ཨཱཿ ཀུ་རུ་པཎ་ཆེ་ཐུགས་ཀྱི་སྙིང་པོ་ལས་ཀྱི་གླིང་ཁྲི་མཆོག་ལ་མི་ཕྱེད་དང་པའི་སྒོ་ནས་ཕྱག་འཚལ་
ལོ། ཨོཾ ཨཱཿ ཧཱུཾ ཏ་ཐཱ་ག་ཏ ཡ ཨ ཡ ཏ ཀ ཨ ཡ ཏ ཀ ཨ ཡ ཏ ཀ

ཨཱཿ འཕྲིན་བཅས་མོ་ཡིས། ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་དེས་གསང་གིས། ཕེགས་པ་མཆོག་ཏུ་བྱང་ཕྱིར། ཐབས་ལམ་དགེ་གི
མཆོག་ཡང་རྟེར། དགྱེས་གསུམ་ཡེ་ཤེས་དྲྭས་མ་རྒྱུ། སྦྱངས་པའི་གདམས་པ་འདི་ཁོ་ན། དེ་ཕྱིར་ཐར་པ་དོན་གཉེར་ཞིང། བརྩོན
འགྲུས་སྟོང་ཕྲག་བས་དང་དམ་ངང། ལྷན་པའི་སྐྱེས་བུ་སྐལ་ལྡན་ལེགས། ཐུབ་ན་འདི་བསྟན་རབ་ཏུ་འཚོངས། དེ་མིན་ཆོ་འཕྲིའི་བྱ་བ་ལ།
ཁ་འབྱམས་ཆོས་ཀྱི་རྒྱུས་ཤེས་ཤིང། དམ་ཆོག་ཏུམས་ལ་ཅང་མི་ས་ཟམས། ཐུམ་མཆེད་དང་ཆོས་ལ་སྨོ་ང། ང་རྒྱལ་ཤེས་ས་ཟམས་གཡོ་ངང

ཕྱུས། ཕྱུད་གང་གིང་ཡ་ལ་ཐ་དག་ལ། ཁྲི་བཞིན་ཆུལ་དང་དགོར་ལ་འབྱམས། དེ་ལྟར་ཆོས་ཅན་ཀྱིས་བསྟན་པའི། ཉམས་པ་ཅན་ལ་བསྟན་ཐུར་ནས། གང་མས་པའི་རྟོ་ནས་ཉམས་པ
ངང། མ་ངང་མཁའ་འགྲེའི་བཀའ་ཆད་འོང། ས་ཀ་ཡ། ཐབ་གས་ངང་ཆུའི་གནད་ལ་ཀ་ཐབ། ས་མ་ཡ། ཐབ་ཀས་ངང་ཉམས་ས་ལེན་པ་ལ། ངགོ་ངས
ཕྱུད་ཉམས་རྟོ་ཀས་འགོ་བའི་ཕྱིར། ཐུ་མའི་རྩལ་འཕྲོར་ཀནད་ཏུ་བསྟན། མོས་ཀུས་ཀགོལ་འདེབས་ངབང་བཞི་ཐུང། དེ་ནས་རྩམ་པར་སྣང་མཛད་ཀྱི། ཆོས་བདུན་ངང་ལྟན་ལུས
ཀནད་ཀྱིས། ངོ་ཟེ་ཁུ་ཚུར་སྟ་ཐུར་ཏུ། ཀདུ་ངང་བསྐོར་ཏེ་སྟ་ཀཡོན་པ། མཚུབ་མོས་བཀག་ཐ་ཀཡས་པ་ནས། ཞེ་སྟང་ལས་ཐུང་ཟམ་ནག་ཀི། རྩམ་པར་ལན་ཀསུམ་འབྱུང་པ
ངང། དེ་བཞིན་ཀཡས་བཀག་ཀཡོན་ནས་འདོད་ཆགས་ཀྱི། ལས་ཐུང་ངམར་ནག་ལན་ཀསུམ་འབྱུང་པར་བྱ། ས་ཏག་ཐུང་ནས་མཁམ་ཏུ་ཀཏི་ཆུག་ཀི། ལས་ཐུང་ཕྱོ་ནག་རྩམ་པར
