྱ་ནག་འོ་རྒྱ་ལ་ལིང་བཅུགས། རྒྱ་ནག་འོ་རྒྱ་ལ་ལིང་བཅུགས་ཡོད། རྒྱ་ནག་རྒྱ་
ལ་ལིང་བཅུགས་དུས། རྒྱ་ཅེའོ་དགྲུང་ལ་དང་མཉམ། རྒྱ་ཅེའོ་དགྲུང་ལ་དང་མཉམ་ལ། རྒྱ་ཅེའོ་
དགྲུང་ལ་དང་མཉམ་དུས། རྒྱ་ལོའོ་ས་ལ་ཟེལ། རྒྱ་ལོའོ་ས་ལ་ཟེལ་ནས། རྒྱ་ལོའོ་ས་ལ་ཟེལ་ནས་
ལ། རྒྱ་ནག་ལོའོ་བསྟན་བ་ལ་དར། རྒྱ་ནག་ལོའོ་བསྟན་བ་ལ་དར་ལ།

ལྷ་ས་ལྷང་ལ་མ་མ་བཅུགས་དེ་ལྷ་སའོ་ལྷང་ལ་མ་བཅུགས། ལྷ་སའོ་ལྷང་ལ་མ་བཅུགས་
ཡོད། ལྷ་ས་ལྷང་མ་བཅུགས་དུས། ལྷང་ཅེའོ་དགྲུང་ལ་དང་མཉམ། ལྷང་ཅེའོ་དགྲུང་ལ་དང་
མཉམ་ལ། ལྷང་ཅེ་དགྲུང་ལ་དང་མཉམ་དུས། ལྷང་ལོའོ་ས་ལ་ཟེལ། ལྷང་ལོའོ་ས་ལ་ཟེལ་
ཟེལ་སོང། ལྷང་ལོའོ་ས་ལ་ཟེལ་ནས་ལ། ལྷ་སའོ་བསྟན་ལ་བ་དར། ལྷ་སའོ་བསྟན་ལ་བ་དར་ལ།

རྩ་རིའོ་སྐྱུག་མ་མ་བཅུགས་དེ་རྩ་རིའོ་སྐྱུག་ལ་མ་བཅུགས། རྩ་རིའོ་སྐྱུག་མ་བཅུགས་ཡོད། རྩ་

རི་སྐྱུག་ལ་མ་བཅུགས་དུས། སྐྱུག་ཅེ་དགྲུང་ལ་དང་མཉམ། སྐྱུག་ཅེ་དགྲུང་ལ་དང་མཉམ་
ཡ། སྐྱུག་ཅེ་དགྲུང་ལ་དང་མཉམ་དུས་ལ། སྐྱུག་ལོ་ལོ་ས་ལ་ནས་ཟེལ། སྐྱུག་ལོ་ལོ་ས་ལ་ནས་
ཟེལ་སོང་། སྐྱུག་ལོ་ལོ་ས་ལ་ཟེལ་ནས་ལ། ལྷ་རིའོ་བསྐྱེན་ལ་བ་དར། ལྷ་རིའོ་བསྐྱེན་ལ་བ་དར་ཡ།

ཀོང་ལྷལ་སྐྱར་ལ་ཀ་མ་བཅུགས་དེ་ཀོང་ལྷལ་ལོ་སྐྱར་ལ་ཀ་མ་བཅུགས། ཀོང་ལྷལ་ལོ་སྐྱར་
ལ་ཀ་མ་བཅུགས་ཡོད། ཀོང་ལྷལ་སྐྱར་ལ་ཀ་མ་བཅུགས་དུས། སྐྱར་ཅེ་དགྲུང་ལ་དང་མཉམ། སྐྱར་
ཅེ་དགྲུང་ལ་དང་མཉམ་ཡ། སྐྱར་ཅེ་དགྲུང་ལ་དང་མཉམ་དུས་ལ། སྐྱར་ལོ་ལོ་ས་ལ་ནས་ཟེལ།
སྐྱར་ལོ་ལོ་ས་ལ་ནས་ཟེལ་སོང་། སྐྱར་ལོ་ལོ་ས་ལ་ཟེལ་ནས་ལ། ཀོང་ལྷལ་ལོ་བསྐྱེན་ལ་བ་དར།
ཀོང་ལྷལ་ལོ་བསྐྱེན་ལ་བ་དར་ཡ།

ད་ལོ་འཛོམས་ལ་བའི་མི་དེ་ཚོ། བཟ་ཤིས་འོ་བདེ་ལེགས་ལ་ལྷ། བཟ་ཤིས་འོ་བདེ་ལེགས་
ལ་ལྷ་ཡ། འཛོམས་ནས་བདེ་ལ་བའི་མཚན་ལྟན་དེ། བདེ་བ་ཅན་དུ་སྐྱེ་ལ་བ་ཤོག བདེ་བ་ཅན་དུ་
སྐྱེ་ལ་བ་ཤོག ལྷ་ཡི་བརྒྱ་སྡེ་ ཁོས་བ་དེ། ག་ལེར་བྱེད་ནས་ཐེབས་ལ་རོགས་གནང། ག་ལེར་བྱེད་
ནས་ཐེབས་ལ་རོགས་གནང་དང། ལང་གི་དེ་ཨ་ལ་མ་ཆང་མ། ག་ལེར་བྱེད་ནས་དེ་བཞུགས་
རོགས་ལ་གནང། ག་ལེར་བྱེད་ནས་དེ་བཞུགས་ལ་རོགས་གནང་དང།

སྐྱིང་དབལ་ལྷན་ལུལ།

སྐྱིང་དབལ་ལྷན་ལུལ་ལ་མི་གཅིག་འདུག །མི་དེ་མི་རོ་མ་ཤེས་མི་གཅིག་འདུག
གལ་མགོ་བསྐྱེད་གོ་མ་ཤེས་མི་གཅིག་འདུག །གལ་འདུག་སྐྱིང་གོ་མ་ཤེས་མི་གཅིག་འདུག
མི་སྣ་མང་སོ་དཀྱིལ་ལ་རོ་རེ་ཚ། །སྐྱིང་དབལ་ལྷན་ལུལ་ལ་ཤིང་གཅིག་འདུག །
ཤིང་དེ་ཤིང་རོ་མ་ཤེས་ཤིང་གཅིག་འདུག བསྐྱར་ན་ཀ་བ་མ་མན་ཤིང་གཅིག་འདུག །
སྐྱལ་ན་གདུང་མ་མ་མན་ཤིང་གཅིག་འདུག ། ཤིང་སྣ་མང་སོ་དེ་དཀྱིལ་ལ་རོ་རེ་ཚ།
སྐྱིང་དབལ་ལྷན་ལུལ་ལ་རྩོ་གཅིག་འདུག །རྩོ་དེ་རྩོ་རོ་མ་ཤེས་རྩོ་གཅིག་འདུག །

བསྐྱབ་ནས་ཐབ་རྩོམ་པན་རྩོག་ཅིག་འདུག །བཅིག་ན་རྩུར་རྩོམ་པན་རྩོག་ཅིག་འདུག །
རྩོམ་མང་པོའི་དཀྱིལ་ལ་ངོ་རེ་ཚོ།

མདའ་མོ་གསེར་སྒྲོ།

མདའ་མོ་གསེར་སྒྲོ་ཅན་གྱི་སྐུམ་ཅུ་ཡོད། མདའ་མོ་དུལ་སྒྲོ་ཅན་གྱི་སྐུམ་ཅུ་ཡོད།
མདའ་མོ་དུར་སྒྲོ་ཅན་གྱི་སྐུམ་ཅུ་ཡོད། མདའ་མོ་སྐུམ་ཅུ་གསུམ་གྱི་དགུ་ཅུ་ཡིན།
མདའ་མོ་དགུ་ཅུ་ལ་སོ་སྤང་ལ་བཏང། སྤང་སྟོད་ལུ་བ་དགུ་ཅུ་བསང།
པོད་གྱི་འཇམ་ལྷ་སྤྱིང་ལ་ཤ་སྐལ་སྤྲད། ལྷག་ཤར་གཞོན་པ་ཁྱེད་ལ་ཤ་སྐལ་ཆད།
ཁྱེད་རང་ལ་སོགས་ཆད་སོང་མ་བསམ་དང། སྟོ་དང་མྱོད་པ་གཉིས་འདི་ཁྱེད་ལ་སྤྲད།
དེ་དག་ལ་སོགས་ཆུང་འདུག་མ་བསམ་དང། མགོ་དང་རུ་ཚོ་གཉིས་འདི་ཁྱེད་ལ་སྤྲད།
ཨ་ཅི་མ་ཟེར་ཅེད་མོ་ཡིན། ཅེད་མོ་དོན་དམ་པ་མ་ཡིན། ལྷན་པོ་པོ་ཡི་འགོ་ལྷགས་དེ་འདྲ་ཡིན།

མཇལ་དར་དཀར་པོ།

རང་གི་ལུས་འདི་རྒྱལ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་འདྲ། སེམས་པ་འདི་ནི་ཁ་བཏགས་དཀར་པོ་འདྲ།
ཁ་བཏགས་དཀར་པོ་བསྐྱེལ་ཁ་མ་ཉམས་དགོས། སང་ཞོགས་སྐྱ་མ་མཇལ་བའི་མཇལ་དར་ཡིན།
རང་གི་ལུས་འདི་རྒྱལ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་འདྲ། སེམས་པ་འདི་ནི་ཁ་བཏགས་དམར་པོ་འདྲ།
ཁ་བཏགས་དམར་པོ་བསྐྱེལ་ཁ་མ་ཉམས་དགོས། སང་ཞོགས་དཔོན་པོ་མཇལ་བའི་མཇལ་དར་ཡིན།
རང་གི་ལུས་འདི་རྒྱལ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་འདྲ། སེམས་པ་འདི་ནི་ཁ་བཏགས་སྟོན་པོ་འདྲ།
ཁ་བཏགས་སྟོན་པོ་བསྐྱེལ་ཁ་མ་ཉམས་དགོས། སང་ཞོགས་པ་མ་མཇལ་བའི་མཇལ་དར་ཡིན།

རྩེ་བཙུན་མི་ལའི་རྣམ་ཐར།

སྤྱིའི་ཞི་བ་བཟང་པོ་སྤང་གཞོངས་བདེ་མོ་འདྲ་ཤོག ཡོད་ལ་བདེ་མོ་འདྲ་ཤོག་ཡ།

སྲོའི་མགོན་པོ་མཛེས་མོ་མེ་ཉོག་གི་ཁ་མོ་འདྲ་ཤོག་ ཡོད་ལ་ཁ་མོ་འདྲ་ཤོག་ལ།
 སྲོའི་ཇེ་བཏུན་མི་ལ་རས་བ་དེ་རྣམ་ཐར་ལ་ཡོད། ཡོད་ལ་རྣམ་ཐར་ལ་ཡོད་ལ།
 སྲོའི་མཐའ་རི་བག་རི་དེ་བྲག་རི་ལ་གསུམ། ཡོད་ལ་བྲག་རི་ལ་གསུམ་ལ།
 སྲོའི་ཇེ་བཏུན་མི་ལ་རས་བའི་དེ་ལ་ཁང་ལ་ཡིན། ཡོད་ལ་ལ་ཁང་ལ་ཡིན་ལ།
 སྲོའི་ལ་ཁང་བརྒྱབ་ལ་མ་དགོས་དོ་སྲུ་བདེ། ཡོད་ལ་དོ་སྲུ་བདེ།
 སྲོའི་དོ་སྲུ་བདེ་མོ་སྐྱ་མའི་བཀའ་རིན་རེད། ཡོད་ལ་སྐྱ་མའི་བཀའ་རིན་རེད་ལ།
 སྲོའི་ཏ་རུ་ལག་ལ་རྒྱ་རྒྱུ་དེ་རིལ་བུ་ལ་གསུམ། ཡོད་ལ་རིལ་བུ་ལ་གསུམ་ལ།
 སྲོའི་ལྷ་བ་ལ་སོགས་རྣ་བ་དེ་རྣོ་བ་ལ་གསུམ། ཡོད་ལ་རྣོ་བ་ལ་གསུམ་ལ།
 སྲོའི་ཇེ་བཏུན་མི་ལ་རས་བའི་དེ་སྐྱོ་ཐོག་ལ་ཡིན། ཡོད་ལ་སྐྱོ་ཐོག་ལ་ཡིན་ལ།
 སྲོའི་སྐྱོ་ཐོག་སྐྱོང་དགོས་མི་འདུག་དེ་དོ་སྲུ་ལ་བདེ། ཡོད་ལ་དོ་སྲུ་ལ་བདེ་ལ།
 སྲོའི་དོ་སྲུ་བདེ་མོ་སྐྱ་མའི་དེ་བཀའ་རིན་ལ་ཡིན། ཡོད་ལ་བཀའ་རིན་ལ་ཡིན་ལ།
 སྲོའི་བྱ་རང་ལ་སོགས་བྱ་ལིང་དེ་ཟེ་ཉོར་ལ་གསུམ། ཡོད་ལ་ཟེ་ཉོར་ལ་གསུམ་ལ།
 སྲོའི་ཇེ་བཏུན་མི་ལ་རས་བའི་དེ་སྐྱོ་བུ་ལ་ཡིན། ཡོད་ལ་སྐྱོ་བུ་ལ་ཡིན་ལ།
 སྲོའི་སྐྱོ་བུ་གསོ་དགོས་མི་འདུག་དེ་དོ་སྲུ་ལ་བདེ། ཡོད་ལ་དོ་སྲུ་ལ་བདེ་ལ།
 སྲོའི་དོ་སྲུ་བདེ་བ་སྐྱ་མའི་དེ་བཀའ་རིན་ལ་ཡིན། ཡོད་ལ་བཀའ་རིན་ལ་ཡིན་ལ།
 སྲོའི་སྐྱ་ལ་གཟིག་དོམ་འེད་དེ་མི་རྒྱུ་ལ་གསུམ། ཡོད་ལ་མི་རྒྱུ་ལ་གསུམ་ལ།
 སྲོའི་ཇེ་བཏུན་མི་ལ་རས་བའི་དེ་སྐྱོ་སྲུང་ལ་ཡིན། ཡོད་ལ་སྐྱོ་སྲུང་ལ་ཡིན་ལ།
 སྲོའི་སྐྱོ་སྲུང་གསོ་དགོས་མི་འདུག་དེ་དོ་སྲུ་ལ་བདེ། ཡོད་ལ་དོ་སྲུ་ལ་བདེ་ལ།
 སྲོའི་དོ་སྲུ་བདེ་མོ་སྐྱ་མའི་དེ་སྐྱ་རིན་ལ་ཡིན། ཡོད་ལ་སྐྱ་རིན་ལ་ཡིན་ལ།
 སྲོའི་ཨ་རུ་ལ་སོགས་སྐྱ་རུ་བ་རུ་ལ་གསུམ། ཡོད་ལ་བ་རུ་ལ་གསུམ་ལ།
 སྲོའི་ཇེ་བཏུན་མི་ལ་རས་བའི་དེ་ཞལ་ཉོག་ལ་ཡིན། ཡོད་ལ་ཞལ་ཉོག་ལ་ཡིན་ལ།
 སྲོའི་ཞལ་ཉོག་བཏབ་དགོས་མི་འདུག་དེ་དོ་སྲུ་ལ་བདེ། ཡོད་ལ་དོ་སྲུ་ལ་བདེ་ལ།

སྤོའི་དོ་སྤྱ་བདེ་མོ་ལྷ་མའི་དེ་སྤྱ་འིན་ལ་ཡིན། ཡོད་ལ་སྤྱ་འིན་ལ་ཡིན་ལ།
སྤོའི་སྤྱ་དོ་ཡོད་ཟེར་རྒྱས་སྤྱེ་དེ་ཁྲོམ་པ་ལ་བཞག་ ཡོད་ལ་ཁྲོམ་པ་ལ་བཞག་ལ།
སྤོའི་བྱི་དོ་གཏམ་སྤྱན་པོ་རང་ཡུལ་ལ་ལོག་ ཡོད་ལ་རང་ཡུལ་ལ་ལོག་ལ།

གཞུང་བཏང་མཁུ་ཆབ་ནག་ཨ་དར་བསོད་ནམས་བསྟན་འཛིན། ལྷོ་ལོ་ ༡༠༡༤ ལོའི་ལྷ་བ་ ༩ པའི་ཚེས་ ༡༠ ཉིན།

མཁའ་འགྲོ་ཀུན་གཞིན་གསུམ།(༡)

མཁའ་འགྲོ་ཀུན་གཞིན་གསུམ་གྱི་རྣམ་ཐར་ཡོད། མཁའ་འགྲོ་ཀུན་པ་སྐར་མ་སྤྲིན་རྒྱག་འབྲ།
སྐར་མ་སྤྲིན་རྒྱག་ནམ་ཚོད་བརྒྱད་གི་ཟེར། མཁའ་འགྲོ་འབྲིང་བ་དཀར་ཡོལ་ཡུ་རིང་འབྲ།
དཀར་ཡོལ་ཡུ་རིང་གལ་མགོ་འབྲིམས་གྱི་ཟེར། མཁའ་འགྲོ་རྩེད་བ་གཡུ་རྩེད་སྤྱ་དཀར་འབྲ།
གཡུ་རྩེད་སྤྱ་དཀར་ཁྲོམ་ཐོག་གཙོད་གྱི་ཟེར།

མཁའ་འགྲོ་ཀུན་གཞིན་གསུམ།(༡)ཤུབ་ལུང་(སྲང་ལམ) བོ་གདུང་།

མཁའ་འགྲོ་ཀུན་གཞིན་གསུམ་གྱི་རྣམ་ཐར་ཡོད། མཁའ་འགྲོ་ཀུན་པའི་ཞལ་ནས་འདི་སྐད་གསུངས།
རི་བོའི་རྩེ་ལ་དགོན་ཆེན་བརྒྱབ་གྱི་ཟེར། རྒྱ་མཚོ་གཉིད་ལ་ལྷ་ཤིང་རྩེགས་གྱི་ཟེར།
ཡི་དྲགས་ཡུལ་ལ་ལོ་ཉོག་བཏབ་གྱི་ཟེར། མཁའ་འགྲོ་ཀུན་པའི་ཞལ་ནས་འདི་སྐད་གསུངས།
མཁའ་འགྲོ་བར་མའི་ཞལ་ནས་གསུངས་རྒྱུ་ལ། རི་བོའི་རྩེ་ལ་དགོན་ཆེན་ཡོང་དོགས་མེད།
དགོན་ཆེན་གཡང་ལ་ཟགས་པའི་དོགས་པ་ཡོད། རྒྱ་མཚོ་གཉིད་ལ་ལྷ་ཤིང་ཡོང་དོགས་མེད།
ལྷ་ཤིང་རྩེ་ལ་ལྷེད་པའི་དོགས་པ་ཡོད། ཡི་དྲགས་ཡུལ་ལ་ལོ་ཉོག་ཡོང་དོགས་མེད།
ཡི་དྲགས་ལོ་ཉོག་ཟ་བའི་དོགས་པ་ཡོད། མཁའ་འགྲོའི་བར་མའི་ཞལ་ནས་འདི་སྐད་གསུངས།
མཁའ་འགྲོ་རྩེད་པའི་ཞལ་ནས་གསུངས་རྒྱུ་ལ། རི་བོ་རྩེ་ལ་དགོན་ཆེན་ཡོང་དགོས་བྱུང་།
དགོན་ཆེན་ལ་སོགས་གཡང་ལ་ཟགས་དོགས་མེད། སྤྲིན་དཔོན་པད་མ་འབྲུང་གནས་གདམས་དག་ཡོད།
རྒྱ་མཚོའི་གཉིད་ལ་ལྷ་ཤིང་ཡོང་དགོས་བྱུང་། ལྷ་ཤིང་ལ་སོགས་རྩེ་ལ་ལྷེད་དོགས་མེད།

བོན་རི་མཚོན་པོ་མཇུག་གྱུར།

རི་མགོ་གཡས་རི་གཡོན་རི། བོན་རི་མཚོན་པོ་མཇུག་གྱུར། བོན་རི་མཚོན་པོ་མགོ་ལ།
 གསེར་གྱི་བྱ་པོ་བབས་སོང་། འདབ་ཤོག་གཡས་པའི་འོག་ལ། གསེར་གྱི་ཡིག་རྒྱུང་འབྲེང་ཞབ་
 གྱུང་ཡིག་མཁས་པ་མེད་ན། ཡིག་རྩ་ཚོད་ས་མ་མེད།
 རི་མགོ་གཡས་རི་གཡོན་རི། བོན་རི་མཚོན་པོ་མཇུག་གྱུར། བོན་རི་མཚོན་པོ་མགོ་ལ།
 དུལ་གྱི་བྱ་པོ་བབས་སོང་། འདབ་ཤོག་གཡོན་པའི་འོག་ལ། དུལ་གྱི་ཡིག་རྒྱུང་འབྲེང་བཞབ་
 གྱུང་ཡིག་མཁས་པ་མེད་ན། ཡིག་རྩ་ཚོད་ས་མ་མེད།
 རི་མགོ་གཡས་རི་གཡོན་རི། བོན་རི་མཚོན་པོ་མཇུག་གྱུར།
 བོན་རི་མཚོན་པོ་མགོ་ལ་གཡུ་ཡི་བྱ་པོ་བབས་སོང་། འདབ་ཤོག་གཡོན་པའི་འོག་ལ།
 གཡུ་ཡི་ཡིག་རྒྱུང་འབྲེང་ཞབ་ གྱུང་ཡིག་མཁས་པ་མེད་ན། ཡིག་རྩ་ཚོད་ས་མ་མེད།

བོད་གྱི་རི་སྐྱ་བཞི་ཡི་བཤད་པ།

བོད་གྱི་རི་སྐྱ་བཞི་ཡི་བཤད་པ་ཡོད། རི་སྐྱ་དང་པོ་ལྷ་ས་ལྷགས་པོ་རི། ཨེམ་ཇི་སྐྱ་པའི་རྒྱས་
 པའི་གདན་ས་ཡིན།
 རི་སྐྱ་གཉིས་པ་ཚེད་ཐང་དགོན་པོ་རི། གྲུབ་ཐོབ་ཐང་སྟོང་རྒྱལ་པའི་གདན་ས་ཡིན།
 རི་སྐྱ་གསུམ་པ་དཔལ་ལྷན་རྒྱུ་པོ་རི། གྲུབ་ཚོགས་པ་ར་ཉ་པའི་གདན་ས་ཡིན།
 རི་སྐྱ་བཞི་པ་བསམ་གཡས་ཉ་ས་པོ་རི། སྟོབ་དཔོན་པད་མ་འབྱུང་གནས་གདན་ས་ཡིན།
 བོད་གྱི་རི་སྐྱ་བཞི་ཡི་བཤད་པ་ཡིན།

བོད་གྱི་ཐང་ཆེན་བཞི་ཡི་བཤད་པ་ཡོད།

ཐང་ཆེན་དང་པོ་གྲག་གསུམ་འབྲུམ་སྤྱང་ཐང་། ཐང་ཆེན་གཉིས་པ་དེ་མོ་སོལ་ནག་ཐང་།

ཐང་ཆེན་གསུམ་པ་སྤོ་བོ་གཡེ་མ་ཐང་། ཐང་སྤོ་བོ་པ་ཅ་རི་དཀྱིལ་འཁོར་ཐང་།
བོད་ཀྱི་ཐང་ཆེན་བཞི་ཡི་བཤད་པ་ཡིན།

བེལ་མོ་ལྷ་ཟ་བཞི་ཡི་བཤད་པ་ཡོད།(བེལ་ནི་བེལ་མིང་།)

བེལ་མོ་ལྷ་ཟ་བཞི་ཡི་བཤད་པ་ཡོད་བཤད་པ་ཡོད་ཡ། ལྷ་ཟ་དང་པོ་འབྲི་བ་སྐོམ་ཆེན་རེད་
སྐོམ་ཆེན་རེད་ཡ། ལྷ་ཟ་གཉིས་པ་རི་ཐོང་ཐོབ་ཉོ་རེད་ཐོབ་ཉོ་རེད་ཡ། ལྷ་ཟ་གསུམ་པ་ཨབ་ར་
གཞུག་སྤུམ་རེད་གཞུག་སྤུམ་རེད་ཡ། ལྷ་ཟ་བཞི་པ་ཨ་ཅེ་མ་མོ་རེད་མ་མོ་རེད་ཡ། བེལ་མོ་ལྷ་
ཟ་བཞི་ཡི་བཤད་པ་ཡིན་བཤད་པ་ཡིན་ཡ།

མིག་ཚུང་ལ་ཟ་བཞི་ཡི་བཤད་པ་ཡོད།

མིག་ཚུང་ལ་ཟ་བཞི་ཡི་བཤད་པ་ཡོད་བཤད་པ་ཡོད་ཡ། བྱང་ཐང་འགྲོང་གི་མི་ལ་ཟ་བ་གཅིག་
ཟ་བ་གཅིག་སྤྱད་ཚུང་ལ་ཡི་སྤུམ་པ་ཟ་བ་གཉིས་ཟ་བ་གཉིས་ཡ། གཡང་དཀར་ལྷག་གི་དུག་སྤུམ་ཟ་
བ་གསུམ་ཟ་བ་གསུམ་ཡ། སྤོ་སྤུགས་པག་གི་འབྲུ་སྤོ་ཟ་བ་བཞི་ཟ་བ་བཞི་ཡ། མིག་ཚུང་ལ་ཟ་བཞི་
ཡི་བཤད་པ་ཡིན་བཤད་པ་ཡིན་ཡ། སྤོ་མོ་མོ་ཡི་བཤད་པ་འདི་སྤྲད་བཞག་འདི་སྤྲད་བཞག་ཡ་སེ།

བོད་ཀྱི་མདོ་ཆེན་བཞི་ཡི་བཤད་པ་ཡོད།(དར་བཤད།)

ཁ་དོག་སྤེ་ལྷའི་བཟ་ལ་ཤེས་པ་ཤོག་ལ། ཁ་དོག་སྤེ་ལྷའི་བཟ་ལ་ཤེས་པ་ཤོག་ལ། ཁ་དོག་
སྤེ་ལྷའི་གཡང་ལ་ཆགས་མོ་ཤོག་ལ། ཁ་དོག་སྤེ་ལྷའི་གཡང་ལ་ཆགས་མོ་ཤོག་ལ། བོད་མདོ་ཆེན་
བཞི་ཡི་བཤད་པ་ཡོད་ལ། བོད་མདོ་ཆེན་བཞི་ཡི་བཤད་པ་ཡོད་ལ། མདོ་དེ་དང་པོ་རྒྱ་ནག་དར་
ཅེ་མདོ་ལ། མདོ་དེ་དང་པོ་རྒྱ་ནག་དར་ཅེ་མདོ་ལ། རྒྱ་ཇ་བོད་ལ་འགྲིམས་པའི་མདོ་ཅིག་ཡིན་ལ།
རྒྱ་ཇ་བོད་ལ་འགྲིམས་པའི་མདོ་ཅིག་ཡིན་ལ། མདོ་དེ་གཉིས་པ་ཟེ་ཡིང་ཨ་འགོ་མདོ་ལ། མདོ་དེ་

