ལེགས་བཤད་བསྟན་བཅོས་ཕྱོགས་བསྒྲིགས། (དེབ་ལྔ་བ)

# རྒྱལ་པོ་ལུགས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས།

མཚོ་སྔོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་།

全国少数民族优秀图书出版资金资助项目

ལེགས་བཤད་བསྟན་བཅོས་ཕྱོགས་བསྒྲིགས། (དེབ་ལྔ་བ)

# རྒྱལ་པོ་ལུགས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས།

འཇུ་མི་ཕམ་འཇམ་དབྱངས་རྣམ་རྒྱལ་རྒྱ་མཚོས་བརྩམས།

མཚོ་སྔོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་།

策　　划：仁青当周　完玛多杰　侃召才让
责任编辑：完玛多杰
装帧设计：星　　亮
责任印制：尤 秋 花

藏族格言大观(5)

# 劝　读　篇

居·年潘嘉扬南坚嘉措　著

中国藏学中心宗教研究所整理

出　版
发　行：青海民族出版社(西宁市同仁路10号)
邮政编码 810001　电话 6143426
经　销：青海省新华书店
印　刷：青海民族印刷厂
开　本：850mm×1168mm　1/32
印　张：10.25
字　数：160千
版　次：2006年4月第1版
印　次：2006年4月第1次印刷
印　数：1—4 000

书　号：ISBN 7-5420-1216-9/B·54（民文）
定　价：12.00元

版权所有　翻印必究
（书中如有缺页、错页及倒装请与印刷厂联系）

རྩོམ་འགོད་པ། རིན་ཆེན་དོན་གྲུབ། པདྨ་རྡོ་རྗེ། མཁའ་འགྲོ་ཚེ་རིང་།
རྩོམ་སྒྲིག་འགན་འཁུར་པ། པདྨ་རྡོ་རྗེ།
དེབ་གཞིའི་བཟོ་འགོད་པ། ཞིན་ཡིང་།
དཔར་སྐྲུན་འགན་ལེན་པ། ཡིའུ་ཅིའུ་ཧྭ།

ལེགས་བཤད་བསྟན་བཅོས་སྒྲིགས་བསྒྲིགས། (དེབ་ལྔ་བ)

# རྒྱལ་པོ་ལུགས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས།

འཇུ་མི་ཕམ་འཇམ་དབྱངས་རྣམ་རྒྱལ་རྒྱ་མཚོས་བརྩམས།
ཀྲུང་གོ་བོད་རིག་པ་ཞིབ་འཇུག་ལྟེ་གནས་ཆོས་ལུགས་ཞིབ་
འཇུག་ཁང་གིས་དག་སྒྲིག་བྱས།

དཔེ་སྐྲུན། མཚོ་སྔོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་།(ཟི་ལིང་གྲོང་ཁྱེར་ཐུན་རིན་ལམ་སྒོ་ཨང་10)
འགྲེམས་སྤེལ། སྦྲག་ཨང་810001 ཁ་པར་6143426
བརྒྱུད་འཚོང་། མཚོ་སྔོན་ཞིང་ཆེན་ཞིན་ཧྭ་དཔེ་ཁང་།
པར་འདེབས། མཚོ་སྔོན་མི་རིགས་པར་ཁང་།
དེབ་ཚད། 850mm×1168mm 1/32
དཔར་ཤོག 10.25
ཡིག་གྲངས། ཁྲི16
པར་ཐེངས། 2006ལོའི་ཟླ4བར་པར་གཞི་དང་པོ་བསྒྲིགས།
དཔར་ཐེངས། 2006ལོའི་ཟླ4བར་དཔར་ཐེངས་དང་པོ་དཔར།
དཔར་གྲངས། 1—4 000

དཔེ་རྟགས། ISBN 7-5420-1216-9/B・54
རིན་གོང་། སྒོར12.00

པར་དབང་འདི་གར་ཡོད་པས་པར་བཀྲུས་བརྒྱབ་ན་ཁྲིམས་ཆད་ཡོག
(ཤོག་ངོས་ཆད་ནོར་སློག་སྒྱུར་གང་ཐུང་ཡོད་ཚེ་པར་ཁང་ལ་དྲི་གཏུག་བྱ།)

