



འཇུ་སྐལ་བཟང་གི་ཚུ་མ་ཡིག་དྲ་བཏུས་མ།

འཇུ་སྐལ་བཟང་།

# དཀར་ཆག

འཇུ་སྐལ་བཟང་གི་སྒྲོན་པ་གསར་བཤམས་གསུངས། .....	3
ཡིག་ནོར་འདི་དག་.....	7
དུང་སེམས་སྒྲུབ་ཀྱི་ཐོག་མེད་མ། .....	9
རང་སེམས་ལ་སློབ་འདོན་བྱས་པའི་རྗེས་དོན་ཞིག་ .....	16
ལམ་འབྲུང། .....	16
ཡིད་ཚམ། .....	17
འདས་སོང་གི་རང་རྒྱལ་བཅས་ལྷན་དུ་བརྗོད་པ་མི་ལམ་སྐྱབ་པའི་ཐོན་ཐོ། .....	17
དེང་རབས་སྐྱེན་པའི་རྗེས་རྒྱུ་རྣམས་ལོག་རྒྱུ་ལྡན་པ་སེམ་བའི་སྐྱུ་རེངས། .....	26
དུང་རྗེས་ཡིག་རྗེས་ལས་བྱུང་བའི་བོད་ཀྱི་གནའ་རབས་སྐྱེན་པའི་སྐྱོར་རྣམས་ཅམ་སྐྱོང་བ། .....	37
འདས་སོང་བའི་བཞོ་སྐྱོང། .....	47
འཇུ་སྐལ་བཟང་གི་ཚོགས་བཅད་ཚོར་བྱུ་བྱོགས་བསྐྱེད། .....	48
དབང་རྒྱལ་སྐྱེད་པའི་ཚན་(ཚན་པ་གཉིས་ཡོད).....	53
ཀུ་ཚོམ་གཞི་དུ་སྐྱེན་སོ་བྱང་དུ་གྲུག་པའི་འབྲུལ་འཁོར། .....	56
དན་མཁུར་ལྷ་བྱུག་མཁུར་སྐྱེ། .....	59
ཞེ་ལེར་བཞོ་བའི་གཏམ།.....	61
སྒྲོན་པའི་ལུགས་བསམ།(ཞར་བཀོད་གཅིག་ཡོད) .....	63
མི་ལམ་གྱི་འཇིགས་བ། .....	64
འཇུ་སྐལ་ཞལ།.....	66
འཕྲོད་གཏུང། .....	67
དུང་སེམས་གྱི་འཆར་སྐྱབ་(ཚན་པ་དུག་ཡོད) .....	69
ལེ་འདེད། .....	75
ཀུ་ཚོམ་སྐྱབ་སྐྱོན་སྐྱོག་ .....	76
འབག་སྐྱར་མངལ་བའི་མ་ཞེ། .....	77
སྐྱུ་མའི་མོ་ཉ་སྐྱལ་བའི་སྐྱེན་ཚོགས་གཞི་ལྷན་ལུང་རོལ་རྗེས། .....	78
གཞུང་ལས་ཁང་གི་ཉེན་མོ་མ་ཡིག་སོ་དུག་འཇུངས་ཐེམ། .....	84
ཚེས་ཐོག་མའི་དབྱངས་རྒྱ།.....	86
མོ་བྱང་མོ་ཉ་ལའི་མདུན་དོས་གྱི་དོ་ཐེམ། .....	90
སྐྱུ་ཐོག་ .....	91

འཕྲིན་བཞུགས་པ།.....	91
རྒྱ་ནང་གི་ཉེན་ཞབས། .....	92
ང་ཚོའི་ཁོར་ལུག་གི་ཉེན་བཅད།.....	93
འདས་དོན།.....	95
དགེ་འདུན་ཚོས་འཕེལ།.....	95
ཚོད་པོ་དང་ནམ་མཁམ། .....	97
སློབ་མཐར་ཕྱིན་པའི་མཉམ་སྲུང་དགུང་ཚོགས་སྐྱོང་བ།.....	98
མཁམ་འགོའི་གཟུགས་རིམ།.....	99
བསམ་གཞིགས།.....	101

## འཇུ་སྐལ་བཟང་གི་སྟོན་ངག་གསར་བ་ཁག་གསུམ།

### འཇུ་སྐལ་བཟང་།

#### ༼འཇུ་སྐལ་འབྱུང་མཁའ༽

༡

ང་ཚོ་ཕོར་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་མཐེལ་དུ་སྐྱུང་འདུག།  
 ཕོར་ལ་ནས་རི་མགོ་འགའ་རེ།  
 སྐབས་སྐབས་སུ་མངོན་གྱིན་འདུག།  
 དེ་དག་གི་ངོས་སུ་སྐས་ཞེང་རྩ་བུ་ཞིག་གིས་གང་འདུག་པ།  
 མཚོ་དང་རི་ཡི་དབྱིབས་སུ་ཡོད་ཟེར།  
 ང་རང་ཚོད་དེ་ཉི་མོ་ཐབས་ཡེ་མི་འདུག།

༢

ང་ཚོ་སུ་ཞིག་རྩོལ་བའི་ནང་སྐལ་སྦྱོང་བཞིན་  
 ཟེམ་སྐྱུར་ངང་འཇུག་གིན་ཡོད་ལ།  
 ང་ཚོའི་རྩོལ་བའི་ནང་དུ་སྐལ་སྦྱོང་མང་པོ་ཞིག་  
 ཟེམ་སྐྱུར་གྱིས་འཇུག་གིན་འདུག།

३

མུ་ཚོད་ཉེར་བཞིའི་ངོས་སུ་ང་ཚོ་མི་རྟེན་ལ།  
མུ་ཚོད་ཉེར་ལྔ་བ་ཞིག་ང་ཚོས་རྟེན་མ་སོང་།

༤

མུ་ཟགས་སུ་ཡུན་རིང་ཕྱིན་པའི།  
གོས་རྟེན་ཉལ་བོ་འདི།  
དུས་འདས་པ་རེད་ཟེམ།  
འདས་ཟེན་པ་ལ་ཚོན་མདོག་མི་འདུག

༥

ཁྱོད་ཚོ་མུ་ལྷ་བུ་ཞིག་རེད།  
སྒོད་གང་དུ་སྐྱུགས་ན་དེའི་དབྱིབས་ཁོ་ན་རེད།

༦

འཇིགས་སྤང་དངོས་ནི་མི་སྐྱོགས་ཀྱི་སྐད་མ་རེད།  
དེའི་མུ་ལོགས་ཀྱི་སྐད་ཅིག་དེ་རེད།

༧

ས་མཚམས་ཤིག་ན།  
ཐོག་ཁང་ཚོ་དར་སྐྱོག་བཞིན།  
རྒྱང་གིས་དེབ་ཀྱིན་འདུག

༨

སང་ཉིན་གྱི་གོང་ཁྱེད་དེ་ཚོ་ཐུགས་ཅུལ་དུ་སོང་སྟེ།  
དེ་རིང་གི་ས་ལོག་གི་སྐྱུག་ལམ་ན།  
བར་མཚམས་མེད་པར་བཞུར་གྱིན་འདུག

༩

དེ་རིང་འགོ་བ་མའི་རིགས་ཀྱི་མ་འོངས་པ་ལན་གཅིག་མཐོང་སྟེ།  
དེ་ན་སེམས་གཙོང་གི་ཡི་སྐྱུག་གི་གོང་བ་མང་པོ་ཆགས་བཞིན་འདུག  
སླ་མ་མཁྱེན།

༡༠

གནམ་ས་འགས་འཐོར་དུ་འགོ་ཉིན།

ཤེས་པ་འདི་ཚོ་འགྲོ་ས་ཞིག་ཡོད་དམ།  
སྲ་མ་མཁྱེན།

།།

འདབ་ཆགས་འདི་ཚོ།  
ཉ་འཕུར་འོངས་པ་རེད་ཟེར།  
སྲ་མ་མཁྱེན།

།།

ང་ས་ལ་ཐེམ་འགྲོ་དུས།  
ང་གཞི་ནས་མེད་སོང་བ་རེད་ཟེར།  
ཨོ་མ་རེད་ཟེར།  
སྲ་མ་མཁྱེན།

།།

རྒྱལ་ཁབ་དང་བྱིམ་ཚང་གཉིས་ཀ་ཨ་ན་མ་ན་རེད།  
བྱིའུ་ཚང་རེད།

།།

ང་ཚོས་ས་བསྐྱོགས་ན།  
སས་ང་ཚོ་བསྐྱོག་མི་ཚོག་པ་ག་རེ་རེད།

།།

སློ་བྱི་འདི་ཚོས་ཅི་ཞིག་རིག་ནས་རྒྱག་གིན་འདུག  
ང་རང་ཚོས་ཅི་ཞིག་མ་རིག་ནས་རྒྱག་གིན་འདུག  
མ་རིག་པ་ཟེར་བ་དེ་ཨོ་རེད།

།།

ཚོ་བྱི་མ་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད་པར་མི་སྐྱེག་མོད།  
མེད་པར་ང་རང་གིན་ཏུ་སྐྱེག

།།

ཞུག་འདིའི་ནང་ན་ཅི་ཞིག་ཡོད་འདུག  
ཡང་ན་དམར་པོ་ཞིག་ཡོད་དམ།

།།

ཡུང་བསྟན་དུ། རྒྱལ་ཁབ་མང་པོ་ཞིག  
རྒྱན་སྤྲུག་བརྒྱུ་བའི་འོག་ཏུ་འགྲོ་བེད།

༼མངོན་སུམ༽

ཁ་བ། འཐབ་མོ་བྱེད་ཀྱིན་འོང།  
དྲ་ཤེལ་ལ་འཁོན་འཛིང་དྲག་ཏུ་བྱེད་ཅིང་འོང།  
མེ་ལྷ་དེ་ཚོས།  
གྲུག་གྲུ་དང་ཞབས་ཀྱི་འགྲུང་བུ་ན་རོ་སོགས།  
མང་པོ་ཞིག་སླ་ངའི་མཐེལ་འོག་ཏུ་འབྲི་བཞིན་འདུག  
སླ་ངའི་ནང་དུ།  
གོ་མ་ཡིན་ཟེར་བའི་བྱད་མེད་མང་པོ་ཞིག་ལ།  
དམར་མདངས་རྒྱས་ཤིང་རྩལ་ནག་འབབ་ཀྱིན།  
འཁན་འཁུན་མང་པོ་སློག་བཞིན་འདུག

སྐྱེས་པ་འགའ་ཞིག་ད་ལྟ་ས་ཐབ་བསྐྱོར་ནས་འདུག  
ང་རང་རྣམ་ཤེས་འཁུམ་པོ་ཞིག་དང་འདྲ་སྟེ།  
དེ་ཚོའི་གལ་དུ་འཚངས་ནས་བསྐྱད་ཀྱང།  
ཁོ་ཚོས་ཚོར་གྱིན་མི་འདུག

ཁ་བ་དྲངས་རྗེས།  
བསམ་སློའི་འགའ་ཞིག་ཟགས་རལ་དུ་སོང་སྟེ།  
གྲང་ཁར་བཀལ་ནས་ཉེ་མར་སྐྱེས་བཞིན་འདུག  
གྲང་ཁ་ན། ལྷ་ལྷུ་མ་ཐར་ཐོར་སྐྱེས་འདུག

༼དུས༽

ང་ཚོའི་མགོ་ཐོག་གི་ནམ་མཁའ་ལ།  
ཕྱགས་མ་ཐེངས་ཤས་བརྒྱབ་པས།  
སྐར་ཚོམ་དེ་ཚོ་གནམ་གྱི་མཐའ་ཏུ་དེད་སོང།

སྐྱུལ་སྒྲོག་བྱེད་མ་ཐུབ་པའི་སྐྱེགས་བམ་དེ་དག་ལས།  
ཤ་མོ་གསར་བ་རྗེས་བཞིན་འདུག།

དེབ་ཐེར་ཆེན་པོ་དེ་ལེ་བར་དུ་མར།  
རོ་འདུད་བྱས་པས།  
ད་ལྟ་འཐེང་འགོས་ཀྱིས་མདུན་དུ་འགོ་བཞིན་འདུག།

ད་ལྟ། ད་ལྟ་ལོས་ཀེང་རུས་ཟུར་བའི་མེ་དཔུང་ལ།  
ལག་པ་སློ་བཞིན།  
ཕྱིར་འདང་མང་པོ་རྒྱག་གིན་འདུག།

ཡིག་ཚེར་འདི་དག།

འཇུ་སྐལ་བཟང་།

ཁོ་ཚོས་ཡིག་ཚེར་བྲིས་བཞག།  
ཡིག་ཚེར་འདི་ཚོ་ང་ཚོའི་ཐུན་པ་རེད་ལྷག་པ་རེད།  
ཁ་ཏ་བཞིན་ཨག་སྐད་འཛོར་འཛོར་འབྲིན་གྱིན་འདུག།  
སྤྲིག་སྤྲིན་བཞིན་ཡན་ལག་ཤིགས་ཤིགས་འགྲུལ་གྱིན་འདུག།  
གོས་སྐབས་སུ་འཚང་བའི་སློ་མ་བཞིན་བསལ་དུ་མེད་པར་འདུག།  
དེ་ཚོས་ང་ཚོར་སྤྲི་གཡའ་རུ་འཇུག་བཞིན་ཞེ་མེར་དུ་འཇུག་བཞིན།  
རྒྱག་དུ་བསྐྱེད་བཞིན་དངངས་སྐྱག་སློང་བཞིན་འདུག།

ཡིག་ཚེར་ཚོས་གཞུང་ལྷགས་ན་གཡེང་རྒྱལ་བྱེད་གྱིན་འདུག།  
བསྐྱབ་བྱ་ན་གཡོ་སྟོན་བྱེད་བཞིན་འདུག།  
ཚོམ་རིག་ན་བཅོས་འཇུམ་སྟོན་བཞིན་འདུག།  
ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་འགག་མདོ་ན་ཚོད་གཞི་སློང་གིན་འདུག་ཅིང་།  
མཚམས་ཁང་གི་སློ་དུང་ནས་ལོག་སྟོན་བྱེད་གྱིན་འདུག།  
ཐ་ན་སྐྱུལ་དུ་འཇུལ་ནས།  
ཤི་གསོན་གྱི་གྲེས་སོ་ན་བརྗེས་ལོག་རྒྱག་གིན་འདུག།

མདོར་ན་ཡིག་ནོར་དེ་ཚོས་ཚོས་ལོག་འཆད་ཀྱིན་འདུག  
སིང་ནོར་དུའང་འཁྲིད་ཀྱིན་འདུག

འདུག་སྟེ་ཁོ་ཚོས་ག་སར་ཡིག་ནོར་བྲིས་བཞག

གཞུང་ཡིག་ན་ཡིག་ནོར་བྲིས་བཞག

ཐམ་ག་ན་ཡིག་ནོར་བྲིས་བཞག

སྒོ་བྱང་ན་ཡིག་ནོར་བྲིས་བཞག

ཡིག་ནོར་གྱི་སྟུན་ལྷུ་ལ

ཡིག་ནོར་གྱི་ཚོག་མཚན་འགོད་ཅིང

ཡིག་ནོར་གྱིས་ལག་བརྟར་བྱེད་ཀྱིན་འདུག

ད་ཉ་དེ་ཚོ་ཡམས་ནད་བཞིན་ག་སར་བྱབ་བྲིན

ནམ་མཁའ་ནས་འབབ་ཀྱིན་འདུག

གོང་མཐའ་ན་ཉུལ་གྱིན་འདུག

སྟུང་འདབས་སུ་ཅུལ་བཞིན་འདུག

ང་ཚོས་ཁ་ནས་ཡིག་ནོར་བྲིས་བྲིན

ང་ཚོའི་རྒྱབ་ཏུ་ཡིག་ནོར་གྱོན་བྲིན

ད་ཉ་ང་ཚོ

ཡིག་ནོར་དང་ཁ་འབྲལ་ཐབས་མེད་པར་གྱུར་འདུག

ཁོ་ཚོས་ག་སར་ཡིག་ནོར་བྲིས་བཞག

ང་ཚོའི་གཙང་བོ་དང་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་མགོ་ཁྲུངས་ནས

ཡིག་ནོར་གྱིས་རྟོག་གིན་འདུག

མཐོ་སྐང་གི་རུས་སྐྱོམ་ཉིལ་བོ་ཡིག་ནོར་གྱིས་བྲི་གིན་འདུག

ཡིག་ནོར་ཚོ་མའི་མངལ་དུ་ལྷགས་བྲིན་པས



རིགས་རྒྱུད་ཀྱི་ཕྱི་མ་ཚོ་རྣམས་འཕྲོ་མེད་བཏང་འདུག

ཁོ་ཚོས་ག་སར་ཡིག་ལྗོངས་བཞག

ཨ་ཁ་ཁ

ཁོ་ཚོས་ངའི་ཆེས་གཅེས་ཐང་ཆེ་བའི་རུས་མིང་དེ

ཡིག་ལྗོངས་ཀྱིས་བཞག

ངའི་དུར་བྱང་ལ་ཡིག་ལྗོངས་བཏང་བཞག

དུང་སེམས་ལྷབས་ཀྱི་ཟེགས་མ།

འཇུ་སྐལ་བཟང་།

དང་པོའི་ན་རྒྱུད་གི་བཅེ་དུང་།

དུངས་གསལ་རྒྱ་ལོགས་ཀྱི་ལྷ་བ།

ལག་པས་འཛིན་རྒྱ་ཞིག་མེད་ཀྱང་།

སེམས་པས་འགོག་ཐབས་རང་མི་འདུག།

མཚུ་སྐྱོས་པད་འདབ་ཀྱི་ཟེལ་བ།

ང་ལ་གནང་འདོད་ཅིག་མེད་ན།

ཟུར་མིག་གི་སར་གྱི་མདའ་མོས།

སྙིང་ལ་གཙོག་པ་རང་མ་གནང་།

མེ་ཏྲོག་རྒྱུད་རྒྱུད་གི་སྐྱོམ་བྱར།

གཡུ་སྐྱང་འཁོར་འཁོར་རང་མ་གནང་།

གི་སར་སྐྱང་ཆར་དུ་སྐྱེན་ཚོ།

དུང་སེམས་འདབ་གཤོག་དེ་རྒྱུར་ཤོག།

སོ་འཇུ་མ་གེ་སར་གྱི་ཕྱིང་བ།

ང་ལ་ངོམ་པ་རང་མ་གནང་།

ཟུར་མིག་གཡུ་སྐྱང་གི་གཤོག་རྩེ།

དབང་མེད་དེ་ཕྱོགས་ལ་འཁོར་འགོ།

འོ་མའི་རྒྱ་མཚོ་ཞིག་བསྐྱེལ་ཡོད།

མཚོ་མཐའ་མེ་ཏྲོག་གིས་བརྒྱན་ཡོད།

ངང་རྒྱུད་འདབ་པ་རང་མ་གནང་།

བབས་ནས་འཕུར་སྐོ་དེ་མི་འཇུངས།

སྐྱེན་མའི་གཞུ་རྒྱུད་ལས་བསྐྱེལ་བའི།

མིག་འཇུ་མ་མེ་ཏྲོག་གི་མདའ་མོ།

གཞོན་པའི་སྙིང་ཁ་ལ་ཐེབས་ཚོ།

དམ་ཤེས་རང་དབང་ན་མི་འདུག།

ངས་ནི་ཕེབས་ཤོག་རང་མ་སྐྱེས།།

ཁོས་ཀྱང་བཀའ་ལྷན་ཡང་མེད་མོད།།

ཇོ་ཇོ་གསང་སྟོབས་ཀྱི་ཕེབས་ཏེ།།

སྒྲིང་གི་ཁང་ཚུང་དུ་འཕྱོལ་བྱུང་།།

དགའ་བའི་བྱུང་མིག་དེ་འཕྲད་པས།།

སེམས་པའི་བྱེད་ཀ་བཀུག་སོང་།།

དུང་བའི་སེམས་པ་དེ་ཕྲད་པས།།

ལུས་སེམས་གཉིས་མེད་དུ་ཤོར་སོང་།།

སྒྲིང་དབུས་སྐྱོལ་ཚུང་གི་སྐྱབས་སྟུ།།

ན་ཚུང་གསང་བ་ཞིག་སྐྱེས་ཡོད།།

ཚོག་གསུམ་མེ་ཏྟག་གི་ལྗེ་མིག།

ཁྱོད་རང་གཅིག་སུ་ལ་གཏད་ཡོད།།

ཚལ་དཀར་གོང་བ་ཡི་ཁ་ནས།།

མིག་ཞགས་སྟོད་སྟོད་ཅིག་འཕངས་པས།།

དགའ་སྐྱོ་བཅེ་དུང་གི་གཏན་ཚིགས།།

གཞོན་པའི་ལས་དབང་ལ་བྲིས་སོང་།།

ཨ་ཇོ་ཇོན་པ་ཡི་སུ་ཚུང་།།

ཁྱོད་ལ་སྒྲིང་རྗེ་ཞིག་མེད་ན།།

དབང་མེད་ལས་དེད་ཀྱི་ཤེལ་ཚུང་།།

ང་ནི་བཤོལ་ཐབས་ཤིག་མི་འདུག།

དགའ་ཡང་རྣམ་གཡེང་དུ་མ་ཤོར།།

སྐྱུག་ཀྱང་མིག་ཚུ་ཅ་མ་བཞུར།།

དམ་ཤེས་གཤོག་དུག་གི་ཉ་མོ།།

དཀྱུས་རིང་ལྷགས་ཀྱི་དེས་དངས་སོང་།།

ལམ་མདོའི་རྒྱན་པོ་དང་ཕྲད་ཀྱང་།།

རིན་ཆེན་རྒྱན་ཆ་དེ་མ་ཤོར།།

སྒྲིང་གི་རྒྱན་པོ་ཁྱོད་མཐོངས་བས།།

ལུས་སེམས་བྱེད་ཀ་དེ་བརྒྱས་སོང་།།

སེམས་པ་རྗེས་སོང་གི་མི་དང་།།

གཏན་དུ་མཇོང་རྒྱ་ཞིག་བྱུང་ན།།

ཡ་གི་འཛིན་ཁམས་ལ་མི་སྐྱོན།།

མ་གི་འཛིན་ལུས་བར་ཡང་མི་སྐྱོན།།

ཚུ་དང་འོ་མ་གཉིས་བསྐྱེས་པས།།

འོ་ཚུ་གཉིས་ཀ་ཅུ་ཀྱུར་སོང་།།

སེམས་དང་སེམས་པ་གཉིས་བསྐྱེས་པས།།

སེམས་པ་གཅིག་སུ་ལས་མི་འདུག།

ཁ་ལ་སྐྱང་རྗེ་དེ་ཞེས་པོ།།

སྐྱ་ལ་བཟང་སྐྱོས་དེ་ཞེས་པོ།།

བཙོ་ལྗེ་ན་ཚུང་གི་སྒྲིང་ལ།།

དགའ་བའི་རོ་མངར་དེ་ཞེས་པོ།།

གཏུང་བའི་བྱུང་བཀ་དང་འགྲོགས་པ།།

ན་ཚུང་རྗེས་ཚགས་ཀྱི་བདེ་བ།།

ཅུང་ཟད་སྐྱུར་ཁ་དང་ཕྱན་བ།།

བོད་པའི་ནས་ཆང་གི་རོ་མངར།།

རོ་མངར་འབྲས་བཟང་ཞིག་མེད་ན།  
 མེ་ཏོག་ཟེའུ་འབྲུ་དེ་འཐོར་འགོ།  
 ཁྲེལ་གཞུང་ཕྱི་ཐག་ཅིག་མེད་ན།  
 ཞག་གསུམ་འཇུམ་ངོ་དེ་འབྲུར་འགོ།  
  
 ཕར་དགའ་ཚུར་འཐད་ཅིག་མིན་ན།  
 བཙམ་པོའི་གཉེན་ཐག་དེས་མི་ཚོངས།  
 ཁ་ཡ་ན་ལྷ་ཞིག་མིན་ན།  
 ཆེ་སྐར་ཚུང་འདོག་དེ་མི་མངོས།  
  
 བ་ཚུང་དགའ་ཕྱོགས་ཀྱི་སེམས་པ།  
 བམ་མཁའའི་སྤྱིན་གསེབ་ཀྱི་ལྷ་བ།  
 སྤྱིན་པ་གཅིག་གསེང་ནས་ཐོན་ཏེ།  
 སྐར་ཡང་གཅིག་གསེང་ལ་འཇུམ་འགོ།  
  
 ལྷ་ལྷང་གྲེན་ཕྱོགས་སུ་སྐྱེས་ཀྱང་།  
 འདབ་ལོ་ཐུར་ཕྱོགས་ལ་འཕྱང་སོང་།  
 བཞིན་རས་ཚུར་ཕྱོགས་སུ་འཁོར་ཡང་།  
 སེམས་པ་ཕར་ཕྱོགས་ལ་ཤོར་འདུག།  
  
 ལྷ་ཆེན་མི་ཁ་ཡི་སྐྱང་ཕྱོགས།  
 ལྷོན་ཁའི་དྲི་བཞོན་དང་འདྲ་བ།  
 བ་ཚུང་སློ་ཚེ་ཡི་འགྲུ་ཕྱོགས།  
 ལ་ཁའི་དར་ལྷོག་དང་འདྲ་བ།  
  
 སྐང་དོར་འོ་ཚུ་དེ་འབྱེད་ལ།  
 ངང་བའི་ན་ཚུང་ཁོ་མཁས་ཀྱང་།

བཙམ་འཇུམ་ཚུ་ནང་གི་ལྷ་གཟུགས།  
 ཏུང་སེམས་པ་ད་ཚ་ཏུ་འབྲུངས་སོང་།  
  
 ལྷས་མེད་ཞག་གསུམ་གྱི་བྱམས་པ།  
 ལྷ་ལ་འབྲུངས་པ་ཡི་མེ་ཏོག།  
 མི་བརྟན་ལྷུག་ལྷུག་ཏུ་གཡོ་བ།  
 ཉ་མོའི་བྱེད་ལས་ཤིག་ཡིན་ནམ།  
  
 སེམས་པ་འཇའ་ཚོན་གྱི་རི་མོ།  
 ཚུར་ལ་འོང་ཐབས་དེ་དགའ་ཡང་།  
 མོས་འདུན་སྐྱུག་སྐྱུངས་ཀྱི་ན་བུན།  
 ཕར་ལ་བཞོག་ཐབས་ཤིག་མི་འདུག།  
  
 སྐྱུ་ལུས་ཚུ་ལྷང་གི་འབབ་ལྷན།  
 ཟམ་མིག་གཅིག་འོག་ཏུ་ཚུད་ཀྱང་།  
 སེམས་པ་ཚུ་འགོ་དང་ཚུ་ར།  
 ལྷན་དུ་འཕམ་ཐབས་ཤིག་མི་འདུག།  
  
 སེམས་དང་སེམས་པ་ཡི་མཐུན་ཕྱོགས།  
 གཅིག་ཏུ་འདྲེས་པ་རང་མེད་ན།  
 གོས་དང་གོང་བ་ཡི་འདབ་མ།  
 འདྲེས་དང་མ་འདྲེས་རང་མི་འདུག།  
  
 མི་ཁ་སྐྱུག་ཚོད་ཀྱི་མདའ་མོ།  
 མོ་རོག་ཤ་ཁྱེར་ལ་འབབ་ཀྱང་།  
 ཕྱག་དོག་མདེའུ་ཡི་ཟེགས་མ།  
 མ་བྱའི་སྐོ་ཐིག་ལ་བབ་བྱང་།

སོ་རོག་ཤ་ཁྱེར་གྱིས་ཉེས་སོང་།།  
 སྤེལ་བྱ་ལག་གིས་སྤང་སོང་།།  
 ང་དང་མ་བྱ་ཡི་བྱ་མོ།།  
 མ་བཅོས་མཛེས་སྤྱད་གིས་ལན་བྱང་།།  
  
 ཡིད་སློན་ཁྱེད་ལྟ་བུ་གི་བྱ་མོ།།  
 མི་ཡི་སྤོང་འགོ་བྱ་བ་བ་ཚོ།།  
 ལ་ནས་འཇུག་འཇུག་ཞིག་བཅོས་ཀྱང་།།  
 ལོག་ལ་དགའ་དགའ་རང་དཀའ་འདུག།  
  
 ན་ཚུང་མཛེས་མཐུན་གྱི་ཕྱི་ཐག།  
 རོར་བྱ་ཐང་རྟེན་གྱི་མི་ལམ།།  
 ལན་གཅིག་ཚད་པ་ཡི་འཕྲོ་ལ།།  
 སྐར་ཡང་མཐུད་ཐབས་དེ་དཀའ་མོ།།  
  
 སྤོང་ལོ་སྤོང་འགོ་བྱ་མ་བཟང་།།  
 སྤོང་ལོ་ཚུ་ཕན་དུ་བབ་སོང་།།  
 ཚུ་ཕན་ལྡབས་རྗེས་དེ་ཟེན་ན།།  
 ལྡབས་རྗེས་དེད་པ་ལ་ཅི་སྦྱོར།།  
  
 གཞོན་པའི་དུང་སེམས་ཀྱི་ལས་ལ།།  
 ཆགས་སྤང་དེ་ཅམ་ཞིག་མི་དགོས།།  
 མཛེས་མཛེས་དུང་དུང་གིས་འགྲོགས་ཏེ།།  
 དགའ་དགའ་འཇུག་འཇུག་གྱིས་གྱེས་འགོ།།  
  
 བསྐྱེད་པའི་བྱ་ལོན་དེ་མ་ཚད།།  
 ཤ་བྱས་ཁྱེད་ཀྱིས་མ་འབྲེལ།  
 ལྷོད་དང་ལྷོད་གྱིས་ཀྱི་འབྲེལ་ཐག།

ཕར་དགའ་ཚུར་འཐད་གྱི་མདུད་པ།།  
  
 བཅེ་མདུད་རང་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཏེ།།  
 རང་རང་སོ་སོ་བྱ་གྱེས་ན།།  
 ཕར་ལ་ཁྲམ་པ་དེ་མི་ཟེར།།  
 ཚུར་ལ་ཁྲམ་མེད་ཀྱང་མ་གསུངས།།  
  
 སྤོང་གི་ཤིང་ལོ་ཡི་ངོས་ལ།།  
 དགའ་བའི་ཡིག་འབྲུ་ཞིག་བྲིས་ཡོད།།  
 ཤིང་ལོ་རྒྱུད་བྱ་ལ་སྐར་ཉིན།།  
 ང་ཡི་ཡི་གེ་དེ་གསུབས་རོགས།།  
  
 རོག་མའི་སྤོང་སྤང་གི་འདབས་སུ།།  
 ཚོ་སྤོང་སྤང་མདུད་ཅིག་ཐོགས་དང་།།  
 ཏྲ་སོ་གཞན་དབང་དུ་གྱུར་ཡང་།།  
 སྤང་མདུད་སྤོང་འགོ་བྱ་མི་གཏོང་།།  
  
 འཛིག་ཏེན་འདུ་འབྲལ་གྱི་ཞིང་ན།།  
 གཏན་དུ་འཛོམས་པ་དེ་དཀའ་མོ།།  
 སྤོང་ནས་ལན་གཅིག་ལ་འགྲོགས་དང་།།  
 བྲལ་ཡང་འགྲོད་པ་དེ་མི་འདུག།  
  
 ཚོག་གསུམ་སྐད་ཆ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་།།  
 མགོན་ལ་མཚེ་མ་ཡིས་བརྒྱུད་སོང་།།  
 གོམ་གསུམ་སྤྱེལ་མ་དེ་བྱེད་ལ།།  
 མ་ཐེབས་གསུང་བ་རང་མ་གནང་།།  
  
 ལོ་སྤྱད་ལྷོ་སྤྱད་དེ་མ་གསུངས།།

དབུ་མནའ་བཞེས་པ་མང་མི་དགོས།།

བྱ་པོ་ས་མཐའ་ཅུ་འགྲོ་ལ།།

གོམ་གསུམ་སྐྱེལ་མ་ཞིག་གནང་རོགས།།

ཐུང་ན་སྤྱག་ཡུས་ཀྱི་མིག་ཟུ།།

འགྲོ་ཁའི་སྤྱིང་སྤྱག་ལ་མ་སྟོན།།

བྲན་པའི་མེ་ལོང་གི་ངོས་སྤྱ།།

འཇུམ་པའི་ཞལ་རས་དེ་འགོད་རོགས།།

ཕྱད་པའི་འཇུམ་དཀར་གྱི་སྤྱང་ཆང་།།

མཉམ་བས་བཞེས་རོགས་ཤིག་གནང་དང་།།

བལ་བའི་སྐྱོ་གདུང་གི་མིག་ཟུ།།

རང་རང་སོ་སོ་ནས་འཐུང་ཚོག།།

ང་རང་བྱེས་སོང་གི་རྗེས་ལ།།

སྤྱན་ཆབ་གཏོར་བ་རང་མ་གནང་།།

ཁེལ་མེད་འབྲུམ་པོ་ངའི་དོན་ལ།།

སེམས་པ་དཀྱུག་རིན་ཞིག་མི་འདུག།།

ཏུ་ལོའི་མེ་ཏོག་གི་འདབ་མ།།

སྟོ་སྟེན་མིག་ཟུ་དེ་འགྲིལ་ཚོ།།

ད་ནངས་སྐྱེལ་ཐུང་ལ་ཕེབས་པའི།།

བྱ་མོའི་ཞལ་རས་དེ་བྲན་བྱུང་།།

སྤྱན་པ་ཐར་ཐོར་གྱི་གསེབ་ན།།

ཟླ་བ་ཁེར་འགྲོས་དེ་མཐོང་ཚོ།།

མི་ཡུལ་སྤེལ་མཐའ་ཅུ་བྱིན་པའི།།

ཆུང་གོགས་བྱ་མོའི་དེ་བྲན་བྱུང་།།

ཞལ་རས་མེ་ཏོག་གི་འདབ་མ།།

མིག་ཟུའི་ཟེལ་བ་ཡིས་བཟུན་ཏེ།།

མ་བརྗེད་ལན་གསུམ་དུ་གསུངས་པ།།

བྲན་ན་ཚུགས་ཐབས་ཤིག་མི་འདུག།།

བཙོ་ལའི་དུང་ཟླ་དེ་ཤར་ཚོ།།

ཉེན་མོའི་སྤང་བ་དང་འབྲ་ཡང་།།

བྱམས་པའི་ཞལ་རས་དེ་བྲན་ན།།

སེམས་ལ་སྤྱན་བ་ཞིག་འཐེབ་ཡོང་།།

ཞལ་ངོ་མ་མཐོང་ཡང་ཚོག་གི།།

གསུང་ངག་མ་ཐོས་ཀྱང་ཚོག་གི།།

ནང་གི་དུང་སེམས་ཀྱི་སྤྱད་པ།།

དུམ་བྱར་ཚོད་ཐབས་ཤིག་མི་འདུག།།

སྐྱུ་ལུས་ཚོགས་དུག་གི་སྤྱུག་མ།།

སྟོ་རོང་ནགས་གསེབ་ན་ཡོད་ཀྱང་།།

ཞལ་རས་མེ་ཏོག་གི་འདབ་མ།།

ང་ཡི་སྤྱིང་ཁ་ཅུ་བཞད་འདུག།།

ཨ་ཇོའི་ཚོགས་གསུམ་གྱི་གསང་གཏམ།།

སྤྱིང་གི་མཚོ་གཏིང་དུ་སྤྱེས་ཡོད།།

མཚོ་ལ་བྲི་བ་རང་མེད་ན།།

ཚོག་ལ་བོར་དེ་མི་སྲིད།།

བྲན་བྱུང་སྤྱིང་སྤྱུག་དེ་བྲན་བྱུང་།།

དགོད་པའི་བྱར་མིག་དེ་བྲན་བྱུང་།།

བྲན་བྱུང་དགའ་ལོ་དེ་བྲན་བྱུང་།  
འཇུག་པའི་མཛེས་ཀོང་དེ་བྲན་བྱུང་།

ཡིད་འོང་ན་རྒྱུང་གི་ལང་ཚོ།  
རྒྱ་བོའི་ཕར་རྒྱུང་དུ་ལྷུས་ཀྱང་།  
བྲན་སེམས་སླིན་དཀར་གྱི་དུམ་བུ།  
རྒྱ་བོའི་མཐོངས་དབྱིངས་ནས་འཕྱར་སོང་།

དུང་ཤོག་དཀར་བོ་ལ་ཕབ་པའི།  
བྲན་པའི་རི་མོ་དེས་མ་ཡིན།  
མིག་རྒྱས་བརྒྱན་པ་དེ་མཐོང་བས།  
ཤུགས་རིང་ལན་གསུམ་དུ་ཤོར་སོང་།

རྒྱུང་གོགས་སྤོང་སྤུག་གི་མཛེའ་བོས།  
ང་ལ་གནང་བ་ཡི་སོར་གདུབ།  
གམ་པའི་རྒྱ་གཉིང་བརྒྱར་ཡང་།  
སེམས་པའི་རྒྱ་ཁ་ཅུ་གཡེང་འདུག།

རྒྱུང་གོགས་རྗེས་བྲན་གྱི་གདུང་ལྷུས།  
གནམ་མཐའི་རྒྱ་བ་དང་འགོགས་འདྲ།  
ཅི་ཅམ་རྒྱབ་ཕྱོགས་ལ་བསྐྱར་བ།  
དེ་ཅམ་མདུན་ཕྱོགས་ལ་ཐོན་འདུག།

སྐྱོལ་མས་དུང་སེམས་དེ་བརྟན་དུས།  
སེམས་པ་སྐྱོལ་མ་ལ་མ་བྱིན།  
སེམས་པ་སྐྱོལ་མ་ལ་ཕྱོགས་ཚོ།  
སྐྱོལ་མ་གཞན་དབང་དུ་གྱུར་སོང་།

རྒྱ་བ་ལོ་གསུམ་ལ་བསྐྱགས་ཀྱང་།  
རྒྱ་བས་གཟིགས་པ་རང་མ་གནང་།  
རྒྱ་བ་སྐོ་ལྷུལ་ནས་བརྗེད་དུས།  
རྒྱ་བའི་འཕྲིན་པ་དེ་འབྱོར་བྱུང་།

ཁྱོད་རང་བྱང་ལམ་ནས་ཕེབས་ཤིང་།  
ང་ཡང་སྐོ་ལམ་ནས་འོངས་མོད།  
ལམ་བུ་སྐྱེ་འཛོལ་རང་བྱུང་བ།  
ལས་དང་སྐལ་བ་ཡིས་ལན་འདུག།

འཛོ་སྐྱེག་ལྷ་ས་ན་འདུག་ཅིང་།  
དུང་བ་ལྷར་ལས་ཀྱང་སྟག་མོད།  
གསང་གཏམ་སྐྱེ་ཤེས་གྱི་སྐྱུན་ལ།  
སྐྱར་གྱི་གྱུང་ཉམས་དེ་མི་འདུག།

ཤུ་རུ་སྐྱུག་པོ་དེ་བསམ་ནས།  
གཞུ་རྒྱུད་སྟོད་ཐག་ནི་མ་ཚོད།  
ཤུ་བ་འདྲོག་སྐྱམ་གྱིས་དོགས་ཏེ།  
མདའ་མོ་འཕེན་ཐག་ཀྱང་མ་ཚོད།

བྱ་མོའི་བསྐྱེད་མེད་གྱི་བཙེ་དུང་།  
ལོ་བསྐྱེད་རྒྱ་བསྐྱེད་གྱི་རྒྱན་ཆང་།  
ཨ་ཇོ་ཁྲེལ་ཡོད་ཅིག་མིན་ན།  
ཆང་ཕུད་བཞེས་པ་རང་མ་གནང་།

ཁྱོད་ནི་ཨ་གར་གྱི་སྐྱོན་བ།  
ང་རང་མེ་ཏོག་གི་འཁྲི་ཤིང་།  
སྐྱེ་བ་ལན་གཅིག་གི་ཚོ་འདིར།

སོ་སོར་དབྱེ་ཐབས་ཤིག་མི་འདུག།

དུང་སེམས་དར་དཀར་གྱི་ལྷགས་པར།།

སློན་ལམ་རྒྱ་མདུད་ཅིག་པབ་སྟེ།།

ཁྱོད་གྱི་ཕྱག་སོར་ལ་གཏད་ཡོད།།

བྱ་མའི་ལས་དབང་ལ་ཁྱོད་མཁྱེན།།

ཁྱོད་རང་འཇིག་རྟེན་འདིར་བཅལ་ནས།།

མི་ཚེ་བྱེད་ཀ་དེ་ཡོལ་ཐལ།།

ཁྲེལ་མེད་ཁྲམ་པ་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་།།

ད་ནི་འགྲོད་སེམས་དེ་མེད་དོ།།

རང་སློ་དབང་ཆེན་དུ་བྱས་ཡོད།།

སློ་ཕྱགས་བརྩེ་དུང་ལ་བཅོལ་ཡོད།།

སྦྱིད་ན་དཀོན་མཚོག་གི་བྱིན་ལྡབས།།

སྐྱུག་ན་སྟོན་ལས་གྱི་བསྐྱོས་ཐང་།།

འཇིག་རྟེན་སྦྱིད་སྐྱུག་གི་ཞིང་འདིར།།

བྱ་མའི་སེམས་པ་ཡི་གཏད་སོ།།

ཁྱོད་རང་གཅིག་བྱ་ལས་མེད་ན།།

ང་ལ་བྱམས་བརྩེ་དེ་མ་རྒྱུང་།།

ན་རྒྱུང་སློ་ཚེ་ཡི་སྐབ་མཐུར།།

འཐེན་ཤེས་སྟོང་ཤེས་ཤིག་དགོས་གྱི།།

ལྷག་གཞུ་ཡོབ་རྒྱུང་ལ་བརྟེན་ན།།

སྐ་ལོག་སྟན་འགྱུར་ཞིག་ཡོང་ངོ།།

གཏད་གྲོགས་མཛའ་མོ་ཡི་སེམས་རྒྱད།།

དབྱངས་ཅན་པི་མང་གི་སྦྱང་བ།།

བྱམས་སྦྱོང་ཕྱག་སོར་གྱིས་སྦྱལ་དང་།།

བདེ་སྦྱིད་རོལ་མོ་དེ་འཁྲོལ་ཡོང་།།

ཟླ་བ་ནག་ཕྱོགས་ལ་ཕེབས་འགོ།།

མེ་ཏོག་སྟོན་དུས་སུ་སྦྱང་འགོ།།

ནམ་ཡང་བྲི་གང་དེ་མེད་བ།།

ན་རྒྱུང་བརྩེ་དུང་གི་ཞལ་རས།།

གསུང་ལ་ལན་གཅིག་ལ་ཉན་ཚོག།

ཕྱགས་དང་ལན་གསུམ་དུ་བསྐྱུན་ཚོག།

ཐམས་ཅད་ན་རྒྱུང་དང་བསྐྱུན་ན།།

སྐབ་མཐུར་རང་མགོ་ལ་འཁོར་ཡོང་།།

ཞེས་མངར་རྒྱན་རྒྱུང་གི་རྗེས་ལ།།

དཔེ་ཤེས་མཐུར་ཡན་དུ་མ་གཏོང་།།

ན་རྒྱུང་འཇུག་དཀར་གྱི་ངོ་ལ།།

མི་ཚེ་དོན་མེད་དུ་མ་གཟོན།།

རང་སེམས་ལ་ཚོག་འདོན་བྱས་པའི་རྟེན་དོན་ཞིག

འཇུ་སྐལ་བཟང་།

ན་ཚོད་བཞི་བཅུར་བརྟལ་བ་ན  
ངའི་ཡིད་ཀྱི་བརྟག་བྱ་ཡོད་ཚད  
ཤེད་རྒྱུ་ཐོག་ལེ་ཅན་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ནས  
ལྡང་མཐིང་གི་ཐང་ཆེན་མུ་མེད་པ་ཞིག་ཏུ་འདྲོགས་སོང  
འོན་ཀྱང་ཤེད་རྒྱུ་ཐོག་དེའི་སྲུག་རྒྱུད་ན  
ཞུག་འབབ་ཀྱིན་འདུག

ལམ་འཕྲད།

འཇུ་སྐལ་བཟང་།

མི་ཚོགས་བཟུར་བའི་ཚོད་ནས་མགོ་བོ་བཏོགས་ཐངས་ཤིག་ན།  
བརྩེ་དྲུངས་ལ་ཉེས་ཤད་ཐོབ་ཅིང་རིང་དུ་བྱིན་པའི་  
མིག་རྒྱུང་ག་ཉིས།  
སྐར་ཡང་ཐོལ་གྱིས་ཕྲད་པས།  
དྲན་ཡུལ་གྱི་ཡིག་ཚོགས་དབྱིངས་སུ་ཡལ།  
གདམ་ངས་མ་བེན་པའི་ཐ་སྐད་མང་བོ་ཞིག  
དབྱུགས་ཀྱི་གོང་བུར་བཏུམས་ནས།  
མགོན་ལོག་ཏུ་ཡང་ཡང་འདྲིལ་ཏེ་སོང་།

མིག་འདྲིས་སུ་སོང་བའི་ལག་སོར་དེས།  
ཉེ་གདུགས་ཀྱི་ཡུ་བ་དང་སྟོང་རྩ་མཉམ་གཅིག་ཏུ།  
ཡང་ཚོམ་ལན་གཅིག་བྱས་པས།  
རྒྱུངས་ཞུག་གི་རྒྱབས་རྒྱན་ཡང་མོ་ཞིག་འཁྱུམ་པ་ཚོར།



དཔུང་བ་དང་ཕྱག་མགོ་འཕྲད་ལ་ཉེ་བའི་བར་ནས།  
སེམས་མི་ཤེས་བའི་བསེལ་རྒྱང་ཞིག  
འཚང་ཁ་རྒྱག་བཞིན་ཐོན་སོང་།

ཕྱི་མིག་གི་བརྗོད་བྱ་སྤྱད་ཀྱང་རྟོགས་དཀའ་བས།  
རྟོག་མགོ་གང་དུ་འཁོར་བའི་ཕྱོགས་དེར་མི་འགོ་  
ཐབས་མེད་བྱུང་།

མགོ་བོ་སྤང་ནས་སློབ་ཀྱི་བྱུང་བ་དེ།  
ཡང་ཡང་ཚགས་སུ་བསྐྱེགས་ཀྱང་།  
གོ་རིམ་དུ་ལྡེབས་མ་བྱུང་།

ཡིད་ཆེས།

འཇུ་སྐལ་བཟང་།

ཁོ་བོས་འོལ་ཚད་ལ་བརྟེན་ནས  
མཚན་མོའི་ཡུལ་སྡོངས་ཀྱི་གསང་བ་འཚོལ་ལ  
གཞན་ཚོ་སྲིན་བྱ་མེ་འཁྱེར་གྱི་འཕོངས་ལ་བཞོན་ནས  
མཚན་མོའི་ཡུལ་སྡོངས་ཀྱི་གསང་བ་འཚོལ་

དེ་ཕྱིར་གཞན་ལ་ཡིད་མི་ཆེས་དོན་མེད་ལ  
གཞན་ལ་ཡིད་ཆེས་དོན་ཡང་མེད།

འདས་སོང་གི་རང་རྒྱས་བན་བྱུང་དུ་བརྗོད་པ་མི་ལམ་སྤང་བའི་ཟིན་ཐོ།

སྒྲིག་པའི་སྒྲུབ་བྱུངས།

ང་ཡང་ཨ་མར་སྐྱེས།ཡིན་ཏེ་སྤྱི་ལོ་༡༩༥༠ལོར་བོད་བྱང་འབྲོག་ས་ཆའི་ཨ་མ་བྱམས་ལྷན་ཞེས་ལ་སྐྱེས།འདི་ཨ་མ་ལོ་ན་གཞོན་དུས་  
འབྱོར་བ་ཞན་ལ།སྐྱེ་འབྱས་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་མཚར་བོ་ཞིག་མིན།བྱང་ཚོས་སུ་སྐྱེ་འོས་བ་ནི་སེམས་རྒྱུད་བཟང་ལོང་འོང་བྱམས་སེམས་ཆེ་ལ།ཨ་མའི་  
འགན་འཁུའི་འདུ་ཤེས་ཤིན་ཏུ་དམ། ཁོ་མོའི་ཕ་ཚུས་ཁམས་གཙང་དང་། མ་ཚུས་སང་སིང་ཡིན།དེ་བཞིན་ཕན་གྱི་ཡང་སེམས་ཁམས་བདེ་ཐང་  
ཡིན་ཅིང་།སྒོ་ཕྱགས་སྒོང་ཡངས་བའི་འབྲོག་ཁུལ་སྐྱེས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ལ།སྒོ་ཅེ་ཅུང་གོང་ཅིང་སྤྱང་གྲང་འཛོམས།དེ་འདྲིན་གོ་སྒོན་གྱི་སྐད་  
ཆའི་སྐྱེ་ཅུལ་ལ་མཁས་ཤིང་།ཡིད་འགྲུགས་འགོ་བསྐྱེ་ཡི་ཅུ་འཇུགས་ལུས་པ་ལྷན་མི་ཚོས་གྱི་སྒོ་ཅེ་གྲང་དེར་ཡོད་པ་ང་ལས་ལྷན་འགྲུང་གྱིས་སྐྱེས་  
བས།ཨ་མ་ནི་ད་ལྟ་བའི་བར་དའི་སེམས་སྒྲོངས་གྱི་སྐྱེས་པ་ལོ་མཚན་དཔེ་ཡིན།ཁོང་གི་ཕ་ཚུས་འདུ(ངའི་ཚུས་ཀྱང་དེ་ཡིན་པ་བཤད་མ་  
དགོས)དང་།མ་ཚུས་མ་ཤུལ་བཟུ་ཟ་ཡིན།དེད་ཅག་གི་བྱིས་རྒྱུད་གྱི་ཚུས་ནི་སྒོ་ཕྱེའམ་སྒོ་པ་ཞེས་པ་ཡིན་ཏེ།ཚུས་སྒོ་རང་གི་ཆེ་བསྟོད་སྐབས་བོད་  
གནའ་བོའི་ཚུས་ལ།“བསེ་རྒྱ་སྟོང་སྟོང་ཚུས་ཆེན་བཞེ་ཞེ་སྒོ་དང་ལྷ་ཕྱེས།”ཞེས་པའི་སྒོ་ཡི་ཚུས་རྒྱུད་ཡིན་པས་སྒོ་པ་ཡིན་ཞེས་ཀྱང་སྒྲུ།

གོང་སྐྱེས་བཞིན་ཨ་མ་ནི་དའི་མིག་དཔེ་ཡིན་ཏེ།ངས་བྱིས་སྤྱང་མང་བོ་ཞིག་ཨ་མ་ལས་ཐོས་ཤིང་།སྒོ་པ་སྐྱོབ་བའི་དགོ་ཆེན་དང་དང་  
པོའང་ཨ་མ་ཡིན།འདི་བྱད་བཞིན་དང་སྐྱེ་གཟུགས་ཨ་མ་དང་ཤིན་ཏུ་འདྲ་བར་མ་ཟད།ཨ་མའི་གཤིས་ཁམས་དང་སྤྱོད་ལམ་གྱིས་ང་ལ་བག་  
ཆགས་དང་ཤུགས་རྒྱུན་གཏིང་ཟབ་མོ་ཞིག་ཐེབས་ཡོད་པས།ངའི་གཏམ་སྤྱོད་དང་རྣམ་འགྲུར་ཀྱང་གྱི་ཁོད་ཨ་མ་ལས་བརྒྱུད་བའི་གྲུབ་ཆ་ཉིན་  
བཞིན་རྗེ་མང་དང་རྗེ་གསལ་དུ་འགོ་བཞེན་ཡོད།

གལ་ཏེ།ཨ་མས་སྐབས་དའི་འབྲོག་མི་དཀྱུས་མ་ཞིག་གི་མིག་རྒྱུང་ལས་བཀལ་བའི་སྒོ་རྒྱ་ལ་བརྟེན་ནས་ང་རང་སྐྱོབ་གྲུར་བསྐྱལ་བ་  
མིན་ན།ཁོ་རྣམས་བྱས་ཀྱང་དེ་རིང་གི་རྩོམ་ཡིག་འདི་འདྲ་གཏན་ནས་འབྲི་མི་སྲིད།

