སྐྱེའུ་ཡོལ་དཀར་པོ།

མེ་ལྷེ་དམར་པོས་བརྩམས།

དཀར་ཆག

སྔོན་འགྲོའི་གཏམ།

ཕ་ཡུལ་གྱི་མཛུགས་བྲིས།

སྔོན་འགྲོའི་གཏམ།

ས་སྒང་རིལ་མོ་འདིའི་སྒལ་ཚིགས་ལྟ་བུའི་མདོ་དབུས་མཐོ་སྒང་དུ་འཚོ་སྡོད་བྱེད་པའི་བོད་པ་དག་ནི་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱིས་སྒྱུ་རྩལ་ལ་མོས་པ་ཟབ་ཅིང་། དགའ་སྐྱོ་ཡི་ཚོར་འདུ་སྐྱེན་པའི་མི་རིགས་ཤིག་ཡིན་པས་གནའ་ནས་ད་བར་ཕོ་བ་ཅག་གི་ཤེས་རབ་ཀྱི་རྩལ་ལས་སྤྲུམ་པའི་སྒྱུ་རྩལ་བརྩམས་ཆོས་འབོར་ཆེན་ཞིག་འཛིག་རྟེན་འདིར་སྐྱེས་སུ་བསྐྲུབས་ཡོད། དེ་དག་ལས་རྟོག་པའི་འཆར་ཡན་གྲོད་པའི་འབྲོག་པའི་རྣམ་རིག་དང་། ཚོར་བའི་འགྱུ་བ་མྱུར་བའི་རོང་བའི་འཆར་སྒོ་སོགས་དུ་མ་ཞིག་དྭངས་མོའི་ཆུ་ལ་དངོས་པོ་གཟུགས་བརྙན་ཕབ་པ་བཞིན་མིག་ལམ་དུ་བསྐྲུར་ཡོད་པའང་རང་རེའི་མི་རིགས་འདིའི་ཐུན་མིན་གྱི་ཁྱད་ཆོས་ཤིག་ཏུ་ངོས་བཟུང་ཆོག་ཆོག་རེད་སྙམ།

སྐབས་འདིའི་གླེང་བྱའི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་སྙན་དེབ་ཆུང་ཆུང་སྙེའུ་ཡོལ་དཀར་པོ་ཞེས་པ་འདིའང་ཡངས་པའི་སྤང་ཐང་ནས་འཚར་ལོངས་བྱུང་ཞིང་། རྣམ་དཔྱོད་ཀྱི་རྒྱུ་བ་རི་ཆུར་བསྒྲིམས་པའི་ན་གཞོན་བདེ་ལེགས་ཀྱིས་སློབ་འབྲིང་གི་བསླབ་ཚན་དག་སྦྱོང་ཞོར་དུ་རང་གི་དགའ་སྐྱོ་ཆགས་སྡང་གི་ཚོར་འདུ་དག་རི་མོར་ཕབ་པ་ཞིག་ཡིན་ལ། ཡང་གཅིག་བཤད་ན་འཚོ་བའི་གྱུ་ཟུར་ཆུང་ཆུང་ཤིག་གི་གསེག་ངོས་སམ་དུམ་བུ་ཞིག་ཚར་འདུའི་གཡོ་སྐྱོམ་གྱི་རླབས་དང་འགྲོགས་པའི་སྒྱུ་རྩལ་གྱི་རྩེད་འཛོ་ཞིག་ཏུའང་འཁུམས། སྙན་ངག་ཅེས་པ་འདི་ལ་སྤྲབས་བདེ་མོའི་སྒོ་ནས་གོ་བ་ཤིག་བླངས་ན་ཚོར་བའི་འདུ་འགོད་ཀྱི་ཡོ་ལང་འདྲ་མིན་དུ་མ་ལ་སྒྱུ་རྩལ་གྱི་ལས་སྒྲོན་ཅུང་ཟད་བྱས་པ་ལས་མ་འདས་པས། ན་གཞོན་འདི་ལ་མཆོན་ན་སློབ་འབྲིང་སློབ་མའི་དུས་ནས་བཟུང་། ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་འཆར་སྒོ་སྐྱེན་ལ། ཚིག་གི་སྡེབ་ཀར་བྱང་ཞིང་། སྙན་ངག་གི་ཚོར་བ་ཡོད་

པའི་ན་གཞོན་ཁྱད་ཆོས་ཅན་ཞིག་རེད་འདོད། དེའང་རྒྱུ་དང་རྐྱེན་མེད་པ་ཞིག་མ་ཡིན་ཏེ། སློབ་བུ་ཁོ་རང་ཆུང་དུས་ནས་ནར་སོན་སའི་ཁོར་ཡུག་དང་འབྲེལ་བ་ངེས་ཅན་ཞིག་ཡོད་པར་སྙམ། རྩོམ་པ་པོ་ཁོ་རང་ནར་སོན་སའི་ཁོར་ཡུག་ནི་ཡངས་ཤིང་ཁོད་སྙོམས་པའི་འབྲོག་པའི་ཞེའུ་གསིང་ཡིན་ལ་དེས་ཁོ་རང་ལ་སྣ་མཐའ་བྲལ་བའི་འཆར་ཡན་གྱི་མདུན་ལྗོངས་རིང་མོ་ཞིག་བསྐྲུན་ཡོད་ལ། ཆུང་དུས་ན་བའི་བུ་གར་ལྷུང་བའི་གཏམ་དཔེ་དང་གནའ་གཏམ་ཡང་བགྲང་ལས་འདས་པ་ཞིག་ཡོད་པས་དེས་ཁོ་ལ་སྐད་ཆའི་རྨང་གཞི་དང་ཚིག་གི་སྡེབ་སྦྱོར་ཐད་ལག་ཐོགས་མི་དགོས་པའི་ནམ་མཁའ་མཛོད་ཀྱི་སྒོ་འཕར་ཕྱེ་འདུག་སྙམ། ད་དུང་ཁོ་བར་མཐའ་བའི་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་གྲུང་ཤ་དོད་པའི་རྣམ་རིག་དྭངས་མོ་དེ་དང་། སློབ་སྦྱོང་སྐབས་ཀྱི་ཧུར་སེམས། གནའ་དེང་གི་དེབ་དུ་མ་བཀླག་པའི་གོམས་གཤིས་སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་རྩོམ་རིག་དང་སྒྱུ་རྩལ་གྱི་བློ་སྦྱོང་ཡོད་པ་ཏུ་གྱུར་ཏེ། རྣམ་དཔྱོད་ཀྱི་མངལ་ལས་སྙེའུ་ཡོལ་དཀར་པོ་ཞེས་པའི་སྙན་རྩོམ་གྱི་ཁྱིའུ་འདི་སྐྱུ་བལྟམས་པར་འདོད་ཡོད།

དེབ་ཆུང་འདི་ཉིད་ཀྱང་རྩོམ་པ་པོ་རང་ཉིད་ཀྱིས་བཤད་པ་ནང་བཞིན་དགའ་ཕྱོགས་ཤིག་གི་ལག་སྟེར་འཇུས་ཟེར་ནའང་ཚོག་ལ། ན་གཞོན་ཁོ་ནར་དབང་བའི་ཚོར་འདུ་ཞིག་གི་ཧླབས་རྒྱུན་མ་ཁོགས་པར་གྱིན་དུ་འཕྱུར་བ་རེད་ཟེར་ནའང་རུང་། གང་ལྟར་སེམས་ཀྱི་ཚོར་བ་དང་དུངས་ཞེན་གྱི་སེམས་བྱུང་དུ་མ་རྟོག་པ་འོག་འགྱུའི་ཚུལ་དུ་གབ་ནས་ཡོད་པར་སྦོག་འདོན་ཐེངས་གཅིག་བྱས་ཏེ། ཚན་པ་གསུམ་གྱི་རྣམ་པར་ཁག་བགོས་ནས་ང་ཚོའི་མིག་ལམ་དུ་བཀྲམས་པར་སྙེའུ་ཡོལ་དཀར་པོ་ཞེས་པའི་མིང་གི་ཚོ་ལོ་བསྒྱལ་འདུག སྙན་ངག་འདི་ནི་དོན་གྱི་སྙེའུ་ཡོལ་དཀར་པོ་ཞིག་སྟེ། ཚོར་བ་རྫུན་མའི་དྲི་ཡིས་མ་གོས་ཤིང་། ཕྱི་གསལ་ནང་གསལ་གྱི་སེང་རས་དཀར་པོ་ཞིག་ལྟར་དུངས་ཞེན་དང་འཁྱོག་བརྗོད་ཀྱི་མཚོན་ཐབས་གཉིས་སྐྱ་འཐབ་པའི་འཚོ་བའི་གདོང་

རིས་དུ་མ་ལྷན་ནེར་མངོན་འོང་། བདག་གི་འདི་ནས་རྩོམ་ཡིག་བྲེ་བྲག་པ་འགའ་བྲངས་ཏེ་ཇི་ཞིག་ཤེས་ཡོད་མདོག་གི་རྗེགས་ཉམས་དེ་ངོམ་རྒྱུ་མིན་པར། གཙོ་བོ་ཀློག་པ་པོའི་རྣམ་དཔྱོད་ལ་ཡིད་ཆེས་ཡོད་པའི་སྒོ་ནས་སྙེའུ་ཡོལ་དཀར་པོར་འཇུག་པའི་སྒོ་གླེགས་ཙམ་བརྟུང་བ་ཡིན། སློབ་འབྲིང་སློབ་མ་ཞིག་གི་རྣམ་དཔྱོད་དང་། སྒྲུ་རྩལ་གྱི་བློ་སྤྱོང་གང་ཐད་ནས་བསམ་ནའང་། རང་ངོས་ཀྱི་རིན་ཐང་རྟོག་རྟོག་ཅིག་ཡོད་པ་ནི་བཤད་མི་དགོས་བཤམས་ཡོད་ཀི་སྙམ། དེས་ན་སྐན་དེབ་འདིར་རིན་ཐང་གང་ཡོད་ཀྱི་མཐའ་མཇུག་གི་ཚད་ཤིང་ཉག་གཅིག་ནི་སྒྲུ་རྩལ་མིག་དབང་ཡོད་པའི་ཀློག་པ་ཁྱེད་ཅག་ལས་མ་འདས་པས། སོ་སོ་བགོ་སྐལ་ལྷར་ཉམས་སུ་བཞེས་རོགས།

སྤྱིར་ངས་འདིར་ལབ་རྒྱུ་མང་དྲགས་སོང་། མཇུག་བསྡུ་ལ་ཉེ་བའི་སྐབས་འདིར་ད་དུང་བཤད་འདོད་པ་གཅིག་ནི་བརྩེ་དུངས་དང་ཚོར་འདུས་མ་བཟུང་བའི་སྐན་ངག་ནི་ནམ་ཡང་བེམ་པོའམ་མི་ཤི་བའི་རོ་དང་མཚུངས་པས་རིན་ཐང་གང་ཡང་ཡོད་པ་མ་རེད། སྐན་དེབ་འདིའི་བཟང་ཆ་ཆེས་ཆེ་བ་ནི་ཚིག་གི་ཟ་ཟུར་དང་གསལ་གསིང་དག་ལ་རྩོམ་པ་པོའི་དགའ་སྐྱོ་ཆགས་སྡང་གི་ཚོར་བ་དག་གོས་སྟུམ་གྱིས་ཟིན་པ་ལྷར་ཐིམ་ཡོད་པ་དེ་རེད། ཞན་ཆའམ་མ་འདང་ས་ནི་རང་མོས་སྐན་ངག་ཅིག་ལ་མཚོན་ན་ཡིད་བརྟན་གསར་བསྐྲུན་དང་། དེས་ཚོར་བར་གཙུབ་བརྡར་བྱེད་ཚུལ་སོགས་དེ་འདྲ་མི་འདུག་པ་དེ་རེད་སྙམ། དེའང་སྐྱོན་ཆེ་བར་མི་སེམས་ཏེ། རྩོམ་པ་པོ་ད་དུང་སློབ་འབྲིང་སློབ་མ་ཞིག་ཡིན་པས་རྩོམ་རིག་དང་སྒྲུ་རྩལ་གྱི་རྟོགས་པ་ད་དུང་ སྔ་ནས་སྔ་རུ་ཇེ་མཐོར་འགྲོ་བར་ཐེ་ཚོམ་མ་དགོས་སྙམ། མཇུག་མཐར་སློབ་བུ་བདེ་ལེགས་ཀྱི་སྒྲུ་རྩལ་གྱི་ལམ་ཁ་སྟར་ལས་ཡངས་པ་དང་། བོད་ཀྱི་རྩོམ་རིག་ཞིང་སར་སྐན་ངག་གི་སོན་བཟང་དུ་མ་རྒྱུན་མི་འཆད་པར་འདེབས་ཐུབ་པའི་སྨོན་འདུན་དང་བཅས།

དགེ་མིང་འཛིན་པ་དཔྱལ་རྣའི་བཟོད་པས་སྟོན་འགྲོའི་དོད་ཙམ་དུ་བྲིས་པའོ།
༢༠༡༨ལོའི་ཟླ་༡༡ པའི་ཚེས་༡༡ཉིན།

ཞིས་ཚིག

སེམས་ཀྱི་ནམ་མཁའི་སྣེའུ་ཁྱུང་ཡངས་པོར་ཕྱེས་ཏེ།།
རྫོངས་པའི་ཁབ་ཀྱི་ཡོལ་བ་སད་བར་གཤག་པས།།
བདག་སེམས་རྐྱོད་པོས་དྭ་ཀར་པོའི་རློ་མཆིན་བསྟན་ནས།།
རྣམ་དཔྱོད་རྒྱལ་གྱི་མཁའ་ལ་བག་ཡངས་འཕུར་སོང་།།

ཀྱི་ཕུར་མཆོག་གསུམ་གྱིས་སློབ་བུ་བདེ་ལེགས་ཀྱི་སྣན་དེབ༼སྣེའུ་ཡོལ་དཀར་པོར༽ཕུལ་བའོ།

ཞིས་ཚིག་དར་དཀར་མདུད་པ།

གྲོགས་བདེ་ལེགས་ཀྱི་སྣན་དེབ་ཐོག་མ《སྣེའུ་ཡོལ་དཀར་པོ》འི་ཞིས་ཚིག་ཏུ་ཕུལ་བ།

དྲི་མས་མ་སྨགས་དྭངས་གཙང་གི་སེམས་འགྱུ།།
འགྱུར་མེད་ཚིག་གི་སྒྲོག་དབང་ལ་བྲངས་ནས།།
འགྱུར་བག་རྐྱོད་པའི་ལོ་ཉླ་ཡི་རང་གཞིས།།
སྐད་ཚའི་ལང་ཚོར་བསྡེབས་པ་འདི་མཚར་ཨང་།།

གཞོན་པའི་ལང་ཚོ་ཡིད་འོང་གི་པདྨ།།
ལྷུག་པོར་གྲོལ་བའི་ངང་ཚུལ་དེ་མཛེས་ཀྱང་།།
རང་སེམས་སོང་བའི་ཆུང་འདྲིས་ཀྱི་བྱམས་པར།།
གསོང་པོར་སྙིང་གཏམ་བཟླས་པ་འདི་རངས་སོ།།

བདེ་བའི་ལམ་ཆེན་སྨག་ནག་གིས་བསྒྲིབས་པ།།
ལེགས་ཚོགས་འོད་ཀྱི་སྣང་བས་རང་བསལ་ཏེ།།
ལེགས་པའི་ལམ་ལ་སྙན་ངག་གི་མེ་ཏོག།
བདེ་བར་གཏོར་འདི་བསྒུགས་པའི་ཉེ་གཞི་མ།།

《སྒེའུ་ཡོལ་དཀར་པོ》འི་འཁྲུངས་སྐར་གྱི་ལེགས་སྐྱེས།།
འབུལ་རྒྱུའི་གསེར་དངུལ་རིན་ཆེན་ནི་མེད་ཀྱང་།།
ཟོལ་མེད་སེམས་ཀྱི་དབྱངས་ཧ་དང་སྦྱར་ནས།།
ཚིག་གི་མཆོད་པ་ཕུལ་བ་འདི་ལགས་སོ།།

༢༠༡༨/༡༡/༧ཉིན་སྐལ་བཟང་ཉི་མས་ཐོག་མའི་སྨོན་འདུན་ཙམ་གྱི་དོད་དུ་ཛ་ཆུ་རུ་དགེ་བར་སྦྱར།

རང་མོས་ལང་ཚོའི་མིག་ཆུ།

ཕ་ཡུལ་གྱི་མགྱོགས་ཁྲིས།

ངལ་གསོ་ཡི་ཁོམ་སྐབས་ཤིག་ལ

ལྷོད་གཡེང་གི་སེམས་འགྱུའི་རི་མོ་དེ

ཕ་ཡུལ་རྩྭ་ཐང་གི་པང་ཁུད་དུ་ཟུམ་དུས

ངའི་ཕ་ཡུལ་གྱི་རི་ཆུ་ནགས་གསུམ་གྱི་གདོང་ལ་སྒྱུ་ཉམས་ཤིག་ཤར་ཏེ

རྐས་ཤིང་འཕོགས་པའི་འཁྲུན་སྒྲ་ཞིག་སྒྲོག་གིན་འདུག

ཀྱི་ཧུད

ངའི་ཕ་ཡུལ་གྱི་རི་ཆུ་ནགས་གསུམ

སེམས་མེད་ཀྱི་འཕྲུལ་ཆས་ལག་རིང་ཞིག་གིས

ལྷུང་ལྷུང་བཞུར་བའི་དྭངས་གཙང་གི་ཆུ་བོ་རྙོག་ཅིང

དལ་ཅག་གེར་གནས་པའི་བརྫིད་ཆགས་ཀྱི་རི་བོ་གཏོར་སོང

ད་དུང་རྐང་ཡག་པའི་ནགས་ཚལ་དེ་དག་ཀྱང་བཅོམ་སོང

ཨ་ཁ་ཁ

ངའི་ཕ་ཡུལ་ལགས

ཁྱོད་ཀྱི་སྐྲེ་ངག་གི་འཕྲུན་སྒྲ་དེ་སུས་ཀྱང་ཐོས་མེད་པས

ཡུལ་མི་ཚོའི་དགའ་ལྷང་ལྷང་གི་དགོད་སྒྲ་དེས་ཁྱེད་ལ་

སུན་པོ་བཟོས་པ་མ་ཡིན་ནམ

ངའི་ཕ་ཡུལ

ཕ་ཡུལ་གྱི་རི་ཆུ་ནགས་གསུམ

རྐས་ཞིང་འཕོགས་པའི་ཕ་ཡུལ་གྱི་རི་ཆུ་ནགས་གསུམ

ནམ་ཞིག་ཁྱོད་ཀྱིས་ང་ཚོ་ལ་འཕོན་ལན་མི་བསློག་རོགས

ཕྱེ་མ་ལེབ་འཁྱམ་པོ་དེ།

སྒེའུ་ཁུང་ལས་ཕྱི་རོལ་ལ་ལྟ་དུས
རང་ཁྱིམ་གྱི་མེ་ཏོག་ལྗུམ་ར་རུ
གར་འགྲོ་ལ་རྒྱུས་མེད་པའི
ཕྱེ་མ་ལེབ་འཁྱམ་པོ་ཞིག
ཁེར་རྐྱང་གི་འཕུར་རྩེན་ལ་རོལ་བཞིན་གདའ
ཕྱེ་མ་ལེབ་འཁྱམ་པོ་དེ
ཁེར་རྐྱང་གི་ཕྱེ་མ་ལེབ་འཁྱམ་པོ་དེ
དེ་རིང
ངེད་ཚང་གི་མེ་ཏོག་ལྗུམ་ར་ན
ཅི་ཞིག་འཚོལ་བ་བཞིན
ཡང་ན
ཅི་ཞིག་ལ་སྒུག་པ་བཞིན
ཉིན་གང་པོར་ཁུ་སིམ་མེར་བསྡད་རྗེས
དྲན་གདུང་ངམ་རེ་སྒུག་གིས་མནར་བའི་ལུས་པོ་དེ
དྲག་ཆར་ཞིག་གི་ཤུལ་ན
པད་མའི་འདབ་ལོ་དང་བསྐྱེབས་ཏེ་ས་ལ་འཐིམས་འདུག

ཀྱི་རུད

ཕྱི་མ་ལེབ་འཕྱམ་པོ་དེ

ཁེར་རྐྱང་གི་ཕྱི་མ་ལེབ་འཕྱམ་པོ་དེ

མེ་ཏོག་ལྷུམ་རའི་གླིང་ཀ་འདི་རུ

ཁྱེད་ཀྱི་དྲན་གདུང་གི་རྨ་ཁ་ཞིག་གམ

རེ་སྐྱུག་གི་ཕངས་སེམས་ཤིག

ངང་ངམ་ཤུགས་ཀྱིས་བཞག་སོང

ཕྱི་མ་ལེབ་འཕྱམ་པོ་དེ

ཁེར་རྐྱང་གི་ཕྱི་མ་ལེབ་འཕྱམ་པོ་དེ

སྙིང་རེ་རྗེ་ཨང

ང་བྱུད་འགྲོ།

ང་བྱུད་འགྲོ
སྲི་ནག་གྲུ་བཞི་དེའི་སྒོ་འདབས་ཕྱེས་ནས་བྱུད་འགྲོ
ཛ་རི་མཐོན་པོ་དེའི་ཕ་རོལ་བརྒལ་ནས་བྱུད་འགྲོ
འགག་འཕྲང་དོག་མོ་དེ་འཕྲེད་དུ་བཅད་ནས་བྱུད་འགྲོ
ཕྱུགས་བསམ་དང་རྨི་ལམ་ཐུམ་ནས་བྱུད་འགྲོ
རྒྱང་རིང་རྒྱང་རིང་ཞིག་ཏུ
ཧ་ཅང་ལྷིང་འཇགས་ཀྱི་གནས་ཤིག་ཏུ
གཏན་དུ་བྱུད་འགྲོ
དྲིན་ཕ་མའི་བསླབ་བྱ་ཐུམ་ནས་བྱུད་འགྲོ
གྲོགས་ན་ཟླའི་བརྩེ་བ་ཁྱེར་ནས་བྱུད་འགྲོ
སྙིང་མཛའ་མོའི་སེམས་གཏམ་ཉར་ནས་བྱུད་འགྲོ
ཤེས་རིག་གི་སློབ་གླིང་དེ་རུ
དགོད་སྒྲས་ཁེངས་པའི་སློབ་གྲོགས་ཚོ་དང་མཉམ་དུ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་དུ་བྱུད་འགྲོ
མ་འོངས་པའི་རེ་བ་དང་བདེ་སྐྱིད་དེའི་སླད་དུ
དཀའ་སྡུག་གི་ལོ་ཟླ་རྒྱབ་ཏུ་ཁུར་ཏེ
ས་ཆེན་གྱི་བྲང་ཁོག་གཤགས་ནས་བྱུད་འགྲོ

གསུང་ཆོས་ར་བའི་མཚན་མོ།

མཚན་མོ་འདིར
གྲོང་ཚོ་དང་དགོན་པ་འབྲེལ་མར་གྱུར་བའི་རི་གྲོང་དུ
ལྗིད་ཞིང་འཇགས་པའི་བབ་ཆགས་ཀྱི་ཉམས་ཤིག་ཆགས་ཤིང
མཐའ་འཁོར་གྱི་སློག་སྟོང་དག་གིས་བྱི་ཡི་ལྷུགས་རི་ཆུང་ཆུང་ཞིག་གྲུབ་ཡོད
རྒྱང་རིང་ནས་བལྟས་ཆེ་གྲོང་ཁྱིར་ཆེན་པོ་ཞིག་དང་གཉིས་སུ་མེད་པར་སྣང
སློག་སྟོང་འདིའི་འོག་གི་གསུང་ཆོས་ར་བ་རུ
བློ་གྲོས་ཀྱི་ལེགས་ཉེས་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་གྲྭ་བཙུན་ཞིག་གིས
ངག་རིག་གི་དབྱངས་རྟ་ལ་འདེགས་འཇོག་བསྒྱུར་ཏེ
གསུང་ཆོས་ར་བའི་མཚན་མོ་སྐྱེལ་བཞིན་གདའ
ཉེ་འགྲམ་གྱི་ཁྱི་ལྗོམ་དག་ཀྱང
དབྱངས་རྟའི་བཞི་ཁར་ལྷུང་སྟེ
ཁུ་སིམ་མེར་ཉལ་འདུག

དྲན་གི་ཡོད།

དོ་ནུབ
ནམ་མཁའི་མཐོངས་ན་ཅི་ཡང་མེད
ཚྭིང་འཛགས་གེར་སྐར་མ་མེད
ཟླ་བ་མེད
ཡིན་ཡང
གྲོང་ཁྱེར་གྱི་སློག་ཞུའི་འཛའ་ཚོན་དག
མཚན་མོ་འདིའི་འབུ་མེ་ལྗིབས་སུ་གྱུབ་འདུག
དོ་ནུབ
རང་གཅིག་པུ་ཚྭིང་འཛགས་གེར
ས་མཐའ་ན་ཡོད་པའི་ཕུ་བོ་དྲན་གྱིན་ཡོད
ཞེ་བསམ་པས་དྲན་གྱིན་ཡོད
དགོད་སྒྲའི་ཁེངས་པའི་འཛུམ་མདངས་དང
སྙན་འགྱུར་གྱིས་ཕྱུག་པའི་གླུ་སྐད་སོགས
མདོར་ན
ཕུ་བོ་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་བ་མང་པོ་མང་པོ་ཞིག་དྲན་གྱིན་ཡོད

༢༠༡༥ ༢ ༡༤

ཛ་ཁྱེད་དྲན་པའི་ན་ཟུག

མཚན་མོ་དེར
ཁྱེད་གཤེགས་སོང་ཞེས་ཐོས་ཚེ
ངའི་ལྷུ་དྲུག་གི་རྩ་ལམ་ལ་ཆག་གྲུམ་བྱུང་བ་བཞིན
འདར་སིག་སིག་བྱེད་ཀྱིན་ཧད་དེ་ཙུང་ཙམ་འགོར་སོང
ཨ་ཁ་ཁ
ཁྱེད་བཞུད་ཤུལ་དུ་ངའི་སེམས་པ་ཇི་འདྲའི་འཁྲུག་པ་ལ
རྩ་བའི་བླ་མ་གཙུག་གི་ནོར་བུ
ཁྱེད་རང་གང་དུ་བཞུད་སོང
དུས་ཚིགས་འདིར་ཁྱེད་ལ་ཞུ་འདོད་པ་གང་མང་ཞིག
སྐྱི་བསེར་རླུང་ལ་བསྐུར་དགོས་སོང
ཁྱེད་བཞུད་ཤུལ་ན
ང་ངག་གི་དབྱངས་རྟའི་ང་རོའི་བྲག་ཅ་མཆེད་ཅིང
གསོལ་འདེབས་ཀྱི་སྨོན་ཚིག་ཁ་བའི་རང་མདངས་སུ་སྣང་ཡོད
རྩ་བའི་བླ་མ   གང་དུ་བཞུགས་སམ
མིག་ཆུ་བཞུར་ཏེ་ཁྱེད་རང་དྲན་གྱིན་ཡོད
ཁྱེད་ཀྱི་ཡང་སྤྲུལ་ལ་རེ་ཞིང་སྒུག་ཡོད

༢༠༡༨ ༢ ༢༧

དེ་དུས་ཀྱི་ང་ཚོ། ཉེ་ཐང་ནང་གི་ང་ཚོ།

དེ་དུས་ཀྱི་ང་ཚོ་ནི
སྐབས་ལུག་ཡིན་ལ་མ་རབས་ཀྱང་ཡིན
གཅིན་རྒྱལ་ཡིན་ལ
གཞང་རྒྱལ་ཡང་ཡིན
དེ་དུས་ཀྱི་ང་ཚོ་ལ་གྲལ་རིམ་ཡོད་ཅིང
དེ་དུས་ཀྱི་ང་ཚོར་རང་རང་གི་དཔུང་ཁག་ཡོད
དེ་དུས་ཀྱི་ང་ཚོ་ལ་དཔུང་རྟགས་ཡོད་ཅིང
དེ་དུས་ཀྱི་ང་ཚོ་ལ་སྐེ་དམར་ཡོད
དེ་དུས་ཀྱི་ང་ཚོ་ལ་དྲུག་གཅིག་བྱིས་པའི་དུས་ཆེན་ཡོད་དེ
དེ་དུས་ཀྱི་ང་ཚོ་ནི་སློབ་ཆུང་སློབ་མ་ཡིན
ཉེ་ཐང་ཡིན
སོ་ཕག་གི་ཁང་བ་དེ་ནི་ང་ཚོའི་སློབ་ཁང་ཡིན་ལ
དེ་རུ་ང་ཚོས་བྲིས་པའི་རྨི་ལམ་སྣ་ཚོགས་ཀྱི་ཁ་དོག་ཡོད
ང་ཚོའི་སློང་ཁང་དུ་ཨོང་བ་དང་སྒྲིད་ཕུའང་ཡོད
དེ་དུས་ཀྱི་དགེ་རྒན་དཔོན་པོ་ཡིན

