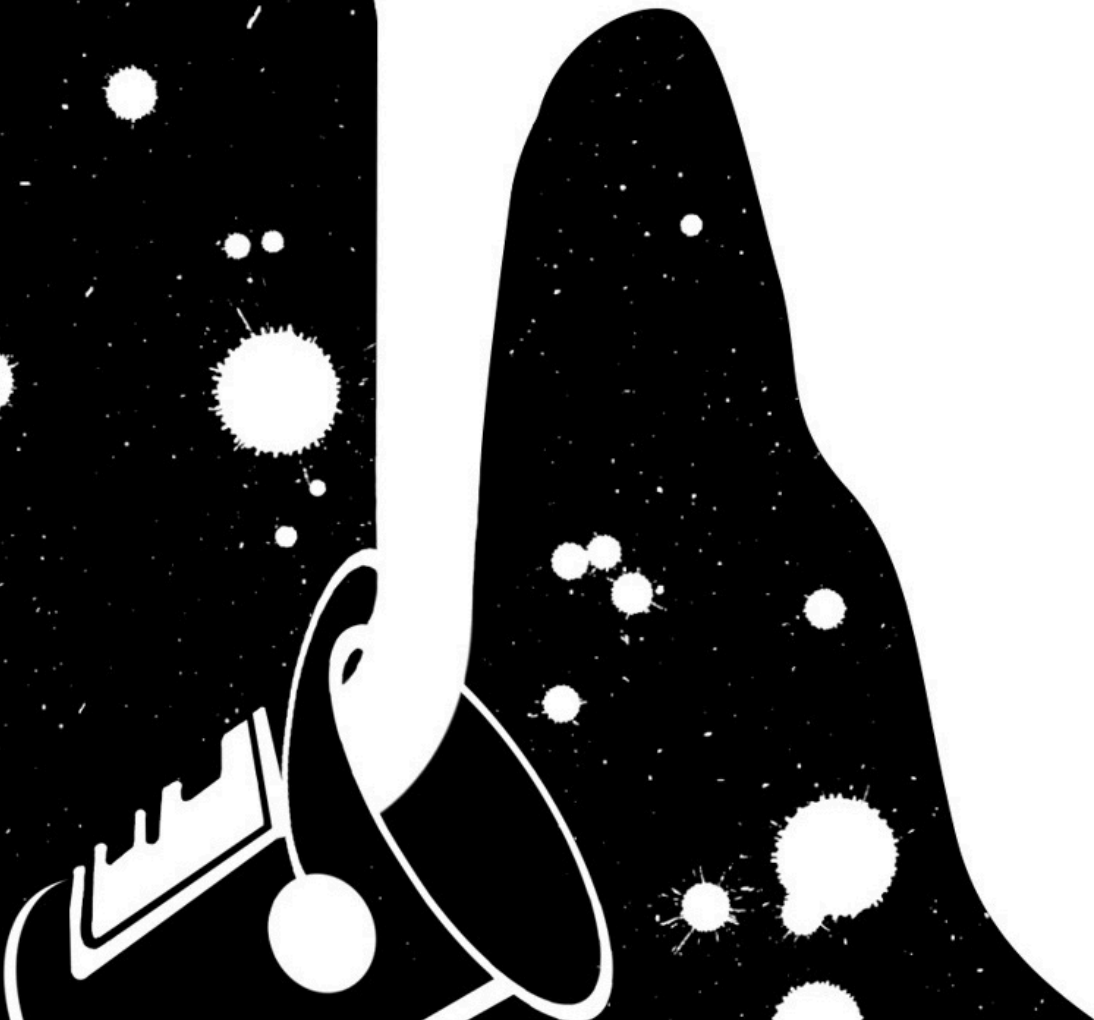


གཙོ་སྐབ་པ། ཚེ་འབྲོག་ཚང་།

༢༠༡༤ལོའི་ལོ་སྐྱེད་ཀྱི་ན་གཞིན་སྟོན་ཚོམ་ལེགས་གྲས་བདམས་བཀོད་འཕུལ་དེབ།

༥ ཚོར་རྟོག་གི་རང་སྣ།



སྒྲིལ་དུ་ལ་ཞིག་མི་གྲག་བྱ་མེད་རེད།

ཐེངས་འདིའི་སྒྲིལ་རྩོམ་ལེགས་གྲས་སུ་བདམས་བཀོད་བྱུང་བའི་སྒྲིལ་ངག་པ་དག་གཙོ་བོ་སྒྲིལ་ལྡན་དཔྱོད་ལྡན་ཀྱང་ལ་འཚམ་འདྲི་བཀའ་ཞུས་བདེ་ལེགས་ལྟ།

གཅིག

ཐེངས་འདིར་བསྐྱུས་པའི་སྒྲིལ་རྩོམ་ལས་ལྔ་ཆའི་གཅིག་ཙམ་ཞིག་ལེགས་གྲས་སྒྲིལ་ངག་ལ་བདམས་བཀོད་བྱས་ཡོད། དེ་ནི་བོད་ཀྱི་སྒྲིལ་ངག་པ་སྤྱིའི་ངོས་ནས་བདམས་པ་མིན་ཞིང་དེ་ལས་སློབ་སྟེ་བྱེད་ཅག་གི་སྒྲིལ་ངག་གི་རིན་ཐང་བཅད་པ་གཏུན་ནས་མིན་ལ། གཙོད་བྱབ་པའང་ཡེ་ནས་མ་རེད། འོ་ན་ཅི་ལ་དམིགས་པ་རེད་ཅེ་ན། ཐེངས་འདིའི་སྒྲིལ་ངག་དག་ནི་གཙོ་བོ་གོ་བདེ་བ་དང་བརྗོད་བྱ་གསལ་བཤམ་སྟབས་ཉིད་དང་། རང་ག་བའི་མིས་གོ་སྐྱོ་བའི་སྒྲིལ་ངག་བདམས་བཀོད་བྱས་ཡོད་པ་ཉིད་ཡིན་ཞེས་ལུ་བ་ལགས་སོ།།

གཉིས།

ཐེངས་འདིའི་ཆེས་ཡི་མི་རངས་པ་ནི་ཡིག་ནོར་རེད། ཡིན་ནའང་། འདི་ནས་སྒྲིལ་ངག་གཙོ་བོ་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་སྟབས་ནོར་ཆ་ལ་དེ་ཙམ་མ་དམིགས་པས་གྲོག་མཁའ་ཀྱང་ལ་མཐོལ་ཞིང་བཤགས་པ་ཡིན། ཐེངས་འདི་བརྒྱུད་རྗེས་ང་ཚོས་རྗེས་ཕྱོགས་ཡིན་ན་རྩོམ་པོ་ཚོས་ཡིག་ནོར་ལ་ཉ་ཅང་གཟབ་དགོས་པ་འདུག་ཅེས་ལུ་རྒྱ་ཁོ་ན་བྱུང་བ་ལགས་སོ།།

གསུམ།

མཇུག་དུ་ཉུ་རྒྱ་རྒྱ་ནི་ཐེངས་འདིར་བདམས་ཐོན་མ་བུང་བའི་སྣེ་ངག་པ་དག་ཡིན།
ཁྱེད་ཅག་ལ་དགོངས་དག་ཉུ་དགོས་ཡོད། རྒྱ་མཚན་ག་རེ་རེད་ཅེ་ན། ང་ཚོས་ཁྱེད་
ཀྱི་སྣེ་ངག་གྲོག་མ་ཤེས་པ་དང་གོ་བ་ལེན་མ་ཤེས་པ་སོགས་ཀྱིས་ཐེངས་འདིར་
བདམས་ཐོན་དུ་མ་བུང་ཚམ་ལས། དེ་ལས་གཞན་དངོས་གནས་ཁྱེད་ཀྱི་སྣེ་ངག་ལ་
རིན་ཐང་ཅི་ཡང་མེད་པ་གཏན་ནས་ཡིན་རྒྱུ་མ་རེད་ཅེས་ཉུ་བ་ལགས་སོ།།

བོད་རྒྱལ་ལོ་ ༢༡༥༥. ༤. ༡༥ ཉིན་དང་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༤. ༩. ༢༣ ཉིན་
ཅེ་འབྲོག་ཚང་ནས།

དཀར་ཆག

ལོ་ལྷན།

ཚངས་དབྱངས་རྒྱ་མཚོ།

སྒྲོང་སྒྲོང་སྒྲོ་མོ་དབྱེས་པའི་བཙེ་སྤྱ།

སྒྲོང་སྒྲོ་བུའི་དྲན་པ།

འོད་ཀྱི་ཡུམ།

བྱིས་མ་ཚར་བའི་སྒྲིང་སྤྱག།

ཁྱེད་ང་ཡི་ག་ཤོག་པ་ཡ་གཅིག་ཡིན།

ཨ་ཕ་དྲན་སྤྱ།

བདག་གི་སྒྲོ་བ་དཔོན་ཁྱི་གདུགས་

གསེར་གྱི་ཉི་མས་འོད་སྒྲོང་གི་གཟི་བྱིན།

ཁྱེད་ལ་དུང་བའི་བཙེ་འཇུམ་བོར་མ་སྤོང་། སྤྱ་སྤྱས་གངས་བུ་འཇུམ་གྲོལ།

ཕྱི་རིམ་ནང་རིམ་བདེ་མོ།

མཚན་མོ་དེ།

ཚེ་ལ་བཏབ་པའི་ཨམ་གཅིགས།

དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་བྱབ་པ།

བསྒྲོད་དབྱངས་ཁུ་ཁྱུག་སྒྲོན་མོ།

ཁྱེད་ནི་ང་ཡི་ཡོད་ཚད་ཡིན།

ཁ་བྱང་ནག་པོ།

སྒྲོ་དུབ་ཀྱི་ངག་རྒྱ།

ཐོག་མདའ།

དབྱངས་བདག།

བྲན།

ཁ་བ་ན་པོ།

རབ་ཇོར།

གངས་ཐིགས།

སྤྱག་ཉེ།

སྒྲོང་ཁམ་བུ།

སྒྲོ་མིག།

སྤྱ་སྤྱས་གངས་བུ་འཇུམ་གྲོལ།

བཟོ་བ།

དབྱངས་རྗེ།

ནད་པ།

ཞོགས་སྐར།

བཙན་ལྷག།

མེ་བ།

གདུ་བུ།

དུང་བདེན་འཇིན།

ས་འདིའི་སྒོད་བཅུད་ཡིན།
སྒྲིང་ཉེ་ཞིག་ལ་སྤུལ།
མི་ལམ་ཞིག་དང་བྱ་མོ་དེ།
བརྗེ་དུང་གིས་གྲུབ་པའི་སྒྲན་ངག་ཐེང་པོ།
མི་དེ་སྤུ་ཡིན།

སྒྲ་མའི་མེ་ཏོག།
ཚུ་ནག།
རིག་མེ།
འཕགས་པ།
སོ་ནག་སྒྲོལ་དང།

ལོ་ལྷན།

ཐོག་མདུལ། ཉིན་ཤུག

ལོ་ལྷན་དེར།

ལུ་སིམ་མར་སྟུན་ངག་གི་རྟ་མཚོག་དེ་བཅིབས་ནས།

གཏིང་ཟབ་པའི་ཚོར་བའི་སྣེ་མོ་དེར་འཇུ་བསམ་ན།

ཁྱོས་ཅི་ཡང་མ་བཤད། ཅི་ཡང་མ་དུན་པར་གྱིས་དང་།

འུ་གཉིས་ནི་རི་བོ་དེའི་ཕར་ནང་གི་རྩེད་ཆས་དཀར་ནག་གཉིས་ཡིན་ལ།

བྱིས་དུས་ཀྱི་དགོད་སྐྱ་རྟ་མཚོག་གི་འཚོར་སྐད་བཞིན་དུ།

རི་བོ་ཞིག་གི་ཕར་རྩེད་ལས་ཤུགས་ཀྱིས་གསོན་པ་ཤར་སྟུག་དེའོ།།

སྐབས་རེ།

ངས་ཀྱང་བོད་ལྷ་གྲུལ་གཙང་རེ་གྱོན་ནས།

སྟུན་ངག་གི་སྟུག་ཁ་རུ་བཀོད་པའི་རང་འགྲུལ་གྱི་ལེའུ་འགའ་སྟུག་རྩེད་ཤུགས་ཀྱིས་

བྱི་བཞིན་འདུག་ལ། ལན་རེ།

ཁྱོས་ཀྱང་དྲངས་གཙང་གི་འབྲོག་རྩུགས་རྣལ་མ་ཞིག་དང་སྟུན་དུ།

དབྱར་དུག་པའི་ལུ་བྱུག་གི་སྟུན་པ་ལས་བཅོས་པའི་དྲངས་གཙང་གི་ཆི་ལམ་དེ་རུམ་

ནས།རྩྭ་ཐང་གི་སྤང་ནས་ཆས་ཏེ། སྤར་ཡང་འབྲོག་ཐང་གི་རྒྱབ་ལ་ལོག་པ་དེ་

བསམ་ན།

ང་ནི་ཕྱིད་ལ་ཁ་བཏགས་རྒྱུ་བ་འབྱུང་མཁམ་ཞིག་མ་ཡིན་ལ།
ཕྱིད་ལ་ཁ་ལས་ཀྱི་རྒྱུ་རྟ་སྤྱད་ཞོར། འཇུག་རྒྱུ་གིས་བག་མར་བསུ་མཁམ།
སྤང་སྟོང་དེ་རང་ཡན་དུ་གཏོར་མཁམ། ཚོར་བའི་ཕྱི་ནང་གི་ཚེ་གཅིག་ལྷ་དཀར་

དེ་མ་ཡིན་ནམ། ལོ་ལྷ་ནི་དུས་ཚོད་ཀྱི་ཀི་རིང་ཞིག་ཡིན་པས། ངས་མ་གཞི་ནས།
སྤྱན་ངག་ལ་བྱིན་པའི་ཀི་རིང་དེ། ཕྱིད་དང་ཕྱུ་གཉིས་ལྟ་བུའི་ཉི་ལྷའི་
ན་ལུང་དུ་རྒྱུན་རུང་བས། སྤྱན་ངག་པའི་ཆང་ཕོར་མ་བྱུ་ཅན་པོ་དེ་ཡིན་ན་བསམ་
བྱུང་།

