ཕྱོགསབསྡུསགསརའགྱུརལོའིཟླཚེསལྷོབོཁའིའིབོདབོཡིའིགཚགསཔརའགན་འཁུར་རྩོམ་སྒྲིག་པ།བསོད་ནམས་བསྟན་པ།ལག་བསྟར་རྩོམ་སྒྲིག་པ།ཡེ་ཤེས་བཟང་མོ།

（པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད）འཆར་ཉེར་་་་་
ཡོད་པའི་དུས་སུ་གྲང་རྒྱུན་ཉིས་བརྩེགས་ཀྱི་་་་་་
གནམ་གཤིས་བསྟན་པའི་ཤུགས་རྐྱེན་ཐེབས་་་་་
ཏེ་རང་བྱུང་གནོད་འཚེ་དང་།འགྲིམ་འགྲུལ་་་་
གྱི་ལས་འཛོལ།བདེ་འཇགས་ཐོན་སྐྱེད་ཀྱི་ལས་
འཛོལ་སོགས་ཐོན་སླ་བ་དང་མང་པོ་ཐོན་པས།
ས་ཁུལ་ཁག་དང་འབྲེལ་ཡོད་སྡེ་ཚན་གྱིས་ཉེན་་
ཁའི་མངོན་མེད་རྐྱེན་ངན་ལ་དམ་པོར་་་་་་་་་་
དམིགས་ཏེ།ཕྱོགས་ཁག་གི་འགན་འཁྲི་ནན་དུ་
གཏོང་བ་དང་།ལས་དོན་དོན་འཁྱོལ་ལ་དམ་་་
འཛིན་ནན་པོ་བྱེད་པ།མི་སྣ་ཤི་རྨས་ཀྱི་དོན་་་་་་
རྐྱེན་ཚབས་ཆེན་མ་བྱུང་སྔོན་འགོག་བཅས་་་་་་་
བྱས་ནས་མི་དམངས་མང་ཚོགས་ཀྱི་ཚེ་སྲོག་་་་་་
དང་རྒྱུ་ནོར་གྱི་བདེ་འཇགས་འགན་ལེན་ཏན་་་
ཏིག་བྱེད་དགོས་པའི་ནན་བཤད་ཀྱང་གནང་་་་
བ་རེད།
ཀྲུང་གུང་ཀྲུང་དབྱང་ཆབ་སྲིད་ཅུས་ཀྱི་་་་་་་
རྒྱུན་ཨུ་དང་རྒྱལ་སྲིད་སྤྱི་ཁྱབ་ཁང་གི་ཙུང་ལི་་་་
ལི་ཆང་གིས་མཆན་བཀོད་མཛུབ་སྟོན་གནང་་་་
ཞིང་།ཁོང་གིས་ནུས་ཤུགས་ཡོད་རྒུས་ཉེན་་་་་་་་
སེལ་རོགས་སྐྱོབ་ལས་དོན་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱིས་་་་
དུས་ཚོད་སྐར་ཆ་ཙམ་ཡང་བརྩོན་ལེན་བྱས་ཏེ།
འབྲེལ་ཆད་མི་སྣ་འཚོལ་སྐྱོབ་བྱས་ནས་ཤི་རྨས་་
ཉུང་དུ་གཏོང་གང་ཐུབ་བྱེད་དགོས་པ་དང་་་་་་
ཆབས་ཅིགཉེ་འཁོར་གྱི་ས་གཤིས་གནོད་་་་་་་་་་
འཚེའི་མངོན་མེད་རྐྱེན་ངན་གྲལ་བཤེར་ཞིབ་་་་
ཚགས་བྱས་ཏེ།ཉེན་ཁའི་གནས་ཚུལ་ལྟ་ཞིབ་་་་

ཚད་ལེན་དང་ཉེན་ཟོན་སྔོན་བརྡར་ཤུགས་་་་་་་
སྣོན་བརྒྱབ་ནས་ཞོར་ཐོན་གནོད་འཚེར་་་་་་་་་་
དོགས་ཟོན་ཆེན་པོ་བྱེད་དགོས་པ་དང་།
གནོད་འཚེ་ཐོན་ཁུལ་ནི་མཐོ་གྲང་རི་ཁུལ་དང་་
མི་རིགས་ས་ཁུལ་ཡིན་པས་ཉེན་ཁ་འཕྲད་པའི་་
མང་ཚོགས་གང་མགྱོགས་གནས་སྤོ་དང་་་་་་་་་་
བཀོད་སྒྲིག་ལས་དོན་འོས་ཤིང་འཚམ་པ་དང་་་
ཡག་པོ་བྱས་ཏེ།མང་ཚོགས་ཀྱི་ཚེ་སྲོག་དང་རྒྱུ་་
