

རྒྱ་གར་གྱི་འབྲེལ་འབྲེལ།

སྐད་མདོ་མིག་ཅུ།

འབྲེལ་འབྲེལ་བཟང་ལྟོ་མཚོན་གྱིས་བརྒྱུ་མཉམ།

རྒྱ་གར་གྱི་འབྲེལ་འབྲེལ།

བར་དོའི་རྣམ་ཤེས།
ཚོ་སོག་གི་མེ་ལྷོ།
ང་དང་ལྷན་པ་ལྟ་མོ།
མིག་ཅུའི་དྲན་སོ།
ལོ་མ་རྒྱུད་པ།
ཉི་མ་ལ་ཁའི་དྲན་གསོ།
པོ་དྲ་ལ།
སྐད་ཁང་ནང་གི་ཨ་མ།

ས་སྤོ་བོད་གྱི་དཔེ་སྐད་ཁང་།

ཚཱ་པ་པོ།
 འབྲི་རུ་སྐལ་བཟང་འགྲོ་མགོན།
 ལྷ་དག་པ།
 ལྷེ་དགོ་ཀམ་ཚམ་དག།
 རྒྱལ་ཤ་དང་དེབ་གཟུགས་སློབ་མཁན།
 ཡེ་ཤེས་བསམ་གཏན།



ཀྲུག་རྒྱུག་གི་མི་ཚེ།



ལ་མཁས་སྟན་མོས་གཞན་མགོ་སྐོར་མཁན་མིན།
 ལ་འཇམ་ལོག་རྩལ་ཞེ་ནས་སྤང་མཁན་ཡིན།
 ལ་བའི་རིགས་སུ་གཏོགས་པ་སུ་ཡིན་རུང་།
 ལ་རྒྱང་ལོག་ཡངས་རིགས་ལ་དགའ་མཁན་ཡིན།

ལྷུག་མིང་ <ལ་བའི་ལེ་ལོ> དང་དངོས་མིང་
 <སྐལ་བཟང་འགྲོ་མགོན> འདོད།
 ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༧ ལོར་མདོ་ཁམས་འབྲི་ལྗོངས་ལྷུག་མོ་རུ་
 སྐྱུས། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ ལོར་རྗེ་ཞང་ཞང་བ་ཚེས་དབང་
 གཤམ་པའི་གདན་ས་ཚེས་སྲིང་དགོན་དུ་ཚེས་ལྷུགས་
 བྱས། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༤ ལོར་འབྲུམ་པའི་འཚོ་བར་རོལ།
 ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༤ ཡལོང་ས་མཚོག་ཞལ་མཇལ་དུ་ཡོང།
 ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༧ ལོར་ལིང་བྱེས་གཙུག་ཅད་དུ་ཚེས་ལྷུགས་བྱས།
 ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ ལོར་རྫ་རམ་ས་ལ་ནས་ ABCD སྤྱངས།
 ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༡ ལོར་མཐར་ཕྱིན་སློབ་མའི་གལ་མཐའ་རུ་
 ཡོད།
 སློབ་ཞེར་དུ་ས་རྒྱ་མཐོ་སློབ་ཀྱི་སྐབས་གཉིས་པའི་ <ཤེས་
 ཡོན་ཚོགས་པ> དང་། <ལོར་ལྷུག་ཚོགས་པ> <ས་
 གཞན་ཚོགས་པ> <གཞུང་འབད་སློབ་ཚཱ་སྐྱུག་
 ཚོགས་པ> དང་བཅས་སྤྱི་ཚོགས་ལ་ཞབས་ཞུའི་བཀོ་
 སྐལ་བྱུང། <དྲ་རྒྱ་ལག> དང་། <ལྷང་སྐྱུར་ཚོགས་
 པར> <ནགས་ལྗེའི་སློབ་མེ> <གཞུང་འབད་སྐྱུ་
 སོགས་ཀྱི་ཐོག་དུ་ཚཱ་ལུས་འདྲ་མིན་ཞིག་སློལ་བ་ཡིན།

ཞེས་འབྲི་རུ་བསྐལ་བཟང་འགྲོ་མགོན་གྱིས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༡ ལྷ་
 ༡ ཚེས་ ༡༤ ཉིན་ས་རྒྱ་གནས་ལྷ་རིག་པའི་གོང་ཕྱིར་ནས།

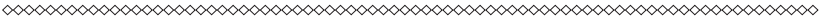
སྐད་མའི་མིག་ཚུ།

འབྲི་ཅུ་སྐལ་བཟང་འགྲོ་མགོན་གྱིས་བཟུམས།

Book Title: Tears Of The Star (karmey Migchu)

Author: Dueru Kelsang Dongon

Published in 2013©

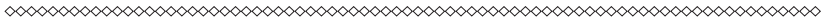


སྐྱོན་འགྲོའི་གཏམས།

ཁོ་པོའི་དེབ་རྒྱུང་ <སྐར་མའི་མིག་རྒྱ> འི་སྐྱོན་སྲིང་སྲིང་རང་གིས་འགྲི་
དགོས་ཟེར། དམ་མི་རུས་ལུས། འགྲི་དགོས་ཟེར། མི་རུས་ལུས། དའི་དེབ་
འདིའི་སྐྱོན་སྲིང་འགྲི་མཁལ་ནི་སྲིང་རང་ལ་བབས་ཡོད་ཟེར་ནས་ཁལ་
བཞིན་འགོལ་ཡོང་། གང་ལྟར་ང་ཅས་སོང་།

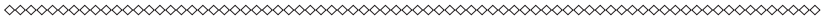
དྲང་ཚོར་བཤད་ན་འགྲེལ་བཤད་བྲལ་བའི་ཚོར་བས་ཕྱིལ་གྱིས་གཏམས་
པའི་ཚོམ་དེབ་ཅིག་གི་སྐྱོན་སྲིང་འགྲི་རྒྱ་ནི་སྤྲོ་བོ་ཞིག་མ་རེད། དེར་བརྟེན་
ངས་ཀྱང་ཐད་ཀར་དང་ལེན་ལྷོ་མ་རུས་སོང་། ཁོང་གིས་ཀྱང་“མི་ཐེག་སྤལ་
པར་ཚོ་འགོལ་བ་དང་མི་འཇུང་བྲོག་མར་རྒྱ་ལྷུང་”པར་གནས་ལུགས་མེད་
པ་ཞིག་མ་རེད་དེ། དེབ་རྒྱུང་འདིའི་ཚོམ་ཡིག་སལ་ཆེ་བའི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་གཤོ་
འཁྱོམ་ལ་རྒྱས་མངའ་ཡོད་པ་དང་། དེབ་རྒྱུང་འདིའི་ཡིག་ལོར་འཚོས་མཁལ་
ཡང་ཁོ་པོ་ཡིན་ལུལ་གྱིས་རེད་ལ། མཚོན་པོའི་བརྟོད་བསྐྱེད་ལ་རེ་འདོད་
དང་། རྗེས་པོའི་རྒྱབས་འོག་ཏུ་གཞུག་འདོད་དེ་ལས་ཀྱང་མེད་གཤིས། སྤོས་
སྤུབ་ཀྱི་ཤོགས་པོ་རྣལ་མ་ཞིག་གི་བཅེ་འདང་དང་ཡིད་ཆེས་ཀྱིས་སྤོ་ཡིད་
ཚོམས་སོང་བ་རེད། དེ་ལྟ་ནའང་། རོ་བརྟོད་ཀྱི་སྤྱུགས་ཀྱས་མཁལ་དབྱིངས་
ལྷ་འདྲེན་འདོད་མ་བྱུང་ལ་འདྲེན་དགོས་དོན་ཡང་དེ་བས་མི་འདུག

ཁ་སང་དེ་རིང་རོ་མོ་སྲིང་མའི་དབྱ་ཆེ་ནས་ཟེགས་ཡོང་བའི་
གངས་རྒྱལ་ལྟར་རུས་དེབ་དང་སྐར་དེབ་ཀྱིས་ཉི་མ་ལ་ཡའི་རྒྱབ་མདུན་
གཉིས་ཀར་བྱེ་ཡོད། རེད་དེ། དེ་དག་སལ་ཆེ་བ་ནི་བསམ་སྤོའི་རྒྱགས་
སྲིང་ཚོར་བའི་གསོན་བརྟན་གང་ཡང་མེད་ཁར། མགོ་མཚུག་ཀྱན་ཡིག་



མོར་གྱིས་གཏམས་པས་དང་པོ་ནས་སློག་པ་པོའི་སྐྱོ་སྤང་གི་ཡི་ག་འགག་
 པར་བྱེད། ཚེ་སློག་བྲལ་བའི་ཚཱ་དེབ་དེ་དག་གི་མཚོར་སྒྲ་ཆེན་དང་མི་
 ཆེན་ཆེ་གོ་མོ་རེ་ལ་སྤྱིར་བརྗོད་ཀྱི་སྐྱབས་འཇུག་རེ་ལུ་ཞིང་། ཁོར་རྣམ་པས་
 ཀྱང་སྤྲུགས་བཅེ་བ་ཆེན་པོས་རབ་ཉོག་གི་སྤྱིར་བརྗོད་རེ་རེས་སྐྱབས་འོག་
 ཏུ་འཇུག་ཅིང་རྗེས་འཇིག་མཛོད།

<སྐར་མའི་མིག་ཚུ།><སྐར་མའི་མིག་ཚུ།>ནི་གངས་འདབས་ནས་ཆས་ཡོང་
 བའི་ན་གཞོན་འགོན་པོ་རྒྱང་རྒྱང་ཞིག་གིས་དགའ་སྐྱོ་ལོ་ལ་གཞུང་བའི་
 བཤུལ་ལམ་གྱི་སྤྲུགས་པ་ནས་བསྐྱབས་པའི་ཚོར་འདུ་ཐན་སྤུན་ཞིག་ཡིན་ལ།
 ཤེས་རིག་གི་སྐྱེད་ཚལ་ལ་འགྲིམས་ཏེ་རང་རིགས་ལ་བཏེག་པའི་ལེགས་སྐྱེས་
 ཀྱི་མེ་ཏོག་རྒྱང་རྒྱང་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་གྱིད། ཡང་ན་“ཤ་མ་ཟ་གསུང་མཁན་
 སྲ་མ་དང་ཤ་ཚོན་པོ་ཟ་མཁན་སྲ་མ་”ཞེས་པ་ལྟར་མིན་པར་རང་རིགས་
 ཀྱི་རིག་གཞུང་ས་མཐའ་ནས་བསྐྱབས་པའི་གཟི་བརྗིད་ཀྱི་དན་རྟ་རྟལ་
 གསལ་ཤོས་ཤིག་ཏུ་བོས་ཀྱང་ཚོག་<བར་དོའི་རྣམ་ཤེས།><ཚེ་སློག་གི་མེ་
 ཚེ།><བཅོན་བྱོལ།><པོ་ཏ་ལ།><ཆིག་སྐྱིལ་གསེར་གྱི་ཟམ་པ།>སོགས་ལས་
 མི་རིགས་ཤིག་གི་དར་རྒྱུད། འཕེལ་འགྲིབ། དཀའ་སྤྲུག་པམ་ཉེས། མནར་
 གཅོད། བཅོན་གཞོན། ཡི་ཚད། སྐྱོ་གཏུང་། མདོར་ན་ལས་དབང་གི་དཀྱུགས་
 མཚམས་ཡོད་ཚད་མིག་ཚུ་ཏུ་བརྟེན་པའི་ཤིང་། ཏུ་སྐད་མེད་པར་མཚོ་བོ་
 ཏུ་མ་ཏུ་བཅུག་སྟེ་ཡུས་ཀྱི་མིག་ཚུ་ཤམ་ཤམ་ཏུ་བཞུར་ཡོད་ཅིང་། མིག་ཚུ་དེ་
 ལས་མི་རིགས་ཤིག་ལ་བཅངས་པའི་བཅེ་བ་དང་ལར་ཞེན། སྤྲུགས་བསམ་
 དང་རེ་བཞག་ཅིག་ཀྱང་ཚོར་ཡོང་། རྣམ་པ་གཅིག་ཏུ་ན་འདི་ལ་ཚོག་སྐྱོར་
 གྱིས་མ་འདདས་པའི་ཆ་ཏུང་ཅམ་ཡོད་གྱིད་ཀྱང་། དེ་ནི་རང་དབང་གི་
 སེམས་ཁམས་ལ་བཅེ་དུང་གིས་བཅོན་འཇུལ་ཐེབས་ཤིང་། བཅེ་དུང་གི་
 ཚོར་སྤྲུགས་སྐྱེན་པའི་གཞོན་བུ་ཞིག་ལ་མཚོན་ན་སྐྱོན་ཏུ་འབོད་རིན་མེད་



སོང་བ་རེད། མ་གཞི་ནས་མིའི་རིགས་ཀྱི་བཅེ་རྒྱུ་ནི་འགྲེལ་བཤད་བྲལ་བ་
 ཞིག་རེད་དེ། གལ་ཏེ་བཅེ་རྒྱུ་ནི་འོ་མའི་མཚོ་མོ་ཞིག་ཡིན་པའི་དབང་རྒྱ་
 བཏང་ན། རྒྱུ་བ་ནི་ཆིལ་ཆིལ་རྒྱ་འཕྲོ་བའི་དབང་རྒྱ་བས་དཀར་པོའི་བསྐྱེས་
 གཞུགས་ཤིག་རྒྱ་ཁྱབ་ནས་ཡོད།

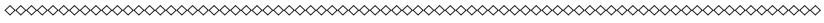
<སྐར་མའི་མིག་ཚུ>ནི་བཅེ་རྒྱུ་གིས་ཚོས་ཤིང་བཅེ་རྒྱུ་གིས་གཏམས་
 པའི་རྒྱུ་གསེབ་ཀྱི་སྐར་མ་འོད་འཚོར་ཞིག་རེད་ལ། <ཁྱེད་དང་ངའི་སེམས་
 པ།> <སྐྱེ་ཁང་ནང་གི་ཨ་མ།> <མིག་ཚུའི་དྲན་ཐོ།> <ངའི་སེམས་ཀྱི་རྒྱ་
 པ།> <སྐར་མའི་མིག་ཚུ> <ངའི་རྒྱུ་གི་ཚོ་ལུ་མ། རོ་མ་ཡིན།> <སྐྱེ་བའི་མིག་
 ཚུ་འདི་ལ་ཆད་རུས་ཤིག་མི་འདུག>སོགས་ལ་གཟིགས་དང་། མ་ཁ་དང་
 སྐར་འབྲུར་མེད་པའི་ན་རྒྱུག་སྐྱེ་སྐྱེས་དང་འོ་དོད་མེད་པའི་འུགས་རིང་།
 རྒྱ་སྐད་དང་རྒྱ་ལུ་མ་མེད་པར། མི་ལུ་ལ་གྱི་ལུ་གུའི་མེ་ཏོག་ཚུང་ཚུང་མ་ཞིག་
 སི་ཆེད་རྒྱ་མི་ལུ་ལ་འཚོར་ཡོང་བའི་དྲངས་གཙང་གི་མིག་ཚུའམ། ཡང་
 བ་གཡའ་དག་པའི་བྱིས་སློ་སྐར་དགོད་སྐྱེ་ལ་རྒྱ་སྐྱེ་བའི་ཁོའི་སྐྱེ་སྐྱེས་ཀྱི་
 གཞུགས་གཤིས་སྐྱེར་མཚོན་རེད། རང་རིགས་ཀྱི་རིག་གཞུང་ལ་རྒྱུ་བ་ཞན་
 པའི་ཁོར་ལུག་ཅིག་ལ་འདི་ཉིད་རིན་ཐང་ཆེ་ཚུ་མེད་ནའང་། རིག་གཞུང་
 དང་རང་དབང་གི་སྲིད་རྒྱ་ཚོ་སྐྱོག་མེ་རྒྱ་བསྐྱོན་ཅིང་མི་ཆེ་གཏའ་མར་
 འཚོག་མཁའ་ཚོར་མཚོན་ན་ཞེན་པ་དཀར་པོའི་རེ་སྐྱེག་ཅིག་གིས་“རང་གི་
 རུས་པས་སྐྱི་ལུ་རུང་ཞིག་བསྐྱབས་”པ་རེད་སྐྱེ་ལ། བཅེ་རྒྱུ་གི་རིན་ཐང་
 མ་རྟེན་པའི་མཚོ་མོ་ཞིག་ལ་འདི་ཉིད་བཀྲག་མདངས་མི་ཆེ་ཡང་། བཅེ་
 རྒྱུ་གིས་མནར་གཙོད་ཐེབས་པའི་གཞོན་ནུ་ཞིག་ལ་མཚོན་ན་མིག་ཚུའི་
 རྒྱགས་ན་འགྲེངས་ཏེ། ལྷང་ལྷང་གིས་སྐྱེར་བའི་དབྱངས་རྟ་གཞོན་པོ་ཞིག་
 ཀྱང་ཅི་ལ་མིན་ཨང་། ཚོམ་པ་པོ་རྒྱལ་ལྷུང་ཅིག

སྐྱེ་ལོ་ ༢༠༡༩ ལྷུ ༡ ཚེས་ ༡༩ ཉེན་ལ་ས་རྒྱ་པོད་ཀྱི་མཚོ་སྐོབ་རྒྱ་སྐྱེ་དགེ་ཀམ་ནམ་དག་གིས།

དཀར་ཆག

< ལྷན་རྒྱུ་མ་ཚན་པ། >

- ངའི་ཐེམས་ཀྱི་རྒྱ་བ།(1)
- དུས་བཞིའི་འགྲུར་འགྲོམ།(3)
- བར་དོའི་རྣམ་ཤེས།(4)
- སྣང་བཟང་སྣང་བ་འདི་ཡི་སྦྱིད་པ་ཨང།(8)
- སྐྱུ་མདོག་གི་ནམ་དུས།(13)
- ད་ལོ་རྒྱ་རྒྱལ་ནང་གྲིད་བཀའ་རྒྱོན་རེད།(15)
- རྒྱ་འོད་འོག་གི་མ་མ།(17)
- འབྲུག་ལྷན་ཉ་མོ་བདེ་མོ་མི་འདུག།(19)
- ནང་མི་ལ་བསྐྱེད་ས་པའི་འཕྲིན་པ།(21)
- ས་ལུལ་འབྲི་སྡོང་ས་ལུག་མོ།(23)
- པོ་ཏེ་ལ།(25)
- འདི་ནི་ང་ཚོའི་མི་རིགས་བསོད་ནམས་རེད།(29)
- ཚོ་སྲོག་གི་མེ་ལྷེ།(32)
- རྐང་ལག་བརྒྱུད་ས་ཏེ་རེབ་གཅིག་ངལ་གསོ་བྱ།(35)
- རྒྱ་བྱིན་མོ་བྲང་ནང་གི་རྒྱལ་རྒྱའི་མཛེད་བྲེལ།(40)
- རབ་མངོན།(44)



གདོང་དམར་བོད་པ་ཚང་ལ་དགའ་མཁན་ཡིན།.....(45)

ང་དང་ཟླ་བ་ལྷ་མོ།.....(48)

ཁ་བའི་ལེ་ལོའི་ཁ་ནས་འཆལ་གཏམ་ཤོར།.....(49)

སྐར་མའི་མིག་ཚུ།.....(50)

རྒྱུང་རིང་གི་ཨ་མས།.....(55)

ང་ཡི་མ་ཡུམ་ས་རྒྱ་མཐོ་སློབ་ཡིན།.....(57)

ཐབ་ཚུང་མེ་ཚ།.....(59)

འདི་ནི་འདིག་རྟེན་པ་ཡི་འདོད་རྩམ་རེད།.....(61)

མིག་ཚུའི་བྲན་ཐོ།.....(63)

སྦྱིད་པོ་བཤད་པའི་ལེན།.....(64)

སྦྱོ་བ་བཤད་པའི་ལེན།.....(66)

སྦྱལ་གི་མིག་ཚུ་འདི་ལ་ཆད་དུས་ཤིག་མི་འདུག.....(68)

ཆིག་སྦྱིལ་གསེར་གྱི་ཟམ་པ།.....(69)

བྲན་པའི་འཕྲིན་ལན།.....(74)

བཟེ་བ་ཟབ་མོ་ཨ་ཐང་ཆད་སོང་།.....(78)

དི་སྦྱིད་སྦྱན་རག་འབྲི་རྒྱུ་ང་ཡི་ལུགས།.....(81)

གཙང་རུལ་མ་གསུམ།.....(84)

ཤ་རུས་གྱི་སྐྱ་མཁར།.....(88)

ཐོབ་མ་བྱུང་།.....(89)

ལོ་མ་རྒྱིང་པ།.....(90)



< འཇམ་མཛོམ་ཚན་པ། >

བཅའ་བྱོལ།.....(95)

སྐྱེན་ཁང་ནང་གི་ཨ་མ།.....(97)

ཉི་མ་ལ་ཁའི་བྲན་གསོ།.....(99)

ལམ།.....(102)

རང་བཅའ་དང་དབྱ་མ།.....(104)

སྤྱགས་བསམ།.....(108)

ཅ་ཅོ།.....(115)

ངའི་སྣང་གི་ཚི་ལྷ་མ། རོ་མ་ཡིན།.....(117)

ལམ་ནོར་མེད་ལ་སྲིད་བྱུས་ཀྱང་འགྱུར་མི་སྲིད།.....(119)

ཁྱེད་དང་ངའི་སེམས་པ།.....(124)

སྐྱོན་ག།.....(127)

རྣོག་བྲ་ཚ་བོ་མ་རེད།.....(130)

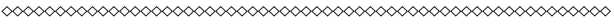
བའི་སེམས་ཀྱི་ལྷ་བ།

བྱི་ཉི་ལྷ་མདོག་གངས་ལས་དཀར་བས་གངས་མེད་དཀར་མེའི་ཚ་བོ་ཡིན།།
 བྱི་ཉི་གསུང་དབྱངས་འབྱུང་ལུགས་ལྷན་པས་ཞི་བདེའི་ལྷ་བྱའི་སེམས་པ་ཡིན།།
 བྱི་ཀྱི་ལུགས་ལ་ཤེས་བྱས་ལྷ་བས་རྒྱལ་མོ་རྩལ་རྒྱའི་རྣམས་མེད་ཡིན།།
 བྱི་ཉི་བསེལ་མོ་ལྷོངས་ནས་ཐེབས་པའི་གངས་ལྷག་སྤོང་གི་མ་མ་ཡིན།།

བྱི་ཉི་ཉོན་མོངས་དུག་གསུམ་ཚ་གདུང་སེལ་བྱིད་མྱིབ་སྦྱིན་གདུགས་དཀར་ཡིན།།
 བྱི་ཉི་དབྱངས་གསལ་གཡང་ལས་སྦྱོབ་པའི་རིག་པའི་གསེང་མིག་ཉ་མོ་ཡིན།།
 བྱི་ཉི་ཡོན་ཏན་བཅུད་ཀྱིས་གང་ཞིང་རྣམ་དཀར་ཉེན་མཚོན་གསེང་བུམ་ཡིན།།
 བྱི་ཉི་བསམ་ཞིང་སྲིད་པར་གནས་ཀྱང་ལས་ཉོན་མ་གོས་པར་ཡིན།།

བྱི་ཉི་དམ་པའི་ཚོས་སྐྱོག་མཁན་ཚོས་ཀྱི་དུང་དཀར་གཡས་འབྱེལ་ཡིན།།
 བྱི་ཉི་ཚོལ་གསུམ་འཐེན་འབྱེང་སྐྱུར་མོ་གཅིག་ཏུ་སྦྱེལ་མཁན་དཔལ་བེའུ་ཡིན།།
 བྱི་ཉི་ས་རོལ་པས་སྐོལ་བཅོམ་སྟེ་མཚན་དཔེ་བསྐྱབས་པའི་རྒྱལ་མཚན་ཡིན།།
 བྱི་ཉི་གདུལ་བྱའི་མོས་ཁམས་འཚོས་པའི་ཚོས་སྦྱོལ་ཚོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཡིན།།

སྐད་མའི་མིག་ཚུ།



བྱིད་ཀྱི་དྲུང་ས་གཙང་རྒྱ་མཚོའི་སྒོ་དུ་རིག་པའི་གསེར་མིག་འབྱུག་འགྲོ་ས་ཅིར།།
བྱིད་ཀྱི་ལྷག་བསམ་མི་ལྷ་བ་ལྷ་བ་བསམ་ལ་ལྷན་སྐྱེ་ལའི་ཞིང་སར་འཇུག།།
བྱིད་ཀྱི་ལ་རྒྱའི་རི་བོའི་ཚེ་རུ་དབྱངས་གསལ་སོ་བཞིའི་བ་དན་བསྐྱེད་ས།།
བྱིད་ནི་སྐྱལ་རུ་མ་ལུན་བ་སེལ་མཁན་ང་ཡི་སེམས་ཀྱི་ལྷ་བ་ཡིན།།

ཞེས་མ་ཡུམ་ས་རྒྱ་དབྱ་བ་རྟེན་པའི་ཉིན་མོར་ཀན་དམ་པ་སློབ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་
མཚོག་ལ་བཀའ་རིན་རྗེས་དྲན་གྱི་མཚོན་པ་བཀའ་ཤིས་རྟགས་བརྒྱད་ཀྱི་ལམ་ནས་བྱ་དཀའ་བའི་སྣན་
ཚིག་མུང་ཏུ་འདི་མེ་ཏོག་ཚུང་ཡང་མཚོན་པའི་རྣམ་སུའོ།། ཕྱི་ལོ་༢༠༡༡ ལྷ་ ༤ ཚེས་༡༩ ཉིན།
(གཞུང་བཞད་སློབ་ཐོག་ཏུ་བཀོད།)

ཞི་བདེ་འདོད་ཅན་བྱམས་བཟེས་སྦྱོར་ཤེས་དཔོན་ས།།
དམ་མཚན་འདོད་ཅན་རང་ལེད་སྦྱོར་ཤེས་དཔོན་ས།།
ཡུམ་རྒྱས་དཔོན་ཅན་ཏུ་རྒྱ་བཟོན་མཉམ་འབྲེལ་དཔོན་ས།།
གཞན་པཅན་བརྒྱུ་བ་པར་རང་གཅིས་རྒྱུ་བ་སྦྱུར་དཔོན་ས།།
ཞིང་གཞི་གས་དམ་པ་མཁས་དབང་སྒྲོ་བ་ཟངས་རྒྱ་མཚོ་མཚོ་ག་གི་ས།།

དུས་བཞིའི་འགྲུབ་འགྲུས།

དབྱིང།

སྒྲོན་ཤིང་ཅེ་རུ་ཤི་ཅུས་སྐད་སྒྲོན་འཕྲིན།།
སྒྲུབ་པའི་དབྱུས་སུ་བྱང་བས་སྒྲུབ་ཅི་རོལ།།
སྒྲུབ་ཚར་བབས་ཤིང་དབྱིང་དབལ་བཞད་པའི་དུས།།
པ་ལོ་བྲན་པའི་མཁུང་ཚོས་མཆི་མས་བརྒྱན།།

དབྱུས།

ཆུ་འཛིན་སྤང་བོ་བསེལ་འཇམ་ཆུང་གིས་བསྐྱོད།།
གཡུ་འགྲུག་སྒོན་མོའི་དུར་སྐྱུས་ས་གསུམ་འགྲུལ།།
སྒྲོན་ཚར་སྒྲོན་རུ་དབང་གཞུ་བཟ་བའི་དུས།།
པ་ལོ་བྲན་པའི་གདུང་བ་སྤྱི་མོས་མནར།།

སྒྲོན།

འི་བཞེན་ལོ་ཉ་འཛིན་མའི་ཁྲོན་ལ་ལྷང་།།
ལོ་ཡག་སྤྱི་མའི་མགོ་སྤྱོད་ལྡེམ་ལྡེམ་གཡོ།།
འཕྲི་སྐྱོངས་ཡུལ་ན་འཚོ་བའི་སྒྲོན་མཆེད་དང་།།
གོགས་པོའི་དགོད་འཇུམ་བྲན་བསྐྱོ་བའི་གཞི།།

དབྱུག།

ཆུ་ལ་མོ་རུལ་ཆུ་གང་ངར་ཅོག་གིས་བསྐྱམས།།
འོར་འཛིན་ཁྲོན་ལ་ཁ་བའི་དར་གོས་བསྐྱབས།།
ཁྲ་བྲུག་སུ་མོ་མོན་ལ་ལོག་པའི་དུས།།
ང་ཡི་ཡིད་ལ་སྐྱོ་གདུང་སྤྱི་མོ་ཞིག།

ཕྱི་ལོ་༢༠༡༡ ལྷ ༡༠ ཚེས་༡༡ ཉིན། (ནགས་སྤྱིའི་སྒོན་མོའི་ཐོག་ཏུ་བཞག་དང་།)

བར་དོའི་རྣམ་ཤེས།

སྒྲུབ་པ་མཐོང་མཛོད་གྲུབ་པ་བསྐྱེད་པ་ཤིང་གཟུང་བ་ལྟར་དུ་བསྐྱེད་པ་ལ་གསུམ་པ་ལྟར་ལྟོགས།
ཚོར་སེམས་སོང་གི་སྐྱེས་གནས་སེམས་ཤིང་གསོན་བསྐྱེད་པ་མེད་པའི་སྐྱོབ་དམར་འཇུག།
འག་པོའི་མདའ་མཚོན་སེར་བར་སྐྱེལ་ཏེ་ཁ་བའི་ཞི་བདེའི་ལོ་ལོ་གསལ་བཅོམ།
གདོན་འབྲེའི་ཚོགས་ཀྱིས་ཉལ་ཆ་རྒྱོད་ཅིང་ལྷག་གི་འག་ཆར་འག་འག་བབས།

རྒྱུང་འཇུག་འག་པོའི་འུར་སྐྱེའི་ཚོད་དུ་བྱ་དང་བྱི་འུར་གསོག་ཚོགས་ལོག།
ལ་ལ་སྡོན་མོའི་རྩ་རྩ་མཚོངས་ཤིང་ལ་ལས་འག་དམར་ཅེ་ནས་ལྷེབས།
བསད་པའི་ལྷག་གི་མཚོ་མོ་འཁྲིལ་ཞིང་ཤེད་རྩས་དེ་པོའི་གཏོས་དང་བཅེགས།
ཞི་ཞིང་བདེན་པའི་འཛིག་ཉེན་དེ་ནི་དམར་པོས་བསྐྱེད་པའི་དུར་ཚོད་ཅིག།

ཞི་བདེའི་སྐྱ་བུས་ཞི་བདེའི་ཡུལ་ལ་ཞི་བདེའི་སྤར་སྐྱོལ་དེ་ན་ཡང་།
ལ་ལས་ལུས་སྐྱོག་མཚོན་ཁར་བཞག་ཅིང་ལ་ལས་སྐྱེ་འུར་གྲོ་གར་འཇུག།
ཆ་འགྲིག་མེད་པའི་སྐྱེ་ཚོགས་འདི་རྩ་དམར་པོས་གོ་སྐྱབས་དམ་བཅུང་ནས།
སེང་གོ་འགྲིང་སར་མ་མོ་བསྐྱད་ཅིང་ད་དུང་མིག་ཚུགས་འབྱུང་འབྱུང་བསྐྱད།

ངན་དགུ་འཛོམས་པའི་སྐྱས་ངན་མ་མོས་ལག་ལ་སྐྱར་ལྷེའི་དར་སྤར་ནས།
མ་བུ་ཡིན་ཟེར་སྐྱོ་མཛེས་མིན་ལ་ཐང་དཀར་ཡིན་ཟེར་གསོག་ཅུལ་མེད།
ཚོད་དང་ལྷུང་ལྷུང་སྐྱེ་དེང་གཉིས་ནི་འདབ་ཆགས་ནང་གི་ཐ་མ་དེད།
དེ་ལ་ལྷ་ཉལ་ཁེད་ཚིག་ལ་རྒྱལ་འགྲོགས་ཚིག་གིས་རབ་ཏུ་བཏེགས།

རྣམ་པའི་མིག་ཚུ།

སྡོན་ཤིང་པམ་ཆེར་མེ་རུ་བསྐྱེགས་ཤིང་གངས་རིའི་མང་ཚོ་ཚུ་རུ་བཞུགས།
ཁ་བའི་གཏེར་རྩམ་ཚུ་ཡུལ་དཔོར་ཞིང་གངས་སྡོང་ས་ནད་དང་ལྷ་གེས་མནར།
ཤེ་མ་ཤི་རུད་སྤིང་བ་པོད་ཤི་ལྷ་སྐྱ་གཞི་བདག་གང་རུ་ཡིག།
འག་ཆར་བཞུར་བའི་མིག་ཚུའི་ལམ་རུ་སེང་སྐྱག་རུ་འཕོད་མ་ཐོས་སམ།

དབྱར་གསུམ་འཕྲི་མོ་དགོ་དགོ་འཐེན་ཞིང་ཁྱོད་ལ་འོ་ཞེའི་མཚོད་བ་སྐྱུལ།
དགུན་གསུམ་གཡག་གི་རྩ་སྣང་བསྐྱིགས་ཤིང་ཁྱོད་ལ་ཤུགས་སྐྱིན་བ་བཏང་།
ཚུ་འབྲས་མེད་བའི་ལྷ་སྐྱ་གཞི་བདག་སྟོབས་མེད་འོ་པོའི་སྐྱ་རུ་ཡིག།
ཁྱོད་དང་ཐན་བྱ་འུག་པའི་ལུ་ཉིད་གཉེན་སྤྲིག་བྱས་ན་མི་མཛེས་སམ།

པ་གཞིས་རུལ་འཚུ་བ་འདེས་པའི་སྡོང་ནས་རྩ་སྐྱག་གིས་བའི་རུ་འཕོད་ཁེངས།
སྟོ་མེད་ལྷགས་མཁར་སུན་བའི་ནང་ནས་བདག་མེད་སྟོ་སྐྱགས་འཁུན་སྐྱ་སྤྲིར།
བྱ་སྐྱག་ཁ་ཡིས་གསོག་འཕྲུང་རེ་ལ་ཤི་འུའི་སྤྲིང་ལ་འཕར་སྤྲིང་ཚོད།
རི་སྐྱང་སྟོན་མོའི་མཆེ་སྤྲེད་ཅེ་ན་སྐྱ་གུའི་ཆེ་སྟོག་སྤྲིང་རེ་འདར།

ཚུ་རྣམ་བཤ་བའི་ཚོགས་ཤི་དབྱས་སུ་ཉ་གང་ཨ་འཕྲུག་བཤ་ཤིས་གཙོས།
ཤུན་གསལ་ལྷ་ལམ་དང་དཀར་འཐེན་ནས་འོད་གསལ་ལྷ་ཡི་ཐེམ་རྣམས་བཟུགས།
ཞི་བདེའི་ལྷ་བྱ་རུབ་ཤི་རི་དང་དགོང་ཚུས་མཚོམས་སྤྲིན་མཉམ་བསྐྱེབས་ཤིང་།
གང་དང་རེག་བྱའི་ལྷེ་བ་ཁྱུར་ནས་སྟོ་མོན་ཆོ་བའི་ཡུལ་རུ་བསྐྱུས།

དགོས་འཕོད་དཔག་བསམ་སྡོན་ཤིང་ཅེ་ནས་ཞི་བདེའི་ལྷ་བྱ་ལྷ་གིས།
སྤྲིང་རྗེའི་སྐྱན་ཆབ་ཆར་ལ་སྐྱུལ་ཉེ་རྩ་སྐྱག་ཞིང་ས་བཟུན་ན་ཡང་།
ཞིང་པས་མཐེ་པོང་གནམ་ལ་བསྐྱེངས་ཤིང་ཤར་གྱི་ཚུ་འཛིན་བསྐྱེབས་བ་ལས།
དོན་རུ་ལྷ་བྱའི་སྐྱན་ཆབ་ཡིན་བ་གསང་བའི་སྟོག་གྱུར་སྐྱ་ཡིས་ཉོགས།

སྤྲུལ་རྒྱུ་མཚོན་འཁོར་ལོ་བསྐྱོད་ཞིང་ཁྲག་རྒྱུ་བས་མཚོ་མོ་འབྲེལ་བའི་དུས།
གང་གིས་བྱམས་བཅའི་གོ་མཚོན་བསྐྱབས་ཤིང་བྱུག་བྱུང་མཐེ་བོང་གནས་ལ་བསྐྱོད་སྟེ།
འཚོ་མེད་ཞི་བདེའི་གསུང་ཞིམ་བདུན་ཅིས་སྤྲུལ་རྒྱུ་མཚོན་པམ་པར་གྲོ་ལ།
འཛེམ་སྤྱིའི་གྲིང་འདིར་ཆོ་གསུང་འཐབ་ཚོད་རེབ་ཅིག་ངལ་གསའི་གྲིབ་བསིལ་བསྐྱུག།

གང་ཐུགས་ཟབ་ཡངས་མཁྲུན་བཅའི་གྲོ་ལ་ལེགས་བཤམ་རོལ་མེའི་དབྱར་ཇ་བཀོ་ལ།
སྒྲུབ་ཆར་བསིལ་མས་ཞོར་འཛིན་བརྒྱན་ཞིང་མང་གཅོ་གསེར་གྱི་མེ་ཏོག་བཞད།
ཚོལ་གསུམ་འོ་ཚུ་གཅིག་ཏུ་འདྲེས་ཤིང་མཛེམ་བཅའི་ཟེའུ་འབྲུ་མཉམ་དུ་རོལ།
ལུགས་གཉིས་ཆབ་སྲིད་བ་དན་དཀར་པོ་གོ་ལའི་ཅེ་མོར་རྒྱལ་གྱུར་ཅིག །

ཕྱི་ལོ་ ༡༠༡༡ ཟླ་༡༡ ཚེས་ ༡ ཉིན། (གཞུང་བཞད་སྐྱེའི་ཐོག་ཏུ་བཀོད།)

མིའི་རྒྱུ་ཚོགས་སུ་ཤེས་ཡོན་སྐོབ་སྐྱོད་གི་དགོས་དམིགས་གཅོ་བོ་ནི། མི་རྣམས་དུང་
འགོ་ལས་བྱེ་བྲག་འབྲེད་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན། སྐོག་ཆགས་གཞན་དག་དང་མི་འདྲ་
བར་མིའི་འགོ་བར་ཡུལ་ལ་བྱེ་བྲག་འབྲེད་པའི་རྣམ་འབྲེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་དང་། དེ་
གསལ་བར་མཚོན་པའི་སྐྱེ་བརྗེས་ཀྱི་རུས་པ་ཉུང་པར་བ་ཞིག་ཡོད། ལུས་ཀྱི་འཚར་
ལོང་དང་མཉམ་དུ་རུས་པ་དེ་དག་ཡར་རྒྱས་གཏོང་བའི་ཐབས་ཚུལ་ཚད་ལྡན་ཞིག་
མ་བྱུང་ན་ཟ་ཉལ་འགོ་འདུག་གི་སྐྱོད་ལམ་གྱིས་མི་ཚོ་བསྐྱུལ་ན་སུག་བཞི་ས་ལ་
འཇུགས་མིན་ཅམ་ལས་དོན་དུ་ལྷགས་དང་བྱེ་བྲག་མ་བྱུང་།

<མཁའ་དབང་ཟམ་གདོང་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་གིས་>

སྒྲོང་ཟད་སྒྲུང་བ་འདི་ཡི་སྦྱིད་པ་ཨང་།

གཞོན་དུས་གནས་ལྗེས་སྐྱོ་ཐེམ་ངས་མ་བཞུགས།
དར་ཚོ་འདི་ག་རྟེན་བྱ་གཞག་ངས་མ་བསྐྱུབས།
ཉམས་ཀྱང་ག་ཞིན་པོའི་དུང་ས་ངས་མ་བཅོལ།
སྒྲོང་ཟད་སྒྲུང་བ་འདི་ཡི་སྦྱིད་པ་ཨང་།

ཉིང་ལུགས་མོངས་དད་བྲག་རྫོང་ངས་མ་བཅིགས།
དགོན་མཚོ་ག་རྣམ་གསུམ་སྐྱུང་བ་ངས་མ་བཏབ།
ཚོས་དང་བྱུབ་མཐའི་རྒྱལ་པམ་ངས་མ་བཅུད།
སྒྲོང་ཟད་སྒྲུང་བ་འདི་ཡི་སྦྱིད་པ་ཨང་།

ལསྐྱུབས་མགོན་རྒྱལ་བའི་བཀའ་གསུང་ངས་མ་བཅིས།
མི་རིགས་རྩ་དོན་བྱ་བ་ངས་མ་བྲན།
ཚོལ་ཁའི་འཐེན་འཁྲེང་བློ་གར་ངས་མ་འཁྲབ།
སྒྲོང་ཟད་སྒྲུང་བ་འདི་ཡི་སྦྱིད་པ་ཨང་།

ཨམ་སྐྱུག་མགུ་བའི་མཁས་མདོག་ངས་མ་ངོམ།།
དབུས་སྐྱུག་དགའ་བའི་སྤྲིལ་འཇུ་མ་ངས་མ་བསྟན།།
ཁམས་སྐྱུག་དགེས་པའི་དཔལ་རྩལ་ངས་མ་བཞག།
སྣོང་ཟད་སྣང་བ་འདི་ཡི་སྦྱིད་བ་ཨང་།།

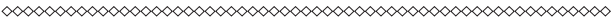
མཁས་པའི་མི་ལ་འགྲན་སེམས་ངས་མ་ངོམ།།
སྐྱུག་པོའི་བྱ་མོར་འགྲམ་རྩུ་ངས་མ་ལྟང་།།
སྣོང་པོའི་བྱ་ལ་ཁོ་མིག་ངས་མ་བསྟན།།
སྣོང་ཟད་སྣང་བ་འདི་ཡི་སྦྱིད་བ་ཨང་།།

མགོ་སེར་བྱ་མོའི་མག་པར་ང་མ་སོང་།།
རྒྱ་གར་བྱ་མོ་སྐྱ་སྐྱུག་ང་མི་དགལ།།
རྒྱ་ནག་བྱ་མོ་རྐང་རིལ་ངས་མ་བཅོལ།།
སྣོང་ཟད་སྣང་བ་འདི་ཡི་སྦྱིད་བ་ཨང་།།

ལུབ་སྤོགས་འབྱོར་ལྡན་སྤིང་ལ་ང་མ་ཕྱིན།།
དགོས་འདོད་ཀུན་དགའ་དོན་གྲུབ་ངས་མ་བསགས།།
པོད་པའི་བྱ་མོའི་བཙེ་དུང་ངས་མ་རྟོགས།།
སྣོང་ཟད་སྣང་བ་འདི་ཡི་སྦྱིད་བ་ཨང་།།

ཁྲིམས་ལྡན་བཟུན་པར་གྲུས་བཀྱར་ངས་མ་བགྱིས།།
ཨ་ནེ་མཛེས་མའི་རྒྱ་མ་ངས་མ་སྟང་།།
སྐྱ་མིན་སེར་མིན་རིགས་ལ་ངས་མི་དད།།
སྣོང་ཟད་སྣང་བ་འདི་ཡི་སྦྱིད་བ་ཨང་།།

ལྷན་པའི་མིག་ཚུ།



བྱམས་ལྡན་པ་མའི་རེ་བ་ངས་མ་བསྐྱངས།།

བཙེ་ལྡན་སྤྲོན་མཆེད་ཁ་བད་ངས་མ་ཉན།།

རང་གི་འདི་ལྱིའི་སྤྲུགས་འདུན་ངས་མ་བསྐྱབས།།

སྟོང་ཟད་སྤང་བ་འདི་ཡི་སྦྱིད་པ་ཨང་།།

རང་བཙན་སྤྲོད་དུ་རང་སློབ་ངས་མ་བཏང་།།

དབྱ་མའི་དོན་དུ་ལས་འགྲུལ་ངས་མ་སྤེལ།།

འདས་གསོན་དཔའ་བོའི་རྗེས་བྲན་ངས་མ་བགྱིས།།

སྟོང་ཟད་སྤང་བ་འདི་ཡི་སྦྱིད་པ་ཨང་།།

ཚད་ལྡན་དགེ་གན་མཚན་སྤྲོད་ངས་མ་ལྷུས།།

སྟོབ་སྤྲུག་ར་བཟེ་ལྡན་དང་ང་མ་འགྲོགས།།

དུས་ཐོག་སྟོབ་ཚན་ནང་ལས་ངས་མ་གྲིས།།

སྟོང་ཟད་སྤང་བ་འདི་ཡི་སྦྱིད་པ་ཨང་།།

སྤྱད་བཞན་བཟས་ཀྱང་ཕོ་བ་ང་མ་ན།།

ཐ་མག་འཕྲེན་ཀྱང་སྟོ་བའི་ཅ་མ་ཆད།།

ཨ་རག་བཏུངས་ཀྱང་མཆིན་པར་ནད་མ་སོག།

སྟོང་ཟད་སྤང་བ་འདི་ཡི་སྦྱིད་པ་ཨང་།།

རྩམ་བ་བཟས་ཀྱང་རྩམ་གྱི་ངར་མི་ཁ།།

གཡག་ག་བཟས་ཀྱང་སྟོ་སྟོབས་ངར་མ་སྦྱེས།།

མར་སྤྱར་བཟས་ཀྱང་ག་མདངས་ངར་མ་བྱས།།

སྟོང་ཟད་སྤང་བ་འདི་ཡི་སྦྱིད་པ་ཨང་།།

གསལ་འབྱོར་གཤེས་ཀ་རྩལ་པ་ངས་མི་ཤེས།།
སྤོང་འབྱོར་མགོ་བོ་བདེ་ཞེས་ངས་མི་དམོང།།
རྒྱལ་ཞེན་སྒྲུག་བསམ་ཅན་ལ་ངས་མ་བཀུར།།
སྤོང་ཟད་སྤང་བ་འདི་ཡི་སྤྲིད་བ་ཨང།།

ཁ་མཁས་སྒྲུབ་མོས་གཞན་མགོ་ངས་མི་བསྐྱོང།།
ཁ་འཇམ་ཁོག་རྩལ་ཅན་ལ་ང་མི་དགལ།།
ཁ་ཉུང་ཁོག་ཡངས་རིགས་ལ་ངས་མི་སྤྲང།།
སྤོང་ཟད་སྤང་བ་འདི་ཡི་སྤྲིད་བ་ཨང།།

བོད་རིགས་ཡིན་ཡང་བོད་སྐད་ངས་མི་ཤེས།།
བརྟེན་སྤོང་སྤྲངས་ཀྱང་གོ་བརྟེན་ངས་མི་འཕྲོང།།
དབྱངས་གསལ་སོ་བཞིའི་གྲངས་ཀ་ངས་མི་དཔོག།
སྤོང་ཟད་སྤང་བ་འདི་ཡི་སྤྲིད་བ་ཨང།།

རྒྱལ་རབས་ཁྲིད་ཀྱང་སྤྲིང་བྲན་ངས་མ་བཀུར།།
ཚོམ་རིག་བསྐྱབས་ཀྱང་སྒྲུབ་དག་ངས་མི་བཤད།།
ནང་ཚོས་སྤྲངས་ཀྱང་རང་སེམས་ངས་མ་སྤུལ།།
སྤོང་ཟད་སྤང་བ་འདི་ཡི་སྤྲིད་བ་ཨང།།

ཁ་ནས་མི་རིགས་རིག་གཞུང་ངས་མ་སྤྲོངས།།
ལག་ལེན་ཡིག་ཚོར་རྐང་ཆག་ངས་མ་བྲིས།།
ཁོག་ཏུ་སྤྲོད་དོན་གོ་སྐབས་ངས་མ་བསྐྱོམས།།
སྤོང་ཟད་སྤང་བ་འདི་ཡི་སྤྲིད་བ་ཨང།།

“ནང་ནང་ལྷེ་འདི་བདག་པོ་ངས་མ་བརྒྱབས”།
“རིལ་རིལ་དབྱ་ལ་འོ་བརྒྱལ་འབྲང”སྲིད་ཀྱང་།
རང་གི་ཉེས་པ་རང་གིས་འཁྲུང་རྒྱུ་ལས།
ཉམ་རྒྱུང་མི་ལ་ཉེས་ལྷ་གཡོག་བསམ་མེད།

“ཁྱི་གན་ཅ་ཅོ་སློབ་པའི་རིགས་གཅིག་གིས།
བདེན་པའི་གཏམ་འདི་སོས་ཆེ་བྱུག་སྲིད་ཀྱང་།
སློ་ལྡན་རི་བོང་རིགས་ཀྱི་སྤྱོད་རྒྱུ་ལགས།
ན་བ་ཤོང་ངེར་ཉན་པའི་ཚུལ་ཡང་ཡོད”།

