



༡༡། གུང་གུང་གུང་དབང་དང་རྒྱལ་སྤྱི་སྤྱི་བྱུང་ཁང་  
ལྷན་ནས་བསྐྱེད་ལ་བའི་སྤྱོད་གསལ་འཛིན་

མི་རིགས་དཔེ་སྟླན་ཁང་གིས་པེ་ཅིན་དུ་བསྐྱེད་པ་ལོ།

༄༅། | གུང་གུང་གུང་དབུང་དང་། རྒྱལ་  
 སྤྱི་སྤྱི་བྱལ་ཁང་ལྷན་དུ་བསྐྱེད་བའི་སློབ་  
 གསེའི་ལས་དོན་སྐོར་གྱི་མཚུབ་སྟོན།

1958 ལོ་འཁྱེད་ 9 ཚེས་ 19 ལ།

བརྗོད་བྱ་གནད་བསྐྱེད།

བརྗོད་བའི་གྲལ་རིམ་གྱི་དམར་ཞིང་མཁས་པའི་སྤེམ་ཡིན་་་  
 ཅན་མི་ཁྱི་སྤྱང་མང་པོ་ཡོད་པའི་དབུང་ཁག་ཅིག་གསོ་སྤྱང་་་་  
 བྱེད་རྒྱ་འདྲི་ནི་དང་དང་རྒྱལ་ཡོངས་མི་དམངས་ཡོངས་་་་་་  
 རྫོགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་གི་ལས་འགན་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན།

དང་ཡོངས་རྫོགས་དང་མཐུན་སྦྱིལ་བྱེད་བྱལ་བའི་སློབ་་་་  
 གསོའི་ལས་དོན་སྤྱེད་མཁན་མཐུན་དག་ལ་མཐུན་སྦྱིལ་བྱས་ཏེ་  
 སློབ་གསོའི་ལས་དོན་ནང་གི་གཡས་མཐུན་ལྗང་བའི་བསམ་བ་  
 དང་། ལྷང་ཅམ་འཛིན་པའི་རིང་ལུགས་ཀྱི་བསམ་བ་བཅས་

५८. གི་སྒྲོབ་གསེའི་ལས་དོན་གྱི་བྱེད་སྤྲུགས་ནི་སྒྲོབ་.....  
 གསེའི་བྱ་བ་དེས་འཕྲུར་མཛད་གྲུལ་རིམ་གྱི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་དོན་དུ་  
 ཞབས་འདེགས་སྒྲུབ་དགོས་པ་དང་། སྒྲོབ་གསེའི་བྱ་བ་  
 དང་ཕོན་སྒྱུད་ལ་ཚལ་བྱང་དུ་སྒྲུབ་དགོས་པ་དེ་ཡིན། བྱེད་  
 སྤྲུགས་འདི་ལག་ལེན་མངོན་དུ་བྱེད་པ་ལ་སྒྲོབ་གསེའི་ལས་.....  
 དོན་དེ་ལ་ངེས་པར་དུ་དང་གིས་འགོ་འཁྲིད་བྱེད་དགོས།  
 སྒྲོབ་གྲུ་གང་ཡིན་ཡང་རྒྱང་ངེས་པར་དུ་མར་ཁེ་སི་ལེ་ཉིན་.....  
 རིང་ལུགས་ཀྱི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་སྒྲོབ་གསེའི་དང་། བསམ་བཞི་  
 སྒྲོབ་གསེའི་བྱས་ཏེ་དགེ་ཆུན་དང་སྒྲོབ་གྲུ་བ་དག་ལ་གསོ་སྦྱང་.....  
 བྱས་ནས་བཟོ་བཞི་གྲུལ་རིམ་གྱི་གྲུལ་རིམ་གྱི་ལྟ་ཚུལ་དང་།  
 དམངས་ཚོགས་ཀྱི་ལྟ་ཚུལ། བྱུང་མང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་  
 ཚུལ། ལལ་ཚུལ་གྱི་ལྟ་ཚུལ་དེ་སེམས་ཀྱི་ལལ་ཚུལ་དང་ལུས་ཀྱི་  
 ལལ་ཚུལ་བྱང་དུ་འབྲེལ་བཞི་ལྟ་ཚུལ། ཚད་སྒྲུབ་ཀྱི་དངོས་  
 གཞིར་སྒྲུ་བཞི་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་ཚུལ་བཅས་འཛུགས་བྱུང་བ་.....  
 བྱེད་དགོས། ད་ཕྱིན་གྱི་འགོ་སྤྲུགས་ནི་སྒྲོབ་གྲུའི་ནང་བཟོ་  
 གྲུ་དང་ཞིང་ར་འཛུགས་གཉིས་བྱེད་ཅིང་། བཟོ་གྲུ་དང་  
 ཞིང་ལས་མཉམ་ལས་ཁང་གིས་སྒྲོབ་གྲུ་འཛུགས་གཉིས་བྱེད་སྒྲུ་  
 དེ་ཡིན།

ངེས་པར་དུ་གཅིག་འཕྲུར་གྱི་རོ་ཤོ་དང་སྒྲ་མང་བཞི་རོ་.....

བོ་བྱང་དུ་འབྱེལ་བ་དང་། བྱལ་སྒྲིལ་དང་མཐོ་སྒྲིལ་བྱང་དུ་  
 འབྱེལ་བ། རྒྱ་ཀུན་འཆར་བཀོད་བཟོ་བ་དང་ས་གནས་ལ་དབང་  
 ཆ་བཀོ་བ་བྱང་དུ་འབྱེལ་བ་བཅས་ཆ་དོན་དུ་འརྒྱུ་དགོས།  
 རྒྱ་གསུང་རིས་མཉམ་ལས་ས་ཁྲལ་ཆེ་བ་ཁག་གིས་རང་ཉིད་ཀྱི་  
 གནས་ཚུལ་དང་དགོས་མཁོ་དངོས་ལ་གཞིགས་དེ་འབྲུས་སྒྲིལ་  
 ཆེད་བའི་སྒྲོལ་གསོའི་མ་ལག་ཅིག་འཇུགས་ཐུབ་པ་བྱ་དགོས།

