པར་ངོས་གཙོ་འགན་པ། མིག་དམར་དོན་གྲུབ། ཁ་པར། 13320799988 ཡིག་སྒྲོམ། 892204328@qq.com 2020ལོའི་སྤྱི་ཟླ་བ7པའི་ཚེས6ཉིན།
༣ རྩོརྩོམརིརིགསྒྱུརྩོལམི་སུམ་ཅུར་བསམ་པ་སུམ་ཅུ། མཛོ་
སུམ་ཅུར་རྭ་ཅོ་དྲུག་ཅུ་ཞེས་པའི་དཔེ་ལྟར། མི་སོ་
སོར་རེ་སྨོན་རེ་ཡོད་ཀྱང་རེ་སྨོན་གཅིག་མཚུངས་
མིན་པ་ཁོ་ཐག་རེད། དེས་ན་ཧྥན་ཁའི་རེ་སྨོན་
ནི་ཨ་མྱེས་དང་ནམ་ཡང་མཉམ་པོར་བསྡད་རྒྱུ་དེ་
ཡིན་ལ། ས་བོན་གྱི་རེ་སྨོན་ནི་སང་ལོའི་དཔྱིད་
ཀ་དེ་བས་མཛེས་སྡུག་ལྡན་པར་འགྱུར་རྒྱུ། ཐའེ་
ཀོར་གྱི་རེ་སྨོན་ནི་གྲུ་དཔོན་ཞིག་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཡིན་པ་
རེད།ཡིན་ཡང་།ངའི་རེ་སྨོན་ནི་འདི་འདྲ་ཞིག་
མིན་ཏེ་ཐེངས་འདིའི་ཏོག་གསར་རིམས་ནད་དེ་
མགྱོགས་མྱུར་ངང་མཇུག་འགྲིལ་རྒྱུ་དེ་ཡིན།
ལོ་གསར་བའི་ནང་།ཏོག་གསར་གློ་རིམས་
ཞེས་པའི་ནད་དུག་ཚབས་ཆེན་ཞིག་འཛམ་གླིང་གི་
ས་ཆ་སོ་སོར་ཁྱབ་ཡོད་ཅིང་། ནད་དུག་དེའི་

འགོས་ཤུགས་ཧ་ཅང་ཆེ་བས་མི་མང་པོ་ཞིག་ལ་
ནད་འདི་ཕོག་པ་རེད།དེར་བརྟེན།རྒྱ་བོད་སྨན་
ཁང་སོ་སོའི་སྨན་དོན་མི་སྣས་རང་དོན་རྒྱབ་ཏུ་
བསྐྱུར་གཞན་དོན་ཁོག་ལ་བཅངས་ནས་གློ་རིམས་
ནད་དུག་དང་འཐབ་འཛིང་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད།
ནད་དུག་འདིས་རྒན་རྒོན་དང་བྱིས་པ།ན་
གཞོན་མང་པོ་ཞིག་གི་ཚེ་སྲོག་འཕྲོག་པས་མ་ཚད་
མི་མང་པོ་ཞིག་གི་སེམས་སུ་དངངས་སྐྲག་སྐྱེས་སུ་
བཅུག དཔའ་ཞུམ་དུ་བཅུག ཡིན་ཡང་
རིམས་ནད་འགོག་བཅོས་བྱེད་རིང་སྨན་དོན་མི་སྣ་
ནི་བྲེལ་བ་ཆེ་ཤོས་དང་དཀའ་ལས་ཆེ་ཤོས་དེ་རེད།
ཁོང་ཚོས་ནད་ཡམས་ལས་རྒྱལ་ཆེད། མི་མང་
པོའི་ཚེ་སྲོག་སྐྱོབ་ཆེད། ཁྱིམ་མི་དང་ཁ་བྲལ་ཏེ་
སྨན་བཅོས་ལས་དོན་ལ་ཤུགས་རྒྱག་གིན་ཡོད།

