ཨོཾ།ཁ་གསང་མཁའ་འགྲོའི་སྙིང་པོག་ལས།ཁ ཏ་མ་ཞི་ཁྲོ་འདུས་པའི་སྒྲུབ་པ་ཐར་ལམ་ཤིང་རྟ་བཞུགས་སོ།

ཨཱཿ ། ཤ་ཀ་ཡ་ཐུ་ཏ་ཡ། ནམ་མཁའི་ཁ་ཏན་ཀ་ར་ཡེ། ཐུགས་ཀྱི་ཁ་ཏན་ཀ་ར་ཡེ། ཕྱག་པ་ཐར་ལམ་ཤིང་རྟ་བདེ། ལག་ཏུ་ལེན་པའི་རིམ
པ་ནི། ངག་ཀྱི་ལས་ཀྱི་བཀོད་ལེགས་མཛེས་ལྷན་ལས། ཆོས་བཅུ་རས་བྲིས་གང་བཅུ་ངམས། ཡང་ན་ཐུགས་གཏེར་ཚམ་ལ་བརྟེན། ཐུགས་པ་ཐབས་མོ་བདེ་བར་ཐུགས་མཛོད། ས་མ་ཡཿ། དཀར་ཕྱོགས
ཐུགས་ལ་དཀར་གཏེར་ངང། ནག་ཕྱོགས་དམར་ཀྱི་གཏེར་མས་མཆོད། ལན་ཚགས་བསགས་ལ་ཆར་ལས་ཐུང་འཛལ། འདི་ནི་ཐོ་ཁ་ཏོ་ཆེ་གཤོ། ངང་པོ་ཐུགས་ས་ལ་ཀྱོ་བ་ནི། ནམ་ཕྱེ
ཕྱི་ནང་གསང་བའི་དཀོན་མཆོག་གསུམ། ཡོངས་འདུས་བདག་ཉིད་ཐུགས་ལ། ངེར་བཟུང་ཐུང་ཆུབ་མ་ཐོབ་བར། རྣམ་གསུམ་ངང་པས་ཐུགས

ཨཱཿ ས་མཆི་ ལན་གསུམ་བརྗོད་ཅིང་སེམས་བསྐྱེད་གཟུགས་ ཏོ་ ཐུ་མེད་ཐུ་མའི་གསང་ཆེན་པོ་ ས་ཀ་ས་ཀ་ཞེ་ཁྲོའི་ཐུགས་
ནས་ ཀང་ལ་ཀང་འདུལ་ཕྱིན་ལས་ཀྱིས་ འགྲོ་དྲུག་བསྐལ་བར་སེམས་བསྐྱེད་དོ་ ལན་གསུམ་དེ་ནས་ཁཱ་བསྐོ་བཅི་ ཏྲཱཾ་ ལགས་ངར་འདས་དག
མཉམ་ཆེན་པོ་ལ་ བགེགས་དང་གཙོ་ཐེ་ཚོམ་ཡང་མེད་ མ་རིག་གཟུང་འཛིན་རྣམ་རྟོག་གི་ ཏ་ཏ་ཀ་ཀ་ལ་ཁ་ཁ
བདག་མེད་ཆོས་ཉིད་ཆེན་པོར་བསྐྱང་ ཡེ་ཤེས་མཆོག་ཐུན་དུ་བ་འཕྲིགས་ ཏྲཾ་ཏྲཾ་ཡུ་ཙ་ཏ་ཡ་ཕཏ་ ཏྲཾ་བཞིའི་སྤྱགས་བརྗོད་ཐུན་ཀྱིས་བྱས་ དེ་ནས

