



དུང་མེས་པ་འདབ་མ་དམར་པོ།

རང་མཛད་སྤྱོད།

རྟེན་གཞི་ལྟེན་ཀ་ལ་རྒྱའི་དབུ་ཆེ་མཐོ།
 དྲན་པ་བརྒྱ་སྟག་ནམ་མཁའི་མཐོང་ས་ལྟ་ལྟེག།
 མིག་རྒྱའི་མིག་ས་པ་དྲན་པ་ལི་མཚོ་རུ་འདྲིས།
 མེད་ན་མི་ཚོག་སྟོག་ས་ལྟེ་དམ་པ་དྲན།

རྩལ་ལེགས་སོར་མོའི་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་རྩོམ་ཞིང་།
 རྩལ་ཆེན་སྤྱི་ཚུང་མཁུར་ཙམ་མ་མཆིས་པའི།
 བང་གཞུང་བརྟན་པའི་ཡིད་ཀྱི་དྲུངས་བ་ཀུན་།
 འདྲིས་པའི་ཤོགས་མ་འཕངས་མེད་སྤྱང་བར་བྱས།

བསྐྱེད་པའི་སེམས་ལྷན་རྒྱུ་འདྲ་མཉམ་དགུང་གི་དཀྱིལ།
 བསྐྱེད་པའི་སེམས་ལྷན་རྒྱུ་འདྲ་མཉམ་དགུང་གི་དཀྱིལ།
 འདྲ་བ་བརྒྱ་ཡིང་སེམས་ལྷན་རྒྱུ་འདྲ་མཉམ་དགུང་གི་དཀྱིལ།
 བསྐྱེད་པའི་སེམས་ལྷན་རྒྱུ་འདྲ་མཉམ་དགུང་གི་དཀྱིལ།

ལས་གྱི་མེ་ཉལ་སངས་ཀྱིས་མ་འབྱེད་ཞིང་། །
སྤང་སྤྱངས་གཡུ་ཡི་བྱུང་ཆོགས་ཞིང་ས་རུ། །
འདབ་ལྗན་ལང་ཆོད་ཕྱིན་ཆགས་མ་ཡལ་དང་། །
དྲུང་མེམས་ཆར་རྒྱས་ཡལ་འདབ་རྒྱས་པར་བྱེད། །

ལ་ལུང་བར་ཐག་རྒྱུད་གས་བཅད་ཀྱང་ཆོག །
ལས་གྱི་ལམ་དུ་སོ་སོར་བྱད་ཀྱང་བྱུང་། །
ནང་སེམས་ལྷན་མེད་ཡིད་ཀྱི་རྒྱུ་པོ་འདི། །
མཛེལ་གསུག་ས་རྒྱ་ཆེར་གནད་དུ་འཐིམ་ནས་ཡོད། །

ལྷ་མོམས་དང་དཀར་ལྷག་གཅིག་ཁྱོད་ལ་བྱི། །
 གྱིས་པའི་གཏམ་རྒྱུད་རིམ་མེས་སུ་གསལ། །
 རྩེད་མི་མྱེད་ཀྱིས་ཁྱི་དོན་ལུ་གཏོང་། །
 ཡིད་ཀྱི་མེ་ཏོག་ལང་ཆོའི་འདབ་བརྒྱ་ཤིལ། །

ལས་ཀྱི་ཐུགས་སྦྲེང་པ་འདི་སྤེངས་ཐག་ལས། །
སྒྲན་འཇམ་ཡིད་ལ་བདེ་སྤྱོད་གྲོགས་ཀྱི་མཆོག་།
ཞིང་དབུས་དོང་གྱི་ཁོ་ལག་མ་རྩོགས་ན། །
འཇུ་པ་འདི་ཞལ་རྒྱུང་འདི་ཡིས་ཁྱེད་ལ་སྦྱོགས། །

ལྷོ་ཆོག་གསུམ་འཁྲུག་མིག་གི་དགའ་འདྲིན་ལ།
 མ་ལུགས་ཤུལ་ཤུངས་འདྲིན་གི་མཛེས་ཤུངས་ལ།
 ཆོར་འདྲེ་རྩེ་གསུམ་ཆེགས་པའི་ཆུ་ཤེལ་ལ།
 ཁྱེད་རང་ཡང་ཡང་དྲུག་པའི་ལན་གྲངས་མང་།

