

དེ་ལྟར་གྲོ་གྲོ་ཡང་རྒྱ་མཚོ་ལྷོ་རྒྱུ་ལྟར་ལྟོ་ལྟོ་
ཞུ་བུ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་
ཞུ་བུ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་



བོད་ཀྱི་དཔེ་མཛོད་ཁང་ནས་ ༡༩༩༩ བོད་རྒྱལ་ལོ་ ༣༡༡༡ ལོར་བཟ།

An account of King Gesar
of Ling's conquest of the
land of Shangshung

*(Reproduced from a manuscript
calligraphed by Rdo-rje-mkha'-
'gro)*

མེར་བྱེས་རིག་མཛོད་དེབ་ཆེན་མོ་ལྟེ་མང་།

SJRB-0343

མ་ཕྱི་མོར་བཞག་བྱས་ཡོད།

མེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོ་ལི་ཙྰ་མ་རྒྱུག་ཁང་གིས་འཕུལ་དེབ་ཏུ་བསྐྱོས།

མེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོས་འགྲེམས་སྤེལ་བྱས།

༢༠༡༩ ལོའི་ཟླ་དགུ་པར་ཙྰ་མ་རྒྱུག་བྱས།

༢༠༢༢ ཟླ་དགུ་པར་བསྐྱར་རྒྱུག་བྱས།

མེར་བྱེས་རིག་མཛོད་བྱ་བྱང་།

www.serajeyrigzodchenmo.org

ཡིག་འབྲེལ་བྱ་བྱང་།

serajeyrigzodchenmo@gmail.com

པར་སྐྱུན་གྱི་བདག་དབང་མེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོར་ཡོད།

དབར་དུ་བསྐྱེད་པའི་གསལ་བཤད།

༢༡། །གཞིས་ཀྱིས་བོད་མི་ཡོངས་ཀྱི་དབུ་ཁྲིད་སྤྱི་ནོར་ལ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོའི་དགོངས་གཞི་བཀའ་སློབ་ཟབ་མོ་གཞིར་བཟུང་བཞུགས་སྐར་དུ་ས་བོད་ཀྱི་དཔེ་མཛོད་ཁང་ནས་བོད་ཀྱི་བྱ་ལོར་མ་ཡིན་པའི་ཆོས་དང་། རིག་གནས་ཀྱི་ཆོས་རིགས་ཆེ་སྒྲ་ཅི་མཆིས་ཉམས་པ་སོར་རྒྱུད་མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་གྱི་ལས་འགུལ་ལ་འགྲུགས་བསྐྱོན་བརྒྱབ་སྟེ་བོད་ཀྱི་ཆོས་རིགས་ལོ་རྒྱུས་དང་བཅས་པར་དོ་སྣང་མཛད་མཁན་གྱི་ནང་མི་རིགས་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་རེ་སྐོར་ཆེད་དུ་ད་ལས་ “འཛམ་གླིང་གི་སར་རྒྱལ་པོའི་རྟོགས་བརྟུན་ལས་ཞུང་ལྷན་ལུ་རྟེན་ཆེད་ཆེན་པོ་བཙུམ་རྩ་བའི་བདུད་ཅི”ཞེས་པ་གསལ་དུ་དབར་བསྐྱེད་ཞུས་པ་ཡིན། འདིས་མཆོད་སྲིད་རྗེ་གི་སར་གྱིས་འགྲོ་དོན་མཛད་ཚུལ་རྟོགས་བརྟུན་ལས་ཀྱིས་དབར་འགྲེམས་དར་སྤེལ་ཞུས་དང་ཞུ་བཞིན་པའི་ལེགས་བྱས་རྟེན་འབྲུང་གི་མཐུ་ལུས་ལས་ནག་ཕྱོགས་མི་དང་མི་མེན་མཐའ་དག་མིང་གི་ལྷག་མ་མེད་པར་བསྐྱེད་ཅིང་། དཀར་ཕྱོགས་བསྐྱེད་པའི་དུ་དར་མིད་ཅིར་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་དང་། ཞར་བྱུང་དུ་བོད་མིས་བོད་ཀྱི་དམངས་ཁྲོད་དགའ་ལོས་ཅན་གྱི་ཆོས་རིགས་ཁག་ལ་སྤར་བས་དོ་སྣང་བྱུང་སྤེལ་ཡོང་ཆེད་དང་། མཐར་ཐུག་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཁོར་བའི་གནས་ལུས་ཡོངས་སྤྱོད་ལ་སྤྱིར་པོ་མཛད་པར་མཐོང་ནས་སློབ་ཆོས་སུ་ཕྱོགས་པའི་དགེ་བསྐྱེད་ཕྱོགས་སུ་འགྱུར་བ་བཅས་ཀྱི་རེ་སྐོན་ཞུ་རྒྱ།

སྤྱང་དཔེ་འདིའི་མ་ཕྱིར་བདག་པོ་འཇམ་དབྱངས་རྣམ་རྒྱལ་ལགས་ཀྱི་ཡིན་པ་དང་། དབར་ཡིག་པམ་བུས་མཛད་པོ་མདོ་སྟོད་ས་རན་གྱི་ཁྲིས་པ་དོ་རྗེ་མཁའ་གོ་ལགས་ནས་བྱ་ལོར་མ་ཡིན་པའི་རང་ལུགས་ས་ཁྲིས་ཞེས་པའི་སྤར་རྒྱུན་བཟང་པོའི་ཡིག་གཞུགས་ཤིན་ཏུ་ལེགས་པར་ཁྲིས་གནང་མཛད་པ་དང་། འདིའི་གའི་བོད་ཡིག་དབར་བསྐྱེད་སྟེ་ཆོན་གྱི་དོ་དམ་པ་བཟུ་གིས་ཆེ་རིང་ལགས་ནས་མ་ཕྱི་ཐབས་འཚོལ་དང་དབར་དུ་འཁོད་ཐབས་འབད་ཆོལ་གནང་བ་དང་འབྲེལ་སྤྱང་དཔེའི་མ་ཕྱི་དང་དབར་ཅ་གཉིས་དབར་ཆད་ལྷག་ཡོད་མེད་ཞུས་དག་རོགས་སྐྱེ་རིག་གཞུང་ཉམས་ཞེབ་པ་མོན་ཐུར་སློབ་ཐབས་བསྐྱེད་འཛིན་ལགས་དང་མཉམ་དུ་གནང་བ་བཅས་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ། བོད་ཀྱི་དཔེ་མཛོད་ཁང་ནས་ ༡༩༩༩ ལོ་རྒྱུལ་ལོ་ ༩༡༡༡ རབ་རྒྱལ་ཤིང་གི་རྒྱ་ཆོས་ལ། འགན་འཛིན་རྒྱ་མཆོ་ཆེ་རིང་གིས། །

དཀར་ཆེན་གྱི་ཆེན་མོ་

དཀར་ཆེན་གྱི་ཆེན་མོ་གསལ་བསྐྱོད་.....	iv
ཞང་ཞང་གཞུང་འབྲེལ་དཀར་ཆེན་གྱི་ཆེན་མོ་.....	1

༡༡། ཁང་ཁུང་གཡུལ་འབྱེད་དཔའ་བོ་དབྱེས་པའི་དགའ་སྟོན་

ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

༡༢། རྒྱལ་བའི་མཁུན་རབ་རིགས་གསུམ་ལྷག་པའི་ལྷ། ཁང་དག་ནག་ཕྱོགས་
བདུད་རིགས་འདུལ་བྱེད་པའི། གསལ་བྱེད་མི་ཡི་ཉི་མ་འགྲོ་བའི་མགོན། འཇམ་གླིང་
གེ་སར་མེར་མའི་ཚོགས་ལ་འདུད། །

དེ་ཡང་གླིང་རྩེ་གེ་སར་རྒྱལ་བའི་རྟོག་བརྗོད་ལས། ཁང་ཁུང་གཡུལ་འབྱེད་
ལྷ་ཉིག་རྩོང་ཆེན་པབ་ཚུལ་ནི། ཤིང་མོ་འབྲུག་གི་ལོ་རྒྱལ་རྩ་བའི་ཆེས་ཉེར་ལ་
ལ། ཁང་ཁུང་བོན་གྱི་རྒྱལ་བའི་ཚོང་ཐོག་གསེར་དདུལ་དར་ཐབ་གཡུ་བྲུག་དཀར་
བྲུག་དཔར། ལྷ་ཉིག་རིན་ཆེན་འོད་འབར་དར་གོས་ལིང་ཆེ་བཅོ་བརྒྱད་སོགས། ཚོང་
ཐོག་རྒྱ་ཆེན་ནམས་དད། དེའུ་སྤུལ་བརྒྱ་ཐམ་བ་ཅམ་ཡོད་པའི་ཚོང་བ་ཞིག་སྤྲུལ་རོང་
གི་ཡེའུ་ཐང་གི་ཡ་སྟོ་དེ་རུ་སྤར་བབས་བ་དེ་སྤྲུལ་རོང་དཔོན་གྱི་མཐོང་བས། སྤྲུལ་རོང་
དཔོན་གཡོག་གཉིས་བྲས་ནས་སོང་བས། དེར་ཚོང་བ་ནམས་ནི་ཁང་ཁུང་བོན་གྱི་
ཚོང་བ་ནག་པོ་རྒྱ་ལ་འགྲོ་མཁན་ཡིན་ཟེར། རྒྱ་ཞོར་ལ་ལྷ་བ་མིག་གིས་མི་བཟོད།
བསམ་བ་སེམས་ཀྱི་མི་ལོངས་པར་འདུག་པས། ཨ་ཁུའི་སེམས་ལ་ད་རེས་འདི་
བཅོམ་དགོས་སྤུལ་པའི་དཀའ་ཆེག་མེད་པའི་རྒྱ་ཞོར་ལ་རྩོམ་སེམས་བྲག་པོ་སྦྱེས་

ཀྲང་། ཉེ་ཆོང་ཅུང་ཟད་བྱས། གཏམ་སྒྲིང་སྒྲ་ཆོགས་པ་མང་དུ་བྱས་སྟེ་ཡར་ལོག། ཨ་
ཁའི་སྐས་ལྷ་གོད་སྤྲོན་གཉིས་དང་། གློན་པོ་དང་བཅས་པས་སྐར་པ་འདི་བཙམ་དགོས་
འདུག། ཆོང་ཚོག་རྒྱ་ལོར་བསམ་གྱིས་མི་ཁྲབ་པ་འདུག། །དེ་ལྟར་མ་བྱས་ཐབས་མེད་
རེད་སྐས་པར། ཁོའི་གཏམ་དེ་བདེན་པར་གོ། །དེ་ཉིན་ཁོའི་དབང་དུ་སོང་ཏེ་ཕྱིར་ནང་
ནས་སྐྱེ་རེང་མཐའ་ནས་གསལ་བ་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ། ལྷ་སྐས་སྤྲོན་གཉིས། ཞང་ནེ་ཉི་མ་
རང་ཤར། ཨ་དཔལ་གཉིས་བཅས་ལ་སྐྱེ་རོག་རྟ་བ་ཉི་ཤུ་བཅས་སྐར་དུ་མཆོང་ནས་
རྒྱ་ལོར་རྟ་ཐེལ་ཡོངས་གནང་དུ་སྒྲངས། རྒྱ་ལོར་རྟ་མས་བྱེད་ཙམ་ཨ་ཁའི་བྱས། བྱེད་
དེ་གཞན་མ་རྟ་མས་ཀྱི་པམ་རྒྱལ་མེད་པར་བགོས། ཨ་ཁའ་ན་ལེ། ད་གོད་པོ་བསམ་པ་
འབྲུག་ལུགས་ལ། མོགས་ལོར་བྱ་ཁ་ཡི་ནང་དུ་བྱིན། ད་འཛིགས་པ་མི་དགོས་པ་ཡི་
བྱ། ཁོ་ཞང་ཁྱེད་རྒྱལ་པོས་ཐག་རིང་། འོན་ཀྱང་ཆོག་ཁ་ལེགས་པར་བསྟོན། ཟེར་ཏེ་
ཁ་ཡི་ཨོག་ཆོམ་གཡམས་བྱུགས་གཡོན་བྱུགས་བྱས་སྟེ་དགའ་ངང་དུ་བཞུགས།

དེར་ཞང་ཁྱེད་རྒྱལ་གློན་རྟ་མས་ནས་རྒྱ་མཐོན་སོང་ནས་ལོ་བྱེད་གཉིས་རེད་
སོང་བས། སྤར་གྱི་མཐོན་ཡང་ལོ་གཅིག་ལས་མི་ཐོག་པས་ཅི་ཡིན་ཟེར་བས། གཡམས་
གཡམ་གྱི་མགོ་ནས་གློན་ཆེན་ཉི་མ་འོད་ལྷན་ན་ལེ། ཆོང་པ་ཨར་ཇག་གྱི་བཙམ་པ་ཨེ་
ཡིན། ད་རྒྱུར་བར་བོན་གཤེན་ལྷ་འོད་དཀར་ཁོང་ལ་བརྟག་པ་ཁྱེད་ལེགས་ཟེར་
བས། ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དེ་འཐད་ཟེར་སྟེ་ཕྱོས་འཆམས་སྟེ། གླ་མའི་བྱང་དུ་དོམ་ནག་བྱ་
ཡི་དཔྱད་རིང་སོང་སྟེ་བརྟགས་པ་ཁྱེད་ལ། གླ་མ་ཡུད་ཙམ་གཅིག་ལ་མཉམ་པར་བཞག་
ནས་ན་ལེ། ཆོང་པ་དེ་ཤར་མ་ཡུལ་སྟོད་ནས་ཨ་ཁའི་བྱང་ཟེར་བ་དེས་འཕྲོག་སོང་
བར་འདུག། ཁོང་གི་སྐྱེ་ཆེད་དར་ནག་ལེབ་ཆན་ལ་མདུད་པ་གསུམ་བརྒྱབ་སྟེ་འདི་

ཁྱེད་ལ་མཁོ་བའི་དུས་གཅིག་འོང་གསུང་སྟེ་གནང་། དེ་ནས་ཁོ་ཕྱིར་མོག་སྟེ་རྒྱལ་སྒོམ་
ནམས་ལ་སྒྲ་མའི་གསུངས་པ་ཆད་ལུས་མེད་པར་ཞུས་པས་ཐམས་ཅད་དེ་ལ་ཡིད་
ཆེས་པར་རྒྱལ་པོ་དེ་ཐུགས་རབ་ཏུ་འཁྲུག་ནས་སྤྱི་འདི་ལྟར་གསུངས་པ་གདམོ།

ཨོ་མ་ཁི་བ་རྩེ་རྩེ་རྩེ་སྤྱི་ཐ་ལ་ལ་མོ་ཐ་ལ་རེད། ཐ་ལ་སྤྱི་ཡི་འབྲུག་ལུགས་རེད།
དགྲུང་སྟོན་འབྲུམ་པའི་ཡར་སྟེང་ན། གནམ་གྱི་འབྲུག་ལྟ་སོག་རྒྱལ་མཁུམ། བར་སྤང་
སྤྱི་མེར་འོད་ལམ་ནས། དབལ་སྤྱི་སྤྱི་ལྟ་སྟེ་འབར་མཁུམ། སྤྱི་རི་ནག་པོ་སྟོང་འོད་
ནས། ཁེར་མ་མི་ཐང་དག་ལྟ་མཁུམ། སྤྱི་རི་ལྟ་བུ་ཆེ་སྟོག་བདག་མཁུམ། དེ་རིང་
རྒྱལ་པོའི་བྱེས་ལ་གཟིགས། ས་འདིའི་ས་ངོ་མ་ཞེས་ན། སྤྱི་རི་གན་པོ་སྟོང་འོད་རེད།
ང་འབྲང་ངོ་མ་ཞེས་ན། འདྲན་མེད་ཞང་ཞུང་རྒྱལ་པོ་རེད། དེ་སྟེང་གི་ཡུལ་ཁ་མོ་ནས།
མ་ངན་བྱ་སྤྱི་རྩོ་རྩོ་ཁོས། ལུག་ཆུང་ལུས་ཀྱི་སྤྱི་སར་དེ། བོར་མོ་རྩོ་ལ་འགྲིམས་ལེ་
མིན། གཅེས་སྤྱི་བར་གི་ལད་འོར་དེ། མོ་རྩོད་པའི་སྟེང་ལ་འགྲིམས་ལེ་མིན། ས་
མཐའི་བྱ་སྤྱི་རྩོ་རྩོ་དེ། ང་ཞང་ཞུང་རྒྱལ་ལ་འགྲིམས་ལེ་མིན། ཁོ་ཆགས་སྟོ་ཅན་ཞིག་
མ་རེད་དམ། ཉེས་མེད་རྒྱལ་ལ་མཁུམ་པོ་དེ། ཁོས་ཇག་པས་བཅོམ་དོན་ཅི་ལ་རེད།
འོད་ཆེན་དེ་ལུ་མི་བཅུང་དེ། ཞང་ཞུང་ཡུལ་གྱི་ཁོར་བྱ་ཡིན། ཆོང་སོག་རྒྱུ་ཁོར་རིན་ཆེན་
དེ། རིན་དང་གོང་ཐང་ཅི་རྒྱུ་མེད། ཅི་མ་ཡིན་ལ་བཞག་རྒྱུ་མིན། སྟོན་ལུགས་ཆེན་དོམ་
ནག་དཔུང་རིང་དང་། གཡུང་བྱང་ལྟ་རྒྱལ་ལྟ་ཆོད་བཅས། དག་སྤྱི་ཉ་དམག་སྤྱི་
བརྒྱ་ནམས། མ་འདུག་མར་ཁམས་སྤྱི་ལ་སོང་། ལྟག་རོང་དཔོན་པོ་ཁོ་སྤྱི་ཁོས།
སྤྱི་པའི་མི་དག་སོད་ལ་འོག། ཁེངས་པའི་ལྟ་མཁུམ་བཞིག་ལ་འོག། ཁེངས་པའི་
རྒྱུ་ཁོར་འཕྲོག་ལ་འོག། མ་ཞུས་སྟེང་རྩེ་ལྟ་རྒྱུ་མེད། བོར་སྤྱི་ལས་དོན་འབྲུག་གྲུང་

ན། གསེར་གོར་མོ་བཅུ་ཡི་དབའ་དར་ཡོད། ལྷ་གོན་ན་བའི་བྱ་རམ་གྱིས། མ་གོ་སྤྱུ་ལ་
འབྲེལ་བ་མེད། འདྲིང་འཆོགས་ཡིད་ལ་དེ་ལྟར་ཞོག །ཨོ་མ་ཤི་བ་སྤྲེ་རྩྱ་རྩི་མེ་

ཅེས་སྤྱེ་དེ་ལྟར་གསུངས་བས་གཞན་མ་རྣམས་ཀྱིས་ཅི་ཡང་ཁྱེ་མ་སྟོབས།
གཡོན་གྱི་གྲལ་མགོ་ནས་རྩལ་ཆེན་ནམ་མཁའ་ཐོག་ཆོད་དེའི་ར་རང་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོའོ་
གསུངས་བཞིན་དེ་རང་བྱེད་ཟེར་སྟེ་དེ་ཐོག་དུ་སོང་། དེ་ནས་ཞག་གསུམ་གྱི་ནང་མོ་
གོང་མངགས་ཀྱི་ཆོན་པོ་གསུམ་དང་རྟ་དམག་སུམ་བརྒྱ་བཅས་སྤྱིང་སྟོགས་སུ་ཆས།
དེར་འཁོད་རྣམས་ཀྱིས་ལྟ་མོད་དང་སྤྱེལ་མ་བཅས་བྱས། དེ་ནས་ཞག་ཉེར་ལྔའི་གོང་
དུ་སྟག་རོང་འབྲོག་སྐར་དེ་ཉིད་མ་སྟོད་སྐར་རི་དེལ་རྩུང་བ་རྩེ་ཡོད་པར། ཨ་ཁུ་ཁོང་
ནི་རྩོད་ནང་དུ་རྟ་མགོན་བསྐྱབ་ནས་ཡོད་པར། སྐས་རྩུང་སྐྱབ་གཉིས་རི་དྲགས་འདྲེད་
ལ་སོང་བས་སུ་མེད་པར། དེ་ནས་ཁོ་སྤྱང་ཆང་གི་འབྲོག་སྐར་དེ་རྣམས་ནམ་སྤང་ལ་
དམག་གིས་བསྐྱོར་བས་སྟག་ཆ་དཔུང་རིང་དེའི་འཁོར་གསུམ་བསྐྱོར་ཏེ་རྟ་ཐོག་ལ་
བྱད་ནས་མདའ་མཆོན་གྱིས་ལན་དུ་མ་འཐབ་པའི་དམག་མི་ཉི་ཤུ་ཙམ་གཡམས་བསྐྱེལ་
གཡོན་བསྐྱེལ་དུ་བསད་པའི་མཐར་ཆོན་ཤུགས་ཆེན་དོམ་ནག་དེས་མདུང་ལན་
གསུམ་བརྒྱབ་བས་སྟག་ཆས་གྱི་ལན་གཉིས་གཡུག་ཀྱང་གོ་མ་བཅད། ཁོ་ཡིས་
མདུང་བརྒྱབ་བས་དེ་ཉིད་དུ་བསད། གཡུང་བྱང་ལྷ་རྒྱལ་དེ་ཡི་གྱི་ཕྱར་ཏེ་ཁང་ནིའི་
སྟངས་དུ་མཆོང་བས་ཁང་ནས་ཕྱིར་ཐོས་བས་ཐར། དེར་ཁོང་ཆོའི་སྟག་རོང་འབྲོག་སྐར་
དེ་ན་རྒྱ་ཐས་ཅི་ཡོད་ནོར་ལུག་རྟ་བྲེལ་མང་ཆེན་བཅས་དེད་ཤོར་བ་དང་། ཁང་ནི་
འབྲུལ་ཆོན་དེ་རྩོད་ནང་ཨ་ཁུ་ཡོད་པའི་བྱང་དུ་ཕྱིན་ཏེ། དབང་བརྒྱབ་ཐོག་ཤོར་གྱི་ཕ་
རྒྱས་ཁུས་པས། ཨ་ཁུས་དེ་འདྲ་ཐོན་ཨ་ཁ་ཁ་ཟེར་སྟེ། ད་པོད་རང་གཉིས་པོ་རྒྱལ་པོའོ་

མདུན་དུ་སོང་ན་བྲག་ཟེར་སྟེ། ཕྱིར་ནང་སྤྱ་བར་སྐྱེ་མཁར་སེང་ལྷག་སྟག་རྫོང་ལ་སོང་
ནས་སྒོ་བར་མ་ནས་ཐོན་ཏེ། རྫོན་ཆུང་སྒོ་མ་བརྗེ་གྱིས་ཆེབས་ཁ་སྦངས་ཏེ་ཁང་ཐོག་
དུ་རྒྱལ་པོའི་མདུན་དུ་སྟེན་ནས། ཞང་ཁུང་གི་དབྱ་བརྒྱབ་ཚུལ་དང་རྒྱ་ལོར་འཕྲོག་
བཅོམ་ཤོར་ལུགས་སོགས་ལོ་རྒྱུས་རྣམས་ཞིབ་དུ་ཞུས་པ་དང་། རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོའི་
ཞལ་ནས་འདི་ལྟར་གསུངས་སོ། དེ་ལེགས་འདུག །ང་ལ་ཡང་བྱང་ཞང་ཁུང་རྒྱལ་པོ་
བཟུལ་དགོས་ཟེར་བའི་ལུང་བསྟན་བྱུང་འདུག །ད་ཆོ་བྱུག་ལྷ་སྟེ་དཀར་པོ་འཆོགས་
དགོས་པའི་མི་ཆུང་ཁྱོད་རང་སོང་ལ་ཆ་དང་བང་ཆེན་ཡི་གེ་སོགས་བཟང་དགོས་
གསུངས་པས། མི་ཆུང་ནས་ཁྲིམས་རྩ་བརྟུང་། དར་འཕྱར་བྱ་མཁའ་ཐམས་ཅད་ལ་ཆ་
དང་བང་ཆེན་བཟང་། ཉི་མ་དེའི་ཕྱིར་ནང་ནས་ལངས་པ་དང་མཉམ་དུ་ཆོ་བྱུག་གླིང་དུ་
སྟེ་པ་དེ་མཁར་སྒོ་གཅིག་ནས་ཐོན་པ་ལྟར་བྱས་ནས་འདུ་ར་སྟག་ཐང་ཁ་ཕོ་ལ་
འཛོམས་ནས། གཤམ་རབ་དགུ་བཅུ་གོ་དགུ་བསྐྱིགས་སྟེ། གླིང་རྩེ་གེ་སར་རྒྱལ་པོ་ཁོང་
གསེར་ཁྲི་རིན་ཆེན་དབང་རྒྱལ་ཐོག་ནས་ཆེས་བཅོ་ལྷའི་དྲུང་རྒྱ་ཤར་བ་ལྟ་བུ་མཛད་
ཏེ་ལགགས་མེད་རྩི་རིང་རང་སྐྱེ་ལ་བྱང་ཏེ་ལྷུ་འདི་ལྟར་གསུངས་སོ།

ཨོ་མ་ཁི་བརྟེ་རྩྱ་རྩིས་ལྷ་ཐ་ལ་ལ་མོ་ཐ་ལ་རེད། ཨ་ལ་ལ་མོ་ཨ་ལ་རེད། ཤར་
རི་བོ་རྒྱ་ལའི་ཞིང་ཁམས་ནས། སྐྱེ་མི་འབྱུང་འཕགས་པ་སྐྱུན་རས་གཟིགས། གླིང་
སྐྱེས་བུས་གུས་པས་གསོལ་བ་འདེབས། གནས་ཐངས་མདོག་དཔལ་གྱི་རི་བོ་ནས།
པརྒྱ་འབྱུང་གནས་ཁྲོས་པའི་སྐྱེ། དབང་བྲག་རྩལ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། དཀར་པོའི་
ཆོས་རྣམས་དར་བར་ཤོག །ནག་པོའི་བསྟན་པ་བྱུབ་པར་ཤོག །ས་འདིའི་ས་ངོ་མ་
ཤེས་ན། འདུ་ར་སྟག་ཐང་ཁ་ཕོ་རེད། ང་འདྲ་ང་ངོ་མ་ཤེས་ན། རྫོང་བཅན་པོ་སེང་ལྷག་

སྟག་རྫོང་ནས། གླིང་རྗེ་གི་སར་རྒྱལ་པོ་ཡིན། དེ་ནས་ང་ལ་རྩེ་ཉོན་དང་། མདངས་
གསུམ་གཉིས་ཀྱི་ཐུན་པོ་ལ། ལྷ་ཆེན་ལུང་བསྟན་འདི་འདྲ་བུང་། འང་ཁུང་བོན་གྱི་
རྒྱལ་པོ་དེ། ད་ལོ་འདུལ་བའི་དུས་ལ་བབ། ལུ་ཏིག་རིན་ཆེན་རྫོང་ཆེན་དེ། ད་ལོ་མཁ་
བའི་དུས་ལ་བབ། ད་རེས་གླིང་བས་མ་ཐུལ་ན། ཕྱི་རབས་མི་ཐུལ་ཐག་ཆོད་གསུངས།
ད་རུང་དེ་བས་མི་ཆད་བའི། སྟག་རྫོང་དཔོན་གྱི་བུ་བ་དེ། མི་བསད་རྒྱ་ལོར་གནང་ལ་
ཐྲངས། ད་འདི་འདྲ་བཞག་ཐབས་ག་ལ་ཡོད། གནའ་མི་བོད་ཀྱི་གཏམ་དཔེ་ལ། ཟས་
ལན་པོ་མེད་ན་ཐུམ་བ་ཟེད། གཏམ་ལན་པོ་མེད་ན་སྟུག་བ་རེད། དམ་ལན་པོ་མེད་ན་
བུ་མོ་རེད། མི་བསད་ཤེས་མ་ལོན་ན། དཔའ་མེད་བུ་མོ་འཕང་བཟུང་རེད། རྒྱ་ཤོར་
ར་མདའ་མེད་བ་ན། དཔའ་ཐུལ་བཏེ་ལེ་སྟོང་བ་རེད། དཔའ་མེད་སྟོང་གཏམ་ཨ་བ་
རིས། ཟེར་ཀྲང་ཟེར་ལ་བདེན་ཡང་བདེན། གཏམ་མང་པོ་བཤད་བས་མོང་ཁོམ་མེད།
བུ་ཤོག་དཔོན་མགོ་བརྒྱ་ཅུ་ནས། ལས་དམག་ཅི་ཡོད་བསྐྱགས་ལ་ཤོག །བྱང་བྱེ་རིའི་
ཡུལ་དུ་ཆས་ལ་ལྷར། དམག་ཡིག་ཁ་མའི་ནང་འཁོད་ལྷར། གཡུ་ལྷ་ཤན་བ་དཔའ་མོ་
གསུམ། དུང་སྟོང་ཞལ་དཀར་སྟོབས་ཆེན་དང་། ཁོ་འབར་གྱུ་བུ་ཆོས་འབྱུང་བཅས།
འཇང་ཤོག་དཔུང་དམག་ཁ་མོ་ལ། འགྲུག་བའི་འཕྲིན་ཆ་ལེ་མོ་ཐོང་། གཅིག་ཏུ་ལྷ་ཡི་
ལུང་བསྟན་ཡིན། གཉིས་སུ་མི་ཡི་འགྲོ་དོན་ཡིན། གསུམ་དུ་གླིང་གི་དམ་སྐལ་ཡིན།
རྒྱལ་པོའི་བཀའ་ལ་ཡར་བསྐྱོག་མེད། དེ་གཟར་རབ་ལ་ཡར་བསྐྱེལ་མེད། རྒྱལ་པོའི་
སྤྲེལ་བ་ཆོག་གཅིག་ཡིན། འདིར་འཆོགས་ཡིད་ལ་དེ་ལྟར་ཞོག །ཨྱི་མ་ཉི་བརྗེ་རྩྱའི་རྩི་རྩི་

ཅེས་སྒྲུ་དེ་ལྟར་གསུངས་བས་གདན་གྲལ་གཡས་ཀྱི་གྲལ་མགོ་ནས་གླིང་
དཀར་མི་བཞེད་ཡ་བདག་མི་མི་འགྱུར་ཨ་ཁུ་གཞེ་གོམ་བ་དེའི་འོ་ལགས་སོ་རྒྱལ་པོ་

ཉི་མ་རང་ཤར། འཛམ་གླིང་སྐྱོབ་པའི་དཔོན་པོ་རིན་པོ་ཆེའི་གསུངས་པ་ལྟར་ཨ་ཁུའི་པོ་
ཉི་དམར་རྩེ་ནང་ལ་གསལ་བཞིན་བྱང་གི་འབྲོང་བྱ་རྟོག་རྩེ་དེ། སྟག་དམར་ཡག་
གི་གོང་ལ་རྩེ་དེ་ཉིན་མོ། མདའ་གོང་སྤེལ་བའི་ཞང་ལ་འཕེན། ཟེར་བ་ཡོད་པས་ཁྲིག་
ཁྲིག་བྱུང་། གོང་དུ་རྒྱལ་པོའི་གསུངས་སྤོང་བཞིན་གླིང་དཀར་རྒྱལ་སྟོན་ཆང་མ་དང་།
ཐོགས་བཞིའི་སྤེལ་ཁག་དམག་བཅས་ཐམས་ཅད་འགྲོ་ནས་བུལ་དགོས་པ་ཡོད།
འབྲོང་བྱའི་རུ་རྩེ་ལ་ཅེས་དགོས་མེད་པས་གཟབ་དགོས་པ་ཟེར་བ་ཡོད་པས། བརྟེས་
བཅོས་མི་ཉན་པའི་སྟབས་གཟབ་ལེགས་པོར་དགོས། སང་དཀར་མེད་ཅུལ་སྟུག་ནས་
སྤེར་ཆགས་གཞན་ནམས་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་རན་པ་ཡོད་ཟེར་བ་གདལ། ཅེས་ལྟ་ཡི་
ལུང་བསྟན་རྒྱུད་ནས་རིམ་གྱིས་གསལ་འོང་ཟེར་བ་ཐམས་ཅད་གྱིས་དེར་ཆགས་
བཞག་གོས་འཆམས་ཏེ་མངོན་པར་བསྟོད་ནས་དེའི་ཕྱིར་ནང་སྐྱུ་མཁར་ནང་དུ། སྤས་
པོ་དག་ལྟ་སྤྱི་དཔོན་སྟོན་འདན་མས་གཙོས་ནང་སྟོན་བྱག་གི་ཞག་ལྟའི་བར་དུ་བཀའ་
གོས་མཛད། དེ་མཆམས་ཞག་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་དུ་ཆོ་བྱག་ལྟ་སྤེ་དཀར་པོའི་དཔོན་
རིགས་སྟོན་ཆོགས་མི་སེར་ཐམས་ཅད་འདུ་ར་སྟག་ཐང་ཁྲ་མོ་ལ་འདུས་ནས་ལྟ་བྱར་
མཐོང་ཤོག་དགུ་བསྐྱེག་ནང་གསེར་ཁྲི་རིན་ཆེན་དབང་རྒྱལ་དང་། གཡས་གཡོན་དུ་
དུང་ཁྲི་གཡུ་ཁྲི་སོགས་དེ་ནམས་སྟག་ལྟགས་གཟེགས་གདན་དོམ་གདན་སོགས་
རྩེལ་བཞིན་དུ་དར་བས་བརྒྱབ་ཅིང་། དེ་ཐམས་ཅད་འདུས་ནས་ལྟ་བྱར་ལ་ཉི་མ་ཤར་
བ་དང་མཉམ་དུ་རྒྱལ་མཆོག་དམ་པ་དེ་ཉིད་ཕེབས་ཤིང་ཁྲི་ཐོག་དུ་ཐ་ཏྱར་རྒྱལ་པོའི་ཆ་
ལུགས་དཔལ་བཟླེད་རྩམ་གསུམ་ནི་ལྟ་བས་མིག་གི་མི་ལང་བ་བསམ་པ་སེམས་ཀྱི་མི་
བཟོད་པ་ལྟ་བུར་མཛད་ནས་བཞུགས། གཞན་དཔོན་རྒྱུད་དཔལ་ལྷལ་ནམས་རང་

བབས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་བཞུགས། ར་ཆང་འབྲས་ཆང་འོ་ཆང་རྒྱན་ཆང་སོགས་ཆང་རིགས་
དང་། ག་མར་ཐུད་གསུམ། གོ་འབྲས་ཤིང་སོག་སོགས་འཆོ་བ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་
ལ་ལོངས་སྤྱོད་ཅིང་འཁོད་སྟེ། གསུང་སྤྱིང་དུ་མ་མཛད་ནས་བྱང་ལ་དམག་འགོ་
ལུགས་དང་དགོས་ཚུལ་ལོ་རྒྱས་སྤྱི་འདི་འདྲ་གལ་མགོའི་ཡང་སྤྱིང་ནས་ཨ་ཁུ་ག་ནེ་
གོམ་པས་གསུངས་སོ།

ཨོ་མ་ཉི་བརྟེན་རྩྱུ་རྩེ་ ཨ་ལ་ལ་..... ཐ་ལ་ལ་.....སྤྱིང་གི་ལྷ་ལ་གསོལ་བ་
འདེབས། འོད་གསལ་ལྷ་ཡི་བྱིན་གྱིས་ཆོབས། ས་འདིའི་ས་ངོ་མ་ཤེས་ན། འདུ་ར་སྟག་
ཐང་ཁ་མོ་རིད། ང་འབྲ་ང་ངོ་མ་ཤེས་ན། ཁ་སྤྱོད་གནམ་རྫོང་ཕྱག་ལོན་ས། ཁ་རྒྱུད་པོ་ཉི་
མ་རང་ཤར་ལ། ཨ་ཁུ་ག་ནེ་གོམ་པ་རིད། ཐོ་ལོ་སྤྱོད་བྱེད་ལྷ་བརྒྱ་ཡིན། བྱས་ཡག་
ཉེས་སློང་བཟོ་ས་ཡིན། སློ་ཤེས་གསལ་སྤྱི་དཔོན་རྒྱལ་པོ་ཡིན། འདིར་བཞུགས་
དཔོན་སྤེ་ཆང་མ་རྣམས། ཚུར་གསན་དང་ཁུ་རྒྱ་ཨེ་འདྲ་གདལ། འཛམ་གླིང་རྒྱལ་པོ་
གི་སར་དཔོན། རྫོང་ཆེན་བཙོ་བརྒྱད་བདག་པོ་རིད། སྤྱིང་མ་ལྷ་ནས་བསྐྱོས་ལ་རིད།
བསྐྱོས་པའི་མི་དེ་བཙུགས་པ་འདྲ། བཙུག་པའི་ཤིང་དེ་སྤྱིས་པ་འདྲ། བྱང་ཁང་ཁུང་
རྒྱལ་པོའི་ཁ་གཞོན་ཡིན། ཡང་དགོས་ཁར་ཉིན་ཉི་མ་ལ། རྒྱལ་མཆོག་འོར་བུ་དག་
འདུག་ཁོང་། སྤྱོད་ཉིད་འོད་གསལ་ངང་བཞུགས་སྐྱབས། ཉམ་མཁའ་འཇའ་ཡི་གུར་
བྱིས་དུ། ལྷ་ཆེན་ཆངས་པ་ལྷ་དམག་འབུམ། མ་ནེ་ནེ་སྤོན་ཕུན་བྱེ་བ་འབུམ། ལྷ་དགའ་
པོ་མ་རྒྱལ་སློམ་ར་བཅས། དེར་མདུན་དུ་ལྷགས་ནས་མགྱིན་གཅིག་ཏུ། ལྷ་ལུང་ཆོག་
སྤོན་ཨེ་འདྲ་གདལ། ཤིང་པོ་འབྲུག་གི་གནམ་ལོ་ལ། བྱང་ཁུ་ཉིག་རྫོང་ཆེན་པ་བ་རན་
ཡོད། བྱང་ཁང་ཁུང་པོན་གྱི་རྒྱལ་པོ་དེ། ད་ལོ་པོ་ལོ་ཞེ་བརྒྱད་རིད། འདི་ལོ་སྤྱིང་པས་

མ་སྤུལ་ན། སང་པར་ནས་མི་སྤུལ་ཐག་ཆོད་རེད། བར་སྟོག་སྟག་ལྟ་སྟོད་འབྱུང་། ད་ལོ་
མོ་ལོ་ཉིར་བརྒྱད་རེད། འདི་ལོ་སྤྱིང་པས་མ་སྤུལ་ན་ཕྱི་ནས་དངོས་མེད་འགོ་དོག་
གདལ། བོན་སྒྲ་གཤིན་ལྟ་འོད་དཀར་ཁོ། ལུས་ནི་དབལ་སྤྲུལ་འབྱུར་དོགས་འགྲོ། བྱང་
སྟོན་ཐག་སྟག་ཐོག་གསུམ་དེ། སྤྱིང་མ་གཏོགས་འཛམ་སྤྱིང་རྩལ་ན་ཡང་། སྤུལ་པའི་རེ་
བ་མེད་པར་གསུངས། ད་ལོ་སྤྱིང་དམག་མ་པལས་ན། སྤྱིར་དུ་སངས་རྒྱལ་བསྟན་པ་
དང་། དགོས་སྤྱིང་གི་དབང་སྤྲུལ་རེད། བོན་རྒྱལ་བདུད་ཀན་མ་བསྐྱལ་ན། བཀའ་
བན་ཆོས་བོན་ལ་བསྐྱུར་རེས་རེད། སངས་རྒྱལ་བསྟན་པ་བསྐྱུར་པར་རེས། འཛམ་
སྤྱིང་བོད་ཁམས་བརྒྱུག་དཔེ་རེད། དེ་བསམ་ཤིང་སྤྱིང་ཟེས་མ་བཟོད་ནས། བཀའ་གོང་
མའི་གསལ་འདེབས་ལུང་བསྟན་གནང་། དེ་ནས་རྒྱལ་པོ་གེ་སར་ཁོང་། ལྟ་ལུང་ཡར་
རྩོགས་དཀའ་ན་ཡང་། སྤྱིང་དཀར་ལྟ་སྟེ་དམག་འགོ་མང་དང་གཅིག། བྱང་བྱེ་རིའི་
བྱུང་རྩོང་པལ་ཚུལ་ལ། ལྟ་སྟེ་དབང་མལ་མ་གསོས་གཉིས། དགུན་འབྲུག་རྒྱུང་ཆ་རར་
ཆེ་དང་གསུམ། བྱང་མེད་ཟད་མེད་ལུང་གོད་བཞི། བྱང་མི་རར་གོ་ཆེ་དང་ལྷ། དེ་ལྟ་
འཛམ་ས་པའི་ཁ་སྟོན་ལ། ད་ལོ་མི་འགོ་དགོངས་པ་ཞུ། ཕྱོགས་བཞི་རྒྱལ་པོ་ཆེ་བཞི་
ལ། དཔལ་ཅུལ་དུག་སྤྱིང་འབྲ་དུ་མ་ཡོད། ལུང་བསྟན་གཞན་ལ་གནང་རོགས་མཛོད།
དེ་སྟོད་ཞུས་པའི་ལན་གསལ་ལ། དེ་སྤྱི་སྤྱི་གེ་སར་དཔོན། དེན་ཨ་མའི་དགའ་ལ་མ་
ཉན་མོད། ཅི་གསུང་བཀའ་ལ་ཡར་རྩོགས་མེད། ལོ་གཅིག་སྟན་ཟོས་འཆི་ཁ་དུག། ད་
རེས་འདི་འབྲ་གསུང་སྟོ་མེད། འབྲ་དུང་སྤྱི་གེ་མས་གསོས་ལེ་དེ། དབང་ཚུ་སྟན་
འཛིགས་པ་ཨི་སྟོབ་བསམ། བྱང་ཞང་ཁྱུང་རྒྱལ་པོའི་ཁ་གཞོན་ལ། བཀའ་གོང་མའི་སྟ་
ནས་བསྟོས་ལེ་ཡིན། དེ་མེན་གཞན་གྱི་འོང་ས་མེད། སྤྱིང་ལྟ་སྟེ་འགོ་དོན་དཀའ་ན་

ཡང་། མི་ཡི་དཔའ་རོག་ལྟ་ཡི་བྱེད། ཉ་ཡི་རྒྱག་རོག་ལྟ་ཡི་བྱེད། མཆོན་གྱི་རྩོམ་ཆོད་ཁ་
འཛིན་བྱེད། གླིང་དཀར་པོ་མིན་པ་ས་སྤུལ་ལེ་མིན། བོན་ཁང་ཁྱེད་རྒྱལ་པོ་ལྟན་སྤུལ་
གཤམ། སྤོན་སངས་རྒྱས་འོད་སྤང་བསྟན་པ་ལ། ལྟ་བུ་ལོག་ནས་རྩ་ཏྲ་སྤྱེས། བདུད་
ངན་སེམས་དྲུག་གི་སྤོང་པོ་ཡིན། བདུད་རྒྱལ་དེ་འབྲམ་བདུལ་ན། སངས་རྒྱས་བསྟན་
པ་བསྐྱབ་ངེས་ཡིན། སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་མ་དབང་ན། དབུ་ནག་བདེ་སྦྱིང་ཅི་ལ་
ཡོད། ལྷ་ཉིག་རྫོང་ཆེན་མ་པ་བ་ན། སྤྱིང་ལོར་ཟས་ཟོག་དར་ལེ་མིན། རྒྱ་ཡག་ཉེས་གོང་
ཐང་སྤྱི་ཡི་འབྱེད། ལས་དམག་བྱང་ལ་མ་སོང་ན། སྤོང་མ་ལྟ་ཡི་སྤག་དོག་ཡོད། འོག་
མ་སྤྱི་ཡི་གཏུག་རྩལ་ཡོད། བར་མ་གཉན་གྱི་བཀའ་ཆད་ཡོད། ཞེས་པའི་སྤྲོག་མེད་
ལུང་བསྟན་གནད་། བཀའ་ཡི་བཀའ་ལ་ལྷོག་རྒྱ་མེད། རྒྱལ་པོའི་གསུང་ལ་ཡར་
རྫོགས་མེད། རི་གཟར་རྩལ་ལ་སྤྲ་ལན་མེད། ཟེར་ལེ་གནད་མིའི་དཔེ་ལ་ཡོད། ལས་
དམག་མི་གཤམ་ཐབས་མེད་རེད། ཡང་དགོས་ཁར་ཉིན་ཉི་མ་ལ། སྟག་རོང་(སྤེ)བ་
ངག་གི་བཅད། དག་ལན་པོ་མེད་ན་བྱ་མོ་རེད། ད་རུང་བྱ་མོའི་དམོད་མཐུ་བྱེད།
གཏམ་ལན་པོ་མེད་ན་སྤྱུག་པ་རེད། ད་རུང་སྤྱུག་པས་ལག་བཟུང་བྱེད། ཟས་ལན་པོ་
མེད་ན་ཁྲམ་པ་རེད། ད་རུང་ཁྲམ་པས་ཁ་ཡག་བཤད། དེ་ལས་སྤྱུག་ཐབས་གན་ཡོད།
སྤོད་གླིང་གསེར་པ་མཆེད་བརྒྱད་ནང་། དམག་འཕྱུ་སེར་ཅན་ལ་ཁྲི་ཆོ་དགུ། ཁགོ་
འཛིན་ཉི་འབྲུམ་དར་ཡག་ལ། ཁས་ལེན་ལྷོན་པོ་མི་བཅུ་བཅས། དཔུང་དག་དར་ཚུབ་
སེ་བྱང་ལ་འགོ། བར་གླིང་འོམ་བྱ་ཆོ་བྱུག་ནས། དམག་དྲུང་འཕྱུ་ཅན་ལ་ཁྲི་ཆོ་བདུན།
ཁགོ་འཛིན་འཇང་སྤུལ་གཡུ་ཁྲི་ལ། ལྷོ་གཉེར་གཉང་ཆོག་པའི་ལྷོན་པོ་བདུན། མེ་ལྷེ་
མཆེད་མཆེད་ཆས་ལ་ཤོག། སྤོད་གླིང་སྤྱ་སྤྱང་སྤེ་བཞི་ནས། དམག་དྲུང་འཕྱུ་ཅན་ལ་

ཁྱིའོ་ལ། མགོ་འཛིན་རིན་ཆེན་དར་ལུ་ལ། དཔལ་པོ་ག་ཟུས་ལྡན་མི་བཞི་བཅས། སྐར་
ཆོག་ས་བཟ་འབྲ་འཛོམ་ལ་ཤོག། སྟག་རོང་དུག་མཆོ་ཁོལ་མ་ནས། འབྲུ་དམར་ཅན་ལ་
ཁྱིའོ་གསུམ། མགོ་འཛིན་ལྟ་རྟོག་འབྲུམ་ལུ་ལ། དཔུང་རོག་སྟོན་པོ་མི་བཞི་བཅས།
སྟོག་དམར་འབྲུག་འབྲུག་ཆས་ལ་ཤོག། ཁོམ་ནག་ཟི་རོང་ཤོག་དུག་ནས། དམག་འབྲུ་
ལྡང་ཅན་ལ་ཁྱིའོ་བཞི། མགོ་འཛིན་འདན་མ་བསམ་འབྲུབ་ལ། དཔལ་མི་འབྲུར་སྟོན་
པོ་མི་ལྔ་བཅས། སྐར་མདའ་ཆས་ཆས་གྲིས་ལ་ཤོག། སྐར་ལྟ་འབྲུ་པ་གདོང་དང་གསུམ།
འབྲུ་སེར་ཅན་ལ་ཁྱིའོ་གསུམ། མགོ་འཛིན་སྐར་བདེ་བེར་ནག་ལ། ཁས་ལེན་སྟོན་པོ་མི་
གསུམ་བཅས། གསེར་ཕྱེ་བསྐྱེལ་བསྐྱེལ་ཆས་ལ་ཤོག། འདི་ཆེའི་ཆེས་པ་ཉེར་བརྒྱད་
ལ། ཕུ་བྱ་སྟག་འདུས་བར་མ་ལ། མི་འཛོམ་གོ་ཅིས་ལེན་རྒྱ་ཡིན། དགུ་ཟུར་དཔུང་པ་
གྲི་བས་ཀྱི་ཉི་ཤུ་དགུ་ལ་ལས་དམག་བྲངས། འན་པའི་ལས་དམག་འབྲུམ་ཆོ་གསུམ།
འཛིན་དམག་གཅིག་འབྲུམ་ཁྱིའོ་གསུམ། ལྟོ་དམག་ཁྱིའོ་ལྔ་ཡི་ཁྱོན། རྩེ་རི་བདུན་ཁྱི་
བདུད་དམག་སྟོང་། སོག་པོ་དགུ་ཁྱི་ཨ་བྲག་སྟོང་། སྟག་གཟིག་དགུ་ཁྱི་དར་ཕྱེ་སྟོང་།
ཆེས་པ་ཉེར་བདུན་དུས་ཆོད་ལ། དཔུང་དམག་ཅིས་འབྲུལ་ཆད་མེད་དགོས། མི་ཕོ་
དར་མ་ཁབ་བཅན་དང་། ཏྲ་པོ་བང་ཡོད་ཤུགས་ལྡན་དང་། དམ་དཔུང་ཐུལ་བའི་
མཆོན་ཆ་བཅས། གུ་གཅིག་སྟེ་ལ་འཛོམ་ལེ་དགོས། འདིར་འཆོགས་སྟེ་ལ་དེ་ལྟར་
ཞོག། ཁྱི་མ་ཁྱི་བསྟེ་ཕྱི་ཕྱི་

ཅིས་གསུངས་པས་ཐམས་ཅད་གྲིས་མཛོན་པར་བསྟོད། དེར་གཞན་གྲི་
ཡུལ་ཕྱེ་ཐག་རིང་བ་ལ་མི་ཐང་གཉིས་ཤེ། ཐུང་བ་ལ་བང་མི་རེ་རེ་བཅས་བཏང་ནས་
འདུ་ར་གྲོལ། དེ་ནས་ཆེས་ཉེར་བདུན་ཉིན་ཕྱི་ལོ་དུས། ཉོར་དཔལ་བཟང་འན་པ་

རྒྱལ་པོ་ལ། བ་དྲུང་ཁྲིག་འཁྱུང་སྤྱུལ་ཕྱི་བསྐྱོད། དེའི་ཤམ་དུ་དབྱང་དམག་འབྲུམ་ཆོ་
གསུམ་པོར་འབྲུ་དམར་པོ་ག་མཚུང་རྟ་དམར་པོ་ག་མཚུངས། ཅི་ཤིང་ལ་མེ་ལྷེ་མཆེད་
འདྲ་བྱས་ནས་ལྷ་ཐང་རིང་མོར་སྐྱར་བབས། ཡང་ཕྱེད་ཡོལ་ལྷག་གི་དུས་སུ་འཛར་
དམག་ཆིག་འབྲུམ་ཉིས་ཁྲི་དེ། གནམ་ཨ་སྟོན་ཐང་ལ་ལྷུང་འདྲ་ཞིག་བྱས་ནས་གཤར་
བས་དབྱང་ཕྱེད་ཇོེེ་བ་དང་འཛར་གཡུ་ལྷ་ཐོག་འགྱུར་དེ་དབའ་བརྗེད་ཟེེལ་གྱིས་མི་
བཟོད་བ་དང་ལྷན་ཞིང་མདུང་སྤྲག་སྟོན་པོ་ཉིར་ལྷས་བསྐྱོར་ནས་བཟ་བ་ཐང་དུ་སྐྱར་
བབ་ནས་རུ་སྟེང་དགོང་ཆེན་སྟེེལ་གྱིས་དུས་སུ་ཇོེེེ་བར་བྱུང་། ཡང་ཕྱེད་ཉི་མ་ཁྱེད་
བ་དང་དུག་ཅན་ལྷོ་ཡི་ལས་དམག་དེ་རུ་སྐྱས་དབྱང་ཕྱེད་ཇོེེེེ་བ་དང་མཉམ་དུ་དྲུང་
སྐྱོང་སྤྲག་ལྷ་ཁྲི་དཀར་དེ་སྤྲག་སྤྲག་ཆང་ནས་ལངས་འདྲ་བྱས་ནས་ནང་སྟོན་སྤྱུལ་ཕྱི་
བསྐྱོར་ནས་སྤྲག་ཐང་གོང་མར་སྐྱར་བབས། ཕྱིར་ནང་ཉི་ཤར་འབྲུག་གི་དུས་སུ་སྤྲག་
གཟིག་གི་དབྱང་དམག་དེ་དང་ཉིན་ཕྱེད་རྟ་ཡི་དུས་སུ་སོག་པོ་སྤྲག་གཟིར་གཉིས་ཀྱི་
དབྱང་དམག་དེ་ཆར་སྤྲན་འཁྲིག་འདྲ་བྱས་ནས་ཐོན་བྱུང་བ་དང་། དེལ་ཡག་ཐང་སྟོང་
དུ་སྐྱར་ཆོ་གཉིས་བགོས་ནས་བབ་པར་གདའ། དེ་ནས་སུ་རུ་སྤྲག་འདུས་གོང་མ་ལ་
གླིང་དཀར་དར་སྟེ་ཁྲ་བོའི་ལས་དམག་ཐམས་ཅད་འདུས་ནས། ལྷ་གྲུར་མཐོང་བ་ཀྱན་
སྟོན་སྤུབ་ཅིང་རྒྱལ་མཆོག་མའི་ཉི་མ་དེ་ཉིད་འཛིགས་པའི་ཆས་བཙེ་བརྒྱད་དང་ལྷན་
ཞིང་སྟོན་སྤྱུལ་བརྒྱས་བསྐྱོར་ནས་ཐེབ་ཅིང་ཁྲི་ཐོག་ལ་བཞུགས།

དེར་ཤེན་བ་གཡུ་ལྷ་གཙོས་དབའ་བདུད་སྤྲག་གི་མཛལ་དར་རེ་སྤུལ་ཞིང་
རང་མཐུན་གྱིས་གདན་ཐོག་ལ་འཁོད། སྤྲན་སྤྱུལ་ཆོགས་པའི་འཆོ་བ་བྲངས་ནས།
གཞན་གླིང་གི་སུ་རུ་དཔོན་རྒྱུད་དབའ་སྤུལ་རྣམས་རང་གི་གདན་ལ་འཁོད་ཅིང་

ཁམས་ཤི་དང་གདན་སྟེང་ནས་གསུང་སྒྲེང་ཞིབ་རྒྱས་དུ་མར་མཛད་ཅིང་སྒྲིང་ཆེ་འབྲིང་
ཆུང་གསུམ་གྱིས་སྟོན་མོ་བྱ་ལོམ་པ་ལ་ལོངས་སྟོང་དེར་སྒྲིང་གི་གདོང་གསུམ་སྟེ་བྱུག་
དང་ཉོར་འཛང་མོན་མོཌ་སྟུག་གཟིག་བདུད་ལས་སོགས་གྱིས་དམག་ཅིས་སྤྲད་པས་
སོ་སོར་གོང་འཁོད་ལྟར་གྲབ་མཆུང་བྱུང་བར་གདལ། དེ་ཉིན་ཉི་མ་བྱེད་ཡོད་འདུ་ར་
རྣམས་སོ་སོར་རང་སྤར་ལ་གཤམ་འོང་། དེར་དགོང་ཀ་ཅམ་ལ་ཤན་པ་གཡུ་ལྷ་དུང་
སྟོང་ཞལ་དཀར་དཔལ་མོ་སྟོབས་ཆེན་ཐོག་བཟུང་བཅས་ནས་སྐྱུ་མཁར་སེང་ལྷག་
སྟུག་ཅིར་རྒྱལ་མཆོག་རིན་པོ་ཆེའི་མདུན་མཛལ་ཁ་རེ་ཞུས་ཤིང་གསེར་དབུལ་ཇ་
དར་རྣམས་ལྷལ་ནས་འབྱལ་བ་དཔག་མེད་ལྷལ་ནས་རང་རང་སྤར་དུ་ཆེན་པོས་སོ།
དེའི་ཕྱིར་ནང་ཉི་མ་ཤར་བ་དང་མཉམ་དུ་དམག་དབུང་གཡས་གཡོན་དུ་བཀོད་
ལྟར་དུ་བྱེ་རིའི་སྒྲོར་བཞིན་དམག་གཤམ་ནས་སྒྲིང་སྟོང་སྤྲད་བར་གསུ་ནས། བ་ཁུ་
གས་གཞོན་ཐམས་ཅད་དང་སྤྲ་མ་མོ་སྤྲན་མ་བསྐྱུ་ཐམས་ཅད་གྱིས་སྐྱེལ་མ་དང་ལྟ་
མོ་བ་ཡང་དཔག་ཏུ་མེད་པར་བྱས་ནས་རྒྱལ་མཆོག་ནོར་བུ་དགའ་འདུལ་ལ་བྱུག་
དབང་དང་ཐུགས་སྟོན་སྐྱབས་འདུག་ཞུས། ཞལ་དགོ་བསྟོས་སོགས་མཛད་དོ། དེ་
ནས་དམག་བྱེད་རྫོཌ་པ་དང་སྒྲིང་རྩེ་མི་ཡི་ཉི་མ་ཁོང་དཔལ་ཆས་སྐྱུ་ལ་བཞེས་ཤིང་ལྷ་
རྩ་རྒྱུང་གོད་འཕྱར་ཤེས་གོང་དུ་བྱུང་ཅིང་དཔལ་བཟླེད་རམ་ཟེལ་སོགས་ནས་ལྷ་བ་
མིག་གི་མི་བཟོད་པ་བསམ་པ་སེམས་གྱི་མི་བཟོད་པར་པོས་སོང་བ་དང་། དེར་མདོ་
ཁམས་རྒྱལ་མོ་འབྲུག་མོ་ལ་ཞལ་དམ་བཅུ་གསུམ་གྱིས་བསྟོར་ནས། གཡས་སུ་ཆེ་
མདའ་གཡུ་ཡི་རྒྱན་ལྷན་དང་གཡོན་བགྱིས་པའི་དཀར་ཡོལ་ཁྱུང་གཤོག་ནོར་བུ་དེ་
འབྲས་ཆང་གི་བལྟམ་པ་བསྐྱམས་ཞིང་སྐྱེམས་ཞུས་བཅས་ཉིན་འབྲེལ་གྱིས་སྤྲི་ཞུས་

འདི་ལྟར་ཞིག་ཕུལ་ལོ།

ཨྱོ་མ་ཉི་པ་རྒྱེ་རྒྱེ་རྒྱེ་རྒྱེ་ཐ་ལ་..... ཨ་ལུ་ལ་.....ཤར་པོ་ལ་ཡི་ཞིང་ཁམས་
ནས། མ་རྩེ་བརྩུན་སྒྲོལ་མ་ཆེ་ཡི་བདག །བདག་གསོལ་བ་འདེབས་སོ་ཐུགས་རྩེས་
གཟིགས། འཆི་མེད་ཆེ་ཡི་དངོས་གྲུབ་སྒྲོལ། ས་འདིའི་ས་ངོ་མ་ཤེས་ན། མ་ཐང་བརྒྱ་
གཡང་འབྲིལ་ནས། ང་འབྲང་ངོ་མ་ཤེས་ན། སྒྲ་སྒྲུ་ལོའི་སེང་ལྷམ་འབྲུག་མོ་ཡིན། བོད་
འཛམ་གླིང་ཕུ་མོའི་གཙུག་རྒྱན་རེད། དེ་རིང་བགྲིས་ཉི་མ་ལ། འཛམ་གླིང་རྒྱལ་པོ་མི་
ཡི་ནོར། ཐུགས་མི་འགྱུར་ང་ལ་ཚུར་གསོན་དང་། གཡས་མདའ་དར་གཡུ་ཡི་རྒྱུ་ལེ་
འདི། མདའ་འདི་ལ་ཅི་མིང་མ་ཤེས་ན། ཆེ་མདའ་ལྷགས་ནག་འཕུར་ཤེས་རེད། མཁའ་
འགོ་འབྲུམ་གྲིས་ཆེ་མདའ་ཡིན། རིག་འཛིན་བྲང་སྒྲོང་སྒྲུང་མ་རེད། ཐུགས་བཞི་སྒྲོ་
བཞི་བརྩུན་ལེ་འདི། ཐིན་ལས་ནམ་བཞི་སྒྲུབ་བའི་རྟགས། མདའ་སྒྲོང་མཆོལ་དམར་
བྲུག་པ་འདི། དག་ཁྲག་རྩབ་གྲིས་འཕུང་བའི་རྟགས། གནམ་ལྷག་མེའུ་བརྩུག་པ་འདི།
གར་འཕང་ཐོག་འབྲ་བབ་འབྲའི་རྟུ། དར་ཆོན་སྒྲ་ལཱའི་བརྒྱན་པ་འདི། ཡེ་ཤེས་ལཱའི་ཆེ་
བརྟེས་རྟགས། དེ་ལ་གཡུ་གཅིག་བརྒྱུ་ལེ་འདི། དཔོན་འདོད་སུ་ཉིག་རྩོང་འབེབ་
རྟགས། རྟུ་དགུ་ཆང་བབའི་ལྷ་མདའ་འདི། གེ་སར་རྒྱལ་པོ་བྲིད་ལ་འབྲུལ། ཅི་བསམ་
ལྷན་གྲིས་གྲུབ་བར་ཤོག །རྩི་རྩི་རྩི་མཆོག་ཡང་སྤྲེང་ནས། མི་པོ་མཆོང་གི་རང་
མདངས་ཅན། རིན་ཆེན་གཡུ་ཡི་སྒྲིན་མ་ཅན། སྒྲ་དངོས་རྩི་རྩི་འཆང་ཆེན་ཡིན། མི་འདི་
ལ་རྟག་བར་བཞུགས་སུ་གསོལ། དམར་སྒྲུག་ཤེ་རུའི་མིག་ཅ་ཅན། དབང་ཆེན་གྲོ་བོ་
རྩི་མཁྱིལ་ཡིན། མ་བདུད་བྲེགས་པ་རུལ་རུ་བརྒྱུག །ཆེ་མ་སྤྲེང་རུང་འབྲེད་བརྒྱག་པ་
འབྲ། གསུང་མཆོག་སྒྲུན་རས་གཟིགས་དབང་ཡིན། འགགས་མེད་ཆོས་སྒྲ་སྒྲོར་བར་

ཤོག། རྒྱགས་མཚོག་ཕྱག་ན་དོ་མེ་ཡིན། དེགས་པའི་སྤེ་དབྱང་ཆམ་ལ་པག། དག་ལྟའི་
གོ་མཚོན་བརྟུག་སུམ་ལ། ཟིལ་རང་ལྟ་མོ་རེ་རེ་ཡོད། དག་ལྟ་སྟོག་དམར་འབྲུག་
འབྲུག་རེད། ཆོས་སྦྱོང་བྱ་ཡུག་འཚུབ་འཚུབ་རེད། དག་དབྱང་ཆམ་ལ་པག་རན་ཡོད།
བགེགས་དབྱང་སྤེ་མར་འཐག་པར་ཤོག། །སངས་རྒྱས་སྦྱོང་གི་རྒྱགས་སྲས་ཡིན། ཨོ་
རྒྱན་པ་སྤྲའི་པོ་ཉ་རེད། གཞན་དོན་འཕྲིན་ལས་འབྲུབ་པར་ཤོག། །བསྐྱ་མེད་བྱང་སྤོང་
བདེན་མ་བྱ་ཡོད། གཞི་བྱེས་གང་བསམ་འབྲུར་པར་ཤོག། །འོན་ནག་ཅད་རྫོང་སྤུབ་
པར་ཤོག། །རྫོང་སྤེ་མངའ་ལོག་ཚུད་པར་ཤོག། །ཕྱ་ཉིག་རྫོང་ཆེན་འབེབ་པར་ཤོག། །བྱང་
ལ་ཇག་ལམ་ཡག་པར་ཤོག། །དག་འབྲོང་གཡག་ཤ་ཟ་བར་ཤོག། །མདོ་སྤིང་བསྟན་པའི་
སྤང་མ་ནམས། སྤིང་དཀར་རྒྱལ་སྟོན་ཆས་ལམ་དུ། སྤིན་སྟོག་བཞིན་དུ་གཉིབ་ལ་
ཤོག། །ཁ་འཛིན་མགོན་སྐྱབས་མ་གཡེལ་ཅིག། །རྒྱལ་སྟོན་མེབས་པའི་སྤྲེལ་མ་མཛོད།
སྤིང་གི་དཔལ་སྤུལ་དམག་དཔོན་ནམས། ཅི་བསམ་དོན་ཀུན་སྤྱར་འབྲུབ་ཤོག། །ཨོ་མ་
ཉི་པ་རྩེ་རྩི་རྩི་

བཅས་སྤྱེ་དེ་ལྟར་སྤུལ་ནས་ལྟ་མཛད་ཕྱག་དུ་བསྟོན། རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོའི་
དྲངས་པའི་ཁ་སྤང་མཛོད། དེར་ཆེབས་ཁ་ལོ་བསྐྱར་བར་མཛོད་ནས་སྤྲེལ་མ་ནམས་
བྱང་རང་རང་སྤྱེ་ལོག་གོ། །དེ་རུབ་བྱང་རྟག་རོང་གཉིས་ཀྱིས་ས་མཚམས་དར་ཐང་
རིང་མོར་བབ་ནས་དེར་བཞུགས། ལྟ་བུར་དུ་དཔལ་སྤུལ་དཔོན་སྟོན་ནམས་འཆོགས་
ནས་ཤིང་ཐོག་རིལ་དང་ཤ་མར་བུད་ཇ་ཆང་སོགས་ལོངས་སྤྱོད་དཔག་ཏུ་མེད་པར་
མཛོད་མཐར། གཡས་གྲལ་སྟག་གདན་ཡང་སྟེང་ན། སྟོན་ཆེན་འདན་མ་བྱང་ཁ་དེས་
ན་རེ། བོང་ས་རྒྱལ་མཚོག་ནས་བཀའ་ཡི་མེབས་དོན་ལྟར། བཀའ་ཡི་བཀོད་པ་འདི་

འབྲ་ཡོད་པས་ཀུན་གྱིས་ཐུགས་ལ་འཛོག་པར་འཆའ་ཞུས་ནས་སྤྱི་འདི་ལྟར་སྒྲངས་
སོ།

ཨོ་མ་ཤི་པ་རྒྱེ་རྒྱེ་རྒྱེ་ ཨ་ལ་..... ཐ་ལ་..... ཆོས་སངས་རྒྱས་གདན་ས་གོང་མ་
ནས། ས་ར་ཏ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། ས་འདིའི་ས་རོ་མ་ཤེས་ན། དར་ཐང་རིང་མོའི་
བཞི་དཀྱིལ་རེད། ང་འབྲ་ང་རོ་མ་ཤེས་ན། དཔའ་ཆ་ཞང་འདན་མ་བསམ་འབྱུང་ཡིན།
པར་འགྲོའི་སྒོན་མ་འདན་མ་ཡིན། ཚུར་འོང་རྒྱུ་མ་འདན་མ་ཡིན། ཁས་ལེན་སྟག་མོ་
ངར་མི་ཡིན། འདིར་འཆོགས་རྒྱལ་སྒོན་སྟན་སྒོན་ཏུ། འགྲོན་སྐར་བཀོད་འདི་འབྲ་བྱེད།
ལྷ་གྲུང་དཀར་མོའི་གཡས་ཟུར་དུ། གསེར་པའི་ཤོག་དང་འདན་པའི་ཤོག །གཡུ་ལྷ་
འཇར་གི་ཤོག་ཁ་བཅས། རྒྱོད་པའི་ཚུལ་དུ་བསྒྲིགས་ལ་ཤོག །འོ་མ་བྱའི་ཤོག་དང་
དགའ་བདེའི་ཤོག །སྟག་གཟིག་ཤོག་གི་ལས་དཔག་དེ། དཔའ་པའི་ཚུལ་དུ་གཡོན་ལ་
བསྒྲིགས། འན་པའི་ཤོག་དང་སྟག་རོང་ཤོག །མདུན་དུ་སྐར་པ་ཐོབ་ལ་ཤོག །བྱེ་རི་
དར་སྤེ་ཨ་བྲག་གསུམ། གཡས་གཡོན་མདུན་གྱི་འཕམ་དུ་མ་ཐུད། མི་ལའི་ཤོག་དང་
བདུད་རུའི་ཤོག །དུག་ཅན་སྟོ་དཔག་གཙོས་བཅས་ཤོག །རྒྱུ་རུའི་སྐར་པ་ཐོབ་ལ་
ཤོག །རྒྱ་མིང་བྲག་འཇུར་བྱུང་བའི་དུས། འབྲམ་དཔོན་བརྩ་པོ་རེས་བབ་གྱིས། ཏ་
དཔག་སྟོང་ཐག་གཉིས་རེ་བཅས། སྤྱི་རིང་ཟུང་ནས་རུ་སྒྲ་བྲངས། དག་སྐར་བཀག་མ་
བྱུང་བའི་དུས། བཅན་བྲག་དཔར་ཐོག་གི་གཏོར་འབྲ་དགོས། མིག་ཕྱི་ལྷས་བྱུང་ན་
དཔར་གསལ་ད་གཏོར། བཀག་མས་ལ་ལུང་བཀོད་བའི་དུས། རྩེང་ཆེན་སྒོ་མོ་གཏོར་
འབྲ་དགོས། སྒྲེན་པས་གོ་བཅན་བཟུང་བའི་དུས། ཉག་ཐན་ཐོག་དཔར་བབས་འབྲ་
གྱིས། མདའ་ཤར་ཚུབ་འོང་འབྲེས་པའི་དུས། གི་བཟུང་སྒོག་དཔར་འཇུག་འཇུག་

གྲིས། དག་སྐར་མདུང་མོ་ཞགས་འཛིན་ནམས། བར་སྐར་མེར་སློན་འབྲུགས་འབྲུགས་
གྲིས། དག་པོའི་སློང་ལྷོང་འདར་ལེ་དགོས། ཞང་ཁྱུང་སྐྱག་ཐུལ་བཞི་བཅུ་ཡི། རྒྱུ་པོའི་
དབྱང་ཡ་འོངས་ངེས་གྲིས། སྐར་ས་མ་མ་ཞན་སློན་ཆོགས་དབྱང་། ཉི་མ་དེ་རིང་པན་
ཆད་ལ། བྱང་བསམ་གཏན་གང་ལ་མ་བཞུལ་བར། བྱིད་པོན་སྟོང་དཔོན་བཟུ་ཡི་བར།
བཅུ་པོག་རུ་དཔོན་སོ་སོ་ནས། རང་རང་དབྱང་གི་ལས་དམག་འཛོམས། དར་སྤེ་བྱེ་རི་
སློང་གི་སྤེ། རྒྱུ་དང་འཕྲོག་བཅོམ་པར་ལ་ཞོག། ཆེ་སྤེ་མི་རྩ་མན་ཆོད་དང་། རྒྱུ་སྤེ་ར་
ལུག་ཡན་ཆད་ལ། ཁ་ངན་པའི་ཆོག་རྩལ་ཆོག་ལེ་མིན། ལག་གཟེ་མོའི་ཅེ་བྲོ་ཆོག་ལེ་
མིན། འགལ་ཆབ་བྱང་ན་རྒྱལ་བྲིམས་བཅད། གོ་ཤེས་དཔལ་བདུལ་ཐུགས་ལ་
ཞོག། །ཨྱོ་མ་ཉི་བརྟེ་རྩྱུ་རྩེ་མེ་

ཅེས་གསུངས་པས་ཐམས་ཅད་གྲིས་མཛོན་པར་བསྟོད། དེར་ཆོས་ལྷ་ཡི་
ཐོག་དར་ཡུལ་སྟོང་དུ་སྐར་བབས། དར་རྩེ་མེར་སྐྱག་ཆིབས་བསྐུལ་མེབ་ནས་འཁོར་
བཅས་མཁར་རུ་གདན་བྲངས་ཅིང་འབྲུལ་བ་དཔག་མེད་སྤུལ། ཞག་གཅིག་ལས་
བཞུགས་མ་ཁོམ་ཤིང་གཤམ་སོང་། ཡང་ཆོས་བཅོ་ལྷ་ལ་བྱང་བྱེ་རིའི་སློན་ཐང་གོང་དུ་
ཆགས་མེབས་ཤིང་། བྱེ་རིའི་སློན་ཆེན་ཆོས་འབྲུག་གཙོས། བྱང་དམག་བྲི་བདུན་པོ་
ཅེས་འབྲུལ་ཞུས་ཤིང་། འབྲུལ་བ་དཔག་མེད་དང་། གཞན་དམག་མི་ཐམས་ཅད་ལ་ར་
ཆང་སྤུན་སྤུམ་ཆོགས་པའི་འཛོམ་བ་བྲངས། དེའི་ཤམ་ལ་ཨ་བྲག་གི་དམག་སྟོང་གཅིག་
པོ་དེ་དམག་ཅེས་སྤུལ་ནས་སོ་སོར་གཤམ་དོ། །

དེར་ཞང་ཁྱུང་གི་དམག་དཔོན་ཆེ་གསུམ་རེ་རེ་ཞག་བཅོ་ལྷའི་གོང་སྤྱེ་རི་
སྐྱག་རྒྱུང་སྟོང་ཤོང་ལ་བྱིན་ཅིང་རྒྱལ་པོ་མཇལ་ཁ་ཞུས་ཤིང་སོ་སོར་གྲལ་ལ་འཁོར་

ནས་ཇ་ཆང་སོགས་ཡོངས་སྟོང་སྤྱོད་སྤྱོད་ཆོག་མཛད་སྐབས། བད་མོན་སྟག་ཁྱུས་ནམས་
དང་ཅེ་མོན་ཅལ་བྱག་ནམ་མཁའ་སྟོ་འབྱེད། ཤེས་ཆེན་ཉི་མ་འོད་ལྡན་དེ་གོང་ལྷལ་
མོན་ལེ་མ་ཉི་དྲུང་བརྒྱབ་ཁར་བསྐྱོར་བ་ལ་སོང་བ་ལས་འཁོར་ནས་རྒྱལ་པོ་མཇུག་
བར་འོང་བ་དང་དུས་མཉམས་སྟེ། མོན་ཤེས་ཆེན་གྱིས་ཀྱང་མཇུག་དང་སྤུལ་བ་སྤྱོད་
ཆོག་མ་བ་བྱས་ནས་བྲལ་ལ་འཁོར། གཞན་མོན་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བསྐྱུས་ནས་
བཞུགས་པར་གདལ། དེ་ནས་མོན་པོ་གསུམ་གྱི་བད་ནས་བད་མོན་སྤྱོད་རྒྱུས་ཀྱིས་ཇག་
སོང་ཚུལ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཁྱུས་བའི་སྤྱོད་འདི་ལྟར་སྤུལ་པོ།

ཨྀ་མ་ཁི་བརྒྱ་རྩྱེ་རྩྱེ་ལྷ་ཐ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... འབྲུག་ལྷ་དབས་སྐུ་མེར་མ་
ལ། གསེལ་བ་འདེབས་སོ་ཁ་འཛིན་མཛོད། ས་འདིའི་ས་རོམ་ཤེས་ན། རྒྱ་རི་སྤྲུག་པོ་
སྟོང་ཤོད་རེད། ང་དང་ང་རོམ་ཤེས་ན། བར་མོན་གཡུང་བྱུང་རྩྱ་མོན་ཡིན། ད་དགོས་
བྱུང་བའི་དུས་ལ་བབ། གོང་ས་རྒྱལ་མཆོག་དབྱ་བ་ཞུགས་པའི། མོན་པོ་སྤྲུག་
གཟིགས་བྲལ་རྒྱས་ནམས། ཚུར་གསལ་དང་ཞུ་རྒྱ་ཨེ་འདྲ་ཡོད། དེ་རིང་སྤྲུལ་ཚུར་
གསེན་དང་། ང་རང་མོན་པོ་མི་གསུམ་པའི། རེ་རྒྱལ་མཆོག་གི་བཀའ་ལྟར་རི་བཞིན་
དུ། མ་བཟུང་མར་ཁམས་སྒྲིང་ལ་སོང་། སོ་དང་ཉུལ་མ་ཁྱེད་ཤིང་སོང་། ཁར་ས་ཆེས་
བ་བཅོ་ལྔ་ལ། བས་སྐྱེ་མདའ་མཁའ་ལ་གསལ་བའི་དུས། སྤྲུག་རོང་སྤྲུག་ཐང་ཁ་མའི་
ཞུག་སྤྲང་ལྷོང་བརྒྱ་ཡལ་ཐང་དུ། བ་སྤྲུག་རོང་དཔོན་པོའི་སྐྱོམ་བབས། སྤྲུག་རོང་མི་
མཆོ་དམར་མོ་དེ། ཁྱེ་ལུང་རྒྱ་ཡི་བལལ་འདྲ་བས། ཁས་ལེན་མི་དམར་ན་དམར་ཅན།
ངར་མོན་རལ་ཁ་འཛིན་ནས་བྱུང་། དམག་ཉོབ་ལྔ་ཅམ་མཆོན་ལ་བྲངས། དེ་ནས་
ཤུགས་ཆེན་རོམ་ནག་གིས། མདུང་མའི་ལུམ་བྱ་བ་སྒྲིལ་འདྲ་བས། སྤྲེས་བའི་མི་དེ་

མཆོན་གྱིས་བསད། བསོགས་པའི་རྒྱ་ལོར་འཕྲོག་ནས་ཡོང། རྩེ་རྒྱལ་པོའི་བཀའ་དེ་
སྒྲུབས་ནས་ཡོང། དབྱ་འཕང་དབྱང་ནས་བསྟོད་ལ་ཡོང། དུང་དཀར་འོ་མས་གསོས་
ལེ་དེ། དབྱ་རྩེ་སྟོན་ལ་མངག་རྒྱ་རེད། རྩེ་ཆགས་གྱིས་གསོས་ལེ་དེ། ཁྲིམ་ཆེན་
གོང་བ་ཨེ་ལོན་བསམ། གཏུམ་པོ་ཨོ་སྤྱག་ལག་ལྷག་གསོས། སྤྱག་རྒྱན་པོ་བྱུང་ན་
མཁོ་རྒྱ་རེད། ང་འབྲ་མོན་པོ་མི་གསུམ་འདི། ཆེ་གཅིག་དཔོན་གྱིས་སྤྱི་བྱེད་དེ། དབྱ་ཤ་
བ་བྱུང་ན་མཁོ་རྒྱ་ཡིན། དེ་མེད་ན་སྤྱི་བྱེད་འཛད་པས་ན། སྤྱིས་པོ་སྤྱས་ལོན་ལ་སྟོང་བ་
རེད། རང་སྤྱས་སྟོག་ལྟོས་མེད་བྱས་ནས་སྤྱ། དབྱ་སྤྱིང་སྤྱག་ཐལ་བར་བརྒྱག་ནས་
ཡོད། ད་རུང་འབྱུང་བ་མ་ཞིག་བད། དཔོན་ཁྱེད་གྱིས་སྤྱི་རྒྱས་ཅི་འབྱུང་བྱེད། ད་རུང་
ཕྱི་རྩེས་སྤྱ་མཐའ་ཡིས། སྤྱས་ཡག་ཉིས་བྱུང་ན་རི་བྱག་གིས། རྒྱལ་མོན་བཀའ་གྲོས་
མཛད་པར་བྱ། འདིར་འཆོགས་སྤྱགས་ལ་དེ་འབྲ་ཞོག །ཨོ་མ་ཁི་བ་རྩེ་རྩྱི་རྩྱི་

ཅེས་དེ་ལྟར་སྤུལ་བས། རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་དེ་སྤྱགས་ཤིན་ཏུ་དབྱེས་ཤིང་སྤྱ་
འདི་སྤངས་སོ།

ཨོ་མ་ཁི་བ་རྩེ་རྩྱི་རྩྱི་སྤྱ་ཐ་ལ་..... ཨ་སྤུ་ལ་..... འབྱུག་ལྟ་དབལ་སྤས་མེར་མ་
བཅས། འདི་རུ་རྒྱལ་པོའི་གྲོགས་ལ་བྱོན། གཡུང་བྱང་བོན་གྱི་བསྟན་བ་སྤྱོད་པ་
འདིའི་ས་ངོ་མ་ཤེས་ན། སྤྱ་རི་སྤྱག་པོའི་ནང་འོ་མ་རེད། ང་འབྲ་ང་ངོ་མ་ཤེས་ན། བྱང་
ཞང་ཁྱུང་མཐའ་གྱིས་ལོར་བྱ་ལ། ཞང་རྒྱལ་ལྷན་གྲུབ་གྲགས་པ་ཟེར། བདེ་འཛམ་སྤྱིང་
བྱེད་གྱིས་བདག་པོ་རེད། སྟོབས་ང་ལས་བཅན་ས་སྤྱ་གཅན་གདལ། མཐོ་ཉི་མཱ་ཁོང་དུ་
མེད་ནས་གདལ། དཔུང་རང་ལས་བཅན་པ་བྲག་དམར་གདལ། བྲག་རྩེ་རྩེ་ཞིག་མེད་
ལྷན་གྲུབ་རེད། མི་ང་ཡི་ཡན་ལ་ཉི་མཱ་འདུག །དེ་མིན་པ་གོང་ན་སྤྱ་ཞིག་ཡོད། དཀར་

ཡག་གངས་ཀྱི་མེད་གེ་དེས། སྒྲེང་ཆགས་ཟེལ་གྱིས་གནན་ལུགས་ལ། མོན་བྱ་ཁྱ་
བྱུག་སྒྲོན་མོ་ཡིས། གསུང་སྐད་སྒྲན་བས་ལུལ་གྱི་ཁེངས། འདབ་ཆགས་སྐད་ངན་
ཟེལ་གྱིས་མནན། བསམ་བ་སྤང་བ་སྒྲོ་ལུགས་ལ། བྱང་གི་ཁྱེད་ལྷུང་རྒྱལ་པོ་དེས།
སྤངས་མ་ར་མདའ་ཆོད་ལུགས་ལ། གློན་པོ་རྒྱ་འགྲོ་ཡག་ལུགས་ལ། རྒྱ་ལོ་ར་
མདའ་ཆོད་ལུགས་ལ། ལྷུང་ལུལ་གྲགས་བ་ཐོབ་ལུགས་ལ། ཁྱེད་རང་གོང་མངག་
གློན་པོ་གསུམ། མངག་པའི་མི་ཡི་གོ་དེ་ཆོད། འབང་བའི་མདའ་མོས་པོག་ལུགས་ལ།
ཁྱེད་རང་གློན་པོ་མི་གསུམ་ལ། གསེར་མགྱུར་མོ་བརྒྱ་དེའི་དབང་དར་ཡོད། དར་
དཀར་པོ་བཀྲ་ཤིས་རི་མོ་ཅན། རྟག་རྟེན་འབྲེལ་ལེགས་འགྲིགས་མགུལ་དུ་བསྐྱོན། མ་
ངན་བྱ་སྤྱག་རྩོུ་ཁོ། དག་དབང་རྩལ་ཁོ་ལས་མེད་བསམ་ཀྱང་། ཁྱེད་ལྷུང་རྒྱལ་པོ་ག་
ན་འབྲེན། སྤྱག་རྩོང་དཔོན་པོ་ཏ་རུ་མགོ། ཁྱིས་ཆེན་བྱུར་ཁ་བྱེད་རྒྱ་མང་། འབྱུང་བཞི་
འབྲུག་ཁ་ཟ་འདོད་ཆེ། ཟེར་ཀྱང་ཟེར་ལ་བདེན་ལུགས་ཡོད། ཆོ་བསོགས་རྒྱ་དེ་བོན་
གྱིས་འཕྲོག། རང་རྒྱ་སེར་སྤྱས་བསོགས་བ་ཁོ། མི་རྒྱ་ཉམ་བས་ཐོས་བ་དེ། དུག་ནག་
ཁོང་དུ་སོང་བ་འདྲ། ཐ་མ་རང་སོག་ཕྱང་ལ་ཉེས། ཁྱེད་ལྷུང་དག་རུ་བཟུང་བ་ན། ད་
རུང་དེ་འདྲ་བཟོས་བས་ཆོག། ཁྱེད་རྣམས་ཡིད་ལ་དེ་འདྲ་ཞོག། ཁྱི་མ་ཉི་བརྗེ་རྩྱ་རྩི་

ཅེས་གསུངས་བས་ཐམས་ཅད་དབང་ཚུད་ཅིང་ངས་ཁེས་ལེན་ཁོས་ཁེས་
ལེན་བརྒྱ་གསོད་སྟོང་གསོད་ཟེར་ནས་ཐམས་ཅད་གྱིས་དབང་ངར་མདོག་བྱས་ནས་
ཁ་ཤགས་ལ་བ། གཡོན་གཡལ་གྱི་གཡལ་མགོ་ནས་དོམ་ཐུགས་ཀར་ཁ་རྒྱ་ཅན་གྱིས་
གདན་སྟེང་ནས། གློན་ཤེས་ཆེན་ཉི་མ་འོད་ལྡན་དེའི་བསམ་བ་ལ། ཡ་ད་བྱེད་རྒྱ་
གསུམ་དེ་ཆར་ནས་འདུག། འབྲུབ་རྒྱ་གསུམ་དེ་འབྲུབ་ཆར་སོང་། སྒོན་ཉོར་གྱུར་

དཀར་ལ་ནད་འདི་འདྲ་ཞིག་སོག་པ་ལ། ལྷ་རྩེས་ཤུན་པ་དཔལ་པོ་ཡོད་ཀྱང་བཙུམས་མ་
ཐུབ་པ་དང་། ད་རེད་རེད་རང་ཆང་གི་རྒྱལ་པོ་ལ་ཡང་ནད་དེ་འདྲ་སོག་འདུག་བསམ་
སྟེ། སྒོ་མ་བདེ་པའི་རང་ནས་བསམ་སྒོ་བཞི་གསུམ་བཅུ་གཉིས་བཏང་། སྒོ་ཅེ་ཉི་ཤུ་ཅ་
ལྷ་བཀམ་སྒོར་རྩོག་ས་ཉི་ཤུ་ཅ་གཅིག་བྱས་ནས་ཞུ་བ་ལས་འོས་མེད་བསམ་ནས།
དང་པོ་གནས་མཇལ་ལ་སོང་བའི་ལག་རྟག་མཆལ་ཆོས་དོ་པོ་བཅུ་གོང་སྟག་རྩེད་
འཕྲེང་དོ་པོ་གསུམ། ཀོང་གི་རར་མ་ཆ་འགྲིག་བཅུ་འདོད་ཟོག་དུ་མ་ཕུལ་ཞིང་གཏུ་
ནང་ནས་དར་ཅིག་སྒྲངས་ནས། མདུན་དུ་བཞག་ནས་ཕྱག་གསུམ་འཆལ་ནས་དབུ་
བཏུག་ཞིག་ཞུས་ནས་རང་གི་གྲལ་དུ་འཁོད་ནས་ཞུ་དོན་སྟེ་དུ་ཕུལ་བ་འདི་ལྟར་པོ།

ཨོ་མ་ཁི་བརྟེ་རྩྱ་རྩྱ་ཐ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... གནས་གྱི་འབྲུག་ལྷ་གཉེན་པོ་
མཁྱེན། དབལ་སྐས་སྟག་ལྷ་མེ་འབར་མཁྱེན། མེར་མ་མི་ཐང་གྲ་བ་མཁྱེན། རྒྱལ་པོའི་
སྒྱུ་བྱས་མཐོ་བར་ཤོག །ས་འདིའི་ས་ངོ་མ་ཤེས་ན། སྤྱི་རི་མི་འགྱུར་རི་པོ་མཆོག་རབ་
འདྲ། དམག་བརྒྱ་ཆོ་བཅུ་ཡི་ཁྲབ་ཤོག་ཡིན། སྤྱི་རི་སྟོང་ཤོང་དེ་ནས་ཐོགས། ལྷ་དབང་
སྟག་ཆེན་པོའི་ལས་ཟོག་རེད། ང་དང་ང་ངོ་མ་ཤེས་ན། ས་མཐིང་ཤོད་བསྒྲུ་ཡར་འཁྲིལ་
ནས། རྩེད་མི་འགྱུར་རི་པོ་མཆོག་རབ་དང་། མི་བཙན་པོ་ཁྲབ་འབར་གདུང་བརྒྱུད་ལ།
སྒོན་ཤེས་ཆེན་ཉི་མ་འོད་ལྡན་ཡིན། རྒྱལ་རབ་རེ་ལ་སྒོན་རབ་རེ། དཔོན་སྒོན་དམ་ཆོག་
འགྱུར་མེད་ཡིན། པོ་ལོ་དུག་ཅུ་རེ་དུག་ཡིན། བྱས་ཡག་ཉིས་འཚུབ་སྒོར་བྱང་བའི་
དུས། སྒོ་ཡག་ཉིས་བེ་རྟོག་བྱེད་ས་རེད། དེ་ནས་རྒྱལ་པོ་མི་ཡི་ནོར། ཐུགས་མ་
འབྲུགས་སྟུ་ལ་གསན་བར་ཞུ། མི་ང་ཡི་ལོ་རྒྱུས་འདི་འདྲ་ཡིན། ཆེ་སྟོད་མི་ཆེ་དམག་
ལ་སྤྱངས། སྟངས་མ་སྒྲང་སྒྲང་བསྐྱང་ཆོད་མེད། རྒྱལ་པོའི་ཁས་ལེན་དམག་དཔོན་