ནོར་གྱི་བདེ་འཇགས་འགན་ལེན་ཏན་ཏིག་་་་་་་
དང་སྤྱི་ཚོགས་སྤྱི་ཡོངས་བརྟན་ལྷིང་ལ་སྲུང་་་་་་
སྐྱོང་བྱེད་དགོས་པའི་བླང་བྱ་བཏོན་གནང་བ་་་
རེད།
ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་མཛུབ་སྟོན་དང་ལི་ཆང་གི་་
བླང་བྱ་གཞིར་བཟུང་།ཀྲུང་གུང་ཀྲུང་དབྱང་་་་
ཆབ་སྲིད་ཅུས་ཀྱི་ཨུ་ཡོན་དང་རྒྱལ་སྲིད་སྤྱི་ཁྱབ་
ཁང་གི་ཙུང་ལི་གཞོན་པ་ཀྲང་གོ་ཆིང་གིས་ལས་
དོན་ཚོགས་ཆུང་གི་སྣེ་ཁྲིད་དེ།ཡུན་ནན་གྱི་ས་་
གནས་ས་ཐོག་ཏུ་འཚོལ་སྐྱོབ་ལས་དོན་ལ་་་་་་་་་་
མཛུབ་ཁྲིད་གནང་བར་ཕེབས་པ་དང་།རང་་་་
བྱུང་ཐོན་ཁུངས་པུའུ་དང་འཕྲལ་སྡོམ་དོ་དམ་་་
པུས་འཕྲལ་སྡོམ་དང་ལེན་ཞུ་འགོ་ཚུགས་པ།
ཡུན་ནན་ཞིང་ཆེན་དང་ཀྲའོ་ཐུང་གྲོང་ཁྱེར་་་་་་
གྱིས་སྟོབས་ཤུགས་སྒྲིག་འཛུགས་བྱས་ཏེ་་་་་་་་་་
རོགས་སྐྱོབ་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པ་དང་།མིག་་་་་་་་
སྔར་ལས་དོན་ཁག་ཛ་དྲག་དང་གོ་རིམ་ལྡན་་་་་
པའི་ངང་སྒྲུབ་བཞིན་ཡོད་པ་རེད།

（པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད） རུལ་སུངས་ལ་ངོ་རྒོལ་བྱེད་པའི་་་
འཐབ་རྩོད་ཀྱི་འགག་སྒྲོལ་དམག་འཐབ་དང་རྒྱུན་མཐུད་དམག་་་་་་
འཐབ་ལ་རྒྱལ་ཁ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ལེན་པ།སྤྱོད་གཙང་གཞུང་དྲང་
གི་ཆབ་སྲིད་ཁོར་ཡུག་ཧུར་ཐག་གཏོད་པ་བཅས་བྱས་ཏེ།སྤྱི་་་་་་་་་་
ཚོགས་རིང་ལུགས་དེང་རབས་ཅན་གྱི་བོད་ལྗོངས་གསར་པ་་་་་་་་་་
འཛུགས་སྐྲུན་ལ་སྐུལ་འདེད་གཏོང་ཆེད་སྟོབས་དང་ལྡན་པའི་ཆབ་་
སྲིད་ཀྱི་འགན་ལེན་མཁོ་འདོན་བྱེད་དགོས་པའི་ནན་བཤད་གནང་་
བ་རེད།
ཁྲེན་ཡུང་ཆི་དང་།ལིའུ་ཅང་།དབང་ཧའེ་ཀྲོའུ།རེན་ཝེ།ཤའོ་་
ཡིའུ་ཚའེ།ཟླ་བ་ཚེ་རིང་བཅས་ཚོགས་འདུར་ཞུགས་པ་དང་།ཝང་་་
ཝུའེ་ཏུང་གིས་ཚོགས་འདུ་གཙོ་སྐྱོང་གནང་བ་རེད།
ཝང་ཅུན་ཀྲེང་གིས་བསྟན་དོན།སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་ཕིང་་་་་་
གིས་སྐབས་ཉི་ཤུ་པའི་ཀྲུང་དབྱང་སྒྲིག་ཨུད་ཀྱི་ཚང་འཛོམས་གྲོས་་་་
ཚོགས་ཐེངས་གསུམ་པའི་ཐོག་གནང་བའི་གསུང་བཤད་གལ་ཆེན་་་