ཏྲ་མོའི་ནྲ་འདྲི་རྒྱལ་བའི་རིགས་ལྷ་དང་འབྲེལ་ཡོད། ཏྲ་ལང་ལང་སི་ལང་ཡོད། ཏྲི་ལིང་ལིང་སི་ལིང་ཡོད།
 ཨ་བྱུང་འཇགས་ནི་མ་དང་མཁའ་འགྲོ་དང་འབྲེལ་ཡོད། ཏྲ་ལང་ལང་སི་ལང་ཡོད། ཏྲི་ལིང་ལིང་སི་ལིང་ཡོད།
 ཏྲ་མོའི་མིག་འདྲི་རྒྱ་ནག་ཤེལ་གྲོ་དང་འབྲེལ་ཡོད། ཏྲ་ལང་ལང་སི་ལང་ཡོད། ཏྲི་ལིང་ལིང་སི་ལིང་ཡོད།
 ཨ་བྱུང་འཇགས་ནི་དམན་བཟང་བྱ་མོ་དང་འབྲེལ་ཡོད། ཏྲ་ལང་ལང་སི་ལང་ཡོད། ཏྲི་ལིང་ལིང་སི་ལིང་ཡོད།
 ཏྲ་མོའི་སྣ་འདྲི་རྒྱ་སྒྲིང་ཁ་སྒྲུར་དང་འབྲེལ་ཡོད། ཏྲ་ལང་ལང་སི་ལང་ཡོད། ཏྲི་ལིང་ལིང་སི་ལིང་ཡོད།
 ཨ་བྱུང་འཇགས་ནི་རྒྱ་སྒྲིང་བཏང་བ་དང་འབྲེལ་ཡོད། ཏྲ་ལང་ལང་སི་ལང་ཡོད། ཏྲི་ལིང་ལིང་སི་ལིང་ཡོད།
 ཏྲ་མོའི་ཁ་འདྲི་གཤུག་སྒྲུར་དང་འབྲེལ་ཡོད། ཏྲ་ལང་ལང་སི་ལང་ཡོད། ཏྲི་ལིང་ལིང་སི་ལིང་ཡོད།
 ཨ་བྱུང་འཇགས་ནི་བྲིན་རྒྱལ་སྐྱེས་དམ་ཚུལ་དང་འབྲེལ། ཏྲ་ལང་ལང་སི་ལང་ཡོད། ཏྲི་ལིང་ལིང་སི་ལིང་ཡོད།
 ཏྲ་མོའི་ལྷེ་འདྲི་དར་ཚོན་དམར་ཤོ་དང་འབྲེལ་ཡོད། ཏྲ་ལང་ལང་སི་ལང་ཡོད། ཏྲི་ལིང་ལིང་སི་ལིང་ཡོད།
 ཨ་བྱུང་འཇགས་ནི་དར་ཚོན་བསྐྱར་བ་འབྲེལ་ཡོད། ཏྲ་ལང་ལང་སི་ལང་ཡོད། ཏྲི་ལིང་ལིང་སི་ལིང་ཡོད།
 ཏྲ་མོའི་ཟེ་འདྲི་ལོ་ཡག་ལྷུང་དང་བ་འབྲེལ་ཡོད། ཏྲ་ལང་ལང་སི་ལང་ཡོད། ཏྲི་ལིང་ལིང་སི་ལིང་ཡོད།
 ཨ་བྱུང་འཇགས་ནི་གཡང་ཤིང་ལྷ་མོ་དང་འབྲེལ་ཡོད། ཏྲ་ལང་ལང་སི་ལང་ཡོད། ཏྲི་ལིང་ལིང་སི་ལིང་ཡོད།
 ཏྲ་མོའི་སྐལ་པ་སྤར་གཞོན་ས་བདེ་མོ་དང་འབྲེལ་ཡོད། ཏྲ་ལང་ལང་སི་ལང་ཡོད། ཏྲི་ལིང་ལིང་སི་ལིང་ཡོད།
 ཨ་བྱུང་འཇགས་ནི་སྤར་རྒྱན་མེ་ཉྲིག་དང་འབྲེལ་ཡོད། ཏྲ་ལང་ལང་སི་ལང་ཡོད། ཏྲི་ལིང་ལིང་སི་ལིང་ཡོད།
 ཏྲ་མོའི་གཞུག་གུ་རྒྱ་མོ་གུག་པ་འབྲེལ་ཡོད། ཏྲ་ལང་ལང་སི་ལང་ཡོད། ཏྲི་ལིང་ལིང་སི་ལིང་ཡོད།
 ཨ་བྱུང་འཇགས་ནི་རྒྱ་མོ་འཁྲིད་པ་འབྲེལ་ཡོད། ཏྲ་མོའི་བྱུས་མགོ་རྒྱ་ནག་ཟེལ་ཅེ་འབྲེལ་ཡོད།
 ཏྲ་ལང་ལང་སི་ལང་ཡོད། ཏྲི་ལིང་ལིང་སི་ལིང་ཡོད། ཨ་བྱུང་འཇགས་ནི་དམ་སྤྲུག་གཞན་པ་འབྲེལ་ཡོད།
 ཏྲ་ལང་ལང་སི་ལང་ཡོད། ཏྲི་ལིང་ལིང་སི་ལིང་ཡོད། ཏྲ་མོའི་ལག་པ་གཞུ་མོ་གུག་པ་འབྲེལ་ཡོད།
 ཏྲ་ལང་ལང་སི་ལང་ཡོད། ཏྲི་ལིང་ལིང་སི་ལིང་ཡོད། ཏྲ་མོའི་རྒྱང་པ་མདའ་མོ་བཏང་བ་འབྲེལ་ཡོད།
 ཨ་བྱུང་འཇགས་ནི་གོ་སར་རྒྱལ་ཤོ་འབྲེལ་ཡོད། ཏྲ་ལང་ལང་སི་ལང་ཡོད། ཏྲི་ལིང་ལིང་སི་ལིང་ཡོད།

ལྷ་ལ་ཉ་དཀར།

ལྷ་ལ་ཉ་དཀར་ཡན་ཚོད། ཀོང་མུང་ར་དཀར་མན་ཚད། དེ་གཉིས་བར་ལ་བར་མཚོད་ཡོད།
སེར་པོ་གསེར་གྱི་བར་མཚོད་ཡོད། གསེར་གྱི་ལྷེ་མིག་སི་ལིང་ལིང་། ཤིང་གི་ལྷེ་མིག་ཁྲོ་ལོ་ལོ།
ལྷེ་མིག་ཡག་མོ་འཇགས་ལ་ཡོད། ལྷོ་ལྷགས་ཡག་མོ་ཁྲོད་ལ་ཡོད།

ལྷ་ལ་ཉ་དཀར་ཡན་ཚོད། ཀོང་མུང་ར་དཀར་མན་ཚད། དེ་གཉིས་བར་ལ་བར་མཚོད་ཡོད།
དཀར་པོ་དཔུ་གྱི་བར་མཚོད་ཡོད། དཔུ་གྱི་ལྷེ་མིག་སི་ལིང་ལིང་། ཤིང་གི་ལྷེ་མིག་ཁྲོ་ལོ་ལོ།
ལྷེ་མིག་ཡག་མོ་འཇགས་ལ་ཡོད། ལྷོ་ལྷགས་ཡག་མོ་ཁྲོད་ལ་ཡོད།

ལྷ་ལ་ཉ་དཀར་ཡན་ཚོད། ཀོང་མུང་ར་དཀར་མན་ཚད། དེ་གཉིས་བར་ལ་བར་མཚོད་ཡོད།
སྟོན་པོ་གཡུ་ཡི་བར་མཚོད་ཡོད། གཡུ་ཡི་ལྷེ་མིག་སི་ལིང་ལིང་། ཤིང་གི་ལྷེ་མིག་ཁྲོ་ལོ་ལོ།
ལྷེ་མིག་ཡག་མོ་འཇགས་ལ་ཡོད། ལྷོ་ལྷགས་ཡག་མོ་ཁྲོད་ལ་ཡོད།

ལྷ་ལ་ཉ་དཀར་ཡན་ཚོད། ཀོང་མུང་ར་དཀར་མན་ཚད། དེ་གཉིས་བར་ལ་བར་མཚོད་ཡོད།
དཀར་པོ་དུང་གི་བར་མཚོད་ཡོད། དུང་གི་ལྷེ་མིག་སི་ལིང་ལིང་། ཤིང་གི་ལྷེ་མིག་ཁྲོ་ལོ་ལོ།
ལྷེ་མིག་ཡག་མོ་འཇགས་ལ་ཡོད། ལྷོ་ལྷགས་ཡག་མོ་ཁྲོད་ལ་ཡོད།

གསེར་གྱི་ཟམ་པའི་སྟེང་ལ།

གནས་བདག་པོ་རང་ལ་རང་བཤད་ཡོད། བདག་པོ་རང་ལ་གསེར་གྱི་ཟམ་པ་བཏུགས།
གསེར་གྱི་ཟམ་པའི་སྟེང་ལ་འགྲོ་མཁམ་ཚོ། ལོམ་པ་བརྒྱུ་ས་གསེར་ཤོག་བརྒྱེལ་ཤོག་ཟེར།
ལོམ་པ་བརྒྱུ་ས་གསེར་ཤོག་བརྒྱེལ་སོང་ན། གསེར་གྱི་ཟམ་པའི་སྟེང་དུ་བཏང་དུ་ཚོགས།
ལོམ་པ་བརྒྱུ་ས་གསེར་ཤོག་མ་བརྒྱེལ་ན། གསེར་གྱི་ཟམ་པའི་སྟེང་ལ་བཏང་དོགས་མེད།
བཏང་འདུག་གསུང་ན་སྟག་ཤར་ཡིན་དོགས་མེད། གནས་བདག་པོ་རང་ལ་རང་བཤད་ཡོད།
བདག་པོ་རང་ལ་དཔུ་གྱི་ཟམ་པ་བཏུགས། དཔུ་གྱི་ཟམ་པའི་སྟེང་ལ་འགྲོ་མཁམ་ཚོ།

གོམ་ས་བརྒྱུ་ས་དུལ་ཤོག་བསྐྱེལ་ཤོག་ཟེད། གོམ་ས་བརྒྱུ་ས་དུལ་ཤོག་བསྐྱེལ་སོང་ན།
 དུལ་གྱི་ཟམ་སའི་སྤྲེང་དུ་བཏང་དུ་ཚོག་གོམ་ས་བརྒྱུ་ས་དུལ་ཤོག་མ་བསྐྱེལ་ན།
 དུལ་གྱི་ཟམ་སའི་སྤྲེང་དུ་བཏང་དོགས་མེད། བཏང་འདུག་གསུང་ན་སྟག་ཤར་ཡིན་དོགས་མེད།
 གནས་བདག་སོ་རང་ལ་རང་བཤད་ཡོད། བདག་སོ་རང་ལ་གཡུ་ཡི་ཟམ་ས་བཅུ་གས།
 གཡུ་ཡི་ཟམ་སའི་སྤྲེང་ལ་འགྲོ་མཁན་ཚོ། གོམ་ས་བརྒྱུ་ས་གཡུ་ཤོག་བསྐྱེལ་ཤོག་ཟེད།
 གོམ་ས་བརྒྱུ་ས་གཡུ་ཤོག་བསྐྱེལ་སོང་ན། གཡུ་ཡི་ཟམ་སའི་སྤྲེང་དུ་བཏང་དུ་ཚོག་
 གོམ་ས་བརྒྱུ་ས་གཡུ་ཤོག་མ་བསྐྱེལ་ན། གཡུ་ཡི་ཟམ་སའི་སྤྲེང་དུ་བཏང་དོགས་མེད།
 བཏང་འདུག་གསུང་ན་སྟག་ཤར་ཡིན་དོགས་མེད། གནས་བདག་སོ་རང་ལ་རང་བཤད་ཡོད།
 བདག་སོ་རང་ལ་དུང་གྱི་ཟམ་ས་བཅུ་གས། དུང་གི་ཟམ་སའི་སྤྲེང་ལ་འགྲོ་མཁན་ཚོ།
 གོམ་ས་བརྒྱུ་ས་དུང་ཤོག་བསྐྱེལ་ཤོག་ཟེད། གོམ་ས་བརྒྱུ་ས་དུང་ཤོག་བསྐྱེལ་སོང་ན།
 དུང་གི་ཟམ་སའི་སྤྲེང་དུ་བཏང་དུ་ཚོག་གོམ་ས་བརྒྱུ་ས་དུང་ཤོག་མ་བསྐྱེལ་ན།
 དུང་གི་ཟམ་སའི་སྤྲེང་ལ་བཏང་དོགས་མེད། བཏང་འདུག་གསུང་ན་སྟག་ཤར་ཡིན་དོགས་མེད།

མ་བྱ་ཁྱ་བྱུག་ནེ་ཚོ་གསུམ།

སྤྲོའི་ཞི་བ་བཟང་སོ་སྤང་གཞོངས་དེ་བདེ་མོ་འདྲ་ཤོག་ཡོད་ལ་བདེ་མོ་འདྲ་ཤོག་ཡ།
 སྤྲོའི་མཚོན་སོ་མཛེས་མེ་དེ་མེ་ཉོག་གི་ཁ་མོ་འདྲ་ཤོག་ཡོད་ལ་ཁ་མོ་འདྲ་ཤོག་ཡ།
 སྤྲོའི་བྱ་དེ་མ་བྱ་ཁྱ་བྱུག་ནེ་ཚོ་ལ་གསུམ། ཡོད་ལ་ནེ་ཚོ་ལ་གསུམ་ཡ།
 སྤྲོའི་བྱ་དེ་མ་བྱ་ལ་ཡུལ་དེ་རྒྱ་གར་ལ་རེད། ཡོད་ལ་རྒྱ་གར་ལ་རེད་ཡ།
 སྤྲོའི་སེམས་ལ་སྤྲོ་ཞིང་མི་ཡུལ་དེ་འགྲིམས་དགོས་ལ་བྱུང་། ཡོད་ལ་འགྲིམས་དགོས་ལ་བྱུང་ཡ།
 སྤྲོའི་སེམས་ལ་མ་སྤྲོ་བའི་དེ་ཁ་རྒྱུན་ལ་བཞག་ ཡོད་ལ་ཁ་རྒྱུན་ལ་བཞག་ཡ།
 སྤྲོའི་བྱ་དེ་ཁྱ་བྱུག་ལ་ཡུལ་མོན་ཡུལ་ལ་རེད། ཡོད་ལ་མོན་ཡུལ་ལ་རེད་ཡ།
 སྤྲོའི་སེམས་ལ་སྤྲོ་ཞིང་མི་ཡུལ་དེ་འགྲིམས་དགོས་ལ་བྱུང་། ཡོད་ལ་འགྲིམས་དགོས་ལ་བྱུང་ཡ།

སྤོའི་སེམས་པ་མ་སྐྱོ་གསུང་སྐད་དོམ་ཞིང་ལ་སྣོད། ཡོད་ལ་དོམ་ཞིང་ལ་སྣོད་ལ།
 སྤོའི་བྱ་དེ་ནེ་ཚའི་པ་ལུལ་དེ་ཀོང་ལུལ་ལ་རེད། ཡོད་ལ་ཀོང་ལུལ་ལ་རེད་ལ།
 སྤོའི་སེམས་པ་སྐྱོ་ཞིང་རྒྱལ་པོའི་དེ་འགམ་དུ་ལ་སྐྱེ་བས། ཡོད་ལ་འགམ་དུ་ལ་སྐྱེ་བས་ལ།
 སྤོའི་སེམས་པ་མ་སྐྱོ་མ་དོན་ཤེས་བཤད་བཞིན་སྣོད། ཡོད་ལ་བཤད་བཞིན་སྣོད་ལ།
 སྤོའི་སྤྲ་དང་སྤིའུ་བུ་མོ་དེ་མཛེས་མ་ལ་གསུམ། ཡོད་ལ་མཛེས་མ་ལ་གསུམ་ལ།
 སྤོའི་སྤྲ་དང་སྤིའུ་བ་ལུལ་དེ་སྣོ་སྤྲོགས་ལ་རེད། ཡོད་ལ་སྣོ་སྤྲོགས་ལ་རེད་ལ།
 སྤོའི་སེམས་པ་སྐྱོ་ཞིང་མི་ལུལ་དེ་འགྲིམས་དགོས་ལ་བྱུང་། ཡོད་ལ་འགྲིམས་དགོས་ལ་བྱུང་ལ།
 སྤོའི་སེམས་པ་མ་སྐྱོ་ཅེ་མོ་དེ་ཅེད་ནས་ལ་སྣོད། ཡོད་ལ་ཅེད་ནས་ལ་སྣོད་ལ།
 སྤོའི་བྱ་མོ་མཛེས་མ་པ་ལུལ་དེ་ཨ་མས་ཀྱི་བང་། ཡོད་ལ་ཨ་མས་ཀྱི་བང་ལ།
 སྤོའི་སེམས་པ་སྐྱོ་ཞིང་མི་སྣོ་དེ་འགྲིམས་དགོས་ལ་བྱུང་། ཡོད་ལ་འགྲིམས་དགོས་ལ་བྱུང་ལ།
 སྤོའི་སེམས་པ་མ་སྐྱོ་ལས་ཀྱི་ཆེ་རོགས་དང་འབྲུང། ཡོད་ལ་ཆེ་རོགས་དང་འབྲུང་ལ།
 སྤོའི་སྤྲ་དོ་ཡོད་པ་རྒྱས་སྤེ་ཁྲིམ་པ་ལ་བཞག ཡོད་ལ་ཁྲིམ་པ་ལ་བཞག་ལ།
 སྤོའི་བྱི་དོ་ཡོད་པ་རང་ལུལ་དེ་སྣོ་རྩ་ལ་ལོག ཡོད་ལ་སྣོ་རྩ་ལ་ལོག་ལ།

རབ་བརྟན་བཞི་ཡི་བཤད་པ།

ཁ་དོག་སྤེ་ལྷའི་བག་ལ་ཤེས་པ་ཤོག་ལ། ༡ ཁ་དོག་སྤེ་ལྷའི་གཡང་ལ་ཆགས་མོ་ཤོག་ལ། ༢ ང་ལ་རབ་
 བརྟན་བཞི་ཡི་བཤད་པ་ཡོད་ལ། ༢ ཀོང་པོ་རོང་གི་རབ་བརྟན་བཞི་ལ་ཡིན་ལ། ༢ དེ་མོ་སྤྲིང་ལ་ལུན་
 ཆོགས་རབ་བརྟན་ཡོད་ལ། ༢ ཤར་དེ་མོ་ལ་ཡི་འགག་སྣོ་སྤྲང་ལ། ༢ དུགས་པོ་རོང་ལ་དགོ་ལུན་རབ་
 བརྟན་ཡོད་ལ། ༢ ལྷ་རི་ཀོང་མོ་ལ་ཡི་འགག་སྣོ་སྤྲང་ལ། ༢ ཀོང་སྣོད་སྤྲིང་ལ་བག་ཤེས་རབ་བརྟན་
 ཡོད་ལ། ༢ ལུ་བ་ང་ལ་བཀག་བའི་འགག་སྣོ་སྤྲང་ལ། ༢ རོ་རྩོད་སྤྲིང་ལ་གཡུལ་རྒྱལ་རབ་བརྟན་ཡོད་
 ལ། ༢ བྱང་ཉང་པོ་ཁྲོག་ལ་འགག་སྣོ་སྤྲང་ལ། ༢ ང་ཡི་རབ་བརྟན་བཞི་ཡི་བཤད་པ་ཡིན་ལ། ༢ ཡིན་
 འདྲ་བསམ་ན་སེམས་ཀྱི་གཉིང་ལ་བཞག་ལ། ༢ མི་འདྲ་བསམ་ན་བདག་ལ་འཁྲོམ་ཤོག་བཤད་ལ། ༢།

མ་མཐོང་བཞི་ཡི་བཤད་བཤ།

ལྷོ་ཞི་བ་བཟང་པོ་སྤང་གཞོངས་ཀྱི་བདེ་མོ་འདྲ་ཤོག ཡོད་ལ་བདེ་མོ་འདྲ་ཤོག་ཡ།
 ལྷོ་མགོན་པོ་མཛེས་མོ་མེ་ཉོག་གི་ཁ་མོ་འདྲ་ཤོག ཡོད་ལ་ཁ་མོ་འདྲ་ཤོག་ཡ།
 ལྷོ་ངས་མ་མཐོང་བཞི་ཡི་དེ་བཤད་བཤ་ལ་ཡོད། ཡོད་ལ་བཤད་བཤ་ལ་ཡོད་ཡ།
 ལྷོ་བྱ་ལ་ར་ཚོ་ཡོད་བཤ་དེ་ལྷུང་གི་ལ་ཡིན། ཡོད་ལ་ལྷུང་གི་ལ་ཡིན་ཡ།
 ལྷོ་འཛིག་རྟེན་མི་ཡི་མཐོང་བཤ་དེ་དབེ་ཡང་ལ་མེད། ཡོད་ལ་དབེ་ཡང་ལ་མེད་ཡ།
 ལྷོ་མགོ་ལ་གཡུ་རལ་ཡོད་བཤ་དེ་སེང་གེ་ལ་ཡིན། ཡོད་ལ་སེང་གེ་ལ་ཡིན་ཡ།
 ལྷོ་འཛིག་རྟེན་མི་ཡི་མཐོང་བཤ་དེ་དབེ་ཡང་ལ་མེད། ཡོད་ལ་དབེ་ཡང་ལ་མེད་ཡ།
 ལྷོ་ལྷུས་ལ་རྒྱ་བཤ་ཡོད་བཤ་དེ་དུག་སྤུལ་ལ་ཡིན། ཡོད་ལ་དུག་སྤུལ་ལ་ཡིན་ཡ།
 ལྷོ་འཛིག་རྟེན་མི་ཡི་མཐོང་བཤ་དེ་དབེ་ཡང་ལ་མེད། ཡོད་ལ་དབེ་ཡང་ལ་མེད་ཡ།
 ལྷོ་ལྷུས་ལ་གཤོག་བཤ་ཡོད་བཤ་དེ་འགྲོས་ཆེན་གྱི་རྟ། ཡོད་ལ་འགྲོས་ཆེན་གྱི་རྟ་ཡ།
 ལྷོ་འཛིག་རྟེན་མི་ཡི་མཐོང་བཤ་དེ་དབེ་ཡང་ལ་མེད། ཡོད་ལ་དབེ་ཡང་ལ་མེད་ཡ།
 ལྷོ་ངས་མ་མཐོང་བཞི་ཡི་བཤད་བཤ་ལ་ཡོད། ཡོད་ལ་བཤད་བཤ་ལ་ཡོད་ཡ།
 ལྷོ་ལྷུང་མཐོང་བཤ་བཞི་ཡི་བཤད་བཤ་ལ་ཤོག ཡོད་ལ་བཤད་བཤ་ལ་ཤོག་ཡ།

མཚོད་བཤ་བཞི་ཡི་བཤད་བཤ་ཡོད།

ལྷོ་ཞི་བ་བཟང་པོ་སྤང་གཞོངས་ཀྱི་བདེ་མོ་འདྲ་ཤོག ཡོད་ལ་བདེ་མོ་འདྲ་ཤོག་ཡ།
 ལྷོ་མགོན་པོ་མཛེས་མོ་མེ་ཉོག་དེ་ཁ་མོ་འདྲ་ཤོག ཡོད་ལ་ཁ་མོ་འདྲ་ཤོག་ཡ།
 ལྷོ་ངས་མཚོད་བཤ་བཞི་ཡི་བཤད་བཤ་ལ་ཡོད། ཡོད་ལ་བཤད་བཤ་ལ་ཡོད་ཡ།
 ལྷོ་རྒྱ་ལ་ལ་སོ་བསོད་ནམས་དེ་རྒྱ་ལ་ལ་སོ་ནས། ཡོད་ལ་ནས་རྒྱ་ལ་སོ་ནས་ཡ།
 ལྷོ་རྒྱ་ལ་ལ་སོ་བཅོ་ལྷ་དེ་མཚོད་བཤ་ལ་ཡོད། ཡོད་ལ་མཚོད་བཤ་ལ་ཡོད་ཡ།

ལྷོའི་ལྷ་འུ་ལ་སོ་གྲུང་ཉོ་ཆེན་པོ་ལ་ནས། ཡོད་ལ་ཆེན་པོ་ལ་ནས་ཡ།
 ལྷོའི་གྲུང་ཉོ་ལ་སོ་མེ་ཉོག་མཆོད་པ་ལ་ཡོད། ཡོད་ལ་མཆོད་པ་ལ་ཡོད་ཡ།
 ལྷོའི་ལྷ་འུ་ལ་སོ་ལུང་བ་དེ་གལ་ཆེན་ལ་ནས། ཡོད་ལ་གལ་ཆེན་ལ་ནས་ཡ།
 ལྷོའི་ལྷ་འུ་བར་ལ་སོ་ལ་སོ་དེ་ཁྲུང་བར་ལ་ཡོད། ཡོད་ལ་ཁྲུང་བར་ལ་ཡོད་ཡ།
 ལྷོའི་རྒྱ་ནག་ལ་སོ་གལ་ལང་ཞིང་དེ་ལྷ་མོ་ལ་ནང་། ཡོད་ལ་ལྷ་མོ་ལ་ནང་ཡ།
 ལྷོའི་གནས་ས་ལ་སོ་གྲུབ་ཐོབ་དེ་མཆོད་པ་ལ་ཡོད། ཡོད་ལ་མཆོད་པ་ལ་ཡོད་ཡ།
 ལྷོའི་རས་མཆོད་པ་བཞི་ཡི་བཤད་པ་ལ་སོང་། ཡོད་ལ་བཤད་པ་ལ་སོང་ཡ།
 ལྷོའི་སྤྲུལ་རྩོ་ལྷ་མོ་ཆེན་པོ་དེ་ཁྲོམ་བ་ལ་བཞག ཡོད་ལ་ཁྲོམ་བ་ལ་བཞག་ཡ།
 ལྷོའི་བྱི་རྩོ་གནས་ལ་སྤྲུལ་པོ་དེ་རང་ལུལ་ལ་ལོག ཡོད་ལ་རང་ལུལ་ལ་ལོག་ཡ་སེ།

ཟམ་ཆེན་བཞི་ཡི་བཤད་པ་ཡོད།

ལྷོའི་ཞི་བ་བཟང་པོ་སྤང་གཞོངས་ཀྱི་བདེ་མོ་འདྲ་ཤོག ཡོད་ལ་བདེ་མོ་འདྲ་ཤོག་ཡ།
 ལྷོའི་མཚོན་པོ་མཚེས་མོ་མེ་ཉོག་དེ་ཁྲ་མོ་འདྲ་ཤོག ཡོད་ལ་ཁྲ་མོ་འདྲ་ཤོག་ཡ།
 ལྷོའི་རས་ཟམ་ཆེན་བཞི་ཡི་བཤད་པ་ལ་ཡོད། ཡོད་ལ་བཤད་པ་ལ་ཡོད་ཡ།
 ལྷོའི་རྒྱ་ནག་ལུལ་ལ་ལྷགས་སྤྱད་དེ་ཟམ་བ་ལ་བརྒྱབ། ཡོད་ལ་ཟམ་བ་ལ་བརྒྱབ།
 ལྷོའི་སྤང་ཆེན་ཁོང་གིས་རྒྱ་མོ་བཞག་བ་དང་འདྲ། ཡོད་ལ་བཞག་བ་དང་འདྲ་ཡ།
 ལྷོའི་ལྷ་ས་ལུལ་ལ་གལ་ལྷོག་ཟམ་བ་ལ་བརྒྱབ། ཡོད་ལ་ཟམ་བ་ལ་བརྒྱབ་ཡ།
 ལྷོའི་གལ་ལྷག་ལྷོན་མོ་རྒྱ་ལ་ཞི་བཞག་བ་དང་འདྲ། ཡོད་ལ་བཞག་བ་དང་འདྲ་ཡ།
 ལྷོའི་ཀོང་པོ་ལུལ་ལ་ཤིང་གི་ཟམ་བ་ལ་བརྒྱབ། ཡོད་ལ་ཟམ་བ་ལ་བརྒྱབ་ཡ།
 ལྷོའི་སྤྲུལ་མོ་རང་མ་རྒྱ་ལ་བཞག་བ་དང་འདྲ། ཡོད་ལ་བཞག་བ་དང་འདྲ་ཡ།
 ལྷོའི་མོན་པའི་ལུལ་ལ་སྤྱི་ཡི་ཟམ་བ་ལ་བརྒྱབ། ཡོད་ལ་ཟམ་བ་ལ་བརྒྱབ་ཡ།
 ལྷོའི་དུག་སྤྲུལ་ནག་པོ་རྒྱ་ལ་ཞི་བཞག་བ་དང་འདྲ། ཡོད་ལ་བཞག་བ་དང་འདྲ་ཡ།

