

གུན་རྟོག་གི་ལྷེང་བ།

A Garland of Imaginations



མཚོ་འབྲུག་གི་ལྷེང་བ།

# Front Cover (Inside)

[To be left blank]

ཀུན་རྟོག་གི་སྤང་བ།

## ཚུམ་པ་པའི་རྩམ་ཚེས་གཞན།

ཉེ་བར་བཀོད་པའི་བཅོས་རྒྱུར།

- རྒྱལ་གྱི་གྲང་ངར་དང་གར་གྱི་རྒྱོད་འཇམ།
- མི་ཚེའི་ཕྱོད་པ་མངར་རྒྱུར།
- ང་ཉི་ཤོད་ཡིན།

དེ་ལྟར་སྐད་ནས་བོད་རྒྱུར།

- རྒྱུ་སྐྱེས། རིག་གྱི་འདུན་པ་ཚེན་པོ།
- རྒྱུ་སྐྱེས། གཞུ་གྱི་འཇམ་བསྐྱེད་པའི་འཇམ་ཚོད་གྱི་རྩམ་པ་དང་ཉམས་ལེན།
- མི་ལོ་ལ། རས་ལ་གྱི་རིག་རྩལ་སྐྱོད་བདར།
- རྒྱུ་སྐྱེས། གཞུ་གྱི་རྒྱུ་དབང་རྒྱུ་འདྲིན་ལམ་ལུགས་ནས་མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་བར།

ཀུན་རྟོག་གི་སྐྱེང་བ།

A Garland of Imaginations

པུ་ཚེ་དབང་ལྷ་མོ།

© 2008 Pema Tsewang Shastri  
3 Oliver Street  
Somerville, MA 02145, USA

All rights reserved:  
No part of this book may be reproduced  
by any means without permission in writing  
from the author.

Cover Art: Tenzin Rigdol

# དཀར་ཆག་།

བརྗོད་གཞི།

ཤོག་གྲངས།

མེད་བརྗོད་དང་མཐུན་འགྲུབ་དང་ལེན།

xi

བུ་རྒྱུད་ལྷུ་མ་ར་ལགས་ཀྱི་རྣོན་བརྗོད།

xiii

མཚོན་བརྗོད།

༡

བརྩམ་པ་དམ་བཅའ།

༤

༡། ལྷ་མའི་ཡོན་ཏན།

༦

༢། ཇམ་རིའི་ཕྱོས་ཚོགས་གསེར་གྱི་རྟགས་མ།

༧

༣། གསེར་གྱི་རྟགས་མ།

༩

༤། ཉི་ཟླ་རྒྱར་གསུམ།

༡༠

༥། གངས་དཀར་གྱི་འཐེན་བྱགས།

༡༣

༦། མ་ཡུམ་གངས་རྗེའི་གསུམ།

༡༤

༧། བསིལ་ལྷན་མ།

༡༧

༨། གསུམ་ཚོན་གྱི་རྟམས།

༢༤

༩། བོད་རྒྱའི་འབྲེལ་བ།

༢༦

༡༠།	གངས་དང་སིང་གི།	༣༧
༡༡།	ལས་དབང་།	༣༩
༡༢།	བོད་མིའི་གནས་བབ།	༣༯
༡༣།	རྟོན་འབྲེལ་གྱི་ལས་དབང་།	༣༠
༡༤།	རྫོགས་སྲིད་པ་གསུམ།	༣༡
༡༥།	བོད་རང་དབང་སློབ་སྦྱོང་ཚོགས་པ།	༣༢
༡༦།	དེང་གི་རྒྱལ་སྤྱིའི་གནས་བབ།	༣༤
༡༧།	ཚོག་དགུ་མ།	༣༥
༡༨།	དུས་ཀྱི་དམ་བཅའ།	༣༯
༡༯།	བོད་རྫོང་ས།	༤༠
༢༠།	འགྱུར་བ།	༤༢
༢༡།	རེ་བ།	༤༤
༢༢།	རེ་མེད་གྱི་ཚོར་སྣང་།	༤༥
༢༣།	ཡོང་ཉེན་བཞི།	༤༩
༢༤།	ཚོར་བ།	༥༠
༢༥།	ཡུལ་ལུང་སོ་སོའི་གནས་བབ།	༥༢



༡༥།	འཆར་སྤང་།	༥༥
༡༥།	བཙེ་དྲངས།	༥༦
༡༦།	གཅིག་ཁོ་ན།	༥༩
༡༧།	འདས་དོན་བརྒྱད།	༦༠
༡༨།	ཨ་ཇོ་རྟ་མགྲིན་དབང་རྒྱལ།	༦༣
༡༩།	ཨ་ལྷག་བརྟན་འདིན་བུ་བྲིད།	༦༤
༢༠།	བུ་རྒྱུད་བརྟན་འདིན་བསོད་ནམས།	༦༦
༢༡།	སྟོམ་རྒྱུད་བསོད་ནམས་བཟང་མོ།	༦༩
༢༢།	ནོར་རྒྱུན་དབང་མོ།	༧༠
༢༣།	ཨ་རིའི་ཡུལ།	༧༣
༢༤།	སྤྱོད་གས་པའི་འཆར་སྤང་།	༧༤
༢༥།	དེ་ནི་ཨ་རིའི་ཡུལ་རེད།	༧༦
༢༦།	མི་ལམ།	༩༠
༢༧།	དོགས་མི་དགོས་པ་བདུན།	༩༣
༢༨།	བོད་ཀྱི་བུ་མོ།	༩༥
༢༩།	ཆང་མ་བསོད་ནམས་སྟོམ་ལ་མ།	༩༩

༤༣།	མི་འདོད་ཐོག་ཏུ་བབས་པ།	༧༠
༤༣།	ལས་འབྲས།	༧༣
༤༤།	སྤང་ཅི་ལོ་མའི་ལྷུང་པ།	༧༤
༤༥།	སྤང་ཚུལ་ར་མ་ལུག།	༧༥
༤༦།	ཁ་རྩུབ་སྐྱོང་པོ།	༧༩
༤༧།	དགག་སྐྱ་ཉིར་བཞི།	༡༠༠
༤༨།	འགྲུར་བའི་སྐྱབ་བརྒྱལ།	༡༠༣
༤༩།	ག་ཕྱི་ག་ཡོག།	༡༠༤
༥༠།	རོ་རྩོགས་ཀྱི་འབྲང་།	༡༠༥
༥༡།	ལྷ་མའི་རྒྱོམ་གར།	༡༠༩
༥༢།	ཀ་བཤད་བོད་རྒྱོད་ས་འབྲུག་ལྷ།	༡༡༠
༥༣།	སྐྱམ་པའི་གྲིབ་བསིལ།	༡༡༣
༥༤།	པ་སྐྱད་བརྗེད་པའི་བུ་རུལ།	༡༡༥
༥༥།	ཨ་མའི་བྱ་བཅུད།	༡༡༧
༥༦།	ཐོལ་བྱུང་གི་སྐྱ།	༡༢༣
༥༧།	འདོད་ཡོན་ལྷ།	༡༢༥

༤༤།	གངས་རྒྱོད་ལ་བྱེད་ལྷན་གྱི་	༡༣༤
༤༥།	དར་དམར་འོག་གི་བོད་།	༡༣༠
༤༦།	དགར་མིར་དམར་གསུམ་གྱི་བྱེད་ལས།	༡༣༣
༤༧།	མནར་གཅོད་འོག་གི་བོད་།	༡༣༤
༤༨།	ཉང་གི་གཡོ་རྒྱ།	༡༣༤
༤༩།	གཏུང་སེམས་མཉམ་སྦྱེད།	༡༣༤
༤༤།	དོན་བཤེས་གནས་བབ།	༡༤༠
༤༥།	སེམས་ཀྱི་ནམ་མཁའ།	༡༤༣
༤༤།	སེམས་ཀྱི་མི་ལོང་།	༡༤༣
༤༤།	སེམས་ཀྱི་སྒྲ་ཁང་།	༡༤༤
༤༤།	སྤང་གི་མི་ཉོག་།	༡༤༥
༤༤།	སྤང་ཚིའི་བཞི་བྱགས།	༡༤༤
༤༤།	ཀུ་ལུང་གི་རོ།	༡༤༤
༤༤།	གངས་དང་མིང་གི།	༡༤༤
༤༤།	བརྗེ་བའི་རོ་བཅུད།	༡༤༤
༤༤།	བྱང་བའི་རོ་བ།	༡༤༠

ཕལ། བར་ཚད་དང་འགལ་སྐྱེན།	༡༥༡
ཕལ། རྟོན་འབྲེལ་གྱི་མཐུ།	༡༥༣
བསྐྱོ་སྐྱོན།	༡༥༩

མེད་བརྗོད།

༄༅། །སྤྱི་ལོ་ ༡༠༠༥ ལོའི་ཆེས་འགོ་ནས་བཟུང་སྟེ་བུ་ན་མཐའི་ངལ་  
གསོ་ནམ་ཡིན་དང་། གཞན་ཡང་སྲ་དགོང་ཁོམ་པ་ཡོད་སྐབས་སྤྱི་ལོ་མཉམ་ལ་  
ནམ་ཉོག་གང་འཆར་ཆེགས་བཅད་ཀྱི་གཞུགས་སྤྱི་བཞེད་དེ་འབྲི་གསོག་བྱས་  
པའི་འབྲས་བུར་ །རྒྱ་ནག་ཉོག་གི་སྤྱིང་བ་། ཞེས་པའི་དེབ་རྒྱུང་འདི་ལྟུབ།  
དང་སྐབས་སྤྱི་ལོ་མིར་བཞུགས་པའི་བོད་ཀྱི་མཁས་དབང་རྒྱན་གསུམ་བཞུར་འོས་  
སྤྱི་ཞབས་རྒྱ་རྒྱུ་ལ་འགྲོ་སྤྱི་མཐོང་མཚོག་སྤྱི་ལ་རིན་པོ་ཆེ་དང་། བོད་ཀྱི་དུས་བབ་  
ཀྱི་ཚོམ་སྤྱི་ག་བ་རྒྱུར་པ་ལྟོགས་མཚོག་དགེ་འདུན་རབ་གསལ་ལགས། དེ་  
བཞེན་བུ་རྒྱུང་བསོད་ནམས་སྤྱི་ལ་ར་བ་བཅས་ཀྱིས་མ་ཟེན་སྤྱི་གསུམ་སྤྱི་ག་གིས་དག་  
བཅོས་དང་དགོངས་འཆར་གནང་བ་མ་ཟད། བུ་རྒྱུང་ལགས་ནས་སྤྱི་ལ་བརྗོད་  
ཅིག་ཀྱང་འབྲི་གནང་མཛད་པ་བཅས་ལ་སྤྱིང་ཐག་པ་ནས་སྤྱི་གསུམ་རྗེ་བཞེན་ལྟ་  
སྤྱི་ག་དུ་ཆེ་ཞེས་ལན་བརྒྱུར་ལྟ་རྒྱ་ལོན། ལྟོགས་མཚོངས་རྒྱ་ས་དཔེ་མཛོད་ཁང་  
གི་བོད་ཀྱི་དུས་དེབ་ཚོམ་སྤྱི་ག་བ་རྒྱུར་པ་སྤྱི་ལ་ཞབས་བསོད་ནམས་ཆེ་རིང་ལགས་  
ནས་དེབ་ཀྱི་རྒྱུ་བཞེད་ལ་བཅས་རྒྱུས་འགོད་ཡོངས་རྒྱུ་གསུམ་གནང་བ་དང་། རྒྱལ་  
ཞེན་སྤྱི་ག་བསམ་གྱིས་སྤྱི་ག་ལ་གཏོང་མོད་ཀྱི་མངའ་ཐང་ཆེ་བའི་བདག་ཉིད་  
ཀེ་ཁི་ཀེ་ཀེ་གནས་བཞུགས་ན་རྒྱུ་ལ་ལྟ་རྒྱུ་རབ་པ་སྤྱི་ལ་ཞབས་བསྤྱི་ག་འདོན་སྤྱི་ལ་

བཟང་ལགས་དང་། ཁོང་གི་སྐྱེ་བུ་ཚུ་ལ་བྱིས་མ་ལགས་བཅས་ནང་མི་ནས་  
 དཔར་སྐྱེན་གྱི་མཐུན་འགྲུབ་ཆ་ཚང་སྐྱེད་གནང་མཛད་པ་ལ་དམིགས་བསམ་  
 བཀྲིན་སྙིང་བཅངས་གྱི་སྐོ་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་བྱུ་བྱུ་ཡིན། དེ་ཡང་རི་རྒྱུད་དུ།  
 རིགས་མཐུན་མི་ཡི་འབྲོ་བའི་སེམས་གྱི་ལོད། བན་ཚུན་འབྲོ་བའི་བརྒྱུད་ལམ་  
 ཉག་གཅིག་དེ། ལུས་ངག་རྣམ་རིག་སྤྱད་ཏུ་བྱུང་འབྲེལ་བའི། བ་སྙིང་སློབ་གཤི་  
 སྤྱད་པ་འདྲིམ་མཐོང་ནས། ཞེས་གསུངས་པ་སྣང་སྤྱིར་རང་རིགས་ན་གཞོན་  
 དོན་གཉེར་ཅན་རྣམས་དང་། བྱུང་བར་དེར་སང་སྤྱི་རྒྱལ་ཡུལ་ལྷན་ཁག་དུ་  
 འཆར་ཡོངས་བྱེད་བཞིན་པའི་བོད་སྤྲུག་ཚོར་བོད་སྤྱད་དང་བོད་ཡིག་ལ་དོན་  
 གཉེར་དང་སློབ་སྦྱོལ་བའི་ཆེད་དུ་ཆོགས་བཅད་གས་ཆེ་བ་གོ་བདེ་བོ་དང་། ཁ་  
 གསལ་བོ་བྱིས་ཁུལ་ཡིན་པས་སློབ་པ་བོ་རྣམས་ལ་སྤྱན་དུ་བྱུགས་སུ་གསོ་བའི་  
 རེ་བ་ཡོད།

སྒྲིལ་བརྗོད།

༡༡། ལྷོ་ལོ་ ༡༩༤༩ ཅམ་ལ་བོད་ཀྱི་མཁས་པ་དཔལ་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་གྱིས་  
བརྩམས་པའི་༼ཡང་ཚོའི་རྩལ་རྒྱ༽ ཡི་ནང་།

སྒོ་ཞིང་བསངས་པའི་ནམ་མཁའ།

དྲོ་ཞིང་འཇམ་པའི་ཉི་འོད།

ཡངས་ཤིང་ཆེ་བའི་ས་གཞི།

མངོས་ཤིང་སྤྲུག་པའི་མེ་དོག།

མངོ་ཞིང་བརྗོད་པའི་སྤྱན་པོ་ ... ཞེས་སོགས་

སྤྲུག་གྱའི་ཅེ་མོ་ནས་དཀར་བའི་ཤོག་བྱའི་སྤྲིང་དུ་བྱིས་པ་ནས་བརྒྱུང་བོད་ཀྱི་སྒྲིལ་

ངག་གི་ཁ་ལོ་རྒྱུ་ཏུ་མེད་པར་ཕྱོགས་གསར་པ་ཞིག་ལ་བསྐྱུར། འོན་ཀྱང་སྤྱན་

ངག་འབྱོལ་སྤོལ་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་ལོ་ངོ་བརྒྱ་ལྷག་མང་པོའི་གོང་ནས་ཡོད་

པའི་སྤྱི་རྒྱ་རྩལ་སྤྲུག་པོ་ཞིག་ཡིན་ལ། སྤྱི་རྒྱ་རྩལ་དེ་ཡར་སྐྱུང་གཙང་པོའི་རྒྱ་རྒྱུན་ལྟར་

དུས་ད་ལྟའང་ཆད་མེད་གྱིས་འཕྲུར་བཞིན་ཡོད། དེ་ཡང་གནའ་སྤོལ་ནས་བོད་

ནང་དུ་སྤྲུལ་དང་། གལ་ཆེ་ག གཏམ་དཔེ་ལ་སོགས་དམངས་ཁོང་དུ་བཅད་སྤོང་བྱེད་

སྒོལ་དར་བྱུང་ཏེ་ཅང་ཆེན་པོ་བྱུང་ཡོད་པ་དཔེར་ན། གསེར་ས་ལོག་དུ་ཡོད་ཀྱང་།  
 འོད་ནམ་མཁའ་ལ་བྱུང། ཅེས་དང་། རར་ནར་སྒྲིལ་བདག་པོ་མ་བརྒྱབ་ན།  
 སིལ་སིལ་དབྱེ་ལ་འོ་རྒྱལ་ཤོར་ཡོད་འོ་ཞེས་སོགས་ཡིན། དུས་རབས་བརྟུན་པའི་  
 རང་པ་དམ་པ་རྗེ་བཙུན་མི་ལ་རས་པ་སྒྲོ་བྲག་དང་གངས་ལ་ཅི་སོགས་མི་མེད་ལྟར་  
 རྒྱོད་དུ་ཟས་ཟ་ཚོད་ཅོས་ལ་བརྟེན་ཅིང་དམ་པའི་ཚོས་ཉམས་སྲུ་ལེན་པ་དང་དུས་  
 མཚུངས་འདི་ག་རྟེན་ཚོས་བརྒྱད་སྟོང་ས་དགོས་པའི་མགུར་འབྲུམ་གསུངས་པའི་  
 བོད་གངས་ཅན་སྟོང་ས་སྲུ་སྟེང་མེད་པའི་སྟེན་དག་གི་སྟོན་རྒྱུན་བཙུགས་པར་ཡིན་  
 པ་གཤོན་མི་ཟ། དེ་ནས་སྲུ་མཚུང་བོད་སྟོད་སྟེང་ཡོངས་སྲུ་མཁའ་པ་རབ་དང་སིམ་  
 པ་མང་དུ་བྱུང་ནས་སྟེན་ཚིག་གི་རོལ་མེད་སྒྲུ་ཡིས་སི་ལྟར་བཀའ། བརྒྱ་སྟེན་བཙུན་  
 བདུན་པའི་ནང་རྒྱལ་མཚོག་དུག་པ་ཚངས་དབྱངས་རྒྱ་མཚོས་འཕྱོངས་རྒྱས་དང་།  
 ལྷ་ས་ཞོལ་སོགས་སྲུ་ཕེབས་ནས་གོང་གིས་ནང་བཞུགས་ཤིང་སྟེན་སྒྲིལ་གྱི་ཚོར་བ་  
 མགུལ་སྒྲུའི་རྒྱལ་དུ་སྐངས། ཚིག་དུག་མའི་མགུལ་སྒྲུ་དེ་དག་ཁོང་གིས་བོད་མི་  
 སིགས་ལ་གནང་བའི་སྟེན་དག་ཡིན་ལ། རི་སྟོང་བོད་མི་སིགས་གནས་པ་དེ་སྟོང་  
 དུ་ཡིད་སེམས་ལ་སྟོོ་བ་སྒྲིན་པའི་བདུད་ཅི་ཡང་ཡིན།



རྒྱལ་མཚོག་ཚངས་དབྱངས་རྒྱལ་མཚོའི་གསུངས་ལས།

རང་སེམས་སོང་བའི་མི་དེ། གཏན་གྱི་མདུན་མར་བྱུང་ན།

རྒྱལ་མཚོའི་གཏིང་ནས་ལོར་བུ། ལེན་པ་དེ་དང་འབྲུག་པ། ཅེས་དང་།

རང་པ་འདམ་ལ་ཆགས་ནས། དེ་ཞིག་སྡོད་དགོས་བསམས་ཀྱང་།

མཚོ་མོ་དར་ཁ་འབྱིགས་ནས། རང་སེམས་ཁོ་ཐག་ཚོད་སོང་། ཞེས་ལ་

སོགས་པ་རྣ་བར་སྟུན་ཅིང་གོ་དོན་མང་བ་དེ་དག་བོད་མིས་ངག་ནས་སྒྲོར་བའམ་

གཞས་གྱི་མ་གྲིན་ཁྱུགས་ལ་སྐྱར་ནས་བོད་སྲི་ནང་གཉིས་སུ་དུས་ད་ལྟ་ཡང་དར་ཁྱབ་

དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད།

སྟུན་ངག་ནི་མི་ཆེ་ཡི་ཟང་ཟེང་གི་སྡོང་ནས་བྱུང་བ་ལས་སྟུན་ངག་མཁན་འབོལ་

གཏན་གྱི་སྡོང་དུ་བསྐྱེད་ནས་རང་བཞིན་གྱི་བྱུང་བ་ཞིག་ག་ལ་ཡིན། དཔལ་དོན་

བྱུང་རྒྱལ་གྱིས་ལང་འཚོའི་སྐབ་རྒྱ་བརྩམས་པ་ནས་བཟུང་བོད་ཀྱི་སྟུན་ངག་ལ་སྡོང་

ཁྱུག་གསར་པ་ཞིག་དང་། ཁ་སྐྱོགས་གསར་པ། སེམས་ཀྱི་ཚོར་བ་དང་དངོས་

ཡོད་གནས་རྒྱུ་རྣམས་ཚིག་གི་རྒྱན་ལ་སབས་པའི་ལམ་གསར་པ་ཞིག་རྟེན།

བོད་ནང་གི་ཚོམ་པ་པོ་ཆེས་མང་པོ་དང་སྐྱབས་བཅོལ་ནང་བོད་རིགས་མི་ཉུང་བ་

ཞིག་གིས་འདྲི་རྩོམ་གནང་བཞིན་པའི་སྐྱོན་དག་དེ་དག་ཀྱིས་གྲོག་ཚེ་བའི་མི་ཚེའི་  
 བྱུང་བ་ཚེག་ལ་བསྟར་བ་ཡིན་སྟབས།      ཚོག་གི་སྤྲིབ་སྐྱོད་མཛེས་པ་ཙམ་མ་ཡིན་  
 པར་དེ་དག་ལ་ཟང་ཟིང་གི་འཁོར་བའི་ཟས་བཞིན་རོ་མངར་བ་དང་།      སྐབས་  
 བསྐྱར་བ།      ལྟ་བུ་ལོགས་འདྲ་མིན་ཚུངས་ལྡོག་ཡོད།      དེས་སྐྱོན་དག་དང་མི་ཚེའི་  
 མཐོང་ཚོས་གཉིས་བྲལ་ཐབས་མེད་ཅིང་།      འགྲོས་གཅིག་མཐུན་ཡིན་པ་གསལ་  
 བོར་སྟོན་པ་ཡིན།      དཔེར་ན་བོད་ནང་གི་སྐྱོན་དག་པ་ལྟར་བྱུང་བ་དོན་རྗེ་ཚོ་རིང་གིས།  
 གཤམ་འཁྱིལ་གི་ལོ་མ་གཉིས་དམ་དུ་འབྱུང།  
 དམར་ཚུང་གི་སེམས་པ་གཉིས་གཅིག་དུ་བསྐྱེདས།  
 སྐབས་དང་སྐབས་སྐྱོན་པ་མི་མེད་ལ་གི་འདབ་མ་སྐྱུང་བའི་སྐྱོན་དང་།  
 ཡིད་སེམས་གཅིག་འཕར་མྱིང་བྱེད་པའི་འགྲོས་ཡིན།།

