

༣༡ །།ཀ་ཚློ་མ་མི་ལམ་ནང་གི་འབྲུན་སྒྲ།

ཀླ་ཡེ་ཉོན་དང་དྲུང་ཆེ་དྲུང་གཞོན་ཚོ།
ཁ་སང་དེ་རིང་གསར་འབྱོར་མང་དུ་འགྲོ།
ག་ས་ག་ན་གྲོ་ཁོག་སྒྲོགས་ནས་འབྲུམས།
ང་ཡིས་བཞུས་ན་སྦྱོན་བདག་ཁོ་ཚོར་མཁོ།
ཅ་ཅ་འུད་གཏམ་སྒྲོག་མཁན་ཁོ་ཚོ་མིན།
ཆ་ལྷགས་མི་འདྲ་སྒྲོན་མཁན་འང་ཁོ་ཚོ་མིན།
ཇ་ཆང་འོ་ཞོ་འཐུང་རྒྱུང་ཁོ་ཚོར་མེད།
ཉ་ཤ་ར་ཤ་བ་རྒྱུང་ཁོ་ཚོར་མེད།
དྲ་ལའི་སྒྲ་མའི་མཇེད་རྒྱུ་མཚོག་མོད་ཀྱང་།
ཐ་མ་འགའ་རེས་བོད་འབངས་དགྲིག་བཞིན་བས།
ད་ལོ་བྱེ་ལོ་བོད་ལ་བདེ་སྦྱིད་ཅིག།
ན་ཚ་སྦྱིང་ལ་ཟུག་ཀྱང་ཐོབ་རྒྱུ་དགའ།
བ་བ་བོ་བོ་ཅན་ལྡན་བདག་སྒྲ་དྲུག།
པ་ཡུལ་བོད་མིའི་ཁྲོད་ན་མཐོང་རྒྱུ་ཡང་།
བ་སྒྲང་ལྟ་ལ་བཀྱར་བའི་ཡུལ་འདི་ན།
མ་ཡིས་བྱ་སྒྲུག་གཞོང་བཞིན་དེ་དག་སྟར།
ཅ་ར་ཅོ་རོའི་དགྲིག་གཏམ་བཤད་མཁན་མང་།
ཆ་ཁུའི་ནང་དུ་མངར་མོ་སྒྲུག་མཁན་མང་།
ཇ་ལངས་སྦྱོད་པ་ཅན་ནི་འདི་ན་མང་།
ཐ་སྦྱོས་སྦྱེ་བའི་རིགས་ཀྱིས་ཡུལ་འདི་བཀང་།
ཞ་ཟེར་མ་ཉི་ལྷོག་མཁན་མང་མོད་ཀྱང་།
བ་བཏུང་འདོད་ཡོན་རིགས་ལ་གཡེང་མཁན་མང་།
འ་ཅག་བོད་དོན་གཅིག་བྱ་བསམ་མཁན་གྱི།
ཡ་རབས་ཞུ་མེར་ཅན་ནི་འདི་ན་དགོན།
རུ་ས་འཕྱལ་སྒྲང་སྒྲུག་བར་བེ་ཏ་ལ།

ལ་ལས་བཤད་ན་འཇམ་བུ་སྒྲིང་གི་རྒྱན།
ཤ་གཟན་མིག་ལ་མེ་རྟོག་མི་མཛེས་བཞིན
ས་ཕྱིགས་རེ་ན་མཛེས་བ་ཐ་དད་རེ།
ཏ་ཏ་ཏ་ཏ་འི་ངང་ནས་ཆེ་འདི་སྒྲིངས།
ཏ་ལས་ཏང་སངས་མེད་པ་ཆེ་ཕྱི་མ།
ཨ་ཨ་ཨ་ཨ་འི་ངང་ནས་བོད་དོན་སྐྱབས།
ཨ་མའི་བུ་ཞིག་ཡིན་ན་ལག་རྩེས་ཐོན།
ཏ་ཏ་འཇིག་རྟེན་འདི་ན་སྐྱབས་མགོན་མེད།
ཏ་ཏ་རང་གི་སྐྱབས་མགོན་རང་ཉིད་ཡིན།
ཨ་རོ་དེ་བས་ཕྱག་ནི་འཆལ་ས་མེད།
ཨ་རོ་དེ་བས་རང་ཉིད་གཅེས་སུ་བབྱང་།