བོད་ཀྱི་གནས་ཆེན་གསུམ་གྱི་བཤད་བཤུགས་ཡོད།

སྤོའོ་ཞི་བ་བཟང་པོ་སྤང་གཞོངས་ཀྱི་བདེ་མོ་འབྲ་ཤོག་ ཡོད་ལ་བདེ་མོ་འབྲ་ཤོག་ཡ།
 སྤོའོ་མགོན་པོ་མཛེས་མོ་མེ་ཉོག་དེ་ཁྲ་མོ་འབྲ་ཤོག་ ཡོད་ལ་ཁྲ་མོ་འབྲ་ཤོག་ཡ།
 སྤོའོ་ བོད་ཀྱི་གནས་ཆེན་གསུམ་གྱི་བཤད་བཤུགས་ཡོད། ཡོད་ལ་བཤད་བཤུགས་ཡོད་ཡ།
 སྤོའོ་གནས་དེ་དང་པོ་གནས་ཆེན་དེ་བརྒྱ་ལ་བཞོད། ཡོད་ལ་བརྒྱ་ལ་བཞོད་ཡ།
 སྤོའོ་བརྒྱ་བཞོད་དེ་སྐོར་བའི་དེ་ཚོས་གོགས་ལ་ཚོ། ཡོད་ལ་ཚོས་གོགས་ལ་ཚོ་ཡ།
 སྤོའོ་གྲུ་དུ་བརྒྱ་ཐང་ལ་ཉི་མཉམ་འཛོམས་ལ་བྱུང། ཡོད་ལ་མཉམ་འཛོམས་ལ་ཉི་བྱུང་ཡ།
 སྤོའོ་རྩོ་རྩེ་སེམས་དབའ་ཁོང་ལ་ཉི་ཤུག་གསུམ་ལ་འཚལ། ཡོད་ལ་ཤུག་གསུམ་ལ་འཚལ་ཡ།
 སྤོའོ་ཤུག་གསུམ་འཚལ་ནས་སློན་ལམ་དེ་ཚོག་གསུམ་ལ་རྒྱག་ ཡོད་ལ་ཚོག་གསུམ་ལ་རྒྱག་ཡ།
 སྤོའོ་ལས་ངན་སྤྲིག་ལ་ཐམས་ཅད་དེ་དག་རྒྱ་ལ་བྱེད། ཡོད་ལ་དག་རྒྱ་ལ་བྱེད་ཡ།
 སྤོའོ་གནས་དེ་གཉིས་བ་རྩ་རི་དེ་རོང་ལ་ཉི་ཡོད། ཡོད་ལ་རོང་ལ་ཉི་ཡོད་ཡ།
 སྤོའོ་རྩ་རི་རོང་སྐོར་འགོ་བའི་ཚོས་གོགས་ལ་ཚོ། ཡོད་ལ་ཚོས་གོགས་ལ་ཚོ་ཡ།
 སྤོའོ་རྩ་རི་དཀྱིལ་འཁོར་ཐང་ལ་ཉི་མཉམ་འཛོམས་ལ་བྱུང། ཡོད་ལ་མཉམ་འཛོམས་ལ་བྱུང་ཡ།
 སྤོའོ་སེམས་ལ་ཤུག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་དེ་དག་རྒྱ་ལ་བྱེད། ཡོད་ལ་དག་རྒྱ་ལ་བྱེད་ཡ།
 སྤོའོ་གནས་དེ་གསུམ་པ་དབུས་རི་དེ་བར་སྐོར་ལ་ཡིན། ཡོད་ལ་བར་སྐོར་ལ་ཡིན་ཡ།
 སྤོའོ་དབུས་རི་བར་སྐོར་བསྐོར་བའི་དེ་ཚོས་གོགས་ལ་ཚོ། ཡོད་ལ་ཚོས་གོགས་ལ་ཚོ་ཡ།
 སྤོའོ་ལྷ་ས་ནོར་བུ་སྤྱིང་ལ་དེ་མཉམ་འཛོམས་ལ་བྱུང། ཡོད་ལ་མཉམ་འཛོམས་ལ་ཉི་བྱུང་ཡ།
 སྤོའོ་ལྷ་ས་རྩོ་བོ་ཁོང་ལ་ཉི་ཤུག་གསུམ་ལ་འཚལ། ཡོད་ལ་ཤུག་གསུམ་ལ་འཚལ་ཡ།
 སྤོའོ་ཤུག་གསུམ་འཚལ་ནས་སློན་ལམ་དེ་ཚོག་གསུམ་ལ་བརྒྱག། ཡོད་ལ་ཚོག་གསུམ་ལ་བརྒྱག་ཡ།
 སྤོའོ་ཕྱི་མ་ཞིང་ཁམས་སྤུ་བའི་དེ་སློན་ལམ་རེ་བརྒྱག། ཡོད་ལ་སློན་ལམ་རེ་བརྒྱག་ཡ།
 སྤོའོ་སྤུ་བོ་ལྷན་མོ་ཆེན་པོ་དེ་ཁྲོམ་པ་ལ་བཞག་ ཡོད་ལ་ཁྲོམ་པ་ལ་བཞག་ཡ།
 སྤོའོ་ཕྱི་རོ་གཉམ་ལ་སྤྲན་པོ་དེ་རང་ལུལ་ལ་ལོག་ ཡོད་ལ་རང་ལུལ་ལ་ལོག་ཡ་སེ།

སྤོའི་ཞབས་དེ་ལ་ཞབས་སྤྱགས་དེ་ལ་ནི་མེད། ཡོད་ལ་ང་ལ་ནི་མེད་ལ།
 སྤོའི་རྒྱུ་ཅན་ལ་མས་བག་པའི་ཞབས་ཅིག་ལ་ཡོད། ཡོད་ལ་ཞབས་ཅིག་ལ་ཡོད་ལ།
 སྤོའི་དགུན་ལ་སོ་གངས་སྤོད་སྤྱགས་ལ་ནས་འཛིན། ཡོད་ལ་སྤྱགས་ལ་ནས་འཛིན་ལ།
 སྤོའི་གངས་རི་དཀར་པོ་དེ་ལ་ཡི་སྐྱབ་ཁང་ལ་ཡིན། ཡོད་ལ་སྐྱབ་ཁང་ལ་ཡིན་ལ།
 སྤོའི་རྒྱུ་ལ་སོ་སྐྱབས་ཆལ་སིལ་སྐྱབ་ལ་གསུམ། ཡོད་ལ་སིལ་སྐྱབ་ལ་གསུམ་ལ།
 སྤོའི་རས་རྒྱུ་སྐྱབ་ལ་རྒྱག་པའི་དེ་ཚོས་གྲོགས་ལ་ཡིན། ཡོད་ལ་ཚོས་གྲོགས་ལ་ཡིན་ལ།
 སྤོའི་མེད་གོ་དཀར་མོ་ལ་ཡི་དེ་ཐབ་གཡོགས་ལ་ཡིན། ཡོད་ལ་ཐབ་གཡོགས་ལ་ཡིན་ལ།
 སྤོའི་བྱིན་བཟངས་དམ་ཚེག་དེ་ལ་ལ་བབས་པ་དང་འབྲ། ཡོད་ལ་བབས་པ་དང་འབྲ་ལ།
 སྤོའི་བྱི་ལ་སོ་བྲག་སྤོད་སྤྱགས་ནས་ལ་འགྲིམས། ཡོད་ལ་སྤྱགས་ནས་ལ་འགྲིམས་ལ།
 སྤོའི་བྲག་རི་དམར་པོ་ལ་ཡི་དེ་སྐྱབ་ཁང་ལ་ཡིན། ཡོད་ལ་སྐྱབ་ཁང་ལ་ཡིན་ལ།
 སྤོའི་དྲུང་ལ་སོ་རྒྱ་མིང་རྒྱུ་ལ་གསུམ། ཡོད་ལ་རྒྱུ་ལ་གསུམ་ལ།
 སྤོའི་རས་རྒྱུ་སྐྱབ་ལ་རྒྱག་པའི་དེ་ཚོས་གྲོགས་ལ་ཡིན། ཡོད་ལ་ཚོས་གྲོགས་ལ་ཡིན་ལ།
 སྤོའི་ཐང་དཀར་རྒྱུ་ལ་ཡི་དེ་ཐབ་གཡོགས་ལ་ཡིན། ཡོད་ལ་ཐབ་གཡོགས་ལ་ཡིན་ལ།
 སྤོའི་བྱིན་ཟངས་དམ་ཚེག་དེ་གཡོག་ཆལ་དེ་རྒྱས་པ་དང་འབྲ། ཡོད་ལ་རྒྱས་པ་དང་འབྲ་ལ།
 སྤོའི་དབྲུང་ལ་སོ་སྐྱབ་སྤོད་དེ་སྤྱགས་ནས་ལ་འགྲིམས། ཡོད་ལ་སྤྱགས་ལ་འགྲིམས་ལ།
 སྤོའི་སྐྱབ་སྤོད་མཚོན་པོ་ལ་ཡི་དེ་སྐྱབ་ཁང་ལ་ཡིན། ཡོད་ལ་སྐྱབ་ཁང་ལ་ཡིན་ལ།
 སྤོའི་དྲུང་ལ་སོ་རྒྱ་མིང་རྒྱུ་ལ་གསུམ། ཡོད་ལ་རྒྱུ་ལ་གསུམ་ལ།
 སྤོའི་རས་རྒྱུ་སྐྱབ་ལ་རྒྱག་པའི་དེ་ཚོས་གྲོགས་ལ་ཡིན། ཡོད་ལ་ཚོས་གྲོགས་ལ་ཡིན་ལ།
 སྤོའི་ལྷ་ལ་འབྲོང་རྒྱུ་དེ་ལ་ཡི་ཐབ་གཡོགས་ལ་ཡིན། ཡོད་ལ་ཐབ་གཡོགས་ལ་ཡིན་ལ།
 སྤོའི་བྱིན་ཟངས་དམ་ཚེག་དེ་མེ་ཉྱག་ལ་འཁར་འཁར་ལ་ཡིན། ཡོད་ལ་འཁར་འཁར་ལ་ཡིན་ལ།
 སྤོའི་སྤོན་ལ་སོ་མཚོ་མོའི་དེ་འགྲམ་དུ་ལ་འགྲིམས། ཡོད་ལ་འགྲམ་དུ་ལ་འགྲིམས་ལ།
 སྤོའི་མཚོ་མོ་ཚེན་པོ་ལ་ཡི་དེ་སྐྱབ་ཁང་ལ་ཡིན། ཡོད་ལ་སྐྱབ་ཁང་ལ་ཡིན་ལ།
 སྤོའི་འཁོར་ལོ་ལ་སོ་མེད་དེ་འཁར་རྒྱག་ལ་གསུམ། ཡོད་ལ་འཁར་རྒྱག་ལ་གསུམ་ལ།

སྤྱིའོ་རས་རྒྱུང་སྐྱབ་པ་རྒྱག་པའི་དེ་ཚོས་གྲོགས་ལ་ཡིན། ཡོད་ལ་ཚོས་གྲོགས་ལ་ཡིན་ལ།
 སྤྱིའོ་གསེར་གྲུང་པ་ར་ཡི་དེ་ཐབ་གཡོགས་ལ་ཡིན། ཡོད་ལ་ཐབ་གཡོགས་ལ་ཡིན་ལ།
 སྤྱིའོ་བྱིན་རྒྱལ་ས་དམ་ཚིག་རྒྱལ་ས་བབས་བབས་ལ་ཡིན། ཡོད་ལ་བབས་བབས་ལ་ཡིན་ལ།
 སྤྱིའོ་ལྷ་མོ་ཆེན་པོ་སྤྱོད་དེ་ཁྲིམ་པ་ལ་བཞག ཡོད་ལ་ཁྲིམ་པ་ལ་བཞག་ལ།
 སྤྱིའོ་གཏས་ལ་སྤྱོད་པོ་སྤྱོད་དེ་རང་ལྷལ་ལ་ལོག ཡོད་ལ་རང་ལྷལ་ལ་ལོག་ལ།

དྲུགས་པོ་རྩོད་གི་རྩོད་བཤད།

དྲུགས་པོ་རྩོད་གི་རྩོད་བཤད། ལྷ་ཡག་སོ་ཡག་ལ་མེ་ཉྱག་རང་ཚོ་ཁ ལ་དོག་ཡག་སྤྱིང་ལ་
 འདོད་ལ་སེ། ལྷ་ཡག་སོ་ཡག་ལ་ཁ་དོག་སྤྱེ་ལྷའི་བཟ་སྤྱུ་ཤིས་པ་ལ་ཤོག་ལ་སེ། ལྷ་ཡག་སོ་ཡག་
 ལ་ཁ་དོག་སྤྱེ་ལྷའི་གཡང་ལ་སྤྱེ་ཆགས་མོ་ལ་ཤོག་ལ་སེ། ལྷ་ཡག་སོ་ཡག་ལ་དྲུགས་པོ་རྩོད་གི་
 རྩོད་ལ་ཉི་རྩོད་བཤད་ལ་ཡོད་ལ་སེ། ལྷ་ཡག་སོ་ཡག་ལ་དྲུགས་པོ་རྩོད་ལ་གསེར་ལ་གྱི་ཟམ་པ་
 རེ་བཅུགས་ལ་སེ། ལྷ་ཡག་སོ་ཡག་ལ་གོམ་པ་རྒྱག་ལ་གསེར་ཤོག་སྤྱིག་ཤོག་ལ་ཟེར་ལ་སེ། ལྷ་
 ཡག་སོ་ཡག་ལ་གོམ་པ་རྒྱག་ལ་གསེར་ཤོག་མ་སྤྱིག་ལ་འདོ་ལ་སེ། ལྷ་ཡག་སོ་ཡག་ལ་གསེར་
 གྱི་ཟམ་པའི་སྤྱིང་ལ་བཏང་གྱི་ལ་མིན་ལ་སེ།

ལྷ་ཡག་སོ་ཡག་ལ་དྲུགས་པོ་རྩོད་གི་རྩོད་ལ་ཉི་རྩོད་བཤད་ལ་ཡོད་ལ་སེ། ལྷ་ཡག་སོ་ཡག་
 ལ་དྲུགས་པོ་རྩོད་ལ་དདུལ་ལ་གྱི་ཟམ་པ་རེ་བཅུགས་ལ་སེ། ལྷ་ཡག་སོ་ཡག་ལ་གོམ་པ་རྒྱག་ལ་
 དདུལ་ཤོག་སྤྱིག་ཤོག་ལ་ཟེར་ལ་སེ། ལྷ་ཡག་སོ་ཡག་ལ་གོམ་པ་རྒྱག་ལ་དདུལ་ཤོག་མ་སྤྱིག་ལ་
 འདོ་ལ་སེ། ལྷ་ཡག་སོ་ཡག་ལ་དདུལ་གྱི་ཡི་ཟམ་པའི་སྤྱིང་ལ་བཏང་གྱི་ལ་མིན་ལ་སེ། ལྷ་ཡག་
 སོ་ཡག་ལ་དྲུགས་པོ་རྩོད་གི་རྩོད་ལ་ཉི་རྩོད་བཤད་ལ་ཡོད་ལ་སེ། ལྷ་ཡག་སོ་ཡག་ལ་དྲུགས་
 པོ་རྩོད་ལ་གཡུ་ལ་གྱི་ཟམ་པ་རེ་བཅུགས་ལ་སེ། ལྷ་ཡག་སོ་ཡག་ལ་གོམ་པ་རྒྱག་ལ་གཡུ་ཤོག་
 སྤྱིག་ཤོག་ལ་ཟེར་ལ་སེ། ལྷ་ཡག་སོ་ཡག་ལ་གོམ་པ་རྒྱག་ལ་གཡུ་ཤོག་མ་སྤྱིག་ལ་འདོ་ལ་སེ།
 ལྷ་ཡག་སོ་ཡག་ལ་གཡུ་ཡི་ཟམ་པའི་སྤྱིང་ལ་བཏང་གྱི་ལ་མིན་ལ་སེ།

སྤོའི་བྲག་རི་སྤོ་སངས་ཁོང་ལ་ཞུས་པ་ལ་ཡིན། ཡོད་ལ་ཞུས་པ་ལ་ཡིན་ཡ་སེ།
སོའི་ངས་རྩོ་སྤོ་དགུ་ཡི་དེ་བཤད་པ་ལ་སོང་། ཡོད་ལ་བཤད་པ་ལ་སོང་ཡ་སེ།
སྤོའི་སྤོ་སྤོ་ཡོད་ཟེ་བརྒྱ་སྤོ་དེ་ཁོམ་པ་ལ་བཞག ཡོད་ལ་ཁོམ་པ་ལ་བཞག་ཡ་སེ།
སྤོའི་བྱི་རྩོ་ཡོད་ཟེ་དགའ་ས་ལ་ལོག་འགོ་ཡ་སེ།

གནམ་སྒྲོན་པོ་ཁ་ཞེང་ཆེ།(༡)

ལགས་ཟེར་ན། དགའ་ས་ཕྱོགས་ནས་ཡོང་ལ་བས། རྒྱིད་ས་འདི་རྩ་འཛོམས་ལ་བྱང་། རྒྱིད་ས་
འདི་རྩ་འཛོམས་ལ་བྱང་།

ལགས་ཟེར་ན། དགའ་བའི་མི་ཡང་འཛོམས་ལ་བྱང་། བཙོ་བའི་ཆང་ཡང་ཞེས་ལ་བྱང་། བཙོ་
བའི་ཆང་ཡང་ཞེས་ལ་བྱང་།

ལགས་ཟེར་ན། གནམ་དེ་སྒྲོན་པོ་ཁ་ཞེང་ཆེ་སྒྲིན་པ་དཀར་པོ་སྒྲིན་གྲལ་འགྲིག་སྒྲིན་པ་དཀར་པོ་
སྒྲིན་གྲལ་ལ་འགྲིག

ལགས་ཟེར་ན། སྒྲིན་པ་དཀར་པོ་སྒྲིན་གྲལ་འགྲིག་ཉི་མ་ལྷ་བ་བསམ་དོན་གྲུབ། ཉི་མ་ལྷ་བ་བསམ་
དོན་ལ་གྲུབ།

ལགས་ཟེར་ན། སྒྲིན་པ་དཀར་པོ་སྒྲིན་གྲལ་འགྲིག་ལྷ་གཡལ་གྲུབ་པ་བསམ་དོན་གྲུབ། ལྷ་གཡལ་གྲུབ་
ལྷ་གཡལ་གྲུབ་ལ་འགྲིག

ལགས་ཟེར་ན། ལྷ་གཡལ་གྲུབ་ལྷ་གཡལ་གྲུབ་ལྷ་གཡལ་གྲུབ་ལྷ་གཡལ་གྲུབ་ལྷ་གཡལ་གྲུབ་
ལྷ་གཡལ་གྲུབ་ལྷ་གཡལ་གྲུབ་ལྷ་གཡལ་གྲུབ་ལྷ་གཡལ་གྲུབ་ལྷ་གཡལ་གྲུབ་ལྷ་གཡལ་གྲུབ་

ལགས་ཟེར་ན། ལྷ་གཡལ་གྲུབ་ལྷ་གཡལ་གྲུབ་ལྷ་གཡལ་གྲུབ་ལྷ་གཡལ་གྲུབ་ལྷ་གཡལ་གྲུབ་
ལྷ་གཡལ་གྲུབ་ལྷ་གཡལ་གྲུབ་ལྷ་གཡལ་གྲུབ་ལྷ་གཡལ་གྲུབ་ལྷ་གཡལ་གྲུབ་ལྷ་གཡལ་གྲུབ་

ལགས་ཟེར་ན། ལྷ་གཡལ་གྲུབ་ལྷ་གཡལ་གྲུབ་ལྷ་གཡལ་གྲུབ་ལྷ་གཡལ་གྲུབ་ལྷ་གཡལ་གྲུབ་
ལྷ་གཡལ་གྲུབ་ལྷ་གཡལ་གྲུབ་ལྷ་གཡལ་གྲུབ་ལྷ་གཡལ་གྲུབ་ལྷ་གཡལ་གྲུབ་ལྷ་གཡལ་གྲུབ་

ལྷ་མ་བཟང་པོ་ཚོས་འཁོར་སྐྱིད་ལ་བཞུགས་དོགས་མེད།

ལག་དང་ལས་དགའ་ས་ཡ་ལ་ཕྱོགས་ནས་ཡོང་བས་ལ། ལག་དང་ལས་སྒྱིད་ས་ཡ་ལ་འདི་
རྩ་ལ་སྐྱེ་བས། ལག་དང་ལས་སྒྱིད་ས་ཡ་ལ་འདི་རྩ་ལ་སྐྱེ་བས་བྱང་ལ།

ཡག་དང་ལས་ཀྱང་རྒྱུད་ཡ་ལ་གཡས་པའི་རྒྱག་ས་ལ། ཡག་དང་ལས་མ་བྱ་ཡ་ལ་གཞོན་
པའི་མདོངས་སྒྲོ། ཡག་དང་ལས་མ་བྱ་ཡ་ལ་གཞོན་པའི་མདོངས་སྒྲོ་ལ།

ཡག་དང་ལས་སྐྱ་མ་བཟང་པོ་ཚོས་འཁོར་སྐྱིད་ལ་ཐེབས་རྒྱ་བྱུང་། ཡག་དང་ལས་སྐྱ་མ་
བཟང་པོ་ཚོས་འཁོར་སྐྱིད་ལ་བཞུགས་དོགས་མེད། ཡག་དང་ལས་ཚོས་ལ་བཞད་དབང་བཀུར་
གནང་ནས་རང་ཡུལ་སྤྱོད་ལ་ལོག་ཤོག་ལ།

ཡག་དང་ལས་དཔོན་པོ་བཟང་པོ་རྗེད་ཆེན་ནང་ལ་ཐེབས་རྒྱ་བྱུང་། ཡག་དང་ལས་དཔོན་
པོ་བཟང་པོ་རྗེད་ཆེན་དཀྱིལ་ལ་བཞུགས་དོགས་མེད། ཡག་དང་ལས་གཏམ་ལ་དང་ཡིག་རྩིས་
འཁུར་ནས་རང་ཡུལ་སྤྱོད་ལ་ལོག་ཤོག་ལ།

ཡག་དང་ལས་པ་མ་བཟང་པོ་མི་ཡུལ་སྤྱོད་ལ་ཐེབས་རྒྱ་བྱུང་། ཡག་དང་ལས་པ་མ་བཟང་
པོ་མི་ཡུལ་སྤྱོད་ལ་བཞུགས་དོགས་མེད། ཡག་དང་ལས་སྣོ་ལ་གོས་བྱམས་སྐྱོང་གནང་ནས་
རང་ཡུལ་སྤྱོད་ལ་ལོག་ཤོག་ལ།

ཡག་དང་ལས་རྟ་པོ་རག་པ་ནོར་བུ་སྐྱིད་ལ་ཐེབས་རྒྱ་བྱུང་། ཡག་དང་ལས་རྟ་པོ་རག་པ་
ནོར་བུ་སྐྱིད་ལ་བཞུགས་དོགས་མེད། འགྲོས་དང་གོམ་བགྲོད་བརྒྱབ་ནས་རང་ཡུལ་སྤྱོད་ལ་
ལོག་ཤོག་ལ།

དགའ་ལ་པའི་མི་ཡང་འཛོམས་སོང་བསོད་ནམས་བསགས་པའི་ཡར་འགྲོ་ལ། སང་ལ་སོད་
ལས་ཀྱང་འཁོར་པའི་བཀྲ་ཤིས་ཡ་ལ་སྒྲོན་ལམ་ལོག་ཡོད་ལ།

མེ་རྟོག་དང་རང་སེམས།

ཡག་དང་ལས་མེ་རྟོག་དཀར་པོ་གངས་རི་ལོགས་ལ་འདར་ལ་ཡོད། ཡག་དང་ལས་མེའི་སེམས་པ་
གངས་རི་ལས་དཀར་བ་ཡོད། ཡག་དང་ལས་མེའི་སེམས་པ་གངས་རི་ལས་དཀར་བ་ཡོད་ལ་ཟེ།
ཡག་དང་ལས་མེ་རྟོག་དམར་པོ་རྗེ་རི་ལོགས་ལ་འདར་ལ་ཡོད། ཡག་དང་ལས་མེའི་སེམས་པ་རྗེ་

བའི་མི་ཡང་འཛོམས་བྱུང་། བསོད་ནམས་བསགས་བའི་ཡར་འགོ་ལགས། སང་མོད་ལས་ཀྱང་
འཁོར་བའི་བཀྲ་ཤིས་ཡ་ལ་སློན་ལམ་ཁྱུས་ཡོད་ལ།

གཡུ་ཁྲ་ལས་མོ་ལགས།

གཡུ་ཁྲ་ལས་མོ་ལགས། དགའ་ས་ཕྱོགས་ནས་ཡོང་བའི། གཡུ་ཁྲ་ལས་མོ་ལགས།
 སྐྱིད་ལ་ས་འདི་རུ་ལ་སླེབས་བྱུང་ལ་གཡུ་ཁྲ་ལས་མོ་ལགས། སྐྱིད་ལ་ས་འདི་རུ་ལ་སླེབས་བྱུང་ལ།
 གཡུ་ཁྲ་ལས་མོ་ལགས། ཀྱང་རྒྱུང་གཡས་བའི་རྒྱག་ས། གཡུ་ཁྲ་ལས་མོ་ལགས།
 མ་བྱ་གཞོན་བའི་མདོངས་སློ་ལ་གཡུ་ཁྲ་ལས་མོ་ལ་མ་ལ་བྱ་གཞོན་བའི་མདོངས་སློ་ལ།
 གཡུ་ཁྲ་ལས་མོ་ལགས། མེ་ཉོག་དཀར་པོ་གངས་རི་ལོགས་ལ་ཤར་ཡོད་ཁྱུས་བས། གཡུ་ཁྲ་
 ལས་མོ་ལགས། མི་ལས་སེམས་གངས་རི་ལས་དཀར་ཡོད་ལ་གཡུ་ཁྲ་ལས་མོ་ལགས། མི་ལས་
 སེམས་གངས་རི་ལས་དཀར་ཡོད་ལ།
 གཡུ་ཁྲ་ལས་མོ་ལགས། མེ་ཉོག་དམར་པོ་བྲག་རི་ལོགས་ལ་ཤར་ཡོད་ཁྱུས་བའི་གཡུ་ཁྲ་ལས་
 མོ་ལགས།
 མི་ལས་ཀྱོག་བྲག་རི་ལས་ལ་ཁྲག་ཡོད་ལ་གཡུ་ཁྲ་ལས་མོ་ལགས། མི་ལས་ཀྱོག་བྲག་རི་ལས་
 ལ་ཁྲག་ཡོད་ལ། (མི་ལས་ཀྱོག་བྲག་རི་ལས་ལ་ཁྲག་ཡོད་ཅེས་བ་སྟེ། མིའི་སློབ་བྲག་རི་ལས་
 མཁེགས་ཞེས་བའི་དོན་ཡིན།)
 གཡུ་ཁྲ་ལས་མོ་ལགས། མེ་ཉོག་སྡོན་པོ་རྩ་མིག་ལོགས་ལ་ཤར་ཡོད་ཁྱུས་བས་གཡུ་ཁྲ་ལས་
 མོ་ལགས།
 མི་ཡི་རྒྱུད་རྩ་སྣ་ལས་རིང་ཡོད་ལ་གཡུ་ཁྲ་ལས་མོ་ལགས། མི་ཡི་རྒྱུད་རྩ་སྣ་ལས་རིང་ཡོད་ལ།
 གཡུ་ཁྲ་ལས་མོ་ལགས། དུས་སང་ད་ལོ་དགའ་བྲག་ལ། གཡུ་ཁྲ་ལས་མོ་ལགས། སང་མོད་ལས་
 ཀྱང་ལ་སྐྱིད།
 གཡུ་ཁྲ་ལས་མོ་ལགས། སང་མོད་ལས་ཀྱང་ལ་སྐྱིད་ཡོད་ལ། གཡུ་ཁྲ་ལས་མོ་ལགས།

བཞེས་པོད་ཡང་ཡང་འཛོམས་པའི་གཡུ་ཁ་ལས་མོ་ལགས། བཟ་ཤིས་ལ་སློན་ལམ་ལ་ལྷ་ཡོད་
ལ་གཡུ་ཁ་ལས་མོ་ལགས། བཟ་ཤིས་སློན་ལམ་ལ་ལྷ་ཡོད་ལ།

དགུང་སངས་མཚོན་པོ།

དགུང་སངས་མཚོན་པོ། དགུང་སངས་མཚོན་པོ། གསེར་གྱི་ཀ་བ་དང་འབྲ།
གསེར་གྱི་ཀ་བ་ཁོང་ནི་གས་ཆག་ནི་མ་གཏོང་།
ཁྱི་གདུགས་ཉི་མ། ཁྱི་གདུགས་ཉི་མ། གཡུ་ཡི་གདུང་མ་དང་འབྲ།
གཡུ་ཡི་གདུང་མ་ཁོང་ནི་འགྲུར་ལས་ནི་མ་གཏོང་།
གསེར་གྱི་སྒོང་པོ་ཡིན་ཟེད། རླེས་སེ་རླེས་པ་གནང་དང་། གཡུ་ཡི་མོ་མ་ཡིན་ཟེད།
རྣམ་སེ་རྣམ་པ་གནང་དང་། འབྲས་བུ་གཡུ་དང་རྒྱ་བྱ། རུག་སེ་རུག་པ་གནང་དང་།
གཡས་སུ་ཁ་བཏགས་དཀར་པོ། བརྒྱུད་སེ་བརྒྱུད་པ་གནང་དང་།
གཡོན་ལ་ཁ་བཏགས་སློན་ཅེ། ཤིག་སེ་ཤིག་པ་གནང་དང་།
ཁ་བཏགས་སློན་ཅེ་གཉིས་ལ། དེལ་ཁ་ཡང་སླུ་མ་གཏོང་།
དུས་སོ་ད་པོ་དགའ་བྱུང་། སང་པོད་ལས་ཀྱང་སྦྱིད་པ། གཞེས་པོད་ཡང་ཡང་འཛོམས་པའི།
བཟ་ཤིས་སློན་ལམ་ལ་ལྷ་ས་ཡོད།

རྣ་ས་ལ་སླེབས།

དལ་གཏོང་། འོ་ཚོས་འཁོར་ལ་ལྷ་ས་ཨ་མ་དཔལ་རྒྱལ་ཞིང་རྒྱལ་ཞིང་རྒྱལ། འོ་བུ་རྩ་ལ་སླེ་ལུང་པོ།
བསྟན་པའི་རོ་བོ་རྒྱལ་ཞིང་རྒྱལ་ཞིང་རྒྱལ།
འབྲུག་གཞུང་། ཚོས་འཁོར་ལ་སླེབས། རྣ་ས་ལ་སླེབས་བཞིན་པ། འིན་རྒྱལ་ས་ཆེ་བའི་སླ་མ་བཟང་
པོ་དང་མཇུག། འིན་རྒྱལ་ས་ཆེ་བའི་སླ་མ་བཟང་པོ་དང་མཇུག་ཡོད་ལ།
ཤ་ལུང་ལ་སླེབས། ཚོས་སླེ་ལ་སླེབས་བཞིན་པ། མངའ་ཐང་མཚོ་བའི་དཔོན་པོ་བཟང་པོ་དང་མཇུག།