བྱས། ཆེ་སྐྱོད་རྒྱལ་པོའི་བཀའ་སྒྲོན་བྱས། ཆོས་བསྟན་པའི་སྤང་མདའ་དང་པོར་
བཟུང་། ཏུས་དཀྱི་ཀླས་པའི་ཏུས་ལ་བབ། ཆེ་འདི་ལ་ཆོས་གཅིག་མ་ཐོབ་ན། ལི་
དམུལ་པའི་སྤྲུག་བསྐྱེལ་ཆེན་པོར་བསམ། དེ་བསམ་ཤིང་ན་ཉིན་དབྱར་ར་བའི། ས་ག་
ཆེ་བའི་ཆེས་བཅུ་ལ། ང་རང་དཔོན་གཡོག་མི་མགོ་བཅུ། ཡུལ་གོང་ཡུལ་བོན་རི་
བསྐྱོར་བར་སོང་། རི་དེའི་ལོ་རྒྱུས་འདི་འདྲ་གདལ། རི་དེའི་བྱ་རྒྱལ་སྤྱི་སྤྱོད་པ་དུན་འདྲ།
རི་ཅེ་དུང་གི་ཁུ་འཕང་འཕོར། འཇའ་འོད་ཟེར་ཐག་ལང་མ་ལིང་། དེ་འདྲའི་འཇའ་འོད་
ནང་ཤོད་ན། བོན་སྤྲུལ་སྒྲ་མ་སྤྱིན་ལྟར་འབྱུགས། རི་སྐྱོད་གཡུ་ཡི་ཁུ་འཕང་འཕོར།
བྱམས་མ་འབྲུགས་འགྲོ་བཞུགས་པར་གདལ། འཇའ་འོད་སྤྱོད་ཆོགས་གྲུང་ཁང་ཕྱབ། རི་
མཐའ་བྲ་སྤྲུག་ནགས་ཆའ་རྒྱས། བོན་བསྟན་བསྐྱེད་མ་འཁོར་ས་གདལ། བོན་སྤྱོད་
ས་གཤེན་རབ་ཀྱིས། སྤྲུབ་ཕྱག་ཕྱག་རྗེས་ཞབས་རྗེས་དང་། སྤྱོད་རྗེས་མཐོང་བ་རང་
གྲོལ་གསལ། དེ་འདྲ་ཡ་མཚན་རྩོམ་ཚར་གདལ། རིན་ཆེན་ཤེལ་གྱི་དམ་འབྲས་ནང་།
སྤྱོད་པའི་གཏེར་རྒྱ་ཆེ་རྒྱ་འདི། ཁ་དོག་བྲི་རོ་ལྟར་མོ་ཆེ། འདྲེན་མེད་རྒྱལ་པོ་ཁྱེད་ལ་
འབྲུལ། སྤྱོད་ཆེ་བར་ཆད་མེད་པར་ཤོག། ཉག་དང་ཉེན་འབྲེལ་ཡག་པར་ཤོག། བྱ་གོང་
ཡུལ་སོང་བའི་ལག་ཉགས་ལ། ཆོས་ཆེན་བྱེ་ཏུས་ཁེ་ཆེ་དང་། ཆོས་རྒྱུད་གསེར་གྱི་
འབྲུག་པ་ཅན། ཡ་མཚན་ཆོས་ལ་དོ་སྤོབ་ཅུ། གོང་ཕྱག་བསྐྱེས་སྤོད་དོ་སྤོབ་གསུམ། གོང་
གྱི་བྲ་དཀར་ལིང་ཆོད་བཅུ། མང་ཅམ་ས་གཞི་མི་ཁེབ་ཀྱང་། རེ་བའི་འདུན་སར་བདག་
གིས་འབྲུལ། དེ་སྤྱི་དེ་རིང་འདྲ་མ་ལ། པར་སོང་རྒྱག་ཁ་ཡག་འདུག་སྟེ། རྒྱ་རྒྱུད་འཕྲིད་
ལ་གཅོད་བདེ་ཀྱང་། འབབ་ས་རྒྱ་མཚོ་ཕྱག་མོ་རེད། སྤུལ་རྒྱུད་འདམ་ལས་བཏོན་ཀྱང་
རུངས། འདྲེས་ས་སྤྱོད་བདུད་པོ་ཉ་རེད། ཉལ་གནང་ལ་ཆོད་གྲུར་ཀྱང་། ཡ་བདག་

རྒྱལ་པོ་གེ་སར་རེད། མཐའ་བཞུགས་དགོངས་པ་ཐུགས་ལ་བསྐྱོད། ཐུག་ཡ་སྟག་
རོང་མ་ལེགས་གདལ། འབྲེས་ས་གེ་སར་མ་བཟང་འདུག །འཐབ་ཡ་དཔལ་ཐུལ་མ་
ལེགས་འདྲ། ཡིན་དོན་ལོ་རྒྱུས་བཤད་པས་ན། འཛམ་གླིང་གེ་སར་རྒྱལ་པོ་ཁོ་
རིགས་གསུམ་མགོན་པོའི་སྤྱེ་བ་རེད། ཨོ་རྒྱན་པ་རྣམས་པོ་ཉ་རེད། ཐུགས་བཞིའི་རྒྱལ་
པོ་ཆེ་བཞི་དེ། ཁ་གཏོན་ལྷ་ནས་བསྐྱོས་ལེ་རེད། ས་མདོའི་རྫོང་ཆེན་བཙུང་བ་རྒྱུད་དེ།
བདག་རྩེ་བུ་མིན་པས་དབང་ལེ་མེད། ལྷ་རྩེ་སྤྱི་མེད་མི་ཡིན། སྟོང་གསུམ་ཆོས་ལ་
བཀོད་མི་རེད། ཨོ་རྒྱན་པ་རྣམས་པོ་ཉ་རེད། ཉིན་བྱེད་དཔོན་པོ་བྱེད་མི་རེད། ཁམས་
གསུམ་དབང་དུ་སྤྱད་མི་ཡིན། ཕྱི་རོ་གཙོད་པ་བྱེད་མི་རེད། ལྷ་འབྲེའི་སྟོག་སྟོང་ལེན་མི་
རེད། ལུབ་མོ་དངོས་མེད་སྤྱུལ་པ་འགྲེད། འབྲེ་ཆོགས་སྟོག་ཅ་གཙོད་མི་རེད། དེས་
སྤར་མ་ཕྱ་སྐྱེད་མ་ཡིན་ཀྱང་། གླིང་གེ་སར་ཡ་པོ་བཟུང་མི་ལ། དཔུང་འཛམ་གླིང་ཡིན་
ཀྱང་བརྟེན་ས་མེད། སྟོབས་ཏུ་ཏུ་ཡིན་ཀྱང་དོ་ས་མེད། ཅལ་ལྷས་སྤྱིན་ཡིན་ཀྱང་འབྲེན་
ས་མེད། ད་ལོ་རྒྱལ་ལམ་གཏད་ས་འདི། གནའ་མི་བོད་ཀྱི་གཏམ་དཔེ་ལ། ལྷ་སྤྱི་མས་
ཆོས་ར་ཤོར་ཁ་རུ། ཆོས་བྱུབ་མཐའ་ཆགས་སྤར་མང་བས་སྤང་། བོད་དཔོན་པོའི་
རྒྱལ་སྤྱི་ཤོར་ཁ་རུ། དག་པར་འགོ་བྱ་བྱེད་མང་བས་སྤང་། སྤྱན་བུ་མོ་གནས་ར་ཤོར་
ཁ་རུ། མགོ་ཡང་བྱ་བྱེད་མང་བས་སྤང་། དེ་ལས་བདེན་གཅིག་ག་ན་ཡོད། རྒྱ་ཟབ་
དགུའི་ཆོང་ས་འཕྲོག་ན་ཡང་། རྗེས་སྟོང་གསུམ་དབང་བསྐྱར་ལྷན་བྱུང་གསལ།
འཆོས་ལོང་གང་ལོང་གཉིས་གཉིས་ཀ་ཡོད། གནའ་མི་བོད་ཀྱི་གཏམ་དཔེ་ལ། སྤྱེས་པོ་
རབ་འབྲེགས་པ་ར་འབྲེགས་འདྲ། ཅ་ཉི་མས་རྩོས་ན་གར་བསྐང་ཡིན། སྤྱེས་པོ་འབྲིང་
འབྲེགས་པ་ར་འབྲེགས་ཡིན། རྩ་ཆ་བྱང་འཐབས་ན་གར་བསྐང་ཡིན། སྤྱེས་པོ་རན་

འཁྲུགས་པ་དོ་འཁྲུགས་འདྲ། དོ་གོར་མོའི་འཁྲུགས་ལ་བསྐང་རྒྱ་མེད། འཐེབ་སེན་མོ་
བྲག་ཅམ་མཛད་རྒྱ་མེད། ཉོར་འཇང་བདུད་མོན་གྱི་རུ་སོགས། མིང་མེད་ཁོ་ཡི་
འབངས་སུ་བསྐྱུར། ལས་དེ་འདྲ་འདི་ལ་མ་འོངས་ན། སྤྱུག་ཆོང་རྒྱུང་འཕྲོག་པ་ཨ་
དགོས་རྒྱུད། དེ་བས་རང་ཆོད་བཟུང་ན་བསམ། རང་ཆོད་ཟེན་ན་བཅན་པོ་ཡིན། བྱ་
ལོན་མ་དགོས་སྤྱུག་པོ་ཡིན། གཞན་མ་གྲུ་གྲུ་རྒྱལ་པོ་དང་། རྒྱ་ནག་གཙང་ཁ་རྒྱལ་པོ་
དང་། སྤྱི་རྒྱལ་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་སོགས། ལག་བརྟེས་ཆོས་འདྲེས་ཡ་བྱས་བྱུང་ན།
དམག་སྤྱེལ་ཆེན་ང་ཡི་ཁྱིད། ཁས་ལེན་ང་རང་ཐོན་པས་ཆོག །རེད་བསམ་པ་མི་
དགོས་ཐག་གི་ཆོད། དེ་རེས་དེ་ལ་འདྲ་ལེ་མིན། དགྲུང་བྱ་ལམ་བཟུང་བའི་ཐང་དཀར་
ཆོད། ལུས་གཤོག་བྱག་མདའ་མོའི་རྒྱན་དུ་སྦྱངས། མཐེབ་སྤྱུན་པོ་ཟེར་ན་དེ་ཡི་
ཆོག །ཕྱོགས་བཞིར་གྲགས་པ་གེ་སར་དཔོན། ཁོ་པོའི་རྒྱ་དེ་གནང་ལ་བཅད། གཙོས་
པའི་མི་པོ་མཆོན་ལ་བྱངས། སྤང་མ་གྲགས་པ་དེ་ཡི་ཆོག །ཡིན་མིན་རྒྱལ་ཁྲོན་ཐུགས་
ལ་སྒོར། ད་ནས་འདི་ཐུས་བཞུགས་ཐབས་མེད། སྤིང་གི་གེ་སར་རྒྱལ་པོ་དེ། འདྲེས་ན་
འདྲེས་ཡ་སྤྱུག་ངེས་ཡིན། འདྲེས་ན་བཅར་གྲོགས་ཡོད་ངེས་ཡིན། ད་ལྟ་ག་བྱེད་རང་
ལག་ཡིན། ཐ་མ་འགྱོད་ཀྱང་བྱེད་ཆོ་བཤམ། ཞང་ཞུང་རྒྱལ་པོ་སྤྱན་བྱུང་གྲགས། སྟོབས་
འབྱོར་ཅན་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཡིན། རྒྱལ་པོའི་སྤྱི་བྱས་བརྟེན་པ་དང་། ཁྲོན་འབངས་སྟོད་སྤྱིད་
མེ་བ་ན། མདའ་འབངས་སྐར་ཆོགས་བཟ་འདྲ་ཡོད། ལོངས་སྤྱོད་འབྱོར་པ་སྟོབས་
དང་ལྷན། ཞང་ལུལ་འདི་ན་སྟོད་སྤྱིད་ཆེ། མཐོ་ཆོད་རང་གི་མ་བཟུང་ན། ཐང་དཀར་
ཡིན་ཀྱང་སྦྱང་སྤྱི་འཁོར། དམའ་དུས་དམའ་ཆོད་མ་ཟེན་ན། ཉ་མོ་ཡིན་ཀྱང་གམ་ལ་
སྤྱང་། སྤྱལ་ནག་མགོ་ཡི་ནོར་བུ་དེ། ཐབས་ལ་མཁས་ན་རྟེན་པར་ངེས། ང་རང་ཁྲོན་

པོའི་བསམ་ཆོད་ལ། རང་བྱས་ལས་ལ་བཞགས་པ་འདྲལ། གནང་ཆོད་རྟོའི་ཐོག་
ནོར་རིགས། གེ་སར་དཔོན་ལ་པ་ར་ཤུལ། ཕྱིན་ཆད་སྟོམ་སེམས་ཁྲིག་ཆ་བྱེད། ཞང་
ཁྱུང་དར་ལ་དར་མ་བྱུང་བཞོ། སྟེ་གཉིས་རང་རྩལ་གཅིག་པ་བཞོ། འདུན་མ་ང་རང་སོན་
བས་ཆོག། གེ་སར་སྤར་འདིས་མི་ཆེ་སྟེ། མ་ཐུབ་དག་པོ་གཙུག་དུ་ཁྱུང། ཞེན་གཤ་
དཀར་འཇུ་མ་གྲིས་བསྟ། ཟེར་བའི་གཏམ་དཔེ་བོད་ལ་ཡོད། རང་སྦྱིད་རང་བདེ་གཉིས་
ཀ་ཡོད། ཞག་བདུན་ཚུན་ལ་མ་ཆས་ན། སྦྱིང་དཀར་ཅི་བྱེད་མི་ཤེས་འདུག། ཨར་ཅིང་
རྒྱུ་མར་མ་སོས་ཀྱང་། རྒྱལ་པོའི་རྩལ་དོན་མ་སྦྱབ་ན། སྟོན་པོ་བཏག་ལེ་སྟོང་པ་རེད།
སྟོང་མ་རྩ་ཐོག་ཐམས་ཅད་ཀྱང། མ་འཇོར་ཆད་མེད་ཁྲིག་ཆགས་གྲིས། ཞག་བདུན་
སྟོང་ན་ང་རང་འགོ། འདིར་བཞུགས་ཐུགས་ལ་དེ་ལྟར་ཞོག། ཨོ་མ་ཁི་བརྟེ་རྩྱ་རྩྱེ་

ཅེས་སྟེ་དེ་ལྟར་ཤུལ་བས་གཞན་སྟོན་པོ་ནམས་ཅི་མ་ཟེར། རྒྱལ་པོའི་
ཐུགས་ལ་ཤིན་ཏུ་མ་བབས་ཅིང་སྟེ་འདི་ལྟར་གསུངས་སོ།

ཨོ་མ་ཁི་བརྟེ་རྩྱ་རྩྱེ་སྟེ་ཐ་ལ་..... ཨ་ལུ་ལ་..... འདུག་ལྟ་དབལ་སྤས་མེར་མ་
ལ། གསོལ་བ་འདེབས་སོ་མགོན་སྦྱབས་མཛོད། ས་འདིའི་ས་ངོ་མ་ཤེས་ན། སྤར་
སྟེ་པོ་སྟོང་ཡོད་རེད། ང་འདྲ་ཞང་རྒྱལ་སྟུན་བྱུང་གྲགས། དེ་སྟེ་ཉི་མ་མན་ཆད་ལ།
དག་ཐོགས་འགེལ་བྱེད་མི་ཡོད་མ་ལྟོང་། ད་ལོ་དག་འདྲེ་སྦྱིང་དུ་འདི། བར་བྱས་མེད་
པའི་རྩལ་དག་འདི། དགོས་དོན་ཅ་བ་ཅི་ལ་རེད། སྟོན་དུས་ཤེས་ཆེན་ཉི་མ་ཟེར། མགོ་
ཡོད་བརྒྱ་ཡི་སྤས་ས་ཡིན། སྐད་ཡོད་བརྒྱ་ཡི་ཁུ་ས་རེད། རྩལ་ཡག་ཉིས་དེ་རྟོགས་
བྱེད་ས་ཡིན། སྟོ་ཤེ་ཆེན་ནམ་མཁའ་སྟོ་འབྱེད་ཡོད། ད་རེས་སྤར་ངོ་རེ་ཆོ། མི་ཆེན་
པོས་རྩལ་སྟེ་འདྲ་མཆར། རྩ་ཁྱུང་ཆེན་ཤིང་རྩལ་སྟོང་ན་བབས། སྟེ་ཆེ་ལེ་རི་རྒྱལ་

དེ་ནས་མྱིང་དཀར་ལྷ་སྒྲེའི་དབྱང་དམག་དེ་རིམ་པར་གཤམ་ནས་བྱེད་རིམ་ཞང་
ཁྱུང་གཉིས་ཀྱིས་ས་འཛམས། འཇང་ལ་ཐང་ཁ་མོའི་འབྱིང་ཁྲག་དུ་བཞུགས་པ་བོན་
གྱི་ས་སྤང་རྣམས་ཀྱིས་ནང་ནས་མོ་བདུད་བྲག་ར་རྒྱུ་ལྷོ་མ་དེ་ན་རེ། མདངས་སྤུ་
རབ་རིབ་འཁྲལ་པའི་མི་ལམ་དུ་དབྱ་མྱིང་དཀར་གྱི་དམག་རེས་པར་འོང་བའི་རྟགས་
མཆན་ཞིག་བྱུང་བས། དེད་རང་རྣམས་རང་གནས་བསྐྱད་པས་སྤྱ་གཤམ་ཡོད་པས།
དབྱ་མྱིང་དཀར་གྱིས་དམག་རེས་པར་འོང་བའི་རྟགས་མཆན་ཞིག་བྱི་སྤྱན་ལ་རེས་
པར་བྱུང་བས། ང་རང་ལ་མོ་སོ་པ་ལ་འགྲོ་བས་ཁྱེད་རྣམས་ཀྱིས་རི་གཡུལ་གཡོན་
ལྷགས་ཀྱི་ལྷ་ར་བསྐྱིག་ནས་གང་དགོས་འོ་བ་སྐྱིག་གིས། དེམ་རེམ་དགོས་མ་གཏོགས་
དེད་རང་རྣམས་ཀྱི་བྱེས་གོ་མི་ཆོད་པ་ཡོང་དོག་ཡོད་ཟེར་ཐམས་ཅད་ནས་འོ་ལེགས་
སོ་ཞེས་ཟེར་མཛོན་པར་བསྟོད། ཁྱོན་བྲག་ར་དེ་ཐང་དཀར་གཡུལ་ཡི་སྤྱ་ལྷ་ཅན་ཞིག་ཏུ་
སྤྱལ་ནས་ནམ་མཁའ་བྱ་ལམ་བཟུང་ནས་འཕྱར་སོང་བས། ཨ་པོ་འཇང་ལ་ཁ་མོ་ནས་
མར་བལྟས་པས་མྱིང་དཀར་གྱི་ལས་དམག་དེ་ལྷ་བ་མིག་གི་མི་བཟོད་ལ། བསམ་པ་
སེམས་ཀྱིས་མི་འོང་པར་བྱེད་ནས་ལ་ཐང་ཁ་མོར་སྐར་བབ་ནས་འདུག་པར་མཛོང་།
ཁོ་ཡི་ནམ་མཁའ་ནས་གཡུལ་བསྐྱོར་གསུམ་གཡོན་བསྐྱོར་གསུམ་བྱས་ནས་ལ་ཁ་
དེར་བབ་ནས་བསྐྱད་སྐབས། མྱིང་སྐར་གྱིས་འགྲོ་ལྷགས་ཀྱིས་བཀའ་བྱོས་དུ་མ་
མཛད་པའི་ཆོ། ཨ་ཁུ་ཁོ་སྤང་གིས་ན་རེ། དེ་རིང་སྐར་འདིར་བཞུགས་ན་འཇང་ལ་ཁ་
མོའི་ལ་གོང་མཛོན་པོ་ལ་སོ་པ་སོང་ནས་མ་བསྐྱད་ན་དབྱ་བྲོགས་གང་ཡོད་མི་ཞེས་
པའི་ད་ལྷ་ར་ང་རང་སོ་ལ་སོང་ན་ཨེ་བྲག་ཟེར། པ་སྤྱི་དཔོན་ནས་མདངས་གསུམ་མི་
ལམ་ལ་བལྟས་ན་རྟ་རྟ་ཞིག་འོང་ངོ་འདུག་པས་སྤྱར་དུ་ལ་སོ་ལ་དཔལ་བདུད་རྒྱུད་

ཐུག་བཅུ་ཙམ་བྱོན། སང་ཉིན་སྐྱེ་རེང་ཤར་བ་དང་སྐར་བསྐྱིག་སྒྲོན་ལྟར་གཤར་ཤིང་
ལ་པར་ནང་དུ་ཆས་དགོས་འདུག་གསུངས། ཁོ་སྤང་ནས་ཁང་ཁུང་གི་ས་མཆམས་ལ་
སླེབ་དུས་འདི་ཙམ་ཞིག་སྐྱག་ན་དམག་དང་ཐུག་ན་གར་བོས་ཆ་སྐད་མ་སྤྲོ་ཁ་རྒྱ་
བསྒྲོད། ལ་སོ་ལ་ང་རང་འགྲོ་ཆོག་ཟེར་ནས་ཁོང་དཔོན་སྒོན་དུག་ལ་སོ་ལ་སོང་ནས།
ལ་ཁར་སླེབ་ནས་བྱང་ཡུལ་ལ་ལྟ་མོ་བལྟས་ནས་ཡུད་ཙམ་བསྐྱད། དེ་ནས་ཁང་ནས་
ཟེར་བ་ད་རེས་ལུང་བ་ལ་ལྟ་མོ་ལེགས་པོ་འདུག། ཡེངས་ཆེན་རྩ་གབ་དཔེ་བཞིན།
རི་པར་ཀའི་མགོ་ལ་ཡར་འགྲོ་ཟེར་བས། ཁོ་སྤང་གིས་ཡང་དེ་བྱེད་བྱེད་རང་གསུམ་
སོང་དང་རེད་གསུམ་ནས་རྟ་བུར་ཞིང་འདིར་བསྐྱད་ན་དགའ་ཟེར། དེར་ཁང་ནས།
བྱ་ཆེན་ཀམ་ཁང་ནི་གཡུ་ཐོག་བསྐྱོ་གསུམ་པོ་ལ་ཁར་སོང་། ཁོ་རྒྱལ་བེར་དམར། ཁ་
གདོང་ཕྱིན་ཆ་བྲག་པ། ཁོ་སྤང་གསུམ་རྟ་ཅར་བསྐྱད་ནས་ར་བསྐྱོལ་བས། རེ་ཞིག་པ་
ཀའི་པ་ཕང་ཞིག་གི་ཅར་ནས་བྱད་མེད་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་གྱིས་སྤྲུས་ཤིང་། རྩ་བེ་སྒྲོན་
མའི་གོས་གྲོན་པ་མཐོང་ན་མི་མཐུན་པ་མེད་པ་མཛེས་ཤིང་ཡིད་འཕྲོག་པ་བལྟས་ན་
སྤྲུག་པ། བསམ་བསམ་ཡིད་ཤོར་བ་གཉིས་གྱིས་པ་བྲུ་ན་དེ་ལུའི་ཆབ་འཕེན་ཤིང་འདུག་
པ་མཐོང་བས། ཁོ་སྤང་གིས་བསམ་པ་ལ་བྱ་མོ་འདི་འདྲ་ལྟ་རིགས་འདྲ་བ་ཞིག་གོགས་
སུ་ཁྱག་ན་ཅི་མི་རུང་བསམ་ཞིང་ཆགས་པ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཞིག་སྤྲུས་ནས། གཡལ་འདེ་
རིང་གཏར་མ་ཁ་སྒྲོན་དུ། མཆར་སྤྲུག་བྲུ་མོ་ཡིད་འཕྲོག་མ་འདི་འདྲ་འགྱི། ཁང་མ་ཁ་
སྤྲོན་ལ་མི་སྤྲོ་སྤྲོ། ཕོ་གསར་པའི་དོང་གཅིག་ངོམ་སྤྲོང་འདོད་ཟེར་བ་དང་། ཁོ་རྒྱལ་ནས་
དབང་གཉིན་གཉིས་གྱི་ལ་ཁ་རུ། བྱད་མེད་འདི་འདྲ་འོང་དོན་ཅི་ལ་ཡོད། སྤྲོན་བྲུ་མའི་ངོ་
ལ་བལྟས་ཆེ་བར་ཆད་འདྲ་ཨོ་འོང་ལགས་ལུས་བས། ཁོ་སྤང་གི་ལྷའི་བྲུ་མོ་ཡིན་པ་

འབྲ། ཁྱེད་གཉིས་ལ་མ་མཁོན་ངས་སུ་རེད་ལྟ་བུར་ནས་ཡར་ལང་སྟེ། བྱ་མོའི་རྩར་
སོང་ནས། སྤར་འཁྲིས་པའི་ཨོ་སྤྱག་གི་བདག་པོ་ལ་འགྲིས་ཡོག་འདྲ་ཞིག་བྱས་ནས།
གཡལ་འདྲ་སྤྱག་རོང་སོ་ལམ་སྤར་སོ་བྲ། སྤན་ལྟ་རྒྱུད་འདྲ་བའི་མཆར་སྤྱག་གཉིས། ཡུལ་
གང་ནས་འོང་བའི་བྱ་མོ་ཡིན། ས་འདི་གར་འོང་དོན་ཅི་འདྲ་ཡིན། མི་ཡུལ་སྤར་བ་སྤྱོ་
ལགས་སམ། ལྟ་ཡུལ་དམ་ཆོག་མཐུན་ལེ་མ། མ་གསང་སྤྲང་ཆ་བྱང་པོར་ཤོད་ཟེར་བ་
དང་། བྱ་མོ་གཉིས་ཀྱིས་ན་རེ། གྱི་སྤྱག་རོང་དཔོན་པོ་ཁོ་རྒྱལ་ལགས། དགྲུང་ལ་
གྲགས་པའི་གཡུ་འབྲུག་ཁྱོད། ས་འདི་ན་མེབས་པ་ལེགས་ནས་འདུག །རེད་རང་བྱ་མོ་
སྤན་གཉིས་འདི། འོང་བ་བྱེ་རིའི་ཡུལ་ནས་འོང་། འོང་དོན་གེ་སར་ཨེ་མཇལ་བསམ།
རུབ་པ་སྤྲ་མཁའ་འགྲོའི་སྟེ་བ་ཡིན། དཔོན་ཁྱེད་ཀྱིས་མགོ་འདྲན་ཨེ་མཇལ་ལགས་ཟེར་
ལུས་པ་དང་། ཁོ་སྤང་ནས་ཁྱེད་གཉིས་འདིར་ཤོག་ལ་ཇ་འཐུང་དང་རིམ་པར་གང་
དགོས་མགོ་འདྲན་བྱེད་ཆོག་ཟེར་ནས་ཁ་དགའ་རོ་དགའ་བྱེད་དོ། ཁོང་གཉིས་སི་ལེ་
ཁྱུག་གི་ལྗེས་མེ་བྱེད་ཤིང་འོང་བས་དེར་ཇ་འཐུང་ནས་བསྟན། ཁོ་སྤང་གི་ར་པོ་རྒྱས་
ཀྱང་ན་རྒྱུང་སྤན་ལ་སྟོ། སོ་མེད་ཀྱང་ཁྱ་པོ་ཡོས་ལ་དགའ་ཟེར་ཞིང་ཁྱེད་རང་གཉིས་
ནས་ང་ལི་ཇ་མ་བྱེད་དགོས། རེད་རང་གཉིས་ལོ་དང་སྤར་ཁ་མཐུན་ཤིང་གངལ།
སེམས་དང་བསམ་པ་མཐུན་ཤིང་གངལ། སྟེ་རག་ལྟམ་སྟོག་ཨེ་བརྟེས། གཡུག་གྲུ་དང་
འགྲུ་ཡ་ཨེ་བརྟེས་ཟེར་ནས་གསེར་འགྲུ་རིན་ཆེན་ཁྱ་ལྟན་འཇུ་བ་མོ་ནས་སྤར་སྟེ་མོ་ལ་
བྱིན། བྱ་མོ་ན་རེ། རོ་མ་ཤེས་གོང་ནས་སྟོང་གཏམ་བྱེད། རྒྱས་མ་ལོན་གོང་ནས་
བསམ་པ་བྱེད་ཟེར་བ་དེ། མི་ཆེན་པོའི་གསུངས་པ་མི་འདྲ་བེད། སྤྱག་རོང་དཔོན་བྱ་མོ་
གཉིས་ཀྱི་རྩར་ཡང་བཅར་བྱས་ནས་སྟོང་གཏམ་དང་ཁ་མཆར་མང་པོ་སྤྲིང་བས། ཁོ་

ཐུང་ནས་བྱ་མོ་གཉིས་ལ་ལུས་འདྲིན་པའི་དབང་གི་གླིང་དཔག་ཞང་ཞུང་ཡུལ་ཆས་
རྒྱས་གཏམ་ཡང་འོང། ཁ་གདོང་ཁོ་རྒྱལ་གཉིས་ཀྱང་སྟག་རོང་དང་བྱ་མོ་གཉིས་ཀྱིས་
གཏམ་མཆར་ལ་ཡེངས་ནས་ཉི་མ་ཞུང་ཁ་ཉི་བ་ནས་རྟ་རྣམས་གཅིག་ཀྱང་མེད་པར།
ཁོ་རྒྱལ་མེད་དམར་ནས་ཨ་ཨ་སྟུ་གཤམ་ཆེ་ཞིང་རྟ་རྣམས་གར་ཡོད་ཅི་ཡིན་པས་མ་
པས། བྱ་མོ་གཉིས་ནས་སྟག་རོང་དཔོན་ལ་འདི་སྐད་ཞུས། དེ་ནི་མི་འགྲུང་བར་ཁྱོད་
ལ་མཇུག་དང་དང་ཁམས་ཁྱི་སོག་བྱ་མོ་གཉིས་ཀྱིས་བྱེད་ཟེར་ནས་བྱ་མོ་གཉིས་རྒྱང་
འཛུབ་ཞིག་དུ་གྱུར་ནས་གར་སོང་མེད་པར་ཐལ་ལོ། །

ཁོང་རྣམས་ལ་མོ་སོང་ནས་རྟ་ལ་བལྟས་པས་གཅིག་ཀྱང་མེད་པར། བར་
རྒྱག་ཚུར་འཆང་བྱས་པས་རྟ་རྣམས་བྲག་གོད་ནས་དེད་སོང་བའི་རྗེས་ཀྱང་མཐོང་
ནས་ཁོ་ཡི་ཆོ་འཕྲུལ་ཡིན་པར་ཤེས་ནས་ཅི་བྱ་འདི་བྱེད་མེད་པར་ཁོ་ཐུང་སྟག་ནས་
ཞང་ཁོན་བྲག་གོད་ཀྱིས་སྟུལ་པའི་ཆོ་འཕྲུལ་རེད། ད་མཁྱོགས་པར་མ་བློས་ན་ལས་ད་
རུང་ཅི་ཡོང་མི་ཤེས། ཁོ་འདིར་སླེབ་ཡོད་པར་འདུག་ཟེར། དེ་ནས་བཅའ་ལག་ཐབ་
ཆས་རྣམས་བསྐྱར་ཉེ་མ་ཐུར་ལ་བྱ་བྱ་བསྐྱིལ་བ་བཞིན་དུ་བློས་སོང་། ཁོང་གཉིས་
ཀྱིས་བཅའ་ལག་ཐབ་ཆས་བསྐྱར་ནས་སོ་བ་གསུམ་ལ་བརྟེན་སྐད་ནས་མར་འོང་བས་
སོ་བ་གསུམ་ཀྱང་དེར་སླེབ་ནས་ལོ་རྒྱས་བཞད་ནས་ཁོང་རྣམས་སླེབ་ཉེ་སྐར་དུ་སླེབ།
དེར་ཡོད་རྣམས་ཀྱིས་ཁོ་ཐུང་ཀང་ཐང་དུ་བྱོན་ནས་རྒྱག་པ་ཅི་ཡིན། རྟ་རྣམས་ཅི་བྱས་
ཟེར་བར། དེད་གླིང་གི་སྐར་པ་འདི་ཆེ་བྲགས་པས། དང་པོ་ཡུལ་ལྷ་ལ་གདོང་ཐུགས་
ནས་མི་ལེགས་སྟུང་ནས་གླིང་སྟེ་སྟེ་ཆོས་སུ་རྟ་བྱུག་པོ་གཞི་བདག་དམ་རྒྱལ་འཕེན་
པོ་ལ་རི་འབྲུལ་བྱས་ཡོད་ཟེར། ཁོ་རྒྱང་བ་རྣམས་ཀྱིས་བདེན་པར་འཛིན་ནོ། ཤེས་

ཆེན་ཞུས་ཀྱིས་རྒྱལ་ལ་ཤོར་བ་ཨེ་ཡིན་སྟེ། དེར་འཛམ་གླིང་རྒྱལ་མཆོག་དམ་
པས་སྟོང་ཉིད་འོད་གསལ་གྱིས་ངང་ནས་ཐམས་ཅད་ལག་མཐེལ་དུ་བཀོད་པ་ལྟར་
གྱིས་གཟིགས་ནས། འདྲ་ར་འདྲས་སྟེ་བཀའ་ཡི་སྟོན་པོ་ཞུས་ལ་ཉོན་ཅིག །ཞང་གློན་
བཀའ་ཤོད་ཀྱི་ཆོ་འཕྲུལ་དེས་ལ་དབྱེད་ནས་དམག་འོང་བར་ཁོ་སྤང་ཁ་ནས་ཕྱག་ཐག་
ཆོད་སྟེ། སྟག་རོང་དཔོན་གློན་ཞུས་ཀྱིས་རྟ་རྒྱལ་ལ་ཤོར་ཕྱགས་བྱང་དམག་འོང་
དེས་པའི་དེ་ཕྱགས་བྱེད་ཞུས་ཀྱིས་ནང་སྤྱོད་ལ་སོ་དགག་པར་མ་ཆས་ན། ཁོང་
ཆོས་ཡང་ལ་སོ་བཀག་པར་ཆེས་འོང་བ་དེས་པ་འདུག་པས། སང་ཐོ་རང་ནས་དམག་
ཞུས་མ་གཤམ་ན། ལ་ཁ་མི་ཟེན་པས་ལ་ཁ་ཟེན་དེས་མ་བྱས་ཆོ། དམག་མང་དཔལ་
ཕྱལ་བཅས་ལ་དབྱེད་ཉེས་འོང་དོག་ཆེ་བ་ཕྱགས་ལ་དགོངས་པའི་མདོན་མ་བྱེད་བྱང་
ཚུ་ལ་གསུངས་པེབས་པ་ཐོས་ནས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མདོན་པར་བསྟོད་ནས་དེར་
ཆགས་བཞག །ཞང་གི་ས་སྤང་ཞུས་ཀྱིས་སྤར་དུ་བཀའ་ཤོད་པར་བྱོན་གླིང་དམག་
འོང་བའི་ལོ་རྒྱུས་བཤད་ནས་སང་སྤྱོད་ལ་ཁར་དགག་དགོས་ལུ་ཁྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཆང་
མ་གྲོས་འཆམས་ཉེ་ནམ་མ་གསལ་གོང་ནས་ལ་ཟེན་ཅིས་ཀྱིས་མཆོན་དེར་གཤམ་
བས་ས་ཐག་འབྱང་བར་ཉེ་མ་རི་ཅེར་ཤར་བ་དང་ལ་ཁ་དེར་གླིང་དམག་དང་ཞང་
དམག་མདའ་སྟོང་སྤྲད་པ་ལྟར་གྱིས་དུས་མཉམ་བྱང་བར། གློན་བཀའ་ཤོད་དེ་དཔལ་
རོག་སྟག་ཕྱལ་མི་ལྷས་བསྐྱོར་ནས་གདོང་དུ་བྱེད་ནས་མདའ་རེ་སྤྲིང་བྱང་བར་དེ་
བྱངས་གི་མི་ལྷ་བསད་བྱང་བའི། དེ་ཉོན་རུ་ཤོག་སྟོན་མ་གླིང་སྟོད་གསེར་པའི་ཤོག་
དང་། སྤྱི་འོག་ཡིན་པར་ཉེ་འབྲུམ་སྤྱི་བདེ་གཙོས་དཔལ་བདུད་ཁ་ཤས་ཀྱི་གདོང་
བཀག་སྟེ་ཆེ་རྒྱུད་གསེར་པའི་ཉེ་འབྲུམ་དེའི་རྩ་ལམ་ཡར་ཟེར་བཟུང་བའི་ཆེབས་ངང་

པ་གསེར་ལྗོང་ལ་སྒྲགས་ཚན་གཅིག་མ་སྟུང་གཉིས་མ་སྟུང་གནང་ནས་ལ་སེ་ཆེན་པ་
དང་ལྗོང་འབྲུག་མེད་པའི་དང་ནས་སྤྱ་འདི་ལྟར་གསུངས་སོ།

ཨྱི་མ་ཁི་བརྟེ་ཕྱི་ཕྱུ་ཨ་མ་། ཨ་མ་མ་། མར་ཁམས་དག་ལྟེ་ཐོ་རྟོ་
 བམས། སྤེས་བུའི་དར་མ་བཅུ་གསུམ་བཅས། མ་གཡེལ་དབྱང་པའི་སྤྱོར་ཡ་མཛོད།
 ས་འདིའི་ས་རོ་མ་ཤེས་ན། ཨ་མོ་འདྲའ་ལའི་གོང་ཐོག་རེད། ར་འདྲ་མར་ཁམས་སྤྱིང་
 སྟོད་ནས། ཆེ་རྒྱད་གསེར་པའི་གྲང་ཤིང་ལ། ཉི་འབྲུམ་དག་ཡི་གཉའ་འོན་ཡིན། ཤེ་
 སེར་རྒྱལ་པའི་སྤྱན་རྒྱ་རེད། ཤེད་ལ་རི་མོ་མུ་བ་མོས་འདེག། སྟོབས་ལ་རོམ་ནག་
 སྟོན་པ་འདྲ། ཡིན་ལྷགས་འདྲ་མ་བཤད་ཆོད་མེད། ཁོ་རི་མི་མོར་ག་དགར་སྒྲ། དབྱང་
 བོད་ཏྲ་དམག་དབྱང་དང་བཅས། ས་འདི་ན་འོང་དོན་ཅི་འདྲ་ཡིན། དོན་ཆེན་གནད་
 འགགས་ག་འདྲ་ཡོད། དེད་རྒྱར་འོང་མར་ཁམས་སྤྱིང་དམག་འདི། བྱང་བྲུ་གྲུ་གེ་སར་
 རྒྱལ་པོ་དེས། ཆོས་སྤེ་མངའ་རིས་སྟོར་གསུམ་དུ། ཆོས་ཟབ་དགྲ་དགོ་བསྐྱལ་བྱེད་མི་
 ཡིན། དབྲུས་མཐོན་དཔོན་གཡོག་སུམ་ཅུ་རྒྱངས། དེ་ཅམ་ཞིང་ག་གང་དགོས་ཀྱིས།
 ཅད་གཅོད་རང་རྒྱ་རང་བདག་འོང། ཁྱོད་དོན་མེད་རྒྱ་ལམ་ཅི་ལ་བགག། རོ་མ་ཤེས་
 བོད་ནས་མི་ཤ་གཏོང། མོ་གསར་བསམ་པ་རྒྱུད་ལྷགས་ལ། རང་ཆོད་རྒྱར་ན་ཨེ་
 དགའ་བསམ། ཉེས་མེད་མི་ཤ་ཅི་ལ་བགོ། རྒྱ་ནག་པོའི་རྩ་སྟོ་ཡན་ཆོད་དང། དབྲུས་སྤྱ་
 སའི་རྩོ་པོ་ཞལ་དགར་བར། བོད་བར་ལམ་བཞི་གསུམ་བཅུ་གཉིས་བར། ལམ་མི་
 དབང་ཟེར་བ་ཨེ་དར་བོ། ཁྱོད་ཏམ་པ་ཅན་ཞིག་མ་རེད་རེ། གནའ་མི་པོད་ཀྱི་གཏམ་
 དཔེ་ལ། མོ་ཤ་རྩ་རྩོ་གཉིས་པོ་དེ། དགྲན་གསུམ་སྤྱག་པས་རབ་རྒྱ་མེད། མོ་ཤ་ལྷགས་
 དམར་གཉིས་པོ་དེ། དབྱར་གསུམ་ཆར་པས་རུལ་རྒྱ་མེད། བག་ཐོག་སྒྲ་བ་སྒྲ་སྟེ་མ།

འདུག་མ་སྟབ་གཟན་རྩིའི་སྟེང་དུ་རྒྱག་། རྩོན་ཆན་བེར་ཆས་སྦྱང་ཁྲག་གཏོར། འདུག་
སྟབ་ན་དགོང་ཅ་གར་ཐོས་རེད། རི་བཀའི་སྟག་མོ་གྲུ་རྒྱས་དེ། འདུག་མ་སྟབ་ལུང་
གསུམ་མདའ་དུ་ཉལ། སག་མདའ་སྟོག་གི་འཛེ་དུ་ཕོག། འནགས་སྟོད་འགྲིམ་ན་ག་
ཡག་རེད། ཁྱོད་ཚུར་འོང་སུ་ཡིན་དཔུང་ཆོད་འདི། ཆོད་མ་ཐེན་ད་དུང་འཐབ་དགོས་
ན། ང་ཉི་འབྲུམ་དཔལ་པོའི་ལག་ཏུ་འགྲོ། ཆོད་བཟུང་ན་ང་བདེ་ཁྱོད་སྦྱིད་ཡིན། སྒྲིང་
དཀར་དཔལ་བདུད་བརྒྱད་ཅུ་འདི། སྤང་དག་པོའི་སྟེང་ལ་གནམ་ལྷགས་ཐོག། ཐོག་
ལག་པས་ཁབ་བ་ཨེ་རྒྱུ་སྟོན། ཐོག་མ་ལྷུང་གོང་ནས་བསམ་སྒྲོ་སྟོར། སྒྲོ་ཤེས་ན་ཁུ་
འབྲུལ་བ་ཤགས་བ་གྲིས། དེ་མིན་ན་སྟོག་མགོ་ཅི་ལ་ཐར། གོ་ན་ན་བའི་བྱ་རམ་གྲིས།
མ་གོ་སྟུ་ལ་འབྲེལ་བ་མེད། ཨོ་མ་ཁི་བརྟེ་རྩྭ་མྱོ།

ཅེས་སྟུ་དེ་ལྟར་སྦྱངས་བས་ན་སྟག་སྟུལ་ཤེས་ཆེན་ཐད་གཤེད་དེས་གྲི་མགོ་
འབྲུང་ཞིང་ཚུར་གདོང་དུ་བྱུང་ནས་ཡོབ་སྒྲ་སོར་བརྒྱངས་ཤིང་། གཡལ་འོན་དང་
དཔལ་པོ་སྟེང་ཁམས་ཅན། ཆོད་བཟུང་བའི་དུས་ལ་མ་བབས་ཐེས། ང་སྟག་སྟུལ་
དཔལ་པོའི་ཆོག་ལ་ཉོན་ཐེང་ཞིང་སྟུ་འདི་ལྟར་སྦྱངས་སོ།

ཨོ་མ་ཁི་བརྟེ་རྩྭ་མྱོ། སྟུ་ཐ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... ཞང་ཁྱུང་བསྟན་པའི་སྦྱང་མ་
རྒྱུས། དེ་རིང་དཔལ་པོའི་སྟུ་སྦྱངས། ས་འདིའི་ས་ངོ་མ་ཤེས་ན། ཨ་པོ་འཇའ་ལ་
གོང་ཐོག་རེད། ང་འབྲང་ངོ་མ་ཤེས་ན། སྟག་སྟུལ་ཤེས་ཆེན་ཐད་ཤིང་ཐེད། སྟོབས་ལ་
སྦྱང་ཆེན་སྟོན་བ་འདྲ། ཅུལ་འཛེན་ཡོད་བསམ་ཡིད་ལ་མེད། བྱི་སྦྱང་ཁས་ལེན་བྱེད་མི་
ཡིན། ཞང་ཁྱུང་བོན་གྱི་རྒྱལ་པོ་དེ། ཁྲིམས་དང་ལས་ཀའི་བདག་པོ་རེད། ཨ་སྟོན་
གནམ་ལ་བྱ་རྒྱུ་ཡོད། དོག་མའི་ས་ལ་རི་རྒྱ་ཡོད། བར་སྦྱང་ཁམས་ལ་རྒྱུང་རྒྱ་ཡོད།

ཕྱི་མི་ནང་ལ་བཏང་ལེ་མིན། ནང་མི་ཕྱི་ལ་འབྱར་ས་མེད། དཔག་ཕྱི་སྤང་ལྔ་བརྒྱ་གྲག་
བརྒྱ་ཡོད། ནང་དཔག་དགུ་ཁྲི་དགུ་འབྲུམ་ཡོད། མི་གཅིག་མི་བཏང་ཐག་ཆོད་ཡིན།
ས་འདི་ན་འོང་ལེ་མཆར་གྱི་ལ། སྤང་ཆང་སྒོ་ཁར་གཡང་དཀར་ལུག། །བགྲགས་མ་
དགོས་བསམ་པ་འབྲུབ་ལུགས་ལ། ར་ཆེ་ཟད་འཕར་ཁྲུའི་སྒོན་ལ་ལུས། བསྐྱགས་མ་
དགོས་ཅི་བསམ་འབྲུབ་ལུགས་ལ། སྤར་ཁས་ལེན་སྟག་སྤུལ་ལྔ་པོ་བྱ། བསྐྱགས་མ་
དགོས་གླིང་དཀར་ལུག་ལུགས་ལ། དབྱ་ཤ་པས་སྒོར་སྒོར་བྱེད་དུས་སྟ། སྟན་བྱ་པོ་
ཡིན་ཀྱང་གོ་མཆོན་ཐོགས། དེ་རིང་སྤང་མ་སྤུས་ཆོད་ཡིན། ར་དོན་མེད་འཇིང་ཅེད་མི་
དགའ་སྟེ། ཁང་ཁྱུང་ཡུལ་གྱི་མདོ་མགོན་དེ། ཉེས་མེད་གླིང་དུའི་བཅའ་འཁོག་བྱས།
དོན་མེད་མི་བསད་རྒྱ་ཞོར་བཅོམ། རྒྱ་དེ་ལ་རྩ་བདག་མི་གདའ་ན། ཁྱོད་ཁྱེ་གླིང་གི་
བསོད་ནམས་གྱིས། དེ་རིང་ཉི་མ་བྱེད་ཡོལ་ན། ཁྱོད་ཚུར་ཆས་ལ་མའི་ཁྱུ་ཆོགས་འདི།
བྱང་ལ་ཐང་རོ་ཡི་བཀའ་ལེ་ཞིག། །ཁྲག་དམར་ཡུལ་རྒྱ་འཐེན་དང་གཉིས། བྱ་པོ་རོག་
གཤོག་སྒྲ་མི་ཆད་གསུམ། མ་བྱས་དབའ་བོ་མིན་ཏྲག་གྱིས། རྩེ་བཅན་པོ་ཁང་ཁྱུང་རྒྱ་
པོའི་ཡུལ། པོང་གོད་བསམ་ཆོད་སྤྱིང་རྩ་འདར། ས་ན་ཐང་ལ་མཆོའི་ན་མང་སུན།
དབྱང་ཁྱེ་ཞིག་རལ་འགོ་ས་མེད། མགོ་འབྲུལ་བྱ་བ་དབྱ་ལ་བསྐྱར། ཁྱོད་ཉི་འབྲུམ་
ཟེར་བ་མི་དགོས་པའི། ཁོ་གེ་སར་ཡིན་ཀྱང་ཆེ་རྒྱ་མེད། དཔའ་བདུད་མང་ཀྱང་འཇིག་
རྒྱ་མེད། དཔའ་ཡོད་ཡིན་ན་དགའ་རྒྱ་ཡིན། མི་གཅིག་བཏང་ན་རོ་དང་འབྲ། གོ་ན་ན་
བའི་བྱ་རམ་ཡིན། མ་གོ་ཆོག་ལ་འབྲེལ་བ་མེད། ཞི་མ་ཉི་བརྗེ་རྩྱེ་རྩྱེ།

ཅེས་སྐྱེ་དེ་ཙམ་བསྐྱལ་ནས་གི་བཏོན་ནས་མཆོང་བྱང་བས་ཉི་འབྲུམ་ལ་
ལན་གསུམ་བརྒྱབ་ཀྱང་མ་ཆོད། ཉི་འབྲུམ་གྱིས་གི་གཅིག་གི་ཐོག་སོག་སྟག་བྱས་སྟེ་

བསད། བྲག་ཚོད་དེ་ར་རྒྱལ་བྲག་པོ་སྐྱེས་རལ་གྱི་ཕུར་ནས་མཆོང་བར། བྲ་བྲག་དུང་
སིང་། སིང་ཆ་འགྲན་མེད་གཉིས་ཀྱིས་མདུང་འབྲེན་པར་ཁོ་ཡི་ལན་གཅིག་ཐོག་བྲ་
བྲག་ཀྱིས་མདུང་སྐྱེ་བཅད། སིང་ཆའི་རྟ་ལ་གྱི་ཐེབ་སྟེ་འགྲེལ་བྱུང་བར་ཁོང་གཉིས་
ཕྱིར་བློས་པས། ཁོའི་གསེར་པའི་ཤོག་ནས་དམག་བརྩ་ཅམ་བསྐྱེལ་བྱུང་སྐབས།
དགའ་བདེ་ཆོས་སྦྱོང་བེར་ནག་དེ་འཛིགས་སུ་བྱུང་བའི་ཐེལ་ཀྱིས་མི་བཟོད་པ་གཅིག་
བྱས་ནས་བྲག་ཚོད་ཀྱིས་གདོང་བཀག་ནས་བྱུང་བའི། ཁོའི་གྱི་ལན་གསུམ་གཡུག་
ཀྱང་ཆེར་མ་གཞོད། དགའ་བདེའི་མི་འདི་ལ་མཆོན་འགྲོ་མི་འོང་དགོངས་ནས་དཔུང་
འཛིང་བྱས་རྟ་དང་ཕལ་ལ་ཁད་ལ་ཁོ་རྒྱུང་འཆུབ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ནས་གར་སོང་མེད།
སྐྱག་ཐུལ་རྩི་ཐེ་བཅན་པོ་དེའི་འབྲུམ་དམག་གསུམ་ལ་མདུང་གི་འཛིང་ནས་ལྷ་ཅམ་
འཛིང། དགའ་བདེས་ཁུ་ཚུར་བཏབ་པས་རྟ་ལས་ལྷུང། སྐྱག་ཐུལ་རང་དབྱེ་འབྲུམ་
ཐུབ་སྟོང་བདུན་གློད་པོ་གཉིས་ལེ་ལྷེབ་ཀྱི་སྒྲིང་ཁོད་དུ་མཆོང་ནས་བརྒྱ་དཔོན་གྲགས་
པ་ལ་མདུང་བརྒྱབ་ཏེ་སྦྱོང་བར་གདལ། གསེར་པའི་ཉི་འབྲུམ་དེ་ཐུགས་གདིངས་ནས་
འཐུག་སྟེ་ཐུག་གཉིས་ཀྱི་ཁོང་གཉིས་གཉའ་བ་ནས་བསྐྱུས་ཏེ་ཆ་ལ་རྩེབ་རྩེབ་བྱས་
པས་ཁ་ནས་ཁྲག་བབ་སྟེ་བསད། མ་ཐད་དམག་ཁོད་དུ་མཆོང་ནས། ཉི་བརྒྱ་ཅམ་
མཆོན་འོག་བཏང་བས་མི་ཁྲག་གི་མི་རྟ་དམར་པོར་གྱུར། དེ་ནས་དམག་འཕྲོས་ལུས་
རྣམས་དཔལ་ཆགས་སྟེ་ལམ་གར་ཐོབ་ཀྱིས་བློས་སོང་། དེ་ནས་ལློན་བྲག་ཚོད་དེ་ཡི་
དམག་མང་ལ་བྱད་རང་རྣམས་ཅི་མཁྱོགས་ཀྱིས་རང་ལུལ་དུ་སོང་ལ་མཐའ་དམག་
འོང་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཞུས། ར་རང་གི་དོ་ལུབ་དེ་བྱས་ཀྱི་སྙང་མ་ཞིག་སྒྲངས་ནས་རྩིས་སུ་
འོང་བས། ད་བཀག་ཐུབ་པའི་རེ་བ་ནི་མི་འདུག་ཟེར་ནས་དེ་ལྟར་བྱས་ནས་དམག་

འཕྲོས་ལུས་རྒྱལ་ས་གཤམ། བྲག་ཀོད་སྟག་ཐུལ་གསུམ་ཨ་ཆེན་གྱེ་མ་མཆོ་འབྲམ་དུ་
བསྐྱད་པར། ཉི་མ་དེའི་དགོང་མོར་གླིང་གི་དབྱང་དམག་དེ་རྒྱལ་ས་དབྱ་དར་ཚུབས་མེ་
མེ་ལྷེ་མཆེད་མཆེད་རྒྱ་མཆོ་ཐུག་མོ་ལ་ཁ་བ་བབས་བབས་ཀྱིས་གཤམ་ནས། གསེར་
བ་དགའ་འབྲུ་གདོང་གསུམ་གྱེ་རི་བཅས་ཀྱིས་དམག་ཕྱེད་ཅམ་སྐར་བབ་ཆར་ནས།
མེ་འབྱུང་བ་སོགས་བྱས་ཤིང་ཡོད་པའི་སྐབས་གར་བྱུང་མེད་པར་སྒོན་བྲག་ཀོད་དེ།
རབ་ཀོད་འགྲིལ་བ་བཞིན་དུ་བྱུང་ནས་མི་ཉི་ཤུ་ཅམ་གཡས་བསྐྱེལ་གཡོན་བསྐྱེལ་དུ་
མདུང་གི་འཛེར། ཟེང་ཟེང་ལོང་ལོང་བྱུང་བར། སྟག་རོང་ཁོ་རྒྱལ་བེར་དམར་ཡ་ཐའི་
དཔོན་པོ་ཉི་རྒྱལ། མི་ཆེན་བྱ་ཡི་ཐོག་ལྷ་གསུམ་ཀྱིས་གདོང་བཀག་ནས་རལ་ཁ་འབྲེན་
པར། གྱེ་རིའི་སྒོན་པོ་ཆོས་འབྲུབ་ཀྱང་དེར་སྐྱབ་ནས་ཁོང་གསུམ་ཀྱིས་དཔའ་རོག་
བྱས་ནས་གི་ཁ་འབྲེན་པར། ཆོས་འབྲུབ་ཀྱིས་ཁོ་ཡི་གི་ཁ་མ་ལོན་ནས་ཕྱིར་བློས་པས།
མི་ཆེན་ཐོག་ལྷ་དང་། ཉི་རྒྱལ་གཉིས་ཀྱིས་རྟ་ལ་མདུང་ཐེབ་སྟེ་འབྲེལ་བྱུང་བར། ཁོ་
རྒྱལ་བེར་དམར་གྱི་གི་གཅིག་གཡུག་ནས་ཁོ་ཡི་མདུང་སྐྱེ་ཆེད་པར། བྲག་ཀོད་ཀྱི་གི་
བཏོན་ནས་ལན་གསུམ་གཡུག་ནས་ཁོ་རྒྱལ་གྱི་དབྱང་པའི་ཤ་འབྲིངས་ལ་གི་ཕ་ས་
ཅུང་ཟད་བྱུང་བས་ཕྱིར་འཐེན་བྱས། བྲག་ཀོད་ཀྱི་གྱེ་རིའི་དམག་བཅུ་བཅོམ་བྱུང་བར།
གྱེ་རིའི་སྒོན་པོ་ཆོས་འབྲུབ་ཀྱི་རྟ་ཁ་ཕྱིར་བསྐྱོར་ཏེ། ཁྱོད་དཔའ་བོའི་རང་ཆོད་མ་ཟེན་ན།
ར་སྐར་མ་བློས་ཆོད་ཡོད་ལེ་མེད་ཟེར་ནས་ལྷ་འདི་ལྟར་སྐྱངས་སོ།

ཨོ་མ་ཉི་བརྟེ་རྩྭ་རྩྭ། ལྷ་ཨ་ལ་..... ཨ་ལུ་ལ་..... སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་དགེ་
འདུན་ལ། འབྲལ་མེད་གསོལ་འདེབས་བྱིན་གྱིས་སྒོབས། ལྷ་ལེན་པའི་མགོ་བོ་ཡག་
པར་ཤོག །ཆོག་བཅད་པའི་འབྲས་བྱ་ཆང་བར་ཤོག །ས་འདིའི་ས་ངོ་མ་ཤེས་ན། བྱང་

ལ་ཐང་མཆོ་ཆེན་འབྱུང་ཁྲག་རེད། ང་ལྟ་ང་འོ་མ་ཤེས་ན། གྲེ་རིའི་རྒྱལ་ཁག་བཅོ་
བརྒྱད་ཀྱིས། འདྲོ་འཛིན་དབྱ་ཡི་གཉའ་ཞོན་ལ། བཀའ་སློན་ཆོས་འབྲུག་དཔལ་པོ་
འཕོད། སྐྱེན་པོའི་རྒྱང་ཐག་བཞག་མི་ཡིན། བསྐྱོགས་པའི་ཁ་རུ་འཆོ་མི་ཡིན། ཤར་གྱི་
རྒྱ་སྟག་ཁྲ་མོ་དེ། དཔལ་རྩམས་ཆེ་བའི་འཛམ་གླིང་གྲགས། ལྟོ་ཡི་གཡུ་འབྲུག་སྟོན་མོ་
དེ། གྲགས་འབྲུར་ཆེན་ཞོར་བུ་འཆོར། ལུབ་ཀྱི་མ་བུ་མཆར་ལུ་དེ། སྤང་འདོད་ཆེན་
སྟོ་མདངས་འཆོར། བྱང་སྟོན་བྲག་ར་ཆོད་ལྗོམ་ཁྲོད། ཡང་བསྐྱར་གཤེགས་ན་སྟིང་
ཁྲག་འཕོ། སྤིང་དམག་སྟོན་མའི་སྤར་ནང་དུ། ཁྲེད་མི་གཅིག་ཉམ་པ་ཆེ་ཞན་ལ། ང་
དཔལ་པོའི་ཞེ་ཆོད་གདིང་ནས་འཁྲུགས། ངར་ཆེན་མཆོན་ལ་རྩོ་ཆེད་འབར། ལྷུང་
མགྲོགས་ཏེ་ལ་བང་ཁ་འབྱེད། ད་ནང་སྤང་མའི་ཤ་ལེན་དེ། སུ་ཡིན་ཟེར་ན་ཁྲེད་ལ་
བབས། ད་རེས་མཆོན་སྟོན་གཡུག་ལམ་ནས། རྩོན་པོ་ཨེ་གདའ་གསལ་ནས་འོང་། གེ་
སར་དབྱ་ལྷའི་ཐོ་དོར་རྣམས། དེ་རིང་དཔལ་པོ་ཞོན་མ་གཡེལ་ཅིག །ཨོྲཱ་མ་ཁི་བརྟེ་རྩྱ་
མྱེ།

ཅེས་སྐྱ་དེ་ལྟར་སྤང་ཞིང་གདོང་བཀག་བས། ཁོའི་རལ་གྱི་དེ་རྩ་ཡི་རྩོག་མ་ལ་
ཕྱི་ཕྱི་ལེན་གསུམ་ཕྱིས་ནས་ལག་གཡོན་བས་འབྲམ་པ་བསྐྱོར་ནས་སྐྱ་འདི་འདྲ་
གཅིག་སྤངས་སོ།

ཨོྲཱ་མ་ཁི་བརྟེ་རྩྱ་མྱེ། ལྷུ་ཨ་ལ་..... ཐ་ལ་ལ་..... དབལ་སྤས་ཐེར་མ་ཡུལ་
བདག་ཇེ། མ་ཐོགས་རྒྱང་ལྟར་ཆེས་ལ་ཤོག །ས་འདི་ལ་མཆོ་ཐང་སྤྲད་ཤམ་རེད། ཞང་
སྟོད་སྟག་མའི་འདུས་མདོན་ས། སྟག་རི་མཁར་གྱི་སྟིང་བཅུད་ལ། བྲག་ར་ཆོད་ལྗོམ་
དབྱ་ཡི་གཤེ། དམག་བརྒྱ་བརྒྱའི་ནང་ནས་གྲགས་པ་ཐོབ། སྟིང་སྟིང་ནང་ནས་ཆོད་

ཅིང་རྒྱལ། བྲག་ར་ཁོད་ཐོམ་དེ་ནས་ཐོག་ས། ཞང་ཞུང་རྒྱལ་པོའི་ནང་སློན་ཡིན། དག་
ལ་ཁས་ལེན་བྱུང་མི་རེད། ཁྱིད་དཔའ་རྒྱུང་སྤྱག་མི་གསུམ་དེ། འི་གསོན་གཉིས་
ཀྱི་ས་མཆམས་བཞག། བྱི་བོ་ཡང་བྱུང་དམར་པོ་སྤྱ། ཡིན་ངེས་བྱེ་རིའི་ཆོས་འབྲུག་
རེད། སྤང་དཀར་དེ་ཡི་གཡས་ཟུར་ན། མདངས་གསུམ་སྤྱིས་བའི་མེ་ཉླག་འབྲ། འདུག་
ཤེས་ན་སྤང་དཀར་རྒྱན་གཅིག་རེད། འདུག་མ་ཤེས་ཨ་སློན་སང་གྱིས་བཅོམ། མགོ་
དུང་རྩ་ཅན་གྱི་ཤ་པོ་དེ། འདུག་ཤེས་ན་རི་རྒྱལ་རྒྱན་གཅིག་རེད། འདུག་མ་ཤེས་ཁྱི་
དང་བང་རྩལ་བཀྲེས། རི་རྩ་ཁོད་བྲག་ཟུར་བཅར་བའི་དུས། སྤྱག་རྩལ་གས་བྱུང་ན་
འགོ་ས་མེད། དབྱང་ཁ་མེད་རུ་སྤྱེད་སྤྱས་ལེན་དུས། ཁྱིད་མི་དམར་རྟ་དམར་ཞེན་ལས་
ཅན། འདུག་ཤེས་ན་ཁོམ་གྱིས་རྒྱན་དུ་གདལ། འདུག་མ་ཤེས་ངད་དང་འབྲེན་བསམ་
ན། ངར་ཆེན་རལ་གྱིད་སོ་ལ་བྱངས། ཆེ་དུས་ལ་བབ་ན་འགོ་ས་མེད། སྤྱིང་གི་སར་
ཟེར་བའི་གཡེར་པོ་ཆེ། དེ་རིང་དོང་དུ་སྤྱས་ལེ་ཨོ། དཔའ་བདུད་དུག་ཆེར་ལོ་མ་ཟེར།
དེ་རིང་མེ་ཡི་ཆོག་ལ་འབྲ། དེ་རིང་མེད་ལེ་ཅི་གོ་རེད། ཁྱིད་མི་བཞིའི་སློག་ལ་ཁབ་ས་
མེད། ཁས་ལེན་འི་སྤྱས་འདི་ཅམ་བྱེད། སྤྱིང་དམག་ཚུར་ཆས་མགོ་མ་རེད། རི་ཟའི་
ཡུལ་ལྟར་ལྟར་མོ་ཆེ། སྤྱིང་ཆོམ་པོ་ཨོ་བྱུང་ཆོས་འབྲུག་ལོ། ང་ཞང་སློན་དང་མའི་ལག་
རྩེས་རེད། གི་སར་བྱོན་བའི་མཇལ་དང་ཡིན། དཔའ་བདུད་སྤང་མའི་དགའ་སློའི་གྱིས།
དེ་དུང་དེ་རྩེས་རིམ་གྱིས་ཡོད། བོ་ན་ན་བའི་བྱ་རམ་གྱིས། མ་གོ་ཆོག་ལ་ཡང་བསྐྱར་
མེད། ཨོ་མ་ཁེ་བསྐྱེ་རྩྱུ་མྱེ།

ཅེས་སྤྱད་ལྟར་སྤངས་ནས་ཁོང་གཉིས་གྱི་ཁ་བསྐྱིལ་བར་ཁོ་ལ་ལེན་གསུམ་
པོག་བྱུང་ཀྱང་ཁོ་བདུད་བྱ་དངོས་ཡིན་སྟབས་གྱིས་མཆོན་གྱི་ཆོད་སྐལ་མེད་བས་ཅི་

ཡང་མ་གཞོད། ཚུར་གྱི་ལེན་གསུམ་ཐེབ་ཀྱང་ཅི་མ་གཞོད་པར་ཆོས་འབྲུག་གི་གྱིད་ཁོ་
ཡི་རྟ་དེའི་སོག་ཐུག་དུ་ཐེབ་པས་ཐུག་དམར་དབྱུང་བའི་འབྲེལ་ལ་ཉེ་བས་ཐེར་མས་
དབྱུག་གིན་ནས་རྒྱུད་ལྟར་སོང་། དེར་དཔལ་ཆོད་བཟུང་ནས་རང་རང་ཡུལ་དུ་སོང་།
ཆོས་འབྲུག་གིས་པར་དེད་པ་ཅམ་བྱས་ནས་ཚུར་སྐར་དུ་ལོག། སྤྱིང་དཀར་རྩེ་ཐོན་
རྒྱལ་ས་ཀྱང་ཆང་མ་སྐར་ཐེན་ཆར་ཅིང་རྩ་ཆང་ལ་ལོངས་སྟོན་ནས་བཞུགས་པར་
གདའ་ལོ། དཔལ་བདུད་རྒྱལ་ས་གྱིས་འབྲུག་ས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཞུས་པས། རྒྱལ་མཆོག་
དམ་པས་དེ་རིང་སྟངས་མ་དེ་ལས་མི་འོང་། ཕོ་ཆོད་མ་ཤོར་ལེགས་འདུག་གསུངས་ཞིང་
སོ་སོར་བབས་འོས་དང་བསྐྱུན་པའི་དཔལ་དར་གཟེང་བསྟོན་གནང་། སྤྱིང་དམག་
རྒྱལ་ས་གྱིས་བྲག་གོད་མི་གཅིག་ལ་དེ་ཅམ་གོད་པོ་ཡོད་དུས། ཞང་ཐོན་བྲག་སྟག་ཐོག་
གསུམ་དབྱུང་བསྐྱིགས་བྱུང་དུས་ཅི་འདྲ་འོང་ཐེར་ནས་སེམས་ཁུལ་ཅམ་གྱིས་རང་དུ་
གནས། ཞང་ཐོན་བྲག་གོད་དཔོན་གཡོག་གསུམ་སྟེབས་སྟེ་རྒྱལ་པོའི་བྱང་དུ་བྱོན་
ནས། རྩ་ཆང་ཐས་སྟེ་ཆོགས་ལ་ལོངས་སྟོན་མཐར། ཐོན་བྲག་གོད་གྱིས་ཁྱེད་ལྟ་བུ་
ལུལ་བ་འདི་ལྟར་རོ།

ཨོ་མ་ཁི་བརྟེ་རྩྱུ་རྩི། ལྷ་ཐ་ལ་..... ཨ་ལུ་ལ་..... འབྲུག་ལྷ་དཔལ་སྐས་ཐེར་མ་
བཅས། དེ་རིང་རྒྱལ་པོའི་བྱས་ལ་གཟིགས། ས་འདི་སྐྱ་རི་སྟོང་ཤོང་རེད། ར་འདྲ་
མཁུན་པ་ལས་ཀྱང་ཡོད། ཞང་ཐོན་བྲག་ར་གོད་འཕྱ་རེད། དུས་དེ་སྟོན་དབྱེ་ལ་མ་སོང་
མེད། དེ་སོང་ནས་གོ་རེ་ཆོད་རབ་ཡོད། དེ་སྟེ་ཁ་སོང་དུས་ཆོད་ལ། རྩེ་མཆོག་གི་
བཀའ་ལུང་རྩེ་བཞིན་བྱ། དེད་ས་སྐྱུང་སྟག་སྐུལ་དབྱུང་དམག་བཅས། བྱང་ལ་ཚུ་ཁ་
ཡི་མ་ཐ་བྱ། སོ་དང་ཉུམ་མ་བསྐད་པ་ལ། ཁར་ཉིན་ཆོས་པ་བཙོ་ལྷའི་གོང་། ཉིན་ལྷས་

མཆན་མ་མ་ལེགས་བྱུང་། མཆན་ལྟས་མི་ལམ་མ་བཟང་བྱུང་། ང་མ་བསྐྱད་ཨ་པོ་ལ་
ཁར་སོང་། མཐའ་དམག་གི་དབྱང་ཆེན་དེ། རྒྱུ་རྒྱུ་བཞོལ་དོལ་བྱས་ནས་བྱུང་།
ལ་སོ་སྟག་རིང་དཔོན་ལྷོན་དུག །སྒྲ་མ་སྟོན་ཆས་བྱས་ནས་བྱུང་། ངས་སྒྱུ་མའི་བླ་
འབྲུལ་སྒྲ་ཆོགས་ཀྱིས། ཁོ་གླིང་དམག་གར་འགྲོའི་ལོ་རྒྱུས་གོ། །བྱང་ཁྱེད་ཁྱེད་དམག་
གི་སྟག་རིང་དེ། དེ་བྱས་དེ་ལེན་སྤྱད་པ་ལ། བོན་ཡུལ་ཆོས་ལ་བཀོད་པ་རུ། གླིང་
དཀར་པ་དམག་བབས་སོ་ཟེར། ཞང་ཡུལ་ཡུལ་མེད་བཟོ་དགོས་ཟེར། ཡུལ་བྱང་ལ་
ཆོས་པའི་ཆོག་ཁ་ལོན། དེ་ནས་སྟག་རིང་རྟ་དུག་དེད། ངས་སྒྲ་མ་ཟག་ལ་བཅད་ནས་
འོང་། དེ་མཆོམས་ཨ་པོའི་ལ་ཁ་དགག། ཁི་གཅིག་མི་མཉུང་དམར་བསད་བསམ།
མངག་པའི་གོ་གཅིག་ཨེ་ཆོད་བསམ། འཕང་པའི་མདའ་མའི་ཨེ་ཕོག་བསམ། དེ་
བསམ་ཀྱང་དོན་ཕོག་མི་ཁེལ་དུ། བར་ཆས་སོ་སོའི་དབྱང་དམག་དང་། ཚུར་འོང་གླིང་
རུའི་རུ་སྒྲ་གཉིས། དུས་བྱས་བཞིན་དུ་འགྲིག་ནས་བྱུང་། ཚུར་བསད་སྟག་ཐུལ་མི་ལྟ་
ཤོད། བར་བསད་དམག་ཉོབ་ཁ་ཤས་བསད། དབྱང་མང་ཉུང་རྒྱ་ཁའི་བྱེ་མ་རེད། མང་
སྒྲ་ཉུང་གི་མ་བསྟེན་ནས། རང་ཡུལ་མི་ལོག་ཁ་མེད་བྱུང་། ངས་དེ་བྱས་སྒྲས་གཅིག་
མ་ཐོན་ན། རྩེ་ཞང་རྒྱལ་དབྱུ་འཕང་སྤྱད་དུ་བསམ། ང་ཞན་ལྷོན་མིང་དེ་བོར་ན་བསམ།
དེ་བསམ་ཞིང་ཞེ་ཆོད་གཉིང་ནས་འབྲུགས། གླིང་དཀར་མཆོ་ཐང་བབས་པའི་དུས། ང་
མི་གཅིག་རྟ་གཅིག་ཁེར་རྒྱུག་གི། །རམ་ནག་སེར་བས་བརྟུང་འདྲ་བྱས། གྱུར་དཀར་
སོ་རྣམས་ལ་རལ་ཤད་བྱས། མི་ཁས་ལེན་ཐམས་ཅད་མཆོན་ལ་བྱངས། ཡང་ཆོད་
དཔའ་ཐུལ་མི་བཞི་དེ། རང་ཆོད་གཤོང་ལ་འདྲེན་ནས་བྱུང་། མི་དམར་ག་ཤིན་རྩེའི་
ཞལ་ངོ་ཅན། རྟ་དམར་རྒྱུང་ག་ཤིག་ཞོན་ལས་བཞི། རལ་གྲེའི་སོ་ལ་བྱངས་ནས་ཡོད།

དམར་མོ་ཐག་ལ་བསྐྱེན་ནས་ཡོད། འཕྲོས་ལུས་མི་གཉིས་གི་མས་བཏང་། སྤང་མ་
གཤམ་པ་ཐོབ་ནས་ཡོད། ཆོ་ཆེན་གླིང་བྱའི་དབྱང་དམག་དེ། རྒྱལ་ཁག་དགུ་ཡིས་
ལས་དམག་གདལ། འབྲུམ་ཆོ་ཉི་ཤུའི་ཁྱོན་ཡོད་ཟེར། ཆེ་ལ་རྒྱལ་པོ་གེ་སར་གདལ།
གཉེན་ལ་སྤྱི་དཔོན་ཁ་ཆུན་གདལ། ངར་མའི་སངས་སྤྲུག་ལྷ་བྱ་གདལ། སྐྱེན་པོའི་འདན་མ་
གཡུ་ལྷ་གདལ། སྟོབས་ལ་ཉི་འབྲུམ་དགའ་བདེ་གདལ། བརྗེད་ལ་ཤུན་པ་བྱང་སྦྱོང་
གདལ། ལེན་མེད་ཅི་ཅི་གངས་མེད་གདལ། མདའ་འཕེན་སེར་ཁྲོད་འབེབས་འབེབས་
རེད། གི་གཡུག་འབྲུག་སྐྱ་གཤམ་གཤམ་རེད། བྱུང་བ་བྱུང་བུ་ལུག་འཚུ་བས་
འཚུ་བས་རེད། ཏྲ་རྒྱུག་གློག་དམར་འབྲུག་འབྲུག་གདལ། སྟོན་འགྲོ་ཁས་ལེན་ཆོས་
འབྲུབ་རེད། དེ་ཆོ་ཡིན་ལུགས་འབྲུ་མ་ཡིན། ད་ཨེ་འབྲུ་བཞུགས་ཐབས་ལར་ནས་མེད།
དམག་དང་བྱ་རྟའི་འཐབ་ལུགས་དང་། སྤང་དང་ལུང་པ་བ་བྱུང་ལུགས་སོགས། ཅི་
བྲག་བཀའ་བཀོད་མཛད་རོག་གཞང་། དེད་ཅག་གློན་པོ་སྤྲུག་བྱུལ་ན་མས། ཅི་གསུངས་
བཀའ་དེ་བསྐྱབ་ངེས་བཞོ། ཞད་ཞད་མི་དགོས་རིམ་པར་འདུལ། རྒྱལ་པོའི་བྲུག་སལ་
དེ་ལྟར་ཞོག །ཨྱི་མ་ཉི་བརྗེ་རྩྭ་སྤྱི།

ཅེས་སྤྱ་དེ་ལྟར་བྱུལ་བ་དང་དེར་ཞང་རྒྱལ་བྲག་པོ་རྒྱངས་པ་སྤྱར་ནས་
གསེར་ཁྲི་སེར་པོའི་ཡང་སྟེང་ནས། རྒྱར་འདུག་གཅིག་བྱས་ནས་དམག་བཀོད་ཀྱིས་
སྤྱ་འདི་ལྟར་གྲངས་སོ།

ཨྱི་མ་ཉི་བརྗེ་རྩྭ་སྤྱི། སྤྱ་ཐ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... ལྷ་ཡར་མཁུན་སྤྲུག་ལྷ་མེ་འབར་
མཁུན། བར་མཁུན་བཅན་ཁྲོད་ཆེན་པོ་མཁུན། མེར་མ་མི་ཐང་གྲ་མ་མཁུན། ས་འདིའི་
ས་ངོ་མ་ཤེས་ན། སྤྱ་རི་སྤྲུག་པོ་སྟོང་ཤོད་རེད། ང་འབྲང་ངོ་མ་ཤེས་ན། ཞང་ཁྱུང་ཐོན་

གྱི་རྒྱལ་པོ་རེད། དགྲ་འདུལ་དམག་གི་དཔོན་པོ་རེད། ཨ་ཅེ་གླིང་རུའི་ཁྲེས་ཆོས་ལ།
ཁྲེས་ཆེ་བ་སྡེ་མ་རྒྱ་མགོན་དེ། རྒྱ་ལམ་མ་དབང་ཡུལ་མེད་འཕྲོག། ་དེ་ལེན་སྟོང་པའི་
མཐའ་མ་རུ། འབུམ་དམག་འདི་ཙམ་བྱང་ལ་པབ། གནའ་མི་བོད་ཀྱི་གཏམ་དཔེ་ལ།
བརྟེས་ཆེན་ཞེ་ཁྲོད་གཤེས་ནས་འཁྲུགས། ཟ་ཆེན་མར་གྱི་ཞེན་བ་ལོག། ་ཟེར་བ་
གནའ་བོད་ལ་ཡོད། ཤར་གྱི་གང་དམར་ལྡང་རྒྱག་ན། སྟོང་སྡེ་ལྡེ་ཡི་དཔོན་པོ་ལ། ཤར་
ཀོ་རོང་འཁྲུག་ལྟ་བཙན་པོ་ཡོད། དཔའ་སྟག་ངར་སྟག་སྤུལ་མི་བཅུ་དང་། ལས་དམག་
ལྡ་སྟོང་ལྡ་བརྒྱ་ཡོད། མ་འདུག་ད་ལྟ་ཆས་ཤོག་བཟོད། ལྟོ་ཡི་དགོངས་རུམ་ཤོག་རྒྱག་
ན། སྟོང་སྡེ་རྒྱག་གི་དཔོན་པོ་ལ། ཞང་ཁུང་སྟག་མོ་ཁྲི་བརྟེན་ལ། དཔའ་རོག་སྟག་སྤུལ་
མི་བཅུ་བཙས། དབྱང་དགྲ་དར་ཚུ་བས་སེ་ཆས་ཤོག་བཟོད། ལུབ་ཀྱི་མཆོ་ཆེན་འགྲིང་
ཁྲག་ནས། མོ་དུད་ཁྲི་བརྒྱའི་དཔོན་པོ་ལ། དམག་དཔོན་ཐོག་བཙན་གྲོག་འོད་འབར།
དཔའ་དེ་འབྲ་ཞང་ཁུང་ཡུལ་ན་མེད། དཔའ་དགྲ་ཤ་ཟ་བའི་སྟག་སྤུལ་བཅུ། ལས་
དམག་བདུན་སྟོང་བདུན་བརྒྱ་ཡོད། མ་སྟོད་ད་ལྟ་ཆས་ཤོག་བཟོད། བྱང་གི་འབྲོང་བྱ་
ལུང་དགྲ་ནས། དམག་དཔོན་སྟག་ཁྲོད་དབང་བཙན་དང་། ལས་ལེན་སྟག་སྤུལ་མི་
བཅུ་བཙས། མ་སྟོད་ད་ལྟ་འཛོམ་ཤོག་བཟོད། ཆེས་བ་དགྲ་ཡི་ནང་མོ་རུ། ཞང་ཁུང་
མདའ་ར་བར་མ་རུ། མི་འཛོམས་གོ་ཅིས་ལེན་རྒྱ་ཡིན། ན་ཉིན་བྱང་ཆར་ཐང་ཆེན་
རྒྱུད། རུ་ཤོག་དམག་སྐར་རྒྱ་བརྒྱ་ཡིན། བྱང་སིང་ཆུ་འདི་ལ་རབ་གསུམ་འགྱི། ་དར་
ཁྲོད་མི་བཞི་བྱི་སྤང་སྟོད། དབྱང་རོག་དམག་མང་བརྒྱ་རེས་བསྐྱོད། ཤར་འགྲོ་ཐབ་
ཁྲོད་འགྲིལ་འདྲིལ་གྱིས། ཚུར་འོང་གྲོག་དམར་འཁྲུག་འཁྲུག་གྱིས། མི་རེས་སྟང་མ་རེ་
རེ་འོང། དཔའ་དར་གཟེང་བསྟོད་ཚུལ་བཞིན་ཡོད། ལ་ཐོས་སྤུས་བྱས་དམར་བསད་

ཨྱི་མ་ཁི་པ་རྩྱུ་མེད། ལྷ་ཐ་པ་..... ཨ་པ་པ་..... པ་རྩྱུ་པ་ལྷ་པ་ཁོས་པ་ཁི་རྩྱུ།
ཐག་པོ་རྩྱུ་པ་པ་ཁོས་པ་པ་ཁོས་པ། ས་པ་ཁོས་པ་པ་ཁོས་པ། ལ་ཁོས་པ་པ་ཁོས་པ། ལ་ཁོས་པ་པ་ཁོས་པ།

མང་རེད། མི་ང་དང་ང་འོ་མ་ཤེས་ན། འདར་སྒྲིང་གི་ཁྲི་འོག་མ་ནས། འདན་མ་གཤམ་
 རྒྱལ་ཐོག་ཆོག་རེད། དག་མགོ་བརྒྱུད་བའི་ཐོ་བ་རེད། བཀའ་སློན་སྟག་གཟིག་ལྷ་རྒྱལ་
 ཡོད། དེ་ནས་ཉོན་དང་ཁམ་པ་སྒྱ། རེད་ཚུར་འོང་མར་ཁམས་གླིང་དམག་འདི། ན་ཉིན་
 བོད་རྒྱའི་ཉེར་དགུ་ལ། སྟག་འོང་དཔོན་གྱིས་འབྲོག་པ་དེ། བྱང་ཁང་ཁྱུང་རྒྱལ་པོའི་
 མདའ་འོག་ནས། ཡ་མེད་ཁམ་དམག་དབྱུང་སྟོབས་གྱིས། མི་བསད་རྒྱ་ལོར་གནང་བ་
 བཅད། མི་དེ་ལ་བྲིས་གཅིག་ཨེ་གདའ་དང་། བྲིས་དེ་ལ་ཆགས་ལུལ་ཨེ་ཡོད་བསམ།
 ལུལ་དེ་ལ་དཔོན་གཅིག་ཨེ་ཡོད་པར། ཡོད་ཆེ་རྒྱལ་བྲིས་ཨེ་གདའ་ལྟ། བྱ་དང་བྱ་
 འདྲ་བསྐྱར་ཆོག་ཅིག །བསི་དང་ལུང་པ་ཐོང་གཏུག་ཞིག །མེ་དང་སྤྱ་བ་ཐོང་གཏུག་
 ཅིག །དེ་འདྲ་བསམ་ནས་འོང་ལེ་ལ། མི་ཡི་བསམ་ཐོག་དེ་ཉིད་ལ། ཏ་ཡི་མི་བརྩི་ཟེར་བ་
 དེ། སྤང་བ་བོད་གྱིས་གཏམ་ལ་ཡོད། བྲིས་ཨེ་དཔོན་གྱི་རྒྱལ་པོ་ལ། ཁྱུ་འོང་བསྐྱོན་
 འོང་ཡོད་ལེ་མེད། མ་ཆད་བྲིས་ཨེ་དཔོན་མ་ནས། བྲིས་མེད་སྒྲོན་པོ་འགའ་རེ་ཡི།
 དཔོན་ཆོས་རྒྱལ་ཞལ་འོ་མ་མཇལ་གོང་། ལས་མཁན་ངན་པས་བར་ལས་བྱས།
 དཔའ་ལུལ་དབྱུང་དམག་ད་ཅམ་བསད། ལས་བྱེད་རྒྱ་གསུམ་དེ་ཐོན་ནས་སོང་། ལྷུ་བ་
 རྒྱ་གསུམ་དེ་འབྲུབ་ནས་ཐལ། འོན་ཀྱང་དཔའ་བའི་དར་ལམ་ནས། མ་ངར་མ་ངར་པ་
 ཡི་བྱ། གྱི་ཡིང་རྟ་ལ་བར་ཡོད་ན། ཨ་ཆེན་ཐང་ལ་ཟད་ས་མེད། མ་བྲོས་མ་བྲོས་བྱ་མོ་
 འདྲ། གཏམ་དང་འདུན་མའི་ཆ་འཕྲིན་ཞོག །བསྟན་པ་དར་དཀར་ལུག་གཅིག་བཟོ་
 ཉེས་ཆེན་ལ་པ་ལག་ལ་ཞོག །འཛིང་ན་ཨེ་དགའ་བསམ་སྒྲོ་སྒྲོད། བྱིང་རང་ཡིད་ལ་དེ་
 སྟར་ཞོག །ཨོ་མ་ཏེ་བརྟེ་རྩྭ་རྩྭ།

ཅེས་སྒྲུ་དེ་ལྟར་སྒྲུངས་ནས་དཔལ་གྱི་འཕྲིན་ལྗོངས་ལ་བཅས་སྒྲུ་གྱི་འོད་ནས་གྲི་མགོ་

སྒྲིལ་ཆོད། ཁོས་གི་བཏོན་ནས་གི་ཁ་འབྲེན་སྐབས། ཆོས་འབྲུབ་ཀྱི་ཁོ་ཡི་རྟེན་ལ་གི་སྒྲིལ་
བཏང་བར་ཁོས་རྟེན་འབྲེན་དོག་གིས་ལ་མོ་མ་ཐུར་དུ་བྲོས། ཤིང་རོང་འབྲུག་ལྷ་ཐོག་
རྒྱལ་དེས་འབྲིང་རྒྱུད་ལ་དམག་རེ་བྱུང་གི་ཆས་བཏང་སྐབས། དཔའ་ལ་དང་ཐུག་
པས་རལ་ཁ་འབྲེན་པས་ཁོས་དེ་མ་ལོན་ནས་ཕྱིར་བྲོས་ཤོར། སྐྱག་ཐུལ་དོམ་ནག་ལན་
མེད། གཡུ་ཅེ་གཡུང་བྱུང་གསུམ་ཤར་རྒྱག་ལ་བྱང་སྒྲོན་ནས་འཇང་དམག་གི་སྐར་ལ་
མཆོང་བས། གཤོང་བཅན་ཨ་དཔལ་དང་ཐུག་པས་ཨ་དཔལ་ནས་སྐྱེ་ལེན་སོགས་
བསམ་ཀྱང་ལེན་ཁོས་མ་བྱུང་བར། གཡུ་ཅེ་གཡུང་བྱུང་དེ་རལ་གྱིའི་རར་ལ་བྱངས་པ་
དང་། སྐྱག་གྲོང་དབང་བཅན་དེའི་རྒྱལ་གི་གི་ལན་གཅིག་གི་ཐོག་ནས་གཤོང་བཅན་
ཨ་དཔལ་ལུས་བྱེད་གཤམས་ནས་སྒྲོངས་སྒྲེ། ད་བྱུང་དམག་ཁོད་དུ་ཤོར་བྱུང་བས་
དམག་ལྔ་བཅུ་ཅམ་གི་སྒྲིལ་བྱས་བྱུང་སྐབས། འཇང་གཡུ་ལྷས་མདའ་གསུམ་སྒྲིང་
བས་སྒྲོན་མ་དེ་དོམ་ནག་ལ་མེད་ལ་ཐོག་ཉེ་དེ་ཉིད་དུ་བསད། རྒྱབ་མ་གཉིས་སྐྱག་གྲོང་
ཁོ་ལ་ཐེབ་ཀྱང་གོ་མ་ཐུག །དེར་གཡུ་ལྷ་འབྲུ་ལྷ་ལྷ་ཤར་པ་གསུམ་ནས་གི་བཏོན་ནས་
མཆོང་བས་གི་མང་ཅམ་བརྒྱབ་ཀྱང་གོ་མ་བཅད། ཚུར་ཡང་གི་མང་དུ་ཐོག་ཀྱང་མ་
བཅད། མཐར་ཁྲིའི་གི་ངོ་མ་ལོན་ནས་ཕྱིར་བྲོས་ཤོར་བས། དཔའ་ཐུལ་གསུམ་པོས་
ཀྱང་དམག་བརྒྱ་སྒྲོར་ཅམ་གི་ཐོག་རུ་བཏང་། དེ་ནས་བྱང་དམག་རྣམས་དཔའ་ཆོད་
བཟུང་ནས་ཕྱིར་འབྲེན་པས། བཀའ་སྒྲོན་ཆོས་འབྲུབ་དེས་རྗེས་བཞིན་དེད་ནས་
དམག་བཅུ་སྒྲོར་ཅམ་མདུང་བརྒྱབ་སྒྲེ་བསད། དེ་ཉིན་འཁྲུགས་པ་དེ་ཅམ་ལས་མ་
ཡོད་། དེར་བྱང་དམག་རྣམས་ནས་བཀའ་བྲོས་ལ། སང་རུབ་མཆོན་ཐུང་ཞིག་རྒྱབ་
ནས་དབང་ཡོད་དང་ཁོ་ཐུང་གཉིས་ལག་ཏུ་ཚུད་པ་ཞིག་མ་བྱུང་བར་མི་ལོག་ཐག་ཆོད་

ཡིན་ཟེར་ནས་གྲོས་འཆམས།

ཕྱིར་རྒྱབ་དགོང་མོ་སྐྱེན་ཚུ་བ་སྐབས་དེར། ལྷ་གྲུང་གི་སྟེང་ལ་འོད་ཟེར་དུ་
མ་བྱུང་ནས་འཇམ་ཟེར་སྟོང་ནས་མ་ནི་གནམ་སྐྱེན་དཀར་མོ་དེས་སེང་གོ་དཀར་མོ་
ཞབས་ལ་ཆེབས། གཡུ་འབྲུག་སྟོན་མོ་རོལ་དུ་ཁྱིད་ནས་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་གྱིས་སྐྱས་
ཏེ་ལུང་བསྟན་གྱིས་མགུལ་སྐྱེ་འདི་ལྷར་འབྱུལ་མེད་རྟོ་རྟེའི་རང་སྐྱེ་ལ་བྱངས་ནས་
གསུངས་སོ།

ཨོྭ་མ་ཉི་པ་རྩེ་རྩྱེ་རྩི། ལྷ་ཐ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... ང་འབྲང་ང་རོ་མ་ཤེས་ན། ཨ་ནེ་
གནམ་སྐྱེན་དཀར་མོ་ཡིན། མ་ཤེས་ལུང་བསྟན་བྱེད་མིན། གསོན་དང་འབྲེན་མེད་ལྷ་
ཡི་སྐས། རྩོད་ཆེན་བཙེ་བརྒྱད་བདག་པོ་དེ། ཁྱོད་རྒྱལ་པོ་མིན་པ་ཡོད་ལེ་མིན། ཉི་མ་
སང་གི་མཆན་མོ་རུ། བྱང་དམག་སྟོན་པོ་ཆེ་བཞི་དེ། སྟོན་པོ་སྟག་སྐུལ་དཔུང་དམག་
ཁྱིད། སང་དགོང་སྐར་ལ་རྒྱབ་རྒྱ་རེད། ཞང་སྟོན་ཐོག་བཙན་སྟོག་འོད་དེ། བདུད་ཨ་
ཚུང་ཀུ་རུའི་ཆ་པོ་རེད། མི་ཚུང་རུ་ཤའི་སྟེ་རྒྱད་རེད། ལུབ་པ་ལག་རིང་ནམས་འཕྲུལ་
རེད། མི་དེ་འབྲེ་ཡོང་བའི་གདོང་ལེན་དུ། དཔལ་ལ་འདན་མ་ཆོས་འབྲུབ་གསུམ། དེ་
མིན་གདོང་ལ་བྱུང་མི་ཉན། རུ་དང་སྐར་བཀོད་སྟོན་མེད་གྱིས། གནང་དགོང་ཆེས་པ་
བཙེ་བརྒྱད་ཉིན། ཞང་ཁྱུང་དམག་སྐར་གཏོར་རན་ཡིན། དེ་བར་པར་འགྲོ་མི་ལེགས་
འདུག །དེ་ནས་ལུང་བསྟན་རིམ་བཞིན་ཡོང་། མི་དང་ལྷ་གཉིས་འབྲུལ་མེད་ཡོད། ལྷ་
འཕྲུལ་པ་སོང་ན་བཟོད་པར་གསོལ། དག་འཆལ་བར་སོང་ན་མཐོལ་ལོ་བཞགས།
རྒྱལ་པོའི་སྐུགས་ལ་དེ་ལྷར་ཞོག །ཅེས་གསུངས་ནས་མི་སྣང་བར་སོང་ངོ་། ཕྱིར་ནང་
རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོའི་འདུ་ར་བསྐྱས་ཏེ་ལྷའི་ལུང་བསྟན་བྱུང་ལུགས་ཞིབ་རྒྱས་གསུངས་

