པར་ངོས་གཙོ་འགན་པ། མིག་དམར་དོན་གྲུབ། ཁ་པར། 13320799988 ཡིག་སྒྲོམ། 892204328@qq.com 2026ལོའི་ཟླ་བ7པའི་ཚེས6ཉིན། རྩོརྩོམ་རིརིག་སྒྱུ་རྩོལ། ༣

རྒྱང་བཞུད་ལྷོ་མཐའི་སྐར་མ་འོད་ཆེན།།
སྟོན་མཇུག་ལོ་མ་རླུང་གིས་སྤུར་ཡང་།།
སྐྱོ་ཚུལ་མ་སྟོན་ནུབ་རིའི་ཕག་ལ།།
ལས་ཀྱི་ཆུ་བོ་འཁྱག་གིས་མ་བསྡམ།།
ཉི་འོད་ཁུར་བའི་བྱ་ཁྱུའི་བསྟར་ཕྲེང་།།
ཟླ་བ་སོང་བའི་ཤུལ་ལ་ལྷག་ཀྱང་།།
ཆུ་བོའི་འགྲམ་གྱི་རྩི་ཏོག་རྩེ་མོར།།
སྨུག་པ་འཁྱིལ་བ་སེམས་ཀྱི་ན་བུན།།
ཡིད་ཀྱི་མཁའ་ན་ཕུང་ཕུང་གཡོ་བའི།།
ཞེན་ཆགས་སྤྲིན་དཀར་ལྷགས་པས་ཁྱེར་ན།།
གཙང་བའི་ཁུད་དུ་ཟད་པའི་འདབ་མར།།
ཟླ་བའི་ལག་པས་བྱིལ་བྱིལ་ཨེ་གནང་།།
རླུང་གིས་འདར་བའི་ལྕང་མའི་ལན་བུ།།
ཟླ་བ་ལྷུང་བའི་ཆུ་རིས་ལྟེབས་ནས།།
ཁ་བའི་འདབ་མར་ཞེན་ཆགས་བྱུང་ན།།
དབང་གཞིའི་རི་མོས་དགུན་གཞུང་དྲན་ཡོང་།།
ཚིག་གིས་བསྒུལ་བའི་མི་སེམས་དུམ་བུ།།
དབྱངས་ཀྱིས་བསླས་པའི་མགྲིན་པས་བཏེགས་ན།།
ནགས་མའི་ཀླུང་ན་ལྷང་ལྷང་གྲགས་པའི།།
ཁུ་བྱུག་ཚོགས་ཀྱི་གསུང་སྐད་ཨེ་འགག།
རི་ལ་གཤར་བའི་འབྲོང་གི་ཁྱུ་ཚོགས།།
སེམས་ཀྱི་རི་སུལ་ཐད་ཀྱིས་བཅད་ཀྱང་།།
རླུང་ལ་ཞོན་པའི་རྒྱང་གི་ཞེན་ཆགས།།
ཁོ་བོའི་ཡིད་ལ་ལྷོད་ཀྱིས་སིམ་པ།།
སྤྲིན་པར་དཔྱངས་པའི་ཟླ་བ་སྒོར་སྒོར།།
སྙིང་འཕྲོག་ཁྱོད་ཀྱི་ཞལ་རས་ཨེ་ཡིན།།
བསེར་བུས་བདས་པའི་གྱང་ཁའི་འཇག་མས།།
ཉི་ཟླའི་འགྲོས་ལ་འཁྱུད་མོ་བརྒྱབ་སོང་།།
ལྷོ་འུར་འཁྱུད་པའི་རི་བོའི་གཤོང་ན།།
ལྕོག་ལྕོག་ལྡེམ་པའི་མེ་ཏོག་ཚལ་ན།།
ཤག་ཤག་བབས་པའི་གཙང་པོའི་ཁུད་ན།།
ཟགས་པའི་ལོ་མས་སྨེང་སྐྱོ་ཁུར་སོང་།།
༼ པུར་རྒྱལ་བ།༽

