

- འབེལ་གཏམ་འདེམས་བྲིག

བོད་ལྗོངས་མི་དམངས་དབེ་སྐྱན་ཁང་།

图书在版编目(CIP)数据

对话集/贡堂·登白准米著. —拉萨:西藏人民出版社, 1991. 9(2008. 5 重印)

ISBN978-7-223-00413-8

I. 对... II. 贡... III. 诗歌—作品集—中国—藏语 IV. I222

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 026841 号

对 话 集

责任编辑	洛桑次仁
封面设计	阿旺格桑
电脑排版	丹 增
出版发行	西藏人民出版社(拉萨市林廓北路 20 号)
印 刷	西藏山水印务技术有限公司
开 本	787×960 1/32
印 张	5.125
字 数	70 千
版 次	1991 年 9 月第 1 版
印 次	2008 年 5 月第 4 次印刷
印 数	7,001—14,000
书 号	ISBN978-7-223-00413-8
定 价	7.50 元

版权所有 翻印必究

འབེལ་གཏམ་འདེམས་སྒྲིག

ཚཱ་སྒྲིག་འགན་ཁུར་བ།	སྒྲོ་བཟང་ཚེ་རིང་།
མཐུན་ཤོག་འཆར་འགོད་བ།	རག་དབང་སྐལ་བཟང་།
སྒྲིག་ཁྲད་བར་གཞི་སྒྲིག་མཁན།	བསྟན་འཛིན།
དཔེ་སྟེན་འབྲེམས་ཐེལ་ཆན་བ།	ཐོད་སྡོང་ས་མི་དམངས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། (ཉ་ས་གྲིང་སྐོར་བྱང་ལམ་སྒོ་ཨང་20)
བར་འདེབས་ཆན་བ།	ཐོད་སྡོང་ས་རི་ཁྱུ་བར་འདེབས་ལག་ཅུལ་ ཆད་ཡོད་ཀྱང་ས།
དེབ་ཆད།	787×960 1/32
བར་ཤོག	5.125
ཡིག་ཡུངས།	བྱི7
བར་གཞི།	1991ལོའི་ཟླ་9པར་བར་གཞི་1བསྒྲིགས།
བར་ཐངས།	2008ལོའི་ཟླ་5པར་བར་ཐངས་4བཟུབ།
བར་ཡུངས།	7,001 - 14,000
དཔེ་དེབ་ཨང་རྟགས།	ISBN978 - 7 - 223 - 00413 - 8
ཕྱིན་ཤོར་ཚུར།	7.50

བར་གཞི་སྒྲིག་བདག་ཡིན་པས་འདྲ་བཅས་བར་འདེབས་མི་ཚོག

དཔེ་རྒྱན་གསལ་བཤད།

དཔེ་དེབ་འདིའི་ནང་གྲུང་ཐང་བསྟན་པའི་སྒྲོན་མེ་.....
མཆོག་ནས་མཛད་པའི་《ཉམས་སྦྱང་ཀན་པོའི་འབེལ་གཏམ་
ཡིད་འབྱུང་དམར་ཁྲིད་》སྔགས་ཉེ་རབས་ཀྱི་མཁས་དབང་...
ཆའི་ཕྱག་སྐར་གྱི་འདུ་བྱེད་ལས་ཐོན་པའི་ཕུལ་བྱུང་གི་ཚྭ་
ཡིག་ཁག་གཅིག་འདེམས་བཞོན་བྱས་ཡོད། འདིར་འཁོད་
པའི་ཚྭ་ཡིག་པལ་མོ་ཆེ་དེ་ལྷ་པར་ཤིང་དུ་བཞོས་པ་བྱུང་...
རིགས་མེད་ཆོད་ཁར་བྱིས་སུ་ཡང་འབྲལ་མེད་ཀྱི་དགོས་དབང་
གིས་རྒྱན་པས་རེ་འགར་རྩམ་པར་བ་ཐོར་ཅམ་ལས་པར་བཞོན་
དངོས་གཞི་བྱས་རིགས་མི་འདུག་པས་ཚྭ་ཡིག་ལ་ལ་ངག་སྒྲོས་
ཅམ་ལས་དཔེ་རྒྱན་ཏ་ལམ་སྟོང་མཚམས་ལ་བྱག་ཟིན་ན་མི་
རིགས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཕུལ་བྱུང་རིག་གནས་ལྟ་བུ་བཞག་ཐུང་སྒྲོབ་
དང་གོང་འབེལ་གཏོང་རྒྱུའི་དགོས་པ་བྱུང་། སྔོས་སུ་རྒྱ་
ཆའི་སྒྲོག་པ་པོ་ནམས་ཀྱིས་འབེལ་གཏམ་འདི་རིགས་པར་རྒྱན་
བྱ་རྒྱུར་རིང་མོ་ཉིད་ནས་བྱགས་འདོད་རེ་སྒྲུལ་ནན་ཆེ་མཛད་
པ་བཅས་ལ་དམིགས་ནས་དཔེ་རྒྱན་བྱས་པ་ལགས་ན་བསམ་
དོན་ངེས་བཞིན་དུ་འགྲུབ་པའི་བཟང་ཤིས་ཤོག །

