



༄༅། །ཐུན་བཞིའི་སྒྲ་མའི་ནལ་འབྱོར་བཞུགས་སོ། །

རྩེ་མི་བསྐྱོད་ཞབས་ཀྱིས་མཇོང།



KAGYU MONLAM
INTERNATIONAL

མཆན། སླ་མའི་རྣལ་འབྱོར་འདི་ནི་སླ་མ་མཚན་ཉིད་དང་ལྡན་པའི་མདུན་ནས་དབང་ལུང་ཁྲིད་གསུམ་ཆ་
ཚད་ཐོབ་པ་ཁོ་ནས་ཉམས་སུ་སླང་བར་བྱ་བའོ།།



ཐུན་བཞི་སྒྲ་མའི་ནལ་འབྱོར་བཞུགས་སོ། །

དེ་ནས་དུས་ཐམས་ཅད་དང་བྱུང་བར་ཐུན་ཆེན་པོ་བཞིར་བྱ་བའི་སྒྲ་མའི་ནལ་འབྱོར་ནི། ད་ནི་ཁོ་པོ་མི་བསྐྱོད་དོན་རྒྱུ་ལོན་མིན་པ་བསམ་རྒྱུ་
མེད་པ་ཀུན་རང་གི་ལུས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་གཅེར་བྱ་ལང་ཆོ་ཐུན་སུམ་ཆོགས་པ། དབུ་སྒྲ་སིལ་མས་རྒྱབ་ནོན་པ། འོད་ལུང་གི་དབུས་
ན་འཆི་མེད་བདུད་རྩིས་གང་བའི་ཀ་སྒྲ་ལ་ཐོགས་པ། མེ་ཏོག་དམར་པོའི་རྒྱན་ཅན། གཞན་རྒྱན་སྤངས་པ། དེའི་མདུན་དུ་རྩེ་བཙུན་མི་བསྐྱོད་
དོན་རྒྱལ་ལྷགས་ཀྱི་ཤམ་ཐབས། སྤང་ཆེན་ཀྱི་བགས་པའི་སྒྲ་གོས་ཅན། དུག་རྒྱ་དུག་གིས་སྤྲས་པ། དབུ་སྒྲ་ཐོར་ཚུགས་སྤྲ་ཆོགས་དོན་རྩེ་རྒྱ་
བས་བརྒྱན་པ། དུག་གཉིས་ཆོས་འབྱུང་གི་དུག་རྒྱ་སྤྱི་པོར་བཀོད་པ། ཞབས་གཡོན་སྤྱིལ་ཁྱུང་བྱེད་བ་དང་། གཡས་བརྒྱུང་བས་ཡེ་ཤེས་
ཀྱི་མེ་དབུང་གི་དབུས་ན་བཞུགས་པ། དེ་ལ་ལུས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོས་བདུད་རྩི་བསྐྱབས་པ་ཅམ་ཀྱིས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མེ་དམར་ལུང་ཀྱིས་
འབར་བ། རང་ཉིད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོའི་རྩ་ག་ནས་སྤྲུན་ངངས། ཐུགས་ཀར་ཞུགས་པར་མོས་ལ། རྒྱུང་དག་སྐྱོར་ཀྱི་རང་ནས་གསོལ་བ་
ཐོབ་ཅིག་དང་། ཁོ་པོ་མི་བསྐྱོད་དོན་རྩེ་གྱིས་སྒྲོབ་པ་ཡིན་ཞེས་ཀྱིན་དབབ་བར་བུའོ། །

མ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྒྲ་མ་སངས་རྒྱས་རིན་པོ་ཆེ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །

མ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྒྲ་མ་ཀུན་བྱུང་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །

མ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྒྲ་མ་བདེ་ཆེན་ལོངས་སྤྱོད་རྫོགས་པའི་སྐྱེ་ལ་གསོལ་བ་
འདེབས་སོ། །

མ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྒྲ་མ་ཐུགས་རྩེ་སྐྱེ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །

