ལྷུང་སྟོང་འོག་གི་སེམས་ཁྲལ།

ནམ་ཞིག་གསར་དུ་བཙུགས་པའི་ལྷུང་སྟོང་ཚུང་ཚུང་འདི་དག་ཡོངས་སུ་སྨིན་ལེགས་རྒྱས་ཏེ། འདབ་མ་རེ་རེས་མཛེས་སྡུག་གི་ས་གཞི་ལ་འཇམ་མཉེན་གྱི་བསིལ་གྲིབ་གཞང་དུས། དམིགས་ཡུལ་ཅི་ཞིག་གི་ཆེད་དུ་འདུར་རྒྱུག་བྱེད་ཀྱིན་པའི་ང་རང་ས་མཐའ་གང་ཞིག་ཏུ་ཡོད་ཨང་། ས་མཐའི་ས་མཐའ་འདིར་གནས་སྡོད་བྱས་ཡོད་དམ། ཡང་ན་ཚེ་ཡི་འཕེན་པ་དུམ་བུར་ཆད་དེ། ཟང་ཟིང་གི་འཁོར་བ་འདི་དང་གཏན་དུ་བྲལ་ནས་ཡོད་སྲིད། ངས་དེ་དག་ལ་བསམ་གཞིག་གཏིང་ཟབ་ཅིག་གཏོང་ཕོད་མ་སོང་། ང་རང་འཆི་བ་ལ་ཞེད་སྣང་སྐྱེས་པ་མ་ཡིན་ཡང་། ངས་གསར་དུ་བཙུགས་པའི་ལྷུང་སྟོང་དག་གི་ལོ་འདབ་ཕྲུང་གིས་གཡོ་འགྱུལ་བྱེད་ཀྱིན་པའི་རྣམ་པ་མཐོང་མི་ཐུབ་པར་སེམས་ཁྲལ་ཆེ་སོང་། གསར་དུ་བཙུགས་པའི་ལྷུང་སྟོང་ཚུང་ཚུང་དེ་དག་ནི་ཤིན་ཏུ་མཛེས་སྡུག་ལྡན་པ་ལ་ཨང་། རི་བ་དང་བརྩེ་བ་མང་པོ་ཞིག་དང་མཉམ་དུ་སྨིན་ལེགས་རྒྱས་ངེས་ལ། ང་དང་འདྲ་བར་གནས་འདིའི་རི་རྒྱ་ནགས་གསུམ་ལ་ཅི་ནས་ཀྱང་ཕོབ་དགོས་པར་འདུག་གོ།

ངའི་ཨ་ཕྱིས་ང་རང་ཕྱིས་པ་ནས་ན་གཞོན་མ་ཆགས་པའི་བར་དུ་མིག་གིས་འཚོས་འཚོས་བྱས་ནས་ཡོང་བ་ཇི་བཞིན། ངས་ཀྱང་ལྷུང་སྟོང་ཚུང་ཚུང་འདི་དག་གི་ནར་སོན་གྱི་ལོ་ལྷྭ་དེ་དག་མིག་གིས་མཐོང་སྙིང་བྲོད་སོང་། དགུན་ཁ་ཚེས་དུས་སྟོང་མགོའི་ལོ་མ་རེ་རེས་ཁ་བས་བཟོས་པའི་གོན་པ་ལྷི་མོ་དེ་ལུས་ཀྱིས་མི་ཐེག་པར་འགོ་ལྡོག་ཐུར་ལ་དཔྱངས་པའི་རྣམ་པ་དང་། དཔྱིད་དཔལ་ཚེས་དུས་འདབ་མ་དག་ཆར་པས་སྐྱ་ཁྲུས་གསོལ་ཏེ་དེ་དག་རིམ་གྱིས་འབུས་པའི་རྣམ་པ། སྟོན་མཇུག་ཏུ་འདབ་མ་དག་ས་ཏུ་ལྷུངས་ཏེ་མི་རྣམས་ཀྱིས་རྗོག་འོག་ཏུ་འཕྱུར་གྱིན་པའི་སྨྲ་སོགས་རང་བྱུང་ཁམས་ན་ཡོད་པའི་མ་བཅོས་པའི་མཛེས་སྡུག་དེ་དག་རེ་རེ་བཞིན་རོལ་སྤྱོད་བྱ་སྙིང་བྲོད་སོང་། ངས་ལྷུང་སྟོང་ཚུང་ཚུང་དེ་དག་གི་ན་ཚོད་སྨིན་པའི་ལོ་ལྷྭ་མཐོང་ཐུབ་ན་ཅི་མ་རུང་། གལ་ཏེ་དངོས་གནས་མཐོང་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་ང་ཕ་ཡུལ་དང་ཁ་ཐག་རིང་བའི་གནས་འདི་ནས་ད་རུང་ཡང་ཡུད་ཙམ་མ་ཡིན་པར་འདུག་ཐུབ་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལྟར་འདུག་ཐུབ་པ་བྱུང་ན་ང་དང་སྙིང་ཉེ་ངེད་གཉིས་ཀྱང་གཅིག་སེམས་གཅིག་ལ་ཁེན་ཏེ་མཉམ་འཛོམས་ཀྱི་དུས་ཡུན་ཐུང་རིང་བ་མ་ཡིན་ནམ།