འཚོ་བ་ནི་བརྗེ་དུང་ལ་གནང་བའི་ཕོ་མོ་ཡི་གཏམ་རྒྱུད་དེ་ཡིན་པས།
ངས་རང་ངོར་ནས། བརྗེ་དུང་ལ་གནང་བའི་གཏམ་རྒྱུད་དེ།
ཕྱིད་དང་ཕྱུ་གཉིས་ལྟ་བུའི་ཚེ་གཅིག་ལ་སློག་མཁམ་དུང་བརྒྱབ་པའི།
སྤྱིད་པའི་ཐབ་ཚང་དུང་པ་ཅན་པོ་དེ་ཡིན་ན་བསམ་བྱུང་།

༎ ཚངས་དབྱངས་རྒྱ་མཚོ།

དབྱངས་བདག་གིས་བརྒྱམས།

ལྷ་སའི་ཇོ་ཁང་སྐོར་ནས།
དུང་གི་འབོད་པ་བཏང་ཡོད།
ལན་གཅིག་ལན་གཉིས་བོས་ཀྱང་།
གཟན་སྐྱེ་རྒྱུ་གིས་ཁུར་བའི།
ཇོ་ཇོའི་རྗེས་ཤུལ་མ་རྟེན།

ཏུ་ལའི་དབུ་ལྷ་བཞག་ནས།
ཚངས་དབྱངས་རི་ལ་ཤོར་སོང་།
ར་མདའ་འགོ་མི་མ་བུང་།
གསེར་ཁྲིའི་འོད་དེ་ཉམས་པས།
རི་བོ་གུ་འཛིན་སྐྱོ་བུང་།

གནའ་འདྲིས་བར་སྐོར་གྲིང་གི།
མགུར་གྲུའི་དབྱངས་ལ་ཆགས་པ།
ཆང་མ་ཚེ་རིང་སྐྱོལ་དཀར།
མ་སྐྱེས་ཙམ་མ་གྲིང་བཞིན།
གདུང་བའི་གར་ཞིག་འཕྲབ་བུང་།

ནགས་ཀྱི་བསེལ་གྱི་བ་འོག་དུ།།
ཏིང་འཛིན་གོས་སུ་བསྐྱམས་ནས།།
དབེན་པའི་མི་ལམ་སྟོར་བ།།
ར་སྐྱའི་རྒྱལ་པོའི་སྤོད་ཡུལ།།
ལན་གཅིག་སྤུང་པ་ཡིན་འདྲ།།

ལྷང་སྤྱིང་འཛོལ་མེད་ངག་ལ།།
ཁྱོད་ཀྱི་རྐང་ལམ་སློག་འདུག །
མི་ཚོགས་ན་བ་མཉམ་པའི།།
ལྷ་ལྡན་མེ་ཏོག་ར་བར།།
འཕྲིན་གྱི་ཕོ་ཉ་མ་འབྱོར།།

སྒྲུང་སྒྲུང་ལྷ་མོ་དགེས་པའི་བརྗེ་སྒྲུ།

བྲན་ མ་ལྷོ།

ཕྱ་རྒྱས་ནགས་ཚོལ་སྐྱུག་པོའི་འཁོར་བ་ཡི་ཚོང་ནས།
སྐྱུག་ཡུས་སྐྱུག་ཆེན་འཐོབ་པའི་རི་རྩེ་ལ་བུད་དེ།
འུགས་རིང་སྐྱུམ་པ་འཐོབ་པའི་ཚོར་བུང་གི་དབྱུངས་འགྲོས།
རྒྱ་མོ་འག་འག་འབབ་པའི་སྒྲུང་གཞུང་ནས་གཏོར་བ།

དབང་མེད་ལས་རྒྱུང་སྤིང་བས་གཤེན་རྗེ་ཡི་བུང་ལ།
ཆས་པའི་ས་མཚམས་ངས་མེད་དྲི་བཞོན་གྱི་བུ་མོས།
གཞོན་པའི་འདབ་ལྗན་བརྗེ་བའི་མེ་ཏོག་བྱུང་བསྐྱུལ་དུས།
ན་རྒྱུང་ལྷུང་ལ་སྐྱུག་མོ་མཚར་སྐྱུག་གིས་མངོན་བྱུང་།

དབྱིངས་ཀྱི་དག་ཞིང་ཞེས་པའི་སྐྱུན་དབྱུངས་ཀྱི་རྒྱ་ལུང་།

མཐོ་སྒང་གོ་ལའི་ཕྱོད་གྱི་བར་སྒང་ན་འཕུར་དུས།།
འོག་མིན་ས་ལ་འཕོས་འདྲའི་དུན་འཆར་གྱི་ལང་ཚོ།།
སྲོད་ཁའི་རྒྱ་མོར་འཕྲོས་པའི་ཉི་ཟེར་གྱིས་སྐྱོམ་བྱུང་།།

འགྲོས་ལ་སྲོད་ཤ་མོད་པའི་རྒྱ་ཆེན་གྱི་ལུས་ཕྱར།།
དུང་བའི་ངང་རྒྱང་རྒྱང་གིས་འཕྱུད་པ་དག་མཐོང་ན།།
བརྩེ་བའི་མིག་འཇུག་སྐྱུད་པ་ཡ་གཅིག་གི་སྒྲེ་ནས།།
འཇིག་རྟེན་སྒང་བའི་མེ་ཏོག་ཡོམ་ཡོམ་དུ་བསྐྱལ་བྱུང་།།

ལས་དབང་རྒྱུད་སྐྱུད་ཕྱ་མོ་གང་ས་རུ་འཐེན་ཡང་།།
ཚེ་གཅིག་མཐོང་བའི་ལས་དབང་ང་རང་ལ་མེད་ཀྱང་།།
ལན་གཅིག་མཇུག་བའི་བསོད་ནམས་རྒྱ་དཀར་གྱི་ཟེར་མ།།
ཕྱོགས་སུ་འཕྱོར་བས་སྡིང་གི་རྒྱ་སྐྱེས་དག་འཇུག་བྱུང་།།

རི་རྒྱ་སྡོང་གིས་ཚོད་པའི་རྒྱང་རིང་གི་གནས་མལ།།
བདེ་སྐྱུག་གང་དུ་ངེས་ལ་སོམ་ཉི་ཡི་དྲ་བར།།
རྒྱུད་པའི་རྩེ་ཐང་གཞུང་གི་གཤོག་ལྗན་གྱི་འཇོལ་མོ།།
སྲོ་འཕུར་བྱུང་བྱུང་རྗེས་ལ་རེ་སློན་གྱིས་འཁྲུང་ཡོད།།

བརྩེ་སེམས་ཡིད་ཀྱི་རི་མོ་གིང་ལོ་ལ་བྲིས་ཏེ།
མཛེལ་གཟུགས་རྩེ་མོ་བཟུང་བའི་སྟུན་དབྱངས་ལ་བསྐྱུར་ནས།
ཁ་དན་ཚིག་གི་དྲུང་བའི་རོལ་དབྱངས་ཞིག་དྲོལ་ན།
བགྲེས་སོང་ཇོ་ཇོ་དགེས་པའི་འཇུག་ཞལ་དེ་ལོས་མངོན།

ཁྱི་གཟུགས་ཉི་མ་འདོད་ཁམས་གངས་ཅན་གྱི་མཁའ་ནས།
སྲོད་ཀྱི་མཚམས་སྤྲིན་གཞིན་རྒྱུའི་འཇུག་མདངས་ལ་འབྲེང་ཞོར།
རྒྱབ་ཕྱོགས་རྒྱ་མཚོའི་བྱ་མོར་བྱགས་འཕྲད་དུ་ཕེབས་དུས།
ཆགས་སྤང་རྒྱ་ལྷུ་ཏུ་ལོའི་མགོ་ལྷོག་ནི་ལྷེམ་བྱུང་།

ཚོས་ཀྱི་བྱམས་པ་དྲངས་གསལ་དདུལ་དཀར་གྱི་མེ་ལོང་།
དེ་རིང་འདི་རུ་སྒྲུང་བའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་བཞིན་ལ།
དུས་དང་སྐལ་བར་མཚམས་པའི་ལྷ་འོད་ཅིག་ཤར་ན།
བྱ་ལྷུས་མི་ལམ་དྲོགས་པའི་ལོ་ལྷ་དག་ལོས་དུན།

ལས་ཀྱི་གཙང་བོར་ཞེན་པའི་འཁོས་རྒྱུང་གི་ཡུ་མོ།
སྲོད་ཀྱི་རྩ་ལྷུང་སྐྱུག་པའི་ནང་ལྷུང་ན་ཉུལ་དུས།
རིགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་ཤ་བ་རིས་བཏང་གི་ན་རྒྱུང་།
འདས་པའི་ཕྱིར་མིག་གངས་ཀྱི་རི་ངོས་ལ་སིམ་སོང་།

སེམས་བྱུང་སྣ་ཚོགས་འབྱུག་པའི་ས་སྒོས་ཀྱི་ལྷུང་ལྷུང་།།
སང་ལེའི་ད་ཚོད་ཅིག་ལ་མཚོ་རྒྱུང་འདིའི་ངོགས་སུ།།
སྤྲེགས་པའི་དུས་བཟང་ཆར་རྗེས་འཇའ་ཚོན་གྱི་རི་མོ།།
སྣོད་ཀྱིས་འཇུམ་ན་དུན་པའི་མིག་རྒྱ་ཡང་ལོས་འཐོར།།

ཚོགས་ཀྱི་རྐང་བ་ཞེ་བརྒྱད་དབྱུངས་འགྲོས་ཀྱི་སྐྱེག་མོ།།
ནང་སེམས་ཚོར་བའི་མཇའ་མཐུན་སོར་མོ་ལ་འགྲོགས་ཏེ།།
བྱུར་དམར་སྤང་ལ་འཐོར་འདུའི་ཡིག་ཚོགས་སུ་བཀྲམ་པ།།
སྣང་སྣོད་ལྷ་མོ་དགུས་པའི་བཙེ་སྤྲུ་དེ་ཡིན་སོང་།།

རིན་ཚེན་སྣ་ཚོགས་པའི་བྱེ་མ་འདམ་དུ་བྱས་ཏེ་སྤོ་མཐོར་བཙེགས་པ་ལྟ་བུའི་ལྷན་སྐྱེག་གི་ས་འཛིན་གྱི་ཚེ་མོ་མཁའ་ལ་བསྐྱེགས་པའི་ངོས་སུ། ལོ་མ་དང་ལྷུམ་བུའི་དོ་ཤལ་རིམ་པར་སྤེལ་བས་འགྲོ་བ་དག་གི་རྒྱུད་ལ་ཀུན་དུ་དགའ་བའི་ཚོར་བ་མི་བཟང་པ་དག་གི་ལྷན་སྐྱེགས་པར་འཇོ་བ་ཚེ་གཞུང་དགའ་བ་འབྲིལ་བའི་སའི་ཐིག་ལེ། བྱུང་དུ་མ་རྒྱལ་མཛོད་སྤང་བར་གྲགས་པ་མཛོད་སྤང་ལྷུང་ཚུའི་རི་བོ་ལྷན་ཆགས་ཤིང་། ལུབ་དུ་ཚེ་དུག་གི་ནང་ཚན་སྤྲོད་པའི་སྤྲེག་ཚེར་གྲགས་པའི་ཁོ་ལག་རྒྱས་པ། ལྷོར་སེལ་འགྲིང་བ་འདྲ་བའི་ས་འཛིན་གྱི་ཚེ་མོར་དགུང་ལ་རེག་ཅིང་མདུན་དུ་དུལ་རྒྱུའི་རེག་པ་ལྟར་བསེལ་ལ་བེད་རྒྱུ་སྤོན་པོ་ལུ་བ་ལྟ་བུའི་རྒྱབས་སྤང་མཁའ་ལ་འཕྱོ་བ་ཚེ་རྒྱུའི་རྒྱན་བཟང་ཤར་དུ་འབབ་པ། གསེར་རྟེན་སོགས་ངོ་མཚར་བའི་རི་ཕྱན་དུ་མ་ཚར་དུ་དངར་བས་མཚོན་དགོ་ཞིང་བཀྲ་ཤིས་པའི་ས་དབྱུད་ཀྱི་ལང་ཚོ་དར་ལ་བབ་པ་སེལ་པའི་ལྷ་ཞོལ་དུ་གྲགས་པ་ཞེས་དམ་པ་དག་གིས་བསྐྱེགས་བཅོལ་གྱི་མེ་ཏོག་རིམ་པར་སྤེལ་གནས་དམ་པར་རིང་ནས་གསོལ་བ་བཏབས་པའི་ལྷ་མོ་གང་ཞིག་དགུས་པའི་བཙེ་སྤྲུ་ཞེས་པ་འདི་རྒྱ་སྣོད་རྒྱ་བའི་ཚོས་ཀྱི་ཐབས་ཤེས་ཚེན་པའི་ཉིན་མོར་བྲན་མིང་བར་འབོད་པས་བྲིས་པའོ།