ཞེས་བཞུགས་སྐར་དྲ་རམ་ས་ལ་ནས་ཨ་ཁུ་འབྲོག་པ་ཏ་མགོན་རྒྱལ་བོས་ཐབས་སྒྲི་བའི་ངང་ཕུལ་སོ།

༣༣ ། ང་ནི་བཀྲེས་སུ་གོམ་གྱིས་གདུང་བའི་རྒྱ་གར་བ་ཞིག

ཀྱེ་མ། ཀྱེ་ཏུད།
ཀུན་ལས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་བའི་སྒྲིང་རྩེ།
ཡང་ན་སྒྲིང་རྩེ་ཡི་བདག་པོ་ཁ་བ་ཅན་ནམས།
ང་ནི་བཀྲེས་སུ་གོམ་གྱིས་གདུང་བའི་རྒྱ་གར་བ་ཞིག

ང་ཏ་ལས་འཆི་ལ་ཁད།
འཆི་བདག་རྒྱན་པོའི་སྒོ་ཁ་ན།

ང་ལ་ཟས་ཁམ་གང་གནང་རོགས་མཆུན།
ཕྱེ་ལྷ་གཅིག་ཡིན་ན་ཆོག

ང་ད་རུང་འཆོ་འདོད་ལ།

འཇིག་རྟེན་དཀར་ངོགས་ནས།

ངའང་བྱེད་ནམས་བཞིན་འཆི་རྒྱུ་སྒྲིག་
ངས་ཀྱང་རང་ཚོད་ཀྱི་བདེ་སྦྱིད་ཅིག་
མི་ལམ་ནང་རྟག་དྲུབ་ཅིངས་ཡོད།

ང་ལ་ལག་པ་བྱུང་མི་འདུག་
བྱེད་ནམས་ཀྱིས་མཐོང་བ་བཞིན།
འདི་འདྲའི་སྒྲིག་བཟུལ་བ་ཞིག་

རྒྱུ་བ་གཉིས་ཀྱང་འཆག་ལ་ཁད།
ཀྱག་ཀྱོག་གི་ཁེར་ལམ་འདི་ན།
རྒྱུ་དམར་དང་ཁ་བའི་འོག་

ཨ། ཀྱེ་མ་ཀྱེ་དུད།
དཀོན་མཆོག་མཁུན་དཀོན་མཆོག་གིས་སྤངས།
ཁ་བ་ཅན་རྒྱམས་ང་ཡི་སྦྱིན་བདག་ང་ཡི་མགོན་སྐྱབས།
ངའང་སྤངས་པར་གྱུར་ཅིག་གུ་ཁ་བ་ཅན་རྒྱམས་བཞིན།

༄༅། ང་ལ་ཕྱིར་བ་ཞིག་ལས་ཅི་ཡང་མེད།

ང་ལ་ཕྱིར་བ་ཞིག་ལས་ཅི་ཡང་མེད།
ཕྱིར་བ་དེའང་ནམ་རྒྱུན་དུས་རྒྱུན་བཀྱེས་སུ་གྱིས་མནར་འདུག་
དེ་བས་སྤངས་འདུག་ལ་རྒྱ་ཞིག་ལ་དམིགས་ཏེ།

ང་ནི་གྲོགས་མེད་ཁེར་རྒྱུ་དུ་འཆོ་འདུག་
སྤོབ་འབྱུགས་ན་བཟོས་བའི་ཁང་ངན་ལོག་ལ་ཁད་ཅིག་གི་ནང་།
ངས་ནི་བྱིས་མཆོས་གཡས་གཡོན་གྱི་རྒྱོད་སྒྲ་དང་འཇུག་དཔུལ་ལ་ཡིད་དབང་ཤོར་
ཞོར་དང་ཤོར་ནས་མཆིས།

སཀའ་མཆོད་རྒྱུ་ཡོད་ཀྱི་ཞལ་རིས་འཇུག་དཔུལ་ལེ་ཞིག
རྩོམ་སྒྲིལ་རིམ་སྟབས་རྒྱུ་ལྷན་ཚུར་སྤྲོད་བྱུང་།
འོན་ཀྱང་དེ་ནི་མི་ལམ་ཞིག

སཀའ་མཆོད་སྟན་སྟངས་སྟངས་གི་མགོན་སྒྲུ་ཞིག་གྱེར་བྱུང་།
བར་སྟངས་གི་སྤྱོད་གསལ་དེ་ནས་སྦྱི་བསལ་སྟངས་དང་འགྲོགས་ཏེ།
འོན་ཀྱང་དེ་ནི་འཕྲུལ་སྟངས་ཞིག

