༤

སི་ཁྲོན་དར་མདོ། ཉོ་ས། ས་གནས་སོ་སོའི་ཡིག་གློག་ཅུས། ཁ་པར་ཨང་གྲངས། 2835733 སྦྲགས་སྲིད་ཨང་རྟགས། 626000 ཚགས་པར་རེར་སྒོར 0.70 དང་ཟླ་རེར་སྒོར9.00ཡིན།

རྩོརྩོམ་རིརིག་སྒྱུ་རྩོལ། པར་ངོས་གཙོ་འགན་པ། མིག་དམར་དོན་གྲུབ། ཁ་པར། 13320799988 ཡིག་སྒྲོམ། 892204328@qq.com 2026ལོའི་ཟླ་བ4པའི་ཚེས20ཉིན།

ནམ་ཟླའི་འཁོར་ལོ་རིམ་གྱིས་འགྱུར་བཞིན་ན།།
ལན་ཆགས་ཅན་ལ་ཞིབ་མོས་རོལ་མོ་དཀྲོལ།།
ལས་སྣང་ཐན་ཐུན་བདེ་བའི་ཀློང་དུ་བཅུག།
ཡི་གར་འོང་བའི་དུས་ཀྱི་ཤེས་བྱའི་ཚོགས།།
མདོག་ཁ་ཐོགས་ཏེ་ཚུགས་ཀ་གཞན་ལ་བརྗེ།།
དཔྱིད་ཀའི་རང་གཟུགས་ཅི་འདྲའི་ཡག་པ་ཨེ།།
ཞེ་རུ་འཁོར་བ་བདག་གི་གཤིས་སུ་ཆགས།།
དགུན་གྱི་ཟླ་བ་འདི་ནས་ཕར་ལ་བསྐྱལ།།
རླུང་བུའི་གསེང་ནས་ཆར་པའི་ངང་ཚུལ་ཤར།།
ལྗང་མདོག་གོན་པའི་དཔྱིད་ཟླ་ཚུར་དུ་ཐོན།།
ཁུ་བྱུག་སྔོན་པོ་མོན་ནས་སླེབས་པ་ཡིན།།
འབྲུ་སྣ་ཀུན་གྱིས་འགོ་ལྕོག་ལྡེམ་ལྡེམ་གཡོ།།
སྐྱེད་མོས་ཚལ་ནས་མེ་ཏོག་འཛུམ་དམུལ་ལེ།།
དཔྱིད་ཀའི་སྣང་བ་ཡག་ཅིང་སྐྱིད་པ་ཨང་།།
སྒྱུ་འཕྲུལ་ལྷ་མོས་གར་གྱི་རྣམ་པ་འཁྲབ།།
སྤྲིན་པ་ལན་བུ་བར་སྣང་ཁམས་སུ་རྒྱུད།།
འབྲུག་སྐད་ལྡ་ལྡིར་རང་བྱུང་དབུས་སུ་གྲག།
ཆར་སྤྲིན་ལྷན་དུ་འཇའ་ཡི་གུར་ཁང་ཕུབ།།
སྐྱེ་བོ་ཀུན་གྱི་ཞེ་སྙིང་བདེ་བར་བཀོད།།
མདོག་ཁ་ཡག་པའི་ལས་ལ་ཡིད་སྨོན་འཆང་།།
དཔྱིད་ཀྱི་ཟླ་བར་མཛེས་པ་ཀུན་གྱིས་ཕྱུག།
༼ ཁམས་འོད་གསལ།༽

དཔྱིད་རླུང་འཇམ་པོས་ལན་བུ་དཀྲོལ་གྱིན་ལྷོད་ཤུར་ཤུར་གྱིས་ལྡང་ཡོང་ན།།
སྨིག་རྒྱུའི་འོག་གི་མེ་ཏོག་གློ་ཁ་དལ་ཅག་གེར་ངང་སྐྱེས་ཡོང་ན།།
འདི་ནས་རྒྱང་རིང་ཡུལ་ཕྱོགས་ཤིག་གི་ཆུང་གྲོགས་ཟླ་བ་དྲན་ཡོང་ན།།
སྐྱོ་བ་ལ་ཁའི་སྨུག་སྤྲིན་འདྲ་བོས་གངས་དཀར་སེམས་པ་གཡོགས་ཡོང་ཨེ།།

