



ནགས་ལྗོངས་ལྷོ་ཕྱོག་མེད།



དེབ་མཛེང་ལྷ་ལ།

ནགས་ལྗོངས་ལྷོ་ཕྱོག་མེད།

NAGLHA EDITORIAL OFFICE
2013



ལྔ་ཚོང་ས་མཚོག་གི་བཀའ་བློན་ལྷོ་ལྷོ་བཀའ་བཀྲས།
 ང་ཚོ་མི་ཞིག་ཡིན་པའི་ཚ་ནས་འཕྲོ་བ་མེད་ཀྱི་ཚོགས་
 འདིའི་ནང་དུ་ད་ལྟའི་གནས་སྐབས་འདི་ལས་དྲག་ཅེས་
 ཞིག་ཡོང་བའི་ཚེ་དུང་ཚོས་ཐབས་ཤེས་དང་འབད་
 ཚོལ་བྱེད་དགོས་ཀྱི་འདུག་སོ་སོས་ལས་སྡེ་འཛིན་ཐུབ་
 བ་བྱུང་ན་དེ་ནས་རིམ་བས་མི་ལ་སྐུལ་སྐྱོད་བྱས་ན་.....
 བན་ཐོགས་ཡོང་གི་རེད། ངས་དེ་འདྲ་ཉག་ཏུ་བྱན་གྱི་...
 འདུག་ཅེས་དང་། དེ་དང་དུས་ཤོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དང་དེ་ད
 དུས་ཀྱི་ཤེས་བྱ་ཡོན་ཏན་འཇགས་པ་དེ་ཤོད་སྤྱི་པའི་...

དོན་དག་ལ་ཕན་པ་ཞིག་དང་། བོད་སྤྱིའི་རིག་གཞུང་ལ་ཕན་པ་དང་། དེ་ལ་ཞབས་འདེགས་ཞུ་ཐུབ་པ་བྱེད་རྒྱ་དེ་ཡིན་ཏུ་གཤམ་
 ཚེན་པོ་འདུག་སོ་སོའི་རིག་གཞུང་ལ་གཤེས་སྤྲོས་བྱས། སོ་སོའི་རིག་གཞུང་ལ་སྐྱུང་སྐྱོབ་བྱས་ཐེར་བ་དེ་ཡང་དོ་དོན་སྤྱི་ལོ་
 རང་གི་གཤམ་རྒྱུད་ལ་ཚང་བའི་ཐོག་ནས་སྐྱུང་སྐྱོབ་དང་གཤེས་འཛིན་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན་དུས་སོ་སོ་སོས་དོ་སྐྱོང་དང་འག
 ལེན་བྱེད་དགོས་ཀྱི་མི་འདུག་གས། ངས་ད་ལྟ་གོང་དུ་ལམ་པ་ནང་བཞུན་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་གཙོ་ཆེ་ཤོས་ནང་པ་སངས་རྒྱས་
 པའི་ཚོས་དང་དེ་བཞིན་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་དེ་ཚོའི་བྲས་ང་ཚོས་སྐྱོབ་གཉེར་ལག་ལེན་ཡག་པོ་ཞིག་དང་། ཐབས་ཤེས་...
 ཡག་པོ་བྱེད་ཐུབ་པ་བྱུང་ན། བོད་པ་ཅེས་མ་ཡིན་པར་འཇམ་བུ་སྤོང་གི་མི་རིགས་སྤྱི་ལ་གང་ལ་གང་འཚམས་ཀྱི་ཞབས་འདེན་
 སྐྱུབ་ཐུབ་པའི་ཆ་རྒྱུན་ཉན་ཉན་ཡག་པོ་ལྟ་བུ་འདུག། ཆ་རྒྱུན་དེ་ཡེད་སྤྱོད་ཐུབ་དང་མི་ཐུབ། འབྲུབ་དང་མི་འབྲུབ་ཐེར་བ་དེ་མི་
 ལ་རག་ལས་པ་རེད། རྒྱུན་གཞན་དག་ཡོང་གི་རེད་དེ་གཙོ་ཆེ་ཤོས་ང་རང་ཚོར་རག་ལས་ཡོད་པས་ང་རང་ཚོས་གཟབ་གཟབ་
 བྱེད་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་དང་། ང་ཚོས་ཤོད་པའི་སྐད་ཡིག་ལ་གཤེས་སྤྲོས་བྱེད་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་མང་པོ་ཞིག་བཤད་
 ཀྱི་ཡོད་རེད། བོད་པའི་སྐད་ཡིག་ལ་གཤེས་སྤྲོས་བྱེད་སྐབས་ཇི་ལྟར་བྱ་དགོས་ཐེར་ན། བོད་པའི་སྐད་ཡིག་ཡེད་སྤྱོད་བྱས་ནས་
 གཤེས་སྤྲོས་བྱེད་དགོས་པ་མ་གཏོགས་བོད་པའི་སྐད་ཡིག་མཚོན་གཤོས་ས་ནང་ལ་གཞག་རྒྱ་ཞིག་མ་རེད། རེད་དང་། བོད་
 པའི་སྐད་ཡིག་ཡར་རྒྱས་གཏོང་དགོས་པ་མ་གཏོགས་བོད་པའི་སྐད་ཡིག་ལ་ཡར་རྒྱས་མ་བཏང་ན་ལྷགས་པའི་ཞེན་ཁོག་གི་...
 ཐོག་ནས་རྩ་ཆེན་པོ་རེད་ཐེར་ལམ་ན། ཚོགས་ཡང་མི་འདུག་བོད་པའི་སྐད་ཡིག་ཡར་རྒྱས་ཀྱང་ཡེད་སྤྱོད་བྱས་ནས་གཏོང་.....
 དགོས་རེད་མ་གཏོགས་ཡེད་སྤྱོད་མ་བྱས་པར་ཡར་རྒྱས་གཏོང་ཐུབ་ཀྱི་རེད།

མི་ཚའི་མདུན་ལམ་ཞེས་པའི་གསུང་ལས་བཏུས།

དོ་དུང་ག་དེན་དང་བྱ་ཚོང་ལུང་པོ་ལོགས། །
 རྒྱབ་པའི་གནས་ལྷ་རྒྱབ་དབང་ཉིད་བྱོན་ཏེ། །
 རྒྱུར་ཡང་སངས་རྒྱས་ཚོས་འཁོར་བསྐོར་མཚན་པའི། །
 སངས་རྒྱས་ཡོངས་ཀྱི་འཁོར་སྐྱུར་ཞབས་བརྟན་ལོག།

བསྐྱེད་སྐྱུང་དམ་ཅན་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོས་འགོང་ས་འཕྲུབས་མགོན་ཆེན་པོ་ཞབས་པད་ཡུན་བརྟན་ཡོང་བའི་བརྟན་བཞུགས་གསོལ་འདེབས་
 ཤིག་དགོས་ཞེས་བསྐུལ་བའི་གཟུངས་ལས་དུ་ཉམས་སྐྱུང་བྱུང་བ་བཞིན། འཕྱི་དུ་ཞབས་བྱུང་མཁུལ་བྱུབ་བསྐྱེད་འཛིན་འཛིགས་བྱལ་ཚོས་ཀྱི་
 རྒྱལ་མཚན་དཔལ་བཟང་པོས་མདོ་སྡེ་བསྐུལ་བ་བཟང་པོ་དང་། བསྐྱེད་བཅོས་མདོན་རྟོགས་རྒྱན། རྒྱག་སྤོང་འཁོར་ལོས་བསྐྱུར་བའི་རྒྱལ་པོ་
 སྤོང་ཞེས་པའི་སྐྱུར་རས་གཟེགས་ཀྱི་ནམ་ཐར་བཅས་གྲུང་བསྐྱེད་པ་ནས། སྤྱི་ལོ་ ༡༩༦༩ ལྷ ༣ ཚེས་ ༡༠ ཉིན་ལོགས་པར་བྱུབ་པ་བཤིས་
 པའི་དགའ་ལྷན་སྐྱེད་བརྒྱུད་སྐུལ་པའི་སྤེལ་བས་ལ་བརྟེན་ནས་གསར་ཚོས་ཞབས་བརྟན་ཆེན་མོ་ནོར་བུའི་རྒྱ་མཚོ་ལས་བྱངས།



འཕྲི་རུ་ཞབས་རུང་སྒང་།

DIRU SHABDRUNG LADANG

H.N.77, Sera Mey Monastic University
P.O. Bylakuppe - 571 104, District Mysore, (K.S.) India

ལྷ་དང་བཅས་པའི་འཛིག་རྟེན་གསལ་ཚད་ཀྱི་མ་འདྲིས་པའི་མཛའ་བཤེས་ཆེན་པོ་མཉམ་མེད་ལྷ་མོ་མེད་པའི་དཔལ་གྱི་
 མགུལ་ནས་ཚངས་པའི་དབྱངས་ཀྱིས་ལུས་ཅན་ཡོངས་ཀྱི་མན་བདེའི་འགྲུང་གནས་ལྷ་བ་རྟེན་འགྲུང་དང་། རྫོང་པ་འཛེ་བ་
 མེད་པ་དམ་པའི་ཚོས་ཀྱི་གཏམ་ཆེན་པོ་བྱ་དཔོས་རེས་འགྲུང་གི་ད་ལྟའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་མི་རྣམས་ལ་ཡོད་ན་དགོས་གཤམ་ཆེ་
 བ་དང་། མེད་ན་ལག་འཛུངས་པ་གངས་ཅན་བོད་ཀྱི་གཅེས་ཅོར་དམ་ཚོས་བདུད་ཅིང་སྤྱིང་པོ་འདི་དང་། འདིས་གཞི་ཅན་
 བྱས་པའི་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་འདི་ཉིད་ཉམས་པ་སོར་རྒྱུད་དང་མི་ཉམས་ཤོར་འཕེལ་ཆེད་དུ་དམིགས། བཀའ་སྤྱོད་ཚོས་སྤྱིག་
 ཁང་ནས་སྤྱོད་ཚོས་དང་། དབྱེད་ཚོས། རྟོགས་གཅོད། ལོ་རྒྱུས། ཚོས་འགྲུང་། ཚན་རིག་སྤྱོད་ཚོས། བསྐྱར་ཚོས། བཏེ་
 ཚོས་པོ་སྤྱོད། སེམས་ཁམས་ལས་འཕོས་པའི་བསམ་གཞིག་སོགས་གནང་ཚོས་ལུས་ལ་དེར་ཚོས་ཀྱི་གོས་ཀྱིས་སྤྱད་པའི་
 ཚོས་རིག་གཏམ་ཀྱི་ཚོས་གར་བསྐྱར་པའི་སྤྱིགས་སྤྱོད་ཚོས་མེ་ཞེས་པའི་དུས་དེའི་ཉིད་ལོ་ ༡༩༩༩ ལས་
 ད་བར་ཟམ་མ་ཚད་པར་རེས་མཐུད་འདོན་སྤེལ་བྱས་པའི་ཉེར་ལེན་གྱིས་ཚོས་གསལ་གཞིན་སྤྱི་སྤྱོད་ཚོས་ལྷོ་ལ་བསྐྱལ་
 འདིད་ཀྱི་བྱམ་འགྲུས་བཞོད་བྱ་དང་ཚོད་བྱེད་གང་གི་ཆ་ནས་ལོ་རེ་བཞེན་མཐོན་གསལ་བོད་པའི་ཡར་རྒྱས་ཤོར་འཕེལ་དུ་
 སོར་ཡོད་པ་དཔོས་མཐོང་ཡིན་ལ། དེ་ནི་ཚོས་སྤྱིག་པ་རེས་པས་དགའ་སྤྱད་འབད་བཞོན་གྱི་ལྷོ་ཞིད་འོག་སྤྱིག་བསམ་
 གཏོར་བོད་ཆེ་བའི་སྤྱིན་བདག་རྣམས་ཀྱིས་དཔལ་འབྱོར་གྱི་རྒྱུ་སྤོར་དང་། ཚོས་པ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ཚོས་ཡིག་གར་མང་
 སྤེལ་གནང་མཛད་པ་བཅས་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་ལ་གཅེས་པའི་ལྷག་བསམ་ཕྱར་བྱ་མཉམ་འདེགས་ཀྱི་བྱམ་འགྲུས་ཞིག་ཡིན་
 པ་ལས་ཚོས་སྤོར་ཐོག་བབ་ཀྱི་བྱམ་འགྲུས་བཟང་པོ་འདི་ལྷ་བྱ་ཞིག་ཡོང་མི་སྲིད་པ་ཞིག་ཡིན། དེར་བརྟེན་དུས་དེའི་དང་
 འཕེལ་ཡོད་ཚང་མ་ལ་ལེགས་སོའི་བསྐྱེད་པ་ཞོད་ལྷ་རྒྱ་དང་། ད་ལྟའི་སྤྱི་བཞེད་པའི་འདིའི་ཐོག་རྗེས་འགྲུང་ཡོང་རྒྱའི་
 དུས་རིམ་ནང་ཚང་མས་སྤྱིག་བསམ་སེམས་ལུང་ཆེར་བསྐྱེད་ཀྱིས་མཐུག་སྤོར་ཡོང་བའི་ལོ་སྤོན་དང་བཅས།

ཞང་ཞུང་པ་ཚོས་དབང་བྲགས་པ་སྤྱི་སྤེད་བཅུ་གཉིས་པའི་སྤྱི་སྤོར་མིང་འཛིན་པ་འཕྲི་རུ་ཞབས་རུང་བསྐྱོད་འཛིན་མཁས་བླ་མ་
 ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཚན་གྱིས།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༣ ཟླ་ ༡༡ ཚེས་ ༤ ཉིན་གྱིས།



ཚེད་པ་རྒྱུད།

འཛམ་གླིང་གོ་པའི་ཁྱོན་འདྲིར་འཚོ་པའི་མི་ལྷན་ས་ཤིས་སོ་སོའི་མི་རིགས་ཤི་རོ་པོ་ མཚོན་ལྷེད་རིག་གནས་
གོང་སློལ་གཏོར་ནས་མཉམ་སྦྲེན་ལྷེད་པའི་བ་ལྟར། ལོ་རྒྱུས་ལུག་རིང་ལྷན་པའི་པོད་མི་རིགས་ལ་མཚོན་ན་
ཚོན་ལྷོན་མེས་དཔོན་བཅས་པོའི་དགའ་རྒྱུད་ཤིས་པར་ས་པའི་འཛམ་གླིང་ན་ལུག་ཤིས་བཟུགས་པའི་རིག་གཞུང་
འདི་ཉིད་མི་ཉམས་གོང་སློལ་དང་། ཉམས་པ་སོར་ཚུད་ལྷེད་རྒྱུ་དང་། རང་རིགས་གཅིག་པའི་གངས་རྒྱལ་རྒྱན་
ཟུ་ལྷན་ས་པ་ཚོན་འཐབ་འཁྲུག་དང་། ཚུལ་མིན་ཤི་རྒྱུ་དེ་ན་སོགས་སྤྱད་སྟེ་འཚམས་མཉམ་དང་འཛམ་གླིང་
ཤི་མི་ལྷན་ས་ཤི་རྗེས་སུ་བསྟེན་དགོས་པ་ལོ་རྒྱུད་ཚོར་བལ་པའི་འགན་འཁུལ་ལོན་པར་བརྟེན། ལྷོགས་སོ་སོ་ནས་
ཚོས་རིག་དང་། དཔྱད་སློབ་སོགས་སློལ་ནས་རིག་གཞུང་ཉམས་གསོ་དང་། བསམ་པའི་དཔལ་ལོན་གོང་
འཕེལ་རྒྱུད་དང་འབྲུང་བའི་བཞེད་པར་དགའ་པོས་པ་ཞིག་ཏུ་འཇུགས། དེ་བཞིན་ཚོས་དེ་བའི་འཕའ་བརྒྱུད་ལུ་ཐབ་
པ་བརྒྱུད་ལྷེད་ལྷན་དེའི་ལུག་སུམ་ཚོགས་པར་བརྟེན། འདི་བརྒྱུད་ནས་ བསེལ་སློབ་ས་ཁ་བ་རི་པའི་ཚོས་རིག་
སེ་ཉོག་གི་འདབ་ས་ལྷོགས་བཅུར་བཞད་དེ་འཕྲེལ་ལུག་དགེ་བའི་སློབ་ལམ་དང་བཅས་ཉེ་ཆགས་རི་ཉི་ལྷགས་
ལྷེ་སློབ་པ་ལྷན་པ་བཟུན་འཛིན་སྟེན་ ཚོགས་ནས་སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ ཟླ་ ༡༡ ཚེས་ ༢༥ པ།

ཚུམ་སྒྲིབ་པའི་ཐོག་མའི་གཏམ།

དེ་ཡང་བརྗེས་སྐྱོད་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ནི་འགྲོ་བ་མི་ལ་ཆེས་དགོས་གསུམ་ཆེ་བའི་རིན་ཐང་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་གཅིག་ལུ་དེ་རེད། ང་ཚོ་གངས་ཅན་པས་ངེས་པར་བརྗེས་སྐྱོད་ཀྱི་རིན་ཐང་འཚོལ་དགོས་ལ་རྒྱུ་དུ་བསམ་སྲོང་བའི་མཁས་པའི་གསུང་ལམ་ནས་བོད་ཡིག་གི་རིན་ཐང་རྟོགས་ཐབས་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན། ཤེས་རབ་ཀྱི་སྒྲུབ་བ་མཐའ་མེད་དུ་སྦྱོན་པའི་མཁས་པ་ཚོའི་རྣམ་ཐར་ལ་ཡིད་རང་དང་གུས་ལྷན་ཞུ་བཞིན། དེར་གོ་ཚུམ་པ་པོའི་སྤྲོད་ཁམས་ནས་ལུང་བའི་གངས་པའི་ལང་ཚོ། སྒྲོན་དག་དང་། མངོན་བརྗོད་ཀྱིས་མཚོན་པའི་བརྗེས་སྐྱོད་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་འདི་ཉིད་གཏམ་ནས་ཉམས་མི་རུང་ལ་ཡུན་དུ་འཚོ་དགོས་པའི་འགན་དབང་གི་འདུ་ཤེས་རྙེད་དགོས། ལོ་བཅུ་རྣམས་ཀྱི་དཀའ་བ་གངས་མེད་ཀྱིས་ཁ་བའི་བརྗེས་སྐྱོད་ཆེས་ཁྱད་པར་འབགས་པ་རང་རྐང་ཚུགས་པའི་སྐྱད་ཡིག་འདིས་གངས་ཅན་པ་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་བར་གསོན་པོར་བསྐྱུལ་བའི་བཀའ་རིན་པོ་འཕྲོད་དགོས་ལ་མ་འོངས་གསོན་གནས་ཀྱང་འདི་ལ་འབྲེལ་བ་ཀུན་གྱིས་མཐོང་དགོས། གནས་བབ་འདིས་ང་ཚོར་ཁ་བའི་སྐྱད་ཡིག་ལ་གཅེས་སྦྲས་དགོས་པ་ཚོས་ཉིད་ཀྱི་སྟོབས་ལུགས་ཤིག་ཀྱང་སྦྱོར་སྦྱིས་སུ་བྱུང་ཡོད།

གནས་ལུགས་ལ་གསལ་ཤེས་དང་སྐྱད་ཡིག་ལ་རིན་ཐང་རྙེད་པའི་མཁས་པས། བརྗེས་སྐྱོད་དང་སྐྱད་ཡིག་རི་སྟེན་མཛད་པའི་སྒྲིགས་བམ་ཁོད་མེས་པོའི་གཤེས་ཁ་སྟེ། ཡ་རབས་བཟང་སྐྱོད་དང་། མཁས་མཛད་ས་རིགས་ཞེན་གྱི་ལ་རྒྱ་སོགས་མེས་པོའི་གཞུགས་བརྟན་གསོན་པོ་བཀོད་པའི་སྤྲོད་འབོད་དང་། བསྐྱབ་བྱ་ལམ་སྟོན་སོགས་སྐྱད་ཡིག་ལ་རག་ལས་པར་གསུངས་པའི་གདམས་ངག་གིས་ང་ཚོར་བོད་མི་ཀུན་ལ། ལོ་བཀོན་རྗེ་འགྲུག་གྱུས་པས་སྦྱ་ཤེས་དོན་གོའི་མི་རུ་སྦྱིས་པའི་དགོས་དོན་གྱིས། འོས་འགན་དེ་བོད་མི་ཀུན་གྱི་སྤྲུལ་ཏུ་ངེས་པར་འཁྲེང་དགོས་པ་ཡིན། དེར་བརྟེན་མདོ་ཁམས་ནགས་ཤོད་འབྲི་རུ་བ་རྣམས་ཀྱིས་འབད་བ་སྦྱོར་ལེན་གྱིས་བོད་ཀྱི་སྐྱད་ཡིག་གི་བཟེ་བརྗེད་མཐོང་འདེགས་སུ་ནགས་སྤེལ་སྦྱོན་མེ་ཞེས་པའི་དུས་དེབ་འདི་ཉིད་༢༠༠༤ནས་འདོན་སྟེལ་བྱས་པ་ཡིན། མི་རེ་ངོ་རེས་འགན་

ཞིག་ཁྲིར་ནས་མི་སྐྱེར་དང་ཚོགས་སྡེ། ལུང་ཚན་དག་ལས་རིམ་བཞིན་བོད་ཡིག་བཟོད་སྒྲིབ་
དང་ཡར་རྒྱས་གཏོང་བའི་དམིགས་ལུལ་བརྒྱུད་ནས་ལག་ལེན་དངོས་སུ་འཇུག་ན་བོད་ཡིག་
ཡར་རྒྱས་འགོ་བ་མ་གཏོགས་ཁ་ཅམ་གྱིས་ཡར་རྒྱས་གཏོན་ནས་འགོ་མི་སྡིད། བོད་ཡིག་གི་
བཞི་བརྗེད་དང་ཉམས་འགྱུར་ཚོམ་རིག་གི་ལམ་ནས་སྒྲིབ་དགོས་ལ་ཚོམ་བ་པོ་རྣམས་ཀྱང་
ཚོམ་རིག་གིས་སློབས་བ་རྒྱས་དགོས། ཁ་བ་གངས་ཅན་པའི་དབུ་འཕང་ཡང་ཚོམ་རིག་གིས་
བསྒྲོད་དགོས་པའི་རྒྱུད་རིམ་འདིའི་ཁྲོད་ནས་གཞིན་སྐྱེས་རྣམས་ཚོམ་རིག་ལ་འཇུག་ཐབས་
བྱེད་རྒྱ་ནི་གངས་རིའི་ལ་རྒྱ་ངོ་མ་ཡིན།

ནགས་ལྷ་ཚོམ་སྐྱིད་ཁང་གིས་འདས་པའི་ལོ་ལྔའི་ནང་ནགས་ལྷའི་སྒྲིབ་མེ་ལུ་མཐུང་
འདོན་སྐྱེལ་བྱས་པ་ནི་མི་རིགས་ཀྱི་སྤྲེལ་བྱེད་དང་། རིག་གཞུང་གི་ཞབས་འདེགས་སྒྲ་མེད་
དུ་ངོས་འཛིན་ཞུས་པའི་ཚོགས་ཀྱི་བོད་ཀྱི་བདེ་སྐྱོད་རིག་པའི་བསྐྱོད་བྱེད་དང་། རིག་གཞུང་དང་
འབྲེལ་བའི་སྒྲིབ་ཚོམ་འགྲན་བསྐྱུར་གྱི་ལས་གཞི་གོ་སྐྱིད་འོག་གྲགས་ཅན་བོད་རིག་པའི་
མཁས་དབང་རྣམ་པས་ཚད་བརྒྱུད་བྱས་པ་ལྟར་གནས་རིམ་དང་མཐུན་པའི་བྱུག་ཁྲིར་དང་
ལེགས་སྐྱེས་འབྲུལ་བ་བཅས་འབད་བཙོན་བྱས་ཡོད། ཚོམ་སྤྲེགས་འདིར་ཞུགས་པའི་ཚོམ་
བ་པོ་རྣམས་ཀྱང་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་རྒྱུན་འཛིན་བྱེད་པའི་གངས་རིའི་བུ་སྐྱུག་དག་མ་དང་ཚོམ་
བ་པོའི་ཞུ་ཚོགས་འཁྲུལ་མེད་ཅིག་ཡིན། ཁོང་རྣམས་ཀྱི་སྒྲིབ་དག་གི་འགྱུར་ཁུག་རེ་རེས་
ཚམ་ཐན་བོད་པའི་གཤེས་ཀ་གསོན་པོ་དང་། ལ་ཞེན་གྱི་འཕོད་སྐྱེ་རེ་རེས་གངས་རིའི་ལས་
དབང་ལྷང་ལ་བུད་བ་བྱེད། ཕྱིར་རྟོགས་དང་བསམ་གཞིག་གིས་དུས་ཀྱི་ཁ་སྐྱོགས་གསལ་
བར་སྒྲིབ་བ་སོགས་ཚོམ་རིག་གིས་རིག་གཞུང་ལ་རིན་ཐང་སྒྲ་མེད་སྐྱིན་པའི་ཚོམ་བ་པོ་གང་
མང་འཚར་ལོང་བྱུང་བ་ནི་སྤྱིར་ནས་ཡི་རང་དང་བསྐྲགས་བརྗོད་ལྷོ།

ཕྱི་ལོ་༢༠༡༣ཟླ་༡༢ཚེས་༡༣ཉིན་ཚོམ་སྐྱིད་

བས།

དཀར་ཆག

ལོར་བྱེ་བྱ་མཚོའི་སྒྲིབ་ལམ།	འབྲི་བྱ་ཞབས་བྱུང་།	11
བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་།	སེར་ལྗོ་འཇམ་དབྱུངས་མཁས་བཙུན།	12
བདག་གི་སྤྱིར་རྒྱུ།	སྤྲ་ར་མཐོ་སྤོབ་བྱམས་བ་སྤོལ་མ།	17
དུས་རབས་ཀྱི་སྤྱིར་བྱ།	སེར་ལྗོ་སྐལ་བཟང་ཐར་འདོད།	20
རིག་གནས་ཀྱི་ནང་སྤྱིར་འཚོལ་བ།	སེར་ལྗོ་བསྟན་འཛིན་བསོད་ནམས།	25
ཚོམ་སྤྱིག་པའི་གསལ་བཤད།	ཚོམ་སྤྱིག་པ།	28
བཞུགས་པའི་སྤྱི་ལམ་གསར་བ།	ཀྱུན་ལྱབ།	29
འཚར་སྐོ་ཞིག་།	ནགས་གཤག་།	32
གངས་ཚུ་དྲངས་མ་ལ་བསྟོད་བ།	ཁ་བ་རི་བ།	33
ཉོག་བཏགས་ཀྱི་འཛིག་ཉེན།	དུང་མཚོ།	34
གོ་ལོག་གི་རྒྱུ་སྤོངས།	བྱང་ཐག་འབྲོང་།	35
རྩོ་ལ་རི་མོ་བྱིས་ཡོད།	ནགས་ཤོད་ཚོང་བར།	37
སྤྱི་བ་སྤྱངས་པའི་ལས་ཁུལ།	ནགས་ཤོད་བསྐྱབ་གསུམ་ལོར་བྱ།	40
དཔག་བསམ་འཁྲིལ་བའི་ལམ་འདབ་དང་པོ་གཉིས།	སྤོགས་སྤྱང་།	42
སྤྱི་ལོས་བྱེད་དམ།	སེར་ལྗོར་སྤོབ་བྱ་འབབས་དོ།	
མ་འཛོམས་དགོས་པའི་མི་གཉིས།	སྤོབ་བྱ་བ་བསྟན་འཕེལ།	45
འཚར་སྐྱང་གི་སེམས་བ།	བསྐྱབ་གསུམ་བསྟན་སྤོབ།	47
ཁེར་རྒྱུང་གི་རང་གཤེས།	སྤྱིར་ཉེ།	48
ཐག་རིང་གི་སྤོལ་དཀར་མཚོ་མོ།	ཞོགས་ཤིལ།	50
བྱ་རྒྱུང་གི་སྤྱིར་སྤྱ།	འགོམ་ལམ་བཟང་།	51
རིགས་ལམ་ལ་བསྟོད་བ།	འཇམ་དབྱུངས་བཀའ་ཤིས།	53
བརྗེད་དཀའ་བའི་ཉེན་མོ།	མི་དྲངས་གསལ།	55
མི་གཤེས་བཟང་པོ།	འབྲོང་དུར་ཀོན་བསམ།	56
བ་ས།	ས་རུ་འབྲི་སྐལ་བཟང་ཚོས་འཕེལ།	58

གཡང་གཟར་གྱི་རྒྱུ་ལམ།	འབྲས་སྒྲོ་སྐྱལ་བཟང་ཚོས་རྒྱལ།	59
ལྷ་ཚུགས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་ཀ་སྒྲིང་།	ནགས་གཟི་མིག་དབྱེ་བ།	65
འོ་འཕྲུ་ཀའི་ཀ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།	སེར་སྒྲོ་དགོ་བཤེས་སྒྲོ་བཟང་།	67
ཡིད་མངོན་ལ་དབྱེད་བ།	སེར་བྱེས་ལྷ་གར་མས་པ་འབྲི་རྩ་སྒོགས་མེད།	72
རང་འཁྲིའི་འགན་དབང་།	རིགས་པའི་ལྷ་བྱ།	78
བདུན་ཉལ་ལ་དབྱེད་བ།	ནགས་ཤོད་སྐྱལ་རྒྱུ།	82
ཚུམ་ཡིག་སྒྲོན་མའི་འབྲོས་བཤད།	འབྲི་སྐྱལ་བཟང་།	85
༡ རྩས་བབ་ལ་དབྱེད་བ།	ནགས་ཤོད་བྱ་བའི་བ་བསྐྱེད་འཛིན་ཚོས་གྲགས།	89
འབྲི་རྩ་ཞེས་པའི་མིང་ལ་དབྱེད་བ།	འབྲི་རྩ་སྐྱལ་བཟང་རྒྱལ་མཚན།	91
ཤེས་ནས་ཉམས་སྲུ་ལེན་དགོས་བ།	འབྲི་རྩ་ལྷ་རམས་པ་ཚུམ་ཁྲིམས་རྒྱལ་བ།	96
ཉམ་ཚུང་གི་མི་ཚེའི་སྒྲོ་གར།	གངས་རིའི་རྩ་མོ།	107
དགོ་ཚུན་ལ་མིག་དཔེ་ལྷ་དགོས།	བསྐྱེད་འཛིན་མཁས་དབང་།	110
བ་ཡུལ་ལ་བསྐྱེད་པའི་འཁྲིའི་ཡིག་	འགོམ་བསྐྱེད་འཛིན་དར་རྒྱལ།	113
བསྐྱེད་ཚེག་དད་པའི་སྒྲོ་འབྲེད།	བསྐྱེད་འཛིན་དབང་མོ།	114
གཞན་ཡུལ་གྱི་ནགས་ལྟེ་སྒྲོན་མེ།	འབྲི་སེལ་འཇུག།	116
པའི་སྒྲིང་བཅའི་བ་མ་གཉིས།	ཉི་ཟེར་སྒྲོལ་མ།	118
ཕྱགས་བསམ་མེད་པས་ལམ་འོ་འོ་བ།	ལྷ་རམས་པ་འབྲི་རྩ་བསྐྱེད་བ།	120
ཚན་དན་མ།	སྐྱལ་བཟང་འབྲོ་མགོན།	127
མིག་ཤེས་ལས་མཐོང་བའི་གནས་ལུགས།	བྱ་བཏང་བ་སྒྲོ་བཟང་འདུལ་འཛིན།	132
མདོག་དན་གྱི་ལྷ་ས།	ནགས་ཤོད་སད་མི།	140
སྐྱ་ལུས་ཚེ་སྲ་མ་བྲན་བ།	དར་སྒྲེ་བད་པོ།	141
གཟིགས་དང་།	འབྲི་སྐྱལ།	148
འོད་པའི་སྒྲིང་སྒྲོབས།	འགོམ་བསྐྱེད་འཛིན་ནམ་མཁམ།	150
སྐྱེན་རྩེ་ཞིག་གི་རེ་འབོད།	བཅུན་དགོན་སྒྲོལ་སྒྲིང་བཟང་མོ།	151
རྗེས་ལུས་བ།	རྗེས་ལུས་བ།	153

ཉི་ལྷ་ལའི་མར་རྒྱལ།	སྤྱིར་སྟོབས།	154
པ་ལུལ་གྱི་འགྲུང་བ།	འགྲི་འཇམ་དབྱུངས་ཚེས་འགྲུབ།	155
ཀམ་གཤེད་གིས་བསྐྱུས་པའི་ང།	འགྲི་ཚོར་སྤྱུར།	157
ཡིད་བརྟན་མེད་པའི་འཛིག་ཉེན།	སྒྲོལ་སྤྱིར་སྐྱལ་བཟང་བསྟན་སྒྲོན།	158
མེ་ལོང་མ་དང་ལང་ཚོའི་རབ་རྒྱུའི་འབྲེལ་བ་སྐྱེད་བ།	འགྲོང་དུར་ཚོས་རྗེ།	160
སུམ་རྩ་པའི་རྣམ་བཤད།	དགའ་སྟོན་ནགས་ཤོད་པ་སྟོན་བཟང་ལུན་ཚོགས།	167
བདག་གི་གཙུང་པོ་ལ་ལུལ་བའི་སེམས་གཏམ།	ཁ་བའི་འཁྲུམ་པོ།	173
གས་མོང།	གངས་མོ།	174
དཔེ་དེབ།	སྒྲོལ་མ་སྤྱིར་ཐར་མཚོག་སྒྲོལ་མ།	175
དུལ་གྱིས་བསྐྱུས་པའི་ཉེར་གཅིག་དུས་རབས།	ནགས་ཉ་ཉ་སྐྱལ་བཟང།	176
འགྲོད་གདུང་སྒྲི་མོ།	འཁྲུམ་པོ་བ་འགྲི་རུ་བསོད་ནམས།	178
མ་ལུམ་ལགས།	སྤྱ་ར་འགྲི་བསོད་སྤྱུན།	181
བཀའ་འཛིན་ཅན་གྱི་མ།	སྒྲོབ་གྲུ་བ་བསྟན་འཛིན་ཡེ་ཤེས།	182
གི་བ་འོག་གི་དད་འབྲང་ཚོའི་ལོང་འཁྲུམས།	སྒྲིབ་རྒྱུང་འཁྲུབ།	183
ནམ་ཞིག་འཛོམས།	སེར་སྟོན་འཇམ་དབྱུངས་ལོར་ལྷ།	186
བན་གདུང།	འཇམ་དབྱུངས་བསྟན་མཚོ།	187
མིག་རྒྱ།	འགྲི་ས་འཛིན།	189
དགའ་སྟོན་འཁྲུལ་སྤྱང་གི་གཏམ།	འགྲི་གྲུ་སྐྱལ་བཟང།	190
ཁྱེད་བྲལ་བའི་སེམས་ཀྱི་མ་ཁ།	སྐྱལ་བཟང་དད་སྒྲོན།	192
མཇུག་གི་གཏམ།	འཇུག།	193
རྒྱར་བརྗོད།	ཚོམ་སྤྱིག་པ།	194
ཚོམ་སྤྱིག་པའི་ལོ་རྒྱུས།	འགྲི་སྐྱལ་བཟང།	196
སྤྱན་གྲུབ་གྱི་ལོ་རྒྱུས།		198
ནགས་ཤོད་སྐྱལ་རྒྱན་ནམ།		198
ནགས་ཉ་ཉ་སྐྱལ་བཟང།		200

༡༡། རྗེ་ལྷའི་རྒྱ་མཚོའི་སྒྲོན་ལམ་བཞུགས་སོ།།

འགྲི་རྩ་ཞབས་བྱུང་།

རྒྱལ་སྲིད་ལོ་རྒྱུས་རྒྱ་མཚོ་འདི་འབད་པའི། རྒྱལ་སྲས་སྲོད་པ་ཇི་སྲིད་མཚེས་པ་ཀུན། རྒྱལ་བའི་
 དབང་པོ་བསྐྱལ་བ་རྒྱ་མཚོ་རྩ། དབྱེས་བཞེན་བཏུན་པར་བཞུགས་པའི་རྒྱ་རྩ་བསྲོ། མགོན་པོ་ཚྭ་གྱི་
 རྩུགས་བསྐྱེད་རྒྱ་མཚོའི་སྲིན། བསམ་དང་རེ་བའི་ཚད་ལས་འགོང་བ་ནམས། བཞུགས་བྱེད་མེད་པར་མ་
 ལུས་ལྷན་གྲུབ་པའི། དགོ་མཚན་ཞལ་དུ་མེད་པའི་དབལ་ཐོབ་ཤོག། དེར་ནི་རྒྱལ་བའི་ཞབས་པད་བཏུན་
 པ་ལ། རྒྱལ་སྲས་བརྒྱུད་ཀྱི་རྣམ་ཐར་མ་ལུས་པ། ཆ་ཅམ་ཉམས་པ་མེད་པར་བདག་ཉིད་ཀྱིས། ཉམས་
 སུ་ལེན་པའི་རྣམ་འབྱོར་མཐར་ཕྱིན་ཤོག། དེས་ནི་རྒྱལ་བ་མཚོག་གི་སྲིད་ཇེའི་ཁམས། མཐའ་དག་འགྲོ་ལ་
 བཅེ་བས་དགོངས་པ་ཉིད། དབྱེས་ནས་ཐུགས་ཀྱི་བསྐྱེད་པར་ཤིང་སྲོང་། ཡོངས་སུ་འཚོ་བའི་སྐྱལ་བཟང་
 མཚོག་ཐོབ་ཤོག། རྒྱལ་སྲིད་ལོ་རྒྱུས་རྒྱ་མཚོ་ནས་བཤད་པའི། ཟབ་རྒྱས་བྱུང་རྒྱུད་པས་ཡོངས་
 བཟུང་བའི། ཤེན་རྩ་དབལ་དགའ་རྒྱལ་སྲིད་རྒྱ་མཚོ་ཆེའི། མཐའ་ལྷས་གཉིང་མཐའ་ཇི་བཞེན་རྟོགས་པར་
 ཤོག། དེ་ལྟར་རྟོགས་ནས་རྒྱལ་མཚོ་རྒྱལ་སྲིད་དང་། འབྲེལ་བའི་ཐུབ་བསྐྱེད་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པའི་དོན།
 བསྐྱེད་དང་འགྲོ་ལ་བསམ་པའི་གཞན་དབང་གིས། ཉི་མ་བྱེ་བའི་མདངས་བཞེན་གསལ་བྱེད་ཤོག། དམ་
 ཅན་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་འཕྲིན་ལས་ལས། བཞུགས་གྲུབ་ལོ་རྒྱུས་རྒྱ་མཚོ་འདི་ཡིས་ཀྱང་། རྒྱལ་སྲས་
 རྣམས་ཀྱི་ཡིད་ལ་དབལ་སྲིད་ཞིང་། རྒྱལ་བའི་སྐྱ་ཆེ་བསྐྱལ་བརྒྱུད་སྲོད་གྱུར་ཅིག། རྒྱལ་བའི་དབང་པོའི་
 ཚོས་སྲིད་མཚན་རྣམ་ཀུན། ཡོངས་སུ་སྐྱུབ་ལ་བཅོན་པ་དེ་ཡི་ཆེ། མཐུ་ལྷན་རྣམས་ཀྱིས་ཉག་རྩ་གྲོགས་
 མཚན་ཅིང་། རྗེ་ལྷའི་རྒྱ་མཚོས་ཕྱོགས་ཀུན་ཁྲབ་གྱུར་ཅིག།

འདི་བཞེན་ཞང་ཞུང་ཚོས་དབང་གྲགས་པ་སྐྱེ་བྱེད་བཅུ་གཅིག་པ་འགྲི་རྩ་ཞབས་བྱུང་མཁས་གྲུབ་བསྐྱེད་འཛིན་
 འདིགས་བྲལ་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཚན་མཚོག། མི་ལོ་བཅོ་བརྒྱུད་རིང་གྲ་བཞི་བཅོན་ཁང་དུ་བཞུགས་སྐབས་མཚན་
 པའི་ལགོང་ས་ལསྐྱུབས་མགོན་རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་མཚོག་གི་ཞབས་བཏུན་ཆེན་མོ་ལོ་རྒྱུས་རྒྱ་མཚོ་དང་དེའི་
 ཡན་ལག་གི་བསྐྱེད་བཅོས་བཅུ་གངས་ཤིག་ཡོད་པའི་ནང་ཚན་ལོ་རྒྱུས་རྒྱ་མཚོའི་འཇུག་གི་སྒྲོན་ལམ་འདི་བཞེན་
 འདིར་བཞོད་ཡོད།

བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་།

༡༠༡ ན་ལོའི་སྒྲོན་ཚུལ་འགྲན་བསྐྱར་སྐབས་ཀྱི་ཚུལ་ཡིག་ཨང་དང་པོ།
གྲལ་རིམ་ཨང་། ༡༥༣༧ ་ སེར་སྟོ་འཇམ་དབྱེངས་མཁས་བཙུན།

ཕན་བདེའི་བདག་ཉིད་སྟོན་པ་བཀའ་འདྲིན་ཅན་དང་།།
འཛིག་ཉེན་མིག་གཅིག་འཕགས་བོད་ལོ་བཅ་རྣམས་དང་།།
རིག་བའི་གཞུང་གི་ཉིན་གུང་མེས་པོ་རྣམས་ཀྱི།།
འཕྲིན་ལས་སྐྱོན་གྲལ་ཉིད་ལ་གྲུས་བས་འདུད་དོ།།

སེམས་ཀྱི་ངལ་བ་རི་བོའི་སྟོ་ཡིས་མི་དོ།།
ཕྱི་ནང་འཇུགས་ཚེད་ཐག་དོག་སྐྱུལ་ལས་ཆེ་བ།།
མ་འགྲིགས་བྱ་བ་ཐལ་བའི་རྒྱལ་ལས་མང་བའི།།
དུས་རབས་འདི་ལ་ཕན་བའི་སྟོ་ཞིག་འདོན་འདོད།།

བསྐྱེད་པ་ཞིག་གི་ཞག་ཅི་སྟོང་དུ་སྦྱིང་ཞིང་།།
བྱང་སེམས་ཤིག་གི་སྐྱུལ་བའི་རྒྱུད་བར་རྩེད་ལ།།
མེས་པོ་སྟོང་གི་ཤ་དང་ཞག་ནས་བརྒྱུད་བའི།།
བོད་པ་ཚང་གི་རྣམ་དག་རིག་གཞུང་སྟོང་ཡ།།

རང་དོན་ཁོ་ན་རྩ་བའི་ཅེ་རུ་མི་འདྲིན།།
ང་རྒྱལ་གཅིག་དུས་མགོ་བོ་སྟོས་ནས་མི་སྟོད།།
སྐག་དོག་བཅན་པོས་སྟོང་ཁ་བསྐྱངས་ནས་མེད་པ།།
བོད་པ་ཚང་གི་རིག་གཞུང་སྟོང་གི་གཙུག་རྒྱུ།།

ཅི་སྟེ་རང་དང་རང་གི་རིགས་ལ་ཕན་ཞིང་།།
མི་དང་མི་སྒྲེའི་ཚོགས་ལ་ཕན་པར་རེ་ན།།
ཐོད་པ་ཚང་གི་རིག་གཞུང་རི་སྟེད་མཆིས་པ།།
ཡ་ཚུང་སེམས་ཀྱིས་དེ་སྟེད་ཨེ་བཟུང་ལྟ་དགོས།།

རང་ལུས་བདེ་བའི་ཐབས་ཤིག་འཚོལ་དགོས་བསམས་ན།།
རང་སེམས་སྦྱིད་པའི་གཞི་ཞིག་རག་དགོས་ཤིན་ན།།
རང་གི་རག་ལ་སྟོན་ཆ་ལྡན་དགོས་དགོངས་ན།།
རང་གིས་ཐོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་འགོ་ནས་སྦྱོངས་ཤིག

སྤྱི་མཛེས་དངོས་པོའི་དབལ་ལ་མགོ་བོ་མི་འཁོར།།
ནང་རུལ་སེམས་ཀྱི་རིགས་ལ་མགོ་བཏགས་མི་ལྷ།།
སེམས་དང་ལུས་ཀྱི་རང་བབ་རང་གིས་བཟུང་བའི།།
ལམ་ལུགས་ཨེ་ཤེས་བསམ་ན་འདི་ལ་སྦྱོངས་ཤིག །

ཁེ་བ་ཁོ་ནས་གཞན་ལ་གྲོང་ཁ་མི་སྟེད།།
ཕམ་པ་ཁོ་ནས་རང་ཉིད་འཁུམས་ནས་མི་སྟོད།།
ཁེ་ཕམ་མཐུན་པའི་འགྲོ་ལུགས་ཤེས་དགོས་བསམས་ན།།
ཐོད་པ་ཚང་གི་རིག་གཞུང་ཟབ་ཏུ་སྦྱོངས་ཤིག །

ང་རྒྱལ་བྲག་གི་རི་བོ་གཉའ་ནས་འཛོམས་ཤིང་།།
བྲན་གཡོག་བརྗེ་མའི་ངང་རྒྱལ་གཏན་ནས་འཛོམས་པའི།།
རང་གཞན་དོན་གཉེས་བྱེད་པའི་ལམ་ལུགས་སྟོན་པ།།
ཐོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་ཀུན་གྱི་གཞུག་གི་རྒྱན་རེད།།

མི་ཚེ་བདེ་སྐྱིད་འཚོ་བས་སྐྱེལ་འདོད་ཨེ་ཡོད།།
ནམ་ཡང་བག་སེབས་ངང་དུ་འཚོ་འདོད་ཨེ་ཡོད།།
ཞི་ཞིང་བདེ་བའི་འཚོ་བར་རོལ་འདོད་ཨེ་ཡོད།།
ཡོད་ན་ཐོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་སློབ་བཞིན་བྱུངས་ཤིག །

མི་ཚེའི་དགོས་དོན་ཡིད་ལ་ཤར་འདོད་འདུག་གམ།།
མི་ཚེའི་རིན་ཐང་སེམས་སུ་འཇུག་འདོད་འདུག་གམ།།
མི་ཚེར་མི་ཚེའི་རིན་ཐང་སློད་འདོད་འདུག་གམ།།
འདུག་ན་ཐོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་ཡང་ཡང་སློབས་ཤིག །

སློད་ཀྱི་ཁོར་ལུག་བཅེ་བས་ཉར་འདོད་ལྡན་ནམ།།
བཅུད་ཀྱི་སེམས་ཅན་བྱམས་བས་སྐྱོང་འདོད་ལྡན་ནམ།།
སློད་བཅུད་རང་འབྲེལ་རང་འཇགས་འཛོག་འདོད་ལྡན་ནམ།།
ལྡན་ན་ཐོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་ཡག་པོ་སྐྱོངས་ཤིག །

སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་ཐན་ཞིག་འདོག་འདོད་ཨེ་གདའ།།
འཇམ་སྐྱིང་ཡོངས་ལ་ཞི་བདེ་སྐྱུན་སེམས་ཨེ་གདའ།།
ཡོད་ཚད་འཚམ་མཐུན་དཔལ་ལ་འགོད་འདོད་ཨེ་གདའ།།
གདའ་ན་ཐོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་རབ་ཏུ་སྐྱོངས་ཤིག །

བཅན་པོའི་ཇག་པར་མགོ་བོ་སྐྱར་འདོད་མེད་ན།།
སྐྱེལ་ལད་སྐྱེལ་མར་ཡིད་སྟོན་བྱེད་འདོད་མེད་ན།།
རང་ཚུགས་བཟོན་པོ་སྟེང་ནས་འདོར་འདོད་མེད་ན།།
སྟེང་སྟོབས་ཆེན་པོས་ཐོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་སྐྱོངས་ཤིག །

ནང་ཚོས་ཡང་དག་ཉིད་དུ་འཛོལ་གི་ཨེ་འདུག།
ལྷ་བ་རྟག་ཆད་བྲལ་བ་ཤེས་ཀྱི་ཨེ་འདུག།
སྒྲོད་བ་ཀུན་ལས་མཛེས་བ་གཟིགས་ཀྱི་ཨེ་འདུག།
འདུག་ན་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་ཟབ་ཏུ་སློབས་ཤིག།

ཕན་སེམས་ཀུན་ལ་མཁོ་བ་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་དམ།།
བྱམས་སེམས་མེད་ཐབས་མེད་བ་དེས་ཀྱི་ཡོད་དམ།།
སྤོང་རྩེ་བྱུང་དུ་འཕགས་ཚུལ་རྟོགས་ཀྱི་ཡོད་དམ།།
ཡོད་ན་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་དག་པར་སྦྱོངས་ཤིག།

བརྗོད་ཀྱིས་ལངས་རྒྱ་མེད་པའི་རིན་ཐང་བྲལ་བ།།
སྐྱུང་བས་ངོམས་རྒྱ་མེད་པའི་རང་གཤེས་ལྡན་བ།།
བོད་དང་བོད་མིན་ཡོངས་ཀྱི་འདི་ཕྱིའི་སྤྱིང་ལོར།།
བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་འདི་ཀོ་ངོ་མཚར་ཆེ་ཨང་།།

ཨེ་མ་བོད་ཡུལ་ཚོས་ལྡན་ལྷ་ཡི་ཞིང་ཁམས།།
ཨ་ལ་གཞན་ན་སྐྱུ་ལའང་ཀུན་ཏུ་མེད་པའི།།
ཨ་རྟོ་རིག་གཞུང་འདི་འདྲ་གྲུབ་ཅིང་གནས་པ།།
རྒྱན་འཛིན་ཡང་དག་གྲོས་དང་རྐང་གཉིས་གཞོན་ཅུ།།

བོད་ཀྱི་ཞེན་ཁོག་ཁོག་པའི་རུམ་ན་མེད་ལ།།
ཀུན་ལས་རྒྱལ་འདོད་འདོད་པའི་དམིགས་ཡུལ་མིན་ཏེ།།
སེམས་ཀྱི་རང་གཤེས་གཤེས་ལུགས་མཛེས་པོ་འདི་ཉིད།།
རྩང་ཅམ་གླེང་བ་བ་གླེང་བརྟུལ་བཞུགས་མིན་ནོ།།

ནོར་བུ་ནོར་ཉམས་ཚོད་པའི་སྒོ་ཞིག་ཡོད་ན།།
སྐར་དོར་ཚུལ་བཞིན་བྱེད་པའི་སེམས་ཤིག་མངའ་ན།།
རང་གཞན་སྤྱི་སྤྱོད་ཡོངས་ཀྱི་ཕན་བདེའི་ཅ་བ།།
ཐོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་འདི་ཡི་རིན་ཐང་མ་བརྗེད།།

མེས་པོ་སྒོ་ལྡན་དུ་མའི་སྒོ་གྲོས་བརྩུང་ལས།།
ཉེས་པ་ཁབ་ཅེ་ཅམ་གྱི་འང་འི་རེད་མེད་པ།།
ཚོས་ལྡན་ཐོད་པ་ཚང་གི་རིག་གཞུང་བདུད་ཅི།།
ཟུར་ཅམ་རྩལ་རྒྱ་བྱུང་བ་ཨ་བསོད་རེད་འདུག །

ཀུན་ལ་མེད་པའི་ནོར་བུ་བྱ་བྱུག་ང་ཚོས་འཛིན་སྐྱོང་བྱེད།།
ཀུན་ལ་ཕན་པའི་རིག་ཚེན་ཚེན་པོ་ཐོད་ཀྱིས་བདག་པོ་རྒྱག
ཕན་པའི་ཀུན་སྐྱོང་དམ་པ་བ་སངས་ལས་ཀྱང་དཀར་བྱས་ཉེ།།
ཕན་བདེའི་རིག་གཞུང་ཡང་དག་དག་པའི་ལམ་ནས་སྤེལ་བར་བྱ།།

༡༤༠༤༣༠༡༣།དགེའོ།

བདག་གི་སྣང་སྤྱད།

༡༠༡ རྩའི་སྣང་ཚོམ་འགྲན་བསྐྱར་སྐྱབས་ཀྱི་ཚོམ་ཡིག་ཨང་གཉིས་པ།
གྲལ་རིམ་ཨང་། ༡༥༣༦ ། ལྷ་ར་མཐོ་སློབ་བྱམས་པ་སློབ་མ།

རིག་པའི་གནས།
མངོས་སྤྱད་ལང་ཚོའི་མེ་ཉོག་ལ།
མཚར་སྤྱད་ཀྱི་བསྐྱར་འབྲུལ་བ་ཡི།
སྣང་སྤྱད་རིག་གནས་མངོས་སྤྱད་ཀྱིས།
བདག་ཡིད་བརྟན་པ་གཅིག་ཅར་སློབས།

འདོད་ལྷན་སྤྱེས་ཐོས་འདི་ཉིད་གཉིད།
འདི་ནི་འདོད་དགའི་མོ་བྲང་ཡིན།

ཡར་ཐོན་ས་ཐོན་འདི་ལས་འབྲུངས།
མདུན་སྤོད་སོན་ཅར་འདི་ལས་འབྲུས།
མཚོངས་ཤིང་སྤྱིང་བའི་བརྟེན།
འདི་ཉིད་ཁོ་ནར་བརྟེན་ནས་བྱུང་།

བཀའ་བསྟན་ཤེས་བྱའི་བང་མཛོད་ན།
ནམ་དཔྱོད་གསེར་གྱི་སྤྱི་མིག་གིས།
སྐྱུ་ཅལ་སྐོ་སྤྲེགས་སྤྱེ་དང་ལྷན།
རིན་བྲལ་ལོང་བྱ་ཐང་མར་བརྟེན།

ས་མའི་བྱུངས་ཁྲག་དྲངས་མ་ལ།
བྱ་ཚའི་ནམ་ཤེས་འདི་ལ་འཁོར།
རིགས་དང་རྒྱས་པ་མི་གཙོ་བར།
འདི་ཡིས་རྒྱལ་པམ་རྒྱ་ཤལ་འབྱེད།

འདིག་ཉེན་མིག་གིས་བསྐྱར་བ་ཡི།
མཁས་པ་དག་གིས་དབྱེད་པ་ཡི།
བྱུ་བ་ནམས་ཀྱིས་བསྐྱོམས་པ་ཡི།
རིག་གནས་སྣང་གི་འཁྲི་ཤིང་ཡིན།

བསྐྱལ་བ་ཆགས་པའི་གཉེར་མ་ལ།
སྤྱིང་བའི་སྤོང་གི་ཟིན་ཐོ་ལ།
རྩོགས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྲེལ་པ་ལ།
འདི་ལས་ལོགས་སུ་མ་མཚེས་སོ།

སྐལ་ལྷན་བྱ་ལ་འདི་ཉིད་གདམས།
དཔྱོད་ལྷན་ཡིད་ལ་འདི་ཉིད་འཆར།

སྐྱ་རིག་པ།
ས་འཛིན་དཔལ་དུ་འཛོལ་ཡི།།
སྐྱ་ཡི་མཚན་ཉིད་མ་ལུས་ཀུན།།
ལྷན་དུ་སྒྲོན་པའི་རྩ་བོ་ཆེ།།
རིག་གནས་ཀུན་གྱི་སྐྱེད་བརླུང་ཡིན།།

ནང་དོན་རིག་པ།
ཚོས་ཅན་མི་བསྐྱུ་རྟེན་འབྲེལ་དང་།།
ཚོས་ཉིད་ཨ་མའི་བཞེན་རས་དཔལ།།
ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་པའི་ཡང་རྩལ་འདི།།
རིག་གནས་ཀུན་གྱི་དབང་པོ་ཡིན།།

ཚད་མ་རིག་པ།
མ་རྟོག་ལོག་པར་རྟོགས་པ་དང་།།
ཐེ་ཚོམ་བྲུ་བ་མ་ལུས་ཀུན།།
གཙོད་མཛད་རལ་གྱི་རྣོན་པོ་འདི།།
རིག་གནས་ཀུན་གྱི་གོ་ཆ་ཡིན།།

སྐྱབ་དག་རིག་པ།
སྐྱབ་འཛེབས་ཡན་ལག་དུག་རྩུབ་དབྱངས།།
ཐོས་འཛིན་བྱ་གའི་བརླུང་དུ་ལེན།།
མི་བད་ཉམས་འགྲུང་རྩོགས་པའི་སྐྱ།།
རིག་གནས་ཀུན་གྱི་རྒྱུ་ཆ་ཡིན།།

བཟོ་རིག་པ།
ལུས་དག་ཡིད་གྱི་སྒྲངས་ཀ་དང་།།
སྤྱི་རོལ་ཚོས་གྱི་ཉམས་དང་འགྲུང།།
དྲངས་མ་དྲངས་མར་བསྐྱབ་པ་འདི།།
རིག་གནས་ཀུན་གྱི་ཐབས་རྩལ་ཡིན།།

མངོན་བརྗོད།
དོན་གཅིག་ཚོས་གྱི་གནས་ལུགས་ལ།།
སྐྱ་ཚོགས་མངོན་པར་བརྗོད་པ་ཡིས།།
ལྷུབ་ལྷུབ་རྒྱུན་གྱིས་མངོས་པར་སྐྱབ།།
རིག་གནས་ཀུན་གྱི་དོ་ཤལ་ཡིན།།

གསོ་བ་རིག་པ།
ཤེས་རིག་ལུས་གྱི་སྤང་བུ་ཉིད།།
ལུན་འཚོའི་སློག་གི་རྒྱ་བ་ཡང་།།
མི་ཤིག་གལུང་དྲུང་གཉམས་པ་འདི།།
རིག་གནས་ཀུན་གྱི་རྟེན་སྤར་ཡིན།།

ཕྱེབ་སྐྱོད།
ཡང་དང་སྐྱེ་བའི་གནས་བབ་དག །
མཚུངས་བསྐྱར་དག་གི་འདོད་འཛོལ།།
གོ་སྐྱེ་བརྗོད་བདེའི་རང་བྱུང་སྐྱ།།
རིག་གནས་ཀུན་གྱི་གཞུང་ཤིང་ཡིན།།

སྒྲོན་གར།

རང་སྣང་ལྷན་གྱུ་བ་རོལ་མོའི་མདངས།།

འཁྲོལ་ཞིང་སྐྱུ་ཅལ་མ་ལུས་ཀྱི།།

རྗེ་ལོ་སྒྲོན་པའི་གར་བསྐྱུར་བ།།

རིག་གནས་ཀུན་གྱི་གཙུག་གྱུར་ཡིན།།

སྐར་ཅིས།

ལྷ་ལྷུང་ནམ་མཁའི་ལྷགས་རི་ཡིས།།

བསྐྱོར་བ་སྲིད་པའི་གྲོང་ཁྱེད་ན།།

གངས་དང་སྐང་སོགས་གཞལ་རྩས་པ།།

རིག་གནས་ཀུན་གྱི་འདྲེན་བྱེད་ཡིན།།

དེང་དུས་རིག་གནས།།

ཤེས་བྱའི་ལྷ་ལམ་དཀྱིལ་འཁོར་དུ།།

འཕུར་ལ་གཤོག་བྱང་མཆིས་དགོས་ལྟར།།

མདུན་སྐྱོད་ཡར་ཐོན་དཔལ་ཡོན་དག །

སྤེལ་ལ་འདི་ཉིད་གཅིགས་སུ་ཆེ།།

དེ་སྐད་གོ་སྐྱ་སྐྱོན་པའི་རིག་བྱེད་དག །

མ་བཅོས་ལྷེམ་བ་ཡིད་ཀྱི་མཚོ་མོ་ལས།།

བྲངས་པའི་རྒྱལ་སྤེལ་གྱི་ཟེགས་མ་འཕོར་བ་ཡིས།།

དུས་རིང་གདུང་བའི་རལ་བ་ཞི་གྱུར་ཅིག །

མ་འདྲེས་བཅུ་སྟེན་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ལ།།

མ་འབད་མཁས་པའི་ཁྲི་འབང་མི་བསྐྱོད་ན།།

མ་འོངས་ཁ་བ་གངས་ཀྱི་རིག་གནས་ལ།།

དུང་ཞེན་སྦྱིང་གི་མེ་ཉོག་འཕོར་བར་མཛོད།།

ས་རྒྱ་མཐོ་སྒྲོབ་ནས་སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༣ ལྷ ༤ ཚེས ༡༤ ཉིན་གྲིས་སོ།

དུས་རབས་ཀྱི་སྒྲིབ་བྱ།

༢༠༡༡ ན་ལོའི་སྐྱེན་ཚེས་འགྲན་བསྐྱེད་སྐྱབས་ཀྱི་ཚེས་ཡིག་ཨང་གཉིས་པ།
གྲལ་རིམ་ཨང་། ༡༥༥ ན། སེར་ལྗོ་སྐྱལ་བཟང་ཐར་འདོད།

རྒྱ་མཚན་ཚོགས་གཉིས་ཀྱི་བས་བསྐྱེད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡིད་འོང་གང་གི་སྐྱེ།
རྒྱ་མཚན་འགྲོ་བའི་ཚོངས་ལུན་སེལ་མཛད་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་སྒྲིབ་པའི་གསུང་།
རྒྱ་མཚན་མཁུན་པའི་བཅེ་ཚེན་ལས་བྱུང་རྒྱ་མཚན་གསལ་ཀུན་མཁུན་ཡི་ཤེས་བྱ་གསལ།
རྒྱ་མཚན་དགར་བདག་སྒྲིབ་ལྷ་རྒྱས་པད་ཁ་རྒྱ་མཚན་མཁོན་གྱི་སྐྱོགས་སུ་སྐྱོལ།

ལེགས་ཉེས་སྒྲོ་སྐྱོས་རྩལ་གྱིས་རྣམ་པར་འགྲིངས།
དབྱེད་སྒྲིབས་རྒྱལ་བཟང་གད་རྒྱུངས་སྐྱོགས་ཀུན་བསྐྱབས།
གྲལ་བས་མཁས་ཀུན་སྒྲེར་ཆགས་ཟེལ་གཞོན་པའི།
གངས་ཅན་གཡུ་རལ་བསེགས་པའི་གདོང་ལྗང་འདུད།

རྒྱ་མཚན་མཁུན་པའི་ཚུ་གཉེར་ལས་འཁྲུངས་ཤིང་།
རྒྱ་མཚན་ལོར་མཚན་ཡིད་འོང་སྒྲིབ་ལེགས་མས།
རྒྱ་མཚན་འགྲོ་བའི་སེལ་གྱི་མི་ཤེས་ལུན།
རྒྱ་མཚན་ལྷ་རྒྱས་མ་དབྱེད་ཅན་དགའ་མས་སྐྱོངས།

མཁས་པའི་རྣམ་དབྱེད་ལུན་པོའི་བང་རིམ་མཛེས།
བཅུན་པའི་བསྐྱབ་ཁྲིམས་ཉི་གཞོན་མདངས་ཀྱི་གཟེས།
བཟང་སྐྱོད་ཁྲིམས་ཀྱི་རབ་མཛེས་ལྷ་རྒྱས་ཚོད།
འགྲོ་ཁམས་བྱུང་བས་དགའ་བདེར་སྐྱི་བོས་མཚོད།

རྗེས་ཚོགས་འབྲུག་ཆ་དོད་པར་སྐྱོང་བའི་ཁམས།།
གཟའ་སྐར་འབྲུག་ཆ་དོད་པར་ཉི་མའི་སྲིམ།།
རྒྱང་ཁམས་འབྲུག་ཆ་དོད་པར་ས་སྐར་སྟེང་།།
སེམས་ཁམས་འབྲུག་ཆ་དོད་པར་དེང་དུས་ཁོད།།

རྒྱང་འདོད་སྤྱད་བསམ་དབེན་བའི་བྱིས་བ་ཡིས།།
རྒྱང་སྐར་གང་ཐོན་ཤར་བའི་སྐད་ཀྱི་གདངས།།
རྒྱང་སྐྱོས་མ་བརྟག་སྒྲོན་དུ་འགྱུར་གྱིད་ན།།
རྒྱང་ལོན་ཅི་མཆིས་མཁས་ཀུན་དབུས་སུ་འཆགས།།

རྒྱང་མཛེས་སྐྱ་མང་ཤེས་བྱའི་ལུས་སྟོབས་རྒྱས།།
རྒྱང་འབྲུམས་གནའ་དེང་མཁོ་དགྲའི་རིག་གནས་རྒྱས།།
རྒྱང་ཡངས་དེང་རབས་མཁས་པའི་འདུ་འཛོམས་རྒྱས།།
རྒྱང་གསལ་སྐྱ་ཚོགས་ཚིག་གི་སྒྲོན་མོ་རྒྱས།།

ཐབས་ཤེས་གཟེ་འོད་རབ་འབྲུད་ཁྱོ་ལྷག་ལས།།
གནའ་དེང་དགོས་འདོད་འཚོལ་བར་རིགས་པའི་བྱས།།
ཤེས་རིག་དཔལ་ཡོན་སྤྱད་པའི་དེང་རབས་ཁོད།།
སྐྱ་བཟོད་སྤེལ་ལེའི་ཡལ་འདབ་རྣམ་པར་བཀོལ།།

རྒྱང་མཛེས་མཚམས་སྒྲིན་དུར་སྒྲིག་མདངས་ཀྱིས་མཛེས།།
རྒྱང་དཀར་སྒྲོན་མཚན་དུང་ལྷའི་ལྷག་བསམ་དཀར།།
རྒྱང་མཛེས་ལུང་རིགས་ཀྱི་ལྷན་བཞད་པས་མཛེས།།
རྒྱང་གསལ་སེམས་ཀྱི་ལང་ཚོའི་དཔལ་ཡོན་གསལ།།

སྤྱན་མཚམས་མཚམས་སྤྱིན་དུར་སྤྱིག་མདངས་ཀྱིས་འབྱུང།།
ཞལ་གདུམས་གདུམས་ངག་སྐབས་གསུམ་བདུད་ཚིའི་ཚད།།
མ་ལུས་ལུས་ཅན་སེམས་ཁམས་སྤྱིད་མོས་ཚལ།།
ཤིང་སྣ་སྣ་ཚོགས་བཟང་སྤྱོད་འབྲས་བུས་སྤྱུག།།

◦ ◦

རང་རིགས་དུང་ཞེན་ས་འཛིན་དཀར་པོའི་གཞིར།།
རང་ཚས་ཡོད་བར་མེས་པོའི་སེམས་ཀྱི་གཤིས།།
རང་གཞན་གནས་གཞིར་རྒྱུ་གཟུགས་པོ་ལའི་ཁྲོན།།
རང་གཞན་ཕན་བདེར་ནང་གི་བདེ་སྤྱིད་རྒྱས།།

སྣ་ཚོགས་འགྲོ་སློ་བཟང་ངན་སེམས་ཀྱི་གཤིས།།
སྣ་ཚོགས་སེམས་ཀྱི་གཞི་རྟེན་གཉེན་མཉམ་འཁམས།།
སྣ་ཚོགས་སྤྱོད་མཉམ་སྤྱོད་ཀྱིས་མ་སྤང་བས།།
སྣ་ཚོགས་སློ་ལོས་རྒྱས་པའི་གཞི་ཅར་ཚུགས།།

མཛེས་དཔྱོད་རྣམ་གསལ་ཡིད་འོང་ཚིག་གི་ལུས།།
ལུས་མཛེས་རིན་ཆེན་གནའ་བོའི་སྤོལ་ཀྱིས་བརྒྱན།།
རྒྱན་མཚོག་རྟོག་བཏགས་ཅམ་ཀྱི་ཤེས་པའི་ཁམས།།
ཁམས་མཐུན་ཐ་སྲུང་ཀུན་སྤྱོད་རིག་པས་མཛེས།།

གཉིང་མཐའ་མི་མངོན་སྤོལ་རྒྱན་ཚུ་གཉེར་ཆེར།།
སྤོགས་ཀུན་དང་རབས་ཚན་ཅལ་རྒྱབས་ཀྱིས་བསྐྱོད།།
སྣ་ཚོགས་རིག་གསར་འབྲུལ་ཀྱི་གྲུར་བརྟེན་ནས།།
མཁོ་རྒྱའི་ལོར་མཚོག་བཙོན་པའི་ལས་ལ་བྲེལ།།

མཐའ་མེད་སྤྱངས་བཙོན་སྤོང་བའི་བྱི་བཞོན་གྱིས།།
བཟང་ཡས་ཚིག་ཚོགས་སྤྱིན་གྱི་འདབ་མ་གཡོས།།
རབ་ཡངས་རྣམ་ཤེས་དྲངས་གསལ་ནམ་མཁའི་ཁམས།།
ཕ་རྣམ་དབང་ཅའི་འགྲུལ་སྤོང་རྒྱ་སྐར་བཟ།།

ཟད་མཐའ་མེད་པར་ཟབ་ཕྱ་གཉུག་མའི་གཤེས།།
གཤེས་ལྷགས་རྒྱ་ཚེར་མཁྱེན་པའི་རྣམ་ཤེས་ཁམས།།
ཁམས་ཀྱི་དབྱེད་པར་གནས་ལྷགས་ངོ་བོའི་ཚ།།
ཚ་ཤེས་མ་འདྲེས་བསལ་བས་ལོག་ཉིག་ཟད།།

སྒྲོགས་ཅན་དབང་ཅ་དོག་པོའི་ཚང་ཚིང་ནགས།།
རྣམ་འགྲུར་སྤོག་རུས་སྣ་ཚོགས་གཅན་གཟན་རྒྱ།།
ལྷན་རྒྱེད་མཁྱེན་པས་མི་ཤེས་སྤྱུག་པའི་ལྷག
འགྲུར་འགོས་འགྲེལ་མཐུད་ཁམས་མཐུན་སྤེར་ཆགས་ཟས།།
རགས་པ་དབང་པོའི་ཚོར་ཤེས་རྣམ་རུས་གྱིས།།
འགྲུར་བར་བཞེད་པས་གསལ་རིག་རྣམ་ཤེས་དོན།།
ཁས་ལེན་མེད་པའི་དེང་གི་རིག་གསར་ལ།།
ཐོགས་མེད་སྤྱེ་བའི་འགྲེལ་བརྗོད་དགོས་པ་རྒྱུང་།།

སྤོང་མེད་བཙོན་པ་བྲག་པོའི་རྒྱུད་ལྷགས་གྱིས།།
གངས་མེད་སྤྱུག་བསམ་གཡོ་བའི་ཚུ་ཡི་རྣམས།།
ངོམས་མྱོད་སྤྱངས་སྤོབས་རྣོགས་པའི་གསེར་མིག་ཉས།།
མཐའ་མེད་རྣམས་སྤེང་བརྒྱལ་ལ་རང་དབང་འཕྱོ།།

སྒྲོན་སྒྲོན་སང་རབ་ཡངས་རྒྱ་མཚོའི་གོས།།
 ཀུན་རྫོབ་རྫོབ་སྒྲོན་མཚམས་སྒྲིན་མདངས་ཀྱིས་མཛེས།།
 གཉུག་སེམས་སེམས་ཀྱི་མཁའ་སྒྲིན་འདབ་མ་འཛོམ།།
 སྐྱུ་ལྷུ་ས་ལྷུ་ས་མཚོག་ཟུང་འཇུག་བད་ཁ་གོལ།།

གྲངས་དཀར་གནས་སུ་ལྷེ་ཁྲག་འཕོས་པའི་བྱུས།།
 གྲངས་དཀར་འཚོ་བའི་པ་གཞིས་སྐྱད་ཀྱི་གདངས།།
 གྲངས་རིའི་བྱ་ཡིས་རང་འཁྲིའི་ཁུར་བོར་ན།།
 གྲངས་རིའི་བྱངས་ཁྲག་ལྷན་པའི་དོན་གོ་ཚུང་།།

མཁས་ཀུན་དབྱེས་པའི་སྒྲོན་མེད་ན་ཡང་།།
 ལྷན་ཚོངས་སུན་པའི་ཚོར་སྒྲོན་ཅི་ལ་སྒྲིན།།
 དེང་རབས་མཁས་པའི་གྲལ་དུ་མེད་ན་ཡང་།།
 ཚོངས་ཞེན་མཁྲེགས་པའི་རྗེས་སུ་ཅི་ལ་འབྲང་།།

བཏང་སྒྲོམས་བསྒྲོམས་པའི་གོམས་འདྲིས་མེད་ན་ཡང་།།
 ལྷོགས་རིས་ཅན་གྱི་རྗེས་སུ་ཅི་ལ་སྒྲེགས།།
 བདག་གཞན་བརྗེ་བའི་སྒྲོ་སྒྲོབ་མེད་ན་ཡང་།།
 ལུག་བསམ་མེད་པར་རང་བདེ་ཅི་ལ་འཚོལ།།

ཚོགས་གཉིས་ལྷུག་སྒྲོན་རབ་མཛེས་འདབ་མ་འབྲུམ།།
 བདེན་གཉིས་འཇུག་ལྷོག་སྒྲོན་བཟང་ཅ་བ་རྒྱས།།
 སྒྲོབ་གཉིས་གོལ་བའི་སྐྱ་མང་འབྲས་བུས་དུད།།
 དོན་གཉིས་སུན་ཚོགས་སྒྲོན་བཟང་རྒྱལ་གྱུར་ཅིག །

ཅེས་པ་འདི་ནི་རང་རིགས་ལ་དུང་བའི་ལྷག་བསམ་དང་རྣམ་དཔྱོད་ཀྱི་ཆེད་ལོངས་སུ་རྫོགས་པ།
ནགས་ལྷའི་སྒྲོན་མེ་ཚོམ་སྐྱེག་ཁང་གིས་ཐུགས་ཁུར་ཆེ་བཞེས་སོག་དེང་དུས་ཀྱི་ཚོམ་རིགས་ལ་དགའ་བའི་
རང་ཁོངས་ཀྱི་གཞོན་སྐྱེས་རྣམས་ལ་ཆེད་དམིགས་ཀྱིས་གནའ་དེང་གི་ཚོམ་རིགས་དག་ལ་བྱང་ཆ་འཛོལ་
སྤང་ཚོམ་རིགས་འགྲན་ཡུར་གོ་སྐྱེག་ལུས་པ་བཞིན། བདག་ལྷ་བྱས་རྣམ་དཔྱོད་སྒོ་སྐྱོས་ཀྱིས་འཇུག་པའི་
བང་རྩལ་འགྲན་པའི་སྒྲོན་པ་མེད་ནའང་བདག་ཉིད་ལ་བརྟམས་པའི་མེ་ལོའི་དབང་དུ་མ་བཏང་བར་གོ་སྐྱབས་
ཀྱི་ཆེད་ལེན་པ་ལ་དགའ་སྒྲོ་དང་བཅས། རབ་གནས་ཚུ་སྐྱུལ་ཚུ་སྟོད་ལྷ་བའི་དམར་ཕྱོགས་བཟང་པོ་
གསུམ་པའི་ཉིན་སེ་རའི་རང་ཤག་ཏུ་འཇུག་གྲུབ་པར་བསྐྱིས་པའོ།།།

རིག་གནས་ཀྱི་ནང་སྤྱིང་འཚོལ་བ།

༡༠༡ རེ་ལོའི་སྐྱོན་ཚོམ་འགྲན་བསྐྱར་སྐྱབས་ཀྱི་ཚོམ་ཡིག་ཨང་གསུམ་པ།
གཤམ་རིམ་ཨང་། ༡༥ ༣༧ ་། སེང་གློ་བསྐྱབ་འཛིན་བསོད་ནམས།

ཡ་ཐོག་དང་པོའི་མི་ཡི་བྱང་རབས་དག །
རི་ལྷར་བརྒྱད་མིན་རི་བཞིན་བཤད་དཀའ་ལ།།
རྩོ་ཡི་དུས་རབས་ལ་སོགས་ཐུན་མེད་དུ།།
ཅི་ཞིག་སྤོང་མིན་རི་བཞིན་ཤེས་དཀའ་ཡང་།།

མཐོ་རིམ་མི་བུའི་སྐྱབ་སྐྱེས་ལྷན་ཅུས་དེ།།
སྤང་བའི་ཕྱོགས་སུ་གོམ་ཁ་བརྒྱར་དང་ལྷན།།
རིག་གཞུང་སྤོན་ལེགས་མ་ཡི་འཕྱོར་སྐྱེག་ཉིད།།
རྩོག་གཞུགས་གོ་ལ་འདི་ཏུ་སྤོན་འགོ་ཚུགས།།

འགོ་བ་མི་ཡི་མེས་པོ་གོང་མ་ཚོ།།
འཇུག་སྐྱོག་གནས་ལ་རྫོངས་པའི་དུད་འགོ་ལྷར།།
རང་རང་གློ་དང་རྒྱབ་ཀྱི་དོན་ཚམ་ལས།།
རིག་གནས་ལོར་གྱིས་ཤོངས་ལ་སུ་ཡིས་བསྟོན།།

དེ་ལྷར་སྤོང་ལོ་དུ་མའི་ཡར་ལྡོན་ནས།།
འགོ་བ་མི་ཡི་ཤེས་རབ་སྟོབས་རྩལ་ལས།།
ཕྱི་དང་ནང་གི་ལྷ་གྲུབ་གཞུང་ལུགས་སོགས།།
སྤོ་ཚོགས་རིག་གནས་སུ་བྱུ་འབྲས་པར་གྱུར།།

དེ་ལྟར་བྱུང་ནས་ཡལ་བའི་གཟུགས་བརྟན་ལ།
ད་ལྟ་དེ་མོའི་ལམ་ནས་བལྟ་རྒྱུ་ལས།
དེ་བཞིན་སྲོང་བ་སྒྲོན་དུ་མ་སོང་བས།
འཇུག་མེད་བཤད་མཁན་ས་འདིར་དགོན་ཚོད་རེད།

འོན་ཀྱང་སྒྲོན་བྱུང་མཁས་པའི་ཟིན་ཐོ་དང་།
ད་ལྟ་ཚད་ལྡན་མཁས་པས་གསུང་ཚུལ་སོགས།
ལེགས་གསུང་འདྲེན་བྱེད་ཡུལ་དུ་གསལ་བ་ལྟར།
རང་བྱས་ཅུང་ཟད་བཤད་ལ་སྲུ་ཡིས་འགོག།

འཇོམ་སྒྲིང་རྒྱལ་ཁབ་མི་རིགས་མི་འདྲ་བར།
ཐམས་ཅད་རང་རང་རིགས་གནས་དར་རབས་དང་།
རིགས་གནས་སྒྲིང་པོ་འདྲིན་ཚུལ་མི་འདྲ་སོགས།
ཀུན་མཁྱེན་མིན་པ་སྲུ་ཡིས་བརྗོད་པར་བྱས།

ཡོངས་གྲགས་སྤྱི་ལོ་དུས་རབས་བདུན་པ་ནས།
གཞེངས་སྲུ་ཐོན་པའི་འགྲུར་སྒྲོག་ཆེན་པོ་བྱུང་།
གདོང་དམར་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དེར་མོའི་ནང་།
རྒྱལ་ཐོག་ཞེ་གཉིས་གསེར་དེའི་སྲོང་བའི་ཁྲོད།

འུ་ཅག་མེས་པོ་སྤྱེལ་ཆུན་རྒྱུད་པ་འདིར།
རིག་གནས་སྒྲིན་ཚུལ་འཕོ་འགྲུར་བྱིན་ཚུལ་སོལ།
རིག་གནས་ནང་སྤྱིང་གང་ཞིག་ཡིན་མིན་སོགས།
ཅུང་ཅམ་གསལ་སྤྱིར་སྤྱོད་བྱེད་འདི་ན་འགྲུལ།

སྤྱིན་པོ་ལྟར་འཕགས་མེས་པོ་སྲོང་བཅན་དེས།
སྤྱིང་སྒྲོབས་འགྲུར་མེད་དོན་རྗེའི་གོ་ཁྲོན་ཏེ།
བྱི་ནང་བྱུང་གི་འཐབ་ཡ་ཚར་བཅད་ནས།
རིག་པའི་གནས་ཆེན་ལྡེ་ལོ་སྤྱོད་འཕར་བྱེས།

ཡལ་མེས་ཐོན་པོའི་བཤད་ཚུལ་སྒྲོ་བརྟུན་ན།
སྒྲོང་སྤྲུལ་ལོ་དེ་དུ་མའི་ཡར་སྒྲོན་ནས།
གངས་སྒྲོངས་འགྲོ་བ་མི་ཡི་བྱུང་རིམ་དང་།
རིག་གནས་དར་བའི་དུས་ཡུན་དེར་རབས་ཟེར།

དེ་ལྟར་སྤྱེལ་ཆུན་གཙང་མའི་རྒྱུད་པ་ལ།
སྒྲོན་མེད་ལོ་རྒྱུས་སྒྲོང་གི་དེ་མོ་བཞག།
ཡལ་ཆེན་ཁོང་གི་མངོན་རྗེས་གཟུགས་མཆིས་ན།
སྒྲོང་གསུམ་འདྲིག་ཏེན་འདི་ཡང་སྒྲོད་དུ་ཅུང་།

དུས་གསུམ་གཟེན་པའི་མངོན་ཤེས་མེད་པ་དང་།
ལོ་རྒྱུས་སྤྲུགས་བམ་སྒྲོག་གངས་ཉུང་བ་དང་།
གཞན་ཡང་འུད་བཤད་སྒྲོབས་པས་ཐོངས་པས་ན།
འདི་དག་དགག་སྐྱབ་བཤད་པ་བདག་ལ་མེད།

ཚོངས་སྤྱིན་དུལ་གྱིས་ཁོངས་པའི་སྤྱིན་ཁོད་དེར།
རིག་གནས་མཁའ་དབྱགས་གཙང་མའི་འགྲོ་ལམ་ཞིག།
བྱེད་པོ་ཚངས་པས་བཟོ་སྤྱོད་མ་བུས་ན།
འབད་མེད་སྤྱིན་ལེགས་བྱུང་བ་ག་ལ་སྤིད།

ཡབ་ཆེན་སྲོང་བཅན་གཟི་བྱིན་ལས་འཕྲོས་པའི།།
སྒོན་པོ་སྒོན་མིའི་རྣམ་དཔྱད་ཤེས་རབ་ཀྱི།།
རྣོ་འབར་རབ་ཀྱིའི་སོ་ཁ་བརྟེན་བ་ཡིས།།
གངས་སྒྲོངས་སྐྱབ་སྐྱབ་སྒོན་པའི་ཅ་བ་བཅད།།

བཅན་པོའི་རྒྱུད་པ་གཞན་ལོག་རྒྱུད་དང་གཅིག །
རིག་པའི་གཞུང་ལ་བཅན་འཇུག་བྱུང་དང་གཉིས།།
གཞོན་སྐྱེས་བསྐྱེད་རྒྱུ་ལ་རྩམ་དང་གསུམ།།
སྐྱབ་གཅིག་འབྱུང་འདི་སྲུ་ཡིས་བཟོད་ལུས་སམ།།

ག་མེད་སྐྱམ་ཅུའི་དབྱངས་རྟ་སྟོན་པོ་དེ།།
རྩོ་འའི་སྐྱབ་སྐྱེས་སྐྱད་ཀྱི་གངས་འཛིན་ཏེ།།
དབྱངས་བཞིའི་པི་མང་འཕྲོས་དང་སྐྱབ་གཅིག་ཏུ།།
གངས་སྒྲོངས་གཞོན་ལུའི་རྣ་བའི་གསོས་སྲུ་སྐྱེ།།

རིག་གཞུང་ལེགས་དང་ཉེས་ཀྱི་ཤུན་འབྱེད་དེ།།
མི་ཡི་སྐྱེ་ཚོགས་དག་ལ་མཁོ་མིན་ལས།།
སོ་རྒྱས་རིང་མིན་སྲུ་ཏེ་མང་ཅུང་མིན།།
ཞེས་པའི་བཤད་ཡམས་འདི་ཀོ་བདེན་སྲིད་ཀྱང་།།

ད་ལྟ་འབེལ་རིམ་རྒྱུད་པའི་མཐར་ཐུག་ཀྱང་།།
དབྱངས་གསལ་སོ་བཞིའི་ཆེ་སྲོག་སྐྱབ་མ་ལ།།
འཐམ་བཞིན་སྒོན་མི་བཀའ་བྲིན་ཆེ་འོ་ཞེས།།
བསྟོད་པའི་དབྱངས་སྐྱབ་ཕྱོགས་ཀུན་སྐྱོག་བཞིན་མཆེས།།

རིག་གནས་རྒྱལ་པོ་དབང་ལྷུན་བཅན་མིན་གྱིས།།
ཐག་གཅོད་བྱས་པ་འཇམ་སྲིང་འདི་ན་མང་།།
རང་རྩོགས་སྐྱབ་པའི་སྐྱད་ཡིག་གངས་མང་ཞིག །
ནམ་མཁའི་སྐྱོང་དུ་སྐྱེས་པའི་རྗེས་ལ་སྐྱོས།།

འོན་ཀྱང་དུས་ངན་རྒྱུད་འཇུག་ཆེན་པོའི་ཁྲིད།།
ཁྲིད་ལ་བསྐྱབས་པའི་བསྟོད་ཆོག་སྐྱོག་མཁན་ཚོ།།
རང་ཉིད་འདུག་ས་བརྟན་པོ་མེད་དང་གཅིག །
འག་རྒྱུད་རིས་མེད་ལྷན་ལྷགས་ཆེ་བས་ན།།

བཅན་པོའི་སྤྱིང་སྤྱོད་སྐྱོ་ཡིས་བྲངས་པ་དང་།།
མེས་པོའི་རྣམ་ཤེས་ཁྲི་འབྱམ་འཁོར་ཉེན་ཏེ།།
དབྱངས་གསལ་སོ་བཞིའི་ད་ལྟའི་གནས་བབ་དེ།།
སྐྱབས་ཀྱས་ཟེན་པའི་ཉ་མོའི་ཆེ་སྲོག་བཞིན།།

ཁྲིད་ལ་བསྟོད་པའི་དབྱངས་རྩ་རྒྱུད་པའི་སྐྱབས།།
ཆེ་སྲོག་གཡང་ཁར་ཟག་པའི་ཉེན་ཁ་འདི།།
སྐྱོག་མེད་སྐྱོན་ལས་ཤིག་གིས་བཟོས་པ་འམ།།
གཡོ་ཅན་བསམ་ངན་ཞིག་གི་འདུ་འབོད་ཡིན།།

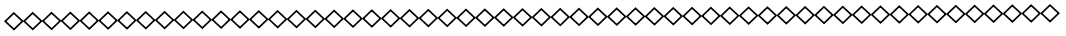
མེས་པོས་ཁྲག་གིས་བསྐྱབ་པའི་དབྱངས་གསལ་གཟུལ།།
ཚོས་སྐྱབ་བོད་མིའི་སྤྱིང་ལོར་དམ་བ་སྟེ།།
འཇམ་སྲིང་མཐོ་སྐྱད་གངས་སྒྲོངས་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི།།
མེད་ཐབས་མེད་པའི་མཚོན་བྱེད་འོ་མ་ཡིན།།

འདི་ན་ཁོ་སོའི་དབྱུང་ཞིབ་རིང་མོའི་ཁོང་།།

སྤྱི་དང་ནང་གི་བཅོན་ཚོལ་ལྷ་མོའི་འོག་།

རང་གི་སྤོང་ཚོར་འབྲེར་བའི་རྒྱ་རན་ཞིག་།

ཚུར་ཚུར་བྱུ་ཚོའི་འབྲིས་སུ་ཡོང་བཞིན་འདུག་།



ཚོམ་སྤྱིག་པའི་གསལ་བཤད།

ནགས་ལྷ་ཚོམ་སྤྱིག་ཁང་གིས་གོ་སྤྱིག་བྱས་པའི་སྤྱོད་ཚོམ་འགྲན་བསྐྱར་སྐབས་ཀྱི་ཨང་དང་པོ། གཉིས་པ། གསུམ་པ་བཅས་ཀྱི་ཚོམ་ཡིག་རྣམས་ནགས་ལྷའི་སྤྱོད་མེ་འདོན་ཐེངས་ལྷ་པ་འདིའི་ཐོག་མར་བཞོན་ཡོད། དེ་མིན་གྱི་ཚོམ་ཡིག་རྣམས་ནགས་ལྷ་གནའ་དེར་ཐུང་གི་རིག་གཞུང་དང་མཛོད་ཀྱི་ནང་དུ་འཇུག་རྒྱུ་ཡིན། ཨང་གཉིས་པ་གཉིས་ཡོད་ཀྱང་འདྲིར་བཞོན་པའི་རིམ་པ་ནི་སྤྱི་མཚུངས་གྲལ་རིམ་གྱི་ཨང་གཞིར་བརྒྱུད་བྱས་ཡོད། སྤྱོད་ཚོམ་འགྲན་བསྐྱར་ཆེ་མོའི་བརྒྱ་ཆ་སྤོང་མཁན་ནི་བོད་རིག་པའི་མཁན་དབང་གནས་ལྷ་རིག་པའི་སྤོང་དཔོན་ཆེན་སོ་ཨ་ཅན་ལྷ་ག་སངས་རྒྱལ་བསྐྱེད་དཔ། ལོ་རྒྱུས་སྤོང་མཁས་དབང་དང་ཚོམ་པ་སོ་ཆབ་མདོ་ཤེས་རབ། ལྷ་མཚོ་སྤོང་གི་སྤོང་དཔོན་དང་སྤྱོད་འག་པ་དག་གི་སེམས་ལེ་རི་འདིགས་མེད་དབང་རྒྱལ་ལགས་བཅས་ཡིན། དེ་ཡང་ཚོམ་པ་སོ་རྣམས་ཀྱིས་ཚོམ་ཡིག་རྣམས་ཚོམ་སྤྱིག་པ་ནགས་ལྷའི་སྤོང་སྐལ་རྒྱན་དང་ནགས་ཉ་ཉ་སྐལ་བཟང་གཉིས་ཀྱི་ཕྱག་ཏུ་སྤུལ། དེ་ནས་ཚོམ་ཡིག་ཨ་མ་དེར་ཉར་ནས་ཚོམ་ཡིག་རྣམས་ཀྱི་འབྲེན་བཤུས་མིང་དང་ཁ་བྱང་གང་ཡང་མེད་པ་ཚོམ་ཡིག་སོ་སོར་གྲལ་རིམ་གྱི་ཨང་གངས་བསྤྱིགས་ནས་ཚོམ་སྤྱིག་འགྲན་འདོན་འདྲེ་སྐལ་བཟང་ལ་བཏང་ཡོད། འདྲེ་སྐལ་བཟང་ནས་གོང་ཁྲུས་མཁས་དབང་རྣམས་ལ་སོ་སོར་སྤུལ་ནས་མཁས་དབང་རྣམ་པས་བརྒྱ་ཆ་རི་ཐོབ་ཀྱི་ཨང་གངས་གནང་རིམ་བཞིན་ཚོམ་སྤྱིག་ཁང་གིས་ལས་འཆར་སྐྱེད་སྤྱིགས་སུ་སྤུལ། མཐར་མཁས་དབང་གསུམ་གྱིས་གནང་བའི་བརྒྱ་ཆ་སྤོང་མཁས་དབང་སྤུལ་བཞོས་བཅས་རྒྱན་སྤུལ་སྤོང་གྲས་ནས་གྲལ་རིམ་ཨང་གངས་སོ་སོར་ལ་གཏན་འབེབ་བྱས། དེ་ནས་ཚོམ་པ་སོ་སོའི་མིང་དང་མཉམ་དུ་བསྤྱིགས་ནས་ཨང་རིམ་རི་ཐོབ་གཏན་འབེབ་བྱས་པ་སོགས་ལས་རིམ་ཚང་མ་རིག་གནས་ཀྱི་འགྲན་བསྐྱར་སྤྱི་ཡི་ཡང་དག་པའི་ལས་སྤུལ་གཞིར་བརྒྱུད་བྱས་ཡོད། ཚོམ་ཡིག་འགྲན་བསྐྱར་སྐབས་ཀྱི་ཚོམ་པ་སོ་རྣམས་ཚོམ་རྩལ་གྱི་ཚད་གཞི་མཐོན་པོར་བསྐྱེད་པ་ཨང་ཐོབ་བརྒྱ་ཆའི་ཐོག་ནས་གསལ་བ་བཞིན་གནས་རིམ་དང་པོར་ཚད་འདོན་དུ་གོང་ཁྲུས་མཁས་དབང་རྣམ་པའི་མཚན་ཉག་དང་ནགས་ལྷ་ཚོམ་སྤྱིག་ཁང་གི་ལས་ཐམ་བཅས་འཁོད་པའི་ཕྱག་ཁྲེར་ཞིག་འདུལ་རྒྱུ་ཡིན། གོང་ཁྲུས་ཀྱི་མཁས་དབང་རྣམས་ནི་དེད་གི་དུས་སུ་གྲགས་ཅན་གྱི་བོད་རིག་པའི་མཁས་དབང་ཡིན་པར་བརྟེན་ཁོང་རྣམས་ཀྱི་མཚན་ཉག་འཁོད་ཡོད་པས་ཕྱག་ཁྲེར་འདི་ཉིད་ལ་རིན་ཐང་ཆེན་སོ་ཁྲུ་བཞིན་ཡོད། ཨང་རིམ་ཅེར་སོན་གྱི་ཚོམ་པ་སོ་རྣམས་ལ་ཆེ་མཐོང་གི་ཚུལ་དུ་ཁོང་རྣམས་ཀྱི་སྤོང་དུས་དེབ་ཀྱི་ནང་དུ་བཞོན་ཡོད།།

