མགར་མེ་དཔལ་ཅི། གསེར་རྩི་འབྱོང་ཡུལ་ཞིག་ཏུ་སྐྱེས་ཤིང་ཡུལ་དེའི་སློབ་གྲྭར་སོང། ２０１５ཟླའི་ཡས་མས་སྤ་འཕྲི་འདོད་པ་དག་འཕྲི་རྒྱུར་ཨེ་འཁྱོང་བཤད་ཀྱང་ཤོག་ལྷར་ཤིག་གོས་པ་ནས་བརྒྱང། སྒོབ་སྦྱོང་ཐུན་ཕྲན་རེའི་བག་ཆགས་འཛིག་བཞིན་ངེས་གཏན་མེད་པའི་འཁོར་བའི་དཀྱེལ་ནས་ཁེར་རྒྱང་ཁྱོད་རང་དབང་གི་ལས་ཀྱི་རྩེ་མོ་ཞིག་ལ་སྒོམ་ཞིང། འཇིག་རྟེན་ཆེ་བའི་རལ་ཁ་ནས་རྩོམ་རིག་གི་ལམ་ཁར་འབད་བཞིན་ཆགས་ཤོག་འགན་བར་དྲུས་དེབ་ཀ་ཤས་ལྟ་ལྟན་ནས་ལྟ་ཤེས་ཏེ་ཁ་ཤས་ཀ་ཡིག་ཏུ་ཁོ་ཐུང་ཐུང་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་།

ཕྱུང་ནང་གི་མར་མེ།

དགེ་ཆར་བསྡུན་མར་བབས་པའི་བཀྲེས་སོང་གི་ལམ་བུ།།
ཉི་ཤུའི་ཆེ་ལམ་རིང་མོའི་མཐོན་པོ་ཏུ་འཕོར་ཞིང་།།
མ་རིག་སྦུག་པོ་ཚང་ཚོང་འཇིག་རྟེན་ཀྱི་གཡ་ནས།།
བྱ་ཕྱུ་འཕྱར་བའི་གཤོན་ཕྲོན་ཡུལ་དུ་ཐོག་ཤིང་།།
ཚ་ཚ་ཉར་ཉར་འབར་བ་མེ་ཕྱེ་བཞིན་མཆེད་པའི།།
རྩལ་འཚུབ་ཀྱ་ཀྱ་འཁྲིགས་པའི་ལམ་ཕྱན་ཀྱི་སྟེ་མོ།།
ལག་པས་རིག་ཏུ་མེད་པའི་སེམས་ཚོར་རིའི་འཚར་ཡན།
དར་ཏྲད་ལས་ལ་བསྐོས་པའི་འདོད་ཁམས་ཀྱི་གྱང་ནས།།
འཚོལ་བཞིན་ཥར་བའི་ལོ་བླ་ཕེད་ཥ་ཡི་སེམས་པ།།
གང་ལ་བལྟས་ཀྱང་སྟེང་བའི་སེམས་གཞས་ཤིག་སྟེབས་འོང།།

མེ་ལོང་ངོས་སུ་འཆར་བའི་རི་དྭགས་ཀྱི་ཁྲམ་པ།།
མི་ཚོགས་སྲིད་པ་འཕྱིང་བའི་ཁྲོམ་ཆེན་ཀྱི་ཐལ་ནས།།
ཚོག་གི་དམ་བཅའ་བསྟལ་བའི་ལོ་ཆང་གི་ཁམ་པ།།
ཡུན་རིང་འཕྱང་འདོད་སྐྱེས་པ་བློ་ཡུལ་ནས་ཐྱོང་ཡང་།།
ལན་གཅིག་སྐོམ་པའི་གཉེན་པོ་ཐོབ་པ་རེ་ཐུང་ན།།
ཡིད་དབང་མ་འགྱུར་གོང་ནས་ཞེ་ཁྲེལ་ཞིག་འཕེན་པའི།།
མ་རིག་གཟེབ་བྱའི་འོག་གི་ཐང་ཆུང་གི་བསྟུས་གཟུགས།།
འཆར་ཀྱིན་ནུབ་པའི་ཐིབ་མའི་སྲོད་ཁ་ཡི་སྐྱོ་གདུང་།།
མིག་གིས་འཚོལ་བཞིན་འཕོར་བའི་ཥོག་སྐྱ་རང་ཡིན་པས།།
གང་ལ་བལྟས་ཀྱང་གཙོང་བའི་འཁྲུག་པ་ཞིག་ཥོར་འོང་།།

