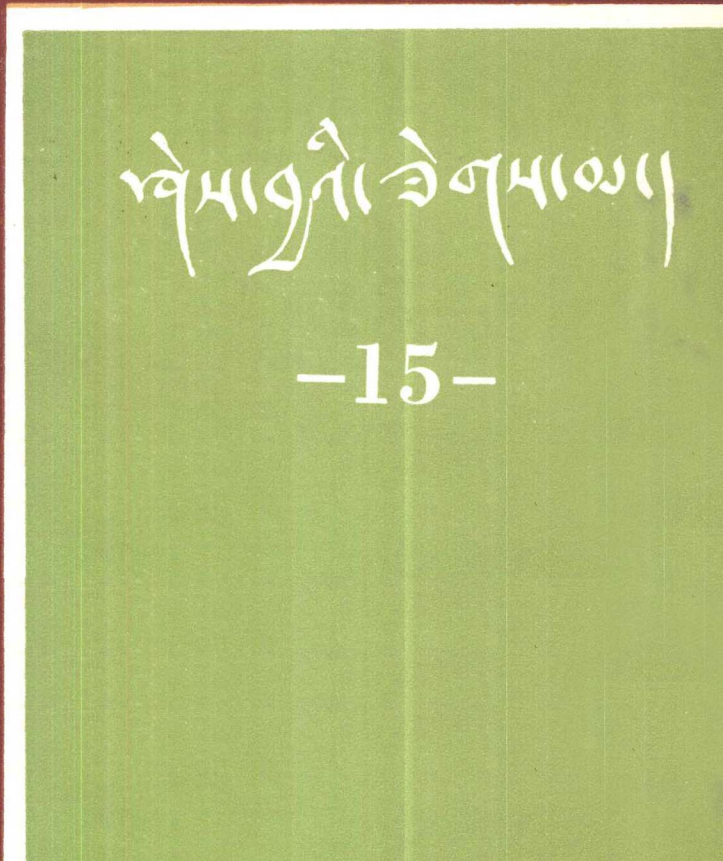
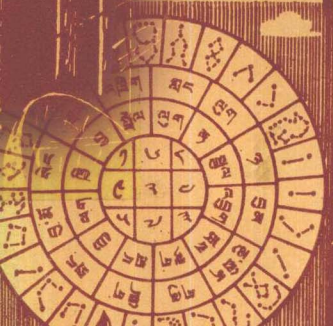
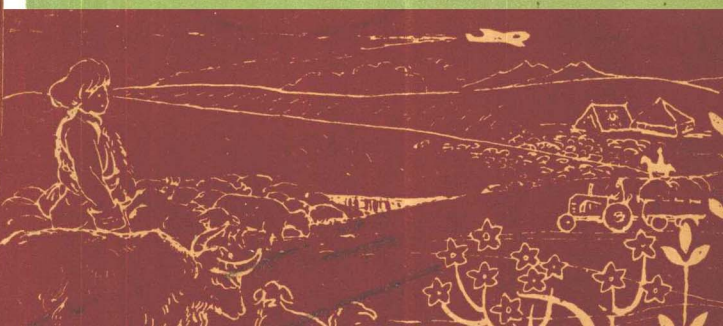




འཕྲིན་ལྷན་ཁང་གི་འཕྲིན་ལྷན་

-15-



ཞེས་བྱའི་རྟེན་མ་ལ།

15

གེས་པུའི་ཐེགས་མ།

(དེབ་བཙ་ལྔ་པ)

*

མི་ཉི་གས་དཔེ་རྒྱན་ཁང་གིས་བསྐྱུན་པ།

1983 ལོ་ལྔ་ 5 བར་པར་གཞི་ 1 པེ་བསྐྱེགས་པ།

1983 ལོ་ལྔ་ 5 བར་པེ་ཅིན་ལ་པར་ཐངས་ 1 པེ་བརྒྱུ་པ།

དེབ་རེར་སྒྲོ་བུར་ 1 ཟེར་ 6

དཀར་

ཆག

དང་ གི་ རེས་ བ།

དང་གི་ཕྱི་ལ་ཡིག་གསར་པའི་སྐབ་གསོ་བྱེད་ཀྱིས་དང་ཕྱིན་ཆར་
མཁ་གསལ་དང་ལེས་དཀྱིས་པའི་གནད་དོན་ཁག་པུ།

..... མ་ཤིང་དང་ཕྱི་ལ་ཡིག་གསལ་ (4)

སྐལ་ ལྷན་ བཟང་ བ།

མཁ་ཤི་མའི་ཞུས་ཤིང་། སྐལ་བཟང་ལྷན་ལྷན་པུ། (12)

ཡིན་དུ་ཡིས་ཤོད་གི་ཕྱི་ལ་ཡིག་གསལ་བྱེད་པ། སྐལ་བཟང་པོ་ལྷན་ལྷན་པུ། (13)

ཆན་ རིག་ དང་ ལག་ ཅལ།

ཤོག་བྱ་པའི་ཡིན་ཆ་ཆེན་པོ། རེས་པའི་སྐལ་ལྷན་པུ། (16)

ནམ་མཁའ་མདུག་ཤོད་དོན་ཅི་ཤེད། རེས་པའི་སྐལ་ལྷན་པུ། (20)

ལྷན་མའི་སྐལ་ལྷན་པུ། ལུང་ཆེན་པུ། (22)

མའི་གོ་ལའི་སྐལ་ལྷན་པུ། ལྷན་ཆེན་པོ་ལྷན་ལྷན་པུ། (26)

རང་པུས་ཅན་གྱི་སྐལ་ལྷན་པུ།

..... ལྷན་དཔལ་གྱི་དམངས་ལྷན་པུ།
ལུང་ལྷན་པུ་ལྷན་པུ། ཆེན་པོ་ལྷན་པུ། (31)

ཤི་གོ་ན་ཡིས་སྐལ་ལྷན་པུ།

གང་ཆེན་པུ་ལྷན་པུ། ཤི་གོ་དཔལ་ལྷན་པུ། (35)

ལྷ་དང་། མེན་མ། ལྷ་མ་བཅས་ཀྱི་མེད།བདེ་ཆེན་དབང་འདུས་ཀྱིས་བཞུགས། (38)

