

༡༡། །ན་སོ་གས་ཀྱང་སྒྲིང་སྒྲིབས་ཉམས་པ་མེད།

ཁྱེད་ཀྱི་གྲོ་པ།

A large flock of sheep, mostly white with some black and brown patches, are grazing in a lush green field. In the background, there are rolling hills or mountains under a clear blue sky. The scene is peaceful and pastoral.

གངས་རིའི་རྒྱུངས་མུ་རྒྱུན་ལུའི་དར་དམར་གཡོ།
 སྒྱི་ཚེགས་རིང་ལུགས་ལམ་ཆེན་འོད་རླང་ལྷན།
 ལྷན་ལྷེ་མི་རིགས་ལག་གང་དཔུང་སྒྲིལ་གྱིས།
 ལྷང་གི་སྤགས་འདུན་མའོན་འཇུར་ཡོང་བར་འབད།

ཏང་གི་མཛོད་ཚུགས་ཀྱི་དབང་ཉིད་ཕྱིད་འདྲ།
 ལྷན་ལྷན་མི་དེགས་མཛོད་གཙུགས་ཉ་ཚུ་བཞིན།
 གཅིག་ཐེམས་གཅིག་ག་ཏང་པོ་དགས་འཇུགས་ལྷན་ཀྱིས།
 ཏང་ཚོང་ས་གསར་པའི་འཇུག་ཁལ་པད་འདབ་ཤོལ།

རྒྱུ་མཉམ་པའི་མཉམ་པ་ལྟེན་པ་བྱས། །
 བར་དུ་གསལ་ཆེད་ལས་དོན་བཅོམ་པས་བསྐྱབས། །
 བྱིས་སྐྱབས་ཀྱིས་ལྷན་ཏེ་རང་བྱིས་དུ། །
 འཛོལ་པ་གསར་པའི་དགའ་བ་དེའི་དཔལ་ལ་རྩལ། །

ན་མོ་གསུང་མེད་པ་ལྟར་བཞིན་གཤོོན།
 འཆོ་བ་གསུང་བར་བསྟོད་པའི་རྣམ་པ་གྲིས།
 ལྷོ་ཆེ་པའི་པ་ཐིག་རྒྱུ་ཡིག་ལྟར་བསྟོད་པའི་ས།
 མཐུ་སྟོད་རྒྱུ་པ་པས་བཅས་ལྷོ་པ་དྲུག་ཆས་ལྷོ་ས།

སྒྲིལ་གསལ་གསལ་རྒྱུ་དབྱར་དབྱར་ལྷན་ཁྲིམ་བཞིན།
 འཛོལ་གསལ་པའི་འབྱུང་ཁུངས་ལ་རྒྱུ་ཐབས་མེད།
 ལོ་རྒྱུ་ལྷན་ཁྲིམ་པའི་ལོ་རྒྱུ་ལྷན་པར།
 རྒྱུ་ལྷན་ཁྲིམ་པའི་ལོ་རྒྱུ་ལྷན་པར།

འདྲུག་ས་གཏང་བཞི་ཡི་དམིགས་ཆོད་མངོན་འཛུར་ཆེད།
 མི་རིགས་འཐུན་སྦྲིལ་དང་གི་རྟོག་བཞིན་སྤྱད།
 གཅིག་མེམས་གཅིག་གཏང་གཅིག་པན་གཅིག་རྟོགས་ཀྱིས།
 སེ་འབྲུའི་རྟོག་བཞིན་འཐུན་སྦྲིལ་གཙུག་ཏུ་འགྱུར།

ཤེས་པོ་ན་སྤྲོ་བ་སྤྱོད་བཅུ་པར་ཆེ་གཅིག་གཞིལ།
 ཆེན་རིག་ལམ་ནས་དཔལ་འབྱོར་འཕེལ་བར་འབད།
 ས་མཐོའི་ལྷ་ས་ཆོད་མཐོའི་འཕེལ་རྒྱས་དང་།
 དམངས་འཆོལ་གསལ་བཅོས་སྤྲོད་དུ་རང་ལུས་པཏྱེན།