ཉིན་རེར་སྨན་སྤྱོད་གྱོན་ཆས་ཐེངས་བཞི་དང་ལྔ་
གྱོན་བཞིན་པ་དང་།ཁ་ཤུབས་བརྒྱབ་པའི་དུས་
ཡུན་ཧ་ཅང་རིང་བས་གདོང་ལ་རྗེས་ཤུལ་དཔར་
ཡང་ཁོང་ཚོས་ད་དུང་དཔའ་མི་ཞུམ།ཡིད་མི་ལྷོད་
པར་ཞོགས་པ་ནས་དགོང་མོའི་བར་ལས་ཀ་བྱེད་ཀྱི་
ཡོད། དུས་ཚོད་སྐར་ཆ་འགའ་ལ་ཡང་ངལ་གསོ་
བྱེད་ཀྱིན་མེད།
བདག་གི་བསམ་འདུན་ཡང་ན་རེ་སྨོན་ཏེ།
རིམས་ནད་མགྱོགས་མྱུར་ངང་མཇུག་བསྒྲིལ་ཏེ་མི་
རྣམས་ཀྱིས་ཁ་ཤུབས་ཕུད་ནས་རང་དབང་གིས་
དབུགས་འབྱིན་རྔུབ་ཐུབ་པ་དང་།ཁྱིམ་མི་ལྷན་དུ་
འཛོམས་ནས་བདེ་སྐྱིད་ཀྱི་འཚོ་བ་རོལ་ཐུབ་པ་
དེའོ།།
དར་མདོའི་ཧུའེ་རིགས་སློབ་ཆུང་ལོ་
རིམ་ལྔ་པའི་སློབ་མ།༼ཚེ་རིང་འཚོ།༽

སྙིང་ལ་རེག་ཏུ་མེད་ཅིང་།།
སེམས་ལ་སོན་དུ་དཀའ་བའི།།
བློ་ཡི་གཡུ་ཆུང་སྔོན་མོ།།
ཨ་ཅག་རིན་ཆེན་ཡིན་འདྲ།།

ལུས་འདི་སྒྱུ་མའི་གཟུགས་ལ།།
སྣང་བའི་མེ་ཏོག་བཞད་དེ།།
མི་ཚེར་ཟམ་པ་འཛུགས་དུས།།
འགྲོ་མཁན་ཁྱེད་རང་བསྒོམས་ཡོད།།

གསེར་གཞུང་ཁུགས་པའི་སྟོད་དུ།།
འོམ་ལུང་མེ་ཏོག་ཚོམས་སུ།།
ན་ཆུང་སེམས་ཀྱི་སྒོ་མོ།།
ཁྱེད་ཀྱིས་ཕྱེས་ན་བསམ་ཡོད།།

མཚན་ལ་རྒྱུ་སྐར་འཐུ་ཞོར།།
མུན་པའི་གཙང་བོ་སྐོར་དུས།།
དགུ་ཚིགས་བུ་མོ་འཛུམ་མེད།།
ཁྱེད་རང་ཡིན་ན་བསམ་བྱུང་།།

ན་ཚོད་ནད་ཀྱིས་ཟད་པ།།
ཆུ་དང་འོ་མའི་ངོ་སོ།།
སྟག་ཤར་སྙིང་གི་ཕྱེད་ཀ།
བུ་མོས་ཟོས་འདི་མཚར་རོ།།

སྨྲེང་བའི་ཕེབས་ལོག་དེ་གར།།
འགྱོད་གདུང་མིག་ཆུ་ཡོད་ཀྱང་།།
བ་ཁའི་དགུ་ཆུ་ལྟ་བུའི།།
ཆུ་དེར་འཕྲིན་པ་བསྐུར་ཆོག།

ལོ་དེ་ནམ་ཟླ་གང་རེད།།
འུ་གཉིས་འདྲེས་པ་ཨེ་གནང་།།
སེམས་ལ་ཡུ་མོ་གཤར་དུས།།
ཡིད་ལ་ཐོགས་པ་ཁྱེད་རེད།།