།།      རང་ཡུལ་ནས་ལེ་དབར་སྟོང་ཕྲག་གིས་ཚོད་པའི་ཕར་དོགས་བྱུང་ཨ་མི་  
 རི་ཀའི་ནང་གནས་བཞུགས་སྐྱེ་ཞབས་པད་མ་ཚེ་དབང་ལགས་ཀྱིས་བརྟམས་གནང་  
 བའི་སྐྱོན་དག་འབའ་ཞིག་། རྒྱ་རྩོག་གི་སྤྲིང་བ། ། ཞེས་པའི་དཔེ་དེབ་འདིའི་ནང་

ལྷོགས་བརྒྱས་གནང་ཡོད། ལྷན་དག་དེ་དག་གི་བརྗོད་གཞི་ནི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འགྲུལ་  
 བ་དང་། མིའི་སྤྱོད་ལམ། བོད་ཀྱི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ལམ་སྤྱོད་གས། བོད་པའི་གཞོན་  
 རྒྱས་མོ་མོའི་བྱ་སྤྱོད། རང་ཡུལ་དུན་པའི་འཆར་སྤང་སོགས་ཅེད་འདུག་ཅིང་།  
 ཚིགས་བཅད་མང་དག་ཅིག་ཚིག་དྲུག་མ་ཡིན་སྟབས་བོད་ཀྱི་གཞས་པ་ནམས་ཀྱིས་  
 གཞས་ཚིག་བྲས་ཚོག་པ་དང་། ཞལ་བའི་བ་ནམས་ཀྱིས་དག་སྐྱོར། དེ་བཞིན་  
 ཆབ་སྲིད་པ་ཚོས་སོ་སོའི་རྐང་ལམ་སྤྱོད་པ་བསམ་སྐྱོ་རྒྱ་ཆེན་གཏོང་དགོས་པའི་  
 བརྒྱལ་མ་ལ་ཐན་པའི་ཡོན་ཏན་མི་ཉུང་བ་འདུག།

དེ་ཡང་ཁོང་གིས་བྲིས་པ་ལས་མེད།

བོད་གངས་ཅན་སྤོངས་ཀྱི་སེང་ལྷུག་ཚོ།། སེང་དཀར་མོ་གཡུ་ཡི་རལ་པ་

ཅན།།

གངས་ཚོ་བས་བཞུ་ལས་སྤོངས་ཆེད་དུ།། བོད་རང་དབང་སྤོངས་ལྷུག་ཚོགས་པ་

ལྷུང་།། དང་། རྒྱ་ལོས་འབྲེལ་ཟམ་བཙུགས་རྗེས།། རྒྱ་བོད་འབྲེལ་བ་

ཚུགས་སོང་།།

རྒྱ་རིས་འབྲེལ་མོལ་འབྲུད་ཀྱང་།། རྒྱ་བོད་ཞི་མོལ་འབྲུར་འབྲུར་།།

ཅེས་པ་མོགས་མོ་བདེ་ལ་ད་རྣམ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་གནས་སྟངས་ཚོག་གི་སྲིང་བར་  
 བརྒྱུད་བས་རྣ་བའི་མོལ་མོ་དང་བསམ་སྲོའི་གནས་སྟངས་ལྟར་། འདས་པའི་ནང་  
 ཁོང་གི་ཚམས་སྐྱེད་ རྩུབ་ཀྱི་གྲང་དར་དང་ཤར་གྱི་དོད་འཛམ་། ཞེས་པ་སྐྱབས་  
 བཅོལ་སྲི་ཚོགས་ནང་ཁྲབ་སྲིལ་བྱགས་ཆེན་བྱུང་ཡོད་ལ་གཞོན་སྐྱེས་ཚོར་བོད་  
 ཡིག་སྲོག་རྒྱའི་འདུན་པ་གང་ཅམ་ཞིག་ཀྱང་བརྒྱན་བྱུབ་པ་བྱུང་ཡོད། དེ་བཞིན་  
 ཁོང་གིས་རྣམ་ཡིག་གཞན་ནས་བརྒྱུད་བའི་དཔེ་དེབ་དང་རྣམ་ངག་དང་འབྲི་ཚོམ་  
 གནང་བ་དེ་ཡིས་ནག་བཞིན་པའི་བོད་ཀྱི་རྣམ་ཡིག་གི་ནམ་མཁའ་ལ་སྐྱེས་སྐྱེས་དུ་  
 འཚོར་བའི་རྣམ་རྒྱུད་འབའ་ཞིག་སྐྱིན།

རྩུབ་རྩོག་གི་སྲིང་བ། འི་ནང་མི་རབས་གསར་པའི་བོད་རིགས་སྐྱེན་ལྷ་ཚོར་  
 རང་ཡུལ་བཞག་ནས་མིའི་ཡུལ་ལ་བརྒྱད་དགོས་ཡོད་ཀྱང་། མོ་མོའི་མི་རིགས་  
 ལ་དགའ་ཞེན་དང་། རྣམ་ཡིག་ལ་གཅེས་འཛིན། ཆབ་སྲིད་ཀྱི་གནད་དོན་ལ་  
 ཐུགས་སྐྱེད་། དེ་བཞིན་ཉིན་མོ་འགྲུལ་བའི་དུས་ལྟ་ཅི་མཚན་མོ་མལ་དུ་ཉལ་བའི་  
 རྣམས་སུ་ཡང་ས་ཡུལ་བོད་དེ་མོ་མོའི་སྲིད་གི་འཕར་སྲིད་ལྟར་བུལ་མེད་དུ་བཞག་





མཚོད་བརྗོད།

ཚོས་རབ་དུ་ནམ་འབྱེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

ཡིད་བཞེན་ཚོར་དང་འདོད་འཛའི་བ་མོ་དང་།།

དཔག་བསམ་ཤིང་ལས་ཤིན་དུ་བྱུང་འཕགས་པའི།།

མཁའ་མཉམ་འགྲོ་ལ་བྱུགས་བརྗེའི་སྐྱེན་མངའ་བའི།།

འདིག་རྟེན་མིག་གཅིག་བླ་ཀྱའི་ཉོག་ལ་འདུད།།

གང་ལ་བརྗེན་ན་ཞི་བསིལ་དཔལ་སྟེར་ཅིང་།།

རྒྱལ་སྐྱེས་ཞི་བ་ལྷ་དང་ལྷ་བ་བྱགས།།

གང་གི་བྱུགས་རྗེས་སྐྱུག་ཀུན་སེལ་མཛད་པའི།།

འཕགས་མཚོག་སྟིང་རྗེའི་གཉེར་ཆེན་ཁྱོད་ལ་འདུད།།

གང་གི་བྱགས་པ་འདིག་རྟེན་ཀུན་བྱུང་ཅིང་།།

སྐྱེས་སྐྱུག་འཕགས་པ་ལྷ་དང་བསྐྱེད་ཀུན་ལ།།

གང་གི་མཛད་འདྲིན་དབྱར་མཚོ་ལྷ་རྒྱས་པའི།།

ཞི་བདེའི་འདྲེན་མཚོག་ཕྱག་ན་པརྗོར་འདུད།།

རྟོན་འབྲུང་ལྷ་བ་དབྲུང་རྩེ་ལྷ་ལྷོ་ག།  
ཞི་བའི་ལྷོ་དེ་བ་ལྷོ་གི་ལོ་རྩེ་བཞིན་འདྲི་ག།  
རིས་མེད་ཚོས་ལུགས་ལྷོ་ལྷོ་ཉི་མ་ལྷོ་ག།  
ལྷོ་དེ་ལམས་གངས་ཅན་ལྷ་གཅིག་ལྷོ་ལ་འདྲུང་།

དབྲུངས་ཅན་དབྲུངས་ལྷི་ལྷོ་ལངས།  
རྟོན་ལྷོ་ལྷོ་བར་དུ་ལྷོ་དང་།  
འདམ་དཔལ་ལེས་རབ་རལ་ལྷོ་ག།  
ལྷོ་འབྲེལ་ལྷོ་བ་གཉིས་ཚོད་དང་།

ལོ་རྩེ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ག།  
རྟོན་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་དང་།  
འདམས་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ག།  
འབྲེལ་བའི་རི་བ་ལྷོ་དང་།



རྒྱ་བས་གསུམ་བསོད་ནམས་མཐུ་ཡིས།།

འགྲོ་རྒྱལ་རྒྱལ་བསྐྱེད་སོལ་དང་།།

དང་སྲོད་བདེན་པའི་སྣོ་བས་གྱིས།།

བོད་འབངས་བདེ་ལ་བཞོད་དང་།།



བརྩམ་པ་དམ་བཅའ།

མང་དུ་ཐོས་པའི་ཚུ་འདྲིན་བདག་ལ་མེད།།

གཏན་དུ་བསམ་པའི་དལ་འགྲོའི་རྒྱན་གྱི་སྟོང་།།

ཡུན་རིང་སྐོམ་པའི་ཉིང་འདྲིན་ཆར་གྱི་དཔེན།།

རྣམ་པར་ཤེས་རབ་དབྱར་རྩི་སྐོ་ཅལ་རྒྱུང་།།

ནམས་དང་འགྱུར་བས་གཏམས་པའི་ནམ་བུའི་སྒྲིབ་སྐོར་འདྲིན་མེད།།

དོན་གྱི་རོ་བཅུད་རྣམ་པའི་གཏམ་གྱི་སྒྲུང་ཚི་འདྲིར་མ་མཚེས།།

མཁས་བླུབ་མཁུ་བ་སྐྱེད་པའི་ལེགས་འགྲོའི་ལྷ་འདྲིན་མེད།།

ཤིས་པ་རོ་མཚར་སྐྱེད་པའི་མཚར་གཏམ་རོལ་ཅིད་འདྲིན་མེད།།

སྟོན་མེད་ཤེས་བྱ་གསར་པའི་འདྲའ་ཚོན་དང་།།

གསར་གཏོད་ཐབས་གྱིས་སྐྱུལ་པའི་འབྲུག་སྐྱ་མེད།།

གངས་རྒྱོང་ས་སྤིད་མཐར་གནས་པའི་སྟོན་ལམ་དང་།།

མ་སྐྱད་རྒྱན་གནས་ཡོང་བའི་རི་བ་ལས།།

ལྷོ་གསར་བུང་བའི་ཚོགས་ལ་རང་སྐད་ཀྱི།།

རོ་བཅུད་ཉམས་སུ་ལྷོང་བའི་ཆ་རྒྱན་དུ།།

སྤྲ་ཚོགས་དོན་ལ་སྦྱར་བའི་མེ་ཉོག་གི།།

ཀུན་རྟོག་ཐེང་བའི་སྤྲེའ་སྦྱོར་འདི་ན་སྤེལ།།



## ཟླ་མའི་ཡོན་ཏན།

ཁམས་གསུམ་འཁོར་བའི་གནས་འདི།།

དུག་གསུམ་དྲི་མས་བརྒྱམས་ཤིང་།།

སྤྱུག་གསུམ་བྱུང་བར་གཟིགས་ཏེ།།

ཐེག་གསུམ་མངོན་སྲོལ་སྤྲེལ་ཆེན།།

ཙུ་གསུམ་ཀུན་དུ་འདུས་ཡ།།

དུས་གསུམ་མཁྱེན་པའི་དཔལ་མངའ།།

མཚོག་གསུམ་དབྱེ་བ་མེད་བར།།

སྒོ་གསུམ་འཁྲུ་བའི་ཚུ་རྒྱན།།

བསྐྱབ་གསུམ་འཕགས་པའི་ཚོར་ཡ།།

དབྱེད་གསུམ་དག་པའི་སྒོ་ནས།།

ཐོས་བསམ་སྒོམ་གསུམ་གནང་སྟེ།།

སྤྱི་གསུམ་ཐོབ་པའི་བདག་ཉིད།།



ཨ་རིའི་གྲོས་ཚོགས་གསེར་གྱི་རྟགས་ལ།

གངས་ཅན་སྣ་གཅིག་ཕྱག་ན་བརྗོད་ལ།།

བྲགས་ཅན་གསེར་གྱི་གཟེངས་རྟགས་སྤུལ་བ་ཡི།།

སྐལ་བཟང་དབྱིད་གྱི་དཔལ་མོ་ཤར་སྐབས་འདིར།།

དད་དམ་སློབ་འདི་སྣ་ཚོགས་མེ་ཉོག་བཞད།།

རི་ལྗང་རིན་ཆེན་གསེར་ནི་ས་འོག་ཏུ།།

གནས་ཀྱང་དེའི་འོད་ནི་ནམ་མཁར་བྲབ།།

དེ་བཞིན་ལ་ཤོང་ས་མཚོག་ནི་འཕགས་ཡུལ་དུ།

བཞུགས་ཀྱང་མཚན་སྟན་འདིག་རྟེན་ཀུན་ཏུ་བྲབ།།

མོར་དང་བསྐྱེ་ཡོན་བཏང་སྟེ་ཉོས་པ་མེད།།

དཔལ་དང་དབྱུང་བ་རོམ་སྟེ་འཕྲོག་པ་མེད།།

བྱ་དགའ་འོ་བསྟོད་གནང་བ་དེ་བས་མེད།།

བདེན་པས་རང་སྐྱོབ་སྐྱོབ་པ་ཅིས་མ་ཡིན།།



གསེར་གྱི་རྟ་གསེར་མ།

སྒོ་བས་ཚེན་ཨ་རིའི་ཡུལ་གྱི།

གྲགས་ཅན་གསེར་གྱི་རྟ་གསེར་མ།

ལ་གོང་ས་མཚོ་ག་ལ་ལྷུལ་ཉི།

མཚན་སྟུན་སྒྲོགས་བཅུར་བྱུང་སོང་།

རྒྱ་ནག་སྤིང་རྒྱུང་ལངས་ཉི།

ཚིག་དན་མདའ་ཆར་དབབས་གྱུང་།

བདེན་པའི་རང་མདངས་མཚོང་ནས།

སྤིང་ཅུ་གད་གྲབས་བྱས་སོང་།

རང་རིགས་གངས་ཅན་ཡོངས་ལ།

བདེན་པའི་དབྱར་རྩ་སྒྲོག་པའི།

དགའ་སྤྱིད་དབྱིད་གྱི་དཔལ་མོ།

ཤར་བ་ལས་གྱུང་མཚར་བྱུང་།

ནམ་འདྲན་ལ་རྒྱལ་བའི་དབང་པོའི།།

སྐྱེ་ཚེ་མངོན་འཕྲིན་རྒྱས་ན།།

བོད་དོན་བདེན་མཐའ་གསལ་ལ།།

ཡུན་རིང་འགོར་བ་མི་འདུག།



## ཉི་ཟླ་སྐར་གསུམ།

མཁུན་པའི་དགྲིལ་འཁོར་རྒྱས་ལ།།

མཚན་སྟན་འོད་སྟོང་འཕྲོ་བའི།།

དོད་གྲིས་འདབ་བརྒྱ་སྟོང་མཁས།།

གངས་ཅན་སྲིད་པའི་མིག་གཅིག།

ཞི་བའི་ལ་མཚན་མའི་མཁོན་པོ།།

གནས་སྐབས་སྲིན་གྲིས་སྲིབ་ཀྱང་།།

པོད་འབངས་ཀྱི་ལྷན་སྟོང་ལ།།

ཐུགས་དམ་བརྟན་པའི་ཟླ་བ།།

སྐར་ཚོགས་བྱེ་བའི་དབུས་ན།།

མི་འགྲུང་ཐོ་རངས་སྐར་ཆེན།།

ཤར་འི་ཚེ་ནས་ཤར་ཡང་།།

འོད་མདངས་སྟོམ་པའི་ཀམ།།



གངས་རྒྱུང་ས་ཉི་ཟླ་སྐར་གསུམ།།

དབྱུང་རྩོན་མཁའ་ལ་ཤར་ཉི།།

ཐོད་འབངས་སྐྱེ་འཕྲོ་ཡོངས་ཀྱི།།

གདུང་བའི་སྐྱུག་རུམ་ཞི་མཛོད།།



གངས་དཀར་གྱི་འཐེན་ལུགས།

ཉིན་མཚན་མེད་པར་གཡོ་བའི།།

སེམས་ཀྱི་རྒྱང་རྒྱུད་དར་ལྗོངས།

གངས་དཀར་གླ་མོའི་ཕྱོགས་ལ།།

རང་དབང་མེད་པར་འཐེན་གྱི།།

གར་ཡོད་ས་ལ་བརྟུ་བའི།།

མིག་གི་རྒྱང་ཤེལ་ཁྲ་རིལ།།

གངས་དཀར་གླ་མོའི་ཞལ་གྱི།།

མངོས་སྐྱབས་མ་གཏོགས་མི་མཐོང་།།

སྙན་པའི་སྐྱེ་ལ་ཆགས་པའི།།

ན་བའི་སྐྱེ་འདུག་འཁོར་ལོར།།

གངས་དཀར་གླ་མོའི་གསུང་ལས།།

དེ་མིན་གོ་རྒྱུ་མི་འདུག།

ཞེས་མངར་རོ་ལ་ཞེན་པའི།།  
ལྷེ་ཡི་འཕྲུལ་འཁོར་འཁོར་དུས།།  
གངས་དཀར་ལྷ་མོའི་གཏམ་ལས།།  
དེ་མིན་གྲོང་རྒྱ་མི་འདུག།

འཕྲུལ་བའི་རྗེ་ལ་སྲིད་པའི།།  
རྣམ་ཡི་དབང་སྒྲན་སྲུག་པར།།  
སྲུ་མ་བ་ལྷའི་རྗེ་ལས།།  
དེ་མིན་ཚོར་རྒྱ་མི་འདུག།

ཆེ་སྲོན་ལས་དབང་བཅན་པས།།  
གཞན་ལུལ་གྱར་དགོས་བྱུང་ཡང་།།  
རང་ལུལ་གངས་ཅན་རྒློངས་ལས།།  
གཞན་ཞིག་དན་རྒྱ་མི་འདུག།



# མ་ཡུམ་གངས་ལྗོངས།

ཨེ་མ་མ་ལགས།

ཁྱོད་ནི།

སྣ་ལམ་ཡངས་པའི་རྒྱ་སྐར་དབུས་སུ།

ཉ་རྒྱས་ལྷ་བ་ཚོས་བ་བཞིན།

མོ་ཉི་ནི་དང་གཉིས་སུ་མེད་པར།

བདག་ཡིད་བརྒྱབས་གཡོ་མཁས་མ།

ཚོས་ཉིད་སྟོང་པའི་རང་བཞིན་ལ་གནས།

བདེ་མཚོག་བདུད་ཅིའི་རྒྱན་འདྲེན་སྐབས།

སྐྱོན་མེ་སྟོང་གིས་གསལ་བ་བཞིན་དུ།

ཟུང་འདུག་གནས་ལ་འབྲིད་མཁས་མ།

གང་དང་བསྟོངས་ན་དབྱིད་ཀྱི་དཔལ་མོ་གར།

གདོང་གི་འདབ་བརྒྱ་རབ་ཏུ་རྒྱས་པ་དང་།

མིག་གི་བྱང་བ་ཚྭོས་འདྲའི་འཕྲུང་སྒྲིང་མངོས།

ངག་གི་སྒྲུང་ཅི་སྟོན་པའི་སྐལ་བཟང་སྟེར།

གང་ཞེས་མཐོང་ན་ཡིད་ལ་ངལ་གསོ་སྦྱིན།།  
ཞལ་གྱི་རྒྱ་བས་གདོང་གི་ཀྱ་སྤྱད་རྒྱས།།  
སྤྱག་གི་རེ་ག་བས་ལུས་གྱི་ཁ་བ་བཞུ།།  
གསུང་གི་དབྱངས་གྱིས་སྤྱིང་གི་རྒྱུད་མངས་དགོལ།།