ན་མོ་གུ་རུ།

སྤྱི་པོའི་གཙུག་ན་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མ། །

གཅེར་བྱ་རྩ་ག་རུ་མ་རབ་དུ་རྒྱས། །

སྒྲ་ཐོལ་སྤྲུན་གསུམ་ནམ་མཁའི་མཐོངས་ལ་གཟིགས། །

བདེ་བ་མི་བཟོད་འགྱུར་བའི་གར་སྐྱབས་སྟོན། །

དེ་འདྲ་གངས་མེད་གཞལ་མེད་བུན་ལོང་ནང་། །

ཅ་བའི་སྒྲ་མ་མི་བསྐྱོད་དོན་རྩེ་ནི། །

དགེ་སྤྱོད་ཆ་ལུགས་ཞུ་ནག་གསེར་མདོངས་ཅན། །

ཐབས་ཤེས་དབྱེར་མེད་དོ་རྗེ་འི་ལ་བྱ་འཛིན། །
བདེ་སྟོང་དབྱེ་བ་མེད་པའི་ལྟ་སྟངས་མཛད། །
གསོལ་བ་བཏབ་བ་ཙམ་གྱིས་མོས་གྱུས་འབར། །
མོས་གྱུས་འབར་བ་ཙམ་གྱིས་བྱིན་རྒྱབས་ལུར། །
བྱིན་རྒྱབས་ལུར་བ་ཙམ་གྱིས་བྱུན་མོང་དང་། །
མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་འོར་བྱ་འབར་བ་བསྐྱམས། །
གནམ་ས་རྒྱ་ལོག་མེད་པར་ཆར་ལྟར་འབབ། །
ད་ནི་སྟོང་ནས་གསོལ་བ་འདེབས་པའི་དུས། །

ཤེ། ལྷ་ཁོང་སྟོང་ལ་སྟོང་ཁོང་ལྷ་ཁོང་། །
ལྷ་ཁོང་དབྱེར་མེད་རྒྱ་མའི་སྒྱ། །
རྒྱ་མའི་སྒྱ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །
རྒྱ་མའི་སྒྱ་ཡིས་བྱིན་གྱིས་རྒྱོབས། །
གྲག་ཅིང་སྟོང་ལ་སྟོང་ཁོང་གྲག། །
གྲག་སྟོང་དབྱེར་མེད་རྒྱ་མའི་གསུང་། །
རྒྱ་མའི་གསུང་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

རྒྱ་མའི་གསུང་གིས་བྱིན་གྱིས་རྒྱོབས། །
བདེ་ཁོང་སྟོང་ལ་སྟོང་ཁོང་བདེ། །
བདེ་སྟོང་དབྱེར་མེད་རྒྱ་མའི་བྱུགས། །
རྒྱ་མའི་བྱུགས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །
རྒྱ་མའི་བྱུགས་ཀྱིས་བྱིན་གྱིས་རྒྱོབས། །

