གཏིང་རིང་བའི་ཆུ་ཀ

１

ནགས་ཚལ་མེ་ལ་ཤོར་བ་ནས་
ངས་ཁྱོད་ཀྱི་རི་དྭགས་རྒྱ་ལས་ཤོར་ཕོང་།

ང་ལྟ་ང་སྟུག་པའི་ནང་གི་རི་དྭགས་བཞིན།
མིག་ཟུང་བཙུམས་ནས་སྟོད་ཀྱང་།
བསྟུད་མར་ཉིན་འདི་དག་ལ་དྲན་པའི་ཚུ་མིག་བརྗོ་ལ་བས།
སྐྱོ་གདུང་གི་ཌ་ཏྲབས་མཁའ་ལ་སྦྱར་བྱུང་།

２
སྟུག་ཅིང་མནར་བའི་ནམ་མཁའ་འདིའི་འོག་ཏུ་
ཁོ་ཐྲེ་སྐོ་ལ་ཏེ་ཤེམ་མེར་སྟོད་ཀྱང་།
ཐ་སྙད་ཅིག་བྱེ་མར་འཐབ་པའི་གཏམ་ཆུང་དེས།
ལས་བསྐོས་ཀྱི་སྟུམ་ཚོན་རི་མོ་ཞིག།
ང་ལྟ་བའི་གདོང་དུ་ཁྱོ་ལ་བྱུང་།

དུས་ཚོད་ཇེ་མང་ཡིན་པའི་སྒྲིང་ལྟ་ དེ་ཕྱིང་ལ་ཕེམ་ཕྲེས།
དགུ་ཚོགས་ཀྱི་གཙང་པོ་རབ་ཁ་ནས་ཤོར་ཏེ།
རི་པོ་ཞིག་བརྟུལ་ཕོང་།
ནམ་མཁའ་ཞིག་བརྟུལ་ཕོང་།
སྐུད་སྟེ་སྐུ་པོ་དེ་ད་ལྟའང་ད་དུང་ཡོད་འདུག།

３
སྒྲིང་ཕེམས་ཀྱིས་གཏེགས་པའི་ལས་འཕྲོ
ཕེམས་ལ་སྒྲིན་པས།
ནང་ཕེམས་ཁོ་ན་རྗེ་འཕྲག་ཏུ་ཕོང་བས།
རྒྱང་རིང་ལ་ཤོར་བའི་ཡིད་ཀྱི་ཐ་སྙད་ཁྲོད་དུ།
ཁྲུང་ཁྲུང་ཆས་མ་ཞིག་ནམ་མཁའ་འཕུར་མ་ཐུབ་པར་ལུས།

སྐྱོ་གདུང་རིགས་ཤིག་ཡང་ཡང་འཕྲུག་པས།
ཐ་སྙད་དག་མེ་རུ་འབར་ཡང་།
ལག་མཛེལ་དུ་གསལ་བའི་མི་སྟུག་པའི་སྟོང་
བརྟན་ཞིག་ལས།
མགོ་ཐོག་གི་ཁུར་པོ། རྗེ་ཡང་ལ་མ་ཕོང་ཞིང་།
ཕེམས་ཀྱི་འཕགས་འཚག། རྗེ་དལ་དུའང་མ་ཕོང་།

９
ང་རང་ལ་ཚ་འཁྱལ་ཐེབས་པ་མིན་ནམ་ཡང་།
ངའི་ཆ་བར་གླུ་གླད་ཡོད་ཚད་རལ་ཐོ་རེད།
ངའི་མིག་ཁར་གཟུགས་བརྟན་ཡོད་ཚད་རྒྱ་ཐོ་རེད།
ངའི་ཆ་བ་འོན་པ་ཐུར་ནམ་ཡང་།
ངའི་མིག་ཟུང་ལོང་བར་ཐུར་ནམ་ཡང་།
ཁྱོད་ཁོ་ན་ངའི་དོན་ལྟ་ཟླ་སྟོང་དྲུག་ལས་བཆལ་མ་ཐུབ།

ལྟེ་ཐོག་ཏུ་ལེན་མི་ཤེས་པའི་ཕྱུགས་བསྟན་ཟབ་མོ་དེ་དག།
རྒྱ་འཕྲས་དང་མནའ་ཚོག་ལ་ཞེད་དེ།
ཉམས་ཞན་པའི་གཙོང་རོང་དང་ཡང་ཕ་ཁ་ཅིག
ཁེར་རྒྱང་གི་ཟབ་ཚད་ལ་ཆིག་ལབ་ཅིད།

