དམ་པའི་གསུང་རབ།

ལེགས་བཤད།

This publication is not for sale.

Proverbs (ybt-20)
December 2022 Printing
© 2022 sungrap.com
Publishers
AKK

ལེགས་བཤད།

1 ཨི་སི་ར་ཨེལ་གྱི་རྒྱལ་པོ། དཱ་བིད་ཀྱིས་བུ།
སོ་ལོ་མོན་གྱི་ལེགས་བཤད།

2 མི་རྣམས་ཀྱིས་ཤེས་རབ་སྦྱངས་ནས་སྦྱོང་བརྡར་
འཐོབ་པ་དང་།
ཤེས་རབ་ལྡན་པའི་བསླབ་བྱ་ཧ་གོ་བའི་ཆེད་དུ་
ཕན་པའི་ལེགས་བཤད་ཡིན།

3 མི་ལ་གནས་ལུགས་རྒྱུ་མཚན་ཧ་གོ་བའི་ནུས་པ་
འཐོབ་པ་དང་།
དྲང་བདེན། ཐག་གཅོད་ཡང་དག་པ་བྱེད་སྟངས།
དྲང་པོ་དྲང་གཞག་བཅས་ཤེས་པའི་ཆེད་དུ་
སྦྱོང་བརྡར་སྤྲོད།

4 ཉམས་མྱོང་མེད་པའི་མི་སྐྱུང་པོ་བཟོ།
གཞོན་ནུ་རྣམས་ལ་ཤེས་ཡོན་དང་བསམ་བློ་
གཏོང་བའི་ནུས་རྩལ་སྤྲོད།

5 ཤེས་རབ་ཅན་གྱིས་ཉན་ནས་སློབ་ཁྲིད་དེ་བས་
མང་བ་འཐོབ།
གོ་རྟོགས་ནུས་རྩལ་ཡོད་པའི་མི་ལ་ཁྲིད་སྟོན་
མཁས་པོ་འཐོབ།

6 དེ་ནི་ལེགས་བཤད་དང་ཧ་གོ་དཀའ་བའི་བཤད་
སྲོལ།
ཤེས་རབ་ཅན་གྱི་གཏམ་དང་གབ་ཚིག་ཧ་གོ་
བའི་ཆེད་དུ་ཡིན།

7 ཡ་ཧོ་ཝཱ་ལ་གུས་བཀྲི་ཞུ་བ་ནི་ཤེས་ཡོན་གྱི་ཐོག་
མ་ཡིན།
གླེན་པ་ཁོ་ནས་ཤེས་རབ་དང་སྦྱོང་བརྡར་ལ་
མཐོང་ཆུང་བྱེད།

8 ངའི་བུ། ཁྱོད་ཀྱིས་ཕ་ཡི་སྦྱོང་བརྡར་དང་ལེན་
བྱེད་དགོས།
ཁྱོད་ཀྱི་ཨ་མའི་བསླབ་བྱ་འདོར་མི་ཆོག

9 དེ་ནི་ཁྱོད་ཀྱི་མགོ་སྟེང་གི་རྒྱན་ཆ་མཛེས་པོ་དང་།
སྐེད་རྒྱན་སྙིང་རྗེ་པོ་ཞིག་ཡིན།

10 ངའི་བུ། གལ་སྲིད་སྡིག་ཅན་གྱིས་ཁྱོད་ལ་སླུ་ཁྲིད་
བྱས་ན་ཁོའི་ཁ་ལ་ཉན་མི་ཆོག

11 གལ་སྲིད་ཁོ་ཚོས་“ང་ཚོ་དང་མཉམ་དུ་ཤོག
མི་གསོད་པའི་ཆེད་དུ་ལྐོག་ཏུ་སྒུག་དོ།
ང་ཚོ་ལྐོག་ཏུ་བསྒུགས་ནས་སུ་ཞིག་ལ་རྒྱུ་རྐྱེན་
མེད་པར་གནོད་འཚེ་གཏང་།

12 ང་ཚོས་དུར་ས་དང་འདྲ་བར་མི་གསོན་པོ་རྣམས་
ཁྱུར་མིད་གཏང་།
ས་དོང་ལ་ལྷུག་པ་ལྟར་མི་དེ་ཚོ་ཆ་ཚང་ཁྱུར་མིད་
གཏང་།

13 ང་ཚོས་ཁོ་ཚོའི་རྩ་ཆེན་ནོར་བུ་ཚང་མ་བཙན་
འཕྲོག་བྱེད།
འཕྲོག་བཅོམ་བྱས་པའི་རྒྱུ་ནོར་གྱིས་ང་ཚོའི་ཁང་
པ་བཀང་བར་བྱེད་དོ།

14 ང་ཚོ་དང་མཉམ་དུ་ཤོག
ང་ཚོས་རྐུ་བའི་དངོས་པོ་འདྲ་མཉམ་དང་བགོ་
བཤག་བརྒྱབ་ཆོག”

15 ངའི་བུ། ཁོ་ཚོའི་རྗེས་སུ་མ་འབྲངས་ཞིག
ཁོ་ཚོའི་ལམ་ཐོག་དུ་འགྲོ་མི་ཆོག

16 གང་ཡིན་ཟེར་ན་ཕོ་ཚོའི་རྐང་པ་སྡིག་ངན་སྡེལ་བའི་ཆེད་དུ་རྒྱུགས།
ཕོ་ཚོས་རྟག་པར་མི་གསོད་ཐབས་བྱེད།
17 བྱ་བྱིའུ་གིས་མཐོང་སར་རྒྱ་འགྲེམ་ན་ཕན་ཐོགས་མེད་པས།
18 ཕོ་ཚོས་མི་གསོད་པའི་ཆེད་དུ་ལྐོག་ཏུ་སྒུག
ལྐོག་ཏུ་བསྒུགས་ནས་མི་གཞན་གྱི་ཚེ་སྲོག་འཕྲོག
19 འདི་ཚོ་ནི་ཁེ་ཕན་གཡོ་ལེན་བྱེད་ཐབས་བྱེད་མཁན་གྱི་ཐབས་ཤེས་ཡིན།
འོན་ཀྱང་ཁེ་ཕན་དེས་ཕོ་ཚོའི་ཚེ་སྲོག་འཕྲོག
20 ཤེས་རབ་ངོ་མ་ཡིས་ལམ་ཁའི་སྟེང་དུ་སྐད་ཤུགས་ཆེན་པོས་འབོད་བཞིན་འདུག
ཐང་ཆེན་དུ་འབོད་སྐད་ཆེན་པོ་རྒྱག་བཞིན་འདུག
21 མི་མང་པོ་ཡོད་པའི་ལམ་མདོ་ནས་འབོད།
གྲོང་ཁྱེར་གྱི་རྒྱ་སྒོའི་འགྲམ་ལ་བཤད།
22 "ཉམས་མྱོང་མེད་པའི་མི་རྣམས།
ཁྱོད་ཚོས་ག་དུས་བར་དུ་ཉམས་མྱོང་མེད་པའི་གནས་སྟངས་ལ་དགའ་འམ།
འཕྱ་སྨོད་བྱེད་མཁན་རྣམས།
ཁྱོད་ཚོས་ག་དུས་བར་དུ་འཕྱ་སྨོད་བྱེད་པ་ལ་དགའ་འམ།
གླེན་པ་རྣམས། ཁྱོད་ཚོས་ག་དུས་བར་དུ་ཤེས་ཡོན་ལ་སྡང་ངམ།
23 ངའི་སྐྱོན་བརྗོད་ལ་ཉོན་དང་།
དེ་ལྟར་བྱས་ན་ངས་ཁྱོད་ཚོའི་ལུས་སྟེང་དུ་ནུས་ཤུགས་བླུགས་པས།
ཁྱོད་ཚོས་ངའི་གཏམ་ཏ་གོ་ཐུབ།
24 ངས་འབོད་སྐབས་ཁྱོད་ཚོས་རྟག་པར་ངའི་ཁ་ལ་མ་ཉན།
ངས་ལག་པ་བཀྱངས་སྐབས་མི་སུ་ཞིག་ཀྱང་དོ་སྣང་མ་བྱས།
25 ཁྱེད་ཚོས་རྟག་པར་ངའི་བསླབ་བྱ་སྣང་མེད་དུ་བཞག་ནས།
ངའི་སྐྱོན་བརྗོད་ལ་མ་ཉན་པས།
26 ཁྱོད་ཚོར་རྐྱེན་ངན་འབྱུང་སྐབས་ངས་ཀྱང་གད་མོ་དགོད།
ཁྱོད་ཚོ་དངངས་སྐྲག་སྐྱེས་པའི་གནས་ཚུལ་འབྱུང་སྐབས་ངས་ཀྱང་འཕྱ་སྨོད་བྱེད།
27 ཁྱོད་ཚོས་དངངས་སྐྲག་སྐྱེས་པའི་གནས་ཚུལ་རླུང་ཚུབ་ལྟར་སླེབ་སྐབས།
ཁྱོད་ཚོའི་རྐྱེན་ངན་རླུང་དྲག་པོ་རྒྱག་པ་ལྟར་སླེབ་སྐབས།
སྡུག་བསྔལ་དང་དཀའ་སྡུག་ཁྱོད་ཚོར་འབྱུང་སྐབས།
28 སྐབས་དེར་ཕོ་ཚོས་ང་ལ་རྟག་པར་འབོད་ཀྱང་ངས་ལན་མི་རྒྱག
ཕོ་ཚོས་འབད་བརྩོན་གྱིས་ང་བཙལ་ན་ཡང་རྙེད་མི་ཐུབ།
29 གང་ཡིན་ཟེར་ན་ཕོ་ཚོས་ཤེས་ཡོན་ལ་སྡང་བ་དང་།
ཡ་ཧོ་ཝཱ་ལ་གུས་བརྩི་ཞུ་བའི་གདམ་ག་མ་བྱས།
30 ཕོ་ཚོས་ངའི་བསླབ་བྱ་ལ་མ་ཉན་པ་དང་།
ངའི་སྐྱོན་བརྗོད་ཐམས་ཅད་ལ་མཐོང་ཆུང་བྱས་པས།
31 ཕོ་ཚོས་རང་ཉིད་ཀྱི་འགྲོ་ལམ་གྱི་གྲུབ་འབྲས་བཟའ།
ཕོ་ཚོས་ཐབས་རྫུས་མང་པོ་བརྟོན་ནས་རང་སྡུག་

རང་གིས་ཉོ།
32 ཉམས་མྱོང་མེད་པའི་མི་ནི་རང་ཤེད་ཚ་དྲགས་
པས་ཚེ་སྲོག་ཤོར།
གླེན་པ་རྣམས་ནི་ཁེངས་དྲེགས་ཆེ་བའི་རྐྱེན་གྱིས་
མེད་པར་འགྱུར།
33 འོན་ཀྱང་ངའི་ཁ་ལ་ཉན་མཁན་ནི་བདེ་འཇགས་
ངང་གནས།
མི་དེ་རྐྱེན་ངན་ལ་དངངས་སྐྲག་སྐྱེ་མི་སྲིད”

2

ངའི་བུ། གལ་སྲིད་ཁྱོད་ཀྱིས་ངའི་གསུང་དང་
ལེན་བྱས་ནས།
ངའི་བཀའ་རྣམས་ནོར་བུ་ལྟར་བསགས་ན།
2 ཁྱོད་ཀྱིས་ཤེས་རབ་ལ་རྣ་བ་གཏད་ནས།
དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ནུས་པ་འཚོལ་བར་བློ་ཁ་ཕྱོགས་ན།
3 ད་དུང་ཁྱོད་ཀྱིས་གོ་རྟོགས་ཀྱི་ནུས་པ་འཚོལ་
པའི་ཆེད་དུ་བོས་ནས།
དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ནུས་པ་འཚོལ་བའི་ཆེད་དུ་འབོད་
སྐད་བརྒྱབ་ན།
4 གལ་སྲིད་དངུལ་འཚོལ་བ་ལྟར་རྒྱུན་ཆད་མེད་
པར་དེ་བཙལ་ནས།
སྦས་པའི་ནོར་བུ་འཚོལ་བ་ལྟར་མུ་མཐུད་ནས་
བཙལ་ན།
5 དེ་ལྟར་ཁྱོད་ཀྱིས་ཡ་ཧོ་ཝ་ལ་གུས་བརྩི་ཞུ་བ་ཤེས་
ནས།
དཀོན་མཆོག་སྐོར་གྱི་ཤེས་ཡོན་རྙེད།
6 ཡ་ཧོ་ཝ་ཁོང་ཉིད་ཀྱིས་མི་ལ་ཤེས་རབ་གནང་།
ཁོང་གི་ཞལ་ནས་ཤེས་ཡོན་དང་མི་ལ་དབྱེ་ཞིབ་
ཀྱི་ནུས་པ་སྤྲོད་པའི་བཀའ་མོལ་འཐོན།
7 ཁོང་གིས་མི་དྲང་པོའི་ཆེད་དུ་ཕན་ཐོགས་པའི་
ཤེས་རབ་བསགས།
ཁོང་ནི་ལྷག་བསམ་རྣམ་དག་བྱེད་མཁན་གྱི་ཕུབ་
ཡིན།
8 ཁོང་གིས་དྲང་གཞག་གི་འགྲོ་ལམ་གཟིགས་ནས།
ཁོང་ལ་ལྷག་བསམ་བྱེད་མཁན་གྱི་ཚེ་སྲོག་སྲུང་།
9 དེ་ལྟར་ཁྱོད་ཀྱིས་དྲང་བདེན་དང་དྲང་གཞག
འདྲ་མཉམ།
སྤྱོད་ལམ་བཟང་པོ་བཅས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཤེས།
10 ཁྱོད་ཀྱི་སེམས་ལ་ཤེས་རབ་འཛུལ་ནས།
ཁྱོད་ཀྱིས་ཤེས་ཡོན་ལ་དགའ་པོ་བྱེད་སྐབས།
11 བསམ་བློ་གཏོང་བའི་ནུས་རྩལ་གྱིས་ཁྱོད་ལ་ལྟ་
རྟོག་བྱེད།
དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ནུས་རྩལ་གྱིས་ཁྱོད་སྲུང་སྐྱོབ་བྱེད།
12 དེ་ཚོས་འགྲོ་ལམ་ངན་པ་དང་།
མ་རབས་ཀྱི་གཏམ་བཤད་མཁན་ལས་ཁྱོད་སྲུང་
སྐྱོབ་བྱེད།
13 ཁོ་ཚོ་དྲང་གཞག་གི་ལམ་ཁ་དང་ཁ་བྲལ་ནས།
མུན་ནག་གི་ལམ་ཐོག་ཏུ་འགྲོ།
14 ཁོ་ཚོ་སྤྱོད་པ་ངན་པ་ལ་དགའ་ཞིང་།
མ་རབས་སྤྱོད་ངན་བྱེད་པ་ལ་དགའ།
15 ཁོ་ཚོའི་འགྲོ་ལམ་ཀྱག་ཀྱོག་ཡིན་པ་དང་།
ཁོ་ཚོའི་སྤྱོད་ལམ་ཧྲིལ་པོ་གཡོ་སྒྱུ་དང་ལྡན།
16 ཤེས་རབ་ཀྱིས་ད་དུང་ཚུལ་མིན་གྱི་བུད་མེད་
དང་།
ཀུན་སྤྱོད་ངན་པའི་བུད་མེད་ཀྱི་ཁ་མཁས་པའི་
གཏམ་ལས་སྲུང་སྐྱོབ་བྱེད།
17 བུད་མེད་དེས་གཞོན་ནུའི་དུས་སུ་གཉེན་སྒྲིག་
བྱས་པའི་ཁྱོ་ག་གཡུགས་ནས།
དཀོན་མཆོག་གི་མདུན་དུ་བཞག་པའི་ཁ་ཆད་

བརྗེད་ཡོད།
18 ཁོ་མོའི་ཁང་པར་འཛུལ་མཁན་ཤི་བའི་ནང་དུ་
ནུབ།
ཁོ་མོའི་འགྲོ་ལམ་ནི་ཤི་ཚར་བའི་མི་རྣམས་ཁྲོད་
དུ་སླེབ།
19 ཁོ་མོ་དང་འབྲེལ་བ་བྱེད་མཁན་སུ་ཞིག་ཀྱང་
ལོག་ཡོང་མི་ཐུབ།
ཚེ་སྲོག་གི་ལམ་ཐོག་ཏུ་སླར་ཡང་ལོག་མི་ཐུབ།
20 ཁྱོད་ནི་མི་བཟང་པོ་རྣམས་ཀྱི་ལམ་ཐོག་ཏུ་འགྲོ་
ཞིག
ལུ་མཐུན་དྲང་བདེན་གྱི་མི་རྣམས་ཀྱི་ལམ་ཐོག་
ཏུ་འགྲོ་ཞིག
21 མི་དྲང་པོ་རྣམས་ཁོ་ན་ས་སྟེང་དུ་བསྡད་ཐུབ།
ལྷག་བསམ་རྣམ་དག་བྱེད་མཁན་ཁོ་ན་ལུ་མཐུན་
ས་སྟེང་དུ་གནས་ཐུབ།
22 འོན་ཀྱང་མི་ངན་རྣམས་ནི་ས་སྟེང་ནས་རྩ་མེད་
དུ་འགྲོ།
ངོ་ལྐོག་གཡོ་ལྷད་བྱེད་མཁན་རྣམས་ས་སྟེང་ནས་
རྩ་མེད་དུ་གཏོང་།

3

ངའི་བུ། ཁྱོད་ཀྱིས་ངའི་བསླབ་བྱ་བརྗེད་མི་ཆོག
ངའི་བཀའ་རྣམས་སེམས་གཏིང་ནས་སྲུང་
དགོས།
2 དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཁྱོད་ཀྱི་མི་ཚེ་རིང་དུ་འགྲོ་ལ།
ཞི་བདེ་ལྷིང་འཇགས་ཀྱི་མི་ཚེ་སྐྱེལ་ཐུབ།
3 འགྱུར་བ་མེད་པའི་བརྩེ་སེམས་དང་གཞུང་དྲང་
ཤོར་མི་ཆོག
དེ་ཚོ་སྐེ་ལ་བཏགས་ཤིག
དེ་ཚོ་སྙིང་ལ་བཀོད་དགོས།
4 དེ་ལྟར་བྱས་ན་དཀོན་མཆོག་དང་མི་གཉིས་ཀ་
ཁྱོད་ལ་དགའ་བ་དང་།
ཁྱོད་གནས་ལུགས་རྒྱ་མཚན་ཤེས་མཁན་ཡིན་པ་
ཁོང་ཚོས་མཁྱེན།
5 ཁྱོད་ཀྱིས་བློ་གཅིག་སེམས་གཅིག་གིས་ཡ་ཧོ་ཝཱར་
བློ་འགེལ་ཞིག
རང་ཉིད་ཀྱི་ཤེས་རྟོགས་ལ་རྟེན་མི་ཆོག
6 ཁྱོད་ཀྱིས་སྤྱོད་ལམ་ཐམས་ཅད་ཐོག་དཀོན་
མཆོག་གི་དགོངས་པ་ལ་ངོ་སྣང་བྱེད་དགོས།
ཁོང་གིས་ཁྱོད་ལ་ཡང་དག་པའི་འགྲོ་ལམ་སྟོན།
7 རང་ཉིད་ཤེས་རབ་ཅན་ཡིན་ཞེས་མ་བསམས་
ཤིག
ཡ་ཧོ་ཝཱ་ལ་གུས་བརྩི་ཞུས་ནས་སྤྱོད་ངན་དང་
རྒྱང་རིང་དུ་བྲལ་ཞིག
8 དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཁྱོད་ཀྱི་ལུས་པོ་དྲག་སྐྱིད་ཡོང་ལ།
ཉམས་པའི་ནུས་སྟོབས་གསོ་ཐུབ།
9 ཁྱོད་ཀྱི་རིན་ཐང་ཆེ་བའི་ནོར་རྫས་དང་།
ཁྱོད་ཀྱི་ཐོག་མའི་འཐོན་སྐྱེས་ཕུལ་ནས་ཡ་ཧོ་ཝཱ་
ལ་གུས་བཀུར་ཞུ་དགོས།
10 དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཁྱོད་ཀྱི་མཛོད་ཁང་ཁེང་བར་
འགྱུར་ལ།
ཁྱོད་ཀྱི་ཆང་ཟོམ་ཡང་ཆང་གསར་པས་ཁེང་བར་
འགྱུར།
11 ངའི་བུ། ཁྱོད་ཀྱིས་ཡ་ཧོ་ཝཱས་གནང་བའི་སྦྱོང་
བརྡར་ངེས་པར་དུ་དང་ལེན་བྱེད་དགོས།
ཁོང་གི་སྐྱོན་བརྗོད་ལ་སུན་སྣང་སྐྱེ་མི་ཆོག
12 ཕ་ཡིས་གཅེས་པའི་བུ་གཙུན་པ་ལྟར།
ཡ་ཧ་ཝཱས་ཁོང་གིས་བརྩེ་བའི་མི་ལ་སྐྱོན་བརྗོད་
གནང་།

13 ཤེས་རབ་རྙེད་པའི་མི་དང་།
དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ནུས་པ་འཐོབ་པའི་མི་ནི་བདེ་སྐྱིད་
དང་ལྡན།
14 ཤེས་རབ་འཐོབ་པ་ནི་དངུལ་འཐོབ་པ་ལས་
ལེགས།
གསེར་འཐོབ་པ་ལས་ཁེ་ཕན་ཆེ།
15 ཤེས་རབ་ནི་བྱུ་རུ་ལས་རྩ་ཆེ་བ་དང་།
ཁྱོད་ཀྱིས་འཐོབ་འདོད་པ་ཐམས་ཅད་ལས་ལྷག
16 དེའི་ལག་པ་གཡས་པར་ཚེ་རིང་པོ་ཡོད་པ་དང་།
ལག་པ་གཡོན་པར་རྒྱུ་ནོར་དང་གཟི་བརྗིད་ཡོད།
17 ཤེས་རབ་ཀྱི་ལམ་ཁ་ནི་སྤྲོ་སྣང་དང་ལྡན།
དེའི་འགྲོ་ལམ་ཧྲིལ་པོ་ཞི་བདེ་དང་ལྡན།
18 མི་ཡིས་ཤེས་རབ་བཟུང་ན་དེ་ནི་ཁོ་ཚོའི་ཚེ་སྲོག་
གི་ཤིང་ཡིན།
ཤེས་རབ་དམ་འཛིན་བྱེད་མཁན་ལ་བདེ་སྐྱིད་
ལྡན་པའི་མི་ཟེར།
19 ཡ་ཧོ་ཝཱས་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྒོ་ནས་ས་གཞིའི་རྨང་
གཞི་བཏིང་བ་དང་།
དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ནུས་རྩལ་གྱི་སྒོ་ནས་ནམ་མཁའ་
བརྟན་པོར་བསྒྲིགས།
20 ཁོང་གི་ཤེས་ཡོན་གྱིས་ཆུ་ཟབ་མོ་ཁ་ཕྲལ་བ་དང་།
གནམ་གྱི་སྤྲིན་པ་ནས་ཆར་པ་བབ།
21 ངའི་བུ། ཁྱོད་ཀྱིས་ཡོན་ཏན་དེ་ཚོ་ཤོར་མི་ཚོག
ཕན་ཐོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་བསམ་བློ་གཏོང་
བའི་ནུས་རྩལ་སྲུང་དགོས།
22 དེ་ཚོ་ཁྱོད་ལ་ཚེ་སྲོག་སྤྲོད།
དེ་ཚོ་ནི་ཁྱོད་ཀྱི་སྐེ་རྒྱན་ཡིན།
23 ཁྱོད་བདེ་འཇགས་ངང་རང་གི་ལམ་ཁ་འགྲོ་ཐུབ།
ནམ་ཡང་འགྱེལ་མི་སྲིད།
24 ཁྱོད་ཉལ་བའི་སྐབས་སུ་འཇིགས་སྣང་མེད།
ཁྱོད་གཉིད་ཉལ་ན་གཉིད་སྐྱིད་པོ་ཁུག་ཐུབ།
25 ཁྱོད་ཀྱིས་གློ་བུར་དུ་འབྱུང་བའི་རྐྱེན་ངན་དང་།
མི་ངན་ལ་སླེབས་རྒྱུ་ཡོད་པའི་ཀླུང་རྩུབ་ལ་
འཇིགས་མི་སྲིད།
26 ཡ་ཧོ་ཝཱ་ནི་ཁྱོད་ཀྱི་སེམས་ཤུགས་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་
ཡིན་པས།
ཁོང་གིས་ཁྱོད་ཀྱི་རྐང་པ་རྙི་ལ་མ་ཚུད་པའི་ཆེད་
དུ་སྐྱོབ།
27 ཁྱོད་ལ་རོགས་རམ་བྱེད་པའི་ནུས་སྟོབས་ཡོད་ན།
རོགས་རམ་འཐོབ་འོས་པའི་མི་ལས་ལས་བཟང་
ཕྱིར་འཐེན་བྱེད་མི་ཚོག
28 ཁྱོད་ཀྱིས་ད་ལྟ་རོགས་རམ་བྱེད་ཐུབ་ན།
ཁྱིམ་མཚེས་ལ་ “ལོག་རྒྱུགས་ཤིག
སང་ཉིན་ཡང་བསྐྱར་ཡོང་ན་ངས་སྤྲད་ཚོག”
ཅེས་བཤད་མི་ཚོག
29 ཁྱིམ་མཚེས་བདེ་འཇགས་ངང་ཁྱོད་དང་མཉམ་
དུ་སྡོད་སྐབས།
ཁོ་ལ་གནོད་འཚེ་གཏང་བའི་བསམ་ངན་འཁོར་
མི་ཚོག
30 མི་གཞན་གྱིས་ཁྱོད་ལ་གནོད་འཚེ་གང་ཡང་
བཏང་མེད་ན།
རྒྱུ་མཚན་མེད་པར་ཁོ་དང་ཁ་རྩོད་རྒྱག་མི་ཚོག
31 དྲག་ཤུགས་བེད་སྤྱོད་གཏོང་མཁན་ལ་ཡིད་སྨོན་
སྐྱེད་མི་ཚོག
ཁོའི་བྱེད་སྟངས་གང་ཡང་འདམ་མི་ཚོག
32 ཡ་ཧོ་ཝཱས་གཡོ་སྒྱུ་ཅན་ལ་ཞེ་སྡང་གནང་།
འོན་ཀྱང་ཁོང་གིས་མི་དྲང་པོ་རྣམས་དང་སྙིང་
ཉེ་བའི་གྲོགས་པོ་སྒྲིག

33 མི་ངན་གྱི་ཁང་པ་ལ་ཡ་ཧོ་ཝཱའི་ཆགས་སྡོ་འབབ།
འོན་ཀྱང་ཁོང་གིས་དྲང་བདེན་གྱི་མིའི་ཁང་པ་
ལ་བདེ་ལེགས་སྤེལ།
34 དཀོན་མཆོག་གིས་འཕྱ་ལད་རྒྱག་མཁན་ལ་འཕྱ་
སྨོད་གནང་།
འོན་ཀྱང་ཁོང་མི་སྙེམས་ཆུང་ལ་ཐུགས་མཉེས།
35 ཤེས་རབ་ཅན་ལ་མཚན་སྙན་འཐོབ་ཀྱང་།
གླེན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ངོ་ཚ་ཁྲེལ་མེད་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་ལ་
སྤོབས་པ་སྐྱེད།

4

ངའི་བུ་ཕྲུག་རྣམས། ཁྱོད་ཚོའི་ཕ་ཡི་སློབ་གསོ་
དང་ལེན་བྱེད་དང་།
གོ་རྟོགས་ནུས་རྩལ་འཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་དོ་སྣང་
བྱེད་དང་།
2 ངས་ཁྱོད་ཚོར་ཁྲིད་སྟོན་ལེགས་པ་སྤྲོད།
ངའི་བསླབ་བྱ་འདོར་མི་ཆོག
3 ང་ནི་ངའི་ཕ་ཡི་བུ་ཡག་པོ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་།
ཨ་མས་ལྷག་པར་བརྩེ་བའི་བུ་ཡིན།
4 ཕ་ཡིས་ང་ལ་སློབ་གསོ་གནང་ནས་གསུངས་པར།
“ངའི་བཤད་པ་ལ་སེམས་གཏིང་ནས་ཉན་
དང་།
ངའི་ཁ་ལ་ཉན་ནས་གསོན་པོར་གནས་ཤིག
5 ཤེས་རབ་དང་གོ་རྟོགས་ཀྱི་ནུས་རྩལ་འཐོབ་
དགོས།
མ་བརྗེད་པ་བྱེད་དང་། ངས་བཤད་པ་བརྩི་མེད་
དུ་སྐྱུར་མི་ཆོག
6 ཁྱོད་ཀྱིས་ཤེས་རབ་འདོར་མི་ཆོག ཤེས་རབ་ཀྱིས་
ཁྱོད་སྐྱོབ།
དེར་བརྩེ་བ་བྱེད་དགོས། དེས་ཁྱོད་སྲུང་སྐྱོབ་
བྱེད།
7 ཤེས་རབ་ནི་གལ་ཆེ་ཤོས་ཡིན་པས་ཤེས་རབ་དོན་
གཉེར་བྱེད་དགོས།
ཁྱོད་ལ་ཐོབ་པ་ཚང་མ་བེད་སྤྱོད་བཏང་ནས་གོ་
རྟོགས་ནུས་རྩལ་དོན་གཉེར་བྱེད་དགོས།
8 ཤེས་རབ་ལ་བརྩི་མཐོང་བྱེད་དགོས། ཁྱོད་ལ་
བསྟུག་བརྗོད་འཐོབ།
ཁྱོད་ཀྱིས་དེ་དམ་པོར་བཟུང་བས་ཁྱོད་ལ་གཟི་
བརྗིད་འཐོབ།
9 དེས་ཁྱོད་ཀྱི་མགོ་སྟེང་དུ་མེ་ཏོག་གི་རྒྱན་ཆ་སྙིང་
རྗེ་པོ་སྐོན།
དབུ་རྒྱན་མཛེས་པོ་ཞིག་ཁྱོད་ལ་སྤྲོད།
10 ངའི་བུ། ངའི་ཁ་ལ་ཉོན་ཞིག ངས་བཤད་པ་དང་
ལེན་བྱས་ན།
ཁྱོད་ཀྱིས་མི་ཚེ་རིང་པོ་སྐྱེལ་ཐུབ།
11 ངས་ཁྱོད་ལ་ཤེས་རབ་ཀྱི་ལམ་ཐོག་ཏུ་ཁྲིད་སྟོན་
བྱེད།
དྲང་པོ་དྲང་གཞག་གི་ལམ་ཐོག་ཏུ་འཁྲིད།
12 ཁྱོད་འགྲོ་སྐབས་ཁྱོད་ཀྱི་གོམ་པ་ལ་བཀག་འགོག་
མི་ཐེབས།
རྒྱུགས་ན་ཡང་འགྱེལ་མི་སྲིད།
13 ཁྱོད་ཀྱི་སྦྱོང་བརྡར་དམ་འཛིན་བྱས་ནས་ཤོར་མི་
ཆོག
དེར་བརྩི་སྲུང་བྱེད་དགོས། དེ་ཁྱོད་ཀྱི་ཚེ་སྲོག་
དང་འབྲེལ་བ་ཡོད།
14 མི་ངན་གྱི་འགྲོ་ལམ་དུ་འཛུལ་མི་ཆོག
མི་ངན་པའི་ལམ་ཐོག་ཏུ་འགྲོ་མི་ཆོག
15 དེར་གཡོལ་ཞིག ལམ་དེར་མ་འཛུལ་ཞིག
ཁ་ཕྱོགས་བསྒྱུར་ནས་ཕར་རྒྱུགས་ཞིག

16 ཁོ་ཚོ་ལས་ཀ་ངན་པ་མ་བྱས་ན་གཉིད་ཁུག་མི་ཐུབ།
མི་ལ་གནོད་འཚེ་མ་བཏང་ན་གཉིད་ཡེར།
17 ཁོ་ཚོས་སྡིག་ངན་གྱི་བག་ལེབ་ཟ།
ཁོ་ཚོས་དྲག་ཤུགས་ཀྱི་ཨ་རག་འཐུང་།
18 འོན་ཀྱང་དྲང་བདེན་གྱི་མིའི་འགྲོ་ལམ་ནི་ཐོ་རེངས་ཀྱི་འོད་དང་འདྲ།
འོད་དེ་ཉིན་དཀྱུང་བར་དུ་གསལ་དུ་འགྲོ།
19 མི་ངན་གྱི་ལམ་ཁ་ནི་མུན་ནག་དང་འདྲ།
ཁོ་ཚོས་རང་ཉིད་འཁྱེལ་བའི་རྒྱུ་མཚན་མི་ཤེས།
20 ངའི་བུ། ཁྱོད་ཀྱིས་ངའི་བཤད་པ་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་དགོས།
གཟབ་ནན་གྱིས་ངའི་ཁ་ལ་ཉན་དང་།
21 ངའི་བཀའ་སློབ་བརྗེད་མི་ཆོག
སེམས་ནང་དུ་གཞག་དགོས།
22 ངའི་གཏམ་ཧ་གོ་བའི་མི་ལ་ཚེ་སྲོག་འཐོབ།
ཁོ་ཚོའི་ལུས་པོ་ཧྲིལ་པོ་བདེ་ཐང་ཡོང་།
23 གཞན་ཐམས་ཅད་ལས་ལྷག་པར་ཁྱོད་ཀྱི་སེམས་སྲུངས་ཞིག
གང་ཡིན་ཟེར་ན་དེ་ནི་ཚེ་སྲོག་གི་འབྱུང་འཁུངས་ཡིན།
24 དྲང་པོ་མིན་པའི་སྐད་ཆ་སྤོངས་ཤིག
གཡོ་ཟོལ་གྱི་སྐད་ཆ་དང་རྒྱང་རིང་དུ་བྲལ་ཞིག
25 ཁྱོད་ཀྱི་མིག་ཤར་ཀུག་མདུན་ཕྱོགས་སུ་ལྟ་དགོས།
ཁྱོད་ཀྱི་མིག་ཟུང་ཐད་ཀར་མདུན་ཕྱོགས་སུ་གཏོད་ཅིག
26 ཁྱོད་ཀྱི་འགྲོ་ལམ་ཁོད་སྙོམས་པོར་བཟོས་ཤིག
ཁྱོད་ཀྱིས་ལམ་ཁ་ཧྲིལ་པོར་གོམ་པ་བརྟན་པོ་རྒྱག་ཐུབ།
27 གཡས་ཕྱོགས་སམ་གཡོན་ཕྱོགས་སུ་སྒྲོ་མི་ཆོག
ཁྱོད་ཀྱི་རྐང་པ་སྡིག་པ་ངན་པ་དང་རྒྱང་རིང་དུ་བྲལ་དགོས།