ལྷ་མྱེས་འཇམ་མཁའ་གཞོན་པ་ཡིད་དུ་སྟུག །
 བཅོམ་མེན་ཞལ་རས་རྒྱ་བཟང་མདངས་མཛེས་ཤིང་། །
 བདག་ཡིད་འདབ་ལྷན་ལང་ཆོ་ལྷགས་པོར་བཞད། །
 སྒྲགས་ཁྱེད་དྲན་པ་འི་དུང་བ་སྲུང་བཞིན་ཟེམ། །



ॐ ह्रीं श्रीं क्लीं ॥

ཁྱེ་མེད་ཀྱི་ཕྱི་ལོ་

पञ्च

བཅུ་དྲུག་གྱི་ཁྱེད་མོ་ནུག། དེ་ཕྱིད་ཀྱི་ཡུལ་མོ་འདྲུག་ལཱ་གྲོ་ལ།.....
 ཡུང་། དེ་ཕྱིད་དུས་ལུགས་ལཱ་འདྲུག་མདངས་མཚན་པོ་དེས། ལུག་.....
 མཉམས་གཉེས་ལ་སྒྲུང་མེད་དུ་བདེ་སྒྲུང་ཞིག་འབལ་བྱུང་། མདངས་དེ་གྱི་
 ཞིག་སྒྲུག་ནུག་གྱི་ལ་འབའི་ས་གཞི་ཡུལ་མོ་འདྲུག་ལཱ་གྲོ་ལ། ས་པོ་ན་གསར་པ་འདི་
 ལྷ་ལྷ་དཔལ་གྱིས་འབྲུགས། དེ་ཕྱིད་ཀྱི་ལཱ་འདྲུག་། དེ་ཕྱིད་ཀྱི་དཔལ་ཡོན།
 ལུག་པོ་དེ་མེ་སྒྲུག་བྱས་པ་འདི་ནུག་དུས་འདི་ལ། དས་བྲང་ཁ་སྒྲུག་ནུག་.....
 དེ་ཕྱིད་ཀྱི་ཡུལ་མོ་འདྲུག་དྲོད་སྒྲུང་གི་ན་ཡོད། དས་རྩ་བ་སྒྲུག་ནུག་སྒྲིང་
 རྒྱལ་དགའ་མའི་སྒྲིང་གཏུག་ཉན་གྱི་ན་ཡོད། མཛུབ་མེ་ནུག་སྒྲུང་པ་འདི་
 འདི་ག་དངས་དེ་དག་ དས་ཁྱེད་ལ་ལུགས་པ་འདི་སྒྲིང་གཏུག་སྒྲིང་
 མེད། རྒྱ་མཚན་དུ་འཆར་བའི་སྒྲུང་གྱི་ལང་མོ་དེ་དག་ དས་ཁྱེད་ལ་.....
 པར་དངས་པ་འདི་དོར་མེད་ཀྱི་པར་མེད་པ་མེད། ད་དུང་ཡང་དངས་ཁྱེད་ལ་.....
 འཆར་བའི་མེ་བ་དང་སྒྲོན་འདུན་དེ་དག་ དཔེ་སྒྲིང་སྒྲུ་རྒྱ་རྒྱ་དྲུག་གསལ་
 མེད། དཔེ་སྒྲུང་སྒྲུག་མཉམ་དུ་འབྲུང་བ་ཁྱེད་ནུག་མཁྱེད་ནུག།

