

མ་
ཕྱུག་ཡང་གསང་སྒྲུ་མའི་སྒྲུབ་པ་ཐིག་ལའི་རྒྱ་ཅན་གྱི་སྒྲིན་བྱེད་ཡེ་ཤེས་མཆོག་སྒྲིན་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས། བ་མོ་གུ་རུབེ། །དྲི་མེད་ཀ་དག་ཆོས་གྱི་སྒྲུ། །མཉེན་བཅུའི་འོད་ཟེར་ལོངས་སྤྱོད་རྫོགས། །གང་འདུལ་སྒྲུལ་པའི་རྣམ་རོལ་ཅན། །ཕྱག་འཆོལ་རིག་འཛིན་སྒྲུ་མ་ལའོ། །གང་དེའི་དོ་རྩེའི་རྣལ་
འབྱོར་དང་། །རྩིས་སུ་འབྲེལ་བའི་སྒྲིན་བྱེད་གྱིས། །རྣམ་གྲོལ་ཡེ་ཤེས་མཆོག་སྒྲིན་པ། །སྐལ་བཟང་སློབ་མའི་དོན་ཏུ་དབྱེ། །དེ་ཡང་དབེན་ཞིང་ཉམས་དགའི་གནས། །བྱིན་རྒྱབས་བཀྲ་ཤིས་འབྱུང་བའི་སར། །མཁའ་འགོ་འདུ་བའི་དུས་གྱི་ཆོ། །དགྱིལ་ལའོར་དམར་རྒྱུ་བཀོད་ལེགས་སྟེང་། །ཕྱི་
ནང་གསང་བའི་དབང་རྩལ་དང་། །ཆོགས་གྱི་མཆོད་གཏོར་བཟང་དུ་བཤམ། །བསྟེན་རྫོགས་རྟོགས་ལྷན་རྣལ་འབྱོར་བས། །བདག་མདུན་དབྱེར་མེད་བསྐྱེད་བསྐྱུས་དང་། །རིག་པའི་མེ་ཏྲག་དོར་བ་ཡིས། །ཡེ་ཤེས་དགྱིལ་ལའོར་འཇུག་པའི་རྩིས། །དད་ལྷན་དམ་ཆོག་སྤྱང་རུས་པའི། །སློབ་མ་བྱས་
བྱས་གལ་ལ་ལའོད། །བགེགས་ཕྱལ་སྤྱང་བའི་ལའོར་ལོར་བསྐྱོས། །ལོ་རྒྱས་མཆོམས་སྤྱར་མཆུལ་འབུལ། །དེ་ནས་གསོལ་བ་གདབ་པ་ནི། །སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་ཡེ་ཤེས་སྒྲུ། །དོ་རྩེའི་སློབ་དཔོན་བདག་ལ་དགོངས། །རིག་འཛིན་སྒྲུ་མའི་དགྱིལ་
ལའོར་དུ། །འཇུག་ཅིང་སྒྲིན་པའི་བཀའ་དྲིན་སྦྱེལ། །ལན་གསུམ་སྒྱབས་སེམས་སྟོམ་གསུམ་སྒྲིན། །ཡེ་ཤེས་དབབ་ཅིང་གཉིས་མེད་བསྟེམ། །དེ་ནས་བུམ་པ་སྒྱི་བོར་བསྐྱར། །རྩི་ཀ་དག་གཞོན་རུ་བུམ་སྒྱུའི་གྲོང་བྱེར་དུ། །ལྷན་གྲུབ་སྤྱང་སྟོང་
སྒྲུ་མའི་དགྱིལ་ལའོར་ཤར། །བྱང་འཇུག་བདུད་ཅིའི་རྒྱན་གྱིས་དབང་བསྐྱར་བས། །ཡུང་ཁམས་སྒྱེ་མཆོད་ལྷ་སྤྱར་དག་པར་ཤོག །ཙུག་ཅེས་དང་། །ཅིམ་ཀླ་ཡ་ཙམ་གྱི་ཁི་རྩུ་ཨོ། །རྩིས་འབྲེལ་བསྐྱེད་པའི་རིམ་པ་དང་། །བཞུགས་