ཤེ། ལུ་རུ་རྩ་བྱོན་པའི་ཆོ། །

ནམ་མཁའ་འཇའ་དང་འོད་གྱིས་གང་། །

སྤྱལ་པའི་མོ་ཉ་འགྲེད་མཇད་ཅིང་། །

བྱིན་རྒྱབས་མེད་ལུང་ལུ་རུ། །

ཉམས་དང་རྟོགས་པ་ཤ་ར་ར། །

ཤེ། རྩ་མ་ཆེན་པོ་བྲིད་ཀྱི་རྗེས་སུ་བདག་བསྐྱབ་བྱིར། །

བྱིན་གྱིས་རྫོབ་བྱིར་གཤེགས་སུ་གསོལ། །

གནས་མཆོག་འདི་རུ་བྱིན་པོ་བལ། །

སྐྱབ་མཆོག་བདག་ལ་དབང་བཞི་སྤྱར། །

མཆོག་དང་ཐུན་མོང་དངོས་གྲུབ་སྟོལ། །

མི་མཐུན་རྒྱུན་དང་བར་ཆད་སོལ། །

དག་བགགས་མ་ལུས་ཞི་བར་མཛོད། །

ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་ལྔ་གྲུ་མཁའ་ལ་ཤར། །

ནད་གདོན་བྱི་མའི་ཆོགས་རྣམས་འོད་གྱིས་བསལ། །

སྤྲིག་སྤྲིབ་ཉེས་པ་རྒྱུད་དུ་འབྲིས་པ་རྣམས། །

རྣལ་འབྱོར་མ་དཔལ་མདུན་དུ་མཛོལ་ལོ་བཤགས། །

ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་སེར་མོ་མཁའ་ལ་ཤར། །

ནད་གདོན་བྱི་མའི་ཆོགས་རྣམས་འོད་གྱིས་བསལ། །

སྤྲིག་སྤྲིབ་ཉེས་པ་རྒྱུད་དུ་འབྲིས་པ་རྣམས། །

རྣལ་འབྱོར་མ་དཔལ་མདུན་དུ་མཛོལ་ལོ་བཤགས། །

ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་དམར་མོ་མཁའ་ལ་ཤར། །

ནད་གདོན་བྱི་མའི་ཆོགས་རྣམས་འོད་གྱིས་བསལ། །

སྤྲིག་སྤྲིབ་ཉེས་པ་རྒྱུད་དུ་འབྲིས་པ་རྣམས། །

རྣལ་འབྱོར་མ་དཔལ་མདུན་དུ་མཛོལ་ལོ་བཤགས། །

ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་དཀར་མོ་མཁའ་ལ་ཤར། །
ནད་གདོན་རི་མའི་ཚོགས་རྣམས་འོད་གྱིས་བསལ། །
སྤྲིག་སྤྲིབ་ཉེས་པ་རྒྱད་དུ་འབྲིས་པ་རྣམས། །
རྣལ་འབྱོར་མ་དཔལ་མདུན་དུ་མཛོལ་ལོ་བཤགས། །
ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་ནག་མོ་མཁའ་ལ་ཤར། །
ནད་གདོན་རི་མའི་ཚོགས་རྣམས་འོད་གྱིས་བསལ། །
སྤྲིག་སྤྲིབ་ཉེས་པ་རྒྱད་དུ་འབྲིས་པ་རྣམས། །
རྣལ་འབྱོར་མ་དཔལ་མདུན་དུ་མཛོལ་ལོ་བཤགས། །
ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་སྒྲོན་མོ་མཁའ་ལ་ཤར། །
ནད་གདོན་རི་མའི་ཚོགས་རྣམས་འོད་གྱིས་བསལ། །
སྤྲིག་སྤྲིབ་ཉེས་པ་རྒྱད་དུ་འབྲིས་པ་རྣམས། །
རྣལ་འབྱོར་མ་དཔལ་མདུན་དུ་མཛོལ་ལོ་བཤགས། །
ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་ཁྲ་མོ་མཁའ་ལ་ཤར། །
ནད་གདོན་རི་མའི་ཚོགས་རྣམས་འོད་གྱིས་བསལ། །
སྤྲིག་སྤྲིབ་ཉེས་པ་རྒྱད་དུ་འབྲིས་པ་རྣམས། །
རྣལ་འབྱོར་མ་དཔལ་མདུན་དུ་མཛོལ་ལོ་བཤགས། །

ནམ་མཁའ་གང་བའི་མི་བསྐྱོད་དོ་རྩེ་ལྷ།
འོད་ཟེར་འགྲེང་བའི་དོ་རྩེ་དགའ་བ་ཉ།
མོ་ཉ་འབར་བའི་དབྱངས་ཅན་རྒྱས་པ་རྩྱ། །
རི་མ་སེལ་བའི་ཕྱིན་ལས་བྲག་པོ་ལྷོ། །

རྩེ་བཙུན་དམ་པ་སྤྱོད་བཞིའི་དབང་ལྷག།
ཅི་མཛད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རོལ་བར་འཆར་བ། །