ལན་ཀསུམ་འབྱུང། ས་ཡར་ནད་ཀདོན་ཕྱི་ཀཀྱིས་ཐག་ཆགས་ངང། ཀདོས་བཅས་ཤ་ཁྲག་ཕུང་པོ་ངང་བཅས་པ། ཏ་ཏའི་ས་ཁ་ངང་ཚུར་བསྟོལ་བ་ངང། ཕྱི་ལ་ཀུང་བཤིགས་པ

ཐུགས་ཀ་ཡིན་ཏེ། ཁམས་དུ་ནམ་མཁའ་ལྟ། ཤེས་རབ་ཡལ་བར་བསམ་སྟེ་སྟོང་པར་བཞག། ཡང་གཟུང་དང་འཛིན་པས་བསྡུས་པ་ཡི། ཆོས་ཀུན་ཆོས་ཉིད་ཆེན་པོར་
ཞེག། རང་ཉིད་སྐད་ཅིག་ཏན་ཟློག་ལས། དཔལ་ཆེན་ཏོ་ཏེ་གཤོད་ནུ་ནི། མཐོང་ནས་ཁྲོ་གཅིག་ཏུ་ཡང་། ཕྱི་ནས་ཡིད་ཀྱི་ཤེས་ཀ་ལ
གཟིར། ཞེས་གཉིས་ཐུན་ཀྱི་ཤད་ཟློ་ལ་ཐུགས། ཁམ་ནས་ཏན་ལ་ཕྱི་ཀུན་ཏུ་བཟློས། ཐོད་ཕྱེ་ནས་ཁ་ཅིག ཐ་ཤ
ལ། ཡུམ་ཆེན་ལས་ཀ་ཡོ་ཆུས་ལ་ཤ་ཁ། ཐ་ལ་ཁ ལ ཕ ལ ཁ ལ ཕ ལ ཁ ལ ཕ ལ

ཕྱི་བོར་ཐལ་ཁར། མར་སྟེ་གསང་བར་ཆོག་གི་འགལ་ས། དངས་བྱབ་ཐུམ་གསལ་མཚན་ཉིད་རྫོགས། དཀར་དམར་མཐིང་གའི་ཁ་དོག་འཆར། གཡས་ས་ར་མ་ལོངས་སྤྱོད་
རྫོགས། ཕྱི་དམར་ནང་དཀར་གསལ་ལ་འཆོར། གཡོན་དུ་ཀུང་མ་སྤྲུལ་པའི་སྐུ། ཕྱི་དཀར་ནང་དམར་འོད་ཟེར་འབར། མར་སྟེ་དབུ་མར་ཚུད་པ་ལས། ཡར་སྟེ་ནཾ་ལྷ་གཉིས་ནས
གཡུ། ས་བཅུ་གཉིས་ས་ཁ་ར་ཟླ། ཅོན་མོངས་དཀྱུ་ལྟ་ཕྲ་ཁ་ས་ཁ་ལ། ལབ་ཅེ་ལ་ཁ་ལ་ཀ་ཀ། ར་ཀུང་ལམ་བཏུད་ས་ཕྱོར་ཐོན། ཏེན་ཝེད་ནམ་མཁའི
ངལ་ངས་ས་ཐིམ། ཙ་ས་ལས་ཀྱོན་ངང་བྱལ་བར་བསམ། ཆུ་ར་ལན་ངགར་བསལ་བྱས་ཏེ། ཏཾ། ས་ཆེའི་ཐད་ཀྱི་ནམ་མཁའ་རྡུ། ངས་གསུམ་ཆུལ་བ་ས་ས་བཅས་ཀྱི། ཁ་ཀ་ས
ཐུགས་ཡོན་ཕྱིན་ལས་ཀྱི། ངབང་བྱིན་ངར་ས་གྱབ་ཡོངས་འདུས་པའི། ར་པ་བྱིན་ཆབས་ཡེ་ཤེས་ཆུང། མཐིང་ནགས་ན་བུན་འཐིབ་བཞིན་གསལ། ས་ལོ་རེང་ངུད་པ་ཏི་བཞིན་ངུ།