ང་ནི་སྟངས་སྟུ་མེད་ལ་སྟངས་འདུག
རྩ་རམ་ས་ལའི་བྱི་སྟོན་དང་ང་གཉིས།
ལྷང་བ་གཅིག་པ་ཡིན་སྟངས་།

ཨ། འདས་སྟངས་བའི་གཏམ་སྟུང་ཡ་མཚར་བ་དེ་དག
དེང་གི་ང་ལ་མཚན་ན་སྟན་ཞིག
སྦྱི་བ་དང་གཏུངས་བའི་དུས་དེ་ལ།

ང་ལ་ཕྱིར་བ་ཞིག་ལས་ཅི་ཡང་མེད།
ཕྱིར་བ་དེའང་ནམ་སྟུན་དུས་སྟུན་སྟངས་འདུག
ནམ་སྟུན་དུས་སྟུན་བཀྲེས་སྟོན་གྱིས་མནར་འདུག

༄༅། ངའི་མི་ལམ་ཏེ་ལམ་སྟངས་སྟངས་།

ང་ལ་དུ་སྟབས་གཅིག་གི་རྣམ་པ་ལས་ཅི།
འབྲུག་པོ་ཞིག་ལས་ཡིན་ནང་གི་གང་ཡིན།

ང་ལ་གོས་དང་ཟས་ཅི་ཡང་མི་འདུག
སྤང་བའི་མིང་ལ་ཐག་རྩ་ཉེ་དང་རྩ་ཉེ།

ངའི་གོས་དང་ཟས་ཚང་མ་སྒྲིལ་ནང་དུ་ཤོར་སོང་།
སྒྲིལ་ཚང་ལ་ཁ་བྲལ་བའི་ལམ་དེ་ནས།

ངའི་ཕྱི་ལམ་ཏ་ལམ་སྟོང་སོང་།
ཏ་ལམ་ཕྱིར་སྒྲིལ་ཚང་དུ་ལྷག་དགོས་བྱུང་།
ལྷག་སོང་ན་ཏ་ལམ་སྒྲིལ་གི་ལ་བ་རྩ་འཇུག
སེམས་བ་ཡིད་བཞིན་འོར་བུ་ལ་གཏད་དེ།

ངའི་ཕྱི་ལམ་ཏ་ལམ་སྟོང་སོང་།
སྒྲིལ་བཅོལ་སའི་དྲུང་ཆེ་ཡི་མདུན་དུ།
སྒྲིལ་བཅོལ་ས་རི་བོང་གི་རྩ།
རང་གི་རོ་བདག་རང་མ་གཏོགས་སུ།

ངའི་རྒྱུ་བ་བྱུང་འཆག་ལ་ཁད་དང་རྩལ་ལ་ཁད
འདུག་ས་གཅིག་ན་ཏེ་ཐུང་ན་གྱི་ཐང་སྟོང་འདྲིར།
ཕྱི་སྒྲིལ་ཡང་མང་བོ་ཞིག་ཕྱོག་འདུག
ཡིད་བཞིན་འོར་བུ་དེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་ནམ།
ཕ་མ་བྱུང་ལ་ཡོད་ཚད་གསང་ན་ཡག་པོ་འདུག

༩༩ ། དུག་ཕྱེའི་འོག

དེ་རིང་སྒྲུལ་ནང་བཞིན།
རྒྱ་ཁོག་དེས་ཡང་བསྐྱར་དུག་ཕྱེ་སྒྲིལ་བཏོན།
མང་བོ་ཞིག་གི་མིག་ནང་ནས་བྲག་དང་རྒྱ་བཟུང་།
མང་བོ་ཞིག་ཆོས་སྒྲིལ་དུ་སོང་སྐད།

༩༩ ། ང་ཏ་ལམ་བྱིད་ལ་དགའ་སོང་།

.....ད་ཤོད་དུ་ཕྱིར་བའི་མཛེས་མ་ཞིག་ལ།

ང་ཉ་ལམ་བྱེད་ལ་དགའ་སྤང་།
དེ་མེན་ན་ངས་ཉིན་བཞིན་བྱེད་ལ་ལྷ་དགོས་དོན་མེད།
མིག་གཉིས་སྤང་ལ་ཁད་དུ།
མོར་བཟང་གིས་ཡིད་འཕྲོག་ལྷ་མོར་བཞིན།