(བྱི་ལོ་༢༠༡༣ ཟླ་ ༤ ཚེས་ ༡༠ ཉིན། (ས་རྒྱའི་གྲང་སྤྱང་ཚགས་པར་ཐོག་ཏུ་བཞག་དུ།)

ཟུ་མདོག་གི་ནམ་དུས།

ནམ་རྒྱ་བཅན་པོས་མི་སྤྲུལ་བཞིན་རས་ཚོར་འཛིན་བྱ་མེད་གདོང་ལ་ཅེད།
 མེ་ཉོག་དག་གི་ཡང་ཚོ་རྩྭ་ཅིང་བྱང་བ་ནམས་ཀྱིས་སྐྱོ་སྐྱུ་འཐེན།
 ལྷ་བྱུག་བྱ་མོ་ལྷ་དང་ལྷ་བཞིན་སྐྱོ་རོང་མོན་པའི་ཡུལ་ལ་ལོག།
 ལོ་མ་མེད་པའི་ཕིང་སྤོང་ཅེ་དུ་བྱིའུ་ཚུང་མ་བྱའི་གཤོག་སྐྱོ་ཟད།

སྐྱོ་སྐྱུང་ཁ་མདོག་སེར་པོར་གྱུར་ཅིང་དེ་ལྷང་ཐང་གསུམ་རྒྱལ་གྱིས་བསྐྱིབས།
 ལྷ་ཐང་ཐོག་གི་རྩ་ཚོར་སྤྲུལ་ལྷའི་ཡ་ཁོག་སེམས་ལ་སྤྲུལ་གྱིས་མནད།
 ཁྲིམ་འཛིན་འབྲོག་མོས་ཤག་ཤག་འཛོ་བའི་སྤུལ་དཀར་འབྲི་མོའི་འོ་མ་བསྐྱུམས།
 ཤག་མར་ཞོ་ཡི་འཚོ་བལྟད་ཞན་པས་ཁྲིམ་སྤྲུལ་སྐྱོ་བོའི་བཞིན་མདངས་ཉམས།

དུས་སྐུལ་ཉལ་འདྲའི་སྐྱོ་ནག་གྲུ་བཞི་འི་བཞོན་པོ་ཉམས་ཡོམ་ཡོམ་སྐྱུལ།
 ལྷ་ཉེའི་འཛོར་སྐྱད་རྣ་བར་གཟན་ཞིང་ཁང་ཐོག་དར་སྐྱོག་ལྷགས་པས་གཅེས།
 གངས་དཀར་ཨ་མའི་བཞུང་རྒྱན་རྣངས་ཚབ་འབྲུག་རོམ་བཅན་པའི་ཁོག་ཏུ་ཡིབས།
 ལྷང་ལྷང་སྐྱར་མེད་བྱ་ཡུག་ཁོང་ནས་བྱུ་བ་སྐྱོགས་ཚུ་སྐྱའི་མྱོང་དུ་བཞུད།

སྐར་མའི་མིག་ཚུ།

ཏྲ་བ་དུན་དབང་པོ་གཟི་མདངས་ཉམས་ཤིང་དགོང་རྒྱས་མཚམས་སྤྲིན་བསྐྱེབས་ནས་ཕྱོས།
ཆོས་གསུམ་དགུང་གི་ལྷ་བ་ལུང་གསུམ་ལུབ་ཀྱི་རི་བོའི་ཐོང་ནས་བཀལ།
རྩ་དང་འཇག་མས་སྐྱུ་དགུངས་གུར་ཞིང་བྱ་ལྷ་ཚང་ལ་ལོག་པའི་དུས།
སྐར་མའི་ཚོགས་ནི་ལོག་ལོག་འདར་ཞིང་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་སྐྱོ་གཏམ་བཤད།

དགུན་གསུམ་ལྟགས་རྒྱུང་བྲག་ཏུ་འབར་བས་སྤིང་པའི་པ་བོང་གས་ཆག་དོད།
ཁ་སང་ཡིད་འོང་སྤྲིད་མོས་ཚམ་ནི་དེ་རིང་ཐལ་སྐྱུའི་ཁ་མདོག་བལུང།
རི་རྒྱལ་ལྷན་པོ་ཁ་བའི་དར་གོས་དབྱ་ལྟའི་ཁབ་དཀར་བསྐྱབས་པ་བཞིན།
སྤོན་ཤིང་མདའ་ཡི་གཞུ་མོ་འགྲུགས་དུས་སྤྲེའུས་དུ་སྐྱད་རི་ལུང་འགོངས།

བསེར་བུས་བདས་པའི་ཤིང་ལོ་འབྲུམ་པོས་སྒོ་ལྷན་རི་བོང་ཆེ་སྒོག་བཀལས།
རྒྱང་འཚུབ་བྲག་པོ་འུར་སྐྱའི་ཁོད་དུ་བྱ་དང་གྱི་འུ་གཤོག་ཆོགས་ལོག །
ལ་ལ་ཡིད་སྐྱོ་གདུང་བས་མ་བཟོད་རྣམ་ཤེས་སྐོ་ལྷའི་ནང་ནས་ཕྱོས།
ལ་ལ་སྤོན་མོའི་རྩ་དུ་མཚོངས་ཤིང་ལ་ལས་བྲག་དམར་ཅི་ནས་སྤེབས།

ཁ་བ་བྱ་ཡུག་འཚུབ་མ་གོད་ཀྱིས་ཤུ་རྒྱང་མ་བུའི་རྒྱ་ལམ་བཀག །
ཐན་བྱ་འུག་པའི་ཉལ་དགོད་སྐོང་ན་འཛོལ་མོའི་གྲོ་འགྲུར་བག་ལ་འཁུམས།
རི་སྐྱུང་སྤོན་མོས་མཚེ་སྤེར་བཟད་ཅིང་བྲེ་སེར་འཛོང་གི་རྗེས་སུ་བསྐྱེགས།
ཡོད་ཚད་སྐྱུག་པའི་ཁོར་ཡུག་འདི་ཡིས་གཤིན་རྗེའི་གོང་ལ་བག་ཡོད་ཀྱིན།

ཕྱི་ལོ་༢༠༡༣ ལྷ ༡༣ ཚེས ༡༠ ཉིན། (སྤྲ་རའི་གྲང་རྒྱང་ཚགས་སྟེགས་ཐོག་ཏུ་བཀོད།)

ད་ལོ་རྒྱ་སྐོལ་ནང་སྤྱི་དབུ་ལ་སྐོལ་རྒྱུ་རྒྱུ་།

ཐོབ་དང་གོ་ས་ཡོད་ན་དགའ་མོད་ཀྱང་།།
ཁེངས་ཀྱི་གས་མཐོ་བོ་མཐོ་ན་མཐོ་བ་མེད།།
གསེར་ཚི་རྒྱ་ལ་བྱུགས་པའི་རྒྱན་ཆ་དག །
བསྐྱེད་པ་བཅད་བརྟུན་གསུམ་བཀྲིས་ན་རང་མདོག་བསྐྱེད།།

བོད་ལ་བོད་ཡིག་བཅེ་དུང་ཟབ་ན་ཡང་།།
བོད་ཡིག་སྐོབ་བྱ་མེད་དུས་སྐོ་བའི་གཞི།།
བཅན་སྐོལ་སྐོབ་བྱ་མང་བས་དགའ་ན་ཡང་།།
བོད་ཡིག་རིན་ཐང་མེད་པས་སྐོ་བ་ལ།།

བཅན་སྐོལ་གཞས་བ་མང་བས་དགའ་ན་ཡང་།།
ལ་རྒྱའི་སྐོ་དབྱེད་ས་དཀོན་པས་སྐོ་བ་ལ།།
ཆས་གོས་ཡ་མ་བྱུང་གི་ཆ་ལུགས་དང་།།
ལྷོ་འགྲུང་ར་མ་ལུག་གི་གདངས་སུ་བྱེད།།

ཆབ་སྤྱི་དུ་ཚོགས་བ་མང་བས་དགའ་བ་ལ།།
འཐེན་འཁྱེད་ཐོ་གར་འཁྱེད་དུས་སྐོ་བ་ལ།།
སྤྱི་དོན་ཁ་ཏུ་བྱང་པའི་ཚོགས་གཙོ་དང་།།
སྤྱི་དོན་ཁོག་ཏུ་སྤྱི་དུ་མཁན་ཚོགས་གཞིན་གདུ།།

མཁས་དབང་པལ་ཆེར་དཔལ་འབྱོར་བྱ་བུ་ཚུད།།
སྤྱུག་བདག་པལ་ཆེར་རྒྱུ་དོན་རེས་སྤྱོད་བོད།།
ཚོད་ལྡན་དགོ་ཆན་ལུབ་ཕྱོགས་སྤྱིར་ལ་བཞུད།།
སློབ་གྲྭ་ཁག་ལ་དགའ་རོགས་སྤྲིག་སློབ་དཔ།།

ན་ནིང་བཀའ་མིའི་ཆབ་སྲིད་སློབ་སྦྲིགས་ཐོག །
རྒྱལ་རི་སློབ་མས་མི་བཤམ་དགུ་བཤམ་བསྐྱིས།།
རྩ་སའི་རི་གྲོང་གསར་འབྱོར་མང་རབས་དང་།།
དེ་དག་འཚོ་བའི་མ་ཐུན་རྒྱུན་སྲོལ་རབས་ཐེད།།

ད་ལོ་རྒྱལ་སློབ་ནང་སྲིད་བཀའ་སློབ་རེད།།
རྩ་སའི་རི་གྲོང་གསར་འབྱོར་སྤར་བཞིན་མང་།།
ལ་ལ་སྐྱབས་བཅོལ་ལག་དེབ་མེད་པ་དང་།།
ཁ་ལས་འཚོ་བའི་མ་ཐུན་རྒྱུན་ཉ་ཅང་སྲོལ།།

འགའ་ཞིག་མལ་ཁང་ཤིང་སྤོང་འོག་ཏུ་སྤྱེས།།
དེ་དག་ལྟ་སྲོང་རི་ཤོང་རྩ་ལས་རིང་།།
ཆབ་སྲིད་སྐད་ཆ་ནམ་མཁའི་འཇའ་ལྟར་ཡལ།།
ཁ་བཤམ་ལག་བསྐྱར་ཉིན་མོའི་སྐར་མ་རེད།།

ཁ་བདེ་ཆོག་སྐྱོན་ཤོད་མཁན་མང་མོད་ཀྱང་།།
ཁ་བཤམ་ལག་ཏུ་འགོར་མཁན་མི་བྱ་དགོན།།
ཞལ་ནས་ལ་སྐྱབས་མཐོན་རྒྱལ་བའི་བཀའ་སློབ་འབྲེན།།
དོན་དངོས་སྐྱར་དོན་ཅན་ཚོ་ཨ་ལ་ལ།།

ཕྱི་ལོ་༢༠༡༣ ཟླ་ ༡༡ ཚེས་ ༡༡ ཉིན།

ལྷ་འོད་འོག་གི་མ་མམ།

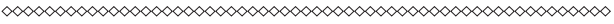
ལྷ་ལམ་གཡུ་ཡི་མེ་ལོང་འོག་སུ་ལྷ་བའི་བཞིན་རས་རབ་ཏུ་དཀར།།
ལྷ་སྐར་བཀ་བའི་ཚོགས་ཀྱི་དབུས་སུ་ལྷ་བའི་ལང་ཚོ་རབ་ཏུ་འཚོད།།
ལོ་ཤོས་མིག་ལུང་ལྷ་བར་ཅེར་དུས་ལྷ་བའི་དཀྱིལ་ནས་མ་མ་མཇུག།།

རེ་སྐྱུག་མཁའ་དཀྱིངས་ལྷ་བའི་ལྲོང་ནས་མ་མའི་མིག་ཚུ་ཆར་བཞིན་བཞུད།།
ཉི་མ་ལ་ཡའི་རི་བོའི་ཅེ་ནས་མ་མའི་མིག་ཚུ་བསེར་བུས་བདས།།

གསེར་དབུལ་གཡུ་བྱུར་རྒྱན་ཆས་སྤྲད་པའི་བྱུགས་བདག་པ་བུ་སྤོ་འཆམ་བསྐྱོད།།
ཨ་མའི་གཅེས་སྐྱུག་ལོ་ལོ་བེར་མཁན་བྱམས་ལྷན་པ་ཞིག་བདག་ལ་མེད།།
ལྷན་དབུས་བརྒྱན་པའི་ཤོས་ཤིག་གྲོན་དུས་འཕྲ་དམོད་ཉལ་དགོད་ན་བར་གཟུགས།།

སྤང་ལམ་སྐྱམ་མདོའི་བཟའ་བོ་ལྷ་འབྱོར་ལྷན་མ་བུའི་དགོད་སྐྱས་ཁེངས།།
ཞེས་བས་སྤྱིན་མཁན་མ་ཞིག་མེད་པས་ས་མཐའི་འབྲམས་ཤོང་རང་སྤོ།།

ལྷན་མའི་མིག་ཚུ།



མ་མའི་བྲམས་བཅེས་བྲ་ཚུང་སྟོར་ཞིང་བྲ་ཚུང་མདུན་ལམ་མ་མས་འཚོ།།

བྲ་ཚུང་ཡིད་ལ་མ་མ་བྲན་ཞིང་མ་མས་བྲན་གདུང་བྲ་ཚུང་སྐྱལ།།

མ་མའི་བཅེ་འཇུ་མ་བྲ་ཡིས་བྲན་ཞིང་བྲ་ཚུང་ཡིད་ལ་མ་མར་གདུང་།།

མ་མ་བྲ་ཚུང་གྲེས་བྲལ་ཉིན་ལ་བྲིམ་མཆེས་སློ་མོས་མིག་ཚུ་བཞུར།།

མ་མ་བྲ་ཚུང་ལྷན་འཇོ་མས་ཉིན་ཞིག་བྲིམ་མཆེས་སློ་མོས་སློན་ལམ་བཏབ།།

བྲ་ཚུང་དགྲེས་གཏམ་མ་མར་བཤད་པས་མ་མའི་མཁུར་ཚོས་མཆེ་མས་བརྒྱན།།

མ་མའི་ཐུགས་རེ་བྲ་ཚུང་ཁུར་ཞིང་བྲ་ཚུང་ལས་དབང་རྒྱུད་གིས་བཏུགས།།

མ་བྲ་གཉིས་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་མངར་སྐྱར་རྒྱལ་མོ་རྩལ་ཚུའི་རྒྱན་ལས་རིང་།།

ཀྱེ་མ་ཀྱི་རྱུད་བྲམས་ལྷན་མ་མའི་བཞེན་རས་དུང་གི་སྐར་ཆེན་དེ།།

དགུང་སྟོན་དབྱིངས་ཀྱི་རྩ་བར་འཁྲུལ་ནས་མ་མར་བྲན་བའི་གདུང་བ་བྲིས།།

འབྲུག་ལྷན་ཉ་མོ་བདེ་མོ་མི་འདུག

འཛོམ་སྐྱིད་གོ་ཡའི་ཡང་ཚེར་གནས་པའི།
མཐོ་སྐྱང་བོད་ཀྱི་གངས་དཀར་ཉེ་མེ།
གངས་སྐོན་སྐྱོད་གི་མ་མ་ཡིན་ཡང་།
དེར་སང་རྒྱུད་འཛོམ་ཡ་ཡངས་འདུག།

ལོ་རྒྱུས་སྐྱོད་གི་དར་གོས་བསྐྱབས་ཤིང་།
མཐོ་སྐྱང་བོད་ཀྱི་མེས་པོའི་ཕ་ས།
གཅེས་ལོར་རིན་ཆེན་གཉེར་ཁས་ལྷན་གུང་།
དེར་སང་སྐྱུང་པའི་སྐོན་གོས་འདྲ་འདུག།

བསེལ་ལྷན་བོད་ཀྱི་ཡར་རྒྱུང་གཙང་པོ།
ཚུ་བོ་སྐྱོད་གི་འབྲུང་ཁུངས་ཡིན་ཡང་།
བསམ་མེད་སྐྱོས་དུག་རྣམས་སྐྱབས་ནས།
འབྲུག་ལྷན་ཉ་མོ་བདེ་མོ་མི་འདུག།

བརྗེད་ཆགས་སོ་བྱང་སྐྱུ་མཁར་དམར་པོ།
 བཙན་པོ་ལོ་གོང་མའི་བཞུགས་གནས་ཡིན་ཡང་།
 རོ་ཚ་ཁྲེལ་བྲལ་སྒྲ་སྒྲོའི་དབྱེད་གིས།
 ཁ་དམར་རྒྱ་མོའི་མཐོན་ཁང་བསྐྱུན་སོང་།

ཚོས་ལྡན་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་ས་ལྟ་ས།
 རྩོན་རླུང་བསང་གསོལ་བྱི་དད་ལྡང་ཡང་།
 དང་སང་ཆང་རག་ཐ་མའི་དུད་སྒྲིམ།
 རྒྱ་སྒྲོའི་ཡུལ་དང་གཉིས་སུ་མ་མཆིས།

སྐྱུ་དང་སྐྱེའུའི་རུས་ལས་མཆེད་པའི།
 མཐོ་སྐྱང་གནས་སྡོད་ས་ཡ་དུག་པོ།
 ལོ་རེ་ལོ་ནས་དམར་གསོད་བཏང་མཐར།
 ཚུམ་གཟན་རིགས་རྒྱུད་སྡོང་ལ་ཉེ་འདུག།

ཡུལ་གྲུང་བོད་མའི་གནས་བབ་འཛིན་མཁར།
 རྒྱད་ཡིག་ར་མ་ལུག་ལ་བྱང་ཞིང་།
 ལ་མོའི་རྩེ་ཡི་དར་ལྗོག་བཞིན་དུ།
 རྒྱུད་གིས་ལུ་བ་ཏུ་ལུར་བ་སྐྱུག་ཨང་།

ཕྱི་ལོ་༢༠༡༠་ལྷོ་ཕ་ཆེས་ད་ཉིན་བྲིས།

ནད་མི་ལ་བསྐྱོངས་པའི་འབྲིན་པ།

ཨ་པ་ལགས།

རྒྱུད་གསུམ་སྐྱབ་གསུམ་བདག་གི་ས་ལོ་མ་མཇུག་ལོ་མང་འདས་སོང་ཐལ།།
 རྒྱུད་སྐྱབ་མཉམ་འཁུར་ཨ་མ་ལྷན་དུ་དཀའ་སྐྱོད་སྐྱབ་གཟུགས་བདེ་ལགས་སམ།།
 རྒྱུད་འདོད་བདེ་འདོད་གཅེས་སྐྱབ་ཚོ་ཡི་མ་འོངས་འཚོ་བའི་མདུན་ལམ་སྐྱོད།།
 རྒྱུད་རེས་སྐྱབ་རེས་ཁུར་སོ་ལྷོ་བས་ཀླས་པའི་གཉེར་མ་མ་བཅེགས་སམ།།

ཨ་མ་ལགས།

དཀའ་དཀའ་གངས་རིའི་མདངས་ལས་དཀའ་བའི་བདག་གི་མ་ལོ་སེམས་དཀའ་མ།།
 དཀའ་འཇུག་བཟོད་བསྐྱོད་བཀའ་དྲང་གསུང་འཇེབས་མ་ལོ་བྱིད་ལ་གཤེན་བཟང་མངལ།།
 དཀའ་སོ་གྲེན་འདེད་ནག་སོ་སྐྱར་འདེད་དཀའ་ནག་འཁྱོད་འབྱེད་མཐོར་བས།།
 དཀའ་གཙུག་འཁྱིམ་གཞིས་བྱིས་ཀྱིས་དྲིན་ཡིན་དཀའ་དྲིན་ཡིད་ལ་བཅངས་ནས་ཡོད།།

གཅེན་གཟུང་ཚོ།

མཁས་འདོད་གྲགས་འདོད་ཚོས་བརྒྱད་སྐྱོན་གྱི་དྲི་མས་མ་གོས་གཅེན་སོ་ཚོ།།
 མ་བཅོས་ཡིད་འོང་སྐྱོད་ལམ་བཟུན་པའི་བདག་གི་བཅེ་བའི་གཅེན་མོ་ལགས།།
 ཁམས་བཟང་ཞལ་འཇུག་གཞེན་གཟུང་འུ་རྣམས་དགའ་དགའ་འཇུག་སྐྱོད་ཀྱིས་བསྐྱོངས་ས།།
 བྱིད་རྣམས་གཏུང་བས་ས་མཐའི་ཡུལ་ནས་དགའ་སྐྱོད་མིག་ལྷོ་བཞུར་བཞུར་བཞུར་གདལ།།

ཚ་བོ་ཚ་མོ་ཚོ།

ཤེས་བྱའི་ཚུ་གཉེར་སྐྱོད་ན་ཅེན་པའི་ཚ་བོ་ངང་སྐྱབ་གཞོན་བྱ་ཚོ།།
སྟོ་དཀར་གསེར་མིག་ཉ་ཚུང་འདྲ་བའི་འཇུག་ཅམ་ཁྱེད་ལ་བྲལ་ན་ཡང་།།
ཤུ་ཡི་གཙང་པོ་བར་གྱི་རུ་ལ་ཚུ་སྤྲད་གྱི་མ་ཚུ་རིང་མོ་ཡིས།།
རེ་བའི་མིག་བྱང་ཁྱེད་ལ་བལྟས་པས་གཤོག་བྱང་བཟང་ཚུ་མ་བཟེད་ཨང་།།

གྲོགས་པོ་ཚོ།

ཚུང་ཚུང་གྲིས་པའི་ཅེད་འཛོ་རོལ་དུས་དགའ་བའི་སོ་དཀར་གཉན་ས་ཡིན།།
གཞོན་བྱའི་ལང་ཚོ་དར་ལ་བབ་དུས་དྲུང་བའི་མཛེལ་བཅེ་སྐྱེད་ས་ཡིན།།
ད་ཆ་གས་པའི་སྐྱ་དཀར་ཆགས་དུས་བྲན་གདུང་མིག་ཚུ་བཞུར་ས་ཡིན།།
ཁྱེད་མེད་འཆལ་གཉམ་རེད་ལགས་མ་སེམས་ཁྱེད་ལ་དྲུང་བའི་སེམས་པ་ཡིན།།

བྱི་ལོ་༡༠༡༡ ཟླ་ ༡ ཚེས་ ༡༡ ཉིན།

པ་ཡུལ་འབྲི་སྒྲོང་ས་སྤྲུག་མོ།

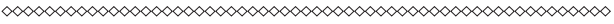
གངས་དཀར་ལེལ་གྱི་མཚོ་དྲུག་གནས་དུ་བྱུག་ཅིང་།
བྱུ་རུའི་རྩ་རི་དམར་པོ་མགུལ་དུ་བརྒྱན་པའི།
གཅེས་ལོར་རིན་ཆེན་གཏེར་ཁས་སྤྲུག་པའི་ནགས་སྒྲ།
པ་ཡུལ་འབྲི་སྒྲོང་ས་གཡང་རི་ཡིད་ལ་སེམས་བྱང་།

ནགས་ཚལ་གཡུ་ལོའི་རྒྱན་ཆ་ཁྱེད་བྱུག་བྱ་མོ།
སྤང་སྒྲོང་ས་གསེར་གྱི་རྒྱན་ཆ་རྟོག་པོར་ལྷུག་ལྷུ།
འབྲོང་དང་གྲེ་སེར་མ་བུའི་དུར་ཆེམ་ལྗིང་ས།
པ་ཡུལ་འབྲི་སྒྲོང་ས་སྤྲུག་མོ་ཡིད་ལ་དུང་བྱང་།

གནའ་བོའི་བཟོ་དང་གསོ་བ་རིག་པའི་འབྲུང་ཁུངས།
དེང་གི་མི་རིགས་ལ་རྒྱ་སྐྱེང་པའི་གཡང་སྤྲ།
ཆབ་དཔལ་རིག་གསུམ་དར་ས་ཁ་བའི་རྒྱན་ཆ།
པ་ཡུལ་འབྲི་སྒྲོང་ས་སྤྲུག་མོ་ཡིད་ལ་བྲན་བྱང་།

སྤྲུག་གཟིག་སྤྲེར་མོའི་བགས་རིགས་མེ་རུ་སྤྲེག་ས།
རིན་ཆེན་གསེར་དུལ་གཡུ་བྱུར་རྒྱན་ཆ་འདོར་ས།
༢ སྤྲུག་མ་གོའི་རྒྱལ་བའི་བཀའ་གསུང་སྤྲིང་ནས་བཅི་ས།
པ་ཡུལ་འབྲི་སྒྲོང་ས་སྤྲུག་མོ་ཡིད་ལ་བྲན་བྱང་།

ལྷན་པའི་མིག་ཚུ།



བཤེས་གཉེན་དམ་པའི་གདམས་ངག་ཉམས་སྲུ་ལེན་ས།།
བྱམས་ལྡན་པ་ལོ་མ་ལོ་གོང་དུ་བཀུར་ས།།
ན་ཚུང་གཞོན་ལུ་ཤོ་ལོ་བཅེ་དུང་ལྷག་ས།།
པ་ཡུལ་འགྲི་ལྗོངས་སྤྱག་ལོ་ཡིད་ལ་བྱན་བྱང་།།

འཆད་ཚོད་ཚོམ་གསུམ་སྤོན་ཆར་སིམ་སིམ་འབབ་ས།།
མཁས་བཙུན་བཟང་གསུམ་མེ་ཉོག་འདབ་སྒོང་བཞད་ས།།
ལུང་རིགས་ཟེའུ་འབྲུ་འཐོར་སའི་ཚོས་སྡེ་སྒྲིང་དང་།།
པ་ཡུལ་འགྲི་ལྗོངས་སྤྱག་ལོ་ཡིད་ལ་བྱན་བྱང་།།

དག་ལ་སྤར་སེམས་དམར་པོའི་མེ་ཏུ་འབར་ས།།
གྲོགས་ལ་སོ་དཀར་འཇུ་མ་གྱིས་ཞེན་ས་དུང་ས།།
སྤྱིད་སྤྱག་མཉམ་སྲོང་མངོ་འབཅེའི་སྤྱི་ཐག་རིང་ས།།
པ་ཡུལ་འགྲི་ལྗོངས་སྤྱག་ལོ་ཡིད་ལ་བྱན་བྱང་།།

མངོ་ས་སྤྱག་ལྷ་ཡུལ་ལྷ་བུ་ང་ཡི་པ་ཡུལ།།
ལོངས་སྤྱོད་སྤྲུ་ལས་སྤྱག་པ་ང་ཡི་པ་ཁྲིམ།།
ལང་ཚོའི་མེ་ཉོག་བཞད་ས་ང་ཡི་མ་ཁྲིམ།།
པ་ཡུལ་འགྲི་ལྗོངས་སྤྱག་ལོ་ཡིད་ལ་བྱན་བྱང་།།

ཕྱི་ལོ་༢༠༡༢ ལྷ་ ༡༢ ཚེས་ ༡༩ ཉིན།

པོ་ཏ་ལ།

སྒོད་ཀྱི་རོ་མོ་གྲང་རིའི་ཚེ་ན་ཉི་མེད་སྐར་གསུམ་རྒྱ་ལམ་བཀག།
 བར་ཀྱི་རྒྱ་ལ་མོ་རྩལ་རྒྱའི་འགྲམ་དུ་དབང་བོའི་རྣམ་ཤེས་མཚོན་གྱིས་གཏུབས།།
 སྒོད་ཀྱི་མ་རྩུ་རིང་མོའི་སྒོང་ནས་དགོས་འདོད་ཀྱན་འབྱུང་བཅན་གྱིས་བརྒྱས།།
 འདས་མ་དགསུམ་པོ་ཏ་ལ་ནི་སྤྲུགས་ཀྱི་སྐྱོ་བ་སངས་དུས་མེད།།

སྒོད་པ་བོད་ཀྱི་གངས་དགའ་ཉི་ཤེས་མཛེས་པའི་ལང་ཚོ་རྩུ་བཞུད།།
 ལྷོན་ཤིང་དག་ནི་མེ་རུ་བསྐྱེགས་ཤིང་འཛིན་མའི་བཞེན་ལ་སྐྱུ་མདོག་གྱུར།།
 རི་བོད་བཅན་པོའི་སྐྱོ་སྦྱིང་འདོན་དུས་ས་བདག་མ་བཟོད་ཡོམ་ཡོམ་འགྲུལ།།
 སྒོད་པ་བོད་ཀྱི་པོ་ཏ་ལ་ནི་སྤྲུགས་ཀྱི་སྐྱོ་བ་སངས་དུས་མེད།།

མེས་པོ་གོང་མས་ཆེ་སྲོག་འཇམ་པའི་རིན་ཆེན་པོ་བྲང་ཐམ་བར་བརྒྱགས།།
 གཅེས་ནོར་ཡིག་ཚང་མེ་རུ་བསྐྱེགས་ཤིང་གོང་བཀུར་མཁམ་དབང་བཅོན་དུ་བརྩུག།
 བ་མ་མེད་པའི་དུ་སྤྲུག་སྦྱིང་གིས་དུ་འབོད་གནས་ས་འགོངས་དུས་སྤྱ།།
 བྱམས་བཅའི་བདག་ཉིད་པོ་ཏ་ལ་ནི་སྤྲུགས་ཀྱི་སྐྱོ་བ་སངས་དུས་མེད།།

སྐད་མའི་མིག་ཚུ།

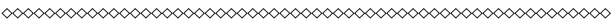
ཡང་སྐད་ས་གཅེང་པོ་ཅན་གིས་སྒོམ་དུས་ངང་སྐྱབ་མ་བུ་སྒོ་དུ་ལོག།
རྒྱལ་མོ་རྒྱལ་ཚུའི་རྒྱལ་མམ་འགོག་དུས་ཁྲུང་ཁྲུང་དཀར་མོ་བུ་བ་ཏུ་བཞུག།
མ་རྒྱུ་རིང་མོ་རྗེས་དྲུང་སྐྱིལ་དུས་གསེར་མིག་ཉ་མོས་ཤུགས་རིང་འབྲིན།
སྤྱང་རྗེས་བདག་ཉིད་པོ་ཏ་ལ་ནི་སྐྱབས་ཀྱི་སྐྱོ་བ་སངས་དུས་མེད།

པོ་བྱང་སྐྱེ་མཁར་དམར་པོའི་ཅེ་ན་སྐྱར་ལྡེའི་དར་དམར་རྒྱུང་གིས་བསྐྱོད།
ལོར་སྤིང་བརྒྱུད་བྲ་སྟོད་སྤང་བར་དུ་བདག་མེད་སྟོ་སྐྱབས་བཤམས་རར་བསྐྱུར།
སྐྱ་སྐྱབ་གཙུག་ལག་གཡས་གཡོན་རྒྱུར་ན་རྒྱ་དམར་བུ་མོའི་གཞང་ཁང་བསྐྱབ།
ཚོས་སྐྱབ་མི་རིགས་བརྟམས་བཅོས་མ་བཟོད་པོ་ཏ་ལ་ནི་ཤུམ་བཞིན་གདལ།

གོང་བཀྱར་མཁས་དབང་བཅོན་པོའི་ནང་དུ་ཞི་ལས་ཅི་ཅི་བརྟམས་གསོད་བཞིན།
ཤེས་སྐྱབ་མི་སྐྱ་ཉེས་མེད་ཁྲིམས་ལ་ཚལ་རྒྱུང་མ་མོས་བྲོ་གར་འབྲལ།
རྒྱལ་ཞེན་པོ་མོའི་གཅེས་པའི་ཚེ་སྟོག་དམར་པོའི་དུ་མཚོན་ཅེ་དུ་སྐྱོན།
མི་རིགས་ཤིག་གི་གྲོང་གྲུང་མ་བཟོད་པོ་ཏ་ལ་ནི་ཤུམ་བཞིན་གདལ།

ཨ་མའི་མངལ་ནས་སྐྱུ་གུའི་ཚེ་སྟོག་རྣམ་ཤེས་བར་དོར་བརྒྱུངས་སོང་ངོ་།
ཨ་མའི་མདུན་དུ་བུ་མོར་བཅོན་གཡེམ་ནག་ཉེས་མེད་པ་དམར་པོའི་ཁྲིམས།
ཁྲིམས་སྐྱབ་བཙུན་པ་ཁྲིམ་ལ་སབ་ནས་སངས་རྒྱས་བསྐྱབ་པའི་རྒྱལ་མཚན་སྐྱེ་ལ།
མི་རིགས་ཤིག་གི་ལས་དབང་མ་བཟོད་པོ་ཏ་ལ་ནི་ཤུམ་བཞིན་འདུག།

ཚོལ་ཁའི་འཇེན་འཁྲེར་བྲོ་གར་སྐྱུར་མོ་རྣ་རམ་ས་ལ་འབྲལ་བཞིན་འདུག།
ར་སྐྱད་ལུག་སྐྱད་བསེས་པའི་བདེ་སྟོད་མཚོ་སྟོབ་ཁག་ནས་སྤེལ་བཞིན་གདལ།
ཡ་མ་རྒྱུང་གི་རྒྱུན་དང་ཆ་ལུགས་བུ་བ་སྐྱོགས་ལད་སྟོལ་བཤྱིད་བཞིན་འདུག།
པོ་ཏ་ལ་ཡི་སྐྱབས་ཁལ་ཁྲུང་པོའི་རབ་ལས་ཀྱང་སྐྱེ་བ་འདུག།



དོ་ཆག་བཅོན་སྤྲིག་སྤྲོན་གྱིས་སྤྲུགས་ན་ཤོག་སྤྲུག་སྤྲུག་གསུམ་འགྲོ་གྲོན་ཆེ།
 མཛོན་བརྗོད་བརྗོད་ཆིང་ཆིང་གིས་བཅིངས་ན་དེང་རབས་མཛོ་བའི་སྤྲོན་རྣམས་ལོ།
 བོ་ཏ་ལ་ཡི་ཐུགས་ཁུལ་ཁུལ་བོ་བོ་བདེའི་ཆིང་སྤྲོད་སྤྲེལ་རྒྱ་ལོ།
 ཐུག་ཏུ་བབས་པའི་ལས་འགན་ཡིན་གྱིས་མཁས་པར་སྤོམ་པའི་ཆེད་དུ་མི་ལོ།

བོ་ཏ་ལ་ཡི་གསུང་གི་ཉིང་ཁུའི་བརྒྱད་ལེན་མི་སྤྲེལ་ལེ་ལོ་ངས།
 ད་ལྟའི་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་རྣམས་པའི་ཐུགས་རེ་མི་སྤྲུབ་སྤྲོན་པ་ངས།
 བྱམས་ལྡན་ས་མའི་དྲིན་ལན་མི་འདུལ་ས་མཐའི་སྤྲུང་སྤྲུག་འབྲུམས་པོ་ངས།
 རང་སྤོ་རང་ལ་སྤོག་ཏུ་མ་གྲུང་སྤོངས་པའི་འོལ་ཆོད་འདི་ཅམ་ཉིད།

ཕྱི་ལོ་༢༠༡༢ ཟླ་ ༧ ཚེས་ ༢ ཉིན། (གཞུང་བཞད་ལྗེའི་ཐོག་ཏུ་བསོད།)

ལྟོང་ས་མཚོག་གི་བཀའ་སློབ།

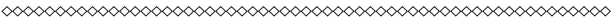
ང་རང་ཚོས་དཔོན་ལྷན་ལས་དོན་རྒྱུ་ལ་པའི་སྐབས་སུ་ཁ་ཡོད་
 ལག་ཡོད་དོན་དག་གི་ཐོག་ལ་འགྲོ་དགོས་པ་མ་གཏོགས་ཁ་
 ཚོག་སྟོང་པའི་སྟོང་བབད་མང་པོ་བྱས་ནས་པན་ཐོགས་ཡོད་
 པ་མ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་སྟོང་བབད་ཅམ་མ་ཡིན་པར་
 དཔོན་གནས་ལག་ལེན་གྱི་ཐོག་ནས་སྤོན་རྒྱུ་ཡོད་པ་དང་། ཐུབ་
 འབྲས་ཐོན་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཞིག་ང་རང་ཚོ་ཚང་མས་བྱེད་དགོས།

འདི་ནི་ང་ཚོ་འུ་མི་རིགས་བསོད་ནམས་རེད།

ཚོལ་ཁའི་འབྲེན་འབྲེར་ཉིན་རེར་ཇི་ཞན་རེད།།
ཚོས་རྒྱུད་ཚོད་རྫོག་ཉིན་རེར་ཇི་འབྲེགས་རེད།།
གསུང་རྒྱུད་འགལ་རྒྱ་ཉིན་རེར་ཇི་ཇིག་རེད།།
འདི་ནི་བཙུན་བྱོལ་བ་ཡི་ལངས་སྤོགས་རེད།།

ཚོད་ལྡན་དག་ཅན་ཉིན་རེར་ཇི་ཉུང་རེད།།
སྒོ་བ་སྒྱུག་ལེ་ལོ་ཉིན་རེར་ཇི་མང་རེད།།
ཤེས་ལྡན་མི་སྣ་ཉིན་རེར་ཇི་དགོན་རེད།།
འདི་ནི་མི་རིགས་ཤིག་གི་སོན་ཅུ་རེད།།

བོད་པའི་རྒྱད་ཡིག་ཉིན་རེར་ཇི་ཉམས་རེད།།
ར་རྒྱད་ལྷན་རྒྱད་ཉིན་རེར་ཇི་འབྲེལ་རེད།།
སྤྱི་སྤྱིར་རྒྱད་ཡིག་ཉི་རེར་ཇི་རྒྱས་རེད།།
འདི་ནི་མི་རིགས་ཤིག་གི་སྒོ་བ་རེད།།



བཟའ་ཚང་ཁ་འཐོར་ཉིན་རེར་ཇི་མང་རེད།།
བུ་སྐྱུ་ར་བཟེ་ཉིན་རེར་ཇི་མང་རེད།།
ཨ་ཚེ་འོ་ནད་མནར་ཉིན་རེར་ཇི་མང་རེད།།
འདི་ནི་མི་རིགས་ཤིག་གི་སློབས་པ་རེད།།

འདི་ནས་ས་ཡུལ་ས་ཐག་རྗེ་རིང་རེད།།
སྲང་ལམ་ཁྲོམ་ན་མི་འབྱུང་རྗེ་མང་རེད།།
འཇུལ་སའི་ཁང་རྒྱུང་ཡོད་པ་རྗེ་ཉུང་རེད།།
འདི་ནི་ང་ཚོའི་མི་རིགས་གཟི་བརྟན་རེད།།

ཚོས་སྡེ་ཁག་ལ་འཇུགས་སྐྱུན་རྗེ་མཚོགས་རེད།།
ཁྲིམས་ལྷན་བཅུ་ལ་ཉིན་རེར་ཇི་མང་རེད།།
སྐྱ་མིན་སེར་མིན་ཉིན་རེར་ཇི་མང་རེད།།
འདི་ནི་སངས་རྒྱས་བསྟན་པའི་ཡུང་རྫོགས་རེད།།

རུབ་སྤྱོད་འཁྲོར་ལྷན་སྐྱེན་བདག་རྗེ་མང་རེད།།
སྐྱེ་སྐྱུལ་ཡང་སྲིད་ཉིན་རེར་ཇི་མང་རེད།།
ཆང་སའི་རྟེན་འབྲེལ་སྐྱུན་སྐྱུལ་རྗེ་ཚོགས་རེད།།
འདི་ནི་སངས་རྒྱས་བསྟན་པའི་འགྲོ་དོན་རེད།།

གཞུང་ཞབས་ལས་བྱེད་འཚོང་ཁ་རྗེ་མཚོགས་རེད།།
སྐྱེར་དོན་བྱུག་ན་གཞུང་དོན་རྗེ་བརྟན་རེད།།
གཞུང་དདུལ་བཟུང་ནས་སྡོམ་བ་རྗེ་འབྱུང་རེད།།
འདི་ནི་ང་ཚོའི་མི་རིགས་བསོད་ནམས་རེད།།

དང་སའི་གྲོང་ན་ཚོགས་པ་ཇི་མང་ཤོད།
ཚབ་སྲིད་འབྲེན་འབྲུང་ཉིན་རེར་ཇི་འགྱུར་ཤོད།
ནང་ཁུལ་འབྲུབ་ཚེད་ཉིན་རེར་ཇི་དཔའ་ཤོད།
འདི་ནི་ང་ཚོའི་མི་རིགས་ཚུ་དོན་ཤོད།

ཚན་གསོ་ཁང་ན་ཚན་འཁོགས་ཇི་མང་ཤོད།
གཙུག་ལྷན་ལོ་ལོ་མེད་མཁན་ཇི་ཉུང་ཤོད།
འཇམ་པོའི་གོས་ཤིག་གཡོགས་མཁན་ཇི་དགོན་ཤོད།
འདི་ནི་ཚོས་ལྷན་མི་རིགས་བྱམས་བརྩེ་ཤོད།

འདོད་རུལ་སྟག་ལྷུང་ཉིན་རེར་ཇི་འཕྲོ་ཤོད།
བདག་འཛིན་སྲུང་ལྷུང་ཉིན་རེར་ཇི་འཇབ་ཤོད།
ཞེ་སྲུང་འགྲོང་ལྷུང་ཉིན་རེར་ཇི་ངར་ཤོད།
འདི་ནི་ཚོས་ལྷན་མི་རིགས་ལ་རྒྱ་ཤོད།

འཁོན་འཛིན་ཕག་ལྷུང་ཉིན་རེར་ཇི་ཉལ་ཤོད།
གཡོ་སྐྱུ་ཁ་ལྷུང་ཉིན་རེར་ཇི་རྒྱ་ཤོད།
སྤྲེལ་ཡང་བྱི་ལྷུང་ཉིན་རེར་ཇི་འཁོར་ཤོད།
འདི་ནི་གཞུང་དྲང་མི་རིགས་ལྷག་བསམ་ཤོད།

ཁྱ་ཉའི་འཛོལ་སྐད་ཉིན་རེར་ཇི་རྩལ་ཤོད།
བྱ་སྐྱུག་སྤྲོད་མོ་ཉིན་རེར་ཇི་རྩེ་ཤོད།
བྱིའུ་རྩུང་སྤྲོད་ལ་འཕར་སྤྲོད་ཇི་མཚོགས་ཤོད།
བསམ་ཞིང་བསམས་ན་སྤྲོད་པོ་མི་འདུག་ཡང་།

ཕྱི་ལོ་༡༠༡༣ ལྷ་ ༧ ཚོས་ ༡༦ ཉིན།

རྒྱལ་མཉམས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་

བསད་པའི་རྩལ་ལ་མཁུ་དུ་བཅུགས་ན་རི་བོའི་གཏོས་དང་མཉམ་རན་ཡིན།།
བསད་པའི་ཁྲག་གི་མཚོ་མོ་བསྐྱེལ་ན་སྤོང་གསུམ་རི་ལུང་འགོངས་རན་ཡིན།།
བསད་པའི་མི་རིགས་སྤྱིར་བཏོན་བཀྲིས་ན་ས་ཡ་དུག་པོ་སྤོང་རན་ཡིན།།
གདོང་དམར་ཚང་གི་ལས་དབང་སྣམ་ན་ཡ་ལོག་སྤྱིར་ལ་གྲང་ཕྱར་ཕྱར།།

དུས་ཚོད་ཚུ་མོའི་འགོས་ཀྱིས་བདས་ནས་མི་ལོ་ལྔ་བཅུ་སྟུག་ལ་བསྐྱོམས།།
རྗེ་དང་འབངས་མི་འབྲེད་དུ་བཅད་ནས་ཁ་བའི་སྤོངས་ན་བཤམ་ར་བསྐྱུན།།
ཡུལ་གྲར་སྟུན་རྩེ་ཚོ་བའི་གྲོང་དུ་འཁྲུང་ཞེན་མིག་རྒྱས་མཁུར་ཚོས་བརྒྱན།།
མདོ་དབུས་ཁམས་གསུམ་འཛིན་མའི་ཁྲོན་ན་ཚེ་སྤོག་མེ་སྤེད་ཀྱང་ན་འཕྱོ།།

ངོ་སྤྱོད་བསྐྱབས་པའི་མི་རིགས་འདི་ལ་རང་དབང་དགོད་སྤྱོད་སྤོང་མེད།།
ས་གཞིས་གཅེས་ལོར་རིན་ཚེན་གཏོར་ཁ་རང་དབང་ལོངས་སྤྱོད་དབང་མེད།།
ས་མེས་བཟང་པོའི་ཡ་རབས་གོ་མས་སྤོལ་རང་དབང་སྤུང་བཅི་ལྷུ་དབང་མེད།།
དཔའ་བོས་ཞབས་རྗེས་མེ་རུ་འགོད་དུས་གངས་དཀར་ཨ་མ་མིག་རྒྱ་བཞུག།།

བ་སྐད་གཙང་མའི་དབྱུགས་གསལ་སོ་བཞི་རང་དབང་གདངས་སྲུ་གྱེར་དབང་མེད།།
བ་མ་བཟའ་མི་བྱ་སྤྱུག་དག་ལ་རང་དབང་སེམས་གཏམ་བཤད་དབང་མེད།།
མི་རིགས་བཅངས་པའི་ལ་རྒྱའི་དཔལ་ལོ་ལྷ་དང་ལྷ་བཞིན་མེ་ལྷའི་ཞལ།།
ལྷམ་མེད་སེང་དར་མཁའ་རྩ་བསྐྱེདས་ཤིང་ཆེ་སྲོག་མེ་ལྷེའི་སྤོན་མེ་སྤྲུ།།

བདེན་པའི་ཆེ་སྲོག་མེ་རྩ་འབར་དུས་ཁྱ་ཉའི་འཛེར་སྐད་ན་བར་གཟུ།།
གཡོ་རྩུན་གཏམ་གྱིས་འཛིག་ཉེན་སྤྱུལ་དུས་ཞི་བདེའི་ལྷ་བྱ་མིག་ཚུ་བལྟུ།།
ཁ་བའི་སྤོངས་ན་སྤུན་བ་རྩུབ་དུས་ལྷས་ངན་ལྷག་བསམ་ཉལ་ཆ་ཚོད།།
ས་ཡ་དབྱུག་ལ་རང་དབང་མེད་ཀྱང་བདེན་རྒྱབ་མཚུབ་སོ་གེར་མཁའ་དགོན།།

སྤྱོས་དང་ལ་གེའི་ལ་མོའི་རྒྱབ་ན་འཛིགས་སྲུ་རྩུང་བའི་དུར་ཁོད་ཅིག །
ཉོན་དང་གཤིན་རྗེའི་བཀའ་ཁྲིམས་འོག་ན་བྱ་སྤྱུག་གྱིས་པའི་རྩ་འབོད་ཅིག །
སྤྱོབས་དང་སྤོ་མེད་ལྷགས་མཁའ་ནང་གི་ཁྲག་གིས་ཚོས་པའི་གདོང་དམར་བོད།།
སྤྱུན་དང་ནད་གཙོང་དཔལ་ལོ་དེ་དག་མཁོ་བའི་ཚད་ལྷན་སྤོན་བཅོས་ཤིག །

སྤྱིང་ནས་བརྗེ་བའི་གཅེས་སྤྱུག་ལོ་ལོས་ཨ་མ་འབོད་བཞིན་གྲོང་མཐར་རྒྱུག །
བྱམས་ཤིང་དུང་བའི་སྤྱ་དཀར་ལ་མས་ཨ་ཅེ་ཟེར་ཞིང་གོམ་འགོས་འཁྲོད།།
གཞན་ལྷལ་འདི་ནས་དཔལ་ལོ་ཟེར་ཞིང་རྗེས་དྲན་རྗེ་རིང་མཁའ་རྩ་སྤྱེད།།
མདོར་ན་ཁྱེད་ཉིད་འཛིག་ཉེན་འདི་ནས་བལྟུད་པའི་ཆེ་སྲོག་མེ་འབར་ཞིག །

ལུས་གྱི་མདའ་མོའི་སྐྱེད་བ་སྤྱུར་ཞིང་དབྱུག་པའི་སྤྱེ་མོ་ས་རྩ་བཅུགས།།
སྤོན་མོའི་དག་ལ་འདར་སིག་རྒྱུག་ཅིང་ཁྲ་རྒྱུང་མིག་མཐར་མཆི་མས་བརྟུན།།
མེང་བ་ནག་པོ་དཔལ་བར་བཀོད་ཅིང་ལྷལ་སྤྱིབ་མ་ཉིའི་དབྱུངས་རྟ་གྱེར།།
མཁའ་མཐའི་ཉི་རྒྱས་འཁྲེང་ཞེན་ཆགས་པའི་རྒྱས་འཁོགས་དེ་དག་ཡི་རེ་སྤྱུག །