2025.05.27

སྒྲུངས་རྣམ་པ་གསུམ་ལ་བསྒྲུབ། །སྒྲུ་མའི་སྒྲུང་བརྒྱན་སྒྱི་བོར་བཞག ཨོ། །རིག་གཤམ་ཆོས་ཉིད་མཛོན་སུམ་གཞལ་ཡས་སུ། །ཉམས་སྒྲུང་གོང་འཕེལ་འཇའ་ཟེར་ཐིག་ལའི་གྲོང་། །རིག་པ་ཚད་ཐེབ་དོན་གྱི་སྒྲུ་མའི་སྒྲུམ། །
 ཆོས་ཟད་སྒོ་འདས་ཆེན་པོར་དབང་བསྐྱར་རོ། །བཛྲ་ཀུ་ཡ་ཨ་གྱི་ཁི་རྩུ་མི། མྱོང་གོ་ལ་བདུད་ཅི་མགོན་པར་སྒྱིན། རྩེ་ བྱི་སྒྲོད་རྩ་གསུམ་འཁོར་ལོའི་རྩྭ་རྒྱ། །ནང་བཅུད་བདེ་ཆེན་བྱང་སེམས་བདུད་ཅིར་བསྐྱེལ། །
 དེང་འདིར་སྐལ་ལྷན་ཁྱོད་ལ་སྒྱིན་པ་ཡིས། །སྒོག་རྩེ་ལ་དབུ་མའི་དབྱིངས་སུ་རྒྱ་གསུམ་པར་ཤོག །སྐྱོ་གྲོ་ཀུ་ཡ་ཨ་གྱི་ཁི་རྩུ་ཨུམ་ །རྗེས་འབྲེལ་གཟིག་བསྐྱངས་རྣམ་གསུམ་དང་། །རྒྱུད་གི་གནད་ལ་བསྒྲུབ་པའི་རྗེས། །ཐུན་མོང་བསྒྲུས་པའི་ལུང་སྒྱིན་
 ཞིང་། །ཁྱད་པར་རིག་འཛིན་སྒོག་འཁོར་ནི། །ཆོར་གཅིག་བསྐྱགས་ལ་སྒྱི་བོར་བཞག །ཨུམ་ སྐམས་བཅས་རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་རྩོ་རྗེའི་གསུང་། །ཡི་གའི་འཁོར་ལོ་ཤར་བའི་དབང་བསྐྱར་བས། །ལས་རྒྱུད་ཡེ་ཤེས་ཁམས་སུ་རྣམ་དག་
 པའི་། །ཆོས་གྱི་རྒྱལ་སྤིད་མཆོག་ལ་དབང་བསྐྱར་ཤོག །བཛྲ་སྐུ་ཀུ་ཨ་གྱི་ཁི་རྩུ་མི། ཤེས་རབ་གཟུངས་མ་ཁྱིན་བརྒྱབས་སྒྱིན། རྩེ་ བཅུ་དྲུག་དགའ་བ་སྒྲོང་པའི་ཕོ་ཉ་མོ། །ཡིད་འོང་སྐྱ་ཆོགས་གཟུགས་ཅན་འདི་གཏད་
 ཅིང་། །ལྷན་སྐྱེས་ཐར་པ་བསྐྱེན་པའི་དབང་བསྐྱར་བས། །ཁྱོག་ཆོགས་བདེ་སྒྲོང་ཆེན་པོར་སྒྱིན་པར་ཤོག །རྣམ་ཀུ་ཡ་ཨ་གྱི་ཁི་རྩུ་མྱོ། རོར་སེམས་ཡབ་ཡུམ་རྒྱལ་གྱིས། །སྒྲོམས་འཇུག་བདེ་ཆེན་ཡེ་ཤེས་བསྐྱེད། །རྗེས་འབྲེལ་བདེ་སྒྲོང་

