

སྒྲིང་ལགས།
དུས་ཚོད་ཀྱི་འཆར་ཡན་ངོས་སུ།
ཁྱེད་མི་ཚེར་བའི་ས་ཁྲོད་བྲིས་ཡོད།
མཆོམས་སྒྲིན་གྱི་མི་ལོང་གསལ་བས།
ཞི་འདང་གི་འཛུམ་ཆུང་དགོལ་འོང་།

རྒྱལ་ཁི་ཁྱིའི་གཞུགས་འབྱུགས་དང་མི་དགོས།
 ཉིང་ལགས།
 རྒྱུ་མིང་ཁག་ཏང་འབྲེལ་པའི་བླ་པ།
 མཛེས་ཟུག་གི་ནཱ་མཁའ་ཡངས་པོས།
 སེམས་བྱོང་གྱི་ཉི་ཤོད་རྒྱུ་ཆོག།

འཆོ་བའི་དགའ་སྐྱོ་ནང་གི་ཞེ་
འདང་གི་མཚུབ་དགེས་དམར་པོ།

ཉིང་ལགས།
ཟུང་དམར་གྱིས་ཐྱིན་པ་གསལ་སྤང་།
འཇུ་མ་མདངས་ཀྱི་སྒྲིབ་ཐོན་ཉིང་ཏུ་སྦྱག་།

སྒྲིང་ལགས།
གཙང་པོ་སྒྲུབ་པས།
མི་ལམ་གཙུག་དགོས་མི་འདུག།

སྒྲིང་ལགས།
རྒྱལ་ལ་ཡན་པའི་ཁམས།

སྒྲིང་ལགས།
 བཅ་གཞུགས་སུ་འབྲིངས་པའི་ཇམ་མེས།
 གངས་ཅིའི་མང་བ་དུ་བརྩིད་ཅིང་
 ཇམ་པའི་གྲིབ་མ།
 རྩེ་བ་ཆེ་རབས་སུ་བསགས་པའི་
 དུན་པའི་རྩལ།

སྒྲིང་ལགས།
 ཚེར་བའི་ཁམས་སྒྲོང་དུ།
 བྱ་གཉིས་གཞིས་བྱེས་ལྷན་འཛིན་མ་ཡིན།
 ༼ གྲ་དབང་ཤེས། ༽



ཕྱི་མ་དྲི་ག་གི་དང་ཆ་མཐོན་པོ་ད་རྒྱེད་། མི་ཆོས་ཀྱི་བསམ་སྒྲོ་གནས་སང་བྱལ་།

စံယမဂါရုဒါစာမာ

ཏཱ་ལའི་བུ་མོ་འཇམ་དཔལ། རྩི་མེད་ཏཱ་ལའི་བུ་མོ་འཇམ་དཔལ། མོ་མོ་ལྷོ་མེད་པ། ཏཱ་ལའི་མེད་པ་ཏཱ་ལའི་མོ།

