

མཐོང་གྲོལ



THONGDROL
liberation through seeing
WWW.THONGDROL.ORG
LINGPA@THONGDROL.ORG



སྒྲིག་པ་ཅི་ཡང་མི་བྱུ་ཞིང་། དགོ་བ་ལུན་སུམ་ཚོགས་པར་སྦྱང། རང་གི་སེམས་ནི་ཡོངས་སུ་འདུལ། འདི་ནི་སངས་རྒྱལ་བསྟན་པ་ཡིན།

བདེ་ཅན་སྦོན་ལམ།

Dechen Mönlam

Commit not the slightest negative action, Practice abundant virtue
Perfectly tame your mind, This is the teaching of the Buddha

མཐོང་གྲོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG





THONGDROL
liberation through seeing

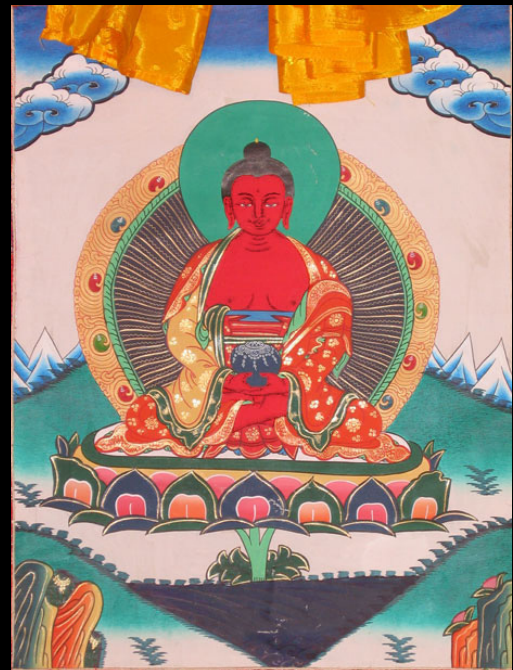
Dechen Mönlam (བདེ་ཅན་སྣོན་ལམ་) is one of the most commonly recited aspirational prayers in Tibet. Originally composed by Karma Chakmé in eastern Tibet in the 17th century, this prayer deals with rebirth in the pure realm of Sukhāvātī (བདེ་བ་ཅན་), where the Buddha Amitabha is believed to reside. It belongs to the category of prayers recited to seek rebirth in Buddha realms that are considered conducive for spiritual practice to reach enlightenment.



ཨོཾ་ཨ་མི་རྟེ་ཕ་རྟེ། ཨེ་མ་ཏོ།

འདི་ནས་ཉི་མ་རྒྱབ་གྱི་ཕྱོགས་རོལ་ན། །གྲངས་མེད་འཇིག་རྟེན་མང་པོའི་ཕ་རོལ་ན།

།རྩུང་ཟད་སྟེང་དུ་འཕགས་པའི་ཡུལ་ས་ན། །རྣམ་པར་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་བདེ་བ་ཅན།



བདག་གི་ཚུ་བྱར་མིག་གིས་མ་མཐོང་ཡང་།
།རང་སེམས་གསལ་བའི་ཡིད་ལ་ལམ་མེར་གསལ།
།དེ་ན་བཅོམ་ལྷན་རྒྱལ་བ་འོད་དཔག་མེད།
།བརྗེ་བའི་མདོག་ཅན་གཟི་བརྗིད་འབར།





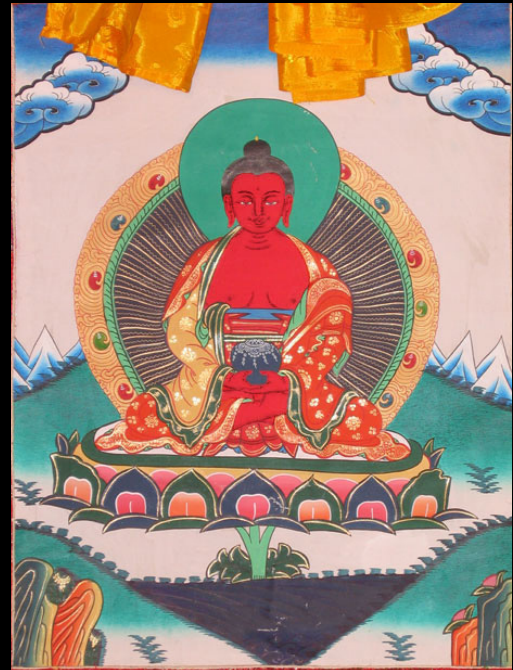
། དབུ་ལ་གཙུག་ཏོར་ཞབས་ལ་འཁོར་ལོ་སོགས།
 ། མཚན་བཟང་སོ་གཉིས་དཔེ་བྱད་བརྒྱད་ཅུས་སྐྱས།
 ། ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་མཉམ་བཞག་སྣང་བཟེད་འཛིན།
 ། ཚོས་གོས་རྣམ་གསུམ་གསོལ་ཞིང་སྐྱེལ་གྱུང་གིས།





།བརྒྱ་སྟོང་ལྷན་ཟླ་བའི་གདན་སྟེང་དུ།
 །བྱང་ཆུབ་ཤིང་ལ་སྐྱེ་རྒྱབ་བརྟེན་མཛད་དེ།
 །ཐུགས་རྗེའི་སྐུན་གྱིས་རྒྱང་ནས་བདག་ལ་གཟིགས།
 །གཡས་སུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྐུན་རས་གཟིགས།





། ལྷོ་མདོག་དཀར་པོ་ཕྱག་གཡོན་པད་དཀར་འཛིན།
 །གཡོན་དུ་བྱང་ཚུབ་སེམས་དབའ་མཐུ་ཆེན་ཐོབ།
 །སྣོན་པོ་རྗེ་རྗེས་མཚན་པའི་བརྒྱ་གཡོན།
 །གཡས་གཉིས་སྐྱབས་སྣོན་ཕྱག་རྒྱ་བདག་ལ་བསྟན།





།གཙོ་བོ་གསུམ་པོ་དེ་རྒྱལ་ལྷན་པོ་བཞིན།
 །ལྷང་དེ་ལྷན་ནེ་ལྷམ་མེར་བཞུགས་པའི་འཁོར།
 །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་དག་སྣོང་བྱེ་བ་འབྱམ།
 །ཀུན་གྱང་གསེར་མདོག་མཚན་དང་དཔེ་བྱད་བརྒྱན།





། ཚེས་གོས་རྣམ་གསུམ་གསོལ་ཞིང་སེར་སྟེམ་མེ།
 ། མོས་གུས་ཐུག་ལ་ཉེ་རིང་ཁུད་མེད་ཐྱིར།
 ། བདག་གིས་སྒོ་གསུམ་གུས་པས་ཐུག་འཆའ་ལོ།
 ། ཚེས་སྐྱ་སྐྱང་བ་མཐའ་ཡས་རིགས་ཀྱི་བདག།