པས་ཐམས་ཅད་ནས་ཡིད་ལ་བཞུགས་ཏེ་གྲོན་མཆོན་ཐོགས་ཀྱིས་སྐར་བཟུང་སྟེ་བསྐྱད་
སྐབས། ཉམ་ཕྱེད་ཀྱིས་དུས་དེར་དམག་དཔོན་ཆེ་བ་བཞིའི་མདུང་རེ་ཐོགས་ནས་
དབྱུང་གཡམས་ཤོག་གསེར་པའི་སྐར་དང་གཏུག་ཏེ་ཤར་རྒྱག་གི་མཆོང་ནས་མདུང་རེ་
རེ་བརྒྱབ་སྟེ་སྟོང་དམག་བཙུ་སྟོར་ཅམ་ཤི་སྐས་བྱས་སྐབས། ཐམས་ཅད་ཕྱོགས་ཀྱིས་
དཔའ་བདུད་ཐམས་ཅད་དེར་འཛོམས་ཏེ་གི་ཁ་འབྲེན་པས་དམག་དཔོན་ཐོག་བཅན་
སྟོག་འོད་དེད་རྒྱབ་ཕྱོགས་མོན་བདུད་ཀྱི་ཤོག་ལ་མཆོང་བྱུང་བས། མོན་སྐྱག་ཁྲ་བ་
རྒྱུང་ལྷ་ཐགས་པ་ལ་གི་རྒྱབ་ནས་དེ་ཉིད་དུ་བསྐྱོངས་ཤིང་མདུན་ཕྱོགས་སྟག་རོང་
ལས་གྲུང་ལ་གཏད་ནས་མཆོང་བྱུང་བར། སྐས་ལྷ་རྟོན་སྟོར་བྱུང་སྟེ་རལ་ཁ་འབྲེན་
ནས་ཁོའི་གི་དེས་དབྱུགས་ཐེང་གཉིས་པར་ལྷ་རྟོན་ཀྱི་སོག་ཐག་གོང་དུ་གི་སྐས་ཅུང་
ཐད་བྱས་བྱུང་བས་ཕྱིར་བྱུང་བྱེད་སྐབས་དཔའ་ལ། ཆོས་འབྲུག་འབྲུ་མི་དཀར། བྱ་
ཆེན་ཀམ་རྒྱལ་ནས་གི་རུབ་བྱས་ཀྱང་ཁོ་ལ་ཅི་ཡང་མ་སྐབ་ཅིང་ཡང་གཡམས་ཕྱོགས་
སུ་ག་ཤག་ཅིང་ཤོར་བས་ཞོར་ལ་དམག་ལྷ་བཙུ་ཅམ་མཆོན་འོག་རུ་བྱངས། དམག་
དཔོན་གསུམ་པོ་དེ་མདན་རུའི་སྐར་ལ་རྒྱག་ཅིང་མཆོང་སྐབས་སྐ་ཡི་དམག་ལྷ་ཅམ་
ཤི་མས་བྱས་སྐབས། དགའ་བདེ་ཆོས་སྐྱོང་ལེར་ནག་དེས་པ་མང་འབྲོང་གཡམས་ཆོད་
ཅམ་ཞིག་འཕངས་པས་ཤར་རོང་འབྲུག་ལྷ་བཅན་པོ་མི་རྟ་གཉིས་ཆགས་ཅིས་བཏང་།
འདན་མས་མདའ་གསུམ་སྤྱིང་ནས་དམག་སུམ་ཅུ་ཅམ་བསད་བྱུང་བས། ཁོང་རྒྱལ་ས་
ཀྱིས་བྱ་ཤོར་འདུག་སྟམ་ཏེ་ཕྱིར་བྱོས་བརྒྱབ་སྐབས། ཕྱིག་སྟོན་ཤན་པས་སྟ་གི་དེ་
གཡུག་པས་སྟག་སྐལ་ལྷ་རྒྱལ་མེ་འོད་ཟེར་བ་དེ་ལུས་ཕྱེ་མར་བཏང་ནས་བསད།

ནམ་ལང་པ་ན་གླིང་དམག་བརྒྱ་ལྷག་ཅམ་རྫོངས་སོང་འདུག །ཤར་བྱང་

དམག་སུམ་བརྒྱ་ཙམ་སོད་འདུག །དེར་ཞག་གསུམ་ནང་མོ་བྱང་སྟོན་ཐོག་བཙན་
སྟོག་འོད་དེས་དཔལ་ཆས་ལུས་ལ་རྫོགས་སྟེ་རྩ་པོ་ལྷགས་ལྟན་ཁམ་སྤྱིའི་གོང་ལ་བྱང་
སྟེ་སྟོན་འཁོར་རྣམས་ལ་ན་རེ། ང་འདྲ་དཔལ་པོའི་སྟངས་ལ། སྤྱིང་སྤྱར་ཁྲག་བཞིན་
དཀྲུག་ནས་ཡོང་། དགྲ་རྩོུའི་མགོ་ལག་ལེན་དེས་བྱེད། དམག་མང་བསད་ཀྱང་རོ་
མང་རྩས་རེད་ཟེར་སྟེ་བཙན་དར་མ་སོ་ལ་ཆས་འདྲ་བྱས་ནས་ཐེ་ཆོམ་མེད་པར་སེང་
ཁུ་བཙན་སྟེ་སྤྱིང་སྤྱར་ལ་ཆས་བས། ཤར་གྱི་མདའ་རྒྱང་གང་ཙམ་ཐོན་བ་ནས། བཀའ་
སྟོན་ཆོས་འགྲུབ་དཔལ་པོ་དེས་མགྲོགས་པ་མེ་རི་འཚུབ་ཤེ་གོང་དུ་བྱུང་ནས་མདུང་
སྟེང་ས་ལ་ལེན་གསུམ་བདེབ་སྟེ་སྤྱི་འདི་ལྟར་སྤངས་སོ།

ཨོ་མ་ཁི་བརྟེ་རྩྱི་རྩྱི་ཐ་ལ་..... ཨ་ལུ་ལ་..... སྤྱི་མ་སངས་རྒྱས་དགའ་འདུན་
ལ། འདུ་འབྲལ་མེད་པར་གསོལ་བ་འདེབས། དར་གྱི་མདུང་ལྷ་ཁྲོའོད་མཁྱེན། སྤང་
དགྲ་བོའི་སྟོ་སྟེང་ལོན་པར་ཤོག །ས་འདིའི་ས་རོ་མ་ཤེས་ན། བྱང་ཁྲབ་ཆེན་འབྲུམ་ཐང་
སྤྱི་མོ་རེད། ང་འདྲ་ང་རོ་མ་ཤེས་ན། བྱང་བྱེ་རིའི་རྒྱལ་ཁག་བཙན་བརྒྱད་གྱིས། མགོ་
འཛིན་བཀའ་སྟོན་ཆོས་འགྲུབ་ཡིན། དཔལ་རྟོག་ཁོ་རྩེའི་པ་ཕང་ལ། དགྲ་འཆི་བདག་
བྱུང་ཀྱང་ཉམ་ང་མེད། མདུང་མོ་སྟོག་གི་གཤེད་མ་འདི། སྟེང་ཆངས་པའི་ལྷ་དམག་
མན་ཆོད་དང་། འོག་སྤྱི་ཆེན་དགའ་བོ་ཡན་ཆད་དེ། བཏབ་ན་མི་ཆོད་གང་ཡང་མེད། ཏ་
མགྲོགས་པ་མེ་རི་འཚུབས་ཤེས་དེ། རྒྱང་སེར་བུ་ཡིན་ཀྱང་སྤྱར་གྱིས་འཛིན། ཡིན་ན་
དཔལ་པོ་དེ་འདྲ་ཡིན། ཁོ་རེ་ཉོན་དང་ཁམ་པ་སྤྱ། ཐོ་གསར་རྟོག་ཆོད་དེ་ཙམ་ཡིན།
ངར་ཆེན་རལ་གྱི་ཅེ་ནས་ཆད། སྤྱི་ཆེན་གཞུ་མོ་སྟེད་ནས་ཆགས། དཔལ་ཁེར་འགྲོས་
སེམས་ཤད་ཆེ་ལྷགས་འདི། ཐ་མ་མདུང་གི་སྤྱ་ལ་བྱངས། ཨ་ཅེས་ཉམ་པ་ཆེ་ལྷགས་

སྟ་བཅན་པོ་དེ། འར་སྟོང་སྟེ་བཞི་ཡི་དཔོན་པོ་ཡིན། ཁྱོད་ཁ་མོ་སྒྲིང་གི་དམར་བསད་
བཏང་། སྟག་ཐུལ་དར་ཁྱོད་དེ་ཅམ་བསད། འཁོར་འཁལ་ཆས་ལེ་ཡིན། སྒྲིང་དཀར་
སྒྲིང་ཉི་མ་སྒྲིང་ལྟེ། དེ་རིང་ཁྱག་བཞིན་དགྲུག་རྒྱ་ཡིན། འཁ་པོ་བྱ་ནག་རྫོང་དང་།
ཕུང་འདྲེ་ཁོ་ཕུང་དགའ་བདེ་གསུམ། མགོ་སྟེ་ཕུང་ས་དོག་བཞིན་དུ་བྲག་ །བྲིས་རྒྱང་
ཉོར་བས་ཁ་མཁྱོགས་དེ། ལྷགས་ཀྱི་བྱ་ཁྱོར་བ་བབས། དམར་པོ་རྒྱ་ཡི་སྟོག་ལེན་
དེ། མང་པོའི་ནང་ནས་ང་རང་བབ། མདའ་རྒྱང་ནས་འཕང་ན་སྤར་མ་ཟ། མདུང་དཔུང་
བས་འདྲེན་ན་དཔལ་པོ་ཡིན། དཔལ་པོའི་རལ་ཁ་འདྲེན་རྒྱ་ཡིན། ང་ཕྱིར་བྲོས་བརྒྱབ་
ན་མ་མོ་ཡིན། ཁྱོད་ཕྱིར་བྲོས་བྱེད་ན་བྲུ་མོ་ཡིན། སྒྲིང་བྲུ་མོའི་ནང་གི་ཀན་མོ་ཡིན།
ཁྱོད་རང་ཡིད་ལ་དེ་ལྟར་ཞོག །མི་མ་ཁི་བསྟེ་རྩྱ་རྩྱེ་

ཅེས་སྟེ་མཐུག་རྫོགས་པ་དང་མཉམ་དུ་འཆོང་བྱུང་བས། ཆོས་འབྲུབ་ཀྱིས་
ཁོ་ཡི་བྲང་ལ་མདུང་ལེན་གསུམ་བརྒྱབ་བས་ཁྱབ་ཀྱི་མ་བཞེན་རུང་། ཁོ་འདུལ་བའི་
དུས་ལ་མ་བབས་བས་ཅི་ཡང་མ་གཞོད་བས་ཁོ་ཡི་གི་གཅིག་གཡུགས་བས་མདུང་
སྟེ་བྲག་ནས་ཆོས་འབྲུབ་ཀྱིས་དབྱུག་དུམ་དེ་ཁོ་རང་གི་རྟ་ཡི་གཞོང་བ་ལ་བརྒྱབ་བས་
ཕྱིར་བྱུང་བས། ཕྱིར་བྲོས་མདོག་བྲས་ཏེ་སྤར་ནང་ལ་འོར་བས། ཆོས་འབྲུབ་ཀྱིས་དེ་
རིང་ཕུང་ཀན་དེ་ལག་རྩ་མ་རྫོང་རུང་། ཉིན་གཅིག་མིང་མེད་བཏང་ཆོག་བསམ་པར།
དེ་ནས་དམག་དཔོན་ཐོག་བཅན་སྟོག་འོད་དེ་སྒྲིང་སྤར་དུ་འཆོང་ནས་སྒྲིང་དར་མས་
ལྷག་ཁྱུ་དགྲུག་འདྲ་བྲས་ནས། སྒྲིང་དམག་སུམ་རྩ་ཅམ་གྱི་སྟེས་བཏང་སྐབས། རམ་
ཆེན་འབྲུག་སྟེ་ཉ་བའི་སྟེ་ཅན་དཔལ་པོ་བདུད་སྟོན་དཔལ་འབར་ནམས་ཀྱིས་གཞོང་
སྒྲིང་བས་ན། ཁོའི་རར་ཆེན་གྱི་གི་གཡུགས་ཐེང་གསུམ་བརྒྱབ་བྱུང་བར། རྒྱབ་མ་

དེས་བདུད་ཚྲོན་གྱི་སྒྲེལ་ཐེབ་པས་ཡུངས་རྟོག་ཐོག་པ་ལྟར་བསྐྱོངས་སྟེ་གདོང་མ་ལོན་
པར་སྟུང་ལ་གཏད་དེ་མཆོང་བྱུང་བས། ཁ་གདོང་། འདན་མ། དཔལ་ལ། འབྲུ་མི་
དཀར། མ་ཉིན་རྫོང་དཔོན་པོ། གཡུ་ལྷ་རྒྱལ་ལྟུང་གི་འཐབ་བྱས་པས་ཁོ་ལ་མཆོན་མ་
སོང་། ཚུར་ཁ་གདོང་ལ་གྱི་སྒྲུས་ཅུང་ཟད་དང་། མ་ཉིན་རྫོང་དཔོན་གྱི་རྟ་དེ་བསད་ནས་
ད་རུང་རྫོང་རུ་མ་སོད་བར་བྱི་མི་འགྲོ་བས་མ་སྐྱབས། ལྷ་སྟུང་གཉན་གསུམ་གྱི་དཔུང་
དམག་མི་བཟོད་པར་འཚུབས་བྱུང་བས། ཁོ་ཡི་དེ་རིང་པར་སོང་ན་མི་ལེགས་བསམ་
ཉེ་བྱིར་བོས་བརྒྱབ་ནས། ལྷ་སྟེལ་གཏད་དེ་བྱིར་རྒྱུག་ཞོར་ལ་འཇང་དམག་ལྷ་སྟོར་
ཅམ་བསད། ཐོག་ཐོད་བྱ་ཡི་ཐོག་ཚོད་དེས་གྱི་བྱར་ནས་ཁོ་ལ་གྱི་ལེན་གསུམ་བཏབ་
ཀྱང་མ་ཆོད། ཚུར་གྱི་ལེན་གཉིས་ཐོགས་དུ་བསྐྱོངས་ནས་ཁོ་ཤོར་སོང་། ཚྲོན་ཆོས་
འབྲུབ་གྱིས་ཞགས་པ་གཅིག་བསྐྱོང་བྱུང་བས་ཁོ་ཡི་སྒྲེལ་ཐེབ་སྟེ་འཐེན་པས་ལྷུང་ལ་
ཁད་དུ་ཞབས་པ་གྱི་ཡི་བཅད་དེ་ཤོར་སོང་ངོ་། དེར་སྐས་ལྷ་ཚོད་གྱི་མ་ལ་ཁོ་སྤྱང་གི་མ་
མེད་ཐེབ་ཆང་སྐགས་ཚོད་བསྐྱབ་པས་སྤར་ལྟར་སོས་པར་སྤྱར་ནས། གླིང་པ་རྒྱལ་ས་
དགའ་སྟོའི་ངར་དུ་སྤྱར་ནས་བཞུགས། །

ཉི་མ་དེའི་བྱིར་ནང་གཟུང་སྐར་འཕྲོད་སྟོར་འཛོམ་པའི་ཉིན་ལ་གླིང་སྐར་ནས་
འདན་མ། དཔལ་ལ། ཆོས་འབྲུབ། གཡུ་ལྷ། ལྷུང་ལྷ་པོ་དེ་ལ་ལན་དུ་རྟ་དམག་རྟག་
སྟུས་བརྒྱ་རེ་ཁྲིད། སང་ཚུའི་རབ་སྤྱང་ཐམས་ཅད་མིང་མེད་དུ་བསད་ནས་སང་ཚུ་
སྟོངས་པ་ལྟར་བཅད་སྟེ། ཤར་རྒྱག་གི་ཞང་ཞུང་སྐར་དུ་བྱོགས་བཞི་ནས་མཆོང་
བས། དང་པོ་ཤར་སྟོའི་ཐད་ནས་འདན་མ་དེ་ངར་ཆེ་གྱི་མཆོང་བས། ལྷག་སྟུལ་མི་ཚོད་
སྟག་རིང་དེས་གདོང་བཀག་བྱུང་བར་མདའ་ལོག་ཏུ་བཏང་། གྱི་འཇང་པ་ཡུ་དམར་

ཕྱབ་ནས་ཕྱང་སྟེ་ནང་དུ་མཆོང་བས་དམག་བརྒྱ་ཙམ་བསད། སྤམ་པ་ལྔ་བཅུ་ཙམ་
བྱས། རྩོ་སྒོ་ནས་དཔལ་ལས་མཆོན་ལེབ་ཆེན་དེ་ཕྱབ་ནས་ཕྱང་སྟེ་གི་ཤར་གནས་ས་
ཁེང་པ་ཙམ་གསུམ་བྱས་ཏེ་ངར་ཆེན་གྱིས་ངང་ནས་མཆོང་བས་དམག་བརྒྱ་ལྷག་
ཙམ་བསད། སྤམ་པ་གངས་མེད་ཀྱི་ངང་དེར་ཏ་ཅང་དགྲག་ཆེ་བའི། ཞང་སྟོན་ཐོག་
བཙན་སྟོག་འོད་དེ་ཞེ་ཚོད་གཏིང་ནས་འཇུག་སྟེ་དཔལ་ལའི་གདོང་དུ་བྱད་ནས།
གཡལ་ཁོ་རེ་ཁ་མོ་སྤིང་བྱས་དཔུང་། བྱ་ག་གྱ་བྱ་མོ་འབྲེལ་བྱེད། མོ་ཁྱོད་འབྲེལ་གདོང་
ལེན་མ་བྱས་ན། ང་ཞང་སྟོན་སྤྱེས་དང་མ་སྤྱེས་མེད་ཟེར་ཏེ་སྤྱེ་ལེན་སོགས་དལ་དལ་
ལེན་ཁོམ་མེད་པའི་གི་ཕུར་ཏེ་མཆོང་བྱང་བས། དཔལ་ལས་ལ་མོར་མདའ་ཞིག་སྤིང་
བས། ཁོ་ཡི་ཏ་ལ་ཐེབ་སྟེ་ཐལ་ཚུབ་ཕྱ་རེ་འབྲེལ་བྱང་བས། དེར་ཡོད་སྤིང་པ་ནམས་
ནས་གི་བསྟོ་ཞིག་བརྒྱབ་པས་ཁོ་རང་ཏ་ཤི་མ་གསོན་དེ་བསྐྱར་ནས་དཔལ་ངར་ཆེན་
གྱིས་ངང་ནས་རྩེ་རྒྱག་བྱས་བྱང་བས། གི་འཐབ་ཡུད་ཙམ་གྱིས་པན་ཚུན་ཐུག་མ་
ཆེད་ཏེ་པར་བྲེས་སྐབས། དཔལ་ལའི་དམག་ནང་ནས་ལྔ་ཙམ་ཁོ་ཡི་གི་འོག་དུ་བཏང་
སོང་ངོ་། ལུབ་སྟོ་ནས་གཡུ་ལྔ་དེའི་མདའ་སྟོང་སྤྱད་ཏེ་མཆོང་བྱང་བས། སྟག་ཕྱལ་
བཙན་དམར་ཁེར་སྤྱེས་དེའི་གདོང་བཀག་ཏེ་སྤྱེ་ལེན་སོགས་དལ་དལ་ཅི་ཡང་མེད་
པར་མདའ་གསུམ་འཕང་བྱང་བས། གཅིག་གཡུ་ལྔ་འི་སྤྱེ་ལ་སོག་བྱང་ཁྱང་བྱང་བྱ་ཁ་
ཤས་གཏོར་བ་ལས་གཞོད་མ་བྱས། དེ་མིན་གྱིས་གཡུ་ལྔ་འི་དམག་བདུན་སྟོར་ཙམ་
འབྲེལ་བྱང་བས། གཡུ་ལྔ་དཔལ་པོ་ཐུགས་ཤིན་ཏུ་འཇུགས་སྟེ་འཇང་མདའ་ཤ་ཟན་སྟོ་
དཀར་དེ་ཐོག་ལྟར་འཕངས་པས་གོ་ཁབ་སོགས་གང་གི་མ་བསྟེན་པར་རྒྱབ་གྱིས་
སོག་བར་ནས་མདེའུ་རྒྱང་སེང་རེ་ཐོན་ནས་ཁོ་རང་ཏ་ཤི་གོང་ནས་བྱང་སྟེ་བསད། ད་

ནས་བྱང་དམག་ཉི་ཤུ་ཙམ་བསད་སྐབས་དེར། ཁང་ཁྱེད་སྐལ་ལོ་ཁྱི་བསྟན་དེའི་གདོང་
 གླངས་ནས་གཏམ་དང་སྐད་ཆ་གཞན་མེད་པར་སྤྱེའི་ལྷན་གླངས་སོ།

[illegible]

ཅེས་སྤྱོད་ལྟར་བཏང་བ་ན། འཇང་གཡུ་ལྷས་མདའ་དེ་གཞུ་སྟེང་ལ་སྤྱད་དེ།
གཡལ་ཁོ་རེ་དོང་རིམ་དགུའི་འོག་ནས་འོང་བའི་མི་རན་ཁྱོད་འཆི་ཁ་ཁ་ཆེམ་ཆིག་
གསུམ་འདི་ལ་ང་ཡི་ལན་འདི་ཉོན་ཨི་ཟེར་ནས་འདི་ལྟར་སྤངས་བར་གདའ་ལོ།

ཨྱི་མ་ཁི་བརྟེ་རྩྱུ་རྩྱེ་ སྤྱི་ཨ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... གནམ་ཐེལ་དཀར་ནག་ཁ་
གསུམ་མཁུན། དགེར་ལྷ་གཡུ་རེ་སྟོན་མོ་མཁུན། དེང་རི་གན་མོ་བྱིས་ཁིད་མཁུན། ས་
འདིའི་ས་ངོ་མ་ཤེས་ན། ཉན་ཁྱུང་ཆང་བར་མ་ནས། ཁ་བོ་དམག་གི་སྤར་ནང་རེད།
ང་འབྲང་ངོ་མ་ཤེས་ན། འཇང་ཡུལ་ཞེ་ཐང་སྤྱོ་མོ་ནས། ཡ་ཐོག་གཟི་འབྲའི་ནང་བཅུད་
ནས། གཡུ་ལྷ་བྱ་ཡི་ཐོག་འབྱུང་རེད། མདའ་སྟོན་པའི་རང་དབང་ཐོབ་ལེ་རེད། དེ་རིང་
ཉག་ཐུན་འབྲེན་ལམ་ལ། ལྷག་ཐུལ་མི་དཔར་རྟ་དཔར་རྒྱ། ཉི་མ་གཟའ་ཡི་འགྲིབ་འབྲ་
བྱས། ཁ་ཚུང་མིག་གིས་མ་མཐོང་ངམ། མགོ་སྟོད་ན་བས་མ་ཐོས་ཨྱི། དེ་ལ་ཅི་མཐའ་
ཁྱེད་ལ་མཐའ། སྟོང་གཏམ་ཡིན་མིན་སེམས་ལ་སྟོར། དེ་རིང་མདའ་གཅིག་འཕེན་ལེ་
འདི། ལྷར་མགྲོགས་སྟོག་ལྟེ་ངར་མ་ལ། གནམ་ལྷགས་ཐོག་མདའ་ངར་མ་འཕེན།
དབྱལ་བའི་བཞི་དཀྱིལ་མ་གཏོར་ན། སྟེན་པོ་མིན་པའི་རྟགས་ལ་ཞོག །ཐེུ་རང་
དཀར་ནག་ཁ་གསུམ་པོ། དེ་རིང་མདའ་མའི་དབྱང་རོག་མཛོད། ཁྱེད་རང་ཡིད་ལ་དེ་
ལྟར་ཞོག །ཨྱི་མ་ཁི་བརྟེ་རྩྱུ་རྩྱེ་

ཅེས་སྤྱོད་མཇུག་རྫོགས་པ་དང་མཉམ་དུ་མདའ་སྤྱིང་བས། མོག་པོ་བྱང་
གཏོར་མོ་བྱང་གཏོར་ནས་མོག་གདན་དུ་ཕོན་གཤིན་གྱིས་སྟོད་འགག་གྱོན་ཡོད་པས་
བརྟེན་ནས་ཅི་མ་བྱུག། དེ་ནས་རལ་གྱི་ལེན་གསུམ་རེ་ཅེས་གཡུག་སྟོར་བྱས་མཐར།
ཁོ་རང་ཕྱིར་ཕྱོས་རྒྱབ་སོང་། བྱང་སྟོན་མོ་ཆོས་འབྲུག་གིས་མདུང་ཐོགས། ལྷུའི་གྱི་

བཏོན་ནས་མཆོང་དམག་སུམ་ཅུ་སྟོར་གཡས་འགྲིལ་གཡོན་འགྲིལ་བསད་བྱུང་བས།
སྟག་ཕུལ་འབྲུག་ལྷ་ཤོད་རྒྱལ་དེས་གི་བཏོན་ནས་ཁ་པོ་གནམ་སྟོ་སྟེབ་སྟེབ། སོ་སྟོ་གོ་
ཡོས་འཆང་འཆལ། ཡོབ་བརྟུང་ཁ་སྟུག་གིས་ངར་ནས་ངར་ཆེན་གྱིས་དེ་རིང་འཆི་
རོག་ཞིག་མ་རྟེན་ན་འཆི་མི་བྱས་བསམ་སྟེ་སྟུ་འདི་སྟར་ཆངས་སོ།

ཨོ་མ་ཤི་པ་རྩེ་རྩི་རྩི་སྟུ་ཨ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... གཡུང་བྱུང་བསྟན་པའི་སྟུང་མ་
ནམས། དེ་རིང་དཔའ་བོའི་མགོན་སྐྱབས་མཛོད། ས་འདིའི་ས་ངོ་མ་ཤེས་ན། བ་ཉིན་
ཁྱུང་ཆེན་བར་ཐང་རེད། ང་འབྲང་ང་ངོ་མ་ཤེས་ན། མིང་ཕྱང་གད་པ་གནམ་ལོང་ནས།
སྟོང་ཆོ་དམག་གི་རུ་འབྲེན་ལ། སྟག་ཕུལ་འབྲུག་རྒྱལ་ཐོག་ཤོད་ཡིན། ཨ་ཅིས་གླིང་
རུའི་བརྟེས་ཆོས་ལ། གཡུང་དཀར་སྟེས་ར་བཟུང་བ་ལ། སྟུང་རི་བྱིའི་དགྲ་གཤོར་ཅི་
ལ་རེད། དྲིས་ཚུང་ཆོར་ཕྱང་བཟུང་ལེ་ལ། རྒྱ་ཁྲིས་གཤོག་འགྱུར་ཅི་ལ་རེད། ཞང་
ཁུང་ཉེས་མེད་སྟོད་པ་ལ། གླིང་སྟུག་དཔུང་དམག་ཅི་ལ་འབབས། མཐོ་བྲག་དམར་
ཁྱུང་ཆེན་བཅན་རྩོང་བཟུང་། མདའ་ནག་ཐན་སྟོག་ལེན་བྱུང་བས་ན། འཕུར་གཤོག་
ཅལ་མ་ལྟན་ཁྱུང་ཆེན་མིན། སྟུང་ཐེར་ན་བྲ་ལམ་བྲ་བྲ་བསྐྱེལ། སྟུལ་དུག་ཆེན་རི་བའི་
པག་ལ་གཤ། དབྲ་མི་ཡི་རྟོག་སྟུ་བྱུང་བའི་དུས། ཁ་དུག་ཆང་མེད་ན་སྟུལ་ཆེན་མིན།
ཁོ་སྟེབ་ན་ཤ་རུས་སིལ་བྱར་འགྲོ། ཁྱོན་དཔའ་བོའི་འབྲུམ་སྟར་ཁ་པོ་བཟུང་། དབྲ་ངན་
པའི་ཐོག་རྩིས་བྱུང་བའི་དུས། སྟུང་སྟོག་ཁྲག་མ་པོས་དཔའ་བོ་མིན། འཕོ་ཐེར་ན་བྱུང་
ཁོག་སིལ་བྱར་གཏོར། ཁོ་རེ་མི་པོ་རྟ་དམར་ཅན། དེར་ཁྱོན་ཆོས་འགྲུབ་ཨེ་ཡིན་
ལགས། ཡིན་ན་བསམ་པ་འགྲུབ་ཕྱགས་ལ། ཆར་སྟོ་རྒྱུང་བྱིད་ཤེས་ཤིང་ཡོད། དབྲ་སྟོ་
ཐེན་བྱིད་བྱིད་རང་རེད། ངས་ལག་ན་བཟུང་བའི་རལ་གི་འདི། གཡུག་ན་སྟེག་པ་ཤ་

ཟན་ཟེད། བདུད་མགར་སོག་པོ་ཁ་མིག་གི། །འདྲ་བ་གསུམ་ལ་གྱི་གསུམ་བརྟུང་། དང་
པོའི་གྱི་དེ་དྲུག་རལ་འབར། ད་ལྟ་ཤུག་པའི་ལག་ན་ཡོད། དེ་ནས་གྱི་དེ་གཟི་ནག་འབར།
ཟེ་མ་རྟ་ཁྱི་རྒྱལ་ལ་ཡོད། དེ་ནས་གྱི་གཅིག་བརྟུང་ལེ་དེ། མར་རོ་ཉི་ཤུ་དགུ་ལ་བརྟུང་།
སོ་ཁ་ཐུན་བ་རུབ་འདྲ་ཡོད། ཡར་ལ་ཤུབ་ནས་ཐུང་བའི་དུས། ཉི་ཁྱེ་གཟུང་ཡི་སྒྲིབ་
འདྲ་ཡོད། ཐུང་བའི་དགའ་ལ་གཡུག་པའི་དུས། བྲག་ལ་ཐོག་དམར་བབས་འདྲ་ཡོད།
ཁྱེད་མགོ་སྒྲེ་ཡུངས་རྩོག་བྲག་འདྲ་ཞིག། ཁ་བྱས་དཔལ་པོ་མིན་རྟགས་གྱིས། ཁྱོད་རང་
ཡིད་ལ་ད་ལྟར་ཞོག། ཁྱི་མ་ཉི་པ་རྩེ་རྩྱུ་རྩེ་མེ་

ཅེས་ཟེར་ཞིང་མཆོང་བྱུང་བར། རྫོན་ཆོས་འབྲུག་ནས་མདུང་གཡུགས་པར་
ཁོ་ཡི་གྱི་ལན་གཅིག་ཐོག་མདུང་སྒྲེ་བཅད་ཤོར་བའི་ཅུང་ཟད་ཕྱིར་བོས་བརྒྱབ། ཁོ་ཡི་
རྩེས་བཞིན་དེད་པས་སྤྱིང་དམག་ལྷ་ཅེས་བསད་བྱུང་སྐབས། འབྲུ་མི་དཀར་ནས་གྱི་
ཁ་འདྲེན་པས་པམ་རྒྱལ་མེད་ཐོག་རྫོན་ཆོས་འབྲུག་རྒྱུད་ཐུད་པ་ལྟར་གྱིས་རྒྱབ་
ཕྱགས་ནས་རལ་གྱི་དེ་ཁོ་ཡི་ཁྲབ་གྱི་སྟོད་བར་ནས་འཇུག་པས་ཁ་ནས་ཁྲག་བབས་སྟེ་
རྟ་ལས་ཐུང་སྟེ་བསད། མགོ་འབྲུ་གྱི་དང་བཅས་པ་གོང་ལེན་བྱེད་པ་དང་མཉམ་དུ་སྤྱིང་
སྐར་གྱིས་ཀི་ཤར་དང་བསྟོ་སྒྲེ་བཏང་སྐབས། དེར་མགོ་འབྲུ་ཕྱི་ཤར་བྱས་སོ། དམག་
དཔོན་སྟག་ཤོད་དབང་བཅོན་གྱིས་འབྲུག་ལྷ་སྤྱིང་གིས་དཔལ་ཐུལ་གྱི་བསད་པ་མཐོང་
ནས། སྤྱིང་ལ་ཆེར་མ་ཐུག་པ་ལྟར་དཔལ་རར་ཆེན་གྱི་རང་དེར་མཆོང་བྱུང་བར། འབྲུ་
མི་དཀར་དེའི་དེ་རིང་མི་འདི་མདའ་གཅིག་གི་འོག་དུ་བཏང་མ་ཐུབ་ན་མི་ལེགས་པའི་
མི་ཞིག་རེད་བསམ་སྟེ། གཡལ་ཁོ་རེ་བསོད་ཟད་རྟ་དཀར་རྒྱ། ཆེ་ཡང་ཟད་དང་ཐུག་
ཕྱགས་ལ། ཁྱོད་ས་སྟེང་འདུག་རེས་ཆང་ལེ་ཡིན། ཟེར་ནས་གོ་སར་གྱི་གནང་བའི་

སྒོ་བ་ལས་ཀྱི་བསྐྱོས་པ་རེད། གནམ་ལྷགས་མདའ་མེའི་རར་པམ་ནས། བཅ་པོ་བྱ་ཁྱིའི་
གཟུང་ལ་འཁྱེད། མ་སྐབ་དཔའ་བོ་མེན་རྟགས་ཀྱིས། ཁྱོད་རང་ཡིད་ལ་དེ་ལྟར་
ཞོག །ཨོ་མ་ཁེ་པ་རྒྱེ་ལྷོ་ལྷོ་

ཅེས་དེ་སྒྲུང་སྒྲུངས་བར། ཁོ་ཡི་སྒྲུ་ལན་ཞིག་བསམ་ཡོད་ཀྱང་། འགྲུ་མི་
དཀར་གྱི་མདའ་བརྒྱུངས་བྱུང་བར་གོ་ཁབ་གང་གི་མ་བརྟེན་ཀྱང་། ཁོ་དེ་ཉིན་འདུལ་
བའི་དུས་ལ་མ་བབས་བས་ལུས་ལ་གཞོད་ཆེར་མ་སྟུབ་ཁོ་རང་རར་ཆེན་གྱི་སྒྲུ་ལེན་
ཡོང་ཁོམ་མེད་པར་གྱི་ལུབ་ནས་ཤལ་ཏེ། ཏ་ཏ་གཡའ་ཁོ་རེ་འཕྲིག་བྱས་མེད་པའི་
མདའ་མོ་དེ། སྒྲན་བྱ་མའི་འཕང་སྒྲུང་ཞེ་མ་མཆར། མདའ་རྒྱུང་ནས་འཕང་ན་དཔའ་པོ་
མིན། གྱི་བཅར་ནས་གཡུག་ན་དཔའ་པོའི་རྟགས་ཟེར་ཏེ་མཆོང་བྱུང་བས། ཁོང་གཉིས་
གྱི་ཁ་རྒྱུང་ཅ་མ་འདྲེན་སྐབས་དེར་། རྫོན་ཆོས་འགྲུབ་ཀྱིས་རྒྱུང་ནས་ཞགས་པ་
བསྐྱེདས་བས་ཁོ་ཡི་སྒླེ་ལ་ཐེབས་པར་འགྲེལ་ལ་ཁད་ཀྱིས་སྐབས་དེར་ཞགས་པ་གྱིས་
བཅད་དེ་དཔའ་ཆགས་ནས་ཕྱིར་ཐོས་མོང་བར་གཏད་པོ།

དེ་ཉིན་སྒྲིང་པ་རྣམས་ཀྱིས་དཔའ་ཚོད་བརྒྱར་ཉེ་དམག་སྒྲིང་འཐེན་པའི་
བདའ་དང་བཅས་སོ་སོར་གཤམ་པོ། སྒྲིང་དམག་རྣམས་སྒྲར་བྱ་སྟེ་བས་ཅིང་། འདན་
མ། གཡུ་ལྷ། ཆོས་འབྲུག། འབྲུ་མི་དཀར་སོགས་ཀྱིས་སྟག་རྩལ་བསད་པའི་མགོ་
ལག་གཟིགས་འབྲུལ་བྱས། སྒྲིང་དམག་ཐམས་ཅད་ལྟ་བུར་ལ་འདུས་ནས་ལྟ་མོ་
གཟིགས། དཔའ་ལ་ནས་དམག་མང་བཅོམ་ལུགས་དང་། དམག་དཔོན་སྟོག་བཅན་
སྟོག་འོད་གདོང་ལན་ལ་བྱད་ནས་རྟ་བསད་རྒྱར་ཐང་ལ་བཏར་བ་སོགས་ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་
པར་བྱས། རྒྱལ་མཆོག་ཅི་ཡི་ཉི་མ་དེའི་དཔའ་ལ་ལ་སྟོག་བཅན་སྟོག་འོད་བདུད་ཀྱི་བྱ་

དངོས་ཡིན་པར་གདོང་ལེན་གྱིན་ཏུ་དཀའ་བས་པར་ལ་སྦྱ་འབེབས་ཅིང་ཚུར་ལ་གནོད་
མ་འབྱུགས་པ་བཟང་གསུངས་ནས། ཐུགས་དགེས་པའི་ཚུལ་གྱིས་མཛོད་དར་ལུག་
གཅིག་དང་གསེར་གྱི་རྩྭ་ཀ་བཅུ་གནང་། ད་འཕྲོད་ལྷོན་པོ་བཞི་པོ་ལ་དག་པོ་བསད་
པའི་རྟ་ཁབ་འཁོར་གསུམ་དང་གསེར་གྱིས་རྩྭ་ཀ་བཅུ་དང་དར་བཅས་གནང་སྟེ་
གཟེང་བསྟོད་མཛད་དོ།

ཞར་ཁུང་ལྷོན་ཆོགས་རྣམས་ནས་དེ་རིང་སྙང་མ་དེ་སྤར་མ་རྒྱང་ཁྲེང་དང་
འབྲ་བའི་ད་འདི་སྤུས་སྟོད་ཐབས་ག་ལ་ཡོད། སྟོད་པས་ཀྱང་དབྱང་གི་མི་བརྟེན་པར་
འདུག་པས་རྒྱལ་པོའི་མདུན་བཀའ་འདི་ཁྱེད་གོས་འདུག་ཟེར་སྟེ། དཔོན་པོ་གསུམ་
རང་རང་གི་རྟ་ཞོན་ནས་ལྷོན་པོ་བཅུའི་བསྐྱོར་ཏེ་རྒྱལ་པོའི་བྱང་དུ་སོང་ནས་ཐོག་
བཅན་ལྷོག་འོད་གྱིས་དམག་འབྱུགས་ལུགས་གི་ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་རྒྱས་ཆད་ལུས་མེད་
པར་ཁུས་པས། རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་དེ་ཐུགས་ཤིན་ཏུ་འབྱུགས་སྟེ་དམག་དཔོན་འབྲུག་
ལྷའི་གཙོས་སྟག་ཐུལ་དེ་ཙམ་བསད་ཤོར་བ་ཨ་ཁ་ཁ་དེ་སྟེང་འགྲོད་པ་བྱེད་པས་ཅི་
པན། གཡུལ་ཆེན་འཐབ་ན་གང་བཟང་གི། ཐུ་གོ་འོང་ན་གང་སྤུག་གི་ཟེར་བའི་དཔེ་
ལྟར་ཡིན། ད་འགྲོ་སྟོད་གནས་མལ་འདི་ནས་གོས་ཀ་བྱེད་དགོས་ཟེར་སྟེ་སྤུ་འདི་ལྟར་
ལྷངས་སོ།

ཨོ་མ་ཁི་བརྟེན་རྩྭ་རྩི་ལྷ་ཨ་ལ་..... ཐ་ལ་ལ་..... རྣམ་མཁའ་སྤྲིན་གྱིས་གཞལ་
ཡས་ནས། སྟག་ལྷ་མེ་འབར་མཐུ་པོ་ཆེ། དེ་རིང་རྒྱལ་པོའི་བྱས་ལ་གཟིགས། ཟེར་མ་
མི་ཐང་གྲ་པ་མཁྱེན། དེ་རིང་དབྱང་པའི་དབྱང་རོག་མཛོད། ས་འདིས་ས་རོ་མ་ཤེས་ན།
སྤྱི་རི་སྤུག་པོ་སྟོང་ཤོང་རེད། ང་འབྲ་ང་རོ་མ་ཤེས་ན། ཞང་རྒྱལ་ལྷན་གྲུབ་གྲགས་པ་

རེད། གཡུང་བྱང་པོན་གྱི་བསྟན་པ་བསྐྱུང་། སྤེའི་སྒྲོར་བཅུ་ཡི་དཔོན་པོ་ཡིན། ད་ལོ་
དགའ་པོའི་ཐོག་བརྗེས་འདི། དེ་སྔ་རྒྱལ་རབས་གོ་དགུ་ལ། པ་རྒྱུས་གནམ་ལྷགས་རལ་
གི་དེ། དེ་སྟོན་དགའ་ལ་ཤོར་མ་སྟོང་། ལྷན་བྱུང་གཤགས་པའི་སྐྱུ་རིང་ལ། པ་རྒྱུས་མི་ལ་
ཤོར་བསམ་མེད། མ་རན་བྱ་སྟུག་རྩོུ་ཁོ། རྒྱལ་ཁག་གཞན་ལ་ཆོལ་ཞན་འདྲ། ང་
འདྲའི་གདོང་ལེན་བྱུང་བ་མེད། མདོ་དོན་རྩ་བ་བཤད་པས་ན། པོན་གཤེན་སྒྲ་མ་མ་སྟུ་
རྩལ་ཆེ། སྟོན་ཆེན་མི་གསུམ་ཤེས་རྒྱ་ཆེ། དམག་དཔོན་ཆེ་བཞི་དཔལ་རྩལ་ལྷན། ལྷག་
བྱུལ་བཞི་བཅུ་ཐོག་ལས་ཆོ། ད་སྐྱུག་སྐྱུག་མི་དགོས་བྱེད་རྒྱ་ཡོད། ཤར་རོང་འབྲུག་
ལྷའི་ཁྱི་ཆབ་དུ། བར་སྟོན་གཡུང་བྱང་ལྷ་གོད་སྟོད། རུ་ཤོག་དམག་དཔོན་ཆེ་བཞི་ཡི།
སྐར་དང་མ་སྟུང་ལྷགས་སྔར་ལྷར་བྱུང་། སྟོན་ཆེན་ཉི་མ་འོད་ལྷན་གཅིག །རྩལ་ཆེན་
ནམ་མཁའི་ཐོག་གོད་གཉིས། སྟེན་པའི་བྲག་ར་གོད་འབྲུ་གསུམ། རང་ཤོག་རྟ་དམག་
དགུ་སྟོང་ཁྱིད། བ་ཉིན་སྟུ་ཐང་གོང་མ་རུ། རུ་དང་སྐར་བྲ་ཁྱིག་གེར་བྱུང་། ཞང་ཕྱི་སྒྲིང་
དཔལ་པོ་གཡུ་འོད་འབྲུམ། ཁྱི་སྟུང་དར་མ་མི་རིང་གཉིས། བཅོན་བདུད་སྟོག་དམར་
འབྲུགས་ཤེས་གསུམ། ལེན་མེད་སྟུག་ར་གོ་གདུང་བཞི། དམག་རྟ་འབྲུ་ཅན་ལ་དགུ་
སྟོང་ཡོད། མ་སྟོད་ད་ལྷ་ཆས་ཤོག་བརྗོད། དགའ་རྩོུའི་མཐའ་དམག་བབས་གདའ་
བརྗོད། རྒྱ་ལམ་ཞག་ལམ་གྱིས་ཤོག་བརྗོད། ཞག་ལམ་རྒྱ་ཆོད་འོང་དགོས་སྟོས། པོན་
ལྷ་གཤེན་ལྷ་འོད་དཀར་ལ། ལྷ་དབལ་སྤས་ཟེར་ཆེན་བསྐྱུང་ནས་སྟུ། དགའ་རྩོུ་ཁོ་
སྟུང་གཙོར་བྱས་ཀྱུན། གཅིག་མེད་ཐལ་བ་རྒྱུང་བསྐྱུར་ཞིག །མ་ཐོན་ཐབས་མེད་སྟུར་
ཐབས་ཁྱེས། དམག་དཔོན་སྟུག་བྱུལ་རུ་འཛིན་ནམས། བས་དགོས་བྱུར་ལ་བྱུང་ཆས་
གྱིས། དམག་སྟོང་བྱ་གུ་བསྐྱེལ་བསྐྱེལ་གྱིས། ཁས་ལེན་རབ་གོད་འབྲེལ་འབྲེལ་གྱིས།

གདོང་ལེན་གང་ལྷུང་ལུབ་ངེས་དགོས། སྤྱིར་ལ་གོམ་གང་ཐོས་སྤིང་ན། སྤྱི་དགྲ་ནང་
དགྲ་ཁྱད་པར་མེད། མ་ཞིག་གསོན་ལྷགས་བཤུ་ངེས་ཡིན། འུ་དཔལ་པོའི་དཔལ་ཁ་
གསེར་གྱིས་བསྟོད། གསེར་སེར་པོའི་ཡང་ལྷུང་དར་གྱིས་བརྒྱན། དགྲ་པ་རོལ་འདུལ་
བའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡོད། ཁྱོད་ལྟོན་ཆོགས་ཡིད་ལ་དེ་ལྟར་ཞོག །ཨྱོ་མ་ཉི་པ་རྩེ་རྩྱུ་རྩེ་

ཅེས་བཀའ་དེ་ལྟར་ལེབ་པར་གཞན་རྣམས་ནི་ཐང་ཆད་ནས་ཅི་ཡང་ཁྱུ་མ་
རུས་པའི་སྐྱབས་དེར། གཡས་གཡས་གྱིས་མགོ་ནས་ལྟོན་ཤེས་ཆེན་ཉི་མ་འོད་ལྡན་དེ་
ཡར་ལངས་སྟེ་གཏུ་ནང་ནས་དར་གཅིག་ལྷངས་ནས། ཕྱག་གསུམ་ཕུལ་ཏེ་སྤྲུ་ཁྱིམ་
འདི་ལྟར་ཕུལ་ལོ།

ཨྱོ་མ་ཉི་པ་རྩེ་རྩྱུ་རྩེ་ ལྷུ་ཐ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... གནམ་གྱི་འབྲུག་ལྷ་ཐོག་ཆེན་
མཁེན། དབལ་སྐས་སྟག་ལྷ་མེ་འབར་མཁེན། རྒྱལ་པོའི་སྐུ་རུས་ཚུགས་པར་
ཤོག །ས་འདིས་ས་ངོ་མ་ཤེས་ན། སྤྱི་རི་སྟག་པོ་སྟོང་ཤོང་རེད། ང་འདྲ་ང་ངོ་མ་ཤེས་ན།
རྒྱལ་རབ་གསུམ་གྱིས་ལྟོན་ཆེན་ལ། ལྟོན་ཤེས་ཆེན་ཉི་མ་འོད་ལྡན་ཡིན། ཡ་ཐོག་
གསེར་ཁྲིའི་ཡང་སྟེང་ན། འབྲེན་མེད་རྒྱལ་པོ་རིན་པོ་ཆེ། ལྷགས་མ་འཁྲུལ་ང་ལ་གསན་
རྒྱུ་ལ། ལྷིང་རྩེ་གོ་སར་དཔོན་པོ་དེ། ལྷོ་བས་རྒྱ་འཕྲུལ་གཉིས་ལ་རང་དབང་ཐོབ། དཔལ་
བདུད་ངར་ཁྱོད་ཐོག་ལས་བཅན། ས་མདོའི་རྫོང་ཆེན་བཅོ་བརྒྱད་དེ། བདག་པོ་རྩོ་རུ་
ལྷ་ནས་བསྐྱོས། ངར་ཁྱོད་ས་ཐམ་འཇང་ཡུལ་ནས། དཔལ་བཅན་ཆེ་ཡང་མ་བརྟེན་
གདལ། ཁ་ཞིང་ཆེ་བ་སེར་པོ་ཉྱེད། དབང་ཐང་ཆེ་བ་གྲུ་དཀར་དཔོན། ལས་དབང་
བཅན་ཡང་མ་པན་འདུག །དེ་བཞིན་སྐྱུ་བཅན་ཤིང་གི་རྒྱལ། ལྷག་གཟིག་སོགས་པོ་བྱེ་
རུ་རྒྱལ། ལན་ཁེལ་བ་ཨེ་གདའ་དེ་ལ་གཟིགས། ད་ལོ་བྱང་ལ་ཚུར་འགོལ་འདི། དཔལ་

ལུང་པ་གང་གི་བརྟེན་ས་མེད། ང་རང་སློབ་པའི་བསམ་ཚུལ་ལ། སྤྱིད་ན་རྒྱ་དར་ལུག་
གཅིག་ཡིན། དར་ནང་རི་མོ་བྱུང་མེད་ཡིན། རང་རྩམ་མི་ལ་ཤོར་མ་སྤྱོད། རྒྱལ་པོའི་
རྩམ་དོན་མ་འབྲུག་མེད། ཁ་བྲིན་མིན་སྟེ་འདྲ་མ་ཡིན། ང་རང་སློབ་པའི་བསམ་ཚོད་ལ།
ཁ་སྤྱག་ག་ཤོག་སྤྱ་ཆེ་ལུགས་ལ། བྱིས་རྒྱུང་འཕྱར་ཆོད་བཟུང་ན་བསམ། བྱིས་རྒྱུང་
ག་ཤོག་སྤྱོ་མ་འཛོར་ན། བྱ་ལམ་གནམ་འཕང་གར་གཅོད་རེད། སྤྱང་ཐང་རྒྱག་རྩལ་ཆེ་
ལུགས་ལ། གཡང་དགར་སྤམ་ར་བཟུང་ན་བསམ། སོག་བལ་ཁག་ལ་མ་འགྲིལ་ན།
སློ་དང་རིག་པས་གར་འཕྲུལ་རེད། སྤྱིང་དམག་དག་ལུགས་ཆེ་ལུགས་ལ། རྒྱལ་སློབ་
དབྱ་ཉེས་མ་བྱུང་གོང་། རྒྱལ་སློབ་མགོ་འབྲུལ་བྱས་ན་བསམ། ཁར་ཉིན་སྟོན་ནས་
ཁྱུས་ལེ་ཡིན། སྤྱིང་རྩོ་རྩའི་འདྲས་ཡ་མི་བཟང་བཟོད། དཔལ་བདུད་འཁྲུགས་ཡ་མི་
བཟང་ཁྱུས། འདུག་རྒྱ་ཡོད་ཆེ་བསྟན་པས་ན། མཐའ་ཨེ་འདྲ་འོང་བསམ་ཡིད་ལ་མེད།
ད་རྒྱུང་རང་ཆོད་བཟུང་བས་ན། ཉག་པོའི་ཆོད་ལ་ཁ་བོ་རེད། ལུལ་ལུ་མེད་ཆོད་ལ་
མཛེས་པོ་རེད། པོ་རང་རྩམ་མ་ཤོར་ཆོད་པོ་རེད། ཨེ་རེད་རྒྱལ་སློབ་ལུགས་ལ་
ཞོག །སྤྱ་འཁྲུལ་པ་སོང་ན་བཟོད་བར་གསོལ། ཨོྱ་མ་ཉི་བརྟེན་རྩྱེ་རྩྱེ་

ཅེས་སྤྱ་དེ་ལྟར་ལུལ་བས་ན། རྒྱལ་པོའི་ལུགས་ལ་གཏན་ནས་མ་བབས་
པའི་སྤྱ་འདི་འདྲ་གཅིག་བླངས་སོ།

ཨོྱ་མ་ཉི་བརྟེན་རྩྱེ་རྩྱེ་ སྤྱ་ཐ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... གནམ་གྱི་འབྲུག་ལྟ་ཐོག་ཆེན་
མཁུན། དབལ་སྤམ་སྟག་ལྟ་མེ་འབར་མཁུན། ས་འདིས་ས་ངོ་མ་ཤེས་ན། སྤྱ་རི་སྤྱག་
པོ་སྤྱོད་ཤོར་རེད། ང་འདྲ་སྤྱ་ཡིན་མ་ཤེས་ན། ཞང་ཁུང་སྤྱན་གྲུབ་གྲགས་པ་ཟེར། དག་
འདུལ་དམག་གི་རྒྱལ་པོ་ཡིན། འདི་འདྲ་འོང་བསམ་ཡིད་ལ་མེད། འཕོག་མའི་ཐན་

ལྷག་རྡོ་རུ་ཁོ། འཇམ་བུ་མིང་གི་སྤྱི་དག་རེད། ཞང་ཁུང་རྒྱལ་གྱི་སྒོ་ས་དག་རེད། ཉེས་
མེད་མདོ་མགོན་བཙན་འཕྲོག་ཐོག། དབྱུང་དམག་འདི་ཙམ་བྱང་ལ་བསམ། སྤོན་གྱི་
ལས་ལ་བཟུང་རྒྱ་མེད། བག་ཤན་མདའ་ལ་བཟུང་ཡོད་རེད། དམག་དབྱུང་སྟག་ལྷལ་
དེ་ཙམ་བསད། མ་ཐུབ་སོ་འཇུ་མ་སྤང་ལེ་བས། སྤེན་ས་དྲུང་སྒོ་འགྲིམ་ལེ་དགལ། དེ་
མེད་རེ་བཙའ་བྱེད་ལེ་བས། རང་གི་ལས་སྒོ་བཙང་བ་དགལ། དག་ཤ་ཁམས་གསུམ་
མ་རག་ན། གོ་མ་གསུམ་མ་སྒོ་ས་སྤེན་དགལ། མ་ཐུབ་དག་པོ་གཙུག་ཏུ་བཞག། ཨེབ་
ཤ་མནའ་ཟན་རྡོ་རུ་ལ། མགོ་འབྲལ་བྱེད་ན་བྱེད་རང་གིས། དེ་མིན་ར་རང་རྒྱལ་སྒོན་
རྣམས། གསོན་ན་རང་མཁར་མཉམ་དུ་འཛིན། སྤེན་དྲུང་ས་མཉམ་འདེབས་བྱེད། ན་
ས་སྤེན་ས་དྲུང་ས་གསུམ། གསོན་རྗེའི་ཁྲམ་ལ་གར་བཏབ་ཡིན། དེ་མིན་མགོ་འབྲལ་ཅི་
ལ་བྱེད། འཇར་རྗེས་ལོ་དགུ་སྟན་འཆོམས་བཟུང་། དག་ལ་ཞེ་བསྟེས་བྱེད་བས་སྤང་།
གྲུང་དཀར་བྱ་བྱེད་མང་བ་དང་། བྱི་དག་ནང་བཙུང་སྟེལ་འགྲོགས་སོགས། མ་དར་
དར་དར་བྱས་བས་སྤང་། དག་ཞེ་བརྟམ་ནང་བཙུང་མི་དགོས་དང་། དམག་སེང་ཚུ་
ཚུན་ལ་བཏང་རྒྱ་མིན། དག་དང་མེ་སྟག་ཚུང་ཆེ་བརྟལ། ཞག་བདུན་ཚུན་ལ་འཁྲགས་
ཐག་ཆོད། དེ་ཨེ་བདེན་ལྟོས་ལ་གསལ་ནས་འོང་། སྤྱུ་ལོན་ན་བའི་བྲ་རམ་གྱིས། མ་གོ་
ཆོག་ལ་ཡང་བསྐྱར་མེད། བྱེད་རྣམས་ཡིད་ལ་དེ་ལྟར་ཞོག། །ཨོྫ་མ་ཁི་བརྟེ་རྩྱུ་རྩེ་མེ་

ཅེས་གསུང་ཞིང་ཞལ་ངོ་རྩ་རི་ལ་སྟུག་རྒྱུང་འཁྲིག་འདྲ་བྱུང་བས་དེ་ནས་ཅི་
ཡང་ཁུ་མ་བྱས། ལྷ་མའི་མདུན་དུ་གསེར་དུལ་དར་གོས་གྲའོ་མ་བ་དང་རྒྱལ་པོའི་
བཀའ་བྲུབ་དང་སྒོན་སྟག་ལྷལ་རྣམས་གྱིས་ཀྱང་རང་རང་སྐྱབས་མཐུག་འབྲལ་བ་
རྣམས་སྤལ་བར་ནང་སྒོན་ཨ་ནག་དོམ་བུ་དབྱུང་རིང་བཏང་བས་ལོ་རྒྱུས་རྣམས་ཞིབ་

དུ་རྒྱས་པར་ཁྱས་པས་རྒྱལ་པོའི་བཀའ་བྲུབ་དང་འབྲུལ་བ་རྣམས་སུལ། རྫོན་སྟག་
སུལ་རྣམས་ཀྱིས་ཁྱེད་འཕྲིན་འབྲུལ་བ་རྣམས་སུལ། སྒྲ་མས་རྒྱལ་པོའི་བཀའ་བྲུབ་ལ་
གཞིགས་ནས་ཏྲ་ཏྲ་ང་རང་ལྟ་སྟགས་ཉིང་འཛིན་ལ་མངའ་བརྟེན་མ་སྤྱ་ཆེན་མེར་མའི་
ཆོགས་རྣམས་འབྲུལ་མེད་ཡོད་པའི་སྟོང་གསུམ་རྩལ་ལྟར་བཅོམ་ཀྱང་རང་ལག་ཡིན།
ཁྱོད་རྒྱལ་རྫོན་ཞག་བདུན་གསུམ་འཆམས་ནས་གཞིགས་མོ་མཛོད་དང་། སྒྲིང་སྟག་
སྒྲིང་དམག་བརྒྱག་བ་ལ་ལས་སྒྲ་ཟེར་བའི་ཁ་པོ་མཛོད། དེ་ནས་སྟ་གོན་གྱི་རྩས་ཤ་
ཁྲག་ལ་སོགས་པ་བསགས་ནས་བསྐྱབ་པའི་སྟོང་ཁྱགས་སོ། རྫོན་པོ་ཡང་སྤྱར་བར་
རྒྱལ་པོའི་མདུན་དུ་སྟེབས་ནས་རྒྱལ་རྫོན་རྣམས་ལ་སྒྲ་མས་གསུང་ཚུལ་དང་བཀའ་
འཕྲིན་རྣམས་ལྟག་ལུས་མེད་པར་ཁྱས་སོ། དེར་རྒྱལ་རྫོན་ཐམས་ཅད་སྟོ་བདེ་དཔལ་
ཚུད་ནས་ཞང་རྒྱལ་གྱིས་ཞང་ཕྱི་ནང་གི་དབྱུང་དམག་རྣམས་བསྐྱ་བར་རྟ་མི་གསུམ་
ཉིན་མཆོན་མེད་པར་ཤ་རྒྱག་གི་མངག་ཉེ་སོང་ངོ། །

སྒྲིང་སྤར་ནས་རྒྱལ་མཆོག་མི་ཡི་ཉི་མ་རིན་པོ་ཆེ་དེའི་གོང་མ་ལྟའི་ལུང་དང་
འོད་གསལ་ལ་བརྟེན་ནས་ཐམས་ཅད་ཐུགས་སུ་ཚུད་པ་བཞིན་དབྱ་པར་འབྲུལ་
གཡུལ་ཆས་རྣམས་རྩ་ཁྲབ་ཆེན་འབྲུམ་ཐང་དུ་བཞག་ཡོད་པར་དགོངས་ནས་སྐྱ་རྩེ་
ཉིད་ཞང་དམག་ཡོད་པའི་སྒྲིང་གྱི་རྩེ་འཁྲབ་ཆོང་སྟག་མོ་ལ་ཐེབས་དགོས་པའི་ཞབས་
གས་སུ་ཁོ་སྤང་དང་དགའ་བདེ་གཉིས་ཁྲིད་དེ། སྤྱིབ་ཤིང་རྒྱང་གི་འཁོར་ལོ་རེ་ན་སྟག་
ལ་བརྩྭགས་པས་ཞང་ཁུང་དམག་གི་མ་མཐོང་བར་གཤེན་ལྟ་འོང་དཀར་གྱིས་དབལ་
སྤས་བརྫོག་སྐྱབ་དེ་རང་མ་སྤྱ་རང་ལ་རྒྱག་པའི་བདུད་འབྲུལ་དྲག་མོའི་ཆོས་སྟོར་
མཛོད་དང་། རལ་གྱི་སྟོང་གསུམ་གཡུག་ཆོད། ཞགས་པ་ཁམས་གསུམ་རང་

འགྲུག །མདུང་མོ་སྤྱལ་ནག་དྲག་ལྷེ་རྣམས་པ་མང་སྟག་འབྲ་བ་ཞིག་གི་ནང་ནས་
གཏེར་དུ་ཡོད་པ་གི་སར་ཉིད་ཀྱི་གཏེར་ནས་བཞེས་ནས་སྦྲར་སྦྲར་དུ་བྱག་ལེབས་སོ།
དེ་ནས་དཔོན་བརྒྱད་དཔའ་ལྷལ་རྣམས་ལས་གྱུར་དུ་བསྐྱས་ནས་ང་ཆང་ལ་སོགས་
ཡོངས་སྤྱོད་གྲ་ཞོམ་པས་དཔག་སྟོན་ཆེན་པོ་མཛད་ནས་མཐར། གཏེར་སྦྱོམ་མཛོད་
དང་། གོ་མཆོན་གཏེར་ནས་བཞེས་པ་རྣམས་དར་གྱི་བྲིལ་ནས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མགོ་
ཐོག་དུ་བཞག །གཏེར་ཇས་བྱིན་རྒྱབས་ཅན་རྣམས་གནང་ནས་སྐལ་བ་བཟང་པོར་
ཐོབ་ནས། ལས་མཁའ་ན་འཇའ་སྤྱོན་གྱིས་ཁེང་ཞིང་རོལ་མོའི་སྤྱ་བཅས་སྦྱོས་བྲི་ཞིས་
པོས་བར་སྦྲང་ཁེང་པར་བྱུང་བས་ཐམས་ཅད་ཡིད་ཆེས་ཞིང་གསོལ་བ་ཡང་ཡང་
བཏབ་པོ། །

དེ་ནས་རྒྱལ་མཆོག་འོར་བུ་དག་འདུལ་ཁོང་ལ་ལྷ་སྤྱི་ལུང་བསྟན་གནང་
ཚུལ་དང་བརྒྱུག་སྤྱབ་བྱེད་ལུགས་དང་གཏེར་ཐོག་དག་ལྷའི་གོ་ཆ་རྣམས་དཔའ་ལྷལ་
ལུང་ཟེན་རྣམས་ལ་སྤྱོད་པའི་སྤྱ་འདི་དག་པོ་པར་འདུལ་གྱིས་ངག་ལྟ་དཔའ་སྤྱ་ངར་
ཆེན་ལ་བྲངས་ཏེ་སྤྱ་འདི་ལྟར་གསུངས་སོ།

ཨོ་མ་ཁི་བརྟེ་རྩྱུ་རྩྱེ་ལྷ་ཐ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... རེ་དུས་གསུམ་བརྒྱ་ཐོད་ཐེང་
ཅལ། ལས་ཉོན་ཡོངས་དྲག་ལྷ་ཞི་བར་མཛོད། ས་འདིས་ས་ངོ་མ་ཤེས་ན། ཁང་ཁྱང་
ཁབ་ཆེན་འབྱམ་ཐང་རེད། ང་འདྲ་ང་ངོ་མ་ཤེས་ན། ང་ཆངས་པ་ལྷ་ཡི་རྣམ་འབྱུལ་རེད།
འཛམ་གླིང་གི་སར་རྒྱལ་པོ་ཡིན། རྩོད་ཆེན་བཙོ་བརྒྱད་བདག་པོ་རེད། མདངས་
གསུམ་གཟིམ་པའི་ཐོ་རང་ལ། ཨོ་རྒྱན་བརྒྱ་འབྱུང་གནས་གྱིས། མི་ལམ་ལུང་བསྟན་
གསལ་ཆོག་ནི། དངོས་སུ་གསུང་པ་འདི་འདྲ་ཐོས། ཐོན་ནག་ལོག་སྤྱོད་བྱུབ་མཐའ་

ཅན། གཤེན་ལྷ་འོད་དཀར་སྒྲ་མའི་ཚུལ། སྤྱིང་ཕྱོགས་ལྷན་གྲུབ་དཔོན་གྱི་ཚུལ། སྟོན་ལམ་ལོགས་པའི་རྒྱལ་སྟོན་གཉིས། གནམ་ལོ་འདི་ལ་མ་བསྐྱལ་ན། བོན་ཆོས་ནང་ནས་བྱི་བ་རེད། བྱི་བ་ནང་བ་དབྱ་གཤེད་རེད། སངས་རྒྱས་བསྟན་ལ་གཞོད་པ་བྱེད། སེམས་ཅན་ལོངས་སྤྱོད་དབང་ཐང་ཉམས། མཐོ་རིས་སྐྱལ་བ་ཆད་དོག་ཡོད། དེ་བསམ་ནས་སྟོང་རྗེས་མ་བཟོད་པར། ལུ་སྟེགས་འདི་རྣམས་འདུལ་བ་ལ། དངོས་ཡོད་མི་ཡི་མཆོན་མ་ཡི། ལུབ་པའི་རེ་བ་མ་མཆིས་གདལ། དངོས་མེད་ལྷ་འབྱེད་གཏེར་ཟོག་ལ། རལ་གྱི་སྟོང་གསུམ་གཡུག་ཆོད་འདི། དར་རྩེ་སེང་སྟག་ལག་ན་ཞོག །རུ་ཤའི་སྟེ་རྒྱུད་ཟོག་བཅན་དཔོན། ཐལ་བར་བརྒྱག་པའི་སྟོན་ལམ་ཡོད། ཞགས་པ་བསམ་ཆད་རང་འགྲུགས་འདི། བྱེ་སྟོན་ཆོས་འབྲུབ་ལག་ལ་ཞོག །ནང་སྟོན་བྲག་ར་ཆོད་ལྷོས་ལ། འཆོར་མེད་འཛིན་པའི་སྟོན་ལམ་ཡོད། མདུང་མོ་སྐྱུལ་ནག་དུག་ལྷེ་འདི། འཇང་སྟག་གཡུ་ལྷའི་ལག་ལ་ཞོག །དམག་དཔོན་སྟག་ཆོད་དབང་བཅན་ལ། མདུང་འབྲེན་ཐང་པའི་སྟོན་ལམ་ཡོད། མི་དེ་གསུམ་གཤོང་ལ་ལུག་དུས་དེར། དཔལ་ཆོད་འཐབ་ཆོད་གཟབ་དགོས་གསུངས། ང་རང་ཁྱོ་ལུ་དགའ་བདེ་གསུམ། བདུད་འདུལ་བྲག་མའི་གཟེར་བརྒྱོག་སོགས། ཅུས་ལྷན་སྤྱར་དུ་མ་ཐོན་ན། གཤེན་ལྷ་འོད་དཀར་དབལ་སྐས་བསྐྱབས། སྤྱིང་དཀར་ཡུལ་མེད་བྱེད་འོང་གསུངས། དེ་དོན་ངག་ཅུས་འབྲེན་དགོས་ཡོད། ལྷགས་བསྟན་གང་ཀ་ཐེབ་པས་ན། བསྐྱེད་རིམ་དམིགས་པ་གཟབ་དགོས་ཡོད། སྒྲ་མ་དེ་འདྲ་ཤོར་བས་ན། ཆོས་ཀྱིས་བསྟན་བ་སྐྱབ་ངེས་ཡིན། བོན་ཡང་ནང་པའི་བསྟན་བ་སྐྱབ། ནང་བ་བྱི་བ་བསྐྱར་དོག་ཡོད། འགྲོ་རྣམས་ངན་སོང་གནས་སུ་སྐྱེལ། པ་མ་སེམས་ཅན་སྟོང་རེ་རྗེ། གཏེར་ཟོག་རལ་གྱི་ཞུ་བ་མདུང་། ལས་དོན་འབྲུབ་ནས་

ཡར་འབྲུལ་དགོས། འགྲོ་དོན་འཕྲིན་ལས་འབྲུལ་པ་ཡིན། དེ་བར་གླིང་གི་དམག་སྐར་
འདི། ཅུ་དང་སྐར་བཀོད་ཆགས་ར་སོགས། རྒྱུང་པོའི་སྐར་མ་བྱུང་བཅས་ཀྱིས། དཔལ་
ཁ་མ་ཞོར་པ་ཡི་བྱ། པར་འགྲོ་རེ་ཞིག་བཞོལ་ན་དགལ། ཁྱིད་རང་ལས་བསྐྱོས་དཔལ་
མུལ་གསུམ། ལས་དོན་འབྲུལ་པའི་གཞེང་བསྟོད་ལ། ལས་དང་བསྐྱུན་པའི་དཔལ་དར་
ཡོད། ཁྱིད་རྣམས་མུགས་ལ་དེ་ལྟར་ཞོག། །ཨོ་མ་ཉི་པ་རྩེ་རྩྱུ་རྩེ།

ཅེས་གསུངས་པས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རྒྱལ་པོའི་གསུངས་པ་ལྟར་མངོན་པར་
བསྟོད་དོ་ཐམས་ཅད་དགལ་ཡོ། ཁོང་རྒྱལ་ལྷོན་གསུམ་ནི་མཁའ་འགྲོ་མ་སེང་གཤི་
གདོང་པ་ཅན་གྱི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱིས་ཞལ་བྱས་ནས་བསྐྱབ་པ་ལ་ཞུགས་སོ། ཉི་མ་
དེའི་བྱི་ཉིན་ཞང་ཞུང་ལྷོན་པོ་མི་གསུམ་གྱི་ཞོག་དཔུང་དམག་རྒྱལ་མུས་བརྒྱ་རེ་ཁྱིད་
དེ་གླིང་སྐར་ཕྱོགས་སུ་ཆས་པ་སོ་པས་མཐོང་བར་བརྟེན་སྤྱད་བྱུང་སྐབས། ཨ་ཁུ་ག་
ནི་གོམ་པ་དེ་ཡི་ནང་ལྷོན་མི་གསུམ་གྱི་གྲོན་མཆོན་ཐོག་གཟུང་ཆེན་དགོངས་ནས་ཆད་
པ་ལྟར་མ་བྱས་ན་དུག་དམག་འདི་སྐར་ནང་དུ་ཞོར་ན་བསྐྱབ་པའི་དབྱ་འཇུགས་ལ་
བར་ཆད་འོང་བས་གདོང་ལེན་དུ་དཔལ་མུལ་རྒྱུང་རྒྱག་ལངས་དགོངས་གསུངས་
པས། སྤས་དག་ལྟས་གོ་མཆོན་ཐོག་ནས་ཐེབ་ཚུལ་མཛད་པས་ཨ་ཁུ་ག་དེ་རིང་སྤས་
དག་ལྟ་ཐེབ་རྒྱུ་མེད་གསུངས་ནས་བཞོལ། འདན་མ། དཔལ་ལ། གཡུ་ལྷ། འན་བ།
ཆོས་འབྲུག། ལྷ་བདུད་རྩི་བཅན་བཅས་དུག་ལ་རྟ་དམག་ལྷ་བཅུ་རེའི་བསྐྱོར་ནས་སོང་
གསུངས་པར་དེ་བཞིན་དུ་སོ་པའི་དཔུང་བཅས་སྐར་མཐའ་བྱུང་བར་དུས་འཛོམས་
བྱུང་བར། གླིང་གི་དཔལ་མུལ་དུག་གི་ནང་ནས་མི་དམར་རྟ་དམར་ཅན་ཞག་རྩེན་དུ་
རྒྱུང་རེ་ཐོན་ཏེ། ཡོབ་སྤ་སོར་བརྒྱུད་ནས་གི་མགོ་འཕྱར། མདའ་མགོ་བསྐངས་ཏེ་སྟོང་

འདྲུག་མེད་པའི་གྲུ་འདི་སྒངས་སོ།

ཨྲི་མ་ཁི་བརྒྱུ་རྩེེ་ལྷ་མ་ལ་.....ཨ་ལ་ལ་..... སངས་རྒྱལ་ཆོས་དང་དགེ་
འདུན་ལ། རྟོག་སྤྲུལ་གྱིས་པས་གསོལ་བ་འདེབས། སྐར་མ་མདུང་ལྷ་ཁམ་འོད་
མཁེན། དཔལ་མེད་ལྷ་རྣ་དང་དྲུག་སོལ། ས་འདིས་ས་རོམ་ཤེས་ན། བ་ཆེན་བརྒྱ་དར་
ཐང་འཕོད། ང་འདྲ་ར་རོམ་ཤེས་ན། བྱང་གྱི་རི་རྒྱལ་ཁག་བཙོ་བརྒྱད་གྱིས། རོ་མ་ཁར་
སྤྲུག་པོའི་ནང་རྫོང་ནས། དག་པོའི་སྤྱིང་ཅ་འཕེན་མི་ལ། ངར་རྟོད་བཀའ་རྫོག་ཆོས་
འགྲུབ་ཡིན། དཔལ་མུལ་གདན་གཤམ་བཟུང་མི་ཡིན། དག་ལ་ཁས་ལེན་བྱད་མི་ཡིན།
དེ་རིང་སྤྲང་མའི་སྟོན་རོལ་ལ། སྟེན་ལ་འདན་མ་གཤམ་ལྷ་ཡོད། ངར་ལ་དཔལ་ལ་ཤན་བ་
ཡོད། སྟོབས་ལ་རྩེ་ལེ་བསམ་འགྲུབ་ཡོད། དེད་མི་དྲུག་འོང་བའི་ལམ་སོ་ལ། དག་འཆི་
བདག་ཡིན་ཀྱང་ཕྱིར་བྱད་ཤོར། ཉོན་དང་འདྲ་མ་ཨེ་འདྲ་ཡོད། ཁ་ཡག་རྩ་ཡི་འོང་སེང་
ནས། འཛོར་རྟོད་དཔལ་འགྱུར་གཞན་ལས་ཆེ། དཔལ་མུལ་གདོང་ལ་བཅར་འདོད་
བའི། མགོ་ལག་གནང་ལ་སྟེལ་འདོད་རེད། བར་རྫོན་ངར་རྟོད་མི་གསུམ་ཁོད། སྟེ་
དུས་སྔ་ཕྱི་ལོས་ཡོད་ཀྱང་། ཤི་ཉིན་བར་དོ་མཉམ་འགྲོ་རེད། ཐང་དཀར་འཕུར་བའི་
གཤོག་ལམ་དུ། འོལ་སེར་སྤྱིང་བ་ནམ་རྟོག་ཟ། རྒྱ་ཁ་འཕུར་བའི་གཤོག་ལམ་ནས།
ཁྱིས་ཆུང་གཤོག་འགྱུར་སྤྱིང་རེ་རྩེས། ལྷག་མོ་འདུམ་བའི་གཤོག་ཞབས་སྟ། རི་བོང་
ཅལ་མགྲོགས་ལྷགས་བ་རལ། སྤྱིང་སྤྱར་དམག་གི་ཁ་སྟོན་ལ། ཁྱིད་རྫོན་གསུམ་བྱད་
བ་སྤྱིང་ཁག་གཏོར། ད་རེས་རྫོན་པོ་ཆུར་ཆས་འདྲི། དེ་རིང་མདའ་མེད་རྩ་འཕེན་དང་།
ཁ་རིང་མདུང་གི་མཛལ་དར་ཡོད། ངར་ཆེན་མཆོན་གྱི་རྫོང་བ་ཡོད། ཅལ་ཆེན་ཞགས་
བས་མགུལ་དར་གཤོག། ཁྱིད་མི་གསུམ་འཆི་ལ་མ་འཆོར་ན། རྒྱ་སྤྲུག་བཞེན་དྲུ་

མེད། ལ་བཞི་འབྲམ་ཨེ་འབྲམ་གདལ། སྤིང་སྦྲར་དམག་གི་བུ་སྟེ་ལ། མི་དམར་ཏྲ་དམར་
ཞོན་ལེ་ཅན། ས་མོ་སྟག་ལ་རྩུ་ས་ལེའི་བྲ། བཀའ་སྒོ་ཆོས་འབྲུབ་སྟོང་གཏམ་ཅན།
སྟོང་གཏམ་རྩུ་ལ་བསྐྱར་ངེས་ཡིན། དཔལ་ཅི་ཡོད་ཁྲིག་གི་གསལ་ནས་ཡོད། མ་ཉེས་
བ་ལ་དག་བཀལ་འདི། ཐ་མ་རང་སྟོག་དག་ལ་སྦྱེལ། ཉེས་མེད་རྩུ་ལོར་འཕྲོག་འཕྲོག་
ནས། ཕྱི་མའི་བྲ་ལོན་སོད་དུས་མེད། དེ་རིང་ཅི་མཐའ་སྐྱག་ནས་སྟོད། ངར་ཆེན་
མཆོན་ལ་བྲངས་རྩུ་ཡིན། ཁྱོད་རང་ཡིད་ལ་དེ་འབྲཞོག། །ཨོ་མ་ཁི་པ་རྩེ་རྩྱ་རྩེ་

ཅེས་ཟར་ནས་མཆོང་བྱུང་བར། དཔལ་ལྷུ་མི་བྲུག་དང་ཞང་སྟོན་མི་
གསུམ་བཅས་གཤག་ཞོད་དུ་འཐབ་བྱེད་པ་ལྟར་སོང་། བྲག་ར་དང་ཆོས་འབྲུབ་རྩུ་
བདུད་གཉིས་བཅས་གི་འཐབ་སྐབས། བན་ཚུན་ཐུག་མ་རྟེན་ཡང་རྩུ་བདུད་དེ་རར་
ཆེན་གྱི་རལ་གྱི་འབྲུ་ཏུ་བཅུག་ཏེ་ཁབ་ཆེན་སྦར་འཛིན་བྲས་པར་བྲག་ར་དེ་རྟ་ཐོག་
ནས་པབ་པར་ཁོ་ཡི་དཔལ་ལྷུ་དེ་རྩུ་བདུད་ཁབ་ཤམ་ནས་ཡར་འཇུག་པས་དེར་
བསྐྱོངས། ཆོས་འབྲུབ་གྱི་ཁོ་ཡི་རྟ་ལ་གྱི་བརྒྱབ་ནས་བསད་འདུག་པ་དང་། ཁོ་དམག་
ནང་དུ་ཕྱིར་བྲོས་བརྒྱབ་ཤོད། ཤན་འདན་གཉིས་དང་ཤེས་ཆེན་གསུམ་གྱི་གྱི་ཁ་
འཕྲེན་པས། ཤེས་ཆེན་གྱི་དཔལ་ལྷུ་གཉིས་གྱིས་གྱི་ངོ་མ་ལོན་ནས་ཕྱིར་བྲོས་པར་
རྩེས་མ་ཟེན་ཀྱང་དམག་ལྷ་བཅུ་ཅམ་ཤན་འདན་གཉིས་གྱིས་བསད། ཅལ་ཆེན་དང་།
དཔལ་ལ་གཡུ་ལྷ་གསུམ་གྱི་ཁ་འཕྲེན་སྐབས། མཆོན་མོ་སྦྱ་རིང་ལེབ་ཆེན་དེ་ཁོ་ཡི་
ཚོག་གི་བྲུང་ལྷུར་ཅེས་ནས་ཕྱེད་གཤག་བཏང་བར། ཚོག་གདན་དུ་བོན་གཤིན་གྱི་
སྟོད་འགགས་ཡོད་པས་གནོད་མ་འཁྲུག། ཁོ་ཡང་ཕྱིར་བྲོས་སོང་། དེ་ནས་རང་རང་
དཔལ་ཆོད་བརྩུང་ནས་སྦར་ལ་ལོག། ཞང་ཁུང་དམག་དཔོན་རྣམས་ནས་རྩུ་བདུད་

སོད་པའི་དགའ་སྟོན་གྱི་དུ། དེ་ནས་ཕྱིར་ཉིན་ནས་ལང་པ་དང་མཉམ་དུ་བྱུང་དམག་སྐར་
ནས་སྒོན་པོ་ཆེ་གསུམ་དམག་དཔོན་ཆེ་བཞི་དེའི་དེ་རིང་གླིང་སྐར་གཏོར་ཐུབ་ངེས་
གྱུར་ཟེར་སྟེ་གོས་འཆམས་ནས་རྒྱལ་བསྐྱུས་མི་གསུམ་རེ་དང་རྟ་དམག་བཞི་སྟོང་རེ་
ཁྲིད་དེ། ཤར་རྒྱལ་གི་སེང་རྩ་བཅད་ནས་གླིང་སྐར་ལ་ཐོན་པས། དང་པོ་ཤར་ཕྱོགས་
ནས་བྲག་ར་ཁོད་ལྷེས་གཡུ་འབྲུག་ལྷ་ཁོད་གཉིས་དམག་གཅིག་སྟོང་རེ་ཁྲིད་དེ་མཆོང་
བྱུང་བ་དང་། ཤར་སྒོ་ནས་འདན་མ་ཆོས་འབྲུབ་གཉིས་ཀྱིས་གདོང་བཀག་སྟེ་གཡུ་
འབྲུག་ལྷ་ཁོད་ལ་འདན་མས་མདའ་ཞིག་སྤྱིང་བར། ཆོག་པོ་བྱང་གཡམ་ནས་གཏོར་
མོ་བྱང་བྱར་ནས་བྱུང་ཏེ་མདེའུ་སྟག་རྒྱབ་ནས་སྟོ་རྒྱུང་རེ་ཐོན་ནས་ཁོ་འཆི་མ་རུས་
སྟེ། སོ་སྤྱོད་བསྐྱིག་ཅིང་གི་བཏོན་ཏེ་འདན་མ་ལ་ལན་གཉིས་བཏབ་ཀྱང་གོ་མ་བཅད། ཆོས་
འདན་མས་གི་ལན་གཉིས་བཏབ་པའི་མགོ་ཡུངས་དོག་བྲེག་པ་ལྟར་དེར་བསད། ཆོས་
འབྲུབ་དང་བྲག་ར་ཁོད་ལྷེས་གཉིས་མདུང་ཁ་འཕྲེན་པས་པམ་རྒྱལ་མེད་པར་སོ་སོར་
བྱེས། ལྷོ་སྒོ་ནས་སྟོག་བཅན་སྟོག་འོད་དང་སྟག་ཐུབ་ཁོད་རྒྱལ་གཉིས་དང་དམག་སྟོང་
ཅམ་གྱིས་སྤྱང་གིའི་ལུག་ཁྲུ་གཏོར་འབྲུ་ནས་ཏོར་དམག་ལྷ་བཅུ་ཅམ་མས་
བསད་གཏུག་ནས་ཐོག་བཅན་སྟོག་འོད་དེ་སྐབས་ཤན་པ་དང་ཀུན་དགའི་སྐར་
ཆོགས་ཁ་ཡལ་དང་། རམ་ཆེན་འབྲུག་སྤྱ། གནམ་ལྷ་ཐོག་འབེབས་བཞི་པ་གི་ཁ་འཕྲེན་
པས་ཐོག་བཅན་གྱི་སྐར་ཆོགས་ཁ་ཡལ་ལ་གི་ལན་གཅིག་བཏབ་པས་ལུས་བྱུང་
གཤགས་བཏང་ནས་བསྐྱོངས་བ་དང་། གནམ་ལྷ་ཐོག་འབེབས་ལ་གི་མས་རྩུང་ཟད་
བྱུང་ཤིང་ཤར་རྒྱལ་གི་དཀྱིལ་སྐར་དུ་མཆོང་བས། ཤན་པ་འབྲུག་སྤྱ་གཉིས་ནས་སྟག་
ཐུབ་གསུམ་པོ་གི་འོག་ཏུ་བཏང་། དཀྱིལ་སྐར་ནས་སྤྱ་སྤྱང་གི་དམག་བཅོ་ལྔའི་སྟོར་

ཅམ་ཐོག་བཅན་ནས་བསད་སྐབས་སུ། འཁོར་སྤྱག་ཤོད་རྒྱལ་དང་གདོང་སྤྱག་པའི་གི་
འཐབ་བཀྱིས་པར་ཤོད་རྒྱལ་གི་ལོག་ཏུ་བཏང་། སྤས་དབྱ་ལྷས་སྤྱག་མདའ་དྲུག་སྤྱིང་
བས་ཁོ་ཡི་བྱང་དང་ལུ་མ་སོག་སྤག་ལ་ཐེབ་ཀྱང་གཞོད་མ་འཕུག་ཁོ་དཔལ་ཁ་རན་
ཆོད་བཟུང་ཉེ་ཕྱིར་བོས་སོང་ཁ་ར་ག་སེར་པའི་ནོར་བཟང་དེའི་གདོང་བཀག་ཉེ་གི་
འཐབ་བྱེད་བས་ནོར་བཟང་ལ་གི་མས་འབྱིང་ཅམ་བྱུང་བར། ཕྱིར་བོས་བརྒྱབ་ཅིང་
སྐབས་ཞིག་ཏུ་གི་གཅིག་གཡུག་ནས་སོག་སྤག་ཏུ་ཐེབ་བས་དེར་བསད་བྱུང་སྐབས།
གཡུ་ལྷ་ངར་ཆེན་གི་དང་དེར་རྒྱལ་པོས་གནང་བའི་འཕུལ་མདུང་དེ་ཐོགས་ནས་
གདོང་བཀག་པར། སྤྱག་ཤོད་དབང་བཅན་དེའི་གཡལ་ཁོ་རེ་འཇར་སྤྱག་གཡུ་ལྷ་སུ།
པོ་ཁྱོད་ཅམ་གདོང་ལ་འཇིགས་རྒྱ་མེད་ཐེར་ནས། མདུང་ནག་སྤྱག་བ་ཐེལ་གཞོན་དེ་
མདུང་ཉིང་ས་ལ་ལན་གསུམ་རྒྱུ་ཞིག་ལེན་བསམ་བ་དང་། འཇར་སྤྱག་གཡུ་ལྷ་
ཐོག་འཁྱུར་དེས་གཡལ་ཁོ་རེ་སྤྱག་ཤོད་སོལ་བ་ངོ་ར་རང་གི་ལྷ་མདུང་དང་ཁྱོད་རང་
བདུད་མདུང་གཉིས་སུ་ནོ་ལྷ་ཐེར་ནས་སྤྱ་འདི་ལྷར་ཆངས་པར་གདའ་ལོ།

ཨོ་མ་ཉི་བརྒྱུ་རྒྱུ་ལྷ་ཐ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... གནམ་ཐོལ་དཀར་ནག་ཁ་
གསུམ་མཁྱེན། གེ་སར་མེར་མའི་ཆོགས་བཅས་རྣམས། དེ་རིང་གཡུ་ལྷའི་མགོན་
སྐབས་མཛོད། ས་འདིས་ས་ངོ་མ་ཤེས་ན། ན་ཐང་བསྐྱེད་ཐང་རེད། ང་འབྲ་ང་ངོ་མ་
ཤེས་ན། འཇར་ཡུལ་ཞེ་ཐང་ཁ་མོན་ནས། ཡ་ཐོག་གཟེ་འབྲའི་ནང་བཅུད་ལ། འཇར་
སྤྱག་གཡུ་ལྷ་ཐོག་འཁྱུར་ཡིན། འཇར་སྤྱིང་རྒྱལ་པོ་གེ་སར་གིས། ཆོན་མི་འཁྱུར་
དཔལ་སྤུལ་དཔུང་རོག་ཡིན། སྤངས་དང་མེ་ཉོག་མཛེས་སྤེབ་རེད། གཡུ་ལྷ་སྤྱིང་དང་
མཐོ་སྤེབ་རེད། སེང་དཀར་མོ་འབྲ་བའི་གཡུ་ལྷ་ལ། དབྱ་སུ་ཡུག་བྱུང་ན་དགའ་རྒྱ་

རེད། དཔལ་གཤམ་ཞིན་རྗེ་འབྲུག་པོའི་གཡུ་ལྷ་ལ། དབྱ་དམག་དབུང་བྱུང་ན་དགའ་རྒྱ་རེད།
ཁོ་རེ་སྟག་ཁྱོད་སོལ་བ་དོ། ཁྱོད་མ་བྱས་པ་ལ་གཅིག་ཀྱང་མེད། དུག་བཅན་དུག་ལྟོ་
ལ་ཐོས་ཐོས་ནས། ཐ་མ་འབྱུང་བཞིའི་མེམ་རིག་བྲལ། དཔལ་བདུད་གླིང་དམག་བསྐྱོང་
བསྐྱོང་ནས། ཐ་མ་མདུང་མའི་རར་ལ་བྱངས། གླིང་མེད་ཆེན་འབྲེས་ལ་བཟུང་བཟུང་
ནས། ཆེ་ཕྱི་མ་དཔྱལ་བའི་གཉིད་དོར་རེད། ཐ་དཀར་གླིང་བུའི་འགྲོ་སྟན་སྟན་དང་། མོན་བྱ་
སྟོན་མའི་གྲེས་འབྱུང་གཉིས། སུ་སྟན་རིམ་གྱིས་གསལ་ནས་འོང་། རང་སྤང་སྤྱ་གའི་
སྟོ་མདངས་དང་། མདངས་ལྷན་མ་བྱའི་སྟོ་མདངས་གཉིས། སུམ་མཛེས་རིམ་གྱི་
གསལ་ནས་འོང་། ཞང་ཁུང་དབུང་ཆུང་ཨ་སྤྱུག་དང་། གླིང་དམག་དཔལ་ལོ་ཐོག་འབྲུ་
གཉིས། སུ་རར་རིམ་གྱིས་གསལ་ནས་འོང་། རས་ལག་ན་བཟུང་བའི་མདུང་རིང་འདི།
འཛམ་གླིང་རྒྱལ་པོའི་གཉེར་ཐོག་ཡིན། བཏབ་ན་མི་འཕེག་གང་ཡང་མེད། མང་པོའི་
ནང་ནས་བསྐྱོས་པའི་བྲུ། སྟག་ཁྱོད་བྲུ་ལ་ཉོ་མ་ཡ། དེ་རིང་མིང་མེད་མ་བཟོས་ན།
གཡུ་ལྷ་སྤྲེས་དང་མ་སྤྲེས་མེད། དཔལ་ལོ་ད་མཆོང་གཡུ་ལྷ་བྲུ། མཁྱོགས་པ་ད་རྒྱག་
གནམ་ཡག་རྒྱ། ཁྱོད་རང་ཡིད་ལ་དེ་འབྲུ་ཞོག། །ཨོ་མ་ཁི་བརྟེ་རྩྱུ་རྩྱེ་།

ཅེས་ཟེར་ཉེ་མདུང་ཁ་འབྲེན་བས་ཁོ་ཡི་མདུང་དེ་བྲུག་མ་རུས་ཉེ་རལ་གི་
བཏོན་ཤམས་ལ་གཡུ་ལྷའི་མདུང་དེ་ལེན་གཉིས་ཐོག་ཆུ་སྟོན་དུང་གི་སྤྱུག་པ་ལྷར་
མདུན་གྱི་ལྟོ་བར་ཐེབ་ཉེ་རྒྱབ་ནས་མདུང་སོ་སྟོ་མེད་རེ་ཐོན་ནས་བསད། མགོ་འཕྲུ་
གོང་ལེན་བྲས་ཉེ་གླིང་བ་ནམས་གྱིས་གྲུ་བསྟོས་རི་ལུང་གང་བར་མཛད་དོ། མ་ཆད་
གཡུ་ལྷས་གི་བཏོན་ནས་མཆོང་བས་དམག་ལྷ་བཅུ་ཅམ་བསད། དེར་སྟག་སྤུལ་རྒྱུང་
ལྟའི་སྤྱང་མོ་གཡུང་བྱུང་གིས་དམག་དཔོན་ཤོར་བ་དེ་མཐོང་ནས་རར་ཆེན་གྱི་རལ་གི་

