

དེའང་དེ་གི་སྤྱི་ཚོགས་དེའང་དཔེ་སྐྱུ་ཁང་གི་ ༡༩༥༤ ལོ་ནི་རྒྱ་
བ་ ༢ པའི་པེ་ཅིན་གྱི་པར་ཐང་ས་དང་པོ་ནི་རྒྱ་ཡིག་གཞིར་བརྒྱུང་
སྟེ་བསྐྱུར་བའོ། །

本書根据通俗讀物出版社1956年2月第1版第1次印刷本譯出。

དཔེ་རྒྱུ་མཐུ་མཐུ་ ༡༩༩༣ (༣) ༢༥༢

༢༢། །ནམ་གསལ་རན་པའི་སྐབས།

ཕྱི་མ་པ་པོ། * ཉིང་གན།

ཐུང་མཁན། མགོན་པོ་ཀུལ་མཆན།

ཆོག་དོན་ལྷན་དག་པ། ཡུན་ཆོག་ས་དོན་ལྷན།

མི་དུགས་དཔེ་སྒྲུན་ཁང་གིས་བསྒྲུན་པ།

གནས་ཡུལ་པེ་ཅིན་གྱི་ཅི་ཅན་སྒྲོ་རྟགས་ཨང་ ༥༦ པ།

པ་ཅིན་ཁྱོད་ཁྱིད་གྱིད་པེ་རྒྱན་ལས་རིགས་ཕུས་ཆོག་པའི་ལག་འབྱེད་མཛད་ ཅེ་ སྟོན་པ།

ཀྲུང་དབྱང་མི་རིགས་པར་ཁང་གིས་པར་དྲ་བཅུ་བཤམ་གྱི།

ཤིན་ཏུ་དཔེ་ཚོང་ཁང་ནས་བཀྲམ་པ།

༡༩༥༤ ལོ་འོ་ལྷ་པ་ * པའི་ནང་པེ་ཅིན་ད་ཕྱོག་མང་བའོན་པ།

༡༩༥: རོ་རི་རྒྱ་བ་ ཅ པའི་ནང་པེ་ཅིན་དུ་པར་ཐེངས་དང་པོ་བཏབ་པ།

གངས་ཀྱི་ཉམས་ཤིང་བར་དུ་བཏབ་པ་བཅས་སོ། །

དཔེ་དེན་སྒྲིལ་བུར་ ༡ །



༡༩༩༩ ལོའི་ནང་དོན་གསལ་བཤད།

གྲུང་འདི་ནི་ཡ་ང་དཀོས་པའི་གྲུང་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། ནང་དོན་ནི།
 ཁྲོ་གན་པ་བཟའ་མི་གཉིས་དེ་པོན་བཅན་ཀླུ་ལ་རིང་ཕྱགས་དང་། ལ་མེ་
 དེ་ཀ་བཅན་ཀླུ་ལ་རིང་ཕྱགས་གཉིས་འཕྲོག་པའི་དམག་འབྲུག་སྐབས་ མེས་ཀླུ་
 གྱི་དོན་དུ་དཔའ་འཇངས་ཀྱིས་དང་སྒྲོག་སྒྲོས་བཤང་བྱས་པའི་ལོ་རྒྱུས་གིག་ཡིན།

སྐྱུང་འདིའི་ཐོག་ནས་ཁོའོ་གན་མི་དཔངས་ཀྱི་ཁྱ་ན་མེད་པའི་རྒྱལ་.....
གཅིས་དེང་ལྷགས་དང་། འཛིགས་ཞུས་པག་ཅ་མེད་པའི་དཔའ་པོའི་གཤིས་
རྒྱད་པམང་པོ་ཡོངས་སུ་མངོན་པར་མ་ཟད། མེད་ཀྱི་ལས་པའོད་དང་།
རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ལས་པའོད་གཉིས་ནི་གསུམ་ཉུ་པུར་འབྲེལ་ཞིང་ཡ་པུལ་མི་ཐུབ་
པ་ཞིག་ཡིན་པའང་མངོན་ཡོད།

༡༩༥༠ ལོ་འི་དགུན་ཁར་རང་དམག་གིས་ཆིང་ཁྱོན་གཙང་པོ་བརྒལ་ནས་...

ཅུན་མེད་ལི་འཁྲུག་ཐག་བཅད་དེ་ཕྱིར་ཕྱིད་ཐིག་སུམ་ཅུ་སོ་བརྒྱད་ཀྱི་མཆམས་སུ་
སླེབས་སྐབས་ངས་ལན་སྒྲར་ཨང་དགུ་པ་ནས་ལན་སྒྲར་གཉིས་པར་སློས་དེ་ལན་.....
ཤང་གཞོན་པའི་ལས་འགན་འཁུར་བ་ཡིན། སྐབས་དེར་ང་ཚོ་འི་ཐོན་སྒྲར་དེ་
ཅིང་ཅུ་ཉེ་རྒྱུད་ཀྱི་སྤྱི་ཡོད་ས་ཆར་ཡོད་ཅིང་། ཕྱིད་ཐིག་སོ་བརྒྱད་ཀྱི་དམག་ར་
གཏོར་ནས་དམག་དབུང་ན་མས་ཉེ་ཕྱོགས་སུ་བསྡོད་རྒྱུ་ལྟེན་གྱི་སྒྲིག་བྱེད་ཀྱི་ལོ་ལ་.....
ཉུང་ལན་སྒྲར་དུ་འང་འཐབ་འཁྲུག་གི་གྲ་སྒྲིག་ཇ་དྲག་ཆེན་པོ་འི་སྒོ་ནས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་
པ་རེད།