སྒྲོལ་གསོའི་ལས་དོན་བདག་གཉིས་བྱེད་སྐབས་ངེས་  
 བར་དུ་དང་མཉམ་འབྲེལ་འབྲིང་འོག་སྒྲོལ་གསོའི་བྱ་བ་ཆེད་  
 གཉིས་བྱེད་མཁན་དང་དམངས་ཚོགས་བྱང་དུ་འབྱེལ་ནས་  
 དམངས་ཚོགས་ཀྱི་ནང་ནས་ཚུར་ཡོང་བ་དང་། སྤྱི་ཡོད་  
 དམངས་ཚོགས་ཀྱི་ནང་དུ་ཕར་བྱེད་བའི་དམངས་ཚོགས་ལས་  
 རྒྱུགས་ཀྱི་ཐབས་ལམ་དེ་ལག་ལེན་བྱས་དེ་དང་ཡོངས་དང་མི་  
 དམངས་ཡོངས་ཀྱིས་སྒྲོལ་སྤྱོད་འཇུགས་གཉིས་བྱེད་ཐབས་ལག་  
 ལེན་མཐུན་བྱེད་པ་བྱེད་དགོས།

རང་རིས་ལོ་བཅོ་ལྔ་ཡས་མས་ཤིག་གི་དུས་སྐབས་ནང་  
 ལ་མཐོ་རིམ་གྱི་སྒྲོལ་གསོ་བྱལ་སྒྲིལ་གཏོང་བྱུང་བ་བྱེད་སྒྲིལ་  
 དང་། དེ་ནས་ལོ་བཅོ་ལྔ་ཡས་མས་ཤིག་གི་དུས་སྐབས་ནང་ལ་  
 མཐོ་སྒྲིལ་དུ་གཏོང་བའི་ལས་དོན་འབྲུལ་བྱུང་བ་བྱེད་དགོས།

(དང་པོ།) དཔལ་འབྱོར་གྱི་འཕམ་ཕྱོགས་ཐོག་གི་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་  
 གྱི་གསར་བཞེས་ནང་དུ་གཞི་རྩའི་ཐོག་ནས་རྒྱལ་ཁབ་ཐོབ་པ་དང་། ཆལ་སྤྱིད་ཀྱི་  
 འཕམ་ཕྱོགས་དང་། བསམ་པའི་འཕམ་ཕྱོགས་བཅས་ཀྱི་ཐོག་གི་སྤྱི་ཚོགས་རིང་  
 ལུགས་ཀྱི་གསར་བཞེས་ནང་གནད་འགག་ཅན་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཐོབ་ཡོད་ཅིང་། སྤྱི་  
 ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་འཇུགས་བསྐྱེད་ཀྱི་བ་དེ་བཟོ་ཞིང་ལས་རིགས་ཀྱི་ཐོན་སྐྱེད་...  
 བྱད་མཚའས་བསྐྱོད་ཆེན་པོའི་གནས་ཚུལ་ལྟར་ཡོད། སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་  
 གསར་བཞེས་ཀྱི་བ་ཡོངས་སུ་འགྲུབ་པ་དང་། སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་འཇུགས་  
 བསྐྱེད་ཀྱི་བའི་མཁོ་དགོས་དང་མཐུན་པ། ལྷང་ཁུན་རིང་ལུགས་ཀྱི་རྒྱང་རིང་  
 པོའི་དམིགས་ལུལ་ཆེན་པོ་མངོན་སུམ་དུ་འགྲུབ་པ་བཅས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ངས་བར་དུ་  
 །སྤྱི་འཕུད་ཀྱིས་དཔལ་འབྱོར་གྱི་འཕམ་ཕྱོགས་དང་། ཆལ་སྤྱིད་ཀྱི་འཕམ་ཕྱོགས་།  
 བསམ་པའི་འཕམ་ཕྱོགས་བཅས་ཀྱི་ཐོག་ནས་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་གསར་བཞེས་  
 རྒྱུད་པ་དང་ཆབས་ཅིག་དུ་འབད་འབྱངས་ཆེན་པོའི་སློན་ལག་རྒྱལ་གསར་བཞེས་  
 དང་རིག་གནས་ཀྱི་གསར་བཞེས་རྒྱུད་དགོས། (གྲུང་ཁོ་གྲུང་ཁུན་ཅང་གི་  
 སྐབས་བརྒྱུད་པའི་འཕུས་མའི་ཚོགས་ཆེན་གྱི་གྲོས་ཚོགས་ཐོངས་གཉིས་པའི་གྲོས་...  
 ཆེད་ནས་དྲངས།) བཟོ་ཞིང་ལས་རིགས་ཀྱི་ཐོན་སྐྱེད་ཐོག་མཚའས་བསྐྱོད་ཆེན་  
 པོ་ལྟར་བར་བརྟེན་རིག་གནས་གསར་བཞེས་ཀྱི་བར་ཡང་བ་ལྷུ་བས་མཐོན་པོ་...  
 འཕྱུར་བའི་འཁོ་བརྒྱུན་འདུག་པ་འདི་ནི་གཙོ་བོར་རྒྱལ་ཁབ་ཡོངས་སུ་ཡིག་...  
 རྒྱུངས་སེལ་བའི་ལས་འགུལ་དང་། སློབ་གསོའི་ཕྱི་བ་དང་རིག་གནས་ཀྱི་ཕྱི་བ་  
 སྤྱི་ཚོགས་བཅས་མགྱོགས་སྤྱད་ཀྱིས་འཕེལ་རྒྱས་ལྟར་བའི་ཐོག་ནས་མཚན་འདུག་  
 ཡང་དག་པའི་སློན་ལག་སློབ་གསོའི་ལས་དོན་ལ་འཁོ་འཁྱིད་རྒྱུད་པ་དང་། ཅང་  
 གི་སློབ་གསོའི་ལས་དོན་གྱི་རྒྱུད་ཕྱོགས་ལག་ལེན་རྒྱུན་འཁྱོངས་ཀྱིས་ཏེ་གཤམ་...