འཕྲོས་ལུས་རྣམས་ཀྱིས་སེང་རྩ་བཅད་སྟེ་འཕྲོ་ལུས་ལ། དམག་མཐུག་དེར་བྲག་ར་
ཁོད་ཕྱེས་དང་རྩུང་ལྷ་གཡུང་བྱུང་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱེལ་ནས་འཕྲོ་ལུས་སྐབས་སུ། རྫོན་
ཆོས་འབྲུབ་ཀྱི་གོ་སར་ཀྱིས་གནང་བའི་ཞགས་པ་དེ་ཕྱར་བཞིན་བརྒྱབ་དེད་ཀྱི་ངང་
ལ་ཁོ་རང་རྩའི་དཀྱིལ་ཕྱེད་ཀ་ཙམ་སྟེབ་ནས་ཕྱི་མིག་ཞིག་ལྟ་བ་དང་ལྟན་དུ་ཞགས་པ་
དེ་བསྐྱེད་ས་བའི་བྲག་ར་ལ་ཐེབ་པར། ཁོས་རལ་གྱིའི་བཅད་སྟེམ་སྐབས་ཀྱི་བཏུབ་ལོང་
མ་བྱུང་བར་རྩ་ནང་དུ་ལྷུང་ཏེ་ཕྱར་པོ་རྩ་བོའི་གཞུང་མ་བྱུང་དུ་ཁྱེར་བ་དང་། ཆོས་
འབྲུབ་ནས་ཕྱར་པོ་རྩ་རྩུང་རིས་ལ་འཐེན་ཏེ་མགོ་ལག་སྒྲངས་པས་དེར་ཡོད་གླིང་
དམག་རྣམས་ཀྱིས་གི་བསྟོད་དང་བཅས་སོང་ངོ། དེར་ཞང་དམག་རྣམས་སྐར་དུ་འདུས་
ནས་དེ་རིང་གི་བྱ་བ་དེ་མེ་པར་སྐར་ཀྱང་སྐར་རྩུང་ཆོག་ཟེར་བའི་དཔེ་ལྟར་རྫོན་ཆེན་
བྲག་ར་རྩ་ལ་བསྐྱར། དམག་དཔོན་ལྟག་ཁོད་དབང་བཙན་དང་གཡུང་བྱུང་ལྷ་ཁོད་
གཉིས་མདའ་མདུང་ངར་ལ་ཤོར། དམག་མང་བཞི་བརྒྱ་ཙམ་བརྒྱག་ཤོར་བའི་དེ་ཐོན་
ཟེར་ཏེ་བྲང་རྩ་རྩ་ཁོག་བརྒྱུང་བརྒྱུང་། ཁ་ཤ་དར་ཐག་འཐེན་འཐེན། ཏུ་ཤུད་གཡག་ཁོད་
ངར་ངར་བྱས་སྟེ་ཐམས་ཅད་སྟེ་སྒྲགས་ཀྱི་ངང་དུ་ཕྱུད་ཙམ་ལུས། དེར་ཐོག་བཙན་
ནས་ད་ང་རང་རྣམས་རྒྱལ་པོའི་བྱུང་དེར་འཕྲོ། ཅི་གྲགས་གི་བཀའ་བློས་ལ་འཕྲོན་མ་
གཏོགས་འདི་ལུས་སུ་སྟོད་པས་ཅི་པན་ཟེར་སྟེ། ཐམས་ཅད་དེ་ལྟར་བྲག་འདུག་ཟེར་སྟེ་
དམག་དཔོན་གཉིས་དང་། རྫོན་ཉར་གཉིས་བཅས་རྒྱལ་པོའི་བྱུང་དེར་འདུས་ཏེ་ཤ་
ཆང་ལ་ལོངས་སྟོད་པའི་སྐབས་དེ། རྫོན་ཤེས་ཆེན་ཉི་མ་ནས་བྱུས་ཉིས་བྱུང་ལུགས་
ལོ་རྒྱས་ཞིབ་པར་ཞུས་པས། རྒྱལ་པོའི་སེམས་གངས་དཀར་དཀྱིལ་དུ་འབྲུག་གཅིག་
ཆགས། རྟོད་ཉི་མ་ཤར་ཡང་ཞུ་མི་ཞུས་པ་དང་། སྟོང་སྟོ་བའི་ནང་དུ་འཛེར་དུ་

མོག །མགར་མཁས་པས་འཛེར་མགོ་འཛོར་ས་མེད་པའི་འཛེར་གཅིག་ཐེབས་ནས་
བསམ་སྒྲོ་ཡང་བསྐྱོར་མང་པོ་བྱས་ཏེ་གྲོས་ཐག་བཅད་པའི་སྤྱི་འདུན་སྒྲུང་བར་
གདའ་ལོ།

ཨོ་མ་ཉི་པ་རྒྱེ་རྒྱུ་རྒྱེ་ སྤྱི་ཐ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... གནམ་ལྷ་འབྲུག་ལྷ་དཀར་པོ་
མཁུན། མེར་མ་མི་ཐང་དཀར་པོ་མཁུན། དེ་རིང་རྒྱལ་པོའི་བྱས་ལ་གཞིགས། ས་
འདིས་ས་ངོ་མ་ཤེས་ན། སྤྱི་རི་སྤྱག་པོ་སྤྱོད་ཤོང་རེད། ང་འདྲ་ང་ངོ་མ་ཤེས་ན། འདྲེན་
མེད་རྒྱལ་པོ་སྤྱན་བྱུང་བྲག་ས། སྤོན་པོ་སྤྱག་མོའི་གདོང་བྲལ་ནམས། དེ་རིང་ཨ་པོའི་
སྤྱི་ལ་ཉོན། དབྱ་སྤྱིང་སྤྱག་བྱེད་པ་ཆེ་ལུགས་ལ། དམག་དཔོན་སྤྱག་སྟོན་དབང་བཅན་
དེ། སྤེ་ཤོག་ཆེན་ཉི་ཤུས་བསྐྱམས་ཡ་ཡིན། སྤོན་ཆེན་བྲག་ར་སྟོན་ལྷོ་མ་དེ། རྩོང་རབ་
དགུ་ཡི་བསྐྱམས་ཡ་ཡིན། བསམ་ན་ཞེ་སྟོན་གཉིངས་ནས་འཁྲུགས། ད་རང་གར་
བསྐྱད་པས་ཅི་ལ་པན། འར་གྱི་དྲུང་མེད་དཀར་མོ་དེ། གཡུ་རལ་ངོ་མ་ན་མེད་ལྷུ་
ཐེད། གངས་དཀར་སྤྱག་ཉལ་བྲི་ཆན་འདྲ། ལྷོ་ཡི་སྤྱག་མོ་རི་བྲག་དེ། འཛོམ་དྲུག་ངོ་མ་
ན་རྒྱ་སྤྱག་ཐེད། ཉག་ལ་ཡིབ་ན་བོང་ཆན་འདྲ། ཁ་ཡག་ཟུར་གྱི་བྲེ་བཅན་འཕོང་། རྩ་
ཟུར་ངོ་མ་ན་འཕོང་མོ་ཐེད། ས་སྤིབ་བཟུང་ན་སྤང་ཆན་འདྲ། ཞང་ཁྱུང་དམག་དཔོན་
སྤྱག་སྤལ་ནམས། དཔལ་པོ་གཡུལ་ཉེས་བྱུང་བའི་དུས། འ་ལེན་འཕྲད་ན་དཔལ་པོ་
རེད། གོ་སྤྱག་བཟུང་ན་ཆན་མོ་རེད། ས་ངོ་མ་སྤྱིང་སྤྱག་དངོས་ཅན་མི། ང་རང་ཞང་
ཁྱུང་ངོས་ཅན་མི། རྩང་མ་ལས་སྤྱེས་པ་འདྲ་འདྲ་ལ། བར་ལེན་མེད་པས་ཚུ་འགོ་ལ་
འདི། འདི་སྤྱས་བསྐྱད་ཀྱང་པན་པ་རྩང་། དེ་ལེན་མ་འཕྲོད་སྟོན་པོ་མིན། ཉི་མ་སང་གི་
སྤྱོད་ལ། དམག་དཔོན་སྤོན་ཆེན་སྤྱག་སྤལ་ནམས། རོ་རུས་སྐར་ལ་རྒྱག་རྒྱ་གྱིས།

དབྱང་རྒྱལ་ཏྲ་དམག་ཁྱིའོར་ལེ། རོ་རུ་ལག་ལ་ཨེ་ཚུད་ལྟོས། དེ་འབྲེལ་ས་དབང་མ་
རྩོགས་ན། སྤང་ཚན་ཁྱོའི་ཐུང་འདན་མ་གཉིས། གཡུ་ལྷ་དགའ་བདེ་བེར་ནག་བཞི། ཕྱི་
འབྲེན་ཐན་ཆོས་འབྲུབ་ཅེས། མི་ཐུག་འགྲོ་ས་གན་ཡོད། གླིང་དམག་རྒྱ་ཁའི་བྲེ་མ་
རེད། རྒྱ་མཆོའི་གཏིང་ནས་བསྐྱམ་བས་ཆོག། །སྤྲག་སྤྲག་མི་དགོས་བ་ཡི་བྲ། གློན་
ཆོགས་བསམ་བ་རྒྱ་མ་རྒྱུང་། བར་དག་མེད་པའི་རྒྱར་འགོལ་འདྱ། ཡོང་བསམ་མེད་
དེ་སྡོན་གྱིས་བསྐྱོས། གཞེས་ནང་ཆོས་བ་ཉེར་དབྱུ་ལ། འབྲེན་མེད་འཕྲུལ་གྱིས་སྒྲ་མ་
ཡི། དབལ་སྤས་བསྐྱོག་བ་མཛད་རྒྱ་ཡིན། དག་བྱས་མ་ཐུ་ཅལ་འགྲན་སྒྲ་མེད། གླིང་
དཀར་འདི་བྲས་ལྷད་མོ་ཡོད། དེ་ལྷར་དག་འབྲེ་གླིང་རུ་ལ། དེ་སྡོན་མ་ཐུབ་སྡོའི་ས་
གྱིས། དེ་བྲས་མ་ཐོན་རྒྱར་ཉེས་བྱུང་། ད་འདི་སྤས་བསྐྱད་ཐབས་གན་ཡོད། སང་ཉིན་
སྤྱ་རེད་ཤར་བའི་དུས། དེང་ཡོད་དམག་དབྱང་ཆས་ནས་དགོས། དར་གློད་དབྱང་བ་
བྲ་བསྐྱིགས་གྱིས། གློད་གློད་སྤར་མ་ཅི་ལོན་དགོས། འགྲོ་འདོད་ཁེར་བྲོས་བྲེད་རྒྱ་
མེད། འདུག་འདོད་མཁར་བཅན་བཟུང་རྒྱ་མེད། རེ་རྒྱལ་པོའི་ལྷོ་བོས་འབྲེ་འབྲེ་ལ།
རང་མགོ་གར་ཐོན་བྲེད་རྒྱ་མེད། སྤྲད་མེད་མགོ་འབྲུལ་བྲས་བ་དང་། དག་ལ་ཕ་བྲོས་
བྲེད་བ་གཉིས། སྤར་མ་མི་ལ་ཤོར་དང་གསུམ། བརྒྱ་ལ་དེ་འབྲེ་བྲས་བྱུང་ན། མ་ཤི་
གསོན་སྤགས་བྲུ་ངེས་ཡིན། རྒྱ་རོ་བཀའ་བྲིན་ལྷ་ལེ་མིན། ལུ་བ་དར་བཏང་འོང་ལེ་
མིན། རོ་ཆེན་རོ་བྲིན་ལུ་ས་མེད། རྒྱལ་པོའི་སྤྱ་བ་ལན་གཅིག་ཡིན། དེ་རྣམས་ཁྱེད་རང་
ཡིད་ལ་ཞོག། །ཞག་གསུམ་ལག་དམར་ཞག་ལ་འགྲིལ། དེ་འཆམས་ཕྱི་གླིང་སྤྲེ་ཞག་
གི། དཔོན་མགོ་གསུམ་གྱིས་དུག་དམག་བབ། སྤར་རྒྱུང་ཏྲ་ལ་འཕེན་བར་ངེས། ཁྱེད་
རྣམས་ཡིད་ལ་དེ་ལྷར་ཞོག། །ཚི་མ་ཉི་བརྗེ་རྩྱའི་རྩེ་

ཅེས་གསུངས་ནས་སྤྱགས་ཤིན་ཏུ་འཁྲུགས་པའི་ངང་ནས་དེར་སྒྲོན་པོའི་
ཆོགས་རྣམས་ཀྱིས་གྲལ་མགོ་ནས། དམག་དཔོན་ཐོག་བཅན་སྒྲོག་ཡོད་ཀྱིས་སོ་སྤྱ་
བསྐྱེགས་ཁ་པོ་བསྐྱམས་ཏེ། རྒྱལ་སོ་ཆེན་པོའི་གསུངས་བཞིན་སང་སྤྱ་བར་ལེད་རང་
དབྱང་དམག་འདིས་སྤྱང་སྤྱར་ཁག་བཞིན་དཀྱག་ནས་དེ་བྱས་ཀྱིས་སྤང་མ་ལེན་སྤང་
མ་ཐག་ཆོད་པ་ཞིག་བྱེད་ཟེར་ཏེ། དཔལ་ཁས་སྤངས་ནས་སོ་སོར་བྱེ་སོ།

ཕྱིར་ནང་ནམ་ལང་པ་དང་མཉམ་དུ་སྒྲོན་ཆེན་མི་གསུམ། དམག་དཔོན་ཆེ་
བཞི་སྟག་སྤྱག་གོད་ཉལ་དམག་མང་ཆང་མ་བཅས་ཤར་རྒྱག་གི་སེང་རྩ་བཅད་དེ་
ག་ཤར་ཡོང་བ་དང་། སྤྱང་སྤྱར་ཀྱིས་མཐོང་བས། ཟིང་ཟིང་ཡོང་ཡོང་སྐབས་དེར་
ལྷགས་རེ་སྒོ་སྤྱང་སྤྱ་ལྟར་བཀྱིས་ཡོད་པར། ཤར་བྱོགས་ནས་ཐོག་བཅན་དང་། ལྷག་
སྤྱལ་དོམ་སྒྲོན་ཡ་མེད། མི་བཅན་ཁྲག་འབར་གསུམ་ཀྱིས་མདུང་རེ་ཁྲིར་ཏེ་ཐེ་མི་
ཆོམས་པར་མཆོང་བྱུང་བར། སྒྲོན་ཆོས་འབྱུབ་མི་རུབ་ཁེར་རྩེ་མ་བྱ་གཉིས་ཀྱིས་
གདོང་བཀག་ཀྱང་ཡུད་ཅུ་མ་བརྟེན་པར་སྤྱར་དུ་ཤར་རྒྱག་གི་ཤོར་ཅིང་དམག་མང་
ཆགས་ཉིལ་བཏང་བྱུང་བར། རྒྱ་ཆེན་ཀཱ་ཁང་ནེ་འཕྲུལ་སྒྲོན་ཁང་ནེ་གཡུ་ཁྲི་གསུམ་
ཀྱི་གྲི་ཁ་འདྲེན་པར། ཐོག་བཅན་ཀྱི་ཁང་ནེ་ལ་མདུང་ལེན་གསུམ་སྤལ་ཏེ་བསྐྱོངས།
ཀཱ་ས་གྲི་གཡུག་ཏེ་མདུང་སྒྲེ་བཅད་པར་ཁོ་ཡི་གྲི་བཏབ་ཏེ། ཀཱ་ཁང་ནེ་གཉིས་ལ་གྲི་
མ་ས་རྩུང་ཟད་རེ་བཏང་ཏེ། ཁྲོ་སྤྱང་གི་གྱུར་ལ་རལ་ཤད་བརྒྱབ་ཏེ་སྤོང་མིང་སྤྱང་
འབྲེལ་བཏང་བས་ཁྲོ་སྤྱང་མེད་པར་ཤེས་ཏེ། རྒྱལ་སོའི་ལས་གྱུར་སྒོ་སྤྱང་བྱི་མ་རྣམས་
ཀྱི་གདོང་མ་བརྟེན་པར། དཔལ་ལ་སེང་སྟག་དེ་བསྐྱབས་པའི་བར་ཆད་བསྤང་བའི་སྒོ་
སྤྱང་ནང་མར་བསྐྱོས་ཡོད་པར་དེ་ཐོག་བཅན་ནང་དུ་ཤོར་བ་མཐོང་བས་དཔལ་ངར་

ཆེན་གྱིས། ཉ་པོ་སྟོང་རེ་དང་དཀར་གྱི་གདོང་དུ་བྱུང་ནས་རྒྱལ་པོས་གནང་བའི་རལ་
གི་སྟོང་གསུམ་གཡུག་ཚོད་ལུབ་ནས་བྱུང་སྟེ་རྒྱ་སྟག་ཚང་ནས་ལང་འབྲ་བྱས་ཏེ་
གདོང་བཀག་པར། རྫོག་བཙན་གྱི་རལ་གི་ལྷགས་ནག་གཟི་འོད་ལུབ་ནས་བྱུང་ཡོད་
པ་དེ་རྟ་ཡི་རྫོག་མ་ལ་གི་བྱིས་བྱིས་ལན་གསུམ་བྱས་ཏེ་སྟོང་འཇུག་མེད་པའི་སྒྲ་འདི་
ལྟར་ལྷངས་སོ།

ཨོ་མ་ཉི་པརྟེ་རྩྱུ་རྩེ་ལྷ་ཐ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... གནམ་གྱི་འབྲུག་ལྟ་དཀར་པོ་
མཁུན། དབལ་སྤུས་སྟག་ལྷ་མེ་འབར་མཁུན། དེ་རིང་དཔའ་བོའི་དབྱུང་རོག་མཛོད།
ས་འདིའི་ས་ངོ་མ་ཤེས་ན། ར་ཐང་པད་མ་གཡང་འབྲིལ་རེད། ང་འབྲ་ང་ངོ་མ་ཤེས་ན།
དམག་དཔོན་ཐོག་བཙན་སྟོག་འོད་ཡིན། དག་ཤིང་པའི་སྟེང་དུ་ཐོག་ལས་ཆོ། གཉེན་ཉེ་
བའི་སྟེང་དུ་དར་བས་འཇུག། དམག་ཁྲ་མའི་བྱས་མགོ་འཛིན་པའི་དུས། མེད་ཐབས་
མེད་པའི་མི་གཅིག་ཡིན། དག་པར་བརྒྱབ་ཅི་ཅི་གངས་མེད་རེད། གནང་ཚུར་ལྷངས་
བསམ་བས་བྲབ་པ་མེད། པོ་ཚོད་པོ་གོང་ལ་ཤོར་མ་ལྟོང་། ཁོ་རེ་གླིང་སྟག་དཀར་པོ་
སྟུ། ཁྱོད་ཉམ་པ་ཅན་ཞིག་མ་རེད་ཅེ། ཆག་སྟོ་རང་གིས་ཉེ་མའི་བྱ། རྫོག་བཙན་དཔའ་
བོའི་རང་ལམ་དུ། སྟག་ཁྱོད་ཅམ་སྟོག་མགོ་ཐོན་བསམ་མེད། ཤར་ཁྱི་གདུགས་ཉེ་མའི་
འོད་ལམ་ལ། སྐར་ཚུང་དབྱུང་འགྲོས་ཨ་བ་རིས། དམར་པོ་མེ་ཡི་ཁ་ལམ་ལ། ཅི་ཤིང་
གངས་མང་སྟག་ཞན་འབྲ། ཨ་ཐང་སྟུང་གིའི་སྟག་ལམ་ལ། ལུག་གཡང་དཀར་ཁུ་
དབྱུང་སྟག་ཞན་འབྲ། ངར་ཚོད་དབྱུང་པའི་གཡུལ་ངོ་ལ། གླིང་དམག་དབྱུང་ཚོད་རྟག་
ཞན་འབྲ། དེ་ཨེ་འབྲ་མི་འབྲ་དེ་རིང་ལྟོས། ངས་དེ་རིང་སྟང་མའི་ཁ་ཞོར་ལ། བྱང་འབྲེ་ཁོ་
བྱང་གི་ཁོན་གསུམ། ང་ཐོག་བཙན་གདོང་ལ་བྱུང་བྱུང་ན། མི་ནག་མདུང་མའི་ཅེ་ལ་

གཟེར། རྫོན་ལུལ་ལུས་གཉིས་པོ་གི་རྣམས་བཏང་། དམག་མང་ཅི་ཅི་བྱངས་མེད་དེ།
རམ་ནག་མེར་བས་བརྟུང་འདྲ་བུས། དེ་ཨི་རིག་སྒྲིང་གི་རྟ་དཀར་ཀྱུ། ཁྱིད་བྱ་ག་ག་བྱ་
མོ་འདྲ་ལེ་བ། མཆོན་ག་མ་ཐག་བཟང་འདྲ་ལེ་བ། རྟ་ག་མ་ཐེ་བྱ་འདྲ་ལེ་བ། གནའ་མི་
བོད་ཀྱིས་གཏམ་དཔེ་ལ། བྱ་བྱ་མེད་འོ་ལ་དཔལ་སྒྲིང་མེད། མཆོན་ཞེ་འོ་ལ་རྫོང་ར་
མེད། རྟ་བོང་ཆན་འོ་ལ་རྒྱག་ཤེད་མེད། ཁྱིད་རྟ་འོག་ཐམ་བ་མི་བཅི་ལོ། ད་རུང་འདྲ་
མ་ཨེ་འདྲ་ཡོད། མི་སྒྲ་མེད་དབྱ་ལ་ཕྱག་རྒྱ་བཅུལ། རྟ་ག་མས་བདག་པོ་དབྱ་ཁར་སྒྲེལ།
སྒྲན་ག་མས་བྱི་པོ་མཛོད་ཕྱག་བཅུག། ཁེར་ཡང་ཟེར་ལ་བདེན་ཀྱང་བདེན། ད་ཞང་
ཁྱུང་རང་ལུལ་འཛིན་ལེ་ལ། ཁྱིད་སྒྲིང་དམག་ཐོག་བརྩིས་བཏང་ལམ་དུ། དམག་དཔོན་
སྟག་ཤོད་དབང་བཅན་གཅིག། ཤར་རོང་འབྲུག་ལྷ་བཅན་པོ་གཉིས། རྫོན་ཆེན་བྲག་ར་
ཤོད་ལྷུ་མ་གསུམ། དམག་དཔོན་གཡུང་རུང་ལྷ་ཤོད་བཞི། འབྲུག་ལྷ་ཤོད་རྒྱལ་གཙོར་
བྱས་པའི། སྟག་ཐུལ་དེ་བྲག་མི་མགོ་བཅུ། དམག་མང་ཅི་ཅི་བྱངས་མེད་བཅས། མ་
བཞག་སྒྲིང་རུའི་ཆམ་ལ་པམ། དེ་ལེན་མ་འཕྲད་ཐོག་བཅན་མིན། སྟག་ཤོད་ཤོར་བའི་
ཤ་ལེན་དུ། རོ་རུ་ནག་རྫོང་མདུང་གིས་འཛེར། རྫོན་བྲག་ར་ཤོད་ལྷུ་ཆེ་ཆེ་བས་སུ།
ཕུང་འདྲེ་ཁོ་སྤང་ཞགས་པས་བྲངས། འབྲུག་ལྷ་སྟག་ཤོད་གཉིས་དང་བཅས། ཤ་ཤོར་
ཤ་ལེན་ཁྱིད་ལ་བབས། དེ་ཐོག་སྤང་མའི་ཁ་མཁན་ལ། སྤར་ཁ་མོ་རྩ་མེད་ཤུག་བཞར་
བཟོ། དེ་མ་ཐོན་ཐོག་བཅན་སྤྲོད་དགོས་མེད། རས་ལག་ན་བརྟུང་བའི་རལ་གི་འདྲི།
ལྷགས་ནག་གཟེ་འོད་མིང་དུ་བྲགས། ཡ་ཐོག་བསྐལ་བའི་དང་པོ་ལ། ཐེའུ་རང་མགར་
བ་སྒྲན་གསུམ་གྱི། ལྷགས་སྤ་དགུ་ལ་གི་གསུམ་བརྟུང་། ལྷགས་ཁོ་ཁོ་འབྲིང་ཁོ་སྟག་
གསུམ། མགར་སྒྲན་གསུམ་ནང་གི་ཆེ་བས་བརྟུང་། དེ་ལ་ཟངས་རྩོམ་མིངས་ཆོད་

བཏགས། རྒྱུ་ཆེ་ངར་མོ་ཁོ་ཞང་ཆེ། སོག་སྟག་དམར་སྟོབས་ཆེན་པ་རལ་རེད། ལྷགས་
ལུ་ཁོ་འབྲིང་ཁོ་རྒྱུང་གསུམ། མགར་སྟན་གསུམ་ནང་གི་འབྲིང་བས་བརྟུང་། ལྷགས་
ནག་གཟེ་འོད་མིང་དུ་བཏགས། རྒྱ་མཉེན་ངར་གསུམ་འཛོམ་པའི་གྲི། ང་ཐོག་བཅན་
དཔོན་གྱི་པ་རལ་ཡིན། གྲི་འདི་གཡུག་གསོན་ལ་བཏང་མི་སྲིད། དེ་ཨེ་བདེན་ཁྱོད་རང་
རིག་ནས་འོང། ཁྱོད་པར་ལ་གོམ་གང་བོས་སྲིད་ན། བྱ་མ་ཡིན་བྱ་མོ་གོ་རྒྱས་རེད། ང་
པར་ལ་གོམ་གང་བོས་སྲིད་ན། ཁྱི་ནག་མོ་དགུ་ཡི་བྱ་རྒྱུད་ཡིན། ཁྱོད་གླིང་སྟག་ཡིད་
ལ་དེ་ལྟར་ཞོག །ཨོ་མ་ཁྱེ་བློ་རྩྱུ་རྩྱེ།

ཅེས་སྟུ་མཇུག་རྫོགས་པ་དང་མཉམ་དུ་ཐབ་ཤོད་འབྲིལ་བ་ལྟར་བྱུང་སྐབས།
དཔའ་ལས་གཡའ་ཁོ་རེ་ཆེ་ཟད་ཐོག་བཅན་བྲ། ཁོ་མོ་འབྲོང་གི་ཆེ་ཤ་དེ། འཛོམ་ལོང་
གང་ལོང་གཉིས་ཀ་ཡོད། དཔའ་བོ་འབྲ་གཉིས་དབྱང་འབྲེན་ལ། བསྐྱར་ལོང་གཡུག་
ལོང་གཉིས་ཀ་ཡོད། ཁྱོད་ཞེ་ཅ་དེའི་བོལ་ལྷགས་ལ། དཔའ་སྟོང་ལྷག་སྟག་ཡིན་འོ་བ།
ད་མ་སྟག་ང་ལ་རྒྱུང་ཞིག་ཉོན། ཟེར་ཤིང་སྟུ་འདི་ལྟར་གྲངས་སོ།

ཨོ་མ་ཁྱེ་བློ་རྩྱུ་རྩྱེ། ལྷ་ཐ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... གཉན་སྟག་དམར་པོ་དག་ལྟའི་
ཆོགས། དེ་རིང་དཔའ་ལའི་སྟུ་སྟངས། ས་འདིས་ས་ངོ་མ་ཤེས་ན། བཙེན་ཁྱུང་ཐང་
བར་མ་རེད། ཞང་ལྷང་བསད་པའི་བཤས་ར་རེད། ང་འབྲ་ང་ངོ་མ་ཤེས་ན། གླིང་རྩི་གེ་
སར་རྒྱལ་པོ་ཡིས། བཀའ་རྒྱོན་སེང་སྟག་ཨ་དོམ་ཡིན། དག་འདུལ་རར་རྩེ་ཁྱུང་རྒྱལ་
ཟེད། གོང་གཡལ་གཡོན་གྱི་གཡལ་མགོ་ནས། སྟག་གདན་གོང་བཙོན་མི་ཡིན། སྟང་དག་
པོའི་སྟོ་སྟོང་ལེན་མི་ཡིན། མདུན་ཆོགས་རྒྱོན་པོ་གཞི་གླིང་འཛོམ། མ་ཐུབ་དག་པོའི་
གཉའ་གཞོན་ལ། ང་དཔའ་ལའི་གོང་དུ་ཡོད་བསམ་མེད། རང་བསྟོད་མིན་ཏེ་འབྲ་མ་

ཡིན། ཁྱོད་ཀྱི་ཞུག་ཐོག་བཅན་ཉམ་པ་ཅན། སྤྱག་སྤྱག་ཞོད་སྤྱིག་རྒྱ་ལྷག་པ་ལ། རྩེ་གོ་
སར་སྤྱུ་ལ་བཞོད་གོས་ཟེར། དེ་ཟེར་བཀའ་སློན་ཆད་པ་ལ། སྤྱིང་དེ་ལ་དུམ་བུ་ཆའ་པ་
བཟོ། དེ་མ་བྱས་བཀའ་སློན་མིན་ཉགས་གྱིས། ཁྱི་རྒྱ་པོ་བྲག་རའི་འཆི་ཆབ་དུ། དཔོན་
ཁོ་ལུས་སྤྱུ་མ་པའ་དགོས་ཟེར། ཁྱོད་དེ་ཟེར་སློན་པོའི་ཆད་པ་ལ། ཁ་དེ་ལ་གྱི་ཁམས་སུམ་
བཙུ་བཏབ། དེ་མ་བྱས་ཁྱུང་རྒྱལ་མིན་ཉགས་གྱིས། འབྲུ་འདོས་འཇལ་འབྲུ་བའི་
འབྲུག་ལྷ་དང་། སྤྱག་ཞོད་དམག་ཉོབ་དོག་བཅིས་ལ། དེ་ཆབ་ང་ལ་འདེབས་དགོས་
ཟེར། ཆིག་དེ་འབྲུ་བའི་ཉེས་ཆེད་དུ། ལག་གཡས་གྱི་ལག་པ་ཕྱིར་ལ་བཅད། མིག་
ཁ་རྒྱུང་མཚུབ་མའི་ཅི་ཡི་འབྲུ། དེ་ཨེ་བདེན་ལྟོས་ལ་བསྐྱག་ནས་སྟོད། གནའ་མི་བོད་
གྱི་གཏམ་དཔེ་ལ། རྩེ་སྤྱེ་པའི་བཀའ་དང་འགལ་བས་ན། སྤྱི་དཔུལ་བ་མ་གཏོགས་འགྲོ་
ས་མེད། ཁྱོད་དཔོན་པོའི་གསུང་དང་འགལ་བས་ན། ལུས་གཟུགས་བཞི་ཁ་ཆང་འོང་
བསམ་མེད། བྲུ་དཔལ་པོའི་གདོང་ལ་སྟོག་ཤོར་ན། གསོན་ས་སྤྱིང་འདུག་རེས་ཆང་ལེ་
རེད། ཁྱོད་རང་ཟེར་བ་དེ་རང་བདེན། དག་ལ་བྱག་རྒྱ་བཅའ་མི་དེ། ཞང་ཁུང་རྒྱལ་ངན་
ལྷན་བྱུབ་རེད། ཉ་ག་པས་བདག་པོ་དག་ཁར་སྤྱེལ། དེ་ཁྱོད་ཀྱིས་རྟ་པོ་བྲུ་ནག་རེད།
སྤྱན་ག་མས་ཀྱི་པོ་མཛོད་སྤྱག་བཙུག། དེ་ཁྱོད་ཆང་དམན་མོ་གཡུ་སློན་འབྲ། ལ་རྒྱ་
གནའ་མིས་གཏམ་དཔེ་ལ། གཡུ་འབྲུག་སྟོན་མའི་རར་སྐྱད་ལ། འབྲུ་བྱང་མའི་བྲུག་
འབྲུར་འབྲུ་བསམ་ཏེ། སྐྱད་མི་འབྲུ་བྱང་བ་སྤྱིང་ཅ་འདད། མེད་དཀར་མོ་གངས་ལ་
ཅལ་འབྱོར་དང་། ལྷས་ནང་མ་མོས་འབྲེན་ཆད་བྱས། ཅལ་མི་མཉམ་མ་མོ་གང་དུ་
སྤྱང་། ང་མེད་སྤྱག་དག་ལེན་ཆས་ས་ལ། ཁྱོད་སྤར་མ་ཐོག་བཅན་གོ་མཆོན་དོམ།
དཔལ་མི་མཉམ་ཞང་སློན་མགོ་ལག་ལེན། དེ་ཨེ་བདེན་ད་ལྷ་གསལ་ནས་འོང་། དེ་སྟོན་

དཔལ་བདུལ་ཞོར་བ་དང་། དེ་རིང་དཔལ་ལྷུལ་འཆི་མས་གསུམ། དེ་འབྲ་བུང་བའི་ག་
ལེན་དུ། དུས་གཅིག་མ་སྒྲངས་དཔལ་ལ་མིན། ངས་ལག་ན་བཟུང་བའི་རལ་གྱི་འདི།
ཨོ་རྒྱན་བསྐྱའི་འཕྲུལ་བཟོ་མཛད། ཡེ་ཤེས་མཆོ་རྒྱལ་གཏེར་དུ་སྤྲས། གི་སར་རྒྱལ་
པོས་གཏེར་ནས་སྒྲངས། ང་མེད་སྟག་སྒོན་གྱིས་ལག་ན་བཞག། སྤང་དག་པོ་འདུལ་
བའི་དཔལ་པོ་ལ། ང་དཔལ་ལ་མ་གཏོགས་མེད་དོ་གསུངས། རྩོག་བཅན་བསད་བའི་
ཤ་ཁྲི་ལ། གཏེར་གྱི་འདི་འབྲ་གནང་ལེ་ཡིན། སྤང་དག་པོ་འདུལ་བའི་དུས་ལ་བབས།
གི་སར་ཐེང་མའི་ཆོགས་དང་བཅས། སྤོང་གོགས་མ་གཡོལ་གོང་མའི་ལྷ། དེ་རིང་
དཔལ་པོའི་དབྱུང་རོག་མཛོད། དག་དབྱུང་ཆམ་ལ་འབབས་པར་ཤོག། ཁྱོད་རང་ཡིད་
ལ་དེ་ལྟར་ཞོག། ཨོ་མ་ཁྱི་བསྐྱེད་ཀྱི་མྱོ།

ཅེས་ཐེར་བ་དང་ལྟན་དུ་བྱེད་ཀྱི་མཆོང་བུང་བ་དང་། རྩོག་བཅན་ཁོས་སྤྱུ་ཆོག་
བརྟམ་བཅོས་དེ་རྣམས་མ་བཟོད་ཏེ། ཁ་པོ་བསྐྱམས་སོ་སྤྱ་བསྐྱིག་མིག་ནས་མཆི་མ་
ཁྲག་ཏུ་ཁོལ་ཏེ་ངར་ཆེན་གྱིས་མཆོང་བས། འཆི་བདག་ག་ཤིན་ཅེ་ཡིན་ཡང་ཕྱིར་བྱུང་
ཞོར་བ་ཞིག་བྱས་བུང་བུང་། དཔལ་ལས་མེད་སྟག་དེ་ཉིད་ནས་དཔལ་སྒོ་ཤེད་གསུམ་
འབྲེན་ལ་མེད་བའི་རྩོག་བཅན་མི་དགོས་བདུད་ནག་པོའི་གོ་ཁུང་དུ་ཚུད་ཀྱང་བཟོད་
བསམ་བའི་ང་རྒྱལ་བྲག་པོར་འཁྲུགས་ཡོད་བའི། ཐེ་ཆོམ་མེད་པར་མཆོང་སྟེ་གྱི་
གཡུག་སྒོར་གསུམ་རེའི་མཆོམས། དཔལ་ལས་གཏེར་གྱི་དེ་ཁོ་ཡི་སྤྲག་པ་གཡམས་བའི་
རྩོག་ཏུ་ཐེབ་པས། རྩོག་བཅན་གྱིས་ལག་གཡམས་བ་གྱི་དང་བཅས་པ་ས་ལ་ལྷུང་བུང་
བས་ཁོ་རང་ལག་གཡོན་བ་དེ་ཡི་སྒྲིད་གྱི་ཤ་པོ་གཏུམ་ཆོད་དེ་བྱུང་ནས་བཏོན་བུང་
བས། དཔལ་ལས་གྱི་གཅིག་མགོ་ལ་བཏབ་པས། རྩོག་གི་ཅེ་ནས་ཁ་བཀས་ཏེ། བུང་

ཁོག་སྟོང་གི་དགྲིལ་གཤག་པས། དེའི་ཉེ་ཕྱོགས་ཡོད་པའི་གཡུ་ལྷ་འདན་མ་ཆོས་
འབྲུབ་བཅས་ལ་སྐད་ཁྲིག་དམར་ཆལ་གྱིས་གཏོར་བས་བྱིར་བྱུང་དགོས་པ་བྱུང་།
དེར་ཡོད་དཔལ་སྤུལ་རྣམས་དཔལ་ལ་ལ་ཉ་ལས་ཉེ་གི་བསྟོས་རི་ལུང་གང་བར་
མཛད། ལས་གྲུང་གི་སྒྲོར་ཉེ་བར་ཡིན་སྟབས་རྒྱལ་པོ་དང་དགའ་བདེ་གཉིས་ནས་
ཉམས་སྦྱང་མི་མཛད་པར་བཞུགས། སོག་བཅན་དེ་དཔལ་ཐེམ་ཆེ་སྟབས་ཀྱི་ཁོ་སྤང་གི་
དམིགས་པ་ཤོད། ལུས་ལྷུ་ལྷུ་བྱེད་སྐབས་དགྲ་པོ་སྤུལ་བར་རིག་ནས་བྱ་དཔལ་པོ་
ཟེར་བ་སངས་སྟག་རེད་ཟེར་ནས་ངག་ཤོར་བ་སོགས་བྱུང་ངོ་། དེར་སངས་ཆེན་ཞལ་
འཇུག་ཅན་མཛད། དེ་བྱུང་ཕྱོགས་ནས་རྩལ་ཆེན་ནམ་མཁའ་སོག་གོད་སྟག་སྤུལ་
གསུམ་བཅས་ནང་དུ་མཆོང་བར། སོག་དམག་ཉི་ཤུ་ཅན་བསད་བྱུང་སྐབས། སོག་
སྟོན་ཐར་པ་བསམ་འབྲུབ་དེའི་གདོང་བཀག་ནས་དང་པོ་མདུང་འཕྲེན་སྤང་ཅན་བྱས་
ཀྱང་པམ་རྒྱལ་མེད་སོག་གི་ཁ་ཆད་མཐར། རྩལ་ཆེན་གྱི་གི་དེ་སོག་སྟོན་གྱི་བྲང་ལ་རྩེ་
ཤད་ཐེབ་པས་བསྐྱོངས་བྱུང་སྐབས། སྟག་དམར་སྟོབས་ཆེན་སྟོབས་རྒྱལ་རིན་ཆེན་
གསུམ་པ། སྟག་གཟིག་ཞལ་དཀར་གསུམ་ནས་གི་མདུང་མང་དུ་བརྟེགས་ཀྱང་མ་
ཆོད་ཚུར་ཡང་མ་ཆོད་མང་དུ་བཏབ་ཀྱང་མ་གཞོད་ཁོ་བྱིར་བྱོས་བརྒྱབ། སྟག་དམར་
སྟོབས་ཆེན་གྱིས་སྟག་སྤུལ་གཅིག་མཆོན་འོག་དུ་བཏང་། ལྷོ་སྟོན་སྟག་མོ་ཁྱི་སྟན་
སྟག་སྤུལ་གསུམ་མཆོང་བྱུང་བར། འབྲུག་སྤྱི་ཁམ་པ་གཡུ་ལྷོ་མ་གཉིས་ནས་གདོང་
སྤངས་ཀྱང་མ་བརྟེན་སྟེ་ནང་དུ་ཤོར་སྟེ་ཉོར་དམག་བཅོ་ལྗེ་སྒྲོར་ཤི་རྣམས་བྱུང་སྐབས།
ཤན་པས་མདའ་གསུམ་བསྐྱངས་སྐབས། སྟག་སྤུལ་གཉིས་བསད། རྒྱབ་མ་དེ་སྟག་
མོ་ཁྱི་བསྟན་ལ་ཐེབ་ཀྱང་མ་གཞོད་ཁོས་གི་བྱར་ཉེ་ཤན་པའི་སྟེང་དུ་མཆོང་བྱུང་བར་གི་

འཐབ་བྱས་སྐབས། ཨ་སྟག་སྒྲ་མོ་ལ་ཕུ་ལུང་སྒྲོང་ཞལ་དཀར་གཉིས་གི་རུབ་བྱས་
བས་ཁོ་ཡི་གདོང་མ་བཞེན་པར་མར་ཅམ་ཤོས། སྟག་སྒྲལ་ཏྲ་རྩེ་རྒྱུད་རིང་དེ་ཡི་རྩོང་
དམག་བཞི་ཅམ་བསད་བྱུང་སྐབས། འབྲུག་སྒྲ་ཅེ་ཁོད་གཉིས་ནས་གི་རུབ་བཏང་ནས་
བསད། བྱང་ཕྱོགས་ནས་སྒོན་ཤེས་ཆེན་དང་སྟག་སྒྲལ་རྒྱུད་སྟག་ལུང་བྱང་བཅས་
ནས་མོན་འཛུང་དམག་བཏུ་སྒྲོང་ཅམ་བསད་བྱུང་སྐབས། བྱང་སྒྲོང་དཔོན་དང་སྟག་
སྒྲལ་སྒྲ་ཁ་རྒྱུད་ལྷན་གཉིས་གི་འཐབ་ལུང་ཅམ་མཐར། ཁོ་ཡི་སྟེ་ལུང་རྟོག་བྲག་པ་ལྷར་
བསད་ཅིང་བྱང་དམག་སྒྲལ་རྩ་ཅམ་གི་འོག་ཏུ་བཏང་། ཟླ་བ་ཁ་བཅན་གནམ་ལྷགས་
འོར་བཟང་། ལྷགས་དོ་བུ་རྣམས་ཀྱིས་ཤེས་ཆེན་གདོང་མ་བཞེན་ནས་ཤར་རྒྱག་གི་ལྷ་
གྲུང་ལ་གཏད་ནས་ཤོར་སྟེ། དེ་རིང་ཤི་རོག་ཞིག་མ་རྟེན་ན་མི་འོང་བསམ་ཏེ་ལྷ་ལྷ་
བསམ་འབྲུབ་མ་ཉིན་རྫོང་དཔོན། ཨ་སྟག་ཅེ་ཁོད་རྣམས་ནས་གི་རུབ་བྱེད་སྐབས། ཁོ་
ཡི་གི་དེ་ཨ་སྟག་ཅེ་ཁོད་ཀྱི་སྟེང་པ་ལ་ཐེབ་སྟེ་བསྒྲོངས། རྒྱབ་ཕྱོགས་ནས་ཆོས་འབྲུབ་
ཀྱིས་མདུང་ལན་གཉིས་ཐེབས་ཀྱང་མ་ཐིག །ལྷ་ལྷ་བསམ་འབྲུབ་དེས་ངར་ཆེན་ཀྱིས་
གི་ལན་གསུམ་བཏབ་བས་གོ་ཁབ་རྩྭ་གི་བཏང་བར་ལུས་ལ་གཞོད་མ་བྱུང་། བྱང་
སྒྲོང་ནས་ཞགས་གཅིག་བཏབ་བས་སྟེ་ལ་ཐེབ་ནས་འཐེན་བས་ཁོས་གི་ཡིས་བཅད་
ནས་ཁོ་ཕྱིར་འགོ་ཁ་ཉན་ཅམ་བྱུང་། སྒྲུང་མོ་གལུང་བྱང་ནས་ཆོས་འབྲུ་ཀྱིས་དམག་
རྩྭ་ཅམ་བསད་སྐབས་ཆོས་འབྲུབ་ཀྱི་གི་ཁ་འཐེན་བས་ཁོ་ཕྱིར་བློས་བརྒྱབ་བས་
ཐར། ཤར་ཕྱོགས་ནས་འདན་མས་བྱང་དམག་ལྷ་བཏུ་ཅམ་བསད་སྐབས་སྟག་སྒྲལ་
དཔའ་འབྲུབ་དང་རྟོག་རིགས་རྩྭ་པ་གཉིས་ནས་མདུང་རེ་ཕུལ་ཀྱང་མ་གཞོད་།
འདན་མས་གི་རེ་རེའི་འོག་ཏུ་བཏང་། ལྷ་ཕྱོགས་ནས་སྒོན་ཤེ་བདུད་ཁོད་དལུང་རིང་

ནས་སྤིང་དམག་བཙོ་ལྔ་ཙམ་བསད་བྱུང་སྐབས་གཡུ་ལྷ་ས་རལ་ཁ་འཕྲེན་ནས་ལུང་
ཙམ་འབྲེམ་མཉམ་གྱི་མཐར་ཁོ་ཡི་གི་དེ་ངོ་མ་ལོན་ནས་བོས་ཤོད། དེར་བཀའ་སྒྲོན་ཆོས་
འབྲུབ་འདན་མ། ཏུང་སྤྱིང་སྟག་ལྷ་གསུམ་ནས་ཞགས་པ་རེ་ཐོགས་སྟེ། བྱང་དམག་
པར་འཕྲེན་པས་རྒྱབ་བཞིན་རྒྱགས་སྟེ་སྟག་མོ་ཁྱི་བསྟན་ལྷོ་སྤོ་ནས་ཕྱིར་མཆོང་བ་དང་
ཐུག་སྟེ། ཞགས་གསུམ་དུས་གཅིག་སྤིངས་བྱུང་སྐབས། སོ་སོར་སླེ་དང་བྲང་དབྱང་
གོང་རྣམས་སུ་ཐེབས་པས་ཁོའི་གི་ལན་མང་དུ་བཏབ་པས་ཞགས་པ་གཉིས་བཅད།
ཆོས་འབྲུབ་གྱི་འཕྲུལ་ཞགས་དེ་མ་ཆོད་ནས་རྒྱང་རྒྱང་འཕྲེན་པས་རྟ་ཐོགས་ནས་ལྷུང་
བྱུང་བར། དཔལ་ཐུལ་དེར་ཡོད་རྣམས་ཀྱིས་དུབ་ནས་ཕྱི་བཀྱིག་ཨ་ལོང་བཀྱག་འབྲ།
ནང་བཀྱིག་བྲུ་བྲུ་བསྐྱམས་འབྲེམ་བྱས། དེར་བྱང་དམག་འཕྲོས་ལུས་དབྱང་བཅས་རང་
སྐར་དུ་ལོག། །དེར་སྤིང་སྐར་ནས་དགོང་ཆེན་སྟེལ་གྱི་དུས་སུ་རྒྱལ་མཆོག་མི་ཡི་ཉི་མ་
དཔོན་སྒྲོན་གསུམ་པོའི་གཏོར་ཐོར་ཕུལ་བའི་དུས་ལ་བབས་སྟེ་སྤྱིས་མཆོག་མི་ཡི་ཉི་
མ་དེས་ཞུ་ནག་དང་བེར་ནག་གསལ། ཐུགས་ཆས་དཔལ་བཟླེད་དང་ལྡན་པ་འཛིགས་
པའི་ཆས་བརྒྱད་གར་དགུའི་རྣམ་འབྱུང་དུ་མ་ཞིག་མཛད་ནས། གཏོར་ཐོར་བཏེགས་
ཞིང་བསྐྱེད་བསྐྱོམ་ཉིང་འཕྲིན་ལྷ་ཐུགས་ཀྱིས་ང་རྒྱལ་དང་ལྡན་པས་དཔོན་བཙུན་བྲག་
པོ་བཅས་གཏོར་མ་བཟངས་ནས། གཏོར་མ་དེ་ལ་མེ་རི་མེ་དབྱང་བྲག་པོ་ཀུན་གྱིས་
ལྟར་མི་བཟོད་པ་མཐོང་རྒྱ་ཡོད་པར་ཐམས་ཅད་ངོ་མཆོང་བ་གཏོར་མ་ལ་ལུང་སྤྱི་དང་
ཆོམས་སྤྱི་འབྲུག་སྤྱི་ལས་ཀྱང་ཆེ་བ་དང་མེ་ལྷེ་བོང་བ་གསུམ་ཙམ་ཆད་ནས་བླ་མའི་
བསྐྱབ་ཁང་ཐོག་དུ་དངོས་སུ་སོང་བར་གདལ། མ་མོ་རྩ་ཕྱིན་གདོང་ཅན་ཕྱི་རོལ་གྱི་
ཐོགས་པ་རྣམས་ལ་གཏོར་མ་བསྐྱོས་ཤིང་ཡོད་པ་ན་ཅི་ཆ་མེད་པར་ལུང་ལྡིར་གྱི་སྤྱིས་

གནམ་ས་གས་པ་ཙམ་ཞིག་བྱང་། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་མ་སེང་གའི་གདོང་པ་ཅན་
ཞལ་གསུམ་བྱག་དྲུག་པ་སེང་གོ་དང་སྒྲུང་ཆེན་སྤྲེལ་གདོང་པ་ཅན་འཁོར་སྒྲུང་སྤིང་
ཀྱིས་ལྷ་མ་སྤིན་སྤེ་བརྒྱད་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱོར་བ་མཛོན་གསུམ་དུ་རི་རབ་ཀྱིས་ཕྱོགས་
ཙམ་ཞིག་འཕང་བྱང་སྒྲུམ་པ་དང་། དག་སྤྲུགས་དམིགས་པ་བྱེད་ལོང་མེད་པར་སྒྲུབ་
ཁང་གི་ལྷག་ནས་མར་རི་ཉིལ་ཏེ། སྒྲ་མ་དཔོན་སློབ་ཉེར་གསུམ་དེ་ས་ལོག་དུ་ཐལ་སྒྱུ་
ཚུབ་སེ་སོང་ངོ། རྒྱ་ལེན་ཞིག་ཐར་བ་དེ་རྒྱལ་པོའི་བྱང་དུ་མཁྱོགས་པར་སོང་ངོ། བྱང་
དམག་སྒྲར་ནས་མེ་ལྷེ་དེ་བསྒྲུབ་ཁང་ཐང་དུ་སོང་བ་མཐོང་བས་ཡིད་མ་ཆེས་ཏེ། སློན་
ཤེས་ཆེན་གྱི་དེ་བཟང་རྒྱ་མི་འདུག་པས་གླིང་པ་ས་འབྲུ་མགོ་ནག་ཀྱིས་ཆོ་འཕྲུལ་ཞིག་
ཡིན་པར་འདྲ་ཟེར་སྟེ་ལྷ་བར་བཏང་།

གཞན་སློན་པོ་སྤྲུག་ཕུམ་རྣམས་ནས་དམག་དཔོན་ཐོག་བཙན་ཁོག་པའི་སྤྱིང་
འདྲ་བ་དེ་ཤོར་བས་སྤྱིང་བཏོན་པ་ལྷ་བྱའི་སྤྲུག་བསྐལ་གྱི་ཉ་མོ་བྱེ་ཆོན་ནང་དུ་འཕང་བ་
ལྷར་ཀྱིས་འདི་བྱ་འདི་བྱེད་མེད་པར་གནས། སློན་ཤེས་ཆེན་དེས་ན་རེ། ད་སྤྲུག་
བསྐལ་བྲས་པས་པན་པ་མི་འདུག། ཕྱོགས་ཀྱིས་རྒྱལ་ཁག་གཞན་མ་རྣམས་ལ་འོང་
རྒྱ་དེ་རེད་རང་ཆོ་ལ་འོང་བ་ཡིན་འདུག་པས་སློག་ལ་རིང་བྱང་མ་གཏོགས་འགྲོ་ས་
གཅིག་ལས་མི་འདུག་པར་གདའ། ད་ནི་རྒྱལ་པོའི་མདུན་དུ་ལོ་རྒྱས་ཁུ་བ་དང་། ཕྱིའི་
དམག་འཕྲལ་དུ་བསྒྲུ་དགོས་ཁུ་བར། ལྷག་ཕུལ་ཤེས་བཟང་མཆོག་དགའ་བྱེད་རང་
སོང་དང་། རེད་རང་འཕྲོས་ལུས་རྣམས་ནས་སང་ཉིན་གླིང་སྒྲར་ཐག་བཞེན་དཀྲུགས་
ནས་ཁ་ལོན་ན་རབ། མིན་ཀྱང་ཤི་རོག་མགོ་སློད་མ་རྟེན་པར་ཕྱིའི་རྒྱལ་པོའི་ཞལ་མི་
མཇལ་ཟེར་སྟེ་རང་ཆེན་དུ་གནས། རྒྱལ་ཆེན་ནས་དམག་དཔོན་ཤོར་བའི་ཤ་ལན་དུ་ད་

ལྷ་ང་རང་ཐོན་དགོས་འདུག་ཟེར་ཏེ་ཆེས་ཤོམ་ལ། རྫོན་ཤེས་ཆེན་ནས་དེ་རིང་ཨ་པོ་
བཞུགས། མ་གཏོགས་གཟའ་སྐར་མི་ལེགས་བར་སང་ཉིན་རེད་རང་འཕྲོས་ལུས་
ནམས་དབྱང་བསྐྱེགས་ནས་སྤིང་སྐར་ཁ་བཞི་གཏོར། དེས་གྲགས་མགོ་ལག་ལེན་
བས་ཆོག་ཟེར་བ་དང་། འོ་ལེགས་སོ་ཟེར་ནས་དེ་ཉིན་བསྟར། དེར་སྤིང་སྐར་ནས་
དམག་དཔོན་ལུལ་བའི་དགའ་སྟོན་དང་། སྐུ་ལ་བའི་གཏང་རག་ཏུ་ལྷ་གྲུང་ནང་དུ་
ཐམས་ཅད་འཛོམ་ཏེ་རང་རང་གི་གདན་གྲལ་མནན། ར་ཆང་ཤ་ལུད་ཀ་ར་བུ་རམ་ཤིང་
ཐོགས་ལ་སོགས་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའི་འཆོ་བ་ལ་ལོངས་སྟོང་བར་མཇུག་པའི་
སྐབས་སུ། ཨ་ཁུ་ག་ནེ་གོམ་བ་དེ་ཡི་སྤྱང་ག་ངལ་བ་རིང་མོ་ལ་བྲངས་ནས་སྤྱི་འདི་ལྷ་
སྤངས་སོ།

ཨོ་མ་ཁི་བརྟེ་རྩྱ་རྩྱེ། ལྷ་ཐ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... རྟེང་གི་ལྷ་ལ་གསོལ་བ་
འདེབས། འོད་གསལ་ལྷ་ཡི་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། ས་འདིས་ས་ངོ་མ་ཤེས་ན། ན་ཉིན་ཁུང་
ཆང་གོང་མ་རེད། ང་འབྲང་ང་ངོ་མ་ཤེས་ན། མར་ཁམས་སྤིང་བྲི་གོང་མ་ནས། ལྷག་པོ་
གདོང་གི་གདུང་རྒྱུད་ལ། ཨ་ཁུ་ག་ནེ་གོམ་བ་ཡིན། ཆེ་རྒྱུད་སྤིང་གི་གོང་ཤིང་ཡིན།
འབྲིང་རྒྱུད་སྤིང་གི་སྟོག་ཤིང་ཡིན། རྩུང་རྒྱུད་སྤིང་གི་ཉེན་ཕྱར་ཡིན། ཡག་ཉེས་ལུས་
ཆོད་འཛིན་མི་ཡིན། འཛམ་སྤིང་དབང་བསྐྱར་གེ་སར་དཔོན། རྩེང་ཆེན་བཙུ་བརྒྱུད་
བདག་པོ་རེད། ཞང་ཁུང་རྒྱལ་ལྷན་གྲུབ་གྲགས་བ་འདི། སྟོན་མར་མེ་མཇུག་གི་བསྟན་
བ་ལ། གནོད་བ་ལུབ་པའི་བདེན་ཆོག་བཏབ། ད་བར་དཔལ་ཁམས་བཙུ་བརྒྱུད་
འབྲིས། བདེན་ཆོག་སྤྲིན་ལམ་བཙུ་བརྒྱུད་ལུས་དཔལ་ལྷན་ཁུང་རྒྱལ་པོར་སྤྲེས། དེ་
གོང་སྟོབ་དཔོན་བརྟེ་ཡིས། བདུད་ཆེན་བཙུ་བརྒྱུད་ཁ་གཏོན་དུ། འཛམ་སྤིང་སྤྲེས་ཕུ་

དོན་འགྲུབ་བསྐྱོས། བསྐྱོས་པའི་མི་དེ་བསྐྱིག་པ་འདྲ། བཅུག་པའི་ཤིང་དེ་སྐྱེས་པ་འདྲ།
སྟོང་ཆེན་ཐུན་པ་ནག་པོ་ཡང་། འཛམ་གླིང་ཉི་མས་མིང་མེད་བཟོས། ས་འཛིན་སྤང་
སྟོང་བརྟེན་བཟིང་གྲང་། རུས་སྤྱིན་ལ་མོང་རྫོན་བས་ལུག། ཞང་ཞུང་རྒྱལ་ཁག་དབྱང་
ཆེ་ཡང་། ལས་དབང་སྟོབས་གྲིས་རིམ་པར་འདུལ། ཞང་ཞུང་མི་དགོས་ཨ་ཁུ་ཅི། ཞང་
རྫོན་ཐོག་བཅན་སྟོག་འོད་དེ། བདུད་རུ་ཏ་མི་ཡུལ་ཕྱིན་ལེ་འདྲ། འཕྲེན་ཡ་འཛམ་གླིང་
མེད་དོ་ཟེར། ལུས་དམར་བསད་ཁེ་རུམ་བཞིན་དུ་འཕང་། དཔའ་ཡ་མེད་དུང་མེང་
གཡུ་རལ་ཅན། དཔའ་མི་སྦྱང་མིན་པ་ཅི་འདྲ་ཡིན། གདོད་ལྷ་བརྒྱུད་མ་ནོར་ངོ་མ་ཡིན།
མདང་ལྷན་ཆ་བྱའི་སྟོ་མདང་ལ། བརྒྱ་ར་གའི་རྟོག་ཞིག་བཅུག། ལས་ཞུ་སྟོང་གསུམ་
ཟེལ་གཞོན་བསྟོན། འཕོལ་གདན་བཅོག་གཅིག་སྤར་རྒྱ་ཡིན། ཏྲ་གཅིག་ཁྲབ་གཅིག་
ཐེར་གཅིག་གཅོས། ར་མའི་དར་ལ་དགུ་ཆོན་དང་། གསེར་མགུ་མོ་ཉི་ཤུས་དཔའ་
དར་ཡོད། རྒྱ་དར་བགྲིས་རི་མོ་ཅན། ངང་དཀྲིལ་ལེ་དར་རྗེ་དཔོན་ལ་བསྟོན། ཏྲ་ག་དང་
རྟེན་འབྲེལ་བཟང་བར་ཤོག། གཡོན་གཡལ་སྟག་གདན་ཡང་སྟེང་ནས། རུས་ཆེན་འཇང་
སྤས་གཡུ་ལྷ་བྲ། དཔའ་ཅལ་དུག་སྟག་མོ་གྲ་རྒྱས་རེད། ཞང་ཞུང་དམག་དཔོན་སྟག་
ཁྱོད་བྲ། ཁ་རིང་མདུང་མོའི་ངར་ལ་བྲངས། ཅལ་ངར་ཆེན་མིན་ན་ཅི་འདྲ་ཡིན། ཏྲ་
གཅིག་ཁྲབ་གཅིག་ཐེར་གཅིག་བཅས། ར་མའི་དར་ལ་དགུ་ཆོན་དང་། གསེར་མགུར་
མོ་ཉི་ཤུའི་དཔའ་ཁ་བསྟོད། སོག་དར་ཏྲ་ག་བརྒྱུད་རི་མོ་ཅན། མེར་དཀྲིལ་ལེ་གཡུ་ལྷའི་
མགུལ་དུ་བསྟོན། དག་མགོ་དོག་བས་ནོན་པར་ཤོག། རྫོན་ཆེན་བྲག་ར་ཁྱོད་ལྷོ་དེ།
སྟོན་མོ་མཆོན་གྲིས་ཆོད་ལེ་མིན། ལན་མེད་དཔའ་ཁྱོད་དེམ་སྟོན་འདྲ། འབྲུལ་ཞགས་
ཨ་ལོང་སྟེ་ལ་བསྟོན། རོ་སྦྱར་ལྷགས་ཀྱས་རྒྱ་ནང་འཕངས། བྱང་རྒྱལ་ཁག་བཅོ་

བརྒྱད་མགོ་འདྲིན་ལ། སྟོན་མི་འགྲུར་ཆོས་འགྲུབ་སྤྱད་བྱུང་ཅན། རྗེ་སེང་ཆེན་ཞབས་
རྟོག་འགྲུབ་ལུགས་ལ། ཅལ་སྤྱར་མགྲོགས་མེད་ན་ཅི་འདྲ་ཡིན། ཉུག་ཅིག་ཁྲབ་གཅིག་
བེར་གཅིག་གཙོས། རྗེ་མའི་དར་ལ་དགུ་ཆོན་དང་། གསེར་འགྲུར་མོ་ཉི་ཤུས་དཔལ་
དར་ཡོད། རྒྱ་དར་སྤྱ་བདུན་རི་མོ་ཅན། དཀར་དགྲིལ་ལེ་བཀའ་སྟོན་མགྲུལ་ལ་བསྟོན།
རྗེ་སེང་ཆེན་ཞབས་རྟོག་འགྲུབ་པར་ཤོག །སྤྲལ་ན་གཞི་སྤྱད་དགའ་བདེ་གཉིས།
མཐུ་རྩས་པ་ནས་མཁའི་ཐོག་དང་འབྲ། བོན་གཤེན་ཡུ་མེད་ས་འོག་བཏང་། གསེར་རྩི་
ཁ་ཉི་ཤུས་གཟེང་བསྟོད་ཡོད། དར་དཀར་བགྲིས་རི་མོ་ཅན། དཀར་དགྲིལ་ལེ་སྤྲལ་
པའི་མགྲུལ་དུ་བསྟོན། གཏེར་གྱི་མདུང་ཞགས་གོ་མཆོན་གསུམ། གཏེར་བདག་སེང་
ཆེན་ཁོང་ལ་ཤུལ། དེ་མིན་སྤྱ་ཡི་འཆང་དབང་མེད། ཤེན་འདན་སྤྱ་མོ་དུང་སྟོང་བྲ། ཁ་
བཅན་རྟོར་བཟང་ལུགས་དོ་བྲ། དཔལ་ཤུལ་དཔལ་ལོག་དཔལ་ཆོད་རྣམས། དར་དཀར་
བཟའིས་འབྲིལ་བ་དང་། གསེར་མགྲུར་མོ་བཅུ་རེ་གཟེང་བསྟོད་ཡོད། སྤྱིང་དཀར་
བསམ་དོན་འགྲུབ་ལེ་ཡིན། ཞང་ཁྱུང་སྟག་མོ་ཁྲི་བཏེན་ཁོ། ས་ནག་དོང་ནས་ཡར་ལ་
བྱུང། ལྷ་གྲུང་སྟོ་ལ་ཁྲི་བཞིན་སྟོད། ས་དང་ལུང་པའི་ཆགས་ལུགས་དང་། སྤེ་དང་
ཡུལ་དགོན་གནས་ལུགས་གཉིས། རྒྱལ་སྟོན་མདུན་གྲོས་བྱེད་ལུགས་གསུམ། སྤེ་
སྤྱིང་དམག་དཔུང་དཔལ་ཅལ་བཅས། དམག་ཡུལ་ལོ་རྒྱས་བྱི་རྟོགས་མཛོད། གཞེས་
ནང་ཆོས་པ་བཙུ་ལ། སྤྱིང་སྐར་སེང་ཆུ་པར་བྱ་བྲ། ཁྲབ་ཆེན་གྲུར་ཐང་དམག་
སྐར་རྒྱུག་ ཉི་མ་སང་གི་ཡང་གོང་བྲ། དམག་དཔོན་ཤོར་བའི་ཤ་ལེན་བྲ། ཆེ་ལ་རྒྱལ་
པོ་སྤྱན་གྲུབ་གྲགས། སང་ཉིན་ཐོན་པ་ལག་པའི་མཐེལ། དཔལ་འདྲེན་ཡ་འོང་བ་དཀར་
མོ་ཡོད། རང་རང་དཔལ་ཆོད་ཟིན་རེས་དགོས། དག་ལྷ་ཉི་འབྲུམ་འཇང་སྤྲས་གསུམ།

རིན་ཆེན་དར་ལུ་ལྟ་ཆོད་ལུ། སྤྱི་སྤྱེག་ཡིན་པས་ཐོན་རྒྱུ་མེད། དེ་འཕྲོས་དཔའ་ལུལ་
ཆོས་སློན་རྣམས། ཁྱ་སྤྱེག་བཞིན་དུ་ཐབ་ཤེས་གྱིས། འདིར་བཞུགས་ཐུགས་ལ་དེ་
ལྟར་ཞོག། ཨོྲཱ་མ་ཏི་བརྟེ་རྩྱུ་རྩེ་།

ཅེས་སྤྱི་དེ་ལྟར་སྤྲངས་པས་ན་མི་རྒྱུད་དང་ཕྱིན་སློན་གཉིས་ནས་སྤྱག་མོ་ཁྱི་
བསྟན་དོང་ནས་བཏོན་ཏེ་ལྟ་གྲུར་སྒོ་ལ་ཕུར་བ་བྱ་རྒྱུ་ལོ་བརྒྱད་ཀྱི་ཆོད་ཅམ་ཞིག་
གདབ་པས་དེ་ལ་ཁྱི་བསྒྲོར་བ་ལྟར་བྱས་ནས་བཞག། ཁྱོ་སྤྱང་གི་བསམ་བ་ལ། བྱང་
སློན་ཆོས་འབྱུང་ལ་དཔའ་ལུལ་གྲལ་འགྲོ་ཞིག་དགོས་འདུག་བསམ་ཏེ། དེར་ཁྱོ་སྤྱང་
རྒྱལ་པོ་དེའི་ཨོག་ཆོམ་ཁམ་བ་སྤྱམ་བསྤྱས་ལ་གསེར་གྱི་མེ་ལོང་སྤྱེར་ཁ་ཅམ་ཞིག་
བཏགས་ནས་འཛིགས་པའི་ཆས་བཅོ་བརྒྱད་དང་བཅས་ཏེ་ཏ་ར་རྟུར་སྤྱང་ལ་བྲངས་
ནས་སྤྱི་འདི་ལྟར་སྤྲངས་པར་གདའོ།

ཨོྲཱ་མ་ཏི་བརྟེ་རྩྱུ་རྩེ་སྤྱི་ཐ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... སྤྱལ་སྤྱུ་ཆེ་དབང་རིག་འཛིན་རྩེ།
གསོལ་བ་འདེབས་སོ་ཐུགས་རྩེས་བྱངས། ས་འདིས་ས་ངོ་མ་ཤེས་ན། རིང་པོ་རྣ་བས་
ཐོས་བ་ལ། རྒྱུང་ཐང་ན་བའི་འགྲིང་ཁྲག་རེད། ང་འབྲ་ང་ངོ་མ་ཤེས་ན། ལྟག་རོང་དུག་
མཆོ་ཁོལ་མ་ནས། དུག་ཏ་ལའི་འབྲས་བྱ་ཁྱོ་བོ་རྒྱལ། དག་ལ་ཁ་པོ་བཅང་མི་རེད།
མགོ་ལག་སྤྲངས་སྤྲངས་བཤད་ཆོད་མེད། མཐུ་ལ་རྩྱུ་ཤི་པགས་འབྱེལ་ཤེས། བོན་
གཤེན་སྤྱི་ལ་སྤྱི་ལོག་བཏང་། ལང་སྤྱ་རྩུའི་སྤྱིང་དུ་དར་བའི་འཇམ། ཉམས་རྒྱུང་སྤྱིང་
བའི་བ་མ་རེད། ཁོ་དེ་ཉོན་དང་ཞང་ཞུང་སློན། ལྟག་མོ་ཁྱི་བསྟན་ཕ་མའི་བྱ། ཐག་ནག་
ལུས་ལ་ཨེ་འཇམ་དུ། དོང་ཁ་སྤྱང་བ་ཨེ་སྤྱི་དུ། མལ་སྟན་ཆེར་མ་ཨེ་བདེ་དུ། དེད་སྤྱར་
ཁམས་གེ་སར་ཁུ་མཆོན་ལ། འདྲེས་ཡ་ཨེ་བཟང་འདི་ལ་ལྟོས། ཕ་མོ་ཐོག་བཅན་སློག་

ཡོད་བྱ། ལུས་ཁེ་ཁྱོག་སྤོང་དུ་མ་བཞིན་དུ་འཕང་། སྟག་ཁྱོད་དབང་བཅན་མདུང་ལ་
བངས། བྱག་ར་མེང་ཆུས་གཞུང་དུ་བསྐྱར། ཡིན་ན་གླིང་དཀར་དེ་འབྲེལ་ཡིན། གསེར་ཁི་
མེར་མེའི་ཡང་སྟེང་ན། མེང་ཆེན་མོར་བྱ་དག་འདུལ་འདི། གཟི་བཞིན་ཉི་མ་འབྲུམ་
ལས་ལྷག་། དག་དབྱང་ཆམ་ལ་པལ་པའི་རྟགས། གཡས་གཡོན་མདུན་རྒྱབ་ཁི་སྟེང་
དུ། དཔལ་པོའི་གདུང་གཡུང་བསྐྱེགས་པ་འདི། ཨ་སྟོན་སྐར་ཆོགས་བཟ་བ་འདྲ། གསོལ་
ཅོག་སྟེང་ལ་གྲུ་ལང་གསེད། གསེར་གྱི་མཆུལ་ཕྱལ་བ་འདྲ། མགུལ་དར་དཀར་དམར་
ཁྲག་སྐུམ་འདི། གངས་ལ་ཉི་མ་ཤར་བ་འདྲ། བོན་ནག་བསྟན་པ་བསྐྱབ་པའི་རྟགས། དེ་
སྤྲ་ད་དུང་སྤྲ་བྱི་ཡིན། ཁྱོད་རང་སྟོག་དམར་མ་བཅད་གོང་། གཏམ་ཆོག་གསུམ་སྒྲ་བོ་
བང་གཏམ་གྱིས། གཏམ་དེ་དང་མདའ་མོ་བང་ན་དགལ། བང་ན་དགའ་བའི་བང་གཏམ་
གྱིས། གཞུ་དང་ལམ་བོ་འཁྱོག་ན་དགལ། འཁྱོག་ན་དགའ་བས་འཁྱོག་ན་བསྐྱར། དེས་
དང་དོན་མཐུན་ཆོག་ཅིག་སྟོས། ཞང་ཁྱུང་ལྷན་གྲུབ་གྲགས་པ་དེ། དངོས་ཡོད་རེད་
དམ་དངོས་མེད་རེད། དཔལ་ཤེད་དཔུང་པ་ཅི་འདྲ་ཡོད། རར་ཁྱོད་སྟོན་ཆེན་སུ་འདྲ་
ཡོད། སྟག་ཕྱལ་དཔུང་བཅན་དུ་ཅམ་ཡོད། བྱི་གླིང་སྟེ་ཁག་དཔུང་དམག་དེ། སྟོབས་
དང་རྒྱས་པ་ཅི་འདྲ་ཡོད། མགོ་འཛིན་དཔལ་བོ་སུ་འདྲ་ཡོད། དཔལ་ལན་མེད་ལན་ཡོད་
ཅི་འདྲ་ཡིན། མི་རྩུ་འབྲུལ་སྐྱུ་མ་ཅི་འདྲ་ཡོད། ས་དང་ལུང་པ་ཅི་འདྲ་ཡིན། སྤེ་དང་བྱ་རྩ་
བྲག་ཞན་བཅས། མ་གསང་སྒྲ་འོ་བང་གཏམ་གྱིས། གཏམ་བང་པོར་བཤད་ན་ཆེ་ཐར་
བཏང་། རྩ་བཏགས་ཁྱི་བསྐྱོར་ཨེ་ཉན་ལྷ། གཡོ་སྐྱུ་བྱུང་ན་རྒྱ་མ་བཞོག། བང་ལྷགས་
བཤུས་ནས་མགོ་ལ་བཞོན། ལྷ་བའི་མིག་འབྲས་ཐང་དུ་ལེན། གཟུགས་བཞེདུམ་བྱར་
ཆལ་པར་བཏང་། ཨེ་དགའ་བསམ་སྟོང་བོར་སྟོས། གོ་ན་ན་བའི་བྱ་རམ་གྱིས། མ་

གོ་ཚིག་ལ་འབྲེལ་བ་མེད། ཁྱོད་རང་ཡིད་ལ་དེ་ལྟར་ཞོག །ཨྱོ་མ་ཉི་བརྗེ་རྩྱའི་རྩེ།

ཅེས་སྤྱོད་ལྟར་སྤངས་བས། སྤྱག་མོ་ཁྲི་བསྟན་གྱིས་བསམ་པ་ལ། ད་རང་རང་
སྟོག་དམར་ཐང་དགུ་ཆད་ཀྱང་རྩུ་ས་ཕྱི་ནང་བརྗེ་བའི་གཏམ་བཤད་བ་བས། སྤེན་
དགའ་ནམ་ཞིག་ཤི་མི་དགོས་བ་མེད་བས་ད་ལྟ་བས་ད་ཀྱང་བཅོད་བསམ་སྟེ་དཔལ་མ་
ལུས་ངང་ནས་སྤྱོད་ལྟར་ཕུལ་ལོ།

ཨྱོ་མ་ཉི་བརྗེ་རྩྱའི་རྩེ། སྤྱ་ཐ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... འབྲུག་ལྷ་དབལ་སྤྲས་ཐེང་མ་
བཅས། དེ་རིང་ར་ལ་མཐོན་སྤྲུབས་མཛོད། ས་འདི་ས་རོ་མ་ཤེས་ན། ལྷུང་ཐང་ན་བ་ཁ་
མོ་རེད། ང་འདྲ་ར་རོ་མ་ཤེས་ན། ལྷོ་སྟོང་སྟེ་བདུན་གྱི་དཔོན་པོ་ལ། སྤྱག་མོ་ཁྲི་བསྟན་
མིང་དུ་གྲགས། འདིར་བཞུགས་རྒྱལ་ལྗོན་དཔལ་པོའི་དཔུང་། ཐུགས་མ་འབྲུགས་ང་
ལ་སྟན་གསོན་དང་། ཁྲིམས་ཆེན་དཔོན་གྱི་རྒྱལ་པོ་ལ། ལུ་ལོང་སྟོན་ལོང་གཉིས་ཀ་
ཡོད། མོ་རབ་ཁོག་བ་ནམ་མཁའ་འདྲ། ཐང་དཀར་གཤོག་རྒྱང་བྱེད་ས་ཡོད། མོ་འབྲིང་
ཁོག་བ་སྟོ་བ་འདྲ། འབྲུ་སྟོན་མའི་བཤོས་སྤྲུགས་བྱེད་ས་ཡོད། མོ་མཐའི་ཁོག་བ་སྤྱ་
ཁོག་འདྲ། ཐག་བས་བཟུར་འགྲོས་བྱེད་ས་མེད། མཁེན་རྒྱ་ཅན་གྱི་དཔོན་ལྗོན་ནམས།
ཐུང་ཐུང་མིག་གི་མ་མཛོང་ཡང་། རིང་པོ་ན་བས་ཐོས་རྩལ་ལ། འཛམ་གླིང་གི་སར་
རྒྱལ་པོ་ལ། འདྲེས་ན་འདྲེས་ཡ་ངན་དོ་བེད། བཅར་ན་ཁོག་རྒྱ་ཆེ་དོ་བེད། ང་འདྲ་
བཅོན་བ་ལག་རྩེད་ལ། དཔལ་གཏམ་དཔུང་གཏམ་དགོས་བ་མེད། ངར་ངར་མཛོད་
བས་པན་བ་རྩེད། གྱིས་རྩེད་སྟེང་ལ་ལྷགས་གཞུ་འདྲ། ཤིག་སྟེའི་སྟེང་ལ་སྟེ་རེ་རེད།
རེད་ཨི་བསམ་རྒྱལ་ལྗོན་ཐུགས་ལ་སྟོར། དེ་སྤྱ་དེ་སྟོན་ཡན་ཆད་ལ། གླིང་ལ་དགའ་ཡ་
བྱེད་བསམ་མེད། ད་ལོ་བྱས་གྱི་ཡོ་ལང་ལ། མི་བྱེད་ཁ་མེད་རྒྱལ་པོའི་བཀའ། རང་

བྱས་ལས་ལ་བྱེད་རྒྱ་མེད། བྱང་བེ་རེ་བརྒྱ་དཔོན་གཙོར་བྱས་པའི། བྱང་དམག་བཅུ་
དང་འཛང་དམག་གསུམ། མ་བསྐྱད་ལག་ལ་ཤོར་ནས་ཐོས། སྤར་བྱས་ལས་དེ་འབྲོད་
པས་བཤགས། ཕྱིན་ཆད་སྤིང་དཀར་རྒྱལ་སྟོན་ལ། བཀའ་ཅི་གསུང་ཅི་འབྲུབ་བསྐྱབ་
ལེ་དེ། ལྷ་འབྲུག་ལྷ་དབལ་སྤས་པར་དུ་བཞག། གཤོང་པ་རྩུས་ཤོར་ཡང་འབྲོད་རྒྱ་
མེད། རྟོག་ཐང་དགུ་ཆད་ཀྱང་སྟོན་ལས་རེད། སྤྱིས་པའི་ལུས་དེ་ཐོབ་ལེ་དང་། དམ་
ཆོས་གཙང་མ་བསྐྱབ་ལེ་དགའ། གནའ་མི་བོད་ཀྱི་གཏམ་དཔེ་ལ། དབྱ་མཆན་ཞབས་
ཚུད་ན་བྱ་ལས་བྱམས། མི་བསད་ཆེ་ཐར་བཏང་བས་ན། རལ་གྱི་སྤྲིག་པ་ཤ་ཐན་དང་།
མདུང་མོ་ལག་ནག་དུག་ལྷེ་གཉིས། ཏ་པོ་མཆན་ལྷན་རྒྱུང་ག་ཤོག་གསུམ། གེ་སར་
རྒྱལ་པོ་བྲིད་ལ་འབྲུལ། ལྷག་དོང་ག་ཐིག་ལུབ་ཁབ་མོག་གསུམ། དཔལ་བཏུལ་སྟོན་ལ་
སྤྱི་བཤགས་འབྲུལ། རབ་ན་ཆོས་སྟོན་ལྷ་སྟོན་ཞིག། འབྲིང་ན་ཏ་བཏགས་ཁྱི་སྟོར་དང་།
ཐ་མ་སྟོག་དམར་མ་བཅད་ཅ་མ། ཆེན་པོའི་ཤིང་ལ་བཞོག་ན་ཡོད། བ་བཟང་བྱ་ལ་ཁྱ་ན་
ཡོད། གུ་ལང་གསེར་ལ་བརྟུངས་ན་ཡོད། བརྒྱ་ལ་གསོན་པར་མི་བཏང་ན། ཤི་དཔུལ་
མར་མ་བཏང་སང་ཆེན་ཟེ། ལྷ་འབྲུལ་པ་སོང་ན་བཟོད་པར་གསོལ། དག་འབྲུལ་པ་
བྱང་ན་མཐོལ་ལོ་བཤགས། རྒྱལ་སྟོན་སྤྲུགས་ལ་དེ་ལྟར་ཞོག། ཁྱི་མ་ཁི་བསྐྱེ་རྩྱུ་མྱི།

ཅེས་སྤྱད་ལྟར་སྤུལ་བ་དང་། ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མ་འོས་པས་ཁུ་བྱ་མི་འདུག་
ཟེར་སྟེ། བསྟིག་མོ་རེ་བྱས་ཀྱང་རྩུས་ཕྱི་ནང་བརྗེས་པའི་ཆོག་གཅིག་ཁུ་བྱ་མེད། བྲིད་
སྤིང་དཀར་རྒྱལ་སྟོན་རྣམས་ཀྱིས་མཁྱེན་བཞིན་དེད་ཞང་ཁུང་གི་བྱ་ཏ་ཤོད་ཞན་རིམ་
ཀྱིས་གསལ་འོང་ཟེར། ཁ་པོ་ཐམ་ཐམ་དུ་འདུག། ཁྱོད་སྤང་ནས་ཅི་བྱེད་མེད་པར་ཐལ་བ་
སྤར་གང་ངོ་ལ་བཏབ། མཆིལ་ཞགས་འཕངས་རྟོག་བརྟེན་བྱེད། བྲིད་ཀྱིས་ས་རྒྱས་

དང་ལམ་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་རྣམས་ཞིབ་པར་མ་སྒྲིམ་ན་ད་ལྟ་དམར་བསད་མི་བཏང་
རེ་ཞེས་ངར་བའི་རྒྱལ་གྱིས་སྲིན་གྱི་ཕྱེད་ཤམ་ཅམ་བྱས་པས་རུ་རུ་མཛད་དོ།
སྟག་མོ་ཁྱི་བསྟན་ནས་ཨ་ཁུ་དཔོན་པོ་ཁོ་རྒྱལ་ལགས། ང་བཙོན་པའི་སྤང་ལ་ཁྱོད་ཁྱོད་
འདི་ཅམ་རེ་མ་གཏོགས་ཞང་གླིང་འབྲུགས་པའི་ཤི་སྒྲུལ་ཅི་ཅམ་སོང་ཁྱོད་ཨ་ཁུ་ཉི་
མ་གཅིག་ལ་མདའ་ཤ་སོད་ཅམ་གཅིག་འཕངས་རབ་དང་། ཉེ་དྲུལ་ཅམ་རྒྱགས་
རབ་གོ་མ་སྤོང་བའི་ཁྱོད་པའི་མིང་ཅི་ལ་ཡོད། ང་བཙོན་པ་ལན་འདེབས་རེ་མེད་པའི་ད་
ལྟ་བསད་ན་དགའ་བ་ཡིན། ཁྱོད་ཁོ་སྤང་གི་ལྷ་རྩེར་གླིང་འབྲུགས་སྐབས། བ་རྒྱས་
བཙོང་ནས་བྱས་ཕྱི་ནང་བརྩེས་ནས་རྒྱལ་དེ་ལྟར་མི་རབས་དགུ་ལ་གླིང་རྒྱུ་ང་རང་མི་
ཁྱེད་རོ་མ་ཡིན་ཟེར་ཉེ་ཁོ་སྤང་ལ་གདོང་ལྟས་ཤིག་གོ། མིག་དམར་ཚུ་བ་ཚུ་བས་བྱས་
སྤང་བས། ཁོ་སྤང་ཕྱིར་ལུང་ཤོར་འདར་ཤིག་ཤིག་ཁྱེད། གླིང་བ་རྒྱན་གྲལ་རྣམས་མ་
གཏོགས་གཞན་བ་ཐམས་ཅད་ཏ་བཤོད་ཤོད། དེར་རྒྱལ་པོ་སངས་ཚེན་ནས་ཁོ་རང་གི་
ཟེར་བ་ལྟར་ལ་ལོག་བ་མེད་པའི་མནའ་སྤྱེལ་བ་ལྟར་བཙོན་དོང་ནས་དགོངས་ཁྱོལ་
གྱིས་ཁྱེ་རིའི་ཤོག་ནས་གཉེར་ཁ་གྱིས། གསུངས་པར་ཐམས་ཅད་གྱིས་མངོན་པར་
བསྟོད་དོ།

དེར་སྤྱ་རི་སྟག་པོ་སྤོང་ཤོང་ནང་། ཞང་རྒྱལ་ལྟན་གྲུབ་གྲགས་པ་དེས་པོན་སྤྱ་
ས་སྤེབས་འོག་ཏུ་སོང་འདུག་པ་དང་། དམག་དཔོན་ཐོག་བཙོན་གླིང་གིས་བསད་ཤོར་
ལུགས་གཞན་དམག་དཔོན་གསུམ་བཟུང་བ་དང་བསད་པ་སོགས་བྱས་སོང་ལུགས་
གྱིས་སྐྱད་འཕྲིན་ཐོས་ནས་ང་རྒྱལ་དག་པོས་རེ་ཞིག་ཁ་དག་མ་སྤུབ་པ་ལྟར་ཁྱེད་ནས་
ཐོན་མེད་དུ་བརྒྱལ་སོང་བ་དང་། སྤས་མོ་མ་ཡུམ་རྣམས་ཀྱི་ལྟ་ཆབ་གྱིས་བསེལ་རྒྱུན་

གཏོར་ནས་སོས་པ་ན། སྒྲ་མ་བཀའ་འིན་ཅན་དེ་ས་ལོག་ཏུ་སོང་། དམག་དཔོན་ཐོག་
བཅན་ཁོག་པའི་སྟེང་འདྲ་བ་དེ་ཤོར་བ་དག་གིས་སྤྱག་ལ་དེ་བྱས་ཀྱི་ཤ་ལན་ཞིག་མ་
འཕྲོད་ན་མི་མན་འདུག་གསུང་སྟེ་འཁོར་གསུམ་བཞེས་ཏེ་ཆས་པར་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་
བཤོལ་ཀྱང་ཞུ་བ་མི་འོང་སྟུང་སྟེ་ཞུ་མ་སྟོབ། དེར་ཡོད་སྟེར་འཛིན་རིན་ཆེན་གྲགས་པ།
ནང་སྒྲོན་བྱགས་ཆེན་དོམ་ནག །གཡུང་བྱང་ལྷ་ཅེ་བཅས་ཆས་ཏེ་ཞང་ཁུང་དམག་
སྐར་དུ་ཕྱིན་ནས་རྒྱལ་པོ་རྟ་ལས་མ་བབས་པར་ཁོ་རེ་མ་མོ་ཅལ་ཆེན་བྲ། ཤེས་ཆེན་
ཉི་མ་སྟག་ཐུབ་བཅས། འགྲོ་རྒྱུ་ཡིན་ན་གླིང་སྐར་དགྲགས། སྟོད་རྒྱུ་ཨེ་ཡིན་ཁྱོད་ཆོས་
ཤེས། ང་རང་རྒྱལ་པོ་འགྲོ་རྒྱུ་ཡིན་ཟེར་བར་བྱང་དམག་རྣམས་ཀྱང་ཁར་སང་ཤེས་
ཆེན་གྱི་ངག་བཀོད་ལྟར་ཐོན་རན་ཡོད་པས་ན་ཐམས་ཅད་བྱ་བྱར་དོས་དགྲོག་པ་ལྟར་
ཀྱིས་གཅིག་རྒྱབ་གཉིས་བསྟོན་གྱི་གླིང་སྐར་ལ་ཆས་བྱང་བར། གླིང་བ་རྣམས་ཀྱིས་
མཐོང་སྟེ་ཟེར་ཡོང་ཡོང་ངང་དུ་ཤར་རྒྱག་དུ་ཆས་བྱང་བར། དང་པོ་ཤར་ཕྱོགས་ནས་
སྤྱང་མོ་གཡུང་བྱང་བདུད་གློད་དཔུང་རིང་གཉིས་ཀྱིས་དམག་སུམ་ཅུ་ཅུ་མ་བསད་
ཅིང་མདུན་སྐར་ལ་རྒྱག་བྱང་བར་ཤན་པ། དཔལ་ལོ། འབྲུག་སྤྱ། ཐང་དཀར་ཅེ་གློད་
རྣམས་ཀྱིས་གདོང་སྐངས་ཀྱང་མན་ཚུན་འདྲ་མཉམ་དང་། ལྷོ་སྟོན་རྒྱལ་པོ་ལྟན་
བྲུག། ཤེས་ཆེན་ཉི་མ། ཅལ་ཆེན་གསུམ་ནས་དམག་བཞི་བཅུ་ཅུ་མ་བྱིད་ནས་མཆོང་
བྱང་བར། ཁོ་སྤང་ནས་ང་རང་ཡིན་མདོག་ཞིག་བྱེད་ན་དཔལ་ཁ་ཐོབ་ཤེས་ཆེ། མིན་
ཀྱང་ཕྱོས་ན་ཐར་བསམ་ཏེ་ཞགས་པ་ཞིག་ཐོགས་ནས་འགྲོ་ཆས་བྱེད་པ་ལ། ལྷ་གློད་
ནས་ཨ་པ་བཞུགས་བཞུགས་བྱས་ཀྱང་མ་ཉན་པར་ཤོར་བར། བཀའ་སྒྲོན་ཆོས་
འབྲུབ་ཀྱང་དེར་ཕྱིན་ནས་རྒྱལ་པོ་འགྲོང་ཁོང་གཉིས་ཀྱིས་བཀག་ནས་ཁོ་སྤང་གི་མ་

མོ་སྟག་བརྩམ་གྱི་སྤྱ་འདི་ལྟར་བྲངས་སོ།

[illegible]

ངས་འབྲུལ་ཞགས་ཁ་པོ་བྱ་འཛིན་འདི། ལྷ་ཆེན་གནམ་ཐེལ་དཀར་པོས་གནང་། དེ་
མིང་རང་པ་རྒྱལ་འདེབས། ལུས་རྩལ་དྲུག་བྱ་བཞིན་དུ་བདམས། ལུལ་བདག་
བཅན་དམར་སྟོག་གི་བདག། གཤེད་མེད་མའི་ཆོགས་བཅས་གྱིས། དཔལ་པོའི་ཞང་
ཁ་མཆོ་རོགས་མཛོད། ཁྱེད་རང་ཡིད་ལ་དེ་ལྟར་ཞོག། ཞི་མ་ཉི་པ་རྩེ་རྩྱུ་རྩི།

ཅེས་ཟེར་སྟེ་ཞགས་པ་དེ་སྤྱིངས་པས་ཁོའི་སོག་ཐུག་ལ་ཐེབ་པས་ཚུབ་ཚུབ་
འཐེན་སྐབས། ཁོས་རལ་གྱི་ནོ་ཆོད་དུག་ལྷེ་ལན་གཉིས་ཐོག་ཞགས་པ་བཅད་དེ་རལ་
གྱི་ཕྱབ་ལ་བཅུད་སྟེ་ཞགས་པ་དམར་པོ་རྒྱང་འཛིན་དེ་ཕྱར་ཉེ་སྤྱོད་ལྟར་སྤངས་སོ།
ཞི་མ་ཉི་པ་རྩེ་རྩྱུ་རྩི། ལྷ་ཐལ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... གནམ་གྱིས་འབྲུག་ལྷ་མེ་འབར། དབལ་
སྐས་སྟག་ལྷ་མེ་འབར་མཁུན། ཐེང་མ་མི་ཐང་ག་པ་མཁུན། ས་འདིས་ས་ངོ་མ་ཤེས་
ན། གཉིན་ཁྱུང་ཐང་བར་མ་རེད། ང་འབྲང་ངོ་མ་ཤེས་ན། ཞང་ཁྱུང་རྒྱལ་ཁག་བཅོ་
བརྒྱད་གྱིས། མགོ་འཛིན་ཁྱི་གདུགས་ཉི་མ་དེ། དཔལ་འབྱན་མེད་རྒྱལ་པོ་ལྷན་བྱུབ་
བྲགས། སྟོབས་ལ་སྤང་ཆེན་སྟོན་པ་འདྲ། རྩལ་དྲུག་དམར་པོ་མེ་ལས་ཐུར། ཁོ་རེ་
སྤྱིང་སྤྱུག་ཕ་མའི་བྱ། ཁྱོད་བསམ་པ་སོག་ལེ་ཁ་གཉིས་དེ། ཤིང་ཁེར་སྤྱེས་ཐོག་ལ་
འབྲུབ་ལེ་མིན། ཁྱེད་རང་ཟེར་བ་དེ་རང་ཡིན། དམག་མགོ་བསྐྱས་ན་སྟོག་འོད་འབར།
སྟོང་སྟེ་བདུན་གྱི་དཔོན་པོ་ཡིན། རྩང་ཆེན་བཅུ་ཡི་བསྐྱམ་ཡ་ཡིན། ཁོག་པའི་སྤྱིང་ཁྲག་
ཐང་ལ་འཕོས། དེ་བྱས་ལན་པོ་མ་འཕྲོད་ན། ང་ཞང་རྒྱལ་སྤྱེས་དང་མ་སྤྱེས་མེད། ཡར་
ཡར་ཉོན་དང་ཁམ་པ་སྒྱ། ར་ཁ་ཡག་གཉའ་ལམ་བཏོད་བཏོད་དེ། དཀར་ཡག་གངས་
ལ་འགོ་ལེ་མིན། འཕྲོང་རྒྱུང་མཐའ་མའི་བསད་བསད་དེ། ཐོ་ཐང་སེང་ལ་འགོ་ལེ་མིན།
པོང་ཀན་པེར་ཀས་བརྟུང་བརྟུང་དེ། ཁ་དཀར་རྒྱང་ལ་འགྲིམ་ལེ་མིན། སྤང་ཀན་གཉའ་