མངའ་ཐང་མཐོ་བའི་དཔོན་པོ་བཟང་པོ་དང་མཇུག་ཡོད་ལ།
 རྒྱལ་གྲོང་ལ་སླེབས། རྫོང་མོ་ལ་སླེབས་བཞིན་པ། ལྷོ་གོས་འཚོ་བའི་པ་མ་བཟང་པོ་དང་མཇུག་ལ།
 ལྷོ་གོས་འཚོ་བའི་པ་མ་བཟང་པོ་དང་མཇུག་ཡོད་ལ།
 མཚོ་འགོ་ལ་སླེབས། རྫོང་མོ་ལ་སླེབས་བཞིན་པ། མཚོད་ཆང་ཞིམ་པའི་ཨ་མ་ཆང་མ་དང་མཇུག་ལ།
 མཚོད་ཆང་ཞིམ་པའི་ཨ་མ་ཆང་མ་དང་མཇུག་ཡོད་ལ།
 བོ་ར་ལ་སླེབས། རྫོང་མོ་ལ་སླེབས་བཞིན་པ། ལྷོ་གཞུང་མཁུ་བའི་སྤྲོད་བཟང་བྱ་མོ་དང་མཇུག་ལ།
 ལྷོ་གཞུང་མཁུ་བའི་སྤྲོད་བཟང་བྱ་མོ་དང་མཇུག་ཡོད་ལ།
 མདའ་ར་ལ་སླེབས། ལྷོ་བཞི་ལ་སླེབས་བཞིན་པ། དཔའ་རྩལ་མཁུ་བའི་སྤྲོད་བཟང་གཞོན་པ་དང་
 མཇུག་ལ། དཔའ་རྩལ་མཁུ་བའི་སྤྲོད་བཟང་གཞོན་པ་དང་མཇུག་ཡོད་ལ།
 ཡེ་ལ་བསོད་ནམས་ཡར་འགྲོ་ལགས་འདི་ལས་དགའ་བ་ལ་མེད། ཡེ་ལ་སྐྱལ་བ་ཡར་འགྲོ་ལགས་
 འདི་ལས་སྦྱིད་བ་མེད། ཡེ་ལ་ཡར་འགྲོ་ལགས་དང་ཡར་འགྲོ། ཡར་འགྲོ་གསེར་གྱི་སྐྱལ་ཀ་
 འཇུགས་ས་སྤོགས་ནས་ལོག་ཡོད་ལ།

གཞུང་གི་སྤོད་བཟང་མངས་ཡར་ལ།

གཞུང་འདིའི་སྤོད་བཟང་གཞུང་ཚོགས་འདི་ལྟར་ཉེ། གཞུང་གི་སྤོད་བཟང་མ་ཕྱེ་གཞུང་གི་སྤོད་བཟང་
 ཕྱེ། གཞུང་གི་སྤོད་བཟང་མཚོན་པོ་ཡར་ལ་ཕྱེ། གཞུང་གི་མཚོད་བ་མ་མཚོད་གཞུང་
 གི་མཚོད་བ་མཚོད། གཞུང་གི་མཚོད་བ་བཞུགས་གལ་སྤོད་མོ་ཡར་ལ་མཚོད། ཟེར་བ་དེ་ཡིན།
 གཞུང་གཞུང་ཚོགས་སྤྲོད་དང་བཅས་པ་བཏང་ན་གཞུང་གསལ་གསལ་ལྟར་རོ།
 དལ་དགུངས། ཡེའེ་ལ་གཞུང་གི་སྤོད་བཟང་མངས་ཡར་ལ། མཚོན་པོའི་སྤོད་བཟང་ལ་ཕྱེ། ཡེའེ་
 ལ་གཞུང་གི་སྤོད་བཟང་མངས་ཡར་ལ། མཚོན་པོའི་སྤོད་བཟང་ལ་ཕྱེ། འོ་གཞུང་གི་ལ་མཚོད་བ་
 མ་ལ་སྤུལ་གཞུང་གི་མཚོད་བ་བཞུགས་གལ་ཡར་ལ་སྤོད་བཟང་མཚོད་བཟང་ལ་ཕྱེ། ཡེའེ་ལ་གཞུང་
 གི་མཚོད་བ་བཞུགས་གལ་ཡར་ལ་སྤོད་བཟང་མཚོད་བཟང་ལ་ཕྱེ།

ལགས་ཟེར་ན་སང་མ་ཐང་གི་ཐང་མགོ་ལ་ལྷ་རྒྱན་སང་ལྷ་རོགས་ཟེར་རོགས་ལ་ལྷ་རྒྱན་སང་ལྷ་
རོགས་ཟེར་ལ་རོགས་ལ།

ལགས་ཟེར་ན་ལྷ་རྒྱན་སང་ལྷ་སྤྱི་བཞེས་ལ་ལྷ་རྒྱན་སང་ལྷ་སྤྱི་མའི་བཞེས་ལ་སྤྱི་མ་དུས་གསུམ་
སངས་རྒྱས་གི་བཞེས།

ལགས་ཟེར་ན་སང་མ་ཐང་གི་ཐང་དགྱིལ་ལ་དབྱར་ལྷ་ལྷགས་མདའ་རོགས་ཟེར་རོགས་ལ་ དབྱར་
ལྷ་ལྷགས་མདའ་རོགས་ཟེར་རོགས་ལ།

ལགས་ཟེར་ན་དབྱར་ལྷ་ལྷགས་མདའ་སྤྱི་བཞེས་ལ་དབྱར་ལྷ་ལྷགས་མདའ་དཔོན་པོ་ལགས་
གི་བཞེས་ལ་དཔོན་པོ་ཁམས་གསུམ་དབང་འདུས་གི་བཞེས།

ལགས་ཟེར་ན་སང་མ་ཐང་གི་ཐང་མཚུག་ལ་ལྷ་ཉིག་མཐོ་གང་རོགས་ཟེར་རོགས་ལ་ལྷ་ཉིག་མཐོ་
གང་རོགས་ཟེར་ལ་རོགས་ལ།

ལགས་ཟེར་ན་ལྷ་ཉིག་མཐོ་གང་སྤྱི་བཞེས་ལ་ལྷ་ཉིག་མཐོ་གང་ས་མ་ལགས་གི་བཞེས་ལ་ས་
མ་བུམས་སྐྱོང་ཆེ་གསུམ་གི་བཞེས།

ལགས་ཟེར་ན་དུས་སྤྱི་དེ་ལོ་དགའ་དྲག་ལ་སང་པོད་ལོས་ཀྱང་སྐྱིད་པ་ལ་སང་པོད་ལོས་ཀྱང་
སྐྱིད་ལ་བ།

ལགས་ཟེར་ན་གཞེས་པོད་ཡང་ཡང་འཛོམས་བའི་ལ་བཟ་ལེས་སློན་ལམ་ལྷ་ཡོད་ལ་བཟ་ལེས་
སློན་ལམ་ལྷ་ལ་ཡོད།

དགའ་བའི་མི་ཡང་འཛོམས་བྱུང་།

དགའ་བའི་མི་ཡང་འཛོམས་བྱུང་། བཙོ་པའི་ཡ་ལ་ཆང་ཡང་ཞེས་སོང་། ལོ་དང་ལ་རྒྱ་བ་
སོང་ལ་ཀྱང་མཚོད་ཆང་ཡ་ལ་འགྲུར་བ་མི་འདུག གཡས་ཀྱི་ཕྱོགས་ལ་བཞུགས་ཟེར་ན་སྤྱི་མོ་
དགར་གསལ་རྒྱ་བ། ཡོད་ལ་དགར་ལ་གསལ་རྒྱ་བ་ལ་བཞུགས་ཡོད་ལ་སེ།

གཡོན་གྱི་ཕྱོགས་ལ་བཞུགས་ཟེར་ན་སྤྱི་མོ་མེ་ཉིག་ལས་མཛེས། ཡོད་ལ་མེ་ལ་ཉིག་ལས་

མཛེས་ལ་བཞུགས་ཡོད་ལ་སེ། གཡས་གཡོན་མེད་པ་བཞུགས་ཟེར་ན་མགོན་པོ་ཡིད་བཞིན་ནོར་
བྱ། ཡོད་ལ་ཡིད་ལ་བཞིན་ནོར་བྱ་ལ་བཞུགས་ཡོད་ལ་སེ། ལྷག་སྲུ་ལྷུལ་བ་ཡག་བྱུང་ལ་སྲུགས་
སྲུ་ལྷོད་པ་གཞོང་རོགས། ཡོད་ལ་སྲུགས་སྲུ་ལྷོད་པ་གཞོང་རོགས་ལ་སེ།

གནང་བྱང་ལ་དང་གནང་བྱང་། ལྷ་ལྷོད་རྒྱུང་།

ལྷ་ལས་གནང་བྱང་ལ་དང་གནང་བྱང་ལ། ལྷ་ཏུང་ལས་དབང་བཀུར་ལྷས་གསོལ་གནང་བྱང་ལ།
ལྷ་ཏུང་ལས་དབང་བཀུར་ལྷས་གསོལ་གནང་བྱང་ལ་ཡོད་ལ་སེ།
ལྷ་ལས་མཛེས་བྱང་ལ་དང་མཛེས་བྱང་ལ། ལྷ་ལས་དཔོན་པོ་བཟང་པོ་མཛེས་བྱང་ལ། ལྷ་ཏུང་
ལས་དཔོན་པོ་བཟང་པོ་མཛེས་བྱང་ལ་ཡོད་ལ་སེ།
ལྷ་ལས་གནང་བྱང་ལ་དང་གནང་བྱང་ལ། ལྷ་ཏུང་ལས་གཏམ་དང་ཡིག་ཅིས་གནང་བྱང་ལ། ལྷ་
ལས་གཏམ་དང་ཡིག་ཅིས་གནང་བྱང་ལ་ཡོད་ལ་སེ།
ལྷ་ལས་མཛེས་བྱང་ལ་དང་མཛེས་བྱང་ལ། ལྷ་ཏུང་ལས་མ་མ་བཟང་པོ་མཛེས་བྱང་ལ། ལྷ་ཏུང་
ལས་མ་མ་བཟང་པོ་མཛེས་བྱང་ལ་ཡོད་ལ་སེ།
ལྷ་ལས་གནང་བྱང་ལ་དང་གནང་བྱང་ལ། ལྷ་ལས་ལྷོ་གོས་བྱམས་སྐྱོང་གནང་བྱང་ལ། ལྷ་ཏུང་
ལས་ལྷོ་གོས་བྱམས་སྐྱོང་གནང་བྱང་ལ་ཡོད་ལ་སེ།
ཡེ་ལ་ནི་སྐྱ་མ་བཟང་པོ་ལགས་ང་ལས་དགའ་བ་ལ་མེད། ཡེ་ལ་ནི་སྐྱ་མ་བཟང་པོ་ལགས་ང་ལས་
སྐྱིད་བ་ལ་མི་འདུག་ལ་སེ། གཞས་བཏང་མཁན་ཉི་ཞེ་ཨ་དར་བསོད་ནམས་དབང་ཆེན།

རས་རྒྱུང་དོ་རྗེ་གྲགས་པ།

རས་རྒྱུང་དོ་རྗེ་མ་ཕྱིན། རས་རྒྱུང་དོ་རྗེ་ཕྱིན། རས་རྒྱུང་དོ་རྗེ་སྟེང་ཕྱོགས་སྣ་ཡུལ་ལ་ཕྱིན།
ལྷ་དང་དབང་པོ་རྒྱ་སྐྱོན་རས་རྒྱུང་མཛེས་ཁ་གཏོང་དང་། རས་རྒྱུང་དགའ་བའི་དགའ་སྐྱ་ལེན། རས་
རྒྱུང་སྐྱིད་པའི་སྐྱིད་སྐྱ་ལེན།

ཞབས་བྱོ་ཚེ་རིང་རྒྱལ་བརྒྱད་ཡིན། ཨེ་ཤེས་མི་ཤེས་བཟླ་རྒྱ་ཡིན། ཤེས་པའི་ཞབས་བྱོ་བརྒྱབ་
 རྒྱ་ཡིན། མ་ཤེས་ཞབས་བྱོ་ཅམ་རྒྱ་ཡིན་པ་ལ།
 རས་རྒྱུང་དོ་རྗེ་མ་སྤྱིན་རས་རྒྱུང་དོ་རྗེ་སྤྱིན། རས་རྒྱུང་དོ་རྗེ་བར་སྤྱོད་གས་བཅན་ལ་སྤྱིན།
 བཅན་དང་སྤྱིད་པོ་སྤྱུ་བཅན། རས་རྒྱུང་མཛེལ་ཁ་གཏོང་དང་། རས་རྒྱུང་དགའ་བའི་དགའ་སྤྱུ་
 ལེན། རས་རྒྱུང་སྤྱིད་པའི་སྤྱིད་སྤྱུ་ཡིན།
 ཞབས་བྱོ་ཚེ་རིང་རྒྱལ་བརྒྱད་ཡིན། ཨེ་ཤེས་མི་ཤེས་བཟླ་རྒྱ་ཡིན། ཤེས་པའི་ཞབས་བྱོ་བརྒྱབ་
 རྒྱ་ཡིན། མི་ཤེས་ཞབས་བྱོ་བཞག་རྒྱ་ཡིན།
 རས་རྒྱུང་དོ་རྗེ་མ་སྤྱིན་རས་རྒྱུང་དོ་རྗེ་སྤྱིན། རས་རྒྱུང་དོ་རྗེ་འོག་སྤྱོད་གས་སྤྱུ་ལ་སྤྱིན།
 སྤྱུ་རྒྱལ་བཅུ་གཉིས་འཛེན། རས་རྒྱུང་མཛེལ་ཁ་གཏོང་དང་། རས་རྒྱུང་དགའ་བའི་དགའ་སྤྱུ་ལེན།
 རས་རྒྱུང་སྤྱིད་པའི་སྤྱིད་སྤྱུ་ལེན། ཞབས་བྱོ་ཚེ་རིང་རྒྱལ་བརྒྱད་ཡིན། ཨེ་ཤེས་མི་ཤེས་བཟླ་རྒྱ་ཡིན།
 ཤེས་པའི་ཞབས་བྱོ་བརྒྱབ་རྒྱ་ཡིན། མི་ཤེས་ཞབས་བྱོ་བཞག་རྒྱ་ཡིན།

ཚོས་རྒྱལ་ཞོར་བཟང་།

སྤྱོད་ཡུལ་འདི་ལ་གནས་པའི་ལྷ་སྤྱུ་གཞིས་བདག་ནམས། ཚོས་རྒྱལ་ཞོར་བཟང་བྱང་ལ་འགྲོ་
 བའི་དུས། ཡིད་འགྲོག་མཛེས་མ་གར་སོང་གསུང་རོགས་གནང་། ཚོས་རྒྱལ་ཞོར་བཟང་བྱང་ལ་
 འགྲོ་བའི་དུས། ཡིད་འགྲོག་མཛེས་མ་གངས་ཀྱི་དཀྱིལ་ལ་བཞུགས། གངས་ལ་ཉི་མ་ཤར་དུས་
 དགའ་ཡང་དགའ། གངས་རྩེ་ཐང་ལ་རྒྱལ་དུས་སྤྱོ་ཡང་སྤྱོ།

སྤྱོད་ཡུལ་འདི་ལ་གནས་པའི་ལྷ་སྤྱུ་གཞིས་བདག་ནམས། ཚོས་རྒྱལ་ཞོར་བཟང་བྱང་ལ་
 འགྲོ་བའི་དུས། ཡིད་འགྲོག་མཛེས་མ་གར་སོང་གསུང་རོགས་གནང་། ཚོས་རྒྱལ་ཞོར་བཟང་བྱང་
 ལ་འགྲོ་བའི་དུས། ཡིད་འགྲོག་མཛེས་མ་བྲག་གི་དཀྱིལ་ལ་བཞུགས། བྲག་ལ་ཐང་དཀར་འཁོར་
 དུས་དགའ་ཡང་དགའ། བྲག་རི་ཐོག་གི་གཏོར་དུས་སྤྱོ་ཡང་སྤྱོ།

ཡོད་ལ་ཡང་བསྐྱར་དག་ལ་འགྲིག་པ་ལྷ་དང་ཞབས་བློ་གསུམ་རྒྱག་ལེ་མོ།
གཞས་གསུམ་པ་འོག་ལ་སྤྱོད་པ་སྐྱུ་ཡུལ་ལ་འབྲུལ། སྐྱུ་རྒྱལ་གཙུག་ན་རིན་ཆེན།
སྐྱུ་གཞས་དག་ལ་ཉོན་པ་ལྷ་དང་། ཞབས་བློ་གཅིག་དང་ཞབས་བློ་གཉིས།
ཡོད་ལ་ཡང་བསྐྱར་དག་ལ་འགྲིག་པ་ལྷ་དང་ཞབས་བློ་གསུམ་རྒྱག་ལེ་མོ།

ཉི་མ་རྒྱ་བ།

དགའ་ས་སྤྱོད་པ་ནས་ཡོང་བའི། སྐྱིད་ས་འདི་རུ་སྐྱེ་བས་སོང་།
རྐང་རྒྱུང་གཡམས་པའི་བརྒྱབ་ས། མ་བྱ་གཞོན་པའི་སྐྱོ་མདོངས།
ཉི་མ་རྒྱ་བ་རི་མོ་རི་ལ། ངའི་དར་གྱི་ནང་ལ་ཚང་ཡོད་རེད།
དར་དགར་མའི་ནང་ལ་ཚང་ཡོད་རེད། སྐར་དང་མེ་ཉོག་རི་མོ་རི་ལ།
ངའི་དར་གྱི་ནང་ལ་ཚང་ཡོད་རེད། དར་སེར་མའི་ནང་ལ་ཚང་ཡོད་རེད།
རྒྱ་དང་ཉ་མོ་རི་མོ་རི་ལ། ངའི་དར་གྱི་ནང་ལ་ཚང་ཡོད་རེད།
དར་སྐྱོན་མའི་ནང་ལ་ཚང་ཡོད་རེད།
དུས་སྐྱུ་ད་ལོ་དགའ་ལ། སང་མོད་ལོས་ཀྱང་སྐྱིད་སོང་།
གཞིས་མོད་ཡང་ཡང་འཛོམས་པའི་བཀྲ་ཤིས་སྐྱོན་ལམ་ཤོག།

པ་མ་བཟང་པོས་ཡར་ཤོག་གསུང་བྱུང་།

དལ་དབྱངས། སོའོ་དགའ་ས་ལ་སྤྱོད་པ་ནས་ཡོང་བའི་སྐྱིད་ས་ལ་ལ་འདི་རུ་ལ་སྐྱེ་བས་བྱུང་།
སྐྱོ་རྐང་རྒྱུང་ལ་གཡམས་པའི་རྒྱག་ལ་ས། མ་བྱ་ལ་ལ་གཞོན་པའི་མདོངས་སྐྱོ།
འབྲུག་གཞས། སོའོ་མ་བྱ་འཇགས་ནི་མ་བྱ་འཇགས་ནི་རྒྱ་གར་ཡུལ་ལ་ཕེབས་ལ་དུས། ཨ་མ་
ལས་འོ་སྐྱུ་མ་བཟང་པོས་ཡར་ཤོག་གསུང་བྱུང་། ཡར་ལ་ཤོག་གསུང་བཞིན་ལ་སྐྱུ་མགོན་ཡར་
ལ་སྐྱེ་བས་ལ་དུས། ཨ་མ་ལས་འོ་ལ་སྐྱོ་མདོངས་འཇགས་ལ་བསྐྱུ་བ་མ་བཟང་ལ།

གྲི་པ་སྐྱུན་གཉིས་མི་འདུག་ལྷུས་པས། གང་དགའ་གང་སྐྱིད་འདུག་དང་ལྷུས་པའི་རྒྱ་བཟའ་ལ།
 རྒྱ་བཟའ་ཚོས་ཀྱི་སྐྱོལ། མ་ལ་སྤིང་བཟའ་སྤིང་བཟའ་ཀམ་དབང་འདུད་ལ།
 ལྷང་སྤིང་ཕྱོགས་ནས་ཡོང་བས། གྲི་ཕུ་རྒྱུད་སྐྱུན་གཉིས་འདུག་དང་ལྷུས་པའི་རྒྱ་བཟའ་ལ།
 རྒྱ་བཟའ་ཚོས་ཀྱི་སྐྱོལ། མ་ལ་སྤིང་བཟའ་ལ་སྤིང་བཟའ་ཀམ་དབང་འདུད་ལ། བྲ་ཁ་ཉོར་བ་མི་
 འདུག་ལྷུས་པས། གང་དགའ་གང་སྐྱིད་འདུག་དང་ལྷུས་པའི་རྒྱ་བཟའ་ལ། རྒྱ་བཟའ་ཚོས་ཀྱི་
 སྐྱོལ། མ་ལ་སྤིང་བཟའ་སྤིང་བཟའ་ཀམ་དབང་འདུད་ལ།
 མཚོ་སྐྱོད་ཕྱོགས་ནས་ཡོང་བས། ཉ་རྒྱུད་སྐྱུན་གཉིས་འདུག་དང་ལྷུས་པའི་རྒྱ་བཟའ་ལ་རྒྱ་བཟའ་
 ཚོས་ཀྱི་སྐྱོལ། མ་ལ་སྤིང་བཟའ་ལ་སྤིང་བཟའ་ཀམ་དབང་འདུད་ལ། ཉ་པའི་རྒྱལ་པོ་མི་འདུག་ལྷུས་
 པས། གང་དགའ་གང་སྐྱིད་འདུག་དང་ལྷུས་པའི་རྒྱ་བཟའ་ལ། རྒྱ་བཟའ་ཚོས་ཀྱི་སྐྱོལ། མ་ལ་སྤིང་
 བཟའ་སྤིང་བཟའ་ཀམ་དབང་འདུད་ལ།
 དུས་སུ་ད་ལོ་དགའ་ལ། སང་པོ་ད་ལོས་ཀྱང་སྐྱིད་སོང་།
 གཞེས་པོ་ད་ལོ་ལོང་ལོང་འཛོམས་པའི་བཟ་ཤིས་སྐྱོན་ལམ་ཤོག།

གཡས་གཡོན་མེད་ནས་བཏང་རོགས།

དགའ་ས་ལ་ལ་ཕྱོགས་ནས་ཡོང་ལ་བས། སྐྱིད་ས་ལ་ལ་འདི་ཅུ་སྤེལ་བས་བྱང་།
 ཀྱང་རྒྱུད་ལ་གཡས་པའི་བརྒྱབ་ལ་ས། མ་བྲ་སོ་གཞོན་པའི་ཀྱི་མདོངས་སྐྱོ།
 གཡས་ཀྱི་ཕྱོགས་ནས་བཏང་རོགས། གཡས་ཀྱི་ཕྱོགས་ནས་བཏང་རོགས།
 ལྷ་མ་ལ་མཇལ་ཁ་ཅིག་བཏང་རོགས་ལ། ལྷ་མ་ལ་མཇལ་ཁ་ཅིག་བཏང་རོགས་ལ་ས།
 གཡོན་གྱི་ཕྱོགས་ནས་བཏང་རོགས། གཡོན་གྱི་ཕྱོགས་ནས་བཏང་རོགས།
 དཔོན་པོ་ལ་མཇལ་ཁ་ཅིག་བཏང་རོགས་ལ། དཔོན་པོ་ལ་མཇལ་ཁ་ཅིག་བཏང་རོགས་ལ་ས།
 གཡས་གཡོན་མེད་ནས་བཏང་རོགས། གཡས་གཡོན་མེད་ནས་བཏང་རོགས།
 བ་མ་ལ་མཇལ་ཁ་ཅིག་བཏང་རོགས་ལ། བ་མ་ལ་མཇལ་ཁ་ཅིག་བཏང་རོགས་ལ་ས།

ཡུལ་སྐྱེད་ལོ་དེ་ལོ་ལས་དགའ་བའི་སངས་ལ་མེད་ལོ་ལོས་ཀྱང་ལ་སྐྱེད་ལོ་ག་ལ་སེ།

གཞན་པའི་མཉམ་ལྗོངས་ཀྱི་སྐབས་ལ་སྐྱེད་ལོ་ ༡༠༡༩ ལོའི་ཟླ་བ་ ༣ པའི་ཚེས་ ༡༡ ཉིན།

སྐྱེད་ལོ་སྐྱེད་ལོ་ཅེ་མོ།

དགའ་ས་ཡ་ལ་ལྷོགས་ནས་ལ་ཡོང་བས། དགའ་ས་ཡ་ལ་ལྷོགས་ནས་ལ་ཡོང་བས།
 སྐྱེད་ས་ཡག་མོ་འདི་རྩ་ལ་སྐྱེད་ས་བྱང་ལ། སྐྱེད་ས་ཡག་མོ་འདི་རྩ་ལ་སྐྱེད་ས་བྱང་ལ།
 རྒྱུ་མཉམ་ལ་ལ་གཡས་པའི་ལ་བརྒྱབ་ས། རྒྱུ་མཉམ་ལ་ལ་གཡས་པའི་ལ་བརྒྱབ་ས།
 རྒྱུ་མཉམ་ལ་ལ་གཡས་པའི་ལ་བརྒྱབ་ས། རྒྱུ་མཉམ་ལ་ལ་གཡས་པའི་ལ་བརྒྱབ་ས།
 སྐྱེད་ལོ་སྐྱེད་ལོ་ཅེ་མོ་ལ་གཞིགས་དང་། སྐྱེད་ལོ་སྐྱེད་ལོ་ཅེ་མོ་ལ་གཞིགས་དང་།
 ཡུལ་ས་ལ་མེད་ལོ་ཅེ་མོ་གཞིགས་དང་རྒྱལ་མཚན་ལ། ཡུལ་ས་ལ་མེད་ལོ་ཅེ་མོ་གཞིགས་དང་།
 རྒྱལ་མཚན་ལ།
 དེ་ལ་འགྲན་རྒྱ་སྐྱེད་ས་ཡོང་ལ། དེ་ལ་འགྲན་རྒྱ་སྐྱེད་ས་ཡོང་ལ། ཡུལ་ས་ལ་མེད་ལོ་ཅེ་མོ་སྐྱེད་ས་
 གསུམ་སྐྱེད་ས་ཡོང་ལ།
 ཡུལ་ས་ལ་མེད་ལོ་ཅེ་མོ་སྐྱེད་ས་སྐྱེད་ས་ཡོང་ལ།
 སྐྱེད་ལོ་སྐྱེད་ལོ་ཅེ་མོ་ལ་གཞིགས་དང་། སྐྱེད་ལོ་སྐྱེད་ལོ་ཅེ་མོ་ལ་གཞིགས་དང་།
 ཡུལ་ས་ལ་མེད་ལོ་ཅེ་མོ་སྐྱེད་ས་སྐྱེད་ས་ཡོང་ལ། ཡུལ་ས་ལ་མེད་ལོ་ཅེ་མོ་སྐྱེད་ས་སྐྱེད་ས་ཡོང་ལ།
 དེ་ལ་འགྲན་རྒྱ་སྐྱེད་ས་ཡོང་ལ། དེ་ལ་འགྲན་རྒྱ་སྐྱེད་ས་ཡོང་ལ། ཡུལ་ས་ལ་མེད་ལོ་ཅེ་མོ་སྐྱེད་ས་སྐྱེད་ས་
 གཞིག་གདན་སྐྱེད་ས་ཡོང་ལ། ཡུལ་ས་ལ་མེད་ལོ་ཅེ་མོ་སྐྱེད་ས་སྐྱེད་ས་ཡོང་ལ། ཡུལ་ས་ལ་མེད་ལོ་ཅེ་མོ་སྐྱེད་ས་སྐྱེད་ས་
 གཞིག་གདན་སྐྱེད་ས་ཡོང་ལ། ཡུལ་ས་ལ་མེད་ལོ་ཅེ་མོ་སྐྱེད་ས་སྐྱེད་ས་ཡོང་ལ།
 སྐྱེད་ལོ་སྐྱེད་ལོ་ཅེ་མོ་ལ་གཞིགས་དང་། སྐྱེད་ལོ་སྐྱེད་ལོ་ཅེ་མོ་ལ་གཞིགས་དང་།
 ཡུལ་ས་ལ་མེད་ལོ་ཅེ་མོ་སྐྱེད་ས་སྐྱེད་ས་ཡོང་ལ། ཡུལ་ས་ལ་མེད་ལོ་ཅེ་མོ་སྐྱེད་ས་སྐྱེད་ས་ཡོང་ལ།
 དེ་ལ་འགྲན་རྒྱ་སྐྱེད་ས་ཡོང་ལ། དེ་ལ་འགྲན་རྒྱ་སྐྱེད་ས་ཡོང་ལ། ཡུལ་ས་ལ་མེད་ལོ་ཅེ་མོ་སྐྱེད་ས་སྐྱེད་ས་
 དམར་སྐྱེད་ས་ཡོང་ལ།

