

འབྲོག་ཐང་མཛའ་ཟྱ།

ན་ནོར་ལུག་གསུམ་འཆོས་འཇུ་མེད་བྱང་ཐང་ན།།
མེ་རྟོག་ཁྲ་ཆེལ་བཞད་པའི་ལྷིང་འཇགས་རྩ་ཐང་ན།།
ཆུ་མིག་དགུ་སྤྲིལ་ཁྱེར་བའི་འབྲོག་པའི་ཕོ་རྟོད་ཡོད།།
ལུལ་དཀར་འབྲི་མོ་འཛོལ་འི་འབྲོག་མོ་རྩལ་མ་ཡོད།།
གཞིན་རྒྱུད་སྤར་བ་རིལ་ཤོར་འདྲའི་ཕོ་མོ་འགས།།
ཕན་རྒྱུན་དགའ་རབས་དུང་རབས་ཐད་ཀར་མ་ལབ་པར།།
འབྲོག་ཐང་མཛའ་ཟྱ་སྟན་མོའི་འགྱུར་ཁྱགས་དྲུག་འགྱུར་ལྟན།།
བརྩེ་བའི་བྱར་མིག་འཕེན་ཞོར་ལན་འགའ་སྒངས་ཐལ་ལོ།།
མཐིང་མདྲོག་ཨ་རྩོན་གཡུ་འབྲུག་རྩོན་མོའི་པ་ས་རེད།།
ཆུ་རྟོད་རྒྱབ་པ་སྟན་རྒྱུད་བྱ་མོའི་ཞལ་རས་འདྲ།།
སྐར་ཆོགས་ཁྲ་མོའི་དབུས་སུ་བྱ་ང་ཡོད་སྟངས་ན།།
ཐེ་ཆོམ་གང་ཡང་མེད་པར་རྒྱབ་པར་འོ་ཞིག་བྱེད།།
ལྷ་ལམ་ཡངས་པོ་ཁྲི་གདུགས་ཉི་མའི་གནས་མལ་རེད།།
བྱ་མོང་ནི་སྤྲ་ནག་འདབས་ནས་འཆར་ལོངས་བྱུང་།།
ཁ་དོ་དུང་རྒྱ་ནང་བཞིན་མེད་པ་མདོ་ན་སུམ་རེད།།
ལུགས་བསམ་སྦྱིད་པོ་བཞེས་འདུག་ཨ་རྩོ་ཆེ་རིང་ལོ།།
ཁྱ་བྱག་རྩོན་མོ་དབྱིད་རྒྱུད་འཇམ་པོའི་སྤྱན་རྒྱ་རེད།།
དྲོད་འཇམ་རྒྱུད་བྱ་དལ་བ་དལ་བྱར་ལྗང་ཐེངས་རེར།།
ཡལ་ལུང་ཀུན་ལ་ཁུབ་པའི་ལྷ་བསང་དྲི་མ་དག།།
ཨ་ཅེ་འབྲོག་མོའི་ལུས་ཀྱི་དྲི་བསུང་མིན་ནམ་སྟམ།།
དབྱིད་རྒྱུད་འཇམ་པོ་ནམ་རྒྱ་ལུར་ནས་བྱུང་བ་རེད།།
བྱ་མོང་ནི་ནོར་གནག་ལྷན་དུ་འཆོབ་བཞིན་ཡོད།།
ལུས་ལ་ལྷེ་བའི་དྲི་མ་མ་གཏོགས་མི་འདུག་པའི།།
ལུགས་བསམ་འདི་འདྲ་མ་བཞེས་ཨ་རྩོ་ཆེ་རིང་ལོ།།
དགུང་རྩོན་མཐོན་པོ་ཁྲུང་ཁྲུང་དཀར་མོའི་འཕུར་ལམ་རེད།།
ཁྲུང་ཁྲུང་དཀར་མོས་མཛོས་པའི་གཤོག་བྱུང་དོམ་ཐེངས་རེར།།
བདེ་སྤྱར་གར་གྱིས་སྤངས་སྤྲབས་དོམ་པའི་སྟན་ཤར་ཁྱེད།།

