



༡། ཁྱོད་བཅུད་དག་བའི་དཔལ་དུ་བསྐྱལ་བའི་
བདེན་གཏམ་ལྟ་ཡི་ཇོ།

ཆེ་མ་ང་པོ། དགའ་ཤར་རྩ་རམས་ང་མངོན་རྟགས་བྱ།

༡༡། ལྷོད་བཅུད་དག་བའི་དཔལ་དུ་བསྐྱལ་བའི་བདེན་
གཏམ་ལྟ་ཡི་རྟོག་

འཇམ་སྒྲིང་གོ་ལའི་ཅེ་མོར་གནས་པ་ཡི།
རི་མཐོ་ས་གཙང་གངས་རིའི་ཞིང་ཁམས་ཏེ།
འུ་ཅག་གཞིང་དམར་ཆང་གི་བྱིས་གཞིས་འདི།
རང་བྱུང་ཁོར་ཡུག་མཛེས་པའི་དཔལ་དང་ལྡན།

ཡིད་འོང་མཛེས་པའི་བསེལ་ལྡན་སྒྲེག་མོ་ལ།
མནག་འོག་དེ་ནམས་བྱི་དོར་བྱེད་གྱུར་ན།
འོར་འཛིན་བྱ་མའི་ལང་ཆོ་འབར་བ་ནི།
འགོག་མེད་རྟེན་འབྲེལ་དངོས་རང་བཞིན་ལགས།

དེ་ཕྱིར་རྟེན་འབྱུང་ཟབ་མའི་གནས་ལུགས་ལྟར།
རྟེན་འདི་བདེན་བརྟེན་པ་བདེ་ངེས་པའི།
རང་ཚུལ་འདི་ལ་བསམ་ནས་ཁོར་ཡུག་འདི།
སྤང་སྐྱོབ་དག་བའི་ལས་ལ་བསྐྱགས་བརྗོད་ཡོད།

ཁོར་ཡུག་སྤང་ན་རང་ཉིད་སྤང་བ་ཡིན།
ཁོར་ཡུག་སྐྱོབ་ན་རང་ཉིད་སྐྱོབ་པ་ཡིན།
ཁོར་ཡུག་གཏོར་ན་རང་ཉིད་གཏོར་བ་ཡིན།
ཁོར་ཡུག་རང་དང་འབྲེལ་ཚུལ་མཐུན་པར་མཛོད།

ཁོར་ཡུག་འདི་ནི་མ་ཡུམ་ཆེན་མོ་ཡིན།
བྱམས་བརྩེའི་དོད་ཁོལ་ཟབ་མོ་འདི་ཡིས་སྐྱེན།
ཁོར་ཡུག་འདི་ནི་བརྩེ་བའི་མཛའ་གྲོགས་ཡིན།
དགའ་བདེའི་ཆོར་བ་རྣམས་ཐོ་འདི་ཡིས་སྐྱེན།

རྟེན་འདི་འཇིག་ན་རང་ཉིད་འཇིག་པ་ཡི།།
རང་ཚུལ་མ་ཤེས་ཤིང་འབྱ་ཤིང་འབྱ་ཡིས།།
རང་ཉིད་གནས་སའི་རྟེན་དེ་ཐོས་ཐོས་ནས།།
རྟེན་དེ་རྫོགས་དུས་རང་ཉིད་རྫོགས་ལ་སྟོས།།

བཟའ་བྱའི་བས་ཀྱང་ཁོར་ཡུག་འདི་ཡིས་སྦྱིན།།
གྲོན་པའི་གོས་ཀྱང་ཁོར་ཡུག་འདི་ཡིས་སྦྱིན།།
ན་བའི་སྒྲན་ཡང་ཁོར་ཡུག་འདི་ཡིས་སྦྱིན།།
ཁོར་ཡུག་འདི་ནི་ང་ཆོའི་སྦྱིན་བདག་ཡིན།།