ང་རང་འཇིག་རྟེན་འདིར་འོང་ནས་ཐངས་དང་བོར་མཐོང་བ་ནི་ཨ་མའི་ཞལ་རས་ལགས་ཤིང་།ཐངས་དང་བོར་བརྟུང་བ་ཨ་  
མའི་རུ་ཞོ་ལགས།འདས་ཀྱང་འཇུམ་དཀར་དང་བོ་ཨ་མར་བསྟན་ལ།འཁལ་ར་དང་པོའང་ཨ་མར་བྱས།འཇིགས་ཉེན་བྱུང་ཆོ་དང་བོ་འབོད་ས་  
ཨ་མ་ཡིན་ལ།སྒོ་བ་སྒོགས་ཆོ་དང་བོ་འཚོལ་བྱ་ཨ་མ་ཡིན།ཨ་མ་ལ་འཇིགས་སྤང་མེད་པས་ལེགས་ཉེས་ཅི་བྱུང་ལུ་ཡོད་ཅིང་།ཨ་མ་ལ་ཟེལ་  
གཞོན་མེད་པས་ཨ་མའི་བཀའ་ལས་འགོངས་བར་ཡོད།ང་ལ་མ་ཞི་ཡིག་དུག་གི་ལུང་ཨ་མ་ལས་ཐོབ་ཅིང་།སྐྱབས་འགོ་དང་སྐྱོལ་མ་ཨ་མ་ལས་  
བསྐྱབས།ཨ་མས་ང་རང་ཁྱིད་ནས་སྐྱེས་ལ་ཉེ་བའི་རྒྱ་འཁོར་ཞིག་ལས་ཉ་སྟོང་མང་བོ་རྗེས་བྱ་གཞན་དུ་གནས་སྟོབྱས་བས།འདས་ཆོ་སྒོག་གི་རིན་  
ཐང་ལ་གོ་བ་དང་བོ་དེ་ལས་ལོན་ཅིང་།མ་བཙོས་པའི་སྟོང་རྗེ་དང་བྱམས་སེམས་དང་བོར་དེ་ལས་རྟོགས་ལ། བོད་མི་རྣམས་མ་ཞིག་བྱེད་པའི་  
གཤིས་རྒྱུད་གྱི་རྟོགས་པ་པ་དང་བོ་དེ་ལས་བརྟེས།ཨ་མས་དཔུལ་བོ་ཉམ་ཐག་དང་ཆུན་གྲོན་བདག་མེད་ལ་ཟས་གོས་རྒྱན་ཆད་པས་མེད་དུ་  
བྱེན་ཅིང་།དེ་དག་ལ་དམན་སྤང་དང་གཙང་དམ་མེད་པར་གཅེས་སྟོང་དང་རོགས་རམ་བྱེད་པ་ལས།ང་ལ་མི་ལུས་གྱི་ཐོབ་ཐང་འདྲ་མཉམ་  
ཡིན་ཅིང་།བདེ་སྐྱེག་གི་འགྲུར་བ་རྣམས་པ་ཙམ་དུ་ཟད་པའི་སྐྱོབ་གསོ་ཐོག་མར་ཐོབ།གཞན་ཡང་ངས་ཟོལ་མེད་དང་།དྲང་བདེན།སྐྱེག་བསམ་  
རྣམ་དག་དང་གཞན་དོན་སྐྱེད་ཅེས་པ་སོགས་ད་ལྟ་མང་བོས་རྩོམ་མེད་དུ་དོར་ཡང་རང་ལ་གཅེས་ཐང་ཆེ་བའི་ཐ་སྟོང་མང་བོ་ཞིག་ཨ་མ་  
ལས་བསྐྱབས་པས་ཨ་མའི་བཀའ་བྲིན་གཞལ་དུ་མེད།

ད་ལྟ་ངའི་ཨ་མ་དགུང་གངས་མཐོ་ཙམ་དུ་སོན་ཡོད་ཀྱང་ད་དུང་དེད་ཅག་བྱ་བུ་མོ་དག་ལ་རྟོག་བར་སེམས་ཁྱེད་བཞིན་ཡོད་ལ།དེད་

ཅག་ཀྱང་ཨ་མ་ལ་སེམས་པ་སྤར་ལས་འཕྲེང་བཞིན་ཡོད་དེ། རྩོན་ཁོ་བོས་སྟོན་ཚུམ་ཞིག་ཏུ་འདི་ལྟར་བྲིས་མྱོང་།

འགོ་ཁར་ཨ་མ་ལ་ཐོད་པ་ལན་གཅིག་གཏུགས་པས།

སྒྲིབ་ཀྱིས་པའི་སེམས་པ་དེ།

དབུལ་གཉེར་གྱི་དྲ་རྒྱ་ལུག་རིང་ཐོགས།

ཉེན་བཞིན་དཀར་བའི་སྐྱོ་ལོ་དེར་བཞུགས་གྱིན།

ཏུ་སྒྲིང་ཞིག་གཏིང་ནས་འོང་ཡང་།

ང་ལ་ཨ་མས་དང་བོར་བསྐྱབས་པ་ནི།

འཇུག་དཀར་ལགས་པས།

བྲིས་པའི་གཏན་ཚིག

བྲིས་པ་རེར་རང་རང་གི་འཇིག་རྟེན་རེ་ཡོད་ཅིང་། བྲིས་པ་རེར་རང་རང་གི་གཏན་ཚིག་རེ་ཡོད། རང་བྲིས་པའི་དུས་ཀྱི་གཏན་ཚིག་  
ནི་ཤིན་ཏུ་སྐྱེ་སྐྱེ་རྒྱུ་རིང་གི་རི་རྒྱུད་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པར་སྤང་བ་དེ་གནམ་སའི་འབྲེལ་མཚམས་ཡིན། ཡིན་ཕྱིར་ཨ་མ་ཞེས་འབོད་  
དགོས་པ་ལས། འགའ་ཞིག་ཨ་མ་ཞེས་འབོད་པར་རྒྱ་མཚན་བརྗོད་དུ་མེད་པས་ནོར་ལྷ་བ་བརྗོད་ནས་ཤིག་འཆི་ཏུ་འཇུག་པ་དེས་ཤིག་སྟོགས་  
གིར་འཆི་དགོས་པས་ཏུ་ཅག་གི་ཟས་སྐལ་བཅད་པ་དང་གཅིག་ཡིན་ཕྱིར་ལྷས་ལ་ཤིག་ཇི་ལྟར་མང་ཡང་རང་དགར་འཇོག་པ་ལས་འོས་མེད་  
བྲིས་པའི་དུས་སྤྱིར་རང་རེས་འགའ་སྤྱང་བོ་ཡིན་ཅིང་། རིག་པ་བཟང་། རང་ལོ་དུག་པར་རང་གི་པ་ལས་ཡི་གེའི་སྟོག་ལུག་ཚམ་ལ་བསྐྱབས་  
པས། དབྱེད་པ་གསལ་སོ་བཞི་བོ་ལུགས་འབྱུང་དང་ལུགས་ཐོག་གང་ལྟར་བྲིས་ཀྱང་ཤར་མར་སྟོག་ལུག་ཅིང་། རེ་རེ་བཞིན་གྱི་དབྱིབས་ཚམ་སྟོ་  
ངོར་འབྲི་ཤེས་པར་གྱུར་བས་ཀུན་གྱིས་ཡ་མཚན་མཚན་བྱེད། ཡང་ཉེན་ཞིག་དང་ཨ་མ་ཞེས་ཞེ་གི་གཞུག་དེད་ནས་ཇི་བོར་བྱིན་དགོང་མོ་བྱིར་  
སྐྱབས་ཚོ་ཐོག་ཁ་ཤས་ད་དུང་རི་འགོར་ལྷག་འདུག་པ་ལ་ངེད་ཀྱི་ཨ་མས་ཨ་མ་ཞེས་ཞེ་གི་གཞུག་དེད་ནས་ཇི་བོར་བྱིན་དགོང་མོ་བྱིར་  
སོ་དང་བཅས་གཅིག་ལུས་གསང་སྐྱབས་གྱིས་ཐོག་དེ་དག་འདེད་དུ་བྱིན། ལམ་བར་དུ་ས་རུབ་པས་བྱིས་མི་དག་དང་རང་འཚོལ་དུ་འོང་ནས་ངའི་  
མིང་ནས་འབོད་བཞིན་པ་ཐོས་ལན་འདེབ་རྩིས་ལ་བྲིས་སྤྱང་འགའ་ཞིག་ཏུ་མཚན་མོ་འདྲེ་དག་མི་སོག་ལེན་དུ་འོང་ཚོ་མི་དེའི་མིང་ནས་  
འབོད་དེ་ལ་ལན་བྱིན་ཚོ་སོག་ཚོ་འཚོར་ལ་མ་བྱིན་ན་ཁོ་རང་ཐབས་ཟད་ནས་བྱིར་ལོག་འགོ་ཟེར་བ་ཕྱལ་མར་དུན་པས་ལན་སྟེར་མ་སོད་འོན་  
ཀྱང་གལ་ཏེ་མི་ཡིན་ན་ནི་ལན་མ་བྱིན་ཚོ་ང་རང་གང་དུ་ཡོད་མི་ཤེས་པས་མི་རྟེན་སྟེ་ཅི་བྱ་གཏོལ་མེད་པར་གྱུར་བ་ན་སྟོན་ལུ་ཐབས་རྟེན་  
དེ་ཨ་མའི་མིང་ནས་ཕར་རྒྱུད་འབོད་བྲིས་པས། དེ་དག་གིས་ང་རང་བདེ་སྐྱབས་ཏུ་རྟེན་ལུ་འདི་སོག་ཀྱང་འདྲེ་ལ་མ་ཤོར་འོན་ཀྱང་རེས་འགའ་ནི་  
ཤིན་ཏུ་སྟོན་པའང་ཡིན་ཏེ། རང་རང་ལོ་བརྒྱུད་ལ་ལོན་པའི་ལོ་དེར་ཐོན་སྐྱེད་ཏུ་ལག་གི་ཡོང་འབབ་བགོ་བཤའ་རྒྱག་སྐབས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་  
སྤོང་སྐབས་ཤིག་ལུ་འདི་ཨ་མས་ཏུ་ཚང་གི་སྐར་གངས་ན་ནིང་ལས་ཏུང་བར་འདུག་ཅེས་སྟེ་པ་ཐོས་པས། དང་འཕྲེལ་“མི་སྲིད་དེ། ལོ་ང་  
རང་གཅིག་པའི་ཐོབ་སྐར་ལའང་མི་ཏུང་བ་ཞིག་ཡོད་”སྟེ་པས། ལོང་ཚོས་ངའི་གདོང་ལ་མཚར་ལྟས་བྱེད། ངས་“ཡིན་ཏེ། ངས་རྒྱགས་སྤྱང་ཐེངས་  
རེར་སྐར་མ་དགུ་བཅུ་ཐམ་པ་མན་དུ་སྤྱང་མ་མྱོང་”ཞེས་འབྲེལ་བཤའ་བྲིས་པས། ཚང་མ་ཏུབ་ཆ་ཐག་གེར་སོང་། ཡང་སྐབས་ཤིག་ཨ་མ་ལ་ཐ་  
མག་ཏུང་ཏུ་ལས་མེད་པ་ལ། རྒྱུན་པར་གཞན་ལ་ཐ་མག་སྟོང་བས་ཁ་འཕུད་མཁན་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ངེད་ཚང་ལ་འོང་བ་མཐོང་འཕྲེལ་ཨ་མས་ཐ་



ཐོན་གྱི་སྐྱུ་གུ་ཐ་ལ་ཐུང་ཅུ་སྐྱེས་པས་ཁེབས་པ་ལ། ཐུང་ཤ་ཤིན་ཏུ་སྤོང་མཚམས་མཚམས་སུ་ཐུང་དྲིག་ནག་པོ་དང་དཀར་པོ་ཐར་ཐོར་དུ་  
ཆགས་པས་རྩང་ཟད་ཁྲ་པོར་ཡང་སྤང་། དགོང་ཞོགས་སུ་བསེལ་རྒྱུ་ཡང་བར་ཐུང་བས་མེ་ཏྲིག་དང་ཅི་སྐྱོན་སྤོ་ཚོགས་ཀྱི་དྲི་དང་ཕྱོགས་དང་  
ཕྱོགས་སུ་སྐྱེལ་བར་བྱེད་པས་ཁམས་དང་སྤང་བ་དྲངས་བར་སྐྱེད་པ་བོད་བྱང་འབྲོག་གི་བག་ཆགས་བརྟམ་པ་ཞིག་ལ་སྤང་བ་དགའ་ཞིང་ཚོར་  
བ་སྐྱེད་པའི་ཉམས་ཤིག་བསྟོན་མེད་དུ་སྟོབ་པར་བྱེད།

གནས་དེ་ན་ཨ་མ་རོག་མ་དང་ཨ་མ་དྲེད་མོས་གོ་མ་རྟ་མགོ་ཚམ་བརྟོས་ཤུལ་མཐོང་དུ་ཡོད་ཅིང་། ཁོ་བོའི་བྱིས་དུས་ཀྱི་  
དགོང་སྐྱ་དང་བག་ཡངས་ཀྱང་ཨ་མེ་འབྲུག་མོའི་མགུལ་རྒྱན་དང་སྐྱོན་ཅིག་འཐོར་ཡོད། ཡིན་ཏེ་པ་གིའི་སྤོ་ཐོ་ལས་བྱས་པའི་ཁང་བྱ་གཞོགས་  
གཅིག་ཞིག་རལ་ཏུ་ཐུར་ཅིང་། བྱོན་ཤོས་ད་དུང་ཡང་བཞེངས་པའི་དོས་སུ་རྩ་རྩམ་གྱིས་ཀུན་ནས་དགྲིས་པ་དེ་ནི་ད་རང་དང་བོར་སྟོབ་གཉེར་  
བྱས་པའི་གནས་ཏེ་དེ་དུས་ཀྱི་དཔོན་སྟོར་སྟོབ་རྒྱུ་གི་ཁང་ཤུལ་ལགས། དེ་དུས་སྟོན་གནས་སྤོ་ཐོ་ཡིན་ལ། མཁལ་ཁྲིའང་སྟོ་ཐོ་ཡིན། རྩུ་འབྲེལ་མལ་  
ཁྲི་རིང་མོ་དེ་འདྲའི་སྟེང་དེད་ཅག་མི་བཅུ་སྟོར་སྟེ་མེད་འོ་ཐེང་ལ་བསྐྱེགས་པ་ལྟར་སྟེ་ཆགས་སུ་ཉལ་བར་བྱེད་པས། ཤིག་དང་སྟོ་མ་ལ་  
ཟ། ལ་ཤིན་ཏུ་དར་ཏེ་སྤོང་མགོ་ནས་སྤོང་རྩ་བར་རིགས་རྒྱུད་ཐུར་བ་ཐུར་བར་སྟོབ་རུས་ཤིང་། རྩོ་རྒྱབ་ཀྱི་ལོངས་སྟོན་འབེལ་བོར་ཡོད། དེད་ཅག་  
སྟོབ་བྱ་དག་ནི་དེ་ལས་སྟོན་སྟེ་སྟོན་མོང་དུ་ཟ། ཁང་བྱ་བ་མེད་པར་སྟོབ་མ་རང་གིས་བཟུང་བའི་སྟོ་ཆས་ཚམ་ལ་བརྟེན་ནས་འཚོ་བ་སྐྱེལ་དགོས་  
པས་སྟོ་ཆད་པའི་གནས་རྒྱལ་སུ་ལའང་རྟག་ཏུ་འོང་། སྟོབ་མ་ཆེ་གས་དག་གི་སྟོ་ལེབ་བམ་སྟོ་སྟོང་བྱ་བའི་བད་ཆད་ཅིག་ལག་བརྟམ་བྱེད་  
དགའ་བོ་ཡོད་པས། རྟག་པར་མི་དུ་མའི་སྟོ་ཆས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེས་ནས་མཉམ་པས་བཟུང་བར་བྱེད། དེ་ལྟ་བུའི་སྟོན་མོང་རིང་ལུགས་ཆེན་པོ་  
ལས་རྒྱུན་མཐོང་ནད་རིགས་ཤིག་ཡིན་པས། བདག་གིས་ཀྱང་རྩུགས་གི་བཅོམ་བོ་ཐང་ནས་རྟེད་པ་ཞིག་བཟུང་ནས་མི་གསོད་པའི་དམ་བཅས་  
པ་དྲན་འོར་ཀྱང་རྟག་པར་ནི་རྒྱུ་བ་དོག་པོ་ཆེ་བ་ཞིག་འབངས་པ་དབྱལ་བར་བབས་པའམ། རྩུམ་ཚོ་མོ་ཞིག་སྟེང་དུ་པོ་བ་ཚམ་གྱིས་དུད་  
མོ་འདོན་པའི་ཐུར་མ་མདོ་ཤོར་ཞིག་ཡིན། རྟོབས་ལེགས་པ་ལ་ཐུན་པ་བྱིས་པའི་དུས་སུ་གན་གཞོན་སུ་ཡིའང་སྟེང་དུ་སྟུག་ཚམ་ཡིན་ལ། རྟོག་  
པར་དུ་སྟོབ་གོགས་བཟུང་བོ་རིག་འཛིན་འཕྲིན་ལས་དང་ཀམ་ཚོས་འབེལ་སོགས་ཀྱིས་རྟག་པར་བདག་སྟོང་བྱེད་ཅིང་། ཨ་མེ་མོ་བཟུང་བོ་ཞིག་  
གིས་ཀྱང་རྒྱན་པར་གཅོས་སྟོང་བྱེད་པས། ཡི་ཕམ་པའི་དོན་དག་ཆེར་མ་བྱུང་བ་འདྲ།

དེ་དུས་སུ་དེ་ཡི་སྐྱ་དང་ལ་གཞས་མང་དུ་ཤེས་ཤིང་། སྐྱུང་དང་གནའ་གཏམ་འཆད་ལ་དགའ་ཤིས་འགའ་གཅིག་ཤུར་  
གནས་ཆོ་སྤང་ཐང་དུ་གན་རྒྱལ་དུ་ལོག་ནས་ནམ་མཁའི་སྤྱིན་གྱི་འདུ་འགོད་ཀྱི་དབྱིབས་དང་རྣམ་པ་ལ་བསམ་ནས། འདི་ནི་ནི་ཚོ་གཏམ་པ་  
དང་། དེ་ནི་ཨ་ཁུ་སྐྱུང་གི་ཡིན་པར་རབ་ཏུ་རྟོག་བཞིན་ཡུན་རིང་འགོར་འགོ་བའང་ཡོད། དེ་བས་ཀྱང་ཆེད་འཛོ་རིགས་སྤོ་ཚོགས་ལ་ཤིན་ཏུ་  
དགའ་བས། པ་གིའི་རྒྱ་འགྲམ་དང་། མ་གིའི་གད་རྒྱུད་ལ་གིའི་ཐང་ལུགས་སོགས་དུའང་དེད་ཅག་རྩེ་མ་སྟོང་བའི་གནས་མེད་པ་ཁོ་ཐག་ཡིན། ད་  
ཚོར་བོད་ཐུ་རབས་དུས་ཀྱི་བྱིས་པ་ཚོས་གསར་གཏོད་བྱས་པའི་མཐོ་སྤང་འབྲོག་ལུགས་ཀྱི་ཁོར་ལུག་དང་འཚོམ་བ། ཤེས་རབ་ཀྱི་སྟོ་མོ་འབྱེད་  
ཅིང་། བརྟེན་འབྲུས་མལ་ལས་སྟོང་ལ། ལུས་སེམས་བདེ་ཐང་ངང་འཚར་དུ་ལོང་བའི་གོགས་སུ་འགོ་བའི་རྩེད་འཛོའི་རྣམས་གངས་བགང་ལས་  
འདས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་ལས། དེད་ཅག་རྒྱན་པར་རྩེ་ལ་དགའ་བ་ནི་ཨ་ཡས་(ཨ་བྱི)རེས་རྩ་དང་། འབྲི་བེའུ་ཤ་ཤི་འབྲུག་སྟོར་བསྤོང་བ་རྒྱབ་  
འཛོག་རྒྱ་ལུག་བཤའ་ཁྲ་བྱིའུ་འབེན་ལེའུ་བདུན་མ་རྩེ་ཉི་མ་བཞེད་རེས་འཚོལ་རེས། ཐག་ཐག་སྤོང་སོགས་ཡིན་ལ། གཞན་ཡང་དེད་ཅག་གི་ལ་  
སྤང་ལ་ཆབ་འཕེན་པ་བཟེས་པ་འབའ་དེའུ་རྩེ་བ་སྟེ། རྣམ་གངས་ལའང་བཅོན་ཆབ་དང་། སྐྱར་ཆབ་སྤངས་ཆབ་དགུ་འབྲིག་དང་། གཞན་ལ་འབྲིག་

ཉོར་སྒྲིང་གཡུལ་འབྲེད། རྒྱལ་པོ་མགོ་གཅིག་ནས་མགོ་བརྒྱུད་བར་སོགས་མིག་མང་གི་རིགས་སྣ་ཚོགས་བཅས་ཚེན་པས། སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་བར་གསེང་སོགས་ངལ་གསོའི་དུས་ཚོད་ཡུན་གྲིས་འཕུལ་བར་བྱེད།

དེ་ལྟར་ཡོལ་སོང་། <<མའོ་ཚོམ་>>དང་སྒྲིང་སྒྲིང་ཚམ་གྱི་ཁར་<<ཀྱུན་བཟང་སྐྱ་མའི་ཞལ་ལུང་>>དང་། <<ཚ་མདོ་ཚུ་མདོ་>>ལའང་བག་ཆགས་ཅུང་ཚམ་ཞིག་འཛོག་འཁུལ་བྱས་པ་ལས་གཞན། རིག་པ་དྲུངས་ཞིང་རང་བཞིན་མ་བཅས་པ་བྱིས་པའི་དུས་ནི་ཕལ་ཆེར་དེ་ལྟར་རྣམ་གཤམ་དང་ཚེད་འཛོའི་ངང་ནས་ཡོལ་སོང་། དེ་ལྟར་ནའང་། གལ་ཏེ་ང་ལ་བྱིས་པའི་འཚོ་བ་དེ་ཡང་སྐྱར་འགོ་ནས་འཛོའི་པའི་གོ་སྐབས་ཤིག་ཐོབ་ན་ནི། བདག་གིས་སྐར་ཡང་གནས་དེ་ཀ་རུ་ཚུལ་དེ་ལྟར་གཏོང་བ་ལས་གཞན་ང་གཞན་དུ་མི་བྱེད་ཐག་ཚད་ཡིན།

ལང་ཚོའི་འགྲུར་འཁུགས།

ངས་སྐད་ཆ་ཆེན་པོ་དེ་ཚམ་ལབ་མ་ཚོལ་། འོན་ཀྱང་ང་ལ་ཕྱགས་བསམ་བྱ་བ་ཞིག་ཡོད་ཚུངས་ལ། དེའི་དོན་དུ་ཁ་སོའང་བཅངས་ཚོལ། ངས་ན་ཚོད་ཚུང་དུའི་དུས་ནས་འདི་ཕྱོགས་ལ་བསམ་སྒོ་འདི་འདྲ་ཞིག་སྐོར་ཚོལ། འཛིག་རྟེན་ན་མི་སྐྱེས་པ་གངས་མེད། གནམ་ས་སྐུལ་སྐྱེས་བྱེད་པའི་བྱ་བ་ཞིག་ཆེན་པོ་ཚོམ་བྱུང་མཁན་རེ་གཉིས་ལས་མེད་ལ། དེ་འབྲུབ་མཁན་དེ་བས་དཀོན། དེ་ལྟར་འདྲ་དུས་མ་དག་ལའང་རང་དང་འཚམ་པའི་མི་ཚོའི་དམིགས་བྱ་རེ་ཡོད་ན་ཅེས་མི་ཚོགས། དེ་ལ་རབ་ཡིན་ན་བྱི་རབས་ལ་ལག་རྒྱས་རེ་འཛོག་དགོས། དེ་མིན་ཀྱང་རང་ཉིད་གཅིག་ཕྱི་སྒོ་རྒྱབ་ཚམ་ཁོ་ན་ལས་ཅི་ཡང་འདང་རྒྱག་མེད་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་ཐ་ཤལ་སྐྱམ་པའི་སྒོ་ཞིག་ཡོད། བྱིས་དེ་ལྟ་བུའི་སྒོ་དེ་རིམ་གྲིས་འཕགས་ནས་མི་རིགས་ཀྱི་དོན་བྱ་བ་ཞིག་ཀྱང་ཡིད་བཅངས་ཚོལ། དེ་ཡང་ཤེས་བཙུན་གཉིས་ལྡན་གྱི་གནའ་བོའི་མི་རིགས་འདིའི་ལ་བྱ་བའི་ཤིན་ཏུ་དཀའ། འོན་ཀྱང་རང་ཉིད་བོད་ཀྱི་ཨ་མར་སྐྱེས་བྱིན་མི་རིགས་དེའི་རྐང་མི་འདྲུ་བའམ་མཚང་དུ་མ་གྲུབ་པ་ཞིག་ཅེས་ཀྱང་དགོས་ཞེས་སྐྱུང་ཚོལ་མོད། ད་ལྟ་འདི་ལྟར་ལབ་ན་ཀྱང་གྱི་འབྲུ་བཞུང་འོང་། འོན་ཀྱང་སློབ་གཉེར་སོགས་ཀྱི་སྐབས་ཀྱང་ཉེ་བོའི་དེའམ་འདིའི་ཆེད་དུ་ཡིན་སྐྱེས་པའི་སྒོ་ཞིག་སྐྱེས་པ་མི་དྲན་ལ། ཐ་ན་སྐབས་མང་པོ་ཞིག་དུ་བསྐབ་པར་བྱ་བ་གང་ཤེས་ན་ཕན་པ་ཅི་ཞིག་བདོག་ཚམ་ལའང་འདང་རྒྱག་མ་ཚོལ་བར། འདི་ཅེས་ཀྱང་ཤེས་དགོས་ཚམ་ཁོ་ན་སྐྱེས་ནས་ཡོད།

གོང་སྐྱས་བཞིན་ང་རང་ལོ་ན་ཚུང་ཞིང་རིག་པ་གསལ་བའི་དུས་སུ་སློབ་གཉེར་གྱི་སྐལ་བ་ཆེར་མ་ཐུན་མོད། སློབ་དུ་“རིག་སད་དེ”སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་སློབ་མར་གྱུར་བའི་ཚེའང་“འབྲོག་དབེན”དུ་ཡུན་རིང་བཟུང་པས་མཐོང་ཐོས་ཉུང་བྱིར་ཀྲང་པ་སྟོང་ཉང་དར་ཡོད་པའི་རྒྱུ་ཡིན་པ་འདྲ་སྟེ། རིག་པ་འཇུག་བདེ་ལ་དྲན་བཟང་བ་ཚམ་ཡིན། གང་ལྟར་དགོ་ཅན་དག་ཐབས་མཁས་ཕྱགས་རྗེ་ཆེ་བས་སློབ་གཉེར་ལ་ངལ་བ་ཆེར་མ་གྱུངས་ལ། དུས་མཚུངས་སུ་པར་ཁོང་རྣམས་ལའང་དཀའ་བ་དང་སྲུང་སྐྱོང་ཆེན་པོ་མ་བསྐྱེད་སྐྱེས་བཀའ་དྲིན་མཉམ་པ་མེད་པའི་སློབ་དཔོན་ཆེན་མོ་ལྔ་དུ་དགོ་རིན་པོ་ནས་སྐྱེན་དག་ཁྲིད་སྐབས་ཁོང་གི་ཞལ་རྒྱན་ལག་གཅིག་ཡིག་ཐོག་དུ་སྐྱེལ་བ་སོགས་ཞབས་ལྷ་ཅུང་ཚམ་ཡང་ཡོད། སྐབས་དེ་དག་དུ་མཁས་པའི་དབང་པོ་དུང་དཀར་སྒོ་བཟང་འཕྲིན་ལས་དང་། གཟན་དཀར་སྐུལ་བའི་སྐུ་མཐོང་ཕྱབ་བཟུན་ཉེ་མ། ཆོ་ཉན་ཞབས་དུང་རིན་པོ་ཆེ། ཤར་གདོང་རིན་པོ་ཆེ། རྗེ་རྒྱལ་སྐུ་ལོ་ཚང་སོགས་གངས་ཅན་ས་ཡི་བསོད་ནམས་གྱིས་ཐོག་པར་དཀའ་བའི་དྲན་དབང་གསེར་གྱི་རྒྱན་བོའི་སྤང་ལ་བསྐྱིགས་པ་ལྟ་བུ་མའི་གསུང་གི་བདུད་ཚིའམུང་བའི་སྐལ་བ་བཟང་པོ་སྟེས་དབང་གིས་ཐོབ། དེ་བཞིན་ཆེ་བ་དུ་མའི་ཁྱད་ཚོས་དང་བཅས་དེང་རབས་བོད་ཀྱི་གཞིན་མཁས་པའི་གལ་འགོ་འཛིན་པ་སྐྱེ་ཞབས་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་ལགས་ནས་ཀྱང་ལྟ་བུའི་སྒོ་མོ་ཡངས་བར་འབྲེད་ཅིང་དཔྱད་པའི་སྒོ་ལ་རྣོ་ངར་འབྲིན་པའི་ཟབ་ཁྲིད་དུ་མ་བསྐུལ་ཅིང་། ལས་བྱའི་





དེའི་དགོངས་དོན་རྟོགས་པར་བྱ་བ་ཞིག་ཡིན་པ་ལས། དེ་དང་དེ་འདྲ་གསར་ཚོམ་བྱེད་པ་ནི་ཅི་ནས་ཀྱང་འོས་སུ་མི་ཆེ་བའི་ལས་ཤིག་ཡིན་  
ཅིང་། ཐ་ན་འཕུ་བའདད་ཀྱི་ཡུལ་ཞིག་ཏུ་སྤང་བར་རྟོག་པའི་གནས་ཚུལ་འོག་སློབས་པ་བསྐྱེད་ནས་ལས་བྱ་སོགས་ཀྱང་མི་དགོས་བཞིན་ཏུ་  
གནའ་རྩོམ་ལ་ལད་སྐྱོས་བྱས་ཏེ་བྱིས། ལྷབས་ལེགས་པ་ལ་དགོ་ཀན་གྱི་རྩ་རྒྱལ་ལགས་ནས་ཁྱད་གསོད་མ་བྱས་པར་ཁོང་གི་སྤྱགས་བདེ་བའི་  
ལས་བྱ་སྟན་དག་ཏུ་འབྲི་ལུལ་བྱས་པ་ཞིག་སློབ་གྲུའི་རིགས་གཞུང་དུས་དེབ་ཏུ་མཚམས་སྦྱོར་བྱས་སོང་བ་དུས་དེབ་ཉིད་  
དུ(༡༧༧)ལོར་བཏོན་པ་ཐུན་གྱིས་དང་པོར་སྤེལ་བའི་སྟན་རྩོམ་དུ་གྱུར། དེ་དུས་ང་རང་རང་ལོ་བཙོ་བརྒྱད་ཡིན་པས། རྟོན་རྒྱུང་དང་བྱིས་སློ་  
གཅིག་ཏུ་བསྐྱོངས་པས་ཡིད་དགའ་བ་ལ་བྱུངས་ཁྲག་ཁོལ་བ་ཚམ་བྱུང་། དེ་ནས་བྱུང་སྟན་དག་གསར་ཚོམ་སྤྱོད་ལ་བག་ཆགས་རྒྱུང་བཟང་  
བརྟམ་ཏེ། ར་མིན་ལུག་མིན་སྐྱ་ཚོགས་ཤིག་བྲིས་ཤིང་སྤེལ་ནས་རང་དང་གཞན་གྱི་དགའ་སྦྱོར་ཆགས་སྤང་ཡང་ཡང་བསྐྱངས།

ད་ལྟའི་བར་དུས་དེབ་སོགས་སུ་སྤེལ་བའི་སྟན་རྩོམ་རྒྱུང་བའི་གངས་བརྒྱ་སྐོར་ལས་བཞུལ་ཅིང་། སྐོར་ཞིག་བོད་ཀྱི་སྟན་  
དག་སྤྱོད་སྤྱོད་ཏུ་མ་དང་ཞིང་གཅིག་སྤོངས་ལྗེའི་སློབ་ཤུ་རྒྱུང་འབྲིང་གི་གཅིག་གྱུར་སློབ་དེབ་ཏུ་བསྐྱུས། སྟན་དག་རིག་གཞུང་སྐོར་གྱི་  
ཞིབ་འཇུག་ཆེད་དེབ་ཅིག་དང་། སྟན་རྩོམ་སྤྱོད་སྤྱོད་དེབ་རྒྱུང་ཞིག་པར་དུ་བསྐྱུས། རང་ལོ་ཉེར་བདུན་པར་བོད་ཀྱི་རྩོམ་རིག་རྩོམ་ཏེ་བྱི་  
བའི་མིང་སོག་ཅིག་སྤངས། རྩོམ་རིག་གསར་ཚོམ་དང་ལུལ་བྱུང་བརྒྱུས་ཚོས་སོགས་ཀྱི་སྤྱོད་ཞིང་ཆེན་ཕྱི་ནང་གི་བྱ་དགའ་ཐེངས་དུ་མར་  
སྤངས་ཤིང་། ལྷོས་དབང་གིས་༡༩༧༧ལོར་ཀྱང་གོ་རྩོམ་པ་པོའི་མཐུན་ཚོགས་དང་ཀྱང་ཉེ་རྩོམ་རིག་ཐེབས་རྒྱུ་ཚོགས་པ་ནས་གནང་བའི་ཀྱང་  
གོའི་གོང་ཀྱང་མེན་རྩོམ་རིག་བྱ་དགའ་ཞེས་པའང་དེ་སྟོན་ཐོབ་མཁན་བོད་མི་ཉག་གཅིག་གི་ངོས་ནས་ཁོ་བོར་ཐོབ།

འོན་ཀྱང་དེ་དག་ནི་དེ་ཀ་ཚམ་བཟང་དེ། རང་གིས་བརྟམ་དོར་ནི་ཐུན་གྱིས་དེ་སྟོན་འབྲི་ལུལ་བྱས་པ་དག་ཤིན་ཏུ་མ་ངེས་པ་  
ཞིག་སྟེ། རེས་འགའ་ནི་རང་ལའང་ཡིད་འགྲུལ་ཐེབས་སུ་འཇུག་ཀུས་ཤིང་། རེས་འགའ་རེར་ནི་ཅི་ཡང་མ་ཡིན་ལ་གང་དུའང་མ་སྐྱབས་པའི་  
ལབ་དོལ་བེ་བེ་ཚམ་དུ་བཟང་། རྒྱུང་ཡིན་སྟམ་དུ་བཙེ་བ་དག་ལའང་ཡིད་བརྟན་འཕེར་མེད་དེ། རྒྱུར་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འགྱུར་བ་དང་སློབ་རང་སེམས་  
བསྐྱུ་བྱིད་ཅན་འདྲིའི་རྗེས་སུ་འབྲང་སྟེ་བསམ་པའི་འཁྱེར་སོ་ཡང་ཡང་འགྱུར་བར་བྱེད་པས། ད་ལྟ་བུའི་ཚོ་རང་ཉིད་ལའང་སྐྱེད་སྤེལ་  
བར་བྱེད་པའི་སྤར་གྱི་རྩོམ་དག་ཀྱང་དེང་སོག་སྤེལ་བའི་དུས་དེར་ནི་སློ་ངོར་འབབ་པོ་ཞིག་གམ་ཐ་ན་ཤིན་ཏུ་མཚར་སྤང་ཡང་སྐྱེས་སྤོང་། དེ་  
ལ་བསམ་ན་བྱིས་སམ་ད་ལྟའི་ལྟ་རྒྱུ་འདི་ལའང་གདེང་ཞེས་ཚོག་པའི་གནས་ལུགས་ཉིལ་ཚམ་མ་མཆིས། དེའི་བྱིར་ངའི་འདི་ཡིན་སྟམ་པའི་  
ལྟ་རྒྱུས་འཛིན་མ་སྤོང་ལ། གཞན་གྱི་དེ་མ་ཡིན་སྟམ་པའི་སྟོན་འཇུགས་ནི་དེ་བས་ཀྱང་བྱེད་མ་སྤོང་།

དེ་ལྟར་ནའང་། ཁོ་བོ་ཚོལ་རྒྱུང་བས་སྟོག་པ་པོའི་ངོ་འཇུག་གྱི་རྗེས་སུ་འགོ་སྟོན་བྱེད་པའི་ཞང་ཅིག་ཡོད་ལ། རྒྱུང་པར་  
རྒྱ་མཚན་གཞན་ཡོད་མི་སྲིད་ལ་ཡོད་ཀྱང་མེད་པའི་ “ངོ་བོ་སྟོན”ལ་གཅིགས་སུ་འཛིན་ཏེ། དེ་ལ་རང་གིས་ཉག་ཉིག་ཏུ་བྲིས་པ་དེ་དག་སྟོག་  
མཁན་དག་ལ་དགོས་མཁོ་མི་ཡོད་རྟོགས་སུ་བ། དེ་སྟོན་ཆབ་མདོའི་སྤྱོད་ཀྱི་སྟོག་པ་པོ་ཞིག་གིས་རྩོམ་དཔྱད་ལྟ་རྒྱུ་སྟེང་བསྐྱུས་ཤིག་ཏུ་ལོ་  
གས་རིང་<<སྤང་ཆར>>དུ་བཏོན་པའི་སྟན་རྩོམ་ཁོད་འཇུ་སྐལ་བཟང་གི་<<ཀ་རྩོམ་གཞོན་སྤྱོད་སོ་བྲང་དཀྱུགས་པའི་འཇུལ་འཁོར>>དང་།  
ཉིག་ཏུ་ཡིས་བརྒྱུས་པའི་<<གྲུ་ག་གཞན་ཞིག་ནས་མཐོང་བའི་འཇིག་རྟེན>>གཉེས་ཀ་ལེགས་པར་མཐོང་ཅེས་སྐྱོས་འདུག་པ། དོན་དུ་གཉེས་  
ཀ་ཁོ་བོའི་རྩོམ་དུ་གྱུར་བའི་སྟེས་དབང་དེས་བདག་ལ་སྐུལ་མ་ཐེབས་ཤིང་། གདེང་རྟོན་བསྟན་པ་གཞན་ལས་སྟན་པར་བྱུང་། ད་དུང་སློ་སྟོས་  
བྱ་བ་ཁོ་བོའི་པིར་མིང་དུ་མ་ཤེས་པས་དུས་དེབ་རྩོམ་སྤྱོད་པ་ཀན་པ་ཞིག་གི་ཞལ་ནས་ཀྱང་གོང་འདྲའི་གཏམ་འཕྲོས་བྱུང་། དེ་དང་དེ་ལྟ་བུ་ཁོ་



བོར་སེམས་ཤེད་སྒོན་པའི་ལེགས་སྐྱེས་སུ་འགྲོ་བའམ། ཡང་ན་བདག་གིས་དཔའ་ཉལ་ས་བཞག་པའི་རྒྱལ་མི་ཉལ་བ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་ད་ལྟའི་སྐོམ་ལས་ཀྱི་རྒྱལ་འདྲིར་བཞག་གི་ཡི་ཚད་དེ་སྤྱོད་པ་ལ་ངོ་ཚ་བས་བཞག་གོ།

དེ་བཞིན་བདག་གི་རྩོམ་ལ་སྒྲིན་བརྗོད་གནང་མཁན་ཡང་ཡོད་དེ། དང་པོ་ཙན་“ཁ་དམ་དྲགས་”ཞེས་པ་དང་། ཕྱིས་སུ་བསམ་སྒྲིའི་ཆ་ནས་ཕྱོགས་སུ་ལྷུང་བའམ་གཞན་སྒྲིན་བརྗོད་པ་ཐལ་ཆེ་ཞེས་དག་ཐོག་དང་ཡིག་ཐོག་གང་ཅུང་ནས་བརྗོད་ཡོད། འོན་ཀྱང་དེ་ལ་ནི་ “ལན་གྱིས་དབེན་པ་པམ་པའི་མཐར་ཐུག་”ཏུ་འདོད་པའི་ལྷ་བ་བཟུང་ནས་རང་ལ་དག་སེལ་གྱི་ལམ་ལུ་ཨེ་འབྱོར་མ་བཞག་སྐྱེ་མཚན་ཡང་སྤྱིར་རྩོམ་ཡིག་གཅིག་གིས་ཀྱང་སྒྲོག་པ་པོ་མི་འདྲ་བར་བཟང་ངན་བར་མའི་ཚོར་བ་སྦྱེད་ངེས་པ་བསྒྲོན་མེད་ཡིན་པས། དདག་གི་རྩོམ་བཞག་ཆེ་ལྷོད་ལ་ཚོར་བ་ལེགས་པོ་ཁོ་ན་འབྱུངས་དགོས་པའི་རེ་བ་འདྲིན་པ་བཙུན་ཤེད་ཆེས་ལ། རྩོམ་རང་ངོས་ཀྱི་རོ་ཁྱུང་མི་འདྲ་བའང་ཁྱུང་དུ་བསལ་བར་སྤང་། དེ་བཞིན་རྩོམ་པ་པོ་ཞིག་ལ་མཚན་ན་གཞན་གྱིས་སྒྲིན་བརྗོད་ཆེ་མིག་སྤྱིས་ལུས་ལུས་དང་ཁ་སྤྱིས་ལུས་ལུས་བྱས་ཏེ་ཡོད་ཚད་ཁ་རོག་དང་དུ་ལེན་ཅིང་། མི་སྒྲིན་པ་ཅུང་ཟད་བརྗོད་ཆེ་འཕྲལ་མར་སྤྱིན་མ་བཞག་མིག་འབྱུང་གཅེས་ནས་“འདི་ལྟར་མ་ཡིན་ན་ལྷོད་ལའང་.....”ཞེས་མཚང་ལ་རྩོམ་བཞིན་ཚམ་ཚམ་མེད་པར་རྩོད་པའི་གཡུལ་ངོར་བསྐྱོད་པ་ནི་སྤོང་སྤོང་གིས་པ་དང་བཞག་པའི་ལ་རྒྱ་རྩོད་མཁན་དག་ཡིན་ན་མ་གཏོགས། རང་རེའི་ནང་ཁྱལ་ལ་འོས་སུ་མི་ཆེ་བར་སྤོང་ནས་བཏང་སྒྲོམས་སུ་བཞག་པ་ཡིན། གང་ལྟར་ད་ལྟར་རྩོམ་པ་པོ་འམ་སྤོང་སྤོང་གི་ཞེས་པའི་མིང་སྤོང་བ་ཞིག་ཐོགས་ཟེན། འདི་ལ་དགོ་ཤོན་དང་གོགས་པོ་དག་གི་རོགས་རམ་དང་སྐྱལ་མ་ཐིམ་ཡོད་ལ། ད་ལྟར་གཏན་གྱི་ཐོགས་སུ་ལྷུང་བ་མས་ཀྱང་སྐྱལ་མ་དང་རམ་འདེགས་ཅམ་དུ་མ་ཟད། སྤོང་དག་གི་ཚོར་བ་ཡང་ཡང་སྐྱལ་སྤོང་བས་བཀའ་དྲིན་མི་རྒྱུང་། འོན་ཀྱང་གང་ལས་ཀྱང་མང་བ་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་རྒྱལ་རྒྱ་དང་བསམ་གཞིགས་ཡིན་པར་གདོན་མི་ཟ། དེ་ལྟར་འདྲེན་པ་ལེ་ལོ་ཆེ་བའི་ཁར། དེ་སྤོང་ལོག་པར་རྩོག་པར་འབྲས་བུ་གཟེངས་སུ་ཐོན་པ་ནི་རིག་པའི་རང་རྩལ་ཁྱུང་དུ་ཐོན་པའི་རང་ཉལ་ས་ཡིན། དེ་མིན་སྤྱི་ལུས་ཤིང་ཐང་ཆད་ཆད་ཀྱི་རྩ་མར་འབྲས་བུ་ཅུང་ཅམ་རྒྱེད་པ་ནི་སྤོང་ཀྱང་ལུས་ལྱིར་ཁྱུང་ཚོས་སུ་མི་འདུག་སྐྱེ། སྤོང་བས་ལེགས་པ་ལ་ལོ་རྒྱུང་དུས་སོགས་སུ་སྤོང་མ་ལྟར་གྱི་རྒྱུགས་ཀ་ཅུང་ཅམ་འོང་སྤོང་ཡང་ཤར། དེ་འདྲའི་མཇུག་འབྲས་སུ་འབད་པ་དང་བརྩོན་པ་བག་ལ་ཞ་བས། མ་གཞིར་འཐོབ་ཚོག་གི་གོ་སྐབས་དང་གྲུབ་འབྲས་དག་པངས་སེམས་དང་བཅས་ཤོར་སོང་བས། ད་ལྟར་བསམ་ན་ལྟ་རྒྱལ་འདི་འདྲའི་ནོར་འབྱུང་ཆེ་བ་མ་ལྟར་སྤོང་པའི་སྤོང་ཞིག་ད་གཟོད་སྤོང། འོན་ཀྱང་འཕྱིས་ཟེན་པ་འདྲ།

ད་ནི་གོམ་པ་དང་པོ་སྤོང་ཟེན། དཔུང་གལ་ནས་མ་སྤོང་བར་དུ་གསར་རྩོམ་གྱི་སྤྱི་ལུ་འདྲིན་དགོས་བྱུང་ཡང་། གཏོང་ལ་ཉེ་འོན་ཀྱང་དེ་སྤོང་གིས་ལ་དེང་ཕྱིན་ཡང་འབྲི་ངེས་པའི་རྩོམ་སྤོང་དག་ནི་མཚན་བྱའི་བསམ་སྤོང་མཚན་བྱེད་རྒྱུ་རྩལ་གང་ཅུང་གི་ཆ་ནས་བོད་མི་རིགས་དང་དེའི་རིག་གནས་གསར་བར་དངོས་དང་བརྒྱུད་ནས་རྒྱ་མཚོར་རྒྱ་ཐིམ་ག་བསྐྱེན་པ་ལྟར་བྱའི་པན་པ་ཅུང་ཟད་ཅིག་ཨེ་ཡོད་སྤོང་པའི་ཀུན་སྤོང་བཟང་པོས་བསྐྲངས་ཏེ་གིས་ཤིང་འབྲི་ངེས་ཤིང་སྤོང་ཡིན། ཡིན་ཏེ། འཇུ་སྐྱལ་བཟང་ད་དུང་ “ལེགས་ན་དགོ་མཚན་བོད་ལ་བོད་ལ་འབྱུང་ཉེས་ན་ཁག་དང་བདག་ལ་དགོས་”ཅེས་པའི་སྤོང་སྤོང་གི་ཚོགས་པར་ཡིད་ཆེས་གནང་རོགས་དང་བཅས་ལྷོད་ཉིད་ཞལ་དྲོ་བའི་སྤོང་པས་རེ་ཞིག་རྩོམ་ཡིག་འདིའང་མཇུག་བསྐྱེད་པར་བྱས་སོ།།

བདག་གིས་དེ་སྤོང་གིས་པའི་ལྷོད་རང་གི་སྤོང་ངོར་བདེ་ཅམ་ཡོད་པ་ནི་ <<ལམ་སྤོང་དུ་ལུས་པའི་གཏམ་>>(དོན་བརྗོད་སྤོང་དག་རིང་མོ་ཡིན་ལ། སྤོང་ཤིན་ཏུ་མི་འབབ་པ་ནི། <<མེ་མདའི་ལས་དབང་>>ཡིན། བདག་གི་སྤོང་ངོར་ཤིན་ཏུ་དོན་ལ་གནས་ཤིང་རྩོད་བྱེད་ཀྱང་ཆེས་ཉམས་དང་ལྡན་པའི་ལེགས་བཤད་ནི་མཁས་དབང་དགོ་འདུན་ཚོས་འཕེལ་གྱིས་སྤོང་བོ་རང་གི་རྩོམ་སུ་མི་འབྲང་བ། རང་ཉིད་སྤོང་

པོའི་རྗེས་སུ་མི་འབྲང་བ།།འདི་ནི་མཁས་པའི་དམ་ཚིག་དང་པོ་སྟེ། སློག་ལ་བབས་ཀྱང་འབད་པས་བསྐྱང་བར་གྱིས།། ཅེས་པ་ཡིན་ལ། ཚེས་  
ཁམས་སུ་མི་འཕྲོད་པའི་གཤིས་སྟོང་ནི་བོད་མི་རིགས་ལ་ཁྱད་གསོད་གཏོང་བའི་གཏམ་སྟོང་ཡིན།

དང་རབས་སྟན་པའི་སྟོང་རྣམས་བཟུས་ལོག་རྟོག་སྟན་པ་མེལ་བའི་སྐྱེ་རེངས།

འཇུ་སྐལ་བཟང་།

དེ་ཡང་ས་ཚེན་པོའི་དགྲིལ་འཁོར་དཔལ་ལྷན་འཇོམ་བྱ་སྒྲིབ་བའི་གནས་འདྲིར་བེམ་ཤེས་གཉིས་སུ་མི་བྱེད་པའི་དྲངས་མ་རྒྱུ་བ་བྱུང་  
གིས་རྒྱ་བ་དག་གི་ཐུན་མོང་མིན་པའི་ཤེས་བཞུན་གྱི་དཔལ་ལས།ཤེས་རིག་གཉིས་ཆར་གྱི་དཔལ་དང་ཡོན་ཏན་གཙམ་དུ་བཀའ་པ་འཛིན་མ་  
ཡངས་པ་སྟོང་དུ་རྒྱུང་བའི་ཚོད་དུ་འདུག་ལ།ཁྱད་པར་ཉེ་བའི་དུས་འདྲིར་རིག་པའི་རྩལ་ལ་བོགས་ཐོན་ཅིང་ཤེས་རིག་གསར་བ་སྟོང་བཞེས་  
བས།རིག་པ་སྐྱེ་དང་བྱེ་བྱག་བསམ་སྒོའི་འཚོ་བའི་དྲངས་མར་གྱུར་པ་རྩོམ་རིག་ལའང་རྩོམ་ལུས་དང་།རང་ལྷགས།རྣམ་པ་སོགས་ཀྱི་རབ་དབྱེ་  
སྟེད་ཚལ་ཡངས་པའི་མེ་རྟོག་ཅིག་ཅར་བཞད་པ་བཞིན་བགྲང་དུ་མེད་པ་ཞིག་བྱུང་།འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱུར་ཚད་ཀྱང་མཁའ་མིང་དར་མས་གཤོག་  
ལྷབས་སྐྱར་བ་བཞིན་དེ་རིང་གསར་དུ་རྟོགས་པ་སང་ཉིན་རྟེན་བར་གྱུར་པའི་ཚད་དུ་སྐྱེ་བས།འཕེལ་ཚད་ཀྱི་འགྲོས་དེ་དང་བསྐྱར་རང་རེའི་ལ་  
བ་རི་བའི་གཙུག་ལག་རྩོམ་གྱི་རིག་པ་སྐྱེ་དང་བྱེ་བྱག་སྟན་པའི་ལའང་སྟོན་བཅས་ཀྱི་འཕོ་འགྱུར་གསར་བ་ཞིག་བྱུང་དང་འབྱུར་བཞིན་ཡོད་  
དེ།སྐར་ཡོད་གོང་སྐེལ་དང་སྐར་མེད་གསར་གཏོང་གྱི་རྒྱགས་རྩོམ་མང་པོ་ཞིག་ལ་ངོ་མཚར་ཞིང་ཉམས་དགའ་བའི་ཁྱད་ཚོས་ལྷན་ཅིང་།རྩོམ་  
རིག་འཕེལ་རྒྱས་སྐྱེ་ལ་སྟོགས་སྟོན་རང་བཞིན་གྱི་རིན་ཐང་ལྷན་པའི་གསར་རྩོམ་ཡང་མི་ཉུང་བ་ཅིམ་ཞིག་སྤང་།དེ་ལྟར་ཉམས་དགའ་གཏོང་  
དམ་དེང་རབས་སྟན་པའི་ཅེས་པའི་ཚིག་རིས་ཀྱི་ཚོན་མདངས་ལ་ཞེན་མོས་བྱེད་པ་ཅིམ་དུ་ལས་དོན་དུ་དེའི་རང་བཞིན་དང་།ཁྱད་ཚོས་དང་  
བོ་ཟབ་གནད་སོགས་ཀྱི་སྐོར་ལ་ཤ་ཟེན་སྐྱེ་ཟེན་ཅིམ་ལས་མ་བྱུང་བའམ་ཐ་ན་ཉེ་སྟོགས་ཅིམ་དུ་མ་སོང་བའང་མི་ཉུང་བར་སྤང་སྟེ།དཔེར་ན་  
འགའ་ཞིག་དང་རབས་སྟན་པའི་ཅེས་པ་ཚིགས་བཅད་ཀྱི་རྒྱུ་པར་རིང་ཐུང་བཏོད་པ་ཅིམ་གྱིས་གྲུབ་པར་སྟམ་ནས་ཡིད་ལ་གང་དུན་གྱི་ཚིག་  
ཐམས་ཅད་དབྱངས་ཀྱི་ཉམས་འགྱུར་དང་།དབྱུགས་ཀྱི་དལ་གསོ་སེམས་ཁམས་ཀྱི་འདེགས་འཇོག་སོགས་ལ་ཅི་མི་སྟམ་པར་གྱོལ་བའི་སྟུག་པ་  
ཇི་བཞིན་རང་དགར་རིང་ཐུང་སྐེལ་པ་ཞོ་ནས་དེང་རབས་སྟན་པའི་ཏུ་ངོ་མ་སོ་བྱེད། དེ་དག་གི་གཟེགས་ངོར།