ཡེ་ཤེས་འཕྲུལ་ཁྲིལ་
ཕྱི་ཕྱོད་འཕྲུལ་ཁྲིལ།

སྤྲུག་སྤྱི་དུམ་བུ་ཞིང་པའི་རི་སུལ་ནས།
 ལྷ་མོ་དེ་དེ་ཞིབ་པའི་ཚལ་དུ་གནས།
 མོས་གུས་ཡིད་ཀྱི་ཁྲ་བ་ཆོས་པ་ན།
 སྟེ་འཆི་མེ་ལོང་སྟེ་མའི་ངོས་སུ་གཡོ།
 ཡིད་ཀྱི་དང་པའི་བཙོས་མིན་རྣམ་འགྱུར་ལ།
 སྟན་ཆོག་དབྱངས་ཀྱི་རིག་བྱེད་ཡང་ཡང་འདར།
 སེམས་འགྲུ་སྤང་བ་ཡོལ་བའི་ཏིང་འཛིན་གྱིས།
 ཟག་མེད་ཐར་པའི་ལས་སར་ཅི་ཡང་འདྲེན།
 རབ་མེད་གཙང་པོ་འདི་ཡིས་མཐའ་ལ་ནས།
 སྟིང་ཇི་མེ་མོ་ཏྲོག་ལན་གཅིག་འཁོར་བ་ན།
 རླུང་གི་རྒྱལ་མཆོད་གཡོ་བའི་འདི་ག་ནས།
 སེམས་ཀྱི་ན་བུན་ཁུར་ནས་རྒྱང་དུ་བཞུད།
 རྣམ་རྟོག་བྱེ་མའི་ཐང་ཆེན་འདི་དག་ནས།
 ལས་ཀྱི་བྱམས་དུང་བོར་པའི་ལུས་དུ་ན།
 ཆོར་ཤེས་རླུང་གི་དེད་པའི་བྱིབ་སོ་འདི།
 ཉེ་ཅུབ་བཞིན་དུ་ཚུར་ཚུར་འོང་གི་འདུག།
 པཅེ་པའི་སྟུག་བྱང་ཤོར་པའི་ཐང་ཆེན་ནས།
 འཇུམ་པའི་ཁྲ་བ་སྟེམ་པའི་དང་ཚུལ་གྱིས།
 པར་ཐག་ལས་ཀྱི་མེ་ལོང་བྱིལ་བྱིལ་འདི།
 ལྷ་དཔེད་ཞིབ་པའི་མདངས་སུ་གཡོ་བར་བྱེད།
 རྣང་བ་མཆོཆེན་ཞིང་པའི་རི་སྤང་ནས།
 ཟེལ་བས་ཆར་རྒྱབ་རྒྱབ་པའི་མེ་ཏྲ་གལ།
 ལྷ་དཔེད་སྟེམ་འཆི་མཛོན་པའི་གྲུ་བྱར་ནས།
 ལྷུང་ལ་ཡིད་སྟིང་ཤོར་པའི་འཕགས་མ་གྱི།
 སྟོན་བལ་དྲི་དང་འཁོར་བ་ལན་གཅིག་མིན།
 ཁྲ་བའི་འོད་ཟེར་བྱིལ་བྱིལ་བྱེད་པ་ན།
 དེ་ལི་མཐོང་སྤང་བྱིན་པའི་གཟི་བྱིན་ལ།
 ཆོ་རབས་ལས་ཀྱི་མཛོང་པ་རིང་དུ་བཞུར།
 ཡིད་ཀྱི་མཆོཆོ་མ་སྟུབ་སྟིང་ཇི་མེ་ན།
 མཐོང་བའི་རབ་གསལ་ངོས་ཀྱི་ཞིབ་ན།
 གང་གི་འཕྲིན་ལས་མཇལ་བའི་ཞབས་རུལ་དུ།
 དག་པའི་ཆོར་གྱིད་ཀྱིལ་འཁོར་རིམ་གྱིས་འཁོར།
 པཅེ་པའི་ཁྲ་གཞིན་ཀུན་ཏུ་འཇུམ་པ་ན།
 སྟིང་ཇི་མེ་པད་མའི་འཁྲི་ཤིང་འཁོར་པའི་ཇེས།
 མཐོང་གྲོལ་འོད་ཟེར་བཟུལ་སྟེམ་ན།
 ལེགས་པར་མཆོག་མ་ཉིད་ལ་རྒྱབ་སུ་བ་སྟེན།
 སྟིང་ཇི་མེ་སེལ་མའི་བསེལ་སྟེམ་པེ་པེ་ནས།
 བྱམས་པའི་པཅེ་པའི་འོད་རུལ་འཕྲོས་པ་ན།
 ལྷུང་ཉིད་ཚལ་དུ་བདག་ཡིད་དྲན་པ་གཡོ།
 སྟེ་པའི་ཆོར་བས་ཉིད་ལ་བྱིན་པར་མཛོད།
 རླུང་གིས་འདུ་བྱེད་གཡོ་བའི་སྟུག་རས་ལ།
 ཆོག་གི་སྟུན་ཆབ་འདྲན་པའི་ལེགས་ལྡན་ན།
 ཟེལ་མེད་ཉམས་ཀྱི་འགྱུར་བ་འདི་དག་ལ།
 བདག་ཡིད་པདྨའི་མགོན་པ་སྟིང་ལ་ལྷུགས།

༼ ཁམས་པ་རབ་དབྱངས༽

ནང་མ་ཁང་གི་
མཁུན་དུ།

ཆ་རྒྱས་ཅི་ཡང་མེད་ལ།
འབྲེལ་བ་གིན་ཏུ་ཟབ་པ་ལི།
དབྱུས་གཙང་བ་དང་།
ཨ་མ་དོ་བ།
ཁམས་པ་བ།
ནང་ཨ་ཁང་ཞིག་ནས་འཛོམས།