གཉིས་

དཔྱིད་རྒྱུད་པམིལ་མས་ལུས་ལ་བྱིལ་དུས། དར་གཞིག་པའི་རྩ་ཚུ
 དྲངས་མའི་བཞུར་རྩེ་ཐོས་དུས། དས་ཐག་རིང་དུ་འདས་པའི་དཔྱིད་
 ལ་ཞིག་དབར་གྱིད་ལ། དཔྱིད་ཀྱི་མེ་རྟོག་པའི་ཁྱེད་དུ་བཞད་པའི་རྩ་ཚུང་ལུ་
 མའི་ལང་ཆོ་ཞིག་ཀྱང་དབར་གྱིད། མོ་མོ་ཉི་ཤུ། མོ་མོ་ཉེར་གཉིས།
 དས་བཟུད་མྱོང་བའི་ལང་ཆོའི་དཔྱིད་དུས་དེ་དང་། དཔྱིད་དུས་དེ་ལ་
 གྱིས་པའི་རྩ་ཚུང་མའི་བཙེ་དྲུང་གཏམ་རྒྱུད་ཀྱི་དབུ་ལྷུད་རེད།
 བཙེ་དྲུས་དེ་ལ་དཔྱིད་དཔལ་བཞིན་དུ་བཞད་མྱོང་བའི་ཁྱེད་ཀྱི་ལང་
 ཆོས། དའི་མེམས་པ་དར་གཞིག་པའི་མཆོ་མོའི་རྒྱབས་ཤིང་བཞིན་དུ་
 གཤོས་མྱོང་ལ། དཔྱིད་མགོའི་མེ་རྟོག་པའི་ཁྱེད་དུ་མཛེས་པའི་ཁྱེད་ཀྱི་
 རྒྱགས་ལ། དས་དཔྱིད་ཀྱི་རྩེད་ཆར་བཞིན་དུ་བཙེ་བརྒྱུ་དག་ཅིག་
 པར་མེད་ལ་འཛོམས་དུ། མེ་རྟོག་གི་བཟུད་ལ་ཞེན་པའི་བྱང་བ་བཞིན།
 ལང་ཆོའི་རྒྱུད་སྤྲེལ་སྤྲེལ་ཁྱེད་ཀྱི་རྒྱགས་ལ་བཟུར་མྱོང་། བཙེ་དྲུས་དེ་ལ།
 ཁྱེད་དང་དཔལ་གྱིས་གྱིས་པའི་གཏམ་རྒྱུད་རྩལ་མོར་། དཔྱིད་ཀྱིས་ཐོན་
 བཞིན་དུ་ཙུང་བཙུགས་ཞིང་། དབུར་ཀྱི་རྩེད་ཐང་བཞིན་དུ་མེ་རྟོག་
 བཞད་ལ། རྩལ་ཀྱི་བཙེ་ལྷ་བཞིན་དུ་འདས་པའི་མགོ་རྩུག་ལྷེམ་པས།
 དཔྱིད་དཔལ་རབ་དུ་བཞད་པའི་བཙེ་དྲུང་གི་བཙེ་ལྷ་དེ། ཁྱེད་དང་ད་
 ཡི་ལང་ཆོའི་ལང་ཆོ་གཤོས་བཟུད་པའི་གཏམ་རྒྱུད་རྩལ་མོ་ཞིག་དང་། ཆོ་
 ཀང་དབར་རྩུང་ལ་མཛེས་པའི་ཕྱིར་དབར་ཀྱི་རི་མོ་ཞིག་རེད་ཨང་།

पुनः

[illegible]

ဝပယ၊ ဧဒိဂပ၊၊
[အနုဘူတ၊ ဂုဏ်၊]

ཁམས་འོད་གསལ།

[illegible]

མཆོག་གི་མཛོད་དང་། ཁྱེད་ཀྱི་ཐུགས་སྒྲུབ་པ་འདི་ལྟར་མཛོད་གྲོ་
 རྒྱུ་། དེ་ལྟར་གྱི་ཁྱེད་ཀྱི་མཆོད་ཚུལ་དཔལ་འཛུགས་ཀྱི་མཛོད་མཆོད་
 དང་། ཁྱེད་ཀྱི་མཛོད་ཆེན་ཆེན་གྱི་ལང་ཆོལ་དཔལ་འཛུགས་ཀྱི་མཛོད་
 རྒྱུ་ལེགས་པའི་ལམ་དང་ལམ་སྒྲུག་གང་མཁུ་། བཟོད་པ་དང་ལྷུ་མཛོད་
 རྒྱུ་ཆེན་པོ་ཀྱི་ཁབ་པ་རྒྱུ་མཆོད་པོ་། མཆོག་གཞུང་གི་སྐྱེད་ཐལ་
 དཔེན་དྲ་ལྷུ་མཛོད་གསལ།