། རྒྱལ་གཡས་འོད་ཟེར་ལས་སྐྱལ་སྐྱོན་རས་གཟིགས།
 ། ཡང་སྐྱལ་སྐྱོན་རས་གཟིགས་དབང་གྱེ་བ་བརྒྱ།
 ། རྒྱལ་གཡོན་འོད་ཟེར་ལས་སྐྱལ་སྐྱོན་མ་སྟེ།
 ། ཡང་སྐྱལ་སྐྱོན་མ་གྱེ་བ་ཐུག་བརྒྱ་འགྲེང།





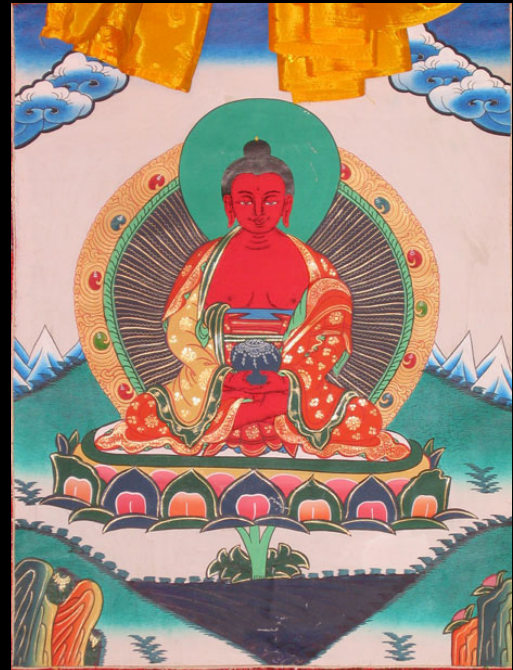
།ཕྱགས་གྱི་འོད་ཟེར་ལས་སྐྱལ་བརྒྱལ་འབྱུང་།
 །ཡང་སྐྱལ་ཞུ་བྱེད་གྱི་བ་ཕྱག་བརྒྱལ་འབྱུང་།
 །ཚོས་སྐྱེ་འོད་དཔག་མེད་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ།
 །སངས་རྒྱལ་སྐྱེད་གྱིས་ཉིན་མཚན་དུས་དྲུག་ཏུ།





།སེམས་ཅན་གུན་ལ་བརྩེ་བས་རྟག་ཏུ་གཟིགས།
།སེམས་ཅན་གུན་གྱི་ཡིད་ལ་གང་དྲན་བའི།
།རྣམ་རྟོག་གང་འགྲུ་རྟག་ཏུ་ཐུགས་གྱིས་མཁྱེན།
།སེམས་ཅན་གུན་གྱིས་ངག་ཏུ་གང་སྦྱས་ཆོག།





། ཏྲིག་ཏུ་མ་འདྲེས་སོ་སོར་སྣོན་ལ་གསུམ།
། གུན་མཁྱེན་འོད་དཔག་མེད་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ།
། ཚེས་སྤངས་མཚམས་མེད་བྱས་པ་མ་གཏོགས་པ།
། བྱིད་ལ་དད་ཅིང་སློན་ལམ་བཏབ་ཚད་གུན།





།བདེ་བ་ཅན་དེར་སྐྱེ་བའི་སྣོན་ལམ་འགྲུབ།
།བར་དོར་བྱོན་ནས་ཞིང་དེར་འདྲན་བར་གསུངས།
།འདྲན་བ་འོད་དཔག་མེད་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ།
།ཁྱེད་ཀྱི་སྐྱེ་ཆེ་བསྐྱལ་བ་གངས་མེད་དུ།





། སྐྱུ་ངན་མི་འདའ་ད་ལྟ་མངོན་སུམ་བཞུགས།
། སྤྱིད་ལ་རྩེ་གཅིག་གུས་པས་གསོལ་བཏབ་ན།
། ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་མ་གཏོགས་པའི།
། ཆེ་བད་པ་ཡང་ལོ་བརྒྱ་ཐུབ་པ་དང་།





། དུས་མིན་འཆི་བ་མ་ལུས་བརློག་པར་གསུངས།
། མགོན་པོ་ཆེ་དཔག་མེད་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ།
། ཉོང་གསུམ་འཇིག་རྟེན་རབ་འབྱམས་གྲངས་མེད་པ།
། རིན་ཆེན་གྱིས་བཀའ་སློན་པ་གྱིན་པ་བས།





། འོད་དཔག་མེད་པའི་མཚན་དང་བདེ་བ་ཅན།
། རྩོས་ནས་དད་པས་ཐལ་མོ་སྐྱར་བྱས་ན།
། དེ་ནི་དེ་བས་བསོད་ནམས་ཆེ་བར་གསུངས།
། དེ་སྐྱིར་འོད་དཔག་མེད་ལ་གུས་ཕྱག་འཚལ།





། གང་ཞིག་འོད་དཔག་མེད་པའི་མཚན་ཐོས་ནས།
། ཁ་ཞེ་མེད་པར་སྡིང་ཁོང་རུས་པའི་གཉིང་།
། ལན་གཅིག་ཅམ་ཞིག་དད་པ་སྐྱེས་པ་ན།
། དེ་ནི་བྱང་ཆུབ་ལམ་ལས་སྤྱིར་མི་ལྡོག་





།མགོན་པོ་འོད་དཔག་མེད་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།
 །སངས་རྒྱས་འོད་དཔག་མེད་པའི་མཚན་ཐོས་ནས།
 །དེ་ནི་བྱང་ཆུབ་སྣང་པོ་མ་ཐོབ་བར།
 །བྱང་མེད་མི་སྐྱེ་རིགས་ནི་བཟང་པོར་སྐྱེ།





།ཆེ་རབས་ཀུན་ཏུ་ཚུལ་བྱིམས་རྣམ་དག་འགྱུར།
།བདེ་གཤེགས་འོད་དཔག་མེད་ལ་ཕྱག་འཆེལ་ལོ།
།བདག་གི་ལུས་དང་ལོངས་སྤྱོད་དག་རྩེ་བཅས།
།དངོས་སུ་འགྱུར་བའི་མཆོད་པ་ཅི་མཆིས་བ།





། ཡིད་སྣང་ལ་བཟུང་ཤིང་ཇི་སྲིད་ཉམས་ལེན་ཅིང་ཆེན་བདུན།
 ། གདོད་ནས་གྲུབ་པ་སློང་གསུམ་འཇིག་རྟེན་གྱི།
 ། སྲིད་བཞི་རི་རབ་ཉི་ཟླ་བྱེ་བ་བརྒྱ།
 ། ལྷ་སྲུ་མི་ཡི་ལོངས་སློང་ཐམས་ཅད་ཀུན།





། སློ་ཡིས་སྦངས་ཏེ་འོད་དཔག་མེད་ལ་འབྱུལ།
། བདག་ལ་མན་སྱིར་ཐུགས་རྗེའི་སློབས་གྱིས་བཞེས།
། ས་མས་ཐོག་དངས་བདག་སོགས་འགོ་ཀུན་གྱིས།
། ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ནས་ད་ལྟའི་བར།





