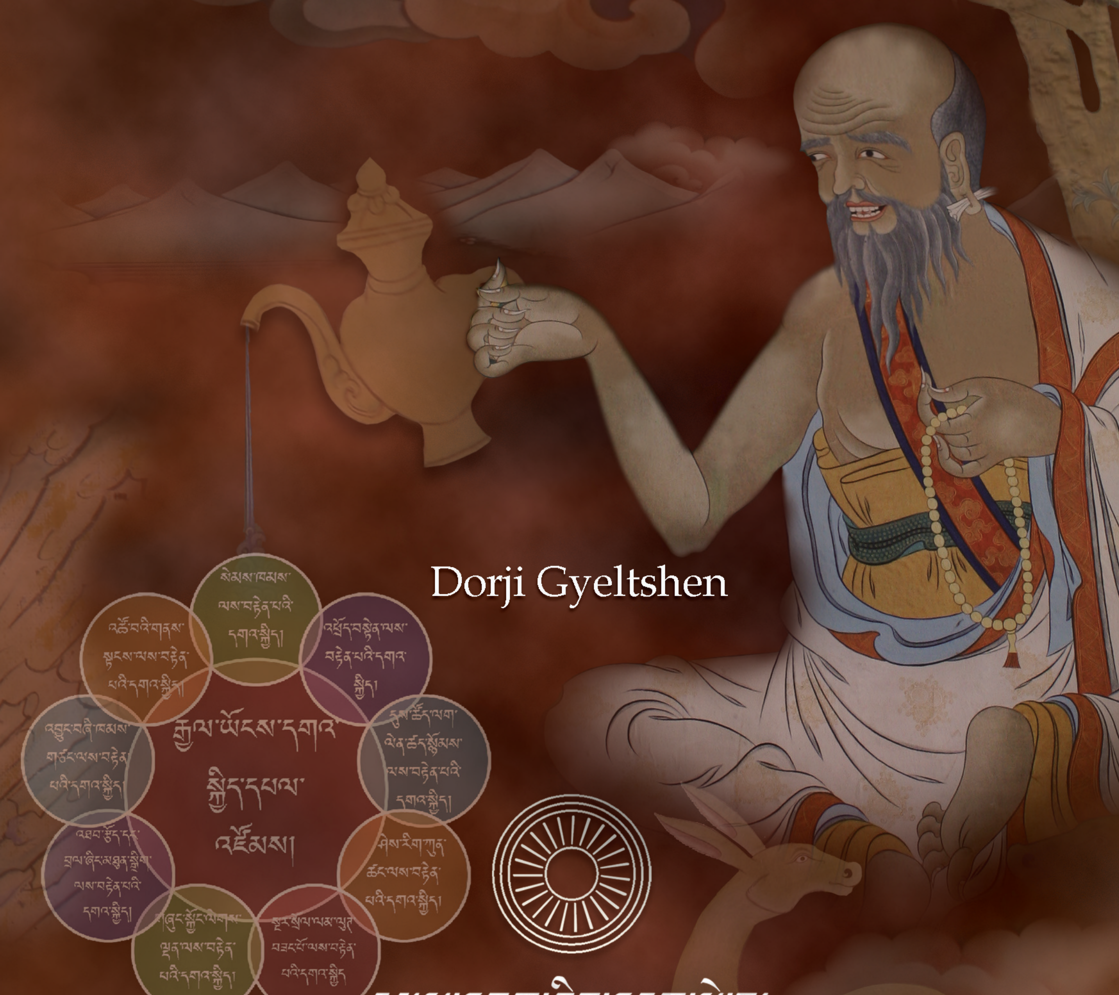
རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་རྣམ་དགུའི་རྩོམ་ཡིག།

# Expository Verses on the Nine Domains of Gross National Happiness





Dorji Gyeltshen



དཔལ་འབྲུག་ཞིབ་འཇུག་ལྟེ་བ།

**The Centre for Bhutan Studies**

# ༄༅། །རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་རྣམ་དགུའི་སྡོམ་ཡིག།

# Expository Verses on the Nine Domains of Gross National Happiness

རྡོ་རྗེ་རྒྱལ་མཚན།

དཔལ་འབྲུག་ཞིབ་འཇུག་ལྟེ་བ།
The Centre for Bhutan Studies

རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་རྣམ་དགུའི་སྡོམ་ཡིག།

Expository Verses on the Nine Domains of
Gross National Happiness

Copyright © The Centre for Bhutan Studies

Opinions expressed are those of the author's and do not necessarily reflect the views or policies of the Centre.

**First Published: 2012**

**Published by**
The Centre for Bhutan Studies
Post Box No. 1111
Thimphu, Bhutan

Tel: 975-2-321005, 321111
Fax: 975-2-321001
e-mail: cbs@druknet.bt

http://www.bhutanstudies.org.bt

ISBN: 978-99936-14-68-5

# དཀར་ཆག


1. དཔེ་སྐྲུན་གསལ་བཤད་ ༥

2. རྩོམ་སྒྲིག་པའི་སྔོན་བརྗོད་ ༧

3. བཀའ་དྲིན་དགའ་ཚོར་ ༩

4. ཡུལ་དམ་པ་ལྷ་མཆོད་པར་བརྗོད་པ་ 1

5. རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་ཀྱི་གླིང་གཞི་ 2

6. སེམས་ཁམས་ལས་བརྟེན་པའི་དགའ་སྐྱིད་ 7

7. འཕྲོད་བསྟེན་ལས་བརྟེན་པའི་དགའ་སྐྱིད་ 12

8. དུས་ཚོད་ལག་ལེན་ཚད་སྙོམས་ལས་བརྟེན་པའི་དགའ་སྐྱིད་ 17

9. ཤེས་རིག་ཀུན་ཚང་ལས་བརྟེན་པའི་དགའ་སྐྱིད་ 27

10. སྔར་སྲོལ་ལམ་ལུགས་བཟང་པོ་ལས་བརྟེན་པའི་དགའ་སྐྱིད་ 36

11. གཞུང་སྐྱོང་ལེགས་ལྡན་ལས་བརྟེན་པའི་དགའ་སྐྱིད་ 48

12. མི་སྡེ་འཐབ་རྩོད་དང་བྲལ་ཞིང་མཐུན་སྒྲིག་ལས་བརྟེན་པའི་བའི་དགའ་སྐྱིད་ 54

13. འབྱུང་བ་ཁམས་གཙང་ལས་བརྟེན་པའི་དགའ་སྐྱིད་ 61

14. འཚོ་བའི་གནས་སྟངས་ལས་བརྟེན་པའི་དགའ་སྐྱིད་ 74

15. བཅུད་བསྡོམས་ 81

16. མཇུག་རྩོམ་ 84

# དཔེ་སྐྲུན་གསལ་བཤད།

༄༅། ང་བཅས་ར་དཔལ་ལྡན་འབྲུག་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ ཆོས་སྲིད་ལུགས་གཉིས་ཀྱི་བསྟན་པ་རྩོལ་བཞིན་སྐྱོང་བའི་མི་དབང་མངའ་བདག་ དབང་ཕྱུག་བརྒྱུད་འཛིན་རིམ་བྱོན་རྩ་གིས་ རྒྱལ་ཁབ་རང་དབང་རང་བཙན་གནས་ཐབས་དང་ ཡར་རྒྱས་ཀྱི་གོམ་པ་མདུན་དུ་སྤོ་གནང་ནི་འདི་གི་ རྒྱལ་ཁབ་འདི་དགའ་སྐྱིད་དང་ལྷུ་གནས་ཏེ་སྡོད་ཡོད། ཁྱད་པར་དུ་མི་དབང་མངའ་བདག་འབྲུག་རྒྱལ་བཞི་པ་མཆོག་གིས་ ཐུགས་བཞེད་རྒྱ་ཆེས་ལས་གནང་སྟེ་ རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་སྡེ་གི་ཞི་བདེའི་རྩ་བ་རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་ཀྱི་ལྟ་བ་འདི་སྲོལ་གཏོད་གནང་མི་ལས་བཟུང་ ཅན་དན་བཀོད་པའི་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ ཕྱི་ནང་གསང་གསུམ་གྱི་ཐོག་ལས་ཡར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་སོང་དང་སོང་བཞིན་པ་ཡོད།

ཁྱད་པར་དུ་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ས་གནས་མཐའ་དབུས་མེད་པའི་ མི་སེར་ཆམཉམ་ ཡར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་ཀུན་ཚང་སྦྲེ་འགྱོ་ནི་དང་ ཤེས་ཡོན་དང་ལྡན་པའི་ ལྷོགས་གྲུབ་ཅན་ལུ་འགྱུར་ནིའི་སྲིད་བྱུས་འདི་ དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་ཀྱི་ལྟ་བ་ཨིནམ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ག་ཅིའི་ཐད་ལས་འཐབ་རྩང་ དཀྱུན་གྱི་བར་ན་དཔལ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་ཏེ་ཡོད།

ད་རེས་ང་བཅས་ཀྱི་ཞབ་འཚོལ་པ་རྡོ་རྗེ་རྒྱལ་མཚན་གྱི་ཁ་ཐུག་ལས་ རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་ཀྱི་ལྟ་བ་འདི་ལུ་ དང་འདོད་དང་སྤྲོ་བ་སེམས་ཀྱི་གདིང་ལས་བསྐྱེད་དེ་ སློན་རྩོམ་གྱི་

ཐོག་ལས་སྨྲེ་ལྷ་བ་འདི་གི་སྐོར་ལས་ ཀི་དེབ་བརྗོད་དོན་གཅིག་ཁ་གསལ་སྒྲེ་བྲིས་ཏེ་ འབྲུག་གི་མི་སེར་ལུ་སྨྱུན་འབྱུལ་ཞུ་མི་འདི་གིས་ དགའ་སྐྱིད་ཀྱི་གོ་བ་ལེན་ནི་ལུ་ཕན་ཐོགས་སྒོམ་འབྱུང་འོང་མནོ་བའི་རེ་འདོད་སྒོམ་ཡོད།

ང་བཅས་དཔལ་འབྲུག་ཞིབ་འཇུག་ལྟེ་བའི་ཁ་ཐུག་ལས་ མི་མང་ལུ་ཡོན་གཏནགསརཔ་བྱིན་ཚུགས་པའི་ཀི་དེབ་བྲིས་པ་ཅིན་ བརྗོད་དོན་གཅིག་ཁ་གསལ་གྱི་ཀི་དེབ་སྒྲེ་པར་བསྐྲུན་འབད་སྒོལ་ཡོད། ཁོ་གིས་སྤྱི་ལོ་༢༠༡༡ འི་ལོ་ལུ་ཡང་ སྐོར་ཕྱུག་སྐྱབ་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་གསེར་གྱི་ཐིགས་པའི་ཡང་སྙིང་ཟེར་མི་གཅིག་བྲིས་མི་འདི་ཡང་ དཔལ་འབྲུག་ཞིབ་འཇུག་ལྟེ་བའི་ཁ་ཐུག་ལས་པར་བསྐྲུན་འབད་དེ་ཡོད། འདི་གིས་ ང་བཅས་རའི་རིག་གཞུང་དར་ཁྱབ་གཏང་ཐབས་ལུ་ཕན་པ་གིས་མ་ཚད་ དརེས་རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་རྣམ་དགུའི་རྩོམ་དེབ་པར་བསྐྲུན་འབདམི་འདི་གིས་ འབྲུག་རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་རྫོང་ཁ་དར་ཁྱབ་དང་གོང་འཕེལ་གཏང་ཚུགས་པའི་ རྒྱབ་རྟེན་གྱི་ཁེ་ཕན་ལུ་དམིགས་ཏེ་ པར་བསྐྲུན་འབདམི་འདི་གིས་ འབྲུག་གི་ན་གཞོན་ རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་ཀྱི་ལྟ་བ་ལུ་སློབ་ཡོདམི་ཚུ་ལུ་ དངོས་བརྒྱུད་གཉིས་ཀྱི་སྒོ་ལས་ ཞབས་ཏོག་ཞུ་ཚུགས་པའི་རེ་བ་དང་སྨོན་ལམ་སེམས་ཀྱི་གདིང་ལས་ཡོད།

ཀརྨ་ཨུ་ར།
གཙོ་འཛིན།
དཔལ་འབྲུག་ཞིབ་འཇུག་ལྟེ་བ།

CENTRE FOR BHUTAN STUDIES • POST BOX 1111, THIMPHU, BHUTAN
PHONE ◦ 975 2 321111 ◦ 975 2 321005 ◦ 975 2 321003
FASCIMILE ◦ 975 2 321001 • EMAIL ◦ CBS@DRUKNET.BT • WWW.BHUTANSTUDIES.ORG.BT

# རྩོམ་སྒྲིག་པའི་སྔོན་བརྗོད།

འཛིག་རྟེན་འཛམ་གླིང་འདི་ནང་ ང་བཅས་རའི་མི་ཚེ་གི་སྙིང་པོའམ་མི་སྒྲི་སྐྱེས་བའི་རིན་ཐང་འདི་ མ་འོངས་འབྱུང་འགྱུར་གྱི་མི་མང་དང་ འཛམ་གླིང་སྒྲོང་རྡོག་རིལ་པོའི་མི་སྡེའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ བརྩོན་ཤུགས་དང་ལྡན་པའི་སྒྲོ་ལས་ རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཇོམས་ཀྱི་ལྟ་བ་ལྟ་ སྟོབས་ཤུགས་ཡོད་ཚད་བཏོན་ཏེ་ མི་རབས་ཤུལ་མའི་ན་གཞོན་ཚུ་ལུ་ཞི་བདེའི་འོད་སྟོང་འཕྲོ་ནིའི་དགའ་སྐྱིད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གསར་པ་ཅིག་ རྩིས་སྤྲོད་ཚུགསཔ་སྦེ་ འབད་དགོཔ་འདི་ མི་ཚེ་གི་སྙིང་པོ་རིན་ཐང་དང་བྲལ་བའི་གལ་གནད་ཆེ་ཤོས་ཅིག་ཨིན།

ང་བཅས་རའི་མི་ཚེ་འདི་ཐུང་ཀུ་ ཚད་དང་ལྡན་པ་ཅིག་ཨིན་རུང་ རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྐྱིད་ཀྱི་དཔལ་འཇོམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་འདི་ནི་ ཚད་ལས་ཆལ་བའི་གཏིང་ཟབ་མཐའ་ཡས་རྒྱ་མཚོ་བཟུམ་ཅིག་ཨིནམ་ལས་བརྟེན་ དགའ་སྐྱིད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དེ་ལུ་བརྟེན་པའི་ནུས་པ་འདི་གིས་ ཤུལ་མའི་མི་རབས་ན་གཞོན་གྲངས་ལས་འདས་མི་ཚུ་ལུ་ ཕན་ནུས་ཉི་མ་བཟུམ་གསལཝ་སྦེ་འབྱུང་ཚུགས་པའི་ལྟ་བ་ཅིག་ཨིན།

དེ་ཡང་འབྲུག་མིའི་བསོད་ནམས་རྒྱ་མཚོའི་ཀློང་ལས་འཁྲུངས་པའི་མི་དབང་ཡབ་སྲས་གཉིས་ཀྱི་ཐུགས་གཏེར་ཨིནམ་ལས་བརྟེན་ དེ་གི་སློར་ལས་མི་མཁས་པ་འཛིན་ཐང་ཅན་ཅིག་གིས་བཤད་པ་རྐྱབ་པ་ཅིན་ ཕྱུལ་དུ་བྱུང་བའི་ནོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་ཅིག་ཨིན། སྐྱེས་སྦྱངས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མེད་པའི་ཉམ་ཆུང་རང་བཟུམ་ཅིག་གིས་སླན་པའི་རྒྱུན་གྱིས་མ་

བརྒྱན་རུང་  རྩོམ་གྱི་ཐོག་ལས་སྨྲེ་ངོ་སྒྲོད་ཟླུར་ཙམ་ཞུ་དགོ་མི་འདི་ཡང་  དགའ་སྐྱིད་ཀྱི་ལྷ་བ་འདི་  དཚུན་གྱི་བར་ན་  བརྩམས་བསྒྲིགས་ག་ར་དབྱིན་སྐད་ཀྱི་ཐོག་ལུ་གནང་ནི་དེ་གིས་  འཛམ་གླིང་རྒྱལ་སྤྱིའི་ནང་དར་ཁྱབ་སྤྲོམ་སྤྲེ་སོང་སྟེ་ཡོད། ཨིན་རུང་  འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ངོ་རྟགས་  རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་རྫོང་ཁའི་ནང་བརྩམས་བསྒྲིགས་མཛད་མི་ཤིན་ཏུ་ནས་དཀོན་དེ་གིས་ཕན་སེམས་དང་བཅས་པའི་སྒྲོ་ལས་བརྩམས་མི་འདི་གིས་  དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་ཀྱི་གོ་བ་ལེན་ནི་ལུ་ཕན་གྲོགས་རེ་འབྱུང་མི་ཚུགས་ག་ཟེར་བའི་རེ་བ་ལས་མ་འདས་བཞིན་དུ་བརྩམས་ཡོདཔ་ཨིན།

རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་རྣམ་དགུའི་རྩོམ་དེབ་འདི་  དགའ་མགུ་སྤྲོ་བ་དང་བཅས་པའི་སྒྲོ་ལས་བརྩམས་མི་དེ་ཡང་  དཔལ་འབྲུག་ཞིབ་འཇུག་ལྟེ་བའི་གཙོ་འཛིན་དྲགོས་ཀརྨ་ཨུ་རའི་གསུང་བཤད་ཉན་པའི་སྐབས་འགོག་མེད་ཡིད་ལ་ཤར་བའི་དོན་སྙིང་ཚུ་ཨིན།  རྩོམ་ཡིག་པར་བསྐྲུན་ཞུ་མི་འདི་གིས་  དཔལ་ལྡན་འབྲུག་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་  ཤེས་རབ་ཕྱོགས་མཐར་རྒྱས་པའི་མ་འོངས་ན་གཞོན་ཚུ་ལུ་ཕན་ཚུགས་པའི་རེ་སྨོན་སྨོམ་ཡོད།

རྡོ་རྗེ་རྒྱལ་མཚན།

རྩོམ་སྒྲིག་པ།

# བཀའ་དྲིན་དགའ་ཚོར་དང་བཟོད་གསོལ།

རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་རྣམ་དགུའི་རྩོམ་དེབ་འབྲི་ནི་ལུ་ དང་པ་རང་ལུ་དོན་ལུ་ངེས་པའི་གདིང་མེད། གཉིས་པ་ སྐྱེས་སྦྱངས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ག་ནི་ཡང་མེད་རུང་ དཔལ་འབྲུག་ཞིབ་འཇུག་ལྟེ་བའི་གཙོ་འཛིན་དྲགོས་ཀརྨ་ཨུ་ར་མཆོག་གིས་བརྩེ་བའི་ལམ་སྟོན་དང་ཞུན་དག་མཛད་གནང་བའི་བཀའ་དྲིན་ལུ་བརྟེན་ཏེ་བསམ་པའི་རེ་དོན་ ཚུལ་མཐུན་སྦེ་བསྒྲུབས་ཚུགས་མི་འདི་ལུ་ ཧིང་དྭངས་མའི་དཀྱིལ་ལས་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ཟེར་ཞུ་ནི།

དེ་བཟུམ་སྦེ་ཀེ་ཨེམ་ཀྱི་དཔར་སྐྲུན་ལས་སྡེའི་རྩོམ་སྒྲིག་གཙོ་འཛིན་སློབ་དཔོན་ཀུན་བཟང་ཕྲིན་ལས་མཆོག་གིས་ཡང་ལེགས་པའི་སླབ་སྟོན་གནང་པ་གིས་མ་ཚད་ ཞུན་དག་ཡང་མཛད་གནང་བའི་བཀའ་དྲིན་དང་ དེ་ལས་དཔལ་འབྲུག་ཞིབ་འཇུག་ལྟེ་བའི་ཞིབ་འཚོལ་འགོ་དཔོན་ཀརྨ་དབང་འདུས་ཀྱིས་ཞིབ་འཚོལ་སྣོན་ཞུ་དང་འཕྲིལ་ཏེ་ལེགས་བཅོས་གནང་མི་དང་ཞིབ་འཚོལ་འགོ་དཔོན་དོན་གྲུབ་ཚོས་འཕེལ་གྱིས་པར་བསྐྲུན་གྱི་དོན་ལུ་མཉམ་གྲོགས་མཛད་གནང་མི་འདི་ལུ་ཡང་ཧིང་གི་དཀྱིལ་ལས་རང་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ཟེར་ཞུ་ནི།

འདི་བཟུམ་སྦེ་སྒེར་སྡེའི་གསར་ཤོག་འབྲུག་འོད་ཟེར་གྱི་ཁ་ཐུག་ལས་ རྩོམ་ཡིག་འདི་ལུ་སྤྲོ་བ་དང་ངོས་ལེན་མཛད་དེ་ བདུན་རིམ་བཞིན་དུ་པར་བསྐྲུན་འབད་

ཞིནམ་ལས་ མི་མང་ལུ་སྨྲུན་འབུལ་ཞུ་མི་དེ་ལུ་ཡང་ ངེ་གི་ཁ་ཐུག་ལས་བཀའ་དྲིན་ཡོད་ཟེར་ཞུ་ནི།

རྩོམ་སྒྲིག་འབད་མི་རང་ལུ་ བློ་རིག་དང་ཤེས་ཡོན་ག་ཅིའི་ཐད་ལས་འབད་རུང་སྦྱུས་ཞན་ནི་འདི་གིས་ སྔོན་དག་གི་རྒྱུན་གྱིས་མ་བརྒྱུན་པའི་ཁར་ རྗོད་བྱེད་ཀྱི་ཚིག་གོང་འོག་འབྲེལ་མ་ཆགས་པ་དང་ བརྗོད་བྱའི་གོ་དོན་ནོར་འཁྲུལ་ ཡིག་སྡེབ་ལ་སོགས་པ་ག་ཅིའི་ནང་ལུ་ཡང་མ་དག་པ་ངེས་པར་འོང་སྲིད། ཁྱད་པར་དུ་རྩོམ་ཡིག་འདི་ རྩོམ་པ་པོ་རང་གིས་བསམ་པའི་དོན་ཚུ་ཡིག་ཐོག་བཀོད་དེ་པར་བསྐྲུན་ཞུཝ་མ་གཏོགས་ཞིབ་འཚོལ་ལྟེ་བའི་སྲིད་བྱུས་བཀོད་བཀོད་པ་མེན། རྒྱུ་མཚན་འདི་ལུ་བརྟེན་ ཤེས་བྱའི་གནས་ལུ་བློ་གྲོས་མཆོག་ཏུ་རྒྱས་པའི་མཁས་དབང་དམ་པ་ཚུ་གིས་ཐུགས་རྒྱལ་མ་བཞེས་པར་བཟོད་པ་བཞེས་ཏེ་ ཐུགས་བརྩེའི་བསླབ་སྟོན་གནང་སྟེ་བཀའ་དྲིན་བསྐྱང་དགོས་པའི་གསོལ་འདེབས་ཞུ་ནི་ཨིན་ལགས།