བྱེད་ཀྱང་ཉ་ལམ་ང་ལ་ཆགས་འདུག།
དེ་མེན་རང་གཉིས་ཀྱི་མིག་མདངས་དེ་ཡང་ཡང་ཕྱད་དགོས་དོན་མེད།
ལྷང་བ་འདིའི་སྤྱོད་ཁམས་རེ་རེ་ནས།
དེ་རིང་གི་ཁར་ནངས་ཀ་བྱས་ཏེ།

ང་བྱེད་ལ་དགའ་སྤང་བའི་རྒྱན་གྱིས།
ངས་བྱེད་ལ་ལྷག་ཤར་བ་ཞིག་གི་གསང་བ་ཡོངས་དབང་མེད་དུ་ཤོར།

ལ་རྒྱ་ཞིག་གམ་ཡང་ན་རྒྱང་ཉ་ཞིག་
མིག་གིས་སྤྲོས་སྤྲོས་མེད་ལ་གས་སྒྲིགས་ནང་དུ་འབྱེལ།

ཨ། ང་ཉ་ལམ་བྱེད་ལ་དགའ་སྤང་།
བྱེད་ཀྱང་ང་ལ་ཆགས་ཡོད་ན།
ངས་བྱེད་ལ་བཞིན་བྱེད་ཀྱིས་ཀྱང་ང་ལ་འདང་།
སྒྲན་ཆོག་ཐུང་ཐུང་རེ་འབྲལ་ན་ལོས་ཆོག།

བྱིས་གཅིག་ཏུ་འདུག་འདོད་མེད་ཀྱང་།
སྤྱོད་གསོན་པོ་ཞིག་གི་ཆེད་དུ།

ང་ཉ་ལམ་བྱེད་ལ་དགའ་སྤང་།
ཉ་ལམ་བྱེད་ལ་རྩི་བོ་བྱེད་དགོས་སྤང་།

༄༅ །། བལ་ཡུལ་སྤེལ་ལེན་ཁང་ནས་ཐོན་པའི་འཁྱོག་བཤད།

ཉ་ཅང་ཉམས་ཤོར་བའི་ས་ཚོད་ཅིག་གི་སྤྲོད་།
ཁང་ཆག་འགའ་ཞིག་གཡས་ལོག་དང་གཡོན་ལོག་བྱས་ནས་འདུག
ཁང་བའི་ནང་གོ་ཤིན་པོ་དང་ཤིན་མོ་བཞིན།

བལ་ཡུལ་གཞུངས་ནས་གནང་བའི་ཁང་ས་ནི་ལག་མཐིལ་ཅོམ།
འོར་གྱི་ཚོད་ཀྱིས་སྤྱོད་པ་ཡིན་སྐྱོང་སྟུམ།

ནམ་ཡང་དོར་མི་བྱུང་བའི་བྱང་ཚས་ལས་ཀྱང་བྱང་ཚས་ཞིག་ནི།
ཁག་དང་དང་ཤིན་པོ་དང་ཤིན་མོ་བཞིན་ཤི་གསེབ་དུ་བྱུག་འདུག
ཤིག་དང་སྐྱོ་མང་བཞིན་ཤི་གསེབ་དུ་བྱུག་འདུག

ཉམས་ཤོར་བའི་ས་ཚོད་དེ་བལ་ཡུལ་ཡིན་སྟེ།
གསར་འབྱོར་བ་ཉིན་ལས་རེ་ཉིན་རེར་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ།
མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ཉ་ལས་སྐྱོང་དང་བྱང་ཚས་ཞིག་ཞིག་སྐྱོང་།
ཡིད་བཞིན་འོར་བུ་དབུལ་བོར་གཏོང་ལ་ཉི།

རྒྱལ་མཚམས་ནས་བྱང་བའི་བར་ཆད།
དེ་རིང་ཐོས་ལ་ནངས་ཀའང་ཐོས་བྱུང་།

བལ་ཡུལ་ནས་རྒྱག་པར་བཅེབས་པའི་སྐྱོ་མ་ཞིག་གིས།
དེ་ནི་མ་འོངས་བའི་བདེ་སྤྱོད་ཀྱི་སྐྱོ་བཞིན་ཡིན་སྟེ།

