

སེམས་པ་མ་སྐྱེ་ དིང་རི་བ།

སྤ་འཐས་བཟོད་ལྷན་ས་ཡང་འགལ་བྱས་ནས།།
རིན་བྲལ་སྟོག་གི་མར་མེ་ཟིམ་པའི་དུས།།
སེམས་པ་སྐྱ་སྐྱུ་མ་གནང་དིང་རི་བ།།
མི་རྟག་འཁོར་བའི་ཆོས་ལ་སྦྱང་པོ་ཅི།།
གསོན་པོའི་སེམས་གསོ་བྱོགས་བཞིའི་མི་ཡིས་བྱ།།
ཤི་བོ་ས་ལམ་ཡངས་བའི་སྤོན་ལམ་འདྲེབས།།
སྐྱ་བའི་མིག་མཆིམ་བཞུར་དིང་རི་བ།།
ང་ཆོ་ཆང་མའི་སྦྱིད་སྟུག་མཉམ་འཁུར་བྱེད།།
ཁྱིམ་དང་གྲོང་པའི་པ་མ་སྤུན་ཟླ་སོགས།།
ཤིག་སོན་གྱིས་བྱག་གནང་བ་ལས་ཀྱིས་སྦྱེན།།
སྟག་པའི་སྦྱེང་གཤ་འདོན་དིང་རི་བ།།
ང་ཆོ་མཉམ་དུ་གནས་ཡོད་གསོན་པོའི་མི།།

