ཏང་གི་འཁྲུངས་སྐར་ལ་ཕུལ་བའི་སྙན་ངག།

པར་ངོས་གཙོ་འགན་པ། མིག་དམར་དོན་གྲུབ། ཁ་པར། 13320799988 ཡིག་སྒྲོམ། 892204328@qq.com 2026ལོའི་ཟླ་བ7པའི་ཚེས1ཉིན། རྩོརྩོམ་རིརིག་སྒྱུ་རྩོལ། ༣

སྲིད་པ་ཆགས་པའི་གངས་ཀྱི་ཐོག་མ་སྟེ།།
རི་ཡི་རྒྱལ་པོ་ཨ་མྱེས་རྨ་ཆེན་ཞེས།།
གྲགས་པའི་སྙན་པ་ཕྱོགས་བཅུ་ཁྱབ་པ་ཡིས།
དད་ལྡན་པ་ཡང་ཡང་ཡང་འདུ་བར་བྱེད།།
རྨ་ཆེན་གངས་རི་གངས་ཀྱི་ཉིང་བཅུད་ཡིན།།
རྨ་ཆེན་གངས་རི་གནམ་སའི་ཀ་བ་ཡིན།།
རྨ་ཆེན་གངས་རི་རྨ་ཆུའི་འགོ་ཁུངས་ཡིན།།
རྨ་ཆེན་གངས་རི་གངས་ཀྱི་རྒྱལ་མོ་ཡིན།།
ཨ་སྐྱོང་མཆེད་གསུམ་གཡང་གི་ར་བ་ཡང།།
ཨ་མྱེས་རྨ་རྒྱལ་པང་ན་བཞུགས་པ་ཡིས།།
མཚན་ཡང་གཡང་གི་ར་བ་མགོ་ལོག་ཅེས།།
བསྔགས་བརྗོད་མེ་ཏོག་ཀུན་གྱིས་སྟོར་བར་བྱེད།།
གངས་རིའི་པང་ནས་ཤང་ཤང་བཞུར་བ་ཡི།།
དལ་འབབ་རྨ་ཀླུང་རིང་མོའི་ཆུ་རྒྱུན་གྱིས།།
བསྐྱངས་པའི་བོད་རྒྱ་མི་རིགས་བློ་བཀྲ་ཞིང་།།
མཐུན་སྒྲིལ་མེ་ཏོག་གཅིག་ཏུ་བཞད་པ་རྨད།།
གེ་སར་མིའི་སྒྲུང་སྙན་ངག་རིང་ཤོས་ཞེས།།
འབྱུང་སའི་ཡུལ་ཡང་རྨ་ཡུལ་མགོ་ལོག་སྟེ།།
དེ་ནས་འོང་པའི་ཨ་སྐྱོང་མཆེད་གསུམ་གྱི།།
ལོ་རྒྱུས་གཉེན་པོ་གཡུ་རྩེའི་མགུལ་ན་མཛེས།།
སྲིད་པ་གཏམ་གྱི་འགོ་ཁུངས་གླུ་སྣའི་མཛོད།།
རྨ་ཆུའི་མ་ཡུམ་དང་ཁ་བའི་ཕ་ས་ཞེས།།
སྙན་གཞུང་བསྟན་བཅོས་ཁག་ཁག་མ་གསུང་ཡང་།།
སྙན་མོ་ཚིག་གི་མཆོད་པ་བདག་གིས་འབུལ།།
རང་བྱུང་ཁོར་ཡུག་ལྟ་ན་སྡུག་པ་ཡིས།།
ལྷ་ཡི་སེམས་ཀྱང་དབང་མེད་བཀུག་བྱས་ཏེ།།
རྨ་རྒྱལ་མཐའ་ལ་འཆམ་འཆམ་ཕེབས་པ་ཡིས།།
ལྷ་ཡི་སྐྱེད་ཚལ་རྨ་ཡུལ་རྩྭ་ཐང་བྱུང་།།
མི་ཡི་སྒེག་མོས་ལྷ་ཡི་ཡིད་བཀུག་སྟེ།།
གསང་བའི་སྟབས་ཀྱིས་མཛེས་མར་གྲོས་མཐུན་ཏེ།།
མི་མངོན་ལྐོག་ནས་ལང་ཚོ་བླངས་པ་ཡིས།།