འཇམ་ལྷིང་ལོ་གཤི་འདྲ་བར་ཆེ་གོས།འཇམ་གསལ་མེད་ཀྱིས་བཞུགས། (51)

ཆན་ རིག་ བའི་ གཏམ་ ལྟོད།

ལྷ་མ་འཕྲུལ་ཀྱི་མ་ལྷ་མེད་པའི་བྱད་མེད་ལྷ་མ་འཕྲུལ་རིག་

བ་བ།བསམ་འཕེལ་ཀྱིས་བཞུགས། (39)

ཆན་རིག་པའི་“མེན་རྟགས་”.....བདེ་ཆེན་དབང་འདུས་ཀྱིས་བཞུགས། (49)

གཟུ་མོད་འབར་བའི་མོད་ཀྱི་རིག་གནས།

བར་བསོམ་བྱ་བས་མོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་གཙུག་ལག་དར་

ལྷ་མ་ལྟར་བ།མིག་དམར་ཆེ་རིང་གིས་བཅུ་མས། (52)

ཀོ་གི་ལའི་བདེན་གཏམ།དམུ་དགེ་བསམ་གཏན་ཀྱིས་བཅུ་མས། (56)

ཤེད་ཆེན་ ཆེན་ མེས་ ལྟོལ།

ཅི་ལྷན་ཞིང་ཆེན།བདེ་ཆེན་དབང་འདུས་ཀྱིས་བཞུགས། (61)

མི་ རིགས་ རྩ་ ལྟོད།

ཏྲ་མོར་རིགས།རིན་ལྷན་ཚང་གིས་བཞུགས། (67)

མོ་ ལྷན་ ཅན་ ཀྱི་ དགའ་ ཅལ།

1. ཡང་གི་རི་ཆེད་མོ། (69)

2. རི་མོ་ལས་ལྟོག་ཆགས་རྩ་འཁྲུག་ལྟོ། (69)

3. ཁྱིམ་མཚན་པའི་དཀར་གནས།མདྲ་བམ་བཞུས། (70)
 4. མདྲ་དམངས་ཁྱོད་ཀྱི་གཤམ་ཆེན། ཐུབ་བསྐལ་དང་ཤེད་གསལ་གྱིས་བཞུས། (70)

གཏམ་གསར་ན་པའི་བྱ་རམ།

ཆུ་རིག་ལག་ཆལ་སྐོར་གྱི་གཏམ་གསར་ཁག་བྱག་.....མག་ཅུང་ཐུང་བས་བཞུས། (71)

མཚར་གཏམ་མྱོད་པའི་ལྟ་མ།

ཕྱག་ཆགས་སྐོར་གྱི་མཚར་གཏམ་ཁག་བྱག་.....པདྱ་ཆེན་དབང་འདུག་གིས་བཞུས། (74)

གཞུགས་ཁམས་དང་འཕྲད་བཞུག།

རན་ཐུན་ཅེས་པའི་གདོན་འདྲི་གསལ་པའི་མེ་ཤར་—G.T
ཁྱེན་ཁྱེན་ཁྱེན་གྱིས་བཞུས། (78)

མོ་ཅུང་ཤུན་ཐུན་ནད་སྐྱ་འཕྱག་ཕྱིད་དགོས།མོ་བཟང་གིས་བཞུས། (82)

ཁྱོད་ཀྱིས་མཁྱེན་གྱི་ཕྱོད་དམ།

སྐོར་བཅོ་སྐབས་མེད་པའི་གསལ་པའི་ཐབས།འཇིགས་མེད་ཀྱིས་བཞུས། (87)

བྱང་པས་མཁྱེད་བཅུགས་ཆེ་གང་འདྲ་ཕྱིད་དགོས་སམ། ...རྩ་ཁྱེན་ཅང་གིས་བཞུས། (88)

ཁྱལ་ཁབ་ཁག་གི་གནས་ཆལ།

དིན་རྒྱ་ཉི་ཞི་ཡ།ཁྱེད་མ་ཐུབས་ཀྱིས་བཞུས། (90)

མཁྱེན་ཤོག་རྒྱས་འཕྱོད་ཕྱིད་མཁན།ལང་མེད་རྒྱུ།

ཁྱུང་ཤོག་གི་རི་མོ་སྐོར་མཁན།མྱུ་ཕི་ཐུང་།

དེད་འདྲི་མ་ཁྱེད་འཕྱོད་མཁན།དཔྱིན་ཅི་ནན།

དེད་འདྲི་ཁྱེད་རི་མོ་དང་བར་བཅུག་རི་མོ་ཁྱེད་

གསལ་འཕྱོད་མཁན།ལང་མེད་རྒྱུ།

དཀར་

ཆག་

དང་ གི་ བྱེད་ བྱ།

དང་གི་ཕྱི་ལ་ཡིག་གསུམ་པའི་སྒྲིབ་གསུམ་ལྷན་སྐབས་དང་ཡོན་ཆར་
མས་གསུམ་པར་བྱེད་དཀྱིས་པའི་གནད་དོན་ཁག་བཅུ།

..... ཙ་པར་དང་ལྷན་ཕྱིན་བཞུགས། (4)

སྒྲིབ་ ལྷན་ བཟང་ བྱ།

ཨ་མ་ལེ་མེད་ཞུགས་སྐྱེད།.....སྒྲིབ་བཟང་ལྷན་ཕྱིན་བཞུགས། (12)

ལྷན་དཀྱི་ཡིས་ཁོང་གི་ཡུལ་ལ་ཤི་བྱ་གནད་ལ།སྒྲིབ་བཟང་པོ་ལྷན་ཕྱིན་བཞུགས། (13)

ཆན་ རིག་ དང་ ལག་ ཅལ།

ཤོག་པ་དང་ཕྱིན་ཆུ་ཆེ་གས། བྱེད་པར་སྒྲིབ་ཕྱིན་བཞུགས། (16)

ནམ་མཁུམ་མདྲག་ཡོད་དོན་ཅི་ཤེད།ཁོར་བཤགས་ཕྱིན་བཞུགས། (20)

སྒྲིབ་མེད་པ་ལྷན།.....ལུང་ཁོས་བཞུགས། (22)

སའི་གོ་ལའི་ནམ་པ་རྒྱ་མ།.....ལྷན་ཆོགས་པོ་ཆེན་ཕྱིན་བཞུགས། (26)