རྒྱ་མཚོའི་རྒྱ་བས་གྱི་བསེལ་རྒྱུང་དང་མཚུངས།།  
གང་ལ་རེ་ག་ན་ཚ་གདུང་སེལ།།  
ལོ་མང་བསྟལ་བའི་འབྲུ་ཆར་བཞེན་དུ།།  
གང་ལ་འབྲུང་ན་ལོ་བརྒྱར་བཟེ།།

གང་གི་བཞེན་རས་ཀྱི་ཟ་ལས་ཀྱང་མཛོལ།།  
ལུས་གྱི་རེ་ག་བྱ་སྤྱད་ཆར་ལས་ཀྱང་བསེལ།།  
ངག་གི་རྒྱ་དབྱངས་འཛོལ་ལོ་ལས་ཀྱང་སྦྱིན།།  
ཡིད་གྱི་སྤྱིང་སོ་དར་དཀར་ལས་ཀྱང་འཇམ།།

ཚེ་གདུང་མེལ་བའི་སྒྲོམ་གྱི་བ་དང་མཚུངས།།

གང་ཞིག་མཐོང་ཚེ་ངལ་གསོ་སྟེར།།

དབྱིད་ཀྱི་སྒྲང་རྒྱན་མེ་ཏོག་བཞིན་དུ།།

བྱང་བ་འགྲུགས་པའི་ཕོ་ཉ་བྱེད།།

སྒྲོམ་པ་མེལ་བའི་བདུད་རྩི་བཞིན་དུ།།

ཁྱོད་གསུང་ན་བའི་བཅུད་དུ་འགྱུར།།

གངས་ལ་ཉི་འོད་ཕོག་པ་བཞིན་དུ།།

ཁྱོད་ཞལ་འབྲེན་བྱེད་དཔལ་དུ་ཤར།།

དབྱར་གྱི་འཇའ་ཚོན་སྐྱ་ལྷ་དང་མཚུངས།།

སྐབས་འེ་ཡོད་ཀྱང་སྐབས་འེ་མེད།།

དབྱིད་ཀྱི་མེ་ཏོག་སྐྱ་ཚོགས་དང་མཚུངས།།

སྐབས་འེ་བཞད་ཀྱང་སྐབས་འེ་རྩམ།།

འཛིག་རྟོག་ཀྱི་ཕྱི་ལོ་ས་ཁོ་མ་པ་བཏང་སྟེ།།

ལོ་བརྒྱའི་བར་དུ་བརྟན་པ་འདྲ།།

ལྷ་བཟོ་མཁས་པའི་ལག་རྩལ་ངོ་མ་པའི།།

འགྲུ་ལྟར་བྱུང་བའི་འདྲོ་སྟེག་མ།།

མཛོམ་པའི་རྩུ་རྩལ་དུག་ཅུ་འདྲོ་མས་པའི།།

རྩུ་ཚོགས་ཐབས་མཁས་གར་མཁན་མས།།

འདྲོ་མ་གྱི་ང་ས་ཡི་འཐེན་བྱགས་དང་མཚུངས།།

ཡིད་ཀྱི་བརྟན་པ་དབང་མེད་འཕྲོག།།

རྩྱིད་རྩུག་སྟེལ་མའི་ལས་རྩུང་དུག་པོས།།

ཕྱོགས་བཞིར་བརྩོད་པའི་མི་ཚེ་འདིར།།

ཕྱོགས་སྟོན་འཁོར་ལོའི་འཕྲུལ་ཆ་བཞིན་དུ།།

སྟོན་མེད་ལམ་བཟང་ཁྱོད་ཀྱིས་བརྟན།།

སྐྱིན་ནག་འཛིབས་པའི་སྐྱུག་ཏུམ་ནང་དུ།།

མི་ཚེའི་རྐང་ལམ་འཚོལ་བའི་ཚེ།།

ཁྱོད་ཞལ་ཟླ་བས་སྐྱིན་གྱི་གསེབ་ནས།།

ལམ་སྐྱ་ཚོན་པའི་སྐྱོན་མི་བྱས།།

སྐྱོམ་པ་དཔྱིད་གྱི་ཚ་བས་གདུངས་ཏེ།།

ལྷ་ངན་ཐང་ཚེན་འགྲིམས་པའི་དུས།།

ཁྱོད་གྱི་འགུམ་ཆང་རྩ་མིག་ཚུལ་དུ།།

ཡང་ནས་ཡང་དུ་བདུད་ཚིར་གྱུར།།

དགུན་གྱི་ཁ་བ་བྱ་ཡུག་འཚུབ་པའི།།

རྣམ་ཕྱོགས་སྲང་ལམ་ལྷུལ་བའི་ཚེ།།

དཀར་འཇམ་བལ་གྱི་ལུ་བ་བཞིན་དུ།།

ཐང་ངར་མེད་པའི་དག་ལས་སྐྱབས།།



ས་མཁའ་གསལ་འཛོམ་པའི་ཉལ་གྱི་འི་སྒྲིང་དུ།།

མཚན་མོའི་བྱམ་ལ་གནས་པའི་ཚོ།།

དཀར་འཇམ་མ་མོའི་བལ་ལས་གྲུབ་པའི།།

འཕོལ་གདན་སྒྲིང་དུ་གཉིད་དང་མཉམ།།

ལས་ཀྱི་དཀར་ཚོགས་ལྷུང་གྱིས་གནན་ཏེ།།

ལུས་སེམས་སྤྱད་དེ་གནས་སྐབས་སུ།།

ཁྱོད་ཀྱི་སྤྱང་ཚར་ཟེག་མ་རིས་ཀྱང་།།

མཐོ་རིས་བདེ་ཚེན་གནས་ལ་བཀོད།།

མི་རྟག་སྐྱུ་མའི་སྐྱེད་ཚལ་འདི་ན།།

དྲི་ཞིམ་མེ་ཉོག་སྐྱ་ཚོགས་ཀྱང་།།

ལས་ཀྱིས་བཏབ་པའི་ཀུ་སྤྱད་ཁྱོད་ཉིད།།

རི་བོང་འཛིན་ལ་ཞིན་ཏུ་དུངས།།

འདོད་པའི་རྒྱལ་ལོ་གྲིས་ཉལ་ཏུ་གཡོ་བའི།།

མལ་འབྱོར་འོད་ཀྱི་མེད་ལྷུག་འདིར།།

གངས་དཀར་བརྒྱུ་ཡི་མྱིད་པའི་ལྷུག་ཏུ།།

ཉིང་འདྲིན་སྐྱེ་བ་པའི་སྐྱེ་བས་སྐྱོལ་ཅིག།



བསྐྱེད་ལྷན་མ།

མ་རིག་སྒྲིན་གྱིས་སྒོ་ཁ་བསྐྱེད་མ་ཉེ།།

སྒྲུང་དོར་གནད་ལ་སྐོང་ས་པའི་དུས།།

ཤེས་རབ་ལྷ་བས་གསལ་བར་བྱེད་ལྷའི།།

ཐར་ལམ་སྒྲོན་པའི་འོད་ལྷན་མ།།

ཆགས་སྒྲུང་སྟག་གི་རར་སྐྱེས་བྱུང་པའི།།

ལྷོ་ཚོགས་ནགས་གྱི་ལམ་གཤགས་སྐབས།།

བརྗེ་བའི་བྱ་ལ་མ་ཡི་བྱམས་བཞིན།།

སྐྱོང་བར་མངོན་པའི་འདྲིགས་སྐྱོབ་མ།།

སྐྱོ་གདུང་ནད་གྱིས་སྐོ་བའི་གསེབ་ནས།།

སྒྲུང་དང་འབྲེས་ཉེ་གཅེས་པའི་དུས།།

མ་ཉེན་འཇམ་ལུས་གྱིས་རེག་ཅམ་བྱས་ཀྱང་།།

བདུད་ཅི་སྐྱེ་བའི་གསོ་མཁས་མ།།

ལུས་གྱི་མེ་ཉོག་ཚེ་བས་སྟིང་ཏེ།།

བཀྲ་ག་མདངས་ཡ་ཡ་ཡ་ཉེ་བའི་ཚེ།།

ཚར་ལྷན་སྒྲིན་སྤང་ཞལ་མཐར་འཚར་འདྲའི།།

ལན་བུ་ལྷན་བའི་བསིལ་ལྷན་མ།།

ཞེ་སྤར་ལྷ་ཡ་གྱི་ཁ་སྤངས་སོག་སྟེ།།

བདག་སྟིང་དུ་མ་བུར་གས་པའི་སྐབས།།

བདུད་ཚི་སྐྱེན་གྱི་རྒྱལ་པ་སོགས་ཏེ།།

མ་ཁ་གསོ་བའི་ཡིད་འོང་མ།།

སྤག་དོག་ལུག་པས་སྤེར་ཆག་གཞུས་ཏེ།།

བྱིས་པའི་ནམ་ཤེས་འཐོར་བའི་ཚེ།།

བཙེ་དུང་དགར་པོ་འོ་མས་བསྐྱངས་ཏེ།།

ལུས་སེམས་བདེ་ལ་སྦྱོར་བྱེད་མ།།

འཕྲུལ་འཁོར་ལྗོངས་གི་ལྷན་པའི་ངོས་ལ།།

འདྲིན་བྱེད་དབང་པོ་གཏད་པའི་སྐབས།།

ལྗོངས་འཕྲིན་དེ་མེད་ལྗོངས་གར་གཟུགས་སུ།།

ངོས་པར་མཁའས་པའི་གར་མཁན་མ།།



## གསུམ་ཚན་གྱི་ནམས།

ཚོལ་གསུམ་གཅིག་དུ་བརྒྱུལ་བའི།།

ས་གསུམ་རང་དབང་དགོས་ན།།

ཚོལ་གསུམ་མི་ཡུལ་ལྷུང་བར།།

དུས་གསུམ་བསྐྱེད་ནས་གང་ཡོང་།།

རྣམས་གསུམ་ལྷ་ཡི་ལྷུང་དང་།།

དུས་གསུམ་མཁྱེན་པའི་མངོན་ཤེས།།

མཚོག་གསུམ་མཐུ་ལ་བརྟེན་ནས།།

ཚོལ་གསུམ་དྲི་མ་སྐྱོང་དགོས།།

ལའོར་གསུམ་ལྷུས་ལ་བརྒྱོད་ཏེ།།

ལུན་སུམ་ཚོགས་པའི་ཡུལ་དུ།།

ལན་གསུམ་སླེབས་ཐབས་བྱས་ཀྱང་།།

ཐེངས་གསུམ་ཕྱིར་སློབ་བཏང་བྱུང་།།

མངོན་སྲུང་མིག་གི་མདུན་ན།།

དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་བཞུགས་ཏེ།།

བསྐྱབ་གསུམ་ལས་ལ་བྲེལ་གུང་།།

སྐྱུ་གསུམ་ཤིན་ཏུ་བས་མ་ཐོབ།།

ཁམས་གསུམ་འཁོར་བའི་མྱིང་དུ།།

ཐེགས་གསུམ་གོ་འཕང་མ་ཐོང་བའི།།

མིགས་གསུམ་གདུལ་བྱ་མང་ཡང་།།

མོ་གསུམ་ཀྱི་མ་མ་སྐྱེད་ས།།



## པོད་རྒྱའི་འབྲེལ་བ།

ཉེང་གིས་ས་པོན་བཏབ་པས།།

དུ་ལའི་ལྷ་གྲུ་བྱས་སོང་།།

ཉེང་གི་ས་ཞིང་མཁེགས་པོར།།

དབུ་མའི་སྤོང་པོ་ཨི་སྒྲི།།

རྒྱ་ལོས་འབྲེལ་ཟམ་བཅུགས་རྗེས།།

རྒྱ་པོད་འབྲེལ་མོལ་ཚུགས་སོང་།།

རྒྱ་རིས་འབྲེལ་མོལ་འབྱུང་ཁྱང་།།

རྒྱ་པོད་ཞི་མོལ་འབྱུང་འབྱོར།།

ལྷག་བསམ་དག་པའི་རེ་བར།།

ཆང་ལན་རྒྱ་འཇལ་བྱང་ན།།

རང་དབང་རང་བཅོན་ཐོབ་ཐང་།།

ཚོད་པའི་དུས་ཞིག་མིན་ནམ།།





གངས་དང་མེད་གོ།

གངས་དང་མེད་གོ་བཞིན་དུ།།

ཐོད་དང་ཐོད་མི་གནས་ཀྱང་།།

ཤར་གྱི་རྒྱུང་འཚུབ་དམར་པོས།།

གངས་ཅི་ཐལ་བར་གཏོང་གིན།།

སྟག་དང་རི་མོ་བཞིན་དུ།།

ཚོས་སྲིད་རྒྱུང་དུ་འབྲེལ་ཡང་།།

སངས་རྒྱས་བསྟན་པའི་དབྱེ་པོས།།

ཚོས་ནི་དུག་རིད་ཟེར་བཞིན།།

སྤང་དང་ཤ་བ་བཞིན་དུ།།

ཐོད་དང་ཐོད་མི་འགྲོགས་ཀྱང་།།

གཞི་དམར་པོའི་སྐད་ཀྱི།།

དངངས་སྐྱག་ཆད་དུས་མི་འདུག།



ལས་དབང་།

ལྷ་དང་ཉ་མོ་བཞིན་དུ།།

ཐོད་དང་ཐོད་མི་ལས་རེད།།

ཉ་མོ་ལྷ་དང་བུལ་ན།།

གསོན་པའི་རེ་བ་ཡོད་དམ།།

ལྷ་དང་ནགས་ཚལ་བཞིན་དུ།།

ཐོད་དང་ཐོད་མི་ལས་རེད།།

ནགས་རི་མི་ཡིས་ཚིག་ན།།

ལྷ་གི་རི་མོ་གནས་སམ།།

གནམ་དང་ཉི་ཟླ་བཞིན་དུ།།

ཐོད་དང་ཐོད་མི་ལས་རེད།།

ཉི་ཟླ་སྲིན་གྱིས་སྲིབ་ན།།

སྲོན་མེའི་མཛེས་སྤྱད་ཨི་མཛོང་།།



བོད་མིའི་གནས་བབ།

བོད་གངས་ཅན་ཡུལ་གྱི་བོད་མི་ཚོ།

རྒྱ་དམར་བོས་དབང་སྐྱུར་གནས་བབ་དེ།

ཁ་སྐྱབས་སྐྱེས་འོག་གི་བྱིའུ་ཚང་དང་།

རྒྱ་རྩོད་ལས་པའི་བྱིས་མཚེས་ལུག་ཁྱུ་འདྲ།

བྱང་ཨ་རིར་གནས་སྡོད་བོད་མི་ཚོ།

ལས་རང་དབང་ཡོད་པའི་ང་རྒྱལ་གྱིས།

རྒྱ་རྒྱུང་ཁྱེད་གསོག་པའི་ལས་ལ་བྲེལ།

དུས་རྩོད་པ་ཉི་མའི་རྣམ་མ་འདྲ།

ཤར་རྒྱ་བལ་ནང་གི་བོད་མི་ཚོ།

ལུས་མེས་ལ་ངལ་བ་མེད་གྱུར་གྱང་།

རྒྱ་ལྗོངས་མཐོང་བའི་ལྷན་མོ་དེས།

མོད་རྩོད་བའི་བདེ་སྐྱིད་མི་ལམ་འདྲ།



༡ བཅོམ་འོག་ནང་དུ་སྐྱེས་པ་ཨ་རིའི་འོ་ལར་ལ་གོ།

རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ལས་དབང་།

གངས་དང་མེང་གི་བཞིན་དུ།།

བོད་དང་བོད་མིའི་ལས་འབྲེལ།།

འབྲུག་དང་འབྲུག་སྐད་བཞིན་དུ།།

ཚོས་སྲིད་ལྷུང་དུ་འབྲེལ་ཡོད།།

སྤང་དང་ཤ་བ་བཞིན་དུ།།

གཞིས་དང་དགོན་པ་ལས་རེད།།

ཚུ་དང་ཉ་མོ་བཞིན་དུ།།

སྤྱ་དང་འབྲོག་པ་ལས་རེད།།

མཚོ་དང་ངང་པ་བཞིན་དུ།།

ང་དང་རྩམ་པ་ལས་རེད།།

རྩམ་པའི་བརྩུད་ཅིག་དགོས་ན།།

ང་ལ་འབྲི་མར་རྒྱབ་ཞོག།



རྫོགས་སྲིད་པ་གསུམ།

རྒྱུད་ཀྱང་སྤྱད་པའི་མི་ཚོ།

བཟང་ལ་ངན་པའི་ལས་ཀྱིས།

རིང་བྱུང་སྡོམས་པ་མེད་པར།

བྲེལ་བའི་ངང་ནས་རྫོགས་སྲིད།

དཀར་ནག་ལས་ཀྱིས་བསྐྱུལ་བའི།

མི་ཚོ་ཚུ་ཡི་གཉེར་མ།

ཕྱི་ལ་ཡང་བའི་སྡོམས།

དལ་མ་སྡོད་ལ་རྫོགས་སྲིད།

ཕྱ་མ་སྡོམ་པའི་བཙེ་སེམས།

ཡིད་འཕྲོག་དབང་མའི་ཕྱོགས་ལ།

རིང་བྱུང་སྡོམ་པར་གཏད་ཀྱང་།

མངར་སྐྱར་ངང་ནས་རྫོགས་སྲིད།



པོད་རང་དབང་སློབ་སྦྱོང་ཚོགས་པ།

པོད་གངས་ཅན་སློབ་ཤི་མེད་སྦྱོང་ཚོ།

མེད་དཀར་མོ་གཡུ་ཡི་རལ་པ་ཅན།

གངས་ཚ་བས་བཞུ་ལས་སློབ་ཆེད་དུ།

པོད་རང་དབང་སློབ་སྦྱོང་ཚོགས་པ་བྱུང་།

སྐར་མེད་པོའི་སྐར་གི་བུ་སྦྱོང་ཚོ།

བུ་ར་བཅུ་སྐར་གི་རྒྱན་ཆ་རེད།

སྐར་ཐན་པས་འཇིགས་ལས་སློབ་ཆེད་དུ།

པོད་རང་དབང་སློབ་སྦྱོང་ཚོགས་པ་བྱུང་།

མཚོ་མ་ཕམ་ནང་གི་ཉ་སྦྱོང་ཚོ།

ཉ་གམེར་ཉ་དུང་གི་གཤོག་པ་ཅན།

མཚོ་སྒོན་མོ་སྐལ་ལས་སློབ་ཆེད་དུ།

པོད་རང་དབང་སློབ་སྦྱོང་ཚོགས་པ་བྱུང་།

རུས་གཅིག་པའི་བོད་རིགས་སྐྱུན་ཟླ་ཚོ།  
ཡུམ་བོད་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་གདོང་རྒྱུག་རེད།  
དེན་ཨ་མ་འདི་གས་ལས་སྐྱོབ་ཆེད་དུ།  
བོད་རང་དབང་སློབ་ཐུག་ཚོགས་པ་བྱུང་།



## དེད་གི་རྒྱལ་སྤྱིའི་གནས་བབ།

རིག་གསར་འཕུལ་ཆའི་རྒྱུ་ལས་བྱུང་བའི།།

འཛད་རྗེས་ཡོངས་སྤྱོད་མཐའ་ཡས་དང་།།

རྒྱལ་སྤྱོད་མཚོན་ཆ་རྗེས་སྤོར་བཟུང་གིས།།

ཡོངས་སུ་ཁྱབ་པའི་འཛམ་གླིང་འདིར།།

ཨ་རི་སློབས་ཚེན་རྒྱལ་ཁབ་ཡིན་ཟེར།།

རྣམ་གཤིས་མོ་ཀུན་ལ་དོམ།།

རྒྱ་ནག་དཔལ་འབྱོར་ཡར་རྒྱས་ཡོད་ཟེར།།

གཞི་ཅིའི་རང་དབང་དོག་རོལ་བཏང་།།

དགྲིལ་ཤར་ཡུལ་གྱིས་སྤྲུམ་གཏེར་དོམ་སྟེ།།

རྒྱལ་སྤྱིའི་རྣམ་བུགས་ལྷེ་མིག་འདྲིན།།

དེ་མིན་ནམས་ཅི་གཅིག་ལ་གཅིག་སྟོམ།།

ད་བར་གནས་པའི་རྩལ་འདྲིན་ཡང་།།



དབུལ་སྤྱུག་བར་གྱི་སྣོད་ཆ་སྐྱེད་པའི།།  
 མཉམ་སྦྱོལ་ཆེན་པོའི་དབང་སྐྱུར་འོག།  
 འདྲེན་སྦྱིང་གསུམ་པའི་རྒྱལ་ཁབ་<sup>༡</sup> རྣམས་ནི།།  
 རང་ཡུལ་གནས་ཀྱང་གཞན་གཡོག་འདྲ།།

སྣོད་མ་ཆེན་རྒྱལ་ཁབ་སྦྱིང་རྗེ་ཅན་གྱིས།།<sup>༢</sup>  
 སྣོད་མ་རྒྱུད་སྣོད་མ་ཆེན་མཉམ་མཐུང་གཏོང་།།  
 མཉམ་པའི་སྐལ་བ་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱད་བཅུ།།  
 ཅི་ནི་ཡར་རྒྱས་ཞལ་འདེབས་མཛད།།

སྣོད་མ་རྒྱུད་རང་རྟེན་ཆད་པའི་ཨོགས་མཐུང་།།  
 སྐྱུར་ཆབ་བསིལ་བཞེན་བྱུལ་བྱུལ་མཛད།།  
 སྣོད་མ་རྒྱུད་ན་བ་ཆད་པའི་མདུན་དུ།།  
 ལྷན་སྦྱོར་སྦྱོར་དབྱེད་སྦྱོར་མི་ཆད།།