གདུང་རྒྱུད་ལྷ་ལས་མཆེད་པའི་ལྷ་སྒྲུང་བྱུང་།།
འོག་གི་ཀླུ་དབང་མི་མོའི་གཟུགས་ཆགས་ཏེ།།
གསང་བའི་ལམ་བརྒྱུད་མི་ཡུལ་ཕེབས་པ་ཡིས།།
རྨ་ཡུལ་བུ་མོར་བློ་མཐུན་གྲོགས་བསྒྲིགས་པས།།
གདུང་རྒྱུད་ཀླུ་ལས་མཆེད་པའི་ཀླུ་སྒྲུང་བྱུང་།།
ཕ་མེས་ཡང་མེས་ལྷ་ཀླུའི་སྒྲུང་དར་ཞིང་།།
བུ་རབས་ཚ་རྒྱུད་སྒྲུང་མཁན་སྒྲུང་པ་མང་།།
མེས་པོ་ལྷ་ལ་ལྷ་གསོལ་ལྷ་མཆོད་དར།།
གདུང་རྒྱུད་བུ་ལ་དཔའ་བོའི་དཔའ་རྩལ་རྒྱས།།
ལྷ་སྒྲུང་ཀླུ་སྒྲུང་གཏམ་རྒྱུད་རིང་མོ་ཡང་།།
མ་བསླབ་རང་བཞིན་སྐྱེ་བོའི་མགྲིན་ན་མཛེས།།
སྲིད་པ་རྒན་པོའི་གཏམ་རིང་གཏམ་ཐུང་ཡང།།
སྐྱེ་བ་ཕོ་མོའི་ཁ་ཡི་མཛེས་རྒྱན་ཡིན།།
ས་ནས་བྱུང་ཚད་གཉེན་པོ་སྨན་ཡིན་ཞིང་།།
གནམ་ནས་ཟག་ཚད་ཆར་པའི་རྒྱུན་ཡིན་ལ།།
མ་བཅོས་རང་བྱུང་བྲག་རིའི་རྡོར་འཁྲུངས་ཏེ།།
བརྒྱ་བྱིན་མིག་ཡངས་འཕྲོག་པའི་ས་ཡང་ཡིན།།
རྟ་མཆོག་རྨིག་སྒྲས་འཕྲུལ་འཁོར་ཟིལ་གནོན་ཞིང་།།
ལྗང་ནེར་སྤང་ལ་མེ་ཏོག་ལྷུག་པོར་བཞད།།
ཡུ་མོ་ཤྭ་དང་རྐྱང་རྒོད་རྟ་སོགས་ཀྱིས།།
རང་བྱུང་འབྱུང་བའི་ཁམས་ཀྱང་སྐྱེས་སྟོབས་འབར།།
གནས་མཆོག་དེ་ནི་རྨ་རྒྱལ་གཞིས་ཁྱིམ་སྟེ།།
ཆུ་བོ་བརྒྱ་དང་བརྒྱད་ཀྱི་མ་ཡུམ་ཡིན།།
ཤིང་སྣ་བརྒྱ་དང་དྲུག་ཅུའི་འབྱུང་ས་ཡིན།།
སྐྱེས་མཆོག་བརྒྱ་དང་བརྒྱད་ཅུའི་འཁྲུངས་ས་ཡིན།།
ཤིང་དང་ཤུག་པ་མ་བཏབ་རང་བྱུང་ཡིན།།
མི་དང་རང་བྱུང་ཁམས་གཉིས་འཆམ་མཐུན་ཡིན།།
མ་བསྐྲུན་རང་བྱུང་ནགས་ཚལ་དེ་ན་ཡོད།།
མ་བཅོས་རང་བྱུང་མཛེས་ལྗོངས་དེ་རུ་མཆིས།།
འབྱུང་བཞིའི་འདོད་དགུ་གནས་མཆོག་དེ་ནས་འབྱུང་།།
སྟག་ཤར་དཔའ་བོའི་དཔའ་རྩལ་དེ་ནས་ངོམ།།
སྨན་ཤར་མཛངས་མའི་སྒེག་ཉམས་དེ་ནས་ངོམ།།
རིག་པ་སྤྱང་བའི་བུ་ཆུང་དེ་ནས་བྱུང་།།
༼ གཡུང་དྲུང་ཚེ་རིང་།༽

