མཆོད་མེ་སྙན་ངག་ཚགས་པར་།

མཆོད་
མེ་།

༤༌༡༤ ས་ཡོམ་གོད་ཆག་ཁྲོད་ཀྱི་སྒ་སྐྱེ་དགུའི་བོད་མི་ཚོར་ཕུལ་བའི་ཆེད་སྒྲིག་པར་ངོས།

སྤྱིའི་འདོན་ཐེངས་གཉིས་པ།

རྩོམ་སྒྲིག་པ། ཤིས་ཚང་ལྗང་མྱུགའབྲེལ་ཡུལ་ཡིག་ཟམ།
shitsangwa@yahoo.com

༄༅ གདན་ས་ཆེན་པོ་དཔལ་ལྡན་འབྲས་དཀར་སྤུངས་པའི་གླིང་ནས་འདོན་སྤེལ་བྱས།

ཁྱེད་རང་ཚོ་ཚང་མ་བློ་བདེ་བོ་གྱིས། སྨོན་ལམ་ཡག་པོ་རྒྱོབས།

ད་རེས་རྐྱེན་ངན་འདི་བྱུང་སྐབས་ང་རང་ལ་ཡང་སེམས་ཁྲལ་བྱུང་། ལྷག་དོན་འབྲོག་སའི་ཁུལ་དེ་དག་ལ་སྨན་བཅོས་ཀྱི་མཐུན་རྐྱེན་
སོགས་ཁག་པོ་ཞེ་དྲག་རེད། དེ་བཞིན་འགྲིམ་འགྲུལ་སླེབས་རྒྱུ་ཡང་ཁག་པོ་ཡོད་པར་བརྟེན་དཀའ་ངལ་ཡོད་པ་རེད་བསམས་ཏེ་སྐབས་དེར་ང་རང་འགྲོ་ཐུབ་ན་བསམ་པའི་རེ་བ་བྱུང་། རེ་འདུན་བཏོན་པ་ཙམ་མ་ཟད་ངའི་ངོ་ཤེས་པའི་རྒྱ་མི་དེ་འདྲ་བརྒྱུད་འབྲེལ་བ་བྱས་པ་ཡིན། ད་ལྟ་འགྲིག་དང་མ་འགྲིག་སོགས་ཀྱི་ལན་གང་ཡང་མ་བྱུང་། རྐྱེན་ངན་བྱུང་ཚར་བ་རེད། ངས་རྟག་པར་འདི་ལྟར་བརྗོད་ཀྱིན་ཡོད། ང་ཚོ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་པ་ཞིག་གི་ངོས་ནས་བསམ་བློ་གཏོང་སྟངས་གང་འདྲ་བྱེད་དགོས་རེད་ཟེར་ན། གལ་ཏེ་བཅོས་སུ་མེད་ན་ནི།།དེ་ལ་མི་དགའ་བྱས་ཅི་ཕན།།གལ་ཏེ་བཅོས་སུ་ཡོད་ན་ནི།།དེ་ལ་མི་དགར་ཅི་ཞིག་ཡོད།།ཅེས་པའི་སྤྱོད་འཇུག་གི་བསླབ་བྱ་འདི་ཡག་པོ་ཞེ་དྲག་འདུགའདས་གྲོངས་སུ་ཕྱིན་པ་ཚོར་རྐྱེན་ ངན་བྱུང་བ་རེད། བྱུང་ཚར་བའི་ཐོག་ལ་ཧ་
ལས་པའི་སེམས་ཁྲལ་བྱས་ཀྱང་ཕན་ ཐོགས་གང་ཡང་མེད། གསོན་པོ་ཚོར་སྨན་བཅོས་བྱ་རྒྱུར་ལྷོད་ གཡེང་མ་སོང་བ་དང་། མ་འོངས་པར་འཛུགས་ སྐྲུན་ཡག་པོ་བྱེད་དགོས། དེ་སྔོན་ཧེ་ ཊི་ལ་ས་ཡོམ་གྱི་
གནས་ཚུལ་བྱུང་ སྐབས་མི་ཁ་
ཤས་ཀྱིས་ང་ལ་ སྐད་ཆ་དྲིས་
བྱུང་། དེ་དུས་ ངས་ཚར་བ་
དེ་ཚར་བ་རེད། ཧ་ལས་པའི་
ཐབས་སྐྱོ་བོ་བྱུང་ བ་རེད། མ་
འོངས་པར་ལུང་ པ་གསར་པ་
ཞིག་འཛུགས་སྐྲུན་བྱ་ རྒྱུའི་ཐོག་བསམ་བློ་བཏང་སྟེ་ཤུགས་རྒྱག་ དགོས་པ་རེད་ཅེས་ཁོང་ཚོར་འདི་ལྟར་བརྗོད་རྒྱུ་བྱུང་། ད་ ལྟ་ང་ཚོ་བོད་པ་ཚོ་ཡང་དེ་དེ་བཞིན་རེད། གལ་ཆེ་ཤོས་དེ་སློབ་གྲྭ་བསྐྱར་ གསོ་བྱ་རྒྱུ་དང་སྨན་ཁང་། དེ་བཞིན་མི་མང་གི་འཚོ་བའི་མདུན་ལམ་གསར་བ་ཞིག་བཟོ་དགོས་ཀྱི་རེད། དེ་བཞིན་ང་རང་ཚོ་ཆོས་པའི་ངོས་ནས་བཤད་པ་ཡིན་ན། ཐེངས་འདིའི་གནས་ཚུལ་
དེས་རྐྱེན་ངན་ཧ་ལས་པ་ཞིག་བྱུང་བ་རེད་ལ། དགེ་མཚན་ཡང་ཁ་ཤས་བྱུང་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་རེད། འདས་གྲོངས་སུ་ཕྱིན་པ་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་ཡང་།
ད་རེས་འདས་གྲོངས་སུ་ཕྱིན་པ་དེ་དག་ལ་འབྲེལ་ཡོད་མང་བོ་ཞིག་གིས་དམིགས་བསལ་སྨོན་ལམ་གཟུངས་སྔགས་བཏོན་པ་སོགས་བྱུང་ཡོད།

༸གོང་ས་མཆོག་གི་བཀའ་སློབ་།

ཕྱི་ལོ་༢༠༡༠ ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༢༠ ཉིན་༸སྤྱི་ནོར་༸གོང་ས་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་ཨ་རིའི་གྲོང་ཁྱེར་ནིའུ་ཡོག་ཏུ་གནས་སྡོད་སྒ་སྐྱེ་དགུ་མདོའི་བོད་
མི་སུམ་ཅུ་ཙམ་ཞིག་ལ་དམིགས་བསལ་མཇལ་ཁ་དང་བཅས་བསྩལ་པའི་བཀའ་སློབ་གསུང་བཤད།

འདས་གྲོངས་སུ་ཕྱིན་པའི་མི་ཚོའི་དོན་དུ་སྐྱབས་ཞུའི་བསྔོ་རྟེན་སོགས་ཕུལ་མི་དགོས་པར་གནས་ཚུལ་འདི་ཧ་ཅང་གི་ཛ་དྲག་ཅིག་ཆགས་ཡོང་དུས་ཕྱོགས་ཚང་མས་སེམས་ཁུར་དང་སྨོན་ལམ་བརྒྱབ་པ་སོགས་བྱུང་
ཡོད་པ་གཅིག་དང་། གཉིས་ནས་ང་ཚོ་བོད་མི་གཅིག་གྱུར་གྱི་འདུ་ཤེས་ཀྱི་ཤུགས་ཚད་དེ་ག་ཚོད་ཡོད་མེད་གསལ་བོ་ཞེ་དྲག་བྱུང་ཡོད། གནས་ཚུལ་ཛ་དྲག་བྱུང་བ་དང་གཡས་གཡོན་གྱི་དགེ་འདུན་པ་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་བོད་རིགས་ཚང་མས་ཁུར་མཉམ་ལེན་དང་། གདུང་ཤུགས་ཆིག་སྒྲིལ་གྱིས་འབད་བརྩོན་ཧ་ཅང་ཆེན་པོ་བྱས་ཡོད། དེས་བོད་མི་རིགས་གཅིག་གྱུར་གྱི་རྣམ་པ་གསལ་བོ་ཞེ་དྲག་ཐོན་ཡོད། རྒྱ་ནག་གི་གཙོ་འཛིན་ཚོའི་ནང་ནས་ཡིན་ནའང་ཝན་ཅ་པའོ་སྔ་རྗེས་གཉིས་ཙམ་ས་གནས་དེར་བསླེབས་ཡོད། སེམས་ཁུར་ཞེ་དྲག་ཡོད་པའི་བཟོ་འདྲ་འདུག གཉིས་ནས་ཐེངས་འདིའི་ས་ཡོམ་གྱི་རྐྱེན་ངན་བྱུང་བའི་གློག་བརྙན་དེ་རྒྱ་ནག་རྒྱལ་ཡོངས་ལ་སྟོན་སྐབས་སྲིད་བློན་ཐེངས་གཉིས་ཙམ་ས་གནས་དེར་ཕེབས་པ་རེད།རྒྱ་ནག་ནང་གི་རྒྱ་མི་ཚོས་བསམ་བློའི་ནང་ཤ་ཚ་སླེབས་རྒྱུ་དང་། བོད་པ་ཚོར་སེམས་ཐག་ཉེ་བོ་སླེབས་པ་སོགས་ཕྲན་བུ་ཕན་ཐོགས་བྱུང་བ་ལྟ་བུ་འདུག ནམ་རྒྱུན་རྒྱ་ནག་གཞུང་འབྲེལ་གྱི་གློག་བརྙན་ནང་དུ། ཡང་ན་གྲྭ་བས་ངོ་རྒོལ་བྱས་པ་ཞིག་སྟོན་པ་དང་། ཡང་ན་ཧ་ལས་པའི་འཛུགས་སྐྲུན་བྱས་པ་ཞིག་སྟོན་པ་མ་གཏོགས་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་དེ་ཞེ་དྲག་མཐོང་རྒྱུ་མེད། ཐེངས་འདིའི་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་དེ་དག་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད་པ་སོགས་ཀྱི་དགེ་མཚན་བྱུང་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཁྱེད་རང་ཚོ་ཚང་མ་བློ་བདེ་བོ་གྱིས། སྨོན་ལམ་ཡག་པོ་རྒྱོབས། ཞེས་སེམས་གསོའི་བཀའ་སློབ་གནང་ཡོད།

ཡིད་ཆེས་གནོངས་དང༌། ང་ཚོ་ཁྱེད་ཀྱི་བུ་དང་བུ་མོ་ཡིན། ང་ཚོ་ཁྱེད་ཀྱི་སྙིང་དང་རུས་པ་ཡིན།
ལོ་ཟླ་བགྲོད་ཐུབ་ཅིང་ཉི་ཟླ་འཆར་ཐུབ་པའི་ནམ་ཟླ་ཅི་ཡོད་ལ། བོད་ཁ་བ་ཅན་ཟེར་བའི་ཁྱིམ་གཞི་དྲོན་མོ་འདིས་
ང་ཚོ་སུ་ཡང་བསླུ་མི་སྲིད།
ཁྱིམ་གཞི་འདི། སྡུག་གི་ལྷུན་པོ་བརྒྱུད་མྱོང་བའི་ས་ཆེན་པོ་འདིའི་ཚེ་སྲོག་རིང་ཤོས་དང་རུས་པ་
མཁྲེགས་ཤོས་ཡིན། འདི་ནི་ང་ཚོས་བརྗེད་མི་རུང་བ་དེ་ཡིན།
དུས་དེ་རིང་ཡང༌། མིག་ཡོད་ཚད་ཀྱིས་འུ་ཚང་ལ་བལྟས་ནས། རྣ་ཡོད་ཚད་ཀྱིས་འུ་ཚང་ལ་ཉན་ནས་
ཡོད་དགོས་བྱུང༌། སྤུན་ཟླ་ལགས། འུ་ཚང་གི་རུས་པ་འདིའི་རྒྱུ་དང་རྐྱེན། ངར་དང་ཤུགས། ལྟ་འདོད་པ་མཐའ་དག་ལ་གསལ་བོ་ཞིག་བསྟན་དགོས་ལ་གསན་འདོད་པ་ཐམས་ཅད་ལ་གསལ་བོ་ཞིག་བསྒྲག་དགོས།
རི་ཆུ་ཡོད་ཚད། ཉིལ་ཀྱང༌། འཁྱོམ་ཀྱང༌། བསྟན་པ་འདི་དང་དྲོད་ཁོལ་འདི་འཛོམས་པ་ནས། འུ་ཚང་
ལ། བཞུད་ཟིན་པ་ཚོར་འཁྱེར་རྒྱུའི་ལམ་བྲོ་འདང་ངེས་དང་ལུས་ཟིན་པ་ཚོར་བཀོལ་རྒྱུའི་སྟོབས་ཤུགས་འདང་
ངེས་ཡོད། འདི་ནི་འུ་ཚང་མི་ཡུལ་ལ་ཡོང་བའི་ལག་རྗེས་དང་མི་གྲལ་ལ་ཞུགས་པའི་སྙིང་བོ་ཡིན།
བྱམས་ལྡན་གྱི་ཕ་མ། བློས་ཐུབ་ཀྱི་མིང་སྲིང༌། གནས་འདི་རུ་ཁྱེད་ཀྱིས་ཅི་འདོད་འདོད་དུ་བྱེད་ཆོག་

སྟེ། གནས་འདི་ན། མི་སེམས་ལ་མཁོ་བའི་འུ་ཚང་ཡོད་ལ། འུ་ཚང་གི་འགྱུར་མེད་རྫོགས་མེད་ཀྱི་བརྩེ་བའི་ནམ་མཁའ་ཡོད།
ངའི་ཨ་མ། ངའི་ཨ་ཕ། འབོད་སྒྲ་འདི་ཁྱེད་ཀྱིས་ཇི་སྲིད་དུ་གསན་བཞེས་གནོངས་དང༌། ངའི་ཕུ་ནུ།
ངའི་མིང་སྲིང༌། སྐབས་འདི་འདྲ་ལ། ང་ཚོ་ཐུན་མོང་ལ་ཡོད་དགོས་པ་ནི་མེས་པོ་ཚོས་གནང་བའི་སྤོབས་པ། མེས་པོ་ཚོས་བསླབས་པའི་ཡིད་ཆེས་ཡིན།
ད་དུང༌། སྐབས་འདི་འདྲ་དང་འདི་འདྲ་ལ། གཉའ་གནོན་དང་བརྙས་བཅོས་ཀྱི་ཁྲོད་ནས། རྒྱབ་རི་ལྟ་
བུའི། ལྗོན་པ་འདྲ་བའི། འུ་ཚང་གི་མཐོ་མཐོ་དྲགས་དྲགས་ཚོ། འུ་ཚང་གི་ཆེ་ཆེ་གཉན་གཉན་དག སྟོང་ཚོ་དང་
སྟོང་ཚོ་བྱས་ནས། ཁྲི་ཚོ་དང་ཁྲི་ཚོ་བྱས་ནས་ཕ་རོལ་ནས་ཕ་རོལ་ཏུ་བསྟུམ་སོང་བ། ང་ཚོ་ཐུན་མོང་གིས་གསལ་བོ་
གསལ་བོར་དྲན་ཐུབ་དགོས།
ཡིད་ཆེས་གནོངས་དང༌། ང་ཚོ་ཁྱེད་ཀྱི་ཕ་དང་མ་ལོ་ཡིན། ང་ཚོ་ཁྱེད་ཀྱི་སྙིང་དང་རུས་པ་ཡིན།

ང་ཚོའི་གཅེས་པའི་རི་ལུང་གཙང་གསུམ་ལ་སུ་ཞིག་གིས་ན་ཟུག་ཅི་ཞིག་བཞག་ཟིན་པ་ཡིན་ནམ། ཡིན་ན་ཡང༌། ང་ཚོས་ང་ཚོའི་ནམ་མཁའ་དང་ང་ཚོའི་ས་གཞི་ལ་བཟོད་སྒོམ་གནང་ཐུབ་དགོས།
ཧོར་ཞི་བདེ་རྒྱ་མཚོ།

ང་ཚོ་ཁྱེད་ཀྱི་སྙིང་དང་རུས་པ་ཡིན།
.