ངས་གསུང་དེའི་བྱང་ཚས་སྐྱོང་སྐྱོང་།
བྱང་ཚས་མ་འོངས་པར་གཡུགས།

༣༣ །། ལྷ་ས་དང་འཕགས་ཡུལ།

ལྷ་ས་ནས་ལམ་དུ་ཆས།

ཀྲག་ཀྲོག་གི་ལམ་མང་བོ་ཞིག་འགྲིམ་ཚར།
ད་རུང་འགྲིམ་དགོས་ཟེར།

ཉི་མ་ཇེ་དམའ་དང་ཇེ་དམའི་ཞོར་དུ།
རྩ་རིའང་ཇེ་མཐོ་དང་ཇེ་མཐོར་འགོ།

ནམ་མཁའ་ལ་ཁ་དོག་མེད།
སྒྲ་སའི་ཁྲོམ་ནས་འཕོས་པའི་བྲག་དམར་གྱི་མདངས།
མདོ་སྟོད་ལྗང་ན་རྒྱ་བའི་ཉི་མའི་གདོང་ལ་བྱུགས་འདུག།

གངས་རིན་པོ་ཆེ་རིང་ནས་རིང་དུ་ཡོད་སྐད།
ཡིད་བཞིན་ནོར་བུའང་དེ་བཞིན།

སྒྲ་སའི་ཇོ་བོར་མཇལ་རྒྱུ།
འཕགས་ཡུལ་གྱི་དོ་རྩེ་གདན་ལ་མཇལ་ན་བསམ་སོང་།

༄༅ ། གན་མཁར་སྐྱབས་དང་གནམ་གྱ།

ཡང་བསྐྱར་གནམ་གྱ་ཞིག་འཕུར་སོང་།
གན་མཁར་སྐྱབས་ཀྱང་ཕྱིན་སོང་།
གནམ་གྱ་ཇེ་མཐོ་དང་ཇེ་མཐོར་འགོ།
གན་མཁར་སྐྱབས་ཀྱི་ཤོག་སྒོར་ཇེ་མཐུག་དང་ཇེ་མཐུག།
༄༅ ། དགོང་ཇ།

མཚན་དེར།
རྒྱས་མེད་གྱི་ཞལ་རིས་དྲོན་པོ་ཞིག་གི་ངོ་ནས།
ཚ་སྲེག་སྲེག་གི་མིག་མདའ་ཞིག་འཕངས་བྱུང་།
ངས་ཀྱང་ཤུགས་ཡོད་ཚད་གྱིས་འཕངས།
སྤང་རྩེ་མེད་པའི་ཇོན་པས་ཤུ་གཡུ་མོ་ལ་བཞིན།

མཚན་དེར་དགོང་ཇ་ཉ་ཅང་ཞིམ་སོང་།
ཡིན་ཡང་མཐར་མཇུག་ང་རང་ཉིད་བགོངས་སོང་།

ངས་ཀྱང་ཕྱི་མའི་ཡུལ་ནས་འཆོལ་དགོས་བྱུང་བ་ནི།
མཛེས་སྤྱད་ལྷན་པའི་ལག་དམར་མ་དེ་ཉིད།

༄༅ ། ངའི་ཕྱི་ཚུལ་བཅེ་དུང་གི་དྲི་མི་བློ་བའི་ཕོ་གསར་ཞིག

ཡང་བསྐྱར་ཉིན་མའི་བཅེ་དུང་གིས།
ཁྱ་སེམ་པའི་མཚན་མོ་སྟོར།
ཁྱ་སེམ་པའི་མཚན་མོ་བསྐྱེད་སྤྱོད།

མི་ལམ་ནང་དུ་ང་དང་ཁྱོད།
ཆོར་བའི་ནང་དུ་མིག་མདའ་དང་འཇུག་དཔྱུལ།

དེ་ཉིན་སྤྱིང་ཆུང་བཅེ་དུང་གིས་བསཀུལ་ཏེ་དྲག་ཏུ་སྡིང་།
བྱང་ཁོག་སྟོར། རྒྱས་བོད་བཞིན།
མིག་ལ་བོད་བཞིན་རང་དབང་མེད།
གོམ་པའི་འདེགས་འཛོག་ཡང་བཀག་སྡོད།

དེ་ནིན་འབྲུག་རིལ་ལའི་སྤྱིང་ཆུང་ལ་ཆ་བ་འབར།
བྱང་ཁོག་བསྐྱེད་སྤྱོད། རྒྱས་བོད་ཀྱི་ཆོས་བམ་བཞིན།
སེམས་ལ་བོད་བཞིན་མེ་ཐམ་ཕོག།
དྲན་པའི་འགྲུལ་བསྐྱོད་ཀྱང་བཀག་སྡོད།

ཡིན་ཡང་ངའི་ཕྱི་ཚུལ་ནི།
བཅེ་དུང་གི་དྲི་ཅམ་ཡང་མི་བློ་བའི་ཕོ་གསར་ཞིག
ངས་ངའི་གདོང་ལ་བཅོས་མའི་འབག་ཞིག་བཀག་སྡོད་སོང་།