བཀའ་དྲིན་ཆེ།

# ཡུལ་དམ་པ་ལུ་མཆོད་པར་བརྗོད་པ།

བསྐལ་བཟང་བཞི་པ་སྟོན་པ་བཅོམ་ལྡན་གྱིས། །
བདེན་བཞི་བདེན་གཉིས་ཕར་ཕྱིན་དྲུག་གིས་གཙོས། །
ལམ་ལྔ་ས་བཅུ་འཚོ་མེད་ཞི་བའི་ལམ། །
འགྲོ་ལ་བསྟན་ནས་ཐར་པར་འདྲེན་ལ་འདུད། །

དེ་ཡི་སྒྱུ་འཕྲུལ་ཐུགས་འཆང་པདྨ་དང་། །
རྒྱལ་སྲས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཚོགས་བཅས་ཀྱིས། །
མགྲིན་གཅིག་དབྱངས་གཅིག་དང་ནས་ཐེག་དགུ་ཡི། །
ཟིམ་ཆར་འགྲོ་ལ་འབེབས་ལའང་སྙིང་ནས་དད། །

ཁྱད་པར་ལྷོ་རོང་སྦས་པའི་ཡུལ་ལྗོངས་སུ། །
ཨོ་རྒྱན་སྤྲུལ་པ་ངག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་གྱིས། །
ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་ཏེ་ཞི་བདེའི་འབྲུག་གི་སྒྲ། །
ཕྱོགས་བཅུར་བསྒྲགས་ལའང་སྒོ་གསུམ་གུས་པས་འདུད། །

འབྲུག་མི་སྐྱེ་ཡི་མགོན་བཟང་ཡབ་སྲས་ཀྱི། །
རྨད་བྱུང་མཛད་བྱ་དེ་ལ་ཡ་མཚན་ནས། །
སྐྱེས་སྦྱངས་རིག་པའི་སྤྱོབས་པས་མ་བརྒྱན་ཡང་། །
བཅོས་མེད་དད་པའི་ཚིག་ནི་ཐལ་ལ་གསོན། །

རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་ཀྱི་ཤིང་རྟའི་སྲོལ་འབྱེད།  མངའ་བདག་འབྲུག་རྒྱལ་བཞི་པ་འཇིགས་མེད་སེངྒེ་དབང་ཕྱུག།

## རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་ཀྱི་གླེང་གཞི།

ཟབ་དང་རྒྱ་ཆེའི་སྲོལ་འབྱེད་ཀླུ་ཐོགས་གཉིས། །
འདས་པའི་དུས་སུ་སློབ་དཔོན་མཆོག་གཉིས་ཟེར། །
རྩོད་མེད་གྲགས་ཤིང་བསྔགས་ལྟར་དེང་གི་དུས། །
མི་དབང་ཡབ་སྲས་གཉིས་ལའང་དེ་ལྟར་གྲགས། །

དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་དུས་ལ་དགའ་སྐྱིད་སྒྲ། །
མི་དབང་ཡབ་སྲས་གཉིས་ཀྱི་ཐུགས་གཏེར་ལས། །
འཛམ་གླིང་ས་སྟེང་ཀུན་ལ་འཕོས་པའི་ཚོ། །
བསྟོད་བསྔགས་སྙན་པའི་བ་དན་ཕྱོགས་མཐར་གཡོ། །

ཞི་བའི་དེད་དཔོན་མ་བཞུགས་སྐྱིགས་མའི་དུས། །
ཀླུ་ཐོགས་གཉིས་ཀྱང་མ་བཞུགས་སྟོད་པའི་དུས། །
མི་རྣམས་སྟོད་ཅིང་འཛམ་གླིང་ཕུང་བའི་དུས། །
དགའ་སྐྱིད་ཉིམ་ཤར་བའི་འགྲོས་ལ་གཟིགས། །

དགའ་སྐྱིད་དངོས་སུ་རང་རྒྱུད་གནས་མི་འདི། །
སྤྱོད་ཚུལ་ངོ་སྤྲོད་མཛད་མཁན་ཀླུ་ཐོགས་མེན། །
འབྲུག་མི་བདེ་བའི་གནས་ལ་འགོད་པ་པོ། །
མངའ་བདག་འཇིགས་མེད་སེངྒེ་དབང་ཕྱུག་ཨིན། །

དེ་ཡང་རབ་བྱུང་བཅུ་དྲུག་ཆུ་ཕོ་བྱི། །
ཚིག་སྟོང་དགུ་བརྒྱ་བདུན་ཅུ་དོན་གཉིས་ལོར། །
སྤྲུལ་པའི་ཆོས་རྒྱལ་འཇིགས་མེད་སེངྒེ་ཡིས། །
དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་སྲོལ་བཟང་ཐོག་མར་གཏོད། །

དེ་ཚེ་མངའ་བདག་བཞི་པའི་ཞལ་སློབ་ལས། །
ཕྱི་དང་ནང་གིས་གསར་འགོད་ཚོགས་པའི་དབུས། །
འཛམ་གླིང་འགྲོ་བ་ཡོངས་ཀྱི་དགའ་སྐྱིད་འདི། །
དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་འདི་དང་བསྟུན་དགོས་གསུངས། །

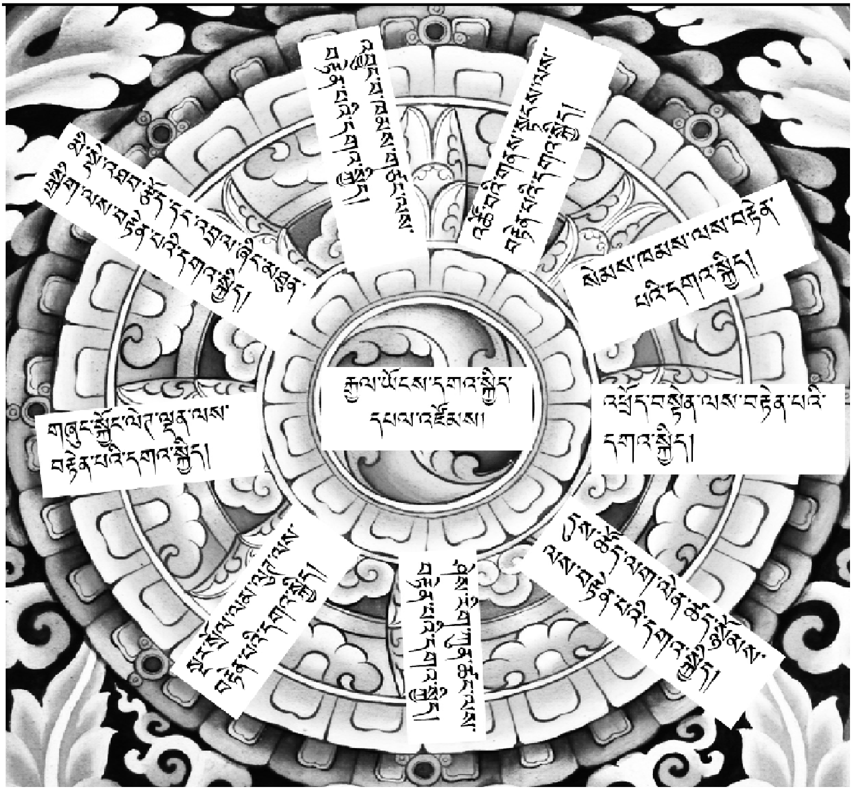
རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་འབའ་ཚད་འདི། །
འཛམ་གླིང་རྒྱལ་སྤྱིའི་རྒྱལ་ཁབ་ཚུ་གི་ནང་། །
མི་སྡེར་བདེ་སྐྱིད་ཡོད་མེད་ལེགས་དཔྱད་དགོས། །
མི་སྡེའི་ནང་ལུ་བདེ་སྐྱིད་ལྡན་པ་ཅིག་དགོ །

ཕྱོགས་ལྷུང་དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་ཀྲུངམ་གཅིག་གི །
ཡར་རྒྱས་ཀུན་ཚང་དགའ་སྐྱིད་ལྡན་པ་དཀའ། །
དེ་ཕྱིར་རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་ཀྱི། །
ལྟ་བར་གནས་ན་དགའ་སྐྱིད་ཤུགས་ལས་འབྱུང་། །

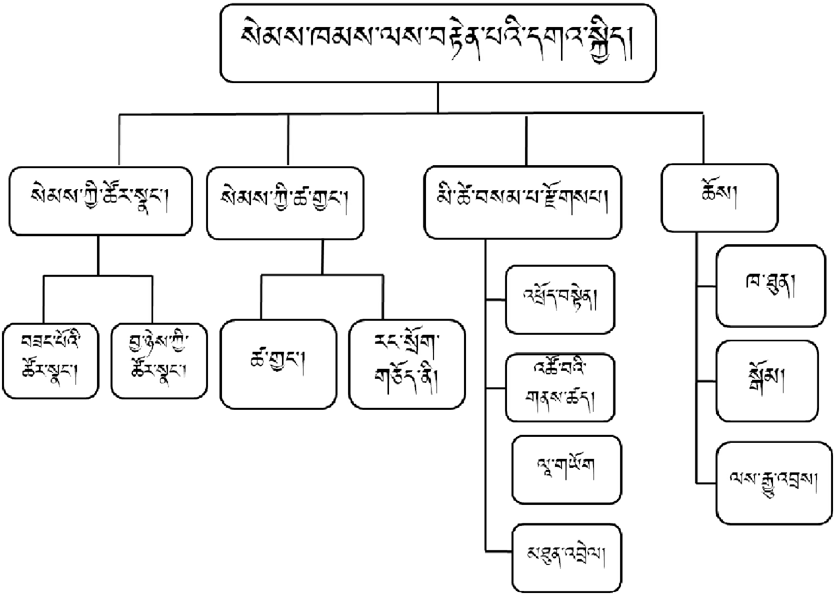
ཉེར་ཞིང་སེ་ཏྲེའི་ངར་སྐད་བསྒྲགས་པའི་ཚེ། །
འཛམ་གླིང་མཁས་ལྡན་ཡོངས་ཀྱི་ཡིད་དབང་འཕྲོག །
འཛམ་གླིང་ཞི་བདེར་འདྲེན་པའི་གྲུབ་མཐའི་ཏོག །
དགའ་སྐྱིད་འཁོར་ལོ་རྣམ་དགུ་གཏན་ལ་ཕབ། །

ཡ་མཚན་རྨད་བྱུང་ཞི་བདེའི་གྲུབ་མཐའ་མཆོག །
ཕན་ནུས་ཆེ་བས་ས་སྟེང་འདི་ནང་ལུ། །
ངོ་མཚར་ཆེ་བའི་འཁོར་ལོ་རྣམ་དགུ་པོ། །
མི་དབང་འབྲུག་རྒྱལ་བཞི་པའི་དགོངས་གཏེར་ཨིན། །

དགའ་སྐྱིད་ཉིམ་ཤར་བ། །སྨན་ལྗོངས་འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཁབ། །
མི་དབང་མངའ་བདག་ཡབ་སྲས། བཀའ་དྲིན་སྙིང་ནས་དྲན་སོང་། །




རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་རྣམ་དགུ།




# རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་ཀྱི་དངོས་གཞི་ དགའ་སྐྱིད་འཁོར་ལོ་རྣམ་དགུ་ལས་ སེམས་ཁམས་ལས་བརྟེན་པའི་དགའ་སྐྱིད།

བདེ་སྡུག་ཀུན་གྱི་རྩ་བ་རང་གི་སེམས། །
སེམས་ལུ་མ་བརྟེན་དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་མེད། །
རང་གཞན་གཉིས་ཀྱི་དགའ་སྐྱིད་ཟེར་མི་ཡང་། །
སེམས་ཀྱིས་འཕྲོད་བསྟེན་འདི་གིས་ཁྱད་པར་ཨིན། །

སེམས་ལུ་ལེགས་ཤོམ་གཅིག་དང་བྱང་ཉེས་གཅིག །
འགྲོ་བ་ཐལ་པའི་རྒྱུད་ལུ་འབྲལ་མེད་པར། །

ལུས་དང་གྲིབ་མ་བཟུམ་སྦྲེ་གནས་མི་འདི། །
སྲིད་པའི་འགྲོ་བ་ཡོངས་ཀྱིས་རང་བཞིན་ཨིན། །

སེམས་དང་བློ་དང་ཡིད་དང་ཤེས་པ་ཚུ། །
དོན་གཅིག་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཨིནམ་ལས་བརྟེན། །
སྐབས་འདིར་སེམས་ཀྱི་ཁམས་ཞེས་བརྗོད་པའི་ཚེ། །
གོང་གི་སེམས་ཁམས་ཚུ་ལུ་གོ་དགོཔ་ཨིན། །

དང་པ་སེམས་ཁམས་བྱུང་ཉེས་འབྱུང་ཚུལ་ཡང་། །
རྩ་བ་མ་རིག་པ་གིས་རྒྱུ་འབད་དེ། །
འབྲས་བུ་འདོད་ཆགས་ཞེ་སྡང་གཏི་མུག་གསུམ། །
རིམ་པར་འབྱུང་མི་འདི་ནི་དུག་གསུམ་མས། །

དུག་གསུམ་རང་གི་རྒྱུད་ལུ་ཡོད་པའི་རིང་། །
ཉོན་མོངས་གཞན་ཡང་ང་རྒྱལ་ཕྲག་དོག་དང་། །
རྣམ་རྟོག་ཚ་གྲང་ལ་སོགས་གྲངས་མེདཔ་ཅིག །
རྒྱུད་ལུ་བསྐྱེད་དེ་རང་རྒྱུད་ནང་ནས་འཁྲུགས། །

འདི་ཚུ་རང་གཞན་ཕུང་བའི་སྡུག་བསྔལ་ཨིན། །
འདི་ཚུ་རང་གཞན་མནར་བའི་དམྱལ་ཁམས་ཨིན། །
འདི་ཚུ་རང་གཞན་སེམས་སྡུག་ན་ཟུག་ཨིན། །
དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་འདི་གིས་སྤང་བྱ་ཨིན། །

དུག་གསུམ་དུག་ལྔ་རྩ་བའི་ཉོན་མོངས་དུག །
རང་དང་གཞན་ལུ་གནོད་པའི་དགྲ་བོ་ཡིནམ། །
འབྲུག་གི་མི་རེ་ངོ་རེས་ངོ་ཤེས་དགོ །
རིམ་པར་སེམས་ངན་རིགས་ནི་སྤང་ཐབས་བརྩོན། །

ཤེས་བཞིན་མ་སྤངས་ཉིད་ཀྱིས་ལོངས་སྤྱོད་ན། །
རང་ལུ་གནོད་པའི་ཚ་ནི་ཕར་རང་བཞག །
གཞན་ལུ་གནོད་པའི་ཚ་ཡང་གྲུངས་ཁ་མེད། །
འདི་བ་འགོ་དང་འགོ་ལས་རིག་པ་སྒྲིམས། །

འདི་རྩུ་རང་གཞན་ཕུང་བའི་གཞི་རྩ་ཡིནམ། །
ཆོས་དང་འཇིག་རྟེན་གཉིས་ཀའི་ཐད་ལས་སྦྲ། །
དྲག་ཞན་རིས་མེད་བློ་ནི་སླབ་སྟེ་ཡོད། །
ཡིན་རུང་སྐབས་བབས་རྒྱུ་མཚན་བཀོད་ལ་གསོན། །

སྤྱིར་ནི་ཕལ་པའི་རིགས་སུ་གཏོགས་ནས་བཟུང་། །
ཉོན་མོངས་པ་ནི་མ་སྤངས་རང་གཅིག་ཁར། །
འདྲེས་ཏེ་ཡོདཔ་ལས་གཅིག་ཁར་མ་སྡོདཔར། །
བྱ་ཐབས་མེད་རུང་ཤེས་ན་ཐབས་ཅིག་ཡོད། །

འདི་ཡང་རང་གི་ནུས་ཚོད་མ་བསྟུན་པའི། །
ཡུལ་ལུ་ཆགས་པ་སྐྱེ་བའི་སྐབས་སུ་ལུ། །
མངོན་པར་གསལ་བའི་རང་གི་དྲན་པ་གིས། །
འོས་པ་མེད་པའི་ཁྲུངས་བཅས་བཟ་བསྐུལ་དགོ །

ཀུན་ལུ་མ་ཕན་ཁོང་ཁྲོ་ང་རྒྱལ་སོགས། །
རྒྱུད་ལུ་བསྐྱེད་པའི་བསླང་ལས་མགོ་གནོན་ཏེ། །
རང་གིས་རང་ལུ་བཟོད་གསོལ་འབད་ནི་འདི། །
རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་ལྷ་བ་ཨིན། །

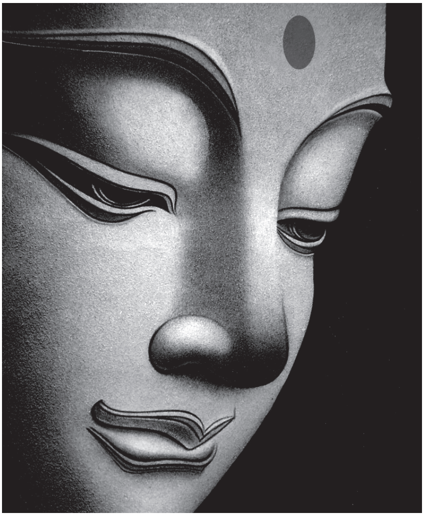
འདི་བཟུམ་མ་འབད་རང་དཀར་བཞག་པ་ཅིན། །
བདག་གཞན་གཉིས་ལུ་གནོད་པའི་རྩུལ་ལ་གཟིགས། །
འཕྲུལ་དང་འཕྲུལ་དུ་ཁོང་ཁྲོ་ཕྲག་དོག་སོགས། །
ལངས་ཉི་མངན་རྒྱུ་ནོར་ཕུན་ཚོགས་རུང་། །
སེམས་ཀྱི་ཁམས་ལུ་བརྟེན་པའི་དགའ་སྐྱིད་འདི། །
རྩ་ནས་མ་ཐོབ་པ་ཡི་རྟགས་མཚན་ཨིན། །

ནང་མི་བཟའ་ཚང་གཅིག་ཁར་སྡུབས་མི་བདེ། །
ཁྲིམ་མཆོས་གདང་རས་དང་ཡང་འབྲེལ་བ་ཆད། །

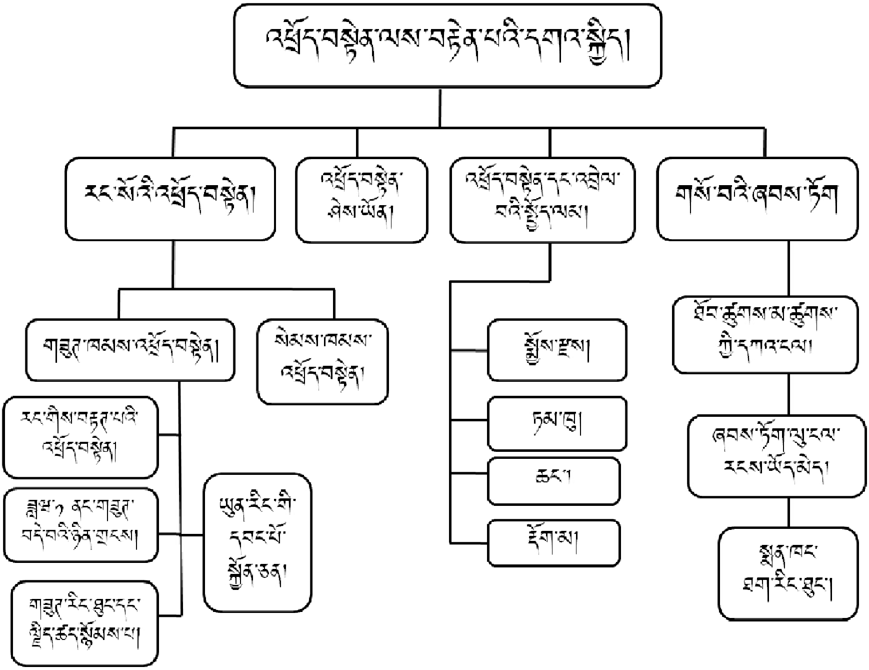
བློ་ནི་གཏད་ས་མེད་པར་ཡེ་ལེ་ལེ། །
སེམས་ནི་བག་མེད་སྨྱོས་ཆང་དབང་དུ་ཐལ། །

བག་མེད་དབང་གིས་སྤྱོད་ངན་སྣ་ཚོགས་ཐལ། །
ཁྲིམས་འགལ་ལ་སོགས་གཞན་ལུ་གནོད་པ་བཀལ། །
ཡུན་མ་རིང་བར་རང་གཟུགས་ཐལ་བར་བརླགས། །
འདི་ནི་རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་མེན། །

སེམས་ཁམས་འདི་ལམས་བརྟེན་པའི་དགའ་སྐྱིད་འདི། །
བྱམས་དང་སྙིང་རྗེ་གཞན་ཕན་སེམས་བཅས་ཨིན། །
ཕམ་དང་གཞུང་ལུ་བཀའ་དྲིན་བསམ་ཤེས་ཐོག །
དྲིན་ལན་འཇལ་བ་དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་ལུགས། །



སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེའི་དེད་དཔོན་སྟོན་པ་ཤཀྱཱ་ཐུབ་པ།