ཁྲུང་ཁྲུང་དཀར་མོའི་གཤོག་རྩལ་གཡར་བ་མིན་ནམ་སྟམ།།
ཁྲུང་ཁྲུང་དཀར་མོ་ནམ་མཁར་གཤོག་འགྱུར་ལོས་དོམ་སྟེ།།
ནམ་མཁའ་མེད་ན་འཕུར་སའི་བུ་ལལ་ལམ་ཡོད་མ་ཡིན།།
ཨ་རྩོ་ཁྱེད་རང་ཁྲུང་ཁྲུང་འཕུར་སར་བལྟས་བལྟས་ནས།།
སྟན་གྱི་ཤེས་པ་འབྲལ་ནས་བཟི་བམ་རེད་དམ།།
ཉ་རྒྱུད་གསེར་མིག་རྒྱ་མོའི་གཞུང་ལ་ཕྱིན་ཕྱིན་ནས།།
ཉ་རྒྱུད་རྒྱ་མོར་བརྩེ་བ་སྤྲིབས་ནས་བྲལ་མི་འདྲོད།།
སྤྱན་ལེགས་འུ་གཉིས་བརྩེ་བ་དེ་ལྟར་བསྤེབ་སོང་ན།།
ང་ནི་དགའ་སྦྱོར་གཏམས་ནས་གཉིད་ཀྱང་ཁྱག་པར་དཀའ།།
ཉ་རྒྱུད་གསེར་མིག་རྒྱ་མོར་བརྩེ་བ་ལོས་ཡོད་དེ།།
རྒྱ་མོ་མེད་ན་ཉ་རྒྱུད་འཁོར་ས་ཡོད་མ་ཡིན།།
ཨ་རྩོ་འུ་གཉིས་བརྩེ་བའི་དར་དཀར་མ་ཐེན་གོང་།།
ལུགས་བསམ་འདི་འདྲ་བཞེས་ན་དོ་ཡང་མི་ཆང་འམ།།
འདྲོ་རིགས་རྩ་ཕོས་བང་གིས་རི་ལུང་མང་པོ་བརྒྱལ།།
ང་ནི་རྩ་ཕོར་སེམས་པ་ཤོར་ནས་ཡུན་རིང་ལུས།།
རྩ་ཕོ་ལྷ་བུའི་བང་ཞིག་ང་ལ་ཡོད་སོང་ན།།
མཛེངས་མ་ཁྱེད་གྱི་འཁྲིས་སུ་སྤར་ནས་བསྤྲིབས་ནས་ཡོད།།
འཆོར་སྐད་ལྟང་ལྟང་སྟོག་པའི་འདྲོ་རིགས་རྩ་ཕོ་ནི།།
བང་ཁ་ཐང་དཀར་རྟོད་པོའི་གཤོག་བྱུང་གཡར་བ་འདྲ།།
ཨ་རྩོ་ཁྱེད་རང་འཛོན་ཐང་དེ་འདྲ་ཡོད་སོང་ན།།
ཐང་དཀར་རྟོད་པོའི་གཤོག་བྱུང་གཡར་ནས་འཕུར་ཤོག་དང་།།
ཆོར་མོ་ལུག་གི་བལ་ནི་སྤྱན་པ་དཀར་པོ་འདྲ།།
ཁ་དོག་དཀར་པ་ཁྲ་རྒྱུད་མིག་ནང་ལྟང་ངེར་གསལ།།
འཇམ་པོ་བལ་ཞེས་གནའ་མི་རྒྱན་པོའི་དག་ན་ཡོད།།
ལུས་ཤུ་མ་ཡི་གཤེས་ཀྱང་དེ་ལྟར་ཡིན་པར་སྟོན།།
ཆོར་མོ་ལུག་གི་བལ་ནི་དངོས་གནས་ན་ཅང་འཇམ།།
བྱ་མོང་ཡི་གཤེས་ཀ་དེ་ལྟར་གཏན་ནས་མིན།།