ས་བཅུ་ནས་ངང་ར་ཀུང་ལམ། བཏུད་དེ་ངབུ་མར་ཞུགས་པ་ཡི། ངབང་བྱིན་ངར་ས་གྱབ་ཀྱིས་གང་བསམ། ཆུ་ཞུ་བ་ཆུ་ས་ཅི་ནས་འབད། ངེ་ནི་མཉམ་བཞག་ཆུ་ལོན་ཏེ།

ཨཱཿ ཤེས་རབ་རྒྱུད་ལ་དུས་ཏྲ་པར། སྟེང་རྒྱུད་མཆན་པའི་ཁ་གཡེར་བ། འོག་རྒྱུད་ཡར་འཕེན་ཞབས་ཞུམ་པ། བར་རྒྱུད་བརྒྱུད་བའི་ལྟོ་ལྟིར་བ། བུམ་པའི
མཚན་ཉིད་ཚང་བ་སྟེ། བུམ་ཅན་གཞི་ཡི་རྒྱུད་ཞེས་བྱ། འདི་ནི་ཤེས་རབ་རྒྱུད་ཡིན་ཏེ། མེད་ཐབས་མེད་པའི་གནད་མཆོག་ཡིན། ཆུ་ཁམས་དག་པ་སྦྱོལ་པའི་སྐུ། རླུང་ཁམས་དག་པ
ལོངས་སྤྱོད་ཕྱིགས། ཐིག་ལེ་དག་པ་ཆོས་ཀྱི་སྐུ། དག་གསུམ་འགོར་ལོ་ལྷུན་གྱིས་གྲུབ། བདེ་ཆེན་འགོར་ལོ་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས། ཆུ་འདབ་སུམ་ཅུ་རྩ་གཉིས་ཀྱིས། ལོངས་སྤྱོད་འགོར
ལོ་སོར་རྟོག་དལ། ཆུ་འདབ་བཅུ་དྲུག་ཀྱིས་པ་སྟེ། ཆོས་ཀྱི་འགོར་ལོ་ཆུ་འདབ་བརྒྱད། མེ་ལོང་ཡེ་ཤེས་དཀྱིལ་འགོར་རོ། ལྷུག་པའི་འགོར་ལོ་མཉམ་ཉིད་དལ། ཆུ་འདབ་བཅུ་དྲུག
ཀྱིས་པ། བདེ་སྐྱོང་འགོར་ལོ་བྱ་ཕྲག་དལ། ཆུ་འདབ་དྲུག་ཅུ་རྩ་ཐེག་ཏུ། ཡལ་ག་ལས་ནི་ལོ་མ་བཞིན། ལུས་ནི་ཆ་ཡི་པ་ད་ལྟ། ཆ་ཕྲན་ཀུ་བས་ཡས་བསྐོར། བ
ལྟ་དེ་ལྟར་ལྟིས
ལ། ཁ་ག་མེ་རྒྱུད་ཀྱི་མདུད་པ་ཡིས། ལྟེ་འོག་ཐིག་ལེ་དགར་དམར་ནི། དཔའ་བོ་ཡབ་ཡུམ་ཚུལ་དུ་གནས། ཆ་ཆེན་རྒྱུད་ཀྱིས་འགེང་བ་ལས། རླུང་ཀྱི་མདུད་པ་རེ་ཁྲོལ་བཞིན།

ཐིག་ལེ་དཀར་དམར་སྦྱོར་བའི་མོད། རྟོགས་པའི་ཡོན་ཏན་རེ་རེ་འཆར། ལྷེ་བ་སྤྱལ་པའི་འགོར་ལོ་ཡི། རྩ་གསུམ་མཎྜ་ཆེན་གྱོལ་བའི་ཆོ། དང་པོ་ས་མཚོག་མངོན་དུ་གྱུར།
དེ་བཞིན་གནས་མཎྜ་ཉེར་གཅིག་པོ། གྱོལ་ཆོ་ཡེ་ཤེས་རྩེ་མོ་རྣམ། ཡང་དག་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་འགྱུར། ས་མ་ཡ། དེ་ནས་གཏུམ་མོ་ཡས་འབར་དང། བདུད་རྩི་མས་འཛིག