འཇོམ་སྤིང་གཞན་ན་མེད་པའི་དངས་གཙང་གི།།
བདུད་ཅིའི་སྒྲན་ཆབ་མཆོ་དང་ཚུ་སྤྱང་སོགས།།
དོན་མེད་མ་སྟོག་འདི་དག་གཅེས་སྤྲས་དགོས།།
རང་གི་ནོར་བྱའི་ནོར་ཉམས་ཆོད་པར་གྱིས།།

ཀྱུལ་ཁབ་ཁ་ཤས་ཚུ་བོ་ཉོ་ནས་འབྱུང་།།
ཕལ་མོ་ཆེ་ནམས་ས་འོག་འཐེན་ནས་འབྱུང་།།
རང་བྱུང་ཚུ་གཏེར་ལོངས་སུ་སྦྱོང་མཁན་ནི།།
འཇམ་སྤིང་འདི་ན་གདོང་དམར་བོད་པ་ཅམ།།

ཤར་སྤྱོད་ཤས་ཨ་ཤེ་ཡ་ཡི་སྤིང་ཆེན་གྱི།
ཚུ་བོ་འདི་འབྱུང་ཁུངས་གངས་ཅན་བོད་ལས་ཡིན།།
ཚུ་འགོ་སྤྱོད་ན་ཚུ་ཞུགས་མི་དངས་ཞེས།།
གནའ་གཏམ་བདེན་པའི་ཆེ་ག་འདི་ཆད་མ་ལོས།།

མ་འོངས་དུས་གྱི་བསྐྱལ་བ་ཞིག་གི་མཆམས།།
འདབས་འབྲེལ་གནས་པའི་ཡུལ་གྱུ་མང་པོ་ཞིག།
འབྱུང་ཚུ་ཐམས་ཅད་བོད་ལས་ཉོ་དགོས་པའི།།
ལས་དབང་དེ་ནི་འཆར་ལ་མི་རིང་སྟམ།།

མ་འོངས་བསྐྱལ་པའི་དུས་ཀྱི་ཁྱགས་སོ་ལ།
འཇིག་རྟེན་འདི་ན་ཚུ་མཆོ་སྦྱུམ་མཆོ་ལས།
རིན་ཐང་བརྒྱ་ཐུག་ལས་ཀྱང་ཆེ་བ་ཞིག།
ཡོང་བར་ངེས་པ་ཅུང་ཟད་དཔྱད་པས་ཤེས།

གལ་སྲིད་སྟོབས་ཆེན་རྒྱལ་ཁབ་འདི་དག་ནི།
ཕན་ཚུན་འཁྱགས་ཆེན་ཞོར་བའི་གཞི་རྩ་ནི།
ཚུ་བོ་ཡིན་པ་རྒྱལ་ཁབ་ངེས་འགའ་ཡི།
ནང་ཁྱལ་རྟོག་འཇིངས་དག་ལས་མངོན་དཔག་བྱལ།

དེ་ཕྱིར་ཁོར་ཡུག་གཙང་མར་གནས་པའི་ཕྱིར།
གད་སྟོགས་ཐམས་ཅད་སྟོགས་དོར་སྡོད་དུ་སྒྱགས།
བསགས་པའི་གད་སྟོགས་རྩ་ཚུ་མེད་པའི་སར།
དོང་བ་བྱས་ནས་དེ་ཉིད་ནང་དུ་དོར།

ཡར་ཐོན་ཅན་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་འགའ་ཞིག་གིས།
གད་སྟོགས་ཐམས་ཅད་སྤེམ་པར་བཏགས་ནས་ནི།
ཞིང་ཁར་ཕན་པའི་ལུང་དུ་བསྐྱར་བ་འདི།
ཐབས་ལ་མཁས་པའི་མིག་དཔེ་ཞིག་ཏུ་མཐོང་།

ཁོར་ཡུག་གཙང་ཉར་ཅམ་གྱིས་མི་ཆོག་པར།
ད་དུང་དེ་ཉིད་སྒྲར་ཡང་མཛེས་པའི་བྱིར།
ཅི་ཞིང་ནགས་ཆལ་སྒྲ་ཆོགས་འདེབས་འཇུགས་གྱིས།
དེ་ཉིད་སྟོན་པས་དགེ་ལས་མཆོག་ཏུ་བསྐྱགས།