།སློག་བཅད་མ་གྱིན་ལེན་དང་མི་ཚངས་སྤྱོད།
 །ལུས་གྱི་མི་དགོ་གསུམ་པོ་མཐོལ་ལོ་བཤམས།
 །རྩུན་དང་ཕྱ་མ་ཚིག་རྩུབ་ངག་འཆལ་བ།
 །ངག་གི་མི་དགོ་བཞི་པོ་མཐོལ་ལོ་བཤམས།





།བརྒྱུ་བའི་སྐྱེ་ལ་ངན་སེམས་སྐྱེས་པ་དང་།
།ཡིད་གྱི་མི་དགེ་གསུམ་དོ་མཐོལ་ལོ་བཤགས།
།མ་མ་སློབ་དཔོན་དག་བཅོམ་བསད་པ་དང་།
།བརྒྱུ་བའི་སྐྱེ་ལ་ངན་སེམས་སྐྱེས་པ་དང་།





། མཚམས་མེད་ལྷ་ཡི་ལས་བསགས་མཐོལ་ལོ་བཤམས།
 ། དགོ་སློང་དགོ་ཚུལ་བསད་དང་བཅུན་མ་ཐབ།
 ། ལྷ་གཟུགས་མཚོད་རྟེན་ལྷ་ཁང་བཤམས་ལ་སོགས།
 ། ཉེ་བའི་མཚམས་མེད་སྒྲིག་བྱས་མཐོལ་ལོ་བཤམས།





། དགོན་མཚོག་ལྷ་ཁང་གསུང་རབ་རྟེན་གསུམ་སོགས།
 ། དཔང་ཞེས་ཚད་བཙུགས་མནའ་བོས་ལ་སོགས་པ།
 ། ཚོས་སྤངས་ལས་ངན་བསགས་པ་མཐོལ་ལོ་བཤམས།
 ། ཁམས་གསུམ་སེམས་ཅན་བསད་ལས་སྡིག་ཆེ་བ།





།བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་སྐྱུར་བ་བཏབ།
 །དོན་མེད་སྒྲིག་ཆེན་བསགས་པ་མཐོལ་ལོ་བཤགས།
 །དགོ་བའི་ཕན་ལོན་སྒྲིག་པའི་ཉེས་དམིགས་དང་།
 །དམྱལ་བའི་སྐྱག་བསྐྱལ་ཆེ་ཆོད་ལ་སོགས་པ།





།ཐོས་ཀྱང་མི་བདེན་བཤད་ཚོད་ཡིན་བསམ་བ།
 །མཚམས་མེད་ལྷ་ལས་བྱ་བའི་ལས་ངན་བ།
 །ཐར་མེད་ལས་ངན་བསགས་བ་མཐོལ་ལོ་བཤགས།
 །ཕམ་བ་བཞི་དང་ལྷག་མ་བརྟུ་གསུམ་དང་།





།སྤང་ལྷུང་སོར་བཤགས་ཉེས་བྱས་སྡེ་ཚན་ལྷ།
 །སོ་ཐར་ཚུལ་བྲིམས་འཆལ་བ་མཐོལ་ལོ་བཤགས།
 །ནག་པོའི་ཚེས་བཞི་ལྷུང་བ་ལྷ་ལྷ་བརྒྱད།
 །བྱང་སེམས་བསྐྱབ་པ་ཉམས་པ་མཐོལ་ལོ་བཤགས།





། ཚུ་ལྷུང་བརྟུ་བཞི་ཡན་ལག་སྣོམ་པོ་བརྟུད།
 ། གསང་སྤྲུགས་དམ་ཚིག་ཉམས་བ་མཐོལ་ལོ་བཤམས།
 ། ལྷོམ་བ་མ་ཞུས་མི་དགའི་ལས་བྱས་བ།
 ། མི་ཚངས་སྤྱོད་དང་ཚང་འཕྱང་ལ་སོགས་བ།





། རང་བཞིན་ཁ་ན་མ་ཐོའི་སྡིག་པ་སྟེ།
 ། སྡིག་པ་སྡིག་ཏུ་མ་ཤེས་མཐོལ་ལོ་བཤའགས།
 ། རྒྱབས་སློམ་དབང་བསྐྱུར་ལ་སོགས་ཐོབ་ན་ཡང་།
 ། དེ་ཡི་སློམ་པ་དམ་ཚིག་སྐྱུང་མ་ཤེས།





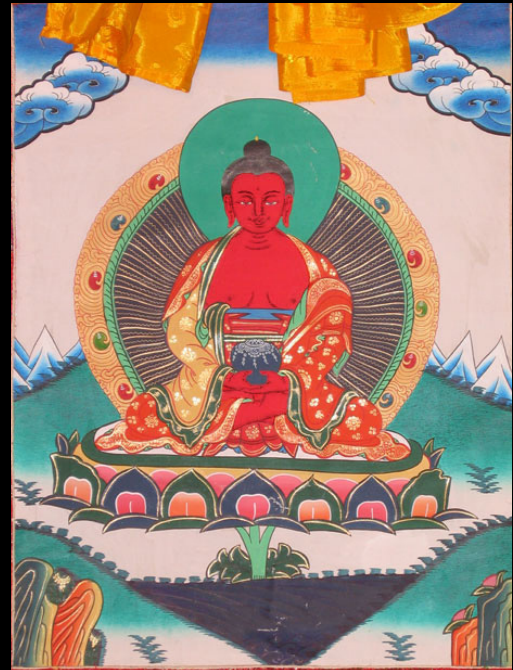
། བཅས་པའི་ལྷུང་བ་ཕོག་པ་མཐོལ་ལོ་བཤམས།
 ། འགྲོད་པ་མེད་ན་བཤམས་པས་མི་འདག་པས།
 ། ལྷུང་བྱས་སྡིག་པ་ཁོང་དུ་དུག་སོང་ལྷུང།
 ། རི་ཚ་འཇིགས་སྐྱག་འགྲོད་པ་ཆེན་པོས་བཤམས།





།སྤྱིན་ཆད་སྣོམ་སེམས་མེད་ན་མི་འདག་པས།
 །སྤྱིན་ཆད་སྣོག་ལ་བབས་ཀྱང་མི་དགའི་ལས།
 །ད་ནས་མི་བགྱིད་སེམས་ལ་དམ་བཅའ་བཟུང་།
 །བདེ་གཤེགས་འོད་དཔག་མེད་པ་སྲས་བཅས་གྱིས།





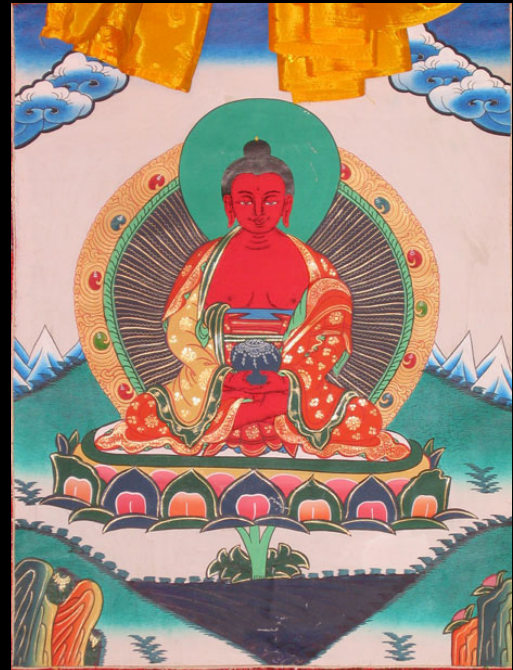
།བདག་རྒྱུད་ཡོངས་སུ་དག་པར་བྱིན་གྱིས་སློབས།
།གཞན་གྱིས་དག་བ་བྱེད་བ་ཐོས་པའི་ཚེ།
།དེ་ལ་ཐུག་དོག་མི་དགའི་སེམས་སྤངས་ནས།
།སྤོང་ནས་དགའ་བས་རྗེས་སུ་ཡི་རངས་ན།