དཀར་ཆག

ཉམས་སྦྱང་ཀན་པོའི་འབེལ་གཏམ་ཡིད་འབྱུང་དམར་བྲིད།
..... (2)

སྐྱེ་མེད་བྱ་ལཱི་བྱུང་བ་བརྗོད་པ་སློ་ལྡན་ཡིད་དབང་འབྲིན་
བྱེད་མད་བྱུང་འཕྲུལ་གྱི་ཤིང་རྟ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་
སོ། | (11)

ཀན་བྱིས་དར་གསུམ་གྱི་འབེལ་གཏམ་སྤང་བ་རབ་གསལ་
ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། | (31)

ལྟ་ས་བྲན་ལྷ། (49)

སྲིད་པའི་བྱ་སྐྱུང་མཐོང་བ་འཇུག་ཤོད། (59)

དགེ་སྦྱང་གཞོན་ལྷ་དང་ནགས་ལྟ་སྤྲེག་མོའི་འབེལ་གཏམ་
མཁས་པ་བཞད་པའི་སྐྱེད་བྱུང་ས་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་
སོ། | (95)

གནས་བཏུན་ཚུལ་བྲིམས་མེ་ལོང་དང་དགེ་ཚུལ་ཤེས་རབ་
རལ་གྱི་གཉིས་ཀྱི་འབེལ་གཏམ་རྟང་ལ་བྱུག་པའི་
མེ་བཙའ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། | (108)

བཙུན་པ་དང་ར་ལུག་སྤང་གསུམ་གྱི་འབེལ་གཏམ།
..... (125)

ཉམས་སྤྱོད་ཀྱི་པོ་འཕྲུལ་
གཉམ་ཡིད་འབྱུང་
དམར་ཅིད།

གྲང་ཐང་བསྟན་པའི་སྒྲོན་མེས་བཙུངས།

ཉམས་ཐྱིང་ཀན་པོའི་འབེལ་གཏམ་ ཡིད་འབྱུང་དམར་ཁྲིད།

རྒྱུ་བའི་ས་བོན་སྤངས་པ་ཡིས། ། ཀ་ཤིའི་སྤྱག་བཟུལ་མི་
 འབྱུང་བ། ། ཟག་ཟད་བྱུང་པ་ན་མས་ལ་འདུད། ། འཁོར་བའི་
 རྒྱན་ལམ་གཅད་དུ་གསོལ། ། སྲིད་པའི་འགྲོག་དགོན་ཐང་
 དཀྱིལ་ན། ། ཀས་འཁོགས་ཀད་པོ་ཉལ་བ་ལ། ། ལང་ཆོས་
 དྲིགས་པའི་གཞོན་བྱ་ཞིག - ། རྩངས་ཏེ་ཙ་འདྲི་འདི་སྐད་
 སྒྲིང་། ། ཀད་པོ་འགྲོ་འདུག་བྱ་བྱེད་ཀྱན། ། གཞན་དང་མི་
 མཐུན་ཅལ་ཅལ་རང་། ། བྱེད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡིན་ཟེར། ། དེ་
 ལ་ཀད་པོས་ལན་སྒྲུས་བ། ། ཡེ་ལི་ཤ་དར་ཐྱག་དར་གྱི། །
 འཕྱར་མ་ལྗེང་སྐྱོད་ང་ལ་ཉོན། ། ང་ཡང་ལ་འགའི་སྒྲོན་ཅམ་
 བ། ། བྱེད་ལས་ལྷག་སྒོས་ལྷག་ཅིག་ཡིན། ། བརྒྱགས་ན་གྱི་ལིང་
 ཏྱ་ཡང་ཟིན། ། བཟུང་ན་བྱང་ཁའི་འགྲོང་ཡང་བྱུང། ། ཡང་
 ཟོར་ནམ་མཁའི་བྱ་དང་མཚུངས། ། མཛེས་པ་ལྷ་སྤྱག་གཞོན་
 བྱ་འདྲ། ། བཀྲག་མདངས་ཅན་གྱི་གོས་ཀྱང་གྱོན། ། རིན་ཐང་
 ཅན་གྱི་རྒྱན་ཡང་བཏགས། ། ཞིམ་མངར་ཅན་གྱི་ཟས་ཀྱང་
 ཟོས། ། བང་ཅལ་ཅན་གྱི་ཏྱ་ཡང་བཞོན། ། ཅེ་རྒྱུ་མ་བྱས་
 གཅིག་ཀྱང་མེད། ། དགའ་སྦྱིད་མ་སྦྱོང་གཅིག་ཀྱང་མེད། །
 འཆི་བ་འོང་དོགས་གཤམ་ཡོད། ། ཀ་བའང་སྤྱི་ཏུ་འོངས་མ་