ཆར་བའི་རུས་པ་བཏྲན་པའི་ཉི་འོག་གི་ང་རང་།།
བདག་འཛིན་མཁལ་མེ་འཕོར་བའི་རི་ཐྲོང་གི་སྲིབ་ཏུ།།
མེ་ལོང་ས་ལ་བརྡབས་ནས་སྐྱོ་གདུང་གི་ཟིལ་ཆུ།།
ཞོགས་པའི་ས་ས་ཐོད་རེ་རེ་བསྐྱར་ཐོན་ཤིག་ཕྱེད་དུས།།
ཚོ་ཡི་བཞུད་ལམ་སྐྱེ་འཆིའི་འདུས་མདོ་ཡི་དར་ཁ།།
ལྷ་ལྷད་ཀྱི་ལམ་ཁར་ཡིག་མང་ཡོད།
ལ་ལ་ཁ་ཤས་ཀ་ཡི་ཁ་ཤ་ཡང་ཡང་ཆད།

ཁ་བྱང་དབེན་པའི་རྩོམ་ཚན་འགའ།

１

ཁྲོད་ཀྱི་པང་ལྷུག་དེར་ཐོག་མར་ཐོན་པ་ཁ་ཅང་གང་།
འོན་ཀྱང་། ཐོས་གཏོང་མང་པོ་ཞིག་བྱས་ཟིན་པས།
ཆ་ལས་མེད་པར་ནི་ཟུག་ལྟེ།

２

མ་འོངས་རེ་རེའི་ངོས་ལ།
ནྭ་མི་གཅིག་པའི་ཡིད་བརྟན་རེ་འཚར་སྐལས།
ཁ་གྱག་རྒྱ་མེད་པའི་མེ་ལོང་དེས།
བདག་གི་ཕྱི་ལམ་ཇི་ཟས་ཏུ་བཏང་།

３

འཁྱག་ཁེམ་ཁེམ་ཀྱི་གང་ངར་ཕྲེངས་གཅིག་གི་ཕ্ཏེས་ས།
འཇའ་ཚོན་ཀྱིས་ཏྲིས་པའི་གཞུང་ལམ་རིང་མོ།
གཅམ་ལག་རྐྱོབ་ཏྲས་ཀྱང་།
བར་ནྭང་སྟོང་པ་ལས་ཅི་འང་ལུས།

４

ཕྱི་རོལ་ན། ཁ་བའི་གང་འདར་གང་སར་མཆེད།
ནང་སེམས་ན། ཐྲེང་བའི་དངན་པ་ཆུང་གིས་སྐྱོ།
ཡིན་ཡང ལོ་བླ་ལ་སེམས་མེད་པས།
འཁྱག་རྡུལ་ཀྱི་འཚོ་གནས་རེ་རེ་ཡང་ཡང་མངའ།

５

རྩ་འཁྱག་ལས་གྱུབ་པའི་ར་བ་འདི་ནས།
བརྟེད་ཏུ་མེད་པའི་གསང་ཡིག་མང་པོ།
དྲན་གཏུང་གིས་ཏྲིས་མོད།
ལོ་བླའི་ཁྲིད་པའི་ངལ་ཏུས།
འཇའ་ཚོན་ལྟར་ལག་ཁ་ནས་ཐུགས་ཀ་ཟུང་ན།།