སྒར་དུས་རྒྱ་གར་ཏ་མིན་ཏ་རྒྱ་ཞེས།
སྤེམས་གང་བའི་བྱ་ངམ་ཐང་སྟོང་ཞིག།
དབྱར་གྱི་དུས་སུ་ཆར་པ་མི་བབ་ཞིང་།
དགུན་གྱི་དུས་སུ་ཆ་བ་མི་ལྷར་འབར།

རིམ་པར་ཡུལ་དེར་གནས་པའི་མི་རྣམས་ཀྱིས།།

བྱེ་རི་ཐམས་ཅད་སྤང་ལ་བསྐྱར་བ་དང་།།

བྱེ་ཐང་ཐམས་ཅད་ཤིང་ནགས་ཅན་དུ་བཟོས།།

ད་ལྟ་ཡུལ་སྐོར་སྐོར་གཟིགས་གནས་སུ་གྱུར།།

མ་ཆད་ཡུལ་དེར་དབྱར་དུས་ཆར་ཚུ་བཟང་།།

དགུན་གྱི་ཆ་དོད་ཞི་ནས་མཛེས་སྟུག་གིས།།

རྣམ་པར་བཀྲ་བའི་ཡིད་འོང་ཡུལ་སྤྲོངས་སུ།།

གྱུར་འདི་ཁོར་ཡུག་མི་ཡིས་བཟོས་ལས་བྱུང་།།

ཁོར་ཡུག་མཛེས་པོ་མི་ཡིས་བཟོ་དགོས་པ།།

འོང་རྒྱ་མེད་པའི་བྱ་བ་མ་ཡིན་པར།།

ཁོར་ཡུག་གང་བྱེད་མི་ཡི་ལག་པར་དུ།།

ཡོད་པར་རྟོགས་ཕྱིར་དེ་ཉིད་དཔེ་ཙམ་བྲངས།།

ཤིང་ནགས་འདེབས་ཤིང་འཇུགས་པའི་ཕན་ཡོན་ནི།
ཞིབ་པར་གཞན་ལས་ཡང་ཡང་བཤད་ཡོད་ཀྱང་།
གལ་པོ་ཆེ་ལ་ནན་ཏན་ཚུལ་གྱིས་ནི།
སྒར་ཡང་ཞུས་ཀྱང་སྒྲོས་སྒྲོན་མེད་པར་སེམས།

སྒར་བྱང་སྒྲོན་པ་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་དེས།
སྒྲོན་པའི་ཤིང་ནམས་གཅིས་སུ་འཛིན་པ་ནི།
ཁོང་གི་ནམ་ཐར་དག་ལ་མཇུག་བར་ན།
ངས་པར་རུས་སོ་ཆོས་ལྡན་དབྱ་ནག་བོད།

སྒྲོད་བཅུད་གཉིས་ལ་གཞོད་པའི་མཆོ་གཏེར་དང་།
གང་སར་དར་སྒྲོག་ཆད་མེད་སྒྲོན་པ་ལས།
བརྟན་གཡོ་ཀྱན་ལ་ཕན་པའི་དགེ་བའི་ལས།
སྒྲོན་ཤིང་འདེབས་འཇུགས་ལས་ལ་འཇུག་ན་བཟང་།

བདག་ཅག་སྟོན་པ་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་ནི།
དང་པོ་སྟོན་ཤིང་བྱང་དུ་འཁྱུངས་པ་དང་།
ངེས་འབྱུང་སེམས་ཀྱང་སྟོན་ཤིང་བྱང་དུ་སྐྱེས།
བྱུང་སྐྱེག་གོས་ཀྱང་སྟོན་ཤིང་བྱང་དུ་གསོལ།

