བོད་ལྗོངས་ཁྲིམས་ལུགས་ཚགས་པར། སེམས་སྐྱིད་ཇ་ཁང་། 2024ལོའི་ཟླ་8ཚེས་6 8

གཏམ་དཔེཔེ་རྣ་བའིའི་བུ་རམ་།
※ གཉེན་དང་ཉི་མ་རྒྱང་ནས་སྲོས།
མེ་དང་ཨ་མ་འགྲམ་ལ་བརྟེན།
※ ཁ་རོག་བསྡད་ན་བུ་མོ་ལྐུགས་མ་ཟེར།
གནས་ལུཌ་བཤད་ན་བུ་མོའི་འཕེར་ཤ་ཟེར།
※ བུ་མོ་ཡུལ་དུ་ལོག་པར།
གཟའ་དང་སྐར་མར་བལྟ་དགོས་མེད།
※ བྱ་དེ་མེད་པར་སྒོ་ང་དང་།
བུ་མོ་མེད་པར་མག་པ།
※ ཨ་མའི་བུ་མོར་སྙིང་རུས་ཡོད་ན།

ལུག་གི་བལ་ལ་རུས་པ་མེད།
※ ང་འདི་འདྲ་བཟོ་མཁན་ཨ་མ་དང་།
རི་དཀར་པོར་གཏོང་མཁན་ཁ་བ་ཡིན།
※ འཇའ་གར་སོང་ཉི་མ།
བུ་གར་སོང་མནའ་མ།
※ ཕོ་ཆུ་ཡུར་འདྲ་བ་ཞིག་དང་།
དམན་ཆུ་རྫིང་འདྲ་བ་ཞིག་དགོས།
※ མ་མ་བཙུན་མ་ཆང་མ་གསུམ།
བུད་མེད་གསུམ་ལ་རྣམ་པ་གསུམ།

སྐྱེ་རྒུའི་བསོད་ནམས་ཀུན་གསལ་ཡངས་པའི་ངོས།།
ཅི་ཡང་སྐྲུན་པའི་འདོད་འབྱུང་ནོར་བུའི་མཛོད།།
འདྲེན་པའི་ཤིང་རྟ་ཆེན་པོ་དཔྱིད་ཀྱི་དཔལ།།
ངོ་མཚར་བླ་ན་འཕགས་དེ་སྲིད་ན་རྒྱལ།།

བགྲང་བྱའི་རྣམ་འཕྲུལ་རྩལ་ལས་དུས་བཞིའི་གར།།
འདྲེན་བྱེད་འཁྲུལ་བའི་ཚན་གྲངས་མང་མཆིས་ཀྱང་།།
ཉམས་འགྱུར་སྟོང་གིས་ཕྱུག་པའི་དྲི་ཞིམ་ཟླའི།།
མཚར་སྡུག་དཔལ་གྱི་ཉམས་ལ་འགྲན་ཟླས་དབེན།།

མདངས་མཛེས་བཀྲ་བའི་མེ་ཏོག་རྣམ་པར་བཞད།།
རབ་སྙན་དབྱངས་བདུན་རྫ་རྔས་ཁོར་ཡུག་ཁྱབ།།
བསུང་ངད་དྲི་ཡིས་ས་གཞི་བྱིན་གྱིས་བརླབས།།
སྣ་བདུན་རྒྱན་ལ་མངའ་བའི་དགེ་མཚན་འབར།།

རྫོགས་ལྡན་ནམ་ཟླའི་འཕྲུལ་གྱི་འཁོར་ལོ་ཆེས།།
གྲང་རེག་གཤེད་མའི་འཚེ་བ་ཕར་ལ་དྲངས།།
རབ་ཡངས་བརྗིད་དུ་ཆགས་པའི་ས་འཛིན་ལྟོར།།
ཉམས་བཟང་ཡིད་དགའི་དཔལ་ཡོན་ཚུར་ལ་བསུས།།

དགོས་འདོད་ནོར་བུའི་མཚན་བཟང་རྟ་བདུན་དབང་།།
ནམ་ཟླ་བཟང་པོའི་འཕྲིན་ལས་འོད་སྣང་གིས།།
སྣོད་བཅུད་ཁྱོན་ལ་དགའ་དང་བདེ་བའི་བཅུད།།
འཛད་མེད་སྦྱིན་པའི་མཐུ་ནུས་རབ་ཏུ་རྫོགས།།

