



ཏཱ་ལའི་བུ་ཡུ་ཐུབ་པའི་རྣམ་ཐར།

ཏཱ་ལའི་བུ་ཡུ་ཐུབ་པའི་རྣམ་ཐར།

804990

སྒོན་པ་ལྷན་ཁྲུན་ལྷན་པའི་རྒྱལ་ཁབ་

ཡི་ཤིང་རྒྱ་མཚོ་ལྷན་ཁྲུན་ལྷན་པའི་



(川)新登字 002 号

责任编辑:达瓦洛智
封面设计:嘎玛泽朗
封面题字:嘎玛泽朗
技术设计:向 勇

释迦牟尼传

益西嘉措著

四川民族出版社出版发行(成都盐道街三号)
四川省新华书店经销
四川郫县凤栖印刷厂印刷

开本787×1092 1/32 印张10.25 插页
1996年3月第一版 1996年3月第一次印刷
字数: 165千 印数: 1-5000册

ISBN7-5409-1644-3/K·135 定价9.80元

དཔེ་རྒྱན་གསལ་བཤད།

རྒྱལ་པོ་ལོ་ལྷན་གྱི་དང་བ་འདྲེན་ཞིང་། དང་པོ་འཚོ་བ་བྱེད་
 གྱི་ཉེན་པོ་ལྷན་ལྷན་པའི་རྣམས་མཉམ་གྱི་སྒྲིག་སྲིད་བཅས་འདི་ནི།
 ལྷན་པོ་དག་གི་སྒྲིག་དམ་པ། དེས་པོ་དོན་གྱི་པའ་ལི་ཏ་ཆེན་པོ་དག་
 བཤེས་ཤི་ཤེས་རྒྱ་མཚོས་མཛད་པ་ལགས་ཤིང་། ཁོང་གི་མཚོན་
 གཞན་ལ་དབྱེད་ཅན་གྱི་དང་པོ་དོན་ཆེ་ཞེས་གྲུང་གསལ་ཏོ།
 དམ་པ་གང་ཉིད་ནམ་རྒྱུན་མཚོ་ས་དང་གསལ་སར་བཞེད་ས་.....
 རྒྱུ་ལྷན་གསལ་མི་དབྱེས་པས་སྤྲོས་པའི་རྣམས་འཕྲོར་བཞིན་ཏུ་བརྟན་
 འཕྲུལ་དོན་ལ་རྒྱ་ལོ་བརྒྱལ་མེད་པ་དང་ལྷན་གསལ་ཉིད་པའ་གསོ་.....
 དང་བྱལ་བ་ལགས་ཤིང་། གསལ་སྤྱིད་མཁས་གཤམས་གཉེར་བའི་
 ལྷན་གསལ་མོས་ཤིག་དཔོན་པོ་པའི་དབྱིད་ས་ཏུ་ལ་འཕྲུང་ས་ཞིན་.....
 པའི་དབང་ཏུ་བཏང་ན། གངས་རྫོངས་མཁས་པའི་གྲུ་ལ་མཚོ་
 འདི་གཞན་དག་ལ་དབང་བ་མ་ཡིན་པའི་རྒྱལ་འདི་དེར་འདིར་
 ཁོང་ཉིད་ཞི་བར་གསེགས་པའི་རྗེས་ཏུ་འབར་བའི་མཁས་གཤམས་
 གྱི་མཚོན་རྟོན་དང་། མཁས་བྱུང་མངོན་པར་མཚོན་པའི་གཞུང་
 ཚོས་དག་ལས་གྲུང་ལེགས་པར་རྗེས་ཏུ་དཔོན་ལུས་སོ། །
 དེ་ཡང་འདིར་མཁས་དབང་དམ་པ་འདི་པ་ཚང་གིས་རྒྱན་
 ཚད་གཞན་གྱི་ཡིད་ལ་མ་ཤར་བ་ཞིག་བཅས་རྒྱ་ཡོད་པས་.....

EAB74106

བཅུ་མ་པ་མཛད་པ་མོ་མ་ཡིན། གཞན་ཏུ་ན་རྟོན་པ་སྐྱུ་ལྷུ་ལྷུ་
པ་འི་རྣམ་ཐར་གྱི་སྒྲིགས་པ་མ་རྣམས་འཁྲིང་བ་སྐྱུ་ལྷུ་ལྷུ་ལྷུ་
པ་རྣམས་བཟང་གིས་མི་ལང་བ་བཞུགས་པ་ས་དོན་མེད་བསྐྱར་
རྣམས་སྐྱ་སོང་བའི་ལྷིང་།

