



# BÁT NHÃ TÂM KINH

## PRAJNAPARAMITA HRIDAYA SUTRA

*(HEART SUTRA)*







MA SAM JO ME SHE RAB PHA ROL CHIN

**Mẹ Bát Nhã-Vượt qua tất cả lời nói, ý nghĩ và diễn tả**

MA KYE MI GAG NAM KHE NGO WO NYI

**Chẳng sinh cũng chẳng diệt như bản chất không gian**

SO SO RANG RIG YE SHE CHO YUL WA

**Chỉ trải nghiệm được bằng trí tuệ ban sơ**

DU SUM GYAL WE YUM LA CHAG TSHAL LO

**Mẹ của chư Phật trong ba thời-con xin cúi mình đánh lễ**

GYA GAR KE DU

Tiêu đề trong tiếng Sanskrit

BHAGAWATI PRADZNYA PARAMITA HRIDAYA

Bhagavati, Bát Nhã Ba la Mật đa

BO KE DU

Tiêu đề trong tiếng Tạng:

CHOM DEN DE MA SHE RAB KYI PHA ROL TU CHIN PE NYING PO

CHOM DEN DE MA SHE RAB KYI PHA ROL TU CHIN PA LA CHAG TSHAL LO

**Con cúi mình đảnh lễ trước Bhagavati, Mẹ Bát Nhã**



*Bát Nhã Tâm Kinh-Prajnaparamita Hridaya Sutra (Heart Sutra)*

DI KE DAG GI THO PA DU CHIG NA

**Tôi nghe như vậy**

CHOM DEN DE GYAL PO KHAB

**Một thời Đức Thế Tôn ở tại thành Vương Xá**

JA GO PHUNG PO RI NA

**Núi Linh Thứu**

GE LONG GI GE DUN CHEN PO DANG

**Cùng chúng đại tỳ kheo**

JANG CHUB SEM PE GE DUN CHEN PO DANG

**Và chúng đại Bồ Tát đồng câu hội**

THAB CHIG TU ZHUG SO/DE TSHE CHOM DEN DE ZAB MO NANG WA ZHE JA WE CHO KYI  
NAM DRANG KYI TING NGE DZIN LA NYOM PAR ZHUG SO

**Lúc bấy giờ Đức Thế Tôn Nhập chính định Thâm thâm quang minh tuyên thuyết chính pháp**

YANG DE TSHE JANG CHUB SEM PA SEM PA CHEN PO PHAG PA CHEN RE ZIG WANG CHUG  
SHE RAB KYI PHA ROL TU CHIN PA ZAB MO CHO PA NUY LA NAM PAR TA ZHING PHUNG PO  
NGA PO DE DAG LA YANG RANG ZHIN GYI TONG PAR NAM PAR TA'O

**Cũng ngay khi ấy, thánh Quán Tự Tại Bồ Tát Ma Ha Tát hành thâm thâm bát nhã ba mật đa quán thấy năm uẩn tự tính cũng đều là không**