ལས་འཕྲོ་ལ། ཡུ་ལས་ཉི་ཟླ་སྐར་གསུམ་མེབས་རྒྱ་ཡིན་པའི་ལས་འཕྲོ་ལ།

ཡུ་ལས་དཔོན་ཆེན་ནང་ལ་དཔོན་ཆེན་ནང་ལ་དུང་དང་རྒྱ་སྒྲིང་ཤིག་ཤིག་ལ། ཡུ་ལས་སླ་
མ་བཟང་པོ་མེབས་རྒྱ་ཡིན་པའི་ལས་འཕྲོ་ལ། ཡུ་ལས་སླ་མ་བཟང་པོ་མེབས་རྒྱ་ཡིན་པའི་ལས་
འཕྲོ་ལ། ཡུ་ལས་རྫོང་ཆེན་ནང་ལ་རྫོང་ཆེན་ནང་ལ་རྩ་མོ་སྒྲིང་དང་ཤིག་ཤིག་ལ། ཡུ་ལས་དཔོན་
པོ་བཟང་པོ་མེབས་རྒྱ་ཡིན་པའི་ལས་འཕྲོ་ལ། ཡུ་ལས་དཔོན་པོ་བཟང་པོ་མེབས་རྒྱ་ཡིན་པའི་
ལས་འཕྲོ་ལ། ཡུ་ལས་བརྒྱ་གྲོང་ནང་ལ་བརྒྱ་གྲོང་ནང་ལ་ཆང་དང་ར་ཁ་ཤིག་ཤིག་ལ། ཡུ་ལས་
པ་མ་བཟང་པོ་མེབས་རྒྱ་ཡིན་པའི་ལས་འཕྲོ་ལ། ཡུ་ལས་པ་མ་བཟང་པོ་མེབས་རྒྱ་ཡིན་པའི་ལས་
འཕྲོ་ལ། ཡུ་ལས་པོ་ར་ནང་ལ་པོ་ར་ནང་ལ་གཞས་དང་ཞབས་མོ་ཤིག་ཤིག་ལ། ཡུ་ལས་གཞས་
དཔོན་བཟང་པོ་མེབས་རྒྱ་ཡིན་པའི་ལས་འཕྲོ་ལ། ཡུ་ལས་དཔོན་པོ་བཟང་པོ་མེབས་རྒྱ་ཡིན་པའི་
ལས་འཕྲོ་ལ་ཡོད་ལགས།

བསོད་ནམས་ཡར་འཕྲོ་ལགས་འདི་ལས་དགའ་བ་ལ་མ་བྱུང་། སྐལ་བ་ཡར་འཕྲོ་ལགས་
འདི་ལས་སྐྱིད་བ་མ་བྱུང་ལ་སྟེ།

སྐས་པོ་དཀར་གསལ་རྒྱ་བ།

ལགས་ཟེར་ན་དགའ་ས་ཕྱོགས་ནས་ཡོང་བས་ལ་སྐྱིད་ས་འདི་ཏུ་སྐྱེབས་ལ་བྱུང་སྐྱིད་ས་
འདི་ཏུ་སྐྱེབས་ལ་བྱུང་ཡོད་ལ། ལགས་ཟེར་ན་རྐང་རྩུང་གཡས་པའི་རྒྱག་ས་ལ་མ་བྱ་གཞོན་པའི་
མདོངས་སྐྱོ་མ་བྱ་གཞོན་པའི་མདོངས་སྐྱོ་ཡོད་ལ།

འབྲུག་གཞས། ལགས་ཟེར་ན་གཡས་ཀྱི་ཕྱོགས་ལ་བཞུགས་མཁན་ལ་སྐས་པོ་དཀར་
གསལ་རྒྱ་བ་བཞུགས་ཡོད་ལ་སྐས་པོ་དཀར་གསལ་རྒྱ་བ་བཞུགས་ཡོད་ལ། ལགས་ཟེར་ན་
གཡོན་ཀྱི་ཕྱོགས་ལ་བཞུགས་མཁན་ལ་སྐས་པོ་མེ་ཉོག་ལན་མཛེས་བཞུགས་ཡོད་ལ་སྐས་པོ་
མེ་ཉོག་ལན་མཛེས་བཞུགས་ཡོད་ལ། ལགས་ཟེར་ན་གཡས་གཡོན་མེད་ལ་བཞུགས་མཁན་

ཆེ་ལོ་འབྲ་བ་ཡ་མ་མཚན་ཅན་གྱི་འབྲས་བུ། ཡ་མཚན་ཅན་གྱི་འབྲས་བུ།
 ལྷོ་ལོ་ལོང་དེ་གྲག་པ་ལོང་ལ་མེ་ཉོག་དཀར་པོ་ཤར་ཡོད། མེ་ཉོག་དཀར་པོ་ཤར་ཡོད། འབྲས་བུ་
 བྱ་བྱ་འབྲ་བ་ཡ་མ་མཚན་ཅན་གྱི་འབྲས་བུ། ཡ་མཚན་ཅན་གྱི་འབྲས་བུ།
 ལྷོ་ལོ་ལོང་དེ་ལེ་ཉོ་ལོང་ལ་མེ་ཉོག་སེར་པོ་ཤར་ཡོད། མེ་ཉོག་སེར་པོ་ཤར་ཡོད། འབྲས་བུ་རྩ་ཉི་
 འབྲ་བ་ཡ་མ་མཚན་ཅན་གྱི་འབྲས་བུ། ཡ་མཚན་ཅན་གྱི་འབྲས་བུ།
 ལྷོ་ལོ་ལོང་དེ་ཀོ་ལང་ལོང་ལ་མེ་ཉོག་སྒྲོན་པོ་ཤར་ཡོད། མེ་ཉོག་སྒྲོན་པོ་ཤར་ཡོད། འབྲས་བུ་རྩོ་
 བྲག་འབྲ་བ་ཡ་མ་མཚན་ཅན་གྱི་འབྲས་བུ། ཡ་མཚན་ཅན་གྱི་འབྲས་བུ།

ཨོ་རྒྱལ་བད་ལྷ།

ཨོ་རྒྱལ་བད་ལྷ་གསོལ་ཡོད་ལ་ལྷས་ཡོད། ཨོ་རྒྱལ་བད་ལྷ་གསོལ་ཡོད་ལ་ལྷས་ཡོད།
 ཨོ་རྒྱལ་བད་ལྷ་སྐྱ་མ་ལགས་གྱིས་བཞེས། ལྷག་ལ་ཏ་བྱ་ལྷག་ལ་བྱག་སེ་བྱག་དབྱར་ལྷ་ལྷགས་མདའ་
 གསོལ་ཡོད་ལ་ལྷས་ཡོད། དབྱར་ལྷ་ལྷགས་མདའ་གསོལ་ཡོད་ལ་ལྷས་ཡོད། དབྱར་ལྷ་ལྷགས་མདའ་
 དཔོན་པོ་ལགས་གྱིས་བཞེས། ལྷག་ལ་ཐོན་ཐོན་ལྷག་ལ་བྱག་སེ་བྱག་
 ལྷ་ཉིག་བད་གོས་གསོལ་ཡོད་ལ་ལྷས་ཡོད། ལྷ་ཉིག་བད་གོས་གསོལ་ཡོད་ལ་ལྷས་ཡོད། ལྷ་ཉིག་
 བད་གོས་པ་མ་ལགས་གྱིས་བཞེས། ལྷག་ལ་བྱམས་སྐྱོང་ལྷག་ལ་བྱག་སེ་ལ་བྱག་ཡོད་ལ་སོ།།

སྐྱ་མ་བཟང་པོའི་དཀར་གཉོན།

ལྷོ་དགའ་ས་ལ་སྤྱོད་ལ་ལྷས་ཡོད་ལ་པའི། ཡེ་ལ་སྐྱིད་ས་ཡ་ལ་འདི་བྱ་སྤྱོད་ལ། ཡེ་ལ་ཉི་སྐྱིད་
 ས་ཡ་ལ་འདི་བྱ་སྤྱོད་ལ། ལོ་ལོ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་གཡས་པའི་བརྒྱབ་ས་ལ། ཡེ་ལ་མ་བྱ་ཡ་ལ་གཞོན་
 པའི་མདོངས་སྒྲོ། ཡེ་ལ་ཉི་མ་བྱ་ཡ་ལ་གཞོན་པའི་མདོངས་སྒྲོ།
 ལྷོ་ལྷ་ལ་གངས་རི་དཀར་པོ་བཟེད་ལ་ཉམས་ཆེ་ཡོད་ལ། ལྷ་མ་བཟང་པོ་དཀར་གཉོན་བཞེངས་
 པ་དང་འབྲ་ཡོད་ལ། ལྷ་མ་བཟང་པོ་དཀར་གཉོན་བཞེངས་པ་དང་འབྲ་ཡོད་ལ།

པ་རི་ཡ་ལ་ཚན་དན་སྒྲིང་པོ།

པ་རི་ཡ་ལ་ཚན་དན་སྒྲིང་པོ། ཚུ་རི་ཡ་ལ་སྤྱི་ཤིང་ཤྱག་པ། རི་མ་ཡ་ལ་པར་ཞེས་ཚུར་པ་
 ཞེས་སྤྱིང་སྒྲོགས་སྤྱི་ཡུལ་ལ་འབྲེལ། དབྱ་ལ་ཨོ་རྒྱུན་བད་ཞུ་བཟུ་ལ་ཤེས་པ་ཤོག་ཡེ་ལ། ལུས་
 ལ་ཚོས་ཤོས་གཤམ་ཐབ་གཡང་སྤྱི་ཚགས་པ་ཤོག་ཡེ་ལ། ལུག་ལ་ཏ་རུ་བྱིལ་རུ་དོན་སྤྱི་ལུག་
 པ་ཤོག་ཡེ་ལ། དབྱ་ལ་ཡར་ཞུ་སྤྱི་ཚགས་མདའ་བཟུ་ལ་ཤེས་པ་ཤོག་ཡེ་ལ། ལུས་ལ་ཁ་འཇམ་སྤྱི་
 ལུག་གཡང་ལ་ཚགས་མོ་ཤོག་ཡེ་ལ་ཞི་སྤྱི་ལ་སྤྱི་ལུས་སྤྱི་ལུས་སྤྱི་ལུས་སྤྱི་ལུས་སྤྱི་ལུས་སྤྱི་
 ལ་སྤོ། དབྱ་ལ་དབྱ་རས་དཀར་རྒྱུང་བཟུ་ལ་ཤེས་པ་ཤོག་ཡེ་ལ། ལུས་ལ་སྤྱི་ལུག་སྤྱི་ལུག་གཡང་
 སྤྱི་ཚགས་པ་ཤོག་ཡེ་ལ་ཞི་སྤྱི་ལ་གཡམས་དུང་དཀར་མོ་དོན་སྤྱི་ལུག་སྤོ་ཤོག་ཡེ་ལ་སྤོ། པར་
 ལ་གཏམ་བཤད་པ་རྒྱུང་ལ་ལན་བཤད་པ་ཨོ་ལོ་ལུ་གཞིངས་རྟ་མགོ་ལགས། ལུ་གཞིངས་རྟ་མགོ་
 བརྒྱ་ཡི་ཚང་དང་རྒྱུང་ལུ་བ་ཡོད་དོ་ལགས།

གསེར་གྱི་ཚོག་ཅེ་སྐྱང་ལ་གསེར་གྱི་མ་བྱ་བབས་ཡོད།

དལ་དབྱངས། དགའ་ས་ལ་སྤོགས་ནས་ཡོང་བས་ལགས། རྒྱིང་ས་ཡ་ལ་འདི་རུ་སྤྱི་བས་བྱང་།
 ཀར་རྒྱུང་ལ་གཡམས་པའི་རྒྱག་ས་ལ་མ་བྱ་ལ་གཞོན་པའི་མདོངས་སྤོ་ཡོད།
 མཚོགས་གཞས། གསེར་གྱི་ཚོག་ཅེ་སྐྱང་ལ་གསེར་གྱི་མ་བྱ་བབས་ཡོད་སྤོ། མ་བྱ་སྤོ་མདོངས་
 ཆེ་བ་སྤོ་མའི་སྤྱི་ལུགས་ལ་མགུ་ཡོད་ལ་ཞི་མ་བྱ་སྤོ་མདོངས་ཆེ་བ་སྤོ་མའི་སྤྱི་ལུགས་ལ་མགུ་ཡོད་ལ།
 དདུལ་གྱི་ཚོག་ཅེ་སྐྱང་ལ་དདུལ་གྱི་རི་མོ་བྱིས་ཡོད་སྤོ། རི་མོ་བཟུ་ཤེས་རྟགས་བརྒྱུད་དཔོན་པོའི་
 སྤྱི་ལུགས་ལ་མགུ་ཡོད་ལ་ཞི་རི་མོ་བཟུ་ཤེས་རྟགས་བརྒྱུད་དཔོན་པོའི་སྤྱི་ལུགས་ལ་མགུ་ཡོད་ལ།
 གཡུ་ཡི་ཚོག་ཅེ་སྐྱང་ལ་གཡུ་ཡི་ཞེ་ཚོ་བབས་ཡོད་སྤོ། ཞེ་ཚོ་གསྲུང་སྐྱང་སྤྱི་ལུགས་ལ་མགུ་ཡོད་ལ།
 ཡོད་ལ་ཞི་བསོད་ནམས་ཡར་འགྲོ་ལགས་འདི་ལས་དགའ་བ་མེད། ཡོད་ལ་ཞི་བཟུ་ཤེས་ཡར་

ལྷ་མ་མ་མེབས་གོང་ལ་གསེར་གྱི་རྒྱག་ནས་བཞག་ཡོད།

དགའ་ས་ཡ་ལ་ཕྱོགས་ནས་ཡོང་བས། རྒྱུད་ས་ཡ་ལ་འདི་ཅུ་སྟེབས་བྱུང་། རྒྱང་རྒྱུད་ལ་གཡས་
བའི་རྒྱག་ལ་ས། མ་བྱ་ཡ་ལ་གཞོན་བའི་མདོངས་སྟོ་ལ།

ལྷ་མ་མ་མེབས་གོང་ལ་གསེར་གྱི་རྒྱག་ནས་བཞག་ཡོད་ལ། ལྷ་མ་མེབས་བའི་དུས་ལ་གསེར་གྱི་
སྟེང་ལ་བཞུགས། ཡོད་ལ་ལྷ་མ་མེབས་བའི་དུས་ལ་གསེར་གྱི་སྒྲང་ལ་བཞུགས་ཡོད་ལ། གསེར་གྱི་
སྒྲང་ལ་བཞུགས་ནས་ཚོས་བཞད་དབང་བཟུང་གནང་བྱུང་ལ། བར་ལ་མཇལ་དར་སྤུལ་བས་རྩྭ་
ལ་དངོས་བྱུབ་གནང་། ཡོད་ལ་བར་ལ་མཇལ་དར་སྤུལ་བས་རྩྭ་ལ་དངོས་བྱུབ་གནང་བྱུང་ལ།
དཔོན་པོ་མ་མེབས་གོང་ལ་དུལ་གྱི་རྒྱག་ནས་བཞག་ཡོད་ལ། དཔོན་པོ་མེབས་བའི་དུས་ལ་
དུལ་གྱི་སྟེང་ལ་བཞུགས། ཡོད་ལ་དཔོན་པོ་མེབས་བའི་དུས་ལ་དུལ་གྱི་སྒྲང་ལ་བཞུགས་
ཡོད་ལ། དུལ་གྱི་སྒྲང་ལ་བཞུགས་ནས་གཏམ་དང་ཡིག་རྩིས་གནང་བྱུང་ལ། བར་ལ་མཇལ་
དར་སྤུལ་བས་རྩྭ་ལ་ལམ་སྟོན་གནང་། ཡོད་ལ་བར་ལ་མཇལ་དར་སྤུལ་བས་རྩྭ་ལ་ལམ་
སྟོན་གནང་བྱུང་ལ།

ཕ་མ་མ་མེབས་གོང་ལ་གཡུ་གྱི་རྒྱག་ནས་བཞག་ཡོད་ལ། ཕ་མ་མེབས་བའི་དུས་ལ་གཡུ་གྱི་སྟེང་
ལ་བཞུགས། ཡོད་ལ་ཕ་མ་མེབས་བའི་དུས་ལ་གཡུ་གྱི་སྒྲང་ལ་བཞུགས་ཡོད་ལ། གཡུ་གྱི་སྒྲང་
ལ་བཞུགས་ནས་ཁ་ཏ་བསྐྱབ་བྱ་གནང་བྱུང་ལ། བར་ལ་མཇལ་དར་སྤུལ་བས་རྩྭ་ལ་བྱམས་སྟོང་
གནང་། ཡོད་ལ་བར་ལ་མཇལ་དར་སྤུལ་བས་རྩྭ་ལ་བྱམས་སྟོང་གནང་བྱུང་ལ།
དགའ་ལ་བའི་མི་ཡང་འཛོམས་བྱུང་། བསོད་ནས་བསགས་བའི་ཡར་འགྲོ་ལགས། མང་ཕོད་
ལོས་ཀྱང་འཁོར་བའི་བཟུ་ཤིས་ཡ་ལ་སྟོན་ལམ་ཞུས་ཡོད་ལ།

གྲེའུ་ལྷིད་ལྷ།

ཡའོ་ཡག་སོ་ཡག་ལ་བྱ་མོ་གྲེའུ་མ་ལ་ཁིད་གྲེའུ་ལ་འཁིད་ཡ་སེ། ཡའོ་ཡག་སོ་ཡག་ལ་མེ་

སེ། མོའོ་རྒྱལ་རྒྱུད་ལ་གཡམས་པའི་རྒྱག་ས་ལ། རྩ་བུ་ལ་གཞོན་པའི་རྒྱུད་འགྲོ་ལ་འགྲོ་འགྲོ་ལ་སེ།
མཚོགས་གཞས། ལྷ་མའི་མདུན་ལ་རྒྱག་པའི་གསེར་གྱི་ཚོག་ཅེ་རྒྱག་ཡོད་ལ། ལྷི་ལ་བཟ་ཤིས་
རྒྱགས་བརྒྱད་བཟ་ལ་ཤིས་པ་ཤོག་ཡོད་ལ་ནང་ལ་གཡུང་རྒྱུད་རི་མོ་གཡང་སྤྲུལ་ལ་ཤོག་
ཡོད་ལ་སེ།

དཔོན་པོའི་མདུན་ལ་རྒྱག་པའི་དུལ་གྱི་ཚོག་ཅེ་རྒྱག་ཡོད་ལ། ལྷི་ལ་བཟ་ཤིས་རྒྱགས་བརྒྱད་བཟ་
ལ་ཤིས་པ་ཤོག་ཡོད་ལ་ནང་ལ་གཡུང་རྒྱུད་རི་མོ་གཡང་སྤྲུལ་ལ་ཤོག་ཡོད་ལ་སེ།

མ་མའི་མདུན་ལ་རྒྱག་པའི་གཡུ་ཡི་ཚོག་ཅེ་རྒྱག་ཡོད་ལ། ལྷི་ལ་བཟ་ཤིས་རྒྱགས་བརྒྱད་བཟ་ལ་
ཤིས་པ་ཤོག་ཡོད་ལ་ནང་ལ་གཡུང་རྒྱུད་རི་མོ་གཡང་སྤྲུལ་ལ་ཤོག་ཡོད་ལ་སེ།

གཞས་རོགས་མདུན་ལ་རྒྱག་པའི་དུང་གི་ཚོག་ཅེ་རྒྱག་ཡོད་ལ། ལྷི་ལ་བཟ་ཤིས་རྒྱགས་བརྒྱད་
བཟ་ལ་ཤིས་པ་ཤོག་ཡོད་ལ་ནང་ལ་གཡུང་རྒྱུད་རི་མོ་གཡང་སྤྲུལ་ལ་ཤོག་ཡོད་ལ་སེ།

དགའ་ལ་བའི་མི་ཡང་འཛོམས་བྱུང་ལ། བསོད་ནམས་བསགས་པའི་ཡར་འགྲོ་ལགས། བཙོ་ལ་
པའི་ཆང་ཡང་ལ་ཞིམ་སོང་། བཟ་ཤིས་ལ་ལ་སློན་ལམ་རྒྱག་ཡོད།

རྒྱལ་མོ་སྤྲུ་གཞས་དཔུང་གདང་ཤིག་ཤིག

ལགས་ཟེར་ན། དགའ་ས་ཕྱོགས་ནས་ཡོང་ལ་བས་རྒྱུད་ས་འདི་རུ་འཛོམས་ཡོད་ལ། རྒྱུད་ས་
འདི་རུ་འཛོམས་ཡོད་ལ།

ལགས་ཟེར་ན། བཞུགས་ཁྱི་སྟེང་ལ་བཞུགས་མ་སྟོང་ཆང་དང་ཇ་ཁ་ལྷོ་དཔུང་གདང་ཤིག་ཤིག་ཆང་
དང་ཇ་ཁ་ལྷོ་དཔུང་གདང་ཤིག་ཤིག

ལགས་ཟེར་ན། མོ་རུ་དགྲིལ་ལ་ཞུགས་མ་སྟོང་རྒྱལ་མོ་སྤྲུ་གཞས་དཔུང་གདང་ཤིག་ཤིག་རྒྱལ་མོ་
སྤྲུ་གཞས་དཔུང་གདང་ཤིག་ཤིག

ལགས་ཟེར་ན། མདའ་རུ་དགྲིལ་ལ་ཞུགས་མ་སྟོང་མདའ་གཞུ་སག་ཐག་དཔུང་གདང་ཤིག་
ཤིག་མདའ་གཞུ་སག་ཐག་དཔུང་གདང་ཤིག་ཤིག

འཛོམས་པའི་བཀྲ་ཤིས་སློན་ལམ་བརྒྱབ་ཡོད།

དུལ་གྱི་ཚེ་གཡང་བུམ་པ།

ཨ་མ་ཅིག་དགའ་བ་ལ་གཡམས་སྤྲོད་ར་ལ་ཤོག དགའ་ས་ཡ་ལ་སྤྱོད་གས་ནས་ཡོང་བས། ཨ་
 མ་ལས་འོ་སྤྱིད་ས་ཡ་ལ་འདི་རྩ་ལ་སྤྱེ་བས་བྱུང་། ཨ་མ་ཅིག་དགའ་བ་ལ་གཡམས་སྤྲོད་ར་ལ་
 ཤོག ཀྱང་རྒྱུ་གཡམས་པའི་ཞབས་ཤོ། ཨ་མ་ལས་འོ་མ་བྱ་ཡ་ལ་གཞོན་པའི་མདོངས་སྤོ།
 ཨ་མ་ཅིག་དགའ་བ་ལ་གཡམས་སྤྲོད་ར་ལ་ཤོག མེད་པོ་ཡ་ལ་གསེར་ལ་བྱུབ་པའི། ཨ་མ་ལས་
 འོ་གསེར་སྤྲུ་ཡ་ལ་བྱུག་ན་དོ་རྗེ། ཨ་མ་ཅིག་དགའ་བ་ལ་གཡམས་སྤྲོད་ར་ལ་ཤོག དགའ་པོ་ཡ་
 ལ་དུལ་ལ་བྱུབ་པའི། ཨ་མ་ལས་འོ་དུལ་གྱི་ཡ་ལ་ཚེ་གཡང་བུམ་པ།
 ཨ་མ་ཅིག་དགའ་བ་ལ་གཡམས་སྤྲོད་ར་ལ་ཤོག རྩོན་པོ་ཡ་ལ་གཡུ་ལ་བྱུབ་པའི། ཨ་མ་ལས་
 འོ་གཡུ་ཡི་ཡ་ལ་སྤོལ་མ་གསྲུང་བྱོན། ཨ་མ་ཅིག་དགའ་བ་ལ་གཡམས་སྤྲོད་ར་ལ་ཤོག དགའ་
 པོ་ཡ་ལ་དུང་ལ་བྱུབ་པའི། ཨ་མ་ལས་འོ་དུང་སྤྲུ་ཡ་ལ་བྱུགས་རྗེ་ཚེན་པོ།
 བསོད་ནམས་ཡར་འཕྱོ་ལགས་འདི་ལས་དགའ་བ་མ་བྱུང་། ལྷམ་བ་ཡར་འཕྱོ་ལགས་འད་ལས་
 སྤྱིད་པ་མ་བྱུང་།

ཚོས་གྲོགས་མང་པོ་མི་དགོས།

དལ་དབྱངས། སོའོ་དགའ་བ་ལ་དགོན་པ་རྩ་ལ་ཚེན། ཡོད་ལ་པོ་བྱང་ཡ་ལ་ཟངས་མདོག་
 དལ་ལ་རི། སོའོ་པོ་བྱང་ལ་རབ་གནས་གནང་ལ་མཁམ། ཡོད་ལ་སློབ་དཔོན་ཡ་ལ་བསྐྱེ་འབྱུང་
 གནས། སོའོ་དབྱར་ཁ་སྐྱབ་པ་རྒྱག་ས་གངས་ཀྱི་དཀྱིལ་ལ་རྒྱག་ཡོད་ལ། ཚོས་གྲོགས་མང་པོ་
 མ་ལ་དགོས་ལྟ་བུ་གོང་མོ་ཡི་ཚོག་ཡོད་ལ། ལྟ་བུ་གོང་མོ་ཡི་ཚོག་ཡོད་ལ། སོའོ་དགུན་ཁ་སྐྱབ་
 པ་རྒྱག་ས་རྗོ་རྗེ་བྲག་ལ་རྒྱག་ཡོད་ལ། ཚོས་གྲོགས་མང་པོ་མ་ལ་དགོས་ཁ་རུ་རྗེལ་བུ་ཡི་ཚོག་
 ཡོད་ལ། ཁ་རུ་རྗེལ་བུ་ཡི་ཚོག་ཡོད་ལ། སོའོ་དབྱར་དགུན་མེད་པའི་སྐྱབ་པ་རྩ་རི་གནས་ལ་རྒྱག་

ཡོད་ལ། ཚོས་གྲོགས་མང་པོ་མ་ལ་དགོས་མ་དང་མཁའ་འགྲོ་ཡི་ཚོག་ཡོད་ལ། མ་དང་མཁའ་
འགྲོ་ཡི་ཚོག་ཡོད་ལ། ཡོད་ལ་ནི་མ་བྱ་ངའི་དགའ་བ་མདོངས་སྒྲོ་ངའི་སྦྱིད་བ། བུམ་ལ་པའི་འོ་
ཁ་རྒྱན་ཅིག་རྒྱག་ཡོད་ལ།

གཉིས། ཀོང་པོའི་མདའ་སྐྱེའི་རིགས།

ཚོས་འཁོར་ལྷ་ས་ཕྱི་ལ་རྒྱག་པའི་སྐྱབས་རི་དང་།

ཚོས་འཁོར་ལྷ་ས་ཕྱི་ལ་བརྒྱབ་ཡོད་ལྷས་པས། ཕྱི་ལ་བརྒྱབ་པའི་སྐྱབས་རི་དང་།
ཨ་མ་དཔལ་ལོ་ནང་ལ་བཞུགས་ཡོད་ལྷས་པས། བྱང་ལ་བཞུགས་པའི་འོར་བུ་དང་།
འོར་བུ་སྦྱིང་བཞི་བད་མ་འདབ་བརྒྱད་འཁྲུངས་ཡོད་ལྷས་པས། དགའ་ལྷན་ཚོ་སྦྱིད་པོ་སྐྱབས་ཚོགས་
སྦྱིང་ལ་ལོག་རེ་འགྲོ།
དུགས་ལ་སྐྱམ་པོ་ཕྱི་ལ་རྒྱག་ཡོད་ལྷས་པས། ཕྱི་ལ་རྒྱག་པས་སྐྱབས་རི་དང་།
རྒྱ་འོད་གཞིན་ལྷ་ནང་ལ་བཞུགས་ཡོད་ལྷས་པས། བྱང་ལ་བཞུགས་པའི་འོར་བུ་དང་།
འོར་བུ་སྦྱིང་བཞི་བད་མ་འདབ་བརྒྱད་འཁྲུངས་ཡོད་ལྷས་པས། དགའ་ལྷན་ཚོ་སྦྱིད་པོ་སྐྱབས་ཚོགས་
སྦྱིང་ལ་ལོག་རེ་འགྲོ།
བུ་ཅུ་སྦྱིང་ལྷ་ཕྱི་ལ་རྒྱག་ཡོད་ལྷས་པས། ཕྱི་ལ་རྒྱག་པའི་སྐྱབས་རི་དང་།
བསྐྱབས་པའི་རྫོ་པོ་ནང་ལ་བཞུགས་ཡོད་ལྷས་པས། བྱང་ལ་བཞུགས་པའི་འོར་བུ་དང་།
འོར་བུ་སྦྱིང་བཞི་བད་མ་འདབ་བརྒྱད་འཁྲུངས་ཡོད་ལྷས་པས། དགའ་ལྷན་ཚོ་སྦྱིད་པོ་སྐྱབས་ཚོགས་
སྦྱིང་ལ་ལོག་རེ་འགྲོ། ལྷ་རི་ཁྱེད་ཉོ་ཕྱི་ལ་རྒྱག་ཡོད་ལྷས་པས། ཕྱི་ལ་རྒྱག་པའི་སྐྱབས་རི་དང་།
ཨ་མ་གཤམ་མོ་ནང་ལ་བཞུགས་ཡོད་ལྷས་པས། བྱང་ལ་བཞུགས་པའི་འོར་བུ་དང་།
འོར་བུ་སྦྱིང་བཞི་བད་མ་འདབ་བརྒྱད་འཁྲུངས་ཡོད་ལྷས་པས། དགའ་ལྷན་ཚོ་སྦྱིད་པོ་སྐྱབས་ཚོགས་
སྦྱིང་ལ་ལོག་འགྲོ།