ਪ੍ਰ

འཇིག་རྟེན་འདི་ན་དཔྱིད་རྩ་སྐྱ་བུའི་སྤྱིང་འཇགས་དང་། ཉི་
 འོད་དང་འཇའ་ཚོན་སྐྱ་བུའི་མཆོར་སྟག་ཁོར་མེན་པར། དགུག་གྱི་
 གང་ལྟ་སྐྱ་བུའི། དབྱར་རྩ་གྱི་ཚོགས་རྩ་སྐྱ་བུའི། དཔག་འཁྲུག་
 དང་སྟུག་ན་དང་ཡམས་དང་རང་བྱུང་གནོད་འཚོ་ཡང་མང་པས། ད་
 ཚེས་དཔྱིད་དཔལ་ལ་འེབ་པའོན། འཇམ་སྤྱིང་ཞིབ་དེར་འེན། མི་
 རྟོག་གི་མཆོར་སྟག་དང་སྤྱང་ཆར་དང་དཔྱིད་རྩ་དུང་གི་རྟེག་བྱར་སྟོན་པ་
 པའོན། པནཏུ་བསྐྱེད་མཐུག་སྤྱིལ་དང་ཞིབ་དེར་གོང་འབེལ་ལ་འཕྲོན་
 བྱེད་པའོན་ཡོད། དཔྱིད་རྩ་སྐྱ་བུ་སྤྱི་བར་དུ་འཆར་པའི་སྤྱི་ལམ་ཞིག་
 མེན་པར། དབྱར་དགུག་རྟོན་སྟག་རྩ་སྟག་འེ་འེ་འེ་སྟུག་
 དལ་གྱིས་སྤྱང་པའི་ཚུ་གྱིགས་འེ་འེ་དང་། རེས་གྱིས་སྤྱིལ་པའི་ན་ཆོད་
 གྱི་གཉེར་རེས་འེ་རེས་ལས་སྟབ་པའི། སྤྱང་མདོག་གིས་པར་སྟུག་པའི་
 ལང་ཆོད་མཆོར་སྟག་དེ་ཡིན་པས། བཟ་རྩ་འདི་ལ། ད་ཚེས་སྟུག་
 ལས་སྤྱི་འདེབས་ལ་འེལ་པ་དང་། བྱིལ་རྩ་གིས་ཆོང་མལ་འཆར་འཆར་
 པའོན་པ་པའོན། དགུག་འདུག་གྱིས་སྟུག་འདེབས་ལ་འཕྲོན། པའོན་
 གྱིས་ཀྱི་རྩ་ལ་རྩས་ཐུག་ཆོད། དཔྱིད་རྩ་སྐྱ་ཆ་པའོན་པ་གིང་། དབྱར་
 དེས་སྟུ་མི་རྟོག་པའོན་དེ། སྟུག་རྩ་ལ་འབྲམ་པའི་སྤྱིལ་དེས་ལ། སྟུག་
 པས་མང་དང་དང་སྟུག་། པའོན་པ་དང་སྤྱིང་པའོན་ལས་སྤྱིལ་པའི་དཔྱིད་
 རྩ་སྐྱ་བུའི་འཇིག་རྟེན་ཞིག་ མི་སེམས་གྱི་ཁྲུག་སྟུག་པའོན་དུ་
 འབྲས་དེས།

三

[illegible]

ཐུགས་ཀྱི་ལྷ་མོ།

འོད་འཛིན་མ།

དགའ་སྐྱོབ་ཤིང་ལྷན་སྦྲེལ་བྱུང་བའི་མི་ཆོལ་ཕྱེད་ཀའི།
 རྒྱལ་ཁབ་རྩལ་ལྡན་པའི་བཞུགས་སྐྱོན་ཅན་ཆད།
 རྩིང་རྒྱུང་རྒྱུ་ལྡན་པའི་ལྷན་སྦྲེལ་བྱུང་བའི་ལྷན།
 དེ་དོན་ནང་དུ་ལྷན་སྦྲེལ་བྱུང་བའི་ལྷན་སྦྲེལ་བྱུང་བའི་