DE NE SANG GYE KYI THU

**Nương nơi oai thần Phật**

TSHE DANG DEN PA SHA RI BU

**Tôn giả Sariputra (Xá lợi Phất) thưa hỏi**

JANG CHUB SEM PA SEM PA CHEN PO PHAG PA CHEN RE ZIG WANG CHUG LA DI KE CHE ME  
SO

**Thánh Quán Tự Tại Bồ Tát Ma Ha Tát rằng**

RIG KYI BU'AM RIG KYI BU MO GANG LA LA SHE RAB KYI PHA ROL TU CHIN PA ZAB MO CHO  
PA CHE PAR DO PA DE JI TAR LAB PAR JA



**“nếu có thiện nam tử hoặc thiện nữ nhân nào muốn hành thậm thâm bát nhã ba la mật đa thì nên tu học như thế nào?”**

DE KE CHE ME PA DANG

**Và Người nói như sau**

JANG CHUB SEM PA SEM PA CHEN PO PHAG PA CHEN RE ZIG WANG CHUG GI TSHE DANG  
DEN PA SHA RI BU LA DI KE CHE ME SO

**Thánh Quán Tự Tại Bồ Tát Ma Ha Tát đáp lời Tôn giả Sariputra (Xá Lợi Phất) rằng:**

SHA RI BU RIG KYI BUAM RIG KYI BU MO GANG LA LA SHE RAB KYI PHA ROL TU CHIN PA  
ZAB MO CHO PA CHE PAR DO PA DE

**“Sariputra (Xá Lợi Phất), nếu có thiện nam tử hoặc thiện nữ nhân nào muốn hành thậm thâm bát nhã ba la mật đa**

DI TAR NAM PAR TA BAR JA TE

**Nên quán sát chân chính hành tướng tự tính**

PHUNG PO NGA PO DE DAG KYANG RANG ZHIN GYI TONG PAR YANG DAG PAR JE SU TA'O

**Năm uẩn cũng đều là không**

ZUG TONG PA'O/ TONG PA NYI ZUG SO/

**Sắc tức là không Không tức là sắc**

ZUG LE TONG PA NYI ZHEN MA YIN

**Sắc chẳng khác không**

TONG PA NYI LE KYANG ZUG ZHEN MA YIN NO

**Không chẳng khác sắc**

DE ZHIN DU TSHOR WA DANG/ DU SHE DANG/ DU JE DANG

**Tương tự thọ tướng hành và**

NAM PAR SHE PA NAM TONG PA'O

**Thức cũng đều là không**

SHA RI BU/ DE TAR CHO THAM CHE TONG PA NYI DE

**Sariputra tất cả các pháp là không**



TSHEN NYI ME PA

**Không tướng**

MA KYE PA MA GAG PA DRI WA ME PA DRI MA DANG DRAL WA ME PA

**Không sinh Không diệt Không nhớp Không sạch**

DRI WA ME CHING GANG WA ME PA'O

**Không thêm Không bớt**

SHARIBU DE TA WE NA

**Sariputra cho nên**

TONG PA NYI LA ZUG ME TSHOG WA ME DU SHE ME

**Trong không không có sắc không thọ không tướng**

DU JE ME NAM PAR SHE PA ME

**Không hành không thức**

MIG ME/NA WA ME/NA ME/CHE ME/LU ME/YI ME

**Không mắt, không tai, không mũi, không lưỡi, không thân, không ý**

ZUG ME DRA ME DRI ME RO ME

**Không sắc không thanh không hương không vị**

REG JA ME CHO ME DO

**Không xúc không pháp**

MIG GI KHAM ME PA NE YI KYI KHAM ME

**Không có nhãn giới, không có ý giới**

YI KYI NAM PAR SHE PE KHAM KYI BAR DU YANG ME DO

**Cho đến cũng không có ý thức giới**

MA RIG PA ME MA RIG PA ZE PA ME PA NE GA SHI ME

**Không có vô minh cho đến không có hết vô minh, không có già chết**

GA SHI ZE PE BAR DU YANG ME DO



**cho đến cũng không có hết già chết**

DE ZHIN DU DU NGAL WA DANG

**Tương tự, không khổ**

KUN JUNG WA DANG GOG PA DANG LAM ME

**Tập diệt đạo**

YE SHE ME THOB PA ME MA THOB PA YANG ME DO

**Không trí không đắc cũng không có không sở đắc**

SHA RI BU DE TA WE NA

**Sariputra chính bởi vậy**

JANG CHUB SEM PA NAM NI THOB PA ME PE CHIR

**vì không sở đắc nên chư Bồ Tát an trú trong**

SHE RAB KYI PHA ROL TU CHIN PA DI LA TEN CHING NE TE

**Bát nhã ba la mật đa**

SEM LA DRIB PA ME PE TRAG PA ME DE

**tâm không ngăn ngại không sợ hãi**

CHIN CHI LOG LE SHIN TU DE NE NYA NGEN LE DE PE THAR CHIN TO

**Xa lìa hẳn điên đảo, mộng tưởng đạt đến cứu cánh Niết Bàn**

DU SUM DU NAM PAR ZHUG PE SANG GYE THAM CHE KYANG SHE RAB KYI PHA ROL TU CHIN PA DI LA TEN NE LA NA ME PA YANG DAG PAR DZOG PE JANG CHUB TU NGON PAR DZOG PAR SANG GYE SO