རང་འགྲུལ་ཅན་གྱི་སྐར་རགས་ཅམ་བཤད་ལ།

..... ལུང་དབང་གི་དམངས་ཀྱི་ལུང་ལྷན་
ལས་ལྷངས་པོ་ལྷན་ ཆོགས་ཆུང་གིས་བཞུགས། (31)

མེ་ཀོ་ན་ཡིས་སྐམ་ས་ཆེན་པོ་གཤེད་སྒྲིབ་པ་མེར་བཞེད་ཁ་ནས་

གང་མོན་བཤད་པ་ཞིག་ཤེད་དམ།གནག་སྐྱེད་བཞུགས། (35)

ॐ नमः शिवाय । ॐ नमः शिवाय । ॐ नमः शिवाय । मन्त्रं भक्त्या चित्तवृत्तौ च । (३८)

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय । ॐ नमो भगवते वासुदेवाय । (५१)

ཆན་ རིག་ འཕི་ གཏམ་ སྟུང།

॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥

१.१। पञ्चमः पद्यः प्रथमः पद्यः । (३९)

ଖଣ୍ଡିଆ ପରି “ସୁନ୍ଦରୀ”.....ମନେ ଖଟାମାନଙ୍କୁ ସୂଚାଇ ଦିଅ। (49)

གཟི་ལྷན་འབར་བའི་ཕྱི་རིག་གནས།

བར་བཞོན་ལྷ་བཟ་པོ་དྲུ་ཡི་མིག་གཞུང་གཞུག་ལག་དར་

ལྷན་སྐྱེད་པ་ལྟར་ལ།མི་དམར་མེད་ཀྱིས་བཅུ་མ། (52)

ཀོ་ཀི་མའི་བདེན་གཏམ།དམ་དག་པས་མ་གཏན་ཕྱིས་བཅས་མ། (56)

ཨ་པས་ ཆེན་ མེས་ རྒྱལ།

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय । मन्त्रे ॐ नमो भगवते वासुदेवाय । (61)

ॐ श्री गणेशाय नमः

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय । ॐ नमो भगवते वासुदेवाय । (67)

ཡུལ་ ཡུལ་ ཅན་ ཡུལ་ དགའ་ ཆེན།

1. ལྟན་གྱི་ལྟན་གྱི་ (69)

2. ਧੰਨੁ ਮਤ੍ਰਾਯਾਮਿ ਸਿਮ੍ਰਤਾਮਿ ਸ੍ਵਾਸ੍ਵਾਤਮਿ..... (69)

3. གྲིམས་ཚྭ་བའི་དཀར་གནས།མདྲ་བུས་བཟུང། (70)

4. བོད་དམངས་ཁྱོད་ཀྱི་གཤམ་ཚིག་ ཐུབ་བསྐལ་དང་ཤིང་བྲག་མ་ཁྱིས་བཟུང། (70)

གཏམ་གསར་ན་བའི་བུ་རམ།

ཚན་རིག་ལག་ཚལ་སྐོར་གྱི་གཏམ་གསར་ཁག་བྱག་མོག་ཅུང་ཐུང་བས་བཟུང། (71)

མཚར་གཏམ་མྱོད་བའི་ལྟ་མ།

སྒྲིག་ཆགས་སྐོར་གྱི་མཚར་གཏམ་ཁག་བྱག་བདེ་ཆེན་དབང་འདུས་ཀྱིས་བཟུང། (74)

གཟུགས་ཁམས་དང་འཕྲུད་བཞུག།

དན་སྒྲན་ཅེས་བའི་གདོན་འདྲེ་གསལ་བའི་མེ་ཁོང་—G.T

.....ཁྱེན་ལེན་ཁྲོད་མིས་བཟུང། (78)

མོ་ཅུང་བྱས་སྒྲན་ནད་སྒྲན་འགོག་བྱེད་དགོས།སྒྲོ་བཟང་གིས་བཟུང། (82)

ཁྱེད་ཀྱིས་མཁྱེན་གྱི་ཡོད་དམ།

སྐོར་བཅོ་སྐབས་མེད་ཁ་མི་གས་བའི་བྲགས།འཇིགས་མེད་ཀྱིས་བཟུང། (87)

བྱང་བས་མཁྱེད་བཅུགས་ཆོ་གང་འདྲ་བྱེད་དགོས་སམ། ...རིན་ལྷན་ཆང་གིས་བཟུང། (88)

ཁྱུལ་ཁབ་ཁག་གི་གནས་ཚུལ།

དིན་རྒྱ་ཉི་ཞེ་ཡ།སྒྲུལ་མ་སྐབས་ཀྱིས་བཟུང། (90)

མཁུན་ཤོག་རྒྱས་འགོད་བྱེད་མཁན།ལང་མིང་རྒྱུ།

རྒྱལ་ཤོག་གི་རི་མོ་སྐོར་མཁན།མིའུ་ཉི་ཐུང་།

དེབ་འདིའི་ས་ཁྲ་འབྲི་མཁན།དབྱིན་ཅི་ནན།

དེབ་འདིའི་ཁ་བྱང་རི་མོ་དང་བར་བཅུག་རི་མོ་ཁ་

ཁས་འབྲི་མཁན།ལང་མིང་རྒྱུ།

☆☆☆☆
 ☆ ൬ ☆
 ☆ ༧ ☆
 ☆ ༨ ☆
 ☆ ༩ ☆
 ☆ ༡༠ ☆
 ☆ ༡༡ ☆
 ☆ ༡༢ ☆
 ☆☆☆☆

ྲྀྲྀ་གི་སྒྲིག་ཡིག་གསར་པའི་སྒྲིབ་གས་
 བྱེད་སྐབས་ྲྀྲྀ་ཡོན་ཆང་མས་གསལ་པོར་
 ཞེས་དགོས་པའི་གནད་དོན་ཁག་བཅུ།

གྲུང་གྲུང་གྲུང་དབྱང་གིས་ྲྀྲྀ་ཡོན་ལ་སྒྲིབ་གས་གཏོང་གྱི་
 ལས་ཀར་བྱགས་སྒྲོན་གྱི་དགོས་པའི་སྒྲིབ་གྱི་བརྒྱ་ཐོག་ནང་དུ་
 བསྟན་གནང་བར།