མཐར་ཐུང་པའི་བསམ་པ་དང་ཡུང་ཅམ་འཛིན་པའི་རིང་ཡུགས་བཅས་ལ་ངོ་ཚྭ་  
 གྱུར་ཅིང་སྒྲུབ་ཚུགས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་མཐའ་དག་བསྐྱུལ་སྒྲེལ་གྱིས་ཤིང་ཤུགས་ཡོད་ཚད་  
 གཅིག་དུ་བསྒྲིམས་ནས་ཡན་ཤོན་ཐུང་ལེན་གྱུར་པ་དང་། མང་སྒྱུར་ལེགས་པ་སྤྱི་  
 བཞིའི་རྣོ་ནས་ཡིག་རྒྱུང་སེལ་པ་དང་འབྲེལ་སྒྲོབ་གསེའི་བྱ་བ་བྱུང་སྒྲེལ་དུ་.....  
 བཟང་ནས་བཟོ་པའི་གྲུ་འུ་རིམ་གྱི་དམར་ཞིང་མཁས་པའི་སེས་ཡོན་ཅན་མི་ཁྲི་སྟོང་  
 མང་པོ་ཡོད་པའི་དབྱུང་ཁག་ཅིག་གསེ་སྟོང་གྱུར་ཀྱི་འདི་ནི་དང་དང་རྒྱལ་ཡོངས་  
 མི་དམངས་ཡོངས་རྣོགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་གི་ལས་འགན་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན།

(གཉིས་པ།) རྒྱལ་ཡོངས་བཅིངས་འགྲོལ་བཟང་ནས་ལོ་དགའི་རིང་ལ་...  
 དང་རྒྱལ་གྱི་སྒྲོབ་གསེའི་ལས་རོན་དེ་དང་གི་འགོ་འཁྲིད་འོག་བྱས་རྒྱུ་ཆེན་པོ་...  
 ཞིག་བྱུང་ཞིང་། བྱས་རྒྱུ་འདི་དག་ནི། བཅན་རྒྱལ་རིང་ཡུགས་པའི་ལག་  
 རས་སྒྲོབ་གསེའི་བདག་དབང་ཚུར་བྲངས་པ་དང་། ཟབ་བསྐྱིད་གི་རྣོ་ནས་རྒྱལ་  
 ཡོངས་ཀྱི་སྒྲོབ་ཟུ་ཁག་ཚུར་བྲངས་པ། གོ་མིན་དང་ལོག་སྒྲོབ་པས་སྒྲོབ་ཟུ་ཁག་  
 ལ་འཛིན་པའི་རྩ་གི་སེའི་དོ་དམ་ལས་ཡུགས་དང་། སྒྲོབ་ཟུ་བ་རྣམས་ལ་སྒྲོ་  
 གི་སེའི་སྒྲོབ་གསེའི་གཏོང་ཞིང་སྒྲུལ་མས་དབང་བསྐྱུར་བ་བཅས་ཅུ་མེད་དུ་བཟང་...  
 པ། རྒྱ་ཚོགས་རིང་ཡུགས་ཀྱི་སྒྲོབ་གསེའི་ལས་ཡུགས་བཅུགས་པ། སྒྲོབ་  
 གསེའི་ལས་རིགས་ཀྱི་ནང་དུ་གཤམ་ནས་སྒྲོབ་པའི་གསར་བརྒྱུད་འོ་ལོག་མཁན་དང་...  
 མིང་ན་གཞན་དག་བཅས་གཞི་རྩའི་ཐོག་ཚར་བཅད་བཟང་པ། སྒྲོབ་ཟུའི་ནང་  
 དུ་མར་ཁེ་སེ་ལེ་ཉིན་རིང་ཡུགས་ཀྱི་སྒྲོབ་ཆན་བཅུགས་པ། དགེ་ཆན་དང་སྒྲོབ་  
 ཟུ་པའི་ནང་དུ་བསམ་པའི་བསྐྱུར་བཀོད་བྱས་པ། ཡུའན་དང་ཞེས་ཞེས་པའི་  
 རྩ་ཆན་ལེགས་སྒྲིག་བྱས་པ་དང་། སྒྲོབ་ཁྲིད་བཅས་བསྐྱུར་བྱས་པ། འཕྱོར་  
 རྩན་གྲུ་འུ་རིམ་གྱི་གཡས་ཚུགས་པར་ངོ་ཚྭ་གྱུར་པའི་འཐབ་ཚུང་བྱས་པ། མཐོ་

6

ངེས་ཡིན།

(གསུམ་པ།) ༡༨་གི་སྒོ་བ་གསེའི་ལས་དོན་གྱི་ཕྱི་ཕྱོགས་ནི། སྒོ་བ་  
གསེའི་བྱ་བ་དེས་འཕྱར་མེད་གྲལ་རིམ་གྱི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་དོན་དུ་ཞབས་འདེགས་་་་  
སྒྲུབ་དགོས་པ་དང་། སྒོ་བ་གསེའི་བྱ་བ་དང་ཐོན་སྐྱོད་འཕུལ་རུང་དུ་སྒྲེལ་  
དགོས་པ་དེ་ཡིན། ཕྱི་ཕྱོགས་འདི་མཛོན་དུ་ཕྱི་པ་ལ་སྒོ་བ་གསེའི་ལས་དོན་  
དེ་ལ་ངེས་པར་དུ་༡༨་གིས་འགོ་འཁྲིད་ཕྱི་དགོས། ༡༨་གིས་འགོ་འཁྲིད་ཕྱི་  
པ་མེད་ན་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་སྒོ་བ་གསེའི་བྱ་བ་དེ་ལེགས་པར་ཡོང་མི་སྤྱིད་  
པ་ཡིན། སྒོ་བ་གསེའི་བྱ་བ་ནི་སྤྱི་ཚོགས་རྒྱིང་པར་བསྐྱར་བཀོད་གཏོང་བ་  
དང་། སྤྱི་ཚོགས་གསར་པ་འཛུགས་པའི་ཡོ་ལུང་རྒྱས་ལྡན་ཞིག་ཡིན་ཞིང་།  
སྒོ་བ་གསེའི་ལས་དོན་དེ་ལ་༡༨་གིས་འགོ་འཁྲིད་བྱས་ན་གཞི་ནས་སྤྱི་ཚོགས་རིང་  
ལུགས་ཀྱི་གསར་བརྗེ་དང་། སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་འཛུགས་བསྐྱར་དོན་དུ་  
ཞབས་འདེགས་ལེགས་པར་སྒྲུབ་ཐུབ་པ་དང་། བཟུ་གཞོག་གྲལ་རིམ་དང་།  
བཟུ་གཞོག་ལས་ལུགས་ལྷག་འཕྲོས་མཐའ་དག་ཅུ་མེད་དུ་གཏོང་བའི་ལས་དོན་་་  
ལ་ཞབས་འདེགས་ལེགས་པར་སྒྲུབ་ཐུབ་པ་དང་། ཁྱོང་ཁྱིམ་དང་ཁྱོང་གསེབ་  
པར་གྱི་བྱ་བ་པར་དང་། སེམས་ཀྱི་འཕུལ་རུང་དང་ལུས་ཀྱི་འཕུལ་བར་གྱི་བྱ་བ་  
པར་བཅས་སེལ་བའི་གྲུང་ཁྲན་རིང་ལུགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་འཛུགས་སྐྱོད་པའི་་་  
ཆེད་དུ་ཞབས་འདེགས་ལེགས་པར་སྒྲུབ་ཐུབ། གྲུང་ཁྲན་རིང་ལུགས་སྤྱི་ཚོགས་  
ཀྱི་སྐོ་ཀུན་ནས་ཡར་རྒྱས་ཡོང་བའི་མི་གསར་པ་དེ་ནི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་གོ་རྟོགས་དང་  
རིག་གནས་གཉིས་འཛོམས་པ། སེམས་ཀྱི་འཕུལ་རུང་དུ་ཐུབ་ལ་ལུས་ཀྱི་འཕུལ་  
རུང་ཡང་ཕྱི་དུ་ཐུབ་པའི་མི་ཞིག་ཡིན་པ་ལས། སྤྱི་ཚོགས་རྒྱིང་པའི་ནང་གི་  
མཁས་པ་ཡིན་ཡང་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་གོ་རྟོགས་མེད་ཅིང་ཐོན་སྐྱོད་འཕུལ་རུང་ལ་་་



