ཕྱོགས་བསྡུས་གསར་འགྱུར། 3

2023ལོའི་ཟླ་09ཚེས་06

ལྷོ་བོཁའིའི་བོདབོ་ཡིའིག་ཚགས་པར་
འགན་འཁུར་རྩོམ་སྒྲིག་པ།བསོད་ནམས་དོན་འགྲུབ།ལག་བསྟར་རྩོམ་སྒྲིག་པ།ཡེ་ཤེས་བཟང་མོ།

འཚོ་བའི་རྒྱུན་ཤེས།

（པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད）“གཏན་འཁེལ་་་་་་་་་་
གཉིས”ཀྱི་ཐག་གཅོད་རང་བཞིན་གྱི་དོན་སྙིང་ལ་གོ་
བ་གཏིང་ཟབ་ལེན་པ།“འདུ་ཤེས་བཞི”ཟབ་ཏུ་་་་་་་
གཏོང་བ་དང་།“གདེང་ཚོད་བཞི”བརྟན་དུ་་་་་་་་་་
གཏོང་བ།“སྲུང་སྐྱོང་གཉིས”ཐུབ་པ་བཅས་བྱེད་་་་་
པ།ཕུགས་བསམ་དང་དད་སེམས་ཀྱི་དམིགས་ཡུལ་་་
བརྟན་དུ་གཏོང་རྒྱུ་རྩ་བར་བྱེད་པ།སྲིད་འཛིན་་་་་་་་་
འཇོན་ཐང་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་ཆེ་རུ་གཏོང་རྒྱུ་གཙོ་་་་
གནད་དུ་བྱེད་པ་བཅས་བྱས་ཏེ་ཆབ་སྲིད་ཐད་་་་་་་་་་
ཉམས་སད་ཐེག་པ་དང་།དུས་རབས་གསར་པའི་་་་་
བླང་བྱ་དང་འཚམ་པ།སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་དེང་་་་་
རབས་ཅན་འཛུགས་སྐྲུན་ལ་འགོ་ཁྲིད་བྱེད་པའི་་་་་་་་
འཇོན་ཐང་ལྡན་པ་བཅས་ཀྱི་བྱང་ཚད་མཐོ་བའི་་་་་་་
ལས་བྱེད་པའི་དཔུང་ཁག་གསོ་སྐྱོང་བྱེད་དགོས།
ཚོགས་འདུར་ནན་བཤད་བྱས་དོན།ཞི་ཅིན་་་་་་་
ཕིང་གི་དུས་རབས་གསར་པའི་ཀྲུང་གོའི་ཁྱད་ཆོས་་་་
ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་དགོངས་པ་སློབ་སྦྱོང་་་་་་་
དང་ལག་བསྟར་གཏིང་ཟབ་བྱེད་རྒྱུ་བརྗོད་དོན་་་་་་་་
གཙོ་བོར་བྱས་ནས་རྒྱུན་སྲིང་ལྷོད་མེད་ངང་ཏང་གི་་་
གསར་གཏོད་རིགས་པའི་གཞུང་ལུགས་ལ་བརྟེན་་་་་་
ནས་བློ་སྒྲིལ་སེམས་སྐྱེད་དང་རྩ་སྲ་རྨང་བརྟན་ཡོང་་་
བ་བྱེད་དགོས།ཆབ་སྲིད་ཀྱི་སྦྱོང་བརྡར་དེ་ལས་བྱེད་
པ་འཚར་ལོངས་ཡོང་བའི་དུས་འཁོར་ཧྲིལ་པོར་་་་་་་་
ཁྱབ་རྒྱུ་མཐའ་འཁྱོངས་བྱས་ནས་ལས་བྱེད་པས་་་་་་་་
ཡང་དག་པའི་དབང་ཆའི་ལྟ་བ་དང་།སྲིད་དོན་་་་་་་་
བྱས་རྗེས་ཀྱི་ལྟ་བ།བྱ་གཞག་གི་ལྟ་བ་བཅས་་་་་་་་་་
འཛུགས་པར་སློབ་གསོ་ཁྲིད་སྟོན་བྱས་ཏེ་ལས་བྱེད་་་་
པའི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་བརྡར་ཤ་གཅོད་ནུས་དང་།ཆབ་་་་
སྲིད་ཀྱི་གོ་རྟོགས་སད་ནུས།ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ལག་ལེན་་་་
བསྟར་ནུས་བཅས་ཆེ་རུ་གཏོང་དགོས།ལས་བྱེད་་་་་་
པར་སློབ་གསོ་གསོ་སྦྱོང་མཁོ་འདོན་དང་དགོས་་་་་་་་
མཁོ་གནད་སྨིན་བཀོད་སྒྲིག་ལ་སྐུལ་འདེད་གཏོང་་་་་