ྲྀྲྀ་གི་སྒྲིག་ཡིག་གསར་པ་དེ་ནང་དོན་གཙོ་བོར་བྱས་ནས་ྲྀྲྀ་ཡོན་ལ་...
 སྒྲིབ་གས་གཏོང་སྐབས་ྲྀྲྀ་ནང་གི་གནས་ཚུལ་དངོས་གཞིར་བཟུང་ནས་ྲྀྲྀ་...
 ཡོན་ཆང་མས་གསལ་ཐོག་གི་གནད་དོན་ཁག་བཅུ་གསལ་པོར་ཞེས་པ་བྱེད་...
 དགོས།

(དང་པོ) ྲྀྲྀ་གི་རོ་བོ་དང་། གོ་གནས། རྒྱས་པ་བཅས་
 གསལ་པོར་ཞེས་པ་བྱེད་དགོས། གྲུང་གོ་གྲུང་ཁན་ྲྀྲྀ་ནི་གྲུང་གི་བཙོ་
 པ་གྲུལ་རིམ་གྱི་གཏོང་ལོན་དབྱང་ལྟེ་དང་། ལྷག་བསམ་ནམ་པར་དག་པའི་སྒྲོ་...
 བས་གྲུང་གི་མི་རིགས་ཁག་གི་མི་དམངས་ཀྱི་ཁེ་ཕན་མཆོན་པ་བྱེད་མཁན་གྱི་...
 འབྲས་མི། གྲུང་གོ་ལྷུ་ཚགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་བྱ་གཞག་ལ་འགོ་ཁྲིད་བྱེད་
 མཁན་གྱི་སྒྲིག་གི་ལྷ་བྱ་བཅས་ཡིན་པ་གསལ་པོར་ཞེས་པ་བྱེད་དགོས་པ་དང་།
 གྲུང་ཁན་ྲྀྲྀ་གི་འགོ་ཁྲིད་མེད་ན། གྲུང་གོ་གསར་པ་ཡོང་མི་བྱུང་ལ། ལྷུ་
 ཚགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་འབྲས་སྒྲོན་དང་མཐར་ཐུག་གྲུང་ཁན་རིང་ལུགས་མཛོན་...
 དུ་འགྲུང་བའང་བྱེད་མི་བྱུང་པའི་གནས་ལུགས་དེ་ཞེས་པ་བྱེད་དགོས། ྲྀྲྀ་

ཡོན་ཆང་མས་ངེས་པར་དུ་དང་གི་བཟོ་བ་བྲལ་རིམ་གྱི་གདོང་ལེན་དཔུང་སྒྲིའི་ར་
པོ་སྤྱང་སྤྱབ་དང་། དང་གི་གྲང་ཁན་རིང་ལུགས་གྱི་དྲངས་གཙང་གི་རང་བཞིན་
རྒྱན་འཛིན་བྱེད་ཆེད་འཐབ་ཚད་ལྟོད་མེད་བྱེད་དགོས།

(གཉིས་པ) དང་གི་སྒྲོབ་སྒྲོན་བསམ་སྒྲོ་གསལ་པོར་གེས་པ་
བྱེད་དགོས། མར་ཁེ་སི་ལེ་ཉིན་རིང་ལུགས་དང་། མའོ་ཙེ་དྲང་དགོངས་པ་
ནི་དང་གི་བསམ་སྒྲོར་སྒྲོབ་སྒྲོན་བྱེད་པའི་རིགས་པའི་གཞུང་ལུགས་གྱི་ཆང་གཞི་
ཡིན་པ་གསལ་པོར་གེས་པ་དང་། མར་ཁེ་སི་ལེ་ཉིན་རིང་ལུགས་དང་མའོ་ཙེ་
དྲང་དགོངས་པ་རྒྱན་འཁྱེད་སྤྱུས་ན་དང་གི་བྱ་གཞག་འཕེལ་རྒྱས་འགྲོ་བྱུང་ལ་
རྒྱལ་ཁའང་འཕྲོད་བྱུང་བ་ཡོང་བ་དང་། མར་ཁེ་སི་ལེ་ཉིན་རིང་ལུགས་དང་
མའོ་ཙེ་དྲང་དགོངས་པ་དང་ཁ་བྲལ་ན་དང་གི་བྱ་གཞག་ལ་བར་ཆད་འཕེལ་.....
བའམ་ཕམ་ཉིས་འབྱུང་ངེས་ཡིན་པ་གེས་པ་བྱེད་དགོས། དང་ཡོན་ཆང་མས་
ངེས་པར་དུ་མར་ཁེ་སི་ལེ་ཉིན་རིང་ལུགས་དང་མའོ་ཙེ་དྲང་དགོངས་པར་འཛིན་
པའི་ཆན་རིག་གི་དད་མས་བརྟན་པོར་བཅུགས་ཐོག་མར་ཁེ་སི་ལེ་ཉིན་རིང་...
ལུགས་དང་མའོ་ཙེ་དྲང་དགོངས་པ་དང་འགལ་བའི་སྤྱུགས་ལུང་གི་ནོར་འཁྲུལ་...
མཐའ་དག་ལ་སེམས་ཐག་ཅད་བཅད་ཀྱིས་འཐབ་ཚད་བྱེད་དགོས།

(གསུམ་པ) དང་གི་མཐར་སྒྲག་གི་དམིགས་ལུལ་དང་ད་...
ལྟའི་དུས་རིམ་གྱི་སྒྲིའི་ལས་འགན་གསལ་པོར་གེས་པ་བྱེད་དགོས།
ཀྱང་གི་གྲང་ཁན་དང་གི་མཐར་སྒྲག་གི་དམིགས་ལུལ་ནི་གྲང་ཁན་རིང་ལུགས་གྱི་
སྒྱི་ཆོགས་ལམ་ལུགས་མཛོན་དུ་འཕྱར་བ་བྱེད་རྒྱ་དེ་ཡིན་པ་དང་། དང་གི་ད་
ལྟའི་དུས་རིམ་གྱི་སྒྲིའི་ལས་འགན་ནི་རྒྱལ་ཡོངས་མི་རིགས་ཁག་གི་མི་དམངས་ལ་
མཐུན་སྒྲིལ་བྱས་ཏེ། རང་སྤྱོད་རང་སྤེལ་དང་། དཀའ་སྤྱད་འབད་བཙོན་གྱི་
སྒོ་ནས་བཟོ་ལས་དང་། ཞིང་ལས། རྒྱལ་སྤྱང་། ཆན་རིག་ལག་རྩལ་བཅས་
རིམ་བཞིན་དེང་རབས་ཆན་དུ་འཕྱར་བ་བྱས་ནས་རང་རྒྱལ་འདི་ཉིད་དཔལ་ཡོན་