རྣམ་པའི་མིག་ཚུ།

ཆེ་སྲོག་དམར་པོའི་མེ་རུ་བསྐྱེགས་ནའང་ཆེ་སྲོག་ལུལ་ན་གཅེས་སྤྲུག་ཅིག །
བདེན་པའི་རྣམ་པོ་དེ་ལུང་བཀའ་ནའང་རྩོམ་པས་བསྐྱེས་པའི་འཛིག་རྟེན་ཞིག །
མིག་ཚུས་བརྒྱན་པའི་ལུལ་ལུས་དུ་སྤྲུག་སྤྲུག་བསྐྱེལ་སེམས་ཀྱི་ཁྲུང་པོ་ཞིག །
དགོད་སྲོ་བྲལ་པའི་ཁ་བའི་སྤྲོན་ལྷ་སེམས་ཀྱི་མ་ཁ་གསར་པ་ཞིག །

རྣམས་རེད་ཁྱེད་ཀྱི་སྤྱིང་སྤྱོད་སེམས་དུས་རང་སེམས་གསོ་བའི་སྤྲོན་མཚོག་ཅིག །
ལན་རེད་འཛིག་རྟེན་རང་རྩོམ་མཚོང་དུས་གཅེས་པའི་ཆེ་སྲོག་འཕངས་སེམས་རེ།
མཚོམས་རེད་ཁོ་པོའི་ཡ་རྣུང་སེམས་ནས་སྤྲུག་གི་ལུང་པོ་གཅེས་རིན་དཔེ།
འཛིག་རྟེན་འདི་ནས་ཁྱེད་དང་སྤྲོན་དུ་ཕྱི་མའི་འཕྲང་ལམ་འགྲིམ་རན་སྤྲུམ།

སྤྲོན་རས་གཞིགས་ཀྱི་སྤྲུག་སྤོང་སྤྲོན་སྤོང་ཁྱེད་ལ་སྤྲོན་གྱིས་གཞིགས་བཞིན་གདམ།
པ་ལོ་སྤྲེལ་ཚན་གདོང་དམར་ཚང་གིས་ཁྱེད་ལ་སྤྲོལ་ལད་འཁྲབ་བཞིན་འདུག །
མི་གཟན་ལྷ་སྲོ་རྒྱ་དམར་གཞུང་གིས་བཅོས་རྩོམ་གནས་ས་འགོངས་བཞིན་འདུག །
སྤོ་གདུང་མཚེ་མས་ས་གཞི་བརྒྱན་ཡང་རེ་བའི་ལྷང་སྤྲུག་སྤོན་མ་བྱུང་།

གཡོ་ཅན་མ་མོའི་གྲ་མོའི་མེ་སྤྲུག་སྤྲུག་དཔར་མའི་ཐེག་ལེར་བརྒྱུ།
ཁྱི་སྤྱང་དྲ་ལོའི་མཚུགས་ལ་ཟད་རུལ་གངས་པེང་དཀར་མོའི་གཡུ་རལ་བརྒྱུ།
བཤེས་སྲོམ་མནར་བའི་པོང་བུའི་རྣམ་དཔེ་ཁུ་བྲུག་བུ་མོའི་གསུང་སྤྲོན་བརྒྱུ།
རྒྱ་འབྲས་འཚོལ་བའི་དཔོན་དཔེ་རྣམས་ཀྱིས་བྱང་བདེན་མིག་བྱང་བསྟན་སྤོང་མེད།

གདོང་དམར་ཚང་གི་མངར་སྤྱུང་ལས་དབང་བསམ་གཞིག་མེད་པའི་ཅོལ་རྣུང་ངས།
རང་གི་རིགས་ལ་དུང་བ་མེད་པའི་ཁ་པོ་ཅན་གྱི་ཁེངས་རྫོམ་ངས།
མ་འོངས་ཁ་བའི་མདུན་ལམ་མི་སེམས་ཁ་བའི་ལེ་ལོ་འབྲུམས་པོ་ངས།
རང་སྲོ་རང་ལ་སྲོག་ཏུ་མ་སྤྱུང་མོངས་པའི་འོལ་ཚོད་འདི་ཅམ་ཉིད།

ཕྱི་ལོ་༢༠༡༩ ཟླ་ ༡ ཚེས་ ༥ ཉིན་གྱི་དགོང་མོར་སྤེལ།

རྒྱལ་ལོ་བརྒྱུད་སྲིད་ལོ་འཛིན་ལོ་ལོ་བཟོ་བུ།

ལོ་ལོ་བརྒྱུད་ལོ་ལོ་བཟོ་བུ་ལོ་ལོ་བཟོ་བུ།
ལོ་ལོ་བརྒྱུད་ལོ་ལོ་བཟོ་བུ་ལོ་ལོ་བཟོ་བུ།
ལོ་ལོ་བརྒྱུད་ལོ་ལོ་བཟོ་བུ་ལོ་ལོ་བཟོ་བུ།
རྒྱལ་ལོ་བརྒྱུད་སྲིད་ལོ་འཛིན་ལོ་ལོ་བཟོ་བུ།

ལོ་ལོ་བརྒྱུད་ལོ་ལོ་བཟོ་བུ་ལོ་ལོ་བཟོ་བུ།
ལོ་ལོ་བརྒྱུད་ལོ་ལོ་བཟོ་བུ་ལོ་ལོ་བཟོ་བུ།
ལོ་ལོ་བརྒྱུད་ལོ་ལོ་བཟོ་བུ་ལོ་ལོ་བཟོ་བུ།
རྒྱལ་ལོ་བརྒྱུད་སྲིད་ལོ་འཛིན་ལོ་ལོ་བཟོ་བུ།

ལོ་ལོ་བརྒྱུད་ལོ་ལོ་བཟོ་བུ་ལོ་ལོ་བཟོ་བུ།
ལོ་ལོ་བརྒྱུད་ལོ་ལོ་བཟོ་བུ་ལོ་ལོ་བཟོ་བུ།
ལོ་ལོ་བརྒྱུད་ལོ་ལོ་བཟོ་བུ་ལོ་ལོ་བཟོ་བུ།
རྒྱལ་ལོ་བརྒྱུད་སྲིད་ལོ་འཛིན་ལོ་ལོ་བཟོ་བུ།

སུ་ལུ་འོ་ས་འགན་སྐྱེ་པར་གཞུང་ནས་ཡོང་།།
མ་ཚུ་རིང་མེའི་མཉུན་ལམ་བཅའ་དུ་ཡོང་།།
ཏྲ་མོ་ཚོལ་ཁའི་གོམ་འགྲོས་འབྱོར་ནས་ཡོང་།།
རྐང་ལག་བརྐངས་ཏེ་རེབ་གཅིག་ངལ་གསོ་བྱ།།

བཅོམ་ཁང་སྐྱུན་ལྡོམ་འཁུན་སྐྱེ་ཉན་ནས་ཡོང་།།
ནད་གཅོང་དཔའ་བོར་སྐྱེན་བཅོས་རེ་དུ་ཡོང་།།
སྐྱེ་དཀར་ཚུ་ཤོའི་ཁ་ཆེམས་ལུ་དུ་ཡོང་།།
རྐང་ལག་བརྐངས་ཏེ་རེབ་གཅིག་ངལ་གསོ་བྱ།།

ཚོ་སློག་སྐྱ་མོ་འབེན་དུ་བཞག་ནས་ཡོང་།།
ཇོ་མོ་སྐྱང་རི་གོམ་པས་བརྗེས་ནས་ཡོང་།།
ཁ་འབབ་ཚུ་བཞི་རྩལ་གང་བརྐངས་ནས་ཡོང་།།
རྐང་ལག་བརྐངས་ཏེ་རེབ་གཅིག་ངལ་གསོ་བྱ།།

ཚུ་དམར་སྐྱ་སྐྱོ་མཁོ་བོ་བརྗོར་ནས་ཡོང་།།
སྐྱ་སྐྱོའི་ཚུགས་ཁྱིར་འགྲམ་ལྷག་གཞུས་ནས་ཡོང་།།
ཁ་བའི་གཞོན་རྩུང་ཉེན་བརྗོད་བརྐངས་ནས་ཡོང་།།
རྐང་ལག་བརྐངས་ཏེ་རེབ་གཅིག་ངལ་གསོ་བྱ།།

བལ་ཤོའི་གཞུང་ལ་མཐེ་བོང་བརྗོརས་ཤིང་ཡོང་།།
ཚུ་གར་གཞུང་ལ་མཁོ་ཤིག་བྱང་ནས་ཡོང་།།
བཅོམ་སྤོལ་གཞུང་ལ་སྣང་མིག་བགྱང་ནས་བསྣང་།།
རྐང་ལག་བརྐངས་ཏེ་རེབ་གཅིག་ངལ་གསོ་བྱ།།

སྒྲུབ་དག་མེ་ལོང་དབང་ལུང་ཞུས་ནས་འདས།།
སྲིད་དོན་རྒྱལ་རབས་ལོ་ཚོགས་བསྐྱེད་ས་ནས་རྒྱས།།
སི་རུའི་འགྲེལ་ཆེན་མགོ་བོ་མོངས་ནས་འཕྲོམས།།
རྒྱུ་ལག་བརྒྱུད་ས་ཏེ་རེབ་གཅིག་དལ་གསོ་བྱ།།

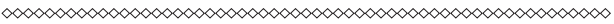
དབྱིན་ཡིག་མ་སྦྱངས་ཡར་ཐོན་གྲུལ་ནས་བྱད།།
སྒྲེལ་ལད་མ་འཁྲབ་བོད་པའི་གྲུལ་ནས་བྱད།།
ར་མ་རུ་ལྷར་དོན་གཉིས་མི་འགྲུབ་པས།།
རྒྱུ་ལག་བརྒྱུད་ས་ཏེ་རེབ་གཅིག་དལ་གསོ་བྱ།།

སོང་ཡང་འདོད་པའི་གནས་དེར་མི་སྐྱེ་བས་མོད།།
འཕགས་ཀྱང་གནམ་མཐིལ་ཕྱི་ལྷོ་ལྷོ་ལོང་ན།།
བྱམས་ལ་ཞེས་པའི་མལ་སྒྲུབ་དོན་མོ་རུ།།
རྒྱུ་ལག་བརྒྱུད་ས་ཏེ་རེབ་གཅིག་དལ་གསོ་བྱ།།

ལས་རྒྱུད་བཅོན་པོས་གནམ་སའི་མཚོམས་འདིར་བསྐྱུལ།།
ཁེར་རྒྱུད་གསར་འབྱོར་ཚོ་གྲང་རེས་མོས་མནར།།
ཡར་བལྟས་གནམ་དང་མར་བལྟས་ས་ལས་མེད།།
རྒྱུ་ལག་བརྒྱུད་ས་ཏེ་རེབ་གཅིག་དལ་གསོ་བྱ།།

མི་ཡུལ་འཛིག་རྟོན་སྤང་ཐང་ཡངས་མོ་རུ།།
ལང་ཚོའི་མེ་ཏོག་སད་ཀྱིས་མ་ཐེབས་ཀྱང་།།
གཡུ་སྤྱང་གཞོན་ལུས་ཚི་བཅུད་མ་གཞིབས་བར།།
ད་དུང་གནས་འདིར་ལྷག་པ་སྐྱོ་བའི་གཞི།།

རྣམ་མཁོ་མིག་ཚུ།



བལྟས་བལྟས་ལ་མོ་ཉག་ཉག་དོད་རན་ཡིན།།
 དྲན་དྲན་སྡིང་ལ་སྡིང་ཚུ་གསོག་རན་ཡིན།།
 ལས་དབང་བཙན་པོར་ཡ་ང་མེད་པའི་དུས།།
 རྣང་ལག་བརྒྱུད་ས་ཉེ་རེབ་གཅིག་ངལ་གསོ་བྱ།།

བསེར་རྒྱུང་ལུས་མས་པོས་སྡོན་གྱིང་ལོ་མ་ལུང།།
 སང་སེར་བ་མོས་མེ་ཉེག་ལང་ཚོ་རྩིད།།
 ཁེར་རྒྱུང་ལུང་བའི་གཤོག་སྒོ་ཚག་གིས་སྡོམ།།
 རྣང་ལག་བརྒྱུད་ས་ཉེ་རེབ་གཅིག་ངལ་གསོ་བྱ།།

ས་མའི་རེས་བཞོས་རྩོ་ཕོག་རི་མོ་ཡལ།།
 རང་གི་སྤྱགས་བསམ་ཡལ་གའི་རྩ་བ་བརྟམས།།
 འཕྲོད་གཙུང་མིག་ཚུས་རོ་གདོང་བརྒྱན་དང་ལྟན།།
 རྣང་ལག་བརྒྱུད་ས་ཉེ་རེབ་གཅིག་ངལ་གསོ་བྱ།།

ཇི་ལྟར་བསམས་ན་དེ་ལྟར་རྒྱོ་བའི་གཞི།།
 ས་བྱིས་དྲོན་མའི་དགོད་སྒྲ་སྡིང་ནས་གཙུང་།།
 དྲན་ཡུལ་འདི་ནས་བརྗེད་ཐབས་མི་འདུག་པས།།
 རྣང་ལག་བརྒྱུད་ས་ཉེ་རེབ་གཅིག་ངལ་གསོ་བྱ།།

ཕྱིར་དྲན་བཞིས་ན་རང་ཉིད་མི་དབྱེས་མོད།།
 འདས་དོན་སྡེངས་ན་འདོད་དོན་མི་འགྲུབ་མོད།།
 འཕམ་ཕྱིག་སྡིང་ལ་ལག་པས་གཞོན་བྱེད་ཅིང་།།
 རྣང་ལག་བརྒྱུད་ས་ཉེ་རེབ་གཅིག་ངལ་གསོ་བྱ།།

དེ་སྐད་མགོན་པའི་དབྱངས་དང་སྟེབ་པ་པོ།
འཕགས་ཡུལ་བཞུགས་སྐར་དྲ་སའི་ཉི་འགྲམ་ན།
ས་རྩ་ལྷ་རིག་སྲིད་ཞེས་སྲོང་བྱེད་ནས།
མདོ་ཁམས་འབྲི་རུ་ཁ་བའི་ལེ་ལོས་སྟེལ།

ཕྱི་ལོ་༢༠༡༣ ཟླ་ ༡༠ ཚེས་ ༡ ཉིན། (ནགས་ལྷའི་སློན་མེད་ཐོག་ཏུ་བཀོད།)

རི་བོ་སྐད་དུག་སྟོངས་ནས་རི་དྲགས་བཞིན་བསྐྱམས་ཏེ།
ཐག་རིང་རྒྱས་མེད་མི་ཡི་རྒྱལ་ཁམས་སུ་སྟེབས་ནས།
མདོ་མེད་འཕྲོར་མོའི་ཕྱོགས་ལ་རང་སེམས་དེ་ཤོར་ནས།
དྲིན་ཚེན་པ་མ་བརྗེད་པའི་བྱ་རུལ་ད་སྟོབ།

—དགེ་འདུན་ཚོས་འཕེལ་གྱིས།

རྒྱ་བྱེད་མེད་མེད་ཀྱི་ལྷན་སྐྱེས་ལྷན་སྐྱེས་མཚན་བྲལ་།

དོན་གཉེས་མཐར་ཕྱིན་འགོ་བའི་མགོན་སྐྱབས་ལྷན་དབང་སྐྱོན་བའི་ཉི་མ་དང་།
མ་རབ་རྒྱལ་མཚོན་ལྷན་བའི་ལྷོང་དུ་ཞི་བདེའི་ལྷན་སེལ་ཉ་གང་པོ།
ལྷན་སྐྱེས་མགོན་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོ་ལ་སོགས་མཁས་དང་གྲུབ་པའི་སྐྱེས་ཚེན་རྣམས།
ཞབས་སེལ་གསེར་གྱི་བརྗོད་ཀྱི་སྐོ་གསུམ་གྱས་པས་སྣ་ལྷན་འཚམས།

འིན་ཚེན་དམ་ཚོས་སྐྱོམ་པའི་བདུན་ཅི་དངོས་ཐོག་པལ་བའི་འིན་ཐང་ལས།
མ་རབ་རྒྱལ་མཚོན་པམ་པར་ཚོས་བའི་བྱམས་བཅའི་ལོ་མཚོན་མ་རྟོགས་ཤིང་།
བདུན་གསུམ་དུས་ཀྱི་ཟང་ཟིང་ཚོད་དུ་སྐྱེས་འགའ་ཡང་ཟང་ཟིང་བྲལ།
མཚོན་བྱང་རྒྱལ་པོས་དབྱར་རྩ་མ་བཤོལ་བསྟན་འགྲོའི་མན་བདེ་སྐགས་ལ་མཚོད།

དད་ལྷན་སྐྱེན་བདག་མཚོད་མཚས་ལྷན་དུས་སྐྱེས་སྐྱེས་རྒྱ་ལྷོང་དཀྱིལ་དུ་སེབས།
འགྲོང་ལྷན་ཚོང་པས་ནག་ཚོང་རྒྱག་སར་སྐྱེས་སྐྱེས་སྤོང་བ་བཟང་བཞིན་གངས།
ང་རང་ཚོང་ཁང་འདྲ་མེད་འགོ་དུས་སྐྱེས་སྐྱེས་འགའ་རེ་མཚོང་ཚོས་བྱང་།
མདོར་ན་སྐྱེས་སྐྱེས་དེ་ལྟར་མཚན་ཉེ་གསོན་བསྐྱེད་ཉེན་སྲིལ་འབྱུང།

འཆད་ཚོད་ཚོམ་གསུམ་དབྱར་རྩ་ཁོལ་དང་དད་ལྷན་མ་ལུས་བསྐྱབས་འདུག་གྱེ།
ལམས་བཅུན་བཟང་གསུམ་སྐྱེན་ཆར་ཕོབས་དངོས་འཛིན་སྐྱེག་མོས་བལྟས་འདུག་གོ།
ལྷ་སྐྱོམ་སྐྱོད་གསུམ་རྒྱད་ལ་སྐྱོར་དང་མདོ་སྲགས་ཆ་གྲང་འགལ་འདུ་མེད།།
མི་རྒྱལ་བསྐྱེད་པའི་རྒྱལ་མཆོན་སྐྱེད་ས་ཤིག་སྐྱེ་སྐྱེལ་ཡང་མིད་རིན་པོ་ཆེ།།

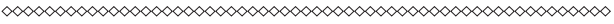
སྐྱོས་གར་མཛད་ས་མའི་འགྲན་བསྐྱར་དགོང་ཚོགས་ཆགས་པའི་སྐྱེལ་སྐྱེད་ཅུ་ཕྱིན།།
གཞིས་གོང་སྐོ་ལོ་འགྲན་ཚོད་སྐབས་སུ་ཞེ་སྐད་སྐྱེལ་སྐྱེད་ཅུ་ཕྱིབས།།
རྒྱལ་པམ་ཉེ་རེར་ཀུ་ཚ་འདེབས་ཤིང་མི་ཚོགས་དཀྱིལ་དུ་ཉལ་ཆ་གོད།།
ཁྱེད་དང་འབྲེལ་བའི་སྐྱེལ་སྐྱེད་ཚོས་རང་མདོག་དམར་རྩེན་སྐྱོན་བཞིན་འདུག།

འཕྱོར་ལྷན་རྒྱལ་སྐོག་གསེང་ལ་ཕེབས་ནས་མགོ་མེར་ཆང་ས་བརྒྱབས་ན་ཡང་།།
ཚོས་མིན་པ་ཡིས་ཚོས་པར་བརྟུས་ནས་ཚོས་དང་དངོས་ཟོག་མ་བརྗེ་རོགས།།
ལྷ་དང་སྐྱེ་མའི་ཐམས་ཅད་འཁྲེལ་ཞིང་དད་ལྷན་དབུ་སྐོར་མ་གཏོང་རོགས།།
རང་སེམས་སྲུང་སྐྱོན་གར་འགོ་མ་འདུག་མི་ཉལ་སྐྱབས་ཀུས་སྐྱོམས་ཤིག་གྱེ།།

ཁང་ཚེགས་ཤེལ་གྱི་ཕོ་བྲང་ནང་དུ་སྐྱེལ་སྐྱེས་བརྟན་འཛིན་གཞིགས་བཞིན་མཆིས།།
ཀུན་སྐྱེད་དུས་བབ་བང་ཆེན་ཐོན་དུས་སྐྱེལ་སྐྱེན་ལོག་ཉལ་ལངས་ནས་སོ།།
མི་འདོད་འཁང་རའི་འདུག་སྐྱེད་སྐྱེར་ཡང་རྒྱན་ཚོགས་མེར་བ་མ་འབེབས་རོགས།།
ཁ་བ་ཕོད་པའི་བདེ་སྐྱབས་སྐྱེད་སྐྱེགས་སུ་ངན་མེ་ཉོག་སྐྱེད་རེ་རྗེ།།

གཤེན་པོའི་རྣམ་ཤེས་ག་འགོ་མི་ཤེས་ཤི་སྐྱེལ་བསྐྱོད་ཉེན་ལོངས་སུ་རོལ།།
གསོན་པོའི་མདུན་ལམ་རི་བཞིན་མི་སྐྱོན་ཤོད་སྐྱེད་བས་ཉེན་མཆོན་བསྐྱེལ།།
སྐོག་གྲུར་ལྷ་སྐྱེ་འབྲེ་བཅོན་གར་ཡོད་མདོན་གྲུར་ཚོས་ཀུན་མི་མཁྲེན་པ།།
ཚོངས་གཉིད་མ་སང་ཚོངས་པའི་སྐྱེལ་སྐྱེལ་མཆོན་རིང་ལུགས་འདི་འབྲེག་དལ།།

སྐད་མའི་མིག་ཚུ།



དད་ལྡན་འབངས་མིས་སྤྲུགས་རྒྱང་ཁྲིད་དུ་ཉིན་མཚན་ཀུན་དུ་འབད་བ་ཡི།།
སེན་མགོའི་ཁྲག་དང་སེན་རྩིང་ནག་གིས་བཞེས་པའི་དངོས་ཚོག་ཉུང་དུ་རྒྱུ།།
རང་གི་བུ་སྤྲུག་སྟོ་གོས་བསྐྱུར་ནས་ཁྲིད་པ་སྐྱབས་རྩེན་ཕུལ་སོང་ན།།
ཚོས་རྒྱན་རན་སོང་སྣ་འདྲེན་མ་བྱེད་དད་ལྡན་འབངས་མི་སྲིད་རེ་རྗེ།།

ཚད་ལྡན་བཤེས་གཉེན་གདམས་དག་གསལ་རོགས་སྐྱེ་སྐྱེལ་ཡང་སྲིད་རིན་པོ་ཆེ།།
དད་ལྡན་འབངས་མིའི་དེ་འདུན་སྐོར་རོགས་སྐྱབས་མཐོན་ཟག་མདན་མཐོན་མཁྲེན་མཚོག།
ལོང་བས་ལོང་འབྲིད་གཡང་པ་མ་མཚོང་མགོ་ཚོངས་སྐྱི་ཚོགས་ཡི་རེ་ལུག།
དད་ནོར་རང་གི་ཉེ་འཁོར་གསོ་མཁན་ལྷ་བདོའི་སྐྱ་སྐྱེ་ཤ་རེ་ཆ།།

ཁྲིད་ནི་ཡར་ཁམས་ཞིང་ནས་ཐེབས་པའི་ཅེད་མཚན་དགའ་བའི་སྐྱེལ་སྐྱེ་ཞིག།
ཁོང་ནི་བར་གྱི་མི་ལུལ་བལྟམས་པའི་ཟ་ཉལ་དགའ་བའི་སྐྱེལ་སྐྱེ་ཞིག།
ང་ནི་ལྷ་སྐྱ་སྐྱབས་སུ་འདྲིན་ཅིང་སྐྱབས་འགོ་མེད་པའི་སྐྱེལ་སྐྱེ་ཞིག།
ཡར་ཁམས་ཞིང་ནས་བདག་ཅག་སྟོན་པས་སྡིང་རྗེའི་སྐུན་ཆབ་བཞུར་བཞིན་གདལ།།

ཁྲིད་ནི་ཉུག་དུ་ཟ་ཁང་ནང་དུ་ཤ་ཁྲག་རོལ་པའི་སྲིག་སྐྱེལ་ཞིག།
ཁོང་ནི་ཁང་ཅེགས་ཤེལ་ཁང་ནང་དུ་གསང་ལུམ་འབྲུད་མཁན་ཆགས་སྐྱེལ་ཞིག།
ང་ནི་ཆེ་སྟོན་བསོད་ནམས་བསགས་པའི་རྒྱལ་ལོགས་འབྲོར་ལྡན་སྲིན་བདག་ཅིག།
དདུལ་དང་སྐོར་མོ་ཆར་ལྷར་འབེབས་ཡོང་གསོལ་ལོ་མཚོད་དོ་རིན་པོ་ཆེ།།

ཁྲིད་ནི་གྲུབ་མཐའི་འཕྲེན་འབྲེད་དཔའ་ཞིང་ཞལ་ནག་སྲིན་ནག་འཁྲིགས་མཁན་ཞིག།
ཁོང་ནི་ར་མ་ལུག་གི་སྐད་ཡིག་ཅ་ཅའི་འགྲུག་སྐྱ་སྲིད་མཁན་ཞིག།
ང་ནི་ཉེ་རིང་ཆགས་སྤང་སྟོལ་པའི་ཚོག་མཚོན་སེར་བ་འབེབས་མཁན་ཞིག།
མདོར་ན་མིག་རྒྱང་སོར་གང་མེད་པའི་སྤང་རྟོང་སྐྱེལ་སྐྱེ་ང་ཚོ་རེད།།

ཁོང་ཉི་ཤུ་ལ་བསྐྱེད་པ་བརྗོད་པ་དགའ་བས་ཁ་སང་མཉམ་ཐུ་ལི་ལང་བྱོན།།
ཁྱོད་ཉི་ཤུང་ལ་མོག་མོག་མཉེས་པས་དེ་རིང་གཞིས་སྒྲིང་དང་ཕོར་མཛལ།།
ང་ཉི་ཤུ་ལ་ཚན་མི་ལུང་དགའ་བས་སང་ཉིན་བྱང་བྱོགས་དྲ་སང་བསྐྱོད།།
ཞལ་ནས་རིགས་ཐུག་པ་མ་བརྗོད་ཀྱང་དོན་དངོས་ཨ་ལ་མ་ལ་ལོ།།

ཁ་སང་རྒྱལ་གྱིན་ཕོ་བྱང་ནང་དུ་སྐྱུལ་སྐྱུ་མཛད་གྲེལ་འཚུ་བ་བཞིན་གདལ།།
དེ་རིང་སྒང་ལམ་སྐྱུལ་མཛད་མི་ལུང་ན་སྐྱུལ་སྐྱུ་སྐྱུ་སང་བབས་ནས་འདུག།
སང་ཉིན་ལྷ་ལྷམ་ལུག་འཁྲིད་བྱེད་ཅིང་སྐྱུལ་སྐྱུས་ཞབས་ལུ་བསྐྱུབ་པར་དེས།།
མཐོ་དམའ་དེས་མོས་ཉལ་བཞུན་མིན་པས་མི་ལམ་སྐྱུ་མཛད་འཛུགས་ཉེན་སྐྱོ།།

ཁྱོད་ཀྱིས་བསྐྱེད་པ་བའི་མཐོང་བོང་བསྐྱེད་པ་ལིང་བཅོས་རྒྱན་འཚུ་མ་གྱིས་སོ་དཀར་བཞུག།།
ཁོང་གིས་ལེགས་ཉེས་སྒྲིང་དོར་མི་རྟོགས་བདེན་ཁའི་དབུ་ལྷོག་ལྷེ་མ་ལྷེ་མ་འགྲུལ།།
ང་ལིས་སྐྱོན་ལ་བྱང་ལྷན་སྐྱུ་གྲུས་ཕོག་དཀར་དོགས་སུ་ནག་ཐིག་བྲིས།།
ཉིང་ཞེན་ཁྲི་གན་རྒྱ་ཕོའི་རིགས་ཀྱིས་ང་ལ་སྤང་ལུག་དུ་བར་དེས།།

དེས་དོན་བསྐྱེད་པའི་རྒྱལ་མཚན་སྐྱེད་མཁའ་སྐྱུབས་ལུལ་སྐྱུལ་སྐྱུང་ལིས་ཤེས།།
དོ་བསྐྱོད་དོ་དགའི་སྐྱེལ་ལད་འཁྲུབ་ན་ཁེ་བཟང་རག་པ་བདག་གིས་ཤེས།།
ངང་སྐྱོན་མི་མཐོང་གཞན་སྐྱོན་སྐྱོག་པ་ལོར་འཁྲུལ་ཡིན་པ་ཁོ་ཕོས་ཤེས།།
འོན་ཀྱང་བདག་གིས་མཐོང་ཐོས་མཚིས་ཚད་སྐྱུ་གྲུའི་ཁནས་བསྐྱུགས་སོང་ངོ།།

ལས་ངན་ང་ལིས་མཐོང་ཐོས་མཚིས་ཚད་འགྲི་བའི་ངལ་བ་མི་བྱ་ཡང་།།
བདག་གིས་གྲིས་པའི་སྐྱུལ་སྐྱུའི་མཛད་གྲེལ་གང་ལ་དམིགས་ནས་གྲིས་པ་མིན།།
མ་མཐོང་གཞན་ཟེར་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་ཁྲི་ཚན་གྱུ་ཚེ་དེ་བས་མིན།།
འོན་ཀྱང་སུ་ཞིག་སྐྱ་དུ་ཕོག་ན་དེ་དུ་དམིགས་ནས་གྲིས་པ་ལགས།།

རབ་མཛེས།

རབ་བམའི་ལྷོ་ལོ་སྐྱོད་སྤྲོད་ས།།
རབ་མཛེས་གངས་དཀར་ལྷན་པོ།།
རབ་བཛྲིད་གཡུ་རལ་སེང་ཚུང་།།
རབ་དཀར་ཁ་བའི་རྒྱན་རེད།།

རབ་དྲངས་ལྷོ་ལོ་མཛེས་མཛོད། །
རབ་དཀར་བཙེ་ལྷོ་ལྷོ་བ།།
རབ་བཀྲའི་རྒྱར་ཚོགས་བརྒྱར་དུས།།
རབ་མཛེས་ལྷོ་ལོ་ལྷན་རེད།།

རབ་རྒྱལ་ཚང་ཚོང་གསེབ་ནས།།
རབ་རྒྱན་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལོ།།
རབ་འཛེབས་རྒྱན་དབང་གསོ་བས།།
རབ་མཛེས་ལྷོ་ལོ་ལྷན་རེད།།

རབ་མངར་ལོ་དང་ལོ་མ།།
རབ་འཛེབ་གཡང་དཀར་ཚོང་གོས།།
རབ་བཙུད་མར་ལྷོ་ལྷོ་ལོ།།
རབ་བཟང་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ།།

བྱེ་ལོ་༡༠༡༣ ལྷོ་ ༡༠ ཚེས་༡༥ ཉིན།

གདོང་དམར་བོད་པ་ཚང་ལ་དགའ་མཁན་ཡིན།

མངའ་རིས་མི་བྱ་ཚུང་ཞེས་བརྒྱན་བསམ་མེད།།
 དབྱུས་གཙང་ཚོས་ཀྱི་ཞིང་ཞེས་མོངས་དད་མེད།།
 མདོ་ཁམས་མི་ཡི་མཚོག་ཅེས་སྐོགས་ཞེན་མེད།།
 ཐམས་ཅད་སྐྱེལ་ཀའ་ཚང་གི་རྒྱུད་པ་ཡིན།།

ཨ་རྩོད་དབྱུས་བས་རྙིང་སྐོལ་ལྟ་བཞིན་བཀུར།།
 མགོ་བོ་དགྲེན་སྒྲུབ་ཅུ་པོ་ག་དོགས་དང་།།
 ཀྱང་པ་བརྒྱུངས་ན་སྐྱུ་ཅུ་གཞོད་དོགས་ནས།།
 ཀྱང་ལག་རྒྱུང་རྒྱུ་མ་མ་རུས་མི་ཆེ་རྩོགས།།

ཨ་མདོ་མཁས་བས་རྙིང་སྐོལ་དུག་ལྟར་ཅི།།
 མགོ་བོའི་གཉའ་ནས་གཞོན་མཁན་རྙིང་སྐོལ་དང་།།
 ཀྱང་པའི་ཞབས་ནས་འཐེན་མཁན་རྙིང་སྐོལ་ཟེད།།
 ད་དུང་གསར་བ་མ་རྙིང་མི་ཆེ་རྩོགས།།

ཨ་རོགས་ཁམས་པའི་སྤྱིང་ཅ་རྩོད་ལས་མཁྲིགས།།
 རྙིང་པ་ཐམས་ཅད་མེས་པའི་གཅེས་ཞོར་དང་།།
 གསར་པ་ཡོད་ཚད་རང་གི་རྒྱ་ལོར་རྩོམ།།
 གསར་རྙིང་འཐབ་ཅོད་ཁོད་དུ་མི་ཆེ་རྩོགས།།

ལྷན་པའི་མིག་ཅུ།

དབྱངས་གསལ་སྒྲོན་མེ་སྤར་མཁན་གཙང་སྤྱག་ཡིན།།
ཤིང་བྱའི་མཁའ་གྲུ་བཞོ་མཁན་ཨམ་སྤྱག་ཡིན།།
ཟླ་བའི་ཚུ་གཏེར་སྒྲོག་མཁན་ཁམས་སྤྱག་ཡིན།།
ཐམས་ཅད་གདོང་དམར་རིགས་སུ་གཏོགས་པ་ཡིན།།

ཚོལ་ཁའི་འཐེན་འཁྲེར་འཁྲུབ་ལ་བྱང་པ་མིན།།
ཚོས་ལུགས་གྲུབ་མཐའ་འཛིང་བའི་དཔའ་བོ་མིན།།
ཚོས་དང་སྤང་ཚོན་གང་གཏོགས་ཡག་བཙོག་མིན།།
རྒྱལ་ཞེན་ལྷག་བསམ་ཅན་ལ་བཀུར་མཁན་ཡིན།།

སྤྱག་བདག་རྒྱབ་ཏུ་རྒྱག་མཁན་གྱི་འབྲུམ་མིན།།
མི་རིགས་གཞན་ལ་འཚོང་མཁན་ནག་ཅན་མིན།།
རིགས་རུས་མཐོ་དམའ་སློང་བའི་སྤྲད་སྤྲང་མིན།།
གདོང་དམར་བོད་པ་ཚང་ལ་དགའ་མཁན་ཡིན།།

ཉིང་འགྱོར་མགོ་བོ་བདེ་ཞེས་སྤང་མཁན་མིན།།
གསར་འགྱོར་གཤེས་ཀ་རྒྱབ་ཅེས་དཔེད་མཁན་མིན།།
མི་ཡུལ་ཚོ་བའི་མོང་གི་གྲུ་རྒྱར་ནས།།
མ་སྤུན་བའི་ལག་དྲང་གཅིག་ཏུ་སྤྲེལ་མཁན་ཡིན།།

གཞུང་ལ་ཆེག་ལབ་བསམ་བའི་སྒྲོབས་པ་མེད།།
གཞུང་ཞབས་ལས་བྱེད་མེ་བའི་རྒྱབ་བརྟེན་མེད།།
གཞུང་གི་ཞབས་ལུ་བསྐྱབ་བསམ་སྤྱགས་འདུན་མེད།།
གཞུང་གི་བྱམས་བརྟེས་བསྐྱངས་བའི་སྤྱག་སྤྱག་ཡིན།།

བོད་པས་བོད་ཡིག་སྐྱོང་ས་ཞེས་སྐྱབས་མཁན་མིན།།
བོད་ཡིག་བོད་སྐྱོད་མེད་ཅེས་སྐྱབས་མཁན་མིན།།
སྒྲུབ་དག་སྐྱོད་སྐྱོར་གྱིས་མ་བརྒྱན་ཀྱང་།།
དབྱེངས་གསལ་མོ་བཞི་གདངས་སུ་གྱུར་མཁན་ཡིན།།

སྐྱ་སྐྱ་གཞི་བདག་སྐྱབས་སུ་བཀུར་མཁན་མིན།།
དགོན་མཚོག་ནམ་གསུམ་སྐྱར་བ་འདེབས་མཁན་མིན།།
ནང་བ་ཡིན་ཞེས་སྐྱབས་འགྲོ་མི་ཤེས་མིན།།
དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་བ་ཡི་ནང་བ་ཡིན།།

སྐྱོ་ལོར་སྐྱུག་བདག་ཅན་གྱི་གཅེས་སུ་གཞི་མིན།།
མོར་སྐྱེའི་ལག་རྒྱུད་དམ་པའི་སྐྱར་སྐྱུག་མིན།།
མགོ་སྐྱར་ལྷེ་སྐྱར་ལོག་འཚོར་འོལ་བསམ་མེད།།
འགྲིག་ཅམ་རྒྱུད་ན་འདོད་སྐྱོ་ཚེས་མཁན་ཡིན།།

ཁ་འཇམ་ཁོག་རྩལ་ཞེ་ནས་སྐྱར་མཁན་ཡིན།།
ཁ་མཁས་སྐྱོན་པོས་གཞན་མགོ་སྐྱོར་མཁན་མིན།།
ཁ་བའི་རིགས་སུ་གཏོགས་བ་སུ་ཡིན་རུང་།།
ཁ་ཉུང་ཁོག་ཡངས་རིགས་ལ་དགའ་མཁན་ཡིན།།

དོ་ཚག་བཅན་གྱིས་སྐྱིག་མཁས་སྐྱུ་རྩལ་མིན།།
བད་སྐྱོང་ཚིག་གིས་བཅེངས་པའི་སྐྱོན་དག་མིན།།
རང་གི་སྐྱོ་རུ་འཆར་བའི་ཚོར་བ་ཞིག་།
ཤོག་དཀར་ཐང་ལ་ཐོལ་རྒྱུད་སྐྱོན་དག་ཡིན།།

ཕྱི་ལོ་ ༡༠༡༡ ཟླ་ ༡༡ ཚེས་ ༡༥ ཉིན།

ང་དང་ཟླ་བ་ལྷ་མོ།

འདི་ནས་དཔག་ཚད་སྟོང་གིས་བར་ཐག་ཏུ་ཚོད་པའི།
ཡ་གེ་སླིན་དཀར་འདབ་མའི་གྲུར་ཁྲིམ་གྱི་སྟོང་ན།
ང་དང་ཟླ་བ་ལྷ་མོ་གཏམ་བ་ཡི་ཚིག་གསུམ།
བཙོལ་བའི་སླིན་དཀར་གསེབ་ཏུ་འགྲུང་བ་རང་མེད་དོ།

གཡས་ནས་སླིན་ཏུག་ཁ་མོས་ཟུར་མིག་ཅིག་འཕེན་གྱིན།
གཡོན་ནས་ཐོ་རེད་ས་སྐར་མས་ཁྲོ་མིག་ཅིག་སྤུད་གྱིན།
སེམས་ལ་ཟླ་བའི་ལྷ་མོའི་ཡང་ཚོ་དེ་བསྟོལ་ས་ན།
བཙོང་མེད་དམར་ཚུང་སྟིང་ལ་ན་ཟུག་ཅིག་འཕར་ཡོང་།

མཚམས་རེར་མི་ལམ་སྐྱུ་མའི་འདིག་ཉེན་གྱི་གྲོང་ནས།
ཟླ་བའི་ལྷ་མོས་ང་ལ་དགྲུས་འཇུག་ཞིག་བཞད་ཡོང་།
ལན་རེར་སྤང་ཚར་སིམ་སིམ་འབབ་བ་ཡི་ཁྲོད་ནས།
ང་དང་ཟླ་བ་ལྷ་མོ་འདྲའ་ཚོན་ཏུ་འཐིམ་འགོ།

སྟོན་གྱི་ཟླ་བ་ལྷ་མོའི་བཙེ་འཇུག་དེ་བསམས་ན།
དཔྱིད་གྱི་འཕྲ་དམོད་རྒྱང་འཚུབ་ཅི་ལྟར་ཞིག་ལྡང་ཡང་།
བཙེ་སེམས་དགུར་གྱི་མཚོ་ཚེན་ཅི་འཕེལ་ཞིག་མ་གཏོགས།
ཟུར་གསུམ་དམར་ཚུང་སྟིང་ལ་འགྲུང་བ་རང་མེད་དོ།

ཕྱི་ལོ་༢༠༡༡ ཟླ་ ༡ ཚེས་ ༡ ཉིན།

ཁ་བའི་ལེ་ལོའི་ཁ་ནས་འཆལ་གཏམ་གྱི་དཀར།

ཁ་ཚེ་ཞེ་དཀར་ཁམས་པའི་བྱ་ཚོའི་གཤེས།།
ཁ་མཁས་འདྲུམ་དམུལ་དབུས་པའི་བྱ་ཚོའི་གཤེས།།
ཁ་ལག་གཡོ་སྐོལ་ཨ་མདོའི་བྱ་ཚོའི་གཤེས།།
ཁ་བ་ཅན་གྱི་བྱ་ཚོའི་གཟི་བརྗིད་རེད།།

ཁ་རི་ཁ་ཐུག་ཁམས་པའི་བྱ་ཚོའི་གཤེས།།
ཁ་བཤད་ལྷ་བ་ཨ་མདོའི་བྱ་ཚོའི་གཤེས།།
ཁ་འཇམ་སེམས་བརྒྱལ་དབུས་པའི་བྱ་ཚོའི་གཤེས།།
ཁ་བ་ཅན་གྱི་བྱ་ཚོའི་བསོད་ནམས་རེད།།

ཁ་མཁས་སྐྱོན་མོས་གཞན་མགོ་སྐོར་མཁན་མིན།།
ཁ་འཇམ་ཁོག་རྩལ་ཞེ་ནས་སྤང་མཁན་ཡིན།།
ཁ་བའི་རིགས་སུ་གཏོགས་པ་སུ་ཡིན་རུང་།།
ཁ་ཉུང་ཁོག་ཡངས་རིགས་ལ་དགའ་མཁན་ཡིན།།

ཁ་བའི་ལེ་ལོའི་ཁ་ནས་འཆལ་གཏམ་གྱི་དཀར།།
ཁ་བ་ཅན་ཚོའི་ཐུགས་ལ་ལོག་སོང་ན།།
ཁ་ལག་གཉིས་ལས་མེད་པའི་འབྲམས་སོངས།།
ཁ་བཤད་ལག་ཏུ་བསྐྱར་ནས་བཟོད་གསོལ་བྱ།།

ཞེས་ཁ་བའི་ལེ་ལོས་གྱི་ལོ་ ༡༠༡༩ ལྷ ༡ ཚེས ༡༡ ཉིན་གྱི་དགོང་ཚོར།

རྒྱལ་མའི་མིག་ཚུ།

ང་ཡི་མཛའ་མོ་ཚུ་བའི་བྱ་གཤམ་ལན་གཅིག་མ་གཡང་བདག་ལ་གསོན།
དུང་གི་གངས་རི་བྱ་རུའི་བྲག་དམར་གཡུ་ཡི་ཚང་ཚིང་སྐྱལ་པོ་དང་།
གསེར་གྱི་སྤང་ལྗོངས་གཟི་ཡི་གཏེར་ཁ་ཚུ་པོ་བརྒྱ་དང་ཚུ་སྐོན་ལྟོང་།
རྒྱབས་གསུམ་སྣ་ཡི་གོང་ཁྲུང་འགྲན་པའི་བསེལ་ལྷན་སྐུ་ལའི་སྤོང་ལྗོངས་ཞིང་།

རུས་སྐུལ་ཉལ་འདྲའི་སྐྱ་ནག་གྲུ་བཞི་གཡང་དཀར་ལྷག་བྱས་མཐའ་ནས་བསྐོར།
གྱི་ལིང་རྟ་མོའི་འཚོར་རྒྱད་སྐྱབ་དུ་བྲེ་སེར་འཕྲོང་གིས་དུར་ཆེམ་སྒྲིང་།
འོ་ཞོ་རྒྱ་མཚོའི་བོ་རྒྱབས་འཕྱུར་ཞིང་མར་ཕྱུར་གྲུང་གྱི་རི་པོ་བརྟེན།
ཤར་རུབ་སྐྱོས་འགྲམ་ཚུ་ལྡང་ས་འུ་ཅག་མེས་པོའི་བ་ས་ལགས།

བཞིན་བཟང་དུང་གི་སྐྱ་དཀར་དབྱས་སུ་སྐྱབ་ལྡང་ཁྲ་ཚུང་གེམ་གེམ་གཡོ།
ཞལ་བྱིས་འདབ་མའི་ཁང་བཟང་ནང་དུ་སྤྲིག་ཆེམས་སྤེང་འཚོར་འཚོར་དགོང་།
སྐྱ་གཞུགས་པད་སྤོང་ཚ་རིའི་ཚེ་ན་བྲང་གི་བུམ་ལྡང་སྤེམ་སྤེམ་འགུལ།
ང་ཡི་སེམས་གྱི་ནམ་མཁའི་སྣ་མོར་གདུང་བའི་སྤྱིང་གཏམ་ང་ཡིས་སྤེང་།

གསེར་མིག་ཉ་མོས་གསེར་གཤོག་བརྒྱངས་ནས་སྤྱིང་འདྲའ་ཚུ་རྒྱལ་འབྲུག་རྩལ་ཚེན།
སྤོང་ཤིང་ཚེ་དུ་བྱིའུ་ཚོགས་གྱིས་སྤོང་མོའི་འགྱུར་ཁྲག་དབྱངས་སུ་གྱེར།
ཞེའུ་གསེང་དོགས་སུ་རི་དྲགས་མ་བུ་བྱུ་དང་བྱུ་བཞིན་རྩ་ཚུ་རོལ།
ཁོ་པོས་བྱམས་པའི་བརྟེན་བ་བསྐྱུགས་ནས་ཁེར་རྒྱང་ལོ་སྐྱ་རིམ་བཞིན་འདས།

བྱམས་པའི་ལང་ཚོ་ཟེའུ་འབྱུང་སྐྱུལ་ཏེ་ང་རང་རྐང་དུག་ཡིན་ན་སྒྲུམ།
དགའ་མའི་བརྗེ་བ་བདུད་རྗེར་སྐྱུལ་ཏེ་ང་རང་གསེར་བུམ་ཡིན་ན་སྒྲུམ།
ཁྱེད་གྱི་སེམས་པ་རི་དྲགས་སྐྱུལ་ཏེ་ང་ཡིས་སྐྱ་སྒྲུབ་བཀོལ་ན་སྒྲུམ།
དགའ་མར་གདུང་བའི་དྲངས་གཙང་སེམས་པ་གངས་རི་བཞིན་དུ་བཟུང་བཞིན་གངལ།

སྒྲིང་གཏམ་འདབ་ལོ་རྒྱས་པའི་སེམས་པ་སད་སེར་མི་ཁས་མནར་བཞིན་འདུག །
དབྱ་གདུང་བདུད་རྗེའི་རྒྱང་ཚབ་བསིལ་མ་སྒྲགས་རྒྱུང་ཅོག་གིས་སྒྲོམ་བཞིན་གངལ།
ཡུན་ཐུང་མི་ཚོའི་རེ་སྐྱུག་འདབ་ལོ་སྒྲོན་རྒྱུང་ངེས་མེད་འཁྱེར་བཞིན་འདུག །
ཁྱེད་རང་དུང་བའི་ལོ་རྒྱའི་ཤེང་བ་ཡར་ཐོད་རྒྱས་གཉེར་རྗེས་བཞིན་གངལ།

ཞོགས་པའི་སྐྱུ་རེངས་སྐྱུ་མདའ་རེ་ལ་ང་ཡི་ཡིད་ལ་སྒྲོན་པ་རེ།
ཉིན་གུང་ལུས་པོ་རྩལ་རྒྱས་བརྒྱན་ཡང་ནང་སེམས་དམར་རྒྱུང་གང་བསིལ་རེ།
དགོང་རྒྱས་མཚམས་སྒྲིན་དམར་མདངས་རེ་ལ་ང་ཡི་སེམས་ལ་ན་རླུག་རེ།
ནམ་ཐུང་ཅ་ཅོའི་ཀུ་ཅོ་དབེན་ཡང་གཉེད་ལམ་འཁྲུལ་སྒྲུང་འཁྲུག་བཞིན་གངལ།