**Chư Phật trong ba đời đều nương theo bát nhã ba la mật đa mà được đạo quả vô thượng chính đẳng chính giác**

DE TA WE NA/SHE RAB KYI PHA ROL TU CHIN PE NGAG/

**Do vậy nên biết bát nhã ba la mật đa là đại thần chú**

RIG PA CHEN PO NGAG LA NA ME PE NGAG

**Thần chú cực sáng thần chú tối thượng**

MI NYAM PA DANG NYAM PAR JE PE NGAG



*Bát Nhã Tâm Kinh-Prajnaparamita Hridaya Sutra (Heart Sutra)*

**Thần chú bất đồng bậc mà đồng bậc**

DUG NGAL THAM CHE RAB TU ZHI WAR JE PE NGAG

**Thần chú bạt trừ hết thủy khổ não**

MI DZUN PE NA DEN PAR SHE PAR JA TE

**Chân thật không hư dối**

SHE RAB KYI PHA ROL TU CHIN PE NGAG ME PA

**Ngài tuyên nói chú bát nhã ba la mật đa rằng**

**TADYATHA/OM GATE GATE/PARAGATE/PARASAMGATE BODHI SWAHA**

SHA RI BU

**Sariputra (Xá Lợi Phất)**

JANG CHUB SEM PA SEM PA CHEN PO DE TAR SHE RAB KYI PHA ROL TU CHIN PA ZAB MO LA  
LAB PAR JA'O

**Vị bồ tát ma ha tát nên học thậm thâm bát nhã ba la mật đa như thế**

DE NE CHOM DEN DE TING NGE DZIN DE LE ZHENG NE

**Bấy giờ, đức Thế Tôn xuất định**

JANG CHUB SEM PA SEM PA CHEN PO PHAG PA CHEN RE ZIG WANG CHUG LA LEG SO

**Tán tán Thánh Quán Tự Tại Bồ Tát Ma Ha Tát**

ZHE JA WA JIN NE

**Bằng những lời sau**

LEG SO LEG SO

**Lành thay! Lành thay!**

RIG KYI BU DE DE ZHIN NO DE DE ZHIN TE

**Này thiện nam tử đúng thật như thế**

JI TAR KY'O KYI TEN PA DE ZHIN DU SHE RAB KYI PHA ROL TU CHIN PA LA CHE PAR JA TE

**Các ông nên hành sâu bát nhã ba la mật đa như lời ông thuyết**

DE ZHIN SHEG PA NAM KYANG JE SU YI RANG NGO







*Bát Nhã Tâm Kinh-Prajnaparamita Hridaya Sutra (Heart Sutra)*

YUM CHEN MO SHE RAB KYI PHA ROL TU CHIN PA LA CHAG TSHAL LO

**Con đĩnh lễ Mẹ Bát Nhã tôn quý**

DAG GI DEN PE TSHIG DRUB PAR GYUR CHIG

**Cầu xin những lời chân thật này, sẽ được thực hiện**

JI TAR NGON LHE WANG PO GYA JIN GYI YUM CHEN MO SHE RAB KYI PHA ROL TU CHIN PE  
DON ZAB MO YI LA SAM ZHING TSHIG KHA TON DU JE PA LA TEN NE