རི་རྒྱུང་།

འཇམ་ཐིང་ཐིང་གི་རི་རྒྱང་གི་མཚན་མོ།
སྟོ་ཁྲི་གཅིག་ལུས་མཐོ་སྒང་གི་མཚན་མོ་བསྐྱངས་ནས་བསྐྱད།
སྐར་ཆོགས་ཀྱི་ཆོགས་ནི་སོ་སོའི་གསང་བ་སྤྱེད་ཀྱིན་ཡོད་པས།
རྒྱབ་ཡང་སྤར་ནས་གཉིད་དུ་ཡུར་ཟིན།
རྒྱབ་གཉིད་དུ་ཡུར་ཟིན་པས་མཐོ་སྒང་གི་རི་ལུང་ན་རྩི་པོ་མེད།

འཇམ་ཐིང་ཐིང་གི་རི་རྒྱང་གི་མཚན་མོ།
ནོར་གནག་ཆོས་ལྟས་ར་གྲུ་བཞའི་ནང་དུ་ར་རྩེ་གཉིས་
གནམ་ལ་གཟེངས་ནས།
སེམ་སེམ་སེམ་ལ་ངལ་གསོས་པས།
གནག་རྩི་དང་རྒྱུད་འདྲིས་ནི་སྤར་ནས་གཉིད་ཟིན་ཅིང་།
མི་ལམ་གྱི་ཞིང་དུ་ངང་གིས་ཆས།

འོན་ཀྱང་མཐོ་སྒང་གི་རྒྱུད་བྱ་ན།
ད་ཆ་རི་རྒྱང་དུ་ཉལ་ཟེན་ནམ།
ཡང་ན་རི་རྒྱང་ནས་རྒྱུད་རིང་དུ་ཕྱིན་པ་ཡིན།
དེ་ནི་མཐོ་སྒང་གི་སྟོ་ཁྲི་གཅིག་ལུར་ལྷུར་བའི་འབྲོག་གྱི་
མ་གཏོགས་སུ་དང་གང་གིས་མི་ཤེས།

འཇམ་ཐིང་ཐིང་གི་རི་རྒྱང་གི་མཚན་མོ།
དུས་རྟག་དུ་ཨ་མས་བཤད་པའི་སྟན་ལྟང་ལྟང་གི་གཏམ་
རྒྱུད་གཅིག་དང་མཚུངས།
རྒྱུད་བྱིས་པའི་སྐབས་སུ་རི་རྒྱང་དུ་དལ་རྟོད་རྟོད་ངང་
མཚན་མོར་གཉིད་དུ་ཡུར་བའི་རྒྱ་སྐར་ཞིག་ཡོད་ཟེར།
དེ་དང་ཆབས་ཅིག་དུ་ས་གཞི་དང་རྩྭ་བཡང་གཉིད་དུ་ཡུར་སྐད།

བྱུང་ཐང་གི་རི་དྲུགས་ཁེར་རྒྱུང་།

སྤྱན་དཀར་དམར་བཞུད་པའི་བྱུང་ཤར་གྱི་མཚམས་ནས།།
སེམས་ངེས་མེད་རྩམ་རྟོག་ཕྱོགས་མེད་དུ་རྒྱ་ཞིང་།།
ལས་སྦྱིད་སྤུག་མཁའ་ལམ་སྤུག་པ་དང་རྟེན་པའི།།
རྩ་དཀར་ནག་སྐར་བའི་བྲེ་སེར་གྱི་འཛོད་རྟོད།།

དགུང་ཉི་ཟེར་གངས་ཀྱི་དབུ་རྩེ་རུ་སྤྱོད་ཞིང་།།
གཡའ་དག་པའི་ནམ་མཁའ་རྒྱ་འཛོན་གྱིས་དབེན་དུས།།
མཐོ་ཉི་རྒྱ་བཀྲེགས་པའི་ཨ་རྩོན་གྱི་དབྱིངས་ནས།།
སྤུག་ལྷེ་མེར་གཡོ་བའི་འབྲོད་རྟོད་ཀྱི་ར་རྩེ།།

ལོ་རྒྱུ་བའི་ཆར་ཞོད་རྒྱུད་མར་དུ་བབས་ཤིང་།།
རྩི་ལ་བའི་མགོ་སྟོག་ལྷེ་མེར་དུ་གཡོ་དུས།།
གངས་དཀར་པོའི་འདབས་ཀྱི་སྤར་གཤོང་གི་ཆོལ་དུ།།
བརྩིད་ཆགས་ཅིང་རྩམ་པའི་བྱུང་ཐང་གི་རི་དྲུགས།།