བ་དང་།རྩ་འཛུགས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་དང་།ལས་་་་་་་་་
གནས་ཀྱི་དགོས་མཁོ།ལས་བྱེད་པའི་དགོས་མཁོ་་་་་་
བཅས་དེ་བས་ལེགས་པར་སྐོང་བ།སློབ་གསོ་གསོ་་་་་
སྦྱོང་གི་བྱེད་ཐབས་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་ལེགས་སུ་་་་་་་
གཏོང་བ་བཅས་བྱས་ཏེ་སློབ་གསོ་གསོ་སྦྱོང་གི་མ་་་་་་
ལག་གི་རང་བཞིན་དང་།དམིགས་སའི་རང་བཞིན།
ཕན་ནུས་ཀྱི་རང་བཞིན་བཅས་སྔར་བས་ཆེ་རུ་་་་་་་་་་
གཏོང་དགོས།ཏང་ཀྲུང་དབྱང་གི་ཐབས་ཇུས་་་་་་་་་་
བཀོད་སྒྲིག་གལ་ཆེན་ལ་དམིགས་པ་དང་།རྒྱལ་ཁབ་
ཀྱི་འཐབ་ཇུས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་གལ་ཆེན་དང་ཟུང་་་་་་་
འབྲེལ་བྱས་ཏེ་ཁྱབ་ཁོངས་དང་ཆེད་དོན་དབྱེ་ནས་་་་
སློབ་སྦྱོང་གསོ་སྦྱོང་བྱས་ཏེ།ལས་བྱེད་པས་སྤུས་ཚད་
མཐོ་བའི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྐུལ་འདེད་གཏོང་བའི་་་་་་་་
འཇོན་ཐང་དང་།མང་ཚོགས་ལ་ཞབས་འདེགས་ཞུ་་
བའི་འཇོན་ཐང་།ཉེན་ཁ་འགོག་སེལ་གྱི་འཇོན་ཐང་
བཅས་ཆེ་རུ་གཏོང་དགོས།ལས་བྱེད་པའི་སློབ་གསོ་་
གསོ་སྦྱོང་གི་རྨང་གཞི་འགན་སྲུང་གི་ལས་དོན་ཏན་་་
ཏིག་སྒྲུབ་པ་དང་།ཏང་གི་སློབ་གྲྭས（སྲིད་འཛིན་་་་་་
སློབ་གླིང）ལས་བྱེད་པ་སློབ་གསོ་གསོ་སྦྱོང་བྱེད་པའི་
ཐབས་ལམ་གཙོ་བོ་དང་གཡུལ་ས་གཙོ་བོའི་ནུས་པ་་་
འདོན་པ།ཆབ་སྲིད་ཀྱི་འགག་སྒོ་ནན་པོ་སྲུང་བར་་་་
ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་པ་བཅས་བྱས་ཏེ།དགེ་རྒན་གྱི་་་་་་་་་
དཔུང་ཁག་འཛུགས་སྐྱོང་ལ་ནུས་ཤུགས་ཡོད་རྒུས་་་་་
དམ་འཛིན་ཡག་པོ་བྱེད་དགོས།རིགས་པའི་གཞུང་་་
ལུགས་དང་དོན་དངོས་ཟུང་འབྲེལ་བྱེད་པའི་མར་་་་་
ཁེ་སི་རིང་ལུགས་ཀྱི་སློབ་སྲོལ་དར་སྤེལ་ཤུགས་ཆེན་་་
བཏང་ནས་ཕྱི་ཚུལ་རིང་ལུགས་གཏན་འགོག་དང་་་་་
ཧུར་བསྲི་གྲོན་ཆུང་གི་སློབ་གཉེར་ཚད་ལྡན་དུ་་་་་་་་་་
གཏོང་དགོས།
ཚོགས་འདུར་ད་དུང་དོན་དག་གཞན་ལ་ཞིབ་་་་
འཇུག་བྱས་པ་རེད།

（པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད）རྐོ་འདྲུའི་འཕྲུལ་འཁོར་ཚོས་
མགྲིན་གཅིག་ཏུ་དུང་བརྡ་བཏང་བ་དེའི་ཐོག་ནས་ཀྲུང་ཁྲེ་ལྷོ་
ཁའི་ནུས་རྒྱུ་གཙང་མའི་སྒྲིག་ཆས་ཐོན་ལས་གླིང་གི་རྣམ་
གྲངས་དེ་ཉིད་དངོས་སུ་སྐྲུན་འགོ་ཚུགས་པ་རེད།
ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བར་གཞིགས་ན།ཀྲུང་ཁྲེ་ལྷོ་ཁའི་ནུས་རྒྱུ་
གཙང་མའི་སྒྲིག་ཆས་ཐོན་ལས་གླིང་གི་འཆར་འགོད་ས་ཁྱོན་
ལ་མུའུ་450ཙམ་ཟིན་པ་དང་།སྔོན་དཔག་བྱས་ན་མ་དངུལ་
སྒོར་དུང་ཕྱུར་5གཏོང་རྩིས་ཡོད་ཅིང་།ཡོངས་སུ་ཐོན་སྐྱེད་
ལས་འགོ་ཚུགས་རྗེས་ལོའི་ཐོན་ཐང་སྒོར་དུང་ཕྱུར་30ལྷག་
ཙམ་ཟིན་རྒྱུ་རེད།ཐོན་ལས་གླིང་དེ་དུས་ཐེངས་གསུམ་ལ་
བགོས་ནས་བསྐྲུན་རྒྱུ་ཡིན་པ་དང་།“1+N”ཡི་བྱེད་ཐབས་
སྤྱད་དེ་བོད་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཀྱི་དྭངས་གཙང་ནུས་རྒྱུའི་ཐོན་
ལས་སྦྲེལ་ཐག་ལ་དམིགས་ནས་ལྷོ་ཁ་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་དྭངས་
གཙང་ནུས་རྒྱུའི་ལེ་ལག་ཚང་བའི་ཐོན་ལས་ཚོགས་པ་བསྐྲུན་
རྒྱུ་རེད།དེའི་ནང་དུས་ཐེངས་དང་པོར་གློག་འདྲེན་སྦྱོར་སྡེབ་
དང་།རང་འགུལ་ཅན་གྱི་ཐོན་སྐྱེད་སྐུད་ལམ།འཕྲུལ་གློག་མ་
ལག་གི་འདུས་གྲུབ་ཐོན་སྐྱེད་རྟེན་གཞི་བཅས་ཡོད་པ་དང་།
དུས་ཐེངས་གཉིས་པར་ནུས་གསོག་སྒྲིག་ཆས་དང་ཚོད་འཛིན་
མ་ལག་གི་ཐོན་སྐྱེད་རྟེན་གཞི་ཡོད་པ།དུས་ཐེངས་གསུམ་
པར་རླུང་གློག་འོད་གསུམ་སོགས་ནུས་རྒྱུ་གསར་པའི་སྒྲིག་
ཆས་ཐོན་སྐྱེད་རྟེན་གཞི་དང་།དེ་བཞིན་ནུས་རྒྱུ་གཙང་མའི་
རྣམ་གྲངས་འཁོར་སྐྱོད་སྲུང་སྐྱོང་ལྟེ་གནས་བསྐྲུན་རྒྱུ་ཡིན་པ་
རེད།
ད་ཐེངས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་དེ་ནི་ལྷོ་ཁ་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་ཕུན་སུམ་
ཚོགས་པའི་རླུང་ཆུ་འོད་གསུམ་གྱི་ནུས་རྒྱུའི་ཐོན་ཁུངས་ལ་
བརྟེན་ནས་ཀྲུང་ཁྲེ་ཀྲུའུ་ཀྲོའུ་གནས་སའི་ནུས་རྒྱུའི་ཁྱབ་
ཁོངས་ཀྱི་ལག་རྩལ་འབྲེལ་ཐག་དང་ཐོན་ལས་སྦྲེལ་ཐག་གི་
དགེ་མཚན་འདོན་སྤེལ་གང་ལེགས་བྱས་ཏེ་ངེད་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་
དཔལ་འབྱོར་དང་སྤྱི་ཚོགས་སྤུས་ཚད་མཐོ་བའི་འཕེལ་རྒྱས་
ལ་རམ་འདེགས་བྱ་རྒྱུ་རེད།རྣམ་གྲངས་བསྐྲུན་རྗེས་བོད་ཀྱི་