# འཕྲོད་བསྟེན་ལས་བརྟེན་པའི་དཀའ་སྒྲིབ།

མི་སྟེའི་སྤྱི་ཚོགས་འདི་ནང་འཕྲོད་བསྟེན་འདི། །
མེད་ན་དཀའ་སྒྲིབ་མེད་པའང་མངོན་སུམ་ཨིན། །
སློགས་མའི་དུས་ལུ་གསོ་བའི་འཕྲོད་བསྟེན་ལུ། །
མ་བརྟེན་པར་ནི་འཚོ་བའི་མི་གཅིག་མེད། །

སངས་རྒྱས་སྨན་ལྷ།

གནས་སྐབས་ཚེ་འདི་ཙམ་གྱི་དགའ་སྐྱིད་དང་། །
མཐར་ཐུག་བྱང་ཆུབ་བསྒྲུབ་པའི་གཞི་རྟེན་ནི། །
ལུས་རྟེན་འདི་ལུ་བརྟེན་ཏེ་འགྲུབ་དགོཔ་ལས། །
ལུས་རྟེན་འདི་ནི་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་འདྲ། །

ལྷུ་བདེའི་མི་ལུ་རང་འདོད་ཤིན་ཏུ་ཆེ། །
དེ་ཡི་རྐྱེན་གྱིས་རྣམ་རྟོག་མཚོ་ལྷུར་གཡོ། །
རྣམ་རྟོག་ཆེ་བས་སྤུར་མེད་ནད་གཞིའི་རིགས། །
ལོ་རེ་བཞིན་དུ་ཐོན་དང་ཐོན་བཞིན་ཡོད། །

དེ་ཚེ་གསོ་བའི་འཕྲོད་བསྟེན་མ་བརྟེན་པར། །
རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་ག་ལས་འབྱུང་། །
དགའ་སྐྱིད་མེད་ན་ངན་སོང་གསུམ་འདྲ་བར། །
མི་དབང་ཡབ་སྲས་ཚུ་གིས་མངོན་པར་གཟིགས། །

དེ་ཕྱིར་སྤྲུལ་པའི་མི་དབང་རིམ་བྱོན་ལས། །
མི་དབང་མངའ་བདག་འཇིགས་མེད་དབང་ཕྱུག་གིས། །
གསོ་བའི་ཞབས་ཏོག་ལྗོངས་འདིར་ཐོག་མར་བཙུགས། །
འབྲུག་མི་བདེ་བར་བཀོད་པའི་ཕན་རླབས་མཛད། །

འབངས་ལ་ལྷག་པར་བརྩེ་བའི་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ། །
དབང་ཕྱུག་བརྒྱད་འཛིན་མི་དབང་ཡབ་སྲས་ཀྱིས། །
མི་སྡེར་ཕན་པའི་གསོ་བའི་ཞབས་ཏོག་རིགས། །
རྒྱལ་ཁམས་ཕྱོགས་མེད་བཙུགས་ཏེ་དར་ཞིང་རྒྱས། །

ཁྱད་པར་མི་དབང་བཞི་པའི་སྐབས་ཉིད་ལས། །
ཨེ་མྱུ་ནི་ཛོ་ཤན་ཟེར་བའི་ལས་རིམ་གྱི། །
སྨན་ཁབ་རྒྱལ་ཁབ་མཐའ་དབུས་ག་ར་ནང་། །
ཐོབ་ལས་བརྟེན་ཏེ་འགོ་ནད་ཙ་མེད་བཏང་། །

དེ་འབྲུག་མི་སྤྱི་ཡི་ཆེ་ཚད་ཡང་། །
ཅུང་ཤོས་དྲུག་ཅུ་བཀྲལ་བ་མངོན་སུམ་ཨིན། །
རྐྱེན་དབང་ཐལ་དང་བསོད་ནམས་ཅན་ལ་ནི། །
རྩིས་མེད་སྤྱིར་བཏང་དབང་གི་ལོ་རྒྱུས་ཨིན། །

ལྷོངས་འདིར་གསོ་བའི་མཐུན་རྐྱེན་མེད་པའི་དུས། །
ནད་རིགས་བྱུང་ན་ཤི་བ་ཐག་ཆོད་ཨིནམ། །
སྔོན་དུས་འབྲུམ་ནད་བྱུང་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཚུ། །
ཞིབ་པར་ཅན་ན་གསལ་ཞིང་གསལ་བར་ཤེས། །

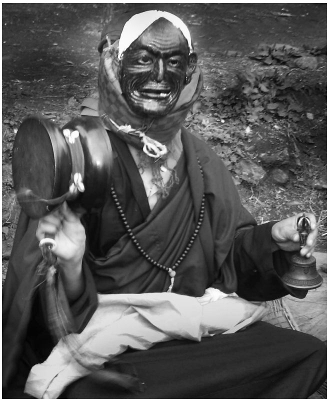
ཞིབ་འཇུག་ལྟེ་བའི་ཞིབ་འཚོལ་གྲུབ་འབྲས་ལུ། །
ལྔཕ་གཅིག་ནང་ལུ་ཉིན་གྲངས་སུམ་ཅུ་ཡོད། །
སུམ་ཅུའི་ནང་ལས་ཉིནམ་ལྔ་ན་ཚའི་དབང་། །
ཤོར་ཏེ་འབྲུག་མི་དགའ་སྐྱིད་མེད་པར་གསལ། །

ལོ་ལས་བཅད་ན་ཉིན་གྲངས་དྲུག་ཅུ་མས། །
དེ་བཟུམ་ཡུན་རིང་དབང་ལྷུར་ཐོ་ཐོག་དང་། །
སྐྱེས་ལུང་ལས་དང་རྐྱེན་དབང་ཤོར་མིའི་རིགས། །
འཕྲོད་བསྟེན་ལས་བཏེན་དགའ་སྐྱིད་ཐོབ་མི་ཅུང་། །

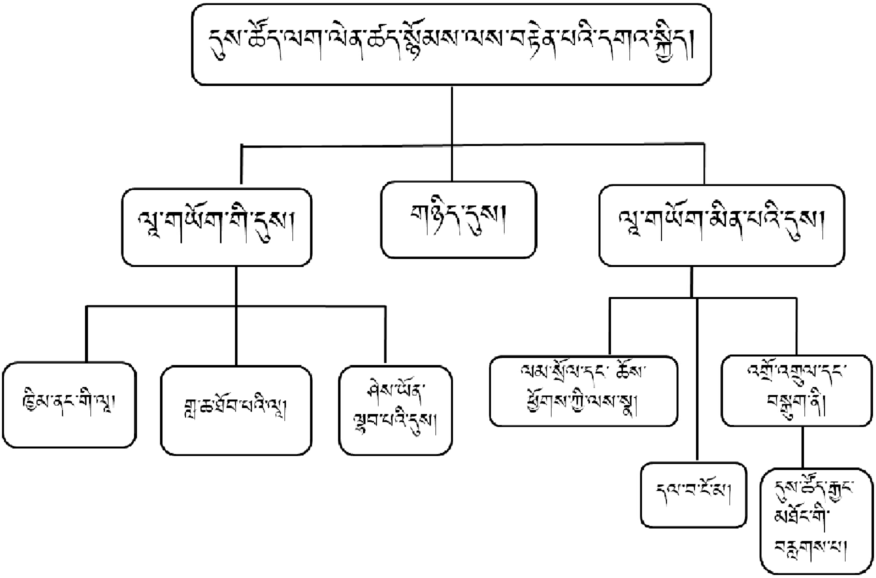
རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་དམིགས་ཡུལ་འདི། །
འགྲུབ་ཉིའི་དོན་ལུ་གསོ་བའི་ཞབས་ཏོག་ཚུ། །
ད་རྟུང་གོང་འཕེལ་གཏང་དགོཔ་ཡོདཔའི་རིགས། །
འབྲེལ་ཡོད་ལས་བྱེད་ཡོངས་ཀྱི་ཕྱུགས་ལུ་མངའ། །

འཕྲོད་བསྟེན་ནང་ལས་ལུས་སྦྱོང་འབད་དགོཔ་འདི། །
དེང་སང་དུས་ལུ་མེད་ཐབས་མེདཔ་ཅིག་མས། །
ལུས་སྦྱོང་མེད་མིའི་མི་ལུ་བལྟ་བའི་ཚེ། །
སྐུ་ཤ་རྒྱུགས་ཤིང་གུ་རམ་ནད་ཀྱིས་མནར། །

གཟུགས་ཀྱི་ལྗིད་ཚད་མི་སྙོམས་ལ་སོགས་པའི། །
འབུ་ནད་མིན་པའི་ནད་གཞི་ལ་སོགས་པ། །
གྲངས་ཀྱིས་མི་ལང་ཐོན་ཏེ་ཡོདཔའི་རིགས། །
ཟུར་ཙམ་མ་གཏོགས་རྒྱས་པར་བཀོད་པ་མེད། །



སེམས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་སྤྱོད་མི།




# དུས་ཚོད་ལག་ལེན་ཚད་སྒོམས་ལས་བརྟེན་པའི་དཀའ་སྐྱིད།

(མི་ཁོམ་པའི་གནས་ལས་ཐར་ཏེ་ དུས་ལྡོད་ལས་བརྟེན་པའི་དཀའ་སྐྱིད།)

རྒྱལ་བ་སྲས་བཅས་ཀྱིས་ནི་མི་ཁོམ་པའི། །
གནས་བརྒྱད་དམྱལ་བ་ཡི་དྭགས་དུད་འགྲོ་དང་། །
ལྐུག་པ་དང་ནི་ཀླ་ཀློ་ལྷ་ཚེ་རིང་། །
འདོད་ལྷ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་སྟོང་ཚུ་ལུ་གསུངས། །

དུས་ཚོད་ཚད་སྙོམས་སྦྱི་ཡོངས་སྤྱོད་མི།

འདི་ལས་ཐར་ཏེ་དལ་བརྒྱད་འབྱོར་པ་ལྟ། །
གཞན་འབྱོར་ལྔ་སོགས་དལ་འབྱོར་བཅོ་བརྒྱད་བཅས། །
ཚང་བའི་མི་ལུས་རིན་པོ་ཆེ་ལུ་ནི། །
དལ་བ་ཁོམ་པའི་ངོ་སྤྱོད་མཛད་དེ་འདུག །

སྦྱིར་བཏང་འདི་བཟུམ་ཨིན་རུང་སྐབས་བབས་ཀྱི། །
གནད་དོན་འགྲོ་བ་མི་ཡི་རིགས་གདོགས་ཚུ། །
མ་ཁོམ་མེད་ཅིང་དུས་ཚོད་ཚད་སྙོམས་སྦྱི། །
སྤྱོད་དེ་དགའ་སྐྱིད་ཕུན་སུམ་ཚོགསཔ་ལུ་ཐེར། །

དུས་ཚོད་ཕོམ་སྲི་རང་གིས་མ་བཟོ་ན། །
མ་ཕོམ་མེད་པར་དུས་ཚོད་ཚད་སྙོམས་ཀྱིས། །
དགའ་སྐྱིད་ཉིམ་ཤར་བའི་དུས་སྐབས་མེད། །
དེ་མེད་ན་དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་ག་ལས་འབྱུང་། །

སྤྱིར་ནི་འགྲོ་བ་སྤྱི་མཐུན་བསོད་ནམས་ལས། །
ཉིན་མཚན་དུས་འཁོར་ཉེར་བཞི་འདྲ་མཉམ་སྲི། །
གྲུབ་སྟེ་ཡོད་རུང་དུས་ཚོད་སྤྱོད་ཐངས་ལུ། །
རྣམ་པ་མི་འདྲ་སྤྱོད་ཐངས་སོ་སོར་གྲུབ། །

ལ་ལུ་ཉིན་མཚན་དུས་འཁོར་ཉེར་བཞི་ལས། །
ཆུ་ཚོད་དྲུག་འདི་ལྷ་འབད་འབབ་ཁྲུངས་བཟོ། །
ཆུ་ཚོད་གཉིས་ནི་ངལ་གསོའི་ཕྱོགས་ལུ་བཏང་། །
ཆུ་ཚོད་གཉིས་ནི་སྨྲོ་བརྟོན་ཕྱོགས་ལུ་བཏང་། །

ཆུ་ཚོད་གཉིས་ནི་ལུས་སྦྱོང་དོན་ལུ་བཏང་། །
ཆུ་ཚོད་བཞི་ནི་བཟའ་ཚང་དོན་ལུ་བཏང་། །
ཆུ་ཚོད་བརྒྱད་ནི་ཉལ་བའི་གཉིད་ལོག་སྟེ། །
དུས་ཚོད་ཕུན་སུམ་ཚོགསཔ་སྲི་སྤྱོད་མི་ཡོད། །

འདི་ཚུ་མི་ཁོམ་པ་ཡི་གནས་ལས་ནི། །
ཐར་ཏེ་དུས་ནི་ཚད་སློམས་ལུ་བརྟེན་པའི། །
དགའ་སྐྱིད་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པར་ལོངས་སྤྱོད་མི། །
མི་ཚེ་སྐྱོང་ལ་མཁས་པའི་དམ་པ་ཨིན། །

ཨིན་རུང་དུས་འཁོར་ཉིན་མཚན་ཉེར་བཞི་ལས། །
ལ་ལུ་ཚོག་ཤེས་མེད་པར་རྒྱུ་ནོར་ལུ། །
རྨ་པའི་སེམས་ཀྱིས་ལྷ་ལུ་ཤུགས་ཐལ་ཏེ། །
ཉལ་བའི་གཉིད་མེད་ཟ་ནིའི་དུས་ཚོད་མེད། །

ཕམ་གྱི་ཞབས་ཏོག་མེད་ཅིང་བཟའ་ཚང་དང་། །
གཅིག་ཁར་སྡོད་ལོང་མེད་པར་ལྷ་ལུ་བརྩོན། །
རང་གི་ནུས་ཚོད་མ་བསྟུན་ལྷ་འབད་དེ། །
ཐོན་པའི་མདོན་གསལ་འབྲས་བུ་འདི་བཟུམ་ཡོད། །

ལོ་བརྒྱ་འཚོ་བའི་གཟུགས་ཕུང་ནུས་པ་ཉམས། །
པདྨ་འདབ་ལྟར་རྒྱས་པའི་ལང་ཚོ་ཡལ། །
དར་མའི་ན་ཚོད་བསྐྲང་ལས་ཨ་རྒས་བཟུམ། །
ན་ཚོད་ཡོལ་བའི་མི་ཡང་གྲངས་ཁ་མེད། །

ལ་ལུ་ལྷ་ལུ་མ་བརྩོན་བྱ་ཐབས་མེད། །
དེ་ཡང་དཔེར་ན་མཐའ་ཟུར་གཡུས་ཚན་ནང་། །
ས་མ་ས་ཞིང་བྱུང་ཉེས་ཡོད་པའི་ཁར། །
ཚ་དྲོད་མ་སྒོམས་རྒྱུ་ཡང་དཀོན་པའི་སར། །

གཞན་གྱི་ས་ཁར་ལོ་གཅིག་ནང་འགོད་ལུ། །
ལོ་ཐོག་བཏབ་སྟེ་ཚར་གཉིས་བསྡུ་རུང་རང་། །
རང་ནི་ཚར་གཅིག་བསྡུ་བ་ལྷ་ཁག་སྲི། །
གཏང་སའི་ས་ཁར་བྱ་ཐབས་གཞན་ནི་མེད། །

རང་བཞིན་འགྲོ་བ་མི་གཅིག་འབདཔ་ལས་བརྟེན། །
རང་གི་ཐོཔ་ཅམ་བཀང་ནིའི་མཐའ་དོན་ལུ། །
ལོ་གཅིག་དཀའ་བ་སྤྱད་དེ་བསྒྲུབས་པའི་ཐོག །
ན་འཐན་བསྡུ་ནིའི་དུས་ཚོད་རན་པའི་བསྒྲང་། །

རི་དྭགས་སེམས་ཅན་ཁ་ལུ་ཤོར་འོང་མནོ། །
ཉལ་བའི་གཉིད་མེད་སེམས་ལུ་ཚ་གྱང་འབབ། །
སྲུང་སྟེ་དུས་ཚོད་མེད་པའི་མི་སེར་རྒྱུ། །
དུས་ལུ་བརྟེན་པའི་དགའ་སྐྱིད་ཐོབ་པ་མེད། །

འདི་བཟུམ་དུས་ལུ་བརྟེན་པའི་བདེ་བ་འདི། །
མ་ཐོབ་པ་ཡི་མི་སེར་གཞན་ཡང་ཡོད། །
ཀུན་ཀྱང་དུས་ལུ་བརྟེན་པའི་དགའ་སྐྱིད་རིགས། །
ཐོབ་ལ་བརྩོན་པ་དགའ་སྐྱིད་ལྷ་བ་ཨིན། །

སེམས་ཀྱི་བཟོད་པར་དཀའ་བའི་ལྷ་གི་རིགས། །
གནམ་མེད་ས་མེད་འབད་དེ་སྦྲེ་བ་ཅིན། །
དེ་གིས་སེམས་ལུ་དངངས་ཚབ་བསྐྱེད་དེ་འོང་། །
འདི་ནི་གཞན་མིན་སེམས་ཀྱི་ཚ་གྲང་ཨིན། །

སེམས་ལུ་ཚ་གྲང་འབབ་ནི་མང་དྲག་ན། །
འགོར་ལས་འབད་དེ་སྙིང་གི་ནད་གཞི་ལུ། །
འགྱུར་ནི་ཨིནམ་ལས་སེམས་ཀྱི་ཚ་གྲང་འདི། །
སྡོན་ནས་སྤྱངས་ན་དགའ་སྐྱིད་ལྷ་བ་ཨིན། །

ཚ་གྲང་འབབ་ནི་མང་མིའི་མི་འདི་ནི། །
མིག་ཏོའི་གདོང་ཁར་ལང་ཚོ་རྒས་རྩུལ་ཡང་། །
མི་ཏོག་གུ་ལུ་གས་རྫས་ཕོག་དོ་བཟུམ། །
རྒས་ཏེ་འགྲོ་མི་མངོན་སུམ་ཚདམ་ཨིན། །

འཁོར་བ་འཁོར་བ་ཟེར་རུང་འདི་རང་ཨིན། །
འདི་ཡང་ཟ་འཐུང་ལངས་ཙམ་དོན་ལུ་སྦེ། །
དགའ་བ་དེ་ཙམ་སྐྱིད་ན་ཐབས་རྟགས་ཨིན། །
འདི་བ་གནས་སྐབས་གཞན་ཞིག་འཚོལ་ན་དཀའ། །

སྐྱིད་སྡུག་འདི་ཚུ་བསལ་ནིའི་འགན་འཁུར་འདི། །
མི་རེ་རོ་རེ་བཞིན་ལུ་ཕོག་སྟེ་ཡོད། །
ཁྲིད་པར་གོ་གནས་ཅན་གྱི་གཞུང་སྐྱོང་དང་། །
འཆར་གཞི་འགོ་དཔོན་ཚུ་ལུ་ལྷག་པར་ཕོག །

སྤྱིར་བཏང་སྲིད་གསུམ་མི་རྟག་སྟོན་དུས་ཀྱི། །
སྤྲིན་དང་འདྲ་ན་དངོས་པོའི་རྒྱུ་ནོར་ཡང་། །
འདི་དང་འདྲ་བས་རྟག་པ་བརྟན་པ་མེད། །
ཧེ་ཙམ་བསགས་རུང་ལངས་ནིའི་དུས་སྐབས་མེད། །

ཨིན་རུང་རྟག་བརྟན་མེད་པའི་རྒྱུ་ནོར་རིགས། །
བསགས་ལ་མཁས་ན་ལངས་པའི་དུས་སྐབས་ཡོད། །
སྤྱོད་ལ་མཁས་ན་ཁོམ་པའི་དུས་སྐབས་ཡོད། །
དུས་གསུམ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་དགའ་སྐྱིད་ཐོབ། །

དུས་གསུམ་ལེགས་པར་ཡོངས་སྤྱོད་མ་ཤེས་ན། །
དུས་ལུ་བརྟེན་པའི་དགའ་སྐྱིད་ག་ལས་འབྱུང་། །
དལ་ཞིང་ཁོམ་པའི་དུས་སྐབས་འོང་ཐབས་མེད། །
འདི་བ་དུས་ལ་སྤྱོད་མཁས་དགའ་སྐྱིད་གཞི། །

སྤྱིར་ནི་དུས་ཚོད་མི་གི་ཚེ་སྲོག་ཨིན། །
འཛམ་གླིང་འདི་ནང་སྐྱེས་པའི་འགྲོ་བ་མི། །
ག་དང་ག་ར་འབད་རུང་ཤེས་དགོས་འདི། །
སྤྱང་བྱ་སྨོངས་པ་རྟོགས་བྱ་ཤེས་རབ་ཨིན། །

སྤྱང་བྱ་སྨྱོས་རྫས་རྣམ་གཡེང་ལེ་ལོ་རྩ། །
སྤྱོད་དེ་རང་གི་ཚེ་སྲོག་དུས་ཚོད་འདི། །
ཆུད་ཟོས་བཏང་ན་རྒྱལ་ཁབ་ཡར་རྒྱས་སོགས། །
ཕན་པ་ཕར་བཞག་རང་དོན་ཙམ་མི་འགྲུབ། །

དེར་བརྟེན་ང་བཅས་ཧ་གོ་དགོ་མི་འདི། །
དུས་ཚོད་འདི་ནི་མི་ཡི་ཚེ་སྲོག་ཨིན། །
འཛམ་གླིང་འདི་ནང་ཚེ་སྲོག་ཐོབ་པར་དཀའ། །
ཤིན་ཏུ་ཕངས་པའི་ཚེ་སྲོག་རིན་ཐང་བྲལ། །

རྒྱུ་ནོར་འཛད་ཧ་ཅང་ཆེ་ཤོག་ལས་ཐོབ། །
དོན་གྱི་འཛད་ནི་མེད་པའི་ཆེ་ཤོག་ཡིན། །
ཆེ་ཤོག་ཟེར་རྒྱུ་དུས་ཚོད་ཡིན་མ་ལས་བརྟེན། །
དུས་ཚོད་ཆུད་ཟོས་མ་གཏང་སྙིང་གི་གྲོགས། །