བཞུགས་པའི་གནས་མལ་སྟོན་ཤིང་བྱང་དུ་བྱས།
ཉམས་ལེན་རྣལ་མ་སྟོན་ཤིང་བྱང་དུ་མཛད།
ལོ་བྱུག་དཀར་བ་སྟོན་ཤིང་བྱང་དུ་སྐྱུང།
སྐྱུ་བཞིའི་གོ་འཕང་སྟོན་ཤིང་བྱང་དུ་བརྟེས།

བདེན་བཞིའི་ཆོས་འཁོར་སྟོན་ཤིང་བྱང་དུ་བསྐྱོར།
ཕྱ་ངན་འདའ་ཚུལ་སྟོན་ཤིང་བྱང་དུ་བསྐྱོར།
དེ་ཡང་ཐུབ་པ་ཆེན་པོའི་ཞལ་སྤྲུལ་སྟེ།
སྟོན་ཤིང་ཡོན་ཏན་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་གསུངས།

དེས་ན་ཐུབ་པས་ལྡོན་ཤིང་གཅིགས་སུ་འཛིན།།

ལྡོན་ཤིང་ཡོད་ན་ཆར་ཚུ་དུས་སུ་འབེབས།།

ལྡོན་ཤིང་འདི་ཡི་སང་དང་སེར་བ་འགོག།

ལྡོན་ཤིང་འདི་ཡིས་གངས་ཞོད་རྒྱང་ཐན་འགོག།

ལྡོན་ཤིང་འདི་ཡི་སྐྱེ་འགྲོའི་སྟོག་དབུགས་སྒྱུན།།

ལྡོན་ཤིང་འདི་ཡིས་འཁོར་ཡུག་བག་ཐེབས་བསྐྱུན།།

ལྡོན་ཤིང་ཡོན་ཏན་བསམ་གྱིས་མི་བྲབ་པར།།

ནང་པའི་ཆོས་དང་ཆོན་རིག་གྲོས་ཁ་མཐུན།།

མཆོ་གཏེར་ཕུལ་ནས་དངས་གཙང་ཚུ་བོ་སྟོག།

དར་སྟོག་སྒྲོན་ནས་རི་འགོར་གད་སྟེགས་བཀང་།།

རྒྱང་ཏ་གཏོར་ནས་རི་ཕུང་ཞོག་བུས་ཁེངས།།

མཆོད་མེ་ཕུལ་ནས་ས་དོ་སྐྱམ་གྱིས་ཆོས།།

སྒྲོག་གྱུར་ཞིག་ལས་འཛོལ་བའི་ཕན་ཡོན་དང་།
མངོན་གྱུར་ཀུན་ལ་གཞོད་པའི་ཉེས་དམིགས་གཉིས།
དཔྱེད་ལྡན་མིའུ་དག་གིས་ལེགས་དབྱང་དེ།
དག་སྒྲིག་ཡང་སྒྲིའི་རྒྱ་མ་འཛོག་ཆོད་སྣང་།

ཀུན་ལ་གཞོད་པའི་དག་སྒྱུར་ལྟར་སྣང་ལ།
རྒྱ་དང་དངོས་པོའི་འགྲོ་གྲོན་གཏང་བ་ལས།
སྒྲོར་བྱར་ཡན་ཆོད་དབུལ་པོར་བྱིན་པ་ན།
དེ་ཉིད་སྒྱུན་པའི་དཀར་ཆོས་དག་བ་ཉིད།

འཛོག་ཉེན་འདི་ལ་ཕན་ལས་གཞོད་ཆེ་བ།
རི་འགོ་དར་སྒྲོག་ཆད་མེད་སྒྲོན་པ་ལས།
སྒྲོད་བཅུད་གཉིས་ལ་ཕན་དང་བདེ་བའི་གཞི།
སྒྲོན་ཤིང་འདེབས་འཇུགས་ལས་ལ་འཇུག་ན་བཟང་།

མཆོ་གཏེར་འབྲུལ་ཞེས་ཟས་རིགས་ཡོད་ཆད་ཀྱན།།
མཆོ་ནང་སྒྲུགས་ནས་ཆུར་གནས་སྟོག་ཆགས་ལ།།
འཆོ་བར་བྱེད་པའི་སྒྲིག་ལས་གསོག་པ་ལས།།
དག་ལས་སྟོན་ཞིང་འདེབས་འཇུགས་བྱས་ན་བཟང་།།