ཆད་མཐོན་པོ་དང་དམངས་གཙུག་ཆད་མཐོན་པོ་ཡོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་
 གྱི་ཀླུ་ཁབ་ཅིག་དུ་འཇུགས་སྐྱོན་བྱེད་ཀྱི་དེ་ཡིན་པ། ད་ལྟོ་དུས་རིམ་གྱི་སྤྱི་
 ལས་འགན་དངོས་སུ་འགྲུབ་པ་བྱེད་ཀྱི་དེ་ནི་གྲང་ཁན་རིང་ལུགས་སུ་སྒྲིད་པར་
 དེས་པར་དུ་བརྒྱད་དགོས་པའི་ལམ་ཞིག་ཡིན་པ་བཅས་གསལ་པོར་གཤམ་པ་བྱེད་
 དགོས། ཏང་ཡོན་ཆང་མར་གྲང་ཁན་རིང་ལུགས་མངོན་དུ་འགྱུར་བ་བྱེད་
 ཀྱིས་ཀླུ་ཁབ་འཕྲོད་དེས་གྱི་ཡིད་ཆེས་ཡོད་དགོས་ཤིང་། ལུགས་བསམ་ཆེན་པོ་
 དེ་དང་ད་ལྟོ་དུས་རིམ་གྱི་ལས་འགན་དང་སྔ་མའི་རང་བབ་གྱི་ལས་ཀྱི་གཉིས་
 ཟུང་འབྲེལ་བྱེད་དགོས་པ་སྟེ་དམིགས་ལྡན་ཆེན་པོ་མི་བརྗོད་པ་བྱེད་དགོས་ལ་
 དེང་སང་འབད་བཙོན་བྱེད་དགོས་པ་དེའང་མི་བརྗོད་པ་བྱེད་དགོས།

(བཞི་པ) **སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་གཞི་ཆའི་ཁྲད་**
ཆོས་དང་དེའི་ཁྲད་འཕགས་ཀྱི་རང་བཞིན་གསལ་པོར་གཤམ་པ་.....
 བྱེད་དགོས། གྲང་ཁན་རིང་ལུགས་དང་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་བར་གྱི་ཁྲད་པར་
 དང་འབྲེལ་བ་དང་། གྲང་ཁན་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་དང་གྲང་ཁན་རིང་
 ལུགས་ཀྱི་ལས་འགུལ་བར་གྱི་ཁྲད་པར་དང་འབྲེལ་བ་གསལ་པོར་གཤམ་པ་བྱེད་
 དགོས་པ་དང་། སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་འབྲེལ་ཀྱས་དང་འཇུག་
 ཆང་ཡོང་བ་བྱེད་ཀྱི་ནི་ལྟ་སྟེ་གྱི་གྲོ་རིམ་དུ་ཅང་རིང་པོ་བརྒྱད་དགོས་པ་ཞིག་
 ཡིན་ཞིང་། སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱོད་གང་ཅིའི་ཐད་ལ་བཙོན་
 བརྒྱད་བྱེད་དགོས་པ་གཤམ་པ་བྱེད་དགོས། ཏང་ཡོན་ཆང་མས་སེམས་ཐག་བྲད་
 དེ་བཅད་ནས་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལམ་དུ་འགྲོ་དགོས་པ་མ་ཟད། མར་ཁི་
 སི་ལེ་ཉིན་རིང་ལུགས་ཀྱི་ཡོངས་ཁྲབ་ཀྱི་བདེན་དོན་དེ་རང་ཀླུ་ཀྱི་གནས་ཚུལ་
 དངོས་དང་ཟུང་འབྲེལ་བྱེད་མཁས་པོ་བྱས་ཐོག་བཙོན་བརྒྱར་བྱེད་ཡོད་པ་དང་
 གསར་གཏོད་བྱེད་ཡོད་པ་བྱས་ཏེ་གྲང་གོའི་ཁྲད་ཆོས་ལྡན་པའི་སྤྱི་ཚོགས་རིང་
 ལུགས་འཇུགས་སྐྱོན་བྱེད་དགོས།