དེ་ལ་ཡང་འདི་རྣམས་ཏེ། དབྱིན་རི་པ་ལྷ་ཏུང་སྤེ་བིས་རྣམས་
པ་འི་ « སྐྱུ་ལྷུ་ལེ་འི་རྣམ་ཐར་མོ་ » ཞེས་པ་རྣུ་ཏུ་འི་རྣམ་ཐར་འཁྲི་
རྣམས་ལི་རྣུ་ལོ་མལ་བ་དག་གི་ལྷུང་བ་བརྗོད་པ་དང་ལྷན་ནས་.....
མཚུངས་ལ། ལྷུང་པར་ཏུ་སངས་རྒྱུ་ལྷི་དགོངས་པ་འགའ་རེ་གོ་
མོག་ཏུ་བཟུལ་ཅིང་། མཛད་པ་འགའ་རེ་འདི་ག་རྟེན་མཐུན་
འདུག་ཅེས་ཏུ་བརྟན་པ་འང་རྣམས་མེད་པ་ས་མཚོག་གསུམ་.....
རྣམས་སྐྱ་མཚོས་པ་སྐྱུ་ལྷུ་ལྷུ་ལྷུ་ལྷུ་ལྷུ་ལྷུ་ལྷུ་ལྷུ་ལྷུ་ ཁ་མི་
དོ་བའི་རིགས་ཁྲོད་ཅེས་མོས་ཟེར་རྣམས་ལྱི།

ལྷ་ར་ན་ཐས་མཛད་པ་འི་རྣམས་པ་སྐྱུ་ལྷུ་ལྷུ་ལྷུ་ལྷུ་ལྷུ་
ཏུར་མཚོན་ན། ལུང་ཟད་ཞལ་དམ་པ་འི་རྣམས་ཏུ་བཞུགས་པ་ས་
རྣམས་པ་པོ་མང་ཆེ་བ་ཞིག་གི་མཛལ་ལྷུ་ལྷུ་ལྷུ་ལྷུ་ལྷུ་ལྷུ་ལྷུ་
དགའ། ལྷུང་པར་ཏུ་རྣམས་རྣམས་དང་རྣམས་དག་གི་ལྷུགས་ལ་ཆ་
རྣམས་གཏན་ནས་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་ཆོ། ལེ་མིག་མེད་པ་འི་ཟ་
འབྱེད་བཞིན་རྣམས་ལི་རྣམས་ལྷུ་ལྷུ་ལྷུ་ལྷུ་ལྷུ་ལྷུ་ལྷུ་ལྷུ་ །

ལྷལ་བཟང་ཚོས་རྒྱལ་གྱིས་མཛད་པའི་རྣམ་པའི་རྣམ་ཐར་.....
 མཚོན་བྱེད་ཏུ་བཀོད་ནས་སྐྱུ་བ། ས་ཏི་ཚེན་པའི་གཞུང་ཚད་
 ལ་ཡོངས་པའི་ཚོགས་གསུམ་གྱི་འདུས་པ་ཆེ་བའང་། མ་སྐྱུས་
 གུང་ཏུང་བའམ། མཛད་ཚེན་ཁག་གི་རྒྱར་རྒྱལ་ལེགས་ཤོས་ལྷ་མི་
 འཇུར་པའི་གཏམ་རྒྱུད་དག་ལྷ་གུའི་རྒྱུད་ཏུ་སྤེལ་པ་འདུག་པས་
 རྒྱས་ཐལ་བའམ་རྒྱགས་རྒྱགས་པའི་རྣམ་པར་མཛོང་ཞིང་། ལྷི་
 ལྷལ་ཏུ་བརྟུས་ནའང་། ཚོགས་ལ་རམ་པ་རིམ་པ་དང་། འག་ལ་
 ཐམ་པ་ཐེམ་པ་ཞེས་པ་རྣམས་ལྷ་གུའི་ཚོར་རྣམ་ཅི་སྐྱབ་ཏུ་མེད་པས་.....
 སྤོ་པོ་ཆེ་རྣམས་སྤོད་གཅིག་ཏུ་སྐྱགས་པ་རྣམས་གང་ཞིན་ལག་
 ཐོགས་ཐོགས་བྱེད་པ་མ་གཏོགས་འདིའི་འཕྲུལ་འདི་ཡོད་གྱི་.....
 གསལ་ཁ་ཞིག་སློ་རོར་འཆར་དཀའ་སྟེ། ལྷུང་པར་ཏུ་རྣམ་པའི་
 མཛད་ཚེན་དག་འགོད་བཞིན་པའི་གནས་སྐབས་ན་གང་ལ་གང་
 འོས་གྱི་མཚམས་སུ་རྒྱར་རྒྱལ་ཏུ་རྒྱལ་པའི་དགོངས་པ་གཙོ་སོ་.....
 དག་ཚལ་ཏུ་བཏོན་ནས་འགྲེལ་དགོས་པ་ཡིན་གུང་། དེ་རྣམས་
 མཛད་ནས་བཀོད་འདུག་པ་ཡང་མཚོན་ཅམ་ཏུ་བས། མདོར་ན་
 མང་མང་ཚོགས་གིས་གསལ་ཁ་ཞིག་དགོལ་དགོས་དགོངས་གུང་མ་
 དཀྱགས་འོ་མའི་མར་ལོ་མ་ཐོན་པ་བཞིན་དོག་དོག་ཏུ་ཐོན་པ་.....
 ཞིག་ལྷུང་མེད་སྐྱུ་མོ། །