དང་མའི་ཁ་འབྲས་བྱུར་དམར་འདྲ་བོར་ལོ་ཟླས་གས་ཁ་བརྟོལ་ཡོང་ན།།
དེ་དུས་ཁྲེལ་གཞུང་ཆུ་མོ་འདྲ་བོ་འཁོར་བའི་ཐང་ནས་འཛད་ཡོང་ན།།
ན་ཚོད་ལྕང་མའི་འཁྲི་ཤིང་འདྲ་བོར་དུངས་སེམས་ཆར་ཆུས་གདུང་ཡོང་ན།།
དམ་ཚིག་ཤེལ་གྱི་བུམ་པ་འདྲ་བོར་སྐྱོ་བའི་རྡུལ་དག་ཆགས་ཡོང་ཨེ།།

སྟོད་ཀྱི་རི་ནས་རི་དྭགས་སྐོར་ཞིག་རྡུལ་འཚུབ་འཚུབ་ཀྱིས་འདྲོག་ཡོང་ན།།
སྨད་ཀྱི་མཚོ་ནས་ངང་ཆུང་ཟུང་ཞིག་ལྡེམ་ལྡེམ་ལྡེམ་གྱིས་འཕུར་ཡོང་ན།།
ང་ཡི་ལས་ཀྱི་སྨུག་ཆུང་ཡུ་མོ་གར་འགྲོ་འདིར་སྡོད་མེད་ཡོང་ན།།
ཤིན་ཏུ་གཉོམ་པའི་མིག་ཟུང་ལས་ནི་མཆི་མའི་གཙང་པོ་བྲུག་ཡོང་ཨེ།།

གཡུ་ལུང་ཁ་ཡི་རྟ་ཕོ་རྐྱང་རྒོད་རྟོད་ཐག་བཅད་ནས་ཤོར་ཡོང་ན།།
རྔོག་མའི་ཚེ་མདུད་རླུང་གིས་སྐྱོད་ཀྱིན་མཐུར་མདའ་དྲུད་ནས་འདྲོག་ཡོང་ན།།ན་ལུང་ནང་གི་རྟ་ཁྱུ་དེ་ཚོ་ཕྱི་དྲོའི་དུས་ལ་འཚེར་ཡོང་ན།།
བྲེལ་རྟབ་རྨིག་སྒྲ་རླུང་ལ་བརྒྱུས་ཏེ་འདུ་བྲལ་རབ་ཁ་བརྒལ་ཡོང་ཨེ།།

ལས་དང་ལམ་གྱི་འཁྲེན་པ་མེད་ཀྱང་ཐུན་མཚམས་དུས་ལ་རྨིས་ཡོང་ན།།
ཆུང་ནས་འདྲིས་པའི་ཆུང་གྲོགས་མིན་ཡང་འདང་གི་རུ་མ་འཁྱིལ་ཡོང་ན།།
ཚེ་རབས་ལས་ཀྱི་རྙེད་པ་ཡིན་ཡང་ཕྱིན་ཆད་འགྱོད་པ་སྐྱེས་འོང་ན།།
ལས་འཕྲོ་མེད་པའི་བཤད་འཕྲོ་དེ་དག་སྐྱེ་བ་འདི་ལ་དྲན་ཡོང་ཨེ།།