དགུང་ས་འཛོན་གྱི་རྟོ་བར་སྤུག་པས་བསྐྱབས་ཤིང་།།
སྤྱན་ག་པོའི་ལྟས་མཐའ་རུ་ནོར་གྱིས་བརྒྱན་ཞིང་།།
འབྲོག་རྩམ་གཟན་དག་གིས་ཀི་ཡིས་འགོངས་པའི།།
བྱུང་ན་དམར་གྱི་སྤར་རྩེར་ཁྱོད་གྱི་པ་ཁྱིམ།།

རྒྱ་དྲངས་གསལ་གྱི་འབབ་རྒྱན་དར་ལས་རིང་ཞིང་།།
སྤྱན་ཡིད་འོང་གི་གཤེས་ཀ་བལ་ལས་འཇམ་པའི།།
འབྲོག་སྤར་ནག་གིས་ཁུབ་པའི་སྤྱིད་པའི་ཁྱོན་ཡངས།།
འཛོད་བྲེ་སེར་གྱིས་སེམས་པའི་བྱིར་མིག་ཕྱོགས་ས།།

རྩ་འདྲོ་རིགས་ཀྱི་བང་ཁ་རྒྱུད་དང་འགྲན་ནས།།
ལུག་གཡང་དཀར་གྱི་མེ་རྟོག་རྩ་ལ་བཀམ་པའི།།
གནས་སྦྱིད་པའི་ས་རྩོན་མཐོ་སྒང་གི་ལུང་པ།།
རྒྱུད་བྱིས་དུས་ཀྱི་རྩི་ལམ་འདྲ་མིན་འཁོར་ས།།

ཨ་རྩོས་ང་ལ་རྒྱས་མང་འཆོག་གསུམ་མ་ལོན་གོང་།།
གསོལ་བ་སྟོན་ལམ་མ་རྒྱག་རྩེས་སུ་འཁྱོད་རོགས་རེད།།
ཁ་བའི་འདབ་མ་ལྷབ་ལྷབ་ས་ལ་ལྷུང་ཐེངས་རེར།།
ནོར་འཛོན་བྱ་མོའི་ལུས་སེམས་གཉིས་ཀ་དཀར་པོ་འགྱུར།།
སྤྱན་རྒྱུད་བྱ་མོ་འུ་གཉིས་མཉམ་དུ་མཐུན་སོང་ན།།
འུ་གཉིས་སེམས་ཀྱང་ཁ་བ་ནང་བཞིན་ཆགས་རྒྱ་རེད།།
ཁ་བ་གནམ་ནས་ལྷུངས་ཉི་ཟགས་ས་ས་གཞི་རེད།།
ལུས་སེམས་གཉིས་ཀ་དཀར་པོ་ལྷུར་ན་ར་ལུན་ཅམ།།
འུ་གཉིས་གལ་སྤྱིད་ལས་ཀྱི་འདུད་པ་ཐེབས་སོང་ན།།
ཉིན་ཤས་རྩེས་ནས་སེམས་པ་ནག་པོར་འགྱུར་དགོས་སམ།།
ལ་ཁའི་དར་ཤིང་སྒྱུ་པོ་ནང་བཞིན་ཁེར་རྒྱུང་ངང་།།
རང་འདྲོད་བྱས་ནས་དུས་ཡུན་རིང་པོ་འཆོབས་མ་ན།།
གངས་ཆར་རྒྱུད་སོགས་ཁྱོད་དུ་ལང་ཆོ་རྒྱས་འགྲོ་བས།།
དེ་དུས་མཛོས་མ་འཁྱོད་པ་སྟེས་ན་འབྱི་ཡང་དྲགས།།
སེམས་ཁལ་སྤ་བརྟན་བྲག་རི་འདྲ་ལེ་བརྩེགས་དགོས་མེད།།
སྤུག་བསྐལ་མཚན་མོའི་སྤྱན་པ་རུམ་ནང་འཇུག་དགོས་མེད།།
དྲིན་ཆེན་པ་མ་ཟེར་བའི་ཉི་རྒྱ་བྱང་གཅིག་ཡོད།།
སྦྱིད་པོ་གཡང་ཁྱིམ་ནང་ན་དྲོད་ཀྱིས་ཁེངས་ཡོད་དོ།།
མི་ཆེ་མི་རྟག་ནམ་མཁའི་དབྱིངས་ཀྱི་འཇའ་ལྟར་འདྲ།།
རྒྱ་ནོར་མི་རྟག་དབྱར་གྱི་རྩ་འགོའི་བྲིལ་པ་འདྲ།།
མི་རྟག་མི་རྟག་ཟེར་བའི་སྐད་ཆ་གོ་སྟོང་ངམ།།
བྲམ་མཐོང་རྒྱ་ཆེན་ན་བསམ་སྟོ་འཁོར་ཆོད་རེད།།
མི་ཆེ་མི་རྟག་ཡིན་པར་སྟོན་ནས་ཤེས་གྱི་ཡོད།།
རྒྱ་ནོར་མི་རྟག་ཡིན་པར་སྟོན་ནས་ཤེས་གྱི་ཡོད།།
ཡིན་ཡང་མི་རྟག་མི་རྟག་ཟེར་ནས་འདུག་པ་ལས།།
དྲིན་ཆེན་པ་མའི་འགྲམ་དུ་སྤི་ཞུ་བསྐབ་ན་ཡག།།