---

༡ Third world countries.  
 ༢ ཆོགས་བཅད་འདི་གཉིས་ར་ཀ་ར་མཚོག་སྐུལ་རེན་པོ་ཆེ་མཚོག་ནས་ཁ་སྦྱོར་མཛད།

# ཚིག་དགུ་མ།

ཚ་ཐང་ནི་ཚོའི་གཤོག་པ་བརྒྱུངས་འདྲའི་སྣང་།།

དབང་ཐང་མཁའ་ལྷར་ཡངས་པའི་འབྲོག་གྲིམ་གྱི།།

མངའ་ཐང་ས་ལ་འབྲིལ་འདྲའི་དཔལ་འབྲོར་དེ།།

བརྗོལ་ཐང་ལས་ལས་བྱུང་བའི་འབྲས་བུ་ཉིད།།

མེ་བརྗོལ་ཚངས་པའི་དབྱུངས་ལ་ཅོ་འདྲི་བའི།།

ནལ་འབྲོར་མི་ལའི་མགུར་མ་ལུ་ཉིག་མེད་།།

རྒྱ་འབྲོར་རྒྱལ་པོའི་མཛོད་གྲིས་བསྐྱུ་དཀའ་ཡང་།།

དལ་འབྲོར་རྟེན་བཟང་ཚང་ན་ཉམས་ལེན་བྱུབ།།

མཚོག་གསུམ་བསྐྱུ་མེད་བྱིན་རྒྱལས་ཆར་རྒྱན་གྲིས།།

ཚོལ་གསུམ་བོད་མིའི་སེམས་རྒྱུད་བརྒྱན་བྱས་ཉེ།།

སྣོ་གསུམ་མི་དགའི་བྲི་མ་ཀུན་བྱུང་ཞིང་།།

གསང་གསུམ་ནམ་དག་འབྲས་བུ་བྱུང་གྱུར་ཅིག།

སྒྲུབ་རྟོགས་མཐར་ཕྱིན་སྐྱེ་མངའི་བདག་ཉིད་ཀྱི།  
 ལྷུང་རྟོགས་བསྟན་པ་སྐྱོང་ལ་ཆེས་དཔའ་བའི།  
 མངོན་རྟོགས་རིག་པའི་དབང་ལུག་དེད་དཔོན་དེ།  
 ལ་གཏོགས་འཛམ་གླིང་སྤོན་འདིར་མེད་པར་སྐྱེད།

དམ་བུ་གློ་འོར་མི་ཤོད་དམར་པོའི་ལྷགས།  
 སྤིལ་བསྐྱབས་སྐྱེད་རྣམ་བུ་པར་བུས་ལྷུང་ཀྱང་།  
 ཡོངས་གྲགས་བརྩི་བཀྱར་མེད་པའི་སྤིད་དབང་དེ།  
 ལྷན་གྲགས་ཆེ་ཡང་འབྲས་བུའི་བུཅུད་ཀྱིས་སྐྱོང་།

སྐྱེད་རྩལ་འཁོར་འདས་དབང་གཞུང་མངོན་སྐྱབས་ཀུན།  
 གནས་རྩལ་སྤིང་པོ་མེད་པ་དངོས་པོའི་གཤིས།  
 གཞིགས་རྩལ་རིག་པས་དབྱུད་པའི་གནས་ལྷགས་ལ།  
 ཤོད་རྩལ་ནམ་གངས་སྐྱ་ཚོགས་ཀྱི་སྐར་བཞིན།