མཚ�་ལས་གཅོད་པ་ནི། ཧཱུཾ། འགོར་འདས་བཏལ་བ་ཡུམ་ཀྱི་མཁའ། གཏིས་མེད་རོལ་པར་ཇོགས་སངས་རྒྱས། སྤྲུང་དང་བསྡུང་བྱའི་ཡུལ་ལས་འདས། ངང་གནས་ཡེ་ཤེས་སྤྲུང་བ་
མཆོག། བཟློ་རགྱ་རགྱ་ཧཱུཾ་ཐུཾ། དེ་ནས་བདག་ཕྱོགས་བཞི་ཞིང་བཏགས་ཀཚལ། ཨཱཿ རིག་པ་ཡེ་ཤེས་རང་གསལ་ལྷོ། བདག་རྐྱེ་ཕྱིག་ཡས་བསྒྲིགས་པ་ཕྱེས། གཞི་ངན་ཁྱེངས་དོན་ཀྱི་ས་ངས
རྒྱས་ལ། རང་ཞལ་མཐའ་ཕྱོར་ཕྱག་འཚལ་ལོ། ཕ་ཁྲེ་ཀ་ཡ་ཕཏ། ན་མོ་ན་མ་ཏཱ། དེ་ནས་ཅིག་ཆེན་དགས་པ་ནི། ཧཱུཾ། ཀ་དག་ལྷོས་པ་བྱལ་བའི་ངན་ཁྱེངས། ཐུ་མ་ཆོས་སྐུས་བྱིན་ཆེན
པོའོ། ལྷུན་གྱུབ་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ངན་ཁྱེངས། ཐུ་མ་ལོངས་སྐུས་བྱིན་ཆེན་པོའོ། ཐུགས་རྗེ་ཕྱོགས་མཐའ་ཡས་པའི་ངན་ཁྱེངས། ཐུ་མ་སྤྲུལ་སྐུས་བྱིན་ཆེན་པོའོ། ལྷ་ཆོགས་ཐབས་ཀྱི་ཐུ
འཕྲུལ་ངོམས། རྒྱལ་བ་ཞི་བྱེས་བྱིན་ཆེན་པོའོ། བཟློ་ས་མ་ཡ་ཛ་ཛ་ཡ་ཡ་ཡ། དེ་ནས་མཚོ་ཐུས་ཐུ་ཁ་ཆགས་ནི། ཨཱཿ ཧཱུཾ། ཀུན་བཏགས་ལྷུད་བ་ཡངས་པའི་མཁར།
ཆོས་སྐུའི་འདོད་ཡོན་རྒྱན་ཏུ་ཕར། མཚོ་ལྷོ་ནས་ཀ་ཟད་ནམ་མཁའི་མཇུག། གཤོ་ནས་ཡེ་ཤེས་བདུད་ཀྱིར་གནས། ཨཱཿ བཟློ་ཨཱ་ཧ། ཀཱ་ཡ་ཀ་ཡ་ཏ་ཏ་ཏ ཀ ས་ལ་ཏ ཨཱཿ ཧཱུཾ།