གྲེང་གཤམ་ལ་མཐོང་ཆུང་གྲེང་པ་དང་། སེམས་ཀྱི་ངལ་ཚུལ་དང་ལུས་ཀྱི་ངལ་  
 ཚུལ་གཉིས་ཁ་བྲལ་གྲེང་འདོད་ཀྱི་ཉམ་ཆུལ་བཅས་དང་འཐབ་ཚད་གྲེང་བྱ།) ཚད་  
 གྲུབ་ཀྱི་དངོས་གཙོར་སྒྲིབ་པའི་རིང་ལུགས་ཀྱི་ཉམ་ཆུལ་(སེམས་ཅན་སྒྲིབ་པའི་རིང་...  
 ལུགས་དང་གཟུགས་ལས་འདས་པའི་ཉམ་ཆུལ་བཅས་དང་འཐབ་ཚད་གྲེང་བྱ།)  
 བཅས་འཇུགས་ཐུབ་པ་གྲེང་དགོས། དེས་པར་དུ་ཆབ་སྤྱིད་ཀྱི་སྒྲོབ་གསོ་འི་  
 ཀང་གི་རང་ལྗུལ་གྱི་སྒྲིབ་ཆོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་གསར་བརྗེ་དང་། སྒྲིབ་ཆོགས་རིང་  
 ལུགས་ཀྱི་འཇུགས་སྒྲུབ་པའི་གནས་ཆུལ་དངོས་དང་ཁ་བྲལ་པ་དང་། སྒྲོབ་གསོ་  
 གྲུབ་ལུལ་འོ་མ་དང་ཁ་བྲལ་པའི་ལུང་ཅན་འཛིན་པའི་རིང་ལུགས་ཀྱི་སྒྲོབ་འབྲིང་...  
 གྲེང་ཐབས་བཅས་ལ་བཅོས་བསྐྱར་གྲེང་དགོས། སྒྲོབ་ལྷ་པོའི་སྒྲོབ་སྤྱིད་གི་བྱས་  
 རིས་ལེགས་ཉེས་ཐག་གཙོད་གྲེང་སྐབས་དེས་པར་དུ་སྒྲོབ་ལྷ་པོའི་ཆབ་སྤྱིད་ཀྱི་གོ་  
 ཉོགས་དེ་གལ་ཆེན་དུ་བརྩི་དགོས་པར་མ་ཟད། སྒྲོབ་ལྷ་པོ་དེའི་བྱ་སྤྱིད་འོ་མའི་  
 ཐོག་ནས་ཁོ་རང་གི་ཆབ་སྤྱིད་ཀྱི་གོ་ཉོགས་ཚད་མཐོ་དམན་གཞལ་དགོས། ཆབ་  
 སྤྱིད་བསམ་པའི་ལས་དོན་ལ་མཐོང་ཆུང་གྲེང་པ་དང་། སྒྲོབ་ལྷ་པོའི་ཀང་དུ་ཆབ་  
 སྤྱིད་ཀྱི་སྒྲོབ་ཚན་འཇུགས་རྒྱུར་ཁས་ཁེལ་པ་བྱས་ན་ཁག་འཛོག་གང་འདྲ་ཞིག་...  
 བྱས་རུང་ཆང་མ་ནོར་འབྲུལ་ཡིན།

སྒྲོབ་ལྷ་གང་ཡིན་ཡང་རུང་དེས་པར་དུ་ཐོན་སྐྱོད་ངལ་ཚུལ་དེ་སྒྲོབ་ཚན་  
 དངོས་གཞིའི་གསུམ་ལྟ་འགོད་དགོས་ཡིང་། སྒྲོབ་ལྷ་པོ་ཆང་མས་དེས་པར་དུ་  
 གཏན་ཁེལ་ཉམ་དུ་སྒྲོབ་ཚད་དེས་ཅན་ཞིག་རིང་ལ་ངལ་ཚུལ་བྱ་དགོས། དེང་སང་  
 ལས་བཅོམ་བསྐྱི་ཆོགས་ཀྱིས་སྒྲོབ་སྤྱིད་གྲེང་པའི་ལས་འགུལ་བྱུང་གདལ་དུ་བཤང་...  
 ཟིན། དོན་དངོས་ལས་འགོ་ཁྲིད་གང་ལེགས་བྱས་ཆོ། ཐོན་སྐྱོད་ངལ་ཚུལ་དུ་  
 བྱུགས་པ་དེ་སྒྲོབ་ལྷ་པོའི་ཐད་ལ་བཤུད་ན་ཀྱུན་སྤྱིད་དང་། རིག་གནས། ལུས་