མཚོ་སྔོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་བཙུགས་ནས་ལོ་
འཁོར་སུམ་ཅུ་ལོན་པའི་ལེགས་སྐྱེས་སུ་ཕུལ་བ།

青海民族出版社成立三十周年献礼书

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

# རྩོམ་སྒྲིག་ཞུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་།

| | |
|---|---|
| ཀྲུའུ་རིན། | དགྲ་འདུལ། |
| ཀྲུའུ་རིན་གཞོན་པ། | གདུགས་དཀར་ཚེ་རིང་། |
| གཙོ་སྒྲིག་པ། | བསོད་ནམས་ཚེ་རིང་། |
| གཙོ་སྒྲིག་གཞོན་པ། | ཧ་མགྲིན་སྐྱབས། རིན་ཆེན་དོན་གྲུབ། སྒྲོལ་མ་རྒྱ་མཚོ། |
| རྩོམ་སྒྲིག་ཞུ་ཡོན། | རྡོ་རྗེ་ཚེ་རིང་། ཚེ་རིང་ཐར། གསང་བདག པདྨ་རྡོ་རྗེ། ཀློ་གྲོས། བདེ་སྐྱིད་སྒྲོལ་མ། བཀྲ་རྒྱལ། ཟླ་བ་ཚེ་རིང་། དབང་ཕྱུག་མཚོ་མོ། ཤིས་ཞའོ་ཀྲུའུ། ལྷ་བྱམས་རྒྱལ། |

# 编 委 会


**主　任：** 郑堆

**副主任：** 豆格才让

**主　编：** 索南才让

**副主编：** 旦正加、仁青当周、卓玛尖措

**编　委：** 多吉才郎、才让太、桑德、
完玛多杰、洛周、德吉卓玛、
扎加、达哇才让、旺秀措姆、
李学竹、拉先加

# ལེགས་བཤད་བསྟན་བཅོས་ཕྱོགས་བསྒྲིགས་ལ་འཇུག་པའི་སྔོན་འགྲོའི་གཏམ།

གངས་རིའི་ཕྲེང་བས་ཡོངས་སུ་བསྐོར་ཞིང་རི་རླུང་བར་ཁམས་ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་དག་པའི་བོད་གངས་ཅན་གྱི་ལྗོངས་འདིར། བོད་མི་རིགས་རྣམས་ལོ་ངོ་སྟོང་ཕྲག་དུ་མའི་སྔ་རོལ་ནས་གཞིས····ཆགས་ཤིང་འཚོ་གཞིས་གནང་སྐྱེ་འོད་སྟོང་རྣམ་པར་བཀྲ་བའི་ལོ··རྒྱུས་བསྐྲུན་ཡོད་ལ། ཁྱད་པར་དུ་བོད་རིག་པ་ཞེས་མཚན་སྙན་འཛམ་གླིང་ཡངས་པའི་ཁྱོན་ལ་མངོན་པར་ཕྱིར་བའི་རིག་གནས་ཀྱི་བང་མཛོད་ཟད་མཐའ་མེད་པ་ཞིག་ང་ཚོ་ཕྱི་རབས་པའི་བགོ་སྐལ་དུ་སྤྲུལ་ཅིང་། གནམ་གྱིས་ས་བཀབ་པ་ལྟ་བུའི་མཁས་དབང་མང་པོ་རིམ་པར་བྱོན་ནས་དུས་རབས་སོ་སོར་རྣམ་པ་མི་འདྲ་བའི་རྩོམ་རིག་གི་བརྩམས་ཆོས་སྣ་ཚོགས་ཤིག་རྩོམ་གནང་མཛད་པ་དང་། བོད་རང་གི་ཁྱད་ཆོས་དང་ཡོངས་སུ་མཐུན་པའི་ལེགས་བཤད་ཅེས་པའི་རྩོམ་རིག་གི་རྣམ་པ་གསར་པ་ཞིག་གསར་སྤྲུན་བགྱིས་པ་དེས།