５
ས་མས་ཀྱིས་མི་ལྟོགས་པའི་ཐ་སྙད་ཁྱོད་པོ་འདི།
ངའི་ད་ལྟ་བའི་ཤུག་ཡིན།

ས་མས་འདི་ནམ་ཡང་ཁ་ཅིག་ཟབ།
བདེ་སྐྱིད་ཀྱི་དྲི་མ་ས་མས་ཀྱིས་བཞེངས་ཡོད།

ས་མས་འདི་ཤེན་ཏུ་ཚུང་ཚུང་ཞིག།
བཙེ་དུང་གི་ཐམ་ཁ་ཞིག་ཀྱང་མི་ཤོང་བར་འདུག།

ས་མས་འདི་དེ་ལས་ཀྱང་ཚུང་ཚུང་ཞིག།
མིག་ཚུ་ཇོག་པོ་གཅིག་ཀྱང་མི་ཤོང་བར་འདུག།

１０
ནམ་ཞིག་ལ།
ང་རང་ར་བཟི་བའི་མི་བུ་ལེར་ཀྱང་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་ཇེས
ཕྱེད་ཀྱིས་ངའི་མིག་ཀོང་གི་མཆི་མ་བཙེད་པར་ཀྱིས་ཤིག
ངའི་ས་མས་ཀཏིང་གི་བཙེ་བ་བཙེད་པར་ཀྱིས་ཤིག
ང་དུང་ཐ་སྙད་དང་ཡི་གེས་མཚོན་མི་ཐུབ་པའི
ཞོ་ལྟར་ཆགས་པའི་ངའི་ས་མས་པ་བཙེད་པར་ཀྱིས་ཤིག

གཏིང་རིང་བའི་ཆ་ལའི་ནང་དུ
གཏིང་རིང་བའི་མཚོན་དོན་ཀྱི་རི་མོ་བཀོས་ཡོད
／ཐུ་འཚོ／

１
ནམ་ཞེ་ཐོག་ཏུ་ལེན་མི་ཤེས་པའི་ཕྱུགས་བསྟན་ཟབ་མོ་དེ་དག།
ཆུ་འཕྲས་དང་མནའ་ཚོག་ལ་ཞེད་དེ།
ཉམས་ཞན་པའི་ཀཏིང་ཀྱང་ཕ་ཁ་ཅིག
ཁེར་ཀྱང་གི་ཟབ་ཚད་ལ་ཆིག་ལབ་ཅིད།

２
ལེགས་ཀྱིས་མི་ལྟོགས་པའི་ཕ་ཐེ་མང་ལ་འགྲོ་ཞིང
ལྟ་ལས་ཡོད་ཚོག་ལ
ཆོ་ག་བཏགས་ཀྱང་ཡོད་ཚོག
འོན་ཀྱང་སྐྱོ་ག་དུང་རིགས་ཤིག་གི་བདེན་ལུགས་དེ
ཆེ་ལམ་ཁྲོད་ནས་རྟེད་མི་འགྱུར
ཆོ་ག་བཏགས་ཁྲོད་ནས་རྟེད་མི་འགྱུར

ཆུ་དང་ཤོ་མ་འདྲེས་འདྲེས
ཁྱོད་དང་ང་ཀཏིས་འདྲེས་འདྲེས

１０
ནམ་ཞིག་ལ།
ང་རང་ར་བཟི་བའི་མི་བུ་ལེར་ཀྱང་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་ཇེས
ཕྱེད་ཀྱིས་ངའི་མིག་ཀོང་གི་མཆི་མ་བཙེད་པར་ཀྱིས་ཤིག
ངའི་ས་མས་ཀཏིང་གི་བཙེ་བ་བཙེད་པར་ཀྱིས་ཤིག
ང་དུང་ཐ་སྙད་དང་ཡི་གེས་མཚོན་མི་ཐུབ་པའི
ཞོ་ལྟར་ཆགས་པའི་ངའི་ས་མས་པ་བཙེད་པར་ཀྱིས་ཤིག