༼ **རྩ་རྒྱུ་ཐར་ལམ།** ༽

ལྷ་ད་མེད་སེམས་ཀྱི་ མཆོད་པ།

— 2025 ཨོའི་ས་འབྲལ་ཁྱོད་ཀྱི་སེམས་དཔའ་རྩམས་ལ་ཕུལ།

སྦྱང་སེམས་འཆར་སྟོ་འགྲོག་ལ་མངའ་བ་རྟེས་ཤིང་། །
དམིགས་ཡུལ་འབེན་མོ་ཕུག་ལ་དབང་འབྱོར་ལ། །
ཚྱངས་ཆོགས་སྟུག་དུམ་གཏིང་ནས་འཛོམས་མཛད་པ། །
སེམས་དཔའ་སེམས་མ་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདྲེབས། །
སྤ་ལས་བྱམས་སེམས་གཟི་མདངས་འོད་བརྒྱ་འཆར། །
གསུང་ལས་དྲི་མེད་ཆངས་པའི་གསུང་དབྱངས་སྟོན། །
ཤུགས་ལས་གཞན་པན་ལྷག་བསམ་མཁའ་དུ་འཕྱ། །
སྦྱིན་པའི་མཆོན་བཟང་སྤིང་འདིར་ཤོང་ངམ་ཅི། །
སེམས་པ་དཀར་པོས་གཞན་དོན་ཁུར་དུ་བཞེས། །
སྟོ་ཡིད་གཙང་མས་དཀའ་འཕྱག་གྲོགས་སུ་བསྟེན། །
ཐབས་ཤེས་རྩལ་མས་གཞན་དག་སྟུག་ལས་དྲངས། །
གང་དེའི་མཛད་འཕྲིན་སྟེ་བསམ་བཞེད་ལས་བྲལ། །
བྱི་ཡི་ལྷགས་རྒྱང་ཤོད་ཀྱང་གཉའ་མི་ཁུ། །
ནང་གི་འབྱུང་བཞི་འབྲུགས་ཀྱང་དཔའ་མི་ཁུ། །
བར་གྱི་ལུས་བྲངས་ཟད་ཀྱང་ཡིད་མི་པམ། །
ཁྱེད་ཉིད་ལྷ་བུའི་སེམས་དཔའ་བྱག་བྱའི་ཡུལ། །
ཉམ་རྒྱུད་རིགས་ལ་བརྩེ་བའི་ཞལ་གྱིས་བྱོགས། །
མི་འདོད་རྒྱེན་ལ་འཇུ་མ་པའི་སྦྱར་བྲང་གཏོད། །
ས་མཐའི་ཡུལ་ལ་ད་གྱིས་པའི་ཤུགས་དགོངས་འཁོར། །
ཁྱེད་ཅག་སེམས་དཔའ་སེམས་མ་གཤའ་མ་ཞིག །
ཉིན་གྱི་བྱ་རར་བརྟུས་ཉེ་སྦྱང་ལ་རྒྱག །
མཆན་གྱི་མེལ་ཆར་སྟལ་ཉེ་སྦྱང་ལ་ཁུལ། །
རྒྱན་གྱི་དཔལ་འབྱོར་འཆོ་ཆོས་སྟོག་ཏུ་སྟོམ། །
དུས་འདིར་ཁྱེད་ཅག་དུས་ཐོག་ཆར་པ་ཉིད། །
འཆོ་བ་གདོང་བསུས་ཤེ་ཆོམ་འཆིང་རྒྱ་གཏོར། །
འཇིགས་པ་ཐོད་སྦངས་སོམ་ཉི་དུ་བ་བཙོམ། །
སྟུག་བསྐལ་ཁོག་བརྟུག་ཉིས་འགལ་དབྱང་ཐག་གཙོད། །
སྤ་སྟོག་འབེན་བཞག་བར་ཆད་བདུད་དཔུང་འཛོམས། །
བྱོགས་ཞེན་རྒྱང་བྱ་ཤོད་ཀྱང་བརྟེད་ཅིང་མཛོས། །
རྩན་གཏམ་སེར་བ་རྩབ་དུང་བནན་ཞིང་བརྟིང་། །
གཡོ་སྦྱའི་བོྲ་གར་འཇིགས་དུང་དྲང་ཞིང་བྱམས། །
ཕ་མའི་མགུར་སྟུ་སྟན་དུང་དཔའ་ཞིང་མཛདས། །
རི་གཟར་ཐལ་རྩོ་གྲ་དུ་བརྒྱག་སྟེ་མིག་རྒྱང་བསྤིངས། །
ཐུར་འབབ་རྩུ་བོ་མཐའ་ནས་བཀག་སྟེ་ཡིད་རྒྱ་བསྟེད། །
མཐུ་བཙན་བསྐྱས་ཐང་ར་ནས་བསྐར་ཉེ་ཁོག་སྤང་སྟོད། །
མི་མཐུན་རྩལ་པར་རྒྱལ་མཛད་ཁྱེད་ལ་གསུ་པས་འདུད། །
འཕྲལ་ཡུན་ཀུན་ལ་ཕན་པར་བདེན་པའི་སྦྱར་གྱིས་གཟིགས། །
འདི་བྱི་གཉིས་ལ་དགེ་བར་དྲང་པོའི་ཐིག་གིས་འཇལ། །
རང་གཞན་ཡོངས་ལ་སྦྱན་པར་ག་བྱ་པོའི་སྟོ་ཡིས་དཔུད། །
ཁྱེད་ཅག་རྒྱ་སྐར་ཁྲིད་ཀྱི་བདུད་ཆེའི་མཆོན་ཅན་ལགས། །
སེམས་ཀྱི་གཏིང་དུ་གཙོད་ཐེབས་ས་ཆའི་འབྱུང་འབྱུར་འཁོར། །
སྟོ་རྒྱའི་བར་དུ་མི་རིགས་སྤུན་ཟླའི་མདུན་སྦྱངས་གསལ། །
མཆིན་པའི་ཞབས་སུ་མེས་རྒྱལ་ཆེན་མོའི་འཆོ་བ་མན་བས། །
མི་ཆེན་མོ་དཔོའི་གཙུག་ན་མཛོས་པ་བྱག་བྱའི་གནས། །
ཡོ་དུས་མཐའ་ནས་འཐེན་ཉི་གཡང་ལས་ཐར་བར་བྱེད། །
སྦྱར་དུས་མདུན་ནས་བཀྲགས་ཉི་ཤིགས་ལས་གྲོལ་བར་བྱེད། །
སྟུག་དུས་འགལ་ནས་བཉིགས་ཉི་དག་ལས་རྒྱལ་བར་བྱེད། །
ན་དུས་རྒྱལ་ནས་སྦྱོར་མཛད་རང་རེའི་གདོང་མཆོངས་པ། །
སེམས་དཔའ་སེམས་མ་ཟེར་ན་ཁྱེད་ཀྱི་མཆོན་བཟང་ལགས། །
གདུང་སེམས་མཉམ་བསྟེད་ཟེར་ན་ཁྱེད་ཀྱི་དཔེ་བྱེད་ལགས། །
གངས་ཁྲིད་མི་སྦྱིན་ཟེར་ན་ཁྱེད་ཀྱི་གཟུགས་བརྟན་ལགས། །
སྦྱ་ཉིང་སྦྱང་འདིར་མི་བྲལ་གཏན་བཞུགས་བྱིན་གྱིས་སྟོབས། །