མི་ཚེ་ནི་ཅི་ཙམ་རྒྱུན་རིང་བའི་ལམ་ཐག་རིང་མོ་ཞིག་ཡིན་པའི་དབང་དུ་བཏང་ན་ཡང་། ཕ་ཡུལ་དང་ཁ་ཐག་རིང་བའི་ས་ཆ་ཞིག་ནས་གཏན་དུ་སྡོད་ཐུབ་པའི་མི་ཚེ་ཞིག་སུ་ལ་ཡང་ཡོད་མི་སྲིད། ཐོག་མའི་ལྗི་ཁྲིག་འཕོ་ས་དང་ང་དུ་ངག་གི་དབྱངས་ཆ་གྱེར་ས་གང་ཡིན་ན་གནས་དེ་ནས་མི་ཚེ་ཡི་མཐའ་སྡོམ་བརྒྱབ་སྟེ་དབུགས་ཀྱི་རྒྱུ་བ་ཆད་དགོས་པ་ཡིན། མཛེས་སྡུག་མེད་པ་དང་འདྲ་ཡང་། མཛེས་སྡུག་འདི་ཉིད་ཆད་འདུག་ཐེར་ཡ་མེད་པར། ངའི་མི་ཚེ་ཡི་མཐའ་མཇུག་ཀྱང་ཕ་ཡུལ་ནས་རྫོགས་དགོས་པ་ནི་ཕྱོགས་ཏུ་མེད་པའི་རང་བཞིན་ཅན་ཞིག་ཅི་ལ་མིན་ཨང་། དེའི་ཕྱིར་ངས་གསར་དུ་བཙུགས་པའི་སྟོང་པོ་ཚུང་ཚུང་དག་གི་ན་ཚོད་དར་བའི་ལོ་ལྷྭ་དེ་མཐོང་ཐབས་བྲལ་ལ། ལྷང་སྐྱུག་འབྱུས་པའི་ཕྱོགས་ཕྲན་དེ་དག་གསར་དུ་བཞད་ལ་ཉེ་དུས་ཀྱང་། གནས་འདི་ནས་ཁོང་ཚོའི་ནར་སོན་གྱི་ལོ་ལྷྭ་ལ་སེམས་ཁུར་བྱས་ནས་འདུག་སྤྱོད་བའི་ང་རང་ཡོད་པ་ཁོང་ཚོས་གཏན་དུ་ཡིད་ལ་སྣང་མི་སྲིད་དོ།།