(ལ་པ) དུས་སྐབས་གསར་པའི་ནང་གི་རང་སྒྲུལ་སྒྱུ་ཚྭ་གས་
 གྱི་འགལ་བ་གཙོ་བོ་གང་ཡིན་པ་དང་། ཏང་གི་ལམ་སྟོན་གས་དང་།
 བྱེད་སྟོན་གས། སྤྱི་དྲུས་ཆར་མ་ཅད་དེ་ཡང་དག་པ་ཡིན་པ་གསལ་
 བོར་ཤེས་པ་བྱེད་དགོས། རང་སྒྲུལ་སྒྱུ་ཚྭ་གས་ཀྱི་འགལ་བ་གཙོ་བོ་ནི་མི་
 དམངས་ཀྱི་དངོས་པོ་དང་རིག་གནས་ཐད་ཀྱི་དགོས་མཁོ་ཉིན་བཞིན་ཆེ་ཏུ་འགྲོ་
 བ་དེ་དང་སྒྱུ་ཚྭ་གས་ཀྱི་ཐོན་སྐྱེད་རྒྱས་ཤུགས་རྩེས་སུ་ལུས་པའི་བར་གྱི་འགལ་བ་
 དེ་ཡིན་ཞིང་། འགལ་བ་དེ་ཐག་གཅོད་བྱེད་ཆེད་ཏང་གི་ལས་ཀའི་གཙོ་གནད་
 དེ་སྒྱུ་ཚྭ་གས་རིང་ལུགས་ཀྱི་དང་རབས་ཅན་གྱི་དཔལ་འབྱོར་འཇུགས་སྐྱོན་ཐོག་ཏུ་
 བསྐྱར་ཟིན་པ་གསལ་བོར་ཤེས་པ་བྱེད་དགོས་པ་དང་། ཏང་གི་སྐབས་བཅུ་
 བཅའ་པའི་ཀྲང་ཚུ་ཆར་འཛམས་ཤོས་ཚྭ་གས་ཐོངས་གསུམ་པ་འཚོགས་ཚུན་གྱི་
 ཀྲང་དབྱང་གི་ལམ་སྟོན་གས་དང་། བྱེད་སྟོན་གས། སྤྱི་དྲུས་བཅས་ནི་མར་ཁེ་སི་
 ལེ་ཉིན་རིང་ལུགས་དང་མཐོ་ཙེ་ཏུ་དགོངས་པ་འཕེལ་རྒྱས་བཏང་བ་ཞིག་དང་།
 ཀྲང་གོའི་བྱད་ཚོས་ལྷན་པའི་སྒྱུ་ཚྭ་གས་རིང་ལུགས་འཇུགས་སྐྱོན་ བྱེད་སྟོན་བཞོད་
 རྒྱས་ཡང་དག་པ་ཞིག སྒྱུ་ཚྭ་གས་ཀྱི་ཁོ་རྒྱས་འཕེལ་རྒྱས་འགྲོ་བའི་ཕྱི་རོལ་ལུལ་
 གྱི་ཚོས་ཉིད་དང་མཐུན་པ་ཞིག་བཅས་ཡིན་པ་གསལ་བོར་ཤེས་པ་བྱེད་དགོས།
 ཏང་ཡོན་ཆར་མས་ཆབ་སྤྱི་ཐོག་ཀྲང་དབྱང་དང་གཅིག་མཐུན་ ཡོང་བ་བྱས་ཐོག
 “གཡོན”དང་གཡས་ཀྱི་འགལ་སྐྱེན་སྒྱུ་ཚྭ་གས་བྱད་བསད་བྱས་ནས་ནན་ཏན་གྱིས་
 ཏང་གི་ལམ་སྟོན་གས་དང་། བྱེད་སྟོན་གས། སྤྱི་དྲུས་བཅས་ལག་ལེན་མཐར་ཐུག་
 བསྐྱར་དགོས།

(བྱག་པ) གློ་གཅིག་སེམས་གཅིག་གིས་མི་དམངས་ལ་ཞབས་
 འདེགས་ཞུ་རྒྱ་ནི་ཏང་གི་དམིགས་ལུལ་ཡིན་པ་གསལ་བོར་ཤེས་པ་
 བྱེད་དགོས། བཟོ་བ་གུལ་རིམ་དང་རྒྱ་ཆེའི་མི་དམངས་མང་ཚོགས་ཀྱི་ཁེ་ཕན་
 མ་གཏོགས་ཏང་རང་ཉིད་ལ་དམིགས་བསལ་གྱི་ཁེ་ཕན་མེད་པ་གསལ་བོར་ཤེས་

པ་བྱེད་དགོས་པ་དང་། ཏང་ཡོན་ལ་རྒྱུ་མཉམ་པ་ལྟར་ཐག་འབད་ཐག་གིས་མི་དམངས་ལ་
 ཞབས་འདེགས་ཞུ་རྒྱུ་ལོས་འགན་ཁ་གཏོགས། རང་གི་འགན་དབང་ལ་བརྟེན་
 བས་རྒྱལ་ཁབ་དང་མང་ཚོགས་ཀྱི་ས་ནས་“ཁི་བཟང་”བཟའ་རྒྱུ་དབང་ཆ་གང་...
 ཡང་མེད་པ་ཤེས་པ་བྱེད་དགོས། ཏང་ཡོན་ཆང་མས་ངེས་པར་དུ་ཏང་དང་
 མི་དམངས་ཀྱི་ཁི་ཕན་དེ་ཁི་ཕན་གང་ལས་ཀྱང་ལྷག་པར་འཛིན་རྒྱུ་དང་སྒྲེར་གྱི་...
 ཁི་ཕན་དེས་ཏང་དང་མི་དམངས་ཀྱི་ཁི་ཕན་ལ་བརྒྱན་དགོས་པའི་ ཅ་ རྟོན་རྒྱུ་
 འཁྲོངས་བྱེད་པ་དང་འབྲེལ། དཀའ་བ་སྟོན་ལ་སྟུང་ཅིང་བདེ་བ་རྗེས་སུ་སྦྱང་
 དགོས་པ་དང་། སྒྲེར་རྟོན་སྤངས་ནས་གཞུང་རྟོན་རྒྱུ་དགོས་པ་ལས་གཞུང་
 གཞོད་སྒྲེར་ཕན་གྱི་རིགས་གཏན་ནས་བྱས་མི་ཚོག་པ་དང་། རང་གི་འགན་
 དབང་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲེར་ཕན་རག་ཐབས་གཏན་ནས་བྱས་མི་ཚོག

(བརྒྱན་པ) ཏང་གི་དམངས་གཙོ་གཅིག་སྟེང་ལམ་ལུགས་ནི་
 ཏང་གི་རྩ་བའི་རྩ་འཛུགས་ཀྱི་རྩ་དོན་ཡིན་པ་དང་། ཏང་གི་སྤྱི་ག་
 ཁྲིམས་ནི་ལམ་ལུགས་ལག་ལེན་བྱེད་སྲབ་པའི་འགན་ལེན་ཞིག་.....
 ཡིན་པ་གསལ་ཁྲོད་ཤེས་པ་བྱེད་དགོས། ཏང་གི་སྤྱི་ག་ཁྲིམས་པའི་
 བུ་དུ་དེའི་ཐད་ཀྱི་གཏན་འབེབས་གལ་ཆེན་གསར་པ་གང་དང་གང་བྱས་ཡོད་...
 པ་དང་། ཏང་གི་རྩ་འཛུགས་ཀྱི་འཛུགས་སྤྱོད་ཐད་བརྒྱུ་བཅས་གལ་ཆེན་གང་
 དང་གང་བྱས་ཡོད་པ་གསལ་ཁྲོད་ཤེས་པ་བྱེད་དགོས་པ་དང་། དམངས་གཙོ་
 གཅིག་སྟེང་གི་ལམ་ལུགས་འཕུས་ཆང་དུ་གཏོང་རྒྱུ་དང་ཏང་གི་སྤྱི་ག་ཁྲིམས་དམ་...
 དུ་གཏོང་རྒྱུ་ནི་ཏང་ཡོན་དང་ལས་བྱེད་པའི་རྒྱུ་བཙོན་གྱི་རང་བཞིན་དང་
 གསར་སྟུན་གྱི་རང་བཞིན་འདྲོ་སྤྱོད་དང་། ཏང་ནང་གི་ཆབ་སྲིད་འཛུ་བ་རྒྱུ་
 རྟོན་དུ་འཕྱར་པའི་འགན་ལེན། ཏང་གི་མཐུན་སྦྱོལ་དང་གཅིག་ལྷན་ཐུག་བརྟན་
 དུ་གཏོང་ཐབས། ཏང་གི་འཐབ་འཛིང་རྟོགས་སྤྱུགས་ཆེ་དུ་གཏོང་ཐབས་བཅས་
 བྱེད་རྒྱུ་ནི་གནད་འགག་སྤྱུགས་ཞིག་ཡིན་པ་དེ་གསལ་ཁྲོད་ཤེས་པ་བྱེད་དགོས།