མཆོད་མེ་སྙན་ངག་ཚགས་པར་།

2 ༤༌༡༤ ས་ཡོམ་གོད་ཆག་ཁྲོད་ཀྱི་སྒ་སྐྱེ་དགུའི་བོད་མི་ཚོར་ཕུལ་བའི་ཆེད་སྒྲིག་པར་ངོས།

(༤.༡༤ས་ཡོམ་གྱིས་ང་ཚོའི་ཕ་ས་བསྒུལ་སོང་།ང་ཚོའི་ཕུ་ནུ་བཀྲོངས་
སོང།བཙན་བརྗིད་གནམ་གྱི་རྒྱལ་མོའི་བཀའ་ལུང་འདི་ལ་བཟློག་པའི་ཐབས་ཤེས་ཅི་
ཡོད།ཡིན་ནའང་རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ནང་གི་བོད་རིགས་སྤུན་ཟླ་ཚོས་འདས་པོ་ཚོར་སྨོན་ལམ་
དང།ཤུལ་ལུས་ཚོར་གདུང་སེམས་སྐྱེད་བཞིན་ཡོད་པ་ལྟར།ང་རང་ཡོད་སའི་དཔལ་ལྡན་
འབྲས་དཀར་སྤུངས་པའི་ཆོས་སྡེ་ཆེན་པོ་འདི་དང།ད་དུང་རང་ཉིད་ལ་ཤེས་རྟོགས་ཡོད་
པ་འབྲས་སྤུངས་བཀྲ་ཤིས་སྒོ་མང་གྲྭ་ཚང་གིས་སྒ་སྐྱེ་དགུའི་ས་ཡོམ་བྱུང་ཉིན་ནས་བདུན་ཚིགས་རེ་རེ་བཞིན་དགེ་འདུན་འདུས་པ་རྒྱ་མཚོས་བསྔོ་སྨོན་རྒྱ་ཆེར་མཛད་སོང།ཞལ་འདེབས་ཕོན་ཆེན་གནང་སོང།
ཆོས་ཀྱིས་འཚོ་བའི་སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་ལ་མཚོན་ན་ས་ཐག་རིང་ཐག་རིང་གི་བརྩེ་
བ་དང་དམ་ཚིག་འདི་ཚོ་ཤུལ་ལུས་གདུང་ལྡན་ཚོས་ཐོས་ཚེ་སྡུག་བསྔལ་ཆུང་དུ་འགྲོ་བ་ལ་ཕན་པར་བསམ་མོད།མོན་གྷོ་འདོད་རྒུ་གླིང་དུ་གྲགས་ཀྱང་གསར་འགོད་པའི་འདོད་པ་མི་འཛོམས་པའི་ས་གནས་འདི་ནས།དུས་ཐོག་ལ་འདི་ཕྱོགས་ཀྱི་བསྔོ་བ་རྣམ་དག་དང་།སྨོན་ལམ་དྭངས་མ་འདི་ཚོ་བརྡ་འཕྲིན་བརྒྱུད་ལམ་དུ་ལེན་མཁན་དང་སྐྱེལ་མཁན་མེད་པར་གྱུར།གདུང་བའི་སྟེང་དུ་གདུང་བ་བརྩེགས་ནས་ཡོད་ཚེ།《མཆོད་མེ་སྙན་ངག་ཚགས་པར་》གྱིས་སེམས་པ་སྙི་མོ་དང་།རིགས་ཞེན་དྭངས་མ་ཁུར་ནས་བརྡ་འཕྲིན་བརྒྱུད་ལམ་དུ་འགྲོ་རྒྱུ་ཟེར།དེ་བས་བདག་གིས་ཀྱང་ཆོས་སྡེ་ཆེན་པོ་དང།དགེ་འདུན་འདུས་ཚོགས་ཀྱིས་བསྔོ་སྨོན་རྒྱ་ཆེར་མཛད་ཡོད་པ་འདི་ཚོ་སྒ་སྐྱེ་དགུ་ལ་བསྐུར་ན་སྙམ་སོང།སྒ་སྐྱེ་དགུའི་མི་མང་ཚོའི་སྡུག་བསྔལ་སངས་ན་བསམ་སོང།)

ཁྱོད་ཀྱི་དྭངས་མ་ཁྲག་གི་རྒྱུན་བཟང་ཐུ་བྷོད་བཙན་པོའི་ལུས་ལས་བྱུང་།།
བདག་གི་མཁྲེགས་པོ་དུང་གི་རུས་པ་ཐུ་བྷོད་བཙན་པོའི་རྒྱུད་ལས་མཆེད།།
དེ་ལྟའི་ལོ་རྒྱུས་ཆོས་འབྱུང་སྟོང་གི་བདེན་པ་དམ་པས་བསྲུངས་གྱུར་པས།།
དེ་རིང་སྐྱོ་བའི་སེམས་ཤིག་སྐྱེས་ཤིང་ད་དུང་གདུང་བའི་ངག་ཅིག་ཤོར།།

བཟློག་མེད་འབྱུང་འཁྲུགས་ས་ཡི་རྒྱལ་མོ་ཁྲོས་པའི་འདར་བ་ལན་ཅིག་གིས།།བདག་གི་ཕ་ས་གོར་མོ་བསྒུལ་ཅིང་གཉེན་དང་ཉེ་དུའི་ཚེ་སྲོག་ཕྲོགས།།
ཀྱེ་མ་བརྩེ་བྲལ་འཆི་བདག་དཔུང་གིས་ཁྱུར་མིད་བཏང་བའི་མིང་སྲིང་དང།།ཤུལ་ལུས་གདུང་ལྡན་ནང་མིའི་ཚོགས་ལ་གདུང་སེམས་དྲོན་མོ་མཉམ་དུ་བསྐྱེད།།

ཁམས་དང་ཨ་མདོའི་དབྱེ་བ་ཅང་མེད་ཕ་རྒན་སྤྲེ་འུའི་བུར་གཏོགས་ཕྱིར།།
སྐྱིད་སྡུག་ཚོར་བ་མཉམ་དུ་མྱོང་ངོ་བདག་གི་ཕུ་ནུ་མིང་སྲིང་ཚོ།།
མདོ་དང་དབུས་ཀྱི་ཁྱད་པར་གཞན་མེད་མ་རྒན་སྲིན་མོའི་རྒྱུད་ཡིན་ཕྱིར།།
མཇལ་བའི་སྐལ་བ་ལས་ཀྱིས་བཅད་ཀྱང་སེམས་པ་རྒྱབ་མདུན་གཉིས་སུ་མེད།།

ལས་ཉོན་སྲིད་པའི་གཅོང་རོང་དོག་མོའི་མཐའ་ཀླས་རིགས་དྲུག་འགྲོ་ཀུན་ལ།།མཁྱེན་བརྩེ་ནུས་པའི་འཇུག་པ་ཆེན་པོར་ཕྱོགས་དང་མཚམས་དག་མི་མངའ་ཡང།།འཕྲལ་རྐྱེན་རྩུབ་མོས་ཕྱི་མར་བརྫངས་དག་ཐུགས་རྗེའི་སྤྱན་གྱིས་སྐྱེལ་མ་དང།།ཤུལ་གནས་གདུང་བའི་མཚན་མ་ཞི་མཛོད་མཆོག་གསུམ་རྒྱལ་བ་རྒྱ་མཚོའི་ཚོགས།།

ཆོལ་གསུམ་ཆོས་རྒྱུད་རྒྱལ་ཁོངས་གང་དུ་ལུས་པོ་གནས་པར་གྱུར་ཀྱང་རུང།།གཉན་པ་ཁྲིམས་ཀྱིས་བསྒྱུར་དུ་མེད་པ་ཐུ་བྷོད་རིགས་ཞེན་དྭངས་མ་ཡིན།།
རྣོ་བ་མཚོན་གྱིས་གཅོད་དུ་མེད་པ་གཞིས་བྱེས་རྟེན་འབྱུང་ཐག་པ་ཡིན།།
འབར་བ་མེ་ཡིས་བསྲེག་ཏུ་མེད་པ་དམ་ཚིག་རྡོ་རྗེ་མདུད་པ་ཡིན།།

སེམས་པའི་ཕྱི་ནང།

- - -ས་ཡོམ་ཁྲོད་ཀྱི་སྒ་སྐྱེ་དགུའི་མི་མང་ཚོར་ཕུལ་བ།
ཟླ་བ།[སྒོ་མང་]

རྩྭ་ཐང་ནི་ལང་ཚོའི་གཞིས་ཁྱིམ་ཞིག་ཡིན་རུང་།
ཁྱེད་རང་ཨར་འདམ་དང་མཉམ་དུ་འདུག་དགོས་བྱུང་།
དྭངས་གཙང་གི་མེ་ཏོག་བཞད་པའི་ཕ་ས་ནས།
སྒོ་མོ་བྲལ་བའི་ཁང་བརྩེགས་ཀྱི་མིག་ཟུང་ལ་འཚང་།

བདག་གི་མིག་ཆུ་ཁྱེད་ཀྱི་ངུ་སྐད་དང་མཉམ་དུ་བཞུར་རུང་།
བདག་གི་བརྩེ་བ་ཁྱེད་ཀྱི་ཚེ་སྲོག་དང་མཉམ་དུ་གནས་རུང་།
སྐྱེ་རྒུ་མདོ་སྨུག་ལོང་གི་འགྱུ་བ་དང་འདྲེས་ཟིན་པས།
བདག་གིས་རི་བོ་མཐོན་པོ་ཞིག་གི་དར་ལྕོག་ལ་གླུ་གཞས་གྱེར་ན་འདོད་ཨང་།

བདག་གིས་སྐྱེ་རྒུ་མདོའི་སྤུན་ཟླའི་བཞུད་སྟངས་དྲན་ཞིང་།
རི་བོ་དག་གིས་བསྒྲུབས་ཤིང་རླུང་བུ་མང་བོས་ཁྱེར་ཚུལ་ཀྱང་།
བརྩེ་བ་དང་མིག་ཆུའི་གསེབ་ནས་ཤེས་ཡོད།
ད་དུང་། ཁྱེད་ཀྱི་མིག་ཆུ་བདག་གི་གདོང་ན་བཞུར་གྱིན་ཡོད།
ཁྱེད་ཀྱི་འོ་དོད་བདག་གི་ཚོར་བར་སིམ་གྱིན་ཡོད།
2010 5 21 ཉིན་བྲིས།

སྐྱེ་རྒུ་མདོའི་ཆེད་དུ་བཞུར་བའི་མིག་ཆུ།

གཉན་པོ།[དྷ་ས།]

ཉིས་སྟོང་བཅུ་ལོའི་ཟླ་བ་བཞི་བའི།།
བཅུ་བཞིའི་ཞོགས་ཚོད་བདུན་དང་ཕྱེད་སྟེང་།།
ཡུལ་ཤུལ་ས་ཡོམ་གོད་ཆག་ཐེབས་དུས།།
སྤུན་ཟླ་གཅིག་ཁྲིའི་ཚེ་སྲོག་ཤོར་དུས།།

དགོང་སྔོན་དབྱིངས་ལ་རྒོད་པོ་འཁོར་དུས།།
མ་ཎི་ངུ་ངག་དབྱངས་རྟར་འདྲེས་དུས།།
བེམ་རོ་སྲེག་པའི་མེ་ལྕེ་མཆེད་དུས།།
གཞིས་བྱེས་གཉིས་ཀར་ཕངས་སེམས་སྐྱེ་དུས།།

ཡུགས་མོ་ཁེར་རྐྱང་དྭ་ཕྲུག་མང་དུས།།
ངུ་ངག་ཁ་བ་ལྷན་དུ་འབབ་དུས།།

བཅོས་མིན་གདུང་ཤུགས་གསོལ་འདེབས་བྱེད་དུས།།
བཙུན་པའི་འཇོན་ཐང་ཡ་རེ་མཚར་ཨང་།།

ཙག་དང་བུ་ཡུག་སྡུག་གི་སྣོན་མར།།
ཁོར་ཡུག་འདི་ལ་གཅིག་རྗེས་གཉིས་མིན།།
ཀྱེ་ཧུད་འདི་འདྲའི་གོད་ཆག་ངན་པ།།
བོད་པ་ཚང་གི་ཅི་ཞིག་ལན་ནམ།།

ན་ནིང་ད་ལོའི་ཟླ་གསུམ་ཟླ་བཞིའི།།
ན་གཞོང་བེམ་ཁྲག་བཀང་བའི་ཉིན་འདིར།།
ཚོར་མེད་བེམ་པོའི་གཟུགས་ཙམ་མིན་ན།།
རུས་པ་ས་ལ་འཐོར་ཡང་ཆེ་བརྗེད།།

འདི་ལྟར་སྐྱོ་ལ་སྡུག་གི་རི་མོ།།
བྲིས་ན་རྫོགས་པའི་མཐའ་ཡང་མི་འདུག།
ཕྱི་ཡུལ་སྒེར་སྤྱིས་རོགས་གནང་མཛད་པར།།
བཅོས་མིན་ཐུགས་རྗེ་ལན་བརྒྱར་ཞུ་འོ།།

གཡོ་འགུལ་ཐེངས་གཅིག་གི་གོད་ཆག་ཁྲོད།
ངའི་ཕ་ཡུལ་གྱི་ཚེ་སྲོག་གི་ཁ་བ་ཐོར་སོང་།
གོ་ཐོས་སུ། ད་དུང་།
རི་ཀླུང་འཁྱག་གིས་བསྡམས། མཁའ་དབུགས་སྨག་གིས་བཏུམས།
ཡོད་ཚད་རྒས་ཤིང་འཁོགས་ཟེར།

མགྲོན་བརྡ་མེད་པའི་མགྲོན་པོ་བསླེབས་པ་ནས།
ཚེ་སྲོག་གི་ཐ་སྙད་མང་བོ་རྨ་ཁ་ལས་གྲུབ་ཅིང་།
ལྐོག་གྱུར་གྱི་རོལ་དབྱངས་ཁྲོད།
གཟུགས་མེད་ཀྱི་སྤྲང་འཁྱམ་མང་བོ།
ལྷ་ཚོགས་ཀྱི་དྲུང་དུ་དབང་མེད་ཀྱིས་ཡན་དུས།
གནམ་རྒན་མ། ཁྱེད་ལ་མིག་མི་འདུགཞི་བདེ་ལ་མོས་པའི་མི་རིགས་འདིའི་སྟེང་དུ།
གདུག་རྩུབ་ཀྱི་སོ་ཁ་གཏད་དོན་ཅི།