མེ་མུག་ལྷུང་ལྷུང་འི་གྲུབ་ལྷོག་དང་མཆོད་དམ།
མེ་ལྷོ་ཁམས་དཔལ་ལྷོ་རང་གི་མིག་བཞིན་གཅེས།
མེ་ལྷོ་ཆུ་དྲངས་གངས་ཀྱི་བཟུགས་ལྷུང་སྟོགས།
གཤེར་འཛེང་ལྷུང་འི་ཡིན་པའི་བདུ་ཤེས་བཅངས།

ཉང་གི་བཀའ་སློབ་མ་བརྟེན་ཉིང་ཁར་བཅངས།
 ཆོག་མཆེན་ཉི་ཤུང་ཤོངས་དོན་ལག་ལེན་བསྟར།
 ལུས་པོ་གུང་གུང་མེས་ལྷག་ས་ཉམས་པར།
 ཉམས་ཆུམ་རྟོབས་ཆེན་འཇུག་སྒྲུབ་ཆེད་དུ་འབད།

དཔག་དང་མངས་མཐུན་སྒྲིལ་ཉ་རྩེ་བརྟེ་མེམས་ཀྱིས།
མཐའ་མཚམས་མཁའ་རྫོང་བསྐྱེད་ནས་བརྟན་སྡོང་བྱུང་།
མཐའ་མཚམས་དར་རྒྱས་མི་དང་མངས་འབྱོར་ཕྱག་གི།
བདེ་སྦྱིང་འཛོལ་བའི་མཛེས་རིས་གསལ་པ་བཞིན།

ཉིན་གྱི་ཉི་མ་མཚན་གྱི་ལྷ་བདང་། །
 དེའི་དྲུམ་མེ་ཉི་མ་ཉིན་གྱི་འབྲས་བུ་བཞིན། །
 གྲུང་གི་གསལ་བའི་དབུ་འཕང་དགུང་དང་མཉམ། །
 དམངས་མེས་སེམས་དགའ་བའི་དགོང་ལྷན་འཁྱུང་འགྲུལ། །

བླ་ཡིས་ཁྱེས་པའི་བླ་རབས་ར་ཆོ་ཡིས། །
 རྒྱབས་ཆེན་བསྐྱར་དར་ཕྱགས་འདུན་མ་དོར་བར། །
 མི་རིགས་ཁག་དང་དབྱར་པ་མཉམ་གཤིབ་ཀྱིས། །
 མེས་ཆུམ་ཆེད་དུ་རང་ལྷན་གང་ཡོད་འབྲལ། །

༡། །མ་རྟེན་ཆེན་བརྩེ་བའི་གཏེར་ཆེན་རེད།

ཆད་མེད་བྱམས་བཅའི་མེར་བརྒྱ་རབ་འབར་ལ།
 བཅའ་དྲུག་ཆེན་པོས་བྱུག་བྱམས་ཀྱིས་བརྒྱུངས།
 དལ་དྲུག་མེར་བས་བཅོམ་དྲུག་རྒྱལ་མེད།
 ལང་ཆོའི་མེ་ཉོག་ཀྱལ་བའི་ཡུལ་ཆོན་ལ།

རྒྱུ་ལྷག་བསྐབས་པས་མཁྱེན་པ་དང་ཡོངས་ཤིང་ནས།
 རྒྱུ་ལྷག་པའི་བྱ་ལ་ངག་གི་དེས་བྱ་བ་རྟོན་།
 རྒྱུ་ལྷག་མཛད་གཞིའི་གྱི་དྲངས་མ་ལས་སྟོན་མ་ལན།
 རྒྱུ་ལྷག་པའི་ལྷན་ལྷན་པའི་དཔེས་གཞིའི་ལུང།

རིང་ནས་གསུམ་པའི་ཡིད་ཀྱི་བརྗེ་ཆེན་མ། །
 བཀའ་ཁིང་འཕྲོགས་ནས་གསུང་གྲིང་མང་བཞུད་པའི། །
 ཉེར་ལེན་དེ་ལས་རྟེན་པའི་ཤིང་ཁང་དུ། །
 ཞི་ཆོག་སྒྲི་ལ་དགེ་བའི་སྒོ་སྤོངས་རྒྱས། །