**Trong quá khứ, để thích, chúa tể các vị Trời, chống lại những năng lượng ma quái tiêu cực**

DU DIG CHEN LA SOG PA MI THUN PE CHOG THAM CHE CHỈ DOG PA DE ZHIN DU

**Nhờ quán chiếu đến mẹ Tôn quý, trí tuệ Bát nhã và lặp lại những từ này**

DAG GI KYANG YUM CHEN MO SHE RAB KYI PHA ROL TU CHIN PHE DON ZAB MO YI LA SAM  
ZHING TSHIG KHA TON DU JE PA LA TEN NE

**Cầu mong con có thể đẩy lùi những năng lực tiêu cực nhờ quán chiếu ngữ nghĩa sâu xa của bản kinh Bát Nhã**

DU DIG CHEN LA SOG PA MI THUN PE CHOG THAM CHE CHIR DOG PAR GYUR CHIG

**Mẹ hiền tôn quý, nhờ tụng đọc lại những từ này**

ME PAR GYUR CHIG

ZHI WAR GYUR CHIG

**Cầu mong chúng bị tiêu diệt (vỗ tay một lần) Cầu mong chúng được an dịu (vỗ tay một lần)**

RAB TU ZHI WAR GYUR CHIG

**Cầu mong chúng được an dịu hoàn toàn (vỗ tay một lần)**

GANG GI TEN CHING DREL WAR JUNG

**Vạn hữu có nguồn căn từ duyên khởi**

GAG PA ME PA KYE ME PA

**Đều không diệt và không sinh**

CHE PA ME PA TAG ME PA

**Cũng chẳng tồn tại cũng chẳng an trụ thường hằng**



*Bát Nhã Tâm Kinh-Prajnaparamita Hridaya Sutra (Heart Sutra)*

ONG WA ME PA DRO ME PA

**Chẳng đi cũng chẳng đến**

THA DE DON MIN DON CHIG MIN

**Cũng chẳng có nhiều ngữ nghĩa, cúng chẳng có dù chỉ một ngữ nghĩa**

TRO PA NYER ZHI ZHI TEN PA

**Tất cả ý thức và nhị nguyên đều yên nghỉ**

DZOG PE SANG GYE MA NAM KYI

**Con nghiêng mình đỉnh lễ trước những bài giảng**

DAM PA DE LA CHAG TSHAL LO

**Của chư Phật đã hoàn toàn giác ngộ**

GEG RIG TONG TRAG GYE CHU ZHI WA DANG

**Cầu mong tất cả 80.000 loại chúng sinh, đang bị bao phủ bởi những chướng ngại được giải thoát**

MI THUN NO PE KYEN DANG DRAL WA DANG

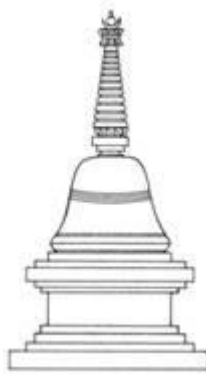
**Cầu mong con thoát khỏi những chướng duyên**

THUN PA DRUB CHING PHUN SUM TSHOG GYUR PE

**Cầu mong những hoàn cảnh thuận lợi được hoàn thiện**

TRA SHI DE KYANG DENG DIR DE LEG SHOG

**Cầu mong tất cả những duyên hứa hẹn hạnh phúc tràn đầy**



*Ratna Shri Vietnam Group*



*Chuyển tiếng Việt: Tâm Hạnh (Tenzin Nyidron)*

*Mọi sai sót là lỗi người dịch*

*Mọi công đức xin hồi hướng Pháp giới chúng sinh*

*ནམ་དག་གངས་རི་རྩེ་དཀར་དགེ་བ་དེས།*

**NAM DAG GANG RI TAR KAR GE WA DE**

*Nhờ những thiện hạnh trong trắng như tuyết trên những đỉnh núi*

*རིན་ཆེན་བཟུན་པ་ཚོགས་བཅུར་རྒྱས་པ་དང།*

**RIN CHEN TEN PA CHOG CHUR GYE PA DANG**

*Cầu mong những bài giảng của đức Ratnashri nở hoa khắp mười phương*

*འཇིག་རྟེན་མི་ཤེས་གཏི་མུག་རྣམ་བཤམ་ཞིང།*

**JIG TEN MI SHE TI MUG NAM DREL ZHING**

*Và xua tan hết những vô minh của tất cả chúng sinh*

*མཐར་ཕྱིན་སངས་རྒྱས་ཡེ་ཤེས་ཐོབ་པར་གྲོག།*

**THAR CHIN SANG GYE YESHE THOB PAR SHOG**

*Và những chúng sinh đó sẽ đạt được ít nhất trí tuệ tuyệt hảo của chư Phật.*



༄༅། ཤེས་རབ་སྒྲིང་པོ།

སྒྲིབ་སམ་མ་བརྗོད་མེད་ཤེས་རབ་པ་རོལ་ཕྱིན། །མ་སྐྱེས་མི་འགག་ནམ་  
 མཁའི་ངོ་བོ་ཉིད། །སོ་སོ་རང་རིག་ཡེ་ཤེས་སྤྱོད་ཡུལ་ག། །དུས་  
 གསུམ་རྒྱལ་བའི་ཡུམ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །རྒྱ་གར་སྐད་དུ། ལྷ་ག་  
 མ་ཏུ་བྲུག་ལྷ་ར་མི་ཏུ་མི་ད་ཡ། བོད་སྐད་དུ། བཅོམ་ལྡན་འདས་མ་  
 ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་སྒྲིང་པོ། བཅོམ་ལྡན་འདས་མ་ཤེས་  
 རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

༥ །།འདི་སྐད་བདག་གིས་ཐོས་པ་དུས་གཅིག་ན། བཅོམ་ལྡན་འདས་  
 རྒྱལ་པོའི་ཁབ། བྱ་ཚོད་ཕུང་པོའི་རི་ན། དག་སྤོང་གི་དག་འདུན་  
 ཆེན་པོ་དང་། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་དག་འདུན་ཆེན་པོ་དང་ཐབས་  
 ཅིག་ཏུ་བཞུགས་སོ། །དེའི་ཚེ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཟབ་མོ་སྤྲོད་བ་ཞེས་བྱ་  
 བའི་ཚེས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་ཀྱི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་སྒྲོམས་པར་ཞུགས་སོ། །  
 ཡང་དེའི་ཚེ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་འཕགས་པ་སྤྱན་  
 རས་གཟུགས་དབང་ཕྱག་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ཟབ་མོའི་སྤྱོད་པ་