རྣམ་རྟོག་སྤྲོས་འཛིན་ཞིག་པའི་ལྡིང་ཁང་གི་དབུས་ནས།།
ཀུན་རྫོབ་སྒྱུ་མར་ཞེན་པའི་འདུ་འབྲལ་གྱི་སྣང་ཚུལ།།
སྐྱབས་ཅིག་དྲིན་ཆེན་བླ་མའི་ཐུགས་རྗེ་ཡི་ཚོམ་ནས།།
སྐལ་ལྡན་ངེད་ཅག་མགོན་དུ་དགྱེས་ཞལ་ལྟར་ངོམས་ཤིག།
གཉུག་མའི་རང་གཤིས་འགུལ་བའི་འཆར་སྣང་གི་སྤྲིན་ཕུང་།།
འདོད་འབྱུང་རོལ་མོ་འཁྲོལ་བའི་རྟེན་འབྱུང་གི་སྣང་བ།།
ཡིད་འཛིན་རྣམ་པར་ཕྱེ་བའི་གཤིས་ལུགས་ལ་གསོན་དང་།།
བདེ་ཆེན་རོ་མཉམ་ལྟ་བའི་དགོངས་ཡངས་སུ་ཆས་འགྲོ།།
ཀུན་རྟོག་འགྱུ་བ་ཕྲ་བའི་བྱིན་རླབས་རང་སྩོལ་བའི།།
ཏིང་འཛིན་བདེ་དྲོད་འཕྱུར་བའི་ཉམས་རྟོགས་ཀྱི་ན་བུན།།
འོད་གསལ་གཤིས་ཀྱི་གནས་ལུགས་རྗེན་པ་རུ་ཤར་ནས།།
བློ་འདས་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་གསེང་ལམ་ལ་ཆས་འགྲོ།།
ཆོས་ཀུན་རྟེན་འབྱུང་རིག་པའི་སྣང་ཚུལ་ནས་འབྱུང་བ།།
སྤྲོས་འཛིན་མཐའ་རུ་བཀག་པའི་སྤྲོས་པ་འདི་ཞི་ནས།།
མཚན་འཛིན་ཕྲ་རགས་བཀག་པའི་སྟོང་ཆ་རང་མིན་པའི།།
འོད་གསལ་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་ལམ་ཆེན་ནས་ཆས་འགྲོ།།
སྣང་བའི་ཡོད་འཛིན་ལྟ་བའི་ཚད་གྲུབ་ཀྱི་སྙིང་པོ།།
མེད་པའི་མེད་མཐའ་ལྟ་བའི་མེད་སྣང་གི་ལྟ་བ།།
གང་ལ་ཞེན་པ་མེད་པའི་ཕྱོགས་བྲལ་ལ་བརྩོན་ནས།།
མཐའ་བྲལ་དབུ་མ་ཆེན་པོའི་མྱུར་ལམ་ལ་བསྙེག་འགྲོ།།
ཐབས་ཤེས་དབྱེར་མེད་བསྒོམ་པའི་ཟུང་འཇུག་ལ་རོལ་བ།
སྣང་སྟོང་གཅིག་ཆར་འདྲེས་པའི་ཉམས་ལེན་ལ་བརྩོན་པའི།།
ལྟ་བ་ལྷ་དང་མཉམ་པའི་དགོངས་ཀློང་གི་དབྱིངས་ནས།།
སྣང་སྲིད་དག་པ་ཆེན་པོའི་སྣང་ཚུལ་ལ་ཆས་འགྲོ།།
ཕྱག་རྫོགས་དབུ་གསུམ་ལྟ་བའི་ཉམས་ལེན་ལ་སྐྱོང་བཞིན།།
ཀུན་རྟོག་བག་ཡངས་རྒྱུ་བའི་དབེན་རི་ལ་ཆས་རན།།
འཁོར་འདས་སྒྱུ་མར་ལྟ་བའི་སྤྱོད་ཤེས་ཤིག་འཚོལ་བཞིན།།
རྣམ་རྟོག་ཆོས་སྐུ་ཤར་བའི་དབེན་རི་ལ་ཆས་འགྲོ།།
བྱར་མེད་ཞེ་ཐག་ཆོད་ནས་ངེས་འབྱུང་གིས་བསྐུལ་ཏེ།།
བདེ་སྟོང་ཆང་གླུ་ལེན་བཞིན་འོད་གསལ་གྱི་དབྱིངས་ལ།།
འཕོ་འགྱུར་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ངང་ཉིད་ལ་བལྟས་ནས།།
ཆོས་ཉིད་ཐུགས་ཀློང་རྩེན་པའི་ཁང་བཟང་ལ་འདྲེས་ཤོག།
དོན་མེད་ཚེ་འདིར་འཁོར་བའི་བྱ་གཞག་དེ་སྤངས་ནས།།
སྙིང་པོ་ཆོས་ལ་བསྐུལ་བའི་རང་ངོ་རེ་འཕྲོད་ཅིག།
རིང་པོ་འདུག་ཡུན་མེད་པའི་སྣང་ཚུལ་ལ་གཟིགས་དང་།།
མི་རྟག་འགྱུར་བའི་བརྡ་ལ་ངེས་ཤེས་ཤིག་འཚོལ་ཨང་།།
༼ ཁམས་པ་རབ་དབྱངས།༽