ཆང་མོར་དང་ཆང་མོར་
 གཏུགས་ཤེས་བྱས་ཏེ།
 བདུང་ཆི་བསེལ་མ་གཙང་
 བཞེས་ཡང་ཡང་གནང་ནས།
 ལྷན་འཛབས་གྱི་དབྱངས་རྟ་རེ་རེས།
 སེམས་པ་དང་སེམས་པ་
 འབྲིང་འགོ་བརྒྱུམས་རྗེས།
 ལག་པས་ལག་པར་འཇུག་ནས།
 ཚེན་མདོག་མི་གཅིག་པའི་
 གློག་འདྲ་ཁྲོད་དུ།
 ཚེབ་ཚེབ་ལུར་ལུར་གྱི་གར་
 རྟེན་གས་རྟེང་དུ།
 ལྷེ་ལྷུར་གྱི་རྟངས་སྒྲུབས་མདོན་བྱང་།

དགོང་སྐུ་ཁེངས་པའི་མཚན་མོ་དེར།
གར་མ་སྐྱ་ཞིག་དང་།
སྐྱ་པ་གང་ཞིག།
རྟེན་མོ་བ་དང་བཅས།
ནང་མ་ཁང་གི་མཚན་མོ་མཐའ་དག།
འཛཱ་དཔུལ་དཔུལ་གྱིས་བཞད་ཡོད།

ཡིད་འོང་གི་ཆེ་ལམ་ཞིམ་པོ་དེ་ལས།
 ཏུས་ནམ་ཞིག་ལ་རང་དབང་མེད་པར།
 མི་འདྲོད་བཞིན་ཏུ་སང་དགོས་ཨང་།

ཕྱི་ཆ་རྒྱུ་པ་བཟུང་།

འཆོ་བའི་འབྲུག་
རྒྱལ་

ཡག་པ་ལོས་ཡིན་ཟིག་གི་དབང་སྟོབ་ཀྱག་སོང་། །
འདང་ཆེན་ལོས་ཡིན་ཆེ་ཡི་དམ་ཆོག་འཕྱག་སོང་། །
ཡིན་ཡང་ཁ་ཡིག་རིམ་སྐྱོར་ལོག་ཡིན་བྱུང་། །
མི་ཆེ་མ་རྟོགས་སྟེན་ནས་དཔྱུལ་བར་བཟངས་སོང་། །

དགའ་བ་ལོས་ཡིན་དྲན་པ་ཉག་ཏུ་བྱག་སོང་། །
 ཏུང་བ་ལོས་ཡིན་སྟིང་རྒྱང་ཁྱེད་ལ་སྟུག་སོང་། །
 ཡིན་ཡང་ལས་འཕྲོའི་དར་ཤིང་ས་ཏུ་འབྱེལ་བུང་། །
 སྟུག་བསྐལ་མེ་རྟོག་ལ་རྒྱུང་མཐིལ་ནས་དུས་བུང་། །

འཁྲེང་བ་ལོས་ཡིན་ཡོད་ཆོད་བྱིར་བཏང་སོང་། །
 མཉམས་པ་ལོས་ཡིན་རྒྱལ་ལོ་བསྐྱལ་སོང་། །
 ཡིན་ཡང་ཕྱི་ཐག་ཟླ་ལྷང་ཁྱང་ལ་འཐེན་བྱང་། །
 ཁེར་ཉེད་གཏུང་བའི་དུས་ཆོད་ཆོལ་བསྐྱིངས་བྱང་། །

ཡིད་འཕྲོག་པོས་ཡིན་སྟེང་གི་བྱེད་ཀ་བརྒྱས་སོང་། །
 ཡིད་ཀ་རྒྱལ་པོས་ཡིན་ཆེ་མཁར་འབ་ཁར་བཞད་སོང་། །
 ཡིན་ཡང་འགྱུར་ལྷོག་སྐྱེ་འབྱུལ་གཤིས་ལ་འདྲེས་བྱུང་། །
 བ་རྒྱག་ཆོར་མའི་ཆ་ལས་ཉག་ཏུ་འནར་བྱུང་། །

བརྟེན་བཞེས་ཡིན་མཛའ་བའི་འོ་ཆུ་འདྲེས་སོང་། །
མཐུན་བཞེས་ཡིན་གྲག་གཅིག་ལ་བརྟེན་བཞེས་སོང་། །
ཡིན་ཡང་དཔྱིགས་འདུན་ལམ་ཁ་གཉིས་སྟུགས་བྱུང་། །
ཆེ་ལྷིང་པོ་ནམ་མཁའི་བརྗོད་བརྟེན་གས་བྱུང་། །

ན་ཆོད་སྤང་གི་ལོ་རྒྱུ་མཉམ་དུ་བཞད་སོང་། །
 རྩང་བ་འཇམ་ཡི་ཆོན་མཛད་སྤྱིང་ལ་བབས་སོང་། །
 ཡིན་ཡང་གཏན་ཚུགས་རྩ་བོའི་རྒྱབས་ལ་འགན་བྱང་། །
 ཞེས་གཞུང་ནང་ལ་སྤྱད་བའི་ནམ་ཟུང་བསུས་བྱང་། །