རྒྱལ་པོའི་རྟ་ད།

རྒྱལ་པོའི་རྟ་རྩ་ནང་ལ། ཨོ་ལོ་རྟམ་པ་ཚ་བའི་རྟ་པོ་གཅིག་བཏགས་ཡོད།
 རྟ་པོ་བཏགས་དང་མ་བཏགས་ཨ་བྱང་བེལ་བ་ཁོང་ལ་དགོངས་ལེན་གཅིག་ལྷ།
 རྒྱལ་པོའི་ལྷམ་རའི་ནང་ལ་ཨོ་ལོ་རྟམ་པ་ཚེ་བའི་མེ་རྟོག་གཅིག་བཏགས་ཡོད།
 མེ་རྟོག་བཏགས་དང་མ་བཏགས་ཕྱོགས་ལས་རྣམ་རྒྱལ་ཁོང་ལ་དགོངས་ལེན་གཅིག་ལྷ།
 རྒྱལ་པོའི་མདའ་རྩའི་ནང་ལ་ཨོ་ལོ་རྟམ་པ་ཚ་བའི་མདའ་མོ་གཅིག་བཏགས་ཡོད།
 མདའ་མོ་བཏགས་དང་མ་བཏགས་གེ་སར་རྒྱལ་པོ་ཁོང་ལ་དགོངས་ལེན་གཅིག་ལྷ།
 རྒྱལ་པོའི་མོ་རའི་ནང་ལ་ཨོ་ལོ་རྟམ་པ་ཚ་བའི་ལྷ་གཞས་གཅིག་བཏགས་ཡོད།
 ལྷ་གཞས་བཏགས་དང་མ་བཏགས་ཤིང་ཅང་(སེང་ལྷམ་)འཕྲོག་མོ་ཁོང་ལ་དགོངས་ལེན་གཅིག་ལྷ།

སེམས་པའི་མདའ་མོ།(༡)

སེམས་པའི་མདའ་མོ་གཅིག་མ་གཏོང་། སེམས་པའི་མདའ་མོ་གཅིག་གཏོང་ཡོད།
 ཡར་གྱི་གངས་སྟོད་ཕྱོགས་ལ། དས་མདའ་མོ་གཅིག་བཏགས་ཡོད།
 གངས་སྟོད་སེང་གེ་དཀར་མོ། དའི་མདའ་མོའི་ཚིག་ལ་ཉན་དང་།
 མདའ་སྟོ་གཡས་པ་གསེར་ལ་སྐྱབ་ཡོད། མདའ་སྟོ་གཡོན་མ་དུལ་ལ་སྐྱབ་ཡོད།
 མདའ་སྟོ་གཡས་པ་གསེར་ལ་སྐྱབ་ཡོད། མཐོ་ནམ་མཁའི་དབྱིལ་ལ་གཏོང་ཡོད།
 སེམས་པའི་མདའ་མོ་གཅིག་མ་གཏོང་། སེམས་པའི་མདའ་མོ་གཅིག་གཏོང་།
 ཡར་གྱི་བྲག་སྟོད་ཕྱོགས་ལ། དས་མདའ་མོ་གཅིག་གཏོང་ཡོད།
 བྲག་སྟོད་ཐང་དཀར་ཚོད་པོ། དའི་མདའ་མོའི་ཚིག་ལ་ཉན་དང་།
 མདའ་སྟོ་གཡས་པ་གསེར་ལ་སྐྱབ་ཡོད། མདའ་སྟོ་གཡོན་མ་དུལ་ལ་སྐྱབ་ཡོད།
 མདའ་སྟོ་གཡས་པ་གསེར་ལ་སྐྱབ་ཡོད། མཐོ་ནམ་མཁའི་དབྱིལ་ལ་གཏོང་ཡོད།

འཛོམས་སྐྱེས་ལས་ཡག་ཏུ།

པ་ལ་བཟང་གི་ཀྲམ་མོ། (ཀྲམ་མོ་ཟེར་ན་སྐྱེས།) མ་ལ་བཟང་གི་ཀྲམ་མོ། བ་མ་སྐྱེས་སྐྱེས་མ་གཅིག་
ཕྱོགས་ཕྱོགས་རེད།

པ་མ་སྐྱེས་སྐྱེས་མ་གཅིག་ཕྱོགས་ཕྱོགས་རེད།

འཛོམས་སྐྱེས་ལས་ཡག་ཏུ། འཛོམས་སྐྱེས་ལས་ཡག་ཏུ། ཨ་མའི་སྐྱོ་མོ་ནང་ལ་འཛོམས་སྐྱེས་ལས་ཡག་ཏུ།
སྟེང་ལྟ་ཡི་ཚུ་མོ། མངའ་རིས་བལ་མོའི་ཚུ་མོ། ཚུ་མོ་འབབ་སྐྱེས་མ་གཅིག་ཕྱོགས་ཕྱོགས་རེད།
ཚུ་མོ་འབབ་སྐྱེས་མ་གཅིག་ཕྱོགས་ཕྱོགས་རེད།

འཛོམས་སྐྱེས་ལས་ཡག་ཏུ། འཛོམས་སྐྱེས་ལས་ཡག་ཏུ། ལྷ་མའི་བུ་ཚུ་ནང་ལ་འཛོམས་སྐྱེས་ལས་ཡག་ཏུ།
ལྷ་མའི་བུ་ཚུ་ནང་ལ་འཛོམས་སྐྱེས་ལས་ཡག་ཏུ།

རྩ་རི་གནས་ཀྱི་སྐྱེས་མ། གངས་དཀར་གནས་ཀྱི་སྐྱེས་མ། སྐྱེས་མ་སྐྱེས་སྐྱེས་མ་གཅིག་ཕྱོགས་
ཕྱོགས་རེད།

སྐྱེས་མ་སྐྱེས་སྐྱེས་མ་གཅིག་ཕྱོགས་ཕྱོགས་རེད།

འཛོམས་སྐྱེས་ལས་ཡག་ཏུ། འཛོམས་སྐྱེས་ལས་ཡག་ཏུ། རྒྱུ་མོའི་མདུའ་རའི་ནང་ལ་འཛོམས་
སྐྱེས་ལས་ཡག་ཏུ།

ཡར་གྱི་གངས་སྟོང་ཕྱོགས་ལ།

ཡར་གྱི་གངས་སྟོང་ཕྱོགས་ལ་མདུའ་མོ་མ་བཏང་ཞུས་པས། རྒྱུང་མདུའ་མོ་གཏོང་ཤོག་གསུངས་བྱུང་།
གལ་སྲིད་གཏོང་དགོས་བྱུང་ན། དས་མདུའ་མོ་ཆ་གཅིག་བཏང་ཡོད།
སེང་གོ་དཀར་མོ་ཁོང་ལ་ལོག་ཡོང་བསམ་པ་མེད། གལ་སྲིད་ལོག་དུ་བྱུང་ན་དས་མདུའ་མོ་ཉར་
སེ་འཐེན་ཆོག།

ཡར་གྱི་གངས་སྟོང་ཕྱོགས་ལ། མདུའ་མོ་མ་བཏང་ཞུས་པས། རྒྱུང་མདུའ་མོ་བཏང་ཤོག་གསུངས་བྱུང་།

གལ་སྲིད་གཏོང་དགོས་བྱུང་ན། ངས་མདའ་མོ་ཆ་གཅིག་བཏང་ཡོད།
 ཐང་དཀར་ཚོད་པོ་ཁོང་ལ་ངའི་མདའ་མོ་ལོག་ཡོང་བསམ་པ་མ་བྱུང་། གལ་སྲིད་ལོག་དུ་བྱུང་ན།
 ངས་མདའ་མོ་ཏར་སེ་འཐེན་ཚོག་
 ཡར་གྱི་སྤང་སྟོང་ཕྱོགས་ལ། མདའ་མོ་མ་བཏང་ཞུས་པས། ཁྱེད་མདའ་མོ་གཏོང་ལོག་གསུངས་བྱུང་།
 གལ་སྲིད་གཏོང་དགོས་བྱུང་ན། ངས་མདའ་མོ་ཆ་གཅིག་བཏང་ཡོད།
 །ལྷ་བ་སྐྱུག་ཚུང་ཁོང་ལ་ལོག་ཡོང་བསམ་པ་མེད། གལ་སྲིད་ལོག་དུ་བྱུང་ན།
 ངས་མདའ་མོ་ཏར་སེ་འཐེན་ཚོག་

ཅཱ་རི་གནས་ཀྱི་སྐྱུག་མ།

ཅཱ་རི་གནས་ཀྱི་སྐྱུག་མ་དང་གཅིག་གངས་དཀར་གནས་ཀྱི་སྐྱུག་མ་གཉིས།
 གོང་པོ་རྒྱ་ལའི་སྐྱུག་མ་དང་གསུམ། དེ་གསུམ་འཛོལས་པ་བྱུང་ན།
 རྒྱལ་པོ་ར་ལ་བྲུག་མདའ་གཅིག་དགོས། དེ་གསུམ་འཛོལས་པ་མེད་ན།
 ཅཱ་རི་གནས་ཀྱི་སྐྱུག་མ་ལ་ལོག་གངས་དཀར་གནས་ཀྱི་སྐྱུག་མ་ལ་ལོག་གོང་པོ་རྒྱ་ལ་སྐྱུག་མ་
 ལ་ལོག་
 ཐང་དཀར་ཚོད་པོའི་ལོག་སྟོང་དང་གཅིག་སེ་མཚུག་དཀར་ཅེ་སྟོང་དང་གཉིས།
 གོ་པོ་སྤྲད་དཀར་ཅེ་སྟོང་དང་གསུམ། དེ་གསུམ་འཛོལས་པ་བྱུང་ན།
 མདའ་མོ་འཇགས་ལ་མདའ་སྟོང་གཅིག་དགོས། དེ་གསུམ་འཛོལས་པ་མེད་ན།
 ཐང་དཀར་ཚོད་པོ་ལོག་སྟོང་ལ་ལོག་སེ་མཚུག་དཀར་ཅེ་སྟོང་ལ་ལོག་གོ་པོ་སྤྲད་དཀར་ཅེ་སྟོང་ལ་ལོག་
 ལོག་མཚུག་(སྟོག་མཚེགས་)ལའི་སྤེད་པ་དང་གཅིག་གསུང་སྤྲད་སྟེན་པའི་འགྲི་ལོག་དང་གཉིས།
 ལྷུམ་ཞག་འབྲིལ་བ་སྤྲད་ཁ་དང་གསུམ། དེ་གསུམ་འཛོལས་པ་བྱུང་ན།
 རྒྱལ་པོ་ར་ལ་གཞུ་ཆ་གཅིག་དགོས། དེ་གསུམ་འཛོལས་པ་མེད་ན།
 ལོག་མཚུག་པའི་སྤེད་པ་ལ་ལོག་གསུང་སྤྲད་སྟེན་པའི་འགྲི་ལོག་ལ་ལོག་ལྷུམ་ཞག་འབྲིལ་པའི་

སྤྲེལ་ལ་ལོག།

བྱང་ཐང་འབྲོང་གི་སོག་རྒྱུད་དང་གཅིག་ལྷུང་དཀར་མཛོ་མོའི་སྤྲེལ་རྒྱུད་དང་གཅིག་ལྷུང་ལ་ལོག།

སྤྲེལ་ལ་ལོག་གི་སོག་རྒྱུད་དང་གསུམ། དེ་གསུམ་འདྲེལ་སྤྲེལ་བ་བྱུང་ན།

མདའ་མོ་འཇགས་ལ་རྒྱུད་སྤྱུད་དགོས། དེ་གསུམ་འདྲེལ་སྤྲེལ་བ་མེད་ན།

བྱང་ཐང་འབྲོང་གི་སོག་རྒྱུད་ལ་ལོག། ལྷུང་དཀར་མཛོ་མོའི་སྤྲེལ་རྒྱུད་ལ་ལོག།

སྤྲེལ་ལ་ལོག་གི་སོག་རྒྱུད་ལ་ལོག།

རྒྱ་ནག་གཞུང་གི་སྤོང་རྒྱུད་དང་གཅིག་བལ་ཡུལ་གཞུང་གི་སྤོང་རྒྱུད་དང་གཅིག་ལྷུང་ལ་ལོག།

ཚོས་འཁོར་ལྷ་སའི་སྤོང་རྒྱུད་དང་གསུམ། དེ་གསུམ་འདྲེལ་སྤྲེལ་བ་བྱུང་ན།

མདའ་མོ་འཇགས་ལ་རྒྱུད་གསུམ་གཅིག་དགོས། དེ་གསུམ་འདྲེལ་སྤྲེལ་བ་མེད་ན།

རྒྱ་ནག་གཞུང་གི་སྤོང་རྒྱུད་ལ་ལོག། བལ་ཡུལ་གཞུང་གི་སྤོང་རྒྱུད་ལ་ལོག།

ཚོས་འཁོར་ལྷ་སའི་སྤོང་རྒྱུད་ལ་ལོག།

ཅ་རི་གནས་ཀྱི་རྒྱུག་ལ།

ཅ་རི་གནས་ལ་རྒྱུག་ལ་ཡག་ཤོད། ལྷུང་མོ་འཇགས་ལ་མདའ་རྒྱུག་གཅིག་དགོས།

བྱང་ཐང་འབྲོང་ལ་སྤོང་རྒྱུད་ཡག་ཤོད། མདའ་མོ་འཇགས་ལ་རྒྱུད་མི་གཅིག་དགོས།

ཐང་དཀར་ཚོད་མོ་ཅེ་སྤོང་ཡག་ཤོད། མདའ་མོ་འཇགས་ལ་ཅེ་སྤོང་གཅིག་དགོས།

ལྷ་ཅག་གཞུང་ལ་ལྷུག་ལ་ཡག་ཤོད། མདའ་མོ་འཇགས་ལ་མདའ་ལྷུག་གཅིག་དགོས།

རྒྱ་ནག་གཞུང་ལ་སྤོང་རྒྱུད་ཡག་ཤོད། མདའ་མོ་འཇགས་ལ་རྒྱ་གསུམ་གཅིག་དགོས།

ཡར་ལྷུང་གཞུང་ལ་ལྷུང་མ་ཡག་ཤོད། མདའ་མོ་འཇགས་ལ་སྤོང་མི་གཅིག་དགོས།

ཀོང་ཡུལ་གཞུང་ལ་མི་དྲུག་ཡག་ཤོད། ལྷུང་མོ་འཇགས་ལ་མི་ཤུ་གཅིག་དགོས།

སྐྱུག་མ་སྐྱུག་རྒྱུད་ཡག་དྲག

སྐྱུག་མ་སྐྱུག་རྒྱུད་ཡག་དྲག་ཅ་རེ་གནས་ཀྱི་སྐྱུག་མ། སྐྱུག་མ་མཐོ་ལ་གཞིགས་དང་དར་ཤིང་
ཉན་བ་ཡོད་དོ།

དར་ཤིང་ཉན་བ་བྱུང་ན་ཡུལ་ལྷ་ཁོང་ལ་ཡུལ་ཚོགས། སྐྱུག་མ་སྐྱེད་བར་གཞིགས་དང་མདའ་སྐྱུག་
ཉན་བ་ཡོད་དོ། མདའ་སྐྱུག་ཉན་བ་བྱུང་ན་རྒྱལ་པོ་ཁོང་ལ་ཡུལ་ཚོགས། སྐྱུག་མ་ཅ་བར་གཞིགས་
དང་ཆང་སྐྱུག་ཉན་བ་ཡོད་དོ། ཆང་སྐྱུག་ཉན་བ་བྱུང་ན་ཆང་མ་ཁོང་ལ་ཡུལ་ཚོགས།

སེང་གེ་དཀར་མོ་སྐྱུན་གཉིས་ཡོད།

ཡར་གྱི་གངས་སྟོད་ཕྱོགས་ལ། སེང་གེ་དཀར་མོ་སྐྱུན་གཉིས་ཡོད།
སེང་གེ་ཆེ་བ་རང་ཡུལ་ལ་བསྐྱེད་དུས། སེང་གེ་རྒྱུང་བ་མི་ཡུལ་ལ་འགྲིམས་འགྲོ།
སེང་གེ་རྒྱུང་བ་མི་ཡུལ་ལ་འགྲིམས་དུས། སེམས་རྒྱུང་རྒྱུང་མཆི་མ་རེ་ཤོད།
སེམས་རྒྱུང་རྒྱུང་མཆི་མ་ཞི་མ་ཤོད། སེང་གེ་དཀར་མོ་གཡུ་རལ་རེ་འོམ་འགྲོ།
ཡར་གྱི་བྲག་སྟོད་ཕྱོགས་ལ། ཐང་དཀར་ཆོད་པོ་སྐྱུན་གཉིས་ཡོད།
ཐང་དཀར་ཆེ་བ་རང་ཡུལ་ལ་བསྐྱེད་དུས། ཐང་དཀར་རྒྱུང་བ་མི་ཡུལ་ལ་འགྲིམས་འགྲོ།
ཐང་དཀར་རྒྱུང་བ་མི་ཡུལ་ལ་འགྲིམས་དུས། སེམས་རྒྱུང་རྒྱུང་མཆི་མ་རེ་ཤོད།
སེམས་རྒྱུང་རྒྱུང་མཆི་མ་ཞི་མ་ཤོད། ཐང་དཀར་ཆོད་པོ་གཤོག་ཅུམ་རེ་འོམ་འགྲོ།
ཡར་གྱི་སྐང་སྟོད་ཕྱོགས་ལ། ལྷ་བ་འགྲོང་རྒྱུང་སྐྱུན་གཉིས་ཡོད།
ལྷ་བ་ཆེ་བ་རང་ཡུལ་ལ་བསྐྱེད་དུས། ལྷ་བ་རྒྱུང་བ་མི་ཡུལ་ལ་འགྲིམས་འགྲོ།
ལྷ་བ་རྒྱུང་བ་མི་ཡུལ་ལ་འགྲིམས་དུས། སེམས་རྒྱུང་རྒྱུང་མཆི་མ་རེ་ཤོད།
སེམས་རྒྱུང་རྒྱུང་མཆི་མ་ཞི་མ་ཤོད། ལྷ་བ་འགྲོང་རྒྱུང་ར་ཅུམ་རེ་འོམ་འགྲོ།
ཡར་གྱི་ལྷང་སྐྱེད་ཕྱོགས་ལ། གྱིའུ་རྒྱུང་འཛོལ་མོ་སྐྱུན་གཉིས་ཡོད།
གྱིའུ་རྒྱུང་ཆེ་བ་རང་ཡུལ་ལ་བསྐྱེད་དུས། གྱིའུ་རྒྱུང་རྒྱུང་བ་མི་ཡུལ་ལ་འགྲིམས་འགྲོ།

ལྷ་པ། རྗེ་ལྷ།

རྗེ་ལྷ། འདི་བཏང་བའི་སྐབས་རྗེ་བ་རྣམས་འི་ཁ་ནས་རྒྱང་ལ་འགྲོར་ཉེ་དགའ་སྦྱིད་ཉེན་འབྲེལ་
ཆེད། རྗེ་བའི་ཁོ་ཆས། ཟངས་དཀར་གྱི་འོ་བཟོ་དང་ལུང་དོ་ལ་སོགས་པ་རྗེ་བའི་དགོས་ཡས་རྣམས་
དང་ལོར་ལྷགས་རྣམས་ལ་བསྟོད་པའི་ཐོག་བསངས་གཏོང་བ་དང་། སེམས་ཅན་ལ་ན་ཚ་མ་ཡོང་
བའི་སློན་ལམ་རྒྱག་སོལ་ཡོད།

བསངས།

བསངས་གོ་བསངས་གོ་ད་བསང་བསང་བསང་། བསངས་དང་པོ་འདི་འོ་ལྷ་གཡག་གུ་བ་འབྲ་
བསང་། ལྷ་གཡག་གུ་བ་འབྲ་བསང་།
ད་བསང་བསང་བསང་། བསངས་གཉིས་བ་འདི་ནག་རྒྱང་འབྲི་མོ་འབྲ་བསང་།
ད་བསང་བསང་བསང་། བསངས་གསུམ་བ་འདི་བེུ་རྒྱང་ཁ་སྦྱིད་འབྲ་བསང་།
ཞབས་གོ། འོ་དེ་རིང་ཨ་ཁུ་རྗེ་བ་དགའ་བ་ལ་དང་གཅིག་གྲེད། དེ་རིང་ཨ་ཁུ་རྗེ་བ་སྦྱིད་བ་ལ་དང་
གཉིས་གྲེད།
འི་རྒྱལ་ལྷན་པོ་སྐོར་ར་མ་གཅིག་བརྒྱབས་ཡོད།
སྐོར་ར་ལ་གཡས་སུ་གཡས་སུ་སྐོར་ནས་གཡས་ཀྱི་སྦྱིབ་བ་དག་ཡོད།
སྐོར་ར་ལ་གཡོན་སུ་གཡོན་སུ་སྐོར་ནས་གཡོན་ཀྱི་སྦྱིབ་བ་དག་ཡོད།
སྐོར་ར་ལ་གཡས་གཡོན་མེད་བ་ལུས་ཀྱི་སྦྱིབ་བ་དག་ཡོད།

ལྷ་གཡག་གུ་བ།

དགའ་ས་ལ་ལ་སྦྱོགས་ནས་ཡོང་ལ་བས། དས་ལྷ་གཡག་གུ་བ་ཡིན་ཟེར་གཡང་སུ་འགྲུགས་
ཤོག ཀྱང་རྒྱང་ལ་གཡས་པའི་རྒྱག་ལ་ས། དས་ནག་རྒྱང་འབྲི་མོ་ཡིན་ཟེར་གཡང་སུ་འགྲུགས་ཤོག

སྣ་གཡལ་གྲུ་པའི་ལྷ་ས་ལ་ནད་དང་ཉི་བ་མ་གཏོང་ལ། མར་ཁལ་བརྒྱ་དང་གྲུ་བཅུ་བསྟན་པའི་རྫོ་
 ལ་སྤུལ། ཡོད་ལ་མར་ཁལ་བརྒྱ་དང་གྲུ་བཅུ་བསྟན་པའི་རྫོ་ལ་སྤུལ་ཡོད་ལ།
 བཀ་རྩུང་འབེ་མོ་ལྷ་ས་ལ་ནད་དང་ཉི་བ་མ་གཏོང་ལ། དཀར་པོ་འོ་མའི་རྒྱ་མཚོ་བརྒྱ་བ་དང་འབྲ།
 དཀར་པོ་འོ་མའི་རྒྱ་མཚོ་བརྒྱ་བ་དང་འབྲ་ཡོད་ལ།
 ཨ་ཁུ་རྩེ་པ་ལྷ་ས་ལ་ནད་དང་ཉི་བ་མ་གཏོང་ལ། མི་ཚོ་གཅིག་གི་རིང་ལ་དག་ལྷ་འཁོར་བ་
 འོག་ཡོད་ལ་མི་ཚོ་གཅིག་གི་རིང་ལ་དག་ལྷ་འཁོར་བ་འོག་ཡོད་ལ།
 སྤུན་རྩུང་བུ་མའི་ལྷ་ས་ལ་ནད་དང་ཉི་བ་མ་གཏོང་ལ། འབྲུ་ཁལ་བརྒྱ་དང་གྲུ་བཅུ་བསྟན་པའི་རྫོ་
 བོ་ལ་སྤུལ། ཡོད་ལ་འབྲུ་ཁལ་བརྒྱ་དང་གྲུ་བཅུ་བསྟན་པའི་རྫོ་བོ་ལ་སྤུལ་ཡོད་ལ། ཡོད་ལ་བསོད་
 བཀས་ཡར་འགོ་ལགས་དེ་ལས་དགའ་བ་ལ་མེད། ཡོད་ལ་སྐལ་བ་ཡར་འགོ་ལགས་དེ་ལས་སྦྱིད་
 བ་ལ་མེད་ཡོད་ལ། གཞུས་བཏང་མཁན་བུ་རྩུ་ལྷ་དབྱངས། ལྷི་ལོ་ ༡༠༡༤ ལོའི་རྒྱ་བ་ ༣ པའི་ཚེས་ ༡༢ ཉིན།

སྤུ་ལ་རྩེ་མགོ་ཡག་དྲག

དགའ་ས་ཕྱོགས་ནས་ཡོང་བས། སྦྱིད་ས་ཕྱོགས་ལ་སྦྱེ་བས་སོང་།
 ཀར་རྩུང་གཡལ་པའི་བརྒྱབ་ས། མ་བུ་གཞན་པའི་སྦྱོ་མདོངས།
 སྤུ་ལ་རྩེ་མགོ་ཡག་དྲག དཀར་ཤེ་ཡར་ལ་ལས་ཀྱང་འཛོམས་ཡོང་།
 མདའ་ལ་ས་ཞིང་ཡག་དྲག འབྲུ་སྣ་ཡར་ལ་ལས་ཀྱང་འཛོམས་ཡོང་།
 ལྷང་ལ་ལྷག་གུ་ཡག་དྲག གོས་སྣ་ཡར་ལ་ལས་ཀྱང་འཛོམས་ཡོང་།
 དུས་སྤུ་ད་ལོ་དགའ་ལ། སང་མོད་ལོས་ཀྱང་སྦྱིད་སོང་།
 གཞུས་མོད་ཡང་ཡང་འཛོམས་པའི་བཀ་ཤེས་སྦྱོན་ལམ་འོག།

བྱུག་པ། ཨྱི་སང་གི་རིགས།

ཨྱི་སང་།

ཨྱི་སང་ནི་བྱུག་ལྷ་མོ་རྒྱུང་ལྷ་བྱུ་མང་དུ་བཏང་ནས་སློབ་བའི་མཚམས་དང་། བག་ཤིས་ལོ་ཡག་གི་སློབ་ཙམ་དུ་གཏོང་སློབ་ཡོད་བཟོ་འདུག།

ཨྱི་སང་མ་ཞི་བརྟེན་མྱོ།

སློབ་ལྷོ། ཨྱི་སང་མ་ཞི་བརྟེན་མྱོ། འདི་ཡི་རྒྱལ་ལ་ཨྱི་སང་མ་ཞི་ཡོད།

མ་ཞི་མང་ཡང་མ་མང་ཚོག་གསུམ་ཡོད། མ་ཞི་རྒྱུང་ཡང་མ་རྒྱུང་ཚོག་གསུམ་ཡོད།

མང་རྒྱུང་ཚོག་གི་མདུད་པ་བརྒྱབ། པ་གཅིག་རྒྱག་པའི་མར་ནང་ལ། ལྷུང་གཅིག་བརྒྱལ་བའི་རྒྱུང་ནང་ལ།

ལ་ལྷུང་བར་ལ་མང་གཅིག་ཡོད། མང་འདི་མང་ངོ་ཨྱི་ཤེས་བཟུ། མང་འདི་མང་ངོ་མ་ཤེས་ན།

མང་འདི་བད་མའི་བད་མང་ཡིན། མང་གི་དགྲིལ་ལ་མཚོ་གཅིག་ཡོད། མཚོ་འདི་མཚོ་ངོ་ཨྱི་ཤེས་བཟུ།

མཚོ་འདི་མཚོ་ངོ་མ་ཤེས་ན། མཚོ་འདི་བད་མའི་བད་མཚོ་ཡིན། མཚོ་ཡི་དགྲིལ་ལ་བྲག་གཅིག་ཡོད།

བྲག་འདི་བྲག་ངོ་ཨྱི་ཤེས་བཟུ། བྲག་འདི་བྲག་ངོ་མ་ཤེས་ན། བྲག་འདི་རྩོ་རྩོ་བྲག་རི་ཡིན།

བྲག་འདི་དགྲིལ་ལ་ཤིང་གཅིག་ཡོད། ཤིང་འདི་ཤིང་ངོ་ཨྱི་ཤེས་བཟུ། ཤིང་འདི་ཤིང་ངོ་མ་ཤེས་ན།

ཤིང་འདི་ལྷ་ཤིང་ལྷུག་པ་ཡིན། ཤིང་གི་མཐོ་ལ་བྱ་གཅིག་བབས། བྱ་འདི་བྱ་ངོ་ཨྱི་ཤེས་བཟུ།

བྱ་འདི་བྱ་ངོ་མ་ཤེས་ན། བྱ་འདི་ལྷ་བྱུག་སློབ་པོ་ཡིན། ལྷེར་མོ་ས་ལ་འཇུགས་པ་དེ།

ལོ་ཡག་ཅུ་བ་བཅུགས་པ་འདྲ་ཡོད། ལྷ་སྐྱ་གནམ་ལ་ཟེར་བ་དེ་ཆར་ཆུ་དུས་སུ་བབས་པ་འདྲ་ཡོད།

ཁ་ལོ་ཤར་ལ་སློབ་པ་དེ། ལྷ་མ་སྐྱ་ཁམས་བཟང་འདྲ་ཡོད། མཇུག་སློབ་ལ་སློབ་པ་དེ།

དཔོན་ལོ་མངའ་མང་མཐོ་འདྲ་ཡོད། ཨྱི་སང་ཨྱི་སང་མ་ཞི་བརྟེན་ལྷོགས་ལ་ལོག་འཁྲོ་

ཡང་སུ་དམ་པའི་ཚོས་ནི་སྐྱབས་སུ་ཚེོ།

སྒྲིབ་སྒྲིབ་ལ་སྒྲིབ་བྱ་ཡོད།

སྒྲིབ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་ལ་སྒྲིབ་བྱ་ཡོད། སྒྲིབ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་དཀར་མོ་ཡིན།
 སྒྲིབ་སྒྲིབ་དཀར་ལ་ལྷ་རྒྱ་མེད། འདུག་ཅེ་ནག་པོ་སྒྲིབ་གཅིག་ཡོད།
 བར་སྒྲིབ་སྒྲིབ་བཅོན་ལ་བཅོན་བྱ་གཅིག་ཡོད། བཅོན་བྱ་བྱ་པོ་འཆོར་དམར་ཡོད།
 སྒྲིབ་ཅ་དམར་ལ་ལྷ་རྒྱ་མེད། བྱ་སྐད་སྒྲིབ་ལ་སྒྲིབ་གཅིག་ཡོད།
 རོག་སྒྲིབ་སྒྲིབ་ལ་སྒྲིབ་བྱ་ཡོད། སྒྲིབ་བར་བ་སེར་པོ་ཡིན།
 སྒྲིབ་སྒྲིབ་སེར་ལ་ལྷ་རྒྱ་མེད། འདམ་བྱ་ཁ་ལེབ་སྒྲིབ་གཅིག་ཡོད།