ཨཱཿ　　མ་ཏྲ་ས་ཏ་ཡ་ཨ་ཏ་ཀ་ར་ཀ་ཏ་ལི་ད་ཏ་གཱ་ཏ་ཡ་ཏ་ཡ་ཏ་ཡ

ཡུམ་དཀར། བྱང་ཆུབ་མཆོག་གི་ཕྱག་རྒྱ་ཅན། ཤར་དུ་རྡོར་སེམས་ཡབ་ཡུམ་མཐོང་། ས་གཞོན་མཁན་བཞག་ཕྱག་རྒྱ་ཅན། གཡས་སུ་ས་སྙིང་མྱུ་གུ་དཀར། གཡོན་དུ་བྱམས་པ
ཀུན་ཤིང་དཀར། མདུན་དུ་ལྷ་ཆེ་མེ་ལོང་དཀར། རྒྱབ་ཏུ་ལྷུན་ཆེ་ཏོག་དཀར། ལྷོ་རུ་རིན་འབྱུང་ཡབ་ཡུམ་ཝར། མཚོ་ས་ཐྲི་ན་མཁན་བཞག་ཕྱག་རྒྱ་ཅན། གཡས་ས་ཀུན་བཟང་ལྷ་མ
ཝར། གཡོན་དུ་ནམ་ཕྱིང་རལ་གྲི་ཝར། ལྷ་ལ་ཝར་མོ་ཕྲེང་ཐོགས་མདུན། ཐུ་པ་ཝར་མོ་ལྷོ་ས་འབུལ་རྒྱབ། ནུབ་ན་ལྷང་མཐའ་ཡབ་ཡུམ་དམར། ཕྱག་གཉིས་མཁན་བཞག་ཕྱག་རྒྱ
ཅན། གཡས་ས་ལྷུན་གཟིགས་པ་ཐུ་ཏམར། གཡོན་དུ་འཇམ་དཔལ་རལ་གྲི་དམར། མདུན་དུ་ཐུ་ཚི་ཤི་ཚོ་ཏམར། རྒྱབ་ཏུ་ཕྱ་ལོ་མར་མེ་ཏམར། བྱང་ནས་ཀུན་ཟློག་ཡབ་ཡུམ་ལྷུང་།
ལྷུགས་ལྷོ་ན་ཁཁ་ཀ་ཕྱག་རྒྱ་ཅན། གཡས་ས་ལྷ་ཝ་ས་ལ་པ་ཏི་ལྷུང་། གཡོན་དུ་ཕྱག་རྡོར་ཏ་ལ་ཝ་ཏ་ལྷུང་། མདུན་དུ་གཙུ་ཏ་ཝ་ལྷུང་། རྒྱབ་ཏུ་ནི་ཏ་ཞ་ལ་ཟ་ལྷུང་། ཞེ་བའི
ལྷ་ཆོགས་ཏེ་ཁ་ལས་ནི། ལོངས་ལྷོ་ཏ་ཛོ་ཀས་ཀྱི་ཆས་ཀྱིས་བཏུན། ཤ་ཟ་ཤོད་ཐིག་ལེའི་ཀློང་ཏུ་གསལ། ལྷ་ཏ་ལྷ་ཡི་ཐུབ་པ་དཀར། ཤར་ལྷོ་ལྷ་མེན་ཐུབ་པ་ལྷུང་། ལྷོ་ནུབ་མི་ཡི

ཨཱཿ ཐུབ་པ་སེར། ནུབ་བྱང་བྱོལ་སོང་ཐུབ་པ་མཐིང། བྱང་ཤར་ཡི་དྭགས་ཐུབ་པ་དམར། འོག་ཏུ་དམྱལ་བའི་ཐུབ་པ་ནག། ཀུན་ཀྱང་སྤྲུལ་སྐུའི་ཆ་ལུགས་
ཅན། བཞེངས་པའི་སྟབས་ཀྱིས་པདྨར་བརྟེས། ཤར་དུ་རྣམ་རྒྱལ་ཡབ་ཡུམ་དཀར། ལྷོ་རུ་གཤེན་རྡེ་ཡབ་ཡུམ་སེར། ནུབ་ཏུ་རྡོ་མཁྲིན་ཡབ་ཡུམ་དམར། བྱང་དུ་བདུད་རྩི་ཡབ་ཡུམ་
ལྷུང། ཁོ་བོ་མི་བཟད་འཇིགས་པའི་སྐུ། ཡེ་ཤེས་མེ་ངལ་ཀློང་དུ་བསྐྱེད། ཞི་བའི་ལྷ་ཚོགས་དེ་རྣམས་ཀྱང། གང་འདུལ་ཐུགས་རྗེའི་རང་གཟུགས་ལས། རྒྱན་དང་ཕྱག་མཚན་མ
ངེས་ཤར། འཕོར་བ་ཡོངས་སྒྲོལ་དཔལ་དུ་བསྐྱེད། མཁྱེན་པར་བརྟན་འདུ་བཞིའི་དབུས། རིག་འཛིན་རྒྱལ་པོ་བདེ་ཆེན་དཔལ། རྣལ་འབྱོར་དམར་མོ་ཞི་མ་ཁྲོ། ཞལ་གཅིག་ཕྱག
གཉིས་དོར་སྟབས་འཕྲོང། ཤར་དུ་རྣམ་སྲིན་རིག་འཛིན་དཀར། ལྷོ་རུ་ཕྱག་རྒྱའི་རིག་འཛིན་སེར། ནུབ་ཏུ་ཆོ་དབང་རིག་འཛིན་དམར། བྱང་དུ་ལྷུན་གྱུབ་རིག་འཛིན་ལྷུང། ཀུན་ཀྱང
གསལ་འཚེར་ལྷུན་ལྡན་ཅིང། ཡེ་ཤེས་འཇའ་ཐིག་ཀློང་དུ་བསྐྱེད། ལྷོ་བོ་བདེ་ཆེན་འཕོར་ལོ་རྡུ། ཞི་བའི་ལྷ་འཕྲལ་ཁྲོ་བོར་ཤར། འཕོར་ལོ་རྡོ་བསམ་བཞི་ལྷ་བ་རྡུ། ཐོལ་སོང་བརྒྱད