ཁྱབ་བདག་རྒྱལ་དབང་ཀམ་པ་ཆེན་པོ། །
སངས་རྒྱལ་བྱིན་རྒྱལ་གྱི་རྒྱ་མཆོ་མཁེན་ནོ། །
ཡོན་ཏན་གྱི་ཕུང་པོ་ཉེས་པ་ཀུན་ཟད། །
སངས་རྒྱལ་གྱི་སྙིང་པོ་སྒྲ་མར་སྤང་བ། །
ཐུགས་རྗེའི་དབང་པོ་མཆོག་གི་སྤྱལ་སྤྱ། །
རྗེ་བཙུན་རྗེ་རྗེའི་དབྱངས་ཅན་མཁེན་ནོ། །
ནམ་གཞག་གཏན་གྱི་འདུན་མའི་རེ་ས། །
སྤྱོད་བཞིའི་བདག་ཉིད་དྲགས་པོ་བཀའ་བརྒྱུད། །
སྐལ་ལྷན་གྱི་སེམས་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་རྒྱོབ་པ། །
འགྲན་རྒྱ་དང་བྲལ་བའི་བརྒྱུད་པ་མཁེན་ནོ། །
ཐ་མལ་གྱི་འཁྲལ་པ་རང་གར་ཞིག་སྟེ། །
ཆོས་དབྱིངས་བྲི་མེད་ཀྱི་རང་གཞུགས་གསལ་བ། །
ཐིན་ལས་གྱི་མངའ་བདག་དུས་གསུམ་མཁེན་པ། །
བཅེ་བ་ཆེན་པོའི་བདག་ཉིད་མཁེན་ནོ། །
སྟིགས་མའི་དུས་འདིར་སྤྲོ་ཆོགས་རྩལ་གྱིས། །
སེམས་ཅན་འདུལ་མཛད་རྒྱལ་བའི་དབང་པོ། །
རེ་ས་ལྟོས་ས་དང་བཅས་པ་ཡིན་པས། །
དངོས་གྲུབ་ཀྱི་འབྲུང་ཁུངས་དམ་པ་མཁེན་ནོ། །
རྗེ་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་གཅིག་ཏུ་བསྐྱུས་ནས། །
སྐལ་ལྷན་སྟོན་པར་མཛད་པའི་རྣམས་ཅན། །
བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཀམ་པའི་ཀློང་། །
སྤྱིབ་གཉིས་རྩྭ་པ་དང་བྲལ་བ་མཁེན་ནོ། །
རྗེ་ཐིན་ལས་བཞི་ལ་རང་དབང་ཐོབ་ནས། །
ཡེ་ཤེས་གཏད་ཅམ་གྱིས་བྱིན་རྒྱལ་འཕོ་བ། །

སྐྱབ་བརྒྱད་གཅིག་བསྐྱས་དོ་རྗེའི་དབྱངས་ཅན། །
དཔལ་ལྷན་ཀླུ་པ་ཆེན་པོ་མཁྱེན་ནོ། །
དོ་རྗེ་འཆང་ཆེན་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་ལྷན། །
ཉེ་རུ་ཀ་དཔལ་ནི་ཡན་ལག་བདུན་ལྷན། །
རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་སངས་རྒྱས་འདུས་བའི་སྒྲ། །
རྗེ་རྒྱལ་དབང་མི་བསྐྱེད་དོ་རྗེ་མཁྱེན་ནོ། །
རྒྱལ་བ་གཅིག་བསྐྱས་ཀླུ་པ་མཁྱེན་ནོ། །
སངས་རྒྱས་གཅིག་བསྐྱས་ཀླུ་པ་མཁྱེན་ནོ། །
བདེ་གཤེགས་གཅིག་བསྐྱས་ཀླུ་པ་མཁྱེན་ནོ། །
ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཀླུ་པ་མཁྱེན་ནོ། །
ཀླུ་པ་མཁྱེན་ནོ། ། ཞེས་གྲངས་མེད་བཞིན།

ཐུགས་རྗེ་གཅིག་བསྐྱས་མཁྱེན་ནོ། །
སངས་རྒྱས་གཅིག་བསྐྱས་མཁྱེན་ནོ། །
ཀྱན་འདུས་ཆོས་རྗེ་མཁྱེན་ནོ། །
མི་བསྐྱེད་དོ་རྗེ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །
ཆོས་གྲགས་རྒྱ་མཚོ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །
དུགས་པོ་བཀའ་རྒྱུད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །
ཀླུ་ཀྱི་ཆང་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །
རྗེ་བཙུན་བྱེད་རང་ལྟ་བུར་ཤོག་ཅིག །
ཆོས་རྗེ་བྱེད་རང་ལྟ་བུར་ཤོག་ཅིག །
སྒྲ་མ་བྱེད་རང་ལྟ་བུར་ཤོག་ཅིག །
འགྲོ་མགོན་བྱེད་རང་ལྟ་བུར་ཤོག་ཅིག །
ཕ་ཅིག་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ།