ལྷམ། །མཛེལ་བཤེས་འདུ་འཛིའི་འར་ཁུར་གྱིས། །གཡངས་
 ནས་མགོ་བོ་འཁོར་བའི་ཐོག །ཀ་བའི་སྟག་བཟེལ་གཡོ་ཅན་
 འདིས། །འཇབ་ནས་འོངས་ཏེ་ཅར་གྱིས་མནན། །རང་ཀས་
 རང་གིས་མ་ཆོར་ལ། །ཆོར་བའི་དུས་སུ་འཕྱིས་ནས་གདའ། །
 ཤེལ་གྱི་མེ་ལོང་ལ་བལྟས་ཆོ། །རང་ལུས་རང་ཡང་སྟག་རེ་
 གོ། །སྦྱར་ན་ལུས་སེམས་ཐམས་ཅད་ཉམས། །ལྟག་པར་མགོ་
 ནས་སྤར་ཉམས་ཏེ། །ཀས་པ་ཡ་རྩེ་པ་ཡི་ཆུས། །མགོ་ནས་
 དབང་རབ་བསྐྱར་བ་འདྲ། །སྒྲ་ལོ་དུང་ལྟར་དཀར་བ་འདི། །
 ནག་ནོག་རྩི་མ་དག་པ་མིན། །འཆི་བདག་མཆེལ་མའི་རྒྱང་
 མདའ་དེ། །བཙོའི་ཐོལ་གྱིས་བབས་པ་ཡིན། །དཔལ་བའི་ར་
 གཉེར་འཁྲིག་འཁྲིག་འདི། །བྱ་རྒྱང་བརྒྱགས་པའི་ཞོ་གཉེར་
 མིན། །ཆོ་ཆད་ལོ་མང་འདས་པའི་གངས། །དུས་གྱི་མོ་ཉས་
 བྲིས་པ་ཡིན། །བལྟ་འདོད་ཟིམ་ཟིམ་མང་བ་འདི། །མིག་ཏུ་དུ་
 བ་སོང་བ་མིན། །དབང་པོ་ཉམས་པའི་རབ་རིབ་གྱིས། །
 བསྐྱབས་ནས་བྱ་ཐབས་བད་པ་ཡིན། །ན་བ་གཏད་ནས་ཉན་
 པ་འདི། །སྒྲིག་ཏུ་གསང་གཏམ་ཡོད་པ་མིན། །སྒྲ་ཀུན་རྒྱང་
 ནས་གསུམ་པ་བཞིན། །ཤར་ཏེ་ཐོས་སུ་རེ་བ་ཡིན། །ལྷ་རྒྱ་
 ཐིགས་ཐིགས་འབབ་པ་འདི། །ལྷ་ཏིག་དོ་ཤལ་བསྐྱར་བ་
 མིན། །གསལ་འཆོར་ལང་ཆོའི་ཆབ་རོམ་དེ། །གདུང་བྱེད་ཉི་
 མས་བཟུས་པ་ཡིན། །སོ་ཡི་ཐྱང་བ་རྒྱང་བ་འདི། །སྦྱེ་འདོད་
 སེ་ཏུ་བརྟེན་པ་མིན། །ཆོ་འདིའི་བཟའ་ཆང་བ་ཡིས། །བཟེད་
 ལག་ཆ་བསྟུས་པ་ཡིན། །ཁ་རྒྱ་ཐར་ཐར་བྱེད་པ་འདི། །ས་ལ་