ས་ཆེན་གྱི་གཡུ་རལ་གསིག་པའི་མེ་སྟག་གི་ཁྲོད་དུ།
གྱེས་ཕྱག་དང་སྐྱེལ་མ་མེད་པར་ཕེབས་སོང་།
དངངས་སྐྲག་དང་ཞེད་སྣང་རུམ་ནས་ཕེབས་སོང་།
དབང་མེད་དུ་བརྡོལ་བའི་མིག་ཆུའི་རྡོག་ཕྲེང་རེ་རེ།
ཁྱེད་ཚོའི་ཚེ་སྲོག་དང་ལྷན་དུ་བཞུར་སོང་།
མཆིན་པའི་སྟེང་འོག་བསྒྱུར་པའི་སྐྱོ་གདུང་གི་ངུ་ངག་རེ་རེས།
བདེ་བར་ཕེབས་དང་། ཁྱེད་ཚོ་ལ་སྐྱེལ་མ་བྱེད།

འཆི་བདག་གི་ཞགས་པས་ཟིན་པའི་སྤུན་ཟླ་ཚོ།
ངས་ཟུངས་ཁྲག་གི་འོད་སྟོང་སྦར་ཏེ།
སྨོན་འདུན་གྱི་སྙིམ་ཟུང་བྲང་གར་སྦྱར་ནས།
ཁྱེད་ཚོ་ལ་སྙན་ངག་གི་མཆོད་པ་འབུལ།
དྭངས་གཙང་གི་མཆོད་མེའི་ངོགས་ནས།
མ་ཎི་ཡིག་དྲུག་དབྱངས་སུ་གྱེར་ཏེ།
ཁྱེད་ཚོ་ལ་མྱ་ངན་གྱི་གུས་འདུད་ཞུ།

མཁོ་དགུ་ལོངས་སྤྱོད་ཀླུ་དབང་བྱེ་བར་འགྲན་བཟོད་ཐུབ་པའི་འདོད་འཇོ་དང་།།མཛེས་སྡུག་བཀོད་པས་སུམ་རྩེན་ཡུལ་ལ་སྐྱེངས་པ་སྟེར་ནུས་སྐྱེ་རྒུའི་གྲོང་།།འབྱུང་བཞི་འཁྲུགས་པའི་ཡོ་ལང་ཞིག་གིས་སྐད་ཅིག་ཐང་ཅིག་ཡུད་ཙམ་ལ།།མི་སྡུག་མྱ་ངམ་ཐང་ཆེན་བསྒྱུར་བའི་སྒྱུ་མའི་ཟློས་གར་གསོན་པོ་ཞིག།།

ཚན་རིག་འཕྲུལ་གྱི་གློག་རྡུལ་བརྒྱུད་ནས་འདྲེན་བྱེད་ཟུང་ལ་མངོན་པའི་ཚེ།།བསམ་གཞིགས་རྒོད་པོ་བྲན་དུ་བཀོལ་ཏེ་ཕྱི་མིག་སྒ་ལུང་རུ་བཞིར་ཤོར།།སྔོན་གྱི་མཛེས་སྡུག་ཡིད་ལ་ཤར་བས་འདི་ལྟར་བདེན་ནམ་སོམ་ཉི་ངང་།།
མིག་མཐའི་མཆི་མ་འཕྱི་བཞིན་འཕྱི་བཞིན་མིག་ཟུང་གློག་ཀླད་ངོས་སུ་བགྲད།།

ཇི་ཙམ་བལྟས་ཀྱང་ཞིག་རལ་ཞིག་དང་ཤི་བོ་མ་གཏོགས་མི་འདུག་པས།།
སྐྱོ་གདུང་ཚོར་བས་ལུས་ཁམས་དཀྲུགས་ཏེ་སྙིང་གི་འཕར་རྩ་འགག་པའི་མོད།།དྲ་ཁང་ནང་དུ་ཆུ་ཚོད་ཁ་ཤས་དྲན་མེད་ངང་དུ་འགྱེལ་ན་ཡང་།།
ལུས་སྲོག་གྱེས་པའི་ལས་ཀྱི་དབུ་ཁྱུད་འབྲི་རན་མིན་པས་བསྐྱར་དུ་སོས།།

སྲོང་བཙན་རྗེ་བོས་ནན་གྱིས་བསྐུལ་པའི་འགྱོག་ཆེན་གདོང་རིའི་དངོས་གྲུབ་དང་།།ཨ་ཅག་ཀོང་ཇོས་འཕྲུལ་གྱིས་དྲངས་པའི་རྣམ་པ་སྣང་མཛད་བྱིན་རླབས་དག།།ཅི་ཡང་མ་ཕན་གང་ཡང་མ་ནུས་འདི་འདྲའི་གོད་ཆག་ཤོར་བ་འདིས།།
བདག་གི་ཡོད་ཚད་མིག་ཆུར་བསྒྱུར་ཅིང་མིག་ཆུ་ཡོད་ཚད་ཁྲག་ལ་འདྲེས།།

སུ་འགུལ་གྱིས་དཀྲོགས་པའི་འབྲོག་ཐང་གི་ཞོགས་པ་དེའི་རྗེས་སུསུ་ཞིག་གིས་ནམ་མཁའ་ཟུར་གྱིས་ཁུར་ཏེས་རྡུལ་གྱིས་མནན་པའི་རྩིག་རོ་དག་ལ་ཧད་ཀྱིས་ཅེར་ནསཤི་བོ་དགུ་བཅུ་གོ་དགུ་བ་དེ་རང་ཉིད་ཡིན་ན་བསམ་ཡངརང་ལ་ལྷག་པ་ནིགསོན་པོ་ལྔ་བཅུ་ང་དྲུག་པའི་མིང་བྱང་ཙམ་ཡིན་པསཁྲག་གིས་སྦགས་པའི་ལག་པ་ཟུངརྩིག་གསེབ་ནས རྩིག་གསེབ་ཏུ་ཡང་བསྐྱར་སྲིང་དགོས་བྱུངདུས་དེར མིག་ཆུས་ཁོ་རང་བཏང་ཟིན་ནའངཁོ་དང་ཉེ་སའི་གསར་འགོད་པ་ཞིག་གཤེར་གྱིན་འདུག་ལཕ་མེས་ཀྱི་ཉི་མ་སེར་བོ་ཡང་གཤེར་གྱིན་འདུགམིག་མདངས་ནི་སྨྲ་ལྕེ་གཞན་ཞིག་ཡིན་པས་ཡིན་ནམགསུམ་གཅིག་བཞིའི་ལྷ་སའི་དུད་སྨུག་དེཁོའི་སེམས་ལྟར་འཐོར་བའི་
རི་གྲོང་དེའི་རྩིག་གསེབ་དག་ཏུ་ལང་ལོང་ངང་འཇིབ་འགོ་
བརྩམས་པསཞོགས་པའམ་དགོང་རྒྱབ་རེ་རེརཁོའི་སེམས་པ་ཁེན་ས་དག་ཕྱིར་མིག་གིས་དེད་སོངདུས་དེ་ནསཉི་ཟླས་མི་ཐེག་པའི་ཤི་གསོན་གྱི་ཁུར་བོ་ཞིགཅིས་ཀྱང་འཁུར་དགོས་པའི་ཁོ་རངགནམ་སའི་འདྲེས་མཚམས་དངངའི་སྙིང་ཁ་རུ་འགྲེང་སྟེ་
གོ་ཐབས་བྲལ་བའི་སྐད་ཆ་ཞིག་བཤད་ཀྱིན་འདུགགོ་ཐབས་བྲལ་བའི་སྐད་ཆ།

ཀ་རྒྱའི་ཨ་ལོ་ཀེ[མོན་གྷོ།]

ཚེ་སྲོག་གི་ཁ་བ་འཐོར་སོང་།
- - 7.1ས་ཡོམ་ཁྲོད་ཐིམ་པའི་ཡུལ་ཤུལ་བ་རྣམས་ལ།
ཀླུ་བློ་བཟང་སྨྲ་མཁས།[འབྲས་སྤུངས།]

གས་ཆག་བར་གྱི་ཨག་སྐད་།

ལྡན་མ་ཐུབ་བསྟན་དངོས་གྲུབ།[བློ་གླིང་།]

བརྗེད་མི་སྲིད་པའི་གོད་ཆག།

རྩེ་གཞུང་དགེ་འདུན་ཡར་འཕེལ།

.

.

.

. ..

མཆོད་མེ་སྙན་ངག་ཚགས་པར་།

3 ༤༌༡༤ ས་ཡོམ་གོད་ཆག་ཁྲོད་ཀྱི་སྒ་སྐྱེ་དགུའི་བོད་མི་ཚོར་ཕུལ་བའི་ཆེད་སྒྲིག་པར་ངོས།

ཨ་འཇམ། [ནོར་གླིང་།]

བོད་ཀྱི་ས་འགུལ་ན་བོད་ཀྱི་མི་ཡང་འགུལ་དགོས་།
བེ་རི་དཔལ་ལྡན་རྣམ་རྒྱལ།[འབྲས་སྤུངས།]

ཞོགས་པའི་སྐྱ་རེངས་མ་ཤར་བའི་ཡར་སྔོན་དུགནམ་མཐའི་སྐར་ཆེན་མ་ནུབ་པའི་སྔ་རོལ་ཏུགློ་བུར་ སྐྱེ་རྒུའི་གནམ་ས་ལྡིར་ལྡིར་དུ་འགུལ་བྱུངཁང་རྩེག་གི་བཟོ་བཀོད་ཡོད་ཚད་ཐོལ་ཐོལ་འགྱེལ་བྱུངགཅེས་པའི་ཚེ་སྲོག་མང་པོ་ས་འོག་ཏུ་མནན་སོངནམ་ལངས་པའི་སྐྱེ་རྒུའི་ཁོར་ཡུག་ཡོད་ཚད ཐལ་རྡུལ་གྱིས་གཡོགས་ཤིངརྩིག་རོ་དང་ངུ་ངག་གིས་ཁེངས་པའི་གཡུལ་ས་དང་འདྲསྐྱེ་རྒུ་བ དེ་རིང་ཟླ་གཅིག་ཙམ་ཕྱིན་པའི་དེ་རིངབདག་གིས་སྨོན་ལམ་གྱི་ཚབ་ཏུ་སྙན་ངག་ཅིག་གྱེར་བཞིན་ཡོདས་ག་ཟླ་བ་ཚེས་པའི་དེ་རིངམ་ཎི་དབྱངས་སུ་གྱེར་ནས་ཁྱོད་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་ཉན་བཞིན་ཡོདགསར་འགྱུར་བརྒྱུད་ལམ་གྱི་སྒོ་མོ་ག་ལེར་རྒྱག་བཞིན་པའི་སྐབས་འདིརསྐྱེ་རྒུ་བ ཁྱོད་རང་གྲང་འདར་རྒྱག་བཞིན་ཡོད་དམཁྱོད་རང་ལྟོགས་སྐོམ་མྱོང་བཞིན་ཡོད་དམད་ལྟ་ཁྱོད་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་ན་དབྱར་ག་མེད མེ་ཏོག་མེདནག་འཐོམ་འཐོམ་གྱི་ན་ཟུག་ཁྲོད་དུ་ལུས་པའི་སྐྱེ་རྒུ་བང་ཚོ་རི་ཆུ་ཡིས་བར་ཐག་ཅི་ཙམ་བཅད་ཀྱངང་ཚོ་དུས་ཚོད་ཀྱིས་ཕུད་འདེད་ག་ཚོད་བྱས་ཀྱངཁྱོད་ཀྱི་སྙིང་ཁམས་ཀྱི་འཕར་ལྡིང་རེ་རེང་ཚོའི་ཁྲག་རྩའི་རྒྱུ་བ་རེ་རེ་ཡིནཡུལ་ཤུལ་བ ཤུགས་སྤར་ཤོགཆབ་སྲིད་ཀྱི་ངོ་གདོང་གིས་ཁྱོད་ཀྱི་སྡུག་བསྔལ་སྒྲིབ་ཀྱང་རུངདར་དམར་གྱི་གཡོ་འགུལ་གྱིས་ཁྱོད་ཀྱི་དད་འདུན་བཀབ་ཀྱང་ཆོགགང་ལྟར གངས་རིའི་འདབས་རོལ་གྱི་མི་རིགས་ཏེཁྱོད་ཀྱི་སྤུན་ཟླ་གདོང་དམར་བས དུས་གཏན་དུཁྱོད་རང་བསྲུངས་ཏེ་ཡོདསྐྱེ་རྒུ་བ ཁྱོད་རང་ཁེར་རྐྱང་མིན་པསའཛུགས་སྐྲུན་དང་ཁྱིམ་གཞི་གསར་བའི་ཕྱོགས་ལང་ཚོས་ཉན་ནས་བསྡད་ཡོད ང་ཚོས་བལྟས་ནས་བསྡད་ཡོདརང་བྱུང་གི་འཇིག་པ་ནི མིས་བཟོས་པ་ཞིག་རེདརང་བྱུང་གི་འཇིག་པ་ནི སྲིད་གཞུང་གི་དུག་རླངས་ཀྱིས་བཟོས་པ་ཞིག་རེདའགྱུར་ཆོག་ཆོག་གི་འཇིག་པ་འདིསང་ཚོ་རྩེད་མོ་རྩེད་སོང ང་ཚོ་རྨེག་མེད་བཏང་སོངསྐྱེ་རྒུ་བ སེམས་མ་ཕམ་དངཁྱོད་ཀྱི་རྒྱབ་རོལ་ནང་ཚོའི་སེམས་པ་དང་ལག་ཟུང་ཡོདང་ཚོའི་མཉམ་འབྲེལ་དང་སྟོབས་ཤུགས་ཡོདད་ལྟ་འཚར་ལོངས་འབྱུང་དགོས་པའི ངའི་སྐྱེ་རྒུ་བད་ལྟ་ཁྱོད་ཀྱི་དངངས་སྐྲག་མཚམས་བཞག་མེད་པསཆོལ་ཁ་གསུམ་གྱི་རེ་བཞག་དང་ལྷག་བསམ ཁྱོད་ལ་བསྲིངས་ཡོདགློ་བུར་བའི་གོད་ཆག་ནི ང་ཚོས་སྙིང་སྟོབས་སུ་བཏེགས་ནསང་ཚོས་རྒྱལ་ཁ་རུ་བཏེགས་ནས མ་འོངས་པ་མཛེས་སྡུག་གིས་བསུ་ཆོགཟླ་གཅིག་གི་ཕྱིར་མིག་ཁྲོད་དུབག་ལ་ཉལ་བའི་ཡུལ་ཤུལ་གྱི་འཇིག་རྟེནངས་སྨྱུག་རྩེ་ནས་གཏན་དུ་འཚོལ་བཞིན་པའི་ཡུལ་ཤུལ་ཡམཆོད་རྐོང་སྟོང་ཕྲག་གི་འོད་སྣང་ཁྲོད་ན་འཚེར་གྱིན་པའི་ཁྱོདངའི་ཚེ་སྲོག་གི་རྒྱུ་བ་དང་གཅིག་ཏུ་འཚོ་ཞིངངའི་ཁྲག་རྩའི་འཕར་ལྡིང་དང་མཉམ་དུ་གནས་ཡོད་པསཁྱོད་རང་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཕྲག་གོང་གི་འོད་སྣང་བཞིནམཚར་སྡུག་གིས་འབར་སྲིད མཛེས་སྡུག་ངང་བཞད་སྲིདངའི་སྐྱེ་རྒུ་བ
༢༠༡༠/༥/༡༤ ལ་བྲིས།

