

༡༡། །སྒྲུབ་ཆེན་བྱུང་བའི་དགའ་ཆེལ་།།

དེབ་དང་ཕྱི།

མི་ཕྱི་གསུམ་དཔེ་བྱུང་ན་ཁང་།

༡༡། །སྒྲུབ་ཆོག་བྱུང་བའི་དགའ་ཚུལ་། །

དེབ་དང་པོ།

མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།

དཔེ་སྒྲན་གསལ་བཤད།

སྐྱོག་མཁན་ནམ་པ་ལགས། འདི་ག་དཔེ་སྒྲན་ཁང་གིས་《སྒྲན་ཆིག་བྱང་
བའི་དགའ་ཆལ་》ཞེས་པ་འདི་པར་དུ་བསྒྲན་ཏེ་གཟིགས་མཁན་ནམས་ལ་སྒྲན་……
འབུལ་བྱས་པ་ཡིན། དེ་བའ་དི་ནང་གི་སྒྲན་ཆིག་ནམས་ནི་པོད་ཡིག་དུས་དེབ
《པོད་ཀྱི་ཙོམ་རིག་སྒྲུ་ཅལ་》དང་། 《སྤང་ཆར་》 《ཟེ་ཟེར་》 《གངས་དཀར་
རི་པོ་》 《ཤེས་བྱའི་ཟེགས་མ་》 《མང་ཆོགས་སྒྲུ་ཅལ་》བཅས་ལས་བདུས་པ་ཡིན་
ཞིང་། འདི་ནང་དུ་པོད་ཀྱི་སྒྲན་ངག་པ་གན་དར་གཞིན་གསུམ་སུམ་ཅུ་ལྷག་
གིས་བཅམས་པའི་སྒྲན་ཆིག་ཁག་བཞི་བཅུ་ཞེ་ལྔ་བཀོད་ཡོད། སྒྲན་ཆིག་འདི་
ནམས་ནི་བརྗོད་བྱའི་དཔེ་དོན་གསལ་ཞིང་ཟབ་ལ་འཛོ་བ་དངོས་ཀྱི་གནས་ཆལ་……
ཇི་བཞིན་དུ་མཛོན་པ་དང་། རྗོད་བྱེད་ཀྱི་ཆིག་སྒྲུར་སྒྲན་ཞིང་འཇེབས་ལ་སྒྲན་
ངག་གི་ལུས་ཀྱི་བརྗོད་ཉམས་ཡོངས་སུ་རྗོགས་པ་ག་སྟག་ཡིན་པའི་ཁར། ད་དུང་
དེང་སང་པོད་རིགས་གཞིན་ནུ་སྐྱོ་གསལ་ནམས་ཀྱིས་གསལ་དུ་སྒྲུབ་པའི་ཆིག་……
ཀྱང་རིང་བྱུང་ངེས་མེད་ཀྱི་སྒྲན་ཆིག་ཁག་གཅིག་ཀྱང་བདུས་ཡོད་པའོ། །ང་ཚས་
སྒྲན་ཆིག་སྒྲིགས་བསྐྱོགས་འདི་འདྲ་ཞིག་པར་དུ་བསྒྲན་པའི་དམིགས་ལུལ་ནི་པོད་……
མི་རིགས་རང་གི་སྒྲན་ཆིག་དར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་དུ་གཏོང་རྒྱའི་གཞི་ཐོག་དུ་པོད་
ཡིག་ཐོག་ནས་ཙོམ་རིགས་འབྲེ་མཁན་མང་པོ་ཞིག་གས་སྤྱང་བྱས་ཏེ་སྒྲན་ཆིག་ལ་
དགའ་ཞེན་ཆེ་བའི་སྐྱོག་མཁན་ནམས་ཀྱི་རེ་འདོད་སྤང་ཆེད་ཡིན་མོད། འོན་ཀྱང་
ང་ཚས་ལས་ཀ་འདི་ཐོག་མར་མགོ་བཅམས་པ་ཡིན་གཤིས་སྒྲན་ཆིག་སྒྲིགས་སྒྲིག་
བྱེད་ཆལ་གྱི་ཉམས་སྤྱང་མེད་པ་དང་དུས་ལྡན་བྱང་བ། པོད་ཡིག་གི་དུས་དེབ་ཆ་