དྲོད་ལྷུང་ལོང་བ་ལྷུག་ལྷུང་པར་གདན་དང་།
གཅན་ལྷུང་དབྱུང་ལོང་ཅོག་བཅིངས་པའི་སྒྲིང་།
འོད་ཆགས་ཟིན་ཆེན་ལྷུང་ལྷུང་ཆོག་གཉིས།
ལྷུང་མཐོངས་བཀའ་དྲིན་ལྷུང་ས་པ་འདྲེད་པའི་སྒྲིང་།

ཡིན་ཏན་བརྒྱུད་པོའི་དབུ་ལྗེ་མཛད་སྐུ་འདྲ་།
ཡིད་ལྗེ་ལྗེ་མོའི་སྒྲེམས་འཕྲིག་མཛེས་ལྗན་མ།
གང་གི་ཆོལ་སྡེ་ཡིས་མ་གནང་མོད།
དཔེ་འཛིག་རྟོན་རྒྱུ་ཆ་ལས་ཤོས་བྱེད།

འཛམ་གཏིང་མཚུངས་ཞལ་བྱིས་ཁོ་ན་ཡིས།
 མཛངས་མའི་སྒྲུབ་གྲགས་སྤྱིང་བཞིར་བྱུང་མིན་ཏེ།
 མཐའ་ཡས་སྒོ་རྒྱ་སྤྱང་གསུམ་འཛིན་ཆེན་མཆས།
 ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོས་ཡོངས་སུ་བཀའ་བ་བཞིན།

ཉེ་ཁྱེ་རང་འོད་གསལ་གྱང་པེམ་ག་བྱུགས་ཏེ། །
 རྒྱ་བྱུག་ག་སྲུང་སྒྲང་སྒྲང་བྱུང་བྱུས་འགག།
 དེ་དག་ཅམས་དང་བྱམས་ལྡན་རྒྱ་ཆེན་མ། །
 མཚུངས་པ་ལས་གྱང་བྱུང་བར་འདྲ་ཆེས། །

ཀུན་གསལ་མཁོ་མོ་ཁ་ཞིང་དཔག་དགའ་ཞིང་། །
 རྒྱ་བའི་མ་མཐ་ཡངས་མུ་མཐའ་བྲལ། །
 ཏུངས་གསལ་ཁྲ་ཤེལ་ར་མེས་མ་གོས་ཏེ། །
 དེ་དག་ཅུགས་དང་མ་མོའི་ཐུགས་རྒྱུད་མཚུངས། །

འཕེལ་འགྲེལ་གསལ་མོག་རྒྱུ་ན་གྱིས་སྤྲགས་ཀྱང་རུང་། །
 སྤྲག་ནག་འཛམས་བྱེད་མཐུ་བུས་ལྡན་ཀྱང་རུང་། །
 རྒྱུད་ཁལ་ཤོད་དཀར་ཅན་གྱི་རྩིས་འགྲེལ་།
 དངག་གི་སྒྲོ་ལ་བརྒྱུད་འདོད་ཀྱང་ནས་སྤྲེལ་།

གི་རྟེན་ལུགས་རྒྱུད་འཇམ་པས་བལ་དྭག་ར་དང་།
 རང་བཟང་ཕྱི་ཐག་རིང་བས་ཉལ་འགྲིང་རྒྱན།
 གི་རྟེན་ཁྱིམ་རྒྱུད་མཁམས་པས་ཀུན་གྱིས་བསྟོད།
 ར་ཡི་མ་ཡི་མཛངས་མའི་རང་གཤིས་ཅན།

གྲོ་ཞིའི་མཛོས་སྒྲུག་དཔལ་ལྷན་ཆོངས་པ་ལྟས།
 བསམ་བཞིན་བསྐྱེད་པའི་ཐུང་པོ་ཁྱེད་ལྟས་ལ།
 འདབ་བརྒྱའི་ཆལ་ལ་མེ་རྟོག་ཐེང་མཛོས་བཞིན།
 ལྷན་དགའི་དཔྱིད་དུ་བསམ་བཞིན་སྒྲུག་པ་འདྲ།

སྒྲུབ་པ་འདི་མཛོད་ལས་གྲང་ཤེས་སྒྲུབ་ཀྱི་དང་། །
 དགས་ན་གསུམ་དགུང་ལས་ཁ་པ་འདི་འདབ་མ་བཞེན། །
 དག་འཇམ་ཞེ་ཆོག་གོ་མས་པ་འདི་གསུང་དག་ལས། །
 ཆོག་རྒྱུབ་མ་གྱིན་བཟང་འཛོད་རྒྱུད་སྒྲུབ་དྲི་གསེལ་མེད། །