སེམས་ལ་བརྐོས་པའི་དམ་ཚིག་རི་མོ་བསུབ་པ་མེད་ཅེས་སྨྲས་ཡོང་ན།།
འདང་ལ་འཐིམ་པའི་དངུལ་དཀར་གདུ་བུ་འབོར་བ་མེད་ཅེས་ཞུས་ཡོང་ན།།
ཚིག་གིས་སྟོང་བའི་དྲན་པ་འདི་ཚོ་དཔྱིད་ཟླ་མཐའ་མས་དཀྲོལ་ཡོང་ན།།
ངག་གི་མེ་ཏོག་སྙིམ་པ་གང་དེར་འདུ་བྲལ་བ་མོས་གདུང་ཡོང་ཨེ།།

གང་སར་ཚེས་པའི་དཔྱིད་ཀྱི་དཔལ་མོ་བསམ་པའི་སྟེང་དུ་ཚེས་ཡོང་ན།།
དཔྱིད་ལ་བཞད་པའི་ཨུག་ཆོས་དཀར་པོ་སྙེ་མ་དང་བཅས་ལྡེམ་ཡོང་ན།།
ངང་བའི་ཚོགས་ཀྱང་མགྲིན་པ་གཤིབ་སྟེ་གླུ་དང་གར་ལ་ཆགས་ཡོང་ན།།
སོ་སོའི་མགོ་ཡི་སྤྲིན་དང་སྨུག་པ་ལམ་དང་ལམ་ནས་འཕྲད་ཡོང་ཨེ།།
༼ ཚོར་རྐང་།༽

སྤྲིན་བ་གམ་བརྩེགས་པའི་ཁང་བཟང་ནས།།
འབྲུག་རྔ་གསང་སྙན་མོ་ལྡི་རི་རི།།
ཆར་ཟིལ་མ་འཇམ་སེར་སིམ་སིམ་འབབ།།
མཛེས་མེ་ཏོག་ཞལ་ཁ་དལ་གྱིས་འབྱེད།།
ནམ་ཟླ་དྲོད་ལ་སླེབས་ཤིང་ནམ་མཁའ་སྔོ་ཞིང་སངས་ལ་ཁ་བ་འདབ་
མའི་རོལ་རྩེད་རེ་ཞིག་ངལ་གསོས་ཏེ་འཇམ་ཅག་གེར་བཞུགས།རྒྱ་སྟག་ནགས་ནས་མཆོང་འདྲའི་དགུན་གྱི་གྲང་ངར་ཡང་རྒྱང་བཀྱེད་པས་བྱ་ཁུ་བྱུག་ལྷོ་ནས་ཕེབས་ཏེ་གྲེ་ཆུང་ངག་གི་དབྱངས་རྟ་སྙན་མོ་མཐོ་སྒང་གི་ཡུལ་གྲུ་ཀུན་ལ་གྲགས་ཤིང་།ཉ་གསེར་མིག་ཀྱང་དར་འཁྱག་ཟབ་མོའི་སྦུབ་རྒྱ་ལས་གྲོལ་ཏེ་འཁྱུག་རྩལ་ངོམ།སྡོང་ལོ་སེར་པོའང་འཆིང་སྒྲོག་ལས་ལྷོད་དེ་ལྭ་བ་ལྗང་ཁུ་ཞིག་བཀླུབས་ནས་ཕེབས་བྱུང་ལ།བྱ་བྱེའུ་འབའ་འབུ་རྣམས་ཀྱང་གཉིད་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་ནས་སད་དེ་སྟངས་སྟབས་ཀྱི་གར་ལ་རོལ།སྔོ་ལྗང་གཡུ་ལོ་བཀོད་པའི་སྤང་ཐང་སྦྲ་ནག་པོས་བརྒྱན་པའི་འབྲོག་སྡེ་ན་རྟ་ནོར་ལུག་གསུམ་ལྷས་ནས་བཀྲམ་ཞིང་།ཆུང་བེའུའི་ངུར་སྐད་ཐོག་མར་གྲགས་ལ། ནོར་འབྲི་གཡག་གི་ཁུ་ལུ་དལ་གྱིས་ཐོར་ཏེ་འབྲོག་བུ་མོའི་ངོ་ལ་འཛུམ་མདངས་རྒྱས་ཤིང་དབྱངས་གྲེ་འགྱུར་སྙན་མོའི་རྫི་གླུ་ངང་གིས་གྱེར།སྡེ་སྨུག་ཞགས་འཁྱིལ་བའི་སྨད་རོང་གི་མཐའ་མི་མངོན་ཞིང་ས་གཤིན་པོ་རུ་སྔོ་ལྗང་གི་མྱུ་གུ་འབུས་ཤིང་གང་སར་སྐྱེ་སྟོབས་ཀྱི་དཔལ་འབར་ལ།འབྲུ་སྣ་ལྔས་བང་མཛོད་དགང་བའི་རྟེན་འབྲེལ་འགྲིག།
རྟ་ནོར་ལུག་ཤ་ཤེད་རྒྱས་པ་དང་།།
དཀར་འོ་མའི་རྒྱ་མཚོ་འཁྱིལ་ནས་བྱུང་།།
ཞིང་གཤིན་པོར་ལྗང་ལོ་ཐགས་སུ་བཀྲ།།
འབྲུ་སྣ་ལྔའི་འཕེལ་ཁ་དར་བའི་རྟགས།།
༼ མིག་དམར།༽