ཚང་བ་ཞིག་ལག་དུ་མ་ཆད་པ། ལྷག་པ་དུ་ཚུམ་སྒྲིག་གི་ཡོན་ཆད་དམའ་བ་
 བཅས་ཀྱི་དབང་གིས་དེ་བ་འདིར་སྒྲིན་ཆ་མང་དུ་མཆིས་ཤིང་སྤྲོད་པས། སྒྲིག་པ་པོ་
 རྣམས་ཀྱིས་དགོངས་འཆར་གང་མང་གནང་བྱུ་མཁྱེན་མཁྱེན།

ཕྱིན་ཆད་ལུ་མཐུད་དེ་ང་ཚོའི་དཔེ་སྒྲིན་ཁང་གིས་ཚུམ་པ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་་་་
 གསར་དུ་བཅུམས་པའི་སྒྲིན་ཆིག་དང་། རྒྱང་ཚུམ། དབུད་ཚུམ་བཅས་ཕྱོགས་
 སྒྲིག་བྱེད་ཅིས་ཡོད་པས་ཚུམ་པ་པོ་གསར་རྒྱུན་གྱིས་དུས་དེ་བ་དང་གསར་་་་
 འཁྱུར་སྒྲིན་ཆིགས་ཀྱི་སྒྲིང་དུ་གསར་ཚུམ་གང་མང་འབྲི་བྱུ་དང་ང་ཚོར་ཚུམ་གསར་
 ལེགས་པོ་དེའི་མཆམས་སྒྲིང་བྱེད་བྱུ་འི་རོ་བ་སྒྲིང་ཐག་པ་ནས་བྱུ་བ་ལགས་སོ། །

ཚུམ་སྒྲིག་པས།

1989 ཡའི་ཟླ་ 2 པར།

དཀར་ ཆག

- དབང་ཅན་ཐེག་མའི་བྱ་དབང་ས། ཅེ་ཏན་ཞབས་བྱང་། (1)
- བཟུགས་བརྗོད་པ་དཀར་ཆུན་པ། ཏུང་དཀར་སྒྲོ་བཟང་འཕྲིན་ལས། (8)
- དབྱིད་ཀྱི་བདག་མོ་ལྷ་ལས་བབས་པ། དཔའ་རིས་དྲོད་ཞི། (14)
- སྒྱུང་གཏམ། བསེ་ཆང་སྒྲོ་བཟང་དཔལ་ལྷན། (17)
- རི་པིན་དུ་སྒྲིབས་པ། ཐུབ་བསྟན་ཉི་མ། (20)
- ཆངས་སྒྱུད་དགེ་སྒྱུང་གཞོན་བྱའི་ངང་ཅུལ། རྩོགས་ཆེན་སྐལ་བཟང་། (22)
- བོད་སྒྲུངས་གསར་པའི་ནམ་པ་བྲན་པ། སྒྲོ་བཟང་དར་ཀླུ་ས། (25)
- སྒྲོ་བ་འབྲམ་གྱིས་བཟུགས་པ་བརྗོད་པ། ཆོས་འབྲོག་ཉི་མ་དྲན་ལགས། (29)
- མཆོ་བྱི་ཤོག་ཀྱང་མར་ཕྱལ་པའི་བྱ་དབང་ས། བཏ་ཤིས་ཕུན་ཆོགས། (32)
- བཟུགས་བརྗོད་མེས་པོའི་མཁྱིན་བྱ། མགོན་པོ་བཏ་ཤིས། (37)
- མཆུ་ནག་ཁ་ཏའི་རང་མཆང་བརྟོལ་པ། རིབ་གོང་རྟོ་རྩེ་མཁར། (40)
- མཆོ་བྱ་རིངས། སངས་ཀྱིས་སྒྱུབས། (52)
- ཁྱི་གཤོག་ཀྱལ་མའི་བྱ་དབང་ས། ཉ་མཁྱིན། (55)
- དུས་བཞིའི་སྔ་ནམ་བུའི་ཕྱགས་མཆོན་པའི་ཆོག་བྲིང་
 ངག་གི་རིལ་དབང་ས། མཁས་གྲུབ། (60)
- གདུང་འབོད། སྒྲོ་སྒྲོས་ཕུ་ལ། (73)
- གཏན་དུ་གནས་པའི་ཅེ་སྒྲིག་ རྟོར་སྒྲེ། (75)
- པ་ཕྱལ་གངས་སྒྲོངས་བྲན་པའི་སྒྲོ་མགུར། རྟོ་རྩེ་ཅེ་རིང་། (78)