། དེ་ཡི་བསོད་ནམས་མཉམ་དུ་ཐོབ་པར་གསུངས།
། དེ་སྱིད་འཕགས་པ་རྣམས་དང་སོ་སྟེ་ཡིས།
། དགོ་བ་གང་བསྐྱབས་ཀུན་ལ་ཡི་རང་དོ།
། ལྷ་མེད་བྱང་ལྷུབ་མཚོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་ནས།





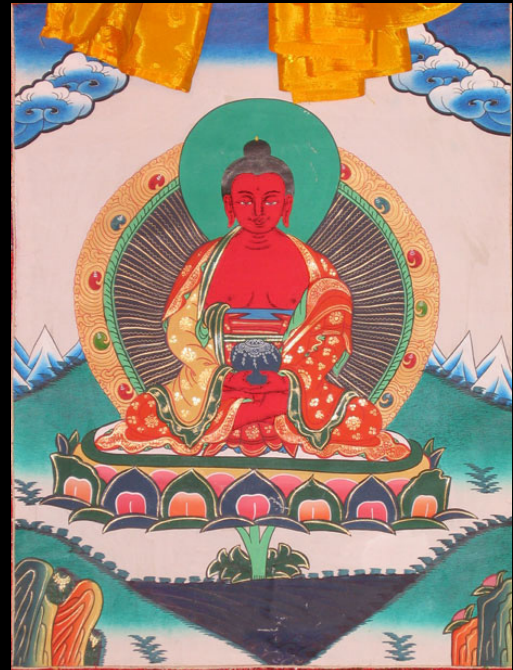
། འགྲོ་དོན་རྒྱ་ཆེན་མཛད་ལ་ཡི་རང་དོ།
། མི་དགེ་བརྒྱ་པོ་སྤངས་པ་དགེ་བ་བརྒྱ།
། གཞན་གྱི་སློག་བསྐྱབས་སྣོན་པ་གཏོང་བ་དང་།
། སློམ་པ་བསྐྱང་ཞིང་བདེན་པར་སྐྱ་བ་དང་།





། འཁོན་པ་སྐྱམ་དང་ཞི་དུལ་དང་པོར་སྐྱ།
 ། རྟོན་དང་སྐྱན་པའི་གཏམ་བརྗོད་འདོད་པ་ཚུང་།
 ། བྱམས་དང་སྦྱང་རྗེ་སྣོམ་ཞིང་ཚེས་ལ་སྦྱོང།
 ། དགོ་བ་དེ་རྣམས་ཀུན་ལ་ཡི་རང་དོ།





། ལྷོགས་བཅུ་འཛིན་ཏེན་རབ་འབྱམས་ཐམས་ཅད་ན།
། རྫོགས་སངས་རྒྱས་ནས་རིང་པོར་མ་ལོན་པར།
། དེ་དག་རྣམས་ལ་ཚེས་གྱི་འཁོར་ལོ་ནི།
། རྒྱ་ཚེན་སྐྱུར་དུ་བསྐྱོར་བར་བདག་གིས་བསྐྱུལ།





།མངོན་ཤེས་ཐུགས་གྱིས་དེ་དོན་མཁྱེན་པར་གསོལ།
 །སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་བསྟན་འཛིན་དག་བའི་བཤེས།
 །ཟླ་ངན་འདའ་བར་བཞེད་ཀུན་དེ་དག་ལ།
 །ཟླ་ངན་མི་འདའ་བཞུགས་པར་གསོལ་བ་འདེབས།





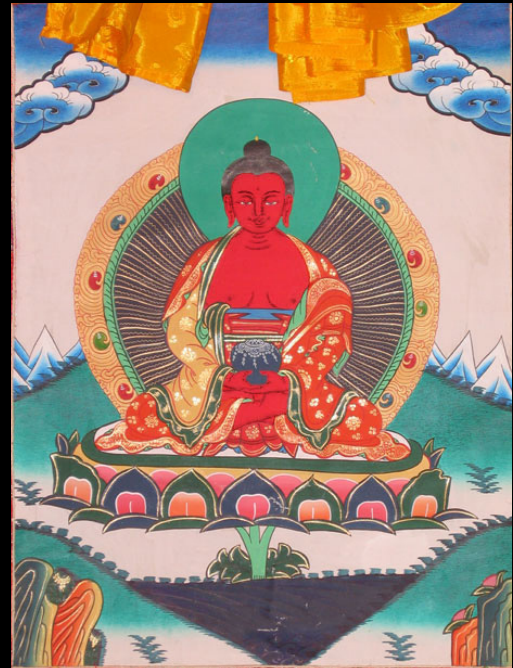
། འདིས་མཚོན་བདག་གི་དུས་གསུམ་དགེ་བ་རྣམས།
། འགོ་བ་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་དོན་དུ་བསྟོ།
། ཀུན་གྱང་སྤྲོ་མེད་བྱང་ཚུབ་སྦྱར་ཐོབ་ནས།
། ཁམས་གསུམ་འཁོར་བ་དོང་ནས་སྐྱབས་གྱུར་ཅིག།





། དེ་ཡི་དགོ་བ་བདག་ལ་སྐྱར་སློན་ནས།
། ཆེ་འདྲིར་དུས་མིན་འཆི་བ་བཅོ་བརྒྱད་ཞི།
། བད་མེད་ལང་ཆོ་རྒྱས་པའི་ལུས་སློབས་ལྷན།
། དཔལ་འབྱོར་འཇོག་མེད་དབྱུང་གི་གསུ་ལྷན།





།བདུད་དགའི་འཆེ་བ་མེད་ཅིང་དམ་ཚེས་སྤྱོད།
།བསམ་པའི་དོན་ཀུན་ཚེས་ལྡན་ཡིད་བཞིན་འགྲུབ།
།བསྟན་དང་འགྲོ་ལ་ཕན་ཐོགས་ཀྱི་ཚེན་འགྲུབ།
།མི་ལུས་དོན་དང་ལྡན་པ་འགྲུབ་པར་ཤོག།





།བདག་དང་བདག་ལ་འབྲེལ་ཕྱོགས་ཀུན།
།འདི་ནས་ཆེ་འཕྲོས་གུར་མ་ཐག
།སྐྱལ་བའི་སངས་རྒྱས་འོད་དཔག་མེད།
།དག་སྣོང་དག་འདུན་འཁོར་གྱིས་བསྐྱོར།