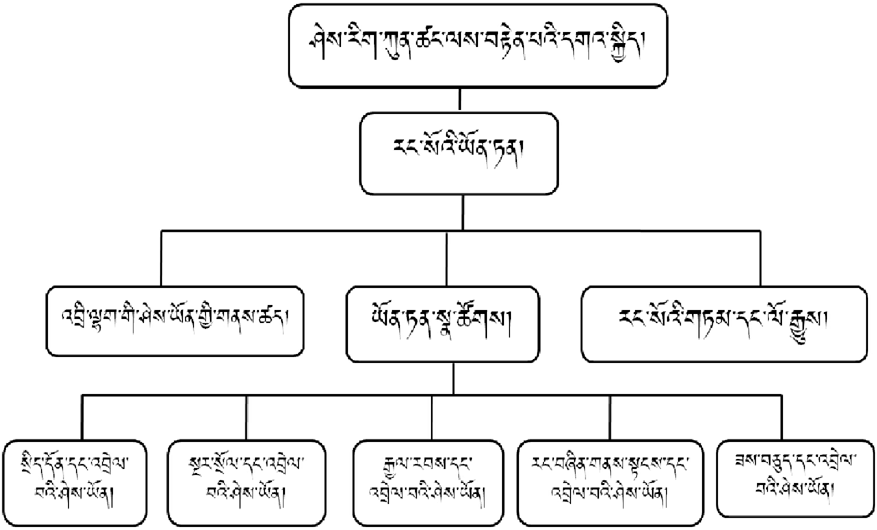
དེ་ཕྱིར་སྙིང་སྟོབས་བརྩོན་འགྲུས་འབྲལ་མེད་དང་། །
ལུགས་གཉིས་གནད་ལ་མཁས་པའི་ཤེས་ཡོན་སྦྱངས། །
དུས་ཚོད་འཕྲོ་བརླག་མ་གཏང་གསེར་འདྲ་བས། །
དུས་ཚོད་ཆེ་ཤོག་ཡིན་མ་འདི་ཤེས་ནི་འཛམ། །

ཡིན་རྒྱུ་སེམས་ཀྱི་གདིང་ལས་ཤེས་དགོས་འདི། །
ང་བཅས་གཅིག་ཁར་ཡོད་མི་སྐར་ཆའི་ཆ། །
རེ་རེ་ནས་བཟུང་ཁ་འབྲལ་འགྲོ་མི་རྒྱུ། །
སླར་ཡང་ལོག་མི་སྲིད་པས་འདས་པའི་དུས། །

ལུགས་ལྟམ་བརྩུགས་ཧ་ཡང་ན་གནམ་འགྲུ་ནང་། །
འཛོལ་ཧ་འཚོལ་རྒྱུ་འདས་དུས་ཐོབ་མི་སྲིད། །
དེར་བརྟེན་ཆེ་ཤོག་དུས་ཚོད་སྐྱོད་ཤེས་དགོ །
རིན་ཐང་བྲལ་བའི་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་ཡིན། །

དུས་ཚོད་སྐར་ཆ་རེ་རེ་ནས་བཟུང་སྟེ། །
ཆུད་ཟོས་མ་བཏང་རྩིས་བཀུར་སྒྲོ་ལས་འབད། །
སྐྱོད་ན་ངང་བཅས་མི་ཚེ་འདི་ནང་ལུ། །
རིན་ཐང་བྲལ་བའི་དགོས་འདོད་ཀུན་བྱིན་འོང་། །

རྒྱལ་ཕམ་བླང་དོར་བདེན་རྫུན་ཤན་ཕྱེས་ཏེ། །
མ་འོངས་ཕྱུགས་མདུན་གསལ་པོར་སྟོན་ཏེ་འོང་། །
རང་གི་དུས་ཚོད་རང་གི་ཚེ་སྲོག་ཨིནམ། །
ཤེས་ན་དེས་ཚོག་མ་ཤེས་ཐབས་ཆག་ཨིན། །




## ཤེས་རིག་ཀུན་ཚང་ལས་བརྟེན་པའི་དགའ་སྐྱིད།

མི་ཤེས་རྨོངས་པ་སེལ་བའི་སྒྲོན་མེ་མཆོག །
མཁས་པའི་གོ་སར་འདྲེན་པའི་གྲུ་གཟིངས་མཆོག །
བདེ་སྡུག་ཤན་འབྱེད་ཤེས་པའི་དེད་དཔོན་མཆོག །
ཤེས་རིག་ཡོན་ཏན་འདི་ལ་སྙིང་ནས་མོས། །

ཡོན་ཏན་འབྱུང་གནས།

མཐོང་དང་མ་མཐོང་ཤེས་དང་མི་ཤེས་ཀྱི། །
རྩ་བའི་གལ་གནད་ཤེས་རིག་ཡོན་ཏན་ཨིན། །
དེར་བརྟེན་འདི་གཉིས་བསྒྲུབ་ནིའི་ཐབས་ལམ་ལུ། །
ཤེས་རིག་ཡོན་ཏན་འདི་ལུ་གུས་པས་བསྟེན། །

མ་རིག་མུན་སེལ་ཤེས་རིག་ཡོན་ཏན་འདི། །
མེད་ན་ཐབས་ཆག་ཡོད་ན་དེས་ཚོག་པས། །
དེ་ཕྱིར་སྟོན་པ་གོང་མའི་བཀའ་ལུང་ལས། །
གསེར་སང་བརྒྱ་ལས་ཡོན་ཏན་གཅིག་དཀའ་གསུངས། །

ཆུང་ཀུའི་དུས་ལུ་ཡོན་ཏན་མ་སྦྱངས་ན། །
རྒས་པའི་དུས་སུ་མཁས་པ་ག་ལས་འོང་། །
ཟེར་བ་ལ་སོགས་སྨན་ལྗོངས་འབྲུག་ཡུལ་ལུ། །
ཏན་པའི་གཏམ་སྙན་ཕྱོགས་བཅུར་གཡོ་སྟེ་ཡོད། །

དེར་བརྟེན་འབྲུག་མི་ཡོངས་ཀྱི་སྤྱི་གཙུག་གི །
དབང་ཕྱུག་བརྒྱུད་འཛིན་རིམ་པས་གལ་ཆེར་གཟིགས། །
ཁྱད་པར་མངའ་བདག་ལྔ་པས་ཡང་གཟིགས་ནས། །
ལྗོངས་འདིར་ཡང་ནས་ཤེས་རིག་གོང་དུ་སྤེལ། །

འབངས་ཀྱི་བདེ་སྐྱིད་རྩ་བ་ལེགས་སྦྱང་མི། །
མངའ་བདག་འཛིགས་མེད་གེ་སར་རྣམ་རྒྱལ་མཆོག །
ཉིམ་འབུམ་གྱི་འོད་ལྟར་ཆེ་བཀྲ་ལ། །
ཡང་དུ་གཟི་བརྗིད་ཆེ་ཞིང་མངོན་པར་འཕགས། །

མངའ་བདག་ལྔ་པའི་ཐུགས་དོན་གྲུབ་ཐབས་ལུ། །
གནས་ནི་ཐིམ་ཕུག་གླིང་མའི་ཐང་ཆེན་དུ། །
གསལ་བཤད་གནང་མི་འབྲུག་གི་བློན་ཆེན་མཆོག །
འཁོར་ནི་འབྲུག་མི་རིས་མེད་ཁྱད་པར་དུ། །

སློབ་གྲྭ་ཁག་གི་སློབ་དཔོན་སློབ་ཕྲུག་ཚོགས། །
དུས་ནི་འབྲུག་རྒྱལ་ལྔ་པ་འཁྲུངས་པ་ཡི། །

དུས་ཆེན་སུམ་ཅུ་སོ་གཅིག་བསྐྱི་བའི་དུས། །
མི་རྗེ་བློན་ཆེན་མཆོག་གིས་གསུང་བཤད་ནང་། །

མི་དབང་ལྔ་པའི་འཁྲུངས་སྐར་དུས་ཆེན་འདི། །
ཉ་གཞོན་ཤེས་རིག་ཉིམ་སྤྱི་བསྐྱི་ནི་ཨིན། །
ཞིས་པའི་ཁྱབ་བསྒྲགས་འབྲུག་མི་ཡོངས་ལུ་གནང་། །
མངོན་པར་བསྐྱོད་པའི་གུས་བཏུད་ཚད་མེད་ཞུ། །

བསོད་ནམས་འབུམ་ལས་གྲུབ་པའི་བརྒྱུད་འཛིན་གྱིས། །
སློབ་ཕྲུག་ཡོངས་ལུ་ཤེས་རིག་ཡོན་ཏན་འདི། །
མ་ཤེས་རྨོངས་པ་སེལ་བའི་འོད་ཟེར་ཨིན། །
དགའ་སྐྱིད་མ་ལུས་འབྱུང་བའི་མ་མ་ཨིན། །
ཤེས་རིག་ཡོན་ཏན་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་ཨིན། །
གདམས་ངག་གསེར་གྱི་ཐིགས་པ་ཡང་དུ་འབབ། །

རྒྱལ་ཁབ་ཀུན་ཚང་ཡར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་སྦྲི། །
འགྲོ་དང་མ་འགྲོ་ཞིབ་པར་བརྟགས་དགོ་ན། །
ཤེས་རིག་ཡོན་གཏན་དེ་གིས་དཔྱད་ན་ཤེས། །
ཤེས་རིག་ཡོན་ཏན་དགའ་སྐྱིད་རྩ་བ་ཨིན། །

རིག་པ་ཡར་ངོའི་ཟླཝ་བཟུམ་འཕེལ་བའི་རིགས། །
ཉ་གཞོན་ཚུ་ལུ་གཞུང་གིས་བསྐྱེ་དྲག་ནས། །

འབྲུག་གི་ཡར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་མ་དངུལ་ལས། །
བརྒྱ་ཆ་བདུན་ལས་ལྷག་སྤྲི་གནང་བཞིན་ལས། །
ཤེས་རིག་གོང་འཕེལ་དགུང་ལུ་སླེགས་ཏེ་ཡོད། །

རང་ལུ་ཡོན་ཏན་ཡོད་ན་དགའ་སྐྱིད་འདི། །
ཤུགས་ཀྱིས་འབྱུང་བས་མ་མཁྱེནམ་ག་ཡང་མེད། །
དེ་ཕྱིར་ཤེས་རིག་ལས་བརྟེན་དགའ་སྐྱིད་ཀྱི། །
འཁོར་ལོ་བཙུགས་མི་འབྲུག་གི་མངའ་བདག་ཨིན། །

འདིར་ནི་ཤེས་རིག་ཟེར་ཚེ་སློབ་གྲྭ་དང་། །
ཐླམ་གིས་སློབམ་ལུ་སྟོན་མི་རྐྱངམ་གཅིག་ལུ། །
བསྟི་ན་ཏ་ཅང་ཁྱབ་ནི་ཆུངམ་ལས་བརྟེན། །
ཤེས་རིག་ཡོན་ཏན་རྣམ་བཞག་འདི་བཟུམ་ཨིན། །

ལུང་པའི་ཁ་སྐད་དང་ནི་བཟོ་ལྷའི་རིགས། །
སོ་ནམ་ཞིང་ལཱ་ལ་སོགས་ལམ་སྲོལ་རིགས། །
ཀུན་ཀྱང་ཡོན་ཏན་ཨིནམ་ལས་སྦྱང་ནི་ལུ། །
བསྟོན་ན་དགའ་སྐྱིད་ཟེར་ཡང་འདི་ལས་འབྱུང་། །

གལ་སྲིད་དེ་ཚུ་ཡོན་ཏན་མ་བསྐྱིས་ན། །
འཇིག་རྟེན་སོ་ནམ་ཞིང་པའི་བྱ་བ་ཚུ། །

ཚུལ་ལྡན་མིན་པར་མགོ་མཇུག་ལྡོག་སྟེ་སོང་། །
ཚད་ལྡན་མིན་པའི་སྐྱོན་གྱིས་ལྷུང་པ་གང་། །

རང་གི་བྱ་གཞི་གསོ་སྐྱོང་འཐབ་ཐངས་དང་། །
ཧ་ཉོར་འཚོ་སྐྱོང་འཐབ་ཐངས་ཚུ་གི་རིགས། །
དྲིན་གྱིས་བསྐྱངས་པའི་ཕམ་ལས་མ་ལྷབ་ན། །
རང་གི་བྱ་གཞི་ཧང་ཐང་ཇི་ལྟར་འདྲོངས། །

དེ་ཕྱིར་ཀུན་ཀྱང་ཤེས་རིག་ཡོན་ཏན་ཨིན། །
འདི་ལས་གནད་གཅིག་བརྩི་མེད་ཉམས་སོང་ན། །
ཤེས་བྱའི་སྟོང་པོའི་གནད་ཅིག་རམ་དང་མཚུངས། །
དེ་ཕྱིར་ཤེས་རིག་དགའ་སྐྱིད་སྲོག་རྩ་ཨིན། །

ཤེས་རིག་ཡོན་ཏན་རིན་ཐང་ཤིན་ཏུ་ཆེ། །
ཤེས་རིག་ཡོན་ཏན་རང་གི་རྒྱན་ཆ་ཨིན། །
ཤེས་རིག་ཡོན་ཏན་དགོས་འདོད་ཀུན་འབྱུང་ཨིན། །
ཤེས་རིག་ཡོན་ཏན་དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་ཨིན། །

ཨིན་རུང་དེང་སང་དུས་ལུ་འབྲུག་གསུམ་ནང་། །
ན་གཞོན་ཡོད་ཚད་ཕྱི་ཡི་ཡོན་ཏན་རིགས། །

སྦྱངས་པ་བཅུག་སྟེ་རང་གཞུང་སྣང་མེད་བཞག །
རང་གི་རིག་གཞུང་རང་གིས་བརླག་པ་སྐྱོ། །

ཕྱི་ཡི་ཡོན་ཏན་ཤེས་ན་ཤེས་ཡོན་ཅན། །
ཕྱི་ཡི་ཡོན་ཏན་ཤེས་ན་ལྡོགས་གྲུབ་ཅན། །
ཕྱི་ཡི་ཡོན་ཏན་ཤེས་ན་འཛོན་སྟངས་ཅན། །
རྩིས་མི་འགོ་འཛིན་མཐོང་ཆེ་སེམས་རེ་སྐྱོ། །

དེང་དུས་ཚན་རིག་གོང་འཕེལ་སོང་བར་བརྟེན། །
གནས་སྟངས་འགྱུར་བ་མཁས་ལྡན་ཀུན་གྱིས་ཤེས། །
ཨིན་རུང་དེ་ཙམ་ཕྱི་ཡི་རིག་གཞུང་ལྟ། །
བརྟེན་ཏེ་ཉམ་ཐག་དགོ་པའི་དུས་མ་ཤར། །

ཕྱི་ནང་རིག་གཞུང་ཆེ་ལ་སྦྱངས་པ་ཅན། །
མཁས་པས་རྒྱལ་ཁམས་མཐའ་དབུས་ཁྱབ་སྟེ་ཡོད། །
འདི་ཚུ་ག་ར་ཤེས་ལྡན་ལྡོགས་གྲུབ་ཅན། །
འཛོན་སྟངས་ཆེ་རུང་དབང་ཆའི་གོ་སྐབས་མེད། །

ཆོས་ལྡན་རྒྱལ་ཁབ་སྨན་ལྗོངས་འབྲུག་ཡུལ་འདི། །
ཕྱི་ཡི་ཡོན་ཏན་ཅན་གྱི་དབུ་མ་བརྙེས། །

ཕྱི་ཡི་ཡོན་ཏན་ཅན་གྱིས་སྐྱོང་བ་མིན།། །
རང་གི་རིང་གཞུང་མཁས་པས་སྐྱོང་པ་མཚར།། །

རང་གི་རིག་གཞུང་སྲུང་ས་ན་རང་དབང་བཙན།། །
གཞུང་དང་མི་སེར་བར་ན་བྲོ་སྣབས་བདེ།། །
དེ་མིན་དེང་སང་དུས་ཀྱི་འབངས་གཞུང་བར།། །
བྲོ་སྣབས་མ་བདེ་བ་ཡི་རྐྱུལ་ཙམ་གསོན།། །

ཆུང་ཚེ་ཕྱི་ཡི་རིག་གཞུང་སྲུངས་པ་ལས།། །
སློམ་ཚེ་རང་ལུགས་མ་ཤེས་ཁག་ཡང་མེད།། །
རང་གི་རིག་གཞུང་མ་ཤེས་པ་ལས་བརྟེན།། །
རང་ལུགས་དང་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་ཇི་ལྟར་སྐྱོང་།། །

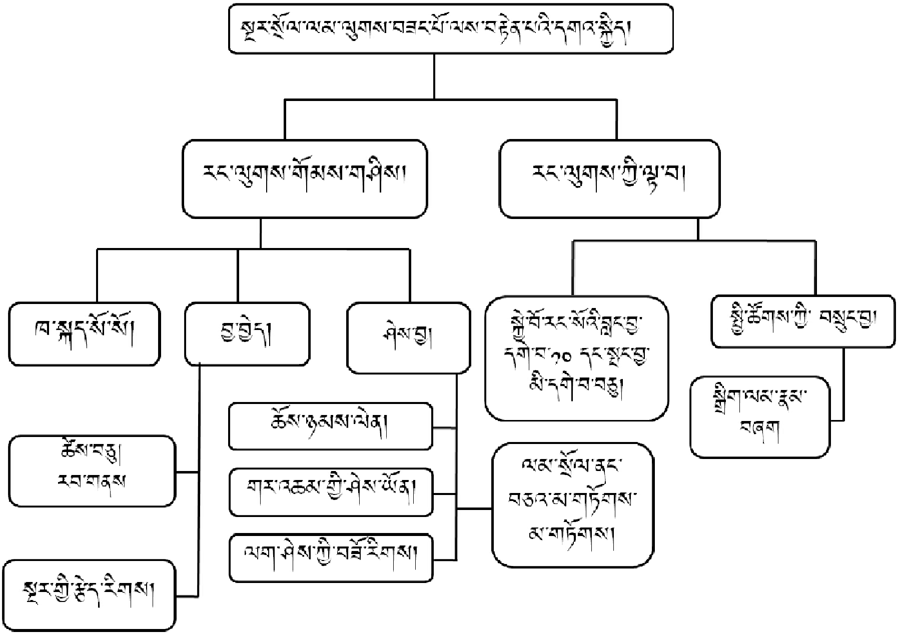
དེང་དུས་འབྲུག་གི་འགོ་འཛིན་ཕེལ་ཆེབས།། །
རང་གི་རིག་གཞུང་ཤེས་ནི་ཕར་རང་བཞག །
ཐ་ན་རྒྱལ་ཡོངས་རྫོང་ཁ་འདི་ཡི་ཐོག །
ཁ་སླབ་ཙམ་ཡང་མ་ཤེས་མི་ཡང་ཡོད།། །

མི་སེར་མགོ་རྫོངས་ཤེས་ཡོན་ཡ་བྲལ་བས།། །
གཏམ་འདི་བདེན་དང་མི་བདེན་དཔྱད་ན་ཤེས།། །

དཔེར་ཙམ་བརྗོད་ན་མི་མང་གསུངས་བཤད་ཚུ། །
ཉན་པ་ཙམ་གྱིས་ཨིན་མེན་ངང་གིས་ཤེས། །

འདི་འདྲའི་ལམ་ལུགས་ཆོས་ལྡན་རྒྱལ་ཁབ་ལུ། །
འོས་འབབ་མེད་པ་ཀུན་གྱིས་མཁྱེན་ན་དགའ། །
ཆོས་ལྡན་རྒྱལ་ཁབ་ཆོས་བཞིན་སྐྱོང་ན་དགའ། །
ཆོས་རྒྱལ་ཡབ་སྲས་དགོངས་པ་བསྒྲུབ་ན་དགའ། །

འཛིག་རྟེན་འཛམ་གླིང་སྟེང་འདི་ནང་ལུ། །
རང་བཙན་ཆོས་ལྡན་རྒྱལ་ཁབ་འབྲུག་ཡུལ་ཙམ། །
ཡིན་ལུགས་དྲང་གཏམ་ཚིག་གསུམ་གླེང་མི་ལུ། །
ཐུགས་ལུ་ཕོག་རུང་བཟོད་གསོལ་འབད་དགོཔ་མེད། །




# སྤྱར་སྤྲོལ་ལམ་ལུགས་བཟང་པོ་ལས་བརྟེན་པའི་དཀར་སྒྲིད།

འདི་ཡང་དཔལ་མགོན་འཕགས་པ་ཀླུ་སྒྲུབ་ཀྱིས། །
ལུགས་སྲོལ་སྙིངམ་ཚུ་རང་གི་སྲོག་བཟུམ་སྲི། །
གཅེས་ཤིང་གོང་འཕེལ་ལེགས་ཤོམ་མ་བཏང་ན། །
རྩ་བ་རྫུལ་པའི་ལྗོན་ཤིང་སྡོང་པོ་བཟུམ། །

མི་སྡེའི་ལམ་སློལ། ཀུར་སྟོད་མགོ་མ་ ས་དེའི་ལྷ་གསོལ་དུས་སྟོན།

མི་འདོད་བཞིན་དུ་ས་ལ་འགྱེལ་བར་གྱུར། །
གསུངས་དོ་བཟུམ་སྤྲེ་དེང་སང་དུས་མཐའ་ལུ། །
རང་གི་རྒྱལ་རབས་དང་བསྟུན་ལུགས་སློལ་རྙིངམ། །
ཚུ་གི་ཁྱད་ཆོས་གཙོ་བོར་བཏོན་དུས་རན། །

དེ་ཕྱིར་འབྲུག་འབངས་ཡོངས་ཀྱི་སྤྱི་གཙུག་གི །
ནོར་བུ་མི་དབང་མངའ་བདག་ཡབ་སྲས་ཀྱིས། །
ལམ་སློལ་བཟང་པོར་བརྟེན་པའི་ཁྱད་ཆོས་ཚུ། །
བསྐྱུང་བའི་ཐབས་ལམ་སྟོན་པ་ཨེ་མ་མཚར། །

སྨན་ལྗོངས་སྦས་པའི་ནགས་ཀྱི་ཡུལ་འདི་ནང་། །
ཕྱི་ཡི་ཡོན་ཏན་མ་དར་སྔོན་གྱི་དུས། །
ལོ་ངོ་སྟོང་ཕྲག་དང་ནི་སྟོང་ཕྲག་གི །
སྔོན་ལས་དར་བའི་ཆོས་དང་ལམ་སྲོལ་ཡོད། །