ཕངས་པའི་མཆི་མ་དབང་མེད་བཞུར།	ལྷ་རྒྱལ་ཙོ་ཤིང་།	(85)
མེ་རྟག་གི་འཕྲང་མེམས།	ལྷ་རྒྱལ་ཙོ་ཤིང་།	(88)
ཁྲ་བྱག་བྱ་མའི་གསུང་བྲིང་།	ཕྱུ་པ་བྲུ་གིས།	(95)
ལྷ་རྟོད་བྱགས་རྩི་ལྷ་དབྱངས།	གཡུ་སྐང་མེ་རྟག	(99)
འཁྱུང་པ་དང་སྒྲོན་པ།	ལྷག་པ།	(103)
གངས་ལྷོངས་ལ་བཞུགས་པའི་མགུར་ལྷ།	ཕྱོ་བཟང་རྒྱ་མཚོ།	(107)
ཨ་མ་དན་མགུར།	གྲུ་རྩ་རྩི།	(111)

* * *

ལང་ཚོའི་བྲུང་རྒྱ།	རང་རྒྱལ།	(114)
ཕྱིན་དཀར་གྱི་འདབ་མ།	རང་རྒྱལ།	(122)
གངས་དཀར་ལྷ་མའི་བསྐྱུ་བྱིད་གྱི་དབང་གིས།	ལྷང་བ།	(127)
བྱང་ཐང་གི་རྣམ་ཤེས།	ལྷང་བ།	(135)
གངས་རི།	རིག་འཛིན།	(137)
དུན་རྟོད་ལ་གནས་སྐྱོར་དུ་བྱིན་པ།	རྟིག་ད།	(143)
འརྒྱལ་ཞལ།	རྟིག་ད།	(149)
བཙུག་མའི་མེ་རྟག་.....	ནོར་ལྷ།	(151)
ལྷག་ཞོད།	རྩི་རྩེ་མཁར།	(156)
གངས་ལྷོངས་ལགས་མ་ཡུམ།	རྩི་རྩེ་ཙོ་ཤིང་།	(164)
སྐྱོང་མཐར་བྱིན་པའི་མཉམ་སྦྲུའི་དགོང་ཚོགས་		
ལྷ་རྟོད་.....	འརྒྱ་སྐལ་བཟང་།	(169)
ང་ནི་གངས་དཀར་གྱི་འདབ་མ་ཞིག་ཡིན།	དཔའ་ཙོ།	(171)
སྐྱུ་ཁ་རྒྱུབ།	དཔའ་ཙོ།	(172)
ཙོ་རྩིང་།	དཔའ་ཙོ།	(174)

- དལ་ཅག་གི་རྩྱེད་དང་། བདག་གི་སྒྲིམས།ལྷན་བྲལ། (176)
- གལ་ཏེ་ང་རང་།རྩན་ཆེན་དོན་བྲལ། (178)
- སྤྱང་གི་ཐིག་ལེ་ལ་སྤྱང་བཞགལྷན་པ་དར་བྱས། (180)
- ང་རང་བྱིད་ལ་དགའ་བའི་ལྷན་གྱིས།སྤྱད་པའི་ག་ཙ་བྱལ། (182)
- འོད་གྱིས་འཁྱུད་པའི་གངས་དཀར།ཨ་ཁོད་རིན་ཆེན། (183)
- སྒྲིབས་བྱང་།——དབྱིད་ཀྱི་མཛའ་མ།གངས་དགའ། (185)

བྱུང་བྱུང་མི་རིགས་སྒྲིབ་བྱ་ཆེན་མོའི་གནས་བརྟུང་ཤོ་ལ་
ཀ་སྐམ་ཅུ་དབྱངས་ཅན་སྒྲིབ་མོའི་སྤྱ་དབྱངས།