སེམས་འགྱུ་འཕྲོ་རྒོད་པོ་གློག་བཞིན་འཁྱུགས།།
ལུས་དམར་སེར་གོས་ཀྱིས་བཀླུབས་ཀྱང་འཆོལ།།
ངག་ཆོས་སྤྱོད་འདོན་བཞིན་ངག་འཆལ་བསྲེས།།
མིག་འདིར་སྣང་ཕྱི་རོལ་གཟུགས་ལ་ཆགས།།
ལས་ཉོན་མོངས་འཁོར་བའི་བཙོན་ར་ནང་།།
ང་འདྲ་བ་སྲིད་པའི་འཁོར་རྡེའུ་བཞིན།།
འཁོར་འཁོར་ནས་འཁོར་བའི་གྲོང་ནས་ལྷག།
རྗེ་བླ་མས་གཟིགས་མཛོད་ཐུགས་རྗེ་ཅན།།
ཞལ་བརྩེ་བས་སྐྱོངས་དང་བཀའ་དྲིན་ཅན།།
བདག་འདྲ་བ་འཁོར་བས་བསླུས་པའི་མི།།
མགོན་ཁྱེད་ཀྱིས་མི་གཟིགས་སུ་ཡིས་གཟིགས།།
མགོའི་སྐྲ་ལོ་བཅད་ཀྱང་ཉོན་མོངས་ལྷག།
གོས་ཕུ་ཐུང་གཡུགས་མོད་བདག་འཛིན་ལུས།།
ལུས་དགེ་འདུན་འདུས་པའི་དབུས་གྲལ་ནས། །
སེམས་འཁྲུལ་རྟོག་བཙན་པོ་གཞན་ཡུལ་འགྲིམས།།
བདག་ཟེར་བ་འཁོར་བའི་གཡོག་ཏུ་ཚུད།།
ངས་རང་སེམས་མཐོང་ན་འཇིགས་ཤིང་སྐྲག།
ཚེ་ཕྱི་མར་བསམ་ན་དངངས་ཤིང་འཚེར།།
མིག་མཆུ་མར་འཁྲིགས་ཀྱང་ཅི་ཞིག་ཕན།།
ཡིད་གདུང་བས་མནར་ཀྱང་སུ་ཡིས་སྐྱོབ།།
རྗེ་ཁྱེད་རང་འབོད་ལས་ཐབས་མ་མཆིས།།
མགོན་ཁྱེད་ཀྱིས་བརྩེ་བས་ཡང་ཡང་གཟིགས།།
སྒྲ་སྙན་མོས་རྣ་བའི་དབང་པོ་ཕྲོགས།།
དྲི་ཞིམ་པོས་དྲི་འཛིན་ཤེས་པ་བསླུས།།
རོ་ཡག་པོས་སྣང་བ་གཞན་དུ་བསྒྱུར།།
བདུད་འདོད་ལྷའི་མེ་ཏོག་མདའ་ལྔ་པོ།།
འདིའི་སྒྱུ་འཕྲུལ་ཐབས་ཀྱིས་བསླུ་ཚུལ་མཁས།།
ས་ཆེན་པོ་འདི་ཡང་ཡོམ་ཡོམ་བསྒུལ།།
ཡིད་ཏིང་འཛིན་ཞི་བའི་གདངས་ཀྱང་བརྐུས།།
དེས་ཤེས་རབ་སྣང་བ་མུན་པས་བསྒྲིབས།།
སེམས་སྙི་མོ་བཙན་གྱིས་ཁ་ལོ་བསྒྱུར།།
གནས་འཁོར་བ་སྡུག་བསྔལ་རྒྱ་མཚོ་རེད།།
ང་འཁོར་བའི་ཐབ་གཡོག་ཨ་ཁ་མ།།