༼ཨ་རྟོག་བསྟན་ཉི༽

འོན་ཀྱང་བྲིལ་བེད་དང་འཆབ་འཆུབ་ངང་སྦྱོད་བཞིན་པ་ནི།
དུས་ཆོད་ཀྱི་སྐར་མདའ་ལྷན་གསུམ་ཡིན་པས།
རྒྱུད་ནས་གཅེས་པའི་བྱ་རྒྱུད་རི་རྒྱང་དང་གྲེས་ཤིང་།
རྒྱུད་རིང་དུ་རྩི་ལམ་འཆོལ་དུ་སོང་།
སྤར་ནས་ད་བར་དུ་དུས་ཆོད་དག་ལ་བརྩེ་བ་དང་ཆགས་
ཞེན་གང་ཡང་ཡོད་མ་ཕྱོད་བས།
འཇམ་ཐིང་ཐིང་གི་རི་རྒྱང་གི་མཚན་མོ་ད་ཆ་རྒྱས་ཟིན།
དེའི་དུས་དེ་དང་མཉམ་དུ་རྒྱས་བཞིན་པ་ནི།
འདམ་བག་བརྩེས་ནས་རྩེད་འཛོར་རོལ་སའི་པ་ཡལ་དང་།
རི་རྒྱང་དུ་ཡོད་པའི་བྲམས་བརྩེའི་པ་མ་ཡིན།

༼ནག་ཤོད་ང་རོའི་འཆོར་སྤ༽

རྩེ་མེ་རྟོག་གི་ལང་ཆོའི་ཁོ་ལག་རྒྱས་ཤིང་།།
བསུང་དྲི་དང་དྲིས་སྟོ་ལཱིའི་ཆོགས་དྲུག་བཅོམ་པའི།།
གངས་སྤྱན་དཀར་གྱི་མཛོས་སྤུག་མཁལ་དུ་འཆར་བའི།།
བྱུང་མཐོ་སྒང་གི་རྟོ་བར་འབྲོང་གི་པ་ཁྱིམ།།

དགུན་ཁ་བ་དང་ལྷགས་པས་གང་གུབས་མེད་ཅིང་།།
དབྱར་ཉི་ཟེར་གྱི་ཆ་བས་གདུང་ཆབ་མེད་པ།།
དུས་ནམ་རྒྱ་ཡི་ལོ་གངས་ཅི་ཅམ་རྩོགས་ཀྱང་།།
གནའ་ཡར་སྟོན་གྱི་པ་གཞིས་སྤུང་བའི་འབྲོང་རྟོད།།