ནམ་ཟླ་དཔྱིད་ཀའི་དཔལ་ཡོན་གཤིས་སུ་སྨིན་པས།།
ཁུ་བྱུག་འགྱུར་སྐད་སྙན་མོས་རི་ལུང་ཁྱབ་དུས།།
སེམས་ཀྱི་རྒྱབ་རི་སྨུག་པོ་བརྩེ་བའི་ཡབ་ཆེན།།
ང་ཡི་དཔྱིད་ཀའི་རྨི་ལམ་ལན་མང་བརྐུས་སོང་།།

མེ་ཏོག་སད་ཀྱིས་བཅོམ་པས་བུང་བའི་སེམས་པ།།
སྨྲེང་བའི་སྨག་རུམ་བཏུམས་པའི་ལོ་ཟླ་མི་གླེང་།།
འཇིག་རྟེན་སྣང་བའི་གྲོང་ནས་འདང་ཆེན་ཕ་ལོ།།
གྱེས་གདུང་ན་ཟུག་ལྕི་མོ་སེམས་ཀྱིས་མི་བཟོད།།

སྣང་བའི་རི་གྲོང་ནང་ནས་ནར་སོན་ལོ་ཟླར།།
ཕ་བུ་ལྷན་དུ་འཚོ་ཡང་རིན་ཐང་མ་ཚོར།།
ཁྱོད་ཀྱི་ཚེ་ཡི་མར་མེ་གཟིམ་པའི་ཉིན་ནས།།
ཡིད་ཀྱི་ནམ་མཁར་དྲན་གདུང་ཟླ་བ་བྲིས་ཡོད།།

ཡུན་ཐུང་མི་ཡི་མི་ཚེ་དབྱར་ཁའི་སྣང་བ།།
སྐྱེ་འཆི་ས་ཚིགས་གཉིས་ཀྱི་བར་ཐག་མི་རིང་།།
འདུ་འབྲལ་གདུང་བས་མནར་གཅོད་བསམ་གཞིག་བཏང་ན།།
དགའ་སྐྱིད་ལྷན་འཛོམས་དག་ལ་སྙིང་པོ་མ་མཐོང་།།

སེམས་པའི་རི་ཀླུང་སྨྲེང་བའི་ན་བུན་འཁྲིགས་ནས།།
ངེས་མེད་གནས་ཉུལ་འཁྱམ་པོའི་དྲན་རིག་རྒོད་པོས།།
ཞི་བའི་བས་མཐར་སྙན་ངག་ཟླ་བ་བྲིས་ཏེ།།
ནས་ཀྱི་ཆང་ཕོར་ནང་ནས་རང་ཉིད་བཙལ་ཡོད།།