ཚ་གྲང་ངེས་མེད་བསྣོལ་མར་འཐབ་པའི་རྡ་སའི་ནགས་ཀླུང་འགྲིམས་པ་ན།།
དེང་རབས་གསར་འགྱུར་བརྒྱུད་ལམ་ཁག་ནས་བཞི་གཅིག་བཞི་ཡི་གནས་ཚུལ་ཐོས།། ཟུར་གསུམ་སྙིང་ཆུང་སྡུག་གིས་གས་ཤིང་སྐྱོ་བའི་མིག་ཆུ་ཁོག་ཏུ་བཞུར།།
མིག་ཟུང་ནམ་མཁའི་དབྱིངས་སུ་བགྲད་དེ་མཆོག་གསུམ་གསོལ་འདེབས་མང་དུ་ཞུས།།

རྒྱ་དམར་དཔུང་གི་བཙན་གནོན་དྲག་པོས་བོད་མི་གཞིས་བྱེས་གཉིས་སུ་གཏོར།། མི་ཡུལ་འཚོ་བ་སྐྱུར་མོའི་ཁྲོད་ནས་བརྙས་བཅོས་འབུམ་ཕྲག་མགོ་ལ་བཟེད།།
རང་བྱུང་འབྱུང་བའི་གོད་ཆག་ཅིག་གིས་སྤུན་ཟླ་མང་པོའི་ཚེ་སྲོག་ཕྲོགས།།
གདོང་དམར་ཅན་གྱི་ལས་དབང་བསམ་བཞིན་སྐྱོ་བའི་ན་བུན་སེམས་སུ་འཁྲིགས།།

བཟོད་མེད་སྡུག་གིས་ཡོངས་སུ་གས་པའི་ཟུར་གསུམ་སྙིང་གི་ཟུངས་ཁྲག་དང་།།
སྐྱོ་བའི་རླུང་གིས་ཡོངས་སུ་བསྐུལ་བའི་མིག་ཆུ་ཆར་གྱི་ཐིགས་པ་གཉིས།།
སྨྱུག་རྩལ་སྒེག་མོའི་མིག་ནས་བཞུར་པའི་སྣག་ཚ་ནག་པོ་དང་བསྲེས་ཏེ།།
སྙན་ངག་འདི་ཉིད་གདུང་དབྱངས་ཟོལ་གྱིས་གཞིས་བཞུགས་སྤུན་ཟླ་རྣམས་ལ་ཕུལ།།

ཉིས་སྟོང་བརྒྱད་ཀྱི་དྲག་གནོན་དེ་ཡིས་བོད་མིའི་སེམས་ཤུགས་སྔར་ལས་འབར།། བཞི་གཅིག་བཞི་ཡི་གོད་ཆག་ཅིག་གིས་བོད་མིའི་སྟོབས་ཤུགས་ཉམས་དོན་མེད།། བོད་ཀྱི་ས་ཆ་རང་གིས་འགུལ་ན་བོད་ཀྱི་མི་ཡང་འགུལ་བྱས་ཏེ།།
རང་དབང་བདེན་པའི་འཐབ་རྩོད་དོན་དུ་གཅིག་ཏུ་བསྒྲིལ་ནས་ལོངས་ཤིག་ཀྱེ།།

༢༠༡༠།༥།༩ཉིན་ནོར་གླིང་དུ་འཚོགས་པའི་སྙན་ངག་གྱེར་འདོན་གྱི་ཆེད་ཞོགས་ཇ་
འཐུང་ཞོར་ཐོལ་བྱུང་དུ་བྲིས་སོ།།

ཕ་སྤྲེའུའི་རུས་དང་གདུང་ཡིན་ཕྱིར།།
མ་སྲིན་མོའི་རྒྱུད་དང་གཉེན་ཡིན་ཕྱིར།།
བར་རི་ཆུ་སྟོང་གིས་ཆོད་གྱུར་ཀྱང་།།
ཁྱོའི་སྡུག་བསྔལ་ང་ཡི་ཚོར་བ་ཡིན།།

རྐྱེན་རང་བྱུང་འབྱུང་བའི་འཕག་འཚག་གིས།།
ལྡོང་ཡུལ་ཤུལ་བསྣུབས་པའི་གཏམ་ཡན་ཞིག།།
གློག་སྐུད་པའི་རྒྱུད་ནས་ཐོས་པ་ན།།
སེམས་སྐྱ་མོ་ཙག་རླུང་གཡུག་གཡུག་འདྲ།།

ཐུན་རྨི་ལམ་མཇུག་རྔ་མ་བསྡུས་གོང་།།
གཉིད་མཐུག་པོའི་མལ་ནས་མ་ལངས་གོང་།།
ས་ཤུགས་ཀྱིས་འགུལ་བའི་སྐད་ཅིག་མར།།
སྲོག་བསྡེབས་ཀྱིས་གཅུར་བ་ཇི་འདྲའི་སྐྱོ།།

སོས་དལ་བའི་སེམས་པ་གཡང་ལ་བསྐྱུར།།
ངག་སྙན་མོའི་ཆོས་སྐད་རྡུལ་གྱིས་བསྒྲིབས།།
བག་ལྷོད་པོའི་སྤྱོད་ལྡན་ཁྲག་ལ་བསྒྲེས།།
ས་ཆེན་པོ་ཁྲོ་ཡུལ་ནོར་བར་དོགས།།

བོད་མགོ་ནག་གོ་ལའི་ཉིན་སྲིབ་ནས།།
སྐྱིད་རང་དབང་མ་ཐོབ་དུས་ཀྱིས་རྒས།།
སྡུག་མགོ་བོའི་མུན་པ་སངས་མེད་པར།།
སླར་མྱ་ངན་རུས་རྐང་གཅོག་འདི་ཅི།།

ཕྱིའི་ཚན་རྩལ་འཕྲུལ་རིག་ཇེ་དར་རེད།།
ཁམས་འབྱུང་བའི་གནོད་འཚེ་ཇེ་མང་རེད།།
ལྷ་སྲུང་མའི་མཐུ་རྩལ་ཇེ་ཞན་རེད།།
ལྟས་འདི་ལ་འགྲེལ་ཞིག་མཁོ་བར་གདའ།།

རི་མཐོན་པོའི་ཁོག་པ་བྲུས་ཏེ་ཁྱེར།།
རྩྭ་རྩི་སྨན་མགོ་བོ་བཅད་དེ་བཏགས།།
ཤིང་ནགས་མའི་སྐྲ་ལོ་བྲེགས་བྲེགས་པས།།
ས་ཆེན་པོ་ཁྲོས་པའང་ཅི་ཁག་མོད།།

རིའི་བང་རིམ་བཤིག་མཁན་ང་ཚོ་མིན།།
ཆུའི་བཞུར་རྒྱུན་གཅོད་མཁན་དེས་ཀྱང་མིན།།
ནགས་གཡུ་ལོ་གཙབ་མཁན་མིན་མིན་པར།།
གདོང་ཁྲོས་མདོག་ང་ཚོར་སྟོན་དོན་མེད།།

རྡོ་ཨར་འདམ་རྣོ་ལྕགས་སྤུས་ལེགས་ཀྱང་།།
ཕྱི་བཀོད་ལེགས་ཁང་བཟང་ཉམས་ཆེ་ཡང་།།
དུས་དེ་རིང་སྲོག་གི་གཤེད་དུ་སྨིན།།
སྦྲ་མཐིང་སྨུག་ལྟེབས་པའི་འབྲས་བུར་ངེས།།

འཕྲིན་གཉེར་དུ་གཏད་པའི་སྲུང་མའི་ཚོགས།།
སྒ་སྐྱེ་དགུ་དགོན་དུ་མེད་ཡིན་ནམ།།
སའི་འབྱུང་བ་འཁྲུགས་པའི་སྔ་རོལ་དུ།།
སྐྱབས་དཔུང་གཉེན་མ་མཛད་ཅི་ཡིས་ལན།།

ཡུལ་གྲོང་ཚོ་བསྣུབས་པ་བོད་ཡུལ་རེད།།
སྲོག་ཕངས་མེད་བཀུམས་པའང་བོད་མི་རེད།།
ལྷ་ཆེན་པོའི་མིག་ཟུང་ལྡོང་མེད་ན།།
བོད་ཉམ་ཐག་མ་མཐོང་ཨ་རེ་སྐྱོ།།

བོད་ནང་བའི་ཡིད་ཆེས་ཆོས་ལ་ཡོད།།
ཆོས་ཟབ་མོས་རྒྱུ་འབྲས་ག་ནས་སྣོག།།
རྒྱུད་གཤིས་བཟང་སྐྱེ་དགུའི་བོད་པ་ཚོར།།
སྡུག་ཐུབ་ཚོད་འདི་འདྲ་ཨེ་འབབ་བམ།།

གསེར་རགས་ཟངས་གཏེར་བཙན་པོ་དཔུང་གིས་དམར་བོའི་གཞུང་ལ་སྐྱེལ་འདྲེན་བྱས།།རང་བྱུང་ཁོར་ཡུག་བཅུད་ཀྱིས་སྟོང་བས་ཡི་དམ་ཁྲོས་པའི་ཞལ་ཁྱིམ་ནས།།
འཇིགས་རུང་ས་རྡོ་ཁད་ཀྱིས་འཐོར་བའི་ཐལ་རྡུལ་རྦ་རླབས་དགུང་ལ་བསྙེགས།།
སྐྱེ་དགུའི་བོད་ཀྱི་ཚེ་སྲོག་འབུམ་ཕྲག་བར་སྲིད་ཀློང་དུ་དབང་མེད་བདས།།

ཀྱེ་མ་བུ་ངའི་ཕ་ཡུལ་སྐྱེ་དགུའི་དཔྱོད་ལྡན་འབུམ་གྱི་རྣམ་ཤེས་ཡལ།།
གནའ་བོའི་རིག་གཞུང་གསེར་གྱི་བྱེ་མར་ཆོམ་རྐུན་སྟོང་གིས་ལག་པ་བསྲིངས།།
སྲིད་འབྱོར་རིག་གསུམ་སྙན་པའི་དབྱར་རྔ་དལ་གྱིས་རྒོད་པའི་རྒྱུན་དེ་ཆད།།
བསམ་གྱིན་བསམ་གྱིན་དྲན་པའི་གསེབ་ན་སྡུག་གི་རྣག་ཁྲག་བར་མེད་བརྡོལ།།

མཛངས་ལྡན་ཕ་མས་ལ་རྒྱའི་ཞལ་ཁྱིམ་ཕྱི་རབས་བོད་ལ་སྟོན་དབང་བྲལ།།
ཕོ་བྲང་དམར་བོའི་ཁྱིམ་གཞིས་སྐྱོང་བའི་གཞོན་ནུའི་རེ་ཐག་འདི་ནས་བཅད།།
མི་འདོད་སྡུག་གི་བཀྲེས་ལྟོགས་འཕྱུར་བའི་གཤིན་ཐང་ཡི་དྭགས་གྲོང་ཁྱེར་ན།།
ཏཱ་ལའི་བླ་མའི་ཞལ་མཇལ་རེ་སྒུག་ཡ་ཆུང་སྲོག་གི་གཏའ་མར་ཉར།།

མཆོད་མེ་ཡི་ཤོག་ངོས་འདི་ནས། ངས་ཁྱེད་ཚོ་མཆོད་མེའི་འོད་ངོགས་སུ་འདྲེན་
ཐུབ་མིན་གང་ལྟར་ཡང་། མ་ཎི་བགྲང་བཞིན་འབོད་ཀྱིན་ཡོད་ལ། བཟང་སྤྱོད་བཏོན་ནས་འཐེན་གྱིན་ཡོད། སྐྱེས་ཆེན་དམ་པ་ཚོའི་ཐུགས་སུ་ཁྱེད་ཅག་གི་རྣམ་ཤེས་སྦྲུམ་ཞིང་། རིགས་ཀྱིས་སྦྲེལ་བའི་སྨྱུག་ཐོགས་པ་ཚོའི་ཤོག་ངོས་དང་།སྨྱུག་ཆུ་ཡོད་ཚད་འགྱོད་པ་དང་མིག་ཆུ་རེད། རེད་ཡ། ལོ་ངོ་མང་བོ་མང་བོའི་རིང་ཁྱེད་ཚོས་རང་གི་ཞི་དུལ་བབ་ཆགས་ཀྱི་གོམས་གཤིས་བཟང་བོ་དང་། བདག་གཞན་གཉིས་ཕན་གྱི་རིག་གཞུང་ཟབ་མོ་ཇི་ལྟར་ཉར་ཚགས་བྱས་ཏེ། གཞིས་བྱེས་ལྷན་འཛོམས་ཀྱི་ཉི་མ་ཞིག་ལ་རེ་བ་ག་ཚོད་བཅངས་ཡོད། ད་དུང་། བོད་ལ་རང་བཙན་དང་། ཡང་ན་རང་སྐྱོང་ཐོབ་ན་ཁྱེད་ཚོས་རྒྱལ་ཁའི་གཞས་ཚིག་ཇི་ལྟར་རྩོམ་རྒྱུ་ཡིན་པ་དང་། དགའ་སྤྲོའི་བྲོ་གར་ཇི་ལྟར་འཁྲབ་རྩིས་ཡོད་དམ། ངས་འདི་ལྟར་བསམ་གྱིན་བསམ་གྱིན་སང་ལོའི་སྒ་སྐྱེ་རྒུ་མདོ་རུ་ཁྱེད་ཅག་སླར་ཡང་འཁྲུངས་ཐུབ་རྒྱུ་རེད་ལ། འུ་ཅག་ཉི་མ་དང་ཟླ་བའི་མདུན་དུ་ལྷན་འཛོམས་ཡོང་རྒྱུ་རེད་ཡ།
བདུན་ཚིགས་བདུན་པའི་མཆོད་མེ་ཞིག་གི་ཚབ་ཏུ་ཕྱི་ཟླ་༦་ཚེས་༣ཉིན་ལ་ཕུལ།

མཆོད་མེའི་ངོགས་དང་སང་ལོའི་སྐྱེ་རྒུ་མདོ།ཤིང་ལོ།[འབྲས་སྒོ་མང།]

ངའི་ཕ་ཡུལ་མིག་ཆུའི་ཁྲོད་དུ་ལུས།

ལྡན་མ་བྱམས་པ་འབྱུང་གནས།[འབྲས་སྤུངས།]

ས་ཆེན་པོ། ཐུབ་ཚོད་མ་གཏོང་།
ཤིས་ཚང་ལྗང་མྱུག [སྒོ་མང་།]

- - - - སྒ་སྐྱེ་དགུ་མདོར་ས་ཡོམ་བྱུང་རྗེས།

.

.

. .

.