སྡུག་བཙོན་ལས་ཐར་འདོད་ཆེ་ན་ཡང་།།
གཅིག་སྣང་བ་གཞན་གྱིས་དབང་དུ་ཤོར།།
གཉིས་ལས་ཉོན་བག་ཆགས་ཆེ་བས་ལན།།
འདིར་འཁོར་བའི་གཡང་ས་ཆེན་པོ་རུ།།
བདག་དམུས་ལོང་འཁྱམ་པ་སྙིང་རེ་རྗེ།།
ཉམ་ང་བའི་སེམས་ཅན་ང་ཅག་ལ།།
ཞལ་འཛུམ་གྱིས་གཟིགས་དང་བརྩེ་བའི་གཉེན།།
ཡེ་གདོད་མའི་ཆོས་སྐུའི་རྒྱལ་ས་ཟིན།།
ནང་བསླབ་གསུམ་རིན་ཆེན་ནོར་གྱི་མཛོད།།
ཕྱི་རྒྱལ་བ་དགྱེས་པའི་རྣམ་སྤྲུལ་དངོས།།
མ་འགྲོ་བར་བྱམས་པའི་མཛའ་བཤེས་ཏེ།།
ཆོས་འོད་གསལ་བསྟན་པའི་མངའ་བདག་གོ།
མགོན་ཁྱེད་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་དཀར་པོ་ཡིས།།
ཕྱོགས་ཀུན་ཏུ་གྲགས་པའི་སྙན་པ་འབར།།
དོན་རྣམ་དཀར་ཐར་བའི་ལམ་སྟོན་པ།།
གུས་སློབ་མའི་དད་བརྒྱའི་སྤྱི་བོ་རུ།།
གསུང་སྙན་པ་དང་བཅས་འབྱོན་པར་ཞུ།།
རྗེ་ཁྱེད་ལ་འབོད་ན་བསླུ་མེད་ཡིན།།
བུ་གདུང་བས་མནར་བ་འདི་ལྟར་ལགས།།
ཐུགས་མ་ལྷོད་ཞི་བའི་གུར་ཁང་ནང་།།
ཞལ་འཛུམ་མདངས་མངོན་དང་བླ་མ་ལགས།།
གཞི་འོད་གསལ་ཆོས་ཀྱི་ཉིང་ཁུ་ཡང་།།
དོན་བདེ་ལེགས་སྩོལ་དང་བྱིན་རླབས་ཅན།།
ངས་རང་སེམས་མགུར་མའི་གཤིས་ལ་བསྟིམས།།
དབྱངས་སྙན་པོ་མེད་ཀྱང་འབྲི་ལེ་གདའ།།
དོན་ཟབ་མོ་དབེན་ཡང་བརྗོད་ཁུལ་བྱས།།
ནང་སེམས་ཀྱི་གདུང་བ་མཚོན་ཐབས་སུ།།
ཕྱི་སྣང་བའི་བཀོད་པ་དཔེ་རུ་དྲངས།།
ཚིག་གཙང་ཆུ་དྭངས་མོའི་ཡོན་ཆབ་བཤམས།།
མགུར་སྙན་མོ་དབྱངས་སུ་བརྒྱུས་པ་འདིས།།
དཔལ་ཆོས་ཀྱི་རྗེ་བོ་འགྲོ་བའི་མགོན།།
ཡབ་བླ་མའི་དྲུང་དུ་དམིགས་ནས་འབུལ།།
༼ རྫ་ཤུལ་བློ་བཟང་།༽