བཤམ་དབང་དམ་པ་གང་གིས་རྒྱུར་པར་མཛད་པའི་རྩོན་.....
 པའི་རྣམ་ཐར་ནི་རྣམ་ཐར་གཞན་དང་བསྟུན་ན་ལེགས་ཤོས་སྲི་
 ཚ་མང་ཏུ་མཛོད་ཉེ། ཚ་བ་རྩུབ་པ་ལོད་པའི་«རྩོན་པ་སྲུ་
 རྒྱུ་པའི་མཛད་ཚེན་བརྩོད་པ་པར་དགའ་པོ་»ལ་ཤོལ་ག་ཉེས་.....
 གཏུམ་བཞུགས་ཏེ། གཏུམ་བཞུན་བཙོན་ལ་འཇུག་པའི་རྩོན་དང་།
 རྒྱལ་འཚེས་འཇུ་བཞུན་ནི་གཞུང་དངོས་རྩུབ་དང་། མཇུག་གི་
 གཏུམ་ནི་བཙོ་རྩོན་རྩུབ་པོ། །«རྩོན་པ་སྲུ་རྒྱུ་པའི་མཛད་
 ཚེན་རྣམ་ཐར་པ་ད་མ་དགའ་པོའི་མེད་པ་»ནི་རྣམ་དེའི་རྒྱས་.....
 འགྲེལ་ཏུ་གཏུམ་པ་པ་པར་ཚུལ་ལ་ཤིན་ཏུ་མཁས་པ་ས་རྒྱས་ཐམས་
 ཚེ་བ་རྩུབ་པའི་རྣམ་པར་མཛོད་པའི་གནས་སྐབས་མེད་དོ། །

དཔ་སྐབས་སྲི་ཚིགས་ཏུ་བཅད་པ་རྣམས་དང་། མཇུག་གི་
 མཛད་པ་སྲི་བརྩོད་སྲི་ཚིགས་བཅད་རྣམས་ནི་ཚིག་རྒྱུར་ཤིན་ཏུ་
 རྒྱན་ལུམ་ཚིགས་པ་ལ་དོན་སྲི་ཉམས་དང་ཚིག་གི་ཉམས་མཛད་ཏུ་
 རྒྱུང་བ་ཚོན་ཡོད།

ཚ་བའི་ཤོལ་ག་ཉེས་གཏུམ་པོ་རྣམ་ཐར་འདིའི་ཁོངས་ལ་.....
 དངོས་ཏུ་མི་གཏོགས་ཤིང་། དེ་བས་རྣམ་ཐར་འདིའི་གྲུབ་ཚལ་
 དོན་སྲི་རྩོན་ནས་རྒྱས་འགྲིང་བསྟུན་གཏུམ་ཏུ་དང་གིས་རྒྱུར་ཡོད་
 དོ། གཞུང་དངོས་ཚིགས་རྒྱུགས་རྣམས་ནི་རྒྱས་པའི་རྩོལ་དང་།

བར་སྐབས་ཀྱི་ཚིགས་བཅད་རྣམས་འཕྲིར་པའི་ཚུལ་དང་།
 མཇུག་གི་མཛད་པ་ཀྱི་བཅུད་ནི་བཟུང་པའི་ཚུལ་ཏུ་སྤང་ཉེ། དེ་
 ཡང་རྣམ་ཐར་འདིའི་དབང་ཏུ་བཏང་ན། ཟུང་པ་ནི་རྩ་ཆེན་
 བར་གི་ལོ་མ་ལྟ་ཏུ་དང་། འཕྲིར་པོ་ནི་དེ་ཉིད་བཟུངས་ཏེ་མར་
 ཚོལ་ཁ་ན་གཡེང་བ་ལྟ་ཏུ་དང་། བཟུང་པ་ནི་བཅའགས་བརྒྱས་
 ཐེབས་པའི་མར་གསར་མིག་གི་བཅུད་ལེན་ལྟ་ཏུ་ལོ། །ལྷ་བ་ལྷ་
 བའི་ཆ་གཙོ་པོ་དེ་ཕྱི་མ་ཕྱི་མའི་སྟེང་ཏུ་འདུས་པས་རྣམ་པ་.....
 འཕྱར་བར་ཕྱར་ནའང་རོ་རོ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །འདི་ནི་འདིག་རྟེན་
 ཀྱང་པའི་གཏམ་དཔེ་ལའང་བརྒྱ་བཤད་ཚིག་གི་མདོ་ཅ་དང་།
 རྟོན་བཤེགས་ལོ་མའི་མར་ལོ་ཟེར་བ་བཞིན་ཚིག་གི་མདོ་བཟུང་.....
 སྐབས་དོན་གྱི་གནད་ལ་ཞོགས་མིན་ལ་བརྟུན་གྱིས། གཞུང་རྒྱ་
 མཚོའི་ཉིང་བཅུད་ལུས་པ་མེད་པར་ཚིག་འདུས་དོན་གསལ་གྱི་...
 མཚོའུའི་མེ་མོང་ལ་སྐྱེལ་བར་རུས་པ་ནི་མཁས་ཆེན་ལྷ་ཡི་དབང་
 པོ་དག་གི་མཛད་པ་ཁོ་ན་ལོ། །