རྟེན་མཁེགས་ཀྱི་ས་སྐང་རིལ་བོ་ན།
ཚོར་བ་སྒྲུབས་ཆེན་དག་བཙོན་དུ་འབྱུག་དང་འབྱུག་བཟེན་པ།

༣༡ ༥༥ ལྷོ་ལྷགས།

ད་ལྟ་ཀེང་རུས་སུ་ཆགས་ལ་ཁད་ཀྱི་ཐུན་མའི་གཡག་ཚོད་ང་། ད་ལྟ་ཐབས་ཏ་ཅང་
སྒྱུ་བོའི་ངང་ཉི་མ་རྟག་པར་གཏི་མུག་གི་གནས་ཚང་དང་སྒྱུ་ཆས་ཁང་གཉིས་ཀྱི་
བར་ན་ཡར་ཉུལ་དང་མར་ཉུལ་བྱས་ནས་ལྷས་ཡོད།

ཉེ་ཀོར་ན་སྒྱུ་རྩལ་མེད་སྒྱུ་དབྱངས་མེད་མཛེས་མ་མེད་དབུ་ཆང་མེད་སྒྱུ་དངགས་
གང་ནས་ཡོང་རྒྱ་སེམས་ཤུགས་གཞིས་ཆགས་དག་གིས་བཀྱམས་བོད་དོན་ལ་བོད་
ནས་ཤུགས་རྒྱབ་ཆོག།

ལོ་ལྷག་ནང་ཐ་མ་མེད་དབུལ་མེད་གདོང་ནི་སྒྱུ་ལིང་ངེར་སཀམ་ནས་སཀམ་དུ་འགྲོ་
སཀམ་ནི་ཐུབ་བྱ་ཐུབ་བེར་སོང་པ་ཡུལ་ལ་ནམ་ཞིག་དུ་ལོག་ཐུབ་རང་དབང་དེ་
རིང་ཐོབ་ན་རྒྱ་གར་རྩ་ས་འདི་ནས་དེ་དགོང་ལམ་དུ་ཆས་རྒྱ་གཅིག་མེན་ན་དཀར་
པོ་དགོ་བ།

ཡུལ་འདི་ན་སྒྲོགས་ན་ཨ་མས་དང་འཛིགས་ན་ཨ་པས་ཟེར་མཁན་མེད་ལ་འབྱུག་
ནའང་ཉལ་སའི་བྱིས་མེད་དང་གཅེན་གཙུང་དང་རྒྱུང་དུས་ཀྱི་གྲོགས་པོ་གྲོགས་མོ་
དག་གིས་རྒྱང་རིང་གི་བོད་པའི་ཡུལ་ན་སྒྱུ་བོ་ང་ལ་སྒྲུག་ནས་འབྱུག་ཨ་ཀྱེ་ཀྱེ་ཨ་
སྒྲོན་དགོང་གི་བྱ་སྒྲག་ང་ལ་བྱོད་ཀྱི་གསོག་པ་བྱུང་གཡར་རོགས་ལྟ།

ལུང་བ་འདིའི་ལུང་སྒྲོང་སཀམ་པོ་ཞིག་ན་ཤ་མེད་རུས་རྒྱང་གི་གསར་འབྱོར་བ་ངས་
ད་ལྟ་དཔྱལ་བ་དངོས་སུ་སྤྱང་གི་ཡོད། དཀོན་མཆོག་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱུང་། དཀོན་
མཆོག་གིས་མི་བསྐྱུ་བྱེད་དཀོན་མཆོག་ལ་མཆོད་པ་རེ་འབུལ་ན་འདོད་ནས་སྐང་།
འོན་ཀྱང་སེམས་པམ་པ་ཞིག་ལ་ང་ནི་དབུལ་གྱིས་དབུལ་ལོར་གྱིས་ཀྱང་དབུལ་
འབྱུག་དང་དེ་བས་སྒྱུ་ན་བདག་རེ་སྒྲུག་ནས་བསྐྱད་ཡོད། ཨ་ཀྱེ་ཀྱེ་ང་ལ་བྱི་ནང་

བཞིན་ལྟོ་ཆས་རེ་གཡུག་རོགས་ལྟ། ངས་ད་ལྟ་ཉིད་དགོན་མཆོག་ལ་མཆོད་པ་ཞིག་
འབུལ་ན་འདོད་སོང་།