ཅུལ་བཅས་གང་ཅིའི་ཐུད་ནས་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པས་སྒྲིག་ནས་འཆར་ལངས་་་་  
 ཡོང་བའི་མི་གསར་བ་གསེ་སྒྲིང་ཕྱེད་པའི་ལས་ཡང་དག་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ར་་་་  
 གསལ་པོར་འཕྲོད་པ་རེད། ད་ཕྱིན་གྱི་འགྲོ་ཕྱོགས་ནི་སློབ་གྲིའི་ནང་བཟོ་གྲ་  
 དང་ཞིང་ར་འཇུགས་གཉེར་ཕྱེད་ཅིང་། བཟོ་གྲ་དང་ཞིང་ལས་མཉམ་ལས་ཁང་  
 གིས་སློབ་གྲ་འཇུགས་གཉེར་ཕྱེད་རྒྱ་དེ་ཡིན། སློབ་གྲ་ནས་བཟོ་གྲ་དང་ཞིང་  
 ར་འཇུགས་གཉེར་ཕྱེད་སྐབས་དང་ཉིད་ཀྱིས་འཇུགས་གཉེར་བྱས་ཆོག་ལ། བཟོ་  
 གྲ་དང་ཞིང་ལས་མཉམ་ལས་ཁང་ལ་རོགས་རམ་གྱིས་འཇུགས་གཉེར་བྱས་ནའང་་  
 ཆོག དེ་བཞིན་སློབ་གྲ་བ་ནམས་སློབ་གྲ་རང་གིས་འཇུགས་གཉེར་བྱས་པའི་་  
 བཟོ་གྲ་དང་ཞིང་རའི་ནང་དུ་ངལ་ཚུལ་བྱས་ཆོག་ལ། སློབ་གྲ་ཕྱི་རལ་གྱི་བཟོ་  
 གྲ་དང་ཞིང་ལས་མཉམ་ལས་ཁང་ནང་དུ་ཕྱིན་ནས་ངལ་ཚུལ་བྱས་ནའང་ཆོག  
 སློབ་གྲ་ནས་བཟོ་གྲ་དང་ཞིང་ར་འཇུགས་གཉེར་ཕྱེད་སྐབས་གང་ཐུབ་ཅི་ཐུབ་་་  
 ཀྱིས་སློབ་ཁྱིད་དང་བརྟུན་པར་ཡོད་འཛོག་ཕྱ་དགོས་པར་མ་ཟད། བཟོ་གྲ་དང་  
 ཞིང་ལས་མཉམ་ལས་ཁང་ལ་སློབ་གྲ་འཇུགས་གཉེར་ལའང་རོགས་རམ་ཕྱ་དགོས།  
 ས་གནས་ཁག་གི་དང་ལྷ་དང་སྤྱིད་གཞུང་གིས་སློབ་གྲ་འཇུགས་གཉེར་བྱས་པའི་  
 བཟོ་གྲ་དང་ཞིང་ར་དེ་དག་ས་གནས་ཀྱི་ཐོན་སྐྱེད་འཆར་གཞི་དང་ཚོང་ལས་་་་  
 འཆར་གཞིའི་ནང་དུ་འགོད་པ་དང་། དེ་དག་ལ་རྒྱ་ཆ་མཁོ་འདོན་དང་དེ་དག་  
 གི་ཐོན་ཁུངས་ཕྱིན་ཚོང་ཕྱེད་པ་དང་། ལག་རྩལ་བཟོ་པ་མངགས་ནས་ཐོན་སྐྱེད་  
 ཀྱི་ལག་རྩལ་བསྐྲུབ་པ་བཅས་ཕྱ་དགོས་པར་མ་ཟད། དེ་དག་གི་ཐོན་སྐྱེད་ལ་  
 མཇུག་སྟོན་དང་རྩ་འཇུགས་ཕྱེད་པར་ཡོད་འཛོག་ཕྱ་དགོས། བཟོ་གྲ་དང་ཞིང་  
 ལས་མཉམ་ལས་ཁང་གིས་སློབ་གྲ་འཇུགས་གཉེར་ཕྱེད་སྐབས་བཟོ་གྲ་དང་ཞིང་་  
 ལས་མཉམ་ལས་ཁང་དང་ལ་མཁོ་བའི་སེམས་ཡོན་ཅན་སྒྲིང་བཅས་ཕྱ་དགོས་ལ།

བཅོམས་མེ་ཚན་དང་ཞིང་ལས་མེ་ཚན་གཞན་དག་གི་དོན་དུ་འདྲ་མཉམ་ཡོད་ཅན་...  
 སྤྱིང་བཅར་བྱ་དགོས། ལག་ཅུལ་སྒྲོབ་ལྷ་འཇུག་ས་གཉིད་ཕྱིད་པར་ཡིད་འཛིག་  
 བྱ་དགོས་ལ། མི་སྡེ་ཡོད་ཚད་ཀྱི་རིག་གནས་རྒྱ་ཚད་མཐོ་སྒྲིལ་གཏོང་བྱིང་སྒྱིར་  
 བཟང་གི་སྒྲོབ་ལྷ་འཇུག་ས་གཉིད་བྱ་དགོས། རྒྱ་མཚན་མི་རིག་གནས་གསར་  
 བརྗེ་ལག་ལེན་མཛོན་པར་བརྟུར་བ་དང་གྲུང་ཁྱེད་དེ་ལྷག་ས་ཀྱི་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་...  
 ཆེ་བའི་དམིགས་ལུལ་མཛོན་པར་སྒྲུབ་པ་ལ་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཁྱེད་  
 ཀྱིས་རེད། སྒྲོབ་ལྷ་འཇུག་ས་གཉིད་ས་གནས་ཀྱི་སྒྲོབ་གསོའི་འཆར་གཞིའི་ནང་  
 དུ་འགོད་དགོས་པས་ས་གནས་ཁག་གི་དང་རྒྱ་དང་སྤྱིད་གཞུང་གིས་སྒྲོབ་ལྷ་འཇུག་  
 དག་ལ་འགོ་བྱིང་བྱེད་པ་དང་། དེ་དག་ལ་རིག་སྒྲུབ་ལྷ་མི་རིག་པ་ཞིན་དགོ་  
 རྒྱ་མི་འདྲ་བའི་དཀའ་གནད་སེལ་བ་དང་། ཁྱེད་པར་དུ་མང་གཞིའི་སྒྲོབ་  
 ཚན་སྐོར་དགོ་རྒྱ་མི་འདྲ་བའི་དཀའ་གནད་དེ་སེལ་པར་ཡིད་འཛིག་བྱ་དགོས།  
 ངལ་ཚུལ་མི་འདྲ་བའི་སྒྲོབ་ལྷ་འཇུག་ས་གཉིད་དུ་ལམ་ཚུལ་འཕར་རྒྱུར་ནན་ཏན་གྱིས་ལམ་  
 པ་དང་། མང་གཞིའི་སྒྲོབ་ཚན་མི་འདྲ་བའི་སྒྲོབ་ལྷ་འཇུག་ས་གཉིད་དུ་མང་གཞིའི་སྒྲོབ་  
 ཚན་འཕར་རྒྱུར་ནན་ཏན་གྱིས་ལམ་ཐོག་སྒྲོབ་ལྷ་འཇུག་གཉིས་དང་དང་མི་འདྲ་...  
 བའི་ཕྱོགས་སུ་འཕེལ་རྒྱས་བྱས་ནས་རིག་སྒྲུབ་པའི་གཞུང་ལྷག་ས་དང་ལག་ལེན་དངོས་  
 གཉིས་ཀྱི་རྒྱུང་འབྱེལ་སྤྱད་ལས་འབྲས་སུ་ཆང་བའི་ངང་ནས་མདུན་དུ་འགྲོ་རྒྱུ་...  
 འཇུག་དགོས། རང་འགན་ལེགས་པོར་སྒྲུབ་ཐུབ་པའི་དགོ་རྒྱ་མང་པོ་སྤྱིང་  
 བཅར་བྱེད་བྱིང་རྒྱུ་ཡན་གྱི་རིམ་པ་སོ་སོའི་དང་རྒྱ་དང་མི་དམངས་རྒྱ་ཡོན་...  
 ཡོན་རྣམས་ཁྱེད་ཀྱིས་ངེས་པར་དུ་དགོ་ཐོན་སྒྲོབ་གསོ་གོང་སྒྲིལ་བྱ་དགོས།