དབྱར་གྱི་དགའ་སྟོན་ཉེ་བར་གྱུར་མཐོང་ནས།།

ལྷ་གུ་ཚོགས་ཀྱི་སྐྱེ་ལོང་རབ་རྒྱས་པའི།།

མོར་འཛིན་དགའ་མ་གདུང་བའི་དོད་འབར་ཞིང་།།

ལུས་ཀྱི་རྩལ་བཞིན་ཆབ་རོམ་བཞུ་བ་འབབ།(གཞིན་རུ་དུག་གི་རྟོགས་བཞེད་ལས་བཤུས)ཞེས་སྐྱེ་བ་སོ་དེང་རབས་སྟན་པའི་གྲུབ་པ་

མིན་(ཐ་ན་སྟན་པའི་ལའང་མིན)ལ།



ཡང་ཚུམ་རིག་གསར་བའི་གྲུ་ཆར་གྱིས་ཡོངས་སུ་མ་བཟུགས་པའི་རི་ལུགས་འགའ་ཞིག་ན་རང་སྣོན་གྱི་འཇག་སྐྱུ་འདི་འདྲ་ཞིག་སྐྱར་བཞིན་འདུག་སྟེ་བོད་ཀྱི་སློལ་རྒྱུན་སྐྱུན་དག་ནི་བརྗེ་རྟེན་དང་། མངོན་བརྗོད་ཡིག་སྐད་སོགས་ཀྱིས་བཅིངས་པས་སྤྱི་ཚོགས་འཕེལ་བའི་འགྲོས་དང་མི་མཐུན་ཕྱིར་དྲ་རྒྱ་རང་ཅག་ལ་དགོས་པ་ནི་མང་ཚོགས་ཀྱི་ལ་སྐད་དངོས་ཀྱིས་བརྗེ་རྟེན་པའི་དེང་རབས་སྐྱུན་དག་ཡིན་ལོ་ཞེས་སྤྱི་ལའོང་སྐད་འབའ་ཞིག་གམ་ཡུམ་སྐད་ཕྱོགས་རེ་བ་དག་མདོག་མ་འགྱུར་བར་རྒྱུ་བ་མི་སྣོན་པའི་ཚོགས་བཅད་དུ་ཕྱེ་བ་ཅི་ཕྱབ་བྱས་ཏེ་དེ་དག་དེང་རབས་སྐྱུན་དག་ཏུ་སྣོན་མཁུ་དེས་ན་དེ་ཡང་ཤིན་ཏུ་སྤྲོད་ཀྱི་དེང་རབས་སྐྱུན་དག་ལ་“སྐྱུན་དག་མཁུ་བའི་བརྗེ་རྟེན་མ་ཡིན་པའི་སྐད་ཀྱིས་བརྗེ་རྟེན་པའི་ཚོགས་རྒྱུ་མི་སྣོན་པའི་ཚུམ་ཞེས་ཞེད་ཀྱིས་ཁྲུབ་པར་འདུག་པས་དཔེར་དུ་ལོ་ན་(维尔哈伦)དང་བེ་ཏེ(北岛)སོགས་དེང་རབས་སྐྱུན་དག་སྤྱི་བའི་ཁྱིམ་འཕངས་ལས་ཕོབས་ལ། “སྐད་ཆའི་སྐྱུ་རྩལ་ཕྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྐྱུན་དག་”ཏེ་ཀེར(黑格尔)ཞེས་པ་དང་། “སྐད་ཆའི་བརྗོད་སྐད་ལས་པའི་ཚོས་ཉེད་གཞིག་པའི་དེང་རབས་སྐྱུན་དག་”(徐敬亚)ཅེས་པ་སོགས་ལེགས་བཤད་ཀྱི་གྲུ་མགོ་ནས་ཕྱད་དེ་ལ་ཁའི་ལུག་རྩི་དང་། རྒྱ་ཁའི་རྒྱ་ལེན། ཐབ་ཁའི་ཇ་མ་སོགས་དང་མགྲིན་གཅིག་ཁོ་ན་གྱིས་དང་དེང་རབས་སྐྱུན་དག་གི་ལམ་མ་ཚོར་བར་རྟེན་པར་འགྱུར་རོ།།

རྒྱ་མཚོའི་ཤར་ལུབ་བར་ལ་རིང་བ་སྟེ།  
 མཁའ་དང་ས་གཞིའི་བར་ལ་ཤིན་ཏུ་རིང་།  
 དེང་རབས་སྐྱུན་དག་སྤྱི་བའི་བརྗེ་རྟེན་དང་།  
 ས་མཐའི་གོང་སྐད་བར་ལ་དེ་བས་རིང་། ཞེས་ཀྱང་སྤྲོད།

ཡང་ལ་ལ་ཞིག་ལ་བོད་ཀྱི་སློལ་རྒྱུན་སྐྱུན་དག་ནི་ཚོས་ལུགས་འདུ་ཤེས་ཁོ་ན་བརྗོད་པའམ་ཡང་ན་དོན་མེད་ཀྱི་རི་རྒྱ་སོགས་ལ་བཟུགས་པ་ཅམ་ལས་བསམ་སྒྲིའི་རང་བཞིན་ཆེར་མེད་(སློལ་རྒྱུན་སྐྱུན་དག་གི་ཤུགས་ན་རྟོན་པའི་སྤྱི་ཤེས་དང་ངེས་འབྱུང་འདྲན་པའི་བསམ་སྒྲོ་ཤུགས་དྲག་པོ་སོགས་སྐྱུན་ཚུམ་གྱི་བསམ་སྒྲོ་མེན་པ་མཚར་ཆེ)པས་དང་ཚོར་དགོས་པ་ནི་དེང་རབས་སྐྱུན་ཁོ་ན་ལོ་ཞེས་སྤྱི་ཞིང་དེང་རབས་སྐྱུན་དག་ཅེས་པ་གཙོ་བོ་བསམ་སྒྲིའི་རང་བཞིན་ཤུགས་དྲག་པའི་སྐྱུན་དག་ཅམ་ལ་ངོས་བཟུང་ནས། “རྟེན་ཞེན་བག་འཁུམས་ལ་ངོ་རྒྱལ་གྱིས་” “ད་རྒྱ་འབའ་འབྱུངས་ཏུར་བརྗོད་དགོས།” “མི་རིགས་ལ་རྒྱ་མ་ཤོར་ཅིག”སོགས་ཡིད་ལ་བརྟན་པའི་ཚོར་འདུ་ཚོགས་མདངས་མ་ཉམས་ཤིང་དེ་མ་ཡལ་བར་ཐད་ཀར་བརྗོད་པ་དེ་དེང་རབས་སྐྱུན་དག་ཏུ་བརྟེན་འདི་ཡང་གཡག་འར་གྱིས་རྩ་ལོ་བའི་བཞིན་ཕྱོགས་གཅིག་མཐོང་ཡང་གཉིས་མ་མཐོང་བའི་སྤྱི་དུ་འདུག་སྟེ་དེ་ཅམ་གྱིས་ད་དུང་དེང་རབས་སྐྱུན་དག་གི་ངོ་བོ་དང་ཁྱད་ཚོས་མ་རྟོགས་པར་འདུག་དེང་རབས་སྐྱུན་དག་གིས་སྤྱི་བའི་བྱེད་ལུས་ངེས་ཅན་ཞིག་ཐོན་དགོས་པ་ནི་སྤྱི་ཀྱང་བསྟོན་དུ་མེད་ནའང་། “དེ་ཐོག་མར་སྐྱུན་དག་ཡིན་དགོས”ལ། ལུས་དུ་བྱུང་བའི་དེང་རབས་སྐྱུན་དག་ནི་དེ་བས་ཀྱང་“སྐྱུ་རྩལ་རང་བཞིན་ཚད་མཐོན་པོ་དང་བསམ་སྒྲིའི་རང་བཞིན་གཏིང་ཟབ་མོ་”གཉིས་ཚུ་ལ་རྒྱ་བཞག་པ་རྩར་བྱུང་འབྲེལ་རྒྱུ་དུ་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་དགོས་ཀྱི་དེ་ལས་སྤྱི་བའི་དེལ་སྤྱོད་གི་ཡོ་བྱད་ཅིག་ཏུ་ངོས་འཛིན་གལ་ཅུང་”པར་ཏེ(庞德)དེ་རྩར་མེན་ཆོད་དེང་རབས་སྐྱུན་དག་གི་ངོ་མཚར་རྒྱུ་ཞིང་ཡིད་ཀྱི་བརྟན་པ་འཕྲོག་པར་བྱེད་པའི་སྐྱུ་རྩལ་རང་བཞིན་དེ་མི་དགོས་པར་ཐལ་ལ་དེའི་སྤོས་བཅས་ཀྱི་མཛེས་སྤྱུག་རིན་ཐང་ཁས་མ་སྤངས་པར་ཐལ་བས་ལང་ཚོས་དེགས་པའི་རྒྱལ་པོ་གོས་མེད་སྟེན་པར་རྒྱ་ཡང་སྤྱི་བོས་མི་སྤོང་བར་ཐལ་ལོ། དེས་ན་མིའི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ལམས་སྤོ་བར་བྱེད་ཅིང་ཡིད་ཀྱི་དང་བ་འདྲེན་པའི་སྐྱུ་རྩལ་དང་མཛེས་ཚོར་གྱི་ཞེན་མོས་ཀྱང་དོན་གྱིས་བཀག་པས་སྤྱུགས་པ་ཞེགས་པ་ཅམ་གྱིས་གོས་ཀྱི་དགོས་པ་ཡོངས་སུ་འགྲུབ་པར་འགྱུར་ལ། “ཕྱེབས་རིས་ངོས་སུ་ཞི་

མིའི་རིམ་གྱི་ས་པའང་ཙོ་གུ་འཛིན་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་པ་ལས་ལེན་དགོས་སོ།།

བསྐྱབ་བྱ་འདོམས་ལ་པ་མ་ཡན་ན་མེད།།

དེ་ཉིད་སྟོན་ལ་སྐྱ་མའི་གོང་ན་མེད།།

སྟོང་གཏམ་འཆད་ལ་གོགས་ལས་སྟག་མེད་མོད།།

སྟན་དག་མཁན་པོ་དུང་གཞན་དུ་ཚོལ།།

དེ་དག་རེ་ཞིག་རྗེས་མཚར་གྱི་ཚུལ་གྱིས་ཐལ་མོད།དེ་ནི་དེ་དང་དེ་འདྲའི་ལོག་ཉིག་སེལ་བ་དང་གཞན་ཡང་འདི་ལྟོགས་ལ་  
མོས་པ་ཡོད་པའི་བོད་ཀྱི་གཞན་ལུ་རང་རྒྱུ་ཞིང་རང་ཡིག་འབྲི་བ་དག་ལ་ཕན་སྐྱེས་ཀྱི་སྒྲིབ་ཀྱིས་བསྐྱབས་ཏེ་འདིར་དེང་རབས་སྟན་  
དག་ཅེས་པར་རགས་བསྐྱུས་སུ་ངོ་སྟོན་པ་ལ། ལར་དེང་རབས་ཞེས་པ་ནི་དུས་ཀྱི་ཆའི་དབྱེ་བའི་བརྗེས་དེ་ལྟར་དེ་ལྟར་ལ་སྟོས་ནས་བཞག་  
པ་ཡིན་པས་ཐོག་མཐའ་མེད་པའི་དུས་ཀྱི་བསྐོད་པ་སྤྱི་ལ་སྟོས་ན་ནི་ཐ་སྟོང་འདི་ལ་བརྟན་ཆགས་དང་སྟོས་མེད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཞིག་གི་ལ་ཡོད་  
དེ་མེད་དོ།།རང་རེའི་ད་ལྟ་དེང་རབས་སྟན་དག་ཅེས་པར་འབོད་པའི་དེང་རབས་ནི་དེང་ཐོག་གི་སྤྱི་བའི་དག་གིས་སྐྱུར་བའི་བརྗེས་  
ཏེ་དབྱེད་པ་ལྟར་ན་སྤྱི་ལོའི་དུས་རབས་ལྟ་བུའི་མཚུགས་ཏུ་ལ་ཏེང་ཡི་གེར་བྱུང་བའི་“modernus”ཅེས་པའི་ཡི་གེའི་ཚོགས་པ་འདི་དེང་རབས་  
ཞེས་པའི་དོན་དང་ཅུང་མི་འདྲ། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་དེང་རབས་རང་བཞིན་དང་དེང་རབས་རིང་ལུགས་དེང་རབས་རང་ལུགས་སོགས་ཀྱི་ཐ་  
སྟོང་མང་དུ་བྱུང་ལ།རིམ་གྱིས་དུས་ལོ་ནས་བཞག་པའི་དེང་རབས་ཏེ་གོ་དོན་གཉིས་སུ་གྱེས་པ་ནི་ཡོངས་གྲགས་ལྟར་ན་པལ་ཆེར་དུས་  
རབས་བརྟེན་དགུ་བའི་སྤྱི་ཚམས་ནས་ད་ལྟའི་བར་ལ་གོ་ཞིང་ཤིང་གི་དུས་ཀྱི་བསྐྱེད་པའི་འདྲུ་ཤེས་གསལ་བའམ་དངོས་པོ་གསལ་བ་རིགས་  
ཤིག་གི་སྤྱི་མར་གོ་དགོས་འདུག་དེ་ཡང་ཡོངས་གྲགས་ལྟར་ན་སྤྱི་ཡངས་འཇུག་ཏུ་འཛུལ་སྤོང་འཇུག་ཆེན་ཐེངས་དང་པོའི་སྤྱི་གཞུག་ཚམས་  
རིམ་གྱིས་བྱུང་བའི་དངོས་ཡོད་རིང་ལུགས་དང་འཆར་ཡན་རིང་ལུགས་དེང་རབས་རིང་ལུགས་བཅས་ཀྱི་ཚོམ་རིག་གི་སྤྱི་མིང་ལ་དེང་རབས་  
ཚོམ་རིག་ཏུ་འབོད་ཅིང་། དོག་འཇུག་ཏུ་དེའི་ཡ་གྲུལ་དེང་རབས་རིང་ལུགས་པ་ལ་དེང་རབས་ཚོམ་རིག་ཏུ་འབོད། དེ་གཉིས་གང་ལ་ངོས་  
བབས་བ་དེའི་ནང་གསལ་ཚོམ་ལུས་དག་ལ་དེང་རབས་སྤྱི་ཚོམ་དང་དེང་རབས་སྒྲིབ་གར་དེང་རབས་སྟན་དག་སོགས་ཀྱི་ཐ་སྟོང་སྐྱུར་བ་  
ཡིན་ནོ།།གོང་སྤྱི་ཚོམ་འཛིན་སྤྱི་ཚོམ་མི་འདྲ་བ་གཉིས་ལས་གང་གི་དབང་དུ་བྱས་ཀྱང་ཅུང་མོད་སྤྱིར་དངོས་ཡོད་རིང་ལུགས་དང་འཆར་ཡན་  
རིང་ལུགས་ལ་མཚོན་ན་ཀྱང་ལ་རྒྱས་ཆེ་བ་དང་འབྲུག་པར་དུས་རབས་བརྟེན་དགུ་བའི་སྤྱི་ཚོམ་ནས་ད་ལྟའི་བར་(དམར་བོའི་ལོ་རབས་སུ་ཅུ་  
བར་གྲགས་པའི་དུས་རབས་འདིའི་ལོ་རབས་སུ་ཅུ་བར་འབྱོར་མེད་གསལ་རིམ་གྱི་དངོས་ཡོད་རིང་ལུགས་འཆར་ཡན་ལུགས་པའི་སྟན་དག་  
དར་བ་ལྟར་ལུ་སྤྱི་ཚོམ་སྟོན་དག་ཚོམ་སྟོན་གྱི་གཙོ་གནས་དེ་དེང་རབས་རིང་ལུགས་པས་བབས་ཡོད་ཤིང་། འདིར་ནི་དེ་ངོ་སྟོན་རགས་ཚམ་  
བྱེད་པར་འཇུག་གོ།།

གཅིག་དེང་རབས་རིང་ལུགས་པའི་སྟན་དག་གི་བསམ་སྒྲིབ་ཀྱི་ཆོས།

སྤྱིར་དེང་རབས་རིང་ལུགས་པའི་སྟན་དག་ནི་ལུ་སྤྱི་ཚོམ་སྤྱི་ཚོམ་མ་ཚུ་རིང་ལུགས་པའི་དུས་རབས་སུ་བྱུང་བ་ཡིན་པས་ཉེ་བའི་  
དུས་ཀྱི་ལུ་སྤྱི་ཚོམ་སྤྱི་ཚོམ་གྱི་གཡོ་སྐྱོམ་དང་འཆབ་སྤྱི་དོན་རྒྱུ་དཔལ་འབྱོར་འཕེལ་རིམ་རིག་གནས་སྤྱི་ཚོམ་མཚན་ཉིད་རིག་པའི་བསམ་  
སྒྲིབ་སྐབས་རྒྱན་གསལ་བསམ་སྒྲིབ་སྐབས་རྒྱན་གསལ་བ་སོགས་མཚན་ཡོད་ནའང་།གཙོ་བོ་ནི་མི་དང་སྤྱི་ཚོམ་བར་གྱི་འབྲེལ་བ་དང་མི་དང་  
མིའི་བར་གྱི་འབྲེལ་བ་མི་དང་རང་བྱུང་ལམས་བར་གྱི་འབྲེལ་བ་མི་དང་དེའི་མ་བཅོས་རང་གཤིས་བར་གྱི་འབྲེལ་བ་སྟེ་རྗེ་རྗེ་བའི་འབྲེལ་བ་

བཞིའི་བར་གྱི་རྣམ་འཛིན་ཆེ་ཞིང་རྣམ་པར་ལྡན་པའི་འགལ་བ་དང་། ཉེ་ལས་འཕྲོས་པའི་སེམས་ཀྱི་གདུང་བ་དང་། ཁེམས་ཁམས་ཀྱི་སྐྱོ་ཤས་ཡི་  
ཆད་ཀྱི་སྐྱོ་ལགྲོང་མཐོང་རིང་ལུགས་པའི་བསམ་སྒོ་སོགས་མཚོན་པ་ཤུགས་ཆེད་ལས་དང་པོ་མི་དང་སྤྱི་ཚོགས་བར་གྱི་འབྲེལ་བའི་ཐད་གཙོ་  
བོ་སྟན་པའི་མི་སྐྱེར་གྱི་ལངས་ཕྱོགས་ནས་སྤྱི་ཚོགས་ཉིལ་བོར་འགན་ཁོལ་བྱེད་པའི་སྤང་ཚུལ་ཞིག་མངོན་འདུག་སྟེ་ཆད་ལུག་སྟེ་ཆད་ལུག་གི་དེང་རབས་  
རིང་ལུགས་པ་དག་གིས་རང་ཉིད་སྤྱི་ཚོགས་དང་ཐད་ཀར་འགན་ཁོལ་དུ་གྱུར་པའི་ལངས་ཕྱོགས་ཏེ་འབྲེལ་བོ་དང་། བྲིམས་འགལ་ཉེས་ཅན་  
སོགས་ཀྱི་གནས་སུ་ལངས་ནས་ལུབ་སྐྱོང་འབྱོར་འབྲེལ་གལ་རིམ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་མི་ཚོས་ཀྱུན་སྦྱོང་དང་། མངོས་འཛིན་ལྟ་བུ་ཚོས་ལུགས་འདུ་  
ཤེས་དབང་པོའི་ཀུན་སྦྱོང་སོགས་སོལ་རྒྱུ་གྱི་རིན་ཐང་འདུ་ཤེས་ཐམས་ཅད་ལ་ཡོངས་ཁྲུབ་ཏུ་ཁོལ་བར་བྱེད་ཅིང་། ཐར་ན་འགལ་ཞིག་གིས་སྤྱི་  
ཚོགས་ཞེས་པའི་ཚོགས་པའི་རྣམ་པ་སྤྱི་ལའང་སྟུན་འབྲེལ་བར་བྱེད་དེའི་ཕྱིར་ཕྱོགས་གཅིག་ནས་མ་ཅུ་རིང་ལུགས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་དོ་བོར་མཚང་  
འབྲེལ་པའི་བསམ་སྒོ་དག་མཚན་ལུགས་པ་མཚོན་ཡོད་ལ། ཕྱོགས་གཞན་ཞིག་ནས་འདས་དང་མ་འོངས་ལ་མ་སྟོས་པར་ལོ་རྒྱུས་སྤོང་གི་སྤྱི་ཚོགས་  
རྣམ་པ་ཡོད་ཆད་ལ་དོ་ཁོལ་བྱེད་པའི་སྲིད་གཞུང་མེད་པའི་བསམ་སྒོ་ཕྱོགས་སྤང་ཅན་ཞིག་ཀྱང་མཚོན་འདུག།

གཉེས་པ་མི་དང་མིའི་བར་གྱི་འབྲེལ་བའི་ཐད་གཙོ་བོ་པན་ཚུན་བརྟེན་པའི་མེད་ཅིང་། གཞུག་རྒྱུ་ཆེ་ལ། རང་ཉིད་ཁོ་ན་དཀྱིལ་སྤོང་དུ་འཛིན་  
པས་མི་དང་མིའི་བར་བསམ་སྒོ་དང་བརྟེན་དུང་འདྲེས་ཐབས་མེད་པར་འདོད་པའི་བསམ་སྒོ་སྤྱི་གཡའ་བ་ཞིག་མཚོན་པ་ཤས་ཆེད་ཡང་བདག་  
གཞན་གཉེས་སུ་བྱེད་པའི་གཞན་ནི་བདག་གི་“དག་ལྷ”ཡིན་པར་སྤོང་ཞིང་། མི་གཞན་ལ་ཡིད་ཆེས་བའམ་སྒོ་གཏོད་པ་ནི་རང་ཉིད་བརྟེན་པའི་ཕྱིར་  
གོལ་དུ་འདོད་ཐར་གྱོགས་པོ་དང་ཉེ་འབྲེལ་ལ་བྱེད་ཀྱི་ཤུགས་སོགས་བར་གྱི་འབྲེལ་བའང་བྱེད་པས་སུ་མཛོལ་མཛོལ་སྟར་སྤང་ཡང་དོན་དམ་  
དུ་དག་གཤེད་ལྟ་བུའི་འབྲེལ་བ་སྟེ་ལ་ནས་“ལྷོད་རང་བདེ་མོ་བྱས་”ཞེས་པའི་སྐད་ཅིག་ལ་ཁོག་ཏུ་“ལྷོད་ཉིད་ད་ལྟ་ཤི་ན་ཅི་མ་རུང་”སྟུང་བཞིན་  
ཡོད་ཅེས་སྤྱོད་པའི་ཕྱིར་མ་ཅུ་རིང་ལུགས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་མ་ཅུ་དང་བཟོ་བ་གལ་རིམ་གྱི་བར་དང་། མི་བཟང་བོ་དང་དཔེ་བའི་བར་ལ་ཅུ་ཅན་  
ནང་ལུལ་གྱི་བར་བཅས་ཀྱི་ལྷོད་ཤིང་གསོན་གྱི་སྤང་ཚུལ་ལ་ཐེར་འདོད་དང་དགག་རྒྱུ་བྱས་ཡོད་པའི་དུས་མཚུངས་སུ་མ་རུང་བའི་མཚན་  
ཉིད་རིག་པ་དང་གཏུན་ཚོགས་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱི་ཚོགས་འཛིན་པའི་སྐོས་མི་དང་མིའི་བར་གྱི་འབྲེལ་བ་སྤྱི་ལ་ལོག་ལྟ་དང་སྟོན་འཇུགས་བྱེད་  
པའི་བསམ་སྒོ་ཡང་བའང་མཚོན་ཡོད་པར་སྤང་།

གསུམ་པ་མི་དང་རང་བྱུང་ཁམས་བར་གྱི་འབྲེལ་བའི་ཐད་ལས་ཆེར་ཕྱོགས་སུ་སྤང་བའི་ལྟ་བུ་རིགས་གཉེས་ཡོད་པར་སྤང་སྟེ་དེང་  
རབས་རིང་ལུགས་པའི་སྟན་པའི་ཡལ་མེས་སུ་བརྟེན་པའི་འཇར་མན་གྱི་པོ་ལྷ་ལེར་(oscar)དང་དབྱིན་ཇིའི་ཉིས་ལན་ལོ་སྟེ་  
སི(Dylan Thomas)སོགས་ལྟ་བུར་མང་པོ་ཞིག་གིས་རང་བྱུང་ཁམས་ནི་འཇིགས་ཤིང་སྤྱི་གཡའ་བའམ་ཉམས་མི་དགའ་ཞིང་ཞེ་མེར་བ་  
ཞིག་ཡིན་པར་འདོད་ཅིང་། ཁ་གཞི་དང་། རི་རྒྱང་། རྟགས་ཚལ་པས་ཆེར་ཡང་མི་ཤི་རོ་དང་འདྲ་བར་མཐོང་ཞེས་སྤྱི་བསམ་ཚུལ་རིག་ཏུ་འདུང་  
དང་དེ་འདྲའི་བསམ་སྒོ་སྐབས་སྐབས་སུ་མཚོན་པར་བཤད་ཉེ་བའི་དུས་སུ་སྤོང་བའི་ཆེར་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་མངོས་པ་འཚོལ་ཅིང་མིའི་བསམ་སྒོ་  
རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་པང་བར་སྤོང་ལོག་པར་སྤོང་བའི་མཚན་ཉིད་རིག་པའི་བསམ་སྒོའི་རྒྱུ་རྒྱུ་གྱི་ཤུགས་ལོག་མི་ལུས་ལ་སྤོང་བོ་མེད་  
ཅིང་། མིའི་རིགས་ཀྱིས་རང་བཟོའི་སྐོས་མ་ཡིན་ཡིན་ལུས་བྱས་པའི་རྣམ་གཞག་དང་ཀུན་སྦྱོང་དུ་གྲགས་པ་དག་ལ་ལུངས་དང་སྤོང་བོ་ཅི་ཡང་  
མེད་ཀྱི་དོན་དམ་གྱི་སྤོང་བོ་དང་མངོས་པའི་དུངས་མ་ནི་རང་བྱུང་ཁམས་ཆེན་པོ་མ་སྟོས་མ་བསྐྱུས་ཡེ་ནས་མ་བཅོས་པ་དེ་ཡིན་ནོ་ཞེས་པའི་  
བསམ་སྒོ་སྟོན་པའི་སྟན་ཚུལ་ཡང་མི་ཉུང་བར་སྤང་།



བཞི་བ་མི་དང་དེའི་མ་བཅོས་རང་གཤེས་བར་གྱི་འབྲེལ་བའི་ཐད།དེང་རབས་སེམས་རིག་པའི་ཤར་ཞུགས་ཀྱི་དབང་གིས་དང་  
 རབས་རིང་ལུགས་པར་གཞན་དང་མི་འདྲ་བའི་ལྷ་བ་ལུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཞིག་ཡོད་དེ།དེང་རབས་སེམས་ཁམས་རིག་པ་སྣེ་བ་མི་ཉུང་བ་ཞིག་  
 གི་འདོད་ཚུལ་ལྟར་ན།རང་རེའི་སྤྱི་ཚོགས་སུ་འཚོ་བ་རོལ་བའི་མི་རྣམས་ཀྱི་གཤེས་སྦྱོང་དང་ཤེས་རྒྱུད་ལ་བཅོས་མ་ཁོ་ན་ཤས་ཆེ་བས་རང་  
 གཤེས་རྣལ་མ་མངོན་མི་ལུབ་པར་འདོད།དེ་ཡང་དུན་ཤེས་དང་བག་ཡོད་ཀྱི་བརྗེ་བག་གི་གཞན་དབང་དུ་གྱུར་པས་མ་བཅོས་གཤེས་ཀྱིས་གྲུབ་  
 པའི་མི་ཡི་ཤེས་རྒྱུད་རྣམས་མ་དེ་བག་ལ་ཞབས་འདུག་དུ་གསོད་ཀྱིན་ཡོད་པས་ཅེས་ཀྱང་དེ་ལ་གཅོགས་ཆེན་བྱེད་དགོས་པར་སྣུམ་ཤུགས་ཀྱིན་  
 དེའི་དབང་གིས་ལུབ་སྐྱོང་བ་རྣམས་ཀྱི་བསམ་པའི་འདུ་ཤེས་དང་།བསམ་གཞིགས་བྱེད་སྤངས་ཚོར་འདུའི་སྦྱོང་སྤྱད་སོགས་ལ་འགྱུར་ཚོག་ཆེན་  
 བོ་བྱུང་།འགྱུར་ཚོག་དེ་དང་བསྐྱུན་ཏེ་དེང་རབས་རིང་ལུགས་པའི་སྐྱོན་དག་སྣེ་བ་དག་གིས་ཀྱང་མིའི་རིགས་ཀྱི་ཤེས་རྒྱུད་བཅོས་མ་དང་རྣམ་  
 མའི་ངོ་བོ་དང་དེའི་བར་གྱི་འགལ་འབྲེལ་སོགས་བརྗོད་བྱས་བྱས་ཐོག་རང་གཤེས་རྣལ་མ་ཁམས་ལེན་དགོས་ཤིང་ཉུང་དུ་གསོད་མི་རུང་བའི་  
 བསམ་སློབ་སྐྱོན་པ་མང་ཞིང་།ཐ་ན་སྐབས་འགར་བཅོས་མའི་ཆ་ལ་སྐོལ་བ་དང་སུན་འབྲེན་ཡང་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་པས་མི་དང་དེའི་མ་བཅོས་རང་  
 གཤེས་གཞིས་སུ་དབྱེ་བ(འདིར་བཤད་པའི་མི་ཞེས་པ་ཁོ་ཚོས་སྐབས་འགར་བཅོས་མ་དང་སྐབས་འགར་བཅོས་རྣམས་གཞིས་ཀྱི་ཚོགས་པ་ཅམ་  
 ལ་གོ་བ་ལེན་གྱིན་ཡོད་པ་འདྲ)ཕྱི་མ་གཅོགས་སུ་འཛིན་པའི་བསམ་སློབ་ཤས་ཆེའོ།།འདི་དག་ནི་གཙོ་ཆེ་ཤས་སམ་འབྱུར་དུ་ཐོན་པའི་བསམ་སློབ་  
 ཉུང་ཚོས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་གྱི་ཡོད་ཚད་འདི་འདྲ་གང་རུང་ཞིག་ཡིན་པར་མ་དེས་ལ།ཐ་ན་དེ་དག་གི་ཚོག་ཚོགས་སུ་གྱུར་པའང་ཡོད་  
 པར་སྣང་བས་ཤེས་པར་བྱའོ།།

རྒྱ་ཁབ་ཕྱ་མོའི་བྱ་ག་ན།།

དྲང་འཁྲུག་མང་བོའི་རྣམ་དབྱེ་མེད།།

ཐོས་དབྱེད་ནམ་མཁའི་སློབ་ཡངས་ན།།

སྐང་གཤོང་རི་མོ་ཅི་ཡང་མཐོང་།

གཞིས། དེང་རབས་རིང་ལུགས་པའི་སྐྱོན་དག་གི་སྐྱུ་རྩལ་རྩ་དོན།

དེ་ཡང་མངོན་པར་མཚོན་པའམ་མཚོན་པར་བྱེད་པ་ནི་དེང་རབས་རིང་ལུགས་པའི་སྐྱོན་དག་སྣེ་བ་དག་གིས་སྤང་ཞིང་ཆེ་བའི་རྩ་  
 དོན་གཙོ་བོ་ཡིན།མངོན་པར་མཚོན་པ་ཤེས་པའང་མྱར་གྱི་དངོས་ཡོད་རིང་ལུགས་ལྟར་གྱི་ཡུལ་གྱི་བྱ་དངོས་ངོ་བོ་བཤུ་བྱེད་པའམ་གོ་རིམ་དུ་སྐྲེལ་  
 པ་ཅམ་ཞིག་མིན་ཅིང་།འཆར་ཡན་རིང་ལུགས་ལྟར་ནང་ཡུལ་ཅན་གྱི་དགའ་སྦྱོར་སོགས་ཚོར་འདུ་རགས་པ་སྣེ་ཚོགས་ཐད་ཀར་དུ་རི་བཞིན་  
 བརྗོད་པ་ཞིག་ཀྱང་མིན་པར། སྐྱུ་རྩལ་རྩ་དོན་འདིའི་ཉུང་ཚོས་གཙོ་བོ་ནི་སྐྱུ་རྩལ་དང་དངོས་པོའི་གཤེས་ལུགས་བར་གྱི་འབྲེལ་བའི་སྐྱོར་ལ་  
 འཛིན་པའི་མཚན་ཉིད་ལྟར་ལ་ཉུང་བར་ཅན་ཞིག་ལ་ཉུངས་བསྐྱུན་པ་སྤྱོད་ཐོག་མར་སྐྱུ་རྩལ་ནི་འཇིག་རྟེན་གྱི་གཤེས་ལུགས་འཚོལ་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་  
 ཤེས་ཤིག་ཏུ་འདོད།དེ་ཡང་རང་རེའི་དབང་བོའི་སྦྱོང་ཡུལ་རི་ར་བ་ཁང་བྱིམ་དང་བྱ་དངོས་རགས་པ་སོགས་དབང་ཡུལ་མངོན་སུམ་པ་དག་  
 གི་རྣམ་པ་ལ་“དངོས་ཡོད”དུ་འབོད་ཅིང་།དེ་ནི་ཕྱི་ཡུལ་གྱི་སྣང་ཚུལ་ཅམ་ཡིན་གྱི་ངོ་བོ་དངོས་སམ་རང་གཤེས་རྣམས་མ་མ་ཡིན་པས་གཤེས་  
 ལུགས་མིན་ལ།དེ་བས་ཡུལ་ཅན་སེམས་ཁམས་ཀྱི་འཕྲོ་འདུ་རྟོག་འཛིང་ཅན་དེ་གཤེས་ལུགས་དང་ཐག་ཉེ་བར་འདོད།འོན་ཀྱང་ད་དུང་ལེགས་  
 པར་གཞིགས་ན་སྤྱིར་བཏང་སེམས་ཁམས་ཀྱི་འཕྲོ་འདུ་རགས་པ་དག་ཀྱང་སྤྱི་ཚོགས་དང་ཀུན་སྦྱོང་སོགས་ཀྱི་གཞན་དབང་གི་རྐྱེན་གྱིས་པལ་  
 ཆེར་བཅོས་མར་སོང་བའམ་ཡང་ན་གོམས་པའི་དབང་གིས་གོ་རིམ་དེས་ཅན་ཞིག་ལྟར་དམིགས་བཅས་སུ་འགྲུལ་སྦྱོང་བྱེད་པས་གཤེས་ལུགས་

དང་ཐག་ཅུང་རིང་མོད། རྒྱལ་བས་སྐབས་སུ་དམིགས་པས་མ་བཟུང་བའམ་དྲན་ཤེས་ཀྱིས་བོར་པའི་ཚུལ་དུ་ཕྱིར་མངོན་པར་བྱེད་པའི་སེམས་ཀྱི་  
 འགྲུ་ཆ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ལ་འོག་འགྲུའམ་“འདུ་ཤེས་གཏིང་མར”འཕོད་ཅིང་། གཤེས་ལུགས་སམ་བདེན་པ་དངོས་ནི་དེ་ཉིད་ཡིན་པར་འདོད། དེ་  
 རྣམ་ན་དངོས་ཡོད་དམ་ཕྱིར་སྤང་ཡུལ་ནི་གཤེས་ལུགས་མིན་ལ། དེ་དབྱིངས་བྲིས་སམ་སྒོས་བཤུ་ཙམ་བྱས་པ་ལ་ཚུར་སྤང་ཞེས་བྱ་སྟེ་དེ་ནི་དེ་  
 བས་ཀྱང་གཤེས་ལུགས་དང་ཐག་རིང་དུ་སོང་བར་བརྟེན། རྒྱ་ཆུལ་གྱིས་གཤེས་ལུགས་མཚོན་དགོས་ན་ཅིས་ཀྱང་འོག་འགྲུ་སོགས་ཀྱིས་གཙོས་  
 པའི་སེམས་ཁམས་ཀྱི་ཁྱབ་ཁོངས་སམ་རང་སྤང་ཡུལ་གྱི་ཚོར་བ་དག་རྒྱ་ཆུལ་སྤང་བརྟན་དུ་བསྐྱུན་དགོས་པར་བཤད། དེས་ན་བརྗོད་དུ་མེད་  
 པའི་སེམས་ཁམས་ཀྱི་རྟོག་ཚོར་ཤུ་ཞིང་ཤུ་བ་དག་ཚོམ་རིག་ཏུ་བརྗོད་དགོས་ཚུལ་མངོན་སུམ་དུ་གྱུར་པའི་བྱ་དངོས་དའི་བྱི་ཚུལ་ཞིབ་  
 འབྲི་བྱས་པས་གོ་མི་ཚོད། རྣམ་སྟངས་ཀྱི་གདོང་ཤུན་བརྗོད་བཞེ་བའམ་འབྲེལ་བཤད་ཚིག་རྗོད་ཙམ་དེས་ཀྱང་རྩོམ་ཐོག་སྤུ་དུ་“ཇི་ལྟར་དངོས་  
 བོད་གཤེས་ལ་ཉེ་བར་གྱུར། དེ་ལྟར་མཁས་པའི་ཚིག་ནི་སྐྱགས་པར་འགྱུར”ཞེས་པ་ལྟར། གོམས་སོལ་གྱི་གོ་བ་རགས་ཙམ་སྟོན་པའི་སྐད་ཆ་  
 རེངས་པོ་དེས་ལུས་པ་ཆེར་མི་ཐོན་པའི་གནས་ཚུལ་འོག་རྒྱ་ཆུལ་མཁས་པོ་དག་གིས་དོན་སྟོན་ཚུལ་སྟོན་པ་ཤས་ཆེ་པའི་རྒྱ་ཆུལ་སྤང་ཆའི་བཟོ་  
 བཀོད་ཅིག་ལ་བརྟེན་ནས་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་ཚོད་སྤང་དེ་རྟོག་པའི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་སྤང་བརྟན་ཞིག་གམ་སྒོས་བསྐྱངས་ཀྱི་རྟོག་རྒྱུངས་དོན་  
 སྟོན་བཞིག་ཏུ་བསྐྱུན་པ་ལ་མངོན་པར་མཚོན་པ་ཞེས་སུ་གསུངས། དེ་ལྟར་སྟོན་ཚུལ་དེས་སྟོན་པ་བོ་དག་གི་ཡིད་ལ་རྩོམ་པ་བོད་ཡིད་དོས་ཀྱི་  
 སྤང་བྱའམ་དམིགས་བྱ་དེ་དང་མཐུན་མིན་གང་ཡང་རུང་གཙོ་བོ་རང་གི་ཚོད་བ་དང་འབྲེལ་བའི་ཚོར་བ་སྤུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཞིག་སྟོང་བར་  
 བྱེད་ཅིང་། རྒྱ་ཆུལ་ཚོད་སྟོབས་ཀྱི་ལྡན་ལས་ལ་བོ་བ་ཁྱད་པར་ཙམ་ཞིག་སྟོན་པར་བྱེད། དེ་དང་མཉམ་དུ་འདི་ནི་འདིའོ་ཞེས་ཤིག་ཐོག་འདུབ་  
 བཙུགས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་དོན་ཐོག་གཅིག་ཏུ་གཏན་ལ་འབབ་རྒྱ་ལའང་ཚང་མ་སྤུན་མོང་དུ་ཞུས་འཆམ་དཀའ་བའི་ཁྱད་ཚོས་ཤིག་ཀྱང་ཡོད། འདི་  
 རྣམ་བཤད་ཚེ་མངོན་པར་མཚོན་པ་ཞེས་པ་དོན་དམ་དུ་སེམས་ཁམས་ཀྱི་འགྲུལ་སྟོང་གང་རུང་ཞིག་རྒྱ་ཆུལ་དུ་མཚོན་པ་ཡིན་པ་སྟོས་མ་  
 དགོས་མོད། དེ་ཙམ་ལ་ལག་དཀྱིས་ཉེ་དེང་རབས་རིང་ལུགས་པའི་སྟན་དག་ཏུ་ནང་ཡུལ་ཙམ་འབའ་ཞིག་ལས་བྱི་ཡུལ་གྱི་དངོས་པོ་ཞིག་མི་  
 འབྱུང་སྟམ་པ་ནི་ལོག་པར་རྟོགས་པ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལ་བྱི་ཡུལ་གྱི་དངོས་པོ་བརྗོད་པར་སྤང་བའང་མང་དུ་ཡོད། འོན་ཀྱང་དེ་ནི་གཙོ་བོ་ཡུལ་  
 དང་ཡུལ་ཙམ་གཉིས་སུ་མི་བྱེད་པའམ་ནང་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་མཚོན་བྱེད་ཙམ་དུ་བཀོད་པ་ཞིག་ཡིན། བརྗོད་སྤངས་ཀྱང་ “ཚོར་འདུ་  
 གནས་སྟོ”ཞེས་པ་སྟེ་སེམས་ཁམས་ཀྱི་འགྲུར་བ་དོན་སྟོན་བའི་བྱི་རོལ་གྱི་དངོས་པོ་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་ལ་སྤུར་ནས་གཟུགས་ཙམ་བཞིན་དུ་བྱེད་པ་  
 ལ་ཐབས་ལམ་གཉིས་ལས་དང་བོ་ཡུལ་གྱི་རྟོན་སྤང་གིས་ཡུལ་ཙམ་གྱི་ཚོར་བ་སྟོང་པ་སྟེ་ཁྱེད་ལ་སྟེ་ཁྱེད་ལ་སྟེ་ཁྱེད་ལ་སྟེ་ཁྱེད་ལ་སྟེ་ཁྱེད་ལ་སྟེ་ཁྱེད་ལ་  
 དང་། ཁྱེད་ལ་སྟེ་ཁྱེད་ལ་སྟེ་ཁྱེད་ལ་སྟེ་ཁྱེད་ལ་སྟེ་ཁྱེད་ལ་སྟེ་ཁྱེད་ལ་སྟེ་ཁྱེད་ལ་སྟེ་ཁྱེད་ལ་སྟེ་ཁྱེད་ལ་སྟེ་ཁྱེད་ལ་སྟེ་ཁྱེད་ལ་སྟེ་ཁྱེད་ལ་སྟེ་ཁྱེད་ལ་  
 རྒྱ་ལུ་ཤུགས་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་པར་སྤང་། རྒྱ་ཆུལ་ཙམ་དོན་དེ་ལྟར་བཟུམས་པའི་སྟན་ཚུལ་དེ་སྤུར་གྱི་དངོས་ཡོད་རིང་ལུགས་དང་འཆམ་ཡན་རིང་  
 ལུགས་སོགས་དང་ཁྱད་པར་ཆེ་སྟེ་དེང་རབས་རིང་ལུགས་པའི་གཞུང་ལུགས་སྤུར་བ་དག་གི་དག་སྟོས་རྣམ་པ་ལྟར་མ་དག་གི་ལུགས་ཀྱི་ཚོམ་  
 རིག་ཤེས་ལུགས་དངོས་ཡོད་རྒྱ་ཆུལ་ལས་སྟོན་ཉེ་གོ་རིམ་འདི་འདྲ་ཞིག་བརྗོད་ནས་བྱུང་བ་ཡིན་ལ། དེང་རབས་རིང་ལུགས་པའི་ཚོམ་  
 རིག་ཤེས་ལུགས་རྒྱ་ཆུལ་ལས་སྟོན་དངོས་ཡོད་དུ་བསྐྱུན་པའི་གོ་རིམ་ཞིག་ཡིན་པས། རྒྱ་ཆུལ་གྱིས་གཤེས་ལུགས་སྟོན་པ་ལ་ཐབས་ལམ་བྱི་མ་ཁོ་  
 ན་ཁྱད་དུ་འཕགས་པར་སྤོའོ།

རྟོགས་ལྡན་མ་ཡིན་སེམས་ཀྱི་གཤེས་ལུགས་འཚོལ།



དེ་ཉིད་མ་རྟོགས་བརྗོད་མེད་ས་ཅུ་བྱིན།།

མཚན་ཉིད་ཀྱི་ལྷན་པོས་དཔྱད་པས་མི་རྟོན་པ།

སྐྱོན་ངག་ལམ་གྱིས་ལྷོད་བས་རྟོན་འདི་མཚན།།

གསུམ། དེང་རབས་རིང་ལུགས་པའི་སྐྱོན་ངག་གི་སྐྱུ་རྩལ་ཐབས་ལམ་གྱི་ཁྱད་ཚོས།

གོང་སྐྱོན་སྐྱུ་རྩལ་རྩ་དོན་ནམ་གཞི་ཚའི་བསམ་སྒོ་དེ་དང་བསྐྱེད་དེང་རབས་རིང་ལུགས་པའི་སྐྱོན་ངག་ཏུ་སྐྱུ་རྩལ་ཐབས་ལམ་ཡང་  
 ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་མང་དུ་ཡོད་ནའང་འདིར་རྟོག་པར་རྒྱགས་ཆེ་བའི་རྩ་བའི་ཁྱད་ཚོས་འགའ་ཞིག་འཆད་པར་བྱ་སྟེ།  
 དང་པོ་མཚན་བྱེད་ཅམ་འགོད་པ། སྤྱིར་དོན་དག་བྱེད་བྱེད་པ་ཞིག་མཚན་བྱེད་ཀྱི་ཐ་སྐད་འགའ་རེ་ནི་གནའ་དེང་གུང་ཕྱིའི་རྩོམ་རིག་ཏུ་ཡོད་དེ།  
 དཔེར་ན་མདོག་དཀར་པོས་གཙང་ཞིང་དྲི་མས་མ་གོས་པ་མཚན་པ་དང་། ལྗང་གུས་ཆེ་སོག་དང་སྐྱེ་སྐྱོབས་མཚན་པ། རྩོམ་པོས་རེ་བ་མཚན་  
 པ། བྱ་ལྷན་རྩེ་གྱིས་ཞི་བདེ་མཚན་པ། དབྱིབས་ལྷུ་པོས་མངའ་ཐང་སོགས་ཡོངས་སུ་རྒྱས་པའམ་དོན་བྱ་སོགས་ལེགས་པར་གྲུབ་པ་མཚན་  
 པ། བྱུང་གསུམ་གྱིས་འཛིགས་ཉེན་སོགས་མཚན་པ་ལྟ་བུ་དང་། བོད་ལྷན་ནའང་བྱ་ལྷན་པ་ལྟ་བུ་ལྟས་བཟུ་མི་ཤིས་པ་དང་། རྒྱ་སྐྱོན་གྱིས་དྲི་མས་མ་གོས་  
 པ། དུང་དཀར་གྱིས་སྐྱོན་གྲགས་སོགས་མཚན་པ་དང་། མདོག་དཀར་སེར་དམར་སྟོང་(ནག)བཞིའམ་དབྱིབས་ལྷུ་པོ། ལྷན་གསུམ་བཞི། བྱུང་གསུམ་  
 བཞི་བོ་དེ་རིམ་པ་བཞིན་ཞི་རྒྱས་དབང་དུ་གི་ལས་བཞི་ཡི་མཚན་བྱེད་ཡིན་པ་ལྟ་བུ་ལོ། དེང་རབས་རིང་ལུགས་པའི་སྐྱོན་ངག་གི་མཚན་བྱེད་  
 ཅས་པར་ཡང་འདི་ལྟ་བུ་འགའ་རེ་ཡོད་མོད། ཚད་ལྡན་ཐུན་མེད་ཀྱི་དེང་རབས་རིང་ལུགས་པ་དག་གིས་སྐྱུ་རྩལ་ཐབས་ལམ་མཚན་བྱེད་ཅས་པ་  
 བེ་འདི་དང་མི་འདྲ་སྟེ། གོང་དུ་བཀོད་པའི་མཚན་བྱེད་དག་གིས་ནི་ཐད་ཀར་མཚན་བྱེད་བྱེད་པ་ཆེག་རྒྱུ་རེ་མཚན་ཅིང་། ལམ་ཚུན་གྱི་འབྲེལ་  
 བའང་སྐྱེ་བཏང་དུ་འགྲུར་བ་མེད་པས་དེ་ལ་སྐྱུ་རྩལ་གྱི་ཉམས་འགྲུར་ཆེར་མེད་པར་སྐྱེ་ཞིང་། ཁོང་ཚོས་བཀོལ་བའི་མཚན་བྱེད་ཅས་པ་ནི་  
 མཚན་བྱེད་མཚན་བྱེད་ཀྱི་བར་དེས་གཏན་གྱི་རང་བཞིན་མེད་པར་སྐབས་ཀྱི་མཚན་བྱེད་ཅམ་བཀོད་པ་ཡིན་པར་མ་ཟད། སྐབས་མང་པོ་ཞིག་ཏུ་  
 སྐྱོན་རྩོམ་སྟེ་ལ་བོ་དེ་མཚན་བྱེད་ཅམ་ཅན་ཞིག་གི་མཚན་བྱེད་ཡིན་ཅིང་། དུང་སྐབས་འགར་མཚན་བྱེད་དེས་དོན་སྐྱེ་ཅམ་ཞིག་སྟོན་པ་ལས་དེ་  
 མཐའ་གཅིག་ཏུ་མཚན་བྱེད་བྱེད་པ་ཞིག་ཏུ་དེས་གཏན་བྱེད་དཀའ་བ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། དེས་ན་འདི་ནི་རང་རེའི་སྟོལ་རྒྱན་སྐྱོན་ངག་ལུགས་ཀྱི་  
 དེས་བཟུན་གྱི་རྒྱན་དང་ཅུང་འདྲ་བ་ལ་མཚན་བྱེད་དོན་སྐྱེ་མ་སྐྱས་ཤིང་དེས་བཟུན་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱེ་མེད་ཅིང་། བསྐྱེད་བརྗོད་ཀྱི་རྒྱན་དང་  
 ཕྱོགས་ཅམ་མཚུངས་པ་ལ་སྐབས་མང་པོ་ཞིག་ཏུ་ཤུགས་བཟུན་འདི་ཡིན་གྱི་གསལ་ཁ་དེས་ཅན་ཞིག་བརྗོད་དུ་མེད་པ་ཞིག་ཏུ་སྐྱང་། ཁྱད་པར་  
 དུ་མཚན་བྱེད་ཅས་པའི་སྐྱུ་རྩལ་ཐབས་ལམ་འདི་བདེ་སྦྱོང་དམ་སྦྱོང་ཤས་སམ། དགའ་བའམ། དུ་ཞེན་ལ་སོགས་པ་རྟོག་པའི་སྐྱང་དོ་ཅམ་དུ་གྲུབ་  
 པའི་ཆའམ་དོན་སྐྱེ་ཅམ་དུ་གྲུབ་པ་དག་དང་། རྩོམ་པོས་བའམ། དྲི་ཞེན་ཞེན་ལུགས་ཀྱི་འགྲུལ་སྦྱོང་ལས་བྱུང་བའི་ཚོར་བ་སྤྲ་  
 རགས་སོགས་སོ་སོ་དབང་པོའི་སྦྱོང་ལུལ་ན་ཐ་དད་པ་ཅམ་ལས་ཐ་སྐད་རགས་པས་བརྗོད་དུ་མེད་པ་དག་སྐྱོན་ངག་ཏུ་མདོན་པར་མཚན་པ་  
 ལ་བྱིན་ཆེ་བས་ད་ལྟའི་སྐྱོན་ངག་ལས་མོ་ཆེས་ཤིན་ཏུ་གཅེས་པར་འདོན་པའི་སྐྱུ་རྩལ་ཐབས་ལམ་ཞིག་ཏུ་སྐྱང་།