བཅུ་དྲུག་ལང་ཚོའི་མེ་ཏོག་དར་ཚད་ཅིག།
མ་བཅོས་གཞོན་པའི་སྣང་བ་ཟབ་མོ་རུ།།
ཡུད་ཙམ་འཕྲད་པའི་ཞེན་ཆགས་རི་མོ་འདི།།
སེམས་ཀྱི་རྡོ་རིང་བྲིས་པ་ཡལ་བ་མེད།།

ལས་ཀྱི་བཀོད་པ་འདི་ཡི་ཐུ་འོག་ནས།།
མཛའ་བརྩེ་ཡིད་ཀྱི་ཨ་ལོང་དམ་དུ་སྦྲེལ།།
སྙིང་ཤ་དམར་པོའི་ཚབ་ཀྱི་གཏམ་གཞི་ལ།།
མི་ཤིག་དབུ་མནའ་ལྕི་མོའི་རྒྱབ་གནོན་རླིང་།།

འཇིག་རྟེན་སྣང་བ་འདི་ཡི་ཐང་སྟེང་ན།།
འདང་བརྩེའི་འོ་ཆུ་མངར་མོ་གཅིག་ཏུ་འདྲེས།།
སྙིང་གཏམ་གཙང་པོའི་རྒྱུན་བཟང་བར་མེད་བཞུར།།
སེམས་འཕྲིན་མེ་ཏོག་དཀར་པོ་ཁྱོད་ལ་བསྲིངས།།

དཀར་མཛེས་འོ་མའི་མདངས་ཀྱི་ཞལ་ངོ་ལ།།
དྭངས་གསལ་སྤྱན་མིག་ཁྲ་བོ་འཁྱུག་འཁྱུག་གཡོ།།
དམར་པོའི་མཆུ་སྒྲོས་ལྷུག་ལྷུག་གྲོལ་བ་ཡིས།།
མ་བཅོས་འཛུམ་ཆུང་བཞད་པ་སྙིང་དུ་སྡུག།

ནག་ཅིང་སྣུམ་པོའི་སྐྲ་ལོ་འོད་ཀྱུག་ཀྱུག།
བསིལ་བྱེད་རླུང་བུས་ཡང་ཡང་ཤད་པ་ཡིས།།
བསུང་ཞིམ་དྲི་མ་རེ་རེ་སྙིང་ལ་སིམ།།
བརྩེ་བའི་ཟུངས་ཁྲག་ཁོལ་མ་རླབས་ལྟར་བསྒྱུར།།

དུང་སེམས་མེ་ལྕེ་འབར་བའི་ལོ་ཟླ་དེར།།
མི་ཁའི་རླུང་བུའི་ཁྲོད་ན་མཉམ་དུ་འགྲེང་།།
མཚན་ཞག་གང་པོར་གསང་གཏམ་རེས་མོས་སྦྲེལ།།
གཞོན་པའི་ལོ་ཟླ་འདི་ནས་དལ་གྱིས་བསྐྱལ།།

ཤིང་སྡོང་གཡུ་ལོ་འབར་བའི་རང་བྱུང་ཚལ།།
གཅིག་པུ་གོམ་ཁ་བསྒྱུར་ལ་ཉུལ་བའི་དུས།།
སྔོན་སོང་ལོ་ཟླའི་བར་གྱི་གསང་བ་རེ།།
སེམས་ཀྱི་མེ་ལོང་ངོས་སུ་གསལ་ལམ་ལམ།།

འཚོ་བའི་ལམ་བུ་མི་གཅིག་གཉིས་སུ་བྱེ།།
ནང་གི་འདོད་ཞེན་དེ་ཡང་མི་མཐུན་པས།།
འདྲིས་འདྲིས་ཆུང་གྲོགས་སེམས་ཀྱི་བུ་མོ་དང་།།
མི་བཟོད་མཐའ་མར་རང་རང་སོ་སོར་གྱེས།།