5 ངའི་བུ། ཁྱོད་ཀྱིས་ངའི་ཤེས་རབ་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་དགོས།
དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ནུས་རྩལ་གྱི་སྐོར་ངའི་བསླབ་བྱ་ལ་གཟབ་ནན་གྱིས་ཉན་དང་།
2 དེ་ལྟར་བྱས་ན་བསམ་བློ་གཏོང་བའི་ནུས་རྩལ་སྲུང་ཐུབ།
དུས་རྟག་ཏུ་ཤེས་ཡོན་ལ་བརྟེན་ནས་སྐད་ཆ་བཤད་ཐུབ།
3 ཚུལ་མིན་གྱི་བུད་མེད་ཀྱི་མཆུ་ཏོ་ནི་སྦྲང་རྩིའི་ཐིགས་པ་རྒྱུག་པ་ལྟར་ཡིན།
ཁོ་མོའི་སྐད་ཆ་ནི་སྣུམ་ལས་འཇམ་པོ་ཡོད།
4 འོན་ཀྱང་མཐའ་མར་ཁོ་མོ་མཁན་པའི་ལོ་མ་ལྟར་ཁ་ཏིག་ཡོད་པ་དང་།
རལ་གྲི་ཁ་གཉིས་པོ་ལྟར་རྣོ།
5 ཁོ་མོའི་རྐང་པ་གཉིས་ཤི་བ་ལ་མར་འབབ།
ཁོ་མོའི་གོམ་པ་ཐད་ཀར་དུར་སར་སླེབ།
6 ཁོ་མོས་ཚེ་སྲོག་གི་འགྲོ་ལམ་གྱི་སྐོར་བསམ་བློ་རྩ་བ་ནས་མི་གཏོང་།
ཕར་ཚུར་འཁྱམས་ཀྱང་ཁ་པར་འཁྱོར་བ་མི་ཤེས།
7 ངའི་བུ་ཕྲུག་རྣམས། ད་ཁྱོད་ཚོས་ངའི་ཁ་ལ་ཉན་དང་།
ངས་བཤད་པ་བརྩི་མེད་དུ་སྐྱུར་མི་ཆོག
8 ཁོ་མོ་དང་རྒྱང་རིང་དུ་བྲལ་དགོས།
ཁོ་མོའི་ཁང་པའི་སྒོ་འགྲམ་ལ་འགྲོ་མི་ཆོག
9 ཁྱོད་ཀྱི་མཚན་སྙན་མི་གཞན་ལ་ཐོབ་ནས་

ཁྱོད་ཀྱིས་ཉམ་ཐག་པའི་མི་ཚེ་མི་སྐྱེལ་བའི་ཆེད་
དུ།
10 ཕྱི་མི་གིས་ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱུ་ནོར་བེད་སྤྱོད་བཏང་ཚར་
ནས་
ཁྱོད་ཀྱིས་དཀའ་ལས་བརྒྱབ་ནས་ཐོབ་པའི་
དངོས་པོ་ཕྱི་རྒྱལ་མི་གི་ཁང་པ་ལ་མི་བདག་
པའི་ཆེད་དུ་ཡིན།
11 ཤ་སྐམ་ནས་ལུས་ཤུགས་ཉམས་པའི་མི་ཚེའི་
མཐའ་མར་
ཁྱོད་ཀྱིས་སྡུག་སྐད་རྒྱག་ཡོང་།
12 དེ་ནས་ཁྱོད་ཀྱིས་བཤད། “ངས་བསླབ་བྱ་ལ་
སུན་སྣང་ག་ཚོད་སྐྱེད་པ།
ངའི་སེམས་ཀྱིས་སྐྱོན་བརྗོད་ལ་བརྩི་མེད་གང་
འདྲ་བཏང་སོང་།
13 ངས་སློབ་སྟོན་པའི་བསླབ་བྱ་ལ་མ་ཉན།
དགེ་རྒན་གྱིས་སློབ་སྟོན་ལ་དོ་སྣང་མ་བྱས།
14 ཆོས་ཚོགས་ཀྱི་མི་ཚང་མའི་མདུན་དུ་
ངའི་མི་ཚེ་འཕྲོ་བརླག་ཕྱིན་ཚར་གྲབས་འདུག”
15 ཁྱོད་ཀྱིས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཆུ་མཛོད་ནས་ཆུ་འཐུངས་
ཞིག
རང་ཉིད་ཀྱི་ཁྲོན་པ་ནས་འཐོན་པའི་ཆུ་འཐུངས་
ཞིག
16 ཁྱོད་ཀྱི་ཆུ་མིག་གི་ཆུ་ཕྱི་ལོགས་ལ་གཏོར་ཚོག་
གམ།
ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱུག་ཆུ་ཐང་ཆེན་ལ་གཏོར་ཚོག་གམ།
17 དེ་ཁྱོད་གཅིག་པོར་བདག་པ་ལས་
ཕྱི་མི་དང་མཉམ་སྤྱོད་བྱེད་མི་ཚོག
18 ཁྱོད་ཀྱི་ཆུ་མིག་ལ་བདེ་ལེགས་འཕེལ་བར་ཤོག
ཁྱོད་གཞོན་དུས་ལེན་པའི་ཆུང་མ་དང་མཉམ་དུ་
དགའ་སྤྲོ་སྐྱེ་ཞིག
19 ཁོ་མོ་ཤ་ཚ་བའི་ཤྭ་བ་མོ་དང་གནའ་བ་མཛེས་པོ་
ལྟར་ཡིན།
ཁྱོད་རྟག་ཏུ་ཁོ་མོའི་ནུ་མ་ལ་ཡིད་ཚིམ་པར་ཤོག
ཁོ་མོའི་བརྩེ་གདུང་གིས་དུས་རྟག་ཏུ་ཁྱོད་ཀྱི་
ཡིད་དབང་འཕྲོག་པར་ཤོག
20 ངའི་བུ། ཚུལ་མིན་བུད་མེད་ལ་སེམས་པ་ཤོར་
ཚོག་གམ།
ཁྱོད་ཀྱིས་བུད་མེད་ཀུན་སྤྱོད་ངན་པ་ཞིག་འཐམ་
ཚོག་གམ།
21 མིའི་ལམ་ཁ་ཐམས་ཅད་ཡ་ཧོ་ཝཱའི་མདུན་དུ་
ཡོད།
ཁོང་གིས་མིའི་འགྲོ་ལམ་ཐམས་ཅད་རྟག་དཔྱད་
གནང་།
22 མི་ངན་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་ནོར་འཁྲུལ་གྱིས་རྐྱེན་
པས་རྙི་ལ་ཚུད།
རང་ཉིད་ཀྱི་སྡིག་པའི་འཆིང་ཐག་ནས་ཐར་
ཐབས་མེད།
23 ཁོ་བསླབ་བྱ་ལ་མ་ཉན་པས་ཚེ་སྲོག་ཤོར།
ཧ་ཅང་བླུན་རྨོངས་ཡིན་པས་ལམ་ནོར་ཐེབས།

6 ངའི་བུ། གལ་སྲིད་ཁྱོད་ཀྱིས་ཁྱིམ་མཚེས་ཀྱི་ཆེད་
དུ་ཁག་ཐེག་བྱས་ན།
གལ་སྲིད་ཁྱོད་ཀྱིས་ཕྱི་མི་དང་ལག་པ་བཏང་
ནས་གན་རྒྱ་བཞག་པ་ཡིན་ན།
2 གལ་སྲིད་རང་ཉིད་ཀྱི་ཁ་ཆད་ཀྱི་རྐྱེན་པས་རྙི་ལ་
ཚུད་སོང་ན།
རང་ཉིད་ཀྱི་ཁ་ནས་བཏོན་པའི་སྐད་ཆ་ནས་
ཐར་ཐབས་མེད་པར་གྱུར་ན།

3 ངའི་བུ། ཁྱོད་ཀྱིས་འདི་ལྟར་བྱས་ནས་རང་ཉིད་སྐྱོབས་ཤིག
ཁྱོད་ཁྱིམ་མཚེས་ཀྱི་ལག་ཏུ་ཚུད་པ་རེད།
མི་དེ་བཙལ་ནས་དམའ་ས་བཟུང་ཞིང་མགྱོགས་མྱུར་སྐྱབས་འཇུག་ཞུས་ཤིག
4 ཁྱོད་ཀྱིས་མིག་བཙུམས་ནས་གཉིད་ཁུག་མི་ཆོག
མིག་ལྤིབས་བཙུམས་ནས་གཉིད་དུ་ཤོར་མི་ཆོག
5 རྔོན་པའི་ལག་པ་ནས་བྲོས་པའི་གཙོད་ལྟར།
བྱ་བྱིའུ་འཛིན་མཁན་གྱི་ལག་པ་ནས་ཐར་བའི་བྱ་ལྟར་བྲོས་ཤིག
6 ལེ་ལོ་ཅན་ཁྱོད། གྲོག་མ་ལ་ལྟོས་ཤིག
དེ་ཚོའི་བྱེད་སྟངས་ལ་བལྟས་ནས་ཤེས་རབ་འཐོབ་དགོས།
7 གྲོག་མ་ལ་དམག་དཔོན་དང་དཔོན་པོ་དབང་སྒྱུར་མཁན་བཅས་མེད་ན་ཡང་།
8 དབྱར་ཁའི་དུས་སུ་བཟའ་ཆས་གྲ་སྒྲིག་བྱེད།
ལོ་ཏོག་བསྡུ་བའི་སྐབས་སུ་ཟས་རིགས་བསྡུ།
9 མི་ལེ་ལོ་ཅན། ཁྱོད་ག་དུས་བར་དུ་ཉལ་བསྡད་དམ།
ག་དུས་ཡར་ལང་ངམ།
10 ཏོག་ཙམ་ཉལ། ཏོག་ཙམ་གཉིད་ཁུག
ཡང་ཏོག་ཙམ་ལག་པ་འཐམས་ནས་ངལ་གསོ་རྒྱག
11 དེ་ནས་ཁྱོད་ལ་དབུལ་ཕོངས་ཀྱི་གནས་བབ་ཚོམ་རྐུན་ལྟར།
ཉམས་ཐག་པའི་གནས་ཚུལ་ཇག་པ་ལྟར་ཡོང་།
12 ཕན་མེད་པའི་མི་ངན་གྱིས་ཕར་ཚུར་འགྲོ་བཞིན་གཡོ་སྒྱུ་ཚ་བའི་སྐད་ཆ་བཤད།
13 མིག་བརྡ་གཏོང་ཞིང་རྐང་པ་དང་མཛུབ་མོས་བརྡ་གཏོང་།
14 ཁོའི་སེམས་པ་ནག་པོ་ཡིན་ལ།
དུས་རྟག་ཏུ་འཆར་གཞི་ངན་པ་འདིང་ནས་གང་སར་ཟིང་འཁྲུག་སློང་བས།
15 གློ་བུར་དུ་ཁོ་ལ་རྐྱེན་ངན་འབྱུང་།
ཁྱུག་ཙམ་རྗེས་སུ་རྡུང་རྡེག་ཕོག་ནས་བཅོས་ཐབས་མེད།
16 ཡ་ཧོ་ཝཱས་སྡང་བའི་དོན་དག་དྲུག་ཡོད།
ཁོང་གིས་ཤིང་དུ་སྡང་བའི་དོན་དག་བདུན་ཡོད།
17 ང་རྒྱལ་ཆེ་བའི་མིག་དང་། སྐྱུགས་རྫུན་བཤད་པའི་ལྕེ། ནག་ཉེས་མེད་པའི་མི་གསོད་པའི་ལག་པ།
18 འཆར་གཞི་ངན་པ་འདིང་བའི་སེམས། མགྱོགས་པོ་སྤྱོད་ངན་བྱེད་པར་རྒྱུགས་པའི་རྐང་པ།
19 རྫུན་གཏམ་རྐྱང་རྐྱང་བཤད་པའི་དཔང་པོ། སྤུན་ཟླའི་ཁྲོད་དུ་རྩོད་གཞི་སློང་བའི་མི་བཅས་ཡིན།
20 ངའི་བུ། ཁྱོད་ཀྱི་ཕ་ཡི་བཀའ་བརྩི་སྲུང་བྱེད་དགོས།
ཨ་མའི་བསླབ་བྱ་འདོར་མི་ཆོག
21 དེ་ཚོ་ནམ་ཡང་ཁྱོད་ཀྱི་སེམས་ལ་བཅིངས་ནས་སྐེ་ལ་བཏགས་དགོས།
22 ཁྱོད་འགྲོ་སྐབས་དེ་ཡིས་ཁྱོད་ལ་ཁྲིད་སྟོན་བྱེད།
ཁྱོད་ཉལ་སྐབས་དེ་ཡིས་ཁྱོད་ལ་སྲུང་སྐྱོབ་བྱེད།
གཉིད་སད་སྐབས་དེ་ཡིས་ཁྱོད་ལ་བསླབ་བྱ་རྒྱག
23 བཀའ་ནི་སྒྲོན་མེ་ཡིན། ཁྲིམས་ནི་འོད་ཟེར་ཡིན།
སྦྱོང་བརྡར་སྤྱོད་པའི་སྐྱོན་བརྗོད་ནི་ཚེ་སྲོག་གི་ལམ་ཁ་ཡིན།
24 དེ་ཚོས་བུད་མེད་ངན་པ་དང་།

ཚུལ་མིན་བུད་མེད་ཀྱི་ཁ་མཁས་པའི་སླུ་ཁྲིད་
ནས་ཁྱོད་སྲུང་སྐྱོབ་བྱེད།
25 ཁོ་མོའི་མཛེས་སྡུག་ལ་སེམས་ཆགས་མི་ཆོག
བུད་མེད་དེའི་མིག་གི་སླུ་ཁྲིད་ལ་སེམས་པ་ཤོར་
མི་ཆོག
26 སྨད་འཚོང་མའི་རྐྱེན་གྱིས་མི་ཡིས་བག་ལེབ་
གཅིག་ལས་མེད་པའི་འཚོ་བ་སྐྱེལ།
འོན་ཀྱང་ཁྱོ་ག་ཡོད་པའི་སྐྱེ་དམན་གྱིས་རྩ་ཆེ་
བའི་ཚེ་སྲོག་ཡང་རྔོན་རྒྱུག
27 བྲང་ཁར་མེ་ལེན་ན་ཡང་གྱོན་ཆས་ལ་མེ་མི་
འབར་རམ།
28 སོལ་བ་ཚ་པོའི་སྟེང་ལ་གོམ་པ་བརྒྱབ་ན་ཡང་
རྐང་པ་མི་འཚིག་གམ།
29 མི་གཞན་གྱི་ཆུང་མ་དང་འབྲེལ་བ་བྱེད་པའི་མི་
ཡང་དེ་ལྟར་ཡིན།
མི་སུས་ཀྱང་ཁོ་མོ་ལ་ལག་པ་བཅངས་ན་ངེས་
པར་དུ་ཉེས་ཆད་ཐོག
30 རྐུན་མ་ཞིག་གིས་གྲོད་ཁོག་ལྟོགས་པས་རྐུན་མ་
བརྐུས་ན་ཡང་།
མི་རྣམས་ཀྱིས་ཁོ་ལ་མཐོང་ཆུང་མི་བྱེད།
31 འོན་ཀྱང་མིས་མཐོང་སོང་ན་རྐུན་མ་དེས་གུན་
གསབ་ལྡབ་བདུན་འཇལ་དགོས་ལ།
ཁོའི་ཁང་པ་ནང་ནས་རྩ་ཆེ་བའི་དངོས་པོ་ཚང་
མ་སྤྲོད།
32 བུད་མེད་དང་འགབ་མཐུན་བྱེད་མཁན་ནི་
སྨོངས་པ་ཡིན།
མི་དེས་མི་ཚེ་གཅིག་གཏོར་བརླག་གཏོང་།
33 ཁོ་ལ་རྨས་སྐྱོན་དང་མཚན་སྙན་བརླགས་པ་མ་
གཏོགས་གང་ཡང་མེད།
ངོ་ཚ་ནམ་ཡང་སེལ་ཐབས་མེད།
34 ཁྱོ་ག་ཕྲག་དོག་གིས་ཁོང་ཁྲོ་མེ་ལྟར་འབར།
དགྲ་ཤ་ལེན་སྐབས་ཁོས་སྙིང་རྗེ་རྩ་བ་ནས་མི་
སྐྱེད།
35 ཁོས་གུན་གསབ་གང་ཡང་དང་ལེན་མི་བྱེད།
ལག་རྟགས་གོང་ཆེན་པོ་ག་ཚོད་སྤྲད་ན་ཡང་
ཁོའི་ཁོང་ཁྲོ་ཞི་ཐབས་མེད།

7

ངའི་བུ། ངའི་ཁ་ལ་ཉོན་དང་།
ངའི་བཀའ་ལ་གཅེས་སྤྲས་བྱེད་དགོས།
2 ངའི་བཀའ་སྲུང་ནས་གསོན་པོར་གནས་ཤིག
ངའི་བསླབ་བྱ་མིག་གི་རྒྱལ་མོ་ལྟར་སྲུང་དགོས།
3 དེ་ཚོ་མཛུབ་མོར་བཏགས་ཤིག
དེ་ཚོ་སྙིང་ལ་བཀོད་དགོས།
4 ཤེས་རབ་ལ་“ཁྱེད་ངའི་བུ་མོ་སྤུན་ཡིན”ཞེས་
ཤོད་དང་།
གོ་རྟོགས་ནུས་རྩལ་ལ་“ངའི་གཉེན་ཉེ” ཞེས་
བོས་ཤིག
5 དེ་ཚོས་ཁྱོད་སྲུང་ནས་ཚུལ་མིན་བུད་མེད་དང་།
ཀུན་སྤྱོད་ངན་པའི་བུད་མེད་ཀྱི་ཁ་མཁས་པའི་
སླུ་ཁྲིད་ནས་སྐྱོབ།
6 ངས་ཁང་པའི་སྒེའུ་ཁུང་ནས།
སྒེའུ་ཁུང་གི་དྲ་མིག་བརྒྱུད་ནས་མར་བལྟས་པ་
ཡིན།
7 ངས་ཉམས་མྱོང་མེད་པའི་མི་རྣམས་ལ་ལྟ་ཞིབ་
བྱས་ནས།
གཞོན་ནུའི་ཁྲོད་དུ་གཞོན་པ་སྨོངས་པ་ཞིག་ལ་
ངོ་སྣང་བྱུང་།
8 ཁོ་བུད་མེད་ཅིག་གི་སྡོད་སའི་ཉེ་འགྲམ་གྱི་ལམ་

མདོ་བརྒྱུད་ནས།
ཁོ་མོའི་ཁང་པའི་ཕྱོགས་སུ་གོམ་པ་རྒྱག
9 ས་སྲོད་དུས་ཀྱི་དགོང་མོར།
མཚན་མོ་དང་མུན་ནག་སླེབ་སྐབས།
10 བུད་མེད་ཅིག་ཁོ་དང་ཐུག
སྨད་འཚོང་མ་ལྟ་བུའི་གྱོན་ཆས་གྱོན་ནས་སེམས་
ལ་གཡོ་སྒྱུ་བཅངས་ཡོད།
11 བུད་མེད་འདི་རང་ཉིད་ཚ་ཞིང་རྟག་པར་འུར་
ཅོར་རྒྱག
ཁོ་མོ་ཁང་པའི་ནང་ལ་རྡ་བ་ནས་བསྡད་མི་
འདུག
12 སྐབས་རེ་སྒོ་འགྲམ་ལ་ཡོད་པ་དང་སྐབས་རེ་
ཐང་ཆེན་ལ་ཕྱིན།
ལམ་མདོ་རེ་རེའི་ཉེ་འགྲམ་དུ་ལྐོག་ཏུ་སྒུག
13 ཁོ་མོས་གཞོན་ནུ་དེ་འཛུས་ནས་འོ་རྒྱག
ངོ་ཚ་ཁྲེལ་མེད་ངང་ཁོ་ལ་བཤད།
14 "ངས་མཇལ་འབྲེལ་གྱི་དམར་མཆོད་འབུལ་རྒྱུ་
ཁས་ལེན་པ་དང་།
དེ་རིང་དམ་བཅའ་དེ་བསྒྲུབས་ཚར་བས།
15 ངས་ཁྱེད་རང་དང་ཐུག་པའི་ཆེད་དུ་ཕྱིར་ཐོན་
ནས་བཙལ་བ་ཡིན།
ངས་ཁྱེད་རང་གཞི་ནས་རྙེད་བྱུང་།
16 ངའི་ཉལ་ཁྲི་ལ་ཁེབས་སྙིང་རྗེ་པོ་དང་།
ཨེ་ཇིབ་ཡུལ་གྱི་ཚོན་མདོག་བཀྲ་བའི་རས་ཞིག་
གིས་འགེབས་ཡོད།
17 ཉལ་ཁྲི་སྟེང་དུ་དྲི་ཞིམ་ལྡན་པའི་གུ་གུལ་དང་ཨ་
གར་དང་ཤིང་ཚ་བཅས་གཏོར་ཡོད།
18 ཕེབས་དང་། ང་གཉིས་གནམ་མ་ལང་བར་དུ་
བརྩེ་བས་བཟི་དགོས།
ང་གཉིས་ཀྱི་བརྩེ་གདུང་ལོངས་སུ་སྤྱོད་དོ།
19 ངའི་ཁྱོ་ག་ཁྱིམ་ལ་མེད།
ཐག་རིང་དུ་འགྲུལ་བཞུད་བྱེད་བཞིན་ཡོད།
20 ཁོང་གིས་དངུལ་ཁུག་ཅིག་ཁྱེར་ནས་ཕྱིན་སོང་།
ཟླ་བ་མ་ཚངས་གོང་ལོག་སླེབ་ཀྱི་མ་རེད།"
21 ཁོ་མོས་ཁ་སྙན་པོ་བཤད་ནས་ཁོ་ལ་མགོ་སྐོར་
གཏོང་།
ཁ་མཁས་པོས་ཁོ་ལ་སླུ་ཁྲིད་བྱེད།
22 གློ་བུར་དུ་ཁོ་བུད་མེད་དེའི་རྗེས་སུ་འགྲོ། བཤས་
གཏོང་བའི་ཆེད་དུ་འཁྲིད་པའི་གླང་གོག་ལྟར།
ལྕགས་སྒྲོག་བརྒྱབ་ནས་ཉེས་ཆད་ཕོག་པའི་གླེན་
པ་ལྟར།
23 མཐའ་མར་ཁོའི་མཆིན་པར་མདའ་ཕོག
ཉེ་ལ་མཆོང་བའི་བྱ་བྱིའུ་ལྟར་ཁོས་རང་ཉིད་ཀྱི་
ཚེ་སྲོག་ཤོར་བ་མི་ཤེས།
24 ངའི་བུ་ཕྲུག་རྣམས། ད་ངའི་ཁ་ལ་ཉོན་དང་།
ངའི་བཤད་པ་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་དང་།
25 ཁྱོད་ཀྱི་སེམས་བུད་མེད་དེའི་ལམ་ཁར་མ་འགྲོ་
བ་བྱེད་དགོས།
ཁོ་མོའི་འགྲོ་ལམ་དུ་འགྲོ་མི་ཆོག
26 ཁོ་མོའི་རྐྱེན་པས་མི་མང་པོས་ཚེ་སྲོག་ཤོར།
ཁོ་མོས་མི་གྲངས་མེད་བསད།
27 ཁོ་མོའི་ཁང་པར་འཛུལ་ན་དུར་སར་སླེབ།
ཤི་བའི་གཟིམ་ཆུང་ལ་མར་འབབ།

8 ཤེས་རབ་ཀྱིས་མི་ལ་འབོད་བཞིན་མེད་དམ།
དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ནུས་རྩལ་གྱིས་འབོད་སྐད་རྒྱག་
བཞིན་མེད་དམ།
2 དེ་ལམ་ཁའི་འགྲམ་གྱི་མཐོ་ས་དང་བཞི་མདོ་ཁ་

ལ་ལངས་འདུག
3 གྲོང་ཁྱེར་གྱི་རྒྱ་སྒོའི་འགྲམ་དང་། གྲོང་ཁྱེར་ལ་
འཛུལ་སའི་འཁྲིས་ནས་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་
སྐད་ཤུགས་ཆེན་པོས་བཤད།
4 “ངས་ཁྱོད་ཚོར་འབོད་བཞིན་ཡོད།
ངས་མི་ཐམས་ཅད་ལ་འབོད་སྐུལ་བྱེད།
5 ཁྱོད་ཚོ་ཉམས་མྱོང་མེད་པའི་མི་རྣམས། སྙིང་
གྱུང་ལྡན་པའི་བྱ་བ་བྱེད་སྟངས་སྦྱོངས་དང་།
གླེན་པ་རྣམས། སེམས་ལ་གོ་རྟོགས་ནུས་རྩལ་
འཐོབ་དགོས།
6 ཉོན་ཞིག ངའི་བཤད་པ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་ལ།
ངའི་མཆུ་ཏོ་ནས་འཐོན་པའི་གཏམ་བདེན་པ་
ཡིན།
7 ངའི་ཁ་ཡིས་འཇམ་པོའི་ངང་བདེན་དོན་བཤད།
ངའི་མཆུ་ཏོ་ནི་ངན་པ་ལ་སྡང་།
8 ངའི་ཁ་ནས་འཐོན་པའི་སྐད་ཆ་ཐམས་ཅད་དྲང་
བདེན་ཡིན།
གཡོ་སྒྱུ་མགོ་སྐོར་སླུ་ཙམ་མེད།
9 དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ནུས་རྩལ་ཡོད་པའི་མི་ལ་ངས་
བཤད་པའི་གཏམ་ཚང་མ་གསལ་པོ་ཡིན།
ཤེས་ཡོན་རྙེད་པའི་མི་ཡིས་དེ་ཚོ་ཡང་དག་པར་
བརྩི།
10 དངུལ་ལས་ངའི་སྤྲོད་པའི་སྦྱོང་བརྡར་དང་ལེན་
བྱེད་དང་།
སྤུས་ཀ་ལེགས་ཤོས་ཀྱི་གསེར་ལས་ཤེས་ཡོན་
འདམ་དགོས།
11 ཤེས་རབ་ནི་བྱུར་རྡུ་ལས་ལེགས་པ་དང་།
ཁྱོད་ཀྱི་བློ་ལ་འབབ་པའི་དངོས་པོ་གང་ཞིག་
ཀྱང་ང་དང་སྡུར་མི་ཐུབ།
12 ང་ནི་ཤེས་རབ་ཡིན། ང་སྙིང་གྱུང་དང་མཉམ་དུ་
སྡོད།
ང་ལ་ཤེས་ཡོན་དང་བསམ་བློ་གཏོང་བའི་ནུས་
རྩལ་ཐོབ་བྱུང་།
13 ཡ་ཧོ་ཝ་ལ་གུས་བརྩི་ཞུ་བ་ནི་ངན་པ་ལ་སྡང་བ་
དང་མཚུངས།
ངས་ཁེངས་དྲེགས་དང་ང་རྒྱལ། ལམ་ཁ་ངན་པ།
རྫུན་གཏམ་བཅས་ལ་སྡང་།
14 ང་ལ་བསླབ་བྱ་བཟང་པོ་དང་ཕན་ཐོགས་པའི་
ཤེས་རབ་ཡོད།
ང་ལ་གོ་རྟོགས་ནུས་རྩལ་དང་ནུས་སྟོབས་ཡོད།
15 རྒྱལ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ང་ལ་བརྟེན་ནས་དབང་སྒྱུར་
བྱེད།
བློ་དཔོན་རྣམས་ཀྱིས་ང་ལ་བརྟེན་ནས་དྲང་
བདེན་གྱི་བཀའ་ཁྲིམས་ཁྱབ་བསྒྲགས་བྱེད།
16 གཙོ་འཛིན་རྣམས་ཀྱིས་ང་ལ་བརྟེན་ནས་དབང་
སྒྱུར་བྱེད།
མི་དྲག་རྣམས་ཀྱིས་ང་ལ་བརྟན་ནས་དྲང་བདེན་
གྱི་འདྲི་གཙོད་བྱེད།
17 ང་ལ་དགའ་པོ་ཡོད་པའི་མི་རྣམས་ལ་ང་ཡང་
དགའ་པོ་བྱེད།
ང་འཚོལ་མཁན་ལ་ངེས་པར་དུ་ང་རྙེད་ཐུབ།
18 རྒྱུ་ནོར་དང་གཟི་བརྗིད་ནི་ང་དང་མཉམ་དུ་
ཡོད།
འཇིག་མི་སྲིད་པའི་རྒྱུ་ནོར་དང་དྲང་བདེན་ཡང་
ང་དང་མཉམ་དུ་ཡོད།
19 ངའི་འབྲས་བུ་གསེར་ལས་ལེགས། གསེར་བཙོ་མ་
ལས་བཟང་།
ངའི་ཐོན་སྐྱེད་ནི་སྤུས་ལེགས་ཤོས་ཀྱི་དངུལ་ལས་

བཟང་།
20 ང་དྲང་བདེན་གྱི་ལམ་ཐོག་ཏུ་འགྲོ།
དྲང་གཞག་གི་ལམ་ཁའི་དཀྱིལ་དུ་སྐྱོད།
21 ངས་ང་ལ་དགའ་པོ་བྱེད་མཁན་ལ་རྒྱུ་ནོར་སྤྲོད།
ངས་ཁོ་ཚོའི་མཛོད་ཁང་ཁེངས་པར་བྱེད།
22 ཡ་ཧོ་ཝས་གསར་སྐྲུན་གྱི་ཐོག་མར་ང་བསྐྲུན།
གནའ་སྔ་མོའི་ཞིང་གི་སྒྲུབ་འབྲས་ནང་ནས་ང་
ནི་སྔ་ཤོས་ཡིན།
23 གནའ་སྔ་མོ་ནས་ཁོང་གིས་ང་བརྟེན་པོར་གནས་
སུ་བཙུག
ཐོག་མ་ནས། ས་གཞི་མ་བྱུང་བའི་སྔོན་གྱི་དུས་
རབས་ནས་ཡིན།
24 ད་དུང་ཆུ་བོ་གཏིང་ཟབ་པོ་དང་།
ཆུ་རྒྱུས་པའི་ཆུ་མིག་མེད་པའི་སྐབས་སུ་ང་སྐྱེས།
25 རི་བོ་རྣམས་གནས་ཡུལ་དུ་མ་བསྒྲུབས་གོང་།
དེའུ་འབུར་མ་བྱུང་བའི་གོང་ང་སྐྱེས་ཡོད།
26 དཀོན་མཆོག་གིས་ད་དུང་ས་གཞི་དང་ས་ཐང་།
ས་སྟེང་གི་ས་འདམ་དང་པོ་ཡང་མ་བཟོས་པའི་
སྐབས།
27 དཀོན་མཆོག་གིས་ནམ་མཁའ་བཀོད་སྒྲིག་
གནང་བའི་སྐབས་སུ་ང་དེར་ཡོད།
ཁོང་གིས་ཆུ་ངོས་ལ་སྐོམས་ཐིག་འཐེན་པའི་
སྐབས་སུ།
28 ཁོང་གིས་གནམ་ལ་སྤྲིན་པ་བཞག་པའི་སྐབས་སུ།
ཆུ་ཁུངས་ཟབ་མོ་བཙུགས་པའི་སྐབས་སུ།
29 རྒྱ་མཚོའི་ཆུ་མཚམས་ལས་མི་རྒལ་བའི་ཆེད་དུ་
བཀའ་བཀོད་སྐབས།
ཁོང་གིས་ས་གཞིའི་རྨང་གཞི་བཏིང་སྐབས།
30 སྐབས་དེ་དུས་ང་དཀོན་མཆོག་གི་འཁྲིས་སུ་ཡོད་
པའི་ཕྱུལ་བྱུང་གི་བཟོ་དཔོན་ཡིན།
ཁོང་གིས་ཉིན་ལྟར་ང་ལ་ཧ་ཅང་བརྩེ་བ་གནང་།
ང་དུས་རྟག་ཏུ་ཁོང་གི་མདུན་དུ་དགའ་ཚོར་
སྐྱེས།
31 ང་ཁོང་གིས་བསྐྲུན་པའི་མིའི་གནས་སྤྱོད་སའི་ས་
གཞི་ལ་བལྟས་ནས་དགའ་ཚོར་སྐྱེས།
ང་མིའི་རིགས་ལ་ཧ་ཅང་བརྩེ་བ་ཡོད།
32 ངའི་བུ་ཕྲུག་རྣམས། ད་ངའི་ཁ་ལ་ཉོན་དང་།
ངའི་ལམ་ཁ་ཐོག་ཏུ་འགྲོ་མཁན་བདེ་སྐྱིད་དང་
ལྡན།
33 ངའི་སྦྱོང་བརྡར་ལག་ལེན་བྱས་ནས་ཤེས་རབ་
འཐོབ་དགོས།
དེ་སྣང་མེད་དུ་གཏོང་མི་ཆོག
34 ཞོགས་ལྟར་སྔ་མོ་ནས་ངའི་སྒོ་འགྲམ་ལ་ཡོང་བ་
དང་།
ཀ་བའི་འཁྲིས་སུ་སྒུག་ནས་
ངའི་ཁ་ལ་ཉན་མཁན་ནི་བདེ་སྐྱིད་དང་ལྡན།
35 གང་ཡིན་ཟེར་ན་ང་འཚོལ་མཁན་ལ་ཚེ་སྲོག་
དང་།
ཡ་ཧོ་ཝའི་རྒྱབ་སྐྱོར་འཐོབ།
36 འོན་ཀྱང་ང་སྣང་མེད་དུ་བཞག་ན་མི་དེས་རང་
ཉིད་ལ་གནོད་འཚེ་གཏོང་།
ང་ལ་སྡང་མཁན་ནི་ཤི་བ་ལ་དགའ་པོ་ཡོད”

9 ཤེས་རབ་ངོ་མ་ཡིས་དེའི་ཁང་པ་བརྒྱབ།
དེའི་ཀ་བ་བདུན་བསྐྲུན།
2 ཤ་ཞིམ་པོ་གྲ་སྒྲིག་བྱས།
རྒུན་འབྲུམ་ཨ་རག་ལ་སྦྲོ་བ་ཞིམ་པོ་བསྲེས།
ཟས་ཅོག་ཡང་གྲ་སྒྲིག་བྱས།