བྱ་སེམས་དང་མི་ལམ་གསར་བ།

ཀུན་ལྷན།

ཁ་བའི་འདབ་མ་བཅེགས་པའི་ལྷ་ས་འདབས་ཀྱི་ཁ་ན།
གང་རེག་རྒྱས་གསེང་རྒྱག་པའི་ཁོག་འདར་དེ་ཤོར་གྱིན།
འབྲི་མོ་དྲུང་ཚུང་དཀར་མེའི་མིག་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས།
གོམ་སྐབས་རི་ལ་བསྐྱར་བའི་བྱ་སེམས་ལྡན་ཁྱེད་བདེ་ལམ།

ཞག་མ་སུམ་བརྒྱ་དྲུག་ཅུའི་འཁོར་འཁྲོས་དང་སྣན་དུ།
དཀར་ཆེགས་རྩལ་ཚུའི་གཙང་རྒྱད་རིང་མོ་དང་ཆས་ཉེ།
ལག་རྒྱང་སེར་ཁ་གས་ནས་ཁྲག་རྒྱག་རེ་འཛགས་ཀྱང་།
ཚོལ་མེད་སེམས་ཀྱི་ཅང་ཤེས་སྣོད་པ་རང་མི་འདུག །

བསམ་གཞིག་གཉེར་རིས་ཁྲི་ཤོར་རྒྱབས་སྤང་བཞིན་འཕྲོས་ཉེ།
བྱ་བ་མཐའི་རྟ་བདུན་དབང་པོའི་ལས་དབང་དང་འཕྲོགས་ཉེ།
ལྷ་ས་སྤང་ས་ལ་འགྲེལ་བའི་ཉེན་མཚམས་ལ་བསྐྱབས་ཀྱང་།
བཅེ་བའི་སྤྱིང་སྣོད་ལས་འཛིགས་མེད་རྗེ་རིང་བཞིན་འགྱུར་སོ།

བཅུ་དྲུག་ལང་ཚོ་སྤྲིན་པའི་གཞོན་རབས་ཀྱི་དུས་སྐབས།
བདེ་བའི་ཕྱོགས་སུ་མ་བསྐྱེགས་པའི་དོན་ལ་འཁྲེང་བས།
གནག་སྐྱུ་སྐྱ་ལོ་ཁ་བའི་འོད་མདངས་བཞིན་གྱུར་ནས།
གཅེས་པའི་མི་ལྷན་རིན་ཆེན་རྗེགས་ཉེ་ལ་ལྷན་ལོད།

འིན་ལན་བསམ་ཤེས་མེད་པའི་རྒྱས་མེད་གྱི་བྱ་རྒྱུར།།
པ་མར་ཞབས་ཞུ་སྐྱབ་པའི་སྐྱོབས་སེམས་ཤིག་མ་སྐྱེས།།
དེ་ལས་སྐྱོག་པའི་བསྐྱབ་བྱ་ན་རྒྱབ་ཏུ་གཡུགས་མཐར།།
རང་མགོ་རང་གིས་ཐོན་དུས་གཞན་ཡུལ་དུ་ཆས་ཐམ།།

མི་ཡུལ་སྐྱོག་གྱུར་འཚོ་བའི་དཀའ་གདུང་གི་དངན་པ།།
འབྱིན་རླབ་ཤུགས་གྱིས་འཕེན་ཞོར་ལུན་སྐྱ་རེ་ཤོར་ཆོ།།
རེ་བའི་སུགས་བསམ་གཞན་གྱི་ལག་མཐེལ་དུ་ཟད་དུས།།
འཕེན་བྱེད་ལམ་དུ་འཆར་བ་དབྱ་དཀར་གྱི་མ་ཁྲིད།།

རི་ཚོགས་སྟོང་སྐྱབ་བཞུགས་ནས་རྒྱང་ཐག་དེ་རིང་རྒྱུ།།
མིག་མཐའ་ཚུ་ཞག་ཁེངས་ཏེ་དུ་རྒྱང་རེ་འཕེན་ཡང་།།
བྲག་སྐྱིབས་ཨ་ཅེ་ལྷ་མོའི་དབྱངས་སྟུན་དེ་མ་གཏོགས།།
བདག་སྐྱོགས་ལན་བད་སྐྱོད་མཁན་མི་བྱ་ཞིག་མི་འདུག།

ཨ་མའི་སྐྱ་འདབ་དཀར་པོ་ཁ་བ་དང་མཚུངས་པའི།།
སྐྱ་ཉག་རེ་རེར་ལྷགས་རྒྱང་དལ་དལ་གྱིས་གཡུག་པ།།
འཆར་སྐྱང་སེམས་གྱི་ན་རྒྱག་སྐྱོག་སྐྱོག་ཏུ་འཕྱོས་ནས།།
མིག་ཀོང་ཚུ་ཐིགས་ཤག་སྐྱ་སྐྱ་འཛིན་ནས་གཟན་ཐམ།།

ས་སྟོད་མཚམས་སྐྱིན་དམར་པོའི་མདངས་བཟང་གི་ཁ་ན།།
ཞོགས་པའི་ཉི་གཞོན་གསར་བ་མགོན་ཚུལ་ངང་བསྐྱ་དུས།།
གདུང་དབྱངས་མལ་དུ་བྱེད་པའི་ཁེར་རྒྱང་གི་མི་བྱ།།
མཚན་གཞུང་རྒྱ་འོགས་ཤིག་ནས་ཡིད་སེམས་དེ་ན་ཐམ།།

བླ་བུ་ལོད་ཚད་དྲུང་ས་གཙང་ཤོག་དཀར་དུ་བཀོད་དེ།
ཚངས་སྤུལ་སྣ་མོའི་རྒྱུད་མང་ལག་གཡས་སུ་བཟུང་ནས།
མཚི་མའི་རྒྱབ་ས་མེད་འགམ་དོགས་ལྷམ་ལྷམ་དུ་བཟུང་ཉེ།
བླ་བུ་ལོད་ལྷུང་ས་ལུ་ཁའི་སྒྲིབ་དཀར་ལ་གཏད་དོ།

པ་མཐའ་མི་མངོན་རྒྱུས་མེད་འཕྲང་ལམ་གྱི་དོགས་ནས།
འགྲོད་གཏུང་བྲག་པོས་སྤྱིང་རྒྱུང་སེར་ག་དེ་གས་རུང་།
སེམས་ཁོང་ལུན་ནག་སྤྱུག་པོའི་ཡོལ་བ་ཡིས་བསྐྱེབས་ཀྱང་།
གནས་སའི་བར་ན་འགྲངས་བའི་སྣོང་བསམ་ལས་མི་འདུག །

ལྷ་ཚོད་ཐག་སྐྱ་མཉམ་དུ་ཉལ་འགོ་བཞིན་འགོགས་ནས།
ཟང་ཟིང་བགང་བྱ་གངས་མེད་པར་པར་དུ་འདས་དུས།
ཡིད་སེམས་གཟུགས་མེད་མདའ་མོ་མ་མ་ལ་གཏད་ཀྱིན།
འགྲུང་མེད་དམ་ཚིག་གཙང་མ་རྩོ་ཐོག་ཏུ་བཀོད་ཡོད།

ད་ནས་མ་མ་རྒྱས་མོའི་གདམས་ངག་དེ་བསམ་བཞིན།
སེམས་བའི་ཞིང་སར་ཤེས་རིག་ས་ཐོན་ཞིག་འདེབས་སྤྲད།
མདུན་བསྐྱོད་གོམ་ཁ་ཤེས་བྱའི་ཐང་ཆེན་ལ་བསྐྱེགས་རྒྱུ།
འགྲུང་མེད་རྩོ་རྩེའི་རི་མོ་སེམས་ཁོང་དུ་བཀོད་ཡོད།

འཆར་སྒྲོ་ཞིག

ནགས་གཡམག

བདག་མེད་ཀྱི་ཡི་བརྒྱལ་ཞུགས་ལུས་ཀྱིས་བརྩུང་།།
དེས་མེད་རྒྱུད་གི་རྒྱུ་རྗེས་སེམས་ཀྱིས་བཅའ་།།
དོན་མེད་མི་ལུས་ཟད་པའི་སྒྲོག་བརྒྱན་ཞིག །
ནམ་ཡང་རྫོགས་མེད་འགོ་བོ་དེ་ནས་བརྒྱུམས།།

ཡ་མོད་རྒྱུད་ལ་སྒྲུབ་པའི་སྐྱབས་འདུག་ལ།།
ཁ་འཇམ་དར་གི་ལྷག་མ་སྒྲོང་བ་དེ།།
རྒྱག་ཏུ་སྒྲེར་བའི་ཆེན་པོ་མཐོན་པོ་རྣམས།།
སྤྱིང་ནད་དུག་གིས་སེལ་བའི་བྱེད་མཁན་ཞིག །

སྤྱིན་ཚོགས་ཤར་བུ་བུ་སྤེལ་པའི་བར་གསེང་ན།།
རྒྱ་བ་ཁེར་འགྲོའི་སྤང་བརྒྱན་སྒྲོ་བོ་དེ།།
མི་ཡུལ་སྤེ་མཐའ་ཉུལ་བའི་འབྲུམ་པོ་ལ།།
གནས་སྤངས་བདེན་པའི་དཔེ་རྒྱ་མེད་ཅིག །

རྣམ་ཤེས་ཚོགས་སའི་ས་སྤྱང་རི་སྤྱང་དེར།།
དམུལ་ཁམས་བཅོ་བརྒྱད་མི་ཚད་བརྒྱ་དགུ་ཆར།།
དེ་བ་རྒྱག་སའི་རུ་ཚོགས་རྒྱུང་རྒྱུང་དེ།།
ཤོག་སྤེལ་སྒྲོ་ཁ་ཞིག་གིས་སྤྱོགས་བརྒྱུར་གཏོར།།

གཞན་དོ་ལྷ་ལྷར་གསོ་བའི་འཚོ་བ་ཞིག །
སྤང་བ་སྤྱོག་པས་བརྗེས་ནས་བསྐྱལ་བ་དེ།།
ལས་དབང་འབྲུག་ལ་འབྱུང་བའི་སེམས་བ་ལ།།
ནམ་ཡང་སྒྲོད་དུ་མེད་པ་བཞུགས་སྤྱིག་འདྲ།།

ད་ནི་མདུན་གྱི་མེ་ལོང་ལ་ཤར་བ།།
བགས་བ་སྤེལ་བཅིག་བརྒྱབ་པའི་རིམ་བ་དང་།།
ནད་གི་མེ་ལོང་ལ་ཡང་གསལ་བ་ནི།།
སྒྲོན་འདུན་ཤི་བའི་སྒྲོམ་རོ་ཆེན་པོ་ཅམ།།

༢༠༡༣/༡༢/༡༡ ཉིན།

གངས་ཚུ་དྲངས་མ་ལ་བསྟོན་པ།

ཁ་བ་རི་བ།

གངས་དཀར་སྐྱེན་པོའི་དབལ་ལས་བཟུང་བ་ཡི། །
སྐྱེད་སྐྱེད་སྒྲོག་པའི་གངས་ཆབ་ཟེགས་མ་འདི། །
དྲངས་ཀྱང་དྲངས་ལ་གཞན་ཡང་ལང་ཚོའི་དབལ། །
མཐོ་སྐང་འཛིན་པའི་ཁྲོན་འདྲིར་སྟོམ་ལག་རྒྱས། །

ཁྲོད་ཉིད་བསེལ་ཡང་སྟོ་མགིན་མི་གཞོད་པར། །
སྐྱག་པར་ལུས་ལ་བཞན་པའི་ཡོན་ཏན་བརྒྱད། །
ལྷན་ཚུལ་མཁས་མང་བསྐྱབས་བརྗོད་མེ་ཉོག་འཕྲེང། །
དགའ་གུས་སེམས་གྱིས་མགུལ་དུ་སྒྲོན་ལ་བྲེལ། །

དགུན་གསུམ་གང་བའི་རེག་བྱ་ངར་མ་ཡིས། །
སྲ་མཁྲིགས་ཤེལ་དཀར་སྐྱབས་སུ་ཉེར་བྲངས་ཀྱང། །
ལང་ཚོའི་དབལ་ཡོན་གང་བས་མ་བཙོམ་པར། །
སྐར་ཡང་སྐྱེ་འགྲོ་ཡོངས་ཀྱི་དབལ་དུ་ཤར། །

རབ་དཀར་གངས་རིའི་དབལ་ལས་འཁྱུངས་པ་ཡི། །
རབ་དོག་གྲོག་རོང་མང་པོའི་འཕྲང་བཀླལ་ཉེ། །
རབ་མང་འགྲོ་བའི་སྐྱོམ་པ་སེལ་བཞེན་དུ། །
རབ་ཡངས་ཞི་བསེལ་རྒྱ་མཚོར་འབབས་ལ་བསྐྱབས། །

རྟོག་བཏགས་ཀྱི་འཛིག་རྟོན།

དུང་མཚོ།

ལུན་ནག་སྒྲོན་མེ་འོད་སྒྲོང་ཅན།།
རྟོག་བཏགས་འཛིག་རྟོན་གནས་ལ་བཞེད།།
སུ་ཡིས་འགྲན་བར་མི་རུས་བའི།།
མི་ཡུལ་མོ་ཉ་བྱམས་བཅེ་ཅན།།

ཁ་ཆར་བྱ་ཡུག་འཕྲུབ་བའི་གནས།།
མི་ཡུལ་རྟོག་བཏགས་བཅོན་ར་ན།།
ཡང་དག་ལས་ལ་འབད་མཁན་ཉུང་།།
ཤེས་ལྡན་ཁ་ལོ་བསྐྱར་རྒྱ་དགའ།།

ཡ་ཚུང་གྱིས་བའི་འགྲོ་སྤོང་དེ།།
ཉིན་རེ་རེ་སྤྱག་འགྲོ་བར་བརྟེན།།
ཤེད་བུའི་བུ་ལ་ན་ཚ་མང་།།
མགོན་པོ་བྲིད་ཀྱིས་གཟིགས་བར་སྒྲོན།།

དེང་གི་རྟོག་བཏགས་འཛིག་རྟོན་ན།།
བསམ་གཞིག་དམར་པོའི་སྤང་ཚུལ་ཞིག །
ཕྱི་ཚུལ་ཅམ་ལ་སྒྲོན་ཐོན་མངོས།།
རྒྱ་མའི་རང་བཞིན་སུ་ཡིས་ཤེས།།

ཤེས་ལྡན་མི་ལ་རྣམ་དཔྱོད་མེད།།
ལུས་ལ་རྐང་ལག་ལྡན་ན་ཡང་།།
རྟོག་ཏུ་ལམ་ལོར་ཁོ་བར་བསྐྱོད།།
ད་དུང་ལྷ་ཚུགས་མཐའ་སྐྱེལ་ཡོད།།

དུས་རབས་ཤིག་གི་སྤྱོད་མཚམས་ནས།།
ང་རེ་འཛིན་བའི་ཤེད་བུའི་བུས།།
རྟོག་བཏགས་འཛིག་རྟོན་འཕེལ་རྒྱས་བསྐྱབ།།
རང་ཉིད་ཆགས་སྤང་ང་རྒྱལ་སྤེལ།།

མ་རུའི་བུ་ལ་བྲེད་རྒྱ་མང་།།
ལམ་སྒྲོན་སྒྲོན་མེ་ཡོད་ན་ཡང་།།
ལུན་ནག་ཁོད་དུ་ལག་སྒྲོབ་བྲེད།།
མི་འཛོན་འཛོན་མདོག་སྒྲོབས་བ་ཆེ།།

ལུན་ནག་སྐྱེ་མའི་སྒྲོན་ཐོན་ཁོད།།
ང་དང་བྲིད་ཅེས་སྤྱག་བདག་མང་།།
དེ་དག་སྒྲོབས་བ་ང་རྒྱལ་ཅམ།།
རྟོག་འཛིན་འཛིན་རྒྱ་མི་ཤེས་སོ།།

སྒྲོན་ཉགས་ཀྱིས་པ་ལྷུ་ཞིག་གིས།།
ཉག་ཏུ་གཞན་འོག་བྲན་གཡོག་འཚོ།།
ཡ་ང་སྒྲིང་རྗེ་མེད་པའི་མིས།།
བཅོན་དབང་མཁར་གཅོད་ཁོ་ནས་འདས།།

རྒྱུང་ནང་མར་མའི་ངོ་བོ་ཅན།།
རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་དཀར་ནག་ལས།།
འཇིགས་རུང་གཤིན་རྗེའི་ཕོ་ཉའི་མདུན།།
མི་འདོད་བཞིན་དུ་འགྲོ་ངེས་སྒྲུམ།།

ཨ་མའི་བུ་སྐྱུག་ལང་ཚོ་རྒྱས།།
རང་གི་པ་མ་སྐྱ་མ་ལགས།།
མི་འདོད་རྒྱབ་གཏོད་བྱེད་བཞིན་ལ།།
ཚིག་སྒྲུབ་ལས་དབང་ཁ་ལ་འབྲེང།།

ཕྱི་ལུལ་བྲལ་བའི་འཚི་ཁ་ལ།།
མི་འགྲོད་སྐྱུག་ཏུ་མི་སྐྱུང་ཆེད།།
དམ་ཚིག་བསྐྱུང་བར་བྱིན་གྱིས་རྒྱོབས།།
དལ་འབྱོར་སྒྲིང་པོ་ཉོགས་པར་སྒྲོན།།

རང་ཉིད་བདེན་པ་འཚི་བ་འཇིན།།
ལ་ཞེན་ཆེ་བའི་བྱམས་སྐྱན་ཚོས།།
བཅེ་བའི་དབང་གིས་ཉག་ཏུ་ལ།།
མ་བཟོད་རྒྱན་ཆ་ལམ་སྒྲོན་མཛད།།

ངེས་མེད་འབྲུམ་པོ་མི་ལམ་འབྲུལ།།
ཚོ་མེད་གང་འདོད་སྐྱུག་ཅེ་འབྲད།།
དུངས་གཅོད་ཤོག་དཀར་སྒྲིང་དུ་ལ།།
མ་བཅོས་སེམས་ཀྱི་སྒྲིང་གཏམ་བཤོད།།

གོ་ལོག་གི་རྒྱབ་སྒྲོངས།

བྱང་ཐང་འགྲོང་བྱ།

དང་པོ་ལྷར་སྐྱང་རིགས་པའི་རྟ་པོ་ལ་བཞོན་ནས།།
བར་དུ་གཡོ་སྐྱུའི་འགྲོས་ཀྱིས་ཁམས་གསུམ་དུ་བསྐྱོར་ཞིང་། །
ཐ་མ་ཡང་དག་དོན་ལ་བང་ཅལ་དུ་འགྲན་པའི།།
སྐྱེ་དགུའི་སེམས་ཅན་བསྐྱུ་བའི་གོ་ལོག་དེ་བཟོད་འདོད།།

སྒྲོན་པོ་ལྷན་སྐྱོད་པས་བདེན་བཞི་ལ་སྐྱོད་སེལ་གྱིང་།།
དགེ་སྤྲིན་རིས་སྤྲུ་གཅོད་ལ་སྤྲོགས་ལྷུང་གིས་བསྐྱོད་ནས།།
ཐར་བའི་ལམ་ལ་འཇུག་པའི་གོ་སྐབས་དེ་འཕྲོག་པའི།།
གོ་བ་ལོག་སྐྱབ་འདི་ལིས་ལམ་ངན་ཏུ་འཇུག་འགྲོ།།

བཏྲག་དབྱེད་གོ་ཏུ་སྤྲོག་པས་ལེགས་ཉེས་དེ་མ་ཤེས།།
བདེན་ལྷན་རིས་སྤྲུ་གཅོད་ལ་ཆགས་སྤང་གིས་བསྐྱོད་ནས།།
སྤྲ་རགས་སོ་སོར་འབྲེད་པའི་རྣམ་དཔྱོད་དེ་བཅོམ་པས།།
གོ་བ་ལོག་སྐྱབ་འདི་ནི་ལོག་སྤྲུ་ཡི་དབྱེད་ཚོགས།།

ལས་འབྲས་གོ་ཏུ་ལོག་ཅིང་ཉེས་སྦྱོན་དེ་བསྐྱུངས་ཤིང་།།
ཡག་སྤྲུག་སོ་སོར་འབྲེད་ལ་སྤྲོགས་ལྷུང་གིས་བསྐྱོད་ནས།།
བཟང་པོའི་ལས་ལ་འཇུག་པའི་གོ་སྐབས་དེ་བཅོམ་པའི།།
གོ་བ་ལོག་སྐྱབ་འདི་ནི་གཡོ་སྤྲུ་ཡི་བང་མཛོད།།

བཟང་ངན་གོ་ཏུ་ལོག་པས་བཟང་ལན་དེ་མི་བསམ།།
བཅེ་བའི་ས་མ་ཡིན་ཀྱང་སྤང་མིག་ཏུ་ལྷ་ཞིང་།།
འིན་གཟེའི་ལས་ལ་འཇུག་པའི་བསམ་པ་དེ་སྤོང་བའི།།
གོ་བ་ལོག་སྐྱབ་འདི་ལ་སྤོ་གཏད་དེ་མ་བཅོམ།།

མཐོ་དམན་གོ་ཏུ་ལོག་པས་དཔོན་གཡོག་བར་དགྲུགས་ཤིང་།།
མན་ཚུན་རྣམ་ཉོག་ངན་ས་རྒྱང་དམར་བཞིན་འཇུག་ནས།།
འཆམ་མཐུན་གསེར་ཐམ་གཏོར་ལ་སྤྲུ་གྱི་དང་མཚུངས་པའི།།
གོ་བ་ལོག་སྐྱབ་འདི་ནི་རྒྱད་པ་ཡི་སྤོ་ཚེན།།

ནགས་ལྷའི་སྒྲོན་མེ།

གསར་རྗེས་གོ་རུ་ལོག་པས་ཀླན་གཞོན་བར་དུ་གསལ་གྱིང་།།
སྲ་སྤྱིའི་འཁོན་འགས་ངན་པ་སློག་དམར་བཞིན་འཇུགས་ནས།།
མཛེལ་གཏུགས་བྲག་དཀར་གཏོར་ལ་གནས་ལུགས་དང་མཚུངས་པའི།།
གོ་བ་ལོག་སྐྱབ་འདི་ལ་ལྷ་དག་རེར་གནང་རོགས།།

ནམ་དཔྱོད་ཀྱི་ཅལ་རྫོགས་པའི་ཐོས་རྒྱ་ཅན་ཞིག་མ་ཡིན་ཡང་། སྤྱིད་སྐྱུག་མང་པོའི་ལོ་རྒྱའི་ཁོད་དུ་
མི་བས་ཡུན་རིང་བཟས་པའི་ཚེ། མཐོང་ཐོས་ཅུང་ཟད་ཡོད་པ་དེ་ལ་སྤྱི་མིག་ཅིག་བལྟས་ནས་གྲིས་
པ་ཡིན།།

རྫོ་ལ་རི་མོ་གྲིས་ཡོད།

ནགས་ཤོད་ཅོང་བཟ། རོར་གླིང་མཐོ་སློབ།

འཛིན་མ་སྤྱིང་ཤོར་མཐའ་ནས་རྗེས་ནི་འཕྲོ།།
ས་འཛིན་རྒྱས་པོའི་མགོ་ནས་ཚར་ལྷ་གྲོས།།
མཐེང་མདོག་སྤང་གི་བ་སྐྱུ་འཇུང་བཞིན་ཡལ།།
རྒྱ་རྫོང་ནགས་ཀྱི་ལྷོ་བ་ནས་བདག་པོ་བསད།།
དལ་བ་རིང་མོའི་ནང་དུ་སྤྱིགས་རོ་གཡུགས།།
སྲ་དབྱངས་མཛེངས་མའི་ཨ་མ་ཁོག་སྤོང་བྱས།།
བྱུ་འཛིན་འཛིག་ལྡན་གནས་ནས་པ་ལམ་ཤི།།
བཅད་པོ་གདོང་དམར་ཚང་ལ་ཆག་སློའི་ལྷུང་།།
དམྱུལ་ཡུལ་འགུན་བར་ལུས་པའི་དུར་ས་ན།།
རྫོ་ལ་རི་མོ་བཀོད་པའི་རྒྱ་གྲོགས་ལགས།།

ཉིན་མོ་མེ་ཤེལ་དོགས་ནས་སྤྲིང་བྱེད་བྲན།།
བྲན་བྲན་དུང་དུང་དུས་དྲུག་ཉག་ཏུ་བྲན།།
ཐུན་གསུམ་བཟ་གི་སྲོ་བ་མང་ནས་ཡལ།།
ཁ་ཚར་བུ་ཡུག་ཁྲོད་གི་དགའ་མ་བྲན།།
དཀར་ནག་སྐྱགས་གི་རྗེས་གི་སེམས་སོང་བྲན།།
གདོད་བ་མིག་ཚུས་བཟུས་བ་གངས་མེད་ཡིན།།
སྤྲིང་སྐྱག་བྲལ་ནས་དུས་ཡུན་རིང་ན་ཡང་།།
ཐོག་མ་འདྲིགས་སྐྱག་ངང་གི་སྦྱོར་བ་དང་།།
བར་དུ་བདེ་ལྡན་ལྷས་མཐའི་སྦྱོར་བ་གཉིས།།
མཐའ་མ་བྲལ་གདུང་སྐྱེལ་མའི་སྦྱོར་བ་སོགས།།
བྱ་ངའི་རུས་བའི་གསེང་དུ་ཁོལ་གྱིན་གདམ།།
གཉན་གྲོགས་མེད་བའི་འཕགས་ཡུལ་ཚ་ལུང་ནས། །
སྤྲིང་སྐྱག་སྤྲིང་སྤྲིང་མཚུ་ཉོ་བེགས་རལ་ཕྱིན། །
སྤྲིང་སྐྱག་བྲན་བྲན་སྤྲིང་ནས་སྤྲིང་བ་འབྱུང། །
ད་ནི་བདག་གིས་བཟོད་བར་མི་འདུག་ལེ། །
སྐྱེག་ཉམས་སྤྲིང་ལྡན་མཛངས་མ་མ་ཡིན་ཀྱང་། །
མཚན་མ་མཐོན་ལམ་རྒྱང་བཟེད་ག་ལ་ཡིན། །
གནས་ལུའ་རྟོའ་བའི་ཤེར་ཕྱིན་མ་ཡིན་ཀྱང་། །
ཁམ་དང་གཡོ་སྐྱེའི་བསམ་སྦྱོར་ཅ་བ་སྐྱམ། །
འཁྲིག་ཅལ་ཤར་རུབ་བྱུང་མེད་མི་མཚུངས་ཀྱང་། །
གཉན་ནད་རེག་དུག་སྐྱེལ་བསུ་བྱེད་མཁན་མིན། །
ཁོག་གཤེས་མདའ་ལྷར་བྲང་བའི་འགྲོག་མོ་བྱེད། །

མི་གསལ་གཟུགས་ཤིག་རྟུ་མཉམ་དུ་ཡོད། །
འབྲུང་གཞི་ལྷགས་ཀྱིས་བཅིངས་བའི་བསོད་སྐྱམ་ངས། །
སྙིང་སྤྱད་འཇག་ཐོ་ཤོག་སྙིག་རྒྱལ་གྲངས། །
ཐོག་མ་མི་འབྲུང་དམ་བཅའི་བག་ཆགས་འཇག། །
བར་དུ་པ་རྒྱ་ཁོ་བའི་བཀའ་བཅའ་འཇག། །
མཐའ་མ་མིག་རྒྱལ་སྤྱིལ་བའི་བསྐྱབ་བྱ་འཇག། །
རྒྱ་ཤོགས་བྲལ་བའི་དུས་ལྷན་འདི་དག་རིང་། །
གཞིས་ཆགས་རྒྱས་མོ་ཞིག་གིས་དགའ་འདུག་ཟེར། །
རོ་མོ་མཛངས་མ་ཞིག་གིས་འདོད་སོང་ཟེར། །
དབྱུས་གཙང་ན་རྒྱང་ཞིག་གིས་ཟུར་མིག་འཕངས། །
ཁམས་བཟའ་ཨམ་བཟའ་གང་མང་དེ་བཞིན་ནོ། །
བདག་གི་འདོད་པ་ཡལ་བ་མ་ཡིན་ཀྱང་། །
ཁྱེད་ལས་གཞན་ཞིག་བདག་ལ་མི་དགོས་ནོར། །
སྙིང་ཁྱེད་བསྐྱོམས་ནས་ཆེ་མཁུག་རྫོགས་དགོས་ཀྱང་། །
འགྲོད་པ་མོ་ཤམ་བྱ་དང་རི་བོང་རྩ། །
རིག་རྒྱུ་མཐོང་རྒྱུ་མེད་པའི་ལྷ་སྤྱང་དང་། །
གོ་རྒྱུ་ཚོར་རྒྱུ་མེད་པའི་ཚོས་སྤྱོད་སོགས། །
དཔྱལ་བ་འདི་ནས་ཙང་བད་འཐེན་རོགས་ལྷ། །

སྐྱེ་བ་སྐྱེས་པའི་ལས་ཁྲལ།

ནགས་ལོད་བསྐྱབ་གསུམ་ལོར་བྲ།

ཟས་ཀྱི་གཡོ་སྐྱོར་བཟས་པའི་འབྲས་བུ་ལ།།
མི་གཙང་སྐྱུག་གཅིན་ཕྱང་པོ་འདོར་དགོས་པ།།
བྱེད་འདོད་ཡོད་མེད་གང་ལ་མི་སྣོས་པས།།
གསོན་འདོད་ཀུན་གྱི་ལས་ཁྲལ་དང་པོ་ཡིན།།

ཡུལ་ལ་དཔྱོད་པའི་རྣམ་རིག་ཀུན་བསྐྱུས་ཏེ།།
མི་ཆེའི་སྤྱད་ཀ་གཉི་སྐྱུག་སྐྱུན་དུ་བརྒྱུད།།
ཉལ་པའི་གཉིད་དང་འགྲོག་འདོད་མི་འདུག་ཀྱང་།།
བཙན་ཐབས་ལས་ཀྱིས་གཏན་གྱི་གྲོགས་སུ་བསྐྱོས།།

ལུས་འདི་མི་གཙང་རྣལ་ཁྲལ་རང་བཞིན་དུ།།
མིག་མཐོང་བདེན་པའི་རྟགས་ཀྱིས་ངོ་འཕྲོད་ཀྱང་།།
གཟུགས་ལ་བྱེད་དོར་དགོས་པའི་ཁྲལ་ལས་འདི།།
ང་ལ་མཚོན་ན་གཞན་གྱིས་གཉའ་གཞོན་ཡིན།།

དེ་ལྟར་ལས་ཁྲལ་ཁྲལ་ངོ་མ་ཟེན་པར།།
ཟས་ལ་སྤྱེད་ཞེན་དྲགས་པའི་བག་ཆགས་དེས།།
རྟག་ཏུ་ཤ་དང་མོག་མོག་དགའ་བ་འདི།།
ཤ་ཟན་སྐྱུག་དང་སྐྱུང་གིའི་རིགས་ཅན་དང་།།

ནགས་ལྷའི་སྒྲོན་མེ།

ཉིན་སྲུང་བར་དུ་གཉེན་ལ་ཡོལ་ན་ཡང་།།
ད་དུང་ཉལ་འདོད་འདོད་བ་མ་རྫོགས་པར།།
མལ་སར་འགྲེ་ལྗོག་སྲུང་བའི་སྐྱེ་བོ་འདི།།
རྩོ་ཡི་སྣ་ཅན་པག་གི་རིགས་ཅན་ཡིན།།

ལུས་ཀྱི་སྲུང་བོ་སྤྱི་ཡི་ཅ་དངོས་ཀྱི།།
སྤྱི་སྤྱི་བདར་བདར་སྤུས་ལ་དགའ་བ་འདི།།
གཙང་སྐྱ་ཟེར་ཡང་དོན་ལ་རྣམ་ཉོག་སྟེ།།
མངོས་མའི་བག་ཆགས་སད་བའི་རྟགས་སུ་སྣང་།།

ཆེ་ནི་ཡུན་སྲུང་བསྐྱབ་བྱའི་རྣམ་གྲངས་མང་།།
ལས་ཁྲལ་མང་ཞིང་ལེ་ལོ་རྣམ་གཡེང་རགས།།
སྒོ་བ་གཉེར་བྱས་བའི་སྐྱབ་ཡུས་ཆེན་ཡང་།།
ཉིན་མཚན་གཅིག་ནང་ཚུ་ཚོད་གཉིས་གསུམ་ཅུ་མ།།

འདི་སྐད་སྐྱ་བོས་དག་གི་སྐྱ་སྐྱལ་ལས།།
རང་སྤྱ་མཚན་འཛིན་ཀུན་ཉོག་ལྗིང་ཁང་དུ།།
ཆོགས་སུ་བཅད་བའི་སྐྱ་མའི་སྐྱ་གར་འདི།།
ཀུ་རེ་ཡིན་ནོ་སྐྱབས་ལ་མ་བཟུང་ཨང་།།

འཛིན་གྲོགས་འགའ་ཞིག་ལ་ཁ་མཚར་ཚུལ་དུ། ལྷི་ལོ་༢༠༢༣་༣་ལྷོ་༡༠ཆོས་༢༡ཉིན་རང་
འགག་ནས་འགར་མར་སྟེལ།།

དབག་བསམ་འབྲི་ཤིང་གི་ཡལ་འདབ་དང་པོ་གཉིས།

སྒྲོན་མེ།

ཡལ་འདབ་དང་པོ།

ས་གཞི་སྒྲོང་བ་རབ་གསལ་གྲགས་ལྡན་ལ། །
ཀུན་ཏུ་བཟོད་ཀྱིས་སྒྲང་པོ་རབ་བརྒྱལ་ནས། །
རྒྱལ་པོར་ཕུལ་ཡང་འདོད་བས་གཟེར་བ་ཡིས། །
མི་མེད་ནགས་སུ་ཤོར་ནས་རྒྱལ་པོ་འདྲིགས། །

མཁས་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ལྷགས་དགུ་ཚོན་པོ་ཡིས། །
དམུ་ཚོད་སེམས་ཀྱི་སྒྲང་པོ་མ་བརྒྱལ་ན། །
འདོད་བས་སྒྲོས་པའི་ལྷགས་ཀྱིས་ས་སྒྲོང་ཡང་། །
རིན་ཆེན་སྒོག་གི་ཕྱིར་དུ་ཡལ་གར་འཐམས། །

ཡལ་འདབ་གཉིས་པ།

འོངས་སྒྲོད་ཕུན་ཚོགས་ས་སྒྲོང་དབལ་གྱི་སྒྲེ། །
ཆོ་གར་ལྷོགས་ཀྱང་བྲང་སྒོང་བུ་ལ་སྒྲིན། །
བྲང་སྒོང་ཚུལ་ཁྲིམས་པོར་བའི་རོ་ཆ་ཡིས། །
བཅུན་མོ་སྐར་བཏང་སྒྲོ་དགའི་བདེ་བ་སྒྲིན། །

ས་སྐྱོང་གཏོང་པོད་ཆེ་བས་ལྷ་དབང་ཡང་། །
འགྲན་གྱིས་མ་བཟོད་སྤྲུག་དོག་དུག་ལྷ་ཡིས། །
བདེན་དང་རྩུབ་མ་རི་ཡིན་ཤེས་པའི་བྱིར། །
རྒྱལ་པོའི་སྐྱུ་ལ་སྒོ་བའི་སྐྱོར་བ་བཅུམས། །

སྒོན་གོམས་སད་པའི་སྒྲོབས་གྱིས་མི་དབང་མཚོག།
སྒོན་པོའི་ཚོགས་གྱིས་བཤོལ་འདེབས་ཅི་བྱས་ཀྱང་། །
སྤང་པོ་མི་རྟག་ངང་རྩུལ་ལ་གཟེགས་ནས། །
ལྷུ་པ་མེད་པའི་ངང་ནས་ཤངས་མེད་བཏང་། །

རྒྱ་བྱིན་ཡིད་དབང་འཕྲོགས་ནས་ས་སྐྱོང་སྐྱ། །
ལྷ་ཡི་བདུད་ཅིའི་རྣམ་པ་ཚར་པས་བས། །
རྒྱལ་པོའི་སྐྱུ་ལྷུས་སྤར་བཞིན་མདངས་ལྡན་ནས། །
གྲགས་པ་དཀར་པོས་འདིག་རྟེན་གསུམ་ན་ལྷུག། །

སྐྱ་ཡིས་བྱེད་དམ།

སེར་སྒོ་སྒོབ་བྲ་བ་འབབས་དོ།

གནས་ཐང་གི་ཉི་མ་སྒོ་ནས་བཞུད། །
དུང་མདོག་གི་རྩ་བ་སྒྲིན་གྱིས་བསྐྱེདས། །
ས་གཞི་ཡི་རོས་སུ་སྐྱུ་འཕྲིབ་འཕྲིབ། །
ལམ་སྒོན་གྱི་སྒྲོན་མེ་སྐྱ་ཡིས་བྱེད། །

རྩ་ཐང་གི་མེ་ཉོག་སད་གྱིས་བཅོམ། །
སྤོང་པོ་ཡི་ལོ་མ་རྒྱང་གིས་ལྷར། །
སྤང་སྐྱོངས་གྱི་རོས་སུ་སྐྱུ་ཐིང་ཐིང། །
དབྱར་དུས་གྱི་མཛེས་ཉམས་སུ་ཡིས་བྲ། །

དཀར་རྩམ་གྱི་གངས་རི་ཉི་མས་ལྷ།
གདོང་ལྷ་ཡི་སེང་གེ་ཤ་འབྲུས་བཀོངས།
གངས་དཀར་གྱི་ཕྱོགས་སུ་སྟོང་ལྷང་ལྷང་།
སྒྲོན་པོ་ཡི་རྩིག་ཉམས་སུ་ཡིས་ངོམ།

ཞིང་བ་ཡི་ཆར་ཚུ་སྤུ་ཡིས་བཀག།
ཤས་བ་ཡི་སྒྲོན་ཐོག་སེང་བས་གཏོང།
སོ་ནམ་བའི་སྒྲོན་ཐོག་སྐྱམ་སག་སག།
ཡུལ་བ་ཡི་ལོ་ཏོག་སུ་ཡིས་ལྷན།

ནགས་ལྷོངས་གྱི་ཤིང་ལོ་མི་ཡིས་བཅད།
གཉོམ་ཚུང་གི་ཤ་བ་སྐྱབ་གིས་བསད།
ནགས་གསེབ་གྱི་དབྲུས་སུ་དམར་ཟམ་ཟམ།
ནགས་ཚལ་གྱི་ལྷང་མདོག་སུ་ཡིས་གསོ།

སྒོ་མཐའ་ཡི་གངས་བྱ་ཆ་བས་གདུངས།
ཤུལ་ལུས་གྱི་མི་དམངས་རྒྱ་ཡིས་གཅོས།
ཕྱི་ནང་གི་བོད་མི་སྐྱོ་ལོང་ལོང་།
སྒྲོན་ལྷ་ཡི་མཉམ་འདྲེས་སུ་ཡིས་བསྐྱེ།

དེང་དུས་གྱི་བྱ་ལོས་ཨ་པ་བཞག།
དེང་རབས་གྱི་བྱ་ལོས་སྐྱེད་མ་བྱད།
པ་མ་ཡི་སེམས་ཁམས་སྐྱབ་ལྷོག་ལྷོག།
བྱམས་བཅེ་ཡི་པ་མ་སུ་ཡིས་སྐྱོང་།

སྤེལ་རྒྱུད་གྱི་སྤུ་རུ་རྒྱ་ཡིས་བསད།
གདོང་དམར་བའི་དཔའ་བོ་མེ་ཡིས་བསྐྱེ།
སྐང་བོད་བའི་གངས་སུལ་སྐྱོ་དུང་དུང་།
འདྲེས་བོད་བའི་རྒྱབ་སྐྱོར་སུ་ཡིས་བྱེད།

སྐྱ་ནག་བའི་འཚོ་བ་དུས་གྱིས་སྟོང་།
འབྲོག་པ་ཡིས་སྐྱོ་ཐོག་བཤམ་རྩར་པབ།
སྐྱ་ཁྱིམ་གྱི་གནས་ཤུལ་གང་ཤུལ་ཤུལ།
འབྲོག་ཁྱིམ་གྱི་གཞིས་གསར་སུ་ཡིས་བསྐྱབ།

ལུང་གསུམ་གྱི་སྤིང་ཁམས་འག་ནད་ཐོག།
གཤེར་གཟུལ་གྱི་ཁྱབ་དམར་རྩ་རྩམས་འཕྱར།
སྤིང་ལྷོངས་གྱི་ནད་འཇ་ཆ་ཤོར་ཤོར།
སྤིང་ནད་གྱི་སྐབ་བ་སུ་ཡིས་བྱེད།

མཉམ་དུ་མ་འདྲོམས་དགོས་པའི་མི་གཉིས།

སློབ་གྲྭ་བ་བསྟན་འཕེལ།

མཚོག་གསུམ་གཙུག་ཏུ་བཀྱར་བའི་བོད་པ་དང་།
སྐབས་གསུམ་བདུད་དུ་ལྟ་བའི་རྒྱ་མི་གཉིས།
དེ་གཉིས་རྒྱལ་ཁབ་གཅིག་ལ་མ་འདྲོམས་དགོས།
ནང་འབྲུགས་རྒྱུན་མི་ཚད་པ་ཐག་གིས་ཚོད།

སླེ་ལུའི་མྱད་པ་ལྷག་པའི་རྒྱ་རིགས་དང་།
སྤང་དཀར་ཅམ་པ་བ་བའི་བོད་པ་གཉིས།
དེ་གཉིས་ཐབ་ཚང་གཅིག་ལ་མ་འདྲོམས་དགོས།
བ་གྲ་མི་འགྲིག་འདྲིང་རྒྱ་ཐག་གིས་ཚོད།

ཤེས་མེད་ལྷག་བསམ་བླམ་བའི་དགེ་ཀན་དང་།
དོན་གཉེར་མེད་པའི་སློབ་མ་ལེ་ལོ་ཅན།
དེ་གཉིས་འདྲིན་ཁང་གཅིག་ལ་མ་འདྲོམས་དགོས།
མི་ཚེ་སྟོང་བད་གཏོང་རྒྱ་ཐག་གིས་ཚོད།

ཤེས་ཡོན་མེད་པའི་མྱད་རྟེན་ལྷུ་ཚོགས་དང་།
དངོས་ཡོད་བདེན་དོན་འཚོལ་བའི་ཤེས་ལྡན་གཉིས།
དེ་གཉིས་སྤྱི་ཚོགས་གཅིག་ལ་མ་འདྲོམས་དགོས།
སློབ་པའི་དཔུང་སྤྲིག་བྱེད་རྒྱ་ཐག་གིས་ཚོད།

དུལ་ལོར་དམ་ཚོས་འཆད་པའི་སྐལ་རླུང་དང་།།
ཡུགས་ས་ལུས་པའི་སྒྲིན་བདག་རྒྱ་མོ་གཉིས།།
དེ་གཉིས་ལྷ་སྐོབ་གཅིག་ཏུ་མ་འཛོམས་དགོས།།
ལས་འབྲས་བསམ་སློ་མི་འཁོར་ཐག་གིས་ཚོད།།

ཤེས་མེད་ང་རྒྱལ་ཆེ་བའི་སྲ་ཚོལ་དང་།།
རང་སྣང་ལུང་གྱིས་ཁེངས་པའི་བྱི་ཚོལ་གཉིས།།
དེ་གཉིས་ཚོད་རྒྱ་མཉམ་ཏུ་མ་འཛོམས་དགོས།།
དཔུང་བས་ཚོད་པ་ཚོད་རྒྱ་ཐག་གིས་ཚོད།།

དགོན་སར་སྤྲོད་འདོད་མེད་པའི་གྲ་འབྲམས་དང་།།
བཅུན་དགོན་ཞེན་པ་ལོག་པའི་བཅུན་མ་གཉིས།།
དེ་གཉིས་འགྲོན་ཁང་གཅིག་ལ་མ་འཛོམས་དགོས།།
རྩ་མས་རྩ་མར་བདབ་རྒྱ་ཐག་གིས་ཚོད།།

གོད་ཞོག་ལུས་མོར་ལུག་པའི་གྲ་རྒྱག་དང་།།
སྐུམ་གྱིས་བཙོས་པའི་བྲ་ལྷ་ཚོན་པོ་གཉིས།།
དེ་གཉིས་ཚོག་ཅེ་གཅིག་ལ་མ་འཛོམས་དགོས།།
བྲ་པོའི་སྒོག་ལ་མི་བསམ་ཐག་གིས་ཚོད།།

ལྷོ་ཁག་ཁམས་སྤོད་འབྲི་སྤྲོངས་སྐྱག་མོར་འཐོར།།
བྱི་ནང་རྒྱལ་ཁམས་མང་པོའི་དོན་ཤེས་བ།།
བདེན་པར་སྐྱེ་ལ་སྐྱེ་ཅེ་རབ་ཚོ་བ།།
བཤད་པར་མོད་པ་གངས་སྐྱག་བསྐྱན་འཕེལ་ཡིན།།

འཆར་སྣང་གི་སེམས་པ།

བསྐྱབ་གསུམ་བསྟན་སྒྲོན།

སྐར་ཚོགས་འཇའ་འོད་སྤུབ་འདྲའི་ཨ་མའི་བང་།།
དུ་འབོད་འབྱུང་འབྱོར་འོག་ནས་ལང་ཚོ་བཞད། །
ཞེས་མངར་བྱ་ཞོའི་བདུད་ཅི་སེམས་ཀྱིས་སྒྲོང་། །
བགང་བྱའི་འཁོར་ལོ་བྱ་རྒྱབས་འགྲོས་ཀྱིས་ཁྱེར།།

མཚན་མོ་སྤྱན་ནག་བཅེངས་པའི་ར་བའི་ནང་། །
ཞེ་སྣང་མེ་ལྟར་འབར་བའི་མགོ་ནག་ཅིག །
རལ་གྱི་མཁའ་ལ་བསྐྱེངས་ནས་མདུན་དུ་འཕྱོ།།
ང་ཡི་འཇིགས་སྣང་ནོར་འཇིན་འདི་དུ་ཁྱབ།།

དབྱར་ཁའི་བྱ་མོ་དར་ལ་བབ་པའི་དུས། །
རྐང་འཁྱུང་ལོ་འདབ་གཡུ་ལོས་རབ་དུ་བརྒྱན། །
མགྲིན་བཟང་ཁུ་བྱུག་སྒྲོ་མོ་དགའ་བས་བསུ། །
མཛེས་ལྡན་འཛོལ་མོས་གེ་འགྱུར་ཐོལ་དུ་འོར།།

ཟླ་འོད་དབེན་པའི་མི་ལམ་ཞིང་ཁམས་ནས། །
ཡུན་རིང་བྲལ་བའི་སྣང་གི་གཅེན་གཟུང་ཚོ།།
དགའ་སྒྲོའི་ཚུགས་ཀ་ཞིག་དང་མངལ་ན་ཡང་།།
འཁྱུལ་སྣང་གཉིད་ཀྱི་འོག་ནས་མེག་མེད་འདས།།

བྱི་ངད་ལྡང་བའི་མེ་ཉོག་འཇིག་རྟེན་འདིར། །
ངེས་མེད་མི་ཡུལ་འགྲིམ་པའི་ལྗོངས་པོ་བཞིན། །
འགྲོ་འོང་གློད་པའི་ཟང་ཟིང་ལུང་སྐྱའི་ཁོད། །
ལོ་ལྷ་ལྷུག་པོ་ལྷ་ལྷུགས་ཀྱིས་བཀྲལ་ལོ། །

སྒྲོག་འོད་དཀར་ཆས་བརྒྱན་པའི་དུས་རབས་འདིར། །
བགྲོད་མི་ཐུབ་པའི་གཏམ་རྒྱུད་ལེ་ལུའི་འོག། །
ལད་མོ་ཁྲེལ་གློད་དུག་རྒྱངས་གཏུག་བཞིན་དུ། །
སྤག་དོག་སྒྲིན་ནག་ལང་ལོང་རབ་ཏུ་འཁྲིགས། །

ཁེར་རྒྱུད་གི་རང་གསལ་སྤྱི་སྡེ།

སྒྲིང་ཉེ།

ཟ་ཉལ་གཉེས་ལ་དགའ་ཞིང་། །
གཞན་གྱིས་བཙོས་སུ་མེད་པ། །
རང་སེམས་རྟག་བརྟན་ཐེར་ལུག། །
ཁེར་རྒྱུད་ང་ཡི་རང་གསལ་སྤྱི་སྡེ། །

སྐྱེ་རྒྱུ་ཡིད་དབང་འགྲུག་པའི། །
རང་གསལ་སྤྱི་སྡེ་ལོ་མེད་ཀྱང་། །
དམའ་ལ་མཐོང་རྒྱུང་མེད་པ། །
ཁེར་རྒྱུད་ང་ཡི་རང་གསལ་སྤྱི་སྡེ། །

མ་རྒྱན་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ།།
ཕན་བའི་ཉམས་ལེན་མེད་ཀྱང་།།
སྤྲོ་མའི་བཀའ་བཞིན་སྐྱབ་བ།།
ཁེར་རྒྱུང་ང་ཡི་རང་གཤེས།།

གཞུང་ལུགས་གདམས་བཤམ་བའི།།
མན་ངག་ཟབ་མོ་མེད་ཀྱང་།།
སེམས་བ་ཞི་ཞིང་དུལ་བ།།
ཁེར་རྒྱུང་ང་ཡི་རང་གཤེས།།

ས་མཐའི་རྒྱལ་ཁམས་སྐྱོར་བའི།།
ལུས་བའི་གཤོག་ཅུམ་མེད་ཀྱང་།།
སྤྱིད་བའི་རང་ལུལ་བསྐྱོར་འདོད།།
ཁེར་རྒྱུང་ང་ཡི་རང་གཤེས།།

མཐོ་ལ་ངོས་དགའ་མི་ཤེས།།
དམའ་ལ་མཐོང་རྒྱུང་མི་བྱེད།།
མཐོ་འདོད་སྤྲུམ་འདོད་མེད་བ།།
ཁེར་རྒྱུང་ང་ཡི་རང་གཤེས།།

གཞན་སྐྱོན་སྤོང་ལ་མི་མོས།།
རང་སྐྱོན་སྤྲོ་ལ་མི་དགའ།།
སེམས་བ་སྤྱི་གསལ་ནང་གསལ།།
ཁེར་རྒྱུང་ང་ཡི་རང་གཤེས།།

དབང་དང་གོ་ས་མེད་ཀྱང་།།
སྤྱོད་ལ་རེས་ཞེན་ཁོག་མེད་ལ།།
ཀུན་གྱིས་ལབ་སྤོང་མེད་བ།།
ཁེར་རྒྱུང་ང་ཡི་རང་གཤེས།།

ང་དང་ལས་དབང་གཅིག་བའི།།
བརྩེ་བའི་གྲོགས་པོ་ཕན་ཚུན།།
བརྩེ་སེམས་འོ་ཇ་དཀར་པོ།།
ཁེར་རྒྱུང་ང་ཡི་རང་གཤེས།།

རང་བཞིན་བརྗོད་བའི་བྱང་གཏམ།།
མཐོང་ན་ཡིད་སེམས་མགུ་བ།།
བསྐྱབས་ནས་འཇུག་མཛད་ས་བསྐྱབ།།
ཚོམ་སྤང་འདི་ཡི་རང་བཞིན།།

ངེས་མེད་འབྲུམས་པོ་ང་ལ།།
དམིགས་ལུལ་གཏད་སོ་མེད་ཀྱང་།།
ཉག་ཏུ་གཞན་སྐྱོན་མི་སྤྱང་།།
ཁེར་རྒྱུང་ང་ཡི་རང་གཤེས།།

ཐག་རིང་གི་སྒྲོལ་དཀར་མཚོ་མོ།

ཞོགས་ཤིལ།

འདི་ནས་རྒྱང་ཐག་རིང་བའི་སྒྲོལ་དཀར་མཚོ་མོ། །
དམར་རྒྱུང་སྤྲིང་གི་བཙེ་ཡ་སྒྲོལ་དཀར་མཚོ་མོ། །
འབྲུག་འབྲུག་འབྲུག་རང་འབྲུག་པ་སྲུ་ཞིག་མ་འབྲུ། །
དགའ་དགའ་འབྲུག་རང་དགའ་བ་སྲུ་ལ་མ་དགའ། །

འདི་ནས་རྒྱང་ཐག་རིང་བའི་སྒྲོལ་དཀར་མཚོ་མོ། །
ཡ་རྒྱུང་སེམས་ཀྱི་ཆ་ཡ་སྒྲོལ་དཀར་མཚོ་མོ། །
བསམ་བསམ་འབྲུག་རང་བསམ་བ་སྲུ་ཞིག་མ་བསམ། །
བྱུང་བྱུང་འབྲུག་རང་བྱུང་བ་སྲུ་ལ་མ་བྱུང། །

འདི་ནས་རྒྱང་ཐག་རིང་བའི་སྒྲོལ་དཀར་མཚོ་མོ། །
ཁ་རྒྱུང་མིག་གི་འཚོ་ཡ་སྒྲོལ་དཀར་མཚོ་མོ། །
སྐྱུག་སྐྱུག་འབྲུག་རང་སྐྱུག་པ་སྲུ་ཞིག་མ་སྐྱུག། །
བྱམས་བྱམས་འབྲུག་རང་བྱམས་བ་སྲུ་ལ་མ་བྱམས། །

གྲ་རྒྱུང་གི་སྒྲིབ་ལྗང་།

འགོམ་ལམ་བཟང་།

རྒྱུང་དུའི་དུས་ནས་པ་མས་སྤྱི་བོར་བཀོད།།
སྤྱི་ཚོགས་ལས་གྲིས་ངམ་བ་མ་མཆིས་པར།།
རང་འདོད་ཀ་ཁའི་སྤྱད་བྱུངས་འཐེན་པའི་དུས།།
གཟན་ཤམ་ཚོགས་སྤྱི་འཐེན་བའི་གྲ་རྒྱུང་སྒྲིབ།།

ཆར་རྒྱས་ས་ཡི་འགམ་པ་འཁྱུད་པར་བྱེད།།
མི་གཙང་འདམ་གྲི་ཤ་འོད་བར་མེད་བཞུར།།
ལུག་རྗེའི་ལུས་སེམས་བརྒྱན་གྲིས་སྤང་བའི་དུས།།
སྐམ་གཙང་ཤག་རྒྱུང་ནང་གི་གྲ་རྒྱུང་སྒྲིབ།།

དེ་ལྟར་མགོ་མཐའ་ཁ་བའི་གོས་དཀར་གཡོགས།།
གང་སྤྲུགས་ངར་མས་གདོད་གི་དེ་བོ་བཤམས།།
འཕྲོག་པ་ཀད་པོའི་སུག་བཞི་འཁྱུངས་པའི་དུས།།
མལ་ས་གྲུ་བཞིར་རོ་བའི་གྲ་རྒྱུང་སྒྲིབ།།

སྒྲོན་རྒྱུང་བསེར་བུས་སྒྲོན་ལོ་གཡང་ལ་གཡུགས།།
ཞིང་པའི་སེམས་པ་འབྲུ་དུག་སྤྱི་མར་བྲིམ།།
ཐོར་བ་བརྟེན་ནས་ཞིང་ཁར་སྤྲོགས་པའི་དུས།།
ཚོས་གྲི་མགུར་སྤྱི་ལེན་བའི་གྲ་རྒྱུང་སྒྲིབ།།

གཞན་གསོས་བྱ་མེད་མགྲོན་སྐད་སྐད་སྐད་སྐད་གྲག།
སྤྲིག་ལ་མེ་ཉེག་ཞལ་ཁ་དལ་གྱིས་བྱེ།
མོ་འདེབས་འཕྲུ་སློབ་ལས་ལ་བྲེལ་བའི་དུས།
ཡིག་བྲུག་དབྱངས་ཏྟ་འགྲུགས་བའི་གྲ་རྒྱུད་སྦྱིད།

སྦྱིད་སྦྱུག་བར་མེད་མོ་ཚུན་རི་མོ་འཁོར།
བསགས་སྐད་འབད་འབྱངས་དུས་ཀྱི་ནམ་ཟླ་སྦྱེལ།
བྱ་རབས་ཚོ་རྒྱུད་ལམ་ཁ་འཚོལ་བའི་དུས།
ཁེར་རྒྱུད་སེམས་བ་གསོ་བའི་གྲ་རྒྱུད་སྦྱིད།

ལྷགས་རིགས་དགྲ་ཡིས་བཅོམ་བའི་རྗེད་འདེད་སྐྱར།
ཅ་ཐང་ཉམ་གྱིས་བཟུང་བའི་ཤ་འཁོན་གནག།
བདོག་བའི་རྒྱ་ཡི་ར་མདའ་སྟེག་བའི་དུས།
བན་དོན་འཚོ་བས་ཚེས་བའི་གྲ་རྒྱུད་སྦྱིད།

སྟོ་གོས་ཕྱིར་དུ་སྐད་ཅིག་དལ་མེད་རྒྱགས།
ཉིན་རིའི་འཚོ་ཚེས་ཅེས་སུ་འདེབས་བར་བྱེད།
ཚོག་ཤེས་མེད་བར་འདོད་རྩམ་བྲེལ་བའི་དུས།
ཞི་བའི་ཕྱོགས་སུ་སེམས་བའི་གྲ་རྒྱུད་སྦྱིད།

མཐའ་མེད་འཁོར་བར་རྒྱ་བའི་སློབ་བསྐྱངས་གྱིས།
རྩོགས་མེད་ལས་གྱིས་དཀའ་བ་དང་དུ་སྦྱངས།
ཅག་ཅིག་སྒྲོར་ཚོག་སྐར་ཚོག་འབད་བའི་དུས།
གཙུག་ལག་སྦྱིད་ཚལ་འགྲིམ་བའི་གྲ་རྒྱུད་སྦྱིད།

གོང་པའི་གསལ་ན་སེམས་ཀྱི་ར་ཚ་ཟེང་།།
སྒོངས་པའི་སྒྲོག་ཚུ་ལུས་ཀྱི་ཚ་ལམ་རྒྱ།།
ལྷག་དོག་ཏུ་ལོའི་མཆི་མ་འཇག་པའི་དུས།།
སྒོ་གསུམ་བཟང་སྒྲོད་སྒོ་བ་པའི་བྲ་རྒྱང་སྒྲིད།།

དེ་རིང་ཤི་ཡང་ཞེན་སའི་བདོག་པ་མེད།།
གཏན་དུ་འཚོས་ཀྱང་གསོག་འདོད་བསམ་པ་མེད།།
གར་འགྲོ་གར་འདུག་རང་ལ་དབང་བ་ཡི།།
ས་མཐའ་གནམ་མཐའ་སྐྱལ་བའི་བྲ་རྒྱང་སྒྲིད།།

རིགས་ལམ་ལ་བསྐྱོད་པ།

འཇམ་དབྱངས་བག་ཤིས།

ཡོད་མེད་བདར་ཤ་གཅོད་པའི་བྱད་ཚོས་ལྷན།།
མེད་པ་ཡོད་པར་སྐྱབ་པའི་རུས་པ་ལྷན།།
ཡིན་པ་གཏན་པོ་གནས་པའི་བན་རུས་ལྷན།།
རང་དོན་ཐར་པ་ཐོབ་པའི་དགོས་མཁོ་ཅན།།

སྒོ་ལྷགས་ལྷེ་མིག་དགོས་པ་ནང་བཞིན་དུ།
སྐྱང་དཀའ་གཞུང་ཆེན་བཀའ་པོད་ལྷ་པོ་ལ།
དང་ཐོག་བྱིད་ལ་སྐྱངས་ནས་ནང་དུ་འཇུག།
དེ་རྗེས་རྒྱུ་བཙུན་བྱས་ནས་སྒོ་བ་ལ་སྐྱངས།

མ་རིག་ཐེ་ཚོམ་ཉོན་མོངས་སྐྱིབ་པའི་རིགས།
བྱིད་ཀྱིས་སེལ་ནས་རྣམ་མཁུན་གོ་འཕང་ཐོབ།
བསྐྱེད་མེད་འཕགས་པོད་མཁས་གྲུབ་རྣམ་ཀྱིས་ཀྱང་།
རིགས་ལམ་འདི་སྐྱངས་མཁས་པའི་གྲུབ་དུ་ཚུད།

དེ་འབྲེལ་ལོན་ཉན་ལྡན་པའི་རིགས་ལམ་འདི།
སོ་སྐྱེ་ཐ་མལ་གནས་པ་ང་ཡིན་རུང་།
སྐྱང་ཆེད་ཆ་ལྷུང་འཕགས་པའི་ཡུལ་ལ་བསྐྱེདས།
བསྐྱེདས་པ་དེ་ཡང་འབད་མེད་ག་ལ་ཡིན།

སྐྱོ་གདུང་མང་པོའི་ཁོད་ནས་འདི་རུ་བསྐྱེདས།
དེ་འབྲེལ་སྐྱོ་གདུང་འོག་ནས་བཤད་པར་བྱ།
ལྷན་མེད་རྙིང་དཀའ་མ་ཡི་བྱམས་དང་གཅིག །
འཆམ་མཐུན་ལྡན་པའི་རྒྱུང་འབྲིས་གོགས་དང་གཉིས།

ལྷེ་ཁྲག་འཕོས་པའི་རང་གི་ཡུམ་དང་གསུམ།
བྱིས་པའི་དུས་ནས་བྲལ་བས་ཡིད་རེ་སྐྱོ།
རྟགས་གསལ་ལན་སོགས་ལེགས་པར་སྐྱང་འདོད་ན།
འདི་ལ་སྐྱང་རོགས་བྱེད་ན་པན་པ་སྲིད།

བརྗེད་དཀའ་བའི་ཉིན་མོ།

འགྲི་ལྷན་ནག་དྲུངས་གསལ།

ལྷང་འདྲིས་བྱམས་པ་ང་གཉིས།
བཅེ་བའི་སྤྲིང་གཏམ་རོལ་བ།
བྲལ་ལུན་ག་ཚོད་རིང་ཡང་།
བརྗེད་པའི་དུས་གཅིག་གང་ཡོད།

ལྷང་དུས་མཛའ་བྲོགས་ལྷན་དུ།
མཛེས་བའི་སྤང་དཀའ་སྤང་ལ།
དྲི་ཞིམ་མེ་ཉོག་བཏུས་པ།
བརྗེད་པའི་དུས་གཅིག་གང་ཡོད།

ལྷང་དུས་པ་མའི་བསྐྱབ་བྲ།
པན་ན་བསམ་པའི་ཚིག་དེ།
མི་ཀན་ག་ཚོད་ཆགས་ཀྱང་།
བརྗེད་པའི་དུས་གཅིག་གང་ཡོད།

ལག་ཁྲེར་ཁ་པར་ནང་ནས།
ལྷང་རིང་པ་མ་གཉིས་ལ།
མཛའ་བཅེའི་སྤྲིང་གཏམ་རོལ་བ།
བརྗེད་པའི་དུས་གཅིག་གང་ཡོད།

ལྷང་དུས་བྲོགས་པའི་ལྷན་དུ།
སྤྲིང་གཏམ་རོལ་ཞིང་རོལ་ཞིང་།
དགའ་སྤྲིའི་ཚེད་མོར་རོལ་བ།
བརྗེད་པའི་དུས་གཅིག་གང་ཡོད།

ལྷང་ལྷང་ཨ་མའི་བང་ལ།
ཉལ་བའི་མི་ལས་སྤྲོ་བོ།
མི་ལོ་ལྷ་བརྒྱ་སོང་ཡང་།
བརྗེད་པའི་དུས་གཅིག་གང་ཡོད།

ལྷང་དུས་ལོར་ལུག་ལྷན་དུ།
ལ་ལུང་མང་བོ་བཞུལ་ནས།
སྤྲིང་བའི་སྤྲི་ལྷང་སྤངས་པ།
བརྗེད་པའི་དུས་གཅིག་གང་ཡོད།

ལྷང་ལྷང་སྤང་ཁའི་སྤང་ལ།
ལུག་ལྷའི་སྤང་སྤྲི་སྤང་ལ།
མི་ལོ་ལྷ་བརྒྱ་སོང་ཡང་།
བརྗེད་པའི་དུས་གཅིག་གང་ཡོད།

ཚུང་ཚུང་མཛེའ་གྲོགས་རྣམས་དང་།།
སེམས་ཁོང་སྤྲོད་གཏམ་སྤྲོད་བ།།
མི་ལོ་ལྷ་བརྒྱ་སོང་ཡང་།།
བརྗེད་པའི་དུས་གཅིག་གང་ཡོད།།

ཚུང་ཚུང་པ་ལོའི་དགའ་བོ།།
རང་ཡུལ་འཕྲོག་པའི་བསྟན་དག།།
མི་ལོ་ལྷ་བརྒྱ་སོང་ཡང་།།
བརྗེད་པའི་དུས་གཅིག་གང་ཡོད།།

མི་གཤེས་བཟང་པོ།

འབྲོང་དུར་དཀོན་བསམ།

སྐྱོ་བའི་མིག་ཚུ་ཟེགས་མ་འཛོལ་ཡང་རུང་།།
དགའ་བའི་འཇུག་དཀར་འབྲུམ་སྤྲོད་བསྟན་ཀྱང་རུང་།།
ཁ་ལྷེ་ས་ལ་གདན་ལྷན་བཏོང་ཡང་རུང་།།
མི་གཤེས་བཟང་པོ་ཟེར་བ་ཉིན་སྐར་ཙམ།།

མོས་པའི་ལོ་རྒྱ་རིང་མོ་བཀལ་ཡང་རུང་།།
ནམ་དཔྱོད་གཤེས་ཅལ་གནས་འཕང་བཅད་ཀྱང་རུང་།།
རང་སེམས་སྤོབས་པའི་གདེང་ཚོད་ལྡན་ཡང་རུང་།།
མི་གཤེས་བཟང་པོ་ཟེར་བ་ཉིན་སྐར་ཙམ།།

སྐྱོབས་འབྲོར་མངའ་ཐང་རང་ལ་མཆིས་ཀྱང་རུང་།།
གཞན་སེམས་འགྲུགས་པའི་གཏམ་ལ་མཁས་ཀྱང་རུང་།།
མཐོ་ལ་གྲུས་དང་དམན་ལ་འཇམ་ཡང་རུང་།།
མི་གཤེས་བཟང་པོ་ཟེར་བ་ཉིན་སྐར་ཙམ།།

ཁ་ནས་ལ་རྒྱའི་སྤྱོད་བྱེད་ས་ལེན་ཡང་རུང་།།
ངག་ནས་བྱམས་བཅའི་སྤྱོད་བྱེད་ས་ལེན་ཡང་རུང་།།
ཉིན་མཚན་བར་མེད་སྤོབ་ལ་བཅོན་ཀྱང་རུང་།།
མི་གཤེས་བཟང་པོ་ཟེར་བ་ཉིན་སྐར་ཅམ།།

བཟང་ངན་དབྱེ་བ་རིན་ཐང་ཤེས་ཀྱང་རུང་།།
མི་རིགས་བདེ་སྤྱོད་ཚོར་བ་ལྷུངས་ཀྱང་རུང་།།
མ་འོངས་ཁ་སྤོགས་ཡང་ཡང་གླེང་ཡང་རུང་།།
མི་གཤེས་བཟང་པོ་ཟེར་བ་ཉིན་སྐར་ཅམ།།

བཅུན་པའི་ཁེར་རྒྱུ་འཚོ་བ་རོལ་ཡང་རུང་།།
པོ་གསུམ་སྒོམ་པའི་ཉམས་ལེན་བྱས་ཀྱང་རུང་།།
ཏྲ་ཏྲ་སྒྲོན་འཇམ་སྤྱོད་བ་མཛེས་ཀྱང་རུང་།།
མི་གཤེས་བཟང་པོ་ཟེར་བ་ཉིན་སྐར་ཅམ།།

འཚད་པའི་ངག་གི་སྤྱོད་ཅལ་ལྡན་ཡང་རུང་།།
རིགས་ལམ་རིག་པའི་སོ་ཁ་རྣེ་ཡང་རུང་།།
གཞུང་ལུགས་རྒྱ་མཚོ་རྩོམ་ལ་བྲེལ་ཡང་རུང་།།
མི་གཤེས་བཟང་པོ་ཟེར་བ་ཉིན་སྐར་ཅམ།།

སྤྱི་ལོ་ ༡༠༡༣ ཟླ་བ་ ༡༡ ཚེས་ ༠༣ ཉིན་གྲིས།

པ་ས།

ས་རྒྱ་འབྲི་སྐལ་བཟང་ཚོས་འཕེལ།

པ་ས་ཁ་བའི་ཁྲོད་དུ་འཚོ་དུས་གངས་དཀར་སྐྱེད་མའི་འཇུག་མདངས་བྲན།།
 པ་ས་ཐོན་མོ་བཞག་དགོས་བྱུང་ནས་ཀྱག་གྲོག་ལམ་འཕྲང་བཞག་བའི་དུས།།
 པ་ས་བརྗེད་པོའི་སྒྲོད་བཅུད་རམ་པའི་རྒྱང་ནག་འཇུག་མས་བཞོད་ལམ་བསྐྱིབས།།
 པ་ས་བོད་ཀྱི་མི་རིགས་ཟེར་ནས་སྐྱག་ནག་ཁོད་ནས་ཐོག་སེར་འབེབས།།
 པ་ས་འདྲི་ཡིས་བྱས་པ་མིན་ཉེ་དོན་མེད་མནར་བའི་སྐྱོ་ཤས་འདི།།
 པ་ས་གཞན་གྱི་རིགས་རྒྱུད་སེམས་ཀྱང་བཟོད་དུ་མེད་པའི་དཀའ་སྤྱད་ཉེན་སྲོལ།།
 པ་ས་ཟེར་བའི་མིང་དེ་མ་གཏོགས་དབང་སྐྱུར་དམར་པོས་ཉམ་ཤ་སྐྱོད།།
 པ་ས་ཡོད་ཀྱང་པ་མ་མེད་པའི་དབང་མེད་དུ་སྤྱད་ས་མཐར་འབྲུམས།།
 པ་ས་ཤོར་བའི་སྤང་སྤྱད་འབྲུམས་པོ་གཞན་ལུལ་སྤྱད་པོར་སྒྲོམ་ཐབས་བྲལ།།
 པ་ས་ཞིག་གི་ལས་དབང་གཅིག་ཀྱང་པན་མེད་བཙོན་པའི་མི་བྱ་འགས།།
 པ་ས་མི་རིགས་འཇུག་སྐྱུན་སྐྱེད་བཞིན་ལག་ལེན་གསེར་གྱི་ཐིགས་པ་བཞིན།།
 པ་ས་སྐྱག་པོའི་དར་རྒྱུད་མི་སེམས་སྐྱེར་དོན་ཚོལ་ཁའི་སྤྱོད་སེམས་ཤིས་སོགས།།
 པ་ས་ཞིག་གི་མཐུན་འབྲེལ་གསེར་ཐག་ཁ་ཁར་གཏོར་བའི་ཐོ་བ་ཞིག །
 པ་ས་འདྲི་ཡི་མ་འོངས་བྲན་དུས་སྤང་སྤྱད་སྐྱེད་ཁམས་རྒྱུ་ལས་གང་།།
 པ་ས་རང་རིགས་ཞེན་བ་ཆེ་བའི་དབང་པོ་དབང་མོའི་ཆེ་སྒོག་གིས།།
 པ་ས་སྐྱག་རུམ་སྤྱད་པོས་བརྩུང་ཡང་སྐྱེད་སྐྱོབས་མེ་སྐྱེའི་འོད་མདངས་འཕྲོ།།
 པ་ས་བསྐྱུངས་ཤིང་པ་མར་གྲུས་པས་བག་ཡོད་འཚོ་བར་རོལ་ན་ཡང་།།
 པ་ས་འདྲི་ཡི་ཁྲག་རྒྱུད་དག་ལ་མཐོང་རྒྱུང་མནར་གཅོད་རྟོག་རོལ་ལྷི།།
 པ་ས་དམར་པོའི་ཁྲག་གིས་ཁེངས་ཤིང་ཞི་བའི་བཅིངས་གྲོལ་ཀྱན་ལ་བསྐྱགས།།

པ་ས་གངས་ཀྱི་གཟུང་གནས་དག་ལ་གཡོ་སྐྱེ་ལྷ་མོའི་ངོ་འཇུག་སྟོན།།
པ་ས་བསིལ་སྤོངས་ལྷ་སྤྱང་བཅོན་པོའི་སྟོན་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཟབ་མོ་ཞིག །
པ་ས་ལྷ་ངམ་ཐང་དུ་བསྐྱུར་དུས་མགོན་སྐྱབས་འཇུག་ཚོན་རི་མོ་ཞིག །
པ་ས་མི་རིགས་དམ་པའི་ཚོས་ལ་ལྷ་བ་ལོག་པའི་སྐྱུར་འདེབས་མིན།།
པ་ས་འདི་ཡི་སྐྱེན་སྲིད་འགའ་ཡི་རྟོགས་སད་ཟེར་བའི་རྗེས་འབྲང་མིན།།
པ་ས་སྟོང་ཞིང་པ་མ་བྲལ་བས་པ་སའི་བྱ་ཡི་སྐྱེད་སྐྱེད།།
པ་ས་བྱ་ཡིས་ཞེན་བ་ཆེ་བས་པ་སའི་བྱིར་དུ་སྐྱངས་པ་ཡིན།།

གཡང་གཟར་གྱི་རྐང་ལམ།

འབྲས་སྟོ་སྐལ་བཟང་ཚོས་རྒྱལ།

གཏན་ཚིགས་རིགས་ལམ་སྤྱ་མོའི་མཚན་ཉིད་གཞུང་།།
གནའ་རབས་མེས་པོའི་སྟོལ་རྒྱན་གོམས་གཤེས་དང་།།
དབྱེད་ཞིབ་རིག་པ་ཟབ་པའི་ཚན་རྩལ་སོགས།།
འབྲན་བྲལ་རིག་པའི་ཚོགས་ལ་གྲུས་པས་བསྟོད།།

དེང་རབས་ཆ་རྒྱུན་ལེགས་པའི་དམངས་ཁྲོད་དུ།།
ཕྱོགས་གཞན་གནས་སྤངས་གནས་ཚུལ་མཐོང་བ་དང་།།
འཆམ་མཐུན་སྤྱི་ཚོགས་ཚན་རིག་མཐུན་དགོས་ཀྱང་།།
མེས་པོའི་སྟོལ་རྒྱན་གཞི་མ་མ་བོར་ཞིག །

རིག་གནས་ཤེད་ཤྱགས་རྒྱན་གྱིས་བཙམ་ཉེན་གྱི།
སོ་སོའི་སྐྱོན་མོང་མ་ཡིན་སྐད་ཡིག་དང་།།
གོམས་སྲོལ་བསམ་པའི་ཀུན་སྲོད་སྲོབ་གསོ་སོགས།།
ཆུན་པས་གཞོན་ལ་འབྲུལ་བ་སྤྱི་འགྲོས་ལགས།།

མི་རིགས་གང་ཡིན་སྐད་ཡིག་གཉིས་པོ་དེ།།
སྤྱང་སྲོབ་དར་སྤེལ་གནད་ཀྱི་དོན་པོ་ཡིན།།
སྐབས་བབ་མི་རབས་འདི་ཡི་ཐོས་འཛིན་ལ།།
གནའ་དེང་རིག་པར་མཁས་པས་འབོད་སྤྲོ་སྤྲོགས།།

ཁོར་ལུག་ཁེ་དབང་འདོད་པའི་གངས་ཉུང་རིགས།།
དམངས་ཁོད་ཅི་བཀུར་བྱ་སའི་སྒྲ་དཔོན་བྱང་།།
ཆབ་འབངས་སྤེ་ཁྲིད་བྱེད་པའི་ལམ་མཁན་ལས།།
སྤྱི་འབངས་གཏོར་བཙམ་གཏོང་པའི་སྤེ་འཛིན་མིན།།

སྐད་ཡིག་གོང་འཕེལ་ཆེད་དུ་དཀའ་བཟོད་དགོས།།
མི་རིགས་མཐུན་སྦྱིལ་སྤྱད་དུ་ཁོག་རྒྱ་དགོས།།
དགའ་དང་མི་དགའི་རྣམ་ཏོག་ངན་འགྲོས་གྱིས།།
དམངས་ལ་ཕུང་དགྲུག་བྱང་ན་མཚན་ཞོར་ཡིན།།

རྒྱལ་འཛོག་ཆང་འབྲུང་དུ་གསུམ་སྐྱབ་མཁས་པའི།།
གསར་སྤྱོད་པོ་གཞོན་མོ་གཞོན་སྣ་མང་ཚོགས།།
པ་མས་ཉིན་མཚན་བར་མེད་བསགས་པ་ཡི།།
དདུལ་ལོར་པངས་མེད་བྱེད་པ་སྤྱད་པའི་གནས།།

དགོས་ངེས་གནས་ཁང་ཟ་འཕུང་སྒྲོན་པ་ལས།།
པགས་རིགས་མཐའ་རྒྱན་གཡུ་བྱུར་འདོགས་ཆས་དང་།།
རྒྱངས་འཁོར་ཡག་བཙོག་མཁྱོགས་ཚད་སྲུ་ཆེ་སོགས།།
མཛེས་ཚོས་བརྗོད་པ་སྐོངས་པའི་རང་རྟགས་ཡིན།།

ལྷག་བསམ་ཡོད་ཚད་མེས་རྒྱལ་དོན་དུ་བྱུལ།།
སྲོལ་རྒྱན་ཡོད་ཚད་མི་རིགས་སྲོག་ཅ་མིན།།
གནའ་སྲོལ་དེང་ལམ་འདས་ད་གང་ཡིན་རུང་།།
དུས་བསྐྱེད་གང་ལེགས་གལ་ཆེན་ཡིན་མིན་དཔྱད།།

འཛམ་གླིང་མི་བུ་པལ་ཆེར་དམངས་ཁོད་དུ།།
རིག་ཅུལ་དཔལ་འབྱོར་མཐུན་རྒྱུན་རྗེ་འཛོམས་རེད།།
རང་རིགས་སྐོ་སྤྲུགས་ས་ཞིང་མཐུན་རྒྱུན་གྱུར།།
ལོ་རེར་ཉམས་གུད་ཅ་གཏོང་ལམ་ཐག་ཉེ།།

སྤྲ་མང་རྒྱལ་ཁབ་མི་རིགས་མང་པོའི་དབྱུས།།
འབྲེན་བྱེད་ཅེ་རེར་སྤྲ་བའི་རེ་སྤྲུག་ལས།།
རིག་ཅུལ་གར་སྤྲུགས་ཐོག་ཏུ་བོད་པ་ཚོ།།
རང་རིགས་སྤང་མཐོང་བརྗོད་མཁན་བསམ་གཞིག་བྱོས།།

ཤེས་དཔལ་སྲིད་གསུམ་བཙོན་བ་ལྟར་རྒྱངས་ནས།།
སྤྱི་ཚོགས་འཁོར་ཡུག་བསྐྱེད་ནས་དམངས་གཙོར་གྲུང་།།
ཁ་ཡིས་ལབ་སྐྱེད་བྱ་ཡུལ་མ་ཡིན་གྲང་།།
རང་དབང་འདྲ་མཉམ་དགོས་པ་གྲུན་གྱིས་འདོད།།

འདིག་རྟེན་གྲགས་སྟོན་གཏམ་གསུམ་སེམས་ན་འཇུག།
ཁྱད་འབགས་ལུལ་བྱུང་རྒྱ་མཚན་རྒྱབ་ན་དོར།
བརྒྱུད་རིམ་ངེས་ཅན་ཞིག་གི་དུས་ཚོད་ལ།
དཔའ་ངར་དཔུང་ཤེད་གཅིག་ལུས་མཚུག་འབྲས་དཀའ།

ཤེས་རིག་དགོས་པའི་གཏམ་དང་མེས་པོའི་སློལ།
བརྗོད་ན་འགྲུར་མེད་ཉག་བརྟན་ཀུན་གྱི་ལུགས།
ད་ལྟ་འདྲམ་སློང་ཤེས་རིག་ལས་དབང་ཚོད།
མཐོ་སྐང་དབྱུ་ཅེར་དར་ལ་མ་གཤེད་རོགས།

རིགས་ཀྱི་ངོ་ལ་མཚེལ་ཞག་འཕངས་པ་མིན།
སྒྲེར་གྱི་དོན་ལ་འབྲུག་སྐྱེས་བ་མིན།
མིང་གིས་བཏགས་པ་ཅམ་གྱི་གསར་ཚོམ་འདི།
མིང་གི་གྲགས་གཤེས་དོན་གྱི་གནས་སྐྱངས་རེད།

ཀུན་ལ་བཏང་སྟོམས་དགོས་པའི་གོམས་གཤེས་འདི།
མ་འོངས་རྗེས་ལུས་གསང་བརྟེན་གཏོང་མཁན་ལས།
ད་ལྟའི་འཐབ་ཚོད་བརྟོན་པའི་མཐུན་རྐྱེན་མིན།
རང་སྤྱིའི་བྱངས་ཁྲག་དམར་པོའི་མདངས་ལ་གཟེགས།

ཁེར་རྒྱུང་ལམ་ལ་ཞུགས་པའི་མཐོང་སྣང་འདི།
སྐྱེས་ནས་སྐྱེས་ཚེས་ངེས་པའི་སྐྱེས་སྐར་དང་།
གནས་ལོ་མི་ཚེ་ཆད་རིམ་ལོ་གསར་གཉིས།
སྤྱིད་པའི་ལོ་རྒྱ་བརྗེ་བ་རྫོངས་པའི་སློལ།

ང་རང་ལྷ་བྱའི་ཁ་སྤོགས་འཛོལ་བའི་མི།།
བལྟས་ན་མི་མཐོང་ལོག་སེམས་རི་ལོག་ཏུ།།
བྱེད་དང་མ་བྱེད་གོ་རྟོགས་སུ་ཡིས་མཁྱེན།།
ཁམ་བས་ཁམ་བར་རྒྱ་མཚན་སུ་ལ་བརྗོད།།

དུག་མཚོར་འོ་མའི་ཁ་སྤྲིས་ཡོང་མི་སྲིད།།
སྐྱུལ་ཚང་སྐྱེན་གྱི་ལྷ་རྗེ་ཡོང་སྲིད་ན།།
ཆོ་དུས་རྫོགས་བའི་འཆི་བ་ཁོ་ན་ལས།།
ནད་གྱིས་མནར་ནས་འཆི་བ་ཡོད་མི་སྲིད།།

རིགས་རྒྱུད་ཅིག་གི་ན་བྱུག་ཕྱང་པོ་འདི།།
མེ་དུ་སྒྲོན་བའི་མཐོང་སྣང་སུ་ཡིས་བརྗོད།།
དཀའ་སྤྱད་ཁྱུག་ཁྱུག་གི་རྩ་ལ་རབ་མེད་ཀྱང་།།
འདི་ལ་འཛིགས་སྣང་བརྗོད་བ་སུ་ཡིས་བྱས།།

རྩ་ཐང་སུ་མཐའ་བྲལ་བའི་གྲང་འབྲུག་ཁོད།།
ང་ཞི་ཡང་བསྐྱར་ལངས་ནས་འགོ་བར་འདོད།།
བདེན་དོན་ཕྱགས་བསམ་མཐའ་འདི་བཙལ་དུ་འགྲོ།།
གྲང་རྒྱུད་ཤུ་སྐྱ་རྩུབ་ཀྱང་ཕྱིར་འཐེན་མེད།།

དུས་རབས་རང་དབང་དུང་སྐྱ་མཉན་རྒྱ་ལས།།
ཁྱེད་ལ་ན་བྱུག་སྲོང་བའི་གནོད་སེམས་མིན།།
རང་ཉིད་སྤྱིང་སྤོབས་ཆེ་བའི་དབའ་ཡང་མིན།།
གངས་ལྷའི་མེ་ཉོག་འཇུ་བའི་ཅེད་མཚར་མིན།།

ད་ལྷའི་ཚན་རྩལ་འཕུལ་རིགས་སྣ་ཚོ་གས་ཀྱུན།།
གཡང་གཟར་རྐང་ལམ་སྤ་མོའི་བརྒྱད་ལམ་ནས།།
གན་པོའི་སྤྱིང་ཁྲག་ས་རུ་སྤྱང་བཞེན་བྱ།།
སྤྱང་ཚེན་རོལ་མཚོའི་པ་མཐར་རྒྱལ་བར་འདོད།།

རྒྱ་ལུགས་ལྷར་གྱི་ལག་འཇུག་བྱེད་བཞེན་བྱ།།
འགྲོར་ལྡན་ཚོང་པའི་གདོང་ལ་རོ་འཇུག་ཤོར།།
མཐོ་རིམ་དཔོན་ཚེན་འཕྲད་དུས་སྤེ་ནར་ཤོར།།
ཤེས་སྤོང་གཉིས་ལྡན་མཇུག་དུས་སྤྱང་མེད་ཤོར།།

ལྷ་སྤྱང་ན་བར་ཉན་བཞེན་དམངས་ཁོད་བྱ།།
རང་རིགས་ཆེ་མཐོང་མི་འཛིན་གཡམ་རྒྱག་ཚོ།།
ཚན་རིག་མཁས་པས་དབྱུང་ཞིབ་གནང་རན་འདུག།
གསོ་རིག་མཁས་པས་བཤམ་བཅོས་མཛད་རན་འདུག།

ལུ་ཚུགས་ཀྱིས་བསྐྱབས་པའི་ཀ་བློང་།

ནགས་གཟི་མིག་དགུ་པ།

ཀླ་ལི་སུམ་ཚུའི་གོམ་འགོས་འབྱར་མ་འཁྲོད། །
ཁ་བཤད་ལོང་གཏམ་ཁྲིད་ནས་མི་ཚེ་ཟད། །
ག་བར་བསྐྱབས་ཀྱང་བྱས་རྗེས་མི་འདུག་པས། །
ང་ཡི་མེས་པོའི་ཞབས་རྗེས་མ་བེན་ཐལ། །

ཅ་ཅོ་སྣ་ཚོགས་འདུ་བའི་གོམས་ངན་དང་། །
ཆ་ལུགས་ཡ་མ་བྱུང་གི་སྲོད་ངན་འདིས། །
ཇ་དང་ཆང་གིས་བཟི་བ་ལྟར་མིན་ཡང་། །
ཉ་མོ་བྲ་བས་གཏུམས་པ་བཞིན་དུ་བཅིངས། །

ལྷ་ཚུལ་ཚམ་ཞིག་རང་ཤེས་ངོ་མ་མིན། །
མཐའ་མའི་མཚུག་འབྲས་གང་དེར་མ་མཐོང་བར། །
ད་ལྷའི་གྲོགས་གསར་འདྲིས་མའི་དགའ་སྲོད་དེ། །
ན་གཞིན་གཡང་ལ་འབྲིད་པའི་སྲ་ལྷས་ཡིན། །

བ་པ་ཚང་གི་དུས་རབས་ངས་མ་བེན། །
བ་རྒྱུད་སྲགས་སྒོམ་གཅོད་གསུམ་ངས་མ་འཛོན། །
བག་ཡངས་སུགས་བསམ་ལྡན་བ་ངས་མི་ཤེས། །
མ་གན་བྱམས་བཅེའི་སུགས་དེན་ངས་མ་སོད། །

རྩ་ལྷ་ཟས་སྒྲ་འདོམ་སར་ང་བསྐྱལ་ཀྱང་། །
ཚ་ཟེང་ཉི་མའི་ངར་ཆ་ངས་མ་བཟོད། །
མཇེའ་བཅེའི་སྒྲིང་གཏམ་བཟང་མོའི་རེ་སྐྱབ་དེ། །
མ་ལེང་བསམ་ན་སྒྲིང་བསམ་སྤྱིན་ལ་ཉེ། །

ཞུ་མོ་མགོ་ལ་རན་བ་གྲོན་འདོད་དང་། །
ཟས་གོས་ལུས་ལ་རན་བ་བྱེད་འདོད་ལས། །
འཇེ་ལུང་རེས་ས་སྒྲིང་འབྲེང་འདོད་རུ། །
ཡ་མཚན་ཅན་གྱི་སྐྱེས་བུ་ང་མིན་སྟེ། །

ར་བ་གངས་རིའི་སྒྲིངས་ཀྱི་སྐྱེན་ལྗང་ཚོ། །
ལ་ལུང་ཐད་དུ་བརྒྱལ་ནས་འབྲེངས་དགོས་ཀྱང་། །
ཤ་ཚའི་རུས་ལ་ལ་རྒྱ་ཡོད་བདེན་ན། །
ས་གཞི་འདི་ན་ང་འབྲེང་མ་བྱེད་ཨང་། །

ཉ་ཅང་གཡོ་སྐྱེ་མང་བའི་དུས་རབས་འདིར། །
ཉང་སང་ཉོང་ཐོར་བསྐྱེད་ན་རང་མགོ་འཁོར། །
ཨ་ཅི་ཨ་ཅི་བསམ་ཤེས་ལེགས་པོ་བྱོས། །
ཨ་ཁ་འབྲོད་པ་རྗེས་ནས་མ་སྐྱེ་རོགས། །

ནོར་བུ་གེ་ཉ་ཀ་ཞེས་བུ་བ་བཞུགས་སོ།

མེར་སྒྲོ་སྒྲོ་བཟང་།

རི་ལྷ་རི་སྒྲིབ་གཞིགས་པའི་མཁའ་དབྱིངས་ལས། །ཟབ་རྒྱས་ཚོས་ཀྱི་ཆར་ཆེན་བསྐྱེལ་བ་
 བ། །གདུལ་བྱའི་དགོ་བའི་སྐྱ་བྱ་སྒྲིབ་སྲིབ་བའི། །ལྷ་བྱའི་རྒྱལ་པོར་གུས་པས་མོས་གྱུར་ཅིག །དུག་
 གསུམ་ལང་གའི་རྒྱལ་པོའི་མི་དགོ་བའི། །མཐིན་བཅུ་གཅོད་པའི་ཤེས་རབ་མདའ་མོ་ཆེ། །བསོད་
 བསམ་དབྱུང་བའི་སྒྲོ་བས་ཀྱིས་འཕེན་མཁས་པའི། །ཚོང་ཁ་པ་དེ་ས་སྒྲིབ་འདི་ན་རྒྱལ། །གཞན་
 བན་བཅེ་བས་འཕྲོ་ཀུན་བུ་བཞེན་སྒྲོངས། །ཡུལ་ལ་དཔྱོད་པའི་ཤེས་རབ་སྒྲོག་ལས་སྐྱུར། །སྒོས་
 བསམ་སྒྲོམ་བ་རྩ་མོའི་རྒྱན་ལས་རིང་། །གངས་ཅན་པན་བདེའི་བྱེད་པོ་དེས་སྒྲོངས་ཤིག བསྐྱེལ་
 མང་བསོད་ནམས་བྱེ་བས་བསྐྱེལ་པའི་སྐྱེའི། །མངོས་པའི་གཞུགས་འཆང་ཀུན་མཁྱེན་རལ་བ་
 ལས། །གསུང་རབ་གང་གྲུ་འཕྲོ་ཁམས་དག་སྒྲིབ་དུ། །འབབ་མཁས་ལྷ་ཆེན་གཉིས་པ་རྒྱལ་གྱུར་
 ཅིག །གཞུང་དོན་ནོར་བུ་རིན་ཆེན་རང་བཞིན་ལ། །འི་མེད་འོད་ཀྱི་བྱེད་པོར་གནས་ན་ཡང་། །དེར་
 འདིར་ཉེས་བཤད་ཚྭ་ཆུས་བསྐྱེལ་བ་དག །ནོར་བུ་གེ་ཉ་ཀ་བུ་བུ་བ་བཞུགས་དུ་བྱ།