ནམ་ཞིག་ལྷུང་སྟོང་ཚུང་ཚུང་དེ་དག་ནི་ན་ཚོད་སྨིན་པའི་སྟོང་པོ་ཞིག་ལ་གྱུར་ཏེ། ལྷང་སྐྱུག་ལྡན་པའི་འདབ་མ་དེ་དག་གིས་ན་ཚོད་ཀྱི་གཞོན་རྟགས་ཕྱི་རུ་མངོན་དུས། གནས་འདི་ནས་བརྩེ་སེམས་ཀྱི་ཆུ་མིག་མཉམ་དུ་རྗེལ་སྤྱོད་བའི་རི་དྭགས་དེ་གཉིས་ད་ལྟ་གང་དུ་ཡོད་ཨང་། ཁོང་གཉིས་ཡུན་རིང་ཞིག་ལ་ཁ་གྱེས་པའི་སྐྱོ་ཡས་དེ་ད་ལྟ་ཡང་སུ་ཞིག་ན་བར་ཤུར་ཤུར་གྲག་གིན་ཡོད་དམ། སོ་སོར་ཁ་བྲལ་བྱུང་བའི་རི་དྭགས་གཅིག་ཤོས་ཀྱིས་ལྷང་མདོག་ལྡན་པའི་སྟོང་པོ་འདིའི་ཟུར་ན་ཁེར་རྐྱང་དུ་གནས་སྡོད་བྱས་ཏེ་རྒྱང་རིང་བའི་བས་མཐའི་ཕྱོགས་ལ་སེམས་པ་འཁྲིང་གིན་སྙིང་ཉེ་བའི་རི་དྭགས་གཞན་དེ་དྲན་གྱིན་ཡོད་དམ། དྲན་པ་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་མི་ཚད་པར་ཁོང་གཉིས་ཀྱི་འདངས་སོང་གི་ལོ་ཟླའི་གཏམ་རྒྱུད་རིང་མོ། ལྷང་མདོག་ལྡན་པའི་སྟོང་པོ་དེའི་ཟུར་ནས་ཕྱིར་དྲན་ཅི་ཙམ་ཞིག་བྱས་སྤྱོང་ཡོད་ཨང་།

རི་དྭགས་དེ་གཉིས་ཀྱི་བརྩེ་བ་ནི། རྒྱུན་ཆགས་གངས་རི་དཀར་པོ་དང་འདྲ་བར་དཀར་ཞིང་གཙང་ལ། ཉུབ་པ་མེད་པའི་མཚོ་ཆེན་ཁྲི་ཤོར་རྒྱལ་མོ་དང་འདྲ་བར་མཛེས་ཤིང་དང་རྒྱུད་རིང་བ་ཡིན། ཁོང་གཉིས་ཀྱིས་ཤིན་ཏུ་གཏིང་ཟབ་པའི་འཁོར་བའི་ངོ་ཚ་དང་རྩ་དོན་གང་མང་གི་མཚོ་ཆེན་དག་རིམ་གྱིས་བརྒལ་ཏེ། མཛེས་སྡུག་ལྡན་པའི་བརྩེ་དུང་གི་གླིང་ཕྲན་ཞིག་ལ་བསླེབས་པ་རེད་ཨང་། རི་དྭགས་དེ་གཉིས་ཁོ་ན་ར་དབང་བའི་བརྩེ་དུང་གི་གླིང་ཕྲན་དེ་རུ་ཉུབ་པ་མེད་པའི་བརྩེ་དུང་གི་གུར་ཀུམ་ཆུན་པོ་ཞིག་བཞད་ཡོད། གུར་ཀུམ་དེ་ནི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རྗེ་རིང་ཆེན་པོ་ཞིག་དང་འདྲ་བར། བརྩེ་དུང་ལྡན་པའི་མི་དག་གིས་ད་གཟོད་དེ་ལ་དགའ་མོས་བྱེད་ཀྱང་དེའི་རྒྱབ་ན་ཡོད་པའི་བརྩེ་དུང་གི་གཏམ་རྒྱུད་རིང་མོ་དེ་ཡིད་ལ་སྣང་ཞིང་སེམས་གཙོང་མཛད།།