གོང་སྐབས་བཞིན་གྱི་དགོས་པ་ནི། དད་ལྡན་རྣམས་ཀྱི་དགེ་
 བའི་གཞི་མ་རྒྱུགས་ཤིང་བརྟན་བྱེད་ལ་ཅ་བ་ཤོལ་ག་ཉེར་གསུམ་
 མ་ཁ་ཉོན་ལ་རན་ཞིང་། ཞིབ་པར་རྟོགས་འདོད་རྣམས་ལ་རྒྱས་
 པ་མཁོ་ཞིང་། གནས་སྐབས་རགས་པ་ཅམ་སྟེག་འདོད་རྣམས་ལ་

འཕྲིད་པོ་མཛད་པ་དང་། རེ་ཞིག་མིག་རྒྱ་རྒྱུང་ཅམ་དོན་རྒྱ་
 གཞེར་པ་རྣམས་ལ་བརྟུན་པ་ཉིད་ཀྱིས་མཚོག་རྒྱ་རྣམ་ལོ། །གལ་
 ཉེ་སྤྲོད་ཁྲིད་ཅིག་གི་དབང་རྒྱ་བཏང་ནའང་། རྩ་རྩོམ་ཞལ་པ་
 རྣམས་ལ་རྒྱས་པ་ཁྲིད་པས་མཐོ་ཚོགས་ཤིང་། རིག་པ་རྣལ་ལ་
 དག་ལ་འཕྲིད་པོས་དོན་རྒྱ་བརྒྱུར་པ་དང་། རྣམ་དཔྱད་
 མཚུངས་ལྟ་མེད་པ་ཚོ་ལ་བརྟུན་པ་བརྟུན་ཅམ་ཉིད་ཀྱིས་འབྲུག་
 པ་ཡིན་ལོ། །

གཞན་ཡང་མཛད་པ་སྤྱི་བརྟུན་ནི་སྐབས་སོ་སོ་སྤྱི་ལོ་རྣམ་མཁོ་
 མཁོ་ཚིངས་སུ་རེས་ཤིང་། དར་སྐབས་སྤྱི་ཚོགས་བཅད་རྣམས་
 བོ་ས་བཅད་སོ་སོའི་ཚིངས་སམ་མདོ་དོན་རྒྱུང་རིག་པར་བྱ་
 དཀོས་ལ། རྒྱས་པའི་སྐབས་དོན་སོ་སོ་བསྐབས་ཤིང་ཁྲིད་ཁྲིན་
 པའི་དབང་རྒྱ་བཏང་ན། རྣམ་དག་གི་རྩ་རྩོམ་རྣམས་ཚོགས་པའི་
 དར་སྐབས་སྤྱི་ཚོགས་བཅད་རྣམས་རྣོག་བཞེན་པ་ནི་ལྟ་མཁོ་
 ཁྲིད་ཁྲིན་སྤྱི་དོན་ལ་གཤམ་རྒྱུང་བྱེད་པ་ཉིད་རྒྱ་བརྟུན་པར་འོས་
 པ་དང་། མཛད་པ་སྤྱི་བརྟུན་བསྐྱེད་ཉེ་བརྟུན་པ་རྣོག་ལྟ་
 འཕྲིད་པོའི་དབང་རྒྱ་བསམས་པ་དང་། དེ་ཉིད་རྒྱུང་རབ་རྒྱ་རྣོག་
 པ་ལས་དོན་རྒྱས་པ་རྣམས་ལའང་སློབ་ཡོངས་སུ་རྩོགས་ལུས་
 པར་བྱེད་པ་ནི་སྤྱི་ལོ་གཤམ་རྒྱུང་གི་ཚུལ་རྒྱ་རིག་པར་བྱ་འོས་སོ། །