མགོ་བོ་ཡར་ལ་དགྱེ་དང་། སྐྱེ་རྒུ་བ།

མཆོད་མེ་སྙན་ངག་ཚགས་པར་།

4 ༤༌༡༤ ས་ཡོམ་གོད་ཆག་ཁྲོད་ཀྱི་སྒ་སྐྱེ་དགུའི་བོད་མི་ཚོར་ཕུལ་བའི་ཆེད་སྒྲིག་པར་ངོས།
ས་ཆེན་ནམ་མཁའ་རྡུལ་གྱིས་བཀང་སོང་།།
ཁྲག་དང་རུས་པས་ས་གཞི་བརླན་ཐལ།།
རི་དང་གཙང་བོའི་བརྟན་བརླིང་བརླགས་སོང་།།
འོ་དོད་ཆེན་པོས་ནམ་མཁའ་བཀང་ཡོད།།

གྲོགས་དང་གཉེན་གྱི་སྐད་ངག་མ་ཐོས།།
ས་དོང་མུན་པའི་འོབས་ལ་མནན་སོང་།།
ལྟོགས་དང་མནར་བས་ཚེ་མཇུག་རྫོགས་ཐལ།།
མདའ་མཚོན་སྟོང་གིས་སྙིང་ལ་བསྣུན་ཡོད།།

ཨ་མའི་མིང་ནས་འབོད་དབང་མ་བྱིན།།
ཨ་ཕའི་བརྩེ་བས་སྐྱོབ་དབང་མ་བྱུང་།།
གྲོགས་དང་གཉེན་ཉེ་འཕྲད་དབང་མ་ཡོང་།།
ས་རྡུལ་ཆེན་པོས་གནམ་ས་བསྒྱུར་སོང་།།

ཨ་མ་སྟོང་གི་ལག་རྟེན་བཅགས་སོང་།།
བུ་ཆུང་ཁྲི་ཡི་རང་ཁྱིམ་སྟོངས་སོང་།།
གཉེན་ཉེ་དག་གིས་ཐག་རིང་ཡུལ་ནས།།
མིག་ཆུ་ག་ལེར་སྙིང་ལ་བཞུར་ཡོད།།

ཡུལ་

ཤུལ་

ཚང་།

སུས་ཀྱང་བསྒྱུར་ཏུ་མེད་པ་སྔོན་གྱི་ལས།།
ང་ཚོ་རིགས་མཐུན་ཚོགས་ཀྱི་མགོ་ལ་ལྷུང་།།
གདུང་བ་ཆེ་ཡང་བསྒྱུར་ཏུ་མེད་འདི་སོམས།།
བཅོས་སུ་མེད་ལ་སྡུག་ཡུས་བྱེད་འདི་བླུན།།
མཆོག་གསུམ་ཞིང་ལ་སྨོད་འདི་ཤིན་ཏུ་གླེན།

མ་བྱས་པ་དང་མི་འཕྲད་སྟོན་པས་གསུངས།།
གསུང་ལ་ཡིད་ཆེས་ཡོད་ན་སྙིང་རུས་གྱིས།།
ཀྱེ་མ་འཇིག་རྟེན་འཁོར་བའི་སྣེ་མོ་ན།།
དགའ་སྡུག་གློག་ལྟར་འགྱུ་བ་འདི་སོམས་ལ།།
ལས་ངན་གཏིང་ནས་᫕ཛད་པར་སྨོན་ལམ་ཐོབས།།

གནས་དང་གྲོང་ཁྱེར་ཡུལ་མཐའི་ཁང་རྙིང་སོགས།།
སྐད་ཅིག་མི་སྡོད་དུས་ཀྱི་མགྲོན་ལ་གཤེགས།།
ཐམས་ཅད་འདི་ལྟར་འགྲོ་བ་ཤེས་བྱས་ཏེ།།
ཤུལ་ལུས་མཛའ་བ་སྣག་གི་གཉེན་ཚན་ལ།།
སེམས་གསོ་སྙིང་ནས་གྱིས་ཤིག་ཁ་བ་ཅན།།

ཟང་ཟིང་ནོར་གྱིས་དྲིན་ཆེན་ཕ་མི་ཁུག།།
མགོ་གཡོག་གཏམ་གྱིས་བརྩེ་ཆེན་མ་མི་རྙེད།།
ཤ་དང་རུས་པའི་གཏིང་གི་བརྩེ་བ་འདིས།།
སྡུག་གི་སྐྱོ་མོ་གཏིང་ནས་འཛད་འགྱུར་ན།།
གཞན་གྱི་མི་ལས་རང་ཡུལ་སྤུན་ཟླ་བཟང་།།

ལ་ལས་འདི་ན་བོར་བའི་མ་དྲན་ཡོད།།
ཁ་ཅིག་འདི་ན་བསད་པའི་རོ་རྙེད་ཡོད།།
ཕ་མ་གཅིག་ལས་མཆེད་པའི་བོད་དག་གིས།།
རང་གི་ཕ་དང་སེམས་ཀྱི་བུ་བཞིན་དུ།།
སྡུག་བསྔལ་དང་དུ་ལེན་ལ་སྙིང་སྟོབས་དགོས།།

རེ་བའི་མགོན་དེའི་སེམས་གསོ་དྲོན་མོ་ཡོད།།
གྲོངས་པའི་མི་ལ་བཟང་བའི་བསྔོ་བ་ཡོད།།
ཤུལ་ལུས་ཚོ་ལ་བདེ་བའི་སྐྱབས་འཇུག་ཡོད།།
འདི་དག་སྙིང་ལ་བཟུང་སྟེ་འཇིག་རྟེན་འདིར།།
ལྷ་ཆོས་མི་ཆོས་འགྲུབ་པའི་སྨོན་ལམ་ཡོད།།

ཀྱེ་མ་འདི་ནས་སོང་བའི་རིགས་མཐུན་ཁྱུ།།
འདོད་པའི་དངོས་དང་མཐུན་པའི་ལྷ་ཆོས་ལ།།
ཅི་འདོད་སྤྱོད་པའི་ལས་ཀྱིས་སྣེ་ཁྲིད་དེ།།
ནུབ་ཕྱོགས་རི་དང་སྤྲིན་གྱི་ལམ་བརྒྱུད་དེ།།
ཉི་མ་ནུབ་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་སྐྱེ་བར་ཤོག།།

ས་ནི་རལ་ཞིང་རི་ནི་འགྱེལ་བ་དང་།།
བཟོས་པའི་གྲོང་ཁྱེར་ཞིང་གི་ཐང་མར་གྱུར།།
ངུ་བའི་སྐད་དང་དུད་པའི་སྤྲིན་པ་ནི།།
ནམ་མཁའི་དབྱིངས་སུ་བགྲོད་པ་དེ་ཡི་སར།།
བསྔོ་སྨོན་བཟང་བོས་སྦྱར་བ་འགྲུབ་གྱུར་ཅིག།།

ས་བདག་ཁྲོས་པས་ཡོད་ཚད་གཏོར་བཅོམ་བཏང༌།།
རྔམ་གནག་འཇིགས་པའི་མུན་པ་ཀུན་ནས་འཐིབས།།
དཀར་མིན་ལས་ཀྱི་རྩུབ་སྤྱོད་མི་བཟད་པས།།
ཆེམ་ཆེམ་གཡོ་བའི་འགུལ་ཐེངས་གཅིག་གིས་ཀྱང༌།།
བརྩེ་བའི་མེ་ཏོག་འཆི་བདག་སེན་མོས་དྲལ།།
གདུང་བའི་མེ་ལྕེ་སྙིང་གི་ཁུང་བུར་མཆེད།།
མཛེས་པའི་ལང་ཚོ་ཕྱི་མའི་ཡུལ་ལ་བརྫངས།།

སྒ་སྐྱེ་རྒུ་མདོ᫙་ས་ཡོམ་གྱི་གོད་ཆག་ཕོག་པར་ཆེད་དུ་བྲིས།
༢༠༡༠ ༥ ༢༦ ཉིན།

ཉི་མ་ནུབ་ཕྱོགས་སུ་སྐྱེ་བར་ཤོགཉི་མ་ནུབ་ཕྱོགས་སུ་སྐྱེ་བར་ཤོགང་དུར་ཁྲོད།

མི་འཇིག་སེངྒེ་ངར་སྒྲ་བསྒྲགས་པའི།།
གདོང་དམར་ཚང་གི་ཕུ་ནུ་རྣམ་པ།།
གཡག་རོག་ཅིག་གི་ཧུར་སྒྲ་ཙམ་ལས།།
ས་ཆེན་ནམ་མཁའ་ལག་ཏུ་མེད་ཀྱང་།།

རང་སྣ་སྦོམ་པོ་དཔུང་བའི་བྲག་ཆ།།
སུ་དང་གང་གི་འགྲན་ལ་བརྡར་ཡོད།།
སྐྱོ་དང་དགའ་བའི་ཉི་མ་འདི་ཚོར།།
ང་ཡང་ཁྱོད་ཀྱི་དྲུང་ལ་ཐོན་ཡོད།།

རི་དང་གཙང་བོའི་ཁ་ཐག་རིང་ཡང་།།
སེམས་དང་བསམ་པ་ཁྱོད་ལ་སྦྲེལ་ཡོད།།
ཆུ་དང་ཟམ་པས་བར་ཐག་བཅད་ཀྱང་།།

མིག་ཟུང་བསྒྲིམས་ནས་ཁྱོད་ལ་བལྟས་ཡོད།།

ཁྱོད་ཀྱི་མྱོང་བ་མིག་གིས་རིག་ཐལ།།
ཁྱོད་ཀྱི་འོ་དོད་རྣ་བས་ཐོས་ཐལ།།
མི་རྐྱང་གངས་རྡེའུ་ཤུལ་དུ་ལུས་ཡོད།།
སེམས་པའི་གཏིང་ལ་རྣག་ཅིག་གསོག་ཡོད།།

གངས་རྡེའུ།

ས་ཆེན་པོའི་སྨྲེ་ངགརང་བྱུང་སྐྲ་ཡི་ལྗང་ལོའི་ཕོན་པོ་གདུག་རྩུབ་མཚོན་ཆས་གཏུབས་ནས་བུད་ཐལ།།སྐྱི་པགས་མཉེན་མོའི་འཇམ་ཤ་དོད་པོ་འཇིགས་རུང་མཆེ་བས་གཙབས་ནས་བུད་ཐལ།།ཡུན་རིང་སེམས་པའི་ཟབ་སར་ཉར་བའི་ཁོག་གི་བང་མཛོད་བྲུས་ནས་བུད་ཐལ།།ལོ་དང་ཟླ་བའི་ན་ཟུག་བར་ནས་འཕག་འཚག་ཐེངས་གཅིག་རྒྱག་དགོས་བྱུང་སོང་།།

མི་བོ་ཆེ་ཚོའི་སྨྲེ་ངགརྫུན་དང་ཕྲ་མའི་ཕུ་ཐུང་བར་ནས་ལོ་རྒྱུས་དེབ་ཐེར་ནག་བསུབ་བཏང་ཡང་།།
རྩྭ་དང་ཆུ་ཡི་རིན་ཐང་གླེང་སྟེ་ཕུ་ནུ་དཀྲུག་པའི་སྦྱོར་བ་བརྩམས་ཀྱང་།།
བཙན་པོའི་གཏུམ་དྲག་གཤིས་ཀ་ཉར་བའི་ཕོ་རྒོད་དར་མའི་མགོ་བོ་བཅད་ཀྱང་།།ཆོལ་གསུམ་བོད་མིའི་དམ་ཚིག་ལག་རྡང་གོད་ཆག་འདི་ཡི་པང་ནས་རྙེད་ཆོག།།

ཡུལ་ཤུལ་བའི་སྨྲེ་ངགས་ཆེན་བྲང་ཁོག་ཡུན་རིང་བསྔོགས་པའི་ཁོང་ཁྲོ་སྐྱེ་བའི་རྐྱེན་ཞིག་མེད་ན།།
ཤོག་གུ་འདམ་གྱི་སྡོད་ཁང་དོག་པོར་བཙན་གྱིས་བརྫངས་པའི་འཇིགས་པ་མེད་ན།།རྫས་སྦྱོར་མཚོན་ཆའི་དུག་རླངས་ནག་པོས་སྣོག་ལས་བརྒྱབ་པའི་བྱས་ཉེས་མེད་ན།།ཁྲི་མ་འབུམ་གྱི་ཚེ་སྲོག་འཕྲོག་པའི་བདུད་ཀྱི་གཏུམ་པོ་འོང་དོན་ཅི་ཡོད།།

བོད་པ་ཚང་གི་སྨྲེ་ངག།
ལྷ་ཆེན་ནུས་པའི་མཐུ་ལས་འགོངས་ཏེ་གཤིན་ལམ་དོག་པོར་འཚང་ཁ་བརྒྱབ་ཐལ།།མོ་བ་རྩིས་པའི་སྐྱག་རྫུན་བརྒྱ་ཡི་ཁུག་མ་ནག་པོ་རལ་ནས་བུད་ཐལ།།
ཧམ་པ་བརྒྱ་དང་འདྲེ་ལག་སྟོང་གིས་ཉེན་སྐྱོབ་རོགས་དངུལ་བརྐུས་ནས་བུད་ཐལ།།ཀྱེ་མ་ཉམ་ཆུང་སྐྱེ་རྒུ་བ་ཡི་ལས་དབང་འདི་ལ་ཅི་ཡིས་ཉེས་སམ།།

ང་དང་ཁོ་བོ་ཚོའི་སྨྲེ་ངགཤ་དང་རུས་པ་མེ་ལྷར་བསྟབས་པས་གནམ་ས་བསྣོལ་བའི་དུད་ཞགས་མཐོང་སོང་།།འགྱིག་གིས་བཟོས་པའི་ཉེན་སྐྱོབ་དམག་མིའི་ཤ་ཚ་མེད་པའི་དན་རྟགས་མཐོང་སོང་།།རིགས་དང་རུས་པའི་སྐྱེ་ཁུངས་གཅིག་པའི་སྒང་བ་བོད་པའི་ཆིག་སྒྲིལ་མཐོང་སོང་།།སྙིང་ཁམས་གདོན་གྱི་རྒྱ་རུ་ཚུད་པའི་ཧུའོ་ཅིན་ཐོ་ཡི་བཅོས་འཛུམ་མཐོང་སོང་།།

༤༌༡༤ ནམ་ཡང་བརྗེད་མི་ཚར་བའི་ཚེ་སྲོག་གི་ཉིན་མོ།

མགར་འཇམ་དབྱངས་རྒྱ་མཚོ།

ལྷགས་རླུང་གིས་སྦྲུམ་པའི་ཁ་བ་ལེབ་མོངའི་ཡུལ་མི་ཚོའི་བར་སྣང་ནས་ཟུར་གསུམ་དུ་བབས་པསགཙང་བོར་ངུ་ཁ་ཤོརམེ་ཏོག་གི་མིག་ཆུ་བཞུརཞལ་ཁེབས་མ་ཕྱེ་བའི་མེ་ཏོག་གི་འཇིག་རྟེན་ཞིགཞོགས་པ་ཞིག་དང་ལྷན་དུ་རྒྱང་དུ་བཞུདའདི་ནི་བུ་མོ་ཚེ་སྒྲོན་གྱི་མཐའ་མཇུག་གི་རྨི་ལམ་ཐེངས་ཤིག་ཀྱང་ཡིནངེད་ཅག་གི་སྤྱི་གཙུག་ན་གཟིམ་པའི་ནམ་མཁའ་སྔོན་པོ་ཨངདེ་རིང ཁྱེད་ནི་སུ་ཞིག་གིས་མི་ཡུལ་ལ་བཞག་པའིམནར་གཅོད་ཐེངས་ཤིག་ཡིནཆུ་བོ་བཞུར་ཤུལ་དང་སྡོང་ལོ་འཐོར་ཤུལ་དུའངཁྱེད་ཅག་གི་རྐང་རྗེས་ཙམ་ཡང་ལུས་མི་འདུག་པ་ཅི་ཡིནད་ནི་ངས་རླུང་བུ་ལས་ཁྱེད་ཅག་གི་གོམ་སྒྲར་ཉན་བཞིནམེ་ཏོག་ཅིག་གི་སྐྱེ་འཇིག་ལ་གསོལ་བ་ཡང་ཡང་འདེབས་ཀྱིན་ཡོདདོ་ནུབ ངའི་སྒེའུ་ཁུང་ལས་བཞུར་བའི་ཟླ་འོད་དེ་ཁྱེད་ཅག་ཡིན་ནམཡང་ན དགུ་ཚིགས་ཀྱི་ཀློང་ལ་གཡེང་བའི་
སྐར་ཚོགས་དག་ཁྱེད་ཅག་ཡིནགང་ལྟར འོད་དུ་འཚེར་བའི་མཚན་ཐུབ་ཀྱི་ངོགས་ནསམིག་ཆུ་རྡོག་གཅིག་གིས ངའི་སེམས་ལ་མདུད་པ་ཞིག་སྐྱོན་ནས་
ག་ལེར་འགྲིལ་སོངངའི་སྒེའུ་ཁུང་ལས་བཞུར་བའི་

ཟླ་འོད་དེ་ཁྱེད་ཅག་ཡིན་ནམ།
ཀླུ་ཁྲག་ཐིགས།

རྡོ་སྦིས་ལེགས་བཤད།

.