ཤིང་བསྐྱད་བསྐྱད་དེ། གེས་བཅན་འབྲོང་ལ་འགྲིམ་ལེ་མིན། ཁྱི་ཆུན་བེར་ཆས་བརྟུང་
བརྟུང་དེ། དམར་ཡག་སྟག་ལ་འགྲིམ་ལེ་མིན། ཁྱོད་དཔའ་མདོག་ཁ་པོ་ངོམ་ངོམ་དེ།
པོ་ང་འདྲའི་གདོང་ལ་འགྲིམ་ལེ་མིན། གནམ་སྟོད་བཙོ་ལྷའི་དུང་ཆེ་དང་། རྒྱ་སྐར་ཁ་
མོའི་རང་མདངས་གཉིས། ཨེ་འདྲ་མི་འདྲ་ལྟོས་དང་གསལ། ཐང་དཀར་ཆོད་པོའི་
གཤོག་ཆུབས་དང་། བྱ་ངན་ཁྱ་ཉའི་འཕུར་ཆུབས་གཉིས། ཨེ་འདྲ་མི་འདྲ་འཕུར་ན་
གསལ། ཁྱོད་རང་སློག་དམར་བསྐྱལ་འདོད་རེད། སྒང་ཆུན་ཁྱོད་འདྲའི་དཔའ་གཏམ་
དང་། ཞང་རྒྱལ་དཔའ་ཅལ་རང་ཆེན་གཉིས། དཔའ་སྤྱ་ཆེ་མོད་གཏུག་བྱེད་ན་གསལ།
མ་ངན་བྱ་སྟག་ཇོ་རུ་ཁོའི། ད་ལོ་དཔུང་དམག་ཚུར་ཆས་འདི། རྒྱ་ཆ་བསད་ལེ་མ་རེད་
དམ། འབྲོག་མོ་འབྲོག་པ་མ་རེད་དམ། རྒྱ་ཤོར་ར་མདའ་ཅི་འདྲ་ཡིན། ཁྱོད་གླིང་རུའི་
བྱས་བྱས་སྤྱ་ཡི་བྱེད། མཆར་སྟག་ཅན་གྱི་ནགས་ཆལ་ལ། མ་བྱ་འདྲའི་རི་མོ་ཅན།
སྟོ་མདངས་ཡག་ལེ་ཞེ་སེམས་བྱེད། བཅན་དུག་རང་ལྷན་ཐོས་ཐོས་ནས། མཐའ་མ་
རང་ཉིད་དུག་གི་འཆི། ཅལ་ཆེན་དམག་གིས་ཡ་བདག་ལ། མ་ངན་འགོག་ཆ་ཇོ་རུ་བྱ།
དཔུང་ཆེན་དཀྱིལ་ནས་ཆོད་གཡེར་ཆེ། མི་བསད་རྒྱ་ལོར་འབྲོག་འབྲོག་ནས། ཐ་མ་
རང་ཉིད་པོངས་བའི་རྒྱ། ཆོད་པོས་ཆོད་ཆོད་མ་ཐེན་ན། རང་སློག་ཉ་ལ་འཕེན་ཉེན་
ཡོད། མི་ཆད་དེ་རིང་ཉི་མ་ལ། སྐར་ཚུང་ཁྱག་བཞིན་དཀྱགས་རྒྱ་ཡིན། རྒྱལ་སྟོན་མགོ་
སྟེ་སྤལ་རྒྱ་ཡིན། སྐར་མ་ཆད་ཉ་འི་ལོ་མཆོན་བཅས། སྐར་མ་གནང་བགོས་བྱེད་རྒྱ་
ཡིན། ཨེ་ཐེར་ལྟོས་ལ་བསྐྱག་ནས་སྟོད། མཁྱོགས་པར་གདོང་སྟགས་ཁམ་བ་རྒྱ། ཉི་
གྲགས་ཨེ་ཡིན་མི་ཤེས་ཉ། གྱི་མགོ་མི་ཐེན་བེལ་ཚུ་བ་ཚུ་བས། མདའ་ཁ་མི་ཐེན་སྟུ་རུ་
རུ། མོ་སྐར་མའི་བྱ་ལ་ལོར་ཡ་མེད། དམག་ཁ་མའི་འུར་ཐིང་མཆོད་པའི་དུས། སེམས་

གཏད་པའི་དགྲ་ལ་མི་འཐབ་པའི། ས་ཁུག་ཟུར་ལ་རྟ་བབས་ལ། སྤངས་དཀར་ཡག་
ལོགས་ལ་གཅིང་ཆགས་བྱེད། ཡོབ་ཁྲ་མོ་མི་འོན་འདར་སིག་སིག །ལས་བྱ་བ་སྒྲ་
ཆོགས་བྲོལ་ཚུབ་ཚུབས། པོ་དེ་ལ་ཁོད་པོ་ཟེར་ལེ་མིན། བར་བར་མ་བྲོས་མི་ཀན་ཁྲོད།
སྟོན་ལས་དགྲ་ལ་བཟུང་རྒྱ་མེད། ན་ས་ཤི་ས་ཏུར་ས་གསུམ། གཤིན་རྗེའི་ཁམ་ལ་
གར་བཏབ་རེད། ཞགས་དེ་འདྲ་འཕེན་པ་ཨ་དགོས་ཚུང་། ངས་ལག་ན་བཟུང་བའི་
ཞགས་པ་འདི། ནམ་མཁར་འཕང་ན་བྱ་འཛིན་ཡིན། བར་སྤང་འཕང་ན་སྤྲིན་འཛིན་
ཡིན། ས་གཞིར་འཕང་ན་ཚུང་འཛིན་ཡིན། དགྲ་ལ་འཕང་ན་འཆི་བདག་ཞགས། དེ་
རིང་མི་ཀན་ཁྲོད་ལ་འདེབས། གོམ་གང་མངག་ན་དཔལ་པོ་མིན། ཁྲོད་རང་ཡིད་ལ་དེ་
ལྟར་ཞོག །ཨྱོ་མ་ཁི་བསྐྱེ་རྩྩེ་མྱི།

ཅེས་ཟེར་ཏེ་ཞགས་པ་དམར་པོ་ཚུང་འཛིན་བྱ་བ་དེ་མྱོག་འབྲུག་པ་ལྟར་སྤྲིང་
བྱུང་བར། ཁྲོ་ཐུང་ཡར་ཁ་བསྐྱོར་ནས་བྲོས་པའི་རྗེས་ལ་ཁོ་ཡི་ཞགས་པ་དེ་བསྤྲིངས་
ནས་ཁྲོ་ཐུང་གི་སྒྲེ་ལ་ཐེབ་ཏེ་འཐེན་པར་ཁྲོ་ཐུང་གི་ཞགས་པ་གི་ཡི་བཅད་རྒྱ་སྒྲག་
དབང་གི་མ་འདྲ། ཆོས་འབྲུབ་ནས་ཞགས་པ་དེ་ལ་གི་གཉིས་བཏབ་ཡུང་མ་ཆོད་
སྐབས། ཅུལ་ཆེན་ཤེས་ཆེན་གཉིས་ནས་གི་བཏོན་ནས་འཆོང་བྱུང་བར། ཆོས་འབྲུབ་
ཡར་བྲོས་ཤོར། ཁྲོ་ཐུང་རྟ་ལས་ལྷུང་སྟེ་འདྲ་མ་འདྲུད་ཀྱིས་ངང་ཏུ་སོང་བར། ཁྲོ་ཐུང་
གིས་སྐད་ཆེན་པོའི་ལ་ཏུར་བྱ་ལྟ་ཁོད། འདན་མ། སེང་སྒྲག་གསུམ། ང་ཨ་ཁུ་དགྲ་
ལག་འཁོར་ཤིང་ཡོད་པའི་ད་ལྟ་ཤོག་ཟེར་སྟེ་འོ་དོད་བཏང་བྱུང་བར། ཅུལ་ཆེན་གྱི་གི་
བཏབ་ཤོམས་ལ་ཤེས་ཆེན་གྱི་འདི་ཁྲོ་ཐུང་ཡིན་འདུག་པས་སྤྲིང་དཀར་པོའི་སྐར་ཚུང་
གཏོར་བ་ལས་མི་འདི་ལོན་ན་དགའ་བས་མ་བསད་ཟེར་བར། ཅུལ་ཆེན་གྱི་སྐར་ནང་

ནས་དབྱང་འཛིན་བྱས་ཏེ་གྲུ་ཁྱག་དུ་ཁྲིར་ཏེ་རྒྱག་ཤོར་བར། སྤིང་པ་རྣམས་དག་རིམ་
ཐམས་ཅད་ཁོ་ཁྱང་ཤོར་བ་ཐོས་ཏེ་སེར་ཁྲོད་ཡར་ཡར་བྱས་སྐབས། དཔལ་ལ་དང་
སྤྱང་མོ་གཡུང་དྲུང་གཉིས་གྱི་འཐབ་ཡུད་ཅམ་མཐར་ཁོ་བོས་ཤོར། འདན་ལ། གཡུ་ལྷ།
ལྷ་ཁྲོད་གཙོས་དག་རིམ་རྣམས་རང་ལུས་ལ་ལྷོས་མེད་དུ་མཆོང་དུང་། རྒྱལ་པོ་
ཤེས་ཆེན། བདུད་ཁྲོད་དམག་མང་བཅས་ནས་མདའ་མཆོན་གང་དག་གི་སྡེ་སྤངས་
པས་རྩལ་ཆེན་ལ་ཆོས་འབྲུབ་གི་ཞགས་གཅིག་བཏབ་པས་ཁོ་ཡི་ལག་གཡོན་པས་གི་
བཏབ་ཏེ་དག་ནས་རྒྱ་བཅད་ཏེ་ཤོར་ཐལ་ལོ། གཞན་རྒྱལ་སློན་རྣམས་ཀྱང་བོས་འཐབ་
གིས་རང་དུ་རྒྱ་པར་རི་ཤོར་སོང་ངོ་། བྱང་དམག་སྤུམ་རྒྱ་ཅམ་དཔལ་བཏུམ་རྣམས་
ནས་སོད་ཀྱང་དེ་ཉིད་སྤིང་དམག་རྣམས་གིས་ཐེར་བར། དེ་རིང་ཤོར་རྒྱས་མི་དེ་མ་
ལེགས་པར་འདུག་པས་རྗེས་སུ་ར་མདའ་ལ་ད་ལྟ་གང་ཡོད་ཆས་དགོས་ཐེར་སྐབས།
རྒྱལ་མཆོག་མི་ཡི་ཉི་མ་དེ་ཉིད་གི་ཞལ་ནས། དེ་རིང་པར་འགྲོ་བ་ཤོལ་ན་ལེགས། སང་
ཉིན་འདིར་ཡོད་ཆང་མས་སྒར་གཏོར་ན་དགའ་འདུག་པས་དེ་བར་སྤུམ་ལྷ་ཁྲོད་ཁྲོད་
རང་རྣམས་སྤྱགས་ངལ་ལར་ནས་མི་དགོས་པས་བདེ་བའི་ངང་དུ་བཞུགས་གསུངས་
པས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དེར་ཆགས་བཞག་ནས་ལེགས་སོ་ཞུས་སོ། སང་ཐོ་རང་དང་
པོའི་དུས་སུ་དབྲུ་པར་འགྲོ་ལེགས་པས་དེ་ལྟགས་ཐམས་ཅད་གིས་སེམས་ལ་བྱང་
གསུངས་པའི་ཐམས་ཅད་སྤྱོ་བའི་ངང་དུ་གནས་སོ། །

ཞང་རྒྱལ་སློན་རྣམས་དམག་སྒར་དུ་ཕྱིན་ནས་གཤམ་དུ་འཁོད་ནས་ར་ཆང་ལ་
ལོངས་སྤྱོད་ཅིང་། ཁོ་ཁྱང་ནི་བྱི་བཞིགས་ཨ་ལོང་བཀྲག་འདྲ། བང་བཞིག་བྲུ་
བསྐྱམ་འདྲ་བྱས་ཏེ་གཤམ་མཐར་བཞག །སྤྱང་མོ་གཡུང་དྲུང་གིས་གཡམ་ནས་གི་ཕྱར་

၂၀၃

འདི་འབྲེལ་གྲང་བདེན། ངད་ཁང་ཁྱུང་ཉེས་མེད་མདོ་མགོན་དེ། ཁྱོད་བཙན་འཕྲོག་
བྱེད་དོན་ཅི་ལ་ཡིན། དེད་རང་རྒྱུ་རང་བདག་བྱས་པ་ལ། དཔུང་འདི་འབྲེལ་འབེབས་དོན་
ཅི་ལ་ཡིན། གནའ་མི་བོད་ཀྱི་གཏམ་དཔེ་ལ། ཆེ་འདིར་དམག་ལ་སྦྱང་སྦྱང་ནས། ཐ་མ་
རང་སློག་མཆོན་གྱིས་གཟེར། ཉེས་མེད་རྒྱུ་ལོར་འཕྲོག་འཕྲོག་ནས། བྱི་མའི་བྱ་ལོན་
སོད་དུས་མེད། གཏམ་བདེན་གྲང་བདེན་པ་དེ་འབྲེལ་ཡིན། ད་ལོ་བྱས་ཀྱི་འབྲུགས་ལོང་
འདི། དཔུང་ན་ཙ་བ་ཁྱོད་ལ་ཐུག། སྦྲེས་པོ་རབ་གཏམ་ཅིག་དེ་བའི་དུས། སྒོར་ཟེར་ལ་
རྒྱ་དར་བྱར་འབྲེལ་ཡོད། དར་ལྗེ་ལ་རྒྱུང་གི་བསྐྱོད་པ་འབྲ། དར་ཡུ་རང་གི་བཟུང་བ་འབྲ།
པོ་འབྲིང་གཏམ་གཅིག་དེ་བའི་དུས། ལྷ་ཁང་སྒོ་མོ་བྱས་པ་འབྲ། མི་ལ་ལྷ་མཇལ་བསྟན་
པ་འབྲ། ལྷ་མིག་རང་གི་བཟུང་བ་འབྲ། པོ་ཐ་མའི་རིགས་ལ་དེ་བའི་དུས། ཁྱི་ལུང་དར་
ཀྱི་གཏམ་པ་འབྲ། ཁ་འཇམ་རྩུན་གཏམ་སྒྲོན་ལ་བྱེད། གཡོ་རྩུན་དེ་རན་རེས་ནས་གོ།
དེ་འབྲའི་གཏམ་ཆོག་དགོས་པ་མེད། གཏམ་དེ་ན་རང་འདོད་ཐོག་དུ་འགྲོ། ལྷ་འབབས་
ན་ལུང་པའི་དབང་དུ་འགྲོ། དེ་འབྲ་བྱས་ན་སློག་དམར་གཅོད། མ་ངན་འགོག་ཆ་རྩོ་རུ་
ཁོ། དངོས་ཡོད་སྒྱུ་མ་ཅི་འབྲེལ་ཡིན། དཔལ་ཐུལ་རང་གོད་བརྒྱ་ཅུ་དེ། དཔལ་ཙལ་
ཤུགས་ཆེ་རྒྱུང་ཅི་འབྲེལ་ཡོད། དམག་མང་འབྲུམ་གངས་ཅི་འབྲེལ་ཡོད། ད་འཐབ་ལུགས་
གཤམ་ལུགས་གཤམ་དགོས། མ་གསང་སྒྲ་བོ་བྲང་གཏམ་གྱིས། ཁྱོད་རང་བྱས་ཁང་
ཁྱུང་མདོ་མགོན་དེ། རྒྱ་རིན་ཆེན་གོང་ཐང་ཅི་རྒྱ་མེད། བཤགས་ལུགས་འཇལ་སྒྲོད་
གཤམ་བྱེད། རྒྱུན་ཆེན་ཐོག་བཙན་མན་ཆད་དང་། བརྒྱ་དཔོན་གཤགས་པ་ཡན་ཆད་དེ།
དམར་བསད་སྒྲོང་འཇལ་ཅི་འབྲེལ་བྱེད། ཉི་མ་དེ་རིང་ཚུན་ཆད་ནས། དག་མིང་པས་
མདའ་མོ་ཤ་སོ་ཙམ། ཏྲོ་རྒྱལ་ཙམ་ཞིག་མི་རྒྱུག་པའི། ཚུར་གཏོད་མེད་པའི་ཁྱིག་ཆ་

གྲིས། གང་སྟོས་མ་གསང་དོན་མ་ཐུན་ན། སྟོག་དམར་མི་བཅད་ཆེ་ཐར་བཏང་།
དམག་བརྒྱ་ཆོ་བཏུ་ཡི་དཔོན་དུ་བཞག། །གཡོ་སྦྱས་འབྲང་པོར་མ་སྟོས་ན། ལག་
གཉིས་དབྱང་པ་བརྒྱང་ཤིང་བརྒྱབ། འགྲོ་བའི་རྒྱུ་ལ་པ་མཆང་བཏགས། གཟུགས་
བཞི་མས་ནས་ཡར་ལ་བརྒྱང་། རོ་ཡི་ཁ་ལ་རྒྱན་བྱ་གྲ། སྟག་ཐུལ་སྟོན་པོའི་འཕེན་ལ་
འཛིག། །གང་དགའ་ཁོད་རང་བསམ་སྟོ་ཐོང་། གོ་ན་པའི་བྱ་རམ་གྲིས། མ་གོ་ཆིག་ལ་
འབྲེལ་བ་མེད། ཨོ་མ་ཁི་བརྟེ་རྩྱུ་རྩྱེ།

ཅེས་སྟུང་ལྟར་སྒྲངས་པ་ན་ཁོ་སྤང་གི་རང་སྟོག་ཐར་ནས་སྤིང་གི་ལོ་རྒྱུས་
ལྟག་ལུས་མེད་པ་དང་། ཞང་ཁུང་ལ་ཅི་པན་བྱེད་དགོས་འདུག་བསམ་ཏེ། རེ་ཞིག་ཁ་
བྲག་མ་ཐུབ་མཐར་འདར་ཤིལ་ཤིལ་གྲིས། ཨ་སྟོན་ཉི་མ་རང་ཤར། ཡང་སྟོན་བསམ་པ་
འབྲུབ་རྒྱ། ང་ཨ་ཁུ་ཅུང་ཞིག་བཞིག་ཐག་སྟོད་རོག་མཛོད་དང་བཀའ་བརྒྱ་བཞེངས་
པའི་པན་ཡོད། འབྲུམ་བརྒྱ་བཏོན་པའི་དགེ་བ་ཡོད་ལེ་ཡོད། དེ་ནས་ཁུ་བྱ་ཡོད་ཟེར་བ་
དང་། སྟོན་ཤེས་ཆེན་གྲིས་ཁོ་སྤང་བཞིག་ཐག་སྟོད་ཅིང་མི་འདི་སྟོ་བྲང་འདུག་པའི་སྟོན་
པོ་ནམས་ཅུང་ཟད་པར་མེབས་ལ་གདན་ལ་བཞུགས་དང་ང་རང་གི་ཁུ་བྱ་ཉམས་ལེན་
བྱེད། གསོད་ཨེ་དགོས་མི་དགོས་ལྟ་ཆོག་ཟེར་སྟེ། ཁོ་རང་པར་ཅོམ་ཅུད་པ་དང་། དེ་
ནས་ཁོ་སྤང་གི་ལུས་བཏུག་ཐལ་མོ་སྦྱར་ནས་ཏ་ར་ཏུར་སྤང་ལ་བྲངས་ནས་སྟུང་དེ་
ལྟར་ལུལ་ལོ།

ཨོ་མ་ཁི་བརྟེ་རྩྱུ་རྩྱེ། སྟུང་ཐ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... སྟུལ་སྟུ་ཆེ་དབང་རིག་འཛིན་རྩེ།
དེ་རིང་ཨ་ཁུས་སྟུ་སྟུ་བྲངས། ས་འདིས་ས་ངོ་མ་ཤེས་ན། ཁ་བོ་དམག་གི་གཞི་དཀྲིལ་
ནས། ང་འབྲང་ངོ་མ་ཤེས་ན། མར་ཁམས་སྤིང་བྲི་གོང་མ་ནས། བྲག་ལ་ཐང་དཀར་

འཁོར་ས་ནས། རྟོད་ལ་གཤོག་དུག་རྒྱས་ས་ནས། མདའ་ལ་རྒྱ་ཞིང་ཆགས་ས་ཡིན།
ཞིང་ལ་ལྗང་རྒྱུང་འབྱུངས་ས་ཡིན། ཞིང་ལ་འབྲས་དཀར་སྒྲིན་ས་ཡིན། བར་ལ་འབྲས་
སྒྲེ་ཆགས་ས་ཡིན། སྒྲེ་ལ་གྲགས་པ་ཐོབ་ས་ཡིན། ལུ་ལ་སྤྱང་དུང་འཛོམས་ས་ཡིན།
སྤྲུག་རྩིང་ཤོག་ཆེན་བཙོ་བརྒྱད་ནས། མགོ་འཛིན་ཨ་ཁུ་ཁོ་རྒྱལ་ཡིན། གསེར་ཁྱི་སེར་
པོའི་ཡང་སྤྱང་ནས། འཕྲུན་མེད་རྒྱལ་པོ་མི་ཡི་ནོར། གཡམས་གྲལ་སྤྲུག་གདན་ཁ་པོ་ལ།
ལྷོན་ཆེན་ཉི་མ་འོད་ལྗན་གཙོས། འདིར་བཞུགས་དཔོན་ལྷོན་ཐམས་ཅད་རྣམས།
ཐུགས་མ་འབྲུགས་ང་ལ་རྩེ་ར་གསོན་དང་། རྩེ་གཡོ་སྤྱུ་མེད་པའི་ཆོག་གཅིག་ཞུ། ད་
ལོ་གླིང་དམག་རྩེ་ར་ཆས་འདི། ཡིན་དོན་རྩ་བ་བཤད་པས་ན། རྩ་ཁ་ལག་དཔྲག་མི་
རྣམ་བཤད། སྤྱེ་ཁ་མོ་དཔྲག་མི་ཁྲམ་པའི་བྲ། མདའ་ས་ནས་དཔྲག་མི་ཐོང་གཤོར་དེ།
ཐེར་ཀྱང་ཐེར་ལ་བདེ་ངེས་དེ། གླིང་དཀར་མི་སའི་ལྷོན་རྒྱུང་ལ། མི་རྒྱུང་ཁ་བདེ་མི་
ངན་རྒྱུ། ཉེས་མེད་ཞུང་ཞུང་ཆོང་ས་འཕྲོག། །གྲག་ཐོག་སྒྲ་བས་རབ་གཅིག་བསྒྲིལ།
རྒྱ་ནང་ཉ་མའི་མགོ་དེ་བཅག། །སྟོང་དེ་ཤ་བ་རོག་པོས་འཇལ། ཅི་ཐོག་ཤ་བའི་ཤིས་ཀྱི་
ཐོས། ཡང་ཐོག་རྟོ་དཀར་གས་ཀྱིས་ཐོས། ཁ་ངན་བ་སྒྲ་བའི་གླིས་ལ་ཐོག། །ཞང་ཞུང་
ཆོང་པ་མི་རྒྱུང་འཕྲོག། །ཁ་ངན་བ་ཁོ་ལུ་ང་ལ་ཐོག། །ཁོད་རྒྱལ་ལྷོན་ཐུགས་དགོངས་ང་
ལ་འཆང་། ངའི་བསོགས་པའི་རྒྱ་ནོར་གནང་ལ་བཅད། ལྷོན་ཆེན་སྤྲུག་ཆ་དཔྱད་རིང་
དེ། ངར་ཆེན་མདུང་མའི་ངར་ལ་བྱངས། དེ་སྤྱུ་ལེན་ཐེར་ན་མི་རྒྱུང་ལན། ཞང་ཞུང་ཆོང་
པའི་རྒྱ་ནོར་དེ། དེད་སྤྲུག་རྩིང་དཔོན་ཆང་འཕྲོག་རྒྱ་མེད། ཁྱེད་ཞང་ཞུང་རྒྱ་ནོར་
མགོན་པོ་ལ། དག་རྒྱུ་བ་རྒྱ་མེད་བ་གཡུང་དུང་བངས། དག་རྒྱུ་བ་མགོ་འཛིན་མི་རྒྱུང་
དེ། རྣམ་ཞིག་ཞང་གླིང་གཏམ་གླིང་རྒྱབས། ང་ཁོ་ལུས་བཅས་པོ་ཁ་གསལ་ཆོག། །དེ་

མ་བདེན་བྱུང་ན་སྒྲིལ་བའལ་བཞག། རྒྱ་ལོ་མ་ཆེན་ཟ་མི་འབྲིང་རྒྱད་ཡིན། འཇང་སྤས་
གཡུ་ཁྱིད་གྲུང་སྟོན་ཁོང་། སྤིང་དཀར་པོའི་འབྲིང་རྒྱད་དཔོན་དུ་བསྐྱོས། དེ་བསྐྱོས་དང་
ཉི་མ་ཚུན་ཆད་ལ། མི་རྒྱུང་འཇང་སྤས་ཁོར་དགཉིས། འཕར་སྤྱང་ག་ཕྱེབ་བྱེད་ཤིང་
ཡོད། ཁྱི་སྤྱང་ལག་སྒྲེལ་བྱེད་ཤིང་ཡོད། ཁྱིད་ཞང་ཁྱུང་ཆོང་པ་མཉམ་འཕྲོག་བྱས། དེ་
ཆོ་ཨ་ཁྱུས་མཐག་བཞག་ཐེད། དམར་ནག་གྲོད་ཀྱི་སྤྱང་པོ་དེ། མི་དེ་གཉིས་མ་
གཏོགས་འཕྲོ་ས་མེད། དག་ལ་ལེན་པོ་སྤྱད་བསམ་ན། ལྷ་གྲུང་དཀར་པོའི་མདུན་རྒྱར་
ལ། གྲུང་དཀར་རྒྱུང་ཡ་གྲུ་ཕུབ་པའི་ནང་། མི་རྒྱུང་ཕོ་གསར་གཟུགས་སྤང་ལ། ཉ་བ་
ནག་གྲུ་ཁྱུང་ཡོད་པ་ཅན། དཔལ་ལྷོ་གདེངས་ཤིང་མི་ཆེ་བའི། ལ་ཚོད་ཉམ་པ་ཅན་ཞིག་
ཡོད། འགམ་བཅར་ན་དག་ལན་ཅི་བསམ་འབྲུག། གཡོན་ཤོག་སྐར་གྱི་གཞི་དཀྱིལ་ན།
གྲུང་སྟོན་གསེར་ཏོག་ནང་ཤོད་དུ། ཕོ་སར་ཕོ་འབྲ་སྤྱད་མེད་བྱ། བ་ས་ཐམ་ཤི་བའི་དུ་
སྤྱག་ལ། དན་པ་དན་ལང་ཤོར་བའི་བྱ། ཉ་སྟོན་པོ་ཉ་མའི་ཐོག་དམ་ཅན། ཁོ་ནམ་ཐོན་
ཞགས་གི་སྒྲེ་ལ་རྩོངས། ཕོ་སྤྱད་མེད་སྤར་རྒྱུགས་མི་ཡིན། གསོན་ས་སྤྱང་མ་བཞག་
རྒྱལ་སྟོན་ཆོ། དེ་སྤྱབ་ན་དག་ལན་འཕྲོད་ལེ་ཡིན། བར་ལྷ་རྒྱུལ་སྤིང་སྐར་མང་ཞན་
འབྲ། རོན་ཡང་དག་མི་མགོ་གསུམ་ཅམ་ཡིན། དག་ལྷ། འདན་ལ། དཔལ་ལ་གསུམ།
ལོང་བའི་ནང་གི་མིག་བཟང་ཡིན། ཞུ་བའི་ནང་གི་རྐང་བདེ་ཡིན། ཆོས་འབྲུབ་ཕ་ཕོ་
སྤྱག་བརྩུ་ལ། འགམ་བཅར་ན་སྤྱིར་སྟོས་བརྒྱབ་མི་རེད། ཁྱིད་ཞང་ཁྱུང་རྒྱལ་སྟོན་
དགོངས་ཆོད་རེད། ཤན་པ་ཡོད་དེ་ལོན་མཐོ། དགའ་བདེ་ཡོད་དེ་ཀུན་གཞི་སྟོད། དེ་
འཕྲོས་སྤྱ་པ་ཁྱབ་གྲོན་ཡིན། འགའ་རེ་མི་འོང་ཀ་མེད་རེད། གེ་སར་ཟེར་བ་སྤྱང་གཏམ་
རེད། རོན་ཡང་དག་དཔལ་ཅལ་རྒྱུང་ཟད་མེད། དེ་འཕྲོས་སྐར་བས་ཅི་ཐོབ་གྱིས། ལྷ་

གྲུང་དཀར་པོ་དེ་ལ་གཏོད། བྱང་བརྒྱུད་གི་སར་ཞགས་ལ་བྱོངས། མི་དེ་འདྲ་ཟེན་ན་
བསམ་དོན་འགྲུབ། གླིང་དཀར་ཞང་ཁྱུང་ལོག་དུ་ཆུད། འཕྲོག་པའི་རྒྱལ་འཇམ་
བཤགས་ལོན། བསད་པའི་སྟོང་དང་ཤ་ལེན་འཇམ། ཅི་བསམ་རང་གི་ལག་པའི་
མཐེལ། ཞེད་ཞེད་དགོས་པ་ལར་ནས་མེད། འདན་མའི་གདོང་ལ་མདའ་འདྲེན་དཀའ།
དེ་ལ་མཚོན་ཆ་འདྲེན་ན་དགའ། སེང་སྟག་གདོང་ལ་གྱི་འདྲེན་བས། མདའ་འདྲེན་བྱས་
ན་དཔའ་ཁ་ཐོབ། གཡུ་ལྷ་ཞགས་པས་ཨེ་བྱངས་སྟོས། དེ་འཕྲོས་མཚོན་གྱིས་ལན་ཡ་
དགའ། ང་རང་ཨ་ཁུ་ཁོ་བྱང་ལ། བྱ་ཆེན་ལྷ་གོད་འབྲུམ་ལུ་ཡོད། དཔའ་ཅུལ་བྱག་གཤ་
ལ་ཆུད་ངེས་ཡོད། ཁྱོད་ཞང་ཁྱུང་རྒྱལ་ལ་མགོ་འབྲུལ་བྱེད། རྩེ་ལ་ཞབས་ཏོག་འགྲུབ་
ངེས་ཡོད། འབངས་སྡེ་སྟག་རོང་ཤོག་ཁ་དགུ། རྩེ་མི་འབྲུར་ལྷན་བྱུང་ཁྱོད་ལ་འབྲུལ།
ཆོ་གཅིག་དཔོན་སོ་མི་འབྲུར་བའི། འདྲེན་མེད་ལྷན་བྱུང་གཤགས་པ་ཡིན། ཨ་ཁུ་ཁོ་བྱ་
པ་བྱ་གཉིས། སྟག་བྲུལ་གཤལ་ལ་འཛོག་པར་བྱ། སྡེ་སོར་མི་གན་བཙོན་ཁོལ་མཛོད།
སྟོ་སྟོམ་ཟས་དང་སྟོད་པར་བྱ། བྲུས་བསྟན་བ་ཚུགས་པའི་སྟོ་ཁ་གྲོས། གླིང་སྟག་དག་
འཐབ་བཙོམ་ལུགས་སོགས། གང་དགའ་ངེས་གྱིས་འཆད་པས་ཆོག། ཁྱེད་ཀྱི་བདེན་
ངེས་གཡུང་བྱང་དཔང་། ལྷ་འཁྲུལ་པ་སོང་ན་བཙོན་པར་གསོལ། ངག་འཆལ་བ་སོང་
ན་མཐོལ་ལོ་བཤགས། ཁྱེད་རྒྱལ་སྟོན་བྲུགས་ལ་དེ་ལྟར་ཞོག། ཨོཾ་མ་ཎི་པ་རྟེན་རྒྱུ་མྱེ།

ཅེས་སྟེ་ལྷར་ལུལ་བས་ཞང་ཁྱུང་རྒྱལ་སྟོན་ནམས་ནས་སྡེ་མ་ཡང་ཁོ་བྱང་
གི་རྒྱས་བྱིན་ནང་རྩེ་མ་བསྟར་བ་འདྲ་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཡང་ཐོས་པའི་ལམ་འགྲོ་ཡང་ཡོད་དེ་
ལྷའི་སྟེ་ལྷས་ནང་དུ་ཡང་དཔའ་བྲུལ་ནམས་ལ་འཐབ་ལུགས་དང་འཛིང་ལུགས་དཔའ་
གོད་ཆེ་རྒྱང་སོགས་བཤད་ཆད་བདེན་ངེས་རེད། བསམ་ཏེ་ཐམས་ཅད་གྱིས་སྟོ་ཁེལ་

ནས་བཅོན་ཁྲིལ་གནང་། བདག་སྐྱེན་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་གསུང་བཟང་གནང་། ཞུ་ཆང་
ངོམ་པར་བྱིན། ད་སྤིང་དཀར་སྤང་བྱེ་སྤང་གང་དེ། ང་རང་ཞང་ཁྱུང་གི་སྤྱི་ཡི་དམག་
སྤང་སོགས་སྤྱ་བར་འབྱོར་བའི་བར་མི་སྤྱིའི་བྱང་བའི་ད་ཁྲིད་ཁྲོ་ལུའི་སྒོ་ཐོག་ཆགས་
བཞག་ཏེ་ལས་སྤྱ་ཟེར། དགའ་དགའ་ལྟར་བྱིས་སྒོ་སྟོང་སྟེ་བསྐྱད་པར་གདའ་ལོ།

ཤེས་ཆེན་བྱིས་ཁྲོ་སྤང་འདི་སྒོ་ཆ་བ་ཞིག་ཡིན་པས་དེ་རིང་ཁྱུ་བྱ་ལ་སྤང་མི་
འདུག་ཟེར་ཀྱང་གཟབ་ན་གསལ་ཟེར་དོ། སྤིང་ནང་ཐོ་རང་དང་པོའི་དུས་སུ་སྤིང་སྤང་
ནས་དཔུང་དམག་ཆང་མ་དཔལ་སྤུལ་ཐམས་ཅད་བཅས་སྤྱ་ཆས་ཁྲ་ཁྲིག་གི་བྱེད་
གསོལ་རྩ་བཞེས་སྤྱ་རིང་བར་མའི་དུས་སུ་དག་དར་ཚུབ་སེ་ལྟའི་དམག་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་
བྱིས་ལུལ་དུ་ཆས་བ་ལྟར་བྱང་སྤང་དུ་ཆས་ཏེ་སྤྱ་རིང་ཐ་མའི་དུས་སུ་ཨ་ལོང་བསྐྱོར་
ལྟར་ཆང་ཅིང་། ཞུ་སྟོན་ནས་འདན་ལ། འབྲུ་མི་དཀར། ཆོས་འབྲུབ་གསུམ་ནས་སྤྱ་
ཁྲིད་སྟེ་ཏྲ་དམག་ཆིག་སྟོང་བཅས་མཆོང་ཞིང་། དཔུང་བྱུ་བ་ཏུ་དག་ལྟ་ཅེ་བྱུལ་དེས་
ཁབ་ཆེན་ཉིས་སྤྱག་བྱོན་ཞོན་པོ་ཡ་ཟེ་ཐོགས་ཏེ་གཤིན་རྗེ་སོག་ལ་རམ་བ་ལྟར་མཆོང་།
སྟོ་སྟོན་ནས་དཔལ་ལ། དགའ་བདེ། མ་ཉིན་རྫོང་དཔོན་པོ་གསུམ་སྟོན་དུ་མཆོང་ཞིང་
དམག་གཅིག་སྟོང་བཅས་བྱུ་བ་དཔུང་དུ་འཇང་སྤུལ་གཡུ་ཁྲི་དེས་འཇང་གི་ཟེ་ར་
འཚུ་བ་ཤེས་དེ་བཏོན་ནས་འཆི་བདག་སོག་དམར་ལེན་བ་རམ་བ་ལྟར་དུ་སྤང་ལ་
མཆོང་། ལུབ་སྟོན་ནས་གཡུ་ལྟ། དུང་སྟོང་། ཁྲ་བྱུག་དཔོན་གསུམ་སྟོན་དུ་མཆོང་ཞིང་ཏྲ་
དམག་ཆིག་སྟོང་བཅས་དཔུང་བྱུ་བ་ཏུ་གསེར་པའི་ཉི་འབྲུམ་དེས་ཏྲ་པོ་རང་བ་གསེར་
སྟོང་ཞོན་རལ་གི་གསེར་འོད་རིག་གཅོད་སྤར་ནས་གཟའ་མོད་ཐང་ལ་རྒྱུག་བ་ལྟར་
མཆོང་། བྱང་སྤྱོགས་ནས་ཤན་བ་མེ་རུ། དཔལ་ལོ། ཁམས་བ་གཡུལ་འབྲེད། འབྲུག་

སྒྲི། སྟག་དམར་སྟོབས་ཆེན་བཅས་སྟོན་དུ་མཆོང་ཞིང་དཔའ་རོག་ཏུ་དམག་ཆིག་སྟོང་
རིང་སྐས་ལྷ་ཚོད་འབྲུམ་ལུ་དེས་ཏུ་པོ་ཁམས་པ་རྒྱུང་ག་ཤོག་གི་ཤོང་ནས་ཁྲིམས་
མདུང་དར་ཁྲུག་མོ་དེ་ཐོགས་ནས་སྒྲག་རོག་པོ་གཟན་ལ་འཇུག་པ་ལྟར་གྲིས་སྐར་
དུ་མཆོང་། ཤར་སྟོན་རྒྱལ་པོ་མེད་ཆེན་གྱི་སྒྲུལ་པ་ཞིག་དང་ལ་ལུ་ཞལ་དཀར་
བག་དཀར་ཐང་སྐས། དུམ་སྐྱུང་རིན་ཆེན་དར་ལུ་རྒྱམས་ནས། དཔའ་ཁས་ལེན་བརྒྱ་
ཅམ་བཅས་གྱི་སྐར་ལ་གཏང་ཏེ་མཆོང་བྱུང་བར། དང་པོ་ཤར་ཕྱོགས་ནས་སྟག་ལུལ་
གཟིག་རིང་བཅན་ཚོད་དེས། འདན་མའི་གདོང་བཀག་བྱུང་བར། ཚུར་གྱི་གསུམ་
བཏབ་ཀྱང་མ་ཆོད། སར་གྱི་གཅིག་གི་ཐོག་ནས་སྒྲེ་ལིང་གི་བྲས། སྐྱུང་མོ་རྒྱུང་ལྷ་
གཡུང་བྱུང་དེས་གླིང་དམག་བཅུ་ཅམ་བསད་བྱུང་སྐབས། ཆོས་འབྲུབ་ལྷ་ལུ་གཉིས་
ནས་གྱི་རུབ་བརྒྱབ་ཀྱང་གོ་མ་ཆོད། ཚུར་གྱི་མང་པོ་བཏབ་ཀྱང་མ་གཞོད། མཐར་ཁོ་
སྟོ་སྟོ་ལ་གཏང་དེ་ཤོར། འདན་མས་མདའ་བཅུ་གླིང་བས་དམག་བརྒྱ་ཅམ་བསད།
ཆོས་འབྲུབ་ནས་མདུང་བརྒྱབ་པས་དམག་སུམ་ཅུ་ཅམ་བསད། ལྷ་ལུའི་གྱི་བཏབ་
པས་དམག་བརྒྱ་ཅམ་བསད་ཏེ་ལས་གྲུས་ལ་གཏང་ནས་མོང་སྐབས། སྟོ་སྟོ་ནས་
དཔའ་ལས་དམག་ཉིས་བརྒྱ་ཅམ་གྱི་འོག་ཏུ་བཏང་བྱུང་སྐབས། རྫོན་ཤེས་ཆེན་ཉི་མ་
ནས་ཞགས་པ་གཅིག་བཏབ་པས་དཔའ་ལའི་སྒྲེ་ལ་ཐེབས་ནས་འཐེན་བྱུང་བར། གྱི་
ལན་གསུམ་བཏབ་པས་མཐར་ཆོད་ནས་ཁོ་ཡི་སྟེང་དུ་མཆོང་བས། ཁོ་ཡང་མ་བྲོས་ཏེ་
གྱི་འཐབ་ལུང་ཅམ་ལ་འབྲེ་སྐྱམ་ནས། མ་ཉིན་རྫོང་དཔོན་གྲིས་དཔའ་ལ་མེད་སྟག་
དཔའ་རོག་བྱེད་པས་ཁོ་ཡི་ལག་རུབ་གྱི་དོག་ནས་བྱི་ལ་བྲོས་པའི་རྗེས་མ་ཟིན་ཏེ་ཤོར།
སྟག་ལུལ་མི་ཚོད་འགམ་རིང་དེས། དགའ་བདེའི་གདོང་བཀག་བྱུང་བར། མདུང་

འདྲེན་བྱས་པའི་དགའ་བདེའི་ཁོ་ལ་མདུང་ཉེ་བར་ཐེབ་སྟེ་རྒྱབ་ནས་མདུང་སོ་སྟོ་རྒྱང་
དེ་ཐོན་བསང། དཔལ་ལྷུ་གཞན་རྣམས་ཀྱིས་དམག་མང་ཙམ་བསང། ལུབ་སྒྲོན་ནས་
གཡུ་ལྷ་དང་སྟག་ལྷུ་སྟེ་ཆ་ངོ་དམར་གཉིས་ནས་མདུང་འདྲེན་ཇ་ཡུན་ཙམ་ལ་པམ་
རྒྱལ་མ་བྱུང་མཐར། གཡུ་ལྷས་གི་གུ་སེ་གཡུག་སྟེ་ཁོའི་མདུང་སྟེ་བཅད། དེ་ནས་ཕྱིར་
མོས་ཙམ་ལ་གི་འོག་ཏུ་བཏང། དུང་སྟོང་དཔོན་དང་སྟག་ལྷུ་མ་བཙན་དམར་ལག་རིང་
གཉིས་གཤོང་ཐུག་བྱུང་བར། དང་པོ་མདུང་འདྲེན། དེ་ནས་མདུང་འདྲེན། མཐར་གི་ཁ་
འདྲེན་པས་ལག་རིང་གི་སྟེ་ལིང་གི་འཕང་སྟེ་བསང། བྱང་ཕྱོགས་ནས་དཔལ་མོ་དང་
བདུད་རྟོན་དཔུང་རིང་གཉིས་གཤོང་ཐུག་བར། དཔལ་མོ་ལ་བདུད་རྟོན་གྱིས་མདུང་
ཞིག་བརྒྱབ་བྱུང་བར་ཁབ་སིལ་བྱུང་གཏོར་ཀྱང། བསྐྱུང་བས་བརྟེན་ནས་ལུས་ལ་
གཞོད་མ་ཐུབ། དཔལ་མོས་མདུང་ཞིག་སྤྱངས་བར་ཁོ་ཡི་བྱང་དཀྱིལ་དུ་ཕོག་ཏེ་གོ་
ཁབ་དང་བསྐྱུང་བ་གང་གིས་མ་བརྟེན་ནས་རྒྱབ་ཕྱོགས་ནས་མདེུ་སྟོ་རྒྱང་གིས་ཐོན་
ཏེ་བསང། དམག་ཉོབ་ལྷ་ཙམ་འབྱིལ་བྱུང་བར། དམག་དཔོན་རྩལ་ཆེན་གྱིས་བདུད་
རྟོན་ཤོར་བར་མཐོང་ནས་ཤལ་ལན་འཕྲལ་དུ་མ་ལོན་ན་མི་འདང་བསམ་ཏེ། ངར་ཆེན་
གྱིས་གི་བྱུང་ཏེ་མཆོང་བྱུང་བར་ཤུན་པ་དཔེ་རུ་དང་ལྷ་རྟོན་ཐང་དཀར་ཅེ་རྟོན་གསུམ་
གྱིས་དཔལ་མོའི་དཔུང་རོག་བྱས་ནས་ཁོང་བཞིའི་གི་འཐབ་བྱས་ཀྱང། ཁོ་ཤི་ལྷེབས་
ལྷ་བྱའི་མཆོན་ཁ་ལོན་མིན་གྱི་ལྷ་རྟོན་གྱིས་ཆིབས་གྱི་ན་བར་གི་ཐེབ་ནས་འབྲེལ་བྱུང་
བར། ལྷ་རྟོན་རྟེན་བྱུང་དུ་ཕྱོན་དགོས་བྱུང་བར་དཔལ་ལྷུ་གསུམ་གྱིས་གཤོང་མ་
ལོན་ཏེ་དམག་སྐར་ཕྱི་རུ་ཤོར། རྒྱལ་པོ་ལྷན་གྲུབ་ཁོང་ཐུགས་ཤིན་ཏུ་འཇུགས་ཏེ་ཤར་
ཕྱོགས་སུ་མཆོང་བས་སྤྱིང་དམག་ལྷ་བརྟེན་ཙམ་བཙམ་པར། ཆོས་འབྲུབ་ནས་མདུང་

ཞིག་ཤོག་ཀྱང་མ་ཆོད། ལྷོ་ལྷོ་ནས་དམག་ལྔ་ཙམ་བཅོམ་པར་རྒྱལ་པོ་མེད་ཆེན་སྐུལ་
པའི་གདོང་སྒྲངས་དེ་གི་འཐབ་རྩ་ཡུན་ཙམ་བྱས་མཐར་ཁོའི་གི་ངོ་མ་ལོན་པར་ཤོར་ཏེ་
བྱབ་ཕྱོགས་སུ་ཐོན། སྤིང་དམག་བདུན་ཙམ་དང་གསེར་པའི་བྱམས་པ་མིང་རིང་
བཅས་མཆོན་འོག་དུ་བཏང་བྱང་སྐབས། གསེར་པའི་ཉི་འབྲུམ་ཐུགས་ཤིན་ཏུ་
འབྲུགས་པས། གི་ཁ་འབྲེན་པར་པམ་རྒྱལ་མེད་པར་སྐབས་དེར་མེད་ཆེན་སྐུལ་པ་
དེར་བྱོན་ཏེ་ཉི་འབྲུམ་གྱི་དབྱང་རོག་མཛད་པའི་གི་འབྲེན་སྐབས། ཁོས་ལན་མི་འོང་
སྟམ་ཏེ། བྱང་ཕྱོགས་སུ་ཤོར་ཏེ་སྤིང་དམག་ཉི་ཤུ་ལྷོ་ར་ཙམ་བཅོམ་བྱང་སྐབས། ལྷག་
རོང་ཨ་ཁུ་གཡུང་བསྟན། ཁོ་རྒྱལ་བེར་དམར། འབྲུག་སྐྱ་གསུམ་གྱི་གི་འབྲེན་བྱེད་པར་
གཡུང་བསྟན་གི་འོག་དུ་བཏང་བྱང་སྐབས། འཁོ་པ། དཔའ་ལོ། ཁམས་པ་གཡུ་ལྷེས་
དེ་རྣམས་ནས་གི་མདུང་གང་རེག་བགྱིས་པར་ངོ་མི་ལོན་ཏེ་བར་རྒྱལ་པོའི་སྐུལ་པ་
ཡིན་པ་ཁོས་མ་ཤེས་ཀྱང་མི་འདི་གར་མོང་རྒྱབ་དེད་བྱེད་མཁན་པར་ལ་གི་མཆོན་
གང་ཡང་མི་འགྲོ་བར་དཔའ་རྩམ་ཅན་དང་ནམ་ཡང་ཐུག་པས་ལན་ཐེབས་པ་མི་འོང་
ཞིང་། ད་ནི་སྤིང་དམག་རྣམས་ཀྱིས་རང་སྐྱར་ཡང་འགོ་བཙུག་མོང་མོང་བས་བྲོས་པ་ལས་
ཐབས་མེད་སྟམ་ཏེ། བྱང་ཕྱོགས་དམག་དབྱང་ཅུང་སྟོད་ནས་བྱིར་བྲོས་པར། ལྷོན་
ཤེས་ཆེན་དང་རྩལ་ཆེན་སྤྱང་ལོ་གཡུང་བྱང་གསུམ་གྱི་རྒྱལ་པོ་བྱི་དུ་བྲོས་པ་ཤེས་ཏེ།
རྒྱབ་ཏུ་ཁོང་གསུམ་བསྟན་ཏེ་དཔོན་ལྷོན་བཞི་པོ་བྲོས་པའི་རྩེས་སུ་དག་ལྷ་གཡུ་ལྷ་
གཉིས་གཅོས་སྤིང་དམག་ཁ་ཤས་ཀྱིས་རྩེས་འདེད་བྱེད་པར། ཁོང་དཔོན་ལྷོན་བཞི་པོ་
ལ་བརྒྱབ་ཏེ་ཤོར། དམག་སྐར་འགྲོས་ལུས་རྣམས་ནས་འཛིང་བ་དང་བྲོས་པ་ཅི་
རིགས་གི་ངང་དེར། ལན་ལྷོན་གཡུང་བྱང་ལྷ་ཅེ་དེའི་ཉི་འབྲུམ་ལ་མདུང་གསུམ་བརྒྱབ་

ཀྲང་མ་འཕྱིག །པར་གྱི་གཅིག་བཏབ་པས་ལུས་སྤྱེད་གཤགས་བཏང་། དེར་ཡོད་
དམག་མང་རྣམས་ཀྱིས་ཉི་འབྲུམ་ལ་མགོ་བསྐྱུས། གཞན་དམག་མང་འཕྲོས་ལུས་
རྣམས་བྲོས་ནས་ཉིས་བརྒྱ་ཙམ་ཡོད། སྟོང་ཕྱག་ཡར་ལྷག་ཙམ་མགོ་བསྐྱུས། བསད་
བ་ཡང་སྤྱི་ཕྱི་ཐམས་ཅད་ལ་སྟོང་ཕྱག་ཡར་ལྷག་ཙམ་དང་མས་བ་ཡང་བཞི་བཅུ་
སྟོར་ཙམ་འདུག །སྒྲར་གྱི་དངོས་ཆས་ཀྱར་དང་ཀ་ཆ་གོ་ཆའི་རིགས་རྣམས་བསམ་
གྲིས་མི་ཁྲབ་བ་ཆང་མ་བསྐྱེད་འཕྲོར་མེད་གྱི་བདག་ཏུ་བཟུང་སྟེ། ཁོ་ཐུང་ཡང་ཤུལ་དུ་
ལུས་ཡོད་པར། སྤྱིང་བ་རྣམས་ནས་ཁམས་འབྲི་བྱེད་བ་དང་། ཐམས་ཅད་དགའ་
དགའ་ལྟར་ཁྱུར། ཁོང་ཐུང་ནས་ང་མི་རྒན་གྱི་བསམ་བ་འབྲུབ་བ་ཡིན། སྤྱིང་དཀར་
པོའི་བྱས་རྒྱལ་བའི་རྩ་བ་ང་རང་ལ་སྤྱག་པར་གདལ། ཞང་ཁྱུང་རྒྱལ་སྟོན་དེ་རིང་ཤོར་
ཀྲང་ཁོ་རང་ཆོ་ལ་དཔལ་ཁ་དང་སྤྱིང་དོས་སེམས་ཁྲག་གི་བསམ་བ་རྩེ་ཡོད་ང་རང་ཨ་
ཁུས་མགོ་བསྐྱོར་ཏེ། ཕྱག་ཐག་ཆོད་ཡོད་པས། ལས་སྒྲ་མོ་རེད་ད་བསམ་བ་འབྲུབ་
སོང་ཟེར། ཆོད་མདོག་ཁ་པོ་བྱས་བ་ལ་བསམ་བ་དེ་ཙམ་མི་དཀར་རུང་སྟོན་གྱི་
བསྐྱོས་བ་གོང་མ་ལྷ་ཡི་བདེན་ཆོག་གི་སྟོབས་མཐུས་ཞང་ཁྱུང་རྒྱལ་པོས་སྤྱིང་སྒྲར་
དཀྲུག་རྒྱ་མི་བྱ་བའི་རྩ་བ་དང་། སྤྱིང་དམག་ཆང་མས་འཕྲལ་དུ་ཞང་སྒྲར་གཏོར་ཐུབ་
པའི་རྩ་བ་དང་དཔལ་ཁ་པོན་བ་པོ་བྱས་བ་ནི་ཁོ་ཐུང་ལ་སྤྱག་པར་གདལ། ཉི་མ་དེའི་
ཉིན་པར་སང་ཆུས་བ་རྩེ་ཡོད་པའི་སྤྱིང་རྩེ་རྒྱལ་སྟོན་གཙོས་དམག་སྒྲར་ཆང་མ་སང་
ཆུ་ཆུར་རི་ཞང་སྒྲར་གྱིས་སྒྲར་མལ་དུ་སྒྲར་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱོམས་པར་མཛད།
དེར་ཞང་ཁྱུང་རྒྱལ་སྟོན་རྣམས་ནས་ལ་པར་སོང་སང་ཆུའི་ཁ་ལ་ཕྱིར་བལྟས་ནས་
སྤྱིང་སྒྲར་བརྒྱབ་ཆང་འདུག་པའི་ཕྱི་སྤྱིང་སྤེལ་ག་ཆེ་བཞིའི་དཔུང་དམག་འབྱོར་བ་

དང་། ཁོང་དཔོན་སློབ་རྣམས་ཆེན་མོ་ཁྱེད་ཀྱི་སྐྱེས་པ་ལས། ལྷན་ཉེས་ཀྱིས་ལོ་
རྒྱུས་གླིང་མོ་ཞིབ་རྒྱས་བྱས། ཕྱི་གླིང་དམག་དཔོན་རྣམས་ནས་དཔལ་འཇར་བའི་སློ་
ནས་ད་ལྟ་སྤྱར་བ་ཉིད་དུ་སྤྱང་མ་ལེན་ཆོག་ཟེར་བ་གདུག། སློབ་ཤེས་ཆེན་ནས་ད་ལྟ་
སྤྱང་མ་མི་ལོན། རོ་བུ་བ་དེད་རང་རྒྱལ་པོ་མ་གཏོགས་ཆང་མས་མཆོན་ཐུང་བརྒྱབ་ཏེ་
གླིང་སྤྱར་གཏོར་ཟེར། ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དེར་ཆོག་ཟེར་ནས་ཆགས་བཞག་ཕྱི་ཡི་
དམག་རྣམས་ནས་ཀྱང་དམག་དཔོན་ཐོག་བཅན་སློག་འོད་ལ་འབྲེན་ཡ་འཛམ་གླིང་
བོད་ལ་མེད་ཟེར་བ་ཡིན་པས་མི་དེ་འདྲ་བ་ཤོར་བར་གླིང་པ་དེའི་གཏོར་ལེན་པ་དཀའ་
འདུག་ཟེར་སྟེ་ཐམས་ཅད་སྒྲག་སྒྲག་ངང་གནས་སོ། དེར་རྒྱལ་མཆོག་སེང་
ཆེན་རིན་པོ་ཆེ་དེ་ལ་ཨ་ནེ་གནས་སྤྱན་དཀར་མོ་དེའི་སེང་གོ་དཀར་མོ་ཞོན་གཡུ་
འབྲུག་སྟོན་མོ་ཁྱིད་མེ་ཏོག་དང་འཇའ་འོད་ཀྱི་བཟང་གི་སྒྲོང་ནས་ལུང་བསྟན་གྱི་སྤྱི་འདི་
ལྟར་གསུངས་སོ།

ཨོ་མ་ཁི་བརྟེན་རྩི་ཞེ། ལྷ་ཐ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... ལྷ་མ་ཡི་དམ་མཁའ་འགོ་ལ།
གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། འགོ་བྱུག་ཆོས་ལ་འཁོད་བར་ཤོག །ས་
འདིའི་ས་ངོ་མ་ཤེས་ན། ཁབ་ཆེན་ན་ཐང་བར་མ་རེད། ང་འདྲ་ང་ངོ་མ་ཤེས་ན། ཨ་ནེ་
གོང་སྤྱན་དཀར་མོ་ཡིན། མ་ཤེས་ལུང་བསྟན་བྱེད་མི་རེད། གསོན་དང་འབྲེན་མེད་ལྟ་
ཡི་སྤྱས། ཞང་ཁུང་ཕྱི་དམག་སྟེ་ཁག་བཞི། སེང་ཐང་རྒྱལ་སློབ་འཛོམས་ནས་ཡོད། སློབ་
པོ་ངན་བའི་བྲན་འབྲུལ་གྱིས། རོ་བུ་བ་སྤྱར་ལ་རྒྱབ་རྒྱ་རེད། གླིང་དམག་ཆག་
བྱུབ་མཐའ་ཐེངས་ཡིན། རུ་དང་སྤྱར་བ་ཀོད་སྟོད་མེད་གྱིས། གོ་ཁབ་རྩོམ་ཆོན་ཁྲིག་གོ་
གྱིས། དམག་མང་བྱ་རྟ་སྤྱར་མཐའ་བསྟོར། ཁས་ལེན་འཛིང་ཆས་ལ་མོ་གྱིས། འཆི་

མེད་ཆེ་ཡི་རིལ་བྱ་འདི། འབྲེན་མེད་རྒྱལ་པོ་ཁྱིད་ལ་བྱངས། སྤྱི་མི་འགྱུར་དོན་མེད་ལུས་
ཐོབ་ཤོག །གཞེས་ནང་ཆེས་པ་ཉེར་དགྲ་ལ། བར་འགྲོ་དམག་སྤར་གཏོར་རན་ཡོད།
དམག་བྱ་རྩ་ཅི་མང་འགྲོ་ཆས་གྱིས། དབྱང་དམག་ཆ་ལ་མ་སོང་ན། དམག་དབྱང་རྩུང་
དུའི་ཐུབ་ལེ་མིན། འབྲེན་མེད་ཞང་རྒྱལ་སྟུན་བྱུང་གྲགས། ཁྱིད་སྤྱིས་བུའི་གདོང་ལེན་
ཐུབ་པར་མཛོད། གཞན་མ་སྤྱིས་ཀྱང་ཐུབ་ལེ་མིན། དཔལ་ཐུལ་ཆག་བྱུམ་བཟོ་ངེས་
ཡིན། དེ་འཕྲོས་ཞང་ཁུང་དམག་དཔོན་རྣམས། ཤེས་ཆེན་སྤྱང་མོ་མ་གཏོགས་པ། དེ་
འཕྲོས་དབང་ཐང་རྫོགས་ལེ་ཡིན། ད་རིང་པོར་མི་འགྱུར་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ། ཐུ་སྟེགས་ནག་
ཕྱོགས་བསྟན་བ་སྟུབ། སངས་རྒྱས་བསྟན་བ་ཚུགས་ལེ་རེད། འགྲོ་རྣམས་བདེ་ལ་
འཁོད་ལེ་ཡིན། ང་རང་ལུང་བསྟན་ནམ་དགོས་ཡོད། བོན་ཆོན་ཅལ་ཆེན་ཐོག་གོད་འདི།
གྲི་དང་མཚོན་གྱིས་ཆོད་ལེ་མིན། དགའ་བདེའི་ཆོས་སྦྱང་བེར་ནག་གྱིས། སྟོབས་ཅལ་
ཤུགས་གྱིས་བརྟུལ་དགོས་ཡོད། དེ་ཆོ་རྒྱལ་པོའི་ཐུགས་ལ་ཞོག །སྤྱུ་འཁྱུལ་བ་སོང་
ན་བཟོད་པར་གསོལ། ངག་འཆལ་བ་སོང་ན་མཐོལ་ལོ་བཤགས། ཁྱིད་སེང་ཆེན་
ཐུགས་ལ་དེ་ལྟར་ཞོག །ཨོྲཱ་མ་ཎི་པ་སྟེ་རྩྱུ་མྱེ།

ཅེས་གསུངས་ཏེ་མི་སྤྱང་བར་སོང་བ་དང་། རྒྱལ་མཚོག་སེང་ཆེན་ནོར་བུ་
དགྲ་འདུལ་གྱིས་ལྟ་བུར་དུ་དཔལ་བརྟུལ་འབངས་སྟེ་ཐམས་ཅད་བསྐྱས་ཏེ་ལྟའི་ལུང་
བསྟན་བྱུང་ཚུལ་རིམ་བཞིན་གསུངས་སྟེ་དཔལ་བདུད་རྣམས་ནས་མཛོན་པར་
བསྟོད་དོ། དེ་ནས་ཞལ་བསྐྱོས་བཞིན་སོ་སོར་གོ་གྲོན་མཚོན་ཐོགས་རྩ་ལ་སྤྱི་སྤྱི་
སོགས་ཁྲིག་གར་མཛད་སྟེ་འཇམ་དགྲིལ་ལེས་བཞུགས་པར་གདའོ། ཞང་ཁུང་དབྱང་
དམག་དེ་རྣམས་སྤར་བསྐྱོས་བ་ལྟར་གྲི་ཕྱི་ཕྱིར་དམག་དཔོན་ཆེ་བཞིའི་རྩ་དམག་ཁས་

ལེན་སྟོང་ཐག་རེ་ཁྲིད་ཅིང་དབྱང་རྒྱལ་དུ་སྒྲོན་ཤེས་ཆེན་ཅལ་ཆེན། སྤང་མོ་གཡུང་
དྲུང་གསུམ་བཅས་པས་ཕྱོགས་བཞི་ནས་བསྐྱོར་ཏེ་མདའ་མཆོན་བུ་ཡུག་འཚུབ་
འཚུབ་བྱས་བྱུང་བ་དང་། ཤར་ཕྱོགས་ནས་འབྲུ་མི་དཀར། མ་ཉིན་རྫོང་དཔོན་པོ་བྲག་
དཀར་ཐང་སྤྲལ། ལ་ཕུ་ཞལ་དཀར། མི་རུབ་ཁེར་རྫོང་རྣམས་ནས་འབྲུགས་པས་པན་
ཚུན་གྱི་རྣམས་མང་ཚལ་འབྲུགས། སྒོ་སྒོ་ནས་ཆོས་འབྱུང། ཤལ་པ། དཔའ་མོ། རྟོར་གྱི་
བ་དྲུང་དུག་བཅས་གྱི་ནམ་མ་ལངས་བར་འབྲུགས། རུབ་སྒོ་ནས་དཔའ་ལ། འདན་མ་
གཉིས་གཙུག་དཔའ་ཐུལ་བཅུ་ཡི་ནམ་མ་ལངས་བར་འབྲུགས། བྱང་སྒོ་ནས་གཡུ་ལྷ་
སྤྲལ་ལྷ་གཉིས་གྱི་གཙུག་དེར་ཡོད་རྣམས་ནས་འབྲུགས་པས་པན་ཚུན་གྱི་བསད་ཅུང་
ཟད་ཚལ་རེ་སོང་ཡང་ཞང་དམག་རྣམས་གླིང་སྐར་དུ་ཐར་བའི་རེ་བ་མེད་པར་ནམ་མ་
ལངས་བར་འབྲུགས་མཐར་རུབ་སྒོ་ནས་ཅལ་ཆེན་ནམ་མཁའ་དེའི་སྤྱང་གིའི་ཡུག་ལྷ་
དུག་པ་ལྷར་གྱིས་གླིང་དམག་སུམ་ཅུ་ཚལ་གྱི་རྣམས་སོང་སྟེ་སྐར་ནང་དུ་མཆོང་བྱུང་
བས་གདོང་གི་དཔོན་པོ་ཉི་རྒྱལ། ཨ་སྤྱིད་སྤྱི་བཟ་གཉིས་ནས་གདོང་བཀག་ཏེ་རལ་ཁ་
འཛེན་པས་པར་གྱི་ལན་གསུམ་རེ་བཏབ་ཡང་མ་ཆོད། ཚུར་གྱི་གཅིག་བཏབ་པས་
གདོང་དཔོན་ལུས་ཕྱེད་བཤག་ཏེ་བསྐྱོངས། ཨ་སྤྱིད་ལ་གྱི་རྣམས་ཅུང་ཟད་བྱས་པས་
མོས། ཁོ་དཀྱིལ་སྐར་ལ་གཏད་ནས་མཆོང་བྱུང་སྐབས། འབྲུ་དགའ་བདེ་ཐུགས་རབ་
ཏུ་འབྲུགས་སྟེ་ཏྲ་ནག་པོ་འཕྱོང་ནག་ཞོན་ནས་དབྱང་པ་འཕྱར་སོག་པ་བརྒྱུང་ཁོ་ཡི་
གདོང་བཀག་སྟེ་སྤྱི་འདི་ལྷར་གླངས་སོ།

ཨོ་མ་ཤི་བརྟེ་རྩྱི་རྩྱི། ལྷ་ཐ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... བསེལ་བ་ཆོལ་གྱི་དྲུང་ཁྲོད་
ནས། དཔལ་ལྷན་མགོན་པོ་རྡོ་རྗེ་བདེ། གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བྱེན་གྱིས་རྒྟོབས། ས་

འདིས་ས་ངོ་མ་ཤེས་ན། ཁབ་ཆེན་སེང་ཐང་གོང་མ་རེད། ང་འདྲ་ང་ངོ་མ་ཤེས་ན། སྒྲ་
སྟོང་སྒྲིང་ཁྱི་བར་མ་ནས། སྒྲ་ལ་སྒྲ་པ་ཤར་བྱལ་ཡོད། སྒྲ་མི་འགྲུང་ས་ཡི་ཅི་ཐོག་ཡོད།
འབྲུ་རབ་མཁར་གསེར་ལུང་དགུ་རྫོང་ནས། འབྲུ་དགའ་བདེ་ཆོས་སྒྲིང་བེར་ནག་ཟེར།
མཐུ་ལ་རྩྱ་ཤི་པཌ་འབྲེལ་ཡིན། སྤགས་ལ་རྩ་བོ་རྒྱད་གཙོད་ཡིན། སྟོབས་ལ་སྒྲང་ཆེན་
སྟོན་པ་འདྲ། དཔལ་རྩལ་གངས་སེང་དཀར་མོ་ཅན། ཤེད་ལ་རི་བོ་དཔང་ཁུར་ཡིན།
བྲང་གི་བྲུང་པ་བསམ་བྲུབ་གཅིག། རྟོར་ཤེད་ཆེན་རི་བོ་དཔང་ཁུར་གཉིས། རྒྱ་ནག་
པོའི་བྲུང་ཆེན་འབྲུག་གྲགས་གསུམ། ང་འདྲ་ཆོས་སྒྲིང་བེར་ནག་བཞི། འཇམ་སྒྲིང་
ཤེད་ཆེན་མི་བཞི་རེད། དེ་བཞིའི་ནང་ནས་ང་རང་ལྷག། བློགས་བཞི་ཀུན་ལ་གྲགས་པ་
ཡིན། བོ་སྟོང་ཅམ་གདོང་ལ་ཡང་མེད། གནའ་མི་བོད་ཀྱི་གཏམ་དཔེ་ལ། རི་ཤོག་ཆེན་
སྒྲང་གི་འབྲིང་ཁུག་ནས། ཤ་པོ་རྩ་རྒྱས་སྒྲང་བ་མཐོ། ཤ་པོ་བརྒྱའི་ནང་ནས་རྩ་ཐུར་
ངོས། མགོ་དྲུང་རྩས་ཁྲོམ་ཐོག་བཅད་བསམ་ཏེ། རྩ་རྒྱལ་ནག་ཐན་མདའ་ལ་ཤོད། རྩ་
གུ་ཤིང་གི་པ་ཏ་ནས། བེ་ཙོ་བྱ་ཡི་སྒྲོ་མདངས་ཅན། རྩ་འཕུར་བརྒྱའི་ནང་ནས་ལྷེ་བདེ་
ཟེར། ལྷེ་བདེ་མོའི་གཏམ་ཁ་རྒྱངས་བསམ་ཏེ། ལུས་འཕུར་དབང་མེད་པར་བཙོན་དུ་
བཟུང་། ཁྲོམ་ཆེན་དམག་གི་གཞི་དཀྱིལ་ནས། ཁྲོད་མི་དམར་རྟ་དམར་རྟམ་པ་ཅན།
ངར་གྲོད་སྒྲང་མ་ལེན་བསམ་ཀྱང་། དེ་རིང་ཤེད་ཀྱིས་ཐང་ལ་སྟེབས། གཏམ་རྒྱུད་བོད་
ལ་བཞག་རྒྱུ་ཡིན། ཨེ་ཟེར་སྟོས་ལ་མི་ཟེར་ཉོན། གདོང་གི་དཔོན་པོ་ཉི་རྒྱལ་དེ། ཆེ་
རྒྱུད་སྒྲིང་གི་དཔོན་པོ་རེད། ཐོབ་ཐང་ཆེ་བ་གདོང་གི་བྱ། གཡས་ཤོག་དམག་གི་རྩ་
འཛེན་ཡིན། དམར་བསད་ཁྲག་ལ་བསྟོལ་ནས་བྱུང་། དེ་ལན་ད་ལྟ་མ་སྤྲད་ན། ང་དགའ་
བདེ་མིན་པའི་རྟགས་ལ་ཞོག། དཔེ་བཞག་ན་འདྲ་མ་ཨེ་འདྲ་ཡོད། དགུང་སྟོན་ཁྱི་

གདུགས་ཉིམ་དེ། སྐར་ཆོགས་ཡོད་ཀྱི་བསྐྱིབ་ཐུབ་ཀྱང་། ཆོད་མ་ཟེན་སྐྱ་གཅན་ཁ་རུ་
ཚུད། ལུང་ཚུང་ལུག་གི་ཚུ་ཚུང་དེ། གཞུང་གམ་ཐང་བཟོས་བས་ཆོག་བསམ་ཉེ། དེ་
ཡན་ལ་ཉིམ་ས་ཤུགས་ཀྱིས་སྒོམ། བྱང་ནང་ཚོན་ཅལ་ཆེན་ཐོག་ཤོད་བྱ། བྲིང་དམག་
སྐར་དཀྱག་ནས་ཐང་བསམ་ཀྱང་། དེ་ཡན་ན་དགའ་བདེ་དཔའ་བོ་ཡོད། དེ་རིང་སྐར་
མའི་ལག་རྩེས་ལ། སྐྱག་དོང་མདའ་མོའི་རྒྱང་འཕེན་མེད། གཟིག་ཤུབ་མཆོག་དཀར་
ལག་ལན་མིན། མདའ་རྒྱང་ནས་འཕང་ན་སྐར་མ་ཟ། གི་མདུང་ལག་ཆ་དགོས་ལེ་
མིན། དཔའ་བོའི་དཔུང་བས་འཛིང་རྒྱ་ཡིན། འཆི་རེས་ཁྲབ་ཆེན་སྐར་འཛིང་བྱེད།
དཔའ་ཅལ་དུག་སུ་ཆེ་ད་རེས་ལྷ། ངས་ཡར་གཡུག་ནམ་མཁའི་སློང་དུ་གཡུག། མིག་
གདངས་ནས་རྒྱ་སྐར་ཤར་ལེ་གཡུག། མར་གཡུག་དོག་མོ་ས་ལ་གཡུག། རྩོལ་བེམ་
སྒོག་བརྒྱབ་རྒྱ་ཡིན། བར་གཡུག་བར་སྐར་ཁམས་ལ་གཡུག། འོག་སྐྱ་རྒྱང་གིས་
བསྐྱོད་འབྲེག་ཡུག། བྱི་འབྲུང་བཞི་ནང་དུ་བཞིབ་བར་བྱེད། ནང་གཤོང་བཞི་ཁྲག་གི་
གང་ལེ་བཟོ། རྒྱུད་མོ་བྲིང་དཀར་རྒྱལ་ཚོན་ཆོ། ཐུགས་མ་ཡེངས་སྤུན་གྱིས་གཟིགས་
མོ་མཛོད། སྐར་མ་ཅི་འདུག་ད་རེས་ལྷོས། ཅལ་ཆེན་ནམ་མཁའི་ཐོག་ཤོད་ཁྱོད། ཆེ་
འདི་ག་འདུག་བ་དེ་རིང་ཡིན། ཁྱོད་བྱི་མའི་ཡུལ་ནས་བདེ་མོ་གིས། ཚོན་ཅལ་ཆེན་
ཡིད་ལ་དེ་ལྟར་ཞོག། ཞི་མ་ཉི་བརྗེ་རྩྱུ་རྗེ།

ཅེས་ཟེར་སྟེ་མཆོང་ཤོམ་བྱས་བས་ཅལ་ཆེན་ནས་ཁྱོད་རང་དེ་འདྲའི་ཤོད་པོ་
ཡིན་ཆེ་ང་རང་གཉིས་སུ་ཤོད་རིམ་གྱིས་ལྟ་ཆོག། འདར་བོ་ང་ཡི་སྤྱུ་ལ་ཉོན་ཅིག་ཟེར་སྟེ་
འདི་ལྟར་ལྷངས་བ་འདུག་གོ།

ཞི་མ་ཉི་བརྗེ་རྩྱུ་རྗེ། སྤྱུ་ཐ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... གནམ་གྱི་འབྲུག་ལྟ་ཐོག་རྒྱལ་

མཁུན། དཔལ་སྤྲུལ་སྟག་ལྷ་མོ་འབར་མཁུན། མེར་མ་དག་ལྷ་མགོན་སྐུ་བས་མཛོད།
ས་འདིའི་ས་ངོ་མ་ཤེས་ན། ཁྲབ་ཆེན་མེད་ཐང་བར་མ་རེད། ང་འབྲང་ངོ་མ་ཤེས་ན།
ཞང་ཞུང་རྒྱལ་པོའི་ནང་སྟོན་ལ། ཅུལ་ཆེན་ནམ་མཁའ་ཐོག་ཚོད་རེད། དཔལ་ཅུལ་
དུག་ལེན་མེད་གཤེན་ཆེ་ཡིན། ཁྱོད་སྤྱིང་བུའི་མ་ཤེས་ཡོད་ཆོད་མིན། སྤང་ཆེན་བརྒྱ་
ཡི་ཤུགས་ཡ་ཡིན། སྟོབས་ལ་འདྲེན་ཡ་ཡོད་བསམ་མེད། ཤུགས་ཆེན་བརྒྱ་ཡི་ཡ་
གྲུང་ཡིན། ཤུགས་ལ་འདྲེན་ཡ་ཡོད་བསམ་མེད། ནམ་མཁའ་ཐོག་གི་ཁ་ལམ་ནས།
མཐོ་བྲག་དཀར་ཡིན་ཀྱང་ཆགས་ཉིལ་བཟོ། ཅུ་ཆེན་བབས་པའི་གཞུང་ལམ་ནས།
དམའ་ས་གཞི་འབྲུག་ཀྱང་གད་གཤོང་བྱེད། ང་ཅུལ་ཆེན་འབྲུག་གི་དབྱང་ལམ་ནས།
ཁྱོད་ཤུགས་ཆེན་དགའ་བདེ་ཐང་ལ་རྟེན། ཨེ་ཟེར་སྟོས་དང་གསལ་ནས་འོང་། ལ་རྒྱ་
གནའ་མིའི་གཏམ་དཔེ་ལ། ཉི་ཆར་འདྲེས་པའི་འཇམ་ཆོན་དེ། རྒྱང་བལྟས་ཁ་དོག་
བཟུག་ཞན་འདྲ། འབྲམ་བཅར་ན་དངོས་མེད་སྟོང་བ་རེད། སེར་རྒྱང་ཕ་མོའི་རྩ་རྒྱང་དེ།
རྒྱང་བལྟས་ཟླ་བཟང་རྒྱས་ཞན་འདྲ། འབྲམ་བཅར་ན་ཕ་རྩ་བཅང་ཤུགས་མེད། སྤྱིང་
དཀར་དགའ་བདེའི་ཁ་ཆོད་དེ། དཔལ་འཛིང་སྤང་བ་མཐོ་ཞན་འདྲ། ཐོད་གཏུག་ན་མེས་
སྟོག་ས་ལ་སྟེབས། ཁྱོད་རང་ཟེར་བ་དེ་རང་ཡིན། ཁྱོད་ཀྱང་ཨ་མའི་བུ་རྒྱུད་ལ། ང་རང་
ཨ་མའི་བུ་རྒྱུད་ཡིན། གོ་མཆོན་དག་ཆས་མ་དགོས་པས། ཅུལ་ཁྱོད་ཀྱང་འདྲེན་ན་
ངེས་ཀྱང་འདྲེན། ཁྱོད་བཅས་པོ་རྟོ་ལ་རྟེན་ངེས་ཡིན། རྟོ་གོར་མོའི་སྤྲད་ཁྲག་འབྱུང་ལེ་
ཞིག །དེ་མ་བྱས་ཅུལ་ཆེན་མིན་ཏུགས་གྱིས། ཞང་ཞུང་བསྟེན་པའི་བསྐྱུང་མ་ནམས།
ང་རང་ཤེད་གྱིས་དབྱང་རོག་མཛོད། སྤང་དག་མགོ་མཇུག་སྟོག་པར་ཤོག །ཁྱོད་རང་
ཡིད་ལ་དེ་ལྟར་ཞིག །ཨོ་མ་ཁི་བརྟེ་ཕྱི་ཕྱི།

ཅེས་ཟེར་ཞིང་མཆོང་བས་ཁོང་གཉིས་སྤར་འཛིང་བྱས་པས། རྩལ་ཆེན་གྱི་
ཀོང་མདོ་ནས་དགའ་བདེས་ལག་གཡས་གྱི་བཟུང་གཡོན་པས་ཁབ་གྱི་ཐོང་རྩ་ནས་
བཟུང་སྟེ་སྒྲག་གི་ལུ་གུ་ཁྱེར་བ་བཞིན་མི་རྟ་པ་ཉེ་ཡར་གཡུག་མར་གཡུག་ཁུར་རྩོ་
བསྐྱོར་བསྐྱོར་མཛད་པས་ཁོ་ཡི་ཅི་བྱེད་མེད་པའི་ངང་དེར་ས་ལ་བརྟུང་ནས་ཁ་ནས་
ཁྲག་བབས་སྟེ་དམར་བསད་བཏང་། དེར་ཡོད་གླིང་པ་རྣམས་ཀྱིས་གི་བསོ་བཏང་ནས་
ཕྱི་གླིང་བཙན་བདུད་སློག་དམར་འབྲུགས་ཤེས་དེ་སྤར་དུ་མཆོང་སྟེ་སོག་པོ་སྟག་ཅེ་
གཟུང་རང་གཉིས་ཀྱིས་དཔུང་དམག་ལྷ་དྲུག་ཙམ་གྱི་འོག་ཏུ་བཏང་བྱུང་སྐབས། སོག་
མི་འབྲུག་སྟོང་དཔའ་རྒྱལ་དེའི་གདོང་བསྟེན་ནས་མདུང་ལན་གཉིས་བསྟུན་ཀྱང་མ་
འབྲིག་། ཁོ་ཡི་གྱི་བཏབ་པས་མདུང་སྟེ་བྲེགས། ཡང་གྱི་གཅིག་བཏབ་བྱུང་བས་དཔའ་
རྒྱལ་གྱི་དུས་གོང་ལ་ཐེབ་ནས་རྟེན་པ་ས་ལ་ལྷུང་བས་ཡང་ཅིག་བཏབ་པས་སོག་སྒྲག་
ཕྱེས་ཏེ་བསད་སྐབས། སོག་སྟག་དམར་སྟོབས་ཆེན་གྱིས་གདུང་ལེན་དུ་རྒྱག་པས་
ཁོའི་མདའ་སྟོང་སྤྲད་དེ་སྟུ་འདི་ལྟར་ལྷངས་སོ།

ཨོ་མ་ཁི་བརྟེ་རྩྱ་རྩི། ལྷ་ཐ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... དཔའ་སྲས་སྟག་ལྷ་མེ་འབར་
མཁྱེན། ཐེར་མ་མི་ཐམ་ག་པ་མཁྱེན། ས་འདིས་ས་ངོ་མ་ཤེས་ན། ཁབ་ཆེན་སེང་ཐང་
བར་མ་རེད། ང་འབྲ་ང་ངོ་མ་ཤེས་ན། ཞང་ཕྱི་གླིང་གཉིས་གྱི་ས་འཆམས་ནས། ས་
བཙན་ཨ་ལོང་དགུ་འཁྱེན་ནས། ཡང་བཙན་བྲག་ནག་སྟོང་རྩོང་ནས། པ་ནི་བདུད་ལ་
མ་ནི་བཙན། ང་རང་སློག་དམར་འབྲུགས་ཤེས་ཟེར། ཞང་ཕྱི་གླིང་སྟེ་ཁག་ཆེ་བཞི་ཡི།
མགོ་འཛིན་དམག་དཔོན་ནང་བཟུང་ཡིན། དཔའ་རྩལ་དྲུག་ནམ་མཁའ་ཐོག་ལས་ཆོ།
མདའ་སྟེན་པའི་བྱུབ་པ་ཐོབ་ལེ་ཡིན། དཔའ་ལེན་ལ་འཛམ་གླིང་བོད་ལ་མེད། ཨོ་

གདའ་དེ་རིང་གསལ་ནས་ཡོང་། ཁྱོད་སྒྲིང་སྤྱག་བྱ་མོ་ཁྱུ་གཅིག་ཉོན། རྒྱུ་མཐུང་དཀར་
བྲག་སྟོད་འཛིན་ལེ་ལ། རོན་མེད་ཐག་སྟེ་ཅི་ལ་བཅུག། ཉེས་མེད་གཤོག་བྲག་ཅི་ལ་
ལེན། ཤེས་ཆེན་རི་སྟངས་རྩ་ལ། རོན་མེད་རོན་པས་ཅི་ལ་དེད། ཉེས་མེད་བྱ་ཅི་ཅི་ལ་
པལ། བྱང་ཞང་ཁྱུང་ན་ཆེན་སྟོངས་བྲག་ལ། དཔོན་སྟུན་གྲགས་རང་མཁར་བཟུང་བ་
ལ། རོན་མེད་འབྲུམ་དམག་ཅི་ལ་པལ། ཉེས་མེད་དམར་བསད་ཅི་ལ་བཏང། དབྱང་
དམག་དེ་ཙམ་ཉ་ལ་འཕངས། མི་བྱེད་ཁ་མེད་བཅན་བདུད་ཡིན། མ་བྱས་ཆེད་མེད་
སྒྲིང་དམག་ཡིན། དེ་ལེན་མ་འཕྲོད་དཔལ་པོ་མིན། རྒྱལ་ཐོབ་བསམ་ཡོད་ཀྱང་ཐོབ་ལེ་
མིན། ཞང་རྒྱལ་པོའི་བྱས་ལ་དར་རྒྱུད་མེད། ལྷག་རྒྱུང་ཆ་རར་ཆེ་ཞེན་འབྲ། དམར་པོ་
མེ་ལ་བྱོ་གང་མེད། སྤྱེ་འགྲོ་སྒྲོམ་ལ་བེལ་ཞེན་འབྲ། རྒྱ་མཆོའི་རྩ་ལ་འཕེལ་འགྲིབ་མེད།
དཔལ་ལྷལ་དབྱང་རྒྱུད་རར་ཞེན་འབྲ། ལྷག་ལྷལ་དབྱང་དམག་ཟད་མཐའ་མེད། མཐའ་
དམག་རྒྱ་མཆོ་ལུད་ལུད་ཡིན། ལྷག་ལྷལ་མེར་རྒྱུད་ཡར་ཡར་ཡིན། དབྱང་དམག་
བྲག་ཆར་འབབས་འབབས་ཡིན། དུག་མཆོན་ཐོག་དམར་བབ་བབས་ཡིན། ཁྱོད་སྒྲིང་
དཀར་ཉམ་པའི་སྐར་རྒྱུང་དེ། རམ་ནག་སེར་བས་བརྒྱུང་འབྲ་བཟོ། མགོ་འཛིན་ལྷུང་
གན་རྩོ་བྱ་ཁོ། ནག་སྐན་མདའ་མའི་སྟེ་ལ་བྲངས། ཨ་མོ་དཔལ་ལྷལ་བརྒྱུད་ཅུད། དེ་
རིང་སྟོང་ཁྲག་ཐང་ལ་འཕོ། རྩེ་སྟུན་གྲགས་དབྱ་སྐ་མཐོ་ལེ་ཞིག། ཁ་བྱས་སྟོན་པོ་མིན་
རྟགས་ཡིན། སྤྱེ་མཁྱོགས་གདོང་སྤྱགས་ཁམས་བ་རྒྱ། རྒྱུད་པོའི་ཁ་ཞོར་དམར་བསད་
བྱེད། དེ་རིང་མདའ་གཅིག་འཕེན་ལེ་དེ། སྤྱེ་རྒྱ་གཡིན་ཀྱང་ཐལ་བར་བཟོ། མཐོ་ཉི་མ་
ཡིན་ཀྱང་ཐང་ལ་འཕེན། སྐར་ཆོགས་ཡིན་ཀྱང་གལ་ནས་གཏོར། སྒྲིང་སྤྱག་ཆེ་ཟད་
ཁམས་བ་རྒྱ། སྟོང་གའི་དཀྱིལ་དུ་མདའ་མོ་རྒྱུ་ད། དཀར་ནག་འཆམས་ནས་མ་སྤུང་

ན། ཉག་ཐམན་སྒྲེན་པོ་མེན་ཉག་ས་ཡིན། ཁྱིད་རང་ཡིད་ལ་དེ་འབྲེལ་གྱི། མི་མ་ཁེ་བསྐྱེ་རྒྱུ་
སྟེ།

ཅེས་སྒྲུ་དེ་ཉམས་སྒྲུངས་བས་མདའ་སྤྱིང་བྱུང་བས་སྟག་དམར་སྟོབས་ཆེན་གྱི་
བར་དཀྱིལ་དུ་ཐེབ་བྱུང་བར་གོ་བྱེད་གྱི་མ་བརྟེན་ཀྱང་། རྒྱལ་པོའི་སྤྱང་འཁོར་མཆོན་
ཆ་འབྲུམ་སྤུལ་ཡོད་བས་བརྟེན་ནས་ལུས་ལ་གཞོད་པ་མ་བྱུང་ཀྱང་། དུག་གི་སྟོབས་
རུས་གྱི་བརྒྱལ་སོང་བར་རྟ་ལས་སྤྱུང་བྱུང་། སོག་དམག་རྣམས་གྱིས་སྟོབས་ཆེན་ལ་
ངེས་པར་གཞོད་པ་བྱུང་སོང་སྟེ་སྟེ་ཐེང་ལོང་ལོང་སྐབས་དེར། ཁོ་ཡི་དུག་མདའ་
གཉིས་སྤྱིང་བྱུང་། སོག་དམག་ལྷ་བརྩུ་ཅམ་བསད་ཅིང་དཀྱིལ་སྤྱར་ལ་གཏད་ནས་
མཆོང་བྱུང་བར། དཔའ་ལ་ཨ་དོས། འབྲུ་མི་དཀར། འཇར་སྤས་གསུམ་ནས་གྱི་བརྟོན་
ནས་མཆོག་བས་ཁོས་ཀྱང་གྱི་བརྟོན་ནས་མཆོང་བྱུང་བར། གྱི་ཁ་འབྲེན་སྐབས། མ་
ཉིན་རྫོང་དཔོན་མི་རུབ་མ་བྲ། བྲག་དཀར་སྤྱིང་སྟོབས་རྣམས་ནས་གྱི་རུབ་བྱེད་ཤོམ་
ལ། ཁོའི་སྤྱིང་མ་མི་ལོན་པ་འབྲེལ་བས་མ་ཉེ་སྤྱ་བྲག་ནས་འོད་དམར་པོ་ཞིག་ལམ་གྱི་ཤར་
བས་གར་སོང་མེད་པར་ཐལ་ལོ། དཔའ་པོ་གཡུ་འོད་དེ་ཤར་སྒོ་ནས་སྤྱིང་དམག་བཞི་
བརྩུ་ཅམ་བསད་བྱུང་སྐབས། འདན་མས་གདོང་བཀག་ཉེ་གྱི་ཁ་འབྲེན་སྤུལ་པར།
ཆོས་འབྲུབ་གྱི་རྒྱབ་ནས་མདུང་གསུམ་སྤུལ་ཀྱང་མ་འཕྱིག་པར་ཁོའི་རུབ་དོག་ནས་
ཕྱིར་བློས་ཤོར། བྱུང་སྒོ་ནས་ཁྱི་སྤུབ་དར་མ་མི་རིང་གྱི་ལྟོ་དམག་ཉེར་དུག་ཅམ་བཅོམ་
བྱུང་སྐབས། ལྟོ་ཡི་སྟག་ལྷ་ཁྱི་དཀར། གཡུ་ལྷ་ཐོག་འགྱུར་གཉིས་ནས་གྱི་རུབ་བྲས་
པས་གཡུ་ལྷ་འི་གྱི་དེ་ཁོའི་རྟ་ལ་ཐེབ་སྟེ་འབྲེལ་བྱུང་བར། ཁོ་རྒྱུང་ཐང་དུ་བློས་ཤོར་བས་
དམག་མང་ནང་དུ་མ་ཤོར། དཔའ་སྤུལ་རྣམས་ནས་ཀྱང་དམག་ཉོབ་སུམ་རྩུ་ཅམ་

མཆོན་ལོག་བཏང་། རྟོ་སྟོན་ས་རྒྱང་ལྷ་གཡུང་བྱུང་དེས་སྤིང་དམག་བརྒྱད་ཅམ་བསད་
བྱུང་བར། བྱེ་མིའི་བརྒྱ་དཔོན་བསམ་འབྲུབ་གྱིས་གདོང་བཀག་སྟེ། མདུང་གསུམ་
ལུལ་ཀྱང་མ་མིག་པར། རྩུང་གི་ལན་གཉིས་ཐོག་བསྐྱུང་བྱུང་བར། བཀའ་སྟོན་ཆོས་
འབྲུབ་གཙོས་སྤིང་དམག་བཞི་པོས་ཁོའི་རྒྱབ་བཞིན་རྒྱག་པར་པར་ཅམ་ཤོར་ནས་
རྩེས་མ་ཐེན་ཅམ་དུ་ཁོའི་རྟ་ཁ་རྩུར་བསྐྱོར་ནས་གི་བཏོན་ནས་སྐྱེ་འདི་ལྟར་སྤངས་སོ།