ནང་།ཏང་གི་ལོ་རྒྱུས་ཉམས་མྱོང་དང་ལྷག་པར་དུ་དུས་རབས་་་་་་་་་
གསར་པར་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་ཏང་ནན་པོས་སྐྱོང་བའི་ལག་ལེན་གྱི་
ཉམས་མྱོང་ཕྱོགས་ཡོངས་དང་བརྒྱུད་རིམ་ལྡན་པའི་ངང་ཕྱོགས་་་་་་
སྡོམ་དང་ཏང་གི་རང་ངོས་གསར་བརྗེའི་དགོངས་པ་གལ་ཆེན་་་་་་་་་
བརྒྱུད་རིམ་ལྡན་པའི་སྒོ་ནས་རྒྱས་བཤད་གནང་བ་མ་ཟད།ཏང་གི་
རང་ངོས་གསར་བརྗེའི་སྐོར་གྱི་གནད་དོན་གལ་ཆེན་གསུམ་ལ་ཚན་
རིག་དང་མཐུན་པའི་ལན་བསྐྱོན་པ་དང་རང་ངོས་གསར་བརྗེའི
“འཛིན་པ་དགུ”ཡི་ལག་ལེན་བླང་བྱར་སྐུལ་འདེད་གཏོང་དགོས་་་་
པ་ཁ་གསལ་བཏོན་གནང་བ་དང་འབྲེལ།རུལ་སུངས་ལ་ངོ་རྒོལ་་་་་་
བྱེད་པའི་འཐབ་རྩོད་ལ་རྒྱུན་མཐུད་ཤུགས་སྣོན་དང་སྐུལ་འདེད་་་་་
གཏིང་ཟབ་གཏོང་བར་འཐབ་ཇུས་བཀོད་སྒྲིག་གནང་སྟེ།ང་ཚོས་་་
དུས་རབས་གསར་པའི་ཏང་འཛུགས་སྐྱོང་གི་འདུ་འགོད་རླབས་པོ་་
ཆེ་གསར་པར་སྐུལ་འདེད་གཏིང་ཟབ་གཏོང་བ་དང་ཏང་གི་རང་་་་
ངོས་གསར་བརྗེར་བརྟེན་ནས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་གསར་བརྗེ་རླབས་པོ་་་་་
ཆེར་སྣེ་ཁྲིད་བྱེད་པར་མདུན་སྐྱོད་ཀྱི་ཁ་ཕྱོགས་གསལ་སྟོན་དང་རྩ་་་
བའི་གཞི་འཛིན་ས་མཁོ་འདོན་གནང་ཡོད།
ཝང་ཅུན་ཀྲེང་གིས་བསྟན་དོན།འདི་ལོ་ནི“ལོ་ལྔ་ཚན་བཅུ་་་་་་་་་
བཞི་པའི”འཆར་འགོད་ལག་བསྟར་བྱེད་པའི་འགག་རྩའི་ལོ་ཞིག་་་
རེད་ལ།རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཏང་གི་འཐུས་མི་ཚོགས་ཆེན་ཐེངས་བཅུ་་
པའི་བཀོད་སྒྲིག་དོན་འཁྱོལ་བྱེད་པའི་འགག་སྒྲོལ་གྱི་ལོ་ཞིག་ཀྱང་་་་
ཡིན་པས།ཏང་སྲོལ་སྲིད་གཙང་འཛུགས་སྐྱོང་དང་རུལ་སུངས་ལ་་་
ངོ་རྒོལ་བྱེད་པའི་འཐབ་རྩོད་ལ་སྐུལ་འདེད་གཏིང་ཟབ་གཏོང་བ་་་་
དེ་བོད་ཡུན་རིང་བདེ་འཁོད་དང་སྤུས་ཚད་མཐོ་བའི་འཕེལ་རྒྱས་་་་
ལ་དོན་སྙིང་གལ་ཆེན་ལྡན་ཡོད།ཏང་གི་རང་ངོས་གསར་བརྗེའི་་་་་་
སྐོར་གྱི་སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་དགོངས་པ་གལ་ཆེན་གྱིས་་་་་་