སྐྱུང་ལྷ་སྲུང་དྲན་པ།

ཁ་བ་ན་རོ།

དུངས་པ་རྣལ་མ་ཞིག་སྤྱིང་ལ་བྱུག་ཡོད།།
 མི་འགྲུར་དམ་བཅའ་ཞིག་སེམས་ཀྱིས་བཞག་ཡོད།།
 ཁོ་བོ་སྲུང་སོང་བའི་ཉི་མ་དེ་ཉིད།།
 སྐྱབས་ཀྱི་རྩ་གསུམ་གྱི་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ།།
 བྱོད་རང་ཡང་དག་གིས་བཅོས་དམ་བུས་ཡོད།།
 དགའ་སྲུག་རེས་འཁོར་གྱི་མི་ཆེད་ལམ་ནས།།
 གང་དགའ་གང་སྦྱིད་ཀྱི་འཚོ་ནས་ཡོང་དགོས།།
 མི་ཚོགས་ལང་ལོང་དང་འདྲ་འཛིན་བར་ནས།།
 རང་གིས་རང་ཉིད་ལ་གཅེས་ཤིག་བྱེད་དགོས།།
 བྱོད་ནི་སློབ་སྦྱིང་གི་དབུས་ན་ཡོད་པས།།
 ང་ལ་འབྲེལ་གཏུག་གི་སྐྱབས་ཀྱི་མི་འགྲིག།
 དུས་དང་ཁོམ་ལོང་གི་བར་གསེང་རེ་ནས།།
 ང་ལ་ཁ་པར་རེ་གཏོང་གི་སྡོད་དང་།།
 སྡེ་ལན་མ་བུས་ན་ང་རང་ལན་ནི།།
 མི་ནི་མ་ཤི་བར་གསོན་ནས་བསྐྱེད་ན།།
 རེ་བ་སྦྱིད་པ་ནི་འཛིག་རབས་མེད་ཀྱི།།
 ཁ་ཡ་ན་ལྷ་དང་འདང་ཆེན་སྲུན་གྲོགས།།
 ལུ་གཉིས་སུ་ལ་ཡང་ཡོད་ནི་ལོས་སྦྱིད།།

དེ་ལས་སྒྲ་ལྷག་གི་འུ་གཉིས་འདང་བཟེ།
འུ་གཉིས་འུ་གཉིས་བཞིན་བརྟན་པོར་བཅིངས་ཡོད།
རེ་སྐྱབ་འཚོ་བ་ལ་རེ་འདུན་བཅོལ་བའི།
སྤྲིང་གི་གཅེས་ལོ་མ་རྒྱབ་ན་ཡོད་པ།
མ་དོར་མ་བརྗེད་པར་དུན་ལེ་གདའ་འདུག།
སྐད་ཆ་མང་བོ་ཞིག་སེམས་སུ་འཚང་རུང་།
འབྲི་བའི་ཐ་སྙད་ནི་ངལ་བས་མནར་ནས།
སྐྱོ་སྐྱོ་སྐྱོང་སྐྱོང་གི་གས་ནས་ཡོད་པས།
དེ་ལ་དེ་མཚམས་ཀྱིས་ཚོག་ནི་བྱེད་འཇོག།

འོད་ཀྱི་ཡུམ།

རྩོམ་པ་པོ། རབ་ཚོམ།

སྐྱི་བམེར་དྲག་ཏུ་ལྷང་།

ས་གཞི་གངས་ཀྱིས་ཁེབས།

རི་ལྷང་འབྲུག་པས་བསྐྱམས།

དྲོད་ཡལ་སོང་བའི་ང་།

རབ་རིབ་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་གསར་པར་ང་སླེབ་དུས།

འོད་ཀྱི་ཡུམ། ལམ་སྐྱོ་འདྲེན་པའི་ཡུམ།

སྐྱག་རུམ་གྱི་སྐྱུ་ཚུ་ཚག་གསེབ་ནས།

བྱངས་ཁྲག་ལ་སེར་སྐྱ་མེད་པ་རིན་མེད་སྟེར།

ཟླ་དགུ་ཞག་བཅུ་ཁྱེར་ཞིང་།

བྱག་གཟེར་ཕངས་མེད་བཏང་།

འོད་ཀྱི་ཡུམ། ལྷ་ན་མེད་པའི་ཡུམ།

མངར་བའི་བདུད་རྩི་དཀར་པོ་ཁ་རུ་ལྷུད།

བཤང་གཅི་ལ་འཛོམ་དོགས་སེམས་ནས་སྐྱུག་ཅིང་།

སྐྱབས་ལུད་སོགས་མི་གཙང་ཁ་ཡིས་འདོར་ལ།

ནད་ངན་གྱི་དྲི་མ་དག་ཐབས་འབད།

འོད་ཀྱི་ཡུམ། དྲིན་གཞོ་ཐབས་བྲལ་བའི་ཡུམ།

སྐྱག་གཞག་གི་ས་གཞིའི་སྟེང་ནས།

བརྗ་དང་ཐ་སྐྱད་ཀྱི་དངོས་སྐྱབ་སྐྱོལ་ཅིང་།

སྤང་དོར་ལེགས་ཉེས་འབྱེད་པའི་ལྷེ་ལུ་མིག་བྱིན།
 འཇིག་རྟེན་གསར་པ་བཟོ་བའི་སློབས་པ་གནང་།
 འོད་ཀྱི་ཡུམ། ལྷ་བའི་འོད་འདྲའི་ཡུམ།
 མག་མོག་གི་འཁོར་ཕྱོགས་ཤིག་ནས།
 མི་ཚེའི་གཏུན་ཚིགས་རྣལ་མ་རེ་རྣལ་སྦྱར་ཞིང་།
 ཀ་མོགས་སུམ་ཅུའི་དབྱངས་རྟ་གྱེར་ཚུལ་སློབ།
 རྣམ་དག་འོད་ཀྱི་ན་བཟའ་དམར་པོ་ལུས་ལ་བཀྲུབས།
 འོད་ཀྱི་ཡུམ། ཉི་མའི་འོད་འདྲའི་ཡུམ།
 ངོ་མ་བྱེད་ནི་འོད་ཀྱི་ཡུམ་ཞིག་སྟེ།
 ཚ་གང་གི་སྦྱག་བསྐྱེད་མང་པོ་ཚུལ་བསྐྱར།
 འཇིག་རྟེན་གྱི་བདེ་སྦྱིད་དང་.....
 དགོད་སྦྱའི་འོད་ཟེར་གདོང་ལ་འཆར།
 འོད་ཀྱི་ཡུམ། བསེལ་གྱི་བ་སེལ་བའི་འོད་ཀྱི་ཡུམ།
 བྱིས་དུས་སུ་དུ་ཁ་ལེན་མཁན་བྱེད་ལས་མེད།
 གཞོན་དུས་སུ་སློབ་གསོ་གཏོང་མཁན་བྱེད་ལས་མེད།
 དར་དུས་སུ་སེམས་གསོ་གནང་མཁན་བྱེད་ལས་མེད།
 བྱུང་དུས་སུ་ངག་གིས་གྲོང་རྒྱ་བྱེད་ལས་མེད།
 བྱས་དུས་སུ་ཡིད་ལ་བརྟུག་རྒྱ་བྱེད་ལས་མེད།
 བརྟེ་བའི་ཡུམ། འོད་ཀྱི་ཡུམ།
 འོད་ཟེར་གྱི་འཇུག་མདངས་རེ་རེ་མཁའ་ནས་འཆར་བྱུང་།
 འདབ་བརྒྱད་ཀྱི་པད་མ་དཀར་པོ་ས་ནས་བཞད་བྱུང་།
 འོད་ཀྱི་ཡུམ། བཀའ་དྲིན་ཆེ།

2014/11/14

བྱིས་མི་ཚར་བའི་སྤྱིང་སྤྱུག

མཚོ་ལྷོ

གངས་ཐིགས་ལ།

རི་བོ་མཐོ་ས་ཞིག་ནས་སྤྱོད་བའི་ཀི་རིང་འདེབས་སྤྱོད་།།
རྒྱ་བོ་གཙང་ས་ཞིག་ནས་དྲན་པའི་སྤྱིང་གཏམ་ལུས་སྤྱོད་།།
སྤྱུག་གིས་སྤྱན་ལུང་ནང་ནས་ཁྱོད་ཀྱི་མིང་ནས་བོས་སྤྱོད་།།
བརྗེ་བའི་སྤྱིང་རིང་ཞིག་ལ་དར་གྱིས་ཁ་ཚར་བརྒྱབ་སྤྱོད་།།

མི་ཚོགས་མང་ས་ཞིག་ནས་ཁྱོད་རང་མིག་གིས་འཚོས་ཡོད།།
ཡངས་པའི་རྩ་ཐང་ཞིག་ནས་ཁྱོད་ལ་ཞེ་གཏམ་སྤྱོད་སྤྱོད་།།
སེམས་ཀྱི་ཞིང་ཚོགས་བར་ནས་ཁྱོད་ལ་འོ་སྤྱོད་གནང་སྤྱོད་།།
མི་ལམ་དམར་པོའི་མདོ་ལ་བརྗེ་བའི་གཏམ་རྒྱུད་བཀོད་སྤྱོད་།།

དྲན་པའི་སེམས་ཁོང་འདི་རུ་ཁྱོད་ཀྱི་བརྗེ་འདང་སྤྱོད་ཡོད།།
བརྗེ་བའི་ཨ་ཡིག་བར་ལ་དམ་བཅའི་རི་མོ་བྱིས་ཡོད།།
ཞེན་ཆགས་ཚོག་གི་རྐང་མར་མི་འབྲུལ་ཁ་ཆད་བཏབ་ཡོད།།
ཚོག་ཅིག་བསྐྱབ་ཐབས་མེད་པའི་སྤྱོད་གིས་འཚོ་འཇིན་བྱས་ཡོད།།

ལོ་ལྷའི་འགྲུལ་བཅུད་ཁྱོད་ནས་གཏམ་རྒྱུད་སྤྱིང་ལ་བཀོས་ཡོད།།
སེམས་ཀྱིས་གས་ཀ་སྟེ་མོར་བཅུ་བའི་མེ་ཏོག་བཏབ་ཡོད།།
ཚོར་བའི་ནང་ངོར་དགེས་པའི་མེ་ཏོག་སྲོག་གི་ཆ་ཡིན།།
དུས་བཞིའི་འགྲུར་བག་ཚོད་རུང་མེ་ཏོག་སྐམ་པའི་དཔེ་མེད།།

སྤྱུག་ན་སྤྱུག་རོགས་ཉམ་པའི་གཅེས་འཛིན་ལྟ་བུ་ལུ་ལོ།།
དགའ་ན་དགའ་རོགས་ཡིན་པའི་སེམས་ཀྱི་གཡུ་རུང་དུག་དཀར།།
བྱིས་ན་ཚར་རྒྱ་མེད་པའི་དུངས་བཅོལ་སྟུན་ངག་རིང་མོ།།
ཚབས་མཚོན་བརྒྱ་ཡི་བརུད་ཡིན་ང་ཡི་སྤྱིང་སྤྱུག་སྐྱོལ་མ།།

༢༠༡༧ལོའི་ལྷམ་པའི་ཚེས་༤ཉིན་གྲུབ།

ཁྱེད་ཀྱི་གཤོག་པ་ཡ་གཅིག་ཡིན།

སྐྱེས་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ།

བ་སྐྱེད་དང་བ་སྐྱེད་ཀྱིས་མཚོན་མ་རྒྱས་ཤིང་།
 ལོ་རྒྱུད་དང་གཏམ་རྒྱུད་ཀྱིས་བདེན་དཔང་བྱས་ཚོག་པའི།
 ཉི་འོད་དང་ལྷ་བས་མཐོང་སྲིད་ཅིང་།
 རྒྱ་སྐྱེད་དང་རྩི་ཤིང་གིས་རེག་སྲོལ་སྟེ།
 བ་ཀ། སྤྱིན་དཀར་དང་སྐར་ཚོགས་ཀྱིས་ཀྱང་ཚོར་བྱུང་པ།
 ཁྱེད་དང་ཀྱི་བཅུ་མེས་ཀྱི་དར་སྐྱེད་རིང་མོ།
 གངས་རིའི་ཞིང་གི་རི་རྩེ་ལ་བཏེགས་ཡོད།
 རྒྱ་མེད་གཞུང་གི་གཙང་རྒྱལ་འདྲེས་ཡོད།
 ལྗང་ལྷུག་གསོན་མདོག་གི་སྤོང་ལོ་དང་འགྲོགས་ཡོད།
 ཀྱང་རྗེས་མག་མོག་གི་ལམ་འགྲམ་དུ་འཐིམས་ཡོད།
 གནམ་ས་འགྲུལ་བའི་བཅུ་དུངས་དེའི་དབང་གིས།
 འགྲོད་གདུང་མེད་པའི་གཏམ་རྒྱུད་དེའི་རྒྱུ་ཀྱིས།
 ཁྱེད་ནམ་ཡང་ངའི་མི་ཚོ་ལི་རྒྱུ་ཆ་དང་། ཕུགས་བསམ་གྱི་སྐྱུ་གུ།
 བསམ་གཞིག་གི་བདུད་རྩི་དེ་ཡིན།
 མི་ལོ་གཉིས་ལྷག་འགོར་པའི་དེ་རིང་།
 དུས་ཚོད་ཀྱིས་ཉིན་མཚན་བརྗེས་གོ་རིམ་མགྲོགས་ན་ཡང་།
 འདས་ཟིན་པའི་བརྒྱུད་རིམ་གྱི་བར་སྐྱེས་རེ་རེ་ནས།
 རྒྱུང་གཏམ་བརྗོད་བཞིན། སེམས་པ་སྐྱེད་བཞིན།