རིམ་པ་ལ། རང་ཉིད་རྡོ་རྗེ་གཞོན་ནུ་ཡི། ཐུགས་ཀར་པདྨ་ཟླ་གདན་ལ། དགོངས་བཤད་སྙན་བརྒྱད་བླ་མ་རྣམས། ཡོངས་འདུས་ཏོ་བོ་པདྨ་འབྱུང། དཀར་གསལ་ཞལ་གཅིག་ཕྱག
གཉིས་པ། ཕྱག་གཡས་གསེར་གྱི་ཏོ་རྗེ་དང། གཡོན་པས་བླུན་ཆོ་བཟུམ་རྣམས། ཤེ་རྡ་ཀ་པ་ཞི་མ་ཁོ། ཆུལ་པོ་རོལ་པའི་སྦྱངས་ས་འགྲེངས། རྣལ་འབྱོར་དམར་མོ་ཁྲི་ཐོད་ཅན།
སྐྱ་ལ་འཁྲལ་ཞིང་སྦྱོར་བ་ལས། བདེ་ཆེན་འབར་བའི་ཟིལ་པ་འཕྲིགས། སྐྱ་དཀྱིངས་དབང་གསལ་ཆེན་པོའི་མཁར། ཇིག་འཛིན་ཆེན་པོ་བཅུད་དང་ནི། གྲུབ་ཆེན་བཅུ་རྩ་ལ་སོགས
པའི། ཇིག་འཛིན་ཐུ་མའི་ངཱུལ་འགོར་ལྟེ། མཆོ་ལ་གཟའ་སྐར་བ་ཀླ་བཞིན་གསལ། ཐུན་འབྱེན་ཀྱིན་འབེབས་གསོལ་བ་བཏབ། མཐར་ནི་ངན་ཤེས་ཤིང་བཙོ་ཏམས་ཀྱིས། འོད་ཕུང

ཕྱི། ངཱར་དམར་རྒྱམ་པར་ཞུ། དམར་ཆལ་ལྷ་བོག་ཡར་ཤད་དམར། ངཱར་ཆ་ལྷ་ཕོར་ཀྱི་ཡིག་ངཱར། ཀྱ་ལས་བོད་ཐེར་དཔག་མེད་འཕྲོས། ཐུལ་བ་མཆོད་ཅིང
དབང་བྱིན་བསྡུས། མར་འཕྲོས་འགོར་བ་ཆོས་སྐྱུར་བསྒྲལ། ཚུར་འདུས་འགོར་འདས་གཉི་ཕྱིན་ངང། དེས་བཅུད་ཆོ་བསོད་ནས་ལ་ཡོན་བསྡུས། ཕྱི་གོའི་ཀྱ་ལ་བཅུད་ཏུ་ཏྲི
ཡེ་ཤེས་ངན་ཕྱིར་ངང་ངན་ཕྱིར་ཞུགས་པའི། མ་ངང་མཁའ་འགྲོ་ཐམས་ཅད་ཀུན། འོད་ཕུང་དམར་ཡོའི་རྒྱ་པར་འདུས། ལྷ་བའི་ཡ་ཤད་ཉིད་ལ་ཐིམ། ངང་ཕྱིན་ངོས་གྱུབ་འདུས
པའི་ཐུང། ཏ་ཐས་པས་རོ་ཀུང་ལམ་བཏུང་ངེ། ལྷ་བའི་ཡ་ཤད་ལ་ཕོག་པས། གཏུམ་མོ་ཡེ་ཤེས་མེ་ངལ་ཞབས། ཆེར་མཆེད་སྒྲ་ལ་བའི་ཤོར་ལོ་ཡི། ཐ་ཆེན་ཐ་ལྷན་ཐམས་ཅད