ཕ་མ་ཡིན

ནམ་རྒྱུན་ཕྱི་དྲོ་རེ་རེར

ང་ཚོས་སྐད་གསེང་མཐོན་པོས་སློབ་གླུ་བླངས་ཤིང

བུ་ཚུང་མ་འདུག་བུ་ཚུང་ཞེས་རང་ཉིད་ལ་དྲན་སྐུལ་བྱས

ལོ་དེའི་དབྱར་ཁ

ང་ཚོ་ལོ་རིམ་དང་པོའི་འཛིན་གྲྭ་དང་པོ་ཡིན

ལོ་དེའི་དབྱར་ཁ

ང་ཚོ་ལོ་རིམ་དྲུག་པའི་འཛིན་གྲྭ་དང་པོ་ཡིན

ང་ཚོ་དེ་ལྟར་མཐར་ཕྱིན་སོང

ཅིས་ཀྱང་མཐར་ཕྱིན་སོང

༢༠༡༨ ༢ ༢༨

གནས་འགྲོ་བུ་མོ།

ལས་དབང་གཉོམ་པོ་ཞིག་ལ

ལང་ཚོའི་གཞོག་པ་ཐོགས་ཏེ

རང་ཁྲིམ་གྱི་ཐྲོད་ཁོལ་བསྐྱུར་ནས

གཡང་ཁྲིམ་ཞིག་ལ་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་སོང

ཨ་ཅེ　　ངའི་ཨ་ཅེ

གཡང་གི་དར་ལྕོག

བཙུད་ཀྱི་རྡུམ

ནུ་བོ་ངས་ཡི་གེའི་གཟུགས་ལ་སྣན་དབྱངས་ཀྱི་དབུ་ཕྱུད་བྲིས་ཏེ

ཐག་རིང་གི་ཁྲིན་ཏུའུ་གྲོང་ཁྱེར་ནས་ཨ་ཅེ་ཁྱེད་ལ

རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཁ་གཡང་བརྗོད་ཡོད

བརྗོད་མི་ཚར་བའི་གསང་གཏམ་གྱི་ན་ཟུག་དག་སེམས་སུ་རྡུམ་སྟེ

ཏུ་ངག་གི་དབྱངས་རྟ་དལ་གྱིས་འཕེན་ཡོད

ཨ་ཅེ　　ནུ་བོ་ངས་དགོད་སྒྲ་དང་སྨོན་འདུན་ཁྱེར་ཏེ

ཁྱེད་ཀྱི་གནས་ལམ་དུ་སྨུ་ཏིག་གི་འཇའ་ཚོན་འཕེན་མ་ཐུབ་མོད

ཁྱེད་ཀྱི་དགོད་སྒྲས་ཁེངས་བའི་གནས་ལམ་དུ་ནུ་བོ་ངས

རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཤིས་ཚིག་མཆོད་ཡོད

༢༠༡༨ ༡ ༢༣ ཉིན་ཁྲིན་ཏུའུ་ནས།

ང་གློ་བུར་དུ་ཤི་སོང་ན། ཁ་ཆེམས་ཤིག་གཏན་ནས་མེད།

སྨྲ་ནག་གི་པང་ཁུད་ནས་ཚེ་སྲོག་ལ་དབྱངས་རྟ་བསྒྲོན་ཏེ
སྨྲ་ནག་གི་ཁ་རྩུབ་ལས་རྣམ་ཤེས་འཁྲུམས་སྲིད་པའི་ང
ནམ་ཞིག་ཚེ་སྲོག་གི་དབུགས་ལམ་ཆད་དེ
མི་ཚོགས་དང་ཁ་བྲལ་ཚེ
འགྲོད་གདུང་གི་ཤུགས་རིང་ཞིག་འབྱིན་མི་ངེས་ལ
ཕངས་སེམས་ཀྱིས་ཨོ་དོད་ཀྱང་སྐྲོག་ག་ལ་སྲིད

༢༠༡༦ ༡ ༢༠

ཨ་མ། འཇིག་རྟེན་གྱི་བདག་མོ།

བུ་ཆུང་ང

ཀླུ་དགུ་ཞག་བཅུར

དུས་ཚོད་ཀྱི་སོ་ཁ་རེ་རེ་ནས

ཁྱེད་ཀྱི་ལྷུ་ཆེན་ལྷུ་ཆུང་སོ་དྲུག་བརྒྱད་དེ

མི་ཡུལ་ལ་ལྷོད་མོར་ཕེབས་པའི་ཉིན་དེ་ནས་བཟུང

ཁྱེད་ནི

བུ་ཆུང་ངའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ལྷ་གསོན་པོ་ཡིན

ཨ་མ

བརྩེ་བའི་ཨ་མ

འཁྱར་འཁྱོར་གྱི་གོམ་པའི་འདེགས་འཛོག་སློབ་མཁན

ལྡབ་ལྡིབ་ཀྱི་སྐད་ཆའི་ཚིག་སྣེ་ལ་ང་རོ་སྦྱོལ་མཁན

འདར་སིག་སིག་གི་ལུས་པོར་བདེ་སྣང་སྦྱིན་མཁན

འཇིག་རྟེན་གྱི་བརྩེ་བའི་བདག་མོ་ཁྱེད

སྙིང་རྗེའི་ཕོ་ཉ་ཡིན

མཁས་མཛངས་ཀྱི་བུད་མེད་ཡིན

ཨ་མ་ཡོད་པས

ང་སྐྱིད་སྡོང

ཨ་མ་ཡོད་པས

ང་དགའ་སྐྱིད

ཨ་མ་ཡོད་པས

ཁྱིམ་ཚང་ལ་དྲོད་སོལ་རྒྱས་སྐྱིད

ཨ་མ་ཡོད་པས

མིག་ཆུ་བཤུར་མ་དགོས

དངན་པ་འཛིན་མ་དགོས

རྐུ་ཡང་བྱེད་མ་དགོས

ཨ་མ་ཡོད་པས

ངའི་འཚོ་བ་ལ་བཀྲག་མདངས་རྒྱས་ཡོད

ཨ་མ་ནི་ངའི་འཚོ་བའི་བྱེད་པོ་ཡིན

སྨུན་སེལ་གྱི་སྒྲོན་མེ་ཡིན

ཨ་མ་ཡོད་པས

ངས་མ་མེད་ཀྱི་སྡུག་བསྔལ་མྱོངས་མ་དགོས་ལ

བདག་མེད་ཀྱི་མིང་བྱང་ཡང་འཐུར་མ་དགོས

དེ་བས་ན

ཨ་མ་ཁྱེད་ནི་ངའི་སྨྲ་ལྷེའི་ཐེལ་གནོན་ཡིན

ཐོས་འཛིན་རྣ་བ་ཡིན

ཡ་ཐོད་ཀྱི་སྨྱུན་ཐུང་ཡིན

ཉིན་རྒྱུན་ཁྱེད་ཀྱི་གསུང་ཚིག་རེ་རེའི་བར་གསེང་ན

འཇིག་རྟེན་དཀར་ནག་གི་རྗེའུས་གྲུབ་སྣངས་ཡོད་ལ

ཉིན་རྒྱུན་ཁྱེད་ཀྱི་ལས་ཀའི་བཀོད་སྒྲིག་གི་ཁྲོད་ན
མི་སེམས་སྐྱུལ་བའི་མཛེས་སྡུག་གི་རི་མོ་ཡོད

ཨ་མ

སྐྱེས་ཆེན་སུ་ཞིག་གི་རྣམ་ཤེས
ཁྱེད་ཀྱི་ལུས་སུ་ཞུགས་ཡོད
མི་ཚེའི་ཕྱོགས་སྟོན
དཀར་ནག་དགེ་སྡིག
ཡ་རབས་ཚུལ་ལྡན
ཡོད་ཚད་ནས་ཡོད་ཚད་ལ་དབུ་ཁྱུད་འཁྲི་མཁན
མདོར་ན
ཁྱེད་ནི་མི་ཡུལ་གྱི་སྐྱེས་ཆེན་ཞིག་གོ

ཁ་སང

སློབ་གྲོགས་ཤིག་གི་བརྩེ་བའི་ཨ་མ
གློ་བུར་དུ
འཛིག་རྟེན་མི་ཡུལ་ནས་ཁ་བྲལ་སོང་ཞེས་ཐོས་འཕྲལ
ངས་ཨ་མའི་འབྱུང་གཞི་ལ་ནད་མེད་བདེ་ཐང་ཡོང་བར་གསོལ་བ་བཏབ་ཅིང
ནམ་རྒྱུན་ སྡུས་མགོར་བཤམས་པའི་པར་རིས་ལ་ཡང་ཡང་བལྟས་ཏེ
རྒྱས་གཉེར་དོད་པའི་ཨ་མའི་ངོ་གདོང་ལ་དབང་མེད་དུ་འོ་ཞིག་བྱས་སོང

ཨ་མ

ཚེ་སྲོག་འདི་ནམ་འཚོ་མི་གསལ་ཡང
མ་འཚོ་བའི་ཡར་སྔོན་དུ་ཁྱེད་ཀྱི་ལུས་སེམས་བདེ་བར་ཤོག

ཕྱུགས་རའི་ལེའུ།

གདོང་སྐྱ་པེར་པེར
ལུས་འདར་སིག་སིག
ལག་འཁྱུ་རེ་འཁྱོར་རེ
སེམས་རྩ་ངེ་རྩིང་ངེ
ཕྱུགས་ཤོག་གི་འདབས་སྣེ་ཞིག་ལ
ལུག་རོ་ལྷ་བུའི་སྣབས་ཤིག་ལྷུང་སྟེ
གཏི་མུག་གི་ཞིང་ཁམས་སྙེག་དུས
ཁ་སང་བཞག་པའི་དམ་བཅའ་དང་དགེ་རྒན་ལ་སྦྲད་པའི་བློ་ཕྱུགས་དག
དེ་རིང་གི་ཚོགས་པའི་སྐྱ་རེངས་དང་བསྟེབས་ནས་སྐྱི་བསེར་རླུང་ལ
བསྐུར་ཟིན་པ་མ་ཡིན་ནམ
དེ་དུས
གཏི་མུག་གི་གཉིད་དེར
བདེ་སྣང་ཞིག་སྐྱེ་སྲིད་དམ
རེ་འགས

སྐར་གྲངས་ནི་གཟི་བརྗིད་ཅིག་ཏུ་སྣང་སྟེ
ངོ་ལྷུགས་ཀྱི་ཟབ་ས་དེར
ཡིག་འབྲུ་རྗོག་པོ་རེ་བྲིས་ཤིང
རྡུམ་ལ་བཙུག་སྟེ
མི་མཐོང་བའི་གྲུ་ཟུར་རེ་ནས
སྐོག་ལྷུ་བྱེད་ཅིང
ངོ་ཚོའི་མཚན་སྙན་ཡང་གཟི་བརྗིད་ཅིག་ཏུ་སྣང་འདུག
གང་ལྷུར
སྐར་གྲངས་ནི་ཡོད་ཚད་མིན་ཏེ
ཞེས་བྱ་ལ་བརྩོན་པར་བྱའོ

ཟླ་འོད་མེད་པའི་མཚན་མོ།

ཟླ་འོད་མེད་པའི་མཚན་མོར
སྐར་མས་ཡིན་མདོག་གི་མགོ་འཕང་བསྟོད་དེ
རང་ནུས་ཅི་ཡོད་ཀྱིས་འོད་སྣང་ཞིག་བསྐྱལ་ཏེ
མུན་པའི་སྒོ་གླེགས་དག་གསལ་བར་བྱེད་དུས
ངས་ནི་ཟླ་བའི་སྣང་བ་ལ་འཁྲིང་ཞིང་སྒུག

ཟླ་འོད་མེད་པའི་མཚན་མོར
ཁེར་རྐྱང་གི་མི་ཞིག་གིས་སློ་ལུ་བྱེད་བཞིན
ཚང་ཁང་གི་གྲུ་ཟུར་དེ་ན་སྙིང་ཉེ་ཞེས
མིག་གོང་གཉིས་མཆི་མས་བཀངས་ཏེ
ཐ་མག་ཅིག་འཐེན་ཞིང་བརྟུབས

ཟླ་འོད་མེད་པའི་མཚན་མོར

གཡང་འབུམ་གྱང་ཁ་ནས་མཆོངས་ཏེ
སྒྲོལ་མར་འོ་ཞིག་བྱས་པས
སྒྲོལ་མ་རྐྱེ་ལམ་ལས་སད་དེ
ཨག་སྐད་དཔེ་མེད་པ་ཞིག་ཤོར
མཚན་ལྗོངས་དེའི་ལྷིང་འཛགས་དགྲོགས་ཤིང་དཀྲུག

ཟླ་འོད་མེད་པའི་མཚན་མོར
གློག་ཞུའི་མཚན་ལྗོངས་གསལ་ཞིང
དུག་རླངས་ནམ་མཁར་ཁྱབ་པས
ས་ཆེན་གྱི་འོད་སྣང་ཞིག་ལ་རེ་ཞིང་བསྒུག་སྟེ
ང་ངག་གི་དབྱངས་ཧ་མཆེད་ཅིང་སྒྲོག

སྒོར་གཅིག་དང་ཟུར་ལྔ།

སྒོར་གཅིག་དང་ཟུར་ལྔའི་བག་ཆགས་ཤིག
སེམས་འགྱུལ་གྱི་སྐུལ་ཤུགས་ཤིག་ཏུ་གྱུར་དུས
དེ་ནི་བརྩེ་དུངས་ཀྱི་དབུ་ཕྱུད་ཅིག་ཡིན་པར་སྣང
བརྩེ་དུངས་ནི་ཕྱི་གསལ་ནང་གསལ་ཞིག་མིན་ཡང
ངས་དེ་ནི་ལྷག་བསམ་ཟློལ་མེད་ཀྱི་དན་རྟགས་ཤིག་ཏུ་སྒོམ་ཡོད

རྨི་ལམ་ཚར་བདུན་མ།

རྨི་ལམ་དུ་རང་ལ་གཤོག་པ་ཐོགས་ཏེ
མཐའ་མེད་ཀྱི་སྤངས་ལྗོངས་ཤིག་ཏུ་འཕུར
དེ་རུ་རྩྭ་ཆུ་ཤིན་ཏུ་འཛོམས
ཕྱུགས་རིགས་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་མང་ངོ
དེ་ནས་འཚོ་བ་རོལ

རྨི་ལམ་ལས་མི་ཤོར
རྨི་ལམ་ལས་མི་བསད
སྙིང་རྗེ་འགད་ལ་ཁད་བྱས
རི་ཁྲུག་ཅིག་ཏུ་ཡིབས
ཨ་ཕས་པོས
བླ་མར་གསོལ་བ་བཏབ
གཅིན་པའང་ཙུང་ཤོར་འདུག
རྨི་ལམ་ལས་དེ་དུས་བྱིས་དུས་ཤིག་ཡིན་འདུག

རྨི་ལམ་ལས་དགའ་རོགས་བཙལ

དགའ་རོགས་དེར་དགའ་ས་ཡོད
དགའ་ས་དེ་ཕུ་བོ་ཞིག་ཡིན་འདུག
རང་ཉིད་ཀྱིས་ཕུས་མོ་ཏུམ་ནས་གཅིག་ཕུར་ཉལ
རྨི་ལམ་ལས་ཆང་འཐུང་བཞིན་འདུག
ཧ་ཅང་བཟི་འདུག
སྨུག་ནག་གི་མཚན་མོ་ཞིག་ལ
ཁྲི་ཐན་འགགས་སོས་འཚའ་བཞིན་འདུག
ཨག་སྐད་བཏབ་ནས་སྐྱུག་པ་ཞིག་ཤོར་འདུག

རྨི་ལམ་ལས་ཐན་པ་བྱུང
རྨི་ལམ་ལས་ཆུ་ལོག་བྱུང་སྙེ
ཟ་རྒྱུ་འཐུང་རྒྱུ་མེད་ཅིང
གོན་པ་དྲལ་བོ་རེ་གྱོན་ནས
ཡུལ་གྲུར་བར་གྲུར་འདུག
རྨི་ལམ་ལས་རང་ཉིད་ཤི་འདུག
དམྱལ་བའི་འགག་འཕྲང་དོག་མོ་ཞིག་ན
དངངས་སྐྲག་ཅིག་ཤེད་ཀྱིས་སྐྱེ་བཞིན
 སྡེས་མགོའི་བླ་མར་གསོལ་བ་འདེབས་བཞིན
བསགས་པའི་སྡིག་པ་ལ་མིག་ཟུར་གྱིས་ལྟ་བཞིན
འཁྲམ་ཤ་ནས་ནེམ་ནེམ་འཐེན་ཏེ་མིག་ཆུ་གཏོར་ཡང
གཤིན་རྗེའི་རྒྱ་མ་དྲང་ཞིང་བདེན་པས

སྐྱེ་བ་རྗེས་མ་ལུ་གྱུ་ཞིག་གི་སྐྱེ་བར་བགོད་འདུག

རྨི་ལམ་གྱི་རྨི་ལམ་ལས་ནས་སད་དེ
སློབ་གྲྭར་འགྲོ་བཞིན་འདུག
ལམ་བར་དུ
དྲག་ཆར་བབས་ཏེ
འགྲོ་ལམ་བཅད་པས
སེམས་པ་ཧ་ཅང་སྡུག་སྟེ
ཨ་མར་འབོད་ཀྱིན་འདུག

སྤྲིའུ་ཡོལ་དཀར་པོ།

སློབ་གྲྭའི་ལྟག་རྒྱབ་ཀྱི་ཁང་བརྩེགས་དེ་རུ
སྤྲིའུ་ཡོལ་ཞིག་དཔྱངས་ཡོད
སྤྲིའུ་ཡོལ་དེ་དཀར་པོ་ཞིག་ཡིན
སྤྲིའུ་ཡོལ་རླུང་གིས་སྤྱུལ་ཐེངས་རེར
ངས་བུ་མོ་ཞིག་དྲན་གྱིན་ཡོད

བུ་མོ་དེ
ནར་མ་སོན་པའི་སྨྱུ་གུ་ཞིག་ཡིན

དབྱིངས་ནས་འཕྱོར་བའི་རྒྱ་སེའི་མེ་ཏོག

དྲུག་གཅིག་བྱིས་པའི་དུས་ཆེན་ལ།

བྱིས་དུས་ནི་འོད་དུ་སྦྲུམ་པའི་རྨི་ལམ་ཞིག
རྨི་ལམ་དེ་ཧ་ཅང་ཡག
རྨི་ལམ་དེ་ཧ་ཅང་ཐུང

བྱིས་དུས་ནི་སྐར་ཚོགས་དབུས་ཀྱི་ཟླ་བ་ཞིག
ཟླ་བ་དེ་ཧ་ཅང་སྒོར
ཟླ་བ་དེ་ཧ་ཅང་བསིལ

བྱིས་དུས་ནི་དབྱིངས་ནས་འཕྱོར་བའི་རྒྱ་སེའི་མེ་ཏོག་ཅིག
མེ་ཏོག་དེ་ཧ་ཅང་མཛེས
མེ་ཏོག་དེ་ཧ་ཅང་ཞིམ

དེ་རིང་གི་ཁ་བ། དེ་རིང་གི་སྐྱིལ་མ།

— ༢༠༡༨ལོའི་མཐོ་གསུམ་སློབ་མ་ཡོངས་མཐོ་རྒྱུགས་ལས་རྒྱལ་གྱུར་ཅིག

ཁ་བ་འདི
ལོ་འདིའི་ཆེས་མཐའ་མཇུག་གི་ཁ་བ་རེད
དགོད་སྒྲ་འདི
ཁྱེད་ཚོས་ང་ཚོར་བཞག་པའི་ཆེས་མཐའ་མཇུག་གི་དགོད་སྒྲ་རེད
དེ་རིང་གི་ཁ་བ
དེ་རིང་གི་སྐྱིལ་མ
རང་འགྲིག་གི་རྟེན་འབྲེལ་ཆགས་སྣང་ཞིག
ཟླ་ལྔ་བའི་ཁ་བ
འདབ་མ་དྲུག་ལྡན་ཡིན
ཟླ་དྲུག་པའི་ཁྱེད་ཚོ
སེར་ཆེན་མེ་ཏོག་ཡིན
མི་ལོ་བཅུ་གཉིས་སྟོན་གྱི་ཁྱེད་ཚོ་ནི་བྱེའུ་ཚོགས་ཞིག་སྟེ

འཕྲུར་རྒྱལ་ལ་སློན་པའི་བྱེའུ་ཕྲུ་ཚོགས་ཤིག

མི་ལོ་བཅུ་གཉིས་འདས་སོང་བའི་དེ་རིང

ཁྱེད་ཚོ་ནི་གསོག་པ་ཐོགས་པའི་གྲོད་པོ་ཕྲུ་གཅིག་ཡིན་ཏེ

སྣང་བ་རང་ཡན་གྱིས་གནམ་འཕང་བསྐྱོད་ཚོག་པའི་གྲོད་པོ

ཕྲུ་གཅིག་ཡིན་པས

དེ་རིང་གི་ཁ་བ་དང་དེ་རིང་གི་སྐྱེལ་མ་འདི

ང་དང་གནམ་སྟོན་པོས་ཁྱེད་ཚོར་གནང་བའི་ཆེས་མཛེས་སྨུག

ལྡན་པའི་ལེགས་སྐྱེས་ཡིན

གྲོད་པོ་ཚོ

གསོག་པ་ཆེ་ཆེར་རྒྱོངས་ལ་གནམ་འཕང་ཚོད་དང

མཐའ་མེད་པའི་ནམ་མཁའ་དེ་ནམ་ཡང་ཁྱེད་ཚོའི་མངའ་ཁོངས་ཡིན

ཡིད་ཆེས་དང་སྤོབས་པས་འཕྲུར་དང

ང་ཚོས་ཁྱེད་ཚོར་སློན་འདུན་གྱི་ཁ་གཡང་བཛོད་ཡོང

ཡིད་ཆེས་ཡོད

མཐོ་གསུམ་པ

ཤུགས་སྟོན་བྱོས

ཆ་ཚུ་བ

ཁྱེད་ཚོ་ནི་ཆ་ཚུ་བའི་ཉི་གཞོན་བསུ་བའི་འཛུམ་མདངས་ཡིན

ཕ་ཡུལ་ན།

ཕ་ཡུལ་ན

རི་བཙན་ཟེར་བའི་སྐྱེས་ལྷ་བཙན་པོ་ཞིག་ཡོད

སྐྱུང་ལུང་ཟེར་བའི་ལུང་བ་དོག་མོ་ཞིག་ཡོད

ལུང་སྣམ་ཟེར་བའི་ཆུ་མེད་ལུང་བ་ཞིག་ཡོད

ཆྱ་ཐོད་ཟེར་བའི་དེའུ་འབུར་ཆུང་ཆུང་ཞིག་ཡོད

ཕ་ཡུལ་ན

ཕ་ཡུལ་དང་འབྲེལ་བའི་གཏམ་རྒྱུད་མང་པོ་ཞིག་ཡོད

ཕ་ཡུལ་ན

ངའི་ལྟེ་ཁྲག་གི་དྲངས་མ་ཡོད

ངའི་བྱིས་དུས་ཀྱི་ཕྱིར་དྲན་ཡོད

རྟ་ནོར་ལུག་གསུམ་ཡོད

མི་གཉིས་ཀྱི་དྲངས་མ་ཡོད

ཕ་ཡུལ་ན

སྡེ་དཔོན་མགོ་ཆེ་ཞིག་ཡོད

གསར་བུ་སྟོབས་ཆེན་ཞིག་ཡོད

གསར་མོ་ཡག་མ་ཞིག་ཡོད

ཕ་ཡུལ་ན

བརྗོད་མི་ཚར་བའི་འདས་དོན་ཡོད

ཕ་ཡུལ་ན ……

པཎ་ཆེན་དྲན་པའི་མིག་ཆུ།

མི་རིགས་ཤིག་གི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཚགས་ན
ཁྱེད་ཀྱིས་མཁས་མཛངས་ཀྱི་སྙིང་སྟོབས་གསོན་པོ
ཡི་རང་དང་དད་མོས་སུ་གྱུར་ཡོད་ལ
མི་རིགས་ཤིག་གི་རྗེས་དྲན་གྱི་སེམས་ཁོང་ན
མི་རབས་ནས་མི་རབས་སུ་བརྗེད་མི་ངེས་པའི
བློ་གྲོས་གསུམ་འཛོམས་ཀྱི་སྐྱེས་མཆོག་ཅིག
ཁྱེད་ཀྱི་བླ་མེད་ཀྱི་མཛད་རྗེས་དེས
མི་རིགས་ཤིག་ཉམས་ཉེས་ཀྱི་ཉེན་ཁ་ལས་སྐྱབས་ལ
ཁྱེད་ཀྱི་མཁྱེན་དཔྱོད་ཀྱི་བློ་རྒྱ་ལས
མི་རིགས་ཤིག་ཡང་དག་པའི་ལམ་སྟེར་ཁྲིད་པས
ཁྱེད་ནི་མི་རིགས་ཤིག་གི་མགོན་སྐྱབས་ཡིན་ལ
མི་རིགས་ཤིག་གི་རིག་པའི་དཔའ་བོ་རྟལ་མ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན
ཁྱེད་བཞུད་ཤུལ་དུ་ང་ངག་གི་དབྱངས་ཧ་བར་མེད་དུ་སྒྲོག་པ་འདི
སེམས་ཁོང་གི་སྐྱིལ་མ་ཡིན་ལ
ཁྱེད་བཞུད་ཤུལ་ན་གསོལ་འདེབས་ཀྱི་སྨོན་ཚིག་ཤབ་ཤུབ་ཏུ་བཟློ་བ་འདི
རྗེས་དྲན་གྱི་མཆོད་པ་ཉག་ཅིག་ཡིན
པཎ་ཆེན་ལགས

ཁྱེད་བཞུད་རྗེས

མི་རིགས་ཤིག་དལ་བུར་ཁུ་སིམ་མེར་གྱུར་ལ

སྐད་ཡིག་དང་གོམས་གཤིས

མདོར་ན་མི་རིགས་དེའི་ལྟ་བ་དག་ར་མགོ་ལུག་སྒྱུར་དུ་གྱུར་སོང

ཁྱེད་བཞུད་རྗེས

ང་ཚོའི་མཁའ་དབྱིངས་ནས་སྤྲིན་ནག་གི་འཛའ་གུར་ཕུབ་སྟེ

ཆར་བ་ཤག་ཤག་ཏུ་བབས་ཤིང་འབྲུག་སྒྲ་གྲགས

སྨུན་ནག་འཚོ་བའི་ཁྲོད་ཀྱི་ང་ཚོར་ཁྱེད་ཀྱི་ཐུགས་རྗེ་མཐོ་བས

ཁྱེད་ཀྱི་གཟི་བྱིན་གྱིས་བརྒྱན་པའི་ཡང་སྤྲུལ་གསེར་གྱི་ཉི་གཞོན་དེ

སྨུན་ནག་བཙོན་ར་ལས་ཐར་གྱུར་ཅིག

པཎ་ཆེན་ལགས

རིན་པོ་ཆེ

བཞེས་གཉེན་གྱི་བཀའ་དྲིན་རྗེས་སུ་དྲན་པ།

ངའི་ལམ་སྟོན་གྱི་སློབ་མ
ངའི་མཁའ་དབྱིངས་ཀྱི་ཉི་མ
ཁྱེད་ཀྱི་མཛུབ་སྟོན་ལས
ངས་ཤེས་བྱ་ཡི་ལྡེ་མིག་རྙེད་ལ
ཁྱེད་ཀྱི་བང་མཛོད་ལས
ངས་བསླབ་བྱ་ཡི་ཡོན་ཏན་རྙེད
ཁྱེད་ཡོད་པས
ངས་མ་འོངས་ཕྱུགས་བསམ་གྱི་སྒོ་གླེགས་ཡངས་པོར་ཕྱེས་ཤིང
ཁྱེད་ཀྱི་ཕྱུགས་རྗེ་ལས
ངའི་མི་ཚེ་ལ་ཁ་ཕྱོགས་ཡོད་པ
དམིགས་འདུན་ཡོད་པར་གྱུར་སོང
མདོར་ན
དེ་དག་ཡོད་ཚད
དགེ་རྒན་གྱི་བཀའ་དྲིན་ལས་མ་འདས་སོ

ཀི་རིང་ཞིག་འདེབས་བསམ་གི

མཐོན་པོའི་སྣང་ལ་བྱུད་ནས་ཀི་རིང་ཞིག་འདེབས་བསམ་གི
སྨྲ་ལྡེ་བཙོན་ལ་བཟུང་བའི་ལོ་ཟླ་དེ་དག་ལ
སྡུག་གི་མུན་པ་དམྱལ་བའི་ཚ་གྲང་དང་འདྲ་ལ
སྐྱིད་ཀྱི་ཉི་གཞོན་དམའ་མོའི་རི་མགོ་ནས་མཐོང་དཀའ

མགོ་བོ་ཡར་ལ་བཀྱགས་ནས་ཀི་རིང་ཞིག་འདེབས་བསམ་གི
མེས་པོའི་ཕ་སྐད་ཉམས་པའི་ལོ་ཟླ་དེ་དག་ལ
མཁའ་ནས་སྤྲིན་དང་ཆར་ཆུའི་འབབ་མཚམས་མི་འཛོག་ཅིང
ས་ནས་ཐན་དང་སྐོམ་པའི་གདུང་བ་མནར་མེད་མྱངས

ལག་པ་ཡར་ལ་བརྡེགས་ཏེ་ཀི་རིང་ཞིག་འདེབས་བསམ་གི
སྔོན་བྱོན་ཡབ་མེས་བཙན་པོའི་ལོ་རྒྱུས་མ་ཤེས་གོང
རྩ་ཆུ་ཙམ་གྱི་དོན་དུ་ནང་དམེ་བྱེད་པ་འདི
མི་རིགས་ཉམས་རྒུད་འགྲོ་བའི་སྔོན་འགྲོའི་སྔ་ལྟས་རེད

གྲོགས་སྙིང་ཞིག་ལ།

སྔོན་ཆད
སྐྱིད་སྡུག་མཉམ་རོལ
ཟས་ཕྱུན་མཉམ་ཟ
དགའ་སྐྱོ་མཉམ་འཁྱུར
དེ་དུས་སྐྱིད་པ་ལ
དེང་སང
རྒྱུ་ནོར་གྱི་ཕོ་བ་ཅུང་མེད་པའི་ཁྲོད
མི་ཚོགས་ཀྱི་གྲས་ན་མགོ་འཕང་གནམ་ལས་མཐོ་ཞིང
ངའོ་སྙམ་པའི་ང་རྒྱལ་གྱིས་བཟི་ནས
གྲོགས་པོ་ཚོའི་རྣམ་འགྱུར་ལ་བལྟ་བའི་མི་ཞིག་ཏུ་གྱུར་འདུག
དེ་དུས
ཆུང་དུས་ཀྱི་ང་ཚོ
རིག་གི་མེད་ལ
རིག་ན་ཡང་དགའ་ཡི་མེད་པས
ང་ཚོས་ཞུ་ཚུགས་ཀྱི་མདའ་མོ་དེ་ཁྱེད་ལ་སྟོན་ག་ལ་སྲིད

རྣམ་ཤེས་དེ། ཚང་རག་གིས་སྦྲགས་པའི་རྣམ་ཤེས།

རྣམ་ཤེས་དེ
ཚང་རག་གིས་སྦྲགས་པའི་རྣམ་ཤེས་དེ
སྤྲང་ལྟོགས་ལྟར
མཐའ་མེད་པའི་ལུང་སྟོང་དེ་རུ
ལུག་ཕྲུ་ཞིག་གི་རྐང་རྗེས་སྙེག་གིན་འདུག

རྣམ་ཤེས་དེ
ཚང་རག་གིས་སྦྲགས་པའི་རྣམ་ཤེས་དེ
གཡུལ་ཕམ་གྱི་འཐབ་མོ་བ་ཞིག་ལྟར
སྐྱོ་གདུང་དང་མིག་ཆུ་འཁོན་སེམས་སུ་རུམ་ནས
མཐའ་ཡས་པའི་གཡུལ་སར་གླུ་གཞས་གཏོང་གིན་འདུག

རྣམ་ཤེས་དེ
ཚང་རག་གིས་སྦྲགས་པའི་རྣམ་ཤེས་དེ

བརྩེ་དུངས་ལ་ཆག་གྲུམ་ཤོར་བའི་རྨ་ཁ་ཞིག་ལྟར
སྙན་འཇེབས་ཀྱི་རོལ་དབྱངས་ལ་སྙན་ཆ་མེད་ཅིང
དྲི་ཞིམ་གྱི་ཁ་ཟས་ལ་བྲོ་བ་མེད་པ་ཅིག་ཏུ་གྲུབ