བྱིས་ཀྱི་འོད་ཀྱི་ལའི་ཕྱགས་ཀྱི་ན་དང་། །
 བྱམས་བཅའི་འོད་སྒྲོན་ཀྱི་མེས་མགོན་ལ་བྱས། །
 ཉེད་ཀྱི་ཁལ་རས་དྲོ་མོ་མཛའ་ཐེངས་མེད། །
 ལུང་དེ་ཡིད་ཀྱི་འབྱུགས་རོལ་སྐད་ཅིག་བཞུར། །

གཤམ་བྱ་བས་ལགས་སྒྲེལ་བྱིན་ཆེན་མའི།
གཏིང་མཐའ་བྲལ་བའི་བཙེ་བརྒྱ་མཆོ་དང་།
རབ་བརྟན་ལྷན་པོ་ལྟ་བུའི་རང་གཤིས་སོགས།
སྒྲུབ་བསམ་བརྟུང་བྲལ་ཡོན་ཏན་དཔག་དཀའ་ཡང་།

༡༡། རིག་གཞུང་ལ་གཅེས་འཛིན་བྱེད་དགོས།

མི་དང་མི་མ་གཅིག་པ་པའི་ནི་མི་དང་མིའི་
 དབར་གྱི་རིག་ཐང་ལྟ་བུའདུང་མི་འདྲ་པ་ལྟ་བུ་
 སྤྱོད་། དེ་ལྟར་མི་རྣམས་ལ་རིག་ཐང་ལྟ་བུའི་
 འདྲ་པ་འཇིགས་དེ་ཅིག་མཆོངས་ནང་། མི་ཞིག་ལ་
 མཆོར་ན་རང་ཉིད་ཀྱི་རིག་ཐང་ལྟ་བུ་གང་ཡང་
 དག་པ་དང་དོན་དངོས་དང་མཐུན་པ་ཞིག་བྱ་
 ཟུ་ལོག་པ་འགངས་ཅ་རང་ཆེ། འཛིན་སྲིད་ཕྱི་ལ་
 པོ་གཞིག་ཅིག་ཏུ་འདྲེས་པའི་དུས་རབས་ཀྱི་
 དངུག་མཆོངས་འདིར་འགྲོང་ནས་མཛོད་པས་མ་
 རེ་པ་ཏང་ཆེ། དེ་ལྟར་དུས་རབས་འདི་ནི་ཤེས་
 དབས་གྱི་དུས་རབས་ཤིག་དང་། རིག་གནས་
 དབས་འཕྱོར་གྱི་དུས་རབས་ཤིག་ཡིན་པ་ལྟ་བུ་
 གྲུས་ཁས་ལེན་བྱས་དང་བྱེད་པའི་ནི་ལྟ་བུ་།
 འདི་ནི་དེ་ལྟར་སྤྱོད་ཆོག་པ་འཛོལ་བའི་དོན་དངོས་
 ཀྱི་དགོས་མཁའ་དང་མཐུན་པ་ཞིག་གྱུར་ཡོན་
 གཤེས་། རིག་པའི་གཤུངས་ལྷག་ན་ནི་དེ་ལྟར་
 དུས་སྐབས་སྤྱུ་ཆེས་རིག་ཐང་ཆེ་པའི་ཕྱོར་བུ་
 མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་དེ་ཡིན་པའི་ངོས་འཛིན་ཐུན་
 མོང་གཅིག་གྱུར་བྱུང་ཡོད།
 རེད་དེ། ཤེས་རིག་ནི་མིའི་རིག་སྤྱི་ཀྱི་
 ཆོག་སེལ་ལྟ་སྤྱི་ཀྱི་ཆེས་ངོ་མཆར་འབར་བའི་དན་
 རྟག་ཤིག་ཡིན་པ་དང་། དེ་ནི་མིའི་རིག་སྤྱི་