ཡི་སང་བཞད་པ།

འདུག་རྒྱ་མེད་པ་སྒྲིབ་འབྲ། ཆག་སྒྲིབ་བསྐྱར་བའི་དཔེ་ཡང་མེད།
 གདོང་རྒྱད་རིང་པོ་ལག་ལ་ཡོད། ཁྲིམ་ཐོག་བཅད་པའི་དཔེ་ཡང་མེད།
 བྱང་ལྷ་རྒྱ་རྒྱ་བརྒྱ་ཆ་སྒྲིབ་ལ། ཁྲི་རྒྱ་ཆགས་པའི་དཔེ་ཡང་མེད།
 བརྒྱ་མོང་ཆག་སྐྱར་ཆ་སྒྲིབ་ལ། གཡོག་མོ་ཆགས་པའི་དཔེ་ཡང་མེད།

དཀར་པོ་བཞི་ཡི་བཞད་པ།

དཀར་པོ་བཞི་ཡི་བཞད་པ་ཡོད། དང་པོ་སྒྲིབ་ལ་གངས་རི་དཀར། གཉིས་པ་དགོན་པའི་ཆོག་སྒྲིབ་
 རྒྱ་དཀར།
 གསུམ་པ་བྱུང་མེད་གཡས་གཡུང་དཀར། བཞི་པ་བྱུང་མེད་སེམས་པ་དཀར། དཀར་པོ་བཞི་ཡི་
 བཞད་པ་ལྷ་ཡོད།

ནག་པོ་བཞི་ཡི་བཤད་བཤེས།

དང་པོ་སྤྱི་ལ་ནགས་རི་ནག་གཉིས་པ་དགོན་པའི་ཐུག་ནག་ནག
གསུམ་པ་བྱ་མེད་སྐྱེ་ལོ་ནག་བཞི་པ་སྐྱབས་ཤར་སེམས་པ་ནག
ནག་པོ་བཞི་ཡི་བཤད་བཤེས་ལོད།

དཀར་མོ་བཞི་ཡི་བཤད་བཤེས།

བྲག་རི་ལོགས་ལ་རྟ་རྒྱུག་དཀར། རྟ་མོ་ངན་ལ་བཟང་ལོ་སློབ་པ་དཀར།
མི་ངན་རྣམས་ལ་བཤད་ཁ་དཀར། འབྲིལ་རྩ་གྲུབ་ལ་འདྲེན་པ་དཀར། དཀར་མོ་བཞི་ཡི་བཤད་
བཤེས་ལོད།

ལྷང་བ་གསེར་གྱི་ལྷང་བ།

ལྷང་བ་གསེར་གྱི་ལྷང་བ་ལ། གསེར་གྱི་མེ་ཉོག་བྱུང་བ་གང་།
ད་ལྟ་བཙོག་ན་སྤྲ་བྲག་ཐལ། ཕྱི་མ་བཞག་ན་ཕྱི་བྲག་ཐལ།
ལྷང་བ་དབུལ་གྱི་ལྷང་བ་ལ། དབུལ་གྱི་མེ་ཉོག་བྱུང་བ་གང་།
ད་ལྟ་བཙོག་ན་སྤྲ་བྲག་ཐལ། ཕྱི་མ་བཞག་ན་ཕྱི་བྲག་ཐལ།
ལྷང་བ་དུང་གི་ལྷང་བ་ལ། དུང་གི་མེ་ཉོག་བྱུང་བ་གང་།
ད་ལྟ་བཙོག་ན་སྤྲ་བྲག་ཐལ། ཕྱི་མ་བཞག་ན་ཕྱི་བྲག་ཐལ།

མགོ་སིག་ལས་མོ།

སོ་ལ་ལ། མགོ་སིག་ལས་མོ་ཞེ་ཤེས་བཟླ། མགོ་སིག་ལས་མོ་མ་ཤེས་ན།
རྒྱ་གར་ལྷ་མོ་གཏང་མ་བཞག་དབུང་སིག་ལས་མོ་ཞེ་ཤེས་བཟླ། དབུང་སིག་ལས་མོ་མ་ཤེས་ན།

དེ་འདྲ་འདར་ལ་དགོས་དྲོགས་མེད། ང་ནི་ཁ་ཆར་བྱུ་ཡུག་མིན།
 ཁ་མ་མ་འབྲིད་ཁ་མ་འབྲིད། ཁ་མ་བྲག་སྟོད་སྟོགས་ལ་འབྲིད། ཐང་དཀར་ཚོད་པོ་ཁ་གཡོག་རྒྱུགས།
 འདར་ཞིང་འདར་ཞིང་ཁ་གཡོག་རྒྱུགས། དེ་འདྲ་འདར་ལ་དགོས་དྲོགས་མེད། ང་ནི་མདའ་བཟོ་
 སྤྱན་གཉིས་མིན།
 ཁ་མ་མ་འབྲིད་ཁ་མ་འབྲིད། ཁ་མ་སྤང་སྟོད་སྟོགས་ལ་འབྲིད། འུ་བ་འབྲོང་རྩུང་ཁ་གཡོག་རྒྱུགས།
 འདར་ཞིང་འདར་ཞིང་ཁ་གཡོག་རྒྱུགས། དེ་འདྲ་འདར་ལ་དགོས་དྲོགས་མེད། ང་ནི་ཁྲི་བ་སྤྱན་
 གཉིས་མིན།
 ཁ་མ་མ་འབྲིད་ཁ་མ་འབྲིད། ཁ་མ་ལྷང་སྤིང་སྟོགས་ལ་འབྲིད། འུ་ལྷ་རྩུང་འཛོལ་མོ་ཁ་གཡོག་རྒྱུགས།
 འདར་ཞིང་འདར་ཞིང་ཁ་གཡོག་རྒྱུགས། དེ་འདྲ་འདར་ལ་དགོས་དྲོགས་མེད། ང་ནི་བྱ་ཁྲོད་པ་མིན།

སྲིད་པའི་སྐྱོང་དགུ། ཨྱི་སང་།

སྲིད་པའི་སྐྱོང་དགུ་ཡི་བཤད་བཤེད། འགས་ཀྱི་དཀྱིལ་ལ་སྐྱོང་གསུམ་སྟོག
 དོམ་དང་མི་ཚོད་བྲེད་མོང་གསུམ། གཡམ་པ་འོག་ལ་སྐྱོང་གསུམ་སྟོག
 གསུམ་མོ་སྟུག་སྐྱོང་སྤུག་རྒྱུག་གསུམ། རྒྱ་མཚོ་གཉིང་ལ་སྐྱོང་གསུམ་སྟོག
 ཉ་དང་སྤམ་བ་སྐྱོང་ཡིད་(སྐྱོང་མོ་)གསུམ། སྲིད་པའི་སྐྱོང་དགུ་བཤད་བཤེད།

ལ་གཅིག་བརྒྱབ་པའི་པར་ནང་།

ལ་གཅིག་རྒྱབ་པའི་པར་ནང་ལ། ལུང་གཅིག་བརྒྱལ་པའི་རྩུང་ནང་ལ།
 ལ་ལུང་འཛོལ་ས་ལ་ཐང་གཅིག་ཡོད། ཐང་གི་ནང་ལ་གཡམ་གཅིག་ཡོད།
 ལྷ་གཅིག་སྤུག་ན་སྤྱ་ཤོར་རེད། ལམ་གཅིག་བཀལ་ན་སྤམ་རོ་རེད། གཉའ་གཅིག་བརྒྱབ་ན་
 མཉའ་རོ་རེད།

ཨོ་སང་བཅུ་གཉིས།

འབྲས་ཆང་དཀར་པོ།

འབྲས་དེ་ལ་འབྲས་ལ་ཆང་དཀར་པོ་དེ་བཙོ་བསམ་བཞིན་ནས་ཡོང་ཡོད། ལ་ཞི་མ་བཙོ་ན་གང་
བྲས་བཙོ་ཤེས་པ་བྲས་ནས་ལོག་འགྲོ།

འབྲས་དེ་ལ་འབྲས་ལ་ཆང་དཀར་པོ་དེ་བསྐྱལ་བསམ་བཞིན་ནས་ཡོང་ཡོད། ལ་ཞི་མ་བསྐྱལ་ན་
གང་བྲས་བསྐྱལ་ཤེས་པ་བྲས་ནས་ལོག་འགྲོ།

འབྲས་དེ་ལ་འབྲས་ལ་ཆང་དཀར་པོ་དེ་སློང་བསམ་བཞིན་ནས་ཡོང་ཡོད། ལ་ཞི་མ་སློང་ན་གང་
བྲས་སློང་ཤེས་པ་བྲས་ནས་ལོག་འགྲོ།

འབྲས་དེ་ལ་འབྲས་ལ་ཆང་དཀར་པོ་དེ་འཕྱང་བསམ་བཞིན་ནས་ཡོང་ཡོད། ལ་ཞི་མ་འཕྱང་ན་
གང་བྲས་འཕྱང་ཤེས་པ་བྲས་ནས་ལོག་འགྲོ། གཞུས་བཏང་མཁན་བླ་ཆུ་དབང་མོ། སྤྱི་ལོ་ ༡༠༡༤ ལོ་ལྷོ་
བ་ ༣ པའི་ཚེས་ ༤ ཉིན།

བདུན་པ། ཀོང་པོའི་ཚད་ཤགས།

ཨ་རྒྱལ་གྱི་མཛད་པར་གྲགས་པའི་ཀོང་པོའི་ཚད་བཤད་མདོར་བསྟུན། ཚད་བཤད་སྟངས་
 བེ་མི་གཅིག་གིས་ཕྱག་རྒྱ་དང་བཅས་ཏེ་འོ་ལ་ཤོག་ཁོ་རེ་དང་། ཞེས་བཟོས་ཏེ་ཚིགས་བཅད་རེ་སྦྱར་
 མཚམས་སུ་མི་གཞན་རྣམས་ཀྱིས་ལན་འདེབས་ཚུལ་དུ་ཡ་ཁོ་རེ་འཕམ་ཨ་ཁོ་རེ་ཞེས་བཟོས་དགོས་
 བ་འདི་ལྟར་ཏེ། འོ་ལ་ཤོག་ཁོ་རེ་དང་། དམའ་རྒྱ་མཚོའི་གཉིང་ལ་འགོ་སྤོང་སྟེ། ཡ་ཁོ་རེ། ལྷ་མོ་ཆེན་
 ཟེལ་བས་སྤང་མ་སྤོང་། ཡ་ཁོ་རེ། བར་བརྒྱ་གོང་ནང་ལ་འགོ་སྤོང་སྟེ། ཡ་ཁོ་རེ། ལྷ་གཞུག་གི་
 ལ་བསྐྱར་མ་སྤོང་། ཡ་ཁོ་རེ། མཐོ་རི་བོའི་ཅེ་ལ་འགོ་སྤོང་སྟེ། ཡ་ཁོ་རེ། མགོ་ཚོགས་དཀར་རྒྱང་
 ལ་བསྐྱར་མ་སྤོང་དུ། ཞེས་པའི་ཚིག་མཚུགས་ཏུ་གཞན་རྣམས་ཀྱིས་འོ་ལགས་སོ་ཞེས་བཟོས་དེ་
 མཚུགས་བསྟུ་བ་ཡིན་ལོ།།

འོ་ལ་ཤོག་ཁོ་རེ་དང་། ཚད་མགོ་ནས་བཤད་དང་མཚུགས་བཤད། །རྟགས་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན་
 པས་མགོ་ནས་བཤད། །རྫོང་བཅའ་པོ་གཅིག་དང་བཅའ་པོ་གཉིས། །རྫོང་བཅའ་པོ་པོ་ཉ་ལྷ་ཁང་
 ཡིན། ཅེ་མ་འཇུར་གསེར་གྱི་རྒྱལ་མཚན་བཅུགས། །བར་མ་འཇུར་རྩོལ་ཅིག་པ་བཅིགས། །ས་
 མ་འཇུར་གཡུ་ཡི་རྩོ་བཅའ་བཏིང་། །ཕྱི་མ་འཇུར་གསེར་གྱི་རི་མོ་གིས། །ནང་མ་འཇུར་སྐྱ་གསུང་
 ཐུགས་རྟེན་བཞེངས། །པ་དེ་ལ་སངས་རྒྱས་དམ་པ་ཟེར། །མ་དེ་ལ་ཀོང་ལྷའི་རྒྱལ་མོ་ཟེར། །བྱ་
 ང་ལ་གཏམ་གྱི་ཚངས་པ་ཟེར། །གཏམ་ས་སྟེང་སྐད་ལ་ཚོད་ལེ་དེ། །པོ་ང་དང་གཡུ་འཇུག་སྟོན་
 མོ་གཉིས། །མཚོད་གསོལ་ལོ་གསོལ་ལོ་གི་གི་བསྟོ་བསྟོ་ལྷ་རྒྱལ་ལོ།།

འོ་ལ་ཤོག་ཁོ་རེ་དང་། ཕུ་གངས་རི་དཀར་པོ་མ་ཆགས་ན། །མདའ་གཡུ་མཚོ་སྟོན་པོ་ག་ནས་
 འབྲིལ། །མདའ་གཡུ་མཚོ་སྟོན་པོ་མ་འབྲིལ་ན། །ཤིང་རྒྱ་ལྷང་སྤྲོད་པོ་ག་ནས་སྟེ། །ཤིང་རྒྱ་ལྷང་
 སྤྲོད་པོ་མ་སྟེལ་ན། །བྱ་ལྷ་བྱ་སྟོན་པོ་ག་ནས་བབས། །བྱ་ལྷ་བྱ་སྟོན་པོ་མ་བབས་ན། །ནམ་
 དབྱར་དགུན་དབྱེ་བ་སྟུས་ཡི་རང་སྟེ། །འོ་ལགས་སོ།།

འོ་ལ་འོག་ཁོ་རེ་ད། ངས་རྒྱ་ལ་ལོན་པའི་དར་ལྷ་མ་འདི། །ལྷ་མ་དང་མི་འདྲ་འཇའ་དང་
འདྲ། །འཇའ་རྒྱ་ལ་ལོན་པ་ང་ཙམ་ཡིན། །ངས་ལྷ་མ་ལ་ལོན་པའི་ཁབ་ཆེན་འདི། ཁབ་དང་མི་
འདྲ་ནགས་དང་འདྲ། །ནགས་ལྷ་མ་ལ་ལོན་པ་ང་ཙམ་ཡིན། (ཁབ་དང་མི་འདྲ་གཟིགས་དང་འདྲ།
གཟིགས་ལྷ་མ་ལ་ལོན་པ་ང་ཙམ་ཡིན་ཡང་ཟེར་སྲོལ་ཡོད་) ངས་མགོ་ལ་ལོན་པའི་རྫོག་དཀར་
འདི། །རྫོག་དང་མི་འདྲ་གངས་དང་འདྲ། །གངས་མགོ་ལ་ལོན་པ་ང་ཙམ་ཡིན། །ངས་འོག་ལ་ལོན་
པའི་རྟ་ལོ་འདི། །རྟ་དང་མི་འདྲ་རྒྱུང་དང་འདྲ། །རྒྱུང་འོག་ལ་ལོན་པ་ང་ཙམ་ཡིན།

གི་ཉི་ཉི། །ཡུ་ཐད་གཅིག་མ་བཤད་ཐད་གཅིག་བཤད། །ཐད་ཅེ་ཨ་སྲོན་གནས་ལ་ཐུག
།གསལ་ཉི་རྩེ་སོང་ན་ཨེ་ཟེན་བསམ། །གསལ་ཉི་རྩེ་སོང་ནས་མ་ཟེན་ན། །སྤྱག་ལྟོ་སྤྱིན་ཁྲོད་
རང་ཁ་རོག་སྲོད། །ཐད་རྒྱུང་རྩེ་རྩེ་བྲག་ལ་ཐུག །རྒྱུང་ཐད་དཀར་སོང་ན་ཨེ་ཟེན་བསམ། །རྒྱུང་
ཐད་དཀར་སོང་ནས་མ་ཟེན་ན། །སྤྱག་ལྷུག་ཁྲོད་རང་ཁ་རོག་སྲོད། །ཐད་མཐའ་གཙང་རྒྱས་
རྩེ་ལ་ཐུག །ཉ་གསེར་མིག་སོང་ན་ཨེ་ཟེན་བསམ། །ཉ་གསེར་མིག་སོང་ནས་མ་ཟེན་ན། །སྤྱག་
ཐུག་ཁྲོད་རང་ཁ་རོག་སྲོད།

གི་ཉི་ཉི། །ཐུ་ལ་ལྷུ་ལ་ལྷུ་ལ་ལྷུ་བཞོད། །མ་དང་མཁའ་འགྲོའི་ཞིང་ཁམས་ཤེད། །གངས་རི་
ཞི་བའི་ལྷ་ཆོགས་ཤེད། །སྤང་རི་མཁའ་འགྲོའི་བོ་ར་ཤེད། །བྲག་རི་ཁོ་བོའི་སྤྱ་བརྟན་ཤེད། །ནགས་
རི་ལོང་ལྷའི་བང་མཛོད་ཤེད། །འབྲུང་འགག་ཆོས་སྤྲོད་སྤྲུང་མ་ཤེད། །རྩེ་སྤྲོད་ལོ་བདུད་ཅི་
ཤེད། །མོ་རྩམས་གནས་བདག་དཔའ་བོ་ཤེད། །མོ་རྩམས་ཞིང་སྤྲེས་མཁའ་འགྲོ་ཤེད། །འཇིག་
རྟེན་མི་ལྷ་ལ་ལོན་ལྷགས་འདྲ་འདྲ་ལ། །སྲོན་བསགས་བསོད་ནམས་ཆེ་རྒྱུང་འདྲ་ལེ་མིན། །དུ་མ་
ལྷ་འདི་པད་བཞོད་ནས་དར་བའོ།།

ཚང་གཞས། སྐར་མ་སྒྲིང་།

སྐར་མ་སྒྲིང་གི་སྒྲིང་སྟོང་ལ་སོ་སྒྲིང་སྒྲིང་ལ་སོ། ཨ་ཅག་བཟ་འིས་སྟོང་མ་དུ་སྐར་མ་གཟིགས།
མི་མིང་ལགས་དང་ལྷུང་བ་ལགས་སེ།

སྐར་མ་སྒྲིང་གི་སྒྲིང་སྟོང་ལ་སོ་སྒྲིང་སྒྲིང་ལ་སོ། ཨ་ཅག་བཟ་འིས་སྟོང་མ་ཞལ་རས་ལ་གཟིགས།
དཀར་གསལ་ལགས་དང་ཟླ་བ་ལགས་སེ།

སྐར་མ་སྒྲིང་གི་སྒྲིང་སྟོང་ལ་སོ་སྒྲིང་སྒྲིང་ལ་སོ། ཨ་ཅག་བཟ་འིས་སྟོང་མ་དུ་སྐར་མ་ལ་གཟིགས།
ཚོད་ཀྱི་ལགས་དང་གཤོག་བ་ལགས་སེ།

སྐར་མ་སྒྲིང་གི་སྒྲིང་སྟོང་ལ་སོ་སྒྲིང་སྒྲིང་ལ་སོ། ཨ་ཅག་བཟ་འིས་སྟོང་མ་སྐྱེད་བ་ལ་གཟིགས།
དོ་རྗེ་ལགས་དང་དེའི་བྱ་ལགས་སེ།

སྐར་མ་སྒྲིང་གི་སྒྲིང་སྟོང་ལ་སོ་སྒྲིང་སྒྲིང་ལ་སོ། ཨ་ཅག་བཟ་འིས་སྟོང་མ་ལུས་མོ་ལ་གཟིགས།
ཚོས་ཀྱི་ལགས་དང་འཁོར་ལོ་ལགས་སེ།

སྐར་མ་སྒྲིང་གི་སྒྲིང་སྟོང་ལ་སོ་སྒྲིང་སྒྲིང་ལ་སོ། ཨ་ཅག་བཟ་འིས་སྟོང་མ་རྒྱུ་ལ་ལ་གཟིགས།
འབྲུ་ལས་ལགས་དང་འཇམ་ཚེན་ལགས་སེ། དམངས་ཁོད་དག་རྒྱུ་ལས་བསྐྱུས་པ།

ལགས་ལྷས་པའི་བདེ་སྦྱིད་ལགས།

ལགས་ལྷས་པའི་བདེ་སྦྱིད་ལགས། ཡ་གི་གངས་སྟོང་མཚོན་པའི་སྦྱིགས་ལ། གཅིག་གཉིས་
གསལ་བ་ལྷ་དང་ལགས། གངས་སྟོང་སེང་གེ་དཀར་མོ་སྟོན་སྟོན་ལ་སེབས་དང་། གཞོན་ལ་ང་
ཚོ་སྣང་བའི་སང་སང་ལ་སྦྱིན་ཚོལ།

རྩ་རི་ལུལ་སྟོང་ལུལ་སྟོང་། ལུ་བ་ཡིན་ན་དགའ་བ།

ལུལ་སྟོང་རྩ་སྟོང་འཛོམས་སོང་། ལུལ་སྟོང་རྩ་སྟོང་འཛོམས་སོང་།

མི་གཞན་དང་འདྲ་བའི། ལུན་འབྲུམ་ཁ་ཟས་མེད་ཀྱང་།

སེར་བྱ་ངང་ས་བཞིན་དུ། མཉམ་བཟའ་མཉམ་འཕུང་བྱེད་ཚོགས།
 བྱེད་དང་ང་གཉིས་ཆ་རེད། རྒྱ་མི་མོར་ལྷབས་ཆ་རེད།
 རྒྱ་མི་དབུ་འཕང་མཐོ་ཀྱང་། མི་གཡོག་རྒྱག་མཁན་ཆ་རེད།
 ང་གཉིས་གཉིས་མོའི་ལས་འདི། རྒྱ་ག་མོ་རོང་གི་རྒྱ་འབྲ།
 ་ཤང་ཤང་རྣ་བས་ཐོས་ཀྱང་། མཇལ་འཕྲད་གསེར་ལས་དཀོན་པ།
 ཁམ་སྡོང་ཡར་ལ་བལྟས་ན། ཁམ་བྱ་བཟའ་སྡིང་འདོད་བྱུང་།
 རྒྱབ་ཀྱི་སྐྱ་བཙན་དམར་པོས། གཞོད་ཡོང་བསམ་ནས་ཞེད་སོང་།
 ཁ་བཏགས་རིང་ནས་གང་ཡོང་། དཀར་ཁ་གཙང་ན་དགའ་བྲག།
 བྱ་མོ་མཛེས་ནས་གང་ཡོང་། རྫོ་སྣ་རིང་བ་དགའ་བྲག།
 བྱ་མོ་བྱེད་ཀྱི་ལོ་རྟགས་སྡེལ་རེད། སྡེལ་གཞུག་གཡུགས་ས་མ་གནང་།
 བྱ་ངའི་ལོ་རྟགས་སྟག་ཡིན། བལྟ་གིན་བལྟ་གིན་བྱེད་ཚོགས།
 བྲགས་སེམས་སྐྱོ་སྐྱོ་མ་གནང་། རི་བཟང་སྐྱུག་པའི་སྲས་མོ།
 སྐྱུག་ས་ཡལ་པའི་དུས་ལ། མཇལ་འཕྲད་ཡོད་པ་ཞུས་ཚོགས།
 རྒྱ་ཡི་རྒྱ་ཆང་མེ་ཉོག་བོད་ཀྱི་ཤོག་བསྐྱེལ་མེ་ཉོག།
 སྐྱེས་ས་སྐྱུ་ར་མ་གཅིག་འདྲོ་མས་ས་དཀྱིལ་འཁོར་གཅིག་ཡིན།
 དབུ་ལྷ་དབུ་ལ་ཡོད་དུས། དབུ་མགོ་ཤོག་ཤོག་མ་གནང་།
 དབུ་ལྷ་ས་ལ་ཟགས་ན། ལེན་དུས་བདེ་པོ་མི་ཡོང་།
 ཚོགས་ཁེབས་ཨ་བསྐྱེལ་བ་བསྐྱེལ། ཡང་བསྐྱེལ་དམ་ས་དགུ་བསྐྱེལ།
 བཏགས་འདོད་སེམས་ལ་ཡོད་ཀྱང་། མཇུབ་གུའི་ཚོགས་ལ་འགག་སོང་།
 ལ་ཁའི་བ་ལུ་འོག་ལ། བྱིའུ་རྒྱུང་སྐྱལ་བཟང་སྐྱོལ་མ།
 སེམས་ས་སྐྱུག་སྐྱུག་མ་བྱེད། བ་ལུ་མེ་ཉོག་ཤར་སོང་།
 བྱེད་ངང་བད་མའི་བད་སྡོང་། མ་རེད་ཞུ་མཁན་མི་འདུག།

ང་རང་ཉམས་ཚུང་སྲུ་གུ ཁ་ཁ་བཞག་རོགས་གནང་དང་།
 ཟླ་བ་དཀར་པོའི་ཟླ་སྟོན། ས་མ་བཟང་པོའི་ཚེ་སྟོན།
 ང་རང་ཚེ་སྟོན་ཚེ་སྟོན། ཡོང་རྒྱ་མེད་ན་དགའ་བྲག
 །ཤ་བ་རི་ལ་བསྐྱོད་དུས། ལྷང་ལ་འབབ་ཤོག་གསུངས་བྱང་།
 །ཤ་བ་ལྷང་ལ་འབབ་དུས། ར་ཚོ་རིང་འདུག་གསུངས་བྱང་།
 དུས་ཀྱི་རྒྱ་ལྷང་སྟོང་པོ། སྐད་གཤམ་ཚེ་རང་བྲགས་ཉེ།
 ལྷ་བྱུག་ར་བྱེད་གཞུང་ནས། ལྷག་པ་བཞག་ནས་ཡོང་ཡོད།
 གནམ་ལ་སྐས་འཛེགས་བཅུགས་ནས། སློན་དུག་བཟུང་རྒྱ་ཡོད་ན།
 རྒྱ་ལ་ཤེལ་གོ་འཅུགས་ནས། ཉ་མོ་བཟུང་དུ་ཚོག་འདུག
 རྟ་ལ་མ་གཞིན་གོང་ནས། སྐ་ལ་བཅག་བཅག་གནང་དང་།
 ཀར་རྒྱང་ཡོབ་ལ་རྒྱད་དུས། ལུགས་སེམས་སྟོ་རོགས་ཡིན་འགྲོ
 །ཤར་ཕྱོགས་ཟླ་བའི་དཀྱིལ་ལ། རི་པོང་སྟོ་ལྡན་ཤེས་རབ།
 ཟླ་བའི་ལུགས་ལ་མེད་ན། སྤང་རྩ་བ་ལ་ཕྱིན་ཚོག
 །ཤར་ཕྱོགས་བཙོ་ལྷའི་ཟླ་བ། །ཤར་ནི་ང་ལ་ཤར་སོང་།
 ལས་ངན་སློན་པ་ནག་སོས། རྒྱ་མགོ་བཀག་སྤངས་བཀག་སོང་།
 ལྷང་པ་ལྷ་ལྷང་ནང་ལ། ཆར་པ་ལྷ་ཆར་འབབ་སོང་།
 ཨ་ཅག་པད་མའི་མེ་ཉོག་ ལྷ་ཆར་བེལ་པས་སྤང་སོང་།
 ཞིམ་སྟེ་བྱ་རམ་ཞིམ་པ། བ་ཡུན་རམ་པ་རིང་བ།
 བྱ་རམ་དགོངས་པ་མ་ཚོམ། རམ་པ་བ་དགོས་བྱུང་སོང་།
 ལྷིད་ནི་མཚོ་མཁའི་མེ་ཉོག་ ང་ནི་མཚོ་ནང་ནོར་བྱ།
 མཚོ་མཁའི་མེ་ཉོག་མ་འགྱུར་ན། མཚོ་ནང་ནོར་བྱ་འགྱུར་དོགས་མེད།
 སེམས་པ་ལྷིད་ལ་དགའ་དགའ། དམ་པའི་ཚོས་ལ་དགའ་ན།