གཉེས་པ། དུས་དང་གནས་སོགས་ཀྱི་རྣམ་བཞག་ལ་ཅེ་མི་སྟམ་པ།

དེ་ཡང་གཙོ་བོ་སྤྱི་རེལ་གྱི་ཚོས་ཉིད་གཅིགས་སུ་མ་བཟུང་བར་སེམས་ཁམས་ཀྱི་འགྲུལ་སྦྱོང་ཚོས་ཉིད་དང་བསྐྱེད་པ་ཤས་ཆེ་བར་བྱས་  
 ཏེ་དུས་ལ་རིམ་ཅན་དང་ཅིག་ཅར་གང་རུང་ངམ་གནས་ལ་ཉེ་རིང་འཚམ་གསུམ་ཅི་དགར་འབྲི་བ་སྟེ་ཅུང་ཟད་ཅུང་དུ་བརྗོད་ན་རྟོག་པའི་  
 ཀྱང་སྐབས་གང་དུ་བསྐྱེད་པ་དེ་གར་སྐྱེ་གྱུའི་ཅེ་ཡང་མཉམ་དུ་སྐྱེ་བས་བར་བྱེད་པ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་འཆད་ཚོག་ཁོང་ཚོའི་འདོད་ཚུལ་ལྟར་ན་

སྒྲོན་དག་ནི་མི་རིགས་པའི་ཁྱབ་ཁོངས་ལྷན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། ར་ནམ་རྒྱན་གྱི་བག་ཚགས་རྒྱ་ལམ་ཅིང་། ལྷན་མོང་གི་གཏན་ཚིགས་  
ཚགས་འཛོམས་ལགོ་མས་སློབ་གྲིས་བཞག་པའི་རྣམ་གཞག་དང་དྲན་ཤེས་གྲིས་གཞུན་པའི་རྒྱལ་ཁམས་རང་ཞིག་ཏུ་སོང་ནས་གཞུགས་དང་  
སྤྲེལ་བྱེད་དང་རིག་བྱ་སོགས་འདོད་ཡོན་གྱི་ཁྱད་པར་ཡང་རྒྱན་གཅིག་ཏུ་འབྱམས་པ་ཞིག་ཏུ་འདོད་ཅིང་། དེ་ལྟར་ན་སྤང་བའི་རྟོག་པ་ཞིག་  
གི་སློང་ནས་སྤང་ཡང་འཇིག་རྟེན་གསར་བ་ཞིག་བཞེངས་བཞོན་བྱེད་པ་ཡིན་པར་འདོད། དེ་ཡང་སྤྱིར་སློང་བཅུད་འདི་དཔྱོད་པ་ལ་དང་བོ་  
འཇིག་རྟེན་གྲན་བའི་རྣམ་བཞག་དང་། དེ་ནས་མཚན་ཉིད་སྤྲོ་བ་བའི་རིགས་གཞུང་། དེས་ཀྱང་རིགས་པས་མ་སྤྲོབས་པའི་མཚམས་ནས་རྟོག་  
འཆར་གྱི་རྒྱན་དང་འགྲོགས་པའི་སྒྲོན་དག་གི་རྒྱལ་ཁམས་ལ་སྤྲོབས་པ་ཡིན་པས་དེ་ནི་གསང་བ་གསར་བ་ཞིག་རྟོགས་ཤིང་རྣམ་བཞག་གསར་  
བ་ཞིག་འཛོམས་བའི་ས་ཡིན་པར་སྤྲོད་ན་དེ་ནི་རང་ཅག་གི་དུའི་རྣམ་གཞག་འདི་རང་མལ་དུ་བཞག་པའི་རྟོག་འཆར་ཙམ་མིན་པ་ཤིན་ཏུ་  
གསལ་བས་སྒྲོན་དག་ཅེས་པ་ཚད་དེ་འདྲ་ཞིག་བཏོགས་ནས་བཤད་ན་ནི་ཤིན་ཏུ་ཚབས་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་ལ། དེར་གནས་ལུགས་ཀྱང་ངེས་ཅན་  
ཞིག་ཡོད་པར་སྤང་མོད། གང་ལྟར་དེང་རབས་སྒྲོན་རྩོམ་པལ་མོ་ཆེ་བ་ཞིག་སེམས་ཁམས་ཀྱི་ཚོས་ཉིད་དང་བསྐྱེད་ཅིང་། འཚོ་བའི་རང་གཤེས་དེ་  
སྒྲོན་དག་པ་རང་རང་གི་ཚོར་བས་ཉམས་སུ་ལེན་སྤྲོབས་ཁྱད་པར་ཅན་ཞིག་གི་དབང་དུ་བྱས་པས་སློབ་བྱེད་ཀྱི་རྟོག་ཚོར་དང་། ལྷན་ཚད་སྤྱོད་  
པའི་རྟོག་འཆར་དེས་པ་མེད་པའི་སེམས་ཀྱི་འགྲུ་ཆམ་ན་འོག་འགྲུ་དང་མི་ལམ་གྱི་སྤང་བ་སོགས་སེམས་ཁམས་ཀྱི་ངོ་བོ་མཚན་བྱེད་ཅིག་ཏུ་  
བྱས་ཏེ་སྒྲོན་དག་ཏུ་སྤོབས་སྤང་གྱི་སློབ་རྒྱན་སྒྲོན་དག་དང་བསྐྱེད་ན་དུས་དང་གནས་སོགས་ཀྱི་རྣམ་བཞག་ལས་བཞུལ་བ་ཞིག་གོ་ཞེས་  
འཆད་ཚོགས་པར་སྤང་།

གསུམ་པ། ཟུར་དང་ངོས་དུ་མ་ནས་བརྗོད་པ།

རྩོམ་པ་བོས་གང་སྐབས་སུ་བབས་པའི་འབྲི་བྱ་དེ་ལ་ངོས་གང་ནས་ལྷ་དཔྱོད་བྱེད་པའམ་གཞོགས་གང་ནས་སྤོང་བརྗོད་བྱེད་པའི་  
སློབ་ལ་སློབ་རྒྱན་སྒྲོན་དག་པ་དག་གིས་སྤྱིར་བཏང་དུ་ངོས་གཅིག་ནས་ལྷ་དཔྱོད་བྱས་པའི་ཤེས་ཚོར་དེ་གོ་རིམ་དུ་སྤོབས་ཅིང་མགོ་མཇུག་བར་  
གསུམ་ཚད་བར་བརྗོད་ལ། དེང་རབས་རིང་ལུགས་པ་དག་གིས་ནི་ངོས་དང་ཟུར་དུ་མ་ནས་ལྷ་དཔྱོད་བྱེད་ཅིང་། དེ་ལྟར་བྱས་པའི་ཤེས་ཚོར་  
རམ་སྤོང་བྱའང་དམ་དུ་མ་དང་ཐར་ཐོར་དུ་མའི་རྩོམ་དུ་སྤོབས་པར་བྱེད། དེ་ཡང་དོན་བརྗོད་དང་ཚོར་འདུ་བརྗོད་པ་གང་ཡང་ཟུང་བ་དེ་  
བརྗོད་པའི་ཚོ་མཐོང་ངོས་གཅིག་ནས་འབྲི་བའམ་འཆད་སྤངས་གཅིག་གིས་འཆད་པ་མིན་པར་ཟུར་མང་བོ་དང་གཞོགས་དུ་མ་ནས་གཏན་  
ཁེལ་མིན་ཅིང་། རིམ་པ་མང་ལ། འགྲུར་སྤོབས་ཆེ་བའི་རྩོམ་དུ་བརྗོད་པ་སྤྲོད་པར་མེ་རྟོག་ཚོམ་བུ་ཞིག་འབྲི་བ་ལ། དེ་གཡས་གཡོན་དང་མདུན་  
རྒྱབ་སྤོང་འོག་སོགས་ནས་མཐོང་བའི་རྣམ་པ་མི་འདྲ་བ་དག་སྤོབས་མར་བྱེད་ཚོགས་པར་མ་ཟད། སྒྲོན་དག་མཐུན་གྱི་སེམས་ཀྱི་ཚོར་འདུ་  
དང་། སེམས་ལྡན་དུ་བྱས་པའི་མེ་རྟོག་རང་གི་ཡིད་ཀྱི་འཆར་སློང་དུང་དེའི་སྤོབས་དང་བྱི་ལོགས་ཀྱི་དུས་ཀྱི་ཆ་ལ་མཚད་པའི་རྟོག་འཆར་  
སྤོབས་སོགས་སྤོབས་ཅིང་སྤོབས་མར་བྱེད་ཚོགས་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་ལྟར་བྱས་ནས་རྒྱན་རྩོམ་ལ་དོན་ལ་མཚོང་སྤོབས་ཆེ་ཞིང་། བརྗོད་བྱ་ལ་  
གཞུགས་འགྲུར་མང་བརྗོད་བྱེད་ལ་གྲུང་ཉམས་ལྡན་པ་བཅས་ཀྱི་ཁྱད་ཚོས་ཤིག་ཡོད་ཅིང་། སྒྲོན་རྩོམ་གྱི་ལ་བོའི་རྩོམ་ཁོག་ཀྱང་སློབ་རྒྱན་ལྟར་  
ཅིས་ཀྱང་མགོ་མཇུག་གཞུང་གསུམ་ཚད་དགོས་པའི་ངེས་པ་མེད་པར་སྐབས་བབ་ཀྱི་དགོས་མཁོ་ལྟར་རང་དགའ་མགོ་འཇིག་ཅིང་ཅི་དགར་  
མཇུག་སྤོབས་པ་ཞིག་ཏུ་སྤང་། ཁྱད་པར་དེ་ལྟར་ངོས་དང་ཟུར་དུ་མ་ནས་བརྗོད་བྱ་མཚན་པར་བྱས་པས་གང་གསར་དུ་བསྐྱེད་པའི་སྤྱི་རྩོམ་སྤང་  
བརྗོད་དེ་སློབ་རྒྱན་བཞིན་འདྲ་པར་ལྷ་བུའི་སློབ་ངོས་རྒྱང་བ་ཞིག་མིན་པར་བཞོན་བཟོའི་སྤྱི་རྩོམ་ལྷ་བུར་མཛོན་པར་གསལ་ཞིང་གསོན་ཉམས་  
ལྡན་པའི་འདུར་གཞུགས་ཀྱི་རྣམ་པའི་ཉམས་འགྲུར་ཞིག་རྗོགས་པར་སྤང་ངོ་།



ལུགས་ལྟངས་པར་བ་གཏོང་བ་དང་། ཡི་གེའི་དབྱིབས་དང་རྐང་བའི་རྣམ་པ་སྐྱིག་སྣངས་མུན་མོང་མ་ཡིན་པར་སྤེལ་ཅིང་། མ་ན་ཚོག་ཤང་འཇོག་སྣངས་སོགས་ཀྱི་ཕྱོགས་ནས་ཀྱང་ལྟངས་ཚོས་མ་དང་དུ་འདོན་པར་བྱེད་དོ།

མཇུག་བསྡུ་བའི་གཏམ།

གོང་དུ་བསམ་སྒོ་དང་སྐྱུ་རྩལ་གྱི་ཆ་ནས་དེར་རབས་སྟན་པའི་སྤྱི་དཔེ་མཚན་དང་སྟོང་བཅུད་ཉླ་བུར་གྱུར་པའི་དེང་རབས་རིང་ལུགས་པའི་སྟན་པའི་གོ་དོ་བོ་དང་ལྟངས་ཚོས་རྣམས་བསྐྱུ་བཤད་པའི་ལུས་བྱས་ཤིང་དེའི་ནང་གསལ་གྱི་སྐྱུ་རྩལ་རང་ལུགས་བྱེ་བྲག་པ་དང་། ལྟངས་བཙོལ་སའི་མཚན་ཉིད་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་དབུ་མཚན་རང་བཞིན་གྱི་སྟན་པའི་དང་སྟན་ཚུལ་འབྱུང་རྒྱུ་སྐྱོ་ཚོགས་དང་དུས་རབས་ཀྱི་ཆ་རྒྱུ་སོགས་མང་པོ་ནས་དོ་སྣང་བྱེད་ཚོག་ཀྱང་རེ་ཞིག་དེ་ཙམ་གྱིས་འབྲུ་བར་བྱས་ཤིང་ལ་དགོ་སྟོན་བརྗོད་པའམ་གཤེད་འཇོག་བྱེད་པའང་སྤྱིར་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ལས་འགན་ཞིག་ཡིན་ལ། གཞན་ཡང་ལོ་བོ་ནི་སྐྱེས་སྤངས་ཀྱི་ཤེས་རབ་དང་ལྡན་པའི་བོད་ཀྱི་སྟན་པའི་དང་སྟན་ཚུལ་སྟོག་པ་པོ་དག་གི་ཤེས་དཔྱད་ཀྱི་སྒོ་མིག་ལ་ཡིད་ཆེས་པས་བཏང་སྟོམས་སུ་བཞག་གོ། དེང་རབས་རིང་ལུགས་པའི་སྟན་པའི་གོས་རང་རྒྱལ་རྒྱ་རིགས་ཀྱི་སྟན་པའི་ཤུགས་རྒྱུན་ཐེབས་པ་ནི་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་འདིའི་ལོ་རབས་ཉི་ཤུའི་འགོ་ཙམ་ཡིན་ཏེ་སྟན་པའི་གསར་པའི་ཐོག་མ་<<ཚོད་ལྷའི་སྟན་པའི་ཕྱོགས་བསྐྱིགས་>>ལ་ཨ་མེ་རེ་ཀའི་དེང་རབས་རིང་ལུགས་པའི་ཤུགས་རྒྱུན་ཅུང་ཟད་ཐེབས་པས་འགོ་བྱས་ཏེ་རིམ་བཞིན་སྟན་པའི་སྐྱེ་བའི་ཅིན་ལྷ་དང་། ཉེ་མང་རྒྱུ་སོགས་དེང་རབས་རིང་ལུགས་པའི་རྗེས་འབྲང་བ་ཤ་སྟག་ཏུ་བརྩེ་ཤིང་། བེན་ཏེ་ལེན་དང་སྤྱིན་ཏེ་སོགས་ནས་ལོ་རབས་བཞི་བཅུའི་“སྟན་པའི་སྐྱེ་བའི་དགུར”གསལ་སོགས་ལ་ཤན་ཞུགས་ཚབས་ཆེ་ཞིང་། མ་ན་ཚོང་སོགས་ཀྱི་སྟན་པའི་ལའང་དེང་རབས་རིང་ལུགས་པའི་ཤུགས་རྒྱུན་དེས་ཅན་རེ་ཐེབས་ཡོད་པར་བཤད་ལྟངས་པར་ལོ་རབས་བདུན་ཅུ་པའི་སྤྱད་ཚམ་ནས་རིམ་ཤན་ཞུགས་ཚད་ཆེ་བ་ཙམ་དུ་མ་ཟད་སྟན་ཚུལ་མི་ཉུང་བ་ཞིག་ཐང་ཀར་དེང་རབས་རིང་ལུགས་པའི་སྟན་པའི་ཤུགས་རྒྱུན་ལྟར་ལྟངས་ལ་ཆ་ཆར་མེད་པར་སྤང་། དེ་ལྟར་དེ་བོད་དུ་དར་བཞིན་པའི་སྟན་པའི་རང་མོས་ཅན་ནམ་སྟན་པའི་གསར་པའི་རིགས་འདི་ནི་སྐྱེ་སྐྱོས་ནས་བཤད་ན་ལོ་རབས་ཉི་ཤུ་སུམ་ཅུ་བར་རྒྱལ་ནང་དུ་དར་བའི་སྟན་པའི་རང་མོས་ཅན་གྱི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་ཙམ་མིན་པར་ལོ་རབས་བདུན་ཅུ་བརྒྱུད་ཅུ་པར་གསར་དུ་དར་བའི་སྟན་པའི་དང་། འཛམ་གླིང་སྤྱིའི་སྟན་པའི་འཕེལ་ཕྱོགས་ལ་དབུ་སྟོན་གྱི་འོས་སུ་ཆེ་བའི་བྱི་སྤྱིང་པའི་སྟན་པའི་སྐྱེ་བའི་དུ་གསལ་བ་དག་གི་ཚད་ལྡན་སྟན་ཚུལ་ལ་མིག་དཔེ་བྱས་པ་གཙོ་ཆེ་ཞིང་། རང་གཞན་གཉིས་ཆར་གྱི་སྟན་པའི་རིག་པ་ལ་སྒོ་སྟོས་ཀྱི་འཇུག་པ་ཡངས་པའི་རང་རིགས་དཔྱད་ལྡན་དུ་མའི་རིག་པའི་རྩལ་ལས་འདི་ལ་འཚམ་པའི་ཞིང་ས་ལེགས་པོ་ཞིག་ཀྱང་གངས་རིའི་སྤྱོད་སུ་རྟེད་ཟེན་པས་འདི་ལ་དེང་རབས་རིང་ལུགས་པའི་ཤན་ཞུགས་དེས་ཅན་ཞིག་ཐེབས་ཡོད་པ་སྟོས་མ་དགོས་མོད་ལྟངས་ཚོས་འབྲུ་དུ་ཐོན་ཡོད་པ་ནི་ད་ལྟའི་བར་ཆེར་མ་མཐོང་། འོན་ཀྱང་སྟན་པའི་སྐྱེ་བའི་སྤྱོད་སུ་སོགས་ཉུང་ཤས་ཤིག་གི་སྟན་ཚུལ་ལ་དངོས་བརྒྱུད་གང་ཅུང་གི་སྒོ་ནས་དེང་རབས་རིང་ལུགས་པའི་ཤན་ཞུགས་ཅུང་ཆེ་བར་འདུག་ཅེས་བདག་གིས་སྟོམ་མོ། གང་ལྟར་དེང་སང་འཛམ་གླིང་ཉི་ལོ་བོད་ལྟར་ཞིང་སུ་སྟན་པའི་ཙམ་དུ་མ་ཟད་སྟོན་པའི་སྤྱོད་སུ་སོགས་ལོ་རབས་ལོ་རྒྱུ་བརྟན་སོགས་སྐྱུ་རྩལ་གྱི་རིགས་སུ་གཏོགས་པ་ལས་མོ་ཆེར་དེང་རབས་རིང་ལུགས་པའི་རིགས་པ་འདི་དར་བར་སྤང་བས་སྟོན་པའི་ཤུང་འདི་ཀ་འཕེལ་མར་སུག་བྱས་སུ་བཞུགས་པ་ལགས་པས་ནོངས་པ་ཅི་ཡོད་དཔྱད་ལྡན་རྣམས་ལ་འཆགས་སོ།

སྐྱེས་པ།

ཐོས་པའི་རྣ་གཤོགས་རིང་བསྐངས་ཏེ།  
 རྒྱལ་ཁམས་མཐའ་ལ་འཕངས་ལགས་ཀྱི།  
 ཐོལ་བྱུང་རིག་པའི་རྫོང་བདོལ་ནས།  
 ལྷར་མེད་ལེགས་བཤད་བབས་པ་མིན།  
 དེ་ཡང་མ་བརྟགས་སོར་མོའི་འདབ།  
 དུས་ཀྱི་རྒྱང་བྱས་བསྐྱོད་དེ་ཐལ།  
 ལེགས་ན་དག་མཚན་བོད་ལ་འབྱལ།  
 ཉེས་ན་ལག་ངན་བདག་ལ་དཀྱིས།  
 (༡༩༧༧ལོའི་<<བོད་ཀྱི་ཚུམ་རིག་རྒྱུ་རྩལ>>དེབ་དང་པོ་ལས་བདམས)

ཏུང་ཉོང་ཡིག་རྫིང་ལས་བྱུང་བའི་བོད་ཀྱི་གནའ་རབས་སྟན་ངག་སྐོར་རགས་ཙམ་སྐོང་བ།

འཇུ་སྐལ་བཟང་།

ཉེ་བའི་དུས་སུ་ཏུང་ཉོང་ནས་ཐོན་པའི་བོད་ཀྱི་གནའ་རབས་ལོ་གཞུང་འདི་དག་ནི་སྤྱི་ལོའི་དུས་རབས་བརྒྱུད་པ་དང་། དགུ་བཀའ་བཟུ་བ་  
 བཅས་སུ་བྲིས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཤུལ་བཞག་གསལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་ལ། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དབྱུང་གཞི་རིན་ཐང་དང་ལྷན་པ་ཞིག་ལགས་ཀྱི་འབྲེལ་བའི་བོད་གནའ་  
 རབས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ལམ་ལུགས་དང་། ཆབ་སྲིད་དཔལ་འབྱོར་ཆོས་ལུགས་འབྲོག་དང་མི་རིགས་གཞན་དག་བར་གྱི་འབྲེལ་བའི་མིན་སྐར་  
 ཚེས་ཀྱི་དབྱུང་དམག་དོན་ལ་སོགས་པའི་སྐོར་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་པར་ཤིན་ཏུ་འགངས་ཆེན་བོད་ཀྱི་ཚུམ་རིག་ལོ་རྒྱུས་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་  
 པའི་དབྱུང་གཞི་གསལ་ཆེན་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་པར་སྤང་སྟེ། ཏུང་ཉོང་གཏེར་ཡིག་ཤིན་ཏུ་མང་པོ་ཞིག་སྟེ། དཔེར་ན་དོན་ཆེན་གནད་བསྐྱུས་ཀྱི་ལོ་  
 ཚོགས་ཁམས་པོ་རེམ་བྱུང་གི་ལོ་རྒྱུས་འབྲོག་སུམ་པའི་གཏེར་དཔེམོ་གཞུང་། ལེགས་བཤད་ལྷ་མ་ཆའི་རྟོགས་བརྗོད་དང་། <<ཀུན་གོ་ཆོང་>>ལས་  
 བྱུང་བའི་གཏམ་རྒྱུད་སོགས་རྒྱ་གར་དང་རྒྱ་ནག་གི་གཞུག་ལག་ལས་བསྐྱུར་བའི་བསྐྱུར་ཚུམ་འགའ་སོགས་ལ་ཚུམ་རིག་གི་ཁྱད་ཚོས་ཐུན་མོང་  
 མ་ཡིན་པ་དུ་མ་རྗོགས་ཤིང་། ཉམས་འཇུར་མདུ་ཏུ་བྱུང་བས་ན་རང་རེ་བོད་ཀྱི་ཚུམ་རིག་ལོ་རྒྱུས་སྟེང་རིན་ཐང་ཤིན་ཏུ་ཆེ་ལ། ཏུང་ཉོང་པར་དུ་བོད་  
 བཅོན་པོ་ཡབ་སྐུ་རིང་གི་སྐོར་སྐོང་སྐབས་སྐབས་དེའི་བོད་ཀྱི་ཚུམ་རིག་འདིའི་ཞེས་རང་རྒྱ་འཕེར་བའི་ས་བཅད་དོམ་རི་བ་ཞིག་ཏུ་བསྐང་  
 ཚོགས་པར་སྐུ་ལྷན་ཀྱང་ལས་སྟོན་བའི་ལུས་མཐུ་བྱུང་རེ་ཞིག་བཏང་སྟོམས་སུ་བྱ་ཞིང་། འདིར་དེ་ཡི་ཆ་ཤས་སུ་གྱུར་པ་སྟན་ངག་གི་སྐོར་  
 རགས་ཙམ་སྐོང་བར་འདོད་དོ།

གཅིག ཏུང་ཉོང་ནས་ཐོན་པའི་བོད་ཀྱི་གནའ་རབས་སྟན་ངག་གི་ཚུམ་རིག་རིན་ཐང་སྐོར་སྐོང་བ།

ཉོང་ཡིག་རྗེང་ལས་བྱུང་བའི་ལེགས་བཤད་དང་། རྒྱ་བཤད། བཅོམ་བོད་ཀྱི་རྣམ་ཐར་(འདིར་སྐབས་དེའི་བསྐྱར་ཡིན་ནང་དུ་འདུས་མེད)སོགས་སུ་ཚོགས་སུ་བཅད་པ་སྟན་ཞིང་། འཛེབས་ལ། རྒྱུ་བཤད་ལེགས་བཤད་ལྟར་ལུགས་སུ་ཚོགས་པས་སྐྱོ་བཤད་ལེགས་བཤད་ཤིང་། དབྱེད་སུ་གྱེར་ཚོགས་པ་མང་དུ་བྱུང་ནའང་བོད་ཉེ་བའི་དུས་ཀྱི་སྟན་ལག་དང་། རྒྱ་བཤད་པར་བྱུང་ཟད་ཡོད་ཕྱིར་འགའ་ཞིག་འདི་སྟན་ལག་ཡིན་མིན་ནམ་སྟན་ལག་ཏུ་བགྱང་ཚོགས་མིན་གྱི་ཐད་སོམ་ཉེད་དབྱེད་ཐག་འཛིན་པའམ་ཐ་ན་སྟན་ལག་ཏུ་མི་བགྱང་མཁན་འགའ་ཞིག་ཀྱང་འདུག་དེའི་ཕྱིར་འདིར་ཐོག་མར་ཚོགས་སུ་བཅད་པ་འདི་དག་སྟན་ལག་ཡིན་མིན་ལ་བྱུང་ཟད་དཔྱད་པའི་དགོས་པ་མཚེས་སོ།།

དེ་ཡང་སྤྱིར་སྟན་ལག་ཅེས་པ་བོད་ལྗང་ན་གང་ཞིག་ཚོགས་སྐྱོར་ལེགས་ཤིང་། ཉམས་ལུང་ཅན་དང་ལྡན་ལ། ཚོགས་སུ་སྐྱོ་ཚོགས་ཀྱིས་བཅེངས་པའི་དག་གི་ཐོང་བའམ་ལས་སྤྱི་སྤྱེད་ཉེ་བའི་ལུང་ཚོས་དང་ལྡན་པའི་བཅས་སུ་སྤྱི་སྤྱེད་མ་ཀུན་ལ་གོ་(རྒྱ་ཆེར་གོ་བ)འདི་སྐབས་ཤིག་དང་། དེ་ཅམ་དུ་མ་ཟད་ཚོགས་སུ་མང་ཞིང་ལུས་དེས་བར་ཚོགས་སུ་བཅད་པའི་རྣམ་པ་ཞིག་ལ་གོ་(རྒྱ་ཆུང་བར་གོ་བ)འདི་སྐབས་ཤིག་སྤྱི་གཉེས་ཡོད་ཚོང་འདྲ་ཡང་། འདིར་སྤྱི་མ་ལྟར་བྱས་ཏེ་བཤད་ན་ཏུ་ཉོང་ཡིག་རྗེང་གི་ཚོགས་སུ་བཅད་པ་འདི་དག་ལ་གོང་གསལ་ལུང་ཚོས་ཚོགས་པ་ཤིན་ཏུ་གསལ་བས་ན་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་ལྷོ་བར་ཐལ་བས་ཡང་ན་མཚན་ཉིད་སྐྱོན་ཅན་དུ་འཕེན་པའམ་ཡང་ན་དེ་དག་སྟན་ལག་ཡིན་པར་ཁས་འཆེ་དགོས་པའི་གནད་འདི་ལ་ཐུག་གོ།།

འོན་ཀྱང་འགའ་ཞིག་ལ་ཉེ་ཚེ་བ་རེ་བཟུང་ནས་དེ་དག་ཚོགས་སུ་སྐྱོར་ཤིང་སྤེལ་ལེགས་པ་བདེན་ནའང་རྒྱ་བཤད་ལུགས་སུ་ཚོགས་པོས་མ་སྐྱོ་བས་སྟན་ལག་ཏུ་འགྲོ་དཀའ་འོ་ཟེར་ན། མི་འཐད་དེ། འདི་དག་ལ་དཔེ་རྒྱན་དང་། བསྐྱོར་བཅོང་ཉམས་ལྡན། འགོག་རྒྱན། ལུས་བྱུང་། རྒྱ་རྒྱན་སྐྱོ་ཚོགས་ལག་ཚོགས་ཀྱི་རྒྱ་བཤད་སོགས་ཏེ་<<སྟན་ལག་མེ་ལོང་>>གི་དངོས་བསྟན་གྱི་རྒྱ་བཤད་སྐྱོ་ཚོགས་ཀྱིས་ཀུན་ནས་བཅེངས་པ་གཤམ་དུ་འཆད་འཇུག་ལས་གསལ་ལོ། ཡང་དེ་རྣམས་ལ་རྒྱ་བཤད་ལུང་ཚོས་པ་བདེན་ཡང་བོད་དུས་ཀྱི་སྟན་ལག་དང་བསྐྱོར་ན་ཉམས་རྒྱ་གང་གི་ཆ་ནས་ཀྱང་ཆེས་ཆེར་དམན་པས་སྤྱི་གཞན་སམ་དམངས་གཞན་ལས་མ་འདས་ཏེ་སྤྱི་གཞན་ལའང་རྒྱ་རེ་བྱུང་འདྲེས་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན་མི་འགའ་ཏེ་སྤྱི་གཞན་ནི་དམངས་ཁོང་ཚོམ་རིག་གི་རྣམ་པ་ཞིག་དང་། སྟན་ལག་ནི་ཚོམ་པ་བོད་ཚོམ་རིག་ཅིག་ཡིན་པར་དེང་དུས་སལ་མོ་ཆེ་ཞིག་ངོས་འཛིན་ནའང་དེ་གཉེས་ཀྱི་ལུང་ཚོས་ཡིན་ལ། རྒྱ་བཤད་པར་དེའང་རྗེས་སུ་བྱུང་བ་ཡིན་གྱི་དེ་གཉེས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་འགའ་རྒྱར་འཕངས་པ་གལ་ཡིན་ཏེ་མིན་ནོ།། རྒྱ་ལ་ཁབ་དང་མི་རིགས་གང་ཡིན་ལ་མ་བཟུས་པར་སྟན་ལག་ནི་ཆང་མ་གནའ་བོད་སྤྱི་གཞན་སམ་མགའ་ཀྱི་རྣམ་པ་ནས་རིམ་གྱིས་འཕེལ་རྒྱས་བྱུང་བའི་ཚོམ་རིག་གི་རྣམ་པ་ཞིག་ཡིན་ཏེ་དེ་ཡང་དང་ཐོག་སྤྱི་གཞན་དང་འབས་བོ་སྟན་ལག་གསུམ་ནི་དབྱེར་མེད་ངོ་བོ་གཅིག་ཏུ་འདུས་ལ། རྒྱ་བཤད་སྟན་ལག་གི་འབྲེལ་བ་དེ་བས་ཀྱང་དམ་པ་ལ་ཕྱིས་སོར་རིམ་གྱིས་སོ་སོར་གྱིས་པ་ད་ལྟ་འཛེམ་སྤོང་ཚོམ་རིག་ལྷོ་ཁོངས་སུ་ཞལ་འཆམ་མོ། རྒྱ་ཡི་ཀྱིག་རྒྱལ་རབས་ཀྱི་དུས་སུ་བྱུང་བའི་སྟན་ལག་འཛེམ་སྤོང་ན་གྲགས་ཆེ་བ་<<ཉི་ཅན>>(<<诗经>>)ཞེས་པར་འབོད་པའང་ཕལ་མོ་ཆེ་ཞིག་དང་ལུང་ཚོས་དེ་ཡི་ཡ་གྲུལ་དུ་གྱུར་བ་“རྗེན”(夙)ཞེས་པ་ཡོངས་སུ་ཚོགས་པ་སྐབས་དེའི་དམངས་གཞན་གྲགས་ཡིན་ལོ།།

དེས་ན་ཐོག་མའི་སྟན་ལག་ཅེས་པ་དམངས་ཁོང་སྤྱི་གཞན་དང་གཉེས་སུ་མེད་པས་ཐོག་མའི་སྟན་ལག་དེ་དམངས་ཁོང་སྤྱི་གཞན་གཞན་ལ་ངོས་འཛིན་དགོས་པར་ཐལ་ན། འདིར་ཚོམ་པ་བོད་སྤོ་སྤོས་ཀྱི་འཆར་སྤོང་སྤྱི་གཞན་ཅེ་འཇུག་པའི་ཚལ་ལས་འཇུངས་པ་སྟན་ལག་ཏུ་ཅེད་ཕྱིར་མི་བགྱང་། དུང་ལྷོད་ཀྱིས་ལྷོ་ལྷོས་མཐའ་སྤོས་བྱས་ཏེ་དམངས་གཞན་ལས་མ་འདས་ཏེ་སྐབས་དེའི་དམངས་གཞན་ཡི་གེར་ཕབ་པ་ཅམ་མོ་ཞེ་ནའང་ཐུན་གྱི་བཟུང་ངོར་དེ་སྟན་ལག་ཏུ་མི་བཅེ་བའི་འོས་ཅི་ཡང་མེད་པར་སྟན་སྤོང་མཁས་པའི་ཞལ་ལས་ཐོན་པའི་སྟན་ལག་





ལྷན་དག་འདི་དག་གིས་ད་དུང་བོད་ཀྱི་གནའ་བོའི་ལྷན་དག་ཇི་ལྟར་བྱུང་ཚུལ་དང་དར་ཚུལ་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་པར་ཡང་  
 དབྱུང་གཞི་སྤང་ཚུང་བྱེད་མི་ཅུང་བ་ཞིག་འདོན་སྤོང་བྱས་ཡོད་དེ།གོང་དུ་སྤྲོས་པ་ལྟར་ལྷན་དག་ནི་ཐོག་མར་རྩོལ་དབྱངས་ཞབས་བློ་གཉིས་  
 དང་ཐ་དད་དུ་མེད་པ་སྟེ།མི་རྣམས་ཀྱི་བསམ་སྒྲུབ་འགྲུལ་བ་དང་བཅེ་དུང་སྤྲོ་ཚོགས་ཡིད་དུ་བརྟན་མི་རུས་ཚོ་དག་ཏུ་འགྲུལ་ཅིང་དབྱངས་སུ་  
 བྱེར་ལ་གར་དུ་འབྲབ་པ་སོགས་ཀྱི་རྣམ་པས་བྱི་རོལ་དུ་མངོན་པར་བྱས་པས་ཚོམ་པར་བྱེད་པ་སྟེ་ཇི་སྟེད་དུ་རྒྱའི་གཙུག་ལག་ལས་<<ལྷན་དག་  
 ཚེན་མོའི་སྤོང་གཞི>>ཞེས་པར་“ཡིད་འགྲུལ་རྣམ་པར་འགྲུ་ཚོ་དག་ཏུ་བརྟོན་བརྟོན་པ་ཅོམ་གྱིས་མ་ཚོམས་དབྱངས་སུ་འགྲུགས་།དབྱངས་སུ་  
 བརྟུག་པས་མི་ཚོས་སྤྱ་ཅུ་ལེན་།དེས་ཀྱང་ད་དུང་ཚོམས་པ་མེད་པ་ན།།ལག་པས་སྤངས་སྤབས་རྟེང་བས་ཞབས་བློ་དུང”ཞེས་བྱུང་བ་ལྟར་ཡིན་  
 ལ།འདིའི་སྤྲོས་ཀྱི་སྤྲོ་ཚོགས་ནི་ཐོག་མར་ལྷན་དག་ཡིན་ཏེ་བརྟོན་ཞིང་དབྱངས་སུ་བྱེར་ཚོགས་པའི་ཚོགས་བཅད་ཀྱི་རྣམ་པ་ཞིག་གོ།།གངས་ཅན་  
 པ་རྣམས་ཀྱང་གནའ་ལྷ་མོའི་དུས་ནས་སྤྱ་ལེན་གར་ཅེད་ལ་དགའ་མོས་ཆེ་བས་ན་ཡི་གེའི་སྟོལ་མ་བྱུང་ཡར་སྟོན་གྱི་ཆེས་སྤྱ་བའི་དུས་ནས་སྤྱ་  
 གཞན་དར་བར་གདོན་མི་ཟ་སྟེ་བོད་ཀྱི་བཅོན་པོའི་གདུང་རྒྱུད་ཀྱི་ལེགས་དུག་གི་གཉིས་པ་དེ་ཤོ་ལེགས་ཀྱི་དུས་ནས་སྤྱ་བློ་སོགས་སྤྱ་ཅུ་དར་  
 ཆེ་བར་མངོན་ཏེ་“དའི་སྤྲོས་དེ་ཤོ་ལེགས་།འདིའི་རིང་ལ་སྤྱ་དང་བློ་དར”ཞེས་ལ་དུགས་རྒྱལ་རབས་སོགས་སུ་འབྱུང་ངོ་།།དེ་ལྟར་དབྱུང་གཞི་  
 ལྷར་ན་འདི་དུས་སུ་སྤྱ་དང་ལྷན་དག་ལལ་ཆེར་ཐ་དད་དུ་ཡོད་མི་སྲིད་ལ།སྤྱ་གཞན་དེ་དག་ལ་བརྟོན་བྱའི་དོན་དེས་ཅན་རེ་མཚོན་པར་རུས་  
 པའི་སྤྲོ་ཚོགས་ཅིག་ཡོད་པའི་དེ་ནི་བོད་ཀྱི་གནའ་རབས་ལྷན་དག་གི་ཐོག་མའི་རྣམ་པ་ཞིག་ཡིན་པར་མངོན་ཆང་གཞི་དེའི་སྤོང་རིམ་གྱིས་  
 འཕེལ་ནས་དུས་རབས་དུག་པ་ཅོམ་དུ་སྤོངས་ཚོ་ཚོགས་རྟེང་ལལ་ཆེར་དོ་མཉམ་ཞིང་།མུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཉམས་དང་ལྷན་བཀྲུན་སྤྲོ་ཚོགས་  
 ཀྱིས་བརྒྱན་བཀྲུན་བཀྲོད་བཅད་ལ་སྤྱ་ཅུ་ལེན་ཚོགས་པར་མ་ཟད་བརྟོན་བྱའི་ཆ་ནས་ཀྱང་དགའ་སྤྲོ་སོགས་བསམ་སྒྲུབ་བཅེ་དུང་དེས་ཅན་ཞིག་ཇི་  
 བཞིན་མཚོན་རུས་པའི་ཚོགས་བཅད་ཀྱི་རྣམ་པ་ཞིག་ཏུ་སྤྱབ་པ་ཏུན་ཉོང་ཡིག་རྟོང་ལས་བྱུང་བའི་ཚོགས་བཅད་འདི་དག་ལས་གསལ་བོར་  
 ཉོགས་རུས་ཏེ།དབེར་ན་རྒྱལ་སྤྱོད་སྤྱ་དེ་གྲུང་རྒྱལ་མཁར་བྱིང་བ་སྟེ།ཆེར་ཕེབས་པ་ན་ཁོང་གི་ཡབ་གྱི་གུམ་བཅོན་བོ་སྟོན་ལོང་ངམ་གྱིས་  
 བཀོངས་པས་ལོང་ན་དཔོན་མེད་ཅིང་།འོག་ན་འབངས་ཐོར་ཏེ་རྫོང་གཞིས་ཀྱང་ནས་ཉམས་པའི་ཚུལ་གཟེགས་པས་ཐུགས་ལ་སྤྲོ་བ་ཤུགས་  
 དག་པོ་གཞོན་མི་རུས་པ་ཞིག་འབྱུངས་ཏེ།

“ཡུབ་ཡབ་ཀྱི་རྩེ་བྱི་བཞུགས་ན།།  
 བྱི་འབྲོག་གའི་དུས་བྱོལ་བྱོལ་གྱི་ཆའོ།།  
 དོག་ཡབ་ཀྱི་ཆབ་མ་མཚེས་ཏེ།།

ས་འོན་བྱ་སྤྲུང་ཁོག་ཁོག།”ཅེས་སྟོན་སྤྱ་སྤངས་པ་དང་།བྱིས་དག་ཤ་སྤངས་སྲིད་དབང་སྤྲུང་བྱུག་ཏུ་ལོན་པའི་ཆེ་ནའང་དེ་བཞིན་དགའ་བའི་  
 འགྲུལ་བ་མཚོན་པའི་སྤྱ་སྤངས་པ་ལྟ་བུའོ།།དེ་ཡང་འདི་དག་དག་སྤྲོས་ལྟར་ཡི་གེར་བཀོད་པ་ལགས་པས་ཚོགས་ཇི་བཞིན་དུ་སྤྲོས་པའོ་ཞེས་ཁ་  
 ཚོན་གཅོད་དཀའ་ཡང་།འདི་དག་ལས་སྤབས་དེ་ཅོམ་དུ་ཡིད་ཀྱི་འགྲུལ་བ་སྤྲོ་ཚོགས་དག་ཏུ་བརྟོན་པ་ཁོ་ནར་མ་ཟད་སྤྱའམ་མགུར་དུ་ལེན་  
 པའི་སྟོལ་ཡོད་པ་དཔོག་རུས་སོ།།དུས་རབས་བདུན་པ་དང་བརྒྱད་པ་ཅོམ་ལ་སྤོངས་ཚོ་འཕེལ་རྒྱས་ཆེན་པོ་བྱུང་ནས་ཤིན་ཏུ་ཁྱབ་ཆེན་བོར་  
 དར་ཡོད་པ་མཐོང་སྤྱ་ལ་བྱིས་བོད་ཀྱི་རྩེ་མི་ལ་སོགས་རྣམ་འབྱོར་བས་མགུར་བཞེངས་པ་དང་གོ་སར་རྒྱལ་བོའི་སྤྱུང་དུ་བྱུང་བའི་སྤྱ་ལེན་སྟོལ་  
 ཀྱང་རྒྱན་དེ་ལས་རིམ་གྱིས་འཕེལ་བར་སྤྲོ་མོ།།གཞན་འདི་ལས་བོད་ཀྱི་ལྷན་དག་ཀྱང་ཚོམ་རིག་གཞན་དང་འདྲ་བར་ཚོམ་པ་བོ་ཆེ་གོ་མོ་ཞིག་  
 གིས་སྟོ་བྱུང་དུ་གསར་གཏོང་བྱས་པ་ཞིག་མིན་པར་སྤྲོ་ཚོགས་ཀྱི་འཚོ་བ་དངོས་ལས་བྱུང་ཞིང་སྤྲོ་ཚོགས་ཀྱི་འཚོ་བ་མི་རྣམས་ཀྱི་བསམ་སྒྲུབ་



རྒྱུ་རྒྱུ་བའི་རིག་ཚལ་གྱི་རྣམ་པ་ཞིག་ཡིན་ལ། རྒྱུ་ཚོགས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་གོམ་སྟབས་དང་བསྟུན་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བ་ཞིག་ཡིན་པའང་གསལ་བཤད་བྱས་ཡོད། གཞན་ཡང་སྟན་པའི་དག་ལས་<<སྟན་པའི་ལོང་>>མ་བསྐྱར་གོང་གི་བོད་རང་གི་སྟན་པའི་གསལ་བཤད་ཀྱི་རིག་པའི་ཉམས་འདོན་སྟངས་དང་། དེ་དང་<<སྟན་པའི་ལོང་>>བར་གྱི་འབྲེལ་བའང་གསལ་བོར་མཐོང་ཐུབ་སྟེ་དཔེར་ན་སྟན་པའི་དེར་དོན་རྒྱན་ལས་ཐོལ་བསྟོད་དང་། ཆ་བརྒྱུ་མོ་སྐྱར་བ་སོགས་ཀྱི་རྒྱན་པའི་མཐོང་མེ་ཐུབ་ལ། ཉིང་འཛིན་གྱི་རྒྱན་དང་གཟུགས་རྒྱན་སོགས་ཀྱི་དུས་ཕྱིས་མང་དུ་མེད་ཅིང་། རྒྱ་རྒྱུ་གྱི་བྱ་དཀའ་བ་དང་ལེན་དང་བོའི་སྐྱར་བ་སྟན་པའི་བཤེད་པ་སོགས་ཀྱི་རྒྱན་ནི་དེ་བས་ཀྱང་མཐོང་དཀའ་བར་འདུག་པོར་ཀྱང་<<སྟན་པའི་ལོང་>>ལས་བསྟན་པའི་རྒྱན་གྱི་རྣམ་པ་བཞག་སྟེ་དོན་རྒྱན་དང་། རྒྱ་རྒྱུ་གཞུག་ཚོག་གི་རྒྱན་གསུམ་པོ་རྣམ་པ་ཇི་བཞིན་དུ་དོས་འཛིན་དུ་ཡོད་པའི་ལས་<<སྟན་པའི་ལོང་>>བོད་དུ་བསྐྱར་ཅིང་། དེ་འཆད་ཉན་གྱི་སྟོན་བཏོད་པས་བོད་ཀྱི་སྟན་པའི་ལ་ཕྱ་ན་མེད་པའི་འཕེལ་རྒྱས་ཚེ་བོ་བྱུང་ཡོད་པ་ནི་ལུ་ཞིག་གིས་ཀྱང་བསྟོན་དུ་མེད་ནའང་དེ་སྟོན་རིགས་པ་ཡང་དག་གིས་གཏན་འབེབས་སམ་གཞུང་ལུགས་སྟེང་ཕྱོགས་བསྐྱས་བྱས་ནས་དེ་ཆེད་དུ་སྐྱར་བར་བྱ་བའི་རིག་པའི་གནས་ཤིག་ཏུ་མ་བཟངས་པ་ཅོམ་ལས་<<མེ་ལོང་>>ལས་བསྟན་པའི་རིག་པའི་རྣམ་པ་བཞག་དེ་དག་བོད་ཀྱི་ཚུམ་རིག་ལག་ལེན་སྟོན་དུ་མེད་པ་མེན་པ་སྐར་ཡང་ར་སྟོན་བྱས་ཡོད་པ་མ་ཟད། བོད་གནའ་བོའི་དུས་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཚོག་རྒྱན་རིག་པའི་ཚོག་ཉམས་འདོན་སྟངས་འདི་འདྲའི་ཞེས་གསལ་བོར་བསྟན་ཡོད་དོ། རྒྱུ་མཚུངས་སུ་<<སྟན་པའི་ལོང་>>ནས་བསྟན་པའི་རྒྱན་རྣམས་ཀྱང་ར་མགོ་ལུག་སྐྱར་དང་གཡག་སྐྱ་ལུ་རྒྱུ་གྱི་དཔེ་ཅོམ་མ་ཡིན་པར་ཕལ་མོ་ཆེ་བ་ཞིག་བོད་རང་གི་ཚོག་རྒྱན་གྱི་ཁྱད་ཚོས་དང་ཤིན་ཏུ་མཐུན་པའང་བདེན་དཔང་བྱས་འདུག་དེར་མ་ཟད། དུས་ལྷན་རིང་བོའི་དམངས་སྐྱ་ཡིས་མང་གཞི་བཏོང་བར་བརྟེན་སྟན་པའི་དག་ལོང་ཉམས་འདོན་སྟངས་དང་། ཚོག་རྒྱན་འགོད་སྟངས་སྐྱ་རྒྱུ་ལྷན་གྱི་འགྲུར་བཟུང་བྱ་བའི་ལས་ལྷན་དང་གནས་ལུལ་ལྷན་སྟངས་སོགས་ཀྱི་གཟུགས་བརྟན་སྐབ་བཞེངས་ལ་སོགས་གང་གི་ཆ་ནས་ཀྱང་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ཚད་ངེས་ཅན་ཞིག་ཏུ་སྐྱབས་ཡོད་པའི་ལས་སྐབས་དེའི་བོད་ཀྱི་ཚུམ་རིག་སྐྱེད་དང་བྱེ་བྱག་སྟན་པའི་འཕེལ་ཚད་ཅི་འདྲ་ཞིག་ལ་སྐྱབས་འདུག་པ་བོད་རང་དང་མི་རིགས་གཞན་དག་གི་ཚུམ་རིག་ལོ་རྒྱུས་ལ་སྟོ་གོས་རྒྱུང་ཟད་རྒྱས་པ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་རྟོགས་སྟོན་འདི་དག་ནི་ཐོག་མའི་རིགས་བཤད་ཅོམ་ཡིན་པས། དུང་བོད་ཀྱི་ཚུམ་རིག་དང་ཁྱད་པར་སྟན་པའི་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཐད་འདི་དང་འདྲིར་མཚུངས་ཀྱི་རིན་ཐང་ངེས་ཅན་རེ་ཡོད་པས་ན་འདི་ཅོམ་ལའང་སྐར་རྒྱུང་མི་བྱ་བར་སྟོ་དང་ཕྱན་པ་དག་གིས་ཞིབ་ཏུ་དཔྱད་པར་འོས་སོ་སྟེ།

- བཙན་དུ་ནི་བདག་འཚལ་ན།
- རྒྱུ་ན་ནི་རྗེ་ལྷན་ཆེག།
- ལུག་ཏུ་ནི་བདག་འཚལ་ན།
- སྐར་རི་ནི་གཡང་སྟོང་ཤིག།

རྗེ་འཇམ་མཉམས་ལྷན་པུས་ལྟུང་།།

གནའ་མ་ནི་ཡུང་གྱི་སྲིད།།

བྱ་འཇམ་མཉམས་ལྷན་པུས་ལྟུང་།།

ལ་བྱི་ནི་གདངས་སུ་དོ།།ཞེས་པ་སྟེ་བུ་ལོ།།འོན་ཀྱང་མང་ཤོས་ལ་ངེས་ཅན་མེད་པར་རྒྱན་འབྲམས་སུ་ཡོད་པ་ <<མེ་ལོང་>>ལས་བསྟན་  
པའི་གྲོལ་རིགས་འདུས་མཛོད་བཞི་ལས་མཛོད་དང་རིགས་ཀྱི་རྣམ་བཤམས་ཅན་ཤིན་ཏུ་མང་བས་འདྲིའདྲེན་གྱི་ངལ་བ་མི་བྱ།

ཚོག་རྒྱུ་གི་ཆ་ནས་རྒྱུ་བ་པལ་ཆེར་དོ་མཉམ་ཞིང་།ཚོག་བྱིས་ཆ་ཅན་དུ་གནས་པ་དུས་བྱིས་མཁུར་གྱི་རྣམ་པ་ཅན་ཞིག་དང་།ཡ་ཅན་དུ་  
ཡོད་པ་དུས་བྱིས་སྟན་དག་གི་རྣམ་པ་ཅན་གཉིས་ཡོད་པ་ལས་ལྷ་མ་ཤས་ཆེས་མ་པལ་མོ་ཆེ་ཞིག་རྒྱུ་བ་གཅིག་ལ་ཚོག་བྱིས་དུག་ཅན་ཡིན་  
ལ།གཙོ་བོ་མཚམས་ཀྱང་ཚོག་བྱིས་གསུམ་པ་དང་དུག་པར་འབབ་སྟེ་རྣམ་པ་×××××+འདྲི་ཅན་ཡིན་པར་མ་ཟད་ཚོག་བྱིས་གསུམ་པར་ནི་  
ཡིག་ཁོ་ན་འབབ་པ་ཞིག་སྟེ་དཔེར་ན།

དགུང་ཚོ་ནི་བདུན་རིམ་གྱི།།

ལྷ་ཡུལ་ནི་གུང་དང་ནས།།

ལྷ་སྲས་ནི་བྱི་འཇམ་གོ།།

བྱི་ཡུལ་ནི་ཐབས་ཅད་དང་།།

བྱི་མཚུངས་ནི་བྱི་འདྲ་སྟེ།།

ཡུལ་མཐོ་ནི་ས་གཙང་བས།།

བོད་ཡུལ་ནི་གཤམ་དུ་གཤེགས།།ཞེས་པ་སྟེ་བུ་ལོ།།བྱི་མ་ཡ་ཅན་ལ་ནི་པལ་ཆེར་ཚོག་རྒྱུ་བ་གཅིག་ལ་ཚོག་བྱིས་ལྷ་ཅན་དང་བདུན་ཅན་  
གཉིས་སུ་འདུ་ཞིང་། རྣམ་པ་×××××+འདྲི་ཅན་ཡིན་ཏེ་དཔེར་ན།