ཏང་ལ་དོ་དམ་དང་ཏང་བཅོས་སྐྱོང་གི་ལས་དོན་སྤྱི་ཡོངས་ལ་སྤྱི་་་་་་
འདོམས་བྱེད་པ་མཐའ་འཁྱོངས་ཀྱིས་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་ཏང་ནན་་་
པོས་སྐྱོང་བའི་འཐབ་ཇུས་དང་བྱེད་ཕྱོགས་ལག་བསྟར་གཏིང་ཟབ་་
དང་།རྩ་ལག་མཉམ་བཅོས་དང་བརྒྱུད་རིམ་ལྡན་པའི་བཅོས་སྐྱོང་་
བྱེད་ཟབ་ཏུ་གཏོང་བ།རུལ་སུངས་ལ་ངོ་རྒོལ་བྱེད་པའི་འཐབ་རྩོད་
ཀྱི་གཏིང་ཚད་དང་ཁྱབ་རྒྱ་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་ཆེ་རུ་གཏོང་བ།
སྤྱོད་ཚུལ་དང་རུལ་སུངས་ཀྱི་གནད་དོན་འགོག་ཟོན་དང་བཅོས་་་་་
སྐྱོང་རྒྱུན་རྣམ་ཅན་དང་ཕུགས་ཕན་ཅན་དུ་སྐུལ་འདེད་གཏོང་བ་་་་
བཅས་བྱས་ཏེ།ཕུལ་བྱུང་གི་ཏང་སྲོལ་སྲིད་སྲོལ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱི་་་་་
ཚོགས་རིང་ལུགས་དེང་རབས་ཅན་གྱི་བོད་ལྗོངས་གསར་པ་་་་་་་་་་
འཛུགས་སྐྲུན་བྱེད་པར་ཕྱར་བ་གྲུ་འདེགས་བྱེད་དགོས།
ཏང་གི་ཆབ་སྲིད་འཛུགས་སྐྱོང་ཨང་དང་པོར་འཇོག་པ་མཐའ་
འཁྱོངས་བྱས་ཏེ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ལྟ་སྐུལ་ནུས་ལྡན་ལ་བརྟེན་ནས་ཏང་་་
ཡོན་ལས་བྱེད་པས་ལྷག་བསམ་རྣམ་དག་དང་།སྤྱོད་གཙང་།
འགན་འཁུར་ཕོད་པ་བཅས་བྱེད་པར་འགན་ལེན་བྱེད་དགོས།
“སྲུང་སྐྱོང་གཉིས”ཀྱི་འགན་འཁྲི་གལ་ཆེན་ལ་སྟངས་འཛིན་ནན་་་་
པོ་བྱས་ནས་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ལྷག་བསམ་དང་།ཆབ་སྲིད་ཀྱི་བདེ་་་་་་་་་་
འཇགས། ཆབ་སྲིད་ཀྱི་འགན་འཁྲི།ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ལངས་ཕྱོགས།
ཏང་ནང་ཁུལ་གྱི་ཆབ་སྲིད་འཚོ་བ་བཅས་ལ་ལྟ་སྐུལ་གཏིང་ཟབ་་་་་་་
དང་ཏང་ཀྲུང་དབྱང་གི་ཐབས་ཇུས་བཀོད་སྒྲིག་དང་རང་སྐྱོང་་་་་་་་་
ལྗོངས་ཏང་ཨུད་ཀྱི་ལས་ཀའི་བཀོད་སྒྲིག་ལ་དམིགས་ཏེ་རིམ་པ་་་་་་་་
ཁག་དང་སྡེ་ཚན་ཁག་གིས“སྲུང་སྐྱོང་གཉིས”དེ“དོན་ཆེན་་་་་་་་་་
བཞིར”དམ་འཛིན་ཡག་པོ་བྱེད་པའི་ཐོག་དོན་འཁྱོལ་བྱེད་པར་་་་་་་
རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་ལྟ་སྐུལ་བྱེད་དགོས།ཏང་གི་སྒྲིག་ཁྲིམས་དང་་་་