ནུས་རྒྱུ་གསར་པའི་རྩེར་སོན་སྒྲིག་ཆས་ཐོན་ལས་ཀྱི་སྦྲེལ་ཐག་
རྣམ་པའི་འཕེལ་རྒྱས་རྨང་གཞི་སྔར་བས་བརྟན་དུ་ཕྱིན་ནས་
དེང་རབས་ཅན་གྱི་ཐོན་ལས་མ་ལག་མགྱོགས་མྱུར་འཛུགས་
པ་དང་།ས་གནས་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་དང་སྤྱི་ཚོགས་འཕེལ་
རྒྱས་ལ་སྐུལ་འདེད་གཏོང་རྒྱུར་ལམ་ཚད་རྡོ་རིང་ལྟ་བུའི་དོན་
སྙིང་ལྡན་ཡོད།
ཀྲུང་ཁྲེ་ཀྲུའུ་ཀྲོའུ་སུའོ་ཡི་ཏང་ཨུད་ཀྱི་ཧྲུའུ་ཅི་གཞོན་པ།
སྤྱི་ཁྱབ་ཅིང་ལི་ལིའུ་ཁོ་ཨན་གྱིས།ང་ཚོས་གྲ་ནང་རྫོང་དང་
མཉམ་ལས་རོགས་ཟླ་སྒྲིག་ཏེ་མཉམ་དུ་ཚད་གཞི་མཐོ་བ་དང་།
བླང་བྱ་མཐོ་བ།སྤུས་ཚད་མཐོ་བ་བཅས་ཀྱི་སྒོ་ནས་རྣམ་
གྲངས་འཛུགས་སྐྲུན་ལ་སྐུལ་འདེད་བཏང་སྟེ་སྔ་ཙམ་ཐོན་
སྐྱེད་དང་།སྔ་ཙམ་དམིགས་ཚད་ཟིན་པ།སྔ་ཙམ་ཕན་འབྲས་
ཐོན་པ་བཅས་ཀྱི་འགན་ལེན་བྱས་ནས་བོད་ཀྱི་ནུས་རྒྱུ་གསར་
པའི་ཐོན་ལས་འཕེལ་རྒྱས་དང་ས་གནས་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་
འཛུགས་སྐྲུན་ལ་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་ལེགས་སྐྱེས་གསར་པ་དེ་
བས་ཆེ་བ་འབུལ་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད།
གྲ་ནང་རྫོང་ཨུད་ཀྱི་ཧྲུའུ་ཅི་ཐང་ཡུང་གིས།གོམ་སྟབས་
རྗེས་མའི་ལས་དོན་ནང་།ངེད་རྫོང་གིས་ལས་ཡུན་ལྡོག་སྒྲིག་
གྱིས་ཚད་གཞི་མཐོ་བའི་འཛུགས་སྐྲུན་དང་ལས་ཕྱོད་ཆེ་བའི་
སྐུལ་འདེད་མཐའ་འཁྱོངས་བྱས་ཏེ་རྣམ་གྲངས་སྔ་ཙམ་བསྐྲུན་
ཐུབ་པ་དང་།ཕན་འབྲས་སྔ་ཙམ་ཐོན་ཐུབ་པའི་བརྩོན་ལེན་
བྱ་རྒྱུ་དང་དུས་མཚུངས་ཚོང་འགུགས་མ་འདྲེན་དང་རྣམ་
གྲངས་འཛུགས་སྐྲུན་དེ་གནས་བབ་ཨང་དང་པོར་འཇོག་རྒྱུ་
ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་མཐའ་འཁྱོངས་ཀྱིས་ཚོང་གཉེར་
ཁོར་ཡུག་ཁྱོན་ཡོངས་ནས་ལེགས་སུ་བཏང་སྟེ་ཚོང་འགུགས་
མ་འདྲེན་དང་རྣམ་གྲངས་འཛུགས་སྐྲུན་ལ་རྒྱུན་ཆད་མེད་
པར་འཕེལ་རྒྱས་གསར་པ་དང་བར་བརྒལ་གསར་པ་ཡོང་
བའི་འགན་ལེན་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་སོ།
བསོད་ནམས་བསྟན་པས་བསྒྱུར།

（པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད）ཀྲུའུ་རེན་ཝང་ཏེ་ཝུན་གྱིས་
ཚོགས་འདུ་གཙོ་སྐྱོང་གནང་བ་མ་ཟད་གསུང་བཤད་
གནང་།གྲོང་ཨུད་རྒྱུན་ཨུ།རྒྱུན་ལས་གྲོང་སྤྱི་གཞོན་པ་
མུའུ་ཡུང་ཝུན་དང་།གྲོང་ཁྱེར་མི་དམངས་རྒྱུན་ལས་ཨུ་
ལྷན་གྱི་ཀྲུའུ་རེན་གཞོན་པ་ཧྲེན་བའེ་ཚུན་དང་བསོད་
ནམས་རྡོ་རྗེ།ཉིའུ་ཁུན།ཀྲའོ་ཐན་ཝུའུ།འཇིགས་མེད་
དང་།གྲོང་ཁྱེར་འབྲིང་རིམ་མི་དམངས་ཁྲིམས་ཁང་གི་
ཡོན་ཀྲང་སྒྲོལ་མ་གཡང་འཛོམས།གྲོང་ཁྱེར་མི་དམངས་
ཞིབ་དཔྱོད་ཁང་གི་ཞིབ་དཔྱོད་དཔོན་ལིའུ་ཧྥ་ལིན་
བཅས་ཚོགས་འདུར་ཕེབས་ཡོད་པ་རེད།
ཝང་ཏེ་ཝུན་གྱིས་བླང་བྱ་བཏོན་གནང་དོན།
འགན་འཁྲི་དོན་འཁྱོལ་ལ་དམ་ཟབ་དམིགས་ཏེ།སྒོ་ཀུན་
ནས་མཚོ་བོད་ས་མཐོའི་སྐྱེ་ཁམས་སྲུང་སྐྱོབ་བཅའ་་་་་་་་་་