༄༅ ། འདི་ན་སྙན་ངག་ཡོད།

སྤྲུལ་ནས་སྤྲུལ་དུ་འགོ་བ་ནི་སྟོ་ལྷག་ནང་གི་སྟོར་མོ།
སཀམ་ནས་སཀམ་དུ་འགོ་བ་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་ལྷས་པོ།
བསམ་སྟོ་སྟུན་ཞིག་ནས་བཀུམས།
དེ་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་པམ་ཁ་སྟེ་བསྟུ་བྱིད་མཐན་གྱི་རྒྱལ་ཁ་ཞིག་
ཡིན་ནའང་འདི་ན་གསོན་པོ་དྲོན་པོ་ཡི་སྙན་ངག་ཡོད།

ཆས་སྟེ་རྟ་རམ་ས་ཞེས།
ཆས་སྟེ་ཡིན་མིན་སྟུས་ཤེས།
ཆས་ཆོང་རྒྱག་ས་རེད་ཅེས།
ཆས་སྟུན་ང་ཡིས་སྟུ་པོད།

ཆས་སྟེ་རྟ་རམ་ས་ལ།
ཆས་ཀྱི་སྟེ་གནས་ཡིན་སཀད།
ཆས་པ་དག་གིས་བྲིད་སྟོང་།
ཆས་མེད་རྣམས་ནི་མགོ་འཛོམས།

ཆས་སྟེ་རྟ་རམ་ས་ལར།
ཆས་ལྷགས་མི་འདྲའི་མི་སྟུ།
ཆས་སྟུར་མགོན་དུ་ཡོང་སཀད།
ཆས་ལ་སྟུན་བདག་མང་སོང་།

ཆས་སྟེ་རྟ་རམ་ས་ལའི
ཆས་བ་བྲུ་བ་དག་གིས།
ཆས་གོས་དམར་པོའི་འོག་དུ།

ཚེས་མེད་བྱ་མོ་སྤྲུལ་འདུག།

ཚེས་ཐེ་རྩ་རམ་ས་ནི།
ཚེས་བ་དག་གི་དགའ་ཚལ།
ཚེས་མེད་ནམས་ཀྱི་སྐྱོ་གནས།
ཚེས་ལ་ཕྱགས་སྤྱང་ཡོད་སྟེང་།

ཚེས་ཐེ་རྩ་རམ་ས་ལའི།
ཡིད་བཞིན་འོར་བྱ་ཚེས་རེད།
གངས་ཅན་སྐྱིད་པའི་གཤོངས་ལ།
ཚེས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་སུ་ཀོར་འདུག།

ཚེས་ཐེ་རྩ་རམ་ས་ནས།
སུས་ཀྱང་སྤྱང་པོ་འབྲབ་གི།
སུ་ལའང་རེ་བཞག་མེད་གི།
བོད་ལ་ལོག་ན་རབ་རེད།

ཚེས་ཐེ་རྩ་རམ་ས་ནས།
རང་གི་སྒྲ་མར་བལྟས་ན།
སྐྱ་སེར་མིག་སྟོན་མཐོང་ཆེ།
ཀུན་དགའ་དོན་འབྱུང་ལོས་ཡིན།

ཚེས་ཐེ་རྩ་རམ་ས་ན།
ཐིད་དོན་མི་མཆེན་མཆེན་ཁུལ།
བགྱི་བའི་རྒྱས་འཁོགས་མང་འདུག།
མང་ཕྱགས་གྲ་ལོག་ཡིན་སྐད།

ཚེས་ཐེ་རྩ་རམ་ས་ན།
སྐུ་ངོ་བྱང་ཆེ་མང་བས།

སྐྱེ་བོ་རང་ཚུགས་བརྒྱགས་པའི།
ནམ་མཁའ་ཁོ་ཁ་དོག་མ་མཁུན།

ཚས་ལྗེ་དྭ་རམ་ནས།
བོད་མིའི་རང་བཅའ་ཕྱོགས་ལ།
ཀུན་ཀྱང་དཔའ་བོ་ཡིན་སྟེང་།
རྒྱ་ནག་ཕྱགས་དྲ་མེད་རྒྱུན།

ཚས་ལྗེ་དྭ་རམ་ས་ནས།
གསར་འབྱེད་སྤྱང་བའི་ཚོགས་ཞེས།
འཕུ་སྟོང་བྱེད་མཁན་མང་འདུག
བོད་ལ་ཕྱིན་ཆོ་བལྟ་ཆོག