གཙང་ཆུ་ཤག་ཤག་བརྡོལ་བ།།
དྭངས་གཙང་འུ་གཉིས་བརྡ་རྟགས།།
ཆུ་ལ་ཟམ་པ་མེད་ན།།
འཕྲད་པའི་ལས་དེ་གང་རེད།།

ལན་མང་བསམ་དུ་མེད་ཅིང་།།
བསྐྱར་མང་བསྒྲུབ་ཏུ་དཀའ་བའི།།
ཨ་ཕོའི་དུང་སེམས་འོ་མ།།
ལན་གཅིག་བཞེས་རོགས་གནོངས་དང་།།

རབ་ཏུ་དཀར་བའི་སེམས་པ།།
ཁྱེད་ཀྱིས་ཕྱག་ཏུ་བླངས་ཆོག།
སྙིང་ཆུང་ལྷོག་ལྷོག་ལྡང་ན།།
ཆུ་ལ་འཕང་ཡང་ཆོག་གོ།།
༼འཁོན་བུ་སྟག་རྒྱལ་ཚེ་རིང་།༽

སྣང་བ་ཚོར་རླུང་གི་མགོ་ལྕོག་ངེས་མེད་ལྡེམ་པའི།།
ཡིད་ཀྱི་གྲུ་ཆུང་གི་སྙིང་རྩ་འཕར་ཙམ་བྱས་ཚེ།།
ཏིང་འཛིན་སྒོམ་ཆུང་གི་སྒྲོག་ཐག་ལྷོད་ཙམ་བྱས་ཏེ།།
དྲན་པའི་མེ་ལོང་ལ་ཚོར་བའི་གྲིབ་གཟུགས་ཕབ་འདོད།།

ཉི་མའི་ཕྱི་མིག་གིས་ཟུར་མདའ་རི་རྩེར་ཐེབས་པའི།།
ས་སྲོད་སྤྲིན་དཀར་གྱི་མིག་མཐར་དམར་མདངས་
ཆགས་ཏེ།།
དགུང་སྔོན་མི་རྟག་གི་གཟིམ་དུང་དབང་མེད་འབུད་དུས།།
འཚོ་བ་མེ་ཏོག་གི་འདབ་མར་གཡོ་འགུལ་བྱུང་འདུག།

འཕྱོར་སྒེག་བྱེའུ་ཆུང་དེ་རི་ལ་བསྙེགས་པའི་ཤུལ་ན།།
རི་རྩེའི་ཟླ་བ་དེ་གཙང་བོར་ཞུགས་པའི་འགྲམ་ན།།
སྣང་བ་དར་ལྕོག་གི་སྨྲེང་གཞས་རྫ་ལ་འཐིམ་པའི།།

ཁེར་རྐྱང་རི་སུལ་གྱི་མགྲོན་པོ་ངེས་འབྱུང་སྐྱེས་འདུག།

དགའ་སྐྱོའི་ཚོར་རླུང་གི་ཡུ་མོ་ངེས་མེད་དེད་དེ།།
ཐ་སྙད་མེ་ཏོག་གི་མཛེས་སྡུག་སེམས་སུ་འཐུ་བའི།།
སྨྱུག་ཐོགས་ན་ཆུང་གི་ཡིག་འབྲུ་ང་རང་ཡིན་ན།།
སྣང་སྲིད་འཁོར་འདས་ཀྱི་མཛེས་སྡུག་ཁྱེད་ལ་སྟོན་ཆོག།

ཞོགས་པའི་ཉི་རྡུལ་གྱི་ཟིལ་བ་རི་རྩེར་ལྷུང་བའི།།
སྨིག་རྒྱུའི་དར་དཀར་གྱི་སྐེ་དཀྲིས་མགུལ་ལ་སྤྲས་པའི།།
ཕྱི་དབེན་ནང་དབེན་གྱི་མི་མེད་རི་སུལ་དེ་ན།།
ཟིན་མེད་ཟང་ཐལ་གྱི་བུ་ཆུང་ཆོས་ཀྱིས་བཟི་འདུག།