སྒྲོབ་གསོ་སྤྱིད་འཛིན་ལས་ཁྱེད་སྒྲོབ་ལྷ་འཇུག་ས་གཉིད་དང་སྒྲོབ་ལྷ་འཇུག་  
 འགོ་བྱིང་ལ་དང་ལེན་ཞུ་དགོས་ཤིང་། དང་རྒྱས་སྒྲོབ་ལྷ་འཇུག་ས་གཉིད་དགོ་རྒྱ་དང་སྒྲོབ་ལྷ་

བའི་ནང་དུ་དང་དང་ན་གཞིན་ཚོགས་པའི་ཅུ་འཇུག་ས་ཁྲུབ་སྤེལ་བྱེད་པར་ཡིད་.....  
 འཛོག་བྱ་དགོས། གྲུང་དབྱུང་མི་དམངས་སྤྱིད་གཞུང་ལྷེ་ཚན་ཁག་གི་ཁྲིངས་གཏོར་  
 གྲོལ་བྱ་ཁག་གིས་ཆབ་སྤྱོད་ཐོག་ནས་ས་ཆ་དེ་གའི་དང་ལྷུ་འེ་འཕོ་ཁྲིད་དང་ལེན་ལྷ་  
 དགོས། མཐོ་རིམ་གྲོལ་བྱ་ཐམས་ཅད་ནང་དུ་འཕོ་བྱེད་གཅིག་གི་འགན་ལེན་ལས་  
 ལྷག་ས་ལག་ལེན་བྱས་ན་དང་ལྷུ་འེ་འཕོ་ཁྲིད་དང་ཐད་དད་དུ་འགྱུར་སྒྲ་བས་ལགས་  
 རོ་ཞིག་མིན་སྟབས། གྲོལ་བྱའི་དང་ལྷུ་ས་འཕོ་ཁྲིད་བྱེད་པའི་གྲོལ་བྱའི་དོན་གཅོད་  
 ལྷ་ཡོན་ལྷན་ཁང་གི་འགན་ལེན་ལས་ལྷག་ས་ལག་ལེན་བྱ་དགོས། གྲོལ་བྱའི་དང་  
 ལྷུ་ས་དང་ཡོན་ཆེད་མངགས་པ་དང་སྟེ་ཇིས་དང་པན་ཞེས་སོགས་ཀྱི་འཛོག་བྱ་ཁག་  
 གི་བྱ་བའི་འཕོ་ཁྲིད་བྱེད་དགོས་ཤིང་། དང་ཡོན་ཆེད་མངགས་པ་དང་ནས་ཆབ་སྤྱོད་  
 དང་བསམ་པའི་བྱ་བ་དང་། གྲོལ་བྱའི་སྤྱིད་འཛོན་དང་ཐོན་སྐྱེད་དོ་དམ་གྱི་བྱ་བ་  
 བྱེད་དགོས་པ་དང་། དང་ལྷུ་འེ་ལྷུ་ཅིས་དང་ལྷ་ཡོན་ནམས་ཀྱིས་གང་ཐུབ་ཅི་  
 ཐུབ་ཀྱིས་ཆབ་སྤྱོད་གྲོལ་ཆན་གྱི་གྲོལ་ཁྲིད་དང་རྟོག་དཔྱད་བྱ་བའི་འགན་ལེན་བྱ་.....  
 དགོས། གྲོལ་བྱའི་དང་ལྷུ་ས་དུས་རྒྱུན་དུ་དགོ་ཀན་ནམས་ཀྱི་བསམ་པ་བསྐྱུར་  
 བཞོད་བྱ་བ་བྱེད་པ་དང་། གསར་སྐྱེས་སྟོབས་ལྷགས་གསོ་སྦྱང་བྱེད་པར་ཡིད་  
 འཛོག་བྱ་དགོས། དགོ་ཀན་གྱི་ཀོ་ས་འཕར་སྐབས་ཆབ་སྤྱོད་དང་བསམ་གྲོ་ལི་  
 རྒྱ་ཆད་མཐོ་དམན་དང་། ཤེས་ཡོན་གྱི་རྒྱ་ཆད། གནད་དོན་དངོས་ཐག་  
 གཅོད་པའི་དུས་པ་བཅས་ཀྱིས་གཙོ་པོར་བྱས་ནས། ཀན་གཞིན་དང་ཐར་གྲོལ་བྱ་  
 རིམ་པ་གང་ལས་ཐོན་པ་སོགས་པལ་བའི་གནས་སུ་འཛོག་དགོས། གྲོལ་བྱ་བ་  
 ནམས་ཀྱི་སྦྱོན་ཡོན་ཞིབ་འབྱེད་བྱས་ཏེ་གཏན་ཁེལ་བྱེད་སྐབས་དང་པོར་ཆབ་སྤྱོད་...  
 ཀོ་རྟོགས་ཀྱི་ཆད་དང་། གནད་དོན་དངོས་ཐག་གཅོད་བྱེད་པའི་དུས་པ་ལ་ཡིད་  
 འཛོག་བྱ་དགོས་པ་དང་། རྟོགས་མཚུངས་གྲོལ་ཆན་ནང་གི་གྲོལ་སྦྱང་རྒྱུ་བ་