རི་མཐོ་ས་གཙང་གངས་རིའི་ཞིང་ཁམས་ཀྱི།།
ཡུལ་སྟོགས་གཞན་ལ་མེད་པའི་འཁོར་ཡུག་འདི།།
གཅེས་པར་བཟུང་སྟེ་གཙང་ཉར་མི་བྱེད་པར།།
གང་བྱང་འབག་བཙོག་བཟོ་འདི་འོ་ཅག་སྒྲན།།

དེ་ཕྱིར་སྟོན་པ་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་ཡིས།།
གསུངས་པའི་འདུལ་བ་རུང་མཐུན་ཞེས་གྲགས་པའི།།
མདོ་ཡི་དོན་འདི་དཀར་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ།།
སྦྱར་ནས་ཆོས་དང་ཆོས་མིན་མཁྱེན་པར་མཛོད།།

རང་གི་འཕྱང་ཆུ་ཕོར་པ་གང་པོའི་ནང་།
ཟས་རིགས་འདྲ་མིན་སྒྲགས་ནས་དེ་ཉིད་ནི།
རང་གིས་འཕྱང་ལོ་མེད་པར་བཟོས་པ་དེ།
ནམ་དག་ཆོས་པའི་ནམ་དཔྱོད་ཡིན་ནམ་ཅི།

རང་ལ་རྒྱས་པ་ཆུ་མིག་ཕོར་གང་ཅམ།
ས་ལས་འདོན་པའི་རྒྱས་པ་མེད་པ་ལ།
རང་བྱུང་རིན་ཆེན་ཆུ་གཏེར་དངས་གཙང་དག།
དོན་མེད་འབག་བཙོག་མ་བཟོ་དགོ་སྦྱང་དག།

འཇམ་སྒྲིང་གང་ན་མེད་པའི་དངས་གཙང་གི།
བདུད་ཅི་ལྟ་བུའི་ཆུ་ཕོ་འདི་དག་གི།
རིན་ཐང་གཞལ་དུ་མེད་པ་མ་ཤེས་པར།
གང་བྱུང་འབག་གཙོག་བཟོས་འདི་སྒྲན་པོའི་གཤེས།

ལར་གངས་ཅན་པ་ཡི་གནའ་གཏམ་ལ།
ཆོས་བྱེད་ཆོད་མེད་ན་བན་གན་འབྱུལ།
པོ་མཐོ་དམན་མེད་ལ་ཆོད་ཅིག་དགོས།
གཏམ་དེ་ཆོ་དམ་པའི་ལེགས་བཤའ་འདྲ།

ཀྱ་ལར་གྱི་མཆོ་རྗེས་འབྱུལ་དགོས་ན།
རྗེས་ཉུང་དུ་ཅམ་གྱིས་ཆོག་མེད་ཀྱང་།
ཟས་ཆོད་མེད་མཆོ་རྩ་གཡུག་པ་འདི།
རྒྱད་བརྒྱབ་སེམས་འདྲེས་པའི་ངན་རྟགས་ཅམ།

ས་འོག་རྩ་ས་གཏེར་སྤུས་པ་དང་།
མཆོ་ནང་དུ་མཆོ་གཏེར་གཡུག་པ་སོགས།
སྤགས་ཏིང་འཛིན་རྩས་པ་བྱེད་པར་ཅན།
དེ་མེད་ན་དོན་བྱེད་རྩས་སྟོང་ཉིད།

ཆེ་འདི་ལ་ལམ་འགོ་ཡོང་ཕྱིར་དུ།
རི་གང་མཐོར་དར་ལྷོག་སྒྲོན་པ་ལས།
ས་བདེ་ཡོད་ཅིག་ལ་ལྷོན་ཤིང་ཚུགས།
དེས་སྤྱོད་ཀྱི་ལམ་འགོར་པན་ངེས་ཡིན།