དང་ཡོན་ཆང་མས་ངེས་པར་དུ་དམངས་གཙོ་གཅིག་སྤུང་གི་ལས་ལུགས་ལག་་་་
ལེན་ནན་པོ་བྱེད་པ་དང་འབྲེལ་རང་རྟོགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་དང་གི་སྒྲིག་སྒྲིམས་ལ་བརྩི་
སྤང་བྱེད་དགོས།

(བརྒྱད་པ) དང་ཡོན་གྱི་ཆད་གཞི་དང་དང་གི་ལས་བྱེད་་་
པའི་རྩ་བའི་རྩ་ཆུན་གསལ་པོར་ཤེས་པ་བྱེད་དགོས། བྱང་ཁན་དང་
ཡོན་ནི་བཟོ་བ་གཤམ་རིམ་གྱི་བྱང་ཁན་རིང་ལུགས་ཀྱི་གོ་རྟོགས་ལྡན་པའི་གདོང་་་
ལེན་འཐབ་འཇོང་པ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། དང་གི་ལས་བྱེད་པ་ནི་དང་གི་བྱ་
གཞག་གི་ཀླང་བྱེད་མཁན་དང་མི་དམངས་ཀྱི་སྤྱི་ཞབས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་གསལ་་་
པོར་ཤེས་པ་བྱེད་དགོས། དང་གི་སྒྲིག་ཡིག་གསར་པའི་ནང་དང་ཡོན་དང་དང་
གི་ལས་བྱེད་པ་རྣམས་ལ་སླང་བྱ་སྤར་ལས་མཐོ་བ་དང་སྤར་ལས་དམ་པ་གང་་་
དང་གང་བརྟན་ཡོད་པ་གསལ་པོར་ཤེས་པ་བྱེད་དགོས་པ་དང་། དང་གི་སྒྲིག་
ཡིག་གིས་དང་ཡོན་དང་ལས་བྱེད་པར་བརྟན་པའི་རེ་འདུན་མངོན་དུ་འགྱུར་བ་
བྱེད་ཀྱི་ནི་དང་གིས་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་སྤྱི་དབང་ལ་འགོ་བཟུང་བྱེད་པའི་གནས་ཚུལ་
འོག་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དུས་སྐབས་གསར་པའི་ནང་ངེས་པར་དུ་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་
དུ་ཐག་གཅོད་ཡག་པོ་བྱེད་དགོས་པའི་གནད་དོན་དང་ཅང་གཤམ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་
པ་གསལ་པོར་ཤེས་པ་བྱེད་དགོས། དང་ཡོན་དང་ལས་བྱེད་པ་ཆང་མས་དང་གི་
སྒྲིག་ཡིག་ནང་གཏན་འབེབས་བྱས་པ་ལྟར་དང་ཡོན་གྱི་འོས་འགན་ནན་དན་སྒྲུབ་
དགོས་པ་དང་དང་ཡོན་གྱི་དབང་ཆ་བེད་སྤྱོད་ཡང་དག་པ་བྱེད་དགོས་པའི་ཐོག་
ཆད་གཞི་དང་མཐུན་པའི་དང་ཡོན་དང་ཆད་གཞི་དང་མཐུན་པའི་ལས་བྱེད་པ་་་
ཞིག་བྱེད་དགོས།

(དགུ་པ) དང་གི་འགོ་བཟུང་སྒྲིག་འཁྲུངས་དང་ལེགས་བཅས་
ག་འདྲ་བྱས་ནས་བྱེད་དགོས་པ་གསལ་པོར་ཤེས་པ་བྱེད་དགོས།
དང་གིས་འགོ་བཟུང་བྱེད་པ་དེ་ནི་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་བྱ་གཞག་ལ་རྒྱལ་ཁ་་་