ཡ་གེ་གངས་དགའ་མིག་གིས་ཅེར་དུས་ང་ཡི་སེམས་ལ་སྒྲོ་སྒྲུང་ཞིག །
བྱམས་པའི་བཞིན་རས་ཡིད་ལ་འཁོར་དུས་རྩིང་ཐོག་ལ་རྩིང་གསར་ཞིག །
ལོ་མ་སེར་པོ་རྒྱུང་བུས་བཀྲུགས་ཤིང་ང་རང་ཁེར་རྒྱུང་དལ་གྱི་བཤོད།
རི་ལུང་ཐང་གསུམ་སྐྱུག་པས་འཐུམ་དུས་ང་ཡི་གོམ་པའི་འདེགས་འཛོག་སྒྲི།

དབྱ་གདུང་མིག་རྒྱས་དོག་དོང་བརྒྱན་ནས་འབྱར་མ་འཁྱོར་གྱིས་འཛིན་གྱར་བསྒྲོད།
བདག་ཡིད་སེམས་གྱི་ཁུར་པོ་འདི་ལ་བྱིའུ་ཚོགས་གྱིས་མ་བཟོད་པར།
ཤིང་དང་ལོ་མའི་ཚེ་ནས་བབས་ཏེ་འཇམ་པོའི་སྒྲོ་ཡིས་མཁུར་ཚོས་ཕྱིས།
དེ་དུས་སྐྱ་སེར་སྒྲིའུ་འགའ་ཡིས་ང་ལ་འཐུ་དམོད་བཤིད་བཞིན་འདུག །

སྐར་མའི་མིག་རྒྱ།

བསེར་བྱས་བདས་པའི་ཤིང་ལོ་འབྲམ་པོས་ང་ལ་བལྟས་ནས་སྤྲེལ་དགོད་བགྱིས།
ཕྱག་དོག་ཚུམ་པའི་པོ་གཞོན་འགའ་ཡིས་ང་ཡི་མདུན་ལམ་འགོག་བཞིན་འདུག །
ཆགས་པས་ཚུམ་པའི་མོ་གསར་འགའ་ཡིས་བྱུང་མིག་མདའ་མོ་འཕེན་བཞིན་གདལ།
འོན་ཀྱང་བདག་གི་གངས་དཀར་སེམས་ནང་སྣང་གི་ཚོ་ལུ་ཁྱོད་ཉིད་ཡིན།

མཛེས་གཏུགས་གསེར་གྱི་ཁ་པར་ནང་ནས་མཛེས་ལོ་གས་སྣང་གཏམ་མ་སྤངས་ཀྱང་།
གཏན་འདུན་ལོ་གས་ཀྱི་སྐྱེ་མའི་ཚེད་འཛོལ་མངོན་སྟོག་རྣམ་འགྱུར་བསྟན་ཚུང་ཡོད།
སེམས་ཁྲལ་སྤང་པོ་གཅིག་ལས་གཅིག་ལྷག་རི་བོའི་གཏོས་དང་བརྟེན་ཚུང་ཡོད།
ད་ནི་བརྟེན་དུངས་རྒྱ་མཚོའི་སྤོང་ནས་དགོས་འདོད་ལོར་བུ་བཅའ་ལ་ན་སྟམ།

ང་ལ་མཁོ་བ་ག་མདོག་མ་ཡིན་བརྟེན་དུངས་དར་དཀར་རིང་མོ་ཡིན།
ང་ལ་མཁོ་བ་སྐྱོ་ལོར་མ་ཡིན་སེམས་ཀྱི་ལོངས་སྤྱོད་ཞི་བདེ་ཡིན།
ང་ནི་ལྷ་སྐྱའི་དུང་དུ་བཅར་ནས་མནའ་ཚིག་དམ་འབྲལ་དགའ་མཁན་མིན།
ང་ནི་ཡིད་ཆེས་ཕྱི་ཐག་རིང་ན་འདོད་སྐྱོ་གཏོང་ནས་ཚིམ་མཁན་ཡིན།

ཁྱོད་ནི་ཁྱི་གདུགས་ཉི་མའི་འོག་དུ་ལང་ཚོ་རྫོགས་པའི་གཞོན་ལུ་མ།
བདག་ནི་གང་ངར་རིག་བྱ་ཁུར་ནས་དི་མ་ལ་ཡའི་ཐོད་ནས་བཀལ།
སྐྱེ་ས་རི་རྩམ་འབྲེད་དུ་བཅད་ཀྱང་འཛོལས་ས་ལྷ་རིག་སྐོབ་སྤིང་འདིར།
བརྟེན་དུངས་རྒྱ་མཚོའི་རྒྱབས་སྤེང་དབྱས་སུ་རིག་པའི་གསེར་ཉ་འབྲུག་ཚོག་སྟམ།

བེ་རི་དགེ་སྐོབ་ཤམ་ཐབས་འོག་ནས་མངོས་མར་སྣང་གཏམ་སྤིང་རུང་ན།
རྒྱུང་མ་བཅུ་ཕྱག་བདག་པའི་ཁྱོ་གར་བསྟུགས་པའི་མཐེ་བོང་སྤིང་ཚོག་ན།
ཡིད་འོང་སྤྱོད་ཚལ་བྱམས་པའི་ཟེའུ་འབྲུ་ལྷགས་མཐུན་བྱང་བས་བསྟུགས་པ་ལ།
ལེགས་ཉེས་རྫོངས་པའི་ཕྱེ་མ་ལེབ་ཀྱིས་སྤྲེལ་དགོད་མཚིལ་ཞགས་འཕེན་དོན་མེད།

། ལྷ་སྐྱ་གཞི་བདག་དཔང་རྟགས་མི་དགོས་ཅི་བོང་ཅལ་འགྲོགས་མེད་ན་འགྲིག །
བཅོས་རྒྱུ་གཏམ་གྱི་ཆོམས་སྲེང་མི་དགོས་བྲལ་ལོག་དོན་སྡིང་བཏེག་ན་འགྲིག །
གསེར་དངུལ་གཡུ་བྱུར་རྒྱན་ཆ་མི་དགོས་སེམས་པ་ནག་འོག་མེད་ན་འགྲིག །
ཀ་བཞི་གདུང་དུག་ཁང་བྱིམ་མི་དགོས་སེམས་མཐུན་བྱུར་རྒྱུང་སྲུབ་ན་འགྲིག །

རེ་སྐྱུག་མཁའ་མཐའི་རྒྱན་དཀར་གསེབ་ནས་སྐར་མའི་མིག་ཚུ་ཆར་བཞིན་བཞུད།།
བྱམས་པའི་ཡིད་ཀྱི་ཞིང་བཟང་གཤིས་ལ་གདུང་སེམས་མིག་རྒྱས་བརྒྱན་ན་ཡང་།།
བྱམས་པས་མ་བཅོས་སྡེད་འཇུ་མ་རྒྱུང་དགུང་གི་སྐྱབས་སྲིང་པ་ལས།།
དོན་དུ་མཁའ་དབྱིངས་རྒྱན་གསེབ་འོག་ནས་སྐར་མའི་མིག་ཚུ་སྐྱ་ཡིས་རྟོགས།།

ཡིད་ཀྱི་མཛའ་མོ་དབང་མེད་འགྲུགས་པའི་ཚད་བྱུང་ཐབས་མཁའ་ཁོ་བོར་མེད།།
དར་ལུང་རྣ་བར་སྒྲུབ་འདེབས་གསོ་བའི་སྒྲུབ་ཚིག་སྤེབ་སྦྱོར་ང་ལ་མེད།།
མ་དགའ་དགའ་མདོག་བཅོས་མའི་འཇུ་མ་རྒྱུང་སྡོན་པའི་བྱང་ཚོས་བདག་ལ་མེད།།
ང་ལ་མེད་པའི་བྱང་ཚོས་འདི་གསུམ་ང་ཡི་མི་ཚེའི་ཕམ་ཁ་ཞིག །

བརྗེ་བའི་མེ་ལྷེ་ཡིད་ལ་བྱུག་དུས་སེམས་གསོའི་སྒྲུབ་པ་སྐྱ་ཡིས་རྟོགས།།
དམར་པོའི་བྱངས་ཁྲག་ནང་ལ་ཁོལ་ནས་བྲན་གདུང་འཕྲིན་པ་དར་གྱིས་བཏུམས།།
“ཨ་སྒྲོར་ས་ལ་འབྲུལ་བ་བྱས་ཀྱང་བྱིད་ལ་བརྗེ་བ་སྐྱ་ཡིས་བསྐྱུ།།
རང་གི་བསམ་པའི་གཤིས་ལྷགས་བརྗོད་པའི་ཤོགས་གྱིས་འཕྱ་དཔོན་མ་གནང་ཨང་”།།

གལ་ཏེ་ནམ་མཁའ་སྐྱ་མོ་མཆིས་ན་བརྗེ་བའི་མིག་ཞགས་འཕེན་ལ་རན།།
དྲངས་གཙང་ཡིད་ཀྱི་ཤོག་དཀར་དོགས་སྐྱ་གསང་བའི་ཉིན་ཐོ་བྲིས་བཞག་ཡོད།།
བྱིད་ཀྱི་རྣམ་དག་འགྱུར་མེད་བརྗེ་སེམས་བདག་གི་བགོ་སྐལ་ལྡན་སོང་ན།།
གསང་བའི་ཉིན་ཐོ་རེ་རེ་བཞིན་དུ་བྱིད་ཀྱི་སྐྱུན་སྲར་བསྐར་ཚིག་ལགས།།

ཉན་མ་འེ་མི་བ་རྒྱ།

རང་སེམས་མཚོན་པའི་ཤོག་དགར་ཐང་ལ་དམར་བའི་སྟུན་དག་གིས་ཡོད་ལོ།།
མི་འགྱུར་སེམས་ཀྱི་དར་དགར་རིང་མོ་མཛད་དགུས་བཟན་ནས་བཏང་ཡོད་ལོ།།
སྟོན་ནས་ཡོད་པའི་མཛོལ་མཐུན་ཐོག་ལ་བྱིས་ནས་བཟེ་གདུང་བསྟུན་ཡོད་ལོ།།
བྱམས་པ་ལེགས་ཉེས་སྒང་དོར་ལྡན་ན་མངར་སྐྱར་བོ་བ་ལྷུང་རྒྱུ་ཡོད།།

ཕྱི་ལོ་༡༩༡༡ ལྷ་ ༤ ཚེས་༡༠ ཉིན། 《བུ་མོ་ ༠.༠ ལ་》 བཀྲའི་བཞད་སྒྲིའི་ཐོག་
ཏུ་བཀོད།

འཇིག་རྟེན་འདིའི་ཚོན་ན་བཅུ་དྲུག་མི་གསུམ་ལ་ཉིས་ཏུ། བཞིག་ཉི་
ཤུ་མི་ཁེ་ཡན་དང་ཤུ་མི་ཚོལ་ལོར་ལཱིར་བཞུགས་ལྷོ་སྐོར་སེམས་
དང་། ལམོ་སྐྱེ། སྐོར་སེམས་ བཙོན་ལ་ལ་སེམས་འའི་ལ་བལ་ལྱི་བཅུ་
དྲུག་མི་ན་པ་དང་། ཅིག་ལོན་ཉི། བཏལ་བས་བཞུགས་ལེས་དང་།
ཤུ་མི་ལཱིར་དྲུག་ལྷན་ལྱི་བས་སྐོར་བཞིར་བཞུགས་ལྷོ་སྐོར་དམ་ཅིང་།
ལམོ་སྐོར་པ། ལྷུ་དྲུ་པ། སེམས་བས་ལའི་སྐོར་ཉེར་ནས་ཚོན་པའི་སྐོར་
ན་མེ་དཔེ་བཅུ་དྲུག་དེ་ཤི་ད།

—དཔལ་དོན་ལྷུ་བ་རྒྱུ་ལྱིས།

བྱུང་རྒྱུ་གི་ཡ་མཁམ།

ཉེ་བརྒྱུན་དབང་པོ་དེ་བོའི་ཐོད་ནས་བཀྲལ།
 ལྷ་བའི་བཞིན་རས་མཚམས་སློན་དམར་པོས་བསྐྱིབས།
 ལྷར་ཚོགས་ཁྲུ་མོ་འདར་འདར་ཤིག་ཤིག་གཡོ།
 ང་ཡི་སེམས་ལ་སྐྱོ་སྐྱེ་སྐྱེ་མོ་ཞིག །

དབྱིད་ཀྱི་ལྷགས་རྒྱུང་འཛིན་མའི་ཁྱོན་ལ་ལྷང་།
 ལུག་རྩི་བྱ་མོའི་ཉི་མ་ལོ་ལས་རིང་།
 གཡང་དཀར་ལུག་ཁྱུའི་ཤེད་སྐྱོབས་ཉམས་བའི་དུས།
 ཁྱིམ་སྐྱོད་མ་མའི་སེམས་ན་ཁུར་བོ་ཞིག

དབྱར་གྱི་ཆར་རྒྱས་ལྡོན་ཤིང་མགོ་བོ་དུད།
 ལྷ་ཚེན་རྒྱབས་ཀྱིས་བ་ཤོང་ཡོམ་ཡོམ་འགྲུལ།
 རི་ལུང་ཐང་གསུམ་སྐྱུག་སས་འཐུམ་དུས་སུ།
 འགྲུལ་བ་ཨ་པའི་ཡིད་ལ་འབྲུགས་རིང་ཞིག །

སྐྱོན་གྱི་བ་མོས་མེ་ཉོག་ལང་ཚོ་རྟེན།
 བསེར་འཇམ་རྒྱུང་གིས་ཤིང་ལོ་ཤིག་ཤིག་བདས།
 ཤར་སྐྱིན་ནག་པོས་ཉི་ལྷ་སྐར་གསུམ་བསྐྱིབས།
 ང་ཡི་ཡིད་ན་སྐྱུག་གི་སྐྱུན་བ་ཞིག །

རྣམ་པའི་མིག་ཚུ།

དགུན་གྱི་རི་གཤོང་ཁ་བའི་དར་གོས་བསྐྱབས།
ཁ་འབབ་རྣམ་བཞི་གང་ངར་ཅག་གིས་བསྐྱམས།
གསེར་མིག་ཉ་མོ་ལྷགས་དྲུ་འི་གསེབ་ཏུ་སྐྱུངས།
བྱ་ཡུག་ཚོད་དུ་ཁིར་རྒྱང་འཛིགས་སྣང་ཞིག །

མཛེས་བའི་གངས་དཀར་ཉི་མོ་ཚུ་ཏུ་བཞུགས།
སེང་རྒྱང་དཀར་མོ་རྒྱང་རིང་ཡུལ་དུ་བཞུགས།
ཡུལ་འདིར་གཡོ་ཅན་སྐྱ་མོའི་ལྷ་ཚོགས་ཀྱིས།
ཉེན་མཚན་ཀུན་ཏུ་གོ་གར་འཁྲབ་བཞིན་གདལ།

འབྲས་ལྷན་ལྷོན་ཤིང་དམར་པོའི་མེ་ཏུ་བསྐྱེགས།
གསུང་སྟན་ལྷ་བྱུག་བྱ་མོ་ལྷོ་ཏུ་ལོག །
མིང་འདིར་བྱ་ངན་ལྷ་ཏུ་ལྷག་བའི་ས།
རྒྱན་གཏམ་རི་ལྷང་རྣ་བར་འགོངས་ཤིང་གཟུགས།

ཕྱི་ལོ་༡༠༡༣ ཟླ་ ༦ ཚེས་ ༡༧ ཉིན།

ང་ཡི་མ་ཡུམ་ས་རྣམས་སློབ་ཡིན།

ཕྱི་ཡི་བཀོད་པ་དེང་རྒྱལ་ཨར་བསྐྱེད་བརྒྱན།
 ཅང་རྒྱ་སློབ་བྱ་གཤེས་བཟང་སྤྲུལ་གྱིས་སྤྲུག།
 ཕྱི་སྤྱིང་སྤྲུ་སེར་སྤྲུ་ཕྱི་ཚོད་བཞིན་འཚང་།
 ང་ཡི་མ་ཡུམ་ས་རྣམས་སློབ་ཡིན།

ཤེས་བྱའི་གནས་ལ་སྐོང་ས་བའི་དགོ་ཀན་མེད།
 ཟ་ཉལ་ལེ་ལོར་དགའ་བའི་སློབ་སྤྲུག་མེད།
 གཞུང་ལས་ལྷན་སློབ་འབྲིགས་མཁན་ལས་བྱེད་མེད།
 མེད་པ་འདི་གསུམ་ང་ཡི་མ་ཡུམ་ཡིན།

ཐ་མག་ཉལ་ཐ་འཐེན་མཁན་སློབ་སྤྲུག་མེད།
 ཨ་རག་ཚང་ལ་རོལ་མཁན་དགོ་ཀན་མེད།
 འཚང་ཡན་ཁྲོ་ག་འཚོལ་མཁན་འཕྲོན་མ་མེད།
 མེད་པ་འདི་གསུམ་ང་ཡི་མ་ཡུམ་ཡིན།

ལྷན་ཉལ་དཔའ་རྒྱལ་འཛོམས་བ་འདི་ན་ཡོད།
 མང་ངས་མའི་ཡོན་ཏན་ལྡན་པ་འདི་ན་ཡོད།
 ཁྲིམས་ལྡན་རབ་བྱུང་པོ་མོ་འདི་ན་ཡོད།
 འཛོམས་བ་འདི་དག་ང་ཡི་མ་ཡུམ་ཡིན།

ལྷན་པའི་ཡིག་ཚུ།

ཚོལ་ཁའི་འཕྲུལ་འབྲེལ་འཕྲུལ་མཁན་འདི་ན་མེད།།

ཚོས་ལུགས་གྲུབ་མཐའ་ཚོད་མཁན་འདི་ན་མེད།།

གསར་རྗེས་དབྱེ་འབྲེལ་སྤང་མཁན་འདི་ན་མེད།།

མེད་པ་འདི་གསུམ་ང་ཡི་མ་ཡུམ་ཡིན།།

ནང་བསྟན་སྐྱ་བསྐྱར་ལོ་རྒྱ་འདི་ན་བཅུགས།།

གཞུང་ཞབས་ལས་བྱེད་ཟབ་སྦྱོང་འདི་ནས་སྤྲད།།

དགེ་འོས་ཤེས་བྱའི་མེ་ཉོག་འདི་ནས་བཞད།།

བསྐྱབས་འོས་འདི་དག་ང་ཡི་མ་ཡུམ་ཡིན།།

ཁོར་ལུག་གཙང་བཟོ་བྱེད་མཁན་ཚོགས་པ་ཡོད།།

རང་དབང་རང་བཅོལ་ཚོད་མཁན་ཚོགས་པ་ཡོད།།

ཤེས་ཡོན་རབ་འདེགས་གནང་མཁན་ཚོགས་པ་ཡོད།།

ཚོགས་པ་འདི་དག་ཁ་བའི་སྲོག་ཅ་ཡིན།།

གངས་རིའི་སྐྱས་མོ་ལོ་རྒྱ་ཚོགས་པ་ཡོད།།

གར་ལྗེ་བཞད་སྤྲིའི་ཚོམ་སྤྲིག་ཚོགས་པ་ཡོད།།

སྤྱི་ཚོགས་བདེ་འཇགས་སྤྲིག་འཇུགས་ཚོགས་པ་ཡོད།།

ཚོགས་པ་འདི་དུག་ང་ཡི་མ་ཡུམ་ཡོད།།

བྱི་ལོ་༡༩༧༧ ཟླ ༩ ཚེས ༩ ཉིན།

ཐབ་ཚུང་མེ་ཚ།

རྒྱུན་པར་གྲོགས་ཤར་པོ་ལུས་ཐོབ་ཀྱང་སེམས་ཀྱི་འབྱེར་སོ་མོ་ལས་དམན།
 ཁ་གཡང་ངོ་དགའ་ཅི་ལྟར་བཤད་ཀྱང་ཁ་བཤད་དོན་ལ་མ་གནས་ན།
 ཁ་ཡོད་ལག་ཡོད་རྒྱ་ལོར་མེད་ན་ཁ་ཚད་གོས་གཏུགས་རྒྱུང་མ་ཞིག །
 ཁ་སྤོང་ལག་སྤོང་སྤོང་གསུམ་བཅའ་ཀྱང་རྟེན་རྒྱ་རི་བོང་རུ་ཚོ་རེད།

ཉ་རྒྱུང་བྱ་མོ་འདོད་པའི་སྐྱལ་རུམ་འདོད་པའི་ལྷགས་དུལ་བཅིངས་པ་ན།
 ལུ་སིམ་ལྡིར་སྐྱས་ས་གསུམ་འགྲུལ་ན་དགའ་ཉེ་སྤོང་ཀར་ཟེར་ས་མེད།
 ཁ་མཁས་སྤེ་བདེ་ཉ་ཉེག་མཉམ་བཞེས་ང་ལན་རྒྱ་འཇལ་མ་བཞེས་ན།
 འཇིག་རྟེན་འདིའི་ཐོག་བྱ་མོའི་སྐད་ཚུལ་ཁ་བཤད་རྒྱ་ལི་སྐྱ་བ་རེད།

ཁ་ཞེ་གཉིས་མེད་བྱེད་ལ་མངའ་ཡང་མགོ་བདེ་བར་འཕྱུལ་བྱེད་ལ་མེད།
 ཁ་ཚད་ཞོག་འཇམ་བྱེད་ཀྱི་གཤིས་ཀ་ཏོག་ཚམ་འཕྱུར་བ་མ་བཏང་ན།
 མི་བྱ་པལ་ཆེར་སྤེལ་ལད་དགའ་ཞིང་ཁྲིལ་དང་ངོ་ཚད་དེ་བས་རྒྱུང་།
 བཅེ་བའི་ཚིག་དེ་དག་ལ་བྱང་ཡང་དོན་དུ་བྱི་ལུང་དར་བཏུམས་རེད།

ཐབས་བརྒྱ་རུས་སྤོང་ཚ་ཚ་ལུར་ལུར་ཐབ་ཚུང་མེ་ཚ་མ་སྐར་ན།
 ཁ་ཚམ་ཚིག་ཚམ་དོན་ཚེན་མི་འགྲུབ་ཚ་ཡོད་རྒྱས་ཡོད་ཉམས་སྤོང་དགོས།
 བརྒྱ་བཤད་སྤོང་ལབ་ཅི་ལྟར་བགྲངས་ཀྱང་ཁ་བཤད་ལག་ལེན་མ་བཅོམ་ན།
 ལོ་མེད་ཚོར་མེད་ཀས་པའི་སྐྱ་ལ་དཀར་ཐིག་ཆགས་དུས་འགྲོད་ཀྱང་འཕྱིས།

ལྷན་པའི་མིལ་ཚུ།

ལ་ལའི་སེམས་པ་ཚུ་སྣ་གར་འབྲིད་དེ་དང་རྒྱང་ཐག་རིང་ཙམ་དགོས།།
ལ་ལའི་སློབ་པ་ཆར་སྟེ་རྒྱང་འབྲིད་དེ་ལ་དོགས་ཚོན་དེས་པར་དགོས།།
ལ་ལའི་ཁ་གཏམ་དར་ལས་འཇམ་ཡང་ཁོག་གི་བསམ་སྟོ་ཆེར་ལས་རྒྱ།།
ལ་ལས་ལ་ལར་ལད་ལད་དམད་ཀྱང་ལ་ལའི་རྗེས་སྲུ་འབྲང་མིན་ནམ།།

མ་དགའ་དགའ་མ་དོག་བཅོས་མའི་འཇུ་མ་རྒྱང་སྟོན་པའི་ཁྱད་ཆོས་མིན་རབས་ཤོད།།
དདུལ་དང་སྟོར་མོ་མེད་རབས་མ་བགྲང་ཁ་མཁས་འདྲ་ཆགས་ཡོད་རབས་ཤོད།།
ཅུབ་སྟོགས་འབྱོར་སྣུན་སྲིད་ལ་འགོ་རྒྱའི་སྟོ་ཤོན་བྲེལ་བྲེལ་ཡོད་རབས་ཤོད།།
རྒྱུན་ངན་བར་ཆད་རི་ལྷར་ཕྲད་ཀྱང་ཁ་བཤད་ལག་ལེན་ལིན་རབས་ཤོད།།

སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༡ ཟླ་ ༡༡ ཚེས་ ༡༠ ཉིན།

ལ་པའི་ཆེན་མོ་སྤྱི་བུ་བུ་པ་ཚུ་གི་གིས།

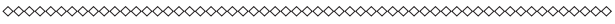
སྤྱི་བུ་བུ་སྤྱི་བུ་དགོས་པ་མ་གྱི་ཡོན་ཏན་དེ་ལ་རྒྱུད་བར་སྤྲུལ་སྤྲུལ་
སྤྱི་བུ་བུ། ཆར་བུ་སྤྱི་བུ། བཞུན་བུ་སྤྱི་བུ་བུ་སྤྱི་བུ་དེ་ཆེན་ཉི་ཤི་
ཡོད་པ་རེད། སྤྱི་བུ་བུ་ཞི་སྤྱི་བུ་འཇིག་པ་ན་སྤྱི་བུ་བུ་སྤྱི་བུ་ཞི་ག་ཡིན་
པ་མ་དེ་འདྲ་བུ་སྤྱི་བུ་སྤྱི་བུ་འཇིག་པ་གར་འདྲ་བུ་སྤྱི་བུ་བུ། སྤྱི་བུ་
བུ་བུ་ཞི་དེ་ཆེན་ཉི་བུ་སྤྱི་བུ་སྤྱི་བུ་བུ། འཇིག་སྤྱི་བུ་བུ་སྤྱི་བུ་ཞི་སྤྱི་
བུ་འཇིག་པ་འཇིག་པ་ཞི་བུ་ཞི་བུ་ཞི་བུ་ཞི་བུ་ཞི་བུ་ཞི་བུ་ཞི་བུ་ཞི་བུ་ཞི་བུ་
སྤྱི་བུ་ཞི་བུ་ཞི་བུ་ཞི་བུ་ཞི་བུ་ཞི་བུ་ཞི་བུ་ཞི་བུ་ཞི་བུ་ཞི་བུ་ཞི་བུ་ཞི་བུ་
སྤྱི་བུ་ཞི་བུ་ཞི་བུ་ཞི་བུ་ཞི་བུ་ཞི་བུ་ཞི་བུ་ཞི་བུ་ཞི་བུ་ཞི་བུ་ཞི་བུ་ཞི་བུ་ཞི་བུ་

འདི་ནི་འཇིག་རྟེན་པ་ཡི་འདོད་རམ་རེད།

སྲིད་པའི་གངས་ཟུན་ཉིན་རེར་ཇི་ལྟར་རེད།།
རྩི་རི་དམར་པོ་ཉིན་རེར་ཇི་མཐོ་རེད།།
དུངས་བསེལ་ལྷ་བོ་ཉིན་རེར་ཇི་བཙོག་རེད།།
འདི་ནི་འཇིག་རྟེན་པ་ཡི་འདོད་རམ་རེད།།

དབྱར་ཁའི་མེ་ཉོག་ཉིན་རེར་ཇི་ལྟར་རེད།།
སྟོན་ཁའི་སད་སེར་ཉིན་རེར་ཇི་ཉེ་རེད།།
དགུན་གྱི་བྱ་ཡུག་ཉིན་རེར་ཇི་ངར་རེད།།
འདི་ནི་འཇིག་རྟེན་པ་ཡི་འདོད་རམ་རེད།།

ས་འགྲུལ་ལྷ་ལོག་ཉིན་རེར་ཇི་མང་རེད།།
རི་སྐྱེས་སྐྱོག་ཆགས་ཉིན་རེར་ཇི་ལྟར་རེད།།
ཡུལ་ལྟར་ལྷ་གི་ཉིན་རེར་ཇི་མང་རེད།།
འདི་ནི་འཇིག་རྟེན་པ་ཡི་འདོད་རམ་རེད།།



ས་འོག་གཉེར་ཁ་ཉིན་རེར་ཇི་ཉུང་རེད།།
ས་སྡེང་དམག་འབྲུག་ཉིན་རེར་ཇི་མང་རེད།།
ས་ཚོད་ཚུ་ཚོད་ཉིན་རེར་ཇི་སྤྱུག་རེད།།
འདི་ནི་འཇིག་རྟེན་པ་ཡི་འདོད་རམ་རེད།།

ག་མར་རིན་པོ་ལ་ཉིན་རེར་ཇི་མཐོ་རེད།།
དངོས་ཟོག་རྒྱན་མ་ཉིན་རེར་ཇི་མང་རེད།།
འབངས་མཉེ་འཚོ་བ་ཉིན་རེར་ཇི་སྤྱོད་རེད།།
འདི་ནི་འཇིག་རྟེན་པ་ཡི་འདོད་རམ་རེད།།

ཞོ་དང་འོ་མ་ཉིན་རེར་ཇི་ཉུང་རེད།།
ག་འབྲུག་དམར་ཟས་ཉིན་རེར་ཇི་མང་རེད།།
དུད་འགྲོ་ཨ་མཉེ་མིག་ཚུ་ཇི་མང་རེད།།
འདི་ནི་འཇིག་རྟེན་པ་ཡི་འདོད་རམ་རེད།།

ཕྱི་ལོ་༢༠༡༣ ཟླ་ ༡༣ ཚེས་ ༡༩ ཉིན།

མིག་ཚུའི་བྲན་པོ།

དམྱིད་རྒྱུད་བྱ་སྤྲང་དུས་ཨ་པ་ཁྱིད་བྲན་ཡོང་།།
 ཞིང་གྲུ་བཞིའི་རྒྱུར་ནས་མོན་དོར་དུ་བསྐྱེབས་ནས།།
 གཡག་རོག་པོའི་འཁྱུན་སྐྱེ་ཡང་ཡང་དུ་མྱིད་དུས།།
 ངའི་ཨ་པའི་མིག་མཐར་མཆི་མ་ཡིས་བརྒྱན་ཡོང་།།

དབྱར་ཆར་ཚུ་བཞུར་དུས་ཨ་མ་དེ་བྲན་ཡོང་།།
 ལུས་འབྱུང་བཞི་འཐབ་ནས་ལྷ་རྩེ་ཡིས་མ་སྐབ།།
 མིག་མཆི་མས་གང་ཞིང་འཇིག་རྟེན་ནས་བཞུད་སོང་།།
 ལྷག་མིག་ཚུ་འདི་ནི་ཆད་དུས་ཤིག་མི་འདུག །

སྟོན་སད་སེར་གཅེས་དུས་གཅེན་གཟུང་རྣམས་བྲན་ཡོང་།།
 བོས་ལྷན་དགུའི་འོག་ནས་སྐོ་ཁྱི་ཡིས་སྤང་ཡོང་།།
 སྐོང་སྟོད་སྤྲང་བར་ནས་བྱ་སྤྲུག་ཅེས་བརྒྱས་ཡོང་།།
 གཉེན་ཉེ་བས་མཐོང་ན་རྒྱུང་རིང་དུ་རྒྱུར་འགོ། །

དགུན་བྱ་ལྷག་འཚུབ་དུས་ཆར་བོས་ཤིག་བྲན་ཡོང་།།
 ཟས་ཞིས་མངར་མཐོང་ན་ཨ་ཅེ་དེ་བྲན་ཡོང་།།
 གཏམ་སྟུན་མོ་ཐོས་ན་ཨ་པ་ཁྱིད་བྲན་ཡོང་།།
 ངའི་འཆོ་བ་འདི་ལ་སྦྱིང་བོ་ཡིས་དབེན་སོང་།།

ཕྱི་ལོ་༢༠༡༩ ཟླ་ ༡ ཚེས་ ༡༠ ཉིན།

སྐྱེད་པོ་བཤད་པའི་ལེབ།

སྐྱིག་མེད་གང་ཚོག་དཔོན་པ་ཏུ།
རབ་བྱུང་ཕོ་མོས་སྐྱེ་ལོན་སྐྱེད།
འགོ་བྱེད་མེད་པའི་གཞུང་ལས་ཁང་།
ཁྲིལ་མེད་རྒྱུ་རྒྱུ་ལག་རྒྱུ་སྐྱེད།

དཔལ་འབྱོར་ཞན་པའི་སྐྱོབ་གྲུ་ཏུ།
ལྷག་བདག་གཅེས་སྐྱེ་ལོ་ལོ་སྐྱེད།
ལྷག་སྐྱོ་ཅན་གྱི་གཞུང་ལས་ཁང་།
གདོང་ཁྲིག་མེད་པའི་ལས་བྱེད་སྐྱེད།

ཁྲིམས་ལུགས་མེད་པའི་ལུང་པ་ཏུ།
ལས་ངན་རྒྱན་མ་ངག་པ་སྐྱེད།
ལར་ཞེན་མེད་པའི་མི་རིགས་ལ།
གསང་ལས་འཆལ་ཕོ་འཆལ་མོ་སྐྱེད།

མདོ་ཁམས་རྒྱ་མིས་བཅོན་འདྲེལ་སྐབས།
ལྷ་སའི་རྒྱ་དག་རྒྱན་ཅིང་སྦྱིང།
ལྷ་སར་རྒྱ་མིས་བཅོན་འདྲེལ་སྐབས།
ག་ཡིང་རྒྱ་ག་གི་ཚོང་པ་སྦྱིང།

རྒྱལ་ངན་དཔོན་གྱི་བྲན་གཡོག་ལས།
ཙུ་ཙུ་འཛོམས་པའི་དེ་དུགས་སྦྱིང།
ཚུང་མ་རྟུང་པའི་ཁྱོ་ག་ལས།
གཏན་གྲོགས་མེད་པའི་མོ་ཟེང་སྦྱིང།

མེད་སྣ་ཅན་གྱི་རྒྱལ་བདག་ལས།
ཚོག་ཤེས་ལྷན་པའི་སྒྲོང་མོ་སྦྱིང།
རྒྱ་འབྲས་མེད་པའི་གྲོགས་ངན་ལས།
གྲོགས་མེད་ཁེང་རྒྱང་ང་རང་སྦྱིང།

“ཨ་མ་མེད་པའི་བྱིས་ཚོང་ལ།
ཨ་མས་ཡུགས་མོ་འཆལ་སྦྱོང་སྦྱིང།
སྤྱི་མའི་འབྲང་ལམ་མ་དྲན་ན།
སྤྱི་བ་ཆེ་ཡང་གནས་སྐབས་སྦྱིང།” །

ཕྱི་ལོ་༢༠༡༠ ལྷ ༡༠ ཚེས ༢༧ ཉིན།

རྣམ་པ་བཤད་པའི་མེད།

ལོ་ན་གསུམ་པའི་ས་མ་ཡ།
 ཞབས་ལྷུ་མ་བརྒྱབས་ཡིད་རྩེ་རྣོ།
 བཤད་མས་རག་བཏུད་ཅི་ཟམ་མོ་དེ།
 རྣམ་པས་མ་ཐོས་བྱ་ད་རྣོ།

དབུལ་དུས་ལྷགས་རྒྱུད་མདའ་ཡས་ཚ།
 ས་མ་ཐོའི་རྣམ་པའི་གཤམ་ཚོད་རྣོ།
 དབུལ་དུས་ཚར་ཅུ་རྒྱལ་པའི་ཤོད།
 རྣམ་པར་བརྒྱུད་པའི་འབྲུལ་པ་རྣོ།

སྟོན་དུས་འབྲས་བུ་རྣམ་པའི་ལོ།
 སད་མེད་བཅོམ་ན་ཞིང་པ་རྣོ།
 དབྱིད་ཉི་མེད་པོའི་ལྷགས་ཚི་ཡ།
 ཚེ་རོགས་མེད་པའི་ལྷགས་སྤྲེ་རྣོ།

མཐའ་མེད་ཞི་བདེ་རྒྱ་མཚོའི་འབྲས།
 དུལ་བྱུང་བོད་མིའི་འཚོ་བའས་རྣོ།
 འཛམ་གླིང་ས་ཡི་ཡར་ཐོག་དུ།
 རང་དབང་བུལ་པའི་སྤྲེ་རྣོ།

རང་ས་མེད་པའི་མི་ཡུལ་ལ།
རང་ཡུལ་རྣོ་མ་པ་ཡིད་རེ་སྟོ།
དགྲ་པོར་རྣོ་ལ་བའི་དཔའ་གཏམ་མེད།
ནང་འཛིང་འཐབ་ཚུད་ཡིད་རེ་སྟོ།

ཁ་ནས་མི་རིགས་རིག་གཞུང་ཟེར།
ལག་ལེན་མེད་ཏུ་ས་ཡིད་རེ་སྟོ།
གཞུང་ཞབས་ལས་བྱེད་པལ་ཚེ་བ།
པོད་ཡིག་འབྲི་སྟོག་མི་ཤེས་སྟོ།

ཆར་ཟིམ་ཁྲོད་གྱི་འཇའ་ཚོན་དེ།
མཐོང་བཞིན་མཐོང་བཞིན་ཡལ་བ་སྟོ།
དམ་མཐུན་གྲོགས་པོ་རྒྱུད་རིང་བསྟེན།
གྲོགས་མེད་ཁེར་རྒྱུད་ང་རང་སྟོ།

ས་མས་བསྐྱབ་བྱ་མ་བརྒྱབས་ན།
ལངས་ཤོར་གཅེས་སྤྲུག་མཐའ་ཏུ་སྟོ།
རྩལ་མེན་སྤྲུད་པའི་སྟོབ་སྤྲུག་འགའ།
དགྲ་ལག་བསྐྱལ་བ་ཡིད་རེ་སྟོ།

ཁ་སང་ད་སའི་ཁྲོམ་ལ་གདའ།
དེ་རིང་བལ་བོད་འགྲམ་ལ་བསྐྱལ།
དགྲ་གཉེན་རྟག་པ་མ་ཡིན་པས།
མི་ལམ་རྒྱ་མའི་འཛིག་རྟེན་སྟོ།

བྱི་ལོ་༢༠༡༠ ལྷ ༡༠ ཚེས ༡༤ ཉིན།

<སྤྱལ་གི་མིག་ཚུ་འདི་ལ་ཆད་དུས་ཤིག་མི་འདུག>

ལུབ་མཐའི་ཉི་མ་དམར་པོས་སྲིར་མིག་རེ་འཕེན་དུས།།
 །ཤུགས་རིང་རིང་མོས་སྦྱིང་རྩ་འཕར་སྦྱིང་རེ་རྫོད་དུས།།
 ལུར་གསུམ་དམར་པོའི་སྦྱིང་ལ་གས་ཆག་དེ་ཤོར་ནས།།
 སྤྱལ་གི་མིག་ཚུ་འདི་ལ་ཆད་དུས་ཤིག་མི་འདུག །

རོ་དགོང་གར་སྟེགས་ཐོག་ནས་ཞབས་ཕྱོད་འབྲེལ་དུས།།
 རོ་ཐོའི་མིག་ལུང་གཡོ་མེད་བྱིད་ཉིད་ལ་ཅེར་ཡོད།།
 བཅོས་མིན་བརྟེ་དུང་སྦྱིང་ལ་ན་ལུག་ཅིག་འཕར་ནས།།
 དགའ་སྦྱོ་མིག་ཚུའི་ཐིགས་པ་མཉམ་མགོ་ནས་བཞུར་སོང་།།

ཕྱི་ཏུ་འག་ཆར་ལུར་སྤྲ་བཤམ་ཆ་ཏུ་འཁོར་ཞིང་།།
 བད་དུ་མི་ཚོགས་སྐད་སྤྲས་ན་བ་ཏུ་གཟན་ཡང་།།
 འཕྱི་གཟུགས་མེད་ཚོར་བའི་བརྟེ་དུང་གིས་བྲིད་ནས།།
 འདིག་རྟེན་གཞན་ལ་སྤྲགས་པའི་སྦྱང་བ་དེ་སྦྱིད་ཨང་།།

བསྐང་བྱ་གཉིས་སྤྲལ་དུང་ནས་གྲེས་འབྲལ་དུ་ཉེ་སོང་།།
 བ་ལུག་ལྷུ་མོ་ལ་ཁོག་སྦྱིང་དབུས་སུ་ལུས་ཡོད།།
 ཆེ་འདིར་འདིག་རྟེན་ལུགས་མཉམ་བཤོ་སྐལ་དེ་སྤྲ་ཡང་།།
 ཕྱི་མ་བར་དེའི་འབྲང་ནས་རང་རོ་དེ་འཕྲོད་ཡོད།།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༩ ཟླ་ ༡ ཚེས་ ༡༤ ཉིན། (ས་རྒྱའི་ཁྱང་སྤྲུང་ཚགས་སྟེགས་ཐོག་ཏུ་བཀོད།)

མིག་སྒྲིལ་གསེར་གྱི་ཟམ་པ།

འབྲེལ་ལ་ལང་མ་འཁྲུང་གྱི་མི་རིགས་ཤིག །
 ཚདོན་དོག་ཚ་གཅིག་ཏུ་མ་བསྒྲིལ་ན།།
 སྤྱི་ཅན་ཤར་སྤྱོད་ས་སྤོན་པོའི་ལག་ལོག་ནས།།
 ཉམ་ཚུར་ལུ་གུའི་སྤོག་ཐར་ཉིན་སྐར་ཅམ།།

སྤྱི་ད་སྤུག་སྤུ་སྤོ་འདྲེས་མའི་མི་རིགས་ཤིག །
 མ་སྤུན་པའི་ལག་དྲང་གཅིག་ཏུ་མ་བསྒྲིལ་ན།།
 སྐར་སྤེའི་སྤྱུག་ཚོད་པོའི་ལག་ལོག་ནས།།
 སྤོ་སྤུན་པའི་པོར་སྤོག་ཐར་ཉིན་སྐར་ཅམ།།

སྐད་ཡིག་རིག་གཞུང་ཡོད་པའི་མི་རིགས་ཤིག །
 རིག་གསར་གསེར་གྱི་མིག་ཤེལ་མ་གྲོན་ན།།
 བྱེ་གཤོག་ལྷང་རི་ལྷར་བགྲད་ན་ཡང་།།
 སྤོན་ཐོན་ཐང་དཀར་ཚོད་པོར་འགྲན་ཏུ་ས་བྲལ།།

བྲམས་བརྗེའི་ཚ་བ་བརྟན་པའི་མི་རིགས་ཤིག
 ལྷག་བསམ་དདུལ་གྱི་ཡལ་ག་མ་རྒྱས་ན།།
 ཤར་སྤྱོད་ས་སད་སེར་བ་མོའི་རྒྱལ་འཚུ་བ་ཚོད།།
 ཤེས་རིག་མེ་ཉོག་བགྲ་བའི་རེ་བ་བྲལ།།

ཚོལ་ཁའི་འཐེན་འཐེར་བོ་གར་འཁྲབ་ལ་བྱང་།།
ར་སྐད་ལུག་སྐད་བསྐྱེས་པའི་བདེ་སྤོང་དང་།།
ཡ་མ་བྱང་གི་རྒྱན་དང་ཚ་ལུགས་སོགས།།
འདི་གསུམ་ཁ་བ་པོད་མའི་འདྲེས་བྱ་ཟེད།།

ནང་དུང་སྤྱང་ཁོ་བྱང་བཟུམ་གཤིས།།
སྤྱི་དུ་དོན་ཚེན་སྤྱབ་པའི་རྒྱ་མ་ཚང་།།
སེམས་མེད་པེམ་པོ་ལ་ཁའི་དར་ལྷོག་ལ།།
པོས་ཤུང་ཨ་ལན་མེད་པ་དངོས་པོའི་གཤིས།།

ཞི་བདེའི་ལྷ་སྤྱབས་མགོན་ལྷ་མའི་དབྱ་ཁྲིད་འོག །
ཅ་དོན་དོག་ཅ་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེས་བས་ན།།
ཚོས་དང་འདིག་རྟེན་བྱ་བ་གང་ཡིན་རུང་།།
གཤགས་མེད་བདེ་ལྷག་འགྲུབ་པ་དངོས་པོའི་གཤིས།།

རང་བཅན་མཁའ་དུ་ལྷིང་བའི་ཚོད་པོ་དང་།།
དབྱ་མའི་ལམ་ལ་རྒྱ་མཁན་ལྷ་བྱའི་བར།།
ཆིག་སྤྱིལ་གསེར་གྱི་ཟམ་པ་མ་བཅུགས་ན།།
ལུག་པས་ཉལ་ཚད་གོད་པ་སྤྲ་སྤྱེའི་གཤིས།།

སྤྱ་ཡི་གངས་རིའི་ལང་ཚོ་ཚུ་བཞུར།།
བར་གྱི་ནགས་ཚལ་ལྷོན་གཤིང་མེ་རུ་བསྐྱེགས།།
མདའ་ཡི་སྤང་ལྷོངས་མེ་རྟོག་སད་གྱིས་བཅོམ།།
ཞིང་འགྲོག་རྡོང་གསུམ་དུ་དག་མ་བཟེད་ཨང་།།

རང་ལུལ་སྐྱིད་པའི་མ་ས་དག་ལག་ཤོད།
བསད་པའི་ཐུག་གིས་ཡར་སྐྱོད་གཙང་པོ་བསྐྱེལ།
གཅེས་ལོར་ཡིག་ཚང་མེ་སྒྲིའི་ཞལ་དུ་བསྟུབས།
མི་རིགས་ཤིག་གི་མཁ་ཁ་མ་བརྗེད་ཨང་།

པོ་བྱང་སྐྱུ་མཁར་དམར་པོ་ལྷགས་དྲམ་བཅིངས།
ལོར་སྐྱིད་བརྒྱུད་ལྷ་སྟོན་སྐྱོད་བཤམ་རང་བརྒྱུད།
སྐྱུ་ལྷན་གཙོག་ལག་གཡས་གཡོན་གཞང་ཁང་བསྐྱུན།
ཚོས་ལྷན་མི་རིགས་བརྟམ་བཅོས་མ་བརྗེད་ཨང་།

ཨ་མའི་མངལ་ནས་སྐྱ་གུའི་ཚེ་སློག་སློགས།
ཨ་མའི་མདུན་དུ་བྱ་མོར་བཅོན་གཡེམ་བགྱིས།
དཔེན་པའི་རི་ནས་རབ་བྱུང་ཁྱིམ་ལ་ཕབ།
མི་རིགས་ཤིག་གི་ལས་དབང་མ་བརྗེད་ཨང་།

གོང་བཀུར་མཁས་དབང་བཅོན་རའི་ནང་དུ་བརྟུག།
ཤེས་ལྷན་མི་སྣ་ཉེས་མེད་ཁྱིམ་ལ་སྐྱུད།
རྒྱལ་ཞེན་པོ་མོའི་གཅེས་པའི་ཚེ་སློག་བཀུམས།
མི་རིགས་ཤིག་གི་གྲོང་གུད་མ་བརྗེད་ཨང་།

སྟོན་གྱི་ཡར་སྐྱོད་གཙང་པོ་ཅན་གིས་བསྟུམས།
བར་གྱི་རྒྱལ་པོ་རྩལ་རྩའི་རྒྱ་ལམ་བཀག།
སྐྱོད་གྱི་མ་རྩ་རིང་མོ་རྗེད་བྱུར་བསྐྱེལ།
གསེར་མིག་ཉ་མོའི་འུགས་རིང་མ་བརྗེད་ཨང་།

ལྷགས་རྒྱང་དཀྱིལ་དུ་བྱ་ནམས་གཤོག་ཚིགས་ལོག།
 མཆོ་འུའི་འགམ་དུ་བད་མའི་འདབ་ལོ་འཁུམས།།
 རི་སྤྱང་མཆོ་ཚེར་ལུ་གུའི་སྤྱིང་ཚ་འདད།།
 དུ་འབོད་ཁེངས་པའི་དུར་ཁྲོད་མ་བརྟེན་ཨང།།

ཉི་མའི་འཇུ་མ་ཞལ་ཤར་སྤྱིན་ནག་པོས་བསྐྱིབས།།
 ཟླ་བའི་འོད་མདངས་དུ་ཅན་མཇུག་རིང་བརྟུས།།
 སྐར་ཆེན་ལང་ཚོ་སྤྲུག་སྤྱིན་ཁྲོད་ནས་ཡལ།།
 གཞིས་ལུས་སྤྱོད་ཟླའི་དཀའ་སྤྲུག་མ་བརྟེན་ཨང།།

རི་དང་ཚུ་མོས་རང་ལུལ་འབྲེད་དུ་བཅད།།
 ཚུ་དང་ཉ་མོའི་འགྱུར་བག་ལུ་ཅག་བཙོལ།།
 མི་ལུལ་གྱེ་ཐང་མརྟེས་པའི་སྤང་ཐང་འཁུལ།།
 འཕེན་འཁྲེར་ཐོ་གར་ད་དུང་མ་འཁུབ་ཨང།།