ཅི་ཞིག་འཐོབ་པའི་རེ་བ་ལས་ཀྱང་གང་ཞིག་འཚོར་བའི་རྟོགས་པ་ཞུགས་ཆེ་བར་གྱུར་པའི་ད་ལྟའི་ང་ནི་དུས་ཚོད་ཀྱི་མདུན་ནས་ཤིན་ཏུ་གཉོམ་ཆུང་ཞིག་རེད་ཨང་། གོམ་པ་རེ་རེ་བཞིན་མདུན་དུ་སྤོས་ཏེ་ཅི་ཞིག་འཐོབ་པར་རེ་ན་ཡང་། རང་ལ་ད་ལྟར་ཡོད་པའི་འཚོ་བ་མང་པོ་ཞིག་ནི་ལག་མཐིལ་གྱི་ཕྱེ་མ་བཞིན་ཟག་འདུག་ལ། འཚོ་གནས་ཀྱི་འབྲེལ་ལམ་མང་པོ་ཞིག་ཀྱང་ང་རང་ཕར་ལ་འགྲོ་བའི་བར་གློགས་ནས་ཏ་ཅང་རིང་བའི་སྐྱུད་པ་བཞིན་ཆད་ལ་ཉེ། གལ་ཏེ་ང་རང་སྣར་ཡང་གསར་དུ་སྨིན་ཚོག་པ་ཡིན་ན། ང་གསར་དུ་བཞད་ལ་ཉེ་བའི་ལྷུང་སྟོང་ཚུང་ཚུང་འདིའི་སྙིང་གི་ཡལ་ག་ཅིག་བྱས་ན་འདོད། གལ་ཏེ་ཡལ་ག་གཅིག་ཡིན་ན་ང་གནས་འདི་ནས་སྣར་ཡང་འཚོ་སྡོད་བྱེད་ཆོག་པ་ཡིན་པས་ངས་སྟོང་པོ་དག་ན་ཚོད་སྨིན་པའི་ལོ་ལྷྭ་མཐོང་ཆོག་པ་ཡིན་ལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་སྙིང་ཉེ་བའི་བྱམས་པ་འགྲོ་བའི་གོམ་སྟབས་ཡང་རྟག་པར་ཐོས་ཐུབ་བོ།།

（ཚེར་སྣང་།）

མི་ཚེ་ཀློས་གར་ཡིན་ནམ།

མི་ཚེ་ཀློས་གར་ཡིན་ན། །
མི་རྣམས་གར་མཁན་ཡིན་ན། །
འཚོ་བ་རྩེད་མོར་བསྒོམས་ན། །
དགོད་འཛུམ་ངོ་ལས་ཨེ་ཡལ། །
བདེ་སྐྱིད་རྒྱ་མཐོངས་ཡིན་ན། །
སྡུག་བསྔལ་རྒྱ་མཚོ་ཡིན་ན། །
གནས་ཚང་རི་ཁར་བཅས་ན། །
སྒྱུ་དྲན་མགོ་ལ་ཨེ་འཇོགས། །
ལོངས་སྤྱོད་དགག་བྱ་ཡིན་ན། །
རྒྱས་སྤྲོས་ཐན་དུ་བརྩེ་ན། །
འཚོ་སྡོད་སྦྲ་བའི་སྒོག་རྫ། །
གང་ལ་བརྟེན་ནས་བསྲིང་ངམ། །
མེད་པོ་རྒྱ་ཡིས་ཕོངས་ན། །
ཡོད་པོ་གཉིད་ཀྱིས་སྡོངས་ན།
བར་མཚང་གི་དུ་ལ། །
རྒྱུ་གཉིད་འདང་ངེས་ཨེ་ཡོང་། །
ཡོད་ཚད་མར་རྒྱུར་ཡིན་ན། །
དགྲ་གཉེན་ངེས་པ་མེད་ན། །
དགྲ་འདུལ་གཉེན་སྐྱོང་བྱ་བར། །
ལོ་ཟླ་གཏོང་དོན་ཨེ་གདའ། །
རྒྱུ་འབྲས་བསླུ་མེད་ཡིན་ན། །
ཁྲིམས་རྒྱ་གཉའ་ཤིང་ཡིན་ན། །
གཡོ་ཁྲམ་སྒྲིག་རྟུས་བཤམས་ནས། །
གནོད་པ་སྐྱེལ་དོན་འདུག་གམ། །
ཕ་མ་དཀོན་མཆོག་ལས་ཀྱང་། །
ལྷག་པའི་འདུ་ཤེས་ཡོད་ན། །
"བརྒྱ་ལོར་སྐྱེ་བཅོར"གཏང་ཡུལ། །
ཕ་མ་བྱེད་དོན་འདུག་གམ། །
སྡུག་བསྔལ་ཀླུབས་ཕྲེང་བརྩེགས་པའི། །
འཁོར་བ་གཙང་པོའི་གཞུང་རེད། །
བདེ་བ་ལྷ་ཕྲེང་གཡེང་བའི། །
འཇིག་རྟེན་མི་ཡུལ་ཁམས་རེད། །