ཨོ་མ་ཁི་པ་རྩེ་རྩྱུ་རྩྱེ། ལྷ་ཐ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... གནས་གྱི་འབྲུག་ལྷ་ཐོག་རྒྱལ་
མཁེན། དབལ་སྤུལ་སྟག་ལྷ་མེ་འབར་མཁེན། སྤེར་མ་མི་ཐང་གྲ་པ་མཁེན། ས་འདིས་
ས་ངོ་མ་ཤེས་ན། ཁྲབ་ཆེན་མེང་ཐང་བར་མ་རེད། ང་འབྲུང་ངོ་མ་ཤེས་ན། རྒྱུང་ལྷའི་
སྤྱང་མོ་གཡུང་བྱུང་རེད། ཁས་ལེན་སྟག་མོ་ངར་མི་ཡིན། ཉོན་དང་སྤིང་སྤྱག་མི་བཞི་པོ།
སྟག་དམར་ཡག་ནགས་སྟོད་འཛིན་ལེ་ལ། སྤྱ་སྤྱེལ་མང་རྩེས་དེད་ཅི་གོ་རེད། སྤེར་མི་
མཉམ་སྟོག་རྩ་ཤོར་འདོད་རེད། གཟེག་ངར་མས་རང་ལམ་ཆས་ལེ་ལ། ཁྱི་རྩ་ལའི་
རྩེས་འདེད་ཅི་ལ་རེད། རྩལ་མི་མཉམ་གཟུགས་བཞི་འཐོར་ལེ་འོང་། ང་དཔལ་པོས་
དཔལ་ཆོད་བཟུང་བ་ལ། ཁྱོད་སྤར་མས་རྩེས་འདེད་ཨ་བ་རིས། དཔལ་མི་མཉམ་མགོ་
སྟེ་ཤོར་ལེ་འོང་། ངས་ད་ནང་སྤང་མའི་ཁ་ལམ་དུ། ཁྲབ་མ་མང་པོ་དམར་བསད་བཏང་།
དཔལ་ལྷལ་གདོང་ལེན་དམར་པོ་སྤྱ། ཐག་དམར་ཐོག་གི་གཏོར་འབྲུ་སྤྱ། སྟོང་གཏམ་
ཡིན་མིན་སེམས་ལ་སྟོར། མི་ཆོད་དཔལ་ལྷལ་མི་བཞི་པོ། དུས་གཅིག་སྤིང་ཁྲག་ཐང་
ལ་འཕྱོ། དཔལ་སྤུ་རེད་དེས་གསལ་ནས་འོང་། བྱ་རྒྱལ་རྒྱུང་དང་འོལ་བ་གཉིས།
འབྲུ་བསམ་ཏེ་འབྲུ་ལེ་མིན། རྒྱུང་ཆེན་རི་རབ་རྩེ་ལ་སྤྱང་། འོལ་བ་ན་འདམ་རྩར་ལ་
ལུས། ཁ་དཀར་རྒྱང་དང་ཐོང་བྱ་གཉིས། འབྲུ་བསམ་ཏེ་འབྲུ་ལས་མིན། རྒྱུང་ཁ་

དཀར་ན་དམར་གཞུང་དུ་འགྲིམ། བོང་བུ་ར་བའི་ཁྲག་ལ་ལུས། སྤང་མོ་བུ་དང་གླིང་པ་
གཉིས། འདྲ་དུ་བསམ་ཏེ་འདྲ་ལེ་མིན། དཔའ་བོས་རྒྱལ་ཐོབ་རང་ཡུལ་འགྲོ། ཁྱིད་སྤར་
མ་དཔའ་ཆགས་ཕྱི་རྗེས་འགྲོ། དཔའ་བོ་སྲུ་རེད་གཏུག་ན་གསལ། རྣོན་པོའི་རལ་ཁ་
འདྲན་རྒྱ་ཡིན། ལུས་གཟུགས་བཞི་དུམ་བུ་ཆའ་བར་བཅོ། ཡུལ་ལྷ་བཙན་རྗེ་སྟོག་
བདག་རྗེས། དཔའ་བོའི་དབྱང་རོག་མཛད་རོག་གིས། ཁྱོད་རང་ཡིད་ལ་དེ་ལྟར་
ཞོག། ཁྱི་མ་ཉི་པ་རྩེ་རྩྩ་ཟློ།

ཅེས་ཐེར་ནས་མཆོང་བྱུང་བས་གྲི་ཁ་འདྲན་པས་ཁོང་ལྷ་པོ་ཡུད་ཅམ་འདྲ་
མཉམ་མཐར། ཆོས་འབྲུག་གིས་ཁོ་ཡི་རྟ་མགོར་གྲི་ཐེབས་ཏེ་འགྲེལ་བྱུང་བར། ཁོ་རྟ་
ཐང་དུ་མར་བློས་ཤོར་བས་ཐར་སོང་ངོ་། དེ་ཉིན་ཁྲོན་ཤེས་ཆེན་གྲི་གླིང་སྤར་ཁྲག་
བཞིན་དཀྲུག་བསམ་པ་ཡོད་ཀྱང་། རྒྱལ་པོ་སེང་ཆེན་གྲིས་སྤུལ་པ་མི་དཀར་རྟ་དཀར་
ཅན་ཞིག་གི་གདོང་བཀག་བྱུང་བར་རྩ་ཡུན་གཉིས་ཅམ་འདྲན་མཐར། ཁོའི་མི་འདི་ལ་
ལན་འདེབས་སྐབས་མ་འདྲ་བསམ་ཏེ་དཔའ་ཆོད་བཟུང་ནས་གྲུས་སོ། ཁྲོན་པོ་སྤྲུག་
ར་གོ་གདོང་དེས་དམག་རྩ་འབྲུ་ཅན་བཙོ་ལྷ་ཅམ་འགྲིལ་བྱུང་བར། ཤན་བ་དམེ་རུའི་
གྲི་ཁ་འདྲན་པར་འདྲ་མཉམ་སྐབས། ཤན་པས་གནམ་ཐེལ་ར་མདའ་བསྐྱེན་པས་རལ་
གྲིའི་ཆེ་ནས་མཐོ་གང་འཕར་བས་ཁོས་དཔའ་ཁ་རན་ཆོད་གྲིས་ཕྱིར་བློས་ཤོར། ཡང་
ཤད་ཆེན་གྲིས་འཇང་དམག་ཁྲག་བཞིན་དཀྲུག་སྐབས། འཇང་གཡུ་ལྷས་ཁྲ་ཆུར་
ཞིག་བརྒྱབ་པས་ཁོ་རྟ་ཐོག་ནས་ལྷུང་ནས་མར་ཅམ་རྟ་ཐང་དུ་བློས་དགོས་བྱུང་།
བྱང་དམག་རྣམས་ཕྱིར་འཐེན་པས་ཆོས་འབྲུག་གིས་རྗེས་འདེད་བྲས་ནས་མདའ་
གསུམ་འཕར་བས་དམག་བཅུ་གྲོལ་ཅམ་ཤི་མས་བྱུང་སྐབས། བཙན་བདུད་སྟོག་

དམར་དེ་སྟེང་གཞོན་དུ་སོང་ནས་དུ་མཐུག་སྐྱོངས་བར་ཡར་ལོག། །དེ་ཉིན་གདོང་
དཔོན་གྱི་སྐྱེ་གཏུང་དེ་བསྐྱེད་སྐྱེ་ཡང་དག་པར་མཛད་དོ།

དགའ་བདེ་ལ་རྒྱལ་མཆོག་དམ་པས་ཐུགས་སྐྱོད་གྲེས་བཞིན་དཔལ་དར་ལྔ་
མ་ལྟར་གསེར་དུལ་དར་ཟབ་རྩ་བེར་ཁབ་གསུམ་ཕུན་སུམ་ཆོག་པའི་དཔལ་དར་
གཟེང་བསྟོད་མཛད་དེ། དེ་ནས་ཉི་མ་དེའི་ཕྱིར་ནང་སྐྱར་མ་འབྲུག་སྐྱོར་ཤིན་དུ་ལེགས་
པའི་ཉིན་པར་སྤྱིར་སྐྱར་དེ་ཆས་ནས་ལ་པར་ནང་དུ་ཕྱིན་པར་སྟོན་དུ་མདའ་རྒྱང་གང་
ཅམ་གྱི་དམག་དང་མ་འདྲེས་པར། བཀའ་སྟོན་ཆོས་འབྲུག་དཔལ་པོ་དེས་རྩ་མཁྱོགས་
བ་མེ་རི་འཇུག་པས་ཤེས་དེ་ལ་ཞོན་ནས། མདུང་མོ་རྩོད་གཅོད་སྐུལ་ཆེན་ཐོགས་ནས་
འཁོར་གསུམ་དག་དར་ཆུ་བས་སེ་ལྟ་ཡི་བྱ་ལྟ་མ་ཡིན་གྱི་གཡུལ་དུ་ཆས་བ་བཞིན་དུ་
ཐེབ་བ་ལྟ་བུ་ལ། དེའི་ཤིང་དུ་བྱེ་རིའི་དམག་ཉིས་སྟོང་རེ་རིམ་པར་ཐོན་ཏེ། ལྟ་བ་མིག་
གི་མི་བཟོད། བསམ་བ་སེམས་ཀྱིས་མི་ཡོང་བར་གཤམ། རྒྱལ་མཆོག་དམ་པ། ཨ་ཁུ་
ག་ནེ་གོམ་པ། ཁོ་ཐུང་། མི་ཆུང་། ཕྱིན་སྟོན་བཅས་རྒྱལ་སྟོན་ལྔ་པོ་དེ་རི་སྤངས་རི་
འབྲིང་ཁུག་དེ་སོང་སྟེ་རྩེས་སུ་བྱོན་རྒྱུ་མཛད་དེ་བྱོན། དེར་ཞང་ཁྱུང་སོ་བ་རྣམས་ནས་
མཐོང་སྟེ་བརྟེན་སྟོད་སྟེ། བྱང་སྐར་ནས་གོ་བྱོན་མཆོན་ཐོགས་རྩ་ལ་སྐྱོག་བརྒྱབ་ཏེ་
ཡོད་པར། སྤྱིང་དམག་དེ་ཉིད་སྟེབ་སྟེ་བྱེ་བྱང་ཆུ་ཡི་བཤལ་བ་ལྟར་ཡོང་བར། དང་པོ་
སྐར་གྱི་ཤར་སྟོན་མཆོས་འབྲུག་གིས་མདུང་བསོལ་ཏེ་སྐུ་འདི་ལྟར་སྤངས་པར་
གདའོ། ཨོ་མ་ཉི་བརྟེན་རྩྱི་རྩྱི། སྐུ་ཐ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... སངས་རྒྱལ་ཆོས་དང་དགེ་
འདུན་ལ། འབྲུལ་བ་མེད་པར་གསོལ་བ་འདེབས། ཐེར་མ་མདུང་ལྟ་ཁུམ་འོད་མཁྱེན།
དེ་རིང་དཔལ་པོའི་དཔུང་རོག་མཛོད། ས་འདིས་ས་ངོ་མ་ཤེས་ན། སང་ཐང་གངས་གྱི་

འགྲིང་ཁྱག་རེད། ང་འབྲ་ངང་ཐོ་མ་ཤེས་ན། བྱང་བྱེ་རིའི་དམག་གི་ཁྲུང་འབྲུ་རེད། ངར་
ཚོད་བཀའ་ལློན་ཆོས་འབྲུབ་ཡིན། བར་འགྲོའི་སྡོན་མ་ཁས་ལེན་ཡིན། སེང་ཆེན་རྒྱལ་
པོའི་བཀའ་ལློན་ཡིན། དཔལ་ཅུལ་བྱུག་གཟིག་གི་ཐེག་ལེ་ཡིན། རྒྱ་མཚོ་ཕྱག་མོའི་སྐྱོ་
ཡ་ཡིན། མར་འབབས་ཁ་བབས་རྣམ་བཞི་རེད། རྒྱ་ལྷང་ཕྱག་མོའི་སྐྱོར་ཡ་དེ། མོན་བྱ་
ཁྲ་ཕྱག་སྡོན་མོ་རེད། དཔལ་བདུད་ངར་མའི་དབྱང་ཡ་དེ། ང་ངར་བཀའ་ལློན་ཆོས་
འབྲུབ་ཡིན། དག་ལ་དཔང་པ་ངོ་མ་མི་ཡིན། གཉེན་ལ་ངོ་སོ་བསྟོད་མི་ཡིན། རང་བསྟོད་
མིན་དེ་འབྲ་མ་ཡིན། དེ་རིང་ཉིན་གྱི་སྤང་མ་ལ། ལས་དམག་རྩ་བོ་འབབ་འབྲུ་ཡིན།
དབྱང་བྱེ་མ་འབྲུག་ཀྱང་བརྟེན་ས་མེད། ལས་དམག་མེ་ལྷེ་མཆད་མཆད་ཡིན། དབྱང་
ཅི་ཤིང་འབྲུག་ཀྱང་བརྟེན་ས་མེད། ཁབ་གྲོན་རྩ་རི་ཉིལ་ཉིལ་ཡིན། ཏྲ་དམག་སེར་བ་
ཡར་ཡར་ཡིན། རྒྱ་དམག་བྱ་ལྷག་འཇུ་བ་འཇུ་བ་ཡིན། ཁས་ལེན་སེང་གེ་འགྲིང་
འགྲིང་ཡིན། ངར་ཚོད་དཔལ་པོའི་གདོང་ལེན་དུ། བ་མོ་སྤྲུག་བརྩས་སྤྲུན་བྱུ་བྲུ་གསལ།
སྟོབས་ཅུལ་འབྲེན་རྒྱ་མེད་བས་ཟེད། ང་དཔལ་པོའི་གདོང་ལ་མ་བྱད་ན། བྱ་མི་དགོས་
བྱ་མའི་གལ་ལ་མེད། དོང་ནག་པོའི་འོག་ཏུ་མ་འཇུ་ལ་ནས། གསོན་ས་ཁར་ཡོད་ན་ད་
ལྟ་ཤོག །ལློན་ཤེས་ཆེན་ཉི་མ་ར་ཕྱག་མགོ། སྤྱང་མོ་གཡུང་བྱང་སྟོང་གཏམ་ཅན། ཅུལ་
ཆེན་ཞགས་བས་བསྐྱེ་མ་ཡོད། ཁ་རིང་མདུང་གི་མཇལ་ཁ་ལྷ། སྡོན་མོ་མཚོན་གྱི་
མཇལ་དར་ཡོད། ཕྱི་གླིང་དམག་དཔོན་རྩ་ལི་བཞི། ད་རེས་དཔལ་པོའི་གདོང་ལ་ལོང་།
དཔལ་ངར་ཆེན་སྐྱ་རེད་ད་ལྟ་བལྟ། ཁྲོད་གདོང་ལེན་ལ་མོ་མ་འོངས་ན། ངས་དམག་
ཉོབ་གསོད་དགོས་ཕྱག་ལེ་གདལ། སྤྲུག་དམར་ཡག་ངར་སྐྱ་འབྲིན་པའི་དུས། སྟེལ་
ཤིང་ཕྱང་བཟུང་ཀྱང་པན་བ་མེད། སྤྱང་ཨ་ཐང་ལྷག་ཁྲ་དབྱུག་ཉིན་མོ། ལྷག་ཁྲ་འཁོར་

བྱས་ཀྱང་པན་པ་མེད། ང་དཔལ་པོའི་སྒོ་རྩ་མཐུན་པའི་དུས། སྟོན་རང་གྲུང་བཟུང་ཀྱང་
པན་པ་མེད། སྒོ་ཤེས་ན་ཁྱེད་བཞགས་ལ་མོ་གིས། མགོ་འབྲུལ་ལུས་འབྲུལ་བྱས་པས་
ན། མི་བསད་ཆེ་ཐར་བཏང་བས་ཆོད། དེ་མ་བྱུང་དཔལ་པོའི་སྟངས་ཡོད། སྐར་རྩུང་ཁ་
བཞི་གཏོར་རྒྱ་ཡིན། རྒྱལ་སྟོན་དམར་བསད་མ་བཏང་ན། ང་བཀའ་སྟོན་མིན་པའི་
རྟགས་ལ་ཞོག། སྐར་རྩུང་སེམས་ལ་དེ་ལྟར་བྱུངས། ཨོ་མ་ཁྱེ་བློ་རྒྱ་རྩི།

ཅེས་ཟེར་བ་ན་ཕྱི་སྒྲིང་དཔོན་པོ་དཔལ་པོ་གཡུ་འོད་འབྲུམ་སྒྲེའི་གཏོར་
བཀག་ནས་སྐྱེ་འདི་ལྟར་སྤངས་སོ།

ཨོ་མ་ཁྱེ་བློ་རྒྱ་རྩི། ལྷ་ཐ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... གནམ་གྱི་འབྲུག་ལྷ་ཐོག་རྒྱལ་
མཁེན། དཔལ་སྤྲུལ་སྟག་ལྷ་མེ་འབར་མཁེན། མེར་མ་མདུང་ལྷ་ཁ་ཡག་མཁེན། ས་
འདིས་ས་ངོ་མ་ཤེས་ན། སང་ཐང་ན་བ་ཁ་མོ་རེད། ང་འབྲང་ང་ངོ་མ་ཤེས་ན། ཞང་ཕྱི་སྒྲིང་
ཐུན་པའི་སྒྲིང་དགུ་ནས། བཀག་ནག་སྒོ་མོ་བསྐྱམ་འབྲུག་ནས། མཁར་བཅན་པོ་ལྷགས་
ནག་སྒྲིང་རྩེ་དཔུང་ནས། བྱང་བདུད་དཔལ་པོ་གཡུ་འོད་འབྲུམ། ང་འབྲང་རྒྱུ་པོ་ས་སྒྲིང་མེད།
དེ་ནས་ཉོན་དང་དམར་པོ་སྐྱེ། སྒྲིང་མེད་རྩི་སྒྲིང་གཏམ་ཅན། དོན་ཡང་དག་གཏུག་ན་
གསལ་ནས་འོང། སྐྱལ་དུག་ཅན་ཟེར་བའི་གཡེར་པོ་ཆེ། མཐོང་ཆོད་དུག་གི་འཆི་བས་
ཟེར། ཁྱུང་མཁའ་ལྗིང་གི་གནམ་དུ་ཁྱེར་བའི་དུས། དུག་ཏུ་ལ་ཨེ་ཡོད་དེ་དུས་གསལ།
སྟག་དམར་ཡག་ཟེར་བའི་གཡེར་པོ་ཆེ། སྐྱེ་འགོ་ཁ་རུ་འདེབས་པས་ཟེར། འགགས་
བཅན་པོའི་ས་མདའ་གཟེར་བའི་དུས། དཔལ་མཆེ་སྒྲིང་ཨེ་རྩོད་དུས་གསལ། བྱང་
ཆོས་འབྲུག་ཟེར་བའི་གཡེར་པོ་ཆེ། དཔལ་འབྲེན་མེད་རྒྱུ་མཛོག་བཞག་ན་ཡང་། ང་
དཔལ་པོའི་གཏོར་ལ་འབྲེན་ན་གསལ། དཔལ་ལེན་མེད་ཨེ་རེད་གསལ་ནས་འོང། ཨ་

མོ་ཚོས་འབྲུག་སྤྱི་དགུམ་ཅན། དཔའ་མེད་ཕྱིར་བྱོས་བརྒྱབ་བརྒྱབ་ནས། བྱང་ན་
ཐང་ས་ནག་བཟོས་ནས་ཡོད། སྤོམ་ཉམས་སྒྲ་བའི་ཚོས་བཤད་དེ། རྒྱལ་ཁམས་མི་ཁ་
བཏང་རོག་རེད། སྤྱི་མེད་བྱ་མོ་སྤང་མཐོ་དེ། མཐོང་ཆད་མི་ཡི་ཁྲིལ་རོག་རེད། སྤར་
མས་དཔའ་ངར་ཁ་ལོ་དེ། སྤར་ཆེན་ཁ་མོས་ཁྲིལ་རྒྱ་རེད། བྱ་ཐོན་ཤོག་ཟེར་བ་མི་
དགོས་དང་། བཤོལ་ཀྱང་གཡུ་འོད་སྤྲོད་ལེ་མིན། འཕོད་མི་དགོས་གཏོང་ལ་འོང་གིང་
ཡོད། དབྱ་ལ་ལག་གཡུག་མི་དགོས་དང་། འཆི་བདག་ཞགས་ཐོགས་སྤེབ་ནས་ཡོད།
འཕྲེན་མེད་རྒྱལ་པོ་ལྷན་སྤྱོད་གྲགས། སྤྱག་མ་མོ་ཁྱོད་ཅམ་གཏོང་ལེན་ལ། འཕྲོན་མི་
དགོས་མིག་གི་མཐོང་ལེ་མིན། ཁྱོད་ཨ་བ་རིས་ལ་སྤྱིང་མ་ཟླ། མ་ངན་ཐན་སྤྱག་རྩོ་བྱ་
ཁོ། སྤོབས་རྒྱལ་བྱག་འབྲུན་ལ་མེད་པས་ཟེར། ད་ལོ་འབྲུགས་རྩོད་འདི་ཅམ་ལ། མདའ་
ཤ་སེད་ཅམ་ཞིག་འཕང་རབ་དང་། ཉ་རོ་དུལ་ཅམ་ཞིག་རྒྱག་ལེ་དང་། གྱི་བྱེད་ཤབ་
ཅམ་བཅས་མ་མཐོང་བས། གླིང་དཀར་དཔོན་པོ་རྒྱུད་གཡེར་ཅན། དཔའ་བོའི་ཁ་ལོ་ད་
ལ་ལྷོས། ཁྱོད་རྒྱས་ང་ཡི་ཤེས་ལེ་ཡིན། གནའ་མི་བོད་ཀྱི་གཏམ་དཔེ་ལ། རྩོད་ལེ་ལ་
མེད་ན་ཅིག་བ་བདེ། གཏམ་ཟར་ཟུར་མེད་ན་ཉམས་ཁ་བདེ། སེམས་གྲུ་ཡང་སྒོ་བདེ་
ཚོས་བ་བདེ། བྱང་གླིང་གཉིས་ཀྱི་ས་འཚམས་ནས། བྱ་ཁྱོད་འབྲེན་མེད་ན་སྤྱོད་རེས་
གཙང་། བྱེ་རི་སྤྱག་ཅེ་རྒྱལ་པོ་དེ། བྱང་ཡུལ་མཐེལ་གྱི་ནོར་བྱ་རེད། ཁྱོད་གཅེས་པས་
མིག་ལྟར་བཅེ་ལེ་ཡིན། བཀའ་འདྲིན་བྱམས་སྤྱོད་གཞན་ལས་ཆེ། དེ་འབྲེན་དཔོན་པོ་
འདྲིན་ལན་ལ། ས་མཐའ་རྩོད་འདི་ལག་ལ་བཞག། ཁྲུང་རུས་ཅི་ཡོད་དེ་ལ་ལྷོས། ཁྱོད་པོ་
བོ་སྤྱོད་བདུད་རྒྱལ་གཅིག། འབྲེན་བོ་བཙན་དམར་སྤྱོད་སྤྱོད་གཉིས། དམར་བསད་བཏང་བ་
ཨེ་ཤེས་དུ། ཤེས་ན་ལན་སྤྱད་ཅི་འབྲེན་ཡོད། ཁྱོད་སྤྱོད་པོ་པོ་ལུས་སྤངས་ལེ་བས། མ་

སྐྱེས་ཁྱིལ་ལུས་ཐོབ་པས་དགལ། ལས་འདི་འདྲ་ལྷག་དོན་ག་ན་ཡོད། ང་རང་སློན་ཆེན་
གཡུ་འོད་འབྱུང་། དཔོན་ཉི་མའི་སྐྱེ་བྱེད་སེམས་ལ་བཞག། ཡོད་དགོས་ལེ་ད་རེས་ཡོད་
རེས་བྱེད། བ་པ་སྒྲིང་སྐྱུག་ཆ་མེད་དཔུང་། གཅིག་མེད་ཐབ་ལ་རྒྱུང་བསྐྱར་བཟོ། མགོ་
འབྱུལ་ཟེར་བ་དག་ལ་བསྐྱར། མོ་ངན་ཁྱོད་ཀྱི་བྱེད་བྱེད་དེ། ངས་དེ་འདྲ་མི་བྱེད་གཡུང་
བྱུང་དཔལ་། སྟོག་ཐང་དགུ་ཤོར་ཀྱང་རང་སེམས་སྤངས། མགོ་འབྱུལ་ཁྱོད་ཀྱི་མགོ་ལ་
བྱེད། ཅ་མགོ་ཐོར་བས་བྲེག་བྲེག་བྱེད། ལུས་འབྱུལ་ཁྱོད་ཀྱི་ལུས་ལ་བྱེད། གཟུགས་
བཞི་ཤ་དུམ་གཏུབ་འདྲ་བྱེད། ང་ལས་དགའ་ཞིག་སྐྱེ་འདྲ་ཡོད། དེ་རིང་ཁྱོད་དང་ལྷག་
ལྷགས་ལ། འབྲུ་དྲུག་བ་མེད་འོག་ཏུ་ཤོར། སྐྱེ་ལེན་བྱས་ན་རྒྱ་འཛིན་ལེན། ལྷོ་སྤྱོན་བྱང་
ལ་མ་སོང་ན། ཟེལ་དཀར་བབས་དོན་ཅི་ལ་ཡོད། ལེན་རེས་སྤོ་སྤྱོན་ཁོ་ལ་ལྷག། ཤོད་
ལམ་གཅིག་ཟམ་པ་རྒྱ་ཡི་བཅད། སྐྱེ་ལན་ཟེར་ན་སྤང་ཆར་ལན། ཆར་ཟེལ་མ་དགུང་
ནས་མ་བབས་ན། ས་ནག་འཕོལ་ལ་བྱང་དོན་མེད། ཅ་བ་སྤང་ཆར་ཁོ་ལ་ལྷག། བྱང་
སྒྲིང་གཉིས་ཀྱིས་འབྲུགས་གཞི་འདི། ས་རྒྱས་ལམ་མཁན་མ་བྱས་ན། སྒྲིང་དམག་
བྱང་ལ་བབ་དོན་མེད། སྐྱེ་ལན་ཟེར་ན་ཆོས་འབྲུབ་ལན། བརྒྱ་སྤེས་མི་ཁ་ཆེ་ལེ་ཁྱོད།
སྤོང་སྤེས་གིབ་མ་ནག་ལེ་ཁྱོད། ད་རེས་གདོང་ལ་ལྷག་ལྷགས་ལ། སྤང་མ་ཁྱོད་ཀྱི་སྤོང་
ལ་བབས། དམར་བསད་ཁམས་བསྐྱོས་མ་བྱས་ན། ང་སློན་པོ་མིན་པ་ཉགས་ལ་
ཞོག། ཁྱོད་རང་ཡིད་ལ་དེ་སྤྱང་བྱངས། ཨོ་མ་ཉི་པ་སྤྱོད་སྤྱོད།

ཅེས་སྐྱེ་དེ་སྤྱང་བྱངས་ཞིང་སྐྱེ་མའི་འབྲུལ་གྱིས་ཁོ་རང་འདྲ་བ་གསུམ་བྱུང་
བས། ཆོས་འབྲུ་ཀྱི་ཁོ་ཡི་ཁ་སྐྱས་ངན་པ་དེ་ཅམ་བྱེད་བསམ་ནས་ང་རྒྱལ་བྲག་ཏུ་
འབྲུགས་ཀྱང་དཔལ་ཏང་བ་ཞིག་གི་ངང་ནས་གར་འཛིང་ཅི་ཆ་མེད་པར། སེང་ཆེན་ལ་

གསོལ་བ་ཡིད་ཀྱིས་བཏབ་ནས་གཡས་གཡོན་གཉིས་སྒྲུ་མ་ཡིན་པར་ཤེས་ནས་ཐེ་
ཆོམ་མེད་པར་མཆོང་ནས། དཀྱིལ་མ་དེ་ལ་མདུང་ཅིག་དྲག་ཏུ་བསྐྱེད་པས་པོ་བར་
ཟུག་ཏེ་རྒྱབ་ཕྱོགས་ནས་མདུང་སོ་སྡོ་རྒྱང་གིས་ཐོན་ནས་གྱི་གཡུག་ལོང་མེད་པར་ཏྲ་
ཐོག་ནས་སྒྱུར་བྱུང་བ་དང་། སྒྲུ་མ་གཉིས་ཀྱང་མཉམ་དུ་མར་མེ་རྒྱུང་གི་བསད་པ་ལྟར་
ནག་ཐུམ་གྱི་ཅི་ཆ་མེད་དུ་སོང་ངོ།

ཁོ་ཡིས་མགོ་འཕྲུ་གོང་ལེན་བྱས་ནས་ཞང་སྐར་དུ་སློག་འབྲུགས་པ་ལྟར་
ཕྱིན་ནས་ཤི་བསད་མང་པོའི་སྐབས་དེར་ཤན་པ་དང་ཕྱི་སྒྲིང་དཔོན་པོ་ཁྱི་ཐུབ་དར་མ་
མི་རིང་གཉིས་གཤོང་ཐུག་པས། ཤན་པ་དམེ་རུ་ཅེ་དེའི་གནམ་ལྷགས་ཀྱི་སྒྲི་གྱི་ཕྱར་
ནས་སྒྲུ་འདི་ལྟར་སྒྲངས་སོ།

ཨོ་མ་ཉི་བརྟེན་རྒྱུ་ཞྭ། སྒྲུ་ཐ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... གནམ་ཐེལ་དཀར་ནག་ཁ་
གསུམ་མཁྱེན། ཤན་པའི་ལྷོགས་ལ་མཆོལ་ཅེ་མཁྱེན། མཁྱེན་གཟིགས་དཔའ་པོའི་སྒྲུ་
སྒྲ་དངས། ས་འདིས་ས་ངོ་མ་ཤེས་ན། ཁ་པོ་དམག་གི་སྐར་དཀྱིལ་རེད། དཔའ་པོས་
དཔའ་ཏྲགས་ངོམ་ས་རེད། སྐར་མས་ལ་བློས་བྱེད་ས་རེད། ང་འབྲང་ངོ་མ་ཤེས་ན།
ཏྲར་ཨ་ཆེན་འབྲུམ་ཐང་སྒྲུ་མོ་ནས། ཡ་བེ་མཁར་དམར་ནང་དཀྱིལ་ནས། སྤྱིག་སྒྲོད་
ཤན་པ་དམེ་རུ་ཅེ། ལན་མེད་གཤེན་རྩེ་དམར་པོ་ཡིན། སང་ཆེན་རྒྱལ་པོའི་བཀའ་
ལྟོན་ཡིན། དཔའ་པོའི་འབྲུ་མ་དེ་ལྟར་ཡིན། དེ་ནས་ཉོན་དང་ཁ་པོ་སྒྲུ། ངོམ་ནག་ཐེར་
བའི་གཡེར་པོ་ཆེ། ངར་ཁོ་ལས་ཆེ་བ་མེད་བསམ་ཀྱང་། དེ་ཡན་ལ་རྩལ་ཆེན་སང་གེ་
ཡོད། བར་སྐར་སྐྲག་ནག་རོག་མོ་དེ། ལྷིང་ཁོ་ལས་ཆེ་བ་མེད་བསམ་ཏེ། དེ་ཡན་ལ་
ཐང་དཀར་གློད་པོ་ཡོད། བྱང་ཕྱི་སྒྲིང་དཔོན་པོ་གཡེར་པོ་ཆེ། དཔའ་ཁྱོད་ལས་ལྷག་པ་

མེད་བསམ་གྱང་། དེ་ཡན་ལ་སྟོག་ལེན་ཤན་པ་ཡོད། དེ་ལོ་ཞང་ཁྱུང་ཆུང་ཉེས་སྟོགས།
བསོད་ཟད་སྒྲུང་བ་མཐོ་ལེ་ལ། ཁ་ཡག་གཟིག་གི་ཁ་སྟོན་ལ། རྟོར་སྒྲུང་རྒྱ་བོའི་རྩ་རྒྱང་
ངོམ། ལྷག་བཞིའི་སྒྲུང་མ་ཡིན་བསམ་གྱང་། ཐ་མ་གྲ་ཡག་ཁག་ལ་བསྟོ། གླིང་དཀར་ཁ་
མོའི་དམག་སྟོན་ལ། ཕྱི་གླིང་སྟེ་ཁག་དམག་དབྱུང་བྲངས། ཞང་ཁྱུང་རྒྱ་བོའི་བྱས་ལ་
བསམ། ཐ་མ་གླིང་པས་དམར་བསད་བཏང་། རང་བྱས་ལས་ལ་བཟོ་རྒྱ་མེད། ཁྱོད་དེ་
རིང་གཞོང་ལ་ཆས་ལེ་འདི། ག་ཤིན་རྗེའི་ཁམ་ལ་བཏབ་ལེ་རེད། རས་ལག་ན་བཟུང་
བའི་སྟ་གི་འདི། གནམ་ཐེལ་དཀར་བོའི་ལས་ཐོག་རེད། བཏབ་ན་མི་ཆོད་བསམ་པ་
མེད། དུ་བ་སྔ་ཤིང་འདོམ་དགུ་ཡོད། དེ་རིང་བསོད་ཟད་སྟེང་ལ་གཡུག། མི་རྩ་བྱེད་
མར་མ་བཏར་ན། ཤན་པ་བཏགས་ལེ་སྟོང་གཏམ་རེད། གནམ་ཐེལ་དཀར་ནག་ཁ་
གསུམ་པོ། དེ་རིང་ཤན་པའི་དབྱུང་རོག་མཛོད། ཁྱེད་རང་ཡིད་ལ་དེ་ལྟར་ཞོག། ཁྱི་མ་
ཉི་པ་རྩེ་རྩི་ཞི།

ཅེས་ཟེར་ཉེ་མཆོང་བར་ཕྱི་གླིང་དཔོན་པོ་དེས་དཔལ་ངར་ཆེན་དབང་དུ་སོང་
ནས་སྐྱ་མ་སྐྱལ་ཉེ་རལ་གི་བཟུང་ནས་ཐེམ་མི་ཆོས་པར་མཆོང་བས་གི་ལན་གཉིས་
བཏབ་ཀྱང་གཞོད་མ་འཁྲུག། ཤན་པས་སྟ་གི་དེ་ལྟགས་སྟེད་ནས་གཡུག་པས་མི་རྩ་
གཉིས་བྱེ་མར་བཏར་ཅིང་མ་ཆོད་མགོ་འཕྲུ་གོང་ལེན་བྱས་ནས་བྱང་དམག་ཉི་ལྟ་ཅམ་
དམར་བསད་བཏང་བར། འདན་མས་བྱང་དམག་སུམ་ཅུའི་སྟོར་ཅམ་བསད་བྱང་
སྐབས། ཆུང་ལྷ་གཡུང་བྱང་དེས་གཞོང་བཀག་ནས་མདུང་གཉིས་སུལ་ཀྱང་མ་འཕྱིག་
པར་གི་གཅིག་གཡུག་པས་མདུང་སྟེ་ཆོད་པས་ཁོའི་གི་བཏོན་ནས་གི་ཁ་འཕྲེན་པས་
ཡུད་ཅམ་འབྲ་མཉམ་མཐར། ཁོའི་དཔལ་ཆོད་བཟུང་ནས་ཕྱིར་བྱོས་ཤོར། བཅན་

བདུད་རྒྱུག་དམར་ནས་དུག་མདའ་བཞི་སྤྱིང་བྱུང་བར་འབྲུ་དཀར་ཅན་བརྒྱད་ཅུ་མ་
བསད་བྱུང་སྐབས། དཔལ་ལ་སངས་རྒྱལ་དེས་གདོང་བཀག་བྱུང་བར། ཁོ་ཡི་སྐུ་མེན་
མེད་པར་མདའ་ཞིག་སྤྱིང་བྱུང་བར་དཔལ་ལ་འེ་དར་འབྲུ་ལ་ཐེབ་ནས་བཅད་བྱུང་
སྐབས། དཔལ་ལས་གི་ཁ་འདྲེན་པས་ཁོའི་སྐུ་མའི་འབྲུལ་འཁོར་རང་འདྲ་བ་བཅུ་ཅུ་མ་
བྱུང་བས། བར་ཁོར་རྒྱུ་མས་ལ་ཡང་མང་དུ་གཤུག་ཅིང་གཞོད་མ་འབྲུག། ཚུར་ལ་
མཆོན་རྩེ་སྟེང་ཅིག་བཏབ་ཀྱང་སྤང་བས་བསྟེན་ནས་མ་གཞོད། རྒྱལ་པོ་སྐུན་གྲུབ་དེ་
ཐེ་ཆོས་མེད་པར་མཆོང་བྱུང་བས་གླིང་དམག་ལྔ་ཅུ་མ་བསྐྱོད་སྐབས། གཤུ་ལྔ་མ་
མདའ་གསུམ་བརྒྱབ་ཀྱང་མ་གཞོད་པར། དེ་ཁོ་གཉིས་ཁབ་ཆེན་སྤར་འཛིང་རྩེ་ལྷན་
ཅུ་མ་བྱས་ཀྱང་པམ་རྒྱལ་མེད་པར་སོ་སོར་བྲེས་ཡང་རྒྱལ་པོ་སྐུན་གྲུབ་གཤམ་བ་དེ་
ཞེ་གོད་གདིང་ནས་འབྲུག་སྟེ་གླིང་དམག་གསུམ་ཅུ་མ་གི་འོག་ཏུ་བཏང་བྱུང་སྐབས།
རྒྱལ་པོ་སངས་ཆེན་གྱིས་སྐུལ་བ་དེས་གི་ཁ་འདྲེན་པས་འདྲ་མཉམ་ལ། གཞན་ཡང་ཤེས་
ཆེན་དང་སྟག་ར་གོ་གདོང་གཉིས་གཙོས་ནས་ཚུར་ཡང་ཤི་བསད་མང་དུ་བྲས་ཀྱང་
ཁོ་ཆོའི་སྐུ་མ་མིག་འབྲུལ་གི་བྱུང་དམག་རྩེ་མང་སོང་ཞིང་ཐེལ་མི་བཟོད་པ་འཆུ་བ་
བྱུང་། ཅི་ཡང་མ་བྱུབ་བཞིན་ཚུར་དྲང་ཆེ་བར་བྱུང་བས། རྒྱོན་ཆེན་ཆོས་འབྲུབ་ནས་
དེ་རིང་དཔལ་ཆོད་མ་ཐེན་ན་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་པ་མ་འདྲ་བས་མ་ནས་དམག་ཕྱིར་འཐེན་
པའི་བརྟེན་སྤྱད་པས་གླིང་དམག་རྒྱུ་མས་ཚུར་ཚུར་འཐེན་ནས་སང་གཞུང་བོ་ཐང་དུ་
སྤར་བབས་སྟེ་དེ་ཉིན་སྟངས་མ་དེ་ཅུ་ལས་སྤར་གཏོར་བྱུབ་པ་མ་བྱུང་ཐེར་ནས་ཐམས་
ཅད་ལྟ་གྱུར་དུ་འཛོགས།

དེ་ནས་ཆོས་འབྲུབ་ཤན་བ་གཉིས་ནས་ཕྱི་གླིང་དཔོན་པོ་གཉིས་ཀྱི་མགོ་

ལག་སོགས་གྲལ་འདབ་ཏུ་བཞག་ནས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མངོན་པར་བསྟོད་དོ། དེ་ནས་
སྤྱི་དཔོན་གྱིས་ཞལ་ནས་ད་ལེགས་འདུག་པའི་དཔལ་ཐུལ་རྣམས་ནས་ཀྱང་དཔལ་
བོའི་སྟངས་ལོན་འདུག། ད་ཞང་ཁྱུང་ལ་ཡུན་རིང་པོར་འགྱུར་དགོས་པ་མ་འདྲ་བའི་
ཁྱེད་རྣམས་ཐུགས་ལ་རྒྱང་གཟབ་དགོས་གསུང་ནས། ཡུན་སྤུས་ཚོགས་པའི་འཚོ་བ་
དང་རྩ་ཆར་གྱུ་ཞིང་པ་ལ་ལོངས་སྤྱད་དོ།

ཚོས་འབྲུབ་ཤིང་བ་གཉིས་ལ་དར་བཞུ་ཅ་མི་གི་མགུལ་དར་དང་རྟ་ཁབ་
འཁོར་གསུམ་བཅས་གསེར་མགུ་མོ་ཉི་ཤུ་རེས་དཔལ་ཁ་བསྟོད་དོ། འཛུང་སྤྲུལ་གཡུ་
ལྷ་ལ་དར་སེར་པོ་བཞུ་ཅ་དགུ་བསྐྱོར་གྱི་མགུལ་དར་དང་གསེར་མགུ་ཉི་ཤུ་ས་གཟེང་
བསྟོད་དང་། འདན་མ་དཔལ་ལ་སེང་སྟག་སོགས་དཔལ་ཐུལ་རྣམས་ལ་དར་བགྱིས་རེ་
མོ་ཅན་གྱི་མགུལ་དར་དང་གསེར་གྱི་རྩྭ་ཀ་བཅུ་རེ་བབས་འོས་དང་བསྟུན་པའི་དཔལ་
དར་ཐུལ་ནས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དགའ་བའི་ངང་ནས་རང་རང་སྐར་དུ་ཕེབས་པས་ས་
བསྐྱུང་དག་ཆས་སོགས་སྤྲ་ལྟར་མཛད་དོ། དེར་ཞང་ཁྱུང་རྒྱལ་ཁྲོན་རྣམས་
ནས་གྲོས་ར་བསྐྱུས་ནས་བསྐྱུང་ཀྱང་སྐར་ནི་མི་ཐེན། འཐབ་ཀྱང་ལེན་མི་ལོན་པས།
དམག་དཔོན་གཉིས་ཀྱང་ཞོད། ད་ཅི་དག་ཟེར་སྟེ་གྲོས་བཅོམ་སྐབས། ཁྲོན་ཤེས་ཆེན་
ཉི་མ་འོད་ལྡན་ནས་གྲོས་ཐག་བཅད་པའི་སྤྱི་འདི་སྐངས་སོ།

ཨོ་མ་ཉི་བརྟེན་རྩི་རྩི། ལྷ་ཐ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... འབྲུག་ལྷ་དཔལ་སྤྲུལ་ཕེར་མ་
ལ། གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བྱེན་གྱིས་རྒྱོབས། ང་འདྲ་ང་ངོ་མ་ཤེས་ན། རྒྱོ་ཆོད་བརྒྱང་
གྲོས་ར་འཛིན་མི་ལ། འདིར་བཞུགས་རྒྱལ་ཁྲོན་དཔལ་པོའི་དཔུང་། ང་རང་སྤྱུ་ལ་ཚུར་
སོན་དང་། སྟོན་ཡང་འདྲ་མ་མང་དུ་ཞུས། ཅི་ཞུས་ཚུ་ཡི་སྤྱུ་བ་རེད། ཁྲོན་ཤེས་ཆེན་ཁ་

ལ་ཉན་པས་ན། ལས་འདི་བྲ་ཡོང་བསམ་ཡིད་ལ་མེད། ལས་བྱ་བ་བཅས་རྒྱ་མེད་པ་
ཡིན། ད་ལྟུང་རྒྱ་ལས་ལ་དེ་ལྟུང་ནས་ཐལ། ད་ལོ་གླིང་སྤྲུག་ཚུར་ཆས་འདི། བར་
ལན་ཞོག་ཏུ་མི་འཁོད་འདུག། ཚུར་ཆས་སློན་ཆེན་དེ་ཅམ་བསད། མཐའ་བཞུགས་
བྱས་ཉེས་འདི་འབྲུང་། ད་སློན་པོའི་ཁ་ལ་ཉན་པས་ན། ད་འདི་ལྷས་བསྐྱད་པས་ཅི་ལ་
པན། རི་བོང་ཆེར་གསེབ་མི་འཇུག་ནས། ཆང་ར་སྤྲུག་ལ་ཅི་ལ་ངོས། སྤྲུལ་ཆེན་རྩོ་
སྤྲུལ་མི་འཇུག་ནས། ལྷས་ཁྱུང་ལ་ངོས་དོན་ཅི་ལ་ཡོད། ཞང་ཁྱུང་རྩོང་བཅན་མི་བཟུང་
ནས། ཐང་སྐར་གླིང་ལ་ཅི་ལ་ངོས། ས་བཅན་རྩ་མ་རང་འགག་ལ། ཡང་བཅན་བྲག་
ནག་འགྲིང་རྩོང་ནས། ས་སྤྲང་ལམ་འཕྲང་བཅད་པས་ཆོག། ཡལ་ཡུམ་རྒྱལ་སྤྲུལ་
འཁོར་བཅས་དང་། འདི་སྐོར་འབངས་སྤྲེལ་ཁོ་རྣམས། དེ་རིང་དོ་རྒྱབ་ཉིན་མཆན་ལ།
བྱོན་ཆས་འཕྲོ་བྲག་བཞོལ་མེད་བྱེད། སང་ཉིན་མ་ཐོགས་ཤར་གྱིས་བྱོན། རྩོང་བཅན་
བྲག་ནག་འགྲིང་རྩོང་བཟུང་། ད་རང་སྤྲོན་པོ་དམག་མང་བཅས། རིམ་པར་རྩེས་སྤུ་
ག་ཤར་བས་ཆོག། དབྲུ་པར་ལོག་སྤང་མ་ཅུང་ཞིག་བཞག། ཚུར་རྒྱབ་བྱུང་ན་སྤར་མ་
ཟ། ཁྲོས་ཤིང་དཔའ་ཆོད་ཟེན་པར་གྱིས། ས་བཅན་རྩོང་སྐོ་མེང་འཕྲང་བཟུང་། སྤྲེལ་
སྤྲེལ་བྲག་དམར་འཁོར་བཅན་ལ། བཅན་བདུད་སྤྲང་མོ་གཡུང་བྱུང་གཉིས། ལས་
དམག་ཅི་ཡོད་བྱེད་ཀ་སྤྲོད། རྩོང་རྒྱབ་ཤར་ཤར་པར་གྱིས། ལམ་དེ་ནས་མི་བཏང་
འགགས་སྤུབ་གྱིས། ད་རང་སྤྲུག་ར་གོ་གཤོང་གཉིས། དཔུང་དམག་ཅི་ཡོད་བྱེད་
བསྐྱོས་བཅས། རྩ་སྐོ་མེང་འཕྲང་བཟུང་ནས་འདུག། གླིང་མི་གཅིག་མི་བཏང་བཀག་
སྤུབ་བྱེད། ཁོ་མི་གཅིག་མ་ངན་རྩོ་ཁོ། བྱ་ཡིན་ན་གནས་འཕང་བཅད་ནས་ཤོག། ཉ་
ཡིན་ན་གཙང་ཆབ་བརྒྱད་ནས་ཤོག། དེ་མིན་མི་ཤོར་ཐག་ཆོད་ཡིན། བོང་ས་རྒྱལ་པོ་

སྟུན་བྱུང་བྲགས། བྲགས་ངལ་མ་མཛད་བདེ་བར་བཞུགས། ལྷ་ཁང་གཡུང་བྱུང་གཟེ་
འབར་ནང་། དབལ་སྤུ་རྩོ་རྩུ་རང་བྱོན་ལ། བྲག་མཆོད་པ་འཕྱིན་ལས་བཅོལ་བཞིན་
བཞུགས། དེ་ནས་བྲགས་ངལ་མཛད་རྒྱ་མེད། ད་ལོ་བྲུས་ཀྱི་ཡོ་མོང་འདི། ཆེ་སྟོན་
ལས་འབྱོད་པས་ཅི་ལ་བན། ས་བཅན་སྒོ་མོ་བསྐྱུ་འདྲནས། ལམ་དེ་ནས་མིང་འོང་
འགོ་ས་མེད། དེ་ནས་མི་བཏང་ཐག་ཆོད་ཡིན། ང་རང་བསམ་ཆོད་དེ་འདྲ་ཡིན། འདིར་
བཞུགས་བྲགས་ལ་དེ་ལྟར་ཞོག །ཨྱོ་མ་ཉི་པ་རྩེ་རྩྱུ་ཉི།

ཅེས་སྐྱེ་དེ་ལྟར་སྤང་བས་ཐམས་ཅད་ནས་བདེན་པར་གོ་ཞིང་། དེར་ཆགས་
བཞག་ནས་བཀོད་བྱུང་ལྟར་བྲུས་ནས་གཤམ་སོང་བར། དེ་སྐར་མལ་དུ་སྐྱེ་མའི་
འབྲུལ་མི་རྟ་གོ་བྱུང་མི་ལེ་དམག་ལྷ་བརྒྱའི་བྱོན་ཅམ་རྒྱུང་བསྐྱུང་ཚུལ་དུ་འདུག་པས།
རྒྱལ་མཆོག་དམ་པའི་ཞལ་ནས། ཞང་ཁྱུང་རྒྱལ་སྟོན་རྣམས་ས་བཅན་བསྐྱུང་བ་
གཤམ་སོང་འདུག་པས་མ་ལེགས་པས་ལམ་འཕྲང་བཅད་པར་སྟོན་དུ་དཔལ་བྲུལ་
བརྒྱུད་ཅམ་སོང་ལ་རྩ་འཕྲང་སྟོན་ཨེ་ཆོད་ལྷ་བ་སོང་ལ། མི་རྒྱུང་ལ་ལམ་རྒྱུས་དང་ས་
རྒྱུས་ཡོད་པས་དེ་ལུགས་བྱོད་དཔལ་བྲུལ་རྣམས་ཐེབ་གསུངས་སོ། མ་གཤིད་མག་
སྐར་འདི་སྐྱེ་མ་འབྲུལ་ཡིན་འདུག་པས། ཨ་ཁུ་ཁྱོ་སྤང་བྱོད་ཀྱི་སྐྱེ་མའི་འབྲུལ་འཁོར་
ཞིག་པའི་ལས་སྐྱུང་དགོས་པས་བྲགས་བཞག་འཆོལ། ཞེས་བཀའ་ཐེབས་པས་ཁྱོ་
སྤང་དགའ་དེ་གདོང་སྐྱེ་སེང་ངེ། ཨ་ར་གཡས་བྲུག་གཡོན་བྲུག་གི་འོ་ལེགས་སོ།
འདྲན་མེད་རྒྱལ་པོ་མཆོག །འིན་པོ་ཆེའི་གསུང་བཞིན་སྐྱུང་ཆོག་ཟེར་ནས་ཁས་
སྤངས། དེ་ནས་ཁྱོ་སྤང་གི་བྲག་ལྷགས་སྐྱེ་གི་རེག་གཅོད་སྐྱུང་ནས་ཆས་པས། མྱིང་བ་
རྣམས་ཀྱི་མཐོང་ངོར་ཁྱོ་སྤང་སྐར་དུ་མཆོང་ནས་དམག་རྣམས་ལ་འབྲུག་ནས་གི་འོག་

དུ་བཏང་ཐེས་སྟམ་པ་བྱས། དོན་དུ་འག་སྒྲགས་བྱེ་མ་དམར་ཆེན་དེས་སྒྱུ་མའི་དམག་
རྣམས་ལ་གཏོར་བས་འཇའ་ཡལ་བ་བཞིན་དུ་གཅིག་མེད་སོང་བར་གདལ། དེར་ཁོ་
ཐུང་གི་སྒྱུ་མ་བཏུལ་ཐུབ་ནས་གླིང་སྒྲར་དུ་ཚུར་དཔའ་ཏང་པའི་ཏང་སྒྲར་བཅས་ཆས་
པ་སྒྲར་མཐའ་ནས་ཀི་བསྟོ་གནམ་ས་གང་བ་གསུམ་བརྒྱབ་ནས་སྒྲར་དུ་ཏྲ་ལས་
བབས་པར་མི་རྒྱུང་ལ་རྟོག་ཐོན་མ་འདྲ་བ་གསུམ་བརྒྱབ་ཏྲ་ཡི་སྟེང་དུ་ཁོས་སྤྲས་བྱས་
ཀྱང་ཅེད་ལིང་ལིང་གིས་སྒྲུ་འདི་ལྟར་སྒྲངས་པར་གདའོ།

ཨོ་མ་ཁི་པ་རྒྱེ་རྒྱུ་རྒྱུ་སྒྲུ་ཐ་ལ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... བོན་སྤྲས་སྒྲུ་མའི་ཆོགས་དང་
བཅས། གསོལ་ལ་འདེབས་སོ་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། ས་འདི་སེང་གཞུང་གི་ཐང་ནས།
དཔའ་བོས་རྒྱལ་ཁ་སྟོན་ས་རེད། སྤར་མ་གྲུང་ལྷག་ཉལ་ས་རེད། ང་འདྲ་མར་ཁམས་
གླིང་ཡུལ་ནས། ཤོ་རོག་སྟེང་རྫོང་ནང་བཟུད་ལ། གདོང་མ་བཞིའི་དཔོན་པོ་ཁོ་རྒྱལ་
ཡིན། དགྲུང་ལ་གྲགས་པའི་གཡུ་འབྲུག་ཡིན། ཏྲ་མགོན་དམར་པོའི་སྐུ་བ་ཡིན། ཆ་བོ་
གི་སར་རྒྱལ་པོ་དེས། དེ་སྤྱི་རྫོང་ཆེན་བཙོ་བརྒྱད་པའ། སྤྱིད་སྤྲུག་མཉམ་ཁུར་བྱས་ལེ་
ཡིན། ད་ལོ་རྒྱལ་རྫོན་དམག་དཔུང་བཅས། མར་ཁམས་གླིང་ནས་ཆས་རྩོན་ལ། དག་
པར་འདུལ་སྟངས་མ་དེ་ཙ་སྒྲངས། གནང་ཚུར་སྒྲང་བྱ་བ་དེ་ཙམ་ཡོད། སྤྲས་ནས་སྤྱི་
དཔོན་ཡར་ལ་བཞག། སྟངས་མ་འཇའ་ལྟར་ཡལ་བ་དེ། བཀའ་རྫོན་མི་རྒྱུང་མ་གཏོགས་
པ། གཞན་མ་སྤྱི་ཡར་མི་གདའ་བས། གོམ་གསུམ་སྟོས་ན་རྗེས་ནས་གསལ། ཁྱོད་མི་
རྒྱུང་ཆེ་གཅིག་དཔའ་མདོག་དེ། ད་ལོ་དག་སྟོན་བྱད་རེ་མེད། བར་པོ་བྱའི་སྟེང་གི་ཁ་པོ་
དེ། འདི་འདྲའི་གདོང་ལ་ཡོད་དགོས་རེད། ང་འདྲ་ཁོ་སྤྱི་རྒྱལ་པོ་ལ། ཆ་བོ་སེང་ཆེན་
རྒྱལ་པོ་ཡི། ཞང་ཞུང་རྒྱལ་སྤྱང་དམག་སྒྲར་ནང་། ཁས་ལེན་ཁབ་བྱོན་འབྲུམ་དམག་

ལྷ། གཞན་མ་སྤྱད་ཀྱང་ལན་ཡ་དཀའ། ཁྱོད་ཨ་ཁུ་མིན་པས་མི་སྤྱབ་གསུངས། ང་མ་
བསྐྱད་མེད་ཐང་འབྲུམ་སྒྲར་དེ། རམ་ནག་མེར་བས་བརྟུང་འདྲ་བུས། དམག་དཔོན་ལྷ་
དར་འབྲུམ་མི་དེ། ལྷ་རྩོན་གཤམ་མཉམ་ཁ་འདེན། སྒྲིན་པོའི་ཐོབ་ཅལ་འདྲ་འདྲ་རེད།
ཉིན་གུང་སྒྲིན་མོ་མཆོན་ཁ་བཀུས། ཆོན་པོ་རོ་གཉིས་འདྲ་འདྲ་རེད། ལྷ་རྩོན་ཨ་ཁུ་ཁོ་རྒྱལ་
ང་། ཞེ་ཆོད་གདིང་ནས་འཁྲུགས་ནས་བྱུང་། ཁབ་ཆེན་སྒྲར་འདྲིན་བུས་པའི་དུས།
ངས་དམ་དུ་བརྒྱུང་ནས་ཕྱིས་མནན། དཔུང་པའི་ཤྱགས་ཀྱི་ཁུ་ཚུར་བརྒྱབ། ཤ་
དུས་ཁྲག་གསུམ་རྩལ་གྱིས་བཏང་། ལྷ་དེ་པོ་འོ་དཀྱག་འདྲ་བུས། རྩེས་ལུས་ཁབ་མ་
འབྲུམ་ལྷ་དེ། དུས་གཅིག་མིན་གྱིས་ངར་ལ་བྱངས། གཅིག་མེད་སྒྲར་མ་དེ་འདྲ་བུས།
འདེན་མེད་སྟག་རོང་དཔོན་པོ་ལ། འདེན་ཡ་ཨེ་འདུག་དེ་ལ་ལྷོས། མེད་ཆེན་རྒྱལ་པོའི་
དཔལ་རོག་ལ། ང་འདྲ་ཁོ་རྒྱལ་ལྷ་ནས་བསྐྱོས། བསྐྱོས་པའི་མི་དེ་བཀོད་པ་འདྲ། བཅུ་ག་
པའི་ཤིང་དེ་སྒྲིམ་པ་འདྲ། དེ་སྤྱི་ཆེ་སྟོ་ཁུར་ལེ་རེད། ལྷ་མ་ཉོར་སྒྲིང་འཁྲུགས་ཅ་དེ། ཁོ་
མི་ཚུང་ངན་པས་སྤྱད་ནས་ཡོད། ངས་སྒོ་ཅལ་བན་འབྲུལ་མ་བུས་ན། སྒྲིང་དཀར་
ཡུལ་མེད་བཟོ་ལེ་གདལ། ཉོར་རྒྱལ་སྒོན་པོ་ཆོད་རྩལ་ནས་ཡོད། ཉོར་ཡུལ་མེད་སྤྱབ་
དོན་ང་ལ་སྤྱག་། དེ་བཞིན་འཇར་སྒྲིང་འཁྲུག་ཡོང་སྐབས། འཇར་མི་ལྷ་འུ་སིས་སིས་དེ།
ངར་ཆེན་རལ་གྱིའི་སོ་ལ་བྱངས། རྒྱལ་ཁམས་ཡོངས་ལ་གྲགས་ལེ་བཟོས། དེ་གར་
དཔལ་ཁ་མ་ཐོབ་མེད། སྟག་དམར་ཡག་འདྲོམ་རྒྱག་མ་རོམས་ན། སྒོང་མཐའི་བྱི་དང་
ཁྱད་པར་མེད། སྒྲིང་གི་དཔལ་བརྟུལ་བརྒྱད་ཅུ་དེ། སྒྲར་མ་མེད་ན་བྱ་མོ་འདྲ། ང་རང་ཁོ་
རྒྱལ་མ་གཏོགས་པའི། ཁེར་རྒྱག་པོད་མི་ཨེ་གདལ་ལྷོས། བཟང་ལ་དཔལ་དར་ཡོད་
པས་ན། སྟག་རོང་དཔོན་ལ་ད་རེས་བབས། ལྷ་པོག་རྒྱག་རྩལ་དཔལ་དར་དགོས། མི་

འོས་མ་གསུང་རྒྱལ་ཁྲོན་ནམས། དན་ལ་ཆད་པ་ཡོད་མིད་ན། མི་རྒྱུང་སྤྱག་འདི་དོང་ར་
ལ་སྒོས། འདིར་བཞུགས་སྤྱགས་ལ་དེ་ལྟར་ཞོག །ཨྱི་མ་ཉི་པ་རྒྱེ་རྩྱུ་རྩི།

ཅེས་སྤྱད་ལྟར་སྒྲུང་བས་མི་རྒྱུང་ནས་ཁ་གཉེར་མི་འཇིགས་པའི་རྒྱལ་དུ་མ་
བཅས་ཏེ་ན་རེ། ཡ་ཡ་སྤག་རོང་དཔོན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་དེ་དང་རང་གི་ཞེ་ལོག་མཐུ་བ་མོས་
བྱས་ན་འདི་ལྟར་ཉོན་ཟེར་ནས་སྤྱད་འདི་སྒྲུངས་སོ།

ཨྱི་མ་ཉི་པ་རྒྱེ་རྩྱུ་རྩི། སྤྱ་ཐ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... ཆོས་སངས་རྒྱས་གདན་ས་
གོང་མ་ནས། སང་གོ་སྤྱ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། ས་འདིས་ས་ངོ་མ་ལེས་ན། སང་ཐང་
ན་བའི་འགྱིང་ཁྱག་རེད། ང་འབྲ་ང་ངོ་མ་ལེས་ན། འགོག་ར་ལོ་སྟོན་བའི་ཆ་བོ་རེད།
བོད་སྤྱག་མི་རྒྱུང་ཁ་བདེ་ཟེར། ཁ་བདེ་མོ་གཏམ་གྱི་བང་མཛོད་རེད། སྤྱ་བ་ཆང་གི་
ཁྲོན་པོ་ཡིན། འཛམ་གླིང་སང་ཆེན་རྒྱལ་པོ་ལ། དད་པ་དམ་ཆོག་མ་འགྱུར་བའི། ཅི་
གསུང་དང་དུ་ལེན་མི་ཡིན། སྤྱགས་དང་འགལ་བ་ཡོད་བསམ་མེད། སྤྱ་རབས་ཅི་
བྱས་བསྐྱང་ཆོད་མེད། དེ་སྤྱེ་དེ་རིང་འབྲ་མ་ལ། ཁོ་ཁྱོ་སྤྱང་ཐ་མོ་སྤྱར་སྤྱང་མས། དཔའ་
འབྲ་གཉིས་དབྱ་བོ་བཅོམ་བ་དེ། རི་བོང་མགོ་ཡི་རྩ་དང་འབྲ། དངོས་མེད་དན་སྤྱགས་
མིག་འཕྲུལ་དེ། གླིང་རུས་ཆགས་བཞག་འཛོག་ཁར་བྱེད། བམ་མཁའི་འཇའ་ཆོན་སྤྱ་
སྤྱ་དེ། ལག་བརྒྱང་ཡོད་ན་ཆགས་བཞག་ཡོད། མེད་ན་ཁྱོ་སྤྱང་དཔའ་བོ་མིན། ངས་
འབྲ་མ་འདི་ལ་དོན་འབྲས་ཡོད། ཁྱོ་ལུའི་ཡོན་ཏན་ང་ཡི་ལེས། དང་བོ་དཔའ་བོའི་སྤྱང་
མ་ལ། མི་མཉམ་བྱེས་རྒྱུང་ཁ་ལྟེན་བྱེད། བྱ་སྤྱ་ཉི་ལེ་སྤྱ་ལྟས་དེ། ཞང་ཞུང་མདོ་མགོན་
ཆོང་ཐོག་བཅོམ། ཆོ་དུག་སྤྱེ་ལ་གསང་རྒྱ་བསྐྱསས། གོ་ལོང་མེད་པར་གྲོས་མགོ་
བཏོན། ཐོས་ལོང་མེད་ནས་འོལ་ཆོད་བྱེད། ཅི་སྤྱད་གལལག་རོ་དུད་ནས་བྱུང་། གནའ་

མི་མཁས་པའི་གཏམ་དཔེ་ལ། ཟས་ངན་ལུས་ཀྱི་སྟོད་སྦྱང་འབྲུག། མི་ངན་ལུས་ཀྱི་
དགྲུག་གཞི་བྱེད། སུང་གཞིའི་མ་མོ་སྒར་སུང་ལ། སྟོན་མ་ཉོར་སྦྱང་འབྲུག་པའི་སྐབས།
ཁྱོད་ཅི་བྱེད་ཤོན་པའི་སྤྲུགས་ལ་གསལ། མོ་གང་བྱེད་སྤྱི་དཔོན་སྤྲུགས་ལ་གསལ། སྤ་
ལོ་རྩུང་ཆས་ལམ་བར་ནས། གངས་ལ་ཁ་རུ་སོ་པ་སོང་། ཉི་མ་རྒྱས་ཀྱི་དགོང་ཁ་ལ།
རྒྱང་ཐང་རུལ་རྩུ་ཅ་རེ་བྱུང་། ཅི་བྱེད་འདིར་བཞུགས་སྤྲུགས་ལ་མངལ། དེ་ཆེས་ཁྱུང་
ཐང་ན་ཐུན། སྤྲུག་མོ་ཁྲི་བསྟན་བཙོན་པའི་ཐོག། མི་ཤེས་ཤེས་ཤེས་འབྱོན་མདོག་ཁ།
སྟོང་གཏམ་དེ་ཡི་རྒྱ་བ་སོ་ལ། ཁྲི་བསྟན་གདོང་གཉེར་ཞེ་གོད་འབྲུག། ཁྱོད་སྤར་རྩུ་ལུག་
ནས་རང་སར་བསྐྱད། ད་རུང་ངོ་ཆ་མི་ཤེས་པས། བཙོན་ཁྱུང་ཐང་ཁ་མོན་ནས། ཨ་
བྲགས་ཉི་མ་ཡིན་མདོག་ཁ། ཁ་མས་འབེབ་ཁ་སྒར་བ་མཐོ། བམ་ཁ་ཁྱུང་དུས་བྱ་བྱེད་
མང་། སྟོང་གཏམ་བཏང་བའི་ཐ་མ་ལ། ཞང་རྒྱལ་ལྷན་གྲུབ་བྲགས་པ་ཡིས། ཞགས་
དམར་རྒྱུང་འཛིན་སྐྱེན་ས་བསྐྱོན། ལྷ་དུག་ཐག་ནག་ཞགས་པས་བསྐྱམས། ཁྱོ་སྤང་ཨོ་
རེད་ལུང་པ་གང་། ཁ་རྩུ་ཅ་རེ་བསྐྱུང་ནས་སོང་། དེ་ལ་བྲུག་འབྲུལ་ངོ་རེ་སྦྱིང་། བདུད་
གོད་དོག་ཐོ་ཨེ་ཞུམ་དུ། བྱི་སྒྲ་ནང་བཙོང་དམ་བཙའ་རྣམས། ཁྱོད་རང་ཡིད་ལ་ཨེ་ངེ་དུ།
ཅི་བྱེད་ང་རང་ཤེས་ནས་ཡོད། དེ་རིང་ཁྱོ་སྤང་ག་ནས་བྱུང་། དཔལ་སྤུལ་དུ་ཉེས་དེ་
ཅ་མེད། དེ་ཆོ་ཁྱོད་ཀྱི་ལོས་ཀྱང་ཤེས། གཞན་མ་བསད་ཆད་སྦྱང་ཆོད་མེད། ཅི་འདྲ་
བྱེད་བསམ་མ་སྤང་ལ། བྱ་ནག་ཁ་དུ་ནག་རྩུང་དེའི་མི་གཙང་ཐོས་པའི་ར་མཆུ་དེ། ས་
གཙང་དག་ལ་ཡང་ཡང་བྱ། ཁྲིམ་ཞོར་རྒྱན་མ་རྩ་ཡི་དེ། དོན་མེད་བདག་པོའི་ཉ་ལ་
འབྲུས། བྱས་ངན་པ་མ་སྤང་མ་ཡི་བསྐྱུབ། གྲུང་འགོལ་བདེན་པ་འགའ་ལ་བཏབ། མི་
རྩུང་རང་སར་སྟོད་པ་ལ། ཉེས་མེད་དབྱེན་ཁ་ངན་པ་སྦྱར། ཞང་ཁྱུང་ཐོན་གྱི་མདོ་

མགོན་དེ། འཛོག་མི་འབྲིང་རྒྱུད་དཔོན་ལྷོན་དང་། ང་རང་མི་རྒྱུད་རེད་པས་བརྟུང་། མི་
དེ་རྣམས་ལ་བཏང་སྐྱབ་པས་ན། དག་ལ་ལྷོད་ལེ་ཡིན་ནོ་བརྟུང་། འབྲིང་རྒྱུད་མཆོ་
ལ་དང་ཆགས་ནས། གླིང་རྩ་ཆགས་པའི་གཞི་མ་ཡིན། འཛམ་སྐུ་གཡུ་ཁྱིའོང་རྩེ་
འདི། གོ་སར་རྒྱལ་པོའི་སྐྱགས་ཅེ་ཆེ། དག་ལྟ་སྐུ་སྐུ་དང་ཁྱེད་མེད་ཡིན། ལྷན་སྐྱབ་དག་
ལ་མགོ་བཙོང་བྱེད། ཅི་འདྲ་གང་དགོས་གླིང་རྩས་དགོངས། ང་འདྲ་མི་རྒྱུད་ཁ་བདེ་
ཡིན། ལུ་པ་ཆང་གི་བཀའ་ལྷོན་ཡིན། འཛམ་གླིང་རྒྱལ་པོ་གསོལ་དཔོན་ཡིན། དཔལ་
སྐུལ་བརྒྱུད་ཅུའི་གདན་གལ་ཡིན། ཁོ་ཁོ་སྐྱུང་སྐྱོང་ན་གཡོ་འཕྱལ་གྱི། བོན་རྒྱལ་ལྷོན་
རྣམས་ལ་བསད་ཅིས་སྤྲད། གོ་སར་ཁེར་མའི་བྱིན་རྒྱབས་གྱིས། ད་ལྟ་ས་སྤེང་ཡོད་
ཅམ་ཡིན། མ་ཞིག་སོན་སྟོང་སྟོག་ས་དེ། ཁྱོད་ཁོ་སྐྱུང་མིན་པ་ཡོད་ས་མེད། ཉེས་མེད་
མི་རྒྱུད་བརྣམས་བཙོང་བྱེད། ལས་ཅི་མ་ཡིན་ལ་བཞག་རྒྱ་མེད། འདིར་བཞུགས་རྒྱལ་
ལྷོན་སྐྱགས་བཞག་མཛོད། ས་ནག་དོང་ལ་ཁོ་སྐྱུང་སྟོས། ཁྱིམས་ཡོད་གླིང་དཀར་
རྒྱལ་ལྷོན་གྱིས། བདེན་ཡོད་བདེན་ལ་བཀོད་རྟོག་མཛོད། ཉེས་ཆེན་ཁྱིམས་ལ་གཏུག་
རྟོག་ཞུ། ད་རུང་དེ་བས་མི་ཆད་པའི། ཕྱི་སྐྱུང་བཙོང་ར་སྐྱག་མགོ། །སྐྱབ་པའི་དཔལ་
སྐུལ་སྐུམ་ཅུ་ལ། སྤར་པའ་མཆང་བྱ་བྱེད་པ་ལ། ཞུ་བ་ཞགས་ག་འདྲས་བྱེད་བསམ་
ཡོད། དེ་འདྲ་མི་བདེན་བསམ་པ་ན། མི་དཔལ་བྱུང་དམག་འདི་རྣམས་ཡོད། ཁོ་སྐྱུང་མ་
མོ་སྤར་སྐྱུང་མ། མི་བྱེད་དགྲ་བྱེད་བྱེད་མི་རེད། རོ་རྩས་མེད་པའི་ཞིག་དང་འདྲ། སྤྱིད་
སྐྱག་མེད་པའི་ཁོ་སྐྱུང་ལ། རོ་ཆ་མེད་པའི་བྱ་གསེབ་འདྲ། བྱ་བརྒྱགས་མང་བའི་སྟེལ་
སྐྱུང་མ། གཡོ་སྐྱུང་ན་པའི་འཕྱལ་སྐྱུང་མ། དན་རྒྱུ་མང་བའི་རྒྱན་སྐྱུང་མ། ལས་གང་
བྱེད་རྒྱལ་ལྷོན་སྐྱགས་ལ་མངལ། དེ་རིང་ཞང་ཞུང་ས་བཙན་བརྒྱུད། ལྷོན་བཀུག་རྩེ་

འཕྲང་མ་བཀག་ན། ཅི་མ་ཡིན་ལ་མི་སྤུལ་བས། དཔལ་སྤུལ་སྡོན་ཆས་ལམ་མཁན་ལ།
ང་མི་རྒྱུང་མ་སོང་ཐབས་མེད་གསུང་། དག་པར་འགྲོའི་མགོ་མོ་མི་ཡག་པའི། ཁྱོད་མ་
འོས་བརྒྱས་གཏམ་དེ་ཅི་མ་དང་། ཀྱང་ངན་ཁྲོག་པའི་ཞབས་སུ་མནན། ཁ་ངན་པའི་ཁ་
ཡི་ཁྲའ་འགལ་བཏབ། ཞེ་ངན་དུག་གི་སློམ་བྱ་ཁྱོད། ང་མི་རྒྱུང་སང་དཀར་གཡུ་རལ་
ལ། སྤེལ་ཀན་ལག་ཅིད་ཅི་གོ་རེད། དཔལ་ངར་ཆེན་ཕྱེར་བཞི་མ་ཉམས་དགོས། རྟོར་
བསྐྱུང་གཏམ་པོའི་ངར་སྤྲ་ལ། སྤོན་ཡུག་སའ་མ་སྤེལ་ཕྱེབས་ཅི་གོ་རེད། སྤིང་དཔལ་སྤུལ་
སྤང་མ་ཆས་ལེ་ལ། ཁྱོད་མ་མོའི་རྩ་རྒྱུང་ཅི་གོ་རེད། དཔལ་སྤང་མ་པར་ལ་མ་ཤོར་
དགོས། ཁྱོད་རང་ལས་བསྐྱོས་དཔལ་སྤུལ་ནམས། འགྲོ་སྟོན་ཅི་བྱེད་སྤུགས་ལ་བསྐྱོད།
ཁོ་རང་ཁོ་སྤང་སྤྲ་བ་བཞིན། སྤིང་དཀར་ཁ་མོའི་གཞི་དཀྱིལ་ནས། སྤར་མ་གྲུར་ནང་
ཉལ་མི་དེ། མི་རྒྱུང་དཔལ་རྟགས་འཇུག་ཡལ་ཟེར། ཁོ་རང་ཟེར་བ་དེ་རང་ཡིན། ང་སྤར་
མ་མི་འགྲོ་པོ་སྤྲ་བཅོང་། ཁོ་ཕྱའི་དགོངས་བ་གནང་ལེ་རེད། འདིར་བཞུགས་སྤུགས་ལ་
དེ་ལྟར་ཞོག །ཨོ་མ་ཤི་བརྟེན་སྤྱི།

ཅེས་སྤྱད་ལྟར་སྤངས་ཏེ་ཁོ་སྤང་གི་གདོང་ལ་མཆིལ་ཞག་ཞིག་བཏབ་སྟེ། དེ་
རིང་ཁོ་སྤང་ནས་ལན་ཅིག་བྱས་སྤང་ན་དམར་བསད་བཏང་བསམ་ཞིང་ཞེ་ཁྱོད་གདོང་
ནས་འཁྲུག་ཆེ་བར་སྤང་། འན་བ་ན་པེ། དེ་འདྲ་མ་ཟེར་དག་འདྲའི་གཡལ་མོ་ཡོད་པས་
སྤབས་གཟབ་དགོས། དུས་འདི་ལ་སྤྱི་ཆ་བྲག་དགོས་འདུག་པས། ཁྱོད་རང་གཉིས་
འཛིན་ཅོད་རྒྱ་ཆེར་ཡོད་ན་ཁ་མོ་སྤིང་ཡུལ་ན་སྤེབ་དུས་རྒྱལ་སྤོན་ནམས་ནས་ཁ་མཆུ་
ཞིབ་གཟེགས་མཛད་དེས་རེད་པས། ད་ལྟ་ཁྱོད་རང་མི་རྒྱུང་མ་སོང་ན་རྩ་འཕྲང་གི་
ལམ་མི་ཐོབ་པས་རྒྱལ་པོའི་གསུང་བཞིན་འགྲོ་ན་དགལ། ལར་ཁོ་སྤང་རང་ནས་པོ་མི་

བྱེད་པའི་སྟེང་འཛིང་རྩོད་ཞིག་ནས་ཡིན་ཀྱང་ཕྱི་ལ་མེད་པའི་ནང་ལ་བྲ་པོའི་རྒྱར་དང་།
ཡུག་པོའི་མཆུ་དགོས་མེད་ཟེར་བས། ཁོ་སྤང་ནས་མི་རྒྱུད་གི་ཆོག་རྣམས་མཆོང་ལ་
པོག་ཞིང་ངོ་ཆུ། དེ་རིང་ལན་ཅིག་བཏབ་ན་མི་རྒྱུད་ནས་སྤྱ་པ་བཏོང་བ་སམ་ནས་སྤྱག་
ཏེ་ན་རེ། ཨ་ཨ་གཏམ་ཅི་ཟེར་མགོ་ནས་ཁ་མཆོང་དགོས། ཅེད་མོ་མེད་ན་བསྐད་པ་
འབྲ། ཟས་ཅི་ཟོས་མགོ་ལ་མཆོད་པ་དགོས། མཆོད་པ་མེད་ན་ལྷ་མེད་འདྲ་ཟེར་བ་ལྟར་
ངས་མི་རྒྱུད་ལ་ཅེད་མོ་ཞིག་བཏར་བ་ཡིན་པས་ལྷ་བྱ་ཁོ་བ་མཛད་པ་ཨ་ཏ་ཏ་ཐུགས་
མ་ཁོ་སེང་ཆེན་གྱི་གསུང་ལྟར་རྩ་འཕྲང་ལས་མཁན་དུ་ཕེབ་པར་མཛོད། འགོག་ར་ལོ་
སྟོན་པའི་གཏུང་རྒྱུ། སེང་ཆེན་རྒྱལ་པོའི་ནང་ལྷོན། ལྷ་བྱ་བསམ་དོན་འབྲུག་རྒྱ་
ཐུགས་མ་འཁྲུག་བྱོན་རོག་མཛོད། རྒྱབ་སོར་ཁོྱང་རྣམས་ལ་དཔའ་ཁ་གཟེང་བསྟོད་
ཡོད་ཟེར་བས་མི་རྒྱུད་གི་ཁོ་སྤང་ནས་གཡོ་གཏམ་འདུག་རུང་། ཏྲ་ཁྱོད་ཕྱི་མར་ངང་ཁ་
མཆུ་ངོ་སྟོག་འོག་ཏུ་མི་འགྲོ་ངེས་ཅན་ཡིན་ཀྱང་དེ་རིང་ཤན་པའི་གསུང་པ་ལྟར་འགྲོ་
བས་རྒྱབ་སོར་གཏམ་སྟེང་ཁྲིམས་གཟིགས་མཛད་རྒྱུ་ལ་མི་གཡོལ་བར་ཞུ། དེ་རིང་
སྟངས་མ་འོང་མིན་གྱུར་ཆོ་གང་སྤྱ་ལྟར་ཁོ་སྤང་ནས་མ་གོ་ཟེར་མི་ཉན་ཟེར་ཏེ་དཔའ་ལྷལ་
བརྒྱུད་པོ་ལྷུང་བར་ཆས་ཏེ། མི་རྒྱུད་སྟོན་ཏོར་ལ་འདུག་སྐབས་བོན་གཤེན་ལ་འབྲུལ་
བ་སྟེལ་བར་སོང་བས་མ་ཞོར་བར་ཤེས་སྟེ། རྩ་བྱེད་མར་ལྷགས་འཕྲང་གོང་མ་ནས་
གཤམ་རོ། སྤིང་སྤྱར་དེ་ཁག་གཉིས་བགོས་ནས་རྩ་འཕྲང་སྟེལ་གཞུང་སེང་ཐུག་
གངས་གཞུང་བཅས་ནས་གཤམ་སོང་བར་གདལ། ཉི་མ་དེའི་དུས་སུ་གོང་མངག་གི་
དཔའ་བོ་མི་བརྒྱུད་དེས་རྩ་བྱེད་མར་སྤྱང་པའི་བྲག་ནས་ཕྱིར་བལྟས་ཁོ་སྤང་མི་རྒྱུད་
གཉིས་འཛིང་གཏམ་གྱི་ཡུད་ཅམ་འགོར་སྐབས་ཀྱིས། ཕྱི་ནས་འཕྲང་བར་བྱུང་དམག་

གཤམ་ཆར་ནས་རྩ་པ་རི་སླེབ་ཅིང། གྲི་མ་རྒྱ་བཀལ་རྟ་སུམ་ཅུ་སྟོར་བྱུང། དམག་
བརྒྱ་ཙམ་རྩ་རྩུང་རི་ནས་འགྲོ་དུས་སུ། དཔལ་བདུད་རྣམས་གར་བྱུང་མེད་པར་དེའི་
གྲི་ནས་གྲོ་ཡོས་བརྗོད་པ་ལྟར་མི་མང་ཙམ་བཙོམ་ནས་རྟ་སུམ་ཅུ་དེ་དེད་ནས་འོང་
བའི་རྗེས་སུ་སྟག་སྟུག་མི་ཁྱོད་རྗེས་མེད་ལ་རང་འབྲེལ་དུ་གཤིག་བསྐྱོར་ནས་བྱུང་བས།
ཆོས་འབྲུག་ཤུག་པ་དཔེ་རུ་འབྲུག་སྐྱ་གསུམ་རྩ་ལོག་བརྒྱུད་ནས་བསྟན། དེ་འགྲོས་མི་
གསུམ་ནས་ཀ་ཆ་རྟ་རྣམས་དེད་ནས་མི་གསུམ་རྒྱུ་ཏུ་འགྲོ་སྐབས། སྟག་སྟུག་བདུན་
པོ་དེ་དག་གི་ནང་ནས་ཡང་ཁྱོད་རྟ་བཙོན་པོ་དེས་གྲི་མགོ་འཕྱར་ནས་སྐྱ་འདི་ལྟར་
སྒྲངས་བར་གདའོ།

ཨོ་མ་ཁི་བརྟེ་རྩྱ་རྩི། ལྷ་ཐ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... གནམ་གྱི་འབྲུག་ལྷ་གཉིན་པོ་
མཁེན། དཔལ་སྲས་སྟག་སྟུག་མི་འབར་མཁེན། ཟེར་མ་དག་ལྷ་དཔར་པོ་མཁེན། ས་
འདིས་ས་ངོ་མ་ཤེས་ན། ཨ་ལྷགས་རྩ་འབྲང་གོང་མ་ནས། ང་འབྲང་ངོ་མ་ཤེས་ན།
སྟག་སྟུག་རྟ་བཙོན་པོ་ཟེར། ངར་ཁྱོད་འགྲན་ལ་ཡོད་བསམ་མེད། བྱང་ཡུལ་ཞང་
ཁྱུང་རྒྱལ་ཁམས་འདིར། རྟ་མིན་པོ་སྐྱོན་དགུ་བྱུང། མི་མང་ཁ་རུ་ཡོས་ལྟར་
བལྟ་བས། ངས་ཉིན་གཅིག་རལ་གྱིའི་ངར་ལ་བྱངས། བཙོན་པོ་ཐོགས་དོན་དེ་ནས་
བྱུང། ཡིན་ན་ཁྱོད་པོ་དེ་འབྲུ་ཡིན། དེ་སྟོང་འབྲུ་མ་ཨེ་འབྲུ་ཡོད། གཡལ་དགར་རི་རྩ་ཐ་
ལེ་ལ། བྱུང་ཐང་འཇམ་རྒྱག་ཅི་ལ་བྱེད། གྲི་རྩུང་ཆེར་སྤིབ་འཇུལ་བ་ལ། སྐྱ་ཁམས་
གཤོག་འགྱུར་ཅི་ལ་རེད། ང་རང་ས་རང་གི་ཆས་ལམ་ལ། ཁྱོད་རྒྱག་པས་འཇམ་རྒྱག་
ཅི་གོ་རེད། བྱ་དཔལ་པོ་འབྲུ་གཉིས་སྟག་དུས་སུ། དཔལ་པར་ལྟ་རྩུང་ལྟ་གྲི་འདྲན་
དགོས། ལྟར་མའི་འཇམ་མདའ་ངོ་རེ་ཆོ། རྒྱ་སྟག་ནག་གི་དཀྱིལ་ནས་ངར། འཇོམ་

དུག་ཁྲག་ལ་མ་བསྐྱེལ་བར། ངར་ཆོད་འཛིན་པ་དག་ལ་བསྐྱར། ཁྱུང་ཆེན་ནམ་མཁའི་
མཐའ་ལ་འཕུར། གཤོག་དུག་འཕུར་ལ་མ་ཟད་གོང་། ཉམ་བྱིབ་འཛིན་པའི་འདུག་ས་
མེད། དཔའ་བོར་མདའ་ཆས་ལེ་ལ། འགལ་མགོ་སྟོང་མ་ལོན་བར། བར་ལ་མི་འགྲོ་
ཐག་ཆོད་ཡིན། རྩོམ་མཆོན་ཁ་འདྲེན་རྒྱ་ཡིན། མི་གཅིག་མི་བཏང་ཐག་ཆོད་ཡིན།
གོ་ནས་ཨེ་བྱུང་དཔའ་བུ་དུང་ཆོ། མ་གོ་སྒྲུ་ལ་འབྲེལ་བ་མེད། ཁྱོད་རྣམས་ཡིད་ལ་དེ་
འདྲ་ཞོག །ཨྱོ་མ་ཉི་བརྟེན་རྩྱེ་རྩྱེ།

ཅེས་སྒྲུ་དེ་ལྟར་སྒྲུངས་བར་དཔའ་ལྷུལ་དུག་གི་ནང་ནས་ཉོར་སྤྲིག་སྤྱོད་འན་
བ་དམེ་རུ་དེ་ཉ་དམར་རྒྱུང་གི་གོང་ནས་ཡོབ་ལིང་བྱེད་ནས་སྒྲུ་འདི་ལྟར་སྒྲུངས་སོ།

ཨྱོ་མ་ཉི་བརྟེན་རྩྱེ་རྩྱེ། སྒྲུ་ཐ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... གནམ་ཐེལ་དཀར་ནག་ཁ་
གསུམ་མཁྱེན། འན་པའི་ལྷོག་ལ་མཆོལ་རྩེ་མཁྱེན། ས་འདིས་ས་ངོ་མ་ཤེས་ན། ཨ་
ལྷགས་རྩ་ལམ་གོང་མ་རེད། ང་འདྲ་ང་ངོ་མ་ཤེས་ན། སྤྲིག་སྤྱོད་འན་བ་མེ་རུ་ཅི། མ་
ལས་སྐྱེས་དང་རྩྱུན་ཆེད་ནས། བསད་བསད་གངས་ཀྱི་མི་ལོང་དུ། ད་རུང་ཉམ་ང་མི་
འཆར་གདལ། ངར་ཆོད་སྟངས་འཁྱེད་ལ། དེ་རིང་བསོད་ཟད་མི་བཞི་པོ། དུས་
གཅིག་སྟོང་ཁྲག་ཐང་ལ་གཏོར། ཉ་རྒྱུང་ཐང་ལ་རྒྱག་འདོད་འདི། མིག་བཞི་དོ་ལ་འགྲིམ་
འདོད་རེད། བྱིས་རྒྱུང་གནམ་ལ་འཕུར་འདོད་དེ། རྒྱ་ཁའི་སྤར་མོས་འཛེར་འདོད་རེད།
མི་བཞི་ཁས་ལེན་བཅར་འདོད་འདི། ཉ་ཁྲབ་གནང་ལ་སྐྱེལ་འདོད་རེད། ལེན་མེད་འན་
པའི་ཁ་སྤྲོན་དུ། འགན་ལ་བརྩུང་བ་ཨ་བ་རིས། རྒྱལ་པོའི་བཀའ་དང་འཆི་བདག་
ཞགས། བཏུབ་ནས་ཐར་པ་ཨེ་གདའ་ན། ཡོད་ན་དེ་རིང་ཐར་བ་ཡོང་། ད་རུང་ཤི་རྒྱབ་
ཤི་བསྟོན་ལ། སྐྱེ་ལ་སྤྱ་བྱེ་ལོས་ཡོད་ཀྱང་། སྤྲིག་ལ་རིང་རྒྱང་མ་ཡོད་ཟེར། འན་བ་

སྤྲེག་ལ་དགའ་དགའ་ནས། དཔལ་བདུད་ངར་ཚོད་ཆེ་ལེ། དེ་རིང་ཅེད་མོས་དག་
སྤྲེད་ལེན། འན་པའི་རལ་གྱི་དུག་རལ་འདི། བསད་བསད་བསྐྱར་ཆོད་མ་ལོང་ཡང་།
ད་རུང་སོ་ཁ་ཐེ་ཚོ་རེད། ཏཱ་པོ་དཔར་ཚུང་བྱ་ཚོད་རྒྱལ། རྒྱལ་རྒྱལ་བང་ཁ་ཐེ་མཁྱོགས་
རེད། ད་འན་པ་དཔར་པོ་ཟེར་བ་འདི། བསད་བསད་ཐུག་གི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོད། ད་རུང་
ཞེ་ཅ་ཐེ་ངར་རེད། ཁྱོད་མི་བཞི་ཤི་ལ་མ་འཛིགས་ན། ངར་ཆེན་གྱི་ཁ་འཛེན་ལ་
འོག། །དཔལ་པོ་སྤྲེད་གསལ་ནས་འོང་། སྟོང་གཏམ་མང་པོས་དགོས་བ་མེད། ཨི་
ཟེར་མི་ཟེར་བསྐྱུག་ནས་སྟོད། ཨོ་མ་ཁི་བརྟེ་རྩྱ་མྱེ།

ཅེས་ཟེར་སྤྱད་དེ་ཙམ་བཏང་བས་ཁོང་བཞི་པོ་གཅིག་ཟེས་གཉིས་བསྟོན་གྱི་
འོར་བྱང་བས། སྟག་སྤུལ་ར་ལྟ་བཅན་པོ་དང་། ཏོར་མི་བྱུང་ནག་ཚོད་པོ་མི་ཚུང་
གཉིས་བཅས་གྱི་ཁ་འཛེན་བས་གྱིའི་སོ་ཁ་སྤུག་ཙམ་གྱི་བྱུང་ནག་བསྐྱར་བྱང་བར།
འན་པ་གདོང་ལེན་དུ་རྒྱུག་ནས་གྱི་ཁ་འཛེན་བས་ཚུར་གྱི་ལན་གཉིས་བརྒྱབ་བས་གོ་
ཐབ་རྩལ་གཤེད་བཏང་བྱང་ཡང་རྒྱལ་པོ་སེང་ཆེན་གྱི་སྤྱང་འཁོར་ཡོད་བས་བརྟེན་ནས་
མ་གཞོད། འན་བས་གྱི་དུག་རལ་ལན་གཉིས་གཡུག་བས་ཁོ་ཡི་སྐྱེ་ལིང་གི་འཕང་
ནས་བསད། སྟག་སྤུལ་ཏན་ནག་སྟོག་འོད་དེས་འན་པ་ལ་གྱི་ལན་གཉིས་བཏབ་ཡང་མ་
ཆོད་པར་འན་བས་གྱི་ལན་གཅིག་བཏབ་བས་སོག་སྟག་ག་འགག་ནས་རུ་མ་ཡན་སོང་
ནས་བསད། སྟག་སྤུལ་སང་སྤུལ་རྟོ་རྟོ་ཐུགས་རྒྱལ་དང་རམ་ཆེན་འབྲུག་སྤྱ་གཉིས་གྱི་
ཁ་འཛེན་སྐབས་ཆོས་འབྲུབ་ཀྱི་གྱི་བཏབ་ནས་སྟོད་བ་ཡར་ལིང་མར་ལིང་དུ་བཅད་
ཐེས། སྟག་སྤུལ་དོམ་ཆ་འཁོར་བྱུང་དེས་བྱུང་སྤྱིའི་སྟེང་དུ་མཆོང་བྱང་བས་གྱི་ཁ་འཛེན་
སྐབས། རྒྱ་བ་ཁ་བཅན་མ་ཉིན་རྫོང་དཔོན་གཉིས་ཀྱི་གྱི་རུབ་བཏང་བས་ཁོ་མི་གཅིག་