ད་དུང་། མིག་རྒྱ་གཞི་བཞིན།
འགྲུང་མེད་གྱི་དམ་བཅའ་རང་བྱོན་གྱི་ཆར་བ་བཞིན་བབས་ཤིང་།
ཡིད་ཆེས་གྱི་རྩ་བ་མེ་ཏོག་གི་འདབ་མ་ལྟར་བཞད།
བཞད་ཟིན་པའི་མེ་ཏོག་དེ་འོད་གྱིས་འཛེར།
དེ་ནི་བྱེད་ཁོ་ན་ཡིན།
བྱེད་ཁོ་ན་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་དེའི་དབང་གིས།
ང་རྟག་དུ་ཁེར་རྒྱུ་མིན།
ནམ་རྒྱུན་བྱེད་གྱི་འཇམ་མདངས་དང་ལྷག་བསམ་ཡོད།
བྱེད་གྱི་ལག་འཇུ་དང་དྲོད་ཁོལ་ཡོད།
དེ་དག་ཡོད་པ་ནས་བཟུང་།
ངས་རང་ཉིད་གྱི་མིང་ནས་བོས་སྟེ།
ལམ་ལ་ཆས་རན་དང་མགོ་བོ་དགེ་རན་པའི་འབོད་བཅུ་ཞིག་བཏང་།
འབོད་བཅུ་དེ་ནི་འུ་གཉིས་ཚེ་གཅིག་མཉམ་དུ་སྡོད་པའི་སྡོམ་འདུན་དང་།
ཅི་བསམ་ལྷན་གྱིས་འགྲུབ་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན།
མི་ལམ་དང་སྤྲུགས་འདུན་ཡོད་པའི་ཉིན་དེ་ནི།
ངས་བྱེད་རང་ངོ་ཤེས་པ་ནས་བགོ་བརྩམས་ཤིང་།
དེ་དུས་སྟེ། ང་ལ།
ནམ་མཁའི་མཐོང་སྣང་དུ་ཚོད་པོ་བཞིན་འཕྱར་འདོད་གྱི་འདུན་མ་དེ་དྲག་དུ་འཕྱོ་
ལ།
རྣམ་དག་གི་བརྗེ་དུངས་རོལ་བའི་གཤོག་རྩལ་དེ་ཡང་རབ་དུ་རྒྱས།
ཡོད་ཚད་ལ་ཉི་འོད་བཞིན་རྒྱས་པའི་མོ་ལོ་ཉི་ཤུར་སོན་པའི་བདག་གི་སྟོང་སྤྲུག་སྟེ།
བྱེད་ནི་ང་ཡི་གཤོག་པ་ཡ་གཅིག་ཡིན།
སེམས་གྱི་རྒྱུ་ཆ་ཡིན། མིག་གི་དགའ་སྟོན་ཡིན།ཚར་བའི་དབྱངས་རྟ་ཡིན།

ཨ་ཕ་དྲན་གྲུ།

ལྗོང་ལམ་གྱུ་ནས་དབྱུང་ལམ་ནས་བྱིས་བའོ།།

ངག་གི་དབང་ལྷུག་འཇམ་དབྱུངས་སྒྲ་མ་ལ།།
སྤྱིང་ཁུང་རུས་པའི་གཏིང་ནས་གསོལ་བ་འདེབས།།
དེ་རིང་ཉམ་རྒྱུང་ཁོ་བའི་མགོན་དུ་བྱོན།།
དྲིན་ཆེན་ཕ་ལོ་དྲན་པའི་གདུང་དབྱུངས་འབྲི།།

མདོ་དབྱུང་མཐོ་སྐང་གུ་ངའི་ཕ་ཡུལ་ཡིན།།
སྤྱི་ནག་གུ་བཞི་བྱིས་གཞི་དྲོན་མོ་ཡིན།།
དྲིན་ཆེན་ཕ་ལོ་སེམས་ཀྱི་དྲོད་ཁོལ་ཡིན།།
དྲན་པའི་གཏམ་རྒྱུད་རིང་མོ་མིག་རྒྱ་ཡིན།།

བཀའ་དྲིན་འཇོ་མེད་དྲིན་ཆེན་ཕ་ལོ་ཡིས།།
ཞལ་ངོ་དུང་སྒྲ་འདྲ་བོ་དྲན་ཐེངས་རེ།།
དྲན་པའི་སེམས་གཏམ་སྤྱི་གུའི་ཚེ་རུ་འཕྱུང།།
སྤྱོད་པའི་མཆི་མ་ཤོག་དཀར་སྤོང་ལ་བཟུང།།

ཕ་གུ་གཏན་བྲལ་བྱུང་བའི་སྤྱི་གུ་བསྐྱེད་འདི།།
རྒྱ་བྲལ་ཉ་མོ་མ་གཏོགས་སུ་ཡིས་ཚོར།།

ཁེར་རྒྱུང་མི་ཚེ་རིང་མེད་སྤྱོད་ལ་འདི།
རྩ་ཁེར་ཡུ་མོ་མ་གཏོགས་གང་གིས་ཚོར།

འཇིག་རྟེན་དཀར་འོགས་འདི་རུ་སྤྲེགས་ནས་བཟུང་།
འཇུག་གྱིས་བསྐྱབ་བཞིན་བརྩེ་བའི་གཉེར་སྤྱོད་བྱོས།
ཁ་བཟུང་ཞིམ་མངར་ལྡན་པའི་བཟུང་མཚོག་སྤྲིན།
དཔལ་པའི་མིག་བཞིན་སྤྱང་པའི་ཕ་ལོ་དྲན།

རྒྱུང་ལག་བཞི་ཡིས་ཁ་ནས་དུད་འགྲོ་བཞིན།
ངེས་མེད་གང་སར་འབྱུང་པའི་དུས་སྐབས་སུ།
སྐད་གཅིག་ཅུ་ལ་གཞན་ལ་མི་གཡེང་བར།
བརྩེ་པའི་སེམས་གྱིས་བསྐྱངས་བའི་ཕ་ལོ་དྲན།

བསམ་མེད་སྤོངས་བའི་གྲོང་ན་འཚོ་བའི་དུས།
དཀར་ནག་ལས་འབྲས་གསུངས་པའི་སྤོངས་སྤྲོན་པ།
བྱིང་བྱིང་མི་ཚེ་ཁོམ་ལ་འགྲིམས་པའི་དུས།
ཐོག་མའི་ལམ་སྤོན་སྤོན་མེ་ཕ་ལོ་དྲན།

གང་རྒྱུང་བཙན་པོའི་ཕྱི་ནས་འབྲུགས་པའི་སྐབས།
རུམ་ཁ་དྲོན་པོ་སྐྱར་ནས་དྲོད་གྱིས་བསྐྱངས།
ན་མཉམ་གྲོགས་ཀྱི་གལ་ལ་སྤྲེགས་པའི་དུས།
དར་བཟོ་གོས་ལྷ་གནང་པའི་ཕ་ལོ་དྲན།

གཡང་དཀར་ལྷག་ལྷ་རི་ལ་འདེད་པའི་དུས།།
ལག་པ་ཐོད་ལ་བཞག་ནས་རྗེས་ལ་ལྷོས།།
གར་འགོ་མིག་གིས་འཚོས་བའི་བྱམས་ལྷན་པ།།
དྲན་པའི་གྲོང་ན་བཅོལ་པའི་སྟན་ངག་རེད།།

ཤོག་དཀར་གྱུ་བཞི་སེམས་ཀྱི་བསྟེན་ས་ཡིན།།
བྱིས་པའི་སྟན་ངག་དགའ་སྦྱོར་ཆགས་གསུམ་ཡིན།།
དྲིན་ཆེན་པ་ལོ་སེམས་ཀྱི་དྲན་ཤིང་ཡིན་ཡིན།།
དྲན་ཤིང་གསོན་པོ་ཕྱིར་དྲན་ཉིན་ཐོ་ཡིན།།

དེང་སྐབས་ཉམ་རྒྱུང་བྱང་ཁེར་རྒྱུང་ཡིན།།
ཁེར་རྒྱུང་འགོ་རོགས་རང་ཉིད་གྲིབ་མ་ཡིན།།
དཔྱིད་རྒྱུང་འཇམ་པོ་པ་ལོའི་སེམས་གཏམ་ཡིན།།
གཡུ་མཚོ་སྟོན་མོ་པ་བུའི་བརྩེ་བ་ཡིན།།

འུ་བྱུག་སྟོན་མོ་ལྷོ་མོན་མགོན་པོ་ཡིན།།
ལྷོ་མོན་མགོན་པོ་པ་ལོའི་འཕྲིན་སྐྱེལ་ཡིན།།
སྤང་ཆར་བསིལ་མ་བྱང་འི་མིག་རྒྱ་ཡིན།།
མིག་རྒྱ་དྲངས་མོ་དྲན་པའི་བདེན་དཔང་ཡིན།།

གངས་རི་དཀར་པོ་དྲིན་ཆེན་ཕ་ལོ་ཡིན།།
གངས་རྒྱ་དྲངས་མོ་ཕ་ལོའི་བརྩེ་བ་ཡིན།།
ཡངས་བའི་རྩ་ཐང་ཕ་སུའི་དུང་བ་ཡིན།།
འབྲུ་དུག་སྟེ་མ་དུང་བའི་བདེན་དཔང་ཡིན།།

ཕྱི་དག་བཙན་པོ་སྟོན་གྱི་རྒྱུང་བུ་ཡིན།།
བྱུང་འི་ལས་དབང་ལོ་མ་ཡ་གཅིག་རེད།།
སྦྱིད་གྱི་འཚོ་བ་ལ་ཁའི་ན་སུན་འདྲ།།
བསམ་བྱུང་བསམ་ན་འབྲུལ་པའི་མི་ལམ་རེད།།

གནམ་ལོ་གསར་བའི་དགའ་སྟོན་རོལ་ཐངས་རེ།།
སྦྱིད་པའི་དགོད་གཏམ་སྒྲ་པའི་ཕ་ལོ་དུན།།
དུན་པའི་མ་བསམ་བཟོད་སྒྲུག་རྒྱུང་སྟོར་ཐངས་གྱིས།།
ང་དང་ཕ་ལོའི་བརྩེ་བ་ཡི་གེ་ཕབ།།

ན་མཉམ་གྲོགས་གྱི་གྲུལ་ལ་བལྟ་ཐངས་རེ།།
ཕ་དང་བུ་རྣམས་མཉམ་འདུག་ཡིན་པ་མཐོང་།།
རང་བྱིས་གྲུ་བཞིའི་ཡ་ཕུག་སྟོང་ལྷང་ངེ།།
ཕ་མེད་དུ་ཕུག་མེམས་པ་སྟོང་ལྷང་ངེ།།

ཕ་ལོ་དུན་ཐང་རེ་ལ་སྟོན་ངག་རེད།།
བདག་མེམས་སྟོང་ཐངས་རེ་ལ་མིག་རྒྱ་རེ།།

མདོར་ན་ཚེ་འདིར་ན་ཟུག་ལྷི་མོ་ཞིག །
དུན་གཏུང་མི་ཚེ་རིང་མོ་རྗེས་མཐའ་བྲལ།།

མཉམ་ཆུང་བྱ་ངའི་བསོད་ནམས་དམན་སོང་བའི།།
ཚེ་འདིར་གཏན་བྲལ་བྱུང་པའི་དྲིན་ཆེན་པ།།
རྗེ་བཙུན་སྤྲུལ་མ་བཟང་པོའི་རྣམ་མཐུ་ཡིས།།
ཞིང་ཕྱོགས་བདེ་བ་ཅན་ནས་སྐྱེ་བར་སློལ།།

བདག་གི་སློབ་དཔོན་ཁྱིམ་གྱི་གདུགས་གསེར་གྱི་ཉི་མམ་འོད་སྣང་གི་གཟི་བྱིན།

མ་ལོ་སློབ་མིག

༡. རབ་དཀར་གཡོ་བའི་རྩ་འཛིན་དཀར་བོའི་བདག་སློབ་ཀྱི་ནམ་མཁའ་མཛེས་བྱེད་
ཅིང་།།

ཚེ་རབས་འདི་ལ་ལས་ཀྱིས་བསྐྱེད་བའི་ཤུགས་རིགས་འཕྲུངས་བྱུགས་ཀྱི་སྐྱེས།།
རྣམ་དཔྱོད་སློབ་མཁུངས་མེད་ངག་གི་དབང་ཕྱུག་ཆེན་མོ་སློབ་དཔོན་ཀྱེ།།
དེ་རིང་སྙན་ངག་རྒྱུ་ལེན་བཞིན་བདག་གི་སྤྱིང་ལ་འཕྱུད་པར་མཛོད།།

༢. བཅུ་ཕྱག་རིག་པའི་སྐྱུ་ཞགས་འབྱིལ་བའི་ཤེས་བྱ་པརྒྱའི་ལྗིངས་ཀ་རུ།།
འཆད་ཚེད་ཚེམ་པའི་གནས་ལ་མངའ་བརྟེས་ཆད་མེད་གནམ་ལྗུག་ཐོག་གི་གཤིས།།
ཤར་ཕྱོགས་འཇམ་མགོན་ཚོང་ཁ་ལ་འཕུ་སྐམ་ཞིང་བརྗིང་བའི་བྱུགས་གཤིས་ཅན།།
རང་རྒྱུད་མོངས་བ་གཏིང་ནས་འཛོམས་མཛོད་བཞེས་གཞེན་དམ་པའི་ཞབས་ལ་
འདུད།།

༣. ཡང་དག་ལྟ་བའི་རྒྱགས་ཕྱེ་བསྐྱམས་ཏེ་སྲིད་པའི་གོང་ནས་མགོན་དུ་ཕེབས།།
ཏིང་འཛིན་སློབ་གར་འབྲལ་སྟེགས་བཤམས་ཏེ་སློབ་བྱའི་ཚོགས་ཀྱི་འདོད་སློབ་
བསྐྱེད།།

ཤེས་བྱའི་ཐ་རྒྱལས་ལང་ལོང་འཕུར་བའི་སློབ་གྲིང་སྐྱེད་ཚལ་མངོན་པར་བརྒྱན།།
སྐྱེད་ཆེ་བའི་སློབ་དཔོན་ཁོང་ཉིད་རིག་ལྡན་སློབ་བྱའི་སྐྱེད་མགོན་ཡིན།།

༤. འཚོ་བའི་དེད་དཔོན་ལམ་རོགས་མཛད་དེ་མ་འོངས་སྲིད་པའི་མགོན་སློ་ཕྱེས།།
རྒྱ་ཆེན་ཤེས་བྱའི་མཚོ་མོར་ཉུལ་ནས་འབྱུང་འགྱུར་འཚོ་བར་རམ་འདེགས་མཛད།།
ཀུན་བཟང་རིག་པའི་རལ་གྱི་འཕྱར་ཏེ་ས་ཆེན་གོ་ལའི་བྱང་ལམ་བཅད།།
མཐོན་པོ་སྤང་གི་ལ་རྒྱའི་སྤྲ་རི་དག་བའི་བཤེས་གཉེན་ཁྱེད་ཉིད་ཡིན།།