ཁྲིམས་ཀྱི་འབྲེལ་ཡོད་གཏན་འབེབས་ལག་བསྟར་བྱེད་་་་་
དགོས།སྲིད་གཞུང་གི་ཁྲེམས་ཀྱིས་གཏན་འབེབས་བྱས་་་
པའི་འགན་འཁྲི་དང་།ཁྲིམས་འཛིན་ཁྲིམས་སྒྱུར་གྱི་་་་་་་་་
འགན་འཁྲི།མི་དམངས་འཐུས་ཚོགས་ཀྱི་ཁྲིམས་ཀྱིས་་་་་་
གཏན་འབེབས་བྱས་པའི་འགན་འཁྲི།མཉམ་འཛིན་་་་་་་
མཉམ་སྡོམ་གྱི་འགན་འཁྲི་བཅས་དོན་འཁྱོལ་ནན་ཏན་་་་
བྱས་ཏེ།མཚོ་བོད་ས་མཐོའི་སྐྱེ་ཁམས་སྲུང་སྐྱོབ་བཅའ་་་་
ཁྲིམས་ལག་བསྟར་ལ་སྐུལ་འདེད་གཏོང་བའི་མཉམ་་་་་་་་
ཤུགས་ཆགས་པ་བྱེད་དགོས།དྲིལ་བསྒྲགས་ལ་ཤུགས་་་་་་
སྣོན་བརྒྱབ་སྟེ།མཚོ་བོད་ས་མཐོའི་སྐྱེ་ཁམས་སྲུང་སྐྱོབ་་་་
བཅའ་ཁྲིམས་མི་སེམས་ལ་ཟུག་པ་བྱེད་དགོས།རིམ་ཁག་
མི་དམངས་འཐུས་ཚོགས་དང་འཐུས་མི་ཚོའི་ནུས་པ་་་་་་་
འདོན་སྤེལ་བྱས་ཏེ།བརྗོད་དོན་གཙོ་བོའི་དྲིལ་བསྒྲགས་་

སློབ་གསོའི་བྱེད་སྒོ་ཡག་པོ་སྤེལ་ནས་མཚོ་བོད་ས་མཐོའི་་
སྐྱེ་ཁམས་ལ་སྲུང་སྐྱོབ་བྱེད་པའི་འགན་འཁྲི་ཚང་མས་་་་་་
འཁུར་བའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་རྣམ་པ་བཟང་པོ་་་་་་་་་་
གཏོད་དགོས།རང་རྟོགས་རང་འགུལ་དང་ལྟ་སྐུལ་ཞིབ་་
བཤེར་གྱི་ནུས་པ་འདོན་སྤེལ་ཡག་པོ་བྱས་ཏེ།མཚོ་བོད་་་
ས་མཐོའི་སྐྱེ་ཁམས་སྲུང་སྐྱོབ་བཅའ་ཁྲིམས་འདི་ཉིད་་་་་་་
གྲོང་ཁྱེར་ཡོངས་ཀྱི་མི་དམངས་འཐུས་ཚོགས་ཁོངས་་་་་་་་
གཏོགས་སུ་དོན་ཐོག་ཏུ་འཁྱོངས་བ་བྱེད་དགོས།
ཚོགས་འདུའི་ཐོགཚོགས་ཞུགས་མི་སྣས་ཀྲུང་ཧྭ་མི་་་
དམངས་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མཚོ་བོད་ས་མཐོའི་སྐྱེ་་་་་་
ཁམས་སྲུང་སྐྱོབ་བཅའ་ཁྲིམས་སློབ་སྦྱོང་དང་ལག་་་་་་་་་་
བསྟར་ལ་མཐའ་བསྐོར་ནས་བསམ་གྲོས་སྤེལ་རེས་བྱས་་་་
པ་རེད། བསོད་ནམས་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་བསྒྱུར།

（པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད）གཙང་སྦྲ་ལེགས་བཅོས་
རྒྱུན་ཆད་མེད་པ་བྱས་ནས་སྡོད་མལ་ཁོར་ཡུག་བཅོས་
སྒྲིག་ལས་ཀའི་ཕན་འབྲས་མཐོར་འདེགས་སུ་གཏོང་
དགོས།གོང་རིམ་ཚན་པ་དང་འབྲེལ་གཏུག་མཐུན་སྦྱོར་
བྱས་ཏེ།གཅིག་གྱུར་ཐོག་ནས་ལེགས་སྒྲིག་བྱེད་ཤུགས་ཆེ་
རུ་བཏང་ནས་ལས་ཀའི་མྱུར་ཚད་ལ་དམ་འཛིན་ལྷོད་
མེད་བྱེད་དགོས།མི་སྣའི་བསམ་བློའི་ལས་དོན་ཧུར་
ཐག་སྤེལ་ཏེ།གནས་སྤོས་མཐུན་སྦྱོར་ལས་ཐབས་སྣ་
ཚོགས་སྒོ་ནས་ཡག་པོ་སྒྲུབ་དགོས།ས་ཁོངས་སོ་སོ་དང་།
སྡེ་ཚན་སོ་སོ།ཚན་ཁག་སོ་སོ་སོགས་ཀྱི་འགན་འཁྲི་དམ་

ནན་དང་བཅོས་སྒྲིག་གི་མྱུར་ཚད་མགྱོགས་སུ་བཏང་སྟེ།
ངེད་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་སྐྱེ་ཁམས་ཁོར་ཡུག་སྲུང་སྐྱོང་གི་ལས་
དོན་འདི་སྐས་རིམ་གསར་པ་ཞིག་གི་ཐོག་སླེབས་རྒྱུར་
སྐུལ་འདེད་ཡག་པོ་གཏོང་དགོས།
ལོ་ཆུང་གད་སྙིགས་གཙང་སེལ་ཁུལ་དང་ལོ་ཆུང་
སྙིགས་རོ་བསྡུ་ལེན་ས་ཚིགས་སུ།བའེ་ཡུན་ཧྥུང་གིས་
ནན་བཤད་གནང་དོན།སྒྲིག་བཀོད་སྒྲིག་བྱད་འཐུས་
ཚང་དུ་བཏང་སྟེ།འབྲེལ་ཡོད་འགྲོ་ལུགས་སྒྲིག་སྦྱོར་ཡག་
པོ་བྱེད་དགོས་པ་དང་།གད་སྙིགས་རིགས་དབྱེའི་ལས་
དོན་ཡག་པོ་སྤེལ་ཏེ།གད་སྙིགས་གཙང་སེལ་ཐབས་ལམ་

ལེགས་སུ་གཏོང་དགོས།བྱ་དགའ་ཆད་གཅོད་ལམ་སྲོལ་
བཙུགས་ཏེ།གད་སྙིགས་དབོར་འདྲེན་སོགས་ཀྱི་བརྒྱུད་
རིམ་ཡོངས་ཀྱི་བདེ་འཇགས་ལ་འགན་སྲུང་བྱེད་དགོས།
ཚན་པའི་སྟོབས་ཤུགས་གཅིག་ཏུ་སྒྲིལ་ཐོགཁྲིམས་
འཛིན་བྱེད་ཤུགས་ཆེ་རུ་བཏང་སྟེ།ནུས་ཤུགས་ཡོད་རྒུས་
སྙིགས་རོ་བསྡུ་ལེན་ས་ཚིགས་ཀྱི་ཕྱོགས་བསྡུས་བཅོས་
སྒྲིག་ལས་དོན་ཡག་པོ་སྒྲུབ་དགོས།
བསོད་ནམས་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་བསྒྱུར།

ཀྲུང་གུང་ཀྲུང་དབྱང་ཆབ་སྲིད་ཅུས་ཀྱིས་ཚོགས་འདུ་འཚོགས་པ། ཀྲུང་ཁྲེ་ལྷོ་ཁའི་ནུས་རྒྱུ་གཙང་མའི་སྒྲིག་ཆས་ཐོན་ལས་གླིང་གི་རྣམ་གྲངས་ལས་འགོ་འཛུགས་པའི་མཛད་སྒོ་གཟབ་རྒྱས་ངང་འཚོགས་པ།