འཕྲོ་པ་ཐུབ་པའི་ཙུང་པའི་འགན་ལེན་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ཏང་གི་སྤྲིན་ཡིག་གསར་
 པའི་ནང་ཏང་གིས་འགོ་བཟུང་བྱེད་ཀྱི་ཀླུ་ལྷན་འཁྲུངས་དང་ལེགས་པཅོས་བྱེད་ཀྱི་འོ་
 བྱེད་གཏན་འབེབས་གསར་པ་གང་དང་གང་བྱས་ཡོད་པ་གསལ་པོར་གསུངས་པ་བྱེད་
 དགོས། ཏང་གིས་འགོ་བཟུང་བྱེད་ཀྱི་ཀླུ་ལྷན་འཁྲུངས་བྱེད་ཀྱི་རེས་པར་དུ་ཏང་གི་
 འགོ་བཟུང་བྱེད་སྐབས་ལེགས་པཅོས་དང་ཏང་གི་འགོ་བཟུང་གི་རྒྱས་པ་འདྲན་སྤྲོད་
 ཡང་དག་པ་བྱེད་དགོས་པ་གསུངས་པ་དང་། ལྷག་པར་དུ་“ཏང་གིས་རེས་པར་དུ་
 ཙུང་སྤྲིན་དང་བཅས་སྤྲིན་གྱི་ནང་ཁྲོད་སྤྲོད་བྱེད་སྤྲོད་སྤྲོད་དགོས”ལེགས་གསུངས་པ་
 བྱེད་དགོས། ཏང་གིས་འགོ་བཟུང་བྱེད་པ་ཞེས་པ་ནི་གཙོ་བོ་ཆབ་སྲིད་དང་།
 བསམ་སྤྲོད་ ཙུང་འཕྲུགས་བཅས་ཀྱི་ཐོག་ནས་འགོ་བཟུང་བྱེད་ཀྱི་དེ་ཡིན་ཞིང་།
 ཏང་ལྷན་ཏང་གི་ལས་ལྷན་གསར་དང་། བྱེད་ལྷན་ སྤྲོད་ལྷན་བཅས་ལག་ལེན་
 མཐར་ཐུག་བྱེད་ཀྱི་དམ་འཛིན་ཡག་པོ་བྱེད་དགོས་པ་དང་། ཏང་གི་ཙུང་འཕྲུགས་
 ཀྱི་ལས་ཀ་དང་དེའི་ལས་ལྷན་སྤྲོད་གསལ་ལས་ཀ་ཡག་པོ་བྱེད་དགོས་པ། ཏང་
 ཡོན་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱིས་ལས་ཀ་མཐའ་དག་དང་སྤྲོད་ཆོགས་ཀྱི་འཛུགས་པའི་ནང་
 གདོང་ལེན་དང་དཔེ་བཟང་གི་རྒྱས་པ་འདྲན་སྤྲོད་བྱེད་ཐུབ་པ་བཟོ་དགོས་པ་
 ལས་སྤྲོད་འཛིན་ལས་ཀ་ཁོ་ན་འགན་གཙང་ལེན་བྱེད་མི་རུང་། ཏང་ཡོན་དང་
 ཏང་གི་ལས་བྱེད་པ་ཆང་མས་རེས་པར་དུ་རང་རྟོགས་ཀྱི་སྤྲོད་ནས་ཏང་གི་འགོ་
 བཟུང་ལ་བརྩི་བཀུར་དང་ཏང་གི་འགོ་བཟུང་དང་ཁ་བཤེད་པའི་ཐོགས་སྤྲོད་ནས་
 འཁྲུལ་ཅན་མཐའ་དག་བཀག་འགོག་བྱེད་དགོས།

(བཅུ་པ) ཏང་སྤྲོད་ཀྱི་གནད་དོན་ནི་སྤྲོད་འཛིན་ཏང་འདི་
 ཆགས་འཛིན་ལ་སྤྲོད་པའི་གནད་དོན་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་པ་གསལ་
 པོར་གསུངས་པ་བྱེད་དགོས། ཏང་སྤྲོད་ཙུང་པའི་ཐོག་ནས་ལེགས་འཕུར་ཡོང་པ་
 བྱེད་ཀྱི་དེ་ཙུང་པའི་ཐོག་ནས་ལེགས་འཕུར་གསུམ་མཛོན་དུ་འཕུར་བ་བྱེད་ཀྱི་
 གནད་འགག་སྤྲོད་སྤྲོད་ཡིན་པ་གསུངས་པ་དང་། ཏང་སྤྲོད་ཙུང་པའི་ཐོག་ནས་

ལེགས་འགྱུར་ཡོང་བ་བྱེད་དགོས་ན་ངེས་པར་དུ་ཏང་དག་ཐེར་དང་ཀྱན་སྦྱོང་.....
 དག་ཐེར་བྱེད་དགོས་པ་གསལ་པོར་གྲུ་བ་བྱེད་དགོས། ཏང་ཡོན་དང་ཏང་གི་
 ལས་བྱེད་པ་ཆང་མས་ཏང་གཞིས་ལྷགས་ཆེ་ཅུ་བཏང་སྟེ་རྟག་པར་སྦྱོན་བརྒྱན་.....
 དང་རང་སྦྱོན་རང་བརྒྱན་གྱི་མཚན་ཆ་སྦྱང་ནས་ལས་ཀའི་ནང་གི་སྦྱོན་ཆ་དང་.....
 ཝན་འབྲུལ་ཐེར་འདོན་བྱེད་ཐོད་པ་དང་། རྟོགས་ལྟར་ཝན་འབྲུལ་ཅན་སྣ་ཚོགས་
 ལ་འཐབ་ཅོད་བྱེད་ཐོད་པ། རྒྱལ་མིན་གྱི་སྦྱོང་རྒྱལ་མཐའ་དག་ཡོ་བསྐང་བྱེད་
 རྒྱར་འབད་བཙོན་བཅས་བྱས་ནས་གོམ་གང་མདུན་སྦྱོས་གྱིས་ཏང་དང་མང་ཚོར་
 བར་གྱི་འབྲེལ་བ་དམ་པོ་ཡོང་བ་བྱེད་དགོས།

ཏང་གི་སྤྱིག་ཡིག་གསར་པ་དང་ཚོགས་ཆེན་བཅུ་གཉིས་པའི་ཡིག་ཆའི་.....
 བཤད་དོན་ནི་ཏང་ཅང་ལུན་སྲུལ་ཚོགས་པོ་དང་གཏིང་ཟབ་པོ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་།
 གོང་དུ་བཤད་པའི་རྟོགས་བཅུ་པོ་དེ་ནི་བཤད་དོན་གཙོ་བོ་ཁ་གསལ་ཅམ་ཡིན་པས་
 ས་ཁུལ་ཁག་དང་། རྩི་ཁག་ཁག་རྩི་ཆན་ཁག་བཅས་ཀྱི་ཏང་གི་ཅ་འཇུགས་གྱིས་
 ཏང་ཡོན་རྣམས་ལ་སྦྱོབ་གསོ་གཏོང་སྐབས་གནས་རྒྱལ་དངོས་ཏེ་ལས་ཀའི་ཁྱད་...
 ཚོས་དང་། ཏང་ཡོན་དང་ལས་བྱེད་པའི་བསམ་བློའི་གནས་རྒྱལ་ལ་གཞིགས་
 བས་གཙོ་ལལ་ཡོད་པ་བྱེད་དགོས་པ་མ་ཟད། འཆར་གཞི་ཞིབ་ཏུ་དང་ལག་
 བསྟར་གྱི་རྒྱས་གཞི་ཞིབ་ཏུ་ཞིག་ཀྱང་འགོད་དགོས།

(ཆེ་མིང་དར་རྒྱས་གྱིས་བསྟར་)