སྒྲིག་ལམ་ནན་དུ་གཏོང་བ་དང་།ཏང་ནང་ཁུལ་གྱི་ཆབ་སྲིད་འཚོ་་
བ་ནན་དུ་གཏོང་བ།“ཡོད་པ་བདུན”གྱི་གནད་དོན་དུས་ཐོག་ཏུ་་

ཤེས་རྟོགས་དང་ནུས་ཤུགས་ཡོད་རྒུས་ཐག་གཅོད།ཁ་ཕྲལ་ལ་ངོ་་་་
རྒོལ་བྱེད་པའི་འཐབ་རྩོད་ཀྱི་སྒྲིག་ཁྲིམས་ནན་དུ་གཏོང་བ་བཅས་་་་
བྱས་ནས་རྒྱ་ཆེའི་ཏང་ཡོན་ལས་བྱེད་པས་ཡིན་མིན་ཆེན་པོའི་་་་་་་་་་
གནད་དོན་གྱི་མདུན་དུ་ལངས་ཕྱོགས་བརྟན་པོ་དང་དར་ཆ་གསལ་
སྟོན་ཐུབ་པ་བྱེད་དགོས།
རུལ་སུངས་བྱེད་མི་ཕོད་པ་དང་།བྱེད་མ་ཐུབ་པ།བྱེད་མི་་་་་་་་
འདོད་པ་གསུམ་ལ་སྡེབ་གཅིག་ཏུ་སྐུལ་འདེད་གཏོང་བ་མཐའ་་་་་་་་་
འཁྱོངས་བྱས་ཏེ།རུལ་སུངས་ཀྱི་གནད་དོན་ཐོན་ས་དང་ཐོན་རྐྱེན་
མཐའ་གཅིག་ཏུ་མེད་པར་བཟོ་དགོས།རུལ་སུངས་ལ་ངོ་རྒོལ་བྱེད་
པའི་འཐབ་རྩོད་ཀྱི་དུས་བབ་ལ་སྟངས་འཛིན་ཡང་དག་བྱས་ནས་་་་
ནན་པའི་རྩ་བའི་དགོངས་གཞིར་བརྟེན་ནས་རུལ་སུངས་ལ་ཆད་་་་་
གཅོད་དང་ལྐོག་ཟ་བྱེད་མཁན་ལ་ཐག་གཅོད་ནན་པོ་བྱེད་པ་དང་།
གཙོ་གནད་རྣམ་གྲངས་འཛུཊ་སྐྲུན་གྱི་རུལ་སུངས་གནད་དོན་ལ་་་་་
ཞིབ་བཤེར་ནན་པོ་བྱེད་པ།གཞི་རིམ་གྱི་རུལ་སུངས་གནད་དོན་་་་
ལ་ཞིབ་བཤེར་ཐག་གཅོད་བྱེད་ཤུཊ་ཆེ་རུ་གཏོང་བ།དམངས་་་་་་་་་
འཚོའི་ཁྱབ་ཁོངས་ཀྱི་རུལ་སུངས་ཆུང་ཙག་ནུས་ཤུཊ་ཡོད་རྒུས་ཐག་
གཅོད་བཅས་བྱས་ཏེ་མི་རིགས་ཁག་གི་མང་ཚོཊ་ཀྱི་ཐོབ་སྣང་དང་།
སྐྱིད་སྣང་།བདེ་སྣང་བཅས་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་ཆེ་རུ་གཏོང་་་་་་་་་་
དགོས།
གཟེར་འདེབས་ཀྱི་སྙིང་སྟོབས་མཐའ་འཁྱོངས་བྱས་ཏེ་སྤྱོད་་་་་་
ཚུལ་འཛུགས་སྐྱོང་ལ་ཤུགས་སྣོན་བརྒྱབ་ནས་ཏང་སྲོལ་སྲིད་སྲོལ་་་་་
རྒྱུན་མཐུད་ངང་ལེགས་སུ་འགྲོ་བར་སྐུལ་འདེད་གཏོང་དགོས།
ཀྲུང་དབྱང་གི་གཏན་འབེབས་དོན་ཚན་བརྒྱད་མཐའ་གཅིག་ཏུ་་་་་་
སྲུང་བ་དང་།རྒྱུན་རྣམ་ཅན་ལ་བརྟེན་ནས“སྤྱོད་ཚུལ་བཞི”ལ་་་་་་་་
བཅོས་སྒྲིག་བྱེད་ཤུགས་རྒྱུན་འཁྱོངས།ནོར་དཔལ་གྱི་སྒྲིག་ཁྲིམས་་་་
ནན་དུ་གཏོང་བ་བཅས་བྱས་ཏེ་དངུལ་སྐར་མ་གཅིག་ཀྱང་སྤྱོད་་་་་་་་
མཁོ་ཆེ་སར་སྤྱོད་ཐུབ་པ་བྱེད་དགོས།