རྣམ་ཤེས་དེ
ཚང་རག་གིས་སྦྲགས་པའི་རྣམ་ཤེས་དེ
སུ་ཞིག་གི་ཚེད་དུ
ཅི་ཞིག་གི་སླད་དུ

པོ་ཏ་ལའི་ཟིན་བྲིས།

མི་འགོར་འབབ་ཚིགས
བརྟག་དཔྱད་ས་ཚིགས
རེ་རེ་ལས་བརྒལ་རྗེས
སྤྱི་སྤྱོད་ས་ཚིགས་སུ་འཚང་ཁ་བྱེད་པའི་གོ་རིམ་དེ
བཙོན་རར་འདེད་པ་དང་ཀུན་ནས་མཚུངས
ས་ཚིགས་དང་པོ
མར་བབས་ཡར་བུད
ས་ཚིགས་གཉིས་པ
ཡར་བུད་མར་བབས
རིམ་བཞིན་ས་ཚིགས་མང་པོ་ཞིག་བརྗེས་རྗེས
སྣང་བ་ཆེ་འཕྲེད་དུ་ཉལ་བ་ལྷ་བུའི་རི་མགོར་ཆགས་པའི
ཀུན་གྱིས་བསྟོད་ཅིང་བསྔགས་པའི
པོ་ཏ་ལར་སླེབས་སོང

༢༠༡༥ ༡༢ ༡

ཁ་སང་གི་ལོ་ཟླ།

ཁ་སང་གི་ལོ་ཟླ་ལ
སྟག་ཤར་གཞོན་ནུ་ཞིག་གིས་ཁྲིམ་གཞི་བརླགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་ལ
སྨན་ཤར་བུ་མོ་ཞིག་གིས་གནས་ཡུལ་འཁྲིམས་པའི་སྐྱིད་སྡུག་ཡོད

ཁ་སང་གི་ལོ་ཟླ་ལ
སློབ་མ་མ་རབས་ཤིག་གིས་དགེ་རྒན་ལ་བརྡུངས་པའི་ཐ་ཤལ་གྱི་སྤྱོད་པ་ཡོད་ལ
ཁྲིས་པ་ཕྲ་ཚག་ཅིག་གིས་སྲུང་མདོའི་སིལ་རྡོག་བརྐུས་པའི
དགོད་བྲོ་བའི་མཚར་གཏམ་ཡོད

ཁ་སང་གི་ལོ་ཟླ་ལ
ས་ཆེན་ཤེད་ཀྱིས་འགྱུལ་བའི་འཁྲུན་སྒྲ་ཡོད་ལ
ཆུ་ཆེན་ཤུགས་ཀྱིས་བཞུར་བའི་སྣན་དབྱངས་ཡོད

ཁ་སང་གི་ལོ་ཟླ
ཁ་སང་གི་འཚོ་བ
ཡོད་ཚད་འདས་ཟིན་པའི་ལོ་ཟླ་དེ་ག་རང་རེད་ལགས

གནས་མཇལ་བ།

ལམ་ཐག་རིང་པོ་ཞིག་ནས
ལེ་བར་སྙོང་ཐྲག་འགའ་ལ
སྙོམ་པས་གདུང་ཀྱང
དཀའ་བས་ངལ་ཡང
འགྱུར་མེད་ཀྱི་དད་སེམས་དེའི་ལྷོད་དུ
ཚུ་ཆེན་པོ་བརྒལ་ཞིང
རི་མཐོན་པོ་བརྒྱུད་དེ
ཉིན་ཁར་ཉིན་བརྩེགས
ཟླ་ཁར་ཟླ་བརྩེགས་ཏེ
ཉིན་ནས་མཚན
མཚན་ནས་ཉིན
རེས་སུ་བསྒོར་ཏེ
དྲི་མས་མ་གོས་པའི་དྭངས་གཙང་གི་ཆུ་མིག་བཞིན
མདུན་ནས་མདུན་དུ
སྤོབས་པས་བསྐྱོད

གཡུ་གྲོང་།

སྨུག་པས་ཁེངས་པའི་མཁའ་དབྱིངས་དེའི་ཐུ་འོག་ན
གཡུ་འབྲུག་ལྟར་འཁྱུག་པའི་གྲོང་ཁྱེར་ཞིག་ཆགས་ཡོད་དེ
དེ་ནི་གནའ་བོའི་ཚོང་ལམ་རྙིང་བ་ཞིག་སྟེ
གཡུ་གྲོང་ཞེས་པ་དེ་ཡིན
ལོ་རྒྱུས་སུ
དམར་དམག་རྒྱུང་བསྐྱོད་སྐབས་སུ
ལྷམ་ཆད་རེ་འགའ་དེ་ཧུ་བསྒྱུར་སྦྱོང་ཐེར་ཞིང
ཀྱང་ཧྲུན་ཐམ་པ་ཐེར་བའི
གནའ་བོའི་བཟོ་བཀོད་ཅིག་གིས་རྩ་ཚུ་ལུ་མར་སྣ་རགས་བཅིངས་ཡོད
འཛུམ་དམུལ་དམུལ་གྱི་མི་རིགས་དེ
ཤུན་མ་ཞིག་དང་གཉིས་སུ་མེད
གཡུ་གྲོང
ཤུན་མ
ཁྲམ་པ
དེ་བས་ཀྱང་མང་ངོ

བརྡ་རྟགས་མེད་དུས།

ལྕགས་ཀྱི་ཨ་ལོང་ཞིག་ལ
ཁེར་ལབ་བྱས་ཏེ
རང་སེམས་གསོ་དུས
ཕ་གའི་གཟིམ་ལ་ཉེ་བའི
སྲིད་པའི་རྒན་པོ་དེ་ཡང
ལྕུག་ལྕུག་དགོད་ཀྱིན་གདའ

ས་སྲོད་དེར
མདུན་ཕྱོགས་ཀྱི་ལྕགས་སྡོང་དེ
སུ་ཚང་གི་སོ་ལྷ་བ་བཞིན
གྲོང་ངེར་འཁྱིང་ཞིང་ཅི་ཡང་མི་སྨྲ་བས
སྐེ་བ་དེ་ཡང་ལྷིང་འཇགས་སུ་གྱུར་ཡོད

སྙན་ངག་ཐུང་ངུ་ཚན་པ་གསུམ།

མིང་མེད།

མ་ཤོམ་ནི་མིན
ཤོམ་པ་མ་བཅོལ་བས་ཡིན

ང་བཟི་འདུག

ངས་ཨ་རག་མ་འཐུང་ཡང
ང་རབ་ཏུ་བཟི་འདུག

ཧ་ཅང་སྨུན་དུས།

འཛིག་རྟེན་གྱི་ཡོད་ཚད
ངའི་ཕྲག་ཏུ་བབས་པ་བཞིན
རྫུལ་ཆུས་གདོང་ཡོང་བརླན་སོང

ཕ་སྐད།   ངའི་ཚེ་སྲོག་གི་བཞུར་རྒྱུན།

ཕ་སྐད
དབྱངས་ཡིག་བཞི་ཡི་ང་རོ
གསལ་བྱེད་སུམ་ཅུའི་དབྱངས་རྟ
ངའི་མཁྲིན་པའི་བར་སྟོང་བར་དུ་འཕྱིམ་པའི་བསིལ་འཇམ་གྱི་བདུད་རྩི
ཁྱེད་རང
འཇམ་གླིང་འཛིན་མའི་ཡང་རྩེ་ནས་ཡང་ཡང་མཐོང་དུས
ངས་བཞུད་ཟིན་པའི་མེས་པོ་ཚོའི་དགོད་སྒྲ་ཐོས་ལ
གཉིགས་སོང་བའི་དཔའ་བོ་ཚོའི་བློ་སྤོབས་དྲན་བྱུང
ཡིན་ཡང
དུས་ཀྱི་སྐལ་ཚོགས་བརྗེ་ཐེངས་རེ་རེར
ངས་སྲོད་ཁའི་ཉི་གཞོན་གྱི་ཕུང་པོ་གཡར་ཏེ
ཁྱེད་ཀྱི་པང་ཁུད་དུ་སླེབས་ཀྱང
ཁྱེད་རང

རྨས་ཕོག་པའི་དམག་མི་ཅིག་ལྟར
ང་ལ་ལག་བརྡ་ལས་གཞན་ཅི་ཡང་མ་གནང
གྱི་རེད
མི་རིགས་ཞིག་བསད་ཚར་བའི་ལོ་རྒྱུས་ནི་མེད་ཀྱང
མི་རིགས་ཞིགས་ཉམས་ཚར་བའི་ལོ་རྒྱུས་ནི་ཧ་ཅང་མང་བས
ང་ཚོས་ཅིས་ཀྱང་ཕ་སྐད་ལ་བདག་པོ་རྒྱག་དགོས

འཛུམ་པའི་གདོང་།

སྣང་བ་ཞིག་ལ
འཕྲད་སྐྱོང
འཐམས་སྐྱོང་བའི་ཁྱོད་ཀྱི་ངོ་གདོང་ལ
ཡང་ཡང་བལྟས་པས
འཁྲུལ་སྣང་གི་རྨི་ལམ་ཞིག
གཙང་བོ་དེའི་ཕར་ཚུར་དུ་གཡོ་བཞིན་འདུག

ངོ་གདོང་དེ
འཛུམ་པའི་ངོ་གདོང་དེ
ཆེས་སྤྱིར་བཏང་གི་ངོ་གདོང་ཞིག་ཏུ་འདོད་ཀྱང
ཡང་ཡང་བལྟས་པས
དེ་ནི་ཁྱེད་ཀྱི་ཆེས་མཛེས་སྡུག་ཅིག་ལས་མ་འདས

སྤྲོད་ཁའི་མཚམས་སྤྲིན།

བཞུད་ལ་ཉེ་བའི་མེ་དཔུང་དེ
མཚོ་ཁའི་ངང་བ་ཞིག་ལ་ཆགས་ཏེ
གྱེས་གཏམ་གྱིས་ཞུ་མཆིད་ཅིག་བྲིས

ཞུ་མཆིད་དེ
སང་ཉིན་གྱི་ཉི་ཟེར་ཡིན་ནམ

ཕ་ཡུལ།

༡

ཕ་ཡུལ་ལགས   ཁྱེད་ནི
དུས་རབས་ཀྱི་སྐལ་གཞུང་དུ་འགྲེང་བའི་སྲིད་པའི་མི་བུ་རྩག་རྒན་ཅན་དེ་ཡིན
ཁྱེད་ཀྱི་པང་ཁུད་དུ
མི་རབས་ཞིག་གིས
མདའ་གྲི་མདུང་གསུམ་གྱི་སོ་ཁས་ཁྲག་ཡིག་བྲིས་སོང་ཞིང
མངར་སྐྱུར་ཁ་གསུམ་གྱི་འཚོ་བར་སྐྱ་ཐིག་ཕབ་སོང
གཡུ་འབྲུག་མཁའ་ལ་གྲག་པའི་དབྱར་གཞུང་རེ་རེར
ཁྱེད་ཀྱིས་འབྲི་འོ་མའི་རྒྱ་མཚོ་བསྐྱིལ་བས
སེམས་གངས་དཀར་གླུ་ལ་དྲངས་སྐད

༢

ཕ་ཡུལ་ལགས   ཁྱེད་ནི
གོ་ལའི་སྲིད་ན་འཁྱིང་བའི་གངས་ཀྱི་སེང་གེ་གཡུ་རལ་ཅན་དེ་ཡིན
ཁྱེད་ཀྱི་སློ་སྒྲོབས་ལས
སུམ་གཉིས་ས་ཡི་གོ་ལ་དབང་དུ་བསྡུས་སོང་ཞིང
མ་ཏུངས་སྡིག་ཅན་མཐའ་དག་ཚར་དུ་བཅད་སོང

ཁ་ཆར་གངས་ལ་བབས་པའི་ལོ་ཟླ་རེ་རེར
ཁྱེད་ཀྱི་མཛད་རྗེས་ཁ་བའི་ལྗོངས་སུ་བསྡམས་པས
སྐྱིད་དགའ་སྒྲོའི་ཡོ་ལང་གངས་ལ་བཞག་སོང་སྐད

༣

པ་ཡུལ་ལགས　ཁྱེད་ནི
རྒྱ་མཚོན་པོའི་རི་ལ་གནས་པའི་འབྲོང་རྒོད་རྭ་རྩེ་རྣོན་པོ་ཅན་དེ་ཡིན
ཁྱེད་ཀྱི་རྭ་རྩེ་ལས
མི་རིགས་ཀྱི་ཉམས་རྒྱུད་མཐའ་དག
ཤེད་ཀྱིས་ཆུ་ལ་བསྐྱུར་ཞིང　རླུང་ལ་བསྐྱུར་ཡང
མི་རབས་འདིར་ནད་དུག་ཅིག་ཕོག་པས
ཁྱེད་ཀྱི་རེ་བ་དེ་གཞི་ནས་རྙེད་སོང

༤

པ་ཡུལ་ལགས　ཁྱེད་ནི
རྒྱ་རྫོང་ནགས་སུ་གནས་པའི་དམར་ཡག་སྟག་མོ་འཛུམ་དྭུག་ཅན་དེ་ཡིན
ཁྱེད་ཀྱི་མཆེ་སྡེར་ལས
རུལ་སུངས་ཀྱི་གཡབ་མོར་ངར་སྐད་བསྒྲད་དེ
གཉའ་གནོན་གྱི་མེ་ལྕེར་མཆེ་བས་གཅིགས་ཀྱང
དུས་རབས་འདིར
རྗེས་ལུས་ཀྱི་རྣམ་པས་ཁེངས་ཡོད

མ་འོངས་པ་མཚོན་པའི་སྙན་ངག

ཚིག་གི་རི་མོར
དབྱངས་ཀྱི་ང་རོ་བསྒྲལ་ཏེ
སྲང་ལམ་གྱི་རྟག་བར་རེ་རེ་ཞུལ་དུས
མི་ཚོགས་ཀྱི་འཛུམ་མདངས་དེ
བསླུ་བྲིད་ཀྱི་གཡབ་མོར་བསམ་སྣེ
གས་ཆག་ཤོར་བའི་བརྙེ་དུང་ཞིག་ལ་ཕྱིར་འདང་བརྒྱབ

ལག་པའི་ཕྱག་རྒྱས
ང་ཡི་ཕྱོགས་ལ་ཡང་ཡང་གཡུག་ཅིང
མིག་གི་ཟུར་མདས་འཇའ་ཡི་འོད་ཟེར་དལ་བུར་བརྫོལ་དུས
ཨ་ཕས་བརྩིགས་པའི་བསང་ཁྲི་ལ
བསང་དུད་སྔོན་མོ་ཞིག་ཕུད་པར་བྲེལ་ཏེ
རྒྱང་རིང་གི་ཕ་ཡུལ་ཡིད་ལ་དྲན

མཚོ་མོའི་འགྲམ་ངོགས་བརྒྱུད་ན།

མཚོ་མོའི་འགྲམ་ངོགས་བརྒྱུད་ན
སྤོ་ལྡོང་གི་སྤང་ཐང་ཞིག་ཏུ་བསླེབ་སྲིད
སྤང་ཐང་དེ་རུ
གེ་སར་རྒྱལ་པོའི་ཞབས་རྗེས་གསལ་ཞིང
སེང་ལྕམ་འབྲུག་མོའི་མཛེས་སྡུག་མཐོང་ཐུབ

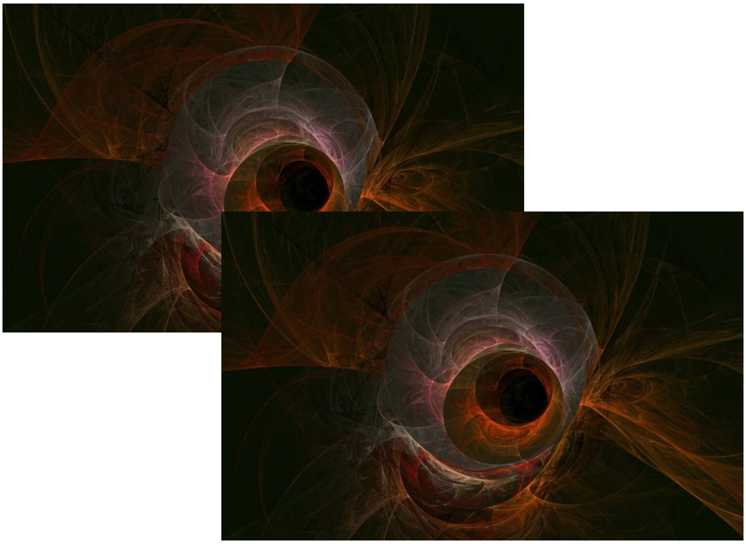
མཚོ་མོའི་འགྲམ་ངོགས་བརྒྱུད་ན
གཡང་གཟར་གྱི་རི་རྒྱུད་ཅིག་ལ་བསླེབ་སྲིད
རི་རྒྱུད་དེ་རུ
བན་སེར་མོ་ཞིག་གི་གནས་མལ་ཡོད་ཅིང
བུ་དཔའ་བོ་ཞིག་གི་སྐྱེས་ལྷ་བཞུགས

མཚོ་མོའི་འགྲམ་ངོགས་བརྒྱུད་ན
མིག་ལམ་ཡོངས་སུ་བསྒྲིབས་པའི་གྲོང་ཁྱེར་ཞིག་ལ་བསླེབ་སྲིད

གྲོང་ཁྱེར་དེ་རུ
གྲིབ་གཟུགས་མེད་པའི་མི་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་ལ
སྐལ་ཚོགས་མེད་པའི་མིའང་མང་པོ་ཞིག་ཡོད

མཚོ་མོའི་འགྲམ་ངོགས་བརྒྱུད་ན
ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་བྲེ་ཐང་ཞིག་ཏུ་བསླེབ་སྲིད
བྲེ་ཐང་དེ་རུ
དམག་འཁྲུག་གི་ནད་ཡམས་ཀྱིས་ཁྱབ་ཅིང
ལྟོགས་སྐོམ་དང་འོ་དོད་ཀྱིས་ཟིན་ཡོད

བཙད་མ་སྨུ་དིག་གི་ཚོམ་བུ།



གྲིབ་མའི་འོག་གི་བརྩེ་དུང་།

ལོ་ཟླའི་འཁོར་ལོ་རེས་མེད་དུ་འཁོར་ཞིང་ཐོད་པའི་རྣམ་གཉེར་ཇེ་ཆེ་རུ་ཕྱིན་དུས།།
དགའ་སྐྱོའི་ཡོ་ལང་བག་མེད་དུ་རྒྱུ་ཞིང་གཏམ་རྒྱུད་སྣ་ཚོགས་ལྷང་ངེ་རུ་གསལ་ཡོང་།།
དྲན་གདུང་མིག་ཆུས་ངོ་གདོང་དེ་བརླན་ཞིང་སྐྱོ་བའི་འཁྱུན་སྒྲ་ས་ཆེན་དུ་འགེངས་དུས།།
ཁྱེད་ཀྱིས་བྲིས་པའི་སྙན་རྩོམ་ལ་བལྟས་ཤིང་སྙན་ཞིང་འཇེབས་པའི་གླུ་སྐད་དེར་ཉན་པ།།

ཕྱི་ཁ་བཙན་པོ་ལྟག་རྒྱབ་ལ་གཡུག་ཅིང་རྨི་ལམ་ལྷ་མོའི་ཉེ་ས་རུ་བཅར་དུས།།
དགའ་བའི་དགོད་སྒྲས་དྲོད་ཁོལ་ཞིག་འཁྲིལ་ཞིང་དུངས་པའི་བརྩེ་འདང་ལྷག་མ་ཞིག་
གསལ་ཡོང་།།
རེ་ལ་བཅངས་བའི་ཁོ་མོ་ཡི་བརྩེ་འདང་གཞན་གྱི་ཞིམ་མངར་སྦྲང་རྩི་རུ་གྱུར་བས།།
ལོ་ལ་བསྐལ་བའི་བརྩེ་དུངས་ཀྱི་བདུད་རྩི་ཁུབ་གང་མ་འཐུང་འགྱོད་གདུང་གིས་མནར་སོང་།།

སྡུག་འདོད་བསམ་པའི་གཡབ་མོ་ནི་སྐྱེས་ཀྱང་སྡུག་སྡུག་མཐའ་མ་མིག་ཆུ་རུ་གྱུར་བས།།
ཡ་ཆུང་ཁོག་གི་དྲི་རྟགས་ནི་ཡིན་པས་སོམ་ཉིའི་དྲ་རྒྱའི་རང་སེམས་འདི་གང་སོང་།།
ལས་དབང་བཙན་པོའི་སོ་ཁ་ནི་ཕྲ་ཡང་རང་སེམས་མ་ཐུལ་རང་སྡུག་འདི་ཉེས་ཡོད།།
སྙིང་གཏམ་ཚིག་ཕྲེང་སྨུ་ཧིག་གི་དོ་ཤལ་རྒྱང་རིང་ཕྱོགས་ཀྱི་ན་ཆུང་ཁྱོར་སྤྲིངས་ཡོད།།

ཁྱེད་ཀྱིས་བསྐུར་བའི་པར་རིས་དེ་ཡག་པས་དྲན་པའི་གཏིང་གི་སྣམ་ཆུང་དུ་སྦས་ཏེ།།
སུན་སྣང་སྐྱེ་བའི་མག་མོག་གི་དུས་སུ་རང་ཉིད་གཅིག་པུས་ཁེར་རྐྱང་གིས་བལྟས་སྡོང་།།
ཁྱེད་ཀྱིས་བསྐུར་བའི་མེ་ཏོག་གི་ཟྭ་བུམ་སྣེའུ་ཁུང་ཕྱི་ཡི་ཉི་འོད་ཀྱི་པང་བར།།
ལྷེམ་ལྷེམ་དགོད་ཅིང་ལྷུག་ལྷུག་གི་འཛུམ་པ་ཁྱེད་ཀྱི་དགའ་བའི་རྗེ་བག་ལ་འབྲུལ་སྡོང་།།

སེམས་ཀྱི་ན་ཟུག

མི་ལོ་ག་ཚོད་སོར་རྩེར་བགྲང་བའི་ལོ་ཟླ་དེར།།
ལང་ཚོའི་མེ་ཏོག་དལ་བུར་རྙིད་པ་ཨེ་མ་སྐྱོ།།
ཀ་ཁའི་དབྱངས་རྟ་ངག་ལ་དྲངས་པའི་བྱིས་དུས་སུ།།
དགའ་སྤྲོའི་གླུ་དབྱངས་སྙིང་ལ་བླངས་པ་ཚར་དུ་དངར།།

རེ་བས་ཕྱུག་པའི་ཕྱུགས་བསམ་ཞིག་གི་ལམ་ཁ་རུ།།
དགའ་སྐྱོ་ཆགས་སྡང་འདྲེས་མ་མཆིས་པའི་ཉིན་དང་མཚན།།
རེས་སྐྱིད་རེས་སྡུག་འཚོ་བའི་གྲུ་ཟུར་རེ་རེ་ན།།
མངར་སྐྱུར་ཁ་གསུམ་བསྙིམས་པའི་ལོ་དང་ཟླ་བ་བདོག།

གཤིས་བྲལ་ལག་བརྡས་བསླུ་བྲིད་ཁ་ལོ་བསྒྱུར་བ་ན།།
འགྲོད་གདུང་མིག་ཆུས་ཡོ་ལང་གར་ལ་རྩེན་པ་མཚར།།
མི་རྟག་སྒྱུ་མའི་བརྩེ་དུངས་རལ་གྲིའི་སོ་ཁ་ན།།
ལན་བརྒྱར་གཏུབ་པའི་འཛིག་རྟེན་ཕོ་མོ་སྙིང་རེ་རྗེ།།

བདུད་རྩི་འཚོལ་བ།

ཕ་གིའི་རི་དེ་མཐོ་བ།།
རྩེ་མོ་དགུང་དུ་ཟུག་ཡོད།།
ཨ་སྔོན་དགུང་གི་སྐར་ཆེན།།
བདུད་རྩི་གར་བསྡད་ཨེ་རིག།

མ་གིའི་ཆུ་དེ་དྭངས་བ།།
ཆུ་སྐྱ་རྒྱ་མཚོར་འདྲིས་ཡོད།།
གསེར་མིག་ཉ་མོ་ཁེར་འགྲོ།
བདུད་རྩི་གར་སོང་ཨེ་རིག།

སྟོད་ཀྱི་གངས་དེ་བརྗིད་པ།།
རབ་དཀར་ཁ་བས་གཡོགས་ཡོད།།
དགུན་གསུམ་ལྷགས་རླུང་བཙན་པོ།།
བདུད་རྩི་གར་འཕུར་ཨེ་རིག།

སྨད་ཀྱི་སྡེ་དེ་འཛགས་པ།།
ཞི་བདེ་གཏམ་གྱིས་འགེངས་ཡོད།།

སྤེ་དཔོན་ཁ་ལས་ཅན་པོ།།
བདུད་རྩི་གར་ཡོད་ཨེ་མཐོང་།།

དབུས་ཀྱི་ཁྲི་དེ་མཛེས་པ།།
གསེར་དངུལ་གཡུ་ཡིས་རྒྱན་ཡོད།།
ཁྲི་སྙིང་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ།།
བདུད་རྩི་གར་སྐྱེས་ཨེ་གོ།།

གྲོང་གི་མི་དེ་འཁྱིང་བ།།
རྒྱུ་དང་གོ་སས་ཕྱུག་ཡོད།།
ཁ་ཌོ་མཐུག་པོ་ཅན་པོ།།
བདུད་རྩི་ནམ་ཡོང་ཨེ་གོ།།

༢༠༡༨/༥/༢༣མཚན་མོར།

སྲིད་པའི་རྣམ་གཏམ།

ལས་དབང་ལས་དབང་ཟེར་བ།།
ལས་འབྲས་ཤིག་གི་སྣེ་རེད།།
བརྩེ་དུངས་བརྩེ་དུངས་ཟེར་བ།།
དགའ་དུང་ཞིག་གི་ཚིག་རེད།།

ཨ་གསར་ཨ་གསར་ཟེར་བ།།
ངག་ལ་བྲངས་པའི་གཏམ་རེད།།
དགའ་བ་དགའ་བ་ཟེར་བ།།
བརྗོད་མེད་སྙིང་གི་ཐོ་རེད།།

ཁ་ཐག་ཁ་ཐག་ཟེར་བ།།
སང་དང་གནངས་ཀྱི་ལམ་རེད།།
བརྗོད་མེད་བརྗོད་མེད་ཟེར་བ།།
ཡ་ཆུང་སེམས་ཀྱི་རྟོག་རེད།།

སྐྱོ་གདུང་སྐྱོ་གདུང་ཟེར་བ།།
མིག་ཆུ་ཞིག་གི་རིན་རེད།།
དྲན་གདུང་དྲན་གདུང་ཟེར་བ།།
ཁེར་རྐྱང་སྐྱོ་བའི་གནས་རེད།།

ལས་འབྲེལ་ལས་འབྲེལ་ཟེར་བ།།
མཚན་མོ་ཞིག་གི་དོན་རེད།།
བཟའ་ཚང་བཟའ་ཚང་ཟེར་བ།།
མི་ཚེ་གཅིག་གི་ཟླ་རེད།།

བྱིས་པ་བྱིས་པ་ཟེར་བ།།
ཁྲག་རྒྱུད་གཅིག་པའི་མི་རེད།།
རྒྱུ་ནོར་རྒྱུ་ནོར་ཟེར་བ།།
ཞོགས་པ་ཞིག་གི་བད་རེད།།

མི་ཚེ་མི་ཚེ་ཟེར་བ།།
སྒྲོན་མེ་ཞིག་གི་ཡུན་རེད།།
འཇིག་རྟེན་འཇིག་རྟེན་ཟེར་བ།།
སྒྱུ་མ་ཞིག་གི་གར་རེད།།

ལས་བྱེད་ལས་བྱེད་ཟེར་བ།།

མིང་བྱུང་ཞིག་གི་ཚོགས་རེད།།
རྒྱུགས་གཞི་རྒྱུགས་གཞི་ཟེར་བ།།
མཚོ་མེད་ཅིག་གི་བྱ་རེད།།

མགོ་ཁྲིད་མགོ་ཁྲིད་ཟེར་བ།།
ལྐུག་སྒོ་ཞིག་གི་ཟྭ་རེད།།
ཚན་རྩལ་ཚན་རྩལ་ཟེར་བ།།
དུས་རབས་ཤིག་གི་སླག་རེད།།

སྒྲོལ་རྒྱུན་སྒྲོལ་རྒྱུན་ཟེར་བ།།
མེས་པོའི་ཤུལ་བཞག་ནོར་རེད།།
ཆོས་ལུགས་ཆོས་ལུགས་ཟེར་བ།།
དད་འདུན་ཞིག་གི་རྟགས་རེད།།

དགའ་མ་དགའ་མ་ཟེར་བ།།
བྲན་ཤིང་ཞིག་གི་གཞི་རེད།།
ལོ་རྒྱུས་ལོ་རྒྱུས་ཟེར་བ།།
དུས་རབས་ཤིག་མདོག་རེད།།

སྤྱི་ཚོགས་སྤྱི་ཚོགས་ཟེར་བ།།
མི་ཚོགས་ཤིག་གི་དཔུང་རེད།།

དར་རྒྱས་དར་རྒྱས་ཟེར་བ།།
ཀླད་ཤུགས་ཤིག་གི་རྩལ་རེད།།

མཁས་པ་མཁས་པ་ཟེར་བ།།
ཁས་ལེན་བྱེད་སའི་སྤྱི་རེད།།
མ་རབས་མ་རབས་ཟེར་བ།།
མི་གཤིས་མཐའ་མའི་གྲས་རེད།།

སྨྲི་ངག་སྨྲི་ངག་ཟེར་བ།།
སྨུག་གདམ་ཞིག་གི་མཛོད་རེད།།
མིག་ཆུ་མིག་ཆུ་ཟེར་བ།།
ཆགས་སྡང་ཞིག་གི་རྟགས་རེད།།

མཛེས་སྡུག་མཛེས་སྡུག་ཟེར་བ།།
ལོངས་སྤྱོད་ཅིག་གི་སྙེ་རེད།།
གཙོ་བོ་གཙོ་བོ་ཟེར་བ།།
བྱ་དངོས་ཤིག་གི་མཆོག་རེད།།