རུང་འགྲེལ་རིགས་ལས་ཁྱུང་དུ་འགགས་པའི་.....
 མཚོན་ཆ་གསལ་གཤེས་དུ་ཡིན། དེར་བརྟེན་
 རྒྱལ་རིག་ནི་མི་རྒྱལ་མཚོན་གནས་ཁྱེད་པའི་དོ་
 སླིང་དང་འབད་བཅོམ་ཁྱེད་པའི་སྒྲུབ་ལུགས་.....
 ཡིན་ལ། མིའི་རིགས་ཀྱིས་རང་ཉིད་ཀྱིས་གསར་
 གཏོར་བྱས་པའི་རྒྱལ་རིག་ལ་གསེག་འཛོག་དང་
 དབུ་ཞེལ། སྤྱགས་ཐོས་བྱས་པ་ལས། དག་ཅོད་
 རང་འང་རང་གི་ཁྱེད་ཚོས་ལྡན་པའི་རིག་གཞུང་
 གི་མ་ལག་ལེ་བསྐྱར་བ་དང་། མིའི་རིགས་
 རང་ཉིད་ཀྱི་དེ་རྒྱུས་པོའི་འཚོ་བ་དང་བསམ་པའི་
 དཔལ་ཡོན་ཐད་པན་འབྲས་ཟམ་མི་ཆད་པ་.....
 བཏོད་དང་གཏོད་བཞེན་པ་ཡིན། དཔེར་ན།
 འདས་པའི་འེ་རྒྱུས་པ་མཚོན་ན། མིའི་རིགས་.....

2 ར་གི་ཤེས་རིག་གསར་གཏོང་གི་ལམ་གྱི་
 3 རྟེན་ནས་མིའི་རིགས་ལ་དངོས་པོའི་འཆོ་
 4 ར་མཐོང་གཞུགས་པ་སྟེ། དེང་རབས་གི་
 5 ར་འཕུལ་མ་ལག་པས་མ་གྲིས་མི་བྱལ་བ་
 6 ར་། ཐོན་སྐྱེད་ཡོ་བྱེད་རྩ་ཆར་སྤོང་གིས་
 7 ར་། འཆོ་བའི་མཐོང་མས་བརྒྱ་གོ་གཅིག་གིས་
 8 ར་ལ་ལྷ་བྱ་བྱེད་ལ་ལྷ་སྤྱད་ཆེ་བ་འི་སྤྱོད་བ་
 9 ར་བསྐྱར་ཏེ། དེང་རབས་གི་ལྷ་སྤྱོད་མས་འདི་
 10 ར་འཕུལ་མས་གི་འཛིག་རྟེན་ལྷ་བྱ་ཞིག་ཏུ་
 11 ར་འཕུར་བྱས་པ་མ་ཟད། སུར་ལྷའི་མིག་གི་
 12 ར་ཤེས་དང་ལྷའི་རྩ་བའི་མངོན་ཤེས་ལ་
 13 ར་འཛིང་དགའ་ངལ་སྒོ་ལས་འདས་པ་མང་
 14 ར་བ་
 15 ར་འཕུར་བ་དག་ད་ཆ་དང་བྱུང་ལ་ལག་ཆ་ལ་
 16 ར་རྟེན་ནས་ཡོངས་པར་མཐོང་བའི་བྲུ་མ་
 17 ར་ན་མི་རྒྱལ་ལ་དེ་མཆར་དཔག་མིད་བསྐུལ་
 18 ར་། དེ་ལྟར་དེང་རབས་གི་ཤེས་རིག་ལམ་བྱས་
 19 ར་ལ་ཆོན་རིག་ལག་ཆ་གི་སྒྲིབ་འཕར་ཆེན་པོ་
 20 ར་བྱེད་ལས། མིའི་རིགས་གི་ཟས་གོས་སྤྱོད་
 21 ར་མ་ཤིགས་པས་པའི་དངོས་པོའི་འཆོ་བ་ལ་
 22 ར་ས་སྐྱེས་ཏེ་ཅང་ཆེན་པོ་བྱལ་ཡོད་པས། ང་་་
 23 ར་དེའི་རིན་མང་དང་དོན་སྤྱིར་ལ་དོགས་པ་
 24 ར་མེ་ཆོར་བྱེད་དགོས་དོན་ཅི་ཡོད།
 25 ར་