（ཕྱུག་རྫི།）

བོད་ཟླ་ལྔ་པའི་ནང་གི་ཁ་བ།

སྙིང་ཉེ། བོད་ཟླ་ལྔ་པའི་ནང་ལ་ཁ་བ་བབས་བྱུང་།
མི་ཚོས་དབྱར་ཁའི་ཁ་བ་ལ་མང་པོ་འཆད་ཀྱིན་འདུག
འོན་ཀྱང་། དབྱར་ཁར་ཁ་བ་འབབ་པ་ནི།
དབྱར་ཁའི་མཛེས་པ་མངོན་ཚུལ་གཞན་ཞིག་ཡིན་ནམ།
ཡང་ན། དབྱར་ཁའི་མེ་ཏོག་དང་གཡུ་སྦྲང་
དག་གི་སྨོན་པ་གཞན་ཞིག་ཡིན།

བོད་ཟླ་ལྔ་པའི་ནང་ལ་ཁ་བ་བབས་བྱུང་། སྙིང་ཉེ།
མེ་ཏོག་གི་མགུལ་ན་ཁ་བ་ཐར་ཐོར་བབས་འདུག
གཡུ་སྦྲང་གི་སེམས་ལ་ཁ་བ་ལྷབ་ལྷུབ་བབས་འདུག
འབྲི་ནག་གི་ལྐོས་ན་ཁ་བ་ཚམ་ཚོམ་བབས་འདུག
འབྲོག་མོ་དག་གི་མཁུར་མགོ་ན་ཁ་བ་བུ་ཡུག་འཚུབ་འདུག
སྦྲ་ནག་གི་འདབ་ན་ཁ་བ་ཐོང་ཐོང་བབས་འདུག
གྲོང་ཁྱེར་གྱི་མཐའ་ན་ཁ་བ་ཕྱིན་ནས་འབབ་མི་འདུག

སྙིང་ཉེ། བོད་ཟླ་ལྔ་པའི་ནང་ཁ་བ་བབས་བྱུང་ནའང་།
རྒྱ་གུར་གྲུ་བཞིའི་ནང་ན་ཁ་བ་ཚོར་ཀྱིན་མི་འདུག

སྙིང་ཉེ། ཁ་བ་ནི་ལྷ་ཡུལ་ནས་བབས་པའི་
དངོས་གྲུབ་ཡིན།
ཁ་བ་ནི་མི་ཡུལ་ལ་སྐྱེས་པའི་མེ་ཏོག་ཡིན།
ཁ་བ་ལ་རིག་བྱ་གྲང་མོ་ཞིག་ཡོད།
དེ་ནི་མཐོ་སྒང་ནས་སྐྱེས་པས་ཡིན།
ཁ་བ་ལ་སེམས་པ་དཀར་པོ་ཞིག་ཡོད།
དེ་ནི་བོད་ཡུལ་ལ་བབས་པས་ཡིན།

བོད་ཟླ་ལྔ་པའི་ནང་ཁ་བ་འབབ་དུས།
སྙིང་ཉེ།
ངས་གཞས་ཚིག་ཅིག་དྲན་བྱུང་།
གཞས་པ་ཞིག་ཀྱང་དྲན་བྱུང་།
"ཁ་བ་མར་མར་འབབ་དུས།།
ང་ཡི་འགྲོ་ལམ་བཀག་བྱུང་།། "

སྙིང་ཉེ། བོད་ཟླ་ལྔ་པའི་ནང་ཁ་བ་བབས་བྱུང་།
སྐྱི་ལམ་ཞིང་གི་ལྡོན་པ་དེའི་རྩེ་ན་ཁ་བ་ཡོད་དམ།
སྤྲིན་པ་ལྗོ་ཏུ་ལྡིང་བའི་ཕར་ངོགས་ན་ཁ་བ་ཡོད་དམ།