ཆག་ཆག་འདེབས་པ་མིན། །སྔོན་སྒྲུང་ལོངས་སྒྲུང་ཐམས་ཅད་
 ལ། །ཞེན་ལོག་སྒྲུང་གིས་འདེབས་པ་ཡིན། །མི་གསལ་ལྟ་བུ་
 རྒྱུ་བ་ལ་འདི། །སྒྲུང་རིགས་གཞན་ཞིག་ཤོད་པ་མིན། །དོན་
 མེད་རག་འབྲུལ་སྒྲ་ཆེ་བས། །ཁྱེ་ཡང་ཡ་ཐང་ཆད་པ་ཡིན། །
 བཞིན་རས་བསྐྱས་ཤིང་མདོག་ངན་པ། །སྤྱུའི་འདྲ་འབག་
 གྱུན་པ་མིན། །གཡར་བའི་ལང་ཆོ་ཕྱིར་བྱེད་བས། །མི་སྤྱག་
 རང་མདོག་བསྟན་པ་ཡིན། །མགོ་བོ་ཡུག་ཡུག་བྱེད་པ་འདི། །
 གཞན་གྱི་བྱ་བར་འཕུ་བ་མིན། །མཐར་བྱེད་དབྱུག་པའི་ཕྱེ་
 སྒྲ་པས། །མ་བཟོད་སྒྲུང་པ་འདར་བ་ཡིན། །ལམ་ལ་ཁ་
 གཏད་སྒྲུར་པ་འདི། །རྒྱ་ཁབ་བོར་ནས་འཆོལ་བ་མིན། །ས་ལ་
 ལང་ཆོའི་ནོར་བྱ་དང་། །དྲན་པ་སྟོར་བའི་ནམ་འཁྱུར་ཡིན། །
 ལངས་ཆེ་སྤྱག་བཞི་འཇུགས་པ་འདི། །སྤྱགས་གྱི་ལད་མོ་བྱས་
 པ་མིན། །བྱིན་པས་ལུས་པོ་མ་ཐེག་པར། །རམ་འདེགས་ལག་
 པས་བྱེད་པ་ཡིན། །སྔོན་ཆེ་བྱེད་ཀྱི་ལྷུང་བ་འདི། །སྒྲིགས་ལ་
 འཁང་ར་བྱེད་པ་མིན། །སྔོན་དགའི་སེམས་གྱི་དབྱང་ཐག་.....
 དང་། །ལང་ཆོའི་བབྱང་ཐག་ཆད་པ་ཡིན། །འགྲོ་ཆེ་ཡམ་ཡམ་
 འཁྱོར་བ་འདི། །མི་ཆེན་གོམ་སྟབས་བྱེད་པ་མིན། །ན་ཆོད་
 ཁྱུར་བོ་ཉ་ཅང་རང་། །ཁྱི་བས་ཡོ་དྲང་ཤོར་བ་ཡིན། །ལག་པ་
 ཡབ་ཡབ་འདར་བ་འདི། །ནོར་ལ་ཉལ་ཤ་བྱེད་པ་མིན། །ལག་
 པར་ལོངས་ཆད་ཅིག་ཅར་དུ། །གཤིན་རྗེས་འཕྲོག་གིས་དོགས་
 པ་ཡིན། །བཟའ་བཏུང་ཉུང་ཤས་སྒྲུང་པ་འདི། །བས་ལ་སེར་
 རྩ་བྱེད་པ་མིན། །སྟོ་བའི་མེ་དྲོད་ཉམས་པ་ཡིས། །མི་ཀན་