བདེ་སྡུག་རྨི་ལམ་གྱིས་བསླུས་པའི་འཁོར་བའི་གཙང་བོར།།
དལ་འབྱོར་མི་ལུས་ཀྱི་གྲུ་ཆུང་རྙེད་པ་བྱུང་དུས།།

ཚོགས་དྲུག་གྲུ་མཁན་གྱི་མགྲོན་པོར་འཁྲུལ་བ་མེད་ན།།
དྲང་སྲོང་དགའ་ཚལ་གྱི་རྒྱལ་སར་འཐོན་པར་ངེས་འདུག།

བརྩེ་ཆེན་རྒྱུད་སྐུད་ཀྱི་རོལ་དབྱངས་ལྷོད་མེད་འཁྲོལ་བའི།།
འཁོར་འདས་མཛེས་སྡུག་གི་ལང་ཚོའི་དཔལ་ཡོན་
རྫོགས་པའི།།
མཚོ་བྱུང་བུ་མོ་ཡི་དབྱངས་རྟས་རམ་འདེགས་བྱུང་ན།།
ཡིད་འཕྲོག་འགྱུར་མེད་ཀྱི་གླུ་ཞིག་ཅི་དགར་ལེན་ནོ།།

མི་ཚེ་ཤིང་གྲུ་ཡི་སྣང་བའི་འདེགས་འཇོག་ཁྲོད་ནས།།
ཡིད་ཀྱི་ནམ་མཁའ་ལ་དགའ་སྐྱོའི་གཏམ་རྒྱུད་འཁོར་ཚེ།།
མི་རྟག་ན་ཆུང་གི་ལོ་ཟླའི་འདས་དོན་འཚོལ་བའི།།
སྣང་བའི་སྨྱུག་ལྕེ་ལས་རི་མོའི་མེ་ཏོག་བཞད་སོང་།།
༼ཁམས་སྨྱུག་གསར།༽

གྲང་ངར་དང་རླུང་ཁ་ཤིན་ཏུ་རྒོད་པའི་ལོ་དེའི་
དགུན་ཁ་ནི་ང་ལ་མཚོན་ན།ཡིད་སྐྱོ་ཞིང་ཕྱིར་དྲན་
བྱེད་མི་འདོད་པའི་དུས་ཚིགས་ཤིག་ཡིན།དགུན་
གཞུང་དེ་ནི་ངའི་དྭངས་གཙང་གི་འཚོ་བ་ལ་གས་
ཆགས་ཤོར་བའི་ལོ་རྒྱུས་གྱི་སྒྲུང་གཏམ་ཞིག་ཡིན་
ཕྱིར།འདི་ནི་གང་གིས་ཀྱང་མཚོན་ཐབས་བྲལ་བའི་
དཀའ་སྡུག་གིས་བྲིས་པའི་མིག་ཆུ་ཞིག་ཡིན་ལ།ངའི་
མི་ཚེའི་བྱུང་རིམ་ན་ཆེས་མངོན་པའི་མུན་ནག་གི་འཚོ་
བ་ཁེར་རྐྱང་ཞིག་ཀྱང་ཡིན།དེ་ནི་ང་རང་འཇིག་རྟེན་
འདིར་སྐྱེས་པ་ནས་བཟུང་བྱམས་བརྩེ་དང་དྲང་
བདེན་གྱི་ལམ་ཁ་བརྒྱུད་དེ།བདེ་སྐྱིད་ཀྱིས་འཚོ་བའི་
འཇིག་རྟེན་གསར་བ་ཞིག་བསྐྲུན་མཁན་དང་ཡང་ན་
མི་ཚེའི་མྱུ་གུ་འདི་གསོ་སྐྱོང་བྱེད་མཁན་གྱི་ངའི་དཀའ་