3 དེ་ཡིས་གཡོག་མོ་རྣམས་བཏང་།
གྲོང་ཁྱེར་གྱི་མཐོ་ས་ནས་འབོད་དུ་བཅུག
4 "མི་སུས་ཀྱང་ཞེམས་སྐྱོང་མ་འདང་ན་འདིར་
ཤོག་དང"
ཤེས་རབ་ཀྱིས་མི་རྨོངས་པ་རྣམས་ལ་བཤད།
5 "འདོར་ཤོག་དང་། ངའི་བག་ལེབ་བཟོ་ཞིག
ངས་གྲ་སྒྲིག་བྱས་པའི་ཨ་རག་འཐུང་དང་།
6 ཞེམས་སྐྱོང་མེད་པའི་གནས་སྟངས་དང་བྲལ་
ནས་ཚེ་སྲོག་སྲུང་ཞིག
གོ་རྟོགས་ནུས་རྩལ་བེད་སྤྱོད་པའི་ལམ་ཐོག་
མདུན་སྐྱོད་བྱེད་དང"
7 འཕྱ་སྨོད་བྱེད་མཁན་ལ་སློབ་གསོ་བརྒྱབ་ན་རང་
ཉིད་ངོ་ཚ་པོ་བཟོ།
མི་ངན་ལ་སྐྱོན་བརྗོད་བྱས་ན་རང་ཉིད་ལ་
གནོད་འཚེ་ཡོང་།
8 འཕྱ་སྨོད་བྱེད་མཁན་ལ་སྐྱོན་བརྗོད་མ་བྱེད་
དང་། ཁོས་ཁྱོད་ལ་སྡང་ཡོང་།
ཤེས་རབ་ཅན་ལ་སྐྱོན་བརྗོད་བྱེད་དང་། མི་དེ་
ཁྱོད་ལ་དགའ་པོ་ཡོང་།
9 ཤེས་རབ་ཅན་ལ་སློབ་གསོ་སྤྲོད་དང་། མི་དེར་
ཤེས་རབ་དེ་བས་ཆེ་བ་འཐོབ།
དྲང་བདེན་གྱི་མི་ལ་སློབ་སྟོན་བྱེད་དང་། མི་དེར་
སློབ་སྦྱོང་དེ་བས་མང་བ་འཐོབ།
10 ཡ་ཧོ་ཝ་ལ་གུས་བཅེ་ཞུ་བ་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཐོག་
མ་ཡིན།
ཁྱད་དུ་འཕགས་པའི་དཀོན་མཆོག་གི་སྐོར་ཤེས་
ན་མི་ལ་གོ་རྟོགས་ནུས་རྩལ་འཐོབ།
11 ཤེས་རབ་ལ་བརྟེན་ནས་ཁྱོད་ཀྱི་མི་ཚེའི་ཉིན་
མང་དུ་འགྲོ།
ཁྱོད་ཀྱི་མི་ཚེ་རིང་དུ་འགྲོ།
12 ཁྱོད་ལ་ཤེས་རབ་ཐོབ་ན་རང་ཉིད་ལ་ཕན་
ཐོགས་འཐོབ།
འོན་ཀྱང་ཁྱོད་འཕྱ་སྨོད་བྱེད་པ་ལ་དགའ་ན་
ཁྱོད་གཅིག་པོས་དེའི་རྗེས་འབྲས་ཟ་དགོས།
13 བུད་མེད་གླེན་པ་ནི་རྟག་པར་ཚུར་ཅོར་རྒྱག
ཤེས་བྱ་མེད་ལ་གང་ཡང་ཧ་མི་གོ།
14 ཁོ་མོ་ཁང་པའི་སྒོ་འགྲམ་དང་།
གྲོང་ཁྱེར་གྱི་མཐོ་སར་བསྡད་ནས།
15 འགྲོ་འོང་བྱེད་མཁན་ལ།
ལམ་ཁ་ཐོག་ཤར་ཀྱག་མདུན་སྐྱོད་བྱེད་མཁན་ལ་
འབོད།
16 "ཞེམས་སྐྱོང་མེད་པའི་མི་སུ་ཞིག་ཀྱང་འདིར་
ཤོག་དང" ཞེས་བཤད།
ཁོ་མོས་རྨོངས་པ་རྣམས་ལ་བཤད།
17 "ཀུན་མ་ཀུས་པའི་ཆུ་ནི་ཞིམ་མོ་ཡིན་ལ།
ལྐོག་ཏུ་ཟ་བའི་ཟས་ཞིམ་པོ་ཡོད"
18 འོན་ཀྱང་མི་དེས་ཁོ་མོའི་སྦྲོད་སར་ཡོང་བའི་མི་
ཚང་མ་ཚེ་སྲོག་ཤོར་བ་དང་།
ཁོ་མོའི་མགྲོན་པོ་རྣམས་དུར་སའི་འོག་ཏུ་ཡོད་
པ་མི་ཤེས།

10

སོ་ལོ་མོན་གྱི་ལེགས་བཤད།
བློ་གྲོས་ལྡན་པའི་བུ་ཡིས་དེའི་ཕ་དགའ་
སྤྲོ་སྐྱེད།
བུ་གླེན་པས་དེའི་ཨ་མ་སེམས་སྐྱོ་པོ་བཟོ།
2 གཡོ་སྒྱུ་ལ་བརྟེན་ནས་ཐོབ་པའི་རྒྱུ་ནོར་ལ་ཕན་
ཐོགས་མེད།
འོན་ཀྱང་དྲང་བདེན་གྱིས་མིའི་ཚེ་སྲོག་ཤི་བ་

ནས་སྐྱོབ།
3 ཡ་ཧོ་ཝཱས་དྲང་བདེན་གྱི་མི་བཀྲེས་སུ་མི་བཅུག
འོན་ཀྱང་ཁོང་གིས་མི་ངན་གྱི་འདོད་པ་སྐྱང་མ་
གནང་།
4 ལེ་ལོ་ཅན་གྱི་ལག་པས་མི་དབུལ་པོ་བཟོ།
ལས་ལ་བརྩོན་པའི་ལག་པས་མི་ཕྱུག་པོ་བཟོ།
5 གནས་ལུགས་རྒྱུ་མཚན་ཤེས་པའི་བུ་ཡིས་དབྱར་
ཁར་ལོ་ཏོག་བསྡུ།
ངོ་ཚ་མེད་པའི་བུ་ནི་བཟའ་བསྡུའི་དུས་སུ་གཉིད་
ཞྭིད་པོ་ཁུག
6 དྲང་བདེན་གྱི་མིའི་མགོ་སྟེང་དུ་བདེ་བ་འབབ།
འོན་ཀྱང་མི་ངན་གྱི་ཁ་ཡིས་དྲག་སྤྱོད་གཡོ་
འགེབས་བྱེད།
7 དྲང་བདེན་གྱི་མི་ལ་རྗེས་དྲན་དང་བསྔོད་
བསྔགས་འཐོབ།
འོན་ཀྱང་མི་ངན་གྱི་མིང་ལ་རུལ་སྐྱོན་ཐེབས།
8 སེམས་ལ་ཤེས་རབ་ལྡན་པའི་མི་ཡིས་སློབ་སྟོན་
དང་ལེན་བྱེད།
གླེན་གཏམ་བཤད་མཁན་ལ་རྫོག་རོལ་ཐེབས།
9 ལྷག་བསམ་རྣམ་དག་གི་སྒོ་ནས་བྱ་བ་བྱེད་
མཁན་ནི་བདེ་འཇགས་དང་གོམ་པ་རྒྱག
འོན་ཀྱང་གཡོ་སྒྱུ་བྱེད་མཁན་རྣམས་མངོན་
གསལ་དུ་འགྱུར།
10 གཡོ་སྒྱུ་ཆ་བའི་མིག་གིས་བརྡ་གཏོང་མཁན་ནི་
མི་རྣམས་སེམས་སྐྱོ་པོ་བཟོ།
གླེན་གཏམ་བཤད་མཁན་ལ་རྫོག་རོལ་ཐེབས།
11 དྲང་བདེན་གྱི་མིའི་ཁ་ནི་ཚེ་སྲོག་གི་བྱུང་ཁུངས་
ཡིན།
འོན་ཀྱང་མི་ངན་གྱི་ཁ་ཡིས་དྲག་སྤྱོད་གཡོ་
འགེབས་བྱེད།
12 སྡང་སེམས་ཀྱིས་རྩོད་གཞི་སྣ་ཚོགས་སློང་།
འོན་ཀྱང་བརྩེ་སེམས་ཀྱིས་ནོར་འཁྲུལ་ཐམས་
ཅད་འགེབས།
13 དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ནུས་རྩལ་ལྡན་པའི་མིའི་ཁ་ལ་ཤེས་
རབ་ཡོད།
འོན་ཀྱང་རྨོངས་པའི་རྒྱབ་ལ་གཞུ་བའི་ཆེད་དུ་
ལྕུག་ཚན་ཡོད།
14 བློ་གྲོས་ཅན་གྱིས་ཤེས་ཡོན་བསག
འོན་ཀྱང་གླེན་པའི་ཁ་ཡིས་ཉམས་རྒུད་གཏོང་།
15 ཕྱུགས་པོའི་རྒྱུ་ནོར་ནི་ཁོའི་ལྷོག་མཁར་ཡིན།
དབུལ་ཕོངས་ཀྱི་རྐྱེན་པས་དབུལ་པོ་ཉམས་རྒུད་
དུ་འགྲོ།
16 དྲང་བདེན་གྱི་མིའི་བྱ་བ་ལ་ཚེ་སྲོག་གི་བྱ་དགའ་
འཐོབ།
འོན་ཀྱང་མི་ངན་གྱི་ཡོང་འབབ་ནི་སྡིག་པ་
བསག་པའི་མ་དངུལ་ཡིན།
17 བསླབ་བྱ་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་ན་མི་རྣམས་ཚེ་སྲོག་གི་
ལམ་ཐོག་ཏུ་ཁྲིད།
སྐྱོན་བརྗོད་ལ་དོ་སྣང་མ་བྱས་ན་མི་གཞན་ལམ་
ནོར་དུ་ཁྲིད།
18 སྡང་སེམས་སྦས་གསང་བྱེད་མཁན་ནི་རྫུན་
གཏམ་བཤད།
མི་གཞན་གྱི་རྒྱབ་བཤད་རྒྱག་མཁན་ནི་གླེན་པ་
ཡིན།
19 ཁ་མང་པོ་ཡོད་ན་ངེས་པར་དུ་ནོར་འཁྲུལ་ཤོར།
འོན་ཀྱང་རང་ཉིད་ཀྱི་ཁ་གཅུན་མཁན་ནི་བསམ་
ཤེས་ཅན་ཡིན།
20 དྲང་བདེན་གྱི་མིའི་ལྕེ་ནི་དངུལ་སྦྱུས་གཙང་དང་

འདྲ།
མི་ངན་གྱི་སེམས་ནི་རིན་ཐང་ཏ་ཙང་ཆུང་།
21 དྲང་བདེན་གྱི་མིའི་ཁ་ཡིས་མི་མང་པོ་འཚོ་སྐྱོང་
བྱེད།
གླེན་པ་རྣམས་ནི་བླུན་རྨོངས་ཀྱི་རྐྱེན་པས་ཤི་
སྲོག་ཤོར།
22 ཡ་ཧོ་ཝ་ཡི་བཀའ་དྲིན་གྱིས་མི་ཕྱུག་སུམ་ཚོགས་
པོ་བཟོ།
ཁོང་གིས་དེར་སྡུག་བསྔལ་ཁ་སྣོན་མི་གནང་།
23 གླེན་པའི་བསམ་པར་ངོ་ཚ་མེད་པའི་བྱ་སྤྱོད་ནི་
རྩེད་མོ་རྩེད་པ་ལྟར་ཡིན།
འོན་ཀྱང་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ནུས་རྩལ་ལྡན་པའི་མི་ལ་
ཤེས་རབ་སྙེད།
24 མི་ངན་གྱིས་དངངས་སྐྲག་བྱེད་པའི་གནས་ཚུལ་
ཁོ་རང་གི་སྟེང་དུ་འབྱུང་།
འོན་ཀྱང་དྲང་བདེན་གྱི་མིའི་འདོད་བློ་ཁེངས་བར་
འགྱུར།
25 རླུང་ཚུབ་ཕྱིན་ཚར་སྐབས་མི་ངན་མེད་པར་
འགྱུར།
དྲང་བདེན་གྱི་མི་ནི་དུས་ནམ་ཡང་གནས་པའི་
རྨང་གཞི་ཡིན།
26 ལེ་ལོ་ཅན་ནི་སྤྱིན་དག་གི་ངོས་ནས་བཤད་ན་
སོ་ལ་སྐྱུར་ཆུ་དང་མིག་ལ་དུ་བ་ལྟར་ཡིན།
27 ཡ་ཧོ་ཝ་ལ་གུས་བཅི་ཞུས་ན་མི་ཚེ་རིན་པོ་འཐོབ།
འོན་ཀྱང་མི་ངན་གྱི་མི་ཚེ་ཐུང་དུ་གཅོད།
28 དྲང་བདེན་གྱི་མིའི་རེ་སྒུག་ལ་དགའ་སྤྲོ་སྐྱེད་
པའི་འབྲས་བུ་འབྱུང་།
མི་ངན་གྱི་རེ་བ་ནི་མེད་པར་འགྱུར།
29 ཡ་ཧོ་ཝའི་ལམ་ཁ་ཡིས་ལྟག་བསམ་རྣམ་དག་
བྱེད་མཁན་ལ་སྲུང་སྐྱོབ་བྱེད།
འོན་ཀྱང་དེས་བྱ་སྤྱོད་ངན་པ་སྤེལ་མཁན་ལ་
ཉམས་རྒུད་གཏོང་།
30 དྲང་བདེན་གྱི་མི་ནམ་ཡང་ཕམ་ཉེས་འབྱུང་མི་
སྲིད།
མི་ངན་ས་སྟེང་དུ་སྡུ་མཐུད་སྡོད་མི་ཐུབ།
31 དྲང་བདེན་གྱི་མིའི་ཁ་ནས་ཤེས་རབ་ཀྱི་གཏམ་
འཐོན།
སྐད་ཆ་དྲང་པོ་མ་བཤད་པའི་ལྕེ་གཅད་པར་
འགྱུར།
32 དྲང་བདེན་གྱི་མིའི་ཁ་ནི་ཡིད་དུ་འོང་བའི་སྐད་
ཆ་བཤད་ཤེས་ཀྱི་ཡོད།
འོན་ཀྱང་མི་ངན་གྱི་ཁ་ནི་དྲང་པོ་མིན།

11

ཡ་ཧོ་ཝས་མི་ལ་མགོ་སྐོར་གཏོང་བའི་རྒྱ་
མ་ལ་སྡང་།
ཁོང་གིས་ཡང་དག་པའི་རྒྱ་ཇོ་ལ་མཉེས་པོ་
གནང་།
2 རང་ཚོད་མ་བཟུང་ན་ངོ་ཚ་ཡོང་།
རང་ཚོད་འཛིན་མཁན་ལ་ཤེས་རབ་ལྡན།
3 མི་དྲང་པོའི་སེམས་པ་རྣམ་དག་གིས་མི་དེར་
ཁྲིད་སྟོན་བྱེད།
གཡོ་སྒྱུ་ཅན་གྱི་གཡོ་ཟོལ་གྱིས་མི་དེ་གཏོར་
བཤིག་གཏོང་།
4 ཁོང་ཁྲོ་འབར་བའི་ཉིན་མོར་རྒྱུ་ནོར་གྱིས་ཕན་
མི་ཐོགས།
འོན་ཀྱང་དྲང་བདེན་ནི་མིའི་ཚེ་སྲོག་སྐྱོབ།
5 ལྟག་བསམ་རྣམ་དག་བྱེད་མཁན་གྱིས་དྲང་
བདེན་ལ་བརྟེན་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་ལམ་ཁ་

དྲང་པོ་བཟོ།
འོན་ཀྱང་མི་ངན་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་སྤྱོད་ལམ་ངན་
པའི་རྐྱེན་གྱིས་རྐང་འདྲེད་ཤོར།
6 མི་དྲང་པོའི་དྲང་བདེན་གྱིས་མི་དེ་སྐྱོབ།
འོན་ཀྱང་གཡོ་སྒྱུ་ཅན་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་འདོད་
རྔམ་གྱི་རྙི་ལ་ཚུད།
7 མི་ངན་ཤི་ཚར་ན་ཁོའི་རེ་བ་ཡང་མེད་པར་
འགྱུར།
ཁོའི་ནུས་སྟོབས་ལ་བརྟེན་པའི་རེ་བ་ཡང་སྟོང་
ཟད་དུ་འགྱུར།
8 དྲང་བདེན་གྱི་མི་ནི་དཀའ་སྡུག་ལས་ཐར་ཐུབ།
མི་ངན་གྱིས་ཁོའི་ཚབ་བྱས་ནས་དཀའ་སྡུག་
མྱོང་།
9 ཆོས་ལོག་པའི་མིའི་གཏམ་གྱིས་ཉེ་འཁོར་གྱི་མི་
གཏོར་བརླག་གཏོང་།
འོན་ཀྱང་དྲང་བདེན་གྱི་མི་ནི་ཤེས་ཡོན་ལ་
བརྟེན་ནས་སྲུང་སྐྱོབ་འཐོབ།
10 དྲང་བདེན་གྱི་མིའི་བཟང་སྤྱོད་ཀྱིས་གྲོང་ཁྱེར་
རྒྱལ་པོ་དགའ་དགའ་སྤྲོ་སྤྲོ་བཟོ།
མི་ངན་མེད་པར་འགྱུར་སྐབས་མི་རྣམས་ཀྱིས་
དགའ་སྤྲོའི་སྐད་རྒྱག
11 དཀོན་མཆོག་གིས་མི་དྲང་པོ་རྣམས་ལ་བདེ་
ལེགས་སྩོལ་བས་གྲོང་ཁྱེར་དར་རྒྱས་འགྲོ།
འོན་ཀྱང་མི་ངན་གྱི་ཁ་ཡིས་གྲོང་ཁྱེར་གཏོར་
བཤིག་གཏོང་།
12 རྨོངས་པ་ཡིས་ཉེ་འཁོར་གྱི་མི་ལ་མཐོང་ཆུང་
བྱེད།
དངོས་གནས་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ནུས་རྩལ་ལྡན་པའི་མི་
ནི་ཁ་ཁུ་སིམ་པོར་སྡོད།
13 མི་ལ་དམའ་འབེབས་གཏོང་མཁན་གྱིས་གསང་
བ་གང་སར་ཁྱབ་པར་བྱེད།
འོན་ཀྱང་བློ་འགེལ་ཆོག་པའི་མི་ཡིས་གསང་བ་
སྲུང་།
14 མི་སེར་ལ་ཐབས་མཁས་པའི་ཁྲིད་སྟོན་མེད་ན་
ཕམ་ཉེས་སུ་འགྲོ།
བསླབ་བྱ་གཏོང་མཁན་མང་པོ་ཡོད་ན་ལེགས་
སྒྲུབ་འཐོབ།
15 ཕྱི་མིའི་ཆེད་དུ་ཁག་ཐེག་བྱས་ན་གདྭན་གདྭན་
དཀའ་ངལ་ཡོང་།
འགན་ཁྲི་གཞག་པའི་ལག་པ་མ་བཏང་ན་ཉེན་
ཁ་མེད།
16 མཛེས་སྡུག་ལྡན་པའི་བུད་མེད་ལ་གཟི་བརྗིད་
འཐོབ།
ཡ་ང་སྙིང་རྗེ་མེད་པའི་སྐྱེས་པ་ལ་རྒྱུ་ནོར་འཐོབ།
17 མི་ལ་རོགས་རམ་བྱས་ན་རང་ཉིད་ལ་ཕན་ཐོགས་
འཐོབ།
གདུག་རྩུབ་ཅན་གྱིས་རང་ཉིད་ལ་སྡུག་པོ་
གཏོང་།
18 མི་ངན་ལ་གླ་ཆ་རྫུན་མ་འཐོབ།
འོན་ཀྱང་དྲང་བདེན་གྱི་སྙོ་ནས་བྱ་སྤྱོད་སྤེལ་
མཁན་ལ་བྱ་དགའ་ངོ་མ་འཐོབ།
19 དྲང་བདེན་གྱི་སྤྱོད་ལམ་རྒྱུན་སྐྱོང་བྱེད་མཁན་ལ་
ཚེ་སྲོག་འཐོབ།
འོན་ཀྱང་ཧག་པར་ངན་སྤྱོད་སྤེལ་མཁན་ཚེ་སྲོག་
ཤོར།
20 སེམས་ལ་གཡོ་སྒྱུ་ཡོད་པའི་མི་ཡིས་ཡ་ཧོ་ཝ་ལ་ཞེ་
ལོག་སྐྱེད།
ཁོང་ལྷག་བསམ་རྣམས་དག་བྱེད་མཁན་ལ་

མཉེས་པོ་གནང་།
21 མི་ངན་ལ་ངེས་པར་དུ་ཉེས་ཆད་ཕོག་པ་ཡིད་
ཆེས་བྱེད་དགོས།
དྲང་བདེན་གྱི་མིའི་བུ་ཕྲུག་རྣམས་ལ་ཐར་པ་
འཐོབ།
22 གནས་ལུགས་རྒྱུ་མཚན་མི་ཤེས་པའི་བུད་མེད་
མཛེས་མ་ནི་
ཕག་པའི་སྣ་ལ་བཏགས་པའི་གསེར་གྱི་སྣ་ལོང་
དང་འདྲ།
23 དྲང་བདེན་གྱི་མིའི་འདོད་པ་ལ་ལེགས་སྐྱབ་
འཐོབ།
འོན་ཀྱང་མི་ངན་གྱི་རེ་བ་ནི་ཁོང་ཁྲོ་སློང་།
24 མི་ཁ་ཤས་གཏོང་ཕོད་ཆེན་པོ་བྱས་ཀྱང་དེ་བས་
མང་བ་འཐོབ།
མི་ཁ་ཤས་ཀྱིས་མི་ལ་སྤྲོད་དགོས་པའི་དངོས་པོ་
མ་སྤྲད་ཀྱང་དབུལ་པོར་འགྱུར།
25 གཏོང་ཕོད་ཅན་རྣམས་དར་རྒྱས་འགྲོ།
མི་གཞན་ལ་སེམས་ཤུགས་གསོ་མཁན་རྣམས་
རང་ཉིད་ལའང་སེམས་ཤུགས་འཐོབ།
26 མི་སེར་གྱིས་འབྲུ་རིགས་ཉར་ནས་སེར་སྣ་བྱེད་
མཁན་ལ་དམོད་མོ་རྒྱག
ཁོ་ཚོས་འབྲུ་རིགས་འཚོང་མཁན་ལ་བསྟོད་
བསྔགས་གཏོང་།
27 མི་རྣམས་ཧུར་བརྩོན་གྱིས་ལས་བཟང་བྱེད་
མཁན་ལ་དགའ།
བྱ་བ་ངན་པ་འཚོལ་མཁན་ལ་ངེས་པར་དུ་འབྲས་
བུ་ངན་པ་འབྱུང་།
28 རྒྱུ་ནོར་ལ་བློ་གཏད་མཁན་རྣམས་ས་ལ་འགྱེལ།
འོན་ཀྱང་དྲང་བདེན་གྱི་མི་ནི་ལོ་འདབ་རྒྱས་པ་
ལྟར་དར་རྒྱས་ཡོང་།
29 ཁྱིམ་ཚང་ལ་གནོད་སྐྱེལ་མཁན་གྱིས་རྒྱུད་འཛིན་
བྱེད་པའི་རྒྱུ་ནོར་ནི་ལྷགས་པ་ལྟར་ཡིན།
གླེན་པ་ནི་སེམས་ལ་ཤེས་རབ་ལྡན་པའི་མིའི་
གཡོག་པོ་བྱེད།
30 དྲང་བདེན་གྱི་མིའི་གྲུབ་འབྲས་ནི་ཚེ་སྲོག་གི་
ཤིང་སྡོང་དང་འདྲ།
ཤེས་རབ་ཅན་ལ་མི་རྣམས་འཐོབ།
31 ས་སྟེང་དུ་དྲང་བདེན་གྱི་མི་ལ་ཡང་ཆད་པ་ཕོག་
པས།
མི་ངན་དང་སྡིག་ཉེས་ཅན་ཡིན་ན་ཉེས་ཆད་དེ་
བས་ཆེ་བ་ཕོག་ལོས་ཡིན།

12 སྦྱོང་བརྡར་ལ་དགའ་མཁན་ནི་ཤེས་ཡོན་
ལ་དགའ།
སྐྱོན་བརྗོད་ལ་སྡང་མཁན་སྨྱོངས་པ་ཡིན།
2 ཡ་ཧོ་ཝཱ་མི་བཟང་པོ་ལ་མཉེས་པོ་གནང་།
འོན་ཀྱང་དཀོན་མཆོག་གིས་འཆར་གཞི་ངན་པ་
བཟོ་མཁན་ལ་ཉེས་ཆད་གཏོང་།
3 མི་ཡིས་བྱ་ངན་ལ་བརྟེན་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་བདེ་
འཛགས་སྲུང་མི་ཐུབ།
འོན་ཀྱང་དྲང་བདེན་གྱི་མི་ནམ་ཡང་རྩ་མེད་དུ་
འགྲོ་མི་སྲིད།
4 འཛོན་ཐང་ལྡན་པའི་ཆུང་མ་ནི་ཁྱོ་ག་གི་དབུ་
རྒྱན་ཡིན།
ངོ་ཚ་མེད་པའི་ཆུང་མ་ནི་ཁྱོ་ག་གི་རུས་པའི་ནང་
གི་རུལ་སྐྱོན་དང་འདྲ།
5 དྲང་བདེན་གྱི་མིའི་བསམ་ཚུལ་ནི་དྲང་པོ་དྲང་
གཞག་ཡིན།

འོན་ཀྱང་མི་ངན་གྱི་ཁྲིད་སྟོན་ནི་མི་ལ་མགོ་སྐོར་
གཏོང་།
6 མི་ངན་གྱི་གཏམ་ནི་མི་གསོད་པའི་ཀུང་སློང་
སྦས་སྐུང་བྱས་ཡོད།
འོན་ཀྱང་མི་དྲང་པོའི་ཁ་ཡིས་ཚེ་སྲོག་སྐྱོབ།
7 མི་ངན་རྣམས་རྩ་གཏོར་འགྲོ་བའི་རྗེས་སུ་ཁོ་ཚོ་
སྣང་ཡང་མེད་པར་འགྱུར།
འོན་ཀྱང་དྲང་བདེན་གྱི་མིའི་ཁང་པ་ནི་ནམ་
ཡང་གནས།
8 མི་རྣམས་ཀྱིས་བསམ་གཞིགས་ལྡན་པའི་སྐད་ཆ་
བཤད་མཁན་ལ་བསྟོད་བསྔགས་གཏོང་།
འོན་ཀྱང་སེམས་ལ་གཡོ་སྒྱུ་འཆང་མཁན་ལ་བརྩེ་
མེད་གཏོང་།
9 མི་ཡིས་མཐོང་ཆུང་བྱེད་ཀྱང་གཡོག་པོ་ཞིག་ཡོད་
པའི་མི་ནི།
འུད་བསྟོད་བྱེད་ཀྱང་བཟའ་ཆས་མེད་པའི་མི་
ལས་ལེགས།
10 དྲང་བདེན་གྱི་མི་ཡིས་རང་གི་ཕྱུགས་རིགས་ལ་
གཅེས་སྐྱོང་བྱེད།
འོན་ཀྱང་མི་ངན་གྱི་སྙིང་རྗེ་ནི་གདུག་རྩུབ་ཡིན།
11 རང་ཉིད་ཀྱི་ཞིང་ཁ་རྨོ་མཁན་ལ་བཟའ་ཆས་
འདང་ངེས་འཐོབ།
འོན་ཀྱང་རིན་ཐང་མེད་པའི་དོན་དག་དོན་
གཉེར་བྱེད་མཁན་ནི་རྨོངས་པ་ཡིན།
12 མི་ངན་གྱིས་མི་ངན་གཞན་ཞིག་གིས་བརྗོན་བྱ་
ལ་ཕྲག་དོག་སྐྱེ།
འོན་ཀྱང་དྲང་བདེན་གྱི་མི་ནི་རྩ་བ་ཚུགས་ནས་
འབྲས་བུ་བཏགས།
13 མི་ངན་ནི་རང་གིས་བཤད་པའི་ནོར་འཁྲུལ་གྱི་
གཏམ་གྱི་རྐྱེན་པས་རྙི་ལ་ཚུད།
འོན་ཀྱང་དྲང་བདེན་གྱི་མི་ནི་དཀའ་སྡུག་ནས་
ཐར།
14 མི་ལ་རང་ཉིད་ཀྱིས་བཤད་པའི་སྐད་ཆ་ནས་
འབྲས་བཟང་མང་པོ་འཐོབ།
ལག་པ་གཉིས་ཀྱིས་ལས་ཀ་བྱས་ནས་གྲུབ་འབྲས་
འཐོབ།
15 གླེན་པའི་བསམ་པར་རང་ཉིད་ཀྱི་ལམ་ཁ་ནོར་
མེད་བསམ།
འོན་ཀྱང་ཤེས་རབ་ཅན་གྱིས་བསླབ་བྱ་ལ་ཉན།
16 གླེན་པས་སུན་སྣང་སྐྱེས་དུས་མགྱོགས་པོ་ཧྲུང་
ལང་།
འོན་ཀྱང་མི་སྒྲུང་པོས་མི་གཞན་གྱིས་བཏང་བའི་
དམའ་འབེབས་སེམས་ལ་མི་གཞག
17 དྲང་པོ་དྲང་གཞག་དང་དཔང་པོ་བྱེད་མཁན་ནི་
དོན་དངོས་བཤད།
འོན་ཀྱང་དྲང་པོ་མིན་པའི་དཔང་པོས་གཡོ་སྒྱུའི་
གཏམ་བཤད།
18 བསམ་ཤེས་མེད་པའི་སྐད་ཆ་ནི་རལ་གྲི་འཛུགས་
པ་ལྟར་ཡིན།
འོན་ཀྱང་ཤེས་རབ་ཅན་གྱི་ལྕེ་ཡིས་མི་ལ་སྨན་
བཅོས་བྱེད་ཐུབ།
19 བདེན་པ་བཤད་པའི་མཆུ་ཏོ་ནི་དུས་ནམ་ཡང་
གནས།
རྫུན་གཏམ་བཤད་པའི་ལྕེ་ནི་འཁྲུག་ཙམ་རྗེས་སུ་
མེད་པར་འགྱུར།
20 མི་ལ་གནོད་འཚེ་གཏོང་ཐབས་བྱེད་མཁན་གྱི་
སེམས་ལ་གཡོ་སྒྱུ་ལྡན།
འོན་ཀྱང་ཞི་བདེ་སྤེལ་མཁན་ལ་སྤྲོ་སྣང་ལྡན།

21 དྲང་བདེན་གྱི་མི་ལ་གནོད་འཚེ་མི་ཐེབས།
འོན་ཀྱང་མི་ངན་ལ་རྐྱེན་ངན་མང་པོ་འབྱུང་།
22 ཡ་ཧོ་ཝཱས་རྫུན་གཏམ་བཤད་པའི་ཁ་ལ་སྡང་།
དཀོན་མཆོག་གིས་བློ་འཁེལ་ཆོག་པའི་བྱ་བ་བྱེད་མཁན་ལ་མཉེས་པོ་གནང་།
23 མི་སྒྱུང་པོས་རང་གི་ཤེས་ཡོན་ཁོག་ཏུ་སྦས།
འོན་ཀྱང་གླེན་པའི་སེམས་ཀྱིས་གླེན་གཏམ་ཤོར།
24 ལས་ལ་བརྩོན་པའི་མིའི་ལག་པར་དབང་ཆ་འཐོབ།
འོན་ཀྱང་ལེ་ལོ་ཅན་གྱི་ལག་པ་ཞུ་ལག་རྒྱུག
25 མི་ལ་སེམས་ཁྲལ་ཡོད་ན་སེམས་སྡུག་ཆེ།
འོན་ཀྱང་སྐད་ཆ་བཟང་པོས་མི་ལ་སེམས་ཤུགས་སྐྱུལ།
26 དྲང་བདེན་གྱི་མི་ཡིས་གཟབ་ནན་གྱིས་རང་གི་རྩ་ཁ་འདམས།
འོན་ཀྱང་མི་ངན་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་སྤྱོད་ལམ་གྱི་རྐྱེན་པས་ལམ་ནོར་ཐེབས།
27 ལེ་ལོ་སྙིད་ལུག་ཅན་བརྫོན་བྱུར་རྗེས་འདེད་མི་བྱེད།
ལས་ལ་བརྩོན་རྒྱུ་ནི་མིའི་རྩ་ཆེ་བའི་རྒྱུ་ནོར་ཡིན།
28 དྲང་བདེན་གྱི་ལམ་ཁ་ཐོག་ཏུ་ཕྱིན་ན་ཚེ་སྲོག་ཏུ་སླེབ།
ལམ་ཁ་དེ་ཐོག་ཤི་བ་མེད།