སངས་རྒྱལ་མཉན་པ་བྱུང་ཐོབ།
རྒྱལ་དབང་མི་བསྐྱེད་རྩི།
གསོལ་བ་དེ་ཡིས་མི་འདེབས་ན་སྤྱི་ཡིས་འདེབས།
ཐུགས་རྗེས་ཁྱོད་ཀྱིས་མི་གཞིགས་ན་སྤྱི་ཡིས་གཞིགས། །
གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བྱིན་གྱིས་རྒྱུ་བས་ཤིག །
སྤྱིར་དུ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད། །
སྒོས་སྤྱི་གཞི་མའི་གདུལ་བྱ།
ལྷག་པར་རེ་ལྟོས་གཅིག་ཆོག་དུ་བཅས་པའི།
སྒོ་གཏད་འགྲུང་བ་མེད་པ།
ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་དངོས་བྱུང་སྤྱི་ཡིས་ཅིག །
བྱིན་རྒྱལ་ཁྱོད་ལ་མེད་ན་སྤྱི་ཡིས་ཡོད།
བཅས་པས་བདག་ལ་མི་སྐྱོད་ན་སྤྱི་ཡིས་སྐྱོད།
སྤྱི་བྱིན་དེ་ཡིས་མི་གཞིགས་ན་སྤྱི་ཡིས་གཞིགས།
གདུལ་བྱ་ཁྱོད་ཀྱིས་མི་འདེབས་ན་སྤྱི་ཡིས་འདེབས།
ལས་ངན་དེ་ལ་མི་རེ་ན་སྤྱི་ཡིས་རེ།
མཐུ་སྒྲིབས་ཅན་ཁྱོད་བདག་མི་སྐྱོབ་ན་སྤྱི་ཡིས་སྐྱོབ།
བདག་གི་གཏན་འདུག་སྤྱི་བ་ཀྱན་གྱི་སྤྱི་ཡིས་མ།
ཐེ་ཆོམ་ཅད་ནས་ཟད་པའི་གཏན་འདུག།
སྒོ་གཏད་ལིངས་སྐྱུར་བྱུང་པའི་མགོན་པོ།
སྤྱིར་མཆོ་གཏན་སྤྱི་ཡིས་སྤྱི་གནས་པའི་སངས་རྒྱལ།
ཡོན་ཏན་གཞིགས་པར་མི་བྱས་པའི་རྒྱ་མཆོ།
མཁའ་མཉམ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མ་གཅིག །
ཐུགས་རྗེ་གདུགས་པ་མེད་པའི་གཏེར་ཆེན།
སྤྱི་གཞི་དུས་འགྲོ་བ་མི་དགོངས་ན་སྤྱི་དགོངས།

བཅེ་བས་ད་ལྟ་མི་སྐྱོང་ན་ནམ་སྐྱོང་།
དངོས་བྱུང་དང་སང་མི་སྐྱོལ་ན་ནམ་སྐྱོལ།
ཐུགས་ཡིད་གཅིག་འདྲེས་སུ་ཐོང་ལ།
འཁྱལ་གྲོལ་མདུད་པ་ཤིག་དང་།
མཁའ་ཁྲབ་སྒྲིག་རྒྱུ་འགྲོ་བ།
ད་ལྟ་གཏན་གྲོལ་དུ་མཛོད་ཅིག །

ཆེ་མ་དམ་བ།
མཐའ་མེད་སེམས་ཅན་ལ་གཟིགས་དང་།
གསོལ་བ་འདེབས་པོ་ལ་སྐྱོབས་དང་།
མི་བཟད་གདུང་བའི་དུས་འདིར།
ཅི་བྱ་ཆང་རྒྱག་སྐབས་ན།
ཐུང་ན་འཛིགས་སྒྲངས་ཀྱི་དུས་སུ་གཟིགས་ཤིག །

ཆེ་མ་རིན་པོ་ཆེ།
དོན་གྱི་བརྒྱུད་པ་ཅན།
བྱིན་རྒྱབས་ཀྱི་འཕྲོ་བ་མཁན།
རྟོགས་པའི་གདེང་ཆད་ཅན།
མཛོན་ཤེས་སྤྱན་དང་ལྗན་བ།
རྩ་འཁྱུལ་བཀོད་པ་བསྟན་ཏེ།
བཟོད་མེད་བཀའ་རིན་སྐྱོལ་བ།
སངས་རྒྱས་ལག་བཅངས་སུ་གཏོད་བ།
ཐ་མལ་སྒྲུང་བ་བསྟུང་ཏེ།
དག་པ་རབ་འབྱམས་སྟོན་བ།