༥. ཆེ་རིང་ལོ་བརྒྱའི་རྒྱལ་མཚན་བསྐྱེད་ས་ནས་བཅོན་པོ་སྟག་ལ་འགྲན་ལ་བྱས།།
རྒྱལ་ཁམས་བསྐྱར་བའི་གངས་མེང་དཀར་མེའི་གཡུ་རལ་དམར་པོ་དགྲུང་ལ་བྱུག།།
པིར་སྐྱུག་ཕྱ་མོས་གར་སྟེགས་ལེབ་མོ་ཡང་དག་འཁོར་བའི་ལམ་དུ་བསྐྱོད།།
བདག་གི་སློབ་དཔོན་ཁྱི་གདུགས་ཉི་མའི་མཛད་འཕྲིན་ཕྱོགས་ཀུན་རྒྱས་གྱུར་དུ་ཅིག།།

..... ཞེས་པའི་ཚིགས་སུ་བཅད་པ་འདི་ནི་སློབ་གཉེར་བ་ཕལ་བ་སློ་མིག་དུ་
འབོད་པ་དེས་སྤྱི་ལོ་ཉིས་སྟོང་བཅོ་བརྒྱད་ལོའི་སྤྱི་ལྗེ་ལྔ་བའི་ཆོས་ཉེར་བདུན་ཉིན་སློབ་གླིང་དུ།

ཁྱོད་ལ་དུང་བའི་བརྗེ་འཇུག་བོར་མ་སྟོང

_____སྐྱ་སྐྱས་གངས་བུ་འཇུག་གོལ

ལས་ཀྱིས་འཕྲད་པའི་བགྲང་བྱ་འདི་དག་ལ།
མ་བཤད་རྣམ་དག་སེམས་ཀྱི་བརྗེ་བ་འདི།
ལྷག་བསམ་པད་མའི་རང་མདངས་དགོད་པའི་འཇུག།
ཁྱོད་ལ་དུང་བའི་བརྗེ་འཇུག་བོར་མ་སྟོང་།

ལྷན་གཅིག་འཇོམས་པའི་ཞེ་འདང་དམར་པོ་ལ།
ནམ་ཡང་བརྗེད་ཐམས་བྲལ་བའི་བརྗེ་བ་འདི།
དུང་སེམས་དར་སྐྱད་མདུད་པ་ཁྱོད་ལ་བརྒྱས།
འགྱུར་མེད་སེམས་པ་རྗེ་གཅིག་ཁྱོད་ལ་གཏད།

རང་སེམས་མེ་ལོང་ངོས་ལ་ཁྱོད་ཞལ་འཇུག།
ཤ་དང་རུས་པ་འཐིམ་པའི་བརྗེ་དུང་འདི།
དུང་སེམས་མི་འགྱུར་རི་མོ་སྤྲིང་ལ་བྲིས།
ཚོ་འདིའི་སྤང་བ་ནམ་ཡང་འགྱུར་བ་མེད།

སྤྱིད་ན་འཇིག་རྟེན་འཁོར་བའི་བརྗེ་བ་ཁྱོད།
སྤྱུག་ན་སྤྱུག་གི་འཇུག་གྱིས་དཔུང་རོགས་ཁྱོད།

དུན་པ་སྐྱུག་གི་ན་ཟུག་ལྷི་ན་ཡང་།།
བརྩེ་བའི་སྤྱི་ཐག་ཚིག་གི་སྤང་བ་བརྒྱས།།

རང་ལ་དབང་བའི་འཇུམ་པའི་མེ་ཏོག་ལྗོད།།
སྣང་གཏམ་བདུད་རྩིའི་བུམ་པ་སྣང་ཁུར་འཐིམ།།
དགའ་བ་དུང་བ་འདྲེས་པའི་གཏམ་རྒྱུད་འདི།།
སེམས་ལ་ཉར་བའི་བརྩེ་བས་འཇུམ་རིས་ཡིན།།

གངས་ཀྱི་མེ་ཏོག་འཇུམ་པའི་དོ་ར་ནས།།
བརྩེ་བའི་གཏམ་རྒྱུད་རིང་བའི་སྣང་སྐྱུག་མ།།
སེམས་ཀྱི་བདེ་བ་དུན་པའི་ཞེ་འདང་མ།།
ལོ་རྒྱའི་དུད་པ་ཁུར་བའི་སེམས་བཟང་མ།།

རི་ནས་མཇེའ་གཞས་སྟུན་མོ་དབྱུངས་ལ་བཀྲུག།།
དུན་པའི་སྐྱུག་ཞགས་འཁོར་བའི་འཇུམ་ཁ་མ།།
ཞེ་སེམས་འོ་མའི་རང་མདངས་ཡིད་ལ་འབྱེལ།།
ལྗོད་རང་དུན་པའི་བརྩེ་བ་ཚིག་ལ་བྲིས།།

ཕྱི་རིམ་ནང་རིམ་བདེ་མོ།

_____ ཟ་ལོ་བ། (དམེ་ཤུལ།)

འགལ་ཁའི་མིག་ཚུ་བདེ་མོ།།
གྲུས་ཁའི་ཕྱིར་མིག་བདེ་མོ།།
བསྐྱལ་བའི་ཁ་ཆད་བདེ་མོ།།
ཕྱི་མའི་འཛོམས་ཆད་བདེ་མོ།།

མངོན་འཕྲད་གཟབ་རྒྱས་བདེ་མོ།།
སྒོག་འཕྲད་སྟབས་བདེ་བདེ་མོ།།
ཞེ་ངོར་གཏན་དུ་འཇུག་པའི།།
མཚན་གྱི་དེ་ཉིད་བདེ་མོ།།

རི་ཡི་རང་ཚུགས་བདེ་མོ།།
ཚུ་ཡི་ཁེལ་གཞུང་བདེ་མོ།།
ལོ་རྒྱའི་གསུབ་པ་མེད་པའི།།
འདངས་ཀྱི་ཞེ་བཅེ་བདེ་མོ།།

སྒོ་གཅིག་སེམས་གཅིག་བདེ་མོ།།
ཚོ་གཅིག་སྲི་གཅིག་བདེ་མོ།།
གཏན་དུ་འགྱུར་བ་མེད་པའི།།
མི་འགྱུར་དམ་བཅའ་བདེ་མོ།།

སྤྱིང་གཏམ་རྒྱན་མ་བདེ་མོ།།

དམ་ཚིག་བཅོས་མ་བདེ་མོ།།
ལས་ཀྱི་ཀུ་རེ་ཡིན་པའི།།
ལམ་སྒྲིའི་འཛོམས་པ་བདེ་མོ།།

དཀྱུས་མའི་ཁ་སྒྲ་བདེ་མོ།།
སྦྱི་བའི་སྦྱེ་ལུས་བདེ་མོ།།
དེ་གས་ཞེ་རྩར་བཞག་པའི།།
བག་ཆགས་མཐུག་པོ་བདེ་མོ།།

ཉེ་བའི་མིག་འཚོས་བདེ་མོ།།
རིང་བའི་སེམས་ཁྲེལ་བདེ་མོ།།
གཡུ་ཡི་རྒྱ་རྒྱུན་བདེ་མོ།།
དངུལ་གྱི་སོར་གདུབ་བདེ་མོ།།

ལས་འཕྲེའི་རི་མོ་བདེ་མོ།།
ཐོད་པའི་ཁ་ཡིག་བདེ་མོ།།
ལོ་ལྷས་གན་རྒྱ་བུས་བའི།།
དམ་བཅའི་གསེར་ཡིག་བདེ་མོ།།

དཔྱལ་བའི་འོ་རྒྱུང་བདེ་མོ།།
བྲང་གི་སེན་རྗེས་བདེ་མོ།།
སེམས་ཀྱི་བྲབ་སར་བབས་པའི།།
ཕྱིར་དྲན་གཉེས་པོ་བདེ་མོ།།

མཚན་མོ་དེ།

དབྱངས་རྩི། མགོ་ལོག།

ས་སྤོང་བཀལ་རྩེས།

ལྷ་བ་མཁའ་རྩ་འཕགས་པ་དང་བསྟུན།

ཁྱོད་གྱི་ཞལ་རས་ཀྱང་ཚེས་བྱུང་།

སྟབས་བསྟུན་གྱི་འཇུག་མདངས་དེ།

ལྷག་ལྷག་འཇུག་མཚམས་གྱི་སོ་སྤོང་གི་གྲལ་ཁ་དེ།

ང་མ་གྲོས་རང་མཐུན་གྱིས་ཁྱོད་ལ་གྲོས་འཆམ་བྱུང་།

ངས་སྐྱུག་སྐྱུག་མཐར།

སྐར་བཞིན་གྱི་སེམས་པ་དྲངས་མོ་དེ།

ཁྱོད་ལ་སློ་སེམས་དཀར་བ་ཚོར་བྱུང་ལ།

སྤོང་སྤོང་གི་དྲི་བ་རེ་རེས་མཚོ་བསམ་ཞིག་ཀྱང་སྦྱིན་བྱུང་།

ངའི་སེམས་པ་དྲངས་མོ་དེ་རྣོག་པར་མ་བཟོས་པ་ཡིན་པས།

ངས་སྐྱར་ཡང་ཁྱོད་ལ་བརྟེ་འདང་གི་འོ་ཞིག་སྦྱིན་འདོད།

རེད་དེ་མི་ཚོགས་མང་སྟབས་ངས་ཅི་ཡང་བྱེད་མ་སྟོབས།

གྲེས་བྲལ་ཞིག་གི་མཚམས་ལ་སྐྱེ་བས་པས།
ངས་ཁྱོད་ལ་བདེ་མོ་ཞིག་འཛོག་དགོས་འདོད་མོད།
རྒྱུ་ཐག་གི་བར་མཚམས་ནི་རི་ལུང་གིས་བཅད་པ་ལྟར།
ཁྱོད་ངའི་སྐུན་ལ་ཕེབ་བྱིན་པས་ཅི་ཡང་སྟོང་།
གྲོགས་ཚོགས་ཀྱིས་མཉམ་པར་ཞིག་བསྐྱོན་རྗེས།
རིམ་བཞིན་ཁ་ཁར་གྲེས་སོང་།

ངས་སྐྱར་ཡང་འཛོམས་ཞལ་ཞིག་ཡོད་པར་རེ་བཏབས་བཞག་རྗེས།
ཁ་སྐྱེར་འཁོར་དེ་ཁྱོད་འདུག་ཤུལ་ལ་མིག་མདའ་ཞིག་འཕངས།
ཐེངས་རྗེས་མ ཐེངས་རྗེས་ཞིག་ལ་དྲན་པ་གོམ།

ཚེ་ལ་བཏབ་པའི་ཨམ་གཅིག་ལ།

ནད་པ།

ཡིད་ཀྱི་སྤྲོད་ལ་སྐྱུལ་བའི་གཡུ་རྒྱུང་དང་།།
ལག་པ་འདི་ནི་འཇའ་ཡི་རི་མོ་སྟེ།།
དུས་འཁྲུག་ནང་གི་སྤྱི་སེམས་གསོན་པོ་ཞིག།
དྲོན་པོ་མེ་ཡིས་བསྐྱེད་པ་མ་མཁུས་སོ།།

ངས་ནི་ཉམ་ཞིག་སྐྱུ་མའི་སྐྱུ་ཞིག་ལེན།།
ཡངས་བའི་མཐའ་ནས་རྗེས་ལུལ་ཞིག་ཀྱང་འཇོག།
ཚངས་དབྱངས་རྒྱ་མཚོའི་གཟུགས་ཀྱི་མཐུ་འོག་གི།།
སྤྱིད་རྒྱུ་ལྷོ་མོ་གཏུག་གི་གྲོགས་སུ་འགྲུག།

ཚེ་ནི་རི་ཁར་དབྱུངས་བའི་དར་ལྗོངས་ཡིན།།
རྒྱུང་གིས་ལྷིག་ལྷིག་བསྐྱུལ་ན་སྤང་བ་འཁྲུག།
ཆང་དང་སྤྲོད་པ་གཅིག་དུ་འདྲེས་གུར་ན།།
དེ་ནས་ངེས་འབྱུང་མེ་ཏོག་ཆ་གཅིག་བཞུག།

རྒྱུ་བ་གཟུགས་འཁོར་བའི་གཤིས་སུ་གྲུབ་སྤངས་ཡག།
སྤྱི་འཚོའི་ལན་ཆགས་ཏོག་འགྲུའི་མལ་དུ་འཇགས།།

ཐ་སྐྱད་གངས་ཀྱི་རི་ནས་ཐིགས་པ་བཞིན།།
གཞོན་པའི་ཤ་དང་རུས་པའི་གསེབ་ཏུ་ཆགས།།

སློབ་སློབ་ཉམས་རྟོགས་སེམས་འགྱུར་བང་རིམ་དུ།།
ལས་ཀྱི་རྗེ་ཏུ་དཀར་ནག་ཕྱེང་ཏུ་བསྐྱར།།
ཡིད་ཀྱི་སློབ་པ་དེ་ཡི་གཞོགས་སུ་རྒྱུག།།
མ་ངེས་འཆི་བ་དེ་འང་དེ་བཞིན་མོ།།

2018 9 6ཉིན།

དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་ཕུབ་པ།

ཞེས་སྐད།

རྗེ་མཚུངས་མེད་ཚོས་རྗེ་སྤྲོ་མ་ཡིས། །
ཕུགས་བྱང་རྒྱུ་མེད་ཀྱི་སྤྲོ་མ་པོ་མཚོག། །
རྗེ་རྒྱལ་ཁྲིམས་སྤོ་གོས་གང་ཉིད་དེ། །
སྐྱེ་མི་འགྲུང་ད་དུང་འཚོ་བཞེས་གསོལ། །

ཕུགས་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཤེས་རབ་དང་། །
རྒྱུད་ཉོན་མོངས་འདུལ་བའི་མངོན་སའས་རྒྱས། །
ཚོས་སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་སྦྱོང་བའི་མགོན། །
པོད་དག་པའི་ཞིང་དུ་འཁྲུལ་མེད་བྱོན། །