གཞན་སྒྲོད་བཅུད་གཉིས་ལ་པན་སོང་ན།
གཞན་པན་པའི་འབྲས་བུ་བདེ་བ་ཞེས།
ལས་རྒྱ་འབྲས་བསྐྱ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར།
དོན་འདི་ལ་བསམ་ནས་ལྷོན་ཤིང་ཚུགས།

མི་ཡི་བདེ་སྤྱོད་ཁོར་ཡུག་བཟང་ཙམ་གྱིས།
བྱང་བ་མིན་ལ་དཔལ་འགྱོར་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱང་།
ཡོད་པ་ཙམ་གྱིས་བྱང་བ་ག་ལ་ཡིན།
བདེ་སྤྱོད་ངོ་མ་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་ཡིན།

སེམས་ཉིད་བདེ་བྱིར་ལྟ་ཆོས་བསྐྱབ་བྱ་དང་།
མི་ཆོས་བསྐྱབ་བྱ་བྱང་དུ་འབྲེལ་བ་ཡིས།
འདུག་ལྟོག་མ་ནོར་སྤྱན་ཟླ་འེ་མཐུན་ལམ་དགོས།
མཐུན་འབྲེལ་འདི་ནི་དགོས་འདོད་ཀྱན་འབྱུང་འདྲ།

ཅུ་ས་མ་ཅོད་སྤྱན་ཟླ་ནང་མཐུན་བྱོས།
ཆོས་ལུགས་མ་ཅོད་ཆོས་པ་ནང་མཐུན་བྱོས།
རིགས་རུས་མ་ཅོད་རིགས་བརྒྱད་གཅིག་ཏུ་སྒྲིམས།
པོ་མོ་མ་ཅོད་འདྲ་མཉམ་དང་དུ་སྦྲངས།

ཆོས་དད་རང་མོས་ཆོས་མེད་རང་མོས་རེད།
ཆོས་མེད་པ་ཆོས་ཆོས་པར་འཛིགས་སྐྱལ་དང་།
ཆོས་པ་ཆོས་ཀྱང་ཆོས་མེད་ལྟ་ལོག་ཅེས།
ཆོས་དང་ཆོས་མིན་ཅོད་འདི་དོན་རེ་ཅུང་།

མི་ཤེས་ཅལ་རྗེས་འབྲང་པའི་ཅལ་ཆུང་འགས།།
འོ་ཅག་ཆོས་འདི་རྩ་གཏོར་གཏང་དགོས་ཟེར།།
ཆོས་དད་རང་མོས་ཁེ་དབང་འཕྲོག་པ་ནི།།
འཇམ་གླིང་རྒྱལ་སྤྱིའི་བྲིམས་དང་མི་འགལ་ལམ།།

ཕྱགས་ཀྱི་མཆོད་སྦྱིན་བྱེད་པའི་ཆོས་ལྷགས་ཀྱང་།།
རིགས་དང་མི་རིགས་གཞོད་དང་མི་གཞོད་ཅེས།།
དེ་ལ་རྒྱལ་བའི་ཐོབ་དང་དབང་ཆ་སོགས།།
འཇམ་གླིང་འདི་ན་སྤུ་ལའང་ཡོད་པ་མིན།།

ད་ནི་སྦྱན་གྲོགས་གངས་ཅན་བོད་པ་ལ།།
ཚུལ་གསུམ་རིགས་པའི་སྟོང་ཁ་སྦྱར་བ་ཡིས།།
བྲང་བདེན་གཏམ་གྱི་མདའ་མོ་འཕངས་ཡོད་པས།།
སྤུ་ཡི་སྟོང་ལ་བྱུག་པ་དེ་ཉིད་དག། ཕྱི་ལོ། ༢༠༡༥ ལོར་ཨ་མདོ་གཙོད་གྲོང་
ཁྲིར་གྱི་དུས་དེབ་ཅིག་ཏུ་སྦྱལ་བ་ལྟར་དུ་བཞུགས་མཛོན་ཏོགས་རྒྱན་གྱིས་སྦྱར་བའོ།།