རྒྱབས་འདིར་གང་བཤད་པར་བུ་བ་ཞི་ཁམས་གསུམ་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཚོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་
 ལས་ཀྱི་སྐྱ་པོ་རྒྱལ་ཚོས་ཚོས་རྗེའི་རྣམ་འབྲེལ་ཐར་ལམ་གསལ་བྱེད་ལས། །འདིར་ཅུ་བས་དངོས་
 སུ་དབྱེ་བ་བཞི་བསྟན་པ་ནི། འགལ་རྒྱ་བསྐྱབས་ནས་འཕོག་པ་ལ། དངོས་སུ་གཞོད་པའི་འགལ་
 རྒྱ་དང་། དངོས་སུ་མི་གཞོད་ཀྱང་བརྒྱུད་ནས་དངོས་སུ་གཞོད་བྱེད་སྐྱབ་པའི་སྒྲོ་ནས་འཕོག་པའི་
 གཙོ་པོ་འགལ་དམིགས་གཉིས་པོ་འདིར་འདུས་པར་ཤེས་པའི་ཆེད་དང་། འབྲེལ་ཡུལ་བཀག་ནས་
 འཕོག་པ་ལ་དོན་གཞན་དང་དོན་གཞན་མ་ཡིན་བཀག་པ་གཉིས་སུ་ངེས་ལ། འདིར་ཡང་གཙོ་པོ་
 འདི་གཉིས་སུ་ངེས་པར་ཤེས་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་ལ། འབྲེལ་བར་གཉིས་ཁ་བསྐྱེད་བ་ནི། རང་བཞིན་
 འགལ་དམིགས་དང་རང་བཞིན་མ་དམིགས་པ་གཉིས་ཀྱིས། །ནགས་གཞན་འཕེན་པའི་རྩལ་ཤེས་

པར་བྱ་བའི་ཆེད་དུ་མཚོན་ཏེ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་ཡིན་ལ་འདི་ལ་དེང་གི་ཚད།
 བར་བསྟན་གྱི་གཞུང་ལུགས་ནི་དབྱར་དུས་ཚར་གྱིས་སྐྱེད་པའི་སྤང་ལྡང་ལ་སྐྱེས་པའི་སྣེ་མང་འདབ་
 སྟོང་གི་སྐྱེད་ཚལ་ལྟར་གངས་ལས་འདས་པ་དེ་དག་གི་ཟེ་འབྲུ་ལ་འཆགས་པའི་རོ་བཅུད་ལ་ལོངས་
 སུ་སྐྱོད་པའི་ལེས་སྐྱོད་ཀྱི་གཤོག་ཟུང་། བཙུན་པས་བར་མེད་དུ་གཡོ་བའི་རྐང་བ་བྲག་བ་ལྟ་བུའི་
 དེང་དུས་ཀྱི་སློབ་གསལ་བ་རྣམས་ནི། འདི་གཉེན་གྱི་དཔེར། བྱ་རེ་རེའི་མཚུ་ནས་སྐད་རེ་
 འབྲིན། །ཞེས་པ་ལྟར་སློབ་གསལ་བ་སོ་སོ་ལ་ཁས་ལེན་གྱི་འདྲིན་མཚམས་ཡང་སོ་སོར་ལས་སྐྱི་ལ་
 ཁུབ་པའི་འདྲིན་མཚམས་ལེག་མེད་པས་དེ་དག་གི་ཁས་ལེན་གྱི་འདྲིན་མཚམས་རྗེ་བཅུན་ཚོས་ཀྱི་
 རྒྱལ་མཚན་གྱིས་མཛད་པའི་རྣམ་འགྲེལ་ལེའུ་དང་པོའི་མཐའ་དཔྱོད་ལས་རྗེ་ལྟར་གསུངས་པ་ལྟར།
 དེ་ག་རང་ལ་ཤར་སྐྱོད་བྱུང་ན་ཅི་མ་རུང་སྟུང་པའི་ལྷག་བསམ་གྱིས་འདི་ལ་འབད་དོ། །

དེས་ན་གཞུང་འདི་འཆད་པ་ལ་ཁ་ཅིག་དགག་པ། རང་ལུགས་བཞག་པ། ཚོད་བ་སློང་བ་དང་
 གསུམ་ལས། དང་པོ་ཁ་ཅིག་ན་རེ། སྤང་རུང་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་རྣམ་འགྲེལ་ཅ་བས་དངོས་
 བསྟན་བཞི་དང་ལྷགས་བསྟན་བཞི་ཡོད་པ་ལས་རྣམ་འགྲེལ་རང་འགྲེལ་གྱིས་ཅ་བའི་དངོས་སུ་
 བསྟན་པ་བཞིའི་སྟེང་དུ་ཁུབ་བྱེད་འགལ་དམིགས་དང་ཁུབ་བྱེད་མ་དམིགས་གཉིས་ཁ་བསྐྱང་སྟེ་
 བྲག་དངོས་སུ་བསྟན་ཅིང་དེ་ལས་གཞན་དངོས་སུ་མ་བསྟན་པ་དེ་འགྲེལ་བར་གཉིས་ཁ་བསྐྱང་བ་
 བེ་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་ཟེར་ན། འོ་ན་རང་འགྲེལ་ལས་རྒྱ་འགལ་དམིགས་དང་རྒྱ་དང་འགལ་བའི་
 འབྲས་བུ་དམིགས་པའི་རྟགས་གཉིས་དངོས་སུ་མ་བསྟན་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་དེ་འཐད་པའི་ཕྱིར།
 འདོད་ན། རང་འགྲེལ་ལས། རྒྱ་མཚན་དང་འགལ་ན་ནི་གོ་བར་བྱེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་འདི་
 ན་བ་སྐྱེ་ལངས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཁྱད་པར་མེད་དེ། མེད་ཁྱད་པར་ཉེ་བ་ཅན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་
 ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །

འདིས་ནི་དེའི་འབྲས་བུ་ལས་ཀྱང་དེ་དང་འགལ་བའི་འབྲས་བུ་མེད་པར་རྟོགས་པར་བཤད་པ་
 ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་སྐྱོགས་འདི་ན་བ་སྐྱེ་ལངས་པ་ལ་སོགས་པ་དང་ལྷན་པའི་སྐྱེས་བུ་ཅན་མེད་དེ།
 དུ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །དེ་དང་འགལ་བ་བྱུང་བ་དེ་ཡང་གོང་དུ་རྒྱ་མ་གྲུབ་པ་ཁོ་

ནས་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། ཞེས་རྒྱ་ལགལ་དམིགས་དང་། རྒྱ་དང་ལགལ་བའི་འབྲས་བུ་དམིགས་པའི་
རྟགས་གཉིས་གསལ་བར་གསུངས་པ་དང་ལགལ་ལོ། །

ཡང་ཁ་ཅིག །རྣམ་འགྲེལ་རང་འགྲེལ་ལས་རང་བཞིན་ལགལ་དམིགས་དང་། འབྲས་བུ་ལགལ་
དམིགས། རྒྱ་མ་དམིགས་པ། རྒྱ་ལགལ་དམིགས། རྒྱ་དང་ལགལ་བའི་འབྲས་བུ་དམིགས་པ། རང་
བཞིན་མ་དམིགས་པ། འབྲས་བུ་མ་དམིགས་པ། ལགལ་འབྲས་བུ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཉེ་བརྒྱད་
དངོས་སུ་བསྟན་པ་དེར། རྣམ་ངེས་ཀྱིས་འབྲས་བུ་ལགལ་དམིགས་དང་། དངོས་འབྲས་མ་དམིགས་
པའི་རྟགས་གཉིས་ཁ་བསྐྱངས་སྟེ་སྣང་རུང་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་བཅུར་བྱས་ནས་བཤའ་བ་དེ།
ཐར་ལམ་གསལ་བྱེད་ལས་འགྲེལ་བར་གཉིས་ཁ་བསྐྱང་བ་ནི་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་ཏེ། འགྲེལ་བར་
གཉིས་ཁ་བསྐྱང་བ་ནི་ཞེས་ར་སྐྱ་ཡོད་པས་ར་སྐྱའི་དོན། ལ་སྐྱ་ལ་འཇུག་པས་འགྲེལ་བ་ལ་རྟགས་
གཉིས་ཁ་བསྐྱང་ཞེས་བཤའ་དགོས་གང་ཞིག ། འགྲེལ་བས་འགྲེལ་བར་རྟགས་གཉིས་ཁ་བསྐྱང་
ཞེས་བཤའ་དུ་མི་རུང་བའི་ཕྱིར། ཞེས་བེད་བ་ཡང་མི་འཐད་དེ། སྤྱིར་ར་སྐྱ་ལ་སྐྱ་ལ་འཇུག་པ་ཡོད་
ཀྱང་ར་སྐྱ་ཀུན་ལ་སྐྱ་ལ་བཤའ་མི་དགོས་ཏེ། ལ་སྐྱ་དང་ལ་དོན་ལ་འབྲས་བུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེ་
ལྟར་མིན་པར་འབྲས་བུ་མེད་དུ་བཤའ་དགོས་ན། ཅ་བར་དེ་ལྟར་བཤའ་ཅེས་དང་། ལྷོ་རྒྱུ་གསུངས་
སོ། འབྲས་བུ་དམིགས། མི་སྣང་བར་བྱས་ཞེས་པའི་ར་སྐྱ་ཀུན་ལ་སྐྱར་ཁོད་རི་ལྟར་འགྲེལ། གང་ཁ་
བསྐྱང་བྱའི་རྟགས་གཉིས་ཀྱང་ཁོད་ཀྱིས་བཤའ་པའི་རྟགས་གཉིས་ལ་མི་བྱེད་དེ། འབྲས་བུ་ལགལ་
དམིགས་དང་། འབྲས་བུ་མ་དམིགས་པ་གཉིས་ལ་བྱེད་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ལྷོ་མ་རྗེ་བཅུན་
པས་མཚན་པའི་ལེའུ་དང་པོའི་མཐའ་དཔྱོད་ལས། ལགལ་དང་འབྲས་བུ་དག་གྲུབ་དང་། ཞེས་པའི་
རང་འགྲེལ་ལས། འབྲས་བུ་ལགལ་དམིགས་གཉིས་བཤའ་ཅིང་དེ་ལས་མང་བ་མ་བཤའ་པའི་ཕྱིར།

དེ་ལྟར་ཡང་ཐར་ལམ་གསལ་བྱེད་ལས། འགྲེལ་བར་གཉིས་ཁ་བསྐྱང་བ་ནི། ཞེས་ཐར་ལམ་
གསལ་བྱེད་ཀྱི་ལུང་འདི་བྲངས་པ་ལ་འགྲེལ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཡང་ཁ་ཅིག རང་བཞིན་ལགལ་
དམིགས་ཀྱི་རྟགས་བསྟན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲས་བུ་ལགལ་དམིགས་དང་། རང་བཞིན་མ་དམིགས་
པའི་རྟགས་ལ་བརྟེན་ནས་དངོས་འབྲས་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་གཉིས་མཚོན་ནས་བསྟན་པ་དེ།

ཐར་ལམ་གསལ་བྱེད་ལས། འགྲེལ་བར་གཉིས་ཁ་བསྐྱང་བ་ནི་ཞེས་པའི་ཁ་བསྐྱང་ཚུལ་ཡིན་ཟེར་
ན། འོ་ན་སྤང་རུང་མ་དམིགས་པའི་དབྱེ་བ་དང་ཚོད་སྤོང་གི་སྐབས་སུ་རང་འགྲེལ་ལས་སྤང་རུང་མ་
དམིགས་པའི་ཉམས་བཅུ་དངོས་སུ་བསྟན་པར་ཐལ། ཅུ་བས་བསྟན་པ་བརྒྱད་ཀྱི་སྟེང་དུ་འབྲས་བུ་
འགལ་དམིགས་དང་། དངོས་འབྲས་མ་དམིགས་པའི་ཉམས་གཉིས་ཀྱང་ཁ་བསྐྱང་སྟེ་བསྟན་པའི་
ཕྱིར། འདོད་ན་ཁྱོད་རང་འགྲེལ་ཡང་ཡང་གཟིགས་ཤིག་ཅེས་བསྐྱེད་པ་ལས་ཚོད་པ་མི་བྱའོ། །

གཉིས་པ་རང་ལུགས་བཞག་པ་ནི། གང་ལ་ཁ་བསྐྱང་བ་ནི། འགལ་དང་འབྲས་བུ་དག་གྲུབ་
དང་། །རྒྱ་དང་ངོ་བོ་ལྟར་རུང་བའི། །བདག་ཉིད་དག་ནི་མ་གྲུབ་པ། །མེད་དོན་ཅན་མི་དམིགས་ཅུ་
བཞི། །ཞེས་པའི་མ་དམིགས་པའི་ཉམས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བསྟན་པའི་ཅུ་མ་འགྲེལ་ཅུ་བ་ལ་ཁ་བསྐྱང་། གང་
གིས་ཁ་བསྐྱང་བ་ནི། ཅུ་མ་འགྲེལ་རང་གིས་ཁ་བསྐྱང་། གང་ཁ་བསྐྱང་བ་ནི། འགལ་དང་ཞེས་པའི་
ཅུ་བས་ཤུགས་བསྟན་ཀྱི་ཁྲུབ་བྱེད་འགལ་དམིགས་དང་། ངོ་བོ་ལྟར་རུང་བའི་བདག་ཉིད་དང་ནི་
མ་གྲུབ་པ་ཞེས་པའི་ཅུ་བས་ཤུགས་བསྟན་ཀྱི་ཁྲུབ་བྱེད་མ་དམིགས་པའི་ཉམས་གཉིས་ཁ་བསྐྱང་།
ཚུལ་རི་ལྟར་ཁ་བསྐྱང་བ་ནི། དབྱེ་བའི་སྐབས་སུ་ཅུ་བས་དངོས་སུ་མ་བསྟན་པར་ཤུགས་ལ་བསྟན་
པ་དག་འགྲེལ་བས་ཚིག་གིས་ཟེན་པར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་སྒོ་ནས་ཁ་བསྐྱང་ཞེས་སྤྲོད། །

འགྲེལ་བར་གཉིས་ཁ་བསྐྱང་བ་ནི་ཞེས་པའི་ཚིག་གི་དོན་ནི། འགྲེལ་བར་ཉམས་བྱེད་འགལ་
དམིགས་དང་ཁྲུབ་བྱེད་མ་དམིགས་པ་༽གཉིས་ཉམས་སུ་བསྟན་ནས་༽ཁ་བསྐྱང་བཉམ་དགོས་
པ་༽ནི། ཉམས་འགལ་དང་ཞེས་པའི་ཅུ་བས་༽རང་བཞིན་འགལ་དམིགས་ཉམས་ཀྱི་ཉམས་དངོས་སུ་བསྟན་
ནས་རང་བཞིན་འགལ་དམིགས་ཀྱི་ཉམས་ཀྱིས་འགོག་ཅུ་ན་ཁྲུབ་བྱེད་འགལ་དམིགས་ཀྱིས་
ཀྱང་འགོག་ཅུ་ཞེས་ཁྲུབ་བྱེད་འགལ་དམིགས་ཀྱི་ཉམས་ཤུགས་ལ་འཕངས་པ་༽དང་ཉམས་སུ་
ལྟར་རུང་བའི་བདག་ཉིད་དག་ནི་མ་གྲུབ་པ་ཞེས་པའི་ཅུ་བས་༽རང་བཞིན་མ་དམིགས་པ་ཉམས་
ཉམས་དངོས་སུ་བསྟན་ནས་རང་བཞིན་མ་དམིགས་པའི་ཉམས་ཀྱིས་འགོག་ཅུ་ན་ཁྲུབ་བྱེད་མ་
དམིགས་པས་ཀྱང་འགོག་ཅུ་ཞེས་ཁྲུབ་བྱེད་མ་དམིགས་པའི་ཉམས་ཤུགས་ལ་འཕངས་པས་ཅུ་མ་

ཅ་དེ་ཤེག་ཉིས་ཀྱིས། རྒྱུ་རྒྱུ་བཞེན་ལགལ་དམིགས་དང་རང་བཞེན་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་གཉིས་
 དངོས་སུ་བསྟན་ཅིང་རྟགས་དེ་ཤེག་ཉིས་རྒྱུ་རྒྱུ་སྒྲོན་པས་ཤེག་ཉིས། རྟགས་གཞན་རྒྱུ་རྒྱུ་ལགལ་
 དམིགས་དང་། རྒྱུ་རྒྱུ་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཤེག་ཉིས་པའི་ཚུལ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཅ་ལ་བརྟེན་ནས་གོ་མི་
 ལུས་པའི་གཏུལ་བྱས་ཤེག་ཉིས་པར་བྱ་བའི་ཆེད་དུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལགལ་ལས་རྒྱུ་རྒྱུ་ལགལ་དམིགས་དང་
 ། རྒྱུ་རྒྱུ་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་གཉིས་ཁ་བསྐྱང་ནས་ཤེག་ཉིས་ཉེ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། རྒྱུ་རྒྱུ་
 པའི་དོན་ནོ། ཤར་ལམ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་ཆོག་རྟགས་གཉིས་ཀྱིས། ཞེས་པ་འདི་རང་བཞེན་ལགལ་
 དམིགས་དང་རང་བཞེན་མ་དམིགས་པ་གཉིས་བསྟན་བྱེད་ཀྱི་ཅ་བ་དང་དེས་བསྟན་པའི་རྟགས་
 གཉིས་ཀ་ལ་སྒྲོན་དུ་རྒྱུ་རྒྱུ་བར་སྐྱང་དོ། མཚོན་ནས་བསྟན་ཞེས་པ་ལ་ཡང་གོ་རྒྱུ་གཞན་ཞིག་ཡོད་
 པ་ནི། ལགལ་དང་ཞེས་པས་རང་བཞེན་ལགལ་དམིགས་དངོས་སུ་བསྟན་ནས་རང་བཞེན་ལགལ་
 དམིགས་ཀྱིས་འགོག་ལུས་ན་རྒྱུ་རྒྱུ་ལགལ་དམིགས་ཀྱིས་ཀྱང་འགོག་ལུས་ཞེས་རྒྱུ་རྒྱུ་
 ལགལ་དམིགས་ཀྱི་རྟགས་ལུགས་ལ་འཕངས་པ་དང་། རོ་བོ་ལྟར་རྒྱུ་རྒྱུ་བའི་བདག་ཉིད་དག་ནི་མ་
 གྲུབ་པ་ཞེས་པས་རང་བཞེན་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་དངོས་སུ་བསྟན་ནས་རང་བཞེན་མ་དམིགས་
 པས་འགོག་ལུས་ན་རྒྱུ་རྒྱུ་མ་དམིགས་པས་ཀྱང་འགོག་ལུས་ཞེས་རྒྱུ་རྒྱུ་མ་དམིགས་པའི་
 རྟགས་ལུགས་ལ་འཕངས་པའི་འཕེན་ཚུལ་དེ་དག་རང་ལགལ་ལས་དངོས་སུ་བསྟན་པས། དེ་ལ་
 བརྟེན་ནས། རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་བའི་བདག་ཉིད་དག་ནི་མ་གྲུབ་པ་ཞེས་པས་ཀྱང་རྒྱུ་རྒྱུ་ལགལ་དམིགས་
 དང་། རྒྱུ་རྒྱུ་ལགལ་བའི་འབྲས་བུ་དམིགས་པའི་རྟགས་གཉིས་ལུགས་ལ་འཕངས་པར་གོ་ལུས་
 པས་ན་མཚོན་ཉེ་བསྟན་ཞེས་པ་ཡིན་ནོ། དཔེར་ན་ལྷུང་བཟེད་མི་ཤེས་པའི་གང་ཟག་ལ། ལྷོན་པའི་
 རྒྱུ་རྒྱུ་ཡོད་པའི་ལྷུང་བཟེད་གཅིག་བསྟན་པ་ན་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ལྷུང་བཟེད་གཞན་ཡང་གོ་ལུས་པ་
 བཞེན་ནོ།།

གསུམ་པ་རྩོད་པ་སྒྲོང་བ་ནི། རེ་ཞིག་བཞག་གོ། འདིར་ཐོབ་དགོ་བས་སེམས་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་ཀུན། རིག་
 ཅར་གཞོན་པའི་ཤེས་རབ་འོད་པོ་ཆེ། རྒྱུ་རྒྱུ་བའི་སེམས་ཀྱི་མཁའ་ལ་ཉེར་མཛེས་པས། ཤེས་བྱ་
 ལུལ་ཀྱི་དེ་ཉིད་མཛོད་ལྷུང་ཅིག རྟགས་ཡང་སྐབ་བསྟན་གླིང་འདིའི་ས་ཆེན་ཀུན། རབ་མཚམས་

མེད་པར་ཁྱབ་པར་བྱེད་པ་དང་། །འགྲོ་ལ་པན་བདེའི་སྲོག་གི་སྦྱང་པོ་ཉིད། །སྦྱིན་མཛད་གངས་ཚན་
མགོན་དེ་རྟལ་གྱུར་ཅིག །སྦྱེས་པ། །ཉེ་ཉེ་གྲོགས་དག་རང་གི་འདོད་ཕྱོགས་ལ། །ཉ་ཅང་ཞེན་ཉེ་
གཙམ་གས་སུ་མི་འཛིན་བར། །གཟུ་བོར་ཡང་ཡང་བཙོན་པས་དབྱུང་པ་ན། །གཞུང་གི་དངོས་དོན་
མཐོང་ལ་ཐག་མི་རིང་། །གཞན་གྱིས་ཚོད་ཆེ་ཤེས་རབ་མདའ་བཞིན་སྲོངས། །རིགས་པས་གཞོད་ན་
ཁས་ལན་མར་བཞིན་བྱོས། །རང་གིས་རྒྱལ་ཆེ་བའི་ཉེས་གཞུང་བཞིན་ཁྱུག །སྒྲོ་གྲོས་སྒྲོག་བཞིན་
དཔྱོད་ན་མཁས་མི་རིང་། །དགའོ། །བཟུ་ཤེས་པར་གྱུར་ཅིག །།

ཡིད་མངོན་ལ་དབྱུང་བ།

སེར་བྱེས་ལྷ་རམས་པ་འབྲི་རུ་ཐོགས་མེད།

སྒྲོན་པ་ཚད་མ་འཕྲུལ་ཀླུ་པོ་ཡི།།
བསྟན་པ་གསལ་མཛད་ཕྱོགས་སྐང་ཡབ་སྐུ་དང་།།
སྒྲོ་དམན་རིགས་ལམ་སྐང་བ་སྦྱིན་མཛད་པའི།།
བཀའ་འདྲིན་ཅན་གྱི་ཡོངས་འཛིན་རྣམས་ལ་འདུད། །

འདིར་གང་བཤད་པར་བྱ་བ་ནི་ཡིད་མངོན་གྱི་སྐོར་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་རྣམ་འབྱོར་མངོན་སུམ་དང་
། གཞན་སེམས་ཤེས་པའི་མངོན་ཤེས་སོགས་སྦྱིར་ཡིད་མངོན་ཡིན་ཀྱང་། འདིར་ཚུར་མཐོང་རྒྱུད་
གྱི་དབང་པོའི་ཤེས་པས་བྱངས་པའི་ཡིད་མངོན་བཤད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་། མདོ་ལས། བཞུགས་
ཤེས་པ་ནི་རྣམ་གཉིས་ཉེ། །མིག་དང་ཡིད་ལ་བརྟེན་པའོ། །ཞེས་དང་། ཕྱོགས་གྱི་སྐང་པོས་ཡིད་

ཀྱང་དོན་དང་ལྡན་པ་ཞེས་ཡིད་མངོན་ཡོད་པར་བསྟན་པའི། གཞུང་འདི་དག་གི་སྐབས་ནས་བསྟན་
པའི་ཡིད་མངོན་ལ་འདིར་བསྟན་ཡིད་མངོན་ཞེས་བྲལ། དེ་ཡོད་པའི་སྐབས་བྲེད། སྐྱེ་ཚུལ། མདོ་སྡེ་
པའི་ལུགས་ཀྱི་རྒྱན་གསུམ་དོས་བཟུང་བ། དེ་དག་གི་དོན་ལ་དོགས་པ་གཙོད་པ་དང་བཞི་ལས།
དང་པོ་ནི། འདིར་བསྟན་ཡིད་མངོན་ནི་དུས་མཐའི་སྐད་ཅིག་མར་གྱུར་པའི་མངོན་སུམ་ཡིན་པས།
ཚུར་མཐོང་རྒྱུད་ཀྱི་ཡིད་མངོན་དེ་སྤང་ལ་མ་དེས་པའི་སྒོ་ཡིན་ལ། དེ་ཡོད་པ་མངོན་སུམ་དང་དངོས་
སྒྲོབས་གང་གིས་མི་འགྲུབ་པས། ལུང་ལ་བརྟེན་ནས་བསྐྱབས་པ་ཡིན་ནོ།

སྐྱབ་ཚུལ་ནི། གཞུགས་ཤེས་པ་ནི་རྣམ་གཉིས་ཏེ། །མིག་དང་ཡིད་ལ་བརྟེན་པའོ། །ཞེས་
པའི་སྐབས་ཀྱི་ཡིད་ལ་བརྟེན་པའོ། །ཞེས་པའི་གཞུང་ཚོས་ཅན། རང་གི་བསྟན་བུའི་དོན་ལ་མི་བསྐྱབ་
བ་ཡིན་ཏེ། དབྱེད་གསུམ་དག་པའི་ལུང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་རྟགས་ལས་འགྲུབ་
བ་ཡིན་ཏེ། སྒོ་བ་དཔོན་ཚོས་མཚོག་གིས། ཡིད་ཀྱི་མངོན་སུམ་བསྐྱབ་པ་ལ་ཚད་མ་གཞན་བཅའ་
བར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་ཚད་མ་གཞན་བཅའ་བར་མི་བྱ་ཞེས་པས། ཚད་མས་གྲུབ་པ་ནི་ཡིན་
ལ། གཞན་མི་བཅའ་ཞེས་པས། ཡིད་ཆེས་ཀྱི་ཚད་མ་ལས་གཞན་བཅའ་བར་མི་བྱ་ཞེས་པ་ཡིན་ནོ།

ཁ་ཅིག་ཤེས་པ་ཡིན་ན་རང་སྤོང་རང་རིག་མངོན་སུམ་གྱིས་གྲུབ་དགོས་པས་ཤིན་ཏོག་ཏུ་
འགལ་བར་བཅད་པ་ལ། ཚུར་མཐོང་རྒྱུད་ཀྱི་དུས་མཐའི་སྐད་ཅིག་མས་ཁྱད་པར་དུ་བྲེད་པའི་ཤེས་
པ་དང་། ཉིན་ཞག་གཅིག་ལ་དུས་ཀྱི་སྤང་བའི་མཐར་ཐུག་པའི་ཤེས་པའི་གངས་ཇི་ཅམ་བརྒྱུད་པ་
སོགས། རང་སྤོང་རང་རིག་གིས་མ་རྟོགས་པར་གསུངས་སོ།

གཉིས་པ་སྐྱེ་ཚུལ་ལ་གཉིས། གཞན་ལུགས་དག་ག་པ་དང་། རང་ལུགས་བཞག་པའོ། །ཁ་
ཅིག །གཞུགས་འདྲིན་དབང་མངོན་ཁོ་ན་ཡིན་པ་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་ཁོ་ན་སྐྱེ་ཡི། དེ་མན་ཚད་སྐད་
ཅིག་གཉིས་པ་སོགས་དབང་མངོན་དང་ཡི་མངོན་གཉིས་ཀ་ཡིན་ཟེར། དེ་འགོག་པ་ལ། རིགས་
རྒྱན་ 59 ལས། གཞུགས་འདྲིན་དབང་མངོན་སྐད་ཅིག་སྤྲ་མ་དང་ཕྱི་མ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་གཉིས་
དབང་ཤེས་ཁོ་ན་ཡིན་མིན་གྱི་ཁྱད་པར་མེད་པར་ཐལ། ཁྱོད་གཉིས་རང་གི་བདག་རྒྱུན་དབང་པོ་

གཟུགས་ཅན་ལས་དངོས་སུ་སྐྱེས་པའི་གཞན་རིག་གི་ཤེས་པར་མཚུངས་པའི་ཕྱིར། བསལ་བ་
ཁས། གཞན་ཡང་། ཚད་མ་མདོར། ཡིད་ཀྱང་དོན་དང་ཞེས་པའི། ཀྱང་སྐྱ་སྐྱོས་པ་དོན་མེད་པར་
ཐལ། ཁྱོད་ལྟར་ན་ཡིད་ཀྱང་དོན་དང་ཞེས་པའི་དོན། དབང་མངོན་གཟུང་དོན་ལ་མ་འཇུག་པར་
མ་ཟད་དབང་མངོན་ཡང་གཟུང་དོན་ལ་མ་འཇུག་ཞེས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། ཉགས་ཁས། གཞན་
ཡང་། རྒྱ་གཉིས་གསལ་བར་སྤང་བའི་དབང་ཤེས་ཕྱི་མ་རྣམས་ཡིད་སྲོའ་འཇུག་པར་ཐལ། དབང་
མངོན་སྐྱད་ཅིག་གཉིས་པ་མན་ཚད་ཡིད་མངོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་ཁས། འདོད་མི་རུས་ཏེ། སྡོ་
དང་རྒྱ་གཉིས་ལ་སོགས་སྒོའི། །ཞེས་པའི་གཞུང་དང་འགལ་བའི་ཕྱིར་ཞེས་གསུངས།

ཡང་ཁ་ཅིག །དང་པོར་དབང་མངོན་སྐྱད་ཅིག་མ་གཅིག་སྐྱེ། དབང་མངོན་སྐྱད་ཅིག་གཉིས་
པའི་སྐབས་སུ་དབང་མངོན་སྐྱད་ཅིག་དང་པོས་བྲངས་པའི་ཡིད་མངོན་སྐྱད་ཅིག་དང་པོ་དང་། དབང་
མངོན་སྐྱད་ཅིག་དང་པོའི་ཉེར་འབྲས་དབང་མངོན་སྐྱད་ཅིག་གཉིས་པ་གཉིས་དུས་མཉམ་དུ་སྐྱེ་བ་
ནས་ཡིད་མངོན་སྐྱད་ཅིག་ཐ་མའི་བར་དུ། དབང་མངོན་དང་ཡིད་མངོན་གྲངས་མཉམ་དུ་སྐྱེ་བར་
འདོད། དེ་ལ་ཁ་ནང་ལྷ་རང་རིག་འགྲོས་གཅིག་དང་། ཕྱི་ལྷ་དོན་རིག་གི་འགྲོས་གཉིས་ཏེ། མངོན་
སུམ་འགྲོས་གསུམ་ཡིན་ཞེས་ཟེར། དེ་འགོག་པ་ལ། རང་ལྷ་རང་རིག་འགྲོས་གཅིག་པའི་དོན།
དབང་མངོན་སྐྱད་ཅིག་གཉིས་པ་དང་ཡིད་མངོན་སྐྱད་ཅིག་དང་པོ་གཉིས་ཉམས་སྲོང་རང་རིག་
གཉིས་ཁ་ནང་ལྷ་དུ་མཚུངས་པས་ཡིན་ན། སྲོང་བྱ་གཉིས་ཀྱང་ཁ་ཕྱི་ལྷ་མཚུངས་པས་འགྲོས་
གཉིས་པ་ཅན་དུ་འགྱུར་ཞེས་འགོག་པར་མཛད་དོ། །

རིགས་རྒྱུན་དང་ཐར་གསལ་སོགས་ལས་འགྲོས་གསུམ་པའི་སྐྱེ་ཚུལ་དེ་བཀག་ནས།
རྒྱུན་མཐར་སྐྱེས་པ་འཐད་ཕྱོགས་སུ་མཛད་ཀྱང་། སྡེ་བདུན་ཡིད་ཀྱི་ལྷན་སེལ་ལས་ ༡༥༧ སྐྱེ་ཚུལ་
ལྟེ། དང་པོར་དབང་མངོན་སྐྱད་ཅིག་མ་གཅིག་སྐྱེ་ལ། དེའི་རྗེས་སུ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་མ་ཐག་རྒྱུན་བྱས་
ཤིང་། དེ་དང་དུས་མཉམ་པའི་དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་པས་བདག་རྒྱུན་དང་། དེའི་གཟུང་དོན་གྱི་
སྐྱད་ཅིག་གཉིས་པས་དམིགས་རྒྱུན་བྱས་པ་ལས་དབང་མངོན་སྐྱད་ཅིག་གཉིས་པ་སྐྱེ་ཞིང་། དེ་དང་
དུས་མཉམ་དུ་ཡིད་མངོན་སྐྱད་ཅིག་དང་པོ་སྐྱེ་ལ། དེའི་དེ་མ་ཐག་རྒྱུན་དང་དམིགས་རྒྱུན། དབང་

མངོན་སྐྱོད་ཅིག་གཉིས་པ་དང་ཁྱད་པར་མེད་ཅིང་། བདག་རྒྱུན་ནི་དབང་མངོན་སྐྱོད་ཅིག་དང་པོའི་
 དུས་ཀྱི་ཡིད་དབང་ལས་སྐྱེ་ཞིང་། དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་ལས་མི་སྐྱེ་བ་ཁྱད་པར་རོ། དེ་ལྟ་བུ་
 ཡིད་དབང་སྐྱོད་ཅིག་གཉིས་པ་དང་། དབང་མངོན་སྐྱོད་ཅིག་གཉིས་པ་དུས་མཉམ་པ་ནས། མཐར་
 གཉིས་ཀ་ཡང་དུས་མཉམ་དུ་འགག་པའི་བར་སྤར་བཞིན་ཤེས་པར་བྱའོ། ཞེས་དང་། འགོ་བཅི་
 བ་ནི་དོན་རིག་མངོན་སུམ་གྱི་རྒྱུན་འགོ་བ་ན་མངོན་སུམ་རིགས་མི་འདྲ་ཇི་ཅམ་ཞིག་དུས་མཉམ་
 དུ་འགོ་བཅི་བ་ཡིན་གྱི། དུལ་དང་བདག་རྒྱུན་རྗེས་ཇི་ཅམ་ཞིག་འགོ་བཅི་བ་མིན་ནོ། ཞེས་རང་
 ལུགས་སུ་མཛད་པས། དོན་རིག་ལ་གཉིས་བཅི་ན་རང་རིག་ལའང་གཉིས་བཅི་དགོས་སུམ་བ་ནི་
 འགོ་བཅི་གཞི་མངོན་སུམ་རིགས་མི་འདྲ་བ་དུས་མཉམ་དུ་ཇི་ཅམ་སྐྱེ་བཅི་བ་མ་དགོངས་པ་ཡིན་
 པར་གསུངས། ཡང་ཁ་ཅིག ། དང་པོ་དབང་མངོན་སྐྱོད་ཅིག་མ་གཅིག་སྐྱེ། དེ་ནས་ཡིད་མངོན། དེ་
 ནས་དབང་མངོན། མཐར་ཡིད་མངོན་ཏེ། དབང་མངོན་དང་ཡིད་མངོན་སྐྱེལ་ནས་སྐྱེ་བར་འདོད་པ་
 དེ་འགོག་པ་ལ། དབང་མངོན་སྐྱོད་ཅིག་སྤྱི་སྤྱི་གཉིས་ལུལ་བར་མ་ཆད་དུ་མི་འདྲིན་པར་ཐལ། ཡིད་
 མངོན་གྱིས་བར་ཚོད་པའི་བྱིར། ཞེས་སོགས་གྱིས་འགོག།

གཉིས་(སྐྱེ་ཚུལ་རང་ལུགས་བཞག)པ་ནི། རྒྱུན་མཐར་སྐྱེས་པ་ཡིན་ཏེ། སློབ་དཔོན་ཚོས་
 མཚོག་གིས། ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་ཡང་མིག་གིས་བྱེད་པ་འདས་པ་དེའི་ཚེ་མངོན་སུམ་དུ་
 འདོད་དོ། མིག་བྱེད་པ་དང་ལྡན་པའི་ཚེ་ནི་གཟུགས་ཤེས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཐམས་ཅད་མིག་ལ་
 བརྟེན་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གང་ཡང་མིག་ལ་བརྟེན་པ་མི་འཐད་པར་
 འགྱུར་རོ། ཞེས་དང་།

ཐར་ལམ་གསལ་བྱེད་ལས། དབང་མངོན་ཐ་མ་དེའི་གཟུང་དོན་གྱི་རིགས་འདྲ་སྐྱོད་ཅིག་
 གཉིས་པ་ནི། ཡིད་མངོན་དེའི་དམིགས་རྒྱུན་ཡིན་ནོ། དེས་ན་དབང་མངོན་རྗེས་པའི་རྗེས་དེར་
 ཡིད་མངོན་དུས་ཀྱི་སྤང་བའི་མཐར་སྐྱོད་ཅིག་མ་གཅིག་སྐྱེ་བ་ཡིན་ནོ། ཞེས་སོགས་གྱིས།
 མིག་གཟུགས་ལ་ལྟ་བཞིན་པའི་གནས་སྐབས་ན་གཟུགས་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བས་ཤེས་པ་ཡིན་
 ན་དབང་ཤེས་ཡིན་དགོས་པར་གསུངས་སོ།།

གསུམ་(མདོ་སྡེ་པའི་ལུགས་ཀྱི་ཡིད་མངོན་གྱི་རྒྱུན་གསུམ་ངོས་གཟུང་བ)ནི། ཐར་གསལ་ལས། གཟུགས་འཛིན་དབང་པོའི་མངོན་སུམ་ལྟ་བུ་སྐྱེ་བའི་གཅིག་གི་དབང་མངོན་སྐྱད་ཅིག་ཐ་མ་དེ་ལ་ཡོད་པའི་ཡིད་མངོན་རང་དབང་དུ་བསྐྱེད་པའི་ཆ་བདག་རྒྱུན་དང་། ཟློང་བར་བསྐྱེད་པའི་ཆ་དེ་མ་ཐག་རྒྱུན་ཡིན་པས་རྗེས་གཅིག་ལ་ལྡོག་པ་ལགས་བ་ཡིན་ནོ། དབང་མངོན་ཐ་མ་དེའི་གཟུང་དོན་གྱི་རིགས་འབྲས་སྐྱད་ཅིག་གཉིས་བ་ནི། ཡིད་མངོན་དེའི་དམིགས་རྒྱུན་ཡིན་ནོ།

དེས་ན་དབང་མངོན་རྗེས་པའི་རྗེས་དེར་ཡིད་མངོན་དུས་ཀྱི་སྤང་བའི་མཐར་ཐུག་པའི་སྐྱད་ཅིག་མ་གཅིག་སྐྱེ་བ་ཡིན་ནོ། ཞེས་གསུངས་པས། དབང་མངོན་སྐྱད་ཅིག་ཐ་མ་དེས་གཟུགས་འཛིན་ཡིད་མངོན་རང་དབང་དུ་བསྐྱེད་པའི་ཆ་ནས་བདག་རྒྱུན་དང་། ཟློང་བ་གསལ་རིག་བསྐྱེད་པའི་ཆ་ནས་དེ་མ་ཐག་རྒྱུན་དུ་བཞག་པས། མདོར་ན་དབང་མངོན་སྐྱད་ཅིག་ཐ་མ་དེ་དེ་འབྲའི་ཡིད་མངོན་གྱི་བདག་རྒྱུན་དང་དེ་མ་ཐག་རྒྱུན་གཉིས་ཀ་ཡིན་ནོ། དམིགས་རྒྱུན་ནི་གཟུགས་འཛིན་དབང་མངོན་སྐྱད་ཅིག་ཐ་མ་དང་དུས་མཉམ་གྱི་གཟུགས་འཛིན་དབང་མངོན་སྐྱད་ཅིག་ཐ་མའི་དམིགས་རྒྱུན་གྱི་རིགས་འབྲས་སྐྱེ་བ་གཅིག་ལ་འཛོག་པ་ཡིན་ནོ།།

བཞི་པ (དེ་དག་གིས་དོན་ལ་དོགས་བ་བཅོད་པ་ལ)ནི། རང་རྒྱུད་ལ་ཡིད་མངོན་ཡོད་པ་གང་གི་འགྲུབ་ཅེ་ན། རང་རྒྱུད་ལ་དབང་མངོན་སྐྱེ་བར་དངོས་སྟོབས་ཀྱི་ཚད་མས་གྲུབ་པ་ན། དབང་མངོན་གྱི་རྗེས་སུ་ཡིད་མངོན་ངེས་བར་སྐྱེ་བས་ཁྲུབ་པ་དབྱེད་པ་གསུམ་གྱིས་དག་པའི་ལུང་གི་རྟགས་ལ་བརྟེན་ནས་ཡིད་ཚེས་རྗེས་དཔག་གིས་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། ཞེ་ན། འོ་ན་དབང་མངོན་ཡིན་ན་ཁྱོད་ཀྱི་ཡིད་མངོན་འབྲེན་པས་ཁྲུབ་པར་ཐལ། འདོད་ན་སྤང་ལ་མ་ངེས་པའི་དབང་མངོན་གྱིས་ཡིད་མངོན་འབྲེན་ཡང་དབང་མངོན་ཡིན་ན་ཡིད་མངོན་འབྲེན་པས་མ་ཁྲུབ་ཀྱང་། དབང་མངོན་ཚད་མ་ལ་ཁྲུབ་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། མར་མེ་སྐྱད་ཅིག་ཐ་མ་འཛིན་པའི་དབང་མངོན་ཚད་མ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། འདོད་ན། མར་མེ་སྐྱད་ཅིག་ཐ་མ་ལ་རིགས་འབྲས་སྐྱེ་བ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་འཛིན་པའི་དབང་མངོན་གྱིས་དངོས་སུ་བྲངས་པའི་ཡིད་མངོན་ཡོད་པའི་སྤྱིར། ཁྲུབ་པར་ཐལ། ཡིད་མངོན་གྱི་དམིགས་རྒྱུན་ལ་རང་འབྲེན་བྱེད་ཀྱི་དབང་མངོན་སྐྱད་ཅིག་ཐ་མའི་གཟུང་དོན་གྱི་རིགས་འབྲས་སྐྱེ་བ་ལ་འཛོག་པ་

དགོས་པའི་ཕྱིར། དེ་ཐལ། ཐར་གསལ་ལས། དབང་མངོན་ཐ་མ་དེའི་གཟུང་དོན་གྱི་རིགས་འདྲ་སྐད་
ཅིག་གཉིས་པ་ནི། ཡིད་མངོན་དེའི་དམིགས་རྒྱུན་ཡིན་ནོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། མར་མེ་སྐད་
ཅིག་ཐ་མ་འཛིན་པའི་དབང་མངོན་གྱི་གཟུང་དོན་རིགས་འདྲ་སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་ཡོད་པར་འདོད་ན།
མར་མེ་སྐད་ཅིག་ཐ་མ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱི་རྗེས་རྒྱུན་གྱི་མ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ན། ཁྱོད་ཀྱི་ཉེར་
འབྲས་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ན་འདུས་བྱས་ཡིན་ན། ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱུ་ཡིན་པའི་ཁྲབ་པར་ཐལ་ལོ།

གཞན་ཡང་། ཁ་དོག་གི་རིགས་འདྲ་ཐ་མ་འཛིན་པའི་དབང་པོའི་མངོན་སུམ་ཚད་མ་ཚོས་
ཅན། ཁྱོད་ཀྱི་གཟུང་དོན་གྱི་རིགས་འདྲ་གྱི་མ་ཡོད་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཀྱིས་བྲངས་པའི་ཡིད་མངོན་
ཡོད་པ་གང་ཞིག། དེས་བྲངས་པའི་ཡིད་མངོན་ཡོད་ན། དེའི་དམིགས་རྒྱུན་ལ་རང་འབྲེན་གྱི་
དབང་མངོན་ཐ་མའི་གཟུང་དོན་གྱི་རིགས་འདྲ་གྱི་མ་ལ་གྱེད་དགོས་པ་ཐར་ལམ་གསལ་གྱེད་ལས་
གསུངས་པ་དེའི་ཕྱིར། ཉགས་དང་པོ་ཁས། ཁ་དོག་གི་རིགས་འདྲ་ཐ་མ་འཛིན་པའི་དབང་མངོན་གྱི་
གཟུང་དོན་ལ་རིགས་འདྲ་གྱི་མ་ཡོད་ཟེར་ན། ཁ་དོག་གི་རིགས་འདྲ་ཐ་མ་འཛིན་པའི་དབང་མངོན་
ཚད་མ་དེས་ཁ་དོག་གི་སྟེང་དུ་རགས་པའི་མི་རྟག་པ་རྟོགས་པའི་རྒྱུ་མཚན་ཁ་དོག་གི་རིགས་འདྲ་
ཐ་མ་དེ་རིགས་འདྲ་ཐ་མ་གཞན་དང་མཚམས་སྦྱོར་བ་མེད་པའི་འབྲེལ་མེད་དུ་ངེས་པའི་གནད་ཀྱིས་
མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ན། རྣམ་ཅུ་ལས། སྤྱི་ཡི་རྟེན་ནི་གྲུབ་པ་ན། །སྤྱི་དེ་ཉིད་ནི་གྲུབ་པ་ཡིན།།
ཞེས་པའི་ཐད་ཀྱི་ཐར་ལམ་གསལ་གྱེད་ལས། ཁ་དོག་གི་རིགས་འདྲ་ཐ་མ་འཛིན་པའི་དབང་པོའི་
མངོན་སུམ་ཚད་མ་ཚོས་ཅན། སྤྱི་ཁ་དོག་གི་མི་རྟག་པ་དེ་ཉིད་ནི་གྲུབ་པ་ཡིན་ཏེ། སྤྱིའི་རྟེན་ཁ་དོག་
སྐད་ཅིག་ཐ་མ་དེ་གཟུང་དོན་དུ་བྲས་པའི་སྒྲོན་པ་རིགས་འདྲ་ཐ་མ་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པ་ཅན་དུ་
གྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན་ཐར་གསལ་ལས། དབང་མངོན་གྱི་རྗེས་སུ་ཡིད་མངོན་
ངེས་པར་བསྐྱེད་པའི་ཁྲབ་པ་དབྱེད་པ་གསུམ་གྱིས་དག་པའི་ལུང་གི་རྟགས་ལ་བརྟེན་ནས་ཡིད་
ཚེས་རྗེས་དཔག་གིས་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། ཞེས་སོགས་ཀྱི་དོན་གང་ཞེ་ན། ཚུར་མཐོང་ལ་དབང་མངོན་
དུ་གྲུབ་པའི་ཚད་མ་ལ་ཡིད་མངོན་འབྲེན་པའི་ཁྲབ་པ་ལྟར་གསུངས་ཀྱང་། སྤྱི་སྐད་ཅིག་ཐ་མ་དང་

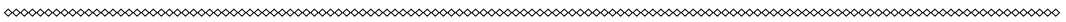
མར་མེ་སྐད་ཅིག་ཐ་མ་འཛིན་པའི་དབང་མངོན་ཚད་མ་སོགས་ལ་བྱུང་མེད་ཀྱི་ལན་འདེབས་དགོས་
སམ་སྦྲུམ་མོ།།

ཚད་མའི་གཞུང་ལ་ཅུང་ཟད་དཔྱད་པ་ལས།།

ཐོབ་པའི་དགོ་བས་མ་གྱུར་སེམས་ཅན་རྣམས།།

མི་ཤེས་གཉི་སྟག་སྟན་པ་ཡོངས་སེལ་ནས།།

སྡོ་མིག་རིག་པའི་སྤང་བ་རྒྱས་པར་ཤོག །



རང་འབྲིའི་འགན་དབང་།

རིགས་པའི་སྦྱ་གྲ།

དེང་གི་སྐབས་སུ་ཤེས་ལྡན་པ་དག་གིས་ཡང་ཡང་བསམ་གཞིག་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པར་ཤལ་ཆེ་
བས་ཤེས་གསལ་ལྟར་ལགས་ཀྱང་། ང་དང་ང་ལྟ་སུ་ཤེས་ཚོངས་པ་དག་ལ་ཕན་པར་རེ་བའི་བསམ་
བས་དེང་གི་སྐབས་འདྲུལ་ལས་ཀྱི་གདེང་འཛོག་ཆེས་ཚད་མཐོར་བྱིན་པའི་དགོས་མཁོ་དང་བསྦྱོར།
ནང་དོན་རིག་པའི་གཞུང་ལས་བཤད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་དགོས་དམིགས་འགའ་རེ་བཤད་ན་འདོད།

དེ་ཡང་གཞི་རྩར་གཞན་ཕན་སེམས་ཀྱི་འབྲེལ་སོ་དེ་ལ་སྟུག་ཡོད། གཞན་ཕན་སེམས་
ཀྱི་འབྲེལ་སོ་དེ་ཡང་ཚོས་ཁས་ལེན་མིན་ཇི་ལྟར་ཡང་ཉ་ཅང་དགོས་མཁོ་ཆེ་བར་མ་ཟད་མིའི་སྤྱི་
ཚོགས་མ་ཡིན་པའི་འགོ་བ་ཀུན་ལའང་ཕན་བདེའི་གཞི་རྩ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཚོགས་པ་དང་།
ཚད་འཛིན་བྱ་སའི་ཤེས་ཡོན་ཀུན་གྱིས་ཁས་ལེན་སྟབས་ལྷོད་པའི་དེང་གི་སྐབས་དར་བྱུང་ཆེ་བའི་རིག་

གསར་བ་དག་གིས་ཀྱང་ནང་དོན་རིག་པའི་གཞུང་ལས་བཤའ་དཔེ་རྟེན་འབྲེལ་ལྷོས་གྲུབ་ཀྱི་རྣམ་
 གཞག་དང་། འཛིག་རྟེན་ཀུན་སྒྲོན་རིག་པའི་རྣམ་གཞག་སོགས་ལའང་མཐུན་ཆ་ཆེ་བར་བརྟེན།
 དང་གི་སྐབས་ཉམས་ཞིབ་བྱེད་བཞིན་པ་མཐོང་ཚོས་སུ་ཡོད། འོན་ཀྱང་ལས་ལ་སྒྲོར་བ་པོ་བྱེ་བྲག་
 པ་ཞིག་གིས་རྣམ་དཔྱོད་མ་འདངས་བའི་རྒྱུ་གྱིས་སྐབས་རེར་འགལ་རྒྱུ་དུ་འགྱུར་སྲིད་ནའང་།
 དེ་ནི་གང་ཟག་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་གི་འོར་འཁྲུལ་བྱུང་བ་ཡིན་པ་ལས་ནང་དོན་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་
 སྤྱིའི་ལྷ་གྲུབ་སོགས་ལ་འགལ་བར་གྱུར་བ་གང་ཡང་མིན། དེ་ཡང་བསྐྱབ་དགོས་པ་ནི་འགྲོ་བ་མི་
 ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་མི་ཞིག་གི་བྱེད་སྒོ་གང་ཡིན་དང་། ཐོག་མ་ནས་མ་འོངས་བར་དགོས་མཁོ་
 རིམ་བར་བཤའ་ན། འགྲོ་བ་མི་ཞིག་གི་ཐོག་མ་གྱིས་པ་མའི་མངལ་དུ་ཡོད་པའི་གནས་སྐབས་ནས་
 མཐར་ཆས་ཤིང་མ་ཤིང་བར་དུ་ཡོངས་གྲགས་སུ་སྤྱི་ནང་ཀུན་གྱིས་འགྲོ་བ་མིའི་བདེ་སྤྱད་ལ་དོ་
 ལུང་གཙོ་བོར་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད།

ནང་དོན་རིག་པའི་གཞུང་གིས་མཚོན་པའི་སྐྱེ་བ་སྤྱི་མར་ཁས་ལེན་མཁན་བ་དག་གིས་དེ་
 ལས་གཏིང་ཟབ་བར་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྒྱུ་གྱི་ཐོག་ཆེ་འདིའི་བེམ་རིག་རྒྱུ་ཆད་ཀྱང་རྣམ་ཤེས་
 ཀྱི་འཇུག་པ་སྐྱེ་བ་སྤྱི་མར་རྒྱུ་ཆགས་སུ་གནས་པར་འདོད་པ་ཡིན། དང་གི་རིག་གསར་བ་དག་
 གིས་ཀྱང་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཐོག་བརྟེན་དབྱེད་བྱེད་ལུས་ཡིན་ཡང་གྲུབ་འབྲས་མཐིལ་སྤྱིན་པ་ཞིག་
 ད་ལྟའི་བར་དུ་ལག་སོན་བྱུང་མེད་ན་ཡང་། དང་གི་སྐབས་བརྟེན་དབྱེད་ཀྱི་འབྱུང་འབྲས་འབྲེལ་
 བརྗོད་མི་སྲུབ་པ་མང་དག་ཅིག་གསར་རྟེན་ཡོད་པར་བརྟེན་རྣམ་ཤེས་མེད་པར་སྐྱ་མི་ལུས་པ་ཡིན།
 རིག་གསར་བ་དག་གིས་མ་ཡི་མངལ་དུ་ཡོད་པའི་བྱིས་བ་སྤ་མོ་དེ་ཉིད་ཀྱི་བེམ་རིག་གི་ཉེར་ལེན་
 པ་མའི་ཁྱུ་ཁྱུ་ལས་གྲུབ་པ་ནང་པའི་གཞུང་ལས་བཤའ་བ་དེ་ལས་སྤ་བའི་རིགས་རྒྱུན་སྤ་རྣམས་ཀྱི་
 ཐོག་འབྲེལ་བརྗོད་བྱེད་བཞིན་ཡོད་ཀྱང་། དབང་ཅུ་མ་ལག་གི་སྒྲོག་བརྟེན་དང་མཐུན་མཚམས་ཀྱི་
 རྣམ་སྒྲོར་འབྱུང་སྤངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་དབང་པོའི་སྤྱིང་ཚོར་འབྱུང་བར་འབྲེལ་བརྗོད་བྱེད་པར་བརྟེན་
 རྣམ་པར་ཤེས་པའི་གོ་རྟོགས་མེད་པས་སྐྱེ་བ་སྤ་སྤྱི་ལས་ལེན་སྲུབ་ཐབས་མེད། སྐྱེ་བ་སྤ་སྤྱིའི་རྣམ་
 ཤེས་ཀྱི་འཇུག་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་སྤ་བའི་གཉུག་མའི་སེམས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ར་འཕྲོད་དགོས་པ་ལས། ཚོར་
 ཤེས་རགས་བ་དག་གིས་སྐྱེ་བ་སྤ་སྤྱིར་ངོས་ལེན་སྲུབ་ཐབས་མེད་པ་ཤེས་དགོས། བུམས་ལྡན་གྱི་

སྐྱེད་མ་ཞིག་གི་འཁྲིམ་སྲུ་འཚར་ལོངས་བྱུང་དང་འབྱུང་བཞིན་པའི་བྱིས་པ་ཚོ་ལ་མཚོན་ན་ཤེས་
 དགོས་པའི་གནད་དོན་ཁག་ཅིག་དང་། བསྐྱབ་དགོས་པའི་གནད་དོན་ཁག་ཅིག་ཡོད། བ་མའི་
 བྱམས་སྐྱོང་འོག་ཏུ་གནས་པའི་བྱིས་པ་ཞིག་དང་། བ་མ་མེད་པའམ་ཡང་ན་པ་མས་བྱམས་སྐྱོང་
 དེ་ཅམ་མེད་པའི་བྱིས་པ་ཞིག་དང་བསྐྱར་ན་གཞི་ནས་དེ་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་འབྱེད་ཐུབ། འོན་ཀྱང་
 དམིགས་བསལ་བ་འགའ་རེ་མ་གཏོགས་དེ་གཉིས་ལ་ཁྱད་པར་ཆེན་པོ་ཡོད། བ་མའི་བྱམས་སྐྱོང་
 འོག་ཏུ་འཚར་ལོངས་བྱུང་བའི་བྱིས་པ་ཞིག་ཡིན་ན་འཚར་ལོངས་བྱ་སའི་འཁོར་ལུག་བཟང་བར་
 བརྟེན་རང་ཉིད་ཀྱང་བྱམས་སྐྱོང་ཆེ་བ་དང་ཕན་སེམས་དང་མཐུན་ལམ་བཟང་བ་ཡོད། གཅིག་ཤོས་
 དེ་ལས་སློག་པ་ཡིན་པ་ཤེས་དགོས། དེར་བརྟེན་པ་མའམ་ཡང་ན་བྱིས་པ་འཚོ་སྐྱོང་བ་ཚོས་རྒྱན་
 དུ་རེས་པར་དོ་སྣང་དགོས་པ་དང་བསྐྱབ་དགོས་པར་སེམས། དེ་ནས་རིམ་གྱིས་འཚར་ལོངས་བྱུང་
 བས་གཞོན་ལུ་ལུ་སྲུ་སྐྱེ་བས་པའི་ཆེ་གཞོན་ལུ་དེའི་ཆེ་གང་རང་མགོ་ཐོན་པ་ཞིག་དགོས་པར་
 བརྟེན་འཛིག་རྟེན་འགྱུར་འགྲོས་དང་མཐུན་པའི་སློབ་སྐྱོང་སྐྱོད་དགོས་པ་ཏུ་ཅང་གི་གཤམ་ཆེན་ཡིན།
 དེ་ཡང་ཕྱི་ལོ་མཐུན་རྐྱེན་དཔལ་འབྱོར་སོགས་ནི་དོ་བདག་སོ་སོའི་ལུས་ཚོད་ལ་དཔགས་ནས་སློབ་
 སྐྱོང་གི་མཐུན་སྐྱོར་དགོས་པ་ལས་གནས་སྐབས་འཕལ་སེལ་དགོས་མཁོའི་ཆེད་བྱིས་པ་ཚོའི་ཆེ་
 གང་གི་བདེ་སྐྱིད་དང་འབྲེལ་བའི་སློབ་སྐྱོང་ལ་འཕུས་ཤོར་བཏང་ན་ཤིན་ཏུ་སློ་པམ་དགོས་པའི་ནོར་
 འཁྲུལ་ཞིག་ཡིན་པ་ཤེས་དགོས།

སློབ་སྐྱོང་གི་གོ་སྐབས་ཐུན་བྱ་ཐོབ་ནས་གཞོན་ལུ་དང་དར་མའི་གནས་སྐབས་སྲུ་དེ་ཉིད་ཀྱི་
 ལྷངས་འབྲས་དེ་དག་བེད་མེད་དུ་མ་གྱུར་པར་གཙོ་བོ་རང་ཉིད་ལ་དཔལ་འབྱོར་གྱི་རྒྱབ་རྟེན་དགོས་
 པ་བརྗོད་མེད་ཁར་སོ་སོའི་ལུས་འཛོན་ལ་དཔགས་ནས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཞབས་འདེགས་སྲུ་འགྲོ་རེས་
 དགོས་པ་གཤམ་ཆེན་ཞིག་དང་། སོ་སོས་ལག་སྟར་འོས་པའི་འགན་འཁུན་དག་སྟོན་ཡངས་སྲུ་མ་
 ཤོར་བར་རང་འཁྲིའི་འགན་ཁུར་དགོས་པ་གཤམ་ཆེན་པོ་ཡིན། རང་ཉིད་ཀྱིས་སློབ་སྐྱོང་རི་འདྲ་ཞིག་
 ཐོབ་པ་ཡིན་ན་དེ་དག་སོ་སོའི་བྱ་སྤྱོད་ཚོ་དང་འབྲེལ་ཡོད་ན་གཞོན་ཚོར་སློབ་ཁྱིད་ཡང་ཡང་གནང་
 བ་རང་རིགས་ལ་སྐྱོན་པའི་ཞབས་འདེགས་ཤིག་དང་མཐོང་ཚོས་སྲུ་ཕན་ཐོགས་ཆེ་བས་ཚང་མས་
 ཡིད་འཇགས་དགོས། རང་ཉིད་དང་ཡོལ་ལ་སྐྱེ་བས་པའི་སྐབས་ཁྱིམ་ཚང་མེད་པའི་མི་རྩེད་ཞིག་

ཡིན་ནའང་འགན་དབང་ཡོད། སོ་སོས་ཆེ་སྟོང་བསྐྱབས་པའི་གྲུབ་འབྲས་དེ་དག་འབྲས་བུ་སྒྲིན་
ནས་ལོངས་སུ་སྦྱོང་བའི་དུས་ལ་བབས་བར་བརྟེན་སོ་སོའི་བསྐྱབས་བུ་རི་ཡིན་སྐྱབས་པའི་ཐད་སྟོང་
ཡངས་སུ་མ་ཤོར་བ་བྱེད་དགོས།

ཁྱིམ་ཐབ་ཡོད་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཁྱིམ་ཚང་དེ་ཞི་བདེ་མཉམ་གནས་ཀྱིས་འགན་ཁུར་སྟོང་
ཡངས་མེད་བར་རྒྱན་དུ་གནས་དགོས་གཤམ་ཆེ་བ་མ་ཟད་ཁྱིམ་མཚེས་ཚོའི་མཐུན་ལམ་དང་རོགས་
པན་ཐད་དམིགས་བསལ་འགན་དབང་ཡོད། རང་ཉིད་རྒྱན་པོར་སླེབས་པའི་ཆེ་ནའང་འགན་དབང་
ཡོད། ཚོས་བྱེད་པ་དམིགས་བསལ་འགའ་ཤེས་གཏོགས་རྒྱན་པོ་སུ་འབྲ་ཞིག་ཡིན་ནའང་མི་འདོད་
བཞིན་དུ་འཆི་ལ་ཉེ་བའི་སྐབས་འདིར་དེ་ལས་སྦྱོབ་སྐབས་པའི་མགོན་སྐབས་དང་དབྱུང་གཉེན་རེ་
ས་སུ་ཡང་མེད་བར་བརྟེན་མི་འདོད་བཞིན་དུ་འཆི་དགོས་པ་ཡིན། གནས་སྟངས་དེ་འབྲའི་སྐབས་
ཚོས་ཁས་ལེན་མཁན་དང་མི་ལེན་བ་གཉིས་ལ་ཁྱད་བར་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ནི། ཚོས་བྱེད་པ་དག་གིས་
སོ་སོའི་དགོན་མཚོག་ལ་ཡིད་ཆེས་དང་དད་པ་ཡོད་བར་བརྟེན་སྟོ་ཡོངས་སུ་བཀའ་ནས་དེ་འབྲའི་
སེམས་ཁུལ་ཆེན་པོ་ཡོང་དོན་མེད། ཚོས་ཁས་ལེན་བ་ཚོས་གོང་གི་དཀའ་ངལ་དེ་འབྲུད་བཞིན་
བ་མངོན་གསལ་ཡིན། རང་བ་སངས་རྒྱས་པའི་གཞུང་ནས་གསུངས་པའི་ལས་འབྲས་ཀྱི་ལྷ་བ་སྐྱ་
མཁན་ཚོས་ཤི་བའི་རྗེས་སུ་དཀར་ནག་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་སྒྲིན་པའི་དུས་སུ་སླེབས་པར་བརྟེན། ཚོ་
ཕྱི་མའི་རྟེན་བཟང་དན་རི་རྣམས་འབྱུང་མིན་སོ་སོས་སྤར་བསགས་པའི་བཟང་དན་ལས་ཀྱིས་འབྲས་
བུ་བདེ་སྐྱབས་དང་སྦྱེ་བ་བཟང་དན་སོགས་འབྱུང་གསུངས།

དེ་ཡང་ཚོངས་ཚོད་ཅམ་མ་ཡིན་བར་ལྷང་རིགས་གཉིས་ཀྱིས་རྣམ་གྲངས་དུ་མས་ཞིབ་བར་དབྱུང་
ནས་ཐག་ཚེད་པའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་དང་། དེ་ཡང་རགས་པའི་རྒྱ་འབྲས་མངོན་སུམ་གྱིས་གྲུབ་པ་
ལ་གཞི་བཅོལ་ནས་སེམས་ཀྱི་རྒྱས་ཚོད་ལ་དབགས་ནས་རིམ་གྱིས་སྤར་བའི་རྒྱ་འབྲས་རིགས་པས་
བསྐྱབ་དགོས་པ་ལས་ཐོག་མ་ཉིད་ནས་སྤར་བའི་རྣམ་ཞག་ཐོག་དུ་འཇུག་པར་གོ་བ་ཆགས་དཀའ་བའི་
རྒྱ་མཚན་གྱིས། རང་གི་རྣམ་དཔྱོད་སྟོ་སྟོས་རྩལ་གྱིས་གསལ་སྤྲང་ལས་མ་བཀལ་བར་སངས་རྒྱས་
པའི་གཞུང་ལུགས་དག་ལས་གསུངས་པ་རྣམས་སྟོན་དུ་མ་མཐོང་ན་དེའི་ཚོད་དུའང་རང་གིས་ཤེས་

ཚད་གི་པ་མཐར་ཡོལ་བའི་སྐབས་སུའང་གཞུང་ལུགས་དེ་དག་ལས་གསུངས་པའི་གནད་དེ་དག་
ལ་ཡིད་ཆེས་གི་རྟགས་ལ་བརྟེན་ནས་རྟོགས་པར་འགྲུབ་རྒྱུ་ཡོད་པ་དང་། དེ་ཡང་ཚད་མས་གཞོན་
པ་མེད་པའི་ཐོག་ནས་བསྐྱབ་དགོས་པ་གལ་ཆེ།

སྐྱེ་བ་སྲ་སྐྱེ་ཁས་མི་ལེན་པའི་དེང་རབས་ཀྱི་མཁས་པ་ཚོར་སྐྱེ་བ་སྲ་སྐྱེའི་གོ་བདེ་སྣོད་
རྒྱ་གལ་ཆེན་ཞིག་ཏུ་མཐོང་། འོན་ཀྱང་སྐྱེ་བ་སྲ་སྐྱེ་ཁས་ལེན་པ་ལ་སྐྱེ་བ་སྲ་སྐྱེའི་གཞི་རྟེན་རྣམ་པར་
ཤེས་པ་ཁས་ལེན་དགོས་པ་དང་། དེའི་ཐོག་ནས་སྐྱེ་བ་བཟང་ངན་སོགས་ཡོང་དགོས་པ་མ་ཟད་དེ་
ཡང་ཚོར་ཤེས་རགས་པའི་ཐོག་ནས་ཡོང་མི་ཐུབ་པ་ཡིན། རྒྱ་མཚན་དེར་བརྟེན་ཐོག་མར་རྣམ་པར་
ཤེས་པའི་འགྲེལ་བཤད་དགོས་པ་ལས་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་གོ་བ་རོབ་ཅམ་ཡང་མེད་པའི་གང་ཟག་
དེ་དག་ལ་སྐྱེ་བ་སྲ་སྐྱེར་འགྲེལ་བཤད་ཀྱིས་ལེན་པའི་འགྲེལ་བཤད་ཀྱིས་ལེན་པའི་ཡིད་ཐང་མ་ཆད་ཅུང་ཉན་
པ་མོ་དེའི་རྣ་བ་ཚོ་རོགས་ལས་དགོས་པ་སྣུམ་པོ་གང་ཡང་མ་མཐོང་།

ཕྱི་ལོ་༢༠༡༡ ན་ལྷ་༡༡པའི་ཚེས་༢༠ཉིན།

བདུན་རྟགས་ལ་དབྱེད་པ།

ནགས་ཤོད་སྐལ་རྒྱལ།

གོ་ས་དང་མིང་གྲགས་སོགས་ལ་དགའ་སྦྱང་དང་ཡི་རང་ཆེས་ཆེར་བྱེད་པའི་ལུགས་སྲོལ་འདིས་
གནས་ལུགས་ལ་རན་མིན་དང་འོས་བབ་ཡོད་མེད་བསམ་གཞིག་ཡི་ནས་མེད་པར་མིང་སྟོན་གང་
ཆེ་རེ་ཡོང་བའི་སྐབས་སུ་ཁ་བདེ་དང་ལག་སྲ་སྐྱབ་ལུགས་ལ་འཛོན་ཐང་དུ་རྒྱུ་མས་པའི་གནས་བབ་གིས།
སྐྱེ་དཔོན་མི་བྲག་དག་གི་རྣམ་ཐར་དང་ལོ་རྒྱུས་ཁག་ལ་ཡིད་རྟོན་དགའ་བའི་སྐྱོ་སྐྱུར་གིས་ཆེ་བསྟོན་

གང་ལུས་བྱེད་ཀྱང་། སྤྱིར་ཡ་རབས་གྲུས་ལུགས་ནི་དགོས་མཁོ་ཆེ་མོད་ཉ་ཅང་ཐལ་བའི་རང་སྐྱོན་
ནི་ནམ་ཡང་རྒྱུ་དུ་འདོར་དགོས་པའི་མ་རབས་ཤིག་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཆོག་གཅིག་གྲུས་ན་དེང་སང་
འདྲ་མཉམ་ཐོབ་ཐང་ལོངས་སྤྱད་པ་ཡིན་སྲིད། ལྷ་ཆེན་དག་གི་མཚན་བརྗོད་སྐབས་ལྟགས་འདི་
པལ་ཆེར་འབྲི་ལ་སྐྱབས་ཇེ་དང་དོ་ཇེ་འཆང་སོགས་ཤིན་ཏུ་མང་།

སྤྱིར་གྱི་ཡིག་རྙིང་དག་ཏུ་བདུན་ཉུགས་འདི་ལ་བོང་ས་མཚན་གི་མཚན་བརྗོད་སྐབས་བྲིས་པ་
ལས་གཞན་ལ་པལ་ཆེར་མཐོང་རྒྱ་མེད་པས་ཅི་ཞིག་མཚོན་པ་ཡིན་ནམ། ཁ་ཅིག་འཕགས་ལོར་
བདུན་དང་། གཞན་དག་གང་ཟག་ཆེན་པོར་མཚོན་ཟེར། འགའ་ཤས་ཀྱིས་ལྷ་ཆེན་གྲུས་མཚོན་
ཡིན་ཟེར། སངས་རྒྱས་དང་བྱང་འཕགས་ཀྱི་མཚན་བརྗོད་སྐབས་བདུན་ཉུགས་བྲིས་མེད་ལ་
སངས་རྒྱས་ལ་ཡང་མ་བྲིས་པའི་སྤྱིར་དང་པོ་དང་གཉིས་པ་མི་འཐད་དོ།།

ལྷ་ཆེན་གྲུས་མཚོན་ཡིན་པ་རྒྱ་མཚན་སྤྱོད་མཐོང་ཅམ་ཡོད་མོད་གནད་ལ་ཁེལ་བའི་བཤད་
པ་མིན་པས་དོན་འདིར་བསམ་གཞིག་རྒྱུ་ཅམ་བྱེད་ན་ལ་བོང་ས་ཞེས་པའི་བོང་དང་ས་ཡི་བོ་དོན་
འཚོལ་དགོས་པས་བོང་ཞེས་པ་འོག་མའི་བལྟས་དང་ས་པའི་བོང་མ་དང་ས་ཞེས་པ་བོང་མའི་ས་
ཞེས་བོ་དགོས་པ་ཡིན་ལོ།།

སྐབས་འདིའི་བོང་མ་ནི་བོང་འོག་གི་བོང་མ་ཡིན་མོད་དེ་ཅམ་གྱིས་བོང་མའི་སྐྱོད་མི་རྫོགས་
ཏེ། གོ་གནས་སམ་གོ་ས་དང་འབྲེལ་བའི་རྗེས་སྐབས་ཀྱི་མིང་ཞིག་སྐབས་པས་དེ་ཉིད་བདུན་གྱི་བོང་
ཞེས་སྟོན་པའི་སྤྱིར་ལ་བདུན་ཉུགས་བཞག་པ་དང་བོང་གི་ས་ལ་བཞུགས་པ་སྟོན་སྤྱིར་བོང་ས་སྐྱས་
ནས་སྐབས་མགོན་མཚན་ཅེས་བརྗོད་པས་བདུན་གྱི་བོང་དུ་བཞུགས་པ་དེ་ཉིད་བོང་གི་དཔོན་དང་
འདི་སྤྱིར་སྐབས་ལ་བོང་ས་ལ་སྐབས་མགོན་མཚན་ཡིན་ཞེས་མཚོན་པར་བྱེད་དོ།།

ལ་བོང་ས་ལ་སྐབས་མགོན་ཞེས་པའི་སྐབས་སུ་བདུན་ཉུགས་སུ་བྱི་གཉིས་ལས་དང་པོས་རིམ་
པ་བདུན་གྱི་བོང་ས་ལ་བཞུགས་པའི་སྐབས་ནི་རྒྱ་ན་མེད་པའི་རྒྱལ་པོར་མཚོན་པ་དང་། གཉིས་པས་རིམ་
པ་བདུན་གྱི་སྐབས་མགོན་ཡིན་ཞེས་ཚས་སྤྱོད་ཀྱི་སྐབས་ནི་རྒྱ་ན་མེད་པའི་སྐབས་མཚོན་པས་ཚས་སྲིད་
བྱང་འབྲེལ་གྱི་ནམ་པ་ཡང་མངོན་པར་བྱེད་དོ།།

རྒྱ་མཚན་དེས་བདུན་ཉུགས་འདི་སྐབས་གང་ཡིན་ལ་ཐོབ་ཐང་མེད་པ་མ་ཟད་རྒྱལ་བ་ལྷ་པ་ཡན་

ཕལ་ཆེར་གྲིས་མེད་སྟེ། ལྷ་པ་ཆེན་པོའི་སྐབས་སུ་གཞུང་ལས་རིམ་པ་མང་ཉུང་རག་ལས་ཀྱིས་
བདུན་ཉུགས་འདི་ཡོད་མེད་ཀྱང་བརྟུག་བྱ་ཁོ་ན་དང་། སྤྱིར་བདུན་པ་དང་བརྟུག་པ་གངས་གནས་
ཅམ་ལས་ཁྱད་པར་ཅི་ཡང་མེད་ཀྱང་བཀའ་བབ་ཀྱི་གོ་སའི་རིམ་པ་དང་བརྟུག་ན་ཡགོང་ས་མཚོག་
ལ་སྐྱ་མེད་མཚོན་ཉུགས་ཡིན་ཀྱང་སྐྱུ་ལ་གཞན་ལ་ཅི་ཡང་མི་མཚོན་པས། བདུན་ཉུགས་འདི་ནམ་
ཡང་གི་བར་མི་བྱའོ། རོན་འདི་ལྟ་བུར་མ་དག་རྒྱན་འབྲམས་སུ་སོང་བ་ཤིན་ཏུ་མང་བས་སྐོ་ལྡན་
རྣམས་ཀྱིས་དབྱུང་ན་ངེས་ཤེས་རེ་རྙེད་དུ་ཡོད་པས་ལེགས་པར་བརྟུག་པར་བྱའོ། །

བདུན་གྱི་གོང་དུ་ཞེས་བཤད་ན་བདུན་པོ་གང་ཡིན་སྟེ་ན། དེ་ཡང་ལས་ཚན་གྱི་གོ་
རིམ་ནི། ཏུ་ལའི་སྐྱ་མ་མཚོག་ཆེས་མཐོ་ཤོས་ལ་བརྟེན་རིམ་པའི་ཁོངས་སུ་མེད་ཅིང་། རྒྱལ་ཚབ་
སྲིད་སྐྱོང་། རྗེ་སྲིད། སྲིད་སྐྱོན་བཅས་རིམ་པ་དང་པོ་དང་། བཀའ་སྐྱོན་རྣམས་དང་སྐྱུ་བཅར་སྤྱི་བྱུ་
མཁན་པོ། རྒྱལ་བའི་ཡབ་རྗེ་སོགས་སྐྱེ་ངོའི་གདན་སོབ་ཡོད་རིགས་རྣམས་རིམ་པ་གཉེས་པ། ར་
སག་དང་། གྲུང་། ཏུ་སྐྱ་མ། ཐའི་ཇི། སྐྱུ་བཅར་དར་ཉན་སོགས་རིམ་པ་གསུམ་པ། མཁན་སྡེ་ཆེ་
ཆུང་དང་། ཐོགས་དཔོན། ཅིས་དཔོན། མདའ་དཔོན། རིམ་བཞི། སྤམ་རྣམས་པ་ཡན་རིམ་པ་བཞི་པ།
ཅེ་ཤོད་གྱི་མགོན་གཟིམ་དང་། སྤྱག་དཔེ་དོ་དམ། མཚོད་རྗེས་དོ་དམ། ལྷ་ཞོལ་གཉེར་མི་དཔོན། ཅེ་
ཤོད་གཉེར་ཚང་། འབྲུ་ཐོགས། བཤེར་དཔང་། སྤྱག་སྤྱི། བཟོ་ཁང་དོ་དམ། འདོད་དཔལ་དོ་དམ་
སོགས་རིམ་པ་ལྔ་པ། ཆེབས་ཆེ་དང་། བཀའ་བྱུང་། བཀའ་མགོན། བཀའ་ཤག་ཤོད་པ། ཅིས་
པ། ཅམ་ལེན། ཅེ་གཉེར། ཤིང་གཉེར། ལག་ཤེས་མཁས་པ་དམིགས་བསལ་བྱས་རྗེས་ལས་ཚན་
ཡོད་རིགས་རྣམས་རིམ་པ་དྲུག་པ་ནང་གི་ལས་ཚན་ཆུང་ཁག་དེ་བྱིངས་བྱུང་རིགས་སེར་སྐྱེ་དང་།
དམག་སྐར་དུ་བརྒྱ་སོགས་བྱུང་ཉོག་ཡོད་རིགས་ཚང་མ་རིམ་པ་བདུན་པ་ཡིན་ཞེས་སྲིད་དོན་རྒྱལ་
རབས་ལས་བཤད་དོ། །མདོར་ན་བདུན་ཉུགས་འདི་ལས་རིམ་བདུན་པོའི་མཚོན་དོན་དང་བདུན་
པོའི་གོང་དུ་ཡོད་པའི་རྒྱལ་པོ་དང་སྐྱུ་བས་མགོན་གོ་བྱེད་གྱི་ཉུགས་ཁོ་ནར་འདུག་པས་ཡགོང་ས་
མཚོག་ལ་སྐྱ་མེད་གྱི་མཚོན་ཉུགས་ཆེན་པོ་ཞིག་གོ།

སྒྲོན་སྒྲོན་བའི་དབང་གཞུ་མཁའ་ལ་བཀ།
དངོས་དོན་སྣ་ལྔའི་མཛེས་སྣུག་མཚོག་ཏུ་ངོམ།།
ཀུན་དགའི་དབྱིད་དཔལ་བཞད་པའི་ནམ་དུས་སྟུ།
སྣོན་པ་ཀུ་ཀུའི་སྣུ་འདི་ཡིད་གསོའི་དཔལ།།

དབྱུང་བརྗོད་སྣོ་ཡི་ཐིག་སྤང་སྣ་བ་རྒ།
བདེན་ཚིག་པད་དཀར་ཚུན་པོ་བསྟར་བ་འདི།།
དཔྱོད་ལྡན་བག་ཡངས་བཅེན་པར་སྣ་རེ་བྲེས།།
མེས་པོའི་གཞལ་མེད་ཁང་བཟང་མཛེས་བྱས་སོ།།

རྩོམ་ཡིག་སྒྲོན་མའི་འཕྲོས་བཤད།

འབྲི་སྐལ་བཟང་།

དུས་དེབ་སྒྲོན་མའི་ནང་དུ་ལུས་ཀྱི་དབང་རྩལ་བྱ་བ་བྱེད་སྟངས་སྤྱི་དང་སྣུག་པར་དུ་མཐོང་
བྱེད་མ་ལག་གི་སྒྲོན་རྩལ་ཅམ་བཤད་ཡོད། འོན་ཀྱང་དུས་དེབ་ཀྱི་ནང་དུ་རྩོམ་ཡིག་མང་བའི་རྒྱུན་
ཀྱིས་སྒྲོས་བཤད་ཀྱི་ས་ཁྲོན་མེད་པར་བཞེན་མདོར་བསྡུས་ཤིག་ལས་བཤད་མ་ཐུབ། དེའི་སྐབས་
ཀྱི་བཤད་གཞི་འགའ་ཞིག་གི་ཐད་ལ་གསལ་བཤད་རྩལ་ཅམ་ཞུ་བར་འདོད། དེ་ཡང་མཐོང་བྱེད་
མ་ལག་གིས་མཐོང་བའི་བྱ་བ་བྱེད་པའི་སྐབས་གང་མཐོང་བྱའི་དངོས་པོ་དེ་ལས་འཕྲོས་པའི་འོད་
ལ་སྟོས་ནས་མཐོང་དགོས་པ་ནི་ཚན་རིག་པ་སྤྱིའི་བཤད་སྟངས་ཤིག་ཡིན་པས་འདིར་ཡང་བཤད་

སྤངས་དེ་ལས་ག་ལ་འདས།

འདིར་དབྱུང་དགོས་པ་ཞིག་ནི་དངོས་སོ་སོ་སོའི་ཁ་དོག་དོས་འཛིན་པའི་སྐབས་སྡོ་སེར་སོགས་
ཀྱི་ཁ་དོག་དག་འོད་ཀྱི་ནང་དུ་ཡོད་དམ་ཡང་ན་གང་མཐོང་བུའི་དངོས་སོ་དེའི་ཚོགས་པ་ན་ཡོད་
ཅེས་པ་དེ་ཡིན། སྤྱོད་པ་གཅིག་ནས་བཤའ་ན་འགྲེལ་བཤའ་དཔལ་སྤོ་སོ་ཞིག་གིས་དེའི་གོ་དོན་
འཆད་ཚོག། །གང་ཡིན་ཞེ་ན་དངོས་སོ་དེ་དཀར་སོ་མཐོང་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི་དངོས་སོ་དེ་ལ་
འོད་དཀར་སོ་གཅིག་ལུ་སྤྱིར་སྤོག་སྤོག་པའི་རྒྱས་པ་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་སྡོ་སེར་སོགས་འོད་གཞན་
རྣམས་སྤྱིར་སྤོག་མི་སྲུབ། དེར་བརྟེན་མཐོང་བ་སོའི་མིག་གི་བྱ་སྤྱིའི་དོས་སུ་འོད་དཀར་སོ་ལས་
གཞན་མི་སོགས་པས་དེར་མཐུན་པའི་དབང་ཅུ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་ཉིད་ཀྱི་བརྟེན་ལས་གཞན་སྤང་
བ་ལ་མི་གཏོང་བེད་པ་དེ་རེད། ཚན་རིག་པ་རྣམས་ཀྱིས་འོད་ལ་བརྟེན་ནས་དངོས་སོ་དེའི་ཁ་དོག་
མཐོང་ཚུལ་འཆད་སྐབས་འགྲེལ་བཤའ་དེ་རང་བཅད་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

མིག་གི་བྱ་སྤྱི་ལ་སོགས་པའི་འོད་དག་ནི་མཐོང་བུའི་དངོས་སོ་དེ་ལས་སྤོག་འཕྲོ་བུས་པ་ཞིག་
ལས་འོད་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་ནི་དངོས་སོ་དེ་མིན་པར་འདོད། ཁ་དོག་གི་ཆ་ཤེས་དུ་མ་ལྡན་པའི་འོད་
དེ་ཉིད་དཀར་སོ་སྤྱིར་སྤོག་རྒྱས་ཀྱི་དངོས་སོ་ཞིག་དང་འཕྲན་ན་དངོས་སོ་དེ་ཉིད་དཀར་སོར་སྤང་བ་
དང་། འོད་སེར་སོ་སྤྱིར་སྤོག་རྒྱས་ཀྱི་དངོས་སོ་ཞིག་དང་འཕྲན་ན་དངོས་སོ་དེ་ཉིད་སེར་སོར་མཐོང་
བ་སོགས་ཡིན་པར་འགྲེལ། འོད་ཀྱི་ཚོགས་པ་དེའི་ནང་ལ་ཡོད་པའི་ཁ་དོག་གཞན་རྣམས་ནི་དངོས་
སོ་དེའི་རྒྱས་པས་དངོས་སོ་ཁོ་རང་གི་ནང་དུ་ཐིམས་པར་བྱེད་པ་དང་། སྤང་བའི་ཁུངས་པར་དང་
བུལ་བའི་སྤོག་པའི་ནང་ལྟ་བུ་ལ་དངོས་སོ་གང་ཡང་མིག་ཤེས་ཀྱིས་མཐོང་མི་སྲུབ། གང་ཡིན་ཞེ་ན།
དངོས་སོ་དེ་དག་ལས་སྤོག་འཕྲོ་བུའི་ཁུངས་པའི་འོད་མེད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཀྱིས་ཡིན་ཅེས་ཟེར།

འོན་ཀྱང་བསམ་གཞིག་ཡག་སོ་ཞིག་བྱེད་ན་སྡོ་སེར་དམར་ལྗང་སོགས་ཀྱི་ཁ་དོག་རྣམས་
འོད་ཀྱི་ཚོགས་པའི་ནང་དུ་ཡོད་པ་དང་། འོད་སོགས་པའི་དངོས་སོ་དེས་སྤྱིར་སྤོག་མིན་ཀྱི་ཁུངས་པར་
མ་གཏོགས་དངོས་སོ་དེའི་ཚོགས་པ་ན་གང་མཐོང་བུའི་ཁ་དོག་དེའི་ཆ་ཤེས་མེད་ན་དངོས་སོ་དེ་
མཐོང་ཁག་སོ་རེད་སྟེ། དཔེར་ན་དུང་དཀར་སོ་ཞིག་གི་ཚོགས་པའི་ནང་ལ་འོད་དཀར་སོ་མ་

གཏོགས་ཕྱིར་ལྗོག་མི་སྤྱད་པའི་ཁྲུང་ཚོས་ཤིག་ཡོད་ན་དེས་ནི་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་ཁོ་ལ་འོད་ཅིག་པོ་ག་
ཕྱིན་དཀར་པོ་ལྗོག་དགོས་པ་ལས་གཞན་རྣམས་མི་ལྗོག་དགོས།

དེ་ལྟར་ན་དུང་དཀར་པོ་དེ་སྒྲོག་སྒྲོན་དམར་པོ་ཅན་གྱི་ཁང་པ་ཞིག་གི་ནང་དུ་བཞག་ན་དུང་དེས་
འོད་དཀར་པོ་ལས་གཞན་པ་ཕྱིར་ལྗོག་མི་སྤྱད་པར་ཁས་ལན་དགོས་པས་སྐྱེ་བོ་སྤྱི་ཞིག་ཡིད་ཆེས།
འོད་དམར་པོ་འབྲུགས་ཆེར་པོ་ག་པའི་དུང་དེ་དམར་པོའི་རྣམ་ཅན་ཞིག་མཐོང་གི་ཡོད་པ་མངོན་སྲུང་
གྱིས་གྲུབ་པ་སྤྱི་ལ་ཡང་བསྟོན་དུ་མེད། དུང་དེའི་ཚོགས་པ་ན་འོད་དམར་པོ་ལྗོག་སྤྱད་པའི་རྣམ་པ་
མེད་ན་མཐོང་མཁན་གྱི་སྐྱེ་བོའི་མིག་ལ་དུང་ལས་ལྗོག་འཕྲོ་བྱས་པའི་འོད་དམར་པོ་ཞིག་པོ་ག་དོན་
མེད། དེ་མེད་ན་དེས་དམར་པོ་མཐོང་བ་ཚོར་རིག་པའི་འདོད་ཚུལ་དང་རྒྱབ་འགལ་དུ་སོང་བ་བཤད་
ཅི་དགོས།

གལ་སྲིད་དེས་འོད་དམར་པོ་ལྗོག་སྤྱད་ཀྱི་ཡོད་ན་ཉི་འོད་ཀྱི་ཚོགས་པ་ན་ཡོད་པའི་འོད་དམར་པོ་
ཀྱང་ལྗོག་སྤྱད་དགོས་པས་ཉི་འོད་ཀྱིས་ཁྲུང་པའི་ནང་དུ་དུང་དཀར་པོ་ལས་ལྗོག་འཕྲོ་བྱས་པའི་འོད་
དམར་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་ཁས་ལེན་དགོས་པར་འགྱུར། དེ་ལྟར་ན་མཐོང་མཁན་གྱིས་དུང་དེ་ཉིད་དམར་
པོར་མཐོང་དགོས་པར་འགྱུར་བས་ཁ་དོག་ལ་འཁྲུལ་བ་མེད་པར་ཁས་ལན་དགོས་པ་སོགས་
འགལ་འདུམས་པོ་ཞིག་མཐོང་། ད་དུང་དབྱིབས་ལ་དབྱུང་ན་དེ་ལས་ཀྱང་རྣོག་འཛིང་ཆེ་བའི་གནས་
ཚུལ་མང་པོ་ཞིག་འདུག་ཀྱང་རེ་ཞིག་འཆད་པར་མི་སྟོ།

ནང་པའི་གཞུང་ལུགས་དང་མཐུན་པར་བཤད་ན་གཙོ་བོར་རྒྱུན་གསུམ་གྱིས་བྱ་བ་བྱེད་ཚུལ་ཞིག་
འཆད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ཡང་ཡུལ་སྲུང་པ་ལྟ་བུ་གསུགས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་ངོ་བོར་གྱུར་བའི་དངོས་པོ་ཞིག་
མིག་ཤེས་ཀྱིས་མཐོང་བའི་ཆོ། དམིགས་རྒྱུན། བདག་རྒྱུན། དེ་མ་ཐག་རྒྱུན་སོགས་འཛོམས་པ་
ལས་དེ་མཐོང་བའི་མིག་ཤེས་སྐྱེ་བར་འདོད། གང་མཐོང་བའི་དངོས་པོ་སྲུང་པ་ལྟ་བུ་མིག་ཤེས་
དེའི་དམིགས་རྒྱུན་དང་། སྲུང་འཛིན་མིག་ཤེས་ཀྱི་སྤྱོད་ལོགས་དེ་མ་ཐག་ཏུ་བྱུང་བའི་གསུགས་ཡིད་
ལ་བྱེད་པའི་ཤེས་པ་ནི་མིག་ཤེས་དེའི་དེ་མ་ཐག་རྒྱུན། མཐོང་བའི་སྲུང་པ་ལྟ་བུ་ལྟར་
རྣམས་པའི་ནང་གི་གསུགས། དུངས་ཤིང་གསལ་བའི་རང་བཞིན་ཅན། དབང་ཤེས་ཀྱི་ཡུལ་མ་ཡིན་

པའི་སྒྲོན་གྱི་དངོས་པོ་ཞིག་ལ་བདག་རྒྱུན་དུ་འདོད། དེ་གསུམ་ཚོགས་པ་ལས་མིག་ཤེས་སྐྱེ་
ཞེས་རོབ་ཚོད་ཀྱི་འབྲེལ་བ་འདད་ཅིག་གནང་གི་ཡོད།

གཞུང་འགའ་ཞིག་ནས་ཟལ་མའི་མེ་ཉོག་འདྲ་བ་ཞིག་ཡོད་པར་བཤད་པ་དང་། ཡང་འགའ་
ཞིག་ཏུ་གོ་སྟོན་ནག་པོའི་མེ་ཉོག་དང་འདྲ་བ་ཞེས་འཆད་པ་ཡང་མཐོང་། འཆད་ཚུལ་གཉིས་པོ་དེའི་
སྐབས་ཀྱི་དབྱིབས་གཉིས་པོ་འདྲ་བ་དང་མི་འདྲ་བ་གང་ལ་འདོད་ཀྱང་དབྱིབས་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ལ་
ངོས་འཛིན་དགོས་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་དེ་འདྲའི་དབྱིབས་ལྡན་གྱི་དངོས་པོ་དེ་མིག་གི་རྒྱལ་མའི་ནང་
གི་གནས་གང་དུ་ཡོད་བཅའ་ན་མི་རྙེད་པ་ཞིག་ལས་འདྲིར་ཡོད་ཅེས་ངོས་འཛིན་མི་ཐུབ། འོན་ཀྱང་
མིག་རིལ་གྱི་རྒྱབ་སྟོགས་སུ་གནས་པ། ད་ལྟ་ཚན་རིག་པས་མིག་གི་བྱ་སྐྱེ་ཞེས་བཤད་པའི་དྲངས་
གསལ་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་དེ་ལ་ངོས་འཛིན་དགོས་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་དབང་ཤེས་ཀྱི་ཡུལ་དུ་
འདོད་མི་ལུས་པས་ག་ལ་འཐད། དེ་མ་ཡིན་པ་ཕྱིའི་གཞུགས་བརྟན་འཤུབ་པའི་གནས་ཤིག་གང་
དུ་ངོས་འཛིན།

མ་ཚད་བུམ་པ་ལྟ་བུ་མིག་གིས་མཐོང་བ་དེའི་ཚེ་མིག་དབང་ལ་འཆར་བའི་གཞུགས་བརྟན་དེའི་
ཉེར་ལེན་གང་ལ་ངོས་འཛིན། དེའི་རྒྱུན་ལྡན་ཡར་དེད་ན་མཐོང་བའི་དངོས་པོ་དེའི་ཚོགས་པ་ན་
ཡོད་པའི་རྩལ་དེ་དག་ལས་གཞན་ངོས་འཛིན་ཡག་ཅིག་རྙེད་པར་དགའ། གལ་སྲིད་དེ་ལྟར་ཡིན་
ན་ཡུལ་དང་དབང་པོ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་རྗེས་གང་ཞིག་གི་འབྲེལ་བ་ཡོད། དེ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་རྒྱ་
བའི་འོད་དེ་ལ་ངོས་འཛིན་དགོས་ན་ཚན་རིག་པས་འདོད་པའི་ཡུལ་མཐོང་ཚུལ་དེ་ལས་གཞན་པའི་
འཆད་ཚུལ་ཞིག་འཆད་དགའ། དབང་པོ་ལ་འདར་བའི་གཞུགས་བརྟན་དེ་བརྟན་ཡོད་ཐོགས་མེད་ཀྱི་
གཞུགས་ཤིག་ལ་འདོད་ན། མེ་ལོང་ནང་གི་གཞུགས་བརྟན་དེ་ཡང་དེ་ལྟར་ཡིན་དགོས། དེ་ལྟར་ན་
གཞུགས་བརྟན་དེ་མེ་ལོང་གི་རྒྱབ་སྟོགས་ནས་ཀྱང་མཐོང་དགོས་པར་འགྱུར་བ་ལྟ་བུ་དང་། ཐོགས་
བཅས་ཡིན་པར་འདོད་ན་གཞུགས་ཅན་གྱི་དངོས་པོས་གཞན་གྱི་གོ་ས་འགོགས་པའི་འཆད་སྣངས་
སོགས་ལ་བསམ་གཞིག་བྱེད་དགོས་པར་མཐོང་། དེ་ལ་སོགས་པའི་དབྱེད་གཞི་འགའ་ཞིག་མཐོང་
ན་ཡང་དུས་དེབ་ཀྱི་ནང་དུ་མང་བྲག་པས་དེ་ཅུ་ཞིག་ནས་མཐུག་བསྐྱེད་ཡིན།