མི་སྡེའི་རིག་རྩལ་ལས་ནི་བརྟེན་པ་ཡི། །
སྒྱུ་རྩལ་རྣམ་མང་གྲངས་སར་མེད་ན་ཡང་། །
དཔེ་ཙམ་བརྗོད་ན་འབྲུག་གི་གྲོང་ཡུལ་ནང་། །
ཟློས་གར་ལས་བརྟེན་གླུ་གཞས་སྣ་ཚོགས་དར། །

དེ་བཞིན་བཟོ་རིག་ལག་ཤེས་ལ་སོགས་པ། །
དར་བ་ལས་བརྟེན་དེང་སང་དུས་འདི་ལུ། །
འཛམ་གླིང་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་ལུ་ངོམ་ནུས་པའི། །
གཞན་ལུ་མེད་པའི་ལམ་སྲོལ་ཁྱད་པར་མང་། །

རྫོང་གཞི་ལྷ་ཁང་ལས་བཅད་མི་སེར་གྱི། །
སྡོད་ཁྱིམ་བར་དུ་བཟོ་རིག་ཁྱད་འཕགས་ཚུ། །
བལྟ་ན་མིག་ཁར་མཛེས་པས་མིག་དབང་འཕྲོག །
སེམས་ཚོར་བདེ་བ་བྱིན་ནུས་ཁྱད་ཆོས་ཡོད། །

ཁྲིམ་ནི་ལྷ་ཡི་ཁང་བཟང་དབྱེར་མེད་ཡོད། །
གྲོན་ཆས་ཆོས་གོས་རྣམ་གསུམ་ཉིད་དང་མཚུངས། །
སྒྲིག་གཞི་ཞི་འདུལ་དགེ་སློང་དང་མཚུངས་པའི། །
ལམ་སྲོལ་བཟང་པོ་གཞན་ལས་ཁྱད་འཕགས་ཡོད། །

ཆོས་བཅུ་འབུམ་སྡེའི་བཟུང་བའི་ལམ་སྲོལ་ཡང་། །
མཆོག་སྤྲུལ་རྣམ་གཉིས་ལུགས་བཞིན་སྲུང་བའི་སྲོལ། །
སྟོན་འབྲོན་རྒྱལ་བ་གོང་མས་བཙུགསཔ་ལས་བརྟེན། །
བྱིན་རླབས་ཆེ་བའི་ལམ་སྲོལ་ཁྱད་དུ་འཕགས། །

ལུང་པའི་དུས་སྟོན་སྐབས་ཚང་སྐྱོགས་ཀྱི་འཛལ་ཏེ་དྲངས་པའི་སྲོལ།

ལྷ་གསོལ་ཀླུ་གསོལ་ཕ་མའི་ལུགས་བཞིན་གསོལ། །
མི་སེར་བྱང་སེམས་ལྡན་པས་གསེར་འགྱུར་བཞིན། །
གསོལ་བའི་ཕན་པ་མི་འདྲ་བྱིན་རླབས་ཆེ། །
འཁྲབ་སྟོན་གཟི་བརྗིད་ཆེ་བ་ཨེ་མ་འཕགས། །

གོང་འོག་ཤན་འབྱེད་ཤེས་པའི་མི་སེར་བཟང་། །
འབངས་ལ་ལྷག་པར་བརྩེ་བའི་མི་རྗེ་བཟང་། །
རྗེ་འབངས་མཐུན་འབྲེལ་ཆེ་བས་འབྲེལ་བ་བཟང་། །
བཟང་གསུམ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་ལམ་སྲོལ་བཟང་། །

བཟང་བའི་སྙན་གྲགས་བ་དན་ཕྱོགས་བཅུར་ཁྱབ། །
མངོན་པར་བསྟོད་པའི་འབྲུག་སྒྲ་ས་གསུམ་ཁྱབ། །
སྲོལ་བཟང་བསྲུང་ལ་གནས་པའི་མཁས་པས་ཁྱབ། །
ཁྱབ་གསུམ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་རྟེན་འབྲེལ་བཟང་། །

དེ་ནི་སྔོན་ལྡོངས་འབྲུག་གི་ཁྱད་ཆོས་ཨིན། །
དེ་ནི་རྒྱལ་ཁབ་བསྲུང་བའི་ངོ་རྟགས་ཨིན། །
དེ་ནི་འབྲུག་འབངས་ཡོངས་ཀྱི་ལམ་སྲོལ་ཨིན། །
དེ་ནི་འབངས་གཞུང་གཉིས་ཀྱི་སྲོག་རྩ་ཨིན། །

ལུགས་སྲོལ་བཟང་པོས་རྒྱལ་ཁམས་གང་མི་འདི། །
ཉམས་རྒྱུད་དབང་ལས་བསྲུང་ནིའི་འགན་ཁུར་འདི། །
འབྲུག་གི་མི་རེ་རོ་རེའི་ལས་འགན་ཨིན། །
མ་བསླུལ་རང་ཐོག་ཕོག་པའི་འགན་ཁུར་ཨིན། །

འབྲུག་ལུ་སྐྱེས་པ་ཙམ་གྱི་ལས་འགན་འདི། །
འབྲུག་མི་ཡོངས་ལུ་ཕོགཔ་འདི་བཤད་མི་དགོ །
རང་ལུགས་རང་གིས་མ་བསྲུང་ག་གིས་བསྲུང་། །
རང་ལུ་རང་གིས་མ་གཅེས་ག་གིས་གཅེས། །

དོན་འདི་གནད་འགགས་ཆེ་བའི་ཆེ་ལུགས་ཡང་། །
ལུང་པའི་མི་སེར་ལེ་ཤ་གཅིག་ཏུ་བསྡུས། །
སྨན་ལྗོངས་འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཁབ་གྱུར་ཏེ་ཡོད། །
ལུང་པའི་ལུགས་སྲོལ་ལེ་ཤ་བསྡུས་པ་ལས། །

སྨན་ལྗོངས་འབྲུག་གི་ལམ་སྲོལ་གྱུར་ཏེ་ཡོད། །
རྒྱལ་ཁབ་རང་དབང་རང་བཙན་གནས་ཐབས་ལུ། །
སྤུར་སྲོལ་ལམ་ལུགས་མེད་ན་ངོ་རྟགས་མེད། །
ངོ་རྟགས་མེད་ན་སྨན་ལྗོངས་འབྲུག་ཡང་མེད། །

དམག་སྟོབས་རྒྱ་སྟོབས་ཚན་རིག་མཁས་པ་ཡིས། །
གྲགས་པ་ལ་སོགས་འབྲུག་ལྱུ་མེད་རྟུང་རང་། །
ལམ་སྲོལ་བཟང་པོས་ཕྱུག་པའི་འབྲུག་ཡུལ་ཨིན། །
རང་ངོ་ལམ་སྲོལ་བསྲུང་ན་རང་དབང་བཙན། །

སྔར་སྲོལ་ལམ་ལུགས་བཟང་པོ་གཞུང་གི་མེན། །
ཁོ་དང་ངེ་གི་མེན་པར་ང་བཅས་རང་། །
རྗེ་འབངས་གཞུང་དང་བཅས་པའི་ལམ་སྲོལ་ཨིན། །
སྲོལ་བཟང་བསྲུང་ལ་བརྟོན་ན་དགའ་སྐྱིད་གཞི། །

སྔར་གྱི་ལམ་ལུགས་དེ་གི་ནུས་ཤུགས་ནི། །
རྗེ་འབངས་ཡུག་གཅིག་མཐུན་འབྲེལ་ཆེ་བའི་གཞི། །
དེ་ཡང་ངེ་གི་མི་སེར་ང་བཅས་རྒྱལ་པོ། །
ང་བཅས་ལུགས་སྲོལ་ཟེར་ཞིང་གཅིག་དྲིལ་གྱུར། །

དེ་འདྲའི་དགའ་སྐྱིད་གཞི་མའི་ལམ་སྲོལ་འདི། །
རྒྱལ་ཁབ་གཞན་གྱི་ལམ་སྲོལ་དང་མི་འདྲ། །
བྱིན་རླབས་ཆེ་བའི་ཆེ་ལུགས་ཁྱུངས་ལྱུང་ཡོད། །
ཁྱད་པར་འཕགས་པ་འབྲུག་གི་ལམ་སྲོལ་ཡོད། །

དེ་ཡང་ལམ་སྲོལ་བྱིན་རླབས་ཆེ་ལུགས་ལ། །
གྲུབ་ཆེན་ཏི་ལོ་ནཱ་རོ་པ་ལས་བརྒྱུད། །
མར་པ་མི་ལ་དགག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་སོགས། །
འབྲུག་པའི་གྲུབ་ཆེན་རྩ་ལས་དར་ཏེ་ཡོད། །

གཅིག་ནི་ཨོ་རྒྱན་པདྨ་འབྱུང་གནས་དང་། །
ཀུ་རུ་ཆོས་དབང་དོ་རྗེ་གླིང་པ་དང་། །
ཤེས་རབ་མེ་འབར་པདྨ་གླིང་པ་སོགས། །
གཏེར་ཆེན་གཏེར་གྱི་ལུགས་ལས་དར་ཏེ་ཡོད། །

གཅིག་ནི་རང་སོའི་གཡུས་སྒྲོ་སོ་སོ་ལུ། །
མི་སྡེའི་སྒྲུ་རྩལ་ལས་བརྟེན་ལམ་ལུགས་སྲོལ། །
མི་འདྲ་སྣ་ཚོགས་དར་ཞིང་རྒྱས་ཏེ་ཡོད། །
རྒྱལ་ཁམས་མཐའ་དབུས་སྲོལ་བཟང་ཁྱབ་སྟེ་ཡོད། །

རྗེ་འབངས་བརྩི་བཀུར་ཆེ་བའི་ལམ་སྲོལ་ཡོད། །
འབངས་གཞུང་མཐུན་འབྲེལ་ཆེ་བའི་ལམ་སྲོལ་ཡོད། །
ལམ་སྲོལ་དེ་ལུ་བརྟེན་པའི་དགའ་སྐྱིད་ཡོད། །
དགའ་སྐྱིད་དེ་ལུ་བརྟེན་པའི་ལམ་སྲོལ་ཡོད། །

ཡ་མཚན་རྨད་དུ་འབྱུང་བའི་སྲོལ་བཟང་པོ། །
སྣང་མེད་རྒྱབ་ཏུ་བསྐྱུར་ན་རྩ་རྒས་ཨེན། །
འཕྲུལ་དུ་སྤྲོ་ཡང་ཕུགས་ལུ་སྡུག་པའི་གཞི། །
རང་བདེ་རང་གིས་བཀླག་པའི་རླུང་འཚུབ་ཨེན། །

དེ་བས་རང་ལུགས་བསྲུང་ན་དགའ་བ་ལགས། །
རང་ལུགས་དར་ཞིང་རྒྱས་ན་སྐྱིད་པ་ལགས། །
དགའ་སྐྱིད་ཕུན་སུམ་ཚོགས་ན་བདག་གཞན་གཉིས། །
ཞི་བདེའི་འཁོར་ལོར་བསྒྱུར་བ་སུ་ཡིས་འགོག །

ཨིན་རུང་དེང་སང་དུས་ཀྱི་སློགས་མ་ལུ། །
འབྲུག་མི་མ་ཡིན་ཕྱི་མི་ལ་ལུ་གིས། །
སྔོན་ལྗོངས་འབྲུག་གི་ལམ་སྲོལ་ཁྲུངས་སྐྱེལ་མཁན། །
ཨིན་ཟེར་རང་ངོ་རང་གིས་བསྟོད་མཁན་མང་། །

དེ་ཚུ་ནང་གཟུངས་མེད་པའི་མཚོད་རྟེན་ཨིན། །
ལམ་སྲོལ་ཕྱོགས་ཙམ་ཤེས་པས་མཁས་པ་མིན། །
རྩ་བ་མེད་པའི་ཚིག་ལ་ཡིད་ཆེས་ནས། །
བདེན་པར་རློམ་པའི་སྐྱེ་བོ་དེང་དུས་མང་། །

འདི་བས་རྩ་བ་མེད་པའི་ཚིག་སྐམ་ལྟ། །
དཔྱད་མེད་ཡིད་ཆེས་བཞག་སྟེ་རང་གིས་རང་། །
ཤེས་ཏེ་འབྲུག་གི་ལམ་སྲོལ་བསྐྱུང་ལ་བརྩོན། །
རང་གི་ལམ་སྲོལ་བཟང་པོ་ནོར་བུ་ཨིན། །

ད་རེའི་དུས་ལུ་འབྲུག་མི་མང་ཤོས་ཀྱིས། །
ང་བཅས་ལམ་སྲོལ་ཉམས་མེད་གནས་ཏེ་ཡོད། །
ཟེར་བ་ལ་སོགས་ཁ་ནས་ཡང་ནས་ཡང་། །
སླབ་རུང་དོན་ལུ་རིམ་གྱིས་འགྱུར་བར་སྣང་། །

དེ་ཡང་དཔེ་ཙམ་བརྗོད་ན་ཐིམ་ཕུག་གི །
ཁྱིམ་གྱི་བཟོ་བཀོད་སྤྱུར་དང་མི་འདྲ་བས། །
གཟུགས་ཀྱི་གྱོན་ཆས་སྤྱུར་མེད་ལེ་ཤ་འདུག །
ཐ་ན་ཁ་སླབ་ལས་བརྒྱུད་འགྱུར་བར་སྣང་། །

ཡུལ་ཕྱོགས་སོ་སོར་ཆོས་བཅུ་མཇལ་ནི་སྦྲི། །
སོང་སྟེ་བལྟ་ཕ་ད་ཆོས་བཅུའི་དུས་སྐབས་ལུ། །
དང་ཕུ་ཕ་མ་བསོད་ནམས་ཅན་གྱི་བསྒྲང་། །
སྲོལ་གཏོད་གནང་བའི་གར་འཆམ་ཁྲིན་ཅན་རྩུ། །

མཛལ་ཁ་གནང་སྒྲོལ་ཡོད་རྫུང་དེང་སང་དུས། །
ན་གཞོན་རིགས་ཚུ་སློབ་གྲྭ་སོངམ་ལས་བརྟེན། །
རིམ་གྱིས་གཞུང་གཡོག་ལ་སོགས་ལྷ་གཡོག་འཚོལ། །
རང་གཡུས་སྤུངས་ཏེ་སོང་བའི་རྐྱེན་གྱིས་སྦེ། །

འཆམ་པ་མེད་པར་སྐྱ་འཆམ་མཛལ་ཁ་མེད། །
ལམ་སྲོལ་ཡལ་བ་མངོན་སུམ་ཚདམ་མས། །
སྦྱིར་ནི་རྒྱལ་ཁབ་ཡར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་གྱི། །
འགྱུར་བ་བསྟུན་པས་ལམ་སྲོལ་འགྱུར་བ་བདེན། །

ཨིན་རུང་འགྱུར་བའི་གྱུར་ལུགས་མ་བརྟགས་ན། །
དགའ་སྐྱིད་རྩ་ནས་ཡལ་ཏེ་སོང་ཡང་སྲིད། །
དེ་བཟུམ་ལུང་ཕྱོགས་རེ་ལུ་ལུགས་སྲོལ་རེ། །
རིམ་གྱིས་ཉམས་ཏེ་རིག་གསར་ལ་བརྟེན་ན། །
རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་རྩིབས་དགུ་ཡི། །
ཡན་ལག་མ་ཚང་དགའ་སྐྱིད་ཉམས་པའི་རྟགས། །

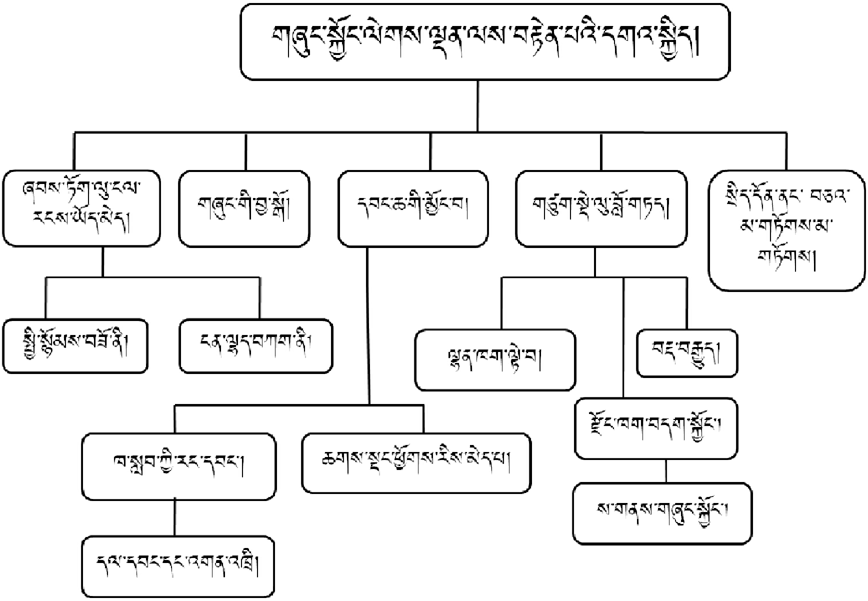
དེང་དུས་རིག་གནས་སྣ་ཚོགས་ཤེས་ན་ཡང་། །
བྱིན་ཅན་རང་གི་ལམ་སྲོལ་བརྗེདམ་སོང་། །

སྐད་ཡིག་སྣ་ཚོགས་ཤེས་པས་མཛེས་རྒྱུ་རང་། །
རང་གི་སྐད་ཡིག་མ་ཤེས་ལམ་སྲོལ་ཉམས། །

ཧེ་མ་བརྩམས་པའི་བྱ་བ་བརྗེད་སོང་རྒྱུ་། །
རང་གི་སྲོལ་ཁྲུན་བཟང་པོ་བརྗེད་མ་ད། །
རང་བཟོ་ཁ་ཚིག་རབ་བཀྲལ་སོང་རྒྱུ་། །
ཕ་མེས་ཡ་རབས་རྡོ་རིང་གཏོར་མ་ད། །

ལུགས་གཉིས་འཁོར་ལོ་སྒྱུར་བའི་ལམ་ལུགས་སྲོལ། །
བརྗོད་ཀྱིས་མི་ལང་རྣམ་གྲངས་མང་མཆིས་ཀྱང་། །
འདིར་ནི་ཚུལ་ཙམ་བརྗོད་ལ་མ་དགའ་ན། །
སྲོལ་འཛིན་མཁས་པའི་སྤྱན་སྔར་གུས་པས་བཤགས། །

ཀུར་སྟོད་མགོ་མ་ཉ་ལམ་གདུང་གཡུས་ཁར་འཁྲབ་སྲོལ་ཡོད་པའི་ ཨ་ཞེ་སྣངས་འོད་འབུམ་གྱི་འཁྲབ་སྟོན་གར་འཆམ་ལས་ གཡོག་མོ་འཛོམས་བ་སྐྱིད་དང་ཤྲུས་ལྷའུ་དར་པོ།




## གཞུང་སྐྱོང་ལེགས་ལྡན་ལས་བརྟེན་པའི་དགའ་སྐྱིད།

དཔལ་ལྡན་འབྲུག་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཡངས་པ་ལ། །
གཞུང་གཅིག་འོག་ལུ་ཡང་ནི་མི་སེར་གཅིག །
ཕྱོགས་རིས་མེད་པར་ཕོ་མཚུངས་གནས་པ་ནི། །
དམ་ཚིག་གཙང་བའི་མཐུན་ལམ་མེན་ན་ཅི། །

གཞུང་དང་མི་སེར་མཐུན་པའི་རྟེན་འབྲེལ་གྱིས། །
དགའ་སྐྱིད་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་ཉིམ་ཤར། །
རྒྱལ་ཁབ་ཆོས་བཞིན་བསྐྱངས་པའི་ཆོས་རྒྱལ་གྱིས། །
བློན་འབངས་ཡུག་གཅིག་བདེ་སྐྱིད་ས་ལ་འདྲེན། །

བཀའ་དྲིན་འགྲན་ཟླ་བྲལ་བའི་སེམས་དཔའ་དང་། །
དབང་ཕྱུག་རིམ་པར་བརྒྱུད་པའི་ཡབ་སྲས་ཀྱི། །
མཁྱེན་པའི་ཐུགས་ཀྱི་དབྱིངས་ལས་ལེགས་འཕོས་པའི། །
གཞུང་སྐྱོང་ལེགས་ལྡན་རྣམ་བཞག་འདི་བཟུམ་ཡོད། །

དགེ་བཅུའི་ཁྲིམས་ཀྱིས་ཕྱུག་ཕྱིར་ཁྲིམས་བཟོ་ལྷུ། །
རྒྱལ་ཡོངས་ཚོགས་ཁང་གོང་འོག་གཉིས་ཀྱི་ནང་། །
འབྲུག་མི་སྤྱི་ཡི་སྐུ་ཚབ་གསུང་ཚབ་རྩུ། །
ཉི་ཟླ་ཟུང་འབྲེལ་མཁའ་ལ་ཤར་ལྟར་ཡོད། །

ཚོགས་ཁང་གོང་མར་རྫོང་ཁག་ཁལ་གཅིག་ལས། །
མི་སེར་ཡོངས་ཀྱི་བློ་གདད་ཧིང་གདད་ཀྱི། །
ཆེད་བསྡོད་འཐུས་དཔོན་ཉི་ཤུའི་ཁ་སྐོང་ལྷུ། །
སྤྱི་གཙུག་ནོར་བུའི་ཐུགས་གདད་ལྔ་དང་བཅས། །
རྗེ་འབངས་ཉེར་ལྔ་དང་མཚུངས་འཐུས་དཔོན་ཡོད། །

ཚོགས་ཁང་འོག་མར་ཐོང་ཁག་ཁལ་གཅིག་ལས། །
རྣམ་པར་བཀྲ་བའི་འདེམས་ངོ་ཞེ་བདུན་འཛོམས། །
ཞེ་བདུན་ནང་ལས་འཛམ་དཔལ་དཔའ་བོ་བཟུམ། །
མཁྱེན་པའི་མ་མ་མི་རྗེ་བློན་ཆེན་ཡོད། །

རྒྱལ་ཡོངས་ཚོགས་ཁང་སྐྱོང་བའི་ཚོགས་དཔོན་ཟེར། །
རྡོ་དར་ལྡན་པའི་མི་རྗེ་ཚོགས་དཔོན་ཡོད། །
ས་བཅུ་དབང་དང་མཚུངས་པའི་བློན་པོ་བཅུ། །
ལྷན་ཁག་བཅུ་ཡི་བདག་པོ་སྟོབས་ལྡན་ཡོད། །