ཡིན་ཀྱང་ཅུང་ཟད་གདོང་བཀག་མཐར་ཁྲོ་བའི་གི་ཁོ་ཡི་བྱང་ལ་ཐེབ་བས་ཁྲག་དམར་
རྒྱང་རྒྱང་བྱང་སྐབས་མ་ཉིན་རྫོང་དཔོན་གྱི་གི་ཁོ་ཡི་མགོ་ལ་ཕོག་ནས་བསད། དེར་
ཁོང་རྣམས་གྱི་དཔའ་ཁ་ལེན་ནས་ཏྲ་ཁབ་གོ་མཆོན་མགོ་ལག་རྣམས་ཁྲིར་ནས་གླིང་
སྐར་ལ་སླེབ་དེ་ལོ་རྒྱུ་ས་ཞིབ་རྒྱུ་ས་རྒྱལ་མཆོག་རིན་པོ་ཆེ་དང་བཀའ་བླན་རྣམས་ལ་
ཁྱེས་བས་རྒྱལ་མཆོག་རིན་པོ་ཆེའི་ཞལ་ནས་བྱང་དམག་སྤྱ་བཀག་མ་སྟབ་བ་ཅུང་མ་
བཟང་འདུག་རྒྱང་སྟང་མ་ལེགས་འདུག་གསུང་ནས་དཔའ་དར་བབས་བརྒྱན་གནང་
ནས་ཁོ་སྤང་དང་ནང་གདམ་བྱེད་པར་གདལ། ཁོ་སྤང་དགྲ་པོ་ཤོར་ཆེན་ལ་བཀའ་སློན་
དང་ཆད་བ་བཅད་བས་མི་རྒྱུང་ལ་བཤགས་བ་ཡང་ཤོད། ཁོ་སྤང་ནས་ཁྱེ་བཤགས་
ཡང་ཡང་བྱས་ནས་སྟེ་སྟེ་རྒྱ་ར་བཞུགས། དཔའ་སྟེ་རྣམས་ལ་ཏྲ་ཁབ་དང་
གསེར་དཔུལ་བཅས་དཔའ་དར་གཟེང་བསྟོད་མཛད་དོ། དེར་ཞག་གསུམ་གྱི་ནང་
མོར་སྐར་ཁག་གཉིས་ནས་ནམ་ལང་བ་དང་མཉམ་དུ་གཤམ་ནས་ལྷ་སྤྱས་དགྲ་ལྷའི་
འབྲུམ་སྐར་དེ་ནས་མོན་བདུད་རྟོར་འཇང་སོགས་སོ་སོར་ཡོད་བ་དེ་ཉིན་རྒྱ་འབྲེན་
མདུན་ཏུ་ཤོན་པའི་དཔུང་བཅས་ཡིན་བས་ཅི་ཤིང་ལ་མེ་ལྷེ་མཆོད་བ་འདྲ་བ་བྱེད་ནས་
གཤམ། དེར་རྩ་ལྷགས་ཐང་བར་འཕྲང་ནས་རིམ་གྱིས་གཤམ་ནས་འོང་བས། ཞང་
ཁུང་གི་དམག་རྩ་འཕྲང་སྤང་བ་རྣམས་ནས་རྩོེ་འཕང་བྱང་ཞིང་ཐབ་བསྟེལ་སྐབས།
རྟོར་གྱི་རྒྱ་ཤོག་ནས་མི་ལྷ་ཅམ་བསྐྱེལ་བྱང་བས་ཅུང་ཟད་ཕྱི་རྒྱ་བྱང་ནས་བསྟད།
ཤན་བ་མེ་རྒྱ་ཅེས་ཀྱང་དམག་ཉིས་བརྒྱ་ཅམ་བྱིད་ནས་གཤམ། དམག་མང་རྣམས་
སྤར་སྟར་གཤམ་བས་ཡང་ཐབ་རྩོེ་ཆེ་བ་བང་བ་ཅམ། རྒྱང་བ་ལ་ལྷག་རིམ་མང་པོ་
འཕང་བྱང་། ཡང་དེའི་རྒྱབ་རྒྱ་མདུང་བཟུང་ཀྱང་དམག་ལྷ་བརྒྱས་བྱང་སྐབས། རྒྱང་

၅၆၃

མི་གཅིག་མི་བཏང་ཐག་ཆོད་ཡིན། ཁྱོད་གླིང་སྤྱག་ཆེ་སྟོད་བྱེད་ན་ཡང་། ས་བཅན་མི་
ག་ཤོག་ཐག་ཆོད་ཡིན། རོ་ཁྱོད་པོ་ཡིན་ན་ད་ལྟ་རེད། ཨི་ཟེར་ལྟོས་ལ་མི་ཟེར་ཉོན། ཁྱོད་
རང་ཡིད་ལ་དེ་ལྟར་ཞོག །ཨོ་མ་ཁྱེ་བསྐྱེ་རྩྱུ་མྱེ།

ཅེས་ཟེར་བ་ཡོད་ཆོད་དམག་ནང་ནས་སྤང་ཆེན་ནམ་མཁའི་ཐོག་བཟུང་།
སོག་པོའི་རྩམ་ཆེན་འབྲུག་སྒྲ། ཉ་པའི་སྒྲ་གཅན་ཁ་དམར་གསུམ་ཆོག་པ་ཤིན་ཏུ་ཐོས་
ཏེ། མི་རེའི་མདུང་རེ་བཟུང་ནས་རྒྱང་ཐང་དུ་ཐེ་མི་ཆོམ་པར་མཆོང་སྟེ་སྤང་ཆེན་ནམ་
མཁའི་ཐོག་བཟུང་དེའི་བ་པོང་གཤམ་ལ་རོ་ཅམ་ཞིག་གི་སྟེང་དུ་རྒྱང་བ་གཤོན་བ་གཏང་
དེ་སྤྱ་འདི་ལྟར་སྤངས་སོ།

ཨོ་མ་ཁྱེ་བསྐྱེ་རྩྱུ་མྱེ། ལྷ་ཐ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... གནམ་གྱི་འོད་སྟོང་དཀར་པོ་
མཁྱེན། མཁྱེན་པས་གཟིགས་ལ་སྤྱ་སྤངས། ས་འདིས་ས་ངོ་མ་ཤེས་ན། ར་འཕྲང་
ལྷགས་ཐང་བར་མ་རེད། ང་འབྲང་ངོ་མ་ཤེས་ན། སོག་སྤྲད་ཨ་ཤི་ཁྲབ་རྩོད་ནས། སོག་
ཆོན་ནམ་མཁའི་ཐོག་བཟུང་རེད། ད་ལྟ་གོ་སར་དཔའ་བདུད་གཤམ། སྤྱ་རྩུས་ཞབས་
ཁུས་སྤྱབ་མི་ཡིན། ཁོ་རེ་ཁང་ཁུང་སྟོང་གཏམ་ཅན། དེ་ནས་འབྲུ་མ་འདི་འབྲུ་ཡོད། ཁྱོད་
འབྲས་ན་མི་དགའ་བསམ་སྟོ་ཐོང་། ཁ་ཆོན་དམར་ཡག་སྤྱག་ལས་ཆེ། ཞེ་སྤང་ཐ་མོ་སྤྱ་
ལི་མ། བརྒྱ་སྟེས་མི་ཁ་འགའ་རྒྱ་ཁྱོད། དེ་རིང་གསོན་ལ་བཏང་རྒྱ་མིན། རྒྱང་ཆེན་
འུར་གྱི་ཁ་ལམ་ནས། འུ་ཁྱོད་འཕྲུར་བ་ག་ཤོག་སྤྱག་འཐོར། མི་ཆེན་འབར་བའི་འོད་
ལམ་ནས། འདབ་ཆགས་འཕྲུར་བ་འཚུ་བ་གྱི་འཆི། རྒྱ་ཆེན་ཐབ་ཁྱོད་འབབ་ལམ་ནས།
རྟ་ལམ་བདེ་ཡང་གཞུང་དུ་འཁྱེད། འབྲུམ་ཆོ་དམག་གི་རུ་སྟེ་ནས། ཁྱོད་མི་གཅིག་
དཔའ་མདོག་ཨ་འུ་ཅེ། མདའ་སྟེན་པོའི་ཡང་སྟེན་ཟེར་མི་དེ། མགོ་སྤྲད་རྒྱ་དུང་དཀར་

གཉེར་དང་གསལ། ངས་ལག་གི་རྩང་མདུང་སྒོ་བྱུག་འདི། བཏབ་ན་མི་ཆོད་བསམ་པ་
མེད། དེ་རིང་ཁྱོད་ལ་ལྟོས་ཅིག་གཡལ། ང་རང་ཆོད་པོའི་སྣང་མ་དང་། དམག་མང་
བསཏ་བའི་ཡང་ལེན་དུ། ཁྱོད་སྤར་མ་སྤྱང་མོ་བྱ་ལ་ཡ། ཁྱོད་རང་ཡིད་ལ་དེ་ལྟར་
ཞོག། །ཨོ་མ་ཉི་པ་རྩེ་རྩྩ་མྱི།

ཅེས་ཟེར་དེ་ཁོང་གསུམ་ཐེ་མི་ཆོམ་པར་མཆོང་བར་རྒྱབ་དྲོ་མང་ཅམ་བསྟེལ་
བྱུང་བར་ཕྱིར་བྱུང་མེད་པར་ཡོང་བར་སྤྱང་མོ་གཡུང་བྱུང་གི་མདའ་གཅིག་སྤྱིང་བྱུང་
བར་སྤང་ཆེན་ནམ་མཁའི་ཐོག་བཟུང་གི་དབྱུང་གཡལས་སྟེང་བརྒྱབ་བྱུང་བར་མ་སྟེས་
ཆེ་ཅམ་བྱུང་བར་ཉེ་བར་བཅར་མ་བྱས་ཤིང་དམག་མང་ཀྱང་རྒྱབ་འོག་ཤོར་སྟབས་གི་
ཕྱིར་བྱུང་བྱེད་པ་ལས་དཔལ་ཐོད་གཏུག་མ་བྱས་ནས་ཕྱིར་བྱུང་བྱེད་དགོས་བྱུང་།
པར་མདའ་འཕང་ནས་མི་བཅུ་ཅམ་སང། ཚུར་བརྒྱད་ཅམ་བསྤྱང་བྱུང་། དམག་ཕྱིར་
ཐོན་ནས་ཅི་བྱེད་མི་འདུག་ཇ་བཟུང་དུ་ཡོང་བའི་དཔལ་བདུད་རྣམས་ནས་ཡར་ཅམ་
ནས་འཕྲང་ལམ་རྩུང་དུ་ཞིག་ནས་པར་སོང་སྟབས། ཞང་ཁྱུང་གི་ཇ་བཟུང་འོང་བའི་
དོགས་བས་ཇ་རིའི་སྟེང་ཐམས་ཅད་རྒྱང་དམག་གི་བཟུང་ཡོད་པར་མདའ་སྤྱིང་བས་
ཉོར་གི་ཁས་ལེན་བཅུ་ཅམ་བསཏ་བྱུང་བས་དཔལ་བདུད་རྣམས་གི་མདུང་མདའ་
སོགས་ཐོགས་ནས་མཆོང་བས་ཇ་བཟུང་རྒྱང་དམག་དེ་རྣམས་གི་རྒྱབ་དྲོ་མང་པོ་
འཕང་བྱུང་བས་དམག་ཉོབ་བཅུ་གསུམ་ཅམ་བསཏ་བྱུང་བས་ས་བཅན་ཞེན་གི་
སྟབས་གི་པར་ལ་ཅི་ཡང་མ་སྟབ་ཞིང་ཚུར་ལ་བཅོམ་ཆེ་བར་བྱུང་ནས་བློས་ཚུལ་གི་
སྤར་དུ་འབྱོར། དེ་ཉིན་སྣང་མ་ཁག་ཅམ་འདུག་ཟེར། རྒྱལ་པོ་གི་སར་གྱིས་འབུམ་སྤར་
ནས་སྤྱིང་གི་སྟེ་གསུམ་གཤོང་བྱུག་བྱེ་རི་ཨ་གགས་བདུད་སྟག་གཟིག་སོགས་གི་

དབྱང་དེ་སེང་འཕྲང་ཁྱུར་དཀར་གྱི་ལམ་བཟུང་ནས་སོང་བས། བྲག་དམར་རྩ་ར་ཁྱུང་
རི་ནས་བྱང་དམག་རྩ་བཟུང་ཁབ་མ་སྤུམ་བརྒྱའི་སྐྱོར་ཡོད་བས། རྫོན་སྤྲུག་ར་གོ་
གདོང་རྩར་ཡོད་པའི་དམག་མི་རྣམས་ཀྱིས་པ་བོང་འབྲོང་གཡག་ཙམ་གསུམ་བརྒྱུད་
མར་འཕང་བྱང་བས་བྱེ་རི་ཨ་བྲག་ས་སྐྱོར་གྱིས་མི་ལྷ་བསད་ནས་བྱང་དུས། རྫོན་
ཆོས་འབྲུབ་ལ་ཕྱ་ཞལ་དཀར་བདུད་རྩི་ཐང་ནག་གསུམ་ནས་ཁབ་ཀྱོན་བརྒྱ་ཙམ་ཁྲིད་
ནས་རྒྱང་ཐང་དུ་རྩྱུ་རྩོ་པ་བོང་རིམ་གྱི་གཤམ་བར། བྱང་དམག་རྣམས་ནས་རྩབ་རྩོ་
མང་པོ་འཕང་བྱང་བས་གླིང་དམག་བརྒྱ་ཙམ་བསད་བྱང་བར་ཕྱིར་བྱུད་བྱེད་དགོས་
བྱུང་ནས། ཞང་ཁྱུང་དམག་ཉེ་མར་ཙམ་བཅར་ནས། པ་བོང་འབྲོང་གཡག་འབྲ་བ་
གསུམ་མི་མང་དབྱང་བསྐྱིག་གྱི་འགྲོག་ནས་བརྒྱུར་བྱང་བ་ལ། གླིང་དམག་མང་ཙམ་
ཆགས་ཉལ་དུ་བཏང་ཞིང་ལམ་དེ་སྐོ་བསྐྱམ་པ་འབྲ་བར་བཅར་བྱང་ནས་ཅི་བྱེད་མེད་
པར་ཕྱིར་ལོག། གླིང་རྒྱལ་རྫོན་རྣམས་ཅི་བྲག་གི་བཀའ་གྲོས་བྱས་ནས་ཕྱིར་ནང་ནས་
ལང་པ་ན་སྤོན་དུ་ཁས་ལེན་རྒྱུ་དམག་སྤུམ་ཚུས་སྐྱོར་སྤོན་མ་དང་དེ་རྩིས་དམག་
མང་བཅས་གཅིག་རྒྱབ་གཉིས་བསྐྱོན་གྱིས་གཤམ་བས། བྱང་དམག་རྩ་བཟུང་རྣམས་
ཀྱིས་རྩབ་རྩོ་མང་པོ་བསྐྱིལ་བྱང་བས། རྫོན་རྩམ་ལྷ་བསམ་འབྲུབ་གཙོས་ཁབ་ཆེན་
བརྒྱ་ཙམ་བསྐྱིལ་བྱང་བར་ད་དུང་ཕྱིར་བྱུད་མེད་པར་གཤམ་བས། ལང་པ་བོང་བང་
བ་ཙམ་གསུམ་འཕང་བྱང་། རྩ་བྲག་འཕྲང་གསུམ་གྱི་མཆོམས་གླིང་དམག་གི་ཐང་དུ་
འབྲིལ་འོང་བས་ལྷ་ཆངས་པས་ཕྱགས་སྒྲང་བའི་སྤོབས་ཀྱིས། གླིང་དམག་གྱི་པར་
ནང་དུ་ཡར་སོང་བས་མི་གཅིག་མ་བསད། དེར་མ་ཞེ་ནི་གནམ་སྤོན་དཀར་མོ་དེ་གཡུ་
ཡི་སྒྲང་བྱ་ཞིག་ལ་སྤྲུལ་ནས་དེར་ཡོད་འཇང་སྤུམ་གཡུ་ལྷ་ལ་ཕྱང་འདི་གསུངས་སོ།

ལྷ་སྐས་གཡུ་ལྷ་ཐོག་འགྱུར་ལགས། ང་ནི་ནི་གནམ་སྟན་དཀར་མོ་ཡིན། གེ་སར་རྒྱལ་
པོའི་སྤང་མ་ཡིན། སྤིང་དཀར་དཔལ་ལྷལ་ངར་མོད་རུང་། ས་བཅན་འདི་ལ་བསྟོད་ས་
མེད། དཔལ་ལྷལ་དབྱ་ཉེས་མ་བྱུང་བར། སྤིང་དམག་རང་སྐར་ཕྱིར་ལ་འཐེན། ཅེས་
གསུང་སྟེ་མི་སྤང་བར་སོང་བས་གཡུ་ལྷ་ས་དམག་ཕྱིར་འཐེན་པའི་བརྟུང་སྤྱད་བས་
རང་སྐར་ལ་ལོགས་སོ། ལོ་རྒྱུས་རྣམས་དག་ལྷ་ལ་ཁུས་བས་རྒྱལ་པོ་ལ་ལུང་འབྲུ་མ་
བྱུང་བར་ཅི་བྱེད་མི་འདུག་གསུང་ནས་སྐར་བབ་ནས་བཞུགས་དུས། སྤིང་རྩེ་རྒྱལ་
མཆོག་དམ་པ་དེ་ཐུགས་ཐུག་སྟེ་རྩེ་ཆེན་བཙོ་བརྒྱད་ཡ་བདག་བསྐྱོས་པ་ཡིན་ཀྱང་།
རྩེ་འབྲང་འདི་ཅམ་ཞིག་ཀྱང་བསྟོད་མི་ཐུབ་པའི་ཁར་དགོས་དུས་ལུང་བསྟན་ཡང་མི་
འདུག་དགོངས་ནས་གཟིམ་བཞུགས་སྐབས། རྣམ་ཐོ་རང་ནམ་མཁའ་ཡང་པའི་སྟོང་
ནས་སེང་ཆེན་རྒྱལ་པོ་ལ་ལུང་བསྟན་ཨེ་འབྲུ་ཞིག་མ་ནི་ནི་གནམ་སྟན་དཀར་མོ་དེ་
སེང་གོ་དཀར་མོ་རོལ་དུ་ཁྱིད། གཡུ་འབྲུག་སྟོན་མོ་འོག་ཏུ་ཆེབས། མེ་ཏོག་འཇའ་འོད་
ཀྱི་སྟོང་ནས་ལུང་བསྟན་གྱི་ལྷ་འདི་ལྟར་ལུལ་ལོ།

ཨོ་མ་ཉི་བརྟེན་སྤྱི་སྤྱི་ ལྷ་ཐ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... ལུ་རུ་ཉེ་མ་རྒྱུ་ནི། བ་མོ་
སར་སི་རྟེ་སྤྱི། ང་འབྲུང་རོ་མ་ཤེས་ན། ཨ་ནི་གནམ་སྟན་དཀར་མོ་ཡིན། མ་ཤེས་ལུང་
བསྟན་བྱེད་མི་ཡིན། དེ་ནས་གསོན་དང་གེ་སར་རྒྱལ། འདི་ཐུས་བཞུགས་ཐབས་ག་
ནས་ཡོད། ཞང་ཁུང་རྩེ་འབྲང་ཕྱི་ནང་གསུམ། རྒྱུང་སེང་བུ་ཡིན་ཡང་ཐར་ས་མེད། ཨ་
བོན་སྟོན་གཤེད་སྐས་ལུགས་རེད། ལམ་འབྲང་རྩེ་རྩལ་མ་འབྲུ། སྤིང་དམག་ལོ་དགུ་
བསྟན་ན་ཡང་། གོམ་གང་མི་ཐར་ཐག་ཆོད་ཡིན། དམག་མང་ཁས་ལེན་དུ་མ་བཅས།
དམར་བསད་རབ་འོག་ཤོར་ནས་ཡང་། དེ་འབྲུ་ཡག་ཉེས་རྒྱུང་རྒྱུང་ཡིན། ད་རུང་རྩེ་

འཕང་གཤག་པས་ན། གླིང་པ་ཡུལ་མེད་བཅོངས་ཡིན། དངོས་ཅན་མི་ཡི་ལེན་མི་
ཐེབས། སང་ཉིན་ཆེས་པ་བཙོ་བརྒྱད་ལ། ཁྱིེད་རང་རྒྱལ་གློན་ལྷན་མོ་གཟིགས། གླིང་
ལྷ་ཡོད་རེད་དང་ལྷ་མེད་རེད། ཉམ་མཁའའི་མེར་སྲིན་ཐམས་ཅད་བསྐྱས། གཡུ་འབྲུག་
མོ་གཤོག་རྩ་བར་དུ། ཐོག་སྒྲ་མི་གཅིག་བཅུ་གསུམ་སྟུག། སྟེ་བརྒྱད་ལྷ་འདྲེའི་དབྱང་
གི་འཕེན། ས་བཙན་ཇ་བྲག་སང་ཉིན་གཏོར། ཐལ་ཕྱང་བཞིན་དུ་གཏོར་ནས་ཡོང་།
ཁྱིེད་རང་གླིང་དཀར་འབྲུམ་སྐར་གཉིས། སྐར་ཆོ་གཅིག་ཏུ་སྟོམ་ནས་སྟ། དམག་མང་
ཁས་ལེན་གོ་མཆོན་བཅས། མ་འདུག་མེད་གཞུང་ཡར་ལ་སོང་། འཕང་མེད་རྒྱ་ལམ་
བཅོན་པ་ཡོང་། དཔའ་བོ་འདྲ་གཉིས་ཐུག་དུས་སྟ། སྟོབས་ཅལ་མ་ཞན་དག་ལན་སྟོང་།
ཞན་ཞན་མི་དགོས་བསམ་དོན་འབྲུག། ལྷ་དང་སྤང་མའི་དམག་ཆོགས་རྣམས། མི་
གཡོལ་གྱི་བ་མ་བཞིན་དུ་ཡོང། རྒྱལ་པོའི་ཐུགས་ལ་དེ་ལྟར་ཞོག། ཁྱི་མ་ཁྱི་བཞེ་རྩྱ་མྱེ།

ཅེས་གསུངས་ནས་མི་སྤང་བར་སོང་ངོ། ཕྱིར་ཉིན་ལྷ་གུར་དུ་འདུ་ར་བསྐྱས་
དེ་ཕྱང་བསྐྱན་ཚུལ་ངེ་ལྷ་བ་བཞིན་གསུངས་པས་ཐམས་ཅད་དགའ་སྟོའི་རང་ལྷ་སྤྲས་
དག་ལྷའི་དམག་སྐར་དུ་ལོ་རྒྱས་ཞུ་བར་བང་མི་གཉིས་བཏང་དེ་རྒྱལ་པོ་ལ་ཐམས་
ཅད་ཀྱི་གསོལ་བ་ཡང་ཡང་བཏབ་ཅིང་གདལ། དེའི་ཕྱིར་ཉིན་ཉི་མ་ཕྱེད་ཡོལ་གྱི་དུས་
སུ་བྱང་ཤར་འཆོམས་ནས་སྲིན་ནག་འཛིགས་སུ་རུང་བ་མང་བོ་འཚུབ་ནས་འབྲུག་གི་
སྤྱ་ཆེན་པོ་གནམ་ས་འགས་པ་ཅེས་འདར་ཤིག་ཤིག་ཕྱེད་ཅིང་གློག་སོ་མེ་དབྱང་ལྷ་
བྱར་ཞུག་ཞུག་མང་བོ་འཕྲོས་ཞིང་གནམ་ལྷགས་ཀྱི་སེར་བ་ཞུང་གི་སྟོང་ར་ཅེས་ཆར་
ལྷར་བྱང་བའི་རང་དེར་ཐོག་བཅུ་གསུམ་ཅེས་དུས་གཅིག་ཇ་བྲག་སྤྲས་ཕྱང་ཉིད་དུ་
བབ་པས། བྲག་ཅེ་ཉིལ་ལེ་བཏང་ཞིང་མིགས་མེད་དུ་བཅོས་ནས་རྒྱ་སྟོ་ཕྱེ་བ་ལྷར་གྱི་

མི་རྟ་བརྒྱ་གཤར་ལོ་བ་ཞིག་བྱུང་བས། ཞང་ཁྱུང་རྒྱལ་མོན་རྣམས་ཀྱིས་སྤིང་གི་མཐུ་
བྱེད་ལེ་འབྲ་ཟེར་སྟོང་མི་དགའ་བའི་ངང་དུ་བསྐྱད་སྐྱབས། རྩ་བ་བྱུང་སོ་བ་རྣམས་མ་
གཏོགས་ཐོག་གི་བསད་འདུག་པའི་མི་གཅིག་འཕྲང་སྤྱང་ནང་དུ་འཕྱོར་ནས། བྲག་རི་
ཐོག་གི་གཏོར་ལུགས་དང་ལམ་བྱེ་བ་སོགས་ལོ་རྒྱུས་ཞུས་པས་དེར་ཡོད་ཐམས་ཅད་
སྒྲག་ཅིག་འཛིགས་པའི་ངང་དུ་བསྐྱ་བས་མོན་ཤེས་ཆེན་དེ་ན་རེ། མ་ངན་རྡོ་རྒྱལ་རྩ་
འབྲུལ་འདི་འབྲ་མིན་ན་ཅི་འབྲ་ཡིན། རྩ་འཕྲང་འདི་ལ་སྤིང་དམག་ལོ་དགུ་བསྐྱད་ཀྱང་
མི་ཤོར་བ་ཡོད་ཡང་བྱ་ཐབས་བྲལ་འདུག་པར། རྒྱལ་པོའི་མདུན་དུ་སོང་ལ་གསུང་
འཕྲིན་ཅི་འདུག་ལྟ་བར་སྟག་ལུལ་ཡ་མེད་བྲིད་རང་སོང་ལ་ཞུས། ང་དང་སྟག་ར་
གཉིས་ནས་རྟ་དམག་འདིར་ཡོད་བྲིད་ནས་བྲག་འཕྲང་གཏོར་སོང་རྩེས་ཀྱི་ལམ་བཀག་
དུ་འགྲོ་བ་ཡིན་ཟེར་ཐག་བཅད་ནས་བསྐྱད། ཕྱིར་ནང་ནས་ལང་བ་དང་མཉམ་དུ་སྤིང་
དམག་དེ་སེར་ཚོད་ཡར་ཡར་ལྟར་ཀྱིས་གཤར་ནས་སོང་སྐབས་ལམ་མི་ཐར་བའི་
དགོས་མི་འདུག་ཞིང་ལམ་རྟ་ཁྲིག་གི་གཤར་ལོ་བ་བྱུང་ནས་འགྲོ་སྐབས། རྩ་གས་ཁབ་
ཁྲོབ་ཡོད་པའི་ལུང་ཆུང་ཞིག་གི་མདའ་དེར་མོན་ཤེས་ཆེན་ལ་རྟ་དམག་ཉིས་སྟོང་གིས་
བསྐྱོར་བ་དང་། སྤེལ་ཕྱོགས་དེར་མོན་སྟག་ར་གོ་གདོང་ལ་རྟ་དམག་ཉིས་སྟོང་གིས་
བསྐྱོར་ནས་མདའ་གི་མདུང་གསུམ་ཐོགས་པ་མང་སོས་དགག་བྱུང་བར། ཉིན་ཕྱོགས་
དེར་སྤིང་དམག་སྐྱོར་ཀྱི་སྟོན་དུ་དཔལ་ལ་སེང་སྟག་འབྲུ་མི་དཀར་ལྟ་བུ་བསམ་འབྲུག་
མ་ཉིན་རྡོར་དཔོན་གཉིས་དང་ཁས་ལེན་བཞི་བརྩའི་སྐྱོར་བཅས་དེར་སྤེལ་ནས་དཔལ་
ངར་ཆེན་ཀྱིས་མཆོང་ནས། བྱུང་དམག་རྣམས་ནས་མདའ་མཚོན་བྱ་ཡུག་འཚུབ་འབྲ་
བྱེད་ཀྱང་ཉམ་ང་མེད་པར་གཤག་པས་སྟག་ལུལ་སྟན་ཆོགས་ལྟ་དར་དེས་མདའ་

གསུམ་འཕང་བས་གྲིང་གི་ཁས་ལེན་མི་གསུམ་བསྐྱེལ་བྱུང་བས། ལྷ་བྱའི་མདའ་ཞིག་
གྲིང་བས་ཁོ་ཡི་དབུལ་བར་ཐེབ་ནས་རྟ་ལས་སྦྱང་བྱུང་། རྫོན་ཤེས་ཆེན་གྱི་མདུང་
བསྐྱེན་ནས་གྲིང་དམག་ལྷ་བྱག་ཙམ་བསད་བྱུང་སྐབས། དཔའ་ལས་མཆོན་སྒྲ་རོང་
ལེབ་ཆེན་ལན་གཅིག་གཡུག་པས་ཁོས་མདུང་གཡུག་པ་དང་མཉམ་ནས་མདུང་སྒྲི་
བཅད་དེར་ཁོ་ཡི་གྱི་ཁ་འཕྲེན་པར་འབྲ་མཉམ་མཐར་ཁོ་དཔའ་ཆོད་བརྩེད་ནས་ཕྱིར་
ཤོས་རྒྱལ། གྲིང་པ་གསུམ་ཐེ་ཆོམ་མེད་པར་དམག་ཁྲིད་དུ་མཆོང་ནས་བྱུང་དམག་
བཞི་བཅུ་ཙམ་བཅོས་པས་བྱུང་དམག་རྣམས་དཔའ་ཆགས་ནས་ལམ་གར་ཐོབ་གྱི་
ཤོས་སོང་། སྤེབ་ཕྱོགས་ནས་ལྷོ་དམག་ཉི་ཁྲི་དེ་ག་ཤར་ནས་འོང་བས་བྱུང་དམག་གི་
ནང་ནས་མི་དམར་རྟ་དམར་ཙན་ཞིག་སྡོན་དུ་རྒྱུང་གྱི་ཐོན་ནས་མདའ་སྡོང་སྤྲད་དེ་སྤུ་
འདི་ལྟར་བྲངས་སོ།

ཨོ་མ་ཁི་བརྟེན་རྒྱ་སྒྲི། སྤུ་ཐ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... རམ་མཁའ་འཐིང་གི་གྲུར་
ཁང་ནས། འབྲུག་ལྷའི་སྤྱུ་ལ་བྱག་འཆལ་བསྟོད། ང་འཕྲའི་ང་རོ་མ་ཤེས་ན། བྱུང་ཕྱི་གྲིང་
སྟོང་དམག་བཅོ་བརྒྱད་གྱི། མགོ་འཛིན་ཁྲོ་རྩོད་ནང་བཅུད་ལ། ལྷག་ར་བྱུ་ཡི་གོ་གདོང་
ཡིན། དཔའ་རྩལ་བྱག་དམར་ཡག་སྤྲུག་བས་ངར། འབྲན་ཡ་འཆི་བདག་མ་གཏོགས་
མེད། ཁོ་རེ་གྲིང་སྤེ་ཕ་མོའི་བྱ། ས་འདིར་འོང་ལེ་མ་ལོ་གདལ། དཔུལ་བའི་ཡུལ་དུ་
འགྲིམ་ལུགས་ལ། ལམ་སྤྱུ་རིང་འདི་ནས་འགོ་ས་མེད། སེང་དཀར་འབྲིང་འདོད་
གངས་ལ་རུམ། གཡུ་རལ་ཁྲོམ་ཞོག་བཅད་བསམ་ཀྱང་། འོ་ཐང་ལྷག་མོའི་བསྐྱུག་མ་
ཡོད། གཡུ་རལ་ཐང་ལ་འཐོར་ལེ་འོང་། རྒྱ་སྤྲུག་འགྲིམ་འདོད་ནག་ལ་ངར། འཛོམ་བྱག་
ཁྲོམ་ཞོག་བཅད་བསམ་ཀྱང་། རམ་ཆེན་མདའ་མོའི་བསྐྱུག་མ་ཡོད། འཛོམ་བྱག་ཁྲག་

ལ་བསྐྱེལ་ལེ་ཡོད། སྤིང་དཀར་དབུང་དམག་སྤྲུལ་ལུང་འགྲིམ། འཁོར་གསུམ་ཁྲིམ་
ཐོག་གཙོད་བསམ་ཀྱང། ཐང་ཆེན་དམག་གི་བསྐྱག་མ་ཡོད། མགོ་ལག་དག་ལ་འོར་
ལེ་ཡོད། སྤིང་སྤྱག་དབུང་གི་རུ་སྒྲེ་ལ། ཁས་ལེན་རར་རྒྱུ་འདྲ་ཡོད། ཡོད་ན་ད་ལྟ་
གདོང་ལ་བྱད། ད་རིང་ཇ་འདྲེན་འདི་འདྲ་ཡོད། སྤྱག་དོང་གཡས་ཀྱི་ནང་རོལ་ནས།
མདའ་མོ་ལྷ་བཅུའི་བསུ་མ་ཡོད། ཁ་རིང་མདུང་གི་མགོན་གཅིག་ཡོད། ལུ་བ་ཁ་འཇའ་
རིས་ནགས་བཅུད་ལ། རམ་ཆེན་མཆོན་གྱི་བསུ་མ་ཡོད། མི་གཅིག་བཏང་ན་རོ་དང་
འདྲ། ཚི་མ་ཁི་བརྟེ་རྩྱུ་རྩི།

ཅེས་སྒྲུ་དེ་ལྟར་སྤང་ནས་ཚུར་མདའ་རྒྱང་གང་ཅམ་དུ་བྱད་པའི་རྒྱབ་ཏུ་
སྤྱག་སྤུལ་གསུམ་ཆས་བྱུང་བར། སྤིང་དམག་གི་རུ་སྒྲེ་དེར་ཡོད་དུང་སྤྱོད་སྤྱག་ལྷ་ཁྲི་
དཀར་དེས་གདོང་བཀག་ནས་སྤྱུ་འདི་ལྟར་སྤངས་སོ།

ཚི་མ་ཁི་བརྟེ་རྩྱུ་རྩི། ལྷ་ཐ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... ཞིང་སྤྱོད་ཆངས་བ་གདོང་
བཞི་མཁྱེན། གཙང་གི་ཡར་ལྷ་ཤམ་པོ་མཁྱེན། གད་བ་སྤྱོ་སྤྱུ་རལ་བ་མཁྱེན། ལྷང་
དགའི་སྤོ་སྤོང་ཟ་བར་ཤོག། །ས་འདི་ས་ངོ་མ་ཤེས་ན། ཨ་ལམ་བདེ་བར་འགྲོ་ས་རེད། ང་
འདྲ་ང་ངོ་མ་ཤེས་ན། ལྷོ་ལུང་ཆེན་བཙོ་བརྒྱད་མགོ་འཛིན་ལ། དུང་དཀར་དཀར་མོ་
རྒྱང་གསལ་ནས། དུང་སྤྱོད་སྤྱག་ལྷ་ཁྲི་དཀར་ཡིན། དཔལ་བདུད་བརྒྱ་ཅུའི་གདན་
གལ་ཡིན། ཁྱོད་ཚུར་ཡོང་རྟ་དམག་དུམ་ཅམ་འདི། རང་ཇ་འདྲེན་ལས་ཀྱང་མ་ཡིན་ཏེ།
སྤང་གི་སྤྱག་འབུལ་ཞུ་མི་འདྲ། འདྲ་དོན་ཅ་བ་བཤད་པས་ན། སེང་དཀར་མའི་གཡུ་
རལ་ངོམ་ས་ནས། ཐ་སྤར་མས་གྲུ་ངོམ་པོད་བ་མེད། སྤྱག་དམར་ཡག་འཛོམ་དུག་
ངོམ་ས་ནས། ཁྱི་རྟ་ཡའི་དུ་སྤྱག་པོད་བ་མེད། སྤིང་འབུམ་སྤར་རུ་སྤྱེ་བྲངས་ས་ན། པོ་

སྐར་མས་བཀག་མ་པོད་པ་མེད། མགོ་སྒྲེ་ཐང་ལ་བསྒྲིལ་འདོད་ན། དེ་རིང་ཉི་མའི་
གདོང་གང་ལ། དཔའ་སྤུལ་ཅེ་དགའ་ཆོ་དང་གཅིག །ལྟ་རྟ་རྒྱལ་ཅུལ་ཆེ་དང་གཉིས།
བྱང་ཐང་རྩ་འཕྲང་མེད་དང་གསུམ། ཁྱིད་ཚུར་ཆས་བཀག་མ་ཉུང་དང་བཞི། དེ་བཞི་
མ་བསྒྲིག་རང་འགྲིག་ལ། མགྲོགས་བ་དྲ་རྒྱལ་དུང་བྱ་རྟ། རྟོན་པོ་ད་གཡུག་རེག་
གཅོད་གྱི། ཁྲག་དམར་ད་པོས་རྩ་ལ་བསྒྲུབ། ཁྱིད་རང་ཡིད་ལ་དེ་འདྲ་ཞོག །མི་མ་ཉི་
པ་རྩེ་རྩྱའི་མྱི།

ཅེས་ཐེན་ནས་མཆོང་བར་ཁོ་ཡི་མདའ་དེ་སྤྱིང་བྱུང་བར་དུང་སྤྱོད་དཔོན་གྱི་
བྲང་དཀྱིལ་དུ་པོག་ཏེ་གོ་ཁྲབ་གཏོར་བ་ལས་གཞོད་མ་བྱུང་། དེར་ཁོང་གཉིས་གྱི་ཁ་
བསྒྲིལ་བས་ལན་གསུམ་ཐོག་ཁོ་ཡི་སྒྲེ་ལིང་གི་འཕང་བྱུང་། རྩ་བའི་མདུང་དེས་སྤྲུག་
སྤུལ་མེ་རི་བཙན་པོའི་ལྷེ་བར་ཐེབ་བས་རྒྱབ་དུ་སྡོ་རྒྱུང་སེ་ཐོན་ནས་རྟ་ལས་ལྷུང་།
སྤྲུག་སྤུལ་གྲོག་འཕྲང་ནག་པོ་དང་གནམ་ལྷགས་ཞོར་བཟང་གཉིས་གྱི་ཁ་འདྲེན་བས་
ཁོའི་གྱི་ངོ་མ་ལོན་ནས་ཕྱིར་ཕྱོས་རྒྱབ་སྐབས། སྤྲུག་ལྷས་མདའ་བརྒྱབ་ཏེ་བསད།
དཔའ་སྤུལ་གསུམ་དང་སྤྱིང་དམག་རྣམས་ཀྱི་བྱང་དམག་མང་ཚུལ་བསད་མཐར་ཁོང་
རྣམས་ཕྱོས་ལམ་གར་ཐེན་བྱེད་ནས་ཕྱོས་སོང་། སྤྱིང་བ་རྣམས་རིམ་གཤམ་གྱིས་དེ་
ལུབ་རྩ་འཕྲང་གཏོར་སྤུབ་པའི་དགའ་སྤྱིའི་ངང་དུ་གནས་སོ། །

ཁར་ཁྱུང་རྒྱལ་གྲོན་དམག་དཔོན་བཙས་བ་གྲོ་མི་བདེ་སྐྱེས་སྐྱེས་ངང་། ཕོ་
བྲང་བཟུང་ནས་ལྷགས་རི་རིམ་གསུམ་བསྐྱོར་ནས་བྱ་གནམ་ལ་འཕྱར་ཀྱང་ཐང་ལ་
ལྷུང་ལོ། འབྲུ་གོག་མ་ཡིན་ཀྱང་འཕྲོ་ས་མེད་ལེ་ཞིག་བྱས་ནས་བསྐྱད། རྒྱལ་པོ་ལྷན་
བྱུབ་བྲགས་བ་དེ་ཡི་དབལ་སྤྲས་སྤྲུབ་བ་ལ་བཙན་ནས་ལི་ཁྲོས་དཔའ་པོའི་མི་བཞི་

མཐའ་དམག་བརྒྱག་པའི་རྩས་སྒྲགས་ལ་མཁོ་བའི་དུས་ཡིན། རྒྱལ་པོ་ཁོང་གི་ཨ་
ལུགས་དོ་ཡི་པ་ཡང་པོང་བ་ཙམ་མཁར་གྱི་སྒོ་ཐད་དུ་ཡོད་པ་དེ་ལ་དོ་བརྒྱབ་ནས་ཁ་
བྲེས་སྟེ། ཉང་དུ་མི་ཡིས་མི་རྒྱུད་ལོ་བརྒྱད་ཙམ་པ་བཞི་རྒྱུད་ནས་པོ་བྱང་དུ་གདན་
བངས་ནས་མཛོད་དུ་བཏེན་ཏེ། དབལ་སྤས་གྱི་པོ་ཉ་ལས་མཁན་དུ་སྤྲོབ་ནས་བཞི་ཀ་
ལ་མེ་འོད་དང་གཟི་བརྗིད་འཕྲོས། བྱང་པ་རྣམས་ངོ་མཚར་ཞིང་ཡིད་ཆས་ནས་དགའ་
སྟོའི་རང་ནས་པན་ཚུན་ཞག་གསུམ་ལ་པར་གཏོད་ཚུར་གཏོད་མེད་པར་དབྱ་མལ་
བསོས་ནས་བསྟད།

ཆོས་གཉིས་ཉིན་དབྱ་པོ་པར་འདུལ་གྱི་གཟའ་སྐར་འཕྲོད་སྡོད་ལེགས་པའི་
ཉི་མ་དེ་ལ་གླིང་སྐར་དེ་ཤར་ལྟོ་ཁུབ་བྱང་གི་ཕྱོགས་བཞི་ནས་ཁས་ལེན་དཔལ་བདུད་
བཅུ་རེ་དང་། དམག་ལྷག་བསྐྱས་ཆིག་སྟོང་རེའི་བསྐྱོར་ནས་འཐབ་ཙམ་ན། ལུགས་རི་
སྟངས་ནས་ནང་ལ་མདའ་མཆོན་མང་པོ་བཏབ་པས་མཐར། སྒོ་བཞི་གནས་ལུགས་གྱི་
རང་བྱུབ་མི་ཡི་འདན་བུ་བརྒྱབ་པས་ཅི་བྱེད་མེད་སྐབས། ཤར་ཕྱོགས་ནས་གཡུ་ལྷ་
ཁུ་བྱུག་བརྒྱ་ཉི་ལྷག་གསུམ་མདུང་རིང་གྱི་རྒྱུད་ནས་རྩལ་ཆེན་གྱི་ལུགས་རིས་སྟངས་དུ་
མཆོང་བར། བྱང་དམག་རྣམས་ནས་དོ་རྒྱོག་པབ་བྱང་ནས་ཅི་བྱེད་མེད་པར་གནས།
ཁུབ་ཕྱོགས་ནས་འབྲུ་དགའ་བདེ་ཆོས་སྟོང་བེར་ནག་དེས་པ་ཡང་ལུག་ཙམ་གསུམ་
བརྒྱད་མར་བརྒྱབ་པས་ལུགས་རིས་སྟོང་རིང་ཞིག་དུ་བཏང་ནས། མ་ཆད་དེར་ཡོད་
བྱང་དམག་བཅུ་ཙམ་དོ་མེར་གྱི་བསད་ཅིང་། དེར་ཡོད་གླིང་པ་རྣམས་ནང་དུ་མཆོང་
བས་བྱང་པ་རྣམས་ཐེང་ལོང་ལོང་སྐབས། རྒྱུད་ལྷ་སྤྱང་མོ་གཡུང་རྒྱུད་དེས་གདོང་
བཀག་ནས་གྱི་མདའ་ཅི་འབྲུལ་གྱི་གསེར་པའི་ཤོག་ནས་དམག་འབྲུ་སེར་ཙན་བཅུ་

སམ་བསྐྱེལ་བྱུང་སྐབས། དེར་ཡོད་དཔལ་བདུད་ཁྲུང་ནག་སྒོ་ཁྲོད་མདུང་ཅེ་དང་གི་ཁ་
བསྐྱེལ་བར་ཁོ་ཡི་གི་དེ་སྒོ་ཁྲོད་ལ་གི་སྐྱས་ཅུང་ཟད་བྱུང་ནས་ཕྱིར་འབྱེད་བྱུང་བར་
ཁོའི་རྒྱལ་བཞིན་དེད་བྱུང་བར་ཁ་གདོང་བསྟན་འཛིན་གྲགས་པ་ལྷ་སྐྱས་དུང་མེང་
དགའ་བདེ་མེར་ནག་གསུམ་གྱི་གདོང་སྒྲང་སྟེ་གི་འཐབ་ཡུད་ཅམ་བྱས་དེ་ནང་འཁོར་
བྱང་པ་རྣམས་ནས་དོ་དང་མདའ་མཚོན་མང་པོས་གླིང་པ་ལྷགས་རིའི་ནང་དུ་དམག་
གང་ཡོད་རྣམས་ཏ་ཅང་བསྒྲག་ཆེ་བར་བྱུང་བས་ཕྱིར་ལོག་མི་བྱེད་ཀ་མེད་བྱུང་ནས་
ལྷགས་རི་སྒྲང་ལྷང་བྱང་པ་རྣམས་གྱི་བཟུང་། །

གླིང་དམག་རྣམས་སྒར་དུ་ལོག་ནས་ཅི་བྲག་གི་སྒོ་ནས་བཀའ་གྲོས་མང་དུ་
མཛད་པའི་མཐར་ལྷ་སྐྱས་བྲག་ལྷ་ཅེ་རྒྱལ་ཁོང་སྐྱགས་འབྲུགས་པའི་ཚུལ་གྱིས་སྐྱ་
འདི་ལྷར་གསུངས་སོ།

ཨོ་མ་ཁི་བསྟེ་རྩྭ་མྱི། སྐྱ་ཐ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... གཉེན་སྐྱག་དམར་པོ་དག་ལྟའི་
ཆོགས། མཁྱེན་གཟིགས་ཅེ་རྒྱལ་སྐྱ་སྒྲ་བྲངས། ས་འདིས་ས་ངོ་མ་ཤེས་ན། ས་བཅན་
རྩ་མ་ཡར་ཐང་གི། འདུ་ར་བསྐྱའི་དར་ཐང་རེད། ང་འབྲང་ངོ་མ་ཤེས་ན། འར་ཁྱི་སྟོད་
གླིང་ཁྱི་གོང་མ་ནས། དདུལ་ཚུ་ཁྱི་རྩོད་ནང་བཅུད་ལ། འབྲུམ་པའི་དག་ལྷ་ཅེ་རྒྱལ་
ཡིན། འདིར་བཞུགས་རྒྱལ་སྒོན་དཔལ་པོའི་དཔྱད་། དགོངས་པ་དར་ཅིག་ཚུར་གསོན་
དང་། ད་འདི་སྐྱས་སྟོད་ཐབས་ག་འདྲ་ཡོད། མཐོ་དགྲུང་སྟོན་ནམ་མཁའི་དཀྱིལ་རུམ་
ནས། འར་ཁྱི་གདུགས་གསེར་གྱི་དཔ་འཁམ་ནས། གངས་རི་རྩོད་གྱི་བཞུར་བསམ་
ཀྱང་། ལྷོ་སྟོན་ནག་པོའི་གི་བ་མས་གཡོག། །ས་གཞི་སྐྱ་བསྟན་ཡང་ཐོག་ནས། ཞང་ཞུང་
རྒྱལ་པོ་འཕྲུ་ཁ་ཅན། གླིང་དམག་ཏ་ལ་འཕེན་བསམ་ཀྱང་། དཔལ་བདུད་དཔང་ཁྲོད་

ཐོག་ལས་ཆ། རྒྱུ་ལོ་ལྷན་མ་དེ་ཅམ་སྒྲུང་། ད་རང་གར་བཞུགས་པས་ཅི་མ་པན།
དབྱར་ཆ་གསུམ་འདབ་རྒྱས་ཆར་གྱི་དུས། རི་མཆོ་མོ་འབྲིལ་པའི་སྤྱིལ་མོ་དུ། འབྲུག་
མོ་ཐང་ཐེང་པའི་རར་སྒྲུ་ཅན། སྤྱ་བྲག་དཀར་མ་གཏོར་གཡུ་འབྲུག་མིན། དཔྱིད་ཆ་
གསུམ་རྒྱུ་ལྷང་སྤྱོད་པའི་དུས། བྱ་ཁྱུ་བྲག་པོད་ལ་ཕྱིན་པའི་ཆོ། སྐད་དུག་འབྱུར་མ་
བརྒྱབ་ཁྱུ་བྲག་མིན། དབྱ་པར་བརྒྱབ་སྟངས་མེད་མཆམས་སྤྱ། དབྱ་ཞང་ཁྱུང་བཅན་
རྒྱུང་བཟུང་པའི་དུས། རྒྱུང་ཁོ་མ་གཤོག་གླིང་པ་མིན། རར་རྒྱུད་གཡུལ་ཉེས་བྱུང་
པའི་དུས། ཐོག་དམར་ལྷུང་འབྲུ་མ་བྱས་ན། ཞེ་ཅ་འབྲུག་པས་ཅི་ལ་པན། དང་པོ་པར་
ལ་བྱུད་པའི་དུས། དབྱ་གར་ཐུག་སེར་བས་བཅོམ་འབྲད་གོས། གཅིག་རྒྱབ་གཅིག་
འགྲོས་ཅི་ལ་པན། བྱ་དཔལ་པོས་ལྷགས་རི་མ་གཏོར་ན། མདའ་ཕྱི་ནས་འཕངས་པས་
ཅི་ལ་པན། ལ་བཞིན་གླིང་དཀར་དཔལ་ཐུལ་རྣམས། ལྷང་སེར་འཇའ་ཡི་རི་མོ་དེ། ལྷ་
ཡག་བྱས་ན་ཡོད་ལེ་མིན། སེར་རྒྱུང་མ་མོའི་རྩ་རྒྱུང་དེ། བཅར་ཡག་བྱས་ན་ཡོད་ལེ་
མིན། ས་རོང་བོང་བྱ་མདུར་འགྲོས་དེ། རྒྱག་ཡག་བྱས་ན་ཡོད་ལེ་མིན། གླིང་དཀར་
དཔལ་ཐུལ་དཔུང་རྒྱུང་དེ། གཏུག་ཡག་བྱས་ན་མེད་པ་འབྲ། དེ་སྟོན་རྒྱུང་ཁག་ཆེ་བྲག་
སྒྲུངས། ད་ལའི་དབྱ་ཞང་རར་ཞད་ལ། ད་འཐབ་རྒྱུ་ཡིན་ནམ་མོས་རྒྱུ་ཡིན། ར་རང་ཅེ་
རྒྱལ་མི་རྟ་གཉིས། ཉི་མ་སང་གི་སྤྱ་གོང་ལ། ཞང་ཁྱུང་ལྷགས་རི་གཏོར་རྒྱུ་ཡིན། རབ་
ན་སྟངས་ལེན་ལེ་ཡིན། དེ་མིན་ཀྱང་འཆི་རོག་ཨེ་རྟེན་ལྷ། གེ་སར་ཐེང་པའི་དཔུང་
ཆོགས་ཀྱིས། དབྱ་པར་འདུལ་སྟངས་མེན་པར་ཤོག། དབྱ་ལ་ལེམ་པོ་མ་འཕྲད་ན། ར་
ཅེ་རྒྱལ་སྤྱེ་དང་མ་སྤྱེ་མེད། འདིར་ཆོགས་ཐུགས་ལ་དེ་ལྟར་ཞོག། །ཨོ་མ་ཁི་པ་རྩེ་རྩྱུ་རྩྱེ།
ཅེས་སྤྱེ་དེ་ལྟར་གསུངས་པས། གཡམས་བྲལ་སྟག་གདན་གོང་བ་ནས་བྱེ་

ཨ་ཁུ་ཅི། འཛམ་གླིང་གི་སེང་ཁུ་མཆན་གྱིས། ཆོ་གང་དཔོན་པོའི་བྱིན་ལན་དེ། ད་རེས་
ལྷོན་པོས་མ་བསྐྱབ་ན། བྱིན་ལེན་བཀའ་བྱིན་མི་བྲན་རེད། ཤིན་མེ་འབྱོད་པ་འབྲུམ་
དཔངས། གི་སར་ཐེར་མའི་ཆོགས་བཅས་གྱིས། དཔལ་པོའི་བྱིན་ལས་མ་གཡོལ་
མཛོད། ལྷ་མིའི་ཐུགས་ལ་དེ་ལྟར་ཞོག། ཞི་མ་ཉི་པ་རྩེ་རྩྱུ་རྩེ།

ཅེས་སྒྲུ་དེ་ལྟར་ཕུལ་བས། འདན་མ་དང་། དཔལ་ལ། གཡུ་ལྷ། འབྲུ་མི་
དཀར། དགའ་བདེ་ལྷ་ནས་རེ་རེ་ནས་དེ་བཞིན་ཡིན་ཟེར་བའི་ཁས་སྒྲང་བ་དང་། ཨ་ཁུ་
གཞེན་རེ། ལྷོན་ཆེན་ཆོས་འབྲུབ་གྱི་གསུང་ལྟར་དཔལ་བདུད་ལྷ་པོས་ཁས་ལེན་ལྟར་
མ་གཡོལ་བར་མཛོད། དབྱ་ལྷ་ཉིད་བྱོན་རྒྱ་མེད་འབྲུམ་དམག་གི་རུ་འཛིན་དུ་
བཞུགས་དགོས་གསུང་སྟེ་ཐག་བཅད་བྲས་སོ།

ཞང་རྒྱལ་ལྷོན་ནམས་ལུགས་རི་ལྷ་རྟུང་། ལྷོན་པོ་དམག་མང་ནམས་
ལ་དཔལ་དར་ཕུན་སུམ་ཆོགས་བ་སོ་སོར་གྲུ་ལོམ་བ་གནང་ཞིང་། ར་ཆང་གི་ཐུང་
སོགས་འཆོ་བ་དཔག་མེད་ཞིག་མཛོད་པའི་མཐར། གསེར་གྲི་སེར་པོའི་ཡང་སྟེང་ནས་
ཞང་ཁྱུང་དཔོན་པོ་ལྷན་གྲུབ་བྲགས་བ་དེ་འདྲིགས་པའི་ཆས་དང་ལྷན་པའི་ངང་ནས་
ལྷོན་ཆོགས་ནམས་ལ་སྒྲུ་འདི་ལྟར་གསུངས་སོ།

ཞི་མ་ཉི་པ་རྩེ་རྩྱུ་རྩེ། ལྷ་ཐ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... དགྲུང་སྟོན་མཐོན་མཐོང་
གཞལ་ཡས་ན། འབྲུག་ལྷའི་སྒྲུ་ལ་ཕུག་འཆལ་བསྟོད། མེ་རི་རྒྱང་འཚུབས་དཀྱིལ་
འཁོར་ནས། དབལ་སྐས་སྟག་ལྷ་མེ་འབར་མཁུན། ས་གཞི་བསྟན་པའི་པོ་བྲང་ནས།
ཐེར་མ་མི་ཐང་གྲ་བ་མཁུན། དབྱ་དབྱང་ཆམ་ལ་པབ་པར་ཞོག། །ས་འདིས་ས་ངོ་མ་
ཤེས་ན། རྩོད་བཅོན་ཐག་ནག་འབྱིད་རྩོད་རེད། ང་འབྲང་ངོ་མ་ཤེས་ན། ཞང་ཁྱུང་

བསྟན་པའི་པོན་གྱི་རྒྱལ། འབྲེན་མེད་ལྷན་སྲུབ་གྲགས་པ་ཡིན། ལྷོད་རྒྱ་གར་ཆོས་གྱི་
རྒྱལ་པོ་དང་། སྤང་རྒྱ་ནག་ཁྲིམས་གྱི་རྒྱལ་པོ་དང་། ང་ཁང་ཁྱེད་དམག་གི་རྒྱལ་པོ་
གསུམ། འཛམ་གླིང་རྒྱལ་པོ་ཆེ་གསུམ་ཡིན། གླིང་བཞིས་ནང་ནས་སྟག་མོ་ཡིན། ད་
མོ་གླིང་གི་མཐའ་དམག་བབས། རྒྱལ་ཁག་བདུན་གྱི་ཁ་ཡ་བྱས། མོ་གཉིས་ལག་
དམར་ཁག་ལ་བསྐྱེལ། ད་རུང་འཐབ་ཐག་མི་ཆོད་འདུག། མི་ཆོད་འདུག་ཀྱང་མི་ཕན་
གདལ། ས་བཅན་རྩ་འཕྲུང་བཞིག་ཞན་འདྲ། རྩོད་བཅན་བྲག་ནག་འགྱིང་རྩོད་འདྲི།
དགྲ་གཤེན་རྩེ་ཡིན་ཀྱང་ཐར་བར་དཀའ། ད་རུང་ལོ་གསུམ་རང་མཁར་བཟུང་། དེ་
ནས་མཐའ་མེད་བྱང་གི་ཡུལ། བྱ་གྲུ་ཐོག་ཆོད་རྒྱལ་པོ་དེས། དགྲ་དབྱུང་གླིང་ལ་ཕབ་
རན་ཡོད། ཁང་ཁྱེད་བྱ་དབྱུང་སྒྲེབ་གྱི། གླིང་དཀར་ཡུ་མེད་བཏང་བས་ཆོག། དེ་
བར་རྩོད་བཅན་སྤར་ལྟར་བཟུང་། བྱང་ཁྲི་ཤོག་སྟག་སྟུང་སྟུང་མོ་བྲ། དཔའ་དེ་འདྲ་
མིན་ན་ཅི་འདྲ་ཡིན། དཔའ་ཁྱོད་ཅམ་ཡོད་ན་རེ་རེས་ཆོག། མཐུན་གཤམ་གོང་བ་གཞོན་
མི་ཁྱོད། འབྲུམ་དཔོན་ཐམ་ཀ་ཁྱོད་ལ་སྤྲ། སྟག་ཤར་རལ་གྱི་ཁྲབ་དཀར་གསུམ། ཏ་
དང་སྒྲ་སྒྲབ་ཆ་བསྒྲིག་བཅས། ལྷ་ཆོན་ལྷ་ཡི་དཔའ་དར་ཡོད། སྟག་སྟུང་དུག་རི་ཅེ་
ཆོད་ཁྱོད། ལྷོ་སྟོང་དམག་བདུན་གྱི་མགོ་འཛིན་བསྟོས། ཁྲོན་ཤེས་ཆེན་ཉི་མ་འོད་ལྷན་
ཁྱོད། རེ་བོ་བཞིན་དུ་བསྐྱོད་བཞིན་ཆེ། སྐྱུ་མའི་སྟོབས་ཅལ་འབྲེན་མི་ལ། བཅན་བདུང་
སྟོག་དམར་སྤར་ལས་བཟང་། ད་རུང་འབྲུམ་དམག་ཁྲ་མོ་འདྲི། ནམ་མཁའ་བཞིན་དུ་
རྒྱང་གཡེར་ཆེ། རྒྱ་མཆོ་བཞིན་དུ་འཕེལ་གྱིབ་མེད། དགྲ་ལན་འཕྲོད་པ་ལག་པའི་
མཐེལ། སྤར་སྤར་མི་དགོས་སྤར་མ་ཡོད། རང་ཡུལ་ཨེ་ཟེན་རང་ལག་ཡིན། དགྲ་
བསད་མགོ་ལག་ཁྲར་ལ་ཤོག། དཔའ་དར་གཟེང་བསྟོད་བཤད་མ་དགོས། དབྱང་

རྒྱལ་དང་རང་སྟོན་པས་ཆོག། གཤམ་སར་བྱུང་ཡུང་འཛིགས་རྒྱ་མེད། མགོ་ལག་ལོན་པ་
ལག་པའི་མཐེལ། དུག་མདའི་དར་ལ་བྱང་པས་ཆོག། ཤར་སོང་སྐྱ་བྱས་ཆོང་བ་དང་།
དཔལ་མེད་ཕྱིར་བྱོས་བྱུང་བས་ན། མ་ཞིག་སོན་ལྷགས་བཤུ་རྒྱ་ཡིན། འདིར་ཆོགས་
ཐུགས་ལ་དེ་ལྟར་ཞོག། རྩོམ་ཁྱེ་བློ་རྩྱེ།

ཅེས་སྐྱ་དེ་ལྟར་གསུངས་པས་ཐམས་ཅད་མངོན་པར་བསྟོན། བལ་ཆེར་
དཔལ་ཚུད་པར་བྱུང་། དེའི་ཕྱིར་ནང་སྐྱ་རིང་ཤར་བ་དང་མཉམ་དུ་སྤྱིང་དམག་དེ་ཁས་
ལེན་མི་ལྔ་དེའི་སྤྲིན་ནས་འབྱུང་དམག་དེ་གཟའ་ཆོད་ཐང་ལ་རྒྱ་བ་བཞིན་དུ་གཤམ་
ནས། དང་པོ་ཤར་ཕྱོགས་ནས་ཆོས་འབྱུང་གི་མདའ་ཞིག་སྤྱིང་བས་ལྷགས་འི་དེ་སྐོ་
ཐོག་བཟུང་མི་མི་བཙོ་ལྔ་ཅམ་བསད་ཅིང་ལྷགས་སྐོ་དེ་ལ་རྒྱལ་པོ་སངས་ཆེན་གྱིས་
གནང་བའི་མདའ་གཟའ་ཆོད་འཕྱར་ཤེས་དེ་བརྒྱབ་པས་ཤར་གྱི་གཏོར་ནས་ནང་དུ་ཐེ་
མི་ཆོམ་པར་མཆོང་བྱུང་བས་སྤྱིང་བ་རྣམས་ཡུང་གཅིག་ཟེས་གཉིས་ཟེས་གྱིས་བརྒྱང་
བས་མན་ཚུན་ཞི་བསད་མང་དུ་བྱུང་བར། ལྷག་ཐུལ་རྩོམ་ཞི་བཞེན་དེས་སྤྱིང་དམག་
མང་ཅམ་བཙོམ་ཆེས་བྱུང་སྐབས། འབྲུ་མི་དཀར་གྱི་མདུང་བརྒྱབ་ནས་བསད། དེའི་
བར་དེར་རྒྱུང་ལྔ་སྤྱང་མོ་གཡུང་བྱུང་དེའི་ཆོས་འབྱུང་ལ་དུག་མདའ་ཞིག་བྱང་གིས་དུ་
བརྒྱབ་བྱུང་བར་གོ་མཆོན་གང་གི་མ་བཞེན་ཡུང་རྒྱལ་པོའི་སྤྱང་འཁོར་དང་བྱུང་པར་
དུ་དབྱ་ཡི་ལོག་དུ་འགྲོ་སྐལ་མེད་པས་ཅི་ཡང་མ་གཞོད། ཆོས་འབྱུང་གི་མདའ་ཞིག་
རྒྱལ་ཡུང་མ་གཞོད་ནས་ཁོང་གཉིས་གི་ཁ་བསྐྱེལ་ནས་ཆོས་འབྱུང་གི་གྱིང་མ་ལོན་
པར་ཉེ་བ་ན། འབྲུ་མི་དཀར། རྩ་བ་ཁ་བཙན། མ་ཉིན་རྫོང་དཔོན་གསུམ་གྱི་གྱི་རུབ་
བྱས་པས་ཁོས་གདོང་མ་ཞེན་ནས་བྱང་ཕྱོགས་ལ་བྲོས། དཔལ་བདུད་རྣམས་གྱི་བྱང་

དམག་བསད་ཅི་ཐུབ་དང་དེར་སྟག་ཐུལ་གཡུང་བྱུང་དབང་ཐུག་གི་ལྷགས་རིའི་བར་
ཁང་ནས་མདའ་འཕང་ནས་གླིང་དམག་ཉི་ཤུ་ཙམ་བསྐྱེལ་བྱུང་བའི་མཐར། ཆོས་
འབྲུག་གི་མདའ་ལོག་ཏུ་བཏང་། བྱང་བ་རྣམས་ལ་ལས་འཐབ། ལ་ལས་ལྷགས་རིའི་བར་
མར་བློས། ལ་ལས་མགོ་བསྐྱུས།

ལྷོ་ཕྱོགས་ནས་འདན་མས་འཕྲུལ་མདའ་གསུམ་བརྒྱབ་བས་ལྷགས་སྒོ་དེ་
རང་ཞིག་བཏང་ནས་ནང་དུ་མཆོང་ནས་མི་རྟ་བརྒྱ་ཆོ་མང་པོ་བཙོམ་སྐབས་ཐོན་ཤེས་
ཆེན་ནས་གདོང་བཀག་ནས་མདའ་འདྲེན་ཡུད་ཙམ་མཐར་གྱི་ཁ་བསྐྱེལ་བྱུང་བར་འདྲ་
མཉམ་ལ། ཁོ་རྒྱལ་བེར་དམར་གི་མདའ་ཞིག་བརྒྱབ་བས་ཁོའི་རྟ་དེ་འབྲེལ་བྱུང་བར་
ཁོ་རང་རྐང་ཐང་དུ་ཡར་བློས་བར། འདན་མས་མདའ་གཅིག་བརྒྱབ་བྱུང་ཁོ་འདུལ་
བའི་དུས་ལ་མ་བབས་ནས་ཅི་ཡང་མ་ཐུབ་བར་ལྷོ་སྒོ་བརྒྱད་ནས་ལྷགས་རིའི་བར་
ཁང་བཟུང་ཤོར། སྟག་ཐུལ་བྱུང་ནག་རྒྱལ་པོ་དེས་འདན་མ་ལ་ཞགས་གཅིག་བཏབ་
བྱུང་བར་གི་ཡི་ཆོད་ནས་ཁོང་གཉིས་གི་ཁ་བསྐྱེལ་བར། འདན་མས་གི་གསུམ་ཐོག་
ཁོའི་སྒེ་མིང་གི་འཕངས་ནས་བསད། དེར་ཡོད་རྣམས་ལྷགས་རིའི་བར་ཁང་དུ་བློས་
སོང་།

ཏུབ་སྒོ་ནས་འབྲུ་དགའ་བདེས་པ་ཐང་འབྲོང་གཡལ་ཙམ་གསུམ་བརྒྱབ་
ནས་སྒོ་ཐལ་སྐྱ་ཚུ་བ་སེ་གཏོར་ནས། གླིང་བ་རྣམས་ཐེ་མི་ཆོམ་པར་ནང་དུ་མཆོང་ནས་
བྱང་དམག་མང་ཙམ་བསད་བར། ཕྱི་གླིང་བཙན་བདུད་སྒོ་ག་དམར་དེས་གི་བཏོན་
ནས་གླིང་དམག་གི་ཁོད་དུ་རྒྱག་ནས་མི་རྟ་བཙོ་བརྒྱད་ཙམ་བསད་བྱུང་སྐབས།
དཔའ་ལ་སངས་སྟག་དེ་ཐུགས་ཤིན་ཏུ་འཁྲུག་ནས་ཁོའི་གདོང་བཀག་ནས་མཆོན་ལེབ་

၅၆၄

ནག་མེར་བས་བརྒྱུང་འདྲ་ཞིག །མ་བྱས་དཔའ་བོ་མེན་རྟགས་ཡིན། ཁྱོད་རང་ཡིད་ལ་
དེ་ལྟར་ཞོག །ཨོ་མ་ཁེ་པ་རྩེ་རྒྱུ་སྟེ།

ཅེས་སྒྲུ་དེ་ལྟར་གསུང་ནས། ངར་ཆེན་གྱིས་མཆོང་ནས་གི་ཁ་བསྐྱེལ་བས་
ཡུད་ཅུམ་འདྲ་མཉམ་མཐར་མཆོན་ལེབ་ཆེན་དེ་ཁོའི་དབུལ་བར་གི་སྒྲུས་ཅུང་ཟད་
བྱས་པས། ཁྲག་གི་མིག་བཀའ་བས་ནས་རྟ་ཁ་ཡར་བསྐྱོར་ནས་བོས་པས། དཔའ་ལས་
ཁོ་ཡི་ཁབ་གི་རྒྱབ་དར་ནས་བརྒྱུང་ཏེ་གི་ལེབ་ཆེན་གཅིག་གཡུག་པས་ལག་གཡས་
བ་གི་དང་བཅས་པ་བཅད་བྱུང་ཡང་། ཁོ་བདུད་གི་བྱ་དངོས་ཡིན་སྟབས་ཅི་མ་སྟབས་
ལྷགས་རིས་སྒོ་ལ་སྐྱེལ་ཏེ་བར་ན་འཇང་སྤུལ་གཡུ་ཁྲིའི་མདའ་ཞིག་སྤྱིང་བྱུང་བས་ཁོ་
ཡི་སོག་སྤག་དུ་ཐེབ་ནས་རྒྱང་གི་སྤོན་ནས་ཕུད་ཅིང་མདེའུ་ལྷགས་སྤོ་སྤོན་གྱིས་
མཐོང་ཡང་ད་རུང་ཁོ་དམག་ཁྱོད་དུ་འོར་ནས་དམག་མི་གསུམ་བསྐྱེལ་བྱུང་ནས་ཁོ་རྟ་
ལས་ལྷུང་དེ་ལ། དེར་ཕྱོགས་དམག་རྣམས་ལྷགས་རི་བར་མར་བོས་སོང་།

བྱང་ཕྱོགས་ནས་གཡུ་ལྷས་གནམ་ཐེལ་གྱིས་འབྲུལ་མདའ་གཉིས་ལྷགས་
སྒོ་ལ་བརྒྱབ་པས་ཐར་གྱིས་གཏོར་ནས་ནང་དུ་མཆོང་བས་སྒོ་འགྲམ་ནས་སྟག་སྟལ་
དཔའ་རྒྱལ་ཁྲག་མིག་གི་གཡུ་ལྷ་ལ་མདུང་ལན་གསུམ་བརྒྱབ་ཡང་མ་འཕྲིག །གཡུ་
ལྷ་ཐོག་འགྲུང་དེ་སྟགས་ར་ཁྱོད་གདོང་ནས་འབྲུག་དེ་གི་གྲུ་ཐེ་ལན་གཉིས་ཐོག་སྐྱེ་ལིང་
གི་འཕང་ནས་ད་རུང་ངར་ཆེན་གི་རང་དེར་མཆོང་བས་བྱང་དམག་ཉིས་བརྒྱ་ཅུམ་གི་
འོག་དུ་བཏང་། སྤྱིང་དམག་རྣམས་ནང་དུ་ཅི་ཐར་གི་ལི་བསད་མང་བར་སོང་། སྟག་
སྟལ་དུག་རི་བཅན་ཁྱོད་དེས་མདུང་ཐོག་ནས་སྤྱིང་དམག་ལྷ་དུག་ཅུམ་བསད་བྱུང་
སྟབས། ལྷོ་ཨ་བཀྲ་བུ་ཡི་གདོང་བཀའ་ནས་མདུང་འཇོན་པས། ཁོ་ཡི་མདུང་དེས་ལན་

གསུམ་ཐོག་ཨ་བཟ་བྱ་ཡི་ཉེ་བར་ཐེབ་ནས་བསྐྱུང་བྱུང་བས། སྟག་ལྷ་ཁྱི་དཀར། ཁྱ་
བྱག་བསྐྱ། ཁྱ་བ་ཁྱི་བཅན་གསུམ་ནས་གྱི་ཉོན་ཏེ་ཁོ་ཡི་ཐོག་ཏུ་མཆོང་བས། དྲག་རི་
བཅན་ཆོད་ཕྱིར་བོས་ནས་རྒྱལ་ཞོར་མདའ་ཞིག་འཕང་བྱུང་བས་ཁྱ་དབྱུག་དཔོན་གྱི་
ཏྲ་དེ་བསད་ནས་ལྷགས་རི་ནང་ལ་བོས་ཤོར་བས་རྗེས་མ་ཐེན། དེར་བྱུང་དམག་
རྣམས་བོས་ཀྱང་མི་ཐར་འཐབ་ཡང་མི་སྐྱབ་བསམ་ནས་གཡུ་ལྷ་ལ་མགོ་བསྐྱུས་ནས་
སོག་སྐྱབས་བྱས། དེ་ཉིན་ལྷགས་རི་བར་མ་སྤར་ལྟར་ཞང་ཁྱུང་གི་བཟུང་། ལྷགས་རི་
ཕྱི་མ་སྤིང་གིས་བཟུང་ནས་བསྐྱུང།

ཞང་ཁྱུང་རྒྱལ་པོ་དེས་ལྷགས་རི་ཤོར་བ་མཆོང་ནས་ང་རྒྱལ་དག་ཏུ་འབྱུག་
ནས་གོ་བྱོན་མཆོན་ཐོགས་དེ་ཐེབ་ཅིས་ལ། སྤུས་མོ་མ་ཡུམ་ཤེས་ཆེན་རྣམས་ནས་
བཤོལ་ཀྱང་རྒྱལ་པོས་གསན་ཕྱོགས་མེད་པར་ཤོར་བས། ཤེས་ཆེན་སྤྱང་མོ་དྲག་
རི། ཨ་ནག་དོམ་བྱ་དཔུང་རིང་། ཁྱ་བ་ཁྱི་བསྟན་བཅས་མཉམ་ཆས་བྱས་ནས་ཤར་སྐོ་
ནས་བྱད་སྟེ། སྤིང་བ་རྣམས་ནས་ཐེང་ལོང་ལོང་སྐྱབས་ཉེ་བར་སྐྱེབ་ཆར་ནས། ཞང་
རྒྱལ་ལྷན་བྱུང་བཟགས་པ་དེས་མདའ་སྟོང་སྤྱད་ནས་བསྐྱེག་མོ་བྱེད་པའི་སྐབས་ལྟར་
སྤངས་སོ།

ཨོ་མ་ཉི་བརྟེན་ལྷོ་སྤྱི་སྤྱི་ ལྷ་ཐ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... འབྲུག་ལྷ་དབལ་སྤུས་ཐེར་མ་
བཅས། དེ་རིང་རྒྱལ་པོའི་དཔུང་རོག་མཛོད། ས་འདིས་ས་ངོ་མ་ཤེས་ན། ལྷགས་རི་ཕྱི་
མའི་འབྲུམ་ཐར་རེད། ང་འདྲ་ང་ངོ་མ་ཤེས་ན། ཞང་ཁྱུང་རྒྱལ་པོ་ལྷན་བྱུང་བཟགས།
དཔལ་ཅུལ་བྱག་ང་འདྲ་ས་སྟེང་མེད། ལེན་མེད་དོམ་བྱ་སྤགས་དཀར་ཡིན། དེ་ནས་
ཉོན་དང་སྤིང་སྤྱག་དཔུང་། ཁྱོད་སྤིང་བྱས་བྱས་སུ་ཡི་བྱས། ང་འདྲ་ཞང་ཁྱུང་

རྒྱལ་པོ་ལ། དང་པོ་རྒྱ་ཁམ་དབྱང་སྒེབ་གྱི། རྒྱ་མགོན་ཆོང་པ་བཅན་འཕྲོག་བྱས། བར་
དུ་རང་ས་རང་བདག་ལ། ལ་སྤང་སོ་བ་དེ་ཙམ་བསད། ཐ་མ་ཉེས་མེད་དབྱང་དམག་
པལ། དམག་དཔོན་སྟག་སྤུལ་སྤྱེད་མེད་བཏང། དགོས་དོན་རྩ་བ་ཅི་འདྲ་ཡོད། དབྱང་
ཆེན་དམག་གི་རུ་སྟེ་ལ། རྒྱུ་པོའི་ཁས་ལེན་སྤྱ་འདྲ་ཡོད། ཡོད་ན་ད་ལྟ་གདོང་ལ་ལོང།
མ་ངན་འགོག་ཆ་རྩ་ཁྲོ་ལོ། ལྷ་མི་མགོན་དུས་དེར་མཆོད་མི་རེད། འདྲེ་མི་གཞོད་དུས་
དེར་བཀལ་མི་རེད། རེད་རང་རང་ཡུལ་བཟུང་ལེ་ལ། འབྲུམ་དམག་ཁ་བ་བབས་འདྲ་
བྱས། ཉེས་མེད་མི་དེ་དམར་བསད་བཏང། རྒྱ་ཆ་བསད་མི་མ་རེད་དམ། འབྲུག་པོ་
འཕྲོག་ལེ་མ་རེད་ཨྱི། རོང་ཆ་བསད་ལེ་ལོས་ཀྱང་ཡིན། ཡང་ན་རྩ་མཁར་བཞིག་མི་
འདྲ། འདི་འདྲ་དགོས་དོན་ཅི་ལ་ཡོད། མི་ཆེ་དམག་ལ་སྤྱང་སྤྱང་ནས། ཐ་མ་མཆོན་གྱི་
ཁ་རུ་འགྲོ། ཉེས་མེད་རྒྱ་ལོར་འཕྲོག་འཕྲོག་ནས། ཕྱི་མའི་བྱ་ལོན་སོད་དུས་མེད། རོ་རུ་
ཐེར་བའི་རྒྱང་གཡེར་ཅན། ས་སྟངས་ཡོད་ན་ད་ལྟ་ཤོག། །དཔལ་པོ་སྤྱ་རེད་དེ་རིང་ལྷ། ང་
རང་ཁྱང་ཁྱང་རྒྱལ་པོ་ལ། འབྲུན་ཡ་ཨེ་གདའ་གསལ་ནས་འོང། རི་ལྷང་ཤ་པོ་དྲུང་རུ་
ཅན། དེ་རིག་མི་མང་སྟེ་སོད་མི་དགོན། བྲག་ཐོག་སྤྱ་བའི་བཟང་བྲུག་དེ། རྒྱག་མི་མང་
སྟེ་སྟེད་མི་དགོན། ང་རང་སྤྱན་བྱལ་གྲགས་པ་ལ། འདྲེན་མི་མང་སྟེ་དོ་མི་དགོན། དེ་རིང་
རྒྱུ་པོའི་སྤང་མ་ལ། མི་གཅིག་མི་བཏང་ཐག་ཆོད་ཡིན། ཁྱོད་འདིར་ཆོགས་ཡིད་ལ་དེ་
ལྟར་ཞོག། །ཨྱི་མ་ཉི་པ་སྟེ་རྒྱུ་མྱི།

ཅེས་ཐེར་ནས་མཆོག་དཀར་གཞུ་མའི་སྟེང་ནས་དུག་མདའ་ལེབ་ཆེན་ཤ་
ཐན་དེ་འཕང་བྱང་བས་འཕྲུ་དཀར་ཅན་བཅུ་གཉིས་ཙམ་བསྐྱེལ་བྱང་བར། རྒྱུ་ཆོས་
འབྲུབ་ལ་སྤྱ་ཞལ་དཀར། ལྷག་རོང་ཨ་བསྟན་འབྲུ་མི་དཀར་སོགས་གཅིག་ཤོར་

གཉིས་ཤོར་གྱི་སེར་ཚོད་ཡར་བ་བཞིན་དུ་ཐོན་ནས། དེའི་ནང་ནས་འབྲུ་མི་དཀར་ལྟ་
བསམ་འབྲུབ་དེ་དམར་ནག་གཤིན་རྗེའི་ཞལ་ངོ་ལ་ར་རྒྱལ་དག་པོའི་རྒྱངས་པ་བྱུར་
ནས། བར་སྒྲུང་སེར་སྤྲིན་འབྲུག་པ་ལྟ་བུར་བྱུར་ནས་ཞེ་ཚོད་གདེང་ནས་འབྲུག་ཏེ།
འབྲེན་མེད་སེང་ཆེན་རྒྱལ་པོ་ཁོང་ལ་སྒྲ་སྒྲད་དེ་འབྲེལ་བྱུར་དུས། ད་རིང་འཆི་རོག་
ཞིག་མ་རྟེན་ན་མི་རྒྱས་བསམ་ཏེ་སྒྲ་འདི་ལྟར་རྒྱངས་སོ།

ཨོ་མ་ཤི་པ་རྩེ་རྩྱི་རྩྱི། སྒྲ་ཐ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... སྒྲུབས་རྒྱ་མ་ཡི་དམ་དཀོན་
མཆོག་གསུམ། གསོལ་བ་འདེབ་སོ་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། འབྲུ་ཡི་རྩ་ལ་དཀར་རྩུང་
མཁྱེན། ས་འདི་ས་ངོ་མ་ཤེས་ན། ལྷགས་རི་བྱི་མའི་ནང་ཤོད་རེད། ང་འབྲང་ངོ་མ་ཤེས་
ན། འབྲུ་ལ་འབྲུ་པ་ཤར་བྱུང་ཡོད། འབྲུ་མི་འབྲུར་གནམ་གྱི་སྒྲར་མ་ཡིན། ང་མཁར་
ལྷེས་པའི་ནང་བརྩུད་ལ། དག་ནག་པོའི་མགོ་ལག་ལེན་མའི་བྲ། འབྲུ་མི་འབྲུར་ལྟ་
བསམ་འབྲུབ་ཡིན། ཁོ་རེ་ལྷན་བྲུབ་གྲགས་པ་ཁོད། ཐོན་ནག་དུག་གི་ཁ་རྒྱངས་ཅན།
སངས་རྒྱས་བསྟན་པའི་སྤྱི་དག་ཁོད། ད་ལོ་འདུལ་བའི་དུས་ལ་བབ། དམར་པོ་མེ་ཡི་
ཁ་གཏོན་དེ། སྤོན་མོ་ལྷ་ཆབ་བསིལ་མ་ཡིན། དུག་སྒྲུལ་གདུག་པའི་ཁ་གཏོན་དེ།
བཟང་དུག་སྒྲ་ཅིང་ར་མ་ཡིན། བྲག་ཕྱོགས་ཐོན་རྒྱལ་ཁ་གཏོན་དེ། དག་ལྟའི་རྒྱལ་པོ་
གོ་སར་ཡིན། རྩ་སྤོན་གདུག་པའི་ངར་སྒྲ་དེ། མཐོང་ཆད་ཁ་རུ་འདེབས་སྟམ་ཀྱང་། རྩེ་
སྒྲ་དུང་གི་སིལ་བྱུར་ཕྱག་། ངར་ཆེན་གདུག་རྩུབ་ཨེ་ཡོད་ལྟ། ཞང་ཁྱུང་རྒྱལ་པོ་སྟོང་
གཏམ་ཅན། ཕྱག་ཆད་སྟོག་སྟོང་ལེན་བསམ་ཀྱང་། ངར་ཆེན་རལ་གྱིའི་ཁེར་བགོས་
བྱེད། འབྲེན་ཡ་ཨེ་གདའ་གསལ་ནས་འོང་། སེང་ཐང་སྒྲ་མོ་མན་ཆད་དང་། ལྷགས་རི་
བར་མ་ཡན་ཆད་ལ། ཤི་ལེ་གདའ་ཡོད་ཞང་ཁྱུང་རེད། གསོན་ལེ་གདའ་ཡོད་སྤིང་བ་རེད།

ད་རུང་ལི་རྒྱལ་ལི་སྒོན་ལ། འཛོད་མི་དགོས་གདོང་ལ་སླེབ་ལུགས་ལ། དག་འདུལ་
དམག་དཔོན་གི་སར་རྒྱལ། ཁྱོད་ཅམ་བཅར་བ་དག་ལ་བསྐྱར། ཁ་རྒྱུང་མིག་གིས་
མཇེལ་དགོས་མེད། ལིག་རྒྱུང་སྟེང་གི་སྒྲ་རེ་རེད། དེ་རིང་དཔའ་ཐུལ་མི་བཞི་འདི།
གསོན་ན་མི་ཆེ་སྤྲིག་ལ་སྐྱར། ལིན་ས་གཏམ་རྒྱུད་པོད་ལ་བཞག། །ལྷ་ཤུག་ཅེ་ཡི་ཁ་
བྱུག་དེ། འུག་འཁྱུར་སྒྲན་པས་ཡོད་ལ་ཁྲག། གསུང་སྐད་སྒྲན་འདོད་མ་རེད་ཏེ། བམ་
ཆེ་དབྱར་དགུན་ཕྱེ་མི་བསྐྱོས། བ་དམར་གཞུང་གི་ཁ་དཀར་རྒྱུང་། མིག་བཞི་བདེ་
ལོས་ཐང་ལ་འབྲལ། འགྲོས་གོམ་པ་ངོམ་འདོད་མ་རེད་ཏེ། བ་དམར་ཐང་ཆེན་གཞོས་
ལ་བསྐྱོས། མར་ཁམས་གླིང་གི་འབྲུམ་དམག་འདི། ཅལ་འུག་ནག་ཤོགས་དག་ལ་
ངོམ། ལོ་ཅལ་འུག་ངོམ་འདོད་མ་རེད་ཏེ། བདུད་སྤེ་ཆམ་ལ་པབ་མི་བསྐྱོས། ཨོ་རྒྱན་
པ་སྤེའི་ལོ་ཉ་རེད། ལྷ་དགོན་མཆོག་དབྱུང་འཕང་བསྟོད་མི་ཡིན། དེ་རིང་བསོད་ཟད་ལྷན་
བྱུང་གྲགས། སློག་དམར་ཐང་ལ་མ་བསྐྱལ་ན། འབྲུ་མི་ཆོད་མིན་པའི་ཏྲགས་ལ་
ཞོག། ཁྱོད་ཆེ་ཟད་ཡིད་ལ་དེ་ལྟར་ཞོག། ཨོ་མ་ཁི་བརྟེ་རྩྭ་མྱི།

ཅེས་གསུང་ནས་རལ་གྱི་དོམ་ནག་ཁྲག་འཁྱུང་དེ་ཤུབ་ནས་སྐྱུང་སྟེ་མཆོང་
བས། ཁོང་གཉིས་གྱི་འཐབ་ཡུད་ཅམ་བྱས་པས་པམ་རྒྱལ་མ་བྱུང་སྐྱབས། འདན་མ་
མ་ཉིན་རྫོང་དཔོན། ཨ་སྤྲུག་གྲུ་ལོ་གསུམ་ནས་ཞགས་རེ་གླིང་པས་ཁོ་ཡི་སྒྲེ་ལ་ཐེབ་
པས་ཁོ་ཡི་གྱི་གཅིག་ཐོག་བཅད་བྱུང་བར། ཁོང་ནམས་ཀྱིས་གྱི་བཏོན་ནས་འབྲུ་མི་
དཀར་གྱི་དབྱུང་རོག་བྱས་ནས་གྱི་འཐབ་སྐྱབས་ཁོ་ལ་མཆོན་མ་སོང་ཏེ་ལྷ་ཤུང་གྱི་དེ་
ཁོ་ཡི་ཏྲ་ལ་ཐེབ་སྟེ་འབྲེལ་ལ་ཁད་དེར། ཐེའུ་རང་གི་དབྱུག་ཕྱིན་ནས་ཕྱིར་མིག་བཞི་
ས་ལ་མ་ཐུག་པར་བྱ་འཁྱུར་བ་ཅམ་གྱིས་ཕྱིར་གྲོས་སོ། ཆོས་འབྲུབ་གྱི་མདའ་སྤྱིང་།

དཔལ་པོ་སྤྱང་མོ་གཡུང་བྱང་དང་། ར་མོ་ཆོས་འབྲུག་སྟོང་གཏམ་ཅན། རྟོན་པོ་སྤྱ་རེད་
གཏུག་ན་གསལ། ངར་ཆེན་རལ་གྱིའི་སོ་ལ་བྱངས། ཁྱིད་ཕྱི་ལ་གོམ་གང་བློས་པས་ན།
གླིང་བྱ་མོ་བརྒྱ་ཡིས་འཕང་གལ་སྟོད། མ་ངན་རྩ་འཁྱེད་ལ་ཤོ་ཁྱིད་རང་ཡིད་ལ་དེ་
ལྟར་ཞོག། །ཨོ་མ་ཤི་བ་རྩེ་རྩྩ་རྩི།

ཅེས་ཟེར་ནས་ཆོས་འབྲུག་གི་སྟེང་དུ་ཤོར་བྱུང་བས་ཁོང་གཉིས་གི་གཡུག་
སྟོར་གསུམ་རེས་མཆམས་དེར། དཔལ་ལ་སེང་སྟག་།གཡུ་ལྷ། རྩ་བ་ཁ་བཅན་གསུམ་
དེར་ཕྱིན་ནས་གི་བྱ་བ་བྱས་ནས་ཁོ་རྒྱང་ལྟར་བློས་ཤོར། དུག་རི་བཅན་རྟོན་དང་སྟག་
རོང་ཨ་བརྟེན། བསམ་འབྲུག་གསུམ་གི་ཁ་འཕྲེན་པས། དུག་རིའི་གི་དེ་ཨ་བརྟེན་གི་
བྱང་ལ་ཐེབ་ནས་བསྐྱང་བྱུང་སྐབས། རྟོན་ཤེས་ཆེན་དང་ལ་སྤྱ་ཞལ་དཀར་གཉིས་གི་
ཁ་འཕྲེན་ཀྱང་པན་ཚུན་གཡེར་མ་ཆོད། ཨ་ནག་དོམ་བྱས་འབྲུ་མི་དཀར་ལ་མདུང་
གསུམ་བརྒྱབ་ཀྱང་མ་འཕྱིག། །པར་གི་ལན་གཅིག་ཐོག་མདུང་སྟེ་བཅད་ནས་གི་ལན་
གསུམ་བཏབ་ཀྱང་ཁོ་ལ་ཐོན་གཤེན་གི་སྤྱང་བས་བསྟེན་ནས་མ་གཞོད། དེར་ཁོང་
བཞི་རྒྱང་སྤྱད་བ་ལྟར་གི་བློས་ནས་ལྷགས་རི་སྟོ་བརྒྱབ་སོང་། ཞག་གསུམ་ལ་དག་
མལ་བསོམ་ནས་བསྟན། ཞག་གསུམ་ཐོག་གླིང་གི་ལྷགས་རི་ཨ་ལོང་བཀུག་འབྲ་བྱས་
ནས་མདའ་མཆོན་བྱ་ལུག་འཚུབ་འབྲ་བྱས་ནས་བྱུང་བར་དང་པོ་ཤར་སྟོ་ལ་རྒྱང་ལྷ་
གཡུང་བྱང་། སྟོ་སྟོ་ལ་ཨ་ནག་དོམ་བྱ། ལུབ་སྟོ་ལ་དུག་རི་བཅན་རྟོན། བྱང་སྟོ་ལ་ཤེས་
ཆེན་བཅས་ལ་དམག་སྟོར་རེས་བསྟོར་ནས་ཡོད་པར། བྱང་སྟོ་ནས་ཤེན་པས་སྟོ་
གཏོར་ནས་ནང་དུ་མཆོང་བས་དམག་སུམ་ཚུ་ཅམ་སྟོ་གིའི་འོག་དུ་བཏང་བས་ཤེས་
ཆེན་ནས་མདའ་བྲུག་འཕང་བས་མི་བྲུག་ཅམ་བསྐྱེལ་བྱུང་བས། ཏོར་གི་བ་དུར་བྲུག་