13 བུ་སྒྱུང་པོས་ཕ་ཡི་བསླབ་བྱ་ལ་ཉན།
འོན་ཀྱང་འཕྱ་སྨོད་བྱེད་མཁན་ནི་ཁ་རྡུང་ཐོག་ན་ཡང་ཁ་ལ་མི་ཉན།
2 རང་ཉིད་ཀྱིས་བཤད་པའི་སྐད་ཆ་ནས་མི་ལ་འབྲས་བུ་བཟང་པོ་འཐོབ།
འོན་ཀྱང་གཡོ་སྒྱུ་ཅན་གྱི་བློ་ཁ་ནི་དྲག་ཤུགས་བེད་སྤྱོད་གཏོང་བར་ཕྱོགས།
3 ཁ་བཙུན་ན་རང་ཉིད་ཀྱི་ཚེ་སྲོག་སྲུང་སྐྱོབ་བྱེད་ཐུབ།
འོན་ཀྱང་ཁ་ནས་གང་ཐོན་བཤད་མཁན་ནི་ཉམས་རྒུད་དུ་འགྲོ།
4 ལེ་ལོ་ཅན་ལ་འདོད་ཆགས་ཡོད་ནའང་གང་ཡང་མི་འཐོབ།
འོན་ཀྱང་ལས་ལ་བརྩོན་པའི་མིའི་འདོད་བློ་ཡོངས་སུ་ཁེངས།
5 དྲང་བདེན་གྱི་མི་ཡིས་རྫུན་གཏམ་ལ་སྡང་།
འོན་ཀྱང་མི་ངན་གྱིས་ངོ་ཚ་མེད་པའི་བྱ་བ་བྱས་ནས་ཞབས་འདྲེན་ཞུ།
6 དྲང་བདེན་ནི་ནག་ཉེས་མེད་པའི་མི་ལ་སྲུང་སྐྱོབ་བྱེད།
སྡིག་ཅན་རྣམས་ནི་ངན་པའི་རྐྱེན་པས་ས་ལ་འགྱེལ།
7 མི་ཁ་ཤས་ཕྱུག་མདོག་ཁག་པོ་ཡོད་ཀྱང་དོན་དངོས་ཐོག་གང་ཡང་མེད།
མི་ཁ་ཤས་དབུལ་པོ་ལྟ་བུ་ཡིན་ནའང་དོན་དངོས་ཐོག་རྒྱུ་ནོར་མང་པོ་ཡོད།
8 ཕྱུག་པོ་ཡིས་སྲོག་སྐྱོབ་པའི་ཆེད་དུ་བླུ་རིན་སྤྲོད།
འོན་ཀྱང་དབུལ་པོ་ལ་འཇིགས་སྣང་སྐུལ་མཁན་ཡང་མེད།
9 དྲང་བདེན་གྱི་མིའི་འོད་ནི་གསལ་པོར་འཕྲོ།
འོན་ཀྱང་མི་ངན་གྱི་སྒྲོན་མེ་ཞི་བར་འགྱུར།
10 རང་ཚོད་མ་བཟུང་ན་རྩོད་གཞི་ཁོ་ན་ལང་།
ཤེས་རབ་ཅན་གྱིས་མི་གཞན་གྱི་བསམ་འཆར་ལ་ཉན།

11 མགྱོགས་མྱུར་དུ་རག་པའི་རྒྱུ་ནོར་ནི་ཉུང་དུ་
འགྲོ།
རིམ་བཞིན་དུ་བསགས་པའི་རྒྱུ་ནོར་ནི་མང་དུ་
འགྲོ།
12 རེ་སྒུག་བྱེད་པའི་དོན་དག་དངོས་སུ་མ་གྱུར་ན་
སེམས་སྐྱོ་པོ་ཡོང་།
འོན་ཀྱང་དོན་དངོས་སུ་གྲུབ་པའི་རེ་བ་ནི་ཚེ་
སྲོག་གི་ཤིང་སྡོང་ཡིན།
13 བསླབ་བྱ་ལ་མཐོང་ཆུང་བྱས་ན་ཆད་པ་ཐོག
བཀའ་ལ་བརྩི་འཇོག་བྱས་ན་བྱ་དགའ་འཐོབ།
14 ཤེས་རབ་ཅན་གྱི་བསླབ་བྱ་ནི་ཚེ་སྲོག་གི་བྱུང་
ཁུངས་ཡིན།
ཤི་བའི་རྙི་ལ་མ་ཚུད་པའི་ཆེད་དུ་སྲུང་སྐྱོབ་བྱེད།
15 མི་རྣམས་ནི་གནས་ལུགས་རྒྱུ་མཚན་གསལ་པོར་
ཤེས་མཁན་ལ་དགའ།
གཡོ་སྒྱུ་ཅན་གྱི་སྤྱོད་ལམ་ནི་གདུག་རྩུབ་ཡིན།
16 མི་སྒྱུང་པོས་ཤེས་བྱ་བེད་སྤྱད་ནས་དོན་དག་
སྒྲུབ།
གླེན་པས་རང་ཉིད་ཀྱི་གླེན་རྟགས་ཐེར་འདོན་
བྱེད།
17 ཕོ་ཉ་ངན་པ་དཀའ་རྙོག་ནང་དུ་ཚུད།
བློ་འཁེལ་ཆོག་པའི་ཕོ་ཉ་ནི་ནད་སེལ་མཁན་
ཡིན།
18 བསླབ་བྱ་ལ་སྣང་བ་མ་བཏང་ན་དབུལ་ཕོངས་
དང་ངོ་ཚ་མྱང་།
སྐྱོན་བརྗོད་ལ་ཉན་ནས་ཡོ་བསྲང་བྱས་ན་གཟི་
བརྗིད་འཐོབ།
19 མིའི་རེ་བ་དངོས་སུ་གྲུབ་ན་དགའ་སྤྲོ་ཚོར།
འོན་ཀྱང་གླེན་པ་ནི་བྱ་བ་ངན་པ་དང་ཁ་བྲལ་
འདོད་མེད།
20 ཤེས་རབ་ཅན་དང་མཉམ་དུ་ཕྱིན་ན་ཤེས་རབ་
འཐོབ།
གླེན་པ་དང་འབྲེལ་བ་བྱས་ན་སྡུག་གྱོང་ཐོག
21 རྐྱེན་ངན་གྱིས་མི་ངན་རྣམས་འདེད།
འོན་ཀྱང་དྲང་བདེན་གྱི་མི་ལ་བྱ་དགའ་ཐོབ་
ནས་དར་རྒྱས་འགྲོ།
22 མི་བཟང་པོས་ཚ་བོ་ཚ་མོ་ལ་ཡང་རྒྱུ་རྫས་ཤུལ་དུ་
གཞག
འོན་ཀྱང་སྡིག་ཅན་གྱིས་བསགས་པའི་རྒྱུ་ནོར་ནི་
དྲང་བདེན་གྱི་མི་ལ་བདག་པར་འགྱུར།
23 དབུལ་པོའི་ཞིང་ཁ་ནས་བཟའ་ཆས་མང་པོ་
འཐོན།
འོན་ཀྱང་དྲང་བདེན་མིན་པའི་གནས་ཚུལ་གྱི་
རྐྱེན་པས་མི་གཞན་གྱིས་འཕྲོག་སྲིད།
24 བུ་ལ་ཆད་པ་མ་བཏང་ན་ཁོ་ལ་དགའ་པོ་མེད་པ་
དང་མཚུངས།
ཁོ་ལ་བརྩེ་བ་བྱེད་མཁན་ནི་འབད་བརྩོན་གྱིས་
ཁོ་བཅུན།
25 དྲང་བདེན་གྱི་མིས་ལྟོ་བཟས་ནས་ངོམས།
འོན་ཀྱང་མི་ངན་གྱི་གྲོད་ཁོག་ནི་སྟོང་པ་ཡིན།

14

དངོས་གནས་ཤེས་རབ་ཡོད་པའི་ཆུང་མ་
ཡིས་ཁྱིམ་ཚང་འཛུགས་སྐྲུན་བྱེད།
བུད་མེད་གླེན་པས་རང་ཉིད་ཀྱི་ལག་པ་གཉིས་
ཀྱིས་ཁྱིམ་ཚང་གཏོར་བཤིག་གཏོང་།
2 ཡ་ཧྭེ་ལྷར་གུས་བརྩི་ཞུ་མཁན་གྱི་ལམ་ཁ་ནི་དྲང་
པོ་དྲང་གཞག་ཡིན།
གཡོ་ཁྲམ་བྱེད་མཁན་ནི་དཀོན་མཆོག་ལ་མཐོང་

ཆུང་བྱེད་བཞིན་ཡོད།
3 གླེན་པའི་ཁ་ལ་ང་རྒྱལ་གྱི་དབྱུག་པ་ཡོད།
འོན་ཀྱང་ཤེས་རབ་ཅན་གྱི་ཁ་ཡིས་མི་ལ་སྲུང་སྐྱོབ་བྱེད།
4 ལྷས་རར་ནོར་མེད་ན་གཞོང་པ་གཙང་མ་ཡིན།
འོན་ཀྱང་གླང་གོག་གི་ཤེད་ཤུགས་ལ་བརྟེན་ནས་ཐོན་འབབ་ལེགས་པོ་འབྱུང་།
5 བློས་འཁེལ་ཆོག་པའི་དཔང་པོས་རྫུན་གཏམ་མི་བཤད།
འོན་ཀྱང་དྲང་པོ་མིན་པའི་དཔང་མིས་རྫུན་གཏམ་ཁྲུང་ཁྲུང་བཤད།
6 འཕྱ་སྨོད་བྱེད་མཁན་ནི་ཤེས་རབ་བཙལ་ན་ཡང་གང་ཡང་མི་འཐོབ།
གོ་རྟོགས་ཀྱི་ནུས་རྩལ་ཡོད་པའི་མི་ལ་ཤེས་ཡོན་འཐོབ་སླ་བ་ཡིན།
7 གླེན་པ་དང་བྲལ་ཞིག
ཁྱོད་ཀྱིས་ཁོའི་ཁ་ནས་ཤེས་ཡོན་རྙེད་མི་སྲིད།
8 མི་སྒྲུང་པོས་ཤེས་རབ་ལ་བརྟེན་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་ལམ་ཁའི་ཁ་ཕྱོགས་ཤེས།
འོན་ཀྱང་གླེན་པའི་བླུན་རྨོངས་ཀྱིས་གླེན་པ་དེར་མགོ་སྐོར་གཏང་།
9 གླེན་པས་སྡིག་ཉེས་ལ་ཁྲེལ་དགོད་བྱེད།
འོན་ཀྱང་མི་དྲང་པོ་རྣམས་ཀྱི་ཁྲོད་དུ་འཁྲིག་འཛུགས་བྱེད་པའི་འདོད་པ་ཡོད།
10 རང་སེམས་ཁོ་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་དཀའ་སྡུག་ཤེས་ཀྱི་ཡོད།
ཕྱི་མིས་སེམས་ནང་གི་སྐྱོ་སྣང་མཉམ་དུ་ཚོར་མི་ཐུབ།
11 མི་ངན་གྱི་ཁང་པ་རྩ་མེད་དུ་འགྲོ།
མི་དྲང་པོ་རྣམས་ཀྱི་གུར་དར་རྒྱས་སུ་འགྲོ།
12 མི་ཡིས་བསམ་པར་ཡང་དག་པའི་ལམ་ཁ་ཡིན་ན་ཡང་།
མཐར་ཐུག་ཤི་བར་སླེབ་པའི་ལམ་ཁ་ཡང་ཡོད།
13 མིས་གད་མོ་དགོད་པའི་སྐབས་སུ་ཡང་སེམས་སྡུག་ཚོར་སྲིད།
སྐྱོ་སྣང་མཐར་ཐུག་ཏུ་མྱ་ངན་ལ་འགྱུར་སྲིད།
14 མི་ཨུ་ཚུགས་ཚ་པོ་ཞིག་གིས་ཁོའི་སྤྱོད་ལམ་གྱི་མཇུག་འབྲས་ཟ།
མི་བཟང་པོར་རང་ཉིད་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་ཀྱི་བྱ་དགའ་འཐོབ།
15 ཉམས་མྱོང་མེད་པའི་མི་ཡིས་སྐད་ཆ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱེད་ཀྱང་།
མི་སྒྲུང་པོས་གོམ་སྟབས་རེ་རེར་བསམ་བློ་གཏོང་།
16 ཤེས་རབ་ཅན་གྱིས་གཟབ་གཟབ་བྱས་ནས་བྱ་བ་ངན་པ་དང་བྲལ།
གླེན་པ་ནི་འཚབ་འཚུབ་ཧོད་རྒྱུག་ཡིན་ཞིང་ཁེངས་དྲེགས་ཆེ།
17 མགྱོགས་པོ་ཀླུང་ལང་མཁན་གྱིས་གླེན་རྟགས་ཚ་བའི་ལས་ཀ་བྱེད།
འོན་ཀྱང་མི་རྣམས་ཀྱིས་བྱ་དངོས་ལ་བསམ་བློ་ཞིབ་ཕྲ་གཏོང་མཁན་ལ་སྡང་།
18 ཉམས་མྱོང་མེད་པའི་མི་ཡིས་གླེན་རྟགས་ཤུལ་འཛིན་བྱེད།
མི་སྒྲུང་པོར་ཤེས་ཡོན་གྱི་དབུ་རྒྱན་འཐོབ།
19 མི་ངན་གྱིས་མི་བཟང་པོའི་མདུན་དུ་གུས་འདུད་བྱེད་རྒྱུ་རེད།
མི་ངན་གྱིས་དྲང་བདེན་གྱི་མིའི་སྒོའི་མདུན་དུ་གུས་འདུད་བྱེད།

20 གྲོང་པ་ཁྱིམ་མཚེས་ཀྱང་དབུལ་པོར་མི་དགའ།
ཕྱུགས་པོར་གྲོགས་པོ་མང་པོ་ཡོད།
21 ཁྱིམ་མཚེས་ལ་མཐོང་ཆུང་བྱས་ན་སྡིག་པ་རེད།
ཉམ་ཐག་རྣམས་ལ་བྱམས་སྙིང་རྗེ་མཚོན་མཁན་
ལ་བདེ་སྐྱིད་ལྡན།
22 རྩོད་གཞི་སློང་བའི་འཆར་གཞི་འགོད་མཁན་
ལམ་ནོར་ཐེབས།
ལས་ཀ་བཟང་པོ་བྱེད་པར་བློ་ཁ་ཕྱོགས་མཁན་ལ་
འགྱུར་བ་མེད་པའི་བརྩེ་སེམས་དང་ལྷག་
བསམ་འཐོབ།
23 དཀའ་ལས་འདྲ་མི་འདྲ་ཚང་མར་ཕན་ཐོགས་
ཡོད།
སྐད་ཆ་སྟོང་པ་བཤད་ནས་གང་ཡང་མ་བྱས་ན་
དབུལ་ཕོངས་སུ་འགྱུར།
24 ཤེས་རབ་ཅན་གྱི་དབུ་རྒྱན་ནི་རྒྱུ་ནོར་ཡིན།
འོན་ཀྱང་གླེན་པའི་གླེན་རྟགས་ནས་གླེན་རྟགས་
མ་གཏོགས་གང་ཡང་མི་འཐོབ།
25 དཔང་མི་དྲང་པོ་ཞིག་གིས་ཚེ་སྲོག་སྐྱོབ།
འོན་ཀྱང་གཡོ་སྒྱུ་ཅན་གྱི་དཔང་མིས་རྫུན་གཏམ་
རྐྱང་རྐྱང་བཤད།
26 ཡ་ཧོ་ཝཱ་ར་གུས་བརྩི་ཞུ་མཁན་ལ་སེམས་ཤུགས་
ཆེན་པོ་ཡོད།
དེ་ནི་ཁོའི་བུ་ཕྲུག་རྣམས་ལ་ཡང་སྲུང་སྐྱོབ་བྱེད།
27 ཡ་ཧོ་ཝཱ་ར་གུས་བརྩི་ཞུ་བ་ནི་ཚེ་སྲོག་གི་ཆུ་མིག་
དང་འདྲ།
མི་རྣམས་ལ་ཤི་བའི་རྙི་དང་བྲལ་དུ་བཅུག
28 མི་དམངས་མང་པོ་ཡོད་ན་རྒྱལ་པོར་བརྗིད་
ཉམས་ལྡན།
དབང་སྒྱུར་མཁན་ལ་མི་སེར་མེད་ན་ཁོ་ཉམས་
གུད་དུ་འགྲོ།
29 མི་ཞིག་གིས་མགྱོགས་པོ་ཁོང་ཁྲོ་མ་ལངས་ན་མི་
དེར་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ནུས་རྩལ་ཆེན་པོ་ཡོད།
ངང་རྒྱུད་ཐུང་བའི་མི་ཞིག་གིས་རང་ཉིད་ཀྱི་
གླེན་རྟགས་མངོན།
30 སེམས་ཁམས་ཞི་འཇགས་ཡོད་ན་གཟུགས་པོ་
ཡང་བདེ་པོ་ཡོང་།
ཕྲག་དོག་གིས་རུས་པར་རུལ་སྐྱོན་བཟོ།
31 ཉམ་ཐག་རྣམས་ནས་གཡོ་ལེན་བྱེད་པ་ནི་མི་
བཟོ་མཁན་ལ་དམའ་འབེབས་བཏང་བ་ཡིན།
འོན་ཀྱང་དབུལ་པོར་བྱམས་སྙིང་རྗེ་མཚོན་ན་
ཁོང་ལ་གཟི་བརྗིད་འཕུལ་ཐུབ།
32 མི་ངན་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་ངན་པའི་རྐྱེན་པས་ཕམ་
ཉེས་འབྱུང་།
དྲང་བདེན་གྱི་མི་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་ལྷག་བསམ་
རྣམ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་སྲུང་སྐྱོབ་འཐོབ།
33 ཤེས་རབ་ནི་གོ་རྟོགས་ཀྱི་ནུས་རྩལ་ཡོད་པའི་
མིའི་སེམས་ནང་དུ་བག་ཕེབས་ངང་གནས།
འོན་ཀྱང་གླེན་པ་རྣམས་ནི་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཤེས་
རབ་ཕྱི་ལ་སྤེལ།
34 དྲང་བདེན་ནི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་གཟི་བརྗིད་ཡིན།
སྡིག་པ་ནི་མི་རིགས་ཀྱི་ངོ་ཚ་ཡིན།
35 རྒྱལ་པོ་ནི་གནས་ལུགས་རྒྱུ་མཚན་ཤེས་པའི་
འཁོར་གཡོག་ལ་དགའ།
རྒྱལ་པོའི་ཁོང་ཁྲོ་ངོ་ཚ་མེད་པའི་བྱ་བ་བྱེད་
མཁན་ལ་འབབ།

15

འཇམ་པོ་དང་ལན་བརྒྱབ་ན་ཁོང་ཁྲོ་
དྲག་པོ་ཡང་ཞི་རུ་བཅུག་ཐུབ།

འོན་ཀྱང་སྐད་ཆ་རྩུབ་པོས་ཁོང་ཁྲོ་འབར་དུ་
བཅུག
2 ཤེས་རབ་ཅན་གྱི་ལྕེ་ཡིས་ཤེས་ཡོན་བེད་སྤྱོད་
ཡག་པོ་གཏོང་།
འོན་ཀྱང་གླེན་པའི་ཁ་ནས་གླེན་རྟགས་འཐོན།
3 ཡ་ཧོ་ཝཱའི་སྤྱན་གྱིས་ས་ཆ་གང་སར་གཟིགས།
ཁོང་གིས་མི་ངན་དང་མི་བཟང་གཉིས་ཀར་
གཟིགས།
4 ཞི་འཇམ་གྱི་ལྕེ་ནི་ཚེ་སྲོག་གི་ཤིང་སྡོང་ཡིན།
གཡོ་སྒྱུའི་གཏམ་གྱིས་མི་རྣམས་ཡིད་ཐང་ཆད་དུ་
བཅུག
5 གླེན་པས་རྣམས་ནི་ཕ་ཡི་བསླབ་བྱ་སྣང་མེད་དུ་
གཏང་།
འོན་ཀྱང་མི་སྤྱང་པོས་སྐྱོན་བརྗོད་ལ་ཉན།
6 དྲང་བདེན་གྱི་མིའི་ཁང་པར་ནོར་རྫས་མང་པོ་
ཡོད།
མི་ངན་གྱི་ཐོན་སྐྱེས་ཀྱིས་མི་དེར་རྙོག་དྲ་བཟོ།
7 ཤེས་རབ་ཅན་གྱི་ལྕེ་ཡིས་ཤེས་ཡོན་སྤེལ།
འོན་ཀྱང་གླེན་པའི་སེམས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་བྱེད་མི་
ཐུབ།
8 ཡ་ཧོ་ཝཱས་མི་ངན་གྱི་མཆོད་པར་ཞེན་པ་ལོག
ཁོང་མི་དྲང་པོའི་སྨོན་ལམ་ལ་ཐུགས་མཉེས།
9 ཡ་ཧོ་ཝཱས་མི་ངན་གྱི་ལམ་ཁ་ལ་སྡང་།
ཁོང་དྲང་བདེན་དོན་གཉེར་བྱེད་མཁན་ལ་
དགའ།
10 ཡང་དག་པའི་ལམ་ཁ་ཐོར་མཁན་བསླབ་བྱ་ལ་
མི་དགའ།
སྐྱོན་བརྗོད་ལ་སྡང་མཁན་ཚེ་སྲོག་ཤོར།
11 ཡ་ཧོ་ཝཱའི་སྤྱན་གྱིས་ཐ་ན་དུར་ས་དང་གཏོར་
བཤིག་གི་ས་ཆ་ཡང་གསལ་པོར་གཟིགས།
མིའི་སེམས་དེ་བས་གསལ་ལོས་ཡིན།
12 འཕྱ་སྨོས་བྱེད་མཁན་ནི་ཁོ་ལ་སྐྱོན་བརྗོད་བྱེད་
མཁན་ལ་དགའ་པོ་མེད།
ཁོས་ཤེས་རབ་ཅན་ལ་སྐད་ཆ་འདྲི་མི་སྲིད།
13 སེམས་ལ་དགའ་སྤྲོ་ཡོད་ན་རྣམ་འགྱུར་ཡང་སྤྲོ་
སྣང་མངོན།
སེམས་ལ་སྡུག་བསྔལ་ཡོད་ན་སེམས་ཤུགས་ཆག
14 སེམས་ལ་གོ་རྟོགས་ཀྱི་ནུས་རྩལ་ཡོད་པའི་མི་
ཡིས་ཤེས་ཡོན་འཚོལ།
འོན་ཀྱང་གླེན་པའི་ཁ་ཡིས་གླེན་རྟགས་དོན་
གཉེར་བྱེད།
15 སྡུག་པོ་སྐྱོང་བའི་མིའི་ངོ་ནས་བཤད་ན་ཉི་མ་རེ་
རེ་ཚང་མ་ཉི་མ་སྡུག་པོ་ཡིན།
འོན་ཀྱང་སེམས་སྤྲོ་པོ་ཡོད་པའི་མི་ནི་ཉིན་ལྟར་
གསོལ་སྟོན་གཤོམ་པ་ལྟར་ཡིན།
16 དབུལ་པོ་ཡིན་ན་ཡང་དཀོན་མཆོག་ལ་གུས་བརྩི་
ཞུས་ན་
ཕྱུགས་པོ་ཡིན་ན་ཡང་རྟག་པར་སེམས་ཁྲེལ་ཡོད་
པ་ལས་ལེགས།
17 བརྩེ་སེམས་ཡོད་པའི་མི་རྣམས་ཀྱི་ཁྲོད་དུ་སྔོན་
ཚལ་ཟ་བ་ནི་
ཕན་ཚུན་འཁོན་འཛིན་བྱེད་པའི་མི་རྣམས་ཀྱི་
ཁྲོད་དུ་གླང་ཤ་ཚོན་པོ་ཟ་བ་ལས་བཟང་།
18 རླུང་ལང་པོ་རྣམས་ཀྱིས་རྩོད་གཞི་སློང་།
མི་དང་རྒྱུད་རིང་པོ་ཞིག་གིས་ཁ་རྩོད་ཞི་རུ་
བཅུག
19 ལེ་ལོ་ཅན་གྱི་ལམ་ཁ་ནི་ཚེར་མའི་ར་བ་ལྟར་ཡིན།
མི་དྲང་པོ་རྣམས་ཀྱི་ལམ་ཁ་ནི་གཞུང་ལམ་ཁོད་

སྙོམས་པོ་ཞིག་ལྟར་ཡིན།
20 ཤེས་རབ་ཅན་གྱི་བུ་ཡིས་ཕ་ཡི་སེམས་དགའ་སྤྲོ་
སྐྱེད།
གླེན་པས་ཁོའི་ཨ་མ་ལ་མཐོང་ཆུང་བྱེད།
21 རྨོངས་པ་རྣམས་ནི་གླེན་རྟགས་ཚ་བའི་བྱ་བ་ལ་
དགའ།
འོན་ཀྱང་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ནུས་རྩལ་ཡོད་མཁན་
རྣམས་ནི་ཤར་རྒྱག་མདུན་སྐྱོད་བྱེད།
22 གོ་བསྡུར་མ་བྱས་ན་འཆར་གཞི་འགྲུབ་མི་སྲིད།
བསམ་འཆར་འདོན་མཁན་མང་པོ་ཡོད་ན་
ལེགས་འགྲུབ་འཐོབ།
23 མི་ཡིས་ཡང་དག་པའི་ལན་རྒྱག་ཐུབ་ན་དགའ་
སྣང་ཚོར།
འོས་འཚམ་གྱི་དུས་ཚོད་དང་བསྟུན་ནས་བཤད་
པའི་སྐད་ཆ་ནི་རབ་ཏུ་བཟང་།
24 གནས་ལུགས་རྒྱུ་མཚན་ཤེས་མཁན་ནི་ཚེ་སྲོག་གི་
ལམ་ཐོག་ཏུ་ཡར་སྐྱོད།
ཁོ་ཚོ་འོག་གི་དུར་ས་དང་ཐག་རིང་དུ་བྲེལ།
25 ཡ་ཧོ་ཝཱས་ང་རྒྱལ་ཆེ་བའི་མིའི་ཁང་པ་གཏོར་
བཤིག་གཏང་།
འོན་ཀྱང་ཁོང་གིས་ཡུགས་མོའི་ས་ཞིང་གི་ས་
མཚམས་སྲུང་།
26 ཡ་ཧོ་ཝཱས་མི་ངན་གྱི་ཐབས་ཇུས་ལ་ཞེན་པ་ལོག
འོན་ཀྱང་ཁོང་གིས་གཏམ་སྙན་པོ་རྣམས་དྭངས་
གཙང་དུ་བརྩི།
27 ཁེ་ཕན་གཡོ་ལེན་བྱེད་མཁན་གྱིས་རང་གི་ཁྱིམ་
ཚང་ལ་དཀའ་ངལ་བཟོ།
ལྐོག་རྔན་ལ་སྡང་མཁན་ནི་གསོན་པོར་གནས་
ཐུབ།
28 དྲང་བདེན་གྱི་མིའི་སེམས་ནི་ལན་རྒྱག་པའི་སྔོན་
ལ་བསམ་བློ་ཡག་པོ་གཏོང་།
འོན་ཀྱང་མི་ངན་གྱི་ཁ་ནས་གཏམ་ངན་འཐོར།
29 ཡ་ཧོ་ཝཱ་མི་ངན་ལ་རྒྱང་རིང་དུ་བྲེལ།
ཁོང་གིས་དྲང་བདེན་གྱི་མིའི་སྨོན་ལམ་གསན།
30 དགའ་སྣང་ལྡན་པའི་མིག་གཉིས་ཀྱིས་སེམས་ལ་
སྤྲོ་སྣང་སྐུལ།
གཏམ་བཟང་གིས་མི་ལ་གསོན་ཤུགས་སྤྲོད།
31 མི་ལ་ཚེ་སྲོག་སྤྲོད་པའི་སྐྱོན་བརྗོད་ལ་ཉན་
མཁན་ནི་
ཤེས་རབ་ཅན་གྱི་ཁྲོད་དུ་བསྡད་ཡོད།
32 ཚེ་སྲོག་ལ་མཐོང་ཆུང་བྱེད་མཁན་རྣམས་བསླབ་
བྱ་ལ་མི་ཉན།
སྐྱོན་བརྗོད་ཉན་མཁན་ལ་གོ་རྟོགས་ཀྱི་ནུས་པ་
འཐོབ།
33 ཡ་ཧོ་ཝཱ་ལ་གུས་བརྩི་ཞུས་ན་ཤེས་རབ་ལྡན་པའི་
སྦྱོང་བརྡར་འཐོབ།
གཟི་བརྗིད་འཐོབ་པའི་སྔོན་ལ་ངེས་པར་དུ་
སྙེམས་ཆུང་ཡོད།

16 མི་ཡིས་རང་ཉིད་ཀྱི་བསམ་པ་གྲ་སྒྲིག་
བྱེད།
འོན་ཀྱང་ཡང་དག་པའི་ལན་འདེབས་པའི་
རོགས་རམ་གནང་མཁན་ནི་ཡ་ཧོ་ཝཱ་ཡིན།
2 མིའི་བསམ་པར་རང་ཉིད་ཀྱི་སྤྱོད་ལམ་ཚང་མ་
ཡང་དག་པ་ཡིན་བསམ།
འོན་ཀྱང་ཡ་ཧོ་ཝཱས་མིའི་སེམས་ནང་གི་དམིགས་
ཡུལ་ལ་ཞིབ་བཤེར་གནང་།
3 ཁྱོད་ཀྱི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ཡ་ཧོ་ཝཱར་གཏད་ཅིག

ཁྱོད་ཀྱི་འཆར་གཞི་ལེགས་འགྲུབ་འཐོབ།
4 ཡ་ཧྭེ་ལྷས་བྱ་དངོས་ཐམས་ཅད་ཁོང་གི་དགོངས་
པ་སྒྲུབ་པའི་ཆེད་དུ་བེད་སྤྱོད་གཏང་ཐུབ།
མི་ངན་རྣམས་ཡང་ཕར་ཆད་ཀྱི་ཉིན་མོར་རྩ་
མེད་དུ་འགྲོ་སྐབས་བར་དུ་གནས་སུ་བཅུག
5 ཡ་ཧྭེ་ལྷས་ང་རྒྱལ་ཆེ་བའི་སེམས་ལ་ཞེན་པ་ལོག
མི་དེ་རིགས་གཏན་འཁེལ་ཉེས་ཆད་ཐོབ་ངེས་
ཡིན།
6 འགྱུར་བ་མེད་པའི་བརྩེ་སེམས་དང་ལྷག་བསམ་
ལ་བརྟེན་ནས་མིའི་ནོར་འཁྲུལ་དག་པར་
འགྱུར།
ཡ་ཧྭེ་ལྷ་ལ་གུས་བརྩི་ཞུས་ན་བྱ་བ་ངན་པ་དང་
རྒྱང་རིང་དུ་བྲལ།
7 ཡ་ཧྭེ་ལྷས་མི་ཞིག་གི་སྤྱོད་ལམ་ལ་ཐུགས་མཉེས་
ན།
ཁོང་གིས་མི་དེའི་དགྲ་བོ་ཡང་ཁོ་དང་འཆམ་
མཐུན་ངང་གནས་སུ་བཅུག
8 དབུལ་པོ་ཡིན་ན་ཡང་དྲང་བདེན་སྲུང་བ་ནི།
དྲང་གཞག་མིན་པའི་ཡོང་འབབ་མང་པོ་འཐོབ་
པ་ལས་ལེགས།
9 མི་ཡིས་རང་གི་སེམས་ནང་དུ་སོ་སོའི་འགྲོ་ལམ་
འཆར་འགོད་བྱེད་ཀྱང་།
མི་དེའི་གོམས་སྟབས་འཁྲིད་མཁན་ནི་ཡ་ཧྭེ་ལྷ་
ཡིན།
10 རྒྱལ་པོའི་ཁ་ནི་དཀོན་མཆོག་གི་གཏན་འབེབས་
བཤད་དགོས་ལ།
དྲང་བདེན་དང་རྒྱབ་འགལ་བྱེད་མི་ཆོག
11 དྲང་གཞག་གི་རྒྱ་སྲང་དང་བྲེ་སྲང་ནི་ཡ་ཧྭེ་ལྷས་
གནང་།
ཁྲུག་མའི་ནང་གི་རྒྱ་རྡོ་ཚང་མ་ཁོང་གིས་གཏན་
འབེབས་གནང་བ་ཡིན།
12 རྒྱལ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱོད་ལམ་ངན་པ་ལ་ཞེན་པ་
ལོག
དྲང་བདེན་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱལ་ཁྲི་བརྟན་པོར་
ཚུགས།
13 རྒྱལ་པོ་རྣམས་དྲང་བདེན་གྱི་གཏམ་སླེང་ལ་
དགའ།
ཁོང་ཚོ་སྐད་ཆ་དྲང་པོ་བཤད་མཁན་ལ་དགའ།
14 རྒྱལ་པོའི་ཁོང་ཁྲོའི་མེ་ལྕེ་ནི་ཤི་བའི་ཕོ་ཉ་ལྟར་
ཡིན།
འོན་ཀྱང་ཤེས་རབ་ཅན་གྱིས་ཁོང་ཁྲོ་དེ་ཞི་རུ་
བཅུག་ཐུབ།
15 རྒྱལ་པོའི་ཞལ་རས་ནས་འཕྲོ་བའི་འོད་མདངས་
མི་ལ་ཚེ་སྲོག་སྤྲོད།
ཁོང་གི་བཀའ་དྲིན་སྤྲིན་ཀའི་ཆར་པ་དང་འདྲ།
16 གསེར་འཐོབ་པ་ལས་ཤེས་རབ་འཐོབ་པ་ལྷག
དངུལ་ལས་གོ་རྟོགས་ཀྱི་ནུས་རྩལ་གདམ་དགོས།
17 མི་དྲང་པོའི་གཞུང་ལམ་ནི་སྤྱོད་ངན་དང་ཐག་
རིང་དུ་བྲེལ།
རང་ཉིད་ཀྱི་ལམ་ཁ་ལ་དོ་སྣང་གཟབ་ནན་བྱས་
ན་ཚེ་སྲོག་སྲུང་ཐུབ།
18 ང་རྒྱལ་གྱི་རྐྱེན་པས་མི་ལ་ཕམ་ཉེས་འབྱུང་།
ཁེངས་དྲེགས་ཆེ་བས་རྐྱེན་གྱིས་མི་ལ་བར་ཆད་
འབྱུང་།
19 སྙེམས་ཆུང་བའི་མིའི་ཁྲོད་དུ་དམའ་ས་བཟུང་བ་
ནི་
ཁེངས་དྲེགས་ཆེ་བའི་མི་རྣམས་ཀྱི་ཁྲོད་དུ་འཕྲོག་
བཅོམ་བྱས་པའི་དངོས་པོ་བགོ་བཤའ་རྒྱག་པ་