།མདུན་དུ་མངོན་སུམ་འབྱོན་པར་ཤོག།
།དེ་མཐོང་ཡིད་དགའ་སྣང་བ་སྦྱིད།།
།ཤི་བའི་སྐྱག་བསྐུལ་མེད་པར་ཤོག།
།བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་མཆེད་བརྒྱད་ནི།





།རྩེ་འཕྲུལ་སྣོན་པ་གྱིས་ནམ་མཁའ་བྱོན།
།བདེ་བ་ཅན་དུ་འགྲོ་བ་ཡི།
།ལམ་སྣོན་ལམ་སྣ་འདྲན་པར་ཤོག།
།ངན་སོང་སྐྱག་བསྐྱེལ་བཟོད་སྐྱག་མེད།





། ལྷ་མིའི་བདེ་སྲིད་མི་རྟག་འགྲུང་།
། དེ་ལ་སྐྱབ་སེམས་སྲེ་བར་ཤོག
། ཤོག་མ་མེད་ནས་ད་ལྷའི་བར།
། འཁོར་བ་འདི་ན་ཡུན་རེ་རིང་།





། དེ་ལ་སྐྱོ་བ་སྐྱེ་བར་ཤོག
། མི་ནས་མི་རུ་སྐྱེ་ཚོག་གུང་།
། སྐྱེ་ག་ན་འཆི་གངས་མེད་སྟོང་།
། འདུས་ངན་སྡིགས་མར་བར་ཆད་མང་།





།མི་དང་སྣ་ཡི་བདེ་སྐྱིད་འདི།
།དུག་དང་འདྲེས་པའི་བས་བཞིན་དུ།
།འདོད་པ་སྣ་ཅམ་མེད་པར་ཤོག།
།ཉེ་དུ་བས་ཞོར་མཐུན་གྲོགས་རྣམས།





། མི་ཏྲག་སྐྱེ་མ་མི་ལམ་བཞིན།
། ཆགས་ཞེན་སྐྱེ་ཅམ་མེད་པར་ཤོག།
། ས་ཆ་ཡུལ་རིས་ཁང་བྱིམ་རྣམས།
། མི་ལམ་ཡུལ་གྱི་ཁང་བྱིམ་སྟེ།





།བདེན་པར་མ་གྲུབ་ཤེས་པར་ཤོག།
།ཐར་མེད་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོ་ནས།
།ཉེས་ཆེན་བཅོལ་ནས་ཐར་བ་བཞིན།
།བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་ཁམས་སུ།





། རྩི་ལྷ་ས་མེད་པར་འགྲོས་པར་ཤོག།
། ཆགས་ཞེན་འཁྲི་བ་ཀུན་བཅད་ནས།།
། འབྲུ་ཚོད་རྩི་ནས་ཐར་པ་བཞིན།།
། འབྲུ་གྱི་སྤྱོད་ཀྱི་ནམ་མཁའ་ལ།།





། འཇིག་རྟེན་ཁམས་ནི་གངས་མེད་པ།
། རྒྱད་ཅིག་ཡུད་ལ་བགྲོད་བྱས་ནས།
། བདེ་བ་ཅན་དུ་སློན་པར་ཤོག།
། དེ་དུ་སངས་རྒྱས་འོད་དཔག་མེད།





།མངོན་སུམ་བཞུགས་པའི་ཞལ་མཐོང་ནས།
།ལྷོ་བ་བ་ཐམས་ཅད་དག་པར་ཤོག།
།ལྷོ་གནས་བཞི་ཡི་མཚོག་གུར་བ།
།མེ་ཏོག་བརྒྱའི་སྤྱིང་པོ་ལ།





། བརྟུས་ཏེ་སྐྱེ་བ་ལེན་བར་ཤོག།
། རྐང་ཅིག་ཉིད་ལ་ལྷུས་རྫོགས་ནས།།
། མཚན་དཔེ་ལྡན་བའི་ལྷུས་ཐོབ་ཤོག།
། མི་སྐྱེ་དོགས་བའི་ཐེ་ཚོམ་གྱིས།།





།ལོ་གངས་ལྷ་བརྒྱའི་བར་དག་ཏུ།
།ནང་དེར་བདེ་སྐྱིད་ལོངས་སྤོང་ལྷན།
།སངས་རྒྱས་གསུང་ནི་ཐོས་ན་ཡང་།
།མེ་ཏོག་ཁ་ནི་མི་བྱེ་བར།





།སངས་རྒྱལ་ཞལ་མཇལ་སྤྱི་བའི་སློན།
།དེ་འདྲ་བདག་ལ་མི་འབྲུང་ཤོག
།སྤྱི་མ་ཐག་ཏུ་མི་ཉོག་གྱེ།
།འོད་དཔག་མེད་གྱི་ཞལ་མཐོང་ཤོག།





།བསོད་ནམས་སྟོབས་དང་རྩུ་འཕྲུལ་གྱིས།
།ལག་པའི་མཐེལ་ནས་མཚོད་པའི་སྟོན།
།བསམ་མི་བྱུང་པར་སྟོས་བྱས་ནས།
།སངས་རྒྱས་འཁོར་བཅས་མཚོད་པར་ཤོག།





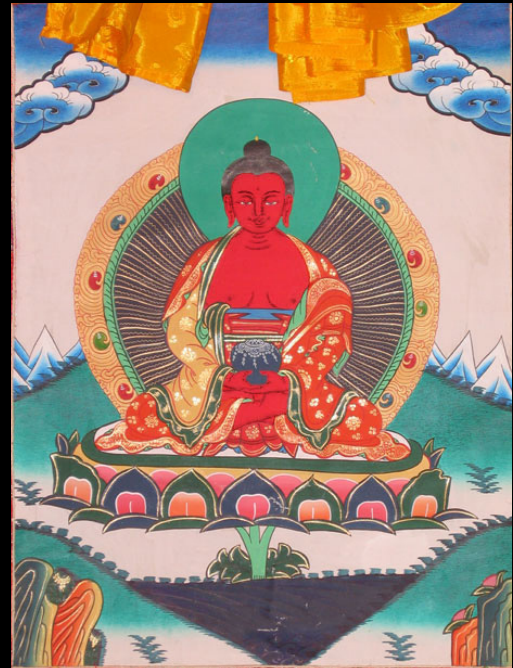
། དེ་ཆེ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དེས།
། རྒྱག་གཡས་བརྒྱངས་ནས་མགོ་ལ་བཞག
། བྱང་ཚུབ་ལྷང་བསྟན་ཐོབ་པར་ཤོག
། ཟབ་དང་རྒྱ་ཆེའི་ཆོས་ཐོས་ནས།