དཔའ་བའི་རྒྱ་གང་ནི།།

ཤི་གྱིས་བྱི་འཇམ་གསལ།།

མཛོངས་པའི་དྲན་ལྷུར་ནི།།

ཤེས་པས་བྱི་བེལ་ལོ།།ཞེས་པ་དང་།བྱི་མའི་གཙོ་བོ་མཚམས་ཚོག་བར་བཞི་དང་བདུན་པར་འབབ་སྟེ་རྣམ་པ་×××××+ཅན་ཡིན་ཏེ་  
དཔེར་ན།

ལེགས་རྒྱ་བྱས་ན་དཔའ་དུ་སྟེ།།

ཉེས་རྒྱ་བྱས་ན་ལྷུར་དུ་གྱུར།།

འདྲི་གཉིས་གང་བྱ་ཞིབ་ཏུ་བརྟོགས།།

ཤི་བ་ཡང་དག་ཐར་བ་བྱེད།།ཅེས་པ་སྟེ།འདྲི་ཚོག་བྱིས་མང་ཉུང་འཚམ་ཞིང་བཛོད་བདེ་བས་གངས་རིའི་ལྗོངས་ཀྱི་སྟན་དག་པ་པལ་མོ་  
ཆེ་ཞིག་རྣམ་པ་འདྲི་ལ་མོས་བྱིས་རྒྱན་འདྲི་བཟུང་བས་ན་བྱིས་སུ་དར་ལྷབ་ཤིན་ཏུ་ཆེད།།

དེ་ལས་གཞན་ཚོག་རྒྱུ་བ་དོ་མཉམ་པ་སྟེ་ཚོག་རྒྱུ་བ་གཅིག་ལ་ཚོག་བྱིས་གསུམ་ལས་མེད་པའམ་གསུམ་ཅན་ཡང་རེ་བྱུང་འདུག་སྟེ་

དབེར་ན།

བཟའ་བརྟུངས།

སྤྱར་བཏབས།

འོ་བ་དེ་ལྗེད་སྤྱ་དེ་ལྗེད།།ཅེས་པ་ལྟ་བུའོ།། འདི་འདྲ་མང་དུ་མེད་ཀྱང་ཕྱིས་སུ་ཤན་ལྷགས་མེད་པ་མིན་ཏེ་དབེར་ན་<<རྒྱལ་རབས་གསལ་བའི་མེ་ལོང་>>དུ་ཡང་།

“ངེད་རང་གཉིས་པོ་ལྷུང་པར་ཆེ།

ང་ནི་དགོ་འདུན་ཚལ་པ་ཡིན།།

དགའ་བདེ་དཔལ།།

སློབ་དེ་དཔལ།།

སྦྱིད་པའི་དཔལ།།

ད་ལྟ་ཚལ་བའི་དགའ་བདེ་དཔལ།།”ཞེས་འབྲུང་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་ལ།འདི་ལས་བོད་ལའང་ཚོག་རྟེན་མི་སྟོན་པའི་སྟན་འགྲུབ་གི་སྲོལ་ལྷན་ནས་ཡོད་པ་གསལ་བོར་བསྟན་ཡོད་པས།ད་ལྟ་འགའ་ཞིག་བོད་ཀྱི་སྟན་འགྲུབ་ཡིན་ན་ཚོག་རྟེན་དོ་མཉམ་པ་ལོ་ན་ཡིན་དགོས་པས་ད་ལྟའི་སྟན་འགྲུབ་རང་དབང་ཅན་གྱི་རྣམ་པ་འདི་གཞན་དང་གཞན་དག་ལ་ལང་མོ་བྱེད་པ་འབའ་ཞིག་ལས་བོད་རང་ལ་དེའི་སྲོལ་མེད་དོ་སྟན་པའི་ལོག་རྟོག་འཛུམས་བྱེད་དུ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་བམ།ཡང་དོ་སྣང་བྱ་རྒྱུ་ལ་རྟེན་བཞག་ལ་ཚོག་ལྷན་འདི་དག་ལས་ཅུང་མང་བ་ཡོད་ཀྱང་སྲིད་མོད། ཤིན་ཏུ་མང་བ་ཚོག་ལྷན་བཅོ་ལྔ་དང་།བཅུ་བདུན།ཉེར་གཅིག་ཉེར་ལྔ།ཉེར་བདུན་སོགས་ནི་ཕྱིས་སུ་དར་བ་ཡིན་གྱི་སྐབས་འདིར་པལ་ཆེར་དེ་ལྟའི་ཕྱག་སྲོལ་མེད་པ་འདྲའོ།།

2.སྟན་འགྲུབ་འདི་དག་ལ་ཚོག་རྟེན་གྱི་ཆ་ནས་ཀྱང་གོང་དུ་སྤྱོད་པ་བཞིན་གནའ་བོའི་དུས་ཀྱི་བོད་རང་ཉེད་ཀྱི་ཚོག་རྟེན་གྱིས་སྤྱོད་པ་ལགས་མོད།ད་ལྟ་བོད་འདིར་དར་ཆེ་བ་<<སྟན་འགྲུབ་མེ་ལོང་>>གི་གཞུང་ལས་བསྟན་པའི་ཚོག་རྟེན་གྱི་རྣམ་བཞག་དག་གིས་གཞུང་ནའང་རྒྱ་རེ་རེ་བཞིན་ངོས་འཛིན་དུ་ཡོད་དེ།འདིར་ཅུང་ཟད་དབྱེ་སྟེ་འཆད་པ་ལ།ཤར་བཤད་དུ།

ཀྱི་བྱང་རི་མང་ལུང་ན།།

དངོས་གི་ནི་ལུང་རྟོ་རྟོ།།

གསེར་གི་ནི་སྤྱུ་དང་མཇལ།།

དགའ་ཡིས་ནི་རྒྱག་གིས་སྤངས།།སྤྱུ་ལྷན་ཏུ་སྤར་གིས་སྤྱུ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་བ་རང་བཞིན་བརྗོད་པ་སྟེ་རང་བཞིན་བརྗོད་པའི་རྒྱན་པའི་རྒྱན་དུ་འགོ་སྟེ་རྟེན་དུ་བསྟན་བཅས་ཀྱན་ལ་རྒྱལ་སྲིད་ཉེད།སྟན་འགྲུབ་ལའང་འདི་འདྲོད་དོ།ཞེས་པ་ལྟར་རང་བཞིན་བརྗོད་པའི་རྒྱན་འདི་པལ་ཆེར་སྟན་འགྲུབ་ཀྱི་ལ་ལྷན་པའི་ཚོས་ཅན་ཡིན་ཕྱིར་འདིར་ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ་ཤིན་ཏུ་མང་དོ།།བཅུན་པོ་རེ་བྱེད་གི་ལོ་རྒྱུས་སྤྱན་ནིང་ནི་གཞེ་ནིང་ལྟ།ལོ་མའི་ནི་འབྲོང་བཀུམ་པ།རྩོ་ཤིང་ནི་འབྲོང་བཀུམ་པ།རྩོ་ཤིང་ནི་སྤྱུ་མོ་རྒྱལ།ལྷགས་ཀྱིས་ནི་མ་དཔལ་ན།སྤྱུ་གིས་ནི་རེ་ཕྱི་སྤྱུ་གས།ཞོད་ཀྱིས་མ་ནི་མ་བསྟོན་ན།འབྲོང་ལ་ནི་རེ་ཕྱི་འཛུལ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་བསྟན་བརྗོད་ཀྱི་རྒྱན་ཏེ།བཅུན་པོ་གནམ་རི་སྲོང་བཅན་གྱི་དུས་སུ་སྟོན་ལྷུང་པོ་སྤྱང་སང་བྱ་ཚོས་གཙང་སོགས་ས་ཆ་མང་པོ་གཅིག་གྱུར་བྱས་པ་རང་ཉེད་གཅིག་ལུའི་བྱས་རྗེས་སུ་སྟོན་ནས་རྗེ་སྟོན་འདུས་



བང་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་དང་ཤར་བཤད་ལས་ཀྱི་བུ་རབ་ནི་གསེར་བཟང་ན།གསེར་གྱི་ནི་ཆབ་བྱུག་པ།ཆབ་བྱུག་ནི་དགུ་ཉེ་དགུ།དགུ་དགུ་ནི་ཡན་
 པ་ལ།ཤི་གཤེགས་ནི་སྣང་ཡང་འཕྱོད་ཡང་ནི་སྣང་པའི་སྣས།ཞེས་པ་དེས་བསྟན་གྱི་རྒྱན་ལས་མཚོག་གི་དེས་བསྟན་ལོ།ཡང་དེ་ལས།མཚོ་རོ་ནི་
 གཡུ་ཡུལ་ན།གཡུ་བཟང་ནི་ལྷང་ལོ་ལ།གཡུ་བྱ་ནི་བག་ཅེས་དང་།བཀའ་སྟོན་ནི་བཟང་དགུར་སྤྱད།ཞེས་པ་གཟུགས་རྒྱན་དང་།བཅོན་པོའི་
 རྣམ་ཐར་དུ།རྗེ་འཇུག་ནི་འབངས་མ་གཏང་།རྗེ་འཇུག་ནི་འབངས་བཏང་ན།བྱ་བང་ནི་ཐང་ལ་ཐས།འབངས་ཀྱིས་ནི་རྗེ་མ་གཏང་།འབངས་ཀྱིས་
 ནི་རྗེ་བཏང་ན།འཇོན་མོ་ནི་ཤིང་ཀ་རེབས།ཞེས་པ་རིམ་པ་ཅན་གྱི་རྒྱན་དུ་འགོ་བལ་དཔེ་རྒྱན་ཡང་འདྲེས་པའོ།ཡང་དེ་ལས།རྗེ་ཆེན་མོ་ལ་
 པོ་རྗེ།གཤེགས་སོ་ནི་མང་པོ་རྗེ།འདའས་སོ་ཉལ་ཆེན་གོང་།འདྲེམས་སོ་ནི་སོ་གོ་ཅ།བསྐྱེདས་སོ་ནི་ཡང་དང་སྟེངས།ཞེས་པ་ནི་གསལ་བྱེད་ཀྱི་
 རྒྱན་ལས་རིགས་དང་བྱ་བ་ཐོག་མའི་གསལ་བྱེད་དང་།འདའས་ཀྱི་ནི་ཅོག་རོ་བ།དྲི་དན་ནི་ཉ་འི་དྲི།གཡའ་དན་ནི་ཟངས་ཀྱི་གཡའ།ཞེས་པ་ཡོན་
 ཉན་ཐོག་མའི་གསལ་བྱེད་དོ།རྒྱ་རྒྱན་ནི་བཅོན་པོའི་རྣམ་ཐར་ལས།རྒྱ་མཐར་ནི་མཐོང་བཞིག་ཅིང་།རྒྱ་འབངས་ནི་མང་བསྐྱེད་ནས།ཡུལ་དང་
 ནི་བཅས་ཤིང་ཡུལ་ནི་ཐེལ་དུ་བཞུགས།ཞེས་པ་སྤྱི་རྒྱན་ནང་གསེས་དང་པོ་ཡི་གེ་བསྟོར་བའི་བྱང་ལྡན་སྐབས་ཀྱི་དང་པོ་བྱ་སྤྱོད་ཐོག་མར་ཡོད་པ་
 ཀྱང་བ་དང་པོ་དང་གཉིས་པར་ཚོད་པའི་བྱང་ལྡན་དང་། ལྷ་ཡུལ་ནི་གྲུང་དང་ནས།ལྷ་ས་ནི་མྱའི་མགོན།ལྷ་ཡུལ་ནི་ཐབས་ཅད་དང་།ལྷ་
 མཚོངས་ནི་ལྷ་འདྲའ་སྟེ།ཞེས་པ་གོང་གི་སྐབས་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་ཐོག་མར་ཡོད་པ་ཀྱང་བ་དང་པོ་གཉིས་དང་བྱི་མ་གཉིས་མཚོངས་པར་ཚོད་པའི་བྱང་
 ལྡན་ལོ།ཡང་དེ་ལས།རྒྱལ་བུ་ནི་གཙུག་གཙུག་ལྷ་གཙུག་གཙུག་ནི་ཡང་ཡང་སྟེ།ཞེས་པ་གོང་གི་སྐབས་ལས་གཉིས་པ་བྱ་དཀའ་གནས་གཞན་
 བ་ཡོད་པའི་བར་དུ་ཚོད་ཅིང་མ་ཚོད་པའི་བྱང་ལྡན་དང་།ཉེན་དཀའ་ནི་དོག་དང་ཉེ།འབྲས་དུག་ནི་སི་ལི་ལི།མལ་ཏོ་ནི་ལྷུ་དང་ཉེ།སྟེ་
 བསེར་ནི་སྤྱ་བྱ་ཞེས་པ་བྱ་དཀའ་གནས་གཞན་ཡོད་པའི་རྒྱང་བ་དང་པོ་དང་གསུམ་པའི་མཐའ་ཚོད་པའི་བྱང་ལྡན་ལོ།མོལ་མོལ་ནི་འཚམ་
 འཚམ་ན།བཀའ་མཚོད་ནི་ལྷིས་ལྷི་ཉེན།འཚམ་འཚམ་ནི་འདྲུལ་འདྲུལ་ན།ཆགས་ལམ་ནི་ལྷས་ལྷི་སྤང་།ཞེས་པ་ཡི་གེ་བསྟོར་བའི་བྱང་ལྡན་
 སྐབས་ཀྱི་ལྷ་བ་བསེས་པའི་བྱང་ལྡན་ལོ།གཡུ་ཆོག་གི་རྒྱན་ནི་རྗེ་རྗེ་སོང་བཅོན་གྱི་ལྷུ་མོ་སང་མར་ཀར་གྱིས་འདྲུང་དབང་དུ་བསྐྱེད་པའི་དུས་ལ་
 བབ་ཚུལ་སོང་བཅོན་ལ་འཕྲིན་དུ་བྱས་པའི་ཚོགས་སུ་བཅད་པ་རྒྱང་བ་དོན་བཞི་ཡོད་པ་མང་ཆེ་ཤོས་གཡུ་ཆོག་གི་རྒྱན་ལས་ཡོངས་འདྲེས་ཀྱི་
 གཡུ་ཆོག་ཏུ་སྤྱར་བ་འདྲིར་མང་བར་དོགས་ནས་ལྷང་འདྲེན་མི་བྱའོ།དེ་ལས་གཞན་པའི་རྒྱན་ཀྱང་མང་དུ་དབྱེ་བྱ་ཡོད་ཀྱང་གོང་དུ་བཞོད་
 པའི་རྒྱན་དག་ཅུང་མང་བར་སྤང་ལ།དེ་ལས་ཀྱང་བསྐྱེད་བཅོད་དང་སྟེག་པའི་ཉམས་སོགས་ལ་སྤྱར་བའི་ཉམས་ལྡན་གྱི་རྒྱན་སོགས་མང་བར་
 སྤང་རོ།

3.ད་དུང་ཏུ་རྟོང་ཡིག་རྟོང་ལས་བྱུང་བའི་སྟན་དག་འདི་དག་ལ་ཚོག་སྦྱོར་གྱི་ཆ་ནས་སྟན་ཞིང་བཅོད་བདེ་ལ། དག་ཏུ་བྱིན་
 པར་མ་ཟད།རྒྱ་ཆལ་མཚོན་སྟངས་ཀྱི་ཆ་ནས་ཀྱང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་མང་དུ་ཡོད་དེ།ཡི་གེ་དང་ཚོག་རྒྱང་ཤོ་ལོ་ཀ་སོགས་ཡང་ཡང་བསྐྱར་
 རྗེས་སུ་བྱུང་བའམ་ཡང་ན་ཚོག་བྱིས་འདྲ་མཚོངས་གཅིག་གཉིས་རེའི་རུས་པར་བཏེན་ཚོག་རྒྱང་དང་ཤོ་ལོ་ཀ་པན་ཚུན་ཆ་མཚོངས་སམ་རམ་
 འདེགས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་བཞོད་པ་ཤིན་ཏུ་མང་སྟེ་དཔེར་ན།ཡུ་སྟེའི་ནི་མཐར་པལ་ཚིང་།བྱིང་བའི་ནི་སྟོན་དུ་བཞུགས།རྗེ་མཐོ་བ་ལ།ད་ཅམ་ནི་
 དགུང་ལ་རེག།དམ་པོ་ནི་སྤང་དུས་ཤིང་།ཡར་མི་ནི་ལོག་ཏུ་སྤྱུལ།རྗེ་མི་ཆེ་བ་ལ།ད་ཅམ་ནི་མཐའ་ཡང་ཡས།སྟོན་རིགས་ནི་འཕན་གྱི་
 སྟོན་ལྟོང་ཏོང་ནི་འཕན་གྱིས་བཏབ།རྗེ་མི་འཕན་པ་ལ།ད་ཅམ་ནི་འཕན་ཡང་ཡས།ཞེས་པ་ལྷ་བྱ་སྟེ་རྒྱ་ཆལ་གྱི་མཚོན་ཐབས་འདི་དབྱངས་
 ལུ་ཤེར་བདེ་ཞིང་དག་གི་དལ་གསོ་ལ་འཚམ་པས་དམངས་ཁྲོད་གཞན་གྱི་ཐུན་མོང་གི་ལྷང་ཚོས་ཤིག་ལགས་ལ།བཅེ་དུང་མཚོན་པ་ལ་ལྷང་
 པར་ཅན་གྱི་རུས་པ་དང་ལྡན་ལོ།ཡང་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་བར་གྱི་དེ་བྱུང་འབྲེལ་ལམ་ཚོད་གྲུབ་འབྲེལ་བ་བཅོད་པར་བཏེན་ནས་བཅོད་བྱ་



དྲི།གཡལ་ངན་ནི་ཟངས་ཀྱི་གཡལ།ཞེས་པ་དང་།མ་བྱུང་བར་དུ་ཉོན་ལེ་མོངས།།ཞུ་གངས་ཚང་ནས་བྱེ་བྱེད།ལྷག་བསད་ཤ་གཞི་འོ་དང་  
 འདྲ།གཡལས་གཡོན་ཀྱང་ཀྱང་ཁག་འིས་གང་།།ན་ཚ་མི་བཟད་ཤི་ལ་ལྷག་གཤེར་གང་མལ་དུ་མ་བདག་ཉལ།།སྐམ་འོ་མལ་དུ་བྱ་ལྷག་བཟུང་།ཅེས་  
 པ་དང་།ཤོང་དུ་དཀོད་ཟི་པའི་ངང་དུར་ནི་གསེར་མ་གཡུ།།མཐིང་བྱང་ནི་ཆབ་ཀྱི་རྒྱུན།། .....ཞེས་པ་མཛོལ་ཤིང་ཉམས་དགའ་བའི་རྩ་ཐང་  
 གི་ཡུལ་སྡོངས་བྱིས་པ་སོགས་ལྟ་བུའོ།།དེ་མིན་ད་དུང་པ་རོལ་གྱི་དངོས་པོ་ག་གེ་མོ་ཞིག་གམ་དེའི་ཁྱད་ཚོས་རྒྱུ་ལ་བརྟེན་ནས་བཅེ་དུང་  
 དང་དགའ་སྐྱོ་སོགས་ནང་གི་འགྱུར་བ་སྣ་ཚོགས་མཚོན་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་རྩལ་ཐབས་ཤེས་ཡོད་པ་གོང་དུ་དབེར་དྲངས་པའི་བཟུང་བརྗོད་ཀྱི་  
 རྒྱན་སོགས་ཤིན་ཏུ་མང་ལ།དེ་བཞིན་དོན་ཤུན་བྱུང་མ་བྱ་དངོས་རྒྱུ་དྲུང་ཉམས་དང་ལྡན་པའི་དག་གི་སྤོང་བ་དང་ཁྱད་དུ་མཚར་བའི་དཔེ་  
 དང་སྐྱུར་ཉེ་ཆེས་ཆེར་རྒྱས་པར་སློབ་ལུས་པ་དབེར་ན་བཅོན་པོའི་རྣམ་ཐར་དུ་སློབ་པོ་མགར་རྗེ་ལ་སློབ་པ་རིང་བར་གྱུར་པའི་ཚོན་བཅོན་པོ་  
 འདུས་སྲོང་གིས་མགར་ལ་སྐྱངས་པའི་མགྱུར་དུ་ཁྱོད་རྗེ་ལ་འགྲན་པར་སྒྲོམ་པ་སྟོང་བསམ་འབའ་ཞིག་སྟེ་འུ་ཅག་གཉིས་ལ་ཁྱད་པར་ཤིན་ཏུ་ཆེ་  
 ཞེས་པ་ཅམ་གྱི་དོན་བརྗོད་པ་ལ་ཚོགས་རྒྱུ་དང་དཔེ་ཉེ་ཤུ་སྟག་བཀོད་ནས་རྒྱས་པར་སློབ་པ་ལྟ་བུ་དང་།བརྗོད་བྱ་ཤིན་ཏུ་མང་པོའི་  
 གནད་གཅིག་ཏུ་བྱི་ལ་ཉེ་ལྷོགས་བཟུང་ཚད་མཐོན་པོར་བྱེད་ལུས་པ་དབེར་ན་ཚོགས་གཏད་ལེགས་ན་ནི།སྤིད་ཀྱི་ཡུ་བ་ལ།།ཁ་སྐྱོས་ཉེས་ན་  
 བྱི།བདུད་ཀྱི་སློ་མོ་འོ།།ཞེས་པ་དང་།ཤོང་དུ་དབེར་དྲངས་ཟིན་པའི་ལེགས་རྒྱ་བྱས་ན་དཔལ་དུ་སྐྱེ་ཞེས་པའི་ཤོ་ཀ་ལྟ་བུ་བརྗོད་བྱ་ཚོས་དང་སྤིད་  
 ཀྱི་གནས་ལུགས་མང་ཞིང་རྣོག་པར་དུ་མ་ཞིག་ཚད་མཐོན་པོས་ཕྱོགས་བཟུང་བྱས་ཡོད་པ་ཉེགས་སྤོའོ།།རྒྱ་རྩལ་གྱི་ཁྱད་ཚོས་འདི་དག་ཅམ་ལས་  
 ཀྱང་སྐབས་དེའི་བོད་ཀྱི་ཚོམ་རིག་སྤྱི་དང་བྱེ་བྱེད་སྟན་དག་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱ་ཚད་གང་འདྲ་ཞིག་ཏུ་སྐྱེ་བས་འདུག་པ་སྟོག་པ་པོ་དག་གི་ཡིད་  
 རོར་འཆར་རྒྱ་ཞིག་ཡོད་པ་སྒྲོམ་ཡང་ད་དུང་ཅི་འཚལ།

(༡༩༥༧ལོའི<<སྤྱང་ཆར>>དེབ་དང་པོ་ལས་བདམས།)

འདས་པའི་བཤོ་སྤོང་།

འདུ་སྐལ་བཟང་།

མེ་ཉོག་སྣ་བརྒྱ་བཞད་པའི་ནེའུ་གསིང་ནས་ཆས་ཉེ།།  
 རྣམ་ཚོགས་རྣམ་པར་བཀྲ་བའི་མཁའ་ལམ་ལ་ཞེན་སོང་།།  
 འཇའ་སྤྱིན་འོད་རིས་འཐབ་པའི་གྱུར་བྱིམ་གྱི་དབུས་སུ།།  
 པ་རོལ་ཞིང་ཁམས་བསྟེགས་པའི་སློབ་དཔོན་དེ་མཇལ་བྱུང་།།  
 བདེ་ཆེན་པ་མཐའ་ཡས་པའི་དབྱིངས་རིམ་ན་བཞུགས་ཀྱང་།།  
 ད་དུང་ཞེན་པའི་ལས་འཕྲོ་རུང་ཅད་ཅིག་ཡོད་འདྲ།།  
 ཁ་བའི་སྐྱོན་པོའི་དོད་དུ་འདི་ཀ་ལས་མེད་ཟེར།།



རྒྱ་སྐད་བཅར་བའི་བྱེ་མ་ཡུང་བོ་ཅུ་སྤྱངས་འདུག།  
 འོད་ལྗང་ཐགས་སུ་བཏགས་པའི་འཇའ་ཚོན་གྱི་ཚོ་ལོ།  
 “གསར་གཏོད་མཁན་བོ”ཞེས་པའི་སྤྱིན་རིས་གྱི་ཡི་གེ།  
 བཅན་པོ་སྲོང་བཅན་དགེས་པའི་ཞལ་ལྗང་ནས་གནང་ཞེས།  
 དགེས་འཇུག་ཞལ་སྒོ་ཡངས་པའི་བཤོ་སྤོང་དེ་བརྩམས་བྱུང་།།  
 “ཡུང་རིགས་གཡུ་རལ་གསེག་པའི་ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཚན།།  
 ཐམས་ཅད་སྤྱོད་སྤྱོད་ལེན་ལེན་པའི་ཟེར་མོ་མ་རེད།།  
 རབ་འབྱམས་རིག་པའི་མཐར་སོན་བྱ་སྤྱོད་མཁན་བོར།།  
 རྒྱ་ཚད་ཕྱོགས་སུ་སྤྱང་བའི་སྤྱོད་དུས་མི་མངའ།།  
 ཡང་དག་རིགས་པའི་གྲུ་ཚེན་སྒོ་བཟང་གྲགས་པས།།  
 དམར་ནག་རེས་སུ་སྤྱོད་པའི་ལྷགས་རྩེ་མི་གཡོ།།  
 གནས་ལུགས་ཟབ་མོའི་དོན་བརྟེན་སྤོང་ཚེན་རབ་འབྱམས།།  
 ལུ་དོག་གོང་མཐའི་རྒྱན་མོའི་སྒོ་མིག་མི་འདུག།  
 རྩོན་བྱོན་བསལ་ལྗོངས་མཁས་པའི་སྤྱོད་ཚེན་དུང་ན།།  
 ད་ལྟ་ཁོ་བོ་སོས་བདེ་ཉམས་དགར་འཚོའོ།།”  
 “ལགས་སོ་ལགས་སོ་གཏམ་སྤྱན་ལེགས་སྤྱོད་དེ་ཐོབ་བྱུང་།།  
 ད་དུང་འཆི་མེད་སྣ་ཡི་དག་བྱེད་ཅིག་སྤྱོད་དང་།།  
 གང་ལྟོད་ཞབས་རྩེས་བོར་བའི་མི་ཡུལ་གྱི་ཞིང་སར།།  
 བྱ་ལོ་དུ་མི་མ་འཇུག་པའི་བསང་གཏོར་ཞིག་ངས་བཟུ།།”  
 “སྣ་ལ་དག་བྱེད་མི་ལ་དེ་བཞིན་དུ་མ་ངེས།།  
 དོན་མེད་གཞན་སེམས་དཀྱུག་པའི་ངལ་བ་དེ་མི་དགོས།།  
 མི་འབྱུངས་དུས་རབས་གཞུག་མའི་དྲི་བཞོན་ལ་སྤྱོད་དང་།།  
 རང་བཞིན་ངང་གིས་དག་པའི་སྤྱོད་མོ་ཞིག་མཇལ་འོང་།།”  
 ཨེ་ཉེ་ཉེ། དགའ་བའི་གད་མོ་ཤར་སོང་།།  
 ཨ་ལ་ལ། སྤྱོད་པའི་སེམས་པའང་གང་འོང་།།  
 འཇུ་སྐལ་བཟང་གི་ཚོགས་བཅད་ཐོར་བྱ་ཕྱོགས་བསྐྱོགས།

འཇུ་སྐལ་བཟང་།

བཤེས་གཉེན་ལ་བསྟོན་པ།  
མཁའ་ལ་གཟུང་སྐར་མཐའ་ཡས་ཀྱང་། །  
བ་སངས་མདངས་ལ་འགྲན་བ་དཀའ། །  
ས་ལ་མཁའས་བ་གྲངས་མང་ཡང་། །  
བསམ་གཏུན་མཚན་ཅན་སླ་ན་འཕགས། །

བསེལ་རིའི་ཞིང་གི་མི་རིགས་ཀྱི།  
ཀུན་འདུས་གཞུང་ལུགས་ལུལ་བྱུང་རྒྱན། །  
ལེགས་སྤེལ་དབེ་མེད་བཤེས་གཉེན་ཆེ། །  
སློབ་དཔོན་མཚོག་ཁྱོད་མགོན་སློབ་དཔོན། །

ལམ་བྱེད་ནས་སྤྱི་མིག་བཏུས་པ།  
དགའ་སློབ་ལ་གཞུང་བའི་བཤེས་ལམ་གྱི་ལུགས་པར།  
སྤྱིད་སྤྱི་ཆེ་བྱེད་ཟུང་ལ་འགྲོད་བ་རང་མེད་ཀྱང་། །  
ཨ་མའི་བང་ནས་རྟེན་པའི་ལྷན་སྤྱོད་ཀྱི་གཤེས་རྒྱུ།  
རྗེ་མགོ་ཤིང་མགོར་ཟགས་ལ་ཕངས་སེམས་ཤིག་ཤོར་སོང་། །

ཨ་མ་དང་འཁོར་ལོ།  
ཡང་ཚེ་རྟེན་པའི་ཕྱག་སོར་གྱིས། །  
མི་ཚེའི་སློབ་ཤིང་དམ་དུ་འཁྱུང། །  
འཚོ་བའི་འཕང་ལོ་གཏོས་ཆེ་བ། །  
ཡང་དང་ཡང་དུ་སློབ་ཞིང་སྐོར། །

ང་རྒྱལ།  
གཅུན་ཆེས་ན་རྒྱ་མའི་བྱིའུ་རྒྱུ་འདྲ། །  
བསམ་བཞིན་དུ་རང་ལུས་བྱེད་ཀར་གཏོང་། །  
སྤྱད་ཆེས་ན་དུགས་ཀྱི་སྐང་བུ་འདྲ། །  
ཚད་ཅིག་ནས་རང་ལུས་ཚལ་བར་འགས། །

ལས་དབང་།

རེས་འགའ་ཤིང་ལོ་རྒྱུང་ཞོན་མ།  
འགོ་འདུག་གདམ་ཀ་འགའ་ཡང་མེད།  
རེས་འགའ་སྐྱ་སྐྱགས་བཟའ་མཉེད་མ།  
ག་སར་འཐེན་ན་དེ་སར་འོང་།

ཉིན་གུང་གི་དབེན་པ།

གོག་མ་ཀེར་གྱིས་ལངས་པའི་རེ་སྐྱ་རིད་པོ་ན།  
བན་མ་བྱུན་དུ་ལྡང་བའི་དུ་བ་ནད་པ་ཞིག།  
དྲོད་མ་འཇམ་གྱིས་ཤར་བའི་ཉི་ཐིག་རྙིང་པོ་ན།  
གཉེད་མ་སད་དུ་ལོག་པའི་བགེས་པོ་རྙིང་པ་ཞིག།

དལུམ།

ཚོན་ཤིང་ཡལ་གར་འཕྲིད་དུ་རེངས་པའི་མི་སྐྱུག་གཟུགས།  
ལུ་བྱུག་ལྗེ་ཅ་དམ་དུ་བཅིངས་པའི་སྐྱོ་ཤས་སྐྱོག།  
རྗེ་བའི་ལྷ་མ་ངོར་གངས་འཁྱུགས་བརྟེན་པའི་མྱ་ངན་ལྗིད།  
ཆབ་རོམ་སྐྱབས་ན་རྣུང་རྣུང་འབབ་པའི་རེ་བའི་རྒྱན།

སྐྱེ་ཤ་ལ་ཉལ་ཐོབ་རྒྱག་པའི་མགོན་པོ།

ལེན་རུས་ན་ལེགས་པར་ལོངས་ལ་ཤོག།  
གཤོང་གཤོང་ན་ཤ་ཡི་ཕུང་པོ་ཆགས།  
རང་གཞན་གྱི་སྒོ་བ་འགང་བྱེད་ཡིན།  
མ་ཐོབ་ན་མ་འགན་སྐྱུར་ལ་ཐོངས།  
སྐང་སྐང་ན་རུས་པ་འབྱར་བོ་གཟེངས།  
ལས་ངན་གྱི་སྐྱ་རྗེ་ཐོགས་ས་ཡིན།

མཇའ་བརྗེ།

གཡང་དཀར་པགས་པའི་སྒོག་པ་སྐྱ་རིང་ཅན།  
ཇི་ཅིམ་མཐུག་པ་དེ་ཅིམ་སེམ་ནས་འོང་།

རྣམ་འགྲུར་སྐྱད་པའི་ལུ་བ་མངོས་པོ་མ།  
རི་ཚམ་སྒྲབ་པ་དེ་ཚམ་བརྟོལ་དུ་མེད།

སྟན་ངག་གི་རིན་ཐང་།  
ཐོབ་ཤོར་གྱི་མེ་ལྷེ་ཁ་ཚ་མས།  
འདོད་མེད་གྱི་ཚ་ནས་བཟུང་གུར་ཏེ།  
རྒྱལ་ཁམས་འདི་འུར་གྱིས་གང་བའི་དུས།  
ཅུ་དགོད་གྱི་གཏམ་དེ་སྤུ་ལ་སྒྲོགས།

གོ་ས་དང་ར་བཟེ་ཡི་གཏམ་ཚོགས།  
(གསོ་རིག་རྒྱུད་བཞི་ལས།)  
ར་རོ་དང་པོ་རང་སྤང་སྦྱིད་པའི་དུས།  
ཕན་མེད་གཞོད་མེད་ལ་བ་དོན་ཟེ་ཟེ་ཚམ།  
ར་རོ་གཉིས་པ་སྤང་ཆེན་སྦྱོན་པ་འདྲ།  
ཕན་གཞོད་ཆེ་ཞིང་སྒོ་བས་དང་སྒོ་བས་པ་བདོ།  
ར་རོ་གསུམ་པ་ཤི་བའི་རོ་དང་འདྲ།  
ཅི་ཡང་མི་རྣམས་སྦྱར་བའི་གནས་སྤྱུང་།

གང་སྟགས་གྱི་མཚན་མོ།  
གངས་འབྲུག་མལ་དུ་གནག་ལྷགས་སོ་སྐྱ་འཆའ།  
སྐོ་བྱི་བྲག་པའི་གཙོང་སྐད་རྒྱུད་གིས་འབྱེད།  
སྐྱ་ནག་གོང་ཁ་རལ་བའི་བྱ་ག་ན།  
སྟགས་པས་འཇུག་པའི་སྐར་མ་ཁོང་འདར་བྱེད།

རྩ་ཐང་གི་དགོང་སོད།  
སོད་ཁའི་ཉི་མས་གྲིབ་མ་རིང་དུ་བསྐྱེད།  
གཡང་དཀར་མ་བུ་འཕྲད་པས་འབའ་སྐྱ་སྒྲོག།  
མོང་སྐྱེ་སྐྱེ་བར་གཟར་བའི་གཞོན་ལུ་མས།  
རྩལ་རྒྱུད་འཐིབ་པའི་ལམ་ལ་བྱིར་མིག་ཉ།

ཆར་རྗེས་ཀྱི་རྩ་ཐང་།།

དབྱར་གྱི་ལྗོངས་ལྷན་དཔལ་གྱིས་སྤྲུགས་པ་ལས།།  
དྲངས་བསེལ་ཟེམ་བྱར་འབབ་པའི་ཆར་རྒྱན་གྱིས།།  
མེ་ཏོག་ཞལ་རས་བཀྲས་པའི་ཁ་ཡི་རྩུང་།།  
ཚི་སྐྱོན་སར་བའི་དང་ཚན་ཕྱོགས་སུ་སློ།།

མ་ལྷ།

ཚོན་བྱང་ལོ་རྒྱས་འཁྲོག་པོར་གཟུ་བའི་ལྗོངས།།  
མ་ཐེག་བསེལ་བའི་ཡུལ་གྱི་འཁྲུན་ཚན་མའི།།  
ས་འཛིན་བ་སྤུངས་པའི་ཚེ་དག་ནས།།  
ཁ་བའི་རྩལ་ཐུན་རྩལ་བ་ཀྱི་ཀྱར་འབབ།།

ལེ་འདེད།

མི་གཉའ་མི་ཡིས་ཞོན་པ་མི་ཚོས་སུ་གོ་ནས།།  
གནག་སེམས་གཡོ་སྐྱེའི་གི་གྲུག་ཡང་ཡང་དུ་ཕྱར་ཡང་།།  
དབང་མེད་རུས་པ་སྟེ་མའི་ལྷན་ཁ་དེ་གྲེས་པ།།  
མདོ་ཤོར་པ་གན་སྤྱེའི་བསྐབ་བ་དེས་ཉེས་སམ།།

མི་ངོ་མི་ཡིས་འཚོ་བ་མི་གཤིས་སུ་འདུག་སྟམ།།  
ངོ་སྤང་བཅོས་མའི་སྐྱེ་འཇུག་ནན་དུར་གྱིས་བསྐྱས་ཀྱང་།།  
བཅོས་མེད་པགས་པའི་ཚ་རྒྱས་རང་ས་ཅུ་རྫོད་སོང་།།  
ལས་ངན་ཨ་མ་སྲིན་མའི་རང་གཤིས་དེས་ལན་ནམ།།

བག་ཆགས།

ནམ་ཞིག་ཉེན་མེད་རྣམ་ཤེས་འཁྲུམ་པོར་གྱུར་བའི་ཚོ།།  
ཁྱོད་དང་འུ་གཉིས་དུར་ཁུང་གཅིག་ཏུ་སྐྱས་གྱུར་ན།།  
ཁྱོད་གྱིས་དེ་ཅུ་གསེར་གྱི་སྒོར་མོ་ལྷོག་ལྷོག་བཅི།།  
ཁོ་བོས་ད་དུང་ལེགས་ཉེས་དགོ་སྐྱོན་འབད་པས་དཔྱོད།།

དབྱར་གཞུང་གི་རྩ་ཐང་།  
ཕྱི་ལྗང་དབྱར་གྱི་བྱ་རྒྱུ་གཞུང་གི་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ།  
མཐིང་ནག་སྐྱ་ཡི་ཚོམ་བྱ་གཞུང་གི་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ།  
འོ་མའི་དང་ལ་ལྗང་བ་དུ་བའི་སྐྱོན།  
རྒྱང་རིང་རི་བོའི་མཁུལ་ན་སྐྱོད་དུ་ཆགས།

མགྲོགས་ཐིམ་ལག་གསུམ།

མིག  
བཟླ་འདོད་ཀྱི་སྐྱེད་པ་རིག་རིག་འཇུག།  
འཐོབ་འདོད་ཀྱི་རྩམ་སེམས་རོལ་དུ་བྱིད།  
དཀར་ནག་གི་གདོད་བ་རེས་མོས་ཅན།  
བསྐྱེད་ཀྱི་བྱ་མོ་ལ་རིལ་མ།

མྱེ།

ལ་ཡག་གི་སྐྱང་ཆར་སེལ་མ་དང་།  
ཚོག་རྒྱབ་ཀྱི་དུག་རྒྱ་ཁོལ་མ་བྱ།  
ཡང་ཡང་དུ་དར་ལ་སྐྱེད་བ་ཡི།  
རྣེ་དར་གྱི་རལ་གྱི་སོ་ཉིས་མ།

ན།

མངོན་སུམ་གྱི་གདོད་བའི་ཕག་ཏུ་ཡིབས།  
དགའ་སྐྱེད་གི་གཏམ་གྱི་འཕྲིན་པ་སྐྱེལ།  
ཆགས་སྐྱང་གི་ལས་ཀའི་གཡལ་མོ་སྐྱོད།  
མགོ་བུར་གྱི་རྩ་མོ་དབྱེན་རྩ་མ།

དཔང་ཏྲགས་སྐྱེད་བསམ་ཅན།(ཚན་པ་གཉིས་ཡོད)

འབྲུ་སྐལ་བཟང་།

དཔང་ཉགས་ལྷག་བསམ་ཅན།

—ཀྱལ་ཅེའི་དབྱིན་འཕྱོག་མེ་སྒྲོགས་སྟེགས་བྲ།

ལུས་དཀའ་ལྷོ་དྲག་པོའི་རྩལ་བ་ཡིས།  
 ལྷོག་གསར་བ་སྦྱིན་པའི་ལྷག་བསམ་ཅན།  
 ཁོང་ལྷ་རབས་འབངས་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་དེ།  
 ཀའལ་ཨེ་རུས་སྟམ་ནས་སྡོད་པ་ཡིན།  
 དེ་མིན་ན་ཉེན་བྱེད་འོད་སྤང་ལས།  
 ལུས་ངེས་མེད་སྒྲོས་པའི་དྲོད་ཐིག་ཅམ།  
 ཀྱབ་གང་བའི་གོས་སྤྱ་བཞེན་པ་ལས།  
 ང་འབྱུང་བའི་ཁམས་ལ་ཐེམ་ན་སྦྱིད།  
 ལྷོག་དམར་པོ་གཏོང་བའི་བརྒྱལ་པོད་ཀྱིས།  
 བོད་མངའ་རིས་སྤང་བའི་དཔང་རྒྱུ་ཚོའི།  
 ལུས་བྱངས་ཁྲག་དྲོན་མོས་བརྒྱན་པ་འདི།  
 དོན་ཨེ་ལྷན་སྟམ་ནས་སྟེ་བ་ཡིན།  
 དེ་མིན་ན་སྦྱིན་སྡོད་ལྷགས་པ་ནས།  
 རེས་ལན་རེར་བྲན་པའི་ཆར་རྒྱན་ཅམ།  
 ལྷོ་བཀའ་བའི་ཟས་སྤྱ་བཞེན་པ་ལས།  
 ང་འབྱུང་བའི་ཁམས་ལ་ཐེམ་ན་སྦྱིད།  
 ལྷར་བྱུང་བའི་བསྐྱབ་བྱ་འདྲོའོ་ཞེས།  
 བོད་མགོ་བོ་འཕྲོམས་པའི་ཕྱི་འབངས་ལ།  
 དོན་ངེས་ཤེས་སྦྱིད་པའི་དཔང་ཉགས་ཅམ།  
 ཡོང་ཨེ་སྦྱིད་རེ་ནས་སྡོད་པ་ཡིན།  
 དེ་མིན་ན་འཇག་སྦྱིའི་སྡོད་བྲ་ལ།  
 རྒྱང་སྦྱི་བསེར་ལྷང་བའི་ཤུགས་སྤྱ་ཅམ།  
 ཀའལ་སྤྱ་བའི་གོས་སྤྱ་བཞེན་པ་ལས།  
 ང་འབྱུང་བའི་ཁམས་ལ་ཐེམ་ན་སྦྱིད།



མས་སྐྱོན་ཤོར་བའི་བཅེ་དུང་།

—ཕོ་བྲང་ཡུམ་བུ་སྐྱང་།

འཛམ་གླིང་འཛིན་མའི་ཟེ་བ་རྒྱ་མཚོ་ལས་འཕགས་བས།  
 ང་ལ་གཞན་ལས་མཐོ་བའི་རྐང་སྟེགས་ཤིག་གནས་བྱུང་།  
 ངས་ཀྱང་གཡེལ་བ་མེད་པའི་སྟག་བསམ་གྱི་སྦྱོར་བས།  
 བསེལ་ལྡན་བཅན་པོའི་སྤང་བར་ཞབས་ཏྱིག་རེ་བསྐྱབས་ཀྱང་།  
 སྟན་པ་གཡེར་བག་ཆེ་བ་སྦྱར་རྒྱལ་གྱི་བཅན་པོ།  
 ཞལ་གསུང་དོན་ལ་གནས་པའི་ཁྲེལ་ཡོད་རང་མི་འདུག།  
 དགྲ་ཚོགས་དབྱིངས་ནས་དབྱངས་པའི་རྩ་ཐག་དེ་ཟེན་ཚོ།  
 ཕྱི་མིག་གཟིགས་པ་མེད་པར་བག་ཡངས་སུ་ཕེབས་ཐལ།  
 བོད་འབངས་བདེ་ལ་འགོད་པ་རྒྱབས་ཆེན་གྱི་སྲིད་བྱུས།  
 མཐའ་བརྒྱད་དབང་དུ་བསྐྱབ་དཔའ་མཛངས་ཀྱི་འཐབ་ཅུས།  
 རྒྱ་ཚོས་བོད་དུ་འབྲེན་པ་ཤེས་རིག་གིས་བོན།  
 ལྷ་ཚོགས་གསང་གོས་མོལ་བའི་དབང་བོ་ཅུ་བཟང་ཀྱང་།  
 དྲིགས་ལྡན་སྟོན་པོའི་འཁོར་ཡང་ཁྲེལ་ཡོད་དུ་མ་མཐོང་།  
 ན་རིམ་བཅན་པོའི་སྤང་ཐག་དུམ་བུ་ཅུ་ཆད་ཚོ།  
 རང་བཅོང་གཞན་འབྲེན་དབང་གི་ཐོབ་ཤོར་ལ་རྩམ་བཞིན།  
 མཐོག་ཚུང་ཁ་མཚའི་ཚུ་སྣ་སྟོ་ཐེམ་ནས་དངས་བྱུང་།

རང་རྒྱས་རང་ལ་མི་གསལ་བོད་འབངས་ཀྱི་ཚོགས་ལ།  
 ཤེས་རིག་བྱུང་བ་མི་དམན་འདི་ག་ཅུ་གཟིགས་ཞེས།  
 ཡི་ཆད་སྐྱོ་བ་བསང་བའི་ཉེན་འབྱུང་ཅམ་བསམས་ཏེ།  
 རང་བྱུང་འབྱུང་བཞིའི་གཡུལ་ངོ་ཡུན་རིང་དུ་བསྐྱོགས་ཀྱང་།  
 བོད་མི་ཁྲེལ་གཞུང་ཐུང་བའི་དེ་ཉིད་དེ་མཐོང་བྱུང་།  
 འཕྲལ་རྒྱུན་གཞན་དབང་ལག་པས་སྐྱད་བར་ཅམ་བསྐྱར་ཚོ།  
 འཛིགས་ཅུང་ལྷགས་ནག་ཐོ་བ་ནམ་མཁའ་ཅུ་ཕྱར་ཏེ།  
 རང་མི་གཤེད་དུ་ལྡང་བའི་ལྷད་མོ་ཞིག་བཞུན་བྱུང་།  
 རང་རིགས་ལ་རྒྱ་ཟེར་བ་མི་ཆེན་གྱི་ཞལ་མཚར།

རང་སྐྱོན་རང་གིས་འབལ་བ་སྐྱོན་མ་ཡི་མུ་ཙམ།  
རང་མཚང་གཞན་ལ་སྐྱོན་བ་ལྟ་མེད་ཀྱི་ཚལ་ཚུང་།  
རང་གཞན་བྱ་བ་འདི་ལ་ཞེན་བ་རེ་སྤྲོད་ཀྱང་།  
དམར་སེར་རྩང་ལོ་འཕྱང་བ་རྒྱང་རིང་གི་མགོན་པོས།  
བྱུང་བའི་མིག་འབྲས་སྐྱོན་པོ་རིག་རིག་ཏུ་བསྐྱར་ཚོ།  
བདག་ལ་དུས་རྒྱུན་ཁོ་ནས་འདི་འདྲ་ཅུ་ཡུར་ཅེས།  
རང་མཚང་གཞན་མགོར་དཀྱི་བའི་བརྗེ་བག་ཅིག་ཤོར་སོང་།

ཀ་ཚོམ་གནོད་སྤྱིན་པོ་བྱང་དཀྱིག་པའི་འཕྲུལ་འཁོར།

འཇུ་སྐལ་བཟང་།

ཀ་བ་བུམ་པ་ཟེར་བའི་གྲ་བ་ཚོས་རིགས་ལམ་མི་ཚོད་སྐྱོར་མོ་ཚོད།  
ཁ་ཉོན་དགོ་སྐྱོར་བྱེད་པའི་ཨ་མཚད་དག་དགོ་བ་མི་གསོག་སྐྱོར་མོ་གསོག།  
ག་ལེར་ཉེ་མ་སྐྱེལ་བའི་སྐྱོམ་ཚེན་རྣམས་སེམས་ངོ་མི་འཚོལ་སྐྱོར་མོ་འཚོལ།  
ང་ལྷོད་ལྷོགས་རིས་སྤངས་པའི་བྱ་བལ་ཡང་དབེན་གནས་མི་སྐྱོག་སྐྱོར་མོ་སྐྱོག།

ཀ་ཁ་ག་ང་སྐོབ་པའི་བྱིས་བ་ཚོས་དབྱངས་གསལ་མི་སྐྱོག་སྐྱོར་མོ་སྐྱོག།  
ཁ་རོག་མ་ཉི་འདོན་རན་རྣས་འཁོགས་དག་ཤེང་བ་མི་བགྲང་སྐྱོར་མོ་བགྲང།  
ག་བྱེད་འདི་བྱེད་མེད་པའི་ལས་བྱེད་རྣམས་བྱ་བ་མི་གཉེར་སྐྱོར་མོ་གཉེར།  
ང་ཅག་མི་རབས་གསར་བའི་ན་གཞོན་ཡང་མདུན་ལམ་མི་སེམས་སྐྱོར་མོ་སེམས།

ཅ་ཚོས་འུར་གྱིས་ཁེངས་པའི་ཚོད་གྲ་ན་བཅད་པའི་ངེས་དོན་སྐྱོར་མོ་རྟེད།  
ཆ་བཞི་མཐའ་དབྲས་འཚོལ་བའི་སྐོམ་གྲ་ན་བསྐོམས་པའི་སྤྱིང་པོ་སྐྱོར་མོ་རྟེད།  
ཇ་ཆང་དབྱེས་དགུར་རོལ་པའི་སྤྲུགས་འཆང་ཚོས་གདམས་པའི་ཡང་ཉིག་སྐྱོར་མོ་རྟེད།  
ཉ་སྤོང་སྤྱིང་གནས་སྤང་བའི་དགོ་བསྐྱེན་དག་དགོ་བའི་ཉིང་ཁུ་སྐྱོར་མོ་རྟེད།

ཅ་ནེའི་སོར་ཁ་རྩོད་པའི་ལས་ཁུངས་ན་བྱ་བའི་དོན་སྐྱོད་མོ་རྟེན།།  
ཆ་བྱད་སྣ་ཚོགས་འཛོམས་པའི་གོང་ཁྲེར་ན་འཁོར་བའི་སྤོང་བོ་སྐྱོར་མོ་རྟེན།།  
ཇ་ཆང་ཉལ་ཐོབ་བྱེད་པའི་མགོ་འདྲན་པས་གསར་བརྗེའི་བདེན་དོན་སྐྱོར་མོ་རྟེན།།  
ཉ་མོ་མགོ་བདེར་འབྱུག་པའི་ཉང་ཡོན་དག་རྒྱང་རིང་དམིགས་འབེན་སྐྱོར་མོ་རྟེན།།

ཉ་སྣ་ག་ཉའི་བཟུན་བཤེག་ཐོག་སོ་ཚོ་སྐྱོར་མོ་ཡོད་ན་བཟུན་འཛིན་ཡིན།།  
ཐ་སྐྱད་གཙུག་ལག་མི་ཤེས་རླུན་ཚོངས་པ་སྐྱོར་མོ་ཡོད་ན་དག་བཤེས་ཡིན།།  
ད་ཉ་རང་ངོ་མི་ཤེས་སྦྱོན་པ་དག་སྐྱོར་མོ་ཡོད་ན་གྲུབ་ཐོབ་ཡིན།།  
ན་ནིང་རི་དུགས་གསོད་པའི་ཚོན་པའང་སྐྱོར་མོ་ཡོད་ན་སྐྱུལ་སྐྱུ་ཡིན།།

ཉ་རིན་འཕོངས་ཚོས་ལྷག་པའི་ཐ་ཤལ་བ་སྐྱོར་མོ་ཡོད་ན་དབང་ཆ་ཡིན།།  
ཐ་དད་སྐད་ཡིག་མི་ཤེས་ཚོང་འབྲུམ་ཚོ་སྐྱོར་མོ་ཡོད་ན་ལམ་ཡིག་ཡིན།།  
ད་ནིང་བཙོན་ནས་བཏང་བའི་ཉེས་ཅན་རྣམས་སྐྱོར་མོ་ཡོད་ན་གཟེ་བརྗེད་ཡིན།།  
ན་ཚོད་ལང་ཚོ་ཡོལ་བའི་བགེས་སོའང་སྐྱོར་མོ་ཡོད་ན་པོ་གསར་ཡིན།།