གི་གདོང་བཀག་ནས། ཁོའི་གི་ལན་གཉིས་ཐོག་བ་དྲུར་སྐར་ཆོག་ས་ཁ་ཡག་བསྐྱར་
བྱུང་བར་ཁོང་རྣམས་ཅུང་ཟད་ཕྱིར་བྱུང་ཞོར་བ་དང་། ཁོའི་སྐར་མ་ཆོད་བཟུང་ནས་
ལྷགས་རི་ནང་མར་བོས། ཉོར་གྱི་བ་དྲུར་རྣམས་ནས་བྱང་དམག་གི་སྐས་ལྷ་བཙུ་ཅམ་
བྱས་བྱུང་། ལྷོ་སྐོ་ནས་འདན་མ་གཡུ་རྒྱལ་ཐོག་ཆོད་ཀྱིས་སྐོ་གཏོར་ནས་ནང་དུ་
མཆོང་བས། སྐོ་སྐྱང་དོམ་བྱ་དབྱུང་རིང་གི་གདོང་བཀག་ནས་མདུང་ལན་གསུམ་
འདན་མ་ལ་བརྒྱབ་ཀྱང་མ་ཕྱག། །འདན་མས་གི་ལན་གཅིག་ཐོག་སྐེ་ལིང་གི་འཕང་
ནས་བསད། ནང་དུ་ཐེ་ཆོམ་མེད་པར་མཆོང་ནས་སྐྱུང་གི་འེ་ལྷག་ཁྱུ་དཀྱག་པ་ལྟར་གྱི་
བྱང་དམག་རེ་བདུན་ཅམ་བསད་ནས། མི་རོའི་བམ་ཐང་བཀྲམ། ཁྱག་གི་ཡུར་རྒྱ་
འཐེན་ནས་བྱུང་བས་དེར་ཡོད་འཕྲོས་ལུས་རྣམས་ཀྱི་ཁབ་ཕྱོག་ཕྱབ་གསུམ་ཐམས་
ཅད་ཕྱུད་སྟེ་མགོ་བསྐྱས། ཤར་ཕྱོགས་ནས་ཆོས་འབྱུབ་གཙོས་པའི་དཔའ་ཐུམ་ལྷ་ཡི་
སྐོ་གཏོར་ནས་ནང་དུ་མཆོང་བས་སྐྱུང་མོའི་གཡུང་བྱུང་དེའི་སྐོ་བཀག་ནས་མདུང་
ཕུལ་བས་བདུད་རྫོན་དུག་རིའི་གཞོག་གཡོན་པའི་རིབ་བར་ནས་ཐེབ་སྟེ་གཡམས་ནས་
རྒྱར་གྱི་ཕྱུད་བྱུང་བར། ལྷག་དམར་སྟོབས་ཆེན་ཆོས་འབྱུབ་གཉིས་ནས་གི་ཁ་བསྐྱེལ་
བས་ཁོའི་སྟོབས་ཆེན་གྱི་རྟ་ལ་གི་སྐས་བཏང་བས་ཁོ་ཕྱིར་བོས་བརྒྱབ་ཞོར་ནས་སྐྱིང་
བ་རྣམས་རྗེས་བཞིན་དུ་རྒྱག་ཀྱང་མ་ཐེན་ཏེ་ལྷགས་རིའི་ནང་ལ་ཞོར། སྐྱིང་བ་རྣམས་
ཀྱི་བྱང་དམག་མང་ཅམ་བསད། རུབ་སྐོ་ནས་ལྷག་ལྷས་སྐོ་གཏོར་ནས་སྐྱིང་བ་རྣམས་
ནང་དུ་མཆོང་ནས་བྱུང་བའི་དུག་རི་བཅན་ཆོད་ཀྱིས་མདུང་ཞིག་ཐོག་ནས་སྐོ་བཀག་
པས་གོམ་གང་མ་བཟུར་ནས་ལྷོ་སྐྱོང་ལྷན་འོད་དཀར་ལ་མདུང་བརྒྱབ་ནས་བསད་
བྱུང་བར། ལྷག་ལྷ་ཁྱི་དཀར། རྩ་བ་ཁ་བཅན། ཞལ་དཀར་ལྷན་པ་གསུམ་ངར་ཆེན་གྱི་

མདུང་རེ་ཐོག་ས་ནས་བསྐྱུན་པས་སྟག་ལྟའི་མདུང་དེ་ཁོའི་སྤྱིང་ཁར་ཟུག་ནས་འབྱེལ་
བྱུང་བས་མགོ་འཕྲུ་གོང་ལེན་བྱས་ནས་ནང་དུ་མཆོང་བས་བྱང་དམག་རྣམས་དཔལ་
ཆགས་ནས་ལྷགས་རི་ནང་མར་གྲོས་སོང་བས། གླིང་པ་རྣམས་ཐེ་མི་ཆོམ་པར་ནང་དུ་
རྗེས་བཞིན་རྒྱག་པས་ལྷགས་རི་ནང་མའི་བྱེད་ཅམ་ལ་བྱིན་པས་ནང་དེར་ཡོད་དམག་
བཅུ་ཅམ་བྱང་པ་རྣམས་ཀྱིས་བསད་བྱུང་། ཆོས་འབྲུག་གི་མདུང་ཕུལ་ནས་མི་གསུམ་
བསད། སྟག་ལྟས་གི་འོག་དུ་མང་ཅམ་བཏང་སྐབས། དེར་ཡོད་ནས་དུ་འཛིན་རེས་
མདའ་ལྟུ་བྲག་རྡོར་དཔལ་ལྡན་འཛིགས་མེད་གཉིས་ནས་མདའ་གསུམ་རེ་འཕང་
བྱུང་བར། དེར་གྲང་གིས་མི་བསད་ཅིང་ཁོང་གཉིས་གི་གི་ཁ་འཕྲེན་བྱུང་བས་གླིང་པ་
རྣམས་ཕྱིར་བྱད་གི་ལྷགས་རི་བར་མ་བཟུང་། བྱང་པ་རྣམས་ལྷགས་རི་ནང་མ་བཟུང་
ནས་བསྐད། དེ་བུ་ལྟ་བུར་མཐོང་སྤྱིད་དཀར་མོ་ནང་ལ་འཛམ་གླིང་གི་སར་རྒྱལ་པོ་
ལ་མ་ཞེ་ཞེ་གནས་སྤྲོད་དཀར་མོས་ལུང་བསྐྱུན་གི་སྤྱུ་འདི་ལྟར་གསུངས་སོ།

ཨོ་མ་ཁི་བརྟེ་རྩྱུ་རྩྱེ། སྤྱུ་ཐ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... བརྟེ་འབྱུང་གནས་ཐོད་ཐོང་
ཅལ། གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། ང་འདྲ་ང་ངོ་མ་ཤེས་ན། ཨ་ ཞེ་གནས་
སྤྲོད་དཀར་མོ་ཡིན། མ་ཤེས་ལུང་བསྐྱུན་བྱེད་མི་ཡིན། གསེར་གྲི་སེར་པོའི་ཡང་སྟེང་
ནས། འཕྲེན་མེད་རྒྱལ་པོ་ལྟ་ཡི་སྤྲས། སྤྲགས་མ་འབྲུལ་ང་ལ་ཚུར་གསོན་དང་། ཞང་
ཁུང་བོན་གི་རྒྱལ་པོ་ཡིས། རྫོན་རབ་དམག་དཔོན་ཅི་ཡོད་རྣམས། ངར་གློད་དམར་
བསད་བྱུབ་ལེ་ཡིན། རྩ་འཕྲང་ལྷགས་རི་རིམ་པ་གསུམ། ཐོ་གློད་གླིང་དུ་བཞག་ནས་
ཡོད། སོ་སོར་མ་བསྐྱེན་གཏོར་བྱུབ་གདལ།

འདི་རྒྱའི་ཆེས་པ་བཅོ་བརྒྱད་ལ། བྱེད་ཡོལ་ལུག་གི་རྩ་ཆོད་ལ། རྒྱལ་པོ་

སྒྱུན་གྲུབ་བརྒྱལ་རན་ཡིན། ཁྱོད་རང་གི་སར་མ་གཏོགས་པས། གཞན་མ་སྤྱོད་ཀྱང་
སྤྱལ་ལེ་མིན། ལྷ་ཆེན་ཆངས་པ་དཀར་པོ་ཡིས། ལྷ་མདའ་ཨ་འགར་ལེབ་ཆེན་གྱི།
ནག་ཕན་སྒྲིང་མདའ་འཕྲོད་རེས་མཛོད། སྤྱིང་སེང་ཆེན་ཨེ་རེད་ད་རེས་གོ། ལྷ་དང་སྤྱང་
མའི་སྤོང་གོགས་ཡོད། རྒྱལ་པོ་སྒྱུན་གྲུབ་གྲགས་པ་ལོ། དཔལ་སྤྱོད་ཞག་སྤྱོད་མ་སྤྱོད་
ཅུལ་གྱི། དོགས་མོ་ས་ཡི་སྤྱིང་བརྒྱད་ནས། རྒྱ་གོག་ས་ལ་འཕྱལ་འབྲེལ། ལྷ་གྲུ་
ཡུལ་དུ་འཕྲོགས་གདལ། དེ་ཤོར་ན་དག་ཤོར་སྤྱོད་ལེ་མིན། ལྷ་དང་སྤྱང་མའི་སྤོང་
བསྐྱུར། སྤྱིང་རུས་སྤྱང་ལ་ཆས་ལེ་བྱས། རོང་སྤྱོད་ལྷ་ཆོད་འབྱུང་ལྷ་ལོ། ད་ལོ་དགུང་
གསལ་ཆེ་ལེ་ཡིན། ཉ་ཆ་འདས་པའི་གསལ་ཐོག་ཡིན། སང་ཉིན་གདོང་ལ་བྱོན་རྒྱ་མེད།
འབྱུང་དཔག་སྤྱིང་བརྒྱད་བཞུགས་པར་མཛོད། སྤྱིང་དཔག་དཔལ་བདུད་ཁས་ལེན་
ནམས། ལྷགས་རི་ཨ་ལོང་བསྐྱོར་འབྲེལ་མཛོད། ཤེས་ཆེན་ཉི་མ་འོད་ལྷན་ལོ། སྤྱོད་མའི་ཉ་
མཆོག་ཞོན་ནས་འོང་། ལྷ་དུ་གྲུས་ཡུལ་དུ་འཕྲོགས་པ་ཡོད། གར་བྱང་མ་ཤོར་
བཀའ་བཀོད་མཛོད། སྤྱིང་དཀར་བསམ་དོན་འབྱུང་རན་ཡོད། ལྷ་ཉིག་རྫོང་ཆེན་
འབེབས་རན་ཡོད། དེ་ཆོ་རྒྱལ་པའི་སྤྱོད་ལ་ཞོག །འབྱུང་བ་མེད་དོ་མཁའ་འབྱེད་
ལྷང་། ཨོ་མ་ཉི་བརྒྱུ་རྒྱུ་ལྷ།

ཅེས་གསུངས་ནས་མི་སྤྱང་བར་སོང་དོ། རྒྱལ་མཆོག་ཤོར་བྱ་དག་འདུལ་
གྱིས་ཕྱིར་ནང་དཔལ་བདུད་ནམས་ལྷ་གྲུང་དུ་འཕྲོགས་ནས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཆོགས་པའི་
ལོངས་སྤྱོད་ལ་མངའ་མཛོད་ནས། དཔལ་བདུད་སྤོང་ཆོགས་ནམས་ལ་བཀའ་
བསྐྱུགས་དང་ལྷང་བསྐྱུན་བྱང་ཅུལ་སོགས་ཤོར་འབྱུང་མེད་པར་གསུངས་ནས་
ཐམས་ཅད་གྱིས་མཛོན་པར་བསྐྱོད་དོ། ཉི་མ་དེའི་ཉིན་མོ་སྤྱིང་བ་ནམས་ཀྱི་ལྷགས་རི་

ཨ་མོང་འབྲ་བྱས་ནས། མདའ་མཚོན་བྱ་ཡུག་འཆུབ་འབྲ་རྒྱོབ་སོད་ཀྱི་གནས་ས་གས་
བ་ལྟར་བྱང་ནས་ལྷགས་རི་ནང་ལ་བཟུང་བའི་བྱང་བ་རྣམས་ནས་ཀྱང་མདའ་མང་པོ་
གླིང་ནས་པན་ཚུན་ཞི་བསད་མང་ཙམ་སྐབས་ལྷགས་རི་གླིང་གི་བཟུང་བ་རྒྱལ་པོ་
ལྷན་གྲུབ་ཁོང་ར་རྒྱལ་བྱ་སྐྱེས་ནས་ཡི་ཁྲོའི་མི་ལོ་བརྒྱད་ཙམ་དབལ་སྤྲས་ཀྱི་ཕོ་ཉ་
ལས་བྱེད་དུ་བསྐྱབ་ནས་ཡོད་པ་བཞི་པོ་དེར་པོ་བྱང་སྤང་ནས་ཕྱོགས་བཞི་དུ་འཕང་
བྱང་བས། ཡི་ཡི་མི་བཞི་པོའི་རལ་གྱི་རེ་ཐོགས་ཏེ། ཕྱོགས་རེ་རེ་ནས་དམག་ལྷ་བཅུའི་
སྐོར་ཙམ་རེ་བསད་བྱང་ཞིང་ཕར་ལ་མཚོན་བཏབ་ཀྱང་ཚོད་རྒྱ་མེད་ཐོག། གྱི་མདུང་
རྣམས་ཆགས་ཅེ་རྩལ་རྩལ་གོ་གཏོར་སྐབས། རྒྱལ་མཚོག་མི་ཡི་ཉི་མ་དེས་ཇས་
བཞེག་ལྷའི་རབ་གནས་དེ་བསྐྱམས་ཏེ། ཆེབས་རྒྱུ་བྱ་ལ་ཆེབས་ནས་དག་དར་ཚུབ་
སེ་རྒྱུར་བར་ཐེབས་ནས་ཡི་ཁྲོའི་མི་རྣམས་ལ་འཛོར་བས་འཛིང་མི་ཞེས་ཞིང་ཡི་དང་
ཁོ་དངོས་ཡིན་པར་གྱུར་ཏེ། གླིང་བ་རྣམས་ངོ་མཚར་སྐྱེས་སོ། དཔོན་ཁོ་སྤང་གིས་ཡི་
ཡི་མི་རྣམས་འཛིང་རྒྱ་མེད་པར་རེད་སོང་བཞེས་ནས་དཔའ་ངར་མདོག་གི་ངང་ནས་
སྤོན་གྱི་དེ་ཤུབ་ནས་བཏོན་ཏེ་གྱི་ལན་གསུམ་བཏབ་པས་ཡི་ངར་ཆེན་ཡིན་པའི་སྐབས་
ཀྱིས་སྤོན་གྱི་སོ་ཁ་ནས་མ་ཚོས་འབྲུ་ཙམ་ཡར་སོང་། ཡང་གཅིག་གཤམ་པས་གྱི་ཡུ་
བ་བྱད་ཏེ་སིང་ཁ་ལེ་འཛོར་བྱང་བས་མི་རྒྱུད་དེ་ཡོད་པའི་ཉ་བག་དེ་ཐོ་བྱས་པས།
ཁོ་སྤང་སྤྱང་ཏེ་ཅི་བྱེད་མེད་པར་ཕར་རྒྱག་ཚུར་རྒྱག་བྱས། དེ་ནས་གླིང་བ་བྲག་རིམ་
སྤོན་མ་དཔུང་རེ་མ་བྱད་ཀྱི་ལྷགས་རི་ནང་ཐེ་ཚོམ་མེད་པར་སོང་བས་པན་ཚུན་ཞི་
བསད་མང་ཙམ་མཐར་ལྷགས་རི་ནང་མ་ཐེན་ཏེ། ཞང་ཞུང་རྒྱལ་གློན་རྣམས་གློ་མི་བདེ་
སྐྱེས་སྐྱེས་ངང་པོ་བྱང་གི་སྐོ་བཞི་བསྐྱམ་ཏེ་སྐོ་སྤང་དང་དཔུང་དམག་རྣམས་ཀྱིས་སྤང་།

སྤར་ལྷར་བསྐྱད་ནས་ཅི་བྲག་གི་བཀའ་བྱོས་མང་དུ་མཇུག་མཐར། གཡམས་བྲལ་སྟག་
གདན་གྱི་སྟེང་ནས་སྟོན་ཤེས་ཆེན་ནས་སྟུ་འདི་ལྷར་ཕུལ་ལོ།

ཨོ་མ་ཤི་བརྟེན་རྩྱུ་རྩི། སྟུ་ཐ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... གནམ་གྱི་འབྲུག་ལྷ་གཉིན་པོ་
མཆིན། དབལ་སྤས་སྟག་ལྷ་མེ་འབར་མཆིན། ཟེར་མ་མི་ཐང་དཀར་པོ་མཆིན། ས་
འདིས་ས་ངོ་མ་ཤེས་ན། པོ་བྲང་བྲག་ནག་འབྱིང་རྫོང་རེད། ང་འབྲང་ངོ་མ་ཤེས་ན།
སྟོན་ཤེས་ཆེན་ཉི་མ་འོད་ལྷན་ཡིན། འཕྲེན་མེད་རྒྱལ་མཆོག་དབུ་བཞུགས་པའི། འདིར་
བཞུགས་རྒྱལ་སྟོན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ན། ཐུགས་མ་འབྲུལ་ང་ཡི་སྟུ་ལ་གསོན། ད་ལོ་བྱས་
གྱི་འབྲུག་ལོངས་འདི། སྟོན་གྱི་ལས་ལ་བཟུར་རྒྱ་མེད། སྤིང་གི་སར་རྩ་འབྲུལ་ཆེ་དང་
གཅིག། དཔལ་བདུད་ངར་རྒྱོད་ཆེ་དང་གཉིས། རྒྱལ་ཁམས་ལས་དཔག་མང་དང་
གསུམ། དེ་གསུམ་འཛོམ་པའི་ཁ་སྟོན་ནས། བ་རྩུས་ཤོར་བ་མཐོང་ཆེད་རེད། ད་འདི་
ཐུས་བསྐྱད་བས་ཅི་ལ་མན། བསྐྱད་ཀྱང་པོ་བྲང་མི་ཐེན་དུ། འཕྲེད་པག་སྤིང་གི་ལས་
དཔག་འདིས། སང་ཉིན་པོ་བྲང་གཏོར་ངེས་རེད། དེ་སྔ་རྩ་འབྲང་ལུགས་རི་དང་།
དབུང་གི་མ་བརྟེན་འདི་ལ་ཐུག། བསྐྱད་ཀྱང་ཨ་ཡ་འོང་བསམ་མེད། མོང་ཀྱང་བློས་
ལས་ཐར་བསམ་མེད། འཕྲེན་མེད་ལྷན་གྲུབ་གསུམ་པ་ཁོད། དབལ་སྤས་སྟུ་བ་ཉགས་
མཇུག་ནས་གདལ། དོག་མོ་ས་ཡི་སྟེང་ཐུག་ནས། ལུ་ཀྱ་རྒྱལ་པོའི་ཡུལ་དེར་བྱོན། ལུ་
ཀྱ་ཐོག་རྒྱོད་རྒྱལ་པོ་དེ། ཡུང་དང་ལས་ཀའི་བདག་པོ་རེད། ཞང་ཁུང་ལུ་ཀྱ་སྟེ་ཆོན་
མཐུན། ཞ་ལེན་གདན་བཏོང་བྱེད་རྒྱ་རེད། ལོ་བར་དེ་རུ་བདེ་བཞུགས་མཛོད། དེ་
ནས་ཤ་བ་རྩ་རུ་ལ། དབྱ་ལེན་སྟོད་ལུགས་རི་བདེ་ལྷ། བས་མཁའི་བྲ་རྒྱལ་ཁྲུང་ཆེན་
དེས། འཕྱར་ཆོད་རྒྱུང་དང་མ་བསྟུན་ན། ལྷིང་ཆེན་སྟོ་རྩ་རྒྱུང་གི་གཏོར། ཆབ་གྱི་ཉ་མོ་

སྟོང་ཀར་དེ། འགྲུར་ཆོད་ཆབ་དང་མ་བསྐྱེན་ན། འགྲུར་ཆེན་ཉ་མོ་ལྷགས་ཀྱི་འཛེན།
འཛེན་མེད་ཁང་ཁྱུང་རྒྱལ་པོ་ཁྱོད། ངར་ཆོད་དག་དང་མ་བསྐྱེན་ན། ངར་ཆེན་རྡོ་རྒྱུས་
ལག་ལ་འགྲོ། དེ་ལས་བྱེད་ཐབས་ག་ལ་ཡོད། ད་སྐྱུག་སྐྱུག་བྱས་ཀྱང་པན་པ་མེད།
རང་སྐྱུག་རང་གི་སྡོན་ལས་རེད། མ་ཡུམ་ཤེས་རབ་མཆོ་མོ་དང་། སྤས་མོ་སྡོན་སྡིད་
ཆོས་མཆོ་གཉིས། རྒྱལ་པོའི་བང་མཛོད་གོང་མའི་ནང་། ལུ་ཉིག་རིན་ཆེན་འོད་འབར་
དང་། ཟེ་འོག་ཁ་བཏགས་བདེ་ལེགས་བསྐྱམས། གླིང་དཀར་ཡུལ་ལ་མགོ་འབྲལ་
གིས། ང་རང་སྤྱང་མོ་གཡུང་བྱུང་གཉིས། བསྐྱེད་ཀྱང་པོ་བྱང་མི་ཟེན་འདུག །དེ་སྡོན་
ལག་དམར་ནག་ཆེན་རེད། མགོ་འབྲལ་བྱས་ཀྱང་སྟོག་ཐར་དཀའ། གནའ་མི་བོད་ཀྱི་
གཏམ་དཔེ་ལ། པོ་ཤི་ཁ་འཆར་ན་སྐྱ་མ་མིན། དག་འཐབ་ཁ་འཆར་ན་དཔའ་བོ་མིན།
འགྲོ་ཁ་འཆར་ན་བྱང་མ་མིན། ཆགས་འཛིགས་ཉི་ལྔ་གཉིས་ལ་འོང་། ཞིག་རལ་རྩི་
བྲག་ལ་འོང་། སང་ཉིན་གླིང་དམག་ཨེ་གཤོག་ལྷ། ཐར་ན་བྱ་གུའི་ཡུལ་དུ་འགྲོ། མ་ཐར་
འཆི་རོག་མགོ་སྟོད་བྱེད། དེ་ནས་འགྲོད་མེད་ལས་གཅིག་ལྷོ་རབ་ན་རྡོ་རྒྱུ་ཨེ་སྐབ་ལྷ།
མིན་ཀྱང་དག་ལྷ་ཅེ་རྒྱལ་ཁོ། འཆར་མེད་ལག་ལ་ཚུད་ངེས་བཟོ། སྐྱག་སྐྱག་མི་བྱེད་
པན་པ་མེད། ཨེ་རེད་རྒྱལ་སྡོན་སྐྱགས་ལ་བསྐྱོད། དེ་ལས་བྱེད་རྒྱ་ཅི་འབྲ་ཡོད། འདིར་
བཞུགས་སྐྱགས་ལ་དེ་ལྟར་ཞོག །ཨོ་མ་ཉི་བརྗེ་རྩྱུ་མྱེ།

ཅེས་དེ་ལྟར་སྤུལ་བས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཅི་ཞུ་མེད་སྐྱབས། མ་ཡུམ་སྤས་མོ་
ནམས་ནི་ཤེས་པ་རྒྱ་ཆེར་མེད་སྐྱབས་རྒྱལ་པོའི་སྡོན་ཆེན་དེ་དག་ནམས་ཤི་ཤོད། ད་
བྱེད་རྒྱལ་སྡོན་གསུམ་གྱིས་ཀྱང་རང་རང་ཅི་བྱེད་མེད་བར་རང་མལ་དུ་བསྐྱུར་ཐབས་
ཨེ་སྐྱག །དེ་ཉི་ཤེས་ཀྱང་འཛེར་རྡོ་ཁོ་གནམ་ལ་བྱ་ལྟར་དང་། ས་ལ་འབྲུ་ལྟར་འཇུ་ལ་

ཟེར་ལྟར་ཡིན་པས་དེ་འདྲ་ལས་འགྲོ་འོང་བ་ཡང་དགའ་མོ་ཡིན། དེད་རང་མ་བྱ་གཉིས་
པོ་ཡང་དུས་འདི་འདྲ་ལ་སྦྱིད་སྦྱུག་ཅི་བྱུང་ཡང་ཁྱེད་མཁེན་ཟེར་ནས་རྒྱལ་པོའི་བྲག་
ལ་འཐམ་ཞིང་མཆི་མ་བཏང་ནས་ཡང་ཡང་ཁྱུས་པས། རྒྱལ་པོ་དེ་སེམས་སྦྱོར་ལྟར་
ངེས་གྲོས་ཐག་བཅད་པའི་སྒྲུ་འདི་ལྟར་ཁྱེད་སོ།

ཨོ་མ་ཤི་བ་རྩེ་རྩྱུ་རྩེ། ལྷ་ཐ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... འབྲུག་ལྟ་དབལ་སྤྲས་ལེར་མ་
བཅས། དེ་རིང་རྒྱལ་པོའི་དབྱུང་རོག་མཛོད། ས་འདིས་ས་རོ་མ་ཤེས་ན། པོ་བྱང་བྲག་
ནག་མེ་འབར་རེད། ང་འདྲ་ང་རོ་མ་ཤེས་ན། ཞང་རྒྱལ་ལྟོན་བྲུབ་གྲགས་བ་ཡིན། དེ་
ནས་ཉོན་དང་འདིར་འཆོགས་ནམས། ཆོད་ཐང་དཀར་གཤོག་བྲུག་རྒྱས་ན་ཡང་། ལྷིང་
ནམ་མཁའི་བར་སྤྲང་རྒྱང་ཆོད་ཡང་། བྲག་དཀར་རྩུང་འདི་ལ་ཞེ་རེ་ཆགས། ང་ཞང་
ཁྱུང་རྒྱལ་པོ་རྩུ་འཕྲུལ་ཆེ། ས་གར་འགོ་རང་དབང་ཆེ་འདུག་ཡང་། གཞི་བྱ་སྤྲད་འདི་
ལ་ལས་ཀྱི་འབྲེལ། རོན་ལན་ཆགས་བྱ་མོ་གཙུག་ཆེ། ཡིད་སྦྱོར་མའི་འགོ་དབང་མི་གཏོང་
དུ། འདིར་འཆོགས་མ་བྱ་སྟོན་འཁོར་ནམས། སྦྱིད་ན་རྒྱ་དང་དཀར་པོ་ཡིན། དར་ནང་
རི་མོ་ཆེད་མེད་ཡང་། གར་ཐལ་གང་ཐལ་མ་ཡིན་ཡང་། རང་མགོ་ཅི་ཐོན་བསམ་བ་
མེད། ད་འདི་སྤྲས་སྟོད་ཡང་སྟོག་ཐར་དགལ། པོ་བྱང་གཏོར་བ་མཐོང་ཆོད་རེད། ང་
རང་འབྱུང་བཞི་རང་དབང་ཐོག། རོགས་མོས་ལ་འཇུལ་ཆོག་ཡང་། ཁྱེད་འདིར་ཡོད་
ནམས་ལ་ཞེ་རེ་ཆགས། ལེགས་ན་བོན་གཤེན་བཀའ་བྲིན་རེད། ཉེས་ན་རྩེ་རྩུའི་སྤྲུལ་
པས་བཅོམ། ཅི་འདྲ་བྲས་ཡང་ཐར་བ་དགལ། མཛོན་ཤེས་མེད་པའི་ལས་གཅིག་རེད།
དེ་སྟེ་དབལ་སྤྲས་མེ་འབར་གྱི། རང་བྱུང་རྩྱ་ཆེན་པོའི་བྱུང་། ཡང་ན་རོགས་མོས་ལ་
འཇུལ། སྤྲུལ་གཅིག་རང་མགོ་ཅི་ཐོན་བྱེད། ཐ་མ་སྤྱིང་ལ་དགའ་ལན་སྤྲད། དེ་ནས་མ་

སྤང་རིང་འཛོམ་འོང། གསོན་ན་མཁར་བཅན་མཉམ་བཟུང་བྱེད། འི་ན་འགྲོད་མེད་
མཉམ་འི་བྱེད། གང་གྲགས་བཟླ་པའི་བྱང་གདན་བཀོད། འདོད་གསོལ་ཐིན་བཅོལ་
བྱས་ཐུར་ན། ལྷ་ལུང་ཆིག་འཕྲིན་རྒྱབ་ནས་འོང། དེ་ལས་བྱེད་རྒྱ་ཅི་ཡང་མེད། བྱིང་
ནམས་ཐུགས་ལ་དེ་ལྟར་ཞོག། ཁྲི་མ་ཉི་ཤེས་ཕྱི་ཕྱི།

ཅེས་སྤྱོད་ལྟར་གསུང་པས་གྲོས་ཐག་བཅད། དེ་ནས་དབལ་སྤྲོད་སྤྱོད་རང་
ཕྱོན་བྱང་དུ་གཏོར་མཆོད་དཔག་མེད་བཤམས། འདོད་གསོལ་འཕྲིན་བཅོལ་རིན་ཆེན་
མི་ཡི་ཟང་ནག་དེ་བཀོད་དེ་བཞག། བྱིར་ནང་བལྟས་པས་དབྱས་ལུང་ཆིག་ལྷ་ལོ་ཀ་
གཅིག་འདུག་པས་དེ་ལྷ་ཆངས་པ་ཁོང་གི་རྩ་འབྲུལ་བསྟོག་ནས་ལུང་བཟུང་འདི་ལྟར་
བྲིས་ཡོད་དོ། ས་ནགས་འོབ་ལ་འཇུལ་ཀྱང་། སྤྲོས་མཆོག་ཐར་པ་མ་འདྲ། གེ་སར་
ངན་པ་འབྲུལ་གྱིས། རིམ་དགུའི་སྒོ་མོ་བསྐྱམས་ཆར། དགུ་མིག་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་ཡོད།
རྒྱ་ཡི་བྱེ་ལུང་བཞིག་བཞིན། འུ་གུ་བསྐྱེལ་འདྲ་དགོས་ཡོད། གང་བསམ་སྤྱར་བར་
འབྲུབ་འོང། ཅེས་ཟེར་བ་འདུག་པས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལྷ་ལུང་ལ་ངོ་མཆར་ཆེ། ས་
འཇུལ་མི་ལེགས་ཤིང་། ཆེས་བཅོ་བརྒྱད་ཉིན་གླིང་དཔུང་གཤགས་ནས་འུ་གུས་ལུལ་
དུ་སོང་ན་ལེགས་སྐྱམ་ནས་དེར་ཐག་བཅད།

བྱིར་ནང་ཆེས་བཅོ་བརྒྱད་ཉིན་གླིང་པ་ནམས་ཀྱིས་ལུང་བསྟན་བཀའ་
བསྟོས་ལྟར་པོ་བྱང་ཕྱོགས་བཞི་ནས་བསྟོར་ཏེ་ཁས་ལེན་དང་འཇིང་ཆ་ཁྲིག་གེ་བྱེད་
ནས་བསྟན་པར། ཞང་ཞུང་རྒྱལ་པོ་དང་མྱོན་ཤེས་ཆེན། སྤྱང་མོ་བྱ་གསུམ་ཤར་སྒོ་
ནས་བྱུང་སྟེ་ཤར་རྒྱག་སུ་མཆོང་བྱུང་བར། སྤྱང་མོ་གཡུང་བྱུང་དེ་རྒྱུད་ལྟར་ཆས་ནས་
རྒྱག་ཞོར་ལ་གདོང་ལན་བྱང་ཕྱོགས་ཀྱི་གླིང་དཔག་བཅུ་བསད་ནས་མཆོང་བས།

འདན་མས་སྦྱར་བར་མདའ་ཞིག་སྤྱིང་བས་ཁོའི་རྟ་ཡི་དོང་རྩ་ལ་ཐེབ་ནས་འབྲེལ་བ་
དང་མཉམ་དུ་ཁོ་རང་རྐང་ཐང་ལ་གྱི་བྱར་ནས་ལྷེབ་བྱུང་བ་དང་། ཡང་རྒྱལ་པོ་སྦྱོན་
བྱུང་བྲག་ས་པ་དེ་ཞེ་ཆོད་གདེང་ནས་འཇུག་དེ་རར་ཆེན་གྱི་སྤྱིང་དམག་སྤྲུལ་ཅུའི་སྒྲོར་
བཅོམ་ཤིང་འདན་སྒྲོན་གཉིས་ཤོར། སྦྱང་མོ་གཡུང་བྱུང་དེས་གཞན་དཔལ་བདུད་
གསུམ་ལ་གྱི་སྤྲུལ་ཅུང་ཟད་བྱས་འདན་སྒྲོན་གྱི་རྟ་དེ་ཞོན་ནས་བྱིར་རྒྱག་པས་ཆོས་
འབྲུབ་གྱི་ཞགས་གཅིག་བཏབ་པས་ཁོ་ཡི་སོག་ཟླག་དུ་ཐེབ་ནས་ཁོའི་གྱི་ལན་གཉིས་
བཏབ་ཀྱང་མ་ཆོད་ནས་ཅུར་ཆོས་འབྲུབ་སྟེང་དུ་རར་ཆེན་གྱི་མཆོང་བྱུང་བས། ཆོས་
འབྲུབ་གྱི་པར་ཅམ་ཞགས་བསྐྱར་ནས་བྲོས་པས་ཁོ་རྒྱབ་བཞིན་རྒྱག་བྱུང་བས་འདན་
མ་བྱང་ཁྲིས་གདོང་སྤངས་ཏེ་གྱི་ཁ་འཕྲེན་པས། འདན་མས་ཁའི་ལག་གཡམས་བཅད་
ནས་གྱི་དང་ལག་མགོ་སར་སྦྱང་བས་ཁོ་རང་རར་ཆེན་གྱི་ལག་གཡོན་པས་གྱི་གོང་
ལེན་བྱས་ནས་ལན་གཉིས་གཡུག་བྱུང་བས་གོ་ཁྲབ་རྩལ་ལེར་བྱུང་ཀྱང་ནང་དུ་སྦྱ་
ལུས་ལ་ཅི་ཡང་མ་གཞོད། ཆོས་འབྲུབ་སྟོག་འཇུགས་པ་ལྟར་དེར་ཕྱིན་ནས་དག་སྟ་
རར་མ་དེ་གཅིག་གཡུག་པས་ཁོ་ཡི་བྱང་དུ་ཐེབ་ནས་སོང་བས་ཁོའི་གྱི་འཕང་ནས་
གཡོན་གྱི་ཐོང་ཅ་ནས་བབྱང་སྟེ་སོ་སྦྱ་བསྐྱིགས་ནས་འཆང་བས་ཁོང་གཉིས་རྟ་ལས་
སྦྱང་ནས། ཆོས་འབྲུབ་གྱི་དཔལ་ལྷན་སྟོག་ཅེ་དེ་ཁོའི་སྟེང་ཁར་བརྟུག་པས་ཁ་ནས་
ཁྲག་དམར་རྒྱང་གི་བབས་ཏེ་བསད། ཆོས་འབྲུབ་ལ་ཁོའི་མཆོན་ཁྲག་གི་གཏོར་མ་ལ་
དམར་ཅི་བྱུག་པ་ལྟར་བྱེད་འདུག །དེའི་ཁོའི་སྟེ་བཅད་ནས་སྟེང་ཁྲག་དེ་རྩབ་གསུམ་
ཆོས་འབྲུབ་གྱི་འཕྱང་། རྒྱལ་པོ་སྦྱོན་བྱུང་བྲག་ས་པ་ཁོའི་འཇའ་ཨ་དཀར་དོམ་ཆ་བུ་
ཡི་གཙོས་སྤྱིང་བ་བརྟུག་སུམ་གཡམས་བསྐྱིལ་གཡོན་བསྐྱིལ་གྱི་ཤར་རྒྱག་དུ་མཆོང་།

བྱུང་བས། རྒྱལ་མཆོག་མི་ཡི་ཉི་མ་ཁོང་ཏྲ་མཆོག་རྒྱུང་ཆོད་འཕེལ་སོ་ལ་གསེར་སྒྲ་
གསེར་སྒྲ་བ་གཡུ་མཐུང་དར་སྟན་བཅས་པ་ལ་འཇམ་འོད་དང་མྱོག་དམར་ཟི་ར་ཚུ་བ་
སེ་བ་ལ་ཞོན་ནས་བཅན་རྒྱལ་ངར་མ་སོ་ལ་ཆས་འབྲ་བྱས་ནས་དེར་རྒྱག་བས།
མདའ་སྟོང་སྤྲད་པ་ལྟར་གདོང་ཐུག་བས། ཞང་ཞུང་རྒྱལ་པོའི་བསམ་པ་ལ་འདི་མ་ངན་
ངོ་རུ་ཡིན་ཤིང་ཆེ། བོས་ན་ནི་མི་ཐུ། རང་མཁར་མི་ཟེ། དེ་རིང་དང་པོ་དུག་མདའ་
ཞིག་གི་བྲངས་ཨེ་ཐུབ་ལྟ། མ་ཐུབ་ན་སྤར་འཇིང་བྱེད་ནས་མཉམ་ཤི་བྱེད་བསམ་ཤིང་
ང་རྒྱལ་བྲག་ཏུ་འཐུག་ནས་མདའ་སྟོང་སྤྲད་ཅིང་སྤུ་འདི་ལྟར་སྤངས་སོ།

ཨྱོ་མ་ཉི་པ་རྩེ་རྒྱ་རྒྱ། སྤུ་ཐ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... ཡར་མཁུན་འབྲུག་ལྟ་སྟོག་
རྒྱལ་མཁུན། བར་མཁུན་སྟག་ལྟ་སྟོག་འབར་མཁུན། ཟེར་མ་མི་ཐང་ག་བ་མཁུན། དེ་
རིང་སྟུན་གཤམ་དབའ་རོག་མཛོད། ས་འདིས་ས་ངོ་མ་ཤེས་ན། མོ་བྲང་སྟག་ས་རིའི་
བར་ཁང་རེད། ང་སྟོབས་ཆེན་ཞང་ཞུང་རྒྱལ་པོ་ང་། འབྲུང་བ་བཞི་ལ་རང་དབང་སྟོབ་
ཁྲིས་ན་ལྟ་སྟོན་བྲན་དུ་འཁོར། མི་ང་ལ་འགན་ན་སྟོག་སྟོང་ལེན། ལན་མེད་རྒྱ་སྟག་
དམར་པོ་ཡིན། ཁོ་རེ་མི་པོ་ཏྲ་རྒྱུང་ཅན། འགོག་ཆ་ངོ་རུ་ཨེ་ཡིན་ཤི། གདོང་ལེན་ཏམ་
བ་ཆེ་སྟག་ས་ལ། ཡིན་ན་བསམ་པ་འབྲུག་སྟག་ས་ལ། དེ་རིང་ཉི་མའི་གདོང་གང་ལ།
པོ་སྤུ་རེད་ལྟ་མོ་ལྟ་རྒྱ་ཡིན། མ་ངན་བྱུང་འདྲེ་ངོ་རུ་ཁྲོད། མ་བྱས་པ་ལ་གཅིག་ཀྱང་
མེད། སྟོད་རྒྱ་གར་ཆོས་སྟོ་མན་ཆད་དང་། སྤང་རྒྱ་ནག་ཁྲིམས་སྟོ་ཡན་ཆད་ལ། པོ་
ཁྲོད་ཀྱི་མ་གཞོད་གཅིག་ཀྱང་མེད། ད་ལོ་བྱང་ལ་ཚུར་ཆས་འདི། ཁྲོད་པ་ཡུལ་མར་
ཁམས་སྤིང་ཁྲི་ནས། སྤུ་རུ་ཤོར་བའི་ད་སྟག་དེ། དགོས་ཅ་ཡུལ་འདི་ཨེ་ཐུག་ཨྱོ།
དམག་དཔོན་སྟོག་བཅན་མན་ཆད་དང་། མོ་ཆ་ཨ་རྒྱས་ཡན་ཆད་ཀྱི། སྟོང་དཔོན་སྟག་

ཐུལ་བྱལ་ཅུ་དེ། གཅིག་མེད་དམར་བསད་ཁག་ལ་བསྐྱེལ། ཡུལ་མེད་ཆུས་བཤལ་
བཞིན་དུ་བྱེད། ལ་ལ་བཅན་པའི་དག་མགོ་སྦྱངས། རྫོང་བཅན་ལྷགས་རི་ཅེ་ནས་
བཤེག། ཁྱོད་འདི་འབྲ་དགོས་དོན་ཅི་ལ་ཡོད། གཞན་མི་བརྒྱ་ལ་འགྲོ་འགྲོ་དེ། དེ་རིང་ང་
ལ་འགྲོ་ལེ་མིན། གྲིས་རྒྱུང་ཐུར་མདས་བསད་བསད་དེ། དམར་ཡག་སྟག་ལ་འགྲོ་ལེ་
མིན། རྟེན་རྒྱུང་སྒྲ་སྒྲ་སྒྲ་སྒྲ་དེ། ཁ་དཀར་རྒྱུང་ལ་འགྲོ་ལེ་མིན། ཨའ་བཤལ་
མནལ་ཐན་ནག་རྫོང་ཁྱོད། ཞེ་དན་དུག་གི་སྤོང་པོ་ཁྱོད། ལྷས་དན་གྲོད་ཀྱི་ཤ་ས་ཁྱོད།
རྫོད་པོའི་དབྱུང་བ་དོམ་པས་ན། ལྷང་མ་ལན་ཅིག་ག་ལ་ཡོད། གོ་རྒྱས་བྱ་མོ་འཕང་
བཟུང་ལ། གོ་སར་ཟེར་བ་རང་འདོད་ཡིན། དེ་རིང་ང་ལ་ཐུག་ལེ་འདི། ཆེན་མ་བསྐྱོས་
བ་ཆེ་ལེ་དང་། རྒྱུང་ནས་སྟོག་ལག་འབྲེལ་ལྷགས་ལ། གནའ་མི་བོད་ཀྱི་གཏམ་དཔེ་ལ།
མི་ཆེ་དམག་ལ་སྦྱང་སྦྱང་ནས། ཐ་མ་མཆོན་གྱི་ཡ་ལིང་འཕེན། ཉེས་མེད་རྒྱ་ཁོར་
འཕྲོག་འཕྲོག་ནས། གྲི་མའི་བྱ་ལོན་སོད་དུས་མེད། མདོ་ཆེན་རྟུག་ལ་སྦྱངས་སྦྱངས་
ནས། ཐ་མ་ར་བཞི་དྲོའི་གཏོར། ཟེར་ཀྱང་ཟེར་ལ་བདེན་ལྷགས་ལ། དེ་རིང་རྒྱལ་པོའི་
སྦྱང་མ་ལ། དམག་དཔོན་བསད་པའི་ཤ་ལན་གཅིག། ལྷག་ཐུལ་བསད་པའི་ཡང་ལན་
གཉིས། ཐུས་ཉེས་བཏང་བའི་ཉེས་ཆད་ལ། རྫོ་རུ་སྦྱིང་མདས་ཐང་ལ་སྒྲེབ། དཔལ་
བདུད་ཁ་ཤ་དར་ཐག་འཐེན། སྒས་དག་ལྷའི་བྲང་ཆོག་རྩ་བཞིན་བརྟུང་། སྦྱིང་དམག་
མང་འོ་དོད་རི་ལུང་གང་། དེ་འབྲེལ་བྱེད་རྒྱལ་པོ་མིན། འབྲུག་ལྷ་དབལ་སྒས་ཐེར་མ་
བཅས། མཆོན་ཁ་འཆོས་ལ་མདའ་སྒྲེ་བྲངས། བྱ་སྒྲུག་རྫོ་རུའི་སྦྱིང་ཁག་འཐུང་། རྒྱ་
སྟོན་དུང་གི་ལྷག་པ་བཞིན། སྦྱིང་གི་དཀྱིལ་དུ་ཉོ་མ་ཡ། ཁྱོད་རང་ཡིད་ལ་དེ་ལྟར་
ཞོག། ཁྱི་མ་ཁེ་བརྟེ་རྩྱ་མྱེ།

ཅེས་ཟེར་ནས་དུག་མདའ་དེ་ཏུར་སྐྱས་གནས་ས་གང་བ་ཞིག་བྱས་ནས་
འཕང་བྱང་བས་ལྷ་སྐྱ་གཉན་གསུམ་གྱི་མདའ་ཁ་བསྐྱར་བས་སྐྱ་ལུས་ལ་མ་ཐེབ། དུག་
རྒྱངས་གྱི་ཡུད་ཅུམ་འཐུབས་བ་བྱུང་། རྒྱལ་མཆོག་དཔལ་པས་སྟོང་ཉིད་རིག་པའི་འོང་
སྟངས་གི་རོལ་བར་གནས་ནས་དུག་རྒྱངས་གྱི་མི་གཞོད་བར་གཞུ་མོར་གློད་འཁྲིལ་
ཆེན་ནང་དུ་ལྷ་མདའ་སྟོང་ཀར་འཐུར་ཤེས་བཞག་ནས་སྐྱ་འདི་ལྟར་དག་ལྷའི་ཐོག་སྐྱ་
ཐུང་ཐུང་དུ་བྲངས་ནས་གསུངས་སོ།

ཨོ་མ་ཁི་པརྟེ་རྩྱི་རྩྱི། སྐྱ་ཐ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... སྐྱབས་སྐྱ་མ་ཡི་དམ་དཀོན་
མཆོག་གསུམ། གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བྱིན་གྱིས་རྒྱོབས། མདོ་གླིང་བསྟན་པའི་སྐྱང་
མ་རྣམས། དེ་རིང་དག་པོ་ཆམ་ལ་ཐོབ། ས་འདིས་ས་ངོ་མ་ཤེས་ན། ལྷགས་རི་བར་
མའི་ས་ཆ་རེད། ང་འདྲ་ང་ངོ་མ་ཤེས་ན། འཇམ་གླིང་གེ་སར་རྒྱལ་པོ་ཡིན། སངས་
རྒྱུ་སྟོང་གི་བསྐྱོས་ལེ་ཡིན། བདུད་བཞི་འདུལ་བའི་དཔའ་བོ་ཡིན། སྐྱ་ལུས་འཇའ་ལ་
བྱལ་ལེ་ཡིན། སྐྱ་སྟོག་རྩི་རྩིའི་བྲག་ལ་བྱལ། འབྱུང་བཞིའི་རང་དབང་ཐོབ་ལེ་ཡིན། དེ་
ནས་ཉོན་དང་ཁང་ཁུང་རྒྱལ། ཁྱོད་མ་བྱས་བ་ལ་གཅིག་ཀྱང་མེད། ལོག་ཆོས་ལྷ་ལོག་
འཁྲུལ་བ་སྐྱངས། ཞེ་རན་དུག་གི་སྟོང་པོ་བསྐྱོམ། སངས་རྒྱུ་སྟོང་པའི་དག་པོ་ཡིན།
སྐྱོས་དག་ཁ་མོ་གླིང་དཀར་ལ། བ་ཉིན་ལོ་ཡི་གཞེས་ཉིན་ལ། གླིང་ཕྱེ་ཞོ་བཞིན་ཆགས་
བ་ལ། ཁང་རྒྱོན་བདུད་གློད་དཔུང་རིང་ཁོ། ཁས་ལེན་ཏྲ་དམག་སུམ་བརྒྱ་ཁྲིད། ལྷག་
རིང་དཔོན་གྱི་འཕྲོག་སྐར་ནས། སྐྱེ་པའི་མི་དེ་མཆོན་གྱིས་སྐྱུང་། བསོག་པའི་རྒྱ་ཁྲོར་
བཅན་འཕྲོག་བྱེད། མི་བསད་སྟོང་འཇལ་ལུས་ནས་ཡོད། རྒྱ་ཤོར་ར་མདའ་འོང་ལེ་
ཡིན། དག་པར་རྒྱལ་རེད་དམ་ཚུར་རྒྱལ་རེད། ད་ལོ་བྱས་གྱི་འཁྲུག་པའི་སྐྱབས། ཡ་

ཐེས་དཔོན་པོ་ཉི་ཤུ་ལ་གཙོས། དཔལ་བདུད་བཅུ་གསུམ་དམར་བསད་བྱས། ལས་
དམག་བསད་ཆད་སྒྲེང་ཆོད་མེད། དེ་རིང་དག་ལེན་ཁྱོད་ལ་བབ། ཆོ་སྟོན་ལས་ལ་
བཟུར་རྒྱ་མེད། ག་ཤིན་རྗེའི་ཁྲམ་ལ་ཐེབ་ལེ་རེད། ད་རུང་ཉོན་དང་འབྲམ་ལ། སེང་གོ་
དཀར་མོའི་གཡུ་རལ་དང་། ཁྱི་རྒན་མགོ་ཡི་རལ་བ་གཉིས། རང་འདོད་འབྲམ་བའི་ཡོད་
ན་ཡང་། སེང་གཡུ་རལ་རང་བྱུང་རྒྱན་གཅིག་རེད། ཁྱི་གདའ་མིའི་སྟོང་ཟུག་ཨ་བ་
རིས། ཁྱོད་ཞང་ཁྱུང་རྒྱལ་པོ་སྟོང་གཏམ་ཅན། ར་འབྲེན་མེད་གོ་སར་རྒྱལ་པོ་གཉིས།
སྟོབས་རྩལ་དཔལ་ཁ་འབྲམ་བསམ་ཀྱང་། ར་དག་ལྟའི་དམག་དཔོན་མ་སང་རྒྱལ། ཁྱོད་
ནག་ཕྱོགས་བདུད་རིགས་རིགས་རན་རྒྱལ། ཐོ་སྤྱ་རེད་དེ་རིང་འབྱེད་ནས་འོང་།
མཆོན་ཐོག་དམར་འབྲམ་བའི་མདའ་མོ་འདི། བྲག་རྩོམ་ཡིན་ཀྱང་ཐལ་ཕྱང་བཟོ། ལུས་བེམ་
སྟོག་དུམ་བུ་བསྐྱེལ་འབྲམ་བྱེད། ད་འགྱོད་པས་མ་ཐན་པ་ཡི་བྲ། ཤིན་ཆུ་མ་གང་བཟང་
བསྟོམ། མ་ཤེས་མ་ཉི་བརྩེ་བསྟོང་། ཤིན་ཐུལ་བ་མི་བཏང་ཁས་ལེན་ཡིན། ཁང་བྱིས་
འོར་རྩས་བུ་སྤང་དང་། རྒྱོན་འཁོར་ཡིད་ལ་མ་སེམས་ཅིག །ཐམས་ཅད་མི་རྟག་སྤྱུ་མ་
ཡིན། ལུ་བ་ཕྱོགས་བདེ་ཆེན་དག་ཞིང་བྲ། སྐར་མདའ་ཆད་ལྟར་འཕང་བས་ཆོག །ཁྱོད་
རང་ཡིད་ལ་དེ་ལྟར་ཞོག །མི་མ་ཉི་བརྩེ་རྩྱུ་རྩེ།

ཅེས་གསུངས་ནས་ལྟ་མདའ་དེ་མེ་ལྷེ་སྟོག་གསུམ་གྱི་སྤྱ་བྲངས་ནས་སྟོག་
འབྲུགས་བ་ལྟར་སྤྱིང་བས་ཁོ་དེ་ཉིན་འདུལ་བའི་དུས་ལ་བབས་ནས་རྩེ་སྤོང་དུང་གི་
ཕྱག་བ་ལྟར་གྱི་སྤྱིང་ཁང་ཐེབ་ནས་ཆལ་བར་གཏོར། ཁོ་རྩ་ཐོག་ནས་ལྟར་ནས་ཤི།
སྤྱིང་བ་རྒྱམས་གྱིས་དག་ཕུལ་བ་མཐོང་ནས་གི་བསྟོ་བཏང་བའི་ཁོ་ཡི་མགོ་འབྲུ་དེ་གོང་
ལེན་བྱེད། རྒྱམ་ཤེས་དེ་བདེ་ཆེན་ཞིང་ཁམས་སུ་བཅོན་ཐབས་གྱིས་སྤར་ནས་དེར་མ་

ཆོད་ཞིང་གླིང་ལི་བསད་ཁག་གི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བ་ཐམས་ཅད་བྱ་བྱིས་བསྐྱོགས་པ་
ལྟར་ཞིང་ཁམས་སུ་སྤར། དེ་ནས་ལྷོན་ཤེས་ཆེན་ནས་རྟོར་དམག་དྲུག་ཅམ་བསད་
ནས་བྱུང་སྐབས། དེར་ཡོད་གླིང་བ་འཁ་བ་མེ་རུ་ཅེ། ལྷག་དམར་སྟོབས་ཆེན། འབྲུག་
རྒྱ་གཙུག་དཔལ་བདུད་གསུམ་གྱིས་གདོང་བཀག་ཀྱང་ཁོའི་ཐེུ་རང་འབྲུལ་རྟ་དམར་
པོ་ཞིག་ཞོན་ནས་མིག་བཞི་ས་ལ་མི་ཐུག་པར་བྲོས་པས་གདོང་མ་རྟེན་ནས་ཕྱི་ལ་
ཤོར། དེའི་རྒྱབ་ཏུ་དྲུག་ལྷ། གཡུ་ལྷ། དཔལ་ལ། འཁ་བ། དུང་རྒྱུད་། ལུ་བྲུག་དཔོན།
འབྲུ་མི་དཀར། འབྲུག་སྐ་བརྒྱུད་པོས་དེད་པས་ལ་དགྲ་བརྒྱབ་ཐང་དགྲ་བཅད་མཐར་
བྱང་ཡུལ་བྱེ་ལ་དམར་པོའི་ལ་ཅ་གམ་ཐང་སྐྱ་མོ་ནས་ལྷ་སྤྲས་དག་ལྷས་རྟ་སྟོན་པོ་རྒྱང་
གཤོག་ཆིབས་ཡོད་པའི་བྱ་གྲིབ་སྤེབས་པའི་རྟ་ཡིན་པས། དེར་ཁོའི་རྒྱབ་བཞིན་མདའ་
རྒྱང་གང་ཅམ་སྤེབ་བ་དང་མདའ་གསུམ་གླིང་པས་ཁོས་འབྲུལ་རྟའི་འཕོང་དང་གཞོག་
ལ་ཐེབ་ནས་འབྲེལ་བྱུང་བས། ཁོ་རང་གི་ད་མ་ཐར་ཐག་ཆོད་སོང་སྟམ་ནས་མཉམ་ཤི་
བྱེད་བསམ་ནས་རལ་གྱི་བཏོན་ནས་མར་རྒྱང་ཐང་དུ་མཆོང་ནས་གྱི་ལན་གཉིས་དག་
ལྷ་ལ་བཏབ་བྱུང་ཀྱང་ཆེ་གོས་གྱིས་བརྟེན་ནས་མ་གཏོད། ཅེ་རྒྱལ་གྱི་གྱི་ལ་ཐེ་ལན་
གཅིག་གཡུག་པས་སྤེ་ཡུང་རྟོག་བྲེག་བ་ལྟར་འཕང་ནས་བསད། ལྷ་སྤྲས་གྱི་ཁོའི་མགོ་
འབྲུ་གོ་མཆོན་རྣམས་ཕྱི་ཤད་ལ་བསྐྱམས་ཏེ་བྱོན་པར། ལྷག་ལྷ་དང་མཇལ་ནས་ཁོང་
རྣམ་གཉིས་དགའ་སྟོའི་རང་དེར་ཆིབས་ལས་བབ་ཏེ་རྒྱང་རལ་བསོས་ནས་བཞུགས་
པས་ཁོང་དཔོན་ལྷོན་གཉིས་ཀྱི་གསུང་གླེང་ཞིབ་རྒྱས་མཛད་སྐབས་དེར་གཡུ་ལྷ་བྱོན།
དེ་ནས་རིམ་བཞིན་དུ་འཁ་བ་དཔལ་ལ་སོགས་ཁོང་རྣམས་རིམ་གྱི་བྱོན་ནས་ལྷ་སྤྲས་
དབུ་ཉེས་མ་སོང་ཞིང་དག་སྤུབ་པའི་དགའ་སྟོ་དང་བཅས་ནས་གསུང་གླེང་མཛད་ནས་

ཡུད་ཅམ་བཞུགས་ནས་སྒྲིང་སྒྲར་ལ་མེག།

ཞང་རྒྱལ་སྒྲོན་དེར་ཡོད་ནང་ནས་རེ་མདའ་བ་ལྷུ་གཤམ་དང་། དཔལ་
ལྷན་འཛིགས་མེད་གཉིས་ཡོད་པས། གཤམ་དྲོར་གྱི་ན་རེ། དཔལ་ལྷན་འཛིགས་མེད་
རང་གི་ཅི་བྱེད་ཁྱོད་རང་ཤེས། ང་ཡི་རྒྱལ་པོ་ཁོག་པའི་སྒྲིང་འདྲ་བ་དེ་ཤོར་བས་ད་
འདིར་བསྐད་ཀྱང་སྒྲར་མི་ཟེན། མགོ་འབྲུལ་བྱས་ན་སྒོག་ཐར་ཤེས་ཆེ་ཀྱང་དག་ཡི་
འོག་ཏུ་སྒྲོད་པས་ཆེ་གར་ཆོད། ད་དེ་བས་འཆི་བ་དགའ་འདུག་པས་འཆི་རོག་ཞིག་ཨེ་
སྒྲོད་ལྟ་བུར། དཔལ་ལྷན་འཛིགས་མེད་ནས་ན་རེ། ང་རང་གཉིས་ཆེ་འདིར་སྒྲུན་ཆེ་དང་
འདྲ་བ་ལས་མེད་ཀྱང་། ད་དུང་ཀྱང་དེ་རིང་མཉམ་ཤི་ལས་འོས་མེད་ཟེར་ནས་ཁོང་
གཉིས་གོ་མཆོན་ཐོགས་རྟ་ལ་ཞོན་ནས་སྒྲོ་སྒྲོ་ནས་བྱུང་དེ་མདུང་རེ་ཐོགས་ནས་ལྷེབ་
བྱུང་བས། སོག་དམག་བདུན་རེ་གཡས་སྒྲེལ་གཡོན་སྒྲེལ་བཏང་བྱུང་སྐབས། སྒང་
ཆེན་ནམ་མཁའི་ཐོག་བཟུང་ནས་མདུང་བརྒྱབ་པས་དཔལ་ལྷན་འཛིགས་མེད་བསད།
གཤམ་དྲོར་གྱི་རྟ་དམག་གསུམ་བསད་ནས་ཤར་རྒྱག་དུ་རྒྱག་སོང་བས། མཐར་ཞལ་
དཀར་ལྗོངས་པ་སྟོབ་རྒྱལ་རིན་གཤགས་རྩལ་དཔལ་ལ་གསུམ་ནས་མདའ་རེ་འཕང་པས་
སོ་སོར་ཐེབ་ནས་མདའ་སྒྲིམ་ཆེ་ཅམ་རེ་བྱས་པས་ཁོ་རྟ་ཁ་ཕྱིར་བསྐྱོར་བས་གྱི་ཁ་
འདྲེན་བྱུང་བས་ཁོ་མི་གཅིག་ཡིན་ཀྱང་ཅུང་ཟད་བརྟེན། གཞན་ཞང་ཁྱུང་འཕྲོས་ལུས་
ཆང་མས་མགོ་བསྐྱུས་བྱག་འབྲུལ་ཞུས། དེར་རྒྱལ་མཆོག་མི་ཡི་ཉི་མ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་རྒྱ་
ཁོར་དར་གོས་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་དམག་དཔོན་ཆེ་གསུམ་གཙོས་པའི་དཔལ་བདུད་
དང་། དེ་འཕྲོས་དགའ་བདེ། ཉི་འབྲུམ། འཇང་སྒྲིམ། འབྲུ་མི་དགའ། འདན་མ་བཅས་
ལ་རིམ་བཤར་གྱི་དཔལ་དར་གཟེང་བསྟོད་གང་ཆེ་དང་། གཞན་དཔལ་བདུད་རྣམས་

ལ་ཡང་འོས་བབ་ཆེ་ཆུང་དང་བསྐྱེད་ནས་དབའ་དར་གྱུ་ལོ་མ་པར་སྤྲུལ། དམག་མང་
ལ་བྲག་ཞན་ཆང་མ་ཀུན་ལ་པམ་རྒྱལ་མེད་པར་རྒྱ་ལོར་དབག་མེད་བགོས། ཀུན་
གྱིས་རྒྱལ་མཆོག་རིན་པོ་ཆེ་ལ་དགའ་བའི་ངང་ནས་སྤྲུག་དང་ཞེ་ས་མཛད་ནས་ཞག་
གསུམ་དུ་རྒྱལ་མོན་རྣམས་དབྱ་མལ་བསོས་ནས་བཞུགས། དེ་ནས་ཆེས་བཙུ་
ཉེན་མོ་རྒྱལ་མཆོག་ཡིད་བཞིན་ལོར་བྱ་ལ་དབའ་བདུད་ཉེར་ལྷས་བསྐྱོར་དང་དམག་
བརྒྱ་ལྷག་ཙམ་བཅས་དེ་རྫོང་སར་ཕེབ་ནས་སྤྲུང་ཨ་སྦྱར་བ་དུ་ཆགས་མེབ་
པའི་རྩ་རི་སེང་གོ་གནམ་འཕྱོང་འབྲ་བ་ཞིག་ན་བྲག་རི་དཀར་པོ་གནམ་དུ་བྲུག་འབྲ་
ཞིག་གི་མགུལ་ནས་རྫོ་སྒྲོམ་པ་མང་བོང་བ་ཙམ་ཡོད་པ་དེ་ལ་སྦྱ་ཆེན་བྲག་རི་ཉལ་ག་
ལན་གཉིས་བརྒྱབ་པས་གཏུ་ཁ་ཕྱེས་པ་ལྟར་འཕང་ནས་ནང་དུ་དང་པོ་རྫོ་ཞུན་གྱི་
སྦྱར་བ་རྣམས་པར་ཕྱེ་ཆུར་ཕྱེ་མཛད་ནས་དེའི་ནང་དུ་རིན་པོ་ཆེ་སྤྲུ་ཉིག་དམར་པོ་
དབང་གི་རྒྱལ་པོ་དང་ཁྱུང་ཆེན་འོད་འབར་དགོས་འདོད་འོད་འབར། དགོས་འདོད་
རིན་ཆེན་དབང་རྒྱལ་བཅས། ལྷ་སྤྲུ་མི་ཡི་འོངས་སྤྱོད་རིན་ཐང་བྲལ་བའི་ལས་ཐོག་
མང་པོ་དང་སྤྲུ་ཉིག་རྫོག་ཆེ་བ་ལ་བྱ་དམར་སེར་གྱི་སྒྲོང་ཙམ་དང་། ཆུང་བ་ལ་ལྷག་
རིལ་ཙམ་མང་པོ་གངས་ལས་འདས་པ་མྱང་ཞིང་བསྐྱམས་ནས་པར་ཕེབས། གཡང་
འགྲུགས་དང་ལྷ་གསོལ་མཛད་ནས་ཕྱོགས་བཅའི་རྒྱལ་བ་རྣམས་ལ་ཞུ་དམར་སེར་
གྱིས་བསྐྱར་བ་རྒྱས་པའི་ཕྱིར་དུ་མཆོད་པ་སྤྲུལ། ལྷ་སྤྲུ་གཞི་བདག་དཀར་ཕྱོགས་སྒྲོང་
བ་ཐམས་ཅད་ལ་འཕྲིས་བཙུག་། རྒྱག་ཕྱོགས་གྱི་འདྲེ་བགེགས་ཐམས་ཅད་དམ་ལ་
བཏགས་སོ།

ཕྱིར་ནང་ཉི་མ་ཤར་བ་དང་མཉམ་དུ་དམག་དཔོན་དང་དབའ་སྤྲུལ་དམག་མི་

ཐམས་ཅད་ཚོགས་ནས། རང་བབས་ཀྱི་གདན་གྲུ་བསྐྱེགས་ནས་བཞུགས་དེ་ནས་
གནང་བསྐོས་མཛད་ཞིང། སྤྲུལ་དགྲ་ལྟ་ལོར་བྱ་རིན་ཆེན་འབར་བ་དང་། ལྷ་ཉིག་
མེ་འོད་འབར་བ་བརྒྱ་དང་མེ་ར་སྐྱ་བརྒྱད། ཉམ་མདངས་བརྒྱ་བཅས་གནང་། སྤྱི་
དཔོན། ཉི་འབྲུམ། འཛུགས་ལྷ་ལྟ་རིན་ཆེན་དར་ལྷ། ཁོ་སྤང་རྣམས་ལ་མེ་ར་སྐྱ་བརྒྱད།
མེར་དཀར་ཉི་ཤུ་རེ་དང་ཉམ་མདངས་ལྷ་བཅུ་རེ་གནང་། འདན་ལ། འན་ལ། ལྷ་མོ་
ཆོས་འབྲུག་གཙོས་དཔལ་བདུད་ནང་སྟོན་དཔོན་པོ་མི་བརྒྱད་ལ་སྐལ་བ་ལོག་པོ་ཅེས་
དང་གཞན་མ་མཐོ་དམན་ཐམས་ཅད་ལ་པམ་རྒྱལ་མེད་པར་སོ་སོར་གང་འདོད་
ཡོངས་སྤྱོད་གཞི་ལྟར་གནང་ཞིང་ཞག་བརྒྱད་ལ་སྤྱོད་གང་གསུམ་བཅས་བ་སོགས་
ཅད་མོ་དགའ་སྤྱོད་རང་བྱ་བཞུགས་སོ། །

དེ་ནས་ཞང་ཁྱུང་གི་ཡུལ་སྤེ་ཆུ་མདའ་ལུང་གསུམ་ལ་འགྲུགས་པའི་ཆ་
འཕྲིན་སོགས་མཛད་ནས་ཆོས་ཉིད་ལྡེ་ཐོག་དུ། དག་ཞན་གས་གཞོན་ཐམས་ཅད་
འདུས་ནས་གསེར་དདུལ་སོགས་དར་ཐབ་ཏྲ་བྱེད་རྣམས་རྒྱལ་མཆོག་རིན་པོ་ཆེ་ལ་
འབྲུལ་བ་སོ་སོར་བབས་བསྐྱེད་དཔག་མེད་སྤུལ། དགོ་བ་བཅུདེ་བཅའ་ཁྲིམས་སྟོན་རི་
ལ་ཚོན་རྒྱ་དང་རྩོལ་ཡིག་དུག །ལ་ཁ་ལ་དར་ལྷོག་སོགས་དང་ཆོས་ཁྲིམས་དཔག་
མེད་བསྐྱེས། མི་དགོ་བཅུ་ཡི་སྤང་སྤང་གི་ལམ་བསྐྱེད། བཀའ་བོན་ཆོས་ཐམས་ཅད་
བན་ལ་བསྐྱེད། ལྷ་སྤེག་གི་དན་སྤགས་ལོག་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཆུ་ལ་བཏབ། ལྷ་ལོག་
འབྲུལ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལམ་མཆོག་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་ལམ་ལ་བསྐྱེད། གསུང་
ཡི་གེ་དུག་མའི་དབང་ཁྲིད་དང་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་ཐོལ་ལམ་བསྐྱེད། ལྷ་ཁང་གཡུང་
དུང་འཁྲིལ་པའི་ནང་དུ་རྩོ་རང་བྱོན་དེ་ཉིད་མ་འོང་པའི་ཐོན་གྱི་དོན་དུ་བཞག་ནས་

རྒྱ་ཆེན་བཀོད་པ་ཆད་མེད་པ་ཞིག་བཞེངས་སུ་བཅུག། བྱི་རབ་རྣམས་ཀྱི་དད་ཉེན་
དཔལ་བརྟལ་རྣམས་ཀྱི་སྤྲིག་བཤགས་དང་། བྱང་དམག་རྣམས་ཀྱི་དད་གནས་སུ་
གསེར་འབྲུམ་ཆ་གསུམ་དངུལ་འབྲུམ་ཆ་ལྷ། གསེར་གྱི་ཨོ་རྒྱན་རྣམ་ཐར་ཆ་གསུམ་
བཅས་གསུང་ཉེན་དང་། སྐྱ་ཉེན་སྣ་ཚོགས་སྤོན་འདག་དང་གསེར་དངུལ་རིན་ཆེན་སྣ་
ལྷ་ལས་བྱུ་བ་པའི་གྲུ་རུའི་སྐྱ་ཁང་ཅན་གསུམ་པ་དང་། སྤྲུགས་ཉེན་འཁོན་བསྐྱུ་
མཆོད་ཉེན་རྒྱ་ཆེན་ཆད་མེད་པ་བཅས་སྡེ་འགྲུར་དོ་རྩེ་ཐེག་པའི་ལུགས་སུ་བཞེང་
བཅུག་ནས་ནག་ཕྱོགས་པོན་བྱི་བ་རྣམས་ཀྱི་བསྟན་པ་བསྐྱབས། དབལ་སྤྲས་དོ་སྐྱ་
རང་ཕྱོན་དང་བྱ་མ་རང་ཕྱོན་རྣམས་ནི་མ་འོངས་པ་ན་པོན་གཙང་མ་ནང་པ་རྣམས་ཀྱི་
བསྟན་པ་ལ་པན་པའི་ཕྱིར་དུ་ཕྱག་མཆོད་ཀྱི་ཉེན་མཆོད་པ་དཔལ་མེད་མཛད། ནང་པ་
སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ཡུན་རིང་དུ་འབྱུང་ཞིང་རྒྱས་པར་མཛད། རྒྱབས་ཆེན་གྱི་
མཛད་པ་འགྲོ་མན་མད་དུ་བྱུང་བ་སྐྱབ་ནས་ཞང་ཁུང་སྤེལ་བཅོ་བརྒྱད་ཀྱི་མགོ་
འཛིན་བྱང་བྱེ་རིའི་ཚོན་པོ་ཆོས་འབྱུང་བསྐྱོས། ཁ་མོ་གླིང་གི་གསེར་སྤེལ། དེ་ནས་
ས་པོ་རྟའི་ལོ་རྒྱུ་བ་དུག་པའི་ཆོས་ཉིར་གསུམ་ལ་ཆིབས་ཀྱི་ཁ་ལོ་རྒྱའི་ལ་བསྐྱུར་
བར་མཛད་ནས། ཞང་ཁུང་ཡུལ་སྤེལ་ཀུན་ནས་ཚུགས་མ་གསུམ་བར་སྐྱེལ་མ་བྱས་
ནས་སོ་སོར་དགའ་སྐྱིད་བྱུང་འབྲེལ་གྱི་རང་དེར་ཞང་སྤེལ་རྣམས་ཕྱིར་ལོག། གླིང་དམག་
རྣམས་བྱེ་རིའི་དར་ཐང་དུ་བཞུགས། མ་ཡུམ་སྤྲས་པོ་ཚོན་སྤྲུག་པོ་ཁྱི་བསྟན་རྣམས་
གླིང་ལ་ཁྱི། བྱེ་རིས་ཆོས་འབྱུང་གྱི་པོ་བྱང་དུ་གདན་དྲངས་ནས་འབྲུལ་བ་དཔལ་
མེད་ལུལ། སྤྲན་རས་གཟིགས་ཀྱི་ཁྱི་ལུང་གནང་། གླིང་པ་རྒྱལ་ཚོན་རྣམས་དགྲེས་
པའི་རང་ནས་པར་ཀྱང་ལེགས་འབྲུལ་དང་ཉེན་སྲུང་འཁོར་སོགས་གནང་ཞིང་། པན་

ཚུན་འབྲལ་མི་མོད་པའི་ངང་དེར། ཕྱག་ལེབ། དེ་ནས་དཔལ་ཐང་རིང་མོའི་ཐང་སྦད་དུ་
འབྱོར་ནས་རྒྱལ་མཆོག་རིན་པོ་ཆེ་གླིང་ཡུལ་དུ་ལེབས་པའི་བང་མི་མགྲོགས་པར་
བཏང་། ཆེབས་བསུ་ལ་ཡབ་སངས་ལྷོན་སྟོན་པ་རྒྱལ་མཆོན་ཨ་རྒྱས་བཅས་དཔོན་
གཡོག་གསུམ་བཅས་རྟ་བ་བརྒྱ་ཅམ་ཆེབས་བསུ་ལ་འབྱོར་ཤིང་། ཆེས་ཉེར་གསུམ་
ལ་སྐྱུ་མཁར་སངས་ཐུག་སྟག་ཅེ་ལ་ཆགས་ལེབས་ཤིང་གཞིས་བྱེས་འཛོམ་ཤིང་དགའ་
སྦྱིད་དཔག་མེད་དང་གླིང་གི་ལྷ་མ་པ་ཁུ་མ་སུ་རྣམས་ཀྱིས་མཇེལ་དར་རེ་ཕུལ་ཞིང་
གཡུལ་གསེར་ཇ་ནང་ནས་ཇ་འབྲེན། གཡོན་དཔུལ་བྱ་ནང་ནས་ཆང་འབྲེན་བཅས་
གསུང་གྲོང་ཞིབ་རྒྱས་མཐར། སང་ལུ་མ་འབྲུག་མོ་དེའི་གསེར་དཔུལ་གྱི་སྦྱེམ་འབྲལ་
རེ་ཐོགས་ནས་ཞལ་ད་མ་བཅུ་གསུམ་གྱི་བསྐྱོར་ནས་དཔོན་ལྷོན་དཔལ་ཐུལ་མངའ་
འབངས་ཀུན་ལ་དག་པོ་ཐུལ་བའི་དགའ་སྟོན་གྱི་འཆོ་བ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་དང་
སྦྱེམ་ཁུས་ཕུལ་ནས། དགུ་སངས་བྱང་འབྱུང་བྱངས་ནས་སྤྱི་འདི་ལྟར་ཕུལ་ལོ།

ཨོ་མ་ཁི་བརྟེ་རྩྱུ་རྩི། ལྷ་ཐ་ལ་..... ཨ་ལ་ལ་..... ཤར་གཡུ་ལོ་བཀོད་པའི་ཞིང་
ཁམས་ནས། རྩེ་བཅུན་སྒོལ་མ་ཆེ་ཡི་ལྷ། གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བྱིན་གྱིས་སྒོ་བས།
བྱང་ཤར་ལུ་ལེ་གཡུ་མཆོ་ནས། ཨ་ནེ་གནམ་སྦྲན་དཀར་མོ་མཁའེ། གླིང་དཀར་
བསམ་བ་འབྲུབ་པར་ཤོག །ས་འདིས་ས་ངོ་མ་ཤེས་ན། མར་ཁམས་གླིང་ཡུལ་ཁ་མོ་
ནས། སྐྱུ་མཁར་སངས་ཐུག་སྟག་རྫོང་རེད། ང་འབྲ་ང་ངོ་མ་ཤེས་ན། སྐྱུ་ལོ་སྟན་པའི་སྤྲས་
མོ་ལ། མདོ་ཁམས་རྒྱལ་མོ་འབྲུག་མོ་ཡིན། ལྟོ་འཇམ་གླིང་བུ་མོའི་ཕུད་ཅིག་རེད། སྦྱེ་
སྟོ་ལགས་པ་ཀུན་གྱི་སྟོན། རྒྱ་ལྷང་འཛིན་པའི་ཁུ་བྲུག་བྲ། གསུང་སྐད་སྟན་པས་ཡིད་
སེམས་སྟོ། སྟོ་མདངས་སྟོ་བ་བེདྲུཅ་ཟེར། ཇ་མཁར་འཛིན་པའི་འབྲུག་མོ་ང་། སྟན་

གཤམ་ཆེ་བས་རྒྱལ་མོ་ཟེར། གཤམ་དཀར་བའི་དྲུང་འོད་འབར། གངས་ལ་ཉི་མ་ཤར་
བ་འད། མཁུར་ཆོས་དམར་ལ་རྒྱ་བྱིར་འད། བརྒྱ་ར་གའི་མདངས་འོད་འབར། སྤྲོ་ལོ་
སྤྲུག་ལ་འགྱུར་བ་མེད། རྒྱ་ལྷུང་ལྷུག་མའི་ལོ་མ་འད། སྤྲོ་ལུས་སྤྲ་དཀར་སྤྲུག་མ་འད།
ཞེ་སེམས་དདུལ་དཀར་མེ་ལོང་འད། ཁམས་གསུམ་སྤིང་བ་ས་ལེར་གསལ། ཨ་
འབྲུག་འདྲ་མ་རྣམ་གསུམ་རེད། ཁྱི་རིན་ཆེན་འབར་བའི་ཡང་སྤྲེང་ནས། མི་དབང་རྒྱལ་
པོ་གོ་སར་ལགས། དཔའ་བདུལ་སྤྲུག་གཟིག་གྲ་རྒྱས་དང་། སྤྲེ་མངའ་འབངས་སྤྲར་
ཆོགས་བཀྲ་འདྲ་རྣམས། དེ་རིང་ཨ་འབྲུག་སྤྲུ་ལ་གསོན། གསེར་བྱའི་ནང་ནས་ཇ་
འཕྲེན་ཡོད། ཤོང་དཀར་བདུད་ཅིའི་ཐེག་བ་འད། རྒྱ་མཆོ་ལྷུག་མོ་འབྲིལ་དང་མཚུངས།
ཤོང་སྤྲུག་རོ་བརྒྱ་རུས་བ་ཆེ། འཆི་བ་གསོ་བའི་སྤྲན་མཆོག་འད། རྒྱ་ཇ་མེ་ཉོ་ཡོངས་
འཕྲིན་ཡོད། ཚུ་དཀར་མར་དང་འོ་མ་བསྐྱེད། མགོན་ཆེ་དཔག་མེད་ཀྱི་ཆེ་ཚུ་དང་། མ་
སྤིང་བ་རྒྱལ་མའི་ཆེ་ཚུ་དང་། སེང་གོ་དཀར་མའི་འོ་མ་ཡོད། ཁྱེད་རྒྱལ་སྤོན་འབངས་
ལ་བྱོན་སྤྲེམ་འབུལ། སྤྲོ་མི་འགྱུར་དོ་རྩེའི་སྤྲོ་ཐོབ་ཤོག། གཤམ་དཀར་འབྲུལ་བྱའི་ནང་ནས་
ཆང་འཕྲེན་ཡོད། ན་ཉིན་བཙོས་བའི་ལོ་ཆང་ཡོད། ཁར་སང་བཙོས་བའི་ཞག་ཆང་
དང་། ད་ཞག་བཙོས་བའི་ཆུ་ཆང་དང་། ཆ་བ་རོང་གི་དགུན་ཆང་ཡོད། འབྲས་མོ་
ལྗོངས་ཀྱི་འབྲས་ཆང་ཡོད། ལོ་ཆང་ཆུ་ཆང་བསེལ་མ་འདི། ཆགས་བཞག་ན་ཆངས་
བའི་བདུད་ཅི་འད། ཆང་འདི་ཉིད་གསོལ་དང་དབུ་འཕང་མཐོ། གཞི་བྲེས་འཛོམ་བའི་
འཛོམ་ཆང་ཡིན། ཡང་ཡང་བྲངས་བའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡོད། བྲེ་མར་གངས་དཀར་
བཅེགས་འདྲ་བ་ཤས། ཁ་ཡག་ཤ་ལ་རྩ་ལྟར་སྤྲངས། ཀ་ར་བུ་རམ་ཤིང་ཐོག་རྣམས།
རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་ཁང་བཟང་དབུས། ལོངས་སྤྱོད་རྣམ་ཐོས་སྤྲས་དང་མཉམ། འཕྲེན་

མེད་རྒྱལ་སློན་ཐམས་ཅད་ཀྱང། དེ་སྟོན་མ་མཇུག་ལོག་སུམ་སོང་། དེ་རིང་མཇུག་བ་
ངོ་མཆར་ཆེ། སྐྱ་མི་འབྱུར་ནམ་མཁའ་དྲངས་པ་ལ། སྟོ་སྟོན་མ་ཆགས་བཀའ་འིན་ཆེ།
སྐྱི་དཔོན་དགོང་ཀའི་ཉི་མ་དེ། ལ་མོ་མ་བརྒྱབ་ངོ་མཆར་ཆེ། དཔལ་བུལ་སྟག་གཟིག་
ག་རྒྱས་ལ། འཛོམ་བྱག་མ་ཉམས་དོན་རེ་འབྲུག། བྱང་ནག་ཕྱོགས་བདུད་ཀྱི་དབྱང་
ཆོགས་དེ། ཅ་སྐྱ་མེ་ལ་བསྟེན་འབྲེད། བོན་ཆོས་ནང་པའི་ཆོས་ལ་བསྐྱུར། བདུད་
ཡུལ་ཆོས་ཀྱི་སྟོན་མེ་སྤར། མྱིང་དཀར་སྤང་མ་ཆོད་ལུགས་ལ། ཕྱི་རབས་གསུམ་ལ་
གྲགས་པ་ཐོབ། བདེ་དབྱ་ནག་སྐྱ་འིན་ཆེ་བ་བྱུང་། སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་དབྱངས་ལ་
བསྟོད། སྐྱ་འིན་ཆེ་འོ་དོན་རེ་འབྲུག། དེན་ཆེན་གཏེར་ཀྱི་བང་མཛོད་ནས། ལྷ་ཉིག་ཟད་
མེད་ལོངས་སྟོད་འདི། རོར་བྱའི་གཏེར་ཐོག་དངོས་གྲུབ་མཆོག། །འདི་འབྲེལ་སྤང་མ་
ཉམས་རེ་དགལ། དབྱ་ནག་བོད་ལ་འིན་རང་ཆེ། བསམ་དོན་ཡིད་བཞིན་འབྲུབ་པར་
ལ། དེད་ཁ་མོ་མྱིང་གི་སྟེ་བ་ཆོ། ཉི་མ་སྤར་ལས་ད་ལྟ་དར། ལོངས་སྟོད་སྤར་ལས་
འཕེལ་ཞིང་ཡོད། ཡབ་ཆེན་སེང་སྟོན་རྒྱལ་པོ་ལ། སྐྱ་ཁམས་བདེ་ཞིང་བདེ་སྦྱིད་ལྷན།
མ་ཡུམ་འགོག་ལྷ་མོ་དེ། ཉི་མ་སྤར་ལས་ད་ལྟ་བཟང་། ལྷ་ཁང་མཐོང་བ་རང་གོལ་གྱིས།
པ་འབྲུམ་དམ་པ་བརྩ་གཉིས་ལ། བྲག་དང་མཆོད་པ་འབྲུལ་འབྲུལ་ནས། མ་ཡུལ་མྱིང་
གི་རྒྱལ་ཁབ་འདི། ཉི་མ་སྤར་ལས་ད་ལྟར་རྒྱས། སྤྲ་མའི་ཆོས་ར་རྒྱས་ནས་ཡོད།
ཆོས་ཀ་དར་བསྟན་པ་ཡར་དར་ཡིན། དཔོན་པོའི་དབྱ་འཕང་མཐོ་ནས་ཡོད། བ་ཁྱས་
འདབ་བྱག་མ་ཉམས་ཡོད། སྟོད་ཡུལ་བདེ་སྦྱིད་འཛོམ་ནས་ཡོད། ངས་གཏུ་ནང་ནས་
དར་ཅིག་ལེན། དར་དཀར་ཉིན་མོ་བདེ་ལེགས་ལེན། ཕྱི་ལ་བགྱིས་རི་མོ་ཅན། རང་ལ་
རྒྱལ་སྦྱིད་སྤྱ་བདུན་ཡོད། རྗེ་སེང་ཆེན་བྱེད་ལ་མཇུག་དར་འབྲུལ། སྐྱ་སྦྱེས་མཆོག་

དབང་ལྷའི་རྒྱལ་པོ་ཁྱོད། དུས་ཡང་ཡང་མཇུག་པའི་བགྲིས་ཤོག །དཀར་པོ་དར་གྱི་
ཡུག་ཆེན་འདི། བུང་ཁ་དཀར་མོའི་ཡང་སྤེང་ནས། གདོང་གི་རིགས་རྒྱུད་ཅོར་བུས་
དབང་། དགོས་འདོད་ཀྱན་འབྱུང་ལྟ་ཡི་སྲས། དབང་སྤྱི་བྱེད་ལ་མཇུག་དར་འབྱུལ། དུས་
ཡང་ཡང་མཇུག་པའི་བགྲིས་ཤོག །གཡས་གཡས་ཅན་དན་ཁྲི་ཁར་ན། ལུ་པོ་ལྟ་ཆོད་
འབྱུམ་ལུ་ལ། དམར་པོ་དར་གྱི་མཇུག་དར་འབྱུལ། སྟག་རོང་སྟག་མོ་ཐང་གང་ལ།
འཛམ་བླ་གྱུ་རྒྱས་པའི་བགྲིས་ཤོག །རྒྱ་བ་གཡས་སེང་སྤེང་ཁྲི་སྤེང་ནས། གློ་སྤྲུལ་སེལ་
ནས་མཁའ་མོ་བྱེད། སྤྱི་དཔོན་ཁྱོད་ལ་མཇུག་དར་འབྱུལ། གློ་མི་འབྱུར་དཔག་བསམ་
སྤྲུལ་ཤིང་ལ། ལོ་འདབ་རྒྱས་པའི་བགྲིས་ཤོག །སེར་པོ་དར་གྱི་ལིང་ཆེན་འདི། ཉི་
འབྱུམ་ཁྱེད་ལ་མཇུག་དར་འབྱུལ། ཆེ་རྒྱུད་རི་རྒྱལ་སྤྲུལ་པོ་ལ། གཡོ་འབྱུལ་མེད་པའི་
བགྲིས་ཤོག །སྤྲོན་པོ་དར་གྱི་ལིང་ཆེ་འདི། འཇར་སྲས་ཁྱེད་ལ་བྱོན་དར་འབྱུལ། འབྲིང་
རྒྱུད་རྒྱ་མཚོ་སྤྲུག་པོ་ལ། འཕེལ་འབྲིབ་མེད་པའི་བགྲིས་ཤོག །དཀར་པོ་དར་གྱི་ལིང་
ཆེན་འདི། རིན་ཆེན་དར་ལུ་བྱོན་དར་འབྱུལ། རྒྱུད་རྒྱུད་མདའ་མོ་སྤྲོ་ཆོད་ལ། རྩོད་ར་
འཛམ་པའི་བགྲིས་ཤོག །རྒྱ་དར་སྤྲོན་པོ་སྤྲོན་རིས་ཅན། འདན་མ་གློན་ལ་བྱོན་དར་
འབྱུལ། འདན་ཤོག་དུག་མཚོ་ཁོལ་མ་འདི། དབང་སྤྱི་བྱེད་ལ་མཇུག་པའི་བགྲིས་ཤོག །རྒྱ་དར་
བགྲིས་རི་མོ་ཅན། སེང་སྟག་ཁྱེད་ལ་བྱོན་དར་འབྱུལ། དར་ཡུལ་གངས་སེང་ཁུ་
གཅིག་ལ། གཡུ་རལ་རྒྱས་པའི་བགྲིས་ཤོག །སེར་པོའི་དར་ལ་ཡུག་གཅིག་འདི།
དགའ་བདེ་ཁྱེད་ལ་བྱོན་དར་འབྱུལ། སྒྲ་བ་ས་ཡི་ཅི་ཐོག་ལ། འབྱུ་བླ་གྱུ་རྒྱས་པའི་
བགྲིས་ཤོག །དར་ཁ་འཇར་རིས་ཁྲུག་སེ་ཅན། ལྷུ་བསམ་འབྱུབ་བྱོན་དར་འབྱུལ།
འབྱུ་ས་གནས་གྱི་སྐར་མ་ལ། འཕེལ་འབྲིབ་མེད་པའི་བགྲིས་ཤོག །གནང་ཚུར་གླུང་

བསམ་པ་འབྲུག་པར་ཤོག། མི་ཆེ་སྤྱིད་ལ་ཆས་པར་ཤོག། མི་ལོར་དབང་དུ་འདུ་བར་
ཤོག། འདར་དམར་མེ་བྱི་དམར་པོ་འདི། འཁ་པ་རྒྱལ་ལ་བྱོན་དར་འབྲུལ། དམར་ནག་
རྒྱུའི་མཆོ་མོ་ལ། ཁྱི་གདུགས་ཉི་འོད་ལོག་པ་འདྲ། ཉོར་ཡུལ་མི་རྟ་བཙན་དམག་འདྲ།
དཔལ་རྩལ་རྒྱས་པའི་བགྱིས་ཤོག། དབྲུ་བཞི་བེལ་གྱི་གཞོན་པར་ཤོག། ཁམས་གསུམ་
ཆོས་ལ་འཁོད་པར་ཤོག། འདིར་བཞུགས་རྒྱལ་སྟོན་སྤྱུ་ཆེ་རིང་། བྱོན་པའི་དཔལ་
བདུད་བསམ་དོན་འབྲུག། བགྱིས་ནམ་མཁའ་གང་བར་ཤོག། སྟོན་ལམ་ས་གཞི་བརྟེན་
པར་ཤོག། སྟོན་གྲགས་ས་སྟངས་བྲུབ་པར་ཤོག། འདིར་ཆོགས་སྤྲུགས་ལ་དེ་ལྟར་
ཞོག། མི་མ་ཁི་བསྐྱེད་མྱེ།

ཅེས་སྤྱད་ལྟར་སྤུལ་ལོ། དེ་ནས་ཞག་བཙུམ་པའི་བར་སྟོན་མོ་ཆེན་པོ་རེ་དང་
ཅེད་མོ་གང་དགེས་བཅས་བཞུགས་སོ། དེ་ནས་འཁ་པ་གཡུ་ལྷ་གཙོས་གྱི་སྟོན་པོ་
ནམས་ནས་རྒྱལ་པོ་ལ་མཇལ་ཁ་རེ་བྱས་ཏེ། སོ་སོ་ལ་དམ་ཇམས་དང་སྤྱང་མདུད་
དཔལ་གཟེང་བསྟོད་བཅས་དགེས་པའི་ངང་དེར་སོ་སོར་རང་ཡུལ་དུ་དགའ་སྟོན་སྤུལ་
མ་དང་བཅས་ནས་ལོག་གོ།

ཞང་རྒྱལ་སྤྱུལ་མོ་དཔལ་སྟོན་ཆོས་མཆོ་འབྲུག་ལྷུངས་བཙུན་མོར་སྤུལ་
སྤྱང་ངོ། ལྷ་མོ་གཡུ་སྟོན་དགེ་མ་བྱས། ལྷག་མོ་ཁྱི་བསྟན་ལ་མགྲུལ་དར་དང་གཟེང་
བསྟོད་གྲུ་ལོ་མ་པ་སྤུལ་ནས་བྱང་སྟོན་གྲུལ་དུ་བཀོད་ནས་བཀའ་ཤོག་དང་ལས་དམ་
གསེར་གྱི་པ་རྒྱ་དང་བཅས་གནང་ངོ།

སྤྲུག་མོ་ཁྱི་བསྟན་ཡར་ལང་ནས་བྲུག་གསུམ་སྤུལ་རྒྱལ་པོ་ལ་བྲུག་དབང་
དང་སྤྱབས་འཇུག་བྱས། ཕྱིན་ཆ་ཅི་གསུང་གི་བཀའ་སྤྱབ་པའི་དམ་བཅའ་སྤུལ་ནས་

དགའ་སྦྱིད་ཀྱི་ངང་དེར་བཞུགས། འཛམ་གླིང་མི་ཡི་ཉི་མ་ཁོང་འགོ་བའི་དོན་དུ་སྐྱེ་
འཛམ་ལ་བཞུགས་ཏེ། འབྲུག་མོ་དང་མི་རྒྱུད་གཉིས་མ་གཏོགས་མཇུག་ས་མེད་པར་
བཞུགས་སོ། ། ༥༥

ཞང་ཞུང་གཡུལ་འགྲེད་དཔའ་བོ་དགྲེས་པའི་དགའ་སྦྱོན་ཞེས་བྱ་བ་རྫོགས་
སོ། བགྲིས་དཔལ་འབར་འཛམ་གླིང་དགྲེས་པའི་དགའ་སྦྱོན་དུ་རྒྱས་པར་གྱུར་ཅིག །

ཐོག་ཁྱད་ཀྱི་བཅུག་མཁན།

བྱམས་པ་ཚོས་འཛིན། ས་རྒྱ་མཐོ་སློབ།

ཁྱེད་ཀྱི་མཁན།

བྱམས་པ་ཚོས་འཛིན།