༡ དུས་བབ་ལ་དབྱེད་པ།

ནགས་ལོད་བྱ་བལ་བ་བསྟན་འཛིན་ཚོས་གྲགས།

ད་ལྟའི་དུས་སྐབས་འདི་ནི་མི་རྒྱལ་གྱིས་དོ་སྣང་ཆེན་པོ་བྱེད་དགོས་པ་དང་། ལྷག་པར་
 དུ་བོད་མི་ཕོ་ཕོ་ཁྱེད་གཞིན་ཚང་མའི་བསམ་པ་དང་བྱ་བ་གང་། དེས་པར་སྒྲོད་གཡེངས་
 བྱེད་མི་རུང་། གང་ལགས་ན། སྤྱི་ལོ་ཆ་ནས་འཛམ་གླིང་ཡོངས་ལ་འགྱུར་བ་ཆེན་པོ་འགོ་
 བཞེན་པར་མ་ཟད་ལྷག་པར་དུ་མི་རིགས་འདི་ནི་ཤིན་ཏུ་ཇ་བྱ་ཅན་དུ་གྱུར་ཡོད་པའི་བོད་
 མི་ཕོ་ཕོ་ཁྱེད་གཞིན་ཚང་མས་རིགས་པ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་སྦྲིམ་པའི་དུས་ལ་བབ་ཡོད་པས་མི་
 ཡོངས་རྗེས་ལོ་སྐབས་དང་བསམ་པ་གཅིག་ལ་སྦྱིལ་རྒྱ་འགག་ཅ་མཁུག་ཡོད་དོ། དེ་ལྟར་
 ཡོང་བ་ནི་སྤྱི་ལོ་བསམ་པ་དང་། མི་རིགས་ལ་རྒྱ། རྒྱ་བཞེད། ལྷག་བསམ་བཅས་ལ་མཁུག་
 ཡོད། འགག་ཅའི་དུས་སྐབས་འདིའི་ནང་། འགོ་བདེ་དང་རྒྱ་འབྲུལ་ལ་སོགས་བཞག་ནས།
 རང་དབང་ལ་ཚོད་ལན་བྱེད་རྒྱ་ནི་གལ་ཆེན་མཐར་ཐུག་པ་གཅིག་ལ་གཞིགས་ཡོད་ཤིག །

༢ དལ་འགྱུར་ལ་དབྱེད་པ།

མི་ལྷན་ཐོབ་པ་མང་ན་ཡང་།།
 དམ་པའི་ཚོས་དང་འབྲེད་པ་ཉུང་།།
 ལྷ་མ་མཇལ་བ་མང་ན་ཡང་།།
 དམ་པའི་གདམས་ངག་ཐོབ་པ་ཉུང་།།

དབང་དང་བདུན་ཅི་ཐོབ་ཀྱང་རུང་། སེམས་གནས་ཐོབ་པ་བཀའ། དང་པོར་ཀུན་སྒོའས་སྒོ་ལ་
 སྒྲོངས།། བར་དུ་གཡེངས་བའི་བྱ་བ་བརྟུག །དལ་འགྱུར་ལན་གཅིག་ཐོབ་པའི་སྐབས། མ་སེམས་

ཅན་བསམ་ནས་དཀའ་བ་སྤྲད། དོན་སྤྱི་མར་བསམ་ནས་སྤྲིག་པ་སྒོངས། དེགས་ལྷག་སྤྲིག་བསྐྱེད་
བསམ་ནས་སྤྲིང་རྗེ་སྒོམས། ལམ་འདི་ལས་ཐར་བར་བྱེད་བསམ་ན། ལམ་གྱི་དེམ་བར་སྒོ་སྤྲངས་
ནས། སྤྲིག་བསྐྱེད་བ་འདི་ལས་ཐར་འདོད་དང་། འཁོར་བར་སྤྲིན་སྤྲིང་གི་སྒོ་སྤྲིས་ནས། རང་དང་
རང་འབྲེལ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སྤྲིང་རྗེ་འབྲུགས་ལྷག་སྤྲིང་ནས། མ་སེམས་ཅན་རྣམས་གནས་
འདི་ལས་ཐར་བ་བྱེད་པའི་ཐབས་འབའ་ཞིག་ནི། ལྷ་ཀ་མེད་པའི་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་དེན་པོ་ཆེ་ལས་
མེད། སྤྲིང་རྗེའི་རྟ་བཞོན་ནས། བྱང་ཚུབ་སེམས་ཀྱིས་ཁ་ལོ་བསྐྱར་ནས། སྤྲིང་ཉིད་ལྷ་བའི་གོས་གྲོན་
ནས། ཐར་བར་འགྲོ་བསམ་མོ།།

༣ འཆི་བ་མི་རྟག་པ་ལ་དབྱེད་པ།

རྒྱ་བས་ཐོག་ཡོད་ཀྱང་སྤྲིང་པོ་མེད། རང་ལི་བའི་དུས། གཞན་གྱིས་ཉམ་ཐོབ་
བརྒྱབ་ནས་འགོ། ད་དུང་ཚོད་གཞི་མང་དག་ལྷག། །དབང་ཆེན་དཔོན་གནས་འཁོད་ཀྱང་རུང་།
རང་ལི་དུས་རྗེས་འབྲུག་རྣམས་ལ་རྒྱང་བརྟེན་མང་ཚམ་པོག། །དབྱར་དགུན་གཉིས་ལ་རྟག་པ་མེད།
དབྱར་ཟླ་བ་གསུམ་གྱི་དེང་ལ། ལྷ་ལྷག་སྒོ་མོས་སྐྱད་ལྷག་འགྱུར་བརྒྱབ་ནས་ལྷལ་ལུང་འགྲིམ།
དགུན་ལྷགས་པས་བཙོམ་ན་ཡིད་སྤྲིག་སྤྲི། ལྷག་གཞིག་མཆེ་སྤྲིང་འོས་ནས་སྐྱང་འགོ་བྱེད། རོན་
པས་མདའ་འཕེན་ཆེ་སྤྲི་བ་སྤྲི། གཞོན་ལུས་པ་མ་ཡོད་བསམ་དཔའ་གཉམ་བཤད། པ་མ་འདས་
གོང་སོང་དུས་སྤྲི་བ་སྤྲི། མི་ཉམ་ཆེན་གྱིས་ཉམ་པ་མང་པོ་ལམ་སོང་ཀྱང་། ལས་འབྲས་ཐོག་ཏུ་
བབས་དུས་སྤྲི་བ་སྤྲི། མི་སྤྲིག་ཆེན་གྱིས་སྤྲིག་པ་ཆོད་མེད་བསམས། རང་ལི་དུས་དུང་འདོན་
བཞིན་ལོ། པོ་ཆོད་ཡོད་རྣམས་ཀྱིས་རང་ཆོད་བཟུངས་ནས། ལྷག་པོའི་ལས་ལས་སྤོག། །དཀར་པོའི་
ལས་ལ་བཙོན། དགའ་བཞིན་སྤོ་བཞིན་ངང་ནས་འགོ།།

འབྲི་རུ་ཞེས་པའི་མིང་ལ་དབྱུང་བ།

འབྲི་རུ་སྐལ་བཟང་རྒྱལ་མཚན།

འབྲི་རུ་ནི་མོད་གྱི་རྒྱལ་ས་ལྷ་སའི་ཤར་ཕྱོགས་མདོ་ཁམས་ཤོད་ཆེན་བཙེ་བརྒྱུད་གྱི་
 བང་ཚོན་ནགས་ཤོད་སྐྱེས་ཡུལ་ལྗོངས་ད་ལྷ་འབྲི་རུ་རྫོང་ཆགས་གནས་འདིར་འབྲི་རུའི་ས་ཡི་ལྷོ་
 བར་དོས་འཛིན། ཡུལ་སྤྱིའི་ས་བབས་ནི། ཤར་དང་ཤར་ལྷོའི་ཕྱོགས་དམའ་བ་དང་། ལུབ་དང་ལུབ་
 བྱང་ཕྱོགས་ཚུང་མཐོ་བ་ཡོད་པ་དང་། གོ་ལའི་ཤར་གྱི་གཞུང་ཐིག་(༧༡.༧༡། ༧༧.༧༡)དང་། བྱང་
 གི་འཕྲད་ཐིག་ ༣༡.༡༡། ༣༣.༡༠ བར་ན་གནས་ཡོད། རྒྱ་མཚོའི་དོས་ནས་མཐོ་ཚད་ཆ་སྟོ་མས་སྤི་
 ༧༠༠༠ ཡོད། ལོ་རེའི་ཆར་རྒྱུའི་འབབ་ཚད་ཉོའོ་སྤི་ ༥༥༠ བ་ས་ ༧༥༠ བར་ཐིག་གྱི་ཡོད། ས་བབས་
 གྱི་ཁྱད་ཆོས་ནི་དབྱར་ཁར་ཆ་བ་རྒྱུད། ཉི་མ་འཆར་ཡུན་རིང་། ཉི་མོད་འོག་ཏུ་རྒྱངས་རྒྱུའི་གྲུབ་
 ཆ་ཉུང་། ཆར་དང་ཁ་བ་རྒྱུང་མང་། མཁའ་དབྱུགས་དྲངས་ཤིང་ཁོར་ཡུག་གཙང་བ། ཅི་ཤིང་དང་
 ཅ་ཆའི་རི་སྐྱེས་སྡོ་སྐྱེན་རིགས་གྱི་འབྱུང་ཁུངས་ཡིན་པ་ནི་ནགས་ཤོད་སྐྱེས་ཡུལ་སྐྱེན་ལྗོངས་ཞེས་
 མིང་དོན་མཚུངས་པ་ད་ལྷའི་རུས་སུ་སྐྱེན་རིགས་ལག་སོན་ཡོད་པ་རྣམ་གྲངས་ ༣༠༠ ལྷག་ཡོད་པ་
 འབྲི་རུའི་ལོ་རྒྱུས་སུ་གསལ། གཞན་ཡང་གཏེར་དངོས་སོགས་རང་བྱུང་གི་ཐོན་ཁུངས་སུན་སུམ་
 ཚོགས་པ་ནགས་ཤོད་འབྲི་རྫོངས་ལྷག་མོ་ཞེས་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་བཏགས་པའི་རྗེས་གྲུབ་གྱི་ཐ་
 ལྷན་ཅིག་ཡིན།

འབྲི་རུའི་མིང་བྱུང་རྒྱུ།

དམངས་ཁྲོད་གྱི་གཏམ་རྒྱུད་བཤམ་སྲོལ་ལ། རྫོ་སྐྱགས་འབྲི་ཡི་རུ་ཙེ་ཞིག་ནས་རྫོང་གསུམ་
 སྐྱེས་པ་དང་། རྫོང་རྒྱུང་བ་དེ་ཁ་བཞད་སྐྱ་བ་བྱུང་བས་རྒྱུང་རྒྱུད་ཤོག་ཁ་ཞེས་དང་། དེའི་རྗེས་རྫོ་
 བར་བ་དེ་ཉི་མའི་རྫོད་གྱིས་ཁ་བཞད་པས་ཉི་མ་ཤོག་ཁ་ཞེས་ཟེར། རྫོང་གཅིག་ཁ་བཞད་ཁག་
 པར་བྱུང་བ་བཞེན་འབྲི་རུ་ཡུང་ཐག་བརྒྱབ་སྟེ་བསེལ་རྫོད་སྟོ་མས་སར་བཀལ་བས་མཐར་རྫོང་དེ་
 ཁ་བཞད་པས་ཡུང་རྒྱུད་ཤོག་ཁ་བཅས་འབྲི་རུ་ཚོ་ཤོག་གི་མིང་དེ་ལྷར་ཐོབ་རྒྱལ་བཤམ་སྲོལ་ཡོད་

བ་ནི་རྒྱུ་མེ་གི་མོ་ཉི་བསེ་རྩུ་ལས། འབྲུང་བ་སྣ་ལཱི་སྣིང་མོ་ལས། །སྣོང་ཆེན་མོ་གཅིག་
 ཡོང་བ། །སྣིའི་སྣོང་ཕྱུག་ལས་སྣ་བྲག་དཀར་མོ་ཆགས། །ནང་གི་སྣོང་རྩུ་ལས་དྲུང་མཚོ་དཀར་མོ་
 འཁྲིལ། །བར་གྱི་སྣོང་འཛི་དར་ཆ་ལས། །རིགས་རྩུག་སེམས་ཅན་ཀུན་ཏུ་གྲོལ། །སྣོང་འཛི་འབྲུལ་གྱིས་
 བཅོ་བརྒྱན་ཆགས། །སྣོང་བཅོ་བརྒྱན་འཛིང་བ་དེ། །དྲུང་སྣོང་གཅིག་ཏུ་ཡར་ནས་བྱུང། །དེ་ནི་
 སྣོན་པའི་མི་མོ་ལུས་ལུས་ཡིན། །ཞེས་སྣིང་བ་སྣོང་གི་སྣོང་སྣོང་ཆེན་མོ་གཅིག་ལས་སྣང་སྣིང་
 ཐམས་ཅད་གྲོལ་བར་བཤད་བ་བཞིན་སྣོང་སྣུམ་གྱི་ལྷ་ཚུལ་དང་མཐུན་བར་བཤད་བ་ལས་འཛི་རྩུ་
 ཤོག་བཞི་ནི་འཛི་ཡི་རྩུས་དགུ་ལས་ཤོག་གསུམ་དང། ཤོག་བཞི་རྩུང་བ་ཤིན་ཏུ་གསལ་བར་
 མཚོང་བྱུག། སྣུར་རྩུ་ལས་སྣོང་སྣུམ་མི་སྣིང་བ་དང། སྣོང་ལས་མིར་སྣུམ་བ་མི་སྣིང་བ་ག་ལ་ཡིན་
 ཏེ། མཚོང་ལས། དེར་ནི་སྣོང་ལས་སྣུམ་ཤོགས། །སེམས་ཅན་སྣུམ་གནས་བཞི་དག་ཏུ། །མི་དང་དྲུང་
 འགོ་རྣམས་བ་བཞི། །དམུལ་བ་བ་དང་སྣ་རྣམས་དང། །སྣིང་བ་བར་མ་རྣམས་ཉི་སྣུ། །ཡི་དྲུགས་མངལ་
 བས་སྣུམ་བའང་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་བ་དང། མི་ལ་སྣོང་སྣུམ་ཡོད་པའི་དཔེར་བྲུ་ཆག་པའི་ཚོང་བ་
 རྒྱང་རྒྱང་མོ་དང་འགོགས་པས་སྣོང་གཉིས་རྩུང་བ་ལས་གནས་བཅུན་གྲགས་བ་དང་ཉི་བའི་གྲགས་
 སྣུ་རྩུང་བ་འདུལ་བ་ལུང་ལས་གསུངས་སོ། །

དོན་དངོས་སྣ་མདོ་ཁམས་ནགས་ཤོད་འཛི་སྣོངས་ལུལ་གྱི་སའི་ཆ་སྣོན་བཅོན་པའི་སྣུབས་སྣ་
 བགས་ཤོད་སྣོང་རྩུ་རྩུང་ཞེས་པའི་དམག་གི་སྣུམ་བ་ནགས་ར་སྣུགས་ཐང་ཞེས་བ་དེར་རྣོང་ཆགས་བ་
 བས་བརྒྱང་གནས་དེར་འཛི་རྩུའི་སའི་སྣུམ་བ་དོས་འཛིན་གྱི་ཡོད། སྣར་དུས་སྣ་ལུལ་འདིར་སྣུམ་བ་
 འཛི་ཡི་རྩུལ་ཤོས་བརྒྱང་བ་ཞིག་ཡིན་སྣུ། དེ་ཡང་ཐོན་གྱི་ཡིག་རྣིང་གཏོ་སྣུག་ཏུ། སྣུམ་རྣ་འཛི་ཡི་
 རྩུལ་མོ་ཡང། །རྩུལ་སྣུན་བཅུ་གཉིས་རྩུང་རྩུ་གྲོལ། །ཞེས་དང། མགོ་ལོག་རྩུས་མཚོང་བྱ།
 ལུལ་སྣུམ་བ་ནས་འཛི་རིགས་དང་ཞེས་འཛི་ཡི་རིགས་རྩུང་དམ་རྩུས་རྩུང་ནི་སྣུམ་པའི་རྩུས་རྩུང་
 ཡིན་བར་བཤད། ལུལ་འདིར་རྩུས་རྩུང་ཚོ་པའི་རྩུལ་སྣུན་སྣུམ་བ་འཛི་ཡི་རྩུལ་མོའི་རྩུས་ལས་གྱིས་
 པའི་ཁྲིམ་དྲུང་ཆགས་སྣ་བ་འཛི་ཡི་རྩུས་དགུ་ཞེས་མི་ཚང་དགུ་རྩུང་བ་ནི། སྣུག་རྩུ་ཚང་བསགས་
 སྣོན་ལ་མཁར་ཆགས། རྩུ་ཚང་སྣང་སྣུ་(སྣོན་སྣུ)ལ་མཁར་ཆགས། རྩུ་མི་ལྷ་རྩུ། ཤོག་རྩུ་གསུམ་
 ད་ལྟའི་འཛི་རྩུར་མཁར་ཆགས། འབའ་རྩུ་ཚང་ནགས་འཛི་ར་འཁྲིམ་མཁར་ཆགས། སྣུ་རྩུ་ཚང་

བརྗེད་ཆེན་ལ་མཁར་ཆགས། བེ་རྩ་ཚང་ཚག་བསྐྱམ་ལ་མཁར་ཆགས། སུན་རྩ་ཚང་མཁར་ཐོ་ལ་
མཁར་ཆགས་ཞེས། བོང་གསལ་འགྲི་ཡི་རྩས་དགུས་ཡུལ་འདི་ཐོག་མར་བཟུང་། རིམ་བཞིན་སྡེ་
ཤོག་མར་དུ་འཕེལ་ནས་ས་ཁོངས་དང་སྡེ་རིས་ཚོ་ཁག་སོ་སོར་གྲེས་ཏེ་རྒྱུད་རྒྱུད་ཤོག་ཁ། ཉི་མ་
ཤོག་ཁ། ལུང་རྒྱུད་ཤོག་ཁ། ཞེས་ཤོག་གསུམ་དང་། སྤྱིས་སུ་སྤྱུར་རྒྱུད་ཤོག་ཁ་བཅས་ཤོག་བཞི་
རྒྱུད་བར་བརྟེན་འགྲི་ཡི་རྩས་ལས་གྲེས་བའི་སྤྱིས་བས་བཟུང་བའི་ཡུལ་ལ་རྩས་མིང་ས་མིང་དུ་
བཏགས་ནས་ནགས་ཤོད་འགྲི་སྡེ་དང་སྤྱི་གྲོ་མོ་ཞེས་འབོད།

སྤྱིས་སུ་སྤྱེ་ལོའི་དུས་རབས་བདུན་པའི་ནང་ཚོས་རྒྱལ་སྲོང་བཅོན་སྐྱམ་པོས་བོད་ཀྱི་ས་ཁུལ་
རྣམས་དུག་པོའི་དམག་གི་སྤྱི་གཞི་གཞི་གཙོ་བོར་དུས་པའི་དབང་འཛིན་གྱི་ས་ཁུལ་ཆེན་པོ་ཁག་ལྔར་
དབྱེ་བ་ནི། གཙང་ལ་གཡས་རྩ་དང་། རྩ་ལག །དབུས་ལ་དབུ་རྩ་དང་། གཡོ་རྩ། དེ་མིན་ཡན་
ལག་ལྔ་པ་སྤྱིས་པའི་རྩ་སྟེ་དམག་དབུང་གི་རྩ་སྟེ་ཁག་ལྔར་བྱེ་བའི་རྩ་ཆེན་ལྔ་པ་(སྤྱིས་པའི་དམག་
སྟེ་སྤྱིས་པའི་རྩ།)ལྟེ་བ་འགྲི་ར་ལྷགས་ཐང་དུ་བྱས། ལྷགས་དེའི་དམག་གི་དབུང་སྟོབས་དང་བྱས་
རྗེས་སོགས་སྟོད་སྟོད་ཀྱན་ལ་གྲགས་བས་རིམ་བཞིན་དམག་གི་མིང་གིས་ལུང་པའི་མིང་མཚོན་
བ་ཞིག་ཏུ་གྱུར། སྤྱིས་པ་འགྲི་ཡི་དམག་གས་སྤྱིས་པ་འགྲི་ཡི་རྩ་ཞེས་པའི་བར་གྱི་འགྲེལ་སྤྱོད་བསྐྱུས་
ནས་འགྲི་རྩ་ཞེས་འབོད་སྟོལ་དར་ནས་སྟོད་ན་འགྲི་ལུང་མེ་ཉོག་གི་ར་བ། བར་ལ་འགྲི་རྩ་གདོང་ལ་
གངས་དཀར། ལྷན་ལ་འགྲི་རྩ་ར་ལྷགས་ཐང་ཆེན་ཞེས་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་ནགས་ཤོད་སྤྱོད་མདུ་
བར་གསུམ་ལ་འགྲི་རྩ་ཞེས་པའི་མིང་གིས་ཁྲབ་བར་གྱུར་ཀྱང་སྤྱི་དཔྱད་འཛིན་ས་ཁུལ་གཅིག་གི་འོག་
འགྲི་རྩ་ཞེས་རྫོང་ཉིལ་པོའི་མིང་གྱི་ལོ་ ༡༩༥༢ ལོར་ས་གནས་འདིར་འགྲི་རྩ་རྫོང་བཙུགས་ནས་
རྫོང་འདིའི་ཁྲབ་ཁོངས་ཡོངས་ལ་འགྲི་རྩ་ཞེས་འབོད་བ་རྒྱུན་ཆགས་པ་ཡིན།

ས་གནས་འདིར་སྤྱིས་པ་འགྲི་ཡི་རྩལ་པོའི་གནས་གཞི་སྟེ་རྒྱལ་ས་ལྟེ་བ་ཡིན་པ་ནི། རིན་ཆེན་
སྐང་བ་ཁུ་དཔོན་གྱི་རྣམ་ཐར་ལས། བཟོད་པའི་ལུས་ལ་བཙོན་འགྲུས་གོ་བོས་ཏེ། །རིན་ཆེན་སྐང་
པའི་བསོད་ནམས་གཟེ་བརྗེད་འབར། །བྱིན་རྒྱལ་མི་ཐད་ལོར་དང་བཅས་ནས་ནི། །ནགས་ཤོད་
སྤྱིས་པའི་སྟོད་དུ་ཤིང་ལ་བྱོན། །ཞེས་ཁང་ཤིང་དངས་སའི་ནགས་ཤོད་སྟོད་ལ་ནགས་ཤོད་སྤྱིས་
པའི་སྟོད་ཅེས་པ་འདིས་འགྲི་རྩ་སྤྱིས་པའི་ལྟེ་བ་ཡིན་པར་གསལ་བར་གོ་བྱས། མ་ཐད་རྒྱལ་པོ་སྲོང་

བཅོན་གྱིས་བྲག་པོ་དམག་གི་ལས་ཕྱེ་བའི་ཚོད་ཀྱི་སྣོད་སྡེ་དྲུག་ཅུ་ཅ་གཅིག་ཁོད་ནས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་
 བའི་སྣོད་སྡེ་བར་གྱི་དཔའ་སྡེ་གསུམ་ལས་བར་གྱི་དཔའ་སྡེ་ནི། རི་སྡེན་མ་ལུང་གིས་ཡར་བཅད།
 ཆ་སྐོར་དར་བས་མར་བཅད་ཀྱི་ཡུལ་དེ་ན། སྤུལ་སྡེ་བཅུ་གཉིས་གནས་པ་ནགས་ཤོད་ཀྱིས་དཔོན་
 བྲས་ཞེས་པའི་ནགས་ཤོད་དང་། ཏུ་ཆེན་ལྷ་པ་སུམ་པའི་ཏུ་ལ་བཅེ་མཐོང་དང་པོ་མཐོང་གཉིས།
 ཚོད་ཚང་སྣོད་སྡེ་གཉིས། འཛོང་སྣོད་དང་འཛོང་སྡེ་གཉིས། དེ་སྣོད་དང་དེ་སྡེ་གཉིས། ཁ་རོ་ཁ་
 ཟང་གཉིས། ནགས་ཤོད་སྣོད་བྱ་ཚུང་སྡེ་སུམ་པའི་ཏུ་ལ་སྣོད་ཁྲབ་བརྒྱ་ལྷན་གྱི་སྣོད་སྡེ་བཅུ་གཅིག་
 ཅས་པའི་སྐབས་ཀྱི་ནགས་ཤོད་གཉིས་སྡེན་མ་ལུལ་ལུང་སྤྱི་ཡི་གནས་སྣངས་དང་སྤྱི་མ་བྲག་པོ་
 དམག་གི་སྤྱི་ག་འཇུགས་ཀྱི་སྣོད་ནས་བཏགས་པ་མ་གཏོགས་ཡུལ་ལུང་མི་འདྲ་བ་གཉིས་ཡོད་པར་
 འཛིན་མི་ཏུང་སྟུམ།

བཅོན་པོས་རྒྱལ་ཁོངས་རྒྱ་བསྐྱེད་དང་མཐའ་ཡི་རྒྱལ་ཐོན་དབང་དུ་བསྐྱེད་སུམ་པའི་རྒྱལ་
 ཁམས་འདི་བཅོན་པོ་སྣོད་བཅོན་གྱིས་དབང་དུ་བསྐྱུས་ནས་བཅོན་པོའི་མངའ་འབངས་སུ་བཅུག་སྟེ་
 འཇང་ལ་དམག་བྲངས་སྐབས་ཚོད་ཀྱི་སྣོད་སྡེ་དྲུག་ཅུ་ཅ་གཅིག་ཁོད་ནས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའི་སྣོད་སྡེ་
 བར་གྱི་དཔའ་སྡེ་གསུམ་ལས་བར་གྱི་དཔའ་སྡེ་ནི་རི་སྡེན་མ་ལུང་གིས་ཡར་བཅད། ཆ་སྐོར་དར་
 བས་མར་བཅད་ཀྱི་ཡུལ་དེ་ན་སྤུལ་སྡེ་བཅུ་གཉིས་གནས་པ་ནགས་ཤོད་ཀྱིས་དཔོན་བྲས་ཏེ་ལྡང་
 མོ་ཐག་མདུང་ཅན་གྲང་པོ་ཆེའི་མདུང་ཁྲར་ཏེ། དམག་དང་བཅས་ནས་འོང་བ་ལ། འཐབ་པའི་ཆོ།
 དཔའ་ཉམས་སུ་རལ་གྱི་ལ་རི་མོ་བྲིས། དུར་རྒྱགས་སྣོར་ཐོས། ཆ་ལེབ་རྒྱབ་ཏུ་གོན། སྤྲར་མི་སྣོག་
 པའི་བསམ་པ་དང་བཅས་ཏེ། དཔའ་བོའི་རལ་ཁ་བྲས་པས་ན་དཔའ་བའི་ཞེས་དང་། རྒྱངས་ཀྱི་པོ་ཏེ་
 བསེ་ཏུ་ལས་རྒྱངས་དོ་ཞེས་ལྷ་ཏུ་གཡུ་དགུང་པོ་དེ་མཚོད་ནས། ལྡང་ལ་དམག་བྲས་ལ། ལྡང་གི་
 ཐོག་མདའ་ནག་པོ་དེ་བཏེགས། ལྡང་མི་དུག་ཅན་གྱི་མིག་དེ་སྤྲང་། དེའི་དཔའ་ཉམས་ལྡང་གི་རལ་
 ཀྱི་ངོ་དེ་དང་། འོད་འབར་མ་དེ་ཐོབ་པས་དེ་བས་ན་ནག་པོ་ལྡང་གི་འདུལ་དཔོན་ཡང་ལྷ་རིགས་
 རྒྱངས་ཡིན་གསུངས་པ་བཞིན་ནགས་ཤོད་ཀྱིས་དམག་དཔོན་བྲས་ཏེ་བར་གྱི་དཔའ་སྡེས་འཇང་
 ཡུལ་ལ་དམག་བྲངས་པ་དང་བཅོན་པོའི་དུས་སུམ་པས་འཇང་ལ་དམག་བྲངས་པ་གཉིས་པོ་པོར་
 བཞད་དུ་མེད་པའི་སྤྱིར།

རྒྱ་མཚན་དེས་ན་རྒྱ་ཚེན་ལྷ་བ་སྐྱམ་བ་རྒྱ་ཡི་དཔོན་ནགས་ཤོད་བས་བྱས་ཏེ་ནགས་ཤོད་ས་ཡི་
 ཐེག་ལེ་འབྲི་རྒྱུ་སྐྱམ་བའི་གནས་གཞི་སྟེ་བ་བརྒྱུད་བ་གསལ། འབྲི་རྒྱ་ཞེས་བའི་འབྲི་ནི་སྐྱམ་བའི་
 རྒྱས་དང་། རྒྱ་ནི་སྐྱམ་བའི་རྒྱ་ལ་བྱས་ནས་དེ་གཉིས་སྟོན་བས་འབྲི་རྒྱ་ཞེས་བའི་མིང་འདི་བྱུང་ངམ་
 ལྷམ། འོ་ན་སྐྱམ་བའི་རྒྱ་ཞེས་བའི་རྒྱ་དེ་གང་ལ་བྱེད་སྐྱམ་ན། དེ་ནི་གོང་དུ་བཤད་བ་བཞིན་བཅོན་
 རོས་དམག་གི་རྒྱ་སྟེ་ཁག་ལྷར་དབྱེ་བའི་སྐྱམ་བའི་དམག་སྟེ་ལ་སྐྱམ་བའི་རྒྱ་ཞེས་འདོད། སྤྱིར་རྒྱ་
 ཞེས་བའི་ཐ་སྐྱད་འདི་འདྲུག་ཡུལ་མང་ནའང་དམག་ལ་རྒྱ་ཞེས་བ་སྟོན་སྟོ་ཆེ་བའི་བརྟེན་ཞིག་
 ཡིན་པ་དཔེར་ན། དམག་མི་ལ་རྒྱ་མི་དང་། དམག་མདའ་ལ་རྒྱ་མདའ། དམག་དཔོན་ལ་རྒྱ་དཔོན།
 དམག་སྟེ་ལ་རྒྱ་སྟེ། དམག་དར་ལ་རྒྱ་དར། དམག་སྒྲ་འཁྲིད་མཁན་ལ་རྒྱ་འཁྲིད། རྒྱལ་པོའི་སྐྱོར་
 ཚོའི་སྟོན་མར་འགོ་མཁན་ལ་རྒྱ་འཕྲོན་སྟེ་བཞེ། དམག་མི་དཀྱུས་མ་ལ་རྒྱ་དམག་བཅས་འདོད་བ་
 བཞིན་སྐྱམ་བའི་དམག་དང་དོན་གཅིག་ལ་སོང་མདོར་བསྐྱམ་ན་སྐྱམ་བའི་རྒྱ་ཟེར་བ་དེ་སྐྱམ་བའི་
 དམག་ཟེར་བ་དེ་ཡིན་པ་རེད།

འབྲི་རྒྱ་དང་འབྲི་རྒྱའི་བྱེད་བར།

ཡུལ་མཚན་སོ་སོར་རྒྱ་ཡིས་བྱེ། ཡུལ་ལྷང་སོ་སོར་སྐད་ཀྱིས་བྱེ། ཞེས་བ་ལྷར་ཡུལ་ལྷང་
 སོ་སོར་ཡུལ་སྐད་དམ་ཁ་སྐད་ཐོན་བྱའི་མ་འདྲ་བ་ཡོད་པ་བཞིན་ནགས་ཤོད་འབྲི་རྒྱའི་ཡུལ་སྐད་ལ་
 ཀ་མད་སྐྱམ་ཅུའི་སྟེ་བ་བཞི་བའི་དང་སོ་གསུམ་ལ་ར་བཏགས་ཀྱི་སྐྱ་མི་འབོད་བ་འགའ་ཞིག་ཡོད་པ་
 དཔེར་ན། སྟེ་འུ་ལ། སྟེ་འུ། སྟེ་ལ། སྟེ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། སྟེ་སྟོན་ལ། སྟེ་སྟོན། སྟེ་རྒྱལ་ལ། སྟེ་རྒྱལ་སྟེ་ལ།
 སྟེ་སྐྱུག་འབྲི་ལ། འབྲི། ཡི་གེ་འབྲི་བ་ལ། ཡི་གེ་འབྲི། འབྲི་རྒྱ་ལ། འབྲི་རྒྱ་སོགས་འགའ་ཞིག་ཡོད་
 བ་ར་བཏགས་ཀྱི་སྐྱ་མ་གསལ་བ་ལས་གཞན་གོ་བ་སྐྱུག་པོ་ཅི་ཡང་མེད་པ་རེད། གོང་གི་མིང་ཚིག་
 རྣམས་ཡིག་ངོས་སུ་འགོད་བ་དང་། སྟོན་འདོན་བྱེད་དུས་སྟེ་འུ་དང་། སྟེ། སྟེ་སྟོན། འབྲི་རྒྱ་སོགས་
 འགོད་སྟོན་བྱེད་བ་ལས་ཁ་སྐད་བཞིན་སྟེ། སྟེ་སྟོན། སྟེ་རྒྱལ། འབྲི་རྒྱ་སོགས་འགོད་སྟོན་བྱེད་བའི་
 སྟོན་མེད། འོ་ན་ཀྱང་སྐྱུལ་མདའ་ལ་སྐྱུས་མདའ་ཞེས་རྣམ་ཐར་དང་ཚོས་འབྱུང་ཁག་མང་དུ་མཐོང་རྒྱ་
 ཡོད་པ་ནི་རྒྱ་མཚན་ལ་མ་དབྱེད་པ་འདོད་བས་བརྟེན་བའི་མིང་ཞིག་ལ་བསམ་ནས་ཡིག་ངོས་སུ་
 བཀོད་བ་གསལ།

འབྲི་རུ་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་འདི་སྤུམ་པའི་ལོ་རྒྱུས་དང་འབྲེལ་ནས་བཤའ་དགོས་པ་དང་། སྤུམ་
པའི་ལོ་རྒྱུས་ནི་རྩོལ་འཛིང་ཆེ་ལ་ཐག་གཅོད་དཀའ་བ་ཞིག་ཡིན་པར་བརྟེན་ཁོ་བོའི་སྒྲོ་ཡི་ར་བ་ལས་
འགོང་པའི་དབྱུང་གཞི་ཞིག་ཡིན་པར་སོང་འདི་ཡིན་དང་འདི་མིན་གྱི་ཁ་ཚོན་གཅོད་དཀའ་ནའང་
ལོ་རྒྱུས་ཡིག་རྙིང་ཁག་ཏུ་གསལ་བའི་དབྱུང་གཞི་ལོས་པ་རྣམས་གྲུང་དུ་བསྐྱེགས་ནས་འབྲི་རུའི་ལོ་
རྒྱུས་ཀྱི་དབྱུང་གཞི་ལ་ཐན་པའི་རེ་བས་དབྱུང་པའི་མགོ་སྒྲོས་ཅམ་ཞིག་ཡིན་པས་བྱུང་རབས་ལོ་
རྒྱུས་བལྟ་བའི་སྒོ་མིག་ཡངས་པའི་མཁུན་ལྡན་རྣམས་ཀྱིས་དབྱུང་པར་འཚེ།།

སྤྱི་ལོ་༢༠༡༣ལོ་བ་༡༡ཚེས་༡༡ཉིན་སྤེལ།།

ཤེས་ནས་ཉམས་སྤྱུ་ལེན་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་མདོ་ཅམ་བཟོད་པ།

ནགས་ཤོད་འབྲི་རུ་ལྷ་རམས་པ་ཚུལ་བྲིམས་རྒྱལ་བ།

སྤྱིར་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་འཇུག་པ་ལ་འགོ་སྐྱབས་འགོ་ལས་བརྩམས་ཏེ་འཇུག་
དགོས་པ་ནི་སྐྱབས་གནས་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་གནས་ཡང་དག་ཏུ་ཁས་ལེན་པའི་སྒོ་
ནས་སྐྱབས་སྤྱུ་འགོ་བའི་གང་ཟག་ཞིག་ལ་ནང་བ་སངས་རྒྱུས་པ་ཞེས་འཛིན་པ་ཡིན། དེ་ལྟ་བུ་ནང་
བ་སངས་རྒྱུས་པའི་གང་ཟག་དེས་ནང་པའི་ཚོས་ཉམས་སྤྱུ་ལེན་པའི་ཚུལ་ལ་དད་པ་ཁོ་ནའི་རྗེས་སྤྱི་
འབྲངས་ནས་ཉམས་སྤྱུ་ལེན་ཚུལ་གཅིག་དང་། ཡང་དེ་ཅམ་མིན་པར་དབྱུང་བ་བྱས་ནས་ཉམས་སྤྱུ་
ལེན་ཚུལ་གཉིས་ཡོད་པ་ཡིན། དང་པོ་དེ་ལ་དད་པའི་རྗེས་འབྲང་དང་། སྤྱི་མ་དེ་ལ་ཚོས་ཀྱི་རྗེས་
འབྲང་ཞེས་གང་ཟག་རིགས་གཉིས་པོ་དེ་ལ་ཐ་སྙད་དེ་ལྟར་འདོགས་ཀྱི་ཡོད།

གང་ཟག་རིགས་དང་པོ་དེས་རང་ལ་ཚོས་སྒྲོན་པ་པོ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱིས་ཚོས་གང་
བསྟན་པ་དེ་ལ་དབྱུང་བ་གང་ཡང་མ་བྱས་པར་དད་པ་རང་བྱས་ནས་བྱུག་དང་སྒྲོར་བ། མཚོད་

འབྲུལ་དང་ཁ་འདོན་ལ་སོགས་པ་རང་རང་གིས་གང་སྐབ་ཅི་ལུས་ཀྱི་སྒོ་ནས་ཉམས་སྲུ་ལེན་གྱི་
ཡོད། འདི་ལྟ་བུ་ཉམས་སྲུ་ལེན་ཚུལ་དེ་ལ་དེང་སང་ཚོངས་དང་ཟེར་ནས་ཐ་སྙད་འདོགས་སྒོལ་ཞིག་
ཡོང་གི་འདུག །

སྤྱིར་ཚོངས་དང་ཅེས་པའི་ཐ་སྙད་འདི་ནི་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་པའི་ནང་ལ་གྲང་ཁབ་ཉང་གིས་ནང་
ཚོས་ལ་ཁྱད་གསོད་དང་དམའ་འབེབ་ཀྱི་སྒོ་ནས་ནང་ཚོས་སྤྱི་ལ་བཏགས་པའི་ཐ་སྙད་ཅིག་རེད།
དེའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་དེང་སང་བསམ་སྒོ་གསར་པ་བ་ཡིན་ཟེར་མཁན་རིགས་གཅིག་གིས་
ཁྱད་པར་ཅུང་ཟད་བྱེས་ནས་ནང་ཚོས་ཉམས་སྲུ་ལེན་ཚུལ་འདི་ལྟ་བུ་རིགས་ལ་ཐ་སྙད་དེ་བེད་སྤྱོད་
བྱེད་དེ་དམའ་འབེབ་དང་མཐོང་ཚུང་གི་རིགས་དུ་མ་ཞིག་བྱེད་གྱི་ཡོད་ཚོད་འདུག །དེ་ལྟ་བུའི་ཐ་
སྙད་བེད་སྤྱོད་བྱས་པ་དེ་རྒྱ་མཚན་གཏན་ནས་མེད་པ་ཞིག་མ་རེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན་རིགས་དེ་
དག་གིས་ནང་ཚོས་ཉམས་སྲུ་ལེན་ཚུལ་དེ་ནི་ནང་ཚོས་ཀྱི་གནས་ལུགས་གང་ཡང་མ་ཤེས་པ་དང་
ནང་ཚོས་ཀྱི་གནས་ལུགས་ལ་ཚོངས་ནས་དང་པ་ཁོ་ནའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་ཡིན་ཤིག་ཤིག་བྱས་
ནས་ཞབ་དང་རྒྱ་བ། ལོ་དང་མི་ཚེ་བྱས་ནས་འགྲོ་སྤོད་གྱི་ཡོད་པ་དང་། གང་ཟེན་དེ་དག་ཚོངས་པ་
དེ་ལས་སངས་ཉེ་ཚོས་ཀྱི་གནས་ལུགས་ཡང་དག་པ་ཤེས་པར་བྱས་ནས་ཉམས་སྲུ་ལེན་པ་ཞིག་
བྱུང་ན་སྙམ་པ་སྟེ། དཔེར་ན་བྱུག་འཚལ་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་མཚོན་ན་དང་པ་ཅམ་ཞིག་མ་ཡིན་པར།
ཐོག་མར་ཀུན་སྒོར་རྗེ་ལྟར་དགོས་མེད་དང་། བྱུག་འཚལ་པའི་ལུལ་དང་དེའི་ཡོན་ཏན་དང་པན་
ཡོན་དང་དགོས་པ་སོགས་ཤེས་པའི་སྤྱིང་ནས་བྱུག་འཚལ་བ་ཡིན་ན་པན་ཡོན་རྒྱབས་ཆེ་བ་ཡོང་
གི་ཡོད་པ་ཡིན་པས། གཞན་ལ་སྐུལ་སྐྱེད་གཏོང་བའི་ཆེད་དུ་དེ་ལྟ་བུ་ཐ་སྙད་དེ་བེད་སྤྱོད་གཏོང་གི་
ཡོད་ན་འདྲ་གྱི་ཡོད།

ཡང་དེ་འདྲའི་ཐ་སྙད་དེ་བཏགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་མི་མང་པོ་ཞིག་གི་སེམས་ནང་ལ་ཐོག་སྐྱུག་ཆེན་
པོ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་འདྲ། དེ་ཡང་རྒྱ་མཚན་མེད་པ་ཞིག་མ་ཡིན། གང་ཡིན་ཟེར་ན། ཐ་སྙད་དེའི་འོག་
ལ་གནའ་རབས་ནས་ཉར་ཚགས་བྱས་པའི་རིག་དངོས་ལ་གཏོར་སྤོང་དང་། པ་མེས་ནས་བསགས་
པའི་རྒྱ་ལོར་ལ་འགྲོག་བཅོམ་དང་། མི་མང་པོ་ཞིག་ལ་རྒྱག་རྒྱུང་དང་སྤྲིག་མོ་གཅེས་པའི་ཆེ་སྤོག་
ཀྱང་ཕོར་སྤོང་ཡོད་པས་རྣ་བར་ཐོས་པ་ཅམ་གྱིས་སེམས་ལ་ན་སྐྱུག་འདྲ་པོ་སྤྱེད་གྱི་ཡོད། མདོར་ན།

ནང་ཚོས་ཀྱི་གནས་ལུགས་ཇི་ལྟར་ཡིན་མ་ཤེས་པར་དད་བཞིན་ཏེ་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་ཉམས་སུ་ལེན་གྱི་ཡོད་ན་ཡང་སྐྱོད་དད་ཅེས་པའི་ཐ་སྐྱོད་དེ་བཞིན་སྒྲོན་མ་བྱས་ན་དགེ་མཚན་ཆེ་བར་མངོན། གང་ཟག་རིགས་གཉིས་པ་དེས་ནང་ཚོས་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་ནི། རང་གི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ལྟ་བུ་ཞིག་གིས་རང་ལ་ཚོས་བསྟན་པའམ་ངོ་སྤྱོད་བྱས་པ་ན་བསྟན་བྱའི་ཚོས་དེའི་དོན་རི་ལྟར་ཡིན་མིན་རང་གི་རིག་པས་དབྱུང་བ་ཡང་ཡང་བྱས་ནས་ཉམས་སུ་ལེན་གྱི་ཡོད།

འདི་ནི་ནང་ཚོས་ལ་སློབ་གཉེར་བྱས་པ་ཡང་ཟེད། དེ་ཡང་སྒྲོན་མ་རང་ཉིད་ཀྱིས། དགེ་སློང་དག་གམ་མཁས་རྣམས་ཀྱིས། །བསྐྱེད་པ་བཅད་བརྟུན་བའི་གསེར་བཞིན་དུ། །ལེགས་པར་བརྟགས་ལ་ང་ཡི་བཀའ། །སྐྱོད་བར་བྱ་ཡི་གྲུས་སྤྱིར་མིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རང་གི་སློབ་ཅི་ཟུབ་ཀྱི་བརྟག་དབྱུང་བྱས་ནས་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་པ་ཡོད་མེད་ཀྱི་སློབ་སྐྱོང་དོར་བྱེད་ཟུབ་པ་ཞིག་བྱུང་ན་དེ་ནི་རང་གིས་ཚོས་ཀྱི་གནས་ལུགས་ཤེས་པའི་ཐོག་ནས་ཉམས་སུ་བྱངས་པ་ཡིན་ཤིང་། ཚོས་ལ་ཤེས་ནས་དད་པ་ཐོབ་པའི་སློབ་སྐྱོང་ཚོས་སྐྱབ་པ་ཡིན་པས། ཚོས་བྱེད་ན་བྱེད་ལུགས་ཤེས་པ་དང་བྱས་པའི་པན་ཡོན་ཡང་ཆེ་བ་ཡིན་ལ་དུས་རབ་ཉེར་གཅིག་པའི་ཚོས་པ་ཟེར་ན་ཡང་མ་མཐའ་ནས་འདི་འདྲ་བ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན།

དེ་ལྟ་བུ་གང་ཟག་དེས་ནང་ཚོས་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་གྱི་ཆ་ཤེས་སམ་དེ་ལ་འདིར་དཔེར་མཚོན་ཞིག་ཞུས་ན། རང་གིས་མཚོན་པ་ལུལ་བ་ལྟ་བུ་ལ་མཚོན་ན། གང་ལ་འབྲུལ་བ་དང་། གང་གིས་འབྲུལ་བ། གང་འབྲུལ་བ། ཚུལ་རི་ལྟར་འབྲུལ་བ་བཅས་ལས། གང་ལ་འབྲུལ་ལུལ་ནི། འདི་སྤྱི་ཆེ་རབས་ཀུན་ཏུ་ནམ་ཡང་བསྐྱེད་པ་མེད་པའི་སྐྱབས་གནས་དགོན་མཚོག་གསུམ་དང་དེ་དག་གི་སྐྱབས་གསུང་ལུགས་ཀྱི་བརྟེན་རྣམས་དང་། དེ་བཞིན་དུ་རང་གི་སྐྱབས་མ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་དང་། ། མདོར་ན་རང་གིས་མཚོན་པར་འོས་པ་ཐམས་ཅད་དང་། དེ་ཡང་སངས་རྒྱས་དགོན་མཚོག་ཅེས་པ་ནི། ཤེས་བྱའི་སྤྱི་བ་པ་དང་ཉོན་མོང་པའི་ཉེས་པའི་རིགས་མཐའ་དག་ཟད་ནས་རང་གཞན་གྱི་དོན་མཐར་སྤྱོད་པའི་གང་ཟག་བདག་ཅག་གི་སྒྲོན་མ་ཤེས་ཀྱི་ལ་པོ་ལྟ་བུ་དང་། ཚོས་དགོན་མཚོག་ཅེས་པ་ནི། ལོང་དུ་བཤད་པའི་སྤྱི་བ་པ་གཉིས་ཅི་རིགས་ཟད་པའི་འགོག་པའི་བདེན་པ་དང་། སྤྱི་བ་པ་དེ་གཉིས་ཟད་བྱེད་ཀྱི་གཉེན་པོ་བདག་མེད་མངོན་སུམ་དུ་ཉོགས་པའི་མཁུན་པ་ལམ་གྱི་བདེན་པ་

དང་། དགོ་འདུན་དཀོན་མཆོག་ཅེས་པ་ནི། འགོག་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་དེ་གཉིས་ཅི་རིགས་དང་ལྷན་
པའི་འཕགས་པའི་གང་ཟག་ཅིག་ལ་འཛོག་གི་ཡོད་པ་ལེས་པར་བྱེད་དགོས།

གཉིས་པ་གང་གིས་འབྲུལ་བ་ནི། རང་གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱིས་འབྲུལ་གྱི་ཡོད་པའི་
མོས་པ་དང་བཅས་པའི་སྐྱོན་ནས་རང་ཉིད་གྱིས་དངོས་སུ་འབྲུལ་བ་དང་། གང་འབྲུལ་རྒྱའི་མཚོན་
པའམ་མཚོན་པའི་རྣམས་ཡོན་ཆབ་ལྟ་བུ་དང་ཡང་ན་དེ་ལས་གཞན་པའི་མཚོན་པའི་ཡོ་བྱད་གང་ཡིན་
ན་ཡང་། ཀུན་སྐོང་གཡོ་མེད་པ་དང་སེར་སྤའི་ཆགས་ཞེན་དང་བྲལ་བའི་སྐྱོན་ནས་དངོས་པོ་གཙང་
ཞིང་ཡིད་ཏུ་འོང་བ་དགོས་པ་དང་། ཇི་ལྟར་འབྲུལ་བའི་ཚུལ་ནི། རང་ཉིད་རན་སོང་གི་སྤྲུག་བསྐྱེད་
ལ་འཛིགས་ནས་དེ་ལས་སྐྱོབ་པའི་བྱས་པ་གོང་དུ་བཤད་པའི་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་ཡོད་པར་
རང་གིས་ཡིད་ཆེས་རྟེན་པའི་ཐོག་ནས་སྤྲུག་བསྐྱེད་དེ་ལས་སྐྱབས་ནས་མངོན་མཐོའི་གོ་འཕངས་
ཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་འབྲུལ་བ་ནི། རྒྱེས་བུ་རྒྱུ་རྒྱུ་བསམ་པའི་སྐྱོན་ནས་འབྲུལ་བ་དང་། རན་སོང་གི་
སྤྲུག་བསྐྱེད་མ་ཟད་འཁོར་བ་སྐྱིད་དང་བྱེ་བྲག་གི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ལ་འཛིགས་ནས་དེ་ལས་ཐར་ནས་
ངེས་ལེགས་ཐར་པའི་གོ་འཕངས་ཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་འབྲུལ་བ་ནི་རྒྱེས་བུ་འབྲིང་གི་བསམ་པའི་སྐྱོན་ནས་
འབྲུལ་བ་དང་།

སྤྲུག་བསྐྱེད་དེ་དག་བྲལ་བ་ཡང་རང་ཉིད་ཁོ་ན་ཅམ་མིན་པར་རང་གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་
ལ་མི་འདོད་པའི་དོན་དང་འཕྲད་ལ། འདོད་པའི་དོན་སྐྱབས་ཀྱང་མི་འབྲུབ་པ་ལ་སོགས་པའི་མི་འདོད་
པའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་སྐྱོལ་ལོང་བསྐྲུན་པ་འདི་དག་ནི། རྒྱུ་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པ་གཉིས་ལས་
བྱུང་བ་ཡིན་པ་དང་། རྒྱུ་ལས་ཉོན་མོངས་ཀྱི་ངོ་བོ་དང་། དེ་གཉིས་ཅ་བའི་རྒྱ་རྒྱེན་ཇི་འདྲ་ཞིག་ལས་
འབྱུང་ཡོད་མེད་དང་། ལས་ཉོན་དེ་གཉིས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཇི་ལྟར་ཡིན་མིན་ལེས་པའི་ཐོག་ནས་རང་
གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱེན་དེ་དག་དང་གཏན་ཏུ་བྲལ་ཤིང་ངེས་ལེགས་
ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གོ་འཕངས་ཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་འབྲུལ་གྱི་ཡོད། རང་གི་སེམས་ཀྱི་ཀུན་སྐོང་དེ་ལྟ་
བུ་བསྐྱེད་པའི་སྐྱོན་ནས་མཚོན་པ་འབྲུལ་བ་ལ་སོགས་པའི་རྣམས་པར་དཀར་བའི་ཚོས་སྤོགས་ཀྱི་བུ་བ་
གང་བྱེད་པ་དེ་ནི་རྒྱེས་བུ་ཆེན་པོའི་བསམ་པ་བསྐྱེད་པའི་ཐོག་ནས་བྲས་པ་ཡིན། སེམས་ཀྱི་ཀུན་
སྐོང་སྟེ་བསམ་པ་སྐོང་གཏོང་སྤངས་རྒྱ་ཆེ་རྒྱུ་གི་རིམ་པ་ལ་སྟོས་ནས་པན་ཡོན་ཡང་རྒྱ་ཆེ་རྒྱུ་ཡོད་པ་

ཡིན། མདོར་ན་འདི་ག་རྟེན་དང་འདི་ག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་བྱ་བ་གང་དང་གང་ཡིན་ཡང་བྱ་བ་དེ་
དང་དེའི་རྒྱ་རྒྱུན་དང་ངོ་བོ་དང་འབྲས་བུ་ལ་བཟང་ངན་སོགས་ལ་ཐོག་མ་ནས་བསམ་སྒོ་ནན་གཏན་
གཏོང་དགོས་པ་ནི་གལ་ཆེན་ནང་གི་དོན་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པ་སྒྲོས་མེད་ལྟར་ཡིན།

དེ་ལྟ་བུ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཚོས་ཀྱི་གནས་ལུགས་རི་ལྟར་ཡིན་ཤེས་པར་བྱས་ནས་
རང་གི་ཉམས་སུ་སྒྲུབ་ན་བྱ་བ་རྩལ་རྩལ་ཞིག་བྱས་ནའང་དགེ་ཅ་རྒྱབས་ཆེན་པོ་བསྐྱབ་ཐུབ་པ་དེ་
འབྲེལ་ཡོད་གི་ཡོད། ལོང་དུ་ལུས་པ་ལྟར་ཡོན་ཆབ་ལྟ་བུ་མཚོན་པ་རྩལ་དུ་ཞིག་འབྲུལ་བ་ལ་ཡང་དགེ་
ཅ་རྒྱབས་ཆེ་བ་པར་བྱིན་དུག་ཚང་བར་ཉམས་སུ་སྒྲུབ་ནས་འབྲུལ་ཚོགས་པ་ཡིན་པས། དེ་ལ་ཐོག་
མར་པར་བྱིན་དུག་ཚང་བའི་སྒོ་ནས་ཉམས་སུ་སྒྲུབ་ན་དགེ་ཅ་རྒྱབས་ཆེ་བའི་རྒྱ་མཚོན་དང་། པར་
བྱིན་དུག་གི་ངོས་འདོན་དང་། དེ་ནས་ཡོན་ཆབ་ལྟ་བུ་མཚོན་པ་རྩལ་དུ་ཞིག་ལུས་པ་ལ་པར་བྱིན་
དུག་ཚང་བའི་སྒོ་ནས་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་རྣམས་རིམ་བཤམ་བཞིན་བཤད་རྒྱ་ཡིན། དེ་ལ་དང་པོ་པར་
བྱིན་དུག་ཉམས་སུ་སྒྲུབ་པས་དགེ་ཅ་རྒྱབས་ཆེ་བ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚོན་ནི། རྗེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོས་
མཛད་པའི་བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་ཆེ་བ་ལས། པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་དུག་དུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བསྐྱབ་
བྱ་རྣམས་འདུ་བས་བྱིན་དུག་ནི་བྱང་སེམས་ཀྱི་ལམ་ཀྱི་གནད་མཐའ་དག་བསྐྱབ་པའི་སྒོ་མ་ཆེན་
པོའོ།

བསྐྱབ་པ་བཞི་ཡང་དེར་འདུ་སྟེ། ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་དང་། གཞན་ཡང་རྒྱལ་སྐྱེས་ཆེན་
པོ་ཞི་བ་ལྷན་མཛད་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་པའི་སྒྲོན་པ་ལ་འདུག་པ་དང་། དཔལ་ལྷན་རྒྱ་བ་བྲགས་
བས་མཛད་པའི་དབུ་མ་ལ་འདུག་པ་དང་། རྗེ་བཙུན་བྱམས་བས་མཛད་པའི་མདོན་པར་རྟོགས་པའི་
རྒྱན་ལ་སོགས་པའི་གཞུང་ཆེན་མོ་རྣམས་ལས་པར་བྱིན་དུག་གི་ཉམས་ལེན་གཙོ་བོ་མཛད་ནས་
བསྐྱབ་ཡོད། གཉིས་པ་ཉམས་སུ་ལེན་རྒྱ་པར་བྱིན་དུག་ངོས་འདོན་མདོ་ཅམ་བཤད་པ་ལ། སྤྱིར་
པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་ཞེས་པ་ནི། པ་རོལ་དུ་བྱིན་ཟེན་པ་ལ་བྱེད་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སའི་རྣམ་པ་ཐམས་
ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་གོ་དགོས་པ་དང་། བྱིན་བྱེད་ལ་ཟེར་ན་བྱང་ཆུབ་སེམས་པའི་རྒྱུད་ལ་ཡང་
ཡོད་ལ། དེ་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཉམས་ལེན་ནི་སོ་སྤྱི་ཐ་མལ་པའི་རྒྱུད་ལ་ཡང་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ན་
པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་དུག་ནི། སྤྱིན་པའི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་དང་། ཚུལ་བྲིམས། བཟོད་པ། བཙོན་འགྲུས།

བསམ་གཏན། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་སྒྲིབ་པ་སྟེ་རྒྱལ་ཡོད། དང་པོ་སྒྲིབ་པའི་པར་སྒྲིབ་ཀྱི་ཉམས་ལེན་བཤད་པ་ལ། སྒྲིབ་པ་རང་གི་ངོ་བོ་དང་། སྒྲིབ་པའི་དབྱེ་བ་དང་། སྒྲིབ་པའི་ཡུལ་དང་། སྒྲིབ་པ་པོ་དང་། སྒྲིབ་བྱའི་རྗེས་བཅས་སྟེ་ནས་བཤད་དགོས་པ་ཡིན་པས། དང་པོ་སྒྲིབ་པ་རང་གི་ངོ་བོ་ནི། འབགས་པ་སོགས་མེད་ཀྱིས་མངོན་པའི་བྱང་ས་ལས། སྒྲིབ་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་གང་ཞེ་ན།

ཡོ་བྱང་ཐམས་ཅད་དང་རང་གི་ལུས་ལ་མི་ལྟ་བུའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་མ་ཚགས་པ་དང་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་སེམས་པ་གང་ཡིན་པ་དང་དེས་ཀྱང་ནས་བསྐྱེད་པ་སྒྲིབ་པར་བྱ་བའི་དངོས་པོ་ཡོངས་སུ་གཏོང་བའི་ལུས་དང་རག་གི་ལས་དང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། གཏོང་བའི་སེམས་པ་དགོ་བ་དང་དེས་ཀྱང་ནས་བསྐྱེད་པའི་ལུས་རག་གི་ལས་སོ། སྒྲིབ་པ་ལ་དབྱེ་བ་ལ། ཚོས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་དང་། ཟང་ཟེང་གི་སྒྲིབ་པ་དང་། མི་འདྲིགས་པའི་སྒྲིབ་པ་དང་གསུམ་ཡོད་པ་ལས་དང་པོ་ནི། བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་ཆེ་བ་ལས། ཚོས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་ནི། དམ་པའི་ཚོས་སྒྲིབ་ཅི་མ་ལོག་པར་སྒྲིབ་པ་དང་། བཟོ་ལ་སོགས་པ་འདྲིག་རྟེན་གྱི་ལས་ཀྱི་མཐའ་ཁ་ན་མ་བོ་བ་མེད་པ་སློབ་པ་རིགས་པར་སྒྲིབ་པ་དང་བསྐྱབ་པའི་གཞི་འདྲིན་དུ་འདྲེན་པའོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་བསྐྱེད་བཀའ་དང་གྲགས་པའི་སྤྱིར་མིན་པར་གཞན་པའི་སྤྱི་བཤུག་བསམ་གྱི་ཀྱང་ནས་བསྐྱེད་ཏེ་བསྐྱེད་བྱ་དམ་པའི་ཚོས་སྒྲིབ་ཅི་མ་ལོག་པར་སྒྲིབ་པ་དང་གཞན་ཡང་ཀྱང་སྐྱོང་དེ་ལྟ་བུ་བསྐྱེད་པའི་ཐོག་ནས་བཟོ་དང་གསོ་བ་རིག་པ་ལ་སོགས་པའི་རིག་པའི་གནས་ཆེ་བ་ལྟ་དང་ཆུང་བ་ལྟ་ས་མཚོན་པའི་རིག་པའི་གནས་གང་འདྲ་ཞེ་ག་སློབ་ཁྲིད་བྱེད་པ་དེ་ནི་ཚོས་ཀྱི་སྒྲིབ་པའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པ་ཡིན།

གཉིས་པ་མི་འདྲིགས་པའི་སྒྲིབ་པ་ནི། བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་ཆེ་བ་ལས། མི་འདྲིགས་སྒྲིབ་པ་ནི། རྒྱལ་པོ་དང་ཚོས་རྒྱལ་ལ་སོགས་པ་མིའི་འདྲིགས་པ་དང་། སེང་གེ་དང་སྤྲུག་དང་ཆུ་སྒྲིབ་ལ་སོགས་པ་མི་མ་ཡིན་པའི་འདྲིགས་པ་དང་། ཆུ་དང་མེ་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་བའི་འདྲིགས་པ་ལས་སེམས་ཅན་ཡོངས་སུ་སློབ་པའོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་མི་གཞན་གྱིས་སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་ལུས་སྟོག་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པ་ལས་སློབ་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་གཅན་གཟན་དང་། འབྱུང་བས་གཞོད་འཆེ་བྱེད་པ་ལས་སློབ་པ་དང་། ཐ་ན་རང་གི་ལུས་ལ་མཚོན་ཆ་སྤངས་པ་ཡན་ཆད་མི་འདྲིགས་པའི་སྒྲིབ་པའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པ་ཡིན། གསུམ་པ་ཟང་ཟེང་གི་སྒྲིབ་པ་ནི། དངོས་པོ་གང་སྒྲིབ་པར་བྱ་བའི་ཡུལ་

ལ་བཏང་ཀྱང་ཡུལ་དེ་ལ་འཕྲལ་སྤྲུགས་གང་ལ་ཕན་པ་མ་གཏོགས་གཞོན་པའི་རིགས་དཔེར་ན་
མཚོན་ཆ་དང་དྲུག་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་གཏོང་མི་རུང་བ་ཡིན།

གོང་དུ་བཤད་པའི་སྒྲིན་པ་དེ་དག་གང་སྒྲིན་པར་བྱེད་ཀྱང་ཀུན་སྒྲོང་རྣམ་པར་དག་པ་ཞིག་
དགོས་པ་ནི་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། དེ་ཡང་སྒྲིར་རང་གིས་སྒྲིན་པ་གཏོང་བ་འདི་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་
ཅད་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་སོབ་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་སྟེ་ལ་དང་། བྱེ་བྲག་ཏུ་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀྱིས་མནལ་
པའི་སེམས་ཅན་ལ་སྤྱིང་རྗེའི་བསམ་པ་དང་། ཡོན་ཏན་ཅན་ལ་དང་བའི་བསམ་པ་དང་།
རང་ལ་གཞོན་པ་བྱེད་མཁན་རྣམས་ལ་བྱམས་པའི་སེམས་ཀྱི་སྒྲོན་པ་ཀུན་སྒྲོང་བསྐྱེད་དགོས་པ་
ཡིན། གསུམ་པ་སྒྲིན་པའི་ཡུལ་ནི། རང་ལ་ཕན་འདོགས་པའི་གོགས་དང་། གཞོན་པ་བྱེད་པའི་
དགའ་དང་། ཕན་གཞོན་གང་ཡང་མི་བྱེད་པའི་དང་། གཞན་ཡང་དུད་འགྲོའི་སྤྱེ་གནས་སུ་སྤྱེས་པའི་
སེམས་ཅན་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་འཆལ་བའི་མི་དང་། བད་པ་དང་བད་གཡོག་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་དང་
ལྡན་པ་དང་། རྒྱུན་ཞུགས་དང་། དགའ་བཅོམ་པའི་འབྲས་བུ་ལ་གནས་པ་རྣམས་སྒྲིན་པའི་ཞིང་ཁྱད་
པར་དུ་འཕགས་པ་ཡིན་པར་གསུངས་ཡོད།

བཞི་པ་སྒྲིན་པ་སོ་ནི། དད་པའི་སྒྲོན་པ་སྒྲིན་པར་བྱེད་པ་དང་། ལྷུ་པའི་སྒྲོན་པ་སྒྲིན་པར་བྱེད་
པ་དང་། རང་གི་ལག་ནས་དངོས་སུ་སྒྲིན་པར་བྱེད་པ་དང་། གཞན་ལ་མཁོ་བའི་དུས་སུ་སྒྲིན་པར་
བྱེད་པ་དང་། གཞན་ལ་མི་གཞོན་པར་སྒྲིན་པར་བྱེད་པ་སོ་ཡིན་དགོས་པར་གསུངས་ཡོད། ལྷ་པ་
སྒྲིན་པའི་རྣམས་ནི། གཞན་ལ་མི་གཞོན་ཅིང་ཕན་པའི་དངོས་པོ་ཚོས་དང་ཟང་ཟིང་གང་ཡིན་ཡང་སྒྲིན་
རྣམས་སུ་འོས་པ་ཡིན་ནོ། འོ་ན་སྒྲིན་པ་བཏང་བའི་ཕན་ཡོན་རི་ལྟ་བུ་ཡོད་སྟེ་ལྷུ་ལྟ་བུ་གཞན་ཚོས་དང་
ཟང་ཟིང་གི་དབུལ་བ་སེལ་བ་དང་། རང་གིས་ད་ལྟ་སྒྲིན་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚོགས་རྒྱལ་སོ་ཆེ་
བསགས་པ་དེའི་དབང་གིས་བྱི་མ་ལོངས་སྤྱོད་སྤྲུག་སུམ་ཚོགས་པ་འབྱུང་བ་དང་། མཐར་ཐུག་སྒྲིན་
པའི་པར་སྒྲིན་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་ཕན་ཡོན་དང་ལྡན་པ་ཡིན།

གཉིས་པ་ཚུལ་ཁྲིམས་པར་བྱེད་ཀྱི་ཉམས་ལེན་བཤད་པ་ལ། དང་སོ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་དོ་སོ་ནི།
བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་ཆེ་བ་ལས། གཞན་ལ་གཞོན་པ་གཞི་དང་བཅས་པ་ལས་ཡིད་བྱིར་ལོག་པའི་
སྒྲོང་སེམས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་ལ། དེ་ལ་དབྱེ་ན། སྒྲོན་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་། དགོ་བ་

ཚོས་སྐྱད་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་། སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་གསུམ་ཡོད་པ་ལས།
དང་པོ་སྒྲོན་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཞེས་པ་ནི། ཀུན་སྒོར་དང་བཅས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན་མི་དགེ་བཅུ་
སྒོར་བའི་སྒོར་བ་བཅུ་ཡིན་ལ། རང་གི་ངོ་བོའི་དབང་དུ་བྱས་ན་མི་དགེ་བ་བདུན་སྒོར་བའི་ལུས་དག་
གི་ལས་ཀྱི་རང་བཞིན་གྱི་སྒོར་བ་བདུན་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་སྒོན་པའི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་གྱི། སྒྲིང་
གསོག་གཅོད་པ་སྒོར་བ་དང་། མ་བྱིན་པར་ལེན་པ་སྒོར་བ་ལ་སོགས་པའི་མི་དགེ་བ་རེ་རེ་ཅམ་
སྒོར་བ་ཡང་མི་དགེ་བ་དེ་དང་དེ་སྒོར་བའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཡིན་པར་གསུངས་ཡོད།

དགེ་བ་ཚོས་སྐྱད་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཞེས་པ་ནི། བར་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་བྲག་ལ་སོགས་པའི་དགེ་
ཚོས་རྣམས་རང་གི་རྒྱད་ལ་མ་སྐྱེས་པ་རྣམས་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་དང་། སྐྱེས་པ་རྣམས་གོང་ནས་
གོང་དུ་སྐྱེལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ནི། རང་གིས་སེམས་ཅན་
གཞན་དང་གཞན་རྣམས་མི་དགེ་བཅུ་སྒོར་གི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་གནས་ལ་འགོད་པ་སྟེ་མི་དགེ་བཅུ་
པོ་གཅིག་ཅམ་ནས་བཅུ་པོ་ཐམས་ཅད་སྒོར་དུ་འཇུག་པ་ལྟ་བུའོ། དེའི་བཅ་ཡོན་ནམ་འབྲས་བུ་ནི།
གནས་སྐབས་བདེ་འགོ་ལྷ་མིའི་གོ་འཕང་ཐོབ་ཅིང་མཐར་ཐུག་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་མཐར་
བྱིན་ནས་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པའོ། །

གསུམ་པ་བཟོད་པའི་པར་བྱིན་གྱི་ཉམས་ལེན་བཤད་པ་ལ། དང་པོ་བཟོད་པའི་ངོ་བོ་ནི། རང་
ལ་གཞན་གྱིས་གཞོད་པ་བྱེད་པ་ལ་བཟོད་ཅིང་སྐྱག་བསྐྱེད་བྱུང་བ་དང་དུ་ལེན་པའི་སེམས་རྣམས་དུ་
གནས་པ་དེ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་དབྱེ་ན། གཞན་གྱིས་གཞོད་པ་བྱས་པ་ལ་རི་མི་སྐྱམ་པ་དང་། རང་རྒྱད་
ལ་སྐྱག་བསྐྱེད་བྱུང་བ་དང་དུ་ལེན་པ་དང་། ཚོས་ལ་རེས་སེམས་ཀྱི་བཟོད་པའོ། དང་པོ་ནི། གཞན་
གྱིས་རང་ལ་གཞོད་པ་བྱས་པ་ལ་བཟོད་ན་པན་ཡོན་དང་། མི་བཟོད་པར་ཁོང་ཁྱོ་སྐྱེས་ན་ཁོང་ཁྱོའི་
ཉེས་དམིགས་བསམ་པའི་སྒོ་ནས་ཉམས་སུ་ལེན་དགོས་པར་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ། རྒྱལ་སྐྱེས་ཆེན་
པོ་ཞི་བ་ལྷས་མཛད་པའི་སྒྲིང་འཇུག་ལས། ཞེ་སྤང་ལྟ་བུའི་སྤྲིག་པ་མེད། །བཟོད་པ་ལྟ་བུའི་དཀའ་
ཐུབ་མེད། །དེ་བས་བཟོད་ལ་ནན་ཏན་དུ། །སྤྲ་ཚོགས་ཚུལ་གྱིས་བསྐྱོམ་པར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པ་
ལྟར། དེ་ལ་དང་པོ་པན་ཡོན་ནི། བཟོད་སྐྱོན་ཅན་གྱི་མི་རྣམས་ནི་བྱི་མར་དག་ཅུང་བ་དང་།

གཞན་གྱིས་རང་ལ་གུས་བཀུར་བྱེད་པ་མང་བ་དང་། གཟུགས་བཟང་ཤིང་ཁ་དོག་ལུན་སུམ་

ཚོགས་པ་འབྲུང་བ་དང་། ད་ལྟ་ཡང་རང་བདེ་ཞིང་གཞན་སྦྱིད་པ་དང་། རང་དང་སེམས་ཐག་ཉེ་
 བའི་གྲོགས་སོ་མང་བ་དང་གཞན་གྱིས་གྲུས་བརྒྱུ་དང་ཅི་འདོགས་བྱ་སའི་གཞིར་འབྲུང་བ་སོགས་
 མདོར་ན་མིག་དཔེ་ཡར་ལྷ་བྱ་ཡུལ་གྱི་མི་ཞིག་ཆགས་རྒྱ་ལེ་མངོན་སུམ་མིག་གིས་མཐོང་རྒྱ་ཡོད་
 བ་ཞིག་ཡིན། རང་ལ་གཞོན་པ་ཅུང་ཟད་རེ་བྱུང་ཆེ་མི་བཟོན་པར་ཁོང་ཁོ་སྦྱེས་ན། ལོང་དུ་ལྷུས་པའི་
 བཞུ་ཡོན་དེ་དག་མི་འབྲུང་བ་མ་ཟད་ཉེས་པ་ལོན་ཏུ་ཆེ་བ་ཡིན་ཏེ། སྦྱོང་འཇུག་ལས། བསྐྱེད་བ་སྦྱོང་
 དུ་བསགས་པ་ཡི། །སྦྱིན་དང་བདེར་གཤེགས་མཚོན་ལ་སོགས། །ལེགས་སྦྱང་གང་ཡིན་དེ་ཀུན་
 གྱུར། །ཁོང་ཁོ་གཅིག་གིས་འདོམས་པར་བྱེད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྦྱང་བསགས་པའི་བསོད་
 བསམ་གྱི་ཚོགས་དགེ་བའི་རྩ་བ་རྣམས་འདོམས་པར་མ་ཟད་སྦྱི་མ་ངན་འགྲོའི་གནས་སུ་སྦྱེ་བར་
 འབྲུང་བ་དང་། ཆེ་འདི་ལ་ཡང་རང་མི་སྦྱིད་པ་དང་གཞན་མི་བདེ་བ་སོགས་ངན་དགུ་སྒྲ་ཚོགས་
 འདོམས་པར་བྱེད་པ་རང་རྒྱུད་གྱི་ཁོང་ཁོ་འདི་ཉིད་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱས་ནས་བཟོན་པའི་ཉམས་
 ལེན་ལ་འབད་པར་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན།

གཉིས་པ་སྦྱུག་བསྐྱེད་དང་དུ་ལེན་པའི་བཟོན་པ་ནི། སྦྱོན་གྱི་ལས་དང་འབྲལ་གྱི་རྒྱུན་གྱི་དབང་
 གིས་རང་རྒྱུད་ལ་མི་འདོད་བཞིན་དུ་སྦྱེས་པའི་སྦྱུག་བསྐྱེད་དེ་དག་རེ་ཞིག་སྒྲོག་པར་ནི་མི་རུས་
 བས། རང་ལས་སྦྱུག་བསྐྱེད་ལྷན་འབྲུང་གྱི་སྦྱི་བའི་སེམས་ཅན་དེ་དག་གི་སྦྱུག་བསྐྱེད་ལ་བསམ་
 བས་རང་ལ་བྱུང་བའི་སྦྱུག་བསྐྱེད་འདི་དག་ནི་མི་བཟོན་པ་མ་ཡིན་ཞོ་སྦྱུང་ནས་སྦྱུག་བསྐྱེད་དང་དུ་
 ལེན་པ་ཞིག་དགོས་ཀྱི། དེ་ལྟ་མིན་ན་ད་ལྟའི་སྦྱུག་བསྐྱེད་དེའི་སྦྱིང་དུ་རང་གི་རྣམ་ཉོག་གིས་བསྦྱིད་
 པའི་སེམས་ཁལ་གྱི་སྦྱུག་བསྐྱེད་བསྐྱེད་ནས་ལོན་ཏུ་བཟོན་དགའ་བར་འབྲུང་ལ། སྦྱུག་བསྐྱེད་དང་
 ལེན་གྱི་བཟོན་པ་སྦྱོམ་ན་དེ་ལྟར་མི་འབྲུང་བ་ཡིན་ཏེ། སྦྱོང་འཇུག་ལས། གལ་ཏེ་བཙུག་སུ་ཡོད་ན་
 བྱི། །དེ་ལ་མི་དགའ་ཅི་ཞིག་ཡོད། །གལ་ཏེ་བཙུག་སུ་མེད་ན་ཡང་། །དེ་ལ་མི་དགའ་བྱས་ཅི་མཁ།
 །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་པའི་སྦྱིར། །གསུམ་པ་ཚོས་ལ་ངེས་སེམས་གྱི་བཟོན་པ་ཞེས་པ་ནི།
 ཐོབ་བྱ་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་དང་། དེ་ཐོབ་པའི་ཐབས་སྟོན་པའི་གསུང་རབ་དགོངས་
 འབྲེལ་དང་། དེའི་བཟོན་བྱ་ལམ་བསྐྱེད་པ་གསུམ་སོགས་ལ་ངེས་པ་ཞི་རྟེན་གྱི་སྦྱོ་ནས་སྦྱོང་བ་བྱེད་
 པ་དག་ཡིན་ནོ། །

བཞི་པ་བརྗོན་འགྲུལ་པར་བྱིན་གྱི་ཉམས་ལེན་བཤད་པ་ལ། དང་པོ་བརྗོན་འགྲུལ་གྱི་ངོ་བོ་ནི། དགོ་
 བ་ལ་འཇུག་པ་དང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ་སེམས་མངོན་པར་སྒྲོ་བ་ཞིག་ལ་འཇོག་པ་
 ཡིན་ལ། དེ་ལ་སྤྱོད་ན་གོ་ཆའི་བརྗོན་འགྲུལ་དང་། དགོ་བའི་ཆོས་སྤྱད་གྱི་བརྗོན་འགྲུལ་དང་། སེམས་
 ཅན་དོན་བྱེད་གྱི་བརྗོན་འགྲུལ་ཉེ་གསུམ་མོ། དང་པོ་གོ་ཆའི་བརྗོན་འགྲུལ་ཞེས་པ་ནི། དཔེར་ན་
 སྤང་དམག་ལ་འགོ་བ་ལ་སྒྲོན་དུ་ཁབ་དང་ཚོགས་སོགས་གོ་ཆ་གྱོན་པ་ལྟ་བུ་ལ་ཟེར་བ་ཡིན་པའི་རང་
 གིས་བསྐྱབ་བྱའི་གནས་དམ་པའི་གསུང་རབ་ཇི་འདྲ་ཞིག་ལ་བསྐྱབ་ཀྱང་སྒྲོན་དུ་དེ་སྒྲོབ་འདོད་གྱི་
 སྒྲོ་བ་དང་སེམས་ལྷགས་ཞིག་ལ་དེ་ལྟར་གསུང་བ་ཡིན། གཉིས་པ་དགོ་བ་ཆོས་སྤྱད་གྱི་བརྗོན་
 འགྲུལ་ཞེས་པ་ནི། སར་བྱིན་དུག་ལ་སོགས་པའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་ཇི་སྟེད་ལ་བརྗོན་པར་བྱེད་པ་དང་།
 སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་གྱི་བརྗོན་འགྲུལ་ཞེས་པ་ནི། སེམས་ཅན་ཇི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཅུང་ཉེ་རིང་ཆགས་
 སྤང་དང་བྲལ་བའི་སྒྲོ་ནས་དེ་དག་གི་དོན་ལ་བརྗོན་པ་བྱེད་པའོ། །

ལྷ་པ་བསམ་གཏན་པར་བྱིན་གྱི་ཉམས་ལེན་བཤད་པ་ལ། དང་པོ་བསམ་གཏན་གྱི་ངོ་བོ་ནི།
 རང་གི་དམིགས་པ་ལས་སེམས་གཞན་དུ་མི་གཡེང་བར་གནས་པའི་དགོ་བའི་སེམས་ཅེ་གཅིག་
 པའོ། དེ་ལ་སྤྱོད་ན་ཆེ་འདི་ལ་ལུས་སེམས་བདེ་བར་གནས་པར་བྱེད་པའི་བསམ་གཏན་དང་། ཡོན་
 ཏན་མངོན་པར་སྐྱབ་པའི་བསམ་གཏན་དང་། སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་གྱི་བསམ་གཏན་དང་གསུམ་
 ཡོད་ལ། དང་པོ་གང་ལ་མཉམ་པར་བཞག་ན་ལུས་དང་སེམས་ལས་རུང་དུ་སྒྲུབ་པ་ཤིན་ཏུ་སྤངས་
 བ་བསྐྱེད་པའི་བསམ་གཏན་རྣམས་སོ། གཉིས་པ་ནི་རང་རྒྱུད་ལ་མངོན་ཤེས་དང་རྣམ་ཐར་དང་ཟད་
 བར་དང་ཟེལ་གཞོན་སོགས་ཐུན་མོང་བའི་ཡོན་ཏན་སྐྱབ་པའི་བསམ་གཏན་རྣམས་སོ། གསུམ་པ་
 བེ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་སྐྱབ་པའི་ཕྱིར་དུ་སྒྲོམ་པའི་ཉིང་རེ་འཇིན་རྣམས་སོ། །

དུག་པ་ཤེས་རབ་པར་བྱིན་གྱི་ཉམས་ལེན་བཤད་པ་ལ། ཤེས་རབ་གྱི་ངོ་བོ་ནི། སྤྱིར་ཤེས་རབ་
 པར་བྱིན་གྱི་ཉམས་ལེན་ལ་བདག་མེད་ཟླ་རགས་སོགས་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ལ་འཇོག་པ་ཡིན་
 ཡང་འདིར་ནི་ལམ་རིམ་ཆེ་ཆུང་གཉིས་ཀ་ལས་བྱང་ས་ཁུངས་སུ་བྱངས་ནས་རིག་པའི་གནས་ལྷ་ལ་
 མཁས་པའི་ཤེས་རབ་ལ་འཇོག་དགོས་པར་གསུང་ཡོད། ཤེས་རབ་པར་བྱིན་གྱི་ཉམས་ལེན་ལ་སྤྱོད་
 བ། དོན་དམ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་། ཀུན་རྫོབ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་

བྱ་བ་རྫོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་གསུམ་ཡོད་ལ། དང་པོ་ནི་བདག་མེད་རྫོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་།
གཉིས་པ་ནི་རིག་པའི་གནས་ལྡན་ལ་མཁས་པའི་ཤེས་རབ་དང་། ཡང་ན་བདེ་སྤོང་སྐྱེ་མ་ལྟ་བུ་ཀུན་
རྫོབ་སྤོང་མོ་རྫོགས་པའི་ཤེས་རབ་ལྟ་བུ་དང་།

གསུམ་པ་ནི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་སུ་བདེའི་དོན་སྐྱབ་པ་
ཤེས་པའི་ཤེས་རབ་རྣམས་སོ། དེ་ལྟར་པར་བྱིན་དུག་གི་དོ་མོ་དང་རབ་དབྱེ་སོགས་མདོར་
བསྡུས་ཅོམ་ཞིག་ཞུས་ཟེན་པ་ཡིན་ལ། དེས་ན་རང་གི་དགོ་ཅ་རྒྱུད་ལོན་ཆབ་འབྲུལ་བ་ལྟ་བུ་ལ་
ཡང་པར་བྱིན་དུག་ཀའི་ཉམས་ལེན་ཚང་བའི་སློན་ནས་འབྲུལ་རྒྱུ་ཡོད་དེ། སེར་སྤེལ་ཆགས་ཞེན་
དང་བྲལ་བའི་གཏོང་བའི་སེམས་པས་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ་འབྲུལ་རྒྱུའི་རྒྱ་དེ་ཉིད་ལྟའི་བའི་བྱིན་པ་
དང་། དེ་ཡང་རང་ཉིད་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་བྱེད་པའི་སེམས་དེ་ཉིད་སྤངས་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་
གཏན་བདེ་འདོད་དོན་གྱུ་བ་པའི་ཆེད་དུ་དང་། ཡང་ན་དེའི་ཆེ་འབྲུལ་རྒྱུའི་རྒྱ་དེ་ཉིད་ལ་སོགས་ཆགས་
སོགས་ཡོད་མེད་བརྟགས་ནས་གཞོན་སེམས་སྤོང་བའི་སློན་ནས་ལྷུ་བའི་རྒྱུ་ཞིམས་དང་། རང་
ཉིད་བག་ཆགས་ངན་པའི་དབང་གིས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་འབྲུལ་བའི་སེམས་བསྐྱེད་
དཀའ་བ་དང་། རྒྱུ་ལ་སོགས་ཆགས་ཡོད་མེད་བརྟགས་པ་སོགས་དཀའ་ཚིག་ཆེ་སྤོང་གི་ཡིན་ལ་
བཟོད་པའི་སློན་ནས་ལྷུ་བའི་བཟོད་པ་དང་། དེ་དག་ཐམས་ཅད་འབད་བཙོན་ལ་བརྟེན་དགོས་པའི་
བཙོན་འགྲུས་དང་། སེམས་བརྟེན་པའི་སློན་ནས་དགོ་ཅ་དེ་དག་རང་ཉིད་ཅོམ་ཐར་པ་སོལ་ཆེད་མིན་
པར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རྫོགས་བྱང་སོལ་ཆེད་དུ་བསྐྱོ་བ་ནི་བསམ་གཏན་དང་། མཚོན་པ་འབྲུལ་
མཁན་དང་། འབྲུལ་རྒྱུའི་མཚོན་པ་དང་། འབྲུལ་པའི་ཡུལ་དང་། ལྷུ་བའི་བྱ་བ་རྣམས་བདེན་སྤོང་
དུ་སློམ་པ་ནི་ཤེས་རབ་པར་བྱིན་གྱི་ཉམས་ལེན་ཡིན་པས་པར་བྱིན་དུག་གི་ཉམས་ལེན་ཚང་རྒྱུ་དེ་
ལྟར་ཡིན་ལ། དེ་བཞིན་དུ་ཐུག་དང་ཁ་འདོན་ལ་སོགས་པའི་རང་གིས་དགོ་སྤོང་གི་ཡུལ་བྱིན་
དུག་གི་ཉམས་ལེན་ཚང་བའི་སློན་ནས་བྱེད་ན་དགོ་ཅ་རྒྱུ་ལ་ཆེ་བ་ཡིན་པར་ཚད་ལྡན་གྱི་གཞུང་དུ་
མ་ཞིག་ལས་གསུང་ཡོད། མདོར་ན་ནང་ཚོས་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ལ་ནང་ཚོས་ཀྱི་དོན་ཤེས་པར་བྱེད་
དགོས་པ་ནི་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པའི་དཔེ་མཚོན་ཅོམ་ཞིག་ཞུས་པ་ཡིན་ནོ།།

ཉམ་ཚུང་གི་མི་ཚེའི་སྒྲོ་གང།

གངས་རིའི་བྱ་མོ།

ཚུང་གྱིས་པ་རྣམ་རིག་བཟ་དུས་གཡང་དཀར་ལུག་དང་འགྲོགས་ནས་རིག་གནས་ཀྱི་
རིན་ཐང་ངོ་མ་ཤེས་པས་རྒྱུ་རྒྱུ་ལམ་ཆེར་ལུང་ཚུང་གི་ཕུ་མདའ་བར་གསུམ་ལ་བཞག་ཡོད། བར་
དུན་ཚོད་དར་ལ་བབས་དུས། ལུས་ཀྱི་རུས་སྒྲོ་བས་རྒྱས། དབང་པོ་གསལ། ཡན་ལག་རུས་པ་ལྡན་
པའི་སྐབས་སུ་བཅུན་མའི་མིང་ཞིག་ཁུར་ནས་དུས་ཚོད་གསེར་ལྷ་བྱ་དེ་བཞོར་ནག་དང་བརྗེས་
ནས་རྒྱུ་རྒྱུ་ལམ་ཆེར་དགོན་གྲོང་གི་བར་དུ་བཞག་ནས་པ་མའི་རིན་ལན་ཡང་མཇུག་མ་ཐོབ། ཉ་
ཚོད་ཡོལ་དུས་སུ་དུས་ཀྱི་འགྲུར་བ་དང་བསྐྱེད་ནས་མི་རིགས་ཀྱི་ལྷ་བ་ཡོད་མདོག་དང་རིག་གཞུང་
སྒྲོང་ཁུལ་བྱས་ཀྱང་གྱིས་ཚར་བའི་ལས་ལ་སྒྲོ་གང་གི་རང་བཞིན་ལས་མ་འདས།

ཀྱེ་མ་ང་དང་ང་ལྷ་བྱ་རིགས་མཐུན་གངས་ཅན་ཀྱི་བྱ་མོ་རྣམས་འདས་ཟེན་པའི་ལོ་མང་རིང་
འདིག་རྟེན་མི་གྲམ་ནས་མ་བུད་ཅམ་ལས་མ་འདས། ད་དུང་སྒྲོན་མ་བཞིན་རང་གིས་རང་ལ་མཐོང་
ཚུང་དང་ཉམ་ཚུང་ངང་སྒྲོ་བས་པ་ལུས་ནས་གནས་དགོས་ན། མི་རིགས་ཀྱི་རྒྱུ་རྒྱུ་ལམ་ཆེར་ཡིན་པའི་ཉ་
ཅང་ཐབས་སྒྲོ་བ་ཞིག་མ་ཡིན་ནམ། གསར་བུ་ཚོ་ད་ནས་བཟུང་རྒྱུ་རྒྱུ་ལམ་ཆེན་སེམས་ལ་རུས་པ་སྒྲུ།
རྒྱུ་རྒྱུ་ལམ་ཆེན་མི་རིགས་ཀྱི་རྒྱུ་རྒྱུ་ལམ་སྒྲུ། རྒྱུ་རྒྱུ་ལམ་ཆེན་ཀྱི་བྱ་བཟང་ཞིག་བསྐྱེད་ཐུབ་པའི་དམ་བཅའ་
དང་བཅས་འདྲ་མཉམ་ཀྱི་ལྷ་བ་ཞིག་ཁུར་བའི་ཐོག་ཚེས་དང་སྲིད། ཚོང་དང་སྒྲོ་བ་སྒྲོང་གང་སྲིད་ཐང་
རུས་པ་གང་ཡོད་ཀྱིས་འགན་ཁུར་ནས་སྲི་ཚོགས་ཐོག་ཚོད་ལེན་ཀྱི་མདུན་སྒྲོད་བྱ་དགོས།

བཀའ་རིན་འགན་ལྷ་བྱ་པའི་པ་མ་དང་། བཀའ་སེམས་ནང་ཡོད་པའི་གཉན་ཉེ་རྣམས་སོ་
སོ་ལ་ཆེ་སྒྲོག་སྲིད་པའི་ཨ་མ་དང་སྐྱེ་སྲིང་མཇུག་པའི་མ་མ་རྣམས་འདིག་རྟེན་འདི་ན་རིན་ཆེ་བར་
བསམ་ནས་གཞོན་རབས་བྱ་མོ་རྣམས་མཐོང་ཚུང་མ་བྱས་པར་ན་གཞོན་པོ་མོ་གཉིས་ལ་འདྲ་
མཉམ་ཀྱི་བལྟ་སྒྲུངས་མཇུག་གཞུང་འདུག ། རང་འདོད་ཀྱི་སྐད་ཆ་མིན་ཉེ་ཉམས་སྒྲོང་གི་ཐོག་

ནས་ཚིག་ཁ་ཤས་ཤིག་རྣམ་པ་ཚོའི་སྐྱེན་ལམ་དུ་འབྱུང་འདོད་བྱུང་། ང་ཚོ་བོད་ཀྱི་བྱ་མོ་རྣམས་མི་
རིགས་གཞན་གྱི་བྱ་མོ་དང་གཅིག་མཚུངས་མཁར་གཙོད་དང་གཉའ་གཞོན་དེ་ཅམ་བྱས་སྲོང་མེད་
ནའང་སྤྱི་ཡི་ཆ་ནས་བཤད་ན་མཐོང་ཚུང་དང་། འདྲ་མཉམ་རང་དབང་སོགས་ཀྱི་ཐད་ལ་བལྟ་སྟངས་
གང་འདྲ་ཡོད་མིན་ཀྱང་གྲིས་མཁྱེན་གསལ་རེད། དཔེར་ན་ཡ་སྤིང་ཡོ་རོབ་སོགས་དང་མེ་སྤིང་ཨོ་
སི་ཁོ་ལི་ཡ་བཅས་ལ་བྱ་མོ་རྣམས་རིག་གཞན་དང་འདྲོན་ཐང་ཕྱུལ་དུ་བྱུང་བ་ཞིག་ཡོད་པ་མ་ཆད་
སྤིང་འདྲིན་གྱི་འགན་བཞེས་ཐུབ་པ་ཡང་མང་པོ་འདུག །དེ་རྒྱ་རྒྱུན་གང་ལགས་ཤེ་ན་རྒྱལ་ཁབ་
དེར་དམངས་གཙོའི་ལམ་ལུགས་ཡང་དག་པ་དང་། འདྲ་མཉམ་གྱི་ཐོབ་ཐང་ཡོད་པས་རེད།