.

.

.

སྟོབས་དང་མངའ་ཐང་གློ་བུར་རྨང་ནས་འགྱེལ།།
གཅེས་པའི་ནོར་རྫས་གཤིན་པོའི་ཆོ་གར་བྱས།།
ས་ཡི་མཛེས་རྒྱན་སྐད་ཅིག་ཐལ་བར་བརླགས།།
ཚེ་སྲོག་ཤོར་བའི་བེམ་རོའི་ཕུང་བོ་བརྩིགས།།

མེ་དུད་འཕྱུར་བས་མཁའ་དབྱིངས་མོག་པོར་བཟོས།།
བཅོས་སུ་མི་བཏུབ་རང་བྱུང་གོད་ཆག་འདིས།།
སུ་དང་གང་ལ་བརྩེ་བ་མེད་པར་བརྙོགས།།
ཀྱེ་ཧུད་རྐྱེན་ངན་ཁྲག་གིས་བགོས་གྱུར་པ།།

ད་ནི་སེམས་ལ་མྱ་ངན་མུན་པས་བརྫིས།།
བློ་གཏད་དཀའ་བའི་མི་རྟག་གཡོ་འགུལ་དེས།།
དབྱེན་སྦྱོར་དགྲ་ཡི་ལག་ཏུ་མ་ཤོར་བའི།།
ཁྱེད་ཀྱི་དམ་ཚིག་གཙང་མའི་འོད་སྣང་ལ།།
སྙིང་ནས་བཀུར་ཞིང་ཡིད་ཀྱིས་གུས་པས་མཆོད།།
ཤུལ་ལུས་སྤུན་ཟླའི་སེམས་ཤུགས་མ་ཆག་རོགས།།
ཕུ་ནུ་མིང་སྲིང་མགོ་བོ་ཡར་ལ་དགྱེ།།

མི་རྟག་གཡོ་འགུལ་གྱི་གར་སྟབས་གཅིག
.

མཆོད་མེ་སྙན་ངག་ཚགས་པར་།

5 ༤༌༡༤ ས་ཡོམ་གོད་ཆག་ཁྲོད་ཀྱི་སྒ་སྐྱེ་དགུའི་བོད་མི་ཚོར་ཕུལ་བའི་ཆེད་སྒྲིག་པར་ངོས།

ས་མཐའི་རླུང་བུ་རྒོད་པའི་རི་ཁུག་འདི་ནས།།
མི་སྙན་གཏམ་གྱི་ཐོག་དེ་རྣ་བར་ལྷུང་བས།།
མྱ་ངན་རླབས་ཀྱི་ལག་པ་བྲག་ལ་རྡེབ་བཞིན།།
སྨྱུ་གུའི་མཆི་མ་འདི་ལྟར་ས་ལ་ཟགས་སོང་།།

མི་རྟག་སྲིན་མོ་གླལ་བའི་ཁ་རུ་ལྷུང་བའི།།
མི་ཤི་རྟ་འགྱེལ་ཐེབས་པའི་གོད་ཆག་རིང་མོས།།
སྡུག་ཐོག་སྡུག་གིས་བརྩེགས་ནས་སེམས་རྩ་ན་ཡང།།
མྱ་ངན་རླུང་ལ་སྐུར་བའི་ཤུགས་རིང་མ་གཏོང།།

གངས་ཅན་ཚད་མའི་སྟོན་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱིས།།
དྲང་བོའི་ཐར་ལམ་སྟོན་པའི་ས་མཁན་མཛད་སོང།།
བསླུ་མེད་ཕྱི་མའི་ལམ་ཡིག་གཟུངས་སྔགས་དྲུག་མས།།
འདི་ཕྱི་ཀུན་ལ་གཏན་གྱི་དབུགས་དབྱུང་བྱིན་སོང།།

ལས་ཀྱི་བསྐོས་ཐང་འདི་ལ་བཟློག་ཐབས་མེད་ཀྱང།།
ཆུ་སྣ་རྐྱེན་གྱིས་བསྒྱུར་བའི་འགྲོ་ཕྱོགས་འདི་ལ།།
རྐེྱན་ངན་ལམ་དུ་འཁྱེར་བའི་སྙིང་སྟོབས་གསུངས་པས།།
གཡུང་དྲུང་ལྷ་ཡི་གདམས་པ་སེམས་ལ་མཛོད་ཅིག།།

མ་ཎི་ཡི་གེ་དྲུག་མའི་རྫོངས་པ་དང་བཅས།།
བར་དོའི་འཕྲང་རིང་འགྲིམས་རྣམས་སྐྱེལ་མ་བྱས་ཡོད།།
ཡོད་ཚད་ཕྱི་ནང་མེད་པའི་སེམས་པ་གཏད་ན།།
སྐྱོ་བས་གདོང་བ་སྨད་རྣམས་མགོ་བོ་ཐེགས་ཤིག།།
༢༠༡༠ ༥ ༢༨་ཉིན།

སྟོང་ཕྲག་དུ་མའི་ཁ་དབུགས་བརྔུབས་ཏེ་དབྱིག་ལྡན་མ་མར་མངལ་ཡང་སྦྲུམ།།བམ་རོ་བསྲེགས་པའི་དུད་སྤྲིན་ཁྲོད་ན་རྒོད་པོ་ཚོགས་ཀྱིས་ལྡིང་སྐོར་བྱེད།།འཛིན་མ་རལ་བའི་བྱང་ཁོག་དེ་ན་རྩིག་གྱང་འགྱེལ་བའི་གོད་ཆག་མཐོང༌།།ཡུལ་ཤུལ་རྩྭ་ཐང་ཁྲག་གིས་བརྫིས་དེས་ལིང་གའི་གྲོང་ལ་འཕྱ་བ་བཞིན།།

སོར་རྩེ་བསྣོལ་བའི་སྙིང་ག་དེ་ནས་སྣང་གསལ་སྒྲོན་མེ་མཐོར་བཏེགས་ཏེ།།
སེམས་ཀྱི་སྒོ་གླེགས་དལ་གྱིས་བརྡུངས་ཚེ་རྣམ་ཤེས་སྟོང་གི་ངོ་གདོང་མཐོང༌།།ཕངས་པའི་སེམས་པ་གདུང་བས་མནན་ཏེ་སྙིང་རྩར་མཆི་མས་བརླན་པའི་ཚེ།།བྱམས་དང་སྙིང་རྗེའི་གྲོས་ར་དེ་ནས་མི་རིགས་ཤིག་གི་ཆག་འཇིག་གླེང༌།།

ཕྱི་ཐག་རིང་བའི་བརྩེ་སེམས་སྲབ་མོ་ཉི་མའི་བུ་ཡི་སྒོ་རྩར་ཆད།།
ནང་གྲོས་གཏམ་ཡང་གླེང་ཁོམ་མ་བྱུང་སྐྱེ་གནས་འཚོལ་བའི་འཛིན་བྱང་བཏེགས།།
དགོད་པའི་སྒྲ་དང་ངུ་བའི་སྐད་མེད་ལས་ཀྱིས་འཁྲི་བའི་རྡོག་ཁྲེས་ཁུར།།
འཁྲེང་སེམས་ཕྱི་མིག་སུ་ལ་མ་བལྟས་ལྔ་བའི་ལམ་ན་ཅི་ཡང་འཕྱན།།

སེམས་ཀྱི་
འགུལ་ཤུགས་གཞན་ཞིགཀླུ་དགེ་འདུན་རྒྱ་མཚོ། ས་ཡོམ་གོད་ཆག་གི་གདུང་ཁུར་

མཉམ་ལེན་གྱི་ཞུ་ཚིགདཀར་ནག་གོ་ལྡོག་མ་འཆོལ་ལས་ཀྱི་འབྲས།།
སྐྱེ་བའི་ཞིང་སར་སྨིན་པའི་རྟེན་འབྱུང་ཚུལ།།
ཐུབ་པའི་ཕྱག་ཟུང་བསྐྱངས་ཀྱང་མི་སེལ་བ།།
ཚད་མའི་ལུང་གིས་གྲུབ་ལ་སུ་ཞིག་བསྙོན།།

འོན་ཀྱང་ལས་སྨོན་ཟབ་མོའི་རྨུ་ཐག་གིས།།
སྐྱེ་བའི་འཕྲེང་བར་སྦྲེལ་བའི་རིགས་མཐུན་དག།།
སྐྱོ་གདུང་ཤུགས་ཀྱིས་གྱེར་བའི་དབྱངས་རྟ་འདི།།
ཤ་དང་རུས་པ་གཅིག་པའི་མཚོན་དོན་ཡིན།།

རང་བྱུང་འབྱུང་བ་འཁྲུགས་པའི་གནོད་འཚེ་དང་།།
ཁྲེལ་མེད་ཇག་པ་དམར་བོའི་བཙན་འཛུལ་ཁྲོད།།
མི་ཤི་རྟ་འགྱེལ་བྱུང་བའི་གོད་ཆག་འདི།།
ལས་ངན་བོད་པ་ཚང་གི་ཕམ་ཁ་ཡིན།།

མི་དང་མི་མིན་འཐབ་པའི་གདུག་རྩུབ་འོག།།
མགོ་ནག་བོད་པའི་སྲོག་ལ་རིན་ཐང་ཆུང་།།
ཀྱེ་མ་ཀྱེ་ཧུད་ལྷ་དང་སྲུང་མ་སོགས།།
སྐྱོབ་པའི་མགོན་ཞིག་ཡོད་ན་ཕེབས་རན་རེད།།

སྐྱིད་ཀྱི་རྟ་ཕོ་ཞོན་དུས་དགོད་གྲོགས་ཡིན།།
སྡུག་གི་ཁུར་བོ་འཁུར་དུས་སྐྱོ་རོགས་ཡིན།།
སྐྱིད་སྡུག་མཉམ་མྱོང་བྱེད་དུས་མིང་སྲིང་ཡིན།།
གདོང་དམར་བ་ཡི་འབྲེལ་བ་འདི་ལྟར་ཟབ།།

རྒྱང་རིང་ཕྱི་མར་བཞུད་པའི་སྤུན་ཟླ་ཚོ།།
ལྷན་འཛོམས་དུས་ཀྱི་སྐལ་བ་མ་བྱུང་ཡང་།།
སྐྱེ་ཀུན་ཕྱག་ན་པད་མོའི་རྗེས་འཛིན་ཕྱིར།།
ཡིག་དྲུག་མ་ཎིའི་ཕན་ཡོན་ཁྱོད་ལ་བསྔོ།།

དབྱངས་གསལ་གདངས་ཀྱི་ང་རོར་གྱེར་ཚེ་མ་འོངས་བོད་ཀྱི་སོན་རྩ་སྟེ།།རྨ་བྱའི་བུ་མོ་གར་ལ་ཆས་དུས་ང་དང་སེམས་ཀྱི་བག་མ་ཉིད།།
ཐིག་ལེའི་རྩལ་ཤུགས་ནང་ནས་རྫོགས་ཚེ་ང་དང་ཁྲག་གི་འཁོར་རྒྱུན་ཞིག།བར་དོའི་གྲོང་གི་འགྲུལ་བཞུད་པ་སྟེ་ང་ཡི་ཕུ་ནུ་མིང་སྲིང་ཚོ།།

སྟོབས་ལྡན་དཔུང་གིས་འཕྲོག་པར་མ་ནུས་ང་དང་འབྲེལ་བའི་རྣམ་ཤེས་ཚོགས།ཐབས་རྩལ་འཕྲུལ་གྱིས་བློ་རིག་རྒོད་ཅིང་ནོར་དང་སྒྱུ་མས་བསླུ་མ་ནུས།།ངོ་ཚའི་རི་མོ་གདོང་ལ་བཏབ་ཚེ་རོ་འཛིན་ཅན་རྣམས་ལྐུག་པ་སྟེ།།
གྲག་འགུལ་མེད་པའི་འཇིག་རྟེན་ཞིག་ནས་ཕོར་གང་མཆི་མས་སྐྱེལ་མ་བྱས།།

ཉེས་མེད་ཉེས་བརྒྱའི་རྫོངས་པ་བརྒྱབ་སྟེ་ཕྱི་མའི་ཡུལ་དུ་བརྫངས་གྱུར་ཀྱང༌།།སུ་དང་གང་ལ་འཁང་ར་མེད་ལ་དགའ་སྐྱོ་ཆགས་སྡང་དེ་བས་མེད།།
སེམས་ཀྱི་གདུང་བ་གཟུགས་སུ་མ་གྲུབ་སྙིང་རྩ་འགྱུ་བའི་ན་ཟུག་སྟེ།།
སྙིང་རྗེ་སྨྲ་བའི་ལྷ་ཚོགས་ཀྱིས་ཀྱང་མིག་ཟུང་གཏན་ནས་གཏན་དུ་བཙུམས།།

དཔའ་བོ་སྟོང་ཕྲག་རི་ལ་ཆས་དུས་རྩྭ་ཐང་དགྲ་ཡི་འཚོ་རྟེན་ཞིག།
མཛེས་མའི་གར་སྟབས་ཁད་ཀྱིས་བཀག་ཚེ་ཕ་གཞིས་དྲོན་མོ་ཇག་པའི་ཚང༌།།ཤི་བ་སྟོང་ལ་རྨས་མ་ཁྲི་ཡིས་ཁ་བའི་ལྗོངས་ལ་མྱ་ངན་བྱིན།།
ལས་དབང་ཟབ་མོའི་སྒོ་ལྕགས་ནར་མོ་ནམ་ཡང་ང་ཚོའི་གཉའ་ཤིང་བཞིན།།

མཛུབ་ཀེར་རི་མོའི་དགུ་ཚིགས་དེ་ལས་སྐར་མའི་ཚོགས་ཀྱི་གྲངས་ཐོ་བཤེར།།ཟླ་བའི་མིག་ཆུ་སྐྱོགས་ཀྱིས་བཅུས་ཏེ་གངས་རིའི་སྐོམ་གདུང་སེལ་བར་རེ།།
ལུས་དང་སེམས་ཀྱི་མྱོང་བྱ་ཟབ་མོ་མཚོན་གྱིས་བཏབ་ཀྱང་མཚོན་ནུས་མིན།།
བརྣག་དཀའི་འཚོ་བ་ས་མཐར་བསྐྱལ་ཡང་སེམས་པ་གླིངདཀར་སྟོད་ལ་ཕྱོགས།།
༢༠༡༠།༥།༢༤ཉིན་ལ།

.