སྡུག་གི་ལམ་ཁ་ན་འཚེར་བའི་ཉི་ཟླ་ལྟ་བུའི་ཨ་ཕ་
ལགས་ནད་གཞིས་ཤིན་ཏུ་གདུང་སྟེ་དུས་ཚོད་ཀྱི་
དཀྱོགས་མཚམས་དང་མི་རྟག་པའི་འགྲུལ་བཞུད་ཀྱི་
ཀློང་ནས་གཏན་དུ་འཇིག་རྟེན་དང་ཁ་གྱེས་པའི་
དགུན་གཞུང་ཞིགཉིན་དེར་བློ་ཡུལ་ལས་འདས་པའི་
གཏམ་ངན་གློ་བུར་བ་དེའི་ཀློང་ནས་ང་རང་ཇ་ཡུན་
ཙམ་ལ་ཅི་བྱ་གཏོལ་མེད་དུ་གྱུར་རྗེས།ངས་མགོ་བོ་
བྲག་ལ་བརྒྱབ་ནས་ངུ་ངག་གི་དབྱངས་རྟ་རླུང་ལ་སྐུར་
རུང་། ཨ་ཕའི་འཛུམ་ཞལ་མ་མཐོང་ལ་སྡུག་གི་མཆུ་
མའི་ཐིགས་པ་རྨ་ཀླུང་གཙང་བོའི་འབབ་ཆུ་དང་
འདྲེས་ཀྱང་ཨ་ཕ་ནི་གཏན་དུ་དགུང་ཁའི་ཉི་འོད་
བཞིན་ཐག་རིང་ཐག་རིང་ཞིག་ཏུ་བཞུད་སོང་།ཟླ་
དྲུག་པའི་ཚེས་ཉེར་གསུམ་ཉིན་ནི་ཏག་ཏག་ངའི་དྲན་

ངོགས་ན་ནམ་ཡང་བརྗེད་མི་སྲིད་པའི་ཟིན་ཐོ་ནག་པོ་
ཞིག་ཉིན་དེར་ངས་མཐོང་ལམ་དུ་མངོན་པའི་འཇིག་
རྟེན་ནི་སྤྱིར་བཏང་གི་འཇིག་རྟེན་ཞིག་གཏན་ནས་མ་
ཡིན་པར་མྱང་ངན་དང་མིག་ཆུ་མོད་པའི་ཉིན་མོ་ཞིག་
རེད།ངའི་གློ་སྙིང་མཆིན་གསུམ་ལ་མཚོན་གྱིས་
བསྣུན་པ་ལྟ་བུའི་ན་ཟུག་ཅིག་ལྡིང་བྱུང་།ན་ཟུག་དེ་
དག་ནི་བརྗོད་དཀའ་ཞིང་བརྗེད་དཀའ་བའི་ཕངས་
སེམས་ཀྱི་མིག་ཆུ་ཞིགངས་འདི་ལྟར་གནས་ཚུལ་
དེར་སླར་ཡང་བསམ་གཞིག་དང་ཕྱིར་དྲན་བྱེད་དུས་
ཨ་ཕ་ནི་གཏན་དུ་ནུབ་པ་མེད་པའི་རྟག་བརྟན་གྱི་ཉི་
ཟླ་ཞིག་ཡིན་ན་ཅི་མ་རུང་སྙམ་པའི་འདུ་ཤེས་དེའི་
སྒང་ནས་གློ་བུར་དུ་མིག་ཆུ་འཛད་མེད་དུ་འཐོར་བ་
ནི་རྒྱུན་ཆགས་ཀྱི་གོམས་གཤིས་ཤིག་ཏུ་འགྱུར་བཞིན་
འདུག་པས། ཨ་ཕ་ནི་ཤིན་ཏུ་དྲན་སླ་བའི་མི་བུ་ཞིག་