ཀཏིང་རིང་བའི་ཆ་ལའི་ནང་དུ
ཀཏིང་རིང་བའི་མཚོན་དོན་ཀྱི་རི་མོ་བཀོས་ཡོད
／ཐུ་འཚོ／

ཐུགས་འཕྲད།

སྲང་ལམ་ངེས་མེད་བགྲོད་པའི་དུས་ཚོད་ནང་།།
གྲུ་ཆུང་གཅིག་ཏུ་འཛོམས་པའི་ཁྱོད་ཉིད་དང་།།
གླུ་བྱར་ཕོ་ཐུག་ཏུས་བདག་ཡིད་ལྷུགས།།
མི་འབྲལ་ཡུན་དུ་འགྲོགས་ཀྱི་མ་བྱུང་བས།།
གཅིག་པུར་ཁྱིམ་དུ་ལོག་རྩེས་སྐྱོ་བ་འཕེལ།།
གང་ལྟར་འཛིག་རྟེན་འདི་ཀོ་མི་རྣག་པས།།
འཚོ་བ་ཅི་བྱུང་ལས་ལ་བཀོད་པ་ཅི།།
ད་ལྟ་ཁྱོད་ཀྱིས་དུས་ཚོགས་བར་མེད་དུ།།
ཁོ་ཐོ་དྲན་པའི་ཟོལ་ཀྱིས་ཤེགས་པར་མེད།
ཁ་ཅིག་ལ་ཁ་ཅིག་ཏུ་ཁ་ཤས་ཡང་ཡང་གཏུང་།།
ཅ་ཡི་ཉེ་འོད་དེ་ཙམ་མི་ཏོ་ཡང་།།
ཚན་ཕྱད་ལས་ཀྱི་འཕགས་གཟི་ཟླ་ལ་ཤ་ཟ།།
ཁྱོད་རང་ལན་གཅིག་འཕྲད་པའི་ས་ཡིས།།
དགེན་གསུམ་ལྷགས་པར་མི་འཇིགས་དཔའ་ངར་བསྐྱེད།།
མི་འཕྲད་ལོ་དང་ཟླ་བ་འདི་ལྟར་ཐུགས།
མི་བཟོད་ཡིད་ཀྱི་གཙང་པོ་ཡང་ཡང་བྱུག།
ཡུན་ཐུང་ཚེ་ཡི་མེ་ཏོག་ཁས་ཤོང་ཚེ།།
སྒར་ཡང་ཉིང་མའི་དཔྱིད་ཟླར་བསྐྱུག་དགོས་ཙའ།།
／ནམ་ཤེས／

ཕལ་བའི་སྐྱིད་ལྟུག་གི་ཐུན།

དོ་ནུབ་ཕྱི་ན་ཀུང་ཆུང་ཉུར་ཉུར་ལྟང་།།
ཁ་བའི་མེ་ཏོག་འདབ་མ་ཐྱོགས་ས་ལ་ཕོར།།
ཐྲེ་ཉུ་ཁྲུང་ཕར་ནང་མུན་པའི་གཙང་ཕོ་འདུ།།
ནང་ཁེམས་འཕོར་བའི་ཟླ་བར་ཡང་ཡང་གཏུང་།།

ལོ་ཟླའི་འཕྲས་ནི་ཏ་ཕོའི་བང་ལ་འགྲན།།
དུས་ཚོད་ཞགས་པས་འཕཙས་ཀྱང་འཇོན་ཕབས་བཟལ།།
ལས་ཀྱི་འདུན་མ་ས་ས་ཁར་ཀྱིས་པའི་ཚེ།།
འཕར་བའི་མི་ལ་གཏད་ས་ཁ་ཅིག་མཆིས།།

ཚགས་སྟང་ལས་ཀྱི་འཕགས་ཀ་ཐྲེག་ཐྲེག་ནས།།
ནུ་ཚོད་དཔྱིད་ཀྱི་དཔལ་མོ་ཐོ་ཁས་ལ་ཉེ།།
མ་བཏུག་ཐོ་ལ་ཐུང་བའི་འཕྲུལ་བ་དག ।
མི་སྟུག་རི་མོར་ཕྱིས་ཀྱང་ཡིད་དུ་འོང་།།

འདས་པའི་ལོ་ཟླ་དགུན་གཞུང་ཚུ་མོ་འདུ།།
དྲན་པའི་གཞུང་ནུ་ཙཱ་ཁ་ལ་ཤ
ལ་ཁ་ཅིག་ཀ་ཤ
ཁ་ཅིག
ཁ་ཅིག
ཁ
ཁ
ཁ