ཁྱོད་ཀྱིས་ཚན་རིག་བུ་ལོའི་རྩི་བཅུད་འཐུངས།།
ང་ཡིས་ནང་ཆོས་ལྷ་མོའི་བྱིན་རླབས་ཞུས།།
དཔྱད་བཟོད་རྫ་རི་ཐེག་པའི་བརྟན་ཚུགས་ལ།།
ཚེ་གང་བློས་འགེལ་བྱས་ན་ག་འདྲ་འདུག།
ཁྱོད་ཀྱིས་སེམས་ཅན་རྔོན་པའི་རྙི་རྒྱ་བཤིགས།།
ང་ཡིས་ནང་ཁྲོལ་ལེན་པའི་ལྕགས་ཀྱུ་བརྡུངས།།
གངས་དཀར་ཨ་མས་གསོས་པའི་ནུ་རིན་ལ།།
སྲུང་སྐྱོབ་ཅི་ནུས་བྱས་ན་ག་འདྲ་འདུག།
ཁྱོད་ཀྱིས་དབྱངས་གསལ་ལུག་ཁྱུ་གྲོགས་ཚོམས་བཀྲམ།།
ང་ཡིས་བང་ཆེན་སོ་བཞིར་སྙིང་གཏམ་བསྐུར།།
སྦྲང་དཀར་རྩམ་པས་བསྐྱངས་པའི་གཏང་རག་ལ།།
བོད་ཡིག་རྒྱུན་སྤྱོད་གནང་ན་ག་འདྲ་འདུག།
ཁྱོད་ཀྱིས་ཕ་སྐད་གླིང་བུ་རི་ནས་འབུད།།
ང་ཡིས་སྨྱུག་རྩེའི་བྲོ་གར་ཀླུང་ནས་འཁྲབ།།

བླ་སྲོག་རྦབ་རྡོར་འགྲིལ་བའི་ལས་དབང་ལ།།
དངངས་འཚབ་ཅུང་ཟད་བྱས་ན་ག་འདྲ་འདུག།
ཁྱོད་ཀྱིས་ཆོས་གཞུང་རྒྱ་མཚོར་གྲུ་ཆུང་བཏང་།།
ང་ཡིས་ཤེས་བྱའི་ནམ་མཁར་འཕུར་ལྡིང་བྱས།།
ཡབ་མེས་སྲོག་དམར་བཏང་བའི་རིན་དོད་ལ།།
ཐོས་བསམ་གང་ཐུབ་བྱས་ན་ག་འདྲ་འདུག།
ཁྱོད་ཀྱིས་སྔར་སྲོལ་དབུགས་རྒྱུན་གོ་ཁར་མཐུད།།
ང་ཡིས་རང་ཚུགས་དར་ཤིང་ས་མཐར་བསྐྱོར།།
རང་ལུགས་རྡུང་ཁས་རྨས་པའི་འཚོ་སྟངས་ལ།།
ཐུགས་བསམ་ཅུང་ཙམ་བཞེས་ན་ག་འདྲ་འདུག།
ཁྱོད་ཀྱིས་ངུར་སྨྲིག་ན་བཟའ་འབྲལ་མེད་མནབས།།
ང་ཡིས་མེས་པོའི་ཆ་ལུགས་གང་ཐུབ་སྤྲས།།
ལུགས་ཟུང་མཁའ་མཐར་ཁྱབ་པའི་མངའ་ཐང་ལས།།
སེམས་ཤུགས་རུམ་གང་བླངས་ན་ག་འདྲ་འདུག།

ཁྱོད་ཀྱིས་ཞོར་ཟས་སྐོམ་ཆུར་ཁ་ཟོན་བྱས།།
ང་ཡིས་ཡིད་ཟས་གསུང་ཆོས་ཁ་འདོན་བྱས།།
དུས་མིན་བར་ཆད་ནག་པོའི་སྟ་རེ་ལ།།
གཟུར་ཐབས་ཡག་ཙམ་འཐེན་ན་ག་འདྲ་འདུག།
ཁྱོད་ཀྱིས་ཐད་གཏོང་སྨྱོན་པའི་གླིང་ག་སྤངས།།
ང་ཡིས་རོལ་རྩེད་སྐྱིད་འཕེལ་མིག་དགྲ་དོར།།
ལྷིང་འཇགས་ལྐུགས་པ་ཚང་གི་སྣང་ཚུལ་ལ།།
ངོ་ལོག་ཨེན་ཙམ་བརྒྱབ་ན་ག་འདྲ་འདུག།
ཁྱོད་ཀྱིས་བུ་ལ་བོད་པའི་གཟུངས་གཞུག་བླུགས།།
ང་ཡིས་བུ་མོར་བྱམས་བརྩེའི་ས་བོན་བཏབ།།
མཐོང་ཚད་འཛེམ་མེད་ཟ་བའི་ཧམ་སེམས་ལ།།
ཆོས་དབྱངས་ཏོག་ཙམ་དཀྲོལ་ན་ག་འདྲ་འདུག།
༼ ལུག་རྫི།༽