General



ཕོད་ ༣

ཤེས་རབ་སྒྲིང་ཕོ་

ཕར་ཤེས་པ་རྣམས་སྒྲིང་པའོ། །ཤུ་རིའི་བྱ། དེ་ལྟར་ཚོས་ཐམས་ཅད་  
 སྒྲིང་པ་ཉིད་དེ། མཚན་ཉིད་མེད་པ། མ་སྐྱེས་པ། མ་འགགས་པ།  
 སྲི་མ་མེད་པ། སྲི་མ་དང་བྲལ་བ་མེད་པ། སྲི་བ་མེད་ཅིང་། གང་  
 བ་མེད་པའོ། །ཤུ་རིའི་བྱ། དེ་ལྟ་བུས་ན། སྒྲིང་པ་ཉིད་ལ་  
 གཟུགས་མེད། ཚོར་བ་མེད། འདུ་ཤེས་མེད། འདུ་བྱེད་མེད།  
 རྣམ་པར་ཤེས་པ་མེད། མིག་མེད། རྣ་བ་མེད། ལྷ་མེད། ལྷ་  
 མེད། ལུས་མེད། ཡིད་མེད། གཟུགས་མེད། སྐྱ་མེད། སྲི་  
 མེད། རོ་མེད། རེག་བྱ་མེད། ཚོས་མེད་དོ། །མིག་གི་ཁམས་  
 མེད་པ་ནས་ཡིད་ཀྱི་ཁམས་མེད། ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་  
 ཀྱི་བར་དུ་ཡང་མེད་དོ། །མ་རིག་པ་མེད། མ་རིག་པ་ཟད་པ་མེད་པ་  
 རས་ཀ་ཤི་མེད། ཀ་ཤི་ཟད་པའི་བར་དུ་ཡང་མེད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ།  
 སྐྱུག་བསྐྱལ་བ་དང་། ཀུན་འབྱུང་བ་དང་། འགོག་པ་དང་། ལམ་  
 མེད། ཡི་ཤེས་མེད། ཐོབ་པ་མེད། མ་ཐོབ་པ་ཡང་མེད་དོ། །  
 ཤུ་རིའི་བྱ། དེ་ལྟ་བུས་ན། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ནི། ཐོབ་  
 པ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་འདི་ལ་བརྟེན་ཅིང་

གནས་ཏེ། སེམས་ལ་སྒྲིབ་པ་མེད་པས་སྒྲུག་པ་མེད་དེ། ཕྱིན་ཅི་  
 ལོག་ལས་ཤིན་ཏུ་འདས་ནས་སྤྱང་ན་ལས་འདས་པའི་མཐར་ཕྱིན་ཏེ། །  
 དུས་གསུམ་དུ་རྣམ་པར་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཤེས་  
 རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་  
 རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་མངོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་སོ། །དེ་ལྟ་  
 བས་ན། ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་སྤྲུགས། རིག་པ་ཆེན་པོའི་  
 སྤྲུགས། སྒྲ་ན་མེད་པའི་སྤྲུགས། མི་མཉམ་པ་དང་མཉམ་པར་བྱེད་  
 པའི་སྤྲུགས། སྤྲུག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་ཞི་བར་བྱེད་པའི་སྤྲུགས།  
 མི་བརྒྱན་པས་ན་བདེན་པར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། །ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་  
 ཕྱིན་པའི་སྤྲུགས་སྒྲས་པ། ཏུ་ཐུ། ཨོྲ་ག་ཏེ་ག་ཏེ། སྤྱར་ག་ཏེ།  
 སྤྱར་སྤྱི་ག་ཏེ་བོ་རྩི་སྤྱི་ཏུ། སྤྱི་རིའི་བྱ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
 སེམས་དཔའ་ཆེན་པོས་དེ་ལྟར་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ཟབ་མོ་ལ་  
 བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །དེ་ནས་བཙམ་ལྷན་འདས་ཏིང་ངེ་འཛིན་དེ་ལས་  
 བཞིངས་ནས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་འཕགས་  
 པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་ཕྱུག་ལ་ལེགས་སོ། །ཞེས་བྱ་བ་བྱིན་ནས།