བང་གི་སེམས་བ་སྤྲུག་སྤྲོད་སྤྲུག་པོས་བསྐྱིབས།།
 སྤྱི་ཡི་གཟུགས་ལུང་ཆ་གང་རེས་མོས་མཁུལ།།
 གཏུར་ལུས་མིག་ཚུའི་སྤང་ཐག་ཆད་དང་ལྷོ།།
 ལུལ་གྱུར་བོད་མིའི་མི་ཆེ་འདི་ལྟར་རྩོགས།།

འཇོམ་སྤྱིང་གོ་ལ་ཉིལ་པོ་རྒྱང་རྒྱང་མིན།།
 གཟུར་གནས་སློ་ལྷན་མི་སྣ་ཉུང་ཉུང་མིན།།
 བོད་དོན་འཐབ་ཚོད་སྤོན་བྱ་མེ་འཁྲེར་མིན།།
 དེ་སྤྱིར་སློ་སྣོ་བས་འབར་ཞིག་རིག་པའི་བྱ།།

ཁ་བའི་ལེ་ལོའི་ཁ་ནས་ཆིག་སྐྱིལ་ཤོད།
ཉན་དང་མི་ཉན་མི་བྱ་སོ་སོ་ལས།
ང་ཡིས་སྲོད་ལ་བཅན་བཤད་མ་བགྲིས་བས།
སྲོད་ཀྲིས་ང་ལ་སྤང་མིག་བབས་དོན་མེད།

རང་ལ་ལེགས་པའི་ཡོན་ཏན་མ་མཆིས་ཤིང་།
གཞན་ལ་མ་ཞོར་ལམ་མཆོག་བསྐྱོད་དགོས་ཞེས།
ལོང་བས་མིག་ལྡན་གཡང་ལས་སྐྱོབ་བ་ལྟར།
འོངས་བ་གང་མཆིས་གཟུང་གནས་སྐྱུན་སྤར་བཤགས།

མངོན་བརྗོད་བརྗོད་ཆེད་ཆིག་གིས་མ་བཅིངས་ཤིང་།
དོ་ཆག་བཅན་བསྐྱིགས་མ་སྤགས་བརྗོད་སྤང་འདི།
གོ་བདེའི་ཆིག་སྐྱིལ་ལམ་ནས་སྤེལ་བ་ལས།
རང་ཉིད་མཁས་པར་རྫོམ་པའི་ཆེད་དུ་མིན།

ལ་ལས་བསྐྱགས་པའི་མཐེ་བོང་སྐྱེད་ཡང་སྤིད།
ལ་ལས་དམོད་པའི་མཆིལ་ཞགས་འཕེན་ཡང་སྤིད།
རན་དང་མི་རན་སོ་སོས་དཔྱོད་བ་ལས།
གསེར་བཟང་རག་ལ་འགྲུང་དོགས་བདག་ལ་མེད།

ཕྱི་ལོ་༢༠༡༢ ཟླ་ ༤ ཚེས་ ༡༠ ཉིན།

བྲན་པའི་འབྲིན་ལན།

ཡ་གི་གངས་དཀར་ཅེ་ཏུ།
ཚུ་འཛིན་སྐྱུག་པ་འཕྲིབ་དུས།
བསེལ་ལྡན་ལྟ་ལམ་སྦྱིན་དཀར།
ཡིད་ལ་ཡང་ཡང་འཁོར་བྱུང་།

མཐིང་མདོག་དགུང་སྡོན་དབྱིངས་སུ།
ཉ་གང་ལླ་བ་འཇུག་དུས།
བརྩེ་ལྡན་ཨ་མའི་བཞིན་རས།
ཡིད་ལ་སྣང་སྣང་འཁོར་བྱུང་།

མེ་དོག་འདབ་བརྒྱ་བཞད་ཅིང་།
ཟེའུ་འབྲུའི་ལང་ཚོ་སྦྱིན་དུས།
ཞེས་བསེལ་ལྡན་སྦྱིན་མཁན།
བརྩེ་ལྡན་ཨ་མ་བྲན་བྱུང་།

རྩ་ཚུ་དྲུངས་མའི་འགྲམ་དུ།
རྟ་པོའི་གོམ་འགོས་དོམ་དུས།
བྲམས་ལྡན་ཕ་མའི་དྲུང་ནས།
དགོད་སྦྱེའི་འཚར་ལོངས་བྲན་བྱུང་།

གཡུ་འབྲུག་ངར་རྣམ་ལྷན་ཞིང་།
རྒྱ་མའི་ལྷོ་ལ་དམར་འབྲུག་དུས།
ཐོག་ཐེང་ལྷོ་འོད་བཟུང་མའི།
བྲག་དམར་འི་ལྷོང་བྲན་བྱུང་།

ནགས་ཀྱི་ལྷོན་གིང་ཚེ་ནས།
ལུ་བྲུག་གསུང་སྟུན་འདོད་དུས།
ཚུང་ཚུང་བྱིས་པའི་ཚེད་རོགས།
ལྷོགས་པའི་སྤིང་གཏམ་བྲན་བྱུང་།

རྒྱང་ཚར་མིམ་མིམ་བབས་གིང་།
དབང་གཞུ་སྣ་ལྷ་བག་དུས།
མ་ཡུལ་དར་ཚོན་སྣ་ལྷོ།
རིན་བྲལ་གོས་བབས་བྲན་བྱུང་།

བཞུགས་རྒྱར་འི་བའི་ཚེ་རུ།
ཁ་བའི་འདབ་མ་གྲོལ་དུས།
སྤིང་པའི་གངས་དཀར་ཉ་མེ།
ཡིད་ལ་ཁ་ལའང་འཆར་བྱུང་།

མ་གཤིས་བཟང་འགྲམ་དུས།
མཚོ་མོས་ཚ་ཚུ་རོལ་དུས།
ལྷ་མེད་རྩ་ཐང་དཀྱིལ་གྱི།
གཡང་དཀར་ལུག་ལུ་བྲན་བྱུང་།

ལྷན་པའི་མིལ་ཚུ།

ལྷུ་ལམ་གཡུ་ལྷོའི་རྩེ་དུ།
འཇུལ་ཆས་སྤང་འཁོར་རྒྱ་དུས།
ཉེའུ་གསེང་མེ་ཉོག་ཐང་ག།
ཉ་མོའི་མོམ་འགྲོས་དྲན་བྱང་།

མཚོའུ་ལྷུ་འའི་ནང་ལ།
རྒྱ་བྱས་གཤོག་རྩལ་ཚེན་དུས།
དྲངས་གཙང་རྒྱལ་མོ་རུལ་རྒྱའི།
གསེང་མིག་ཉ་མོ་དྲན་བྱང་།

དྲ་སའི་ལྷ་རྒྱལ་འི་ལ།
བསང་གསེལ་དུད་སྤྱིན་དྲིག་དུས།
ས་ཡུལ་སྤྱོ་ནག་འགྲོག་རྩེའི།
དག་ལྷོའི་བསང་གསེལ་དྲན་བྱང་།

ལྷ་ལྷན་གཙུག་ལག་ཁང་ལ།
ཚོས་སྤྱོད་ལྷོད་བྱུང་བྲག་དུས།
འགྲོ་ལྷོད་ས་ཚོས་ཀྱི་སྤྱིང་ག།
སྤྱོ་མའི་ཚོས་འཁོར་དྲན་བྱང་།

ཁང་ཚེག་ཤེལ་ཁང་ནང་དུ།
བབའ་ཚང་དགོད་སྤྱོས་ཁངས་དུས།
བྱམས་བཟེའི་འཇུམ་གྱིས་བྱུག་པའི།
ས་ཁྱིམ་དྲོན་མོ་དྲན་བྱང་།

ཇོ་མོ་གླང་མའི་གངས་དཀར།
ནམ་མཁའི་ཀ་བ་འདྲ་ཡང་།
བདག་སེམས་ཁང་རྩེ་ཞིག་རལ།
འདྲེགས་པའི་ཀ་བ་མི་འདུག།

མཐོན་མཐོང་སྤྱིན་རླུང་དཀར་པོ།
ཁ་བའི་སྤྱོགས་སུ་རྩུ་ན།
ང་ཡི་བྱམས་ལྡན་པ་ལོ།
སྐྱུ་ཁམས་ཨོ་བདེ་གཟིགས་རོགས།

ཤར་གྱི་དུང་རླ་དཀར་རྩེ།
རུབ་གྱི་སྤྱོགས་སུ་ཡོང་ན།
ང་ཡི་སུ་རུ་མིང་སྲིང་།
ཁ་བའི་འཕྲིན་པ་བྱིར་ཤོག།

སྤྱི་ལོ་༡༠༡༡ ལྷ་ ༧ ཚེས་༡༧ ཉིན།

བརྩེ་བ་ཟབ་མོ་ཨ་ཐང་ཆད་སོང་།

སེམས་ཀྱི་ཚོར་བས་སེམས་ལ་མནར་ནས།
སེམས་པའི་སྐྱུག་གི་རྩ་ཐག་འཆད་ཏུས།
སེམས་ཀྱིས་མཐུན་མ་བཅངས་པའི་གྲོགས་ལ།
བརྩེ་བ་ཟབ་མོ་ཨ་ཐང་ཆད་སོང་།

དདུལ་དང་སྒོར་མོས་བརྩེ་བ་མི་ལྷག།
ཐོབ་དང་གོ་སས་བརྩེ་བ་མི་བསྐྱུ།
གཟུགས་མེད་ཚོར་བས་མནར་གཅོད་སྒྲོད་ཏུས།
བརྩེ་བ་ཟབ་མོ་ཨ་ཐང་ཆད་སོང་།

སེམས་སོང་སེམས་ཀྱིས་དུང་བའི་གྲོགས་ཉིད།
ཁ་སེམས་མཐུན་པའི་ལས་སྐལ་ཆད་ནས།
རི་ལྷང་ཐང་གསུམ་སྐྱུ་མདོག་སྒྲོན་ཏུས།
བརྩེ་བ་ཟབ་མོ་ཨ་ཐང་ཆད་སོང་།

ཕར་ལ་འཇུག་པའི་བརྒྱུ་སྤྲོད་དུས།།
ཚུར་ལ་ཁྲོ་བའི་ཉམས་ཤིག་སྤྲོད་ཡོང་།།
ཞི་དྲག་འཐབ་པའི་སྤྲུགས་བསམ་འདི་ལ།།
བརྩེ་བ་ཟབ་མོ་ཨ་མ་ཐང་ཆད་སོང་།།

རྩེ་སྤྲུག་ལོ་ཟླ་སེམས་ཀྱིས་མཚོ་མོར།།
དུང་བའི་ངང་མོ་སེམས་པ་མ་བྱུང་།།
མི་འདོད་མཚོ་མོ་ཚག་གིས་སྤོམ་དུས།།
བརྩེ་བ་ཟབ་མོ་ཨ་མ་ཐང་ཆད་སོང་།།

གས་པའི་གཉེར་མ་རྩུ་བོའི་རྒྱ་བས་སྤེང་།།
སྤྲུང་པའི་སྤྲུང་རྩུ་ལ་ཁའི་དར་ཚུལ།།
སྤྲུ་བའི་སེམས་ཀྱི་མ་ཁ་གསུང་བ།།
བརྩེ་བ་ཟབ་མོའི་ཨ་མ་ཐང་འཆད་རོགས།།

བདེན་པའི་བརྩེ་དུང་རི་རབ་བཞིན་དུ།།
ཁྲིད་ཀྱི་མདུན་དུ་སྤྲུང་སྤྲུ་མེད་པས།།
ཉིན་མཚན་རིས་མོས་དྲན་གདུང་མནར་དུས།།
བརྩེ་བ་ཟབ་མོ་ཨ་མ་ཐང་ཆད་སོང་།།

ལུང་གསུམ་སྤྲིང་གི་མི་ཉོག་རྩུང་རྩུང་།།
སང་སོང་མི་ཁས་གཅོས་ནས་སྤྲིང་སོང་།།
ཡུན་རིང་བསྐྱུགས་པའི་གསེར་སྤྲུང་མ་ལ།།
བརྩེ་དུང་ཟབ་མོ་ཨ་མ་ཐང་ཆད་སོང་།།

འཇམ་པའི་དར་གོས་ལྷུས་ལ་མ་འཕྲོད།
ཞིམ་མངར་ཁ་བཟུང་བྱོ་བ་མ་ཚོད།
གཞན་གྱི་མཛེེ་སེམས་རྣ་བས་མ་གཏང།
བརྗེ་བ་བཟོ་མི་ཨ་ཐང་ཆད་སོང་།

དུན་གཏུང་མས་པའི་སེམས་པ་འདི་ལ།
གསོ་བའི་ཐབས་དེ་ཁྱེད་ལ་ཡོད་ཀྱང་།
སྒྲིང་རྗེ་མེད་པའི་ངང་རྩྭ་སེམས་དུས།
བརྗེ་བ་བཟོ་མི་ཨ་ཐང་ཆད་སོང་།

ཕྱི་ལོ་ ༡༠༡༧ ལྷ་ ༤ ཚེས་ ༡༡ ཉིན།

དེ་སྲིད་སྦྲུབ་དག་འབྲི་རྒྱ་དེ་ཡི་ལུགས།

འཕྲོག་པ་གསུམ་པོའི་མིག་ཚུ་མ་ཆད་བད།
 ཞིང་པ་ཨ་མའི་མ་ལུང་ཚོའི་མ་བསྐྱམས་བད།
 རོང་པ་གཞོན་ཅུའི་ལུགས་བསམ་མ་འགྲུབ་བད།
 དེ་སྲིད་སྦྲུབ་དག་འབྲི་རྒྱ་དེ་ཡི་ལུགས།

ཚོལ་ཁའི་འཕྲེན་འབྲེད་མཚམས་འཛོག་མ་བྱས་བད།
 ལྷུང་མམའི་ཚོད་རྩོད་སྤྲོད་མ་མཐུན་བད།
 གསུང་རྩིང་འགལ་ལྷ་ཚིག་སྒྲིལ་མ་བྱུང་བད།
 དེ་སྲིད་སྦྲུབ་དག་འབྲི་རྒྱ་དེ་ཡི་ལུགས།

རང་བཅོན་པ་ཡིས་རང་བཅོན་མ་ཐོབ་བད།
 དབུ་མ་པ་ཡིས་དབུ་མ་མ་རག་བད།
 གཞིས་ཀྱིས་སྦྲུབ་རྒྱ་ལྷན་འཛོམས་མ་བྱུང་བད།
 དེ་སྲིད་སྦྲུབ་དག་འབྲི་རྒྱ་དེ་ཡི་ལུགས།

གཞུང་ལས་ལྷག་སྒོ་ལྷགས་དྲུག་མ་བཅིངས་བད།
 གཞུང་ཞབས་ལས་བྱེད་གཞུང་ཞེན་མ་སླེབས་བད།
 གཞུང་དདུལ་རྒྱ་ལྷ་མཚམས་འཛོག་མ་བྱས་བད།
 དེ་སྲིད་སྦྲུབ་དག་འབྲི་རྒྱ་དེ་ཡི་ལུགས།

དགེ་གན་ར་བཟེས་ཨ་རག་མ་བཅད་བད།
སློབ་ལྷག་ལེ་ལོ་གཉིད་ལས་མ་སད་བད།
ཁ་བའི་གཞོན་ལྷ་ཡིག་ཚོངས་མ་བསལ་བད།
རི་སྲིད་སྟོན་རག་འགྲི་རྒྱ་ར་ཡི་ལྷགས།

ཚོས་དང་འདིག་རྟེན་ཁ་ཁར་མ་ལྷེ་བད།
སྟོན་ཐོན་མི་རིགས་རེས་སྲུ་མ་ཟེན་བད།
ཕོ་མཚོག་མོ་དམན་འདྲ་མཉམ་མ་བྱུང་བད།
རི་སྲིད་སྟོན་རག་འགྲི་རྒྱ་ར་ཡི་ལྷགས།

གཡང་དཀར་ལུ་གུའི་འབའ་སྐྱ་མ་ཐོས་བད།
འདོ་རིག་རྟ་ལོའི་གོམ་འགོས་མ་སློས་བད།
གཡག་རིག་ཞོལ་ཚེན་ཏར་སྐྱ་མ་འདགས་བད།
རི་སྲིད་སྟོན་རག་འགྲི་རྒྱ་ར་ཡི་ལྷགས།

སེང་རྒྱང་དཀར་མོ་གངས་ལ་མ་འཁོར་བད།
ཐང་དཀར་གོད་ཕོ་བྲག་ཏུ་མ་བབས་བད།
ཁུ་བྲུག་གེ་འགྱུར་ནགས་ནས་མ་གྲག་བད།
རི་སྲིད་སྟོན་རག་འགྲི་རྒྱ་ར་ཡི་ལྷགས།

ཕོ་བྲང་དམར་ཕོའི་མི་ལམ་མ་གྲུབ་བད།
ཚོས་ཕྱེ་ཚེན་མོ་རང་དབང་མ་ཐོབ་བད།
གཅེས་ནོར་ཡིག་རྟེན་མིག་གིས་མ་མཐོང་བད།
རི་སྲིད་སྟོན་རག་འགྲི་རྒྱ་ར་ཡི་ལྷགས།

སྐྱེད་ལྡེའི་དཔེ་དམར་རྒྱུད་གིས་མ་ཁུར་བར།
མེད་དཔེ་ཁ་སྐྱོད་མཁའ་རུ་མ་བསྐྱེད་ས་བར།
སྤྱི་ཞིའི་བཅ་བདེ་བོད་མ་མ་བྱུང་ས་བར།
དེ་སྤྱིད་སྒྲུབ་དག་འགྲི་རྒྱ་དེ་ཡི་ལུགས།

བཅོམ་ཁང་ཨ་མའི་འཁུན་སྐྱེ་མ་ཞི་བར།
ཁྲིམ་ལུག་ཨ་མ་ནད་ལས་མ་གྲོལ་བར།
དུ་སྐྱེག་གྱིས་པའི་རུ་དག་མ་ཆད་བར།
དེ་སྤྱིད་སྒྲུབ་དག་འགྲི་རྒྱ་དེ་ཡི་ལུགས།

ལུས་གྱི་མདའ་མོའི་སྐྱེད་པ་མ་བསྐྱེད་བར།
རྐང་རྩུང་བདེ་མོའི་གོམ་འགྲོས་མ་འཁྱོར་བར།
འཁར་ལུག་སྐྱེ་མོ་ས་རུ་མ་བཅུགས་བར།
དེ་སྤྱིད་སྒྲུབ་དག་འགྲི་རྒྱ་དེ་ཡི་ལུགས།

གནག་སྐྱེམ་སྐྱེ་ལ་དཀར་སྐྱེག་མ་ཆགས་བར།
སྐྱེན་མོའི་དག་ལ་འདར་སིག་མ་སྐྱེབས་བར།
ཁ་རྩུང་མིག་མཐར་མཆི་མས་མ་བཅུན་བར།
དེ་སྤྱིད་སྒྲུབ་དག་འགྲི་རྒྱ་དེ་ཡི་ལུགས།

དབྱལ་བའི་དེ་མོ་ས་རུ་མ་སྐྱེམ་བར།
ས་ལ་རུག་མོར་བདེ་སྐྱིད་མ་སྐྱོབ་བར།
ལུས་དང་རྣམ་ཤེས་མོ་མོར་མ་བྲལ་བར།
དེ་སྤྱིད་སྒྲུབ་དག་འགྲི་རྒྱ་དེ་ཡི་ལུགས།

གྱི་ལོ་༡༠༡༣ ཟླ་ ༡ ཚེས་ ༡༤ ཉིན།

བཅོད་རྒྱལ་མ་གསུམ།

༡

ཨ་གཙང་རྒྱལ་མ་གསུམ་ཡ།
 རྒྱུ་ལ་ལོ་རྒྱུ་ས་རྒྱུ་དུ་དངོས་རྒྱུ་གི་བཅོད་རྒྱུ་ཡོད།
 རྒྱུ་གི་རྒྱལ་ས་ལེང་གི་དབྱུང་སྤྱི་ཅེན་པའི།
 འཇུག་ལྷན་གསེར་ཉ་སྟོང་གིས།
 རྒྱུ་ལ་ཡིད་ཆེས་དང་ལུགས་བསམ་སོགས།
 ཡོད་ཚད་དང་ཡོད་ཚད་རྒྱུ་ལ་བཅོལ།

༢

ཨ་གཙང་རྒྱལ་མ་གསུམ་ཡ།
 རྒྱུ་གི་བྱམས་བཅེད་འོག་ཏུ་རྒྱུ་ས་ཁྲག་རྒྱས་པའི།
 གསེར་མདོག་གི་ཉ་མོ་དང་།
 དུང་མདོག་གི་དང་སྤྱུག་ཚོས།
 རྒྱུ་ལ་དགའ་ཞིང་རྒྱུ་ལ་དུང་།
 རྒྱལ་ས་དེར་རྒྱུ་གི་ལོ་རྒྱུ་ས་འདྲ་སྟོང་གིན།
 མཚམས་དེར་རྒྱུ་གིས་ལུང་མི་ཐེག་པའི་དགའ་སྤྱུག་ཀྱང་བགྲང་གིན་འདུག།

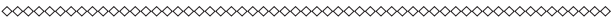
༣

ཨ་གཙང་རུལ་མ་གསུམ་ཡ།
 མི་འདོད་པའི་ལས་དབང་ཞིག་གིས་རྒྱུན་པས།
 ལུ་ཚང་ཅི་འདྲའི་པམ་ཁ་འཁྲུང་དགོས་ལྷན་ཨང་།
 འད་ཕྱོགས་དག་དམར་རྒྱང་འཚུབ་ཀྱིས་སྐྱལ་བའི།
 ཡར་སྐྱེད་གཙང་པོའི་དཔ་འགྲོས་དེ་བཅད་སོང་ཨང་།
 དེ་ནས་བཟུང་ལོ་རྒྱའི་འཁོར་འགྲོས་རི་ལྷན་སྐྱེད་ཡང་།
 གསེར་མདོག་ཉ་མོའི་ལས་དབང་ལའང་།
 ལྷག་གི་རྒྱ་མཚོ་བསྐྱེད་སོང་ལ།
 ཀའ་རུས་ཀྱི་བྲག་རིའང་བཅེགས་པས།
 མི་རྣམས་ཀྱིས་འཛིགས་སུ་རྒྱང་བའི་དུར་ཁོང་ཅིག་འཕོད་པས་སོ།།

༤

ཨ་གཙང་རུལ་མ་གསུམ་ཡ།
 ཡར་སྐྱེད་གཙང་པོའི་ཆག་སྐོ་འདི་སུ་ཡིས་སྐྱེད་།
 རྒྱལ་མོའི་རུལ་རྒྱའི་ཕྱགས་བསམ་འདི་སུ་ཡིས་རྟོགས།
 མ་རྒྱུ་རིང་མོའི་ལ་རྒྱ་འདི་སུ་ཡིས་འཛིན།
 དག་ཆར་རྒྱང་འཚུབ་རི་ལྷན་སྐྱེད་ཡང་།
 ཁ་ཆར་བྱ་ཡུག་ཅི་ལྷན་འཚུབ་ཀྱང་།
 རང་རྒྱུགས་རི་མོ་ལྷན་བརྟན་ལ།
 ཕྱགས་བསམ་རྒྱ་མོ་ལས་རིང་།
 དའི་དགའ་སྐྱོའ་མངར་སྐྱེད་འདྲེས་མ་འདི་སུ་ལ་བཤད།
 ལུབ་ཀྱི་རི་དང་དགོང་ཀས་མཚམས་སྤྱིན་གྱི་གསེབ་ནས།
 ལྷན་ལྷན་སྐྱེད་མེད་ཞིག་བྱ་ཡུག་ཁོང་ནས།
 ལུབ་ཕྱོགས་རྒྱ་རྒྱའི་པག་ཏུ་བཞུད་སོང་།

རྣམ་པའི་མིག་ཚུ།



ངའི་དམ་གཏུང་གི་མིག་ཚུ་འདི་སྲུ་ལ་བཞུང།

༥

ཨ་གཙང་རྩལ་མ་གསུམ་ཡ།
 འོན་ཀྱང་། མི་ཡུལ་དེ་ན་གྲེ་ཐང་ལས་ཅི་ཡང་མེད་སྐད།
 ལུལ་ལུས་ནད་གཙང་གི་ཉ་མོང་དང་།
 གསོན་རེ་བལ་བའི་སྤལ་བ་དག་ནི།
 ཆེས་སུ་ནད་གི་འདིག་རྟེན་འདི་ན།
 ཆེས་མི་སྲོད་ལས་འདས་བའི་སྲུག་སྲོད་མནར་གཙོད་དང་།
 འདིགས་སྣང་དང་དངངས་སྐྱེ་གི་ཁྲིད་ལུ།
 ཉེ་མ་ལྷ་བར་བསྐྱལ། ལྷ་བ་ལོ་ལ་བསྐྱལ་ནས།
 མི་ལོ་དུག་ཅུ་ཟེན་ལ་ཉེ་མོད།
 ཞི་བདེའི་ལྷ་བྱ་དཀར་ལོ་ནི།
 མཐའ་མེད་ཞི་བདེ་རྒྱ་མཚོའི་ཕ་མཐའ་རུ་བཞག་ཅིང་།
 རང་དབང་དང་བདེན་བའི་གསོག་ཅུལ་ངོམ་དུས།
 འར་གྱི་ཁྲ་ཉ་ནག་ལོས་ལྷག་དོག་གི་འདྲེས་སྐད་རི་ལྷར་དུས་ཀྱང་།
 གཙང་རྩལ་མ་གསུམ་དབང་ཆག་མ་སྲོད་ལ།
 གཉའ་ཞུས་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱང་མེད།
 ད་དུང་མདའ་ཆར་མདེལ་ཁྲིད་ལུ།
 རང་སྲོད་དམར་རྒྱུང་འབེན་དུའང་བཞག་སྲོད་ལ།
 རང་དབང་དང་ཞི་བདེའི་སྐད་དུ་ལུ་སྲུག་ཐབས་ཐད་གྱིས།
 གཅེས་བར་འོས་བའི་ཆེ་སྲོག་དེ་ཡང་མེ་རུ་སྤར་ཟིན།
 རེད་ཡ། གཙང་རྩལ་མ་གསུམ་ཡ།
 ཁྲིད་དང་གཉའ་ཁྲི་ཚང་ཉིད་ལོ་རྒྱུས་ལྷན་ལ།
 ཁྲིད་དང་བཙན་པོ་རིམ་གྱིན་ཞུས་ཀྱིས།

དབའ་ངར་གྱི་རྩོ་རིང་བཅུ་གསུམ་པ་མ་ཟད།
 བྱོད་དང་ཞི་བདེའི་ལྷ་བྱ་དམ་ཚིག་གཅེང་།
 གཅོང་རྒྱལ་མ་གསུམ་ཡ།
 བདེ་མོར་རྒྱལ་དང་།
 དལ་གྱིས་རྒྱ་དང་།
 ལྷན་འཛོམས་རྩོགས་ལྷན་གྱི་བསྐྱེད་བསྐྱུང་བྱ་བཅའ་སྲིད།

བྱི་ལོ་༡༠༡༡ ཟླ་ ༧ ཚེས་ ༡༠ ཉིན། (གཞུང་བཞད་རྒྱའི་ཚོག་ཏུ་བཀོད།)

ལྷ་མོ་ཚེས་ལྷ་མོར་བཅུ་པ་མཚོག་གིས།

ང་ཚོ་སྟོན་པའི་བཀའ་ལ་གཅི་(བརྟེན་)མཁམ་ཞིག་ཡིན། འགྲོ་བ་རིགས་སེམས་ཅན་
 མཐའ་དག་བསམ་སློབ་འཁོར་མ་ཐུབ་ན་ཡང་ཁྱེད་ཀྱི་གཅིག་པའི་ཚོལ་གསུམ་སྤྱན་
 གླུ་རྣམས་དམ་ཚིག་ལོ་རྒྱུ་གཅིག་འདྲེས་ཡོང་ཐབས་ལ་སྟོན་གང་ས་ནས་བསམ་སློབ་གཏོང་
 དགོང་དེས་ཤེད། གལ་སྲིད་ཚོལ་གསུམ་ཚེས་ལུགས་དང་བཅས་པར་སྤྲོས་པའི་སྤྱི་
 འཕྲིར་བྱུང་ཚོ། ལྷ་སྤྱུལ་སྤྱན་གསུམ་ཅན་ཡིན་ནའང་འདྲ། དཔོན་པོ་དབང་ལུགས་ཅན་
 ཡིན་ནའང་འདྲ། ཚོང་བ་འབྲུང་ལྷན་ཅན་ཡིན་ནའང་འདྲ། གང་ལྟར་སྤྱི་ཡིན་ནའང་།
 དེ་དག་ལ་དེ་ཚོལ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་བྱས་དགོས། གང་ཡིན་ཟེར་ན་ལོ་ངོ་རྩོང་སྤྲུག་ཤིང་
 ལ་ཤོད་མི་ཅུམ་གཟུང་མ་ཉི་བཟང་མཁམ་ཚོང་མ་གཅིག་ལྟར་བྱས་ནས་བསྐྱེད་ཡོད། ད་
 ཏུང་ཡང་ག་རུས་ཁྱེད་གསུམ་འདྲེས་པའི་སྤྱི་ལྷ་ཚོང་མ་སྤྲུག་མོ་མ་བུ་ཁ་འཚམ་པ་ལྟར་
 རོག་ཅུ་གཅིག་ཏུ་སྤྲིལ་དགོས།

ག་རུས་ཀྱི་སྐྱ་མཁར།

ག་དང་རུས་པའི་སྐྱ་མཁར་བརྟེན་ཤིང་།
 ལྷག་དང་རྒྱ་མའི་དར་ཏྟགས་འཐེན་ནས།
 ལོ་རྒྱ་གང་མང་ཞིག་འདས་ཟིན་ལ།
 ད་དུང་ཅི་འདྲའི་རུས་ཟིང་ཞིག་ཤར་ཡོང་ཨང་།
 དཔའ་བོ་ཚོས་དེད་གདོང་དམར་བུ་རབས་ཚ་རྒྱད་རྣམས་ལ།
 ཟུངས་ལྷག་གིས་བྲིས་པའི་ཤི་བོའི་ཁ་ཆེམས་དང་།
 ཚོ་སློག་གིས་བསྐྱུན་པའི་རྩོེ་རིང་མེ་འབར་ཞིག་བརྟེན་པ་རེད།
 མེ་ལྗེའི་སློག་དམར་དང་།
 བདེན་འབོད་ཀྱི་འབྲུག་སྐྱའི་ཁྲོད་ནས།
 ལྷ་སྐྱའི་མདའ་མཚོན་གྱི་སེར་བས།
 ཁ་བའི་ལོ་ལྷགས་ཅི་འདྲའི་མང་པོ་བཅོམ་སོང་ཨང་།
 ད་དུང་དེད་རང་ས་མཐར་འབྲུམས་པའི་ཉི་རྩེ་རེ།
 ངའི་སྐུ་ལྷ་མིང་སྤིང་ཚོའི་ལུས་སེམས་ཀྱི་བདེ་བ་ནི།
 རྒྱད་ཅིག་ལའང་སྦྱིད་པའི་ཚོར་བ་བྱུང་ལྗོང་མེད།
 མིག་རྒྱའི་ཤུ་འོད་བཞུར་ནས་མི་ལོ་ལྷ་བརྟེན་བརྒྱལ་སོང་།
 ཤི་གསོན་གཉེས་ཀྱི་སོ་མཚམས་སུ་འགྲུང་མཁན་མི་སུ་དག་གིས།
 མདང་རུབ་ཀྱི་མི་ལམ་རབ་རིབ་དེར་བལྟས་ན།
 ད་དུང་མི་ཚར་བའི་མཚོད་མེ་སྐར་རྒྱ་རེད་ཨང་།
 སྐར་ཡང་འདིགས་རུང་གི་ཉི་མ་གསར་པ་ཞིག་འགོ་ཚུམ་རུས།
 མེ་སློགས་ཀྱི་མདེའུ་ཆར་ལྷར་འབབས་སྤིད་ལ།
 རྒྱུ་བས་སོད་ཀྱི་གི་སྐྱས་རྣ་བར་གཟུན་སྤིད།

ཕྱི་ལོ་༢༠༡༣ ལྷ་ ༩ ཚེས་ ༡༠ ཉིན།

ཐོབ་མ་བྱུང་།

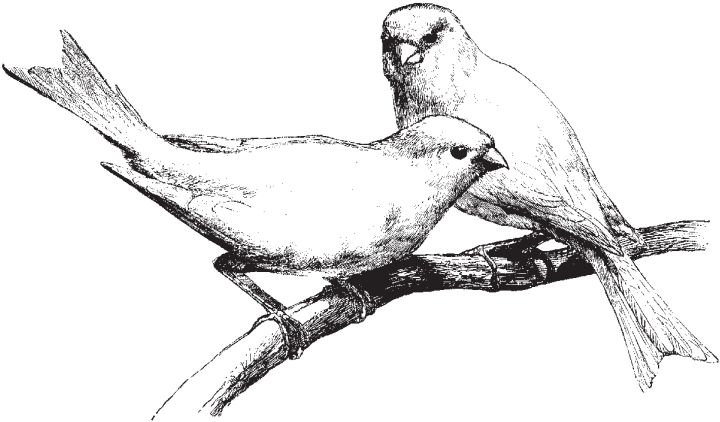
དཔའ་བོ་ཚོས་སྤར་སོང་།
 བདེན་པའི་སྲིད་ཏུ་ཡོད་ཚད་སྤར་སོང་།
 ལུན་པའི་འཇིག་རྟེན་ན་ལྷུང་བའི།
 མི་རིགས་འདིའི་ཚེད་ཏུ་དལ་བརྒྱད་འཕྱོར་བརླ།
 ཡོད་ཚད་མཚོད་མེ་རུ་སྤར་སོང་།
 མེ་ལྷེའི་སྤང་བོ་རྒྱབ་ཏུ་ཁྱུར་ནས།
 གངས་མེད་དར་ཆ་མཉུན་ཏུ་བསྐྱེདས་ནས་བཞུད་སོང་།
 གཏུམ་སྡོད་ཅན་གྱི་སྤྲུལ་གཟིག་དང་།
 བྱ་སྤྲུལ་སྤར་མོའི་གཤོག་འགྱུར་གྱི་སྲོད་ནས།
 ཉམ་ངའི་བྱིའུ་རྒྱུང་གི་ཚེ་སྲོག་བོར་སོང་།
 ལྷས་ངན་འུག་པའི་ཉལ་ཆའི་སྲོང་ནས།
 འཛོལ་མོའི་གྲེ་འགྱུར་བག་ལ་འཁུམས་སོང་།
 ཡོད་ཚད་སྤྲུག་པའི་གཤིན་རྗེའི་གྲོང་ཁྱིམ་ཞིག
 ད་ཏུང་ཁྲ་ཏ་ནག་པོ་འགས་མཁའ་ལྗིང་ཅེན་བཞིན་འདུག
 ཐོབ་མ་བྱུང་།
 ཞི་བདེའི་ཁོར་ཕུག་བསྐྱུན་ཀྱང་།
 རང་དབང་ཐོབ་མ་བྱུང་།
 ཉམ་རྒྱུང་གིས་མཐེ་བོང་བསྐྱེདས་ཀྱང་།
 རང་དབང་ཐོབ་མ་བྱུང་།
 ལུས་སྲོག་མེ་རུ་བསྐྱོན་ཀྱང་།
 རང་དབང་ཐོབ་མ་བྱུང་།

< ལོ་མ་རྟེན་པ >

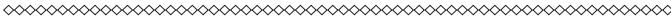
ལ་མདོག་ལོག་པའི་ལོ་མ་རྟེན་པ།
 དའི་སེམས་པ་སྐྱོ་རོགས་ཨེ་རེད།
 གང་རྒྱུད་གི་འུར་སྐྱ་གཟན་ལོ་དེས།
 ཁྱོད་ཉིད་གནས་བཞོད་མི་བདེ་བའང་གཅེས།
 རྒྱུད་འིང་ནས་ལྟད་མོ་ལྟ་མཁན།
 དལ་པ་ཅན་གྱི་སྤྱི་འུ་གཅིག
 ཉེ་འབྲེས་སུ་སེམས་པ་སྐྱོ་མཁན།
 ད་དང་གྱི་འུ་རྒྱུད་གཅིག
 ཨོ་.....སེམས་པ་འདྲིའི་མཇེ་ལ།
 མིག་ཚུ་འདྲིའི་ན་རྒྱལ།
 འདི་ལྟ་ཡིས་བཀའ་ཆད་ཡིན་ནམ།
 མིའི་རིགས་ཀྱི་ལས་དབང་ཨེ་ཡིན།
 བ་རྒྱལ་མེད་པའི་ན་རྒྱལ།
 མིག་ཚུ་འདྲིའི་ན་རྒྱལ།
 གས་རྒྱ་མེད་ལ་གསོ་རྒྱ་མེད་པའི།
 སེམས་པ་འདྲིའི་མེ་ལ།
 འདི་གསོ་མཁན་ལྟ་རྗེ་ཞིག་གང་དུ་བཞུགས།
 ཨོ་.....མིག་ཚུ་འདྲིའི་ན་རྒྱལ་སུ་ཡིས་སྐྱོད།
 དུང་བ་འདྲིའི་མཇེ་ལ་སུ་ཡིས་རྟོགས།
 ལོ་མ་རྟེན་པ་.....

བྱི་ལོ་ ༡༠༡༩ ཟླ་ ༡ ཚེས་ ༡༥ ཉིན།





འཕྲུལ་ལྗོངས།



བཅོམ་གྱི་ལ།

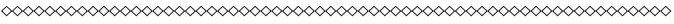
སྐྱབས་བཅོལ་པ་ཞིག་གི་མིང་བྱང་གཅིག་ནའང་མི་ལ་ཤེལ་ཁང་ཐོག་རྗེས་ནང་
 ལ་སྡོད་ཀྱི་ཡོད། མི་ལ་ཤེལ་ཁང་ནང་ལ་སྡོད་ཀྱི་འདུག མི་ལ་ལས་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་
 ཚ་ཁྲིམས་དང་འགལ་བའི་ནག་ཚོང་རྒྱག་གི་ཡོད། སྡོད་སའི་ཤེལ་ཁང་མེད་ལ་ཤིང་
 ཁང་ཡང་མེད་པའི་མི་ཚོས་རང་གི་ཁྱོན་གོས་ཤིང་སྡོད་རྗེ་རུ་བཀའ་བཀའ་
 ཏུ་ཉལ་བཞིན་མཆིས། རྒྱ་གར་ཡུལ་མིས་སྐྱབས་བཅོལ་པ་ཚོར་ལྷ་སྐྱབས་ཀྱི་བྱང་པར་
 ཚེར་མེད་མོད། འོན་ཀྱང་བྱང་པར་ནི་ནང་ཁུལ་དབང་དང་དབྱང་སྡོད་སའི་ལ་རྒྱ་
 ལས་ཡོད། ཚོས་སྲིད་ཀྱི་འགལ་བ་དང་གསར་རྒྱུང་གི་དབྱེ་འབྱེད། ཚོལ་ཁའི་འཐེན་
 འབྱེར་དང་ཐུབ་མཐའི་འཐབ་ཚོད་སོགས་ནི། རང་གི་བསམ་སློབ་ཚོང་སའི་སྐྱང་ལ་
 ཚེས་ཉུག་བཟུན་ཀྱི་མངོས་སྐྱུག་རང་སྲོལ་གནས་ཡོད། འཚོ་བའི་གནས་བབ་ཤིན་
 ཏུ་སྡོད་པའི་མིས་དཀའ་སྐྱུག་གི་ཁུར་པོ་རི་ལྷན་སྡེ་ཡང་འཁྱུར་བྱུང། ཉི་མ་ལ་ཡའི་རི་
 བོ་བཀའ་ནས་ལུས་སྲོག་མཚོན་ཁར་འཛོག་མཁན་ཀྱི་མིས་རང་དབང་གི་ལུང་པར་
 བདེ་སྲིད་ཀྱི་འཚོ་བ་རོལ་སྐྱལ་བྱུང་ན་བདེ་སྲིད་རོ་མ་དེ་ཚོར་སྐྱབ།

ཤེས་རབ་དགའ་ཚལ་སློབ་བྱ་ནས་ཐོན་པའི་སློབ་མ་ཞིག་ན་སའི་རི་གྲོང་
 ལ་དགའ་ཉེ་སྐྱུན་མཆེད་མེད་ཅིང་། དོ་དགོང་ཉལ་སའི་ཁང་པ་དང་སང་ཉིན་ཟ་མ་
 ཟ་བྱེད་ཀྱི་དདུལ་སྡོར་མོ་གཅིག་ཀྱང་མེད་མཁན་དང་གོད་ཁོག་ཏུ་ཅང་སྡོད་སའི་
 སྐྱབས་སུ། ལྷག་བསམ་དང་གཏོང་མོད་ཀྱིས་ཕྱུག་པའི་མི་ཞིག་གིས་ཁོ་པ་རུ་ཉལ་སའི་

སྐར་མའི་མིག་ཚུ།

།ཁང་པ་དང་ཞིམ་མངར་གྱི་ཟས་སྣ་བྱིན་ན་ཁོ་པ་ཡི་ཟས་ཀྱི་ཞིམ་མངར་ཤེས་མཁན་
 དང་། ཉལ་སའི་ཁང་རྒྱུད་གི་རིན་ཐང་ཤེས་སྟུག་མཁན་གྱི་མི་ཞིག་ཡིན་ཡིན་ནའང་
 འཕྱོར་ལྡན་གྱི་སྐྱེས་སྤྱུག་འགའ་ཤེས་ཀྱི་ཁང་པའི་ནང་དུ་བཀྲ་ཤིས་རྟགས་བརྒྱད་གྱི་
 བྱུང་གཤམ་སྟེང་དུ་བསྟན་ཅིང་། གཡམས་གཡོན་ཕྱོགས་བཞི་མཚམས་བརྒྱད་དུ་དབང་
 བོ་ལྡེ་ལོངས་སུ་སྐྱོད་བྱེད་གྱི་ཅ་དངོས་རིན་ཐང་ཅན་དང་། ཞིམ་ཟས་མངར་ལྡག་གི་
 རིགས་ལེན་བཅོ་བརྒྱད་དུ་བསྐྱིགས་ཀྱང་ཁོ་པས་བདེ་སྦྱིད་གྱི་འཚོ་བ་ཟེར་བ་ཡང་ཅི་
 འདྲ་ཞིག་ཡིན་པའང་ཕྱོད་མི་སྟུག་གང་ཡིན་ཞེ་ན། ཁོ་ཞི་མཐོན་པོའི་ལ་མོ་མ་བརྒྱལ་
 ཅིང་། རི་གཟར་གྱི་བབ་རྒྱ། ཡང་ངར་སྟགས་རྒྱུད་དང་ཉི་ཟེར་ཚ་གདུག་སོགས་གང་
 ཡང་མ་ཕྱོད་མཁན་ཡིན་པས། ཁོས་སྤར་བཞིན་བདེ་སྦྱིད་གྱི་འཚོ་བ་ངོས་འདྲིན་
 མི་སྟུག་ལ། དེ་ལས་ལྡོག་ན་ང་རྒྱལ་གྱི་འབྲུག་རྣམས་ལ་དང་རྒྱུ་ཚིག་གི་སེར་བ་
 འབེབས་པས་སོ། ། རྒྱབས་བཅོལ་བོད་མི་སུ་ཞིག་ཡིན་ཅུང་། ཁོས་དཀའ་སྤྱུག་ཟེར་
 བའི་ཁྱར་བོ་འདི་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་པ་ཉམས་སུ་ཕྱོད་མེད་བྱིན་ནམ་ཡང་བདེ་སྦྱིད་
 གྱི་འཚོ་བ་ངོས་འདྲིན་མི་སྟུག་ཅིང་། བདེ་སྦྱིད་གྱི་བྱིས་ཚང་ཟེར་བ་ཡ་སྟོང་རི་འདྲ་
 ཞིག་ཡིན་པའང་ཤེས་མི་སྟུག་པས་སོ།།

ཕྱི་ལོ་༢༠༡༢ ལྷ་ ༥ ཚེས་ ༢༠ ཉིན།



སྐྱེད་ལའང་ནང་གི་ཨ་མ།

སྐྱེད་སྐྱེད་དཔྱད་ཀྱི་སྐྱེ་སྐྱེ་ལྟར་འབྲེལ་གྱིང་། ཀྱུ་གྱུ་གི་ལམ་འཕྲང་དུ་མ་བརྒྱད་
 མྱོང་བའི་བདག་གི་མ་ལོ་མ། བྱེད་ཀྱིས་དགོང་མཁའ་མཚམས་སྤྱིན་ཅེ་ལ་རྒྱང་ལྟ་ཅེ་
 བྱེད་བཞིན་བྱུགས་རིང་གིས་ལོ་རྒྱ་བརྟེན་གས་ནས། འཇིག་རྟེན་དེ་ནས་བདག་ལ་
 དབྱ་བ་དུང་གི་མིག་ཚུལ་མཁའ་ཚོས་བསྐྱེད་མཁའ་མ་མྱོང་ལ། བྱམས་བརྟེན་ཉིན་བྱེད་
 དབང་པོ་ཉིན་མཚན་ཀྱུན་ཏུ་མཁའ་ནས་མཁའ་རུ་བགྲོད་པའང་ཁོ་བོས་རྟོགས། དེ་
 ལྟ་བུའང་། རྟོག་འཇིང་དང་ཟང་ཟིང་ཅན་གྱི་འཇིག་རྟེན་དེ་ནས་ཅེ་སྐྱེད་ཀྱི་ལོ་རྒྱ་
 མྱོང་བ་རུ་བགྲང་ཞིང་འདས་པའང་ཁོ་བོས་ཤེས། ད་ཆར་བྱེད་ཀྱི་ལང་ཚོའི་མེ་རྟོག་
 དེ་རྟོད་ཅིང་། ལྟ་ས་མི་མང་སྐྱེད་ལའང་གི་ནང་དུ་མཁའ་མཁའ་པའི་ནང་གིས་མཁའ་ནས་
 ཤི་གསོན་གཉེས་ཀྱི་སོ་མཚམས་སུ་ལྟུགས་བཞིན་ཡོད་པའང་ཁོ་བོས་ཤོས། གཅེན་
 གཅུང་ཚོ་དང་ཁ་པར་ནང་ནས་མཚམས་འདྲིའི་སྤྱིང་མོ་ལ་བརྒྱད་ནས་བྱེད་ཀྱི་
 གཟུགས་གཞིའི་སྐྱོར་སྤོང་སྤོང་བྱུང་དུས། ངས་འཇིག་རྟེན་འདི་ནས་བྱུ་ཐབས་དབེན་
 ཡང་མཚོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་འདུག་ཞུ་རྒྱུ་འདི་བརྟེན་ག་ལ་སྤིད།

ཨ་མ་ལགས། འོན་ཀྱང་འཇིག་རྟེན་འདི་ནས་ངས་བསམ་སྐྱོད་ལ་བ་དལ་
 བྱར་གཏོང་དུས་བྱེད་དང་རྒྱང་ཐག་ཏུ་ཅང་རིང་བས། ལག་བྱུང་བྲང་ཁར་སྐྱར་ཞིང་
 ། ཨ་མ་གཅིགས་བསམས་ཏེ་མཁའ་ཚོས་མཚི་མས་བརྒྱན་པའང་ཉུང་ཉུང་ཞིག་ཡེ་

སྐར་མའི་མིག་ཚུ།

བས་མིན། ངས་སྐབས་ཅེས་ཞེ་ལྟ་གསེང་གི་སྐྱེང་དུ་ཉན་ཞེས་ལྷན་ལྷན་དང་མེ་ཉོག་དཀར་དམར་དག་བྲན་ཡོང་གིན་གདའ། ལན་ཅེས་བྱམས་ལྡན་པ་མ་དང་བཅེ་ལྡན་སྐྱན་མཆེད་ཅམས་ལྡན་དུ་སྐྱོངས་རྒྱ་ལ་འགོ་བའང་བྲན་གཤམ་མེ་ལོང་གི་ནང་ལ་སྤང་སྤང་འཆར་གྱིན་འདུག ཡིན་ནའང་ཕྱིར་བྲན་གྱིས་རང་ཉིད་དགའ་མི་ཐུབ་ལ། འདས་དོན་གྱིས་སེམས་པ་གསོ་མི་ཐུབ་མོད། འོན་ཀྱང་ཨ་མའི་བྱམས་བཅེའི་དོད་ཁོལ་གྱིས་ང་ལ་བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་འདིག་ཉེན་བསྐྱབ་སོང་ལ། དགའ་སྦྱིད་ཀྱི་འཚོ་བ་བྱིན་བྱུང་བས། ངའི་ཡིད་གཏན་དུ་ཆོམས་སོང་ལགས།