ང་ཚོ་བོད་ན་ད་དུང་བག་ཆགས་ངན་པའི་ནད་གཞི་ལ་བརྟེན་ནས་བྱ་དང་བྱ་མོའི་བར་ལ་བཟང་
ངན་གྱི་བལྟ་སྟངས་དང་གྲ་དགོན་དང་བཙུན་དགོན་བར་ལ་མཐོ་དམན་གྱི་འདྲིན་སྟངས་ཤུགས་ཆེན་
པོ་ཡོད་དེར་བརྟེན་ཉམ་ཚུང་ཚོའི་སེམས་ནང་ན་ལུག་མེད་པ་ག་ལ་སྤིད། སྤྱིར་པོ་མོ་འདྲ་མཉམ་
དགོས་ཟེར་བ་ལས་ཀ་ཤུགས་ལས་ཆེ་ཚུང་དང་རྒྱ་ལོར་དབང་ཆ་ཆེ་ཚུང་ལ་རྩོད་ཀྱི་མེད་སྤོང་གཞི་
དེ་ཅམ་ཞིག་ཡིན་ན་རིགས་བཟང་བོད་པའི་བྱ་མོ་རྣམས་ཀྱིས་དང་ལེན་བྱེད་ཆོག་མོད། ཡིན་ན་ཡང་
རྒྱན་དུ་བསམ་སློབ་ཀྱང་སློང་རང་གཞན་རོགས་གསུམ་གྱི་འདྲ་མཉམ་མེད་པས་བྱ་མོ་ཚོར་གྲོང་
གྲུང་ཆེན་པོ་འདུག །གང་ལྟར་ནད་གཞི་དེ་དག་དོར་ནས་འདྲ་མཉམ་གྱི་ཐོབ་ཐང་། འདྲ་མཉམ་གྱི་
རང་དབང་། འདྲ་མཉམ་གྱི་སློབ་སྲོང་སོགས་ཀྱི་གོ་སྐབས་ཞིག་ཡོད་ན་རང་མི་རིགས་འདི་མངོན་
ཐོན་འགྲོ་བའི་ཆ་རྒྱུན་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ཞིག་མ་ཡིན་ནམ།

- རང་རིགས་སེམས་དཀར་ལྟན་མེད་དུང་བར་བརྟེན།།
- རང་སེམས་དབང་མེད་སྐྱོ་བའི་གདུང་དབྱངས་ཞིག །
- རང་འདོད་མིན་ཏེ་སྐྱུག་ལུས་ཚིག་གསུམ་འདི།།
- རང་གི་སྐྱེན་ལྗེ་མིང་སྤིང་ཡོངས་ལ་འབྱུང།།

ལས་དབང་སྐྱུར་མོ་ཞིག་གི་བརྒྱུད་རིམ་ལོག།
མི་ལོ་བརྒྱ་སྟག་བཅུ་ལྷག་ལམ་འཕྲང་བརྒྱུད།
ད་ནི་ཞི་བདེའི་ཐང་ཆེན་བཟོད་ལ་ཉེ།
ཡང་ལ་ལངས་ཤོག་རིགས་བཟང་བུ་མོ་རྣམས།

སྐྱུར་སྐྱུས་པ།

ཤིན་ཆེན་པ་ཁུ་རྣམ་པར།
ཕྱགས་བཅེ་ལྷན་མེད་ཡོད་ན།
མོ་མཚོག་མོ་དམན་ལྷ་བ།
སྤྱི་ཚོགས་ཁྲིད་བུ་མ་སྤེལ།

རྒྱལ་བུ་སྐྱུ་ན་གཞོན་ནས།
རྒྱལ་ཁྲིམས་འཛིགས་ལ་ཉེ་བུས།
ཨ་སུ་ཁྲི་མ་ཡོད་ཡིས།
རྒྱལ་མིད་བདག་སྐྱོད་གནང་འདུག།

གཤེས་བཟང་བུ་མོའི་སེམས་ཁམས།
དོན་མེད་མ་ཁ་བཟོ་གི།
རང་དབང་འབྲེ་མཉམ་ཐད་ལ།
བལྟ་སྤངས་མཉམ་པོར་གནང་རོགས།

དེ་ལ་བཀའ་ཤིན་ཤོན་ནས།
མཁས་སློབ་ཚོས་གསུམ་འཛོམས་ནས།
རྒྱ་ཚོས་བོད་བུ་བརྒྱུར་བུས།
མི་བརྗེད་གཟུངས་སྐྱབ་ཅན་མོ།

བུད་མེད་བུད་མེད་མ་ཟེར།
བུ་ཡི་བུ་བ་བུས་འདུག།
སྒྲོན་བུས་ཡབ་མེས་སྐྱབས་སུ།
རྒྱལ་པོ་སྐྱུ་ཚེ་མ་བརྟན།

ཡེ་ཤེས་མཚོ་རྒྱལ་ཁོང་གིས།
མ་འོངས་བུས་འགྱུར་དགོངས་ནས།
སྐལ་ལྷན་ལས་ཅན་དོན་བུ།
གཉེར་བཞག་གཉེར་སྐྱས་མཛོད་འདུག།

དེ་ལ་ངོ་མཚར་འདུག་གམ།
བར་སྐབས་སངས་རྒྱས་བསྟན་པ།
ཉམས་རྒྱད་འགྲོ་ལ་ཉེ་དུས།
མ་གཅིག་ལས་སྒྲོན་ཁོང་གིས།

རྒྱད་སྒྲེའི་དབང་ཁྲིད་གནང་ནས།
བསྟན་ཞབས་འཚོ་སྐྱོང་གནང་གི།
དེ་ལ་ཡིད་ཆེས་ཡོད་དམ།
རང་འདོད་སྐད་ཆ་མིན་ཉེ།

བསྟན་པ་བསྐྱེད་པའི་མ་ཚད།
བོད་ཚོས་རྒྱ་ལ་བསྐྱེད་འདུག།
དེ་ལ་ཡ་མཚན་འདུག་གམ།
སྤྲིགས་དུས་ནང་བསྟན་དབུ་འཕང་།

དུས་རབས་འཁོར་ཕྱོགས་བསྟན་ནས།
གངས་ཅན་བྱ་མེད་ཚོགས་ལ།
འབྲ་མཉམ་གོ་སྐབས་སྤྲིན་རོགས།
གངས་ཅན་བྱ་མེད་ཚོགས་ལ།

ཉམས་རྒྱད་བྱང་ལ་ཉེ་དུས།
རིག་བདག་འཁོར་མེད་རྒྱལ་ཚབ།
བྱ་མེ་ཡེ་ཤེས་མཚོ་མོས།
ལྷ་སྒོམ་སྤྱོད་གསུམ་སྤྱིང་པོ།

དུང་སེམས་མཚོ་ལས་ཟབ་ཀྱང་།
རུས་མེད་ཉམ་རྒྱུང་བདག་གི།
སེམས་དཀར་ལེགས་སྐྱེས་མཚོན་བྱེད།
རེ་འབོད་ཚིག་གསུམ་སྤུལ་ཡོད།

སྒྲོན་མ་ཚོས་དགོ་ཆུན་ལ་མིག་དཔེ་ལྷ་དགོས།

འཛིན་གྲ་བདུན་པ (ག) བསྟན་འཛིན་མཁས་དབང་།

དེ་རིང་འདྲིར་ལེབས་པའི་སྐྱ་མགོན་གཙོ་བོར་སེར་བྱེས་མཁས་སྟན་གྲ་ཚང་གི་ཚོས་
སྲིད་གཉེས་ཀྱི་དབུ་ཁྲིད་སྐྱབས་ཇེ་མཁན་རེན་པོ་ཆེ་མཚོག་གི་དབུས་པའི་སྐྱ་མགོན་ལྷན་རྒྱས་དང་

དེ་བཞིན་སེར་གྲེས་སློབ་གྲུའི་དགོ་སློབ་ཡོངས་ལ་གྲུས་བྲུག་སྒྲོན་དུ་སོང་བའི་ཐོག་ནས་གྲུས་བས་
གཏམ་བཤད་འགོ་འདྲུགས་ཞུ་གི་ཡིན། ངས་བཤད་ཡག་གི་བརྗོད་གཞིའམ་བརྗོད་བྱ་ནི་སློབ་མ་
ཚོས་དགོ་ཆུན་ལ་མིག་དཔེ་ལྷ་སྐྱེས་སློབ་ལ་རེད། ངས་བསམ་ན་བརྗོད་གཞི་འདི་གལ་ཆེན་ཞིག་
རེད་ཅན་གྱི་ཡོད།

ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། བརྗོད་གཞི་འདི་དགོ་ཆུན་དང་སློབ་མ་གཉིས་ཀར་འབྲེལ་བ་ཆེན་པོ་ཆགས་
ཡོད་པས་ཡིན། དང་པོ་ཆུན་ལགས་ཀྱི་སློབ་ལ་མདོར་བསྡུས་ཤིག་ཞུས་ན་བསམ་བློར་། དགོ་ཆུན་
ནི་སློབ་མའི་མི་ཆེ་བཟང་པོ་དང་བྱ་བཞག་ལམ་སློན་གྱི་མཁན་ཅེ་ཆེན་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པས་གྲུས་
བཅུ་དང་ཆེ་མཐོང་རེས་པར་དུ་འདྲིའམ་ལ་ཡིན། དགོ་ཆུན་དེ་ཡང་ཤེས་ཡོན་ཚད་གཞི་ལྡན་
པའི་ཐོག་ཉམས་སྲོང་དང་ལྷག་བསམ། སློབ་སྦྲུག་ལ་བྱམས་བཅུ་རིན་པར་ཅན་ཞིག་སྦྱིན་སྦྲུབ་པ་བྱ་
རྒྱུ་ནི་དགོས་གལ་ཆེན་པོ་མཐོང་། དེ་བཞིན་སློབ་མའི་ཚུ་ཚད་ལ་གཞིགས་པའི་སློབ་ཚན་འབྲིང་
སྐྱེས་དང་། ལྷག་པོ་དོན་འཚམས་པའི་སློབ་ཁྲིད་གཏོང་རྒྱུ་གས་བ་སོགས་སློབ་མ་ཚོས་ཡིད་
ཆེས་ཤེར་བ་ཞིག་དགོས་ཀྱི་འདུག་བསམ། དེ་དག་དགོ་ཆུན་ལ་དགོས་པའི་ཆ་རྒྱུན་ཞུས་པ་ལྷ་བྱ་
ཡིན། སློབ་མ་ཚོ་ལ་ཞུ་ན། སློབ་སྦྲུག་ལ་ཚད་དགོས་པའི་ཆ་རྒྱུན་དང་པོ་ནི། ཆུན་ལགས་
ཀྱི་ཡོན་ཏན་ལ་ཡིད་སློན་དང་སྦྱོང་ལམ་ལ་མིག་དཔེ་བལྟ་དགོས་པ་དེ་རེད། །ཆུན་ལགས་ཀྱི་ཡོན་
ཏན་ལ་ཡིད་སློན་གྱི་སྐྱེས་ལོ། ཡོན་ཏན་གང་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་སློན་མ་སློབ་གར་ཤེས་པ་ནས་
ད་བར་དཀའ་ལས་རིམ་བཤང་པོ་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན་པ་ཤེས་པའི་ཐོག་ནས་ཡོན་ཏན་ལ་ཡིད་
སློན་གྱི་དགོས་པ་རེད།

ཡོན་ཏན་དེས་སྤྱི་ཚོགས་ལ་པན་འབྲས་བཟང་པོ་གང་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་པ་བསམ་དགོས་པ་མ་
ཟད། ལྷག་པར་སློབ་མ་སོ་སོའི་མི་ཆེ་དོན་སྤྱིར་ལྡན་པར་སྦྱེད་སྤོང་གྱི་ཡོད་པའི་ལྡན་ཅིག་གྱི་ཅན་
ལྷ་བྱ་དེ་ཡིན་པ་ཚོར་ཤེས་ལྡན་པའི་ཐོག་དངོས་སུ་ཆུན་ལགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ལ་ཆེ་མཐོང་དང་གཏོང་
འདྲིའམ་སྐྱེས་ལས་ཡར་རྒྱས་གཏོང་དགོས་པ་ཡིན། སྦྱོང་ལམ་ཐད་ལ་མིག་དཔེ་ལྷ་སྐྱེས་ལོ། ཆུན་
ལགས་ཀྱི་ལུས་ངག་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་འགྲུར་སློན་སྐྱེས་ལ་ཡིད་སློན་གྱི་དགོས་པ་ཡིན། ལུས་ཀྱི་
ཐོག་ནས་མང་པོར་ལྷ་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད། ལུས་ཞི་ཞིང་དུལ་བ་དང་། གཙང་སྤྱོད་འཕྲོད་བསྟེན། ལུས་ས་

བཅའི་རང་བཞིན་གྱི་འཇུག་མདངས། འགོ་འཆགས་ཉལ་འདུག་སྐམ་བ་སོགས་ཁྱད་ཚོས་མང་པོ་
ཡོད་པ་རེད། ལྷག་པར་དུ་ངག་ལ་ཡང་། བསྐྱབ་བྱ་དང་སློབ་ཁིད་སྐྱབས་ཚིག་དོན་གསལ་བ།
སྐྱ་མཁས་པ། ཁོ་ཚིག་སོགས་སྤངས་པ་དགའ་བའི་གདངས་ལྷང་ལྷང་དུ་རྒྱ་བའི་བདུད་ཅི་ཤ་སྟག་
ཡིན་སྟབས་ཆེས་རིག་ཐང་ལྡན་པ་འདི་གལ་ཆེན་དུ་མཐོང་དགོས་པ་ཡིན།

མིག་དཔེ་བལྟ་བུའི་ལུས་ངག་གི་སྒྲིབ་ལམ་གཉིས་ནི། རང་གི་ཤེས་ཡོན་དང་ལྷག་བསམ།
དེ་བཞིན་སྤྱིང་སྤྱོད་སྤུལ་དུ་བྱུང་བ་ལས་འབྱུངས་པ་ཡིན་པས། ཆུན་ལགས་ལ་མིག་དཔེ་ལྟ་
དགོས་པ་དང་ལྟ་འོས་པ་གཉིས་ཀ་ཆགས་པ་ཡིན། འདི་ནི་ཚོས་སྤྱོད་སྤུལ་ལས་བཤེས་གཉེན་བསྐྱེད་
ཚུལ་བཤད་པ་དང་མཐུན་པ་ཡིན། སློབ་དཔོན་ཐོན་མིས་ཀྱང་སྤུལ་ལྟ་བུར། སློབ་དཔོན་དེ་ཉིད་དུ་
འཛིན་ཅིང་། ། ལེ་ལོ་གཡེངས་བ་རྣམས་སྤངས། །གསུངས་པ་རྣམས་གནད་གཅིག་ཡིན།

སློབ་མ་ཚོ་ལ་དགོས་པའི་ཆ་རྒྱུན་གཉིས་པ་ནི་ཆུན་ལགས་ཀྱིས་བསྐྱབས་པའི་མན་ངག་མཐའ་
དག་མ་བཟེད་པར་བྲན་པས་འཛིན་དགོས་པ་དང་། ལེ་ལོའི་རིགས་ལ་གདོང་ལེན་བྱས་ནས་སློབ་
སྤྱིང་ལ་ཤུགས་སློན་བརྒྱབ་ནས་མི་ཚེ་དོན་སྤྱིང་ལྡན་པ་ཞིག་བཟོ་བྱུང་བ་བྱ་རྒྱུ་ནི་སློབ་མ་རྣམས་ཀྱི་
ལས་འགན་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། ང་ཚོ་མ་འོངས་བོད་ཀྱི་སོན་ཅ་དང་། དུས་རབས་ཉེར་
གཅིག་གི་ལྷ་པ་ཞིག་ཆགས་དགོས་དུས་རྒྱུན་དུ་སློབ་སྤྱིང་ལ་རྒྱུ་བཅོམ་བྱས་ནས། འདབ་གཤོག་
གཉིས་ལྡན་གྱིས་ནམ་འབང་མཐོན་པོ་དེ་གཅོད་དགོས་པ་འགན་འཁུན་ཆགས་ཡོད་པ་རེད་བསམ།
དེར་བཞེན་སློབ་མ་རྣམས་ཀྱི་སྤར་ལས་ལྷག་པའི་ཤེས་ཡོན་དང་སྒྲིབ་ལམ་ལྷན་ཡོང་བའི་གཞི་
ཅ་ནི་ཆུན་ལགས་ལ་མིག་དཔེ་ལྟ་དགོས་པ་དེ་གལ་གནད་ཆེན་པོ་ཡིན། འདིའི་སྤྱོད་ཚིག་ལྟ་བུ་
རྗེ་རིན་པོ་ཆེས། ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་གཞི་གྲུར་རིན་ཅན་རྗེ། །ཚུལ་བཞིན་བསྐྱེད་པ་ལམ་གྱི་
ཅ་བ་རྒྱ། །ལེགས་པར་མཐོང་ནས་འབད་བ་དུ་མ་ཡིས། །གྲུས་པ་ཆེན་པོས་བསྐྱེད་པར་བྱིན་གྱིས་
སློབས། །གསུངས་པ་བཞིན་ཡོང་བའི་འབོད་བསྐྱེད་བྱེད་རྒྱུ་ནི་ངའི་སྤྱིང་གི་སློན་འདུན་ཞིག་ཡིན་
པས་རྒྱབ་བསྐྱོར་དང་ཤུགས་སློན་ཡོང་བ་ལྟ།

པ་ཡུལ་ལ་བསྐྱར་བའི་འཕྲིན་ཡིག

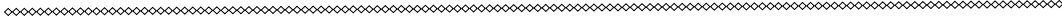
འགོམ་བསྟན་འཛིན་དར་རྒྱས།

སྤྱིར་ཉེ་བའི་སྒྲོག་པོ་རྣམ་པ་ལགས།

བདག་ལ་དབྱེད་སྤྱད་སྤྱི་ལ་གསུམ་གྱི་ཚུལ་རིག་འབྲི་བའི་སྐྱུ་ཅམ་གང་ཡང་མེད་ཀྱང་། སྤྱི་
 པོ་སྤྱི་ཞིག་གིས་རང་ཉིད་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་འབྲི་བ་ནི། རང་ཉིད་ལ་འདོད་པ་གང་ཡོད་རྣམ་ཉོག་གང་
 འཆར་འབྲི་ཚོག་པས་དཀའ་ངལ་གང་ཡང་མེད། གཞན་ནི་སྤྱི་ལ་སྤྱི་ལ་མཚོན་ན། དེར་རབས་ཅན་
 དང་སྤྱི་ལ་མཚོན་པ་ཡང་ན་བསམ་སྤོ་བ་གང་ཡང་མིན། གང་ཡིན་ཞེ་ན་སྤྱི་ལ་མཚོན་ནི་ཤེས་ཡོན་གྱི་ར་བ་
 དང་སྤོ་བ་སྤྱི་ལ་གང་སྤྱི་ལ་ལྟོགས་འགྲུབ་མ་སྤོང་བའི་དགོན་པ་གྲུ་ཚང་ནས་ཁ་གསོས་པའི་སྤྱི་ལ་ལྟོགས་
 ཅིག་ཡིན་ལ། ས་ཁུག་སྤྱི་ལ་ལྟོགས་ཀྱི་ཁྱིམ་ཚང་དཀྱུས་མ་ཞིག་ལས་འཆར་པོངས་སྤྱི་ལ་ལྟོགས་པའི་བདག་
 ལྟ་བུ་ནི། ཤེས་བྱ་རིག་གནས་སོགས་ལ་སྤོང་བའི་གོ་སྐྱབས་དབེན་ཡང་ད་ཆ་རི་ཚུ་སྤོང་སྤྱི་ལ་ནས་
 སྤོང་སྤྱི་ལ་བཀའ་བའི་ཡུལ་གྱི་གྲུ་རྒྱུང་། ལས་དབང་སྤྱི་ལ་ལྟོགས་སྤྱི་ལ་ལྟོགས་པའི་འཁྲུམ་པོར་
 འགྱུར་དུས་ངས་འདས་པའི་འཕྲིན་པོར་དང་མ་འོངས་འབད་བཅོན་གང་དགོས་པ་ཡོད་ཚད་མཐོང་
 སོང་ལ་ཉོགས་ཀྱང་སོང་། དེས་ན་སྤྱི་ལ་མཚོན་རང་གི་ཉམས་སྤོང་ལ་དཔགས་ཉེ་དེ་རིང་ཚོར་བ་
 གསོན་པོ་ཞིག་གིས་དེ་འདོད་འདི་ངང་གིས་མཐོན་པ་ནས་ཐལ་སོང་། དེ་ནི་བྱམས་ལྡན་པ་མ་ཚོས་
 ཁྱིད་ཀྱི་བྱ་སྤྱི་ལ་རྣམས་སྤོ་བ་གཏོང་དགོས་པའི་དེ་སྤྱི་ལ་དང་བསམ་ཚུལ་ཡིན།

བྱ་སྤྱི་ལ་ཚོའི་མི་ཚེའི་ལེ་ཚན་བཀོད་སྤྱི་ལ་ནི་པ་མ་ལ་རག་ལས་ཡོད་པས། རང་ཉིད་ཀྱི་བྱ་སྤྱི་ལ་
 བྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འོད་སྤྱི་ལ་མཐོང་སྤྱི་ལ་མཐོང་ཞིག་བསྐྱུན་དགོས་པ་ལས། གང་ཡང་མི་ཤེས་པའི་
 རི་པོ་ཞིག་གཏན་ནས་བྱེད་མི་ཉན། རྒྱ་མཚན་ནི། དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་ནང་ལ་ཤེས་ཡོན་
 ལྡན་པའི་སྤྱི་ལ་ལྟོགས་པའི་ཤེས་པའི་སྤྱི་ཚོགས་འདིར་ཞབས་འདེགས་ཀྱི་ལེགས་སྤྱི་ལ་འབྲུལ་
 ཐུབ་ལ། རང་ཉིད་ཀྱི་མི་ཚེའི་འོད་སྤྱི་ལ་ལྡན་པའི་འཚོ་བ་ཞིག་རོལ་ཐུབ་པ་མ་ཟད། ཁྱིད་ཀྱིས་བྱ་

སྤྲུག་ལ་བཅངས་པའི་བཅེ་བའི་རིན་ཐང་དང་། བྱིད་རང་གི་གཟི་བཞིན་དང་བྱ་སྤྲུག་གི་བདེ་སྤྱིད་རོ་
 མ་ཡང་དེ་ཡིན། བྱིད་ཀྱི་བྱ་སྤྲུག་ཚོ་ནང་ལས་ཅག་ཅིག་ལ་མགོ་འཁོར་འཇུག་མི་ཉན། བྱིད་ཀྱིས་
 བྱ་སྤྲུག་ཚོའི་མ་འོངས་བདེ་སྤྱིད་བསྐྱུན་པའི་མང་གཞི་ཡག་པོ་ཞིག་འདིང་དགོས། དེ་ལྟར་བྱུང་
 བ་བྱིད་ཀྱིས་བྱ་སྤྲུག་ཚོར་དོན་དངོས་ཀྱི་བཅེ་བ་སྤོད་སྤངས་མ་ནོར་བའི་མཚོན་རྟགས་ཞིག་ཀྱང་
 རེད། འཛམ་གླིང་གི་ཤེས་ལྡན་མི་སྣ་ཚོའི་མི་ཚའི་རིན་ཐང་ལ་ལྟོས་དང་། ཁོང་ཚོས་མི་རབས་
 གསར་བ་ལ་བཞག་པའི་ཞབས་རྗེས་ལ་གཞིགས་དང་། ཁོང་ཚོའི་མི་ཚའི་སྤྲུན་གྲགས་ལ་ཉོན་དང་།
 དངོས་གནས་རོ་མཚར་མི་ཆེའམ། ང་ཚོའི་སློ་བོ་སྤྲུགས་རྗེ་དང་། མོ་བོ་ལུག་རྗེ་ལགས་ཀྱི་མི་ཚའི་
 དཀའ་ངལ་དང་མི་ཚའི་འཚོ་བ། མི་ཚའི་རིན་ཐང་། མི་ཚའི་ཐོབ་སྐྱེལ་ལ་ལྟོས་དང་། རོ་མ་སེམས་
 མི་སྤོའམ། བྱམས་ལྡན་ས་མ་ལགས། བདེ་སྤྱིད་ནི་ཤེས་ཡོན་ལས་བྱུང་ཞིང་། ཤེས་ཡོན་ནི་སྤོབ་
 སྤོང་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པས། བྱིད་རྣམ་པས་བྱ་སྤྲུག་གི་མདུན་ལམ་ལ་བསམས་ཏེ་སྤོབ་གྲུང་གཏོང་
 རོགས། ད་སྐབས་འཛམ་གླིང་གི་ནང་གི་འཕོ་འགྲུང་ལ་བསམས་ན། ང་ཚོ་འདི་ལྟར་སྤོད་ཐབས་
 འཇུག་གས།



བསྤོད་ཚིག་དང་པའི་སློའ་འབྲེད།

བསྤོད་འཛིན་དབང་མོ།

གཞི་དབྱིངས་སྤོང་གསལ་སྤོས་བྲལ་ཆེན་པོའི་མཁུན་བཅེའི་ཡེ་ཤེས་ཚོས་ཀྱི་སྤྱ།
 ལྷན་བྲལ་འགག་མེད་མཚན་དཔེའི་རྩལ་རྫོགས་ལོངས་སྤོད་རྫོགས་པའི་སྤྱ་གསལ་བ།
 གདུལ་བྱའི་ཁམས་རྣམས་གཏན་བདེའི་ལམ་སྤོན་གང་འདུལ་སྤྱལ་པའི་སྤྱར་ཤར་བ།
 སྤྱ་གསུམ་བདག་ཉིད་བསྤོད་འཛིན་རྒྱ་མཚོ་སྤོང་ནས་གུས་པས་བྲུག་འཚལ་ལོ།

གདོད་ནས་མངོན་པར་སངས་རྒྱས་རང་བཞིན་ཚོས་སྐྱའི་སྐོང་ལས་མ་གཡོས་ཀྱང་། །
བྱམས་བཅེ་འབྲམ་གྱིས་སྤྲུགས་རྒྱད་རྒྱན་པའི་སྐྱ་གསུང་ཡོན་ཏན་འོད་སོ་ཆེ། །
མཁྱེན་གཉིས་ཡེ་ཤེས་ཐབས་མཁས་བཟང་པོ་དོན་གཉིས་འཕྲིན་ལས་མཁའ་ལྷར་བྱབ། །
གདུལ་བྱ་སྣ་ཚོ་གས་རྗེས་སྤྱ་འཇུག་ཐབས་མདོ་སྣང་ས་ཡི་ཡུལ་དུ་འཁྱུངས། །

དམར་ནག་དམར་དཔུང་རྒྱང་འཕྱུག་ཞིག་གིས་བསྟན་པའི་སྒྲོན་མེ་བཙུག་པའི་དུས། །
གངས་ཅན་ཡུལ་ལ་ལྷན་པ་སྤྲུག་པའི་གོས་གྱིས་གཡོགས་ལ་ཉེ་བའི་ཆེ། །
ཁ་བའི་ལས་དབང་སྲབ་སོར་གྱུར་ཉེ་རེ་ཞིག་རྫོག་པའི་མཐུ་རྒྱུང་ཡང་། །
གངས་སྐྱོངས་ཚོས་སྲིད་ཉ་བདུན་དབང་པོ་འཕགས་པའི་ཡུལ་ལ་སྣང་མེར་ཤར། །

ཚོགས་གཉིས་འོད་ཟེར་འབྲམ་ལས་སྤྲུབ་པའི་རྒྱབས་ཚེན་མཛད་འཕྲིན་གཟི་བརྗིད་ཆེ། །
ང་རྒྱལ་འབྲུག་སེམས་ཁོ་ན་ཚོལ་བའི་རྒྱལ་འབྲུག་སྤང་སོ་གཟིལ་གྱིས་གཞོན། །
གདུག་རྩལ་ལྷན་པའི་ལྷ་འཇུག་སྤངས་ཉེ་ཞི་བདེའི་འོད་སྣང་སྤྱོད་ཀྱིས་ཀུན་བྱུང། །
ཡ་རབས་བཟང་པོ་མང་གཞིའི་སྤྲེང་ནས་འགྲོ་མང་ཐར་བའི་ལམ་ལ་བཀོད། །

སྤྲུག་བསམ་དཀར་པོའི་རྒྱ་འཇུག་སྤྲུག་པོས་གོ་ལ་རྒྱལ་པོ་ཡོངས་བཅིངས་ཉེ། །
སྤོད་མེད་ཚོལ་བའི་སྤང་ཆར་བེལ་མ་བརྟུན་དག་རིག་གནས་ས་གཞི་ལ། །
སྤ་རིག་ཤེས་བྱའི་གནས་ལ་བཙོན་པའི་མ་ཡུམ་སྐྱོབ་བྱའི་མེ་ཉོག་འཁྱུངས། །
ཐོས་སོགས་འབྲས་བུའི་ལྷ་སྤྲུབ་སྣ་ཚོ་གས་ཉོགས་སྤྲུབ་བྱང་བ་བྱངས་ལས་འདས། །

མི་འཇིགས་སེང་གའི་གསེར་ཁྲིའི་སྤྲེང་དུ་བྱེད་ཞལ་པད་མའི་འཇུག་མདངས་མཛེས། །
མི་འཇིགས་སྐྱོབས་པའི་གཉེར་བརྒྱུད་གྲོལ་བའི་མདོ་སྤྲུགས་ཚོས་གྱི་སྤྱ་དཔུངས་སྐྱོགས། །

ལྷ་གྲུབ་མི་གཅིག་ཚོས་ལུགས་དུ་མ་དག་སྤང་ནོར་བུའི་དབལ་ཡོན་སྟེང་།
བཅེ་བའི་ལུགས་རྗེ་ལྷན་མེད་ཅིག་གིས་གདུལ་བུའི་ཁམས་ཀྱི་རེ་བ་བསྐྱངས། །

བྱིད་ཀྱི་མཚན་སྟོན་ཐོས་པ་ཅམ་གྱིས་འགོ་རྣམས་དད་པའི་ས་ཐོན་བཞག་།
མོ་ལྷན་སྟེ་བོ་གཟུར་གནས་རྣམས་ཀྱིས་བྱིད་ཀྱི་མཛད་འཕྲིན་བསྟོད་ཚིག་བྱེད། །
རྒྱབས་ཚེན་མཛད་རྗེས་ཡི་རང་གུས་པས་དགའ་སྟོའི་ཞི་བདེའི་གཟིངས་ཉགས་སུལ། །
གངས་ཅན་བོད་མིའི་དཔལ་བའི་མིག་དང་ཁོག་པའི་སྟོང་བཞིན་གཅེས་ནོར་ཡིན། །

མི་ཤེས་སྤངས་པའི་ལྷན་པ་མེལ་བྱེད་དེས་པ་དོན་གྱི་བཤེས་གཉེན་ལགས། །
བྱིད་སྐྱ་བཤེས་རྒྱད་སྟེ་འཆི་བུལ་བའི་དོ་རྗེ་པ་ལམ་བཞིན་དུ་བཞུགས། །
རི་རྒྱུད་བསྐྱལ་བ་མ་སྟོང་བར་དུ་འཚོ་ཞིང་བཞུགས་པར་གསོལ་བ་འདེབས། །
མི་འགྲུར་གཡུང་བུང་བཞིན་དུ་བཞུགས་པའི་ས་ཡ་དུག་སོགས་རེ་བ་ཡིན། །

གཞན་ལུལ་གྱི་ནགས་ལྷའི་སྒྲོན་མེ།

འགྲི་སེལ་འཇུག།

ག་མ་ལ་ཡི་མེ་ཉོག་སྤྱིངས་པོ་མཚར་སྐྱག་<<ནགས་ལྷའི་སྒྲོན་མེ>>བྱེད།།
ཁ་སྤྱོདས་གོ་ལའི་ཡང་ཅེ་བསྐྱིངས་མཁས་རིག་གཞུང་གླེང་སའི་གར་སྟེགས་དངོས།།
ག་ས་ག་ནས་ཞི་བའི་ཉམས་ཀྱིས་སྐྱུག་པའི་ཚོམ་རིག་གར་ལ་ཅེན།།
ང་ཚོ་མང་པོ་ཞིག་གིས་བྱིད་ལ་བསྟོད་པའི་མེ་ཉོག་ཡང་ཡང་འཕྲོང།།

ཅ་ཅོས་མ་བསྐྱད་དོན་གྱི་འབྲས་བུས་སྤྲུག་པའི་<<ནགས་ལྷའི་སྒྲོན་མེ>>ཁྱེད།།
ཆ་ཤས་ཅོམ་ཡང་བརྗོད་བར་དཀའ་བའི་ནང་དོན་རིག་པའི་སྐྱེད་སྐྱེགས་དངོས།།
ཇ་མའི་དག་ལས་ལྡོག་པའི་ལུགས་གཉིས་སྤྲོ་བའི་མཁས་པའི་ཚོགས་རྣམས་དང་།།
ཉ་རྒྱས་ལྷ་བའི་འཇུག་ཞལ་འཕྲོག་པའི་སྒོ་གསལ་ཚོགས་གྱིས་ཁྱེད་ལ་བསྟོད།།

ཏ་ལའི་འདབ་ལྗར་འཇམ་སྟན་དག་གིས་སྤྲུག་པའི་<<ནགས་ལྷའི་སྒྲོན་མེ>>ཁྱེད།།
ཐ་ཤལ་སྒྲོད་པ་རྒྱང་དུ་སྒྲོད་པའི་ཡ་རབས་བཟང་པོའི་བསྐྱབ་བྱ་དང་།།
ད་ལྷའི་དུས་གྱི་འགོ་སྐྱོད་འཚམ་པའི་ཚན་ཅམ་རིག་པའི་བྱེད་པོ་ཁྱེད།།
ན་ཚོད་ཀན་གཞོན་ཀུན་གྱིས་བཙོས་མིན་འཇུག་གྱི་དང་ནས་ཁྱེད་ལ་བསྟོད།།

པ་བ་སངས་འབྲའི་གངས་རིའི་གཟེ་དཔལ་ངོམ་པའི་<<ནགས་ལྷའི་སྒྲོན་མེ>>ཁྱེད།།
ཕ་བཟང་མེས་པོ་གོང་མས་ཁྲག་དང་རྩལ་རྩལ་བསྐྱུན་པའི་ཚོས་འབྲུང་དང་།།
བ་སྤྱིའི་གྲངས་ལས་འདས་པའི་ངོ་མཚར་དངོས་བྱུང་ལོ་རྒྱས་དུ་མས་སྤྲུག།
མ་ཡུམ་གངས་སྐྱོངས་ཞེན་པའི་ཤེད་བྱ་རྒྱང་གཉིས་ཀུན་གྱིས་ཁྱེད་ལ་བསྟོད།།

ཅ་རིའི་སྤྲུག་ལྗར་བྱང་པོའི་གཏམ་གྱིས་བརྒྱན་པའི་<<ནགས་ལྷའི་སྒྲོན་མེ>>ཁྱེད།།
ཆ་གྲང་དཀའ་སྤྱད་སྤྱར་ལེན་མཛད་པའི་ངེས་དོན་སྐྱེ་མའི་རྣམ་ཐར་དང་།།
ཇ་ལང་སྒྲོད་པ་རྒྱང་དུ་དོར་བའི་བཤེས་གཉེན་དམ་པའི་བསྐྱབ་བྱས་བརྒྱན།།
མ་མོའི་གཡོ་རྒྱས་དབེན་པའི་གཟུར་གནས་སྐྱེ་བོ་ཀུན་གྱིས་ཁྱེད་ལ་བསྟོད།།

ཉཱ་ཡི་ཉོག་ལྗར་མཐོ་པོའི་ཐོག་དུ་བཀུར་འོས་<<ནགས་ལྷའི་སྒྲོན་མེ>>ཁྱེད།།
བ་ལུགས་འགོ་ལུགས་མི་གཅིག་གྱི་སྤྱིང་འགྲིམ་པའི་སྐྱོང་ཚོར་འབྲ་མིན་དང་།།
འ་ཅག་པོད་གྱི་ཁྱད་ཚོས་མཚོན་པའི་གནའ་དེང་རྒྱང་གི་ཚོམ་གྱིས་བརྒྱན།།
ཡ་རབས་བཟང་པོས་ཤེས་རྒྱུད་བརྒྱན་པའི་དཔྱོད་ཤེས་མཁས་པས་ཁྱེད་ལ་བསྟོད།།

ར་བ་གངས་རིར་སྐྱོགས་པའི་དུང་བ་སྐྱེད་པའི་<<ནགས་ལྗེ་སྐྱོན་མེ་>>ཞིང་།
ལ་ལྷུང་སྐྱོང་གིས་ཚོད་པའི་ཡུལ་གྱུར་སྐྱུན་རྒྱའི་མིག་ཚུ་བཟུང་ས་དང་།
ཤ་ཚའི་སྐྱོང་ཉེ་བཞུག་པའི་ན་རྒྱལ་ཚོ་པོ་གཟུགས་སུ་བཀོད་ས་ཞིང་།
ས་མཐའི་འཚོ་བ་མདུན་དུ་བསྐྱུས་པའི་ནགས་ཤོད་པ་ཚོས་ཞིང་ལ་བསྐྱོད།

ཉ་གོ་དོན་རྟོགས་རང་རིགས་ཡབ་མེས་གོང་མའི་རིག་གཞུང་ལོ་རྒྱུས་སོགས།
ཨ་ཅི་བསམ་ན་<<ནགས་ལྗེ་སྐྱོན་མེ་>>ཞིང་གི་གྲོགས་སུ་བསྐྱེན་པ་འཚེ།
ཉ་ལམ་འཛིག་ལ་ཉེ་བའི་རང་ཅག་ཤོད་མའི་སྐད་དང་ཡི་གེ་སོགས།
ཨ་ཁ་བསམ་ན་<<ནགས་ལྗེ་སྐྱོན་མེ་>>ཞིང་གི་གྲོགས་སུ་བསྐྱེན་པ་འཚེ།

ངའི་སྐྱོང་བཅའི་བ་མ་གཉིས།

སྐྱེལ་གོ་བ་ཤོད་ཀྱིས་འཛིན་གྲུབ་སུ་ལུ་བ་ཉི་ཟེར་སྐྱོལ་མ།

འཛིག་རྟོན་ཚེན་པོ་འདིའི་ནང་ལོག་གི་ནང་མི་སྣ་ཚོགས་སྐྱུན་དུ་འཛོམས་ཡོད་པ་རེད་དེ་མ་
ཟད་མི་ཡང་རིགས་མང་པོ་ཡོད་ལ་མི་སོ་སོ་དགའ་ས་ཡང་ཡོད། བ་མ་ཟེར་བ་འདི་སོ་སོའི་སྐྱོག་
དང་ཞུང་པར་མེད་པ་དང་། དུས་དང་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་བ་མའི་ཁ་ལ་ཉན་དགོས་ཡག་འདི་ང་དང་ང་
འབྲ་བའི་སྐྱོབ་སྐྱུག་ཚང་མས་གྲུས་ཞབས་ཞུས་དགོས་པ་དེ་གལ་ཚེན་པོ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པ་རེད།
ད་དུང་དུས་རྟོག་ཏུ་སྐྱུགས་ལ་ངེས་དགོས་པ་དེ་གྲུས་ཚོ་ཡིས་རེ་བ་རྒྱག་གི་ཡོད། དེ་རིང་གྲུས་ཚོ་
ཡིས་བ་མའི་སྐྱོར་རོབ་ཅམ་ཞིག་ལྷུ་རྒྱ་ཡོད།
བདག་གི་ཨ་མ་ལགས་ཀྱི་མིང་ལ་ཨ་ཚེ་དང་། བ་ལགས་ཀྱི་མིང་ལ་དོན་གྲུབ་རྗེ་རྗེ་གཉིས་ཀྱི་བུ་ཚོ་

ཞིག་ཡིན། ངའི་ཨ་མ་ལགས་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ན་ཁོའི་སྒྲོན་མེ་སྤུ་གྲུ་བརྒྱུད་བྱུང་ཡོད། དེ་དག་
ནས་སུ་མོ་གཉིས་དང་བུ་དྲུག་བཅས་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ནང་ནས་ང་རང་ཚུང་ཤོས་གཉིས་པ་ཡིན།
དངས་པ་མའི་སྐོར་སྐད་ཆ་ཐུང་ཅམ་ཞིག་ལྷ་རྒྱ་ཡིན། ངའི་ཨ་མ་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ན་དཔེ་སྤུ་ག་
པོ་སྤྱངས་ཡོད་པ་རེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན་སྤུ་གའི་ཆེད་དུ་དཀའ་ལས་ཆད་མེད་སྒྲོན་ཡོད་པ་རེད་
དེ་མ་ཟད་པ་ལགས་ཀྱང་སྤུ་ག་པོ་སྤྱང་བ་རེད། ང་ཚུང་གིས་པའི་སྐབས་སུ་པ་ལགས་ཀྱིས་སྤྱང་
སྤོན་པོ་མང་པོ་བཤད་ཀྱི་རེད། དེ་མ་ཟད་ཉིན་ལྟར་གང་མོ་ཤོར་ནས་སྤོད་ཀྱི་རེད། ང་རང་ཡང་
པ་མ་གཉིས་ལ་ཤིན་ཏུ་དགའ་པོ་ཡོད། ངའི་པ་མ་གཉིས་ཤེས་ཡོན་མེད་ཀྱང་ལས་ཀ་ལ་ཤིན་ཏུ་
བརྩོན་ཀྱི་ཡོད། དེ་མ་ཟད་པ་མ་གཉིས་ཀྱི་འཚོ་གནས་འབྲོག་ལས་ཡིན།

ཡུལ་ལ་ཆ་བཞག་ན་གང་གི་ཐོག་ལ་ཤིན་ཏུ་མངོས་པོ་ཡོད། གང་སྤྱིའི་ཐོག་ལ་ཅ་ཅུ་བཟང་
པོ་དང་། གནམ་གཤེས་ཤིན་ཏུ་སྤྱིད་པོ་ཡོད། ང་རང་འབྲོག་པ་ལ་པ་མ་དང་མཉམ་དུ་པོ་དྲུག་
ཅམ་བསྐྱད་པ་ཡིན། པ་མ་དང་མཉམ་དུ་འབྲོག་ལས་བྱེད་སྤྱངས་ཡོད། པ་མ་གཉིས་ལ་ཆ་
བཞག་པ་ཡིན་ན་དཀའ་ངལ་སྤང་བ་རེད། འོ་ཅག་གནས་ས་ནི་ཤིང་ཁང་རེད། འོར་ལུག་ཤིན་
ཏུ་མང་པོ་ཡོད། ངའི་པ་མ་གཉིས་ཀྱི་དྲིན་ལན་འཇལ་ཡག་ཆེད་དུ་སྒོ་བ་སྤྱང་ལ་བརྩོན་ཀྱི་ཡིན། དེ་
མ་ཟད་དམིགས་ཡུལ་འགྲུབ་ཆེད་དུ་མི་གཞན་ལ་པན་སེམས་བྱེད་ཡག་ཡིན།

ངས་སྤྱིང་ནས་བཅེ་བའི་པ་མ་སེམས་པ་སྐྱོ་སྐྱོ་མ་གནང་ཐག་རིང་ཅན་གྱི་སྤྱན་མཆེད་གསུམ་
བདེ་ཐང་ཡིན་ལུགས་ཁལ་གནང་མི་དགོས། ངས་དུས་རྟག་ཏུ་ཁྱེད་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱུངས་པའི་བཅེ་
སེམས་འདི་གུས་མོས་མི་ཆེ་ནས་མི་ཆེར་དྲན་པ་བརྗེད་མི་སྲིད། ངའི་སྤྱིང་ནས་བཅེ་བའི་པ་མ་
གཉིས་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་བསམ་བཞིན་ལྷུ་ཡག་ལ་སྒོ་བ་སྤུ་ག་ཚོར་པ་མའི་དྲིན་ལན་དུས་རྟག་ཏུ་འཇལ་
ཡག་འདི་ང་ཚོ་ཚང་མའི་ལས་འགན་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པ་རེད།

དེ་མ་ཟད་པ་མའི་ཁ་ལ་ཡག་པོ་ཉན་དགོས། མི་རྒན་གཞོན་བར་གུས་ཞབས་དང་ཡ་རབས་
སྤོད་བཟང་བྱེད་ཡག་འདི་འོ་ཅག་ཚང་མའི་ལས་འགན་ཞིག་ཆགས་ཡོད། མཐའ་སྒོམ་ངས་ལྷུ་
ཡག་ལ་ང་དང་ང་འདྲ་བའི་སྒོ་བ་སྤུ་ག་པོ་མོ་ཚང་མས་ཤེས་ཡོན་ཡག་པོ་སྤྱང་རོགས་གནང་དེ་ངས་
རེ་བ་ཆེན་པོ་ལྷུ་ཡི་ཡོད་ལ་སྤུ་གས་རྗེ་ཆེ་གནང་ལྷུ་རྒྱ་ཡིན།

ངའི་མི་ཚེ་སྤྲུགས་བསམ་མེད་པས་ལམ་ནོར་ཤོར་བ།

ལྷ་རམས་པ་འབྲི་བྱ་བསྟན་བ།

ནགས་ལྷའི་སྒྲོན་མེའི་ཤེས་བྱའི་སྐྱེད་ཚེལ་སྦྱིང་།།

འབྲི་སྤྲུག་སྒྲོ་གསར་བྱང་བས་ཚེད་འཛོལ་ལ།།

ཟེ་འབྲུ་དམིགས་ཡུལ་མེས་ཤེའི་རིག་གཞུང་རྣམས།།

མི་ཉམས་རྒྱུན་གནས་ཚེས་རིག་སྤེལ་བ་བསྟུ།།

སྤྲུགས་བསམ་མེད་ན་ང་ལྷ་བྱ་ཆགས་སྦྱིད་པ་ཞིག་རེད། མི་ཚེ་རྒྱུ་ཡིན་དང་། རྒྱ་ནོར་མང་
 ཉུང་ཅི་ཡོད་རུང་ཐོག་མར་བྱ་བར་འཇུག་སྐབས་དམིགས་ཡུལ་རེ་ངེས་པར་བྱ་དགོས། འབྲུབ་དང་
 མི་འབྲུབ་སྣ་ཚོགས་སྦྱིང་། གང་ལྟར་དམིགས་ཡུལ་ཞིག་ཡོད་ན་མི་ཚེའི་བྱ་གཞུག་བརྟན་པོ་ཡོང་།
 དེ་མེད་པས་སྦྱང་འདྲི་རེད། ཐོག་མར་ང་བཅོན་ཕྱོད་དུ་ཡོང་སྐབས་དམིགས་ཡུལ་ཞིག་ཡོད་ན།
 ད་ལྟར་གང་ཡང་མི་འཛོལ། ཅི་ཡང་མི་སྦྱབ། ཤེས་བྱའི་གནས་སྤྲུགས་ཀུན་ལ་སྐྱོངས་པའི་གང་
 ཟག་ཅིག་ཆགས་ག་ལ་སྦྱིང་། ལྷ་རིམ་འདྲི་འདྲ་རེད། བལ་ཡུལ་མ་འགྱོར་བར་བྱ་ངའི་དམིགས་
 ཡུལ་ལ་སྦྱབས་མགོན་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་མཇུག་རྗེས་རང་ཡུལ་གངས་ཅན་སྐྱོངས་སུ་ལོག་བསམ་
 བ་ལས་སྤྲུགས་བསམ་གང་ཡང་མེད། ཉིན་ཞིག་བལ་ཡུལ་བོད་མིའི་སྤེལ་ལེན་ཁང་དུ་འགྲོ་བ། དེར་
 མི་འགས་ཁྱོད་ཚོ་གྲུ་བ་ཡིན་པས་ནང་ཚོས་ཀྱི་གཞུང་ལ་སོས་བསམ་ཉོག་ཅོམ་བྱས་ན་ཡག་རབས་
 ཟེད། ང་དང་ང་ཡི་ཚོས་སྒོགས་བཞི་རུག་རུག་འདུས་ནས་ལབ་སྐྱེད་འགའ་བྱས་མཐར། ཐོག་མའི་
 དམིགས་ཡུལ་འགྲུར་བ་བྱུང་སྟེ་གངན་ས་ཆེན་པོ་སེ་ར་ཐེག་ཆེན་གླིང་དུ་འགྲོ་ཐག་ཚོད། སྤེལ་ཁང་
 ལས་མི་འགས་སེར་དགོན་ལ་ཕུར་རྒྱག་རྒྱགས། རྟ་སར་སོང་ན་དགོས་པ་ཅི་ཡོད། གང་ཡང་
 མེད། ལ་གོང་ས་མཚོག་ལྷ་བ་རྗེས་མར་སེ་ར་ལ་ཕེབས་གཏན་ཁེལ་ཟེན་ཟེད། དེ་གཞི་ལ་བཞག་
 པའི་ཐོག་སེར་དགོན་དུ་༡༩༩༣ ལོ་ལྷོ་༡༢ ཚེས་༢༡ མཚན་ཞིག་ལ་འགྲོ་བ། བལ་ལངས་ནས་ལྷ་
 དུས་ཡིད་དབང་འགྲོག་པའི་དགོན་ཆེན་ཞིག་ལ་བསྐྱེད་སྤོང་། ཡིན་ན་ཡང་དེ་ཐོག་མའི་དམིགས་ཡུལ་

མིན་པས་དགའ་ཚོར་ཆེན་པོ་མ་གྱུར་མི་སྲུ་ལྷག་ཡགོང་ས་མཚོག་སེ་རར་ག་དུས་ཕེབས་ཀྱི་རེད་
ཟེར་དེས། མི་ཚོས་ལོ་རྗེས་མར་བོད་ལྷ་དགུ་ས་དང་བཅུ་བ་ཡན་མན་ཞིག་སྤྲད་རྒྱུ་ལྷ་ཚང་ལ་
གསུང་ཚོས་དང་བསྐྱེད་པ་ལས་ཁོང་སྣོ་སྒྲོགས་ཕེབས་ཀྱི་མ་རེད་ཟེར།

ངས་ཡིད་ཆེས་ཚ་བ་ནས་མ་བྱས་གང་གིས་ན་བལ་ཡུལ་དང་ལྗེ་མི་བཅོན་ཕྱོད་བོད་གཞུང་སྣེ་
ལེན་ཁང་གི་ལས་བྱེད་འགས་རྣམས་རྗེས་མར་ཕེབས་གཏུན་ཁེལ་ཟེན་ལབ་པས་རེད། རྒྱ་མཚོན་
གཞན་མེད། ད་དུང་ཡར་རྒྱུག་མར་རྒྱུག་འགའ་བྱས་ཏེ་མི་མང་པོར་དེས། མི་ཚང་མས་གཅིག་
མཚུངས་སྟར་ལབ། གཏུན་དེ་ཡང་ཡང་ཉན་རྗེས་བལ་ཡུལ་སྤེལ་སྐྱབས་སེམས་ནང་དགའ་ཚོར་
གསུགས་སྲུ་མཚེས་ན་མཐོ་ཞིང་བརྗིད་བའི་རི་རབ་དེ་ཡང་རྗེ་དམའ་རྗེ་ཞན་དུ་སོང་སྟེ་མར་དོས་རྣམས་
སྟར་གྱུར། དེའི་རྒྱ་མཚོན་ལོ། བ་མ་སྐྱེན་མཚེད་ཀྱིས་མ་ཚོར་བར་བྱས་ཏེ་ལོ་མང་རིང་ཐབས་
ལས་སྤྲོ་ཚོགས་དང་། དགའ་ངལ་ཁྱད་བསད་ཀྱིས་ཡགོང་ས་མཚོག་མཇུག་བཅར་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་
ཡོང་བས་རེད། མ་ཟད་ཁྱིམ་ལས་ཐོན་ཏེ་རྒྱ་བ་བཞེ་ལྷག་ཕྱིན་སོང་ལམ་དབར་སོགས་སྒོག་ཉེན་
ཡང་སྤང། དགའ་སྐྱེག་དེ་གཞན་ལ་ལབ་སྐྱབས་མི་མང་པོ་མིག་རྒྱ་གཏོང་གི་འདུག །ད་དུང་རྒྱ་
གར་ལ་འབྱོར་རྗེས་ཡགོང་ས་མཚོག་མཇུག་ཁ་མ་རག་པས་སེམས་སྐྱེག་ལོས་ཡོད། དེའི་སྐབས་
སྐྱེག་ཡར་བསྐྱངས་ན་མིག་ནས་རྒྱ་དོང་བར་ཐེ་ཚོམ་ཅི་ལ་ཡོད། ཡིན་ན་སྐྱེག་ཡུས་ལབ་ས་མེད་
པས་རང་སེམས་རང་གིས་གསོ་རྒྱུ་ལས་བྱ་ཐབས་བྲལ། ཡང་སོ་སོའི་བྱས་པས་ད་སར་འགོ་
དགོས་ན་འདིར་འབྱོར་སྐབས་ལམ་གོ་ན་ལྷག་མ་བགོ་བའལ་བྱས་པས་མི་རེར་ཉིན་སྟོར་༣༠༠རེ་
ལས་མ་ལྷག །མ་ཟད་གཅིག་ཞི་འདིར་དོ་ཤེས་མེད་པ་དང་།

གཉིས་ནི་དེའི་སྐབས་ཁོང་ཡུག་ཏུ་ཅང་སྐྱོ་བོ་ཡིན་པས་བྱ་གཤོག་མེད་ཐང་ལ་སྤྱང་བ་སྟར་བྱ་
སྐྱེག་ཐབས་ཟད་ཀྱིས་ལོ་རྗེས་མའི་བོད་ལྷ་བཅུ་བ་བར་དེ་སྲུས་ལྷག ། དེའི་སྐབས་སྣེ་ལེན་ཁང་གི་
ལས་མི་ཚོ་ནི་རྒྱ་གུང་ཁན་དང་བྱེད་སྤྲངས་གཅིག་པ་རེད་ཐེངས་འགའ་བྲན། ད་དུང་གོ་ལ་འདིའི་
ཐོག་ལ་བྱང་པོའི་མི་དང་། བྱང་པོའི་ཁྱིམས་བྱང་པོའི་གཏུན་ཟེར་བ་ཡོད་ས་མ་རེད་འགའ་བྲན་མྱོང་།
ལྷག་ཏུ་ང་ཚོ་བོད་ནས་ཡོང་སྐབས་ཡགོང་ས་མཚོག་མཇུག་ཆེད་དུས་ཚོད་དམ་འདོན་དང་། ཐ་
ན་གཉིད་ཀྱང་ཁྱུག་ཉུང་ཉུང་། ལྷོ་དུས་སྲུ་ཡང་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་འདོད་འདར་བཏང་ནས་ཡོང་།

ཡིན་ནའང་མན་ཐོགས་དེ་ཅམ་མ་བྱུང་།

དེའི་སྐབས་སེམས་ལ་སོག་ཐུག་གཏོང་ཆེ་ཤོས། ལྷེ་ལེན་ཁང་གི་ལས་མིས་དང་གཏམ་མ་ལབ་
པ་དེ་རེད། འགྲོ་སོང་ཚང་མ་གཏོང་ཐུབ་ཀྱི་མེད་ལམ་ན་ལུགས་མཐུན་ཡིན་པས་འཁོན་འཛིན་དང་
ཡིད་ཆེས་མེད་པ་ཅི་ལ་སྲིད། རླུ་གཡོའི་གཏམ་དེས་ང་ཚོ་དང་རིགས་མཐུན་ལྷ་རྟོག་བྱེད་མཁན་
མེད་པ་འགའ་ཤས་ལས་གཏམ་དེ་སུས་ཡིད་ཆེས་བྱེད། ཡིན་ན་ཡང་རྗེས་སུ་བསམ་སྒོ་གཏོང་
ཟབ་གཏོང་དུས་ལས་བྱེད་ཚོར་ཁག་མེད་སྐབས་དེར་བོད་ནས་གསར་འགྱུར་ཉ་ཅང་མང་པོ་རེད།
དཔེར་ན་སེ་ར་བྱེས་གྲུ་ཚང་ནང་ལོ་དེར་སླེབས་པ་མི་༧༠༠ཟེན་མ་ཟེན་ཡོད། འགྲོ་སོང་ཐད་ལ་
དགའ་ངལ་ཉ་ཅང་ཆེན་པོ་ཡོད་བཟོ་རེད། ལྷི་ལི་དང་རྟ་ས་བར་གྱི་འགྲོ་གྲོན་དེ་གྲོན་ཚུང་བྱས་པ་
འདྲ། དེའི་སྐབས་སློབ་སྦྱོང་འདྲིའི་སློབ་དུས་དགའ་ཚོར་དེ་ཅམ་མེད་པ་དང་། རྗེ་ཤས་བསྐྱུག་
དགོས་ཐུག་པས་སེམས་སྐྱུག་ཚད་མེད་བྱུང་དོན་ཅི་རེད་ཅེ་ན། སྐབས་དེར་བོད་ནང་སློབ་སྦྱོང་
ལ་རིན་ཐང་མེད་པ་དང་། ཚོས་ལ་དད་མོས་ཆེན་པོ་ཡོད་པ། ལྷག་ཏུ་ཡ་གོང་ས་མཆོག་མཇུག་
ནས་ཤི་སོང་ནའང་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་མཁན་མེད་པས་རེད། ང་ཚོ་ནི་དེ་དང་གཅིག་མཚུངས་ཀྱི་ལྷ་བ་
ཞིག་ལོས་ཡོད། ལམ་དེ་ལས་བརྒྱུད་པས་སློབ་སྦྱོང་གང་རག་ཅེ་ན།

དེ་ནས་བརྒྱུད་མིས་ལབ་ཚད་ཉན་ན་གྲོང་ཡོད་པ་དང་། མོ་སོའི་རྣམ་དགོན་བེད་མ་སྤྱད་ན་མི་
གཟུགས་ཅམ་ཡིན་པ་ངོས་འཛིན་ཐུབ། ཡང་མི་མང་པོས་ཡ་གོང་ས་མཆོག་མཇུག་ཡོང་། གསར་
འགྱུར་ཀྱན་གཅིག་མཚུངས་རེད། སེམས་པམ་མ་བྱེད་དཔེ་ཆ་སྣོས། ཚོས་ར་ལ་སོང་ཟེར་ནས་
སེམས་གསོ་མང་པོ་བྱས་པས་སེམས་འགྱུར་ཉེ་དེ་ཐག་བཅད་པ་ཡིན། ཡང་ལུགས་བསམ་མེད་
པས་ལམ་ལོར་སོང་བ།

དང་པོ་ནས་ལོ་གསུམ་ཚོས་རང་སོང་རྗེས་ཁ་བའི་སྤོངས་སུ་ལོག་ཐག་བཅད།
ལོ་གསུམ་དམིགས་ལུལ་འཛིན་དོན་གཅིག་ནི་ང་ཚོའི་དགོན་པར་ལོ་གསུམ་གདན་ས་སོང་ཞིང་
མར་ལོག་ན་གྲུ་ས་ཐོན་པའི་མིང་བཀའ་བཅུ་ཟེར་ནས་གཞིས་དགོན་གྲུ་བ་ཡོན་ཉན་ཅི་ཡོད་ཀྱང་དེ་
ལས་མཐོང་ཆེ་བ་དང་། དགོན་གྱི་ལས་ཁུལ་དགོ་བསྐྱོས་དང་མཁན་པོ་ལས་གཞན་གང་ཡང་འཁུར་
དགོས་ཀྱི་མེད། གཉིས་ནི་ཡོན་ཉན་འགོ་བཅུགས་ནས་སྤོང་མཁན་ནི་ལོ་ཚད་རི་ལྷར་ཆེ་རུང་ལོ་

བཅུ་གཉིས་དང་བཅུ་གསུམ་ལས་ཡོལ་ན་སྒོ་བ་དུས་ཡོལ་ཟེན་བསམ་གྱི་ཡོད།

དེ་ནི་རྗེས་ལུས་གྱི་ལྷ་བ་ཤིང་འབྲུང་དང་བགས་འབྲུང་ཡོད་པས་རེད། གང་ལྟར་ལོ་གསུམ་རིང་དཔེ་ཆ་ཅི་ཡོད་བལྟ་གཞན་གྱི་སྐད་ཡིག་དང་གྲིས་གཟུགས་སྤངས་ན་མན་མི་ཡོད་ཟེན། དེ་ནི་ལོར་བ་རེད། སྒོ་བ་སྒྲོང་དེའི་རིགས་ལོ་རྒྱུད་དུས་སྤྱི་དགོས་པའི་ཤེས་ཡོན་སྡེ་ཚོན་ཞིག་རེད། དེ་ལྟར་ལུས་གྱི་སྐྱེ་ཅུལ་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པས་ལུས་གྱི་ཅ་དང་། ལུས་གྱི་དུས་པ་མཉེན་ཆ་ཡོད་སྐབས་སྤངས་ན་ཤེས་སྒྲིབ་བ་དང་། སྤྱི་དག་པ། དུས་རིང་པོ་སྡོད་ཀྱི་ཡོད། ཅ་དང་དུས་པ། ཤིང་བགས་པ་གྱི་ལོ་ཆགས་སྐབས་སྐད་རིགས་དང་གྲིས་གཟུགས་སྤོང་ཟེར་བ་ཁག་པོ་རེད། ཡིན་ན་དེ་བསམ་སྒོ་མ་བཏང་བར་དཔེ་ཆ་ཅི་སྐབས་གང་སྐབས་སྤངས་ནས་ལོ་གསུམ་ཡོལ། དེའི་སྐབས་ཤོད་སྤྱི་ནང་དབར་གྱི་འབྲེལ་བ་ཡིག་བརྒྱད་ནས་བཟོ་དགོས་པས། ཡི་གེ་ན་གཅིག་གཏང་དགོས་ནའང་མི་ལ་འབྲི་རོགས་ལབ་དགོས་བྱུང་བས་ཁག་པོ་འདུག །དེར་བརྟེན་སྤར་གྱི་དམིགས་ལུལ་འགྲུང་བ་བཏང་སྟེ་གཏོང་ཡིག་གི་སྐབས་ཅམ་གྱི་གྲིས་ཤིག་སྤྱི་དགོས་བསམ། ཡང་གྲིས་སྤངས་པ་ཡིན། དང་པོ་དམིགས་ལུལ་རྒྱུད་རྒྱུད་ལས་མེད་པས་དེའི་འབྲས་བུ་རྒྱུད་རྒྱུད་མ་གཏོགས་ཅི་ཡོད་།གཏོང་ཡིག་འབྲི་ཤེས་ཅམ་གྱིས་རྗེས་མར་དགོ་ལུགས་རྒྱགས་སྤོད་ཚེན་མའི་སྐབས་མན་མེད་པས། གྲིས་རྒྱགས་ལོ་བཞིའི་རིང་དུ་མ་ཤེས་དགོད་མ་ཤེས་པའི་དཀའ་ངལ་སྤད་ནས་གྲིས་གང་མང་བརྒྱབ།

དེས་རྒྱགས་སྤོད་ལ་ཐན་བུ་མན་བ་ལས་གྲིས་བརྒྱབ་པས་བྱང་ཡག་མེད་པ་གསལ་བོ་རེད།ཤི་ནས་རོ་ལ་དབང་སྐྱུར་དེ། སྤར་བ་མ་རེད་སྤྱི་བ་རེད་ཟེར་བའི་དཔེ་རང་རེད། དེ་ནས་ལོ་གསུམ་སྤྱི་ན་རྗེས་བོད་ལ་ལོག་བྱེད་དུལ་ཡང་རག་གི་མི་འདུག་ལ། མཐའ་གཅིག་ཏུ་ལོག་བསམ་པ་དེ་ཡང་དམིགས་ལུལ་བརྟན་པོ་མེད་པས་བརྒྱགས་ཚར་འདུག །དེའི་མཚམས་ཤིག་ལ་བོད་ཡིག་ཉིག་ཅམ་ཤེས་ན་ཡག་པོ་ཡོད་པ་རེད་ཟེན། ཡང་དམིགས་ལུལ་མེད་པས་སྤར་གྱི་བསམ་ཚུལ་དེ་དོར་ཉེ་དང་པོ་སྟོན་ངག་སྤོང་སར་སོང་། ཉན་ཅམ་གྱིས་འབྲིགས་ན་གོ་བའི་བཟོ་འདྲ་འདུག །དཔེར་བརྗོད་འབྲི་དུས་དག་སུམ་མེད་པ་དང་། མདོན་བརྗོད་མ་ཤེས་པས་དེང་སང་བསམ་ན་གང་མོ་ཤོར་ཡོད་གི་འདུག ། དོན་རྒྱན་ནམ། སྤན་ངག་ལེའུ་གཉིས་པ་ཚར་ནས་ཡང་སྤྱགས་བསམ་མེད་པས་དེར་སོང་།

མེད། ཡང་ཁ་སྤྱད་དཀའ་ངལ་གང་འཕྲད་པ་ལ་བསམ་ནས་སྤུམ་རྟགས་སྒྲིང་ས་སོང་། དེ་ཡང་དག་
ཆ་མེད་བས་དཔེར་བརྗོད་འབྲི་དུས་སྒྲིབ་མ་ལྟར་རེད།

དེ་ཡང་སྤྱད་པ་བསམ་མེད་བས་ཉིན་གཅིག་སོང་ན་ཉིན་གཅིག་སོང་མེད་ནང་སྒྲིང་ཅ་ནས་བྱས་
མེད། དམིགས་ལུལ་མེད་པའི་སྒྲིང་འབྲས་སྒྲིབ་རྒྱ་ག་ལ་རག་ཡིན་ནའང་བརྒྱད་རིམ་དེས་བསྐྱབ་བྱ་
གང་རག་ཅེ་ན། སྒོ་བ་སྒྲིང་ལ་གོ་རིམ་དགོས་པ་དང་། རང་གིས་མ་ཤེས་ན་ཉམས་སྒྲིང་ཅན་ལ་ཁྱི་
དགོས་པ་ཤེས་སོང་། དེ་མཉམ་དུ་སྒྲོ་འགྲོད་དང་ཡི་གེ་བལྟ་མ་ཤེས་པའི་གནས་ཚུལ་དེ་ཡང་ཤེས་
སོང་། ངས་ཡི་གེ་ཤེས་ནས་ལོ་མང་ཕྱིན་ཡོད། བསྐྱབས་པའི་གྲངས་ཀྱང་མང་པོ་རེད་སྒྲིག་པ་
ཅས་ལས་ཡི་གེའི་དག་ཆར་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་སྒྲིང་མེད། དག་ཆ་ཀི་བསྐྱབས་རིམ་ལྟར་ཆོག་རེ་རེ་
བཞིན་སྒྲོ་ཐོག་དེས་ཐབས་བྱས་པ་ལས་ལྷོ་བ་ཁ་ཤེས་དགོ་ཆུང་བསྐྱབ་ནས་དེས་ཐབས་མེད་པ་དེ་
ཡང་ཤེས་སོང་།

ཡང་མཚམས་གཅིག་ལ་དབུལ་ཁ་ཤེས་ཤིག་རག་པས། བོད་ནང་འགྲོ་དགོས་བསམ་པ་ལས་
འདིར་སྒྲོད་འདོད་མ་བྱུང་། ཆུན་དང་བྲ་བ་ཆུན་པ་ཁ་ཤེས་ཀྱིས་ལོག་ན་དམིགས་ལུལ་མེད་རབས་
བསྐྱབ་བྱ་དང་འབྲེལ་མང་པོ་ལས་སོང་། ཡིན་ན་པ་ལུལ་ཉ་ཅང་བྲན་པ་དང་། སྤྱད་པ་བསམ་
མེད་བས་བསྐྱད་པའི་དགོས་པ་མ་མཐོང་། དེ་གཞི་བརྒྱུད་ཐོག་༡༠༠༠ལོར་ལོག་སོང་བ་ཡིན། གང་
ལྟར་བསྐྱབ་བྱ་ཅ་བ་ནས་ཉན་མེད། གཅིག་བྱས་ན་དང་པོ་སྤྲོ་ལེན་ཁང་གིས་སྒྲོ་སྤྱད་སྤྱད་ཐེན་པས་
མིའི་ཁར་ཉན་འདོད་མེད་པ་འབྲ། ཉ་ཉ། དེའི་མཚུག་འབྲས་དེ་འབྲ་རེད། སྤར་མིའི་ཁ་དཔེར་
མི་ཁ་མིས་མ་ཉན་ན། མཐའ་མ་རང་སྤྱད་ཟེར་བ་ལོས་བདེན། ཉག་རེ་བཙོན་ཁང་ནང་དཀའ་སྤྱད་
ཆད་མེད་ལྷངས་ནས་ལྷོ་གསུམ་བསྐྱད་དགོས་ཆགས་པ་དང་། ལོ་དེའི་སྒོ་བ་ཆོན་ཡོངས་རྫོགས་
ཤོད། དེས་སྒོ་སྤྱད་ཅི་རག་ཟེར་ན། བྱ་བ་ཆེན་པོ་ཐག་གཅོད་བྱེད་དུས་རང་ཤེད་གཙོ་བོར་མ་
ཡིན་པར། པ་མ་དང་དགོ་ཆུང་ཤེས་ཡོན་ཅན་ལ་སྒོ་འདྲི་བྱ་དགོས་པ་དེ་ཤེས་སོང་།

བོད་ནང་འགྲོར་རྗེས་ང་ལ་མེས་པ་དཀའ་ཅན་ཆོང་མས་མངོན་གསལ་མ་ལས་ཅམ་ལས། དོན་
དངོས་ཐོག་སྒོ་བ་སྒྲིང་ཆེད་དང་། རྒྱ་གར་འགྲོ་མཁན་རྣམས་དགོན་ནང་སྒྲོད་ཆོག་མེད་པ། མ་
ཆད་མི་ཆེའི་མདུན་ལམ་སོགས་གང་ལ་གཞིགས་ཀྱང་ལོག་ན་ལེགས་ཚུལ་གོ་རྒྱ་ཉོན། འོན་ཀྱང་

དངོས་སུ་ལབ་ན་རང་ཡུལ་དང་། རང་ཁྱིམ་ལས་སུད་པ་འབྲ་བོ་དང་། དེས་སེམས་པམ་ཡོང་
དོགས་བྱེད་ཀྱི་འདུག །རས་བསྐྱབ་བྱ་དེ་བསམ་སྒོ་གཉིད་ཟབ་བཏང་སྟེ་སྐྱར་ཡང་འཕགས་ཡུལ་དུ་
ལོག །རའི་མི་ཆེད་ནང་ལ་བརྒྱད་རིམ་དང་དམིགས་ཡུལ་སྣེ་བའི་བྱ་བ་དེ་གཅིག་ཤུ་རེད། དེ་
ཡང་སྒོ་དཀར་ཅན་རྣམས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་ལས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་པ་ལས།

དང་པོ་ང་པོ་ད་ནང་འགྲོ་སྐབས་ཚུལ་ལོག་འདོད་མེད། དེས་སྒོ་སྟེད་གང་རག་ཅེ་ན། རང་ལ་
སེམས་དཀར་ཅན་གྱི་གཏམ་ལ་ཉན་འཛོག་བྱས་ན་བསྐྱབ་བ་མེད་པ་དེ་ཤེས་སོང་། ཡང་ཚུར་
བསྐྱབས་ནས་གོ་རིམ་མེད་པའི་དཀའ་ངལ་སེམ་ཐབས་བྱེད་པ། བོད་ནང་མ་སོང་སྟེན་འཕགས་
ཡུལ་དུ་གནས་མཇུག་བྱིན་པ་ཡིན། དེའི་སྐབས་སྐད་མ་ཤེས་པས་ལྷགས་པ་མི་ཡུལ་བསྐྱབས་པ་
རང་རེད། ཉིན་སྐད་དང་དབྱིན་སྐད་ཁུངས་འབྲེལ་བ་གཅིག་གྱང་མ་ཤེས་པས། མི་འཁོར་སོགས་
ཀྱི་ལག་ཁྲིར་ཉོ་སྐབས་ཚང་མ་ཉོས་མ་ཚར་བར་དུ་རག་གི་མེད། འགྲོ་སྐབས་གཞན་རྣམས་དུས་
ཚོད་འགྲོ་བརྒྱག་མེད་པར་ཉག་ཉག་ཡོང་གི་འདུག །རས་འབབ་ཚུགས་ལ་མི་འཁོར་ལོར་དོགས་
ཀྱིས་འགྲོ་མ་རན་གོང་དུ་ཚུ་ཚོད་གཉིས་ཙམ་སྟེན་ལས་བསྐྱགས་ཀྱི་ཡོད། འགྲོ་དུས་སུ་གཅིག་ལ་
མི་དགོས་པའི་དངངས་སྐྱབ་འཁོར་སྐམ་མི་རག་ནས་སེམས་ཀྱི་དོག་ཁྲིས་གནམ་ས་མགོ་ཉིང་སྟོག་
བ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད། ལག་ལ་དདུལ་ཡོད་ནའང་ཟ་འདོད་པའི་ཟས་རིགས་གྱང་ཉག་ཉག་
རག་གི་མེད། ད་དུང་བཟོད་ཐབས་བྲལ་བའི་དཀའ་ངལ་ཞིག་ནི་སྤྱི་ལ་འགྲོ་སྐབས་བོད་མི་རྣམས་
ཀྱིས་གདོང་ལ་བལྟས་ནས་གསར་འཕྲོར་ཡིན་པས་སྐད་མ་ཤེས་པས་མཐོང་ཚུང་དང་།

གོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲལ་བ་ཡིན་པས་མི་ཀུན་གྱིས་སྐད་དང་དེར་དུས་སྟོབ་སྟོང་མེད་པ་ཞིག་ལ་
བཞག་ནས་མཐོང་ཚུང་དང་བྱར་བ་བྱེད་ཀྱི་འདུག །དཀའ་ངལ་དེ་ནི་ང་གཅིག་ཤུ་མིན། སྐབས་
དེར་དགོན་ནང་གྲུ་བས་དབྱིན་སྐད་སྟོང་བ་དང་། མོང་གསེབ་ནང་ཨ་རི་སོགས་སྤྱི་སྤྱོད་དུ་སྟོང་
ཐབས་བྱས་ན་ཞབས་འདེན་འབོད། ང་ཡང་ཞབས་འདེན་མིང་ཁུར་འདོད་ག་ལ་ཡོད། དེ་བས་
གང་ཡང་མི་ཤེས་པ་ཆགས་པ་རེད། ད་དུང་གྲུ་བ་ནི་ནང་ཚོས་གཅིག་ཤུ་སྟོང་སྟོག་བྱེད་པ་ལས་
བོད་ཡིག་དག་སུམ་སྐྱངས་ན་ལྟ་སྟངས་ཁྱད་མཚར་འདུག །དེར་སང་བལྟ་ན་དེ་ཚོ་རྗེས་ལུས་ལྟ་
བ་རང་རེད། གང་ལྟར་མི་ཆེ་གང་པོར་དཀའ་ངལ་ཁྱད་བསད། མཐོང་ཚུང་དང་བྱར་བ་བྱེད་ལ་

ཁྱེད་ལ་ལས་གཞན་གྱི་སྐད་རིགས་ཉོག་ཅམ་ཤེས་ན་ཡག་པོ་ཡོད་ས་རེད་ཟེན། ཡུན་རིང་གཞན་མ་སྒྲོགས་པའི་སེམས་ནང་དཀའ་ངལ་དེ་སེལ་ཆེད་སྐད་རིག་སྐྱོད་ས་མཚམས་མཚམས་སོང་བ་ཡིན། ཡིན་ན་ཡང་སློབ་སྦྱོང་ལ་གོ་རིམ་འཁྲུགས་པས་སྦྱངས་འབྲས་མ་བྱུང་། ཁག་ཅིག་གིས་དགེ་བཤེས་བཏང་ཚར་རྗེས་དབྱིན་སྐད་སོགས་སྦྱངས་ན་ཡག་རབས་ཤོད་ཀྱི་འདུག །ངས་བལྟས་ན་སློབ་སྦྱོང་གི་གོ་རིམ་ང་ལས་དེ་འཁྲུགས་ཆེ་འདུག །

འཛིན་བྲམ་མཐོན་པོར་སླེབས་སྐབས་གཞན་སྐད་སྦྱོང་སྒོ་བྲུགས་ཆེར་ཡོང་གི་མ་རེད། གང་གིས་ན་གཞན་གྱི་སྐད་རིགས་ནི་ཆེ་འདི་གང་གཅིག་སྤུ་ལ་བེད་སྦྱོད་ཅན་གྱི་སློབ་སྦྱོང་སྡེ་ཚན་ཞིག་དང་། འདི་གང་དཀའ་ངལ་སེལ་བྱེད་ཀྱི་ཆ་རྒྱུན་ཡང་རེད། དགེ་བཤེས་བཏང་རྗེས་མི་མང་ཤོས་རང་ལོ་བཞི་ཙུ་ལ་འགོ་གི་རེད། མི་ཆེ་མང་ཤོས་དཀའ་ངལ་ནང་སོང་བེད་པ་དང་། བློ་འཕྲོགས་ཆགས་ཐེན་པས་གསར་དུ་གཞན་སྐད་སྦྱངས་ན་ཤེས་ཁག་པོ། མ་ཚད་གཞན་སྐད་རྒྱས་མངའ་མེད་པའི་གཏམ་འཆལ་རང་རེད། དང་པོ་ནས་གཞི་རྩ་ཡོད་ན་གནས་ཚུལ་ལོགས་ཤིག་རེད་བསམ། ལྷག་ཏུ་དུས་ཚོད་སྲུང་སྲུང་ལས་བེད་སྦྱོད་ཡོང་མེད་པར་ཨ་ཁུའི་སར་འགོ་དགོས་པས། དེ་ལས་དཔེ་ཆ་སོགས་བལྟས་ན་ཡག་ས་རེད། དེ་རིང་ངས་འདིར་བསྐྱོམས་ཉེ་བཤད་ན་བྲམ་བ་དཔེ་ཆ་བ་ཚོ་དཔེ་ཆ་གཞི་ལ་བཞག་ཐོག་དུས་རབས་དང་མཐུན་པའི་སློབ་སྦྱོང་བྱ་དགོས་ཀྱི་འདུག །

དེ་མ་བྲས་ན་དགེ་བཤེས་སོགས་ཀྱི་མིང་ནི་རང་སྣང་དག་པ་ཅམ་ལས་སྦྱིན་བདག་སོགས་ཀྱིས་གང་ལབ་རེད། དཔེར་ན་པ་མས་བྱིས་པ་ལོ་བརྒྱད་བྲུགས་རྗེ་མངགས་པ་ནང་བཞིན་ལས་མི་ཡོང་ལབ་འདོད། དེ་བས་དེང་དུས་སློབ་སྦྱོང་དེས་པར་དུ་དོ་སྣང་བྱ་དགོས་ཀྱི་འདུག །མ་ཟད་ཐོད་ཀྱི་རིག་གནས་དག་སྲུལ་དེས་པར་དུ་སྦྱང་དགོས་ཀྱི་འདུག །དེ་མ་སྦྱངས་ན་ཆེ་གང་སྦྱངས་པའི་ཤེས་ཡོན་གོ་ལ་འདིར་ལྷག་མ་མེད་པར་རང་དང་མཉམ་དུ་ཨ་ཁུའི་སར་ཡོང་གི་རེད། དགོད་དགོས་པ་དང་། མཚར་དགོས་པ། མགོ་མེད་མཚུག་རྒྱུ་གི་མི་ཆེའི་སྦྱང་། བྲམ་གཞག་དང་འཆར་གཞི་གོ་རིམ་མེད་པ་གསང་པོར་བརྗོད་པའི་གཏམ་འདི་ནས་འདུག་བསྐྱེལ་གྱི་ཡིན། འདི་མི་ཆེའི་སྦྱང་མགོ་ནས་བྱིས་མེད་ལ། མཚུག་གྲང་བཅངས་མེད།

དེའི་ཐད་སློག་པ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་བཞོད་བཞེས་གནང་རོགས། དུས་དེབ་ཀྱི་ས་ཁྲིན་གཞིགས་

ན་མི་གཅིག་ལ་དེ་ཅམ་ལས་ཐོབ་སྐལ་མེད་པས་ང་གཅིག་ལུས་ངོམས་མེད་ལོངས་སུ་སྤྱད་ན་ག་
ལ་འགྲིག། །མགོ་མེད་མཇུག་མེད་སྐྱེད་འདི་དམིགས་ལུལ་མེད་པ་ཅི་ལ་ཡིན། སྤར་དཔེ་ལ་ཐོས་
པ་བརྒྱ་ལས་མཐོང་བ་གཅིག་ལྷག་ཟེར་བ་དང་། བསྐྱབ་བྱ་སྟོང་ལས་སྟོང་བ་གཅིག་པན་ཟེར་སྟོལ་
ཡོད། ངས་ལམ་ལོར་བ་དེ་ལས་ཁྱེད་རྣམས་ཀྱིས་བཙུག་ན་སྟོན་མི་ཉུང་བ་ཞིག་འཛོལ་དེས་
བསམ་ནས་གྲིས་བ་ཡིན།

ལྷག་བསམ་ལོར་གྱིས་སྤྲུག་པའི་ཚོམ་སྤྲིག་འགན་འཛིན་ཚོ།།
པོད་མིའི་རིག་གཞུང་ཆེད་དུ་དུས་དེབ་སྤེལ་གནང་ཐད།།
གངས་སྟོངས་སྤྱི་དང་ཡང་དགོས་འདི་སྟོངས་སྤྲུག་མོའི་ཚབ།།
བྱས་ཏེ་ལྷད་མེད་དར་གྱིས་བཀའ་འཛིན་ཆེ་ཞེས་བསྟུ།།

ཅན་དན་མ།

འདི་སྐལ་བཟང་འགོ་མགོན།

གཅིག

ནམ་རྒྱུན་ཁོ་བོ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་སྐྱབས་སུ་རྒྱུངས་འཁོར་ནང་ལ་སྤོགས་པོ་དང་རོགས་པ་
སུ་ཞིག་ཡིན་རུང་ཁོ་བོ་ཚོ་ལ་སྐྱད་ཆ་མང་པོ་ཤོད་པའི་གོམས་གཤེས་མེད་ལ། རྒྱུངས་འཁོར་
སྤྱོད་ཁང་དང་འགྲུལ་རྒྱུགས་སོགས་ལ་བསྐྱེད་སྤྱོད་ལུས་ཁོ་བོས་མིག་གཉིས་བཟང་ནས། རྐྱེའུ་
ཁྱེད་ལྷའི་ལུལ་སྟོངས་ལ་ཞིབ་ལྷ་རེ་བྱེད་བཞིན་ཡོད། ངས་ཁོ་མོ་མི་ཚོགས་ཏེ་ཅང་གི་མང་པོའི་ཁོད་
ནས་མཐོང་། མོའི་སྤྱིའི་ཁ་དོག་ནི་གནག་ཅིང་སྐྱུ་ལ། གཞུགས་པོའི་རིང་ལུང་རན་ཞིང་རྒྱབ་ཏུ་
གོ་ཁྱེད་ནག་པོ་ཞིག་ལྷག་པར་གཟུ། མིག་ཤེལ་ནག་པོ་ལྷ་ཏའི་གཤོག་རྒྱུང་བརྒྱུངས་པ་འདྲ་བ་

ཞིག་དཔལ་བ་དང་མིག་གཉིས་ཀྱི་བར་དེར་བཞོན་གྱི་མཁན་པོས་ཆེད་དུ་ཁོ་མོ་ལ་ཟོས་པ་མིན་ནམ་
སྐྱམ་པའི་རྣམ་རྟོག་འཆར་སྲིད། སྤྱི་སྤྱོད་རྒྱུ་ལོར་ཁ་ལོ་བས་...མེ་...མེ་...མེ་...ཞེས་འགྲུལ་བ་ཚོ་
ལ་ཡར་འཇུག་མར་ཐོན་གྱི་བར་སྤྱད་པ་བཞིན་ཅུ་ཚོད་གཉིས་དང་ཕྱེད་ཀ་ཉག་ཉག་ལ་རྒྱབ་སྟེགས་
ཚང་མ་འགྲུལ་བས་ཁེངས་ཤིང་།

བར་བར་ལ་མི་དེ་འགའ་ལངས་འདུག། Excuse me, can I sit here? ངས་མིག་
ཡང་བསྐྱར་བལྟས་དུས་སྒྲིབ་མའི་མི་ཚོགས་ཁྲོད་ཀྱི་བྱད་མེད་གཟུགས་བྱད་ལེགས་ཤིང་སྐྱའི་ཁ་
དོག་གཞག་ཅིང་སྐྱམ་པའི་བྱད་མེད་དེ་དེད། མོས་ངའི་རྒྱབ་སྟེགས་བྱར་དེར་བསྐྱར་ན་འགྲིག་མིན་
མཇུག་མོས་ཀེར་ཞིང་མིག་བྱར་ཐོ་དངས་སྐར་ཆེན་འཚོར་བ་དེས་བྱར་མིག་ཅིག་འཕངས་བྱུང་།
ངས་འགྲིག་པའི་མགོ་ལོ་གཡུགས་ཅམ་བྱས། རྒྱུད་བྱའི་རྒྱ་ཕྱོགས་ཤིག་གིས་ཅན་དན་གྱི་དི་ཞེས་ཁོ་
མོའི་སྐྱ་ལམ་བརྒྱུད་ལུས་པོའི་རྩ་ལམ་ཡོངས་སུ་བདེ་སྟོན་སྟོན་ཅིག་གི་སྐྱར་བ་སྟེར་བྱུང་། ངས་དི་
ཞེས་དེ་སྐྱར་མེད་ཀྱི་ངང་ནས་ཀྱུ་ཕུ་ཉགས་ཅན་གྱི་ཁ་བར་ཁ་བསྐྱོགས་ནས་གཞས་བ་ལྷགས་ཅན་
ཀྱུན་དགའ་ལགས་ཀྱིས་བཏང་བའི་ཉི་ཟླ་སྐར་གསུམ་ཞེས་པའི་སྐྱ་གཞས་སྐར་གྲགས་ཅན་དེ་ཉན་
ཆས་ན་རུ་བཅུག་གྲུབས་བྱས། “ང་སྐྱ་བ་ཀྱུན་དགའ་ལ་དགའ་བོ་ཡོད” “དགོངས་དག་ག་དེ་ལབ་བ་
ཡིན” “ ང་གཞས་དེ་ལ་དགའ་བོ་ཡོད” རོ་ཤེས་འགྲོགས་འདིས་གང་ཡང་མེད་པའི་ང་དང་ཁོ་མོས་
ཀྱུ་ཚོ་དེས་གཡམས་གཡོན་གྱི་མི་ཚོས་དེད་གཉིས་ཀྱི་ཕྱོགས་དེར་སྐྱ་ནས་མགོ་ལོ་སྐྱོག་སྐྱོག་བྱེད་
བཞིན་འདུག །ངས་གནས་ཚུལ་འདི་སྐྱར་མེད་ངང་དུ་བསྐྱར་བ་ཡིན། དེ་སྐྱར་དེད་གཉིས་སྐབས་དེ་
སྐད་འཕྲིན་ནང་གི་བྱ་སྐོགས་ཚོའི་སྐོར་ལ་ཡག་བཅོག་གི་སྐོག་བཤད་རྒྱུ་བྱེད་དེ། དོན་མེད་ཀྱི་ཁ་
བར་དེས་རྒྱུ་ལོར་འཕབ་ཚུགས་གཞན་ཞིག་ལ་བསྟེན་བས་བའང་མ་ཚོར། རྒྱུ་ལོར་འཕབ་
ཚུགས་ལ་འབྲུ་གྲོག་མ་ཚང་ལས་རྣམས་ལ་སྐྱར་མི་ཚོགས་ཀྱིས་ཁེངས་ཤིང་ཐམས་ཅད་བྲེལ་བྲེལ་
འཚུབ་འཚུབ་དེད། བྱད་མེད་དེས་”ཁྱེད་རང་ཤིང་འབྲས་ཁུ་བ་འབྲུང་གི་ཡིན་ནམ་ཚོག་ཇ་འབྲུང་གི་
ཡིན”ངས་ལག་འདོགས་ལ་ཅུ་ཚོད་ལ་སྐྱ་ཅམ་བྱས་ནས། ཚོག་ཇ་ཞིག་འབྲུང་ན་འགྲིག་པའི་བར་
ལན་སྤྱད།

གཉིས།

དེད་གཉིས་སྤྱི་སྤྱོད་རྒྱུ་ལོར་འབབ་ཚུགས་དེར་བསྐྱེད་ནས་ཕན་ཚུན་དོ་སྤོང་བྱེད་
རེས་བྱས། བྱད་མེད་དེའི་མིང་ལ་”ཀུན་དགའ་སྤོལ་མ”འཕོད་ཅིང་ཁོ་མོའི་ལས་ཀ་ལྷ་སའི་བར་སྤོར་
མདུན་སྤོགས་དེར་ཡོད་ཟེད། ངས་”ཁྱེད་རང་ལས་ཀ་ག་རེ་བྱེད་བཞིན་ཡོད” ཁོ་མོས་ལས་ཀ་ཚོང་
ལས་གཉེར་ནས་ལོ་ངོ་བཙེ་ལྷ་ཅམ་འདས་ཟེན་བ་མ་ཟད། ཁེ་བཟང་ཆེན་པོ་ཡོད་རབས་ཟེད། ཁོ་
མོས་” ཁྱེད་རང་ལས་ཀ་ག་རེ་བྱེད་བཞིན་ཡོད་དམ” “ ང་ལས་ཀ་དབྱུར་རྩ་དགུན་འབྱུ་ཉོ་ཚོང་བྱེད་
བཞིན་ཡོད” ཁོ་མོས་ཡིད་ལ་འཐད་པའི་འཇུག་རྒྱུང་ཞིག་རིན་མེད་ཐོག་བྱིན་བྱུང་། “ཁྱེད་རང་སྤོད་
གནས་གོང་ཁྱེད་སྤྱི་སྤོལ་ལྷ་སའི་ལོན་ནམ” “ཡིན་ཡིན” “སྤྱི་སྤོལ་བར་སྤོར་མདུན་སྤོགས་ཤེད་ལམ་སྤོ་
རྟགས་ཉི་ཤུ་ཅུ་ལྷེའི་ཐོག་བཅེགས་གསུམ་ཐོག་ཁང་ལེན་ལྷ་སའི་ནང་ལ་སྤོད་བྱིན་ཡོད”ཅེས་ཁོ་མོའི་
སེམས་ལ་དོགས་ཐོན་གང་ཡང་མ་འཁོར་བས་ངག་ནས་ཤོད།

ཨོ་.....། “སྤྱི་སྤོལ་གྱི་ནང་གི་ཁང་གྲུ་གོང་མཐོ་ཤོས་ཀྱི་ནང་ལ་སྤོད་བྱིན་འདུག་ག་”ཉ་ཉ་ཉ་
”རྒྱ་ནག་གཞུང་གི་དཔོན་རིགས་ཚོས་བྱད་མེད་པོ་རྒྱུང་ཚོའི་མེ་ཉོག་ནང་གི་ཟེའུ་འཕྱུ་འཕྱོག་སའི་
མཐོན་ཁང་རེད་པ” ཉ་ཉ་ཉ་ཉ་། “ཅི་ཟེར” “ང་ཡང་དེ་འདྲ་མིན་དུ”། ཉེ་ཉེ་ཉེ། ངས་ལག་
འདོགས་རྒྱ་ཚོད་ལ་སྤྱི་སྤོལ་བྱས་དུས། “ རྗེས་ལུས་འཐིབས་འདུག་ཚོང་བ་འགའ་ཤེས་ཤིག་དང་
ཚོང་འབྲེལ་གྱི་སྤོར་ལ་སྤྱི་སྤོལ་འཕྲད་ཀྱི་ཁ་དན་བྱས་ཡོད”། “ངས་རང་གི་ནང་ལ་པར་བསྐྱུལ་དགོས”།
“ངའི་སྤོད་ས་རང་གི་ཁང་པའི་ཉེ་འགམ་དེར་ཡོད”ཅེས་ཁོ་མོའི་མིག་རྒྱུང་གི་འཇུག་རྒྱུང་དེས་ངའི་རྒྱ་
ལོར་རྒྱ་ཐབས་ཀྱི་འཆར་གཞི་སྤོན་བཀོད་ཟེན་བ་སྤྱི་སྤོལ་ཉོགས།