གནའ་སྔ་མོར་སྤྱོད་འདོད་འགུལ་འཚེར་ཅན་གྱི་མི་ཞིག་ཡོད་
པ་དེས་རྟག་ཏུ་རྒྱུ་ནོར་ལོངས་སྤྱོད་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པོ་ཡོད་པ་རྣམས་
ལ་ནི་བསོད་བདེ་ཡོད་པས་རེད་ཟེར་བ་དང་།ནོར་མེད་དབུལ་པོ་
རྣམས་ལ་ནི་བསོད་བདེ་མེད་པས་རེད་ཅེས་གོ་ཐོས་བྱུང་བས།ཁོའི་
བསམ་པར་ང་རང་ཡང་བསོད་བདེ་ཞིག་འཚོལ་བར་ཕྱིན་ཏེ་རྙེད་ན་
ཅི་མ་རུང་བསམས་ཏེ་བསོད་བདེ་འཚོལ་བར་ཕྱིན་པ་རེད།སོང་
སོང་བ་ན་མི་ཞིག་ལ་ཐུག་ནས་ཁོས་བསོད་བདེ་ཞེས་པ་དེ་གང་ན་
ཡོད་པ་དང་།གང་འདྲ་བྱས་ནས་རྙེད་ཐབས་བྱ་དགོས་པ།དེ་
བཞིན་བསོད་བདེ་འཚོལ་བའི་དམིགས་ཡུལ་བཅས་གསལ་པོར་
བཤད་པ་རེད།མི་དེ་ནི་གཞན་ལ་སེམས་ཁུར་བྱེད་པའི་མི་བཟང་པོ་
ཞིག་ཡིན་སྟབས་བསོད་བདེ་ཞེས་པ་ནི་ང་ཡིན་ཞེས་ཟེར།ཁོས་སྐད་
ཆ་དེ་ཐོས་འཕྲལ་སེམས་ལ་དགའ་ཚོར་བརྗོད་ཀྱིས་མི་ལང་པ་ཞིག་
སྐྱེས་ནས་དེ་དང་གྲོགས་པོ་བྱ་རྒྱུའི་རེ་འདུན་བཏོན་པ་དང་མི་དེས་
ཀྱང་དེ་ལྟར་དང་ལེན་བྱས།དེ་ནས་བཟུང་ཁོ་ཕྱིར་ལོག་ནས་བསོད་

བདེ་དང་གྲོགས་པོ་བྱས་ཡོད་བསམས་ཏེ་བློ་བདེ་པོས་ཉིན་མཚན་
ཀུན་ཏུ་ཉལ་ནས་སྡོད་ཀྱིན་ཡོད་སྟབས།ཁོ་ལ་རྒྱུ་ནོར་ཡོང་རྒྱུ་ཕར་
བཞག་ཆུ་ཕོར་པ་གང་དང་རྩམ་པ་ཐུར་མ་གང་ཡང་ཡོང་གིན་མེད་
པས་བཀྲེས་ལྟོགས་ཀྱིས་འཆི་ལ་ཉེ།དེ་ནས་ཁོ་རང་སླར་ཡང་བསོད་
བདེ་འཚོལ་དུ་སོང་།ལམ་བར་དུ་གྲོགས་པོ་བསོད་བདེ་ལ་ཐུག་ནས་
ཁོས་བསོད་བདེ་ལ།མི་རྣམས་ཀྱིས་བཤད་སྲོལ་ལ་ཁྱོད་ཡོད་ན་རྒྱུ་
ནོར་ལོངས་སྤྱོད་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པོ་ཡོང་གི་རེད་ཅེས་ཤོད་ཀྱིན་
འདུག། འོན་ཀྱང་ངེད་གཉིས་གྲོགས་པོར་གྱུར་ཀྱང་ང་ལ་རྒྱུ་ནོར་
ཡོང་རྒྱུ་ཕར་བཞག་ཐ་ན་ཆུ་ཐིགས་པ་གཅིག་དང་རྩམ་པ་ཐུར་མ་གང་
ཡང་མ་བྱུང་བས་ཏོག་ཙམ་མིན་ན་བཀྲེས་ལྟོགས་ཀྱིས་ཤི་གྲབས་བྱས་
བྱུང་། ཁྱོད་ནི་དེ་འདྲའི་གྲོགས་པོ་ཐབས་སྡུག་ལ་ཞེས་བཤད་པ་
རེད།དེ་ནས་བསོད་བདེས་བཤད་དོན།གྲོགས་པོ་ཁྱོད་ཀྱིས་བསམ་
བློ་ཡག་པོ་ཐོངས་དང་།འཇིག་རྟེན་ཐོག་ཏུ་མིས་རང་ཉིད་ཀྱི་ལག་
པའི་རྩོལ་བ་ལ་མ་བརྟེན་ནས་བསོད་བདེས་རང་བཞིན་དུ་གྲུབ་པའི་