འབྲས་ལ་འང་ཡིད་འཛིན་གྱི་དགོས། འབྲིང་རིམ་སློབ་ལྷན་དང་དམའ་རིམ་སློབ་  
 ལྷན་ཆང་མའང་དང་ལྷན་ཁོ་ཁྱིད་ལོག་དུ་འགོད་དགོས། སློབ་གསོ་ལེ་ལས་  
 རྒྱ་ནང་དུ་དང་གི་འགོ་ཁྲིད་ལ་ཤུགས་སྒྲིལ་བྱེད་རིམ་ལ་སོ་སོ་ལྷན་ལྷན་  
 ལས་ཕྱེད་པ་ཁག་གཅིག་སློབ་གསོ་ལས་ཁུངས་དང་སློབ་ལྷན་ལྷན་དུ་གཏོང་བར་  
 གྱི་དགོས།

(བཞི་པ།) མང་ལྷན་ལེགས་བསྒྲིལ་བཞི་ལྷན་སློབ་གསོ་ལེ་ལས་  
 ཁོང་འཕེལ་དུ་གཏོང་བྱེད་ལས་པར་དུ་སྒྲུབ་ཕྱོགས་ཀྱི་ལྷན་ལྷན་ལ་དག་སྒྲུབ་  
 སློང་གྱི་དགོས་ཏེ། ཀྱང་དཔུང་གི་བརྩོན་སེམས་ཡོད་དགོས་ལ། ས་གནས་  
 ཀྱི་བརྩོན་སེམས་དང་། བཟོ་གཏོར་དང་། ཁྱིམ་ལས། ཞིང་ལས་མཉམ་  
 ལས་ཁང་། སློབ་ལྷན་ ལྷན་ཆེན་དམངས་ཚོགས་བཅས་ཀྱི་བརྩོན་སེམས་ཀྱང་  
 ཡོད་དགོས། དེར་བརྟེན་ལས་པར་དུ་གཅིག་འགྱུར་གྱི་འོ་ལོ་དང་སྒྲ་མང་བའི་འོ་  
 ལོ་རྒྱུད་དུ་འབྲེལ་བ་དང་། ལྷན་སྒྲེལ་དང་མཐོ་སྒྲེལ་རྒྱུད་དུ་འབྲེལ་བ། ཕྱོགས་  
 ཀྱན་འཆར་བཀོད་བཟོ་བ་དང་ས་གནས་དབང་ཆ་བཀོ་བ་རྒྱུད་དུ་འབྲེལ་བ་བཅས་  
 ཅུ་དོན་དུ་འཛིན་དགོས་ཏེ།

༡ སློབ་གསོ་ལེ་ལས་ལྷན་ལྷན་གྱི་ སློབ་གསོ་ལེ་ལས་ཀྱི་ཁོ་  
 རྩོགས་དང་རིག་གནས་གཉིས་འཛོམས་པའི་ངལ་སྒྲོལ་པ་གསོ་སློང་ཕྱེད་པ་དེ་ཡིན།  
 འདི་ནི་ལྷན་ཁོ་ཁྱིད་སྒྲུབ་གཅིག་གྱུར་ཞིག་ཡིན་པས། གཅིག་གྱུར་གྱི་འོ་ལོ་དེ་  
 དང་འགལ་ན། སློབ་གསོ་ལེ་ལས་ཀྱི་སློབ་གསོ་ལེ་ལས་ཀྱི་འོ་ལོ་དེ་དུ་སློབ་ལྷན་  
 གཉིས་ཕྱེད་སྒྲུངས་འདྲ་མིན་སྒྲ་ཚོགས་ཡོད་དགོས་ཏེ། ལྷན་ཁྱེད་ཀྱིས་སློབ་ལྷན་  
 འཛུགས་གཏོར་དང་། བཟོ་གཏོར་དང་། ཁྱིམ་ལས། ཞིང་ལས་མཉམ་ལས་



ཡན་པ་ཞིག་རེད། དེར་བརྟེན་མཚུགས་སུ་གྱིས་སློབ་གསོ་བྱ་བ་སྒྲུབ་ཀྱིས་  
 བཞི་ཆེད་དུ་ལས་ཞེས་གྱི་རིག་གནས་དང་ལག་ཅུལ་གྱི་སློབ་ལྟ་དང་ལས་ལྟེན་སློབ་  
 ལྟེན་གྱི་སློབ་ལྟ་བཅས་གྱི་གྲངས་འཕྲོད་ཆེས་ཆེར་གཏོང་དགོས། ལྟ་ཞིན་ཟེར་  
 ན། སློབ་ལྟ་དེ་དག་གིས་དང་ཉིད་གྱི་ཐོན་དངུལ་ཡོངས་རྒྱུ་གས་སམ་མང་ཆེ་  
 ཅས་དང་གིས་གཏོང་བུ་བ་པས་སྤྱོད་གཞུང་གི་རྒྱུ་གས་དངུལ་ཕྱུང་ཤིང་ཤིང་སམ་གཏན་  
 གས་མི་དགོས་པ་ལྟེན་བུ་བའི་ཐོག་ཀྱིས་ཀྱང་ལྟ་གྱིས་དགོ་ཀན་ལྟེན་ཆོག་།  
 ཅས་པའི་ཅ་དོན་གཞིར་བཟུང་ནས་ས་ཁུལ་དེ་གར་དགོ་ཀན་འཚོལ་བུ་བའི་ཀྱིས་  
 གྱིས་ཡིན། ད་ལྟ་ལས་ཞེས་གྱི་རིག་གནས་དང་ལག་ཅུལ་གྱི་སློབ་ལྟ་དང་།  
 ལས་ལྟེན་སློབ་ལྟེན་གྱི་སློབ་ལྟ་བཅས་གྱི་གྲངས་འཕྲོད་ཆེས་ཆེར་གཏོང་བའི་ཐབས་  
 ཚུལ་ལ་བརྟེན་ནས་སློབ་གསོ་བྱ་བ་སྒྲུབ་ཀྱིས་དཔེ་ལས་དང་ཞིང་ལས་གྱི་  
 ཐོན་སྐྱེད་ལག་ཅུལ་གྱི་ཆུ་ཆད་དང་། རྒྱ་བྱ་བ་མི་དམངས་ཀྱི་ཆབ་སྤྱོད་གྱི་གོ་  
 རྒྱུ་གས་དང་རིག་གནས་གྱི་ཆུ་ཆད་ཇི་མཐོར་གཏོང་རྒྱུར་ཡན་ཐོགས་ཤིན་ཏུ་ཆེན་པོ་  
 ཡོད། སློབ་ལྟ་དེ་དག་གིས་བཞིན་སློབ་ཆན་དང་། སྒྲིག་ཆས། དགོ་  
 ཀན་སོགས་གང་ཅིའི་ཐད་ནས་ཉིན་རེ་བཞིན་ཆ་ཆང་བའི་སློབ་ལྟ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་  
 བུ་ཡོང་། ལས་ཞེས་སློབ་ལྟ་ལ་ལྷིས་འགྱུར་གི་མདུན་ལས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད།  
 རྒྱ་མཚན་ནི་བཟོ་ལས་དང་ཞིང་ལས་གྱི་ཐོན་སྐྱེད་ལག་ཅུལ་དང་། བཟོ་ཞིང་ལས་  
 རིགས་གྱི་ཐོན་སྐྱེད་བཅས་གོང་དུ་འཕེལ་བའི་རྒྱུ་སྤྱེད་ལྟེན་ལ་ཅོལ་གྱི་ཆུ་  
 ཆེད་ཇི་ཕྱིར་དུ་གཏོང་རྒྱ་ཡིན། དེའི་སྐབས་སུ་ལས་ཞེས་སློབ་ལྟ་དང་ལས་ལྟེན་  
 སློབ་ལྟེན་གྱི་སློབ་ལྟ་གཉིས་ཀྱིས་བར་གང་ཡང་མེད་པར་འགྱུར་ངེས་རེད། ཐོན་  
 སྐྱེད་གོང་འཕེལ་དང་སྤྱི་ལྗོངས་ཀྱི་ཐོན་ལས་ཀྱི་འཛུགས་སྤྱོད་ཀྱི་ཆུ་ཆད་པར་བརྟེན་སློབ་  
 ཡན་ལེན་པའི་སློབ་ལྟ་ནས་སྤྱི་ལྗོངས་སློབ་ཡན་མི་ལེན་པའི་སློབ་ལྟ་འགྱུར་ངེས་ཡིན།