ནན་ལ་ཏན་ཏིག་གི་བྱེད་པོའི་འགན་འཁྲི་དོན་འཁྱོལ་མཐའ་་
འཁྱོངས་བྱས་ཏེ་རང་རྟོགས་ངང་ཁོངས་གཏོགས་ཁུལ་ལ་དོ་དམ་་་་་
ནན་པོ་དང་མངའ་ཁོངས་སྲུང་བའི་འགན་འཁྲི་ཁུར་དགོས།ཏང་་་
གིས་རུལ་སུངས་ལ་ངོ་རྒོལ་བྱེད་པའི་འཐབ་རྩོད་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་་་་་་་་
ཧྲིལ་པོར་འགོ་ཁྲིད་བྱེད་པར་ཤུགས་སྣོན་ཏན་ཏིག་བརྒྱབ་སྟེ་བྱེད་་་་
པོའི་འགན་འཁྲི་དང་།འགན་འཁྲི་དང་པོ།ལས་གནས་གཅིག་ལ་་་་
འགན་འཁྲི་གཉིས་བཅས་དོན་འཁྱོལ་ནན་ཏན་དང་།“དབྱེ་བ་་་་་་་
གསུམ་འབྱེད་པ”དོན་འཁྱོལ་ནན་ཏན།འགན་འཁྲི་བདའ་འདེད་་
གཏོང་བའི་བྱེད་ཐབས་ཡག་པོ་སྤྱོད་པ།གནད་སྨིན་དང་ཕན་ནུས་་
ལྡན་པ་བཅས་བྱས་ནས་ཏང་ཡོན་ལས་བྱེད་པས་བློ་བདེ་བག་་་་་་་་་་
ཕེབས་དང་སེམས་ནུས་གཅིག་སྒྲིལ་གྱིས་ལས་སྒྲུབ་དང་བྱ་གཞག་་་་་
གཏོད་ཐུབ་པ་བྱེད་དགོས།
ཝང་ཅུན་ཀྲེང་གིས་ནན་བཤད་གནང་དོན།སྒྲིག་བཤེར་ལྟ་་་་་་
ཞིབ་ལས་ཁུངས་ནི་ཏང་གི་སྒྲིག་ཁྲིམས་དཔུང་ཁག་ཅིག་རེད་ལ།
ཏང་གི་རང་ངོས་གསར་བརྗེའི་སྟོབས་ཤུགས་གལ་ཆེན་ཞིག་ཀྱང་་་་་
རེད།རིམ་ཁག་སྒྲིག་བཤེར་ལྟ་ཞིབ་ལས་ཁུངས་དང་རྒྱ་ཆེའི་སྒྲིག་་་་་་
བཤེར་ལྟ་ཞིབ་ལས་བྱེད་པས་ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་དུས་རབས་གསར་་་་་་་་
པའི་ཀྲུང་གོའི་ཁྱད་ཆོས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་དགོངས་པས་་་་
བསམ་བློར་དྲག་ཆས་སྤྲོས་པ་མཐའ་འཁྱོངས་དང་།གཟི་བརྗིད་་་་་་་
ལྡན་པའི་སྲོལ་རྒྱུན་མུ་མཐུད་དར་སྤེལ་གཏོང་བ།སློབ་གསོ་དག་་་་་་
ཐེར་གྱི་གྲུབ་འབྲས་སྲ་བརྟན་དང་ཟབ་ཏུ་གཏོང་བ།ཆབ་སྲིད་ཀྱི་་་་་
ནུས་པ་དང་འཐབ་རྩོད་ཀྱི་འཇོན་ཐང་ཆེ་རུ་ཏན་ཏིག་གཏོང་བ་་་་་་་
བཅས་བྱས་ནས་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་ཏང་ལ་ལྷག་བསམ་རྣམ་
དག་མཐའ་གཅིག་ཏུ་དང་།བློས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་འཁེལ་བ།སྤྱོད་་
པ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་གཙང་བ་བཅས་བྱེད་དགོས།སྒྲིག་སྲོལ་དང་།