ཁྲི་ཀ་མཁས་གྲུབ།

སྐྱེ་
རྒུ་

མདོའི་ .

ཤུགས་ཀྱིས་གྱེར་བའི་དབྱངས་རྟ་།
.གསེར་རྟ་ཚུལ་ཁྲིམས་བསྟན་འཛྀན།

༡

སྡུག་བསྔལ་གྱི་གྲང་ངར་ཆེ་སར།
རྐྱེན་ངན་གྱི་བུ་ཡུག་འཚུབ་པའི་
ངའི་ཕ་ཡུལ། སྐྱེ་དགུ་མདོ།
སྔོན་མའི་ལས་དབང་གཅིག་ལད་ལྟའི་ཤ་ཁྲག་གཅིག་པའི་
ངའི་ཕ་མ་སྤུན་ཟླ། སེམས་པ་མ་སྐྱོ།
ཤི་བོ་ཡི་རྣམ་ཤེས་འདྲེན་པའི་
མུན་སེལ་གྱི་མཆོད་མེ་ལྷམ་ལྷམ་
ང་ཚོས་མཉམ་དུ་སྦར་ཡོད།
དཀོན་མཆོག་མཁྱེན། སྤྱན་རས་གཟིགས།
ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧཱུཾ།
ཤི་བོ་ཡི་རྣམ་ཤེས་འཁྱམ་པོ།
ཁྱེད་ཉིད་ཀྱིས་དྲོངས་ཤིག

༢

བཙན་གནོན་གྱི་མུན་པ་མཐུག་སརགོད་ཆག་གི་བར་ཆད་བྱུང་བའི་
ངའི་ཕ་ཡུལ། སྐྱེ་དགུ་མདོ།
ཞི་བདེའི་ལྟ་གྲུབ་གཅིག་ལགདོང་གི་ཤ་མདངས་གཅིག་པའི་
ངའི་ཕ་མ་སྤུན་ཟླ། སེམས་པ་མ་སྐྱོ།
དྭ་ཕྲུག་དང་རྨས་མའི་ཆེད་དུགདུང་སེམས་ཀྱིས་སྐྱིད་སྡུག་མཉམ་མྱོང་།
ང་ཚོས་མཉམ་དུ་བྱས་ཡོད།
དཀོན་མཆོག་མཁྱེན། སྤྱན་རས་གཟིགས།
ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧཱུཾ།
སེམས་གདུང་གི་རྨ་ཁ་ཡོད་ཚདཁྱེད་ཉིད་ཀྱིས་སོས་ཤིགང་

ཚོ་

ཁྱེད་
དང་

ལྷན་
དུ་

ཡོད།
.ཨ་ཀ་སྤེན་པ།

དཔའ་མཛངས་རྟུལ་ཕོད་ཀྱི་ཆོས་ལྡན་བོད་ཡུལ།།
སྣོད་བཅུད་གྲུ་གཙང་ངང་འཛམ་གླིང་མཛེས་རྒྱན།།
ཀླ་ཀློའི་སྡིག་སྤྱོད་དང་དུས་འགྱུར་རིམ་བསྟུན།།
རྡུལ་མཚོན་སྙིགས་རོ་དང་འབྱུང་འཁྲུག་ལྷོག་ལྷོག།།

དེ་རིང་རང་བྱུང་གི་ཁྲོ་གཉེར་རྩུབ་མོས།།
གདོང་དམར་ཁྲི་ཕྲག་གི་ཤ་ཁྲག་གསོན་འཇིབ།།
རྒས་འཁོགས་སྟོང་ཕྲག་གི་སེམས་རྟེན་ས་བསྲེས།།
སྐྱབས་མེད་དྭ་ཕྲུག་གི་འོ་དོད་ཙག་ཙག།།

དེ་རིང་ཐང་ཆེན་དུ་བེམ་རོས་རི་བརྩིགས།།
མཁའ་རུ་བྱ་རྒོད་དང་གསུར་དྲིས་བུན་འཐིབས།།
གསོན་ལུས་ཡན་ལག་རྣམས་གས་ཆག་བཅད་སྐྱོན།།
སེམས་ལྡན་སུ་ཞིག་གིས་མཐོང་ན་སྐྱི་གཡའ།།

དེ་རིང་སྐྱེ་རྒུ་མདོའི་གོད་ཆག་དབུགས་རིང་།།
གངས་ཅན་སྐྱེ་འགྲོ་ཡི་སེམས་མནར་དུ༔ཁ།།
སྔོན་བསགས་ངན་ཤིག་སྨིན་པ་ཡིན་ན།།
སྡིག་འབྲས་རྩ་བ་ནས་འདག་པའི་སྨོན་ལམ།།

དེ་རིང་ཆོས་རྒྱུད་དང་ཆོལ་ཁ་ལྷན་འཛོམས།།
སྐྱ་སེར་རུ་སྡེ་ཀུན་འཛེམ་མེད་མཉམ་རུབ།།
རྐྱེན་ངན་གྲོགས་བྱེད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཁུགས་ནས།།
བཙན་པོའི་དཔའ་ཉམས་ཤིག་འགོག་མེད་རང་ཤར།།

སྐྱེ་རྒུ་མདོའི་དབུགས་རིང་།
.བྱ་ཏན་ཏན།

ལ་ལུང་དང་རི་
བྲག་འབུམ་གྱིས་བར་དུ་ཆོད་
ཀྱང་། ཁྱེད་ཀྱི་ངུ་ངག་དང་སྨོན་
ཚིག་འདྲེས་པའི་སྐྱོ་མགུར་
གསལ་བོར་ཐོས། སྙིང་རྗེ་
མེད་པའི་འབྱུང་བ་དང་། ཁྲེལ་
གཞུང་བྲལ་བའི་སྲིད་ཇུས་
དེའི་འོག་ཏུ། འདས་པོ་ལ་རྗེས་
དྲན་དང་། གསོན་པོ་ལ་སེམས་
གསོ་ཙམ་ག་ལ་ཡོད། ཡིན་
ནའང་། ཡུལ་ཤུལ་བ། སེམས་
མ་སྐྱོ་དང་། ནམ་ཞིག་གི་
ཚེ། ཁྱེད་ཀྱིས་རྟག་ཏུ་རེ་བའི་
སེམས་ཁོང་གི་ཉི་མ་དེ། ལྷམ་
མེར་དང་། ལྷན་ནེར་བཞད་
པའི་རེ་བ་དང་སྨོན་འདུན་
ཡོད།

ལྡན་མ་བསོད་ནམས་དར་རྒྱས་
ཀྱིས།

ཀྱེ་གངས་ལྗོངས་ཀྱི་མ་ཡུམ་ལགས། ཁྱོད་གང་དུ་བཞུགས་ཡོད། ང་ཚོས་ཅི་ཞིག་བྱ། ཕ་མ་ཡོད་ཚད་དམྱལ་ཁམས་ལ་བཞུད་སོང་ལ། བུ་ཕྲུག་ཡོད་ཚད་བར་དོ་རུ་ཡལ་སོང་།/ཀྱེ་གངས་ལྗོངས་ཀྱི་མ་ཡུམ་ལགས། ཁྱོད་གང་དུ་བཞུགས་ཡོད། འདི་རུ་གཟིགས་དང་། ཕ་མ་མེད་པའི་དྭ་ཕྲུག བུ་ཚ་མེད་པའི་ལོ་ལོན། བཟའ་ཟླ་མེད་པའི་མི་ཧྲེང་། གསོན་པོའི་སེམས་པ་ཡོད་ཚད་ཀྱང་ཤི་སོང་།/ཀྱེ་གངས་ལྗོངས་ཀྱི་མ་ཡུམ་ལགས། ཁྱོད་གང་དུ་བཞུགས་ཡོད། ང་ཚོ་ལ་དགོས་ཀྱི་འདུག མུན་ནག་གི་འཇིག་རྟེན་འདི་རུ་ཁྱེད་མེད་ན་སྣང་བ་མི་འདུག ལྟོས་དང་། འཇིགས་སྐྲག་གིས་གཙེས་པའི་རྣམ་ཤེས་ཁྲི་འབུམ་མང་བོས། བར་དོའི་འཕྲང་རིང་ནས་ཕྱི་མིག་གསོན་པོ་ཁྱོད་ལ་སྲིང་བཞིན་འདུག་ལ། འཁྱག་ལྟོགས་ཀྱིས་མནར་བའི་ཤུལ་ལུས་གདུང་ལྡན་རྣམས་ཀྱིས་མིག་འབུར་དྲོད་མོ་ཁྱོད་ལ་གཏད་དེ་འདུག/ཀྱེ་གངས་ལྗོངས་ཀྱི་མ་ཡུམ་ལགས། ཁྱོད་གང་དུ་བཞུགས་ཡོད། གཟིགས་དང་། ཕེབས་དང་། དུས་ལ་བབ་སོང་། སང་ཉིན་དང་གནངས་ཉིན་བཞིན། ང་ཚོས་སྒུག་བཞིན་ཡོད།

གཤིན་ ཐང་ ན་འཚོ་ བའི་ རེ་ སྒུག

.ལྡན་མ་སྐལ་བཟང་ཐེག་མཆོགསྨོན་འདུན་།

མཆོད་མེ་སྙན་ངག་ཚགས་པར་།

6 ༤༌༡༤ ས་ཡོམ་གོད་ཆག་ཁྲོད་ཀྱི་སྒ་སྐྱེ་དགུའི་བོད་མི་ཚོར་ཕུལ་བའི་ཆེད་སྒྲིག་པར་ངོས།

སྐྱེ་དགུ་མདོའཇིག་རྟེན་འདིའི་ཆེས་མཐའ་འཇུག་གི་ཉིན་མོ་བཞིན་བཞུད་དུསངའི་གཉེན་ཉེ་ཚོསུ་ཞིག་གིས་ཁྱེད་ལ་འཐེན་འཁྱེར་དངསུ་ཞིག་གིས་ཁྱེད་ལ་ཕྱོགས་ཞེན་བྱས་པ་ཡིནའཇིག་རྟེན་འདིའི་འཐེན་འཁྱེར་དངཕྱོགས་ཞེན་ཡོད་ཚདདཀོན་མཆོག་གིས་བཟློག་པ་མ་ཡིན་ནམམདོར་ན་འཇིག་རྟེན་འདིའི་དར་རྒུད་ཡོད་ཚདཁོང་ལ་དབང་བ་མ་ཡིན་ནམཅིའི་ཕྱིར ཉེས་མེད་ཀྱི་འགྲོ་བ་འདི་དགཕྱིའི་འཇིག་པ་དང་ནང་གི་འཇིག་པདུས་མ་ཡིན་པའི་འཇིག་པ་ལས་མ་བསྐྱབས་སམཡོད་དུས་ཁྱེད་ལ་མཆོད་འབུལ་དངམེད་དུས་ཁྱེད་ལ་ངུ་ངག་འབྱིན་པདུས་རྒྱུན་གྱི་བྱེད་སྟངས་ཤིག་ལས་
ངས་ཅི་ཡང་མ་མཐོང་ལ ཅི་ཡང་མ་ཚོརསྐྱེ་དགུ་མདོ ངའི་ཕ་ས་སྨུག་པོབདེ་ནས་བདེ་བར་གཟིམ་རོགསཆོས་ཉིད་གནམ་གྱི་རྒྱལ་མོའི་བཀའ་ལུང་གིས།།
བཟློག་མེད་ལས་ཀྱིས་དེད་པའི་རླུང་ཤུགས་ཀྱིས།།
འཆོར་མེད་གཤིན་རྗེའི་ཞགས་ནག་དགུ་སྒྲིལ་དེ།།
ང་ཡི་སྤུན་དང་སྲིང་མོའི་སྲོག་ལ་ཐེབས།།

འཆི་དང་གསོན་གྱི་བར་ཐག་རྒྱང་རིང་ཡང་།།
སེམས་དང་བསམ་པ་གཙང་མས་སྐྱེལ་མ་བྱེད།།
ཅིས་ཀྱང་བཅོས་སུ་མེད་པའི་གོད་ཆག་ལ།།
འཁང་ར་མ་བྱེད་རྣམ་ཤེས་བདེ་བར་བཞུད།།

དུས་གསུམ་རྒྱལ་བའི་མཁྱེན་བརྩེས་མ་གཟིགས་མིན།།
རྣམ་དཀར་དགེ་བའི་འབྲས་བུ་འཆོལ་བ་མིན།།
འོན་ཏེ་དཀར་མིན་ལས་དབང་མཐུ་བཙན་ཞིག།།
དུས་དང་རྐྱེན་གྱིས་ཚོགས་སུ་གྲུབ་པ་ལགས།།

སྐྱེ་འཆི་རྒ་བ་འཁོར་བའི་འཁོར་བ་ན།།
མི་རྟག་དུས་ཀྱིས་མ་ཟིན་སུ་ཞིག་ཡོད།།
སུ་ཡང་མི་སྡོད་ངེས་པར་འཆི་ངེས་པའི།།
གཏན་གྱི་སྤྱི་འགྲོས་འདི་ཡང་སེམས་ལ་ཞོག།།

ཕྱག་ན་པདྨོའི་ལམ་སྟོན་ས་མཁན་ཡོད།།
འདུས་པ་རྒྱ་མཚོའི་ཐུགས་རྗེའི་སྐྱོར་མ་ཡོད།།
བཤུལ་རིང་ལམ་དུ་དམ་ཆོས་རྫོངས་པ་ཡོད།།
འདི་དག་ཁྱེད་ཚོར་ཕུལ་བའི་ལམ་རྒྱགས་ཡིན།།

ས་གཞི་བཞུར་བས་འཇིགས་སྐྲག་ཕངས་སེམས་བསླངས་བྱུང་།།
གངས་དང་ཆར་ཆུས་གྲང་བ་ཡོད་ཚད་བསྡུས་བྱུང་།།
སེམས་ཀྱི་ཚོར་བ་སྡུག་གི་སྡོམ་དྲར་ཚུད་སོང་།།
མྱ་ངན་མིག་ཆུ་ཉི་ཟླའི་ཕ་མཐར་ཤོར་སོང་།།

རྨས་མ་ཁྲི་ཚོ་བརྒྱ་ཡི་མིག་མདངས་ཁྲོད་ན།།
དད་པའི་འདུན་པ་རེ་བའི་ངོ་བོར་འཕོས་འདུག།།
སྨྲ་བསམ་བརྗོད་འདས་མི་ཐེག་ཁུར་བོ་ལྕི་མོ།།
རང་རིགས་སྤུན་ཟླ་དག་གི་སྙིང་ལ་བབས་བྱུང་།།