ཆེ་ཏན་ཞབས་བྱང་།

རབ་སྟན་གསུང་གི་རྩ་མོ་འཕྲིན་པའི་རྒྱུ། །

སྤྱང་ལྡན་པའི་ལང་པཱེའི་རང་བཞིན་ཅན། །

ཡུན་བྱང་ཞིག་ལ་བདག་གི་ལང་བ་རུ། །

གཡའ་བར་འཆལ་ལོ་བཙམ་ལྡན་མ་གཅིག་གྱུ། །

དེ་མི་སྤྱད་དུ་ཆངས་སྐས་མ་ཁྱོད་ལྟར། །

མིད་འཕྲག་ཅན་པའི་འདུག་སྤངས་སྒྲིབ་བྱང་གིས། །

སྐྱམ་པར་སྐྱར་བའི་ཐལ་མོ་མཐོར་བཏོགས་ཏེ། །

གྲུས་པས་ལེན་པར་ཆས་སོ་དབྱངས་ལྡན་མ། །

དེ་མི་མོད་ལ་ལང་འགྲོ་རྒྱུད་སྤྱང་ཅན། །

རིག་པ་ཅན་གྱིས་འཇིག་རྟེན་ཚུས་པའི་དབྱངས། །

དབང་མེད་འབྱིན་པར་རྩོམ་པ་ཐོབ་དང་ལྡན། །

ལག་སོར་དལ་བའི་གོ་སྐབས་རིང་དུ་དབེན། །

ཡེ་མ་མཆར་སྤྲུག་ན་བའི་བཅུད་འཕྲག་ཅིང་། །

དོན་བཟང་སྐྱ་སྟན་གྱི་མཆོད་སྤྱང་པོས་སྤྲུག །

སྐལ་བཟང་ན་བ་དོན་དང་ལྷན་སྐད་དུ། །
ཡུད་ཅམ་གསན་པར་རིགས་སོ་ཤེས་ལྷན་དག །

ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྷན་དལ་གྱིས་འབབ་པའི་སྤང་། །
མ་གཡང་ཡུག་མའི་འབྲོག་ཐང་གཞུང་བརྒྱད་དེ། །
དུས་བཞིར་ངལ་གསོ་མེད་པར་རྟག་འབབ་པ། །
གང་ལ་མ་ཆུ་ཞེས་བུའི་གསལ་པ་འབར། །

ཉི་ལྷ་ཆུ་ལྟའི་ཞིང་ནས་དབང་ཕྱོགས་སུ། །
ལྷུང་ལྷུང་རྒྱ་ལམ་ཅོང་ལ་རིང་མའི་མདོར། །
ཁྱོད་དང་ཁྱོད་ཀྱིས་སྐབས་གསུམ་ལས་འཇོས་པ། །
ཅི་ལྟོ་མ་ཡིན་སྟུམ་པའི་ངོ་མཆར་བཟ། །

གཡུ་འབྲུག་སྟོན་མོ་ནམ་མཁའི་སྤྲིན་སྤྱང་དུ། །
བག་མེད་གར་གྱིས་ནམ་ཅེན་ངལ་པའི་མཐར། །
ས་ལ་ཉལ་པའི་བརྟལ་ཞུགས་སྤངས་པ་ན། །
རབ་མཐོ་ལྷན་པའི་ཐོལ་གྱིས་རྩུ་བག་བསྟེན། །

ལྷན་པོ་སྤྱད་དུ་རིང་བ་དེ་ཡི་ལྟར། །
སྤྱད་དབང་འཁོར་ཆོགས་མཆེད་ལྟའི་བང་མཛད་ལས། །
རིམས་ནད་དྲངས་ནས་འབྱིན་པའི་བདུད་ཅིའི་ཆབ། །
སེལ་འཁོལ་སྟུ་ལྷན་ཆུ་པའི་གཏོར་དུ་སྤྲིན། །