སྒྲིག་ཁྲིམས།བཅའ་ཁྲིམས་བཅས་ལྟར་འགན་འཁྲི་བསྒྲུབ་པ་མཐའ་
འཁྱོངས་དང་།ཚད་ལྡན་ཅན་དང་།ཁྲིམས་སྐྱོང་ཅན།ཚད་གཞི་་་་་
ཅན་བཅས་འཛུཊ་སྐྱོང་ལ་ཤུཊ་སྣོན་རྒྱག་པ།རང་རྟོཊ་ངང་ཁྲིམས་་
སྐྱོང་གི་བསམ་གཞིག་དང་ཁྲིམས་སྐྱོང་གི་བྱེད་ཐབས་སྤྱད་དེ་སྒྲིག་་་་
ཁྲིམས་དང་བཅའ་ཁྲིམས་ལག་བསྟར་ལ་ལྟ་སྐུལ་བཅས་བྱས་ཏེ་རང་
ངོས་གསར་བརྗེའི་མིག་དཔེ་དང་སྒྲིག་བཀུར་ཁྲིམས་སྲུང་གི་ཚད་་་་་
ཤིང་ཞིག་ཧུར་ཐག་བྱེད་དགོས།
དེ་རྗེས་འཚོགས་པའི་ཚང་འཛོམས་གྲོས་ཚོགས་ཐེངས་གཉིས་་་
པའི་ཐོག་ཝང་ཝུའེ་ཏུང་གིས་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་སྒྲིག་ཨུད་རྒྱུན་ལས་་་་
ཨུ་ལྷན་གྱི་ཚབ་ཞུས་ནས་ལས་དོན་སྙན་སྒྲོན་གནང་བ་རེད།

（པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད） བྱས་ནས་་་་་་་
ཉེན་བརྡ་རྒྱུན་སྒྲོག་དང་།བསླབ་བྱ་ལེན་པ།
ཟུར་བསྟན་ལེབ་མཐོང་།སྤྱོད་གཙང་གི་ཉེན་་་་
ཁའི་གནས་ཁྱོན་ཡོངས་ནས་འཚོལ་བ།རང་་་་་
ངོས་སུ་གནས་པའི་གནད་དོན་དག་ཐེར་ཡོ་་་་་་
བསྲང་ནན་པོ་བཅས་བྱས་ཏེ་སྤྱོད་གཙང་རང་་་
གཅུན་དང་རང་གཅུན་ནན་པོ་ཏན་ཏིག་བྱ་་་་་་
དགོས།སྣེ་ཁྲིད་དེ་ཀྲུང་དབྱང་གི་གཏན་་་་་་་་་་
འབེབས་དོན་ཚན་བརྒྱད་དང་དེའི་ལག་་་་་་་་་་
བསྟར་ཞིབ་སྲོལ་གྱི་དགོངས་དོན་དོན་འཁྱོལ་་་་
ནན་པོ་དང་།ཆབ་སྲིད་ཀྱི་སྒྲིག་ཁྲིམས་དང་་་་་་་
ཆབ་སྲིད་ཀྱི་སྒྲིག་ལམ་ནན་སྲུང་།ནང་མི་དང་་
བུ་ཕྲུག ཁག་བགོས་དོ་དམ་ཁྱབ་ཁོངས།ལས་་
རིགས་ཀྱི་ལས་བྱེད་པ།ཉེ་འགྲམ་གྱི་ལས་དོན་་་
མི་སྣ་བཅས་ལ་དོ་དམ་ནན་པོ་བྱས་ཏེ་དྭངས་་་་
གཙང་གི་བློ་མཐུན་དབར་གྱི་འབྲེལ་བ་དང་།
སྒྲིག་ལམ་ནན་སྲུང་གི་གོང་འོག་དབར་གྱི་་་་་་་་་་
འབྲེལ་བ།སྤྱོད་གཙང་གཅིག་གྱུར་གྱི་ཆབ་སྲིད་
ཀྱི་འབྲེལ་བ་གསར་པ་བཅས་ཆགས་རྒྱུར་སྐུལ་་་
འདེད་གཏོང་དགོས།ཡང་དག་པའི་དབང་་་་་་
ཆའི་ལྟ་བ་དང་།སྲིད་སྐྱོང་བྱས་འབྲས་ཀྱི་ལྟ་བ།
བྱ་གཞག་གི་ལྟ་བ་བཅས་བརྟན་པོ་བཙུགས་་་་་་
ནས་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་དབང་ཆར་་་་་་་
འཇིགས་བཀུར་གྱི་བསམ་པ་མཐའ་འཁྱོངས་་་་་