ཀྱིས་བཏེགས་པའི་ཁྱོར། ཡབ་ཀྱི་ཐུགས་མཆེ་སྟེང་། ཕྱི་དཔལ་ཆེ་མཆོག་ཡབ་ཡུམ་སྐུགས། ཞལ་གསུམ་ཕྱག་དྲུག་ཞབས་བཞི་བསྒྲང། བདུན་ཀྱི་རྒྱ་ཡབ་ཡུམ་དབུས། དཀར་སྐྱེ་ཞལ་
གསུམ་ཕྱག་དྲུག་པ། བཤོ་ཀྱི་ཐུང་ཡབ་ཡུམ་ཨཱ། མཐིང་ནག་ཞལ་གསུམ་ཕྱག་དྲུག་པ། རཏ་ཀྱི་ཐུ་ཡབ་ཡུམ་ལྷོ། ས་ནག་ཞལ་གསུམ་ཕྱག་དྲུག་ཡ། ཡཏ་ཀྱི་ཐུ་ཡབ་ཡུམ་ནུབ། ཏ
ཁར་ནག་ཞལ་གསུམ་ཕྱག་དྲུག་ཡ། ཀ་རྨ་ཀྱི་ཐུ་ཡབ་ཡུམ་བྱང། ལྷོ་ནག་ཞལ་གསུམ་ཕྱག་དྲུག་ཡ། ཀུན་ཀྱང་ཁྱོ་ཁ་ཏུམ་ཏ་མས་བཏེད་བཞར། ཏུར་ཁྱོ་ཆས་ལྷན་ཁ་ཤོ་ཁ་ཁ་ཐུང། ཏ
ཁ་ལྷ་ཏ་ཁ་ཀ་ཁ་ལ་ཕྱག་མཚན་ཁ་ཏེ་ཁ། ཞབས་ཐ་ཞེས་ལོ་ཁ་ཏ་ཁ་ཀ་ཏ། ཏ་ལ་ཀ་ཆས་ལྷན་ཁ་ར་ཏ་ཁ་ཏ་ཁ། ར་ཐ་ཐ་ཁ་ཏ་ཁ་ཡ་ཁ་ཏ་ཁ་ཀ་ཏ། ཡ
ཁ་ནས་ཏ་ཏ་ཁ་ཀ་ཏ་ཁ་ཡ་ཁ་ཏ་ཁ། ཏ་ཀ་ཁ་ཏ་ཁ་ཡ་ཁ་ཏ་ཁ། ཏ་ཁ་ལ་ཁ་ཏ་ཁ། ཕ་ཁ་ལ་ཁ། ཕ་ཁ་ལ་ཁ། ཕ
ཁ་ལ་ཁ། ཕ
ཁ

ཨཱཿ གསོལ། མ་མོ་ཆེན་མོ་དེ་རྣམས་ཀྱང་། རབ་བྱོས་སྦྱིན་གྱི་ཕམ་སྨད་དགྱིས། དབུ་སྐྲ་དམར་ས་ཅོར་ཀྱེན་དུ་བཏེས། དེ་ཡི་ཕྱི་རོལ་ཕྱོགས་བཞི་རུ། ས་ཅོ
ག་དོང་སྨྱུག་ནག་བམ་ཆེན་གསོལ། ལྷག་ཁ་དོང་དམར་སྐྱ་ལག་ཁྱིས་བསྟོལ། ཕ་ཁ་དོང་ནག་མོས་སྦ་ཀྱི་ཐོགས། ལྷུང་ཁ་དོང་ལྷོ་ནོས་མི་ར་ཐོགས། མཚོ
ལས་བཞིར་ར་ཡི་ཁ་དན
ལྷོ་ངུ། ཀྱི་ཏ་ས་ར་ལྷ་ས་ཀླུ་མ་འདེན། ཀཱ་ཏ་དམར་ནག་ཞིང་ཕྱ་བསྡུམས། ཞ་ཞ་ནག་མོས་ཐ་ན་ཀྱི་ཐོགས། ཏ་ལ་མཐིང་ལྷ་ལ་ལྷ་ཀ
ཀ
ཀ
ཀ