ཨ་མའི་མིག་ཆུའི་སྐྱེལ་ཆང་སེམས་ཀྱིས་འཐུང་ཞོར།།
ན་ཟླའི་གྲོགས་ཀྱིས་གྱེས་ཕྱག་འཛུམ་གྱིས་བསུས་ཏེ།།
ཆ་མེད་སྡེ་མཐའ་ཞིག་ན་ཁེར་བུར་ཆས་དུས།།
འདས་པོ་ཡབ་ཆེན་དམ་པ་དྲན་པར་འཁོར་བྱུང་།།
༼ དབྱངས་ལྡེའུ།༽

ཟླ་བཅུ་པ་དང་བསྡུར་ན་ད་ནི་ཉི་མ་ཧ་ཅང་རིང་འདུགགནམ་གཤིས་ཇེ་དྲོར་ཕྱིན་ཏེ་ས་གཞི་ལའང་དྲོད་འཁོར།
མཆོང་རི་སྨུག་པོར་འཁྲས་པའི་མི་གཙང་བའི་འཁྱག་རོམ་དག་ཀྱང་།
རྫ་ཆུ་བསིལ་མའི་འགྲམ་ངོགས་སུ་ཆགས་པའི་དར་དང་འདྲ་བར།
ད་ནས་ག་ལེར་ཞུ་ཞིང་ཤུལ་མེད་དུ་ཡལ་སོང་ན་བསམ།
ཞིང་པ་ཚོས་ལོ་ཏོག་གི་ཆེད་དུ་རྣང་ཞིང་ལ་རྔུལ་ཆུ་གཏོར་ཞིང་།
འབྲོག་པ་ཚོས་དཀར་གསུམ་གྱི་ཕྱིར་དུ་རི་འགོ་ནས་རྫི་གླུ་ལེན།
དཔེ་ཆའི་ཤོག་ལྷེ་རེ་རེའི་ཉིན་སྲུབ་ཉུལ་བཞིན་པའི་ང་ལ།
འབྲུ་དྲུག་གི་རི་བོའི་པང་ན་འོ་མའི་རྒྱ་མཚོ་འཁྱིལ་བའི་འདོད་རྔམ་མེད་ཀྱང་།རེ་སྨོན་གྱིས་གཅུད་པའི་བདག་གི་སྐྱེད་མོས་ཚལ་ཆུང་ཆུང་དུ།
རང་ཉིད་མྱུ་གུ་བཞིན་འབུས་ཤིང་མེ་ཏོག་བཞིན་ག་ལེར་བཀྲ་ཐུབ་ན་བསམ།
སྐབས་རེར་ཆར་འབྲུ་རྡོག་མ་ཁ་ཤས་རེ་ལྷུང་ཡོང་ཞིང་།
ལན་རེར་ཁ་བ་ཡང་ལྷབ་ལྷུབ་ཏུ་འབབ་པའི་དུས་འདིར།
ཁྱོད་རང་ཁ་བ་དང་ཆར་པའི་ཟོལ་གྱིས་བདག་གི་གཞིས་ཀར་
འབབ་མི་ཡོང་མོད།
ལུས་སེམས་ཅུང་ཉོབ་པའི་དུས་ཚིགས་འདི་བརྒལ་རྗེས།
འུ་གཉིས་ལ་དབྱར་རུ་འབབ་སའི་མཚེར་ས་གྲུ་བཞི་ཞིག་ཡོད་ན་བསམ།
འུ་གཉིས་ལ་གླིང་ག་གཏོང་སའི་སྤང་ལྷེ་ཆུང་ཆུང་ཞིག་ཡོད་ན་བསམ།
༼ གཞི་ཚང་ཟླ་བ་གྲགས་པ།༽

ལྗང་མདོག་གི་
དཔྱིད་ཀ།

དཔྱིད་ཀའི་སྨྲེང་བ།

དཔྱིད་དཔལ།

དཔྱིད་ཀ།

དཔྱིད་མཐའ་མའི་དྲན་
པ་འདི་ཚོ།