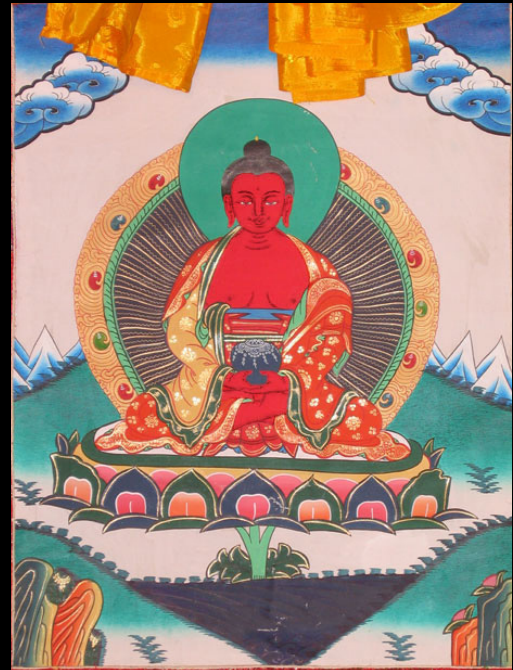
། རང་རྒྱུད་སློན་ཅིང་གྲོལ་བར་ཤོག།
། སྤྱན་རས་གཟིགས་དང་མཐུ་ཆེན་ཐོབ།
། རྒྱལ་སྐུ་ཐུ་བོ་རྣམ་གཉིས་གྱིས།
། བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ཤིང་རྗེས་བཟུང་ཤོག།





ཉིན་རེ་བཞིན་དུ་སློབ་གསུང་བརྒྱ་ཡི།
།སངས་རྒྱལ་གྱི་སྲུང་སེམས་དབག་མེད་པ།
།འོད་དབག་མེད་པ་མཚོད་པ་དང་།
།ཞིང་དེར་བལྟ་སྤྱིར་འགྲོན་པའི་ཚེ།





། དེ་དག་གུན་ལ་བསྐྱེན་བཀུར་ཞིང་།
། ཚོས་གྱི་བདུད་རྩི་ཐོབ་པར་ཤོག
། རྩེ་ལྷུ་ལ་ཐོགས་པ་མེད་པ་ཡིས།
། མངོན་དགའི་ཞིང་དང་དཔལ་ལྷན་ཞིང་།





།ལས་རབ་རྗེགས་དང་སྐྱབ་པོ་བཀོད།
།སྐྱོ་དེ་དག་རྣམས་སྐྱ་འགོ།
།མི་བཟོད་རིན་འབྲུང་དོན་ཡོད་གྲུབ།
།རྣམ་སྐྱང་ལ་སོགས་སངས་རྒྱས་ལ།





། དབང་དང་བྱིན་རླབས་སྣོན་པ་ལྟ།
། མཚོད་པ་དུ་མས་མཚོད་བྱས་ནས།
། དགོང་མོ་བདེ་བ་ཅན་ཉིད་དུ།
། དཀའ་ཚེགས་མེད་པར་སླེབས་པར་ཤོག།





། རོ་ན་ལ་དང་ལྷུང་ལོ་ཅན།
། ར་ཡབ་གླིང་དང་ལྷུ་རྒྱན་ཡུལ།
། ལྷུལ་སྤྱི་ཞིང་ཁམས་བྱེ་བ་བརྒྱུ།
། ལྷུན་རས་གཟིགས་དང་སློལ་མ་དང་།





། རྒྱལ་ཤོར་པད་འབྱུང་གྲེ་བ་བརྒྱ།
། མངལ་ཞིང་མཚོད་བ་རྒྱ་མཚོས་མཚོད།
། དབང་དང་གདམས་ངག་ཟབ་མོ་ཞུ།
། ལྷུང་དུ་རང་གནས་བདེ་ཆེན་ཞིང་།





། ཐོགས་པ་མེད་པར་བྱེན་པར་ཤོག
། ལྷལ་གྱི་ཉེ་དུ་བྲ་སློབ་སོགས།
། ལྷ་ཡི་མིག་གིས་གསལ་བར་མཐོང་།
། ལྷང་སློབ་བྱེན་གྱིས་སློབས་བྱེད་ཅིང་།





། འཆི་དུས་ཞིང་དེར་མིང་པར་ཤོག།
། བསྐྱལ་བཟང་འདི་ཡི་བསྐྱལ་པའི་ཡུལ།
། བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞག་གཅིག་སྟེ།
། བསྐྱལ་པ་གྲངས་མེད་འཆི་བ་མེད།





། ཉལ་ཏུ་ཞིང་དེ་འཇིན་པར་ཤོག།
། བྱམས་པ་ནས་བཟུང་མོས་པའི་བར།
། བསྐྱལ་བཟང་འདི་ཡི་སངས་རྒྱས་རྣམས།
། འཇིག་རྟེན་འདི་ན་ནམ་འགྲོན་ཆོ།





། རྩེ་རྩུལ་སྟོབས་གྱིས་འདིར་འོངས་ནས།
། སངས་རྒྱས་མཆོད་ཅིང་དམ་ཚེས་ཉན།
། སྐར་ཡང་བདེ་ཆེན་ཞིང་ཁམས་སུ།
། ཐོགས་པ་མེད་པར་འགྲོ་བར་ཤོག།





།སངས་རྒྱལ་གྱི་བ་ཐུག་ཐུག་བརྒྱ་སྟོང་ཕྱག
།བརྒྱད་ཅུ་ཅུ་གཅིག་སངས་རྒྱལ་ཞིང་ཀུན་གྱི།
།ཡོན་ཏན་བཀོད་པ་ཐམས་ཅད་གཅིག་བསྐྱེམས་པ།
།ཞིང་ཁམས་ཀུན་ལས་ཁྱད་འཕགས་སྣ་ན་མེད།





།བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་དེར་སྐྱེ་བར་ཤོག།
 །རིན་ཆེན་ས་གཞི་ཁོད་སྣོན་ལམ་ལག་མཐིལ་སྟུང་།
 །ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་གསལ་ཞིང་འོད་ཟེར་འབར།
 །མནན་ན་ནེམ་ཞིང་བཏེགས་ན་འཕར་བྱེད་པ།





།བདེ་འཇམ་ཡངས་པའི་ཞིང་དེར་སྐྱེ་བར་ཤོག།
།རིན་ཆེན་དུ་མ་ལས་གྲུབ་དཔག་བསམ་ཤིང་།།
།ལོ་མ་དར་བབ་འབྲས་བུ་རིན་ཆེན་བརྒྱན།།
།དེ་སྤེང་སྐྱལ་པའི་བྱ་ཚོགས་སྐད་སྙན་སྒྲུབ།།





།ཟབ་དང་རྒྱ་ཆེའི་ཚོས་ཀྱི་སྤྱ་རྣམས་སློབ།
།དོ་མཚར་ཆེན་པོའི་ཞིང་དེར་སྐྱེ་བར་ཤོག།
།སློབ་ཚུའི་ཚུ་སྤྱང་ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྡན་མང་།
།དེ་བཞིན་བདུད་རྩིའི་ཁྱུས་ཀྱི་རྗེང་བུ་རྣམས།





། རིན་ཆེན་སྣ་བདུན་ཐེམ་སྐལ་པ་གུས་བསྐྱོད།
། མེ་ཏོག་བརྒྱ་དེ་ཞིམ་འབྲས་བུར་ལྷན།
། བརྒྱའི་འོད་ཟེར་དཔག་ཏུ་མེད་པ་འཕྲོ།
། འོད་ཟེར་རྩེ་ལ་སྐྱལ་པའི་སངས་རྒྱལ་བརྒྱན།