ཚས་ལྗེ་དྭ་རམ་ས་ལར།
བོད་ནས་གསར་འབྱེད་ཕྱིན་ཆོ།
པ་གསོད་ལག་དམར་མཐོང་བཞིན།
མིག་ལོག་ལྷ་མཁན་མང་སྟེང་།

ཚས་ལྗེ་དྭ་རམ་ས་ལར།
གསར་བ་ཐོན་རྒྱ་མང་གི།
གསར་འབྱེད་དེ་ལས་མང་སྟེང་།
གསར་འབྱེད་ལ་རྒྱ་མ་དོར།

ཚས་ལྗེ་དྭ་རམ་ས་ཡི།
བྱི་མའི་ཡུལ་དུ་ཉེ་བའི།
ཀན་པོ་ཀན་མའི་བྱི་ཚོགས།
ལྷ་སའི་རྩོ་བོས་སྐྱག་འདུག

༡༡། རྒྱ་ཁོ་མའི་སེམས།

ང་ཁོ་མའི་སེམས་དང་བྲལ་བའི་ཉིན་དེ་ནས།
ངས་ཡུལ་དེའི་རྩོལ་ག་གཅིག་བདུས་ཏེ།
བྲང་ཁོག་ཏུ་སྐྱར་བའི་སྒྲོ་ཁྱལ་ནང་དུ་བཅུག།

རྩོལ་ག་དེ། དུས་ཡུན་རིང་བོ་ཞིག་ཏུ་ང་དང་མཉམ་དུ་འགྲོགས།
དུས་ཡུན་རིང་བོ་དེའི་ནང་།
ངས་རྩོལ་ག་དེ་ཉིད་ཁོ་མའི་སེམས་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

དེ་རིང་། ངས་རྩོལ་ག་དེ།
ཡུལ་འདིའི་རྒྱ་མཚོའི་ནང་དུ་གཡུགས།
ཁོ་མའི་རྩོལ་བྱའི་སེམས་ཀྱང་ང་དང་ནམ་ཡང་བྲལ་སོང་།

༡༡། རྒྱ་མཚོ་དང་དགའ་མ།

དགའ་མ་ལགས། བྱེད་ཀྱི་གཟུགས་པོ།
ང་དུང་རྒྱ་མཚོ་དང་མཉམ་དུ་གནས་འདུག།
རྒྱ་མཚོའི་འགམ་ན་པོ་གསར་གྱི་མཚོ་རྒྱབས་ཆེ་བེད།
བཤད་ཚུལ་དེས་ངའི་སེམས་པའི་སྤྲིང་།
ཁྱག་ངྲི་ཕུན་པའི་ཕྱག་དོག་གི་མ་ཁ་གཅིག་བཅོས་ཚར།

དགའ་མ་ལགས། དུས་དེ་ནས་བཟུང་།
ང་ཞི་རྒྱ་མཚོ་ལ་མི་དགའ་བར་ཆགས་སོང་།

༡༢། ལམ་གྱི་རིམ་པར་འགྲོ་སྐྱབས།

རི་ལྷོ་ཕྱི་ལ་འཛོམ་པའམ།
ཡང་ན་དགོ་ལ་འབད་པའི་ཚུལ།
སེམས་ཀྱིས་མ་ཤེས་ང་ཡི་ལུས།

དེ་རིང་ལམ་གྱི་རིམ་པར་འཇུག།

ང་ནི་གཅིག་ཕུ་ལམ་གྱི་ནང་ན་ཏེ།
སེམས་ནི་གོགས་དང་ལམ་གྱི་ཕྱི་རོལ་ན།
ང་དང་སེམས་གཉིས་མཉམ་དུ་མ་གནས་བས།
བྱང་ཆུབ་ལམ་འདིར་འགོ་ནི་ཐུབ་མ་སོང་།

ང་ཡི་དག་ནི་སེམས་ཉིད་ངའི་སེམས་མེན།
སེམས་ལ་བདག་པོ་མེད་དང་ཀུན་ལ་དབང་།
སེམས་ནི་མེད་ཆོ་ང་ནི་སྟོང་བ་ཉིད།
ང་ཡི་གདུལ་བྱ་སེམས་པ་ཁོ་ནའོ།

ཞེས་རྟ་མགིན་རྒྱལ་པོའི་རྣམ་ཤེས་ཀྱིས་སྤྱི་ལོ་༢༠༠༡ལྷ་མོ་འཕར་བཞུགས་སྐར་ལྔ་ལ་
ནས་བྲིས་སོ།