ཚེ་གཅིག་ལུས་གཅིག་སྒོ་ནས། སངས་རྒྱས་གོ་འཕང་ཐོབ་པ།
 བྱེད་ནི་ཉ་མེད་མེ་ཉོག་ ང་ནི་སྤང་རྒྱན་མེ་ཉོག།
 ལས་དང་ལས་འསྐོ་ཡོད་ན། ལུས་པའི་ནང་ལ་འཛོམས་ཤོག།
 རྒྱ་དེ་ལུས་པ་གང་ལ། རྒྱ་རྩོག་ལུས་པ་བྱེད་ཀྱང་།
 དེ་འབྲེེ་རྒྱ་མོ་ལགས་ལ། མཁའ་གཉིང་ཡོད་པ་ཤེས་སོང་།
 དབྱར་ཁ་འོང་ཁའི་དགྲིལ་ལ། མི་སྐྱེས་དབྱ་སྐྱེས་སྐྱེས་ཡོང་།
 སྐྱེས་ཚད་ཞལ་ལ་བཞེས་ན། ཉག་པོའི་དུག་དང་འབྲད་ཡོང་།
 ཁམ་སྒོང་སྐྱེས་ས་ཡག་ག། བྲག་གི་བར་ལ་སྐྱེས་བཞག།
 ཁམ་བྱ་ཟགས་ས་སྐྱེས་ག། རོ་དོང་ནང་ལ་ཟགས་བཞག།
 ཁམ་བྱ་ཁ་ལ་ཞེས་པ། མེ་ཉོག་མིག་ལ་མཛེས་པ།
 དོ་གོང་ཁམ་སྒོང་འོག་ལ། གཟེམ་ན་འགྲིག་གི་རེད་པས།
 དཀར་ཡོལ་དཀར་སང་གཅིག་ལ། དོན་མེད་སེར་ཁ་གས་སོང་།
 ཡང་ན་རྒྱག་དེ་ཆག་དང་། སེམས་པའི་ཁོ་ཐག་ཆད་ཡོང་།
 སེམས་པ་དགའ་ས་གཅིག་དང་། མཉམ་དུ་འགྲོ་རྒྱ་བྱུང་ན།
 ལྷམ་ལ་རྟོག་པ་མེད་ཀྱང་། སེམ་སེམ་སེམ་ལ་བྱིན་ཚོག།
 ལྷང་མ་ཡོམ་ཡོམ་མ་གནང་། བྱིའུ་རྒྱུང་ལྷག་འདྲེས་ཡོང་།
 ལྷང་མའི་ལྷགས་ལ་མེད་ན། བྱིའུ་རྒྱུང་བསྐྱེད་ས་སྒོས་ཚོག།
 རྒྱ་ལ་ཡིག་རྒྱུང་བསྐྱར་བའི། གཏམ་ལ་གསལ་ཆ་མ་བྱུང་།
 འོན་ཀྱང་རྒྱ་ནང་ཉ་མེད། ལྷགས་ལ་བཞག་རོགས་གནང་དང་།
 རྒྱུང་འདྲེས་བྱམས་པས་བཏང་བའི། ཡི་གེ་ཨ་གྲོག་བ་གྲོག།
 ང་རས་སྒོག་ནི་མི་ཤེས། མི་ལ་བསྐྱེད་ན་ངོ་ཚ།
 ཨིན་རྒྱུང་གྲ་སར་བཞགས་དུས། ལུ་མོས་མིག་བཙུམས་རྒྱག་གི།

གྲུ་སའི་སྦྱིད་སྦྱུག་བཞག་དུས། བྱ་མོས་སྦྱིར་འཐེན་རྒྱབ་བྱུང་།
 གསེར་གྱི་ཚོག་ཚེའི་སྦྱང་ལ། གཡུ་ཡི་ནེ་ཚོ་བབས་བཞག
 ར་ཆང་འདོད་དགུ་འཛོམས་དུས། རེ་ཚོའི་མངོན་ཤེས་བའདད་པ།
 ལྷ་མོ་ཕེབས་ཤིག་ཕེབས་ཤིག ཉིན་མཚན་མེད་པར་ཕེབས་ཤིག
 ཉ་མོང་རའི་སློབ་གཏད། རྫོང་གྲག་ལ་བཅོལ་ཆོག
 ཏྲ་དང་ཏྲ་སྐའི་བར་ལ། འཇམ་པོའི་ཏྲ་གདན་བརྒྱབ་ཡོད།
 མ་འགྲུར་སློབ་ཞིག་གདམས་ཡོད། འགྲུར་ན་ཆེ་སྡོན་ལས་རེད།
 ཀོ་བ་འཕྲེད་ལ་བཏང་བས། ལྷ་མོའི་གཞུང་ལ་འཁྲེར་སོང་།
 ལེན་གཅིག་ཁྲེར་ནི་ཁྲེར་སོང་། ལས་འགྲོའི་སྤྱོད་ལ་འཁྲེར་ཤིག
 བ་ནིང་ཏྲ་པོས་གཡུགས་ནས། ཀླང་ཆག་ལག་ཆག་མ་བྱུང་།
 ད་ལོ་བྱམས་བས་གཡུགས་ནས། སྦྱིང་གི་རུས་བ་ཆག་སོང་།
 ཏྲ་པོ་གསོས་ཡོད་གསོས་ཡོད། བྲག་རྒྱང་སྲན་མས་གསོས་ཡོད།
 ཏྲ་པོ་ངོ་ཆ་མེད་པ། མི་མང་དཀྱིལ་དུ་གཡུགས་བྱུང་།
 བསམ་བསམ་བསམ་པའི་རྒྱང་འདྲིས། བསམ་ཡས་ལ་མོ་བརྒྱབ་སོང་།
 མ་བསམ་མ་རྩེ་རྩེ་རེ། ཀླང་པའི་ཉ་ལ་འཁྲེལ་བྱུང་།
 ལ་རྒྱབ་ཡར་གི་འགོག་པ། འགོག་པ་སྦྱུ་ཤར་ཁོ་རེད།
 ཤ་ལ་ཆེ་ལུ་མེད་པ། བོང་ལ་ཉམ་བོང་མ་རྒྱག
 བྲག་སྦྱོད་བྲགས་གཡེངས་མ་གནང་། རྫོང་པོ་ལྗིང་འཁོར་མ་བརྒྱབ།
 རྫོང་པོ་བྲག་སྦྱོད་སྤྱོད་ལ། ཞེན་པ་ལོག་ནས་བསྐྱད་ཡོད།
 རི་དེ་པར་རི་རྩུ་རི། བྲག་པའི་ཟེའས་རྒྱབ་པ།
 དེ་ལ་ལྷ་བྱ་བཞག་ནས། འདྲེ་བྱ་འཁོར་ས་མ་རེད།
 ཁང་པ་རྫོང་གྲུ་བཞི། རྒྱག་འདོད་ཡོད་ནས་རྒྱག་ཡོད།

ལྷག་བྱ་སྤྱི་བྱ་སྤྱི་བྱ། ཉམས་ཚེད་ལེན་ག་སྤྱི་བས་བྱང་།
 ཁང་པ་སྤྱག་ཐག་རིང་ཡུང་། ཁྱེད་རང་བཞུགས་དགོས་མི་འདུག
 ཚམ་པར་སྤྱིང་འི་ཁ་ཡང་། ཁྱེད་རས་མཚོད་དགོས་མི་འདུག
 དང་པོ་རྒྱུ་བསྐྱེད་ཆེ་བ། བད་ཁ་མེར་པོའི་མེ་ཉོག
 གཉིས་པ་ལག་པར་སྤྱི་བས་དུས། སྤར་མོ་གང་ལས་མི་འདུག
 ལྷར་ཁ་ལྷར་རྗེ་ག་གཅིག་ལ། འར་སྤྱ་དེ་འབྲ་ཡོད་ན།
 ལྷར་སྤོང་སྤྱལ་པར་འབྱེར་ན། འར་སྤྱ་གང་འབྲ་ཡོད་འགོ
 ཞིང་དང་སྤྱ་ཁའི་བར་ལ། མགོས་ཆེན་ཉོག་པོ་བཏགས་ཡོད།
 ཉོག་པོས་ལྡང་པ་བས་སོང་། ལས་འགོ་ཡོད་པ་མིན་འགོ
 རྒྱུང་ཐང་ན་གའི་གང་ལ། ཉོག་ལས་བོང་བྱ་མགོགས་པ།
 བོང་བྱ་མགོགས་པ་མ་རེད། ལྷལ་མ་ཆ་བ་ཡིན་འགོ
 སྤར་དང་ལྷ་བ་ལས་རེད། ལ་ཁྱི་གཉོང་བ་མ་གཞང་།
 ང་དང་བྱམས་པ་ལས་རེད། མི་ཁ་གཉོང་བ་མ་གཞང་།
 དཀར་ནི་ཀ་ཅི་དཀར་སོང་། འཇམ་ནི་འབྲ་རས་འཇམ་སོང་།
 ཀ་ཅི་དགོངས་པ་མ་ཚོམས། འབྲ་རས་ལུས་ལ་འཇམ་སོང་།
 ཁྱེད་ནི་ང་ལ་དགའ་སོང་། ང་ནི་ཁྱེད་ལ་དགའ་སོང་།
 ང་གཉིས་པ་དགའ་རྒྱུར་དགའ། འཆམ་འཆམ་རུབ་རུབ་གཞང་དང་།
 མར་ལ་ཤིང་ཉོག་ཨ་མའི། འགོ་སོང་གཉོང་དགོས་མི་འདུག
 རྒྱུར་ལ་མངར་རིལ་ཁམ་བུའི། ཡོང་སྤོ་ལེན་དགོས་མི་འདུག
 ཤིང་བཟང་སྤྱག་པའི་གཞོང་བ། ཁུངས་སྤྱབ་བྱས་ནས་ཉོ་ཡོད།
 གཞོང་པས་རྒྱ་ཡང་མ་འཚོག་སྤྱིང་གཏམ་བཤད་པ་སྤྱ་སོང་།
 མཐིང་བ་སྤོམ་པོ་ལས་ཡོད། སྤང་སྤྱག་བརྒྱ་ཡི་པ་རེད།

མཚུན་སྣ་ཁྱེད་ལོས་ཡོད། ཨ་མ་བུ་བུ་ཀྱང་ལྷ།
 དབྱར་ཁ་རྒྱ་གར་ལྷ་ལོ། དབྱུན་ཁ་ཆེ་རིང་སྦྱིང་ཁེབ།
 དདུལ་ཤམ་ལྷ་བཅུ་ཐམ་པའི། ཁག་ཁྱེད་གནང་རོགས་གནང་དང་།
 སྤམ་བ་ལུའི་དཀྱིལ་ལ། ལུར་རྩོ་བསྐྱོན་བ་མ་གནང་།
 འིུ་རྒྱུང་པ་མ་མེད་པ། བ་ལུའི་དཀྱིལ་ལ་བསྐྱད་ཡོད།
 ལྷ་བ་ར་ཚེ་རིང་ཡང་། གནམ་གྱི་སྐྱམ་འདྲེགས་མི་རྒྱལ་ས།
 རི་བོང་སྤྲུག་ལག་འཐུང་ཡང་། ལ་མོ་འདྲ་འདྲ་བརྒྱབ་ཡོད།
 སེམས་བ་ར་ཡང་མ་ཡིན། སེམས་བ་ལུག་ཡང་མ་ཡིན།
 སེམས་བ་ར་ལུག་གསོད་གསོད། གསོད་བ་གནང་ནས་གང་ཡོང་།
 གནམ་ལ་འཐུང་མཁན་ནང་ནས། འིུ་ལས་རྒྱུང་བ་མི་འདུག།
 ལུ་མོ་འདྲ་འདྲའི་ནང་ནས། ང་ལས་སྐྱོ་བ་མི་འདུག།
 ལྷ་ནས་ཉི་མ་ལྷ་རྒྱུང་། ལུ་བ་ནས་སྤྱང་ཆར་འབབ་རྒྱུང་།
 ཉི་ཟེར་ཆར་ཟེར་བར་ལ། འཁོར་བའི་ཁྲིམས་ཐག་བཅད་སོང་།
 ང་རང་གཅིག་པོ་ཡིན་ན། བད་མ་བཞོད་ལ་ལྱིན་ཆོག།
 མ་མ་བུ་སྤྲུག་བཞག་ནས། བད་མ་བཞོད་ལ་གང་ཡོང་།
 ཁྱིད་ནི་མཁྱེན་པའི་བདག་པོ། ང་ནི་བུ་མོ་ཕལ་བ།
 བཀའ་སྐྱོན་མེད་པའི་ཐོག་ནས། ལུམས་སྐྱོངས་གནང་རོགས་གནང་དང་།
 གསེར་ཟངས་རྒྱ་ལིབ་འོག་གི་རོ་ལག་ཡིད་བཞིན་ལོར་བ།
 སྐྱོན་ཆད་བསྐྱབ་བ་མ་རྒྱུང་། ད་ཡང་བསྐྱབ་བ་མ་གཉོང་།
 མེ་ཉོག་རྒྱ་སྦྱིང་འདྲ་བ། རྒྱང་གཤམ་ང་ལ་མེད་ཀྱང་།
 སྐྱོལ་མ་མེ་ཉོག་ལྷ་བ། དབྱུན་དུས་འཁྲོལ་བ་ལུས་ཆོག།
 ཆེ་རིང་བྱུག་དཀར་ལྷ་བ། མ་ཤི་ཆེ་རིང་རྒྱུང་ན།

མཐུན་པ་སྐྱུན་བཞི་འདྲ་བ། རྣམ་གཞུག་འཁྲོལ་བ་ལྷུ་ཚོག
 དགའ་བོ་སྦྱིད་པོ་བྱེད་པའི། ཉམས་བཟང་དེ་ལ་གཟེགས་དང་།
 ར་སོ་གཞོན་དུས་མ་གཏོགས། རྣམ་སྤྱོད་ལྷོ་མི་འདུག
 མེ་ཏོག་ཞལ་ཁ་བྱེད་དུས། མཚོན་གཤོམ་འོད་ཀྱི་ཁེངས་སོང་།
 མེ་ཏོག་འབྲས་བུ་སྦྱིན་དུས། བང་མཛོད་ནོར་གྱིས་ཁེངས་སོང་།
 སེམས་པ་གཡས་བསྐྱོར་བསྐྱོན་དང་། ལུས་པོས་གཡོན་བསྐྱོར་གནང་དང་།
 གདན་རྒྱུང་གྲུ་བཞིའི་སྐང་ལ། འཛོམས་པའི་སྦྱོན་ལམ་སྦྱོན་ཤོག
 ཏྲ་ལ་སྐལ་མ་མེད་ན། ཏྲ་རྒྱུ་དེ་ལ་སྦྱོན་ཚོག
 བཀའ་སྦྱོན་གནང་མཁན་མེད་ན། གོས་གཞིས་ཕྱོགས་ལ་འཁྲིད་ཚོག
 རྒྱ་མཚོའི་མཐའ་ལ་བྱིན་པས། ལུ་ཉིག་བྲེང་བ་རྙེད་བྱུང་།
 གསེར་གྱི་བུ་ཤེལ་མེད་ན། ལུ་ཉིག་བྲེང་བས་གང་བྱེད།
 བསམ་ཡས་བསམ་ནས་མ་ཡོང་། ཚོས་སྦྱོང་བསམ་ནས་ཡོང་ཡོད།
 བདག་ལ་ཚོས་སྦྱོང་ཚེན་མོས། ལུང་བསྐྱུན་གནང་རོགས་གནང་དང་།
 རྣམ་བཟང་ཚོག་ཁེབས་མེ་ཏོག་ དབང་རྒྱས་ལགས་གྱིས་གནང་བྱུང་།
 ང་རང་ལྷུས་རེ་བརྒྱབ་དུས། དབང་རྒྱས་རེ་རེ་བཞུག་བྱུང་།
 ས་རིའི་སྐང་མ་གུག་གུག་ རྒྱ་རི་སྐྱག་པ་གུག་གུག
 གུག་ན་པར་གུག་རྒྱུར་གུག་ མ་གུག་རང་རང་སོ་སོ།
 རྙེད་ནི་གསེར་བཟང་སྐྱུ་རེད། ང་ནི་འདག་པ་ལྷ་རེད།
 ལྷ་ཁང་གཅིག་གི་ནང་ལ། མཉམ་དུ་ཡོང་གི་རེད་དམ།
 རྙེད་གྱི་དམེ་གསུང་གསུང་། ར་ནིང་གསུང་རོགས་བྱས་ན།
 ང་རང་ཨ་མའི་ས་ལ། རང་འཇགས་གནས་བ་ཡོད་དོ།
 རྒྱ་རྒྱ་དམར་པོ་གཅིག་ལ། སྦྱིང་གི་མདུད་པ་བརྒྱབ་ཤག

བྱ་རུ་ཆག་ན་མ་གཏོགས། མདུད་པ་གྲོལ་ས་མ་རེད།
 བྱ་དེ་རི་བྱ་དཀར་པོ། རི་ལ་སྡོད་དགོས་བསམ་བྱུང་།
 ད་ལོ་གངས་ཆར་མང་བས། ལྷུང་ལ་འབབ་དགོས་ཤར་སོང་།
 ལྷ་ས་ནོར་བུ་སྤིང་ལ། མགོན་པོ་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ།
 ལྷགས་སུ་མེབས་པ་ཡག་བྱུང་། ལྷགས་སུ་སྡོད་པ་ཡག་བྱུང་།
 ཤར་ཕྱོགས་སྤྲིན་བཟང་འགོ་འགོ། ང་རང་འགོ་རྒྱ་བྱུང་ན།
 བོད་ཀྱི་ཚེས་འཁོར་ལྷ་ས། སྤྱོད་གཅིག་གི་ས་རེད།
 བྱ་དེ་ལྷུང་ལྷུང་དཀར་མོ། གཤོག་རྩལ་ང་ལ་གཡར་དང་།
 ཐག་རིང་འགྲངས་ནས་མི་འགོ་མི་ཐང་བསྐྱོར་ནས་སྤེལས་ཡོང་།
 མ་འདྲིས་མི་ཡུལ་ལྷུང་བ། ཉེ་མ་ལོ་ལས་རིང་བ།
 ཉེ་མ་རིང་བ་མ་རེད། བ་ཡུལ་ས་ཐག་འགྲངས་སོང་།
 རྒྱབ་རི་མཐོ་བ་ཞེ་རེད། མདུན་རི་མཐོ་བ་ཞེ་རེད།
 བྱིའུ་རྒྱུང་སྐལ་བཟང་སྡོལ་མ། འབབ་ས་མེད་བ་ཞེ་རེད།
 བྱི་ལ་ཆར་པས་སྤང་བྱུང་། རྣང་ལ་ཐེག་པས་སྤང་བྱུང་།
 དགོང་མོ་བྱི་ནང་མཚམས་ལ། བྱ་མོ་སེམས་བ་སྡོལ་བྱུང་།
 ཤར་ཕྱོགས་བོད་ཀྱི་རི་བོ། མཐོ་སྤེ་མཐོན་པོ་འདུག་སྟེ།
 ཉེ་མ་ཤར་བའི་ལས་སྡོ། འགག་ཡོང་བསམ་པ་མི་འདུག།
 ཤར་ནས་སྐར་མ་གཅིག་ཤར། རུབ་ནས་སྐར་མ་གཉིས་ཤར།
 སྐར་མ་གཅིག་ཤར་གཉིས་ཤར། རྣམ་མཁའི་སྐར་གྲལ་འགྲིགས་སོང་།
 སྤྱིད་པོ་ཞེ་ཡོང་བསམ་ནས། ཞིང་ལ་གོ་རྒྱུ་བཏབ་ཡོད།
 སྤྱིད་པོ་ཡོང་ཉིང་འདོད་བཞག། གོ་རྒྱུ་གསེར་ཁ་བརྒྱབ་སོང་།
 ང་ནི་བྱིད་རང་བསམ་ཡོད། བསྐལ་བ་འདི་ལས་མི་འདུག།

སངས་རྒྱལ་མགོན་པོ་བྱམས་པ། བསྐྱེལ་བ་ཡང་བསྐྱར་གནང་དང་།
 ཡིད་འཕྲོག་མཛེས་ལྗན་ལྟ་མོ། རྗེན་པ་ང་ལ་རྟེན་བྱུང་།
 དཔོན་པོ་མི་དབང་ཆེན་མོ། རྗེན་བཟང་ལགས་ཀྱིས་འཕྲོག་སོང་།
 འདར་ཕྱོགས་རི་བོའི་ཅེ་ནས། དཀར་གསལ་ལྷ་བ་འདར་བྱུང་།
 མ་སྐྱེས་ཨ་མའི་བཞིན་རས། ཡིད་ལ་འཁོར་འཁོར་བྱས་བྱུང་།
 མི་ཚོས་ང་ལ་བལྟ་གིས། མ་བལྟ་གསུངས་རོགས་གནང་དང་།
 ཀོ་ཡོལ་ནག་པོ་འབྱར་དགོས། སྤྱང་གཞི་ཡ་མའི་འཁྲུལ་རེད།
 ཆང་གཅིག་འཐུང་བའི་མི་ལ། ཡོན་ཏན་མི་འདུག་མ་གསུངས།
 སྟོན་པོའི་རྐང་བོ་སྤྲུ་གཞས། ཆང་གི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པ།
 དཀར་ཡོལ་དཀར་བཟང་ནང་ལ། སེང་གའི་འོ་མ་སྤྲུག་ཡོད།
 ཕྱི་ནས་དཀར་ཡོལ་དཀར་པོ། རང་ནས་འོ་མ་དཀར་པོ།
 རྒྱང་འདྲིས་ལ་མོ་པར་རྒྱབ། ག་རེ་གནང་གིན་བཞུགས་ཡོད།
 ང་ནི་ལ་མོའི་རྩེ་ནང་། ཉི་མ་མ་འཁྲོལ་བསྐྱེད་ཡོད།
 བོང་གསལ་མགུར་སྤྱོ་ལོ་ཀ་བརྒྱལ་ཉེ་བ་འདི་དག་ལ་སོགས་པ་ཡང་སྤར་གོང་ཡུལ་དུ་དར་
 རྒྱབ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་འདུག།

མཚུག་ཏུ་བཤད་པའི་གཏམ།

ཀོང་ཁུལ་གྱི་གཞས་དེབ་འདི་ནི་དེང་ཨ་རིར་བཅའ་བཞུགས་དགུང་གྲངས་ཀྱི་ལྗེ་མོ་མོ་
 བའི་ཀོང་སྤྲོད་གསང་བ་ཨ་མ་འབའ་ལུ་དང་། འཕགས་ལུལ་སྡོ་སྡོགས་འབེལ་ཀོབ་གཞིས་སུ་
 སྐྱེས་པའི་ཁོང་གི་བུ་མོ་ཆེ་རིང་དབང་མོ་རྣམ་གཉིས་ཀྱིས་ཀོང་པོའི་གནའ་རབས་རིག་གཞུང་
 བོ་དང་སྐྱའི་སྐྱ་རྩལ་ཉམས་པ་སོར་ཚུད་དང་མི་ཉམས་ཀོང་འབེལ་གྱི་སྤྲོད་བུ་སྐྱ་ལོ་ ༡༩༠༡ ལོ་
 རས་བཟུང་གོང་གསལ་གཞས་ཆེ་གཞུང་ཡིག་ཐོག་ཏུ་ཐོ་འབོད་ཀྱིས་སྐྱ་མཚུད་ནས་ཁ་གསལ་
 གནའ་སྟེ་བྱང་བ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། དེའི་ནང་དོན་ཆ་ཤས་སུ་དེབ་འདིའི་འབྲེལ་ཡོད་མི་སྣ་དོ་སྤོད་
 དང་། 《ཀོང་པོའི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྡུས་དང་།》《བོད་ཀྱི་ཀོང་པོའི་གནའ་རབས་ལོ་རྒྱུས་མདོར་
 བསྡུས་》ཞེས་པའི་དུམ་བུ་གཉིས་ཀོང་པོ་རིགས་གཞུང་བདེ་དོན་ཚོགས་པའི་ཚོགས་གཞོན་སྐྱེན་
 གུལ་དང་ཀོང་པོ་བ་ཨ་དག་བསོད་ནམས་སུན་ཚོགས་གཉིས་ཀྱིས་སྤྲིག་ཅིང་། དེའི་ཁར་ཉེ་ཆར་
 སྤར་ཡང་འཕྲོ་སྤོང་གི་རྩལ་དུ་དག་བཅོས་ལེགས་སྤྲིག་གནང་བ་ཞིག་ཀྱང་ཆགས་ཡོད་པ་དང་།
 ཐེངས་འདིའི་ལེགས་བཅོས་བྱེད་པའི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་དུ་ད་ལྟ་འཚོ་ཞིང་བཞེས་པའི་རང་རིགས་
 ཀོང་པོའི་སྐྱ་རྩལ་པ་རྣམས་རྣམས་ཀྱི་ཀོང་པོ་ནས་བཏང་བའི་གཞས་ཆེ་གཞུང་བསྐྱེལ་
 གང་ཐུབ་བྱ་རྒྱུ་དང་། བོད་རིགས་དང་སྐྱའི་རིགས་ལ་སོགས་པ་ཁ་ཁ་དབྱེ་འབྱེད་བྱ་རྒྱུ་
 རོར་ཡོད་རིགས་ཞོར་བཅོས་བྱ་དགོས་སོགས་སྲན་ལ་འབོད་བསྐྱེལ་གནང་བྱང་བས་དེ་ལྟ་བུའི་
 གོ་སྐབས་ཐོབ་པར་དགའ་སྤོང་དང་ཐུགས་རྗེ་བཀའ་བཞིན་སྐྱབས་ཏུ་ཞུ་རྒྱུ་དང་། འབོད་བསྐྱེལ་ལྟར་
 རང་རོལ་ནས་ཀྱང་ཀོང་པོའི་རྩ་ཆའི་གནས་རི་ཁག་གི་མཚན་བྱང་མདོར་བསྡུས་དང་། ཀོང་ལུལ་
 དུ་སྐྱེལ་འགྲུངས་པའི་རིས་མེད་སྐྱེས་ཆེན་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་མཚན་བྱང་མདོར་བསྡུས། ཀོང་བཅུན་
 དེ་མོ་དང་ཀོང་རྗེ་དཀར་པོའི་ལོ་རྒྱུས་མདོ་ཚམ་བཅས་འདིར་འབོད་ཁུལ་བྱས། འོན་ཀྱང་སྲན་གྱི་
 མང་གཞིའི་ཤེས་ཚད་ཤིན་ཏུ་དམའ་བའི་སྤོན་ཆ་དང་། ལྷག་པར་དུ་གཞས་ཆེ་གཞུང་ཡིག་ཐོག་

ཏུ་པབ་སྐབས་ཚིག་བརྗེ་འཛིན་མ་རྟོགས་པའི་ཡིག་ཚེར་དང་། རེ་འགའ་དམངས་ཁྲིད་ལུང་
ཚན་གྱི་ཁ་སྐད་རང་སོར་འཛིན་དགོས་པ་སོགས་ཀྱི་སློན་ཆ་ཡང་ཡོད་ལ། གཞས་ཚིག་འགའ་
ཤམ་ནི་གདངས་ཀྱི་འགྲུང་ཁུག་ཅམ་དུ་འགོ་བ་ལས་ཐད་ཀར་གོ་བ་སྟེར་མི་ཐུབ་པ་ལྟ་བུ་མང་དུ་
འདུག འོན་ཀྱང་དེ་དག་ནི་ལོ་ངོ་སྟོང་ལྷག་མང་པོའི་བརྗེ་ཆད་ཡིན་པར་སོང་གོ་བ་ངེས་ཅན་ཞིག་
ཡོད་པ་གོར་མ་ཆག

མདོར་ན་ཐུན་གྱི་ལུ་དག་ལེགས་སོ་མ་ཐོན་པ་ལ་སོགས་པའི་སློན་ཆ་ཅི་རིགས་སུ་མཆིས་
པར་གཞོན་གསོལ་དང་། དེབ་འདིའི་ཚོམ་བདག་ཨ་སྤྱིད་ཆེ་རིང་དབང་མོའི་ཁྲིམ་རྒྱུད་ནང་མི་
དང་། དེ་བཞིན་འབྲེལ་ཡོད་ཀོང་པོའི་སྲོལ་རྒྱུན་གྱི་སྐྱེ་གཞས་བཏང་མཁན་གཞུང་དེང་གི་གཞས་
པ་གཞས་མ་རྣམས་ཀྱི་བསམ་དོན་ལྟོན་གྱིས་གྲུབ་ཞིང་། སྤྱད་མར་ཡང་ཁྲིད་རྣམས་པར་རང་ཆས་
སུ་མངའ་བའི་མགྱིན་པའི་རྟ་དབངས་ལ་བརྟེན་ནས་ནམ་འཚོའི་བར་དུ། འཛིན་རྟེན་གྱི་ཁམས་
འདིར་ཀོང་པོའི་གནའ་པོའི་སྐྱེ་ཅམ་གྱི་སྐྱེ་དབངས་དེ་བཞིན་མི་རྒྱབ་གཏན་དུ་སློབ་པའི་བཟང་ཤིས་
སློན་འདུན་ལྷ་རྒྱུ་དང་བཅས།

ཀོང་ཡུལ་ལོང་སྤྱད་པ་གོམ་འབར་བསོད་ནམས་བཟང་ཤིས་སུ་འབོད་པ་ནས། ལྷོ་ལོ་ ༡༠༡༤
ལོའི་ཟླ་བ་ ༥ པའི་ཚེས་ ༡༥ ཉིན།

དཔག་སློབ། །།