སྐྱེལ་གྱིས་དོགས་པ་ཡིན། །གོས་རྒྱུ་སྤྲོ་བ་བདེ་གྱུན་པ་འདི། །
 ཡང་ཆས་བྱས་ནས་འཁྲབ་རྒྱ་མིན། །ནང་གི་ལུས་སྟོབས་ཤོར་
 བ་ཡིས། །གོས་ཀྱང་ཁུར་དུ་སོང་བ་ཡིན། །སྟོད་དབྱགས་.....
 འཆང་ཞིང་ཕུ་འདེབས་པ། །གཞན་ལ་སྤྲུགས་ལྷག་བརྟེན་པ་
 མིན། །དབྱགས་ཀྱི་རྒྱ་བ་བྱེང་བྱེང་འདི། །ནམ་མཁར་ཡལ་
 འདྲེད་མ་ཉམས་ཡིན། །བྱ་སྟོད་ཐམས་ཅད་འཕྱར་བ་འདི། །
 ཙམ་རྒྱུ་གང་དཔྱ་བྱེད་པ་མིན། །ཀས་པའི་གདོན་གྱིས་ཟེན་
 པ་ཡིས། །རང་འདྲེད་དབང་ན་མེད་པ་ཡིན། །ལས་དོན་.....
 ཐམས་ཅད་བརྟེན་པ་འདི། །སྤང་རྒྱུ་ཉར་རྒྱག་བྱས་པ་.....
 མིན། །ཉེན་གྱི་དབང་པོ་ཉམས་པ་ཡིས། །དཔྱ་རིག་ཤེས་པ་
 དྲིབ་པ་ཡིན། །ད་ཉེ་ང་ལ་འཕྱ་མི་དགོས། །ཀས་པ་མ་བགོས་
 སྤྱི་ན་ཡོད། །ལ་གསུམ་ལོན་དུས་ཁྱོད་ལ་ཡང་། །བང་ཆེན་མ་
 མ་སྟེབས་ནས་འོངས། །ངས་བཤད་ན་བར་མི་འགྲོ་སྟེ། །
 ཉམས་སྟོང་ནང་ནས་སྐྱེས་ཏེ་འོངས། །དེང་སང་ཆེ་ལོ་མར་
 འབྲིབ་པས། །ང་ཡི་ལོ་ཙམ་ཁྱོད་མི་སྟོད། །གལ་ཏེ་བསྐྱེད་ན་
 ཆེ་འདི་ལ། །ཁ་ཡང་ཆེར་བྲགས་མི་བྱས་སོ། །

་ ་ ་ བྱས་པའི་ལན་དུ་གཞོན་ཅུ་ཡིས། །མིས་འཕྱ་བྱིས་.....
 འགམས་སྒྲ་འཆོང་པོ། །ཁྱོད་འབྲ་བྱས་ཏེ་སྟོད་པ་ལས། །སྟོན་
 དུ་ཤི་ན་དགའ་ཞེས་བྱེད། །ལན་དུ་ཀད་པོ་ཁྲིལ་འཇུག་.....
 བཅས། །ཆེ་རིང་སྐྱོད་རྒྱགས་འདྲེད་པ་ལ། །ཀས་པ་མི་འདྲེད་
 ལ་རེ་སྟེན། །ཤི་ཡང་སྐྱོད་རྒྱ་དགའ་མོ་ཡིན། །དད་བས་དགོར་
 ཟས་མ་བོས་ཤིང་། །དམ་ཆོག་སྟོན་པ་རྒྱལ་བཞིན་བསྐྱེད་སྤྱངས། །

ཐོས་བསམ་སྒོམ་པ་བྱས་ཡོད་ན། །ནམ་ཞིག་ཤི་ཡང་སྤྱིད་པ་
ཡིན། །ར་ནི་དེ་འདྲ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་། །སེམས་ལ་འཛིན་རྒྱ་མི་
འདུག་པས། །ཕུང་པོ་ཀས་རུང་གསོན་ན་དགའ། །ཞག་་་་
གཅིག་ཡིན་ཀྱང་བཟད་ན་སྒྲུལ། །