དེས་ན་རང་དེའི་ཚེ་དོན་ནི་བྱལ་སྤྱོད་ཀྱི་དང་པའི་མང་གཞིའི་ཐོག་མཐོ་སྤྱོད་……  
དང་། མཐོ་སྤྱོད་ཀྱི་དང་པའི་མཚུབ་སྟོན་ལོག་བྱལ་སྤྱོད་ཀྱི་དང་པའི་ཡིན་ཞིང་།  
དེ་ནི་ཁྱེད་ཀྱི་གཉིས་སྟོན་ནས་འགོ་བ་ཀྱི་ཡིན་ལ། ཁྱེད་ཀྱི་གཉིས་སྟོན་ནས་  
འགོ་རྒྱ་མ་ཡིན་ཀྱི་ཞེས་ཟེར་བ་ལྟར་ཡིན།

ག སྟོན་གསེའི་ལས་དོན་ནང་ཀྱང་དབྱུང་གི་དམངས་སྤྱོད་གཞུང་གི་  
ཁྲིའི་སྤྱོད་ཀྱི་དང་པའི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་དང་པའི་ཚེ་ཆེན་འདོན་  
ཐུབ་པར་མ་ཟད། སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་དང་པའི་ཚེ་ཆེན་འདོན་  
ཐུབ་པའི་ཆེད་དུ་སྟོན་གྱི་རྒྱུ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོངས་སྟོན་དང་། མཐོ་རིམ་  
སྟོན་གྱི་དང་། འབྲེལ་རིམ་ཆེད་ལས་སྟོན་གྱི་དང་པའི་ལག་རྩལ་ཅན་གྱི་སྟོན་  
གྱི་བཅས་ཀྱི་ནང་ནས་མང་ཆེ་བ་ཞིང་ཆེན་དང་། ཁྱོད་ཀྱི་དང་། རང་སྟོང་སྟོང་སྟོང་  
བཅས་ལ་སྤྱོད་ནས་བདག་གཉེར་བྱས་ཡོད་ཅིང་། ད་ལྟར་ཀྱང་དབྱུང་གི་ཕུལ་  
ཁག་ཁྲིའི་སྤྱོད་ཀྱི་དང་པའི་འབྲེལ་རིམ་ཆེད་ལས་སྟོན་གྱི་དང་པའི་ལག་རྩལ་  
ཅན་གྱི་སྟོན་གྱི་དང་པའི་ཕུལ་ཁག་གིས་ཐད་ཀར་འགོ་ཁྲིའི་ཕྱི་དང་པའི་བཅོ་གཉེར་  
དང་། ཁྱོད་ཀྱི་ཞིང་ར་བཅས་ལ་སྤྱོད་ནས་བདག་གཉེར་བྱས་དཀོས།

རོགས་དེས་མཉམ་ལས་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་ཁྲིའི་སྤྱོད་ཀྱི་དང་པའི་ཆེད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་  
དང་དཀོས་མཐོ་དངོས་ལ་གཞིགས་ཏེ་འཕུས་སྟོན་ཆེད་པའི་སྟོན་གསེའི་མ་ལག་……  
ཅིག་འཛུགས་ཐུབ་པ་བྱ་དཀོས། ཞིང་ཆེན་སོ་སོ་དང་། ཁྱོད་ཀྱི་སོ་  
སོ། རང་སྟོང་སྟོང་སྟོང་སོ་སོ་ཀྱང་རིམ་གྱིས་དེ་འདྲའི་འཕུས་སྟོན་ཆེད་པའི་  
སྟོན་གསེའི་མ་ལག་ཅིག་འཛུགས་དཀོས། དེ་རྒྱུ་སྤྱོད་ཀྱི་དང་པའི་དང་།  
སྟོང་དེ་དེ་བཞིན་ཆེད་མས་ཀྱང་དེ་ལྟར་བྱེད་དཀོས། ཞིང་ཆེན་སོ་སོ་དང་།  
ཁྱོད་ཀྱི་སོ་སོ། རང་སྟོང་སྟོང་སྟོང་སོ་སོ་བཅས་ལ་ཀྱང་དབྱུང་ཕུལ་ཁག་