སྤང་ལབ་རྩེ་དང་བེ་བ་ཁོད་དུ་སྟོམས་ཤིང་།།
སྤྱན་དཀར་དམར་གྱི་མིག་མདངས་ཉང་གྱིས་བགྲད་ནས།།
རི་གངས་སྤར་གྱི་འདབས་སུ་དལ་གྱིས་གཟིམ་དུས།།
སྤུང་ཤ་གཟན་གྱིས་འཛིགས་བསྐངས་བདོག་པར་མི་འདུག།།
༼ཐེ་དགོའི་གཡུ་རྩ༽



བྱི་ཐག་དབུས་ཀྱི་ ལས་སྐལ།

ནང་སེམས་ཤིན་ཏུ་གཙང་མ་རུ།།
ཆགས་པའི་སྤྱིབ་པ་མ་བྲལ་ཡང་།།
ཞལ་དཀར་དབུས་ཀྱི་བད་མ་ནི།།
དགུང་གི་ཉི་རྒྱ་རི་བཞིན་གསལ།།
བསལ་བ་ལས་ཀྱི་རྒྱུད་བྱ་དེས།།
འཆར་རྒྱང་ཐོགས་མེད་ཡིད་དུ་བྱེད།།
སྤྱི་མའི་མདངས་ཀྱིས་མ་གོས་པའི།།
ལང་ཆོ་འཇུ་མ་ཡིད་དུ་གཙང་།།
གཙང་མའི་མེ་རྟོག་རྩ་ཆོགས་ཤིག།
བྱི་ཐག་ནང་ནས་འདབ་མ་གཡོ།།
ཡིད་འོང་སྦྱིང་དུ་སྤུག་པ་ཆོགས།།
མ་ཆགས་ལས་དང་འབྲེལ་བའི་སྤ།།
གང་བྱུང་ཐོགས་པ་འདི་ཀུན་ཡང་།།
རྒྱབ་དཀར་པོའི་རང་བཞིན་ལ།།
ངག་རིག་སྦྱིང་པོས་སྤར་ཡང་དུ།།
ཆོག་དང་བརྩོད་པ་མཐའ་མེད་ཅིག།
རྒྱང་བའི་དབུས་སུ་བརྩེ་དང་འཇུ་མ།།
ཡིད་དུ་བཞད་ཅིང་ལང་ཆོའི་ངག།
མ་ཐོགས་རྒྱུད་དུ་བསྐྱར་བཞིན་དུ།།
རང་རྒྱང་དེས་ཀྱང་ཡིད་དུ་བཀོད།།
ལས་ཀྱི་སྐལ་པ་དབྱངས་ལ་འདྲེས།།
ལས་མཐུན་ཆོག་གི་སྤེལ་ཐག་ལྟར།།
ལས་ལ་བཀོད་ནས་ཅི་ཞིག་གིས།།
ལས་ཀྱི་སྤྱིན་གྲོལ་སེམས་སུ་སྤྱིན།།
ཞལ་གྱི་འཇུ་མེད་གསལ་བ་ནི།།
རི་མཐོའི་སྤུག་པ་ལང་ལོང་བཞིན།།
རི་མཐོའི་སྤུག་པ་ལང་ལོང་བཞིན།།
བརྩེ་བའི་མིག་དུ་ལན་མང་རྒྱུད།།
དུང་བའི་ཡིད་ལ་ཆོར་རྒྱབས་རྒྱས།།
སྤྱིང་ཞེན་ཁུར་བའི་ལས་དབང་དེ།།
དགའ་སྦྱོའི་བར་དུ་བཞད་པར་ལྷུར།།
དབྱངས་ཀྱི་འདྲོད་པ་གང་བྱུང་བ།།
ཟག་མེད་ལས་དང་ཡུན་རིང་འགྲོག།
མ་བཅོས་འཆོབའི་ཡིད་གཞུང་དུ།།
སྟོན་དང་རྩི་ལམ་གཏིང་བྲལ་བ།།
བྱི་ནང་དཀར་ཞིང་ནག་ནོག་ཟད།།
རྩམ་འགྱུར་ཡག་ལ་དཀྱིས་པ་གང་།།
སྤྱི་འཕལ་མིན་པའི་ངང་རྒྱལ་ཞེས།།
རྩན་པའི་གཏིང་ད