རབ་མཛེས་མེ་ཏོག་མདངས་ཅན་ས་སྤྱོད་མ།།
སྣ་ཚོགས་རྐང་འཐུང་གྲོགས་ཀྱི་རེག་མ་ཉིད།།
ཡིད་སེམས་སྤྲོ་དགའི་རྨད་བྱུང་འཛུམ་མདངས་ལས།།
ཚེམས་ཕྲེང་གཡུ་ཡི་ཕྲེང་བ་མངོན་པར་བྱས།།

དྲི་ཡི་བཞོན་པར་འགྱིངས་པའི་མདུན་ན་འདོན།།
འཇིག་རྟེན་ཞི་བདེར་འགོད་པའི་མཁས་མཛངས་ཀྱིས།།
འཛིན་མའི་བཅུད་རྒྱས་མར་གད་མདོག་འཛིན་ཞིང་།།
དྭངས་གཙང་བཞུར་ཆུས་སྙན་པ་དབྱངས་སུ་ལེན།།

ཐེག་ཆེན་དྲོད་འབེབས་གླང་ཆེན་རྩལ་གྱིས་དཔའ།།
མྱ་ངམ་ཁ་བའི་འདམ་ལ་མི་བྱིངས་ཤིང་།།
ནོར་འཛིན་འདི་ཡི་མཛེས་སྡུག་སྙིང་པོའི་ཕུལ།།
གཅིག་ཏུ་འཁུར་བར་བཟོད་དེ་ངོ་མཚར་གནས།།

མཐོ་རིས་ཚལ་དུ་འདྲེན་མཁས་རླུང་ལས་རྒྱལ།།
ཚ་གྲང་མཐའ་རུ་མ་ལྷུང་ངོ་མཚར་བགྲོས།།
གསོན་ཉམས་འབུམ་གྱིས་རྒྱན་པའི་རྨིག་བཞིའི་སྒྲས།།
རྫོགས་ལྡན་གསར་པའི་མགྲོན་དུ་ཡང་དག་དྲངས།།

རྒུད་ཚོགས་ཟིལ་གྱི་གཉེན་པོ་དམག་གི་དཔོན།།
གང་གི་དཔའ་བའི་གད་རྒྱངས་གྲགས་པས་ཙམ།།
ནོར་འཛིན་བྲན་དུ་བཀོལ་བའི་དུས་མཐའི་དཔུང་།།
དོན་སྙིང་ལྐོག་མར་བྱིན་ཏེ་ས་མཐར་བྲོས།།

ཞིང་ཁམས་ཚར་དུ་དངར་བའི་དབྱར་དུས་དང་།།
ལོ་ལེགས་རབ་ཏུ་འཕྱུར་བའི་འབྲས་ལྡན་དུས།།
རིས་མེད་འགྲོ་བའི་བདེ་སྐྱིད་ལོངས་སྤྱོད་སོགས།།
ཆུ་འགོ་གངས་དང་མཉམ་པའི་དཔྱིད་དཔལ་རྨད།།

དཔྱིད་རླུང་དྲོན་མོས་སྐྱེ་རྒུའི་ལུས་སེམས་དྲོས།།
དཔྱིད་ཀྱི་ཕོ་ཉའི་གསུང་སྐད་རྣ་བར་འཇེབས།།
དཔྱིད་དཔལ་སྒེག་མོས་འགྲོ་བའི་ཡིད་གདུང་སེལ།།
དཔྱིད་ཀྱི་ལང་ཚོའི་དཔལ་ཡོན་བརྗོད་མི་ཚར།།

སྣང་གསལ།

༄༅།།བསྔགས་བརྗོརྗོད་ཡིཡིད་ཀྱིཡི་མེམེ་ཏོརྗོགརབ་རིབ་ཀྱི་བྱིས་པའི་དུས་ན།
སྐྱེད་མས་བདག་ལ་འགྲམ་པ་ཡང་ཡང་སྦྱར་མྱོང་།
རྡུལ་འཚུབ་འཚུབ་ཀྱི་སྐྱེད་མའི་འགྲམ་པ་དེ།
ང་རང་གི་དྲན་སྣང་དུ་ཚ་སོབ་སོབ་ཅིག་ཡོད།