བྱས་པས་གཞོན་ཅུ་སྟོ་འཁྱར་ཏེ། །བདེན་ནོ་བདེན་ནོ་
ཀད་པོ་བདེན། །མིག་གིས་མཛོན་སྒྲུལ་མཐོང་བ་དང་། །ཁྱོད་
ཀྱིས་བཤད་པ་ངོ་འཕྲོད་པས། །དམར་ཁྱིད་སེམས་ལ་བབས་
པ་བྱུང་། །ཀས་པའི་སྒྲུག་བཟུལ་ཡ་རེ་ང་། །ཀན་པོ་གོ་མཐོང་
རིག་གསུམ་ཆེ། །འཇིགས་པ་དེ་འདྲ་མི་འབྱུང་བའི། །ཐབས་
ཤིག་ཡོད་ན་དྲང་པོར་ཤོད། །བྱས་པས་ཀན་པོ་འཇུམ་བཞིན་
དུ། །དེ་ཡི་ཐབས་ཡོད་ལས་ཀྱང་སྒྲ། །ཕྱེད་ཀྱང་པལ་ཆེར་མི་
དགོས་མོད། །སྤྱིས་ཆད་ཐམས་ཅད་འཆིན་ཡང་། །ཀས་ནས་
འཆི་བ་ཁྱང་ཤས་ཡིན། །དགོས་རྒྱ་མི་འཆིའི་ཐབས་དགོས་་་
ཀྱང་། །དེ་ནི་གང་དུ་སོང་ཡང་མེད། །སྟོན་བྱོན་སངས་རྒྱས་
བྱང་སེམས་དང་། །སྤྱིས་ཆེན་རྒྱལ་སྟོན་ཐམས་ཅད་འདས། །
ད་ལྟ་བཞུགས་པ་ཀྱན་ཀྱང་འདའ། །ཁྱོད་རང་གཅིག་པོར་་་
གང་ནས་སྟོད། །དེ་བས་ཆོས་ཤིག་བྱེད་རྒྱས་ན། །ཀས་པས་
ལུས་པོ་རྒྱད་ན་ཡང་། །སེམས་ལ་དགའ་སྟོའི་གདེང་ཞིག་་་་
ཡོད། །འཆི་བ་ཐོག་ཏུ་བབས་ན་ཡང་། །བྱ་རྒྱུང་པ་བྱིམ་འགྲོ་
བ་འདྲ། །ཐབས་ཀྱི་ཡང་སྟེ་འདི་ལས་ལྟག །སངས་རྒྱས་ལ་
འང་གསུང་དུ་མེད། །མི་ཀན་ང་ཡི་སྟོང་གཏམ་ཡིན། །འོན་
ཀྱང་ངས་བཤད་ཁ་ན་མེད། །རང་དོན་རང་གིས་བསམ་སྟོ་

ཐོངས། །

བྱས་པས་གཞོན་ཅུས་ལགས་སོ་ལགས། །འོན་ཀྱང་.....
གཉིན་གྱི་ལས་དོན་དང་། །ཁང་གཞི་ནོམ་པའི་གཏོང་ལེན་
སོགས། །བྱ་བ་ལས་དོན་འཕྲོ་མང་བས། །ལོ་འགར་ཁོམ་པ་མི་
འདུག་ཀྱང་། །དེ་རྗེས་ངེས་པར་ཆོས་ཤིག་བྱེད། །དེ་དུས་ངེད་
གཉིས་འཕྲད་དགོས་ཟེར། །ཀྱང་པོ་ཤིན་ཏུ་མ་མགུ་བར། །
ཁྱེད་ཀྱི་བསམ་དོན་སྟོང་པ་ཡིན། །ལོ་འགའི་འཕྲོ་ནས་བྱེད་
སྟམ་པ། །ང་ལ་འང་སྒྲ་མོ་ཞིག་ནས་ཡོད། །ལས་འཕྲོ་མི་ཀན་
ཁ་སྤུ་བཞིན། །བཅད་ཀིན་བཅད་ཀིན་ངེ་མང་ཡིན། །ལོ་.....
འགའ་ལོ་འགའ་མ་ཆར་བའི། །ང་ལ་མི་ཆོ་ཆར་ནས་ཐལ། །
ཟྱ་བཤོལ་འདི་ཡིས་ཐམས་ཅད་བསྒྲས། །ཁྱེད་ལ་ཆོས་ཀྱི་རེ་བ་
མེད། །དོན་མེད་ཁ་བཤད་ཉི་མ་འཕུལ། །དེ་བས་ཁྱེད་རང་
ཡུལ་དུ་སོང་། །ཀྱང་པོ་མ་ཉི་འདོན་དུ་ཆུག །