６

སྐར་ཚོགས་དང་བསིལ་ཆུང་ལྟང་བའི་དོ་ནུས།
ཁེར་ཟེང་ངང་བས་མཐའ་ནས།
ཡོད་ཚད་ཉམ་ཆུང་གི་ལག་པ་འདར་ཀྱིན།
ཅི་ཞིག་འཚོལ་བཞིན་པ་འདུ་བའི་ལྷག་ལྟ།
སྦྱང་ཚོགས་རྒྱ་བའི་ལམ་བར་དང་འདུ་བར
འོད་ཟེར་ཀྱི་ཕྱི་ནང་ལ་ཐུ་ཚད་ཁམ་ཁང་ཡིན་པས།།

７

ལན་རེར། ཁང་ཤེད་ལ་ས།ོ ཁང་ལས་ཀྱི་ལམ་ལ།
ཕྱི་རོལ་ཀྱི་བཙའ་ཆགས་པའི་མི་ཏུག་པ་རིམ་ཀྱིན།
ནམ་མཁའ་སྟོང་པ་ཞིག་ལ་ལག་ཀ་ཉོན་བཅས།
ཀ་ཙམ་ལག་རྐྱོབ་བཅས་ཀྱང་།
ཁ་ནས་ཐུ་ཚ་ཁ་ལ་ཁ་ཅ་ཁ་ཁ

ཐུང་ཞུད་ཀྱི་ནམ་ཟླ།

ངས་ནི་མཚན་མོའི་ཁ་ཏུ་ཕལ་ཀྱི་ཁྲམ་པ།།
ཞེ་ས་ཐམས་ཆུང་ལ་བཞུད་པའི་ཁྲོམ་ལེན་ཀྱི་ཁ་ལ།
ངལ་ཞིང་དུབ་པའི་མེ་ཏོག་འཕྱ་བ་མཐོང་།
རྐྱ་ཞིང་ཏུང་བའི་གླིང་བུ་བུས་པ་ཐུང་ཏུ།

ཕྱེ་ཟེང་ངང་ལ་བཞུད་པའི་ཁྲོམ་ཆེ་ཀ་ཡ།
ཁ་ཅིང་ཀྱི་ལ་ཐ་ཚ་ཁ་ཁ
ཆཱ་ཏ་ཀ

ཕ་ཡུལ་ཀ་ཆོ་ཏན་ཚུལ།

ངེ་རིང་ནམ་མཁའ་ཅ་ཅང་དྭངས་པས།
ཐུ་ཀ་ཏུང་གི་མཐར་བའི་མི་ཞིག་ཏྲན་
པ་ནང་བཞིན།
ངས་ཕ་ཡུལ་ཀྱི་ནམ་མཁའ་ཏྲན།
སེམས་པའང་ཅ་ཅང་ཐུ་ཚང་ཐུ་ཟུང་།

ངས་ཕ་ཡུལ་ཀྱི་ནམ་མཁའ་ཏྲན་ཏུས།
ནམ་མཁའ་དེའི་ཚོགས་གི་ཐྲིང་ཁེ་བ་དག་ཏྲན།
ཐྲིང་ཁེ་བ་དེ་ཚོའི་འདང་བཙེ་དང་སེམས་པའང་།
ནམ་མཁའ་བཞིན་དྭངས་ཤིང་ཀཱ་ཅང་བ་ཏྲན་ཐུ་ཟུང་།