གཞུང་གི་ཕྱག་ལྷ་རྣམ་མང་རྒྱ་ཆེ་ལས། །
རྩུལ་དང་ལྡན་དང་མ་ལྡན་བརྟགས་དཔྱད་ནས། །
འབངས་ཀྱི་གཉིས་འཛིན་བསལ་བའི་རྩུལ་མཛད་མཁན། །
མི་རྗེ་ལྡོག་ཕྱོགས་འགོ་འཁྲིདཔ་ཟེར་བ་ཡོད། །

འབྲུག་མི་ཆེ་འབྲིང་ཆུང་གསུམ་ཚམཉམ་གྱིས། །
གཞུང་སྐྱོང་ལྷོགས་གྲུབ་ཅན་དེ་འཐུ་ནི་ལུ། །
གོ་བཟ་སྤྱེལ་ཏེ་གདམ་འཐུ་འགོ་འདྲེན་པ། །
འབྲུག་གི་བཙག་འཐུ་ལྷན་ཚོགས་བཙུགས་ནས་ཡོད། །

ལོག་པའི་འཚོ་བས་རང་གཞན་གཉིས་ཀ་ཕུང་། །
ཡང་དག་འཚོ་བའི་ལམ་བཟང་སྟོན་མི་དང་། །
གཡོ་སྒྱུ་སྦྱངས་ཏེ་དྲང་པོའི་ལམ་སྟོན་མི། །
ངན་ལྟད་བཀག་སྡོམ་ལྟན་ཚོགས་བཙུགས་ཏེ་ཡོད། །

གཞུང་དང་མི་སེར་གཉིས་ཀྱི་རྒྱུ་དངུལ་ཚུ། །
བར་ན་ཆུད་ཟད་མི་གཏང་དོན་འབྲས་ཅན། །
གཙང་མ་བཟོ་ཐབས་དམིགས་ཏེ་འབྲུག་གཞུང་གིས། །
རྩིས་ཞིབ་དབང་འཛིན་དེ་ཡང་བཙུགས་གནང་ཡོད། །

དེ་ཚུ་འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཁབ་སྐྱོང་མི་ཨིན། །
དེ་ཚུ་མི་སེར་ཡོངས་ཀྱི་བློ་གཏད་ཨིན། །
དེ་ཚུ་མི་སེར་ཡོངས་ལུ་ཁས་བླངས་ཏེ། །
འབྲུག་མི་བདེ་སྐྱིད་ལྡནམ་གཅིག་བཟོ་འོང་ཟེར། །

དྲང་ཁྲིམས་ལྟན་སྡེ་སྐྱོང་བའི་ཁྲིམས་སྲི་ཡོད། །
ཁྲིམས་སྲིའི་འོག་ལུ་ཁྲིམས་ཁང་གོང་མ་དང་། །
རྫོང་ཁག་དྲུང་ཁག་འདུན་སའི་དྲང་དཔོན་ཚུ། །
གསལ་བའི་མེ་ལོང་འཛིན་ལྟར་འབྲུག་མི་སྐྱོང་། །

གཞུང་དང་མི་སེར་ཁྲིམས་ལུ་གནས་དགོས་ལས། །
མངོན་མཐོ་ཁྲིམས་ཀྱི་བདག་པོ་དེ་ཚུ་ཨིན། །
ཀུན་ཀྱང་དྲང་པོའི་ལམ་ནས་ཤན་ཕྱེ་སྟེ། །
མི་སེར་ཡོངས་ཀྱིས་དྲང་ཁྲིམས་སྤྱོད་དེ་ཡོད། །

འཛིན་སྐྱོང་ལྷན་སྡེ་ཟེར་མི་ལྷན་ཁག་འདི། །
འབྲུག་གི་ཞི་གཡོགཔ་ག་ར་ཚུལ་ལྡན་སྦེ། །
སྐྱོང་བའི་ལྷན་ཁག་འཛིན་སྐྱོང་ལྷན་སྡེ་ཨིན། །
དེ་ནང་ཁྲི་འཛིན་བློན་པོ་གཅིག་བཞུགས་ཡོད། །

ལྷན་སྡེ་གསུམ་ནི་ལས་འཛིན་སྒེར་སྡེ་དང་། །
འབྲུག་མི་ཡོངས་རྫོགས་སྐྱོང་བའི་དེད་དཔོན་ཨིན། །
དེད་དཔོན་ཚུ་ལུ་བློ་གཏད་ཡིད་ཆེས་དང་། །
གུས་བཀུར་བརྩིས་གདུང་ཉིང་གི་དཀྱིལ་ལས་དགོ །

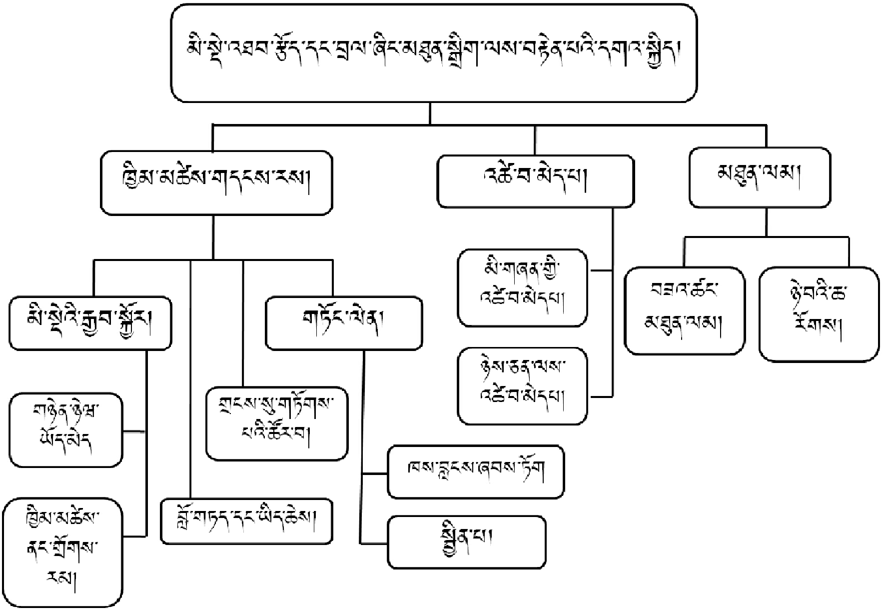
ལྷན་སྡེ་གསུམ་གྱི་གོང་ན་མི་ཡི་རྗེ། །
རྒྱལ་མཚན་ཏོག་ལྟར་མཐོ་བའི་སྤྱི་གཙུག་གི །
ནོར་བུ་མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ། །
འཇིགས་མེད་གེ་སར་རྣམ་རྒྱལ་དབང་ཕྱུག་བཞུགས། །

ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་དགའ་སྐྱིད་ཉིམ་ཤར། །
སྐྱིད་པའི་རྒྱལ་ཁབ་སྨན་ལྗོངས་འབྲུག་ཡུལ་ནང་། །
མི་ཚུ་རང་གཤིས་བཟང་ཞིང་ཡ་རབས་ཅན། །
བསྐལ་པ་བཟང་པོ་ཟེར་རུང་འདི་རང་ཨིན། །

གཞུང་གི་སྲིད་བྱུས་ཕྱག་ལྷ་མཛད་ཐངས་ཚུ། །
མི་སེར་ཡོངས་ཀྱིས་མངོན་གསལ་རྟོགས་མི་འདི། །
འབྲུག་གི་བདེ་བཀྱུདཔ་ཡོངས་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་ཨིན། །
བདེ་བཀྱུད་ཟེར་རུང་བདེ་སྐྱོན་ལྟེ་མིག་ཨིན། །

སྔོན་བྱོན་རྒྱལ་བ་གོང་མའི་བཀའ་ལུང་ལས། །
བཀྲ་ཤིས་པ་དང་བཀྲ་མ་ཤིས་པ་གཉིས། །
འབྲལ་མ་ཤེས་པར་གཅིག་ཁར་འབྱུང་དོ་ཡོདཔ། །
གསུངས་པ་ཇི་བཞིན་ཀུན་གྱིས་མཁྱེན་དགོཔ་ཡོད། །

དྲང་པོར་མ་མཛད་གཡོ་སྒྱུའི་འཕྲུལ་ལྡན་ན། །
མི་སེར་ཡོངས་ཀྱི་བློ་གཏད་ག་ལུ་འབབ། །
བློ་གཏད་མེད་ན་གཞུང་སྐྱོང་ལེགས་ལྡན་མེད། །
འདི་མེད་དགའ་སྐྱིད་ཀ་ཆེན་རམ་པ་འདྲ། །




# མི་སྡེ་འཐབ་རྩོད་དང་བྲལ་ཞིང་མཐུན་སྒྲིག་ལས་བརྟེན་པའི་དགའ་སྐྱིད།

སེམས་གཉིས་མཐུན་ཞིང་འཐབ་རྩོད་མེད་མི་འདི། །
རང་བློ་བདེ་བའི་སེམས་ཀྱི་དགའ་བ་ཨིན། །
ཞི་བདེའི་དགའ་སྐྱིད་མི་སྡེའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་། །
ཡོད་ན་འདིས་བཏུབ་མེད་ན་ཐབས་ཆག་ཨིན། །

རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྐྱིད་སྲིད་བྱུས་ཁ་ཐུག་ལས། །
བདེ་བའི་རྒྱུ་ལྀ་ཞིབ་པར་བརྟགས་པའི་ཚེ། །
གང་ཞིག་མི་ངོ་གཅིག་ལྀ་ཧི་རུ་དང་། །
རྒྱུ་དངོས་ཡོད་རུང་འདྲ་ལ་མེད་རུང་འདྲ། །

འགྲོ་བ་མི་གཅིག་ཨིན་པའི་རྒྱུ་མཚན་གྱིས། །
ནད་ཀྱིས་མནར་ཞིང་སྡུབས་མ་བདེ་བའི་སྐབས། །
གཅིག་གིས་གཅིག་ལྀ་ཕན་པའི་གྲོགས་རམ་དང་། །
བློ་གཏད་ཅན་གྱི་ཚོགས་ཁྱིམ་མཚོས་དགོ །

གལ་སྲིད་མཐུན་ལམ་འདི་ཚུ་མེད་པ་ཅིན། །
རང་ལྀ་ཉམས་རྒྱུད་རྐྱེན་ངན་འབྱུང་པའི་སྐབས། །
སྐྱོ་བའི་སྐྱོ་རོགས་ག་གིས་འབད་ནི་སྨོ། །
འདི་བ་གཞན་དང་མཐུན་པ་བདེ་བའི་གཞི། །

དེ་ཕྱིར་འཛམ་གླིང་ས་སྟེང་འདི་ནང་ལྀ། །
གཅིག་གིས་གཅིག་ལྀ་མ་བརྟེན་སྣ་གཅིག་མེད། །
ཡོད་ཚེ་ག་ར་རྟེན་དང་བརྟེན་ལས་འབྱུང་། །
དགའ་སྐྱིད་ཟེར་ཡང་འདི་ལས་ལོགས་སུ་མེད། །

སྤྱིར་ནི་དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་ཟེར་མི་འདི། །
གཙོ་བོ་འབྱུང་སའི་རྩ་བ་རང་གཞན་གྱིས། །
སེམས་ཀྱི་མནོ་དོན་གྲུབ་ཅིང་ཡིད་ཚིམ་ན། །
དགའ་སྐྱིད་དགའ་སྐྱིད་ཟེར་རུང་འདི་རང་ཨིན། །

འདི་བཟུམ་མིན་པར་དགའ་སྐྱིད་ཟེར་མི་འདི། །
བདེན་པ་སྟོང་མེད་འགྱུར་བ་མེད་མི་ཅིག །
ས་སྟེང་འདི་ནང་ལུ་ནི་ཡོད་ཟེར་མནོ། །
རྣམ་པར་རྟོག་པས་བདེན་པར་འཛིན་ནས་ནི། །

མི་ཚེ་གཅིག་ལུ་རྒྱུ་ནོར་བསྒྲུབ་དགོ་མནོ། །
འདི་ཚུ་གྲུབ་ན་དགའ་སྐྱིད་ཐོབ་པར་འཛིན། །
རང་གི་དོན་ལུ་གཞན་གྱི་མགོ་རང་བསྐོར། །
རྒྱུ་ནོར་སྒྲུབ་པས་དགའ་སྐྱིད་ཐོབ་མི་སྲིད། །

འདི་བཟུམ་གཡོ་སྒྱུ་ཕྲ་མ་འཕྲོག་བཅོམ་ཐོག །
རང་དོན་ཁྲུངམ་གཅིག་སྒྲུབ་མི་མི་ཚུ་ལུ། །
བློ་གཏད་ཡི་ཆེས་ག་དེ་འབད་ནི་སྨོ། །
བྱམས་དང་བརྩེ་བའི་ཟམ་པ་འདི་ན་ཆད། །

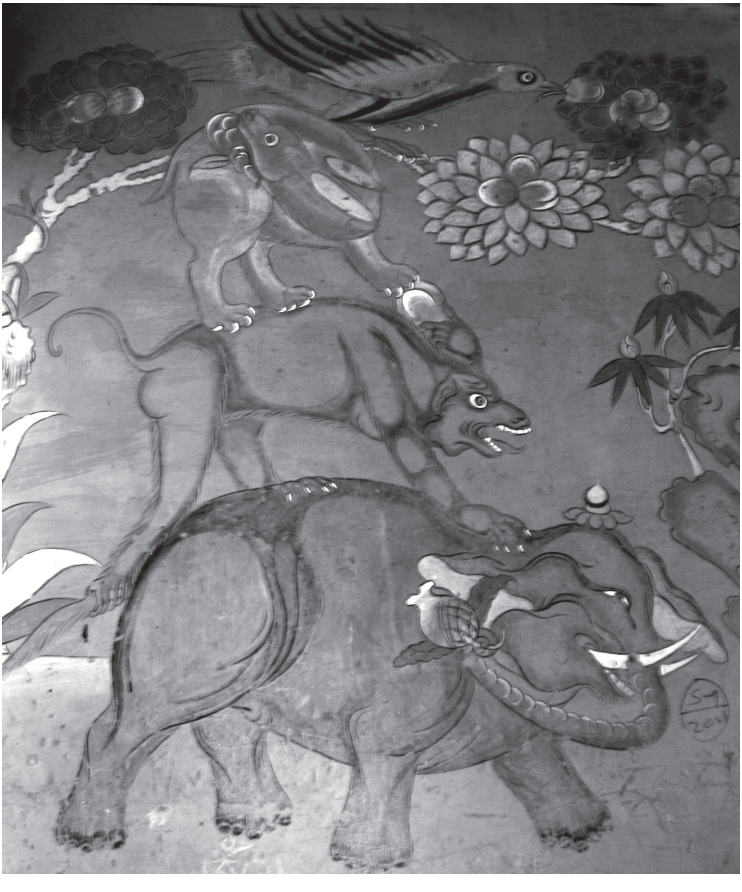
ཁྲིམ་མཆོས་གདང་རས་དང་ཡང་འབྲེལ་བ་ཆད། །
 བློ་གྲོས་ལྡན་པའི་མི་གིས་ཆགནས་མེད། །
བློ་ནི་གཏད་ས་མེད་པར་རང་རྐྱངམ་གཅིག །
རང་རྒྱལ་བསེ་རུ་མེན་ན་གཞན་ག་ཅི། །

དགའ་བ་ཚད་མེད་ཐོག་ལས་སྐྱབ་མི་རྒྱུ། །
ཡང་ན་ཕམ་གིས་བསྒྲུབས་པའི་རྒྱུ་ནོར་རིགས། །
ག་ལུ་ཡང་ནི་རེ་དགོཔ་མེད་རུང་རང་། །
འདི་ཚུ་འགྱུར་མེད་རྟག་པའི་རང་བཞིན་མིན། །

ཕྱི་ཡི་འབྱུང་བར་བརྟེན་པའི་འཇིགས་པ་ཡོད། །
ནང་གི་སེམས་ལུ་བརྟེན་པའི་བར་ཆད་ཡོད། །
རྐྱེན་ངན་འདི་ཚུ་འབྱུང་ནིའི་དུས་ཚོད་དང་། །
ག་ལུ་འབྱུང་ག་མི་ཤེས་ངེས་མེད་ཐོག །
འགྲོ་བའི་ཚེ་སྲོག་འཕྲོག་པའང་གྲངས་ཁ་མེད། །

དེ་བསྒང་ཕན་པའི་ཆ་རོགས་འབད་མི་དཀོན། །
བསླུ་མེད་དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱིས་གཟིགས་པའང་དཀོན། །
འདི་བ་འདི་ཚུ་འབྱུང་ནི་མེད་པའི་ཐབས། །
འགོ་དང་འགོ་ལས་བརྩོན་ན་ཡ་རབས་ལམ། །

སྤྱིར་ནི་སྨན་ལྗོངས་སྦས་པའི་ཡུལ་འདི་ནང་། །
ཨོཾ་རྒྱན་མ་ཧཱ་གུ་རུས་ཞབས་བཅགས་ནས། །
སྔོན་བྱོན་རྒྱལ་བ་གོང་མ་གྲངས་མེད་པ་ཅིག །
ཞིང་འདིར་བྱོན་ནས་བྱིན་གྱིས་བརླབས་གནང་ཡོད། །



འཐབ་རྩོད་དང་བྲལ་ཞིང་མཐུན་སྒྲིག་གི་དགའ་སྐྱིད་ཡོངས་སྤྱོད་མི་ མཐུན་པ་སྤུན་བཞི།

སྤྲུལ་པའི་ཆོས་རྒྱལ་རིམ་པར་བྱོན་པ་དང་། །
རྒྱལ་ཁམས་ཆོས་བཞིན་སྐྱོང་བའི་བཀའ་དྲིན་གྱིས། །
རྒྱལ་འབངས་མཐུན་པའི་བྱམས་བརྩེའི་གནས་རི་ཆགས། །
གནས་དཀར་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་གྱིས། །

ཕུན་ཚོགས་ཞིང་འདིར་རྒྱ་དངོས་དུང་ཕྱུར་དང་། །
དུང་ཕྱུར་སྤྱོད་དེ་ཉོ་རུང་ཉོམ་ཚུགས་པ། །
གསེར་དངུལ་ལ་སོགས་ནོར་བུ་རིན་པོ་ཆེས། །
བཟོ་རུང་བཟོ་མ་ཚུགས་པའི་སེམས་ཀྱི་ནོར། །

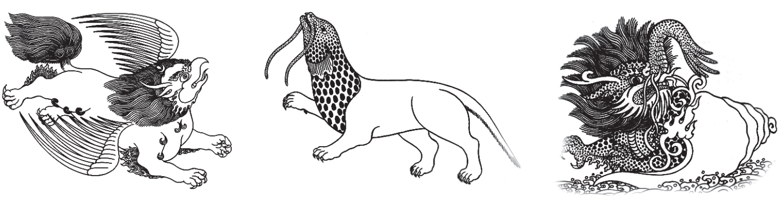
སྔོན་ནས་ད་ལྟོའི་བར་དུ་གནས་ཏེ་ཡོད། །
དེ་ཡང་མི་དབང་བརྒྱུད་འཛིན་རིམ་བྱོན་གྱིས། །
རྒྱལ་ཁམས་ཆོས་བཞིན་སྐྱོང་བའི་བཀའ་དྲིན་དང་། །
ཁྱད་པར་མི་དབང་ལྔ་པའི་གཅེས་སྐྱོང་གིས། །
འབངས་ཡིད་འཕྲོག་པའི་མཛད་རྣམ་ཨེ་མ་མཚར། །

སྤྱིར་ནི་ཙན་དན་བཀོད་པའི་འབྲུག་ཡུལ་ནང་། །
རྒྱལ་བློན་འབངས་གསུམ་རིས་མེད་ཁྱབ་གདལ་དུ། །
རྒྱུད་ལུ་དད་དང་འདུན་པ་བྱམས་སྙིང་སོགས། །
འབྲེལ་མེད་གནས་པ་འབྲུག་གི་ཁྱད་ཆོས་ཨིན། །

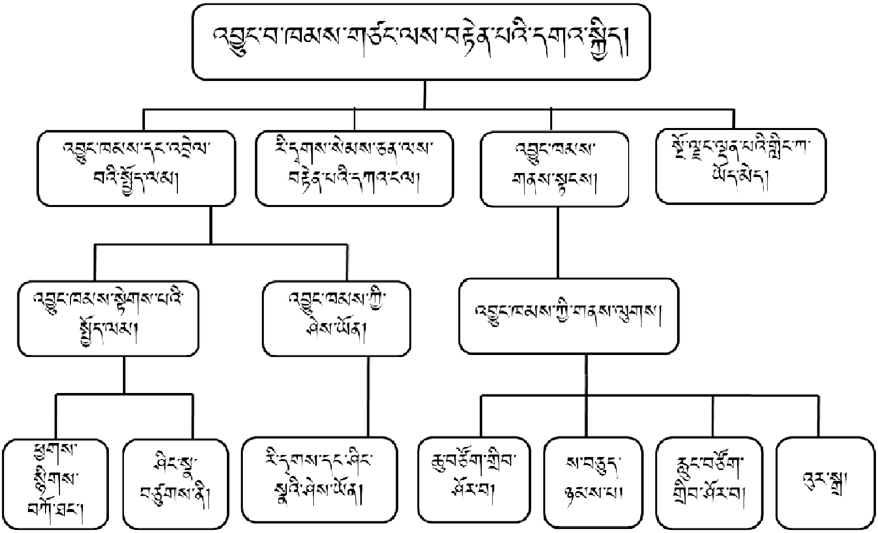
རྒྱལ་ཁབ་གཞན་དང་གཞན་དུ་འདི་བཟུམ་གྱིས། །
ཁྱད་ཆོས་ལྡན་པ་ཕྱོགས་ཙམ་མ་གཏོགས་པ། །
རིས་མེད་ཁྱབ་གདལ་གནས་པ་འབྲུག་ཡུལ་ཙམ། །
དེ་ཕྱིར་སྔོན་ལྗོངས་འབྲུག་ཡུལ་ཡང་དུ་འཕགས། །

དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་དབང་ལུ་ཤུགས་ཐལ་ནས། །
ང་དྲག་ཁོ་དྲག་ཟེར་ཞིང་སེམས་མ་མཐུན། །
རྩོད་གཞི་ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་སར་ལྷོད་ནི་ཚུ། །
མཐུན་སྒྲིག་ལས་ནི་བརྟེན་པའི་བདེ་བ་མེན། །

རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་ཟེར་མི་འདི། །
མཐུན་སྒྲིག་ལས་བརྟེན་ཡར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་ཚུ། །
ཡར་ལས་ཡར་དྲག་སོང་ཞིང་སེམས་མཐུན་པ། །
དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་འབྱུང་བ་སུ་ཡིས་འགོག །



མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལས་རྣམ་རྒྱལ།

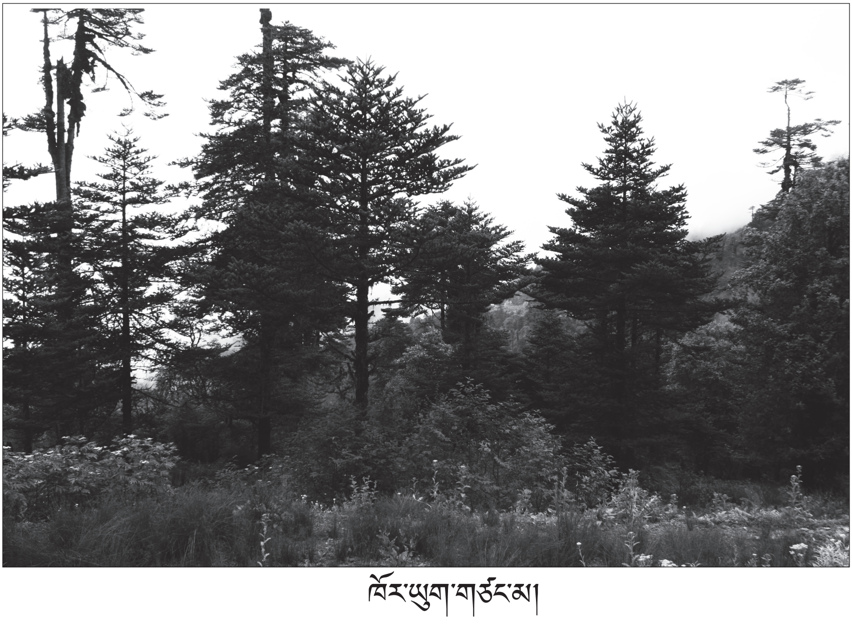



# འབྲུང་བ་ཁམས་གཙང་ལས་བརྟེན་པའི་དཀའ་སྐྱིད།

འབྲུང་བ་བཞི་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ཆགས་པ་ཡི། །
འཛིག་རྟེན་འཛམ་གླིང་སྐྱོང་རྡོག་རིལ་པོའི་གཟུགས། །
སྔོ་ལྗང་མཛེས་པའི་གླིང་མཆོག་ཁྱད་པར་ལས། །
ལྷོ་ཕྱོགས་འཛམ་བུ་གླིང་ཞེས་ཡོངས་སུ་གྲགས། །

འདི་ནི་འགྲོ་བ་སྤྱི་མཐུན་བསོད་ནམས་ལས། །
འབད་མེད་གྲུབ་པའི་སྡོང་ཀྲི་ཞིང་ཁམས་ཨིན། །
ཞིང་མཆོག་ཕུན་སུམ་ཚོགས་ཤིང་ཉམས་དགའ་བར། །
འདོད་རྒུ་གྲུབ་པའི་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་བཞུགས། །

ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་བསོད་ནམས་ཅན་གྱི་ནོར། །
དེང་དུས་བསོད་ནམས་དམན་པས་ཡིད་བཞིན་ནོར། །
རྩོལ་བཞིན་སྤྱོད་ལ་མ་མཁས་འབྱུང་བཞི་འཁྲུགས། །
འགྲོ་བའི་དགའ་སྐྱིད་ནུབ་རིར་ཡོལ་ལ་ཉེ། །



ཁོར་ཡུག་གཙང་མ།

སྤྱིར་ནི་འབྱུང་བ་ས་ཆུ་མེ་རླུང་བཞི། །
སྐྱོན་གྱིས་མ་གོས་བཅུད་རྣམས་མ་ཉམས་པར། །
རང་བཞིན་གཙང་མར་གནས་པའི་ཡོན་ཏན་ནི། །
རང་གཞན་དགའ་སྐྱིད་འདྲེན་ལ་སུ་ཡིས་བཀག །

འབྱུང་བ་བཞི་ལས་བྱུང་བའི་འབྱུང་འགྱུར་ཡང་། །
སྔོ་ལྗང་བཅུད་ལྡན་ཕུན་སུམ་ཚོགས་ནས་འོང་། །
མངར་ཆུ་གཙང་ཞིང་ཚ་དྲོད་སྙོམས་ཏེ་འོང་། །
རང་བཞིན་གཙང་བའི་རླུང་འབྱུང་ཉམས་རེ་དགའ། །

དེ་ལྟར་གནས་ན་འབྱུང་བ་ཁམས་གཙང་ལས། །
བརྟེན་པའི་དགའ་སྐྱིད་འབྱུང་བ་སུ་ཡིས་འགོག །
ཡིན་ཀྱང་དེང་སང་རྩོད་ལྡན་སྙིགས་དུས་ལུ། །
འབྱུང་ཁམས་འཁྲུགས་ནས་འགྲོ་བའི་དགའ་སྐྱིད་བརླག །

དེང་དུས་འབྱུང་བཞི་འཁྲུགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལ། །
འཛམ་གླིང་ཚ་དྲོད་ཡར་སེང་སོང་ནུག་ཟེར། །
མཁས་ལྡན་རྩོད་མེད་གྲགས་ཤིང་དོན་ལ་ཡང་། །
འགྲོ་བའི་ཞི་བདེར་གནོད་ལ་ལན་ཅིག་གསོན། །

ཚེ་ལོ་བརྒྱ་པའི་འགྲོ་བ་མི་ཡི་རིགས། །
ཆོག་ཤེས་མེད་པར་ནོར་ལ་ཆགས་པ་ལས། །
དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་དབང་དུ་ཐལ་ཆེས་ནས། །
བཟོ་གྲྭ་འཕྲུལ་ཁང་ལ་སོགས་གྲངས་མེད་བརྩུགས། །

བཙོག་གྲིབ་དུ་བ་ཐོན་པའི་སྣུམ་འཁོར་སོགས། །
གྲངས་མེད་ལག་ལེན་འཐབ་པའི་རྐྱེན་དབང་གིས། །
དུ་བའི་རྡུལ་ཕྲན་ནམ་མཁའི་ཁམས་ཀུན་ཁྱབ། །
དེ་གིས་འབྱུང་བཞི་མ་སྙོམས་དྲོད་ཤས་ཆེ། །

རང་བཞིན་གནས་སྟངས།

དེ་ཡིས་སྙིང་གི་ལྷ་དང་འོག་གི་ཀླུ། །
བར་གྱི་བཙན་ལ་སོགས་པར་མི་གཙང་བ། །
ཤོར་བའི་རྐྱེན་གྱིས་ལྷ་ཀླུ་བཙན་གསུམ་ཁྲོས། །
འབྱུང་བཞི་འཁྲུགས་ཤིང་ནད་ཡམས་སྣ་ཚོགས་དར། །

ཆར་ཆུ་དུས་སུ་མ་བབས་ཐོན་སྐྱེད་ཉམས། །
སྔོན་དུས་མེད་པའི་ཆུ་རུད་མེ་རྐྱེན་བྱུང་། །
རྣམ་རྟོག་མེད་པར་གློ་བུར་རླུང་འཚུབ་བྱུང་། །
འགྲོ་བའི་ཚེ་སྲོག་འཕྲོག་ཅིང་དཀའ་སྐྱིད་མེད། །

ཚ་རིག་ཆེ་བས་གྲང་རིག་ནུས་པ་ཉམས། །
མཐོ་བའི་གངས་དཀར་མ་བཞུ་བྱ་ཐབས་མེད། །
ཚ་གྲངས་མ་སྙོམས་འབྲུ་སྣའི་ཐོན་སྐྱེད་ཉམས། །
འབྲུ་སྣ་མེད་ན་འཚོ་བ་ཇི་ལྟར་སྐྱེལ། །

དེ་ཕྱིར་འབྱུང་བཞི་སྙོམས་པའི་ཆ་རྐྱེན་དུ། །
མཐའ་བསྐོར་གནས་སྟངས་མ་བསྲུང་ཐབས་དང་བྲལ། །
མཐའ་འཁོར་གནས་སྟངས་སྔོ་ལྗང་དང་ལྡན་ན། །
བསམ་དོན་འགྲུབ་པའི་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་ཨིན། །

ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་བཞུགས་ཀྱང་དད་མོས་ཀྱིས། །
གསོལ་འདེབས་ཞུ་མཁན་མེད་ན་ནོར་བུ་ལས། །
དངོས་གྲུབ་འབྱུང་ཐབས་མེད་པ་ཇི་བཞིན་དུ། །
མཐའ་བསྐོར་གནས་སྟངས་དེ་ཡང་འདི་དང་འདྲ། །

དེ་ཕྱིར་མ་འོངས་སྔོན་གཟིགས་ཆེ་བའི་རྒྱལ། །
འཇིགས་མེད་སེངྒེ་དབང་ཕྱུག་ཐུགས་གཏེར་ལས། །
རང་བཞིན་གནས་སྟངས་ལེགས་པར་བསྲུང་དགོས་པའི། །
དགའ་སྐྱིད་སྲི་ཇུས་བརྩམས་ནས་འབྲུག་འབངས་སྐྱོང་། །

དེ་ཡང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་བསམ་བཞིན་དུ། །
སྲིད་པར་བཟུང་བ་རང་བཞིན་ཤུགས་ཀྱིས་རྗོགས། །
དེ་ཕྱིར་མཐའ་བསྐོར་བསྲུང་ན་ཡབ་སྲས་ཀྱི། །
ཐུགས་དོན་འགྲུབ་པའང་དེ་ཡིས་འཐུས་པར་མངོན། །

གང་ཞིག་ཡབ་སྲས་གཉིས་ཀྱི་དགོངས་པ་དང་། །
འགལ་བའི་བྱ་བ་བརྩམས་ནས་རང་དོན་ལུ། །
ཚུལ་མིན་ནགས་ཤིང་ཡོད་ཚད་རྩ་ནས་གཅོད། །
བག་མེད་ནགས་ཚལ་མེ་ལྷའི་ཞལ་དུ་ཕུལ། །

གནས་བདག་གཞི་བདག་ཕོ་བྲང་ཆགས་པ་ཡི། །
ས་ལེགས་རྡོ་བཟང་སློང་སྟེ་ཚོང་འབྲེལ་འཐབ། །
ཚོག་ཤེས་མེད་པར་འདོད་པའི་དབང་སོང་ནས། །
འཕྲུལ་ཕན་ཕུགས་གནོད་ཅན་གྱི་འཕྲུལ་ཁང་སོགས། །
རྒྱལ་ཁམས་མཐའ་དབུས་མེད་པར་བཙུགས་པ་ཡི། །
རྫས་སྦྱོར་མི་དང་མི་མིན་གཉིས་ཀ་ལ། །
གནོད་པའི་རྫས་ངན་སྣ་ཚོགས་སྦྱོར་ཏེ་ལྷུགས། །

དེ་ལས་ཐོན་པའི་བཙོག་པའི་རིགས་ཀྱི་ཆ། །
གཅིག་ནི་དུ་བར་གྱུར་ཏེ་ནམ་མཁར་སོང་། །
དེ་གིས་སྟེང་གི་ལྷ་དང་བར་གྱི་བཙན། །
སོགས་ལ་དབང་མེད་མི་གཙང་རྫས་གྲིབ་ཤོར། །

གཅིག་ནི་ཁུ་བར་གྱུར་ཏེ་ས་འོག་སོང་། །
དེས་ཀྱང་འོག་གི་ཀླུ་ལུ་མི་གཙང་ཕོག །
རྫས་ངན་མི་གཙང་བ་ཡི་རྐྱེན་བྱས་ནས། །
ལྷ་ཀླུ་བཙན་གསུམ་འཁྲུགས་ཏེ་ནད་ཡམ་དར། །

ས་ལྷ་ཁྲོས་ཏེ་ས་རྡུད་གཡངས་མེད་ཆད། །
ཀླུང་ལ་ཁྲོས་ཏེ་ཀླུང་གི་འཛིགས་པ་ཐོན། །

ཀླུ་རྒྱལ་ཁྲོས་ཏེ་རྒྱ་མཚོའི་ཐ་རླབས་ལྡིང་། །
གློ་བུར་ཆུ་རུད་ཆད་པ་ལ་སོགས་པ། །
སུས་ཀྱང་མ་ཐུབ་རང་འདོད་ཆེ་ལས་བྱུང་། །
རང་སྐྱོན་མ་ཤེས་རང་བཞིན་རྐྱེན་དུ་བཤད། །

དེང་སང་དུས་ལུ་མི་རྣམས་ཚོག་ཤེས་མེད། །
བཏུབ་དང་མ་བཏུབ་མ་ཤེས་མ་བརྟགས་པར། །
རང་གི་མིག་ལྟར་རྟག་ཏུ་བསྲུང་དགོས་པའི། །
ལས་དང་རྒྱུ་འབྲས་སྣང་མེད་རྒྱབ་ཏུ་བསྐྱུར། །

འཛོམ་བག་མེད་པར་གཡོ་སྒྱུ་ཕྲ་མའི་ཐོག །
རང་འདོད་ཆེ་བས་ཅི་འདོད་བག་མེད་པའི། །
མི་སྤྱོད་ཁོ་ནའི་དབང་གིས་རྐྱེན་ངན་རྣམས། །
བྱུང་བ་མིན་ན་གཞན་ལས་བྱུང་ཐབས་མེད། །

འདི་ཡང་གངས་ལྗོངས་ཧི་མ་ལ་ཡི་རིགས། །
ཁྱད་པར་སྨན་ལྗོངས་འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི། །
སྐྱེ་འགྲོ་ཡོངས་ཀྱི་སྤྱོད་བས་བསླུབས་ལ་བརྟགས། །
ཡིན་མིན་རིག་པས་དཔྱད་ན་དོན་གཅིག་མཐོང་། །

དཔལ་ལྡན་འབྲུག་པའི་ཕྱུག་གདུགས་བླ་མ་ནི། །
རྒྱ་གར་ཡུལ་དུ་ཏི་ལི་ནཱ་རོ་གྲགས། །
གངས་ཅན་བོད་དུ་མར་པ་མི་ལ་སོགས། །
རྗོད་མེད་གྲགས་ཤིང་འབྲུག་འབངས་ཡོངས་ཀྱིས་དད། །

དད་དང་མོས་པའི་ཡུལ་གྱུར་མི་ལ་ཡིས། །
ནང་གི་བདེ་བའི་རྩ་བ་མ་ཤེས་པར། །
ཕྱི་ཡི་བདེ་བ་འཚོལ་ནས་ཅི་ཞིག་བྱ། །
ཟེར་ཞིང་གསུངས་པའི་ངག་ལ་བདེན་པ་ཅིག །
ཡོད་ན་ཁོང་གི་ཞལ་ནས་དེ་ལྟར་གསུངས། །

བལ་བོད་གཉིས་ཀྱི་སོ་མཚམས་གདིང་མ་བྲིན། །
ཟེར་བའི་ཡུལ་སྟོད་ཞིག་གིས་དབེན་གནས་སུ། །
རྗེ་བཙུན་མི་ལ་རས་པ་བཞུགས་དུས་ཅིག །
དཀར་ཕྱོགས་སྐྱོང་བའི་ལྷ་མོ་ཚེ་རིང་མར། །

གཡུས་དེའི་ནོར་རྫིབ་ཚུ་གིས་མི་གཙང་བ། །
གནམ་བྱཱར་དམར་ཐབ་སྦྲོམ་སྦྲེ་ཤོརཕ་ལས་བརྟེན། །
ལྷམོ་ལུ་གནོད་དེ་ཤི་ནི་འབད་བའི་བསྒྲང་། །
ལུང་པ་འདི་ནང་ནད་རིགས་སྣ་ཚོགས་བྱུང་། །

རང་བཞིན་གནས་
སྟངས།

མི་དང་སྒྲོ་ནོར་གྲངས་མེད་ནད་ཀྱིས་ཤི །
ཡུལ་འདིར་ལྟས་ངན་སྣ་ཚོགས་བྱུང་བའི་བསྒྲང་། །
ལྷ་མོའི་འཁོར་གྱིས་རྗེ་བཙུན་མི་ལ་ཞུ། །
དང་པ་ལྷ་མོ་ཚེ་རིང་ནད་ལས་གྲོལ། །

གཉིས་པ་ཡུལ་དེའི་ནད་རིགས་འཛོམས་ཐབས་ལུ། །
རིམ་གྲོ་གསུངས་ཏེ་ཡུལ་འདི་བདེ་ལ་བཀོད། །

ལྷ་མི་མཐུན་པས་དགའ་སྐྱིད་བྱུང་བའི་ཚུལ། །
དུས་རབས་བཅུ་གཅིག་སྐབས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་མས། །

གནམ་འདི་བདེན་དང་མི་བདེན་དཔྱད་ན་ཞེས། །
དེ་ཕྱིར་འབྲུག་འབངས་ཡོངས་ཀྱིས་གཅིག་དྲིལ་ཐོགས །
སྔོན་གྱི་རྒྱལ་བ་གོང་མའི་གདམས་ངག་དང་། །
དེང་དུས་རིག་གསར་ལས་བརྟེན་བསམ་ཚུལ་གཉིས། །

ཟུང་འབྲེལ་ལག་ལེན་བསྟར་ན་འབྱུང་བཞི་ཡི། །
རྐྱེན་ངན་བཀག་ཐབས་འོངས་ནི་མ་གཏོགས་པ། །

རང་བཞིན་གནས་སྟངས།

སླན་གྲགས་འཛམ་གླིང་ཁྱབ་ཀྱང་ཕན་པ་དཀའ། །
ཁང་ཁྱིམ་རྒྱལ་ཁམས་གང་སྟེ་ཡོད་རུང་རང་། །

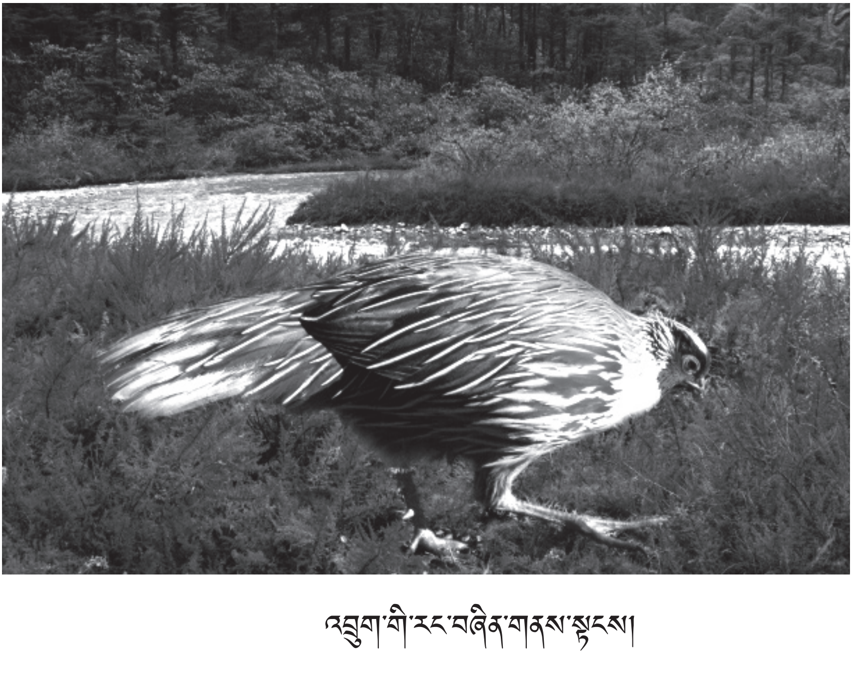
ཕན་མེད་ཕུང་དང་སྡུག་བསྔལ་གཞི་ལུ་འགྱུར། །
གསེར་དངུལ་རི་བཟུམ་སྤྱུངས་རུང་ཤི་བའི་སྐབས། །
བར་དོར་འཁྲམས་པའི་རྒྱུ་ལས་གཞན་ནི་ཅི། །
དེ་ཡང་སྐྱེ་བ་སྔ་ཕྱི་ཡོད་ཟེར་ནས། །
ཁས་བླངས་ཡིད་ཆེས་ཡོད་པའི་ངོ་ལུ་གླེང་། །

འཇིག་རྟེན་གྲགས་པའི་ཁ་གཏམ་གླེང་ཚུལ་ལ། །
མཚམས་ཚོད་དུས་ཀྱིས་ཤེས་ན་མཁས་པའི་རྟགས། །
དེ་བཟུམ་རྒྱལ་བ་གོང་མའི་བཀའ་ལུང་ལས། །
དམན་ས་བཟུང་ཞིང་ཚོག་ཤེས་ནོར་གྱིས་ཕྱུག །
ཟེར་བའི་དོན་ལྟར་སྤྱོད་ན་དགའ་སྐྱིད་ཀྱང་། །
འབད་མེད་ཤུགས་ཀྱིས་འབྱུང་བ་སུ་ཡིས་འགོག །