ཚོར་བ་སྐྱེན་པོ་སྡུག་དང་མཆི་མས་བརླན་བྱུང་།།
དུངས་སེམས་རྣོན་པོ་ཤི་གསོན་ཀུན་ལ་འཁོར་སོང་།།
བྱ་རྒོད་ཤ་ལ་རྔམ་པའི་གཤོག་པ་བརྐྱངས་འདུག།།
ནོར་ལ་སྲེད་པའི་སྤྱང་ཁྱི་ཧེབ་ཀྱིས་འཁྲིགས་བྱུང་།།

སྐྱོ་སྡུག་མཚམས་ནས་ཤོར་བའི་མཁུར་མགོའི་མིག་ཆུ།།
ཨམ་གཙིགས་བསྡམས་ནས་ལག་ཆུང་མཐིལ་གྱིས་ཕྱིས་དང་།།
ཞུམ་པའི་སེམས་པ་དཔའ་དང་སྤོབས་པར་སྒྱུར་དང་།།
སྲིད་འབྱོར་རིག་གསུམ་འཛོམས་པའི་སྐྱེ་རྒུ་བསྐྲུན་ཆོག།།

ས་ཆེན་ཁྲོས་ཤིང་གཡོས་པའི་སྐད་ཅིག་མར།།
ཚེ་སྲོག་ཁྲི་སྟོང་མང་བོ་བརྔུབས་ནས་ཐལ།།
རྣམ་ཤེས་ཕུང་བོ་གྲངས་མེད་བསྡུས་ནས་ཐལ།།
མཁར་ཆེན་ཁང་བའི་ཚོགས་ཀྱང་གཏོར་ནས་ཐལ།།

ཕྱི་ཡི་འཇིག་རྟེན་ཆག་ཧྲིག་བཏང་བ་དང་།།
ནང་གི་ཚེ་སྲོག་ཧར་གྱིས་ཕྲོགས་པ་ན།།
དགོས་འདོད་ནོར་བུའི་འབྱུང་གནས་མ་ཡིན་པར།།
མི་འདོད་གཤེད་མའི་ཚང་དུ་རྟོགས་སོང་ངོ་།།

འཛིན་མ་དང་ནི་ནོར་གྱི་བློ་གྲོས་མ།།
ཀུན་བཟོད་ལ་སོགས་མངོན་བརྗོད་ཐ་སྙད་ཀྱིས།།
ཁྱོད་ལ་མང་དུ་སྤྲས་པ་མཐོང་མོད་ཀྱང་།།
ཨ་ཧོ་འུད་ཀྱིས་བསྒྲགས་སམ་ཨ་ཐང་ཆད།།

རེ་བའི་གསོལ་འདེབས་སྡུག་གི་ཆོ་ངེ་སོགས།།
སྟོང་ཁམས་དབྱིངས་ལ་དབྱེར་མེད་འདྲེས་པ་ན།།
བརྩེ་ཆེན་ཉི་ཟླའང་སྐྱོ་བས་མ་བཟོད་དེ།།
སྤྲིན་པའི་བང་རིམ་བརྟོལ་བཞིན་སྤྱན་ཆབ་ཤོར།།

ལྷ་མིའི་རྣམ་འདྲེན་ཞི་བདེའི་དེད་དཔོན་ཆེན་མོ།།
མི་ཡི་རྣམ་རོལ་འཕགས་མཆོག་ཕྱག་ན་པདྨོ།།
ཁྲག་གིས་བརྫིས་པའི་རྣམ་ཤེས་ཁེར་འགྲོ་འདི་རྣམས།།
ཕྱི་མའི་ལམ་སྣ་འདྲེན་པར་བརྩེ་བས་གཟིགས་ཤིག།།

འདས་པོའི་རྣམ་ཤེས་འཕུར་བས་འཚང་ཁ་ཤིག་ཤིག།།
གསོན་པོའི་ངུ་ངག་སྐྱོམ་པའི་གདུང་འབོད་དྲག་པོས།།
ས་གཞི་ཁྲག་གིས་སྦགས་པའི་འཇིགས་རུང་ལོ་ཟླར།།
རེ་བའི་སྤྱན་ཟུང་མང་པོ་ཁྱེད་ལ་གཏད་འདུག །

སློབ་གླིང་ར་བ་འགྱེལ་པའི་ས་རྡུལ་འོག་ཏུ།།
གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཤིག་གི་སྲོག་རྩ་ཤོར་ཐལ།།
ཨ་མ་རྒན་མོ་ཞིག་གི་མིག་ཆུ་ཐོར་སོང་།།
བགྲེས་པོ་རྒས་འཁོགས་རེ་རེའི་ལག་རྟེན་ཆག་ཐལ།

གཡེར་དྲིལ་སྐད་སྒྲ་མཐོ་བའི་རྒྱ་ཕིབས་འགྱེལ་སོང་།།
ནང་བསྟན་ཆོས་ལུགས་ཤིག་གི་དབྱངས་རྟ་འཇགས་ཐལ།།
དད་ལྡན་རྒན་གཞོན་ཡོངས་ཀྱི་སྐོར་ལམ་སྣེ་མོ།།
མིག་ཆུ་འཐོར་སའི་གྲམ་གཞུང་སྐྱ་བོ་ཞིག་རེད།།

སྐྱོ་བཞིན་སྐྱོ་བཞིན་བརྙན་འཕྲིན་གར་ལ་བལྟས་ན།།
གནས་ལུགས་རྫུན་མ་ཞིག་གི་རྒྱབ་ལྗོངས་མཐོང་གི།
ངུ་བཞིན་ངུ་བཞིན་ཆོལ་གསུམ་སྤུན་ཟླར་བལྟས་ཚེ།།
བརྩེ་བའི་ལྷག་བསམ་དཀར་བོའི་དར་ཐག་འཐེན་འདུག།།

རྩིག་རོ་སློག་པའི་ཧ་ཅང་ཉེན་ཁའི་ཁྲོད་ན།།
འབངས་མི་སེར་སྐྱ་མང་བོས་ས་བརྐོས་རྡོ་བསློགས།།
རྨས་མ་ཛ་དྲག་ཅིག་གི་སྲོག་སྐྱོབ་ཐུབ་ཚེ།།
གསར་འགྱུར་འཕྲུལ་ཆས་ཁ་ན་དམག་མི་མང་གི།

མ་སྐྱོ་ཞིང་དུ་གཤེགས་པའི་སེར་སྐྱ་ཕོ་མོ།།
དྲིན་ཅན་རྩ་བའི་བླ་མས་ཐུགས་སྨོན་བཏབ་ཡོད།།
ལས་དབང་འབྱུང་བས་དཀྲུགས་པའི་ཡུལ་ཤུལ་སྤུན་ཟླ།།
མ་ཕམ་ཆོལ་གསུམ་བོད་མིས་ཁྱིམ་གཞི་བསྐྲུན་ཆོག །
2010ལོའི་ཟླ་5 ཚེས་ 30 ཉིན།

མིག་ ཚེ་སྲོག་
ཆུ། དང་

.གསེར་ཟླ་འོད།

ས་ལ་སྡང་བ་།
ཁམས་སྐྱེ་དགུ་མདོའི་ས་ཡོམ་གོད་ཆག་ཐོས་རྗེས།
.ཨརྱ།

མྱ་

ངན་

མིད་
པའི་

སྐྱེལ་
མ།

སྐྱེ་རྒུ་མདོར་འཐེན་པའི་དངན་པ་།

སྤྲེལ་ཀླུ་བྱམས་པ་འཕྲིན་ལས།

.མཚེ་རུ་མའི་འཕྲིན་སྐམ།

ཀུན་བཟོད་ཀྱི་བརྡབ་གསིགདགོང་ཞག་ཞེ་དགུ་ལ་ཆེད་དུ་ཕུལ།
.རོ་བདགལྷག་བསམ་ཁ་བའི་མེ་ཏོག་དངུལ་གྱི་ཟླའི།།
འདབ་མའི་ལང་ཚོ་མངོན་པར་ཐོར་བའི་ཞིང་།།
བརྩེ་ཞེན་སྟོང་གིས་བཟུང་བའི་མགོན་དེ་ཡིས།།
ཚེ་རབས་ཕྲེང་བར་རྗེས་སུ་འཛིན་གྱུར་ཅིག།།

མ་དག་འཁོར་བའི་རི་གྲོང་གངས་རིའི་ཞིང་།།
ལས་ཀྱིས་རྩེད་མཚར་ཙམ་ལས་འདུས་པའི་ཁྱིམ།།
མིག་ཆུའི་ཟིལ་ཐིགས་ལམ་ནས་འཚོ་བ་ལ།།
ས་མཐའི་མྱི་ཡི་སེམས་པ་རྡོ་ལས་འཁྱགས།།

དེ་རིང་ཁྲག་གིས་འཚོས་པའི་མིག་ཆུའི་རྒྱུན།།
གློག་འཕྲིན་དྲ་བའི་ལམ་ནས་ཐོར་བ་ལ།།
སྙིང་གི་འཕར་ལྡིང་འཁྱོལ་བའི་ན་ཟུག་གི།
དངན་པའི་གྲངས་ཀ་རྩིབ་རུས་ངོས་ལ་དཔར།།

སྡེ་ཆེན་མི་ལུས་ཕྲ་མོའི་ལན་ཆགས་ལྕི།།
རང་བྱུང་ཆོས་ཀྱི་བར་ཆད་ཐོག་ལྟར་བབས།།
མར་མེའི་ཞལ་ཁ་ཕྱེ་བའི་འོད་ངོགས་ནས།།
གཉོམ་པོའི་སྨོན་ལམ་རྒྱང་རིང་ཡུལ་དུ་གཏད།།

རྒྱ་ཆེན་སྒྱུ་མའི་འཕྲུལ་གྱི་རྫུ་བག་གིས།།
ཕུ་ནུའི་སྙིང་ལ་སླར་ཡང་རྨ་ཁ་བཞག།།
ཤ་རུས་དྲ་བ་འབྲེལ་བའི་ཞེན་ཐག་གིས།།
ཕུ་ནུའི་བརྩེ་བ་སླར་ཡང་དམ་དུ་བསྡམས།།

ཕུ་

ནུའི་
དཔུང་

རྡང་།

ས་ཡོམ་གྱི་གོད་ཆག་ལ་སྦྱར་བ།

.ང་རོ་ལངས།

‘‘ན་ནིང་གི་སྐྱིད་སྡུག་མཉམ་མྱོང་། ད་ལོ་ཡི་གདུང་སེམས་མཉམ་སྐྱེད།’’ འདི་དག་ནི། མི་ལོ་ལྔ་བཅུའི་དཀྱོགས་མཚམས་ནས་གསར་དུ་རྙེད་ཅིང་། མཐུག་པོ་
གཉིད་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་ནས་ཧར་གྱིས་སད་པའི། བོད་མིའི་ཆིག་སྒྲིལ་གྱི་འདུ་ཤེས་ལ་གསོན་ཤུགས་བརྟས་པའི་རྟགས་དང་རྟེན་འབྲེལ་ལྷན་འཛོམས་ཀྱི་ལོ་ཟླ་རེ་རེ་ཡིན་ལ། ཁ་དང་ཁོག་པ་མཉམ་རུབ་ཀྱི་དུས་ཚིགས་རེ་རེ་ཡིན། མི་ཤི་རྟ་འགྱེལ་གྱི་གོད་ཆག་མགོ་དང་གཉའ་བར་ཇི་ལྟར་ལྷུང་ནའང་། གཅུར་གནོན་གཙབ་ཧྲལ་གྱི་སྡུག་ཡུས་སེམས་དང་བསམ་པར་ག་ཚོད་འཐིབས་ནའང་། ང་ཚོར་དཔའ་དཔུང་ལག་སྦྲེལ་དང་། སྙིང་ཤ་མཆིན་གླན་གྱི་བློ་སྟོབས་ཡོད་པས། ང་ཚོར་འདུ་ཤེས་སྲ་བརྟན་དང་། འཆི་མེད་རྟག་བརྟན་གྱི་ཚེ་སྲོག་ཡོད་པས། ང་ཚོས་རྐྱེན་ངན་གྲོགས་ཤར་གྱི་ལོ་ཟླ་བསུས་ཏེ། མྱ་ངན་དེ་དག་སྤོབས་པར་སྒྱུར་ཆོག་ལ། སྡུག་ཡུས་དེ་དག་གཙང་བོར་སྐུར་ཡང་ཆོགང་ཚོ་ལ་ཆིག་སྒྲིལ་དགོས། ཆིག་སྒྲིལ་ནི་སྟོབས་ཤུགས་ཡིན། ང་ཚོ་ལ་མཐུན་སྒྲིལ་དགོས། མཐུན་སྒྲིལ་ནི་མཉམ་རུབ་ཡིན། ཐེངས་འདིའི་༤༌༡༤ས་ཡོམ་གོད་ཆག་
ཁྲོད་ནས་ང་ཚོས་ཉིན་ལྟར་ཐོས་པ་ནི་མིག་ཆུ་བཞུར་བའི་རླབས་སྒྲ་ཡིན་ནའང་། ང་ཚོས་ལྷང་ངེར་མཐོང་བ་ནི་དམ་ཚིག་བརྩེ་བའི་ལག་རྡང་དང་། ཕྱི་ནང་མེད་པའི་སེམས་པ་རེད། ལྟོས་དང་། ཡུལ་ཤུལ་ས་ཡོམ་གྱི་གོད་ཆག་ཁྲོད་དུ། སྨད་ཨ་མདོའི་ལུང་བ་ཡོམ་ཡོམ་འགུལ་བྱུང་། སྟོད་དབུས་ཀྱི་གྲོང་ཚོ་ག་ལེར་གྲགས་བྱུང་། ཁམས་ཕོ་རྒོད་དར་མས་དཔུང་ཤུགས་སྤྱད་སོང་། ཕྱི་བྱེས་གྱར་མགོ་ནག་ཡུད་ཀྱིས་རུབ་བྱུང་། ད་དུང་། དགུང་ཞག་ཞེ་དགུའི་བདུན་ཚིགས་ཀྱི་ཞག་མལ་རེ་རེར། མར་མེ་ཁྲི་སྟོང་གི་ཚེ་སྲོག་གཟིམ་ཏུ་བཅུག་མེད་ལ། མ་ཎི་ཡིག་དྲུག་གི་དབྱངས་རྟའང་ཉམས་སུ་བཅུག་མེད།
སུས་ཀྱང་མ་སྐུལ་མ་བགྲོས་པའི་གདུང་ཁུར་མཉམ་ལེན་གྱི་བོད་མིའི་ཆིག་སྒྲིལ་ཁྲོད་དུ། ཁོ་བོའང་སེམས་པའི་སྙི་ས་དང་གདུང་བའི་ཟབ་ས་ནས་འགྲེང་སྟེ། དུས་
ཀྱི་བགྲོད་ལམ་དང་བརྡ་འཕྲིན་དྲ་བ་ལ་བསྡོངས་ཏེ། རིགས་མཐུན་སྤུན་ཟླ་ཁག་གི་མྱ་ངན་སེམས་པའི་ཞུ་ཚིག་རེ་རེ། འདི་ལྟར། སྒ་སྐྱེ་དགུའི་སྤྱན་དང་སྙན་ལ་གཏད་དེ། སྒ་སྐྱེ་དགུའི་བོད་མིས་མཐོང་ན་དྲན་སོང་། སྒ་སྐྱེ་དགུའི་བོད་མིས་ཐོས་ན་བསམ་སོང་། ཞེས་རྩོམ་སྒྲིག་པས།