འཇའ་ཚོན་འཇའ་ཚོན་ཟེར་བ།།
སྐད་ཅིག་སྒྲུ་མའི་འོད་རེད།།
ངོ་གཉིས་ངོ་གཉིས་ཟེར་བ།།

སྐྱོད་འདྲེན་ཞིག་གི་སྣ་རེད།།

ཛོ་གདོང་ཛོ་གདོང་ཟེར་བ།།
དཀར་ནག་གཉིས་ཀྱི་མཚམས་རེད།།
ཨོང་བ་ཨོང་བ་ཟེར་བ།།
དུད་འགྲོ་སྡོང་གི་བྲུན་རེད།།

ལྷ་ཡུལ་ལྷ་ཡུལ་ཟེར་བ།།
རིག་ལྡན་དྲག་པོའི་ཁམས་རེད།།
དམྱལ་བ་དམྱལ་བ་ཟེར་བ།།
སྡུག་བསྔལ་མྱང་སའི་ཡུལ་རེད།།

ལོག་ལྟ་ལོག་ལྟ་ཟེར་བ།།
བསམ་བློ་ཞིག་གི་སྒོ་རེད།།
འབེལ་གཏམ་འབེལ་གཏམ་ཟེར་བ།།
ཉམས་མྱོང་ཞིག་གི་ཚིག་རེད།།

གསང་དང་མ་གསང་མི་འདུག།
མིག་མཐོང་ལག་ཟིན་ཡིན་པས།།
ཚིག་གི་བརྗོད་ལ་བྲིས་པ།།
སྲིད་པའི་ཀྲས་གཏམ་ཡིན་ནོ།།

འགག་སྒོང་།

གནམ་ས་འགག་སྒོང་།།
ཚུ་བོ་སྐམ་སྒོང་།།
ས་ཆེན་འགྱུལ་སྒོང་།།
སྒྲི་ངག་བརྟོན་སྒོང་།།

མགྲིན་པ་འགག་སྒོང་།།
སླུ་སྐད་ཉམས་སྒོང་།།
ཕྱུགས་བསམ་པོར་སྒོང་།།
མིག་ཆུ་འཁོར་སྒོང་།།

ཚུ་བོ་རུལ་སྒོང་།།
ཉ་མོ་ཤི་སྒོང་།།
ངང་བ་ལྟོགས་སྒོང་།།
ལྟོ་ལ་འཕྱུར་སྒོང་།།

བསམ་བློ་འགག་སྒོང་།།
ཁ་རོག་ལུས་སྒོང་།།
གཞན་རྗེས་ལུས་སྒོང་།།
རང་སྡུག་ཉོས་སྒོང་།།

ཡང་མིན་ན།

ཡང་མིན་ན་ཀླུ་འཁྲོག་བཙོམ་གསུམ་རེད།།
ཡང་མིན་ན་རྒྱན་སྐྱུགས་ནང་འཛིང་རེད།།
ངའི་ཕ་ཡུལ་གངས་ལྗོངས་ལུང་བ་ན།།
དུས་འཛུགས་པའི་ལོ་ཟླ་ནམ་ཞིག་ཡོད།།

ཡང་མིན་ན་གཞན་གྱིས་གཉའ་གནོན་རེད།།
ཡང་མིན་ན་ཁ་ངོའི་ཆེ་ཆུང་རེད།།
ངའི་ཕ་ཡུལ་གངས་ལྗོངས་ལུང་བ་ན།།
ཁྲིམས་བཙན་པོའི་རྒྱ་ཇོ་ཡང་ལྷི་འདུག།

ཡང་མིན་ན་མེད་ཀྱི་སྨྲེ་ངག་འདོན།།
ཡང་མིན་ན་སྔོན་མོའི་ཡོ་ལང་སྒྲོ།
ངའི་ཕ་ཡུལ་གངས་ལྗོངས་ལུང་བ་ན།།
བྱ་འདྲ་མིན་སྣ་ཚོགས་མཐོང་རྒྱུ་བདོག།

ཡང་མིན་ན་གླུ་གར་སྒྲོ་ཚོགས་རེད།།
ཡང་མིན་ན་ཆོས་ཚོགས་འགྲུབ་སྟོན་རེད།།
ངའི་ཕ་ཡུལ་གངས་ལྗོངས་ལུང་བ་ན།།
སྐྱིད་དགའ་བདེའི་དཔལ་གྱིས་འགེངས་ནས་ཡོད།།

རྨ་ཆུའི་རྟ་གཤིབ་ཀྱི་ཕར་ཚུར།

ཕོ་མོ་གྲྭ་བ་ཕྱོགས་ཡོང་མང་ཞིང་།།
རྒྱུ་ནོར་ཡོད་མེད་ཚང་མ་འཛོམས་ཤིང་།།
ཚོང་ལ་བྲེལ་བའི་ཁོ་བོའི་ཨག་སྐད།།
མི་མང་ཚུར་ལ་འགུག་པ་མཚར་རོ།།

རྟ་གཤིབ་ཅེས་པར་མིང་གྲགས་ཆེ་ཡང་།།
དོན་དུ་གཤིབ་པ་དུད་འགྲོའི་ཚོགས་རེད།།
རྟ་དང་གཡག་དང་ཁྱི་ལ་སོགས་པ།།
ཁོ་བོའི་རྒྱུ་ཡི་ཡོང་ཁུངས་མིན་ནམ།།

ལོ་རེའི་སྤྱི་ཟླ་བརྒྱད་པར་བསླེབས་ཚེ།།
རྨ་ཆུའི་མི་ཚོ་ཁུར་ཁུར་ཟང་ཟིང་།།
རིག་གནས་དུས་ཆེན་གལ་ཆེན་ཡིན་ཚེ།།
རྨ་ཆུའི་མི་ལ་ཁུར་ཟིང་ཡོད་དམ།།

མཚན་མོའི་དུས་ཀྱི་གེ་སར་ཐང་ཆེན།།
མི་ཚོགས་འདུ་སའི་སྤྲང་ཚང་ཡིན་ཞིང་།།
རིན་གོང་མཐོ་བའི་མགྲོན་ཁང་གྲུ་བཞི།།
ཁོ་བོའི་འཁྲིག་སྤྱོད་དགའ་ཚལ་མིན་ནམ།།

རྒྱ་སྲང་དཀྱིལ་གྱི་སྤྲང་བོའི་ལག་བརྡས།།
བོད་མིའི་བདེ་སྡུག་ཙུང་ཙམ་མཚོན་ན།།
གསར་བུའི་སྐྱགས་ཀྱི་གྲི་ཐུང་ངར་མས།།
ཟླ་ཆུའི་མི་གཤིས་མཚོན་པ་ཨེ་རེད།།

ཕྱོགས་ཡོང་གྲོགས་ལ་རིགས་སུ་བཀར་ན།།
ཁྲམ་པ་རྐུན་མ་ལག་དམར་ཡོད་ཅིང་།།
མཁས་པ་རྒྱུ་ཆེན་ངོ་ཆེན་ཡོད་པས།།
ཟླ་ཆུའི་ཧ་གཤིབ་བདེ་འཛགས་ཡིན་ནམ།།

ཁྲམ་པ་རྐུན་མས་དཀྲུལ་སྐོར་དེ་དག།
ཁོ་མོའི་ཁྲག་གི་ཧུལ་ཆུ་ཡིན་ན།།
མཁས་པས་སླེང་བའི་གནད་དོན་དེ་དག།
ཟླ་ཆུའི་ངོ་སོའི་རིན་ཐང་ཡིན་ནམ།།

རྒྱུན་དུ་ཟླ་ཆུ་བདེ་འཛགས་མིན་ཞིང་།།

མི་ཚོགས་འཚོགས་ན་བདེ་འཇགས་སྲིད་དམ།།
རྒྱུན་དུ་རྨ་ཆུ་མིག་གཙང་མིན་ཞིང་།།
མི་ཚོགས་འཚོགས་ཆེ་གཙང་བ་མཚར་རོ།།

དུས་ཀྱི་ཕྱོགས་ལ་འགྲོས་དགོས་ཟེར་ན།།
རྨ་ཆུའི་ཕོ་སྤུག་མགོ་ཁྲིད་རྣམ་པ།།
ཁྱབ་རྒྱ་ཆེ་བའི་རིག་གནས་དུས་ཆེན།།
རྨ་ཆུར་མཁོ་བ་དེ་ག་ཡིན་ནོ།།

སྐྱགས་ཀྱི་སློ་གྲི་རིང་བར་བལྟས་ན།།
མི་ཡི་བྱང་ཚད་སེམས་སུ་ལོས་སྣང་།།
ཞབས་ཀྱི་རླངས་འཁོར་ནག་པར་བལྟས་ན།།
ཁོ་བོའི་ཁྲིམས་ལུགས་བྱང་ཚད་ལོས་གསལ།།

སླུ་དང་གར་གྱི་མཆོད་པ་ཡོད་ཀྱང་།།
འབྲུག་མགོ་ཐོགས་པ་ཤུང་བ་རིག་ཆེ།།
སྲོལ་རྒྱུན་གླིང་བའི་གངས་ཀྱི་སླུ་བ།།
ཁ་མཁས་ཨ་ཁུ་སྟོན་པར་འདྲ་འདུག།

བྱ་བའི་སྙིང་ལ་བསམ་པ་མེད་ཅིང་།།
ཟླ་ཕོག་མང་ལ་ཧམ་པའི་ཁོ་ཚོ།།

རང་གི་ལས་ཀའི་ལས་ཚོད་བཟེད་དེ།།
ལྟད་མོར་བལྟས་པ་ཨེ་མ་མཚར་རོ།།

མཚན་མོའི་གློག་འོད་ཡལ་བ་མེད་ཅིང་།།
མི་ཚོགས་འགྲུལ་བཞུད་འཚང་ཁ་ཞིག་ཞིག།
ཚོང་ལ་གཞོལ་བའི་རྒྱ་བོད་ཧེའེ་གསུམ།།
ཚོམ་མེད་འདོད་པ་དོར་ན་ལེགས་བསམ།།

རང་གི་སྣང་ངོར་འཆར་བ་དེ་དག།
མ་བཟོད་ཤོག་དཀར་ངོས་སུ་བྲིས་ཡོད།།
སྐྱེ་བོ་ཀློག་མཁན་ཁྱེད་ཚོའི་ཕྱུགས་སུ།།
འབབ་མིན་འདྲི་རྟགས་ཅོ་ན་ཡིན་ནོ།།

ནག་འཛི་ཚེས་དཀར།

དབྱར་ཟླ་གསུམ་ཉིན་མོ་ཞིག་ལ།
ང་མི་ཡུལ་ཁམས་སུ་སྐྱེས་ཐལ།
རྒྱུ་བདག་པོ་དགའ་སྤྲོ་སྐྱེས་ཏེ།
ངའི་མིང་ལ་ནག་འཛི་ཚེས་དཀར།
མ་དྲིན་ལོའི་གཅེས་སྐྱོང་མ་ཚད།
རྒྱུ་བདག་པོའི་བྱམས་སྐྱོང་ཐོབ་ཐལ།
ང་དགའ་ནས་ས་ལྡིང་གནམ་ལྡིང་།
ལོ་ཁོར་མོ་ཚུ་རྒྱུན་བཞུར་བཞུར།
ངའི་ན་ཚོད་དར་ལ་བབས་ཐལ།
རྒྱུ་བདག་པོའི་སེམས་པ་དགའ་ནས།
ངའི་ཁ་ལོ་བཏུལ་དགོས་ཟེར་གི
ལྕུགས་ནག་པོའི་གདན་མ་བྱས་པའི།
སྲབ་སིལ་མ་མགོ་ལ་བསྙོན་གི
ཞུགས་གང་ཡོད་འཕག་འཚག་བྱས་ཀྱང་།
རྒྱུ་བདག་པོར་མི་རོགས་མང་བས།
ང་ཉམས་ཆུང་ཁ་ལོ་ཐུལ་ཐལ།
རོགས་བྱེད་པའི་མི་རོགས་ཞིག་གིས།

ངའི་གཟུགས་ལ་ལྷ་ཞིབ་བྱེད་བཞིན།
ལག་ཐོང་ག་ཆེ་བར་བལྟས་ན།
རྒྱུག་གོམ་ལག་བཟང་རབས་བཤད་གི
རྒྱ་བདག་པོ་སེམས་པ་དགའ་ནས།
ང་ཉིན་མཚན་ཀུན་ལ་འདོགས་གི
ངའི་ལུས་པོར་རང་དབང་མེད་གི
དཀུན་ལྟགས་རླུང་དལ་གྱིས་ལྡང་དུས།
རྒྱ་བདག་པོས་བྱམས་སྐྱོང་བྱེད་གི
ཟས་གྲོ་ནས་སྲན་གསུམ་སྙེར་གི
རྒྱབ་ཁེབས་མ་མཐུག་པོ་བཀབ་ཐལ།
ངའི་འཚོ་བ་ཧ་ཅང་སྐྱིད་ཐལ།
སྐྱིད་རྒྱག་པའི་དུས་ཡུན་ཐུང་གི
དཔྱིད་མགོ་མའི་ཉིན་མོ་ཞིག་ལ།
ངའི་རྒྱབ་ཀྱི་ཁེབས་མ་བླངས་ཏེ།
སྲབ་སིལ་མ་མགོ་ལ་བསྐོན་ཏེ།
ཐང་བདེ་མོའི་ཐང་དཀྱིལ་ཞིག་ཏུ།
གོམ་དལ་མོར་རྒྱུག་ཏུ་བཙུག་སྟེ།
ལྕགས་ཕྲ་མོའི་དྲུག་ལ་བྲབས་གི
གཟེར་མ་བཟོད་བང་གྱིས་བརྒྱུགས་པས།
རྒྱུག་གོམ་ལག་བཟང་རབས་ཟེར་བཞིན།
ཟས་གང་ཞིམ་གང་བཟང་སྙེར་གི

ཉིན་རེས་མེད་སྒོ་ལ་འདོགས་གི
མི་གཞན་ལ་ཞོན་ནི་མ་དགོས།
ལག་སྲབ་ལ་ཐུག་གི་དཔེ་མེད།
དཔྱིད་ཟླ་གསུམ་རེས་མེད་བརྒྱུགས་ཏེ།
དབྱར་ཟླ་གསུམ་རེས་མེད་རྒྱུག་གི
རྒྱུག་གོམ་ལག་བྱ་རེད་ཟེར་ནས།
རྒྱ་བདག་པོའི་ཁ་ལས་དར་རུང་།
ངའི་སྙིད་སྡུག་སུ་ཡི་རྗོགས་སྲིད།
ལོ་དེ་ཡི་དབྱར་ཟླ་བདུན་པར།
རྒྱ་བདག་པོར་སྔོར་མོ་མཚོ་ཐལ།
ང་ཉམས་ཆུང་གཞན་ལ་བཙོང་ཐལ།
དྲིན་མ་ལོར་ཁ་ཁར་བྱུས་ཐལ།
ཞེ་བསམ་པ་གཏིང་ནས་སྡུག་ཐལ།
རྒྱ་བདག་པོར་སྔོར་མོ་མཚོ་བས།
ངའི་སྙིད་སྡུག་ལྷུང་ལ་བསྐུར་ཐལ།
ང་བཙོང་སའི་ས་ཆ་དེ་ནི།
བྲག་དམར་པོ་གནམ་ལ་ཟེག་ཅིང་།
ཐང་བདེ་མོ་མཐོང་མེད་ཡིན་པས།
ཡིད་སྐྱོ་བའི་མ་ལོ་དྲན་ཐལ།
ལུས་གཟུགས་བཞིར་ནད་ཀྱིས་ཟིན་པས།
རྒྱ་བདག་པོ་འཚུབ་ཆ་ལངས་ཐལ།

རྒྱ་སྨན་པར་ནད་གཞི་བསྟན་ཐལ།
སྨན་འདྲ་མིན་ལུས་ལ་བརྒྱབ་ཐལ།
ད་སྐྱོན་མེད་དྲག་ཡོང་ཟེར་གི
རྒྱུ་བདག་པོ་དགའ་སྤྲོ་སྐྱེས་ཏེ།
རྒྱ་སྨན་པ་ཤ་མགྲོན་བྱས་ཐལ།
ངའི་ནད་གཞི་རྟོགས་སོང་ཟེར་བཞིན།
ཤ་ཚོན་པོ་རྫམ་ཟ་བྱེད་ཀི
ཡར་བལྟས་ན་དམར་པོ་བྲག་རེད།
མར་བལྟས་ན་སྤྲིན་མའི་ཚལ་རེད།
ངའི་ཡིད་སེམས་གཉིང་ནས་སྡུག་དོན།
དྲིན་མ་ལོ་དྲན་པའི་སྡུག་རེད།
དེ་ཡིན་ཙང་སྔོན་བསགས་ལས་རེད།
ལོ་ཟླ་བ་འགོག་མེད་ཚུ་རེད།
དཀུན་རྒྱ་སྟག་འདྲ་པོ་ཐོན་ཐལ།
རྒྱུ་བདག་པོས་བྱམས་སྐྱོང་བྱས་ཐལ།
འབྲི་འོ་མའི་རྒྱ་མཚོ་དྲངས་ཐལ།
ཁང་གྲུ་བཞིའི་མལ་ས་བརྩིགས་ཐལ།
དེ་ཡིན་ཙང་རྩྭ་ཐང་དྲན་གི
ཐང་བདེ་མོའི་ན་ཟླ་དྲན་གི
ཁྱུ་གཅིག་པའི་ཚུང་གྲོགས་དྲན་གི
དྲན་དྲན་ན་ནད་ཀྱི་གཞི་རེད།

སྐྱོ་སྐྱོ་ན་མིག་ཆུའི་རིན་རེད།
དཔྱིད་འགོ་མའི་ཁུ་བྱུག་གྲགས་ཐལ།
རྒྱ་བདག་པོའི་སེམས་པ་དགའ་ཐལ།
གྲོང་ཆེན་པོའི་ཁྲོམ་ལ་ཁྲིད་ཐལ།
འཕྲུལ་རླངས་འཁོར་ནང་ལ་བཞག་ཐལ།
སེམས་འདྲ་མིན་སྣ་ཚོགས་ཤར་ཐལ།
དེ་ཡིན་ཙང་སུ་ཡི་རྗོགས་སྲིད།
རྒྱ་བདག་པོར་སྣང་དོག་མེད་པར།
རྒྱུག་ར་བའི་ནང་ལ་ཁྲིད་ཐལ།
ང་སྐྲག་ནས་རྐང་ལག་འདར་ཐལ།
གཡས་ཧྲ་མཆོག་སྟོབས་པོ་ཆེ་དེ།
གཟུགས་རྐང་ལག་ཆེ་བར་བལྟས་ན།
རྒྱུག་གོམ་ལག་ནམ་མཁའི་བྱ་རེད།
གཡོན་ཧྲ་མཆོག་མགོ་འཕང་མཐོ་ནོ།
རྒྱ་བདག་པོས་བྱམས་སྐྱོང་དྲིན་ཆེ།
གཟུགས་ལུས་བཞི་ནད་མེད་ཡིན་པས།
མགོ་མཐོ་ནོ་ཕྲག་དོག་མེད་གི
རྒྱུག་བང་རྩལ་འགྲན་བསྐུར་ཚར་ཐལ།
རྒྱ་བདག་པོ་ཕོང་ཁྲོ་ལངས་ཐལ།
ལྕགས་ཁྲ་མོས་དྲུག་ལ་བྲབས་གི
ཁྲག་ལྷོག་ལྷོག་ལུས་ནས་བཞུར་ཐལ།

དེ་བཞུར་རུང་སྙེ་ངག་སུར་འདོན།
ཉིན་དེ་ནས་ཉི་མ་ཕན་ཚད།
ང་ནག་འཛི་ཚོས་དཀར་ཟེར་བ།
རྒྱ་བདག་པོའི་གཅེས་ཕྲུག་མ་རེད།
རྒྱ་བདག་པོའི་གཡོག་པོར་གྱུར་སོང་།
ནངས་སྔ་མོར་ནོར་རྫེས་ང་ཞོན།
ཐག་དམར་པོའི་རྩེ་ལ་ང་ཞོན།
སྤྱིན་ཚེར་མའི་ནང་ལ་ང་ཞོན།
ང་ཚད་རུང་སྡུག་གཏམ་སུར་བཤད།
དགུང་ཕྱི་དྲོ་རྟ་རྫེས་ང་ཞོན།
རྟ་འདོ་བའི་གོམ་རྫེས་མ་ཚོད།
ལྕགས་ཕྲ་མོས་དྲུག་ལ་ཐབས་ཐལ།
སྡུག་ཆེ་རུང་སྐྱོ་གཞས་སུར་ལེན།
ང་ནག་འཛི་ཚོས་དཀར་ཟེར་བ།
ཚེ་སྟོད་མར་སྐྱིད་ཅུང་བརྒྱབ་ཀྱང་།
ཚེ་སྨད་པར་མིག་ཡས་ལོང་སོང་།
དེ་བསམ་ན་ལས་ངན་རེད་བསམ།
ང་སྐྱེས་མཁན་དྲིན་ཆེན་མ་ལོ།
ས་གང་ཕྱོགས་ཤིག་ན་ཡོད་དམ།
ང་གསོ་མཁན་རྒྱ་བདག་དྲིན་ཆེན།
ཚེ་འཇིག་རྟེན་འདི་ན་ཡོད་དམ།

ང་སྐྱེས་མཁན་དྲིན་ཆེན་མ་ལགས།
ས་འདི་ཕྱོགས་ཤིག་ན་ཡོད་ན།
བུ་ནག་འཛི་ཚེས་དཀར་ཟེར་བའི།
གདམ་སྒྱུ་པོ་ཀླུང་ལ་བསྐུར་ཡོད།
ང་གསོ་མཁན་རྣ་བདག་དྲིན་ཆེན།
ཚེ་འཛིག་རྟེན་འདི་ན་ཡོད་ན།
ང་ནག་འཛི་ཚེས་དཀར་ཟེར་བའི།
སྡུག་ཁ་པོ་ཁྱེད་ཀྱི་ཐོས་ཤོག
ལུས་སྐྱིད་སྡུག་གཉིས་ཀ་མཆིས་པའི།
ང་ནག་འཛི་ཚེས་དཀར་ཟེར་བ།
ཤི་སོང་རུང་འགྱོད་པ་དཔེ་མེད།
དེ་ཡིན་རུང་ཕྱིར་འདང་བརྒྱབ་ན།
རྣ་གསོ་བའི་རྣ་བདག་རྣམ་པ།
རྒྱུག་གོམ་ཅན་རྣ་ལ་བདག་ཕྱོས།
རྒྱུ་མི་རྟག་ཇ་མགོའི་ཟེལ་བ།
དེ་མེད་ཀྱང་བསོགས་ན་ལོས་ཚོག
རྒྱུ་ཞིག་གི་དགོས་མཁོའི་ཆེད་དུ།
མ་ཞིག་གི་བརྩེ་བ་དོར་ན།
ཤི་དམྱལ་བའི་སྡུག་བསྔལ་ཤེས་སམ།
ནོར་རང་ལ་ཐོབ་པའི་དུས་དེར།
ནོར་དེ་ལ་གཅེས་སྐྱོང་ཕྱོས་ཤིག

ནོར་མ་དབང་གཞན་ལ་ཤོར་དུས།
འགྲོད་མིག་ཆུས་ཁྱུག་གི་མ་རེད།
རྟ་འདོད་བ་མ་ཟེར་སེམས་ཡོད།
བཤད་མ་ཤེས་སེམས་སུ་ཉར་ཡོད།
ང་ཡོང་བའི་འབེལ་གཏམ་གསོན་པོ།
ཉན་ཤེས་ན་སྲིད་པའི་རྒྱས་གཏམ།
ཉན་མ་ཤེས་རང་གཏམ་ཕོ་ན།
དེ་གོ་ན་མཚོ་བའི་གཏམ་ཡིན།
དེ་མ་གོ་སྡུག་གཏམ་ཕོ་ན།

སྟོན་མདུག་གི་སེམས་འགྱུ།

དབྱར་གྱི་མཛེས་སྡུག་སྟོན་གྱི་བ་མོས་བཅོམས།།
འབྲུ་དྲུག་སྨེ་མའི་མགོ་ལྷུག་ལྷེམ་ལྷེམ་གཡོ།།
འཛིན་མས་གསེར་གྱི་ལྦ་བ་ཡོངས་སུ་མནབས།།
དགའ་སྤྲོའི་ཡོ་ལང་ཁང་ཁྱིམ་ཀུན་དུ་ཁྱབ།།

ལོ་ལེགས་སྨིན་པས་ཞིང་བ་དགའ་བས་བརྟས།།
འཕེལ་ཁ་དར་བས་འབྲོག་པས་གླུ་གཞས་བཏང་།།
སྟོན་མདུག་ཅུར་ཅུར་ལང་ལོང་འགེངས་པ་འདིས།།
ཀུན་གྱི་དབང་མེད་དབྱངས་རྟ་མགྲིན་ལས་ཤོར།།

མཚོ་མོ་འཁྱག་གིས་དལ་གྱིས་བསྡམ་པ་ན།།
ཁྲུང་ཁྲུང་དཀར་མོའི་ཁྱུ་ཚོགས་ལྷོ་རུ་བཞུད།།
སང་ལོའི་མཇལ་འཛོམས་མཚོ་རྒྱུང་ནོར་བུ་རུ།།
ཚེ་ལ་བར་ཆད་མེད་པའི་སྨོན་ལམ་འདེབས།།

སྟོན་མདུག་སྐྱི་བསེར་རླུང་གི་འཁྱུག་འགྲོ་ལས།།
ཁ་བའི་ཟེའུ་འབྲུ་གཅིག་རྗེས་གཉིས་མཐུད་བབས།།
སྟོན་མདུག་སེམས་འགྱུའི་གླིང་གི་སྐྱོ་བ་དག།
དགུན་གསུམ་ཁ་བ་དཀར་པོས་བསལ་བར་མཛོད།།

ཆུང་འདྲིས་བྱམས་པ།

གཙང་པོ་ཧུབ་ཀྱིས་འཁྱུད་སྐྱོང་།།
རྩྭ་ལྗོང་གོས་སུ་གྱོན་སྐྱོང་།།
ཆར་ཆུས་གཞུག་ནས་དེད་ཀྱང་།།
གད་སྐྱིབས་ཆུང་ཆུང་དེ་རུ།།
ཁྱོད་ཀྱི་དྭངས་མ་འཁྱིལ་བས།།
རང་ཁྱིམ་གྲུ་བཞིར་སྣང་སྐྱོང་།།

རྫ་མགོའི་མེ་ཏོག་འཁྱུས་སྐྱོང་།།
ཁྱུར་མོང་རླུང་ལ་སྤྱུར་སྐྱོང་།།
རླུང་བུ་ཤུར་ཤུར་ལྡང་བས།།
རྩག་པ་རལ་པོ་དེ་ལ།།
ཁྱོད་ཀྱི་ནུས་པ་ཞན་ཡང་།།
བདེ་སྣང་གླུ་རུ་བླངས་སྐྱོང་།།

ཧ་ནོར་ལུག་གསུམ་འཚོས་སྐྱོང་།།
སྐྱིད་སྡུག་མཉམ་རོལ་བྱས་སྐྱོང་།།

ནོར་ལུག་སྤྱང་ཁྱུས་དེད་ཀྱང་།།
སེམས་གསོའི་ཚིག་གི་ལོ་མ།།
རྣ་བའི་བུ་གར་སྣན་པས།།
སྙིང་གི་གཏིང་ལ་འཐིམ་སྐྱོང་།།

ཕ་མའི་ཚིག་རྒྱབ་བཤད་སྐྱོང་།།
ཕུ་ནུས་ཁ་ཁ་བྱུས་སྐྱོང་།།
དབྱེན་གྱི་མི་ཁ་བཙན་ཡང་།།
ཆུང་དུས་བཤད་པའི་ཚིག་དེ།།
བརྗེད་མེད་སེམས་ལ་བརྐོས་པས།།
ཚེ་གཅིག་ཁྲིད་ལ་འཚོལ་ཡོད།།

ན་བླ་ཚོ། མདུན་དུ་སྐྱོད།

ཉི་ཟླའི་ཞ་ཆ་རྒྱུན་དུ་བདགས་ཏེ་འཛིན་མའི་གློང་ལ་གཡད་རྒྱངས་སྒྲོག།
ཚན་རྩལ་རྟ་པོའི་མགྱོགས་འགྲོས་བང་ཁས་གོ་ལ་ཟླུམ་པོ་གཡས་སུ་བསྐོར།།
འཛམ་གླིང་ཞི་བདེའི་འཕོད་སྐྱུལ་བསྒྲགས་ཏེ་དམག་འཁྲུག་ནད་ཡམས་བསལ་བར་མཛོད།།
ཕྱུགས་འདུན་གློང་རིམ་ཡུན་གྱིས་ཞུལ་བའི་ཁ་བའི་ན་བླ་མདུན་དུ་སྐྱོད།།

ཏེ་མ་ལ་ཡའི་གཡས་གཡོན་བལྟ་ཞོར་གངས་ལྗོངས་ལུང་བའི་བདེ་སྐྱིད་ཤོད།།
ཁྲི་ཤོར་རྒྱལ་མོའི་གཏིང་རིམ་ཚད་ཞོར་ཆེ་སྒྲོག་མཐའ་དག་སྲུང་སྐྱོབ་གཡལ།།
གདོད་མའི་གྲུབ་པའི་རང་གཤིས་དོར་ཏེ་གོ་ལ་ཅན་ལ་མིག་གིས་ལྟོས།།
ཁྲིམ་པའི་སྨྲལ་བའི་སྣང་ཚུལ་དོར་ཏེ་གངས་ཅན་ན་བླ་མདུན་དུ་སྐྱོད།།

སྔ་མང་ཤེས་བྱའི་ལྡེ་མིག་བགོལ་ཏེ་ཁ་བའི་རིག་གཞུང་ཀུན་ལ་སྒྲོག།
རང་གཤིས་བཟང་པོ་ཕྱི་ལ་མངོན་ཏེ་དཀར་ནག་རྒྱུ་འབྲས་ཤེས་སུ་ཚུགས།།
མི་ལུས་རིན་ཆེན་ རླབས་ཆེན་བསམ་སྟེ་དོན་མེད་འཁྱོལ་ཐབས་མི་བྱེད་གཡལ།།
མི་ཞིག་སྐྱེས་ཕྱིར་དོན་ཞིག་སྐྱོངས་ཤིག་ཁ་བའི་ན་བླ་མདུན་དུ་སྐྱོད།།

ཡབ་མེས་བཙན་པོའི་ལོ་རྒྱུས་གསལ་ཡང་ད་ལྟའི་གནས་བབ་སྐྱ་བོར་ཆགས།།
དུས་ཀྱི་སྨལ་ཚིགས་བརྗེ་ཐེངས་རེ་རེར་བོང་བུའི་ཚུལ་བཞིན་སྡོད་ལ་ལྟོས།།
ཚན་རྩལ་ཁ་བ་གཡོ་ཟུར་མེད་པར་གོ་ལ་ཟླུམ་པོར་ཡོངས་འགེངས་པས།།
རྫོངས་པའི་གཉིད་ལས་མྱུར་དུ་སད་དེ་གངས་ཅན་ན་བླ་མདུན་དུ་སྐྱོད།།