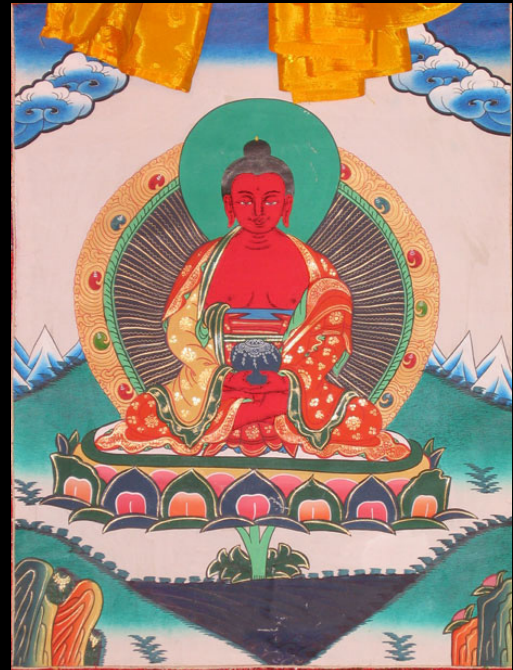
། ཡ་མཚན་ཆེན་པོའི་ཞིང་དེར་སྐྱེ་བར་ཤོག
། མི་ཁོམ་བརྒྱད་དང་ངན་སོང་སྐྱ་མི་གྲགས།
། ཉོན་མོངས་དུག་ལྷ་དུག་གསུམ་ནད་དང་གདོན།
། དག་དང་དབུལ་ཕོངས་འཐབ་རྩོད་ལ་སོགས་པ།





།སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཐམས་ཅད་ཞིང་དེར་ཐོས་མ་སྟོང་།
 །བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཞིང་དེར་སྐྱེ་བར་ཤོག།
 །བྱད་མེད་མེད་ཅིང་མངལ་ནས་སྐྱེ་བ་མེད།
 །ཀུན་གྱང་མེ་ཏོག་བརྒྱའི་སྐྱབས་ནས་འཁྱུངས།





། ཐམས་ཅད་སྐྱེ་ལུས་ཁྱད་མེད་གསེར་གྱི་མདོག
། དབུ་ལ་གཙུག་ཏེར་ལ་སོགས་མཚན་དཔེས་བརྒྱན།
། མདོན་ཤེས་ལྷ་དང་སྐྱེན་ལྷ་ཀུན་ལ་མངའ།
། ཡོན་ཏན་དཔག་མེད་ཞིང་དེར་སྐྱེ་བར་ཤོག།





། རང་བྱུང་རིན་ཆེན་སྣ་ཚོ་གས་གཞལ་ཡས་ཁང་།
། ཅི་འདོད་ལོངས་སྤོང་ཡིད་ལ་དྲན་བས་འབྱུང་།
། ཚོལ་སྐྱབ་མི་དགོས་དགོས་འདོད་སྤྱན་གྱིས་གྲུབ།
། ར་བྱོད་མེད་ཅིང་བདག་ཏུ་འཛིན་བ་མེད།





། གང་འདོད་མཚོད་སློན་ལག་བའི་མཐིལ་ནས་འབྱུང་།
 ། ཐམས་ཅད་ལྷ་མོད་ཐེག་ཆེན་ཆོས་ལ་སློང་།
 ། བདེ་སློང་ཀུན་འབྱུང་ཞིང་དེར་སྐྱེ་བར་ཤོག
 ། ཇི་ཞེས་རྗེ་གིས་མེ་ཏོག་ཆར་ཆེན་འབེབས།





། རེང་དང་ཚུ་སྤང་བརྗོད་ཐམས་ཅད་ལས།
། ཡིད་དུ་འོང་བའི་གཟུགས་སྐྱེ་བའི་རོ་རེག
། རོངས་སྐྱོད་མཚོད་བའི་སློན་སྤང་རྟག་ཏུ་འབྱུང་།
། བྱད་མེད་མེད་ཀྱང་སྐྱེལ་བའི་སྐྱེ་མའི་ཚོགས།





།མཚོད་པའི་སྣ་མོ་དུ་མས་རྟག་དུ་མཚོད།
 །འདུག་པར་འདོད་ཆེ་རིན་ཆེན་གཞལ་ཡས་ཁང་།
 །ཉལ་བར་འདོད་ཆེ་རིན་ཆེན་ཁྲི་བཟང་སྟེང་།
 །དར་བབ་དུ་མའི་མལ་སྟན་སྟེས་དང་བཅས།





། བྱ་དང་སློན་ཉིད་ཚུ་སྤྱང་རོལ་མོ་སོགས།
། ཐོས་བར་འདོད་ཆེ་སྟུན་བའི་ཆོས་སྣ་སྟོགས།
། མི་འདོད་ཆེ་ན་ན་བར་སྣ་མི་གྲགས།
། བདུད་རྩིའི་རྩིང་དང་ཚུ་སྤྱང་དེ་རྣམས་ཀྱང་།





། རྫོགས་གང་གང་འདོད་དེ་ལ་དེ་སྟར་འབྱུང་།
། ཡིད་བཞིན་འབྱུང་བའི་ཞིང་དེར་སྐྱེ་བར་ཤོག
། ཞིང་དེར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱལ་འོད་དཔག་མེད།
། བསྐྱལ་བ་གངས་མེད་ལྷ་ངན་མི་འདའ་བཞུགས།





།དེ་སྲིད་དེ་ཡི་ཞབས་འབྲིང་བྱེད་པར་ཤོག།
 །ནམ་ཞིག་འོད་དཔག་མེད་དེ་ཞི་བར་གཤེགས།
 །བསྐྱལ་པ་གཞུང་ལྷུང་གི་བྱེ་མ་སྟེང།
 །གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་བསྟན་པ་གནས་པའི་ཚེ།





། རྒྱལ་ཚབ་སྐུན་རས་གཟིགས་དང་མི་འབྲལ་ཞིང་།
 ། དེ་ཡི་ཡུན་ལ་དམ་ཚེས་འཛིན་པར་ཤོག
 ། ལྷོད་ལ་དམ་ཚེས་རྒྱབ་པའི་ཐོ་རངས་ལ།
 ། སྐུན་རས་གཟིགས་དེ་མཛོན་པར་སངས་རྒྱས་ནས།