རྒྱུད་འབྲིས་གྲོ་ལ་སེམ་ནས་འདད་ལ་འབྲིས་སོང་། །
 ཁ་ཚིག་སེམས་ལ་བཟུང་ནས་ཡིད་ལ་བསྐོས་སོང་། །
 ཡིན་ཡང་འདུ་བཤེས་ཀྱི་སྤྱི་བ་འཁྲིགས་བྱུང་། །
 བདེ་སྤྱིད་ཉིམ་གཞོན་ལྷ་རྒྱུད་ལ་དེད་བྱུང་། །

ཐོག་མའི་འཛུམ་ཆུང་སྒྱུན་བྱང་རུམ་ལ་ཆོས་སོང་། །
 གཉོམ་ཆུང་སྒྲིང་ཆ་ལས་སེམས་གཏིང་ལ་འཛུམ་སོང་། །
 ཡིན་ཡང་ཨ་གསར་འོ་མ་སྒྱུར་ལ་བབས་བྱང་། །
 འཁོར་བའི་ཨ་ཕོ་འབྲུག་པའི་རྩལ་གཡེང་བྱང་། །

། བཤམ་ཆུ་ཤེལ། །

འཛིན་པ་ལྟ་བུ།

མི་ཆེ་དེ་དག་སྤང་བ་ཀྱང་བཞིན།
 ཡུལ་ཙམ་མི་སྤྱོད་དམའ་སར་བཞུར།
 རྒྱལ་ཕྱིར་པའི་རྒྱལ་མུན་ཡང་།
 གཞན་དབང་འབངས་སུ་ཚུད་པ་ཡིས།
 མི་འདོད་གནས་སུ་བགྱོད་པར་བྱེད།
 ས་གནས་རྒྱུ་མྱིན་རིག་འཛིན་གྱི།
 མི་འཆི་རྟག་པར་འཆོབ་པ་ཡི།
 འཕུལ་གྱི་མན་དག་གང་ནས་རྟེནད།
 བཙོན་དུ་ལྷག་པ་ཡོད་དོ་ཅིག།
 རྒྱལ་པར་རྟོག་པའི་ཆཅན་གྱི་ཡིས།
 སྐལ་ལྷན་ན་ལ་ཤོག་བཅད་བྱིན་ནམ།
 དབེན་པའི་རི་ལ་བཅས་ན་ཡང་།
 དཔལ་བར་གཉེར་རིས་དུ་མ་སྤྱངས།
 དཀར་པོའི་སྐྱེ་ཡང་མེར་བ་ཡིས།
 ལུབ་རིར་ཤོག་ཅིས་གཡལ་དང་མཚུངས།
 ལ་ལ་སྟོང་དང་བྱབ་པ་གོས།
 རྒྱུ་ལ་ལྷན་ཡང་མི་ལྷན་པའི།
 ཅོལ་ཚུང་དཔུང་མེད་བྱིས་པ་གང་།
 བགོས་དང་རྟོམ་པས་མི་གཟིར་བར།
 ལྷགས་པའི་རྒྱལ་ས་ཅི་ལྷར་གྲོལ།
 ཆོར་མའི་ཐང་ཆེན་གང་ལྷར་བསལ།
 མི་ཁོང་ནང་གི་བདུན་འབྲི་ནས།
 ཁྱེད་མངར་རྒྱུ་ཆང་འདྲེན་པའི་དུས།
 རྒྱལ་ཤེས་རབ་རིབ་སྤྱོད་ནས་འགྲོ།
 འཁྲལ་པའི་རྩེ་ལམ་མང་པོ་ཡང་།
 ཡང་དག་བདེན་པར་ཁྱེད་པ་ཡིས།
 སྤྱིད་པར་བསྐྱར་དུ་གོལ་བར་ངེས།
 འདི་དག་ལོག་ཏུ་མཆོད་པའི་དུས།
 ལྷིང་འཇགས་ཟེར་བ་དང་གིས་གི།
 མེམས་པ་ཁྱེད་ཅིང་རབ་ཏུ་འདར།

༼ བཞི་ཚད་ལྷ་པ་ཤུགས་པ༽

ཆེད་གཉིས་ཡང་ཐིག་གཤོར་དང་།
ནང་དོན་ཕྱན་ཕྱུང་ཆོག་པ་ཡིད།