གསུམ།

ཁོ་མོའི་འཁོར་རྒྱུང་རྒྱུང་ས་འཁོར་འབབ་ཚུགས་དེར་བཞག་འདུག་ལ། འཁོར་རྒྱུང་དེའི་མིང་
ལའང་”སྤྱི་སྤོལ་ཐོབ་སེམས་འཁོར་རྟགས་ཅན”ེད། “འཁོར་རྒྱུང་དེའི་མིང་སྤོན་པ་ལ”། ཉ་ཉ་ཉ་ཉ་
། “ཡང་ནང་ལ་འཇུག”། “ལེགས་པོ་སྤྱི་སྤོལ་ལགས” ། “ག་རེ་རང་གིས་ང་ལ་འབྱུ་དཔོན་བྱེད་
བཞིན་མིན་པ”། “ག་བ་ག་བ་སྤྱི་སྤོལ་ལོ་རང་ལ”། ཉ་ཉ་ཉ་ཉ་། “དེང་སང་སྤོན་བདག་འདི་ཚོ་
ལ་ཁ་སྤོན་པ་ལ་ཞི་དཔེ་རེད”། “ང་ཡང་ཁ་སྤོན་པོ་དེ་འདྲ་བཤད་ཤེས་མཁན་མིན་དུ”།

དེ་འདྲ་ཡིན་ན་ཡག་པོ་རེད། བེ་.....བེ་.....བེ་.....ཁོ་མོས་འཁོར་རྒྱུ་ཉ་ཅང་གི་མཚོགས་པོ་གཏོང་
 གིན་འདུག་པས་སྒྲིབ་བཏང་གི་འཁོར་རྒྱུ་དེ་དག་གི་རྒྱ་ཚོད་སྤྱད་ཀའི་འགོ་ལམ་མོས་སྐར་མ་
 བཅོ་ལྗེའི་ནང་ལ་སྒོ་ཁར་བསྐྱལ་བྱུང་། “སྒྲིབ་བདག་ལགས་རྗེས་སྤྱོད་ལ་མཐུན་བཅོ་སའི་ཁ་
 བར་ཨང་གྲངས་འདི་ཡིན།” ཞེས་དཀར་ཞིང་འཇམ་པའི་ལག་རྒྱུང་གིས་ཁ་བར་ཨང་གྲངས་འདི་
 1898968896.དཀར་ཞིང་གཙང་བའི་ཕོག་དཀར་གྱི་རོས་སུ་བྲིས་ནས་སྤྱད་བྱུང་། ཁོ་བོས་ཀྱང་
 རྗེས་སྤྱོད་ལ་མཐུན་འདིའི་ཐོག་ཏུ་བཅོ་རོགས་གཞོངས་ཞེས་ 13618963030. ཨང་གྲངས་
 འདི་མོ་ལ་སྤྱད། འི་ཉིན་ཞོགས་པར་ཁོ་མོས་ང་ལ་བསྐྱར་བའི་འཕྲིན་སྤྱད་དེའི་ནང་དོན། “དངོས་
 གནས་ངས་ཁྱེད་རང་བཅོ་གྱིན། ཁྱེད་རང་ཡང་བསྐྱར་སྤྱད་འདོད་ཆེ་བས་རེས་གཟའ་ལྷོ་བའི་ཉིན་
 ལ།” ཞེས་པ་ནི་ཀུན་དགའ་སྒོལ་མས་བདག་ལ་བཏང་བའི་འཕྲིན་སྤྱད་ཐོག་མ་རེད། གཟའ་ལྷོ་བའི་
 ཞོགས་པར་མོས་ང་ལ་ཁ་བར་བཏང་བྱུང་། “དོ་དགོང་ནང་མ་ཁང་ལ་གཞས་པ་གྲགས་ཅན་<ཡ་
 ཏུང་ལགས་ཀྱིས་ཡུལ་རྒྱུ་འབབ་འབབ>ཅེས་པའི་གཞས་དེ་གཏང་གི་རེད། ཁྱེད་རང་གིས་ར་མོ་
 ཆེའི་རྒྱབ་བཀ་ལིས་ཟ་ཁང་གི་གཡས་སྤོགས་དོའི་སེ་རྒྱའི་འགམ་དེར་དུས་ཚོད་བརྒྱུད་པ་ཉག་ཉག་
 ལ་སྐྱགས་དང་ཁོ་མོ་མཚོགས་པོ་བསྐྱེད་ཡོང་” བོ་.....ཞེ་སོང་། “ཡ་.....ཡ་.....སྐྱ་.....ཡེ” ལྷ་ཡི་སྐས་
 མོས་བཀའ་བཀོད་ལྟར་ཁོ་བོའི་བོམ་པའི་འདེགས་འགྲོག་དེ་ཡང་རྗེ་མཚོགས་སུ་བཏང་ནས་དོའི་
 སེ་རྒྱའི་འགམ་དེར་རྒྱ་ཚོད་བདུན་དང་སྐར་མ་བཅོ་ལྗེའི་ཐོག་ཏུ་འགྲོད། ངས་ཐེལ་བ་འཚུབ་འཚུབ་
 ཀྱིས་མི་ཚོགས་ཚང་ཁའི་ཁོད་ནས་ནང་མ་ཁང་ལ་རྒྱབ་སྤྲེགས་གཉིས་ཀྱི་འཛིན་བྱང་ཉོས་ནས་ལག་
 འདོགས་རྒྱ་ཚོད་ལ་ལྷ་ཅམ་བྱས། ཞོ་.....། ནང་མ་ཁང་གིས་གསལ་བསྐྱགས་སྤོན་སོང་བཞིན་སྤྱི་
 གཞས་གཏོང་ལ་ཉེ་བ་ནི་སྐར་མ་བཅོ་ལྗེ་ཅམ་ལས་མི་འདུག །

བཞི།

གཡག་མཚོན་ནང་མ་ཁང་གི་སྒོ་འགམ་ལ་བསྐྱགས་ནས་སྐར་མ་བཅོ་ལྗེ་འགོར། ད་
 ཏུང་ཀུན་དགའ་སྒོལ་མ་བསྐྱེད་སམ་བྱུང་། ངས་ལག་འདོགས་རྒྱ་ཚོད་ལ་ལྷ་ཅམ་བྱས་དུས་གཞས་
 གཏོང་འགོ་རྒྱགས་ཡག་ལ་སྐར་མ་བཅོ་ལས་མི་འདུག ཁ་བར་བཏང་དུས་”སྐྱེ་ཞབས་ལགས་ཁྱེད་
 རང་གིས་ཞལ་བར་སྤོང་སའི་ལག་ཐོག་ཁ་བར་ཁ་བརྒྱབས་འདུག” ངས་ཡང་བསྐྱར་ཁ་བར་ལ་ལྷ་

དུས་འཕྲིན་ཐུང་ཞིག་བསྐྱར་འདུག །“དགོངས་དག་ལྷ། ང་ཚོར་གི་སྐོར་ལ་ཚོགས་འདུ་ཞིག་གི་ནང་
ལ་ཡོད། བྱིད་རང་ནང་མ་ཁང་ལ་མཇལ་ཡོད། ངའི་རྒྱལ་སྡེ་གསལ་འཛིན་བྱང་དེ་བཟུ་ཤིས་ཀྱི་ཟ་ཁང་
ནང་ལ་འཛོག་རོགས། མཚོ་གསལ་ལོ་བསྐྱེད་ཡོད།”། ཞེས་པ་ནི་ཀུན་དགའ་སྐོལ་མས་ཁོ་བོར་བསྐྱར་
བའི་འཕྲིན་ཐུང་གཉིས་པ་རེད། ངས་ད་དུང་ཁོ་མོ་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱེད་བཞིན་ཡོད། ཁོ་མོས་བཀའ་
བཀོད་ལྟར་འཛིན་བྱང་བཀྲིས་ཟ་ཁང་ནང་ལ་མངགས་བཅོལ་བྱས།

ཡང་བསྐྱར་ལག་འདོགས་ཚུ་ཚོད་ལ་བལྟས་དུས་བརྒྱུད་པ་ཡོལ་ནས་སྐར་མ་བཅུ་བེན་གྲབས་
འདུག གཡམས་ལྷ་གཡོན་ལྷ་བྱས་ནས་ཁོ་བོའི་རྒྱལ་སྡེ་གསལ་རྟེན་ཅམ་བྱང་། ལྷ་གཞས་གཏོང་འགོ་
འཛུགས་ལ་ཉེ་བ་མ་ཟད། མདོ་འཛིན་པས་བོད་ཀྱི་ལྷ་བ་དང་ལྷ་མ་སོགས་རེ་རེ་བཞིན་རོ་སྐོད་བྱས་
སོང་མོད། ཡིན་ནའང་ཀུན་དགའ་སྐོལ་མ་ད་དུང་བསྐྱེད་པས་མ་སོང་། ངས་ཁོ་མོ་ལ་ཁ་བར་ཡང་
བསྐྱར་བཏང་། ཡིན་ནའང་མོས་ཁ་བར་ཁ་བརྒྱབས་ཚར་འདུག །

ངས་མོ་ལ་འཕྲིན་ཐུང་ཞིག་བསྐྱར་ཡོད། “བྱིད་རང་ག་བ་ལ་ཡོད” རྒྱ་མཚོའི་ནང་ལ་དོ་གཤམ་གསལ་
བ་བཞིན་ཨ་ལན་མི་འདུག །ང་ནང་མ་ཁང་ནས་བྱིས་ལ་ལོག་ཡོང་གིན་ཡོད་ལ། ཁོ་མོ་ལ་ཁོང་ཁོ་
མེ་ལྷར་འབར་བཞིན་འདོད་ཆགས་དང་ཞེ་སྤང་འབྲེས་མ་དེས་སྐོ་ཁ་ལ་མ་བསྐྱེད་པས་ཀྱི་བར་དུ་ལམ་
ཟུར་གཡམས་གཡོན་ནས་གོགས་ལོ་སུ་ལྷག་ལ་ངས་སྐྱད་ཆ་ཅི་བཤད་ཡིད་ཡུལ་ན་མི་འདུག སྐོ་ལྷེས་
ནས་ནང་ལ་འཛུལ་དུས་སྐོག་མེད་པར་མ་ཟད།

སྐམ་ནང་ལ་དབྱར་རྒྱ་དགུན་འབྲུ་རྒྱ་མ་བདུན་ཅུ་བཅོང་བའི་དབྱལ་སྐྱར་སྐོར་གཅིག་གྲང་ལྷག་
མི་འདུག །

ཁང་བའི་ཕྱི་ནང་གང་སར་ཅན་དན་གྱི་དི་ཞིས་དེས་བྱབ་འདུག །

དག་སྒྲིབ་གི་མིག་ཤེལ་ལས་མཐོང་བའི་གནས་ལུགས།

བྱ་བཏང་བ་སྒོ་བཟང་འདུལ་འཛིན།

མདོ་རྒྱུད་རྒྱ་མཚོའི་དགོངས་དོན་བདེ་ཆེན་དབུ་མར་བསྐྱེས་པའི་གསང་ཆེན་ཐེག་།
 རྩི་མེད་རིགས་ཚུལ་གྱི་བས་སྐྱ་དང་གོལ་ས་སྤངས་ནས་གསལ་བྱས་ཏེ།།
 བས་ཚོལ་སྒོང་གིས་དུས་ཀྱི་མཐར་ཡང་འགྲུལ་བར་མི་རུས་ཡང་དག་ལམ།།
 ས་སྒྲིབ་འདི་ཡི་སྒྲིབ་བ་གཉིས་པ་ཚོང་ཁ་བ་ཡིས་བདག་སྒྲིངས་ཤིག་།
 དེ་ཡང་ངལ་བ་བརྒྱ་ཕྱག་དུ་མ་ཁྱད་དུ་བསད་ནས་ལོ་མང་གཞུང་ཆེན་ཁག་ལ་སྒོ་བ་གཉེར་བྱས་
 པའི་འབྲས་ཉམས་རྒྱལ་བའི་ཚོས་ཚུལ་སྤྱི་དང་། གྲེ་བྲག་འཇམ་མགོན་རྒྱལ་བའི་རིང་ལུགས་
 ལ་རིགས་ལམ་གྱིས་བྲངས་པའི་དད་འདུན་འགྱུར་བ་མེད་པ་ཐོབ་པའི་སྒྲིབ་པའི་རྗེས་འབྲངས་དགོ་
 སྒྲིང་། བདག་དང་དམ་ཚིག་གཅིག་པའི་འཛིན་གྲོགས་བསྐྱེད་སྒྲིང་མཚོག་གིས་སྒོ་གསར་བ་རྣམས་
 ལ་སྒོ་གྲོས་འདུག་པ་རྒྱས་པའི་ཆེད་དུ་(དག་སྒྲིབ་གི་མིག་ཤེལ་མ་གྲོན་པ་)ཞེས་པའི་རྩི་བ་འགའ་
 ་ཤས་ཤིག་དུས་དེབ་ཐོག་ཏུ་བཀོད་འདུག་པས། དེ་ལ་(དག་སྒྲིབ་གི་མིག་ཤེལ་ལས་མཐོང་བའི་
 གནས་ལུགས)ཞེས་པའི་རྩིས་ལན་ཞིག་བཏབ་ན་དགོས་པ་ཅུང་ཟད་ཡོད་པར་མཐོང་བས་ཚིག་གི་
 སྒྲིབ་པ་དོར་ཞིང་དོན་སྤྲིང་མདོར་བསྐྱེད་ཀྱི་ལན་ཞིག་གདབ་རྒྱ་ཡིན།།

བསྐྱེད་སྒྲིང་།

ཚོང་མ་ལས་འཕྲོས་པའི་དོགས་པ།།

རང་སྒོར་རང་ལ་སྒོལ་གྱུར་མིན་ཞེས་པའི་དོན་གང་ཡིན། གང་ཟག་རང་རྒྱུད་ཀྱི་སྒོ་ཡི་དོ་བོ་ཅི་འབྲ་
 ཡིན་གང་ཟག་རང་ཉིད་ཀྱིས་རྟོགས་པའི་དོན་ཡིན་ནམ། རང་གི་སྒོ་ཡིས་ཤེས་བྱའི་གནས་ཚད་རྩི་
 ཅོམ་འཇལ་བ་གང་ཟག་རང་ཉིད་ཀྱིས་རྟོགས་པའི་དོན་ཡིན། དང་པོ་རྣམ་པ་སྐྱེ་རོལ་རྒྱུང་འཕེན་པ་

དང་། དེང་གི་ཚན་རིག་པ་རྣམས་ཀྱིས་སློ་ཡི་ངོ་བོ་ཅི་འདྲ་ཡིན་མིན་ངོས་འཛིན་མ་ཐུབ་པར་ལུས་
ཀྱི་ཆ་ཤས་སམ་སྐད་ཅུ་གཟུགས་ཅན་གྱི་བུས་པ་ཞིག་ལ་ཁས་སྐྱབས་པས་རང་སློ་རང་ལ་སློག་ཏུ་
གྱུར་པ་མཐོང་ཐུབ་སྟེ། གལ་ཏེ་ཁོང་ཚོས་སློ་ཡི་ངོ་བོ་གསལ་རིག་ཅན་དུ་རྟོགས་ན་དེ་ལྟར་དུ་ཁས་
ལེན་དགོས་ཏེ་དགོས་པ་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡང་མེད་པར་ཤེས་བཞིན་དུ་མ་རེད་ཅེས་མི་ལབ་པོ།

ད་དུང་རང་སློ་རང་གིས་རྟོགས་ཞེས་ན་ཅོག་ཇི་ལྟར་འཐེན་ཡང་ཁ་ནང་དུ་སླེབས་ཐབས་མེད་
པས་འདོད་ཚུལ་དང་པོ་མི་འཐད། གཉིས་པ་ལྟར་ན། གང་ཟག་འགའ་ཤས་ལ་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཤེས་
བྱའི་གནས་ཚད་ཅི་ཅམ་ཤེས་པ་རང་ལ་སློག་ཏུ་གྱུར་པ་དེ་འདྲ་མང་པོ་ཡོད་དེ། མི་ཁ་ཤས་ལ་འདོན་
ཐང་དང་ཤེས་ཡོན་ཇི་ཅམ་ཡོད་མེད་ཀྱུན་གྱིས་གསལ་གསལ་ཐེང་ཐེང་ཤེས་ཀྱང་། ད་དུང་ཤེས་
པའས་དང་འདོན་པའས་དང་། ཁོ་རང་ལ་བལྟས་ན་མི་གཞན་རྣམས་པ་སྐྱང་ལྟ་བུའི་སྐྱབས་པ་
ཡིན་ཚུལ་ཤོད་ཅིང་། གལ་ཏེ་ཁོ་རང་གིས་ཤེས་པའི་ཤེས་བྱ་ཐུན་ཚེགས་འགའ་དཔེར་བརྒྱུད་སྟེ་དེ་
ལྟ་བུའི་ཤེས་བྱ་ལ་སློ་གོས་རྒྱས་ཚུལ་སོགས་ངོ་བོ་སྟོན་ཚེགས་གིས་སྤྱད་དུས། ལུང་ཤོབ་འཐེན་ཆེ་
བྲགས་པས་གདོང་པར་ཁ་སྐྱབས་ལྟ་མི་ཚུགས་པར་མིག་སྤྱོགས་གཞན་ལ་བལྟས་ནས་ཉན་དགོས་པ་
དེ་འདྲ་རང་གིས་མི་ཆེད་ནང་དངོས་སུ་མཐོང་སྤྱོད་བ་མ་ཟད། ལུང་པ་ཞིག་ན་བྱད་བཞིན་ཤིན་ཏུ་
མི་མཛེས་པའི་བྱ་མོ་སྟེན་མ་ཞིག་ཡོད།

རོགས་སྐྱ་བུ་མོ་གཞན་རྣམས་ཀྱིས་སྤོང་གི་བྱད་བཞིན་མཛེས་ཚུལ། རྒྱ་སྤོང་དཀྱིལ་ནས་
མི་ཡོད་དོ་ཅོག་གིས་སྤོང་གི་གདོང་ལ་བལྟས་ཏེ་གཡེང་གི་ཡོད་ཚུལ་བཤད་པས་བྱ་མོ་སྟེན་མས་
དེ་ལྟར་ཡིན་སྐྱང་ཤར་ནས་རྒྱ་སྤོང་དཀྱིལ་དུ་རྒྱུ་པའི་འབབ་སྟེགས་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་འཛེགས་ཏེ་རྣམ་
འགྱུར་སྐྱ་ཚོགས་ཀྱིས་རྒྱ་སྤོང་དཀྱིལ་དུ་ལྟ་བུའི་ཡོད་ཚུལ་བཤད་པ་བདེན་ན། རང་གི་བྱད་བཞིན་
ཡག་བཅོག་ཅི་ཡོད་དེ་ཅམ་གྱིས་སློག་ཏུ་གྱུར་མིན་པ་ཤེས་སློ་ལ་བལྟས་ན་མཐོན་སུམ་དུ་རྟོགས་བུས་
ཀྱང་ད་དུང་སློག་ཏུ་གྱུར་པའི་མི་ཡོད་ན། ང་ཚོས་མཐོན་སུམ་དུ་མཐོང་མི་ཐུབ་པ་ཤེས་པ་འམ་
སློ་ལྟ་བུ་སློག་ཏུ་གྱུར་པའི་གང་ཟག་ག་ཚད་དགོས་དགོས་ཡོད་རེད་ཟེ། དེས་ན་རང་སློ་རང་ལ་
སློག་ཏུ་གྱུར་མིན་ཞེས་པའི་དོན་ཅི་ཡིན་ཞེས་པ་འདི་དྲི་བ་གཅིག་ཡིན།

འདུལ་འཇོག།

དེ་བ་དང་པོའི་ལན།

རང་སྐྱོ་རང་ལ་སྐྱོག་ཏུ་མི་གྱུར་ཞེས་པའི་དོན་ནི། རྫོང་གིས་བརྟགས་པ་གཉིས་ཀྱི་ནང་དུ་ལ་
འདུལ་པའི་སྲུང་གསུམ་པ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། འདི་ནི་སྐྱོ་རང་ཉིད་དུས་སུ་རང་ལ་གང་འདོད་ཀྱི་ཡོད་པའམ་
སྐྱོ་རང་ཉིད་ཀྱིས་གང་བསམ་པ་དེ་ཉིད་རང་རྒྱུད་ལ་ལྷན་པའི་གང་ཟག་ལ་སྐྱོག་ཏུ་མ་གྱུར་པའམ་
རང་གིས་ཏ་གོ་བའི་དོན་ནོ། དེ་ལས་གཞན་རྒྱ་མཚན་གང་ཡང་འཚོལ་མི་དགོས་པས་ལན་དེ་ཙམ་
ཀྱིས་འབྲུས་སོ།

བསྟན་སྐྱོད།

ཕར་ཕྱིན་སྐྱབས་འགོ་ལས་འགོས་པའི་དོགས་པ།

དོགས་པ་འདི་གཞན་གྱིས་ང་ལ་དེས་ཀྱང་ངས་ལན་མ་ཐེབས་པ་ཞིག་རེད། སྐྱབས་འགོའི་
བསྐྱབ་བྱའི་ཕན་ཡོན་བརྒྱད་ཀྱི་སྐབས་སུ་མི་དང་མི་མ་ཡིན་གྱི་གཞོན་པས་མི་རྒྱལ་པ་དང་།
ཚད་ལྡན་གཞུང་གཞན་ལས་ཀྱང་མེས་མི་འཚོག་པ་དང་། རྒྱ་ཡིས་མི་འབྲེར་བ་གསུངས་པའི་དོན་
གང་ཡིན། གཤམ་ཏེ་མི་དང་མི་མ་ཡིན་གྱི་གཞོན་པས་མི་རྒྱལ་གསུངས་པའི་དོན་མི་དང་མི་མ་ཡིན་
གཉིས་ཀས་གཞོན་པ་བསྐྱུལ་མི་སྲུབ་པའི་དོན་ཨེ་ཡིན། ཡིན་ན་རེག་གནས་གསར་བརྗེའི་སྐབས་
སུ་སྐྱོ་མ་སྐྱེས་ཆེན་དམ་པ། དེས་དོན་གྱི་དགོ་བཤེས་ཚད་ལྡན། ཉམས་ཉོགས་ཅན་གྱི་མཁན་པོ་
སོགས་མང་པོ་ཞིག་རྒྱ་དམག་གི་མཚོན་གྱིས་བསྐོངས་པ་དང་། ཡང་ན་བཙོན་དོད་དུ་མཐར་གཅོད་
ཀྱིས་གྲོངས་པ་དེ་དག་མི་ཡིས་གཞོན་པ་བསྐྱུལ་བའི་ཁོངས་སུ་འགོ་བ་མ་ཡིན་ནམ།

སྤར་དཔལ་རྒྱ་ལེ་རྒྱའི་དགོན་པ་སུ་སྟེགས་པས་མེར་སྲེག་དུས་དགོན་པའི་ནང་སྐྱབས་འགོ་
ཚད་ལྡན་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པའི་དགོ་སྐྱོང་རྣམ་དག་མང་པོ་ཡོད་པ་ཚོད་དཔགས་སྲུབ་ཀྱང་། མེས་མ་
ཚོག་ལྟག་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱང་མེད་པས་སྐྱབས་འགོའི་ཕན་ཡོན་དེ་སྤར་གསུངས་པའི་དོན་གང་ཡིན་
ཟེད། འདི་སེམས་ལ་རྣམ་འགྲེལ་དང་དབུ་མ་སོགས་གཞུང་ཚད་ལྡན་ཀུན་ལས་སྐྱབས་འགོ་རྒྱུད་
ལ་ཡོད་ཀྱང་། རང་གི་སྲུང་པོ་སྐྱུག་བདེན་ཡིན་ན་མེར་བསྲེག་ན་འཚོག་ཏུ་རུང་བ་དང་། རྒྱས་

འཁྲུང་རུང་བ་སོགས་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱུན་ཅི་འདྲ་ཞིག་འཕྲད་ན་སྐྱུག་བསྐྱེད་གསུམ་ཀས་མཐར་དུ་
རུང་བ་དང་། དབུ་མའི་སྐྱབས་ཐོ་རྒྱན་འཕྲུལ་འཁོར་དང་དཔེར་སྐྱུར་ནས་བཤའ་དུས་གང་ལ་སྐྱུག་
ན་གཙོག་ཏུ་རུང་བ་སོགས་གསོན་རྒྱུན་ཉུང་ཞིང་འཆི་རྒྱུན་མང་བའི་སྐྱོར་མིག་མཐོང་ལག་ཟེན་ར་
འཕྲོད་དུ་ཡོད་པ་གསུངས་པ་དེ་དག་ཡིད་ལ་འཁོར་ནས་སྐྱོ་ཡིད་ཆེམ་པའི་ལན་ཞིག་འདེབས་རྒྱུ་མ་
ཉེད་པ་ལུས་སོང་། དེར་བརྟེན་སྐྱབས་འགོའི་པན་ཡོན་བརྒྱུད་ཀྱི་སྐྱབས་སུ་མི་དང་མི་མ་ཡིན་གྱི་
གཞོན་པས་མི་རྒྱུགས་པ་དང་། མེས་མི་འཆིག་གསུངས་པའི་དགོངས་གཞི་གང་ལ་གནས་པ་
རེད་ཅེས་པ་འདི་དྲི་བ་གཉིས་པ་ཡིན།

འདུལ་འཛོལ།

དྲི་བ་གཉིས་པའི་ལན།

འདི་ལྟ་བུའི་ཚོས་སྐྱོར་ལ་དེས་ཤེས་ནལ་མ་ཞིག་འཕྲོངས་པར་འདོད་ན་རྒྱལ་བའི་བསྐྱེད་པ་རིན་
པོ་ཆེ་ལ་མི་སྲུང་བའི་དང་བས་ཀྱུན་ནས་བསྐྱེད་ཏེ། ཐོས་པ་དང་སྲོང་བ་མཉམ་དེལ་གྱིས་ངལ་
བ་བསྐྱེད་པ་དག་ལ་འབྲུང་གི་རྟོག་གཤེད་རིགས་ལས་ཅམ་གྱིས་ཁྱད་པར་འབྱེད་སྐབས་དཀའ་བར་
སྐྱང་མོད། དངོས་གཞིའི་ལན་ཞིག་བཏབ་ན། མེ་ཇི་ཅམ་རྒྱུང་ཡང་བྱུད་ཤིང་རེ་བསྐྱེད་པའི་རྒྱས་
པ་ཡོད་ཀྱང་། ལྷོ་བས་ལྡན་གྱི་བརྒྱན་དང་ཕྲད་ན་བསྐྱེད་མི་རྒྱས་པ་བཞིན་དུ་རྣམ་པར་དག་པའི་
སྐྱབས་འགོ་ལ་རི་སྐྱད་བཤའ་བའི་ཡོན་ཏན་དེ་དག་ལྡན་ཡང་། གཤམ་བྱེད་ཀྱི་འགལ་རྒྱུན་སྐྱབས་
ཆེན་དང་ཕྲད་ན་རྒྱུ་རྒྱུན་གང་སྐྱབས་ཆེ་བ་དེ་ལ་རག་ལས་པ་དངོས་པོ་ཚོས་ཉིད་གྱིས་རིགས་པས་
བྱུང་བོ། འོན་ཏེ་བདག་འདྲའི་རྟོག་གཤེད་རྣམས་ལ་སྐྱབས་འགོ་རྣམས་དག་རྒྱུད་ལ་ལྡན་པ་དཀའ་
བས། ཟབ་ཟབ་མོའི་ཚོས་རྒྱལ་རྣམས་རེ་ཞིག་བཞག་ནས་ཐོག་མར་རྒྱལ་བའི་ཚོས་སྐྱོར་ལ་དང་
པས་འཇུག་པ་ལ་འབད་བ་རིགས་སོ།།

བསྐྱེད་སྐྱོང་།

དབུ་མ་ལས་འགོས་པའི་དོགས་པ།

ཡལ་ག་ལོ་འདབ་དང་ལྡན་པ་གཅིག་ལ་སྐྱད་རིགས་མི་འདྲ་བའི་དབང་གིས་ཡུལ་གཅིག་གིས་ཤིང་།

དང་། དུལ་གཅིག་གིས་ཁང་གིས་ཞེས་པའི་ཐ་སྐྱད་མི་མཐུན་པ་གཉིས་སྐྱོར་གྱི་ཡོད་པ་གཞུང་ན་
 གསལ་བ་ལྟར་དེང་སང་འཛམ་གླིང་རྒྱུ་དུ་སོང་བས་ཀྱང་ཤེས་ལ། དུལ་དེ་གཉིས་ཀྱི་ཐ་སྐྱད་གང་
 ཚད་མར་འཛིན་དགོས་ཞེས་དགེ་བཤེས་རྒྱན་རབས་ཤིག་ལ་དྲིས་པ་ཡིན། ཁོང་གིས་ཐ་སྐྱད་
 དེ་གཉིས་ཀ་ཚད་མར་འཛིན་དགོས། གལ་ཏེ་ཁྱེད་རང་ལུང་བ་དེར་སླེབས་ན་ཁང་གིས་ཁྱེད་ཤོག་
 ལོ་བས་དང་ཁོང་ཚོས་ཤིང་འབྱེད་ཡོད་གི་རེད་དེ། ང་ཚོས་ཤིང་ཞེས་པའི་ཐ་སྐྱད་སྐྱར་སའི་དུལ་
 དང་ཁོང་ཚོས་ཁང་གིས་ཞེས་པའི་ཐ་སྐྱད་སྐྱར་ས་གཞི་གཅིག་ཡིན་པ་གཉིས་ཀ་ལ་མཐུན་སྐྱར་གྲུབ་
 བས་ཐ་སྐྱད་ཚད་གྲུབ་ཉམས་པའི་སྐྱོན་མེད་དེ། དཔེར་ན་ཉི་ཉོང་གི་སྐད་ལ་གནས་སྐྱེ་ལ་མིག་ཟེར་
 གྱི་ཡོད། ཡིན་ན་ཡང་ང་ཚོས་མིག་ཅེས་འབོད་སའི་གཞི་དེ་ལ་ཟེར་བ་མིན་པ་དེ་འབྲམ་མང་པོ་ཡོད་
 གསུངས་པ་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་དང་མཐུན་པའི་དོན་དམ་པའི་རིགས་སྐྱེའི་ལན་ཞིག་ཡིན་པ་
 འཁུམས། འོན་ཏེ་ང་ཚོས་མཚན་མཚོན་རྣམས་བཞག་ཐམས་ཅད་མོད་སྐད་གཞིར་བརྒྱུད་ནས་བཞག་
 བས་ཤིང་ཡལ་ག་ལོ་འདབ་དང་ལྡན་པ་དེ་ཁང་གིས་ཡིན་ཞེས་ཁས་ལེན་དགོས་ན། ཡལ་ག་
 ལོ་འདབ་ལྡན་པ་དང་ཤིང་གཉིས་ཁྲུབ་པ་སློབ་བརྒྱུད་དུ་མ་དེས་པའི་སྐྱོན་དུ་འགྱུར་བས་སྐྱོན་སྐྱོང་གི་
 ལན་གང་ཞིག་འདེབས་ཞེས་པ་འདི་དྲི་བ་གསུམ་པ་ཡིན།

འདུལ་འཛིན།

དྲི་བ་གསུམ་པའི་ལན།

མཚན་མཚོན་གྱི་ཁྲུབ་པ་སློབ་བརྒྱུད་གསུངས་པ་ཞི་སྐབས་དང་དུས་ལ་སྟོས་ནས་ཐར་འདོད་
 རྣམས་ཀྱིས་ཚིག་དོན་ཁོག་ཏུ་རྒྱུད་པའི་ཐབས་ཅིམ་ལས་དུས་གསུམ་དུ་འགྱུར་བ་མེད་པ་ཉག་ཉག་
 བརྟན་བརྟན་བྱས་པ་ཞིག་མ་ཡིན་ནོ། ལུང་བ་མི་གཅིག་པའི་དབང་གིས་གཞི་ཡལ་ག་ལོ་འདབ་
 ལྡན་པ་ལ་སྐྱོན་ཤིང་དང་། ཁང་གིས་ཞེས་པའི་ཐ་སྐྱད་མི་འབྲམ་བ་གཉིས་འདོགས་ཀྱི་ཡོད་ཐ་སྐྱད་དེ་
 གཉིས་བཏགས་པ་ནས་བརྒྱུད་སྐྱོན་ཤིང་དང་ཁང་གིས་གཞི་མཐུན་དུ་འགྱུར་བ་ཞི་འདོད་པ་ཁོ་རྣམས་
 ཞེས་རིགས་པ་སྐྱེ་བ་རྣམས་ཀྱིས་ལན་དེ་ལྟར་འདེབས་པར་བྱེད། དེ་ལྟར་ན་ཉག་པ་དང་དངོས་
 པོའི་གཞི་མཐུན་དུ་འགྱུར་བ་དང་ཀ་བྱུང་སོགས་ཐ་སྐྱད་ཐམས་ཅད་པན་རྒྱུན་འཚོལ་བར་འགྱུར་རོ་
 ལྷོས་ན། དེ་སྐད་སྐྱེ་བ་དག་གིས་ཐ་སྐྱད་ཚད་གྲུབ་ཀྱི་དོན་སློབ་དུ་གཏོང་ཚུགས་པ་ཞིག་མ་ཤིང་།

བའི་གཏམ་ཡིན་ཏེ། ཁང་བྱིམ་སོགས་ཐ་སྙད་སྐྱར་སའི་གཞི་ཡལ་ག་ལོ་འདབ་དང་ལྡན་པ་དེ་ཉིད་
ལ་ཐ་སྙད་པའི་སྒྲོས་དམིགས་པ་བཞིན་དུ་དོན་ལ་ཡང་ཡོད་པ་ལྟར་དུ་ཁས་སྲུང་དུ་བུང་བ་ནི་ཐ་སྙད་
ཚད་གྲུབ་ཀྱི་དོན་ཡིན་ལོ། ཐ་སྙད་གཅིག་ཁོ་ན་གཏན་ཁེལ་བྱས་ནས་དེ་ལས་གཞན་ཐ་སྙད་ཅི་ཡང་
གདགས་མི་ཚོག་པ་ནི་ཐ་སྙད་ཚད་གྲུབ་ཀྱི་དོན་མིན་ལོ།

བསྟན་སྐྱོང་།

འདུལ་བ་ལས་འཕྲོས་པའི་དོགས་པ།

ཉེས་བྱས་སྤོ་མོ་ཅམ་གྱིས་རྒྱལ་ཆེན་རིགས་བཞིའི་ཆེ་ཆད་དང་མཉམ་པ་དཔྱལ་བར་སྐྱེ་བ་ལེན་
དགོས་གསུངས་པའི་དོན་གང་ཡིན། ཉེས་བྱས་སྤོ་མོ་ནི་ཉེས་པ་རྒྱུ་རྒྱུ་མིག་ལྟ་སྟངས་ལོར་བ་དང་
ཤམ་ཐབས་གྱོན་སྟངས་ལོར་བ་ལྟར་བཟེད་འཇུག་སྟངས་ལོར་བ་ཅམ་རེད། རྒྱལ་ཆེན་རིགས་བཞིའི་
ཆེ་ཆད་མི་ལོར་བསྐྱར་ན་མི་ལོ་སྟོང་སྟེང་ཅམ་དང་། བྱི་འབྲུམ་དང་། ས་ཡ་ཅམ་ཡང་མིན་པ་
མི་ལོ་དུང་ལྷུར་མང་པོ་ལོན་འགྲོ་བ་ལམ་རིམ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་རེད། ཉེས་པ་རྒྱུ་རྒྱུ་མིག་
ལྟ་སྟངས་ལོར་བ་དང་ཤམ་ཐབས་གྱོན་སྟངས་ལོར་བ་ཅམ་གྱིས་ཉེས་ཆད་དམ་ཅམ་སྤྲོད་འབྲས་བུ་
སྤྱུག་བསྐྱལ་མི་ལོ་དུང་ལྷུར་མང་པོར་མེ་ནང་སྟོད་དགོས་པ། རལ་གྱི་ལོ་མ་དང་། མཚོན་
ཆ་ཁ་གྲུན་དུ་གཞེངས་པའི་ཆལ་དུ་གཅེར་བུའི་ལུས་གྱིས་ཡར་གཤམ་མར་གཤམ་གསུང་བྱེད་དགོས་
པ་སོགས་བསམས་ན་སྟེང་རྒྱུ་རྒྱུ་དགོས་པའི་སྤྱུག་བསྐྱལ་དེ་འབྲས་བུ་དགོས་དོན་ཅི་ཡིན་ན།
རྒྱ་ཉེས་པ་དེ་དང་འབྲས་བུ་སྤྱུག་བསྐྱལ་གཉིས་པོ་སྟེ་ཡང་སྲང་ལ་བཅལ་ན་རི་རབ་དང་རྩལ་སྤོ་
སྲང་ལ་འདེགས་པ་ལྟ་བུར་སྟེ་ཡང་གི་ཁྱད་པར་ཡོད་ཆོད་རེད། ལས་འབྲས་ལ་སྐྱེ་ཉལ་གཅིག་ལ་
ཆ་ཤས་བརྒྱུར་བྱས་ནའང་ཆ་ཅམ་ལ་གཡོ་བ་མེད་པ་དངོས་པོའི་གཤིས་ལུགས་ཀྱི་རིགས་པ་བཅོན་
པོས་བསྐྱབས་པ་ལ་ནང་འགལ་འདི་རྗེ་ལྟར་སྟོང་། རིགས་པའི་མཆེད་གོགས་ཁ་ཤས་ཀྱིས་ཟེར་
ན་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ནས་གསུངས་པ་ལྟར་ལས་འབེལ་ཆེ་བའི་སྟོབས་ཀྱིས་དང་པོའི་ཉེས་པ་དེ་ཅམ་
སྟེ་མོ་ཞིག་མིན་ཡང་། རིམ་བས་འཕེལ་ཏེ་མཐར་ཉེས་པ་ཤིན་ཏུ་སྟེ་མོར་གྱུར་པས་རྣམ་སྤྲོད་དེ་ལྟ་
བུ་འཕེན་བྱུང་བ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་པ་རེད་ཟེར། འོ་ན་ཉེས་བྱས་སྤོ་མོ་བྱས་པའི་ཉེས་པ་ལ་དེ་ཅམ་འཕེལ་
ཁ་ཡོད་ན། སྐྱར་པའི་ཕན་ཡོན་གྱི་དགོ་བ་དེ་ཡང་དེའི་ཆོད་ཅམ་རིམ་གྱིས་འཕེལ་ཚོག་པ་མགོ་

མཚུངས་ཀྱི་རིགས་པས་ཤེས་ལ། སྤང་བའི་དགོ་བ་དེས་ཀྱང་རྒྱལ་ཆེན་རིགས་བཞིའི་ཆེ་ཆོད་
མཉམ་པ་བདེ་འགྲོར་སྐྱེ་ཞེ་སྤྱབ་ཅེས་པ་འདི་བྱི་བ་བཞི་བ་ཡིན།

འདུལ་འཛིན།
དྲི་བ་བཞི་པའི་ལན།

ཀུན་སྒྲོང་ཉོན་མོངས་པ་དང་མ་འབྲེས་པར་ཤམ་ཐབས་གྱོན་སྤངས་འོར་བ་ལྷ་བུའི་ཉེས་བྱས་
སྤ་མོ་ནི། བཅས་རྒྱུད་གི་ལྷུང་བ་ཙམ་ཞིག་ཡིན་པས་ཉེས་བྱས་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ངན་འགྲོར་འཕེན་པ་
གཞུང་གང་ལས་གསུངས་པ་མ་མཐོང་ཞིང་། རིགས་པས་ཀྱང་བསྐྱབ་སྤྱབ་པར་དཀའ་བས། གལ་
སྲིད་ཁྱོད་ཀྱིས་ལུང་འདི་དང་འདི་ལས་གསུངས་ཞེས་པ་ཞིག་མཇུག་མོས་སྒྲོན་རྒྱ་ཡོད་ན། དེ་
དུས་རྗེས་ལྷུང་གི་འབག་འཆམ་དཔེ་ལྷུང་ཁྱོད་ལ་འོས་འཆོམས་ཀྱི་ལན་ཞིག་གདབ་རྒྱུའི་སྒོ་བས་
པ་བདག་ལ་ཡོད། དེ་མིན་སྤྲིག་པ་མི་དགོ་བ་ནི་རྗེ་ཙམ་སྤྱི་ཡང་གཉེན་པོས་འཕེལ་ཁ་མ་བཅད་
ན་སྤྱི་རོལ་དངོས་པོ་ཀུན་ལ་འཕེལ་ཁ་ཡོད་པ་ལྷུང་ལས་ཀྱང་འཕེལ་ཆེ་བས་རིགས་པས་སྤྱབ་པས་
ནས་ཞིག་གི་ཆེ་ན་ངན་འགྲོར་འཕེན་པ་ཆོགས་མེད་པ་རིགས་པས་སྤྱབ་ལ། དེ་བཞིན་དུ་དགོ་བ་
ཡང་འཛོམས་བྱེད་ཀྱི་འགལ་རྒྱུན་དང་མ་སྤང་ན་སྤྱང་གི་དགོ་བ་དེས་ཀྱང་བདེ་འགྲོ་བརྒྱ་ཕྱག་ཏུ་སྐྱེ་
བ་འཕེན་སྤྱབ་པ་ནི་འདོད་པ་ཁོ་ནའོ། འོ་ན་དགོ་བ་སྤ་མོ་ནི་དེ་དེའི་རྣམ་པས་བདེ་འགྲོའི་སྐྱེ་བ་བརྒྱ་
ཕྱག་འཕེན་སྤྱབ་ཀྱང་ངན་འགྲོ་ལས་བདེ་འགྲོ་ཉུང་བ་རི་ལྷུང་ཡིན་ཞེ་ན། དགོ་བ་འཛོམས་བྱེད་ཁོང་
ཁོ་དང་། ལོག་ལྷ། ཆོས་སྒྲོང་གི་ལས། བྱིམ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པ་སོགས་དུ་མ་ཞིག་གསུངས་
པས། ཉོན་མོངས་དེ་དག་ཀྱང་ང་ཚོའི་རྒྱུད་ལ་རང་གི་ངང་གིས་འབྱུང་གི་ཡོད་པ། རང་གིས་མིག་
བཅུམས་ཏེ་ཁ་ནང་དུ་སྤྱོད་ཏེ་བསམ་མཐོ་ཞིག་བཏང་ན་ཤེས་པར་འགྱུར་གྱི། རྟོག་གའི་སྤྱོད་པས་
ཀྱིས་སྤྱི་རོལ་ནས་རྒྱ་མཚོན་གཞན་ཞིག་འཚོལ་དུ་འགྲོ་མི་དགོས་སོ། འོ་ན་ཀྱང་སྤྱི་བའི་ཞབས་ཀྱིས་
འཇུག་པ་ལས། ལས་འབྲས་རྣམས་ལ་སེམས་བའང་དགག་པར་བྱེད། ཅེས་གསུངས་པ་ལྷུང་ལས་
འབྲས་སྤ་མོའི་འབྲེལ་བ་ནི་རྟོག་གའི་སྤོས་རི་ལྷ་བ་བཞིན་བསམ་དུ་མེད་པར་གསུངས་པ་དང་ཆོད་
ལྷན་གཞུང་གཞན་ལས་ཀྱང་ཡང་ནས་ཡང་དུ་གསུངས་པས་ལས་འབྲས་སྤ་མོའི་བྱུང་པར་དེ་ཞིག་
བཞག་ནས་རང་སྤོས་སྤྱོད་པས་ཆོད་དང་འཚོམས་པར་དཔེ་འགྲོར་དོན་ཡོད་པའི་བྱ་བའི་ཆེད་དུ་ཚུམ་
པར་རིགས་སོ།

བཟླ་སྐྱོད་།

སྐྱུ་སྐྱུ་བ།

མཚུགས་སྐྱོ་སྐྱེག་པ་ཅམ་གྱི་བྱུང་ཚེས་ལ་བསམས་ན།།
དུག་ཅན་ཟས་གྱིས་འཚོ་བའི་མ་བྱ་དེ་མཛེས་སོང་།།
གཤོག་ལེབ་འབྱར་ཚད་ཐམས་ཅད་ནམ་མཁའ་ལ་འཕྱར་དུས།།
སྐྱོ་ལྷལ་མཛེས་ལ་ཆགས་བས་སྐྱོད་པ་འདིས་ཅི་བན།།

འདུལ་འཛིན།

སྐྱུ་སྐྱུ་བ།

དེའི་ཕྱིར་རང་གཞན་འཕྱང་བའི་ལས་སྐྱོར་གྱི་སྐོབ་དཔོན།།
གྲེལ་གྲེལ་འཚུབ་འཚུབ་མ་གནང་ག་ལེར་གྱི་འབེལ་གཏམ།།
རྒྱུང་རིང་ཅང་ཤེས་ཏེ་ཤེའི་བང་ལྷགས་དང་འགྲན་ནས།།
སྐྱུ་བའི་བདུད་ཅིའི་མཁན་པོ་ན་ཚུང་ངས་སྐྱུ་གཞོག།

ཡབ་མེས་ཤུག་རྩལ་གཅིག་པའི་རང་རིགས་གྱི་སྐྱུ་མཛེད།།
ང་ཚོ་དེས་སྐྱུ་བཅད་པའི་སྤང་ཞུགས་གྱིས་ཅི་བྱེད།།
ཚང་ཚིང་ཅ་ཅོས་དཔེན་པའི་སྤང་སྤོངས་གྱི་ས་གཞིར།།
ཐོལ་མེད་བཅེ་བའི་འབེལ་གཏམ་ལྷགས་པོ་རུ་གནང་ཚོག།

བཟང་ངན་རིགས་བས་འབྱེད་པའི་རིང་ལྷགས་བ།།
རབ་འབྱམས་གཞུང་ལྷགས་མཐོང་ལ་ངོམས་བ་མེད།།
མཁས་གྲུབ་བྱེ་བ་བཟོད་པའི་ལམ་བསྟེགས་བ།།
དམ་པའི་བཀའ་བྱིན་བསམ་ཤེས་འདུལ་མིང་བས།།

མདོག་ངན་གྱི་ལྟ་ས།

ཞོགས་ཤིང་གྱིས་བརྩམས། ནགས་ཤོད་སང་མིས་བསྐྱུར།

གཅིག

ཁ་རྒྱུན་དུ། ལྟ་ས་ནི་ལྟ་ཚོགས་འཁོར་སའི་གནས་མཚོག་རེད་ཟེར།

ཁ་རྒྱུན་དུ། ལྟ་ས་ནི་ལྟ་ཡུལ་དང་ཆེས་ཁ་ཐག་ཉེ་བའི་གནས་མཁའ་རེད་ཟེར།

ཁ་རྒྱུན་དུ། ལྟ་ས་ནི་མི་ཡུལ་གྱི་བཟུང་གིས་དགའ་ཚེས་རེད་ཟེར།

ཁ་རྒྱུན་དུ། ལྟ་ས་ནི་འཕགས་མཚོག་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་རེད་ཟེར།

ད་དུང་། ལྟ་ས་ནི་གངས་མེད་ཚོས་སྤྱང་གི་བཞུགས་གནས་ཀྱང་རེད་ཟེར།

གཉིས།

འོ་ནའང་། མིག་མཐུན་དུ་ཡོད་པའི་ལྟ་ས་འདི་དེ་ལྟ་ཞེ་རེད།

ང་ཚོའི་ལྟ་ས་འདི་དེ་ལྟ་ཞེ་རེད།

དོན་དངོས་ཀྱི་ལྟ་ས་འདི་དོ་མ་དེ་ལྟར་བརྗོད་ཆགས་པ་ཞིག་ཞེ་རེད།

ད་ལྟའི་ལྟ་ས་འདི་དངོས་གནས་དེ་འདྲའི་མཚར་སྤྲུག་ཡིད་འོང་ཞིག་ཞེ་རེད།

གསུམ་ས།

ལྟ་སའི་རྩ་ཐོག་རེ་རེ་དང་ཤིང་སྐར་རེ་རེ།

ལྟ་སའི་མཐུན་རྒྱུ་ཡོད་ཚད།

ཅི་འདྲའི་རྒྱས་མངའ་ཡོད་པའི་ངས།

རིང་ནས་སྒྲོན་པ་ཤོར་བའི་ངས།

ཡིད་འོང་གི་ལྟ་སའི་ཞལ་རས་ཤིག་གཏན་ནས་མཇལ་མ་སོང་།

ཐ་ན་སྐར་ཆ་གཅིག་གི་ཡུན་དུའང་མཇུག་མ་སོང་།
ངས་ལྷ་སའི་གྲུ་ཁ་རེ་རེ་བཞིན་ཉུལ་མོད།
སྲང་ལམ་གང་སར་ཆང་ཁང་དང་སྤྲད་འཚོང་ཁང་གཉེར་བ་ཅམ་ལས།
རྒྱ་ལམ་ཡོད་ཚད་སྤྲད་པོ་དང་འབྲུམ་ཉུལ་བའི་ཚོགས་ལས།
བར་སྐོར་གྱི་སྐོར་ར་བ་དང་རྒྱན་གོས་ཉེན་ཉོག་བ་དག་ལས།
གཙུག་ལག་ཁང་གི་སྤོངས་རྒྱ་བ་དང་ལས་མེད་བ་ཚོ་ལྟུང་།

ད་དུང་བ་སྐྱ་གཟེང་བྱེད་ཀྱི་རྣམ་པ་དང་།
སྤྱོད་གཏུང་གིས་གཟེར་དགོས་པའི་བྱ་བྱེད་ཅམ་ལས།
བསྐྱབས་འོས་བསྐྱོད་འོས་ཀྱི་ས་གནས་ཤིག་ལར་ནས་མཐོང་མེད་ལ།
སྤྱིང་འཇགས་བདེ་སྤྱིད་ཀྱི་ཚོར་སྣང་ཞིག་དེ་བས་རྙེད་མེད།
བཞི།

ལྷ་འགོད།

སྤྱ་གུས་ཚེ་སྤྲ་མ་བྲན་བ།།

(Children's Memories of Previous lives)

སྐྱུར་ཚོམ། དར་སྤེ་བྲད་པོ།

འཛོན་(John)ཞེས་པའི་མི་འདི་ཨ་རི་ནི་ལུ་ཡོག་གོང་ཁྱིམ་གྱི་སྐོར་སྤྲད་དམག་མི་ཡིན་
ཞིང་། ཕྱི་ལོ་༡༩༥༩་ལོར་ཉིན་ཞིག་གི་མཚན་མོ་ལས་མཚམས་བཞག་ནས་ནང་ལ་ལོག་སྐབས་
ལམ་བར་ནས་སྤོག་ཆས་ཚོང་ཁང་ཞིག་ལ་བསྐྱོད། སྤོ་སྤྲད་དུ་ཇག་པ་གཉིས་ཀྱིས་མེ་མདའ་ཁོང་

ལ་གཏང་ཡོད་པ་མཐོང་། དེ་མ་ཐག་ཁོང་གིས་སྤང་མདའ་ཕྱིར་བཏོན་ཏེ་གདོང་ལེན་སྐབས། རྒྱུ་
 ལོགས་ཚོང་ཁྲིའི་འགྲམ་ནས་ཇག་པ་གཞན་ཞིག་གིས་ཁོང་ལ་མེ་མདའ་འཕངས་པས། ཁོང་གིས་
 རྒྱུ་ལོགས་ཇག་པ་ལ་ཚོལ་ལན་སློབ་ཅིས་ཀྱིས་རྒྱུ་ཏུ་ཁ་སྐོར་སྤུང་ཅམ་ནས་སར་འགྲེལ། ཡང་
 བསྐྱར་ཡང་ལང་ཞེ་སྤུང་བལྟས་པས་ཇག་པ་ཚོས་མདའ་ཏུ་བ་བརྒྱབ་ནས་ཡ་ལན་སློབ་སྤྱད་མེད་
 པར་གྱུར། ཁོང་གི་ལུས་ལ་མེ་མདའ་ཏུ་ག་ཅམ་ཐེབས་ཤིང་མདའ་གཅིག་ཁོང་གི་རྒྱུ་ལོགས་
 ཀྱི་གཡས་སྤོགས་ལ་ཐེབས་ཏེ་སློབ་གཡས་པ་མས་པ་དང་། མདའ་གཅིག་གཡོན་སྤོགས་ནས་
 རྒྱུགས་ཏེ་སྤྱིང་གི་ཁྲག་ཅ་བཅད་ཀྱང་ཁ་སྤུག་དེར་མ་ཤི་བས་སྤོན་ཁང་ལ་བསྐྱལ་ཡང་རིང་པོར་མ་
 ལོན་པར་ཚེ་ལས་འདས། ཚེ་ལས་འདུལ་འབྲེལ་འདྲིས་ཤིན་ཏུ་ཚེ་བའི་བྲིས་མཚེས་མི་ཚང་
 ཞིག་ཡོད་པས་ཁོང་གི་ཤིན་ཏུ་བཅེ་བའི་བྱ་མོ་ཤོ་རེན་(Doreen)ལ་དཀའ་ངལ་ཅི་ཞིག་འཕྲད་ན་
 བྱིད་ཚོས་བལྟ་ཏོག་བྱ་རོགས་ཞེས་ནན་ཏན་གྱིས་ཁ་ཚེམས་བཞག །

དེ་ནས་ལོ་ངོ་ལྔ་ཡི་རྗེས་སུ་བྱ་མོ་ཤོ་རེན་གྱིས་མེལ་ལམ་(Willam)ཞེས་པའི་བྱ་ཞིག་
 བཅས། མེལ་ལམ་སྤྱིས་མ་ཐག་ནས་མཚམས་རེར་དྲན་མེད་ཏུ་རྒྱུ་འགྲོ་བས་ཨ་མས་སྤོན་ཁང་ཏུ་
 བསྐྱེན་པས་སྤོན་པས་སྤྱི་བ་སྤྱི་མ་འདྲོན་ལ་མས་སྤོན་རི་ལྟར་བྱང་བ་བཞིན་སློབ་གཡས་པ་ལ་སྤོན་
 ཚ་ཡོད་པ་མ་ཟད། སྤྱིང་གི་ཁྲག་ཅ་གཡོན་པ་ལ་སྤོན་ཚ་ཡོད་པ་རོས་འདྲོན་སྤུང་སྤྱི། སྤོན་རྒྱུན་
 ཚད་མེད་པར་བསྐྱེན་ཏུ་བཅུག་པས་ན་ཚ་ཏུང་བད་བྲག་ཏུ་བྱིན། དེ་ནས་མེལ་ལམ་རིམ་པས་ན་ཚོང་
 སྤོན་ཏེ་དག་བཏོལ་སྤུང་བ་ཅམ་ནས་རང་གི་སློབ་པོ་ལགས་ཀྱི་མི་ཚེའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་འགོ་ཚུགས། ལོ་
 གསུམ་གྱི་སྐབས་ཉིན་ཞིག་ལ་ཨ་མས་མེལ་ལམ་སློབ་སྤྱིང་གི་ཚེད་ཏུ་ལས་ཀ་ཅག་ཅིག་བྱིད་བཞིན་
 པའི་སྐབས་སུ་སྤྱི་གྲུས་རང་གི་སློབ་པོ་ལགས་ཀྱི་མི་ཚེའི་སློབ་མང་དག་ཅིག་བཞག།

ཨ་མར་རང་གི་བ་ཡི་སྤྱི་བ་བྱི་མ་ལ་དོགས་པ་སྤྱི་ཅམ་ཡང་མེད་སྟབས། “མེལ་ལམ་ཁ་བཅུམས་
 བས་སྤོད་མ་གཏོགས་ཨོང་ལྷག་གཞུ་གི་ཡིན་”ཞེས་བཞག། མེལ་ལམ་གྱིས་”མ་མ་ཁྲིད་རྒྱུང་
 རྒྱུང་སྐབས་སུ་ཁྲིད་ཀྱི་ཨ་མ་ཡིན། དེ་ཏུས་ཁྲིད་ཀྱིས་སྤོད་དན་ཅི་ཅམ་བྱས་ཀྱང་ངས་ཅ་བ་ནས་
 ཏུང་མྱོང་མེད་”ཅེས་བཞག། མེལ་ལམ་གྱིས་ཁོང་གི་སློབ་པོ་ལགས་ཀྱི་མི་ཚེའི་སློབ་མང་པོ་བཞག་
 ཏུས་ཨ་མ་ཡང་དར་ཅིག་ལ་ཏུང་གྱིས་གཡེངས་ཏེ་རང་གི་ཨ་མ་སློབ་ཏུ་བྱིས་ལ་སྤྱི་བས་པའི་ཚོར་

སྤང་ཞིག་ཀྱང་སྐྱེས། མེལ་ལམ་གྱིས་ཁོ་རང་གི་སྒོ་བོ་ལགས་ཀྱི་མི་ཚའི་བྱང་རིམ་དང་། རྒོ་བོ་ལ་སྒོ་བོ་ལྷུང་བའི་འཆི་སྐྱེན་བཅས་སྤང་མོལ་བྱས་ཏེ་ཁོང་གིས་ཆེ་སྤྱི་མར་མི་རྒྱུ་ལགས་ཀྱིས་མེ་མདའ་བརྒྱབ་པའི་སྐྱེན་རྒྱུ་ལོག་ཏུ་བསྐྱོད་ས་ཚུལ་དང་། དེ་མིན་དེ་བ་མང་སོ་བཞོན་རེས་བྱས། དེ་ནས་ཉིན་ལས་ཇེས་སུ་མེལ་ལམ་གྱིས་”སྒོན་མ་ང་ཨ་པ་ཡིན་པའི་སྐྱབས་སུ་ང་ཚོའི་ཞི་མིའི་མིང་ལ་ཅེ་ཟེར་”ཞེས་དྲིས། ཨ་མས་”ཁྱོད་ཀྱིས་མེ་ཞིག་(Maniac)ལ་ཟེར་གྱི་ཡོད་དམ་”ཞེས་དྲིས། མེལ་ལམ་གྱིས་”མ་རེད་དེ་མ་རེད་”ཅེས་བཤད། ཨ་མས་”གཞན་དག་ཞི་མི་དཀར་པོ་རྩོ་སི་ཁོ་ན་(Boston)ཟེར་གྱི་ཡོད་དམ་” ཞེས་དྲིས། མེལ་ལམ་གྱིས་”ངས་སྒོན་མར་རྩོ་སི་རྩོ་སི་(boss) ཞེས་འབོད་གྱི་ཡོད་པ་དེ་རེད་” ཅེས་བཤད་པས། ཨ་མ་རང་གི་ཨ་པས་རྩོ་སི་ཁོ་ན་ལ་རྩོ་སི་རྩོ་སི་ཞེས་འབོད་གྱི་ཡོད་པ་ལྟར་ངེར་བྱ་བ་བཅས། །མི་ཚང་དེ་ལ་ཞི་མི་གཉིས་ཡོད་ཅིང་མི་ཞིག་ཞི་པ་གཞན་འཛོན་སྐྱོང་ས་པའི་ཇེས་སུ་གསོ་སྐྱོང་བྱས་པས་མ་བྱེད་པ་དང་།

རྩོ་སི་ཁོ་ན་ཞི་སྒོན་མ་ནས་ཡོད་པས་བྱུང་བའདུག །ཉིན་ཞིག་ལ་རྒོ་བོ་ལྷུང་མེལ་ལམ་ལ་དྲི་བ་འདི་འདྲ་ཞིག་བཞོན་དེ། “གལ་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱི་སྐྱེ་བ་སྤྱི་མར་བྱུང་གྱི་ཡོད་ན་སྤྱི་མར་བོར་ནས་སྤྱི་མར་མ་རྩེད་པའི་བར་ལོ་ལྷ་ཙམ་གྱི་རིང་གང་དུ་ཕྱིན་ཡིན་”ཞེས་དྲིས། མེལ་ལམ་གྱིས་”ང་རེས་གཟའ་ལུང་བུའི་ཉིན་ལ་སྐྱོང་ས་ནས་ལྷ་ལྷུ་ལྷ་བུ་སེམས་ཅན་སྤྱི་ཚོགས་ཡོད་པའི་གནས་ཤིག་ལ་ཕྱིན་ཏེ་དགོན་མཚོག་ཀྱང་མཇུག་ཡིན། དགོན་མཚོག་གིས་ཀྱང་ཁྱོད་རང་ཁྱིམ་དུ་ལོག་རྒྱུ་ལགས་ཏེ་རེས་གཟའ་མིག་དམར་ལ་མི་ལྷུ་དུ་སྐྱེ་བ་ལོན་ཞིག་ཅེས་གསུངས་བྱུང་”ཞེས་བཤད། རྒོ་བོ་ལྷུང་མེལ་ལམ་གྱིས་ཉམས་ཉམས་ཚོད་ལོན་ཆེད་དུ་”ཁྱོད་ཀྱིས་ལོར་སོང་རེས་གཟའ་མིག་དམར་ལ་ཕྱི་བ་དང་རེས་གཟའ་ལུང་བུ་ལ་སྐྱེས་པ་རེད་” ཅེས་གོ་ལྷོག་ནས་བཤད་པས། མེལ་ལམ་གྱིས་བསམ་མཚོན་ཅུང་བཏང་ནས་མགོ་བོ་སྤོང་དུ་གཏུགས་ནས་”མ་རེད། འཆི་དུས་རེས་གཟའ་ལུང་བུའི་དགོང་མོ་དང་སྐྱེ་དུས་རེས་གཟའ་མིག་དམར་ཞོགས་པ་རེད་”ཅེས་བཤད། སྐྱེ་བ་སྤྱི་མར་འཛོན་རེས་གཟའ་ལུང་བུའི་དགོང་མོར་སྐྱོང་ས་པ་དང་དེ་ནས་ལོ་ལྷ་ཡི་ཇེས་སུ་མེལ་ལམ་རེས་གཟའ་མིག་དམར་གྱི་ཞོགས་པ་སྐྱེས་པས་མ་ལོར་བར་བཤད་འདུག །

ད་དུང་ཁོང་གིས་ཨ་མ་ལ་བཤད་པ་”ཨ་མ་ཁྱོད་འཆི་འཕོ་དུས་ལྷ་ལྷུ་དུ་ཐད་ཀར་འགོ་སྐྱབ་གྱི་

མ་རེད། སྐྱེ་བ་སྒྲང་སའི་ཁམས་ལ་བང་རིམ་སྣ་ཚོ་གས་ཡོད་པས། དང་པོ་འདི་ནས་དང་། དེ་
ནས་འདིར། དེ་ནས་འདིར་འགོ་དགོས་ཞེས། ཁོང་གི་ལག་པས་བར་སྣང་སྣོང་བ་ལ་བང་རིམ་
མཐོ་དམན་ཁ་ཤུགས་བཅད་ལུལ་བྱས། འདྲ་འགོ་རྣམས་ཀྱང་ཚེ་རབས་ཀྱན་ཏུ་སྐྱེན་སྐྱེས་མ་ཡིན་
བར་སྐྱར་ཡང་མིར་སྐྱེ་བ་ལེན་གྱི་ཡོད་པ་མ་ཟད་ལྷ་ཡུལ་དུ་ཡང་སྐྱེ་བ་ཡོད་དེ། ལྷ་ཡུལ་གྱི་དུད་
འགོ་རྣམས་ཀྱང་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་སོས་འབྲད་རེས་མི་བྱེད་པ་དང་། སྐར་ཤད་ཀྱང་རྒྱག་རེས་
མི་བྱེད་པ་ངས་མཐོང་སོང་”ཞེས་བཤད།

ཁོང་གི་སྐྱེ་བ་སྣ་མ་འཛོལ་ནི་ཡེ་ཤུའི་ཚོས་ལུགས་ལྷ་ཡུལ་དུ་སྐྱེས་ན་སྐྱར་ཡང་མི་ལུལ་
དུ་སྐྱེ་བ་མི་ལེན་པ་དང་། དཔུལ་བར་སྐྱེས་ན་ཡང་ཐར་རྒྱ་མེད་བར་འདོད་པའི་བྱ་བ་མཐའ་སྐྱ་བའི་
རིགས་སུ་གཏོགས་ཀྱང་། ཁོང་གིས་དེ་དག་ཁས་མི་ལེན་བར་སྐྱེ་བ་སྐྱེ་མ་ལྷ་ཡུལ་དང་མི་ལུལ་
གར་འགོ་རེས་མེད་དུ་འདོད་པས། རང་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་སྐྱེ་བ་རྗེས་མར་དུད་འགོ་སེམས་ཅན་ཀྱན་
ལ་གཅེས་སྐྱོང་བྱེད་མཁན་ཞིག་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག་ཅེས་སྒྲོན་ལམ་ཡང་ཡང་འདེབས་གྱི་ཡོད། ཁོང་
གི་བྱ་མའི་བྱ་མེལ་ལམ་གྱིས་ཀྱང་དུད་འགོ་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སྐྱོན་པ་དང་། དུད་འགོ་སེམས་
ཅན་གཅེས་སྐྱོང་བྱ་ས་སྐྱོན་གཟིགས་ཁང་ཆེན་པོ་ཞིག་ལ་བལྟ་སྐྱོང་བྱེད་མཁན་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་ཅེས་
བཤད།

ད་དུང་དམིགས་བསལ་མེལ་ལམ་སྐྱོད་པས་འོ་རེན་རང་གི་པ་ལགས་གྱི་བྱ་སྐྱོད་ཁ་ཤུགས་ཅན་དུ་
བཅུག་པ་ནི། འཛོལ་དེབ་བསྐྱུག་རྒྱུར་དགའ་བ་བཞིན་དུ་མེལ་ལམ་ཡང་དེབ་སྐྱོག་པར་དགའ་བ་
དང་། འཛོལ་གྱིས་འོ་རེན་ལ་དུས་ཉམ་ཏུ་”ཁྱོད་རང་སེམས་འཁྲལ་བྱེད་མི་དགོས་ངས་བལྟ་རྟོག་
བྱེད་དགོས་” ཞེས་ཤོད་གྱི་ཡོད་པ་བཞིན་མེལ་ལམ་གྱིས་ཀྱང་”མ་མ་ལ་དེ་ལྟར་ཡང་སེ་”བཤད་གྱི་
ཡོད།

འོ་རེན་གྱི་ཨ་མའམ་མེལ་ལམ་གྱི་ཚོ་བོ་ལགས་ལ་དམིགས་བསལ་གྱིས་ཅན་དུ་བཅུག་པ་ཞིག་ནི།
མེལ་ལམ་གྱི་ཚོ་བོས་ངོ་མཚར་གནས་ཚུལ་དེ་དག་ཐོས་ནས་མེལ་ལམ་ལྷ་བར་སྐྱེབས་སྐྱབས།
མེལ་ལམ་གྱིས་འཛོལ་གྱིས་སྐྱོབ་སྐྱོང་བྱས་སྐྱོང་བའི་དཔེ་དེབ་ཅིག་སྐྱོག་བཞིན་བསྐྱད་ཡོད་པ་དང་།
འཛོལ་གྱིས་ཅ་ལག་ཐམས་ཅད་གཞན་གྱི་ཅ་དངོས་ལ་འབྲེས་སུ་མི་འཇུག་པར་གཅོད་མར་འཛོག་པ་

དང་། ཅོམ་གྲོས་མོམ་གྲོས་བཤད་འགོ་རྒྱལ་ནས་མཚམས་མི་འདྲིལ་པའི་གཤེས་ཀ་ཡོད་པ་
བཞིན་ཟེལ་ལམ་ཡང་དེ་དང་ཀུན་ནས་མཚུངས་པ་མཐོང་བས་འདྲོན་མདུན་ལོད་པ་ལྟ་བུ་བྱ་བ་དུ་
བརྟུག་ཟེལ།

ཉམས་ཞིབ་ཚན་པ།

སྐྱེ་བ་སྲ་སྲི་ཡོད་པ་འཐད་སྲོགས་སུ་འདྲིན་མཁན་དག་གིས་བསྐྱར་ཞིབ་བྱེད་པ་ལ་
མདོན་སྲུལ་བསྟོན་དུ་མེད་པའི་རྒྱབ་རྟེན་གཏན་ཚིགས་འདིས་ནི་རྒྱབ་སྲོགས་པ་མང་པོ་ཞིག་ཉོན་
འཛོལ་དུ་བརྟུག་པ་རེད་དེ། དེར་རབས་མི་མང་པོས་སྐྱེ་བ་སྲ་སྲི་ཡོད་པར་འདྲིན་པའི་ལྟ་རྒྱུ་འདི་
ནི་འཛམ་གླིང་འདི་ཡི་མི་སྲོད་ལས་འདས་པའི་ལྟ་སྐྱོད་ལྟ་བུ་ཞིག་དང་། ཡང་ན་དངོས་ཡོད་དང་
མ་མཐུན་པ་བགས་ཆགས་རྙིང་བས་བསྐྱད་པའི་སྐོངས་དད་ཅན་འགས་རྣམ་རྟོག་གིས་བཏགས་པ་
ཅམ་ལ་ངོས་བཟུང་ནས་བཏང་སྟོམས་སུ་འདྲིལ་ཅིང་། ཡང་འགའ་ཤས་ཀྱིས་གད་མོ་སྟོང་ཆེད་དམ་
ཅེད་མཚར་རླུང་དུ་སྐྱེ་བ་སྲ་མ་དང་སྲི་མའི་སྐོར་བཤད་དེ་བྱར་ཟ་ཡང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་མོད། སྐྱེ་བ་སྲ་
མ་དུན་པའི་དངོས་བྱུང་གི་ལོ་རྒྱུས་འདིས་ནི་དངོས་གཙོ་སྐྱེ་བའི་ཚན་རིག་པའི་ལྟ་བུ་འདྲིན་མཁན་
པལ་མོ་ཆེ་དང་། སྐྱེ་བ་སྲ་སྲི་མི་འདོད་པའི་ཚོས་ལུགས་པ་མང་པོའི་ལྟ་བུ་རྣམས་ཀྱང་དངོས་
པོའི་གཤེས་ལུགས་དང་མཐུན་གྱི་མེད་པ་མདོན་སྲུལ་གྱིས་འགའ་འདུ་ཞིག་བསྟན་པ་རེད།

སྐྱེ་བ་སྲ་སྲི་ཡོད་པའི་ལྟ་རྒྱུ་གསར་དུ་རྙེད་པའི་གཏན་ཚིགས་འདི་དག་མི་འགའ་ཤས་ལ་
བཤད་ན་ཆེས་མི་དགའ་བ་མ་ཟད། མ་འདོད་པའི་ཆེག་ངན་ཡང་བཤད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་མོད། དེ་ནི་
མཐོང་རྒྱ་རྒྱུང་བ་འམ་ལོ་རྒྱུས་ཉམས་ཞིབ་སྒོ་སྒྲོས་ཀྱིས་མ་འདད་བས་ལན་པ་ཡིན་ཏེ། ལྟ་བུ་
འདི་ནི་དེར་སང་གསར་དུ་དར་བ་མ་ཡིན་པར་གནའ་རབས་ལོ་རྒྱུས་བརྒྱུད་རིམ་མང་པོའི་ཁྲོད་ནས་
ད་ལྟ་བར་སྐྱེལ་པ་རེད། དཔེར་ན་གནའ་རབས་པེ་ལེ་ཤོ་(Plato)དང་ཕྱི་རིག་(Greeks)
དང་། ཤར་སྲོགས་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ཉིན་རྒྱ་(Hindu)དང་ནང་པ་(Buddhists)དེ་བཞིན་རྒྱལ་ཨ་རྒྱེ་
རི་ཀ་(West Americans)བྱང་ཨ་མི་རི་ཀ་(North Americans)སོགས་ལ་མང་པོ་ཡོད་
པ་བཞིན་དུ། དེར་སྐྱབས་འཛམ་གླིང་སྐྱང་ལ་སྐྱེ་བ་སྲ་སྲི་ཁས་མི་ལེན་པ་ལས་ཁས་ལེན་མཁན་
པལ་ཆེར་མང་བ་ཡོད། སྐྱེ་བ་སྲ་སྲི་ཡོད་པའི་ལྟ་བུ་འདི་ས་ཁྲུག་དང་ལུང་ཁྲུག་ལྟ་བུ་ལ་སྒྲོད་

མཁན་ཚོངས་དང་ཅན་གཅིག་ལུ་མགོ་སྐྱོར་གཏོང་བྱེད་ཅམ་ལས་དེང་རབས་ཡར་ཐོན་རྒྱལ་ཁབ་
 ཁག་གི་ཤེས་ལྡན་པ་ཚོས་དཔྱད་རིན་མེད་པ་དེ་ལང་མ་ཡིན་ཏེ། སྐྱེ་བ་སྲ་སྲི་ཁས་ལེན་མཁན་
 མི་འཛོར་མང་བའི་གཞོན་ལྷན་གས་དང་བཀའ་རྒྱ་ལྟ་བུ་གང་གིས་ཀྱང་ཁས་ལེན་དུ་བཅུག་པ་མིན་པ།
 དེང་སྐབས་ཨ་མི་རི་ཀར་མཚོན་ན་སྐྱེ་བ་སྲ་སྲི་ཁས་ལེན་མཁན་མི་འཛོར་བརྒྱ་ཆ་ཉི་ལུ་ནས་ཉི་ལུ་
 ཅ་བདུན་བར་ཟེན་གྱི་ཡོད་ཅིང་། སྤྱི་ལོ་༢༠༠༡ ལོར་སྤྱི་ཞབས་ཉེ་འདི་སེ་ཕོ་ལ་(Harris Poll)
 ལགས་ཀྱིས་ཨ་རི་གཅིག་ལུ་འདི་ནང་ནས་སྐྱེ་བ་སྲ་སྲི་ཁས་ལེན་མཁན་ཡེ་ལུ་བ་མི་འཛོར་བརྒྱ་ཆ་༢༡
 རྟེན་སོན་བྱུང་། དུ་འོ་བ་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་ལ་ཡང་དེ་དང་མཚུངས་པ་རེད། འོན་ཏེ་སྐྱེ་བ་སྲ་སྲི་
 ཡིད་ཆེས་ཡོད་པའི་མི་འཛོར་མང་ཆེ་བ་ཡོད་པའི་སྐབས་བྱེད་མེར་འཛིན་(Vergina)མཐོ་རིམ་སློབ་
 གུས་གཏན་ལ་པབ་པ་ནང་བཞེན་བསྐྱར་ཞིབ་ཐུབ་གྱི་མེད་པ་མ་ཟད། གོམས་གཤིས་ལྟ་བུ་ཡིད་
 ཆེས་བརྟན་པོ་ཡོད་པ་ཅམ་ལས་སྐྱེ་བ་སྲ་སྲི་མ་སྐྱབ་པའི་གནའ་རབས་ཀྱི་གཏན་ཚིགས་དེ་དག་ལ་
 ཡང་རྒྱས་མངའ་གང་ཡང་མེད། ང་ཚོའི་དམིགས་ལུལ་ལམ་དེ་བ་ལ་དེང་རབས་ཚན་རིག་པ་ཚོས་
 སྲ་སྲི་བཤད་པའི་སྐད་ཆ་འདི་དག་གཅིགས་ཆེར་དུ་བཟུང་ནས་སྐྱེ་བ་སྲ་སྲི་ཟེར་བ་སྲིད་དམ་མི་
 སྲིད་འབྲེལ་བཤད་ཡང་དག་གིས་གཏན་འབེབས་བྱེད་དགོས་པ་མཐོང་།

དེ་ལྟར་གཏན་འབེབས་ཐུབ་ན་སྐྱེ་བ་སྲ་སྲི་ཟེར་བ་སྲིད་དམ་མི་སྲིད་ཅེས་དེས་ཆེ་འཇམ་གྱིང་མི་
 པལ་ཆེ་བས་ཡོད་པེད་ཅེས་ལན་གདབ་པའི་དེ་བ་ཡོད་དེ། ཤི་བའི་རྗེས་སུ་ཆ་ཤས་ཐམས་ཅད་
 རྒྱན་ཆད་པར་བསམ་པ་ནི་འཇམ་གྱིང་མི་པལ་མོ་ཆེའི་སེམས་ཁམས་ལ་འཚམས་པོ་མེད། འོན་ཏེ་
 ཨ་རིའི་(United States)ནང་ལ་སྐྱེ་བ་སྲ་སྲི་ཡོད་པར་ལྟ་བའི་འདུ་ཤེས་ལ་མོས་པ་མེད་མཁན་
 མང་པོ་ཡོད་མོད། ལུས་སམ་སྲི་ནང་གི་ཆ་ཤས་གཅིག་ཤི་བའི་རྗེས་སུ་སྲ་སྲི་མཐུད་ནས་འགོ་བཞེན་
 ཡོད་པ་གསལ་པོ་ཡིན་ཏེ། གལ་ཏེ་ཤི་བའི་རྗེས་སུ་མི་འགའ་ཤས་འདས་ལོག་ཏུ་བསྐྱེབས་པའམ་
 ཡང་ན་སྐྱེ་བ་སྲ་སྲི་མ་ཞིག་སྤང་དུ་ཡོད་ན། དེ་ནི་གཞུགས་པོའི་ནང་གི་ཆ་ཤས་གཅིག་སྲ་སྲི་མཐུད་ནས་
 སྲི་མར་འགོ་བཞེན་ཡོད་པའི་རྟགས་རེད།

ང་ཚོ་ཤི་བའི་རྗེས་སུ་སེམས་པ་ཆགས་ས་ཉེ་འབྲེལ་ཞིག་གི་འཁྲིས་སུ་སྤོང་གྱི་ཡོད་དམ། ཡང་
 བ་ལྟ་ལུལ། ཡང་ན་ཁམས་གཞན་གང་དུ་སྐྱེ་བ་ལེན་གྱི་ཡོད་པ་སུས་ཀྱང་ཚོད་དཔགས་མི་བཏུབ་

ཀྱང་། སྤྱ་གྲུ་ཚོས་རང་གི་ཚེ་སྤྲ་མའི་བྱུང་རིམ་བཤད་པ་དེ་དག་རི་ལྟར་བཤད་པ་བཞིན་ཉམས་ཞིབ་
གྱིས་མངོན་སུམ་ར་འཕྲོད་བྱུང་ན་ཚེ་སྤྲ་མའི་སྤྱི་ནང་ཆའགས་གང་ཅུང་ཞིག་སྤྲ་མཐུན་དུ་ཡོང་གི་ཡོད་
པ་ཤེས་རྟོགས་སྤྱོད་པོ། །

ཡང་སྤྱིང་མདོར་བསྟུས་ཏེ་བཤད་ན་སྤྱེ་བ་སྤྱི་ཕྱི་ཡོད་པར་ལྷ་བའི་འདུ་ཤེས་ནི་འཇམ་གླིང་མི་
འཕོང་མང་ཆེ་བའི་སེམས་ཁམས་ལ་འཐད་པ་འམ་རན་པ་ཞིག་ཡིན། གང་ཡིན་ཞེ་ན་མི་རྣམས་ཤི་
བའི་རྗེས་སུ་ནག་འཕོམ་མེད་སོང་བ་མིན་པར་ཆེ་སྤྱི་མ་སྤྱེ་བ་ཞིག་ལེན་དུ་ཡོད་བསམས་ན། ཆེ་
འདི་ལ་བྱ་བ་ཅི་བྱེད་དང་སེམས་པའི་འབྲེལ་སོ་སོགས་ཀྱི་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་བཟང་སྤྱོད་གས་སུ་
བཅོས་ནས་སྤྱི་མ་སྤྱེ་གནས་བཟང་ས་ཞིག་ཏུ་སྤྱེ་བ་ལེན་དུ་ཡོད་བསམ་པའི་འདུ་ཤེས་འདི་སེམས་
ཀྱི་མགོན་ལྷ་བུ་ཡིན། ལྷ་བུ་འདིས་ང་ཚོས་བྱས་ཐེན་པའི་འཇམ་འཇུག་དེ་དག་བཟང་པོར་བཅོས་
ཐབས་མེད་ཀྱང་། སྤྲ་གྱི་འོར་འཇུག་དེ་ཉིད་སྤྱིས་སུ་ཡོ་སྤང་བྱེད་པ་ལ་བན་ཐོགས་ཡོད་དེ། སྤྲ་
སྤྱེ་བ་སྤྱི་ཁས་མི་ལེན་པའི་མི་ཞིག་སྤྱིས་སུ་ཁས་ལེན་པར་གྱུར་ཆེ་སྤྲ་གྱི་མི་ལས་སྤྱོད་ལམ་
སོགས་ཡག་པོར་འགྱུར་བ་མངོན་གསལ་རེད།

འཆེ་ཁར་ནང་མི་འམ་བྱ་སྤྱུག་དགའ་ཉེ་སོགས་ལ་ཞེན་ཆགས་རི་ཅམ་ཤུགས་ཆེ་བ་དེའི་
ཚོད་གྱིས་སྤྱེ་བ་སྤྱི་མ་དུང་ཚང་དེའམ་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་མི་ཞིག་ལ་སྤྱེ་བ་ལེན་མཁན་མང་བ་ཡོད།
དཔེར་ན་སྤེལ་ལམ་གྱི་ཨ་མ་རང་གི་པ་རྒན་གྲོངས་པའི་རྗེས་སུ་སྤྱི་ཡང་ཐབས་གང་གིས་རང་གི་
པ་རྒན་གསོན་པོར་འཆོལ་བསམ་ཡོད་བསམ་པའི་དེ་འདུན་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཡོད་ཅིང་། པ་རྒན་ཡང་
རང་གི་བྱ་མོར་བཅེ་ཞེན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་སྤྱིས་སྤྱི་ཡང་རང་གི་བྱ་མོའི་བྱུང་སྤྱོད་ཤིང་། བྱ་མོས་རང་
གི་བྱ་པ་རྒན་གྱི་སྤྱེ་བ་སྤྱི་མ་ཡིན་པ་དེས་ཤེས་རྟོགས་ལྡན་དུས། པ་རྒན་དམར་གསོད་བྱས་ནས་བཀོངས་
པའི་འཇིགས་སྤང་དང་། སེམས་པམ་གྱིས་མི་ཆེར་དཀའ་ངལ་སྤང་བཞིན་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་རང་
ཡལ་དུ་སོང་བ་རེད།

དེ་ལྷ་བུ་མི་ཆེའི་རིན་ཐང་བརྒྱགས་པའི་སྤྱུག་བསྟུན་གྱིས་མནར་བའི་མི་གཞན་དག་ཀྱང་དེ་བ་

འདི་དང་འཕྲད་སྲིད་དེ། དཔེར་ན་སྤྱིར་ནས་ལིན་ཏུ་གཅེས་པའི་བྱ་སྤྲུག་ལ་(cancer)སྐྱོན་ནད་
སོགས་པའི་ཨ་མ་དང་། བྱམས་བཅེས་གཅེས་སྦྱོང་བྱས་པའི་བྱ་སྤྲུག་པ་ཚན་དང་མ་ལི་གསོན་
བྲལ་དུ་སོང་བ་སོགས། གནས་སྤངས་ཐབས་རྒྱག་དེ་འབྲའི་འོག་ཏུ་ཚུད་པའི་མི་རྣམས་ལ་སེམས་
གསའི་གོ་སྐབས་ཐེངས་གཉིས་པ་ཞིག་ཐོབ་སྲིད་པ་རེད། གཅེས་པའི་བྱ་སྤྲུག་དེ་དག་ཚེ་ཕྱི་མ་རང་
གི་ཉེ་སར་སྦྱེ་བ་ལེན་དུ་ཡོད་བསམ་པའི་རེ་བ་དེས་སེམས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་མ་བརྒྱགས་པའི་
ཚོར་སྣང་ཡོང་གི་ཡོད་པས་རེད།།

འདི་མན་ཚད་ཀྱིས་བྱུ་བ་སྤྱོད་ཚུལ་ཚོན་ཉིད་རིག་པས་སྦྱེ་བ་སྤྱི་ཡོད་པར་བསྐྱབས་འདུག་ཀྱང་།
རང་ཉིད་ལ་བྱུ་བ་སྤྱོད་ཚུལ་མཚན་ཉིད་རིག་པ་ལ་ལྟ་བུའི་སྤོ་སྤོས་ཀྱི་དམིགས་བྱ་སྤྲོད་བ་དང་། དེར་
སྐབས་འཇམ་སྒྲིང་སྤྱི་སྤྱོད་དུ་གྲགས་པ་དབྱིན་སྐད་སྤྱི་བ་ལ་ཡང་སྡེ་ཅེ་བརྒྱལ་བས་འཚོར་སྣང་གི་
འཕྲུགས་རིང་ཞིག་འབྱིན་པ་དང་མཉམ་དུ་བསྐྱུར་སྤོབས་ཀྱི་འདུན་པ་དེ་ཡང་མཚམས་འདི་ནས་འསྐོ་
ཚད་སོང་། (Life before Life) Children ‘s Memories of Previous lives .(སྤྱི་
གུས་ཚེ་སྤྱི་མ་བྲན་པ་)ཞེས་པའི་དེབ་ལས་བསྐྱུར།།

གཟིགས་དང་།

འབྲི་སྒྲུབ།

ཀྱག་ཀྱོག་གི་ལམ་བུ་ཡོད་སའི་འཕྲང་ལ་གཟིགས།
དམིགས་ཡུལ་གྱི་ཕུགས་བསམ་བསྐྱེད་སའི་རྒྱང་ལ་གཟིགས།
གསར་བྱུང་གི་མེ་ཏོག་འབྲས་སའི་སྤང་ལ་གཟིགས།

བྱང་བདེན་གྱི་གནས་ལུགས་བདར་སའི་དོན་ལ་གཟིགས།
 ཡར་རྒྱས་ཀྱི་བསམ་སྒྲོལ་བར་སའི་མཐེལ་ལ་གཟིགས།
 མི་རིགས་ཀྱི་མང་གཞི་བསྐྱབ་སའི་གཞུང་ལ་གཟིགས།
 །ཤེས་རིག་གི་རྩ་བ་འཇུགས་སའི་སྒྲོབ་ལ་གཟིགས།
 སྒྲོན་ཐོན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་འཛོག་སའི་མཛོད་ལ་གཟིགས།
 རྗེས་ལུས་ཀྱི་པམ་ཁཉེ་སའི་བར་ན་གཟིགས།
 དུས་རབས་ཀྱི་ཕང་བར་སྐྱོད་སའི་ལམ་ལ་གཟིགས།
 ལྷོང་སྒྲོབས་ཀྱིས་སྒྲོན་མེ་འདེགས་སའི་ལུན་ལ་གཟིགས།
 སྒྲོལ་བྱེད་ཀྱིས་འཛོད་པ་གཏོང་བའི་དེབ་ལ་གཟིགས།
 ལྷག་བསམ་གྱིས་རང་རིགས་སྐྱོར་བའི་མི་བྱུང་གཟིགས།
 མོངས་གཉིད་ཀྱི་སད་པ་རྒྱས་སའི་གནས་ལ་གཟིགས།
 ཡ་ཡ་ཡ་ཡ་གཟིགས་དང་།
 མདོར་ན།
 ཡག་སྐྱུག་གི་དབྱེ་འབྱེད།
 །ཤེས་བཞུག་གྱི་གོམ་ཁ།
 ལྷོང་སྒྲོབས་ཀྱི་བདེན་པ་སོགས།
 ཡོད་ཚད་ནས་ཡོད་ཚད།
 ལྷག་བསམ་གྱི་སྤྱིང་འོང་ལ་བཏབ་སྟེ་མ་འོངས་ལས་དོན་ལ་བསམ་གཞིག་གྱིས་སྒྲོན་མེ་སྐར་ཉེ་
 མདུན་ལ་གཟིགས་དང་།
 ལུན་ནག་གི་དོ་ར་ན་རང་དབང་གི་ཉི་མ་སེར་པོ་སྐར་ཡང་འཕར་ཚོག།
 ལུན་གྲོགས་ཚོ།

བོད་པའི་སྤྲོད་སྟོན་པ།

འགོམ་བསྟན་འཛིན་ནམ་མཁམ།

རང་ལས་གཞན་ནམས་གཅེས་འཛིན་གྱིས།།
སྤྲོད་སྟོན་བྱང་སེམས་སྤྲོད་པ་བཞིན།།
རང་རྒྱལ་མི་རིགས་བདེ་སྤྱད་ཆེད།།
སྤྲོད་སྟོན་ལུས་སྤྲོད་མེ་ཏུ་སྤྲད།།

གཞན་པན་ཁོ་ནར་གཅིགས་འཛིན་པའི།།
བྱང་སེམས་སྤྱད་མོ་ལུས་སྤྲོད་བཞིན།།
འབངས་ཀྱི་བདེ་སྤྱད་ཡིད་བཅངས་ཉེ།།
རང་ལུས་དམར་པོའི་མེ་མཚོད་ལུས།།

སྤྲོད་མེད་བཅེ་བའི་གཞན་པན་གྱིས།།
ལུས་སྤྲོད་སོལ་དུམ་གྱུར་ན་ཡང་།།
རང་དབང་མི་རིགས་ཆེད་དུ་ལ།།
ཨམ་གཅིགས་བསྟན་སེམས་ཤིང་འབོད་སྤྲོད་སྤྲོད།།

མདོར་ན་བོད་སྤྱད་མོ་བརྒྱད་ཡན།།
སྤྲོད་པར་གང་ཡོད་བོད་རིགས་གྱིས།།
མ་འོངས་བོད་ཀྱི་སྤྱད་སེམས་འདུན་ཆེད།།
སྤྲོད་སྟོན་གྱི་བ་ཚུལ་བར་བྱེད།།

སྤྱད་སྤྲོད་དམར་པོའི་དམུལ་ཁྲིམས་གྱིས།།
མི་ལོ་ལྷ་བརྒྱ་མཉམ་གྱུར་གྱུང་།།
ལ་རྒྱའི་སེམས་ལྷགས་མ་ཡལ་བར།།
སྤྲོད་སྟོན་གསོན་པོ་གྲེན་དུ་འགྲེད།།

སྤྲོད་སྟོན་མེད་པའི་བོད་པའི་སེམས།།
དུངས་གཅོད་འོ་མའི་རྒྱ་མཚོ་བཞིན།།
འགྱུར་བ་མེད་པ་བོད་མིའི་ལས།།
སྤྲོད་སྟོན་མེད་མེ་མཉམ་ཆུ་བཞིན།།

མི་རིགས་ཆེད་དང་ཚོས་ལུགས་སྤྲད།།
ཁ་ཁྲིམས་ལུས་གྱིས་འཇལ་དགོས་པས།།
ལུས་འདི་ཞིག་པར་གྱུར་གྱུང་བུང་།།
སྤྲོད་སྟོན་མེད་ཆེག་གིས་རང་དབང་འབོད།།

དེ་སྤྱིར་མཚོ་སྤྲད་འདྲིར་གནས་པའི།།
མི་རིགས་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་སོགས།།
འཇལ་སྤྲོད་སྤྲོད་ཡི་ནོར་ཡིན་པས།།
མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་གྱུར་གྱི་འགན།།

སྒྲིབ་ལྗེ་ཞིག་གི་རེ་འཕོང།

བཅུན་དགོན་སྒྲོལ་སྒྲིབ་བཟང་མོ།

སྒྲིབ་བསམགས་ལས་དབང་བཟང་པོ་ཞིག་གིས། དལ་འཕྱོར་གྱི་མི་ལུས་འདི་ཐོབ་བྱུང། འདིག་
 ཉེན་འདིའི་སྐྱེད་ལ་རིན་ཆེན་མི་ལུས་འདི་ཐོབ་མར་ཉེད་དཀའ་བ་དང་ཉེད་ན་དོན་ཆེ་བ་ཡིན་པ་ནི་
 ང་འདྲས་བཞེད་ག་ལ་དགོས། ཁ་བ་གངས་ཅན་ཡུལ་དུ་ཨ་མས་ང་སྐྱེས་པ་ནས་བཟུང་ ད་བར་མི་
 ལོ་ཉི་ཤུ་ལྷག་ཅམ་གྱི་རིང་ལ། འགོ་བ་མི་ཡི་ལོངས་སྤྱད་བྱ་བྱི་སྒོད་གྱི་འདིག་ཉེན་དང། ཉང་བཅུད་
 གྱི་སེམས་ཅན་དག་བདག་དབང་བྲལ་བ་མ་ཟད། ཐ་ན་རང་ཉིད་གྱི་འགོ་འཆག་ཉལ་འདུག་སོགས་
 རང་དབང་གི་ཐོབ་ནས། བདེ་སྐྱིད་གྱི་ཚོར་སྤྱང་དེ་ངའི་ལུས་ཐོག་ནས་ཉམས་སྲོང་གཏན་ནས་མེད།
 བདག་གི་སྤྱི་བར་གསུམ་གྱི་སྐྱབས་གནས་མཐར་སྐྱབས་ནང་པ་སངས་རྒྱུས་པའི་ཚོས་དང། སྒོག་
 དང་འབྲ་བའི་སྐྱད་ཡིག་འདི་ཉིད་ལ། ངས་ཞེན་པ་དང་ཉ་ཅང་གིས་སྤྱང་ན་འདོད། འོན་ཀྱང་ངའི་རོ་སོ་
 དང་རིག་གཞུང་ནི་རིམ་བཞིན་ཆེ་མཐོང་གི་གདེང་ཆའི་རང་དབང་དང་བྲལ་ནས། ད་ཆ་སྐྱད་རིགས་
 གཞན་གྱི་ཟུར་ཆགས་ཅམ་ལས་གཞན་མ་འདས།