ལས་བཟང་།
20 གནས་ལུགས་རྒྱུ་མཚན་ཤེས་པའི་མི་ལ་ལེགས་
འགྲུབ་འཐོབ།
ཡ་ཧོ་ཝ་ལ་བློ་གཏད་པའི་མི་ལ་བདེ་སྐྱིད་ལྡན།
21 སེམས་ལ་ཤེས་རབ་ཡོད་མཁན་ལ་གོ་རྟོགས་ཀྱི་
ནུས་རྩལ་ཡོད་པའི་མི་ཟེར།
བྱམས་བརྩེ་ལྡན་པའི་སྐད་ཆ་བཤད་ན་མི་ལ་གོ་
སྐོན་བློ་འགུག་བྱེད་ཐུབ།
22 གནས་ལུགས་རྒྱུ་མཚན་ཤེས་པ་ནི་ཚེ་སྲོག་གི་བྱུང་
ཁུངས་ཡིན།
གླེན་པའི་གླེན་རྟགས་ཀྱིས་མི་དེར་ཆད་པ་
གཏོང་།
23 ཤེས་རབ་ཅན་གྱི་སེམས་ཀྱིས་མི་དེར་གནས་
ལུགས་རྒྱུ་མཚན་ཤེས་པའི་སྐད་ཆ་དང་།
གོ་སྐོན་བློ་གུགས་བྱེད་ཐུབ་པའི་སྐད་ཆ་བཤད་
དུ་བཅུག
24 ཡིད་དུ་འོང་བའི་སྐད་ཆ་ནི་སྦྲང་ཚང་གི་སྦྲང་རྩི་
དང་འདྲ།
སེམས་ལ་མངར་མོ་དང་ལུས་པོ་བདེ་ཐང་ལ་
ཕན།
25 མི་ཡིས་བསམ་པར་ཡང་དག་པའི་ལམ་ཁ་ཡིན་
བསམས་ཀྱང་
མཐར་ཐུག་ཤི་བར་སླེབ་པའི་ལམ་ཁ་ཡོད།
26 དང་གའི་རྐྱེན་གྱིས་ངལ་རྩོལ་པ་རྣམས་ལས་ཀར་
ཧུར་ཐག་བྱེད།
བཀྲེས་ལྟོགས་ཀྱིས་ཁོ་ལ་བཙན་འདེད་བྱེད།
27 ཕན་མེད་པའི་མི་ཡིས་བྱ་བ་ངན་པ་སྒྲོག
ཁོས་བཤད་པའི་སྐད་ཆ་ནི་མེ་ལྕེ་ཚ་པོ་འབར་བ་
ལྟར་ཡིན།
28 ཏྲོག་དྲ་བཟོ་མཁན་གྱིས་མི་རྣམས་ཀྱི་ཁྲོད་དུ་
རྩོད་གཞི་སློང་།
དམའ་འབེབས་གཏོང་མཁན་གྱིས་སྙིང་ཉེ་བའི་
གྲོགས་པོ་ཁ་བྲལ་དུ་བཅུག
29 གདུག་རྩུབ་ཅན་གྱིས་ཉེ་འཁོར་གྱི་མི་ལ་སླུ་ཁྲིད་
བྱེད།
ཁོ་ཚོས་མི་རྣམས་ལོག་ལམ་དུ་འཁྲིད།
30 ཁོ་ཚོས་མིག་བརྡ་བཏང་ནས་ཧུས་ངན་གཤོམ།
ཁ་བཙུམས་ནས་གནོད་འཚེ་གཏོང་།
31 དྲང་བདེན་གྱི་ལམ་ཐོག་ཏུ་འགྲོ་མཁན་གྱི་སྐྲ་
དཀར་པོ་ནི་
དབུ་རྒྱན་མཛེས་པོ་ཞིག་ཡིན།
32 མི་ཞིག་གིས་མགྱོགས་པོ་ཁོང་ཁྲོ་མ་ལངས་ན་
སྟོབས་ཤུགས་ཅན་ལས་ལྷག
རང་སེམས་བཅུན་མཁན་ནི་གྲོང་ཁྱེར་བཙན་
བཟུང་བྱེད་མཁན་ལས་ལྷག
33 པང་ཁར་རྒྱན་འཕངས་ནས་འཐེན་སྐབས།
ཐམས་ཅད་ཐག་གཅོད་གནང་མཁན་ནི་ཡ་ཧོ་ཝ་
ཡིན།

17

ཞི་བདེ་འཆམ་མཐུན་དང་བག་ལེབ་སྐམ་
པོ་ཞིག་ཟ་བ་ནི་
ཁ་རྩོད་ཀྱིས་ཁེངས་པའི་ཁང་པའི་ནང་ལ་གསོལ་
སྟོན་མང་པོ་ཟ་བ་ལས་བཟང་།
2 གནས་ལུགས་རྒྱུ་མཚན་ཤེས་པའི་ཞབས་ཕྱི་ནི་
བདག་པོའི་ངོ་ཚ་མེད་པའི་བུ་ལ་དོ་དམ་བྱེད།
ཁོས་བདག་པོའི་བུ་ཕྲུག་རྣམས་ཀྱི་ལྷན་དུ་རྒྱུ་
ནོར་ཤུལ་འཛིན་བྱེད།
3 དངུལ་ནི་བཞུ་སྣོད་ནང་དུ་བཞུ། གསེར་ནི་བཞུ་

ཐབ་ནང་དུ་བཞུ།
འོན་ཀྱང་མིའི་སེམས་རྟག་དཔྱད་གནང་མཁན་
ནི་ཡ་ཧོ་ཝ་ཡིན།
4 མི་ངན་གྱིས་མི་ལ་གནོད་འཚེ་སྐྱེལ་བའི་གཏམ་
ལ་དོ་སྣང་བྱེད།
གཡོ་སྒྱུ་ཅན་གྱིས་ངན་སེམས་ཀྱི་སྐད་ཆ་ལ་ཉན།
5 དབུལ་ཕོངས་ལ་འཕྱ་དགོད་བྱེད་མཁན་ནི་མི་
བཟོ་མཁན་ལ་དམའ་འབེབས་གཏོང་གི་ཡོད།
གཞན་སྡུག་སྙིང་ཆོམ་བྱུས་ན་ཆད་པ་ཕོག་ངེས་
ཡིན།
6 ཚ་བོ་རྣམས་ནི་རྒན་འཁོགས་ཀྱི་དབུ་རྒྱན་ཡིན།
ཕ་རྣམས་ནི་བུ་རྣམས་ཀྱི་གཟི་བརྗིད་ཡིན།
7 གླེན་པས་ཚུལ་ལྡན་གྱི་སྐད་ཆ་བཤད་ན་འཚམ་
པོ་མིན།
དབང་སྒྱུར་མཁན་གྱིས་རྫུན་གཏམ་བཤད་ན་དེ་
བས་འཚམ་པོ་མིན།
8 ལག་རྟགས་ནི་དེ་སྤྲོད་མཁན་གྱི་རྫ་ཆེན་ནོར་བུ་
ཡིན།
མི་དེ་གང་དུ་ཕྱིན་ན་ཡང་ལེགས་འགྲུབ་འཐོབ།
9 མི་གཞན་གྱི་ནོར་འཁྲུལ་ལ་གུ་ཡངས་གཏོང་
མཁན་གྱིས་བརྩེ་སེམས་དོན་གཉེར་བྱེད་ཀྱི་
ཡོད།
ནོར་འཁྲུལ་ཡང་ཡང་བཤད་མཁན་གྱིས་མཛའ་
གྲོགས་ཁ་ཕྲལ་དུ་གཏོང་།
10 གོ་རྟོགས་ལྡན་མི་ལ་ཐེངས་གཅིག་སྐྱོན་བརྗོད་
བྱས་པ་ནི།
གླེན་པར་ཐེངས་བརྒྱ་ལྕག་གཞུ་བ་ལས་ཕན་
ཐོགས་ཆེ།
11 མི་ངན་གྱི་བློ་ཁ་ནི་ངོ་ལོག་ཁོ་ནར་ཕྱོགས།
འོན་ཀྱང་ཕོ་ཉ་གདུག་རྩུབ་ཅན་སླེབས་ནས་ཁོ་
ལ་ཉེས་ཆད་གཏོང་།
12 རྨོངས་གཉིད་ནང་དུ་ལྷུང་པའི་གླེན་པར་ཐུག་པ་
ལས།
དོམ་ཕྲུག་ཤོར་བའི་དོམ་མ་ལ་འཕྲད་པ་དགའ།
13 སྒྲོད་བཟང་ལ་སྒྲོད་ངན་གྱིས་ལན་འཇལ་ན།
ངན་འབྲས་མི་དེའི་ཁང་པ་ནས་ཁ་ཕྲལ་མི་སྲིད།
14 རྩོད་པའི་ཐོག་མ་ནི་ཆུ་རགས་ཁ་ཤོར་བ་དང་
འདྲ།
ཁ་རྩོད་འགོ་མ་བཙུགས་གོང་དེ་ནས་ཁ་བྲལ་
དགོས།
15 མི་ངན་ལ་ནག་ཉེས་མེད་པའི་ཐག་གཅོད་བྱེད་
མཁན་དང་། དྲང་བདེན་གྱི་མི་ལ་ཉེས་ཆད་
གཏོང་མཁན།
ཡ་ཧོ་ཝ་དེ་ཚོ་གཉིས་ཀར་ཞེན་པ་ལོག
16 གླེན་པ་ཞིག་ལ་ཤེས་རབ་འཐོབ་པའི་འདོད་པ་
མེད་ན།
ཁོ་ལ་ཤེས་རབ་འཐོབ་པའི་ནུས་པ་ཡོད་ན་ཡང་
ཕན་ཐོགས་གང་ཡོད།
17 གྲོགས་པོ་ངོ་མ་ནི་དུས་རྟག་ཏུ་བརྩེ་བ་མཆོན་ལ།
དཀའ་སྡུག་གི་དུས་སྐབས་ཀྱི་ཆེད་དུ་སྐྱེས་པའི་
སྤུན་ཟླ་ཡིན།
18 རྨོངས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ལག་པ་བཏང་ནས་ཁས་
ལེན།
མི་གཞན་གྱི་མདུན་དུ་ཁག་ཐེག་བྱེད་པ་ཁས་
ལེན།
19 རྩོད་པ་རྒྱག་པར་དགའ་མཁན་ནི་ཉེས་པ་
བསགས་པ་ལ་དགའ།
གཞུང་སྒོ་མཐོ་པོ་བཟོ་མཁན་ནི་རང་གིས་རང་

ལ་ཕམ་ཉེས་གཏོང་།
20 སེམས་ལ་གཡོ་སྒྱུ་འཆང་མཁན་ལ་ལེགས་འགྲུབ་འཐོབ་མི་སྲིད།
མགོ་སྐོར་གྱི་གཏམ་བཤད་མཁན་ཉམས་རྒུད་དུ་འགྲོ།
21 བུ་ཕྲུག་གླེན་པ་ཡིན་ན་ཕ་རྣམས་ཀྱིས་སེམས་སྡུག་སྐྱོང་།
བུ་ཕྲུག་རྨོངས་པ་ཡིན་ན་ཕ་རྣམས་ལ་དགའ་སྤྲོ་སྤུ་ཙམ་མེད།
22 སེམས་པ་སྐྱིད་པོ་ནི་སྨན་བཟང་པོ་ཡིན།
སེམས་སྡུག་གིས་མིའི་ནུས་ཤུགས་ཡོད་ཚད་ཉམས།
23 མི་ངན་གྱིས་ལྐོག་རྔན་ལེན་ནས།
དྲང་བདེན་གྱི་ལམ་ཁ་འཁྱོག་བཤད་བྱེད།
24 ཤེས་རབ་ནི་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ནུས་པ་ཡོད་མཁན་གྱི་མིག་མདུན་དུ་ཡོད།
འོན་ཀྱང་གླེན་པའི་མིག་གིས་ས་གཞིའི་མཐར་ཐུག་ཏུ་ལྟ།
25 བུ་གླེན་པ་ཞིག་གིས་ཕ་ཡི་སེམས་སྐྱོ་པོ་བཟོ།
ཕོ་སྐྱེས་པའི་ཨ་མ་ལ་སེམས་སྡུག་བཟོ།
26 དྲང་བདེན་གྱི་མི་ལ་ཆད་པ་གཏོང་མི་ཆོག
བཀུར་འོས་པའི་མི་ལ་ལྕགས་གཞུས་ན་དྲང་བདེན་མིན།
27 ཤེས་ཡོན་ལྡན་པའི་མི་ཡིས་སྐད་ཆ་ཉུང་ཙམ་བཤད།
དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ནུས་པ་ཡོད་པའི་མི་བབ་བརླིང་བརྟན་གསུམ་ལྡན།
28 གླེན་པ་ཡང་སྐད་ཆ་མ་བཤད་ན་ཤེས་རབ་ཅན་དང་འདྲ་པོ་རེད།
ཁ་རྫུམ་ན་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ནུས་པ་ཡོད་པའི་མི་དང་འདྲ་པོ་རེད།

18 ཁེར་རྐྱང་དུ་སྡོད་པར་དགའ་མཁན་གྱིས་སྒེར་སེམས་ཆེ་བའི་འདོད་པ་ཁོ་ནར་སེམས་ཁུར་བྱེད།
མི་དེས་ཤེས་རབ་གོ་ཚོད་པོ་གང་ཡང་དང་ལེན་མི་བྱེད།
2 གླེན་པ་ལ་ཤེས་རྟོགས་བྱེད་པའི་འདོད་པ་མེད།
རང་ཉིད་ཀྱི་བསམ་འཆར་ཁོ་ན་བཤད་པར་དགའ།
3 བརྙས་བཅོས་མི་ངན་གྱི་རྗེས་སུ་འདེད།
ཁྲེལ་མེད་ཀྱི་བྱ་བའི་རྗེས་སུ་ངོ་ཚ་འབྱུང་།
4 མིའི་ཁ་ནང་གི་གཏམ་ནི་ཆུ་ཟབ་མོ་དང་འདྲ།
ཤེས་རབ་ཀྱི་ཆུ་མིག་ནི་ལང་ལོང་དུ་འཕྱུར་བའི་རྒྱུག་ཆུ་ཡིན།
5 མི་ངན་ལ་ཕྱོགས་ཞེན་བྱེད་མི་ཆོག
དྲང་བདེན་གྱི་མི་ལ་མ་ཉེས་ཁག་གཡོགས་བྱེད་མི་ཆོག
6 གླེན་པའི་གཏམ་གྱིས་ཁ་རྩོད་སློང་།
ཁོའི་ཁ་ཡིས་ཉེས་རྡུང་ཕོག་པ་འགུག
7 གླེན་པའི་ཁ་ཡིས་ཁོ་ལ་ཉམས་རྒུད་གཏོང་།
ཁོའི་མཆུ་ཏོ་ནི་ཁོའི་རང་གི་རྙི་ཡིན།
8 དམའ་འབེབས་གཏོང་མཁན་གྱི་གཏམ་ནི་ཤ་ཚལ་ཞིམ་པོ་དང་འདྲ།
མི་རྣམས་ཀྱིས་ཁྱུར་མིད་བཏང་ནས་གྲོད་ཁོག་ནང་དུ་ལྟུང་།
9 ལེ་ལོའི་ངང་ལས་ཀ་བྱེད་མཁན་ནི།
ཉམས་རྒུད་གཏོང་མཁན་གྱི་སྤུན་ཟླ་ཡིན།

10 ཡ་ཧོ་ཝཱའི་མཚན་ནི་ལྕོག་མཁར་སྲ་བརྟན་པོ་
ཞིག་ཡིན།
དྲང་བདེན་གྱི་མི་དེའི་ནང་དུ་བརྒྱུག་ནས་སྲུང་
སྐྱོབ་འཐོབ།
11 རྒྱུ་ནོར་ནི་ཕྱུག་པོའི་མཁར་རྫོང་ཡིན།
མི་དེས་བསམ་པར་བདེ་འཇགས་ལྡན་པའི་
ལྕགས་རི་ཡིན་བསམ།
12 ཕམ་ཉེས་མ་བྱུང་གོང་ལ་མིའི་སེམས་ང་རྒྱལ་
ཆེན་པོ་ཡོད།
གཟི་བརྗིད་མ་ཐོབ་གོང་ལ་མིའི་སེམས་སྙེམས་
ཆུང་ཡིན།
13 དོན་དངོས་མ་ཐོས་གོང་ལ་ལན་བརྒྱབ་ན།
དེ་ནི་གླེན་རྟགས་ཞིག་ཡིན་ལ། ངོ་ཚ་ཡོང་།
14 སེམས་ཤུགས་ཡོད་ན་ན་ཚ་སྐྱོང་སྐབས་སྡུག་རུས་
བྱེད་ཐུབ།
འོན་ཀྱང་ཡིད་ཐང་ཆད་ན་སུས་ཨར་བརྟེན་ཐུབ་
བམ།
15 གོ་རྟོགས་ཀྱི་ནུས་རྩལ་ཡོད་པའི་མིའི་སེམས་ལ་
ཤེས་ཡོན་འཐོབ།
ཤེས་རབ་ཅན་གྱི་རྣ་བས་ཤེས་ཡོན་འཚོལ།
16 ལག་རྟགས་སྤྲད་ན་འགྲོ་ལམ་འབྱེད།
དེས་རླབས་ཆེན་མི་སྣའི་མདུན་དུ་འཁྲིད།
17 ཐོག་མར་གྱོད་དོན་བཤད་མཁན་ལ་ཉན་ན་ཁོས་
བཤད་པ་བདེན་པ་ཡིན་བསམ།
འོན་ཀྱང་ཁ་གཏད་ཀྱི་མི་སླེབས་ནས་བརྟག་
དཔྱད་མཐར་ཕྱིན་བྱེད།
18 རྒྱན་འཕངས་ན་རྩོད་པ་ཞི་རུ་བཅུག་ཐུབ།
སྟོབས་ཤུགས་ཅན་བར་གྱི་རྩོད་གཞི་ཐག་གཅོད་
བྱེད་ཐུབ།
19 སྤུན་ཟླར་ཕོག་ཐུག་བཏང་ན་རྗེས་ལ་མཐུན་སྒྲིག་
བྱེད་པ་བཙན་རྫོང་ལེན་པ་ལས་དཀའ།
རྩོད་གཞི་འགའ་ཞིག་ནི་བཙན་རྫོང་གི་གཏན་
ཤིང་ལྟར་ཐག་གཅོད་བྱེད་དཀའ་པོ་ཡོད།
20 མིས་བཤད་པའི་གཏམ་གྱི་འབྲས་བུ་མི་དེའི་གྲོད་
ཁོག་ལ་ཁེངས།
ཁོས་རང་ཉིད་ཀྱིས་བཤད་པའི་སྐད་ཆ་གི་མཇུག་
འབྲས་མྱོང་།
21 ཤི་གསོན་གཉིས་ཀ་ལྕེ་ཡི་དབང་འོག་ཏུ་ཡོད།
སྐད་ཆ་བཤད་པར་དགའ་ན་དེའི་འབྲས་བུ་ཟ།
22 ཆུང་མ་བཟང་པོ་རྙེད་པའི་མི་ལ་བསོད་ནམས་
ཡོད།
མི་དེར་ཡ་ཧོ་ཝཱའི་བཀའ་དྲིན་འཐོབ།
23 དབུལ་པོས་གུས་གུས་ཞུམ་ཞུམ་གྱིས་སྐྱབས་
འཇུག་ཞུ།
འོན་ཀྱང་ཕྱུག་པོས་ཡ་ང་སྙིང་རྗེ་མེད་པར་ལེན་
འདེབས།
24 ཕན་ཚུན་གནོད་འཚེ་འཁེལ་བའི་རོགས་པ་ཡང་
ཡོད།
སྤུན་ཟླ་ལས་སྙིང་ཉེ་བའི་མཛའ་གྲོགས་ཡང་ཡོད།

19

དབུལ་པོ་ཡིན་ནའང་ལྷག་བསམ་རྣམ་
དག་བྱེད་མཁན་ནི།
རྫུན་གཏམ་བཤད་པའི་གླེན་པ་ལས་ལྷག
2 མི་ལ་ཤེས་ཡོན་མེད་ན་ཡག་པོ་མེད།
ཧོལ་རྒྱུག་གིས་བྱ་བ་བྱས་ན་སྡིག་པ་བསག
3 མི་ཡིས་རང་ཉིད་ཀྱི་བླུན་རྨོངས་ཀྱིས་རྐྱེན་པས་
ལམ་ནོར་ཐེབས།
འོན་ཀྱང་མི་དེའི་སེམས་ཡ་ཧོ་ཝཱ་ལ་ཁོང་ཁྲོ་ཟ།

4 རྒྱུ་ནོར་གྱིས་གྲོགས་པོ་མང་པོ་འགུག
འོན་ཀྱང་དབུལ་པོ་ཡིན་ན་གྲོགས་པོ་གཅིག་བུས་
ཀྱང་ཁོ་དབྱུག
5 རྫུན་གཏམ་བཤད་པའི་དཔང་པོར་ངེས་པར་དུ་
ཉེས་ཆད་ཕོག
རྫུན་གཏམ་ཀྲུང་ཀྲུང་བཤད་མཁན་ཉེས་ཆད་
ལས་ཐར་མི་ཐུབ།
6 མི་མང་པོས་གོ་ས་མཐོ་བའི་མིའི་གཟིགས་སྐྱོང་
ཐོབ་ན་བསམ།
མི་ཚང་མས་ལག་རྟགས་སྤྲོད་མཁན་གྱི་གྲོགས་པོ་
བྱེད་འདོད་ཡོད།
7 དབུལ་པོའི་སྤུན་ཟླ་ཚང་མས་ཁོ་ལ་ཞེན་པ་ལོག
གྲོགས་པོ་རྣམས་དེ་བས་ཁོ་ལས་གཡོལ།
ཁོས་མི་དེ་ཚོ་བཙལ་ནས་སྐབས་འཇུག་ཞུས་ཀྱང་
ཁ་ཡ་བྱེད་མཁན་གཅིག་ཀྱང་མེད།
8 བློ་རིག་གསལ་པོ་ཐོབ་མཁན་ནི་རང་ཉིད་ལ་
བརྩེ་པོ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།
དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ནུས་རྩལ་གཅེས་སྲུས་བྱེད་མཁན་ལ་
ལེགས་འགྲུབ་འཐོབ།
9 རྫུན་གཏམ་བཤད་པའི་དཔང་པོར་ངེས་པར་དུ་
ཉེས་ཆད་ཕོག
རྫུན་གཏམ་ཀྲུང་ཀྲུང་བཤད་མཁན་རྩ་མེད་དུ་
འགྲོ།
10 གླེན་པས་འབྱོར་ཕྱུག་གི་འཚོ་བ་བསྐྱལ་ན་འཚམ་
པོ་མིན།
ཞབས་ཕྱི་ཡིས་གཙོ་འཛིན་ལ་དབང་སྒྱུར་བྱས་ན་
དེ་བས་འཚམ་པོ་མིན།
11 གནས་ལུགས་རྒྱུ་མཚན་ཤེས་མཁན་ནི་ཁོང་ཁྲོ་
ལང་བདེ་པོ་མེད།
ནོར་འཁྲུལ་ཤོར་མཁན་ལ་གུ་ཡངས་བྱེད་པ་ནི་
མིའི་སྤྱོད་བཟང་ཡིན།
12 རྒྱལ་པོའི་ཁོང་ཁྲོ་ནི་སེང་གེའི་ངར་སྐད་དང་
འདྲ།
འོན་ཀྱང་ཁོང་གི་བཀའ་དྲིན་ནི་རྩི་ཤིང་ལ་
འབབ་པའི་ཟིལ་བ་དང་འདྲ།
13 བུ་གླེན་པས་ཕ་ལ་གནོད་འཚེ་གཏོང་།
ཁ་རྩོད་རྒྱག་པར་དགའ་བའི་ཆུང་མ་ནི་མཚམས་
མ་ཆད་པར་ཆུ་འཛག་པའི་ཐོག་རྩེ་དང་འདྲ།
14 ཁང་པ་དང་རྒྱུ་ནོར་ནི་མེས་པོ་ལས་ཤུལ་འཛིན་
བྱེད།
འོན་ཀྱང་བློ་གྲོས་ལྡན་པའི་ཆུང་མ་ནི་ཡ་ཧོ་ཝས་
གནང་བ་ཡིན།
15 ལེ་ལོ་ཅན་གྱིས་རྟག་པར་གཉིད་ལྡིད་པོ་ཁུག
སྐྱིད་ལུག་བྱས་ན་ངེས་པར་དུ་བཀྲེས་ལྟོགས་མྱོང་།
16 བཀའ་ཁྲིམས་ལ་བརྩི་སྲུང་བྱས་ན་རང་ཉིད་ཀྱི་
ཚེ་སྲོག་སྲུང་ཐུབ།
སྤྱོད་ལམ་གྱི་མཇུག་འབྲས་ལ་སྣང་བ་མ་བཏང་
ན་ཚེ་སྲོག་ཤོར།
17 མི་ཉམ་ཐག་ལ་སེམས་བཟང་བྱས་ན་ཡ་ཧོ་ཝར་
གཡར་གྱི་ཡོད།
དཀོན་མཆོག་གིས་མི་དེའི་བྱ་སྤྱོད་ལ་གཞིགས་
ནས་བྱ་དགའ་གནང་།
18 ད་དུང་རེ་བ་ཡོད་པའི་སྐབས་དང་བསྟུན་ནས་
བུ་གཅུན་དགོས།
ཁོ་ཤི་རུ་བཅུག་པའི་ཉེས་འགན་མ་འཁུར་བ་
བྱེད་དགོས།
19 རླུང་ལངས་བདེ་བའི་མི་ལ་ངེས་པར་དུ་ཉེས་
ཆད་ཕོག

ཁོ་ལ་གུ་ཡངས་བཏང་ན་རྗེས་མར་ཡང་ཡང་དེ་
ལྟར་བྱེད་ཀ་མེད་རེད།
20 བསླབ་བྱ་ལ་ཉན་ནས་སྦྱོང་བརྡར་དང་ལེན་བྱེད་
དང་།
མ་འོངས་པར་ཤེས་རབ་འཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན།
21 མིའི་སེམས་ནང་དུ་འཆར་གཞི་མང་པོ་ཡོད།
འོན་ཀྱང་ཡ་ཧོ་ཝཱའི་དགོངས་པ་ཁོ་ན་དངོས་སུ་
འགྲུབ།
22 འགྱུར་བ་མེད་པའི་བརྩེ་སེམས་ནི་མིའི་རྩ་ཆེ་བའི་
དགེ་མཚན་ཡིན།
རྫུན་གཏམ་བཤད་པ་ལས་དབུལ་པོ་ཡིན་པ་
བཟང་།
23 ཡ་ཧོ་ཝཱར་གུས་བརྩི་ཞུས་ན་ཚེ་སྲོག་འཐོབ།
མི་དེ་བག་ཕེབས་ངང་ངལ་གསོ་རྒྱུག་ཐུབ་ལ།
གནོད་འཚེ་མི་ཕོག
24 ལེ་ལོ་ཅན་གྱིས་སྡེར་མར་ལག་པ་བཀྱངས།
འོན་ཀྱང་ཁོས་ཁ་ལ་བཟའ་ཆས་བླུག་པའི་འབད་
བརྩོན་ཡང་མི་བྱེད།
25 འཕྱ་སྨོད་བྱེད་མཁན་ལ་བརྡུང་དང་། ཉམས་
མྱོང་མེད་པའི་མི་སྦྱང་པོ་ཆགས་པའི་ཆེད་དུ་
ཡིན།
གོ་རྟོགས་ཀྱི་ནུས་པ་ཡོད་པའི་མི་ལ་སྐྱོན་བརྗོད་
བྱེད་དང་། མི་དེར་ཤེས་ཡོན་དེ་བས་མང་བ་
འཐོབ།
26 ཕ་ལ་བརྙས་བཅོས་གཏོང་མཁན་དང་ཨ་མ་ཕྱིར་
ཕྱུས་གཏོང་མཁན་བུ་ནི།
ངོ་ཚ་ཁྲེལ་མེད་རང་རེད།
27 ངའི་བུ། གལ་སྲིད་སྦྱོང་བརྡར་དང་ལེན་བྱེད་པ་
མཚམས་བཞག་ན།
ཤེས་ཡོན་གྱི་བསླབ་བྱ་དང་ཁ་བྲལ་གྱི་རེད།
28 གཡོ་ཁྲམ་ཅན་གྱི་དཔང་པོས་དྲང་བདེན་ལ་འཕྱ་
སྨོད་བྱེད།
མི་ངན་གྱིས་ཁ་གདངས་ནས་བྱ་ངན་ཁྱུར་མིད་
གཏོང་།
29 འཕྱ་སྨོད་བྱེད་མཁན་གྱིས་ངེས་པར་དུ་འདྲི་
གཅོད་དང་ལེན་བྱེད་རྒྱུ་རེད།
ལྐུག་ཚན་གླེན་པའི་རྒྱབ་ལ་གཞུ་བའི་ཆེད་དུ་གྲ་
སྒྲིག་བྱས་ཡོད།

20

རྒྱུན་འབྲུམ་ཨ་རག་གིས་མི་ལ་འཕྱ་སྨོད་
བྱེད་དུ་བཅུག མིས་ཨ་རག་བཏུངས་
ན་གཅུན་ཐབས་མེད་པར་འགྱུར།
ཆང་རག་བཏུངས་ནས་ལམ་ནོར་ཕེབས་མཁན་
ལ་ཤེས་རབ་མེད།
2 ངར་སྐད་རྒྱག་པའི་སེང་གེ་དང་འདྲ་བར་རྒྱལ་
པོས་མི་ལ་ཞེད་སྣང་སྐུལ།
རྒྱལ་པོར་ཁོང་ཁྲོ་བསླང་ན་སྲོག་གི་ཉེན་ཁ་ཡོད།
3 རྩོད་པ་ལས་གཡོལ་ན་གཟི་བརྗིད་ཡོད།
འོན་ཀྱང་གླེན་པ་རྣམས་ཚང་མ་རྩོད་པའི་ནང་
དུ་ཚུད།
4 ལེ་ལོ་ཅན་གྱིས་དགུན་ཁར་ཞིང་ཁ་རྨོས་མེད།
ཁོས་བཏྲ་བསྡུ་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་གང་ཡང་མེད་
པས་མི་ལ་སློང་མོ་ཞུ།
5 མིའི་སེམས་ནང་གི་བསམ་བློ་ནི་ཆུ་གཏིང་ཟབ་མོ་
དང་འདྲ།
དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ནུས་རྩལ་ཡོད་མཁན་གྱིས་དེ་ལེན་
ཐུབ།
6 མི་མང་པོས་རང་ཉིད་འགྱུར་བ་མེད་པའི་བརྩེ་

བ་བཅངས་ཡོད་ཟེར།
འོན་ཀྱང་དངོས་གནས་ལྷག་བསམ་བྱེད་མཁན་སུ་ལ་རྙེད་ཐུབ་བམ།
7 དྲང་བདེན་གྱི་མིའི་འགྲོ་ལམ་ནི་ལྷག་བསམ་རྣམ་དག་ཡིན།
མི་དེའི་བུ་རྒྱུད་རྣམས་ལ་བདེ་སྐྱིད་ཡོད།
8 རྒྱལ་པོས་རྒྱལ་ཁྲི་ལ་བཞུགས་ནས་འདྲི་གཅོད་བྱེད།
ནག་ཉེས་ཐམས་ཅད་ཁོང་གི་མིག་ནས་ཐར་མི་ཐུབ།
9 མི་སུ་ཞིག་གིས་“ངས་ངའི་སེམས་དྭངས་གཙང་བཟོས་ཚར།
ང་སྡིག་པ་དང་བྲལ་ཚར” ཞེས་བཤད་ཐུབ་བམ།
10 མི་ལ་མགོ་སྐོར་གཏོང་བའི་རྒྱ་ཇོ་དང་ཡང་དག་མིན་པའི་འཇལ་ཆས།
ཡ་ཧོ་ཝཱ་དེ་ཚོ་གཉིས་ཀར་ཞེན་པ་ལོག
11 ཕྲུ་གུ་ཡང་ཁོའི་བྱ་སྤྱོད་ལ་བལྟས་ན།
ཁོའི་སྤྱོད་ལམ་གཙང་མ་དང་ཡང་དག་པ་ཡིན་མིན་ཤེས་ཐུབ།
12 གོ་ཐུབ་པའི་རྣ་བ་དང་མཐོང་ཐུབ་པའི་མིག
གཉིས་ཀ་ཡ་ཧོ་ཝཱས་བསྐྲུན་པ་ཡིན།
13 གཉིད་ཉལ་རྒྱུར་ཞེན་ཆགས་བྱེད་མི་ཆོག ཁྱོད་དབུལ་ཕོངས་སུ་འགྱུར་ཡོང་།
མིག་གདངས་ཤིག དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཟ་ཆས་འདང་ངེས་འཐོབ།
14 ཉོ་མཁན་གྱིས་ “འདི་ཡག་པོ་མི་འདུག ཡག་པོ་མི་འདུག” ཟེར།
འོན་ཀྱང་ཁོས་ཉོས་ཚར་ནས་ཕྱིན་པའི་རྗེས་སུ་རང་ཉིད་ངོམས།
15 གསེར་དང་བྱུ་རུ་མང་པོ་ཡོད་ན་ཡང་།
ཤེས་ཡོན་ལྡན་པའི་མཆུ་ཏོ་ནི་རྩ་ཆེན་པོ་ཡོད།
16 ཕྱི་མིའི་ཁག་ཐེག་བྱས་མཁན་ནས་ཁོའི་ཕྱི་གོས་ལེན་ཞིག
ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་བུད་མེད་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཁག་ཐེག་བྱས་མཁན་ཡིན་ན་ཁོ་ནས་གཏའ་མ་ལེན་ཞིག
17 མི་ཁ་ཅིག་ནི་མགོ་སྐོར་གཡོ་ལེན་བྱས་པའི་བག་ལེབ་ཞིམ་པོ་ཡོད་བསམས་ཀྱང་།
རྗེས་སུ་ཁོའི་ཁ་ནང་རྡོ་ཕྲུག་གིས་ཁེངས།
18 ཕན་ཚུན་གྲོས་བསྡུར་བྱས་ན་འཆར་གཞི་ལེགས་འགྲུབ་འཐོབ།
ཐབས་མཁས་པའི་བཀོད་འདོམས་ལ་ཉན་ནས་དམག་འཐབ་བྱེད་དགོས།
19 དམའ་འབེབས་གཏོང་མཁན་གྱིས་གསང་དོན་གང་སར་ཕྱིར་བསྒྲགས་བྱེད།
ཚོ་མེད་པའི་སྐད་ཆ་བཤད་པར་དགའ་མཁན་དང་འབྲེལ་བ་བྱེད་མི་ཆོག
20 ཕ་མ་ལ་དམོད་མོ་རྒྱག་མཁན་ནི།
ཁོའི་སྒྲོན་མེ་མུན་ནག་འཐིབས་སྐབས་ཤི་བར་འགྱུར།
21 མི་ཡིས་ཧམ་པ་བྱས་ནས་རྒྱུ་ནོར་ཐོབ་ནའང་།
མཐར་ཐུག་བསོད་ནམས་ལོངས་སྤྱོད་བྱེད་ས་མེད།
22 “ང་རང་གིས་དགྲ་ཤ་ལེན་དགོས” ཞེས་ཟེར་མི་ཆོག
ཡ་ཧོ་ཝཱ་ལ་རེ་ལྟོས་བྱེད་དགོས། དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཁོང་གིས་ཁྱོད་སྐྱོབ།
23 ཡ་ཧོ་ཝཱས་མི་ལ་མགོ་སྐོར་གཏོང་བའི་རྒྱ་ཇོ་ལ་ཞེན་པ་ལོག