ཀྱང་འདར།

ཀྱང་ངོས་བཏྲན་ཀ་ཤེར་ཆགས་པའི་ཞག་ཐུང་ཅིག་ལ།།
ཁོ་ས་ཐུག་རྩམ་མཐུག་པོའི་ཀ་ཟླ་ཅིག་ལ་བཅུག་ནས།།
ལུས་པོ་ངལ་ཞིང་ཞེ་ཀ་ཅོང་ཙམ་ཅོག་བསྟམས་ཤིང་།།
ཏྲང་དམར་ཐུག་མཚམས་བར་ནས་ཡུན་ཀྱིས་འདུར་ཀྱིན།།
ཆར་ནས་འཇོ་མཚམས་བར་ནས་ཀང་ཞིག་ཐྲོད་ཀྱིན།།
མི་ཆེ་ཀཅིག་ཀི་ལམ་ཚད་ཁོག་པས་བཟོས་ཤིང་།།
ངལ་བའི་ཕྲིགས་པ་མཚོ་ཡི་ཀོ་ཀྱ་བཏང་ནས།།
ཀྱང་བའི་ཁ་ཆར་ཀདོང་ཀི་ལག་པས་བཐྲོད་ཏེ།།
མི་མཐོང་ཐག་རིང་ཡུལ་དུ་ལོང་བཏྲོ་བཟྱིད་ཀྱིན།།
ཆགས་པའི་ཀལེར་བག་ལྷང་བའི་ཀཅང་བོའི་མཐའ་ནས།།
འོད་ཚུང་འཁྱར་བའི་ཐྲེར་མདའ་མཇོས་ཤིང་ཀཅོང་ཡང་།།

ལྷེ་ཐེང་།

ཐྲེ་བ་དང་ཐག་མི་རིང་།
ཀསོན་པ་དང་ཐག་མི་རིང་།
འཚེ་བ་དང་ཐག་མི་རིང་།
བར་ལྷིད། ངན་ལས་ཁམས།
ཀེང་རུས་དང་ཐག་མི་རིང་།
ཁེར་ཧང་དང་ཡང་ཐག་མི་རིང་།

ཁེར་ཟེང་ནི་བྱིས་པ་དང་འདྲ་བར་ཀང་ས་ར་ཐྲེས་ཤིང་།
ཐུས་འཚོལ་དང་འདྲ་བར་ཀང་ས་ཐོར།
ཁེར་ཟེང་ནི་ཀཅང་པོ་དང་འདྲ་བར་འཁྱུག
ཀིས་བསྟམས་ཤིང་།
ཀཅང་པོ་ཡོད་ཚད་ཁེར་ཧང་དུས་ལུས

ཁེར་ཟེང་གི་དུས་སུ་ངན་ཁ་ལས་མེ་ཏོ་ཀཅེས་ཤིང་།
མེ་ཏོ་ནི་དུག་ཐྲལ་ཀྱི་ཐྲེ་དང་འདྲ།
མེ་ཏོ་མིག་ཆུ་དང་སྡུག་བསྟལ་ལས་ཁ་ཐག་མི་རིང་ཡང་།
ཁེར་ཟེང་ནི་ནམ་མཁའ་དང་ཀཅང་པོ་ཡིན།

ཐྲེང་པོ་དབེན་པའི་ལོ་ཟླ་འདིར།

ཐུང་རིང་དུ།
རེ་བ་མེད་པའི་དུས་རབས་ཤིག་ལས་མི་འདུག
ཐུང་རིང་དུ།
ཚད་ཙེ་འགྲོ་ལྷ་ལས་ཀྱི་ཐ་ལ་ཀཅེ
ཁེར་ཟེང་ནི་ཀཅང་པོ་དང་འདྲ་བར་འཁྱུག
ཀིས་བསྟམས་ཤིང་།
ཀཅང་པོ་ཡོད་ཚད་ཁེར་ཧང་དུས་ལུས

ཁེར་ཟེང་ཀི་དུས་སུ་དགུན་ཁ་ལས་མེ་ཏོ་ཀཅེ་ཤིང་།
མེ་ཏོ་ནི་དུག་ཐྲལ་ཀྱི་ཐ་ལ་ཏང་ལས།
ཁ་ཐ་ཀ
ཁ

ཆ་ངས་མཁྱར་ནང་ལ་ཕྱིམ་པའི་ཚ་ངས་དབྱངས་ཆུ་མཚོ།

ཆ

ཆ

ཆ