ཀུན། ཁེངས་ཏེ་ངེ་ལས་ཆེར་མཆེད་ངེ། ངལ་མའི་ལམ་ནས་ཡར་མཆེད་ངེ། ཆོས་ཀྱི་འགོར་ལོའི་ཐ་འགོར་ཞུབ། ཆེར་མཆེད་ལོངས་སྐྱོང་འགོར་ལོ་ངང། བདེ་ཆེན་འགོར་ལོ་རིམ
བཞིན་མཆེད། ཕྱི་གོའི་ཀྱ་ཡིག་ལ་ཕོག་ཆོ། ཀྱ་ཡིག་ཡབ་ཀྱི་ངོ་བོ་ལ། ལེ་ཏེད་ཡུམ་ཀྱི་ངོ་བོ་ཁ་ཏིས། རེག་པ་འཕྲོད་པའི་ཆོ་འཕྲལ་ལས། ངཱར་བདེ་འབར་ཞིང་ཕོག་ལ་ཞུ།

བདེ་སྟོང་ཡེ་ཤེས་བདུད་རྩི་ནི། ཆུ་ཕན་བཞི་བདུ་བཅས་པ་ཡིས། བདེ་ཆེན་འགོར་ལོའི་རྩ་རྣམས་ཁྱབ། ཁྱག་འཕྲང་རྡོ་རྗེ་དབྱིངས་ཀྱི་ལྷུ། མཉེས་ཤིང་ཟླ་མེད་བདེ་བས་ཚོགས། གཏི་མུག་རྟོག་པ་དབྱིངས་སུ་གྱུར། ཆོས་དབྱིངས་ཡེ་ཤེས་འབར་བར་བསམ། ལོངས་སྤྱོད་འགོར་ལོར་བཅས་པ་ལས། རིག་འཛིན་ཐུགས་མའི་དཀྱིལ་འགོར་ལྷ། མཉེས་ཤིང་འདོད་ཆགས་ས་བོན་སྟོང། ས་རང་རྟོག་ཡེ་ཤེས་འབར་བར་བསྒོམ། ཆོས་ཀྱི་འགོར་ལོ་ཡོངས་ཤེངས་ནས། ཞི་བ་རྡོ་རྗེ་དབྱིངས་ཀྱི་ལྷུ། མཉེས་ཤིང་ཞེ་སྡང་ས་བོན་སྟོང། མེ་ལོང་ཡེ་ཤེས་འབར་བར་བསམ། སྤྲུལ་པའི་འགོར་ལོ་ཡོངས་ཤེངས་ཆོ། སྐུ་གསུམ་མཁའ་འགྲོ་ཡོངས་མཉེས་ཤིང། ང་རྒྱལ་འབྱུལ་པའི་ས་བོན་སྟོང། མཉམ་ཉིད་ཡེ་ཤེས་འབར་བར་བསམ། བདེ་སྟོང་འགོར་ལོའི་རྩ་ཆེན་དང། རྩ་ཕན་རྩ་ཆུང་ཐམས་ཅད་ཀུན། ཐིག་ཟླ་བས་ཡེ་ཤེས་ཟླུང་དང་ནི། གཏུམ་མོ་ཡེ་ཤེས་འབར་བར་བསམ། བདེ་སྟོང་ཡེ་ཤེས་བདུད་རྩི་ཡིས། གང་ཞིང་ཁྱབ་སྟེ་ཕྱིན་ལས་ཀྱིས། དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོ་ཡོངས་མཉེས་ཤིང། ཕྱག་དོག་འབྱུལ་པའི་ས་བོན་སྟོང། བྱ་གྲུབ་ཡེ་ཤེས་འབར་བར་བསམ། ཡར་མཆེད་དགའ་བཞིའི་ཡ

ཨཱཿ ཤེས་ཀྱི་ཤ། གཅིག་ཆར་ཁྱམས་ནུ་ཚོང་བར་བསམ། དེ་ནས་དབུ་མའི་དང་བཅས། ཆེར་མཆེད་སྟང་གྲོད་ཁམས་གང་ཁྱབ། བར་ཚད་གདོན་བགེགས་