ཡང་དག་མིན་པའི་རྒྱ་སྲང་ནི་བཟང་པོ་མིན།
24 ཡ་ཧོ་ཝཱས་མི་ལ་ལམ་སྟོན་གནང་།
མི་ཞིག་གིས་གང་འདྲ་བྱས་ནས་སོ་སོའི་འགྲོ་ལམ་ཤེས་རྟོགས་བྱེད་ཐུབ་བམ།
25 མི་ཞིག་གིས་བབ་ཅོལ་གྱིས་“འདི་དཀོན་མཆོག་ལ་ཕུལ་རྒྱུའི་འབུལ་བ་ཡིན” ཞེས་བཤད་ཚར་ནས།
རྗེས་སུ་དམ་བཅའི་སྐོར་བསམ་བློ་བཏང་བ་དེ་མིའི་རྙི་ཞིག་ཡིན།
26 ཤེས་རབ་ལྡན་པའི་རྒྱལ་པོས་མི་ངན་རྣམས་འཚག
ཁོ་ཚོའི་སྟེང་དུ་འབྲུ་འདོན་འཁོར་ལོ་རྒྱུག
27 མིའི་དབུགས་ནི་ཡ་ཧོ་ཝཱའི་སྒྲོན་མེ་དང་འདྲ།
མིའི་སེམས་གཏིང་དུ་ཡོད་པའི་བསམ་ཚུལ་མངོན།
28 འགྱུར་བ་མེད་པའི་བརྩེ་བ་དང་ལྷག་བསམ་གྱིས་རྒྱལ་པོར་སྲུང་སྐྱོབ་བྱེད།
རྒྱལ་པོས་འགྱུར་བ་མེད་པའི་བརྩེ་སེམས་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱལ་ཁྲི་རྒྱུན་འཁྱོངས་བྱེད།
29 ནུས་ཤུགས་ནི་ན་གཞོན་ཚོའི་གཟི་བརྗིད་ཡིན།
སྐྲ་དཀར་པོ་ནི་རྒན་འཁོགས་ཀྱི་འོད་མདངས་ཡིན།
30 སྨུག་ཐིག་དང་རྨ་ཁ་གིས་ངན་པ་གཙང་སེལ་བྱེད་ཐུབ།
ཉེས་རྡུང་གིས་མིའི་སེམས་ཀྱི་གཏིང་དྭངས་གཙང་བཟོ་ཐུབ།

21

རྒྱལ་པོའི་སེམས་ནི་ཡ་ཧོ་ཝཱའི་ལག་པ་ནང་དུ་རྒྱུག་པའི་ཆུ་དང་འདྲ།
ཁོང་གིས་དེ་ཁོང་གི་དགོངས་པ་ལྟར་ཕྱོགས་གང་དུ་ཡང་འདྲེན་ཐུབ།
2 མིས་བསམ་པར་རང་ཉིད་ཀྱི་སྤྱོད་ལམ་ཐམས་ཅད་ཡང་དག་པ་ཡིན་བསམ།
འོན་ཀྱང་ཡ་ཧོ་ཝཱས་མིའི་སེམས་ཞིབ་བཤེར་གནང་།
3 དྲང་བདེན་དྲང་གཞག་བྱེད་པ་དེས།
དམར་མཆོད་ལས་ཡ་ཧོ་ཝཱར་དགའ་སྤྲོ་སྐྱེད།
4 ལྟ་བ་མཐོ་བའི་མིག་དང་ང་རྒྱལ་གྱི་སེམས་ནི།
མི་ངན་ལ་ལམ་སྟོན་བྱེད་པའི་སྒྲོན་མེ་ཡིན་ལ།
སྡིག་པ་ཞིག་ཡིན།
5 ལས་ལ་བརྩོན་པའི་མིའི་འཆར་གཞི་ནི་ངེས་པར་དུ་གྲུབ་འབྲས་འཐོན།
འོན་ཀྱང་བྲེལ་འཚུབ་ལང་མཁན་ཚང་མ་ངེས་པར་དུ་དབུལ་ཕོངས་སུ་འགྱུར།
6 སྐྱུགས་རྫུན་བཤད་པའི་ལྕེ་བེད་སྤྱད་ནས་ཐོབ་པའི་རྒྱུ་ནོར་ནི།
ཡལ་འགྲོ་བའི་སྨུག་པ་དང་སྲོག་ལ་ཐུག་པའི་རྙི་དང་འདྲ།
7 མི་ངན་གྱི་དྲག་སྤྱོད་ཀྱིས་ཁོ་ཚོ་རང་ཉིད་མེད་པ་བཟོ།
གང་ཡིན་ཟེར་ན་ཁོ་ཚོས་དྲང་གཞག་བྱེད་འདོད་མེད།
8 སྡིག་ཉེས་ཅན་གྱི་ལམ་ཁ་ནི་ཀྱག་ཀྱོག་ཡིན།
སེམས་པ་རྣམ་དག་གི་མིའི་སྤྱོད་ལམ་ནི་དྲང་པོ་ཡིན།
9 ཁ་རྩོད་རྒྱག་པར་དགའ་བའི་ཆུང་མ་དང་མཉམ་དུ་ཁང་པ་གཅིག་ནང་སྡོད་པ་ལས།
ཐོག་ཁའི་ཟུར་དུ་བསྡད་ན་དགའ།

10 མི་ངན་གྱིས་བྱ་ངན་ལ་ཞེན་ཆགས་ནས།
ཉེ་འཁོར་གྱི་མི་ལ་སེམས་བཟང་མི་བྱེད།
11 འཕྱ་སྨོད་བྱེད་མཁན་ལ་ཆད་པ་ཕོག་ན་ཉམས་
མྱོང་མེད་པའི་མི་ལ་ཤེས་རབ་འཐོབ།
ཤེས་རབ་ཅན་གྱིས་གནས་ལུགས་རྒྱུ་མཚན་ཤེས་
ན་ཤེས་ཡོན་ཡང་འཐོབ།
12 དྲང་བདེན་གྱི་དཀོན་མཆོག་གིས་མི་ངན་ཀྱི་ཁང་
པར་གཟིགས་ཞིབ་གནང་།
ཁོང་གིས་མི་ངན་རྣམས་རྩ་མེད་གཏོང་།
13 མི་ཉམ་ཐག་གི་སྐྱབས་འཛུག་ལ་མ་ཉན་ན།
རྗེས་མ་སོ་སོས་སྐྱབས་འཛུག་ཞུས་ན་ཡང་ལན་
རྒྱུག་མཁན་མེད།
14 སྐོག་ཏུ་ལག་རྟགས་སྤྲད་ན་ཁོང་ཁྲོ་ཞི་རུ་བཅུག་
ཐུབ།
ལྐོག་རྫན་སྤྲེར་ན་ཁོང་ཁྲོའི་མེ་ལྕེ་ཞི་རུ་བཅུག་
ཐུབ།
15 དྲང་བདེན་གྱི་མི་ནི་དྲང་གཞག་གི་བྱ་བ་སྒྲུབ་
པར་དགའ།
འོན་ཀྱང་སྡིད་ངན་སྤྱེལ་མཁན་ནི་དྲང་གཞག་ལ་
ཞེན་པ་ལོག
16 གནས་ལུགས་རྒྱུ་མཚན་ཤེས་རྟོགས་པའི་སྤྱོད་
ལམ་དང་བྲལ་བའི་མི་ནི།
ཚེ་སྲོག་ཤོར་ཚར་བའི་མི་རྣམས་དང་མཉམ་དུ་
ཉལ།
17 སྐྱིད་པོ་གཏོང་བར་དགའ་མཁན་དབུལ་ཕོངས་
སུ་འགྱུར།
ཆང་དང་སྣུམ་ལ་དགའ་མཁན་ཕྱུག་པོར་འགྱུར་
མི་སྲིད།
18 མི་ངན་ནི་དྲང་བདེན་གྱི་མི་བླུ་བའི་བླུ་རིན་ཡིན།
གཡོ་སྒྱུ་ཅན་ནི་མི་དྲང་པོ་རྣམས་ཀྱི་ཚབ་བྱེད་རྒྱུ་
རེད།
19 ཁ་རྩོད་རྒྱུག་པར་དགའ་བ་དང་གླུང་ལང་བདེ་
བའི་ཆུང་མ་དང་མཉམ་དུ་སྡོད་པ་ལས།
འབྲོག་སྟོང་ལ་བསྡད་ན་དགའ།
20 ཤེས་རབ་ཅན་གྱི་ཁང་པའི་ནང་དུ་རྩ་ཆེན་ནོར་
བུ་དང་སྣུམ་ཡོད།
འོན་ཀྱང་གླེན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཁྱིམ་གཞིས་གཏོང་
བརླག་གཏོང་།
21 དྲང་བདེན་དང་འགྱུར་བ་མེད་པའི་བརྩེ་བ་དོན་
གཉེར་བྱེད་མཁན་ལ།
ཚེ་སྲོག་དང་དྲང་བདེན་དང་གཟི་བརྗིད་འཐོབ།
22 ཤེས་རབ་ཅན་དཔའ་བོ་རྣམས་ཀྱི་གྲོང་ཁྱེར་ལ་
འཛོག་ཐུབ།
ཁོ་ཚོས་དཔའ་བོ་རྣམས་ཀྱི་བརྟེན་སའི་སྟོབས་
ཤུགས་ཉམས་པར་བྱེད་ཐུབ།
23 ཁ་དང་ལྕེ་གཅུན་པའི་མི་ནི།
རྙོག་དྲ་དང་བྲལ་ནས་རང་ཉིད་སྲུང་ཡོད།
24 བབ་ཅོལ་དུ་ལས་ཀ་བྱེད་པའི་ཁེངས་དྲེགས་ཅན་
ལ།
ཁེངས་དྲེགས་ང་རྒྱལ་གྱི་ འུད་ཤོབ་མཁན་ཟེར།
25 ལེ་ལོ་ཅན་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་འདོད་རྫམ་གྱི་རྐྱེན་
པས་ཤི།
གང་ཡིན་ཟེར་ན་ཁོས་རང་གི་ལག་པ་གཉིད་ལ་
བརྟེན་ནས་ལས་ཀ་བྱེད་འདོད་མེད།
26 མི་དེ་ཉིན་གང་རྟམ་འདོད་ཆེ།
འོན་ཀྱང་དྲང་བདེན་གྱི་མིས་སེར་སྣ་མེད་པར་
མི་ལ་སྤྲེར།
27 མི་ངན་གྱི་དམར་མཆོད་ནི་ཞེན་པ་ལོག་འོས་པ་

ཞིག་ཡིན།
བསམ་ངན་བཅངས་ནས་དེ་ཕྱུལ་ན་དེ་བས་
ཚབས་ཆེ།
28 དཔང་ཚིག་རྫུན་མ་བཤད་པའི་དཔང་པོ་རྒྱ་མེད་
དུ་འགྲོ།
འོན་ཀྱང་གཟབ་ནན་དང་ཉན་མཁན་གྱིས་
དཔང་ཚིག་བདེན་པ་བཤད།
29 མི་ངན་རྣམས་མཁས་མདོག་ཁག་པོ་བྱེད།
འོན་ཀྱང་མི་དྲང་པོ་རྣམས་ཁོ་ན་གོམ་པ་བརྟན་
པོས་མདུན་དུ་སྐྱོད་ཐུབ།
30 ཡ་ཧོ་ཝཱའི་འགལ་ཟླར་ལངས་ན།
ཤེས་རབ་དང་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ནུས་རྩལ་མེད་ལ།
ཐབས་ཇུས་ཀྱང་མེད།
31 མི་རྣམས་ཀྱིས་དམག་འཁྲུག་གི་ཉིན་མོའི་ཆེད་དུ་
རྟ་གྲ་སྒྲིག་བྱེད།
འོན་ཀྱང་མི་སྐྱོབ་མཁན་ནི་ཡ་ཧོ་ཝཱ་ཡིན།

22

རྒྱུ་ནོར་འབོར་ཆེན་ལས་མཚན་སྙན་
འདམ་དགོས།
བརྩི་འཇོག་འཐོབ་པ་ནི་གསེར་དངུལ་འཐོབ་པ་
ལས་ལྷག
2 མི་ཕྱུག་པོ་དང་དབུལ་པོ་ལ་འདྲ་ས་གཅིག་ཡོད།
གཉིས་ཀ་ཡ་ཧོ་ཝཱས་བསྐྲུན་པ་རེད།
3 མི་སྤྱང་པོས་ཉེན་ཁ་མཐོང་ན་གབ་བྱོལ་བྱེད།
འོན་ཀྱང་ཉམས་མྱོང་མེད་པའི་མི་ནི་མུ་མཐུད་
མདུན་སྐྱོད་བྱས་ནས་རྗེས་འབྲས་ངན་པ་
མྱོང་།
4 སྙམས་ཆུང་དང་ཡ་ཧོ་ཝཱར་གུས་བརྩི་ཞུས་ན།
རྒྱུ་ནོར་དང་གཟི་བརྗིད་དང་ཚེ་སྲོག་འཐོབ།
5 གཡོ་སྒྱུ་ཅན་གྱི་ལམ་ཐོག་ཏུ་ཚེར་མ་དང་རྙི་ཡོད།
རང་སྲོག་གཅེས་སྲུང་བྱེད་མཁན་ནི་དེ་ཚོ་དང་
ཐག་རིང་དུ་བྲལ།
6 ཡང་དག་པའི་ལམ་ཐོག་ཏུ་འགྲོ་བར་ཕྲུ་གུ་ལ་
སྦྱོང་བརྡར་སྤྲོད་ཅིག
ལོ་ན་རྒས་ནའང་ཁོ་དེ་དང་ཁ་མི་བྲལ།
7 ཕྱུག་པོས་དབུལ་པོ་ལ་དབང་སྒྱུར་བྱེད།
བུ་ལོན་ཆད་མཁན་ནི་བུན་བདག་གི་གཡོག་པོ་
ཡིན།
8 དྲང་བདེན་མིན་པའི་ས་བོན་གཏོར་ན་ཆག་སྒོ་
ཇ་བསྐྱུ་བྱེད།
ཁོའི་ཁོང་ཁྲོའི་དབྱུག་པ་གཏོར་བརླག་ཏུ་འགྲོ།
9 གཏོང་ཕོད་ཅན་ལ་བསོད་ནམས་འཐོབ།
གང་ཡིན་ཟེར་ན་ཁོ་ཚོས་དབུལ་པོ་དང་མཉམ་
དུ་ཟ་ཆས་མཉམ་སྤྱོད་བྱེད།
10 འཕྱ་སྨོད་བྱེད་མཁན་ཕྱིར་ཕུད་གཏོང་དགོས།
རྩོད་གཞི་མེད་པར་གྱུར་ནས་ཁ་རྩོད་དང་དམའ་
འབེབས་ཡང་མཚམས་ཆད།
11 ལྷེད་མེད་ཀྱི་སེམས་ལ་དགའ་ཞིང་གཏམ་སྙན་པོ་
བཤད་མཁན།
མི་དེ་རྒྱལ་པོ་དང་གྲོགས་པོ་སྒྲིག་ཐུབ།
12 ཡ་ཧོ་ཝཱའི་མིག་གིས་ཤེས་ཡོན་སྲུང་།
དཀོན་མཆོག་གིས་གཡོ་སྒྱུ་ཅན་གྱི་སྐད་ཆར་ཕམ་
ཉེས་གཏོང་།
13 ལེ་ལོ་ཅན་གྱིས་ "ཕྱི་ལ་སེང་གེ་འདུག
ང་ཐང་ཆེན་གྱི་དཀྱིལ་དུ་ཤི་གི་རེད" ཅེས་བཤད།
14 ཚུལ་མིན་བུད་མེད་ཀྱི་ཁ་ནི་ས་དོང་གཏིང་ཟབ་
མོ་ཡིན།
ཡ་ཧོ་ཝཱའི་སྐྱོན་བརྗོད་ཐེབས་མཁན་དེའི་ནང་དུ་

ལྷུང་།
15 ཕྲུ་གུའི་སེམས་ལ་གླེན་རྟགས་འབྱར་ཡོད།
ཕྲུ་གུ་གཅུན་པའི་དབྱུག་པས་གླེན་རྟགས་དེ་ཚོ་
ཐག་རིང་དུ་འཕུད།
16 དབུལ་པོར་མགོ་སྐོར་བཏང་ནས་རྒྱུ་ནོར་འཕོབ་
མཁན་དང་།
ཕྱུག་པོར་ལག་རྟགས་སྤྲོད་མཁན་ནི།
མཐར་ཐུག་དབུལ་ཕོངས་སུ་འགྱུར།
17 རྣ་བ་གཏད་ནས་ཤེས་རབ་ཅན་གྱི་སྐད་ཆ་ལ་
ཉོན་དང་།
སེམས་གཏིང་ནས་ངའི་ཤེས་ཡོན་དང་ལེན་བྱེད་
པའི་ཆེད་དུ་ཡིན།
18 སྐད་ཆ་དེ་ཚོ་སེམས་གཏིང་དུ་བཞག་ན་སྤྲོ་སྣང་
སྐྱེ།
དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཁྱོད་ཀྱིས་རྟག་ཏུ་དེ་ཚོ་ཐམས་
ཅད་བཤད་ཐུབ།
19 ཁྱོད་ཀྱིས་ཡ་ཧོ་ཝཱར་ཡིད་ཆེས་བྱེད་པའི་ཆེད་དུ།
ངས་དེ་རིང་ཁྱོད་ལ་ཤེས་ཡོན་སྤྲོད།
20 ངས་ད་བར་ཁྱོད་ལ་འབེལ་གཏམ་བྲིས་ནས།
བསླབ་བྱ་དང་ཤེས་ཡོན་སྤྲད།
21 ཁྱོད་ལ་ཚིག་བདེན་པ་དང་བློས་འཁེལ་ཚིག་པ་
ཞིག་བསླབས།
དེ་ལྟར་ཁྱོད་བཏང་མཁན་ལ་སླན་སང་ཡང་དག་
པ་ཞུ་ཐུབ།
22 དབུལ་པོའི་དབུལ་ཕོངས་ཀྱི་སྐབས་དང་བསྟུན་
ནས་ཁོ་ནས་འཕྲོག་མི་ཆོག
གྲོང་ཁྱེར་གྱི་རྒྱ་སྒོའི་འཁྲིས་སུ་གོ་ས་དམའ་བའི་
མི་ལ་དབང་ཡོད་བྱེད་མི་ཆོག
23 ཡ་ཧོ་ཝཱ་ཁོང་གིས་ཁོ་ཚོར་རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་།
ཁོང་གིས་དབུལ་པོ་ནས་གཡོ་ལེན་བྱེད་མཁན་གྱི་
ཚེ་སྲོག་འཕྲོག
24 རླུང་ལང་བདེ་བའི་མི་དང་འབྲེལ་བ་བྱེད་མི་ཆོག
ཁོང་ཁྲོ་ལང་བདེ་བའི་མིའི་ཁྲོད་དུ་ཚུད་མི་ཆོག
25 ཁོ་ཚོའི་སྤྱོད་ལམ་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱས་ནས།
རྙི་ལ་མ་ཚུད་པ་བྱེད་དགོས།
26 བུ་ལོན་ཆད་མཁན་གྱི་ཆེད་དུ་ལག་པ་བཏང་
ནས་ཁག་ཐེག་བྱེད་མི་ཆོག
མི་དེའི་ཆེད་དུ་གཏའ་མ་སྤྲོད་མི་ཆོག
27 གལ་སྲིད་ཁྱོད་འཇལ་ཐབས་བྲལ་ན།
མིས་ཁྱོད་ཉལ་ཡོད་པའི་ཉལ་ཁྲི་ཡང་ལེན།
28 མེས་པོ་རྣམས་ཀྱིས་གཏན་འཁེར་བྱས་པའི་ས་
མཚམས་ཀྱི་རྟགས་སྤོ་མི་ཆོག
29 ཁྱོད་ཀྱིས་ལག་རྩལ་བྱང་ཆུབ་པའི་མི་མཐོང་མྱོང་
ཡོད་དམ།
མི་དེ་རྒྱལ་པོ་རྣམས་ཀྱི་མདུན་དུ་ལང་བ་ལས།
མི་དཀྱུས་མའི་མདུན་དུ་ལང་མི་སྲིད།

23

གལ་སྲིད་ཁྱོད་ཀྱིས་རྒྱལ་པོ་ཞིག་དང་
མཉམ་དུ་ཁ་ལག་ཟ་དགོས་བྱུང་ན།
རང་ཉིད་ཀྱི་གནས་བབ་ལ་བསམ་བློ་གཟབ་ནན་
གཏོང་དགོས།
2 གལ་སྲིད་ཁྱོད་ཟ་འདོད་ཆེན་པོ་ཡོད་ན།
མིད་པར་གྲི་ཞིག་གཞག་དགོས།
3 རྒྱལ་པོའི་བྲོ་ཞིམ་ཟས་རིགས་ཟ་ཛམ་བྱེད་མི་ཆོག
དེ་ཚོ་ནི་མི་ལ་མགོ་སྐོར་གཏོང་བའི་བཟའ་ཆས་
ཡིན།
4 ནུས་ཤུགས་ཡོད་ཚད་བཏང་ནས་རྒྱུ་ནོར་ལ་དོན་
གཉེར་བྱེད་མི་ཆོག

མཚམས་བཞག་ནས་གོ་རྟོགས་སད་པ་མཚོན་
དགོས།
5 ཁྱོད་ཀྱི་མིག་རྒྱུ་ནོར་ལ་བལྟས་ན་དེར་རྒྱུ་ནོར་
མེད།
རྒྱུ་ནོར་ལ་གཤོག་པ་སྐྱེས་ནས་བྱ་གླག་ལྟར་
གནམ་ལ་འཕུར་འགྲོ་གི་རེད།
6 སེར་སྣ་ཅན་གྱི་བཟའ་ཆས་ཟ་མི་ཆོག
མི་དེའི་བྲོ་ཞིམ་ཟས་རིགས་ལ་ཟ་རྔམ་བྱེད་མི་ཆོག
7 ཁོ་ནི་རྩིས་ཐོ་འགོད་མཁན་ལྟར་ཡིན།
ཁོས་ "ཟོ་དང་། འཐུངས་དང" ཞེས་བཤད་ཀྱང་
ཁ་ཞེ་མཐུངས་མེད།
8 རྗེས་ལ་ཁྱོད་ཀྱིས་བཟས་ཚར་བའི་བཟའ་ཆས་
ཉུང་ཟད་ཡང་སྐྱུག
ཁྱོད་ཀྱིས་བཤད་པའི་ངོ་བསྟོད་ཀྱི་སྐད་ཆ་ཚང་
མ་སྟོང་ཟད་རེད།
9 གླེན་པ་ལ་བསླབ་བྱ་སྟོན་མི་ཆོག
ཁོས་ཁྱོད་ཀྱིས་བཤད་པའི་ཤེས་རབ་ལ་བརྩི་
མཐོང་བྱེད་མི་སྲིད།
10 གནའ་བོའི་ས་མཚམས་ཀྱི་རྟགས་སྤོ་མི་ཆོག
ཕ་མེད་པའི་བུ་ཕྲུག་རྣམས་ཀྱི་ཞིང་ཁ་ལ་འཛུལ་
མི་ཆོག
11 གང་ཡིན་ཟེར་ན་ཁོ་ཚོར་སྐྱབ་སྐྱོར་གནང་མཁན་
དཀོན་མཆོག་ལ་ནུས་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཡོད།
ཁོང་གིས་ཁྱོད་ལ་ཁ་གཏད་ནས་ཁོ་ཚོ་སྐྱབ་སྐྱོར་
གནང་།
12 ཁྱོད་ཀྱིས་སེམས་གཏིང་ནས་སྦྱོང་བརྡར་དང་
ལེན་བྱེད་དགོས།
རྣ་བ་གཏད་ནས་ཤེས་ཡོན་ལྡན་པའི་བསླབ་བྱ་
ལ་ཉན་དགོས།
13 ཁྱོད་ཀྱིས་བུ་ཕྲུག་ངེས་པར་དུ་གཅུན་དགོས།
དབྱུག་པས་བརྡུངས་ན་ཁོ་ཆེ་སྲོག་ཤོར་མི་སྲིད།
14 དབྱུག་པས་ཁོ་རྡུང་དགོས།
དུར་ས་ནས་ཁོ་སྐྱོབ་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན།
15 ངའི་བུ། གལ་སྲིད་ཁྱོད་ཀྱི་སེམས་ལ་ཤེས་རབ་
ཐོབ་ན།
ངའི་སེམས་ལ་དགའ་སྤྲོ་སྐྱེ།
16 ཁྱོད་ཀྱི་ཁ་ཡིས་སྐད་ཆ་ཡང་དག་པ་བཤད་
སྐབས།
ང་སེམས་གཏིང་ནས་དགའ་ཚོར་བྱེད།
17 ཁྱོད་ཀྱི་སེམས་སྡིག་ཉེས་ཅན་ལ་ཡིད་སྨོན་མ་སྐྱེ་
བ་བྱེད་དགོས།
ཉིན་ཁང་ཡ་ཧོ་ཝཱར་གུས་བརྩི་ཞུ་དགོས།
18 དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཁྱོད་ལ་མདུན་ལམ་ཡོད།
ཁྱོད་ཀྱི་རེ་བ་སྟོང་ཟད་དུ་འགྲོ་མི་སྲིད།
19 ངའི་བུ། ཤེས་རབ་འཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་ཉོན་དང་།
རང་ཉིད་ཀྱི་སེམས་ཡང་དག་པའི་ལམ་དུ་ཁྲིད་
དང་།
20 ཨ་རག་མང་དྲགས་འཐུང་མཁན་དང་།
ཤ་ལ་ཟ་རྔམ་བྱེད་མཁན་གྱི་ཁྲོད་དུ་མ་སྡོད་ཅིག
21 ར་བཟི་མཁན་དང་ཟས་ལ་རྔམ་མཁན་ནི་དབུལ་
ཕོངས་སུ་འགྱུར།
གཉིད་ཀྱིས་བཟི་མཁན་ནི་གྱོན་ཆས་ཧྲལ་ཧྲིལ་
གྱོན།
22 ཁྱོད་སྐྱེས་སུ་བཅུག་པའི་ཕ་ཡི་ཁ་ལ་ཉན་དགོས།
ཨ་མ་རྒད་ནའང་མཐོང་ཆུང་བྱེད་མི་ཆོག
23 བདེན་དོན་ཉོས་དང་། ནམ་ཡང་འཚོང་མི་ཆོག
ཤེས་རབ་དང་སྦྱོང་བརྡར་དང་གོ་རྟོགས་ཀྱི་ནུས་
རྩལ་བཅས་ཚང་མ་ཉོ་དགོས་པ་ལས་འཚོང་

མི་ཚིག
24 དྲང་བདེན་གྱི་མིའི་ཕ་དགའ་སྤྲོ་སྐྱེ།
བུ་ཤེས་རབ་ཅན་ཞིག་བྱུང་ན་ཁོའི་ཕ་དགའ་ཚོར་
བྱེད།
25 ཁྱོད་ཀྱི་ཕ་མ་དགའ་ཚོར་བྱེད།
ཁྱོད་སྐྱེས་པའི་ཨ་མ་དགའ་སྤྲོ་སྐྱེ།
26 ངའི་བུ། ཁྱོད་ཀྱི་སེམས་ང་ལ་གཏད་དང་།
ཁྱོད་ཀྱི་མིག་ངའི་ལམ་ལ་ལྟ་བར་དགའ་པོ་བྱེད་
པར་ཤོག
27 སྨད་འཚོང་མ་ནི་དོང་གཏིང་ཟབ་མོ་ཞིག་ཡིན།
ཚུལ་མིན་བུད་མེད་ནི་ཁྲོན་པ་དོག་པོ་ཞིག་ཡིན།
28 ཁོ་མོ་ཇག་པ་ལྟར་ལྐོག་ཏུ་བསྒུགས་ནས།
སྐྱེས་པ་མང་པོར་ལྷག་བསམ་ཤོར་དུ་བཅུག
29 གནོད་སྐྱོན་ཐེབས་མཁན་སུ་ཡིན། སེམས་ཁྲལ་
བྱེད་མཁན་སུ་ཡིན།
ཁ་རྩོད་རྒྱག་མཁན་སུ་ཡིན། འཁང་ར་བྱེད་
མཁན་སུ་ཡིན།
རྒྱུ་རྐྱེན་མེད་པར་རྨ་ཁ་ཐེབས་མཁན་སུ་ཡིན།
མིག་རབ་རིབ་ཅན་སུ་ཡིན།
30 རྒུན་འབྲུམ་ཨ་རག་ལ་དབྱིངས་ཞུགས་པའི་མི།
དྲི་ཞིམ་སྨན་སྣ་བསྲེས་པའི་ཆང་རག་གང་སར་
འཚོལ་མཁན་ཡིན།
31 ཕོར་པའི་ནང་ནས་འོད་འཕྲོ་ཞིང་མེད་པར་
འཛམ་པོར་བབ་ཀྱང་།
རྒུན་འབྲུམ་ཨ་རག་གི་ཚོས་གཞི་དམར་པོ་ལ་ལྟ་
མི་ཚིག
32 མཐའ་མར་དེས་སྦྲུལ་ལྟར་ཁྱོད་ལ་སོ་རྒྱག
དུག་སྦྲུལ་ལྟར་དུག་འཐོན།
33 ཁྱོད་ཀྱི་མིག་གནས་ཚུལ་ཁྱད་མཚར་པོ་མཐོང་།
ཁྱོད་ཀྱི་སེམས་ཁུངས་ལུང་མེད་པའི་སྐད་ཆ་
བཤད།
34 ཁྱོད་ནི་རྒྱ་མཚོའི་དཀྱིལ་དུ་ཉལ་མཁན་ལྟར་
འགྱུར།
གཡོར་མོའི་ཤིང་གི་སྟེང་དུ་ཉལ་མཁན་ལྟར་ཡིན།
35 མིས་ང་བརྡུངས་ཀྱང་སྣང་བ་མ་བྱུང་།
མིས་ང་བརྡེགས་ཀྱང་ཧ་གོ་མ་སོང་།
ང་ག་དུས་གཉིད་ལས་སད་དམ།
ངས་ད་དུང་ཕོར་པ་གང་འཐུང་དགོས།

24 མི་ངན་ལ་ཡིད་སྨོན་བྱེད་མི་ཚིག
ཁོ་ཚོ་དང་འབྲེལ་བ་བྱེད་ཐབས་བྱེད་མི་
ཚིག
2 ཁོ་ཚོའི་སེམས་གདུག་རྩུབ་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ལ་བསམ་
བློ་གཏོང་།
ཁོ་ཚོའི་ཁ་ཡིས་མི་ལ་གནོད་འཚེ་གཏོང་བའི་
སྐོར་བཤད།
3 ཁྱིམ་ཚང་ནི་ཤེས་རབ་ལ་བརྟེན་ནས་དར་རྒྱས་
འགྲོ།
དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ནུས་པ་བེད་སྤྱོད་ནས་བརྟན་པོ་བཟོ་
ཐུབ།
4 ཤེས་ཡོན་ཡོད་ན་ཁང་མིག་ནང་དུ།
རིན་ཐང་ཆེ་བའི་ནོར་བུ་གིས་ཁེང་།
5 ཤེས་རབ་ཅན་ལ་ནུས་སྟོབས་ཆེན་པོ་ཡོད།
མི་ལ་ཤེས་ཡོན་ཐོབ་ན་ནུས་སྟོབས་དེ་བས་ཆེ་རུ་
འགྲོ།
6 ཐབས་མཁས་པའི་བཀོད་འདོམས་ལ་ཉན་ནས་
དམག་འཐབ་བྱེད་དགོས།
བསམ་འཆར་འདོན་མཁན་མང་པོ་ཡོད་ན་རྒྱལ་