ད་ལྟར། འཛམ་གླིང་ཤར་ཕྱགས་པས་ཀྱང་།	ཐ
ས་པའི་མོ་རྒྱལ་གྱི་དུས་ལྷན་འེང་པའི་ནང་།	པ
ཆགས་ཟས་ཉལ་བྱས་ཏེ་མ་བསྐྱང་པར།	ཡོ
མོའི་རྒྱམ་དཔྱད་དང་དཀའ་འབྱུང་འབད་།	ག
ན་ལ་བརྟེན་ནས་མའི་རིགས་ཀྱི་ཤེས་རིག་	ཤེ
ར་གཏོང་གྱི་བྱ་གཞག་ཆེན་པོ་མངོན་འཛུར་།	ལྷོ
པའི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་རང་ཉིད་ཀྱི་གསར་	ལྟ
ད་དང་འཆོལ་ཞིབ་ཀྱི་ལམ་བྱ་ཞིག་འབདས་	
པར་མ་བཅ། ལྷག་པར་དྲ་ མའི་མོ་ཆོ་དང་།	ཁྲུ
ལྷག་པར་དྲ་ལྷག་པར་དྲ་ཞིབ་ ཞིབ་འཇུག་	མི
རྟོགས་ཟབ་མོ་བྱས་ཏེ། མི་རང་ཉིད་ཀྱི་	ག
སེམས་ཀྱི་བདེ་ཐང་དང་ནང་སེམས་ཀྱི་བདེ་	ཆོ
འཆོལ་བའི་ཐབས་ལམ་རབ་དང་རིམ་པར་	ག

བཤིང་ལག་ལེན། མཉམ་སྦྱང་། བགོ་
 བཅས་བྱས་དང་བྱེད་བཞིན་པ་ཡིན།
 སྐད་དེར་རབས་སྤྱི་ཚུགས་ཀྱི་འཕོ་འཕྱུར་
 ལོ་ལྟུགས་ཀྱི་དཀོས་མཁོད་མདུན་དུ་
 རྟེན་ཐང་རྟེན་ཆེན་སྐར་མེད་པའི་ཆོད་དུ་
 བཤ། དེར་འདིར་འཛམ་གླིང་གར་ལྷན་
 དེ་མས་ཚུམ་རྟེན་གྱི་ཚུལ་དང་། རེལ་
 སྤྱི་སྤྱོད་བརྟན་ལོན་པ་འདྲ་བར་སྤྱོད་ཀྱི་ཚུ་
 བཤ་བཤིང་ལེན་མཉམ་དེའི་རྟེན་ཐང་གི་
 རྟེན་ཐང་སྤྱི་ཚུགས་དང་སྤྱོད་བཞིན་པ་
 དེ་དུང་མཁོད་སེལ་བར་སྤྱོད་པར་འཕྱུར་
 ག་ཡིན།

དེར་ན། ཤེས་ཀྱི་གླིང་འོའི་འཛོལ་བའི་
 སེམས་ལྟར་དང་བཞིག་ཡིན་པ་དང་།
 གཤམ་བརྟེན་ནས་དབུལ་པོ་ལྷག་པོར་རྒྱུར་
 ཤེས་ཀྱི་གཤམ་བརྟེན་ནས་ཉན་ཆུང་
 རྒྱན་དུ་དང་རྒྱུར་ཆོག ཤེས་ཀྱི་གཤམ་
 རྒྱས་རྒྱལ་ལྟར་ཐོན་ཐོན་དུ་རྒྱུར་ཆོག་ལ།
 གཤམ་བརྟེན་ནས་རྒྱག་བཟུལ་བའི་ཐྱིད་
 རྒྱུར་ཆོག དེས་ན་ཤེས་ཀྱི་གླིང་འོའི་
 གྲུང་གིས་འདྲོད་ཀྱང་འབྲུང་གི་རྩ་དབུ་
 ནང་། མིའི་ཤེས་ཀྱིས་ཤེས་ཀྱི་གླིང་འོའི་
 ཉན་མས་ཤིང་མ་བསྟན་གསུམ་པའི་སྤངས་ཤེས་ས་
 ལྟར་ལྷག་མཉམ་དག་ཅིག་གྲུང་བསྟན་མས་
 རྩ་ཆོས་ཤེས་མས་པའི་གཞུང་ལྷག་མས་ལ་སྟོབ་
 རྩེད་རྩོད་ལང་རྩོད་དམ་དུ་མིའི་ཤེས་ཀྱི་
 གཤམ་རྒྱས་ལ་གཅིག་སེམས་ཆེན་དང་དེའི་རྩོད་
 སྤྲུལ་རྒྱུར་དང་གཅེས་འཛིན་ཅིང་པ་གྲ་
 དེ་ནི།