ཚོས་འཆད་དང་ཚོད་དང་ཚོམ་པ་ཀུན། །
ཕུགས་དགོངས་པ་གྲོང་ནས་བརྗོད་བས་ནི། །
ཚོ་འདི་ནས་ལན་རེ་ཐོས་ཅམ་གྱིས། །
འབད་མི་དགོས་རང་བཞིན་ལྷན་གྱིས་རྟོགས། །

རྗེ་གང་ཉིད་ཤེས་བྱའི་སྐྱེ་ལུ་ཁང་། །
ཚོས་སྤྲོ་མ་པོ་མཚོག་ཏུ་ཐམས་ཅད་ཀུན། །
སྤོ་མཁའ་པ་མཁའ་པའི་སྐྱེ་སྤྲོ་མ་པོ་མཚོག། །
སྐྱེ་འདི་ནས་འགྲུལ་བསྟན་པའི་རྒྱུ། །

མ་འགོ་རྟུག་ཀྱང་ལ་བྱམས་པའི་བྱུགས། །
རྟུག་དེང་སང་བདག་ཅག་བྱབ་པའི་ཚབས། །
རྗེ་སྐྱེ་མའི་མཇུག་འཕྲིན་ཉི་འོད་ལྟར། །
བོད་ཚོས་ལྡན་ཞིང་དུ་རྒྱས་པར་ཤོག། །

༢༠༡༤.༡.༤.ཉིན་སྐྱེ་རུང་ནས།

བསྟོན་དབྱངས་ལུ་བྱུག་སྟོན་མོ།

བཙན་@་ཕུག

བཙུ་བྱུག་ལང་ཚོ་བཞད་པའི་དམར་སེར་འཛོ་སྐྱེག་ཅན། །
 བད་མ་ཉི་ལྗེའི་གདན་ལ་བརྗེད་འགྱུར་རྩམ་པར་བཞུགས། །
 འགྲོ་བའི་སློ་མུན་སེལ་བའི་སྲིད་ཞི་གཉིས་ཀྱི་ལྷ། །
 དད་པའི་བསྟོན་དབྱངས་ཚིག་ཕྱེད་བདག་ལ་ཤེས་པ་སྟོལ། །

རྒྱམ་གཟུགས་གོ་ལ་ཆེན་པོ་ཡང་རྩེའི་གྲུ་བུར་གྱི། །
 རྟོགས་ལྡན་གྱི་འབྲུམ་འབྲུང་གནས་"དཔལ་དེའུ་སྐྱབ་གནས"་ན། །
 ཚོགས་གཉིས་ཟད་མེད་རིན་ཆེན་གཏེར་གྱི་ས་བོན་ལས། །
 བྱིད་སྐྱུ་ལྷུ་དུམ་མ་རའི་མེ་ཏོག་འདབ་སྟོང་བཞད། །

གཞི་ཡི་གནས་ལུགས་བོན་ཉིད་ཟབ་མེད་པོ་བྲང་ན། །
 ལམ་གྱི་ཀ་བ་གྱེན་རྒྱུ་ཤེལ་དཀར་ཟངས་ཐལ་གནས། །
 འབྲས་བུ་ཀུན་བཟང་རྒྱལ་ས་ཟིན་པའི་དམ་པ་ཉིད། །
 མི་ཕྱེད་དད་པའི་གྲོང་ནས་གསོལ་བ་ཡང་ཡང་འདེབས། །

འགྲུར་མེད་གསེར་གྱི་ལྷན་པོའི་སྐྱུ་ལ་མཚན་དཔེ་རྫོགས། །
 ཡན་ལག་དུག་རྩ་ཚངས་དབྱངས་གསུང་གི་བོན་རྣམ་སྟོན། །
 བརྩེ་ཆེན་བྱམས་དང་སྟོང་རྗེའི་བྱུགས་ལ་ཉེ་རིང་མེད། །
 ཚས་གདུངས་འཁོར་མཚོའི་སྐྱེ་རྒྱུ་འདྲེན་པའི་དེད་དཔོན་ལགས། །

སྒྲིགས་མ་ལུ་བདེའི་མུན་པས་ཆར་གཟེར་གཏུལ་བྱ་ལ། །
བུམས་བརྩེའི་སྐྱེ་རེངས་འོད་ཐིག་ཤར་མཐའ་ནས་གསལ་ཏེ། །
གཟུགས་སྐྱེ་བུ་ཕྱག་བརྩེའི་བདག་པོ་ཡོངས་ཤར་ནས། །
འཕྲིན་ལས་འོད་ཀྱི་ཟེར་འབྱུང་ཁྱབ་བུས་"དྲགས་དགའི"མཚན། །

གཞི་ལམ་རྒྱང་དུ་འབྲེལ་བའི་ལམ་བཟང་མཐར་ཕྱིན་ལས། །
འབྲས་བུ་ཟབ་མོ་རྗེས་པ་ཆེན་པོའི་རྒྱལ་སར་བསྐྱེགས། །
མ་ཚོར་ཐབས་ཤེས་རྒྱང་གི་གོ་ཆ་བཟང་པོ་ཡིས། །
མ་གྲུར་འགོ་ལ་གཟིགས་པའི་གཙུག་གི་ཉི་མ་ལགས། །

"ལྟོ"བ་ཁྱུང་ཆེན་གཤེག་དུག་རྒྱས་ཤིང་སྤྲོ་ན་འཕགས། །
"སྒྲོམ"པ་རྩེལ་མེད་ལྷན་འགྲུབ་རང་རྗེས་འབྱུང་བ་དང་། །
"སྒྲོད"པ་སྤྲང་དོར་ཟབ་མེའི་དོན་ལ་ཐབས་མཁས་པའི། །
འགྲན་པའི་སྒྲ་བྲལ་སྤྲ་མ་གྲགས་པ་སྤྲིང་ནས་གུས། །

"འཆད"པས་འགོ་ལ་སྒྲོ་མེད་བོན་ཆར་རྟག་དུ་འཇོ། །
"རྩེད"པས་འོག་རྟོག་སྤྲ་བའི་ངག་སྒྲོ་བརྟན་དུ་སྒྲོམ། །
"རྩེམ"པས་གཤེག་གྱི་བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཚན་མཁའ་རུ་སྤྲེངས། །
མེམས་ཀྱི་སྤྲ་མ་གྲགས་པ་སྤྲིང་ནས་གུས་བསྒྲོད་དོ། །

ལེགས་བུས་ཉི་འོད་གཞིན་རུ་ལྷན་མའི་དཔལ་ཡོན་འཛིན། །

ཕྱོགས་དང་རིས་མེད་ཀུན་ལ་སྟོམས་པའི་མཛེད་བཟང་དྲི། །
གཞན་ཕན་ལྷག་བསམ་དུང་སྐྱོད་ཀར་བའི་རྒྱུད་ལྷུག་པའི། །
སྐལ་ལྷན་བུང་བའི་ཚོགས་རྣམས་ལྷ་རིག་ཚལ་དུ་དྲོངས། །

གང་འདུལ་སྐྱུལ་པའི་ཐབས་མཁས་སྟོད་པའི་ལས་བཟང་གིས། །
འགྲོ་དུག་སེམས་ཅན་བདེ་བར་བཀོད་པའི་ངང་ཚུལ་དེ། །
དུན་པའི་མེ་ལོང་ངོས་སུ་ཇི་འདོད་ལྷ་ལེར་མངོན་པའི་ཚོ། །
དད་འདུན་བསྟོད་པའི་དབྱངས་ཤིག་མཚོད་པའི་ཚུལ་དུ་འབྱུལ། །

སྟོན་པའི་རྗེས་འཛིན་དབེན་གནས་ཤིག་གི་སྟོག་དུ་འཛིན། །
ཕྱི་ཚུལ་རྣམ་དག་ཞིག་གི་དུར་སློག་མདངས་འཆང་མཁན། །
ལུས་སེམས་རྒྱལ་ལུགས་སྟོད་པའི་གཞན་རྒྱུད་རང་གྲོལ་བའི། །
དཔལ་ལྷན་རྩ་བའི་སྤྲུལ་རྟེན་དུ་བརྟན་བལྟགས་མཛོད། །

ཕྱིད་ནི་ང་ཡི་ཡོད་ཚད་ཡིན།།

མེ་བ།

ཕྱིད་ནི་དབྱར་གྱི་མེ་ཏོག་འདྲ་ལེ་མཛེས་སྐྱུག་སྐྱུམ་པོ་གམ་དུ་བཞད།།
ཕྱིད་ནི་དགོང་གི་ལྗང་བ་འདྲ་ལེ་སྐྱུན་པའི་སྐྱུག་རུམ་དབྱིངས་སུ་གྱེར།།
ཕྱིད་ནི་ལྗང་བའི་ལྗང་མོ་འདྲ་ལེ་མཚན་སྐྱུན་མཁའ་རུ་ལྗོངས་རྒྱར་ཕེབས།།
ཕྱིད་ནི་བདག་གི་ཡོད་ཚད་ཡིན་ལ་དཔལ་བའི་མིག་ཀྱང་ཕྱིད་ཉིད་ཡིན།།

ཕྱིད་ནི་གཙང་རྒྱ་སྐྱོན་མོ་ཡིན་ལ་ང་ཞི་དེར་འབྱུངས་གསེར་ཉ་ཡིན།།
ཕྱིད་ནི་གངས་ཀྱི་རི་བོ་ཡིན་ལ་ང་ཞི་དེར་གནས་གངས་མེད་ཡིན།།
ཕྱིད་ནི་མེ་ཏོག་ལྗུམ་ར་ཡིན་ལ་ལྗོངས་རྒྱར་བྱེད་སྐྱུའི་ར་བ་ཡིན།།
མདོར་ན་འཇིག་རྟེན་མ་རྒྱབ་བར་དུ་ཕྱིད་ནི་ཁོ་བོའི་ཡོད་ཚད་ཡིན།།

ནག་ཚོག་དྲི་མའི་ཡོངས་སུ་དབེན་པའི་བཞིན་རས་གཙང་མའི་འཇོ་སྐྱེག་མ།།
ཞལ་འཇམ་རུས་འཇམ་ཕྱོད་ཀྱི་ངང་རྒྱལ་དཔེར་ན་ལུ་གུའི་བལ་དཀར་འདྲ།།
ཞལ་རིས་གཙང་མ་རབ་དཀར་འཕྱོ་བའི་བདག་གི་སེམས་ཀྱི་དྲན་འཇིན་མ།།
ཡིད་འོང་ལང་ཚོ་རབ་དུ་མཛེས་པའི་གཡུ་ཡི་རྩ་རྒྱན་བཏུ་ན་འདོད།།

ན་ཡིས་མི་ཐོས་མིག་གིས་མི་མཐོང་མཚན་མོར་རྒྱ་བའི་སྤྲུག་རུམ་ནས།
ལྷ་ན་སྤྲུག་པའི་གསང་གཏམ་མོད་པོ་ཁྱོད་ལ་བཤད་པའི་སྤྲ་གོན་བརྩམས།
མཚན་མོར་རྒྱ་བའི་མལ་བསྟན་དཀྱིལ་དུ་ངས་ཀྱང་ཁྱོད་ལ་འོ་སྦྱར་བྱས།
བརྩེ་བའི་ཨ་ལོང་དུ་ནས་མཐུན་སོང་མཐུན་པ་དེ་ནི་སྦྲོན་གྱི་ལས།

ཁྱོད་ནི་ང་ཡི་གམ་དུ་བཞད་པའི་ཡིད་འོང་མེ་ཏོག་རྐང་གཅིག་ཞིག།
ཁྱོད་ནི་ང་ཡི་ཉེ་སར་སྦྲོན་པའི་ཆེ་འབར་མར་མེ་འོད་ཆེན་ཞིག།
ཁྱོད་ནི་ང་ཡིས་ཐོག་མར་མཐོང་བའི་ཞལ་མཛེས་འཇུག་གི་བདག་མོ་ཡིན།
ཁྱོད་ནི་ཁོ་བོའི་ཡོད་ཚད་ཡིན་པས་མི་འགྱུར་གཏམ་དེ་སེམས་སུ་སྤྲར།

ཁ་བྱང་ནག་པོ།

ཚུམ་པ་པོ། གདུ་བྱ་ནས།

རི་ལས་སྐྱེས་པའི་མེ་དོག་མིན་ཡང་ནགས་ཀྱི་སྒོལ་མ་ལྷ་མོ་ཡིན། །
དབྱིངས་ནས་འབབ་པའི་ལྷ་མོ་མིན་ཡང་སེམས་ཀྱི་ལྷ་ཀྱི་ཕྱོད་ཉིད་ཡིན། །
དབེན་པའི་ཞིང་ནས་འབོད་པ་འཐེན་པའི་མི་དོ་རྒྱུང་པ་བྱུགས་ཀྱིས་གཟིགས། །
དུན་པའི་འགྲུར་མ་ཡང་ཅིག་གུར་འདི་སྤྱིང་གི་དབྱིད་དུ་སྤྲིན་པ་མཛོད། །

མཐོང་ནས་ཤར་བའི་བྲི་གདུགས་མིན་ཡང་མཇེའ་བརྩེའི་འོད་ཀྱི་གོང་བྱ་ཡིན། །
དགྲུང་ན་འཆོར་བའི་སྐར་ཚོགས་མིན་ཡང་ཡིད་ཀྱི་མེ་ལོང་ཕྱོད་ཉིད་ཡིན། །
དགོན་པའི་སྒོ་ཐེམ་ཡུན་དུ་བརྒྱལ་བའི་མི་བྱ་རྒྱུང་པ་སྐྱུན་གྱིས་བཏོས། །
སྐྱུག་པའི་ཞེ་ཐག་ཡང་ཅིག་སྤྱིང་འདི་མི་ལམ་ཞིང་ནས་ཤར་བར་ཤོག། །