ཨ་མ་ལགས། བྱེད་ད་ཆར་ཀས་པའི་སྐྱ་དཀར་ཆགས་པའང་ངས་མི་མཐོང་ལ། མཁུར་ཚོས་མཆི་མས་བརྒྱན་པའང་ངས་མི་ཉོགས། འོན་ཀྱང་དབྱིད་སྟོགས་རྒྱང་དང་། དབྱར་ཆར་ཚུ། རྫོན་སང་སེར། དགུན་བུ་ཡུག་སོགས་དུས་བཞིའི་འགྲུར་ལོག་ཇི་ལྟར་གྱུར་གྱུང་བུང་། བྱེད་ཀྱི་དྲངས་གཙང་གི་བྱམས་བཅེའི་ཚུ་རྒྱན་ནི་ལྷ་མཐའ་མེད་པའི་རྒྱལ་མོ་རྒྱལ་རྒྱལ་ལས་རིང་ལ། གཏིང་མཐའ་མེད་པའི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་དང་མཚུངས། འགྲུར་བ་མེད་པའི་རི་རྒྱལ་ལྡན་པོ་བཞེན་བརྗིད་ཤིན་ཏུ་ཆགས།

ཨ་མ་ལགས། བྱེད་དང་ཁོ་བོར་དབང་བའི་མཉམ་འདྲེས་ཚོགས་ལྡན་གྱི་སྐལ་བ་ཞིག་ཤར་བུང་ན། དེ་དུས་ངེད་མ་བུ་གཉིས་ཀྱིས་སྦྱོ་གདུང་གི་སྦྱིང་གཏམ་སྲིང་ཚོག་ལ། བྲན་གདུང་གི་མིག་ཚུ་བཟུང་ཚོག་ ངས་མི་ཡུལ་གྱི་འབྲམས་པོའི་འཚོ་བ་བཤད་ཚོག་ལ། བྱེད་ཀྱིས་རང་ཡུལ་གྱི་པམ་ཁ་དང་ནད་མནར་གྱི་དཀའ་སྤུག་སྲིང་ཚོག་ རང་གཞིས་རང་ཡུལ་དུ་བཞག་ནས་མི་ཡུལ་འབྲམས་པོའི་འཚོ་བར་མི་སྦྱོམ་འབན་སྲ། པ་མ་ཀས་པའི་སྐྱ་དཀར་དུས་རིབ་ལན་མི་བྲན་བུ་སྤུག་སྲ། ཞིག་མཆོས་སམ། བམ་ཡང་བརྗིད་ཐོར་འགོད་མི་དགོས་པ་དེ་ཡིན་ལ། གཏན་དུ་བྲན་དགོས་ངེས་ཀྱང་དེ་ཡིན་ལགས།

བྱི་ལོ་༢༠༡༢ ལྷ་ ༤ཚེས་ ༡༥ཉིན།

ཉི་མ་ལ་ཁའི་དྲན་གསོ།

གཅིག

རི་བོ་དང་མཚམས་སྐྱིན་གྱི་གསེབ་ནས་གསེར་མདོག་གི་ཉི་མ་སེར་པོ་དེ་མཐོང་
ཐངས་རེ་ལ། དའི་ཡིད་ལ་ཚོར་བས་མཉན་ཅིང་། དྲན་གདུང་གིས་གཟིར་བས་ཅི་
འདའི་མག་མོག་ཏུ་གྱུར་པའི་གསང་བ་སྐྱོག་གྱུར་ཞིག་རེད། གསེར་མདོག་གི་ཉི་མ་
སེར་པོས་སྤྱིར་བཞིའི་སྟུན་པ་བསལ་ནས། གངས་རི་དང་རི་བོ་དག་གི་ཐོག་ཏུ་བརྒྱལ་
ལ་ཉེ་དུས་འདྲིག་རྟེན་འདི་ཅུ་སྐར་ཡང་སྐྱག་ཅུམ་གྱི་སྟུན་པ་ཞིག་འཐེབ་ཡོང་ན།
སྐབས་དེར་ང་དང་དའི་ཁོར་ལུག་འདི་ཅུ་འདྲིགས་ཅུང་ཅན་གྱི་སྟུན་ནག་སྐྱག་པོ་
ཞིག་གིས་བསྐྱིབ་ཡོང་ཨང་།

རྒྱང་དང་བསེར་བུས་རྒྱབ་ཏུ་གཅོས་ཚྱོད་ལ། ཁ་ཚར་བུ་ལུག་མདུན་ནས་
བཀག་ཚྱོད་བ་མ་ཟད། འདྲུག་སྐད་སྐོག་དམར་དང་། ཐོག་སེར་ཤུ་འོད་དུ་བཞུར་སའི་
ཀྲག་ཀྲོག་གི་ལམ་འཕྲང་དུ་མ་བརྒྱད་ཚྱོད་བའི་གསེར་མདོག་གི་ཉི་མ་སེར་པོ་ལགས།
ངས་ཁྱེད་ཉ་ཅང་དྲན། དྲན་དགས་པའི་དབང་གིས་དའི་ཚོར་བ་རྒྱ་མོ་ལས་གང་
ཞིང་། ཐོམ་པའི་འདྲེགས་འདྲོག་རི་རབ་ལས་སྐྱེ། མི་ལ་ལས་ཁྱེད་ནི་འདྲིག་རྟེན་འདི་
ཅུ་ཞི་བདའི་རྩོད་ཁོལ་སྐྱིན་མཁན་དང་སྐྱག་ཅུམ་གྱི་སྟུན་པ་སེལ་མཁན་གྱི་གསེར་
མདོག་གི་སྐྱོན་མེ་ཚེ་འབར་ཡང་ཟེར། ངོ་མ་བདེན་ཁ་སྐྱོགས་པའི་སྐྱོམ་ཚིག་ཅིག་
རེད་ཨང་།

གཉིས།

གསེར་མདོག་གི་ཉི་གཞོན་ཁྱེད་ནི་མཁའ་དབྱིངས་ཀྱི་ལམ་བུའི་ཐོག་ཏུ་བགྲོད་ཐག་
ཉ་ཅང་རིང་། ད་དུང་ཤར་སྐྱིན་ནག་པོ་ལང་ལིང་དུ་ཁྱེད་ཀྱི་བགྲོད་ལམ་ཀྲག་ཀྲོག་

རྣམ་མཉེ་མིག་ཚུ།

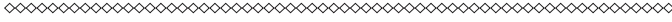
གི་ཚུགས་སུ་ལྟོད་མེད་ངང་རྒྱ་བཞིན་གངལ། བྱེད་ནི་རི་བོ་དང་སྤྱིན་པའི་གསེབ་
ནས་དབྱིད་ལྷགས་སྤང་དང་། དབྱར་ཚར་ཚུ། ལྷོན་སད་སེལ། དགུན་བུ་ཡུག་གི་ཁྲོད་
སོགས་དུས་བཞིའི་འགྲུར་ལྷོག་རི་ལྟར་བྱིན་ཀྱང་། བྱམས་བཅེའི་འདུམ་མདངས་
སེར་པོ་འདིག་རྟེན་འདི་རུ་བཞད་པ་ནས་བཟུང་། ལྷག་རུམ་གྱི་ལྷན་པ་སེལ་མཁན་
བྱེད་ཡིན་ལ། སེམས་ལྷན་སྐྱེ་འགྲོ་རི་འདྲའི་མང་པོ་ཞིག་ལ་དགའ་སྦྱིད་ཀྱི་རང་
དབང་དང་བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་དཔལ་ཡོན་བྱིན་བྱུང་ཨང་།

མ་གཞི་མི་བུ་སུ་དང་སུ་ཞིག་ཡིན་རུང་རང་ལ་བྱམས་པ་དང་བཅེ་བས་
སྦྱོང་མཁན་དེར་མི་དགའ་མཁན་མེད་མོད། འོན་ཀྱང་ལེགས་ཉེས་ཀྱི་སྤང་དོར་ལ་
ཚོངས་ཤིང་། སུགས་བསམ་གྱི་དམིགས་འདུན་མེད་མཁན་ཚོར་མཚོན་ན། དེ་ལས་
ལྷོག་སྟེ་ར་ལན་ཚུས་འདལ་དང་། ཚང་ལན་གཅིན་འདལ་བུ་རྒྱ་ལྗི། ཁོང་ཚོ་ལ་རྒྱན་
ལྷན་ནས་གོམས་པའི་གཤིས་ལུགས་སུ་ལྷུབ་ཚར་བས་རེད། དེ་ལ་འཁང་ར་དང་
མཚང་འབྲུ་སྟོག་དགོས་དོན་ཡི་ནས་མེད།

གསུམ།

ང་དང་ངའི་ཁོར་ཡུག་འདིར་ཅི་འདྲའི་སྟོད་བདེའི་འཚོ་བ་ཞིག་རོལ་བཞིན་འདུག་
ཨང་། བཅོམ་མཉེ་བླ་བ་དཀར་པོ་བྱ་སྐྱུག་ཁྲ་ཡིས་བཅོན་བཟུང་བཞིས་པ་ནས་བཟུང་།
འདིག་རྟེན་དེ་རུ་རང་དབང་དང་འོད་སྤང་གི་སྐྱལ་བ་ཞིག་ཡེ་ནས་ཤར་ལྷོད་མེད། ཁ་
བ་ཡུ་བུག་གིས་གཅོས་པའི་ལ་ཁའི་དར་ལྷོག་ཟད་པོ་དེ་དག་སྦྱིད་སྦྱུག་དབྱིད་ཀྱི་སྐྱ་
སྟོ་ལྟར་འདྲེས་ལྷོད་ལ། ལྷ་ཉ་ནག་པོ་དག་གིས་ཉལ་དགོད་ཀྱིས་རྣ་བར་ཡང་གཟན་
ལྷོད། ད་དུང་རི་སྐྱུང་སྟོན་མོའི་མཆེ་སྤེར་གྱི་ཚེ་ན་ཉམ་རྒྱུང་ལུ་གུའི་ཚེ་སྟོག་ཅི་
འདྲའི་མང་པོ་ཞིག་ཤོར་སོང་ཨང་།

ཞི་བདེ་དང་ཞི་བདེའི་འཚོ་བ་ལ་ལོངས་སུ་རོལ་བཞིན་པའི་ཞི་བདེའི་འདིག་རྟེན་
དེ་རུ་མདའ་དང་མདེའུ་བྲག་ཚར་བབས་སོང་ལ། གདོན་འདྲའི་ཚོགས་ཀྱིས་ཉལ་ཆ་
དགོད་སྤངས་ལ་བལྟས་ན། ད་དུང་ཤ་དང་རུས་པས་རི་གཤོང་དག་དགང་རྒྱ་ནི་ལོང་
བས་བལྟས་ན་གཟུགས་མཚོང་བ་དང་། འོན་པས་ཉན་ན་སྐྱ་ཐོས་རྒྱ་སྟོས་ཅི་དགོས།



རི་བོའི་བྱང་ཁ་གཤམ་གས་ནས་གཏེར་རྣམས་ཀྱི་སྤོ་སྤོང་དག་འདོན་དུས་ཆགས་སྤོང་དང་
ཕམ་ཁ་མཆིས་ཚད་དང་དང་དེ་སྐོན་སྤོང་ལྟེ་སྤོང་ཐོག་ཏུ་བབས་བྱུང་།

འཛེམ་སྤོང་ས་ཡི་ཡང་ཚེ་ཏུ་སྤོང་བ་གདོང་དམར་ཚང་གི་མིའི་འགོ་བ་
བྱུང་བ་ནས་བཟུང་། རང་གི་ཚེ་སྤོང་ལས་གཅེས་པར་བསྐྱུངས་པའི་རང་བྱུང་གི་
ཁོར་ལུག་དེ་ཉིད་གངས་རི་དུང་ལས་དཀར་ཞིང་གཅང་ལ། སྤོང་དམར་བྱུ་ཏུ་ལས་
དམར་ཞིང་བརྒྱུད། དུང་གསེར་མདོག་ལྟ་བུའི་སྤོང་སྤོངས་དང་། གཤམ་མདོག་ལྟ་
བུའི་སྤོང་གིང་དག་མདོར་ན་མཛེས་སྤོང་ལྟ་ལྟ་ལས་དངར་ཞིང་། ལོངས་སྤོང་སྤོང་
ལྟ་ལས་བྱུག་པའི་འཛེམ་ས་ཡི་ཡང་ཚེའི་རང་བྱུང་གི་ཁོར་ལུག་དེ་ཉིད་ས་ཐོག་
ཏུ་བརྐྱུད་ནས་བཟུང་སྤོང་སྤོང་བཀྲིས་མོད། ཡིན་ནའང་ཤར་སྤོངས་སྤོངས་བཅོམ་
འཛེལ་བཀྲིས་པ་ནས་བཟུང་། གངས་རིའི་ཡང་ཚོ་རྣམས་མེ་ཏོག་གི་འདབ་མ་རྟེད། རོ་
རྒྱུའི་བྱག་རི་སྤོང་། གཤམ་བཟུང་གི་མཚོ་མོ་བསྐྱེས་པ་སོགས་མདོར་ན་འཛེམ་གཉེན་
དེ་ཏུ་གཤམ་རྒྱུའི་གོང་ཁྲེར་གི་ལྟེ་བར་བསྐྱུར་སོང་བ་རེད།

བཞེ།

ལྷན་སེལ་གི་ཉི་མ་སེར་པོ་རུབ་གི་རི་དང་དགོང་རྣམས་མཚམས་སྤོང་གི་གསེབ་ནས་
གཤམ་ལ་འཐབ་གི་སྤོང་པར་ཏུབ་པའི་འཛེམ་གཉེན་འདི་ཏུ་ཞི་བདེ་དང་རང་དབང་གི་
འོད་སྤོང་ཞིག་བྱིན་བྱུང་བས། དེ་ཞིང་དང་དེའི་འཛེམ་གཉེན་འདིའི་བསོད་ནམས་
ཡིན་ལ། ད་དང་དེའི་འཛེམ་གཉེན་འདིའི་གཟི་བརྒྱུད་ཀྱང་ཡིན། འཛེམ་གཉེན་པས་
གཤམ་ལ་འཐབ་གི་ལས་ལ་བརྩོན་སའི་ཁོར་ལུག་འདི་རི་སྤོང་མཛེས་སྤོང་ལྟ་བུ་པའི་
མེ་ཏོག་སྤོང་རྒྱུའི་ཞིག་དང་། རང་དབང་བདེ་སྤོང་དང་གོ་ལའི་བྱིམ་ཚང་དགོད་སྤོངས་
མ་ཁེངས་བར་དེ་སྤོང་དུ་གསེར་མདོག་གི་ཉི་མ་སེར་པོས་རུབ་གི་རི་དང་དགོང་རྣམས་
མཚམས་སྤོང་གི་དབྱུག་ནག་བཟུང་དུ་བཟུགས་པར་སྤོང་།

བྱི་ལོ་༢༠༡༣ ཟླ་ ༤ ཚེས་༡༤ ཉིན།

ལམ།

སྲིད་པ་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཆེན་མོ་རྒྱ་དམར་མང་སྐོས་བཅན་འཇུག་ལ་བཀྲིས་ནས་བཟང་བུ་
འི་ལ་པོ་གསུམ་ལྷག་འདས་ཐེན་མོད། རྒྱལ་ཁབ་གཅིག་དང་མི་རིགས་ཤིག་གི་འཐབ་ཚོད་
ལ་བསམས་ན་དུས་ཡུན་རིང་པོ་ཞིག་ཀྱང་མ་རེད། འོན་ཀྱང་མི་སྐྱེར་གཅིག་གི་མི་ཆེ་ལ་
སྐྱམ་ན་དུས་རབས་གཅིག་དང་ཁྱད་པར་ཡེ་ནས་མེད། སྤྱིར་བོད་མི་བཅན་གྲོལ་བ་ཆགས་
ཏེ་སྤར་གྱི་ལོ་ཉེ་ལྷུང་རིང་ལ་ཆོགས་སུ་ཚུད་པའི་བུ་བ་ལེགས་བྱུང་བྱུང་ལ། སྤྱི་མའི་ལོ་
བཅུའི་རིང་དུ་ཤེས་ཡོན་དང་། སྤྱིག་འཇུགས། ཆབ་སྲིད་ཀྱི་སློམ་གཞི། འཚོ་བའི་དཔལ་
འབྱོར་སོགས་སློ་ཡུལ་ལས་འདས་པའི་ཡར་རྒྱས་བྱིན་མོད།

འོན་ཀྱང་རང་དབང་ཆེན་རང་ཚུགས་མི་ཤོར་བ་ག་ལ་སྲིད། བོད་མི་བཅན་གྲོལ་
བས་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ལས་འགུལ་གང་འདྲ་ཞིག་སྤེལ་རུང་ཚོགས་པ་རེ་ལ་ལངས་ཚུགས་རེ་
དང་། ཚོགས་གཙོ་རེ་ལ་ལྷ་བ་རེ་ཡོད། དེ་ལྟར་ལོས་ཡིན་ལ་ལོང་ས་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་
པོས་གསོལ་རས་བསྐྱེད་པའི་ཡང་དག་པའི་མང་གཙོའི་ལམ་ཆེན་ཞིག་བསྐྱེད་པ་རེད། དེ་
ནི་མཁའ་ལམ་དང་། ལྷགས་ལམ། ལྷུང་ལམ། མཚོ་ལམ་སོགས་ལྟར་འགྲོ་བྱོན་གང་ཡང་
མ་བཏང་བར་གོགས་མེད་བདེ་སྐྱབས་གི་མང་གཙོའི་ལམ་ཆེན་ཞིག་བསྐྱེད་པ་རེད།
ལམ་དེ་ནི་མང་གཙོའི་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་གྱི་ལམ་དང་མི་འདྲ་བ་ཞིག་ནི། འགད་རུས་པའི་
སྐྱུ་མཁར་བཅེགས་དགོས་མ་བྱུང་ལ། ། ལྷག་དང་རྒྱ་མའི་དར་རྟགས་ཀྱང་འཐེན་དགོས་
མ་བྱུང་མོད། ལམ་དེའི་ཐོག་དུ་སྤོང་མཁན་གྱི་མི་ནི་འབྱོར་ལྡན་དང་དབུལ་ཤོངས། ཤེས་
ལྡན་མཁན་སོགས་ཉ་ཅང་མང་པོ་གངལ། མི་སྣ་དེ་དག་པལ་ཆེ་བ་དང་ལས་ཁོ་སྤྱད་དང་



། ཁྱོད་ལས་ང་རྗེས་མཁུ་ལ་སྟེན་པའི་དེ་ལྟོང་དང་ཕྱོགས་མཐའ་ཁག་གི་
གཞིས་གོང་ལ་ཉུལ་དུས་ལམ་དེའི་ཐོག་ལ་སྐྱོད་མཁུ་རོ་མ་བཟེས་སྐོང་དབུ་སྐྱེད་ཀར་
ཞིང་མཁུར་སྟེན་སྐོམ་པའི་སྐྱ་ཆུན་གཅིག་ལས་མ་མཐོང་། རྒྱ་མཚན་ལོ། སྐྱ་ཆུན་དེས་ལམ་
འདི་ནི་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་ཁོང་ཡངས་པའི་སེམས་ལྡན་སུ་ཞིག་བསྐྱོད་ཀྱང་ཚུ་རོལ་ནས་པ་རོལ་དུ་
འཕྲོ་བུ་ལ་གོགས་མེད་ངང་བསྐྱོད་ཐུབ་པའི་དམིགས་བསལ་གྱི་ཁྱེད་ཚོས་རྟོགས་པས་པེད།

གྲིས་པ་རྒྱུང་རྒྱུང་འགས་ང་ལ་ལམ་དེའི་ཁྱེད་ཚོས་འགྲེལ་བཤད་སྟོན་རོགས་
ཟེར་ཉེ་གོན་བ་ནས་འཐེན་བཞིན་གདལ། ང་འོ་ཚ་ཞིང་ཁ་སྐྱེད་ས་དགོས་པའི་དོན་དག་
ཅིག་མ་ཡིན་ནམ། ངས་གྲིས་པ་ཚོར་ལམ་དེ་ནི་ཐར་ལམ་པེད། ང་ཚོས་ལམ་དེའི་ཐོག་ཏུ་
བསྐྱོད་ན་ཉ་ཅང་སྐྱིད་པོ་ཡོད་པེད། ཅས་ཤོད་དུས། ལོ་ན་བདུན་ལས་སོང་མེད་པའི་གྲིས་
པ་གཅིག་གིས་མཐོང་ཐོང་གནམ་དུ་བསྐྱེད་ས་ཤིང་། ཐུགས་རྗེས་གཟིགས་ལམ་དེའི་སྐོམ་
གཏོད་བ་པོ་སུ་ཡིན་དང་། ལམ་དེའི་ཐོག་སྐྱོད་མཁུ་མི་སྣ་རྣམས་ཀྱི་ཁྱེད་རོགས་ཟེར།

ངས་མཇུ་བ་མོ་ཀེར་ཞིང་ལམ་དེ་ནི་སྐོམ་གཏོད་བ་པོ་སྐྱ་ཆུན་ཁོང་པེད། ཁོང་ནི་
ད་ཆར་དགུང་གྲངས་དོན་བདུན་པེད། དེའི་ཐོག་སྐྱོད་མཁུ་ནི་སྐྱ་ཆུན་ཁོང་པེད། ཁོང་ནི་
ད་ཆར་དགུང་གྲངས་དོན་གཉིས་པེད། དེ་མིན་ཁ་ཤམས་མཆིས་མོད། འོན་ཀྱང་གཅིག་དང་
གཉིས་ཟེར་ནས་མིང་མི་ཤེས། ཞེས་བཤད་དགོས་ལྗང། གྲིས་པ་ཚོས་གཅིག་འོ་གཅིག་
གིས་བཟུས་ནས་མགོ་པོ་ལྷོག་ལྷོག་དེས་ཁོང་ཚོ་ལ་འདོད་རྣམས་སྐྱེད་ས་ཐུབ་མེད་པ་ངས་
ཤེས་ཡོད། མཐར་གྲིས་པ་རྒྱུང་རྒྱུང་ཚོས་ལག་དྲང་གཅིག་ཏུ་སྟེལ་ནས་ཁྱོད་ཡངས་པའི་
ལམ་ཆེན་དེའི་ཐོག་ཏུ་བསྐྱོད་རྒྱུའི་དམ་བཅའ་བཞག་སོང། དེ་ནས་བཟུང་ངས་གྲིས་པ་
ཚོའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་ལམ་ཆེན་དེའི་ཐོག་མདུན་སྐྱོད་ཀྱི་དམ་བཅའ་བཞག་པ་ཡིན།

གྱི་ལོ་ ༡༠༡༡ ཟླ་ ༦ ཚེས་ ༡༥ ཉིན།

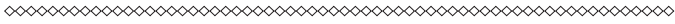
རང་བཅན་དང་དབུ་མ།

༡

ཉེ་ལམ་བཅན་བྱོལ་བོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཁོད་དུ་“རང་བཅན་དང་དབུ་མ”འི་སྐོར་
སྐྱོངས་མ་ཐག་དེ་དག་རང་བཅན་རེད། ཁོ་བོ་ནི་དབུ་མའི་ལམ་ཡིན་ཟེར་བ་དང་།
ཡང་རང་བཅན་འཐབ་ཚེད་པས་ཁོང་ཚོ་དབུ་མའི་ལམ་ཐོག་སྐྱོད་མཁན་རེད་ཟེར་
བ་སོགས་གང་ལྟར་ཡིན་ལུགས་བརྒྱ་དང་མིན་ལུགས་སྟོང་ཅི་ལྟར་བགྲངས་ཀྱང་། དེ་
དག་ང་ཚོའི་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་རྩ་དོན་ལ་སུན་པའི་འཐབ་ཚེད་ཡང་དག་ཅིག་མ་རེད།

༢

རང་བཅན་དང་ལམ་དབུ་མ་གཉིས་ཀ་རེ་བ་ཅམ་ལས་དོན་སྤྲིན་ངི་ཡོང་ད་ལྟ་ང་ཚོ་
བཅན་བྱོལ་བོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་རྒྱུང་རྒྱུང་འདི་ཉིད་བྱོགས་གང་ནས་བལྟས་ཀྱང་ཟུར་
བལྟས་ལེབ་མཐོང་ཅམ་རེད། ང་“རང་བཅན”“དང་ཁྱོད”“དབུ་མ”“ཞེས་ནང་འཇུག་
དང་འཐེན་འཁྱེར་བྱེད་དགོས་དོན་ཡི་ནས་མེད་སོང་བ་རེད། གལ་ཏེ་བོད་མི་རིགས་
ཀྱི་རྩ་དོན་གྱི་འཐབ་ཚེད་དང་། བདེ་སྲིད་ལ་སུན་ཐོགས་ཤིག་མཆིས་ན་ནང་འཇུག་
དང་། འཐེན་འཁྱེར་གྱི་བློ་གར་སྐྱུར་མོ་འཇུག་ཚོགས་པ་མ་ཟད། དེ་དག་གི་ཐོག་ལ་
ངེས་པར་དུ་རྩོ་སྟོབས་གསར་པ་ཞིག་དང་སེམས་ཤུགས་འཕར་མ་ཞིག་བསྐྱེད་ཚོགས་
པ་རེད་མོད། ཡིན་ནའང་དེ་ནི་རང་མགོ་རྒྱུང་བྱེད་ཀྱི་ཐོ་བ་དང་། ཆིག་སྐྱིལ་གྱི་གོང་
འཁྱེད་ལུས་པ་གཏོར་བྱེད་རྩལ་ཕྱན་མཚོན་ཆ་ཞིག་ལས་མ་འདས་པས། ཁ་བ་གངས་



ཅན་པའི་རིགས་སུ་གཏོགས་པ་སུ་ཞིག་ཡིན་རུང་དེ་དག་གི་ཐོག་ལ་སྒང་དོར་མ་
འོར་བ་བྱ་རྒྱུ་ནི། འདས་ཟིན་པའི་འཐེན་འབྱེར་གྱི་སྐྱོད་གར་མང་པོ་ཞིག་འཁྲབ་སྟོན་
བགྱིས་ཡོད་པས། དེ་དག་ལས་སྒང་བྱ་སྒངས་ནས། མ་འོངས་པར་འབར་འབྱར་ཀྲག་
ཀྲོག་བྲལ་ཞིང་། ཁོད་སྟོམས་མངོས་སྟུག་ལྡན་པའི་ལམ་བུ་ཞིག་གི་ཐོག་ཏུ་བསྐྱོད་རྒྱ་
ནི་གལ་ཆེའི་ནང་གི་དོན་ཆེན་ཞིག་རེད་སྟེ།

༡

རང་བཅན་འཐབ་རྩོད་པས་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་རྩ་བའི་རྩ་དོན་ལ་ཕན་པའི་འཐབ་
རྩོད་ཡང་དག་ཅིག་འབད་འབྱངས་བགྱིས་སོང་ན། དེ་ནི་ས་ཡ་དྲུག་གི་སྟུགས་ཀྱི་
འདུན་མ་ཡང་ཡིན་ལ། དབུ་མའི་ལམ་ལ་ཤར་བསྐྱོད་བགྱིད་མཁན་གྱིས་ཤི་མ་གསོན་
གྱི་སོ་མཚམས་སུ་འགྲུང་མཁན་མི་རིགས་འདི་ཉིད་རྒྱ་དམར་ལྷ་ལྗོའི་མཚོན་ཆའི་
ཁ་ནས་སྤར་སྐྱོབ་བྱ་བྱུང་ན། ད་གཟོད་མདོ་དབུས་ཁམས་གསུམ་གྱི་སྤྱན་རླབས་
ཀྱི་སྣང་ནད་སྣེ་མོ་དེ་ཡང་སངས་སྤུལ་སོང་བ་རེད། རང་བཅན་པ་ལ་རང་བཅན་གྱི་
རིང་ལུགས་ཤིག་ལྡན་ཁོ་ཐག་རེད་ལ། དབུ་མ་པ་ལ་འང་དབུ་མའི་ལམ་གྱི་ལྷ་གུབ་
ཅིག་ཡོད་མོད། འོན་ཀྱང་མི་བུ་རེ་འགས་དེ་གཉིས་ལས་གང་ཡང་མ་ཡིན་པའི་བོད་
མི་རིགས་ཀྱི་རྩ་དོན་ལ་ཕན་པའི་ལམ་ཁ་ཞིག་འདིག་ཉེན་འདི་རུ་འཚོལ་སྟེན་ཡང་
ཉེད་རྒྱ་ནི་རི་བོང་རུ་ལས་དཀོན་པས་སོ།།

༢

རང་བཅན་དང་དབུ་མ་གང་ཡིན་རུང་འདས་ཟིན་པའི་མི་ལོ་ལྔ་བརྒྱལ་གྱིར་བལྟས་
ཤིག་བགྱིས་ན། ང་ཚོས་ང་ཚོའི་རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་རིགས་ལ་ལེགས་སྐྱེས་མང་པོ་
འབུལ་དགོས་པ་ཉན་ཉན་ཡོད། ཡིན་ནའང་རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་རིགས་ལ་ལེགས་སྐྱེས་
འབུལ་རྒྱ་བཞག་ནས། སོ་སོའི་ཕྱོགས་གཏོགས་སུ་གྱུར་པའི་ཚོལ་ཁ་དང་ཚོས་ལུགས་
ཀྱི་འཐེན་འབྱེར་དང་། འབྱོར་ལྡན་དང་སྐྱེ་བྲག་རིང་ལུགས་དབར་གྱི་འབྲེན་རྩོད།
རང་དོན་ཁོག་ཏུ་བརྒྱབ་ནས། གཞན་དོན་སྤྲོད་མ་ཟེང་ཟེང་གི་འཚང་ལ། ཁོ་གསར་
འབྱོར་དང་ང་རྗེང་འབྱོར་ཞེས་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་སྤང་སེམས་སོགས་མདོར་ན་

རྣམ་མཉེ་མིག་རྒྱ།

སྤང་དགྲ་ཤོས་ཤོས་ན་སློང་སྤང་དང་། གཉེན་ཉེ་བས་མཐོང་ན་ཡིད་སློབ་བའི་གནས་
རྒྱལ་མང་པོ་ང་ཚོས་སྤེལ་བཞིན་ཡོད།

༥

ཡལོང་ས་སྐབས་མགོན་སྐྱེས་ལྷོང་བཅུ་བཞི་པ་མཚོག་གིས་སྤྲུགས་བཅའི་ལྷ་ལམ་གྱི་
དབྱིངས་ནས་དུས་དང་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་གདམས་ངག་བདུད་ཚིའི་སྐྱེན་ཆར་རྒྱན་
ཚད་མེད་པར་འདོད་བཞིན་པ་ནི། "རེ་བ་བཟང་ས་དང་། བྲ་སྐྱིག་སྐྱུག་ས་ནས་བཞི་
དགོས་" ཞེས་བཀའ་ཡང་ཡང་སེབས་དོན་ལ་བརྟགས་ན་ང་ཚོའི་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་
འཐབ་ཚྀད་འདི་མི་རབས་ནས་མི་རབས་བར་དུ་རྒྱན་འབྲེངས་དགོས་པ་དང་། འཐབ་
ཚྀད་འདི་ལའང་ཤེས་ཡོན་དང་མི། དུས་ཚྀད་དང་རྒྱ་ལོར་མང་པོ་ཞིག་གཏོང་དགོས་
པ་དེའང་གསལ་པོ་རེད།

ཡལོང་ས་མཚོག་གིས་རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་རིགས་ཤིག་གི་འཐབ་ཚྀད་འདི་ནི། མི་གཅིག་
གཉིས་ཤིག་གིས་བསྐྱབ་སྐྱབ་པ་མིན་པས། སོ་སོས་འགན་འཁུར་སྲངས་ནས་མི་རེ་
ངོ་རེས་མི་རིགས་ཀྱི་བདེན་དོན་ཚྀད་དགོས་པ་ལས། མི་གཅིག་གཉིས་ཤིག་ལ་རེ་བ་
བརྒྱབས་ནས་བསྐྱད་ན། དེ་ནི་ཉ་ཅང་གི་ཉེན་ཁའོན་པོ་རེད་ཅེས་གསུངས་པ་བཞིན་
ང་ཚོས་ཀྱང་ཡརྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་ཁྱེད་ཀྱིས་འདོན་ན་འདོན་པ་རེད་མ་གཏོགས་ཟེར་
ནས། དུས་ད་ལྟ་བར་དུ་སོ་སོའི་རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་རིགས་ཀྱི་སྤྲད་དུ་སྐྱེ་ངལ་རི་ཅམ་
བསྐྱངས་མེན་དང་། སྤྲུགས་ཁྲལ་ཅི་ཅམ་ཡོད་མིན་ཉེན་གཅིག་དབྱུད་ཞིབ་མེད་པར་
ད་དུང་འགན་དབང་ཡོངས་རྫོགས་བཀའ་བཞི། ལས་ངན་ལས་གཡོལ་ཐབས་བྱེད་
པ་དང་མི་རིགས་ཀྱི་འཐབ་ཚྀད་ལ་འགན་མ་ཁུར་བའི་སྤྲད་ཆའི་འགྲོས་ལ་བརྟགས་
ན་རྟོགས་སྐྱབ་པ་ཞིག་རེད།

ཡིན་ནའང་ལོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་ཡརྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེས་དེ་འདྲ་གསུངས་ཚྀང་
མེད། ཡལོང་ས་མཚོག་གིས་ཁྱེད་ཚོས་ལས་དོན་ཆེ་རྒྱུང་གང་ཞིག་བསྐྱབས་ཏུ་ལྷག་
བསམ་རྣམ་དག་དང་། སྐྱིད་དོན་འཁུར་དུ་སྲངས་ནས། ང་སྤྲོད་པའི་རིང་ལ་ཁྱེད་ཚོས་
ང་མེད་པ་ནང་བཞིན་ལས་ཀ་བྱེད་དགོས་ཞེས་པ་ནི། མ་ཡིས་སུ་ལ་གདམས་པའི་



མན་ངག་ཟབ་མོ་ཞིག་ལས་མ་འདས་པས་སོ།།

༤

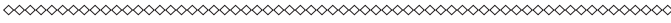
མདོར་ན་གཞུང་དང་གཞུང་འབྲེལ་མ་ཡིན་པའི་ཚོགས་པ་ཆེ་ཆུང་གང་ཞིག་ཡིན་
རུང་སོ་སོའི་ཕྱག་ཐོག་ལ་བབས་པའི་སྲིད་པ་བོད་ཀྱི་རྩ་དོན་ལ་ཕན་པའི་འཐབ་རྩོད་
དང་། ལས་དོན་ཆེ་ཆུང་གང་ལ་འདྲུལ་ཞུགས་བཀྲིས་ཀྱང་ལྷག་བསམ་ནམ་དག་དང་།
རྒྱབ་མདུན་ངོ་སློག་མེད་པར་བྱ་རྒྱ་ནི་གལ་ཆའི་ནང་གི་དོན་ཆེན་དེ་ལགས་པས།
ལས་ལ་བརྩོན་ཞིང་ཤེས་རིག་བཀྲ་བའི་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་གཞོན་ནུ་ཤེས་ཡོན་ཅན་
དང་། ཤེས་འདོན་ལྷག་བསམ་གང་ལའང་གཞན་རྗེས་མི་འདོག་པའི་ཚོགས་སྡེ་ཁག་
གི་ལས་གཙོ་རྣམ་པར་ཕན་པའི་རྒྱ་རུ་མ་གྱུར་ཀྱང་། རང་དང་སྐལ་བ་མཉམ་པ་དག་
ལ་བྲན་སྐྱལ་གྱི་ཚུལ་དུ་བྲིས་པས་སོ།།

ཕྱི་ལོ་༡༩༩༡ ཟླ་ ༤ ཚེས་༡༩ ཉིན།

ཡུགས་བསམ།

གཅིག

སྤྱིར་མི་བྱ་སྲུ་དང་སྲུ་ཞིག་ཡིན་ཏུ་སྤྱུགས་བསམ་མེད་མཁན་ཞིག་མེད་མོད། ཡིན་
 བཤད་ལྟའི་ཆར་སྤྱི་ཚོགས་ཁྲ་ཁྲ་བྱིང་བྱིང་ལ་སོང་། མི་རྣམས་ཀྱང་ཕྱི་དངོས་པོའི་
 དཔལ་འབྱོར་ལ་མགོ་བོ་འཁོར་ནས། མི་རིགས་དང་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་གནས་བབ་སྐོར་
 སོགས་ལ་བསམ་གཞིག་བྱེད་མཁན་དང་འགན་འཁུར་ལེན་མཁན་ཏེ་ལམ་དཀོན།
 ཡིན་ནའང་བོད་མི་བཅོམ་བྱོལ་བ་གཙོས་པའི་གཞིས་བྱེས་སྤྱན་རློབ་རྒྱས་ཡོངས་
 ཀྱིས་རང་མི་རིགས་ཀྱི་ད་ལྟའི་གནས་བབ་འདི་ལ་ཤ་ཚད་དཀོས་པར་མ་བཟད། དེ་དག་
 ལ་སྤྱིང་ཉེ་བའི་ལ་རྒྱའི་ཡུགས་བསམ་ཞིག་གྲུང་ན་འདོད། ང་ཚོ་ཤེས་ཡོན་གྱི་བལོ་
 རྒྱལ་ཐོབ་པའི་བོད་མི་བཅོམ་བྱོལ་བ་དང་ལྷག་པར་དུ་མཐོ་སློབ་ཁག་ཏུ་འགྲིམ་
 བཞིན་པའི་མ་འོངས་སྲིད་པ་བོད་ཀྱི་སོན་རྫོང་ཚོས་བཅོམ་བྱོལ་བོད་མིའི་མང་གཙོའི་
 ལམ་ཡང་དག་པའི་བྱུང་ཚོས་དང་། ཡང་དག་པའི་མང་གཙོའི་ལམ་དག་གིས་ཕྱི་
 དངོས་པོའི་དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཡར་རྒྱས་དང་། བུད་བསམ་སྐོར་ཞི་བདེའི་དཔལ་ཡོན་
 སོགས་ཀྱི་རིན་ཐང་ཡང་དག་ཅིག་རྟོགས་པ་ལ། ཐོག་མར་མི་རེ་ངོ་རེས་སོ་སོའི་ཤ་
 འཇུག་ཏུ་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་དང་། རྣམ་དང་ཡི་གེར་མཚོན་ཏེ་རིག་པའི་གཞུང་ཡུགས་
 སོགས་མདོར་ན་མི་རིགས་ཤིག་གི་སྤོ་སྤྱིང་མཆིན་གསུམ་དུ་འཐེམས་བྱེན་པའི་ཡུལ་
 དང་གོ་མས་པའི་གཞིས་ཡུགས་གཅིག་པའི་མི་རིགས་འདིའི་ལས་དབང་ལ་ཤ་ཚད་ན་
 ད་གཞོན་སྤུགས་བསམ་གྱི་ལམ་ཆེན་ཞིག་འཚོལ་ངེས་རེད།



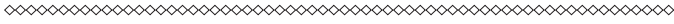
གཉེས།

བཅའ་ཁྲིལ་བོད་མིས་མཚོན་པའི་གདོང་དམར་ས་ཡ་དྲུག་ལ་སྤྱགས་བསམ་ལྡན་པ་
 དང་། ཡ་རབས་བཟང་སྲོད་མངའ་བ། ཤེས་ཡོན་ལ་དགའ་ཞེན། མདོར་ན་གྲུ་སྒྲིག་
 ལྷག་ས་དང་། རེ་བ་བཟང་ས་ནས་བརྒྱབས་ན། ད་གཟེང་འཛིན་སྤྱིང་འདིའི་སྐང་
 གི་སྡོན་སྡོན་ཅན་གྱི་མི་རིགས་ཚོ་དང་འགཉན་དུ་མ་སྤུབ་ཀྱང་། རྗེས་སུ་མི་ལུས་པའི་
 གདོང་སྲོབས་ང་ལ་ཡོད། ང་ཚོས་ངེས་པར་དུ་ང་ཚོའི་ད་ལྟའི་གནས་བབ་འདི་ལ་
 བསམ་གཞིག་རྣལ་མ་ཞིག་དང་། སོ་སོས་སོ་སོར་རྗེ་བ་ཡང་དག་ཅིག་གཏོང་རན་པར་
 མ་ཟད། ཅུང་འཕྱི་དྲགས་པའི་ཚོར་སྣང་མངར་སྣར་ཞིག་ཉག་དུ་སློ་ཡུལ་དུ་འཆར་
 འོང་གིན་གདའ། མ་གཞི་ངའི་སྐད་ཆ་འདི་དག་ཤེས་ལྡན་མི་སྣ་དག་དང་། ཆབ་སྲིད་
 པ་དང་སྲིད་དོན་མཁས་པ་ཚོས་ཤོད་རླུའི་བརྗོད་གཞི་ལྟ་བུ་ཡིན་མོད། འོན་ཀྱང་མི་རེ་
 རེ་ལ་ལས་འགན་རེ་དང་། མི་རེ་རེའི་སྤྱགས་བསམ་གྱི་བསམ་སློབ་ནང་ལ་མ་འོངས་
 པའི་བྱ་གཞག་མང་པོ་ཞིག་འཆར་སྲིད་པ་བཞིན་ཁོ་བོ་ཡང་དེ་ལས་མ་འདས་སོ། །

ལྷག་པར་དུ་མ་འོངས་སྲིད་པ་བོད་ཀྱི་བདག་པོ་ནི་ད་ལྟའི་གཞོན་ནུ་སློབ་
 ཏུ་བཅོམ་བཞིན་པ་ཚོ་ཡིན་པ་ནི་སློབ་མེད་རེད། དེ་དག་གི་བསམ་སློབ་ནང་ལ་མི་
 རིགས་འདིའི་མངར་སྣར་གྱི་ལས་དབང་དག་བཅོམ་དགོས་པར་མ་ཟད། མི་རིགས་
 ཤིག་གི་གཡུལ་སའི་འཐབ་ཚོད་མཁན་གྱི་དཔའ་བོ་དག་ཡིན་པས། ། ངེས་པར་དུ་ཁོ་
 ཚོའི་ལག་དྲུ་ཤེས་རབ་གྱི་རལ་གྱི་མེ་འབར་ཞིག་འཛོག་དགོས་ངེས་རེད། དེ་སྡོན་
 གཞན་ལྟ་བུ་སྤྱི་སྤྱོད་བཅོམ་ཐོག་མར་འབྱོར་དུས་མེས་པོ་ཚོས་དཀའ་ཉེན་ཉ་ཅང་
 མང་པོ་ཞིག་གཏོང་ཡོན་བཞིན་སྲོང་བ་མ་ཡིན་ནམ། ཡིན་ནའང་ང་དང་ང་འདྲ་བའི་
 གཞོན་ནུ་ཚལ་རྒྱུང་མང་དག་ཅིག་གིས་མེས་པོའི་དཀའ་རྒྱུན་ལ་བསམ་གཞིག་ཉེན་
 གཅིག་པལ་ཆེར་བཞིན་སྲོང་མེད་པ་རེད། དེ་ནི་ང་ཚོ་རོ་གཞོན་དགོས་པའི་བྱ་བ་
 རེད་ལ་མི་རིགས་ཤིག་གི་ལས་དབང་ལ་མཚོ་བསམ་མ་བཅང་པའི་འོར་འཁྲུལ་ཆེན་
 པོ་ཞིག་རེད་སྟེ།

གསུམ།

བཅོན་བྱོལ་བོད་མི་ཐོག་མར་རྒྱ་གར་ལ་སླེབ་དུས་གནམ་དང་ས་གཉིས་མ་གཏོགས་
 རོ་ཤེས་ཀྱི་མེད་མོད། འོན་ཀྱང་ད་ཆར་དེ་དག་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་ཐུབ་པའི་རྒྱ་
 མཚན་ནི། གཅིག་ནི་སྤྲུགས་བསམ་ལྡན་པ་དང་། གཉིས་ནི་ཡ་སྐབས་མགོན་རིན་པོ་
 ཆེ་མཚོག་གིས་དགོངས་པ་དབྱིངས་གཟེགས་ཀྱིས་ཡང་དག་པའི་མང་གཙོའི་ལམ་
 གསོལ་རས་བསྐྱལ་བ་མ་ཟད། དེ་དག་ལ་དཀའ་སྤྱད་འབད་བཅོམ་དང་ཁ་བཤད་
 ལག་ལེན་དུ་བཀར་ནས་རྣམ་པར་ལས་རྒྱལ་ཐུབ་པ་རེད། བཤེས་སོང་ཚོས་ཁྲག་དང་
 རུལ་རྒྱས་བསྐྱབ་པའི་བཅོན་བྱོལ་བོད་མིའི་བྱིམ་གཞིས་ཆ་ལྷན་ལྷན་དང་རྡོ་འཇམ་
 འཇམ་འདི་དག་གནས་སྐབས་བྱ་སྤྲུག་ཚོར་སློབ་སྦྱོང་བསྐྱབ་ས་དང་། སྤྲུགས་བསམ་
 མམ་མཐའ་མཐུག་གི་དམིགས་ལུལ་ནི་བོད་ལ་རང་དབང་སྤར་གསོ་བྱ་རྒྱ་དེ་ཡིན།
 འོན་ཀྱང་རྒྱ་དམར་གྲུང་ཁབ་གཞུང་གིས་དུས་དང་རྣམ་པ་ཀྱན་ཏུ་གཡོ་རྒྱུན་དང་
 ཏམ་བཤད་རྒྱང་རྒྱང་བཞིན་བཞིན་ཡོད་པར་མ་ཟད། ཡགོང་ས་མཚོག་ལ་གཞི་མེད་
 ཀྱི་བསྟོན་འཇུགས་དང་། བཅོན་བྱོལ་གཞུང་འདི་ཡང་གྲུང་གོ་ཁབ་བྲལ་གཏོང་མཁན་
 ཀྱི་ཇག་ཚོགས་ཤིག་ཡིན་པ་དང་། ཁོང་ཚོས་བཀའ་བཀོད་རྒྱུད་འདི་ནི་དང་། ཁིང་
 བྲན་ལམ་སྤྲུགས་དག་བསྐྱར་གསོ་གནང་རྒྱུའི་རེ་ངན་འཆང་བཞིན་ཡོད་སྟེ་བརྟན་
 འཕྲིན་དང་། ཚགས་པར། དུས་དེབ། གསར་འགྱུར་རྒྱུད་ལམ་སོགས་ལ་ཚུ་ཚོད་ཉི་ཤུ་
 ཚ་བཞིའི་རིང་རྒྱན་སྟོག་བྱེད་བཞིན་འདུག དོན་ངོ་མ་དེ་འདྲ་ག་ལ་ཡིན་ཏེ། ཡིན་མི་
 སྲིད་པ་ཞིག་རེད། ཡ་སྐབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེས་དུས་དང་རྣམ་པ་ཀྱན་ཏུ་བཅོན་བྱོལ་
 གཞུང་འདི་ཕྱི་གསལ་ནང་གསལ་ཞིག་ཡིན་པ་ལས། མངོན་སྟོག་དང་རྒྱབ་མཐུན་གྱི་
 ཚབ་སྲིད་གཉིས་མེད་པར་མ་ཟད། གལ་སྲིད་རྒྱ་ནག་གཞུང་གིས་བརྟག་དཔྱད་ཞིབ་
 འཇུག་བྱ་འདོད་ཡོད་ན། བོད་གཞུང་གི་ལས་ཁུངས་དག་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱོས་དང་།
 དགའ་བསུ་ལྷ་རེས་ཡིན་ཞེས་ཐེངས་མང་གསུངས་རྒྱུང་ཡོད། རྒྱ་དམར་གཞུང་གི་ཁྱ་
 ཏ་ནག་པོ་ཚོ་རྣམས་འོན་པ་མ་ཡིན་ལ། མིག་གཉིས་སོང་བ་མ་ཡིན་ནའང་ད་དུང་རྒྱ་
 རྒྱུན་གྱིས་རྣམ་པར་གཟུགས་བཞིན་འདུག མར་ཁེ་སླེའི་གཞུང་སྤྲུགས་རྒྱུད་འདི་ནི་བྱེད་