ལྱིར་སྐྱེས་ལུ་དམ་པ་དག་གི་རྣམ་ཐར་འགོད་པའི་ཚེ་ན་དེ་.....
 དག་དང་འབྲེལ་བའི་མོ་རྒྱས་དོན་ཚེན་དང་། ཁོང་རྣམ་པའི་
 བསམ་སྒོ་རྒྱབ་ས་པོ་ཚེ་ཡིས་སྐྱི་ཚོགས་འཕེལ་རྒྱས་གྱི་གོ་རིམ་ལ་.....
 ལུགས་སྐྱེན་སྐབས་རྒྱལ་སོགས་རྩལ་ཏུ་བརྟོན་ནས་འབྲི་དགོས་པ་
 ཡིན་ལ། མོ་རྒྱས་ཏུས་རིམ་དེས་ཅན་ནང་གི་སྐྱི་ཚོགས་བཞིན་
 རས་དང་། འཚོ་བའི་གནས་རྒྱལ་སྐྱིར་བཏང་མིན་པ་རྟོགས་བྱེད་
 ཏུ་མི་འབྱུར་བའི་ཡར་འདུལ་མར་གནང་གི་འགྲོ་འོང་འབྲེལ་བ་
 དང་། དམིགས་བསལ་མིན་པའི་སྐྱི་ཚོགས་གོམས་སྤྲོལ་སོགས་
 ཞིབ་འབྲི་བྱས་ན་རྣམ་ཤོག་ཤོན་པའི་རྒྱ་དང་། སྒྲིག་པ་པོ་རྣམས་
 རོ་བརྒྱལ་ལ་གཏད་པ་ལས་གཞན་ཅི་ཡོད།

འབྲི་ལུལ་གྱི་དམ་པ་གང་ཞིག་སྐྱེ་འཚར་སོངས་ལྷུང་བའི་གོ་
 རིམ་དང་། ཏུས་དེ་དག་ཁོ་ནར་དར་བའི་དམངས་སྤྲོལ་དང་།
 དམིགས་བསལ་གྱི་སྤྲོད་གསོའི་རྣམ་པ། རིག་གནས་དར་རྒྱལ།
 ཚོན་རིག་འཕེལ་རྒྱལ། དཔལ་འབྱུར་རྒྱས་རྒྱལ། ཚབ་གྲིད་གྱི་
 འབྱུར་ལུགས། དམག་མཚོན་གྱི་གྲུབ་ལྗངས། ཚོས་ལུགས་གྱི་གྲུབ་
 མཐའི་ཚགས་རྒྱལ་སོགས་འབྲི་ལུལ་གྱི་དམ་པ་དེ་ཉིད་ལ་གང་.....
 ཞིག་དམ་ཏུ་འབྲེལ་བའི་དངོས་དེ་ཞིབ་ཏུ་འབྲི་དགོས་ཤིང་།
 ལྷུང་པར་ཏུ་མོ་རྒྱས་མི་རྣམས་གི་བསམ་སྒོ་གཙོ་བོ་དག་གྲུབ་.....

པའི་རྒྱ་རྒྱུན་དང་། མཛད་ཇིག་གཙུག་པོ་དག་གིས་རྒྱ་རྒྱུན་གསུངས་དང་
མོ་རྒྱུས་པ་ཐེབས་པའི་ལྷགས་རྒྱུན་ནི་རྣམ་ཤིས་མང་པོ་ལས་ལྷན་
ཉེན་དགོས་པ་ཡིན་ཅོ། །

ལམས་པའི་བྱ་བ་གསུམ་གྱི་ཡང་རྗེས་སྐྱོད་པའི་ལམས་.....
མཚོག་དམ་པ་འདི་ཉིད་རྩིང་རྩིང་གི་རྒྱ་རྒྱུས་ལ་ཤིན་ཏུ་ལམས་པ་ས་ཟུང་
ས་ལྷན་ཟུང་པར་ཉེན་པས་ལམས་རྣམས་གྱི་དང་བ་འདྲེན་ས་.....
དང་། རྣམས་དཀའ་བ་རྣམས་མོ་སྤྲི་ཚིག་གིས་གསུང་བས་ཐལ་
བ་རྣམས་གྱི་རེ་བ་ཡང་མོས་པ་བཞིན་རྒྱུད་བ་ཞིག་ཏུ་འདྲུག་སྟེ།
ཚིག་གི་རྒྱ་པོའི་གཏིང་ཤེད་ན་དོན་གྱི་རིུ་རིག་རིག་ཏུ་གསལ་
བ་ནི་ཁོང་གི་རྩིས་གཤེས་གྱི་བྱུང་རྩིས་གཙུག་པོ་ཞིག་ཏུ་མཚོང་ལ།
རྒྱུས་དགོས་རྣམས་ཐལ་བའི་རྩིས་བཟད་ཏུ་མ་སོང་བ། བལྟ་
དགོས་རྣམས་སོགས་ཁོངས་ཏུ་འདྲེན་རྒྱུ་ལ་མཛད་པའི་ལམས་
ལྷན་དགེ་ལེགས་དཔལ་བཟང་གི་རྩིས་གཤེས་ལྟ་ཏུ་ལྟན་པ་ཡང་
རྣམས་སྟེ།

རྣམ་ཐར་གྱི་སྤྲི་རྒྱུ་ལྱུང་ཏུ་ཉེན་པའི་དགོངས་པ་གཙུག་པོ་.....
རྣམས་རིམ་བཞིན་གསལ་པོར་འགྲེལ་བ་དང་། རྒྱུན་ལྱུང་བལ་
དང་ཡོན་ཏན་ལྱུང་རྣམས་གྱི་སངས་རྒྱལ་ཡིན་པ་ཚལ་ཏུ་བཏོན་
ནས་ཡང་ཡང་རྒྱུད་པར་བྱེད་པ་འདིས་དད་ལྡན་རྣམས་གྱི་.....