ཡི་རྟག་སྐྱེ་མའི་ཚོས་ལ་ཞེན་ཆགས་སྟོས།།

སྟོེ་བྟགས་ངང་གིས་བྱས་པའི་སེམས་ཀྱི་ཕས།།

བཟང་རྟགས་ཡིན་པར་འདྲིན་པའི་སྐྱེས་པུ་ནམས།།

འཆི་རྟགས་ཤར་བའི་དུས་སྐྱོའི་འགྲོད།།

གང་དག་སྟོད་པའི་བདེ་ལ་མ་ཆགས་ཤིང་།།

ཡང་དག་སྐྱེ་བའི་གནད་ལ་བྱང་ཆུབ་པའི།།

ནམ་དག་ལམ་གྱི་འཕྲུལ་འདེགས་བཟང་པོ་ལ།།

བསྟེན་དག་སྐྱེ་བཞིའི་གོ་འཕང་མངོན་དུ་བྱེད།།

དཀར་སྟོགས་སྐྱང་ཁུའི་ལྷ་ཡིས་རྒྱད་སྐྱེ་ལ་ཏེ།།

ཤར་སྟོགས་མགོ་ནག་བོད་མིར་བྲེལ་བ་བཟོས།།

སྟོད་སྟོགས་སྐྱེ་ལམ་བཟོད་པ་སྟོས་བྟང་སྟེ།།

ལུ་བ་སྟོགས་བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་ལ་སྟོགས།།



དུས་གྱི་དམ་བཅའ།

དཔྱིད་གྱི་ཁྲ་བུ་ག་སྟོན་མོ།།

མོན་ལ་ལོག་འགོ་མ་གསུངས།།

དབྱར་གྱི་སྐྱེད་ཆར་བསིལ་མ།།

ཡུད་ཚམ་ཞིག་ནས་སྐྱེ་བས་ཡོང་།།

སྟོན་གྱི་སྐྱེ་སྐྱེ་སྐྱེ་བོ།།

གྲེལ་འཇུག་དེ་འདྲ་མ་གནང་།།

དགུན་གྱི་ཁ་བའི་འདབ་མ།།

ཡུད་ཚམ་ཉིད་ལ་སྐྱེ་བས་ཡོང་།།

མར་ངོའི་ད་སྐྱེའི་གནས་བབ།།

ཡིད་ལྷུ་མ་དེ་འདྲ་མ་གནང་།།

ཡར་ངོའི་དུས་བཟང་ལྷ་བ།།

ཡོང་གྱུ་གཏན་ནི་འཁེལ་ཡོད།།



## པོད་རྫོང་ས།

པོད་གངས་རྫོང་ས་སྐྱིད་པའི་མ་ཡུལ་དེར།།

གངས་དཀར་པོ་ཤེལ་གྱི་མཚོད་རྟེན་མང་།།

གནམ་རྩོན་མེའི་ཁ་དོག་གཡུ་ལས་རྩོ་།།

སྐར་སེར་པོའི་སེར་ག་ག་ལས་ཞེམ།།

རྒྱ་རྒྱུ་བསེལ་ཡན་ལག་བརྒྱད་རྩུན་འབབ།།

ནགས་རྩུག་པོ་རྩུག་གཟིག་དོམ་གྱི་གནས།།

རྒྱར་གཙང་མས་མཐོ་སྐར་མ་ལུས་བྲུབ།།

འིར་རྩུ་འིར་རྩུ་བའི་རྩུན་གྱི་རྫོང་ས།།

རྩུ་རྩུན་རས་གཟིགས་གྱི་གདུལ་ཞིར་དེར།།

མཐོ་མཁས་གྲུབ་ནམ་མཁའི་སྐར་ཚོགས་འབྲ།།

བར་ཞིར་འབྲོག་འཚོ་བ་དར་འཕེལ་ཆེ།།

དམའ་དུད་འབྲེའི་ཅ་རྒྱ་བཟང་བའི་གནས།།

ས་དེ་ན་ང་ཡི་སྒྲིབ་ཐོབ།

ཡུལ་དེ་ནི་ང་ཡི་ཕ་ཡུལ་རེད།

ཕ་ཡུལ་སྐྱིད་པའི་གངས་ལྗོངས་རེད།

གངས་དཀར་པོ་ཉི་མས་བཞུ་རྗོགས་མེད།



## འགྲུར་བ།

ཕ་མ་སྐོམ་གྱི་ལུས་ལ།།

འདྲུ་མ་ལ་ཁོོ་བའི་ཞལ་རས།།

དཀར་ལ་གནག་པའི་རྣམ་འགྲུར།།

ཤོ་གང་བརྗེ་དང་མཚུངས་ཀྱི།།

འདམ་ལ་རྩུབ་པའི་ཕྱག་གིས།།

འདྲུ་མ་གཏོང་གི་བྱེད་ལས།།

དགའ་ལ་སྐྱོ་བའི་ཚོར་བ།།

དབྱར་དགྲུན་བརྗེ་དང་མཚུངས་ཀྱི།།

དར་དང་ཚེར་མའི་རག་གིས།།

སྒྲན་དང་མི་སྒྲན་གཏམ་སྐྱེང་།།

ན་བའི་ཡོ་ལ་གོར་འབྲིལ་སྐྱབས།།

ཉིན་མཚན་བརྗེ་དང་མཚུངས་ཀྱི།།



ཞི་ལ་ཁྲོ་བའི་རྣམ་འགྲུང་།།

ལུག་དང་སྣག་གི་དཔེ་བཞེན།།

མིག་དང་སྒྲིན་གྱིས་རྟོན་སྐབས།།

ཞི་དག་བརྗེ་དང་མཚུངས་ཀྱི།།



རེ་བ།

དགེ་རྩིག་ལས་ཀྱིས་དེད་དེ།

སྤྱུག་ལ་དབྱེ་པའི་ཡུལ་དུ།

མངར་སྐྱར་ཤོ་བ་ལྷོང་བར།

ཐེངས་གཅིག་སླེབས་ན་བསམ་བློང་།

མ་ཆགས་ཆགས་པས་བསྐྱེལ་དེ།

མངོས་ལ་སྤྱུག་པའི་དགའ་མར།

འཇམ་མཉེན་རེག་བྱའི་ཤོ་བ།

ཐེངས་གཅིག་ལྷུངས་ན་བསམ་བློང་།

ཚོ་གང་དུས་མཐུས་སྐྱེལ་བའི།

དྲངས་ལ་བསེལ་བའི་ཚུ་རྒྱན།

བཤེས་སྒྲོམ་ངལ་དུབ་སེལ་བར།

ཐེངས་གཅིག་འཐུང་ན་བསམ་བློང་།

སྐྱིད་སྐྱེད་ཀྱི་ཕྱི་ལོ་ལྷན་སྐྱེད་ཀྱི།།

མིང་ལ་ཕྱི་ལོ་ལྷན་སྐྱེད་ཀྱི།།

དགའ་ལ་ཕྱི་ལོ་ལྷན་སྐྱེད་ཀྱི།།

སྐྱེད་སྐྱེད་ཀྱི་ཕྱི་ལོ་ལྷན་སྐྱེད་ཀྱི།།



རེ་མི་ད་གྱི་ཚོར་སྣང་།

དགོན་ལ་འབེལ་བའི་དངོས་པོ།།

མང་ན་རྒྱང་བའི་བྱ་མོ།།

སྤ་ལ་རིང་བའི་སྤྲུགས་སེམས།།

སྤ་ལ་བསྐྱས་ཀྱང་མི་མདོན།།

དཀར་མདོས་ངང་མོའི་ཁྱུ་ལ།།

དྲི་ཞིམ་བྱུ་རུའི་མདངས་སྣན།།

མཚོ་དམན་ཀུན་ལ་རན་པའི།།

གཤོག་འགྲུར་སྤ་ལའང་མི་འདུག།

རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་བཀོད་པ།།

སྤ་ལྷུལ་ལས་ཀྱང་མདོས་རུང་།།

དེ་ལ་ལོངས་སྤ་སྤོད་པའི།།

སྤ་ལ་པ་སྤ་ལའང་མི་མདོན།།

བལྟས་ན་མཚར་སྤྲུག་སྤྲན་པའི།།

མི་ཚེའི་འཇམ་ཚོན་བཀྲ་ཡང་།།

དོན་དངོས་ལག་ཏུ་ལོན་པའི།།

ནུས་མཐུ་སྤུ་ལའང་མི་འདུག།



## ཡོང་ཉམས་བཞུ།

ཚུང་ལ་ཆེ་བས་བསྐྱབ་བྱ།

མངར་སྐྱར་སྤེལ་མར་བརྒྱབ་ན།

ཕན་གཞོན་པོ་རིམ་ཕྱོག་སྟེ།

རྟ་ཐོག་པོང་བཞོན་བྱས་ཡོང་།

ལྷུང་མཚོ་གས་སེམས་ཀྱི་བྱང་བ།

གར་འཕྲོའི་ས་ལ་བཏང་ན།

འདམ་རྩུབ་སྦྱིང་གི་མེ་ཉོག།

སད་དང་སེར་བས་བཙོམ་ཡོང་།

ལྷུང་ལ་གྲུལ་བའི་བསམ་རྫོ།

འདམ་སྤྲུགས་མཐོང་ནས་བཏང་ན།

མངར་ལ་སྐྱར་བའི་འཚོ་བ།

རྒྱུན་རྒྱུག་སྟོམས་པོ་ལོས་ཡོང་།

དམར་པོ་ལྷེ་ཡིས་སྐྱེ་ཏེ།

བདེན་དང་མི་བདེན་གནས་ཚུལ།

དང་གཏམ་སྐྱོག་ལ་བཞད་ན།

ཉན་མཁན་ཞེན་པ་ལོག་ཡོང་།



## ཚོར་བ།

དཀར་ནག་ལས་གྱིས་བསྐྱས་པའི།།

ལུང་དོ་ཚུ་མིག་དགུ་བསྐྱིལ།།

དགའ་སྐྱབ་འཚོ་བའི་དོན་དུ།།

མ་སྐྱད་ཐབས་གཞན་མ་མཚིས།།

སྡོ་བསངས་གནམ་གྱི་བུ་མོར།།

སྡོ་ནག་སྐྱིན་གྱི་ཞལ་རས།།

འདྲུ་མ་མདངས་སྐར་ཚོགས་འབྲིགས་ཀྱང་།།

བརྩེ་མདངས་མཐོང་བ་དཀའ་བུང་།།

ལེགས་དང་ཉེས་པའི་ཡུལ་ལ།།

འཐད་དང་མི་འཐད་སློ་ཡིས།།

བདེན་རྩོན་བརྟག་ནས་འདུག་སྐབས།།

དངོས་པའི་གནས་ལུགས་ཤེས་ཡོང་།།



རང་དབང་གཞན་དབང་གཉིས་ལ།།

དགའ་དང་མི་དགའི་སེམས་གྱིས།།

བརྗོད་སྤྲད་དང་ནས་འཇལ་ན།།

བདེ་སྐྱུག་ཚོར་བ་འཕེལ་ཡོང་།།

ཟག་བཅས་ཟག་མིད་ཚོས་དེ།།

འཁོར་འདས་གཉིས་གྱི་རང་བཞིན།།

རྟག་དང་མི་རྟག་ཚུལ་གྱིས།།

དབྱེ་འབྱེད་ཤེས་པ་གནང་དགོས།།

བདག་དང་གཞན་གྱི་དབྱེ་བ།།

དཀར་ནག་བཞིན་དུ་བྱེས་ན།།

རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་གནས་ལ།།

ཉམས་རྟོགས་སྐྱེ་བ་ཨི་ཡོང་།།

ཡུལ་ལྷུང་སོ་སོའི་གནས་བབ།

ཨ་རི་ཨ་གསར་ཅན་གྱིས།།

ཨི་རྒྱ་ག་རག་ལ་མ་ཐོངས།།

ཨ་རྒྱ་ཆེ་རང་དྲགས་ན།།

ཨི་སྐྱམ་འཚོག་པ་ཟ་ཡོང་།།

ཨི་རྒྱ་ན་རན་པའི་རྒྱལ་ཕྱན།།

ཨིས་རལ་སློང་དུ་འཕངས་ན།།

ཨ་རིའི་ཨི་འོ་མ་འཕོ་མ་གྱིས།།

ཨ་ཡ་ཏོ་ལ་གསོད་ཉེན།།

རྒྱ་གར་རྒྱ་ཡིས་གདུམས་ཏེ།།

རྒྱ་ནག་མ་ཐོང་གི་མི་འདུག།

རྒྱ་མཚོའི་འབྲུ་སྲིན་བཞིན་དུ།།

རྒྱ་དངོས་ལྷུང་པ་ཁིངས་འདུག།

གངས་རྒྱོད་ས་གངས་རིས་བསྐྱོར་གུང་།།

གངས་མེད་རྫོད་པའི་གནས་མེད།།

གངས་དཀར་ཉི་མའི་མཐུ་ལས།།

མེད་ལྷག་སྐྱིད་ཉལ་རྒྱག་གི།

བལ་ཡུལ་བལ་ལས་འོ་བ།།

བལ་གྱི་བཟོ་གས་བཟོས་འདྲ།།

བལ་པོའི་དུལ་རྒྱུད་རིག་རྩལ།།

བལ་དང་བརྗེས་ནས་བསྐྱུང་འདྲ།།

འབྲུག་ཡུལ་འབྲུག་པའི་ལྷང་བ།།

འབྲུག་གི་ལོ་ལ་མ་ལྷུང་།།

འབྲུག་པ་ཀུན་ལེགས་མེབས་ཉི།།

འབྲུག་ལ་འཕྱར་ལེད་བརྒྱབ་འདྲ།།

འགྲུལ་རྫོང་ས་འགྲུལ་ལོ་རྫོང་ས་ལ།།

འགྲུལ་ལས་སྐྱུག་སྒྲིལ་<sup>༤</sup> མང་བ།།

འགྲུལ་བཟང་འགྲུ་ཡི་སྒྲིལ།།

འགྲུལ་དང་བརྗེ་བོ་བརྒྱབ་འདྲ།།

ལ་དྲུགས་དག་པའི་ཞིང་འདྲ།།

ལ་མེའི་རྒྱབ་དུ་གནས་གྲང་།།

ལ་ལྷུང་རྒྱབ་དགོས་མེད་པར།།

ལ་ལྷུང་ངང་ནས་སྒྲིབས་གྱི།།

ནེ་སྤྲེལ་ནེ་མར་ལྷུང་པར།།

རྒྱུ་གྱི་ལྷུགས་རྒྱེན་སྒྲིབས་ནས།།

རྒྱ་མའི་ལོ་རྒྱུན་ཆད་དེ།།

ན་ནིང་གཞེས་ནིང་ལྱིན་འདྲ།།



---

<sup>༤</sup> ལྷུགས་རྒྱུ་དུ་ལོ་ལྷུ་ཅི་ཟེར།

འཆར་སྣང་།

མི་རྟོག་སྣང་མའི་གཟུགས་ལ་མིག་འཕྲུལ་ཏེ།།

སྤྱི་ལེག་མར་མེར་སྤྱི་བས་པའི་རང་ཚུ་ལ་ལྟར།།

དངོས་ཀྱི་བདེན་པར་ཞེན་པའི་བདག་འཛིན་སྣོས།།

འཁོར་བ་བྲོང་འཁྲུག་པའི་ནང་དུ་སྣང་།།

མ་རིག་སྣོངས་པའི་སྤྱིན་སྲུང་ཆེར་འཐིབས་ནས།།

ཤེས་རབ་སྣོ་ཡི་ཉི་མ་རྒྱབ་སྒྱུར་ན།།

འོད་གསལ་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་པར་བཞག་སྟེ།།

ཤེས་བྱའི་སྣང་རིས་འབྱེད་པའང་ཡོང་མི་འགྲུར།།

བདེ་སྣང་ཚོར་བའི་ཕལ་དུ་གཉིད་ལོག་སྒྲིབ།།

སྤྱིད་སྣང་འཚོ་བའི་གཤིས་ལ་སྣང་བཙོལ་ཏེ།།

དགེ་སྤིག་ལྟར་དོར་བཤོད་ལམ་འཚོལ་གྱུར་ན།།

འཕྲལ་སྤྲུགས་བསམ་དོན་འགྲུབ་པའི་རེ་བ་རྒྱང་།།



## བཙེ་དྲུང་ས།

སྙིང་སྙུག་སྐྱ་སེར་ལྷུས་དཀར།།

སྐྱ་གཟུགས་རིང་མ་ལྷུང་གི།

བཙེ་དྲུང་ས་སྐྱ་མ་སྐྱོམ་དེ།།

གཞོན་པའི་སྙིང་ལ་ཟན་བྱུང་།།

མོ་གསར་སྙུག་གི་རི་མའི།།

སེམས་པ་འབྲི་ལ་ཟུག་འདུག།

འདོད་འདྲེའི་བ་མའི་མདྲེས་སྙུག།

བཤད་དང་མ་བཤད་མི་འདུག།

མོ་གསར་འདུག་གི་ལོ་མའི།།

སྐྱོ་གཏད་སྙུག་ལ་བཙོམ་འདུག།

བྲེ་སེར་འབྲོང་གི་རྩ་ཙ།།

སྐྱར་ལ་བདར་ནས་གང་ཡོང་།།

མངར་སྐྱར་འཚོ་བའི་ཁྲོད་གྱི།

མངོས་སྐྱབ་དགའ་མའི་ཞལ་རས།

དབྱར་དགུན་སྟོན་དཔྱིད་འབྲུ་བར།

སྐད་ཅིག་ཉིད་ལ་འགྱུར་གྱི།



གཅིག་ཁོ་ན།

སྒོ་སྒྲུང་སྒྲུང་ལས་སྐྱེས་པའི།།

མི་ཉོག་སྐྱ་མིན་སྐྱ་ཚོགས།།

འི་ཞིས་ལྷོ་ལ་འཕོ་བ།།

སྐར་ཚེན་གཅིག་ལས་མི་འདུག།

སྐྱིན་བུལ་ནམ་མཁའི་དབྱིངས་སྐྱ།།

སྐྱ་སྐྱར་སྐྱ་མིན་སྐྱ་ཚོགས།།

ཀུ་སྐྱད་ཞལ་ཁ་སྐྱེ་མཁན།།

སྐར་ཚེན་གཅིག་ལས་མི་འདུག།

རྐང་གཉིས་ཚོགས་པའི་དབྱས་སྐྱ།།

ལུས་སྐྱ་འཇའ་ཚོན་འབྲིགས་འདྲ།།

ཡིད་ལ་འཐད་པའི་མཛེངས་མ།།

དབྱངས་ཅན་མ་གཏོགས་མི་འདུག།



མཁས་སྤྱན་རྫོང་གི་དབུས་སུ།

ངོ་མཚར་གཏམ་གྱི་རྫོས་གར།

ན་བར་འདྲིའམ་པའི་བཀའ་མིལ།

གནང་མཁན་ཁྱོད་ལས་མི་འདུག།



## འདས་དོན་བརྒྱད།

དབྱེད་ས་ཅན་དག་ལ་འབྱུང་དེ།།

མགྲིན་པའི་རྩ་མདུད་གྲོལ་སོང་།།

འདམ་དཔལ་ཡིད་ལ་འཐེམས་ནས།།

དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་རྟོགས་སོང་།།

འཕགས་མཚོག་སྒྲིང་དང་འདྲེས་ནས།།

བྱམས་སྒྲིང་ས་པོན་འབྲས་སོང་།།

ཀུན་བཟང་སྒོ་གསུམ་བརྒྱན་པས།།

དན་གསུམ་གནས་ལས་གྲོལ་སོང་།།

དབྱེད་ས་ཅན་རྒྱད་མངས་སྒྲི་ཡིས།།

དག་གི་བྲི་མ་དག་སོང་།།

འདམ་དཔལ་རལ་གྲིའི་རྩོ་ཡིས།།

ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་ཡོལ་བཞགས་སོང་།།

འཕགས་མཚོག་ལུགས་ཀྱི་དམ་བཅས།།

སྙིང་གི་ལྷན་པ་སེལ་སོང་།།

སྐྱབས་གསུམ་བསོད་ནམས་གཟུགས་ཀྱིས།།

སྙོང་གསུམ་ཞི་བདེས་ཁེངས་སོང་།།



ཨ་འོ་རྟ་མགྲིན་དབང་རྒྱལ།

ཕོ་གསར་རྟ་མགྲིན་དབང་རྒྱལ།།

རྒྱ་གཟུགས་རྟ་ག་རྩལ་ལྷན་ལ།།

དབང་ཉམས་གངས་མེང་འགྲིང་འབྲ།།

ཕོ་ཐང་ཕྱེ་མེར་འགྲོང་རེད།།

རྟ་ག་རྩལ་འོ་མས་རང་བྲགས་ན།།

རོན་པའི་མདའ་ཡི་གཡབ་མོ།།

དབང་ཉམས་ཆེ་རང་བྲགས་ན།།

ཁྲོན་པར་ཟག་པའི་རྒྱ་རྣམ།།

འགྲོང་གི་ར་བྲགས་ཆེ་ཡང་།།

ཨ་བུར་འོ་མས་ནས་གང་ཡོང་།།

རྒྱང་གི་བང་རྩལ་ཆེ་ཡང་།།

ཅི་ཅིར་འགྲན་ནས་གང་ཡོང་།།

དཔའ་ནམས་རིག་ཅུལ་ཡོད་ན།།

དབང་ངན་རྒྱལ་འོམས་དང་།།

རྒྱལ་ཞེན་ལྷག་བསམ་ཡོད་ན།།

གངས་རྒྱོད་ས་རང་དབང་རྒྱབ་ཤོག།



ཨ་ལྷག་བསྟན་འཛིན་བྱ་བྱིད།

མོ་གསར་བསྟན་འཛིན་བྱ་བྱིད།།

རྒྱ་གཞུགས་ཙ་མི་རྒྱ་གམ།།

ཞལ་རས་བཅུ་བཞི་ཟླ་བ།།

དབུ་རྒྱ་མི་ཡིང་རྒྱང་བ།།

རྒྱ་གམ་མ་རྒྱ་རང་བྲགས་པས།།

ཆག་པའི་ཉེན་ཁ་འདུག་གོ།།

ཞལ་རས་དཀར་རང་བྲགས་པས།།

བརྒྱ་གམ་པའི་ཉེན་ཁ་འདུག་གོ།།

ག་འཇམ་ལུས་དྲི་ཞིམ་བ།།

མཚོ་དོགས་འཇུག་པ་མ་གནང་།།

རྒྱ་མཚོ་མི་ཡིས་འཚོག་པའི།།

ཉེན་ཁ་དེ་ལས་ཆེ་བ།།

དབུ་སྐྱ་སི་ཡིང་ལྷངས་པ།།

རྒྱང་གིས་རྒྱོད་དུ་མ་འདུག།

ཞལ་རས་བཅུ་བཞིའི་རྒྱ་བ།།

གཟའ་ཡིས་འཛིན་དུ་མ་འདུག།



འུ་ཚུང་བ་སྟན་འདྲིན་བསོད་ནམས།

འུ་ཚུང་བ་སྟན་འདྲིན་བསོད་ནམས།།

སྡོམས་པ་གནམ་ལས་མཐོ་བ།།

ང་རྒྱལ་རི་ལས་ཆེ་ལ།།

སེམས་པ་དྲག་ལས་གནག་པ།།

གནམ་ལ་སྐྱས་འདྲིགས་བཅུགས་ནས།།

ཟླ་བ་ཡོན་རང་ཨེ་ཡོང་།།

ལྷ་ལ་གྱི་ཁ་རྒྱུང་ས་མོག་ན།།

རྒྱ་གཞུགས་སྡོམ་ཉེ་ན་ཡོང་།།

སྡོམས་པ་མཐོ་རང་དྲགས་ན།།

རྒྱ་གཞུག་ཉེ་མས་ཆོག་ཡོང་།།

ང་རྒྱལ་ཆེ་རང་དྲགས་ན།།

ཟླ་བ་སྟག་བཞེན་དུ་རྩོལ་ཡོང་།།



སེམས་པ་གནག་རང་བྲགས་ན།།

སྙིང་ཚ་གས་ནས་ཤི་ཡོང་།།

བྲན་རྒྱ་མང་རང་བྲགས་ན།།

བྲན་པ་འཇོར་ནས་ལྷུས་ཡོང་།།



སྒྲོམ་རྒྱུད་བསོད་ནམས་བཟང་ལོ།།

སྒྲོམ་རྒྱུད་བསོད་ནམས་བཟང་ལོ།།

ཁ་གཤིས་འཇམ་པའི་བྱ་ལོ།།

འཕྲོགས་ན་ཀུན་དང་མཐུན་ལ།།

འདྲིས་ན་རྒྱ་དག་བཟང་བ།།

བྱུགས་སེམས་གངས་ལས་དཀར་བ།།

གངས་ལ་ཉི་མ་ཤར་འདྲ།།

བྱུགས་རྒྱུད་མར་ལས་འཇམ་བ།།

མར་གྱི་ཡར་ཁ་སྒྲོན་འདྲ།།

གསུང་སྐད་ལྟ་ལས་སྒྲན་བ།།

ལྟ་ཡི་བྱིན་རྒྱབས་ཐོབ་འདྲ།།

སྒྲིང་རྗེ་མ་ལས་ཆེ་བ།།

མ་ཡི་གཤིས་བཟང་འགོས་འདྲ།།

བྱ་མོ་ཨ་མར་མ་སྐྱེས།།

དུ་འཛིན་ནང་ནས་སྐྱེས་འདྲ།།

སྤྱི་མཛེས་ནང་བྱི་ཞེས་པ།།

མེ་ཉོག་ལས་ཀྱང་བཟང་བ།།



## ཚོར་རྒྱན་དབང་ལོ།

སྒྲིང་གི་ཚོར་ལས་གཅེས་པའི།།

སྒྲིང་རྒྱལ་ཚོར་རྒྱན་དབང་ལོ།།

སྒྲིང་ལ་ཉེ་བའི་དབང་གིས།།

སྒྲིང་གི་དབྱས་སྒྲུབ་ལེགས་ཡོད།།

བལྟ་བའི་མིག་གི་མངོས་རྒྱལ།།

དུ་རྒྱའི་མདངས་ལས་བཟ་བ།།

ཉན་པའི་ན་བའི་རྒྱ་དབྱངས།།

ཚངས་པའི་དབྱངས་ལས་སྒྲན་པ།།

སྒྲུལ་པ་སྒྲུ་ཡི་དྲི་བསྐྱེད།།

དྲི་ཞིམ་སྒྲོས་ལས་ཞིམ་པ།།

བསམ་པ་ཡིད་ཀྱི་མེ་ལོང་།།

དྲངས་པའི་མཚོ་ལས་གསལ་བ།།

ལུས་ཀྱི་ཀ་མ་རུ་པ།

ལུ་གུའི་བལ་ལས་འཇམ་པ།

ངག་གི་འགྲུར་ལྷག་སྒྲ་ནི།

འཛོལ་མོའི་གསུང་ལས་སྣན་པ།

ཡིད་ཀྱི་འདོད་འཛེའི་བ་མོ།

འོ་མའི་མདོག་ལས་དཀར་བ།

མང་གི་དཔག་བསམ་གིང་འབྲས།

གཡུར་དུ་ཟ་བའི་རང་བཞིན།



## ཨ་རིའི་ཡུལ།

ལྷན་ཅི་ལོ་མའི་ལྷན་པར།།

རྒྱ་ཚོགས་ཁོམ་རྒྱའི་དཔལ་ཡོན།།

འདོད་རྒྱལ་སྲིད་ཞེན་སྲིལ་ལ།།

འཕམ་རྒྱ་ཡི་ནས་མི་འདུག།

འཕུལ་རིག་འཇའ་ཚོན་བཟུ་ལ།།

བད་འཕྲིན་དཔྱིད་ཀྱི་དཔལ་མོ།།

དེལ་བརྒྱགས་དབྱར་ཁའི་རྩ་ཚེན།།

ཨ་མི་རི་ཁའི་རང་སྐྱ།།

དེས་ན་སེམས་ཀྱི་རྩ་མོའི།།

སྐབ་མདར་སྐད་ས་འཛིན་མེད་པར།།

གར་འགྲོའི་ས་ལ་བཏང་ན།།

འགྲོད་པའི་གཡང་དུ་གཟགས་ཡོང་།།

ལང་ནས་ཕྱི་རོལ་ཡུལ་ལ།།

བརྟལ་ཅིང་དབྱེད་པའི་སྐྱོ་ནས།།

འདྲུག་པའི་སྐྱོ་རྩལ་ཡོད་ན།།

བསྐྱུས་པ་རང་དུ་ཨེ་ཡོང་།།



སྤྲོ་ཚོགས་པའི་འཆར་སྤྲང་།

མི་འདོད་སེམས་ལ་ཡོད་དུས།།

ནམ་འགྲུར་གདོང་གིས་སྣོན་གྱི།།

འདོད་པ་ཡིད་གྱིས་སྤྲུལ་དུས།།

གཙང་བཙོག་ལྷ་ལོང་མི་འདུག།

མ་མཐོང་གོགས་གྱི་སྣོ་ངོར།།

གནད་སྤྲིན་བག་ཆགས་འཛོག་པའི།།

ལས་ཞིག་བྱ་འདོད་འདུག་ན།།

ནག་ཚུང་རི་མོར་འབྲི་དགོས།།

མ་འདྲིས་མི་ཡི་ལུང་བར།།

ཡུན་རིང་དྲན་གསོ་དགོས་པའི།།

གཏམ་ཞིག་ཉན་འདོད་འདུག་ན།།

ཕ་གཏམ་བྱ་ལ་འཇགས་དགོས།།



མ་བཅོས་སེམས་ཀྱི་ནང་ལ།  
 མ་ཡིན་ཡིན་མདོག་སྟོན་པའི།  
 ཟློ་ཞིག་འཆར་འདོད་འདུག་ན།  
 དགོང་མོའི་གཉིད་ཐབས་གཅོག་དགོས།

མི་རྟག་སྐྱུ་མའི་གཤིས་ལ།  
 ལྷན་མཐུད་དེས་པ་རྟེན་པའི།  
 ཟློ་ཞིག་སྐྱེད་འདོད་འདུག་ན།  
 རྟེན་འབྲེལ་གནས་ལ་བྱང་དགོས།

མ་འགྲུབ་བསམ་པའི་དོན་དག།  
 རིང་མིན་འགྲུབ་པར་བྱེད་པའི།  
 ཚོད་སེམས་སྐྱེ་འདོད་འདུག་ན།  
 ལྷན་བསྐྱེད་བཅོམ་པ་བརྟེན་དགོས།