ནང་ལྷུག་བསལ། ལྷོ་ཕགས་ཆགས་དང་བཅས་པ། ལྷོ་བཙུད་ཀུན་ཏུ་ཞོན་པའི་ཆོས། ཡུལ་མེད་ཟང་ཐལ་ངང་དུ་བསྒོམ། ལྷར་ཡང་ཇི་ཙམ་ལྷ་ཚོགས་ངང། དེ་བཞིན
ཆེར་མཆེད་གོང་བཞིན་ཏུ། ལན་གྲངས་དགུ་ཕྲག་ཏུ་ཕན་ཐུབ་ཏུ། ཨཐར་ནི་ཚུར་ཏུར་སོང་ནས་སུ། ལྷོ་ཕ་ཐལ་བའི་ངང་ཏུ་བཞག། དེ་ལྟར་དབུ་མའི་ངང་བཅས། ཇི་ས
ལེད་ཏུན་པས་བཟུང། ཡེ་ཤེས་ཐུང་གི་བཙུད་ལོན་པས། འཆི་བ་མེད་པའི་ཚེ་ངང་ལྷན། བདེ་སྟོང་བདུད་ཀྱི་བཙུད་ལོན་པས། ཟས་མི་དགོས་ཤིང་ཟོ་མདོ་ཕ་ཀྱུས། ཕུ
ཤེས་མེའི་བཙུད་ལེན། གོས་མི་དགོས་པའི་བདེ་ཏོད་འབར། ཙ་ཁམས་ངལ་བོ་མཁའ་འགྲོ་ངང། ཐུལ་ངང་ཐུལ་སྲས་མཁེས་མཆོད་པའི། ཆོགས་ཕགས་ཇོ་ཕགས་ཤིང་ལྷོ་ཕ་ངག
ཡེ་ཤེས་ལྷ་ཡི་ངང་མངོན་ལྷུར། ཁེར་ཕཅིག་ཙ་ཡི་མདུད་པ་ཕྱོ། ཀུན་ཏུ་འོད་ཀྱིས་ཆོས་སྐྱེ། ཡང་ངག་ཇོ་ཕགས་པའི་ས་ངས་ཐུལ་ཐོ། ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་འདུས་པ་ཡི།

ས།ལ་གོ་ཡང་ཕེག་དམ་པ་འདི།ཁ་ལག་ལྷུང་གོང་ཕྱི་ཀ་ཁམ་དང་། ཀཱཏ་ལ་བདུད་ཏུ་ལོ་ཐོང་ལ་གཏད། ངམ་ཆུམས་ལག་ཏུ་མ་བཏངས་ཤིག། ཆེ་ཀཱིག་ཆུམས་ལ་ལེན་པ་ཡི། ངང་ངམ་ལྷན་པའི་བུ་ལོ་ལོ་ཁྱོངས། ངམ་ཆུམས་ལྷ་ལོ་ལ་ལོ་ལ་ཡ། ས་མ་ཡ། ཏྲ་ཏྲ་ཏྲ། གཉིས་ཏྲ། ལྷས་ཏྲ། གཏད་ཏྲ། ཟས་ཏྲ། གསང་ཏྲ། བཏ་ཕེམ། ཨོཾ། ཞེས་པ་འདི་ཉིད་ཟླ་ལམ་བདུད་འཛིམས་ཏེ་ཏེས་གསེར་ལྷད་ཏ་ལ་ལྷ་ཀ་ཆེའི་གཡས་ལོགས་ཤ་ཟླ་ཏེ་ཏེ་ཟླ་ནས་གདན་ཐང་ངམ་ཅེ་མི་ལོ་ལུམ་ཆུ་ཆ་བདུན་བར་ཏུ་བཀའ་ཏྲ་ཟླས་མཐར་ཟླ་ཏྲ་ཕྱོགས་ཀྱི་ཐྲ་མ་རིག་དགའ་ཞེས་པས་ནན་ཏུ་བསྐུལ་ངོར་གཏན་ལ་ཕབ་པའི་ཡི་ཀ་པ་ཡང་དེ་ཉིད་དོ། ཤཱཀ་ཡ། ཤཱཀ་ཡ། ཤཱཀ་ཡ། ས་ཏ་ཨ་ཏ་ལ།། ||