མཁུ་ཡིན་ཟེར་བ་ཞིག་གིས་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་དང་མི་མཐུན་པའི་འཆལ་གཏམ་ཞིག་ཤོད་དུས། འཇིག་རྟེན་འདི་ཅུ་བདེན་པ་ཟེར་བ་ཉིན་མོའི་སྐར་མ་ལས་དགོན་སོང་བ་མ་རེད་དམ།

བཞི།

ང་ཚོས་བརྒྱ་བཤད་སྟོང་བཤད་དི་ལྟར་བཀྲིས་ཅུང་གཞིས་བྲེས་བོད་མི་རྣམས་ཀྱིས་མཐུན་པའི་ལག་དང་གཅིག་ཏུ་སྐྱེལ་དགོས་ལ་སྤྲུགས་ཀྱི་དམིགས་ལུལ་གཅིག་ཏུ་སྤྲུགས་དགོས་ངེས་རེད། དེ་ལྟར་ཡོང་བ་ལ་གཙོ་བོ་ཤེས་ཡོན་དང་སྤྲུགས་བསམ་གཞིས་ནི་ཉན་ཉན་གལ་ཆེན་ཞིག་རེད་སྟེ། གནས་སྐབས་བོད་པ་འཛམ་བུ་གླིང་གི་རྗེས་སུ་མ་ཟེན་པ་ནི། དེང་དུས་ཀྱི་ཤེས་བྱས་སྤོངས་པ་བོད་མི་རྣམས་དར་གཞོན་ཡོངས་ཀྱིས་ངེས་པར་དུ་ཏུ་གོ་དགོས་པ་རེད་ལ། རྗེས་སུ་སྐྱིད་ལུག་དང་རྣམ་གཤེད་གི་དབང་དུ་མི་འགོ་བ་བྱ་རྒྱ་ནི། ཚམ་གཟུན་སྦྱི་བོ་རྣམ་བཞུན་ཡོངས་སུ་རྗོགས་པའི་སྤྲུག་ཏུ་བབས་པའི་ཁྲུང་པོ་ཞིག་རེད། སྤྲུགས་སུ་བཤད་ན་བོད་རྒྱལ་ཁབ་ཆེན་མོ་རང་དབང་སྐར་གསོ་བྱ་རྒྱ་དང་། འཛམ་བུའི་གླིང་འདིར་ཆ་གཤུང་གི་འཐབ་རྩོད་དྲག་ཏུ་འབར་ཞིང་། སྤར་བ་རུལ་མཚོན་གྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་ཞིང་འབྲུག་རྒྱལ་ཀྱི་མཚོ་མོ་འབྲིལ་བའི་སྐབས་འདིར་བྱམས་དང་སྤྱིང་རྗེའི་རང་གཟུགས་འཕགས་མཚོག་མི་ཡི་རྣམ་སྐུལ་ལ་སྐབས་མགོན་སྐུ་སྤེང་བརྩ་བཞི་པ་མཚོག་གིས་འཚོ་མེད་ཞི་བདེའི་གྲིབ་བསེལ་སྐུམ་པོ་ཞིག་བསྐྱུན་པ་རེད།

བོད་རྒྱལ་ཁབ་ཆེན་མོ་སྐར་ཡོད་ཅན་གྱི་རང་དབང་རང་བཅོན་དེ་སྐར་གསོ་བྱ་དགོས་ན་ཤེས་ཡོན་གྱི་ལག་ཆ་བེད་སྟོན་བཏང་ནས། བསྐྱར་གསོ་བྱ་དགོས་པ་ལས་སྐད་འབོད་དང་། འོས་སྐྱོར་ཅམ་གྱིས་རང་དབང་སྐར་གསོ་ནི་ཉིན་མོའི་གཉིད་ལས་ལས་མ་འདས་སོ། །

དེང་སྐབས་རྒྱ་ནག་དམར་ཤོག་ཚོགས་པའི་ལས་ཀྱི་སྡེ་མོ་ཚོས་བཅོན་བྱོལ་བོད་གཞུང་གི་ལམ་དབུ་མའི་སྲིད་རྒྱས་འདིའི་རྒྱབ་ལ་རང་བཅོན་གྱི་སྲིད་རྒྱས་ཤིག་སྤྲད་སྐྱོང་བཀྲིས་མེད་ན་སྐུམ་པའི་སེམས་ཁྲལ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལ་རྒྱ་མཚན་མེད་པ་

རྣམ་མཉམ་མིག་རྒྱ།

ཡེ་ནས་མ་རེད། འདྲ་མ་སྲུང་གི་ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་དང་། ལྷག་པར་དུ་སྤྱི་དཔལ་བོད་ཀྱི་
ལོ་རྒྱུས་དེ་བཟེང་ལག་དང་། གནའ་རྣམས་རྒྱུ་ཡིག་རྣམས་ལྷན་ཞུས་མཚོན་
པའི་ལུལ་གྱི་གོ་མས་པའི་གཤིས་ལུགས་སོགས་མདོར་ན་བོད་རྒྱ་གཉིས་ཤིག་ལག་ལག་
དང་གི་སོ་སོའི་མི་རིགས་ཤིག་དང་ཅན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱིས་བདེན་ལ་ལྷོགས་པའི་རྒྱལ་
ལབ་ཆེན་མོ་གཉིས་རེད།

ང་ཚོས་དྲང་བདེན་དང་གནས་ལུགས་དྲངས་ནས་བོད་རྒྱའི་དཀའ་རྙོག་སེལ་
དགོས་པ་མ་ཟད། དམར་ཤོག་སྤྱི་དབང་སྐྱེར་འདྲི་བ་ལམ་སྲོལ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་དག་གཤག་
བཅོས་ཉན་ཉན་ཉིག་ཉིག་བྱས་ནས། རྒྱ་དཔལ་ནང་གི་ནང་འདྲུ་དེ་དག་འཆེ་མེད་
ཞི་བའི་ལག་ཆ་བེད་དུ་སྤྱད་ནས་ལེན་དགོས་པ་ལས། དེ་ལས་ལྷག་པའི་ཐབས་ལམ་
ཞིག་སྤོང་གསུམ་འདྲི་ག་རྟེན་ལམས་སུ་བཅའ་ལ་ཀྱང་རྟེན་པར་དགའ། ང་ཚོས་དུས་
དང་ནམ་པ་ཀུན་དུ་སྤྱི་དབང་སྐྱེར་འདྲི་བ་ལམ་སྲོལ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་དག་ལ་དགག་པ་ཆ་
ནན་རྒྱག་དགོས་པ་ལས་སྐྱལ་པ་བཟུང་ན་སྤྱི་ལ་སོག་སྤྱི་ལ་འགོ་དོགས་སེམས་མི་རུང་
བ་རེད། ལ་དཔེ་དུ། “རྒྱ་ནི་དོགས་པས་སྤྱང་། བོད་ནི་རེ་བས་སྤྱང་།” ཞེས་པ་ལྟར་རྒྱ་ལ་
དོགས་པས་ཅི་སྤྱང་གང་ལྟར་ཀྱང་བོད་ལ་རེ་བས་ཉན་ཉན་སྤྱང་ཡོད་པེས་རེད།

ལ།

གལ་སྤྱི་དམེས་ཡོན་རིག་གནས་དང་། ལག་ཤེས་བཟོ་ལས། གསར་གཏོད་ཀྱི་སྣ་རིགས་
སོགས་ཀྱིས་མཚོན་པའི་མི་རིགས་ཤིག་གི་འགྲེལ་ས་ནས་ལང་དགོས་ན་དཀའ་ཉེན་
མང་པོར་གདོད་ལེན་བྱ་དགོས་པ་རེད། རྒྱ་ཚོགས་ཆེ་ཆུང་གང་ཞིག་ལ་འདྲུར་དུ་
ཐོན་པའི་ཞབས་འདེགས་སྤི་ལྷ་བརྒྱབ་སྐྱུ་ན་དེ་དག་དང་སྤྱན་དུ་མིང་སྤྱན་ལགས་
གྱི་རེ་ངན་འཆང་མི་རུང་བ་རེད།

དེ་ལས་ལྷོག་སྟེ་རང་གི་ལུས་པོ་འགྲུལ་སྤྱོད་གང་ཡང་མི་དགོས་པར་མིའི་
ལག་ནས། དུལ་དམར་ལེན་ཅི་སྤྱབ་དང་། རྒྱ་ལོར་ཟ་གང་སྤྱབ་བཟིད་བཞིན་འདྲུག་
པས། རྒྱ་ཆེ་བའི་ཚོམ་པ་པོ་དང་དྲང་བདེན་ཅན་གྱི་ཤེས་ལྡན་མི་སྣ་ཚོས་རྣམས་སོག་
གཙགས་འགོལ་བྱ་རྒྱ་གལ་ཆེ་ཞེས་བདག་གིས་སྤྱི་སྤོབས་སོ། ། ཡང་མི་ལ་ལས་འདི་



འདྲ་ཡང་དགོངས་སྲིད། དེ་ནི་ཚོངས་གཉིད་ལས་མ་སང་པའི་སྐད་ཆ་རང་ལས།
སྐྱབས་བཙུན་པོ་མི་སྲུ་ཞིག་ཡིན་ཅུང་གཞན་གྱི་ལག་ནས་རག་པའི་དངུལ་དམར་
དག་མེད་ན་ད་གཞོན་སྲུག་གི་ཐེབས་རྒྱ་རང་ལས་མེད་སྐྱམ་སྲིད་ཀྱང་། དེ་ནི་ཆེས་
ལས་ལ་མི་དགའ་ཞིང་ཟ་ཉལ་ལ་དགའ་བའི་བོད་མི་སྦྱིར་བཏང་བ་ཞིག་གི་བསམ་
ཚུལ་ཅམ་ལས་སྦྱི་ཡོངས་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་མཚོན་མི་ཐུབ་པས་སོ། །

ང་ཚོས་སྣ་ཕྱི་བར་གསུམ་དུ་འཆོ་མེད་ཞི་བའི་ལམ་ནས་བདེན་པ་དང་
གནས་ལུགས་བྱངས་ནས། བོད་ཀྱི་རང་དབང་སྐྱར་གསོ་ལ་འབད་བཞིན་མཆིས་མོད།
འོན་ཀྱང་གལ་ཆེ་ཤོས་ནི་སོ་སོའི་སྐད་དང་ཡི་གེས་མཚོན་པའི་ཐུན་མོང་དང་ཐུན་
མོང་མ་ཡིན་པའི་བརྒྱ་ཐུག་རིག་པའི་གནས་ལ་སྐྱབས་པ་མཐར་ཕྱིན་པའི་ཐོག་དེང་
དུས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་ཆ་ཚང་ཞིག་གི་རྒྱ་ཆ་བསྐྱབས་ན། ད་གཞོན་མིང་དོན་མཚུངས་
པའི་བོད་པ་ཞིག་དང་། ཐུགས་བསམ་སྣན་པའི་བོད་པ་ཞིག་ཏུ་ལབ་ཚོག་པ་རེད།

དུག

ངས་གོང་དུ་བཤད་པ་བཞིན་བོད་རྒྱལ་ཁབ་ཆེན་མོ་རང་དབང་སྐྱར་གསོ་བྱ་དགོས་
ན། ཐོག་མར་མི་རེ་ངོ་རེ་ནས་འགོ་འཇུགས་པ་ལས་འབྲེལ་མེད་དོན་གཞན་ཅན་གྱི་
བསམ་སློབ་དེ་འདོར་དགོས་ངེས་རེད། ངས་སྣ་གསང་མེད་པར་ཞུས་ན་ང་ཚོའི་གཞུང་
ཞབས་ལས་ཀྱི་སྣ་མོ་ཚོ་ལ་ཤེས་ཡོན་གྱིས་ཐོངས་མེད་ཀྱང་། ལྷག་བསམ་དང་རྒྱལ་
ཞེན་གྱིས་རྒྱང་ཞན་པ་མིན་ནམ་སྐྱམ། རྒྱ་མཚན་ནི། གཞུང་གི་ལས་ཁུངས་ཤིག་ལ་
འགོ་དགོས་བྱུང་ན། ཐོག་མར་རྒྱབ་སྐྱོབས་ཐོག་ལ་སྡོད་མཁན་ལས་བྱེད་ཚོའི་རྣམ་
འགྲུར་དེ་ཡང་གང་ཤུར་ཤུར་ཞིག་འདུག་ལ། བར་དུ་དུས་ཚོད་ཉག་ཉག་ཐོག་ཏུ་ལས་
ཀ་བྱེད་མཁན་ནི་དེ་བས་ཀྱང་དགོན།

མཐའ་མ་སོ་སོའི་སྣ་མོས་གང་ནས་རག་གི་ཡོད་པ་དང་། སོ་སོའི་ལས་
དོན་གང་དེ་སོ་སོས་ཉུར་བཅོལ་བྱ་དགོས་ནའང་དེ་དག་ལས་སྣོག་སྟེ། ཉེ་མ་འཁྲུལ་
ཐབས་དང་། ལས་ཀ་གཡོལ་ཐབས་ཁོན་བྱེད་མཁན་གྱི་ལས་བྱེད་མེད་པ་ག་ལ་ཡིན་
ཏེ། རང་སློབ་རང་ལ་སྐྱོག་ཏུ་མ་གྱུར་པ་སོང་། མཇུག་མོ་ལྷ་ལ་གངས་ཀ་མི་ཐོག་པ་གང་

རྣམ་མཉེ་མིག་རྒྱ།

ཡང་མེད། ང་ཚོ་དེ་སློན་བཀའ་བྲི་བྱུང་པ་ལ་སྐྱབས་རྗེ་མཁས་དབང་ཟམ་གདོང་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་གིས་བཀའ་སློན་གྱི་པའི་གིད་འགན་བཞེས་ནས། རྒྱལ་ཟུལ་སྲུང་ས་སྲུ་གུར་པའི་བཅོན་གྲོལ་གཞུང་གི་ལས་ཁུངས་ཁག་ལ་ཞིབ་འཇུག་དབྱིས་ཕྱིན་པ་གནང་ནས། རུལ་སྲུང་ས་པ་གནས་དབྱུངས་གཏང་དགོས་ས་གནས་དབྱུང་དང་། དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཉེས་ཆད་གཅོད་དགོས་ས་ཉེས་ཆད་བཅད་ནས། ད་ཆར་ཉལ་ཉལ་ཉལ་སོ་སོའི་རྣང་པའི་སྤང་ལ་ལང་ཐུབ་པ་ནི། ལུས་ཀྱང་འགྲན་དུ་མི་བཟོད་པ་མཁས་དབང་ཁོང་གི་སྤོང་སྤོང་བས་དང་། རྣམ་དཔྱོད་དག་ཡིན་པར་མ་ཟད་དུས་དང་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་ལྷན་སྦྲེང་མཁུགས་འདྲིན་གྱི་འཆིང་རྒྱའི་འོག་ནས་གྲོལ་ཞིང་། ཚེལ་ཁ་ཚོས་ལུགས་སོགས་ཀྱི་འཐེན་འཁྲུང་གྱི་དྲི་མས་མ་སྐྱགས་པའི་རིག་གསར་གཞོན་ནུ་རྣམ་པ་ཚོས་བཀའ་དྲིན་རྗེས་བྱ་བ་བྱ་དགོས་པེས་རེད།

མདོར་ན་གང་ལ་ཤེས་ཡོན་དར་ན་དེ་ལ་སློན་ཐོན་ཡོད་ལ། གང་ལ་སྐྱབས་བསམ་གྱིས་སྐྱབས་ན་དེ་ལ་རྒྱལ་ཁ་ཡོད། གང་ལ་ཆིག་སྐྱིལ་མཆིས་ན་དེ་ལ་སློབས་སྐྱབས་ཡོད། སོ་སོའི་སྐྱེ་ཁུངས་གང་དེ་ལ་རིགས་ཞེན་ཡོད་དགོས་ལ། མི་རིགས་དེ་ལ་བཅངས་པའི་ལ་རྒྱ་ཡང་དམ་པོར་འདྲིན་དགོས། གཞན་ལ་མཆིས་པའི་ལེགས་པའི་ཆ་དེ་སོ་སོས་ལེན་དགོས་ལ། རང་ལ་མངའ་བའི་ལེགས་ཆ་དེ་དག་སྤོང་ལ་རུས་པ་བརྟུག་ནས། ཉམས་པ་སྤར་གསོ་དང་མི་ཉམས་རྒྱུ་འདྲིན་སྐྱབ་དགོས། དེ་ལྟར་ཡོང་བ་ལ་སྐྱབས་རྒྱུ་རིང་བའི་བསམ་སློག་གསར་པ་ཞིག་དང་། བྱམས་བརྗེའི་རྩ་བར་བརྟེན་ནས། ལྷག་བསམ་གྱི་ཡལ་ག་ཞིག་རྒྱས་ན། ད་གཟོད་ཤེས་རིག་གི་མེ་ཏོག་བཟ་པེས་ཡིན་པར་མ་ཟད། དེ་དང་སྣང་དུ་གཡུར་ཟའི་འབྲས་བུ་ཡང་སྤྲིན་པེས་རེད། དེ་ལྟར་སྤྲོན་ན་རྒྱལ་ཁའི་གངས་སེང་གི་དར་ཆ་རྟེ་མ་ལ་ཡའི་རི་རྩེ་རུ་བསྐྱོན་སྐྱབ་པས་སོ། །

ཕྱི་ལོ་༢༠༡༢ ལྷ ལ ཚེས་༥ ཉིན།

ཅ་ཙོ།

སློབ་ཆེན་སློབ་མས་འདྲི་བ་ལང་ནང་དུ་དོན་མེད་ཁ་མཚར་གྱིས་བབ་ཙོ་སྐྱ་བ་དང་།
 ། རང་སྣང་གང་ཤར་གྱིས་སྐྱེར་དོན་རང་དགར་དུ་སྐྱེར་བ། རང་གི་སྣང་བ་སྐྱོགས་
 རེག་དབེན་པའི་མཁའ་དབྱིངས་སུ་སྡིང་ནས། སྐད་མཐོན་པོས་དགོ་སློབ་ཉམ་རྒྱུང་
 དག་ལ་མི་འཐད་པའི་འཁང་ར་འདོན་པ་སོགས་ལ་འདྲེམ་དགོས། གཞན་ལ་སྟོས་
 བས་ཁྲེལ་ཡོད་མཁན་ཞིག་དང་། རང་ལ་སྟོས་ནས་ངོ་ཚ་མཁན་ཅན་གྱི་མི་བུ་ལ་
 རབས་བཟང་སྦྱོང་དང་ལྡན་པ་ཞིག་བྱ་དགོས་པར་མ་ཟད། བཀུར་འོས་དགོ་ཆུན་གྱི་
 དུང་དུ་སོ་མའི་བར་གྱི་བརྗེད་དུང་སྐྱེར་རྒྱ་ནི་འོས་བབས་ཤིག་ཞི་ཡིན་ནམ་སྟམ་མོ། །

འུ་ཚོ་མཐུན་ལམ་དང་བརྗེད་དུང་རི་ལྟར་ཟབ་ཀྱང་། འདི་ནི་སློབ་མ་སྦྱི་བྱིངས་
 གྱིས་སློ་རྩེ་གཅིག་སྐྱིམ་གྱི་ཤེས་བྱར་བརྗོན་སའི་མངོས་སུ་ལྡན་པའི་ལྷུ་མ་ར་རྒྱུང་
 རྒྱུང་ཞིག་ཡིན་པས། འུ་ཅག་ཚོས་ང་རྒྱལ་གྱི་འབྲུག་སྐད་སྡིར་བ་དང་། རྒྱུ་ཚིག་གི་
 སེར་བ་འབེབས་པ་སོགས་ལ་འདྲེམ་རྒྱ་ནི་ཁ་ཚང་དགོས་ཐུག་ཅིག་ལས་མ་འདས།

དེ་ལས་སྟོན་སྟེ་འུ་ཚོས་སློབ་ཤོགས་རྣམས་ལ་པ་མ་གཅིག་གི་ཤ་ཁྲག་རུས་
 ལས་མཆེད་པའི་གཅེན་གཅུང་ལྟ་བུའི་བརྗེད་བ་བསྐྱུངས་ནས། འབྲེལ་ཡོད་སློབ་
 ཚན་དང་། དེ་མིན་ཤེས་བྱ་རིག་པའི་གནས་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཅུང་ཁོང་རྣམ་པས་
 མ་ཤེས་པ་གང་དག་ཤེས་པར་བརྗོན་རྒྱ་ནི། ང་ཚོ་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་སྦྱི་དང་། ཡང་
 དགོས་ཁ་བ་གངས་ཅན་པའི་མིའི་གལ་དུ་རྒྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་བསམ་སྦྱོར་གཞིས་
 ལས་སྦྱི་མ་ལག་ལེན་བསྟར་རྒྱ་ནི། འུ་ཚོའི་ཁ་ནས་མ་ཉེ་བཟང་བཟང་བཞིན་མ་ཡིན་
 བས།

སྐར་མའི་མིག་ཚུ།

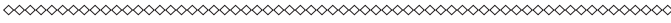
གལ་ཏེ་ད་དུང་ལུ་མཐུང་ནས་འདི་ལྟར་ཕྱིན་ན། འུ་ཚོས་རང་གཞན་ཀུན་ལ་བརྩི་བཀུར་མ་བྱས་པ་དང་། དེ་ལས་ལྡོག་ན་སློབ་མ་སྦྱི་བྱིངས་ལ་ཤུགས་སྦྱིན་རུ་བཤེངས་སྲིད། དེ་ལྟར་ཀུར་ན་ང་ཚོའི་མི་རིགས་འདིའི་ལས་དབང་སྲུ་ཡིས་སྲིང་། ང་ཚོའི་མི་རིགས་འདི་རྗེས་ལུས་ནས་སློབ་ཐོན་པ་སྲུ་ཡིས་འདྲིན།

འུ་ཚོའི་ས་མེས་ཡང་མེས་ནས་བརྒྱད་པའི་ཡ་རབས་སྦྱོད་བཟང་དང་ངོ་ཚ་སྤྲོལ་ཡོད་མཐའ་དག་མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་དང་། ཉམས་པ་སྤྲོས་གསོ་དགོས་ན། འུ་ཚོའི་སྲིད་པ་བོད་ཀྱི་སྤུན་མོང་དང་སྤུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བརྒྱ་སྤྲུག་རིག་པའི་གནས་ལ་དུང་བ་ཏུ་ཅང་ཟབ་པའི་སློབ་ཆེན་སློབ་མ་རྣམས་ཀྱིས་འགན་འཁུར་མ་སྤངས་ན་སྲུ་ཡིས་ལེན།

ཡང་ལ་ལས་འདི་ལྟར་དགོངས་སྲིད། དེ་ནི་ཆེས་ལྷན་པའི་བསམ་སློབ་དང་། རྫོངས་གཉིད་ལས་མ་སད་པའི་རྒྱན་ཆ་རང་ལས་མཐོ་རིམ་སློབ་མ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན། བསམ་སློབ་རིང་དབང་དང་གཏམ་བརྗོད་ཀྱི་རང་དབང་སོགས་མདོར་ན་འགྲོ་འདུག་སྦྱོད་གསུམ་ཐམས་ཅད་རང་དབང་དགོས་པས་སོ། ། ལྷན་པ་སྲིད་ཀྱང་། འདི་ནི་གཞན་ལ་ལྟ་བུའི་མིག་ཡོད་ཀྱང་། རང་ལ་ལྟ་བུའི་མེ་ལོང་དགོས་མོད། འོན་ཀྱང་རང་ངོ་རང་གིས་མ་ཤེས་པ་དང་། རང་འགན་རང་གིས་མ་ཁུར་བའི་རང་མདོག་དམར་རྗེན་བསྟན་པ་ཞིག་ལས་མ་འདས་སོ། །

གལ་ཏེ་རང་གིས་ཀུ་རེ་སློང་བར་སློབ་ན། སློབ་ཚན་གྲོལ་ནས་སློབ་ལྷན་ཟུང་ཁང་དང་། སློབ་ལོའི་རྗེས་ཐང་སོགས་ལ་ལྷུ་དང་ལྷུ་བཞིན་སྲིངས་ན་འང་ཚོགས་དུང་གསལ་མི་སྲུབ་པའི་གསལ་བའི་དངོས་པོ་འདྲ་མཆིས་ན། ཤིང་ནགས་གསེབ་ཏུ་ཕྱིན་དང་བྱ་དང་བྱིའུས་སྟོན་མོའི་སྲུ་དབྱངས་ཀྱིར་སྲིད་ལ། སྤྲོད་དང་སྤྲོད་ལྷན་དགའ་བའི་བློ་གར་ཡང་འཁྲབ་སྲིད། དཔེན་ཞིང་སྤོང་པའི་ཁོར་ལུག་དེ་ནི་བྱིད་ཉིད་ཁོ་ནར་དབང་བས་སོ། །

བྱི་ལོ་༢༠༡༡ ཟླ་ ༡༠ ཚེས་ ༡༠ ཉིན།



ངའི་སྣོད་གི་ཚི་ལུ་མ། རོ་མ་ཡིན།

གཅིག

བསེར་བྱས་བདས་པའི་ཤིང་ལོ་ལོ་འབྲུམས་པོའི་ཤག་རྒྱ་རེ་རེས་ང་ལ་སྟོན་དུས་ཀྱི་སྟོན་
བར་བཏང་བྱུང་། འདི་ནི་ངས་ཁྱེད་ལ་བྲན་པའི་སྣོད་མཁུར་ཡིན་གྱིན། གསལ་བྱུང་
ངམ་བཅེ་གྲོགས་མ། དེ་ལ་རེ་སྐྱུག་གི་བྲན་གཏུང་ཉར་ཡོད།

གཉིས།

མཁའ་དབྱིངས་ན་རྒྱ་བའི་རྒྱ་བ་ལྷ་མོའི་འཇུག་མདངས་རེ་རེ་ནི་ངས་ཁྱེད་ལ་དགའ་
བའི་སྣོད་མེད་ཀྱི་བཅེ་འཇུག་ཡིན་པས། མཐོང་བྱུང་ངམ་སྣོད་སྐྱུག་མ། མི་རྒྱུང་ཞིག་
གི་ཚི་སྟོན་དང་འབྲེལ་ཡོད།

གསུམ།

སེམས་ཁོང་དུ་སྐར་བའི་བཅེ་དུང་གི་སྟོན་མེ་འོད་རླུང་ནི་ངས་ཁྱེད་ལ་སྐྱུང་བའི་
བཅེ་དུང་གི་བདེ་བོད་ཡིན་པས། ཚོར་ཞི་བྱུང་མིག་རྒྱ་མ། དེ་ལ་བཅོས་མིན་སེམས་
ཀྱི་དམ་བཅའ་བཞག་ཡོད།

བཞི།

མི་ཁ་དང་འབྲུ་དམོད་གངས་མེད་ཀྱི་ཁོད་ནས་ངས་ཁྱེད་ལ་འགྱུར་མེད་ཀྱི་ཚི་གྲོགས་
ཤིག་བསམས་པས། འགྲིག་ཡོད་དམ་སྣོད་གི་ཚི་ལུ་མ། དེ་ནི་བསྐྱེད་མེད་བདེན་སྐྱབ་ཀྱི་
མི་གཤིས་ཡང་དག་ཡིན།

ལྷ།

ལོ་རྒྱུ་རིམ་བཞིན་འདས་ཀྱང་དགའ་བ་ཟབ་ཏུ་ཟབ་ཏུ་རེད། ངས་ཁྱེད་ལ་ཉམ་ཚུང་གི་
མཐེ་བོང་སྐྱོང་བསམས་ཚུང་། ངའི་ཡ་ཤོག་སེམས་ན་མེ་ལྟར་འབར་བཞིན་པའི་བརྗེ་
བ་འདི། ལ་ནང་ནས་དུ་བ་འཕྱུར་མི་ཐུབ་པ་ནི། ང་ལ་མཚོན་ན་ཅི་འདྲའི་ཐོག་དཀའ་
བའི་ཁྱེད་པོ་ཞིག་རེད་ཨང་། དེ་ནི་ངས་ཁྱེད་ལ་བལྟས་པའི་མིག་ཟུང་ཡིན་པས། ལུས་
དང་ནམ་ཤེས་སོ་སོར་མ་བུལ་བར་དུ་ངས་ཁྱེད་ཀྱི་འདྲ་པར་འདི་བྱང་ལ་སྐྱུར་ནས།
མིག་ཟུང་ནམ་ཡང་འཚུ་མ་མི་སྲིད།

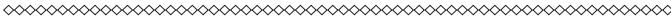
དུག

ང་ཁེར་རྒྱང་གི་འཚོ་བ་འདི་ལ་སློང་པོ་ཅི་ཡང་མེད། ངས་སློང་སེམས་ཀྱི་རི་བོ་
བརྗེགས་ཤིང་། བརྗེ་དུང་གི་མིག་ཚུ་བཞུར་ཡང་། ང་ལ་འཕྲོབ་དགོས་པ་ནི་ཅི་ཡང་
ཐོབ་མ་བུང་། ངས་སྐྱབས་རེར་ང་རང་ལ་འཁང་ར་དམོད་ཚུང་ལ། ལན་རེར་སེམས་
གསོའང་བཏང་མོད། བརྗེ་དུང་གི་སློང་མོ་བ་ང་ཡིན་ལ། དེ་སློན་གྱིས་ལོ་རྒྱུ་འོང་
དུ་མཛའ་མོར་མིག་ཚུ་བཞུར་མཁན་ཡང་ང་ལས་སུ། ངས་ཁྱེད་ཀྱི་སྲིད་དུ་ཅི་ཡང་
བཀྱིད་སློབས་མོད། འོན་ཀྱང་ལས་དབང་ལ་འཁང་ར་བྱེད་རྒྱུ་ལས་མ་འདས།

བདུན།

མེ་ཏོག་ལ་རྗི་ཞིམ་མེད་ལ། བྱང་བ་ལ་གཤོག་སྐྱུ་མེད་པའི་དགུན་དུས་འདིར་སྐྱོ་སང་
སང་དང་། སློང་ལྷང་ལྷང་ཞིག་ལས་ཅི་ཡང་དབེན།
ངའི་སློང་གི་ཚི་ལུ་མ། འོ་མ་ཡིན། གསན་ཨེ་བྱུང་མིག་ཚུ་མ།

ཞེས་སྐྱེ་ལོ་༡༠༡༩ ལྷ ༡ ཚེས ༡ ཉིན།



ལམ་ནོར་མེད་ལ་སྲིད་བྱུས་ཀྱང་འགྲུང་མི་སྲིད།

བོད་རྒྱལ་ཁབ་ཆེན་མོ་ཞི་བདེའི་འཚོ་བ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་བཞིན་པའི་སྐབས་དེར་གསར་ལོགས་རྒྱ་དམར་ལྷོས་བཅོན་འཇུག་ལ་བཀྲིས་སོང་བ་རེད། དུས་དེ་ནས་བཟུང་བོད་མི་རྒྱལ་གྱིས་བདེ་སྲིད་ལྷན་པའི་འཚོ་བ་ཞིག་ལོ་རྒྱུ་མ་རྟེན། ཡིད་སྦྱོར་བའི་དོན་རྒྱུན་ཉི་མུ་ལོ་1959་ལྷ 3 ཚེས་10 ཉིན་ལ་བོད་མི་རྒྱལ་འཚང་འཁྲུག་ནས་རྒྱ་དམར་ལྷོས་ཞི་བའི་སྐྱེད་ལངས་བྱ་དགོས་བྱུང་། འོན་ཀྱང་ང་ཚོ་ཚོལ་གསུམ་བོད་མིས་རྟོག་རྩ་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེད་ཞིང་ཡལ་ལོངས་སྤྱོད་མཐོན་མཐོན་མཚོག་རྒྱ་དམར་ལྷོས་མཚོན་ཆའི་ཁ་རུ་མཐོན་ཅམ་ལ་བཅོན་བྱོལ་དུ་གདུག་ཅུ་ཐུབ་པ་ནི། དམག་དཔོན་ཆེན་མོ་ཨ་འབྲུག་མཐོན་པོས་དབུ་ཁྲིད་པའི་ཚུ་སྐང་དང་སྐངས་དམག་གཙོས་པའི་ཚོལ་གསུམ་བོད་མི་རྒྱལ་ལ་ང་ཚོ་གཞོན་སྐྱེས་ཚོས་ཉལ་ཏུ་རྗེས་བྲན་བྱ་དགོས་པ་དང་བཀྲུང་འོས་པའི་སྲིད་པ་བོད་ཀྱི་རྩོམ་རིང་རིང་མོ་ཞིག་ལས་མ་འདས་སོ། །

ང་ཚོས་རྒྱ་དམར་ལྷོས་བཅོན་འཇུག་དེ་ལ་ཁ་གཏད་གཙོག་བྱེད་ཀྱི་ལུས་པ་མེད་པ་ནི། བོད་མི་རིགས་འདི་ཉིད་ཁེར་རྒྱུ་གི་འཚོ་བ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་རྒྱུར་དགའ་བ་དང་། དམ་པའི་ལྷ་ཚོས་ལ་དང་མོས་མཁན་ནི་ནམ་མཁའི་སྐར་ཚོགས་བཞིན་མང་ཞིང་། དེའི་ལམ་ལ་འཇུག་མཁན་ཚོའི་ཉམས་ལེན་ནི། སྦྱོར་བ་འདི་ལས་སྦྱི་མར་གལ་ཆེ་བ་བསམས་ནས་བསྐྱེད་པ་ལས། འཇིག་རྟེན་མི་ཚོས་ཀྱི་ལམ་དུ་སྦྱོད་

སྐར་མའི་མིག་རྒྱ།

མཁན་ནི་ཉིན་མའི་སྐར་མ་ལྟར་དགོན་པས། དེ་རིང་ལས་སང་ཉིན་གལ་ཆེ་བའི་
དོན་ཆེན་མ་རྟོགས་ནས། དང་རབས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འདྲུག་པའི་ཚན་རིག་ཡར་རྒྱས་མ་
ཕྱིན་པ་འདི་ལྟར་གྲུར་པ་རེད། དེ་ལྟར་འདུང་། ང་ཚོའི་བཅའ་བྱོལ་གཞུང་འདི་གསར་
འདྲུགས་བྱ་དགོས་པ་དམིགས་ལུལ་མེད་པ་ཡི་ནས་མིན། "གནས་སྐབས་བོད་མི་
བཅའ་བྱོལ་བའི་བདེན་དོན་ལ་གཟིགས་སྐྱོང་གནང་རྒྱ་དང་། གཞི་རྒྱའི་བོད་ཀྱི་རང་
དབང་སྲུང་གསོ་གནང་རྒྱ"གཉིས་ལས་མ་འདས་སོ། །

དེས་ན་ང་ཚོས་མཚོགས་ནས་ལྷུང་དུ་འཐབ་ཚྭ་བྱ་རྒྱ་ནི་རང་དབང་སྲུང་གསོ་
བྱ་རྒྱ་དེ་ནི་ང་ཚོའི་མ་འོངས་པའི་མི་རབས་གསར་པ་རྣམས་ལ་བདེ་སྦྱིད་ལྡན་པའི་
འཚོ་བ་ཞིག་དང་དགོང་སྐྱེས་ཁེངས་པའི་བྱིས་གཞིས་ཤིག་བསྐྱར་རྒྱ་ལས་ང་རྒྱལ་
ཁྱོད་པམ་དང་། ང་ཡག་ཁྱོད་ཉེས་ཀྱི་འདས་ཟེན་པའི་འཐེན་འཁྱེར་གྱི་ལོ་རྒྱུས་སྐྱར་
མོ་དེ་སྲུང་གསོ་བྱ་རྒྱ་མ་ཡིན་པ་ནི་ཐོག་མར་ངེས་དགོས་པའི་རྩ་བའི་རྩ་དོན་ཡིན།
དེས་ན་ང་ཚོས་རང་ངོ་རང་ཤེས་དང་། རང་འགན་རང་འཁུར་ཤེས་ནས། ལམ་ཆེན་
ཞིག་གི་ཐོག་དུ་བསྐྱོད་དགོས་ན་འདི་ལས་ལྷག་པའི་ལམ་ཞིག་སྟོང་གསུམ་འཛིག་
རྟེན་ཁམས་སུ་བཅའ་ལ་ཀྱང་རྟེན་པར་དཀའ་བ་ནི་རི་བོང་རུའི་སྤྱོད་མཆེད་ལྟར་གྲུར།
ཡགོང་ས་སྐབས་མགོན་མཆོག་གིས་དགོངས་པ་དབྱིངས་གཟིགས་ཀྱིས་ད་ལྟ་ང་
ཚོའི་བོད་རྒྱ་གཉིས་ཀྱི་དབང་དུ་འགོ་འོང་གི་གསེར་གྱི་ཟམ་ཆེན་ཞིག་བསྐྱབ་པ་རེད།
མ་ཟད་ད་ཆར་འཇམ་བུའི་སྤིང་འདིའི་ཐོག་ཆེས་སྟོབས་ཆེན་རྒྱལ་ཁབ་ཨ་མི་རི་
ཀླ་བ་གཙོས་པའི་ཚད་ལྡན་མང་གཙོའི་རྒྱལ་ཁབ་དང་ཤེས་ལྡན་མི་སྣ་མང་པོ་ཞིག་
གིས་ལམ་འདི་ནོར་མེད་སྐབས་དགའ་བོའི་རང་བདེན་པའི་རྒྱབ་སྐྱོར་ལྷན་མེད་དུ་ལྷུ་
བཞིན་འདྲུག་པ་མ་ཟད། ང་ཚོས་ཀྱང་རེ་བ་དང་སྲུགས་བསམ་སོགས་ནོར་མེད་ཅེས་
ལངས་ཕྱོགས་བརྟན་པོ་གཟུང་དགོས་པའི་གནད་འགག་ཀྱང་དེ་འདྲ་ཡིན།
བཅའ་བྱོལ་གཞུང་གིས་གཏན་ལ་ཕབ་པའི་ལམ་དབུ་མའི་སྲིད་བྱས་འདི་ཡང་བོད་
རྒྱ་གཉིས་ཀ་འདྲུག་སྲུགས་རྒྱང་གསུམ་གང་ལ་བཞུས་ཀྱང་འདི་ལས་ལྷག་པའི་སྲིད་
བྱས་ཤིག་ད་གཟོད་མེད་སོང་བ་རེད། གཏན་ལ་ཕབ་པའི་སྲིད་བྱས་དེ་ནི་རྒྱ་ནག་མི་



དམངས་ཀྱི་འཕུལ་རྒྱུ་ལས་ཀྱི་ཚ་སྤྲོད་ཀྱི་ནང་དུ་གསལ་བའི་མི་རིགས་ས་གནས་
 རང་སྤོང་དམ་ཚོལ་གསུམ་གོང་དུ་གཅིག་ཏུ་སྒྲིལ་བའི་མིང་དོན་མཚུངས་པའི་རང་
 སྤོང་རང་སྤོང་གི་གནས་བབ་ཅིག་ཚོད་བཞིན་ཡོད། མ་གཞི་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་བོད་རྒྱལ་
 ལས་འདི་ཉིད་རང་བཅོན་གཅོད་མའི་རྒྱལ་ལས་ཅིག་ཡིན་ནའང་ད་ཆར་གོ་ལ་རྒྱལ་
 བོ་ཆེན་པོ་ནས་རྒྱུ་རྒྱུ་དུ་འགོ་བཞེད་པའི་སྤང་ལ་སོང་། བོད་མི་རིགས་ཀྱང་གཞན་
 ལ་མ་བཞེད་པར་ཁེར་རྒྱུགས་སྤུལ་པ་ཞིན་ཏུ་དཀའ་བས། རྒྱ་ནག་མི་དམངས་ཀྱི་
 མཐུན་རྒྱལ་ལས་ཀྱི་དམར་པོའི་དབུ་འབྲིད་ཚོས་ཡིག་ཐོག་ལ་བཀོད་པའི་ཚ་སྤྲོད་
 ལག་བསྟར་བྱས་ན་མི་རིགས་གཉིས་ཀྱི་ཚོད་རྫོག་གི་དཀའ་ངལ་འདི་ཡང་ལས་སྤོང་
 བོའི་ངང་ནས་མཚུགས་སྒྲིལ་བ་རེད།

མ་གཞི་ང་ཆབ་སྲིད་པ་དང་སྲིད་དོན་པ་དེ་འབྲེལ་ཞིག་མ་ཡིན་ན་ཡང་། མི་
 རིགས་ཤིག་གི་ལས་དབང་རྒྱུར་མོ་འདི་ལ་ཤ་ཚ་མཁུ་དང་སྤྲིང་ཉེ་མཁུ་གི་མི་བྱ་
 དཀྱིས་མ་ཞིག་ཡིན། ངས་ཁ་ཉམ་པ་མ་ཡིན་པའི་ཐོག་ནས་སྤང་ཆ་བཤད་ན། ང་ཚོའི་
 ལམ་དབུ་མའི་སྲིད་བྱས་འདི་ནས་ཡང་འཇུག་གི་མ་རེད་ལ། གལ་སྲིད་འཇུག་བའི་
 དབང་དུ་བཏང་ནའང་ངེ་ལེགས་སུ་མ་གཏོགས་ངེ་སྤྱུག་ཏུ་འཇུག་གི་མ་རེད། རྒྱ་ནག་
 དམར་པོའི་འགོ་བྲིད་ཚོས་ད་ཆར་ཁ་ཉམ་པ་བཤད་ནས་བོད་རྒྱའི་འབྲེལ་མོལ་སྐོར་
 རྒྱ་མི་འབྲེད་ཟེར་ནས་ངག་འཆལ་གིས་སྤོང་གསུམ་རི་ལུང་འགོངས་བཞིན་འདུག་
 མོད། འོན་ཀྱང་ལོ་ལ་ཚོའི་སྤྱུག་རྒྱུན་གི་སྲིད་བྱས་དེ་ནི་ངེས་གཏན་མེད་པས། ང་ཚོ་
 ལེན་མས་འཆབ་བྱེད་དགོས་པ་ཡི་ནས་མེད། ང་ཚོས་ང་ཚོའི་རང་རྒྱུགས་མ་ཤོར་ན་སྤོང་
 འབྲེད་པའི་ཉིན་མོ་ཞིག་ཡོང་གི་རེད་ལ། དེ་ལྟར་བྱུང་ན་སྤང་ལས་སྤྱུག་པའི་ཐུབ་
 འབྲས་ཤིག་ཀྱང་ཐོན་པ་ངེས་གཏན་རེད། མི་རིགས་ཀྱི་འགན་ཁུངས་ཀྱི་བབས་ཤིང་
 མདུན་སྤོང་གི་གོ་མ་ཁ་གཅིག་ཏུ་ཕྱོགས་པའི་རིག་གསར་གི་གཞིན་ལུ་རྩམ་པ་ཚོ་ ང་
 ཚོས་ད་ལྟ་གཞིས་ལུས་བོད་མིའི་དཀའ་སྤྱུག་ལ་རྩ་བས་ཉན་དགོས་ལ། མིག་གིས་ལྟ་
 དགོས། མ་ཟད་སྤོང་བོའི་བྱ་ངན་དང་བོད་མིའི་མནར་གཅོད་དག་འཛམ་སྤིང་རྒྱལ་
 རྒྱའི་མི་དམངས་ཀྱིས་སྤང་ལས་སྤྱུག་པའི་ཤེས་རྟོགས་སྤུལ་པ་བྱ་དགོས་མོད། འོན་

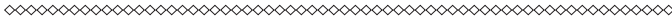
སྐར་མའི་མིག་རྒྱ།

ཀྱང་ང་དང་ང་འདྲ་བའི་མི་བྱ་ཚོ་ཤེས་འཛོལ་སྟེན་སྟེན་བསམ་གང་གི་ཆ་ནས་ཞན་པའི་
དབང་གིས་གོང་གི་སྐར་ཆ་དེ་ནམས་ཤེས་སྟོན་མི་སྣ་དག་གི་ན་བའི་བཅུད་དུ་མ་གྱུར་
ཀྱང་མི་རིགས་འདིའི་བདེ་སྐྱབས་ལ་ཤ་ཚ་ཡང་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་གོ་རྟོགས་དམན་པ་དག་
ལ་ཕན་པའི་རྒྱ་རུ་གྱུར་ན་རེ་བ་ཡང་དེ་ཡིན།

ངས་གོང་དུ་དེ་ལེགས་མ་གཏོགས་རེ་ཞན་དུ་འགྱུར་རྒྱུ་མ་རེད་ཅེས་པ་ནི། དེ་སྔ་
ང་ཚོའི་སྐྱབས་སྐྱོ་བྱི་འབྲུག་མང་པོས་ལུས་སྟོན་ལོངས་སྟོན་དང་བཅས་པ་བོད་མི་རིགས་
ཀྱི་མ་འོངས་པའི་བདེ་སྐྱིད་སྐྱར་གསའི་ཆེད་དུ་སྐྱོས་བཏང་ནས་སྐྱབས་བཅུལ་ཏ་ཅང་
མང་པོ་སྐྱུངས་ཡོད། དེ་དག་གིས་སྐྱོས་གཏོང་ཆེན་པོ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ད་ཆར་ང་
ཚོ་འཛམ་གླིང་གི་སྤྱི་འདིའི་སྐར་ལ་དྲང་བདེན་དང་ཞི་བདེ་ལ་དགའ་མཁན་གྱི་ཞི་
བདེའི་དབུ་ཁྲིད་དག་གིས་ཤ་ཚ་ཚ་དང་སྤྱི་ཉེ་ཉེའི་རྒྱབ་ལང་བསྐྱིད་བཞིན་ཡོད་
པས། ང་ཚོ་ནམ་ཡང་སེམས་པ་ལྷུ་དགོས་དོན་མེད།

གལ་ཏེ་དེ་ལས་ཕྱོག་ན་གནས་ཚུལ་ཡང་དག་ཅིག་འཐོན་རྒྱུ་ནི་ཏ་ཅང་གིས་དགའ་
ལས་འགའ་པོ་རེད། རྒྱ་དམར་ལྷ་སྐོ་ཚོས་ཉམ་རྒྱུད་ལུས་མེད་ཅན་གྱི་མི་རིགས་འདི་ལ་
འཛིགས་རུང་གི་གཏུམ་སྟོན་དང་དྲག་མཚོན་གྱི་འཁོར་ལོ་གཉིས་རྒྱུད་དུ་སྐྱེལ་ནས་
སྐར་མ་ལྔའི་ནང་ལ་འཛིག་ཉེན་འདི་ནས་ཕྱི་མའི་ལྷ་ལམ་དུ་བརྒྱུ་ཁོ་ཐག་རེད།
རྒྱ་མཚན་ནི། དྲག་སྟོན་དང་ཏམ་བཤད་ནི་ཁོང་ཚོའི་ཚ་བའི་ཚ་དོན་ཡིན་པས་སོ།།
དེ་ལས་བཟལ་ན་རྗེས་ལུས་དང་མོངས་ཞེན་ཟེར་ནས་ཉེས་མེད་སྟོན་འཛུགས་བྱ་རྒྱ་
ནི་ཁོང་ཚོ་སྐོག་ཟུལ་སྐྱུངས་སུ་གྱུར་ཚར་བས་རེད། མ་གཞི་མི་བྱ་སུ་དང་སུ་ཞིག་
ཡིན་རུང་མི་རིགས་ཀྱི་ལ་རྒྱ་དང་མི་རིགས་ལ་བརྟེ་དུང་མེད་མཁན་ཏ་ལམ་དགོན་
མོད། འོན་ཀྱང་སྐལ་ཚོགས་མེད་མཁན་རེ་འགའ་ཡོད་ནའང་ཡག་སྐྱབས་མེད་ན་སྐྱི་
ཚོགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་མ་ཚང་བ་ཡིན་པས། དེ་ལ་འཁང་ར་དང་མཚང་འབྲུ་སྟོན་
དགོས་དོན་ཡི་ནས་མེད།

དོན་གྱི་སྤྱི་པོ་ནི་བོད་རྒྱལ་ཁབ་ཆེན་མོ་རང་དབང་སྐྱར་གསའི་རྒྱ་དང་
ཡ་གོང་ས་སྐྱབས་མགོན་མཚོག་གངས་རིའི་ར་བས་བསྐྱོར་བའི་ཞིང་ལ་གདན་