རིན་ཆེན་འོར་བུའི་ཡང་སྤྱིང་མིན་ཡང་སྤྱིང་གི་འོར་བུའི་གོང་བྱ་ཡིན། །
ཟག་བྲལ་བདེ་དགའི་འཚོ་བ་མིན་ཡང་སྤྱིང་གི་ཉི་མ་ཕྱོད་ཉིད་ཡིན། །
པོད་ལྗེའི་ཡུལ་ན་རྟག་དུ་འགྲུང་བའི་ཁོ་བོར་སེམས་ཀྱིས་གཞིས་པར་མཛོད། །
ཡིད་ཆེས་པོ་བྲང་ཡང་ཅིག་བཞེངས་འདི་འཚོ་བའི་གཞིས་བྱིམ་འཛིན་པར་གྱིས། །

ལྷེམས་མེར་འབྲིལ་བའི་མཚོ་མོ་མིན་ཡང་ཀུན་གཞིའི་ཐང་གི་དགའ་ལོ་མ། །
དེ་སྒྲོན་ལས་ཀྱི་སྐྱུ་ཡ་མིན་ཡང་ད་ནས་འཁོར་བའི་རོགས་ཡ་མ། །
ཞི་བའི་ལམ་གྱི་རྒྱུང་པའི་ཡིད་ཁམས་སྤྱིད་པའི་གྲོང་དུ་སྐྱུར་བར་བྱོས། །

ཀུན་རྟོག་ལྷག་མ་དང་དུ་བཞེས་ཤིང་འཚོ་བའི་གུར་བྱིམ་བདག་གིར་གྱིས། །

སྐབས་གསུམ་བདེ་དགའི་གོ་འཕང་མིན་ཡང་གཉིས་སྦྱར་དགའ་བཞིའི་རུམ་ཕུག་
ཡིན། །

དད་པའི་ཞིང་གི་ལྷ་མོ་མིན་ཡང་སློག་གི་ཁ་ཡ་འཁོར་གྲོགས་ཡིན། །
དུར་སྐྱེག་སྡེ་གི་མགོ་རིལ་ཁོ་བོ་ཡིད་འགྲུག་ལྷག་ཀྱུས་དྲོངས་པར་མཛོད། །
ཡུན་དུ་འཚོ་བའི་གནས་བྱིམ་བཙོས་ཤིག་རི་སྡེའི་སྤྲིང་གི་ཐིག་ལེ་མཚོ། །

སྤྲིང་ལྷན་དབྱངས་ཀྱི་རྒྱུད་མང་མིན་ཡང་སྤྲིང་གཏམ་གཏེར་གྱི་སྐོ་མོ་ཡིན། །
དུག་བཅུའི་ཚང་པའི་འགྲིན་པ་མིན་ཡང་སེམས་གཞས་དཔྱིད་ཀྱི་དབྱངས་ཚབ་ཡིན།
།

བཅུན་པའི་ཐོལ་འཆང་བདག་གི་སྤྲོད་དུ་གོང་དུ་འབྱོན་ཞེས་བརྗོད་ཡིག་སྦྱར། །
རྣམ་ཤེས་སྤྲོ་མེད་མཇུག་མ་དེ་རུ་ཁོ་བོའི་མིག་ཟུང་གཅེར་ཕྱོགས་མ། །

རྣག་དག་ལྷ་ཡི་བདུད་བརྩེ་མིན་ཡང་བདག་སྤོ་ཚིམ་པའི་དགོ་ལེགས་ཡིན། །
ཀུན་བཟང་ཕྱགས་ཀྱི་དགའ་མ་མིན་ཡང་ཁོ་བོའི་ཡིད་ཀྱི་ལྷ་གི་ཡིན། །
མི་ཁ་གཟེར་བུས་དམ་ལ་བཏགས་པའི་སྤོ་སེམས་གཞན་དུ་སྦྱར་བར་མཛོད། །
སྦྱར་འཕུལ་གར་གྱི་སྤྲིང་ཀ་རོལ་གྲོགས་མཐུན་འབྱོན་ལུས་དང་འབྲལ་མེད་མ། །

གཙང་བོའི་གྲོང་གི་ཉ་མོ་མིན་ཡང་རི་སྡེའི་ཡིད་ཀྱི་པད་མོ་ཡིན། །
དྲངས་གསལ་མཚོ་མེད་རྒྱབས་འཕྲེང་མིན་ཡང་མཉེན་ལྷེམས་སྦྱེ་བོའི་ཡིད་ཆགས་
ཡིན། །
སུ་ཡིས་འཐིང་སྤྲོད་མེ་ལྷེར་དོགས་འདི་དེ་ནི་བརྩེ་དུང་ཆབ་ཀྱིས་བྲོན། །

སྐྱུ་བོའི་རྣམ་ཤེས་མཇུག་མ་སྐྱོང་རོགས་མཇོན་བའི་སྐྱུར་མ་དཔལ་མོ་ཀྱེ། །

སྐྱུ་ཁམས་འཚོ་བའི་སྐྱོན་མེ་མིན་ཡང་ཡར་ཁོག་གཡུ་ལོའི་རྩ་འདུད་ཡིན། །

གཤེན་ཡུལ་བསྐྱོལ་བའི་ཡིག་རྒྱུག་མིན་ཡང་སྤྱི་མིའི་ཐང་གི་དྲན་རྟེན་ཡིན། །

གཟུགས་སྣེ་གཡོ་བའི་གྲ་རྒྱུང་ཕྱག་ནར་དུང་བའི་མེ་ཏོག་དབུལ་བར་བྱོས། །

མི་ཚོགས་དབུས་ནས་སློབ་ཟུང་སའི་མི་འགྱུར་གཡུང་དུང་རི་མོའི་གཤེས། །

ཆང་དཀར་སྟེགས་པའི་རོགས་ལོ་བྱོས་ཤིག་དང་པོའི་ཡིད་ཀྱི་ཁྲི་ཤིང་མ། །

གཉིས་སྐྱུར་དགའ་བཞིའི་མལ་ས་འཚོས་ཤིག་བར་དུ་རྟོགས་རྗེས་འཁྲབ་རོགས་མ། །

།

ཡིད་དམ་ཞེ་ཕྱག་ཁོ་བོར་མཇོན་ཅིག་ཐ་མའི་ཁ་ཆེམ་འཇོག་གཞིར་མ། །

མི་འབྲལ་གཏན་འདུན་ཡུན་དུ་སོམས་ཤིག་སྤྱི་མིའི་རྩེད་ཡ་དགོད་གྲོགས་མ། །

སྐྱོད་ལྟུང་གི་འགྲུ་ལྟོ

དུང་བདེན་འཛིན། བྱི་འདུ།

ས་སྐྱོད་དེར། ང་རང་ཚུ་བོ་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་གཡས་ཕྱོགས་ནས། ངས་དུང་གི་
དབྱུངས་རྟ་གྱེར། གནས་དེ་ན། ངའི་སྤྱིང་སྤུག་གི་བཞིན་རས་མེད་ལ། མཛེལ་
བརྩེ་ཡི་བྱིན་རྒྱལ་སྤྱོད་ཀྱང་མེད་མོད། ང་གན་ཀྱལ་དུ་ལོག་ནས་དབྱུགས་རིང་ནར་
ནར་ཞིག་འཐེན་པ་ལས་ཐབས་ཤེས་ཅི། ངས་ཁྱོད་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་
འགའ་མེད་ཀྱི་ངང་དུ་རི་མོ་འཐེན། ཁྱོད་ལ་གཞན་གྱིས་ཡིད་དབང་འཕྲོག་
པའི་མཛེས་ཉམས་ཀྱི་གར་སྤྱོད་ཤིག་མེད་མོད། འོན་ཏང་མེད་པ་དམར་རྗེན་
འདི་ཁྱོད་ཕྱོགས་བུད་འགོ་བ་འདི་ཅི་ཞིག་རེད་ཨང་། མཚན་མོ་མི་ལམ་གྱི་ཞིང་
ཁམས་དེ་ནས་ངས་ཁྱོད་ཀྱི་བཞིན་རས་མཐོང་ཞིང་། མེད་པ་ཁྱོད་ཕྱོགས་
དེ་རྟོགས་ཀྱང་། ང་ཀི་ཅི་ཡང་སྤྲོ་མི་ཤེས་བའི་བྱིས་པ་ཚུང་ཚུང་ཞིག་དང་འདྲ་
བ། རང་གར་བསྐྱེད་བཞག་ ཁྱོད་ཀྱིས་སྤྱིན་པའི་མཚི་མ་དེ་དྲན་ཚོ། ས་
རུབ་ལ་ཡོད་ཀྱང་། རི་མགོ་དེ་ནས། ལག་པ་ཉིས་གཉེན་ལྟག་ལ་བཞག་ནས།
ངས་དུས་ཚོད་གཅིག་ཉིས་ཤིག་ལ་གན་རྒྱལ་དུ་ལོག་སྟེ། རེད་གཉིས་ཀྱི་
བརྟན་རིས་དེ་ག་ལེ་ཐེངས་གཅིག་བཟུང་། འཇམ་ཐེང་དེར་ཡོད་པའི་མཚན་གུང་གི་
དུས་ཚོད་བཅུ་གཉིས་ཡར་མར་ཞིག་ནས། ངས་མེད་ཁོང་ནས་ཁྱོད་ཉིད་དྲན་
སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་ཐེངས་གཅིག་ནས་གསུམ་བར་དུ་བཞག་སྟེ། དེ་ཀི་གཞན་གྱིས་
ཚུམ་པའི་སྤྱིང་ལྟོ་མ་ཡིན་པར། ཁྱོད་ཀྱི་ངོ་གདོང་དང་བཞིན་རས། འགོ་ལྷགས་
དང་འདུག་ལྷགས་སྐད་ཆ་བཤད་རྒྱལ་སོགས་ཡིན། དེ་ཀི་རང་བཞིན་གྱི་སྤྱིང་ལྟོ་

ཅིག་རེད་ཨང་། དེ་ནི་ངའི་སེམས་ལ་འཕྲིམ་པའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁ་དོག་ཅིག་གམ་
སྐྱེ་སྤྲུམ་སེར་ཆེན་ལགས།

བོད་རྒྱལ་ལོ་ ༢༡༥༥ ཟ࿳ ༥ ཚེས ༡༢ ལ་དམིགས་ནས་ཚེས ༢༡ ཉིན་
སློབ་གླིང་ནས་སེམས་སྤྲུག་གི་ཉིན་ཞིག་ལ་བྱིས།

ས་འདིའི་སྣོད་བཅུད་ཡིན།

རང་གི་སྣོད་ཉེ་བའི་ཨ་མ་ལགས་ལ།

_____ ལྷ་མའི་མེ་ཏོག

སེམས་གངས་དཀར་གྱི་རི་བོ་བརྟན་སེམས་ཡོད་ཅིང་།།
ལུས་ཚོགས་དུག་གི་སྐྱུག་མ་དང་སེམས་ཡོད་པའི།།
ཁོག་སྤང་རྩི་དང་འོ་མ་དཀར་པོ་ཡིན་པའི།།
དོན་བུམས་ཆེན་གྱི་མ་ལོ་སྣོད་ནས་དྲན་ཐལ།།

བས་གང་ཞིམ་གྱི་ཞེམ་ས་གུས་མོར་གནང་ཞིང་།།
གོས་གང་དྲོ་ཡི་ཚར་དཀར་ཁོ་མོར་འགོ་བ་པའི།།
གཤིས་མི་འགྱུར་བའི་དོ་བཀོས་ལོ་རྒྱས་ལྷན་པའི།།
འཇུ་མ་བཅོས་མིན་གྱི་སྣོད་གི་ཨ་མ་དྲན་ཐལ།།

ཐོད་སློན་རིས་ཀྱི་འབྲེལ་ཕྱོགས་སློལ་འབབ་ཅིང་།།
ལུས་སྐྱུར་སྤངས་ཀྱི་གུས་ཚུལ་ཞེ་ལ་མཐུན་པའི།།
དོན་སྣོན་ཚུལ་དེ་ཁ་དང་ཁོག་ལ་འཚམས་པའི།།
དོན་བཅུ་འདང་ཅན་ཨ་མ་ཞེ་ནས་དྲན་ཐལ།།

ཐུ་སྐྱོད་པོ་ཉེ་གྱི་བྱམས་པ་མིང་ཙམ་ཡིན་པའོ།།
འཁོར་ཉེ་དུ་ཡི་དགའ་འདང་གཟུགས་ཙམ་ཡིན་གདའ།།
ཁྱོད་གཅིག་སུ་ཡི་དུང་བ་གསེར་ལས་ལྷག་པས།།
ང་འདང་ཆེན་གྱི་བུ་མོས་དེ་ལྟར་བསམས་པའོ།།

མགོ་རས་དམར་གྱི་སྐྱེ་དགྲིས་བཏགས་པ་ཡག་ཅིང་།།
ལུས་ཀྱི་དྲུག་གྱི་རིན་པོ་ལྷན་སུ་མཇེའ་བའི།།
ཁོག་བྱམས་བརྗེ་ཡི་དྲངས་ཆ་ཆུ་ལས་གསལ་བའི།།
སེམས་དགའ་སྐྱེད་གྱི་ཨ་མ་ཁོག་ནས་དྲན་བཞག།

ཕྱི་དྲིའི་ཇ་འཕྱང་དུས་རང་ཉིད་འཚོ་སའི་ཁོར་ཡུག་ལ་མ་ལོ་བས་པས་རྒྱུན་བྱས། འདྲིའི་འགྲུག་
ཚོད་དང་སྤང་སེམས། སྤག་དོག་དང་ཡོད་ཚད་སྐྱོར་གྱིས་ཉོ་བའི་སྐབས་འདྲིར་རེ་བཅོལ་དང་སྐྱུལ་
མ་མི་དགོས་པར་བརྗེ་བ་གནང་བའི་ཨ་མ་ཞེས་པའི་རྒྱལ་བས་ཆེན་གྱི་“སྐྱེ”ཞེས་དྲན་པས་ཤར་མར་དུ།