དེ་ཡི་ཡང་བར་ལན་ཅིག་མཐོང་ཅམ་གྱིས། །
ཡལ་གྱ་གཞན་ལ་འགམ་ཆུ་མི་ལྷང་བའི། །

ཕུན་ཚལ་ལྟ་མཁོ་མཁོ་དུ་ཕྱུ་མཁོ་གྱི། །

ཕུ་མེ་མཁོ་དག་ས་ལ་བཅས་པར་ངེས། །

ཁང་བ་ཁང་བཅེགས་རིན་ཐང་གཞལ་མེད་ཁང་། །

ཆོང་ཚལ་ཆམ་མེད་བཅེགས་པའི་སྒང་གི་ཁོམ། །

བཟོ་དང་འཕུལ་གྱི་ཁང་ཆེན་བཟང་ཡས་བ། །

ས་གཞིར་བཅུགས་པའི་ཆང་ཆང་མཆེད་པར་སྟེམས། །

བྱང་གི་ཕྱོགས་ན་ས་འཛིན་མཐོན་པོའི་ཆེར། །

ཁང་བྱ་བཅེགས་པའི་མཆོད་རྟེན་བྱིན་ཆཐས་ཅན། །

ས་པར་ཡབ་སྐུ་ལེགས་མཛད་འཕྲིན་ལས་གྱིས། །

ནམ་པར་བཞེངས་པ་ལེགས་ཚལ་ཞིང་དུ་བཞིང། །

སྟེ་རིའི་པང་བར་ཕུ་མཁོ་ལྟ་ཕྱི། །

ཁོ་ར་ཁོར་ཕྱག་ཡིད་འོང་སྟེད་མས་ཆལ། །

ཆངས་ཆེན་སྒྲ་སྒྲ་པར་གྱིས་བྲིས་འདྲ་བར། །

སྟེ་པོ་འདི་ཀླན་དགའ་བདེ་དཔལ་གྱིས་སྟེས། །

དཔག་ཆད་སྟངས་ཀྱིས་ཆོད་པའི་ལམ་ཐག་གྱང་། །

སྟངས་ཅིག་ཉིད་ལ་བདེ་སྟག་སྟེན་པའི་འཕུལ། །

མེ་ལྷགས་སྟེངས་གྱིས་འཁོར་བའི་བཟོད་པ་མཆོག། །

ཉིན་མཆན་དལ་བར་མི་སྟོད་འཕྲོས་གྱིས་བེལ། །

{ ལྟ་ན་སྟག་པའི་སྟངས་ཁྱེད་ལས་སྟག་པའི། །

སྟངས་པོའི་སྟངས་པོར་ཡངས་འཕགས་རྒྱ་བ་བྱང་གི། །

{ མི་ཤིགས་ཡོངས་ཀྱི་སྒྲོབ་བྱ་ཆེན་མོ་དེ། །
ཡོན་ཏན་ནོར་བུའི་གཏེར་ཁ་མཆོག་དུ་བསྟགས། །

དེ་ན་ཡོ་འདབ་སྟུག་པོའི་ལྷན་གིང་དང་། །
ནེ་ཙའི་སྒྲོ་བུལ་ལྷན་པའི་ཨ་ཤོ་ཀ། །
དྲི་བསྟང་རིང་དུ་འཕྲོ་བའི་ཨ་གར་སྟགས། །
མཐོ་རིས་སྟེད་ཆལ་གཉིས་པ་ལྷན་གྱིས་བྱུབ།

མཁད་ཁུ་བས་ལན་བརྒྱར་ཆོན་བྱགས་པའི། །
ཁྱ་མིབས་མཐོང་བྱེད་བཅུད་ལེན་ཁང་བཟང་ཆོགས། །
གཅིག་ལས་གཅིག་ལྟག་རི་རབ་ལྷན་པོ་ལ། །
དཔེར་རིས་བསྐྱར་བའང་འདི་ལས་ལྟག་རེ་སྟན། །

མི་ཤིགས་ཤེལ་བྲག་བྱེན་དུ་བསྐངས་འདྲ་བའི། །
མཐོར་བཅེགས་ཁང་མིག་བརྒྱ་བྲག་ཆོམ་བྱ་དུ། །
མཁོ་དགྲ་མ་ཆང་མེད་པའི་ཡོངས་སྟོད་གང་། །
འཛིག་རྟེན་མཛེས་པ་གཅིག་དུ་སྐངས་པར་ངེས། །

{ ཆོས་དང་སྤྱི་ཀྱི་གཞུང་ལྟགས་ཁྱ་མཆོའི་གཏེར། །
མཁས་པའི་ལེགས་བཤད་ཆད་བྱུང་དོན་བཟང་ཅན། །
བྱིས་དང་དཔར་མའི་སྟགས་བཅ་བྱེ་བ་སྟག། །
བྲག་རི་བཅེགས་འདྲའི་དཔེ་མཛོད་ཆད་དུ་བྱུང་། །