འདྲེན་ལུ་རྒྱ་རྒྱ་ནི་གཞིས་བྱེས་བོད་མིའི་མངོན་འདོད་དེ་ཡིན་ལ་བསྐྱབ་བྱ་ཡང་དེ་ཡིན།
ས་དེའི་ཕྱིར་ང་ཚོས་མིག་རྒྱུང་རིང་པོར་གཟེགས་ནས། འདས་ཟེན་པའི་ཚོས་ལུགས་
བྱུང་མཐའ་ཁག་དང་ལུང་ཚན་གྱི་བྲག་པའི་འཐེན་འཁྱེར་གྱིས་སྲིད་པ་བོད་ལ་ལོ་
རྒྱུས་ཀྱི་སྐྱོ་གར་རིང་མོ་ཞིག་འབྲབ་སྟོན་བྱས་ཡོད་པས། དེ་ལས་བསྐྱབ་བྱ་སྒྲངས་
ནས་ད་ལྟའི་མི་རབས་གསར་རྒྱུང་དབར་གྱི་འཐབ་རྩོད་དང་ཚོལ་ཁའི་འཐེན་འཁྱེར་
སོགས་སྒྲངས་ཏེ། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འགན་འཁུན་ལྷན་ཁྲུ་འཁྱེར་དགོས་པ་ཉ་ཅང་གལ་ཆེ་
ཞེས་རེབ་གཅིག་དུས་ཚོད་ཀྱིས་རྒྱུན་པས་མཇུག་འདི་ནས་མཚམས་འཛོག་དགོས་
བྱུང་སོང་།

ཕྱི་ལོ་༢༠༡༢ ལྷ ༤ ཚེས་ ༢༠ ཉིན།

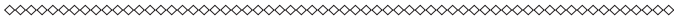
དགེ་ལྡན་གྱི་སྐོར།

རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་འཇུགས་རྒྱན་ནི་མང་ཚོགས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་
ལ་རག་ལས་ཤིང་། མང་ཚོགས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་སློབ་གྲུའི་
དགེ་ལྡན་ལ་རག་ལས་པས་ཡུལ་གྱི་འཇུགས་རྒྱན་གྱི་
ནང་དགེ་ལྡན་ལས་གལ་གནད་ཆེ་བའི་ལས་བྱེད་པ་
སྤྱི་ཡང་མེད།

—མཁས་དབང་ཟམ་གདོང་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་གིས།

བྱེད་དང་དེའི་སེམས་པ།

འཇིག་རྟེན་འདི་རུ་ཆེས་ཐོག་མའི་དགའ་ས་བྱེད་རང་ཡིན་ལ།
 འཇིག་རྟེན་འདིའི་རྣང་ལ་ཆེས་ཐོག་མའི་བརྗེ་ས་ཡང་བྱེད་རང་ཡིན།
 འཇིག་རྟེན་འདིའི་ཐོག་རུ་ཆེས་ཐོག་མའི་བརྗེ་དུང་གི་སྲོང་མོ་སྲོང་སའི་བྱ་མོ་དེ་
 ཡང་བྱེད་རང་ཡིན།
 འཇིག་རྟེན་འདིའི་རྣང་ལ་ཆེས་ཐོག་མར་ངས་མི་ཡུལ་ལ་ལྟ་དུས།
 འཇིག་རྟེན་འདིའི་སྲོང་དུ་དེའི་མིག་ལ་མངོས་ཤིང་ཡིད་ལ་འཐད་པའི་སྐྱབ་རྒྱུང་བུ་
 མོ་དེ་ཡང་བྱེད་རང་ལས་མ་མཐོང་།
 འཇིག་རྟེན་འདིའི་ཐོག་རུ་ངས་ད་ལྟ་མི་ཡུལ་གྱི་འཚོ་བ་ལ་རོལ་བཞིན་ཡོད་མོད།
 ཡིན་ནའང་།
 འཐོན་ལ་ཉེ་བའི་དེའི་རྣམ་མའི་མིག་རྒྱུ་སྐྱབ་དག་དེ་ཡང་བྱེད་རང་ལ་བཞུར་ཡོད།
 འཇིག་རྟེན་འདིའི་ཐོག་རུ། སྲོབ་སྲིང་འདིའི་ནང་ལ། མི་ཆེ་འདིའི་རིང་ལ། གང་ལྟར།
 དང་བྱེད་ལ་དགའ།
 འཇིག་རྟེན་འདི་མ་སྟོངས་བར། བསྐྱལ་པ་འདི་མ་ཞིག་བར་དུ། དབྱིད་སྐྱགས་རྒྱང་
 དང་། དབྱར་ཚར་རྒྱ། སྟོན་སང་སེར་དང་།
 དགུན་བུ་ཡུག་སོགས་དུས་བཞིའི་འགྱུར་ལྷོག་རི་ལྟར་གྱུར་གྱུར་། ངས་བྱེད་ལ་
 བཅངས་པའི་སྣང་མེད་ཀྱི་དུང་སེམས་ནི། གངས་རི་བཞིན་དུ་དཀར་ཞིང་དེའི་མ་མེད་
 ལ། རྒྱ་མོ་བཞིན་དུ་དུངས་ཤིང་གཙང་། ད་དུང་མེ་ཏོག་ལྟ་བུའི་བྱེད་ཀྱི་ལང་ཚོ་ལ།
 ཞེར་རྒྱུང་གི་གཡུ་སྐྱང་བུང་བ་ངས་མི་མངོན་པའི་རི་བོའི་པག་ནས་རྒྱང་ལྟ་བུའི་དུང་



བཞིན་ཡོད།

འཇིག་རྟེན་འདིའི་ཐོག་ཏུ་ཚོད་ཡོད་ན། ང་ལ་ཅི་ཡང་ཡོད་ལ། འཇིག་རྟེན་འདིའི་

ཐོག་ཏུ་ཚོད་མེད་ན། ང་ལ་གང་ཡང་མེད།

འདས་ཟེན་པའི་ལོ་ལྔའི་ནང་དུ་ངས་བྱིད་ལ་སྐྱེས་སྤང་དང་གནས་ལུགས་མེད་པའི་

ངག་འཆལ་ཅི་བཤད་སྟེང་ནས་བཟོད་གསོལ་བྱ་བཞིན་ཡོད། དྲང་པོར་བཤད་ན་

ངའི་མཛའ་གཏུགས་གསེར་གྱི་ཁ་པར་ནང་ནས་མཛའ་གྲོགས་ཀྱི་སྟིང་གཏམ་གྲུང་

འདོད་སའི་སྐྱེན་རྒྱུད་བྱ་མོ་དེ་བྱིད་རང་ཡིན། ལོ་ལྔའི་ཚོད་དུ་ང་བྱིད་ཉིད་ལ་དགའ་

ནས་བསྐྱེད་པ་མ་གཏོགས། ངའི་གསང་བའི་ཚིག་གཅིག་ཀྱང་བྱིད་ཀྱི་ན་བས་ཐོས་

ཚོར་མེད། བྱིད་ཀྱིས་ཤོད་དང་། སེམས་པ་བྱིད་ལ་ཤོར་བེར་དུས། ངའི་སེམས་པ་རང་

དབང་མེད་པར་བྱིད་ཀྱིས་དབང་དུ་བསྐྱེད་པ་མ་རེད་དམ། ང་ལ་གྲོགས་པོ་ཞིག་གིས་

ཀྱ་རེའི་ཚུལ་དུ་འདི་ལྟར་བཤད་ཚུང་། “གལ་ཏེ་བྱིད་རང་བྱ་མོ་ཞིག་ལ་སེམས་གཏོང་

ནས་དགའ་བ་ཡིན་ན། བྱིད་ཀྱིས་ཁོ་མོའི་ཚེད་དུ་འཇིག་རྟེན་གྱི་བྱ་དངོས་ཡོད་ཚད་

སྟོས་གཏོང་སྐབས་པའི་དམ་བཅའ་འཛོག་དགོས། བཟེ་དུང་ལ་རང་དབང་མེད་ན་མུ་

ཚུགས་ལ་མཚུགས་འབྲས་མེད། གལ་སྲིད་ད་དུང་བཀུག་མ་སྐབས་ན་ཁ་བྱིར་འཁོར་དང་

། བྱིད་ཀྱི་གཡས་གཡོན་རྒྱབ་མདུན་གྱི་མེ་ཏོག་ལྷུ་མ་རེ་འདྲའི་མང་བ་ལ་ཨང་”།

ཞེས་བཤད་ཚུང་ལ་ཁོའི་སྐད་ཆ་དེ་ལ་གནས་ལུགས་མེད་པ་ཞིག་དང་། ཡང་ན་རྒྱ་

མཚན་མེད་པ་གཏན་ནས་མ་རེད།

“བྱིད་ཀྱི་བཟེ་དུང་། བྱིད་ཀྱི་མདུན་ལམ། བྱིད་ཀྱི་རང་དབང་། ཡོད་ཚད་བྱིད་རང་ལ་

དབང་བ་མ་གཏོགས། མི་གཞན་སུ་ཡིས་ཀྱང་བཅོན་པོ་བྱས་ཏེ་འཕྲོག་ས་དང་། གཞོམ་

རྒྱུད་གིས་སྐྱེས། མ་རབས་ཀྱིས་རྒྱ་ས་སོགས་ཅི་ཡང་ཡོད་པ་མ་རེད།” སྟིང་གི་གྲོགས་

པོ་ལགས། བཟེ་དུང་ནི་ངའི་མི་ཚེའི་སྐྱོ་སྟོག་ཡིན་ལ། དྲང་བདེན་ནི་ང་ལི་ཚེ་སྟོག་

ཡིན་མོད། འོན་ཀྱང་བཟེ་དུང་གི་དོ་ཕོ་མི་ཤེས་པའི་བྱ་མོ་ཞིག་ལ་མཚོན་ནས་བཤད་

ན། ངའི་རྒྱུད་སྐྱེས་ཀྱིས་བྱིས་པའི་ <བྱིད་དང་ངའི་སེམས་པ> ཞེས་པ་འདི་གསར་

འགྱུར་ལྟ་བུའི་ཚུལ་དུ་སང་ཉིན་རང་ས་རྒྱའི་སྤྱིང་ལ་བྱུང་བསྐྱེད་པ་བྱི་མི་སྲིད་པ་

སྐར་མའི་མིག་རྒྱ།

ཡང་མ་རེད། གང་ལྟར། “རང་གི་བདེ་སྲིད་ཀྱི་རྩ་བ་དེ་གཞན་གྱི་སྐྱུག་བསྐུལ་གྱི་ས་
གཞིའི་སྤེང་དུ་འཇུགས་མི་རུང་ཞིང་། གལ་ཏེ་རུང་བའི་དབང་དུ་བཏང་ན་ཡང་དེ་
ལ་རང་དབང་གི་རྩ་བ་རྒྱས་མི་བྱུང་བ་དང་། མཐུན་སྦྲིལ་གྱི་ཡལ་ག་དང་། མཛའ་
མཐུན་གྱི་མེ་ཏོག་ཡིད་ལ་རེ་བའི་འབྲས་བུ་ནི་དེ་བས་ཀྱང་སྦྱིན་མི་སྲིད་”། བྱིད་ཀྱིས་
བསམ་མྱོ་ཞིབ་མོ་ཞིག་ཐོངས་དང་། ངས་བྱིད་ལ་བཅངས་པའི་ལྷན་མེད་ཀྱི་བརྗེ་དུང་
ནི། གལ་ཏེ་གཟུགས་ཀྱི་སྤུང་པོ་ཞིག་དང་། ཡང་ན་རང་དབང་གི་སྐྱུལ་བ་མཁན་ཞིག་
ཏུ་སྲིད་ན། ངས་སྤྲ་ས་ནས་བྱིད་ཀྱི་ཉལ་ཁང་གི་སྐྱེའུ་ཁུང་བསྐྱིབས་ཡོད་ལ། ངས་སྤྲ་ས་
ནས་བྱིད་ཀྱི་དམར་རྩུང་སྤྲིང་གི་རྩུར་གསུམ་དེ་ཡང་བརྟུས་སྲིད་མོད། འོན་ཀྱང་ཆར་
སིམ་སིམ་ནི་ངའི་མིག་རྒྱ་ཡིན་ལ། དན་ལྷང་ལྷང་ནི་བྱིད་ཀྱི་བཞིན་བཟང་དུང་གི་རྩ་
དཀར་གྱི་དབུས་སུ་སྐྱུན་རུང་ཁ་རྩུང་གེམ་གེམ་དེ་ཡིན། ད་དུང་ཞལ་བྱིམ་འདབ་མའི་
ཁང་བཟང་གི་ནང་དུ་སྐྱ་ཏིག་ཆེ་མས་སྤེང་འཆོར་འཆོར་དེ་ཡིན། འུ་གཉིས་ཆེ་འདི་
ལ་གཏུན་གྲོགས་ཀྱི་བཞོ་སྐལ་དེ་མེད་ནའང་སྤྲིང་ཉེ་བའི་གཅེན་གཅུང་ཞིག་གི་བརྗེ་
བ་ནི་ངས་སྤོན་ལྷན་ཡིན་ལ་ནམ་ཡང་འཇུར་བ་མེད།

ང་ལ་མཁོ་བ་ཤ་མདོག་མ་ཡིན་བརྗེ་དུང་དར་དཀར་རིང་མོ་ཡིན།།

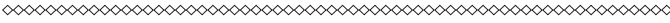
ང་ལ་མཁོ་བ་སློ་ལོར་མ་ཡིན་སེམས་ཀྱི་ལོངས་སྤྱོད་ཞི་བདེ་ཡིན།།

ང་ནི་ལྷ་སྐྱའི་དུང་དུ་བཅར་ནས་མནའ་ཆོག་དམ་འབུལ་དགའ་མཁན་མིན །།

ང་ནི་ཡིད་ཆེས་སྐྱི་ཐག་རིང་ན་འདོད་སློ་གཏིང་ནས་ཆོམ་མཁན་ཡིན།།

བོད་རྒྱལ་ལོ།། བརྗེ་དུང་རྒྱལ་ལོ།། བདེན་པ་རྒྱལ་ལོ།།

ཞེས་སྐར་མའི་མིག་རྒྱས་རྒྱ་ཆོས་དགེ་བའི་ཉིན་བུ་མོ་ ། ། ལ་བསྐྱིངས།



སྤྲོ་ནག

གཅིག

སྐར་ཚོགས་ཕྱ་ཚོམ་འགའ་ལས་ཅི་ཡང་མི་མདོན་པའི་ཆེས་སྲུབ་ནག་གི་མཚན་མོ་
 འདྲིར་ངའི་སེམས་པའི་མིག་ཚུའི་ཟེགས་མས་མཁུར་ཚོས་བརྟན་སོང་། ངའི་ལག་
 ཟུང་འདར་ཞིང་སྐྱུག་ཁ་འགུལ་ཡང་། ང་ཚོ་ལ་འཕྲོབ་དགོས་པ་དེ་ཅི་ཡང་འཕྲོབ་མི་
 སྲིད། དེ་ལས་སྒྲིག་ན་ང་དང་ངའི་ལས་དབང་གཅིག་པའི་སྲུབ་ཟླ་ས་ཡ་དུག་པོར་
 འཁུར་དཀའ་བའི་ནག་ཉེས་ཀྱི་ཞུ་མོ་ནག་པོ་དེའང་གཡོག་སྲིད། གང་ལྟར་མཐོན་
 པོའི་ལ་མོ་དེ་མ་བརྟལ་ན་བདེ་མོའི་ཐང་ཞིག་ཏུ་སླེབས་མི་སྲིད་པས། ཀྱག་གྲོག་གི་
 ལམ་འཕང་ཅི་ལྟར་རྩལ་ཉུང་། འབར་འབུར་གྱི་ས་ལམ་རི་ལྟར་རིང་ཡང་། ཚོག་
 མཚོན་གྱི་མདའ་མོ་རི་ལྟར་རྩོད་ཡང་། ཏམ་བཤད་གྱི་བཅོས་སྤྱང་ཅི་ལྟར་སྟོན་ཡང་
 ། འཕྱ་དམོན་གྱིས་ན་བར་རི་ལྟར་འགོངས་ཉུང་། ལས་དབང་གིས་བདས་པའི་རྣམ་
 ཤེས་འབྱམས་པོ་ཞིག་འདིག་རྟོན་འདི་ཏུ་འབྱམ་ཁོ་ཐག་རེད། ཤ་ཟད་ནས་ཏུས་ལ་
 ཐུག་ཉུང་། ཏུས་ཟད་ནས་རྐང་ལ་ཐུག་ཏུང་། གང་ལྟར་ངས་འུ་ཚང་གི་ས་བྱིམ་སྐྱ་
 ནག་ལ་བྲན་གཏུང་གི་མིག་ཚུ་བཟུར་ཁོ་ཐག་ཡིན།

གཉིས།

སྤང་སྤོངས་ཀྱི་སྤྲོང་ན་མེ་དོག་དག་དང་མཉམ་དུ་འཚར་ལོངས་བྱུང་ཞིང་། ཉ་ལོར་
 ལུག་ལྷུ་དང་ལྷན་དུ་བདེ་སྦྱིད་གྱི་འཚོ་བར་ལོངས་སྤྱ་སྤྱད་ཕྱོང་བའི་སྲིད་པ་འཕྲོག་
 པའི་སྤྲོ་ནག་ལ་ཚུབ་ལགས། བྱིད་ཀྱིས་ཁུར་མི་ཐེག་པའི་ཁུར་པོ་སྤྲོ་མོ་ཞིག་ལ་ཏ་

སྐར་མའི་མིག་ཚུ།

འག་པོ་འགས་ཚོན་སྤེང་ན་བགལ་སོང་། ཉིན་དེ་ནས་བརྒྱུད་དགོད་སྐྱེས་ཁེངས་
པའི་ངའི་པ་བྱིམ་སྐྱ་ནག་གུ་བཞི་དེ་འཁུན་སྐྱ་དང་འོ་དོད་ཀྱིས་འབོད་སའི་བཤུན་
མའི་བཅོན་མཁར་བཅན་རྫོང་ཞིག་བསྐྱུན་སོང་བ་རེད།

ཕམ་ཁ་དང་རྒྱུད་རྟེན་གྱིས་གཅེས་ཚྱོད་བའི་ངའི་པ་བྱིམ། བྱང་ངར་སྟགས་རྒྱུད་
དང་ཆར་རྒྱ་ཐོག་སེར་གྱིས་ཚོལ་ཚྱོད་བའི་ངའི་པ་བྱིམ་དོན་མོ། ངའི་བྲན་པའི་མེ་
སོང་གི་ངོགས་ན་མེ་ཉོག་བཞིན་མཛེས་པའི་བྱིད་ཀྱི་སྐྱགས་བསམ་ལྷུ་མ་ར་དེ་མི་
འདོད་པའི་སད་གྱིས་བཅོམ་སོང་ཨང་།

གསུམ།

སྐྱ་ནག་ལགས། བྱིད་ཅི་དབྱིད་སྟགས་རྒྱུད་གི་ཁྲོད་ཀྱི་སྟགས་ཁེབས་ཡིན་ལ། དབྱར་
ཆར་རྒྱས་བརྒྱན་ནའང་ཆར་གདུགས་ཡིན། ད་དུང་བྱིད་ལ་སྟོན་སད་སེར་བ་ཚོས་
གཅེས་ཚྱོད་ལ། དགུན་ཁ་བ་བྱ་ཡུག་གིས་བདས་ཚྱོད། འོན་ཀྱང་བྱིད་ལ་མངའ་བ་
དེ་སྐྱགས་བསམ་ཡིན་ལ། བྱིད་ལ་ལྡན་པའང་ལ་རྒྱ་རེད། བྱིད་གྱིས་གཉིང་མཐའ་མི་
དཔོག་པའི་བྱམས་བརྗེའི་རྫོད་ཁོལ་དེ་དེད་རྟ་ཞོར་ལུག་དང་། མེ་ཉོག་དཀར་དམར་
དག་གིས་ཅི་ཡང་བསམས་ཚྱོད་ལ། གང་ཡང་བྲན་ཚྱོད།

བཞི།

སྐྱ་ནག་ལགས། ལས་དབང་ཞིག་གིས་དེ་ལྟར་བྲལ་སོང་། ང་རྒྱུད་དུས་ཨ་མས་འོ་ཇ་
དཀར་པོ་དེ་བྱིད་ཀྱི་རུམ་ན་བྱིན་ཚྱོད་ལ། ད་དུང་ཨ་ཕས་སད་སེར་བ་ཚོས་གཅེས་
རལ་སོང་བའི་བྱིད་ཀྱི་རྒྱབ་མདུན་དག་ཁབ་སྐྱུད་གྱིས་བཅོམས་པའང་གངས་ལས་
འདས། རྒྱུད་བྱིས་དུས་ནས་གཞོན་དར་མའི་བར་བྱིད་དང་སྟན་དུ་འགྲོགས་ཚྱོད་མོད།
ཡིན་ནའང་ངས་བྱིད་ལ་གྱེས་གཏམ་ཚིག་གསུམ་ཞིག་ལྷོ་ཁོམ་མ་བྱུང་བས་དགོངས་
དག་ལྟ། ང་ལ་མཚོན་ན་མི་ལོ་དུ་མའི་རིང་ལ་སྤང་སྟོན་མོད་དང་། མེ་ཉོག་དཀར་
དམར། ད་དུང་རྟ་ཞོར་ལུག་ལྟ་དང་རྩི་སྐྱ་སྟན་མོད་གམཐོང་ཐོས་མ་བྱུང་བས། ཅི་
འདྲའི་བྱ་སྐྱ་བཞིག་དང་། ཇི་འདྲའི་བྲན་སྐྱེན་པ་ཞིག་རེད་ཨང་།

ལ།



རྩེ་ནག་ལགས། ལ་ཚར་ཡུ་བྱག་དང་ཐོག་མེར་ཤུ་འོད་དུ་བཞུར་སའི་ས་ཁྲུག་ཀྱག་
 ཀྲོག་དེ་ན་འཚོ་བཞིན་ཡོད་པ་ངས་གོ་ཐུང་། ཡིན་ནའང་བྱིད་ལ་རང་དབང་མེད་པ་
 འི། ངས་སྲུང་ནས་ཤེས། གཏུམ་པོ་ཅན་གྱི་གཅན་གཟན་དག་ཚོལ་མཁན་འབྲོག་གི་
 ངར་མ་མཆིས་ཚད། རྒྱ་གྲོང་དཀྱིལ་དུ་ཚོང་འགྲུལ་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པ་ངས་ཐོས་ཐུང་།
 ཐབ་འགྲུལ་གྱི་ཨ་མ་རྒྱལ་མོའི་སྐྱེ་ལོ་དཀར་བ་ངས་གོ་ཐུང་། བྱིམ་སྲུག་ཨ་མའི་བཞིན་
 མདངས་ཉམས་པ་ངས་ཚོར་ཐུང་། ལས་དབང་འདི་ཅི་འདྲའི་སྣང་རྗེ་མེད་པའི་ཤན་
 པ་ལྟ་བུ་ཞིག་རེད་ཨང་། མི་ལོ་སྟོང་ལྷག་དུ་མའི་སྲུང་རོལ་ནས་རྩོ་གོར་མོ་དང་། ས་
 འབར་འབྱར་དེ་དག་སྲུག་ཅིག་གིས་ཕོག་ཐུག་བཏང་མ་ཚུངས་ནའང་། དེད་སྲིད་པ་
 བོད་གྱིས་བྱིད་དག་ལ་མགོ་བོ་དགྲུས་ན་ལྟ་བུ་ཕོག་དོགས་དང་། རྒྱང་པ་བརྒྱངས་ན་
 ལྟ་བུ་གཞོད་དོགས་ནས། བྱིད་ལ་དགའ་བ་དང་། བཀྱར་བར་སེམས་དུས་ངའི་ཡ་
 རྩེད་སྣང་ལ་མཆི་མས་གང་ཐུང་།

བྱི་ལོ་༡༠༡༡ ལྷ་ ༤ ཚེས་ ༧ ཉིན།

རྟེན་མཉམ་མེད་ཀྱི།

༡

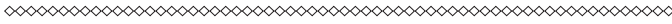
ང་ཚོ་སྐྱེས་དང་། སྐྱེ་ཚོགས་། གང་ཡིན་ཅུང་། རྟེན་མཉམ་མེད་ཀྱི་ཚུངས་ཚགས་རིགས་རྒྱན་
ཚད་མེད་པར་ཚུ་བའི་རྒྱལ་ལོ་ལྟར་འཕྲོ་བཞིན་མཆིས་མོད། ཡིན་ནའང་དེ་དག་ལ་
ཀྱུ་ཡངས་ཀྱི་བསམ་སྒོ་དང་ལུགས་སུ་གཞོན་མིན་གྱི་བསམ་གཞིག་ཡང་དག་ཅིག་
བཞིན་ན། ད་གཞོན་རྟེན་མཉམ་མེད་དེའང་ཆེན་པོ་ནས་ཚུངས་ཅུང་། ཡོད་པ་ནས་
མེད་པར་བརྒྱུར་བྱས།

༢

མ་གཞི་། སྐྱེ་ཚོགས་། དང་སྐྱེས་པ་སྲུ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཅུང་། རྟེན་མཉམ་མེད་ན་སྐྱེ་
ཚོགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ལྟར་ཞིག་མཚང་བས། ང་ཚོས་ཅི་ནས་ཀྱང་རྟེན་མཉམ་མེད་ལ་
བཞོན་སྐྱོན་དང་གཞོན་ལེན་ཐབས་མཁས་ཀྱིས་བྱ་དགོས་པ་ལས། འ་འུར་དང་བཟན་
ལྷིང་མེད་པའི་སྐྱེ་ཚོགས་དང་། རང་ལུགས་གཏད་སོགས་ཡང་མེད་པའི་བྱི་འབྲུམ་
སྐྱོགས་པ་ལྟར་མཐར་རང་ཉིད་དང་། སྐྱེ་ཚོགས་། གཞོན་པའི་རྒྱ་ཅུ་སོང་བས། མི་བྱ་
སྲུ་ཞིག་ཡིན་ཅུང་རང་གིས་རང་ལ་རང་ལུགས་ཡོད་པ་ཞིག་དང་། རང་གིས་གཞན་
ལ་སུ་མ་ཐོགས་ཀྱང་། རང་གིས་གཞན་ལ་གཞོན་མི་སྐྱེལ་བ་བྱ་རྒྱུ་ནི། ད་ལྟ་ནས་
སྐྱེས་ཞིང་བརྗེད་བའི་མི་བྱ་སྐྱེས་ཚུགས་ཅན་ཞིག་བྱ་རྒྱུ་འདྲི་ལྟར་ལ་བབས་འདུག་ན།
རང་གིས་སྤོང་དབུས་སྲུ་བཅང་རྒྱ་གལ་འགངས་ཆེ་བས་སོ།

༣

ང་ཚོ་སྐྱེས་པ་ཚང་གི་མི་རིགས་ཀྱི་ལས་དབང་འདི་ཉིད་ཚད་ངེས་ཅན་ཞིག་དང་
། རྟེན་མཉམ་མེད་གནས་ནས་བལྟས་ན། འུ་ཚང་གི་ད་ལྟའི་རྟེན་མཉམ་མེད་འདི་ཉིད་ང་ཚོ་

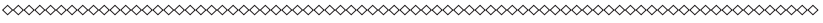


རང་གིས་བཟོས་པ་ཞིག་ལས། ཕྱི་མི་སུ་ཞིག་གིས་བཟོས་པ་འང་མ་རེད། རྒྱ་མཚོ་བ་
 དེའི་དབང་གིས་“སོ་ལྷ་བའི་སྲས་འགྲུར་མེད་རྣམ་རྒྱལ་”གཙོ་སྲིད་པའི་རྩོད་གཞུགས་
 དཔལ་པོ་གྲངས་ལས་འདས་པ་ཚོས་རང་སློབ་སློལ་བཏང་ནས་“སོ་ལྷ་བའི་”དཔུང་
 རོགས་མན་རྩའི་དམག་དཔུང་བོད་ནས་མཐའ་ཅུ་རྒྱད་རྒྱའི་ལས་འགུལ་སྒེལ་ཡོད།
 གལ་སྲིད་ཁོ་པ་ཚོས་“རྫོག་ཏུ་”ཡོང་རྒྱུར་དངངས་སྒྲུག་བྱས་པ་འདམ། ཡང་ན་བདེན་པ་
 མེད་པ་ཞིག་ཡིན་རྒྱུ་ན། སོ་སོའི་ཚེ་སློབ་སློལ་ལོ་འདི་ལས་རྩ་ཆེ་བ་ཞིག་མེད་པས། ཅི་
 ཡང་མི་སྒྲུག་ཅིང་། གང་ཡང་མ་འདིགས་པར་རྟ་རྟ་ལས་སྤ་བའི་ཚེ་སློབ་རྒྱུང་རྒྱུང་
 དེའང་སྐྱང་པ་ཚང་གི་བྱ་རབས་ཚ་རྒྱུད་ཚོའི་བདེན་པའི་སྲིད་ཏུ་སྤུལ་ཟེན་པས། སོ་
 རྒྱལ་དེབ་ཐེང་རེ་འགའི་ནང་ལ་ཉེ་རིང་ཆགས་སྤང་དང་། རྒྱུག་རྒྱུན་ཡང་རྒྱུན་བཞུགས་
 བས་བྲིས་པ་དག་ལ་ཚང་མ་བཟུང་ནས།“འགྲུར་མེད་རྣམ་རྒྱལ་”ལྷ་སུའི་རྒྱལ་ཞེན་
 པ་དག་ལ་བརྟེན་འདུགས་ཏེ་བཤད་སྒྲེལ་བ་ནི། སྲིད་པ་བོད་ཀྱི་བཅའ་བོའི་གཏུང་
 རྒྱུད་རྣམས་ཀྱི་སོས་མ་སྤུབ་པའི་སེམས་ཀྱི་རྩ་ཁ་རྩིང་པ་འདི་ལ་སྐར་ཡང་གཞུགས་
 མེད་ཀྱི་རྩ་ཁ་གསར་པ་ཞིག་བཟོས་སོང་བ་རེད།

༤

“རྫོག་ཏུ་”དང་“སྤྱི་ཚོགས་”གཉིས་ནི་གཅིག་ལ་གཅིག་ཉེན་ལྷ་སུ་རེད།“སྤྱི་ཚོགས་”
 བེ་“རྫོག་ཏུ་”ལས་བྱུང་ཞིང་།“རྫོག་ཏུ་”ཡང་“སྤྱི་ཚོགས་”ལས་བྱུང་བ་རེད། ང་ཚོས་
 “སྤྱི་ཚོགས་”ལ་བདེ་འདགས་སྐྱབ་སྐྱམ་ན། དང་ཐོག་“རྫོག་ཏུ་”འི་སྐྱམ་རྒྱུང་ཁ་མི་
 འབྲེད་པར་གཞུག་རྒྱུ་ནི། གལ་ཆེའི་ནང་གི་དོན་ཆེན་དེ་ལགས་པས། རྣམ་དཔྱོད་
 རི་བོང་ལས་བྲག་ཞིང་། སྤུགས་བསམ་རྒྱུ་མོ་ལས་རིང་བའི་སྲིད་པ་བོད་ཀྱི་འདས་
 གསོན་གཉིས་ཀྱི་སོ་མཚམས་སུ་འབྲེང་མཁན་གཞོན་ནུ་ཤེས་ཡོན་ཅན་ཚོས་“སྤྱི་
 ཚོགས་”ཀྱི་བདེ་སྤུག་ཁ་རུ་སྤོགས་སོང་ན། ད་གཞིན་“རྫོག་ཏུ་”ཚ་བོ་མ་ཡིན་པར་
 རང་བཞིན་གྱིས་ནུས་མེད་ཅིག་ཏུ་འགྲུར་རྒྱུར་སྒྲོས་ཅི་ཡང་མི་དགོས་པས་སོ།།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༢ ལྷ་ ༤ ཚེས་ ༤ ཉིན།

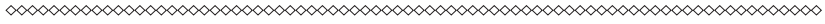


མཚུག་གཏམ།

ཁ་བ་གངས་ཅན་པའི་རིགས་སུ་གཏོགས་ཤིང་བོད་སྤྱི་ནང་གཞིས་ལ་གནས་
 ཤིང་འཚོ་བའི་གུས་བཀུར་འོས་པའི་རྒྱ་ཆེའི་ཚོམ་པ་པོ་དང་། བཟེ་བའི་སློག་
 པ་པོ་སློགས་མེར་སྐྱེ་པོ་མོ་ཡོངས་ཀྱི་དར་ལུང་ན་བའི་བྱང་ཏུ།
 ཆེད་ལྷ།

བདག་གིས་སློབ་ལོར་ཏུ་བལྟར་བའི་<སྐར་མའི་མིག་རྒྱ>ཞེས་པའི་སྟུན་
 ཚོམ་ཐུང་ཏུ་འདི་ལུ་ཅག་ཚོའི་ཉིན་རེའི་འཚོ་བའི་ཁྲོད་ཏུ་སྐར་ཆགས་སུ་
 ཡོང་བཞིན་པ་ལྟར། ཁོ་བོའི་སྟུན་ཚོམ་འདི་ཡང་དེ་དག་ལས་མ་འདས་པས།
 དགའ་སྐྱོ་ཆགས་སྤང་གི་མིག་རྒྱ་རང་ལས་ཐུབ་སྟེ་མཚིས། དེ་ལྟ་ནའང་ཤར་
 རྩོད་ལ་བྱང་དག་གི་ཡར་ཐོན་ཅན་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་དང་། རྗེས་ལུས་མཁན་
 གྱི་མི་རིགས་པོགས་སྤྱི་ཚོགས་ཆེ་ཆུང་གང་ཞིག་ཡིན་ཏུང་དེབ་གཅིག་ལ་
 མཚོན་ན་སློག་པ་པོ་དང་། ཚོམ་པ་པོ་གཞིས་ནི་རྒྱ་དང་ཉ་མོ་ལྟ་བུའི་འབྲེལ་
 པ་གྲུབ་པར་ཁོ་བོས་སྤོང་། གལ་ཏེ་ཉ་མོ་རྒྱ་དང་བལ་ན་གསོན་པའི་རེ་བ་
 བལ་བ་བཞིན། དེབ་ཅིག་ལ་མཚོན་ན་སློག་པ་པོ་མེད་རྒྱ་ན་སློ་ཐེམ་ཁྲོད་ཀྱི་
 གད་སྟེགས་ཤིག་ལས། དེ་ལ་ཚོམ་པ་པོས་སྐྱ་ན་མེད་པ་དང་། བོང་ན་མེད་
 པ་ལོ། །ཞེས་སུ་ཞིག་གིས་སྤོང་བར་སྟོབས།

རང་ཉིད་གང་ལ་དགའ་སའི་མི་དེ་ལ་ལེགས་པའི་ཡོན་ཏན་མ་གཏོགས་

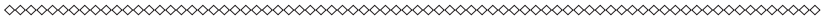


ཉེས་པའི་སྐྱོན་ཆ་དང་དཀའ་ཚོགས་སུ་མི་མཐོང་བ་ནི་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་
 སྤྱིའི་རང་བཞིན་གྱི་གཤིས་ཀ་ཞིག་ཡིན་པ་རེད། ཞོ་བོས་བརྒྱུ་མས་པའི་
 མའི་མིག་རྒྱ་ཞེས་པའི་བརྗེ་དུང་གི་སྒྲུབ་དག་འདི་ནི་ལོ་ངོ་གསུམ་ལ་དགའ་
 ཞིང་དུང་ལྷོང་བའི་བྱ་མོ་ཞིག་ལ་སྤུལ་བའི་ཤ་ཁྲག་རྩས་གསུམ་ལས་ཀྱབ་
 པའི་བརྗེ་དུང་གི་མེ་རྟོག་དམར་པོ་དེ་ཡིན་སྲིད། འོན་ཀྱང་རྩོམ་ཡིག་ཐར་
 ཐོར་འབྲི་ཐུབ་པ་དང་། ཡོན་ཏན་རྣམས་ཤེས་མཁན་ཚོ་ལྟར་ཞོ་བོས་ནམ་ཡང་
 མཁས་སློམ་གྱི་མཁའ་དབྱིངས་སུ་སྡིང་སྐོར་རྒྱག་མི་སྲིད་ལ། ལམ་དུ་ཡང་ཁ་
 རྒྱུང་ཞོག་ཡངས་གྱི་རིགས་དང་། ཁ་ཚོ་ཞེ་དཀར་གྱི་རིགས། འཁོས་མེད་ཉམ་
 རྒྱུང་གི་རིགས་ལ་སེམས་བསམ་པའི་གཏིང་ནས་དགའ་ཉེ་སྤོ་དཀར་ཞིག་
 ཆགས་ན་མི་ཚོའི་ནང་གི་བདེ་སྲིད་ངོ་མ་ཞིག་ཏུ་མོས་བཞིན་ཡོད།

ཡིད་ལ་འཆར་ཚོད་གིས་ན་ལོ་མས་རྩ་བར་སྤྱིབ་ཉེན་དུ་འགྲོ་བས། མཚོ་མས་
 འདི་ནས་སློབ་ཞོར་དུ་གིས་པའི་བཅད་རྣམས་ལས་ཀྱབ་པའི་མ་རྩོམ་ཐར་
 ཐོར་འདི་དག་རྩས་དེབ་ཁག་དང་། སྤྱ་རྒྱའི་ནང་དུ་བཀོད་ཟིན་པ་དག་
 སྤྱིགས་བསྐྱིགས་དང་། གསར་རྩོམ་ཏེ་འགའ་བརྒྱན་ནས། དེབ་རྒྱུང་ཞིག་གི་
 གཞུགས་སུ་བརྒྱན་ཐུབ་པ་ལྷུང་།

དེ་ནི་ང་རང་ཉིད་འཛོལ་ཐང་ཆེ་དྲགས་པ་དང་། རྒྱ་ལོར་ཡོངས་
 སྤོང་རྒྱག་དྲགས་པ་ཞིག་མ་ཡིན་ནའང་ཤ་ཚོའི་སེམས་ཁྲུང་ཅན་གྱི་དགའ་
 ཉེ་སྤོ་དཀར་ཚོས་རྣམས་བསམ་གཏིང་སོད་ཀྱིས་རོགས་དངུལ་གནང་བུང་
 བས། སེམས་བསམ་པའི་གཏིང་ནས་བཀའ་དྲིན་ཆེ།

སྤེ་དགེ་བ་ཀམ་རྣམ་དག་ ལགས་ཀྱིས་རྩོམ་ཡིག་འདིའི་མགོ་ནས་
 མཇུག་བར་དུ་ཡིག་ལོར་དག་བཅོས་གནང་བར་སྡིང་ཞོར་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་
 ལྷ། རྣམ་པར་དུ་དེབ་འདིའི་རྩོམ་ཡིག་དག་སློག་མྱད་ཀྱི་ནང་དུ་སྐྱིག་སྐྱོར་
 དང་། དེབ་གཞུགས་དང་རྒྱབ་ཤིའི་བཟོ་འཛོད་པ་ས་སྤེའི་སྤྱི་ཁྲབ་འགན་

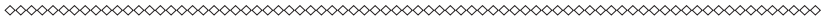


བདག་ཚ་བ་ཡི་ཤེས་བསམ་གཏན་ལགས་ཀྱིས་ཀུན་ལྷན་སེམས་ཀྱི་ཐོག་
ནས་རོགས་རམ་གནང་བར་སྐྱོར་ཡང་ལྷགས་རྗེ་ཆེ་ལྟ།

དེ་ལས་ཀྱང་གལ་ཆེ་བ་ཞིག་ལ། རི་རྒྱུགས་རྒྱལ་པོ་སེའི་ལ་སྲིད་རི་
རྒྱུགས་གཅན་གཟུན་དག་གིས་པམ་པར་ཚོལ་མི་ལུས་ཀྱང་། ཞོག་ནང་གི་
རྒྱུ་ལྷན་སྲུ་མོས་སེའི་ཆོ་སྲོག་ཚོལ་བ་བཞིན། བ་རོལ་དག་པོ་རྒྱ་དམར་
ལྷ་སྲོལ་ལོ་ངོ་རྒྱལ་ལྷན་ཉེ་བའི་རིང་ཏུ་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་ངོ་བོ་སྐྱད་དང་ཡི་
གཤིས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ལྷགས་དང་ཡུལ་སྲོལ་གོམས་གཤེས་སོགས་ཡོད་པ་ནས་
མེད་པ་དང་། མེད་པ་ནས་ཚ་མེད་བཟོ་རྒྱུའི་བན་གཡོ་དང་། རྒྱུར་རྒྱུབ་ཅན་
ཀྱི་རྒྱུ་རྒྱུས་རབ་དང་རིམ་པ་ལག་ལེན་ཏུ་བསྐྱར་བ་རེད།

འོན་ཀྱང་ལ་པར་རྒྱལ་གྱི་གཞིས་ལུས་རྒྱ་ཆེའི་མི་དམངས་དང་། ཤེས་འཛོན་
ལྷག་བསམ་གང་གི་ཐད་ནས་གཞན་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་
མཁས་དབང་མང་པོས་རང་གི་ཆོ་སྲོག་ལ་རྒྱུ་མི་སྐྱེས་པར་ཆོ་སྲོག་དང་། ཤ་
ཁྲག་གི་འཕྲོ་སྲོན་བཏང་ནས། ད་ཆར་གྱི་དང་མེ་མདའི་ཁ་ཏུ་བོད་མི་རིགས་
ཀྱི་སྐྱད་ཡིག་འདི་དག་གི་མ་གསོན་གྱི་སོ་མཚོམས་སུ་ལྷགས་ཡོད།

ཚུར་སྲོགས་བཅན་བྱོལ་བོད་མིའི་སྲི་ཚོགས་ཀྱི་ཁྲོད་ཏུ་རང་མི་
རིགས་ཀྱི་སྐྱད་ཡིག་ལ་བརྗེ་རྒྱུ་མེད་པ་མ་ཟད། ར་སྐྱད་ལྷག་སྐྱད་བསེས་
པའི་བརྗེ་སྲོད་ལ་མ་ཟད་དེ་འདྲའང་སྐྱེ་མཁན་གངལ། དེ་ལ་སྐྱེས་ན་སེའི་
ལྷ་བུའི་སྐྱད་ཡིག་འདི་ལ་གཞན་སྐྱད་བསེས་ལྷན་གྱི་རྒྱུ་ལྷན་སྲུ་མོལ་བཞིན་
མཚིས། ཞོ་བོ་ཡང་ར་བ་དེ་ལས་མ་བཟལ་བས། ད་རེས་དཔལ་ཏུ་བསྐྱུན་
པའི་དེབ་རྒྱུང་འདིའི་ནང་ལ་ཡིག་འོར་གང་མཚིས་ཞོ་བོ་རང་ཉིད་ཀྱིས་མ་
སྐྱད་ལ་བརྗེ་འཛོན་མ་བྱས་པ་དང་། གདོང་དམར་སྐྱད་པ་ཚང་གི་མཁས་
པའི་དབང་པོ་ཚོར་བརྟམས་བཅོས་དང་། བོད་མི་ས་ཡ་རྒྱལ་གི་ཆོ་སྲོག་ལྷ་
བུའི་སྐྱད་ཡིག་ལ་མཐོང་རྒྱུང་རང་ལས་གཞན་པའི་ཁག་དགྱི་ས་གང་ཡང་།

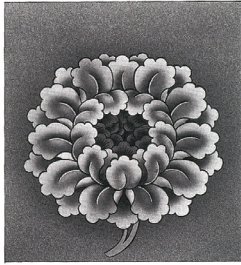
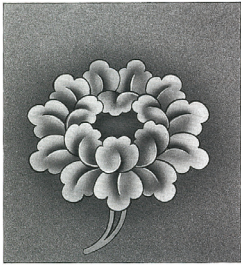
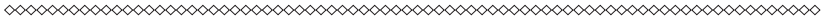


མེད།

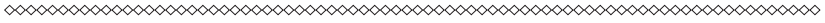
བོད་མི་རིགས་ཀྱི་ཚོམ་རིག་རྒྱ་རྩལ་གྱི་བྱ་གཞག་གྲ་རྒྱས་སྤུན་སྲུལ་
ཚོགས་པ་ཞིག་ཡོང་བའི་སྐད་དུ་རང་ཅག་ཚང་མས་སྤར་བ་གྲུ་འདེགས་
གནང་རྒྱ་ནི་རང་འགན་གཞན་ལ་དགྱི་ཐབས་མེད་པའི་འོས་འགན་ཞིག་
ཡིན་གཤིས། སྐད་མར་འུ་ཅག་ཚོས་སྤར་ལས་ལྷག་པའི་ཤེས་ཡོན་ལ་རིན་
ཐང་བཅས་ནས། རྒྱི་སྐྱེར་གང་གིས་བཏོན་པའི་དེབ་ཡིན་ཅུང་དེ་དག་ལ་
རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་རྒྱ་གལ་ཆེ། རྒྱ་མཚན་གང་ཞེ་ན། དེ་དག་གི་ནང་ལ་འུ་ཅག་
ཚོའི་རྒྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཁ་སྐྱོད་མང་ལེགས་སྤེལ་ཉེས་འཕྲོག་གི་སྐོབ་སྐྱོན་ཡང་
ཡོད་དེས་རེད།

མཚུག་ཏུ་ཁོ་བོས་བརྗམས་པའི་དེབ་རྒྱང་འདི་ལ་ལེགས་པའི་ཆ་
ཡོད་རྣམས་པའི་ཁེངས་རྒྱུ་མེད་ལ། ཁ་གཡང་ངོ་དགའི་བརྗོད་ཚོག་ལ་རེ་
རྒྱུག་དེ་བས་ཀྱང་མེད། འདི་ནི་མཁས་པ་མཁུ་བ་སྦྱེད་པའི་ལེགས་བཤད་
ཅིག་མིན་ལ། སྤྱི་མའི་བྱིན་རླབས་འཕོབ་སྐད་བརྗོད་ཚོག་ཀྱང་མིན། གཞན་
ཡིད་དང་བ་འདྲེན་པའི་རྒྱལ་ལད་ནི་དེ་བས་ཀྱང་ངོ་། །དགའ་སྐྱོ་ཆགས་
སྤང་ལས་ཀྱབ་པའི་ཡུལ་གྱར་བའི་མིག་ཚུ། རྒྱལ་མོ་རུལ་རྒྱའི་རླབས་སྤང་
དང་འདྲེས་མ་ཡིན།

ཞེས་འབྲི་ཏུ་བ་སྐྱལ་བཟང་འཕྲོ་མཐོན་གྱིས་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༡ ཟླ་ ༡ ཚེས་ ༡༠ ཉིན་སར་
གནས་ལྷ་རིག་པའི་གྲོང་ཁྱིམ་ནས།

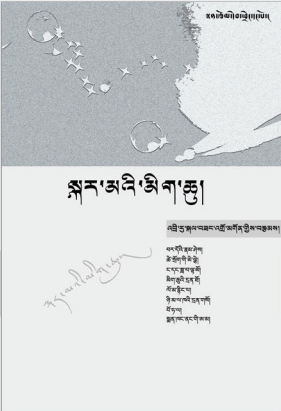






སྐར་མའི་མིག་ཚུ།

ཚཱ་པ་ལོ། འཇི་རུ་སྐལ་བཟང་འགོ་མགོན།
 ལུ་དག་པ། ལྡེ་དགེ་ཀམ་ནམ་དག།
 དེབ་གཞུགས་དང་རྒྱབ་ཤ་བཟོ་སྒྲིག་པ། ཚ་བ་ཡེ་ཤེས་བསམ་གཏན།
 དེབ་ཚད། 139 ཁྱེ་ཁྱེ་ × 203 ཁྱེ་ཁྱེ་
 པར་གཞིའི་སྒྲིག་ཐེངས། ༡༠།༩ འོར་པར་གཞི་དང་པོ་བསྒྲིགས།
 པར་ཐེངས། ༡༠།༩ འོར་ལྷོ་ ༡ པར་པར་ཐེངས་དང་པོ་བརྒྱབ།
 པར་གྲངས། ༥༠།



ར་ནས་མི་རིགས་རིག་གཞུང་འཛུལ་ལྷོད་།
 མལ་ལེན་མིག་ལྷོད་རྒྱུ་ཚལ་འཛུལ་ལྷོད།
 རྒྱུ་རྒྱུ་ལྷོད་རྒྱུ་ལྷོད་ལྷོད་ལྷོད་ལྷོད་།
 ལྷོད་ལྷོད་ལྷོད་ལྷོད་ལྷོད་ལྷོད་ལྷོད་།