༼ **གཙན་ཐག་མིག།** ༽

གདུང་སེམས་སྦྱིང་གི་འཕར་ཡིང་།

རིགས་ཀྱི་སྟེ་ཉིག་ཕྱིང་བ་རྟོག་པོ་གཅིག།
སྟོ་བྱོགས་དིང་རིའི་བརྩེ་བའི་རིགས་མཐུན་ཆོགས།།
འབྱུང་བཞིའི་གདུག་རྩབ་བཙན་པོའི་རྩམ་ཟིལ་ཐོག།
ཀྱི་ཉུད་སྦྱིང་ཇེའི་དབང་བྱུག་དམ་པས་མཁྱེན།།
རང་བྱུང་ལས་ཀྱི་འབྱུར་བ་མཐའ་ལས་པ།།
སུས་ཀྱང་མི་ཁོག་སྟོག་ཏུ་མི་ཁུས་མོད།།
ཤ་དུས་ཁྲག་གི་འབྲེལ་བའི་སྤུན་ཟླའི་ཆོགས།།
ཁུས་མེད་བརྩེ་བའི་སྦྱོང་ན་རྟག་ཏུ་བཀ།།
གཞིས་ཁྱིམ་ཀྱངས་མེད་ས་རྟོའི་གསེབ་ལ་འཐོར།།
རྩམ་ཤེས་གངས་མེད་གཤིན་ཡལ་གོང་ལ་འབྱར།།
ནང་མི་ཁ་བྲལ་རིགས་མཐུན་གདུང་བས་ལྷགས།།
གོད་ཆགས་ལ་ང་མཐོང་ཆོ་སྦྱང་ར་འདར།།
ལས་འབྲས་ཐོད་པའི་མིག་འབྲས་ལྟར་སྦྱང་ཞིང་།།
བྱམས་བརྩེ་ཁོག་གི་སྦྱིང་རྒྱང་ལྟར་གཙེས་པའི།།
འཆོ་མེད་ཞིང་ཁམས་སྤིད་འབྱོར་གྱིས་སྦྱང་སར།།
རང་བྱུང་རྒྱལ་མོས་གོད་ཆགས་གནང་དོན་ཅི།།
འོན་ཀྱང་དོན་དམ་སྦྱིད་སྟུག་ངས་བཟུང་བྲལ།།
སྦྱི་སྦྱིར་སྟལ་ང་སྦྱི་འཆིའི་འཕྲང་རིང་ལ།།
མ་བཤོད་ཐབས་མེད་ལས་འདི་སྟེ་སྟ་གཞུག་ཙམ།།
སྦྱི་མཐུན་ལས་ཀྱི་བཀོད་སྦྱིག་སུ་ཡིས་སྟོག།
སྦྱིས་པའི་ལན་དུ་འཆི་བའི་གོ་རིམ་དང་།།