རྩོམ་རིག་སྤྱིའི་རིགས་སམ་ལུས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཇི་མང་ཇི་ཚང་དུ་བཏང་བ་ཡིན་པས། རྩོམ་རིག་གི་གཞུང་ལུགས་ཐད་བླ་ན་མེད་པའི་མཛད་རྗེས་ཤིག་དང་རྨད་དུ་བྱུང་བའི་དགེ་མཚན་ཞིག་བསྐྲུན་པར་སྣང་ངོ་།།

སྐབས་བབ་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་ལེགས་བཤད་ཅེས་པའི་ཐ་སྙད་དེ་དོན་གང་ལ་འཇུག་ཅེ་ན། ཡོངས་གྲགས་སུ་སྒྲ་ཡངས་འཇུག་དང་དོག་འཇུག་གཉིས་སུ་དབྱེ་སྟེ་བརྗོད་པར་བྱ་དགོས་ཏེ། ཚིག་སྦྱོར་སྙན་ཞིང་དོན་གྱིས་ཕྱུག་པའི་གསུང་རྣམ་དག་དང་བསྟན་བཅོས་མཐའ་དག་ལ་ལེགས་བཤད་ཅེས་པ་སྒྲ་ཡངས་འཇུག་གི་དོན་ཡིན་ལ། རྩོམ་སྣང་ངེས་ཅན་ཞིག་གིས་འཆིང་བའི་རྩོམ་རིག་གི་རྣམ་པ་ཞིག་ལ་ལེགས་བཤད་ཅེས་པ་སྒྲ་དོག་འཇུག་གི་དོན་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་འཇུག་པའི་དོན་གཉིས་ནི་ཕན་ཚུན་འགལ་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། དེ་གཉིས་བདག་ཉིད་གཅིག་པའི་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། སྒྲ་དོག་འཇུག་གི་དོན་ལྡན་པའི་བརྗམས་ཆོས་ཡིན་ན་ཡངས་འཇུག་གི་དོན་གྱི་རང་བཞིན་ལྡན་པས་ཁྱབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡིན་ནའང་སྒྲ་ཡངས་འཇུག་གི་དོན་ལྡན་པའི་བརྩམས་ཆོས་ཡིན་ན་དོག་འཇུག་གི་དོན་གྱི་བདག་

ཉིད་ལྡན་པའི་བརྩམས་ཆོས་ཡིན་པའི་ངེས་པ་མ་མཆིས་སོ། །འདིར་བརྗོད་པའི་ལེགས་བཤད་ནི་སྒྲ་དོག་འཇུག་གི་དོན་ཡིན་ཏེ། རྩོམ་རིག་གི་རྣམ་པ་ཞིག་ལ་བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ། །

འདི་ལྟ་བུའི་ལེགས་བཤད་ཅེས་པའི་རྩོམ་རིག་གི་རྣམ་པ་དེར་ཁྱད་ཆོས་ཅི་ཞིག་ལྡན་ཞེ་ན། དེ་ལ་འདི་ལྟར་བརྟག་དགོས་ཏེ། བརྗོད་བྱ་སྣ་མང་ཕུན་ཚོགས་ལ་དཔེ་དོན་ལེགས་པར་སྦྱར་ཏེ་ཚིགས་བཅད་ཀྱི་རྣམ་པས་སྟོན་པའི་རྩོམ་རིག་གི་བརྩམས་ཆོས་ལ་ལེགས་བཤད་ཅེས་པའི་ཐ་སྙད་བཏགས་པ་ཡིན། དེའི་བརྗོད་བྱ་སྣ་མང་ཕུན་ཚོགས་ཡིན་པར་སྨྲ་བར་རྒྱུ་མཚན་ཡོད་དེ། རྩོམ་པ་པོས་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་གནས་བབ་དང་བསྟུན་ནས་ཆབ་སྲིད་དང་། དཔལ་འབྱོར། ཆོས་ལུགས། སློབ་གསོ། དམག་དོན་ལ་སོགས་པ་ཆོས་དང་འཇིག་རྟེན་གྱི་བྱ་དངོས་མང་པོ་ལ་ལེགས་པར་དཔྱད་ནས། ཆོས་ལུགས་ཀྱི་བསམ་བློ། སྲིད་འཛིན་གྱི་ཐབས་ལམ། མཁས་བླུན་གྱི་སྤྱོད་པ། བླང་དོར་གྱི་ཚད་གཞི་བཅས་སྙིག་སྒྱུར་གྱི་དོན་མང་པོ་ལ་རང་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་སྣང་དང་བཞེད་ཚུལ་གསལ་བར་སྟོན་པའི་བརྩམས་ཆོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ལེགས་བཤད་བསྟན་བཅོས་དེ་སྒྱུ་