ཤ་མར་དང་རྩམ་པ། གྱོན་ཆས་སོགས་ཁྱེད་ཀྱིས་མཐོང་མྱོང་
ངམ། དཔེར་ན་ཆུ་ཕོར་གང་ཡིན་རུང་ཆུ་འགྲམ་དུ་སོང་ནས་བླངས་
རྗེས་ད་གཟོད་འཐུང་རྒྱུ་ཡོད་པ་ལས།བསོད་བདེ་ཡོད་ཟེར་ནས་
འགུལ་སྐྱོད་རྩ་བ་ནས་མ་བྱས་པར་བསྡད་ན།ཆུ་རང་འགུལ་གྱིས་ཁ་
ནང་དུ་འཛུལ་ཡོང་བ་ནི་མིག་གིས་མཐོང་རྒྱུ་ལྟ་ཅི་རྣ་བས་ཐོས་ཀྱང་
མ་མྱོང་།དེ་ལྟར་ཡིན་མིན་གྲོགས་པོ་ཁྱེད་ཀྱིས་བསམ་བློ་ཐོངས་ཞེས་
བཤད་པ་དང་། ཁྱེད་རང་དངོས་གནས་ཕྱུག་པོར་ཆགས་འདོད་ན་
ད་ནས་བཟུང་འབད་བརྩོན་ཆེན་པོས་རང་གི་ངལ་རྩོལ་ལ་བརྟེན་ན་
ད་གཟོད་ཕྱུག་པོར་ཆགས་ཐུབ་ཅེས་བཤད།ཁོས་བསམ་བློ་ཞིབ་མོར་
བཏང་མཐར་གྲོགས་པོ་ཁྱེད་རང་ནི་དངོས་གནས་གྲོགས་པོ་ཡག་པོ་
བསོད་བདེ་རང་རེད་འདུག།རྗེས་སུ་ངས་གྲོགས་པོ་ཁྱེད་ཀྱིས་
གསུངས་པ་ལྟར་འབད་བརྩོན་ཆེན་པོས་ལག་པ་འགུལ་ཏེ་ཕྱུག་པོ་
ཞིག་ཆགས་ཐུབ་པར་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་བཤད་པ་རེད།།
༼ ནོར་བུས་སྡུད་སྒྲིག་བྱས།༽

བསོསོད་བདདེ་བཙལ་བ།

རྨ་ཡུལ་མགོ་ལོག་བསྟོད་པ་སྙན་
ཚིག་བུང་བའི་མགྲིན་དབྱངས།
མི་འགྱུར་རྡོ་རྗེའི་སྲོག་གི་ཀ་ཆེན་མིག་གི་
དཔྱིད་དུ་ཆེར་བསླངས་ཤིང་།།
གཞན་ཕན་འོད་ཀྱི་དྲ་བ་ལྗང་ཁུ་འཛིན་མའི་ཁྱོན་ལ་
འཁྱུད་པ་ཡིས།།
རྡོ་དང་ཚེར་མའི་ལམ་བུ་སྟོང་ཕྲག་འདས་སོང་ཀློང་ལ་
བྱིངས་མོད་ཀྱི།།
དྲན་པའི་རྡོ་རིང་ངོས་སུ་འོད་དུ་འཚེར་བའི་
གཏམ་རྒྱུད་སྨུག་པོར་གྱུར།།

སྲིད་ཇུས་གསེར་གྱི་ཉི་འོད་འཇམ་པོ་ཁོ་ར་
ཁོར་ཡུག་འཕྲོས་པ་ན།།
མཐུན་པའི་དཔལ་བེའུ་དམ་དུ་སྦྲེལ་བའི་
མི་རིགས་ལྔ་དྲུག་བདག་ཉིད་ཅན།།
དགའ་སྐྱིད་བྲོ་གར་སེམས་ཀྱིས་རྡུང་བཞིན་ཚེ་ཡི་
སྙིང་པོར་འཇུག་པ་ནི།།
བསྟོད་པའི་རྒྱལ་མཚན་ཞིང་དུ་མཆོད་པའི་གཞི་མ་ག་
རེ་མ་ཡིན་གྲང་།།