རང་ཉིད་སྙན་ངག་ལ་བདགས་ཡོད།

མི་ཚེའི་དགའ་སྐྱོ་འདིའི་ཕར་ཚུར་ཞིག་ཏུ།།
སྐྱུ་རིས་གསལ་པོ་ཞིག་བྲིས་ཏེ་བཤམས་ཡོད།།
 རྨི་ལམ་འཁྲུལ་བཤད་དེའི་ཕར་ཚུར་ཞིག་ཏུ།།
སྙན་ངག་བུ་མོ་དེའི་སེམས་པ་བཙུམས་ཡོད།།

ཟླ་འོད་མཁའ་འཛུམ་ཞིག་ཤར་ལ་བལྟས་ཏེ།།
སེམས་ཀྱི་རྨི་ལམ་འདི་གྲིབ་མར་སྣང་ཡོད།།
སྲོད་ཁའི་ཉི་གཞོན་ལ་ཕངས་བ་སྐྱེས་ཏེ།།
མཆི་མའི་ཕྲེང་བ་ཞིག་ས་ལ་འཐིམས་སོང་།།

དགོད་སྒྲའི་རྨི་ལམ་ཞིག་སེམས་སུ་རུམ་སྟེ།།
སྣང་བའི་ཁ་དོག་ལ་ཚོན་གྱིས་བྱུགས་ཡོད།།
རང་ཉིད་སྙན་ངག་དང་འབྲལ་མེད་ཆེད་དུ།།
སྙན་ངག་དགའ་མ་དང་འགྲོགས་ན་བསམ་ཡོད།།

ཆགས་སྡང་དུག་གསུམ་འདི་འབྲལ་མེད་སྣང་སྟེ།།
འཆི་ཁའི་ལག་བརྡ་ནི་ཡང་ཡང་བཏང་ཡོད།།
སྙན་ངག་བུ་མོ་འདིའི་འཁྱུག་ཤུགས་དེ་ཡིས།།
རང་ཉིད་སྙན་ངག་ལ་བདགས་པ་རྟོགས་སོང་།།

སྐྱུ་འཕྲུལ་མའི་གར།

འཛམ་འཛམ་བལ་ལས་འཛམ་པའི་གཤིས་རྒྱུད་ཅིག།
འཇུམ་འཇུམ་ཞལ་རས་འཇུམ་པའི་མིག་མདངས་གཉིས།།
ཕ་རོལ་དབང་དུ་བསྡུ་བའི་བྱུས་ངན་སོགས།།
སྒྱུ་མའི་གར་ལ་མཁས་པའི་བུ་མོའི་གཤིས།།

ལྡོད་ལྡོད་ངག་ནས་སྐད་ཆ་དབྱངས་སུ་གྱེར།།
ལྡེམ་ལྡེམ་ལུས་ཀྱི་ཆ་བྱད་འགྱུགས་པའི་གར།།
སྒོར་དང་གོ་ས་ཅན་གྱི་མི་བུ་ལ།།
སྒོ་ཁྲིའི་བདག་པོ་རིག་པ་ནང་བཞིན་བརྩེ།།

བཤད་ན་སྒོར་ལ་མི་དགའ་མི་ལ་དགའ།།
དོན་དུ་དགའ་བ་ཤོག་བུའི་དངུལ་སྒོར་ཡིན།།
ད་དུང་བཙོས་མའི་བརྩེ་དུངས་བེད་སྤྱད་དེ།།
སྐྱེས་བུ་ལ་ལ་སྡུག་གི་རྒྱ་མཚོར་འཕེན།།

རང་ལྷ་གོན་ན་ངོ་ཚའི་རྣམ་འགྱུར་སྟོན།།

གསང་དོར་ལྷ་བུའི་རྐང་སྣམ་ནག་པོ་རེ།།
ལུས་ལ་གོན་ན་སྦྲུལ་ཤུབས་འདྲ་བ་ཉིད།།
ཡག་མདོག་སྣང་སྟེ་འཁྱིང་བའི་ཚུལ་ལ་ལྟོས།།

གཞན་གྱི་སྨད་ན་མི་དགའ་བསྟོད་ན་དགའ།།
སྡུག་གི་འཚོ་བ་མི་བསམ་སྐྱིད་ན་བསམ།།
གང་ཡག་གང་ཞིམ་ལ་སོགས་དགའ་ཕྱོགས་པ།
སྒྱུ་མའི་གར་ལ་མཁས་པའི་བུ་མོའི་གཤིས།།

ཁྱེད་རང་གང་དུ་ཡོད།

— གླུ་དབྱངས་ཤིག་ལ་ཉན་རྗེས།

ཐོ་རེངས་ཆུ་ཚོད་ལྔ་བར།།
སྐར་མའི་མིག་ཟླུང་ཀེམ་ཀེམ།།
ཞེ་ལ་ཐོགས་པའི་བུ་མོ།།
ཁྱེད་རང་གང་དུ་གཟིམས་ཡོད།།

མིག་མཐའ་མཆི་མས་གང་དུས།།
མཚན་མོའི་ཆུ་ཚོད་ལྔ་བ།།
རྨི་ལམ་ནང་གི་མཛེས་མ།།
ཁྱེད་རང་གང་དུ་བཞུད་སོང་།།

མལ་ཁྲི་ཆེན་པོ་ཞིག་ཏུ།།
ཁེར་རྐྱང་གླུ་ལ་རོལ་དུས།།
རྐྱང་རིང་སྙིང་གི་ཕོ་མོ།།
རྨི་ལམ་ནང་དུ་བསུ་འདོད།།

ཕྱི་ན་ཆར་པ་ཟམ་ཟིམ།།
ཁྱིམ་ན་འཁྱག་སྣང་ཤུར་ཤུར།།
སེམས་ཀྱི་རྫོད་ཕོལ་འཛུགས་པས།།
ཁྱེད་རང་གང་དུ་འཚོལ་བསམ།།

མི་གཞིས་ཀྱི་གཉོམ་སོ།

དང་མ་ཅང་མེད་དུ་ཡིན།།
དེ་ནས་ཅུང་ཡོད་རྒྱུ་རེད།།
ཡོད་ནས་ཅུང་འཕེལ་སྤྱི་རེད།།
འཕེལ་ནས་རྒྱུད་ཚར་ཕྱི་རེད།།

དང་མ་སྡུག་དུས་གྲོགས་རེད།།
དེ་ནས་སྐྱིད་དུས་གཞན་རེད།།
སྐྱིད་མགོ་ཡལ་དུས་དྲན་རེད།།
དྲན་ཡང་གྲོགས་པོ་མེད་རེད།།

ཕ་མ་ཁ་ནས་གླེང་རེད།།
ཁ་ལེན་ཙིག་བརྩི་མེད་རེད།།
སྒོར་ཁུག་སྟོང་བར་གྱུར་རེད།།
ཕ་མ་མ་གཏོགས་མེད་རེད།།

སློབ་མ་ཡིན་དུས་སྐྱིད་རེད།།
སྐྱིད་ནོ་མ་ཤེས་འགྲོད་རེད།།

ཕ་མ་གྱུར་དུས་སྡུག་རེད།།
སྡུག་ཀྱང་རང་གི་ལས་རེད།།

བཤད་ན་ཚང་མས་ཤེས་རེད།།
ལག་ལེན་བྱེད་མཁན་མེད་རེད།།
ཁ་ནས་བཤད་ན་མཁས་རེད།།
རང་ལག་བཞག་ན་མེད་རེད།།

གྲོགས་པོ་མང་པོ་ཡོད་རེད།།
ཁུག་དམར་སློང་མཁན་མང་རེད།།
སྐད་འཕྲིན་ཚོགས་པ་མང་རེད།།
ཆགས་བརྙན་བསྐུར་མཁན་མང་རེད།།

སྙན་ངག་འབྲི་མཁན་མང་རེད།།
གླུ་བ་སློབ་མ་མང་རེད།།
ཕྲུག་དོག་ཞེ་སྡང་མང་རེད།།
དྲ་བའི་སྙིང་ན་གསལ་རེད།།

སྐྱིད་སྡུག་གླེང་མཁན་མང་རེད།།
མཐུན་སྒྲིལ་རྒྱུད་ན་མེད་རེད།།
ལ་རྒྱ་འཛིན་མཁན་མང་རེད།།

མཐའ་འཁྱོངས་བྱེད་མཁན་མེད་རེད།།

དགག་པ་རྒྱག་མཁན་མང་རེད།།
གྲྭ་བ་བསྟན་བཤིག་ཟེར་རེད།།
བོད་མོ་རྒྱ་མོ་བརྩད་རེད།།
མདོར་ན་གླེན་རྟགས་མང་རེད།།

ང་ནི་ཅི་ཡང་མིན་རེད།།
སློབ་མ་ཆུང་ཆུང་ཞིག་གོ།
མི་ཡུལ་ལུང་བ་འཁྲིམ་པའི།།
མི་རྒྱང་འཐུམས་པོ་ཞིག་གོ།

ཚིག་གསུམ་མགུར་མ་ལབ་རེད།།
ཚིག་སྦྱོར་ཡག་པོ་མ་རེད།།
སྙིང་གཏམ་ཚིག་གསུམ་འཆད་རེད།།
ཁ་ཡག་གཏན་ནས་མིན་རེད།།

ཚིག་དོན་གོ་སླ་ཡིན་རེད།།
བདེན་པའི་ལམ་བུ་ཡིན་རེད། །
མདོར་ན་སེམས་གཏམ་ཡིན་རེད།།
ཀུན་ཕན་མཆོག་ཏུ་འདོད་རེད།།

ངའི་སློ་བོ།

ངའི་སློ་བོ་དཀྱུང་ལོ་དོན་བཞི་ཡིན།།
ལོ་བདུན་ཅུའི་གཉེར་མ་གདོང་ན་གསལ།།
ཆོས་དགེ་བའི་ལས་ལ་ཞེན་ཏུ་དགའ།།
དེ་ཕོ་མོའི་བདེ་སྐྱིད་ཡིན་པར་འདོད།།

ངའི་སློ་བོའི་ནུས་རྒྱུད་ཇ་བ་ཡིན།།
ཡུལ་ཇ་བའི་དཔོན་ཚང་བུ་མོ་ཡིན།།
དཔོན་གདུང་རབས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་པ་ཡིན།།
དེ་ཡིན་ནུང་མགོ་འཕང་མཐོན་པོ་མེད།།

ངའི་སློ་བོ་ལས་བཟང་ལས་ངན་ཡིན།།
ལས་ལོས་བཟང་མི་ལུས་རིན་ཆེན་ཡིན།།
དེ་མ་ཟད་དཔོན་ཚང་རྒྱུད་པ་ཡིན།།
དེ་བསམ་ན་ལས་བཟང་ཤ་སྟག་ཡིན།།

ངའི་སློ་བོ་ལས་བཟང་ལས་ངན་ཡིན།།
ལས་ལོས་ངན་ཡུགས་ས་ཁེར་སྡོད་ཡིན།།
དེས་མ་ཚད་བུ་དག་སུ་གཞུག་གཤེགས།།

དེ་བསམ་ན་ལས་ངན་པོ་ཐག་ཡིན།།

ངའི་སྙོ་བོ་ཕྱུག་པོ་རྒྱུ་ཆེན་མིན།།
རྒྱུ་མེད་རུང་བུ་མོའི་གོ་ཁ་གང་།།
སྨན་བུ་མོ་འགྲོ་སའི་གནས་ལམ་རྙེད།།
དུས་དེང་སང་སྙོ་བོ་སྐྱིད་གི་ཡོད།།

ངའི་སྙོ་བོ་ལོ་ལོན་ན་རྒྱུ་མེད།།
ནད་མེད་པས་ཕྱུག་བསྐོར་ཚད་གི་མེད།།
སྐོར་དུ་ཡོད་གྲྭ་སར་འབུལ་གི་ཡོད།།
དུ་བསམ་ན་སྙོ་བོའི་འཆི་ལམ་ཡག།

ངའི་སྙོ་བོས་ང་རང་ཉིན་ཏུ་གཅེས།།
དེ་བཤད་ན་སེམས་ཀྱི་རྡོ་ས་ཡིན།།
ངའི་ཆེད་དུ་གཞན་ལ་ཕྱུག་ཀྱང་འཚོལ།།
དེ་བསམ་ན་དྲིན་ཆེན་མ་དང་མཚུངས།།

ངའི་སྙོ་བོར་ཤེས་བྱ་རིག་གནས་མེད།།
ཤེས་ཡོན་ཏན་མེད་ཀྱང་གཏམ་ལ་མཁས།།
ཕྱི་ཚོ་བའི་རྣ་བས་ཉན་ས་ཡིན།།
ནང་ཕུ་ནུའི་མིག་གིས་བལྟ་ས་ཡིན།།

སྒེའུ་ཁུང་ལས་སྙིང་ཉེ་དྲན་པ།

སྨན་པའི་རྡོ་ཁང་གྲུ་བཞིར།།
སྒེའུ་ཁུང་ཆུང་ཆུང་གཅིག་ཡོད།།
སྒེའུ་ཁུང་ཧ་ཅང་ཆུང་བས།།
ཟླ་བ་མ་གཏོགས་མ་མཐོང་།།

ཟླ་བའི་འཛུམ་ཞལ་མཐོང་བས།།
རྒྱང་རིང་ཕོ་མོ་དྲན་སོང་།།
དྲན་པའི་ནད་དུག་ལྡི་མོས།།
སེམས་པ་སྐྱོ་བར་བྱས་སོང་།།

རྡོ་ཁང་སྨན་པས་བརྩམས་ཀྱང་།།
ཟླ་བར་ཁེར་ལབ་བྱས་པས།།
སྒེའུ་ཁུང་ཆུང་ཆུང་དེ་ལས།།
དྲོད་ཕོལ་དྭངས་མ་རྙེད་སོང་།།

དཀར་འོད་ཆུང་ཆུང་ཞིག་གིས།།
དྲན་གདུང་ལམ་སྣ་དྲངས་བས།།
སྒེའུ་ཁུང་ཆུང་ཆུང་དེ་ལས།།
བརྩེ་བའི་ཁ་ཐག་རྟོགས་སོང་།།

མདང་ཡལ་བའི་ཁ་དོག་ཅིག

རྩེ་པོ་ཏ་ལ་ཡི་བཟོ་བཀོད་འདི།།
གནས་བོད་པའི་མིག་ལ་མཛེས་པའི་རྒྱན།།
སེམས་དད་པའི་ཐལ་མོ་སྦྱར་ནུས་ནི།།
བོད་གཞིས་བྱེས་འཛོམས་པར་བསྒྲུག་ནས་ཡོད།།

མཁར་ཐོག་མའི་གཟི་འོད་མཐོང་དུས་སུ།།
བོད་བཙན་པོའི་རྒྱལ་རབས་དྲན་གྱིན་ཡོད།།
གཞའ་མ་སྐྱུར་ལག་པ་ཡར་བསྐྲིངས་དུས།།
རྗེ་སྲོང་བཙན་སྙིང་ནས་དྲན་གྱིན་ཡོད།།

དེང་སྐད་རིགས་འདྲ་མིན་བཤད་དུས་སུ།།
རྗེ་ཐོན་མི་སྙིང་ནས་དྲན་གྱིན་ཡོད།།
བོད་ཕ་སྐད་གཙང་མའི་དབུ་ཁྱུད་འདི།།
རྗེ་ཁྱེད་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་མ་ཡིན་ནམ།།

ཚན་ལག་རྩལ་སྣང་ལ་འབུད་དུས་སུ།།

མི་ངན་པའི་རང་གཤིས་མངོན་ཚར་ཐལ།།
 མེས་སྔོན་ཕྱིན་རང་གཤིས་རྒྱུད་འཛམ་ཏུང་།།
མིང་བཟང་པོ་ས་ཏུ་བསྲེས་བཞག་ཐལ།།

ཁོག་ལ་རྒྱ་སེམས་སུ་སོམས་སོམས་དང་།།
 བོད་ཞེར་བ་ཡུལ་གྲུ་ཀུན་འདུས་ཡིན།།
མཐུན་ཁ་སེམས་འདུ་འཛོམས་བྱུང་སོང་ན།།
བོད་བཙན་པོའི་ལ་རྒྱ་མ་ཡིན་ནམ།།

སྣང་བ་བན་བུན།

སྐར་མའི་ལུས་ལ་གྲང་རེག་ཐེབས་ཀྱང་།།
འདར་བའི་དཔེ་ཞིག་གླིང་ན་མི་འདུག།
ང་ཡི་སེམས་པར་ན་ཟུག་སྐྱེ་ན།།
ཁྱེད་ཀྱང་དེ་ལས་གཅིག་པ་ཨེ་ཡིན།།

ས་ཆེན་པོ་ལར་གནོད་སྐྱོན་ཐེབས་ཀྱང་།།
ཉམས་པའི་དཔེ་ཞིག་གླིང་ན་མི་འདུག།
ཁྱེད་དང་འུ་གཉིས་འབྲལ་དགོས་བྱུང་ན།།
མི་ཞིག་ཧུ་བའི་དཔེ་ཞིག་ལོས་ཡོད།།

རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་དྲག་ཏུ་འཁྱུར་ཡང་།།
ཁྲི་གདུགས་ཉི་མ་སྤྲར་ལྷར་འཆར་སྲིད།།
ཁྱོད་དང་འུ་གཉིས་ཁ་ཁར་གྱུར་ན།།
ཕན་ཚུན་དྲན་པའི་སེམས་ཤིག་ལོས་ཡོད།།

ལྷགས་རླུང་བཙན་པོ་དྲག་ཏུ་ལྡང་ཡང་།།

ནོར་འཛིན་སྐྱེག་མོའི་མཛེས་ཉམས་མ་ཤོར།།
ཁྱོད་དང་ཞུ་གཉིས་ཁ་ཐག་རིང་ཡང་།།
ནམ་ཞིག་འཕྲད་པའི་ལས་ཤིག་ལོས་ཡོད།།

གཙང་པོ་ཆུ་ལ་དར་ཁ་ཆགས་ཀྱང་།།
སྐྱབས་ཀྱི་ཆུ་ལ་འགོག་ཐབས་མི་འདུག།
སྔོན་བསགས་ལས་སྨོན་བཟང་པོ་ཡོད་ན།།
ངེད་གཉིས་མཐུན་པའི་ལམ་ཞིག་ལོས་ཡོད།།

ཉི་ཟླ་གཟའ་ཡིས་སྒྲིབ་རྒྱུ་ཡོད་རུང་།།
དུས་ཡུན་ཐུང་ཐུང་ཞིག་གི་ནང་རེད།།
མི་ཚེའི་ཚེ་ཚད་རྫོགས་པའི་ཚེ་ན།།
འགྱོད་པ་སྐྱེས་ཀྱང་ལེ་བདའ་སུར་བྱེད།།

སྐྱབས་མགོན་དྲན་པའི་གདུང་བ།

མེ་ཏོག་གང་ལ་བཞད་ཡོད།།
མེ་ཏོག་སྙིང་ལ་བཞད་ཡོད།།
སྙིང་ལ་བཞད་པའི་མེ་ཏོག།
འདབ་བརྒྱད་མེ་ཏོག་ཆང་གཅིག།

སྙན་དབྱངས་གང་ལ་བླངས་ཡོད།།
སྙན་དབྱངས་ངག་ལ་བླངས་ཡོད།།
ངག་ལ་བླངས་པའི་སྙན་དབྱངས།།
ཨ་ཇོ་དྲན་པའི་སྐྱོ་གཞས།།

དྲན་ཤིང་གང་ལ་བསྒོམས་ཡོད།།
དྲན་ཤིང་སེམས་སུ་བསྒོམས་ཡོད།།
སེམས་སུ་བསྒོམས་པའི་དྲན་ཤིང་།།
རྒྱང་རིང་ཡུལ་ལ་འཁྲིར་ཡོད།།

སྨོན་ལམ་གང་ལ་བཏབ་ཡོད།།

སྨོན་ལམ་ཨ་ཇོར་བཏབ་ཡོད།།
ཨ་ཇོར་བཏབ་པའི་སྨོན་ལམ།།
ནམ་མཇལ་རེ་ཞིང་སྒུག་ཡོད།།

མིག་ཆུ་གང་ལ་གཏོར་ཡོད།།
མིག་ཆུ་གདོང་ལ་གཏོར་ཡོད།།
གདོང་ལ་གཏོར་བའི་མིག་ཆུ།།
ཏུན་ཏུ་རྒྱ་མཚོར་བསྲེས་ཡོད།།

རེ་སྒུག་གང་ལ་བྱས་ཡོད།།
རེ་སྒུག་མགོན་ལ་བྱས་ཡོད།།
མགོན་ཁྱེད་དྲན་པའི་གདུང་བ།།
སྐྲི་བསེར་རླུང་ལ་བསྐུར་ཡོད།།

ན་ཟུག་གང་ལ་བཞག་ཡོད།།
ན་ཟུག་སེམས་ལ་བཞག་ཡོད།།
སེམས་ལ་བཞག་པའི་ན་ཟུག།
ནམ་ཡང་བཟོད་ཐབས་མི་འདུག།

ངའི་ཨ་མ།

ངའི་ཨ་མ་བྱམས་བརྩེའི་བདག་མོ་ཡིན།།
བྱམས་སྙིང་རྗེ་དཀྱུང་གི་ཉི་ཟླ་ཡིན།།
དཀྱུང་ཉི་ཟླའི་འོད་སྣང་འཛད་མེད་ཡིན།།
ངའི་ཨ་མའི་བྱམས་བརྩེ་དེ་བཞིན་ལགས།།

ངའི་ཨ་མ་འཛུམ་གྱི་ཐྲོད་ཤོལ་ཡིན།།
ཐྲོད་ཚ་ཟེར་ཨ་མའི་འཛུམས་མདངས་ཡིན།།
འཛུམ་དམུལ་ལེར་མི་ཚེ་སྐྱེལ་བ་འདི།།
ངའི་ཨ་མའི་བདེ་སྐྱིད་ངོ་མ་ཡིན།།

ངའི་ཨ་མ་བཙུད་ཀྱི་ཏུ་མ་ཡིན།།
བཙུད་ཏུ་མ་ཅན་གྱི་ལུས་ངག་འདི།།
རྒྱུ་ནོམ་པའི་ཉོས་པ་ག་ལ་ཡིན།།
མ་རང་གི་མི་གཞིས་མཛེས་པ་ཡིན།།

ངའི་ཨ་མ་གཡང་གི་སྒོ་དར་ཡིན།།
གཡང་ཕྱུགས་ཕྱུས་སྒོ་ཁ་གང་པ་འདི།།
སྐྱེ་སྟོན་མའི་ཚོགས་བསགས་བཟང་བས་ཡིན།།
ཚེ་འདི་ལ་བསོད་ནམས་ཆེ་བས་ཡིན།།

སྒྲོད་ལ་བབས་པའི་ཁ་བའི་མེ་ཏོག

སྒྲོད་ལ་བབས་པའི་ཁ་བའི་མེ་ཏོག།
སྒང་ལ་བཞག་པའི་རྐང་རྗེས་གསལ་པོ།།
མིག་ལ་མཛེས་པའི་ཚགས་རིས་སྐྱ་པོ།།
ཨ་ཕའི་རྒྱབ་ཀྱི་རྩིག་པར་སྣང་ཡོད།།

སྒྲོད་ལ་བབས་པའི་ཁ་བའི་མེ་ཏོག།
གངས་ལ་བཞག་པའི་གླུ་སྐད་དྭངས་མ།།
བུ་གར་སྙན་པའི་དྲི་ཟའི་དབྱངས་སྙན།།
ཨ་མའི་གསུང་གི་བདུད་རྩིར་སྣང་ཡོད།།

སྒྲོད་ལ་བབས་པའི་ཁ་བའི་མེ་ཏོག།
འབྲོག་ལ་ཆགས་པའི་སེམས་གཞས་ཁ་པོ།།
དགྲ་ལྷའི་རླུང་རྟའི་དངོས་གྲུབ་དམར་པོ།།
མེས་པོའི་བཤུལ་ལམ་སྐྱ་བོར་སྣང་ཡོད།།

སྒྲོད་ལ་བབས་པའི་ཁ་བའི་མེ་ཏོག།
གྲོགས་ལ་བཟུང་བའི་བརྩེ་སེམས་དམར་པོ།།
མཐུན་པའི་སྙིང་གི་མེ་ཏོག་སེར་པོ།།
ཁྲི་གདུགས་ཉི་མའི་གཟི་འོད་སྣང་ཡོད།།

ང་ཁྱེད་ལ་དགའ།

ཞལ་རས་བཅོ་ལྔའི་ཟླར་འགྲན་ཅིང་།།
གཤིས་རྒྱུད་བལ་ལས་འཇམ་དྲགས་པའི།།
སྐྱེས་གཟུགས་སྒྱུག་མའི་རང་བཞིན་ཅན།།
ཁྱེད་ལ་དགའ་བ་ལྷོད་མེད་ཡིན།།

ཚིག་འཇམ་སྦྲ་ལ་རྒྱ་འབྲས་གླིང་།།
རྒན་ལ་བཀུར་ཞིང་ཆུང་ལ་བྱམས།།
གྲོགས་ལ་གཅེས་ཤིང་ཕ་མར་བྱམས།།
ཁྱེད་ལ་དགའ་བ་རྟག་བརྟན་ཡིན།།

ལས་ལ་བརྩོན་ཞིང་གཡོ་སྒྲུ་མེད།།
འཇིག་རྟེན་བྱ་བ་གང་སྒྲུབ་རུང་།།
མ་འགྲུབ་བར་དུ་བརྩོན་འགྲུས་རྩོམ།།
ཁྱེད་ལ་དགའ་བ་གཡོ་སེམས་མེད།།

བརྩེ་དུངས་རྟག་བརྟན་ནམ་མཁའ་བཞིན།།

མི་ཁར་རྒྱུག་པའི་སྒྲོལ་མེད་པ།།
བུད་མེད་མཛངས་མ་གཙུག་གི་རྒྱན།།
ཁྱེད་ལ་དགའ་བ་བསླུ་མེད་ཡིན།།

ཡོད་ཚད་འགྱུར་བའི་དུས་རབས་སུ།།
རྒྱུ་དབང་སོགས་ལ་མི་ཆགས་ཤིང་།།
སྒྱུ་མའི་རང་གཤིས་རྒྱུད་མེད་པ།།
ཁྱེད་ལ་དགའ་བ་རྣམ་དག་ཡིན།།

འཆར་ཡན་འབབ་ཞིག།

ཟང་ཟིང་འཁོར་བའི་རྒྱབ་ཡོག་ཏུ།།
སྐྱོ་སྐྱོ་མི་བུའི་གདམ་རྒྱུད་གདལ།།
འཁོར་འཁོར་འཁོར་བའི་གཡས་ཟུར་ན།།
བཟློས་བཟློས་མི་ཚེའི་བཞུད་ལམ་ཡོད།།

དགའ་དགའ་ཡུན་ཐུང་འཚོ་བའི་རྗེས།།
སྡུག་སྡུག་མིག་ཆུའི་ཕྲེང་བ་ཞིག།
ཆགས་ཆགས་དུངས་བའི་མཐའ་མ་ན།།
འགྲོད་འགྲོད་ལུས་ཀྱི་བ་སྤུ་གཡོ།།

ལྡེམ་ལྡེམ་གཡོ་བའི་མིག་ཟུར་ན།།
གཡོ་གཡོ་འགྲུལ་བའི་ཐབས་བཀོད་ཅིག།
སྒྲུག་སྒྲུག་མཐའ་མའི་ཕྱིར་ལན་དུ།།
འཆི་འཆི་སྣང་བའི་སྒྱུ་མའི་གར།།

དྲན་དྲན་ཉིན་མཚན་རེས་མོས་ལ།།
འཛུམ་འཛུམ་ཕོ་མོའི་ཞལ་རས་ཤར།།

དུངས་དུངས་མི་ཚེ་ཧྲིལ་བོ་ལ།།
ཆུང་ཆུང་བྱིས་དུས་ཕོ་མོར་ཆགས།།

ལྷུང་ལྷུང་གྲགས་པའི་ཁུ་བྱུག་གིས།།
སྙན་སྙན་གླུ་དབྱངས་ངག་གི་དཔལ།།
མཛེས་མཛེས་མིག་གི་དགའ་སྟོན་འདི།།
ཐུང་ཐུང་སྐད་ཅིག་དུས་ཡུན་འཆར།།

དུས་དུས་སྡུག་གི་མཇུག་རྫོགས་མེད།།
བགད་བགད་བདེ་སྐྱིད་མི་རྟག་པ།།
ཁྲ་ཁྲ་འཛིག་རྟེན་གོ་ལ་རུ།།
ཉིད་ཉིད་དོན་ལ་རང་ཉིད་འདུས།།

དགའ་སྒྲོ་མ་སྲ།

རྒྱུགས་ཤོག་གྲུ་བཞི་འདི་མིག་ལ་མཛོས་རུང་།།
ནག་ཆུང་ཡི་གེ་འདི་སློར་རུ་མེད་ན།།
ལྕགས་སྨྱུག་སྲ་མོ་འདི་སོ་ཡིས་འཚོས་ཀྱང་།།
ཕན་ཐོགས་མེད་པ་འདི་སེམས་སུ་ངེས་དགོས།།

ངལ་གསོ་བྱེད་པ་འདིར་དགའ་སྒྲོ་སྐྱེས་ཀྱང་།།
སང་ཉིན་འཚེ་བ་བཞིན་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་དགོས།།
མ་འོངས་ཕྱུགས་བསམ་ལ་འདུང་རེ་བརྒྱབ་ན།།
སློབ་སྦྱོང་བྱེད་པ་ལ་ནམ་རྒྱུན་བརྩོན་དགོས།།

ཕ་མའི་ཁ་ཏ་འདི་སེམས་སུ་ཉོར་དང་།།
དགེན་གྱི་བསླབ་བྱ་འདི་ལག་ལེན་བྱོས་དང་།།
མི་ཚེ་ཟེར་བ་འདི་ཕན་ཐོགས་ཡོད་ཅེས།།
རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་ན་གསལ་བ་གན་ཡིན།།

ཕ་མའི་གསོག་དངུལ་འདི་སེན་རྩའི་ཁྲག་ཡིན།།
སྤྱོད་དུས་ཕྱིར་འདང་ཞིག་ཡུན་གྱིས་རྒྱོབས་དང་།།

གལ་ཏེ་རང་ཉིད་ནི་ཕ་མ་ཡིན་ཆེ།།
སེམས་ཀྱི་ན་ཟུག་འདི་སུ་ལ་འཆད་དམ།།

བརྗེད་བརྗེད་མཐོན་པོའི་ཁྲི་སྟེང་ན།།
ཡིན་ཡིན་སྙམ་པའི་མི་བུ་དག།
རིག་རིག་མིག་གིས་འཚོལ་བཞིན་པ།།
ཐོབ་ཐོབ་ཧམ་པ་འདོད་པའི་ཁམས།།