པོད་ ༣

ཤེས་རབ་སྒྲིང་པོ་

ལེགས་སོ་ལེགས་སོ། །རིགས་ཀྱི་བྱ་དེ་དེ་བཞིན་ནོ། །དེ་དེ་བཞིན་  
 ཏེ། ཇི་ལྟར་སྤོང་གིས་བསྟན་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་སྤྱིན་  
 པ་ལ་སྤྱད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་ཀྱང་རྗེས་སུ་ཡི་རང་  
 རོ། །བཙམ་ལྡན་འདས་གིས་དེ་སྐད་ཅེས་བཀའ་སྤྲུལ་ནས། ཚོ་དང་  
 ལྡན་པ་ལྷ་རིའི་བྱ་དང་། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་  
 འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་ཕྱུག་དང་། ཐམས་ཅད་དང་ལྡན་  
 པའི་འཁོར་དེ་དག་དང་། ལྷ་དང་མི་དང་། ལྷ་མ་ཡིན་དང་། ཇི་  
 ཟམ་བཙས་པའི་འཇིག་རྟེན་ཡི་རངས་ཏེ། བཙམ་ལྡན་འདས་གིས་  
 གསུངས་པ་ལ་མངོན་པར་བསྟོད་དོ། ། །།འདི་ནི་རིན་ཆེན་སྡེ་དང་བརྗེ་ནམ་མཁའ་  
 ལ་སོགས་པས་བསྐྱུར་བའོ། །

༥ བདུད་རྫོགས། ར་མོ་སྒྲ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །སངས་རྒྱས་ལ་  
 ཕྱག་འཚལ་ལོ། །ཆོས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །དགོ་འདུན་ལ་ཕྱག་  
 འཚལ་ལོ། །ཡུམ་ཆེན་མོ་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་སྤྱིན་པ་ལ་ཕྱག་འཚལ་  
 ལོ། །བདག་གི་བདེན་པའི་ཆོག་འགྲུབ་པར་གྱུར་ཅིག ཇི་ལྟར་སྤོང་  
 ལྷའི་དབང་པོ་བརྒྱ་བྱིན་གིས་ཡུམ་ཆེན་མོ་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་སྤྱིན་པའི་

དོན་ཟབ་མོ་ཡིད་ལ་བསམ་ཞིང་ཚིག་ཁ་ཏོན་དུ་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས།  
 བདུད་སྒྲིག་ཅན་ལ་སོགས་པ་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་སྤྱིར་བརྟོག་  
 པ་དེ་བཞིན་དུ། བདག་གིས་གུང་ཡུམ་ཆེན་མོ་ཤེས་རབ་གྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་  
 ཕྱིན་པའི་དོན་ཟབ་མོ་ཡིད་ལ་བསམ་ཞིང་ཚིག་ཁ་ཏོན་དུ་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་  
 ནས། བདུད་སྒྲིག་ཅན་ལ་སོགས་པ་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་  
 སྤྱིར་རྟོག་པར་གྱུར་ཅིག མིད་པར་གྱུར་ཅིག ཞི་བར་གྱུར་ཅིག  
 རབ་ཏུ་ཞི་བར་གྱུར་ཅིག།

༄ །།གང་གིས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་། །འགག་པ་མིད་པ་སྐྱེ་  
 མིད་པ། །ཆད་པ་མིད་པ་རྟག་མིད་པ། །འོང་བ་མིད་པ་འགྲོ་མིད་པ། །  
 ཐ་དད་དོན་མིན་དོན་གཅིག་མིན། །སྤྱོས་པ་ཉེར་ཞི་ཞི་བསྟན་པ། །  
 །རྗོགས་པའི་སངས་རྒྱས་སྤྲོ་རྣམས་ཀྱི། །དམ་པ་དེ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །  
 བགོགས་རིགས་སྟོང་ཕྱག་བརྒྱུད་ཅུ་ཞི་བ་དང་། །མི་མཐུན་གཞོན་པའི་  
 རྒྱུན་དང་བྲལ་བ་དང་། །མཐུན་པ་འགྲུབ་ཅིང་ཕུན་སུམ་ཚོགས་གྱུར་  
 པའི། །བཀྲ་ཤིས་དེས་གུང་དེང་འདིར་བདེ་ལེགས་ཤོག། །།ཅེས་  
 སོགས་བརྗོད་དོ།།