ཐུ་ཏ་ཡ་ཁ་ཕ་ཅ

ཐུ་ཏ་ཡ་ཁ་ཕ་ཅ

ཐ་ཏ་ཡ་ཁ་ཕ་ཅ

ཐ་ཏ་ཡ་ཁ་ཕ་ཅ

ཐ་ཏ་ཡ་ཁ་ཕ་ཅ

ཐ་ཏ་ཡ་ཁ་ཕ་ཅ

ཐ་ཏ་ཡ་ཁ་ཕ་ཅ

ཐ་ཏ་ཡ་ཁ་ཕ་ཅ

ཐ་ཏ་ཡ་ཁ་ཕ་ཅ

ཨོཾ། ཨཱཿ ཧཱུཾ། ཤོག་གི་བསྐལ་པའི་དང་པོ་ལ། ཡོ་རྒྱན་ཡུལ་གྱི་ནུབ་བྱང་མཚམས། ཌ་ཀ་ཀོ་ཤའི་མཚོ་གླིང་དུ། པདྨ་གཡ་སར་ཤྲོང་པོ་ལ། ཡ་མཚན་མཚོ་གཡ་གྱི་
དངོས་གྲུབ་བརྙེས། པདྨ་འབྱུང་གནས་ཞེས་སུ་གྲགས། འགོར་དུ་མཁའ་འགྲོ་མང་པོས་བསྐོར། ཁྱེད་ཀྱི་རྟེས་སུ་བདག་བསྟན་ཕྱིར། ཕྱི་ནས་བརྟན་ཕྱིར་གཤེགས་སུ་གསོལ། ཨཱཿ
ཧཱུཾ། བཤལ་ཁྲབ་ཆོས་སྐྱེའི་ཕོ་བྲང་ནས། ལྷུན་གྱུབ་སྒྲ་འཕྲལ་ཞི་ཁྲོའི་ཚོགས། ལྷ་ཚོགས་ཐབས་ཀྱི་སྐུར་བཞེངས་ལ། གང་འདུལ་མཛོད་ཕྱིར་གཤེགས་སུ་གསོལ། ཆོས་ཉིད
གཡོ་བ་མེད་པ་ལས། གདུལ་བྱའི་མོས་དོར་ཐུགས་རྗེའི་འཕྲལ། རིག་འཛིན་བླ་མ་གཤེགས་སུ་གསོལ། དོན་ལ་གཤེགས་བཞུད་མི་མངའ་ཡང། བརྒྱུད་འཛིན་རྟེས་སུ་བཟུང་བའི
ཕྱིར། ཡེ་ཤེས་སྒྲ་མའི་སྐུར་བཞེངས་ཤིག། གནས་མཆོག་འདི་ནུ་ཕྱིན་ཕོ་བ་ལ། སྒྲུབ་མཆོག་བདག་ལ་དབང་བཞི་སྐྱེ། བགེགས་དང་ལོག་འདྲེན་བར་ཚད་སོལ། མཆོག་དང་ཐུན
མོང་དངོས་གྲུབ་སྩོལ། གུ་རུ་རྒྱ་ཆེ་ཀ་ཎ་ཀ་ཡ་ཏ་ཏ། ཨོ་ཨོ། ཏེ་ནས་བཞུགས་སུ་གསོལ་བ་ནི། ཨཱཿ ཧཱུཾ། གདོད་ནས་རྒ་ཆུང་ཐིག་ལེའི་ཟམས། བཀོད་པ་ཆུལ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར

དང་ རང་བྱུང་རང་ཤར་དོན་གྱི་ལྷ། གཉིས་མེད་ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོར་བཞུགས། བཤོ་ས་མ་ཡ་ཏཱ་ཏ ཏ ཏ