འཕགས་པ་འཛིག་ཉེན་དབང་ལྷག །
སྙིང་ཁོང་རྩས་པའི་གཉིང་ནས།
གཅིག་ཐུབ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །
ཐུགས་རྗེས་འཛིན་པར་བྱ་དང་། །
དངོས་བྱུང་གི་ཚན་ཁ་ཅན།
བཀའ་བརྒྱུད་ཚེད་པ་མེད་པ།
དམ་ཁྲོན་འདུལ་བར་རྩས་པའི།
འཕྲིན་ལས་འགྲན་ཆེ་བའ་བ།
རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་དམ་པ།
སྒོ་གསུམ་དགེ་ཅ་དང་བཅས་པ།
མཐའ་མེད་སེམས་ཅན་དོན་དུ།
ད་ལྟ་ཉིད་དུ་འབྱུང་ལོ། །
བཅེ་བ་ཆེན་པོས་བཞེས་ཤིག །
བཞེས་ནས་འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི།
གཏན་སྐབས་ཐུབ་པའི་སྒྲ་མ།
རྗེ་བཙུན་ཁྱེད་རང་ལྟ་བུར།
སྙིང་ནས་བྱིན་གྱིས་རྫོབས་ཤིག །

དཔལ་ལྷན་སྒྲ་མ་དམ་པ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །
ཅི་མཛད་ལེགས་པར་མཐོང་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས་ཤིག །
ཅི་གསུང་ཆད་མར་འཛིན་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས་ཤིག །
ཐུགས་ཡིད་གཅིག་དུ་འདྲེ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས་ཤིག །
སྐྱེ་བ་ནས་སྐྱེ་བ་ཆེ་རབས་ནས་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་དཔལ་ལྷན་སྒྲ་མ་དམ་པ་དགེས་པའི་བྱ་བ་དང་མི་འབྲལ་
བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས་ཤིག །

མི་དགེས་པའི་བྱ་བ་ནམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་མི་འབྱུང་བར་བྱིན་གྱིས་ཆོབས་ཤིག །
སྐྱེ་བ་ནས་སྐྱེ་བ་ཆེ་རབས་ནས་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་སྒོ་གཏད་སྒྲ་མ་ལ་བཅས་ནས་ཆོས་བཞིན་གྱི་བཀའ་སྩལ་
གང་གནང་བ་དེ་ལག་ཐོག་དུ་ལེན་ཏུས་པར་བྱིན་གྱིས་ཆོབས་ཤིག །
ལྷ་གོས་ཀྱི་ངོ་བསྐྱུང་དང་ཆོས་བརྒྱད་ཀྱི་འབྲེལ་ཐག་ཆོད་པར་བྱིན་གྱིས་ཆོབས་ཤིག །
སྤྲོད་ལ་རུས་པ་དུམ་བུ་རེ་ཡོད་པར་བྱིན་གྱིས་ཆོབས་ཤིག །
ངེས་པར་འཆི་བ་སྤྲོད་ནས་བློན་པ་དང་། །
མོས་གུས་ནལ་མ་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བ་ནས། །
ཞེན་ལོག་མཐའ་དུ་བྱིན་པའི་ངེས་འབྱུང་གིས། །
མི་བསྐྱོད་དགའ་བའི་བྱིན་རྒྱབས་འཇུག་གྱུར་ཅིག །
སྐྱེ་བ་ཀུན་དུ་དཔལ་ལྷན་ཀྱིས་པ། །
མི་བསྐྱོད་དོ་རྩེ་སྒྲ་མར་བསྐྱོན་བྱས་ནས། །
གསང་སྤྲལ་དོ་རྩེ་ཐེག་པ་སྒྲ་མེད་ཀྱི། །
བསྐྱེད་རྩོགས་ལམ་གྱི་བྱུང་འཇུག་སྐྱེ་འབྱུང་ཤོག །
སྐྱེ་བ་ཀུན་དུ་ཡོངས་འཛིན་དམ་པ་མཆོག །
ལྷ་ནག་ཅོད་པན་འཛིན་པ་ཁོ་ན་དང་། །
ཡི་དམ་སྤྲོད་པོ་དཔལ་ལྷན་བདེ་བ་མཆོག །
འཁོར་ལོ་སྒྲིམ་པས་རྩེས་སུ་འཛིན་གྱུར་ཅིག །
ལམ་གྱི་སྤྲོད་པོ་མོས་གུས་བྱས་བྱུག་རྒྱ་ཆེ། །
ཞེན་ལོག་ངོ་མོ་དཔལ་ལྷན་སྒྲ་མའི་སྐྱེ། །
བྱུང་འཇུག་དོ་རྩེ་འཆང་གི་གོ་འཕང་ཉིད། །
ནལ་འབྱོར་འདན་མ་གྱུབ་ཐོབ་སངས་རྒྱས་རྩེའི། །
གོ་འཕང་བདེ་སྤྲལ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། །
འབྱུང་བྱིར་བདག་སོགས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། །
དགེ་ཆོགས་འབད་པ་དེ་ཡི་བྱིར་དུ་བསྩོ། །