དེ་བཞིན་དུ་མཛེས་ཤིང་ལྷ་ན་འདོད་པའི་རང་བྱུང་གི་འཁོར་ལུག་གངས་ཉི་མེ་ནི་དབྱར་དགུན་
 འགྱུར་བ་མེད་པར་བྱི་མེད་གངས་དཀར་གྱིས་ཡོངས་སུ་གཡོགས་ཏེ། ཉག་ཏུ་ཁ་ཆེན་ཆེན་ངང་
 བཞེད་ཆགས་སུ་གནས་ཡོད། རི་རྐྱེད་ལ་ཤིང་རིགས་འདྲ་མིན་ནགས་གསེབ་ཏུ། བྱ་བྱིའུ་སོགས་
 སེམས་ཅན་འདྲ་མིན་མང་དག་ཅིག་གི་འཚོ་གནས་སུ་ཆགས་ཡོད། རི་འདབས་སུ་རྒྱུགས་རྒྱ་དང་
 མཚོ། རྗེང་བུ་སོགས་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སྐྱོམ་སེལ་དུངས་གཙང་གི་ནད་བརྒྱ་བསལ་བའི་སྐྱན་
 རྒྱ་འདྲ་མིན་ཞིག་རང་བྱུང་དུ་ཆགས་ཡོད་ཀྱང། དེང་སྐབས་དམར་པོའི་འཕྲུལ་ཤུགས་དང། རྗེས་
 རིགས་བཟོ་སྐྱོད་དང་གཉེར་ཁ་སྒོག་འདོན་སོགས་ཀྱི་དབང་ཤུགས་ཀྱིས་ཉིན་རེ་བཞིན་མ་བརྟན་
 པར་གངས་རི་རྗེ་རི་ལ་བསྐྱུར། སྤང་རི་དང་སྤང་ཐང་སོགས་ཀྱི་ཐང་ལྟ་བུར་བསྐྱུར་སོང། བྱི་ནང་གི་
 སྒོད་བཅུད་ཐམས་ཅད་ཉམས་ཆགས་སུ་གྱུར་ནས།

ང་ཚོ་འཚོ་གནས་བྱ་རྒྱུ་འདི་ནི་ཏུ་ཐུག་ཐབས་ཟད་གནས་ལ་གྱུར་སོང་། ངའི་མི་ཚེ་ཕྱིད་ཀ་སེམས་
འཚོ་བ་དང་མཉམ་གཏོང་སྲུང་གཏོར་ཁོ་ནའི་འོག་ཏུ་འདས། རང་དབང་དང་འབྲ་མཉམ་དང་བདེན་
མེད་པའི་སྲིད་རྒྱུ་འདི་ལ། བདེན་སྲུང་གི་འབྲས་བུ་ཆེན་པོ་ཞིག་མ་ཐོབ་ཀྱང་།

བཤམ་པའི་བྱ་བའི་ནང་གི་ནམ་འཚི་ངེས་མེད་ཀྱི་བཤམ་པའི་ནང་དུ་འཚི་སྐྱུག་བྱས་པ་ལས། མ་
འོངས་བདེན་དོན་ཆེད་དུ་གཅེས་པའི་ལུས་སྲོག་པངས་མེད་དུ་བཏང་དགོས་བྱུང་། ངའི་མཐའ་མའི་
རེ་བ་ནི་ཕྱི་རྒྱལ་ཡུལ་གྱུ་ཁག་ལ་བཞུགས་ཡོད་པའི་སྐྱུན་རྒྱ་ཡོངས་ལ། ལག་གཉིས་ཐལ་མོ་སྐྱར་
ནས་རེ་འབོད་ཞུ་རྒྱུ་ནི། རང་དབང་གི་ལུང་བ་ལ་དགའ་སྦྱིད་སྒོ་གསུམ་གྱིས་འོངས་སུ་སྦྱོད་ཆོ། རང་
ཉིད་ཐོད་པ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་།

དེ་དག་གི་ངོ་བོ་དང་རིག་གཞུང་བཅོམ་པའི་ནང་དུ་ཡོད་པའི་གཞིས་ལུས་སྐྱུན་རྒྱ་རྣམས། ནམ་འཚི་
ངེས་མེད་ཀྱི་རེ་སྐྱུག་ཞུ་བཞིན་ཡོད་པ་ནི་རྟག་ཏུ་བྲན་འཛིན་ཏུ་འཆར་དགོས་པ་ནང་བཞིན། རྒྱ་
དང་ངོ་བོ་རྣམས་ལུས་དང་རྗེ་མ་བཞིན་ནམ་ཡང་ཁ་བྲལ་མི་བྱུང་། བ་མས་ལོ་རྒྱུ་བསགས་པའི་རུལ་
ནག་ཐིགས་སྤེང་ལས་བྱུབ་པའི་སྒྲོར་མོ་ནི་ཟས་གོས་དང་སྒོ་བ་ཡོན་ཁོ་ནའི་དོན་དུ་བསྐྱར་བ་ལས།
བཅོམ་བྱོལ་ནང་དུ་བག་མེད་འབྲས་བུ་འབྲས་བུ་འདི་དོན་དུ་གཏན་ནས་བསྐྱར་བ་མིན་ཅང་།

ངེས་པར་དུ་བྱིད་རྣམ་པས་ཅི་རུས་གྱིས་ཤེས་བྱ་ཡོན་ཏན་མཐར་ཕྱིན་མངོན་ནས། མཐར་རང་རྒྱལ་
དང་སྤྱིར་སོ་སོར་བཅས་ལ་གཞན་པན་སྐྱུབ་པ་སོགས་པན་ཐོགས་བྱ་དགོས་པ་ལས།

ཤེས་ཡོན་དཔལ་འབྱོར་གྱི་བྲན་དུ་བཀོལ་བ་དང་། ལྷག་པར་དུ་ཤེས་ཡོན་ཅན་རྣམས་མཐའ་མའི་
མཇུག་འབྲས་དཔལ་འབྱོར་བྲན་གཡོག་ཏུ་སོང་ན། བ་མའི་རེ་བ་སྒོར་ཟད་དང་རང་ཉིད་ཀྱི་མི་ཚེ་
ཚུད་ཐོས་སུ་སོང་བ་རེད་སྟེ། སྐྱུན་རྒྱ་ཚོ་ལའི་འཚི་མཐའ་མའི་རེ་བ་ནི། བྱིད་ཅག་གི་མཐུན་སྦྱིལ་གྱི་
ལག་དང་སྤེལ་ནས། རང་ཉིད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་གཙོ་འཛིན་གྱི་དུས་རབས་དང་མཐུན་པའི་
གོམ་པ་སྒོ་དགོས་པ་ནི། བྱིད་ཅག་གིས་གཡོལ་ཐབས་མེད་པའི་འགན་འཁུན་ཉག་གཅིག་ཡིན་པ་མ་
བརྗེད་རོགས།

རྗེས་ལུས་བ།

བསྐྱབ་གསུམ་བཤད་སྒྲུབ།

སྒྲོན་པའི་ཚོམ་རིག་སྤེལ་སྤྱོད་མི་ཤེས་ཀྱང་།།
རང་ཉིད་འགྲི་སྒྲོག་གོམས་བར་བྱ་བའི་སྤྱིར།།
སྒྲོ་ལ་གང་འཆར་བསམ་པའི་ནམ་ཉིག་འདི།།
དོན་ལ་ཆེགས་བཅད་ཐར་ཐོར་གྱི་ལ་སྒྲོ།།

བདེན་པའི་རང་དབང་སྤོང་པའི་དམངས་རྣམས་ལ།།
སྤྱོད་པའི་རང་དབང་ཟེར་ནས་རྒྱུ་མགོ་སྒྲོར།།
བདེན་པའི་གནས་ལུགས་དབེན་པའི་རྒྱལ་ཁབ་འདི།།
ཡར་ཐོན་རྒྱལ་ཁབ་རྗེས་ལུས་མ་ཡིན་ནམ།།

ནང་གི་སྤངས་ཉོག་གི་ཅམ་དབེན་ན་ཡང་།།
སྤྱི་ལ་རྒྱན་འཇུག་མཐོན་ཤེས་ལྡན་རབས་བཤད།།
ད་དུང་མཐོན་པོའི་ཁྲི་ལ་འགྱུར་བ་དེ།།
ཚད་ལྡན་སྤྱོད་པའི་རྗེས་ལུས་མ་ཡིན་ནམ།།

དོན་ཅུང་ཅ་དང་ས་ཅུ་ལུང་ཚོན་དོན།།
སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་པའི་བར་ལ་གྱི་ཁ་འགྲུབ།།
ར་རྒྱལ་ཁྲོད་པམ་ཞེས་པའི་སྤྱོད་ཚུལ་འདི།།
དཔལ་ལོ་ལ་རྒྱའི་རྗེས་ལུས་མ་ཡིན་ནམ།།

ནང་གི་དམ་ཆེག་ཚུལ་ཁྲིམས་འཆལ་གྱུར་ཡང་།།
སྤྱི་ལ་དམར་མེར་དུར་སྤྱི་ག་རྒྱན་གྱིས་བསྐྱབས།།
ད་དུང་དད་རྗེས་ལོངས་སྤྱོད་པ་འདི།།
ཚད་ལྡན་ཚོས་པའི་རྗེས་ལུས་མ་ཡིན་ནམ།།

མིས་པོ་གོང་མས་བཞག་པའི་རིག་གཞུང་དེ།།
དོར་ནས་གཞན་གྱི་སྤྱོད་པའི་གྲུ་སྤྱོད་པ།།
པ་ལུའི་བར་ལ་ལོ་རྒྱ་དགོས་པ་དེ།།
རང་གི་མི་རིགས་རྗེས་ལུས་མ་ཡིན་ནམ།།

སྒྲོག་ལ་གཞན་གྱི་རྒྱ་ལོར་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱང་།།
དམངས་ལ་བྱམས་བཅེའི་བདེ་སྤྱིད་བསྐྱབ་རབས་བཤད།།
ཁ་ཁོག་མི་མཐུན་དཔོན་རབས་བཟུང་བ་དེ།།
དོན་དམ་དཔོན་པོའི་རྗེས་ལུས་མ་ཡིན་ནམ།།

མདོ་དབུས་ཁམས་གསུམ་ས་ཚོགས་མི་རིགས་བར།།
ཉེ་རིང་ཚོལ་ཁ་སྤྱོད་པའི་ལུང་གཞུང་སྤྱོད་པ།།
སྤྱོད་སྤྱོད་བར་གསུམ་གཅིག་སྤྱི་ལ་མེད་པ་འདི།།
ཅ་བའི་མཐུན་སྤྱི་ལ་རྗེས་ལུས་མ་ཡིན་ནམ།།

སྒོ་བ་གྲུང་གོ་སྐབས་དབེན་པའི་འགྲོག་འཕུག་དག
ན་གཞོན་ལང་ཚོ་ཕྱགས་ཀྱི་རྗེས་སུ་རྩོགས།
ན་ཚོད་རྒྱས་དུས་འགྲོད་པས་མཚན་བ་དེ།
ཤེས་ལྡན་ན་གཞོན་རྗེས་ལུས་མ་ཡིན་ནམ།

རང་གི་སྐད་ཡིག་རང་བདག་མི་བྱེད་ནི།
མི་རེའ་གཞན་གྱི་སྐད་ཡིག་རྗེས་སུ་བསྐྱེགས།
པ་མ་འཕྲད་དུས་གཞན་སྐད་སྒྲིམ་བ་དེ།
པ་སྐད་རྣམ་མའི་རྗེས་ལུས་མ་ཡིན་ནམ།

གན་གཞོན་བར་གསུམ་ཤེས་རིག་རྒྱབ་དོར་ནམ།
ཤོ་སྐྱབ་འདུ་འཇི་སོགས་ལ་མགོ་འཁོར་ཉེ།
དོན་མེད་གཡེངས་བའི་ངང་དུ་ཤོར་བ་དེ།
དེང་གི་དུས་རབས་རྗེས་ལུས་མ་ཡིན་ནམ།

རེའ་གཞན་མཉམ་དུ་མཐུན་ལམ་བསྐྱོད་དགོས་ན།
འ་ཅག་རིག་གཞུང་རང་གིས་བདག་གཙོས་ཉེ།
ཤེས་ལྡན་མི་བྱའི་རྣམ་དཔྱོད་འཕེལ་སྐྱད་དུ།
ཉིན་མཚན་བར་མེད་སྒོ་བ་ལ་བཙོན་པར་བྱོས།

ཉི་ལྷ་ལྷ་ཡའི་པར་རྒྱབ།

སྒྲིང་སྒྲོབས།

བཅན་པོའི་ཁྲོ་གཉེད། ཉེ་རེ། ཉེ་རེ། དག་པོའི་ཉམ་སྐད། ལུ་ལུ། ལུ་ལུ།
དེས་རྒྱུན་པས་ཡིན་ནམ། ས་རྒྱ་མེ་རྒྱང་བཞི་ཀ་འཇམ་ཐིང་དེར་གྱུར་སྐད།
ཉི་ལྷ་སྐར་མ་གསུམ་ཀ་ནག་འཐེམ་མེར་འགྲིབས་སྐད།
ངར་ལྷགས་ཆེ་བ་ནི།
གང་ངར་དང་བྱ་ལྷག་ཡིན་སྐད།
སྐྱབ་ནག་གི་ལུན་པ་ནས་ཐོན་པའི་རི་སྐྱང་ཆ་ཞིག་ཡིན་སྐད། རོ་མ་ཡིན།
ཆ་མ་འགྲིགས་པའི་ས་ཆ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཉི་མ་ལ་ཡའི་པར་རྒྱབ་དེར་འདུག་ཟེད།
ས་ཆ་དེ་ན། ལྷང་བདེན་རོ་མ་དོང་དུ་སྐྱས་ཤིང་། འདྲ་མཉམ་དག་མ་རྒྱ་ལུ་སྐྱར་བ་ལས་འོས་མི་

འདུག་ཟེར། ད་དུང་། སྲ་དང་སྤྲུལ་ས་ལས་ཐོས་ཚོད་ལྟར་ན།
ཡོད་ཚད་ནས་ཡོད་ཚད་ཉག་ཉག་བཞོས་འདུག་ཟེར།
ཁ་ནས་བཤད་པའི་ཁ་གཏམ་ཅམ་མ་རེད།
ཁོག་ཏུ་སྤྲས་པའི་ཁོག་མདངས་ཅམ་མ་རེད།
གནས་དེ་འདྲ་ཞིག་ན།
ངའི་པ་མའི་འཚོ་བ་སྐྱེལ་བཞིན་ཡོད།
ས་དེ་འདྲ་ཞིག་ན།
ངའི་སྤུ་བུའི་ལང་ཚོ་རྒྱས་བཞིན་ཡོད།
ཡུལ་དེ་འདྲ་ཞིག་ན།
ངའི་སྤྲོན་རྒྱ་ཚོ་སྤར་བཞིན་སྐྱེང་ཡོད།
སྤར་བཞིན་བཞེངས་ཡོད།

པ་ཡུལ་གྱི་འགྲུང་བ།

འགྲི་འཇམ་དབྱངས་ཚོས་འགྲུབ།

ཟབ་དང་རྒྱ་ཚེའི་གཞུང་ལུགས་དྲངས་གསལ་གྱི་མཁའ་ལ།
འཆད་ཚོད་ཚོམ་པའི་བྱ་བ་སྤར་ཚོགས་བཞིན་བཟུ་ནས།
རྣམ་གྲོལ་དོན་གཉེར་ཅན་གྱི་རྒྱ་བ་དེ་ཤར་གྲང་།
དབྱེད་མེད་ལུང་འདྲིགས་ཅན་གྱི་རྒྱགས་བྱི་ཡི་ཚོགས་འགས།
དོན་མེད་ཅ་ཅའི་སྤྲ་ཡིས་བར་སྤང་ལ་ལུག་སོང་།

བརྗོད་ཆགས་མཛེས་སྤྱད་ལྡན་པའི་སྒོ་བ་སྤིང་གི་དགྲིལ་དུ།
གངས་མང་སྐར་ཚོགས་ལྷ་བུའི་སྒོ་བ་མ་དེ་འཛོམས་ནས།
གནའ་དེང་རིག་པའི་གནས་ལ་སྦྱང་བཅོམ་དེ་བྱས་ཀྱང་།
སྒོ་ག་ཟ་རུལ་སྦྱང་ཅན་གྱི་སྐར་སེམས་དེ་བསྐྱེབས་ནས།
འཕྲོར་མེད་ཉམས་རྩེང་མི་བུའི་ཤེས་ཡོན་དེ་རྒྱགས་སོང་།

སྒོ་ག་འོད་བྱ་བ་འཁྲུག་པའི་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་མཐའ་ལ།
བཟོ་དབྱིབས་སྒྲ་ཚོགས་བསྐྱུན་པའི་སྒོ་བ་ཁང་དེ་གསལ་ཞིང་།
དེང་རབས་སྤྱད་འཛིན་བ་ཡིས་རེ་བཅོམ་དེ་བྱས་ཀྱང་།
སྒོ་གས་ངན་གཡོ་འཁྲུག་ཅན་གྱི་བཅོས་མ་ཡི་འཇུག་དེས།
རིན་ཆེན་སྒྲོང་ལས་སྤྱད་པའི་དུས་ཚོད་དེ་འཕྲོག་སོང་།

ས་འཛིན་དཀར་སོས་གཡོག་པའི་མཐོ་སྐང་གི་ཡུལ་གྱ།
ལས་འབྲས་གྲུས་བཀྱར་ཆེ་བའི་ཚོས་ལྡན་གྱི་ཞིང་ཁམས།
ཚོལ་གསུམ་སྤྱན་རླུང་བསོད་ནམས་འོ་མཚོ་ལྷར་འབྲིལ་ཀྱང་།
ཞོགས་པའི་མེ་ལྗེ་འདྲ་བའི་ཉི་མ་དེ་ཤར་ནས།
དྲངས་གསལ་རྩེ་ལོ་འབབ་པའི་རྒྱ་མཚོ་དེ་བསྐྱམས་སོང་།

མཐིང་མདོག་ཨ་སྒོན་ཡངས་པའི་དགྲིལ་འཁོལ་གྱི་འོག་ལ།
མཛེས་སྤྱད་ཡིད་དབང་འཕྲོག་པའི་ཁམས་སྒྲོད་གྱི་འབྲི་སྒྲོངས།
ཆིག་སྤིལ་རྒྱང་དུག་ཞེ་བདེའི་གཡོག་ཅལ་དེ་རྒྱས་ཀྱང་།
དམར་པོའི་གཡོ་འཁྲུག་ཅན་གྱི་རྒྱང་དམར་དེ་སྤང་ནས།
འཛིགས་སྤྱད་ཞེད་སྤང་ཅན་གྱི་བཅོམ་ཁང་དུ་ཁྱེར་སོང་།

ནམ་གཡེང་གིས་བསྐྱུས་པའི་ང་།

འཁྲི་ཚོར་སྐྱུལ་བ།

མི་རྟག་རྒྱ་མམ་བསྐྱུས་པའི་འཛིག་རྟེན་འདིར།།
དཀར་ནག་ལས་འབྲས་རྒྱ་མཚོའི་རྒྱབས་ལྷར་གཡོ།།
ལས་ཉོན་དབང་གིས་ཚེ་འཁོར་ཐོག་མེད་ཉུལ།།
ཚོགས་དྲུག་འདུས་པའི་དྲུག་ཁྲུག་རྒྱང་གིས་གཡོས།།

ལས་ཉོན་དབང་གིས་བྱུང་བའི་སྐྱུག་ཕྱང་འདི།།
འབྱུང་འབྱུགས་ནད་ཀྱིས་གནམ་ལྷགས་སྒྲོག་ལྷར་འབྱུག།
ཞེ་སྤང་གཉི་སྐྱུག་ཁེངས་པའི་མེ་དོང་འདིར།།
ལས་དབང་དྲག་པོའི་རྒྱབས་ལྷར་རྒྱང་གིས་གཡོས།།

སྐྱིད་སྐྱུག་སྐྱུ་མའི་གར་སྟེགས་འཁྲབ་སྟོན་འདིར།།
བདག་འཛིན་གཞན་དབང་ཅན་གྱི་དྲ་བས་བཅིངས།།
སེམས་ཁམས་ངེས་མེད་རྒྱང་གིས་གང་སར་ཁྲེད།།
ཡིད་བརྟན་མེད་པའི་རྒྱང་དྲུལ་མར་མེ་བཞིན།།

ཕྱོགས་ཞེན་ཁོ་ནས་འདས་པའི་ལོ་ཟླའི་ཁྲོད།།
དལ་འབྱོར་རྟེན་བཟང་དྲུག་གསུམ་དག་པོས་བཅོམ།།
རང་ལ་དགོས་པའི་ཤེས་བྱའི་སྟོན་མེ་ནི།།
ནམ་གཡེང་རྒྱེན་པས་སྒོག་མའི་སྐྱེད་དང་མཚུངས།།

རང་བདེན་གཞན་སྒྲོན་ལྷ་བའི་ང་རྒྱལ་གྱིས།།
གཞན་གྱི་ལེགས་བཤད་མཐོང་བའི་སྒྲོ་མིག་བསྐྱེབས།།
ཁོན་ཚུའི་ནང་གི་སྤྲལ་བ་ལས་ཀྱང་ཚོངས།།
མཐའ་དོན་སུག་བཞི་འདམ་གྱི་ཁོད་དུ་བརྒྱུངས།།

ལེ་ལོ་ཁོ་ནས་འདས་བའི་ལོ་ལྷའི་རིང་།།
སྤར་ཡང་བསམ་གཞིག་བྱས་ཏེ་ཕྱིར་མིག་འཐེན།།
གཟུགས་མེད་སེམས་སུ་མཚོན་ཆའི་ཆར་བ་ཡིས།།
སྟོད་མེད་བར་གསུམ་དག་ཆར་རྒྱང་འཚུབ་གཡོས།།

འདི་དང་ཕྱི་མའི་དོན་ཆེན་བསྐྱེད་འདོད་པའི།།
སྒྲོ་དང་རྣམ་དགོད་ལྡན་པའི་མི་ཡིན་ན།།
རང་སེམས་རྣམ་གཡེང་རྒྱན་པོའི་ལག་ཤོར་བ།།
ལེ་ལོའི་བྲན་གཡོག་ང་འདྲ་མ་བྱེད་ཨ།།

ཡིད་བརྟན་མེད་པའི་འཇིག་རྟེན།

སྒྲོལ་སྒྲིང་སྐྱལ་བཟང་བསྐྱེད་སྒྲོན།

ཡིད་བརྟན་མེད་པའི་འཇིག་རྟེན་རྩ་བའི་ནང་།།
སྒྲོན་མེད་དབེན་བཞིན་སྒྲོན་ཅན་སེམ་པོས་གང་།།
ཕྱི་ཚུལ་སེམ་པོ་ཇི་ཅམ་མཛེས་ཀྱང་རུང་།།
ཡིད་སེམས་འདི་ལ་བཅོལ་ན་སྒྲོང་བར་འགྱུར།།

ཉེར་གཅིག་དུས་འདི་ནམ་མཁའི་འཇའ་ཚོན་བཞིན།།
རྟག་བརྟན་མེད་པ་སྤྱི་ཡི་དངོས་པོ་མང་།།
ལྷ་བཞིན་ལྷ་བཞིན་སྤྱི་མའི་རྟ་སྦྱང་ལྟར།།
རྒྱས་མེད་འདི་ལ་བཙུག་ན་ལྷན་པོར་གོ།།

སྤྲུལ་དོག་འགྲན་སེམས་ཆེ་བའི་དུས་འདི་ན།།
མི་ཤེས་ཤེས་སྤྱི་ཆེ་བའི་མི་སྣ་མང་།།
ཤེས་ཀྱང་བྱང་བདེན་མེད་པའི་ངན་སེམས་བཅངས།།
འདི་རིགས་འབྲེལ་འདོད་མང་ན་རང་མགོ་བརྒྱལ།།

ཆ་རྒྱས་མེད་པའི་གཞན་ལུས་གཞན་སྤྲུལ་མང་།།
མཛེས་ཚོས་མིག་གིས་མཐོང་བ་ཞེན་མ་སྤྱིས།།
སྤྲོ་མོ་ན་བས་ཐོས་ཚད་ཡིད་མ་ཆེས།།
རྒྱས་མེད་འདི་ལ་ཞེན་ན་སྤྲུལ་བསམ་དབེན།།

གཡོ་ཅན་ཁུམ་པའི་གཏམ་འདི་ན་བར་སྤྲོན།།
མ་བསམ་ལས་རེད་བརྗོད་ནས་བཤད་རྒྱ་མང་།།
ཡང་ཡང་བརྟན་ན་དགོད་སྤྱི་སྤྲུལ་རེ་གོ།།
སྤྱི་སེམས་འདི་ལ་བཙུག་ན་སྦྱང་སྤྱི་བཞིན།།

ལྷན་པོ་ལྷ་སྤྲུལ་གར་ཁྲིད་མ་ཡིན་པར།།
ཁ་རྒྱང་མིག་གི་དམིགས་རྟེན་མ་འཁྲུལ་ཞིང་།།
འོད་སྤོང་འཕྲོ་བའི་མ་འོངས་མདུན་ལམ་ལ།།
མི་ཡི་རྣམ་དཔྱོད་ལོངས་སྤྱི་སྤོད་པར་འཚལ།།

སྒྲིབ་དག་མེ་ལོང་མ་དང་ལང་ཚོའི་རྒྱལ་ལྷའི་འབྲེལ་བ་སྐྱེང་བ།

འབྲོང་དུང་ཚོས་རྗེ།

སྤྱི་ལོ་༡༩༥༣ ལོར་དཔལ་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་གྲིས་ལང་ཚོའི་རྒྱལ་ལྷའི་བཅའ་སྲོལ་ལ་ནས་བརྒྱུད་པོད་
 ལྷོངས་སུ་རང་ལོས་སྒྲིབ་དག་ཅེས་པའི་མ་སྒྲིབ་དང་ཞིང་། ཅེས་ཡ་མཚན་པ་ཞིག་ལ་མཁས་སྒྲིབ་
 པལ་ཆེ་བས་སྒྲིབ་གཞུང་མེ་ལོང་མའི་རྒྱལ་ལྷའི་གྲིས་མ་བཅེངས་པའི་གསར་གཏོད་ཅིག་ཏུ་ཅི་
 བཞིན་པ་ནི་ཡོངས་སུ་གྲགས། འོན་ཀྱང་གཟུ་བོའི་སྒྲོས་ལེགས་པར་བལྟས་ན། རང་ལོས་སྒྲིབ་དག་
 ཅེས་པ་ཚིག་གི་རྒྱུ་རྐྱེན་དང་གཅོད་མཚན་མ་དེས་པ་ཅོམ་ལས་དོན་གྱི་ཉམས་འགྱུར་
 སྒྲིབ་ལྷའི་ལ་ནི། མེ་ལོང་མའི་ར་བ་ལས་མ་འདས་པར་མཐོང་སྟེ། བོད་ལྷོངས་རང་ལོས་སྒྲིབ་དག་
 གི་མ་ཡུམ་དུ་གྲགས་པ་ལང་ཚོའི་རྒྱལ་ལྷའི་རང་ལ་མཚན་ན་མགོ་མཚུག་བར་གསུམ་ཐམས་ཅད་དུ་
 མེ་ལོང་མའི་རྒྱལ་གྲིས་མ་སྒྲིབ་པའམ་མ་བཅེངས་པ་ཞིག་གཏུན་ནས་མི་སྣང་བར་མངོན་སུམ་དུ་
 གྲུབ་པས། རྒྱལ་སྒྲོས་ཚིག་གི་ལོ་མས་མ་བསྐྱེབས་པར་ཐད་ཀར་ར་སྒྲོད་ཁ་གསལ་གཏོང་གསལ་
 ཞིག་བརྗོད་ན། དེ་ཡང་ལང་ཚོའི་རྒྱལ་ལྷའི་བརྗོད་པ་རེ་རེ་བྲངས་ནས་དེའི་གཤམ་དུ་མེ་ལོང་མའི་
 རྒྱལ་གང་ཡིན་དོས་འཇིན་དང་འབྲེལ། དེར་དུས་གྲགས་ཆེ་བའི་སྒྲིབ་འབྲེལ་ཚངས་སྲས་བཞད་པའི་
 རྒྱ་དབྱངས་ལས་རྒྱལ་གྱི་དོ་བོ་བཞད་པའི་ཚིག་ཇི་བཞིན་དཔང་པོར་བསྐྱེགས་ཡོད་པས། དོན་ལ་
 གནས་མིན་སྒོ་ལྡན་དག་གིས་དབྱུད་པར་མཐོང་ཅིག

༡༽

ད་ནི་ལང་ཚོའི་རྒྱལ་ལྷའི་བརྗོད་དོན་རེ་རེ་ནས་མེ་ལོང་མའི་རྒྱལ་གང་དང་གང་གིས་བརྒྱལ་ཡོད་
 ལྷལ་གཞུང་དངོས་ལ་གཞུག་པར་བྱ་སྟེ། ལང་ཚོའི་རྒྱལ་ལས། སྤོ་ཞིང་བསངས་པའི་ནམ་མཁམ།
 རྫོ་ཞིང་འཇམ་པའི་ཉི་འོད། ཡངས་ཤིང་ཆེ་བའི་ས་གཞི། མཛེས་ཤིང་སྤུག་པའི་མེ་ཏོག། མཐོ་ཞིང་
 བརྗོད་པའི་སྒྲིབ་པོ། ཞེ་མ། དེ་ལས་ཀྱང་ཉམས་དགའ་བ་ནི། མདུན་ཕྱོགས་ཀྱི་བྲག་དོས་གཟར་བོ་ན།
 ཆེ་ཆེ་ལ་དུ་འབབ་པའི་རྒྱལ་ལྷའི་དེ། ཅེས་པ་འདི་ནི་དགའ་བའི་རྒྱལ་ལས་དངོས་ཐོབ་ཀྱི་དགའ་བ་

སྒྲེ། མེ་ལོང་མའི་ཙ་བར། དགའ་བ་མཚོག་གྲུང་དགའ་བར་བརྗོད། །ཅེས་དང། འགྲེལ་བར། དགའ་
བའི་རྒྱན་ནི་ཆེས་ཁྲད་བར་དུ་འཕགས་ཏེ་རྒྱ་འགའ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་ནང་སེམས་ལ་དགའ་བ་ཁྲད་
བར་ཅན་སྐྱེས་པར་བརྗོད་པའི་ཆོག་ཉམས་དང་ལྡན་པའི་དག་ལྟ་བུ་ལ་ཟེར། འགྲེལ་བར་དངོས་ཐོབ་
ཀྱི་དགའ་བ་ནི། རང་ཉིད་གང་ལ་དགའ་བའི་ཡུལ་དེ་དངོས་སུ་མཐོང་བ་ལ་བརྟེན་ནས། རང་སེམས་
ལ་དགའ་བ་ཁྲད་བར་ཅན་སྐྱེས་པ་སྒྲོན་པའི་རྒྱན་ལྟ་བུ་ལ་ཟེར། ཞེས་པས་སོ།།

༣༽

ལང་ཚོའི་རྩལ་རྒྱ་ལས། ལྷོས་དང། ལྷ་བའི་རྒྱབས་ཐོང་དཀར་ཞིང་བྱི་མ་མེད་ལ། འོད་ཀྱི་
ཐིག་ལེ་ནི། རྩ་བུའི་སྒྲོ་མདོངས། བེ་ཚོའི་སྒྲོ་ལྷུ། ཟའོག་རི་མོ། དབང་པོའི་གཞུ་རིས། ཉོན་དང།
རྒྱ་ཡི་བཞུར་སྐྱ་གསལ་ཞིང་སྐྱོན་འཛེབས་ལྡན་ལ། ལང་ཚོའི་སྐྱ་དབྱངས་ནི། རི་བའི་སྐྱ་ཚངས་པའི་
དབྱངས། དབྱངས་ཅན་དག །ལྷ་བུག་གདངས། ཞེས་པ་འདི་ནི་གཞུགས་རྒྱན་ལས་གཞུགས་ཅན་གྱི་
གཞུགས་ཅན་ཏེ། ཙ་བར། ཐ་དད་སྣང་མིན་གྲུང་བ་ཡི། །དཔེ་ཉིད་དག་ནི་གཞུགས་ཅན་འདོད།
འགྲེལ་བར། འདི་ནི་དཔེ་དང་དཔེ་ཅན་ཐ་དད་དུ་བཀོད་ནས་དེ་གཉིས་འདྲ་བའམ་མཚུངས་པ་ཅམ་
བརྗོད་པ་མ་ཡིན་པར། དཔེ་དང་དཔེ་ཅན་གཉིས་ཐ་དད་དུ་སྣང་བ་མིན་པ་སྒྲེ། སོ་སོར་མ་སྐྱེ་བར་
དཔེ་ཅན་དེ་དཔེའི་གཞུགས་སུ་བཀོད་པའི་རྒྱན་ལ་གཞུགས་རྒྱན་ཟེར། འགྲེལ་བར། གཞུགས་ཅན་
གྱི་གཞུགས་ཅན་ནི་དཔེ་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་ཞིག་དཔེའི་གཞུགས་སུ་བཀོད་ཅིང། དཔེ་དེ་ཉིད་ཀྱང་
དཔེ་གཞན་གྱི་གཞུགས་སུ་སྒྲོར་བ་ཞིག་ལ་ཟེར། འདི་ལ་གཞུགས་ཅན་འཕར་མ་ཡང་ཟེར། རྒྱན་
འདི་ནི་རོ་མཚར་ཞིང་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཞིག་ཡིན་པས་གཞུགས་རྒྱན་གཞན་ལས་ཆེས་ཆེར་སྐྱོན་ཞིང་
མཛེས་པའི་རྒྱན་ཡིན། ཞེས་སོ།།

༣༽

ལང་ཚོའི་རྩལ་རྒྱ་ལས། ཀྱེ། འདི་ནི་རང་བཞིན་གྱི་རྩལ་རྒྱ་དཀྱུས་མ་ཞིག་མ་ཡིན་ཏེ། བརྗོད་
ཅིང་ཇམ་པའི་ཉམས། འཛིགས་པ་མེད་པའི་སྣང་། ལྷམ་པ་མེད་པའི་དཔལ། དར་ཞིང་རྒྱས་པའི་
ལུས། མཛེས་ཤིང་འཕྱོར་བའི་རྒྱ། སྐྱོན་ཞིང་འཛེབས་པའི་སྐྱ། འདི་ནི། བོད་གངས་ཅན་གྱི་གཞོན་
ཏུ་རྣམས་ཀྱི་ལང་ཚོའི་རྩལ་རྒྱ་རེད། འདི་ནི། དུས་རབས་ཉི་ཤུའི་ལོ་རབས་བརྒྱད་ཅུའི་བོད་རིགས་

གཞོན་ནུ་རྣམས་ཀྱི་གསར་གཏོང་གི་སྣང་སྒྲོབས། འཕམ་འཛིང་གི་ཉམས་འགྱུར།
ལང་ཚོའི་སྐྱ་སྐྱ་རེད། ཅེས་པ་འདི་ནི་དཔེ་རྒྱན་སོ་གཉིས་ལས་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་དཔེ་སྟེ།
འགྲེལ་པར། དཔེ་དེ་དཔེ་ཅན་ལས་ཅུང་ཟད་དམན་པས། དཔེ་ཅན་ལ་དཔེ་དེ་ལས་ཡོན་ཏན་ལྡན་
པར་བ་ཞིག་ཡོད་པའི་ངེས་ཚིག་གསལ་བར་གཏན་ལ་འབེབས་པའམ་གཞི་དེ་དཔེ་དཔེ་ཅན་གང་
ཡིན་མིན་གྱི་ཐེ་ཚོམ་བཅད་ནས་ངེས་པ་རྙེད་པའི་རྒྱ་མཚན་གཏན་ལ་པབ་པ་ལའང་ཟེར། ཞེས་སོ།།

༧༽

ལང་ཚོའི་རབ་ཚུ་ལས། གྲེ་གྲེ། རབ་ཚུ་ཡི་ལང་ཚོ་ཡ། ལང་ཚོ་ཡི་རབ་ཚུ། བྱེད་
ལ་འཛིགས་པ་མེད་པའི་སྣང་སྒྲོབས་དང། ལུམ་པ་མེད་པའི་སྣང་སྒྲོབས་པ། ཉམས་པ་མེད་པའི་ཟེལ་
འབྲུགས། འཛད་མཐའ་མེད་པའི་སྣང་སྒྲོབས་འབྲུགས་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་རི་ལྟར་རྒྱས་པ་ཡིན། ཞེས་དང།
བྱེད་ནི་མཐུན་སྦྲིལ་གྱི་རྒྱ་ཞིག་ཡིན་པས། གཡང་གཟར་གྱི་བྲག་ལས་འབབ་པར་ཤོད།
བྱེད་ནི་ཡོངས་འདུས་ཀྱི་རྒྱ་ཞིག་ཡིན་པས། ངམ་རོང་གི་གཡང་ལས་མཚོང་བར་སྦྲོབས། བྱེད་ལ་
གསར་བྱུང་གི་རྒྱ་སྐྱ་བསྐྱ་བའི་སྣང་སྒྲོབས་པ་དང་ལྡན་པས། བྱེད་ཀྱི་སྒོ་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་ལུས་སྣང་སྒྲོབས་དང་
ལ་ཟེལ་འབྲུགས་ཆེ། བྱེད་ལ་ཁེངས་པ་སྤངས་ཤིང་བེགས་པའི་བྱི་མ་མེད་པས། བྱེད་ཀྱི་བུའུ་རྒྱན་
རིང་ལ་འབབ་རྒྱན་བྲག། བྱེད་ལ་སྦྱིགས་མ་འདོར་ཞིང་སྣང་བཅུད་གཞིབ་པའི་ལུས་པ་དང་ལྡན་པས།
བྱེད་ཀྱི་ལུས་སེམས་གཙང་ལ་ལང་ཚོའི་དཔལ་ཡོན་རྒྱས། ཞེས་པ་འདི་ནི་ལེའུ་དང་ཤེའི་ཤར་སྟོ་
ཐུན་མོང་གི་རྒྱན་བཅུ་ལས་བཅུ་པ་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་ཡོན་ཏན་ཉེ།

འགྲེལ་པར། དངོས་པོ་གཞན་གྱི་ཚོས་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་ཚོས་ཅན་པལ་བ་གཞན་ཞིག་ལ་
བྱེད་ཚོས་རྣམས་མ་འགྱུར་བར་བཞོད་པ་སྟེ། དཔེར་ན་སེམས་ལྡན་སྦྱེས་སུ་ཞིག་གི་བྱེད་ཚོས་དེ།
སེམས་མེད་ཀྱི་ཚོས་གཞན་དག་ལ་ངོ་བོ་མ་གྱུར་བར་འགོད་པ་ལྟ་བུ་སྟོ་ཤར་གཉིས་ཀྱི་ཐུན་མོང་གི་
ལུགས་སུ་འདོད། ཅེས་སོ།།

༨༽

ལང་ཚོའི་རབ་ཚུ་ལས། རབ་ཚུ་ཡ། བྱེད་ནི་སོ་རྒྱས་ཀྱི་དཔང་པོ་དང། མ་འོངས་པའི་ལམ་
འཛིན་རེད། བྱེད་ཀྱི་བྱི་མ་བྲལ་བའི་རྒྱ་ཐེགས་རེ་རེའི་ནང་དུ། གངས་ཅན་མོད་ཀྱི་འཕེལ་འགྲིབ་

འཁོད་ཡོད་ལ། བྱི་གཞེགས་མ་འབར་བའི་རྩལ་སྒྲུབ་རེ་རེའི་ནང་དུ། བསེལ་ལྷན་ཁ་བའི་
སྒྲོངས་ཀྱི་དར་རྒྱུད་འདུས་ཡོད། ཅེས་དང། བྱི་ཚུ་མགོ་གངས་དང་འབྲེལ་ཞིང། བྱི་ཚུ་
ང་རྒྱ་མཚོར་འདྲེས་ཡོད་པའི་སྲིད། བྱི་ཀྱེ་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བཞུར་རྒྱུན་རིང་མོས། ང་ཚོ་ལ་གཞི་བརྟེན་
དང་ལ་རྒྱ་གནད་བ་དང། བྱི་ཀྱེ་དུས་རབས་ཀྱི་བཞུར་རྒྱ་སྒྲུབ་མོས། ང་ཚོ་ལ་སྐྱུལ་མ་དང་སྟོབས་
ལུགས་བསྐྱུལ་བྱུང། ཞེས་པ་འདི་ནི། རབ་བཏགས་ཀྱི་གབ་ཚིག་གི་རྒྱན་ཏེ། ཅ་བར། གང་དུ་ངག་
དོན་རྣམས་པ་གཞན། །སྤང་བ་དེ་ནི་རབ་བཏགས་ཉིད། །འགྲེལ་བར། གབ་བྱའི་དོན་དེ། གབ་བྱེད་
དངོས་པོ་དེ་དང་རྣམས་པ་མཚུངས་པའི་དོན་གཞན་ཞིག་ཏུ་བཏགས་ཏེ་བརྗོད་དོན་དངོས་སྤྲོས་ནས་
རྣམས་པ་གཞན་ཞིག་ཏུ་རྟོགས་ཤིང་སྤང་བར་བྱེད་པའི་ངག་དོན་ལྟ་བུ་ལ་ཟེར། ཞེས་པས་སོ།།

༧༽

ལང་ཚོའི་རབ་ཚུ་ལས། བྱི་མེད་ན། ལྷ་རིག་པའི་རལ་གྱི་ལ་ངར་རི་ལྷར་སྤྱད། བྱི་
མེད་ན། བཟོ་རིག་པའི་རྒྱ་གྱི་ལ་ལོ་རི་ལྷར་འཛོག། བྱི་མེད་ན། གསོ་རིག་པའི་སྒྲོན་པ་རྒྱས་མི་ཐུབ་
ལ། ཚད་མའི་ལོ་ཉོག་དང་ནང་རིག་འབྲས་བུའང་སྤོང་མི་སྲིད། གཅིག་བྱས་ན། བྱི་ཀྱེ་ལེལ་
དང་འབྲེལ་བའི་སེམས་ལའང། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་མ་ཁ་དང། དམག་འཁྲུག་གི་ནད་རྙིང་། རྫོངས་དད་ཀྱི་
རྒྱ་བྱར། རྙིང་ཞེན་གྱི་རྩལ་སྒྲུབ་སོགས་མཚེས་ཀྱང་སྲིད་མོད། ཅེས་དང། ལྷན་ངག་གི་རྟ་པོ་སྟོམ་
པས་གདུངས་ན་རི་ལྷར་བྱ། ལྷེབ་སྒྲོར་གྱི་སྤང་ཚེན་ཚ་བས་གཅེས་ན་རི་ལྷར་བྱ། མདོན་བརྗོད་ཀྱི་
སེང་གོ་དེགས་པས་གཞིར་ན་རི་ལྷར་བྱ། རྫོས་གར་བུ་རྒྱུད་དུ་ལྷན་ཏུ་ལྷན་ན་རི་ལྷར་སྒྲོང། ལྷར་
ཅེས་ཀྱི་པ་ལུལ་སྒྲོང་བར་ལྷན་ན་སྤྱི་ཡིས་འཛིན། ཚན་རིག་གི་གཞོན་ཏུ་མག་བར་ལེན་ན་བསྐྱུ་མ་
རི་ལྷར་བྱེད། ལག་ཅེས་ཀྱི་བུ་ལོ་བག་མར་བསྐྱུ་ན་ཁོ་བོ་སྤྱི་ཡིས་བྱ། ཞེས་པ་འདི་ནི་གཞུགས་
རྒྱན་ལས་བསྐྱུས་ཤིང་མ་བསྐྱུས་པའི་གཞུགས་རྒྱན་ཏེ། འགྲེལ་བར། དཔེ་ཅན་གྱི་ཁྱད་གཞི་དང་ཁྱད་
ཚོས་འགའ་ཞིག་དཔེའི་ཁྱད་གཞི་དང་ཁྱད་ཚོས་འགའི་གཞུགས་སྤྱི་བཞོད་ཅིང། བར་གྱི་འགྲེལ་སྒྲུ་
འགའ་ཞིག་བསྐྱུས་ལ་འགའ་ཞིག་མ་བསྐྱུས་པའི་རྒྱན་ལ་ཟེར། ཞེས་སོ།།

༨༽

ལང་ཚོའི་རབ་ཚུ་ལས། རྙིང་བར་དཀའ་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བེམ་པོའི་ལྷན་པོ་ལ། དུས་དང་མཐུན་

པའི་སྒོ་ག་གི་དབང་པོ་མ་ཞུགས་ན། ཡར་རྒྱས་ཀྱི་འཕམ་ཚ་ལྗིང་མི་སྲིད་ལ། སྒྲོན་ཐོན་གྱི་སྤིང་ལྷག་
རྒྱ་མི་སྤྱབ་ཅིང་། མདུན་བསྐྱོད་ཀྱི་གོམ་པ་ནི་དེ་བས་ཀྱང་ངོ་། །ཞེས་པ་འདི་ནི་གཟུགས་རྒྱན་ལས་
ལྷན་པའི་གཟུགས་རྒྱན་ཏེ། འགྲེལ་པར། དཔེ་ཅན་གང་གི་རྟེན་དང་བརྟེན་པ་གཉིས་ལྷན་ཅིག་ཏུ་
འགྲོགས་པའམ་ལྷན་པ་དེ། དཔེའི་རྟེན་དང་བརྟེན་པ་གཉིས་ཀྱང་པན་ཚུན་འགྲོགས་པའམ་ལྷན་པ་
ཞེག་གི་གཟུགས་སུ་བཀོད་པས། དཔེ་ཅན་དེ་དག་ལྷན་ཅིག་ཏུ་གནས་པར་མ་ཟེད། དཔེ་རྣམས་
ཀྱང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་ལྷན་པའམ་འགྲོགས་པའི་གཟུགས་ཅན་ཞེག་ལ་ཟེད། ཞེས་སོ།།

༡༽

ལང་ཚོའི་རྩལ་རྒྱ་ལས། གསལ་བྱུང་ངམ། རྩལ་རྒྱ་ལགས། བོད་གངས་ཅན་གྱི་གཞོན་ནུ་རྣམས་
གྱི་ངོ་བོ་དེ་དག་ཁྲིད་གྱིས་གསལ་པ་ཨོ་བྱུང་། ཞེས་དང་། རྩལ་རྒྱ་ལགས། ཁྲིད་གྱི་དྲུངས་ཤིང་
གསལ་ལ་སྒྲོན་ཞིང་འཛེབས་པའི་སྤྱ་སྤྱ་ལས་བྱུང་བའི་ལན་དེ་དག །ང་ཚོའི་སེམས་ལ་རྩོལ་རི་མོ་
བརྗོད་པ་ལྟར་བཟུང་ཡོད། ཅེས་པ་འདི་ནི་རབ་རྟོག་གི་རྒྱན་ལས། སེམས་མེད་རབ་རྟོག་གི་རྒྱན་ཏེ།
འགྲེལ་པར། སེམས་མེད་པའི་དངོས་པོ་གང་ཡང་རྩང་བ་ཞེག་གི་གནས་རྒྱལ་དངོས་རི་ལྟར་ཡིན་པ་
དེ་རྣམས་པ་གཞན་ཞེག་ཏུ་སྒྲོ་བཏགས་པ་སྟེ། དངོས་པོ་དེ་ལ་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་སྒོ་དེ་མེད་བཞིན་ཏུ་
ཡོད་པ་ལྟར་སྒྲོ་བཏགས་ནས་འཁྲོག་པོར་བརྗོད་ཅིང་རབ་རྟོག་གི་སྤྱ་དང་ལྷན་པའི་ཚིག་གི་སྤྱོད་པ་
ཅན་ལ་ཟེད། ཞེས་སོ།།

༢༽

ལང་ཚོའི་རྩལ་རྒྱ་ལས། མཚར་སྤྲུག་འོད་སྟོང་འབར་བའི་སྒྲོན་ཆད་གྱིས་ད་ལྟའི་ཚབ་བྱེད་མི་
རྩང་ལ། བ་རྩའི་ངོ་མ་དང་འགྲོགས་པའི་ཁ་སང་གིས་དེ་རིང་གི་སྒྲོམ་པ་ག་ལ་སོད། ཅེས་པ་འདི་ནི་
ཁྲད་པར་ལ་གནས་པའི་དོན་གཞན་བཀོད་པ་སྟེ། བསྐྱབ་བྱ་བརྗོད་འདོད་ཀྱི་དངོས་པོའི་བྱེད་ལས་
ཁྲད་པར་ཅན་ཞེག་ལ། དེའི་སྐྱབ་བྱེད་དུ་དེ་དང་མཚུངས་པའི་དངོས་པོ་གཞན་གྱི་བྱེད་ལས་ཁྲད་
པར་བ་ཞེག་བཀོད་པ་ལྟ་བུ་ལ་ཟེད། ཞེས་སོ།།

༡༠༽

ལང་ཚོའི་རྩལ་རྒྱ་ལས། ཀ་ཡོ། རྩལ་རྒྱ་ལགས། ཁྲིད་གྱི་ཆལ་ཆེལ་གཡོ་བའི་རྒྱབས་སྤེང་དང་།

ལང་ལོང་འཛོལ་བའི་ཟེགས་མ་ལས། ང་ཚོ་སྟེ། བོད་གངས་ཚན་གྱི་མི་རབས་གསར་བའི་སྟོབས་
ཤུགས་མཚོན་པ་དང་། ཁྱེད་ཀྱི་ཤང་ཤང་འབབ་པའི་ཚུ་རྒྱན་དང་། ལུང་ལུང་བཟུང་བའི་ཚུ་སྐྱེ་ལས།
ང་ཚོ་སྟེ། བོད་གངས་ཚན་གྱི་མི་རབས་གསར་བའི་སུགས་བསམ་མཛོན་འདུག །ཅེས་པ་འདི་ནི་
ངེས་བརྟན་གྱི་རྒྱན་ལས་མཚོག་གི་ངེས་བརྟན་ཏེ། འགྲེལ་བར། ངེས་བ་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་དཔེའི་དངོས་
པོ་ཞིག་གིས་རང་དང་ཚོས་མཚུངས་པའི་བརྟན་བྱ་དངོས་པོ་གང་ཞིག་གིས་འབྲས་བུ་མཚོག་ཏུ་
གྱུར་བ་སྟེ་བ་མཚོན་པར་བྱེད་པ་ཞིག་ལ་ཟེར། ཞེས་སོ།།

༡༡༽

ལང་ཚོའི་རྒྱ་རྒྱ་ལས། རྗེ་ཞེན། བག་འཁྲུག། རྗེ་དང་། ལེ་ལོ། ང་ཚོའི་མི་རབས་འདིར་
འདུག་ཡུལ་གཏན་ནས་མེད། རྗེས་ལུས། ལྷ་སྟོ། ལུན་ནག་ལོག་སྟོད། ང་ཚོའི་དུས་རབས་འདིར་
གནས་ས་ཡེ་ནས་མེད། ཅེས་དང་། མ་འོངས་པའི་ལམ་ཁར། གྲག་ཀྲོག་སྐར་ལས་ཆེན་ཡང་། བོད་
ཀྱི་གཞོན་ནུ་རྣམས་འཛིགས་པའི་གོ་སྐབས་བྲལ་ཞིང་། ང་ཚོས་རང་དེའི་མི་རིགས་འདིར། མདུན་
སྟོད་ཀྱི་ལམ་གསར་བ་ཞིག་འབྱེད་ངེས་ཡིན། ཞེས་དང་། འོད་གསལ་གྱི་ལམ་ཆེན། གཟི་བུ་ཤིང་གྱི་
ལས་འགན། བདེ་སྲིད་ཀྱི་འཚོ་བ། འཐབ་འཛིང་གི་སྐྱེད་བྱུངས། རྒྱ་རྒྱའི་ལང་ཚོ་ལ་ཡལ་བ་མེད་
ཅིང་། ལང་ཚོའི་རྒྱ་རྒྱ་ནི་དེ་བས་ཀྱང་ཉམས་པ་མེད། ཅེས་པ་འདི་ནི་གཟི་བུ་ཤིང་གྱི་རྒྱན་ཏེ། འགྲེལ་
བར། རྗེད་བྱེད་ཀྱི་ཚིག་ལ་བརྗེད་ཆགས་ཤིང་དེགས་པ་འཕལ་ང་རྒྱལ་གྱི་ཉམས་གཟེངས་སུ་མཐོ་བའི་
གཟི་བུ་ཤིང་དང་ལྷན་པ་ཞིག་སྟོན་པའི་དག་ལྟ་བུ་ལ་ཟེར། ཞེས་དང་། གཟི་བུ་ཤིང་ཅན་ནི་ནང་སེམས་
ལ་ཁེངས་དེགས་སམ་ང་རྒྱལ་འཕེལ་བའི་ཚིག་ཉམས་ཐོན་པ་སྟེ། ཞེས་སོ།།

༡༢༽

ལང་ཚོའི་རྒྱ་རྒྱ་ལས། ལྷོས་དང་། གལ་འགྲིག་པའི་རུ་དབྱེད་དེ་ནི། བོད་གངས་ཚན་གྱི་
མི་རབས་གསར་བ་རེད། ཉོན་དང་། འགོས་མཉམ་པའི་སྐྱེ་སྐྱེ་དེ་ནི། བོད་གངས་ཚན་གྱི་གཞོན་ནུའི་
གོམ་སྐྱེ་རེད། ཅེས་པ་འདི་ནི་ཉམས་ལྷན་གྱི་རྒྱན་ལས། དགའ་བའི་འགྱུར་བ་འཕེལ་བའི་སྐྱེག་པའི་
ཉམས་ཏེ། འགྲེལ་བར། ཡིད་དུ་འོང་བའི་ཡུལ་དང་ལྷན་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ནང་དུ་དགའ་བ་འཕེལ་
བའི་རྣམ་འགྱུར་སྐྱེག་ཉམས་གསལ་བར་བྱེད་པའི་ཚིག་གི་སྟོར་བ་ལྟ་བུ་ལ་ཟེར། ཞེས་དང་། དགའ་

བའི་སེམས་ཀྱི་འགྲུང་བ་ལྷི་འོལ་ལུས་ངག་གི་རྣམ་འགྲུང་དུ་ཤར་བ་དེ་ལ་སྐྱེག་པའི་ཉམས་ཞེས་
ཟེད། ཞེས་སོ།།

༡༣༽

ལང་ཚོའི་རྣམ་ཐུ་ལས། འདི་ནི། བོད་གངས་ཅན་གྱི་གཞོན་ལུ་རྣམས་ཀྱི་ལང་ཚོའི་རྣམ་ཐུ་རེད།
ཅེས་དང་། འདི་ནི། བོད་གངས་ཅན་གྱི་གཞོན་ལུ་རྣམས་ཀྱི་ངག་ལས་བྱུང་བའི་ལང་ཚོའི་རྣམ་ཐུ་
རེད། འདི་ནི། བོད་གངས་ཅན་གྱི་གཞོན་ལུ་རྣམས་ཀྱི་སེམས་ན་འབབ་པའི་ལང་ཚོའི་རྣམ་ཐུ་རེད།
ཅེས་པ་འདི་ནི་གཅིག་བསྐྱིབས་ཀྱི་གཤམ་ཚིག་སྟེ། འགྲེལ་པར། ངག་སྒྲོང་གང་གི་བརྗོད་དོན་གྱི་རྟེན་
ལུས་ལྷ་བྱ་གསལ་བར་བྱས་ནས། བརྟེན་པ་ཡན་ལག་ལྷ་བྱ་སྤྲས་ཏེ་མི་གསལ་བར་བྱས་པའི་ཚིག་
སྒྲོང་ལྷ་བྱ་ལ་ཟེད། ཞེས་སོ།།

༡༤༽

དེ་ལྟར་རྒྱན་རྣམས་འོས་བསྐྱུང་ནས། ལང་ཚོའི་རྣམ་ཐུའི་ལུས་ལ་མཚོན་ན། མེ་ལོང་མ་ལས་
བཅད་སྐྱེག་སྐྱེལ་མ་གསུམ་དུ་བཤད་པའི་སྐྱེག་མ་ཡིན་པ་བཅས་ཀྱིས། སྐྱབ་གཞུང་མེ་ལོང་མའི་
ལུས་དང་རྒྱན་ལས་ལོགས་སུ་གྲུང་བའི་ལང་ཚོའི་རྣམ་ཐུ་ཞིག་གྲུབ་མི་འདུག་ཅིང་། མེ་ལོང་མའི་རྒྱན་
དེ་དག་དང་བྲལ་བར་གྲུང་ན་ལང་ཚོའི་རྣམ་ཐུ་རོ་བརྟུད་དང་བྲལ་བར་ཡིད་གཉིས་མ་མཆིས་སོ།།
མཐའ་དོན་དུ། དབྱུང་ཚོམ་འདི་སྐྱབ་གཞུང་མེ་ལོང་མ་རུས་མེད་དགོས་མེད་རྗེས་ལུས་སུ་ལྷ་བའི་
རང་རིགས་སྐྱེས་བུ་ཉམ་བཤད་མཁམ་ཚོར་ཆེད་དུ་གཟིགས་མོར་བུལ་བ་ཡིན་པས། དོན་ལ་མི་
གནས་པར་མཐོང་ཆེ་གཞུང་ལུགས་དཔང་བཙུགས་ཀྱིས་དབྱུང་ཞིབ་ལ་དགའ་བསུ་ཞུ་ཡི། དོན་སྟོང་
ཚིག་གི་སྒྲོས་པ་ཅམ་དང་རང་ལྷ་མཚོག་འདྲིན་གྱི་འུར་སྒྲོག་ཅམ་ནི། དུས་ཚོད་རྒྱུད་གཞོན་པ་ལས་
མ་མཆིས་པ་མཐུན་པར་མཐོང་ཅིག་གུ།

ཞེས་སུ་འགྲུང་མཐོ་སྒྲོབ་མདོ་སྤྲགས་རིག་པའི་འབྲུང་གནས་སྐྱིད་དུ་བྲིས། དགེའོ།།

སུམ་ཅུ་པའི་རྣམ་པའདད་སྒོ་གསར་མགུལ་རྒྱན།

དགའ་སྒོ་ནགས་ཤོད་པ་སྒོ་བཟང་ཕུན་ཚོགས།

རབ་འབྲམས་རྒྱལ་པའི་མཁའ་བཙུན་ལྷུང་ལྷུང་ལྷུང་། །
 གཅིག་བུས་སུན་མཚམས་གསར་པའི་སྒོ་གོས་ཅན། །
 ས་གསུམ་ཐན་བདེ་བསྐྱེད་པའི་ཉིན་བྱེད་དབང་། །
 ལྷ་མ་སྐྱ་བའི་དབང་པོས་དགེ་ལེགས་སྒྲོལ། །
 ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་གཞི་མ་ཡེ་གེ་སྟེ། །
 བར་སྐྱོད་རིག་པ་འདོད་འཇོའི་གཙུག་ལག་གི།
 རོ་མཚར་ཚིག་གི་སྲོང་བ་སྲེལ་བ་ལ། །
 མ་བསྐྱལ་ན་ཡང་དགའ་བ་ངང་གི་འཕེལ། །
 མིང་ཚིག་གཉིས་ཀྱི་ཚོམ་གཞི་རུ། །
 རྒྱུར་པའི་སྐྱད་ཀྱི་གདངས་དེ་ནི། །
 ཡི་གེའི་མཚན་ཉིད་ཤེས་པར་བྱ། །
 རོན་གྱི་རོ་པོ་ཅམ་ཞིག་ལས། །
 རྒྱད་པར་མི་སྒྲོན་མཉན་བྱ་དེ། །
 མིང་གི་མཚན་ཉིད་ཅེས་སུ་གྲགས། །
 རྒྱད་གཞི་དང་ནི་ལྷན་ཚོས་སུ། །
 རྒྱུར་ནས་སྒྲོན་པའི་མཉན་བྱ་དེ། །
 ཚིག་གི་མཚན་ཉིད་ཅེས་སུ་གྲགས། །

ཡི་གེ་དེ་ལ་དབྱངས་གསལ་གཉིས། །
 ང་རོའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་ནི། །
 མ་ནས་བཞག་པའི་ཡི་གེ་དེ། །
 དབྱངས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཅེས་ཀྱང་བྱ། །
 དབྱེ་ན་ཨི་ལུ་ཨི་ཨོ་བཞི། །
 རང་གྲོགས་དབྱངས་དང་སྐྱར་བ་ན། །
 རང་གི་བརྗོད་བྱའི་དོན་དེ་ཉིད། །
 གསལ་བར་བྱེད་པའི་མཉན་བྱ་དེ། །
 གསལ་བྱེད་ཡི་གེའི་མཚན་ཉིད་ཡིན། །
 དབྱེ་ན་ཀ་སོགས་སུམ་ཅུ་ཡོད། །
 མིང་གཞིའི་ཡེ་གེ་རྣམས་ཀྱི་ནི། །
 རྗེས་སུ་འཇུག་རུང་ཡི་གེ་དེ། །
 རྗེས་འཇུག་ཡི་གེའི་མཚན་ཉིད་ཡིན། །
 དེ་ལ་དབྱེ་ན་བཅུ་ཡོད་དོ། །
 རང་གི་འཇུག་ལུལ་དུ་སྐྱར་པའི། །
 མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་རྣམས་ཀྱི་ནི། །
 སྒྲོན་དུ་འཇུག་པའི་ཡི་གེ་དེ། །

སྒོན་འཇུག་ཡི་གེའི་མཚན་ཉིད་ཡིན། །
 དེ་ལ་དབྱེ་ན་ལྡེ་ཡོད་དོ། །
 མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་རྣམས་ཀྱི་ནི། །
 རྗེས་སུ་འཇུག་པ་ཙམ་མ་ཟད། །
 ཡང་བསྐྱར་རྗེས་འཇུག་རྗེས་སུ་ཡང་། །
 འཇུག་པའི་ཡི་གེར་ཡང་འཇུག་ཟེད། །
 དེ་ལ་ནང་གསེས་ད་ས་གཉིས། །
 གང་ཞིག་མིང་རྣམས་འབྱུང་བའི་གཞི། །
 གྲེད་པའི་ཡི་གེར་མིང་གཞི་ཟེད། །
 དེ་ལ་དབྱུངས་གསལ་ཐམས་ཅད་དོ། །
 ཡི་གེ་ལས་ནི་མིང་རྣམས་འབྱུང་། །
 མིང་ལས་ཚིག་རྣམས་འབྱུང་བ་དང་། །
 ཚིག་ལས་སྐྱ་ཡི་འབྲེང་བ་འབྱུང་། །
 དེ་ཡང་བདེ་སྒྲོན་སྐྱམ་ཅུ་པའི། །
 སྲད་དང་རྣམ་དབྱེའི་དོ་སོ་རྣམས། །
 མདོར་ཙམ་བཤད་ན་འདི་ལྟ་སྟེ། །
 མིང་རམ་ཚིག་ནི་པན་ཚུན་དུ། །
 འཕྲད་དང་མཐུད་པར་བྱེད་པ་ལ། །
 ཚིག་སྲད་ཅེས་ནི་བྱ་བ་ཡིན། །
 དེ་ལ་ཚིག་སྲད་གཞན་དབང་ཅན། །
 རང་དབང་ཅན་དང་གཉིས་སུ་དབྱེ། །
 རྗེས་འཇུག་ལ་ནི་སྒྲོས་དགོས་པའི། །
 སྲད་ལ་གཞན་དབང་ཅན་ཞེས་བྱ། །

རྗེས་འཇུག་ལ་ནི་མི་སྒྲོས་པར། །
 རང་དབང་དུ་ནི་སྒྲོར་ཚོག་པའི། །
 སྲད་ལ་རང་དབང་ཅན་ཞེས་བྱ། །
 ཚོས་གཉིས་པན་ཚུན་མ་འདྲེས་པར། །
 རྣམ་པར་དབྱེ་བར་བྱེད་པས་ན། །
 རྣམ་དབྱེ་ཞེས་ནས་བརྗོད་པ་ཡིན། །
 དེ་ལ་དབྱེ་ན་བརྒྱད་དུ་གྲགས། །
 སྲད་དང་རྣམ་དབྱེའི་བྱེད་པར་ནི། །
 དེ་ལ་སྐྱ་བཞི་ཡོད་པར་སྐྱམ། །
 སྲད་ཡིན་རྣམ་དབྱེ་མིན་པ་ནི། །
 དཔེར་ན་དང་སྐྱ་ལྟ་བུ་ལོ། །
 རྣམ་དབྱེ་ཡིན་ལ་སྲད་མིན་ནི། །
 དུམ་པ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ལོ། །
 སྲད་རྣམ་གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་ནི། །
 གྲེད་འབྲེལ་སྐྱ་རྣམས་ལྟ་བུ་ལོ། །
 སྲད་ཀྱིས་མཐུད་པར་བྱེད་པ་དང་། །
 རྣམ་དབྱེས་དབྱེ་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར། །
 འདི་གཉིས་འགལ་ལོ་སྐྱམ་སྲིད་ཀྱང་། །
 ཚིག་གཉིས་པན་ཚུན་མཐུད་པ་དང་། །
 དོན་གཉིས་པན་ཚུན་དབྱེད་པ་གཉིས། །
 མི་འགལ་བ་འདི་མན་ངག་ཡིན། །
 སྲད་བསྐྱ་ལྟ་བུ་དྲོགས་ཚིག་གསུམ། །
 དོན་གཉིས་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན། །

འོན་ཀྱང་སོ་སོའི་སྐྱབས་བཤད་ནི། །
 སྐབས་བབ་ཚིག་དོན་ཅི་རིགས་པ། །
 སྐར་མི་འཕྲོ་ཞིང་བསྐྱུས་པས་ན། །
 སྐར་བསྐྱུ་ཞེས་ནས་བརྗོད་པ་ཡིན། །
 ཚིག་གི་རྒྱ་པོ་སྐྱད་པས་ན། །
 རྒྱ་སྐྱད་ཅེས་ནས་བརྗོད་པ་ཡིན། །
 སྐབས་བབ་ཚིག་དོན་ཅི་རིགས་པ། །
 རྗོགས་པར་སྒྲོན་པའི་ཚིག་ཤད་ལ། །
 རྗོགས་ཚིག་ཅེས་ནས་བརྗོད་པ་ཡིན། །
 དེ་ལ་གོ་སོགས་བརྩུ་གཅིག་ཡོད། །
 ད་ནི་རྣམ་དབྱེའི་མཚན་ཉིད་རྣམས། །
 རིམ་བཞིན་བརྗོད་ན་འདི་ལྟ་སྟེ། །
 དོན་གྱི་ངོ་བོ་ཅམ་ཞིག་ལས། །
 བྱད་པར་མི་སྒྲོན་མཉན་བྱ་དེ། །
 རྣམ་དབྱེ་དང་པོའི་མཚན་ཉིད་ཡིན། །
 གང་ཞིག་བྱ་བའི་ཡུལ་ལ་ནི། །
 བྱ་བ་བྱེད་པ་གཙོ་བོ་རྩ། །
 སྒྲོན་པའི་ལ་དོན་ཅན་གྱི་ནི། །
 རྣམ་དབྱེ་དེ་ནི་གཉིས་པ་སྟེ། །
 ལས་སྐྱབས་བྱ་བའི་མཚན་ཉིད་ཡིན། །
 བྱ་བ་བྱེད་པོ་གཙོ་བོ་རྩ། །
 སྒྲོན་པའི་མི་ལྷན་རྣམ་དབྱེ་དེ། །
 གསུམ་བ་བྱེད་སྐྱའི་མཚན་ཉིད་ཡིན། །

གང་ཞིག་བྱ་བ་བྱེད་པ་དང་། །
 དགོས་པ་གཉིས་ལས་དགོས་པ་ནི། །
 གཙོ་བོར་སྒྲོན་པའི་ལ་དོན་གྱི། །
 རྣམ་དབྱེ་དེ་ནི་བཞི་པ་ཡིན། །
 གང་ཞིག་གང་ལས་བྱུང་བ་ལས། །
 བྲལ་བར་སྒྲོན་པའི་རྣམ་དབྱེ་དེ། །
 རྣམ་དབྱེ་ལྡ་བ་འབྱུང་བྱུངས་ཟེར། །
 རྗོན་དང་བརྗོན་པའམ་ཡན་ལག་དང་། །
 ཡན་ལག་ཅན་སོགས་མིང་དོན་རྣམས། །
 བན་ཚུན་འབྲེལ་བ་སྒྲོན་པ་ཡི། །
 མི་ལྷན་གྱི་ནི་རྣམ་དབྱེ་དེ། །
 རྣམ་དབྱེ་རྒྱག་པ་འབྲེལ་སྐྱ་ཟེར། །
 གང་ཞིག་གང་ལ་ཡོད་པ་ལས། །
 གནས་པ་ཅམ་ཞིག་སྒྲོན་པ་ཡི། །
 ལ་དོན་ཅན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་དེ། །
 རྣམ་དབྱེ་བདུན་པ་རྗོན་གནས་ཟེར། །
 གང་ཞིག་བརྗོད་པར་བྱེད་པ་ཡི། །
 དེ་ཡི་ཐོག་མཐའ་གང་རུང་ལ། །
 གྱེ་དང་ཀ་ཡེ་ཐ་ཡེ་སོགས། །
 སྐྱར་བ་བོད་པ་གསལ་བྱེད་གྱི། །
 སྐྱ་ལ་བརྐྱད་པ་འབོད་སྐྱ་ཟེར། །
 འདི་ལ་སི་ཏུ་བཏ་ཚེན་གྱིས། །
 རྣམ་དབྱེའི་མིང་གི་ཐོག་མ་རྩ། །

སྒྲོར་བ་མེད་ཅེས་འདི་ཉིད་བཀའ། །
 ཚིག་རྒྱུན་གཉིས་དང་སྤྱད་པ་ཡི། །
 དོན་ལོ་སྒྲོན་པར་བྱེད་པས་ན། །
 རྒྱན་སྤྱད་ཅེས་ནས་བརྗོད་པ་ཡིན། །
 བྲད་ནི་ཡུང་ཡང་འང་གསུམ་ཡིན། །
 སྐབས་བབ་བརྗོད་དོན་མ་རྗོགས་པར། །
 ད་དུང་ལྷག་མ་འབྲེན་པ་ཡི། །
 ཚིག་སྤང་དེ་ལ་ལྷག་བཅས་ཟེར། །
 དེ་ལ་མཚམས་སྒྲོར་དམ་བཅའ་དང། །
 གཞན་འབྲེན་ལྷག་བཅས་གསུམ་དུ་འདོད། །
 རྗེས་འཇུག་ལ་སྒྲོས་སྤང་དང་ནི། །
 རྣམ་དབྱེ་བཅས་པ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །
 རང་དབང་ཅན་གྱི་ཚིག་སྤང་གི། །
 རྣམ་གཞག་ཞིབ་ཏུ་འཆད་པ་ལ། །
 ལོ་ནི་དགར་དང་བཞུན་པ་དང། །
 དེས་བཟུང་དང་ནི་ཚིག་གི་ནི། །
 ལ་སྒོར་དང་བཅས་བཞི་ལ་འཇུག། །
 བཞུན་པ་དང་ནི་དེས་བཟུང་གཉིས། །
 འབྲ་བར་ཡོད་པས་མ་ཞོར་མཛོད། །
 དང་ནི་སྤྱད་འབྲེད་རྒྱ་མཚོན་དང། །
 ཚོ་སྐབས་གདམས་དག་མཚམས་སྒྲོར་བཅས། །
 དོན་ལོ་དུག་ལ་འཇུག་པ་ཡིན། །
 དང་པོ་ལྷ་ནི་གོ་སྐྱབས། །

དེ་ལ་སྒྲོས་བཤད་མི་དགོས་ལ། །
 བྱས་དང་བྱེད་ལྷན་ཞེས་བ་ནི། །
 བྱ་བ་སྤྱི་ལོ་མཚམས་སྒྲོར་དཔེ། །
 ཁྱོད་དང་ང་ཞེས་ལྷ་བྱ་ནི། །
 དངོས་པོ་པན་ཚུན་མཚམས་སྒྲོར་དཔེ། །
 རུལ་དང་འབྲེས་ཞེས་ལྷ་བྱ་ནི། །
 གཞི་དང་བྱ་བའི་མཚམས་སྒྲོར་སྤྱ། །
 དེ་ཞེས་བྱ་བའི་ཚིག་སྤང་ནི། །
 མ་སྤྱད་དབང་གིས་གསུམ་ཡིན་ཏེ། །
 མ་སྤྱད་འདས་མ་ཐག་པ་དང། །
 མ་སྤྱད་རྣམ་གངས་གཞན་ཅན་དང། །
 མ་སྤྱད་ལྷག་བཅས་གསུམ་ལ་འཇུག། །
 དངོས་པོའི་དབང་གིས་བཞིར་འཇུག་སྟེ། །
 བདེན་པ་དང་ནི་གསང་བ་དང། །
 པ་པོ་ལ་པོ་དང་བདག་གི་བའོ། །
 དུས་གྱི་དབང་གིས་གཉིས་ཡིན་ཏེ། །
 འདས་དང་མ་འོངས་གཉིས་ལ་འོ། །
 དེ་དག་སོ་སོའི་དཔེར་བརྗོད་ནི། །
 སུམ་གཞུང་དག་ལས་མཁྱེན་པར་མཛོད། །
 ཅི་རི་སྤྱ་གར་བཞི་པོ་ནི། །
 བྱེ་བྲག་དམིགས་སྤྱ་མ་བཀར་བའི། །
 སྤྱི་ལ་ཁྱབ་པའི་སྤྱ་ཞེས་བྱ། །
 སྤྱ་ནི་གང་ཟག་ཉིད་དང་ནི། །

གཙོ་ཆེར་མི་ལ་འཇུག་པ་ཡིན། །
 སྤྱི་སྤྱིའི་སྤྱད་ལ་དོན་སྤྱ། །
 མིང་གི་ཆ་ཤས་སྤྱ་རྣམས་ཞི། །
 མ་ལོར་ཤེས་པ་ཤིན་ཏུ་གཤ། །
 གཞན་རྣམས་ལེགས་བཤད་སྒྲོན་དབང་ལས། །
 བཤད་པ་བཞིན་དུ་མཁུན་པར་མཛོད། །
 བ་རོ་ཡོད་པའི་པོ་པོ་མོ། །
 བ་རོ་མེད་པའི་པ་བ་མ། །
 གཞན་ཡང་ཅན་ལྡན་མཁུན་རྣམས་ཞི། །
 མིང་ཞི་གང་རུང་ཞིག་གི་མཐར། །
 དེ་དག་གང་རུང་སྤྱར་བ་ན། །
 བདག་པོའམ་གང་ཟག་སྒྲོན་པས་ན། །
 བདག་སྤྱ་ཞེས་ནས་བརྗོད་པ་ཡིན། །
 བ་པོ་གཉིས་ཀྱིས་པོ་རྣམས་ཞི། །
 གཙོ་པོར་སྒྲོན་པར་བྱེད་པ་དང། །
 མ་མོ་གཉིས་ཀྱིས་གཙོ་ཆེར་ཞི། །
 མོ་ཡི་རིགས་རྣམས་སྒྲོན་པར་བྱེད། །
 གཙོ་པོ་སྒྲོས་པའི་དགོས་པ་ཞི། །
 ལྷབ་པ་མེད་ལྱིར་བརྗོད་པ་ཡིན། །
 དཔེར་ན་ཚོང་པ་ཞེས་པ་དང། །
 ང་མ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་རྣམས། །
 མོ་མོའི་ངེས་པ་མེད་པ་བཞིན། །
 བ་པོ་གཉིས་ཀྱིས་པོ་མོ་ཡི། །

སྤྱ་རིས་མི་འབྱེད་སྤྱིར་གཏང་ཅོམ། །
 ཅན་ལྡན་མཁུན་རྣམས་དེ་བཞིན་རོ། །
 མ་མི་མིན་མེད་བཞི་པོ་ཞི། །
 དགག་བྱའི་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ། །
 ཅི་རིགས་སྤྱར་བར་བྱེད་པ་ན། །
 དགག་བྱའི་དོན་དེ་འགོག་པའི་ལྱིར། །
 དགག་སྤྱ་ཞེས་ནས་བརྗོད་པ་ཡིན། །
 དེ་དག་པོ་པོའི་གོ་དོན་རྣམས། །
 དཔེར་བརྗོད་ལམ་ནས་ཤེས་སྤྱ་བས། །
 སུམ་གཞུང་དག་ལ་གཟེགས་པར་མཛོད། །
 མི་རིགས་མི་བཟང་མི་ངན་ཞེས། །
 མིང་གི་ཐོག་མའི་མི་ཡིག་དེ། །
 སྤྱད་དང་མིང་གི་ཆ་ཤས་གཉིས། །
 གང་ཡིན་སྤྱབས་བབ་བརྗོད་དོན་ལས། །
 མ་ལོར་བར་ཞི་ཤེས་པར་བྱ། །
 ཆེག་སྤྱད་ཞིང་སོགས་བཅུ་བཞི་པོ། །
 དོན་ལ་འཇུག་ཚུལ་འདི་ལྟར་ཉ། །
 ཆེག་སྤྱད་ཞིང་ཅིང་ཤིང་གསུམ་པོ། །
 གཞི་གཅིག་སྤྱད་པ་ལ་འཇུག་དཔེར། །
 བདེ་ཞིང་སྤྱིར་དང་བཟླ་ཅིང་དབྱེད། །
 འདིགས་ཤིང་སྤྱག་ཅེས་ལྟ་བུ་པོ། །
 དེ་དག་མཚམས་སྤྱིར་ལ་འཇུག་དཔེར། །
 བསྒྲོད་ཅིང་གསོལ་དང་བཀག་ཅིང་བཙོམ། །

མོས་ཤིང་དད་ཅེས་ལྷ་བྱ་ལོ། །
 ཞེས་དང་ཅེས་གཉིས་མིང་དང་ཚིག། །
 རོན་རྣམས་གསལ་བྱེད་ལ་འཇུག་དཔེར། །
 མོན་དེ་ཅེས་བསྐྱེད་དང་འབྱོར་ཅེས་བཤད། །
 མོད་རིགས་ཞེས་པ་སྤྱིང་རྗེ་ལྷན། །
 བདེ་བ་ཅན་དུ་སོང་ཞེས་གྲགས། །
 ཞེས་པ་ལ་སོགས་ལྷ་བྱ་ལོ། །
 ཞེས་ཅེས་ཞེས་གསུམ། །
 མཇུག་སྐྱད་དོན་ལ་འཇུག་པའི་དཔེར། །
 དམ་ཚོས་སྤྱི་ཚོགས་བཤད་ཅེ་ལོ། །
 དངོས་བྱུང་གང་འདོད་འབྱུང་ཞེ་ལོ། །
 རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་རྒྱས་ཤེ་ལོ། །
 ཞེས་པ་ལ་སོགས་ལྷ་བྱ་ལོ། །
 ཞེ་ན་ཅེ་ན་ཤེ་ན་གསུམ། །
 ཇི་བ་སྒྲོན་པའི་གཞི་ལ་འཇུག། །
 ས་ཆ་གང་དུ་འཇུག་ཅེ་ན། །
 ཅེ་ཞིག་དོན་དུ་ཡིན་ཞེ་ན། །
 གང་གི་དོན་དུ་བཅོས་ཤེ་ན། །
 ཞེས་པ་ལ་སོགས་ལྷ་བྱ་ལོ། །
 ཞིག་ཅིག་ཤིག་གསུམ་འཇུག་ཚུལ་ནི། །
 བསྐྱེད་པའི་དོན་ལ་འཇུག་པའི་དཔེར། །
 དཔེན་པའི་གནས་སུ་སོང་ཞིག་དང། །
 གཤེས་གཉེན་དམ་པར་སྟེན་ཅིག་བྱ། །

ཚོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་སྒྲོན་ཅིག་གྲོགས། །
 ཞེས་པ་ལ་སོགས་ལྷ་བྱ་ལོ། །
 དེ་དག་གང་མས་པར་འཇུག་ན་ཡང། །
 བསྐྱེད་པ་དག་དང་དོན་འབྲ་བས། །
 དཔེར་བརྗོད་དེ་ལས་མཁྱེན་པར་མཛོད། །
 དམན་ལ་གང་མས་བསྐྱེད་གཉིས་པོ་འབྲ། །
 མཚོ་ལ་བསྐྱེད་ལས་གང་མས་པ་ཉུང། །
 དེ་གསུམ་སྒྲོན་པ་ལ་འཇུག་དཔེར། །
 རྒྱལ་བསྐྱེད་རྒྱ་མཚོ་རབ་སྐྱེས་ཞིག། །
 ལྷ་མེད་གོ་འཕང་འཕྲོ་བྱུང་ཅིག། །
 རྒྱལ་བསྐྱེད་དབྱར་མཚོ་ལྷར་རྒྱས་ཤིག། །
 ཞེས་པ་ལ་སོགས་ལྷ་བྱ་ལོ། །
 ད་ནི་བརྗོད་སྤྱི་ལྷ་ཅུ་པའི། །
 རྣམ་བཤད་སྒྲོ་གསར་མགུལ་རྒྱན་ཞིག། །
 ཇི་མེད་རྒྱ་ཤོག་དཀར་པོའི་སྟེང། །
 འབྲུ་ཕྱིང་དངར་བའི་ཡིག་རིས་པབས། །
 རྣམ་དབྱེ་དག་གི་མཚན་ཉིད་དང། །
 སྒྲོན་པའི་དབང་པོའི་ཚིག་རིས་ལས། །
 མ་གསལ་འགའ་ལེ་རྒྱར་དུ་བཀོལ། །
 དེ་ལྟར་གྲིས་པའི་ཚིགས་བཅད་འདི། །
 སུམ་གཞུང་དོན་དུ་གཉེར་བ་ལ། །
 ཅུང་ཞིག་པན་ན་སྤྱི་པ་ལས། །
 དོན་གྱིས་སྒྲོང་བའི་མིང་སྐྱེས་ལ། །

རེ་བའི་སྒོ་ཡིས་བྱས་པ་མིན། །
 དང་པོ་བརྗོད་སྲུང་ཕྱི་ལ། །
 གཤེས་གཉེན་དམ་པའི་ངག་ལས་སྒོ་བས། །
 བར་དུ་དཔེར་བརྗོད་མང་དུ་བྲིས། །
 མཐའ་མ་ཡིག་རིགས་དཔེ་ཆ་ལ། །
 འཁོད་པའི་སྒྲིབ་དང་ཚུལ་དབྱེ་ཚུལ། །
 གང་གི་དཔེར་བརྗོད་ཡིན་མིན་དེ། །
 མ་ལོར་ངོས་ནི་བརྒྱུད་བ་དགོས། །
 དེ་ལྟར་བྱུང་ན་ཁྱོད་ཉིད་ལ། །
 སྲུང་ཕྱི་ལ་ནི་ཨེ་ཤེས་སམ། །

ཞེས་ནས་རྗེ་བ་གཏང་བྱུང་ན། །
 མགོ་བོ་གྲུག་ཅམ་བྱས་ན་འགྲིགས། །
 དེ་ལྟར་མ་བྱུང་བར་དུ་ནི། །
 སྲུང་གཞུང་ཨེ་ཤེས་ཟེར་མཐུན་ལ། །
 མགོ་བོ་གཡུག་གཡུག་བྱེད་ན་ལེགས། །
 འདི་བྲིས་ཚུལ་དཀར་དགོ་བ་དེས། །
 སྲུང་གཞུང་ཉི་མའི་དགྲིལ་འཁོར་འདི། །
 སྒྲིབ་བཞིའི་ཁྱོད་ལ་མཛེས་པ་དང་། །
 བརྗོད་འོད་སྒྲུང་འབར་བར་ཤོག།

བདག་གི་གཏུང་པོ་ལ་ལྷུང་བའི་སེམས་གཏམ།

ཁ་བའི་འབྲུམ་པོ།

མ་བརྗོད་སེམས་ཀྱི་གཏུང་པོ་ལགས།།
 ཆེ་སྒྲིབ་ལས་འབྲས་རྒྱུན་པས་ན།།
 དེ་རིང་མི་ལྷུང་ཡོང་ཅམ་ཞིག།
 སྒྲར་ཡང་འདྲིག་ཉེན་གཞན་དུ་འདས།།

 ཀྱེ་མ་དེ་འདྲའི་སྒོ་བ་ཞིག།
 ལང་ཆོ་དར་ལ་མ་བབས་གོང་།།

བ་མ་སྒྲུབ་མཆེད་ཁ་བའ་ནས།།
 རང་ཉིད་ཁེར་རྒྱུང་གཞན་དུ་བྲིས།།

 འདས་པའི་བདག་གི་གཏུང་པོ་བྱེད།།
 ལྷུགས་སེམས་སྒྲིབ་པ་ཉེན་ལ།།
 ཁེར་རྒྱུང་ལམ་ནས་སྒྲར་དུ་ནི།།
 དལ་འགྲོར་ལྷུང་སྒྲིབ་པར་སྒྲིབ།།

བྱེད་གྱིས་ཨེ་ཤེས་ཡ་རྒྱུང་སེམས།།
འཆར་སྣང་ཡོད་ཚད་བྱེད་གྱི་ཞལ།།
བྱེད་ཚད་བྱེད་གྱི་གཟུགས་བརྟན་ཏེ།།
དེ་ལྟར་དབང་མེད་བྱེད་གཤོར།།

སྣང་མེད་མི་ལམ་ཞིག་དང་འབྲ།།
ལས་དབང་ཞིག་གིས་བྲལ་དགོས་བྱུང་།།
ཕྱིར་ཡང་བྱིས་བྱེད་ལོག་དགོས་སྣང་།།
བཅན་པོའི་དབང་གིས་ཅི་བྱ་བྲལ།།

དེས་མེད་ས་མཐའི་འབྲུམ་པོ་ངས།།
རྒྱུང་རིང་ཡུལ་ནས་སྤར་ཡང་བྱེད།།
མཇལ་འདོད་བསམ་པ་བཅངས་ན་ཡང་།།
དེ་མེད་བྱེད་སེམས་ཅམ་ཞིག་འདས།།

དེ་རིང་སྒྲོ་བྱུང་འཆི་བདག་གིས།།
ཕྱི་གཤོལ་བཀག་ཐབས་མ་རྟེན་དེད།།
ཅི་བྱ་མ་ཤེས་མི་ལམ་ཅམ།།
སྒྲོ་བའི་ན་བྲུག་སྣང་ཅེར་ཤོར།།

མ་བརྗེད་ཡིད་གྱིས་བྱེད་གདུང་རེ།།
སྣང་དབྱས་ན་བྲུག་མེ་ལྷེ་འབར།།
མིག་ནང་མཆི་མས་ཁེང་བཞིན་བྱ།།
མ་བཟོད་སྣང་འཕོད་ཤོར་སོང་ཐལ།།

འོན་ཀྱང་བྱེད་ཀི་ནམ་ཡང་ངའི།།
འབྲུམ་མེད་གཙུང་པོ་ཡིན་བས་ན།།
ཉག་ཏུ་བྱེད་ལ་སྒྲོན་ལམ་དང་། །
དམར་རྒྱུང་སེམས་སུ་བཅངས་ཤིང་ཡོད།།

གས་སོང་།

གངས་མོ།

བོད་ཁུལ་འཚོལ་བའི་གཞིན་རབས།།
གངས་དཀར་སྲིབ་ནས་གས་སོང་།།

གང་རྒྱུང་རྒྱག་མའི་ཚ་ཟེར།།
དེ་པོའི་མགོ་མཐར་འཇུག་བྱས།།

ས་མཐའི་བྱ་བྲུག་འཚོ་བར།།
བསམ་གཞིག་ཨ་མ་རྒྱན་མོའི།།

མིག་མཐས་རྒྱང་ལ་གཟིགས་བཞིན།།
རེ་བའི་མི་ལམ་གས་སོང་།།
རྩོན་པའི་མདའ་ཆར་འོག་ན།།
ནམ་འཆི་ངེས་པ་མེད་པའི།།
བདག་མེད་ཡུ་མོའི་ལས་དབང་།།
རྩ་ལུང་སྟོད་ནས་གས་སོང་།།

རྒྱང་བཞུགས་ཨ་རྩེའི་ཞལ་འཇུག།།
དངོས་མངལ་རེ་སྐྱུག་ཁྲིད་ནས།།
ཉིན་ཞག་འཕྲེང་གིས་བགྲང་བཞིན།།
ལོ་དང་རྒྱ་བ་གས་སོང་།།

སུ་རུ་མིང་སྲིང་སྲིང་བའི།།
བརྟེ་བའི་གཏམ་གྱི་འདུན་མ།།
དག་ནས་འབོད་པ་མི་སོང།།
ཁོག་ཏུ་རུམ་བཞིན་གས་སོང་།།

དགུན་རྒྱ་ཅི་ཅམ་རིང་ཡང་།།
དགུན་རྒྱང་རི་ལྷར་རར་ཡང་།།
སང་ལོ་དབྱར་ཉི་འཆར་སྐྱུག །
དུས་གྱི་ཕག་ནས་གས་སོང་།།
རེ་སྐྱུག་ལོ་རྒྱའི་ཁྲིད་ནས།།
ཏུ་དག་དབྱངས་དང་འགྲོགས་ནས།།

དཔེ་དེབ།

སྒྲོལ་མ་སྲིང་ཐར་མཚོག་སྒྲོལ་མ།

ང་ལ་སྒྲོ་སེམས་མཐུན་པའི་སྒོགས་པོ་མང་པོ་ཡོད་ཀྱང་བདག་ལ་ཆེས་བརྟེ་བ་དང་ཆེས་རིན་
ཐང་ཆེ་བ་ནི་ཁྲིད་ལས་གཞན་ཅི། རེད་ཡ་ཅི་ཡང་མི་ཤེས་པའི་སྐྱུན་སྐྱུགས་ང་དང་ང་འདྲ་བ་རྣམས་
ལ་མི་ཆེ་ཡི་ཁ་སྒོགས་བསྟན། རང་ལ་དགོས་འདོད་གང་ཡིན་ཡང་ཁྲིད་ལས་བྱུང་། མ་ཟད། སྐྱེ་
འགོ་ཀུན་གྱི་མི་ཆེའི་ལེགས་ཉེས་རྒྱང་དོར་འབྲེད་མཁན་དེ་ཁྲིད་ལས་མེད། བདག་ཁྲིད་དང་འཕྲད་
པའི་ཉིན་དེ་ནས་བཟུང་ཉ་མོ་རྒྱ་དང་འཕྲད་པ་བཞིན་ལུས་སེམས་དགའ་བས་རབ་ཏུ་བརྟུན།
སྐྱུགས་བསམ་གྱི་འདུན་པ་རྒྱས། དཔེ་དེབ་ལགས།ཁྲིད་ལ་དཀར་ནག་གི་དབྱེ་བ་དང་རིགས་རུས་

ཚུལ་ཁྲིམས་གཙང་མའི་གོས་གྲིས་བརྒྱན་ཅིང་།།
བསྐྱབ་ཁྲིམས་མིག་འབྲས་བཞིན་དུ་བསྐྱེདས་ནས།།
ཉག་ཏུ་ཐོས་བསམ་ལས་ལ་བརྩོན་སྐབས།།
དདུལ་གྱི་ཆེད་དུ་རང་ཚུགས་ཤོར་སོང་།།

ཐོབ་དང་གོ་གནས་མིང་གྲགས་ཅན་གྲིས།།
སྐྱག་བསམ་དག་བས་རང་དོན་དོར་ནས།།
བང་བདེན་ལམ་ནས་སྤྱི་དོན་སྐྱབ་སྐབས།།
དདུལ་གྱི་ཆེད་དུ་རང་ཚུགས་ཤོར་སོང་།།

མཛེའ་ཞིང་བཅེ་བའི་སྤྱན་གྲོགས་པན་ཚུན།།
སྤྱིད་སྤྱུག་ཁྱུང་པོ་མཉམ་ཁྱུང་བྱས་ནས།།
ཁ་ཁོག་མེད་པའི་སྤྱིང་གྲོགས་གནང་སྐབས།།
དདུལ་གྱི་ཆེད་དུ་རང་ཚུགས་ཤོར་སོང་།།

པ་མས་བྱ་ལ་རང་ལས་གཅེས་ཤིང་།།
བྱ་ཡིས་པ་མར་སྤྱིང་ནས་གྲུས་ཉེ།།
མ་བུའི་མཛེའ་བཅེ་མཚོ་ལས་ཟབ་སྐབས།།
དདུལ་གྱི་ཆེད་དུ་རང་ཚུགས་ཤོར་སོང་།།