དེ་ནི་ཨ་རིའི་ཡུལ་རེད།

འདུས་བྱས་ལྷན་གྱི་སྒྲིབ་ལ།

ཚ་གྲང་ཕྱོད་དགོས་མེད་པའི།

སྐྱུ་མའི་གནས་ཞིག་ཡོད་ན།

དེ་ནི་ཨ་རིའི་ཡུལ་རེད།

ཕ་རྒྱུད་མིག་གི་ཤེས་པར།

མངོས་སྐྱབས་འདུལ་ཚོན་འབྲིགས་པའི།

ཡ་མཚན་ལྷད་མོས་ཁེངས་ན།

དེ་ནི་ཨ་རིའི་ཡུལ་རེད།

དར་ལུང་ན་པའི་བྱ་གར།

སྐྱུ་མའི་བས་སྐྱུ་ཡི་ཉམས་འགྱུར།

རོལ་དབྱེད་སྐྱེད་པའི་གཏམས་ན།

དེ་ནི་ཨ་རིའི་ཡུལ་རེད།

དམར་འཇམ་ལྷེ་ཡི་ངོས་ལ།།

རོ་བརྒྱའི་བྲོ་བ་ལྷན་པའི།།

ཞེས་མངར་ཟས་རིགས་མང་ན།།

དེ་ནི་ཨ་རིའི་ཡུལ་རེད།།

ཀུན་བྱུང་སེམས་ཀྱི་སྐྱོད་དུ།།

ནམ་བཟ་ཡུལ་གྱིས་དངས་པའི།།

སྤོང་ཞེན་མཚོ་ལྷར་འཕེལ་ན།།

དེ་ཡང་ཨ་རིའི་ཡུལ་རེད།།

མཚོ་འགམ་བྱེ་མའི་སྐྱིད་དུ།།

ཕོ་ཕོ་རྒན་གཞོན་མེད་པར།།

རང་ལྷུས་འགྲེམས་སྟོན་བྱེད་ན།།

དེ་ཡང་ཨ་རིའི་ཡུལ་རེད།།

རི་མི་མོ་རའི་ནང་དུ།།

ཕར་ཚུར་འགྲུལ་བཞུད་བྱེད་སྐབས།།

མུ་ངན་གདོང་ལ་འཆར་ན།།

དེ་ཡང་ཨ་རིའི་ཡུལ་རེད།།

ཕན་ཚུན་བྱུག་པའི་སྐབས་སུ།།

འདྲིས་དང་མ་འདྲིས་མེད་པར།།

ཐམ་འཁྲུད་ཡང་ཡང་བྱས་ན།།

དེ་ཡང་ཨ་རིའི་ཡུལ་རེད།།

འདྲ་ཆེའི་སྲང་ལམ་རྒྱེད་དུ།།

འཇུལ་འགོར་རྒྱ་དང་མཉམ་དུ།།

མི་འགྲུལ་བྲེལ་འཚུབ་ཆེ་ན།།

དེ་ཡང་ཨ་རིའི་ཡུལ་རེད།།

ཉེ་འཁོར་རྒྱན་མཆེད་ལྷ་ཅི།<sup>༥</sup>

ཕ་མ་བུ་ཚ་གཡུགས་ནས།

བྱི་དང་ཞི་མིར་བརྩེ་ན།

དེ་ཡང་ཨ་རིའི་ཡུལ་རེད།

ཨ་རི་རང་དབང་ལྷ་མེའི།

དཔལ་འབར་དགའ་ལ་རེག་གུང་།

དཔལ་འབྱོར་བུ་ལོན་མང་བས།

དབང་ཆ་རྒྱ་ལ་ཤོར་ཉེན།



---

<sup>༥</sup> ཚིགས་བཅད་འདི་བུ་རྒྱུང་ཉི་བསོད་ནམས་ལགས་ཀྱིས་ཁ་སློན་གནང་།

## མི་ལམ།

མངོན་སྲུང་མིག་ལ་སྤང་རུང་།།

རིག་བྱེའི་ཚོར་བ་མེད་པའི།།

སྤྱི་ཚོགས་གཞུགས་བརྟན་འཆར་ན།།

མི་ལམ་མིན་ན་གང་རེད།།

མཚོག་དམན་ཀུན་གྱི་ཡིད་ལ།།

རྟག་ཏུ་ལྷགས་གྱིས་འཁོར་བའི།།

ཡུན་ཐུང་མོ་མེའི་ཚེ་དགའ།།

སྤྱི་མ་མིན་ན་གང་རེད།།

མ་འོངས་སྤྱིད་འདོད་རེ་བའི།།

འཆར་གཞི་རྒྱ་ཆེར་བཀོད་ཀྱང་།།

འདས་པའི་ཚུལ་ལ་བསམ་སྐབས།།

འཇུག་སྤང་མིན་ན་གང་རེད།།

མདང་དགོང་བྱིས་པའི་སྐྱོ་སྣང་།།

ད་རིང་དར་མའི་སྐྱོ་བས་པ།།

སང་ཉིན་ཆས་པའི་གཉེར་མ།།

མི་རྟག་མིན་ན་གང་རེད།།



དྲོགས་མི་དགོས་པ་བདུན།

བསྟན་འདྲིན་བསྟན་པའི་དལ་འགྲོ།།

རྒྱན་ཆད་མེད་པར་གནས་ན།།

རྒྱ་མཚོ་ཚོས་ཀྱི་རྒྱ་གཉེར།།

སྐམ་པའི་དྲོགས་པ་མི་དགོས།།

ཚོ་བཟང་ཚོ་ཡི་ཉིན་བྱེད།།

དུས་ཡུན་རིང་ཚམ་བཞུགས་ན།།

བསྟན་འདྲིན་ཚོས་སྲིད་རྒྱང་འབྲེལ།།

ཉམས་པའི་དྲོགས་པ་མི་དགོས།།

ཟམ་གདོང་ཉིན་བྱེད་དབང་པོ།།

རིང་ཚམ་གྱི་ལ་བཞུགས་ན།།

གཞུང་ས་དགའ་ལྡན་པོ་བྱང་།།

ཉམས་པའི་དྲོགས་པ་མི་དགོས།།



འཚོ་མིད་ཞི་བའི་ལམ་ལ།།

རྒྱན་མཐུད་ལྷ་རྩེ་གས་སྐྱོན་ན།།

ཞི་བདེའི་གངས་དཀར་ཉི་མེ།།

མི་མངལ་དྲོགས་པ་མི་འདུག།

མཐའ་བུལ་དབུ་མའི་ལམ་ལ།།

རྩེ་གཅིག་རྩོམ་གཏད་བཅོལ་ན།།

བོད་རྒྱུངས་རང་དབང་ཉི་མ།།

མི་ཤར་དྲོགས་པ་མི་དགོས།།

དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་རྟོགས་པའི།།

ཤེས་རབ་རྩོམ་ཞིག་ཡོད་ན།།

འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོ་འདི་ནས།།

མི་ཐར་དྲོགས་པ་མི་དགོས།།

སྒོང་ཉིད་དངོས་སུ་རྟོགས་པའི།།

རིག་པའི་རྩལ་ཞིག་ཡོད་ན།།

བདག་འདྲིམ་འཆིང་བ་གཅོད་ལ།།

རྣམ་ཅིག་འགོར་དོགས་མི་འདུག།



# ཐོད་གྱི་བྱ་མོ།

མ་འདྲིས་མངོངས་མའི་གཟུགས་ལ།།

མལྲ་ཡི་<sup>༤</sup> ལྟ་བུའི་ཞལ་རས།།

མགའ་བཙ་<sup>༥</sup> འདྲ་བའི་རིག་བྱ།།

མཚུ་<sup>༦</sup> དང་མཚུངས་བྱོ་བ།།

ནག་ཚུང་སྐྱ་མར་འགུན་པའི།།

གནག་ཅིང་སྐྱ་མ་པའི་ལན་བྱ།།

བཙེས་མའི་གསེར་གྱི་མདོག་ཏུ།།

བསྐྱར་བ་གནང་ནས་གང་ཡོང་།།

ལྟོས་འགྲུང་ཆང་ལ་འགུན་པའི།།

ཞལ་མཚུ་འདབ་བརྒྱའི་འཇམ་མཉེན།།

དགོས་མེད་དུག་རྣམས་སྐྱ་ཚོགས།།

བྱུགས་པ་གནང་ནས་གང་ཡོང་།།

<sup>༤</sup> ལྟ་གསེར་གྱི་སྐྱ་དུ་འོ་མའི་སྐྱི་ལ་ཟེར།

<sup>༥</sup> ལྟ་གསེར་གྱི་སྐྱ་དུ་མར་ལ་གོ་བ་ཡིན།

<sup>༦</sup> ལྟ་གསེར་གྱི་སྐྱ་དུ་སྐྱང་ཅི་ལ་ཟེར།

སྐར་མའི་མདངས་ལ་འགྲན་པའི།།

འདྲིན་བྱེད་རླུང་གི་སྐྱུ་འཕྲུལ།།

དུ་མདོག་མིག་གེལ་ནག་པོས།།

འགོག་པ་གནང་ནས་གང་ཡོང་།།

པ་ལམ་གྲལ་ལ་བརྒྱུག་འདྲའི།།

ཚེམས་དཀར་ལྷ་ཉིག་སྲིང་མངོས།།

ཞལ་མཚུ་བཅུ་པའི་ནང་དུ།།

སྐས་ནས་མན་པ་གང་ཡོང་།།

འོད་ཀྱི་འགོས་ལས་མགྲོགས་པའི།།

སེམས་ཀྱི་མེ་བྲུགས་འཕུར་མདའ།།

གྲིབ་གཉིས་སྤྲིན་ནག་མཐུག་པོ།།

འཁོར་དུ་བཅུག་ནས་གང་ཡོང་།།

འི་ཟའི་གར་ལ་འགྲན་པའི།།

ནམ་འགྲུར་སྐྱེག་མོའི་འགྲམ་ཆང་།།

བཙེ་དགའི་ཕབ་རྒྱན་མེད་པའི།།

རྒྱ་དང་བསྐྱེས་ནས་གང་ཡོང་།།

གསལ་ཞིང་རིག་པའི་སེམས་དེ།།

སྟོག་བྲལ་མཚོ་མོ་བཞེན་དུ།།

དྲངས་ལ་འོད་གསལ་ཡིན་ན།།

གཉིང་མཐའ་འཇལ་ནས་གང་ཡོང་།།



ཆང་མ་བསོད་ནམས་སྒྲོལ་མ།

ཆང་མ་བསོད་ནམས་སྒྲོལ་མའི།

ཆང་གི་བོ་བ་ཞིམ་ཡང་།

ཁ་བྱགས་རྒྱུར་ལས་ཆེ་བ།

ནམ་འགྲུར་དོ་ལས་གྲང་བ།

མིག་སེར་མདའ་ལས་ཚ་བ།

གཡོ་སྐྱ་མ་ལས་ཡོད་བ།

ཁོར་ཁྲོ་སྐྱལ་ལས་ཆེ་བ།

སེམས་བ་དོམ་ལས་ནག་བ།

འདོད་རྒྱལ་སྐྱབ་སྐྱབ་མོར་ཤ་འཕྲད།

ང་རྒྱལ་སྐྱབ་བྱ་དེར་བ།

ཞེ་སྲང་གཟེ་མ་ར་མགོ།

མིག་ལོག་སྒྲོག་དམར་འབྲུག་འབྲ།

ལྷ་བ་གནམ་ལས་མཐོ་བ།།

སྤོད་པ་འདྲི་ལས་རྩ་བ་བ།།

དེ་འདྲའི་ཆང་གི་ཕབ་རྩུན།།

ཁྲིད་ཀྱིས་ག་ནས་ཉེས་སམ།།



མི་འདོད་ཐོག་ཏུ་བབས་པ།

ལྷ་འདོད་སེམས་ལ་ཡོད་ཀྱང་།།

མིག་གི་རྒྱང་ཤེལ་ཆག་སོང་།།

ཤོད་འདོད་སློལ་ཡོད་ཀྱང་།།

ལྷེ་ཡི་དར་ཐག་ཆད་སོང་།།

འགྲོ་འདོད་ཡིད་ལ་འཁོར་ཡང་།།

ཀར་པའི་འཁོར་ལོ་རྩོལ་སོང་།།

ཟ་འདོད་སེམས་གྱིས་བསྐྱལ་ཡང་།།

ཁ་ཡི་བྱ་ག་འགག་སོང་།།

འགྲི་འདོད་སློལ་བས་བསྐྱལ་ཀྱང་།།

སྐྱུག་གུའི་ཚེ་ཕོ་ཆག་སོང་།།

སློག་འདོད་ཡིད་ལ་ཡོད་ཀྱང་།།

མིག་གི་སྐྱོན་ཕེ་ཤི་སོང་།།



ཁ་རྒྱུང་མིག་ལ་སྤྲང་ཡང་།།

སྤྲང་གསལ་སྒྲོན་མེ་ཟད་སོང་།།

དར་ལུང་ན་ལ་ཐོས་ཀྱང་།།

སྤྲན་པའི་རྒྱ་སྒྲིང་ཆག་སོང་།།

སྤོང་འདོད་ལྷེ་ལ་ཡོད་ཀྱང་།།

བུ་རལ་འོ་མཚོག་ཉམས་སོང་།།

རེག་ཐབས་ལུས་ཀྱིས་བྱས་ཀྱང་།།

འགྲུལ་སྒྲོད་རྣམས་པ་ཉམས་སོང་།།

སྤེབས་རིས་བཞོད་པ་མངོས་ཀྱང་།།

བྱང་གི་རྩིག་པ་ཞིག་སོང་།།

སྤྲ་གཉེར་འབྲེམ་བརྟམ་མཁས་ཀྱང་།།

གསེར་སྤྲ་རག་ལ་བཏང་སོང་།།



## ལས་འབྲས།

མ་བསགས་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ།།

འདོད་ཀྱང་འཁོར་རྒྱུ་ཨི་ཡོད།།

མ་ཡིན་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས།།

བཅོས་ཀྱང་ཚོས་རྒྱུ་ཨི་ཡོད།།

མ་བཅོས་སེམས་ཀྱི་གཉིང་ལ།།

བཅོས་མིན་སྣང་རྗེ་མེད་ན།།

མར་གྱུར་སེམས་ཅན་ཀུན་ལ།།

ཕན་པའི་ལས་ཤིག་ཨི་ཡོད།།

མ་འོངས་མི་རབས་དག་ལ།།

གཅེས་པའི་རྣོ་ཞིག་མེད་ན།།

མ་ཡིན་ཡིན་མདོག་བྱས་ཏེ།།

བསྐྱད་ནས་ཕན་པ་ཨི་ཡོད།།

མ་དག་སྐོ་ཡི་འཆར་སྐོ།།

མ་རིག་ལུན་པས་སྐྱིད་ན།།

མ་འདྲིས་གྲོགས་པོ་དག་ལ།།

མ་སྐྱབ་ལྷས་ན་ཞི་འགྲིགས།།



སྐྱེད་ཅི་ལོ་མའི་ལྷུང་པ།

སྐྱེས་པ་ཟང་ཨ་རི་ལོ་ལྷོ་ན།།

གཡུ་སྒྲོན་འཁྲིད་ལོ་གས་གནང་དང་།།

ཉིན་སྒོར་འབྲུམ་ལྷོ་ལོ་ཀྱང་།།

ཕངས་པ་ཡི་ནས་མི་འདུག།

སྐྱེད་ཅི་ལོ་མའི་ལྷུང་པ།།

ཐངས་གཅིག་སྐྱེ་བས་ཅོམ་བྱུང་ན།།

འབྲུམ་སྐྱེ་བུ་ལོ་ན་འཇལ་བར།།

དཀའ་ལས་དེ་ཅོམ་ཨི་ཡོད།།

སྐྱོ་མཐུན་བཀྲ་ཤིས་སྐྱ་བས།།

མཐོན་ཤོག་མཐོགས་ཅོམ་ཐངས་དང་།།

ཕར་འགྲངས་ཚུར་འགྲངས་བྱས་ན།།

ལག་འབྲེར་དུས་ལུན་རྫོགས་འགོ།།

དེ་རུ་སྐྱེ་བས་པའི་རྗེས་ལ།།

སྐྱེ་བས་བཅོལ་རག་པའི་དོན་དུ།།

རྒྱན་གཏམ་རིང་མ་ཐུང་ཞེས།།

ཤོད་དགོས་བྱུང་ཡང་བཤད་ཚོགས།།



སྒྲུང་ཚུལ་ར་མ་ལུག།

ཨ་ཇོ་རྒྱ་མིན་པོད་མིན།།

ཆ་ལུགས་ར་མ་ལུག་རེད།།

ཨ་ཅག་སེར་མིན་སྐྱ་མིན།།

ནམ་པ་ཉ་མ་པོད་རེད།།

ཕོ་གསར་ཆེ་མིན་ཚུང་མིན།།

སྐྱ་གཞུགས་ར་མ་ཕག་རེད།།

ཕོ་གསར་ཕྲ་མིན་སྐོམ་མིན།།

འགྲོ་སྤངས་ངང་མ་རུར་རེད།།

མི་དཔོན་བྱ་མ་ཉ་ཡི།།

སྲིད་བྱས་ང་མ་ཆང་རེད།།

ཚོས་དཔོན་སེར་མ་སྐྱ་ཡི།།

གནང་སྤངས་བཟླ་མ་གྲིས་རེད།།

ན་ཚུང་རྒྱག་མ་སྐམ་གྱི།།

ནམ་འགྲུང་དཀར་མ་ནག་རེད།།

གསུང་སྐད་བྱ་མ་བྱི་ཕུ་འབྲ།།

སྲུང་གྲང་ཉན་རྟོགས་མི་འདུག།

སྐྱེ་བ་ལྷན་པ་ཇ་སྐྱབ་མདོང་མོ།།

ནམ་འགྲུང་པག་མོའི་ངོ་གདོང་།།

གསུང་སྐད་ཕོ་མིན་མོ་མིན།།

ན་བ་ཚ་བའི་རྒྱ་རེད།།



ཁ་རྩར་སྲོང་པོ།

བུ་མོ་ཨ་མར་མ་སྐྱེས།

ཁ་རྩར་སྲོང་པོར་སྐྱེས་འདྲ།

འགྲོན་པོར་གྲིབ་བསིལ་མེད།

འབྲས་བུ་བཏགས་ཀྱང་ཐག་རིང་།

ཞལ་རས་ཀྱི་བྱེ་མདངས་ལ།

སྐྱེན་གཉིས་རས་བྱུ་ལ།

འོ་འཛིན་གྱུ་ལྷ་བཇམ་ན།

སྐྱེན་གཉིས་ཀེལ་འི་འབྲས་བུ།

ཀྱི་བྱེ་སྐྱེར་རང་དྲགས་ན།

སོ་ཡི་ཚི་བགས་ཁུམ་ཡོང་།

རྩེན་མངར་རང་དྲགས་ན།

གཅིན་སྲི་ན་ཚ་བཞོས་ཡོང་།



ཀེ་ལུ་འཇམ་རང་དྲགས་ན།།

འདྲི་ད་ཐག་ཤོར་ནས་རིལ་ཡོང་།།

རས་<sup>༧</sup> མང་རང་དྲགས་ན།།

ནང་འཇམ་འཇུ་རྒྱ་བཞེས་ཡོང་།།



---

<sup>༧</sup> རྒྱ་གར་གྱི་སྐད་དུ་ཉིང་ཁུ་དང་མོ་བ་ལ་གོ།

དགག་སྐྱ་ཉིར་བཞི།

མ་སྐྱིན་སྐོ་ཡི་ལྷ་གྲ།

མ་བད་བ་ས་ལ་སྐྱེས་ན།

མར་གྲུར་འགོ་བ་ཡོངས་ལ།

མ་ལེགས་གྲུར་བ་ལོས་ཡིན།

མ་སྐྱད་བསོད་ནམས་མཐུ་ལས།

མ་སྐྱེ་བས་ས་ལ་སྐྱེ་བས་ན།

མ་བསྐྱབ་ཤེས་བྱ་སྐྱ་མང་།

མ་དགོས་བཞིན་དུ་ཤེས་ཡོང་།

མ་བཏག་མ་དབྱེད་ཚོས་ལ།

མ་རིག་མོངས་པས་སྐྱིབ་ནས།

མ་ལུས་བཟང་པོར་ལྷ་བ།

མཐུའ་<sup>10</sup> མིན་ན་སྐྱ་རིད།

---

10 ལྷ་གར་སྐྱད་དུ་མི་ལ་གོ།

མི་འགྲུར་དབུས་ཀྱི་རྩུན་པོ།  
མི་དང་མི་མིན་ཚུལ་དུ།  
མི་ཞིག་བརྟན་པར་བཞུགས་ན།  
མི་མང་སློལ་ཚོམ་འགོ།

མི་རྟག་སྐྱེ་མའི་ལུས་ལ།  
མི་འགྲུར་བརྟན་རྩུ་མི་འདུག།  
མི་ཟས་ཇི་ཅམ་སྲུད་ཀྱང་།  
མི་མངོན་ནམས་མཁའི་དཔེ་རེད།

མི་སྐྱུག་ཡིད་ལ་འཁོར་ཏེ།  
མི་འདུག་བསམ་པ་ཡོད་ཀྱང་།  
མི་གཉིས་གཅིར་བྱར་མཐོང་དུས།  
མི་བྱེད་རང་དབང་ཨེ་ཡོད།



## འགྲུང་བའི་སྐྱབ་བསྐྱེ།

ཁྱུང་མིག་ལ་སྐྱང་སྐྱབས།

མངོས་ལྷན་མ་བྱའི་རང་གཟུགས།

ཞག་གསུམ་འདྲིམ་ནས་སྐྱོད་སྐྱབས།

ཁྱོ་གཏུམ་གཟེ་མ་ར་མཐོ།

དར་ལྱང་ན་བར་ཐོས་སྐྱབས།

དབྱངས་ཅན་ཕྱག་གི་རྒྱུད་མངས།

ཉིན་གསུམ་ཉན་ནས་སྐྱོད་སྐྱབས།

མི་སྐྱན་སྐྱིད་གི་ཆེར་མ།

དགར་འདམ་ལུས་ལ་རེག་སྐྱབས།

བདེ་དགའ་རྒྱ་མཚོའི་དཔལ་ཡོན།

དམོང་གསུམ་ལྱངས་པའི་རྗེས་སྐྱོ།

སྐྱབ་བསྐྱེལ་ཆེར་མའི་སྐྱང་པོ།

འདི་འདྲིན་ལྷོ་ཡིས་སྐྱེས་སྐྱེས་ལས།

འདི་ཞེས་སྐྱེས་ལ་འཕྲུ།

ཞེས་ལས་གསུམ་དུ་སྐྱེས་ལ་ལ་རྗེས།

མི་གཙང་ཏུ་ལ་འདི་འདྲི་རང་བཞིན།

འདི་འདྲིན་ལྷོ་ཡིས་སྐྱེས་སྐྱེས་ལས།

ཏུ་རལ་སྐྱེས་ཅི་འདི་འདྲི་མཚོ་ག།

མཚོན་གསུམ་ལྷན་དང་གྲོ་ལ་ཚོ།

ཁ་ཉི་ག་ལ་ཁྱིས་འདི་སྐྱེས་འདྲིན།



## ག་མི་ག་ལོག

གཞན་དོན་ལྷག་བསམ་ཁྱར་དེ་འབྱེད་འདོད་ཀྱང་།།

རང་དོན་སྲིང་ལ་བཞག་པས་ཁྱར་ཐག་ཆད།།

ཞི་བམིལ་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་འཕྱར་བསམ་ཡང་།།

དག་སྲོད་རྗོན་པའི་མདའ་ཡིས་སྒྲོ་གཤོག་བཅད།།

དོན་དམ་བདེན་པའི་གནས་ལ་དབྱུང་བསམ་ཡང་།།

ཀུན་རྗོད་སྐྱུ་མའི་འཕྱུལ་གྱིས་རིག་པ་བརྒྱས།།

ཕྱིན་རྒྱལ་ཐབས་ཀྱི་རྟ་ལ་བཞོན་འདོད་ཀྱང་།།

ནམ་འབྲེད་ཤེས་རབ་སྒོ་ཡི་སྐབ་མདའ་ཆད།།

དིན་ཅན་པ་མའི་དིན་ལན་གསོ་འདོད་ཀྱང་།།

སང་སང་གནངས་གནངས་ཟེར་གྱིན་མི་ཆེ་རྗོད་གས།།

གཞན་པན་སྒོ་ཡི་འཕྱུལ་འདེགས་བྱགས་ཆེ་ཡང་།།

བསམ་དོན་ལག་ཏུ་ལེན་པའི་འཁོར་ལོ་ཟད།།

ཐགས་བཟང་ཚེམས་ཀྱི་ཟླ་བ་གསལ་གྱུར་གྱང་།།

ཞལ་མཚུངསི་སྒྲིན་ཕུང་འོག་ནས་ཐར་མི་བྱུབ།།

རོ་འདྲིན་ལྷེ་ཡིས་སྐྱུང་རྩི་ལྷོངས་འདོད་གྱང་།།

སོར་མོའི་སྤང་གི་འདབ་བརྒྱ་སྐྱང་པོས་བཙོམ།།

གཞན་སྒྲོན་ཁབ་ཙམ་རྙེད་པའི་མིག་ཡོད་གྱང་།།

རང་སྒྲོན་གཡག་འདྲ་མཐོང་བའི་མེ་ཡོང་མེད།།

དགའ་ལ་འཕུར་ཨང་སྐྱམ་པའི་དཔུང་ཡོད་གྱང་།།

གཉེན་ལ་སན་པ་བསྐྱབ་པའི་གཏོང་མོད་མེད།།



### རེ་དྲོགས་ཀྱི་འཕྲང་།

བདེ་སྐྱིད་ཉམས་ཏུ་འཕེལ་བའི་རེ་བ་དང་།།

འཚོ་བ་ཉམས་སྐྱད་འགྲོ་བའི་དྲོགས་པ་གཉིས།།

གཅིག་རྗེས་གཅིག་གིས་དེད་དེ་བྱུང་བའི་སྐབས།།

རེ་དྲོགས་འཕྲང་ལས་ཐར་དུས་མི་འདུག་སྟེ།།

བསྐྱོད་དང་གོ་ས་ཐོབ་པའི་རེ་བ་དང་།།

སྐྱོད་དང་གོ་གནས་ཤོར་བའི་དྲོགས་པ་གཉིས།།

གཅིག་གི་སྐྱོད་དུ་གཅིག་གིས་བརྗེ་གསལ་མཐོང་ནས།།

རེ་དྲོགས་འཕྲང་ལས་ཐར་དུས་མི་འདུག་སྟེ།།

མིང་དང་གྲགས་པ་ཐོབ་པའི་རེ་བ་དང་།།

སྐྱོད་དང་ཁ་མཚུ་ཡོང་བའི་དྲོགས་པ་གཉིས།།

གཅིག་གི་ས་ཐོན་གཅིག་གིས་བྱེད་མཐོང་ནས།།

རེ་དྲོགས་འཕྲང་ལས་ཐར་དུས་མི་འདུག་སྟེ།།



ཁི་དང་བྱ་དགའ་ཐོབ་པའི་དེ་བལ་རྒྱལ་ཉེ།།

གྲོང་དང་རོ་ཚ་ཡོང་བའི་དྲོགས་པ་དེ་བྱས་ནས།།

ཁི་གྲོང་ཚུ་དང་འོ་མ་འདྲེས་ཚུ་ལ་དུ་མཐོང་སྐབས།།

དེ་དྲོགས་འཕྲང་ལམ་དེ་ལ་ཡི་ཐང་ཞིག་ཆད་སོང་།།



### ལྷ་མེད་རྒྱུ་གསུམ།

ལྷ་སྒྲིག་ལྷ་སྒྲིག་གཡོ་བའི་དད་པ་དང་།།

མིག་ཅུ་དཔར་པོར་གཏོང་བའི་ཁོང་ཁྱོད་གཉིས།།

གཅིག་རྗེས་གཅིག་གིས་དེད་པའི་རྒྱབ་སྐྱོང་ལྷར།།

ཅུ་བ་སེམས་ཀྱི་མཚོ་མོ་ཉིད་ལ་བྱུག།

མིག་ནས་མཆི་མ་ཤོར་བའི་སྤྱིང་རྗེ་དང་།།

སྤྱིང་ཅུ་སྤྱིག་པར་འདར་བའི་སྤྱང་བ་གཉིས།།

གཅིག་གི་རོ་བོ་གཞན་ལ་འགྱུར་འདྲ་བའི།།

ཅུ་དང་རྒྱང་ས་པ་བརྗེ་འགྱུར་བྱེད་དང་མཚུངས།།

རོ་ཚའི་མེ་ཉོག་བཞད་པའི་ཁེངས་སྤྱུང་ས་དང་།།

རོ་སྤོད་རྒྱུང་གིས་རྒྱང་ས་པའི་ང་རྒྱལ་གཉིས།།

ཉིན་དང་མཚན་གྱི་རྒྱུ་ལ་དུ་བརྗེ་མོད་ཀྱང་།།

སེམས་ཀྱི་ནམ་མཁའ་བྲལ་ཉེ་འགྲོ་ས་མེད།།

གདོང་གི་འདབ་བརྒྱ་བཞད་པའི་སྒོ་སྤང་དང་།།

མིག་ལ་ལྷན་པ་ཐིབ་པའི་སྒོ་སྤང་གཉིས།།

གཅིག་གི་ཅ་བ་གཅིག་ལ་ལྷག་འདྲ་བའི།།

བདེ་སྤྱད་ཚོར་བ་སྤྱད་པའི་སྒོ་སྤང་གར་ཉིད།།



### ཀ་བཤད་པོད་ལྗོངས་བཟན་སྟེ།

ཀ་མདུང་གཤེར་ལས་བྱས་པའི་གཞལ་ཡས་ཁང་།།

ཁ་བའི་རྩལ་བཅེགས་ཀའ་ལ་ཤ་ལྗོངས་སྟེ།།

ག་ནས་བལྟས་ཀྱང་སྟེམ་ཅེན་གནས་ལྟ་བའི།།

ང་ཚོ་ཏུ་ལའི་ཕོ་བྱང་པོ་ཏུ་ལ།།

ཅ་ཅོ་བྱིའུ་ཚུང་སྐད་སྟུན་སྟོན་ག་པ་དང་།།

ཆ་སྟོན་མས་ཁྲིམས་ཀྱིས་རྗེ་འབངས་ཀྱན་ཏུ་བདེ།།

ཇ་ཆང་ཡོངས་སྟོན་འདོད་ལྷུ་མེད་ན་ཡང་།།

ཉ་མོ་ཚུ་ཡི་ནང་ཏུ་སྐྱང་བ་སྦྱིད།།

ཏ་ཐ་ག་ཏའི་བལྟན་པ་ཉི་འོད་བཞེན།།

ཐ་སྟུང་ལུང་རྟོགས་མདོ་དབུས་ཁམས་སུ་ཁྲུབ།།

ད་ར་དཀར་ཚུ་འབེལ་བའི་འཕྲོག་སྡེ་རྣམས།།

ན་ཁ་ཅ་ལྗོངས་སྟེད་ཏུ་སྐྱང་བ་སྦྱིད།།

བ་ཀྱི་རི་མོ་ལྷ་ར་མཛེས་པོད་སྐྱོངས་ཀྱི།  
 བ་ཡུལ་དེ་ལས་སྐྱིད་པ་གཞན་དུ་མིད།  
 བ་མེའི་ལོ་མ་ལས་དཀར་གངས་རི་དག།  
 བ་ལུས་གཙང་ཚུ་ནམས་ཀྱི་འབྲུང་ཁྱེད་ལོན།