ལོ་ཟླ་དང་དུས་ཚོད་ཉི་མ་དང་ཟླ་བ་ཅི་ཙམ་ཕར་ཕར་
འདས་ཀྱང་ཨ་ཕ་ནི་རྟག་ཏུ་དྲན་ཡུལ་ནས་བོར་མི་
སྲིད་པའི་འཚོ་བའི་གྲུབ་ཆ་གསལ་བོ་ཞིགཀྱེ་ཕ་ལོ་ལགས། ལས་དབང་གི་དར་རྒུད་
བར་ནས་ང་ཚོ་དང་གཏན་དུ་གྱེས་པ་ནས་བཟུང་།
འུ་ཚང་གི་ཁྱིམ་གཞིས་ནི་ཐལ་རྡུལ་གྱོན་པའི་གྲོང་
གསེབ་ཀྱི་སློང་མོ་བ་ཞིག་དང་འདྲ་བར་ཅི་འདྲའི་ཉམ་
ཆུང་ཞིང་མདོག་སྡུག་པའི་འཚོ་བ་ཞིགཡོད་ཚད་
སྟོང་སང་སང་གི་ཁྱིམ་གཞིས་འདིར་དགོད་སྒྲ་མེད་ལ་
འཛུམ་མདངས་མེད།
ཨ་ཕ་ལགས། ངས་འདི་ལྟར་ཕངས་སེམས་
དང་བཅས་ཏེ་སྙན་ངག་མང་དུ་བྲིས་ཀྱང་ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱབ་
གཟུགས་ཙམ་ཡང་མི་མཐོང་བར་ཁེར་རྐྱང་དུ་འཚོ་
དགོས་པ་ནི་ཅི་འདྲའི་ཉམ་ཐག་པའི་ལས་དབང་ཞིགཨ་ཕ་ལགས། ད་ནི་ང་རང་རང་ལོ་ཉེར་ལྔ་རུ་
ཐོན་པ་ཡིན།སྤྱིར་བཏང་འུ་ཚོའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་

གཏམ་དཔེར་མི་ལ་ཡོད་པ་ཚེ་སྟོད་ཅེས་ཡིད་སྨོན་
འཆོར་བའི་གྲུབ་ཆ་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་།ང་ལ་མཚོན་ན་
ལོ་ཟླ་འདི་དག་ནི་སྨྲེང་སེམས་དང་དྲན་གདུང་བཟོད་
མི་ཐུབ་པའི་ན་ཟུག་མང་དུ་ལྕི་བའི་ཚེ་ཕྱེད་ཅིགད་ནི་རེ་ཞིག་སྡུག་གཏམ་དང་མིག་ཆུ་མི་
གླེང་།ངས་འབྲུ་དྲུག་མ་ཎིའི་དབྱངས་རྟ་དལ་གྱིས་
གྱེར་ཏེ་ཁྱོད་རང་ས་ཆེན་པོའི་བྲང་གཞུང་ན་ལས་
བསོད་ལྡན་པའི་སྐྱེས་བུ་ཞིག་ཏུ་སྨོན་ལམ་འདེབས།
ད་ནི་རེ་ཞིག་ལས་དབང་གི་གྱོང་རྒུད་མི་གླེང་
དགེ་སེམས་གཙང་མ་ཞིག་གི་ཐུན་མཚམས་ལས་ཁྱོད་
རང་དོན་གཉིས་འགྲུབ་པའི་དགེ་སྤྱོང་རྣལ་མ་ཞིག་ཏུ་
འགྱུར་བར་ཤོག་ཅེས་འཕྲིན་པ་གཏོང་ངེས།
༼འོད་གྲུ།༽

སེམས་པའི་གསེབ་ན་དུངས་བའི་སྐད་ཆ་ཡོད།།
ཟླ་བའི་དྲི་མེད་ཡངས་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་ནས།།
གཉོམ་དུངས་ཚིག་གི་བདུད་རྩི་ཁྱེད་ཉིད་འདྲེན།།
ལོ་ཟླའི་བསིལ་རླུང་འཇམ་པོ་ཁྱེད་ཉིད་ཕྱོགས།།