དུས་སྐབས་ཤིག་བསམ་ན་སྐྱོ་བྱུང་།

འཛིག་རྟེན་མི་ཡུལ་ལ་གོད་ཆག་ཅིག་བྱུང་དུས།།
མི་ཡུལ་འགྲོ་བ་དག་འཛིགས་སྐྲག་ཅིག་སྐྱེས་ཏེ།།
འགྲོ་ས་ཐར་ས་ཞིག་ཡུལ་ལུང་ན་མེད་པས།།
མཐའ་མའི་སྐྱབས་འཇུག་འདི་སུ་ཞིག་ལ་ཞུ་སྲིད།།

དམྱལ་བའི་ཚ་གྲང་ཞིག་རང་ལུས་སུ་སྨྱོངས་དུས།།
བདེ་བའི་ལམ་ཁ་ལ་ཕྱི་འདང་ཞིག་བརྒྱབ་ཀྱང་།།
དགོད་ཁའི་གཡབ་མོ་འདི་སྣང་ངོ་རུ་འཆར་རམ།།
ཡོད་ཚད་འགྲོད་སེམས་ཀྱི་ཕངས་སོང་ཞེས་འཕྱི་སོང་།།

བདེ་བར་འཇུག་པ་ལ་མགོ་འཕང་ཞིག་མཐོ་ཡང་།།
དགེ་བའི་དཀར་ཕྱོགས་སུ་ཞིབ་འདང་ཞིག་བརྒྱབ་ན།།
གང་ཞིག་སྡུག་བསྔལ་ནི་ནམ་ཐོན་ཡང་མི་ཤེས།།
དེ་དུས་སངས་རྒྱས་ཤིག་མི་འདུག་ནི་མ་གསུང་།།

ཁ་ལོག་མིག་ལོག་འདི་ཕ་མ་ལ་གཏོང་དུས།།
ཡིད་སེམས་རྫོངས་པ་འདི་རང་སེམས་སུ་ངེས་དགོས།།
མི་སེམས་འདྲེ་སྲིན་དང་རིས་མེད་དུ་གྱུར་དུས།།
ཐ་མར་ཕམ་པ་ནི་རང་ཉིད་དེ་ཡིན་ནོ།།

ཕུ་བོའི་སྐྱེས་སྐར་ལེགས་ཚོགས་མ།

— ཕུ་བོ་རྨ་བླ་གཞོན་ལ།

སྐུ་བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ཚོགས་མངའ་ཞིང་།།
ཐུགས་བྱམས་བརྩེའི་ངང་རྒྱུད་གཞུང་དྲང་བ།།
བློ་ཐོས་བསམ་སྒོམ་གསུམ་ལྷུར་ལེན་པ།།
གནས་ལྔ་རིག་ཤེས་བྱར་བརྩོན་པ་སྐྱེད།།

ཚོས་དཀར་པོ་དགེ་བའི་གདན་སྟེང་ན།།
ལུས་ན་བཟའ་དམར་པོའི་རྒྱན་བྱས་ཏེ།།
བཀའ་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་སྤེལ་མཛད་མཁན།།
ངའི་ཕུ་བོའི་བསོད་ནམས་ཚིག་གིས་བསྟོད།།

སྐུ་འཆར་ཀའི་ཉི་མར་མདངས་ལྡན་ཞིང་།།
གསུངས་སྒྲ་དབྱངས་སྙན་པ་འཇོམས་མཛད་པ།།
ཚོས་འཆད་རྩོད་རྩོམ་གསུམ་ཚད་མེད་པར།།
བྱིན་དངོས་གྲུབ་ཁྱེད་ལ་ཐོབ་པར་ཤོག།

དུས་དེ་རིང་ཉི་མར་མདངས་གསལ་ཞིང་།།
དུས་དེ་རིང་ཟླ་བ་འོད་གསལ་ལེར།།
དུས་དེ་རིང་ནུ་བོ་འཛུམ་དམུལ་ལེར།།
སྤྲུན་ཕུ་བོའི་སྐྱེས་སྐར་ཨེ་མ་བསྒུ།།

བརྗེད་གི་མ་འདུག

ཕ་ཡུལ་གངས་རིའི་ལྗོངས་ཀྱི་བོད་པ།།
ཕ་སྐད་གཙང་མ་ནམ་རྒྱུན་ཤོད་དང་།།
ཕ་མེས་གནང་བའི་གྲུལ་བཞག་རིག་གནས།།
ཕ་ཡུལ་ལྗོངས་ཀྱི་མཛེས་པའི་རྒྱན་ཡིན།།

ཁ་བ་ཅན་གྱི་མི་རྒྱུད་གཙང་མ།།
ཁ་ཤོག་མེད་པའི་མི་ཞིག་བྱས་ཏེ།།
ཁ་བ་གངས་རིའི་བསིལ་ལྗོངས་འདི་ལ།།
ཁ་ལས་ལྷུང་རྟའི་མཛད་འཕྲིན་སྤྲོལ་ཅིག།

རིག་པའི་གནས་ལ་ཡུན་གྱིས་སྦྱོང་པའི།།
རིག་པའི་བུ་དང་བུ་མོ་རྣམ་པ།།
རིག་གནས་བཅུ་ལ་ཁྱད་གསོད་མེད་པར།།
རིག་པའི་དཔའ་བོའི་རྗེས་རབས་སྐྱོངས་ཤིག།

སློབ་གླིང་འབྲིམས་པའི་བོད་རིགས་སློབ་བུ།།

སློབ་པའི་ཚ་ལ་ནོར་འཛོལ་མ་གནང་།།
སློབ་སྦྱོང་རིགས་ལ་སྣ་མང་ཡོད་ཀྱང་།།
སློབ་དུ་དགོས་པ་རང་རིགས་རིག་གནས།།

སྐད་ཀྱི་རིགས་ལ་སྣ་ཚོགས་ཡོད་ཀྱང་།།
སྐད་དང་ཡི་གེ་རང་གི་ནོར་ཡིན།།
སྐད་ཆའི་གདངས་ལ་སྐྱོན་ཆ་བྱུང་ན།།
སྐད་ཡིག་ཉམས་པའི་རྒྱུ་རུ་གྱུར་འགྲོ།

དྲན་སྣང་སྐྱ་པོ།

གཟི་མིག་དགུ་བར་རིན་གོང་མཐོ་དྲགས་ཆེ།།
སྙིང་སྡུག་བུ་མོའི་རྒྱུད་ལ་གཡོ་ཧམ་ཆེ།།
ཞི་ལུ་ངོ་ཚུང་རྒྱ་ནོར་ཆེར་མེད་པས།།
སྙིང་སྡུག་བུ་མོའི་བློ་ལ་འབབ་ཇེ་བྱུང་།།

ཉེར་གཅིག་གྲོགས་ལ་ཤོག་དངུལ་མང་དྲགས་དགོས།།
གྲོགས་པོའི་མཛའ་བརྩེ་སྒོར་ལ་བརྗེ་རིན་མེད།།
ཞི་ལུ་དབུལ་པོར་ཤོག་སྒོར་མང་མེད་པས།།
མཛའ་གཙུགས་གྲོགས་པོའི་བློ་ལ་བབས་མ་བྱུང་།།

དེང་དུས་དཔོན་པོ་རྒྱ་ནོར་ཟ་ལ་སྲེད།།
མང་ཚོགས་ལ་ལ་ལྟག་སྒོ་བརྒྱུད་ལ་མཁས།།
ཞི་ལུ་ངོ་ཚུང་རྒྱལ་ཁབ་ཁྲིམས་ལ་མཁས།།
དེང་དུས་དཔོན་པོའི་བློ་ལ་འབབ་ཐལ་བྲལ།།

ཁ་ངོར་ཚོན་རྩེ་སྣ་ཚོགས་བྱུགས་མཁས་པའི།།
རྒྱུ་དང་དབང་ལ་དགའ་བའི་ངོ་གཉིས་མ།།
ཞི་ལུ་ངོ་ཚུང་ལྟད་མེད་བརྩེ་བར་དགའ།།
དེང་དུས་བུ་མོའི་བློ་ལ་འབབ་དུས་མེད།།

ལྷ་བསང་དགུང་ལ་བཏང་ཡོད།

ལྷ་བསང་དགུང་ལ་བཏང་ཡོད།།
ལྷུང་རྟའི་འཕུར་འགྲོས་ཁྱུད་ནས།།
གནམ་ལོ་གསར་བའི་ནང་དུ།།
བསམ་དོན་ལྷུན་གྱིས་འགྲུབ་ཤོག།

ལྷ་བསང་དགུང་ལ་བཏང་ཡོད།།
བསང་དུད་སྔོན་མོའི་གློང་ནས།།
གནམ་ལོ་གསར་བའི་ནང་དུ།།
ཕ་མའི་སྐུ་ཚེ་བརྟན་ཤོག།

ལྷ་བསང་དགུང་ལ་བཏང་ཡོད།།
ཀཱ་སྦྲའི་འགྱུར་ཁྱུགས་ཁྲོད་ནས།།
ཕུ་ནུ་མིང་སྲིང་ཡོངས་ཀྱི།།
ལུས་སེམས་བདེ་བའི་སྨོན་ལམ།།

ལྷ་བསང་དགུང་ལ་བཏང་ཡོད།།
དགྲ་ལྷའི་དངོས་གྲུབ་བར་ནས།།
གཉིས་ཁྱེས་སྤུན་ཟླ་དག་གི།
རླུང་རྟ་དར་བའི་སྨོན་ལམ།།

ལྷ་བསང་དགུང་ལ་བཏང་ཡོད།།
ལོ་སྙིང་ཕར་ལ་བསྐྱལ་ཏེ།།
ལོ་གསར་ཚུར་ལ་བསུས་ནས།།
དགའ་སྐྱིའི་གླུ་གཞས་གཏོང་རོགས།།

ང་རོའི་དཔའ་སྐད།

ཚོར་བའི་རླབས་རྒྱུན་རླུང་ལ་བསྐུར་ནས།།
ཚོལ་ཁ་གསུམ་པོ་གཅིག་ཏུ་འདྲེས་ཏེ།།
འཆར་ཀའི་ཉི་གཞོན་མགྲོན་ཏུ་བསུས་ནས།།
ང་རོའི་བྲག་ཅ་ཕྱོགས་བཞིར་བསྒྲགས་ཤོག།

དབྱངས་སུ་བཏགས་པའི་འགྱུར་ཁུགས་མནབས་ཏེ།།
གངས་ལྗོངས་ལུང་བ་གཡས་སུ་བསྐོར་དུས།།
འགྱུར་ཁུགས་སྟོང་གི་འགྲོས་ཀྱི་བྱེད་པོ།།
ང་རོའི་སྒྲ་དབྱངས་སྙན་པར་སྒྲོགས་ཤོག།

གངས་ལ་བཞག་པའི་ཞབས་རྗེས་རེ་རེར།།
ཁྲག་དང་རྡུལ་ཆུའི་ལོ་རྒྱུས་འདྲེས་ཤིང་།།
ཕྱུགས་བསམ་སྟོང་གི་རེ་བཞག་ཁུར་ཏེ།།
ང་རོའི་ཁྲིལ་ཤུགས་སྲིད་ལ་སྒྲོགས་ཤིག།

གངས་ཕྱུག་རྣལ་མའི་སེམས་འདུན་བཟུང་སྟེ།།
གངས་རིའི་འགྲོ་དོན་རྒྱུད་དུ་སེམས་ནས།།
བསིལ་ལྗོན་ཁ་བ་ཅན་གྱི་ལྗོངས་འདིར།།
ང་རོའི་དཔའ་སྐད་ཅིས་ཀྱང་སྒྲོག་དགོས།།

ལས་འབྲས་མདུད་པ་དེ་འབྲེལ་རོགས།

མི་ཚེ་རྫི་ལམ་ཞིག་མིན་ཚེ།།
སྐད་ཆ་བཙོས་མ་ཞིག་མིན་ཚེ།།
ཁ་ཐག་རྒྱང་རིང་ན་བཞུགས་ཀྱང་།།
སེམས་ནས་བརྗེད་ཐབས་ནི་མི་འདུག།

སྐད་ཆའི་མདའ་མོ་དེ་མཐོང་ནས།།
ཡིད་སེམས་མྱུ་ཧྲིག་གི་ཚོམ་ལ།།
དགའ་སྤྲོ་དཔག་མེད་ཅིག་སྐྱེས་ཏེ།།
སེམས་པའི་གཡབ་མོ་རུ་གྱུར་སོང་།།

རྒྱུ་འགྲོར་ཐོབ་ཐང་སོགས་གང་རུང་།།
དྭངས་གཙང་སེམས་པ་ཞིག་ཡོད་ཚེ།།
ལོ་ཟླའི་གཉའ་བར་ནས་རྒས་ཀྱང་།།
འགྱོད་པའི་ལེ་བདའ་ནི་དཔེ་མེད།།

འཕྲིན་པ་ལན་གཅིག་རང་མཐོང་བས།།

སེམས་ཀྱི་ཟབ་ས་ནས་བྲིས་པའི།།
དགའ་སྐྱོ་ཆགས་སྡང་སོགས་སྤྲེལ་ཏེ།།
འཕྲིན་པར་ཚིག་ལན་རང་བཏང་ཡོད།།

འཕྲིན་པའི་གསེབ་ཀྱི་རང་མི་དེ།།
གལ་ཏེ་ང་རང་ནི་མིན་ན།།
འགྲོད་པའི་སེམས་ཁྲལ་ནི་མེད་དེ།།
ཡོད་ཚད་ལས་དབང་ལ་འཚོལ་ཚོག།

ཁ་ཐག་རིང་སོང་ནི་མ་གསུངས།།
འཛིག་རྟེན་ཆུང་ཆུང་དུ་སྣང་སྟེ།།
སང་ཕྱུག་གནངས་ཕྱུག་ཏུ་བསམ་སྟེ།།
ལས་འབྲས་མདུད་པ་དེ་སྤྲེལ་རོགས།།

སྙིང་གཞས།

ངག་ལ་སྙན་དབྱངས་བླངས་ཀྱང་།།
སེམས་ལ་སྐྱོ་བས་ཁེངས་ཡོད།།
ཚིག་ལ་རྒྱན་གྱིས་སྤྲས་ཀྱང་།།
མིག་ལ་མཛེས་སྣང་མ་ཤར།།

སྐྱོ་གཞས་རེ་ལ་བླངས་ཀྱང་།།
བྲག་ཅ་རྣ་ལ་འཁོར་ཡོང་།།
སེམས་གཏམ་དགུང་ལ་འཆད་ཀྱང་།།
སྙན་པའི་ཨ་ལན་མ་ཐོས།།

མི་ལ་འཛུམ་གྱིས་འདྲིས་ཀྱང་།།
སྒྱུ་མའི་གཡོ་སྒྱུས་ལྷད་འདུག།
རྒྱུ་ལ་ཧམ་པ་སྐྱེས་ཀྱང་།།
མི་རྟག་རྩྭ་མགོའི་ཟིལ་བ།།

ཁོ་མོར་སེམས་པ་གཏད་ཀྱང་།།

བརྩེ་བ་གོར་མོ་རྗོ་རེད།།
རྗོ་ལ་སྙིང་རྗེ་མེད་པས།།
མི་ཁ་ལྷུང་ལ་བསྐུར་སོང་།།

ཤེས་རབ་རལ་གྲི་ཡོད་ཀྱང་།།
བརྩོན་པའི་སྙིང་སྟོབས་མེད་པས།།
ཉམ་གཡེང་སྒྱུ་མའི་གར་སྟབས།།
དུག་གསུམ་སྐྱོན་ལ་ཆགས་སོང་།།

དཀར་ནག་དགེ་སྡིག་ཤེས་ཀྱང་།།
ལེ་ལོའི་རྒྱུད་ལ་གཡེང་བས།།
དགེ་སྡུག་ལྷི་ཡང་འཛལ་བའི།།
རྒྱ་མའི་སྲང་མདའ་ཆག་སོང་།།

ཉོན་མོངས་རྒྱུད་ལ་འཕེལ་བས།།
ཁེངས་སྐྱུངས་གཞུ་མོ་མ་ཁུག།
ང་རྒྱལ་སྨྱོ་ཆང་འཐུངས་པས།།
བརྩོན་འགྲུས་རལ་གྲི་ཆག་སོང་།།

བཟོ་རིག་ཅོད་པན་མཛེས་ཀྱང་།།
ཅོད་པན་བསྙལ་བ་དབེན་སོང་།།

གསོ་རིག་དོ་ཤལ་ལྟི་བས།།
དོ་ཤལ་རྒྱུན་ཐག་ཆད་སོང་།།

སྨྲ་རིག་ལན་བུ་དཔྱངས་ཀྱང་།།
ལན་བུ་མེ་ཏུ་ཤོར་སོང་།།
ནང་རིག་གཡུ་ཡིས་སྤྱད་ཀྱང་།།
གཡུ་ལ་གས་ཆག་ཤོར་སོང་།།

ཚད་མའི་ལམ་རྒྱ་ཆེ་ཡང་།།
ལམ་ཆེན་ཆར་ཆུས་དེད་སོང་།།
སྙན་ངག་སྒྲ་རགས་བཅིངས་ཀྱང་།།
སྒྲ་རགས་དམ་དུ་མ་ཚོངས།།

མངོན་བརྗོད་བཀྲགས་མདངས་བཀྲ་ཡང་།།
མདངས་ལྡན་ནུས་པ་མ་ཐོན།།
སྡེབ་སྦྱོར་སྨན་རྩིས་ལེགས་ཀྱང་།།
སྨན་གྱི་གཞུང་ལུགས་མ་ཤེས།།

བློས་གར་ཐིག་ལེ་མཛེས་ཀྱང་།།
མིག་གི་དགའ་སྟོན་མ་གྱུར།།
གནའ་རྫས་གྲས་སུ་གཏོགས་པས།།

སྒམ་ཆུང་ནང་ལ་སྦྲས་སོང་།།

སྐར་རྩིས་དངུལ་དཀར་སྟེར་མར།།
ལག་པས་ཡང་ཡང་རེག་ཀྱང་།།
འཁྱུད་པའི་བསོད་ནམས་མེད་པས།།
དངུལ་སྟེར་བཙའ་ཡིས་ཟིན་སོང་།།

བརྗོད་ན་མང་པོ་ཡོད་དེ།།
བརྗོད་རྒྱུ་རྒྱུད་ན་མེད་པས།།
སྙིང་གཞས་སྐྱ་བོ་ཨེན་ཙམ།།
སྒུ་གུས་བར་ནས་བརྗོད་སོང་།།

སྙིང་ལ་བཟོས་པའི་རྨ་ཁ།

དེ་ནི་མི་ལོ་གསུམ་གྱི་ཡར་སྔོན་ཏེ།།
མ་ཡུམ་སློབ་གྲྭའི་ར་བསྐོར་གྲུ་བཞི་ཏུ།།
དཔེ་ཀློག་ཙུང་ཙམ་བྱེད་པའི་སྐབས་དང་བསྟུན།།
བུ་མོ་ཞིག་ལ་དྲུངས་བའི་སྙིང་གཏམ་བརྗོད།།

བུ་མོ་ཁ་སྐྱེངས་ཙུང་ཙམ་ཡོད་ན་ཡང་།།
སྤྲོལ་རྒྱུན་ཁ་དཔེ་མང་ཙམ་འཆད་པས་ན།།
བུ་མོའི་ངག་ཀྱང་འཇམ་ལ་ཚིག་ཙམ་སྨྲ།།
མོ་སྒོ་མེད་པས་ཁྱེད་ལ་མི་འཛའ་ཟེར།།

སྙིང་གི་འཕར་རྩ་མགྱོགས་པའི་མི་བུ་ང་།།
སེམས་སུ་དགའ་བ་བྱུང་ཡང་མ་བརྗོད་པར།།
མགོ་བོ་ཙུང་ཙམ་ནང་ལ་སྒྱུར་བྱས་ཏེ།།
ཁོ་མོར་འདི་ལྟར་སྙིང་གི་དམར་དམར་བཤད།།

སྔོན་བསགས་ལས་སྨོན་བཟང་པོ་ཡོད་ན་ནི།།
ཡག་བཙོག་ལ་སོགས་གང་ལ་མི་བལྟ་བར།།
ཁྱོད་དགའ་ང་དགའ་ཕན་ཚུན་མཐུན་སོང་ན།།

དེ་ནི་ཚེ་གཅིག་ལས་ཀྱི་བཀོད་པ་ཡིན།།

ཞེས་སོགས་སེམས་གཏམ་ལུང་བ་གང་བཤད་ནས།།
མཐའ་མར་ངེད་གཉིས་འདུན་མ་གཅིག་ཏུ་སོང་།།
དེ་ནས་སྐྱིད་སྡུག་བྱ་བ་གང་ཡིན་རུང་།།
མཛའ་གྲོགས་ཟེར་བའི་སྐྱིད་སྡུག་འཆད་ས་ཡོད།།

གཞན་གྱི་ཅི་བཤད་སེམས་སུ་མ་ཉར་པར།།
ཉིད་ལ་དབང་བའི་འཚོ་བ་རོལ་ཞོར་ཏུ།།
མི་ཚེའི་འགྲུལ་བཞུད་རིང་མོའི་ལམ་ཆེན་དུ།།
མཉམ་དུ་འབད་པ་ཆེན་པོས་ཏུར་བསྒོན་བྱས།།

དུས་ནི་ཡུན་ཐུང་སྐད་ཅིག་གློག་འགྱུ་བཞིན།།
མི་ཚེའི་ཐེམ་སྐས་ཤིག་ལ་འཛེགས་དགོས་བྱུང་།།
དེ་ནི་མཐོ་འབྲིང་འཁྲིམ་པའི་གོ་སྐབས་དེ།།
དམའ་གསུམ་འབྲིང་རྒྱུགས་མི་འགྱུངས་ཐོན་ལ་ཉེ།།

མི་འགྱུར་དམ་བཅའ་རྡོ་བརྐོས་རི་མོ་ལྟར།།
མཐོ་འབྲིང་རྒྱུགས་འབྲས་བཟང་པོ་ལེན་པའི་ཆེད།།
རང་རང་ས་ནས་འབད་འབུངས་ཏུར་ཐག་གིས།།
ཐ་མར་མཐོ་འབྲིང་ཞུགས་པའི་བསྐལ་བ་ཐོབ།།

མཐོ་འབྲིང་འཛིན་གྲྭ་སོ་སོར་དགར་བའི་དུས།།
ཕྱོགས་ལྷུང་མེད་པའི་ལས་དབང་བཙན་པོ་དེས།།
ཁོ་མོ་ངེད་ཀྱི་གཉོམ་པོའི་ལས་དབང་དེ།།
འཛིན་གྲྭ་གཅིག་ཏུ་ལས་བགོས་བྱས་ཟིན་འདུག།

ཕལ་ཆེར་འཛིན་གྲྭའི་མི་སྣ་ལ་ཤས་ཀྱིས།།
ངེད་གཉིས་དོན་དག་སྔོན་ནས་ཤེས་པ་འདྲ།།
འོན་ཀྱང་རྟག་བརྟན་བརྩེ་བ་ནམ་མཁའ་བཞིན།།
མི་ཁར་སྒྲག་པའི་དགོས་པ་ཡེ་ནས་མེད།།

དེ་ལྟར་མཐོ་འབྲིང་ལོ་ངོ་གསུམ་པོ་དེ།།
རིམ་བཞིན་ལོ་ཟླས་ཁྱུར་མིད་བཏང་བ་ལ།།
ཡང་བསྐྱར་མི་ཚེའི་ཐེམ་སྐས་ཤིག་དང་འཕྲད།།
དེ་ནི་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་སྒོ་ཐེམ་རེད།།

ཕན་ཚུན་རེ་བ་ཆེན་པོ་མེད་ན་ཡང་།།
འགྲན་རྩོད་དེ་ནི་སློབ་མའི་འཐབ་འཁྲུག་ཡིན།།
གང་ལྟར་རྒྱུགས་འབྲས་བཟང་བོ་མ་ཡོན་ཡང་།།
ཉིད་ལ་ལེ་བདའ་མེད་པས་བརྩོན་པ་བྱས།།

དྷུག་པའི་ཆོས་པ་བདུན་ལ་ཐོན་པ་ན།།

རང་གི་སྐྱེ་ལྷ་སོགས་ལ་མཆོད་ནས་ནི།།
རྒྱུགས་ར་གྲུ་བཞིའི་རང་ཉིད་འདུག་གནས་བསྡད།།
སེམས་པར་ཕོ་མོ་མ་གཏོགས་དྲན་རྒྱུ་མེད།།

ལག་པས་མགོ་བོར་བྱིལ་བྱིལ་འགའ་བྱས་ཏེ།།
རྒྱུགས་ཤོག་ངོས་སུ་ནག་ཆུང་ཡི་གེ་བྲིས།།
ཆུ་ཚོད་གཉིས་ཀྱི་དུས་ནི་སྐད་ཅིག་ཉིད།།
རྒྱུགས་ཤོག་དགེ་རྒན་དམ་པའི་ལག་ཏུ་སྤྲད།།

དེ་བཞིན་ཉིན་མོ་གསུམ་གྱི་དུས་ཚོད་ལ།།
མི་འདྲའི་རྒྱུགས་གཞི་སྣ་ཁ་ལྔ་བླངས་སོང་།།
ཉིས་ཚོད་རྒྱུགས་ཤོག་ངོས་སུ་བྲིས་པ་ཡིན།།
ཡོད་ན་དེ་རིང་ཡིན་ཡ་དགོན་མཆོག་མཁྱེན།།

དེ་བཞིན་རྒྱུགས་འབྲས་བཟང་པོ་མེད་པས་རྐྱེན།།
ཕོ་མོ་ངེད་གཉིས་འགྲོ་ས་ཁ་ཁ་རེད།།
ཕོ་མོ་འགྲོ་ས་འབྲོག་ཐང་སྐྱ་བོ་རེད།།
ང་རང་འགྲོ་ས་ཆེན་པོའི་གྲོང་ཁྱེར་རེད།།

རྒྱུས་མེད་གྲོང་ཁྱེར་འཁྲིམས་པའི་མི་བུ་ང་།།
སློབ་ཆེན་ཞེས་པའི་རྒྱ་སྒོ་ཆེན་པོར་འཛུལ།།

སྤྱིར་ན་དགའ་བའི་འཛུམ་མདངས་རྒྱས་བར་བྱེད།།
འོན་ཀྱང་ཕོ་མོ་དྲན་པའི་སྐྱོ་བ་ཆེ།།

ཚན་རིག་དར་བའི་སྤྱི་ཚོགས་འདིར་མཚོན་ན།།
ཆ་འཕྲིན་ཅན་འདི་དར་རྒྱས་ཆེ་མོད་ཀྱང་།།
བརྡ་འཕྲིན་དུས་རབས་སྐུད་མེད་ཁ་པར་གྱིས།།
ཕོ་མོ་དྲན་པའི་གདུང་བ་སེལ་ཐབས་མེད།།

ཟླ་ངོ་གསུམ་ལ་རྒྱུས་མེད་གྲོང་ཁྱེར་དུ།།
ཁེར་རྐྱང་འཚོ་བའི་སྡུག་བསྔལ་ཨ་ལ་ཆེ།།
ཕོ་མོ་དྲན་པའི་སྐྱོ་བའི་སྡུག་བསྔལ་འདི།།
ཁྲི་གདུགས་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་ཨེ་མ་མགོ།།

ཉིན་རྒྱུན་ཕོ་མོའི་སྙིང་གཏམ་བཤད་ཐེངས་རེར།།
མིག་ཆུའི་ཕྲེང་བ་ཡུར་ཆུ་བཞུར་བཞུར་བྱེད།།
བཙོས་མིན་གཉིང་རིམ་ཟབ་པའི་བརྩེ་དུངས་འདི།།
འཇིག་རྟེན་ཕོ་མོའི་ལྷག་བསམ་དྲིན་མོ་ཡིན།།

བརྩེ་བ་ཟབ་མོའི་འདམ་དུ་ཟུག་པའི་ང་།།
སློབ་གྲྭར་སོང་ཡང་མདུན་ལམ་མེད་པ་ཤེས།།
དེ་བས་སེམས་ཐག་གོར་གོར་ཞིག་བཅད་དེ།།

ཕོ་མོར་གཏན་འགྲོགས་བྱེད་པའི་དམ་ཞིག་བཅས།།

སློབ་ཆེན་རྒྱ་སློ་ཆེན་པོར་ཕྱིར་ཡོང་དུས།།
སློབ་གྲོགས་ཚང་མས་སྐྱེལ་མ་ཙུང་ཙམ་བྱས།།
ལ་ལའི་མིག་ལས་མཆི་མ་མངོན་པ་མཐོང་།།
ལ་ལའི་གདོང་ལ་སྐྱོ་ཉམས་ཤར་བ་མཐོང་།།

འགྲོགས་ཡུན་མི་རིང་ཟླ་ངོ་གསུམ་པོའི་རིང་།།
རྟུང་རེས་མ་ཟེར་ཁ་འཛིང་ཕྲན་ཙམ་ཡང་།།
ཕན་ཚུན་སེམས་ལ་ནག་ཐིག་མེད་པས་རྐྱེན།།
ཕལ་ཆེར་གྱེས་ཁའི་མིག་ཆུ་ཡིན་ཤས་ཆེ།།

དྭངས་ཤིང་གསལ་བའི་དབྱར་ཁའི་ཉིན་ཞིག་ལ།།
ཕ་ཡུལ་ཕྱོགས་ལ་འགྲུལ་བཞུད་གོམ་ཁ་བསྒྱུར།།
སེམས་ནི་རྟ་ཕོ་གཤོག་ཐོགས་འདྲ་བའི་ང་།།
ལྷ་ཡུལ་ཁམས་ན་ཅི་དགར་རོལ་བ་འདྲ།

ཕ་ཡུལ་ལུང་བ་རེ་རེའི་ལུང་མདོ་ན།།
ཚུང་འདྲིས་ཁྱེད་དང་འུ་གཉིས་ཕྱིར་དྲན་ཡོད།།
ཕྱིར་དྲན་ཡང་བསྐྱར་འཁྲབ་པའི་རྨི་ལམ་ནས།།
མི་ཚེའི་མདུན་ལམ་ཆེན་པོ་རྟུལ་དུ་བརྟགས།།

ཡུལ་ལྷ་གཞི་བདག་ཀུན་གྱིས་བསྒུ་མའི་འོག།
ཡུལ་ལ་མ་ཐོན་བར་གྱི་ལམ་བར་དུ།།
གློ་བུར་ཆར་བ་ཤག་ཤག་ཅུང་བབས་ཏེ།།
འཇའ་ཚོན་སྣ་ལྔས་དགའ་བས་མགྲོན་བསུ་བྱས།།