སྒྲིང་ཉེ་ཞིག་ལ་སྤྲུལ།

ཚུ་ནག (མགོ་ལོག)

ཉི་ཟེར་ལ་ཁར་ཡིབས་པའི་དབྱིད་ཀ་ནས། །
ཁྱོད་རང་ཁོ་ནར་དྲན་པའི་ཟོལ་དུ་འོང་། །
དྲན་པའི་གདུང་བ་ལས་ཀྱི་ལན་ཆགས་སམ། །
སྐྱེ་རབས་སྒྲོང་གི་སྤྲིག་སྤྲིག་ཡིན་ནམ་ཅི། །
ང་ཡི་སེམས་ཀྱི་མཛེས་པའི་ཡང་སྒྲིང་མ། །
ཚེ་རབས་དུ་མར་ཁྱོད་རང་ཞེ་ཡིས་འཚོས། །

ཡི་གར་འོང་བའི་མཚན་གྱི་མུ་མཐའ་ནས། །
བར་ཐག་རིང་བས་གདུང་བ་ཡིད་ལ་སྐྱེས། །
འདང་ཆེན་ཚོག་གི་སྤྲིང་བ་ཞེ་ལ་བཏེགས། །
གཙང་བོའི་ཁ་རུ་ང་ཡིས་སྒྲོང་བསམ་པའ། །
འདས་མ་དག་གསུམ་ནང་ནི་སྒྲིང་ཉེ་ལགས། །
དྲན་ཚུལ་བཤད་ན་སྐྱེང་ཞིག་ཡིན་ནམ་ཅི། །

སེམས་ལ་བབས་པ་ཁྱོད་རང་ཁོ་ནར་ཡིན། །
མི་ལམ་འཁོར་བ་ཁྱོད་ལས་སུ་ཞིག་མཚིས། །
མིག་རྩུང་གཉེ་མ་པོ་ཁྱོད་ཀྱི་གམ་དུ་བཞག། །
ཞེ་འདང་མཚོ་མོ་དྲངས་གསལ་ཚུ་ཡི་ཡན། །

རྟལ་དུ་མིག་གིས་འཚོས་པའི་གངས་ལྷ་མ། །
ང་ཡི་འཁོར་བའི་སྤྲེང་བའི་བརྗོད་བྱ་ཡིན། །

རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་མཛེས་སྟུག་ཐོད་དུ་རྒྱ། །
ཞེ་འདྲེས་ཞེ་མཐུན་ཟེར་བའི་རོགས་ལོ་ཨ། །
དུང་སེམས་པརྗོ་སྤྲོད་པའི་འཇའ་ཚོན་རེད། །
དམ་ཚིག་ཁྲ་ཁྲ་ནམ་མཁའི་སྤྲིན་དཀར་རེད། །
ཞེ་འདང་དྲངས་མོ་ལུང་པའི་སྟུག་པ་རེད། །
ནང་སེམས་རྗོན་པ་སྟེ་བས་འགྲུལ་བ་རེད། །

ལས་ཀྱི་གམ་ལ་འཁོར་བའི་འཇའ་རེ་ཡོད། །
འཇའ་ཚོན་རེ་ནི་ཡིད་ཀྱི་འདང་ཆེན་ཡིན། །
ཁྱོད་སེམས་བྱུགས་ཁྲེལ་མི་གནང་མི་མོ་ཨ། །
རང་བཞིན་སྟུག་ལ་མི་སྦྱར་སྐྱེག་ལྡན་མ། །
ཡིད་ཀྱི་སྟེ་ན་དཔར་བའི་སྟོང་བསམ་གན། །
གདོང་གི་མཚི་མ་ཡུད་ནས་གསུབ་ཅིང་ཚོག། །

2018. 9. 9.

༎ མི་ལམ་ཞིག་དང་བུ་མོ་དེ།

རིག་མེ། (ཞེས་ཚ།)

དོ་ཅུབ་ བདག་གིས་མི་ལམ་ལས་ཁྱོད་ཀྱི་འཇུག་མདངས་མཐོང་བྱུང
 དུས་དེར་ ཁྱོད་ཉིད་མཛེས་སྤྱད་གི་ཚུལ་དུ་འགྲུང་སྟེ
 མུན་ནག་དུ་གྱུར་བའི་བདག་གི་འཇིག་རྟེན་རྒྱུང་རྒྱུང་དེར
 ཟླ་འོད་ལྷ་བུའི་ཁྱོད་ཀྱི་འཇུག་མདངས་ངང་གིས་འཚོར
 ངས་ཁྱོད་ལ་བྱུར་མིག་དང་ལག་བརྟེན་གཏོང་བའི་དུས་དེར
 ཁྱོད་ནི་བདག་གི་མཚན་སྤྱད་ནས་འོད་ཐིག་དུ་གྱུར་ཏེ་ཡས་སོང
 བདག་གིས་ཁྱོད་ཉིད་མཐོང་བ་དེ་འབྲུལ་བའི་སྤང་བ་ཞིག
 བདག་གིས་ཁྱོད་ཀྱི་འཇུག་མདངས་མཐོང་བ་དེ་འཇུག་རིས་ཀྱི་སྤང་བ་ཞིག
 མི་ལམ་འདི་འབྲུལ་སྤང་མ་ཡིན་པར་ངས་ཁྱོད་རང་མཐོང་སྟེ་འོད་ན
 ངས་ཁྱོད་ལ་རྗོགས་མཐའ་མེད་པའི་གཏམ་རྒྱུད་མང་པོ་མང་པོ་ཞིག་བཤའ
 སྤྱིང་ཉེ་ལགས། ཁྱོད་ང་དང་བར་ཐག་བཞུད་དེ་མ་འགོ་ཨང
 ཁྱོད་མེད་པས་ངའི་འཇིག་རྟེན་འདི་འཇུག་མདངས་དང

དགོང་སྐྱ་མེད་པའི་སྐྱེ་ཞལ་དུ་འགྱུར་ཏེ་འགོ
ཁྱོད་མེད་པས་ངའི་འཚོ་བར་མཛེས་སྤྱུག་ཡལ་བའི་སྐྱང་བ་འཆར
སྤྱིང་གཏམ་འོ་ཇ་འདྲ་བོ་འདི་བཤད་འདོད་ཀྱང་བཤད་ས་མི་འདུག
དུང་བ་རྒྱ་མཚོ་འདྲ་བོ་འདི་སྤྱིང་འདོད་ཀྱང་སྤྱིང་ས་མི་འདུག
ཀྱེ་་་་

འབྲུལ་སྐྱང་གི་མི་ལམ་འདི་ཁྱོད་ཉིད་དྲན་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཡས་སོང་།

༢༠༡༦/༧/༡༩ དགོང་མོར་བྲིས།

བཙུང་དུང་གིས་གྲུབ་པའི་སྒྲིལ་ངག་གེད་པོ།

འཕགས་པ།

དཀོན་མཚོག་ལྷ་ཡི་མཁུན་པའི་ཡེ་ཤེས་བཙུང་བའི་འདབ་མ་རང་གོལ་ཡིན།།
སྟོང་ཉིད་བཙུང་དུག་ངོ་བོ་དག་པའི་ཡོད་མིན་འགོག་པའི་སྟོན་བྲལ་ཡིན།།
ཀུན་རྫོབ་བདེན་པའི་རང་བཞིན་དེ་ཉིད་སྟོས་པའི་མཚན་མ་འགོག་ནས་མིན།།
བཙུང་དུང་མཇུག་འཕྲིན་ཟེར་བ་དེ་ཉིད་རྒྱལ་བའི་ལུང་གིས་སྤར་ནས་གྲུབ།།

མཐའ་བཞིར་འཛིན་པའི་རྣམ་རྟོག་ཚད་མའི་རང་གི་མགོ་ལ་རྟུན་ཞིག་བསྐྱོད།།
བཅིང་བའི་གོལ་མེད་རྟུན་གྱི་ཕུང་བོ་སྤར་ནས་ཡོད་པ་སྲུ་ལ་དོགས།།
ལུས་སེམས་འབྲལ་བའི་སྐྱེ་བོ་ཀུན་གྱིས་བཅོས་མའི་སྟོན་ཡི་མ་བསྐྱེད་པ།།
སྟོན་སྟོན་དམ་པ་བཙུང་དུང་ཡོད་ཚུལ་ཟོག་རྗེ་ཡན་ཆད་སྲུ་ལ་དོགས།།

ས་ལ་བཙུང་དུང་ཡོད་པ་མིན་ན་མེ་ཏོག་འདབ་མ་གང་ནས་ཕྱོགས།།
དེ་བཞིན་འབྱུང་བཞིའི་རིམ་པ་དེ་ཚོ་བཙུང་དུང་ལས་ཀྱིས་གྲུབ་པ་ཡིན།།
པོ་ཉ་དམར་པོ་རྩུང་གི་གོའ་མིན་རང་གི་ལས་ཀྱིས་བྱུང་ནི་ཡིན།།
མཇུག་ཞིང་མཐུན་པའི་མི་ཞིག་ཡོད་པ་སངས་རྒྱས་སྟོང་གིས་རྣམ་མཐུ་ཡིན།།

བདེན་པའི་སྟོག་གྲུང་གཅེར་སྲུ་ཡིན་ཡང་གེ་ཙམ་མེད་པར་ཁྱོད་ལ་སྦྱིན།།
སངས་རྒྱས་ཉིད་ཀྱི་གསུང་གི་ནང་བཙུད་བཙུང་དུང་ཟེར་བ་ཅི་ལ་མིན།།
བདེན་བཞིའི་སྤང་དོར་འཇུག་ལྷོག་ཟེར་ཡང་བཙུང་དུང་ལས་འདྲིའི་ཐ་དད་མེད།།

འཁོར་བ་ཐང་གི་ཐང་ཆེན་འདིར་རུ་མཁས་པའི་ཡིད་བཏོན་བྱེད་དོན་ཅི།།

རྣམ་གྲངས་དོན་དམ་བདེན་པ་ཞེས་པའི་ཐར་འགྱུར་རིང་ལུགས་ཁས་ལེན་མིན།།
བདེན་པའི་ལུགས་ནི་འདི་ཡིན་ཞེས་ནི་སྲུང་གྲང་སྐད་སང་མཐོན་པོའི་བཤའ།།
ཚོགས་དྲུག་སྣང་བའི་སྦྱོད་ཡུལ་དེ་ཉིད་དག་པའི་ངོར་ལ་འབྲུལ་སྣང་ཡིན།།
གཅིག་གི་རྩྭ་ཁུང་གཅིག་ལ་བཏོད་པ་ཅི་ཙམ་དཔུད་གྲང་སློ་ཡི་ཚུལ།།

ས་ཐོབ་འཕགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ངོར་ལ་དྲི་མའི་དྲི་མ་སེལ་བར་མཇུག།།
ཉམས་བཞགས་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ངོ་བོ་རང་གཞན་གཉིས་ཀ་སྟོང་བར་འདོད།།
ཆགས་པའི་རྩལ་ཡང་སྦྱུན་ལ་མཇུག་སོང་ཉོན་མོངས་དྲུག་པོ་ལམ་དུ་བྱེད།།
ཅི་ཡང་མེད་ལ་ཅིག་ཆར་འཆར་བ་སྟོང་གཞིའི་སོ་སོ་ངོ་བོ་ཡིན།།

འཁོར་གསུམ་འཛིན་པའི་རྣམ་རྟོག་གན་ཚོ་བརྩེ་བའི་འདབ་མ་ཆ་འགྲིག་ཡིན།།
མཇུག་མེད་ལོངས་སྦྱོད་གསེར་གྱི་ཕུང་བོ་ཡོད་ན་ཚོགས་ལ་མེད་ན་ཚོགས།།
རྣམ་མཁའ་དྲངས་མ་སྤྱིན་གྱིས་གོས་མེད་ཀྱུ་ཁའི་པར་སེར་ཅན་འདྲ།།
འཛིག་རྟེན་འདི་ན་འཚོ་བ་སྦྱིད་པོ་པན་ཚུན་མཐུན་པའི་ལས་ཞིག་ཡོད།།

མི་དེ་སྲུ་ཡི་ན།

སོ་ནག་སྒྲོལ་དང། མ་ལྷོ།

སྲུ་ལྷེ་ཡི་ཚོར་བ་ལ།

དུག་ནག་གི་བཟེ་ཁ་ཕོག་པ་ནས།

སྲུག་རུམ་གྱི་མཚན་ལྗོངས་ལ།

རྣམ་ཤེས་ཁྲི་ཕྲག་གི་འབོད་སྐད་སྒྲོག།

དབང་བོ་ལྗེ་ཚོ་སྒྲོག་ལ།

མི་ཡུལ་གྱི་བདེ་སྲུག་གི་དབྱངས་རྟ་དྲོལ་པ་ནས།

གནམ་ས་ཡི་འདྲེས་མཚམས་ནས།

སྒྲིན་ནག་གི་ཤུགས་སྲུ་ལེན།

བར་སྐང་གི་ཕོ་བྲང་ན།

མི་ཡུལ་གྱི་ཁྱོད་དང་ཁོའི་རེ་སྲུག་ལ།

སྐྱོག་ཉན་དང་སྐྱོག་ལྟ་བུའི་མཁན་དེ་སྲུ་ཡི་ན།

རྒྱུང་རིང་གི་ཡུལ་གྱུ་ན།

གྲུས་བྲལ་གྱི་ལག་བཅད་སྒྲོན་པའི་ཁྱོད་དང་ཁོར།

དུན་གསུང་གི་བཟེ་ཁ་སྒྲེར་མཁན་དེ་སྲུ་ཡི་ན།

མི་དེ་སྲུ་རེད

མི་ལམ་གྱི་སྐོ་སྐོག་སྲུ་རེད་མཁན་དེ་སྲུ་ཡིན

རེ་སྐོག་དང་རེ་ཆད་གྱི་སྐོང་ན

མི་ཚོགས་ལ་ཁ་ལན་སྐོང་མཁན་དེ་སྲུ་ཡིན

རྩོགས་སོ།།