ཁ་འཐོབ།
7 གླེན་པ་ལ་ཤེས་རབ་ངོ་མ་འཐོབ་མི་སྲིད།
གྲོང་ཁྱེར་གྱི་རྒྱ་སྒོའི་འཁྲིས་སུ་གྲོས་བསྡུར་བྱེད་
སྐབས་ཁོས་གང་ཡང་བཤད་མི་ཐུབ།
8 ཧུས་ངན་འགོད་མཁན་གྱི་མིང་ལ།
ལྐོག་གཡོ་ངན་ཧུས་མཁས་པ་ཟེར།
9 གླེན་པའི་ཧུས་ངན་ནས་སྡིག་ཉེས་འཐོན།
མི་རྣམས་ཀྱིས་འཕྱ་སྨོད་བྱེད་མཁན་ལ་ཞེན་པ་
ལོག
10 དཀའ་སྡུག་གི་ཉིན་མོར་སེམས་ཤུགས་ཞོར་ན།
ཁྱོད་ཀྱི་ནུས་སྟོབས་ཞན་དུ་འགྲོ།
11 ཤི་གྲབས་ཡོད་པའི་མི་རྣམས་སྐྱོབས་དང་།
གསོ་རར་ཁྲུར་ཁྱེར་དུ་འགྲོ་མཁན་བཀག་འགོག་
བྱེད་དང་།
12 གལ་སྲིད་ཁྱོད་ཀྱིས་ "ང་ཚོས་དེའི་སྐོར་ཤེས་མ་
བྱུང" ཞེས་བཤད་ནའང་།
མིའི་སེམས་བརྟག་དཔྱད་གནང་མཁན་གྱིས་དེ་
མཐོང་མི་ཐུབ་བམ།
ཁྱོད་ལ་གཟིགས་ཞིབ་གནང་མཁན་གྱིས་དེ་ཤེས་
ནས།
ཁོང་གིས་མི་རེ་རེའི་བྱ་སྤྱོད་ལ་གཞིགས་ནས་
ལན་སློག
13 ངའི་བུ། སྦྲང་རྩི་ཟོ་དང་། དེ་ཁྱོད་ལ་ཕན་ཐོགས་
ཡོད།
སྦྲང་ཚང་གི་སྦྲང་རྩི་མངར་མོ་དང་བྲོ་བ་ཞིམ་པོ་
ཡོད།
14 དེ་དང་འདྲ་བར་ཤེས་རབ་ཡང་ཁྱོད་ལ་ཕན་
ཐོགས་ཡོད་པ་ཤེས་དགོས།
དེ་རྙེད་ན་ཁྱོད་ལ་མདུན་ལམ་ཡོད་ལ་ཁྱོད་ཀྱི་རེ་
བ་ཡང་ཆད་མི་སྲིད།
15 དྲང་བདེན་གྱི་མིའི་ཁང་པའི་འཁྲིས་སུ་གནོད་
སྐྱེལ་བའི་ཆེད་དུ་སྒྲུག་མི་ཆོག
མི་དེའི་ངལ་གསོ་རྒྱག་ས་གཏོར་བཤིག་གཏོང་མི་
ཆོག
16 དྲང་བདེན་གྱི་མི་ནི་ཐེངས་བདུན་འགྱེལ་ན་ཡང་
སླར་དུ་ཡར་ལང་།
འོན་ཀྱང་མི་ངན་ནི་བར་ཆད་བྱུང་ནས་ཡར་
ལང་མི་ཐུབ།
17 ཁྱོད་ཀྱི་དགྲ་བོ་ས་ལ་འགྱེལ་སྐབས་དགའ་ཚོར་
བྱེད་མི་ཆོག
ཁོ་རྐང་འདྲེད་ཤོར་སྐབས་སེམས་ནང་དགའ་སྤྲོ་
སྐྱེ་མི་ཆོག
18 དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཡ་ཧོ་ཝཱས་དེ་གཟིགས་ནས་ཁྱོད་
ལ་ཞེན་པ་ལོག
ཁོང་གིས་དགྲ་བོ་དེར་ལངས་པའི་ཁོང་ཁྲོ་ཞི་
བར་འགྱུར།
19 མི་ངན་གྱི་རྐྱེན་གྱིས་རླུང་ལང་མི་ཆོག
མི་ངན་རྣམས་ལ་ཡིད་སྨོན་བྱེད་མི་ཆོག
20 མི་ངན་ལ་མདུན་ལམ་མེད།
མི་ངན་གྱི་སྒྲོན་མེ་ཤི་བར་འགྱུར།
21 ངའི་བུ། ཡ་ཧོ་ཝཱ་དང་རྒྱལ་པོ་ལ་གུས་བརྩི་ཞུས་
དང་།
ངོ་ལོག་བྱེད་མཁན་དང་འབྲེལ་བ་བྱེད་མི་ཆོག
22 ཁོ་ཚོའི་གནོད་འཚེ་གློ་བུར་དུ་ཡོང་།
དཀོན་མཆོག་དང་རྒྱལ་པོ་གཉིས་ཀྱིས་གང་འདྲ་
བྱས་ནས་ངོ་ལོག་པ་རྩ་མེད་གཏོང་བ་སུས་
ཤེས་སམ།
23 གཤམ་གྱི་གཏམ་ཡང་ཤེས་རབ་ཅན་གྱི་ཆེད་དུ་

བཀོད་པ་ཡིན།
འདྲི་གཅོད་བྱེད་སྐབས་ཕྱོགས་ཞེན་བྱེད་པ་ནི་བཟང་པོ་མིན།
24 མི་ངན་ལ་ ཁྱེད་ལ་དྲང་བདེན་ཡོད་ ཅེས་ཟེར་མཁན་ལ།
མི་རིགས་ཀུན་གྱིས་དམོད་མོ་རྒྱག རྒྱལ་དམངས་ཀུན་གྱིས་སྐྱོན་བརྗོད་བྱེད།
25 འོན་ཀྱང་མི་ངན་ལ་སྐྱོན་བརྗོད་བྱེད་མཁན་གྱི་བྱ་བ་བདེ་ལྷག་ཏུ་འགྲོ།
ཁོ་ཚོར་བསོད་ནམས་ལྡན་པའི་བྱ་དངོས་ལེགས་པ་འཐོབ།
26 མི་རྣམས་ཀྱིས་ལན་དྲང་པོ་རྒྱག་མཁན་ལ་བརྩེ་འཇོག་བྱེད།
27 ཁྱོད་ཀྱིས་ཕྱི་ལ་ལས་ཀའི་གྲ་སྒྲིག་དགོས། ཞིང་ཁར་དོན་ཐམས་ཅད་བཀོད་སྒྲིག་བྱེད་དགོས།
དེ་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཁང་པ་སྐྲུན་དང་།
28 དཔང་རྟགས་མེད་པར་ཉེ་འཁོར་གྱི་མི་ལ་སྐྱོན་འཛུགས་བྱེད་མི་ཆོག
མི་ལ་མགོ་སྐོར་གཏོང་བའི་ཆེད་དུ་སྐད་ཆ་བཤད་མི་ཆོག
29 “ཁོས་ང་ལ་གང་བྱས་པ་ལྟར་ངས་ཀྱང་ཁོ་ལ་བྱེད་དགོས།
ངས་ཁོ་ལ་དགྲ་ཤ་ལེན་དགོས” ཞེས་ཟེར་མི་ཆོག
30 ང་ལེ་ལོ་ཅན་གྱི་ཞིང་ཁའི་འཁྲིས་དང་།
སྨོངས་པའི་རྒུན་འབྲུམ་ལྡུམ་རའི་འཁྲིས་སུ་ཕྱིན།
31 དེར་རྩྭ་ཡན་གྱིས་ཁེངས་པ་དང་།
ས་ངོས་ཀྱང་ཟྭ་ཚོད་ཀྱིས་ཁེབས་པ་མཐོང་།
རྫོ་རྩིག་ཀྱང་ཉིལ་ཡོད།
32 དེ་མཐོང་ནས་ངས་སེམས་ལ་ངེས་པ་ཡིན།
དེ་བལྟས་ནས་བསླབ་བྱ་ཐོབ་བྱུང་།
33 ཏོག་ཙམ་གཉིད་ཉལ། ཏོག་ཙམ་གཉིད་ཁུག
ཡང་ཏོག་ཙམ་ལག་པ་བསྒྲིམས་ནས་ངལ་གསོ་རྒྱག
34 དེ་ལྟར་བྱས་ན་དབུལ་ཕོངས་ཇག་པ་ལྟར།
ཉམ་ཐག་པའི་གནས་སྟངས་ཆོམ་རྐུན་ལྟར་སླེབ།

25

གཤམ་གྱི་རྩོམ་ཡིག་ཀྱང་སོ་ལོ་མོན་གྱི་ལེགས་བཤད་ཡིན། ཡ་ཧུ་དཱ་ཡུལ་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཧེ་ཟེ་ཀི་ཡཱ་གིས་མི་བཏང་ནས་བཤུས་སུ་བཅུག་པ་དེ་ཡིན།
2 དོན་དག་གསང་ནས་མངོན་དུ་མ་བཅུག་པ་ནི་དཀོན་མཆོག་གི་གཟི་བརྗིད་ཡིན།
དོན་དག་མཐར་ཕྱིན་དུ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་པ་ནི་རྒྱལ་པོ་རྣམས་ཀྱི་གཟི་བརྗིད་ཡིན།
3 གནམ་མཐོ་པོ་དང་ས་ཟབ་མོ་ལྟར།
རྒྱལ་པོ་རྣམས་ཀྱི་སེམས་ནི་དཔག་དཀའ་པོ་ཡིན།
4 དངུལ་སྙིང་གི་བཙོ་སྙིགས་གཡུགས་ཤིག
དེ་ལྟར་བྱས་ན་ལྷད་ཚང་མ་བཏོན་པའི་དངུལ་སྤུས་མ་འཐོབ།
5 རྒྱལ་པོའི་མདུན་ནས་མི་ངན་ཕུས་ཤིག
དེ་ལྟར་བྱས་ན་རྒྱལ་ཁྲི་དྲང་བདེན་ལ་བརྟེན་ནས་བརྟན་པོར་གནས།
6 རྒྱལ་པོའི་མདུན་དུ་ང་རྒྱལ་བྱེད་མི་ཆོག
མི་དྲག་རྣམས་ཀྱི་ཁྲོད་དུ་འཛུལ་ཐབས་བྱེད་མི་ཆོག
7 སྐུ་དྲག་རྣམས་ཀྱི་མདུན་དུ་ངོ་ཚ་ཐེབས་པ་ལས།
ཁོང་གིས་ཁྱོད་ལ་“ཡར་ཤོག་དང་”ཞེས་བཤད་པ་ལེགས།

8 བྲེལ་འཚུབ་དང་ཞུ་གདུག་རྒྱུག་མི་ཆོག
གལ་སྲིད་རྗེས་སུ་མིས་ཁྱོད་ལ་བརྙས་བཅོས་
བཏང་ན་གང་འདྲ་བྱེད་དགོས་སམ།
9 མི་དེ་ཐད་ཀར་བཅལ་ནས་རྩོད་གཞི་ཐག་གཅོད་
བྱེད་དང་།
འོན་ཀྱང་གསང་དོན་ཕྱི་ལ་སྐྱེལ་མི་ཆོག
10 དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཁྱོད་ཀྱི་སྐད་ཆ་ཉན་མཁན་གྱིས་
ཁྱོད་ལ་བརྙས་བཅོས་གཏང་།
ཁྱོད་ཀྱིས་ཁྱབ་སྤེལ་བྱས་པའི་རྒྱབ་བཤད་ཕྱིར་
འཐེན་བྱེད་མི་ཐུབ།
11 འོས་འཚམ་གྱི་སྐབས་དང་བསྟུན་ནས་བཤད་
པའི་སྐད་ཆ་ནི།
དངུལ་གྱི་སྡེར་མའི་ནང་གི་གསེར་གྱི་ཀ་ཤུ་དང་
འདྲ།
12 ཤེས་རབ་ཅན་གྱི་སྐྱོན་བརྗོད་ནི་ཉན་འདོད་བྱེད་
མཁན་གྱི་རྣ་བ་ལ།
གསེར་གྱི་རྣ་ལོང་དང་གསེར་བཅོ་མའི་རྒྱན་ཆ་
དང་འདྲ།
13 བློས་འཁེར་ཆོག་པའི་ཕོ་ཉ་གིས་ཁོ་བཏང་མཁན་
བདག་པོའི་སེམས་སྐྱིད་པོ་བཟོ།
ལོ་ཏོག་རྔ་བའི་དབྱར་ཁར་ཁ་བ་གྲང་མོ་ལོངས་
སྤྱོད་པ་ལྟར་ཡིན།
14 སྤྱོད་བརྩེ་མེད་པའི་ལག་རྟགས་ཀྱི་སྐོར་ཞུད་ཤོབ་
བྱེད་མཁན་ནི།
ཆར་པ་མ་བསྐྱལ་བའི་སྤྲིན་པ་དང་ལྷགས་པ་ལྟར་
ཡིན།
15 ངང་རྒྱུད་རིང་ན་དམག་དཔོན་ལའང་གོ་སྐོན་བློ་
འགུག་བྱེད་ཐུབ།
ཞི་འཇམ་གྱི་ལྕེ་ཡིས་རུས་པ་ཡང་གཅག་ཐུབ།
16 སྦྲང་རྩི་རྙེད་ན་འདང་ངེས་བཟས་ན་འགྲིག
མང་དྲགས་བཟས་ན་སྐྱུག་པ་ཤོར་སྲིད།
17 ཁྱིམ་མཆེས་ཀྱི་ཁང་པར་ཉུང་ཙམ་འཛུལ་དང་།
ཁོ་སུན་སྣང་སྐྱེས་ནས་ཁྱོད་ལ་ཞེན་པ་ལོག་སྲིད།
18 ཉེ་འཁོར་གྱི་མིའི་སྐོར་དཔང་ཚིག་རྫུན་མ་བཤད་
མཁན་ནི།
དབྱུག་པ་དང་རལ་གྲི། མདའ་རྩེ་རྣོ་པོ་དང་འདྲ།
19 དཀའ་ངལ་འཕྲད་སྐབས་བློ་འཁེལ་མི་ཐུབ་པའི་
མི་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱས་ན།
ཆག་པའི་སོ་དང་རྐང་པ་ཀྱོག་པོ་ལ་རྟེན་པ་ལྟར་
ཡིན།
20 སེམས་སྡུག་བྱེད་མཁན་ལ་གླུ་གཞས་གཏོང་བའི་
མི་ནི།
ཉི་མ་གྲངས་མོར་གྱོན་ཆས་བུད་མཁན་དང་།
བུལ་ཏོག་སྣང་ལ་སྐྱུར་ཁུ་བླུག་མཁན་ལྟ་བུ་ཡིན།
21 གལ་སྲིད་ཁྱོད་ཀྱི་དགྲ་བོ་ཞིག་གྲོད་ཁོག་ལྟོགས་
ཡོད་ན་བག་ལེབ་སྟེར་དགོས།
ཁ་སྐོམ་ཡོད་ན་ཆུ་སྟེར་དགོས།
22 དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཁོའི་མགོ་སྟེང་ལ་འབར་བཞིན་
པའི་སོལ་བ་སྤུངས་པ་དང་མཚུངས།
ཡ་ཧོ་ཝཱས་ཁྱོད་ལ་བྱ་དགའ་གནང་ངེས་ཡིན།
23 བྱང་རླུང་བརྒྱབ་ན་ཆར་ཆེན་འབབ།
རྒྱབ་བཤད་བྱས་ན་མིའི་ཁོང་ཁྲོ་སློང་།
24 ཁ་རྩོད་རྒྱག་པར་དགའ་བའི་ཆུང་མ་དང་མཉམ་
དུ་ཁང་པ་གཅིག་ནང་དུ་སྡོད་པ་ལས།
ཐོག་ཁའི་ཟུར་དུ་བསྡད་ན་དགའ།
25 ས་ཆ་ཐག་རིང་ནས་བསྐྱལ་བའི་གཏམ་བཟང་ནི།
དཀའ་ལས་ཁག་པའི་མི་ལ་ཐོབ་པའི་ཆུ་གྲང་མོ་
དང་འདྲ།

26 མི་ངན་དང་སྡུན་ཐབས་བྱེད་པའི་དྲང་བདེན་གྱི་མི་ནི།
ཉོག་པོ་ཆགས་པའི་ཆུ་མིག་དང་བཙོག་པ་ཆགས་པའི་ཁྲོན་པ་དང་འདྲ།
27 སྦྲང་རྩི་མང་དྲགས་བཟས་ན་ཡག་པོ་མིན།
རང་ཉིད་ཀྱི་གཟི་བརྗིད་དོན་གཉེར་བྱེད་པ་ནི་གཟི་བརྗིད་མིན།
28 མི་ཞིག་གིས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཁོང་ཁྲོ་གཏུན་མ་ཐུབ་ན།
གཏོར་བཤིག་བྱུང་བའི་གྲོང་ཁྱེར་ལ་ལྕགས་རི་མེད་པ་ལྟར་ཡིན།

26 དབྱར་གར་བབ་པའི་ཁ་བ་དང་ལོ་ཏོག་རྔ་བའི་སྐབས་སུ་བབ་པའི་ཆར་པ་ལྟར།

གླེན་པར་གཟི་བརྗིད་ཐོབ་ན་འོས་འཚམས་མིན།
2 བྱ་བྱིའུ་ཕྲོས་ན་རྒྱུ་མཚན་ཡོད། ཁུག་ཏ་འཕུར་དུས་ཀྱང་འཕུར་བའི་རྒྱུ་མཚན་ཡོད།
དེ་བཞིན་ཆག་སྒོ་ཡང་རྒྱུ་མེད་རྐྱེན་མེད་དུ་ལང་མི་སྲིད།
3 རྟ་གཏུན་པའི་ཆེད་དུ་ལྕགས་ཚན་དང་བོང་བུ་གཏུན་པའི་ཆེད་དུ་སྲབ་ལྕགས།
གླེན་པའི་རྒྱབ་ལ་གཞུ་བའི་ཆེད་དུ་དབྱུག་པ་ཡོད།
4 གླེན་པའི་གླེན་ཚད་ལ་གཞིགས་ནས་ལན་རྒྱག་མི་རུང་།
རང་ཉིད་ཀྱང་གླེན་པ་མ་ཆགས་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན།
5 གླེན་པར་ཁོའི་གླེན་ཚད་ལ་གཞིགས་ནས་ལན་རྒྱག་དགོས།
གླེན་པ་དེར་རང་ཉིད་སྒྲུང་པོ་ཡིན་བསམ་དུ་མ་བཅུག་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན།
6 གླེན་པར་ལས་ཀ་བཅོལ་མཁན་ནི།
རང་གི་རྐང་པ་བཅག་ནས་རང་ཉིད་ལ་གནོད་འཚེ་གཏོང་མཁན་དང་འདྲ།
7 གླེན་པས་བཤད་པའི་ལེགས་བཤད་ནི།
ནུས་པ་མེད་པའི་རྐང་པ་འཁྱེར་པོ་དང་འདྲ།
8 གླེན་པར་གཟི་བརྗིད་སྤྲོད་པ་ནི་
འུར་རྡོའི་ཐག་པར་རྡོ་བཅིངས་པ་དང་འདྲ།
9 གླེན་པས་བཤད་པའི་ལེགས་བཤད་ནི།
ཆང་བཟི་མཁན་གྱི་ལག་པར་ཡོད་པའི་ཚེར་མ་དང་འདྲ།
10 གླེན་པ་ཡང་ན་ལམ་ཞོར་དུ་འགྲོ་མཁན་གླས་པ་ནི།
མདའ་གང་བྱུང་བརྒྱབ་ནས་མི་ལ་རྨས་སྐྱོན་གཏོང་བ་དང་མཚུངས།
11 ཁྱི་ཡིས་རང་གིས་བསྐྱུགས་པའི་ཟས་ཡང་བསྐྱར་ཟ་བ་ལྟར།
གླེན་པས་ཡང་སེ་གླེན་པའི་བྱ་སྤྱོད་བྱེད།
12 རང་ཉིད་སྒྲུང་པོ་ཡིན་བསམ་མཁན་མཐོང་སྐྱོང་ཡོད་དམ།
མི་དེ་རིགས་ལས་གླེན་པར་རེ་བ་མང་བ་ཡོད།
13 ལེ་ལོ་ཅན་གྱིས་ "ལམ་ཁར་སེང་གེ་རྔོབས་ཆེན་འདུག
ཐང་ཆེན་ལ་སེང་གེ་འདུག" ཅེས་ཟེར།
14 སྒོ་གླེགས་འཁོར་ལྟེའི་སྟེང་དུ་ཕར་ལོག་ཚུར་ལོག་བྱེད་པ་ལྟར།
ལེ་ལོ་ཅན་ཡང་ཉལ་ཁྲིའི་སྟེང་ལ་ཕར་ལོག་ཚུར་

ལོག་བྱེད།
15 ལེ་ལོ་ཅན་གྱིས་སྡེར་མའི་ཟས་རིགས་ལ་ལག་པ་
བཙངས་ཀྱང་།
ལག་པ་དེ་ཁ་ལ་སྐྱེལ་བ་ཙམ་ཡང་དཀའ་ལས་
ཡིན།
16 ལེ་ལོ་ཅན་གྱིས་བསམ་པར་
རང་ཉིད་འོས་འཚམས་ཀྱི་ལན་རྒྱག་མཁན་
བདུན་ལས་སྤྱང་པོ་ཡིན་བསམ།
17 ལམ་ཞོར་དུ་མི་གཞན་གྱི་རྩོད་པ་མཐོང་ནས་
ཁོང་ཁྲོ་ཆེན་པོ་ལངས་མཁན་ནི།
ཁྱིའི་རྣ་བ་འཛིན་མཁན་དང་འདྲ།
18 མེ་ཤུགས་འཕུར་མདའ་དང་མདའ་བརྒྱབ་ནས་
མི་བསད་མཁན་སྨྱོན་པ་དང་འདྲ་བར།
19 ཉེ་འཁོར་གྱི་མི་ལ་མགོ་སྐོར་བཏང་མཁན་གྱིས་
“རྩེད་མོ་རྩེས་པ་ཙམ་ཡིན” ཞེས་བཤད།
20 མེ་ཤིང་མེད་ན་མེ་ལྕེ་མེད་པར་འགྱུར།
མི་ལ་དམའ་འབེབས་གཏོང་མཁན་མེད་ན་ཁ་
རྩོད་ཀྱང་མེད་པར་འགྱུར།
21 མདག་མ་ལ་སོལ་བ་བླུག་པ་དང་མེ་ལ་མེ་ཤིང་
སྣོན་པ་ལྟར།
རྩོད་པ་རྒྱག་པར་དགའ་མཁན་གྱིས་ཁ་རྩོད་
དཀྲུག་ཤིང་བྱེད།
22 དམའ་འབེབས་གཏོང་མཁན་གྱི་གཏམ་ནི་ཞ་
ཚལ་ཞིམ་པོ་དང་འདྲ།
མི་རྣམས་ཀྱིས་ཁྱུར་མིད་བཏང་ནས་གྲོད་ཁོག་
ནང་དུ་ལྷུང་།
23 སེམས་ནག་པོ་ནས་ཐོན་པའི་སྐད་ཆ་འཇམ་པོ་
ནི།
ཛ་ཏྲོབ་ལ་བྱུགས་པའི་གཡུ་རྩེ་དང་འདྲ།
24 མི་གཞན་ལ་སྡང་མཁན་གྱི་སྐད་ཆ་ཞེ་སྡང་དེ་སྦ་
གསང་བྱེད་ཀྱང་།
སེམས་ནང་དུ་གཡོ་སྒྱུ་བཙངས་ཡོད།
25 མི་དེས་འཆམ་མཐུན་དང་སྐད་ཆ་བཤད་ནའང་
ཡིད་ཆེས་བྱེད་མི་ཆོག
ཁོའི་སེམས་ནང་དུ་ཞེན་པ་ལོག་འོས་པའི་བསམ་
ཚུལ་བདུན་ཡོད།
26 ཞེ་སྡང་དེ་གཡོ་སྒྱུ་གིས་ཁེབས་ནའང་།
མི་དེའི་ངན་པ་ཚོས་ཚོགས་ཀྱི་ཁྲོད་དུ་གསལ་
པོར་འགྱུར།
27 ས་དོང་འདྲུ་མཁན་སོ་སོའི་འདྲུ་བའི་དོང་ནང་
དུ་ལྷུང་།
རྡོ་ཕར་སྒྲིལ་མཁན་ལ་རྡོ་དེ་ཁོའི་སྟེང་དུ་ཚུར་
ལོག
28 རྫུན་གཏམ་བཤད་པའི་ལྕེ་ཡིས་སོ་སོས་ཕོག་ཐུག་
བཏང་སའི་མི་ལ་སྡང་།
ངོ་བསྟོད་བཤད་པའི་ཁ་ཡིས་ཉམས་ཆག་གཏོང་།

27 སང་ཉིན་གྱི་སྐོར་འུད་ཤོབ་བཤད་མི་ཆོག
ཁྱོད་ཀྱིས་ཉིན་རེ་རེར་གནས་ཚུལ་གང་
འབྱུང་བ་མི་ཤེས།
2 རང་ཉིད་ཀྱི་ཁ་མ་ཡིན་པར་མི་གཞན་གྱིས་ཁྱོད་
ལ་བསྟོད་བསྔགས་གཏོང་དུ་བཅུག་དང་།
རང་ཉིད་ཀྱི་མཆུ་ཏོ་མ་ཡིན་པར་མི་གཞན་གྱིས་
བསྟོད་བསྔགས་བཏང་ན་བཟང་།
3 རྡོ་དང་བྱེ་མ་ལྗིད་པོ་ག་ཚོད་ཡོད་ན་ཡང་།
གླེན་པས་བཟོས་པའི་རྙོག་དྲ་ནི་དེ་བས་ལྗིད་པོ་
ཡོད།
4 ཁོང་ཁྲོ་ཆེན་པོ་ལངས་མཁན་ལ་ཡ་ང་སྙིང་རྗེ་

མེད། ཁོང་ཁྲོ་ཆུ་ལོག་ལྟར་ཡིན།
འོན་ཀྱང་ཕྲག་དོག་ལ་སུས་ཁ་གཏད་འཛལ་ཐུབ་
བམ།
5 གསལ་པོར་བྱས་པའི་སྐྱོན་བརྗོད་ནི་སྦས་གསང་
བྱས་པའི་བརྩེ་སེམས་ལས་བཟང་།
6 གྲོགས་པོས་ཁྱོད་ལ་རྨས་སྐྱོན་གཏོང་བ་ནི་ཁྱོད་
ལ་བློ་དཀར་ཡིན་པའི་རྟགས་རེད།
འོན་ཀྱང་དགྲ་བོ་ནི་ཁྱོད་ལ་ཡང་སེ་འོ་བྱེད།
7 གྲོད་ཁོག་ཀྲུགས་ཚར་བའི་མི་ནི་སྦྲང་ཚང་གི་
སྦྲང་རྩི་ཡང་ཟ་འདོད་མེད།
འོན་ཀྱང་གྲོད་ཁག་ལྟོགས་པའི་མིའི་ངོས་ནས་
བཤད་ན་ཁ་ཏིག་གི་ཟས་རིགས་ཀྱང་མངར་
མོ་ཡིན།
8 ཁྱིམ་དང་ཁ་བྲལ་ནས་འཁྱམས་མཁན་ནི།
ཚང་ནས་ཁ་བྲལ་ནས་འཁྱར་བའི་བྱ་བྱིའུ་དང་
འདྲ།
9 སྣུམ་དང་སྤོས་ཀྱིས་མི་ལ་དགའ་སྤྲོ་སྐྱེད།
སྙིང་ནས་བྱས་པའི་གྲོགས་པའི་ཁ་ཏ་བསླབ་བྱ་
ཡང་དེ་ལྟར་ཡིན།
10 རང་ཉིད་ཀྱི་གྲོགས་པོ་དང་ཕ་ལགས་ཀྱི་གྲོགས་
པོ་དང་ཁ་བྲལ་མི་ཆོག
ཆག་སྒོ་དང་ཕྲད་པའི་ཉིན་མོར་གཅེན་གཅུང་གི་
ཁང་པར་འཛུལ་མི་ཅོག
ཉེ་འཁོར་གྱི་ཁྱིམ་མཚེས་ནི་ཐག་རིང་སའི་གཅེན་
གཅུང་ལས་ལྷག
11 ངའི་བུ་ཕྲུག ཤེས་རབ་ཅན་ཞིག་བྱས་ནས་ངའི་
སེམས་ལ་དགའ་སྤྲོ་སྐྱེ་རུ་བཅུག་དང་།
དེ་ལྟར་བྱས་ན་ངས་ང་ལ་འཕྱ་སྨོད་བྱེད་མཁན་
དེར་ལན་སློག་ཐུབ།
12 མི་སྤྱང་པོས་ཉེན་ཁ་མཐོང་ན་གཡོལ་ནས་གབ།
འོན་ཀྱང་ཉམས་མྱོང་མེད་པའི་མི་ནི་མུ་མཐུད་
མདུན་དུ་ཕྱིན་ནས་སྡུག་པོ་མྱོང་།
13 ཕྱི་མིའི་ཁག་ཐེག་བྱས་མཁན་ནས་ཁོའི་ཕྱི་གོས་
ལེན་ཞིག
ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་བུད་མེད་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཁག་ཐེག་བྱས་
མཁན་ཡིན་ན་ཁོ་ནས་གཏའ་མ་ལེན་ཞིག
14 ཞོགས་པ་སྔ་མོ་ནས་སྐད་ཤུགས་ཆེན་པོས་མི་
གཞན་ལ་བདེ་བ་ཡོང་བའི་སྨོན་འདུན་ཞུས་
ན།
མི་གཞན་གྱིས་དེ་སྨད་མོ་ལ་བརྩི་གི་རེད།
15 རྩོད་པ་ལ་དགའ་བའི་ཆུང་མ་ནི་ཆར་པ་འབབ་
པའི་ཉིན་མོར་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་
ཆུ་འཛག་པའི་ཐོག་ཁ་དང་འདྲ།
16 ཆུང་མ་དེ་བཀག་འགོག་བྱེད་ཐུབ་ན་མི་དེས་
ལྷགས་པ་ཡང་འགོག་ཐུབ་ལ།
ལག་པ་གཡས་པས་སྣུམ་ཡང་འཛིན་ཐུབ།
17 ལྕགས་ནི་ལྕགས་ལ་བརྡར་ནས་རྣོ་པོ་བཟོ་ཐུབ།
མི་དང་ཁོའི་གྲོགས་པོ་ཕན་ཚུན་སྦྱོང་བརྡར་སྦྲད་
ནས་ཡར་སྐྱེད་གཏོང་།
18 སེ་ཏོག་གསང་ཤིང་གི་ཤིང་སྡོང་ལྟ་རྟོག་བྱེད་
མཁན་གྱིས་དེའི་འབྲས་བུ་ཟ།
བདག་པོ་ལ་ཞབས་ཕྱི་ཞུ་མཁན་ལ་གཟི་བརྗིད་
འཐོབ།
19 མི་ཞིག་གིས་ཆུ་ངོས་སུ་རང་ཉིད་ཀྱི་གདོང་
མཐོང་བ་ལྟར།
མི་ཡིས་མི་གཞན་ཞིག་གི་སེམས་ལ་རང་ཉིད་ཀྱི་
བསམ་ཡུལ་མཐོང་།
20 དུར་ས་དང་གཏོར་བཤིག་གི་ས་ཆ་ཁེང་མི་སྲིད།

མིའི་མིག་ཡང་འདོད་བློ་ཁེང་མི་སྲིད།
21 བཞུ་སྣོད་ནང་དངུལ་བཞུ་ཐུབ། བཞུ་ཐབ་ནང་
གསེར་བཞུ་ཐུབ།
དེ་ལྟར་བསྟོད་བསྔགས་ཀྱིས་མི་ལ་ཉམས་ཚོད་
ལེན་ཐུབ།
22 གླེན་པ་ཞིག་གཏུན་ཁུང་ལ་བླུགས་ནས་འབྲུ་
རིགས་ལྟར་གཏུན་བུས་བརྡུང་ནའང་།
མི་དེའི་གླེན་རྟགས་ཁོ་དང་ཁ་བྲལ་མི་སྲིད།
23 ཁྱོད་ཀྱིས་རང་ཉིད་ཀྱི་ལུག་ཁྱུའི་གནས་ཚུལ་
གསལ་པོར་ཤེས་དགོས།
ལུག་ལ་ལྟ་སྐྱོང་ཡག་པོ་བྱེད་དགོས།
24 རྒྱུ་ནོར་ནི་དུས་ནམ་ཡང་གནས་མི་སྲིད།
རྒྱལ་པོའི་དབུ་རྒྱན་ཡང་མི་རབས་རྗེས་མར་རྟག་
ཏུ་རྒྱུན་འཛིན་བྱེད་མི་ཐུབ།
25 སྔོ་རྩྭ་མེད་པར་གྱུར་ན་སླར་ཡང་རྩྭ་གསར་སྐྱེ།
མི་རྣམས་ཀྱིས་རི་སྟེང་གི་རྩྭ་ལྡུམ་བསྡུ།
26 ལུག་གུ་གི་བལ་གྱིས་གྱོན་ཆས་བཟོ་ཐུབ་ལ།
ཞིང་ཁ་ཉོ་བའི་རིན་འབབ་ལ་ར་ཕོ་སྤྲོད་ཐུབ།
27 ར་ཡི་འོ་མ་འདང་ངེས་ཡོད་པས་རང་ཉིད་ཀྱི་
ཆེད་དུ་ཟ་ཆས་བཟོ་ཐུབ་པ་མ་ཟད།
ཁྱོད་ཀྱི་ཁྱིམ་ཚང་དང་གཡོག་མོ་རྣམས་འཚོ་སྐྱོང་
བྱེད་ཐུབ།

28

མི་ངན་རྗེས་འདེད་བྱེད་མཁན་མེད་ན་
ཡང་བྲོས་འགྲོ།
འོན་ཀྱང་དྲང་བདེན་གྱི་མི་ནི་སེང་གེ་ལྟར་
སེམས་ཤུགས་བརྟན་པོ་ཡིན།
2 རྒྱལ་ཁབ་ལ་ཁྲིམས་འགལ་བྱས་མཁན་ཡོད་ན་
དབང་སྒྱུར་པ་གཅིག་རྗེས་གཉིས་མཐུད་དུ་
འགྱུར།
དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ནུས་པ་དང་ཤེས་ཡོན་ཡོད་པའི་མི་
ལ་བརྟེན་ནས་གཙོ་འཛིན་ཡང་ཡུན་རིང་དུ་
དབང་སྒྱུར་བྱེད།
3 དབུལ་པོ་ཞིག་གིས་གོ་ས་དམའ་བའི་མི་ནས་
གཡོ་ལེན་བྱེད་པ་ནི།
ཆར་པས་ཟ་ཆས་ཡོད་ཚད་ཁྱེར་བ་དང་འདྲ།
4 ཁྲིམས་སྐྱུར་མཁན་གྱིས་མི་ངན་ལ་བསྟོད་
བསྔགས་གཏོང་།
ཁྲིམས་བརྩི་སྲུང་བྱེད་མཁན་གྱིས་ཁོ་ཚོར་དྲང་
བདེན་གྱི་ཁོང་ཁྲོ་སྐྱེ།
5 མི་ངན་གྱིས་དྲང་བདེན་ཧ་གོ་མི་ཐུབ།
འོན་ཀྱང་ཡ་ཧོ་ཝཱ་ཁྲིད་སྟོན་འཚོལ་མཁན་ནི་
དོན་ཐམས་ཅད་ཤེས་རྟོགས་བྱེད་ཐུབ།
6 ལྷག་བསམ་རྣམ་དག་གི་དབུལ་པོ་ནི།
སྤྱོད་ལམ་ངན་རུལ་གྱི་ཕྱུགས་པོ་ལས་ལྷག
7 གོ་རྟོགས་ཀྱི་ནུས་རྩལ་ཡོད་པའི་བུ་ཡིས་ཁྲིམས་
ལ་བརྩི་སྲུང་བྱེད།
ཟ་རྫམ་བྱེད་མཁན་དང་འབྲེལ་བ་བྱེད་པའི་བུ་
ཡིས་ཕ་ཡི་ཀང་འདྲེན།
8 སྐྱེད་ཀ་མཐོ་པོ་ལེན་ནས་རྒྱུ་ནོར་བསགས་མཁན་
ནི།
མཐར་ཐུག་དབུལ་པོ་ལ་སེམས་ཁུར་བྱེད་མཁན་
གྱི་ཆེད་དུ་རྒྱུ་ནོར་བསགས་ཡོད།
9 མི་ཞིག་ཁྲིམས་ལ་ཉན་འདོད་མེད་ན།
མི་དེའི་སྨོན་ལམ་ཡང་ཞེན་པ་ལོག་འོས་པ་ཞིག་
ཡིན།
10 དྲང་བདེན་གྱི་མི་ལ་མགོ་སྐོར་བཏང་ནས་ལམ་
ནོར་དུ་ཁྲིད་མཁན་ནི་རང་ཉིད་ཀྱིས་བྲུས་