ཁ་པར་བླངས་ཏེ་ཕོ་མོར་འཆད་པ་ན།།
རྟེན་འབྲེལ་བཟང་བྱུང་གླུ་གཞས་སྙན་མོ་བླངས།།
དེ་ནི་ངེད་ཀྱིས་རྒྱུན་པར་ལེན་བཞིན་པའི།།
ཁྱོའི་དགའ་མེད་ཅེས་ལ་གཞས་སྙིང་བ་རེད།།

འཕྲུལ་གྱི་དུས་ནི་སྐད་ཅིག་གློག་དང་འདྲ།།
ཅུང་ཙམ་འགོར་རྗེས་རང་ཡུལ་ལུང་བར་སླེབས།།
ཕ་ཡུལ་ལུང་བ་སྔར་ལྟར་ལྗིང་འཇགས་གེར།།
གཡུ་ཡི་མེ་ལོང་ཞིག་དང་གཉིས་སུ་མེད།།

ཕྱི་སྒོའི་སྒོ་ཆེན་དཔལ་གྱིས་ཕྱི་དུས་ན།།
ཨ་ཕས་འཛུམ་གྱིས་ཕ་ལོ་ཅིའི་ཕྱིར་འོངས།།
ལམ་སྐབས་བདེ་དང་མ་འཁྱགས་མ་ལྗོགས་སམ།།
གཞུང་གསེང་བཏང་བ་ཨེ་ཡིན་ནན་གྱིས་དྲིས།།

མིག་ནས་མཆི་མ་བཞུར་གྱིན་ཨ་ཕ་ལ།།

སློབ་གྲྭར་འགྲོ་བའི་མོས་བ་ཡེ་མེད་པས།།
ད་གཟོད་རང་ཡུལ་ཕྱོགས་སུ་ཡོང་བ་ཡིན།།
 དྲིན་ཆེན་ཕ་ལོའི་ཐུགས་དགོངས་མ་གནོད་ཅིག།

མི་སྐྱོན་མི་སྐྱོན་ཁྱིམ་གྱི་བུ་གཅིག་པུ།།
སློབ་གྲྭར་འགྲོ་བའི་མོས་པ་མེད་ན་ནི།།
ཁྱིམ་གྱི་འཁོར་བ་སྐྱོང་ལ་འཁྲིག་པ་ཕྱོས།།
ཕ་ཞུལ་བུ་ཡིས་འཛིན་པ་རང་རེའི་ལུགས།།

གང་ལྟར་ཨ་ཕའི་གུ་ཡངས་གནང་ཡང་རུང་།།
ད་དུང་ཨ་མ་ཟེར་བའི་མཛངས་མ་ཞིག།
ཇི་ལྟར་བཤད་དགོས་བསམ་བློ་ཡང་ཡང་བཏང་།།
རྒྱུ་བག་ཙུང་ཟད་མེད་པར་ཚང་མ་བཤད།།

མ་ལོའི་མིག་ནས་མཆི་མ་བཞུར་ཞོར་དུ།།
ནར་སོན་བུ་ཡིས་དེ་ལྟར་འདོད་པ་ན།།
རང་གི་དགའ་ཕྱོགས་ལྟར་ལ་སྒྲུབ་པར་གྱིས།།
ཨ་མ་འཐད་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཙུང་འཛུམ་སོང་།།

ཕྱི་ཉིན་ཉི་རྩེ་ས་ལ་ཤར་མ་ཐག།
ཁོ་མོར་ཉོས་པའི་དངོས་པོ་འགའ་རེ་དང་།།

ཉིད་ཀྱིས་གོན་པ་ཁ་ཤས་རྒྱབ་ཁུར་ནས།།
སྙིང་སྡུག་མཛའ་མོའི་ཕྱོགས་སུ་ལམ་ལ་ཆས།།

ཁོ་མོ་ཡང་ནི་གྲ་སྒྲིག་བྱས་ཟིན་རྗེས།།
རྫོང་ལ་འགྲོ་བའི་རླངས་འཁོར་ཞིག་བཙལ་ཏེ།།
ལམ་ལ་ཆས་དང་ཡོང་ཞེས་བརྡ་ཞིག་བཏང་།།
ང་ཡང་ཡོང་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་ཨ་ལན་བྱིན།།

ཆུ་ཚོད་དང་ནི་ཆུ་བོའི་རྒྱུན་བཞིན་དུ།།
བར་མེད་རྟག་ཏུ་ཕྱོགས་ཞེན་མེད་པར་འཁོར།།
སྙིང་གི་དགའ་ལོ་ད་དུང་མ་སླེབས་པས།།
སྙིང་གི་འཕར་རྩ་བར་ཆད་མེད་པར་ལྡིང་།།

སྐུད་མེད་ཁ་པར་ལམ་ནས་འབྲེལ་བྱས་ཀྱང་།།
ཨ་རོགས་ཅེས་པའི་ལན་ཞིག་མི་འདེབས་པས།།
ཅི་བྱུང་བསམ་ནས་ཡར་མར་དྲིས་པའི་མཐར།།
ཕལ་ཆེར་དོན་རྐྱེན་ག་གེ་བྱུང་སོང་ཟེར།།

ཨ་ཁ་བླ་མ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་པོ་མཁྱེན།།
དེ་འདྲའི་དོན་རྐྱེན་མེད་པའི་སྐྱབས་འཇུག་ཞུ།།
ཞལ་ཡང་ཐུགས་ཕོམ་མེད་པའི་དགའ་ལོ་ལ།།

སྐྱེ་འཆིའི་ཆག་འཛིག་ཐམས་ཅད་ལྡོག་ཏུ་གསོལ།།

བདེན་ནམ་མི་བདེན་བསམ་ནས་མྱུར་མོའི་སྒོས།།
དགའ་ལོའི་ཕ་ཡུལ་ཕྱོགས་སུ་ལམ་ལ་ཆས།།
དགའ་ལོ་སང་གི་ཁྱིམ་ཚང་སྒོ་ཁ་ན།།
མི་མང་འཚོགས་པའི་རྣམ་པ་ངོ་མ་མཐོང་།།

མ་གཞི་དོན་དག་ངོ་མ་བྱུང་སོང་ངམ།།
དེ་གའི་རྒན་པ་ཞིག་ལ་དྲིས་པ་ན།།
གཟུགས་རིང་རྒན་པོ་ཞིག་གི་བདེན་ནི་རེད།།
ཁྱིམ་ཚང་དེ་གའི་བུ་མོ་མ་འཚམ་ཟེར།།

ཤི་རྐྱེན་ཅི་ཡིན་ལ་སོགས་དྲིས་པ་ན།།
ཁ་སང་ཛོང་ལ་འགྲོ་བའི་ལམ་བར་དུ།།
རླངས་འཁོར་བགེགས་རྐྱེན་བྱུང་རྗེས་རྨས་ཆེན་ཕོག།
ལམ་སྐབས་ཁྲག་ཟད་བྱུང་ནས་ཤི་སོང་ཟེར།།

ཅི་ཡིན་གང་ཡིན་གསལ་པོ་མ་ཤེས་པར།།
མིག་ཁ་ཕྱེས་དུས་ཁྱིམ་ཚང་ཞིག་ན་མཆིས།།
མ་གཞི་ཤི་སོང་ཞེས་པ་ཐོས་པས་ན།།
མགོ་ཡུ་འཁོར་ནས་ས་ལ་འགྱེལ་སོང་སྙད།།

དེ་ལྟར་སེམས་ལ་སྡུག་གིས་མནར་ཞོར་དུ།།
བཟོད་བླགས་མེད་པའི་ན་ཟུག་སྙིང་ལ་བཙངས་།།
ཁྲིམ་ཚང་དེ་ལས་གོམ་ཁ་འགྱུར་འགྲོར་དུ།།
ཕོ་མོའི་ཕ་མ་གཉིས་ཀྱི་གམ་དུ་སོང་།།

བུ་ཆུང་སེམས་པ་མ་སྐྱོ་ལས་དབང་ཡིན།།
ལས་དབང་ཕྱིར་ལྡོག་མེད་པ་སྔོན་གྱི་ལས།།
ལས་འབྲས་མི་རྟོག་ཆུན་པོ་ཡོད་ན་ནི།།
སྐྱེ་བ་རྗེས་མར་ད་དུང་འཕྲད་ནི་རེད།།

ཕོ་མོའི་ཨ་ཕའི་མིག་ཆུ་བཞུར་ཞོར་དུ།།
སེམས་པ་མ་སྡུག་ཨ་མའི་བུ་རྒོད་པོ།།
མི་ཚེ་ཟེར་བ་སུས་ཀྱང་མི་རྟོགས་པས།།
རེས་དགའ་རེས་སྡུག་འཇིག་རྟེན་ཚོས་ཉིད་ཡིན།།

ཕོ་མོའི་ཨ་ཕས་ཡང་ཡང་ཁ་ཏའི་འོག།
མིག་མཐའི་མཆི་མ་ལག་པས་མར་ཕྱིས་ཏེ།།
ཕ་ཡུལ་ཕྱོགས་སུ་གོམ་ཁ་ཡུན་གྱིས་བསྒྱུར།།
ཡིན་ཡང་སེམས་ཀྱི་ན་ཟུག་དྭངས་ཐབས་བྲལ།།

མི་ལོ་གསུམ་གྱི་སེམས་གཏམ་ཟྲོན་མོ་དེ།།

ཉིན་མཚན་མེད་པར་སེམས་སུ་ཞར་ན་ཡང་།།
ཚེ་སྔོན་ལས་འབྲས་བཟང་པོའི་རྒྱུ་མེད་ན།།
བརྩེ་བ་རྟག་བརྟན་བྲག་ཡིན་ཅི་ལ་ཕན།།

བྱོད་དགའ་ང་དགའ་ཕན་ཚུན་དགའ་ན་ཡང་།།
གཉེན་རྗེ་དམུ་ཐག་བཙན་པོའི་ཐུ་འོག་ན།།
ཉམ་ཆུང་ཚེ་སྲོག་ཕྲ་མོ་མ་དབང་བས།།
རེ་བ་བཙོལ་ས་སྐྱེ་བ་རྗེས་མ་ཡིན།།

མི་ཚེ་བཞུད་ལམ་ཞིག་གི་ལམ་ཁ་རུ།།
དགའ་སྡུག་སྨྱུག་རྩེའི་རི་མོ་འདྲ་ན་ཡང་།།
མི་ཚེའི་ཕྱེད་ཀ་ཞིག་ལ་བརྗེད་མེད་པའི།།
སྙིང་ལ་བཟོས་པའི་རྨ་ཁ་ཐོག་མ་ཡིན།།

འདི་ནི་གྲོགས་པོ་ཞིག་དང་ལབ་གླེང་བྱས་རྗེས་སེམས་ནས་མ་བཟོད་པར་བྲིས་པ་ཡིན།

མགོ་འཕང་མཐོ་བའི་འགོ་ཁྲིད་སྔོ་ལྷིར་དེ་དག་ལ།

དབང་མཐོན་པོ་ཅན་གྱི་མི་བུ་ཞིག་རེག་ཚེ།།
འཛུམ་དམུལ་ལེར་ལུས་ཀྱི་རྣམ་འགྱུར་ཡང་མི་འདྲ།།
འགྲོག་ཚི་དྲེག་ཅན་གྱི་མི་བུ་ཞིག་མཐོང་ཚེ།།
དཔོན་ཆེན་པོའི་རྗེག་ཉམས་ཇི་འདྲ་ཞིག་ཆེ་ཨང་།།

ལག་ཁ་བཏགས་སློར་མོ་མིག་གིས་རང་རིག་དུས།།
ལག་ཕོར་བས་བསྡིགས་ཀྱང་ཚ་སྣང་ཞིག་མི་འདུག།
ལག་སྟོང་བར་གྲུས་བཀུར་གཉའ་སྒུར་ཞིག་བྱེད་དུས།།
ཕ་གསོད་མཁན་ལག་དམར་རིག་པ་བཞིན་སྣང་ངོ་།།

ངོ་ཚུང་ཙམ་ཤེས་པའི་མི་བུ་ཞིག་རེག་ཚེ།།
དགའ་ལྷང་ལྷང་འཛུམ་མདངས་བཅོས་མ་ཞིག་བསྟན་ཏེ།།
ཁྱེད་བདེ་མོ་མ་དགའ་མ་སྨུང་སོགས་དྲིས་ནས།།
མི་གཞན་པར་མིག་གིས་ཟུར་མིག་ཅིག་མི་ལྟ།།

རོགས་ངོ་ཆེན་མི་བུ་ཁར་ཁེར་རེ་མེད་ཚེ།།

ལག་ཁ་བཏགས་བཟུང་ཡང་བལྟ་ནི་ཞིག་མ་དགོས།
ཁར་ཡོང་ཚད་དམོད་མོ་དྲག་པོ་རེ་བྱས་ཏེ།
ཕྱི་སློ་ཁའི་འདུག་དབང་མེད་པ་འདི་སྡུག་གོ།

སྡུག་ཆེ་རུང་བཤད་ས་ཉུང་བུ་ལས་མི་འདུག
སྡང་ཆེ་རུང་མཛོ་དམན་གོ་ས་ཞིག་ཁྱད་པས།
མགོ་མཛོ་མཛོ་ལྷོ་ལྷིར་ཀླད་མེད་རང་དེ་ཚོ།
ཤི་དམྱལ་བ་མ་གཏོགས་འགྲོ་ས་ནི་འདུག་གམ།

རྨ་ཁ་དེ་ད་དུང་སོས་མེད།

བཙོས་མིན་སྙིང་གི་ན་ཟུག།
རུས་པའི་གཉིང་ལ་ཟུག་སོང་།།
རེ་སྐྱུག་ལོ་ཟླའི་ཟིན་ཐོ།།
ཨ་སྔོན་དབྱིངས་ལ་འཐིམས་སོང་།།

སྙིང་དམར་གས་ཁ་བྱུང་དུས།།
ཁྱེད་རང་བདག་དང་བྲལ་སོང་།།
བརྩེ་འཕྲིན་དར་དཀར་རིང་མོ།།
ཁྱེད་ཀྱི་ཕྱོགས་ལ་བསྐུར་ཡོད།།

མི་ཁ་ལྷགས་རླུང་རྒོད་པོ།།
ཆུ་དང་ཆར་བས་མི་ཕོགས།།
རྟག་བརྟན་བརྩེ་བ་ཟབ་མོ།།
དྲིན་ཆེན་ཕ་མས་མི་ཕོགས།།

ཆུ་མོ་མར་བཞུར་ཞིག་ལ།།
འཕྲིན་པ་ལན་མང་བསྐུར་ཡོད།།

ལས་ཀྱི་གདམ་ཀ་ཡོད་ན།།
བུ་ང་འཐད་པ་ལོས་ཡིན།།

བསགས་པའི་ཆུ་ཐིགས་རེ་རེ།།
ང་ཡི་མིག་ཆུ་ཡིན་ན།།
གོར་མོ་མཁྲིགས་རྗེ་ཡིན་ཙང་།།
བུ་ག་བརྗོལ་ངེས་ལོས་ཡིན།།

སྤང་གི་སེར་ཆེན་སྟེང་ལ།།
གཡུ་སྔང་གཤོག་རྩལ་ཅན་པོས།།
སད་ཀྱིས་མ་བཅོམ་གོང་ལ།།
སྔང་རྩེ་བླངས་ན་ཨེ་ཆོག།

བརྩེ་བ་དམར་པོའི་སྙིང་གཏམ།།
བརྗོད་མེད་རྟག་བརྟན་བྲིས་ཡོད།།
གལ་སྲིད་བར་ཆད་མེད་ན།།
སྐྱུ་ཡ་ཁྱེད་ལ་བྲིས་ཡོད།།

འདུས་པའི་མཐའ་མ་བྲལ་བ།།
འཇིག་རྟེན་ཆོས་ཉིད་ཡིན་ཙང་།།
ཁྱེད་དང་ལྷན་དུ་ཡོད་ན།།

འགྱོད་པ་སྤུ་ཙམ་མི་སྐྱེ།།

སྐད་ཅིག་མི་ཚེའི་ལོ་ཟླ།།
བཞུར་བ་ཆུ་བོའི་རྒྱུན་ཡིན།།
འཇིག་རྟེན་དབང་ཕྱུག་ཡིན་རུང་།།
ཟློག་ཏུ་མེད་པ་གན་རེད།།

རང་ལ་དབང་བའི་དངོས་པོ།།
ནམ་ཡང་རང་ལ་ལོས་དབང་།།
རང་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པ།།
རང་ཉིད་ཕུང་བའི་རྒྱུ་ཡིན།།

གཅེས་ནོར་ང་དང་ཉེ་དུས།།
གཅེས་ནོར་ངོས་སུ་མ་ཟིན།།
ཐ་མར་གཞན་ལ་ཤོར་དུས།།
འགྱོད་པ་འཕྱི་དྲགས་ལོས་ཡིན།།

དགའ་བ་དུངས་བ་ཞིག་གིས།།
སྙིང་གཏམ་ཁྱེད་ལ་ལབ་ཡོད།།
བཤད་པའི་སྙིང་གཏམ་དྲན་མོ།།
ཡིད་ལ་ངེས་པར་གྲིས་ཤིག།

ཐུང་ཐུང་མི་ཚེ་ཟེར་བ།།
སྐད་ཅིག་སྒྱུ་མའི་གར་རེད།།
སྐྱིད་སྐྱིད་འཚོ་བ་མངར་མོ།།
ཞོགས་པའི་བད་དཀར་འདྲ་འདུག།

དལ་འབྱོར་མི་ལུས་རིན་ཆེན།།
དབང་བ་ཁྱེད་དང་ང་ཡིན།།
འཇའ་ཚོན་དར་གྱི་ལམ་སྣེ།།
སྦྲེལ་མིན་ཁྱེད་ཀྱི་ལག་རེད།།

སློབ་གླིང་གྲྭ་ག་འདི་ན།།
སློབ་གྲོགས་སྣ་མང་ཡོད་ཀྱང་།།
ཁྱེད་རང་མེད་པའི་ས་ན།།
བདག་ལ་དགའ་སྤྲོ་མི་འདུག།

ཡོངས་སྤྱོད་མོད་པོ་མེད་ཀྱང་།།
ཁྱེད་དང་མཉམ་དུ་བསྡད་ན།།
སྲང་ལམ་ཞུལ་བའི་སྦྲང་བོ།།
ཡིན་རུང་འགྱོད་པ་ངར་མེད།།

ཁ་ཤོག་མེད་པའི་གནམ་དག།

སེམས་ནས་དབང་མེད་ཞོར་ཐལ།།
རྫུན་གཏམ་ཉག་ཚམ་མེད་པའི།།
གཏམ་དག་ཁྱེད་ལ་བརྗོད་ཡོད།།

བརྒྱ་བཞད་ཚིག་གི་རྩ་བ།།
སྙོང་དཀྲུགས་འོ་མའི་མར་ལོ།།
གས་ཁ་བྱུང་བའི་སེམས་པར།།
རྨ་ཁ་སོས་ཐབས་མི་འདུག།

གླེན་རྟགས་མིན་ནམ།

དེང་གི་དུས་འདིར་མཁས་པ་མང་ན་ཡང་།།
རང་རང་ས་ནས་རང་དོན་འགྲོངས་ཐབས་བྱེད།།
མཉམ་དུ་འཛོམས་ན་ཕན་ཚུན་ཕྲག་དོག་བྱེད།།
ཉེར་གཅིག་མཁས་པའི་གླེན་རྟགས་མ་ཡིན་ནམ།།

གྲྭ་ཚང་སྟོང་ཕྲག་འཚོགས་པའི་གྲལ་ནང་ན།།
ཀུན་གྱི་གཙུག་ཏུ་བཀུར་བའི་དགེ་བཤེས་མང་།།
ཡིན་ཡང་གྲུབ་མཐའ་བརྩད་ནས་སྟོད་པ་འདི།།
ཉེར་གཅིག་གྲྭ་བའི་གླེན་རྟགས་མ་ཡིན་ནམ།།

ཤེས་བྱའི་གནས་ལ་སྦྱང་བའི་སློབ་གླིང་ན།།
བློ་རྩལ་སྦྱོང་བའི་ན་གཞོན་སློབ་བུའི་ཚོགས།།
རང་གི་ཕ་སྐད་གཙང་མ་མ་བསླབ་ན།།
ཉེར་གཅིག་སློབ་མའི་གླེན་རྟགས་མ་ཡིན་ནམ།།

མཐོན་པོའི་རྫ་དང་བདེ་མོའི་ཐང་གཞོང་གི།
ཁ་བ་ཅན་གྱི་བོད་པ་སྤྱི་འབངས་ལགས།།
རྒྱ་སའི་དོན་དུ་ནང་འཁྲུག་བྱེད་པ་འདི།།
ཉེར་གཅིག་འབྲོག་པའི་གླེན་རྟགས་མ་ཡིན་ནམ།།

དར་མའི་རང་གཞིས།

སྒྲ་ལོ་རིང་དུ་འཛོག་པ་རང་གཤིས་སུ་བརྩེ་ཞིང་།།
བོད་ལྦ་བུད་མེད་ཆ་ལུགས་གཅིག་མཚུངས་སུ་གྱོན་པ།།
བལྟས་ཚོད་བུད་མེད་ཅིག་དང་གཉིས་མེད་དུ་སྣང་བ།།
དུས་རབས་གསར་བའི་ན་གཞོན་སྐྱེས་པ་ཚོའི་རང་གཤིས།།

ཛོབ་སིའི་གསར་བཟོའི་ཀུ་ཤུ་རྒྱུན་མེད་དུ་བསླེབས་ཤིང་།།
ཉིན་རྒྱུན་མི་ཕོམ་བར་མེད་ཀུ་ཤུ་དེ་སྤྱད་ནས།།
སྣ་མང་བྱ་བའི་ཆུ་ཚོད་ངེས་མེད་དུ་བརླགས་པས།།
མི་ཚེ་སློག་རྫས་ཟད་པའི་ངང་ཚུལ་འདི་སྐྱོ་བ།།

སློབ་ཆེན་ཟེར་བའི་རྒྱ་སྒོ་ཆེན་པོ་དེར་འཛུལ་རྗེས།།
རིག་གནས་ཡོན་ཏན་སྦྱོང་བར་སོང་ཡིན་ཞེས་འཆད་ཅིང་།།
ཕྱིར་ཐོན་ལྟ་བ་མི་གཙང་རང་སྙིང་དུ་གནས་པས།།
རང་ཉིད་མ་ལན་མེས་པོ་ལན་སོང་ཞེས་མ་བརྗོད།།

རང་མོས་བཅད་ལྷུག་གང་འདོད་ཐ་སྙིང་དུ་སྤེལ་ནས།།
རང་གིས་བྲིས་པ་ཡིན་ཞེས་གང་འདོད་དུ་བསྒྲགས་ཏེ།།
གཞན་གྱི་ངལ་རྩོལ་འབྲས་བུར་བརྩེ་འཛོག་རང་མེད་པ།།
དེང་དུས་ཀླད་མེད་ན་གཞོན་མགོ་སྐོང་ཚོའི་བྱ་སྤྱོད།།

སྤྲ་ལྟས་ཞིག

མཚན་མོའི་དུས་སུ་འུག་པའི་ཨག་སྐད་རྐོད།།
རྨི་ལམ་འཁྲུགས་པའི་མེ་ལྕེ་དགུང་དུ་མཆེད།།
ངག་ལ་བཏང་བའི་སྐྱོ་སྡུག་གླུ་སྐད་ནི།།
མི་ཚེ་གར་ལ་རོལ་བའི་སྤྲ་ལྟས་ཞིག།

སྲོད་ལ་ཤར་བའི་གཤིན་རྗེའི་འཇའ་འོད་ནི།།
ཁྲུས་སུ་རོལ་བའི་ཞོགས་པའི་བད་དཀར་འབྲ།།
གདོང་ལ་ཆགས་པའི་སྲིད་པའི་རི་མོ་འདི།།
མི་ཚེར་རྫོགས་ཚིག་འགོད་པའི་སྤྲ་ལྟས་ཞིག།

གྲང་ལ་འདར་བའི་ཁ་བའི་གླུ་སྐད་འདི།།
ཞུ་ཚུགས་ཤེད་ཀྱིས་འཁྱུན་སྦྲའི་གནོན་ཤུགས་ཡིན།།
ཁ་ལ་འཕྲུལ་གྱི་སློག་ཞགས་ཐོགས་པ་འདི།།
རང་ཉིད་ཕུང་བར་བྱེད་པའི་སྤྲ་ལྟས་ཞིག།

དྲིན་ལ་དྲིན་གཟོ་དགྲ་ལ་འཕོན་སེམས་ཏེ།།
མི་ཡི་བྱ་སྤྱོད་ཅིག་ཏུ་སྣང་དགོས་ཏེ།།
དེང་གི་དུས་འདིར་ཚན་རྩལ་དར་བ་འདི།།
མི་ཡི་ཀླད་ཤུགས་རྒྱས་པའི་སྤྲ་ལྟས་ཞིག།

འབོད་སྐུལ།

ཡོད་ཡོད་འདྲ་བའི་འཛིག་རྟེན་རྒྱུ་ནོར་འདི།།
མི་རྟག་རྫ་རིའི་འདབས་ཀྱི་བད་དཀར་འདྲ།།
ལག་ཏུ་ཕྲེང་བ་ཐོགས་པའི་མི་རིགས་འདི།།
དགེ་བའི་ཆོས་ལ་འབད་ན་མི་ལེགས་སམ།།

སྒྱུ་འཕྲུལ་གར་གྱིས་ཕྱུག་པའི་དུས་རབས་འདིར།།
ཚན་རིག་ལག་རྩལ་དར་ཁྱབ་ཤིན་ཏུ་ཆེ།།
མ་འོངས་མདུན་ལམ་འཚོལ་བའི་མི་བུ་ཚོ།།
སློབ་བྱའི་ཡོན་ཏན་སྦྱངས་ན་མི་ལེགས་སམ།།

རང་གཤིས་གྲོང་བའི་མི་བུ་རེ་འགའ་ཡིས།།
ཕ་མས་བསགས་པའི་རྒྱུ་ནོར་རྒྱན་སྒྲུགས་ཏེ།།
གཞེན་ཞེར་སྤྲང་པོའི་ངང་ཚུལ་སྟོན་པ་འདི།།
མི་བུ་རེ་འགའི་དཔའ་རྟགས་མ་ཡིན་ནམ།།

ཁ་ནས་ལ་རྒྱ་གླེང་བའི་མི་བུ་མང་།།
སྟོན་ལ་རང་དོན་བསྒྲུབ་ལ་ལ་རྒྱ་ཤོད།།
རང་མགོ་རང་གི་ཐོན་པར་མ་བྱུས་པར།།
ལ་རྒྱ་གླེང་ན་ངོ་ཚ་མ་ཡིན་ནམ།།

ཁྲེལ་རོགས།

དུས་བཞི་ལ་དབྱེ་བ་མེད་པར།།
ནོར་ལུག་གི་རྨིག་རྗེས་འབྲངས་པའི།།
དེང་སང་གི་འབྲོག་པ་རྣམ་པ།།
ཚོང་ལས་ཀྱི་ལས་ལ་ཁྲེལ་རོགས།།

ཤེས་རིག་གི་སྐྱིད་མོས་ཚལ་དུ།།
ཤེས་བྱ་ཡི་གནས་ལ་བརྩོན་དགོས།།
དེང་རབས་ཀྱི་སྐལ་ལྡན་སློབ་བུ།།
མ་འོངས་པའི་ལམ་ལ་འབུངས་རོགས།།

ཁང་བརྩེགས་རང་མཐོན་པོའི་ནང་གི།
རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་བ་མོ་བཞོ་བའི།།
གངས་ཅན་གྱི་སྐྱེས་བུ་ཕོ་མོ།།
མི་རིགས་ཀྱི་ལས་དོན་མ་བརྗེད།།

འདུ་ཁང་ནི་ཁྱད་འཕགས་ལྡན་པའི།།
འདི་ཕྱི་གཉིས་སེམས་སུ་འཆར་བའི།།
བླ་སྤྲུལ་དེ་ཚེ་ཆུང་རྣམ་པ།།
ཐོས་བརྩོན་གྱི་ལས་ལ་ཞུགས་རོགས།།

མཛེས་པའི་ཕ་ཡུལ།

གངས་རི་དཀར་པོ་ཕྱི་ཡི་ལྷུགས་རི་དང་།།
བརྗིད་ཆགས་ལྷུན་པོ་ནང་གི་ཀ་བ་ཡིན།།
ཆུ་དང་གཙང་པོ་དྭངས་གསལ་དྲི་མ་མེད།།
ཨེ་མ་མཛེས་པའི་ཕ་ཡུལ་ནམ་ཡང་བསྟོད།།

ཏ་ནོར་ལུག་གསུམ་གཡང་གི་སྒོ་བྲོག་དང་།།
མར་ཆུར་འོ་གསུམ་ཁ་ཟས་མངར་མོ་ཡིན།།
ཕྱི་རབས་མི་རྒྱུད་གཡོ་མེད་བབ་ཆགས་ཡིན།།
མཛེས་པའི་ཕ་ཡུལ་དར་བའི་དན་རྟགས་ཡིན།།

ལག་ཏུ་ཐྲེང་བ་ཁ་རུ་ཁ་འདོན་དང་།།
སེམས་རྒྱུད་དྲང་མོ་བྱམས་བརྩེའི་བདག་པོ་ཡིན།།
ཀུན་བཀུར་ཆུང་བྱམས་གུས་བཀུར་ལ་སོགས་པ།།
ཕ་ཡུལ་ཡུལ་མི་རྣམས་ཀྱི་རང་གཤིས་ཡིན།།

དཀོན་མཆོག་གསུམ་པོ་སྐྱབས་གནས་གཅིག་པུ་དང་།།
དཀར་པོ་དགེ་ལ་ཕྱོགས་པ་སེམས་འདུན་འདི།།
མི་རིགས་ཞིག་གི་དྭངས་གཙང་སེམས་པ་སོགས།།
ཕ་ཡུལ་གངས་ལྗོངས་ཕྱུག་མོ་དར་བའི་རྟགས།།

ངངས་བརྗོད་ཚགས་སྐྱང་གི་གཞིན་ས།

— སེམས་ཀྱི་ཕོ་མོར་བྲིས་པ།

གལ་ཏེ།

གལ་ཏེ
ཁྱེད་ཀྱིས་ངའི་འཛིག་རྟེན་དུ་ཀང་རྗེས་སྤུར་ཡོད་ཚེ
བསླུ་བྲིད་ཀྱི་གཡབ་མོའི་མདའ་མོ་སྒྲུར་མེད་ཅིང
དགའ་དུངས་ཀྱི་གཞིན་སར་ཚོ་དྲེག་ཆགས་མེད