མ་ ༣། འོན་ཏེ་སྤྱོད། །རྩ་མ་རུ་དང་ཁ་རྩི་སོགས། བརྟུལ་ཞུགས་སྤྱོད་པའི་ཡོ་བྱད་སྤྱིན། རྩི། བྱི་དང་ནང་གི་གནས་ཡུལ་དུ་འབྱོར་ཀྱང་། །རྩོ་རྩེའི་བརྟུལ་ཞུགས་གཅིག་གིས་བཟོད་པའི་སྤྱོད། །དཔའ་བོ་རྩ་གིའི་བྱག་རྒྱས་དབང་
བསྐྱར་བས། །ཉེ་རྒྱུའི་སྤྱོད་པའི་འབྲས་བུ་མཐར་ཕྱིན་ཤོག །བཟོ་ཅི་རྩ་ཨ་རྩི་ཁྱི་མི། རྩོ་རྩེ་སེམས་དཔའི་མེ་ལོང་བསྐྱར། རྩི་ གཞི་དབྱིངས་ཀ་དག་ག་ཞུག་མའི་དྲངས་ཤེལ་ལས། །གཞི་སྤྱང་ལྷན་གྱུ་བ་རིག་པའི་
འཇའ་ཟེར་ཤར། །བྱང་འཇུག་དཔེ་དོན་འབྲེལ་བའི་དབང་བསྐྱར་བས། །སྤྱང་ཡེ་ཤེས་དབྱེར་མེད་མཛོན་གྱུར་ཤོག །རྩོ་ན་ཀྱ་ཡ་ཨ་རྩི་ཁྱི་རྩི་ རྩོ་རྩེ་འབྲེལ་གཉིས་ཀས་མཉམ་བཞག་ངང་། །ཨ་ཞེས་དགོངས་པའི་བྱོད་གཏང་
ཅིང་། །ཕྱེས་ཤིག་རིག་ཅུལ་གོང་དུ་སྤྱར། །ཟབ་མོའི་ལྷ་སྒོམ་སྤྱོད་འབྲས་དང་། །སྤྱང་བཞིའི་འཆར་ཚུལ་དོ་སྤྱད་ཅིང་། །སྤྱིང་ཉིག་སྤྱོགས་བམ་སྤྱི་བོར་བཞག །ཨོ་ཨུ་རྩི། །ཀྱན་བཟང་རྩོ་རྩེ་སེམས་དཔའ་དགའ་རབ་རྩེ། །འཇམ་དཔལ་བཤེས་གཉིས་བྱི་སྤྱི་
ཏ་དང་། །རྩོ་ན་སྤྱ་ཏ་འཆི་མེད་པདྨ་འབྱུང་། །འོད་གསལ་སྤྱིང་བོའི་ཤིང་ཏ་བི་མ་ལ། །དབྱེར་མེད་ཀྱན་མཁྱེན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཡི། །སྤྱ་གསུང་བྱགས་དང་ཡོན་ཏན་ཕྱིན་ལས་ཀྱིས། །དེང་འདིར་སྐལ་ལྷན་
ཁྱོད་ལ་ཕྱིན་བརྒྱབས་པས། །ཅིར་སྤྱང་སྤྱ་འཕྱུལ་དུ་བའི་འཁོར་ལོ་ཤར། །སྤྱ་གསལ་མི་ཤིགས་རྩོ་རྩེའི་དབྱིངས་སུ་སྤྱིན། །ཀ་དག་རིག་པ་གདོད་མའི་གནས་ལུགས་ཉོགས། །ལྷན་གྱུ་བ་སྤྱང་བ་རྩམ་བཞིའི་

རྩལ་རྫོགས་ནས། །ཆོ་གཅིག་འཇའ་ལུས་དོ་རྩེའི་སྒྲིག་འགྲུབ་ཤོག། །བཟླ་ཀླ་ཡ་ལྷ་ག་ཅི་ཏྲ་གུ་ཏ་ཀམ་སཏ་སིརྟེ་ཨ་གྱི་ཁི་རྩུ་མི། །རྩེས་སུ་ཤིས་བརྗོད་མེ་ཏོག་འཐོར། །དམ་ཚིག་ཁས་སྤང་གཏང་རག་སུལ། །དགའ་སྟོན་ཚོགས་གྱི་འཁོར་ལོ་
 དང་། །དོ་རྩེའི་སྤྱད་དགར་ལ་རོལ། །དེ་ལྟར་རིགས་ནམས་ཀུན་འདུས་པ། །ཡང་གསང་སྤྱ་མའི་སྦྱབ་པ་ནི། །འོད་གསལ་ཐིག་ལའི་རྒྱ་ཅན་གྱི། །སྟོན་བྱེད་ཡེ་ཤེས་མཆོག་སྟོན་འདི། །གངས་རི་ཐོད་དཀར་ཨོ་རྒྱན་རྫོང་། །འོད་ཟེར་སྟོན་གྱི་སྟེང་ཚལ་དུ། །གཏང་མེད་ཀུན་ཏུ་རྒྱ་བ་ཡི། །ནལ་འབྱོར་
 འཛིགས་པ་མེད་པས་སྦྱར། །དགེ་བས་སྐལ་བཟང་སྟོབ་མ་ནམས། །ཀུན་མཁྱེན་སྤྱ་མའི་ཡེ་ཤེས་སྦྱས། །མདོན་སུམ་ཉིད་དུ་རྩེས་བཟུང་ནས། །གདོད་མའི་གཞི་དབྱིངས་གོལ་གྱུར་ཅིག །སམ་ཡ། གུ་ཅ། །