ཅ་རི་ལ་སོགས་གནས་མཚོག་མང་བའི་ཡུལ།  
 ཅ་གང་འབྲུང་བ་སྟོམ་ལ་ནད་རིགས་དགོན།  
 ཅ་དག་དུས་ཀྱི་འགྲུང་བ་དང་བསྐྱུན་ནས།  
 ཅ་སོགས་པགས་པའི་གྲོན་པ་རྒྱང་དུ་དོར།

ཞུ་སོགས་ཆས་གོས་མཛེས་ལ་གཞན་ཡིད་འཕྲོག།  
 ཟ་མ་བཅུད་ཅན་ཚུམ་པའི་མཐུ་ལ་བརྟེན།  
 འ་ལྱར་མེད་པའི་མི་ཚོ་སྟོད་དལ་བའི།  
 ཡ་རབས་སྟོད་པ་སྐྱིད་གི་ཚོར་བཞིན་འདྲིན།

ར་བ་གངས་གྱིས་བརྐྱེད་བའི་ཡུལ་རྫོང་ས་དེར།།

ལ་འི་མི་ཚེ་ནས་ལ་ཚེ་ས་མཚོན་བསྟུ་བྱེད།།

ལུ་བ་དགོ་བ་གཉལ་བ་གཙོད་ལ་སོགས།།

ས་སྤོགས་ཀུན་ཏུ་རི་བྲགས་སྐྱ་མང་བྱེད།།

ཏ་ཅང་མཛེས་སྤྲུལ་ལྷན་པའི་ཡུལ་རྫོང་ས་དེར།།

ཏ་ལས་འབྲུལ་རིག་གསར་གཏོད་མེད་ན་ཡང་།།

ཨ་མའི་ལྷོ་ཁག་ཤོར་སའི་པ་ཡུལ་དེ།།

ཨ་ཤོང་ཡི་སྤྱིང་ནས་བྲན་ཡང་བྲན།།



སྐྱམ་པའི་གྲིབ་བསིལ།།

ཀ་མལ་དང་མཚུངས་འཇམ་དཔལ་སྦྱིང་རྗེའི་གཏེར།།

ཁ་དོག་མངོས་ལ་མཚམས་སྤྲིན་གསར་པའི་མདངས།།

ག་ཚོད་བརྟམས་ཀྱང་ཚིམ་པའི་སྐབས་བུལ་བའི།།

ང་ཡི་མ་ཡུམ་གངས་ལྗོངས་བོད་དེ་མངོས།།

ཅ་མན་ཕུལ་ལ་འགུན་པའི་དྲི་བསྐྱང་འཇུལ།།

ཆ་ཤས་ཀུན་ལྡན་ལུས་ཀྱི་ལང་ཚོ་རྒྱས།།

ཇ་མདོག་མར་གྲིས་དྲངས་འདྲའི་ཞལ་མདངས་མཚར།།

ཉ་མའི་འགོས་ལ་འགུན་འདྲའི་གོམ་སྐབས་འཇུག།།

དུ་ལའི་སྦྱང་པའི་གྲིབ་བསིལ་སྐྱམ་པའི་འོག།

ཐ་སྐད་ཚོད་ལ་མཁས་པའི་མཁས་བྱུབ་མང་།།

ད་ར་དཀར་ཚུའི་གཏེར་གྱི་གནག་སྐྱུགས་ནམས།།

ན་ཁ་ཅ་ཐང་ཐོག་དུ་སྤང་བཟོད་བདེ།།

ལྷ་མོའི་རྒྱན་དང་འདྲ་བའི་གཤེས་བཟང་དག།  
ས་མ་ལུ་བརྒྱད་གཅིག་ནས་གཅིག་ལ་བྱེད།།  
བ་ཟླར་མཚོད་སོགས་ལོག་པའི་རྣམ་སྲོད་དག།  
མ་རིག་སློལ་ས་ལྟར་བའི་བསྐྱབ་བྱ་བྱེད།།

ཅ་བ་ཚོས་ལ་ལྷག་པའི་ལེགས་བྱར་དེ།།  
མུ་ལྟར་ཚོས་བསམ་སྐྱོམ་པའི་ཤེར་གྱིས་བསྐྱར་ས།།  
དོ་རྒྱའི་ལྷ་མོའི་རྒྱན་ལྟའི་གངས་ཅན་པ།།  
མ་ལོ་སྤྱི་རྣམ་འཇམ་པའི་སྲོད་རྩལ་ལྷན།།

ཞ་ལུ་ལ་སོགས་དགོན་སྡེའི་སྐར་ཚོགས་འཁྲིགས།།  
ཟ་དོར་ཨོ་རྒྱན་པདྨའི་བྱིན་རྒྱལ་ས་ཆེ།།  
འ་རེ་ལུ་རེ་བྲལ་བའི་ལུ་ལ་སྒོར་ས་དེར།།  
ཡ་རབས་སྲོད་བཟང་འཛོལ་ས་པའི་སྐྱེ་བོ་མང་།།



ར་འི་ས་ནག་ཚོང་ས་བྲལ་བ་སྟོན་ལྷའི་བོད།།

ལ་ལྷུང་གང་དུ་བསྐྱོད་ཀྱང་སྐྱིད་སྤང་ཤར།།

ལུ་བ་ར་བཅུ་ངོམ་འདྲའི་ཕོ་གཞོན་དང་།།

ས་བཅུད་རྟག་ཏུ་སྤྲི་ལ་བའི་གཏེར་ཁ་མང་།།

ཏ་ཅང་ན་བར་སྒྲན་པའི་ཚིག་འགྲོས་དང་།།

ཏ་ལས་ཡིད་ལ་འཐད་པའི་དོན་མེད་ཀྱང་།།

ཨ་ཕོ་རྩོམ་ལ་མོས་པའི་སྤྲིད་ཞེན་གྱིས།།

ཨ་ལ་ལ་སྐྱུ་བྱུང་ཚད་ཁ་ནས་ཐོན།།



ཕ་སྐད་བརྗོད་པའི་བྱ་རུལ།

ཀ་དག་སེམས་ཀྱི་ཉི་མ།

ཁ་བའི་རྫོང་ས་སྤུ་ཤར་ཀྱང་།

ག་ཤར་ལུས་ཀྱི་བྱི་ཞིམ།

ངའི་མིན་སྐྱིད་དུ་འབྱུང་སྲིད།

ཅ་ག་ཟབ་དུ་བྱས་པའི།

ཆ་ཤས་བོད་ཀྱི་ལེགས་བྱང་།

ཇ་ཆང་འདོད་ཀྱི་འོན་དུ།

ཉ་རྒྱང་མཉམ་བསྐྱེས་མ་གནང་།

དུ་ལའི་གྲིབ་བསིལ་འོག་དུ།

ཐ་སྙད་རིག་པར་སྐྱུངས་ཏེ།

དུ་ཤུག་ལྟ་བུའི་མི་ཚེའི།

ན་ཚོད་ཡོལ་བ་མ་ཚོར།

པ་ལྟའི་<sup>༡༡</sup> གནས་སྤྱུ་ལྟར་འདྲའི།

པ་སྐྱད་བརྗེད་པའི་པའི་བྱ་རུལ།

བ་ཐུང་དངོས་སྤྱུ་མིན་ན།

མ་ཡིན་ཡིན་མདོག་མ་གནང་།

ཅག་གི་ཅིག་གིའི་དོན་དུ།

ཆ་གང་རི་ཅམ་ལྷངས་ཀྱང་།

ཇོ་རྟོ་རྟོ་ལྷང་པ་གང་གིས།

མ་མའི་རྩི་ལ་ཚུད་ཡོང་།

ཞ་ལུ་ལོ་ཆེན་ཞིང་གི།

ཟ་མ་ཏོག་གི་འབྲས་བུ།

འ་ཅག་སྤྱོད་འདོད་ཡོད་ན།

ཡ་ཡུད་ཆེ་ཅམ་དགོས་གཤམ།

---

༡༡ ལྷ་གར་གྱི་སྐད་དུ་དུད་འགོ་ལ་གོ།

ར་མ་ལུག་གི་སྐད་དེ།།

ལ་མེའི་རྒྱབ་གྱི་བྲག་ཆ།།

ལྷ་བའི་བྲག་ར་བརྗེ་བཞིན།།

ས་དོང་ནང་ལ་སྐྱར་ཅིག།

ཧ་རེ་དུ་རེ་མིན་པར།།

ཧ་ཅང་བརྟན་པའི་ལམ་ནས།།

ཨ་མའི་སྲོལ་བཟང་ཡོད་ཚད།།

ཨ་ཕེས་མིན་ན་སྐྱས་སྦྱོང་།།



ཨ་མའི་རྒྱ་བཅུད།

ཀ་དག་ནམ་ཤེས་སྤྱི་གྱུ་ལས་དབང་དང་འཕྲད་དེ།།  
 ཁ་སྒྲོངས་ས་ལུད་རྫོད་གཤེར་སྤྱི་འདོམས་གྱི་ཞིང་དེར།།  
 ག་དུས་བཏབ་མིན་མ་ཤེས་འདུས་བྱས་གྱི་སྤང་པོ།།  
 ང་མོའི་དབྱངས་དང་བཅས་ཉེ་གྲུབ་པ་འདི་མཚར་བྱུང་།།

ཅ་ག་ལེགས་པར་བྱས་པའི་འབྱུང་རྩལ་ལྷ་ལ།།  
 ཆ་ལུགས་གཞན་ལས་འབྱེད་པའི་སྤྱད་ཡིག་དང་གོམས་གཤིས།།  
 ཇ་ཆང་འདོད་ཀྱང་སྤྱོད་པའི་མི་ཚེ་ཡི་སྤྱེལ་སྤངས།།  
 ཉ་མོ་ཚུ་དང་འགྲོགས་འདུའི་རྟེན་འབྲེལ་འདི་མཚར་བྱུང་།།

ཏ་གཡག་མགོ་སྤྱེལ་འདྲ་ཡང་ལུགས་ཟུང་གི་འདོན་སྤྱོད་།།  
 ཐ་དད་མ་ཡིན་འོ་མ་ཚུར་འབྲེས་གྱི་ཚུལ་དུ།།  
 ད་སྣ་མ་འོངས་སྤྱིས་བྱུའི་མདུན་མ་ཀུན་འགྲུབ་པའི།།  
 བ་ཞིང་བཏབ་པའི་སྤྱང་གཞོན་འབྲས་བུ་འདི་མཚར་བྱུང་།།

སྐྱེ་བ་ལྟའི་དྲི་ཞིམ་སྐྱོན་ཡོངས་སུ་འབྱུང་བའི།།  
 ས་ཡུལ་གངས་རྒྱོང་ས་ཞིང་གི་བྱུང་ཚོས་དག་བྱན་སྐབས།།  
 བ་དང་བེའུ་བཞིན་དུ་མ་བུ་ཡི་གདུང་སེམས།།  
 མ་ལུས་མཚོ་སྐྱར་གནས་པའི་མཁའ་རྒྱུད་དེ་མཚར་བྱུང་།།

ཚ་བ་སྐྱེལ་སྐྱིན་འདུས་པའི་མི་རྒྱུད་ཀྱི་ཡུལ་དེའི།།  
 ཚོ་གྲང་འབྱུང་བ་སྟོམས་ལ་ཁོར་ཡུག་གི་མཛེས་སྟུགས།།  
 རྩ་མདོག་ན་བཟའ་མནའས་པའི་རྒྱུད་སྐྱིལ་གི་སྐྱེ་དང་།།  
 ས་ལྷ་མགོ་ལ་སྐྱོན་པའི་ཡུལ་མི་དག་མཚར་བྱུང་།།

ཞ་ཉེའི་རྒྱུད་ལས་སྐྱི་བའི་མི་ཚོ་ཡི་བྱུང་པོ།།  
 ཟ་མ་རྩམ་པའི་བུའུ་ཀྱིས་ཐི་ཡང་དུ་བཏང་སྟེ།།  
 འ་རྒྱུད་བེལ་ཟིང་མེད་པར་བྱུག་འཚལ་དང་དགོར་སྐྱོད་།།  
 ཡ་མ་བྲལ་བའི་འཚོ་བའི་སྐྱོད་དལ་དེ་མཚར་བྱུང་།།

ར་བ་གངས་རིས་བསྐྱོར་བའི་ཕུར་རྒྱལ་གྱི་བོད་དེ་ལོ།།

ལ་ལྷུང་གང་དུ་གནས་ཀྱང་སྤྱིད་སྤྱང་གིས་འཚོ་བའི།།

ལུ་བ་ལ་སོགས་རི་དུགས་སྣ་མང་གིས་བྱུང་བའི།།

ས་མ་འབྲོག་གི་འཚོ་བའི་བག་ཐེབས་དེ་མཚར་བྱུང་།།

ཏ་རི་ཙན་དན་ནགས་གྱི་བསིལ་རྒྱུང་གིས་རིག་པས།།

ཏ་ལས་ལུས་ལ་ཚོ་གདུང་ལྗོང་དགོས་རང་མེད་པར།།

ཨ་ལུ་འི་འབྲས་ལུ་སྤྱོད་པའི་གོ་སྐབས་རང་མེད་ཀྱང་།།

ཨ་མ་རིག་འདྲིན་དབང་མེའི་ཅུ་བཅུད་དེ་མཚར་བྱུང་།།



## ཐོལ་བྱུང་གི་སྒྲུ།

སྒྲིང་གི་ནམ་མཁམ་རྒྱ་བའི།།

སྒྲིང་སྐྱལ་ཉོར་འཛིན་དབང་མོས།།

སྒྲིང་རྗེ་ཡང་མེད་པར།།

སྒྲིང་ལ་མེད་ག་བཟོས་མོང་།།

སྒྲིང་སྐྱལ་རྒྱ་སྒྲིས་གཞོན་ལྷ།།

སྒྲིང་ད་རྗེ་པོ་འདུག་གྲང་།།

སྒྲིང་ཁོངས་སུ་མ་པའི་གཉིང་ནས།།

སྒྲིང་རྗེའི་གི་སར་ཞེ་སྒྲིས།།

སེམས་ཀྱི་མེ་ལོང་ནང་གི།།

སེམས་དཀར་ཟླ་བ་སྒྲོལ་མས།།

སེམས་པ་ལོར་མདོག་གནང་པས།།

སེམས་ལ་དཀའ་ངལ་བཟོས་མོང་།།



སེམས་པ་གང་ལ་ཤོར་ཤོར།  
སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་ཤོར་ན།  
སེམས་ཉིད་རལ་གསེའི་སྐྱོམ་སྐྱུབ།  
སེམས་ལ་དགོས་པ་ཨི་ཡོད།

མིག་གི་ཤེལ་སྐྱོའི་ནང་གི།  
མིག་རྒྱ་སྐྱེ་པའི་མེ་ཉོག།  
མིག་འཕྲུལ་རི་ཅོམ་བརྟན་ཀྱང་།  
མིག་ལ་ཡིད་ཆེས་མི་འདུག།

ན་བའི་ཅི་ལ་བཏགས་པའི།  
ན་རྒྱན་གསེར་གྱི་ཨ་ལོང་།  
ན་བར་ལན་པོ་མེད་ཁར།  
ན་མཚོག་ཚ་བའི་རྒྱ་རེད།

གངས་ལ་ཉི་འོད་ཐོག་འདྲེ།

གངས་ཅན་ཐོད་ཀྱི་མངོས་མ།

གངས་ཀྱི་ཚུ་རླུན་མེད་ན།

གངས་རི་མཐོ་ནས་གང་པན།

དཀར་པོ་གངས་རིའི་ཚེ་ནས།

དཀར་གསལ་ལྷ་བཟུང་འདྲེ།

དཀར་མཚོ་ཡེ་ཤེས་ལྷ་མོའི།

དཀར་འཇམ་ལང་ཚོ་དྲན་བྱུང་།

ལྷ་རླན་གཙུག་ལག་ཁང་དུ།

ལྷ་མོ་མངལ་ཁར་བསྐྱོད་ཀྱང་།

ལྷ་ས་གཞན་ལ་ཤོར་བས།

ལྷ་མོའི་ཞལ་རས་མ་མངལ།

མང་གཙོ་མང་བའི་སྲིད་གཞུང་།།

མང་མོས་ལམ་ནས་བདམས་ཀྱང་།།

མང་ཉུང་དབྱེ་འབྱེད་མེད་པའི་།།

མང་ཇ་གཏོང་མཁམ་མི་འདུག།



འདོད་ཡོན་སྣ་ལྟ།།

གཟུགས་འདོན་མིག་གི་ཡུལ་ལ།།

གཟུགས་ལས་གཞན་དུ་མི་མངོན།།

གཟུགས་ལ་མངོས་ཡོད་ཡོད་མིན།།

གཟུགས་ཀྱི་ངོས་ནས་མ་གྲུབ།།

སྣ་འདོན་ན་བའི་ཡུལ་ལ།།

སྣ་ལས་གཞན་དུ་མི་ཚོས།།

སྣ་ལ་སྣན་ཡོད་ཡོད་མིན།།

སྣ་ཡི་ངོས་ནས་མ་གྲུབ།།

འདོད་ཡོན་སྣ་ཡི་ཡུལ་ལ།།

འདོད་ཡོན་གཞན་དུ་མི་ཚོར།།

འདོད་ཡོན་ཡོད་ཡོད་མིན།།

འདོད་ཡོན་གཞན་མ་གྲུབ།།

རོ་འདྲིན་སྟེ་ཡི་ཡུལ་ལ།  
རོ་ལས་གཞན་དུ་མི་ཕྱོད་།  
རོ་ལ་མངར་ཡོད་ཡོད་མིན།  
རོ་ཡི་རོས་ནས་མ་གྲུབ།

རེག་འདྲིན་ལུས་ཀྱི་ཡུལ་ལ།  
རེག་བྱ་ལས་གཞན་མི་ཚོར།  
རེག་བྱར་འདམ་རྩལ་ཡོད་མིན།  
རེག་བྱའི་རོས་ནས་མ་གྲུབ།

ཀུན་རྟོག་སེམས་ཀྱི་མཚོ་མོར།  
བདེ་སྐྱེག་ཚོར་བའི་སྟོག་ཏུ།  
བདེན་འདྲིན་ཏུ་བ་ཚོད་ན།  
དོན་དམ་ཡིད་ལ་འཆར་ཡོད་།



གངས་ལྷོངས་འབྲུག་ལྷ།

སྐྱོ་བསངས་ནམ་མཁའི་དབྱིངས་ལྷ།

ལྷོན་དཀར་ཞོ་གསར་སྐྱངས་འབྲུག་ལྷ།

ལྷོ་ལྷོན་བྱང་ལ་འབྲུག་སྐབས།

གངས་ལྷོངས་མ་ཡུལ་འབྲུག་ལྷ།

མོར་འཛིན་ས་གཞིའི་སྐྱེང་དུ།

རྒྱལ་ཁབ་སྐར་ཚོགས་འབྲིགས་འབྲུག་ལྷ།

རྒྱལ་དར་འབྲུག་ཚོན་གཡོ་སྐབས།

གངས་ལྷོངས་རྒྱལ་དར་འབྲུག་ལྷ།

རྒྱ་གཉེར་རྒྱ་མཚོའི་དོགས་ནས།

རྒྱབས་སྐྱེང་སྐྱེ་ཉིག་འབྲུག་འབྲུག་ལྷ།

ལེས་རིག་དབལ་ཡོན་དར་སྐབས།

གངས་ལྷོངས་མེས་དཔོན་འབྲུག་ལྷ།

རྒྱལ་ཕྱོགས་ཡར་ཐོན་གྱིང་དུ།།

འཕྲུལ་རིག་དབྱིང་དཔལ་བཞད་འདྲའི།།

མི་ཉོག་ཞལ་ཁ་ཕྱི་སྐབས།།

གངས་རྒྱུང་ས་ནང་བསྟན་འདྲ་བུང་།།



དར་དམར་འོག་གི་བོད།

དུས་ངན་ས་ཁྲིའི་ལོ་ལ།།

གངས་སུག་ཅིད་མོར་གཡེངས་སྐབས།།

འབྲུག་གིས་དུག་མདའ་འཕངས་པས།།

གངས་མེད་གནས་ནས་ཕྱུངས་མོད།།

ང་བརྒྱད་ལོ་ནས་བརྒྱད་ཟླ།།

བརྒྱ་ཕྲག་ཐུད་ལ་མནར་བའི།།

བོད་མིའི་སེམས་ཀྱི་ཚུ་ལྗང་།།

ཉིས་སྟོང་བརྒྱད་ཡོར་བརྟོལ་མོད།།

ཕྱི་ནས་བོད་སྐྱོད་གོམ་བཟོད།།

ནང་ནས་ཞི་བའི་རོ་རྩོལ།།

ཚོལ་གསུམ་བོད་མིའི་རྩོག་ཅ།།

གངས་མེད་དར་འོག་བརྒྱུ་ལ་མོད།།



བོད་ལ་རང་དབང་དགོས་པ་ལྟོ།།  
དགོས་འདུན་བརྒྱ་ཁ་གཅིག་བསྐྱབས།།  
འབོད་ཚིག་གཅིག་གི་འོག་ནས།།  
བོད་མིའི་མདོན་འདོད་གསལ་སོང་།།