རྒྱལ་གྱི་རང་བཞིན་ཡོངས་སུ་གཏམས་པའི་རྩོམ་རིག་གི་བརྩམས… ཆོས་ཡིན་པའི་དབང་གིས། དེའི་རྗོད་བྱེད་ཀྱི་ཚིག་དང་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་ལ་བརྩམས་ཆོས་གཞན་དང་མི་མཐུན་པའི་ཁྱད་ཆོས་མང་པོ་ཡོད། མདོར་སྡུད་ན། ལེགས་བཤད་ཀྱི་བརྩམས་ཆོས་མཐའ་དག་ཚིགས་བཅད་ཀྱི་རྣམ་པ་ཡིན་པ་དང་གཅིག ཤོ་ལོ་ཀ་གཅིག་ལས་ཚིག་རྐང་གཉིས་དཔེ་དང་ཚིག་རྐང་གཉིས་དོན་སྦྱ་ཕྱི་རིས་མེད་དུ་ལེགས་པར་སྦྱར་ཏེ་བསྟན་བྱ་རྫོགས་པར་སྟོན་པ་དང་གཉིས། གསལ་བྱེད་ཀྱི་དཔེ་སྐྱེ་བོ་མཁས་བླུན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཉམས་སུ་མྱོང་བའམ་ཐོས་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཡུན་རིང་དུ་འདྲིས་པའི་བྱ་དངོས་ཡིན་པ་དང་གསུམ། ཚིག་སྦྱོར་བདེ་ཞིང་གོ་སླ་བ། དམངས་ཁྲོད་ཀྱི་གཏམ་དཔེའི་རང་བཞིན་ལྡན་པ། སྐྱེ་བོ་ཀུན་གྱིས་དགའ་ཚོགས་མེད་པར་བདེ་བླག་ཏུ་འཛུག་ནུས་པ་དང་བཞི། ཚིག་སྙན་ཞིང་རོ་ཉམས་ལྡན་པ། སྐྱེ་བོ་མཆོག་དམན་ཀུན་གྱི་མིག་གི་བདུད་རྩིར་གྱུར་པ་དང་ལྔའི་ཁྱད་པར་གྱི་ཡོན་ཏན་ལྡན་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུའི་ཡོན་ཏན་ལྔ་ལྡན་གྱི་རྩོམ་རིག་གི་རྣམ་པ་དེ། བོད་མི་རིགས་ཀྱི་རྩོམ་རིག་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་གལ་ཆེ་ཞིང་འཕང་མཐོ་བའི་གོ་ས་ཡོད་པར་མཁས་པ་