ཁྱད་པར་རྒྱལ་བསྟན་ཡིད་བཞིན་དབང་གི་རྒྱལ། །
གསལ་བྱེད་སྟེ་སྟོད་གསུམ་གྱི་བཅུད་བསྟུས་པ། །

བཀའ་བརྟན་མེགས་པམ་སྒང་ཆེན་རབ་བརྟན་གྱིས། ।

འཁྲུང་པར་འོས་པ་གཅིག་མེན་དུ་མ་བརྟགས། ।

{ སྐད་དང་ཡི་གེའི་རྣམ་གྲངས་ཐ་དད་པའི། ।
སྐོ་ལྷན་སྐོབ་ཚོགས་རིག་པའི་བང་མཛད་ལ། ।
དོན་གཉེར་གཅིག་ལས་གཅིག་ལྟག་ངང་བའི་ཁྱ། ।
རྒྱལ་མཚོར་ཅེན་པའི་དཔལ་གྱིས་འགྲན་རྒྱས་མེན། ।

ཁྱང་མཁྱིས་བད་ཀན་གྱིས་བསྐྱེད་བཞི་བརྒྱའི་ནད། ।

ཅད་འཛམས་སྐྱབ་གི་ཀ་བ་རབ་བརྟན་ཅིང་། ।

ལུས་ཁམས་བདེར་འཚོའི་གས་རིག་སྒྲན་གྱི་གྲར། ।

སྒྲངས་བཙོན་གྱི་ཆ་བཞོས་པའི་འཚོ་བྱེད་མང་། ।

མིས་དང་འབྲར་གྱི་བཙོན་བཞོད་ལྟར་སྒངས་པའི། ।

ཁི་ལྷ་ཀམ་ཁི་སྐོ་སྐོས་གྱི་ཁྱོན་ཅན། ।

དེ་དེས་བསྐྱེད་པའི་གཟུགས་བརྟན་གང་ལ་ཡང་། ।

དངོས་དང་ཁྱད་པར་འབྱེད་རྒྱས་སྤྱད་པ་ཙམ། ।

གངས་ཅན་ལྟོ་འའི་རིག་གནས་གཅིག་ཕྱར་ཡང་། ।

འཇམ་མགོན་ཐོན་མི་ཨ་རུས་གདན་ཡབ་པའི། ।

སུམ་རྟགས་དག་གསུམ་སྐྱ་རྟིག་དཀར་པའི་སྤྱང་། ।

མགུལ་དུ་མཛེས་པའི་སྐོ་གསལ་ས་འདིའི་རྒྱན། ।

བཅད་ལྟག་སྤེལ་མའི་ཆིག་གི་སྤྱང་བ་ལ། ।

སྐྱན་འཛེབས་དྲི་ཟའི་རྒྱལ་མ་སྐྱར་སྒངས་པས། ।

ལྷ་པོ་ཀུན་གྱི་ན་པའི་བཅུད་ལེན་གང་། །
 ལྷ་མཚའི་ཐུབས་ཀྱི་ཕྱིང་བཞིན་འཛད་དུ་མེད། །
 མིང་གི་མཛན་བརྗོད་ཐུངས་ཀྱི་ཉིས་རིག་དང་། །
 ལྷ་རིག་དབྱངས་ཅན་བྱིན་ཇ་ཏི་ཡི། །
 རྟེན་ལྷ་པོ་བུ་འུ་ཏི་ལཱ་ཕྱིང་བཟུང་བ། །
 ལྷ་དུ་འཛིན་པའི་བྱ་དབང་གལ་དུ་བསྐྱེགས། །

གཞན་ཡང་ཁྲངས་ལྷན་ལོ་རྒྱུས་གཏམ་གྱི་རྒྱན། །
 འབེལ་གཏམ་སྒྲིང་ཆེན་ནམ་ཐར་སྒྲུང་གིས་གཙོས། །
 གང་ལ་གང་མཆོས་ཡོན་ཏན་མེ་རྟོག་གི། །
 ཡིད་འོང་རྒྱན་ཕྱིང་སྒྲིང་ལྷན་བཟུང་ལས་འདས། །