གལ་ཏེ
ཁྱེད་ཀྱིས་རྩི་ལམ་ལས་རྩི་ལམ་བརྒལ་ཏེ
ངའི་ཆགས་སྡང་གི་འཚོ་བ་རྙེད་ཡོད་ན
ཁེར་རྐྱང་གི་འཇིགས་སྐྲག་སྐྱེ་མི་སྲིད

གལ་ཏེ
ཉི་ཟེར་གྱི་འདབ་མར
འཇའ་ཚོན་གྱི་དམུ་ཐག་ཅིག་དཔྱངས་ཡོད་ཚེ
ང་ནི་དེ་ལ་འཐམ་ནས་འཕུར་བར་བྱའོ

ཁྱེད་རང་ང་ལ་དབང་ཚེ།

ལས་དབང་གི་མདུད་པ
བརྩེ་དུངས་ཀྱི་མངར་ཁ
ངའི་དགའ་དུངས་ཀྱི་གཤིན་སར་ཁྱེད་ཀྱིས་ཞབས་རྗེས་བཞག་སྐྱོང་ཞིང
རྨི་ལམ་གྱི་ཞིང་སར་ས་བོན་བཏབ་སྐྱོང
ཁྱེད་ཀྱི་ཚེ་སྲོག་གི་དབྱངས་རྟའི་རྒྱུད་སྐུད་མི་ཡུལ་ལ་བལྟམས་པ་ནས་བཟུང
ཕ་བཟང་པོ་ཞིག་གི་ཡ་ཟོད་ཀྱི་སྨྱུན་ཡིན་ལ
མ་མཛངས་མ་ཞིག་གི་ལག་པའི་དཔྱང་ཡ་ཡིན

ཁྱེད་རང་ང་ལ་དབང་ཚེ
ངས་སྨན་ནག་གི་འོབས་དོང་དུ་མིག་ཆུ་གཏོར་མི་དགོས་ཤིང
ཟྲན་གདུང་གི་ན་ཟུག་ལ་གནམ་ཁབ་རྒྱག་མི་དགོས

ཁྱེད་རང་ང་ལ་དབང་ཚེ
ངས་འུ་གཉིས་ལ་འཇའ་ཡིས་གུར་ཞིག་ཕུབ་སྟེ
ལྗིང་འཛགས་ཀྱི་གནས་མལ་ཞིག་འཚོལ་བར་ངེས

ཇ་ཁང་ཞིག་ཏུ་མི་ཞིག་དྲན་པ།

ཁེར་རྐྱང་ངང
ས་སྲོད་ཀྱི་ཉི་ཟེར་ལ་ཕངས་བ་སྐྱེས་ཏེ
ཇ་ཁང་ཞིག་ཏུ
ཁོ་ཧྲེ་ཕོར་བ་གཉིས་བཀུང་རྗེས
ངལ་དུབ་ཀྱི་གཡབ་མོ་ཕྱོགས་བཞིར་བྲོས་ཤིང
སྒོམ་གདུང་གི་ཐག་པའི་དམ་རྒྱ་ལྷོད

ཡིན་ཡང
ཁེར་རྐྱང་གི་ངང་ཚུལ་དེས
ཕྱི་རོལ་གྱི་ཡོད་ཚད་ལ་ཞེད་སྣང་སྐྱེས་ཏེ
ངས་བཙལ་བཞིན་པའི་ཁོ་མོའི་ངོ་གདོང
ཡང་ཡང་ཇ་ཕོར་གྱི་སྟོང་བར་འཐིམ

ཁྱེད་རང་དྲན་ཚུལ།

གདོང་ནས་གཙང་པོ་ཞིག་འཁྱིལ་སོང
དྲན་གདུང་གི་ན་ཟུག་ཡུན་གྱིས་སྙིང་ལ་ཐོག
དེ་དུས་མཚན་མོ་ཞིག་རེད

སྨུན་ནག་གི་འཇིགས་སྐྲག་ལྷུང་བུ་དང་བཅས
སྐྲ་རྩེ་ནས་ཡང་ཡང་གཡོ་དུས
ངས་ཁང་སྟོང་ཞིག་ཏུ་སྙན་ངག་འབྲི་ཞོར
ཡང་ཡང་ཁྱེད་ཀྱི་མིང་ནས་བོས

ང་ཁྲིད་ཀྱི་ཁྲ་ཚུང་གི་མིག་ཟུང་དེ་ཡིན།

ལོ་ཟླའི་ཆུ་མོ་དབྱངས་ལ་འགྲོས་ཏེ
ལང་ཚོའི་མེ་ཏོག་དལ་བུར་བཞད་དུས
ང་ཁྲིད་ཀྱི་དྭངས་གཙང་གི་ཆུ་སྨན་དེ་ཡིན་ཞིང
སྙན་འཇེབས་ཀྱི་གླུ་སྐད་དེ་ཡིན

མི་ཚོགས་ཀྱི་མིག་ཟུང་ཀེམ་ཀེམ་གཡོ་ཞིང
མཛེས་མ་ཡི་བསླུ་བྲིད་དལ་བུར་འཛུམ་དུས
ང་ཁྲིད་ཀྱི་དྲན་གདུང་གི་མིག་ཆུ་དེ་ཡིན་ཞིང
དགོད་སྒྲ་ཡི་འགྱུར་ཁུགས་ཡིན

འཚོ་བ་ཡི་རི་མོར་ཁ་དོག་ལྡན་ཞིང
ནང་སེམས་ཀྱི་ཡོད་ཚད་དགའ་སྤྲོ་རུ་གྱུར་དུས
ང་ཁྲིད་ཀྱི་ཁྲ་ཚུང་གི་མིག་ཟུང་དེ་ཡིན་ཞིང
འཇའ་ཚོན་གྱི་དམུ་ཐག་དེ་ཡིན

སྙིང་སྡུག སྙིང་སྡུག སྙིང་སྡུག

ང་ལ་སྙིང་སྡུག་ཅིག་ཡོད་ན
ང་སྙིང་སྡུག་ཅེས་པར་ཧམ་མི་དགོས
ང་ལ་སྙིང་སྡུག་ཅིག་ཡོད་ན
ང་རང་ཤིན་ཏུ་གཅེས་པའི་མི་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་སྲིད

སྙིང་སྡུག སྙིང་སྡུག སྙིང་སྡུག
ཅི་ལྟར་བོས་ཀྱང་ སྙིང་སྡུག་དེ་སླེབས་མ་བྱུང་ལ
སྙིང་སྡུག་དེ་མཐོང་མ་བྱུང་ ཤེད་ཀྱིས་བོས་ཀྱང
ཤེད་ཀྱིས་ཀྱི་རིང་བཏབ་ནས་བོས་ཀྱང
སྔར་བཞིན་ སྟོང་བའི་བྲག་ཅ་ལས
སྙིང་སྡུག་ཅིག་སླེབས་རྒྱུ་མ་བྱུང

སྙིང་སྡུག སྙིང་སྡུག སྙིང་སྡུག
མ་གཉིད་གོང་ལ་ཁ་འདོན་ལྟར་འདོན་ཡང
སྙིང་སྡུག་ཅིག་མེད་ན
རྩི་ལམ་ལའང་སྙིང་སྡུག་ཅིག་འཕོར་ག་ལ་སྲིད
ང་ལ་སྙིང་སྡུག་ཅིག་ཡོད་ན
སྙིང་སྡུག་ཅེས་ལན་མང་འབོད་ག་ལ་དགོས

སྙིང་སྡུག ཨེ་ཤེས།

སྙིང་སྡུག
ཨེ་ཤེས
ང་ཁྱེད་ལ་དགའ་བའི་ཚད་རིམ་ཨེ་ཤེས
ང་ཁྱེད་ལ་དུངས་བའི་ལོ་ཟླ་ཨེ་ཁེད
ཁྱེད་ཀྱི་ཆེད་དུ་ངས་བློས་གཏོང་ཐུབ་པ་དག
གང་དག་ཡིན་པ་ཤེས་ཨེ་སོང

སྙིང་སྡུག
ཨེ་ཤེས
ཁྱོད་ལ་གྲག་འགྱུལ་མེད་དུས
ངས་ཅི་བྱེད་པ་ཨེ་ཤེས
ངས་ཁེར་ལབ་ཀྱི་ཚིག་འབྲུ་རེ་འགའ
ཆུ་རྫ་ཆུའི་རབ་ཁ་ནས་འཕངས་ཏེ
ཁྱེད་ཕྱོགས་སུ་བསྐུར་སྒྲོང

སྙིང་སྡུག

ཨེ་ཤེས

ཟླ་བ་མོག་པོར་ཤར་བའི་མཚན་མོ་དེར

ཁྱེད་དང་མཉམ་དུ་མེད་པའི་སྡུག་བསྔལ་ནི

ལྗོགས་སྒོམ་ལས་བརྒལ་བའི་ན་ཟུག་ཅིག་རེད

དེ་དུས

བདག་སེམས་ཀྱི་སྣང་ངོར་གསལ་བ་ནི

འུ་གཉིས་ཀྱི་ཆེས་མཛེས་པའི་ཕྱིར་དྲན་དེ་རེད

སྙིང་སྡུག

ཨེ་ཤེས

ཕྱུ་ཚུགས་ཀྱི་མཐའ་འཁྱོལ་ཐབས་བྲལ་བས

སྔོན་ནས་བཅེ་དུངས་ལ་མ་འཇུག་ན་བཟང

ང་ནི་བསླུ་བ་མེད་པའི་སྐྱབས་མགོན་ཞིག་མིན་ཡང

ངས་ཁྱེད་ལ་མགོ་བསྐོར་གཏོང་ག་ལ་སྲིད

༢༠༡༦ ༤ ༨ མལ་ཁང་དུ་བྲིས།

དཔྱིད་འགོ་མའི་མེ་ཏོག་སེར་ཆེན།

བུ་མོ་ཁྱེད
དཔྱིད་འགོ་མའི་མེ་ཏོག་སེར་ཆེན་ཞིག་སྟེ
དྲི་བསུང་གི་ངད་ཁ་ཕྱོགས་བཞིར་ལྡང་བས
འགྲུག་ཤུགས་ཀྱི་གཡབ་མོ་གང་སར་ཁྱབ་ཡོད
ས་གཞིར་བཀྲག་མདངས་བཀྲ་བའི་དུས་ཚོགས་ཤིག་ལ
ཁྱེད་ནི་གཡུ་མདོག་རྩ་ཐང་གི་ཁྲ་རྒྱན་ཡིན་ཞིང
འཛིག་རྟེན་མི་ཡུལ་གྱི་མིག་དབང་ཞིག་ཀྱང་ཡིན

བུ་མོ་ཁྱེད
དཔྱིད་འགོ་མའི་མེ་ཏོག་སེར་ཆེན་ཞིག་སྟེ
དགུན་གསུམ་གྱིས་ཡུན་རིང་ལ་བཙོན་དུ་བཅུག་པའི་སྨྱུ་གུ་ཞིག་ཡིན་ཞིང
དཔྱིད་དཔལ་གྱི་བསིལ་ རླུང་འཇམ་པོས་བྱམས་བརྗེ་ལས
ཁྱེད་ཀྱི་གཞོན་ཤ་ཆགས་པའི་ལང་ཚོའི་སྙིག་ཉམས་དེ་མཐོང་བས
ངའི་ལག་པ་ནི་ཨ་རག་ཅིག་ལ་འཇུས་པ་ལྟར
དྲན་མེད་དུ་སྒྲིད་སོང

བུ་མོ་ཁྱེད   ལང་ཚོ་དར་བའི་བུ་མོ་ཁྱེད
དཔྱིད་འགོ་མའི་མེ་ཏོག་སེར་ཆེན་དེ་ཡིན

ལས་དབང་ཞིག་ལ་མ་བཙོལ་ན།

བརྩེ་བ་ཟེར་བ་འདི་རྫོག་རྫོག་ཅིག་ཡིན་ན
དུངས་བ་ཟེར་བ་འདི་རིལ་རིལ་ཞིག་ཡིན་ན
ང་ནི་སྔར་བཞིན་དེ་ལ་མོས་སོ
ཐུག་འཕྲད་འདི
ལས་དབང་ཞིག་ལ་མ་བཙོལ་ན
ལས་ཀྱི་བར་གསེང་དེ་རུ
རླུང་བུ་ཤུར་ཤུར་དུ་གཡུགས་སྲིད
དེ་དུས་ང་ནི་སྟོང་མགོའི་བྱེའུ་ཚང་རལ་པོ་དེ་ཡིན
ཉིན་ཞིག
ཁྱེད་ནི
ང་ལ་མ་དགའ་ན
ཁ་ཡ་མ་བྱས་ན
འགྲེལ་བཤད་ཀྱང་མ་བྱས་ན
ངས་ནི་ལས་དབང་ལ་སྨིགས་མོ་བྱེད་འདང་མེད་དེ
ཡང་བསྐྱར་ལམ་ཁ་དེར་སོང་ནས་བསྒུག་ཀྱང་མི་སྲིད

ང་ལ་སེམས་མེད་གི་མ་གསུང་།

མེ་ཏོག་ཅིག་གི་དྲི་བསུང་གཡར་ཏེ
བཙོས་མ་ཞིག་གི་འཛུམ་མདངས་བསྣན་ཏེ
ངའི་ཉེ་འགྲམ་ཞིག་ལ་གཙར་གི་མ་འདུག
མཐོང་ས་ཞིག་ལ་ཡོང་གི་མ་འདུག
བརྩེ་དུང་ནི་ཀུ་རེ་དང་དགོད་གཏམ་མིན་ལ
རྒྱུགས་གཏམ་ཡང་མིན
འདོད་པ་ཞིག་ལ་ཆགས་ཏེ
གཡོ་ཐབས་ཤིག་ལ་འཛུས་ཏེ
ངའི་རྗེས་འདེད་གི་མ་འདུག
ང་ལ་ཅི་ཡང་མེད
འཁྲོར་བ་མེད
གོ་ས་མེད
རྒྱུ་མཚན་དེའི་དབང་གིས
ང་ཁྱོད་ལ་ཡིབ་པ་ཡིན
ང་ཁྱོད་ལ་བྲོས་པ་ཡིན
གང་ལྟར
ང་ལ་སེམས་མེད་གི་མ་གསུངས
འགལ་སོང་བའི་མི
གཏན་དུ་བདེ་མོ་གྲོས

རྒྱབ་གཟུགས།

ལོ་དེར

ལང་ཚོའི་སྐྲ་ཤར་ནེམ་ཤ་ལྷན་པའི་ཕོ་མོས

མི་འདོད་ཀྱི་རྒྱུ་ནོར་ཞིག་བསམས་ཏེ

ཐག་རིང་གི་ཡུལ་གྲུ་ཞིག་ལ་གོམ་ཁ་བསྐྱུར་ནས་བུད་སོང

ལོ་ཟླ་དེ་ནས་ཕོ་མོའི་ང་ལ་བསྐྱུར་བ་ནི

གྲོང་ཁྱེར་གྱི་སྦུབས་ཀའི་རྒྱབ་གཟུགས་དེ་ལས་ཅི་ཡང་མི་འདུག

༢༠༡༦ ༡ ༢༡

ལས་འགྲོ་ཚད་དུས་ཞིག

ང་དགའ་ས་ཁྱེད་ཡིན
ཁྱེད་དགའ་ས་ཁོ་བོ་ཡིན
ཁོ་བོ་དགའ་ས་ཁོ་མོ་ཡིན
མདོར་ན་ཡོད་ཚད་གོ་ལོག་ཡིན
ངས་སྐྱུག་ས་ཁྱེད་ཡིན
ཁྱེད་ཀྱིས་སྐྱུག་ས་ཁོ་བོ་ཡིན
ཁོ་བོས་སྐྱུག་ས་ཁོ་མོ་ཡིན
མདོར་ན་ང་ཚོ་ལས་ངན་ཡིན
ངས་སེམས་གཏམ་མ་བཤད
ཁྱོད་ཀྱིས་དགའ་རབས་མ་བཤད
ང་ཡིན་མདོག་གི་འཇིག་རྟེན་ན
ཁྱོད་ཟེ་ཚོམ་གྱི་དྲ་རྒྱ་ན
མདོར་ན་ཡོད་ཚད་ཚར་སོང་བ་ཡིན
ངས་སྙིང་གཏམ་བཤད་ཀྱང
ཁྱོད་རྡོ་ཆ་ཁྲུལ་བྱས
ངས་མ་བཤད་པས
ཁྱོད་སེམས་སྡུག་ཁྲུལ་བྱས
མདོར་ན་དེ་ནི་འཁྲབ་སྟོན་ཞིག
ང་སོང་དུས

ཁྱེད་ཀྱིས་མིག་ཆུ་འཁྱིན

ང་བསྡད་དུས

ཁྱེད་ཀྱི་ཁ་གཡར་ས་བཙལ

མདོར་ན་དེ་ནི་བཙོས་མ་ཡིན

ངས་ལས་དབང་ཞིག་བསམ་སྙེ

ཡོད་ཚད་ལ་བཟོད་བསྲན་བྱས་ཀྱང

ཁྱེད་ཀྱིས་མིང་གྲགས་ཤིག་བསམ་སྙེ

རྒྱང་རིང་གི་ཕ་མཐར་བཅད་སོང

དེ་ན

ཁུ་གཉིས་ཀྱི་ལམ་ཁ་འདི

ནམ་ཡང་མི་གཅིག་གོ

སྙིང་སྡུག་མ།

སྙིང་སྡུག་ཏུ་འཐོད་པའི་ཁྱེད
ངའི་དམར་ཆུང་སྲོག་ཡིན
ཡ་ཐོད་ཀྱི་མིག་ཡིན
འཛིག་རྟེན་གྱི་མགོན་ཡིན
ཆེས་ཐོག་མའི་དགའ་ས་ཡང་ཡིན
ལང་ཚོའི་མྱུ་གུ་འབུལ་ས་ཡིན
སྙིང་སྡུག་ཏུ་འཐོད་པའི་ཁྱེད
སྙིང་གཏམ་འཆད་ས་ཡིན
གསང་གཏམ་ཉར་ས་ཡིན
མིག་གི་བལྟ་ས་ཡིན
སྲོག་གི་དབང་རྩ་ཡིན
ཁྲག་གི་རྒྱུ་ལམ་ཡིན
མ་འོངས་པའི་ཆུང་མ་ཡིན
ཁྱིམ་ཚང་གི་བདག་མོ་ཡིན
ཕ་མའི་གཅེས་ཕྲུག་ཁྱོད
ཕུ་ནུའི་དགོད་རོགས་ཡིན
ན་ཟླའི་ཉན་ས་ཡིན
བུ་ངའི་སེམས་རྟེན་ཡིན
དྲན་པའི་རི་མོ་ཡིན
སྐྱོ་བའི་སྐྱིང་གཞས་ཡིན
དགའ་བའི་སེམས་གཞས་ཡིན
བུ་ངའི་བདག་མོ་ཡིན

ང་ཁྱེད་ལ་དགའ་དོན།

ཡི་གེ་ཞིག་ལ་མགོ་རྐང་བསྒྲིགས་དོན
ཤོག་བུ་ཞིག་ལ་ནག་ཐིག་ཕབ་དོན
ཁྱེད་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཡིན
མི་ཁ་ཞིག་ལ་རྒྱབ་གཟུགས་གཏད་དོན
བརྩེ་འཕྲིན་ཞིག་ལ་དུངས་པ་སྤྲུར་དོན
སྔར་བཞིན་ཁྱེད་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཡིན
ང་ཁྱེད་ལ་དགའ་དོན
གཟུགས་ལང་ཚོ་དར་བས་མིན
གདོང་སྨིན་མ་ཡག་པས་ཀྱང་མིན
གང་ལྟར
ཐུག་འཕྲད་ཀྱི་བག་ཆགས་ཤིག་གིས
ཁྱེད་ཟེར་བའི་བུ་མོ་དེ
ངའི་སྨི་ལམ་གྱི་བདག་མོ་རུ་གྱུར་སོང

རྒྱང་རིང་གི་ཁྱེད།

རྒྱང་རིང་གི་ཁྱེད་ཀྱིས
རྒྱང་རིང་རྒྱང་རིང་ཞིག་ན
ང་དྲན་གྱིན་ཡོད་དམ
ངའི་ཆེད་དུ་སྐྱོ་ཡི་ཡོད་དམ

རྒྱང་རིང་གི་ཁྱེད་ཀྱིས
རྒྱུས་མེད་ཀྱི་གྲོང་ཁྱེར་ཞིག་ན
ཕྱུགས་བསམ་ལ་ཁ་དོག་བྱུགས་ཀྱིན
ང་བརྗེད་གི་ཡོད་དམ

རྒྱང་རིང་གི་ཁྱེད
ཁ་ཐག་རིང་བའི་ཁྱེད
ངའི་སེམས་ཀྱི་དྲན་ཤིང་ཡིན
སྙིང་གི་ཕྱེད་ཀ་ཡིན

རང་ལ་ལབ་པའི་ཁེར་གཏམ།

སྙིང་སྡུག
ཁྱེད་ཀྱིས་ཨེ་ཤེས
ངའི་ཡ་རྒྱུང་ཁོག་པ་མིག་རྒྱུས་ཁེངས་ཡོད
ཡོད་ཚད་སྡུག་བསྔལ་གྱིས་སྦྲགས་པའི་མིག་རྒྱུས་ཁེངས་ཡོད
 དང་ཐོག་དགོད་སྒྲས་ཁེངས་བའི་འུ་གཉིས
དབྱར་དུས་ཀྱི་བྱེའུ་ཆ་གཅིག་ལྟར
མཐའ་ཡས་པའི་སྤང་ལྗོངས་གདན་དུ་བཏང་སྐྱོང་ལ
སྨུ་དྲིག་གི་འཇའ་ཚོན་གོས་སུ་གྱོན་སྐྱོང
ཡིན་ཡང   ལྟོ་གྲོགས་ནས་ལྷགས་རླུང་ཞིག་དལ་བུར་ལྷང་སྟེ
འུ་གཉིས་ཀྱི་དབྱར་གཞུང་ལྟ་བུའི་མཛེས་སྡུག་སད་ཀྱིས་བཅོམ་སོང
ལོ་ཟླ་དེ་ནས་བཟུང
ངའི་སེམས་ཀྱི་གསང་བ་དང་སྙིང་གཏམ་དག
དགུན་གྱི་ཁུ་བྱུག་ཏུ་གྱུར་སོང
ལོ་ཟླ་དེ་ནས་བཟུང
ངས་ཁྱེད་ཉིད་སྨུག་ནས་ཉིན་མཚན་གྲངས་མེད་ཅིག་འདས་སོང
ལ་ལས་བཤད་ན   ང་ནི་མི་བུ་གླེན་པ་ཞིག་རེད་ཟེར
སྐྱོན་ཅི་ལ་འདུག
བརྩེ་དུངས་ཀྱི་ཆེད་དུ་མི་བུ་གླེན་པ་བྱེད་འདོད

ཁྱེད་ཀྱི་ཆེད་དམ རང་ཉིད་ཀྱི་ཆེད་དུ
ནམ་ཡང་མགོ་འཇོམས་པའི་གླེན་པ་ཁ་ནག་ཅིག་བྱེད་འདོད
ཨ་ཕས་བཤད་ན་ང་ནི་བུ་ཆུང་ཡ་རབས་ཤིག་ཡིན་ཞེས་བཤད་སྐྱོང་ཡང
ཁྱེད་ཀྱི་ཆེད་དུ་ངས་ཁྲོ་བ་བཟིེས་ལ་སྟོན་སྐྱོང་ལ
རྟུང་བ་གྲོགས་ལའང་བཟུས་སྐྱོང
སྙིང་སྡུག
ཁྱེད་མེད་ན་ང་ཁེར་རྐྱང་རེད
སེམས་པ་ཡང་ཁེར་རྐྱང་རེད
ཡོད་ཚད་ལྷིང་འཇགས་གེར
འཇམ་ཐིང་ངེར
ཟས་ཟ་མར་བྲོ་བ་མེད་ཅིང
གོས་གསར་བར་འོད་མདངས་མེད
ནམ་རྒྱུན་ལག་ཟུང་སྦྲེལ་བའི་ཕོ་མོ་མཐོང་དུས
ངས་འུ་གཉིས་ཀྱི་འདས་སོང་གི་ལོ་ཟླ་དྲན་གྱི
ཁྱོད་ཡོད་ཆེ   སེམས་པ་སྡུག་མི་དགོས
ཕངས་སེམས་སྐྱེ་མི་དགོས
འགྱོད་གདུང་གིས་ཤུགས་རིང་ཡང་འཁྱིན་མི་དགོས
སྙིང་སྡུག
སྡུག་གཏམ་འདི་ཤར་མར་འབྲི་དུས
མིག་ཆུའི་ཕྲེང་རྒྱུན་རིང་མོ་ཞིག་གི་སྐྱིལ་མ་ཡོད་ལ
འདར་བར་བྲེལ་བའི་ལག་ཟུང་གི་ལྷེམ་འགྲོས་ཀྱང་ཡོད

གལ་ཏེ་བུ་མོ་ཁྱོད་དེ་ཡིན་ན།

གལ་ཏེ

བུ་མོ་ཁྱོད་མེ་ཏོག་ཅིག་ཡིན་ན

བུ་ཆུང་ང་གཡུ་སྤྲང་ཞིག་ཏུ་སྤྲུལ་ནས

ཁྱེད་ཀྱི་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་རོ་བཅུད་ལ་རོལ་ངེས་ཡིན

གལ་ཏེ

བུ་མོ་ཁྱོད་མཚོའུ་ཞིག་ཡིན་ན

བུ་ཆུང་ང་ཉ་མོ་ཞིག་ལ་སྤྲུལ་ནས

ཁྱོད་ཀྱི་པང་ཁུད་ནས་བདེ་སྐྱིད་ལ་རོལ་ངེས་ཡིན

གལ་ཏེ

བུ་མོ་ཁྱོད་མར་མེ་ཞིག་ཡིན་ན

བུ་ཆུང་ང་མེ་ལྡེབས་ཤིག་ལ་སྤྲུལ་ནས

རང་ཉིད་ཀྱི་ཚེ་སྲོག་གི་མཐའ་མ་ཁྱོད་ལ་མཆོད་ངེས་ཡིན

གལ་ཏེ

བུ་མོ་ཁྱོད

……

མཇུག་གཏམ།

དགའ་ཕྱོགས་ཤིག་གི་ལམ་སྟེར་འཇུས་ཏེ་མི་ཚེ་ལ་གཟི་འོད་བསྐྱོལ་བ་ཉི་ང་དང་ང་འདྲ་བའི་ན་གཞོན་ཕལ་མོ་ཆེ་བའི་བསམ་བློའི་འཕྲུལ་འཁོར་ན་རྒྱུན་དུ་འཁོར་བ་ཉི་སྨྲ་ཅི་དགོས།ཚེ་སྲོག་གི་དབྱངས་རྟར་དགོད་སྒྲ་ཡོད་ཅིང་སྙིང་ངག་ཡོད་སྲིད་པའི་ངའི་ཏན་ཏན་གྱི་མི་ལུས་འདིར་རླབས་ཆེན་གྱི་མཛད་རྗེས་མེད་ཀྱང་།རང་ཉིད་ཀྱི་དགའ་ཕྱོགས་ལྟར་མི་ཡུལ་ལ་ཟས་རིན་ཙམ་དང་མི་ཚེ་ལ་ལས་ཚོད་ཙམ་དུ《སྙེའུ་ཡོལ་དཀར་པོ》 ཞེས་པའི་སྙན་དེབ་ཅིག་མི་ཡུལ་ལ་བཀྲམས་ཡོད།སྙན་དེབ་འདི་ཚན་པ་གསུམ་དུ་བགོས་ཡོད་ཅིང་།ཚན་པ་དང་པོ་རང་མོས་ལང་ཚོའི་མིག་ཆུ་ནུ་ལུས་རང་མོས་ཀྱི་སྒོ་ནས་དགའ་སྐྱོ་ཆགས་སྡང་གི་འཚོ་བའི་གྲུ་ཟུར་རེ་རེ་ཚོར་བའི་གླིང་ནས་མ་གསང་དྲང་བོར་བྲིས་ཡོད་ཅིང་།ཚན་པ་གཉིས་པ་བཅད་མ་ཐུ་རིག་གི་ཚོམ་བུ་ནུ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྣང་ཚུལ་སོགས་ལ་སེམས་ཀྱི་འཆར་སྣང་གྲུ་མ་གྲུ་དག་བྲིས་ཡོད།ཚན་པ་གསུམ་པ་དུངས་བརྗོད་ཆགས་སྡང་གི་གཞིན་ས་ནུ་བརྩེ་དུངས་ཀྱི་མེ་ལྕེའི་ཐ་རླབས་དྲག་ཏུ་ལྡང་བའི་ན་གཞོན་རང་གི་སེམས་གཏིང་གི་ཁོ་མོར་ཐུལ་བའི་འཕྲིན་ཡིག་གི་མདའ་མོ་རེ་རེ་ཡིན་པས།ཁྱེད་གློག་པ་པོ་དག་མཚམས་རེར་དགོད་ཁ་འཚོར་སྲིད་ལ་མཚམས་རེར་མིག་ཆུ་ཡང་གཏོར་སྲིད།ཡིན་ཡང་།ང་རང་སྙན་ངག་ལ་དགའ་བས་ཡོད་ཚད་ཁྱེད་ཅག་གི་སྤྱན་སྔར་འབུལ་ལོ། །

གཞན་ཡང་སྙན་དེབ་འདི་ནུ་རྒྱབ་སྐྱོར་དང་ཐུགས་ཁུར་གནང་མཁན་གྱི་བྱམས་ལྡན་གྱི་ཕ་མ་དང་དགེ་རྒན།སློབ་གྲོགས།གྲོགས་པོ་དང་གྲོགས་མོ་ཡོངས་ལ་སྙིང་ཁོང་ནུས་པའི་གཏིང་ནས་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ཞུས་པ་ཡིན།ལྷག་པར་ཏུ་དེབ་འདིར་རྒྱབ་སྐྱོར་

ཚད་མེད་གནང་མཁན་མི་ལོ་གསུམ་ལ་སྐྱིད་སྡུག་མཉམ་འཁུར་བྱས་པའི་མཛོ་གསུམ་འཛིན་གྲྭ་གསུམ་པའི་སློབ་གྲོགས་ཡོངས་ཀྱི་མཛོ་རྒྱུགས་ཀྱི་གཡུལ་ས་ལས་འབྲས་བུ་བཟང་པོ་ཞིག་ལོན་པའི་བཀྲ་ཤིས་སྨོན་འདུན་ཡང་ཡང་ཞུ།

ཞེས་རྩོམ་པ་པོས་གླིང་དཀར་སྟོད་དུ་ཤར་མར་བྲིས།

༢༠༡༨ལོའི་ཟླ་༡༡་པའི་ཚེས་༡༡ཉིན།