པ་ཏུའི་ཁྲི་ལ་རམ་པའི་གཡོ་སྦྱུ་ཅན་མཁས་པའི་གཤམ་པ་སྐྱོར་གྱིས་ཉོས།།  
པ་རོལ་ཐབས་གྱིས་བསྐྱུ་བའི་ཚུལ་འཚོས་མཁན་བཙུན་བའི་སྐྱན་པ་སྐྱོར་གྱིས་བསྐྱུ།།  
བ་དན་རྒྱང་གིས་སྦྱོད་འདྲའི་ཙལ་རྒྱང་བ་བཟང་བའི་ཡོན་ཉན་སྐྱོར་གྱིས་འགྲུགས།།  
མ་རྒན་སེམས་ཅན་ཟེར་བའི་ཐུགས་བསྐྱེད་ཅན་སྤིང་རྗེའི་གཟིགས་ཡུལ་སྐྱོར་གྱིས་འབྱེད།།

པ་ཉའི་རིས་བཞིན་འཁྱོག་པའི་གཡོ་ཅན་ཚོས་མཐོན་བོའི་གོ་ས་སྐྱོར་གྱིས་ཉོ།།  
པ་མེས་བསྐྱུ་རུས་རྒྱང་བའི་རྟེན་འདྲེན་དག་རང་རིགས་དབྱེ་འཕང་སྐྱོར་གྱི་དོན།།  
བ་ལང་སྐྱུག་རྗེས་འབྲང་བའི་སོ་ནམ་པ་ལག་པའི་ཚུ་སེར་སྐྱོར་ལ་བརྗེ།།  
མ་འབྲིའི་འོ་ཞོར་སྤེད་པའི་གནག་སྦྱོང་བ་རྟེན་བའི་སེར་ཁ་སྐྱོར་གྱི་སྤྱད།།

ཅ་རི་གནས་སྐྱོར་བྱེད་པའི་རྒྱལ་ཁམས་པ་སྐྱོར་མོ་མཐོང་ན་ཕྱིར་ལ་ལྷོག།  
ཆ་གང་ཁྱད་དུ་གསོད་པའི་དཀའ་ཐུབ་པས་སྐྱོར་མོ་རྟེན་ཚོ་རང་མལ་སྟོག།  
ཇ་ཡའི་དགོངས་དོན་དཔྱད་པའི་ཐ་སྐྱད་པར་སྐྱོར་མོ་ཐོབ་ན་རིས་སུ་གཙོད།།  
མ་མོ་གཟན་ལ་འདུར་འདྲའི་གོང་ཚོག་པ་སྐྱོར་མོ་མཐོང་ཚོ་འགྲམ་ཚུ་ལྷང་།།

ཅ་ན་ཡིན་ཡང་འབད་པའི་ཚོན་ཐོན་པར་སྐོར་མོ་བཟུན་ན་གཉའ་བ་ལུགས།  
ཚ་གང་དགའ་སྤྱད་མི་འདོད་རྗེས་ལུས་པར་སྐོར་མོ་བྱིན་ན་གོ་རྟོགས་སང།  
རྩ་དག་གཉུམ་པོར་སྤྱོད་པའི་ཁྲིམས་འཛིན་པར་སྐོར་མོ་བརྟན་ན་ཁྲིམས་ལུགས་སྤོང་།  
མ་སྐྱེས་ཅ་སྐོ་ཉལ་འདྲའི་ཁལ་སྤྱད་པར་སྐོར་མོ་ཐོབ་ན་ཅ་དོན་འདོད།

ཞུ་མདོག་དམར་སེར་ཚོད་པའི་བཟུན་འཛིན་བ་གྲུབ་མཐའི་ལ་རྒྱ་སྐོར་གྱིས་འཛིན།  
ཟ་འོག་མལ་དུ་གཟིམས་པའི་སྒྲ་ཚེན་ཚོས་སྤུལ་སྤྱིའི་ཕྱགས་ཐག་སྐོར་གྱིས་གཙོད།  
འ་ཉུར་མི་མགོ་སྐོར་བའི་ཟོག་པོ་དག་དགེ་འདུན་གལ་མགོ་སྐོར་གྱིས་འཛིན།  
ཡ་མཚན་སྤུན་རས་སྤུར་བའི་པོ་འདེབ་ཚོས་གཤེན་པའི་རྣམ་ཤེས་སྐོར་གྱིས་འདྲེན།

ཞུ་མོ་བྱུར་གྱིན་བྱེད་པའི་པོ་གསར་ཚོས་ལང་ཚོའི་རེན་ཐང་སྐོར་ལ་འཇལ།  
ཟ་ཚོད་སྤུམ་བག་སྤངས་པའི་གཞོན་ནུ་མས་མངོས་སྤུག་འཕྱོར་སྐྱེག་སྐོར་གྱིས་དོམ།  
འ་ཉུར་ཚེད་ར་འགྲིམ་པའི་བྱིས་བ་དག་མ་བཙོས་ཚེད་མོ་སྐོར་ལ་ཅེ།  
ཡ་གིའི་བྱིས་ཕྱག་ཉལ་བའི་བགེས་པོའང་མི་ཚོའི་བྱི་མིག་སྐོར་ལ་ལྟ།

ར་བསྐྱུས་བསེ་བསྐྱུས་བརྟུན་པའི་ཐ་མ་ལ་སྤྱང་སྲིད་ཚོས་ཅན་སྐོར་མོར་ཐལ།  
ལ་ལུང་ཕྱག་པར་བསྐྱོམས་པའི་རྟིང་མ་ཅུ་ལྟ་ཞལ་མ་མཇལ་སྐོར་ཞལ་མཐོང་།  
ཤ་ཐང་ངལ་བས་དཔུད་པའི་མཐར་ཕྱག་ལ་ཀ་བ་སྐོར་ཡང་སྐོར་མོ་སྤྱང་།  
ས་བརྟུ་ལམ་ལྷ་བཟུན་པའི་ཐོག་མ་ཅུ་དང་པོར་བགོད་པ་སྐོར་གྱི་ས།

ར་བཟང་ལུག་བཟང་བརྟུན་པའི་ཐ་མ་ལ་ཅི་ཡང་མི་བཟང་སྐོར་མོ་བཟང་།  
ལ་རྒྱ་མགོ་རྣ་བཟུང་བའི་མཐར་ཕྱག་ལ་གང་ཡང་མི་ཟེན་སྐོར་མོ་ཟེན།  
ཤ་ཁྲག་གདོས་གཙམ་ལུས་ལ་གྲུབ་ཟེན་ནས་ང་དང་ཁྱེད་ལ་ཁྱད་མི་འདུག།  
ས་སྤོང་འདི་ན་འཚོ་བའི་སྤྱེ་བོ་དག་ཐམས་ཅད་འཚོ་བ་སྐོར་གྱི་དོན།

ཉ་ལམ་དེ་ལྟར་ལགས་ཀྱང་ཚོས་པ་ཚོ་ཡོད་ཚད་དེ་འདྲ་ག་ལ་ཡིན།  
ཨ་ཅང་ཀྱ་རེ་ཡིན་མོད་ཨ་ཁུ་རྣམས་པལ་ཆར་དེ་ཚོད་ཡིན་པ་འདྲ།  
ཉ་ཅང་ཞིབ་མོར་དཔུད་ན་བྱིས་བ་ཚོ་འགའ་ཞིག་དེ་འདྲ་མེན་ལས་ཆེ།  
ཨ་མཚར་ཚེད་མོ་ལགས་ཀྱང་ཨ་ཚོམ་འདི་ཅུང་ཟད་བདེན་ཤས་ཆེ་ཡང་སྲིད།

ཅེས་པའང་སྐྱུག་ཐོགས་པ་འཇུ་སྐལ་བཟང་དུ་འབོད་པས་ད་ལྟ་ཐམས་ཅད་སྐོར་མོ་སྐོར་མོ་ཟེར་བ་འདིས་ཡིད་སྲུབ་ནས་ཁམས་དང་  
སྤང་བ་མི་དངས་པའི་ཉིན་ཞིག་ལ་གནའ་མཁར་ཟེ་ཡི་གོང་གི་གྲུ་ག་ཞིག་ཏུ་ཤར་མར་བྲིས་པའོ། །དགའོ། །

དཔ་མགུར་ཁུ་བྱུག་མཁྱིན་ལྷ།

འཇུ་སྐལ་བཟང་།

ཡ་གིའི་དགུང་སྐོན་གྱི་དབྱིངས་སུ།  
དབང་མེད་ལས་རྒྱང་གིས་སྐྱོད་པའི།  
གནམ་མཐའི་སྤྲིན་པ་དེའི་འོག་ན།  
བདག་གི་གཙུང་མོ་དེ་ཡོད་སྐད།  
དར་ཟབ་གཙང་གཙང་ཞིག་མནའ་བས་ཤིང་།  
རྒྱངས་འཁོར་རྒྱང་རྒྱང་ལས་བབས་ཏེ།  
འབོལ་གདན་མཉེན་མཉེན་དུ་སྒྲོང་ཚོ།  
གཙུང་མོ་བདེ་བདེ་ཞིག་འདྲ་ཞིང་།  
མེ་ཏྲོག་འཁྲི་ཤིང་གི་ཚལ་ན།  
དགོད་སྐྱ་སངས་ལ་གི་དྲངས་མ།  
ཤེལ་དཀར་པི་ཅོ་རུ་འཇལ་ཚོ།  
གཙུང་མོ་སྐྱིད་སྐྱིད་ཅིག་འདྲ་ཡང་།  
རྒྱས་མེད་མི་ཡུལ་གྱི་ལྷང་བར།  
གཞན་ངོ་དཀར་ནག་ཅིག་འཚོས་ཏེ།  
འགོ་ཤེས་འདུག་ཤེས་ཤིག་དགོས་དུས།  
གཙུང་མོ་སྐྱིད་པོ་རང་འདུག་གམ།  
རྒྱང་རིང་པ་ཡུལ་གྱི་རྒྱ་འཛིན།  
སྐྱོ་བའི་མིག་རྒྱ་ཞིག་འཇུགས་ཏེ།

ལྷོད་གྱི་རབ་གསལ་དུ་ཉལ་ཚོ།  
སྤང་བ་སྐྱོ་སྐྱོ་ཞིག་མཚེས་སམ།  
སྤྲིན་པ་ཐར་ཐོར་གྱི་གསེང་ན།  
གསལ་གསལ་དུང་དུང་གི་ཐིག་ལེ།  
རྒྱ་བ་ཁེར་འདུག་དེ་མཐོང་ཚོ།  
སེམས་པ་གཙོང་གཙོང་ཞིག་ཡོད་དམ།  
སྤྲིན་མགོ་སྐོ་ནག་གི་གྲོང་ནས།  
མངོའ་མཐུན་པོ་ཁྱུང་གི་གཡུ་འཇུག།  
གདུང་དབྱངས་དར་དེར་ཞིག་འཐེན་ཚོ།  
མིག་མཐའ་རྒྱན་རྒྱན་ཞིག་མིན་ནམ།  
ཤིབ་རི་རྩུང་ལོ་ཡི་གསེབ་ནས།  
སྤིང་སྐྱུག་ཁུ་བྱུག་གི་ཁུ་མོས།  
སྐྱོ་མགུར་དུང་དུང་ཞིག་རྒྱངས་ཚོ།  
མིག་རྒྱ་ཤར་ཤར་དུ་འཛོའམ།  
དབྱིད་གསུམ་མེ་ཏྲོག་ཅིག་བཞད་དུས།  
ན་རྒྱང་ཅེ་རོགས་དེ་དྲན་ཞིང་།  
དབྱར་གསུམ་ཆར་ཟེམ་ཞིག་བབས་ཚོ།  
ན་རྒྱའི་སྤིང་གཏམ་དེ་ཨེ་དྲན།

རྩོན་གསུམ་སློན་མགོ་ཞིག་བེལ་དུས།  
 ཨ་མའི་ན་ཚོད་དེ་དྲན་ཞིང་།  
 དགུན་གསུམ་ལ་བ་ཞིག་བབས་ཚོ།  
 ཨ་མའི་སྐྱ་ལོ་དེ་ཨ་དྲན།  
 ཇ་རི་སྐྱག་རྒྱུ་ཞིང་ན།  
 མ་བྱ་གོང་མོ་ཡི་སྐད་སྐྱར།  
 ཇི་སྐྱ་སང་སང་གི་འགྲུར་ལུགས།  
 མེ་ཏོག་མེ་ཚེན་གྱི་ཐང་ན།  
 འབྲི་མོའི་བེའུ་རྒྱུ་ཞིང་གི་ཚེད་ཤོ།  
 རྩོན་སྐད་དེ་དག་ལ་བསམ་ན།  
 རྩོད་བ་སངས་དུས་ཤིག་མཚེས་སམ།  
 འདི་ན་དབྱར་དགུན་གྱི་ཞིང་སར།  
 དེས་སྦྱིད་དེས་སྦྱུག་གི་ངང་ཚུལ།  
 རྩོད་མོའི་སྐྱོས་གར་གྱི་ཞར་ལ།  
 རྩོད་རང་བཟེད་ཐབས་ཤིག་མི་འདུག།  
 བུ་ཡི་དྲུང་བསེལ་གྱི་རྩ་ཆབ།  
 རྩོད་རང་བཟེད་པ་རང་མི་འདུག།  
 འབབ་རྩུན་རྩུང་རྩུང་གི་སྐྱ་ལ།  
 རྩུ་སྐད་སང་སང་དེ་བཞིམས་འདུག།  
 མདའ་ཡི་ཞེའུ་གསེང་གི་ཐང་ཚེན།  
 རྩོད་རང་བཟེད་པ་རང་མི་འདུག།  
 ལུ་གུའི་མེ་ཏོག་གི་ཚལ་ན།  
 འབས་རྗེས་རྒྱུང་རྒྱུང་དེ་བཞག་འདུག།  
 བར་གྱི་དྲུངས་གསལ་གྱི་མཚེའུ།  
 རྩོད་རང་བཟེད་པ་རང་མི་འདུག།  
 རྩུབས་ཕྱན་རི་མོ་ཡི་དོགས་ན།  
 འལ་རས་གོར་གོར་དེ་བྲིས་འདུག།  
 ཞོགས་པའི་བསང་དྲུད་དེ་གཏོང་དུས།

རྩོད་རང་བཟེད་པ་རང་མི་འདུག།  
 པ་ལའི་རྩ་བསང་གི་ཐོག་མ།  
 རྩོད་གྱི་ལུས་རྩ་ལ་བསང་འདུག།  
 རྩོད་ལའི་དགོང་ཚོགས་དེ་འདོན་དུས།  
 རྩོད་རང་བཟེད་པ་རང་མི་འདུག།  
 མ་ལའི་སྐྱོན་ལམ་གྱི་དང་པོ།  
 རྩོད་གྱི་ལས་སྐལ་ལ་སྐྱོན་འདུག།  
 དགའ་བའི་དུས་སྐྱོན་ལ་རོལ་ཚོ།  
 རྩོད་རང་བཟེད་པ་རང་མི་འདུག།  
 མིང་སྲིང་བཞུགས་གུལ་གྱི་མགོ་ན།  
 རྩོད་ལ་བཞུགས་གདན་ཞིག་བཞག་ཡོད།  
 མར་མའི་རྩོང་རྒྱུང་གི་དོགས་སུ།  
 བཟའ་ཚང་གོ་འདུས་ཤིག་བྱས་ཏེ།  
 རྩོད་སྐྱུག་སྐྱེང་མོལ་ལ་རོལ་ཚོ།  
 ལུས་སེམས་སྐྱོང་བ་ཏུ་འདུག་ཅིང་།  
 མཚན་མོའི་སྐྱགས་རྒྱུང་དེ་ལྷང་བས།  
 རྩུ་འདབ་རྩུབ་རྩུབ་ཏུ་སྐྱོད་ཅིང་།  
 མོ་བྲིས་གཙོང་ལྷག་ཅིག་བྱས་ཚོ།  
 སེམས་པ་རྩུ་སྐྱེང་ལས་གང་བྱུང་།  
 རྩུང་ལྷང་སྐྱོ་སྐྱོགས་སུ་འཕུར་དུས།  
 རྩོད་ལ་འཕྲིན་པ་རེ་བསྐྱར་ཡང་།  
 རྩུ་ལོ་འདི་སྐྱོགས་ལ་ཐེབས་དུས།  
 འཕྲིན་ལན་གནང་བ་ནི་མི་འདུག།  
 ལུ་བྱུག་མོན་ལུལ་ནས་འོང་དུས།  
 རྩོད་གྱི་སྦྱིད་སྦྱུག་དེ་ཐོས་འད།  
 རྩོད་སྐྱོད་དྲུང་གི་ངག་གིས།  
 ལབ་སྐྱེང་མང་པོ་ཞིག་བྱེད་འདུག།  
 ཇོ་མོ་གངས་དཀར་གྱི་ཚེ་ནས།

རྒྱུང་འབོད་ལན་གསུམ་དུ་བྱས་ཡོད། །  
 རི་གཟར་བྲག་ཅ་དེ་བརྒྱུད་ནས། །  
 དེ་ཀར་ཐོས་པ་རང་ཨེ་བྱུང་། །  
 ཏྲ་མཚོག་ཁ་འབབ་ཀྱི་རྒྱུ་ལ། །  
 ཁ་དར་ལན་གསུམ་དུ་སྤུལ་ཡོད། །  
 རྒྱུང་རིང་ས་ཚེན་དེ་བཅད་ནས། །  
 དེ་ཀར་སྤེབས་པ་རང་ཨེ་བྱུང་། །  
 དྲི་བཞོན་བྱ་མོ་ཡི་ངག་ལ། །  
 གཡང་དཀར་འབའ་སྐྱ་ཞིག་བསྐྱར་ཡོད། །  
 དེས་མེད་ས་ཕྱོགས་ནས་རྒྱ་ཏེ། །  
 དེ་ནས་གསན་པ་རང་ཨེ་བྱུང་། །  
 རྩོ་སྤྱོད་བྱུག་མོ་ཡི་རྒྱོང་ལ། །

དན་པའི་གདུང་སེམས་ཤིག་བཅངས་ཡོད། །  
 རྩོ་བའི་མིག་རྒྱ་ཕྱུར་ནས། །  
 དེ་ཀར་བབས་པ་རང་ཨེ་བྱུང་། །  
 དན་གདུང་རི་རབ་ཀྱི་ཕྱུང་བོ། །  
 བསྐྱེལ་བས་ཚར་རྒྱ་ཞིག་མི་འདུག། །  
 མཚེ་མ་དབྱར་གཞུང་གི་ཚར་བ། །  
 བབས་པས་འཛོད་རྒྱ་ཞིག་མི་འདུག། །  
 དེ་འདྲའི་རྩོ་རྩོ་རང་མི་དགོས། །  
 རྩིང་ལ་ཅུས་པ་ཞིག་སྐྱེད་དང་། །  
 ལས་དང་སྐལ་བ་རེ་ལྷན་ན། །  
 འཕྲད་པའི་དུས་ཚོད་ཅིག་ལོས་ཡོད། །

ན་ལེར་བགོ་བའི་གཏམ།

འཇུ་སྐལ་བཟང་།

ཐལ་དཀར་མཚེ་བ་བསྐྱངས་འདྲའི་མཛེས་སྤྱད་གི་རྩུན་བོ། །  
 འཇུར་བག་དེས་མེད་རྒྱར་བ་སྤྱོད་དཀར་གྱི་རྩོད་གཡོགས། །  
 རྩ་རྒྱུང་སྤུ་ལོང་གཡོ་བའི་རྟུ་གསིང་གི་སྤང་ཐང་། །  
 མགོ་ལྗོག་ཤིག་ཤིག་ལྗེས་པ་མེ་ཏོག་གི་སྐྱ་ལོ། །  
 ཡིད་འོང་ཉམས་སུ་དགའ་བའི་ན་སྤང་གི་མཚམས་ན། །  
 ཏིང་འཛིན་འབྱམས་སུ་གྲས་པ་སྐོམ་ཚེན་གྱི་ནེ་ལེ། །  
 མཐོག་རྒྱུང་ཨ་བ་ཤར་དམིགས་པའི་བསམ་གཏན་དེ་ཐོངས་  
 དང་། །  
 འུ་ཅག་རང་ལ་ཕན་པའི་བགོ་སྤྱོད་ཞིག་བྱའོ། །  
 རང་ཞེན་བག་ཚགས་མཐུག་པའི་གདམས་ངག་གི་བྱུང་རྒྱུ། །

རྒྱང་དོར་དབྱུང་འཛོག་མེད་པའི་རམ་འཕྲུང་གིས་འབྲེངས་པས། །  
 རྒྱང་སྤྱོད་དེས་མེད་འཐབ་པའི་བགོད་རིམ་དེར་སྤེབས་ཚོ། །  
 མགོ་འཁོར་ཞེན་པ་ལྗོག་པའི་དེས་འབྲུང་ཞིག་འབྲུངས་སམ། །  
 མ་དག་རིང་ནས་གོམས་པའི་ལྷ་བ་ཡི་བྱ་རྒྱུང་། །  
 ཨ་འཐབས་དན་པ་གྲོང་པོས་རྩེ་གཅིག་ཏུ་བསྐྱུངས་པས། །  
 ཁ་སྤུ་བྱེད་བྱེད་གཡོ་བའི་དྲེད་བོ་ཁོ་མ་གཏོགས། །  
 རྒྱང་སྤྱོད་གཞན་ལ་རྒྱ་བའི་ཤེས་པ་དེ་འགགས་སམ། །  
 བལ་བའི་རྩམ་རྩོག་འགགས་པས་བྱ་གྲལ་ནས་ཐལ་ཞིང་། །  
 ལྷག་པའི་རྩོག་པ་མ་སྤྱོད་ལྷ་གྲལ་ཡང་མ་བྱེད། །  
 ལྷ་མིན་འདྲེ་མིན་སྤང་བོ་གསུམ་པ་ཡི་གཟུགས་ཀྱིས། །



དུས་དུག་ཁོར་མོར་འདའ་བའི་ཁོམ་ལོང་དེ་སྤུས་བྱེན། །  
ཐོབ་ཀྱང་དགའ་རིན་མི་འདུག་ཨའ་རོ་ཡི་ལོངས་སྤོང། །  
ཤོར་ཀྱང་འགྲོད་རྒྱ་ཅི་ཡོད་དེ་ག་ལས་མ་འདས། །  
ཀྱི་མ་ད་དུང་ཡིན་མདོག་རང་རྫོམ་གྱིས་ཆེ་བ། །  
མིས་འཕྱ་རང་ཡང་ཁྲེལ་བའི་གཞི་མ་ལས་འདུག་གམ། །  
དྲི་བཞོན་གྲོགས་སུ་རྩེན་པ་ཐང་དཀར་གྱི་མོད་པོ། །  
གཤོག་འགྱུར་ཡངས་པའི་སྐབས་ཀྱིས་ནམ་མཁའ་རུ་ཐིང་སྟེ། །  
བརྟན་བཞག་རྒྱག་པའི་ཕུང་བོ་མགོ་བོ་རུ་གཏོར་ཆོ། །  
ང་ཡང་འདབ་ཆགས་སྟམ་པའི་འདུ་ཤེས་ཤིག་མེད་དམ། །  
ལུས་སྦྱིས་སྒྲོ་རྗེད་སྤྱད་པའི་རིན་གོང་ལ་རུམ་ནས། །  
ཞོ་འཕུང་རྒྱགས་པའི་འུར་རྩོ་མགོ་བོ་རུ་སྐོར་ཆོ། །  
བྱ་ལམ་ས་མཐའ་བྲལ་བའི་སྦྱིན་དཀར་གྱི་གསེབ་ཏུ། །  
རྐང་ཅིག་ཉེད་ལ་ལྡང་བའི་མངོན་སྲོ་ཞིག་འཆར་རམ། །  
སྤྲོ་ཚོགས་བྱ་ཆེན་དང་ནི་བྱ་ཤམ་གྱི་ཚོགས་ཀུན། །  
བམ་ཤ་གསར་བའི་ལོངས་ལ་ཅི་དགའ་རུ་རོལ་ཆོ། །  
སྟོ་བ་སྟེང་འོག་འགྲུ་འདྲའི་ཚོར་བ་དང་འགྲོགས་ཏེ། །  
མགིན་པ་འགྲམ་རྒྱུ་བརྒྱུད་པའི་སྲེད་ལེན་ཀྱང་མེད་དམ། །  
ཡི་ཤེས་སྤྱན་འདབ་འཇུག་པ་རྣམ་སང་གྱི་བྱ་དག། །  
ཁྱོད་ལ་ཁྲེལ་དགོད་དབྱར་རྩ་ཆེམ་ཆེམ་དུ་སྤྱུལ་ཀྱང་། །  
ད་དུང་ལྷ་པ་ཀཱའི་སྤྲོ་འཛིན་གྱི་མལ་དུ། །  
སྤྱན་སྟོམ་བཙན་ས་འཛིན་པའི་ངང་རྒྱལ་འདི་སྟོ་ཨང་། །  
ཀུན་འགོ་ལྷ་སོགས་སེམས་བྱུང་རྣམ་གཡིང་གི་བྱ་རྒྱུད། །  
འཇུར་བཅིང་བྲ་བ་རྒྱ་བའི་ཁྲུང་ལུགས་སུ་འཇུགས་པ། །  
དབང་མེད་བཙན་གྱིས་སྤྱོད་པའི་བྱེད་པོ་ནི་མ་མཆིས། །  
ཅུང་ཟད་ཡན་པར་བཏང་ན་བདེ་ཉམས་ཤིག་མེད་དམ། །  
ཤ་སྦྱིབས་བགས་པའི་མལ་དུ་འདྲེན་བྱེད་གྱི་རྒྱ་བྱར། །  
རྩ་རྒྱས་ཐག་ཞགས་དམ་པོས་འཆིང་བ་དེ་སྟོད་ལ། །  
ཐིང་ཁམས་ཡངས་པའི་ཁྱོན་ལ་བག་ཡངས་སུ་སེབས་དང་། །

དོན་ལྡན་གཤིས་ཀྱི་རི་མོ་མངོན་སུམ་དུ་མངལ་འོང་། །  
གཤོག་དུག་རྩལ་ཁ་རྩོགས་པ་བྱ་རྒྱལ་གྱི་ཁྲུང་ཆེན། །  
གནམ་སའི་དཀྱིལ་འཁོར་སྦྱིབ་པའི་ལུས་བོངས་ཀྱིས་དྲིགས་  
ཤིང་། །  
གཤོག་འཇུགས་སྤང་སྤྱབས་སྦྱར་བའི་རྩལ་ལྡན་གྱི་སྤྱུག་མོ། །  
སྤྲོ་ནག་སྤར་འཛིན་བྱེད་པའི་སྤེར་ཁྲིམ་དེ་འཇིགས་སམ། །  
ཡིད་འོང་ཁྲུ་བྱུག་བྱ་མའི་ལོངས་སྤོང་གྱི་འཁོར་ལོ། །  
རིག་བྱེད་དབྱངས་བདུན་རྩོགས་པའི་སྤྱ་སྟམ་གྱིས་བྱུག་ཅིང་། །  
འཕྱོར་གཟུགས་ལྡེམ་ལྡེམ་སྟོད་པ་རྒྱ་བྱ་ཡི་སྟེག་མོ། །  
མི་ཏོག་གཞུ་ཅན་བསྐྱུ་བའི་འཛོ་སྟེག་དེ་མཚར་རམ། །  
མཐོ་རིས་འོད་ལྷ་བསྐྱབས་པའི་མངོས་སྤྱུག་གི་མ་བྱར། །  
དུག་ཆེན་ཟས་སུ་སྤོད་པའི་གདམས་ངག་ཅིག་ཡོད་ལ། །  
སྤྲོ་མཁས་སྤེ་དམར་སྟོད་པའི་ནི་ཙོ་ཡི་ཚོགས་ལའང་། །  
ཕར་བཤད་རྒྱུར་ལ་སྦྱོར་བའི་ཁྲུང་ཚོས་ཤིག་འདུག་གོ། །  
མང་མང་བགྲང་གིས་མི་ལང་བགྲང་དགོས་ཀྱང་མི་འདུག། །  
འདིས་མཚོན་མཁའ་ལམ་སྟོད་པ་གཉིས་སྟེས་གྱི་ཚོགས་འདིར། །  
རང་རང་གཤིས་དང་བསྐྱུན་པའི་ངོ་མཚར་རེ་རྩོགས་ན། །  
ཁྱོད་ལ་པ་ཡིས་སྟོན་ནམ་མ་མ་ཡིས་ལན་ནམ། །  
རྩལ་དགུ་སྟོབས་སུ་དར་བ་བྱ་ཆེན་གྱི་ཚོགས་འདིར། །  
བག་ཡངས་སྤང་སྤྱབས་སྦྱར་བའི་བདེ་སྤྱུར་ཞིག་འདུག་ཀྱང་། །  
རང་རང་སྤོང་བའི་སྤྱབས་གྱི་དཀའ་སྤྱད་ཅིག་ཡོད་གྱི། །  
མིན་ན་ཁྱོད་དང་གཉིས་སུ་མེད་པ་དེ་ཤེས་སམ། །  
ཁྱོད་ལ་གདོས་སུ་སྤྱི་བ་སྟོ་བྱུལ་གྱི་ལྷ་བ། །  
པ་མེས་སྟེང་གི་གཅེས་འོར་ལགས་པ་དེ་ཨ་གོ། །  
མཚུ་རྗེན་སྤེར་ཁྲིམ་གཡོ་བ་སྤྱན་སྟེས་གྱི་ཚོས་འདི། །  
ད་དུང་གཞན་ལ་བཀོལ་ཀྱང་ཚོག་པ་དེ་ཨ་ཤེས། །  
དུས་ཀྱི་འཕོ་འགྱུར་གར་མཁའ་རྐང་སྤྱབས་བཞིན་སྦྱར་ཞིང་། །  
ཙོ་འདྲའི་འཇིགས་པ་བདུད་པའི་མདུང་རང་བཞིན་གཟེངས་ཆོ། །

ད་དུང་ཅེ་རེར་གཟིགས་པའི་དུས་སྐབས་དེ་མ་ཡིན། །  
གོ་ན་ཚོད་ཀྱང་རྩལ་དགུ་ལྟ་མེད་དུ་སྐྱུགས་ཤོག།  
རྣམ་གཤེད་རྒྱང་བྱ་དར་མའི་རྟ་པོ་ཅུ་ཞེན་ཏེ། །

མིང་པའི་གོང་སློ་ལྷལ་བ་ནམ་ཞིག་གི་ཚོ་ན། །  
སློ་བུར་སྦྱང་ཁམས་འཇུགས་ཏེ་དབང་མེད་ཀྱི་མགོན་ནས། །  
ཚོད་མེད་བབ་ཚལ་ཐལ་བས་དགོངས་པ་རང་མ་ཚོམས། །

ལྗོན་པའི་ཕུགས་བསམ། (ཞར་བཀོད་གཅིག་ཡོད)

འཇུ་སྐལ་བཟང་།

དབྱིད་གསུམ་མཚར་སྐྱུག་མེ་ཏོག་ཆལ་ཆེལ་དུ་བཞད་པས། །  
ཨ་ལྷེའི་དབུ་ལོ་མཛེས་པའི་རྒྱན་ཆ་ཚམ་ཡོང་ན། །  
ན་རྒྱུང་སོར་མའི་མཚོན་གྲིས་ཆལ་བ་ཅུ་འཕངས་ཀྱང་། །  
འགྲོད་མེད་བཏང་སྟོམས་ཆེན་པོའི་གཞི་དབྱིངས་སུ་བཏང་ཚོག།  
དབྱར་གསུམ་སྐྱུམ་སྐྱུག་ཡལ་འདབ་དཔག་ཚད་དུ་རྒྱས་པས། །  
ཨ་ཚོའི་སྐྱུ་ངལ་གསོ་བའི་ཚད་སྐྱོབ་ཚམ་ཡོང་ན། །  
ཚ་གདུང་མེ་དུག་དྲག་པོས་བཙེ་མེད་དུ་གཟེར་ཡང་། །  
བསྐང་མེད་ཞི་བ་ཆེན་པོའི་གཞི་དབྱིངས་སུ་བཏང་ཚོག།  
སྟོན་གསུམ་སྦྱིན་ལེགས་འབྲས་བཟང་པང་ཕུང་དུ་དུད་པས། །  
མོ་པོའི་ཚོ་མདངས་གསོ་བའི་བཅུད་ལེན་ཚམ་ཡོང་ན། །  
རྣོ་ངར་རྩ་རྩོར་གདུག་པོས་འཛིང་བ་ནས་བཅད་ཀྱང་། །  
ཕངས་མེད་དགའ་བ་ཆེན་པོའི་གཞི་དབྱིངས་སུ་བཏང་ཚོག།  
དགུན་གསུམ་ཡལ་གའི་ཁོ་ལག་ཕྱོགས་མེད་དུ་བརྒྱུངས་པས། །  
སྤོ་པོའི་མེ་སྟོབས་གསོ་བའི་དྲོད་ལེན་ཚམ་ཡོང་ན། །  
རེག་གཙོད་སྟ་གི་ངར་མས་དུམ་བྱ་ཅུ་གཏུབས་ཀྱང་། །  
ལན་མེད་བཟོད་བ་ཆེན་པོའི་གཞི་དབྱིངས་སུ་བཏང་ཚོག།  
ལྷུང་པར་རིང་བའི་རྩེ་མོ་ནམ་མཁའ་ཅུ་བསྐྱེགས་པས། །

ལུ་སྲིང་བྱ་ཚ་དགེས་པའི་སྐས་གདང་དུ་གྱུར་ཏེ། །  
རྒྱ་སྐར་དོ་ཤལ་ལེན་པའི་རྐང་སྟེགས་ཤིག་ཡོང་ན། །  
རེ་སྟོ་གཏོང་ནས་ཚམ་པའི་དགའ་སྟོན་ལ་རོལ་འགོ། །

ཞོགས་པའི་གངས་རི།

སྐྱ་རེངས་གོས་དག་གི་བ་ཡི། །  
མད་བྱང་ཁ་བའི་ས་འཛིན་མོ། །  
མ་བཙུག་དུང་བའི་ཉམས་རྗོགས་པ། །  
སྐྱ་གྲིས་གྲུབ་པའི་དབེ་ན་སེ། །  
ཉེན་བྱེད་སྤང་བའི་ལག་པ་ཡི། །  
རེག་པ་གསར་བ་ཐོབ་གྱུར་ན། །  
འཛོ་སྟེག་ཉམས་གྱི་པད་དཀར་ལས། །  
ཚེ་དགའི་འཇུ་མ་རྒྱབས་འཕྱར་བྱེད་ལ། །  
ད་དུང་ཅི་དགའི་རོལ་སྟེག་གིས། །  
ཡང་དག་དགའ་སྟོན་བསྐྱབས་གྱུར་ན། །  
བདེ་ཆེན་ཚོར་བའི་རྒྱངས་སྟོན་གྱིས། །  
དགུ་ཚོགས་དབྱིངས་ཆེན་འཕྱུད་ཀྱང་སྲིད། །  
འོན་ཀྱང་དེ་ཚེ་བསེལ་ལྷན་མ། །  
རང་ལུས་བོར་བའི་རྒྱངས་གཟུགས་ཅམ། །  
འོད་ཟེར་སྤང་བའི་བྱ་རྒྱུང་ལོ། །  
ཐིག་གང་མེད་པའི་གཟི་བྱིན་སྟེ། །

མི་ལམ་གྱི་འཛིགས་པ།

ལས་ཡ་མཚན་སྒྲ་མོ་ཅི་ཡང་མཐོང་། །  
 རྙིང་འཇིགས་སྐྱེག་སྒྲ་བ་བཟང་དུ་མེད། །  
 མདང་མར་ཉལ་མི་ལམ་ལུན་གསུམ་མ། །  
 དུས་ད་ལྟ་དྲན་ཡང་ཡ་རེ་ང་། །  
 ཞེ་སྐྱེག་བསྐྱེད་དུག་པོས་བརྟགས་ན་ཡང་། །  
 རྙིང་ལུས་གསུམ་ཁང་རྒྱང་གཞིག་གིས་དོགས། །  
 ད་ཤར་མར་ཡི་གེའི་རི་མོར་སྟེལ། །  
 བྱེད་སྐྱོག་མཁན་སྐྱེན་ལ་གཟེགས་མོར་སྟོ། །  
 ཕྱི་གཞིས་ཁྲིམ་ཁང་རྒྱང་ཚ་གང་སྟོམ། །  
 རང་མལ་གོས་དར་ཟབ་རེག་བྱ་འཇམ། །  
 འཕྲལ་ལུས་སེམས་བདེ་བའི་ཉམས་ཤིག་ཤར། །  
 རྐང་ཅིག་གིས་མི་ལམ་གྲོང་འདབས་ཉལ། །  
 ཡུང་ཚམ་ན་མཛེས་སྐྱེག་འབྲིལ་བག་ཅན། །  
 མདངས་དཀར་དམར་རྒྱ་སྐྱེས་སྐྱ་བྱེད་བ། །  
 ཕྱག་རེག་འཇམ་ཡལ་འདབ་ཕྲ་བ་ཞིག། །  
 དའི་དཀྱིལ་ཡངས་བྲང་ལ་འཕྱུད་ནས་བྱུང་། །  
 རྒྱང་ཞིམ་མངར་བུ་ཞོས་བསྐྱེད་བ་ཡི། །  
 དའི་དྲིན་ཅན་མ་ལོ་ཡིན་ནམ་སྟམ། །  
 ཕྱགས་སྐྱེག་བསམ་ཞལ་ཉམ་བསྐྱེད་བ་ཡི། །  
 ཁོང་བྱམས་ལུན་པ་ཡང་ཡིན་སྐྱེས། །  
 ཡང་ཟོལ་མེད་དག་པའི་དུང་སེམས་ཅན། །  
 དའི་གཏན་གྲོགས་མཛེའ་མོ་ཨེ་ཡིན་སྟམ། །  
 མཐར་གཞལ་མེད་ཕྱགས་རྗེའི་ཁྱབ་བདག་ནི། །  
 ལྷ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོའི་པོ་ཉར་བརྟགས། །  
 དུས་ལུན་རིང་འདྲིས་པའི་བག་ཆགས་ཀྱིས། །  
 ཡིད་དགའ་དང་སྐྱོ་ཤས་མཉམ་གཅིག་སྐྱེས། །

འབྲུག་སོ་དཀར་རི་མོ་ཐོད་ལ་ལྷངས། །  
 རྫོ་ཡིད་ཆེས་རྫོ་སྐྱེད་ལག་ཏུ་གཏད། །  
 གྲེ་མ་མ་མི་བཟང་ཁོ་གཉེར་ནི། །  
 དཔངས་ངམ་མཐུག་ཆར་སྐྱིན་བརྟེགས་པའི་ཟླ། །  
 ཡིད་འཇིགས་རུང་ཐོ་ཡོར་ནག་རོ་བ། །  
 འབྲོས་ཐར་མེད་སྐྱེད་ཁར་འགྲེལ་འདི་ཅི། །  
 ལས་ཉེས་མེད་མི་ལུས་འདོམ་གང་བ། །  
 དུས་རི་རབ་དོག་པས་མནན་འདྲ་བྱུང་། །  
 རྫོ་བག་ཡངས་ཉལ་བའི་རྒྱ་གཏར་ཡང་། །  
 རྙིང་འཇིགས་སྐྱེག་འཐོར་རྒྱང་དུག་པོས་གཡོ། །  
 ཕྱི་སྐྱོད་བཅུད་བརྟན་གཡོའི་ཚོས་དག་ནི། །  
 མིག་གཟུགས་འཛིན་དབང་པོར་མངོན་སུམ་བཟ། །  
 རང་རང་གཞན་གཤིས་ལུགས་མ་ལུས་ཀྱང་། །  
 ཡིད་སྐྱིབ་བྲལ་གཞི་ལ་འཆར་མོད་ཀྱི། །  
 འགྲལ་འདོད་ཚོ་གདོས་བཅས་ལུང་བོ་ལོ། །  
 དཔར་རི་མོར་པབ་པའི་གཟུགས་བརྟན་བཞིན། །  
 སྐྱ་འདོད་ཀྱང་དག་གི་འདབ་མ་ནི། །  
 མགིན་དཀར་ནག་མཚམས་ན་ཨར་ལ་གཏད། །  
 རྙིང་སྐྱ་ལམ་གནམ་ལུགས་མཐོ་སྟམ་ཡང་། །  
 མགོ་དགྲེ་ཚམ་མི་ལུས་མནན་ཏེ་བྱུང་། །  
 དམའ་སྐྱ་ཚོགས་འཛིན་མ་ཡངས་སྟམ་ཏེ། །  
 རྐང་རྒྱུང་སྐྱམ་མི་ཤོང་གཏད་ནས་འདུག། །  
 ལུས་ཁོམ་ཁོམ་འབབ་པའི་དུལ་ནག་འདིས། །  
 ཤ་རུས་པའི་ལུང་བོ་གཞིག་ལ་བརྩོན། །  
 དུགས་ཐེར་ཐེར་རྒྱ་བའི་འཆི་ཞགས་འདིས། །  
 རོག་དྲན་པའི་མགིན་ཐག་འཆིང་ལ་ཉེ། །

ལྷ་ཡོད་ན་སྲིད་ཞིའི་ལྷ་ཚོགས་མཁུན། །  
 ལས་འདི་ཚོད་འདྲ་ཞིག་ཅི་ལ་བྱུང་། །  
 སེམས་ཇི་ལྟར་ནང་དུ་བསྐྱོར་ན་ཡང་། །  
 འདིའི་རྒྱ་རྒྱུན་སྐྱེ་རྣམས་ལྟོ་རྒྱ། །  
 ལྷ་ལ་ཡང་ཡང་བརྟགས་པའི་ཐ་མ་ལ། །  
 ཡིད་ཀུན་རྟོག་དར་དམར་ཡོལ་བ་བྱ། །  
 དོན་བདེན་པའི་གཟུགས་བརྟན་ངང་གིས་ཤར། །  
 རིག་སང་པའི་ངེས་ཤེས་གཏིང་ནས་འདྲོངས། །  
 ཐབས་རྒྱ་མས་སྤུལ་པའི་ལག་པ་ཞེས། །  
 གནས་ག་ཤེད་ལུལ་ནས་ཐོན་བ་བྱན། །  
 ལྷ་ཚོན་བོའི་ཕོ་ཉ་ཡིན་ནོ་ཟེར། །  
 དངོས་ཀྱི་བཞོ་སྐལ་འགྲེང་དོ་སྐད། །  
 ལག་ཡར་སྐོར་རིན་ཚེན་མན་གསལ་བཤམས། །  
 དེའི་སྤོང་དུ་མར་ལུའི་མཚོད་ཡོན་སྟོ། །  
 མར་སྤོགས་ན་ལྷར་ཤིང་ལོ་མ་དགྲིགས། །  
 དེ་ལ་ཡང་ཚེར་མའི་སྤུ་རིང་གཟེངས། །  
 མཐོ་ཉེན་བྱེད་སྤང་བ་ལྷབས་པོ་ཆེ། །  
 སྤོགས་རིས་མེད་སྤིང་བཞི་གསལ་ནའང་། །  
 རང་གི་མས་ཞེབས་པའི་ས་ཚམ་ལ། །  
 དེ་ཉིད་ཀྱང་འགོག་པའི་གཤམ་ཤོམ་ཚོམ། །

རྫོ་འཕུལ་བའི་གཤོག་རྒྱང་ལྡན་གྱུར་ན། །  
 ལག་སོར་མོའི་བར་ནས་ཐར་ཡང་སྲིད། །  
 གཞན་དང་བོར་སྤྱོད་བ་པལ་བའི་ཚོགས། །  
 དབུགས་དགག་དོགས་འཇིགས་པས་ཉེན་མཚན་སྤྲེལ། །  
 ལར་ཡིན་རྒྱ་དེ་ག་ཡིན་ནས་གདའ། །  
 དེ་ཡིན་ཀྱང་བྱ་ཐབས་ཟད་ནས་བྱུང་། །  
 བྱེད་ཚོ་གས་པ་མང་མི་སྤོགས་སྐྱམ། །  
 འཇིགས་ཡེ་རེ་རེ་ཞིག་བསྐྱེད་མོད་ཀྱི། །  
 ལས་ཐ་མ་བཟོད་པའི་ཐབས་ལམ་ཟད། །  
 ལྷ་ཡེ་ཤེས་བདག་ཉིད་ཚེན་བོ་ཞེས། །  
 དག་སྤང་ངེ་ཐེངས་གཅིག་བོས་བ་ཡིས། །  
 གཉིད་ཡེ་རེ་སང་འདི་ཨ་རེ་སྟོ། །  
 རྫོང་ལྷང་མེད་སྤོན་པའི་རྐང་ཐོ་ནི། །  
 དུས་ད་དུང་བྲང་གི་སྤོགས་བྱར་དུང་། །  
 འདི་མི་ལམ་ཡིན་ན་དགའ་བ་ལ། །  
 དོན་དངོས་རྒྱལ་ལགས་ན་ཇི་ལྟར་བྱ། །  
 རང་བྱུང་གི་སྤང་རྒྱལ་ཡིན་ནོ་ཟེར། །  
 ཚོན་རིག་གི་འགྲེལ་བ་ཡོད་དོ་སྐད། །  
 འགྲེལ་བཤད་ཅིག་ཡོད་ན་དགའ་བ་ལ། །  
 འགྲེལ་མེད་དུ་ལུས་ན་ཡི་རེ་ཆད། །

འཇུམ་ཞལ།

འཇུ་སྐལ་བཟང་།

—— རྫོ་རོ་བཞི་ཚམ་ལོན་པའི་བྱ་སྤྱུག་ལ་ལུལ་བ།

དགུན་གསུམ་བཟུ་ཤིས་ལ་བ་དཀར་བོས། །  
 ལོ་ལོ་ལྷོད་ཉིད་ང་ལ་གནང་བྱུང་། །

དབྱིད་གསུམ་མེ་ཏྲིག་རྗེ་རྒྱུང་གསར་བས། །  
ལོ་ལོ་ལྷོད་གྱི་འཇུག་ཞལ་བྱེ་སོང་། །

བ་བ་འཇུག་ཅམ་ཤེས་པ་ཉིད་ནས། །  
བ་བས་འཇུག་ངོ་སྤར་ཡང་བརྟན་སོང་། །  
ལོ་ལོ་ལྷོད་རང་ང་དང་མི་འདྲ། །  
ལོ་ལོ་ལྷོད་འཇུག་ལ་ཉེ་རིང་བྱེ་འདུག།

བ་བ་དང་པོ་འཇུག་ཐེངས་གཅིག་གིས། །  
བ་བའི་མི་ཚེ་བྱེད་ཀ་ཡོལ་ཐལ། །  
ལོ་ལོ་ལྷོད་སྐྱེ་ཚེ་སྐྱེས་ཐག་རིང་ཡང་། །  
ལོ་ལོ་ལྷོད་ལོ་ལྷོད་པ་དང་པོ་འགྲིག་སོང་། །

ལོ་ལོ་བ་བའི་སྤྱན་ན་ཚུང་ཡང་། །  
ལོ་ལོ་ཡིན་ལ་ངོ་གཞོང་མི་འདུག།  
བ་བ་ལོ་ལོ་ལྷོད་སྤྱན་ན་ཚེ་ཡང་། །  
བ་བ་ཟེར་ཚེ་སེམས་བ་བྲེལ་བྱུང་། །

ལོ་ལོ་ཐོག་མའི་འཇུག་ཞལ་རྟོན་ས། །  
ལོ་ལོ་གཏུན་གྱི་འཇུག་ཞལ་རྟོན་ས། །  
ལོ་ལོ་བདེན་པའི་འཇུག་ཞལ་རྟོན་ས། །  
ལོ་ལོ་ལྷོད་རང་མ་མ་ལོ་ན། །

འགྲོད་གདུང་།

འཇུག་སྐལ་བཟང་།

བདེ་སོགས་སྐྱེག་མོ་གར་གྱིས་རབ་ལྷོས་རྐང་གཡས་འདྲིང་པའི་སྤང་སྤྲོས་ལས། །  
རྣམ་སང་ལྷོད་ལྷོད་དུས་བྱུང་ཆད་པ་ས་ལ་ཟགས་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་ན། །  
སྐྱེ་མའི་སྤྱེལ་ཚོགས་ཟན་ལ་རྩོད་ཕྱིར་མཇུག་མ་བསྐྱེད་པའི་གོ་སྐབས་སྤྱ། །

ངོ་ཚོའི་འཕོངས་ཚོས་སྤྱི་ཡིས་དག་པའི་མདུང་ལྷན་མོར་ཅི་ཡང་རོལ། །  
 དེའི་ཚེ་ག་ལྷན་ཚུ་སྤྱང་དངས་མོ་སྤྱང་བོར་འཁྲུགས་པའི་སྤྱིན་འཛིན་ནི། །  
 རབ་ཏུ་ཁྲོས་ལས་བཀའ་ལུང་གཟེ་བརྒྱན་འབས་ཀྱིས་བརྒྱུངས་པའི་ནོར་འཛིན་མ། །  
 ལུས་སྤྱིས་འཁྲི་ཤིང་འདར་བའི་ཚེ་ནས་དདུལ་ཚུའི་སྤྱི་ཏིག་ལྷན་པའི་རྒྱན། །  
 མ་སྤྱང་སོ་ཉ་རིངས་པའི་སྤྱབས་ཀྱིས་གསེར་གྱི་བྱེ་མ་འབྲེམ་བཞིན་སྤྲུགས། །  
 གཡོ་ལྷན་ལྷབས་སྤོང་སོར་ཚེས་བཏེགས་པའི་ཡིག་རིས་གཟེགས་མ་སྤོང་བ་ལས། །  
 སྤྱི་གཅན་མགོན་པ་དབྱིངས་སྤྱི་རལ་བའི་སྤྱང་བྱེད་དྲ་བའི་ལྷན་མ་འཁྲུགས། །  
 སྤྱི་གཅན་འཁྲུགས་པའི་སྤྱི་ཀྱིས་ངལ་བ་བྱང་རྒྱུད་ནོར་འཛིན་སྤྱིན་ལེགས་མ། །  
 གཉེད་དུ་ཡུར་བའི་ཚོངས་ཚེན་སྤྱིང་ལ་དྲག་ཏུ་སྤྱིན་ཅེས་ཡང་དག་བཞུགས། །  
 རྒྱོང་ཚེན་དབྱིངས་ལས་སྤྱིང་བའི་མེ་ཏོག་གཞུག་སྤྱིང་ཁྲུགས་པས་སྤྱིང་ཀྱིས་བཟུང་། །  
 མཚེལ་མའི་སྤྱི་ལེགས་རིང་དུ་འཕེན་པ་རྒྱབ་རིང་འཁྲུག་པའི་ཚང་ཚང་དུ། །  
 ལྷན་སྤྱིས་རིག་པའི་སྤྱི་གཟེགས་དམར་པོ་ཚུང་ཟད་འཁྲུག་པའི་མེ་ལེགས་ཀྱིས། །  
 ཚོངས་པའི་འཁྲི་ཤིང་བསྤེགས་པའི་ཐལ་བ་མཚོགས་འགྲོ་དགའ་བའི་ཟས་སྤྱི་བྱེན། །  
 དེ་ཉ་ནའང་ཚུ་ལྷན་བཞུ་བྱེད་སྤྱི་ལྷན་སྤྱི་མེ་འཛུམ་པ་ཡིས། །  
 རིག་པའི་སྤྱིས་ལུལ་དཔུང་བ་འཐབ་པའི་ཐ་སྤྱང་པ་མཐའ་ག་ལ་ཚོད། །  
 དེས་མེད་ལྷན་བའི་སྤྱི་པའི་འཕོར་རྒྱུང་བདུད་པོ་ཁྲོས་པའི་མཚེ་ཚེ་ན། །  
 ལྷན་པའི་མགོན་ལ་གཡུ་མོ་བྱེད་འདྲིས་གཡུའ་བའི་རྒྱག་རྒྱ་སྤྱིང་ལ་ཟེན། །  
 ཡོན་པོར་སྤྱི་བའི་སྤྱིན་མའི་གཞུ་ལས་སྤྱིང་ཚེས་བརྒྱན་པའི་མདུང་སྤྱི་ལོང་། །  
 ལྷན་ལ་ཁ་རྒྱུང་ཡངས་པར་ལྷན་བའི་གཡུའ་ཤིང་ལོ་མ་འཛུམ་པ་མའི། །  
 མིག་སྤྱིན་ལེན་བྱ་མཚང་བའི་གཞོན་ཤར་འཁྲུགས་པར་སྤྱིང་འདྲའི་ཚོ་ག་ཅན། །  
 འདི་སྤྱིང་བསྤྱི་བྱེད་སྤྱི་མའི་འཛུམ་ཀྱིས་ཅོ་ཏའི་འདབ་མ་དྲག་ཏུ་གཡོ། །  
 སྤྱི་ལྷན་ལ་རལ་བའི་རྒྱར་སྤྱིང་འཕྱངས་པ་སྤྱི་བདུད་ཁྲོས་པའི་ཁ་རྒྱུངས་ནི། །  
 སྤྱིན་སྤྱིང་ནག་པོ་དཔངས་སྤྱི་བཞེགས་ལས་རྒྱར་བའི་མིག་དཔྱུས་སྤྱི་གི་བྱ། །  
 ལྷན་པར་འགྲུ་ལོང་ཅོ་འདྲའི་མཚོན་རྒྱན་གཡུས་གཡོན་སྤྱི་གསེངས་པ་ན། །  
 སྤྱིང་པའི་བྱེན་ཤ་ལབ་ཅོའི་བ་དན་དྲི་བཞོན་སྤྱི་གའི་གར་ལ་ཚེན། །  
 བཟང་བྱའི་སོར་མོས་འཕྲུ་བའི་ཚུལ་ཀྱིས་ཚེ་བྱེད་ཁྲུགས་པ་དྲིལ་ཉེ་ཡང་། །  
 རེས་སྤྱིད་རེས་སྤྱི་གའི་མའི་ངང་དུ་ད་དུང་ལུས་པའི་གདུང་ལྷན་ཀྱིས། །