བྱས་པས་གཞོན་ཅུ་ཏ་ལས་ཏེ། །ཀྱང་པོ་རྟོག་དཔྱད་མི་
གཏོང་བར། །དེ་འདྲ་ཟེར་ལྷགས་གང་ན་ཡོད། །བྱ་བ་ལས་
དོན་འདི་ཅམ་ཞིག །བསྐྱར་ནས་འཛོག་ལྷགས་ངེ་ལྟར་
ཡོད། །བྱས་པས་ཀྱང་པོས་ཨ་ཏ་ཏ། །ང་ལ་དེ་སྐད་བཤད་
ཆོག་སྟེ། །སྟོ་སྟོགས་འདི་ན་བྱ་བའི་འཕྲོ། །ཞེ་འགྲུབ་རྟོག་
དཔྱད་མི་གཏོང་བའི། །ཀྱང་པོ་བཅན་པོ་མ་ཞིག་ཡོད། །དེ་ལ་
ཕྱོས་ཤིག་ཞེ་ཆུད་སྟོས། །དེ་ཡིས་ཏུབ་རྒྱག་བྱས་པའི་ཉིན། །
ཀན་གཞོན་མཐོ་དམན་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །ལས་འཕྲོ་ཅིད་སྟོད་
བྲེགས་པ་བཞིན། །ཟད་དེ་བཞག་ནས་འཕྲོ་ཀུན་སྤང་། །དེ་

དུས་མི་སྐྱར་ཐབས་མེད་ཡིན། །གནས་ལུགས་མི་འཆལ་དབང་
 མེད་ཡིན། །ནམ་རྒྱུ་བསྐྱར་ནས་འགྲོ་བ་ལ། །ད་ལྟ་བསྐྱར་ན་
 རྟོན་ཡོད་ཡིན། །འོན་ཀྱང་ཕན་པར་སྒྲ་བ་དགོན། །དེ་བས་དེ་
 ལ་ཉན་པ་དགོན། །

བྱས་པས་གཞོན་རུས་ལྷག་འཆལ་ཏེ། །སྒྲ་མ་དབྱ་.....
 གདུགས་སྒྲོར་མཁན་ནས། །དགེ་བཤེས་ཆེ་གཉན་ཆོ་ལ་.....
 ཡང་། །གདམས་པ་འདི་ལས་ཟབ་མི་འདུག །ཀད་པོ་འི་
 རྒྱལ་བཟུང་དགེ་བའི་བཤེས། །ཁྱེད་ཀྱིས་ཅི་གསུངས་བཞིན་དུ་
 བྱེད། །ད་དུང་གདམས་པ་ལུགས་རྗེས་གཟིགས། །བྱས་པར་
 ཀད་པོས་འོ་ན་ལེགས། །ཀད་པོས་མ་སྦྱང་དགྲ་སྦྱང་ཡང་། །
 དང་པོར་ཆོས་ཀྱི་རྒྱུ་ཆུགས་པ། །འདི་ལས་དགའ་ཞིག་མི་
 འདུག་པས། །ཀས་ཤིང་འཁོགས་ནས་ཡོང་ས་མེད། །བྱེད་ན་
 གཞོན་པའི་དུས་འདིར་གྱིས། །གཞོན་དུས་རྒྱུ་ཆུགས་འཇུགས་
 ལྷུང་ན། །ཀས་ཀྱང་ལག་ལེན་སྒྲ་ཆོད་རེད། །ཆོས་ཀྱི་གནད་
 གཅིག་གོ་བྱུང་ན། །ཅི་བྱས་ཆོས་སུ་འགྲོ་ཆོད་རེད། །སྒྲོ་སྒྲ་མ་
 མང་དུན་ཐོག་རང་། །འདི་ནས་ཆོས་ལ་ཆོག་དེལ་མཛོད། །ཙ་
 བའི་བཤེས་གཉེན་རྒྱལ་བཞིན་བཞེན། །དམ་ཆོག་སྒྲུ་པ་མིག་
 བཞིན་སྒྲུངས། །འདི་སྒྲུང་འབྲི་བ་ཀད་ཀྱིས་ཆོད། །སྒྲོ་བཟང་
 རྒྱལ་བཟུན་སྒྲིང་པོ་ལ། །ཐོས་བསམ་སྒྲོ་མ་གསུམ་གཅིག་དུ་
 དེལ། །རྒྱུ་ཉེན་བསག་སྒྲུང་ལ་འབད་ན། །སངས་རྒྱས་ལག་
 པའི་ཆེ་ན་ཡོད། །ཨ་རེ་དགའ་ལ་ཨ་རེ་སྦྱིད། །བྱ་གཅིས་.....
 བསམ་པ་འགྲུབ་ནས་ཡོང་། །བྱས་པས་གཉིས་ཀ་གྲོས་མཐུན་