འཁྲུལ་སྣང་རྨི་ལམ་ཙམ་གྱི་གར་སྟེགས་འདིར།།
ལན་གཅིག་མཇལ་བའི་བག་ཆགས་ཟབ་མོ་དེས།།
ཚོར་རྟོག་རྦ་རླབས་གཡོ་བའི་གྲུ་ཁ་ནས།།
ཡང་ཡང་དྲན་པར་འཆར་བ་འགོག་ཏུ་མེད།།

ཁོང་ན་དྲག་ཏུ་འབར་བའི་ཆགས་སེམས་ཀྱིས།།
དེང་གི་མི་ཡིས་བསླུ་བྲིད་མདུང་ཐུང་གིས།།
རང་གི་ཚེ་ཡི་རོགས་ལའང་སྣུན་པའི་དུས།།
གཤིས་བཟང་བུ་མོའི་རྣམ་པ་ལྷག་ཏུ་དྲན།།

དམར་ཆུང་སེམས་ཀྱི་བར་ཐག་ཤིན་ཏུ་ཉེ།།
དུང་བའི་རྒྱུ་སྐུད་ཕྲ་མོ་དེ་བས་འཐས།།
མ་བསམ་ལས་ཀྱི་ལམ་བུ་ཁ་ཁ་ཡིས།།
མི་འགྱུར་སེམས་ཀྱི་མདུད་པ་དལ་གྱིས་གྲོལ།།

ལས་ཀྱི་བཀོད་སྒྲིག་ཟེར་ན་འདི་ལགས་ཏེ།།
ཅི་ཙམ་མཐུན་པོར་བྱུང་ཡང་མཐའ་མར་བྲལ།།
དྲན་གདུང་ཡིད་ཀྱི་ཁུར་པོ་དེ་དྲུད་བཞིན།།
རྒྱང་ལ་འཁྲེང་བའི་སེམས་ཀྱི་རྨ་ཁ་ལྕི།།

མཁའ་མཐར་སྨིན་དྲུག་ཁྲ་མོ་རིམ་གྱིས་འདུས།།
དཀར་གསལ་ཟླ་བའི་ཞལ་རས་དེ་མཐོང་ཚེ།།
ཁྱོད་མེད་ཁེར་རྐྱང་འཚོ་བའི་ལས་དབང་འདི།།
དྲན་ན་ཞེ་སྣང་སྐྱོ་བ་རྫོགས་མཐའ་མེད།།

སེམས་འགྱུ་རླུང་གིས་བསྐྱོད་པ་མ་ལགས་ཏེ།།
མཇལ་འཛོམས་རེ་བའི་ཉི་མ་དལ་གྱིས་ནུབ།།
གདུང་སེམས་གནོན་ཐབས་བྲལ་བའི་ཚོར་རྟོག་གིས།།
དྲན་སྣང་རོལ་དབྱངས་སྐྱོ་བས་འཐེན་དགོས་བྱུང་།།

གང་ཁྱོད་སྐྱིད་ཅིང་བདེ་བར་འཁོད་པས་ན།།
རེ་བ་གཞན་ཞིག་བདག་ལ་སྟོངས་གྱུར་པས།།
མི་ཚེའི་བཞུད་ལམ་རིང་མོའི་ཁུག་ཀྱོག་ནས།།
འཚོ་བའི་འདུན་མར་འོད་ཀྱིས་འཁྱུད་པར་སྨོན།།

འདུ་འབྲལ་སྒྱུ་མའི་ཟློས་གར་ལན་གཅིག་ལ།།
དུང་སེམས་གཉོམ་པོའི་སྨྱུག་རྩེ་དྲང་མོ་ཡིས།།
སྐྱིད་ལ་སྡུག་གི་ཚོར་བའི་གཏམ་རིང་འདི།།
བཅོས་མིན་ཤོག་དཀར་ངོས་སུ་འཁྱུག་ཙམ་ལགས།།
༼ གློག་འོད།༽