ཚོར་ས་པ་བསལ་བ་དང་། སེམ་ནས་མི་སྒྲིག་པ་མི་དང་པ་
 འཁྲུངས་ཕྱིན་ལ་སྐྱུ་ག་གི་སྒྲོན་མེ་ལྟ་བུའི་རྣམས་པ་ཅིས་མི་འབྱིན།
 རྒྱན་པ་སྐྱུ་ཉིད་འཚོ་ཞིང་ག་ཞེས་པའི་རྣམས་སྐབས་ཀྱི་སྐྱི་.....
 ཚོགས་འཚོ་བའི་གསོན་ཉམས་ལྡན་པའི་ཆ་དང་དོན་ཚེན་ནམས་
 འོས་ཤིང་འཚོམ་པར་གཏམ་རྒྱུད་ཏུ་བསོད་པས་སྐོག་པ་པ་.....
 རྣམས་ལ་ཉམས་སྤངས་མདོན་སྤུམ་ཏུ་འཁྲུལ་པའི་ཚོར་བ་སྐྱིན་.....
 ཅིང་། སོ་རྒྱུས་དང་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་ཤེས་བྱ་སྤུན་སྤུམ་ཚོགས་པ་
 ཕྱིན་པའི་ཞར་ལ་ཚོམ་རིག་སྐྱུ་ཚལ་གྱི་མཛེས་པའི་དཔལ་ལ་.....
 ཉམས་སུ་རོལ་པ་ལས་བྱུང་བའི་བདེ་བ་དང་སྐྱོ་བ་ཡང་དཔེ་མིན་
 པ་འཕེལ་བར་དེས་ལ། རྒྱ་འཁྲུལ་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་བསྐྱབ་
 པའི་ཚུལ་སྐྱུ་ས་པས་ནི། དགེ་ལ་སྤྱོད་པའི་དང་ལྡན་ནམས་ལ་
 མཚོན་ན་རྒྱལ་བའི་སྐྱུ་གཏུང་ལྷགས་ཀྱི་ཕྱིན་སྐབས་ཀྱིས་བསྐྱར་
 བ་ཉམས་ཐག་གང་ཡང་མཚོག་གསུམ་སྐབས་ཀྱི་གཏུགས་འོག་ཏུ་.....
 རྒྱུད་དེས་པའི་ཡིད་ཚེས་སྤྱིར་ཞིང་། རྒྱ་ཚལ་གྱི་ནམ་པ་ཁོ་བའི་
 ཚོག་བརྟེས་ནའང་རྣོག་པ་འཆར་ཡན་ཟེར་བའི་ཚོམ་རིག་གི་.....
 མཚོན་སྤངས་དེ་ཉིད་ཡིན་འདུག་ལ། ཚོགས་བཅད་སྤྱོད་པ་གང་
 གི་ཐད་ནས་དབྱུད་པ་བཏང་ཡང་རྒྱ་ཚལ་གྱི་རིན་ཐང་ཚེན་སོ་.....
 ཡོད་པ་སྐོས་མི་དགོས།

ཚོས་ལུགས་ཚོམ་རིག་གི་བཅམས་དངོས་ནང་ཏུ་སྐྱི་ཚོགས་.....
 འཚོ་བ་དངོས་དང་མི་མཐུན་པའི་ཆ་སྐོར་ཞིག་འདུག་པ་ར་ཚོས་
 ཁས་ལེན་དགས་ཤིང་། དེའི་ནང་ཏུ་སྐྱི་ཚོགས་ཀྱི་འཕེལ་རྒྱས་
 དང་མི་རྒྱལ་གྱི་བསམ་པ་ཡག་པོ་དང་ཀུན་སྦྱོང་གཙང་མར་.....
 གཏོང་བྱེད་ལ་ཤིན་ཏུ་སྐྱོན་པའི་ཆ་མང་པོ་ཞིག་འདུག་པའང་.....
 སྐར་བ་འདེབས་པའི་རིགས་ག་ལ་ཡིན། དེར་སང་ཚོས་ལུགས་
 ཚོམ་རིག་ཡིན་ན་མཐའ་གཅིག་ཏུ་དམན་སར་འཛོག་པའི་ཚོམ་.....
 རིག་པ་དང་ཚོམ་རིག་དབྱེད་འཛོག་པ་ཡོད་ཅིང་། འཚོ་བ་
 དངོས་དང་ཚོས་ལུགས་གཉིས་གཉིང་འགལ་ཡིན་པར་རྗེས་.....
 མཁན་གྱི་ཚོས་པ་དང་ཆབ་སྲིད་པ་འགའ་རེ་འདུག་སྟེ། འདི་
 དག་ལ་སློ་རྣལ་མར་གནས་པ་དག་གིས་ཅི་བྱར་ཡོད། ཚོས་
 ལུགས་ཀྱི་འཚོ་བ་མེད་ཀྱང་སྐྱི་ཚོགས་ཀྱི་འཚོ་བ་ཡོད་པ་དང་། སྐྱི་
 ཚོགས་ཀྱི་འཚོ་བ་མེད་ན་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་འཚོ་བ་ཡོད་པ་མིན་པའི་
 རྒྱུ་འདིས་གནས་ལུགས་ཀྱི་མཐིལ་ཞིག་བསྟན་པ་མིན་ནམ།
 དེའི་ཕྱིར་དམངས་ཡོངས་ཚོས་ལུགས་ལ་དད་པའི་མི་རིགས་དག་
 གི་འདུན་ས་ཏུ་ཚོས་པ་དང་དད་ལྡན་མང་ཚོགས་ཀྱི་བཙེ་རྒྱུར་ས་
 ལ་གནོད་པའི་ལབ་བརྗོལ་བྱུང་ན་ཚོགས་ཤོར་ལ་འཛིན་མེད་པས་
 གཟུང་གཟུང་བྱེད་པ་རང་སྐྱུང་གི་གོ་ཆ་ལོས་ཡིན།