ཨཱཿ ཐུགས་རྗེ་བདེ་བ་ཆེ་བ་ཏིང་ངེ་འཛིན་ཆུ་ཀླུང་ལས་བྱུང་བ་ཁ་ན་མ་ཡེ་ཛཿ ཧཱུཾ། བདུད་རྩི་སྦྱན་ཀྱི་མཆོད་པ་ནི། ཧཱུཾ། འཕྲུ་ལྡན་ཟླ་ཕྱེད་ཡོ་ཡེ་ཤེས་བཅུད། དཀར་ལྡན་ཟླ་ནད་ས་ལས་
སྐྱེས་ཆེན་པོ། བླ་མ་ཞི་ཁྲོ་ཡིངས་རྩོགས་ཀྱི། དགེ་ལ་འཚོར་ལྷ་ལ་འབུལ་ཀྱིས་བཞེས། ཨོཾ་ཛཿ ཧཱུཾ་སངས་རྒྱས་ཆུ་ཡི་ཏ་ལ་ཀླུ་ཏི། རལ་གསར་ཀྱི་མཆོད་པ་ནི། ཧཱུཾ། ཁམས་གསུམ་འགྲོ་བ་
གཞི་རྒྱ་བསྐྱེ། ཆུ་ཏྲི་ན་ཆོས་པའི་དམར་ཆེན་ཁྲག། བླ་མ་ཞི་ཁྲོ་ཡིངས་རྩོགས་ཀྱི། དགེ་ལ་འཚོར་ལྷ་ཆོགས་དགྱེས་ཕྱིར་འབུལ། མ་དུ་རཏ་ལ་ཀླུ་ཏི། གཏོར་མའི་མཆོད་པ་འབུལ་བ་ནི། ཧཱུཾ། སྡུང་བ་སྟོང་ཀྱི་གཞོང་པ་རྒྱ། ཕྱིད་པ་བཅུད་ཀྱི་གཏོར་མས་གཏམས། བླ་མ་ཞི་ཁྲོའི་ཚོགས་ལ་འབུལ། འཚོར་བ་ཆུང་བདས་དབྱིངས་སུ་བསྐྱལ། མ་དུ་བ་ལི་ཏ་སངས་ཀླུ་ཏི། ཏེ་ནས་གསང་བའི་མཆོད་པ་ནི། ཧཱུཾ། ཤེས་རབ་སྟོང་ཆེན་ཡུམ་ཀྱི་འཕྲུལ། གསང་བ་བདེ་སྟོང་རིག་མ་འབུམ། དགྱེས་ཆགས་དགའ་བདེའི་རྣམ་འགྱུར་རྩེ། བླ་མ་ཞི་ཁྲོ་དགྱེས་ཕྱིར་འབུལ། མ་དུ་ཆུ་ཏ་ས་ཀླུ་ཏི། ཏེ་ནས་སྟོང་བའི་མཆོད་པ་ནི། ཧཱུཾ། སྡུང་བ་ཐབས་མཆོག་ཆུལ་པོ་ཁྱེད། ཤེས་ཆེན་ཤེས་རབ་ཐུ་གར་རོལ། འདུ་འཛལ་མེད་པའི་ཐུང་ཆུབ་སེམས། བདེ་ཆེན

བཅུད་ཀྱི་མཆོད་པ་འབུལ་ལོ། བོ་ཏ་ཐི་ཏ་ཨ་ནུ་ས་ཀ་ཡ་ཡ་ཧ། དེ་ནས་སྟོལ་བའི་མཆོད་པ་ནི། ཨོཾ། བདག་ཏུ་ཀ་མ་ཏ་ཨ་ནུ་ཏ། བདག་མེད་སྟོང་ཉིད་ཡུམ་མཁར་བསྡུས། ཐབས་མཆོག་རིག་
པའི་ཏོ་ཏིས་བརྡུང་། ཕྱང་བམས་སྐྱེ་མཆེད་དབང་ཡུལ་བཅས། ཏ་ཐ་ཁ་ཁ་ཁ་ལ་འབུལ་ལ། ནམ་གྱོལ་འབྲས་བུ་ཐོབ་པར་གོས། ཨ་ཏ་ཨ་ཨ་ས་ཀ་ཏ་ཐ་ཡ
ནི། ཨོཾ། ཀ་དག་སྐྱེ་མེད་ཆོས་སྐུ་ལྷུས་མཐའ་བྲལ། རང་བཞིན་ནམ་དག་བདེ་ཆེན་ལོངས་སྤྱོད་ཏོ་ཐ། ཐུགས་ཏོ་ཏ་ཡ་ཡ་ཐ
ཕྱག་ལ་ཕ་ལ་ལ། ཐ་ཁ་ཁ ཁ ཁ ལ ལ ལ