དབལ་ལྷན་སངས་རྒྱས་མཉན་པ་ཡབ་སྐུ་དང་། །

སྤྱི་དང་ཆེ་རབས་ཀྱན་ཏུ་མི་འབྲལ་ཤོག །

མཉན་མེད་དྲགས་པོ་བཀའ་བརྒྱད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །

མི་མཆོག་དུས་གསུམ་མཁུན་པ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །

སྤྱབ་བརྒྱད་ཀྱི་ཁྱེད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །

ཐུགས་རྗེ་ཅན་རང་བྱུང་ཀྱན་མཁུན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །

རྒྱས་པ་ཅན་སངས་རྒྱས་མཉན་པ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །

བྱིན་རྒྱལ་ཅན་དགའ་བའི་དབྱངས་ཅན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །

རྗེ་བཙུན་རྗེ་རྗེ་དབྱངས་ཅན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །

མཚུངས་མེད་རྗེ་རྗེ་དགའ་བ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །

ཟླ་མེད་དབྱངས་ཅན་བཟང་པོ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །

འགྲན་མེད་མི་བསྐྱོད་བཟང་པོ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །

མཁུན་རབ་མཚུངས་མེད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །

ཐུགས་རྗེ་མཚུངས་མེད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །

རྒྱས་པ་མཚུངས་མེད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །

འཆི་བ་སྤྱི་ནས་གཟེར་བར་བྱིན་གྱིས་རྒྱལ་པོ། །

ཞེན་པ་གཏིང་ནས་ལོག་པར་བྱིན་གྱིས་རྒྱལ་པོ། །

ཅིས་ཀྱང་དགོས་མེད་ཉྐྱགས་པར་བྱིན་གྱིས་རྒྱལ་པོ། །

མི་ཉག་ངས་ཤེས་སྤྱི་བར་བྱིན་གྱིས་རྒྱལ་པོ། །

ཉེ་རིང་མེད་པའི་ཐུགས་རྗེ་ཅན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །

ཐུགས་ལྷུང་མེད་པའི་བྱིན་རྒྱལ་ཅན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །

སྤྱི་མེད་པའི་བྱིན་རྒྱལ་ཅན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །

མཐོང་ཐོས་དོན་ལྷན་གྱི་མཛད་པ་ཅན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །

ཀྱལ་དབང་ཚོས་གྲགས་ཀྱི་མཆོ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །
ཀྱན་མཁུན་མི་བསྐྱོད་དོ་རྗེ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །
ཀྱལ་བ་དཀོན་མཆོག་ཡན་ལག་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །
རྗེ་བཙུན་དབང་ལྷག་དོ་རྗེ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །
གར་དབང་ཚོས་ཀྱི་དབང་ལྷག་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །
ཀྱལ་མཆོག་ཚོས་དབྱེངས་དོ་རྗེ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །
དཔལ་ལྷན་ཡེ་ཤེས་སྙིང་པོ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །
མཚུངས་མེད་ཡེ་ཤེས་དོ་རྗེ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །
དཔལ་ཆེན་ཚོས་ཀྱི་དོན་གྲུབ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །
ཀྱལ་དབང་བྱང་ཆུབ་དོ་རྗེ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །
སི་དུ་ཚོས་ཀྱི་འབྱུང་གནས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །
རྗེ་བཙུན་བདུད་འདུལ་དོ་རྗེ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །
མི་ཤམ་ཚོས་གྲུབ་ཀྱི་མཆོ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །
པརྒྱ་ཉིན་བྱེད་དབང་པོ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །
ཀྱལ་དབང་ཐེག་མཆོག་དོ་རྗེ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །
རྗེ་བཙུན་སློ་གྲོས་མཐའ་ཡས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །
ཀྱན་བཟང་མཁའ་ཁྱབ་དོ་རྗེ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །
པརྒྱ་དབང་མཆོག་ཀྱལ་པོ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །
དཔལ་ལྷན་མཁུན་བཙུང་འོད་ཟེར་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །
རང་བྱུང་རིག་པའི་དོ་རྗེ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །
དིན་ཆེན་ཅ་བའི་སྒྲ་མ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །
ཞིང་ཁམས་སྤྱལ་བས་ཁྱབ་པ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །
རབ་འབྱམས་ཞིང་གི་བདག་པོ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །

བསམ་བརྗོད་རེ་བ་ལས་འདས་པ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །

ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་འབྲེལ་བ་ཐོགས་ཆོག་མའི་གསོལ་འདེབས་སུ་གྲགས་པ་ཐ་ན་དུད་འགྲོའི་སྐྱེ་གནས་སུ་ཚུད་པའི་ན་
ལམ་དུ་ལན་ཅིག་བསྐྱགས་ཀྱང་ངན་སོང་གི་སྐྱེ་སྐོ་དུ་མ་ཆོད་ནས།

མཐར་ཐུབ་སྟོགས་བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་ཁམས་ན་རྗེ་བཙུན་རྡོ་རྗེ་དབྱངས་ཅན་དེ་ཉིད་འཕགས་པ་སྦྱན་རས་གཟིགས་
དབང་ཕྱག་ཤིན་ཏུ་དཀར་བའི་འོད་ཟེར་གྱི་ཕྱག་རིང་པོ་བརྒྱུད་ནས།

སྐད་ཅིག་ལག་པ་བརྒྱུད་བསྐྱུ་ཅམ་ལ་འབྲེན་པར་ཞལ་གྱིས་བཞེས་པ་ཡིན་ནོ། །

མི་འཇིགས་པའི་དབྱགས་ཆེན་པོ་འབྲིན་པའི་ཆོས་རྗེ་སྟོབས་པོ་ཆེ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །

སྐྱེ་ཞིང་སྐྱེ་བ་དག་ནི་ཐམས་ཅད་དུ། །

རིགས་བཟང་སློ་གསལ་ང་རྒྱལ་མེད་བ་དང་། །

སྙིང་རྗེ་ཆེ་ཞིང་སྒྲ་མ་ལ་གུས་པའི། །

དཔལ་ལྷན་སྒྲ་མའི་དམ་ཆོག་ལ་གནས་ཤོག །

དཔལ་ལྷན་སྒྲ་མའི་ནམ་པར་ཐར་པ་ལ། །

སྐད་ཅིག་ཅམ་ཡང་ལོག་ལྟ་མི་སྐྱེ་ཞིང་། །

ཅི་མཛད་ལེགས་པར་མཐོང་བའི་མོས་གུས་གྱིས། །

སྒྲ་མའི་བྱིན་བརྒྱབས་སེམས་ལ་འཇུག་པར་ཤོག །

སྐྱེ་བ་ཀུན་ཏུ་ཡང་དག་སྒྲ་མ་དང་། །

འབྲེལ་མེད་ཆོས་ཀྱི་དཔལ་ལ་ལོངས་སྟོང་ཅིང་། །

ས་དང་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་རྫོགས་ནས། །

རྡོ་རྗེ་འཆང་གི་གོ་འཕང་སྦྱར་ཐོབ་ཤོག །།



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/).

Kagyü Monlam
Kagyupa International Monlam Trust
Sujata Bypass
Bodhgaya, 823231 Gaya, Bihar, India

[DHARMA EBOOKS](#)