ར་ཉེ་བའི་སྤྲོ་བ་མ་ཆོ། ངས་འདི་ནས་.....
 ར་ཟེག་གཞུང་ལ་གཅེས་འཛིན་གྱིས་ཐེག་.....
 ལ་མ་ཕྱེད་བཞིན་ཡོད་པས། ཁྱེད་ཆོས་.....
 ལྟས་འདི་འམ་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་མི་.....
 ར་ཐང་སྟོག་འདྲིན་གྱི་ལས་ལ་གཞིལ་རྒྱ་.....
 ཤ།



འགྲུལ་ལམ་ལྟར་ལྟོ་སྐྱོད་ཀྱི་ལྟུང་།

མ་མཁའ་ལགས།
བདག་ལ་ཆོ་སྒྲིག་གི་དྲངས་མ་རྒྱུ་མཁན་གྱི་བརྩེ་བའི་བདག་ལོ་ལགས།
སྒྲིག་སྒྲིག་གིས་ཁྱིད་གྱི་འོད་ཟེར་སྒྲིབ་མི་ཐུབ་ལ།
གཤེར་མིས་ཀྱིས་ཁྱིད་གྱི་བྱམས་བརྩེ་བསྐྱབ་ག་ལ་ཐུབ།
ཁྱིད་རང་དུས་གཏན་དུ།
རྒྱ་སྐར་རྒྱལ་པོ་བཞིན་བདག་གི་ཐམ་མཁའ་འཕྲོལ་རྒྱལ་ས།

དཔག་གི་དོན་ལྟ་སྒྲིག་བྱས་ཆོ་ལམ་ལམ་དུ་བཟང་།
 མི་ལམ་གྱི་སྒྲིག་བཟུང་དུ་།
 ལྷན་མ་མགལ་བྱུང་དུ་སྒྲུབ་པའི་ཡིད་འོང་གི་འཆིང་ཕྱིད་མ་ཞིག
 བཙུང་བའི་མི་དོན་སྒྲུབ་གིན་པའི་ཕྱགས་ལྷུ་ཆས་འོང་།
 གཞིང་གྱི་ཡོ་མོ་བཟང་ལྟུང་ཕྱེ་དུས།
 དུག་པུང་གི་མཆི་མས་པའི་ནང་སྒྲིང་བསྐྱར་འདུག

མཁའ་ལགས།
 བྱེད་ཀྱི་འཛུམ་མདངས་དཀར་གསལ་རྒྱ་བ་དང་འདྲ་ལ།
 བྱེད་ཀྱི་བྱམས་བརྩེ་ནི་མའི་དཀྱིལ་འཁོར་དང་འདྲ།
 བྱེད་ཀྱི་སྒྲེར་སེམས་མེད་པའི་བརྩེ་སེམས་ཀྱིས།
 བདག་ལ་རེ་པའི་སྙིང་བཟང་གཏོར།
 བྱེད་ཅི་འོད་འཇམ་གྱི་དབྱིད་རྩྭ་བཞིན།

འདི་སྒྲིང་གི་ཁྱེད་ཀྱི་སྒྲུབ་འཇུག་ལམ་ལུགས།
 དྲན་པ་དྲན་དང་རྟེན་གྱི་མོ་སྒྲིང་ལམ་ལུགས།
 རམ་མེས་རྟེན་གྱི་དབྱེད་སྒྲིང་མངའ་མོ་རྒྱུ་ལམ་ལུགས།
 ཁྱེད་དང་དེད་གཉིས་གྱི་སྒྲུབ་འཇུག་ལམ་ལུགས།
 མེ་རྟེན་གྱི་འཇུག་པ་དང་རམ་སྒྲུབ་འཇུག་གྱི་ཁྱེད་པའི་ལམ་
 མེ་པ་ལམ་ལུགས་ནས་ཁྱེད་འདྲི་ཉེ་ཆེ་ཆེ་ཡང་།