མིང་པའི་གངས་ཆེན་བརྗེད་པོའི་མདུན་ན་ལྷང་མའི་ཕོན་པོ་སར་ཕབས་ཏེ། །  
མཆི་མའི་རྣམས་རིས་ཅི་ཡང་འགོད་འདི་གཉིས་མེད་སེང་གའི་རྣམ་ཐར་རོ། །

དུང་སེམས་ཀྱི་འཆར་སྣང་། (ཆོན་པ་རྒྱག་ཡོད)

འབྲུ་སྐལ་བཟང་།

གསང་མཐེལ།

ཞོགས་པའི་ཉི་རུལ་ལ་ཟོས་པའི། །  
ལྷ་ཆོགས་མེ་ཏྲོག་གི་འཁྲི་ཤིང་། །  
སློ་བུར་མཚར་སྐྱུག་གི་བཞེན་རས། །  
ང་ཡི་སྣོང་ཁ་ཅ་དུང་བྱང་། །  
བསྟུང་ཞེས་བྱུལ་བྱུལ་གྱི་སློས་ངད། །  
དྲི་འཛིན་བྱ་ག་ཅ་གཟན་ཅིང་། །  
སྣང་རྒྱང་ཉེལ་ཉེལ་གྱི་གོ་སར། །  
མཚུ་སློས་ན་རྒྱང་ལ་གཙོས་བྱང་། །  
དེན་དང་ཤེས་བཞེན་གྱིས་བརྟགས་ན། །  
གསང་མཐེལ་དཀའ་མོ་རང་མི་འདུག། །  
དབང་ཕྱོགས་བསེལ་རྒྱང་གི་རྩ་ཡབ། །  
གདོད་ལ་སྐུལ་བ་འདིས་མེན་ནམ། །  
དུས་འཛིན་ཉེན་བྱེད་གྱི་ཕོ་ཉ། །  
མི་སྣོད་སྐྱེས་ལམ་དུ་བཏེག་བས། །  
ཐན་པ་ལྷ་ས་ན་སྣོད་ཀྱང་། །  
ལས་དབང་གོ་སྟོན་ཏུ་སྣང་བྱང་། །  
བསྐྱེད་ཀྱི་ཆོགས་ཀུན། །  
སྐད་ཅིག་པ་རོལ་ལ་ཕྱོགས་ཏེ། །  
འཛོ་སྐྱེག་དེས་མེད་གྱི་བཞེན་རས། །  
ནམ་མཁའའི་བྱ་རྗེས་ལ་འགྲན་ཐལ། །

བྲན་དང་ཤེས་བཞིན་གྱིས་བརྟགས་ན།  
གསང་མཐེལ་དཀའ་མོ་རང་མི་འདུག།  
རྩལ་ཕྱོགས་འཐོར་རླང་གི་རྒྱན་པོ།  
རྒྱབ་ནས་ལྷང་བ་ཡིས་ལན་འདུག།

མ་བསམ་འབྲེན་བྱེད་གྱི་སྣང་ངོར།  
དང་ཡང་གཡོ་མེད་དུ་འབྲེང་བའི།  
འཆི་མེད་མེ་ཏོག་གི་སྒྲོན་པ།  
འཇུ་མ་ཞལ་ཁོ་བོ་ལ་ཕྱོགས་འདུག།  
མྱོས་པའི་རྟང་རྟལས་དེ་མེད་ལ།  
སྤྱ་བྱེད་བསུང་ཞིམ་ཡང་མི་སྒྲོ།  
སྒྲིན་པའི་དུས་ཚོགས་ལ་སྤྱགས་དང་།  
ཟེལ་དང་རྩལ་མ་ཡིས་མཚོན་ཟེར།  
བྲན་དང་ཤེས་བཞིན་གྱིས་བརྟགས་ན།  
གསང་མཐེལ་དཀའ་མོ་རང་མི་འདུག།  
རྩལ་བརྟན་པོ་ཞིག་ཆགས་པས།  
སྣང་བྱ་རྒྱུགས་ཐུབ་རེ་སྒྲིན་སོང་།

སྣང་སྲིད་སྒྲོས་གར་གྱི་འདེགས་འཛོག།  
གར་མཁན་རྟང་རྟལས་ལས་སྦྱར་བ།  
ངས་མེད་དྲི་བཞོན་གྱི་སྣང་བ།  
སྤར་ཡང་འཆར་ཁ་ནས་སྒྲོས་བྱུང་།  
ཡིད་འོང་རིན་ཆེན་གྱི་བྱམ་བཟང་།  
དྲངས་བསེལ་སྤན་རྒྱ་ཡིས་བཀང་སྟེ།  
བདག་ནི་བསང་གཏོར་གྱི་ཐོག་མ།  
འཆི་མེད་མེ་ཏོག་ལ་ཕྱོགས་སོང་།  
བྲན་དང་ཤེས་བཞིན་གྱིས་བརྟགས་ན།  
གསང་མཐེལ་དཀའ་མོ་རང་མི་འདུག།

མ་བཅོས་དག་མཚན་ལ་ཞེན་པ།  
བག་ཆགས་འཇོག་ལྷགས་ཀྱིས་ཡིན་འདུག།

དབྱར་གྱི་ཆར་རྒྱན།  
དུག་པའི་སྟོ་སྒྲིན་མོ་མལ་ནས་ལྷང་སྟེ།  
ཀུན་གསལ་མཇའ་བོ་ཡི་ལྷས་ལ་འཁྱུད་བྱུང་།  
ལིང་ལིང་གར་སྟབས་ཀྱིས་ཀུན་ནས་ངལ་ཡང་།  
སྟོས་པའི་འགམ་ཆང་ལ་ཟད་བ་མི་འདུག།  
དེ་ལ་ངོམས་མེད་དུ་ཡང་ཡང་འཐུང་བའི།  
རྩ་ལྷང་ལྷ་གྱུ་ཡི་ན་རྒྱང་བོ་མོ།  
ལྷས་ལ་མངོན་འདོད་ཀྱི་སྦྱེ་ལོང་ག་ཟེངས་ཤིང་།  
དདུལ་རྒྱུའི་ཐེགས་པའང་ཐོལ་ཐོལ་བྱེད་དོ།  
ན་ཕྱ་མཚར་སྟུག་གི་ལམ་གྲོགས་བྱ་མོ།  
དངས་བསལ་ཆར་རྒྱན་གྱིས་བརྒྱན་པའི་བཞིན་ན།  
སྒྲིན་ལེགས་མཁུར་ཚོས་ཀྱི་ཀུ་ཤུ་གསལ་ཞིང་།  
ཡིད་འོང་བྱར་མིག་གི་བྱང་བ་ལྷག་ལྷག།  
གནག་རྒྱམ་ལན་བྱ་ཡིས་བྱེད་ཅམ་བསྐྱབས་པའི།  
བལ་བའི་མཚུ་སྒྲོས་དེ་སྟིང་ལ་འབབ་ཅིང་།  
རྩ་ལྷན་སྟོད་གོས་དང་ཀུན་ནས་མཇའ་བའི།  
བྱང་སྐྱེས་སྟོས་བུམ་དེ་མིག་ལ་གཟན་པ།  
དདུལ་བའི་མེ་ལོང་ན་རྒྱན་མར་འབབ་པའི།  
སྐྱང་ཆར་ཐེགས་བྱེད་དེ་ང་རང་ཡིན་ན།  
དབྱིབས་ལེགས་ཇི་འཇོག་གྱི་འཕྲི་ཤིང་བརྒྱད་དེ།  
མཚུ་སྒྲོས་ཡལ་འདབ་ལ་མངོན་པར་སྟོགས་འགོ།

དགུན་གྱི་སྟགས་རྒྱང་།  
བྱང་སྒྲིན་འདུ་འགོད་འཚུབ་འཚུབ།  
བྱ་ལྷག་སྟགས་རྒྱང་ལྱར་ལྱར།  
འཇག་རྒྱུའི་ཤུགས་སྐྱུ་གྱེར་གྱེར།

ཕོ་རོག་སྟོང་སྐད་སྟག་སྟག །  
 བྱང་རེག་སྟགས་པ་བརྗིང་པོ། །  
 མཛེས་བཀའ་ཤེས་པ་མི་འདུག།  
 སྟིང་སྟུག་ན་ཚུང་བུ་མོའི། །  
 གཞོན་པའི་ལུས་ལ་གཟུང་བྱུང་། །  
 གཡང་དཀར་པགས་པའི་ཤམ་ལ། །  
 ལུས་ལ་གྲོན་རོགས་ལྷས་པས། །  
 ཨ་ཇོ་དེ་འདྲ་མ་གསུངས། །  
 རྟོད་ཀྱང་ཤ་ཁྲག་ལུས་ཟེར། །  
 རྟོད་དང་འདྲ་བ་མི་འདུག།  
 ང་རང་ཕོ་རྟོད་དར་མ། །  
 ཟུངས་ཁྲག་ཁོང་ན་ཁོལ་ཅེས། །  
 ཁེངས་གཏམ་ཁ་ནས་ཤོར་བས། །  
 ཕོ་སྐྱེས་སྟགས་ལས་མ་བྱས། །  
 བྱད་མེད་མར་ལ་མ་གྲུབ། །  
 གཏམ་དེ་སྟན་པོ་མི་འདུག།  
 ཇོ་ཇོ་ཐུགས་ཁོ་མ་བཞེངས། །  
 སྐྱེས་པའི་ལུས་རྟེན་འབའ་ཞིག།  
 རང་བྱུང་གཡུལ་ལས་རྒྱལ་བ། །  
 རྟོད་རང་ཚད་མར་སྤང་ཞེས། །  
 མགུལ་བ་རྟོགས་ལ་འཕུལ་སོང་། །  
 ལུག་པའི་འདེགས་འཛོག་སྐྱར་བའི། །  
 ཅག་ཅག་དོག་པའི་སྐྱ་ཅམ། །  
 དེ་མི་སྟགས་རྗེང་ལྱར་སྐྱ། །  
 གྲེ་མ་སྟིང་ཁོང་གང་བ། །  
 ཨ་ཉོ་ཉིན་བྱེད་གཞོན་བུ། །  
 མཁའ་ལ་སྟག་གེར་འཇུ་མ་སྟེ། །  
 སྤང་བ་གསེར་ལྷན་ཐིགས་པས། །

ལྷན་ལ་དྲོད་ཁོལ་གནང་བྱུང་། །  
ལག་སོར་བད་དཀར་ཚུ་བ། །  
ཅུང་ཙམ་རྒྱུང་བའི་མོད་ལ། །  
ཟུར་མིག་ལྷན་མེད་ཞགས་བ། །  
སྐར་ཡང་གདོད་ལ་འཕངས་བྱུང་། །  
ཁྱོད་ལ་ཅི་ཞེས་སྒྲུས་བས། །  
ང་ལ་དྲོད་འཇམ་གཞོངས་ཟེར། །  
ཤམ་ལྷ་བཤུ་ཐེངས་གཅིག་གིས། །  
ཁོ་མོའི་ལྷན་ལ་བགོས་སོང་། །

གསར་བཞད་ལྗང་བྱ།  
“ན་ཚུང་གི་དུང་སེམས། །  
གསར་འཁྱུངས་ཀྱི་ལྗང་བྱ། །  
གང་རེག་གི་རྒྱན་པོས། །  
འབྱེར་ཉེན་ལ་དོགས་འོང་། །  
ལྷ་བྱུག་གི་བྱ་མོ། །  
མོན་ལུལ་ནས་ཕེབས་ཚེ། །  
གཏམ་སྐྱོན་ཞིག་ཡོད་ན། །  
མཉམ་པོ་ཅ་སྒྲོགས་ཤོག །”  
ལྷས་བཟང་གི་ཕོ་ཉ། །  
དམིད་དུས་ཀྱི་ལྗང་བྱས། །  
འཕྲིན་ཤོག་གི་སྒྲོམ་ཞིག། །  
དལ་དལ་གྱིས་བཏེགས་བྱུང་—  
“ད་ལོ་ཡི་ལྷ་བྱུག།  
འདས་ལོ་ལས་སྐྱ་བྱུང་། །  
སྒྲོ་སྒྲིན་ཞིག་ཡིན་ན། །  
སྐྱང་ཆར་ལ་སྐྱུག་ཡོད། །”

ཕྱི་རོལ་དང་ནང་རོལ།

རམ་གནག་གི་སྒྲིན་པ་སྒྲོག་སྒྲོག་ཏུ་ཁོལ་ཞིང་། །  
 ལྷོ་འབྲུག་གི་ང་རོ་ལྷང་ལྷང་དུ་སྒྲོག་བཞིན། །  
 བཅེ་མེད་ཀྱི་སྒྲིན་ཐང་ཐར་ཐར་དུ་བྱང་བས། །  
 རྒྱུ་ཤིང་གི་ལོ་འདབ་ཅག་ཅག་ཏུ་བསྐྱེལ་བྱང་། །  
 ལྷིང་ག་ཏམ་གྱི་སྤང་ཆར་ལྷུག་ལྷུག་ཏུ་སྒྲོས་པས། །  
 མཚུ་སྒྲོས་ཀྱི་ཡལ་འདབ་ལྷག་ལྷག་ཏུ་གཡོ་བཞིན། །  
 འཕྲི་ཤིང་གི་དབྱང་བ་རིང་རིང་དུ་བརྒྱུངས་ཏེ། །  
 གཞོན་ལུས་ཀྱི་རྒྱུན་པ་དམ་དམ་དུ་འབྱུང་བྱང་། །  
 དངས་ཤེལ་གྱི་བྲ་སྒྲེགས་བྱང་གཅིག་གིས་ཚོད་པས། །  
 ཕྱི་ནང་གི་འཇིག་རྟེན་གོ་ཚོགས་ཏུ་སྤང་སོང་། །  
 ཕྱི་རོལ་གྱི་འཇིགས་པ་རྒྱུན་ཤིང་ཁོར་གསལ་ཅིང་། །  
 ནང་རོལ་གྱི་རོ་མངར་ང་རང་ལ་དྲིས་ཤོག །

ཕྱི་ཕྱག

མོས་འདུན་གྱི་གངས་ཆབ་བསིལ་མ། །  
 དུང་སེམས་ཀྱི་རྩ་ཆབ་སྒྲོན་མོ། །  
 དབྱེར་མེད་དུ་ལྷན་ཅིག་འདྲེས་པའི། །  
 རོ་མངར་ལ་ཚོམས་པར་རོལ་ཚོ། །  
 འདབ་སྒྲོང་གི་གནམ་རུ་འཇིན་པའི། །  
 ལྷུ་འཕྲུལ་ལ་ཡིད་དབང་ཤོར་བྱང་། །  
 དགའ་དད་ཀྱི་རྩ་རིས་འཇུག་པའི། །  
 ཟུར་མིག་ཅིག་གདོང་ལ་གཡོས་སོང་། །

མཇའ་སེམས་ཀྱི་ལྷ་གཞོན་གཟུགས་བརྟན། །  
 དགའ་ཞེན་གྱི་སྒྲུབས་དཀར་གཟེགས་མ། །  
 གཉིས་མེད་དུ་རྒྱ་མཚོར་སེམ་པའི། །  
 དགའ་བདེ་ལ་ཅི་དགར་རོལ་ཚོ། །  
 ལུབ་སྤིང་གི་འདོད་ལྷའི་བྱ་མའི། །

ནམ་སྐུལ་ལ་ངོ་མཚར་སྐྱེས་བུང་།།  
ནམ་གསུམ་གྱི་དད་པ་མཚན་པའི།།  
སྐྱེས་པ་དེ་སྤོང་ཁར་བུམ་སོང་།།  
བཅེ་སྤོང་གི་སྤོང་ལམ་ནམ་དག།  
བཅེ་བྱམས་གྱི་དག་ཚོག་སྐྱོན་མོ།  
གཞིས་ཁྱིམ་དུ་གཏན་དུ་འཛོམས་པའི།།  
བདེ་སྤྱིད་ལ་ཡང་ཡང་བསམ་ཚོ།  
བྱུང་འདས་གྱི་བགང་བུའི་བྱེད་པོའི།།  
མཐུན་རྐྱེན་ལ་ཡི་རང་སྐྱེས་བུང་།།  
ཡན་ལག་ཀུན་ས་ལ་རེག་པའི།  
ཕྱི་ཕྱག་ཅིག་དབང་མེད་ཤོར་སོང་།།

ལེ་འདེད།

འཇུ་སྐལ་བཟང་།

མི་གཉའ་མི་ཡིས་ཞོན་པ་མི་ཚས་སུ་གོ་ནས།།  
གནག་སེམས་གཡོ་སྐྱེའི་གྲི་གྲག་ཡང་ཡང་དུ་ཕྱར་ཡང་།།  
དབང་མེད་རུས་པ་སྤྱི་མོའི་ཐུར་ཁ་དེ་གྲེས་པ།།  
མདོ་ཤོར་པ་ཀན་སྤྱེའི་བསྐབ་པ་དེས་ཉེས་སམ།།  
  
མི་ངོ་མི་ཡིས་འཚོ་བ་མི་གཤིས་སུ་འདུག་སྐྱེ།།  
ངོ་སྤང་བཅོས་མའི་སྐྱི་འཇུམ་ནན་ཏུར་གྱིས་བསྐྱེས་ཀྱང་།།  
བཅོས་མེད་པགས་པའི་རྩ་རྒྱས་རང་ས་ཅུ་ཚོད་སོང་།།  
ལས་ངན་ཨ་མ་སྲིན་མོའི་རང་གཤིས་དེས་ལན་ནམ།།

ཀ་ཚཱ་ལྷང་རྩོན་ས་སྒྲིག

འབྲུ་སྐལ་བཟང་།

ཀ་ར་ཤ་སྐྱོན་སྒྲིབ་ཁ་བཤམས་པའི་འགྲམ། །  
 ཁ་སྐྱའི་ནང་ལ་སྐྱུ་མ་ཞག་ཆགས་པ་དེ། །  
 ཀ་ཤེད་ཅིག་ནས་ཐོན་པ་མི་ཤེས་མོད། །  
 ང་ཚོའི་བོད་རིགས་ལས་བྱེད་ཅིག་དང་འདྲ། །  
 ཅ་ཚོའི་སྐད་རིགས་མང་པོ་ལྷན་ཅིག་འཆད། །  
 ཆ་བྱད་རྒྱ་བོད་འདྲེས་མ་མཉམ་དུ་གྱོན། །  
 ཇ་ལུང་འོ་མ་ཅན་ལས་བཏུང་མེད་ཀྱང་། །  
 ཉ་ཤ་མ་གཏོགས་ཟ་ལོ་མེད་ལུལ་བྱེད། །  
 ཏ་རིན་མི་ཆེན་དག་གི་བཤད་སྒྲིབ་ཀྱིས། །  
 ཐ་སྐད་ཆེན་པོ་འགའ་ཞིག་ལ་བ་བཞིན་དུ་  
 ད་དུང་མི་འགོ་བྱི་དལ་ཆེ་ལུགས་ལ། །  
 བ་ཚུང་བྱ་མོ་ཞིག་ལ་དམིགས་པ་འདྲ། །  
 བ་ར་ཕི་རེའི་དུ་བ་འཐེན་ཞོར་དུ། །  
 བ་མ་སེམས་ཅན་ཟེར་ནས་ཚོས་ཀྱང་འཆད། །  
 བ་ལང་གུངས་ཅམ་རྒྱ་ལ་བརྟེན་མི་འཕྲོད། །  
 མ་ལྷ་རི་ལྷ་ཟེར་ནས་བོད་ལ་གཤེ། །  
 ཅ་མིན་ཀར་སུ་རྣམས་ཀྱི་གོ་ས་འདི། །  
 ཆ་སུ་ཏོ་ཞེས་ཡིན་མདོག་བྱེད་བཞིན་དུ། །  
 ཇོ་རེ་ཇོ་རེ་འབྲོག་པ་སུ་ཞིན་ཞེས། །  
 མ་མོ་དཔོན་ལ་བསྐྱོས་འདྲ་བྱེད་ནའང་། །  
 ཉ་དང་ཞོར་ལ་ཀོ་དང་པགས་པ་ཉོ། །  
 ཐ་མ་ཤ་མར་ཅི་ལོན་གང་ལོན་བྱེད། །  
 འ་རོགས་ལུ་གཉིས་ཚོང་ཞིག་ལ་བ་ཟེར་ཚོ། །  
 ཡ་མཚན་དེ་འདྲ་ཞིག་ཀྱང་མིན་ནམ་སྐྱམ། །



ར་ཁྱ་མང་མང་འཐུང་ན་འདྲེ་དང་འདྲ།  
ལ་རྒྱ་མགོ་ན་འཆད་ཉིན་ལྷ་དང་འདྲ།  
ཤ་ལ་སྲེད་པ་ཆེ་བས་བོད་ཅིག་འདྲ།  
ས་ལ་ཚོག་མི་ཤེས་བས་རྒྱ་ཞིག་འདྲ།  
ཉ་ཉ་འཕྲོག་པའི་བྱ་འདི་ལ་ལྷེ་བདེ།  
ཨ་པོ་ལས་བྱེད་ནམ་པ་ལོག་རྒྱ་ཡངས།  
ཉ་ཅང་ཐལ་བར་གྱུར་བའི་ཆ་ཡོད་ཀྱང་།  
ཨ་རོགས་བྱེད་ཚོ་དགོངས་པ་ག་ལ་ཚོམས།

འབག་སྐྱུར་མཇལ་བའི་ཨ་ནེ།

འཇུ་སྐལ་བཟང་།

ཨ་ནེས་ས་ཐག་རིང་བོ་ནས།  
རེ་བ་རྒྱབ་གང་ཁྱུར་ཞིང་འོང་།  
འདོད་པ་བུམ་གང་བརྟུག་ཅིང་འོང་།  
འབག་སྐྱུར་མཇུན་དུ་འདི་ཉར་སྐྱུངས།

དགོངས་ཤིག་ལྷ་སྐྱུ་རིན་པོ་ཆེ།  
ཨ་ནེ་ཐག་རིང་ས་ནས་འོང་།  
ཨ་ནེ་ཡང་ཡང་མི་ཐོན་བས།  
ཨ་ནེའི་འདོད་དོན་བརྟུལ་དུ་གསོལ།

མི་ལ་ན་ཚ་འོང་མི་རུང་།  
ཨ་ནེར་ནད་གཡོག་བྱེད་མཁན་མེད།  
ལྷགས་ལ་གྱོང་གྲུང་འོང་མི་རུང་།  
ཨ་ནེའི་འཚོ་བ་རྟེན་ས་ཡིན།  
རྒྱལ་ཁམས་ཡོངས་ལ་ལོ་ལེགས་དགོས།  
ཨ་ནེའི་གནས་ཚང་ཆགས་ས་ཡིན།

དག་ལ་རྒྱན་ཇག་མེད་པར་ལྷ།  
 ཨ་ནེར་དམག་ལ་འགོ་རྟོགས་མེད།  
 བྱི་མར་དམུལ་བར་གཏོང་མི་ཅུང་།  
 ཨ་ནེས་མནར་གཅོད་བཟོད་མི་ཅུས།  
 རབ་ན་ཨ་ནེ་སངས་རྒྱས་དགོས།  
 ཨ་ནེས་ལས་ཀ་ལས་མི་ལུབ།  
 ཨ་ནེར་བྱ་ཞིག་སྐྱེ་དགོས་ཏེ།  
 ཨ་ནེའི་རེ་རྩོལ་འཆའ་ས་ཡིན།  
 བྱ་ལ་ད་དུང་བྱ་སྐྱེ་དགོས།  
 ཨ་ནེའི་མི་རྒྱུད་ཆད་མི་ཅུང་།

ཨ་ནེའི་མིག་ཀོང་ཕོར་བ་ཅན།  
 བགའ་དེ་འབག་སྐྱེའི་ཞལ་ལ་ཅེར།  
 འབག་སྐྱེས་མིག་ལྷིབས་ལྷེམ་ལྷེམ་ངང་།  
 ཨ་ནེའི་གདོང་ལ་བར་མེད་ལྷ།

རྒྱ་མའི་པོ་ཉ་སྐུལ་བའི་སྟན་ཚོག་གཞོན་ཅུའི་རོལ་ཅེད།

འདུ་སྐུལ་བཟང་།

དཔག་ཚད་ལྷོན་དུ་བྱེར་བའི་ར་བ་ཡངས་པོས་ཁོར་ཡུག་བྱུ་ཅུའི་  
 ག་བར་བྲེས།  
 རྫོན་ཤིང་ལག་བའི་བསེལ་ཡབ་རིམ་པར་བསྐྱེངས་ཤིང་བར་བར་  
 སྐྱེད་ཚལ་མིག་གི་དབྱིད།  
 བ་ཅུང་ཅེད་འཛོའི་གཟུགས་བརྟན་འཛིན་ལ་ངལ་མེད་ལྷས་རྒྱུ་  
 མེ་ལོང་དག་ཀྱང་མད།  
 ལྷ་ཚོགས་འདུལ་གྱི་བཟོ་བཀོད་སྐྱེ་བའི་ཡོ་ལང་སྐྱེ་བསམ་བཟོད་

བའི་ཡུལ་ལས་འགོངས།  
 གཟུགས་འཛིན་དབང་པོ་ངོ་མཚར་མཚོད་སྤྱིན་འདི་ལ་ཉུག་རོལ་  
 ཀྱང་།  
 ལྷེ་བའི་རྟ་མེ་ཉོག་ཆར་བ་བསྐྱེལ་བའི་ཡིད་འོང་གནས།  
 ཡིད་ཀྱི་ཚིག་ངོར་རྒྱ་མའི་གཟུགས་བརྟན་འགོག་མེད་འཆར་བ་  
 ཡིས།  
 ལྷན་སྐྱེས་བག་ཆགས་གཞལ་དུ་དཀའ་བའི་ངང་ཚུལ་དེང་འདིར་

ཉོགས། །  
 དེ་འདྲའི་བསམ་གཏན་གཡོ་མེད་ལྷུ་མངས་ཚོ། །  
 ཀུན་ཉོག་བྱེད་པོ་སྐྱུ་མའི་གར་ལ་ཞུགས། །  
 ཆ་གཅིག་འཕུལ་གྱི་གཉིས་སྐྱེས་ཡི་གར་འོངས། །  
 མདུན་གྱི་ནམ་མཁར་འདབ་མའི་སྣང་སྣངས་ཚེན། །  
 དེའི་ཚེ་བརྗོད་བྱ་ལྷ་ཉིག་གསར་བའི་ཤེང་། །  
 རྗོད་བྱེད་ཐེབ་ལེགས་ཚོག་གི་སྣང་བྱ་བ། །  
 ལེགས་བརྒྱས་ལྷ་བྱེད་བདུད་ཅི་མ་རྗོངས་ཤིག། །  
 དེ་ཡི་ན་བའི་རྒྱན་དུ་འདི་ཉར་འགོད། །  
 ཞེ་མ་ལེགས་སོ་སྐྱུ་མའི་བྱ་མ་རྟ། །  
 རྩོལ་མེད་ངང་གིས་བྱུང་འདི་སྐལ་བ་སྐྱོམ། །  
 ཀ་ཡེ་ཁྱོད་ལ་སྣག་བསམ་ཆེ་ལྡན་ན། །  
 རྗོད་ནས་བཅོལ་བའི་ལས་འདི་ཁྱོད་ཀྱིས་སྐྱབས། །  
 རྒྱབས་ཆེན་འཕུལ་གྱི་གཤོག་བ་ནི། །  
 རྩ་ལྷའི་ཕྱོགས་སུ་རིང་དུ་རྒྱུངས། །  
 དཔག་ཚད་སྣོད་དག་འདས་ཅམ་ན། །  
 ལྷ་བྱེད་ངལ་བ་འདི་འདྲས་འགོག། །  
 འོད་སྣོད་བྱེད་པོས་ག་བྱར་འཛིན། །  
 བཞུས་པའི་ཁུ་བ་སར་ཟགས་བ། །  
 དུང་གི་ཐེགས་ཤེང་ལོ་འཛིན་མའི། །  
 ལྷར་སྐྱེས་རྒྱན་དུ་བཀོད་བ་མཐོང་། །  
 དེ་ཚེ་གཤོག་པའི་ལྷགས་སྣོད་དང་། །  
 དེ་ཡི་སུམ་ཆའི་སྣང་གྱི་ཆར། །  
 རང་བྱུང་ལྷ་ཡི་དགའ་ཚལ་ཞིག། །  
 ཁྱོད་ཀྱི་འདྲེན་བྱེད་སྐལ་བར་འཐོབ། །  
 ལྷ་ཚོགས་སྐྱུག་ཅིས་གདོང་བྱུགས་པའི། །  
 གསར་བ་གསར་བའི་ལང་ཚོའི་དཔལ། །  
 ཀུན་ནས་བཞད་པའི་གནའ་བོའི་གོང་། །

སུམ་ཚེན་གཉིས་པ་ཞིག་ཀྱང་མཐོང་། །  
 ད་དུང་བཞུད་དང་ནམ་མཁའ་ཐིང་། །  
 མ་བཤོད་རང་སྐྱེས་འདབ་མ་ལ། །  
 ཞེས་བ་སྐྱེད་བྱེད་འདེགས་དཀའི་ལ། །  
 ཀུན་གཟར་གྱིན་དུ་བསྐྱངས་པ་ཡོད། །  
 དེ་དུ་བོད་རྗེ་སྐྱུལ་བའི་རྗོངས་གར་དང་། །  
 རྗོངས་འཁུན་ས་ལ་སྐྱོད་པའི་ཚངས་པ་ཆེའི། །  
 མཇའ་འབེལ་ཕྱག་སོར་མི་ཤིགས་དཔལ་བེའུའི་རྒྱ། །  
 དང་བོར་བཀོད་པའི་དན་རྟགས་ཁྱོད་ཀྱིས་མཐོང་། །  
 དེ་ནས་སྐྱོད་དང་མདོ་སྣོད་མའི་ཚལ་ལ། །  
 རིང་ནས་གྲགས་པ་མ་མེད་ལོ་རྒྱུས་ནི། །  
 ལན་གསུམ་ལྷ་རྩའི་རྒྱན་དང་ཐེབ་པ་དེའི། །  
 རྗོད་བཞུད་བཀོད་པའི་རི་མོ་ཡུན་གྱིས་གསལ། །  
 དགའ་སྐྱོ་གཉིས་སུ་མེད་པའི་དྲི་བཞོན་གྱིས། །  
 ཁྱོད་སྐྱགས་དྲངས་གསལ་མཚོ་མོ་གཡོ་ལགས་ཀྱང་། །  
 རྒྱན་གྱི་ཟེལ་བ་ལྷ་ཉིག་གཞོན་ལུའི་ཤེང་། །  
 འགེམ་པར་མི་བྱ་བཞུན་བ་ལྷུར་དུ་ལོངས། །  
 དེ་ཡང་སྣོད་བཞུད་ཐོག་མའི་གཟིགས་མོར་ནི། །  
 རྗེ་གཞོན་འཁྲི་ཤིང་གསར་བའི་མཚལ་ཅེར། །  
 རྗོད་བསངས་གདུགས་ཀྱི་འདབ་མ་གཡོ་བ་ཡི། །  
 རོ་མཚར་སྣང་མོས་མིག་ལ་དཔལ་སྣེར་ཡང་། །  
 དབང་པོ་མ་གཡེང་དམིགས་པ་ཅི་གཅིག་ཏུ། །  
 གཏོད་ལ་བཞུད་དང་ཕྱོགས་ཀྱི་རྗོད་མེད་མས། །  
 ལྷ་མའི་མཚོད་སྣོད་མ་དབང་སྐྱུན་པོ་ཞེས། །  
 བརྗོད་བ་དག་པའི་ཡི་གེ་ཁྱོད་ལ་གྲོག། །  
 རྗོད་འཕུང་འདབ་མས་རི་རབ་ཅེར་སྐྱེག་བ། །  
 ཐོས་ན་ཞོ་འཕུང་ཚོགས་ཀྱང་བཞད་གད་སྐྱོག། །  
 སོར་བཞུའི་འདབ་མ་སྣོད་གི་ཟེའུ་འཕུ་བ། །



ལྷོད་སྐྱུན་ར་ཡིག་གཉིས་པ་མགོན་དུ་འགྲུགས། །  
 བར་བར་ལྷུར་བྱར་གཏམས་པའི་ཚོང་ཟོང་ནི། །  
 མཐོང་ན་བྱང་སྲས་སེད་པས་འགམ་ཚུ་ལྡང་། །  
 དེ་དེར་ཡོ་ཡང་སྐྱེ་བོའི་འདུ་འགོད་ཀྱང་། །  
 ཆར་དུས་ཚུ་འཛོན་འཕྲིགས་པའི་རྗེས་སུ་འགྲོ། །  
 རྒྱན་གོས་མི་དམན་ལང་ཚོས་རབ་དྲེགས་པ། །  
 བཞིན་བཟང་ལྷག་ཤར་གཞོན་ཅུའི་ཚེད་འཛོ་ཡིས། །  
 ས་ཡི་དགོ་མཚན་ངོམ་པས་མཁའ་སྐྱོད་ཀྱི། །  
 ཡང་ཚོ་མ་དག་ལྷན་མོའི་ཟོལ་གྱིས་ལྷགས། །  
 དབང་བོའི་གཞུ་རིས་གོས་སུ་བསྐྱབས་པ་ཅན། །  
 མེ་ཏོག་འཁྲི་ཤིང་སྐྱོད་པའི་མཛའ་ན་མོ། །  
 ཟླ་བཞིན་མ་དག་གདོང་གི་པད་དཀར་ལས། །  
 འཇག་པའི་འཇུམ་དཀར་ལུས་མེད་རྣམ་སྤྲུལ་ཉིད། །  
 དེ་ལ་ཡུན་རིང་བྲལ་བའི་གདུང་བ་ཡིས། །  
 འཇུམ་དཀར་འདབ་མ་རེ་ཞིག་བསྐྱམས་པ་མོར། །  
 སྤང་ན་རང་རྒྱས་སྐྱིབ་པའི་ཡོལ་བ་སྟེན། །  
 རྒྱགས་རིང་དབྱགས་ནི་ཡང་ཡང་འབྲིན་པར་འགྱུར། །  
 དབྱས་གྱུར་གོང་གསར་གཞོན་ཅུའི་གདོང་ལ་ནི། །  
 བདེ་སོགས་མིག་གི་འཇུམ་ཞགས་ཡང་ཡང་འཕེན། །  
 བ་གམ་ཅན་སོགས་འཇིགས་མེད་གནས་ཀྱི་ཚོས། །  
 ས་ཡི་ཐིག་ལེ་དཔལ་དཀྱིལ་ལྟེ་བའི་ཟླ། །  
 དེ་ན་སྲིད་སྐྱོང་བྱ་བའི་སྐྱིངས་ཡིག་གི། །  
 ཀླང་རྗེས་ཕྱོགས་ཀྱི་འཛོན་མར་ལེགས་བཀོད་པས། །  
 ཁོར་ཡུག་མུ་ངན་མེད་པའི་རྒྱལ་ཁམས་ནི། །  
 རྒྱ་སྐྱེས་དྲ་བས་གཡོགས་པའི་མཚོ་རྗེད་བཞིན། །  
 ཕྱོགས་ཕྱོགས་བཀའ་ལུང་གསེར་གྱི་རྒྱལ་མཚན་ཆེ། །  
 གཡོ་མེད་དྲང་བོར་སྐྱོང་བའི་ལག་སྟེ། །  
 ལྷ་ཡི་དྲང་གོང་རྒྱལ་བྲིམས་མ་ཚད་པ། །

མངའ་འབངས་དབྱང་གི་ཕ་འབྲེན་བསྐྱབ་བྱའི་ཡུལ། །  
 རྣམ་དག་ཏང་གི་ག་བྱར་དྲངས་མ་ནི། །  
 ཡང་ཡང་བཅུང་བས་ལྷག་བསམ་གོ་སར་སྐྱེང་། །  
 ཀུན་ནས་གོལ་བའི་ལས་འཛོན་པད་མ་དཀར། །  
 སྐར་འདོད་འདམ་གྱིས་མ་སྐྱགས་མིག་གི་དབྱིད། །  
 ལྷན་པར་སྐྱོངས་དེའི་མ་འོང་དར་རྒྱད་རིས། །  
 སྐྱོང་གི་དཔལ་བེུར་ཡང་དག་བསྐྱེལ་བའི་མོད། །  
 བན་པའི་ཕྱག་རིས་འགོད་པའི་འདེགས་འཇོག་གིས། །  
 ཏྲག་ཏུ་ངལ་དག་སྐྱོང་ནས་བཀུར་བྱའི་གནས། །  
 གལ་ཏེ་སྟོམ་ལེགས་ས་ཚུའི་འཇིག་རྟེན་དུ། །  
 བདུད་འཇོམས་པད་མོ་སྐྱོ་བསངས་ཀུ་ལུ་ཏའི། །  
 རྫོས་གར་མཁན་བོ་བཀུར་འོས་འགའ་མཆིས་ན། །  
 འཇུམ་དཀར་དག་ཚོགས་སྤང་བྱེད་འོད་ལ་སྟེན། །  
 གང་ལ་གང་འཚོམ་སྲིད་བྲིམས་ལས་ཀྱི་སྟེ། །  
 ཚངས་པའི་ཐིག་བཞིན་ངེ་ལྷར་སྐྱོགས་པ་ཡིས། །  
 གཡེལ་མེད་འཛོན་དག་པན་བདེའི་དགོ་ཚ་ཀུན། །  
 འབྱུང་བའི་རྟེན་ལགས་ལྷོད་གྱིས་བཀུར་བར་བྱ། །  
 རྫོགས་ལྡན་གསར་བའི་འོ་རྒྱན་གྱིས། །  
 རབ་བསྐྱོད་རིག་གཞུང་ཨ་མའི་སྐྱོན། །  
 སྐྱོད་ཚལ་པ་མཐའ་ལྷས་པ་དེས། །  
 ལྷོད་ཡིད་རྩེ་དགའི་ཁང་བྱར་བསྐྱབ། །  
 ལྷ་རིག་ལོར་བུའི་སྐྱོགས་བམ་ནི། །  
 ཕྱག་གི་པད་མོར་བཀོད་པ་ཡི། །  
 དན་དབང་གསེར་གྱི་ས་འཛོན་སྐྱོང་། །  
 བསོད་ནམས་སྐལ་བར་རིང་ནས་དངར། །  
 འོན་ཀྱང་དུས་ཀྱི་རྟ་དམར་ཅན། །  
 ཆེས་ཆེར་བྲིས་པ་བསྐལ་བའི་མེས། །  
 ཆེམས་ཆེམས་སྐར་བཅས་ཡུད་ཅམ་གྱིས། །

རིག་པའི་ཚལ་གང་བཅེ་མེད་ཟོས། །  
 ཨ་ཉོ་ལྷ་རིག་ཚུ་ཡི་མ་མ་རིང་དུ་དགའ་བལ་  
 བདེ་འབྱུང་སྤྲིང་ཁ་བཅེ་བས་འདར། །  
 གཞུ་འཛིན་རྗེ་བོའི་ལོ་ཉ་དམར་སེར་ཅན་དེས་  
 རྗེད་མོའི་རྣམ་འགྲུར་ཅམ་གྱིས་གཤེན་རྗེ་ཡི། །  
 ཉིལ་མར་ར་བ་ལས་དངས་སྐར་རྗེགས་ལང་ཚོར་  
 དབལ་མོ་ཤག་དོག་དེ་ལ་འབྱུང་དོགས་གྱིས། །  
 ཐིག་ལེ་དུག་པར་ཉག་ཉུ་འཐམ་པའི་ངལ་བ་  
 འཛིན་དེས་མེ་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་ལྷ་ངན་བྱེན། །  
 དེ་ཡི་མོད་ལ་སྤྲིང་གི་གང་བུ་ཕྱོས་བྱེད་གྱིས། །  
 གུན་ནས་འབྱུགས་ལྱུར་རང་སྤྲིང་མ་མའི་འོ་འཛིན་དག།  
 ཁ་ཡིས་འབྱུང་བཞིན་སོ་རྣམས་སྤར་འཇུག་པའི། །  
 བྱེད་པོ་འགའ་ཡང་གདོང་ལ་དུལ་ཆུའི་མཚོད་ཡོན་འཛིན། །  
 དེ་དག་བགང་བྱའི་ཁོག་པར་རིང་ནས་ཐིམ། །  
 དང་ནི་བེད་ལྷན་ལྷན་མ་འབྱུང་བའི་མཚོ། །  
 ཉམས་སྲུ་དགའ་བ་སྤོ་གསལ་ངང་དུར་ཚོགས། །  
 འཕུར་ཕྱིང་མགོན་པའི་རྗེ་རྗེ་འཁོལ་བའི་གནས། །  
 དེ་ན་དག་ལེགས་ཕྱི་མོ་རིག་པའི་གནས། །  
 བདག་ཉུ་མ་བཟུང་ལྷག་བསམ་རྒྱ་གྲོལ་ཉེ། །  
 གེ་སར་ལག་པས་གདམས་པ་སྤྲང་རྗེའི་ཚང། །  
 དོན་གཉེར་བུང་བུའི་ཁ་བུ་ལྷག་པ་མང། །  
 བྱུང་པར་བཅུ་ཤག་རིག་པའི་ཡལ་འདབ་ཆེ། །  
 དཔག་ཚད་འབྱུང་དུ་བརྒྱུངས་པའི་གྲིབ་བསེལ་གྱིས། །  
 ལྷལ་ལྷན་བྱེ་བའི་གདུང་སེལ་ལྷགས་རྗེའི་གཉེར། །  
 བཤེས་གཉེན་དཔག་བསམ་སྤོན་དབང་ལྷོད་གྱིས་མངལ། །  
 དེའི་ཚེ་གང་ལྷོད་ལུས་མོའི་ཕིར་ཚོན་གྱིས། །  
 གསེར་ལྷན་སྤོག་མོའི་འགམ་པར་མཚལ་གྱི་རིས། །  
 ཁོད་ལ་གནག་སྤོག་སྤོག་མོའི་དར་སྤྲང་གྱིས། །

མངོས་སྤྲུག་སྤོན་མ་འབྱོག་པའི་གཞུ་རིས་ཤིས། །  
 སོ་སྤོང་ལུ་ཉིག་གཞོན་ལུ་འཇུག་པ་ལས། །  
 ཟེར་གྱི་དྲངས་མས་བཞིན་རས་གསལ་བཞིན་དུ། །  
 ཁམས་འདྲིའི་ལུ་ཚོག་ལྷན་སྤོན་པའི་སྤོང། །  
 འབས་སྤོས་སྤོག་མོའི་མགོན་པར་ཡང་དག་ལོད། །  
 གཞན་ཡང་རྒྱ་བོད་གཞུག་ལག་གསེར་གྱི་རིས། །  
 ལྷགས་གྱི་བུ་འོག་རི་མོར་ལེགས་འཕྲོས་པ། །  
 ལྷན་གཉེས་དག་གི་དབང་ལྷག་སྤོང་པ་ཡི། །  
 མིག་ཉུ་ལྷུར་པ་དག་ནི་འདུད་བྱའི་ཡལ། །  
 རོ་འཛིན་སྤོག་གི་འགས་པ་འབྱུག་ཅམ་ལས། །  
 དབྱངས་ཅན་དགའ་མ་བཞད་པའི་སྤོང་དབྱངས་འབྱུང། །  
 ཐོས་འཛིན་པད་མའི་བུ་གར་སྤོན་པ་ལ། །  
 ལྷ་བལ་དག་དབང་བེལ་གྱིས་གཞོན་པ་མང། །  
 ཚོན་རིག་སྤོང་བའི་ཡང་ལུན་རིན་ཚེན་དབང། །  
 འདེན་ལ་སྤོང་སྤོབས་སྤོང་གི་གོ་བོས་ཉེ། །  
 རྗེས་འགྲུར་དངོས་ཁམས་རྗེས་སོགས་རིག་པའི་རྗེངས། །  
 ལྷོད་མཁས་བྱེད་པོ་དག་ལ་སྤོང་ནས་སྤོན། །  
 རིག་པའི་བྱ་ལམ་པ་མཐའ་ཡས་པའི་དོར། །  
 ལྷུང་བཙོན་འདབ་མས་གར་སྤོབས་ཅི་དགའ་བུ། །  
 ལྷུར་བའི་བྱེད་པོ་རྣམས་དཔྱོད་གསར་བའི་ཚོགས། །  
 རང་རིགས་མི་ཉམས་སོག་གི་ཀ་བ་ཉེད། །  
 ཡབ་མེས་འབངས་གྱི་རེ་བའི་ལྷོས་ཚེན་ནི། །  
 ལྷུབ་ཉུ་བསྐྱར་ནས་ལུ་སྤོང་གོང་འདབས་སུ། །  
 མི་ལམ་གོམ་ཁ་འབྱོར་བའི་ར་རོ་བ། །  
 འགའ་ཞིག་མཚེས་ན་མནལ་ལས་སྤོབས་ཀྱང་འཚལ། །  
 ད་དུང་མེན་ཀྱི་ཡི་འདེགས་འཛིན་དང། །  
 དུག་སྤོས་སྤོས་པའི་གདངས་ལ་སྤོངས་སྤོར་བའི། །  
 མང་བྱུང་སྤོང་དང་གར་གྱི་བྱེ་བལ་གིས། །

དྲི་ཟེའི་མདུན་ས་མངོན་སུམ་ས་ལ་སྒྲུང་། །  
 གསོ་རིག་ཚུ་གཏེར་བསྐྱབས་པའི་ཡང་ལུན་ནི། །  
 བདུད་ཚིའི་བྱམ་བཟང་ལས་ཟགས་ཐིགས་པ་འབྱུང། །  
 དེ་ན་སྐྱེ་བྱའི་སྐལ་བར་སྦྱིན་པ་ལས། །  
 མེ་ཞལ་ཚོ་ཡི་ལང་ཚོར་རྣམ་པར་འབྱ། །  
 མདོར་ན་གདུག་ཅན་སྣ་ཡི་ལག་པ་ཅན། །  
 གཞན་དབང་ཚ་ཟེར་བྱེད་པོས་མ་གཅུན་ན། །  
 ཚུ་ཡི་ལང་ཚོའི་གོས་ཅན་ལྷ་བས་འཕེལ། །  
 གང་གི་མངོས་སྐྱུག་ལྷ་བོ་སྲིད་ན་མེད། །  
 ཀུན་ནས་མངོས་སོ་སྡོ་བསངས་ནམ་མཁའི་སྒོང་། །  
 ཚུ་ཕན་དཀར་པོ་སྣག་སྣག་སྒྲིང་པས་ཏེ། །  
 “ལག་གསུམ”མངོས་སྒྲོངས་འཛིན་མའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཡང་། །  
 ཞིང་ལྷགས་འཕེལ་ཁ་དབྱར་གྱི་ཚུ་གཏེར་རྒྱས། །  
 མདའ་དུག་ཞིང་ས་འཆི་མེད་དགའ་ཚལ་ན། །  
 ལེམ་ལེམ་སྒྲིང་པ་སྟེ་མའི་ན་རྒྱུང་མ། །  
 གསེར་གྱི་སྐྱ་ལོ་དྲི་བཞོན་ལག་པ་ཡི། །  
 དེག་པ་གསར་བའི་ངོ་ཚས་ཀུན་ནས་དུད། །  
 རབ་མཐོ་སྟེ་མའི་གང་བྱ་འཇུག་པའི་མངལ། །  
 ནམ་ཞིག་གོལ་ཚོ་འབྱུང་དུག་གསེར་གྱི་རི། །  
 མི་ཐེག་ས་འདི་རྒྱ་མཚོར་འབྱིང་དོགས་ནས། །  
 རྟོབས་ཕན་བྱ་ཡིས་རུས་སྐལ་ཟོལ་གྱིས་འདེགས། །  
 བྱ་ཡི་ཞེན་གསིང་ཡངས་པའི་ངོར། །  
 སྤྱ་དང་གུར་གྱི་ཚོམ་བྱ་ཡང་། །  
 དབྱར་གྱི་མཁའ་ལ་སྦྱིན་གྱི་ཐེང་། །  
 ཡང་ཕོང་གཡོ་བའི་སྐྱེག་པ་འཛིན། །  
 དཀར་གནག་རྐང་བཞིའི་ཁྱུ་ཚོགས་ཀྱི། །  
 ཐང་མ་གཅལ་དུ་བཀམ་པ་ན། །  
 རྒྱ་སྐར་གངས་གྱི་མ་འགྲན་ཏེ། །

སྐྱ་རེངས་ཡོལ་བའི་ཕག་ཏུ་བློས། །  
 དེ་ན་ལོངས་སྒྲིང་གཏེར་བཞོལ་བས། །  
 རྒྱགས་འཛིན་གྲོང་ལ་སྐྱེངས་སྟེར་ན། །  
 བལ་བའི་གནས་ན་མཚུངས་པའི་ཟླ། །  
 རྟོང་བའི་མཁའ་ལ་ཕེར་གྱི་རིས། །  
 དཀར་འཇམ་བལ་གྱི་སྐྱེང་བོ་ནི། །  
 རྟོན་གྱི་ཚུ་ཕན་མཁའ་ལ་བཞིན། །  
 བང་བར་བཅེགས་པའི་འབྲི་མར་ཡང་། །  
 རོམ་བྱ་དའི་སྐྱུན་པོར་རྟོག། །  
 གཞན་ཡང་ཐོན་རྣམ་མོར་བྱའི་དབྱ། །  
 ཚེད་འཛིའི་ཚུ་བོའི་རྣབས་སྐྱེང་ལ། །  
 རྣམ་པར་དགོད་བཞིན་དབང་སྐྱོགས་ཀྱི། །  
 དབྱིག་ཕན་དགའ་མའི་གསོས་སུ་འབབ། །  
 འཆི་མེད་ཞལ་ཟས་དམན་བྱེད་པ། །  
 འོ་མའི་རྒྱན་གྱིས་གསོས་པ་དག། །  
 སྐྱ་ཟོལ་སྐངས་པའི་དྲང་སྲོང་བཞིན། །  
 ལྟན་སྐྱེས་གཤིས་བཟང་ཡི་གར་འོངས། །  
 རྒྱང་སྐྱེས་སྦྱིན་གྱི་མངིང་བ་ན། །  
 ལེམ་འབྱུག་སྐྱོག་གི་རོལ་ཚེད་ཅན། །  
 རྩལ་དང་ལང་ཚོས་སྟེམས་དག་ལ། །  
 ལེགས་བྲིས་གཞོན་ལུ་སྟེང་ནས་སྦོན། །  
 བྱུར་དམར་དྲ་བའི་ལན་ཚར་ཅན། །  
 སིལ་སིལ་གདུ་བའི་སྐྱ་ཕན་དག། །  
 དཀྱུས་རིང་ཚེ་དགའི་ཞགས་པ་ལ། །  
 དཀར་ཐུབ་ལྗོག་པའི་ཚོ་ག་རྣམས། །  
 སྲིད་བྱུས་གསར་བའི་ག་བྱར་རྒྱན། །  
 རབ་འཇུང་འཇུག་པའི་ཁ་གོལ་བ། །  
 བུན་གཞོན་འབངས་ཀྱི་ལྷུང་པ་ལའི། །