དམིགས་མེད་བརྩེ་བའི་རྫ་ཆུ་དྭངས་མ་བཞུར།།
དུངས་བའི་མཚོ་མོ་ཡིད་གཞུང་དཀྱིལ་དུ་འཁྱིལ།།
དབྱར་ལྗོངས་ཧྲིལ་པོ་བརྩེ་བའི་བཅུད་ལ་རོལ།།
སྨོན་ལམ་ཡག་པོ་བཏབ་པའི་འབྲས་བཟང་རྙེད།།

མུ་མཐའ་བྲལ་བའི་ཡངས་པའི་འཁོར་བ་ཞིག།
རྟག་བརྟན་བྲལ་བའི་ཆོས་ཉིད་གཤིས་ཀྱི་ངོར།།
གཉུག་མའི་སེམས་ཀྱི་སྣང་བའི་ཟློས་གར་ཞིག།
ཚིག་གི་ཆོ་འཕྲུལ་བཞེངས་བའི་ཕོ་བྲང་ཡོད།།

བར་ཐག་རི་ཆུ་སྟོང་གིས་བཅད་པའི་ལས།།
བསྐལ་བ་སྟོང་གིས་བསགས་པའི་རྒྱུ་ཉིད་ཡིན།།
བརྩེ་བའི་ལས་འཕྲོ་མུ་ཏིག་ཕྲེང་མཛེས་ཤིག།
བརྩེ་བ་གཙང་མའི་ས་གཞི་དྲོད་མོ་ཡིན།།

གཡུ་བྱུར་ལུས་ལ་རྒྱན་པའི་སྨིན་དྲུག་མ།།
ཚིག་དྲུག་སྙུག་མའི་ལང་ཚོ་འོད་ཟེར་འཕྲོས།།
ཡིད་དུ་ལྷུང་བའི་མེ་ཏོག་འཛུམ་པའི་གྲོལ།།
བརྩེ་བའི་གྲུ་ཆར་སེམས་སུ་འབབ་ཀྱིན་ཡོད།།

གཡང་དཀར་སྤང་ལ་དེད་པའི་རྫི་བོ་མ།།
ནོར་ནག་འཚོ་བའི་འབྲོག་མོ་དཀྱུས་མ་ཡིན།།
སྲོལ་རྒྱུན་བཟང་པོའི་གཞི་འཛིན་བདག་མོ་ཡིན།།
བོད་ཡུལ་ཆོས་ལ་དགའ་བའི་འབྲོག་ཕྲུག་མ།།

སྲིད་ངོགས་དཀར་ནག་གཉིས་ཀྱི་སོ་མཚམས་ན།།
ལས་དབང་ཁྲ་མོ་ཞིག་གི་བགྲོད་ལམ་ཡོད།།
སེམས་དབུས་གཙང་མ་ཞིག་གི་ཡིད་གཞུང་ན།།
འདང་ཆེན་དབྱར་གྱི་མེ་ཏོག་སེར་ཆེན་འཁྲུངས།།

སྙན་ཚིག་མགུར་མ་སྣང་སྟོང་དབྱིངས་སུ་གྱེར།།
དྲན་པ་བརྒྱ་སྟོང་ཚོར་བའི་དབྱངས་སུ་ལྷུང་།།
བརྩེ་བའི་དབྱངས་ཅན་ལྷ་མོ་འབོད་བཞིན་དུ།།
ངག་རིག་སྨྲ་བའི་རང་བཞིན་འཚོལ་གྱིན་འདུག།
༼དབུ་འཇིགས་མེད།༽

ཨ་ཅག་རིནརི་ཆེནཆེ།

ཆང་གི་བྲོ་རྩི།

རི་རིསུལ་མགྲོནཔོ་པོའིཔོ་འིགླུ་དབྱངས་། སམཆེས་ངོགངོས་ཀྱི་

རིརི་

རིམ་ངོགཡས་འཁྱིལརི།

ལོ་ལོདའིདེ་འིདགུན་ཁ་།

བདག་གི་རེ་སྨོན།

སློབསློ་མའི་

འིསྦྱངས་རྩོམསློ་ལྡུམ་ར།