རྣམ་ཐར་འདི་ན་ལྷུང་ས་པའི་ལྷུང་རིགས་སྟེ་མའི་ལྷུང་པོར་.....
 དཔག་ས་ན་མཁས་མཚོག་གར་ཉིད་རིག་གནས་རྒྱ་མཚོའི་མངའ་
 པདག་ཏུ་བཞུགས་པར་ཡིད་ཆེས་འདྲོངས་ཤིང་། པརྒྱད་པ་རྣམ་
 པར་དག་པའི་གཞུང་སྟོན་དག་ལ་བརྟགས་ན་བརྟུན་སྟེ་པའི་
 དབང་པོར་ལྷུང་པ་མཚོང་ལྷུང་ལ། ཚིག་སྟུང་ལེགས་པའི་བརྟུན་
 ཉམས་དང་། གདངས་མཚམས་གསལ་པའི་སྟན་ཆ། རོན་སྟོང་
 འདུས་པའི་ཐབ་བྱུང་བཅས་ལ་བརྟུས་ན་དག་ལེགས་དཔལ་པའི་
 འགྲན་རྒྱར་གཤེགས་འདུག་པ་དང་། ཚིག་གཉེར་པའི་ཨང་སྟོ་
 བརྟུར་པ་བཞིན་མ་ཡིན་པར་རྣམ་ཐར་ཉིད་རྣམ་ཐར་གྱི་དང་.....
 ཚུལ་ཏུ་གསུངས་འདུག་པ་ལ་མཇལ་ན་རྣམ་ཐར་ཚོམ་པ་སོ་.....
 རྣམས་ལ་དཔེ་ལེགས་ཡར་བཞེངས་གྱི་མཚན་པ་བརྟུན་འདུག་པ་
 བཅས་ནི་རྣམ་ཐར་གྱི་སྟེགས་བམ་འདིའི་ཕོན་ཏན་ལྷན་ཚོང་མ་
 ཡིན་པ་དག་ཏུ་རྟོག་གོ།

རྟོག་པ་སོ་མང་ཆེ་བ་དང་། དད་ལྡན་མང་ཚོགས་གྱིས་ལྷུང་
 མཇལ་ལྷུང་ཏུ་འཕྱུར་དགོས་པར་དགོངས་ནས་ཚིགས་བཅད་.....
 ལྷགས་གར་ཡང་བརྟུན་གི་འཕྲུ་དང་མཚོན་བརྟུན་གྱི་ལྷན་.....
 སྟེགས་མ་བརྟུབ་མ་རྟོགས་པར་ཡིན་ཏུ་གོ་སྟེ་རི་རག་གིས་གསུངས་
 ཡོད་ཅིང་། སོད་སྟེ་མཐུན་གྱི་སྐད་ཡིག་གི་སྟོན་ཐག་འདི་ཉིད་