ཡང་ཆོས་ལྷན་ལོ་པའི་ན་རུ་ལོ་སྒྲུལ་སྤྱོད་ཀྱི་།
 འཆར་ཡན་རྒྱལ་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཞིག་རལ་སྤོང་ཞིང་།
 རྒྱལ་པོས་མཁའ་ལོ་ན་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཁྱེད་ནས།
 རྒྱལ་ལོ་མཁའ་ལོ་ལོ་སྒྲུལ་ལོ་སྒྲུལ་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཁྱེད་ནས།

དུས་པའི་མི་རྒྱུ་ལོ་འདི་འཕྱར་སྤྱོད་པར་ནས།
 འདྲིས་པའི་ཐ་སྤྱད་ཆ་རེ་འདྲན་རྟོགས་བྱས་ཏེ།
 པད་སྟུག་ཆོར་པའི་ན་རྒྱུག་དབྱངས་ལ་འབྱུས་པ།
 འཁོར་པའི་མ་སྟོན་པའི་གཤིས་སྐྱོད་པར་ཡིན་འདྲ།

འདྲ་འབྲས་མི་ཤོང་སྟག་པའི་ཕྱི་ནང་ཁྲོད་ནས། །
འདས་དོན་སེམས་སུ་རྒྱུང་བའི་གཞན་རྒྱུང་འི་འཇིགས་སྐྱོབ་ཀྱིས་ལྷན་སྦྲེལ་བྱས་པའི་སྡེ་ཚོ་ལྟེན་ཅིག་ནས། །
ཡང་ཡང་གྲགས་པའི་རྒྱུང་དེ་རྩ་བ་གནས་པའི་སྡེ་ཚོ་ལྟེན་ཅིག་ནས། །

ཏུས་གསུམ་རྒྱལ་ཏུ་ཡལ་བའི་ཉེན་ཞག་རེ་རེ།
 གློང་རྩྭ་བཟི་ཁའི་དབུགས་རིང་ནང་ཏུ་འཐེན་ཞོར།
 བསམ་བའི་མིག་ཟུང་རྒྱང་ནས་རྒྱང་ཏུ་ཅེན་ཁྱང།
 མེས་ཀྱི་གློང་དཀོན་ནས་ཀོང་ཏུ་འཕེལ་ཡོང།

མཁུང་བརྟེན་གྱི་ཉར་བའི་མི་ཐུན་མེན་ས་ལྷ།
 མི་བརྗོད་མིག་ཆུ་མོར་བའི་གཏམ་རྒྱུད་མེད་ལྱང་།
 ཆུས་ཤིང་རྩྭ་གམེད་ཅིག་གི་ཁ་བྱང་གཡང་རྟེ།
 མི་ཆོས་ལྷན་ལྷན་ལྷན་བྱས་ནས་ཆོར་མོང་།

དཀར་ནག་ལས་ཀྱིས་དེད་པའི་ལོ་ལྔའི་ཕྱག་ནས།
 འབྲུག་པའི་གདངས་ལ་འཁྱུད་པའི་དབྱངས་རྟ་དཔར་པོ།
 འཁོར་པའི་ཉི་མེད་བར་ནས་ཐོལ་གྱིས་ཤོར་གྱང་།
 ལས་ཀྱི་ལན་ཆགས་ཤ་རུས་གསེང་དུ་སྒྲུག་འདུག།

དཀི་འུ་ཐུག་མེད་གཞས་ཀྱང་ཏུ་བརྒྱར་ནས། །
 ཏུ་ར་བས་གསར་པའི་རྒྱང་ལྷོད་ལམ་ཆེན་མེད་ཏུ། །
 དཔལ་ངར་ཆེར་ལྷོད་མེས་ཀྱི་གས་པའི་གཏུ་བརྒྱུ་པ་ནས། །
 བ་ལུ་གང་ས་ལྷོད་མེད་ཏུ་གས་སྒྲིབ་ཏུ་པར་ཆས་འགྲོ། །



མཚན་སྒྲིག་ཁང་གི་འབྲེལ་གཏུག་ཁ་པར། 0891—6322471
ཕ་རིལ་དགའ་ཚལ་གྱི་ཡིག་སྒྲུབ། xzrbwenyifukan@163.com