རྒྱངས་པའི་མཐར་མཛན་རིག་པའི་གཤོག་ཐུབས་ཅན། །
 གནམ་འཕང་གཙོད་པའི་རྒྱང་ཆེན་མཁའ་ལ་ཕྱིང་། །
 རྒྱན་ཡངས་ལཱ་ལྷ་ནམ་མཁའི་དཀྱིལ་འཁོར་དུ། །
 བན་བདེའི་དགའ་སྟོན་འབྱེད་པའི་མཐར་མ་རིག།

འདི་སྒྲུང་བདེ་དགའི་ལྷངས་སྒྲིང་རྒྱག་བྲལ་བ། །
 མཛན་མཐོན་བ་གམ་འཛིག་པའི་རྒྱང་སྟེགས་ཏི། །
 བཟུན་ལ་མཛའ་བའི་བྱང་སྒྲིང་དག་གིས་ཀྱང་། །
 བཙོས་མཛན་བསྐྱེགས་བརྗོད་དབྱངས་ཀྱིས་མཚན་ཡང་བྲལ། །

དེ་སྒྲིང་དབྱངས་ལྷན་ཡང་འབྱོའི་རྒྱད་སྟོང་ལས། །
 ལེགས་ཐོན་རིག་པའི་སྒྲིང་སྟོན་ནར་འཛེབས་བ། །

° °

བཟང་བུའི་ཁྲ་པོ་ལྷི་བའི་ཆན་པོ་དེས། །

ཀུན་དགའི་གསེས་སྐྱ་འདྲ་བ་འཛོ་བར་བརྩོན། །

འདི་ཡི་དགེ་བས་སློབ་ལྷ་ཆེན་མོ་གང་། །

འགན་ཐེ་མེད་པའི་ཆེ་ལ་མངོན་འཕགས་ཏི། །

ནམ་མང་སྐྱེ་འགྲུའི་ཡན་དང་བདེ་བའི་དབྱིད།

སྤྲིད་པའི་མཐར་ཡང་ཉམས་པ་མེད་པར་སློན། །

(སྟན་ཆེན་འདི་ 1983 ལོའི་《ཐུང་ཆར་》དུས་དེབ་་་

གསུམ་པའི་ཐོག་ཏུ་བཞུད་ཡོད་པ་དང་། རྩ་མ་རིག་གི་

བྱ་དགའ་ཨང་དང་པོ་ཐོབ་ཐུང་།)

བཟུགས་བརྗོད་པད་དཀར་རྩྭ་པོ།

དུང་དཀར་སྐྱོ་བཟང་འཕྲིན་ལས།

ཁྱི་བྲལ་རྩ་ཞེལ་ལྟན་པོ་ལྟར་བསེལ་བསེལ་སྒྲུངས་འཇིག་རྟེན་ཡངས་པའི་

ུ ུ

ཅིར། །

སྐྱ་མང་རིག་གནས་ཀྱན་ལ་ཡོངས་མཁས་མཁས་མང་གསེར་ཁྱི་བྲལ་བ་

ུ ུ

བཞིན། །

ཐོན་པའི་རོ་མཚར་སྟན་འབྱར་སྒྲ་དབྱངས་དབྱངས་ཅན་འབྲམ་གྱིས་སྒྲིད་

ུ ུ

མཐའི་བར། །

དལ་མེད་སྒངས་ཀྱང་འཇོད་མཐའ་མེད་ན་ན་གས་བདག་འབྲ་ངལ་བ་

ུ ུ

ཅིམ། །

རིན་ཆེན་རྒྱལ་མང་རྩྭ་དང་རབ་འགྲོགས་པའི། །

དངས་བསེལ་རྩྭ་མེད་ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྟན་ཆབ། །

ཡར་མོ་སྒྲུང་ཆེན་དལ་གྱིས་འབབ་པའི་ནང་། །

ནོར་བུའི་བྱ་གཟིངས་མཚག་ཅིག་སྤར་ཡང་འཁྲུངས། །

རང་རིགས་མེས་པོའི་སྒོ་གྲོས་གཏེར་གྱི་སྒོ། །

ཐོག་མར་འབྱེད་པའི་གནས་མཚག་ལྟོ་ཁ་ཞེས། །