

The Land of Rice is fresh and serene

Why is the Riceland so fresh and serene?

Where is the Spring of this Briskness and Bliss?

The Land of Rice is fresh and serene.

Why is the Riceland so fresh and serene?

Briskness and Bliss flow from Mapham Yumtsho.¹

The Land of Rice is fresh and serene.

We pray Succession may last longer than the flowing Stream.

Why is the Riceland so fresh and serene?

Where is the Core of this Briskness and Bliss?

The Land of Rice is fresh and serene.

Why is the Riceland so fresh and serene?

Briskness and Bliss stem from Dorje Yi Drag.²

The Land of Rice is fresh and serene.

We pray that Life may grow steadier than the solid Rock.

Why is the Riceland so fresh and serene?

Where is the Peak of this Briskness and Bliss?

The Land of Rice is fresh and serene.

Why is the Riceland so fresh and serene?

Briskness and Bliss crest in the azure Sky.

The Land of Rice is fresh and serene.

We pray that Fame may rise higher than the lofty Sky.

¹ Lake Manasarovar, the 'Turquoise Lake' in Western Tibet

² Dorje Drag, 'Indestructible Rock', eminent monastery in Southern Tibet

འབྲས་ལྗོངས་བསིལ་ལེ་གཡང་ཆགས་པ་ཅི་ལོ།
གཡང་དེ་ཆགས་པའི་རྩ་བ་དེ་ཚོ་ཅི་དང་གང་འདྲ་ལ་བཅོལ་ཡོད།
འབྲས་ལྗོངས་བསིལ་ལེ་གཡང་ཆགས།
འབྲས་ལྗོངས་བསིལ་ལེ་གཡང་ཆགས་པ་ཅི་ལོ།
གཡང་དེ་ཆགས་པའི་རྩ་བ་དེ་ཚོ་མ་ཕམ་གཡུ་མཚོར་བཅོལ་ཡོད།
འབྲས་ལྗོངས་བསིལ་ལེ་གཡང་ཆགས།
སྐྱ་བརྟུན་རྩུ་ལས་རིང་པའི་བཀའ་ཤིས་སྒྲོན་ལམ་ལུས་ཡོད།

འབྲས་ལྗོངས་བསིལ་ལེ་གཡང་ཆགས་པ་ཅི་ལོ།
གཡང་དེ་ཆགས་པའི་སྐྱོད་པ་དེ་ཚོ་ཅི་དང་གང་འདྲ་ལ་བཅོལ་ཡོད།
འབྲས་ལྗོངས་བསིལ་ལེ་གཡང་ཆགས།
འབྲས་ལྗོངས་བསིལ་ལེ་གཡང་ཆགས་པ་ཅི་ལོ།
གཡང་དེ་ཆགས་པའི་སྐྱོད་པ་དེ་ཚོ་རྗེ་ཡི་བྲག་ལ་བཅོལ་ཡོད།
འབྲས་ལྗོངས་བསིལ་ལེ་གཡང་ཆགས།
སྐྱ་སྒོག་བྲག་ལས་བརྟན་པའི་བཀའ་ཤིས་སྒྲོན་ལམ་ལུས་ཡོད།

འབྲས་ལྗོངས་བསིལ་ལེ་གཡང་ཆགས་པ་ཅི་ལོ།
གཡང་དེ་ཆགས་པའི་རྩེ་མོ་དེ་ཚོ་ཅི་དང་གང་འདྲ་ལ་བཅོལ་ཡོད།
འབྲས་ལྗོངས་བསིལ་ལེ་གཡང་ཆགས།
འབྲས་ལྗོངས་བསིལ་ལེ་གཡང་ཆགས་པ་ཅི་ལོ།
གཡང་དེ་ཆགས་པའི་རྩེ་མོ་དེ་ཚོ་དགུང་སྒྲོན་མཐོན་པོ་ལ་བཅོལ་ཡོད།
འབྲས་ལྗོངས་བསིལ་ལེ་གཡང་ཆགས།
དབྱ་འཕང་དགུང་ལས་མཐོ་བའི་བཀའ་ཤིས་སྒྲོན་ལམ་ལུས་ཡོད།།

`bras ljongs bsil le g.yang chags pa ci lo

g.yang de chags pa'i rtsa ba de tsho ci dang gang `dra la bcol yod

`bras ljongs bsil le g.yang chags

`bras ljongs bsil le g.yang chags pa ci lo

g.yang de chags pa'i rtsa ba de tsho ma pham g.yu mtshor bcol yod

`bras ljongs bsil le g.yang chags

sku brgyud chu las ring pa'i bkra shis smon lam zhus yod

`bras ljongs bsil le g.yang chags pa ci lo

g.yang de chags pa'i sked pa de tsho ci dang gang `dra la bcol yod

`bras ljongs bsil le g.yang chags

`bras ljongs bsil le g.yang chags pa ci lo

g.yang de chags pa'i sked pa de tsho rdo rje yi brag la bcol yod

`bras ljongs bsil le g.yang chags

sku srog brag las brtan pa'i bkra shis smon lam zhus yod

`bras ljongs bsil le g.yang chags pa ci lo

g.yang de chags pa'i rtse mo de tsho ci dang gang `dra la bcol yod

`bras ljongs bsil le g.yang chags

`bras ljongs bsil le g.yang chags pa ci lo

g.yang de chags pa'i rtse mo de tsho dgung sngon mthon po la bcol yod

`bras ljongs bsil le g.yang chags

dbu `phang dgung las mtho ba'i bkra shis smon lam zhus yod