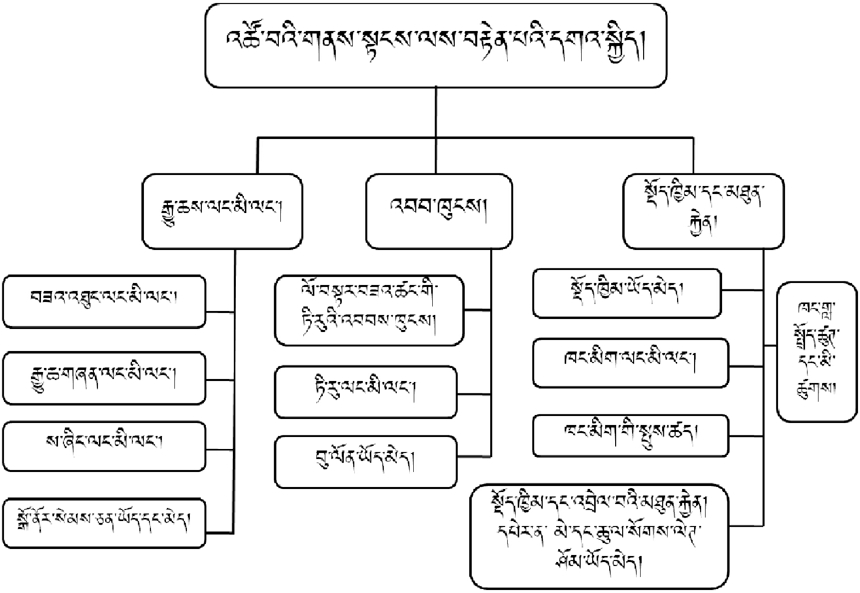
མ་གནོགས་མཁས་པ་འབུམ་གྱིས་དགའ་སྐྱིད་སྐོར། །
མི་ཚེ་ཟད་ཟད་བཤད་ཀྱང་ངལ་བའི་རྒྱུ། །
སྙིང་པོ་མེད་པའི་ཆུ་ཤིང་སྡོང་པོ་འདྲ། །
དེ་ཕྱིར་སྤྱི་ལ་ཕན་པའི་ཐུགས་བསམ་བཞེས། །

འབྲུག་འབངས་སྤྱི་ཡི་བསོད་ནམས་འབུམ་ཕྲག་ལས། །
གྲུབ་པའི་མངའ་བདག་ཡབ་སྲས་ལྷ་བ་ལ། །
ཀུན་གྱིས་གནས་ནས་ཞི་བདེའི་གཞི་ལ་བརྩོན། །
དོན་གཉིས་གྲུབ་པའི་དགའ་སྐྱིད་ཉི་ཤར་ཤོག །

དེ་བཞིན་རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་ཀྱི། །
ལྷ་བར་གནས་པའི་རྒྱུ་ཚོགས་ཚང་ནས་ནི། །
བགེགས་མེད་ཕུན་སུམ་ཚོགས་ན་འབྲུག་ཡུལ་འདིར། །
དགའ་སྐྱིད་ལྷ་དང་མཉམ་པ་བཤད་མི་དགོ །



འབྲུག་གི་རང་བཞིན་གནས་སྟངས།




# འཚོ་བའི་གནས་སྟངས་ལས་བརྟེན་པའི་དགའ་སྐྱིད།

ང་བཅས་རིགས་དྲུག་ནང་ལས་འགྲོ་བ་མི། །
ཁམས་གསུམ་ནང་ལས་འདོད་ཁམསཔ་ཨིནམ་ལས་བརྟེན། །
རྒྱུ་ནོར་ལོངས་སྤྱོད་རང་དགོས་ཚོད་དང་བསྟུན། །
མ་བསྟེན་པར་ནི་འཚོ་བའི་ཐབས་དང་བྲལ། །

དེ་ཕྱིར་དགའ་སྐྱིད་དམིགས་ཡུལ་བསྒྲུབ་ནི་ལུ། །
དང་པ་སྡོད་སའི་ཁྱིམ་དང་བཟའ་འཐུང་ལངམ། །
དགོ་པའི་ཁ་ལུ་བུ་ལོན་མེདཔ་ཅིག་སྦེ། །
རང་མགོ་ཐོན་པའི་འཚོ་ཐབས་ལྡནཔ་ཅིག་དགོ །

དགའ་སྐྱིད་གཞི་མ་འདི་གསུམ་མེདཔ་ཅིན། །
དགའ་སྐྱིད་ལོ་རྒྱུས་བཤད་ཀྱང་ངལ་བའི་རྒྱུ། །
འདི་བ་དང་པའི་གཞི་མ་འཚོ་སྐྱོང་གི །
སྐྱིད་སྡུག་སེལ་བ་དགའ་སྐྱིད་ལྟ་བ་ཨིན། །

སྔོན་གྱི་དུས་ལུ་འབྲུག་གི་མི་སེར་གྱིས། །
རང་མགོ་ཐོནམ་སྦེ་འཚོ་སྐྱོང་ཐབས་ནི་ལུ། །
སོ་ནམ་ལཱ་དང་སྒྲོ་ནོར་ཚོང་འབྲེལ་རིགས། །
ཚུ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་འཚོ་སྐྱོང་འཐབ་སྡོད་ནུག །

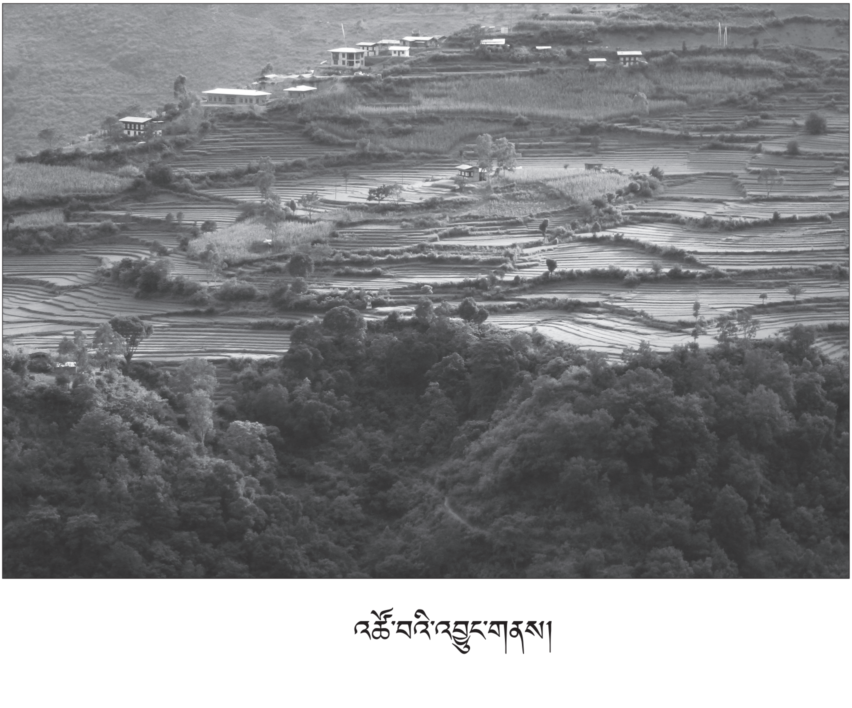
དེང་དུས་སྤྱི་ཚོགས་ཡར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་དང་། །
ཁྱད་པར་མི་དབང་ཡབ་སྲས་རྣམ་གཉིས་ཀྱི། །
མཁྱེན་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་གོང་འཕེལ་ཡར་རྒྱས་ཚུ། །
ཡར་ངོའི་ཟླཝ་བཟུམ་གོང་ནས་གོང་འཕེལ་བཏང་། །

འཚོ་བ་ལུ་བརྟེན་མི།

དེ་ཡི་མཐུ་ལས་འབྲུག་གི་མི་སེར་གྱི། །
འབབ་ཁུངས་ཚུ་ཡང་ཡར་ལས་ཡར་འཕེལ་སྦེ། །
སྤུར་མེད་རྫོང་འབྲེལ་གོང་འཕེལ་དགུང་ལུ་སླེབས། །
རོ་བཙུད་ལྡན་པའི་ཟས་ཀྱིས་རྒྱལ་ཁམས་གང་། །

དེ་ཡང་འབྲུག་གི་འབབ་ཁུངས་རྩིས་ཐོག་ཕབ། །
དེ་བཟུམ་དཔལ་འབྱོར་དངུལ་ལུ་ཕབ་ཞིནམ་ལས། །
འབྲུག་འབངས་སྤྱི་ལུ་བགོ་བཤའ་རྐྱབ་པ་ཅིན། །
ལོ་བསྟར་དངུལ་གྱི་འབབ་ཁུངས་འདི་བཟུམ་མས། །

ལོ་རེ་འབྲུག་གི་མི་སེར་རེ་རེ་ལུ། །
གཅིག་འབུམ་ཉིས་ཁྲི་བར་དུ་ལུ། །
དངུལ་གྱི་འབབ་ཁུངས་ཁྱབ་དོ་ཡོད་པའི་ཚུལ། །
ཞིབ་འཚོལ་གྲུབ་འབྲས་སྙན་ཞུར་བཀོད་དེ་འདུག །



འཚོ་བའི་འབྱུང་གནས།

ཨིན་རུང་འགྲོ་བ་རང་རང་སོ་སོ་གི །
སྨོན་བསགས་བསོད་ནམས་ཆེ་ཆུང་དབང་གིས་སྦྲེ། །
འཛོན་ཐངས་མི་འདྲར་འབབ་ཁུངས་ཁྱད་པར་གྱི། །
སྐྱིད་སྡུག་མི་འདྲ་བདེ་སྡུག་སྣ་ཚོགས་བྱུང་། །

འཚོ་བའི་དགའ་སྐྱིད་མ་ཐོབ་ཉམ་ཆུང་རིགས། །
བསོད་ནམས་ཆུང་བའི་དབང་གིས་བྱུང་ཡོདཔ་ཨིན། །
ཟེར་ཞིང་སྣང་མེད་བཞག་པ་མ་བཏུབ་ལས། །
བདེ་སྡུག་སེལ་ནི་འབངས་གཞུང་གཉིས་ལུ་ཐོག །

སྤྱིར་བཏང་མི་སེར་ཡར་རྒྱས་འགྲོ་ཐངས་ལུ། །
རྒྱུ་མཚན་མི་འདྲ་ལས་ནི་རྣམ་མང་ཡང་། །
གཡུས་སྒྲོ་ལ་ལུར་སྟུམ་འཁོར་ལམ་གྱི་གཙོས། །
མཐུན་རྐྱེན་འཛོམས་ཏེ་ཡར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་སོང་། །

གཡུས་སྒྲོ་ལ་ལུར་འདི་ཚུ་ག་ལས་འོང་། །
ཐ་ན་སྡོད་སའི་ཁྱིམ་ཅམ་མེད་མི་འདང་ཡོད། །
འབྲུག་གི་མི་སེར་ཨིན་པ་མཉམ་རུང་རང་། །
སྐྱིད་སྡུག་མ་མཉམ་ཀུན་གྱིས་མཁྱེན་ས་ཨིན། །

གཞུང་དང་འབྲེལ་ཡོད་ཚུ་གིས་སྤྱན་གྱིས་གཟིགས། །
འཚོ་བའི་གནས་སྟངས་ལས་བརྟེན་དགའ་སྐྱིད་གཞི། །
མ་ཐོབ་པ་ཡི་འབྲུག་མི་ཚུ་ལུ་གཟིགས། །
ལྟོགས་གྲུབ་མེད་པའི་འབངས་ལུ་ལྷག་པར་གཟིགས། །

རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་ཟེར་མི་འདི། །
འགྲོ་ཐུག་བདེ་བར་བཀོད་མི་མ་མ་ཨིན། །
དབུལ་ཕོངས་རྩ་ནས་གཙོད་པའི་རལ་གྲི་ཨིན། །
རྨོངས་པའི་རྒྱ་མཚོ་བཀྲལ་མི་གྲུ་གཟིངས་ཨིན། །

གྲུ་གཟིངས་འདི་ལུ་བརྟེན་ཏེ་འབྲུག་མི་ཚུ། །
མྱུར་དུ་དགའ་སྐྱིད་སྨྱོང་བའི་མངོན་རྟགས་ལུ། །
འཆར་གཞི་བཅུ་པའི་ལས་འཆར་སྲིད་བྱུས་བཟང་། །
ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་སྒྲིག་ལ་གཟིགས། །

གཟིགས་པ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་ན་འཚོ་བ་ལྷུ། །
བརྟེན་པའི་དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་ཡར་རྒྱས་ཟེར། །
ལོགས་སུ་མེདཔ་ལས་འཚོ་བའི་གནས་སྟངས་ལྷུ། །
བརྟེན་པའི་དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་ལས་ཀྱིས་འབྱུང་། །

དེང་དུས་རྒྱལ་སྤྱིའི་བྱ་བ་འདི་ལུ་བརྟེན། །
རང་དོན་རྐྱངམ་གཅིག་བསྒྲུབས་ཧེ་སྔོདཔ་ཅིན། །
ངོ་ཚ་ཁྲེལ་མེདཔ་བྱ་སྤྱོད་མེན་ན་ཅི། །
རྒྱལ་སྤྱིར་གྲོང་རྒྱུད་ཕོག་པ་མེན་ནམ་ཅི། །

འཚོ་བའི་འབྱུང་གནས།

# བཅུད་བསྡོམས།

མི་དབང་འབྲུག་རྒྱལ་བཞི་པའི་དགོངས་གཏེར་ཆེ། །
རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་ལྟ་བ་འདི། །
དམ་པའི་ཆོས་དང་འབྲེལ་ལས་གཏིང་ཟབ་ཆེ། །
མདོར་ན་མི་མང་ཡོངས་ཀྱི་སེམས་རྒྱུད་ལུ། །

༡. བྱ་མོས་བྱིའུ་གསོ་ལྟ་བུའི་དགའ་བ་དང་། །
༢. ཛ་མོང་ཛེའུ་སྐྱོར་ལྟ་བུའི་སྙིང་རྗེ་དང་། །
༣. ངང་པ་མཚོར་འཛུག་ལྟ་བུའི་དགའ་བ་དང་། །
༤. དྲང་སྲོང་མགྲོན་དགྱེས་ལྟ་བུའི་བཏང་སྙོམས་དང་། །
༥. གཞན་གྱི་དོན་ལ་ལྟོས་པའི་ཁྲེལ་དང་ནི། །
༦. རང་གི་དོན་ལ་ལྟོས་པའི་ངོ་ཚ་དང་། །
༧. སྟོན་པས་བསྔགས་པའི་ཆོག་ཤེས་ནོར་དང་བཅས། །

དེ་བདུན་ཚང་ན་འདི་ཕྱིའི་དཔལ་གྲུབ་པས། །
དཀར་ཕྱོགས་ལྷ་ཡིས་བསྔགས་བརྗོད་མེ་ཏོག་འཐོར། །
འདི་ཕྱི་དགེ་ལེགས་དཔལ་ཀུན་གྲུབ་གྱུར་ནས། །
རིམ་གྱིས་ཐར་པའི་གླིང་དུ་སླེབས་པར་འགྱུར། །

སྟོན་པ་ཐུགས་རྗེ་ཅན་གྱི་ཞལ་སྔ་ནས། །
སྡིག་པ་ག་ཅི་ཡང་ནི་མ་འབད་བར། །
དགེ་བ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་སྤྲུད་དེ་གིས། །
རང་གི་སེམས་ནི་དུས་ཀུན་བཏུལ་བ་ཅིན། །
འདི་ནི་སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་ཡིན་ཞེས་གསུངས། །

སེམས་འདི་སྡིག་ན་ལུས་དང་ངག་ཀྱང་སྡིག །
སེམས་འདི་དགེ་ན་ལུས་དང་ངག་ཀྱང་དགེ །
དེ་ཕྱིར་སེམས་འདི་དགེ་བའི་ཐབས་བརྩོན་ན། །
དགའ་སྐྱིད་བདེ་བ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་ནས་འོང་། །

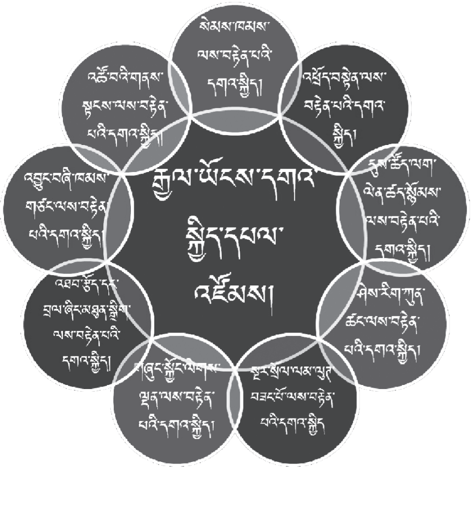
དེ་ཚུ་དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་འབྱུང་གནས་ཨིན། །
ཕུལ་བྱུང་ཞི་བདེའི་འབྱུང་གནས་ཡོན་ཏན་རྒྱུན། །
འཛམ་གླིང་མཁས་པ་སྟོང་གིས་བསྔགས་པའི་གནས། །
སྐྱེ་འགྲོའི་སེམས་ལུ་ཞི་བསིལ་བྱིན་པའི་ནོར། །

རིས་མེད་འགྲོ་བའི་སྐྱིད་སྡུག་སེལ་ཚུགས་མི། །
སྲིད་བཟང་རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་འདི། །

འཛམ་གླིང་འདི་ནང་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་ཤིན། །
འདི་ནི་རྒྱལ་སྤྱིར་ཞི་བདེ་འབྱུང་བའི་གནས། །

འདི་ནི་མཁས་བློན་ཕྱོགས་རིས་མ་ཕྱེ་བར། །
དགའ་སྐྱིད་ས་ཁར་འཁྱིད་མི་ལམ་སྟོན་པ་ཤིན། །
འཛམ་གླིང་མཁས་བློན་གཉིས་ཀྱིས་དགའ་སྐྱིད་འདི། །
འབྱུང་ནིའི་དོན་ལུ་རྩོད་སའི་གནས་ཡང་ཤིན། །

ཕྱི་ནང་མཁས་པ་བརྒྱ་ཡིས་དགའ་སྐྱིད་འདི། །
མི་སྡེའི་ནང་ལུ་འབྱུང་ཐབས་དམིགས་ནས་ནི། །
ཞལ་འཛོམས་ཚོགས་ཏེ་སྲིད་བྱུས་བརྩམས་ན་ཡང་། །
ལྷ་བ་འདི་ལས་ཁྱད་འཕགས་གཞན་ཅི་སྙེད། །



# མཇུག་སྡོམ།

རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་ལྷ་བ་འདི། །
རྒྱལ་ཁབ་གཅིག་གི་སྲིད་བྱུས་ཨིནམ་ཤེས་དགོ །
མཐུན་སྒྲིལ་གཅིག་གི་རྩ་བ་ཨིནམ་ཤེས་དགོ །
གཅིག་སྒྱུར་གཅིག་གི་གཞི་འགྲུམ་ཨིནམ་ཤེས་དགོ །

རང་དབང་དགའ་སྐྱིད་དོན་ལུ་སྟོད་ཡང་དགོ །
ཐོབ་ཐང་འདྲ་མཉམ་འབད་དེ་ཐོབ་ཡང་དགོ །
མི་དབང་ཡབ་སྲས་དགོངས་བཞེད་གྲུབ་ཡང་དགོ །
གཅིག་སྒྱུར་ཞི་བདེའི་རྩ་བ་བརྟན་ཡང་དགོ །

འབྲུག་མིས་དགའ་སྐྱིད་རྩ་བ་ཤེས་པ་ཅིན། །
མཐུན་སྒྲིལ་གསེར་གྱི་ཐིགས་པ་གཙང་མ་དགོ །
རིག་པའི་མཛོད་ཀྱི་སྒོ་མོ་ཕྱེ་ཡང་དགོ །
གཡོ་སྒྱུ་ཕྲ་མས་མ་གོས་དམ་ཚིག་དགོ །

སྔོན་ལྗོངས་འབྲུག་ཡུལ་ཟེར་བའི་རྒྱལ་ཁབ་འདི། །
སྔོན་བྱོན་རྒྱལ་བ་གོང་མའི་བཀའ་དྲིན་ལས། །
ངོ་མཚར་ཆོས་ལྡན་ཞིང་དུ་སྒྲོལ་གཏོད་མཛད། །
སྤྱིལ་པའི་ཆོས་རྒྱལ་རིམ་པར་བྱོན་ནས་ཡོད། །

ཆོས་ལྡན་རྒྱལ་ཁབ་ཆོས་བཞིན་སྐྱོང་ན་ལེགས། །
མངོན་པའི་ང་རྒྱལ་གཡོ་སྒྱུ་སྤངས་ན་ལེགས། །
དྲིན་ཅན་གོང་མའི་བཀའ་དྲིན་ཤེས་ན་ལེགས། །
མངའ་བདག་ཡབ་སྲས་དགོངས་པ་རྫོགས་ན་ལེགས། །

དེང་དུས་འབྲུག་པའི་མི་ཡི་བྱ་སྤྱོད་འདི། །
རང་གི་རིག་གཞུང་མ་སྲུངས་རྒྱབ་ཁར་བཞག །
གཞན་གྱི་རིག་གཞུང་སྲུངས་ཀྱང་གཞན་རང་མཁས། །
དེང་སང་དུས་ལུ་ཆོས་ལྡན་ཞིང་དུ་སྐྱོ། །

ཆོས་ཁྲིམས་དར་གྱི་མདུད་ཐོད་མ་ལྷོད་པར། །
རྒྱལ་ཁྲིམས་གསེར་གྱི་གཉའ་ཤིང་བརྟན་ཞིནམ་ལས །
སྐྱེ་བོའི་བྱ་སྤྱོད་ལོག་ལམ་ལས་སྐྱོབ་སྟེ། །
སྣོད་བཅུད་ཉེར་འཚོ་མཐའ་དག་མེད་པར་ཤོག །

དེ་ཡང་ རབ་བྱུང་༡༧ པའི་ ལྕགས་མོ་ཡོས་ལོ་ཟླ་བ་༢ པའི་དཀར་ཕྱོགས་དགའ་བ་དང་པར་ རྡོ་རྗེ་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་ དཔལ་འབྲུག་ཞིབ་འཇུག་ལྟེ་བའི་གཙོ་འཛིན་དྲགོས་ཀརྨ ཨུ་རའི་གསུང་བཞེད་ལྟུ་བརྟེན་ཏེ་ དགའ་སྐྱིད་འཁོར་ལོ་རྩིབས་དགུའི་གོ་བ་འགོག་མེད་དུ་ཤར་བའི་ སྙིང་གཏམ་ཚིགས་བཅད་ཀྱི་ལམ་ནས་གླེང་བ་དེ་ཡང་ཕྱོགས་དུས་ཀུན་ཏུ་དགེ་བའི་རྒྱུར་གྱུར་ཅིག། །།

CENTRE FOR BHUTAN STUDIES POST BOX 1111, THIMPHU, BHUTAN

PHONE 975-2-321111 975-2-321005 975-2-321003

FASCIMILE 975-2-321001 EMAIL CBS@DRUKNET.BT WWW.BHUTANSTUDIES.ORG.BT

ISBN: 978-99936-14-68-5