此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

རྣམས་ཀྱིས་ཡང་ཡང་དུ་བསྔགས་པའོ། །

ལེགས་བཤད་རྩོམ་རིག་དེ་བོད་ལ་ཇི་ལྟར་བྱུང་བ་དང་ཇི་ལྟར་འཕེལ་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཐད་ཙུང་ཙམ་དཔྱད་ན། བསྟན་པ་སྔ་དར་གྱི་དུས་སུ། མ་ཏི་བཀའ་འབུམ་དང་ཐུན་མོང་ཡིག་ཆ་ནས་ཞལ་གདམས་ཞེས་པ་དཔེ་དོན་སྦྱར་ནས་བསླབ་བྱའི་རང་བཞིན་ཡོད་···པའི་བརྩམས་ཆོས་བྱུང་། དེ་དག་ནི་ལེགས་བཤད་རྩོམ་རིག་གི་ས་བོན་ལྟ་བུར་གྱུར་ཏེ། རྩོམ་རིག་གི་རྣམ་པ་དེ་བོད་ཡུལ་དུ་ཐོག་མར་གཞི་ཆགས་སོ། །དེ་རྗེས་སྤྱི་ལོ་དུས་རབས་བཅུ་གསུམ་པར་ས་སྐྱ་པཎྜི་ཏ་ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་ཞལ་གདམས་དེ་དག་གི་སྲོལ་··རྒྱུན་གཞིར་བྱས་ཤིང་། འཕགས་ཡུལ་གྱི་རྩོམ་རིག་སྙིང་པོ་གསོ་ཐིགས་སོགས་བརྩམས་ཆོས་འགའ་དཔེར་བྱས་ནས་ལེགས་པར་བཤད་པ་རིན་པོ་ཆེའི་གཏེར་ཞེས་བྱ་བའི་ཤོ་ལོ་ཀ་བཞི་བརྒྱ་ལྷག་ཡོད་པའི···བརྩམས་ཆོས་མཛད་དེ། ལེགས་བཤད་རྩོམ་རིག་གི་རྣམ་གཞག་གཏན་ལ་ཕབ། དུས་རབས་བཅུ་དྲུག་པར་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པས་ས་སྐྱ་ལེགས་བཤད་ཀྱི་རྣམ་གཞག་དང་ཆ་ཡོངས་སུ·····མཚུངས་པའི་མཁས་བླུན་བརྟག་པའི་བསྟན་བཅོས་དགེ་ལྡན་ལེགས་

བཤད་པདྨ་དཀར་པོའི་ཆུན་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ཤོ་ལོ་ཀ་བརྒྱ་ལྷག་ལྡན···
པའི་བསྟན་བཅོས་མཛད་དེ། ལེགས་བཤད་རྩོམ་རིག་གི་རྣམ་པ་དེ་
ཇི་རྒྱས་ཇི་ལེགས་སུ་བཏང་། དེ་རྗེས་དུས་རབས་བཅོ་བརྒྱད་པར་
གུང་ཐང་བསྟན་པའི་སྒྲོན་མེས་གོང་སྨྲས་ལེགས་བཤད་བསྟན······
བཅོས་དག་མ་དཔེར་བྱས་ནས་ཆུའི་བསྟན་བཅོས་དང་ཤིང་གི······
བསྟན་བཅོས་ཞེས་བསྒྲོམས་པས་ཤོ་ལོ་ཀ་ཉིས་བརྒྱ་ལྷག་ཡོད་པའི··
བསྟན་བཅོས་གཉིས་མཛད་པ་དང་། དུས་རབས་བཅུ་དགུ་པའི་
མཁས་དབང་དཀྱིལ་ཐུར་བློ་བཟང་སྦྱིན་པས་གུང་ཐང་པའི་ཆུ་ཤིང་
བསྟན་བཅོས་ཀྱི་རྩོམ་སྟངས་དང་ཡོངས་སུ་མཐུན་པའི་ལུགས་ཐུང་
བ་དན་གཡོ་བའི་ལེགས་བཤད་རླུང་གི་བསྟན་བཅོས་ཞེས་བྱ་བ་ཤོ་
ལོ་ཀ་དྲུག་ཅུ་ལྷག་ཡོད་པའི་བསྟན་བཅོས་དང་། འཇིག་རྟེན་མི་ཆོས་
དང་འབྲེལ་བའི་བསླབ་བྱ་གསལ་བར་སྟོན་པའི་ལེགས་བཤད་ཟླ···
བའི་བསྟན་བཅོས་ཞེས་པ་ཤོ་ལོ་ཀ་སུམ་ཅུ་ལྷག་ཡོད་པའི་བསྟན····
བཅོས་སོགས་དུ་མ་མཛད། བརྩམས་ཆོས་དེ་དག་ནི་ཐོག་མཐའ་
བར་གསུམ་དུ་དཔེ་ཆོས་ཅན་གཅིག་གི་སྟེང་དུ་དེའི་སྐྱོན་ཡོན·······
བརྟགས་ཤིང་དོན་དང་སྦྱར་ནས་བསླབ་བྱའི་ཚུལ་གྱིས་སྟོན་པ་ཡིན་