དང་བའི་གེ་སར་ཁྱོད་ལ་ཕྱོགས།  
 དེ་ཅུ་བཀའ་དྲིན་བསྐལ་བ་བརྒྱུ།  
 ཆ་ཚམ་འཁོར་བའི་མཐའ་བྲལ་བ།  
 བཅེ་བས་མ་བཏང་ཡབ་ཡུམ་རྩུང་།  
 ཁོ་བོའི་བསོད་ནམས་སྐལ་བར་བཞུགས།  
 དགེས་པའི་ལྷ་ལ་ཁྱོད་ཀྱིས་མཐོང་།  
 སློ་གསུམ་གུས་པའི་འདུད་ལྷན་ནི།  
 ཡང་ཡང་སྒྲོལ་ལ་མཉེས་པ་སྐྱབས།  
 ལམས་འདྲིའི་ཚོག་གི་སྐྱེས་ཀྱང་ལུལ།  
 འོན་ཀྱང་སྐྱ་ཡི་གཟུགས་བརྟན་ནི།  
 ཡིད་མཚར་འགོག་པ་མེད་དོ་ཞེས།  
 ལྷ་བར་མི་བྱ་བྱུན་གྱི་ཟེལ།  
 ལྷ་ཏིག་དོ་ཤལ་འཛིན་པར་འགྱུར།  
 མདོར་ན་ལེགས་བྱས་འོད་ལྷབས་གྱི།  
 ཅེ་དགས་ཡོངས་བཟུང་འཆི་མེད་ཚལ།  
 ལྷ་ཚོགས་བྱ་བཞག་བྱ་གོ་ཏའི།  
 ཡལ་འདབ་དབག་ཚད་འབུམ་དུ་རྫོགས།  
 ཞེ་མ་དེ་ལྷའི་ངོ་མཚར་ནི།  
 དབྱངས་ཅན་བྱེ་བས་བརྗོད་ལུས་མིན།  
 ཁྱོད་ཀྱི་འདྲན་བྱེད་སྐལ་བ་ཅུ།  
 ཐོབ་པ་བསོད་ནམས་དབྱང་བ་སྐྱེ།  
 དེའི་ཚེ་རིང་བྲལ་གདུང་བའི་མ་བྱ་སྐར་ཡང་ལྷན་དམ་གཤམས་  
 པའི་ལྷ་ཁྱོད་ལེགས་བརྗོད་མའི།  
 བདེ་ཚེན་རེག་པས་རབ་ཕྱོས་ལས་སྐྱག་བསམ་གཏན་དང་བོའི་ས་  
 ལ་ཐོལ་གྱིས་རེག་པ་ལྷའི།

རབ་དགའ་ཁྱོད་ཀྱིས་འཐོབ་འགྱུར་ཡིད་ལ་རིང་བརྟན་གདུང་  
 བའི་ན་བྱན་དེ་ཡང་སྐྱག་མེད་ཡལ།  
 ད་དུང་མ་འོང་མཛེས་སྒྲོངས་ཡིད་ལ་འཕོ་བས་ཁྱོད་ནི་དབང་  
 མེད་སྐྱེག་པའི་ཁོང་འཇུག་འཚར།  
 འཕྲི་ཤིང་མགོན་པ་ལྷེམ་ལྷེམ་གཡོ་ལྷན་ཟེལ་དངར་ཐོན་བོའི་དོག་  
 པ་ཅན།  
 ལྷ་སྐྱེས་ཚལ་ཡངས་དེ་ཡིས་ཡིད་ཀྱི་བྱང་བ་གཞན་དུ་གཏོང་མིན་  
 ཡང་།  
 དགོས་དབང་བྱིར་ན་ཁྱོད་ནི་བརྟན་པ་སྐྱར་བཞེས་འཕམ་དུ་  
 མཇལ་བ་ཡི།  
 རེ་སྒྲོན་དབྱངས་སྐྱ་གྱེར་བཞིན་རེ་ཞིག་གཤོག་པའི་འདེགས་  
 འཛོག་འདི་གར་སྐྱར།  
 དེས་དོན་བྲག་ཆའི་རོལ་མོ་དབང་བོའི་གཞུ་ཡི་སྐར་གྱུར་ཀྱང་།  
 ཀུན་རྟོག་སྐར་བའི་མགོགས་འགོ་བག་མེད་ནམ་པར་འགྱུ་བ་ཡི།  
 རོ་འཛིན་ལྷག་གི་དབང་གྱུར་དུན་ཤེས་སྐབ་ཀྱིས་མ་གཅུན་པར།  
 དག་གི་གོམ་འགོས་ཅུང་ཟད་གཏོར་འདི་དག་ལ་གོམས་བྱིར་རོ།

གཞུང་ལས་ཁང་གི་ཉེན་ཐོ་ཨ་ཡིག་སོ་དགའི་དབྱངས་ཐེམ།

འཇུ་སྐལ་བཟང་།



ཨ་ཅེ་ཚེ་སྐྱེད་སྒྲོན་མར་ཐོན་ཏེ་ཚུ་ཁོལ་ཚ་དེམ་དོ་སྤངས་རྗེས།།  
 ཨ་རོགས་དགའ་བའི་མཛའ་སྐྱ་ལེན་བཞིན་ཁ་པར་གཅིག་གི་རྗེས་ལ་ཤོར།།  
 ཨ་ཁུ་དོན་ཁོས་ཐོར་བ་ཚེན་པོར་གནམ་གཤིས་གནས་ཚུལ་ནས་བཟུང་སྟེ།།  
 ཨ་ཡོ་ཨ་ཁ་འཁང་ཚིག་སྐྱེ་ལྷགས་ལྷར་བ་གང་ཅམ་སྤངས་ཤིང་འབྱུང་།།  
 ཨ་ཁུ་གྲང་ལགས་གོམས་པའི་དབང་གིས་གསར་ཐོན་ཚགས་པར་ལག་ཏུ་ལེན།།  
 ཨ་མཚར་ཚུལ་གྱིས་མི་སྲིད་གཏམ་སོགས་གྲུ་ག་ཕྱན་ཚགས་འགའ་ཞིག་ལྟལ།།  
 ཨ་ཚེ་ཚེ་ཁོས་མིག་སྐྱེག་འབྲང་བཞིན་རྒྱབ་སྐྱེགས་ཟུར་ཁར་ཤེད་གྱིས་བཟུང།།  
 ཨ་ངར་བཀྲུག་སྟེ་ཕུ་ཅུང་ལྷགས་པས་རང་སྐྱུན་མདུན་ཚོག་འཕྱིད་ཅམ་བྱེད།།  
 ཨ་ནེ་མཚོ་མོས་ལེ་བར་བྱེད་གྱི་དེ་རིང་ལམ་ཁའི་མཐོང་ཐོས་གཏམ།།  
 ཨ་མི་རི་ཁའི་ལམ་ཡིག་འདྲ་ཞིག་མགོ་ནས་མཇུག་བར་ཐངས་གཅིག་བཏགས།།  
 ཨ་རག་དྲི་ཡིས་གནམ་ས་འགོངས་བཞིན་དོན་གྲུབ་ལགས་ཀྱང་ཐོན་བྱུང་མོད།།  
 ཨ་སྟོང་རྒྱག་བཞིན་ཡུད་ཅམ་ཞིག་གིས་མགོ་ལུས་འཁུམས་ཏེ་གཉིད་དུ་ཡུར།།  
 ཨ་ཡིག་རི་བཞིན་སུམ་ཅུའི་ཐ་མ་ཉི་མ་རྩོ་རྗེ་རྗེས་མར་འོངས།།  
 ཨ་ལེ་སྤར་ཡང་སྐད་ཅིག་གཅིག་གིས་ཁེ་ཚོང་ཕྱན་ཚགས་དོན་དུ་ཤོར།།  
 ཨ་ཁུ་དོན་ཁོས་འགོ་འཛིན་གནང་ནས་དེ་རིང་བྱ་བའི་ལས་མགོ་བརྩམས།།  
 ཨ་བྱི་མནར་ཚུལ་ཨ་སྤུ་བོས་ཚུལ་དེ་ལ་ར་མདའ་བསྐྱོན་ཚུལ་སོགས།།  
 ཨ་སྐྱེ་འཚོལ་ཚུལ་ཨ་ཉོག་འཐབ་ཚུལ་དེ་ལ་རྟིང་ལོན་བྱས་ཚུལ་སོགས།།  
 ཨ་བོ་ཨ་ཅེ་སྐྱོག་འབྲེལ་བྱུང་ཚུལ་དེ་དག་དངོས་སུ་མཐོང་ཚུལ་སོགས།།  
 ཨ་ཅོག་གོང་ངེར་ཀྱན་གྱིས་ཉན་འདོད་གཏམ་གྱི་རི་རབ་ཚེ་ནས་བསྐྱེལ།།  
 ཨ་ལགས་བཟང་ངན་ཨ་ར་རིང་ཐུང་ཨ་ནེ་བཅུན་མ་སོགས་ཀྱང་འཆད།།  
 ཨ་ཕྱག་ཚེ་ཚུང་ཨ་སྐོར་མང་ལུང་ཨ་བསོད་མཐོ་དམན་ལ་སོགས་འཆད།།  
 ཨ་རོགས་བར་ལ་བྱ་རོག་བཞིན་དུ་ཤིན་ཏུ་དོགས་འགོས་བྱེད་བཞིན་དུ།།  
 ཨ་ལེ་ཨོ་ལེར་བྱེད་གསང་བྱེད་སྐྱོགས་རང་གི་མཚང་ཡང་ཞར་ལ་ཤོར།།  
 ཨ་མཚར་ཞིག་ལ་རྒྱལ་ཁབ་མི་རིགས་འབངས་ཀྱི་བདེ་སྐྱུག་མི་འཆད་ཅིང་།།  
 ཨ་མདོའི་མཁས་བ་དར་མདོའི་ཁེ་བ་ཆབ་མདོའི་ཚེ་བའང་མི་འཆད་ལ།།  
 ཨ་རིའི་རྒྱལ་ཁབ་པ་རིའི་གོང་ལྷོར་ལྷ་རུ་སི་སོགས་མི་འཆད་དེ།།  
 ཨ་རབ་གནས་བབ་གནའ་རབས་ལོ་རྒྱུས་དང་རབས་འཕེལ་སྐྱོགས་འཆད་མ་གྱུར།།

ཨ་ཅི་ཨ་ཅི་ཅུ་ཚོད་བསྐྱེབས་སོང་ང་རང་སྒྲོན་ལ་འགོ་དགོས་འདུག།  
 ཨ་ཉལ་ཚོ་ཡི་སྒྲོབ་གྲ་གྲོལ་ཡོང་བཟའ་བཏུང་གཡོ་བསྐོལ་བྱེད་མཁན་མེད།།  
 ཨ་པ་ལེ་ལེ་བྱི་རྩོད་རང་མགོ་བོ་ན་འོང་གནང་བ་ཞིག།  
 ཨ་ནེ་ཕེབས་སོང་གཅིག་རྗེས་གཉིས་མཐུད་དེ་ཡི་རྗེས་ལ་ཐམས་ཅད་ཤོར།།  
 ཨ་ན་མ་ན་དང་མོར་བཤད་ན་ཆེན་པོ་སྤྲོས་ཀྱང་མི་ལུས་མོད།།  
 ཨ་པ་རོང་བ་ཨ་མ་འབྲོག་པའི་ངལ་བ་སྟོང་གི་ཚེགས་ལས་ཀྱིས།།  
 ཨ་ཐང་ཚད་པའི་འཕྱུ་ཁྲལ་ལྗེ་མོས་རིང་ནས་གསོས་ལ་མི་སྤྲེལ་ལམ།།  
 ཨ་རོགས་ལོ་ལོ་ཚེག་པ་མ་ཟ་སྟོ་བཏགས་ཚུམ་གྱི་གཤིས་ཅམ་ལས།།  
 ཨ་ཅང་འུད་ཀྱིས་བརྗོད་པ་ཡིན་མིན་རང་རེ་ནམས་ལ་ནང་རྒྱས་གསལ།།  
 ཨ་ཕོང་ཡང་དེ་ཡི་གལ་ཡིན་ད་དུང་གཙོ་བོའི་གསལ་ཡིན་བས།།  
 ཨ་ཡིག་སོ་དགའི་འབོལ་རྩོམ་འདི་ཡང་རང་མཚང་རང་ལ་བྱས་པ་ཅམ།།

ཆེས་ཐོག་མའི་དབྱངས་ཏ།

འཇུ་སྐལ་བཟང་།

།

ལྷ་ཞིག་ལེན་རྩིས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་བསྐྱངས་པ་ཅམ་ན།  
 ཆེས་ཐོག་མའི་དབྱངས་ཏ་དེ།  
 དན་པ་དང་རི་ཚོགས་རྒྱང་དུ་བྱེར་བའི་སྟོང་ནས།  
 རྗེ་སྤོང་གི་འཇུར་ཁྲགས་དང་སྤེལ་གྱིན་ཕེབས་འོངས།  
 ངག་རྒྱན་ལ།  
 རི་བོ་སྟོབས་ཀྱིས་འགོ་ལུས་ཤིང་།  
 རྒྱ་བོས་སྤྱོད་དབྱངས་ལེན་མི་ཤེས་པའི་དུས་དེར།  
 ཐོག་མ་ཐོག་མའི་དབྱངས་ཏ་ཞིག་གིས།  
 བརྟན་དང་གཡོ་བ་ཡོངས་སུ་བསྐྱམས།  
 ངག་རྒྱན་ལ།  
 ཁྲག་ཤེད་ཀྱིས་རྒྱགས་པའི་རྒྱག་ཕན་མཉེན་པོ་དེས།

རིགས་དྲུག་གི་སྐྱེ་སྐོར་འདེགས་འཛོག་ཡང་ཡང་བརྒྱུར་པས།  
 ཚེ་སློག་གི་འགྱུར་ལྷགས་དང་པོ་དེ།  
 བྱ་ག་ལས་སློན།  
 གང་ལྟར།  
 དང་པོའི་སྟོན་ངག་གི་ཆབ་ཚོམ་འདི་ནས་ལྷ།  
 དང་པོའི་འཕར་ཚུ་ཡི་ཁྲག་རྒྱན་འདི་ནས་ལྷང་།  
 དང་པོའི་འཁྲུལ་སྤང་དང་འཇུག་བག་འདི་ནས་བསྐྱེད།  
 དང་པོའི་ཉེས་དམིགས་དང་བདེན་པའང་འདི་ནས་རྟེན།  
 འདི་ཉིད་ཁོ་ནས་གནམ་ཕྱགས་སྐོང་བཏེགས་པས།  
 རྒྱང་ཉ་དང་རྣམ་རྟོག་ཐོགས་མེད་དུ་རྒྱ་ཞིང་།  
 འདི་ཉིད་ཁོ་ནས་བྱང་ཁོག་རྒྱ་བསྐྱེད་པས།  
 འཁྲུ་འཕྲིག་དང་སྤྲིན་པ་བར་མེད་དུ་དགྲིགས།  
 འདི་ཉིད་ཁོ་ནས།  
 རྩ་བའི་གོ་ལ་དེ་གཏམ་རྒྱུད་ཀྱིས་བརྒྱུམས་ཤིང་།  
 གཤོད་འཇུག་དང་ཁ་བཏགས་དཀར་པོ་དེ།  
 ཆང་པོར་གྱི་ཁ་རུ་སྟོད་ཀྱིས་བབས།

༢

ངས་གཤོད་མའི་རི་རྒྱུད་ལུ་འབྲེལ་དུ་ཉལ་བ་ལ་བལྟས་ཏེ།  
 ལུན་པ་ལྟ་བུའི་དབེན་འཇགས་ཤིག་ལ་ཉན་ཞིང་བཟང་།  
 ངས་ཉེ་དུ་དང་མཇའ་མོ།  
 ལྷམ་འགྱུར་གྱིས་ཉར་ཞིང་།  
 ངས་ལུ་བྱུག་གིས་ཡུལ་སྐད་སྤྲོ་བ་དང་།  
 རྒྱ་སྤན་གྱིས་སྟོན་ངག་གྱུར་བ།  
 མིག་ལྷགས་ཀྱིས་འཚོས་པས།  
 ལྷམ་རྟོག་ལ་གཤོག་པ་ཡི་ནས་མ་ཐོགས།  
 ངས་རྒྱ་ནང་དུ་རྒྱུང་བའི་ཚོས་རིས་རྒྱང་རྒྱང་དང་།  
 ལེམས་པ་གཏིང་སར་ཤར་བའི་འཇའ་ཚོན་སྤྲོ་མོ་དེས།  
 ལག་སྟོབ་ཁོ་ན་བྱས་པས།

བད་འཕྲོད་ཐབས་གཏན་ནས་མ་བྱུང་།  
 ངས་.....ངའི་སྐྱེ་ཆ་ལ།  
 སྐྱུར་བྲི་ཕྱང་ཞིང་།  
 འགམ་ངོས་སུ་བྲག་རྩི་ཆགས་སོང་།  
 ལྷོད་ལ་རེ་སྐྱེག་གིས།  
 བམ་མཁའ་དང་ས་གཞིའི་སྤྲེལ་མཚམས་སུ།  
 ཏང་བཟུང་ཡུན་རིང་བྱས།  
 གསུང་མི་འབྱོན་པའི་ཐོབ་རི་ནག་པོ་དེའི་མདུན་ཇུང་།  
 མཆེལ་མ་ཁྲོག་གེར་མེད་བཞིན།  
 ཏྲག་ཏུ་གཅིག་བྱར་ཡང་བསྐྱད།  
 བྱང་རྒྱུང་གིས་བདས་པའི།  
 བྱ་ཚོགས་དང་ཁ་བ་ཡི་ཁྲོད་ནས།  
 ངས་དུ་དག་གིས་ལྷོད་ལ་རྒྱུང་འབྲོད་བྱས་མྱོང་།

༩

ཆེས་ཐོག་མའི་དབྱངས་ཏྲ་ལྷོད་རང་།  
 ལོ་ཉི་ཤུའི་ལང་ཚོ་སྐབས་ནས་ཕེབས་འོངས།  
 ཆེས་ཐོག་མའི་དབྱངས་ཏྲ་ལྷོད་རང་།  
 ལོ་སུམ་ཅུའི་གལ་གདང་འགྲིགས་ས་ནས་ཕེབས་འོངས།  
 ཆེས་ཐོག་མའི་དབྱངས་ཏྲ་ལྷོད་རང་།  
 བ་ཚོད་ཆེས་སྤུ་ལ་བག་ཆགས་ཆེས་མཐུག་པའི།  
 ལོ་ལྔ་དེ་ནས་ཕེབས་འོངས།  
 ལྷོད་ལ་བརྟེན་ནས།  
 ངས་གནག་སྐྱུགས་དང་སྐོ་ཁྲི་ཡི།  
 བད་སྤོད་རིག་པ་བསྐྱབས་ཤིང་།  
 ལེགས་སྐྱུར་དང་ཡུལ་མི་རང་བཞིན་པའི།  
 བམ་དབྱེ་ཚོག་སྤང་ཏྲོགས།  
 ལྷོད་ལ་བརྟེན་ནས།  
 ངས་འདེགས་འཛོག་དང་པོ།

རི་རབ་གྱི་སྐང་གཤོང་ལ་བཏོད་ཅིང་།  
འགྲུར་ལྷགས་དང་པོ།  
གཞོན་ལུ་མའི་ལུར་མིག་ལས་ལྷུངས།  
ངས་པོ་ཚོད་ཁོ་ནས།  
ཚངས་པའི་སྲ་མའི་ལག་པ་བབུང་ཞིང་།  
གངས་སེང་དང་སྤྲིག་སྤྲིན་གྱི་གསང་བ་བཙལ།

.....

དེ་ནས་བབུང་ངས།  
ཉེ་ལྷ་ལ་སྐྱབས་འཇུག་ལྷས་མ་ཚོལ་ཞིང་།  
བསྐྱུ་བྱིད་ལ་འཁང་ར་བྱས་མ་ཚོལ་བར།  
སྐར་ཚོམ་གྱི་འོད་སྐང་ཚིགས་སུ་བཅད་ཅིང་།  
གཡག་རོག་གི་གཏམ་རྒྱུད་སྐྱ་ཅ་ལྷངས།  
དེ་ནས་བབུང་ང་རང་།  
ཆེས་ཐོག་མའི་དབྱངས་ཏྲ་དེ་ལ་འཇུས་ཏེ།  
བར་སྐང་ལ་གཡེང་གིན་དང་།  
ས་ངོས་ལ་འདུད་གྱིན།  
རང་སེམས་དཔང་པོ་བྱས་ཏེ།  
ནམ་ཡང་གཅིག་ཕུར་བྱིན།  
དེ་ནས་བབུང་ངས།  
ལྷ་ངན་ལ་ཚིག་མ་ཤོར།  
ཡི་ཚད་ལ་ལན་མ་བྱིན།  
ཕྱིར་བཤོལ་དང་སྐོག་ལབ་ཡེ་ནས་བྱས་མ་ཚོལ་།  
བཙན་ཤེད་ལ་སྐར་ལ་ཐེངས་མང་འཐབ་ཅིང་།  
བརྟན་སྤོད་གྱི་ལྷམས་འོག་ནས་ཡང་ཡང་ཤོར།  
དེ་ནས་བབུང་ང་རང་།  
བགས་པའི་ལྷེབ་གཉེར་ལས་གཉིད་ལས་སང་དེ།  
འཁར་བའི་ཚེ་མོ་ཡིས་རྐང་བོ་བརྟུངས།  
“ཁ་བ་ནག་པོའི་མདངས་གྱིས་འབབ།

སྤྱུལ་གྱི་སྐྱོ་ལོ་སྐྱེ་ཡང་སྲིད།།  
ཐོག་མའི་དབྱངས་རྟ་དེ་ཉིད་མ་འགགས་བར།  
བདག་གི་སེམས་ཀྱི་འགྲུར་ཁྱུགས་དེ་ཡང་།  
ནམ་ཡང་ཁེགས་མི་སྲིད།  
ཕོ་བུ་བོ་ཏ་ལའི་མདུན་ངོས་ཀྱི་དོ་ཐེམ།

འདྲ་སྐུལ་བཟང་།

གཡག་རོག་གི་ཟེ་བ་ཡིས་བརྟེགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཤིག  
གནས་འདི་ནས་མ་གཟུགས་འཕྲོག་པོར་ཆགས  
གཡུང་དྲུང་དམུ་ཐག་གི་སྐྱས་དང་མར་བརྒྱངས་པ་ཡིན་སྲིད་ལ  
ལྷ་བབས་མཚོད་རྟེན་གྱི་བང་རིམ་ཡར་བརྟེན་པའང་ཡིན་སྲིད  
གང་ལྟར  
རང་བྱུང་གི་གོར་མ་ལ་གཟོང་ཁ་དང་བོ་སྐྱོར་ཉེས་ཤིག་གིས  
ཁྱོད་ཀྱི་ལས་དབང་དེ་དོན་འོག་འབའ་ཞིག་ཏུ་བསྐྱུལ  
དམག་རྟེན་མིག་པ་ཡིས་བྱང་ཁོག་བརྒྱངས་པས  
ཁྱོད་ཀྱི་ལ་རྒྱ་དང་ང་རྒྱལ་ཡང་ཡང་བསྐྱངས་མོད  
གཙུག་ལག་ཁང་གི་དུང་སྐྱ་རིང་བོ་དེས  
ཁྱོད་ལ་ཉིང་འཛིན་གྱི་དྲན་སྐུལ་བྱས  
དུས་ཀྱི་རྒྱུང་སྐྱེན་ཅ་རྒྱུས་སུ་ཁོལ་བས  
ཁྱོད་ཀྱི་མགོ་བོ་ལྷས་ལས་བསྐྱངས་ཀྱང  
དར་ལྗོངས་རྒྱུང་གིས་དེབ་པའི་སྐྱ་བསྐྱེད་མར་སྐྱོག་པ་ཡིས  
ཁྱོད་རང་སྐར་ཡང་མི་ལམ་གྱི་ཞིང་དུ་སྐྱེལ  
དེ་ཉེ་ན་འདང  
བྱངས་ཁྱུག་འཛག་བཞིན་པའི་རྒྱུ་མཐིལ་གྱི་སེར་ཁ་དེས  
ཁྱོད་ཀྱི་ལྷས་ལ་བསྐྱེན་ཚོ  
ཁྱོད་ལ་བཟོད་མི་ཐུབ་པའི་བྱུག་གཟེར་ཞིག་སྐྱེད་ཅིང་  
ཁྱོད་ཀྱི་ལྷས་ནས་ལྷང་བའི་རྒྱལ་ནག་གི་རྒྱངས་པ་ཡིས

མཁའ་དབྱིངས་སུ་འབྲི་བཞིན་པའི་བདེ་སྐྱིད་ཀྱི་བཟོ་བཀོད་དེ  
ནམ་ཡང་མཚམས་བཞག་མ་སྟོང

ལྷ་ཟེལ།

འཇུ་སྐལ་བཟང་།

རལ་གྲིའི་ཡང་ཅེར་འཛོགས་ཟེན་པའི།  
ཆོ་སྲོག་གི་གོང་ལུ་ཞིག་སྟེ།  
ད་ནི་འགལ་བ་ཚམ་གྱིས་ཀྱང་འཐོར་ཞིག་ཏུ་འགྲོ་སྲིད།

ཁྱོད་ལ་དྲི་མ་ཐམས་ཅད་གྱིས་མ་གོས་པས།  
གཞོན་ནུ་མའི་ཁ་རྒྱངས་གྱིས་ཀྱང་ཁྱོད་ལ་རེག་པར་མི་ཤོད།  
ཁྱོད་ཉིད་སྟོབ་པ་ཐམས་ཅད་དང་བལ་པས།  
ཕྱི་ནང་ཐམས་ཅད་ཁོར་ཡུག་ལ་གསལ་ཞིང་།  
ཁོར་ཡུག་མ་ལུས་ཕྱི་ནང་ལ་གསལ།

ཆེས་མཐར་ཐུག་གི་དྲངས་མ་ནི།  
ཆེས་འཇིག་པར་སླ་བ་ལགས།  
ཁྱོད་ནི་འཚང་རྒྱ་ཁ་མའི།  
སྐད་ཅིག་གི་མངོན་སྟངས་ཤིག་སྟེ།  
མཚམས་འདྲིར་བསྐྱབས་ཚོ།  
ཅིས་ཀྱང་འོད་ལྷན་སུ་དྲངས་དགོས

འཁོར་བ།

འཇུ་སྐལ་བཟང་།

སྟོ་བ་དང་སྟོ་བ་གཙུག་པ་ལས།  
མེ་སྟག་མཆེད།  
ཀས་གཉེར་གྱི་གཤོང་བུ་མིག་རྒྱས་གང་བ་ལ།  
ཟ་ཁ་ཅུང་ཟད་དར།  
དེ་ལྟར་ནའང་དེ་ཉིད་ལོ་ནས།  
སེམས་ཅན་གྱི་ལོག་པར།  
བཤེག་ཏུ་མེད་པའི་སྐྱེན་དོ་ཞིག་ཆགས།

ཏུ་ཤུབ་དང་ཉལ་ཆ་སྟོག་བཞིན་པའི།  
མགོ་རུས་མང་པོ་ཞིག།  
ལྷབས་རྩེར་དབང་མེད་འཕྱོ་ཞིང་།  
རྒྱ་འགྲམ་དུའང་རང་དགར་འདོད།  
འདི་དག་ལས་གཞན་ཅི་ཡང་མེད་པར་ཐག་གིས་ཚད་ཚོ།  
འདི་དག་མ་ཡིན་པ་ཞིག་ཅིས་ཀྱང་འཚོལ་དགོས།

སྤྱི་ནང་གི་ཉེན་ལག

འཇུ་སྐལ་བཟང་།

རྩ་ཐང་གི་ལ་བ་བྱི་ནང་ཡང་ཡང་བརྟེས།  
ཡ་གི་སྤེ་བའི་གྲུབ་ཐོབ་དང་མ་གི་ཚོ་བའི་མཁའ་འགོ་མའི།  
ཡ་མཚན་པའི་གཏམ་རྒྱུད་ལའང་།  
དུད་རྩལ་སེར་པོ་ཞིག་རིམ་གྱིས་བབ།  
ཨ་བྱིའི་ལག་འཁོར་རྒྱ་ཏུ་དེ་ནི།  
ཚད་ལྷང་བའི་རྩ་ཐང་གི་ལོ་ཟླ་སྟེ།  
ཇི་མགྲོགས་ཇི་དལ་དུའང་མ་སོང་བར།  
རང་ས་ན་སྐྱེན་སྐྱོར་བྱེད།



དག་ལེགས་དང་དཔལ་མེད་སྐྱོད་ཀྱི་ཁ་བརྒྱུད།  
 ལོ་དུ་མ་ཞིག་བརྒྱུད་མཐར།  
 དཔལ་མགོན་དང་རྒྱ་རྒྱེད་སྐྱོད་ལ་གྱུར་འདུག་པ།  
 ཉེ་ཐིག་དེད་ནས་སྤྱོད་འཛུགས།  
 བཅའ་ཆགས་པའི་བྱིས་སྤྱང་སྐྱོད་ཞིག  
 ཨ་སྤྱེད་སྤྱོད་ཀྱི་ལོ་ལྟེང་བའི་གསེབ་ནས་ལངས་ཏེ།  
 མར་མེ་རྒྱུད་དུའི་དོགས་སུ་འཕུར་ཐིང་སྤྱོད་སྤྱོད་བྱེད།  
 དབེན་པ་ཁད་འཇགས་པའི་དུས་སྤྱོད།  
 སྤྱོད་སྤྱང་ཡང་མོ་ཞིག་ཁ་བ་དང་མཉམ་དུ།  
 ཚོན་ཐག་གི་རྒྱུད་ལས་དུམ་བུ་དང་དུམ་བུར་ཆད་ཅིང་།  
 ས་བུ་འཐོར།  
 བྱིས་བདག་གི་སྤྱོད་སྤྱོད་བསམ་གཞིགས་ལ།  
 དོན་འགྲུབ་མཚོའི་དེ་རིང་གི་སྤྱོད་དེ།  
 ཁོ་མེད་ཨ་ཅེད་བག་ཚར་གྱི་འདབས་སྤྱོད་ལས།  
 སོར་མོ་དོ་ཅམ་ཆེ་བས།  
 རྒྱ་བོད་འཕེལ་དུ་བྱེད་སྤྱོད་སྤྱོད་བ་རིང་བོ་ཞིག  
 གཅིག་སྤྱོད་གཅིག་མཐུད་དུ་བརྒྱུད་འོང་།

ང་ཚོའི་ཁོར་ལུག་གི་ཉེན་བརྒྱུད།

འདུ་སྐལ་བཟང་།

མངོན་རྒྱལ་རིགས་ཤིག  
 ཚོ་རིང་ལོ་དུའི་སྤྱོད་ཡིག་དཀྱིལ་རྒྱགས་ཀྱི་

ཐོབ་སྐྱར་། །ཡུ་ཡིན་མོད།  
མིང་རིམ་ནི་འཛིན་གྲུ་ཡོངས་ཀྱི་ཆེས་ཐ་མ་རེད་འདུག།

བར་ལྷད།  
ཉི་མ་ལྷ་མོ་གནས་ལ་འགྲོ་བའི  
སྐྱེ་རྒྱན་དོ་ཡིན་ཅིང་།  
ཏུ་པ་སྡེ་སྡེ་ཁོམ་ལ་ལེབས་བའི  
མགུལ་རྒྱན་གསེར་ཡིན།

མིག་དང་དེའི་རིན་ཐང་།  
མིག་དགུ་ཅན་གྱི་གཟི་ཞིག་ལ་སྐྱོར་བྱི་ཚོ་ལྷ་ཡིན།  
མིག་བཞི་ཅན་གྱི་བྱི་ཞིག་ལ་སྐྱོར་བྱི་ཚོ་ལྷ་ཡིན།  
མིག་གཉིས་ཅན་གྱི་མི་ཞིག་ལ་སྐྱོར་བྱི་ཚོ་ལྷ་ཡིན།

འོར་བཅོས་གལ་ཆེན་ཞིག  
ལྷན་གཤེར་ཕོར་བ་གང་དེ་ནི།  
ལྷ་ལ་སྐྱོས་ན་བདུད་ཚི་ཡིན།  
མི་ལ་སྐྱོས་ན་བདུད་ཚི་ཡིན།  
ཡི་དུགས་ལ་སྐྱོས་ན་བདུད་ཚི་ཡིན།  
དེ་ཅོམ་དུ་མ་ཟད།  
ལྷ་ལ་སྐྱོས་ན་བདུད་ཚི་ཕོར་བ་གང་ཡིན།  
མི་ལ་སྐྱོས་ན་བདུད་ཚི་ཕོར་བ་གང་ཡིན།  
ཡི་དུགས་ལ་སྐྱོས་ན་བདུད་ཚི་འུ་མཚོ་ཞིག་ཡིན།

བསྐྱབ་བྱ་གསེར་བ།  
ད་ལྷ་ང་ཚོར་ཅི་ཡང་རུང་བ་འདྲ་མོད།  
མི་རུང་བའང་ཡོད་དེ།  
སྤང་བོ་ལ་མང་སྤྱན་བྱེད་མི་རུང་།  
བགོས་སྐལ་ལ་ཉུང་ལེན་བྱེད་མི་རུང་།  
གཞུང་ཟས་ལ་རིན་དུལ་སྤོད་མི་རུང་།

ད་དུང་། རྒྱས་མེད་ལ་རོགས་རམ་བྱེད་མི་ཅུང་།

སྤྱི་རྒྱས་ལ་སེམས་བླུང་བྱེད་མི་ཅུང་།

... ..

གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་བྱས་ཚེ།

ཀླང་སྣམ་གྱི་འདོམས་རལ་ནས་འགོ་བ་ལྟར།

མཚུ་ཚུག་སྣ་གཉེར་མང་པོ་བྱེད་འོང་།

འདས་དོན།

འཇུ་སྐལ་བཟང་།

སྤྲུག་ཞག་འཐེབས་པའི་མཚོའུའི་དོགས་སྤ།

ཚྲོང་ཤིང་གི་ལོ་མ་ཐར་ཐོར་ཞིག

རེས་འགར་པར་ལ་འཕྱོ་སྤེ་འགོ་ཞིང་།

རེས་འགར་ཚུར་ལ་གཡེང་ཞིང་ཡོང་།

ཟླ་འོད་དུངས་པོའི་འོག་ཏུ།

མེ་ཏོག་གི་གྲིབ་མ་ཡང་པོ་ཞིག

གཡོ་བ་མེད་ཀྱང་འགུལ་སྣམ་བྱེད།

མོག་པོར་སྣང་ཡང་གསལ་པོར་མཐོང་།

ཅུ་ཤུ་མེད་ལ་དགོད་སྤྱའང་མེད་པའི་དུས་སྤ།

འདས་དོན་གྱི་དྲན་གཞིག་ནི་ད་ལྟའི་འཚོ་བ་བློ་བ་དང་ལྡན་པ་ཞིག་གོ

དགེ་འདུན་ཚོས་འཕེལ།

འཇུ་སྐལ་བཟང་།

འཇིག་རྟེན་འཇིག་རྟེན་དུ་ཤེས་པ་ནས་བཟུང་།  
ཁྱེད་རང་དགོད་སླ་ལ་ཅུ་ཡང་སྐྱེན།

ཐ་སྐད་ཀྱི་རྩ་བུ་ཆེ་ཆུང་དུ་མ།  
སེལ་བུར་བཅག་སྟེ།  
ནམ་མཁའ་དང་ནམ་མཁའ་ཡུག་གཅིག་བསྐྱེས།  
རེ་དོགས་ཀྱི་སྐྱེད་པ་རྒྱ་ཞིག་ཀྱང་།  
ནམ་བཞག་གི་ཁབ་མིག་རི་ལྟར་སྐྱེད།

གཅིག་ནི་ཡོད་པའམ་ཡིན་པ་དང་།  
ཅིག་ཤོས་ནི་མེད་པ་དང་མིན་པའི་མིག་རྒྱུད་དེ།  
རི་ལྟར་བགྲད་ཀྱང་།  
ཁྱེད་རང་མི་ཤོད་བས།  
སྐྱ་ན་ལྔ་བརྒྱའི་གངས་ལ་ཉེ་བའི་ཚོ།  
(མིན་ལོ་གངས་ལྔ་བརྒྱ་ནི།  
དུས་ཀྱི་བགོད་པ་བགས་ཀྱི།  
ཁྱོད་ཉིད་ག་ལ་ཡིན།  
ཁྱེད་ཀྱིས་སྣོན་ཚོག་བགྲེས་པོ་ཞིག་བཞག་མེད་ལ།  
ཁས་འཁོགས་ཀྱི་སྐྱ་ན་དག་ནི་དེ་བས་ཀྱང་བྲིས་མ་ཚོར་།)  
འཇིག་རྟེན་གྱི་མགོ་པོ་ཁྲག་ལ་བསྐྱེས་ཏེ།  
འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་སྣོ་སྐྱེགས་བརྒྱུད་པ་ན།  
བདག་གིས་ནི་རབ་རིབ་ཀྱིས་སྣོད་ཅིག་ལ།  
ཁྱེད་རང་ལན་མེད་པའི་འདྲི་རྟགས་དུ་མ་ལས་གྲུབ་པའི།  
ལྷགས་ཐག་རིང་པོ་ཞིག་དུད་དེ།  
ས་སྐང་གི་གངས་ཐིག་མཚོ་ཤོས་ལས།  
དལ་བུར་བཞུད་པ་མཚོང་།  
སྤྲིག་བོད་ཁྲ་རིང་གི་ཁ་ན་འཐིབས་པའི།  
རྩས་དུད་མོག་པོ་དེ་ཡུན་གྱིས་དུངས་པ་ན།  
ཁྱོད་ཀྱི་བང་སོ་དེ།

ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་སྐོག་མཚམས་ཤིག་ནས་རྟེན་བྱུང་།

སྐོད་པོ་དང་ནམ་མཁའ།

འཇུ་སྐལ་བཟང་།

—གོགས་པོ་སྐྱམ་ངག་སྐྱ་བ་ཞིག་ལ་ཕྱལ་བ།

དུས་རྒྱུང་བསེར་བྱ་ལྡང་ཅ་ན།

ཁུར་མང་བགེས་པོ་ཞིག་ཀྱང་མཁའ་ལ་སྤོང་སོང་།

སྐོད་པོ་བྲག་གོག་ལ་གཏན་དུ།

སྤོང་ཚུགས་སམ།

ནམ་མཁའ་འདི་མེས་པོ་བགོད་པའི་བཤུལ་ལམ།

གཤོག་རྒྱུང་འདི་མེས་པོས་གནང་བའི་ཁྱད་ཚོར།

ལུས་པ་ཅི།

ནམ་ཞིག་གཤོག་ཚལ་བྱི་ཡི་ནམ་མཁའ་ཟང་པར་མི་འགྱུར་བ་བདེན།

དེ་ཉ་ནའང་།

གཤོག་ཚལ་མ་བྱི་ཕྱིར་ལ་སྤོང་ན།

སྐོད་པོ་སྤོབས་པ་ལུས།

གཤོག་ཚལ་བྱི་ཚེ་ཕྱིར་ལ་སྤོང་ཀྱང་།

སྤོང་པའི་ལམ་དུ་འཆེ།

ཨ་ཧྲོ།

དུར་ས་མཁའ་ལ་འདེབས་བ།

གཉའ་ཁྲི་བཙན་པོའི་སྤོལ།

སློབ་མཐར་ཕྱིན་པའི་མཉམ་སྦྲེའི་དགུང་ཚོགས་སྟེང་དུ།

འབྲུ་སྐལ་བཟང་།

ཕུ་ཚེ་དང་ཕུ་ཚེ་ཕྱད་པ་ལས།  
སློ་སྦྱོང་གི་བཞད་སྐྱ་སིང་སིང་དུ་སྐྱོག།  
རྒྱན་ཆང་ཁོ་ན།  
ཁ་ལུ་སིམ་པའི་ངང་ཁོང་འདར་ཕན་བུ་རྒྱག་བཞིན།  
ཁོ་བོའི་མིག་ལ་ཅེར་གྱིས་ལྟ།

མིག་རྒྱ་སྐྱོག་གཅིག།  
ཆང་གར་དུ་ཤར་གྱིས་མཚོངས་པ་ན།  
སྐབས་ཕན་རྒྱུ་པོ་འགའ་ཞིག།  
བགའ་བྱའི་འཁོར་ལོའི་རིས་དང་འབྲ་བར།  
དབུས་ནས་མཐའ་ཅུ་ཁད་གྱིས་འབྲལ་བར་བྱེད།  
སྐབས་རིས་ཐ་མ་དེའི་དབུས་ནས།  
མིག་རྒྱས་བརྒྱན་པའི་ལག་ཕྱིས་དམར་བོ་ཞིག།  
རྒྱང་དུ་ནས་ཆེ་བ།  
མོག་པོ་ནས་གསལ་བར་མདོན་བྱུང་།  
གྱེ་མ་ཆང་འདྲི།  
ཆང་འདྲི་ཇི་ལྟར་བཏུང་བར་བཟོད།

བདག་གིས་མིག་རྒྱ་དང་འབྲེས་པའི་རྒྱན་ཆང་འདྲིས།  
མེ་ཏོག་སྐྱ་བརྒྱ་བཞད་པའི་ཞིང་ཁམས་དེར།  
བསང་གཏོར་འགྲེམ་ལ།  
གང་དུ་ལག་ཕྱིས་དམར་བོ་ཉིད་ཟག་པར་གྱུར་བའི་ས་དེ་ག་ནས།  
བསྐལ་བཟང་མེ་ཏོག་ཚོམ་བུ་ཞིག།  
ཅིས་ཀྱང་བཞད་དུ་འབྱུག་དེས།

མཁའ་འགྲོའི་གཟུགས་རིས།

འཇུག་ལ་བཟང་།

མངོས་སྐྱུག་དར་གྱི་ཤམ་བུ་ལྟ་བུ་གཡོ་བཞིན།

སྐྱུག་ཕྱན་ལུས་ཀྱི་སྒྲོས་གར་ནམ་མཁའ་ན་སྐྱུར་བ།

ཨེ་མ་མཁའ་ལ་རྒྱ་བའི་འཆི་མེད་ཀྱི་བྱ་མོ།

མངོས་སྐྱུག་གི་བཞིན་དཔལ།

ཉ་གང་གི་རྩ་དགེལ།

དཀྱུས་རིང་གི་བྱར་མིག།

མེ་ཏོག་གི་མདའ་གཞུ།

འཁྲིལ་བག་གི་སྐྱེད་སྐབས།

ཤེལ་དཀར་གྱི་བུམ་མགུལ།

མཁའ་རྒྱས་ཀྱི་འོ་འཛིན།

སྒྲིན་ལེགས་ཀྱི་ཨ་ཟ།

ད་དུང་།

རིན་ཆེན་དོ་ཤལ།

གསེར་གྱི་གདུབ་ཀོར།

འོ་འཁྲིལ་མེ་ལོང་... ..

ཨ་ལ་ལ་མངོས་སྐྱུག་གི་དྲངས་མ།

མཉེན་ཞིང་སྐྱུག་པ།

དཔུང་བའི་འཁྲི་ཤིང་།

ཕ་ཞིང་ལྗེས་པ།

སོར་མའི་བད་རྒྱ།

མངོས་ཤིང་འཇུག་པ།

བེམ་པའི་མཚུ་སྐྱོས།

ཟབ་ཅིང་དམའ་བ།

ལྷོ་བའི་བད་མ།

ད་དུང་། ཕ་ཞིང་དྲང་བའི་སྐྱུག་རིས།

བཀྲ་ཞིང་བཀྲག་པའི་ཚོན་མདངས།  
 བྱང་ཞིང་འབྲུ་བའི་གསོན་ཉམས... ..  
 ཇམ་ཏོ་ཏོ་སྐྱ་རྩལ་གྱི་ཡང་ཅེ།  
 ལྷ་ཡི་མངོས་ཚོས་དེ་རྗེས་ཀྱང་ཚོག་གི།  
 མི་ཡི་འབྲུར་བག་དེ་ག་ནས་རྙེད་དམ།  
 མཁའ་འགོའི་ཆ་བྱང་ནི་མངོས་ཀྱང་ཡིན་གྱི།  
 དྲི་ཟའི་འཛོ་སྐྱེག་འདི་སུ་ཡིས་གནང་བྱང་།  
 མངོས་སྐྱེག་སྐྱ་གཅིག་གི་ཡང་རྩེར་འཕགས་ཀྱང་།  
 ཀུན་གྱི་ཉིང་བཅུད་འདི་རི་ལྟར་བསྐྱས་སམ།  
 མོ་ལེགས་སོ་ཡིན་ནོ་བདེན་ཏོ།  
 ལྷ་ཡི་བཀའ་ལྟངས།  
 མི་ཡི་ངལ་རྩལ།  
 མི་མེན་གྱི་རྩུ་འཕྱུལ།  
 རྒྱ་ཡི་བཟོ་བཞོད།  
 བོད་གྱི་སྐྱ་རྩལ།  
 མི་ཉག་གི་མངོས་འདོན་... ..  
 ད་གཟེད་ལྷོད་ལྷོད་དུ་གྲུབ་པོ།  
 གྲེ་གྲེ་མཚར་སྐྱེག་ཡི་ཤེས་གྱི་མཁའ་འགོ།  
 ལྷོད་གྱི་སྐྱེགས་ཀྱང་ལྷོད་ལུས་དང་འབྲ་བར།  
 མི་སྐྱེག་ར་རིའི་དྲི་མ་དང་བལ་སྐྱེ།  
 མི་ཤེགས་གདེང་ཞིག་ལོ་བོ་ཡིས་རྙེད་དེ།  
 བདེན་པ་བྱམས་པ་མངོས་པ།  
 རྣམ་གསུམ་ལྷན་སྐྱེས་ཉིད་ནས།  
 གཉེན་དུ་ཐེབ་པ་འདིས་སོ།  
 དེས་ན་ལྷོད་གྱི་སྐྱེན་དུ།  
 ལུ་བྱ་འདི་ཙམ་མཚེས་ཏེ་  
 རྣམ་ཞིག་གདོང་བ་བཞི་ལྷན་ཚངས་པའི་བྲ།  
 ཁེངས་པའི་ཉམས་གྱིས་ལྷོད་གྱི་མདུན་དག་ལྷ།



འཇིག་རྟེན་བྱེད་པོ་ཁོ་བོ་འབའ་ཞིག་ཅེས།  
རྒྱགས་པའི་གཏམ་གྱིས་སྲིད་པ་འགས་བྱེད་ཚེ།  
མཚུ་སྒྲོལ་གྱི་བུམ་བཟང་ནས།  
བདེན་གཏམ་གྱི་བདུད་ཚིའི་རྒྱན།  
ཤར་མ་ཅུ་འཛོ་བྱེད་ན།  
ངས་དོན་གྱི་མཐའ་འགོ་ཉིད།

བསམ་གཞིག

འཇུ་སྐལ་བཟང་།

བསམ་གཞིག་གི་མགོ་བོ།  
ནམ་མཐའ་ནས་དབྱངས་པས།  
བྱིས་པའི་གཏམ་ཚིགས་སེལ་བུར་འཛོར།  
འཇིག་རྟེན་ལྷ་འོག་བརྗེ་བར་མ་ལུས་ཀྱང་།  
རང་ལུས་མགོ་རྟེན་སྒྲོག་ན་ཅིས་མི་ཚོག  
ཆགས་ཐོགས་མེད་པའི་རྟོག་པ་ཁོ་ནས།  
སྐོག་ལྷུར་གྱི་གདོང་ཤུན་བཤུ་ལུས་ཤིང་།  
མདོན་སུམ་གྱི་བྱང་ལོག་གཤག་པོད།

བསེར་བུས་བདས་པའི་ཤིང་ལོ་འཁྱམ་པོ་དག་གིས།  
ས་གཞིའི་ཚེ་སློག་ལ་རྗོགས་ཚིག་འགོད་པ་དེར།  
འབྲས་ལྗན་དུས་ཞེས་ཅི་ལ་འབོད།  
དབྱིད་གྱི་དཔལ་མོའམ་དེ་ཡང་།  
ལང་ཚོས་རྒྱགས་པའི་སྒོང་མོ་བའོ་ན་སྟེ།  
སྒོ་ཉམས་མཚར་བོ་ཞིག་འདུག་ཀྱང་།  
ལག་པ་སྟོང་བ་ཉིད།  
ཉེན་མོར་བྱེད་པས་ཀྱང་།  
སྐུ་རེངས་མོག་པོ་དེ་ཕར་ལ་བསྐྱད་མཐར།

ལྷན་ལྷན་གི་མཚན་མོ་རིང་བོ་རེ།  
ཚུར་ལ་བྱུང་དེ་འོངས་པས་ན།  
ད་ནི་འོད་སྣང་གི་བསྐྱེད་ལའང་ཡིད་ཆེས་བྲལ་སོང་།

སྤང་མའི་ཤུལ་ལམ་ན།  
བཙོན་འགྲུས་འབའ་ཞིག་ལས་ཅི་ཞིག་སྤང་།  
ད་ལྟ་བསམས་ན།  
ལྷ་ཉ་རོག་བའི་བྱ་སྐད་གཟན་པོ་དེས་ནི།  
འདི་སྤང་གི་རང་གཤིས་ངོ་མ།  
གྲུང་འདོན་བྱེད་པ་ཡིན་འདུག།

ལར་སྐྱེ་བ་ཡོད་ཚད་འཆི་བའི་ཚོང་ཚུན་གྲིབ་བསེལ་བསྟེན་ཅིང་།  
དར་བ་ཡོད་ཚད་རྒྱད་པའི་བྲག་སྐྱིབས་ན་རྐང་མལ་གསོ།

ཨ་ལ་ལ།  
ཡང་ན་མེ་ལོང་འགྱུར་འདུག།  
ཡང་ན་བཞིན་རས་འགྱུར་སོང་།

ལྷགས་པའི་ཁང་མིག་གཅིག་ཏུ།  
རྒྱ་སྟག་དམར་བོས་བསྐོད་མི་ཚར་བའི་རྒྱལ་ཁམས་ཤིག་ཤོང་ལ།  
ལྷ་མཐའ་བྲལ་བའི་འཇིག་རྟེན་ན།  
སྤང་ནག་རྒྱང་ཏུ་གར་སོང་ས་ཅུ་གདོང་ལྷག་རྒྱག།  
མིའུ་ལྷང་གཅིག་གི་སོར་རྩེ་ཡིས།  
ཡངས་པའི་ས་ཆེན་འདེགས་ལུས་ཤིང་།  
རྒྱལ་མཚན་གཅིག་གི་དཀྱིལ་འཁོར་ན།  
ལྷ་ཉ་པ་ཡི་འཇིག་རྟེན་རེ།  
ཡ་གིའི་ཞིང་ཁམས་ན་མིག་རྒྱ་མེད་པར་སློ་མི་གཏོང་ལ།  
མ་གིའི་དཔྱལ་ཁམས་ན་སྐྱ་སྐྱ་མེད་པར་ཡིད་མི་ཆེས།  
འདི་ན་སོ་ཚོད་ཀྱིས་བཟོས་པའི་རྣམ་གཞག་འགའ་ཞིག།

སྲུང་པ་ནག་པོ་ཚལ་བར་གཤགས་པའི་ཤམ་བྱ་བཞིན།  
མཚན་མེད་རླང་གིས་ག་སར་བརྒྱོད།

ཨ་ལ་ལ།

ཡང་ན་མེ་མོང་འགྲུར་འདུག།

ཡང་ན་བཞིན་རས་འགྲུར་མོང་།