རྩོད་རྩོད་ལྱུང་བ་མེད་ཏུ་མི་ཏུང་བའི་རྒྱལ་ལ་དགོངས་ནས་རང་
 ལུལ་གྱི་རྣམ་དང་ལུང་གྲོག་གི་བདེ་སོགས་གཏན་ནས་མ་བསྐྱེས་
 པར་གསུངས་འདུག་པ་འདི་ཡང་དེར་སང་འབད་ནས་རྒྱི་རྣམ་དང་...
 ལང་པར་བྱེད་མཁན་རྣམས་ལ་མཉམ་ཞོག་གི་ཐ་ཚིག་ལོས་ཡིན་
 རྣམ་གྱི། ཡིན་ན་ཡང་དེར་སང་པོད་གྱི་རྣམ་དང་ལ་མི་ཤེས་པ། །ལལ་
 ཚེར་ཚོས་པ་རྒྱུད་བའི་རྒྱུན། །ཞེས་པ་རྣམས་འདི་དོན་ལ་བསམ་སྒྲོ་མི་
 འཁོར་བར་རང་ཉིད་གྱིས་མ་རིག་པ་རྣམས་མེད་པར་འཇིག་པ་
 དང་། རང་ཉིད་གྱིས་མ་གོ་བའི་རྒྱི་རྣམ་དང་ལུང་གྲོག་གི་རྣམ་དང་ཏུ་ཚི་
 པ་མང་བས་དེ་འདྲ་བཏང་རྣམས་གྱི་རྒྱལ་བ་རྒྱུལ་བ་རི་རྣམ་ལོས།
 འདིར་ཡི་གེ་པ་དང་པར་རྒྱོན་གྱི་མཉམ་མ་བཞག་པར་ཤོར་
 པའི་ཡིག་རྒྱུན་ལྟར་ཏུ་རྣམས་དཔེ་རྒྱིག་པ་རྣམས་གྱིས་བཙོས་པའི་
 ལུལ་བྱས་ཡོད་ཀྱང་བཙོས་ཉེས་ལུ་སོང་བ་མྱིད་ན་བརྗོད་པར་.....
 གསོལ་ཅིང་། ཨ་མདོ་པ་ས་དང་པོ་ལ་དང་པོ། རྒྱལ་པོ་ལ་རྒྱལ་པོ་
 ཟེར་བ་སོགས་པ་དང་བ་མི་བྱེད་པའི་རིགས་ཀྱང་བཙོས་པ་མང་
 བས་དགོངས་འགལ་མེད་པར་མ་བྱེད་ནོ། །ཞེས་གཏུལ་སྒྲོ་གྲོས་
 རྒྱལ་མཚན་གྱིས་གཅིག་དགུ་གོ་སྒྲ་ལོའི་བཅུ་གཅིག་པའི་ཚེས་.....
 བཅུ་དགུའི་ཉིན་སོང་བྱིར་ཚེན་པོ་སྒྲོས་གྱི་དང་ལྟན་ཏུ་གྱིས་སོ། །

དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཚེན་པོ་

ལྷོ་ཚེན་པོ་ཤེས་ལྷན་མཚོ།

རིག་དགའ།

དེར་སྐབས་འཚོ་ཞིང་གཞིས་པའི་གནས་ལུ་མཁུན་པའི་.....
 མཁའ་དབང་རྩོམ་མཁའ་དགེ་བཤེས་པོ་ཤེས་ལྷན་མཚོ་ཁོང་.....
 1917ལོར་མདོ་རྫོང་ལྷན་ཁྲིའི་པ་ཡན་གཙུག་ཚེན་པོ་.....
 རིགས་ལ་རི་ཚོན་ནང་ཟེར་བའི་རྒྱང་གསེབ་ཏུ་སྐྱེ་འབྱུང་ས།
 1934ལོར་མདོ་རྫོང་ལྷོ་ཚོ་བཟུ་ཤིས་ཚོས་སྤྱིང་ས་དཀོན་ཚེན་པོ་.....
 འདི་ཉིད་ལྷན་པའི་སྐྱེ་བའི་པ་ཡན་ལྷན་པའི་ལྷན་པའི་ལྷན་པའི་ལྷན་པའི་ལྷན་པའི་ལྷན་པའི་.....
 རིག་ལས་གཞུང་ཚོན་བཟུ་པོ་དང་ལོད་ལྷོ་ལྷན་པོ་དེ་ལྷན་པོ་རིག་གནས་འཚོན་སྐྱེལ་ལྷན་པོ་.....
 ཤིན་ཏུ་ཆེ་ཞིང་། མཁའ་ཚོན་གང་མང་ལྷོད་པའི་ལས་པའི་དཔལ་ལྷན་ཏུ་སྐྱེས་པའི་ཏུ་
 རབ་ཏུ་བྱུང་ནས་བསྐྱེད་སྐྱོན་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ཚོད་པའི་གཞུང་ལ་
 རྩོམ་སྐྱེད་པའི་སྐྱོད་གཉེར་གནང་། 1940ལོར་ཁོད་ལྷོ་ཚོས་
 ལྷོ་ཚོན་པོ་ཏུ་གཞི་ཡི་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་.....
 ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་.....
 དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཚེན་པོ་ཏུ་མའི་ཞབས་པད་བསྐྱེན་ཏེ་.....
 དབྱུ་མར་འབྱུང་མཚོད་བཅས་ལ་ཚོས་བསམ་གཏིང་དཔོག་པ་.....
 གནང་བའི་ཞར་ལ། ལྷན་པོ་རིག་གནས་ལྷོ་སྐྱོར་སྐྱོ་གཞུང་དང་
 ལྷན་པོ་གཞི་བསྐྱེད་བཅས། ཚིས་དཀར་ནག་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་.....