ཨཱཿ ཆུལ་དཔའ་བོ་ཆེ། སེམས་དཔའ་སེམས་མ་རྣམས་ལ། ཐུ་རྡུག་འགོར་བ་དགྲེངས་སྒྲོལ་ཕྱག་རྡེའི་ཤུགས། གཏུལ་དཀའ་འདུལ་མཛད་སྒྲོལ་པའི་སྐུ་རྡ
ཤར། ལྷ་ཚོགས་ཐབས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་བདེ་ལ་བཀོད། བཅོམ་ལྡན་ཐུབ་པ་དྲུག་ལ། མཚན་མ་ཚོག་དང་བྲལ་བའི་ཡེ་ཤེས་ལ། ཏིན་མོངས་སྒྲོ་འཕངས་གཅོད་པའི་ཚོས་ཉིད་ཤར།
ཚད་མེད་རྣམ་བཞིའི་ཕྲིན་ལས་མངའ་དབང་བསྒྲུར། སྒྲོ་བ་ཡབ་ཡུམ་བརྒྱད་ལ། རང་སྟང་རྣམ་དག་ཡེ་ཤེས་དཀྱིལ་འཁོར་ལ། དབང་བསྒྲུར་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ས་ལ་གཤེགས།
མ་རིག་ལས་འདས་བདེ་གཤེགས་རིག་པ་འཛིན། ཏྲ་མ་རིག་འཛིན་ཚོགས་ལ། ཏཱཿ རིག་པའི་ཆུལ་པོས་མ་རིག་གཞོམ། ཐུ་ཏ་ཡ་ཀཏོ་ལ་ཕྱག་འཚལ་བསྟོད། ཤེས་རབ་ཆེན་པོས
ཟུན་པ་སེལ། ཐུ་མཚོག་ངན་ལ། ཞེ་སྡང་རྡོ་རྗེས་ཞེ་སྡང་འཇོམས། ཕྱག་མཚོག་ངན་ལ། ང་ཆུལ་ངན་པོས་ང་ཆུལ་འཇོམས། ཡོན་ཏན་ངན་ལ། འདོད་པའི་ཆུལ་པོས
འདོད་ཆགས་འཇོམས། གསུང་མཚོག་ངན་ལ། ཕྲག་དོག་ཆུལ་པོས་ཕྲག་དོག་འཇོམས། ཕྲིན་ལས་ངན་ལ། འབྲུང་བའི་དབང་ཕྱུག་བདག་རྟོག་གཞན། ཀློ་ཌ་ཡུམ་ལ།

གནས་ཀྱི་མ་མོས་ཀུན་རྟོག་གཞོན།ཁ ཀོའུ་རི་བརྒྱད་ལ། ཡུལ་གྱི་བདག་མོས་གཏེས་སྣང་འཇ�sལ། ས་ངང་བརྒྱད་ལ། ཐུ་རྒྱུད་བདག་མོས་ཐུ་ཐོ་ལེགཿ ཐོ་ཁ་བཞི་ལ། ལྷ་ཆོག་ཐབས་ཀྱིས་ལོག་རྟོག་འཇལ།ས། དབང་ཕྱུག་ཆོག་ལ། ཕྱི་ཁ་ལེགས་ཆེད་ཀྱི་ཁ་ཁ་ལ། ཁ་ཁ་ཕྱུ་ཁ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི། བཀོད་པ་རྒྱལ་བའི་ངལ་ཀྱི་ལ་ཁོར་ཁའི། ཐུ་ཁ་ཕྱལ་རོལ་པའི་ལྷར་ཐུ་ཁ་ཀོད། ངའི་ཐུ་ཁ་ཀུན་ཁ་ཀ་ཁ་ཁ། ཁ་ཁ་ཁ་ཁ ཐ་ཁ ཁ ཁ

ཨོཾ།ཁ་ལ་ཀ་ཏ་ལ་ཀ་ཏ་ཡ་ཁ་ལ་ཀ་ཏ་ལ་ཀ་ཏ་ཡ།ཤ་ཀ་ས་ཀ་ཏ་ཡ་ཁ་ལ་ཀ་ཏ་ལ་ཀ་ཏ་ཡ།