ཝང་ཏེ་ཝུན་གྱིས་ཀྲུང་ཧྭ་མི་དམངས་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མཚོ་བོད་ས་མཐོའི་སྐྱེ་ཁམས་སྲུང་སྐྱོབ་
བཅའ་ཁྲིམས་ལག་བསྟར་བྱེད་པའི་བཞུགས་མོལ་ཚོགས་འདུ་བསྐོང་འཚོགས་གནང་བ།

བའེ་ཡུན་ཧྥུང་གིས་སྐྱེ་ཁམས་ཁོར་ཡུག་སྲུང་སྐྱོང་ལས་དོན་ལ་རྟོག་ཞིབ་དང་ལྟ་སྐུལ་ཁྲིད་སྟོན་གནང་བ།

མཆིན་པར་ཐ་མག་དང་ཆང་རག་
ལས་འདི་དག་གནོད་པ་ཆེ།
དང་པོ།ཡུན་རིང་པོ་སྤྱད་པའི་ཐུར་མ།
མི་མང་ཆེ་བས་ཐུར་མ་བཀྲུས་རྗེས་སྐམ་གྱི་མེད་པས།
རླམ་རྩི་སེར་པོའི་དུག་ཆགས་སླ་པོ་ཡོད།དེར་བརྟེན་ཐུར་་་
མ་བཀྲུས་རྗེས་དེའི་ངོས་སུ་ཧམ་སྤུ་བརྒྱབ་ཡོད་མེད་ལ་ལྟ་་་་
དགོས།ཡག་ཤོས་བྱུང་ན་ཐུར་མ་ལོ་ཕྱེད་རེར་བརྗེ་དགོས།
བེད་སྤྱོད་བྱས་ཟིན་རྗེས་དུས་ཐོག་ཏུ་གཙང་མར་བཀྲུས་་་་་་
ནས་སྐམ་དགོས་པའམ་ཡང་ན་ལྕགས་ཀྱི་ཐུར་མ་སྤྱད་ན་་་་་
ལེགས།
གཉིས་པ།དྲི་མ་ཡོད་པའི་ཟ་སྣུམ།
ཟ་སྣུམ་ནི་ཁ་ལག་བཟོ་སྐབས་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ཞིག་་་
རེད།འོན་ཀྱང་ཟ་སྣུམ་འགའ་ཤས་དབོར་འདྲེན་དང་་་་་་་་
ཉར་ཚགས་བྱེད་སྐབས།བཞའ་ཚན་ཆེ་བའི་དབང་གིས་་་་་
ཧམ་སྤུ་རྒྱག་གི་ཡོད་པས།རླམ་རྩི་སེར་པོའི་དུག་འགོ་སླ་པོ་
ཡོད།གལ་ཏེ་ཟ་སྣུམ་ལ“ཧམ་དྲི”ཡོད་ན་ཚལ་རྔོ་སྐབས་་་
དྲི་མ་ངར་པོ་ཞིག་བྲོ་ཡི་ཡོད་པས།ཟ་སྣུམ་འདི་འདྲ་བེད་་་་
སྤྱོད་བྱ་མི་ཉན།གང་ཡིན་ཟེར་ན།དེས་སྐྲན་ནད་ཕོག་་་་་་་་
པའི་ཉེན་ཁ་ཆེ་རུ་འགྲོ་སྲིད།
གསུམ་པ། ཧམ་སྤུ་བརྒྱབ་པའི་ཨ་ཤོམ་དང་འབྲུ་་་་
རིགས།
སིང་ཕྱེའི་འདུས་ཚད་མཐོ་པོ་ཡོད་པའི་ཟས་རིགས་ལ་་་
རླམ་རྩི་སེར་པོའི་དུག་ལྡན་སླ་པོ་ཡོད།དཔེར་ན།ཨ་ཤོམ་་་
དང་བ་དམ་སོགས་ལ་ཧམ་སྤུ་བརྒྱབ་ཚེ་རླམ་རྩི་སེར་པོའི་་་་
དུག་གི་འདུས་ཚད་མཐོ་པོ་ཡོད།