（གཡེར་མ།）

དྲན་པ་མང་བའི་མགུར།

ལན་ཆགས་རི་བོ་ཙམ་ཞིག་འཁུར་གྱིན་དུ།།
སྐྱིད་སྡུག་འབྲས་བུ་སྨིན་པའི་གནས་སུ་རྒྱུ།།
ལས་འབྲས་མེ་ཏོག་སྐྱེད་པའི་དངན་པ་ཞིག།
མི་འདོད་ཡིད་ཀྱི་ཕྱུག་ནས་ཤོར་བར་གྱུར།།
ཐག་རིང་ཟླ་བ་དུ་བའི་ཚུགས་ཀ་དེ།།
མཐའ་མར་ཁྲོད་ལ་ཐུལ་བའི་དྲན་རྟེན་བཞིན།།
མེ་ལོང་ཟུར་གསུམ་ནང་ནས་ཕོ་པོ་ཅག།
ཙུང་ཙམ་དགོད་འདོད་ཡོད་ཀྱང་དགོད་མི་ནུས།།
རི་བོ་ཐང་ལ་ངལ་བའི་ཞོགས་པ་ཡང་།།
འཕྲིན་པ་བསྐུར་ས་ནོར་བའི་ཕོ་པོ་བཞིན།།
ཚིག་གི་རྒྱ་ལ་གྲོས་པའི་ཤུ་བ་རི།།
སྲིན་པའི་ལྷན་དུ་རྫི་ལམ་རྫོགས་ཐབས་བྲལ།།
ཐང་སྟོང་ཐང་ཆེན་བརྒྱལ་བའི་སེམས་པ་ཞིག།
གྲིབ་ནག་དེ་ནས་གསལ་ཐབས་མེད་ན་ཡང་།།
མཛེས་མའི་མགུལ་ལ་བཏགས་པའི་སྲུང་མདུད་བཞིན།།
ལས་དང་སྨོན་ལམ་འོག་ཏུ་ཉལ་མི་འདོད།།
ཚེ་ཐོག་འདི་ལ་འབྲུངས་པའི་ཀུན་རྟོག་བརྒྱ།།
མཐའ་མར་ཁྲོད་ལ་ཕྱིན་པའི་སྒྲོ་མཆེན་ལྟར།།
སྲིན་པ་ཡར་འགྲོ་དག་གིས་མི་མཐོང་རུང་།།
མར་འགྲོ་གསེར་ཉ་ཞིག་གིས་མཇལ་ན་འཕྲིག།
ལོ་ཟླའི་སྨུ་དྲན་ཁ་བ་འབབ་པ་བཞིན།།
ང་ཡི་མིག་གོང་ནང་དུ་ཟེགས་པ་ན།།
ཡུན་རིང་ཚོར་བ་ཉམས་པའི་ཁ་ཤ་འདི།།
དལ་གྱིས་འགྱུལ་བ་དེ་ལ་སུ་ཞིག་དངངས།།
ཟླ་བ་ཁྲིམ་ལ་ལོག་སོང་མ་ཟེར་རུང་།།
ཐུན་མཚམས་ནག་གེར་ལུས་པས་གསལ་བར་གྱུར།།
ཞུ་གཉིས་ཞེས་པའི་ཚིག་གི་འཁོར་བ་ན།།
ང་ཡི་རྣམ་ཤེས་ཉིད་དང་མཚན་ལ་འཁྲུམས།།
བུ་མོ་ཨ་གསར་ཅན་གྱི་གོས་སྟེ་རུ།།
ལོ་ཟླའི་ཐ་རླབས་འཕྱོ་བ་སུ་ལ་གསང་།།
གཏམ་དང་ཚིག་གི་འགོ་རྫ་སྒྲིག་པ་ན།།
སེམས་ཀྱི་མེ་ཏོག་གཞི་ནས་བཞད་འདུག་ཟེར།།
ང་ཡིས་རི་བོ་ཞིག་གི་རྣམ་ཐར་གླེང་།།
རྣམ་ཐར་ཕག་གི་ཞུ་དུམ་ལྷ་ར་གླེང་།།
འདབ་ལག་གྲོལ་བའི་བར་ལ་ཐོན་པ་ན།།
བརྩེ་དུང་ཡོད་ཚད་རྐོད་ལ་སྲིན་པར་བྱ།།
རྫི་ལམ་ཀླུང་གིས་གཏོར་བའི་སྡུག་བསྔལ་གྱིས།།
ཁ་ཚིག་མང་ཡང་བདེན་དོན་མི་འདུག་ཨང་།།
ཆུ་བོ་ཀྱིན་དུ་ལྡོག་པའི་ཚེ་འཕྲུལ་ལས།།
ཕ་ཡུལ་དྲན་པའི་མགུར་ལ་འཐོམས་ནས་འགྲོ།།