མི་ལོ་སུམ་ཅུ་ལྷག་ཡུད་ཙམ་ངང་འདས་སོང་།
ཚ་སོབ་སོབ་ཀྱི་སྐྱེད་མའི་འགྲམ་པ་དེ།
ང་རང་དང་བར་ཐག་ཇེ་རིང་ནས་ཇེ་རིང་དུ་གྱུར་ཏེ།
རིམ་བཞིན་བདག་གི་དྲན་སྣང་ཁོ་ནའི་ནང་དུ་གནས།

དེ་རིང་།གངས་རིའི་ར་བ་ནས་ཐོན་ཉུང་བའི་ང་རང་།
ཐག་རིང་ཡོ་རོབ་དུ་འགྲོ་གཏན་འཁེལ་སྐབས།
ཕ་རོལ་རི་གྲོང་དུ་གནས་པའི་སྐྱེད་མས།
དེ་སྔ་བྲལ་མ་མྱོང་བའི་རྡོ་ཁང་གི་སྒོ་མོ་ནས་ཐོན་ཏེ།
འཁར་བ་དང་འགྲོགས་ནས་ང་རང་གི་མདུན་དུ་ཕེབས།

དཀའ་སྡུག་གི་འཚོ་བའི་འཕྲང་ལམ་ནས་འོང་བའི་སྐྱེད་མས།
ཡིད་ཤིན་ཏུ་མི་བདེ་བའི་ངང་།
བདག་ལ་འགྲམ་པ་ཡུན་རིང་སྦྱར་ཞིང་།
སྐྱུར་ཅང་ཅང་གི་ཆུ་རྒྱུན་ཞིགསྙིང་རྩེ་ནས་བདག་གི་ངོ་སྟེང་དུ་གཏོར།

མ་གཞི།མི་ཚེའི་དཀའ་སྡུག་བཀོད་པའི་སྐྱེད་མའི་ངོ་གདོང་།
ད་ལྟ་ཀོ་བ་སྐམ་པོ་ལྷེབ་ཙམ་དང་འདྲ་མོད།
འོན་ཀྱང་།ཚ་སོབ་སོབ་ཀྱི་དྲོད་སྣང་དེ་མ་ཡལ་ལ།
ཚ་སོབ་སོབ་ཀྱི་ཚོར་སྣང་དེ་ཡང་མ་བརྗེད་པས།
མགྲིན་པར་མདུད་པ་ཐེབས་པའི་ང་རང་།
སླར་བྱིས་པའི་དུས་རབས་སུ་ལོག་སྟེ།
མི་ལོ་སུམ་ཅུ་ལྷག་བསྐམས་པའི་མིག་ཆུའི་མཚོ་མོ།
ད་ལྟ་སླར་ཡང་ལུད་བྱུང་།

༄༅་།སྐྱེསྐྱེད་མའའི་འགྲམ་པ་།

ལྗང་གཞོན།

ལྷིང་འཇགས་ཀྱི་གྲོང་ཚོ།

འགན་འཁུར་རྩོམ་སྒྲིག་པ།བཀྲ་ཤིས། ལག་བསྟར་རྩོམ་སྒྲིག་པ།རིན་ཆེན།

རྩམ་ཐུག་ནི་རོ་བཅུད་ལྡན་པའི་རུས་ཐང་་་་་་
དང་ནས་ཀྱི་སྙིང་པོ་སྦྲང་དཀར་རྩམ་པ།འབྲི་་་་་་
གཡག་དང་ར་ལུག་གི་ཤདེ་བཞིན་ལ་ཕུག་གམ་་་
པད་ཚལ་སོགས་ལས་གྲུབ་པའི་རོ་བཅུད་ལྡན་་་་་་་
པའི་ཐུག་པ་ཞིག་རེད།
རྩམ་ཐུག་ནི་བོད་ཁུལ་གྱི་ས་ཕྱོགས་གང་སར་
དར་ཁྱབ་ཆེ་ཞིང་།མི་རྣམས་ཀྱིས་དགའ་པོ་བྱེད་་
པའི་ཐུག་པའི་རིགས་ཤིག་ཡིན་ཞིང་།གྲང་ངར་་་
ཧ་ཅང་ཆེ་བའི་ནམ་དུས་སུ་རྩམ་ཐུག་གིས་མིའི་་་་་
ལུས་པོར་ཚ་དྲོད་ཙམ་མ་ཟད།ཕུན་སུམ་ཚོགས་་་
པའི་འཚོ་བཅུད་སྦྱིན་གྱི་ཡོད།བརྟག་དཔྱད་་་་་་་་
བྱས་པར་གཞིགས་ན།རྩམ་ཐུག་གིས་གཅིན་སྙི་་་་
ཟགས་ཁུ་དང་ཕོ་མཁྲིས་སོགས་ཀྱི་ནད་རིགས་་་་་་་
མང་པོར་ཕན་པ་མ་ཟད།སྦྲུམ་མ་དང་རྒན་རྒོན།
ལུས་སྟོབས་ཉམས་ཞན་གྱི་མི་སྣའི་ལུས་ཟུངས་གསོ་