པའི་ས་དོང་དུ་ལྷུང་།
སྐྱོན་བརྗོད་བྱེད་ས་མེད་པའི་མི་ལ་འབྲས་བུ་
བཟང་པོ་འཐོབ།
11 ཕྱུགས་པོས་རང་ཉིད་ཤེས་རབ་ཅན་ཡིན་བསམ།
འོན་ཀྱང་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ནུས་པ་ཡོད་པའི་དབུལ་
པོས་མི་དེར་མཐིལ་རྟོགས་བྱེད།
12 དྲང་བདེན་གྱི་མི་ལ་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་དུས་གཟི་
བརྗིད་ཆེན་པོ་ཡོད།
འོན་ཀྱང་མི་ངན་གྱིས་དབང་ཆ་བཟུང་ན་མི་
རྣམས་གབ་ཡིབ་བྱེད།
13 རང་ཉིད་ཀྱི་ནོར་འཁྲུལ་སྦ་གསང་བྱེད་མཁན་ལ་
ལེགས་འགྲུབ་ཡོང་མི་སྲིད།
འོན་ཀྱང་ནོར་འཁྲུལ་ངོས་ལེན་བྱས་ནས་སྒྱུར་
མཁན་ལ་སྙིང་རྗེ་འཐོབ།
14 རྟག་ཏུ་དོགས་ཟོན་བྱེད་མཁན་ལ་བདེ་སྐྱིད་ཡོད།
ཨུ་ཚུགས་རྒྱག་མཁན་ལ་རྐྱེན་ངན་ཕོག
15 ནུས་པ་མེད་པའི་མི་སེར་ལ་དོ་དམ་བྱེད་པའི་
དབང་སྒྱུར་པ་ངན་པ་ནི།
ངར་སྐད་སྒྲོག་པའི་སེང་གེ་དང་འཇབ་རྒོལ་བྱེད་
པའི་དོམ་དང་འདྲ།
16 དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ནུས་པ་མེད་པའི་གཙོ་འཛིན་གྱིས་
དབང་ཆ་གང་བྱུང་དུ་སྤྱོད།
འོན་ཀྱང་ཡོང་ཁུངས་མི་གཙང་བའི་ཁེ་ཕན་ལ་
སྡང་མཁན་ནི་མི་ཚེ་རིང་པོ་སྐྱེལ།
17 མི་བསད་པའི་ལག་དམར་བ་ནི་མ་ཤི་བར་དུ་
བྲོས་དགོས།
མི་སུ་ཞིག་ཀྱང་མི་དེར་རོགས་རམ་བྱེད་མི་ཆོག
18 སྤྱོད་ལམ་གཙང་མ་བྱེད་མཁན་ལ་སྲུང་སྐྱོབ་
འཐོབ།
འོན་ཀྱང་གཡོ་སྒྱུ་བྱེད་མཁན་གློ་བུར་དུ་འགྱེལ།
19 རང་ཉིད་ཀྱི་ཞིང་ཁ་རྨོ་མཁན་ལ་ཟ་ཆས་འདང་
ངེས་ཡོད།
རིན་ཐང་མེད་པའི་དོན་དག་དོན་གཉེར་བྱེད་
མཁན་གྱིས་དབུལ་ཕོངས་ཀྱི་བྲོ་བ་མྱུངས།
20 བློས་འཁེལ་ཚོག་པའི་མི་ལ་དཀོན་མཆོག་གི་
བཀའ་དྲིན་མང་པོ་འཐོབ།
བྲེལ་འཚུབ་དང་རྒྱུ་ནོར་འཐོབ་ཐབས་བྱེད་
མཁན་གཡོ་ལྷད་དང་བྲལ་མི་ཐུབ།
21 ཕྱོགས་ཞེན་བྱེད་པ་ནི་བཟང་པོ་མིན།
འོན་ཀྱང་མི་ཡིས་བག་ལེབ་གཅིག་གི་ཆེད་དུ་
ཁྲིམས་འགལ་བྱེད་སྲིད།
22 ཕྲག་དོག་བྱེད་མཁན་རྒྱུ་ནོར་བསག་པར་ཧུར་
ཐག་བྱེད་ཀྱང་།
དབུལ་ཕོངས་ཀྱིས་ཁོ་ལ་རྗེས་འདེད་གཏོང་
བཞིན་ཡོད་པ་མི་ཤེས།
23 མི་ལ་སྐྱོན་བརྗོད་བྱེད་མཁན་ལ་འཐོབ་པའི་
དགའ་གུས་ནི།
མཐར་ཐུག་ངོ་བསྟོད་བྱེད་མཁན་ལས་ཆེ་བ་ཡོད།
24 ཕ་མའི་དངོས་པོ་འཕྲོགས་ནས་“འདི་མ་འགྲིག་
པ་གང་ཡང་མེད” ཟེར་མཁན་ནི་
ཇག་རྐུན་གྱི་རོགས་པ་ཞིག་ཡིན།
25 ཧམ་པ་བྱེད་མཁན་གྱིས་རྩོད་གཞི་སློང་།
འོན་ཀྱང་ཡ་ཧོ་ཝཱ་ལ་བློས་གཏད་མཁན་དར་
རྒྱས་འགྲོ།
26 རང་ཉིད་ཀྱི་སེམས་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱེད་མཁན་ནི་
གླེན་པ་ཡིན།
འོན་ཀྱང་ཤེས་རབ་ལ་བརྟེན་ནས་འགྲོ་མཁན་ནི་
ཆག་སྒོ་ལས་ཐར་ཐུབ།

27 དབུལ་པོར་སྦྱིན་པ་གཏོང་མཁན་ལ་མི་འདང་བ་གང་ཡང་མེད།
མིག་བཙུམ་ནས་སྣང་མེད་བཏང་མཁན་ལ་དམོད་མོ་མང་པོ་ཐེབས།
28 མི་ངན་གྱིས་དབང་ཆ་བཟུང་ན་མི་རྣམས་གབ་ཡིབ་བྱེད།
མི་ངན་མེད་པར་གྱུར་ན་དྲང་བདེན་གྱི་མི་མང་དུ་འགྲོ།

29

སྐྱོན་བརྗོད་ཐེངས་མང་པོ་ཐེབས་ཀྱང་ཨུ་ཚུགས་ཆ་པོ་ཡིན་པའི་མི་ནི།
གློ་བུར་དུ་རྡུང་རྡེག་ཐེབས་ནས་བཅོས་ཐབས་མེད།
2 དྲང་བདེན་གྱི་མི་རྣམས་མང་དུ་འགྲོ་ན་མི་སེར་དགའ་སྤྲོ་སྐྱེ།
མི་ངན་གྱིས་དབང་སྒྱུར་བྱས་ན་མི་སེར་གྱིས་སྡུག་སྐད་རྒྱག
3 ཤེས་རབ་ལ་དགའ་མཁན་གྱི་ཕ་ལ་དགའ་སྤྲོ་ཡོད།
སྨད་ཚོང་མ་དང་འབྲེལ་བ་བྱེད་མཁན་གྱིས་རྒྱུ་ནོར་ཆུད་ཟོས་གཏོང་།
4 རྒྱལ་པོས་དྲང་བདེན་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱལ་ཁབ་གཏན་འཇགས་བཟོ།
ཕྱོག་རྫན་རག་ཐབས་བྱེད་མཁན་གྱིས་རྒྱལ་ཁབ་ཉམས་རྒུད་གཏོང་།
5 མི་གཞན་ལ་ངོ་དགའ་བྱེད་མཁན་ནི།
མི་གཞན་གྱི་མདུན་དུ་རྒྱ་རྙི་འཛུགས་ཀྱི་ཡོད།
6 མི་ངན་ཁྲིམས་འགལ་བྱས་ནས་རྙི་ལ་ཚུད།
དྲང་བདེན་གྱི་མི་རྣམས་དགའ་འཐོད་བསྒྲགས་བཞིན་དགའ་ཚོར་བྱེད།
7 དྲང་བདེན་གྱི་མིས་དབུལ་པོ་རྣམས་ཀྱི་ཁྲིམས་མཐུན་ཐོབ་ཐང་ལ་སེམས་ཁུར་བྱེད་ཀྱང་།
མི་ངན་རྣམས་ཀྱིས་དེར་སེམས་ཁུར་སྤྲ་ཙམ་མི་བྱེད།
8 འཕོར་ཤོབ་བྱེད་མཁན་གྱིས་གྲོང་ཁྱེར་ཧྲིལ་པོར་འཁྲུག་ཟིང་སློང་།
འོན་ཀྱང་ཤེས་རབ་ཅན་གྱིས་ཁོང་ཁྲོ་ཞི་རུ་བཅུག
9 ཤེས་རབ་ཅན་གྱིས་གླེན་པ་དང་ཁ་རྫོད་རྒྱག་ན།
སྐད་ཅོར་དང་འཕྱ་སྨོད་འབྱུང་བ་ལས་འབྲས་བུ་བཟང་པོ་འཐོན་མི་སྲིད།
10 དམར་གསོད་གཏོང་བར་དགའ་མཁན་ཉེས་པ་མེད་པའི་མི་ལ་སྡང་།
ཁོ་ཚོས་དྲང་བདེན་གྱི་མིའི་ཚེ་སྲོག་འཕྲོག་ཐབས་བྱེད།
11 གླེན་པས་ཧྲུང་ལངས་ན་ཁོང་ཁྲོ་ཚང་མ་ཕྱི་ལ་འདོན།
ཤེས་རབ་ཅན་གྱིས་ཞི་ལྷོད་དང་བཟོད་སྒོམ་བྱེད།
12 དབང་སྒྱུར་པ་ཞིག་གིས་རྫུན་གཏམ་ལ་ཉན་ན།
འཁོར་གཡོག་ཚང་མ་མི་ངན་དུ་འགྱུར།
13 དབུལ་པོ་དང་མི་ལ་གཉའ་གནོན་བྱེད་མཁན་ལ་འདྲ་ས་ཡོད།
ཡ་ཧྭ་ལྷས་དེ་གཉིས་ཀྱི་མིག་ལ་འོད་མཐོང་དུ་བཅུག
14 རྒྱལ་པོས་དབུལ་པོ་རྣམས་ལ་དྲང་གཞག་ངང་འདྲི་གཅོད་བྱས་ན།
རྒྱལ་ཁྲི་ནམ་ཡང་གཏན་འཇགས་ཡིན།
15 ཆད་པ་དང་སྐྱོན་བརྗོད་ནི་མི་ལ་ཤེས་རབ་སྤྲོད།
གཅུན་མེད་པའི་ཕྲུ་གུ་ནི་ཨ་མ་ངོ་ཚ་པོ་བཟོ།

16 མི་ངན་མང་དུ་འགྲོ་ན་ཁྲིམས་འགལ་ཡང་མང་
དུ་འགྲོ།
འོན་ཀྱང་དྲང་བདེན་གྱི་མིས་ཁོ་ཚོའི་ཉམས་རྒུད་
མཐོང་།
17 ཁྱོད་ཀྱི་ཕྲུ་གུ་གཅུན་དགོས།
ཕྲུ་གུ་དེས་ཁྱོད་ལ་བདེ་བ་དང་སྤྲོ་སྣང་ཆེན་པོ་
འབྱུང་།
18 དཀོན་མཆོག་གི་ཁྲིད་སྟོན་མེད་ན་མི་སེར་ཁྲིམས་
མེད་ལུགས་མེད་བྱེད།
བཀའ་ཁྲིམས་ལ་བརྩི་སྲུང་བྱེད་མཁན་ལ་བདེ་
སྐྱིད་ཡོད།
19 སྐད་ཆ་བཤད་པ་ཁོ་ནས་ཞབས་ཕྱིའི་སྐྱོན་ཆ་ཡོ་
བསྲང་བྱེད་མི་ཐུབ།
ཁོས་ཧ་གོ་ནའང་ཁ་ལ་ཉན་འདོད་མེད།
20 བྲེལ་འཚུབ་ངང་སྐད་ཆ་བཤད་མཁན་མཐོང་
མྱོང་ཡོད་དམ།
མི་དེ་ལས་གླེན་པ་ལ་ད་དུང་རེ་བ་ཡོད།
21 ཞབས་ཕྱི་ཆུང་དུས་ནས་ལང་ཤོར་དུ་བཏང་ན།
རྗེས་སུ་ཁོས་བཀའ་དྲིན་བསམ་ཤེས་མི་བྱེད།
22 ཁོང་ཁྲོ་ལང་སླ་བའི་མིས་རྩོད་གཞི་སློང་།
རླུང་ལང་སླ་བའི་མིས་རྟག་པར་ཁྲིམས་འགལ་
བྱེད།
23 ལྟ་བ་མཐོ་བའི་མི་དམའ་འབབ།
སྙེམས་ཆུང་གི་མི་ལ་གཟི་བརྗིད་འཐོབ།
24 རྐུན་མའི་རོགས་པ་བྱེད་མཁན་ནི་རང་ཉིད་ལ་
སྡང་ཡོད།
ཁོས་བདེན་དཔང་བྱེད་པའི་འབོད་སྐུལ་ཐོས་
ཀྱང་སྙན་སེང་མི་བྱེད།
25 མི་ལ་ཞེད་པ་ནི་རྙི་དང་མཚུངས།
འོན་ཀྱང་ཡ་ཧོ་ཝཱར་བློས་འཁེལ་མཁན་ལ་སྲུང་
སྐྱོབ་འཐོབ།
26 མི་མང་པོས་དབང་སྒྱུར་པ་དང་མཇལ་འཕྲད་
བྱེད་ཐབས་བྱེད།
འོན་ཀྱང་དྲང་བདེན་གྱི་འདྲི་གཅོད་གནང་
མཁན་ནི་ཡ་ཧོ་ཝཱ་ཡིན།
27 དྲང་བདེན་གྱི་མིས་དྲང་པོ་མིན་པའི་མི་ལ་ཞེན་
པ་ལོག
མི་ངན་གྱིས་མི་དྲང་པོ་དྲང་གཞག་ལ་ཞེན་པ་
ལོག

30 གཤམ་ནི་ཡཱ་ཀེའི་བུ་ཨ་གུར་གྱི་གལ་ཆེ་བའི་འཕྲིན་ཡིག

ཁོང་གིས་ཨི་ཐི་ཨེལ་དང་ཨུ་ཀལ་ལ་བཤད་པའི་བསླབ་
བྱ་ཡིན།
2 ང་གཞན་སུ་ཞིག་ལས་ཤེས་ཡོན་མེད་ལ།
མི་དཀྱུས་མའི་གོ་རྟོགས་ཀྱི་ནུས་པ་ཡང་མེད།
3 ངས་ཤེས་རབ་སྦྱངས་མ་བྱུང་།
ང་ལ་ཁྱད་དུ་འཕགས་པའི་དཀོན་མཆོག་གི་ཤེས་
ཡོན་མེད།
4 སུས་ནམ་མཁར་ཡར་ཕྱིན་ནས་རྗེས་སུ་མར་བབ་
བམ།
སུས་ལག་མཐིལ་གཉིས་ནང་དུ་ལྷགས་པ་སྡུད་
མྱོང་ཡོད་དམ།
སུས་གྱོན་ཆས་ནང་དུ་ཆུ་ཐུམ་མྱོང་ཡོད་དམ།
སུས་ས་གཞིའི་མཐའ་མཚམས་གཏན་འཁེལ་བྱས་
སམ།
ཁོང་གི་མཚན་དང་ཁོང་གི་བུའི་མཚན་གང་ཡིན།
ཁྱོད་ཀྱིས་ཤེས་སམ།

5 དཀོན་མཆོག་གི་གསུང་ཚང་མ་དྭངས་གཙང་ཡིན།
དཀོན་མཆོག་ནི་ཁོང་ལ་འགེགས་སྲུང་འཚོལ་མཁན་གྱི་ཕུབ་ཡིན།
6 དཀོན་མཆོག་གི་གསུང་ལ་གང་ཡང་སྣོན་མི་ཆོག
དེ་ལྟར་བྱས་ན་དཀོན་མཆོག་གིས་ཁྱོད་ལ་བཀའ་སྐྱོན་གནང་།
ཁྱོད་རྫུན་གཏམ་བཤད་མཁན་ཡིན་པ་མངོན།
7 ཀྱེ་དཀོན་མཆོག་ལགས། ངས་ཁྱེད་ལ་རེ་བ་ཞུ་དགོས་པའི་དོན་དག་གཉིས་ཡོད།
ང་མ་ཤི་གོང་སྒྲུབ་རོགས་གནང་།
8 ང་ལས་རྫུས་མ་དང་རྫུན་གཏམ་གཙང་སེལ་གནང་དང་།
ང་དབུལ་པོ་དང་ཕྱུག་པོ་གཉིས་གར་འགྱུར་མ་བཅུག་དང་།
ངའི་ཐོབ་སྐལ་གྱི་ཟ་ཆས་ཟ་ཐུབ་ན་འགྲིག
9 དེ་འདྲ་ཡིན་ན་ངས་འདོད་བློ་ཁེངས་ནས་ཁྱེད་རང་ངོས་མ་ལེན་པ་བྱེད་མི་སྲིད།
“ཡ་ཧོ་ཝ་སུ་ཡིན” ཟེར་མི་ཡོང་།
ཡང་དབུལ་ཕོངས་ཀྱི་རྐྱེན་གྱིས་རྐུན་མ་རྐུས་ནས་ངའི་དཀོན་མཆོག་གི་མཚན་སྙན་ལ་གནོད་མི་སྲིད།
10 བདག་པོའི་མདུན་དུ་ཁོང་གི་ཞབས་ཕྱིའི་སྐོར་སྐྱུར་འདེབས་བྱེད་མི་ཆོག
དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཁྱོད་ལ་དམོད་མོ་ཕོག་ལ་ཁྱོད་ལ་ཉེས་པ་ཡོད་པ་མངོན།
11 ཕ་ལ་དམོད་མོ་འདེབས་ཤིང་།
ཨ་མ་ལ་བརྩི་འཇོག་མི་བྱེད་པའི་མི་རབས་ཡོད།
12 རང་ཉིད་དྭངས་གཙང་ཡིན་བསམས་ཀྱང་།
དོན་དངོས་ཐོག་བཙོག་པ་བསལ་མེད་པའི་མི་རབས་ཡོད།
13 ལྟ་བ་ཧ་ཅང་མཐོ་ཞིང་།
མིག་ལམ་དུ་གང་ཡང་མ་བཞག་པའི་མི་རབས་ཡོད།
14 རལ་གྲི་ལྟར་གྱི་སོ་དང་།
བཤན་གྲི་ལྟར་གྱི་མས་ལེ་ལྡན་པའི་མི་རབས་ཡོད།
ཁོ་ཚོས་ས་གཞི་ནས་གོ་ས་དམའ་བའི་མི་རྣམས་དང་།
མིའི་རིགས་ཀྱི་ཁྲོད་ནས་དབུལ་པོ་རྣམས་ཁྱུར་མིད་གཏོང་།
15 སྲིན་བུ་པད་པ་ལ་“ང་ལ་སྤྲོད་དང་། སྤྲོད་དང” ཞེས་བཤད་པའི་བུ་མོ་གཉིས་ཡོད།
འདོད་པ་ཁེངས་རྒྱུ་མེད་པའི་དངོས་པོ་གསུམ་ཡོད།
“འདང་ངེས་འདུག” ཅེས་ནམ་ཡང་མི་བཤད་པ་བཞི་ཡོད།
16 དུར་ས། ཕྲུ་གུ་མི་འཁོར་བའི་མངལ།
ཆུ་མི་འདང་བའི་ས་ཞིང་།
“འདང་སོང” ཞེས་རྩ་བ་ནས་མི་བཤད་པའི་མེ་བཅས་ཡིན།
17 མི་ཞིག་གིས་ཕ་ལ་འཕྱ་སྨོད་བཏང་བ་དང་ཨ་མ་ལ་བརྩི་བཀུར་མ་བྱས་པར་སྣང་མེད་བཏང་ན།
ལུང་གཤོངས་ནང་ཀྱི་བྱ་རོག་གིས་ཁོའི་མིག་གཉིས་མཆུ་འཐོག་ཀྱུག
རྒོད་ཕྲུག་རྣམས་ཀྱིས་དེ་ཚོ་ཟ།
18 ངས་ཤེས་རྟོགས་བྱེད་མི་ཐུབ་པའི་དོན་དག་གསུམ་ཡོད།

ངས་ཧ་གོ་མི་ཐུབ་པའི་དོན་དག་བཞི་ཡོད།
19 གནམ་ལ་འཕུར་བའི་བྱ་སླག་གི་ལམ།
བྲག་རྫོར་ལྟོ་འགྲོ་བྱེད་པའི་སྦྲུལ་གྱི་ལམ།
རྒྱ་མཚོར་སྐྱོད་པའི་གྲུ་གཟིངས་ཀྱི་ལམ།
ན་གཞོན་བུད་མེད་དང་མཉམ་དུ་ཡོད་པའི་ཁྱོ་གའི་ལམ་བཅས་ཡིན།
20 འཆལ་མོའི་སྤྱོད་ལམ་ནི་འདི་ལྟར་ཡིན།
ཁོ་མོས་བཟས་ཚར་བའི་རྗེས་སུ་ཁ་ཕྱིས་ནས་བཤད།
“ངས་ལས་ཀ་ངན་པ་གང་ཡང་བྱས་མེད།”
21 ས་གཞི་ལ་གཡོ་འགུལ་གཏོང་བའི་དོན་དག་གསུམ་ཡོད།
ས་གཞི་ཨར་བརྟེན་མི་ཐུབ་པའི་དོན་དག་བཞི་ཡོད།
22 གཡོག་པོ་ཞིག་རྒྱལ་པོ་ཆགས་ནས་དབང་སྒྱུར་བྱེད་པ།
གླེན་པ་ལ་ཟ་ཆས་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པོ་ཐོབ་པ།
23 ཞེན་པ་ལོག་པའི་བུད་མེད་གནའ་མར་ལེན་པ།
གཡོག་མོས་བདག་མོའི་གོ་གནས་འཕྲོག་ལེན་བྱེད་པ་བཅས་ཡིན།
24 ས་སྟེང་གི་སྲོག་ཆགས་བཞི་ཆུང་ཆུང་ཡིན་ནའང་།
དེ་ཚོར་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཡོད།
25 གྲོག་མ་ཤེད་ཤུགས་ཆེ་བའི་སྲོག་ཆགས་མིན།
འོན་ཀྱང་དབྱར་ཁའི་དུས་སུ་ཟ་ཆས་གྲ་སྒྲིག་བྱེད།
26 རི་བོང་རྨིག་པ་ཅན་ནི་དཔའ་ངར་ཆེ་བའི་སྲོག་ཆགས་མིན།
འོན་ཀྱང་དེ་ཚོའི་ཚང་བྲག་རྫོའི་ཁྲོད་དུ་བཟོ།
27 ཆ་ག་པ་ལ་རྒྱལ་པོ་མེད་ཀྱང་།
ཚང་མས་རུ་སྒྲིག་ནས་མདུན་དུ་སྐྱོད།
28 རྩངས་པ་རྐང་པས་རྩིག་པ་ལ་འབྱར་ནས།
རྒྱལ་པོའི་ཕོ་བྲང་ནང་དུ་འཛུལ།
29 གོམས་སྟབས་གཟི་ཇམ་ཆེ་བ་གསུམ་ཡོད།
འགུལ་སྟངས་གཟི་ཉམས་ལྡན་པ་བཞི་ཡོད།
30 གཅན་གཟན་ཁྲོད་དུ་ཤུགས་ཆེ་ཤོས་ཀྱི་སེང་གེ།
སུ་ལ་འཕྲད་ནའང་ཕྱིར་ཤིག་མི་རྒྱུག
31 ད་དུང་རྟོན་ཁྱི། ར་ཕོ།
དམག་དཔུང་འཁྲིད་པའི་རྒྱལ་པོ་བཅས་ཡིན།
32 གལ་སྲིད་ཁྱོད་ཀྱིས་གླེན་རྟགས་མཚོན་ནས་རང་ཉིད་ངོམས་ན།
ཡང་ན་དེ་ལྟར་བྱེད་རྩིས་ཡོད་ན། ལག་པས་ཁ་ཁེབ་དང་།
33 འོ་མ་དཀྲུགས་ན་མར་འབྱུང་།
སྣ་བཙིར་ན་ཁྲག་འཐོན།
དེ་ལྟར་ཁྲུང་ཆེན་པོ་ལངས་ན་ཁ་རྩོད་སློང་།

31

གཤམ་ནི་རྒྱལ་པོ་ལེ་མུ་ཨེལ་གྱི་གསུང་། ཁོང་གི་མ་ཡུམ་གྱིས་ཁོང་ལ་སློབ་སྟོན་བྱས་པའི་ཆེད་དུ་བཤད་པའི་གལ་ཆེའི་གཏམ།
2 ངའི་བུ། ངས་ཁྱེད་ལ་གང་བཤད་དགོས་སམ།
ངའི་གྲོད་ཁོག་ནང་ནས་སྐྱེས་པའི་བུ།
ངས་དམ་བཅའ་བཞག་ནས་ཐོབ་པའི་བུ། ངས་གང་བཤད་དགོས་སམ།
3 ཁྱེད་ཀྱི་སྟོབས་ཤུགས་བུད་མེད་ཀྱི་ཆེད་དུ་གཏོང་མི་ཆོག
རྒྱལ་པོའི་དབང་ཆ་བརླག་སྲིད་པའི་སྤྱོད་ལམ་བྱེད་མི་ཆོག
4 ཀྱེ་ལེ་མུ་ཨེལ། རྒྱལ་པོས་ཆང་རག་འཐུང་མི་རུང་།

དེ་རྒྱལ་པོར་འོས་འཚམས་མིན།
དབང་སྒྱུར་བས་“ཨ་རག་ག་པར་ཡོད” ཅེས་
བཤད་མི་རུང་།
5 ཆང་རག་བཏུངས་རྗེས་བཅའ་ཁྲིམས་བརྗེད་ནས།
གོ་ས་དམའ་བའི་མི་རྣམས་ཀྱི་གྱོད་ཐག་གཅོད་
བྱེད་སྐབས་དཀར་ནག་གོ་ལོག་བྱེད་མི་ཆོག
6 ཁྱེད་ཀྱིས་ཤི་གྲབས་ཡོད་པའི་མི་ལ་ཨ་རག་སྤྲོད་
དང་།
སེམས་སྡུག་སྐྱོང་བའི་མི་ལ་ཆང་སྤྲོད་དང་།
7 དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཁོ་ཚོས་བཏུངས་ནས་དབུལ་
ཕོངས་བརྗེད་ཐུབ།
རང་ཉིད་ཀྱི་རྙོག་དྲ་མ་དྲན་པ་བྱེད་ཐུབ།
8 ཁྱེད་ཀྱིས་ཁ་གྲག་མི་ཐུབ་པའི་མིའི་ཚབ་བྱས་
ནས་དག་འཐུད་བྱེད་དགོས།
ཚེ་སྐྱོག་ཤོར་གྲབས་ཡོད་པའི་མི་ཚང་མའི་ཐོབ་
ཐང་སྲུང་དགོས།
9 ཁྱེད་ཀྱིས་ཁ་གྲག་ནས་དྲང་བདེན་གྱི་འདྲི་གཅོད་
བྱེད་དགོས།
གོ་ས་དམའ་བའི་མི་དང་དབུལ་པོའི་ཐོབ་ཐང་
སྲུང་དགོས།

א

10 འཛོན་ཐང་ཅན་གྱི་ཆུང་མ་སུ་ལ་རྙེད་ཐུབ་བམ།
ཁོ་མོའི་རིན་ཐང་བྱུ་རུ་ལས་ཧ་ཅང་གིས་ལྷག

ב

11 ཁྱོ་གས་སེམས་གཏིང་ནས་ཁོ་མོ་ལ་བློས་བཀལ།
ཁོའི་དགོས་མཁོ་ཆ་ཚང་འདང་ཡོད།

ג

12 ཁོ་མོས་མི་ཚེ་གཅིག་ཁྱོ་གར་བཟང་པོ་བྱེད་པ་
ལས་ངན་པ་མི་བྱེད།

ד

13 བལ་དང་སོ་སྐུད་བཙལ་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་ལག་
པ་གཉིད་ཀྱིས་ལས་ཀ་བྱེད།

ה

14 ཁོ་མོ་ནི་ཚོང་པའི་གྲུ་ཚོགས་ལྟར་ཡིན།
ཐག་རིང་ནས་བཟའ་ཆས་སྐྱེལ།

ו

15 གནམ་མ་ལངས་གོང་ཡར་ལངས་ནས་ཁྱིམ་མི་ལ་
བཟའ་ཆས་བགོ་བཤའ་རྒྱག
གཡོག་མོ་རྣམས་ལའང་ཐོབ་སྐལ་སྤྲོད།

ז

16 ཁོ་མོས་བསམ་གཞིགས་ཞིབ་ཕྲ་བྱས་ནས་ཞིང་ཁ་
ཉོ།
རང་ཉིད་ཀྱིས་བསགས་པའི་དངུལ་བེད་སྤྱད་
ནས་རྒུན་འབྲུམ་ཞིང་ཁ་འདེབས།

ח

17 དཀའ་ལས་རྒྱག་པའི་ཆེད་དུ་གྲ་སྒྲིག་བྱེད།
ཤུགས་བརྒྱབ་ནས་ལག་པ་སྒྲུལ།

ט

18 ཁོ་མོས་རང་གི་ཚོང་ཡག་པོ་ཡོད་པ་ཤེས།
ཁོ་མོའི་སྒྲོན་མེ་མཚན་མོ་ཡང་མི་ཞི།

י

19 ལག་པས་སྐུད་པ་འཁལ་བྱེད་ཀྱི་དབྱུག་ཤིང་ལེན།
འཕང་ལོ་ཡང་འཛུ།

כ

20 ཁོ་མོའི་ལག་པ་གོ་ས་དམའ་བའི་མི་རྣམས་ལ་
རོགས་སྐྱོར་བྱེད།
དབུལ་པོ་རྣམས་ལ་ལག་པ་ཤོགས་པོ་བྱེད།

ל

21 གངས་བབ་ནའང་ཁོ་མོས་ཁྱིམ་མིའི་སྐྱོར་སེམས་ཁྲལ་མི་བྱེད།
གང་ཡིན་ཟེར་ན་ཁོ་ཚོ་ཚང་མ་གྱོན་ཆས་དྲོ་པོ་གོན་ཡོད།

מ

22 ཁོ་མོས་རང་གི་ཉལ་ཁྲིའི་ཁེབས་བཟོ།
ཁོ་མོའི་གྱོན་ཆས་ནི་སོ་རས་དང་བལ་སྨུ་མེན་གྱིས་བཟོས་ཡོད།

נ

23 ཁོ་མོའི་ཁྱོ་ག་ནི་མིང་གྲགས་ཅན་ཡིན།
གྲོང་ཁྱེར་གྱི་རྒྱ་སྒོའི་འགྲམ་དུ་ས་ཆ་དེའི་རྒན་རབས་དང་མཉམ་དུ་སྡོད།

ס

24 ཁོ་མོས་སོ་རས་ཀྱི་གྱོན་ཆས་བཟོས་ནས་འཚོང་།
ཚོང་པ་ལ་སྐེ་རགས་སྐྱེལ།

ע

25 ནུས་སྟོབས་དང་འོད་མདངས་ནི་ཁོ་མོའི་གྱོན་ཆས་ཡིན།
སེམས་ཤུགས་ཆེན་པོས་མ་འོངས་པར་རྒྱང་ལྟ་བྱེད།

פ

26 ཁོ་མོས་ཤེས་རབ་ལ་བརྟེན་ནས་སྐད་ཆ་བཤད།
ལྕེའི་སྟེང་དུ་བྱམས་བརྩེའི་ཁྲིམས་ལུགས་ཡོད།

צ

27 ཁོ་མོས་ཁྱིམ་ཚང་ནང་གི་ལས་དོན་ལ་ལྟ་རྟོག་བྱེད།
ལས་ཀ་མ་བྱས་པར་ཁ་ལག་ཟ་མི་སྲིད།

ק

28 ཁོ་མོའི་བུ་ཕྲུག་རྣམས་ཡར་ལངས་ནས་ཁོ་མོ་བདེ་སྐྱིད་འདུག་ཅེས་བཤད།
ཁོ་མོའི་ཁྱོ་ག་ཡང་ཡར་ལངས་ནས་ཁོ་མོར་བསྟོད་བསྔགས་གཏོང་།

ר

29 "བུད་མེད་འཛོན་པོ་མང་པོ་ཡོད་ཀྱང་།
ཁྱེད་ཁོ་ཚོ་ཚང་མ་ལས་ལྷག"

ש

30 མཛེས་ཉམས་མི་ལ་མགོ་སྐོར་གཏོང་སྲིད།
རྣམ་པ་མཛེས་པོ་ཡང་འཕྲུག་ཙམ་རྗེས་སུ་ཡལ་སྲིད།
འོན་ཀྱང་ཡ་ཧོ་ཝ་ལ་གུས་བཅི་ཞུ་མཁན་བུད་མེད་ལ་བསྟོད་བསྔགས་འཐོབ།

ת

31 ཁོ་མོས་སྒྲུབ་པའི་དོན་དག་ཚང་མའི་ཆེད་དུ་བྱ་དགའ་སྤྲོད་དང་།
མི་རྣམས་ཀྱིས་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་རྒྱ་སྒོའི་འགྲམ་དུ་ཁོ་མོའི་བྱ་སྤྱོད་ལ་བསྟོད་བསྔགས་གཏོང་བར་ཤོག