ཀྱིས་དྲང་གཞག་ངང་དབང་ཆ་སྤྱོད་པ་དང་།
ཁྲིམས་ལྟར་དབང་ཆ་སྤྱོད་པ།དམངས་ཀྱི་ཆེད་
དུ་དབང་ཆ་སྤྱོད་པ།སྤྱོད་གཙང་ངང་དབང་་་་
ཆ་སྤྱོད་པ་བཅས་བྱེད་དགོས།
ཞུས་ཁྲེང་ཚང་གིས་ནན་བཤད་གནང་་་་་་་་
དོན།རིམ་ཁག་འགོ་ཁྲིད་ལས་བྱེད་པས་སྣེ་་་་་་་་

ཁྲིད་དེ་ཁྲིམས་ལྟར་ལས་དོན་སྒྲུབ་པ་དང་།སྣེ་་
ཁྲིད་དེ་བཅའ་ཁྲིམས་ལ་བརྩི་སྲུང་ཞུ་བ།ཐོག་་་
མཐའ་བར་གསུམ་དུ་རྩ་ཁྲིམས་དང་ཁྲིམས་་་་་་་
ལུགས་ལ་འཇིགས་བཀུར་གྱི་བསམ་པ་འཆང་་་་
བ།བཅའ་ཁྲིམས་ཀྱི་དམར་ཐིག་ལ་རེག་མི་་་་་་་་
ཆོག་པ།བཅའ་ཁྲིམས་ཀྱི་གཞི་ཐིག་ལས་བརྒལ་
མི་ཆོག་པའི་འདུ་ཤེས་བརྟན་པོ་འཛུགས་པ་་་་་་
བཅས་བྱས་ཏེ།ཁ་ཤུགས་ཀྱིས་ཁྲིམས་ཚབ་་་་་་་་་
དང་།དབང་ཤུགས་ཀྱིས་ཁྲིམས་གནོན།ཉེར་་་
ཕྱོགས་ཀྱིས་ཁྲིམས་འགལ་བཅས་མཐའ་གཅིག་
ཏུ་གཏན་འགོག་བྱེད་དགོས།ལོ་མཇུག་དང་ལོ་
འགོར་ཐོན་སྐྱེད་བདེ་འཇགས་ཀྱི་ལས་དོན་་་་་་་
ཡག་པོ་བསྒྲུབས་ནས་གཙོ་གནད་ཐོག་གཞུང་་་་
ལམ་འགྲིམ་འགྲུལ་དང་།མེ་ཟོན་བདེ་་་་་་་་་་
འཇགས།སློབ་གྲྭའི་བདེ་འཇགས།མི་ཚོགས་་་་
འདུ་ས།ཨར་ལས་ལས་ཡུལ།ས་གཤིས་གནོད་་
འཚེ་སོགས་ཁྱབ་ཁོངས་ཀྱི་ཐོན་སྐྱེད་བདེ་་་་་་་་་་
འཇགས་ལས་དོན་ཡག་པོ་བསྒྲུབས་ནས་ལས་་་་
འཛོལ་ཚབས་ཆེན་དང་ཆེས་ཚབས་ཆེན་ཐོན་་་་
རྒྱུ་བཀག་འགོག་མཐའ་གཅིག་ཏུ་བྱེད་དགོས།
གཞི་རིམ་བཅོས་སྐྱོང་ལ་ཤུགས་སྣོན་དང་་་་་་་་་་
རིགས་ཁག་གི་ཉེན་ཁའི་མངོན་མེད་རྐྱེན་རྩ་སྣ་་
ཚོགས་གྲལ་བཤེར་དམ་ཚགས་བྱེད་དགོས་པ།
ཁྲིམས་དང་སྒྲིག་སྲོལ་ལྟར་ཁྲིམས་འགལ་བཟོ་་་་
སྐྲུན་ལ་བཅོས་སྒྲིག་ནན་པོ་བཅས་བྱས་ནས་སྤྱི་་
ཚོགས་ཁྱོན་ཡོངས་ཞི་མཐུན་བརྟན་ལྷིང་ཡོང་་་་
བའི་འགན་ལེན་བྱེད་དགོས།
ཡེ་ཤེས་བཟང་མོས་བསྒྱུར།བསོད་་་་་་་་
བསྟན་དང་བདེ་དཔལ་གྱིས་ཞུས།

ཞི་ཅིན་ཕིང་གིས་ཡུན་ནན་ཀྲའོ་ཐུང་གྲོང་ཁྱེར་ཀྲེན་ཞུང་རྫོང་དུ་རི་ཉིལ་བའི་སྐོར་ལ་མཛུབ་སྟོན་གལ་ཆེན་གནང་བ།

ཞུས་ཁྲེང་ཚང་གིས་གྲོང་ཨུད་རྒྱུན་ཨུད་
ཚོགས་འདུ་སྐོང་འཚོགས་གནང་བ།

རང་སྐྱོང་ལྗོངས་སྒྲིག་ཨུད་སྐབས་བཅུ་པའི་ཚང་འཛོམས་གྲོས་ཚོགས་ཐེངས་བཞི་པ་འཚོགས་པ།