གངས་འདབས་ཀྱི་ དིང་རི་བ།

འབྱོར་ཕུག་འཛོམས་པོ་མེན་དུང་ཁང་ཁྱིམ་དུ། །
བཟའ་མའི་འཇུ་རྒྱུད་རི་མོ་ཤར་དུས་ཤིག །
མི་འདོད་འཕྲལ་དུ་བྱུང་བའི་ས་ཡོམ་གྱིས། །
སྟོ་གདུང་ཁིམ་འབུམ་གྱི་དིང་རི་བ། །
ལས་ཀྱི་རྒྱང་དམར་དུག་པོ་གང་ནས་ལྗང་། །
ཆོ་སྟོན་སྦྱིན་པ་ཐོར་བྱ་གང་ནས་རྒྱ། །
མི་དབང་ས་ཡོམ་ཐོག་གིས་བསྟུན་པ་ལས། །
དིང་རིའི་གན་མ་ས་གཉིས་ལ་འགྲོ་སྟོག་རྒྱག །
འཆི་བ་གང་ནས་འོང་བ་སུ་ཡིས་ཤེས། །
ངས་མེད་འཇིགས་པའི་འཕྲང་ལམ་དོགས་ས་ཆེ། །
རྩམ་ཤེས་རྒྱང་གིས་སྦྱར་བའི་ཤོག་བྱ་བཞིན། །
གར་སོང་འདི་འདུག་མེད་པའི་དིང་རི་བ། །
ཤལ་ནས་དྲུང་ག་སྦྱོང་གི་མིག་རྩ་བརྟན། །
བྱག་གཉིས་ཕྱིང་དང་འཁོར་མོའི་སྟེལ་མ་ཁུས། །
མིད་པ་བནར་ཞིང་སྟུག་གིས་འཆོ་བའི་ཁྲོད། །
བཟའ་ཆང་ཆོང་འདུས་མགྲོན་པོར་བསྟོ་སྦྱོན་ཁུས། །
ཤ་དང་དུས་པ་གཅིག་ཡིན་རིགས་ཀྱི་སྤུན། །
གདུང་སེམས་མཉམ་དུ་བསྦྱང་ཡོད་ཁ་བའི་གྲོགས། །
སྦྱིང་དུས་སྟུག་གིས་མ་ཞན་སྤུན་ཟླ་ཆོ། །
མ་འོངས་བདེ་བར་སྦྱོན་ཡོད་གངས་ཀྱི་སྤུན། །

༼ **རང་མདངས།** ༽

གདུང་འབོད། —མས་སྦྱིན་པོར་བའི་དིང་རི་ལ་ཕུལ་བ།

ད་ཨ།
ཆོས་སྦྱར་བཏང་མ་ཡིན་པའི་
མདོ་དབུས་གཉིས་འཇམ་འཇགས་གིར།
བདེ་ཞིང་སྦྱིད་པར་གནས་འདུག་ཡོད་བསམས་སོང་།

ཁོར་ཡུག་རེ་རེ་ནས་བྱ་གཞག་གང་ཞིག།
སྦྱབ་བཞིན་སྦྱབ་བཞིན་བསྦྱབ་པ་ཆར་བར།
མགོ་ལ་ཆག་སྟོ་ལྷུང་བ་འདི་ཡང་།
ཁྱེད་ཅག་དང་འུ་ཅག་གིས།
ནམ་ཡང་དང་ལེན་བྱེད་དཀའ་བའི་
ལས་ཀའི་གོམས་གཤིས་ཤིག།
སྦྱར་སྦྱར་ངང་མི་རྟག་པའི་གསལ་འདེབས་བྱེད་པ་འདྲ།

དགུན་རྒྱང་གི་ངར་ཁ་བཙན་པོའི་ཁྲོད།
འདི་ལྟར་ཆོ་སྟོག་གི་དབུགས་རྒྱན་ཞིག་འགག་པར་སྟོག།
མཐོ་སྐང་གི་མཆོན་མོའི་སྟུག་དུམ་ནས།
གང་ཟུག་གི་ཤར་སྦྱའི་སེམས་པ་ཡང་ཡང་གཙོས།

དིང་རི། དིང་རི་རྩོང་།
ཁྱེད་ཅག་དབུས་གཙང་ནས་སྦྱེས་ཤིང་།
སྤར་ཡང་དབུས་གཙང་ལ་ཐེམ་པར་སྦྱོ་སྤང་མེད་པར།
སྟེ་བཞུད་གནང་བའི་སྦྱི་འོ་རྩ་མས་པངས་སེམས་
ཆོད་མེད་བྱུང་།