（འཕྲུར་སྐྱིད།）

བཅོ་ལྔའི་ཟླ་བ་འོག་གི་ཚུང་འདྲིས།

ཆོས་ཆེན་དགུང་སྟོན་གྱི་ཟླ་བ།།
ངའི་འགྲམ་འཛུམ་པ་རང་གནང་དུས།།
ཞེ་འདྲིས་དུང་བ་ཡི་ཞལ་རས།།
ཡིད་ལ་འཁོར་བ་རང་བྱས་བྱུང་།།
སྐོར་ལམ་མི་ཚོགས་ཀྱིས་བཀང་དུས།།
ཚུང་འདྲིས་གཟུགས་བྱད་དང་འདྲ་བ།།
གཅིག་ཀྱང་མཐོང་བ་རང་མི་འདུག
ངའི་སྣང་རྒྱ་ཡན་དུ་བཏང་སོང་།།
ལྷད་མེད་དྭངས་གསལ་གྱི་ཟླ་བ།།
མཚོ་ངོགས་འཁྱམས་པ་རང་གནང་དུས།།
བརྩེ་མཐུན་ཚུང་འདྲིས་ཀྱི་འཛུམ་ཞལ།།
ཡིན་སྣང་འཆར་བ་རང་ཤོར་སོང་།།
སྨིན་པའི་བང་རིམ་དེ་སྟུག་ལ།།
མཚམས་སྦྲིན་ཁ་དོག་དེ་མཛེས་པས།།
བཙོས་མིན་རྟགས་ལོ་ཡི་བྱེད་པ།།
སྣང་ངོས་གཡོ་བ་རང་གནང་བྱུང་།།
གསལ་གསལ་ཟླ་བ་ཡི་ཞལ་ཁྲིམ།།
གཙང་འགྲམ་འཚེར་བ་རང་བྱེད་དུས།།
སྤུར་སོང་ཨུ་གཉིས་ཀྱི་རྐང་ལམ།།
མིག་སྣང་འཁོར་བ་དེ་མང་སོང་།།
ཟླ་ཟེར་རང་ཕྱོགས་སུ་འཁྱོས་དུས།།
ཤིག་ཤིག་སྒྲོན་བཟང་གི་འོག་ཏུ།།
ཨུ་གཉིས་ཐུག་འཕྲད་ཀྱི་ལས་སྐལ།།
ཡིད་བརྙན་ཚོར་བ་དེ་ཟབ་སོང་།།
དཀར་གསལ་ཟླ་བ་ཡི་འཛུམ་ཟེར།།
ཤར་རིའི་ཕྲག་རྒྱུད་ནས་འཁྲོ་དུས།།
ཚུང་གོམས་བྱམས་པ་ཡི་ཞལ་སྐྱོ།།
རང་སེམས་མཐིལ་འོག་ན་ལྷུང་བྱུང་།།
དགོང་ཀའི་ཉི་ནུབ་ཀྱི་སྤྲིང་ནས།།
ཟླ་འོད་ལམ་ལམ་དུ་འཚེར་དུས།།
ཚུང་འདྲིས་དགའ་མ་ཡི་རང་གཟུགས།།
དྲན་པའི་སྣང་ངོས་ལ་རེག་བྱུང་།།
ཟླ་བའི་སྤྱན་མིག་རེ་འཕྱེན་དུས།།
དྲན་པའི་ཚོར་སྣང་འདི་ཆེ་བས།།
ཚུང་འདྲིས་བལ་འཇམ་གྱི་གཤིས་ཀ།
རང་སྣང་འཆར་སྒོ་འདི་བཏུངས་སོང་།།
ཆོས་ཆེན་བཅོ་ལྔ་ཡི་ཟླ་བ།།
ཨ་སྟོན་གླིང་རོལ་ནས་འཛུམ་དུས།།
ཚུང་དུས་འདྲིས་པ་ཡི་མཛའ་མོ།།
ཡིད་མཚོ་མཁའ་མོ་ན་འཛུལ་བྱུང་།།

（སྐན་རྐང་གླིང་།）