པས་ལེགས་བཤད་ཀྱི་རྩོམ་སྡངས་གསར་བ་ཞིག་སྤེལ་བ་ཡིན། གཞན་ཡང་མཁས་དབང་འཇུ་མི་ཕམ་འཇམ་དབྱངས་རྣམ་རྒྱལ་རྒྱ་མཚོས་གོང་སྨྲས་ལེགས་བཤད་རྩོམ་སྡངས་ཀྱི་ལེགས་ཆ་ཡོངས་སུ་་་བསྡུས་ནས་རྒྱལ་པོ་ལུགས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་ཞེས་བྱ་བ་ལེའུ་ཉེར་་་་་་གཅིག་དང་ལྡན་པའི་བསྟན་བཅོས་མཛད་དེ། ལེགས་བཤད་ཀྱི་རྩོམ་སྡངས་གོང་ནས་གོང་དུ་སྤེལ་བ་ཡིན་ནོ། །

སྨྲས་པ། སྐྱེས་བུ་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་པིར་རྩེ་ལས། །

ཐོན་པའི་ལེཏ་པར་བཤད་པའི་བསྟན་བཅོས་རྣམས། །

རང་རེ་གངས་ཅན་རྩོམ་རིག་བང་མཛོད་དུ། །

འོད་འབར་ནོར་བུ་གཅིག་ཀྱང་ཅི་ཡང་སྣང་། །

དེ་ཡང་འཇམ་གླིང་རིག་གནས་དགའ་ཚལ་དུ། །

ལེགས་བཤད་ཅེས་པའི་མེ་ཏོག་མཚར་སྡུག་ཅིག །

རྣམ་པར་བཞད་པས་ཕྱི་ནང་མཁས་པ་ཡི། །

ཡིད་ཀྱི་བུང་བ་དབང་མེད་ཁྱུགས་འདིར་འཁོར། །

འདི་ལྟར་ལེགས་བཤད་ཀྱི་ཆེ་བ་བརྗོད་པ་དང་རྩོམ་རིག་གི་་་་རིན་ཐང་དཔོག་པ་ནི། ཉོག་བཟོ་དང་སྒྲོ་འདོགས་ཀྱི་གཏམ་ཅམ་མ་