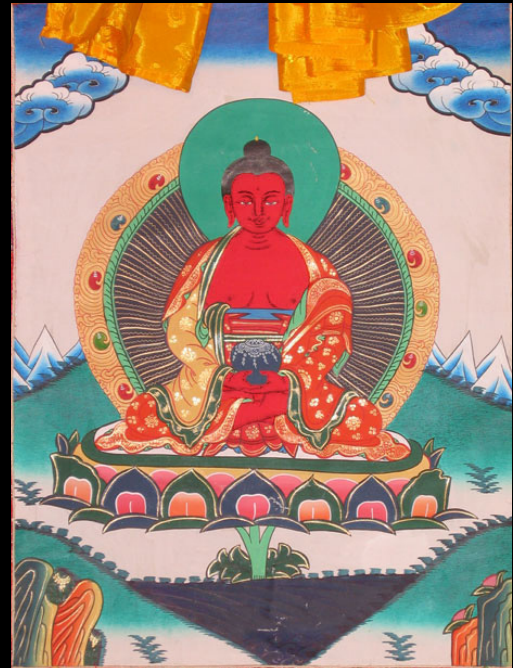
།སངས་རྒྱལ་འོད་ཟེར་གུན་ནས་འཕགས་བ་ཡི།
།དཔལ་བཅེགས་རྒྱལ་པོ་ཞེས་བྱར་གྱུར་བའི་ཚེ།
།ཞལ་ཏ་མཚོད་ཅིང་དམ་ཚོས་ཉན་པར་ཤོག།
།སྐྱེ་ཚེ་བསྐལ་བ་བྱེ་བ་ཞལ་ཞིག་ནི།





། འབྲུམ་སྤྲལ་དྲུག་ཅུ་ཅ་དྲུག་བཞུགས་པའི་ཚོ།
 ། ཏྲིག་ཏུ་ཞབས་འབྲིང་བསྟེན་བཀུར་བྱེད་པ་དང་།
 ། མི་བརྗེད་གཟུངས་གྱིས་དམ་ཚོས་འཇིན་པར་ཤོག།
 ། ལྷ་ངན་འདས་ནས་དེ་ཡི་བསྟེན་པ་ནི།





། བསྐྱལ་བ་དུང་ལྷུང་དུག་དང་བྱེ་བ་ལྷག
། འབྲུམ་ལྷག་གསུམ་གནས་དེ་ཆེ་ཆོས་འཛིན་ཅིང་།
། མཐུ་ཆེན་ཐོབ་དང་རྟག་ཏུ་མི་འབྲལ་ཤོག
། དེ་ནས་མཐུ་ཆེན་ཐོབ་དེ་སངས་རྒྱས་ནས།





། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རབ་ཏུ་བརྟན་པ་ནི།
། ཡོན་ཏན་ནོར་བུ་བརྩེགས་པའི་རྒྱལ་པོར་གྱུར།
། རྒྱ་ཚེ་བསྟན་པ་སྟུན་རས་གཟིགས་དང་མཉམ།
། སངས་རྒྱལ་དེ་ཡི་ཏྲུ་ཏུ་ཞབས་འབྲིང་བྱེད།





།མཚོད་པས་མཚོད་ཅིང་དམ་ཚོས་གུན་འཛིན་ཤོག།
།དེ་ནས་བདག་གི་ཚེ་དེ་བརྗེས་མ་ཐག།
།ཞིང་ཁམས་དེའམ་དག་པའི་ཞིང་གཞན་དུ།
།སྒྲ་མེད་རྗེ་གས་པའི་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་ཤོག།





རྫོགས་སངས་རྒྱས་ནས་ཆེ་དཔག་མེད་པ་ལྟར།
།མཚན་ཐོས་ཅམ་གྱིས་འགྲོ་གུན་སློན་ཅིང་གྲོལ།
།སྤྱལ་པ་གངས་མེད་འགྲོ་བ་འདྲེན་པ་སོགས།
།འབད་མེད་སྤྱན་གྲུབ་འགྲོ་དོན་དཔག་མེད་ཤོག།





། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཆེ་དང་བསོད་ནམས་དང་།
། ཡོན་ཏན་ཡེ་ཤེས་གཟི་བརྗིད་ཚད་མེད་པ།
། ཆོས་སྐྱུ་སྐྱང་བ་མཐའ་ཡས་འོད་དཔག་མེད།
། ཆེ་དང་ཡེ་ཤེས་དཔག་མེད་བཅོམ་ལྷན་འདས།





། བཅང་ཞིག་ཁྱེད་གྱི་མཚན་ནི་སྐྱེས་འཛིན་པ།
། སློན་གྱི་ལམ་གྱི་རྣམ་སློན་མ་གཏོགས་པ།
། མེ་ལྷ་དུག་མཚོན་གནོད་སྦྱིན་སྦྱིན་པོ་སོགས།
། འཛིགས་པ་ཀུན་ལས་སྦྱོབ་པར་བྱུང་བས་གསུངས།





།བདག་ནི་ཁྱེད་གྱི་མཚན་འཛིན་སྤྱད་འཚེལ་བས།
 །འཛིགས་དང་སྤྱད་བསྐྱེལ་ཀུན་ལས་བསྐྱབ་མཛད་གསོལ།
 །བཏུ་ཤིས་སུན་སུམ་ཚོགས་པར་བྱིན་གྱིས་རྣོབས།
 །སངས་རྒྱལ་སྤྱོད་གསུམ་བརྟེས་པའི་བྱིན་རྣོབས་དང་།





། ཚོས་ཉིད་མི་འགྱུར་བདེན་པའི་བྱིན་རླབས་དང་།
། དགོ་འདུན་མི་སྤེད་འདུན་པའི་བྱིན་རླབས་གྱིས།
། ཇི་སྟར་སྣོན་ལམ་བཏབ་བཞིན་འགྲུབ་པར་ཤོག།
། ཇི་སྟར་སྣོན་ལམ་བཏབ་བཞིན་འགྲུབ་པར་ཤོག།





། དགོན་མཚོག་གསུམ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།
 ། ཏུ་ལྷ། བརྩམ་ཡ་ཞུ་ལ་བོ་རྟ་ལེ་སྤྲ།
 ། དགོན་མཚོག་གསུམ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།
 ། ར་མོ་མཉུ་ཤི་ཡེ། ར་མོ་སྤྲ་ཤི་ཡེ། ར་མོ་ཞུ་མ་ཤི་ཡེ་སྤྲ།



ཨེ་མ་ཏེ། རོ་མཚར་སངས་རྒྱས་སྣང་བ་མཐའ་ཡས་དང་།
 གཡས་སུ་ཇོ་བོ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་།
 གཡོན་དུ་སེམས་དཔའ་མཐུ་ཆེན་ཐོབ་རྣམས་ལ།
 སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་དཔག་མེད་འཁོར་གྱིས་བསྐྱོར།





བདེ་སྐྱིད་ངོ་མཚར་དབག་ཏུ་མེད་པ་ཡི།
བདེ་བ་ཅན་ཞེས་བྱ་བའི་ཞིང་ཁམས་དེར།
བདག་ནི་འདི་ནས་ཆེ་འཕོས་གྱུར་མ་ཐག།
སྐྱེ་བ་གཞན་གྱིས་བར་མ་ཚོད་པ་རུ།





དེ་དུ་སྐྱེས་ནས་སྤང་མཐའི་ཞལ་མཐོང་ཤོག།
 དེ་སྐད་བདག་གིས་སློན་ལམ་བཏབ་པ་འདི།
 ལྷོགས་བཅུའི་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་ཐམས་ཅད་གྱིས།
 གོགས་མེད་འགྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ།
 ཏུ་ལྷོ། བཅུ་མི་ཡ་ཞུ་མ་བོ་རྣ་ལྷོ་ཡེ་སྤྱོད།