འོན་ཀྱང་གུང་ཁྲུང་ཁྲུང་ཉང་གིས།།  
ནག་མེད་ཉེས་འདོགས་བྱས་ཏེ།།  
ཁྲག་རྩི་བོ་བའི་བྲག་གཞོན།།  
བོད་མིའི་ཐོག་དུ་བྱས་སོང་།།

བསད་པ་བརྒྱ་ཕྱག་མང་པོ།།  
མ་ས་པ་སྒྲོང་ཚོ་འདས་པ།།  
བཙོན་འདུག་ཁྲི་ལས་བཟལ་བ།།  
གསར་བརྗེའི་དུས་དང་མཉམ་སོང་།།

ད་ཆ་བོད་ཡུལ་ཡོངས་རྫོགས།

བཙོན་ར་ཚེན་པོར་བརྒྱུད་ཏེ།

བོད་མི་ས་ཡ་དུ་མས།

དམུལ་བ་དངོས་སུ་ལྷོད་སྐྱབས།

རང་དབང་ཞི་བདེར་དགའ་བའི།

རྒྱལ་སྤྱིའི་གཞུང་མང་གཉིས་ནས།

བོད་མིར་བདེན་པའི་རྒྱབ་སྐྱོར།

བྱེད་པའི་དུས་ཤིག་མིན་ནམ།



དཀར་དམར་སེར་གསུམ་གྱི་བྱེད་ལས།

དཀར་པོ་གངས་ལས་དཀར་བའི།།

རྩལ་གྱི་དཀར་གསལ་ཟླ་བ།།

དཀར་མིན་སྤྲིན་གྱི་གསེབ་ནས།།

གལ་རེས་འཚོལ་རེས་མ་གནང་།།

དམར་པོ་མེ་ལས་དམར་བའི།།

མར་གྱི་ཚ་ཟེར་ཉི་མ།།

འགོ་རྩལ་སེམས་ཅན་སྲིག་པའི།།

གཤེད་མ་ཡིན་མདོག་མ་གནང་།།

སེར་པོ་གསེར་མདངས་ལྷན་པའི།།

སྐྱ་སེར་སྤྲིའི་རིགས་གྱིས།།

གསེར་དང་རགས་གྱི་དབྱེ་འབྱེད།།

ཤེས་པའི་ང་རྒྱལ་མ་གནང་།།



མནར་གཅོད་འོག་གི་བོད།།

གདུང་རྒྱལ་རིགས་ལས་འཆད་པའི།།

ཚོལ་གསུམ་བོད་མི་རྣམས་ཀྱི།།

མི་ལོ་ཉིས་སྟོང་བཀལ་བའི།།

ལོ་རྒྱུས་དཔལ་ཡོན་ཞིང་སར།།

རྒྱལ་ཞེན་ལྷག་བསམ་ས་བོན།།

སྤྱིང་སྟོབས་བརྩོན་པའི་བཤེར་དང་།།

དཔའ་མཛེངས་རྩོད་ཀྱིས་བསྐྱངས་ཏེ།།

རིག་གཞུང་འབྲས་བུར་སྦྱིན་ཡོད།།

འོན་ཀྱང་དཀར་མིན་ལས་ཀྱི།།

རྒྱང་ཤུགས་རྒྱལ་པོས་འདེད་པའི།།

གུང་ཁྲན་སད་དང་སེར་བས།།

འདིགས་པའི་འཆེ་བ་ལས་ལྷག།

བོད་ཡུལ་རྒྱ་ཡུལ་བསྐྱར་བའི།  
 མིད་བྱུས་དམར་པོའི་མི་རྒྱབས།  
 རྒྱ་གཞོན་རྒྱུང་གིས་བསྐྱུལ་ཏེ།  
 ཉིན་ནས་ཉིན་དུ་བསྐྱེགས་ཆེ།

གཉན་འཕྲང་དུས་སྐབས་འདི་ནས།  
 ཐར་བའི་ཐབས་ཤིག་ཨི་ཡོད།  
 འཆོ་བའི་མི་དཔུང་གསོད་པའི།  
 ཞི་བའི་ཆར་ཞིག་ཨི་འབབ།

གསོད་རླུང་མནར་གཅོད་འོག་ནས།  
 ཐར་བའི་དུས་ཤིག་ཨི་རྟེན།  
 རྒྱ་གཞོན་བཙོན་འཇུག་འོག་ནས།  
 གསོན་པའི་རིབ་ཨི་འདུག།



## ཉང་གི་གཡོ་སྐྱོ།

བོད་རིགས་རྩ་མེད་བཟོ་བའི།

སྲིད་བྱུང་ཁ་དཀར་གཉིང་ནག།

རིག་གཞུང་རྩ་གཏོར་གཏོང་བའི།

འཐབ་བྱུང་འཛིགས་སྐྱུལ་ལག་ལེན།

མང་ཚོགས་མགོ་བརྒྱུར་གཏོང་བའི།

རྩལ་དང་གཡོ་སྐྱོའི་རྗེ་ལ་བརྒྱགས།

ཁོར་ཡུག་ཉམས་ཉེས་གཏོང་བའི།

འདོད་རྗེས་སྲིད་བྱུང་བརྟེན་སེམས།

ཚིག་བརྒྱུལ་ཁ་ལ་འབྱེད་ནས།

འཆམ་མཐུན་གཏོར་བའི་གཤེད་མ།

ཡར་རྒྱས་རྗེ་ལ་བརྒྱགས་འོག་ནས།

ཉམས་སྐྱུད་གཏོང་བའི་ཕུངས་འདྲེ།

མོ་མ་ཐུན་ཐ་སྟོན་སྟོན་གྲང་།།

མོ་འགྲོ་ལ་མི་རྩུང་གྲི་སྟོན་།།

རྒྱལ་ཞེན་ཡོད་མདོག་བསྟན་གྲང་།།

རྒྱལ་ཁབ་དུག་གསལ་བའི་བྱེད་གཏེ།།

སོ་སྟོན་ལ་གང་སར་བཀའ་སྲོལ་ཏེ།།

ཞེད་སྟོན་དང་སྐྱེ་བའི་ལྷ་གསལ།།

སྟོན་པའི་སྟོན་སྟོན་གྲི་བཞུང་།།

རྒྱུ་དམར་མི་ན་ན་སྟུ་རེ་ད།།



གདུང་སེམས་མཉམ་སྦྲེད།

ལུ་བུའི་ལོ་ནས་བཟུང་སྟེ།

རྒྱན་ཟུ་འབྲུམ་སྐྱུག་མང་ལོས།

བརྟན་སྲིད་མི་རིགས་དོན་དུ།

རང་ཚོ་ག་ཚོས་གཏོང་བྱས་ཡོད།

སྐྱུག་པར་ཉེ་བའི་དུས་འདིར།

ཚོས་གསུམ་ཚོད་སྤྲོད་ཀུན་དུ།

བོད་མི་སེར་སྐྱེ་ཡོངས་ཀྱིས།

ཞི་བའི་རལ་ཚོན་བྱེད་སྐབས།

རྒྱ་དམར་བྲག་དམག་དཔུང་གི།

བྲག་སྤོད་སྐྱ་ཚོགས་འོག་དུ།

བསད་མུས་བརྒྱ་ཕྱག་འགའ་གས།

བཙོན་འདུག་ཚོད་ཕྱག་འདས་པ།



བྱས་ཀྱང་བོད་མིའི་སྤྱི་བཟོ་བས།

མཚོ་རྒྱ་བས་བཞིན་དུ་འཕར་ཏེ།

རྣམ་འཕོད་འདུག་རྒྱ་བརྒྱ་གས་ནས།

འཕོག་ཚོ་ལ་རྒྱན་ཆད་མི་འདུག།

དཔའ་བོ་ཕོ་ཕོ་རྣམས་ལ།

གདུང་སེམས་མཉམ་སྐྱེད་མཚོན་ཕྱིར།

གཞིས་བྱེས་བོད་མི་ཡོངས་ནས།

སྤྱི་དཀར་ཕོ་ཉ་མངགས་ཡོད།



དྲ་བུ་གནས་བབ།

ད་ཡོད་བོད་མིའི་གནས་བབ།

ཁ་ཚང་འོག་གི་བྱི་ཕུ་ཚང་།

སྤང་ཚང་འོག་གི་ལྷ་ལ་ལྷ།

བཤམ་རའི་ནང་གི་བ་སྤྱུགས།

འདི་འདྲའི་གནས་སྤངས་འོག་གི།

བོད་མི་ས་ཡ་དུག་ལ།

འཇིག་རྟེན་ལྷ་མི་ཡོངས་ཀྱིས།

མགོན་རྒྱལ་དབྱེད་གཉེན་མཛོད་དང་།

ཉེན་མོངས་འདོན་གྱིས་སྦྱོས་པའི།

ཉང་གི་མགོ་བྱིད་རྣམས་ལ།

གཞན་གྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་མཛོད་བའི།

སྦོ་མིག་སྤྱན་ཅམ་སྦྱིན་དང་།

མཚོག་གསུམ་བདེན་པའི་མཐུ་ཡིས།།

རྩུན་གྱི་ལྷགས་མཐིལ་བརྟོལ་དང་།།

ཚོལ་གསུམ་གཅིག་བརྒྱུལ་རྣམས་མཐུས།།

དག་པོའི་མཁར་རྫོང་བཞིགས་དང་།།



## སེམས་ཀྱི་ནམ་མཁའ།

ང་སེམས་ནམ་མཁའི་དབྱིངས་སུ།

ཁྱོད་ཞལ་དུང་ཟླ་ཤར་སོང་།།

ང་སེམས་དཀར་ཡོལ་ངོས་སུ།

ཁྱོད་མིང་དེ་མོར་བཀོད་ཡོད།།

ནམ་མཁར་སྤྱིན་སྤུང་འབྲིགས་ན།།

རྒྱང་གིས་རམ་འདེགས་གནང་རོགས།།

དཀར་ཡོལ་གས་ཆག་བྱུང་ན།།

དེ་མོས་མཚོ་བསམ་གཏོང་རོགས།།



སེམས་ཀྱི་མེ་ལོང་།

ང་སེམས་མེ་ལོང་ངོས་སུ།།

སྤོང་ཞལ་གཟུགས་བརྟན་ཤར་སོང་།།

ང་སེམས་མཚོ་མོའི་ནང་དུ།།

སྤོང་གདོང་པར་འབྲུངས་སོང་།།

མེ་ལོང་གས་ཆག་མེད་པ།།

སྤོང་གི་ཐུགས་བསམ་བཞེས་རོགས།།

མཚོ་མོ་དར་འབྲུགས་མེད་པ།།

འདབ་བརྒྱས་མཚོ་བསམ་གདོང་རོགས།།



སེམས་ཀྱི་སྒྲ་ཁང་།

ང་སེམས་རྒྱ་ཤོག་ངོས་སྒྲ།

ཁྱོད་མིང་རི་མོར་བཀོད་ཡོད།།

ང་སེམས་སྒྲ་ཁང་ནང་དུ།།

ཁྱོད་རྒྱ་བྱི་མིང་བཞེངས་ཡོད།།

སྒྲ་ཁང་བྱིན་རྒྱབས་ཆེ་བ།།

སྒྲ་མོའི་གཟི་བརྗིད་མིན་ནམ།།

སྒྲ་ཁང་ཞིག་རལ་མིད་པ།།

སྒྲ་མོས་དཔོངས་པ་བཞེས་རོགས།།



སྤང་གི་མེ་ཉོག།

ང་མེམས་སྤང་གི་ངོས་སུ།

ཁྱོད་ཞལ་མེ་ཉོག་གཤར་སོང་།།

ང་མེམས་དབྱིད་ཀའི་དུས་སུ།

ཁྱོད་གསུང་ཁྱུ་བྱ་གས་སྒྲོགས་བུང་།།

སྤང་དང་མེ་ཉོག་གཉིས་ཀྱི།

འབྲེལ་བ་འཇུག་པའི་ལྷན་རེད།།

འབྲེལ་བ་ཡུན་གནས་ཡོང་བའི།།

སྒྲོན་ལམ་ཡང་ཡང་བརྒྱབ་ཤོག།



ལྷ་མོ་ལྷ་སྒྲི་བཞི་བྱུགས།

ལྷ་མོ་ཉི་མའི་འོད་ཟེར།།

ལྷ་མོ་ལྷ་སྒྲི་ལྷ་སྒྲི་ལྷ་སྒྲི།།

ལྷ་མོ་ལྷ་སྒྲི་ལྷ་སྒྲི་ལྷ་སྒྲི།།

ལྷ་མོ་ལྷ་སྒྲི་ལྷ་སྒྲི་ལྷ་སྒྲི།།

ལྷ་མོ་ལྷ་སྒྲི་ལྷ་སྒྲི་ལྷ་སྒྲི།།

ལྷ་མོ་ལྷ་སྒྲི་ལྷ་སྒྲི་ལྷ་སྒྲི།།

ལྷ་མོ་ལྷ་སྒྲི་ལྷ་སྒྲི་ལྷ་སྒྲི།།

ལྷ་མོ་ལྷ་སྒྲི་ལྷ་སྒྲི་ལྷ་སྒྲི།།





# ཀུ་ལྷུད་ཀྱི་རོ།

བུ་རྩུང་ལྷ་བ་བཀྲིས།།

ཀུ་ལྷུད་བཞད་ཆེད་སྐྱེས་འདྲ།།

ཀྱང་རྩལ་གཤོག་འགྱུར་མཁས་པ།།

རོ་མཚོག་ཕྱོད་ཆེད་སྐྱེས་འདྲ།།

སྐྱིན་བྲལ་ནམ་མཁའ་མཚོངས་ནས།།

མིག་མེར་སྐྱོན་པ་མ་གནད་།།

མིག་ལ་ཡིང་ཉོག་བཀའ་ན།།

མཚོང་བའི་རྣམ་པ་བྲལ་ཡོང་།།



གངས་དང་སང་གོ།

ཁྱོད་ནི་གངས་དཀར་ཉི་མེ།

ང་ནི་སང་ཆེན་དཀར་མོ།

གངས་དང་གངས་སང་གཉིས་ལ།

བུ་བའི་དུས་ཤིག་ཨེ་ཡོད།

ཁྱོད་ནི་རྗེ་རི་དམུག་པོ།

ང་ནི་བྲེ་སེར་བློང་ཅེད།

བློང་དང་རྗེ་རི་གཉིས་ལ།

བུ་བའི་དུས་ཤིག་ཨེ་ཡོད།



བརྩེ་བའི་རོ་བཅུད།

སེམས་ཀྱི་མེ་ཡོང་རོས་ལ།།

དགའ་མའི་ཞལ་རས་ཤར་བུང་།།

སྙིང་གི་འདབ་བརྒྱའི་ནང་དུ།།

བརྩེ་བའི་རོ་བཅུད་ཉར་ཡོད།།

མིག་གི་རྒྱང་ཤེལ་ནང་ནས།།

མཛོས་པའི་དཔལ་ཡོན་མཐོང་བུང་།།

ཡིད་ཀྱི་སྒྲུལ་འདྲེན་ནང་དུ།།

སྙིང་སྡུག་བཞུགས་པ་གནང་དང་།།



བྱང་བའི་རི་བ།

བྱང་བ་རོ་ལ་ཆགས་ནས།།

རེ་ཞིག་སྡོད་དགོས་བསམ་ཡང་།།

མི་ཏོག་སད་གྱིས་བཙམ་པས།།

བྱེད་ཐབས་ཡི་ནས་མ་བྱུང་།།

མི་ཏོག་བྱང་བ་གཉིས་ལ།།

ལས་གྱི་སྐྱལ་བ་ཡོད་ན།།

སྤི་མ་བདེ་ཅན་ཞིང་དུ།།

སྐྱུང་དུ་འཛོལ་ས་པ་ལོས་ཡོང་།།



བར་ཚད་དང་འགལ་རྒྱུན།

མི་ཉོག་མིག་ལ་མངོས་ཀྱང་།།

དེ་བཅུང་ལྷོད་གིས་བརྒྱས་མོང་།།

ལྷང་ཙུང་ལ་མངར་ཡང་།།

ཉིང་བཅུད་བྱང་བས་རྩ་བས་མོང་།།

བཅུ་བཞི་ལྷ་བ་དཀར་ཡང་།།

རྣམ་དཔྱད་སྲིད་གྲིས་བཞུགས་མོང་།།

ལྷས་སྲ་སྲིད་ལ་ཉེ་ཡང་།།

ལས་འབྲས་ཐག་པ་ཚད་མོང་།།



### རྟེན་འབྲེལ་གྱི་མཐུ།

ཀུན་གསལ་ཉི་མའི་འོད་ཟེར།།

འཇིག་རྟེན་ཡོངས་ལ་བྱབ་ཀྱང་།།

ལྷས་ངན་ལུག་པའི་རིགས་ཀྱིས།།

མཚན་མོར་མ་གཏོགས་མི་མཐོང་།།

གང་གི་བྱུགས་བརྩེའི་དྲི་བསྟུང་།།

འཇོམ་བྱའི་མྱིང་དུ་བྱབ་ཀྱང་།།

ཚོས་མེད་དམར་པོའི་སྣ་ལ།།

དྲི་ངན་མ་གཏོགས་མི་འཚོར།།

ཞི་བསེལ་མཚན་མོའི་མགོན་པོས།།

མངོས་པའི་ཀྱ་སྟུང་བཞད་ཀྱང་།།

པར་བྱུམ་པའི་ཚོས་ཉིད།།

རྟེན་འབྲེལ་མིན་ན་གང་རེད།།



# མཇུག་སྒྲོན།

མར་གྱུར་སེམས་ཅན་མཁའ་ལྗང་ལྗང་མཉམ་པ་ཡི།།

ལུས་ཀྱི་གཡོ་འགྲུལ་ནམ་འགྱུར་རི་སྟེང་དང་།།

ངག་གི་ཁ་བརྗེད་པའི་ཚོགས་ཅི་མཆིས།།

ཡིད་ཀྱི་ཀུན་སྒྲོང་བསམ་པའི་འཁྲེལ་སོ་བཅས།།

སྐོ་གསུམ་མི་དགའི་ལས་ཀྱི་རི་མ་ནམས།།

དུས་གསུམ་གཡོལ་བ་མེད་པའི་ཚོས་ཉིད་དང་།།

མཚོག་གསུམ་བདེན་པའི་རྒྱ་ཡིས་རབ་དག་ཅིང་།།

རྒྱ་གསུམ་གོ་འཕང་ཐོབ་པའི་རྒྱ་རུ་བསྟོ།།

ཁྱད་པར་གངས་རྒྱོངས་སྐྱེ་འགོ་མ་ལུས་པའི།།

མངོན་འདོད་རི་བའི་ཉི་མ་རྒྱུར་ཤར་ཉེ།།

གཞིས་ཀྱིས་མཉམ་འཛོམས་རང་དབང་བདེ་སྦྱིད་ལ།།

སྟོན་པའི་སྐལ་བཟང་ལྷུང་དུ་ཐོབ་པར་ཤོག།

མར་གྱུ་ལེ་མཚལ་སྐྱེས།། །།





# BACK COVER (Inside)

[To be left blank]



ཀཾ་དག་རྣམ་ཤེས་ལྷུ་གུ་ལས་དབང་དང་འཕྲད་དེ།།  
ཁ་ལྗོངས་ས་ལུད་འོད་གཤེར་སྣ་འཛོལས་ཀྱི་ཞིང་དེར།།  
ག་དུས་བཏབ་མིན་མ་ཤེས་འདུས་བྲས་ཀྱི་ཕུང་པོ།།  
ང་འོ་འོ་དབྱངས་དང་བཅས་ཉེ་གྲུབ་པ་འདི་མཚར་བྱུང་།།



མཚོ་མ་ཕམ་ནང་གི་ཉ་ལྷག་ཚོ།།  
ཉ་གསེར་ཉ་དུང་གི་གཤོག་པ་ཅན།།  
མཚོ་ལྗོན་མོ་སྐམ་ལས་སྐྱོབ་ཆེད་དུ།།  
ཐོད་རང་དབང་སྐྱོབ་ལྷག་ཚོགས་པ་བྱུང་།།



ཕོ་གསར་ལྷག་གི་རི་མོ་འི།།  
ཞེས་པ་པ་འབྲི་ལ་ལྷག་འདུག།  
འདོད་འཛོལ་བ་མོ་འི་མཛེས་སྡུག།  
འགྲན་དང་མ་འགྲན་མི་འདུག།