ད་ནི།
ཁྱེད་ཅག་དགའ་བའི་དབུས་གཙང་དང་།
ཁྱེད་ཅག་འཁྲིང་བའི་ཤལ་བཞག་གི་ཡོད་ཆད།
ཁྱེད་ཅག་གི་བསམ་པའི་སྦྱོན་པ་བཞིན།
བདེ་ཞིང་སྦྱིད་པའི་སྦྱོན་ལམ་འདེབས།

༼ **རྒྱ་ཆང་སྦྱིན་ལམ།** ༽

སྦྱིད་སྟུག་གང་བྱུང་རྒྱ་ཆོགས་ལས་འབྱུང་བའི།།
ཚུལ་འདི་རང་རེའི་ལུགས་གཉིས་སྦྱིང་པོ་ཡིན།།
སྦྱིད་སྟུག་གདོང་ལེན་གྱིས་ཤིག་དིང་རི་བ།།
བྱམས་བརྩེའི་མེ་ཉྱ་ག་འཇུ་མ་པའི་གངས་སྦྱངས་འདིར།།
ལུན་གཅིག་ཤ་ཁྲག་འབྲེལ་བའི་ལས་སྦྱོན་གྱིས།།
སྦྱི་འཆིའི་གོད་ཆགས་མཐོང་ཆོ་སེམས་ར་འབྲག།
རིགས་གཅིག་སེམས་ལ་ལྷུང་འགྲོ་དིང་རི་བ།།
དེ་དུ་འགྲོ་སྦྱམ་རྒྱང་ཐག་ཡལ་གྱིས་བསྐལ།།
ཁོར་དང་རྒྱ་རྩས་གཏོང་སྦྱམ་དཔལ་གྱིས་ཐོངས།།
དམར་རྒྱུད་སེམས་པའི་བརྩེ་བའི་འཕར་ལྗིང་ལས།།
ཅི་ཡང་མི་ཁུས་རིགས་མཐུན་དིང་རི་བ།།
གདུག་རྩབ་དུག་པོས་གཤིན་ཡལ་འགྲིམ་པ་དང་།།
དཀའ་འཕྱག་སྦྱོང་ནས་ཤལ་ལྷག་སྤུན་ཟླའི་ཆོགས།།
འདི་བྱི་ཀུན་ཏུ་སྦྱབས་འཇུག་བསྟོ་སྦྱོན་བྱས།།
རི་བཞིན་འབྲུབ་པར་སྦྱབས་གསུམ་ལྷ་ཡིས་སྦྱངས།།
དགུན་ལ་གང་བའི་ཟུག་རྩས་ཤ་དུས་གཟིར།།
རིགས་མཐུན་སྟོ་སྟུག་ཐེབས་པས་ཡིད་སེམས་གདུང་།།
སྦྱིགས་དུས་སྦོན་མཆོག་འཕགས་མཆོག་སྦྱིན་གཟིགས་ཀྱིས།།
འདི་བྱི་ཀུན་ལ་ཤུགས་བརྩེ་མ་སྟོད་ཅིག།