བར་སྨན་པའི་ཁྱད་ལྡན་ཟས་མཆོག་ཅིག་རེད།
དཔལ་འབྱོར་དབྱར་གྱི་མཚོ་མོ་བཞིན་་་་་་་་་་་
འཕེལ་རྒྱས་འགྲོ་བའི་དེང་གི་དུས་སུ།ས་ཕྱོགས་་་
གང་ས་ནས་དར་འོངས་བའི་དུས་རབས་གསར་་་་
པའི་ཟས་རིགས་སྣ་ཚོགས་ང་ཚོའི་རོ་འཛིན་་་་་་་་་་་
དབང་པོའི་དགའ་སྟོན་དུ་གྱུར་ཡང་།སྲོལ་རྒྱུན་་་
གྱི་ཟས་རིགས་རྩམ་ཐུག་ནི་སྔར་བཞིན་མི་རྣམས་་་
ཀྱིས་དགའ་པོ་བྱེད་པའི་ཟས་རིགས་ཤིག་རེད།
རྩམ་ཐུག་ལ་དགའ་བའི་ཁོ་བོས།རྩམ་ཐུག་་
ནི་རང་ཉིད་ལ་བདེ་ཐང་སྦྱིན་མཁན་གྱི་ཟས་་་་་་་་་་
རིགས་ཤིག་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་པར་སྤོབས།
རྩམ་ཐུགཁ་ལ་ཞིམ་ཞིང་ལུས་ལ་འཕྲོད་་་་་་་
པའི་བོད་ཡུལ་གྱི་ཟས་མཆོགརྩམ་ཐུགཨ་མའི་་
ཕྱག་རྩལ་ལས་འཁྲུངས་ཤིང་།བུ་ཚའི་ལུས་་་་་་་་་་་
སེམས་གསོ་བའི་མི་ཡུལ་གྱི་ཞིམ་ཟས།

༄་།རྩམ་ཐུག་།
རིག་པའི་རྗེས་འགྲོ།

སྒྲུབ་མཚོའི་སྤང་ལྗོངས་སྟེང་ལ།།
ཨུཏྤལ་ཞལ་ཁ་ཕྱེ་བྱུང་།།
ལས་འཕྲོ་ཅན་གྱི་བུ་མོ།།
མེ་ཏོག་འཐུ་བར་ཕེབས་ཤོག།

པད་གླིང་གཡུ་མཚོའི་འགྲམ་ནས།།
བ་ལུའི་མེ་ཏོག་བཞད་བྱུང་།།
ཆུང་འདྲིས་ཟླ་བ་གཞོན་ནུ།།
སྙིང་གཏམ་ཤོད་པར་ཕེབས་ཤོག།

ཆུང་འདྲིས་མཛེས་མས་བསྐུར་བའི།།
ཡིག་ཆུང་སེམས་ཀྱི་སྨན་མཆོག།

མེ་ཏོག་འགྲམ་དུ་ཀློག་པས།།
ལས་འཕྲོའི་གཡུ་སྦྲང་འཁོར་བྱུང་།།

ཁྱེད་ལ་བཅངས་པའི་བརྩེ་བ།།
པད་གླིང་མཚོ་ལས་ཟབ་ཡོད།།
མཁའ་རི་དཔང་པོར་བཞག་ནས།།
དབུ་མནའ་བཞེས་རོགས་གནང་དང་།།

དྭངས་གཙང་མཚོ་མོའི་འགྲམ་ནས།།
སེམས་ཀྱི་བརྩེ་འཕྲིན་བསྐུར་ཡོད།།
སེར་བྱ་ལས་འཕྲོ་ཅན་གྱིས།།
ཐུགས་ལ་བཞག་རོགས་གནང་དང་།།

༄༅པད་མ་གླིགླིང་གགླི་མཛའ་གཞས་།
གངས་སྨྱོན་ཚུལ་ཁྲིམས།