ཏེ། །དེ་ཡི་ཉིན་མོ་རང་ནས་བབྱང་། །ཆོས་བརྒྱད་དྲི་མས་མ་
སྐྱུགས་པའི། །དམ་ཆོས་སྐྱབ་པ་ལྟར་སྒྲངས་སོ། །

དེ་ལྟར་གན་གཞོན་འཆར་སྒོ་དང་། །ཉམས་ལ་དཔག་
པའི་གཏམ་འདི་ཡང་། །རང་གཞན་མཐུན་དག་ཉམས་ལེན་
ལ། །སློཁ་ཕྱོགས་པའི་རྒྱར་རྒྱར་ཅིག །རང་ལ་ཉམས་སྦྱང་
མ་མཆིས་ཀྱང་། །ཁེམས་ཅན་མོས་པ་སྣ་ཆོགས་པར། །འདི་
འདྲ་ཡིས་ཀྱང་པན་སྲིད་སྟུམ། །དཀོན་མཆོག་བསྟན་པའི་སྒྲོན་
མེས་གྲིས། ། ། །

ཕྱི་མེད་བྱ་ལཱ་འི་བྱུང་བ་བརྗོད་བ་གློ་ལྷན་ཡིད་
དབང་འདྲན་བྱེད་ཆད་བྱུང་འཕྲུལ་གྱི་
ཤིང་རྟ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

ཉ་ལྗོན་ཡེ་ཤེས་ཚུལ་སྤྲིམས་ཀྱིས་བཙུམས།

རྒྱ་མེད་བྱ་ལྷོ་ལྷོ་བ་བརྗོད་པ་རྒྱུ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་
 དབང་འདྲེན་བྱེད་མཉམ་བྱུང་འབྲུལ་གྱི་
 རྒྱུ་ལྷོ་ལྷོ་བ་བཞུགས་སོ། །

གངས་ཅན་མགོན་པོ་སྤྱིང་རྗེའི་ལྷོ་ལྷོ། ། དུགས་ཀྱི་ཅན་
 བན་འོད་མཐའ་ཡས། ། ཡེ་ཤེས་རྒྱ་འབྲུལ་དྲ་བའི་གར། །
 མཛོན་སྤྱུལ་དབང་པོའི་ཡུལ་གྱུར་པ། ། རྒྱ་བཟང་རྒྱལ་བའི་
 འཕྲིན་ལས་ཀྱན། ། རྒྱུ་ལྷོ་བ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་ཆེ། ། བདུད་
 རྒྱུ་བཅོམ་པའི་དཔའ་རྒྱལ་སྤྱུ། ། སྤྱིང་ཞེའི་སྤྱུ་མ་སྤྱིང་མཐར་
 རྒྱལ། ། གང་ཞིག་སྤྱིང་གི་མཛའ་མོ་དུ། ། ལེགས་བྱས་ལེགས་
 པས་འབྲུག་གྱུར་ན། ། གཙུག་ལག་ནོར་བུའི་བང་མཛོད་.....
 བརྒྱ། ། མངའ་བརྟེས་ཆངས་པའི་བྱ་མོས་རྒྱུངས། ། དཔེ་
 དབང་དཔའ་པོའི་གཞུང་ཆེན་ནི། ། ཀེ་ལ་ཤ་ཡེ་སྤྱུལ་རྒྱུང་བ། །
 རྒྱ་བའི་སང་གི་སྤྱུ་རག་མཐའ། ། དུགས་པའི་གད་རྒྱུངས་ཅི་
 ཡང་རྒྱུག ། རྒྱལ་འདི་མཐའ་པའི་ན་ལུང་དུ། ། དེ་ཆེན་བྱེ་
 བས་བརྒྱལ་ལས་ཀྱང་། ། སྤྱུ་དུ་བྱུང་བའི་གཟི་བྱིན་གྱི། ། ཅེ་
 དགའ་ཆོད་པ་དངོས་པོའི་གཤེས། ། སྤྱུ་དོག་རྒྱལ་སེམས་དོ་
 རྗེའི་རྒྱ། ། སྤྱིང་ལ་བཏབ་པའི་ཆོངས་ནམས་ལ། ། རྒྱུ་མེད་མི་