བདག་སེམས་ཁྱོད་ལ་
ཕྱོགས་ཡོད།

རྗེས་དྲན་དང་
སེམས་ཚོར།

ལྕང་མའི་ལན་བུ།

གླུ་ངེས་འབྱུང་མ།

དཔྱིད་དཔལ་སླེབ་དུས།
མཚོ་མོའི་དར་ཁ་ཕྱེས་ཤིང་།
འཇམ་པོའི་ངག་ལ་སྙན་འཇེབས་ལྡན།
དཔྱིད་ཀའི་ཉི་འོད་ཀྱི་མེ་ལོང་ནང་ན།
གསར་དུ་འབུས་པའི་ཁྱོད་ཀྱི་ལང་ཚོ་ནི།
ལོ་ཟླ་གསར་པ་ཞིག་གི་དབུ་འབྱེད་པའི།
རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཁ་གཡང་ཐོག་མ་དེ་ཡང་ཡིན།

དབྱར་ཟླ་བཞི་པར།
ནམ་མཁའ་གཡའ་དག་ཅིང་།
ས་གཞི་རྡུལ་དག།
བསིལ་འཇམ་གྱི་དྲི་བཞོན་དལ་བུར་ལྡང་དུས།
དབྱར་གསུམ་སྦྲང་ཆར་གྱི་ཟེགས་མ་མཁའ་ནས་འཐོར།
ལྗང་མདོག་གི་དུས་ཚིགས་འདིར།
སྨུག་ལོང་བན་བུན་ཁྲོད་ནས།
དབྱར་ཟླ་བཞི་པའི་མཛེས་སྡུག་དང་ལྷན།
ཁྱོད་ཀྱི་ལང་ཚོ་ཡོངས་སུ་སྨིན།

སྟོན་ཀ་སླེབ་དུས།
སྟོན་གསུམ་འབྲུ་དྲུག་སྙེ་མའི་འགོ་ལྕོག་ལྡེམ་ལྡེམ་བྱས་ཤིང་།
དྲོད་འཇམ་གྱིས་སྟོན་རླུང་ལྡང་ཐེངས་རེ་རེས།
གསེར་མདོག་གི་སྡོང་ལོ་དག་ས་ལ་ཐོར།
འདི་ཡང་སྟོན་ཀའི་མཛེས་ཉམས་ངོམ་སྟངས་ཤིག་ཡིན་སྲིད་ཀྱང་།
ལྗང་མདོག་གི་ཚེ་སྲོག་བོར་བའི་ཁྱོད་ཉིད།
སྔར་ཡོད་མྱོང་མེད་པའི་ཁེར་རྐྱང་གི་སྣང་བ་ཞིགཐོལ་གྱིས་ལྡང་།

དགུན་གསུམ་ཁ་བའི་འདབ་མ་ལྷབ་ལྷུབ་གཡོ་ཞིང་།
གྲང་ངར་ལྷགས་རླུང་རྩུབ་མོ་དེས།
ཁྱོད་ཀྱི་ལང་ཚོ་ཡོངས་སུ་བཅོམ།
ཁ་བ་རྒོད་ས་ན།
གྲང་རླུང་འཚུབ་ས་ན།
སྐྱ་སད་དུ་གྱུར་བའི།
ཁེར་རྐྱང་གི་རྣམ་ཤེས་ཤིག་ལ་སྐྱོ་ཡུས་ཤིན་ཏུ་མོད།

མདོར་ན།
དུས་བཞིའི་མེ་ཏོགདུས་ཚིགས་རེས་མོས་ཀྱི་ལྟེབས་ཁུག་ན།
ཁྱོད་ནི།
འཆར་ཡན་གྱི་ཐུམ་སྒྲིལ་བྱས་པའི་
བྱིས་སྒྲུང་གི་འཇིག་རྟེན་ཞིག་དང་འདྲ།
གལ་སྲིད།དུས་བཞིའི་འགྱུར་ལྡོག་གི་ཆོས་ཉིད་མེད་ན།
ཁྱོད་ནི་ནམ་ཡང་སྡིག་སྒྲིབ་ཀྱིས་མ་གོས་པའི་
མཛེས་སྡུག་དང་ལྷན་དུ་བཞད་ཡོད་ངེས།
ཀྱེ་མ།
རྟག་བརྟན་གྱི་རང་གཤིས་དབེན་པའི་ཁོར་ཡུག་འདི་ནས།
ཡིད་རྟོན་འདི་སུ་ལ་བཅོལ།
༼ མེ་ཆར།༽

དུས་བཞིའི་མེ་ཏོག།