རྒྱལ་ཞེན་སྐྱག་བསམ་འབྲུམ་གྲིས་སྤྱུག་ཅིང་།།
མི་རིགས་ཆེད་དུ་རང་དབང་བརྩུན་ནས།།

གཅིག་སྤྱིལ་གོམ་ཁ་མདུན་དུ་སྤྱིག་སྐབས།།
དདུལ་གྱི་ཆེད་དུ་རང་ཚུགས་ཤོར་སོང་།།

སྤོ་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་རང་བཞིན་བྱང་བ།།
ཤེས་རྒྱ་ཡངས་ཤིང་དཔའ་ངར་ལྡན་པའི།།
ཕོ་རྩལ་འཛོམས་པའི་སྐྱག་ཤར་ཚོགས་ཀྱང་།།
དདུལ་གྱི་ཆེད་དུ་རང་ཚུགས་ཤོར་སོང་།།

སྤྱི་གཟུགས་འདྲེས་ཤིང་ཤ་ཚད་ཀར་བ།།
རག་རྒྱན་འཇམ་ཞིང་ཀུན་ལ་བྱམས་བ།།
མཛེའས་མའི་རྩལ་རྩོན་སྤྱན་རླུང་ཚོགས་རྣམས།།
དདུལ་གྱི་ཆེད་དུ་རང་ཚུགས་ཤོར་སོང་།།

དདུལ་ལོར་ཡོད་ན་ཁེལ་མེད་ཡིན་རུང་།།
ཀུན་གྲིས་སྤྱེ་བསྐྱར་ཁ་འཇམ་བཤད་ས།།
དདུལ་ལོར་ཡོད་ན་སྤྲོམ་པ་མེད་ཀྱང་།།
ཕྱག་མཚོད་བྱ་བའི་གནས་སུ་གྱུར་བ།།

ཨེ་མ་ཁྱོད་ལ་དདུལ་ལོར་ཡོད་ན།།
ཚོས་ཁྲིམས་སྲིད་ཁྲིམས་གང་ལ་མི་འདྲིགས།།
གང་འགྲོ་གང་བཤད་ཚོག་པ་འདྲི་འབྲ།།
ལས་འབྲས་བྱང་བདེན་དདུལ་གྲིས་བསྐྱས་སོང་།།

འགྲོད་གདུང་སྒྲི་མོ།

འབྲུམ་པོ་བ་འབྲི་རུ་བསོད་ནམས།

རང་གི་སེམས་པ་རླུང་གིས་གཡོ་དུས་རང་གི་པ་མ་སྦྲུན་མཆེད་སོགས།
 བམས་ཅད་བཞག་ནས་མི་ཡུལ་འབྲུམ་ཆེ་ན་རྒྱག་ཅིག་གིས་འདི་ལྟར་གཅོར།
 རྒྱས་མེད་ཡུལ་དུ་དེས་མེད་འགྲོ་དུས་སེམས་ཁམས་ལྷ་མོའི་དཀའ་སྤྱད་དེ།
 བཤད་ན་མི་ཚར་བཤད་ཀྱང་མི་སྤྱབ་རྩེད་ཅམ་བཤད་པའི་ཁྲུལ་བྱས་ན།

བྱམས་བཅེའི་འཇུག་ཟེར་འབྲུམ་གྱིས་སྤྱག་པའི་བྱམས་ལྷན་པ་མ་བྲལ་དགོས་གཅིག །
 སྦྱིང་གི་སེམས་པའི་མེ་ཉོག་རྐང་གཅིག་སྦྱིང་མོ་དེ་དང་བྲལ་དགོས་གཅིག།
 གཞན་ཡང་སྦྲུན་དང་གཉེན་ཉེ་ལ་སོགས་མདོར་ན་བམས་ཅད་བྲལ་དགོས་གསུམ།
 ས་མཐར་འབྲུམ་པའི་བྱ་རུལ་ཞིག་གི་སེམས་ཁམས་དགྱེལ་གྱི་ན་རྒྱག་སྟེ།

ཁ་ཐག་རིང་བའི་མི་ཡུལ་ཞིག་ལ་སེམས་ཐག་བཅད་ནས་འགྲོ་ཉེར་སྐབས།
 སང་ཉེན་ཞོགས་པ་ཐོན་རན་སྐབས་ཀྱི་དོ་རུབ་མཚན་མོའི་བསམ་གཞིག་དེ།
 སྦྲུན་ངག་བདག་པོ་དབྱངས་ཅན་ལྷ་མོས་ཇི་བཞིན་བརྗོད་པར་བྱས་རེ་སྐྱབ།
 སྦྱིས་བྱ་ཞིག་གི་སེམས་ཚོར་ཟབ་མོ་རང་གིས་ཇི་བཞིན་བཤད་ཐབས་བྲལ།

སྤར་ཡང་སྤྱག་འཕྲད་སྲིད་དམ་སྦྲུམ་པའི་གདུང་ཚོར་ཞིག་གིས་མཚན་མོ་བཞུལ།
 སང་ཉེན་ཞོགས་པ་ཞོགས་ཟས་རོལ་དུས་མི་རྣམས་ཉ་ཉ་ཉོ་ཉོའི་ངང་།
 ཁོ་བོའི་སེམས་ནི་མེ་ལྷེ་ཞིག་གི་འབར་ཤུགས་ཆེ་བས་འཚོག་བཞིན་འདུག །
 ཨ་མའི་གདོང་དང་སྦྱིང་མོའི་ཞལ་རས་རིལ་རིལ་མིག་གིས་མཐོང་བའི་དུས།

མདོན་ཚུང་ཚུལ་དུ་མཆི་མའི་ཐིགས་པས་མིག་གི་གཟི་འོད་སྒྲིབ་བཞིན་འདུག།
ཕྱི་རོལ་དེ་ན་མི་ཚོགས་མང་པོས་ཅོལ་གྲོས་མོལ་གྲོས་ཁེང་བཞིན་དུ།
མཁྱོགས་པོ་ཟེར་བའི་ཚིག་འབྲུ་འགའ་ཤས་ན་ལམ་འབྲུག་སྐྱད་ལས་ཀྱང་ཚོ།
ཁོ་བོའི་སྤྱིང་གི་འཕར་སྐྱ་གཅིག་གིས་ཁ་ནས་ཨ་མ་འབོད་དགོས་བྱུང་།།

ཨ་མས་ང་ལ་མིག་ཟུང་ལྟ་བཞིན་ཅི་ཡང་མ་སེམས་སྤང་ཚུལ་དེས།།
ཡ་ཚུང་སེམས་ཀྱི་སྐྱུག་བསུལ་དེ་ལ་སྒྲོན་བ་བསྟུབ་ལྟར་དུ་འབར།།
རྒྱངས་འཁོར་སྒོག་གི་ཉུང་སྒྲ་དེ་དང་ཁོ་བོའི་སྤྱིང་གི་འཕར་སྐྱ་མཚུངས།།
རྒྱངས་འཁོར་ནང་དུ་འཇུག་མ་ཐག་ནས་ཨ་མའི་ཕྱོགས་ལ་ཕྱི་མིག་ཤོར།།

ཨ་མ་མཐོང་བའི་དུས་ལྟན་འདི་ནི་ཐ་མ་མིན་ནམ་སྟམ་པ་ཡི།།
སེམས་ཚོར་ཞིག་གིས་ཡང་ཡང་བོས་ཚེ་ལག་པ་ཨ་མའི་ཕྱོགས་སུ་ཤོར།།
མི་ཚོགས་དེ་དག་ཅི་ཡང་མ་ཚོར་ཨ་མས་ང་ལ་སྤང་མེད་བཞུས།།
རྒྱངས་འཁོར་འགོ་བའི་འགྲུལ་སྐྱོད་དེ་ཡིས་སྤྱིང་གི་འཕར་སྐྱ་རྗེ་ཆེར་བཏང་།།

ཅི་ཅམ་སོང་མིན་མ་ཚོར་ངང་ནས་ཨ་མའི་སྐྱ་གཟུགས་ཡིབ་བཞིན་འདུག།
འདི་ནི་ད་ལྟ་སེམས་ནས་དཔྱ་ཆེ་སྐྱོ་ངལ་དབྱགས་རིང་ཤོར་བཞིན་འདུག།
ཤེ་མ་ཤེ་དུང་ལས་ངན་ང་ཡིས་ཨ་མ་མཐོང་བའི་ཐ་མ་རེད།།
ལས་སྐྱལ་འདི་ནི་ལས་ཟད་ཁོ་བོའི་གསུབ་མེད་ཐོད་པའི་རི་མོ་རེད།།

བྱམས་ལྡན་ཨ་མ་མི་ཡུལ་མ་བཞུགས་གཤེགས་པའི་གཏམ་ངན་ཐོས་པའི་ཚོ།།
ཉི་མའི་འོད་ཟེར་མདངས་མེད་ཀྱུར་ཉེ་སུ་ལ་བཞུས་ཀྱང་དུ་སྤྱིང་འདོད།།
དུས་པའི་མིག་ཚུ་སུ་ལ་བསྟན་དགོས་སྐྱོ་བའི་སེམས་གཏམ་སུ་ལ་བཤད།།
རང་ཤག་ལྷ་མོ་སྤོང་པར་ཀྱུར་ཉེ་བཤག་ཁུང་ནག་པོའི་སྤང་བ་འཆར།།

སྤྱི་རོལ་ཡུལ་སྤྱོད་ས་མངོས་སྤྱུག་ཉམས་ཏེ་མིག་གིས་མཐོང་ཚད་བྲོ་བ་བརྒྱག།
མཚན་མོའི་གཉིད་ཐེབས་སོས་དལ་ཡལ་ཏེ་ཟ་ཟེའི་མི་ལམ་སྤྱིང་ཁམས་གཅེས།།
ཉིན་མོའི་ཁ་ཟས་བྲོ་བ་བརྒྱགས་ཏེ་ཨ་མའི་གཟུགས་བརྟན་མིག་ལམ་འཚར།།
སྒོག་མེད་ལས་དབང་བཅན་པོ་དེ་ཡིས་ཉམ་ཚུང་མནར་གཅོད་ངོ་མ་སྟེ།།

ས་མཐའི་བྱ་འབྲུམ་སྤྱིང་ལ་གཟེར་བའི་སྤྱུག་གི་ཁུར་པོ་ཉིས་ཅེགས་ཤིག།
བཅེ་བའི་མཐར་ཐུག་པ་མ་གཉིས་པོ་སྤྱི་སྤྱི་རིམ་བར་བཞུད་བ་དེ།།
སྤྱིང་ཚུང་དམར་པོར་འཕུད་དུ་མེད་པའི་སྤྱུགས་འཛེར་ཞིག་གིས་གཅོས་བཞིན་འདུག།
ཚུང་ཚུང་སྐབས་སུ་ཨ་མས་ང་ལ་མོ་རང་དཀའ་སྤྱུག་སྤྱངས་རབས་བཤད།།

བསམ་མེད་ང་ཡིས་ད་ལྟ་དྲན་ཆེ་སེམས་ཀྱི་ན་ཟུག་འཕར་མ་ཞིག།
བྱམས་ལྡན་ཨ་མ་དཀའ་ཆེགས་ཆེ་བ་འཚོ་བའི་འདམ་དུ་སྤྱུང་བའི་ཆེ།།
བྱ་རུལ་ང་ཡིས་ཁྱོད་ལ་པན་བ་མཁའ་ཡི་བད་མོའི་རྗེས་སུ་སོང་།།
ད་ལྟའི་ཚོམ་ཡིག་འཕྲི་དུས་འདྲིར་ནི་མིག་ཚུས་གདོང་བ་རྒྱན་བཞིན་འདུག།

ཁྱོད་རང་བཞུད་ནས་ཡུན་རིང་སྤྱིན་ཀྱང་བྱ་ངའི་ན་ཟུག་མི་ཡལ་འདུག།
འོན་ཀྱང་འདྲི་ནི་པམ་ཁ་ཞིག་ལས་ཁྱོད་ཀྱིས་ཁོ་པོ་མཐོང་གིད་དམ།།
པ་མ་གཉིས་འཛོམས་བྱ་སྤྱུག་ཆོ་ཡིས་པ་མའི་བཀའ་བྲིན་མཇལ་རྒྱུ་དེ།།
ཡུན་རིང་མི་འདུག་ཚུང་ཅམ་ཡལ་ངེས་གོ་སྐབས་འདྲི་ཡི་དུས་ཆོད་དེ།།

པ་མ་གཉིས་འཛོམས་བྱ་སྤྱུག་ཁྱོད་ཆོས་ཅིས་ཀྱང་འབད་བ་གལ་ཆེ་འོ།།
འདྲི་ནི་ཁོ་པོའི་སེམས་ཀྱི་སྤྱོད་ཚུལ་དམར་རྗེན་སྤྱད་ནས་བཤད་བ་ཡིན།།
འདྲི་ཉིད་བཤད་པའི་དགོས་དོན་དག་ནི་ཆེན་པོ་གང་ཡང་མེད་ངེས་ལགས།།
པ་མ་གཉིས་འཛོམས་བྱ་སྤྱུག་ཁྱོད་ཆོར་བསམ་སྒྲོའི་འཕོད་སྐུལ་ཅམ་ཞིག་ཡིན།།

མ་ཡུམ་ལགས།

ལྷོ་ལྷོ་བ་ལྷོ་མི་ལལ་བ་ལམ་ལའི་བསོད་སྦྱོར།

ཁྱེད་དང་གྲེས་པའི་གདུང་བ། མ་ཡུམ་ལགས། ལ་སང་གི་ལ་སང་། བགྲང་བྱ་དྲུག་གི་ཡར་སྤོན་
ཞིག་ལ། དགའ་སྤོའི་དབྱངས་ཏྲ་ཞིག་དང་ལྡན་དུ། ཁྱེད་ཀྱི་བྱམས་བཅའི་འཚོ་སྤྱོད་འོག །བདེ་སྤྱིད་
ཀྱི་འོད་སྤོང་འབར་བས། སང་ཉིན་ཞེས་པའི་ཉིན་མོ། སེམས་ཁྲལ་ག་ལ་དགོས། འོན་ཀྱང་། ལས་
ངན་ཀྱི་རྒྱུ་འཕྲོད་ཅིག་གིས། བདེ་སྤྱིད་ཀྱི་འཚོ་བ་དེ་ཡང་། ཀྱག་ཀྱོག་གི་ལམ་ཆེན་ཞིག་ཏུ་བསྐྱུར་
སོང་ལ། དུས་དེ་ནས་བཟུང་། མ་ཡུམ་ལགས། ཁྱེད་ཀྱི་འོད་སྤོང་གི་འོད་སྤོང་བཅའི་བཅའི་ཐ་བ།
འཕྲོས་ལྡན་གྱི་ཞལ་རས། གནག་སྐྱུ་གྱི་སྐྱེ་ལོ། ལ་རྒྱུ་གི་འདྲེན་གྱིས། མཉེན་འཇམ་གྱི་ཕྱག་རྒྱ་།
རྒྱུ་རིང་དུ་གྲེས་སོང་ལ། རབ་རིབ་ཀྱི་ཐ་སྤྱོད་ཅིག་ཏུ་གྱུར་སོང་།

འདི་ལྟར། རྒྱུ་རིང་དུ་ལེའུ་གསར་པའི་འཚོ་བ་ཞིག་ལ་བརྒྱུད་སྤོང་། འོན་ཀྱང་། ལས་ལ་
གང་བཞེད་མ་གཏོགས། ལྡང་བ་གང་ཤར་མི་འདུག །མ་ཡུམ་ལགས། ཁྱེད་སེམས་ཁྲལ་མ་ཕྱོས།
འདིར་ཡོད་པ་ནི། དང་བདེན། དབྱེད་མེད། གོ་སྐབས། སང་ཉིན་ལ་རུས་པ་ལྡན་པ། དུས་རབས་
ཉེར་གཅིག་གི་ཚོན་ཅལ་ལམ་བུ་དང་། སྤྱི་འགྲོས་ཀྱི་གདན་སོབ་ཏུ། འོད་སྤོང་འབར་བའི་ལ་ཕྱོགས་
འཚོལ་ཞིང་། དེ་སྐྱུག་གི་ལོ་རྒྱུ་མའོན་པར་བྱ་བུ་བཅའི་སྤོང་།

མ་ཡུམ་ལགས། གུས་པས་ཁྱེད་ཤིན་ཏུ་དྲན་ལ། ཁྱེད་དྲན་པའི་གདུང་བའི་མིག་
རྒྱ། ཐེགས་སྤོང་གཅིག་གཉིས་ག་ལ་ཚད། སེས་རིག་གི་སྤོབ་སྤོབ་དགའ་ཚལ་ནས། ཉེ་བར་མཁོ་
བའི་ཡོན་ཏན་བསྐྱབས་ཏེ། ལྷ་དང་ཀྱི་ལ་བཏགས་དཀར་སོས། ཁྱེད་བསུ་བ་ཐེབས་དེས། མ་ཡུམ་
ལགས། ད་དུང་།

བཀའ་རྒྱུ་ཅན་གྱི་ཨ་མ།

སྒྲོན་གྲུ་བ་བསྟན་འཛིན་ཡེ་ཤེས།

བདག་ལ་བཀའ་རྒྱུ་ཅན་ལྷ་ཆེ་བའི་བཅེ་བའི་རྒྱུ་ཅན་ཨ་མ་ལགས།
 ངས་ཁྱེད་ནམ་ཡང་བརྗེད་ཐབས་མེད་པའི་ཨ་མ།
 ངས་རྒྱུ་ཅན་གྱི་ས་མཐའི་མི་ཡུལ་ནས་དྲན་གསུང་དང་མིག་ཚུའི་ནང་ནས་མ་སྐྱེས་ཨ་
 མའི་བྱམས་སྐྱོང་ཡིད་ལ་ལྷང་ལྷང་དུ་འཁོར་དུས་སུ།
 རང་སེམས་དབང་མེད་དུ་སྐྱོ་ཞིང་ཚུང་དུས་བྱམས་སྐྱོང་གནང་བའི་སྐབས་སུ་བྱ་ང་ཚུང་དགས་པས་
 ཨ་མའི་བྱམས་བཅེ་ཡིད་ལ་མ་འཁོར།
 ད་ཆ་རང་ཉིད་ཆེན་པོ་ཆགས་པའི་སྐབས་ལ་ཨ་མའི་བྱམས་སྐྱོང་དེ་ཆོ་ཡིད་ལ་འཁོར་དུས་ཁ་
 ཚུང་མིག་ནས་མིག་ཚུ་ཡང་ཡང་འོར་བུང་།
 སྐྱེད་མ་ལགས་ངོ་མ་ཁྱེད་ནི་སྤྱིང་སྤྱིང་སྤྱིང་སྤྱིང་ཅན་གྱི་གངས་དཀར་ལྷན་པོ་དང་འབྲུ་ཞིང་།
 དབྱར་དུས་ཀྱི་སྤྱང་ཆར་དང་རྒྱུང་འཚུབས་ལ་འཛིགས་བ་མེད།
 དགུན་དུས་བྱ་ཡུག་གིས་བཙོམ་མི་བྱུང་།
 ངོ་མ་ཁྱེད་ནི་སྤྱིང་སྤྱིང་སྤྱིང་སྤྱིང་ཅན་གྱི་སྐྱེད་མ་ངོ་མ་རེད།
 སྐྱེད་མ་ལགས།
 ངས་ཉ་ཅང་ཁྱེད་དྲན།
 ཨ་མ།

གྲིབ་འོག་གི་དད་འབྲང་ཚོའི་ལོང་འབྲུམ་ས།

ལྷེ་རྒྱུད་འཕྲུལ།

སངས་རྒྱལ་ལས་ལྷ་ག་ཡུལ་ལྷ་སྐྱབས་འཛིན་ཚོངས་ཞེན་དད་པའི་མིག་ཚུ་འཛོམ། །
མདོ་སྐགས་གཞུང་ལ་ཉམས་ལེན་མི་ཤེས་ལྷ་སྐྱ་གསོལ་མཚོད་དམ་ཚོས་འཛིན། །
དེ་འཛིན་མཁན་པོར་དགའ་འདུན་ཟེར་ཞེན་སྒོ་གསུམ་གྲུས་པའི་གསོལ་འདེབས་པོས། །
མི་ཚེ་དེ་ལ་སྐྱབས་འོས་མི་ཟིན་དབང་གྲུར་མེད་པའི་ཚོངས་མཁྲེགས་སྒྲོ། །

རབ་འབྲུམས་གཞུང་ལུགས་སྒོ་ཁ་མ་སྐྱོགས་དད་དང་ཕྱག་མཚོད་རྒྱན་འཛིན་ཚོས། །
ཟང་ཟེར་རྒྱ་དང་དང་པའི་དད་པ་ཡོད་ཚད་འབྲུལ་པའི་སྐྱབས་གནས་དེར། །
དབྱུང་བ་མེད་པས་དངོས་རྒྱན་མི་ཤེས་སྐྱབས་ཡུལ་མིན་པའི་ཚོས་རྒྱན་ཚོ། །
ཐུག་ནས་ཚུལ་མིན་སྒྲོད་པ་མཐོང་དུས་སྐྱབས་གནས་ཡང་དག་མེད་དོགས་བཟུམ། །

ཚུལ་ཁྲིམས་དབྲུལ་པའི་ཚོས་པའི་མིང་ཅན་དམར་སེར་གོས་ཀྱི་སྐྱ་འོག་ལ། །
ཤི་གསོན་དཀོར་ལ་ཉེས་དམིགས་མི་འཛེམས་ཁ་ཚོས་སྐྱན་པོ་སྒྲོན་མཁན་པོས། །
རང་དོན་ཁོ་ནའི་སྒོ་གོས་ཚེད་དུ་ཁྲིལ་མེད་རྒྱན་གྱི་ཚོས་འཁོར་བསྐྱོར། །
ཚུལ་ཁྲིམས་ལྷན་པའི་དགའ་སྐྱོང་རྣམས་ལ་མཚན་སྐྱན་གཞོད་པ་ཉེ་ལ་རན། །

རང་ཉིད་ཚེ་འདྲིའི་རྒྱ་ལོར་རྩམ་ནས་གསེར་ཞུན་གཙང་མའི་བསྐྱན་པ་འདི། །
ཁྲིལ་མེད་རྒྱ་རྒྱའི་ཚང་ཚོང་སྐགས་པའི་བག་མེད་ཁྲམ་པའི་གྲིབ་འོག་ལ། །
ལྷ་སྒྲོད་གཙང་མས་རྒྱུད་ལ་ཕྱག་པའི་རྣམ་དག་ཚོས་པའི་སྐྱ་གསུང་ཐུགས། །
རྣམ་དཔྱོད་འབྲེད་པའི་སྒོ་མིག་མེད་ན་སྐྱེ་བོ་ཡོངས་ཀྱིས་མཐོང་བ་དགའ། །

ཤེ་རྒྱད་ནས་རྒྱུ་དུག་གསུམ་གོང་བུ་མི་ལྷན་མིད་ནས་ཟ་མཁན་རྣམས།།
ཡ་ང་སྒྲིང་རྗེ་སྒྲིང་ལ་མེད་པའི་དད་ལྡན་དད་རྣམས་བསགས་ལོར་དེ།།
གཡེམ་མ་སྒྲོག་སྐྱབ་གསོལ་བསྟོད་བྱས་ནས་ཤི་གསོན་སྒྲིན་བདག་བསྟོ་སྐྱབས་མེད།།
བྱ་ངན་སྣ་ཚོགས་སྐྱབ་ཆེན་ལོག་ཏུ་དམ་པའི་སྣ་ཚོས་སྒྲིབ་ལ་ཉེ།།

འགའ་ཞིག་སྐྱབས་པ་འགའ་ཞིག་མཁའ་འགོ་འགའ་ཞིག་སྒྲོད་པའི་མིང་ཁུར་ནས།།
ནང་ཚོས་ཐད་ལ་སྒོངས་ཞིང་འཐེབས་པའི་ཐོ་ཚོ་ཐད་ལ་དབའ་ངར་ཅན།།
སྒོངས་དད་མཁན་ལ་མགོ་བསྐྱོར་མཁས་ཤིང་བྲིམ་གཞིས་འདྲིལ་ལ་རྒྱ་གསོག་མཁན།།
མ་མཐོང་མཐོང་སྐྱམ་མ་རིག་རིག་མདོག་ལྟ་འདྲེས་མི་གཞོད་ཟེར་ཚུལ་པོ།།

ཉམས་རྒྱུང་པོ་ལ་སྤང་མིག་རྒྱར་འཕེན་སྐྱབ་བདག་པོ་ལ་སོ་སོར་ངོམ།།
མཚམས་དང་བསྐྱེན་སྐྱབ་ལུང་བྲིད་མི་དགོས་ནལ་འབྱོར་རང་བདེའི་སྐྱབས་ཚུལ་པོ།།
སྐྱོར་མོ་འཐོབ་ན་མན་དག་དབང་བཀུར་རྒྱུད་པ་མེད་ཀྱང་གནང་བ་པོ།།
དཔེ་ཆ་མཐོང་ན་མི་ཤེས་ཟེར་སྤངས་དཔལ་འབྱོར་རགས་ན་འདོད་ཁེངས་ཚོ།།

ཚོས་དང་ཚོས་མིན་དཔྲེ་འབྲེད་མི་ཤེས་རྩ་རྒྱུང་དེའི་སྐྱ་སྐྱན་གཡོ།།
མདོན་གྱུར་གསུགས་སོགས་གནས་ལུགས་མ་ཤེས་སྒྲོག་གྱུར་ལྟ་འདྲེ་གནས་ལུགས་དེ།།
ཁམ་དང་གཡོ་རྒྱུའི་མདོན་ཤེས་བཟོ་ནས་ལྟ་འདྲེའི་གཞོད་མེད་ངས་མཐོང་ཟེར།།
དམིགས་པ་སྐྱོར་མོའི་དབྱིབས་ལ་དམིགས་ནས་མིག་བཟང་རྒྱྱ་པའ་ཀི་སྐྱ་སྐྱོགས།།

ཡ་མཚུ་ཨ་རས་ཞག་སྒྲིན་འབྲིགས་ནས་མིག་གཉིས་སྒྲོག་འགྲུ་ཁྲོ་གཉེར་ཅན།།
གཙོད་རྩ་རྒྱུད་སྐད་ལ་གཟེར་ནས་ཐོད་སྤང་དཀར་པོའི་རྒྱུ་ཆ་སྐྱབས།།
རོ་ལངས་མིན་པའི་གོགས་མེད་རོ་ལ་གཙོད་རྩ་ཨ་མགར་འག་ཆར་འབབ།།
སྣ་ཚོས་སྐྱབ་པའི་སྐྱེས་བུ་པར་གཞག་འདིག་ཉེན་ཡ་རབས་དེར་མི་འདུག།

དེ་ནམས་གྲུས་ཤིང་སྐྱབས་སུ་འགོ་མཁན་སྒྲིན་བདག་ནང་པའི་གྲལ་དུ་འབྱུང།།
དེས་ཕྱིར་སྐྱ་མ་བརྟག་ཞིང་དབྱེད་ནས་ཚད་ལྡན་སྐྱ་མ་ཞིག་ཏུ་བཅའ།།
གདམས་ངག་དབང་བསྐྱར་བརྒྱུད་པ་ཅན་དང་བྱམས་དང་སྦྱིང་རྗེའི་བདག་ཉིད་ཅན།།
ལུང་དང་རིག་པའི་མཚོན་ཆས་བརྒྱན་པའི་ཁྲིམས་གཙང་སྐྱ་མ་ཞིག་ཏུ་བསྐྱེད།།

གདུལ་བྱ་འདུལ་ལ་མཁས་ཤིང་བཅེ་བའི་ཁམས་དང་མོས་པ་འཚམས་པ་ཞིག །
དམ་ཚོས་སྒྲོན་པའི་བདུད་ཅི་དེ་ཡང་ལུང་རིགས་གཉིས་ཀྱི་རྒྱབ་བརྟེན་མཁན།།
དུག་གསུམ་བཅོམ་པའི་གསེར་གྱི་མཚོད་སྡོད་ཐར་པའི་དེད་དཔོན་ཆེན་པོ་ལ། །
སྒོ་གསུམ་གྲུས་པའི་བཀའ་བཞེན་སྐྱབ་ན་དམ་ཚོས་མཇུག་བསྐྱོམ་མེད་ཡིན།།

དེ་ལ་གྲུས་ཤིག་བསྐྱེན་བཀུར་བྱེད་ཅིང་གདམས་ངག་དབང་བསྐྱར་ཐོབ་པ་གང་།།
ཐར་ལམ་འགོ་ལ་ལམ་ཐག་བསྐྱེད་པའི་ལྷ་སྦྱོང་གཉིས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་གནང་།།
དེ་མིན་རིག་ཚད་ཁྲོད་ཀྱིས་དད་ནས་ཁྲོད་ཀྱི་དེ་ལ་སྐྱབས་མཆི་ན།།
ལྷ་འདྲེས་གནོད་འདུག་ཁ་ནས་ཟེར་ཞིང་དོན་ལ་གཞན་ལོར་འཕྲོག་སེམས་ཅན། །

ང་རྒྱལ་ཕྱག་དོག་དུད་སྒྲིན་འཁྲིགས་ནས་ཚད་ལྡན་སྐྱ་མ་མར་འགྲན་སེམས་བྱེད།།
པ་ཐོག་བསགས་པའི་རྒྱ་ལོར་སྦྱིང་བ་ཡོད་ན་ཕྱི་ལ་མ་སྐྱེད་ན།།
ཁྲིམ་ཚང་འདི་ལ་གནོད་ཆབ་ཆེ་བས་མཚོད་ཡོན་ང་ལ་འབྲུལ་དགོས་ཟེར།།
དེ་འདྲའི་ཚོས་རྒྱན་ལུལ་དུ་གང་ནས་སྐྱོངས་དད་བཅིངས་པའི་སྐྱེ་བོ་རྣམས། །

ད་དུང་དེ་ལ་དབྱེད་པ་མེད་ན་ལྷ་ཚོས་གཙང་མ་མཇུག་སྐྱེལ་དགོན།།
ནང་ཚོས་སྐྱབ་ལ་ཐོས་བསམ་སྒོམ་གསུམ་མི་སྐྱོངས་ཅམ་ཞིག་འཚོལ་ཐོབ་ན།།
མི་ལུས་ཐོབ་པ་དོན་དང་ལྡན་ཞིང་ནང་པའི་ཚོས་ཀྱི་རོ་བཅུད་དེ།།
ཅུང་ཐད་རང་གིས་ཉམས་སུ་སྦྱོང་ན་མགོ་བསྐྱོར་འོག་ཏུ་ག་ལ་རྒྱུད།།

ནམ་ཞིག་འདྲོམ།

བྱེས་ལྷོ་འཇམ་དབྱངས་ལོ་བྱ།

ལོ་དང་ལོ་ཡི་བར་ན་ལྷན་ཉིད་གི་ཐག་ནག་དེས་བསྐྱམས་བས་ཡིན་ནམ།
 ཡང་ན། ལྷན་གསར་གྱི་ཐག་སྒྲེར་འཇུ་མ་ཐུབ་བས་ཡིན།
 ང་ཚོའི་སྤྱི་ནང་གཉིས་ཀར་ལུན་བ་ནག་པོ་འཐིབས་ནས་འདུག །
 དྲངས་སངས་སངས་གི་ཨ་སྲོན་བང་དུ་ང་ཚོ་ནམ་ཞིག་འདྲོམ།
 སྲོ་ལྷང་ལྷང་གི་སྤང་གཤོང་ཡངས་མོ་དེར་ང་ཚོ་ནམ་ཞིག་འདྲོམ།
 བརྗེད་ཉམས་ཉམས་ཀྱི་གངས་རིའི་འདབས་རོལ་དེར་ང་ཚོ་ནམ་ཞིག་འདྲོམ།
 གསར་འདོད་ཅན་གྱི་རྒྱབ་སྤོགས་པའི་ལྷ་རྗེས་མ་ཐེན་བས་ཡིན་ནམ།
 ཡང་ན། རྗེས་ཞེན་ཅན་གྱི་རང་ལྷ་ལ་གོམས་བྱས་བས་ཡིན།
 ང་ཚོས་ད་དུང་གསར་ལེན་ཉིད་དོར་གྱི་ལུགས་བཟང་དེ་ཉིད་མི་འདུག །
 ལྷན་ལྷང་ལྷང་གི་ལུག་ལྷའི་འབའ་སྤའི་ཁྲིད་དུ་ང་ཚོ་ནམ་ཞིག་འདྲོམ།
 རྫོད་ཐིང་ཐིང་གི་བ་གཞིས་རྫོན་མོ་དེར་ང་ཚོ་ནམ་ཞིག་འདྲོམ།
 གསལ་ལམ་ལམ་གྱི་ཀ་ཁའི་དབྱངས་རྟའི་གསེབ་དུ་ང་ཚོ་ནམ་ཞིག་འདྲོམ།
 འདས་པའི་བྱང་རབས་ལོ་རྒྱུས་ལ་སྤྱིར་མིག་མ་འཕངས་བས་ཡིན་ནམ།
 ཡང་ན། འབྱུང་འབྱུར་གྱི་མདུན་ལམ་ལས་དབང་ལ་བཅོལ་བས་ཡིན།
 ང་ཚོ་ད་དུང་ས་སྐང་རིལ་པོའི་མི་གལ་དུ་རྒྱུད་མི་འདུག །
 འོད་ལྷམ་ལྷམ་གྱི་པོ་ཏ་ལའི་ཐང་ཆེན་དུ་ང་ཚོ་ནམ་ཞིག་འདྲོམ།
 ལྷན་ལྷང་ལྷང་གི་སྤང་མའི་གདམས་ངག་གས་དུ་ང་ཚོ་ནམ་ཞིག་འདྲོམ།
 ཡིད་དུང་དུང་ངང་སྐབས་མགོན་མཇུག་ཁ་ལྷ་བར་ང་ཚོ་ནམ་ཞིག་འདྲོམ།
 བམ་ཉེས་ཡོད་ཆད་ཆོས་ལུགས་བས་བྱས་བར་སེམས་བས་ཡིན་ནམ། ཡང་ན།

གྲོང་གྲུང་དང་མམ་ཁའི་སྒྲོང་དུ་བསམ་གཞིག་མེད་སོང་བས་ཡིན།
 ང་ཚོ་མཐུན་སྦྲིལ་ལྡན་པའི་སྒྲོན་ཚོན་གྱི་མི་རིགས་ཤིག་ཏུ་ད་དུང་ཚུད་མི་འདུག །
 ཉམ་ཚུང་ཚུང་གི་པ་སྐད་ཀྱི་རང་མདངས་མ་ཡལ་གོང་ང་ཚོ་ནམ་ཞིག་འཇོམ།
 སྐྱོ་ཤིག་ཤིག་གི་གཤེན་པོའི་རྣམ་ཤེས་མ་འབྲུམ་གོང་ང་ཚོ་ནམ་ཞིག་འཇོམ།
 ཉག་ཕྲ་ཕྲ་བའི་བོད་པའི་ཚེ་སློག་མ་ཤོར་གོང་ང་ཚོ་ནམ་ཞིག་འཇོམ།
 དེ་རིང་གི་མཛེས་སྤྱད་བསྐྱུན་ནས་ཁ་སང་གི་གཏམ་རྒྱུད་སྐྱེད།
 སང་ཉིན་གྱི་འོད་སྣང་བསུ་སྲིར་དེ་རིང་མཉམ་དུ་འཇོམས།
 ཁ་སང་ནི་དེ་རིང་གི་གཏམ་རྒྱུད་ཡིན་ལ།
 དེ་རིང་ནི་སང་ཉིན་གྱི་སྒྲོན་འགྲོ་ཡང་ཡིན།

བློ་གཏུང་།

འཇམ་དབྲངས་བསྐྱུན་མཚོ།

ཨོ། དེ་རིང་ཡང་ཁུ་སིམ་མེར་མི་འགའ་བྲན་ཡོང་། དེ་ནི་ངའི་ཡོད་ཚད་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་
 ཚོག་པའི་ལམ་གྲོགས་སམ་འཛིན་གྲོགས་ཏེ་བྱེད་ཚོ་བཞི་ལས་གཞན་སྟེ། ངས་བྱེད་ཚོ་བྲན་ཐེངས་
 རེར་འཁོར་ཡུག་འདི་མེ་ཏོག་དང་ཅི་ཤིང་གིས་བརྒྱན་ཅིང་མཛེས་སྤྱད་གིས་ཁེངས་ཀྱང་།
 ངའི་སེམས་པ་འདི་ཁ་བ་དང་བྱ་ཡུག་གིས་འཐབ་འཛིང་རྒྱོད་པའི་དགུན་གཞུང་ལྟར་གྲང་ཤུར་ཤུར།
 མ་ཐད། ལྷན་དུ་ཡོད་པའི་བྲང་གཞུང་གི་སྤྱིང་ཚུང་ཡང་འདར་སིག་སིག་ངང་རྐང་ལག་དང་ལྷན་དུ་
 འཁུམས་ཏེ། ཅི་ཞིག་བྱེད་འདོད་པའི་ཚོར་འདུ་དང་སློབས་པ་བརྒྱགས། གཞིགས་དང་། སྤིང་འདི་

ན་ངའི་ཡིད་གཏད་ཚོག་པའི་སྤྱིང་གྲོགས་དབེན་པར་བརྟེན། ངས་འཛིག་རྟེན་ན་གྲོགས་མེད་ཁེར་
རྒྱུ་བ་ཞི་རང་ཉིད་ཁོ་ནར་ཚོར་ཞིང་། བྱིད་ཚོ་བྱོན་པའི་གདུང་བ་འདིས་ང་རང་ཡོངས་སུ་མཁར།
གྲོགས་མོ་ཚོ། དེ་དུས། ངའི་སྐྱོ་ལྷང་ལྷང་གི་སེམས་པས་ང་བྱིད་ཚོའི་ལས་དབང་དང་འདྲེས་ཨེ་
ཚོག་ཅེས་ཡང་ཡང་ཚིག་ལབ་བརྒྱབ། ལན་རེ། ངས་འབྲུ་པར་འདི་བྱིད་ཚོ་དངོས་ལ་བརྒྱུ་མས་ཏེ།
འདི་སྐྱོ་གདུང་གི་སེམས་ཚོར་བྱིད་ཚོའི་ན་བར་སུན་སུན་བརྗོད་སྤྱོད་བས་བྱིད་ཚོ་འདི་སྐྱོ་རོགས་ཀྱི་
རྒྱབ་རྟེན་ཞིག་ལོས།

གྲོགས་མོ་ཚོ། ངས་བྱིད་ཚོ་བྱོན་པའི་ཟབ་ཚད་ཉ་ཅང་སྐྱབ་དྲགས་པས། བྱིད་ཚོ་བྱོན་པ་མགོ་རྩ་
མེད་ལ་མཚན་མའི་གཉིད་ལམ་དུའང་བྱིད་ཚོའི་བྱད་གཟུགས་ཀྱིས་འཚང་ཁ་ཚོད། དེ་དུས། ངས་
བྱིད་ཚོ་དང་བྲལ་འདོད་པའི་བསམ་སྒྲོ་ཞིག་ག་ནས་འཁོར་ལ། དེ་བས་འཛིག་པོད་པའི་སེམས་པ་
ཞིག་རི་ལྷར་རྟེན། ཞོགས་པར། ངས་འབྲུག་སིབ་སིབ་ཀྱི་རུམ་ཁ་ནས། རང་ཉིད་ལ་འཚོལ་སྟེགས་
བྱེད་དུས། བྱིད་ཚོ་སྐྱ་མོ་ནས་ང་དང་བྲལ་ཟེན་ལ། གནམ་འོག་གམ་འཛིག་རྟེན་གཅིག་ཏུ། ཁ་
སྐྱོགས་དང་དམིགས་ལྷལ་སོ་སོ་བ་རེ་ཡོད་པ་ཚོར་དུས་གཞི་ནས། ངས་འཕྲུལ་སྤང་གི་བཟེ་ཁ་ནས་
གཉིད་ལམ་དང་བྲལ་ཚད་བདེན་པ་འཛིན་པ་རྟོགས། རེད་ཡ། ཅི་ཞིག་དང་གང་གིས་ཀྱང་མཚོན་མི་
ཐུབ་པ་ཞི་མེད་སེམས་ཚོར་རྗེན་པ། དེར་བརྟེན། བྱོན་གདུང་དང་སྐྱོ་བ་ཞི་རང་ཉིད་ཀྱི་སེམས་པས་
ལྷང་བྲལ་ལས། སྐྱབ་རྟེན་ནས་ཐོན་པའི་ཡིག་འབྲུ་དང་། ཁ་སྐྱོན་ནས་ཐོན་པའི་སྐྱ་བརྗོད་ཀྱིས་མཚོན་
མི་ཐུབ་པའང་ལོས། གྲོགས་མོ་ཚོ། ངས་བྱིད་ཚོའི་གཟུགས་དབྱིབས་གཉིད་ལམ་དུ་སྐྱོམ་པ་ལས།
གཞན་འདི་མིག་ལྷང་གིས་རྒྱང་ལྷ་མི་ཐུབ་ལ་དེ་བས་སྐོག་ལྷ་བྱེད་ག་ལ་ཐུབ། འོན་ཀྱང་། བྱིད་ཚོའི་
བྱད་གཟུགས་འདི་བྲང་གཞུང་ནས་ད་དུང་བརྒྱལ་མེད།
ཤེས་སོང་ངམ་གྲོགས་མོ་ཚོ།

མིག་ཚུ། ང་སྲོད་ལ་ཉ་ཅང་སྤང།

འབྲི་ས་འཛིན།

མི་ཡུལ་གྱི་འཚོ་བ་ལ་བྲན་གདུང་དང་མིག་ཚུ་མེད་པ་ངས་ཤེས། འོན་ཀྱང་། ངས་ཆེས་མི་
 དགའ་ས་ནི་ང་རང་ཉིད་ཀྱི་མིག་ཚུ་འདི་ཡིན། མིག་ཚུ་འདིས་ང་ལ་གཞོན་པ་མང་བྲག་སོང་བས་ཀྱང་
 མོས་ཡིན། རྒྱ་མཚན། མིག་ཚུ་འདིས་ང་གསོན་ས་ནས་འཆི་རུ་བཅུག་ཅིང་། འཆི་ས་ནས་འདར་
 རུ་བཅུག་སྲོང་ལ། མ་ཟད། མིག་ཚུ་འདིས་ང་འཁྲུམ་རུ་འཇུག་ཅིང་པམ་རུ་བཅུག་པ་ཡང་ཐེངས་
 གཅིག་གིས་ག་ལ་ཚད། གལ་ཏེ་ངས་མིག་ཚུ་གཅིག་བཏང་ནས་ཡོད་ཚད་འབྲུབ་འགོ་བ་ཞིག་དང་
 ། སེམས་ཀྱི་ན་ལུག་ཡོད་ཚད་སེལ་རུས་པ་ཞིག་ཡིན་ཆེ། ངས་ངོ་མ་འདི་ལྟར་སྤང་བ་སྐྱེ་མི་སྲིད།
 ཡིན་ཡང་། ངའི་མིག་ཚུ་ལ་རིན་ཐང་ཅི་ཡང་མེད་སོང་བས། ངའི་ན་ལུག་འདི་ཡང་ནམ་ཡང་ན་ལུག་
 གི་ངོ་མོ་ཅམ་ལས་ངས་མིག་ཚུ་བཏང་ན་མེད་པ་ཆགས་འགོ་བ་ཞིག་དང་ཡལ་འགོ་བ་ཞིག་མིན་
 སོང་བས། ངས་ནམ་ཡང་མིག་ཚུ་གཏང་ན་མི་འདོད།

འོན་ཀྱང་། ངའི་མིག་ཚུ་ནི་ཉ་ཅང་རྫོགས་བྲ་ཅན་ཞིག་སྟེ་ངའི་སེམས་ཁོངས་ན་དགའ་སྤྲུག་གི་
 ཚོར་བྲུགས་ཅི་འབྲ་ཞིག་བྱུང་ཡང་། མིག་ཚུ། འདི་ནི་ཆེས་བཀག་འགོག་མི་སྲུབ་པའི་བཅོན་པོ་ཞིག་
 ངས་འཛིན་ཉེན་གྱི་ཚོས་ཉིད་དང་དངོས་པོའི་རང་བཞིན་སོགས་ལ་མཚོ་བསམ་ཅི་ཅམ་འཕང་ཡང་
 ངས་ཆེས་མི་ཁོག་པ་ནི་ང་རང་ཉིད་ཀྱི་མིག་ཚུ། འདི་ནི་ང་རང་ཉིད་ཀྱི་ཚོར་བ་རྒྱུན་བྲགས་པའམ།
 རྫོ་རྒྱ་ཞན་བྲགས་པས་ཀྱང་ཡིན་སྲིད་པ་རེད་ལམ་ན་མི་ཚོག་པ་མེད། འོན་ཀྱང་ངས་རྒྱུན་ལྡན་གྱི་
 དགའ་སྤྲུག་མང་པོ་ཞིག་བཟོད་བསྐྱེད་གྱི་སྲོབས་པ་དང་སྤྲིང་སྤྲོབས་ལྡན་ཡང་། ང་ལ་ཡོད་པ་ནི་དོན་
 མེད་ཀྱི་མིག་ཚུ་འདི་རེད། འདི་ཡི་དབང་གིས་ངས་ལམ་འདོད་པའི་སྐད་ཆ་འཆད་མི་སྲུབ་ལ། འདི་
 ཡི་དབང་གིས་ང་རང་ཉིད་ཀྱིས་རང་ཉིད་ལ་སྤང་བ་སྐྱེས་བཅུག་སྲོང་། སྤྲིང་མིག་ཚུ་མེད་པའི་འཚོ་
 བ་ཞིག་དང་མིག་ཚུ་མེད་པའི་བཅེ་བ་ཞིག་ཡོང་དགའ་ན་ཡང་། ང་མིག་ཚུ་ལ་ཉ་ཅང་སྤང་གི། མིག་
 ཚུས་སྐྱེན་པ་ནི་པམ་ཉེས་དང་དེ་ཡིས་རྒྱུན་པའི་ན་ལུག་ཅམ་ཞིག་ལས་ཅི་ཡང་མ་མཆིས་སོ།།

དགའ་སྐྱོ་འབྲུལ་སྒྲོན་གི་གཏམ།

འཇི་བྲ་སྐལ་བཟང་ལྷུ།

སྒྲོན་བསགས་ལས་འབྲས་སྐལ་བ་བཟང་པོའི་མཐུས།།
གསེར་ལྷན་གངས་ལྷོངས་ས་ལའི་ཞིང་དུ་སྐྱེས།།
གངས་ཅན་མགོན་པོ་བསྐྱེད་འཛིན་རྒྱ་མཚོ་མངལ།།
ཤེ་ཤེ་བདག་གི་བསོད་ནམས་ཨེ་མ་རྟོ།།

བསམས་ངན་གདུག་རྩལ་ཅན་གྱི་ཁྱི་སྐྱེད་གིས།།
གཟི་བུ་ལྷན་པའི་གངས་ལྷོངས་དམག་གིས་བསྐྱོར།།
ས་མ་ལ་སོགས་ཉེ་འབྲེལ་གསོན་བྲལ་བཏང།།
ཉམ་རྒྱུང་བོད་མིའི་ལས་དབང་ཤེ་མ་རྟུང།།

དེང་དུས་གོ་ལ་འགྲུང་བ་ཕྱིན་པའི་མཐུས།།
གཟུང་གནས་འཛམ་གླིང་དཔོན་རིགས་དེ་དག་གིས།།
པད་དཀར་འཛིན་པ་མཚོག་ལ་གུས་འདུད་དང་།།
བང་བདེན་རྒྱབ་སྐྱོར་མཛད་པ་ཨེ་མ་རྟོ།།

ང་དགའ་དུས་ངན་ལོ་རྒྱུ་ལའང་ནས་བཟུང་།།
ཡབ་ཚེན་གསེར་གྱི་ཉི་མ་ས་མཐར་བུད།།
ཡུམ་ཚེན་དུང་གི་རྒྱ་བ་བཙོན་དུ་བཏུག།
ལུས་ལུས་དུ་སྐྱེས་ལས་དབང་ཤེ་མ་རྟུང།།

ནགས་ལྟའི་སྒྲོན་མེ།

མི་རབས་གསར་བའི་དེང་དུས་ན་གཞིན་རྣམས།
འཇམ་སྒྲིང་མཐོ་སྒྲོབ་གྲགས་ཅན་དུ་མའི་ནང་།
གཡོ་མེད་སྤང་བཙུན་གནང་ནས་རང་གཞུང་སྐྱོང་།
མ་འོངས་ལྷུང་འཛིན་ཞབས་རྗེས་ཨེ་མ་རྟོ།

བསམ་མེད་དེང་གི་ན་གཞིན་འགའ་ཤས་ཀྱིས།
ཕོ་སྐྱལ་ལ་སོགས་བག་མེད་བྱ་ངན་དག །
དོན་མེད་རྣམ་གཡེང་མང་པོ་དང་ལེན་བྱེད།
ཀུན་གྱིས་དག་དུ་འཛིན་པ་ཀྱེ་མ་རྟུང།

བསམ་ལྡན་རྣམས་ལྟ་བུ་ཡང་དག་ནི།
མཐའ་བྱལ་དབུ་མའི་ལམ་བཟང་ཡང་དག་གནས།
གཞིས་བཞུགས་སྤུན་རྒྱའི་དུགས་བསམ་མཚོ་ལས་ཟབ།
སྤྲིང་སྒྲོབས་ཞུས་པ་མེད་པ་ཨེ་མ་རྟོ།

མི་རིགས་མཐུན་འབྲེལ་ཟེར་ཞིང་ཁ་ནས་བཤད།
དོན་ལ་ས་ཚོད་ཚུ་ཚོད་ཆར་ལྟར་འབབ།
ཁ་ཁོག་འགལ་བའི་བྱ་བ་འདི་དག་དང་།
སྤུན་རྒྱ་ནང་དམེ་བྱེད་པ་ཀྱེ་མ་རྟུང།

ཤེས་རིག་འོད་སྤང་ནགས་ལྟའི་སྒྲོན་མེའི་ནང་།
རང་སྒྲོར་གང་ཤར་འཁྲུལ་བའི་གཏམ་འཆལ་འགའ།
གང་ཅུས་འདི་དུ་བཀོད་པའི་སྐལ་བཟང་ནི།
ཡང་ཡང་འདི་འདྲ་བྱུང་བ་ཨེ་མ་རྟོ།

བྱིད་བྲལ་བའི་སེམས་ཀྱི་མ་ཁ།

སྐལ་བཟང་དད་སློབ།

ལས་སྐལ་ཞིག་གིས་དེད་གཉིས་འདི་ནས་འཇོམས། འཆམ་མཐུན་ཞིག་གིས་མི་
 འབྲལ་བའི་དམ་བཅའ་བཞག། །འོན་ཀྱང་བྱིད་ཀྱི་སེམས་ལ་རྟག་ཏུ་འབར་བཞིན་པའི་མེ་སྡེ་
 ཞིག་གིས། མཛའ་མཐུན་གྱི་དག་སྐྱོན་རིང་མོ་འདི། གངས་ཚུ་བཞིན་རིམ་གྱིས་བཞུར་འགོ་
 བཅུགས། སྐར་ཚོགས་བཞིན་བྱིད་ཀྱི་མིག་ལམ་དུ་འཁོར་བཞིན་པའི་མ་འོངས་ཀྱི་མངོན་
 འདོད་རྣམས། དའི་སེམས་ཁོག་ཏུ། འོད་དུ་འཚོར། ཉ་ཅང་སྡིང་འཇགས་ཀྱི་ཉིན་མོ་ཞིག་ལ།
 བྱིད་དང་དངོས་སུ་བྲལ་སྐབས། ངས་བྱིད་ལ་ཅི་ཡང་བཤད་མི་སྲུབ། ཡིན་ན་ཡང་ངས་བྱིད་
 ལ་བཞོན་འདོད་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་ག་ལ་སྲིད། དེ་སློན་ངས་བྱིད་ལ་མ་འོངས་པའི་འདམས་ཀ་
 འདི་ལོར་སོང་བ་མ་ཡིན་ནམ། བསྐྱར་དུ་སྤྱི་མིག་ཅིག་བསློག་ན་ཞེས་ཐེངས་མང་ཞུས་
 གྱང་། འགྱུར་མེད་ཀྱི་ཐག་གཅོད་དེས་དའི་བཤད་དབང་ཡོངས་སུ་བཅོམ། ཐག་རིང་གི་མཛའ་
 མོ། བྱིད་བྲལ་བའི་ལོ་རྒྱུ་འདི་དག་ནང་། དའི་སློབ་སློང་གི་སྐྱེད་བཅོམ་ལ་སློབ་སྐྱོང་དབེན།
 འཁོར་ཡུག་འདིའི་ནང་ང་རང་གཅིག་སུར་སྐྱག་པའི་ཚོར་སྐྱེད་ཞིག །སློང་ཉེ་བའི་ལྷོགས་
 མོ་ལགས། དའི་སེམས་ཉ་ཅང་འབྲུག་པའི་མཚན་མོར། ངས་ཁེར་རྒྱུ་གི་སློབ་སྐྱོང་བཞིན།
 བྱིད་དང་བྲལ་བའི་སེམས་ཀྱི་མ་ཁ་འདི་གསོ་ཐབས་བྱེད། འཆམ་མཐུན་གྱི་སེམས་འདི་དེ་
 འདའི་རྒྱབས་ཆེན་ཞིག །

མཇུག་གི་གཏམ།

ནགས་ལྷ་ཚོམ་སྒྲིག་ཁང་གི་ཐོག་མའི་དམིགས་ལུལ་ཉེ་ཚོམ་རིག་གི་གར་སྟེགས་ནགས་ལྷའི་
 སྒྲོན་མེ་ཞེས་པའི་དུས་དེབ་འདི་བརྒྱད། བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་སྤྱི་དང་ཡང་སྒོས་བརྟེན་སྒོད་རིག་པའི་
 གཞུང་ལུགས་འདི་ཉིད་བོད་འཕེལ་གྱིས་ཁ་བའི་ལས་དབང་གསོན་ལུགས་རྒྱས་པའི་རེ་བ་བཅངས་
 སྤོང་ལ། ཚོམ་རིག་གི་སྒྲོག་དར་བའི་རྒྱུ་རྐྱེན་གངས་རིའི་མཁའ་ལ་གཉོར་ཉེ། ལྷན་དག་གི་སྤྱི་
 རྒྱུ་ལེན་བཞིན་རིགས་ཞེན་གྱི་སེམས་ཁམས་གསོ་བའི་སྐད་གསང་ཡང་ཡང་བསྐྱབས་སྤོང་།
 སྤེབ་སྤོང་གི་ཕྱོག་ཅི་རིགས་གྱིས་མེས་པོའི་ཞབས་རྗེས་དེད། ལ་ལུང་གངས་མེད་བརྒྱལ་བའི་
 ཡབ་མེས་ལ་དུང་བའི་སྤོང་འབོད་བྱས་པ་འདི་དག་ཐོག་མའི་དམིགས་ལུལ་ཉེག་གཅིག་གི་གནས་
 ལུགས་རེད། ད་ཆར་སྤྱིར་བཏང་ས་ཤིག་གིས་བསམ་གཞིག་སྤོང་ནས་ཐོན་པ་དགའ་ལོས་པའི་
 གཞུགས་བརྟན་གསོན་པོ་ཞིག་སྟེ། བརྟེན་གྱི་ལང་ཚོ་དར་བའི་ཚོམ་བ་པོ་ལྷ་ཚོགས་གྱིས་བསྐྱབས་
 པའི་སྤྱན་དག་གི་མཛེས་སྤྱད་དང་། སྤེབ་སྤོང་གི་འགྲུང་ལུག་ཀྱང་ཀྱའི་སྤྱི་ལྷན་སྤྱན་བ་ནས་དུས་ཀྱི་པོ་
 ཉ་ཁྱེད་རྣམས་གངས་ཅན་པའི་མིག་ལམ་དུ་ལྷན་ལྷན་བཞུགས་པའདྲ། འཇུག་ཚོན་བཞིན་མཛེས།

ནགས་ལྷའི་སྒྲོན་མེ་དང་བྲ་མཛོད་དག་གི་མཛེས་རྒྱན་དོ་མ། གངས་རིའི་སྒྲོག་དར་བའི་རྒྱུ་
 རྐྱེན་མཛོད་གི་རི་ཅེར་བསྐྱེད་ས་པ་ལྷག་བསམ་གྱི་འཇུག་དར་གངས་རིའི་ཁ་དོག་དང་འབྲེས་སོང་བ་
 དེ་རེད། འདི་ནི་ཁ་བ་གངས་ཅན་པར་སྤུལ་བའི་ལེགས་སྤྱོད་དང་རང་རིགས་ལ་བཅངས་པའི་ལྷག་
 བསམ་གྱི་རང་མདངས་ཤིག་གོ།

ཚོམ་སྒྲིག་པས།

བུ་བརྗོད།

སྤྱི་ཤུ་ཉུ་རང་རིགས་ཡོངས་ཀྱི་ལྷག་བསམ་གཡོ་མེད་དུ་མཐུན་ཆེན་གྱི་ཚུབ་སྐྱོར་ཚད་
 མེད་གནང་བར་བརྟེན་ནགས་ལྷ་ཚོམ་སྤྱི་གཞི་ཁང་ནས་དུས་དེབ་འདོན་སྤེལ་དང་། བོད་ཀྱི་བརྗོད་སྐྱོད་
 རིག་པའི་བརྗོད་སྤེལ་། ཚོམ་ཡིག་འགྲན་བསྐྱར་སོགས་པན་རྒྱབས་ཆེ་བའི་ལས་གཞི་མང་པོ་ཞིག་གོ་
 སྤྱི་གཞི་འཇུག་སྐོ་ཚང་བ་བྱུང་ཡོད། བརྗོད་རིམ་འདིའི་ནང་ཚོམ་པ་སོ་གང་མང་གིས་རིག་གཞུང་ལ་
 རྒྱན་བའི་ཚོམ་ཡིག་སྤེལ་བ་དང་དེ་བཞིན་གཞོན་སྤྱི་གཞི་གང་མང་ཚོམ་ཡིག་ལ་འཇུག་སྐྱབ་བ་སོགས་
 སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་གི་བྱུབ་འབྲས་རྒྱ་མེད་འདི་དག་རང་རིགས་ཡོངས་ཀྱི་རུས་ལྷགས་གཅིག་སྤྱི་གཞི་
 སྤོབས་ལྷགས་ཁོ་ན་ལས་བྱུང་བ་ཡིན། གོ་སྐབས་འདི་བརྗོད་ཆུང་ཆུང་པ་ཚོ་ཚངས་མ་ལ་ནགས་ལྷ་ཚོམ་
 སྤྱི་གཞི་གིས་སྤྱི་ཐག་པ་ནས་སྤྱི་གཞི་ཚེ་སྤེལ་གྱི།

ལྷག་བར་ཨོ་སི་ཁོ་མི་ཡ་གནས་བཞུགས་སྐོ་བཟང་བསྟན་སྐྱོར་ནང་མི་ནས་འདི་མེད་དུས་དེབ་ཀྱི་
 སྤྱི་བདག་གནང་བྱུང་བས་སྤྱི་ཐག་པ་ནས་སྤྱི་གཞི་ཚེ་སྤེལ་དེ་བཞིན་འགྲོ་བུ་ཞབས་བྱུང་རིན་པོ་
 ཚེའི་བརྗོད་ནས་ལ་དུགས་གནས་སྤྱོད་འབྲེལ་ཡོད་ཉེ་འབྲེལ་རྣམས་ནས་ཞལ་འདེབས་ཉིན་སྐོར་
 60000 རྒྱ་རན་སི་གནས་སྤྱོད་བསྟན་འཛིན་པད་མ་ནས་དུས་དེབ་ཚེད་ཞལ་འདེབས་ཉིན་སྐོར་
 70000 ཨ་རི་གནས་སྤྱོད་ཨ་ཅག་ཆེ་གཡང་ནས་དུས་དེབ་ཚེད་ཞལ་འདེབས་ཉིན་སྐོར་10000
 སེར་ལྷོ་གནས་སྤོ་བཟང་རྣམ་རྒྱལ་ནས་ཞལ་འདེབས་ཉིན་སྐོར་7000 ཉོ་ལེན་གནས་སྤྱོད་སྐོ་བཟང་
 ཚུལ་ཁྲིམས་ནས་ཚོམ་ཡིག་འགྲན་བསྐྱར་གྱི་ལས་རིམ་སྐབས་ཚོམ་པ་སོ་རྣམས་ལ་ལེགས་སྤྱི་གཞི་
 ཚེད་ཉིན་སྐོར་71500 ལག་ཁྲིར་བརྗོད་དང་ཞིབ་འཇུག་པ་མཁས་དབང་རྣམས་ལ་སྤྱི་གཞི་
 ལེགས་འབྲེལ་དང་གཞན་ལས་གཞི་འགའ་ཞིག་ཚེད་སྤེལ་རྗེས་གནས་སྤྱོད་སྐབས་བཟང་ཚོས་བྲགས་
 བརྗོད་ནས་ཞལ་འདེབས་ཉིན་སྐོར་70000 རྒྱ་རན་སི་གནས་སྤྱོད་འཛིན་པད་དང་སྤྱི་གཞི་
 སྐོར་10000 བཅས་གནང་འབྲོར་བྱུང་བས་སྤྱི་ཐག་པ་ནས་སྤྱི་གཞི་ཚེ་སྤེལ་གྱི་དང་བཀའ་བྲིན་ཆེ་གྱི། དུས་
 དེབ་སྤྱི་གཞི་སྐབས་ལྷན་དག་གནང་མཁན་དང་། འབྲེལ་སྤེལ་གྱིས་མཚོན་པའི་ལས་དོན་
 ཁག་ལ་ཞོགས་འདེགས་གནང་མཁན་དང་། ཞབས་བྱུང་སྤྱི་བྱེ་བྲག་ལ་འགྲོ་བུ་སྐབས་བཟང་རྒྱལ་མཚན་

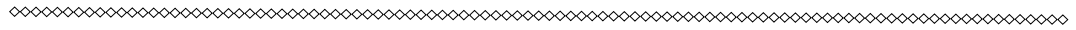
ལགས་ཀྱིས་དུས་དེའི་སྒྲིག་བཟོ་རྐང་འགན་བཞེས་ནས་འཇུག་སྐོ་ལེགས་སྲུབ་གནང་བྱུང་བས་
སྤོང་ཐག་པ་ནས་བཀའ་ཤིན་ཆེ་ལྷོ། ལྷག་པར་དུ་ཞབས་བྱུང་སྐྱབས་ནས་དུས་དེའི་བཟོ་སྐབས་གང་
དགོས་ཀྱི་མཐུན་ཉེན་རྒྱུ་སྐྱོར་ཚད་མེད་གནང་བྱུང་བས་སྤོང་ཐག་པ་ནས་སྤྲུགས་རྗེ་དང་བཀའ་
ཤིན་ཆེ་ལྷོ།

སྐྱེད་ཡང་གསལ་བ་འདུ་ལྷུ་ཡག་ཅིག་ཞེ། ནགས་ལྷ་གནང་དེར་ཟུང་གི་རིག་གཞུང་འཇོ་མཛོད་
ཅེས་པའི་འཇུག་འདིའི་ནང་སྤྲུག་ཚུལ་དང་སྐྱེད་ཚུལ། རྣམས་དཔྱད་དང་ལམ་སྟོན། དཔྱད་ཚུལ་དང་
ནང་ཚིས་རོ་སྟོན་སོགས་ཚུལ་རིག་སྤྲུག་ཚོགས་དང་། བ་ཡུལ་གྱི་གནས་ཆེན་རྣམས་དང་ཡུལ་ཡུང་
གི་བཀོད་པ་སོགས་ཀྱི་པར་དང་། རྒྱ་གར་གྱི་གནས་ཆེན་རྣམས་ཀྱི་པར། སྟོག་བརྒྱན་དང་
གཞས་སྤྲུག་ཚོགས་བཅས་བཏུ་ཡག་དང་། གཞུང་ཁྲིད་དང་བསྐྱབས་བྱ། གཞས་དང་བད་སྟོན་སྟོར་
ཀྱི་སྟོན་ཁྲིད་བཅས་ཉན་ཡག་སོགས་ཁྱད་ཚོས་མང་པོ་ཞིག་ཚང་ཡོད་པས་རྣམ་པ་ཚོའི་སྤྲུགས་
འདུན་འགྲུབ་སྲུབ་པའི་རེ་བ་ཡོད།

རྒྱ་ཚའི་ཚུལ་བ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་སྟོན་གསལ་བསྐྱབས་སྟོན་སོང་བཞིན་དུས་དེའི་ས་
ཁྲོན་ལ་སྟོས་དགོས་པས་ཚུལ་ཡིག་མང་ཉུང་གི་ཚོད་རན་པ་ཞིག་དང་འཇུག་འདི་དཀར་ཆགས་ནང་
གསལ་གྱི་བཟོད་གཞི་དང་མཐུན་པའི་ཚུལ་ཡིག་གང་མང་གནང་སྐྱོད་ཡོང་བར་ལྷོ། ང་ཚོའི་
འཇུག་འདི་ནང་དུ་ཚུལ་ཡིག་ག་འདྲ་ཞིག་འཇུག་དགོས་མིན་གྱི་བདག་དབང་ཡོངས་རྫོགས་ཚུལ་
སྤྲིག་པ་ལ་ཡོད་པས་དེ་དོན་དགོངས་མངའ་ཡོད་པ་མཁྲུན། ང་ཚོའི་ཚུལ་སྤྲིག་ཁང་གི་ཁ་བྱང་།

naglha2@yahoo.com འཇུག་ཁ་བྱང་། www.naglha.net

འདི་ཡིན་པས་རྣམ་པ་ཚོས་སྤྲུགས་སྐྱེད་ཡོད་པ་ལྷོ།



ང་ཚོས་དུས་དེའི་སྤྲུག་འདི་དུ་ཚུལ་ཡིག་སྤྲིག་སྐབས་ཚུལ་ཡིག་བཟང་ངན་གྱི་ཆ་ནས་སྤྲུག་གོ་
རིམ་བསྐྱབས་པ་མིན་ལ་གང་ཟག་གི་ཁྱད་པར་ལ་བསྟོས་ནས་བསྐྱབས་པ་དེ་བས་མིན། འདིའི་གོ་
རིམ་ནི་ལྷོ་དག་གི་སྐབས་སུ་གོ་རིམ་རི་ལྷུང་ཡོད་པ་དེ་བཞིན་བསྐྱབས་ཡོད།

ཚུལ་སྒྲིག་པའི་ལོ་རྒྱུས།

ཚུལ་སྒྲིག་འགན་འཛིན་འབྲི་སྐལ་བཟང་གི་ལོ་རྒྱུས། མདོ་ཁམས་ཤོད་ཆེན་བཙེན་བརྒྱུད་ཀྱི་
 བང་ཚོན་ནགས་ཤོད་འབྲི་ཡི་ལུས་དུ་སྐྱེས། རྒྱུ་དུས་ནས་བོད་ཡིག་འབྲི་སྐྱོག་སོགས་ལ་སྦྱངས།
 ཁ་བའི་སྦྱོངས་སུ་བོད་ཀྱི་བརྗོད་རིག་པ་དང་བང་ཚོས་སོགས་ལ་སྦྱངས། སྤྱི་ལོ་༡༩༩༩ལོར་
 འཕགས་ལུས་དུ་འབྱོར་ནས་དགའ་ལྡན་ཤར་ཅེ་གྲུ་ཚང་དུ་ཞུགས། གཙོ་བོར་གཞུང་ཆེན་ཁག་ལ་
 རྩོམ་བསམ་དང་། གནའ་དེར་གི་རིག་པའི་གནས་འགའ་ཞིག་ལ་ཞིབ་ཏུ་སྦྱངས། གཞུང་ཆེན་བཀའ་
 བོད་ལྷ་ཡི་སློབ་གཉེན་ཚོན་པའི་ལག་ཁྲིམ་རིམ་བར་བོད་དུ་རྒྱ་སར་ ཡལོང་ས་མཚོག་དབུ་བཞུགས་
 རྩོག་ལུས་དང་སེམས་ཞེས་པའི་བསྐོ་སྐྱོང་ལ་བཅང། རྩ་ཁ་མཚོ་སློབ་ཏུ་ཡལོང་ས་མཚོག་དབུ་
 བཞུགས་ཀྱི་ཟབ་སྦྱོང་ལ་བཅང། དགའ་ལྡན་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་སྤྱི་དུ་ཟབ་སྦྱོང་ལ་བཅང། དཔལ་
 ལྡན་འབྲས་སྦྱངས་སུ་ཟབ་སྦྱོང་ལ་བཅང། རྒྱ་སར་བོད་བྱིས་སློབ་གྲར་ཟབ་སྦྱོང་ལ་བཅང། རྩོ་བལ་
 དུར་བོད་བྱིས་སློབ་གྲར་ཟབ་སྦྱོང་ལ་བཅང། མོ་དེར་ཆོན་རིག་ལ་མཁས་པའི་ལྷན་འཇུག་དགེ་སྦྱོང་
 ཞེས་འཁོད་པའི་ལག་ཁྲིམ་ཚོད།

རྒྱ་རྒྱུ་བོད་བྱིས་སློབ་གྲར་ཟབ་སྦྱོང་ལ་ཐེངས་གཉིས་བཅང། སེ་ར་ཐེགས་ཆེན་སྤྱི་དུ་ཟབ་
 སྦྱོང་ལ་བཅང། རྩ་ཁ་མཚོ་སློབ་ཏུ་ཆོན་རིག་སྤྱི་བྱིན་ཟབ་སྦྱོང་ལ་བཅང། མོ་ལེན་བོན་དགོན་ཏུ་
 ཆོན་རིག་སྤྱི་བྱིན་ཟབ་སྦྱོང་ལ་བཅང། ས་ར་མཚོ་སློབ་ཏུ་ཆོན་རིག་སྤྱི་བྱིན་ཟབ་སྦྱོང་ལ་བཅང།
 འབྲས་སྦྱངས་སུ་ཆོན་རིག་སྤྱི་བྱིན་ཟབ་སྦྱོང་ལ་བཅང། སྤེར་གཞིས་རྫོང་གསར་དུ་ཆོན་རིག་སྤྱི་
 བྱིན་ཟབ་སྦྱོང་ལ་བཅང། མོ་དེར་ཆོན་རིག་སྤྱི་བྱིན་སློབ་ཚོན་པ་ཞེས་འཁོད་པའི་ལག་ཁྲིམ་ཚོད།
 དགའ་ཤར་སློབ་གྲར་བོད་ཀྱི་བརྗོད་རིག་པའི་སྐོར་དང་རྒྱལ་རབས་ཚོས་འབྱུང་བཅས་སློབ་བྱིན་
 ལུས། མོན་རྩོ་སློབ་གྲར་འཛིན་གྱི་བརྗོད་རིག་པའི་བརྗོད་པའི་ལག་ཁྲིམ་ཚོད་ལོ་རྒྱུས་ནང་
 ཚོས་བཅས་སློབ་བྱིན་ལུས། དགའ་ཤར་ཤེས་ཡོན་ཚོགས་རྒྱུ་དུ་དཀྱིལ་འཁོར་གྱིས་ཐོག་དང་
 གར་འཆམ་སོགས་སློབ་བྱིན་ལུས།

རང་ཤག་ཏུ་སློབ་མ་ཁག་ཅིག་ལ་བོད་ཀྱི་བརྗོད་རྒྱུ་དང་། སྐགས་ཡིག་སྐྱོག་ཐབས། མདོན་

བརྗོད་བཅས་སྒྲོབ་མིད་བྱས། རྟ་ས་གང་སྒྲིད་དུ་ཚན་རིག་འགྲེམས་སྒྲོན་སྐབས་འགྲེལ་བཤད་བྱེད་
 བོ་བྱས། འགྲེམས་སྒྲོན་ཚོགས་ཚེན་གྱི་སྐབས་སུ་གཏམ་བཤད་ཀྱི་གོ་སྐབས་ཐོབ། འབྲས་སྦྲངས་
 སུ་ཚན་རིག་འགྲེམས་སྒྲོན་སྐབས་འགྲེལ་བཤད་བྱེད་པོ་བྱས། དཔལ་འཁོར་ལོ་སྔོན་པའི་དཀྱིལ་
 ཚོག་འདོན་སྒྲིག་སྐབས་ཀྱི་ལྷ་སྒྲིག་པ། དགའ་ཤར་དཔེ་མཛོད་ཁང་དུ་བཞུ་ཚེན་ཡིག་ཆ་ཁག་ཅིག་
 དཔར་སྐྱབ་བྱེད་སྐབས་ཀྱི་ལྷ་དག་པ། དགའ་ཤར་སྒོབ་བྱའི་སྒོབ་དེབ་ཕྱོགས་སྒྲིག་སྐབས་ཀྱི་ལྷ་
 དག་པ་དང་། མོག་མྱེད་དུ་འཇུག་པོ། མོན་རྩོམ་ལྷན་ཚོམ་སྒྲིག་ཁང་གི་ཚོམ་སྒྲིག་པ། ལྷོ་མཐའི་
 ཁ་བ་ཞེས་པའི་དུས་དེབ་ཀྱི་ཚོམ་སྒྲིག་པ། དགའ་ཤར་གྲུ་ཚང་གི་དུང་ཡིག་། མོན་རྩོམ་སྒོབ་བྱེད་སྐབས་
 མའི་ནང་དུ་ནང་ཚོས་དང་ཚན་རིག་སྒྲོར་གྱི་གཏམ་བཤད་དང་འི་བ་འི་ས་ལན་སོགས་བྱས། དགའ་
 ཤར་གྲུ་ཚང་གིས་མངགས་པ་བཞེན་སེང་རྩེ་པོར་འགོ་མན་སྒྲིང་ཚོས་ཚོགས་སུ་ཐེངས་གཉིས་ཕྱིན།
 འདི་ལོར་བོད་གཞུང་དཔེ་མཛོད་ཁང་གིས་ལམ་སྒྲོན་བཞེན་ཨ་རིའི་གོང་ཁྲིར་སེན་སྒྲི་རན་སིས་ཀོ་
 ཞེས་པར་ནང་ཚོས་དང་ཚན་རིག་སྒྲོར་གྱི་འགྲེམས་སྒྲོན་སྐབས་འགྲེལ་བཤད་བྱེད་པོ་བྱས། ལྷན་དུ་
 མཁས་དབང་བརྒྱ་ལྷག་ཙམ་མཉམ་འདོམས་ཐོག་འདོན་ཆ་བཅས་ཀྱི་སྒྲོར་འགྲེལ་བཤད་དང་འི་བ་
 འི་ས་ལན་སོགས་བྱས།

བོད་གཞུང་དཔེ་མཛོད་ཁང་དང་ཨེ་མོ་རི་ལུང་གིས་གོ་སྒྲིག་གནང་བའི་ལོ་ལྔའི་སྒོམ་ཚན་མཐར་
 ཕྱིན་པའི་ལག་ཁྲིར་ཡལོང་ས་སྐབས་མགོན་ཚེན་པོ་མཚོག་གི་ཕྱག་ནས་དོས་སུ་ཐོབ་པའི་སྐལ་
 བ་བྱུང་། མདོ་ཁམས་ནགས་ཤོད་འབྲི་དུའི་སྒོམ་མ་རྣམས་ཀྱི་བརྗོད་སྒྲིབ་རིག་པའི་བཟོ་སྐྱེད་ཐེངས་
 དང་པོ་གོ་སྒྲིག་བྱས། བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ལ་ཞབས་འདེགས་ཀྱི་ཚེད་སྒྲོན་དག་འགྲན་བསྐྱུར་གོ་སྒྲིག་
 བྱས། ད་ལྟོ་ནགས་ལྟེ་སྒྲིབ་སྐབས་ཀྱི་འགན་འདིན། མདོ་ཁམས་སྐུ་སོགས་འབྲི་གསུམ་གྱི་
 ཚོགས་གཞིན། དགའ་ཤར་སྒོ་པ་ཁང་ཚན་གྱི་དབུ་མཛད། བོད་གཞུང་དཔེ་མཛོད་ཁང་གི་ལམ་
 སྒྲོན་བཞེན་དབང་པོ་ལྷ་དང་ཡུལ་ལྔའི་སྒོར་ལ་ཉམས་ཞིབ་བྱེད་བཞེན་པ་བཅས་ཡིན།

ལྷན་གྲུབ་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས།

དང་པོ་ཞིང་འགྲོག་ལས་ཀྱི་ཉམས་སྲོང་བསལ་གས། །གཉིས་པ་ཚོས་ཞིག་བསམ་ནས་རབ་ཏུ་བྱུང་། །
གསུམ་པ་སློབ་སློང་ཆེད་དུ་འབགས་ལུལ་སྤྲོད། །བཞི་པ་རྒྱུན་རྒྱུ་ཞིག་གིས་ཨ་རིར་བསྐྱུལ། །
ལྔ་པ་རང་དབང་དོན་དུ་འདི་རུ་བསྐྱུང། །ད་ལྟ་ནགས་ལྷའི་སྒྲོན་མེའི་ཚོམ་སྒྲིག་པ། །
ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྐྱུས་ཆེག་སྲོང་དོར་ནས་བྲིས། །

ནགས་ཤོད་སྐལ་རྒྱུན་ནམ།

ནགས་ཤོད་སྐལ་རྒྱུན་ནམ། སེར་སྒོ་སྐལ་བཟང་རྒྱལ་མཚན་ནི་མདོ་ཁམས་ཤོད་ཆེན་བཙུན་བརྒྱུད་
དུ་གྲགས་པའི་ནང་ཚན་ནགས་ཤོད་འབྲི་རུ་རྩེའུ་རྒྱུང་གོང་དུ་པ་དགའ་བ་དང་། མ་འཇུག་མོ་གཉིས་
ཀྱི་རིགས་རྒྱུད་དུ་སྐྱེས། བྲིས་པའི་ཅེ་ཚོད་གྲོང་ནས་ཅམ་བན་བོད་པའི་མངར་སྐྱུར་འཚོ་བས་ལང་
ཚོའི་སྐུ་གྲུ་རིམ་བཞིན་བརྟམས། བཤོལ་དུ་མེད་པའི་ལས་དབང་ཞིག་གིས་རང་ལོ་བཅུ་དྲུག་སྟེང་དགོ་
བའི་བཤེས་གཉེན་སྐལ་བཟང་བསྐྱབ་གསུམ་ཞལ་སྲ་ནས་གཙུག་ལྷན་བཞེས། བཅུ་བདུན་སྐབས་
ལྷུང་སྐལ་སྐལ་བཟང་བསྟན་འཛིན་ཞལ་སྲ་ནས་རབ་ཏུ་བྱུང། ཚོས་མིང་སྐལ་བཟང་རྒྱལ་མཚན་
ཞེས་བསྐྱུལ། ཞང་ཞུང་པ་ཚོས་དབང་གྲགས་པའི་གདན་ས་འབྲི་རུ་དགོན་དུ་སྐྱིག་ལྷུགས་བྲས། སློབ་
དགོན་དགོ་ལེགས་རྒྱལ་མཚན་དང་། བསྟན་འཛིན་འཕྲིན་ལས་གཉིས་ཀྱི་ཞལ་སྲ་ནས་གསང་བདེ་
འཛིགས་གསུམ། གུན་རིག་བསྐྱང་གསོ་སོགས་དགོན་དེའི་འདོན་ཚོགས་སྐྱུང་བཙོན་གྱིས་རྒྱགས་
འབྲུལ་ལྷུས།

༡༩༤༣/༤/༡༡ ཉིན་འབགས་ལུལ་དུ་ཐོན་ཏེ་དཀར་ཆོགས་དུ་མའི་ལམ་འཕྲང་བརྒྱུད་ལོ་གཅིག་
གི་རྗེས་སྟེ༡༩༤༤ ལོར་ལོ་གོང་ས་མཚོག་གི་གསེར་ཞལ་ཐོག་མར་མཇུག་པའི་སྐལ་བཟང་ཐོབ་སྟེ།

གདན་ས་ཆེན་པོ་སེ་ར་ཐེག་ཆེན་གླིང་སེར་གྲེས་མཁས་སྣམ་གྲ་ཚང་དུ་སྤྲིག་ཞུགས་བྱས། སྐབས་
རྗེ་ཆོས་ལུན་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་དང་། མཁན་ལུང་སློབ་བཟང་ཆེ་རིང་མཆོག་། ཀླན་བསྟན་འཛིན་ཡོན་
ཏན་མཆོག་ལ་སོགས་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་རྣམས་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་ལས། མི་ལོ་བཅུ་དགུའི་
རིང་རིགས་ལས་ནས་གཞུང་ཆེན་བཀའ་པོད་ལྡེ་ལ་སློབ་གཉེར་གང་རུས་བྱས། ༡༩༠༩ ལོར་པར་
ཕྱིན་སློབ་མཐར་སོན་པའི་རབ་འབྲམས་པའི་ཕྱག་བྲིས་དང་། ༡༩༠༩ ལོར་དབྱུང་མ་མཐར་སོན་གྱིས་
རབ་འབྲམས་པའི་ཕྱག་བྲིས་སྤངས། ལོ་ངོ་དེ་དག་ཏུ་ཡ ལོང་ས་མཆོག་གི་ཞལ་སྐྱ་ནས་དབང་ལུང་
མན་དག་མཐའ་ཡས་པར་གནང་བའི་སྐལ་བཟང་ཐོབ།

སློབ་གཉེར་གྱི་ཞོར་དུ་དཔེ་བྲིས་དང་། སུམ་རྟགས་སོགས་འཆད་བྲིས་ཅུང་ཙམ་བྱས། གདན་ས་
ཆེན་པོ་སེ་ར་ཐེག་ཆེན་གླིང་དུ་ཉིན་གསུམ་རིང་གྲ་ཚང་གཉེས་ཀྱི་མཁས་དབང་ཉི་ཤུ་ཙམ་གྱིས་བརྗ་
སྲོད་བཟོ་སྐྱོང་ཐོབ་ཚུལ་ཤོག་སློབ་སྦྱང་དང་འབྲེལ། དེ་བ་དེས་ལན་སོགས་ཀྱི་ཆ་ཤས་སྤངས།
སློབ་མཐའི་ཁ་བ་དང་། ཅང་ཤེས་མིག་སྤྲུ། ནགས་ལྗེ་སྐྱོན་མེ། སེར་སྣོའི་རིག་མཛོད་གསེར་གྱི་ལྡེ་
མིག་སོགས་སུ་དབྱུང་ཚུལ་དང་། འབོལ་ཚུལ་སྣམ་ཚུལ། བསྟོད་ཆོག་སོགས་ཚུལ་ཡིག་མང་དུ་
སྤེལ། ༡༩༠༩ ལོར་ལོ་གཉེས་ཁམས་ཆོན་གྱི་དབྱུང་མཛོད་ལས་ཁྱུང་དང་།

༡༩༠༩ལོར་སེར་གྲེས་མཁས་སྣམ་གྲ་ཚང་དུ་སྤྲི་ཞུ་ལས་དོན་ལོ་གཅིག་ཆབ་རིལ་ལས་ཁྱུང་ཞུས།
༡༩༡༡ ལོར་རི་བོ་དགེ་ལུན་གཞུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་ཆེན་མོར་དགེ་ལུགས་རྒྱལ་སློབ་འཇུག་
ཞུགས་དང་། ཞོར་དུ་ནགས་ལྗེ་སྐྱོན་མེ་ཞེས་པའི་དུས་དེབ་ཀྱི་ཚོམ་སྤྲིག་པའི་ལས་ཁྱུང་ཐོབ་
པོད་ཀྱི་བརྗ་སྲོད་རིག་པའི་བཟོ་སྐྱོང་དང་། རིག་གཞུང་དང་འབྲེལ་བའི་སྣམ་ཚུལ་གྱི་འགྲན་བསྟར་
སོགས་ཤོ་སྤྲིག་ཞུས། ༡༩༡༣ ལོར་ལྷ་རམས་འཛིན་གྲར་འཇུག་ཞུགས་ཀྱིས་དགེ་ལུགས་རྒྱལ་སློབ་
སློབ་འགོ་བཞེན་བ་བཅས་སོ།།

ནགས་ཉ་ཉ་སྐལ་བཟང་།

སེར་ལྷོ་སྐལ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་འཕེལ་ནགས་ཉ་ཉ་སྐལ་བཟང་ནི་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༤༣ ལོ་མདོ་ཁམས་
ནགས་ཤོད་འབྲི་རུ་བྱེ་མ་གྲོང་ངམ་བགྲིས་དང་ལུང་གོང་རུ་སྐྱེས། རྒྱུ་རྒྱུ་ནས་བོད་ཡིག་འབྲི་
སྒྲིག་སོགས་ལ་སྦྱངས་པ་དང་། ༡༩༤༡ ལོར་ཞང་ཞུང་བ་ཚོས་དབང་གྲགས་པའི་གདན་ས་བཟུ་
ཤེས་རི་པོ་ཀུན་དགའ་ཚོས་སྤིང་དགོན་རུ་ཚོས་ཞུགས་བྱས་ནས་དགོན་དེའི་འདོན་ཚོགས་སྡེ་འཛིན་
སོགས་བྱས།

༡༩༤༤ སེམས་མཐུན་གྱི་སྒོགས་པོ་འགའ་ཞིག་དང་ལྷན་དུ་ཡགོང་ས་མཚོག་ཞལ་མཇལ་ཆེད་
འཕགས་ལུལ་རུ་ཡོང་བ་དང་། ལོ་དེ་ནས་བརྒྱུད་ཡགོང་ས་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་དང་
སྐབས་རྗེ་ཚོས་ལྷན་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་ལ་སོགས་པ་ལས་དབང་ལུང་མན་དག་གྲངས་ལས་འདས་
བ་ཐོབ་པའི་སྐལ་བཟང་བྱུང་། ༡༩༤༤ ལོར་སེར་བྱེས་མཁས་སྐྱབས་གྲུ་ཚང་རུ་ཚོས་ཞུགས་བྱས་ནས།
སྐབས་རྗེ་ཚོས་ལྷན་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་དང་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྲགས་བྱས་པ་དགོ་ལེགས་
མཚོག་དང་། དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྲགས་སྡེ་བཟང་འབྲུག་གྲགས་ལ་སོགས་པའི་བཀའ་འཛིན་ལས་
དབུ་ཕར་སོགས་ནང་ཚོས་ཀྱི་གཞུང་ཆེན་ཁག་ལ་ལོ་ངོ་བཙོ་ལྷ་ལྷག་ལ་ཐོས་བསམ་བྱས་ཏེ་དབུ་
ཕར་རབ་འབྲུམས་ཀྱི་ལག་ཁྲེང་ཐོབ་པ་དང་།

ད་སྐབས་དམ་ཚོས་འདུལ་བའི་གཞུང་ལ་ཐོས་བསམ་བྱེད་ལུས་དང་། ༢༠༡༣ ལོ་སྤྱི་ ༦ ཚེས་
༤ ཉིན་སེར་བྱེས་མཁས་སྐྱབས་གྲུ་ཚང་གི་གཙུག་ལག་ཁང་གི་ཡང་སྤེང་རྒྱལ་བའི་པོ་བྲང་རུ་ཡགོང་ས་
སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་མཁན་པོ་གནང་བ་དང་། གཞན་ལས་སློབ་དགོ་འདུན་གྲངས་
ཚང་བའི་ཐོག་བསྐྱོན་རྫོགས་ཀྱི་སྒྲུལ་བ་ཐོབ་པའི་བགོ་སྐལ་བྱུང་། ༢༠༡༣ ལོའི་མདོ་ཁམས་
ནགས་ཤོད་འབྲི་རུ་ལོ་སློབ་མ་རྣམས་ཀྱི་བདུན་ལོ་དེའི་བཟོ་སྦྲེང་ཐེངས་དང་པོ་དང་ནགས་ཤོད་
འབྲི་རུ་ལོ་ཚོས་པ་པོ་རྣམས་ཚོས་ཡིག་འགྲན་བསྐྱུར་བཅས་ཀྱི་གོ་སྐྱིག་བྱས། འདི་ལོ་སེར་ལྷོ་ཁང་
ཚོན་གྱི་སྤི་ལྷ་ཆབ་རིལ་གྱི་ལས་དོན་བྱེད་བཞིན་པ་དང་། ཞོར་དུ་སྐབས་གཉིས་པའི་ནགས་ལྷ་
ཚོས་སྐྱིག་ཁང་གི་ཚོས་སྐྱིག་པའི་ལས་ཁུར་ལྷ་བཞིན་པ་བཅས་སོ།།



བཀའ་ཤིང་ལྷོ་ཏུ་བ་ལྷོ་བཟང་བསྟན་སྐྱོད་ནི་མདོ་ཁམས་ནགས་ཤིང་ཏུ་སྐྱེས། ལྷོ་ལོ་ ༡༠༠༧ ལོར་རྒྱ་གར་
 ལས་གས་པའི་ཡུལ་ཏུ་འབྱོར་ནས་ལོ་གསུམ་བསྟན། ལྷོ་ལོ་ ༡༠༠༨ ལོས་བརྒྱུད་ཁོང་གི་ནང་མི་ནམས་ཨོ་སི་
 རྒྱ་མི་ཡར་བཞུགས་ཡོད། དེ་སྔོན་ཁོང་གིས་མི་རིགས་དང་རིག་གཞུང་གི་ཆེད་ཏུ་སྐྱེས་པས་མ་ནམ་པར་དག་
 པས་ཞབས་ཞུ་གང་མང་བསྟུན་པས་ཡོད་པ་མ་ཟད། ལྷོ་ལོ་ ༡༠༡༠ ལོར་ཁོང་དང་། ཁོང་གི་བཟའ་ཚུ་བས་མ་
 གཏན་ཆོས་སྐྱིད། ལུ་བསྟན་འཛིན་རྒྱལ་ལོ། ལུ་མོ་བསྟན་འཛིན་འཇུག་སྐྱིད་བཅས་ཚང་མས་བསམ་བ་གཅིག་
 མཐུན་གྱིས་ཤོད་གྱི་རིག་གཞུང་ཉམས་པ་སོར་ཚུད་དང་། མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་གྱི་ཆེད་ཏུ་ནགས་ལྷོ་ལོ་སྔོན་
 མི་འདོན་ཟེངས་གཅིས་པའི་སྤྱི་ན་བདག་མཛད་པ་མ་ཆེད་འདི་ལོ་འདོན་ཟེངས་ལྷོ་ལོ་སྤྱི་ན་བདག་གྲུང་གནང་
 བུང་པས་ནགས་ལྷོ་ལོ་སྤྱི་གཞུང་གི་ཆོག་མེད་མི་ནམས་ཀྱིས་སྤྱིར་ཐག་པ་ནས་སྤྱུགས་རྗེ་ཆེ་ལྷོ་ལྷོ་དང་། ཁོང་
 གི་ནང་མི་སྤྱི་རྒྱུས་ཚང་མ་ལུ་བ་ལས་འབྱོར་དང་འཆོ་བ་བདེ་སྐྱིད་དང་གནས་སྤོང་པའི་སྤོན་འདུན་ལྷོ།



སྐྱོན་ཚེས་ཡང་དང་པོ།
འཇམ་དབྱེད་མཁམ་བཞུན།
སྲིད་ལྷོ་ལྷོ་བ།

སྐྱོན་ཚེས་ཡང་གཉིས་པ།
བྱམས་བ་ལྷོ་ལ་མ།
སྲིད་ལྷོ་ལྷོ་བ།

སྐྱོན་ཚེས་ཡང་གཉིས་པ།
སྐལ་བཟང་མར་འདོད།
སྲིད་ལྷོ་ལྷོ་བ།

སྐྱོན་ཚེས་ཡང་གསུམ་པ།
བསྐྱེད་འཇིག་བསོད་ནམས།
སྲིད་ལྷོ་ལྷོ་བ།





ཚེས་ལྷིག་འགན་འཛིན། དགའ་ལྷོ་འབྲི་སྐལ་བཟང།

Kalsang Gyaltzen
Lhopa Khangtsen
Gashar Monastery
P.O. Tibetan Colony-581411
Mundgod (N.K)
(K.S) INDIA
Phone: 0091-9882675550
e-mail: drikalsang@gmail.com



ཚེས་ལྷིག་པ། དགའ་ལྷོ་རྫོང་བཟང་ལྷུན་ལུག།

Mail address:lobsang kedup
3500 E 4th ST.
Long beach CA 90814 U.S.A
Mobile:562- 606 -3244
e-mail: lobsang.tibetan@gmail.com



ཚེས་ལྷིག་པ། འགས་ཤོད་སྐལ་ལྷན།

Nagshoe Kalgyan
Lhopa Khangtsen
House No.4
Sera Jhe Monastery
P.O. Bylakuppe-571104
Mysore Distt (K.S.)
INDIA
Phone: 0091-9880139237
e-mail: nakshoekalgyan@yahoo.com



ཚེས་ལྷིག་པ། མེར་ལྷོ་སྐལ་བཟང་རྒྱལ་མཚོ།

Kalsang Gyatso
Lhopa Khangtsen
House No.4
Sera Jhe Monastery
P.O. Bylakuppe-571104
Mysore Distt (K.S.)
INDIA
Phone: 0091-9945260676
e-mail: gyatso85@yahoo.com