སྲོག་གི་རྟ་རྔ་བསྡོས་པར་ཕེར་བའི་སྐྱེས་ཆེན་གསེར་རིའི་
ཕྲེང་བ་ཡིས།།
འབད་པའི་གྲུ་ཁེམ་ཤེད་ཀྱིས་དཀྲུགས་པའི་

རེ་བའི་དཔང་བོའི་དན་རྟགས་སུ།།
མི་འཇིགས་ཁྲི་རུ་ཁ་ལོ་བསྒྱུར་བའི་ཀྲུང་ཧྭ་གསེར་ལྡན་
སྒེག་མོ་ཞེས།།
སྙན་པའི་བ་དན་ཕྱོགས་བཅུར་སྐྱོད་པས་
མཚོན་པར་སོམ་ཉི་ཅི་ལ་སྐྱེས།།

བཙན་པོའི་བདུད་ཀྱི་མཆུ་ཏོ་ནག་པོ་རྣོ་ངར་རལ་
གྲིས་འབྲེག་མཁས་ཅན།།
གཉོམ་ཆུང་གདོང་གི་པདྨའི་དབུས་ལ་བརྩེ་བའི་
བྱིལ་བྱིལ་མ་ཆད་པའི།།
དྲང་བདེན་གསེར་གྱི་སྨིན་མ་ཕྲ་མོ་གཞར་ཡང་ཕྱོགས་
སུ་མ་ལྷུང་བའི།།
སུ་ཡི་མཛད་པའི་ཕྲིན་ལས་དཀར་པོ་ས་
ཆེན་འཛིན་མའི་རྒྱན་དུ་འཕུར།།

རིག་པའི་གནས་སུ་ཧུར་གྱིས་འཇུག་པའི་
ཨེ་མ་བསྐལ་པའི་ཐོབ་སྐལ་གཅིག།
ཆོས་ཀྱི་ཆོ་ག་ཕྱག་ལེན་མ་ལུས་རང་མོས་ཡིན་པའི་
ལམ་ལུགས་གཉིས།།
དམངས་ཀྱི་འཚོ་བ་ཉིན་རེར་རྒྱས་པའི་
འཕོ་འགྱུར་སྟོང་གི་ཧྲག་བར་ནས།།

རང་སེམས་སྐྱིད་པའི་གླུ་ཆུང་ལན་གསུམ་དབྱངས་ཀྱི་
ཁུགས་པར་དཀྲིས་ན་སྙམ།།
གཟིགས་དང་ལྟོས་དང་སྣོད་ཀྱི་བཀོད་པ་
ལྷ་ཡི་ཁང་བཟང་བསྒྲུན་པར་ནུས།།
ཉོན་དང་གསོན་དང་བཅུད་ཀྱི་སྐྱེ་འགྲོའི་
འཛུམ་ཞལ་པད་ཁ་གྲོལ་བ་ལ།།
བརྩོན་དང་འབད་དང་མ་འོངས་ལམ་གྱི་
འཇུག་ལམ་ཁོད་ནི་ཡངས་པ་ལ།།
ཀྱེ་མ་འདི་དག་བསམ་ཞིང་བསམས་ན་
ཚེ་ཡི་སྙིང་པོ་མཐོང་བར་འདྲ།།

དུས་ཀྱི་རྒྱུ་བ་རི་གཟར་ཆུ་བོ་བཞིན་དུ་རྔམ་གྱིས་
རྒྱུགས་ནའང་།།

དབུས་ཀྱི་ལྷ་ལྡན་ཉི་མའི་དྲུང་དུ་སྙིམ་པའི་
ལག་ཟུང་མཐོར་བཀྱགས་ཏེ།།
སེམས་ཀྱི་འདུན་མའི་སྨོན་ལམ་ལན་གསུམ་སྙིང་ནས་
བརྒྱབ་པའི་ས་བོན་གྱིས།།
བླ་ན་མེད་པའི་ཀྲུང་ཧྭའི་འབྱོར་ཕྱུག་ཛམ་བ་བྷལྷ་ཡིས་
སྲུང་བར་མཛོད།།
༼ ཞོ་ར་བསམ་འགྲུབ་རྒྱལ།༽

ཞུ་འབུལ།