༼ **སྤང་བ་བར་བྱལ།** ༽

སྦྱི་སྦྱི་མ་གནང་། དིང་རིའི་ མི་དམངས།

དགོང་མོ་དེར།
བྱམས་བརྩེ་ལྷན་པའི་མ་མང་པོས་དགའ་བའི་དགོད་
སྟེ་ལྷང་ངར་སང་ཉིན་གྱི་འཆོ་བ་སྤིང་ངས།
ཞོགས་པ་དེར།
ས་ཆེན་པོའི་གཡོ་འགལ་ཞིག་གིས་བྱམས་བརྩེ་ཡི་
དགོད་སྟེ་དེ་སྟུག་བསྐལ་གྱི་དུ་སྟེ་དུ་འབྱུར་འགོ་བ་
ག་ལ་རྟོགས་སྤིང་ཨང་།
དགོང་མོ་དེར།
བརྩེ་འདར་ཟབ་པའི་མཛའ་གཞུགས་མང་པོས་དུང་
བའི་འཇུ་མ་མདངས་འབྲེལ་ལེར་མ་འོངས་
ཀྱི་འཆར་གཞི་བརྟེན་ངས།
ཞོགས་པ་དེར།
གིགས་ཆེན་པོའི་བར་ཆད་ཅིག་གིས་བརྩེ་འདར་གི་འཇུ་མ་
མདངས་དེ་ན་ཟུག་གི་དྲན་གདུང་དུ་འབྱུར་
འགོ་བ་ག་ལ་ཆོར་སྤིང་ཨང་།
དགོང་མོ་དེར།
ལྷིང་འཇགས་ཡིན་པའི་ཁྱིམ་ཆང་མང་པོས་སྦྱིད་
པའི་སྦྱར་སྟེ་གསལ་ལེར་རྩེ་ལམ་གྱི་ཞིང་ལ་རྒྱལ་ངས།
ཞོགས་པ་དེར།
བཟོད་དཀའ་བའི་གཙོན་འཆོ་ཞིག་གིས་ལྷིང་འཇགས་ཀྱི་རི་
གོང་དེ་གྱིས་བྲལ་གྱི་མིག་རྩ་དུ་འབྱུར་
འགོ་བ་ག་ལ་ཤིས་སྤིང་ཨང་།

རྒྱེན་ངན་གྱི་རྒྱང་ཤོད་ནག་པོ་ཞིག།
གྱིས་བྲལ་གྱི་འཇིགས་པ་ཆེན་པོ་ཞིག།
དུ་འཁོར་གྱི་འཐབ་རྩོད་དུག་པོ་ཞིག།
དིང་རི་ཡི་མི་དམངས་མགོ་ལ་ལྷུང་།

གངས་ཅན་ཡལ་ནས་ཤ་ཁྲག་གཅིག་ལས་མཆེད་པའི་
ང་ཡི་སྤུན་ཟླ་དིང་རི་བ།
རི་བོ་རྩོ་མི་སྤྱང་མའི་འདབས་རོལ་དུ་འཆོ་བའི་ང་ཡི་
སྤུན་ཟླ་དིང་རི་བ།
ཁྱི་ལྷལ་ལ་བརྩེ་བས་ཁེངས་ཡོད།
ཁྱེད་ཆོ་ལ་ད་དུང་ང་ཆོ་ཡོད།
ང་ཡི་སྤུན་ཟླ་དིང་རི་བ་ལགས།
ཁྱེད་ཆོའི་སྦྱང་འོག་རྒྱལ་མདུན་ཀུན་ཏུ།
སྦྱབས་ཆེན་གྱི་མེས་རྒྱལ་དང་སྤུན་ཟླའི་མི་རིགས་ཁག།
ད་དུང་རང་རིགས་ཀྱི་སྤུན་ཟླ་འགྲེང་ཡོད།
ང་ཆོ་སྦྱིད་ལ་ཁའི་རྩ་ལ་མཉམ་ཟད་དང་།
སྟུག་སྟོན་མོའི་རྒྱལ་མཉམ་འཐུང་ཡིན།
ང་ཡི་སྤུན་ཟླ་དིང་རི་བ་ལགས།
སྟུག་གི་སྤུན་པ་རི་ལྟར་མཐུག་ཀྱང་།
ནམ་ཞིག་སྦྱིད་གྱི་ཉི་མ་འཆར་བར་རེ་བ་བྱེད་རོགས།

༼ **བྱང་རྒྱ་རེངས།** ༽

རྒྱེན་ངན་གྲོགས་ཤར་ མཛོད་ཅིག་དིང་རི་བ།

སྟོ་དུར་བྱུང་བའི་འཇིགས་པའི་གུད་ཆེན་གྱིས། །
ལ་སྦྱང་དིང་རིའི་བྱོགས་ནས་ཆོ་སྟོག་འཕྲོག །
འཆོ་གསོན་སོ་མཆོམས་འདྲེས་མའི་ཐང་དཀྱིལ་ནས། །
གད