ཡིན་ཏེ། བསྟན་བཅོས་དེ་དག་གི་དངོས་གཞི་དང་དེ་ལས་བྱུང་བའི་
ཕན་ཡོན་གྱིས་བསྡུབས་པས་སོ། །འོ་ན་ལེགས་བཤད་བསྟན་བཅོས་
ལས་བྱུང་བའི་ཕན་ཡོན་ཅི་ཡོད་ཅེ་ན། གཞན་ཕན་དགེ་ཕྱོགས་ལ་
སྒོམས་པ་དང་སྡིག་པ་མི་དགེ་བ་སྤོང་དགོས་པའི་སློབ་གསོ་གཏོང་བ་
དང་གཅིག ཡོན་ཏན་ལ་བསྟོད་ཅིང་བླུན་རྨོངས་ལ་སྨད་པའི་
བསམ་བློ་སྤེལ་བ་དང་གཉིས། ལས་ལ་བརྩོན་པ་དང་ལེ་ལོ་སྤོང་
དགོས་པའི་གནས་ལུགས་བསྟན་པ་དང་གསུམ། ཆེ་བ་ལ་གུས་ཤིང་
ཆུང་བ་ལ་གཅེས་པའི་ལུགས་བཟང་སྤེལ་བ་དང་བཞི། མཐུན་
སྒྲིལ་ལ་དགའ་ཞིང་དབྱེན་འབྱེད་ལ་སྡང་བའི་སྤྱོད་བཟང་དར་སྤེལ་
གཏོང་བ་དང་ལྔའོ། །འདི་ལྟ་བུའི་ཕྱོགས་ལྔ་ལས་བསླབ་བྱའི་ཚུལ་
གྱིས་གདམས་ཏེ། མི་རྣམས་ཀྱི་བསམ་བློ་དག་སྦྱོང་དང་ཀུན་སྤྱོད་
ལེགས་སྐྱོང་བྱེད་པ་ལ་ཕན་ཡོན་དཔག་དཀའ་བ་བྱུང་ཞིང་། བོད་
མི་རིགས་ཀྱི་རིག་གནས་དཔལ་ཡོན་དང་བསམ་བློའི་དཔལ་ཡོན་···
འཛུགས་སྐྲུན་བྱེད་པ་དང་སྤྱི་ཚོགས་མཐུན་སྒྲིག་བྱེད་པ་ལ་ཕན་ནུས་
གཞལ་དཀའ་བ་བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ། །

ད་རེས་མཚོ་སྔོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་གིས་ལེགས་བཤད་··

བསྟན་བཅོས་དེ་དག་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་བསྡུས་ནས་ལེགས་བཤད་···· བསྟན་བཅོས་ཕྱོགས་བསྒྲིགས་ཞེས་པའི་དཔེ་ཚོགས་པར་སྐྲུན་བྱས་པ་དེ། སྤྱི་ཚོགས་ལ་ཕན་པའི་དགེ་མཚན་དང་། རིག་གནས་ལ་ཕན་པའི་དོན་སྙིང་ལྡན་པ་ཞིག་ཡིན་ནོ། །

གནའ་བོའི་ལེགས་བཤད་བསྟན་བཅོས་ཀྱིས། །
སྤེལ་བའི་དགོངས་པའི་དགེ་མཚན་དེ། །
དེང་གི་བསམ་བློའི་དཔལ་ཡོན་གྱི། །
དོན་སྙིང་དང་མཐུན་ཨེ་མ་རྨད། །

ཅེས་སྤྱི་ལོ2006ལོའི་ཟླ3པའི་ཚེས24ཉིན་གྱི་ན་བ་བློ་བཟང་ཚོས······ གྲགས་ཀྱིས་བྲིས་པའོ། །བཀྲ་ཤིས། དགེའོ། །

# ༄༅། །རྒྱལ་པོ་ལུགས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་ས་གཞི་སྐྱོང་བའི་རྒྱན་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

རྒྱ་གར་སྐད་དུ། རཱ་ཛ་ནཱི་ཏི་ཤཱསྟྲ་བྷཱུ་མི་པཱ་ལ་སྱ་ཨ་ལཾ་ཀཱ་ར་ནཱ་མ། བོད་སྐད་དུ། རྒྱལ་པོ་ལུགས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་ས་གཞི་སྐྱོང་བའི་རྒྱན་ཞེས་བྱ་བ། བླ་མ་དང་མགོན་པོ་འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །

རྒྱལ་མཆོག་སྟོན་པ་ཚད་མའི་སྐྱེས་བུ་དང་། །
རྣམ་གྲོལ་འཇུག་ངོགས་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ། །
དེ་འཛིན་འཕགས་ཚོགས་འདྲེན་ཧྲེན་རྒྱན་ཕྱར་པ། །
དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་གུས་པས་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །
མཁའ་དང་མཉམ་པ་ཡེ་ཤེས་འོད་ཟེར་ཅན། །
འགྲོ་བའི་ཡིད་ཀྱི་མུན་པ་རྣམ་སེལ་བ། །
འཇམ་དཔལ་སྨྲ་བའི་ཉི་མ་གང་དེ་ཡིས། །