ཉིན་གཅིག་གི་ཏྲ་ཞིག་ལ། ངས་ལན་སྒྲར་ཡོད་པའི་རྒྱལ་རིའི་ངོས་ནས་
བན་ཁག་དང་པོས་「ཡར་སྐོས་」 བྱེད་རྒྱལ་གྱི་དམག་རྩལ་སྤྱང་བར་ཉུང་བཞིན་ཡོད་
པའི་སྐབས་དེར་སློ་བུར་དུ་རིའི་རྒྱལ་ནས་དགའི་གནས་ལྟ་བུ་བཞི་ཟེང་སྒྲོར་ཅམ་ཡང་.....
མ་བུས་པར་ཐད་ཀར་ང་ཚོ་འི་སྒྲོད་གནས་ཀྱི་གྲོང་ཚོ་འི་ཕྱོགས་སུ་འཕུར་དེ་མེ་རྒྱག་
མདེུ་འཕེན་བྱུང་བས་གྲོང་ཚོ་འི་རྩ་ཁང་འགའ་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་དུ་བ་ནག་པོ་.....
ཞིག་འཕུར་བྱུང་བ་དང་། རོམ་ཞིག་ལན་སྒྲར་གྱི་དམག་སྒྲར་འགམ་དུ་རྒྱུང་
ནས་དེའི་དུ་བ་དང་མེ་ལྷེས་དམག་སྒྲར་ཡོངས་སུ་བརྒྱལ་དེ་དམག་སྒྲར་མེད་པ་ནང་
བཞིན་ཞིག་མཐོང་བྱུང་བར་བརྟེན་ངའི་སེམས་ལ་དངངས་སྐྱེད་བྱུང་། གང་

ཡིན་ཞེ་ན། དམག་སྐར་ནང་དུ་ཡིག་སྒྲིལ་རེས་འཁོར་བ་གཅིག་དང་། གནས་
 ཚང་ནང་དུ་གནས་མོ་ནད་བ་གཅིག་དང་མོ་འི་ཕྱ་གྲུ་ལོ་གསུམ་མ་ལོན་བ་ཞིག་……
 བཅས་ཡོད་བ་ཁོང་ཚོ་མེས་ཚེག་ཉེན་ཡོད་པའི་སྐབས་དེར་ལན་གྲང་གིས་ ཁྱེད་ཡི།
 ཕའི་དང་པོ་འི་ཕའི་གྲང་ལྟར་དུ་སོང་ལ་སྐག་སྐག་རྒྱབས་སྤིག བན་ཁག་གསུམ་
 པའི་བན་གྲང་གིས་རང་ཁོངས་དམག་མི་ཁྲི་དེ་མ་གཅིག་མེ་གསོད་དུ་སོང་། ཞེས་……
 བཀའ་ཕབ་བ་རེད། དེ་ནས་ང་སྟོན་དུ་རྒྱག་ཕྱིན་བ་ཡིན།

ང་སྟོ་འགམ་དུ་སྒྲིབས་པའི་སྐབས་སུ་ལན་གྱི་དམག་སྐར་ལ་མེ་ཆེན་པོ་ཞེ་……
 དྲག་འབར་གྱི་འདུག སྟོ་ནང་ནས་མི་ཞིག་ཐོན་ཕྱང་བ་དེའི་རྒྱབ་ལ་འཕྲིན་སྒྲིལ་བ་



དང་། མཆན་ཁང་
 འོག་དུ་གནས་མོ་འི་ཕྱ་
 གྲུ་དེ་འཁྲར་འདུག་བ་
 གསུམ་ཀའི་རྒྱོན་བ་ནས་
 དུ་བ་ཐོན་གྱི་འདུག་……
 ཅིང་། ཕྱ་གྲུ་དེ་ནི་
 ཞེ་དྲག་ང་བཀྱི་འདུག
 འཕྲིན་སྒྲིལ་བ་ནི་མི་……
 དེའི་ཕྱག་པའི་སྟེང་ནས་

མགོ་ཐུར་དུ་གཏད་དེ་ལུས་པོ་ནས་ཁྲག་བབས་གྱི་འདུག་བ་མ་གཏོགས་སྐད་ཆ་ཁྱོད་
 ནས་ཐོད་ཐུབ་གྱི་མི་འདུག ངས་ཁོས་ཆེན་ཞིག་སྤྲོས་ཏེ་ཁོ་པའི་རྒྱབ་དུ་འཁྲར་བའི་
 འཕྲིན་སྒྲིལ་བ་མར་ཕབ་པས་ན་མི་དེ་ང་ཚོའི་ལན་སྐར་གྱི་འབྲེལ་སྦྲུང་བ་ཚུའི་ཡུང་……

གཡིད་ཡིན་པ་གཞི་ནས་ཤེས་པུང་།

དེ་རྗེས་ངས་ རྒྱུ་ལྷུང་གཡིད་གནས་མོ་ག་པར་བྱིན་སོང་། ཞེས་དྲིས་་་
 པར། ཁོས་ ཁྲུང་པའི་ནང་དུ་ཡོད་། ཅེས་བརྗོད་བཞིན་དུ་བྱུ་གུ་དེ་ས་ཤོག་དུ་
 བཞག་ནས་མིག་ལ་འོད་འཛིགས་སུ་རུང་བ་ཞིག་འཕྲོས་ཏེ་སྒྲོ་ལ་བཞུས་པས།

སྐབས་དེར་རྒྱ་ཁྲུང་ལ་མེ་ཤོར་ནས་སྒྲོ་དང་སྒྲི་ཁྲུང་ཆང་མ་མས་ཆོག་པའི་སྒྲོ་དང་་་
 བཅས་འབར་ཏེ་རྒྱང་རིང་དུ་གནས་ཀྱང་མེ་སྒྲུགས་ཀྱི་ཆ་ཟེར་བཟོད་མི་ཐུབ་པ་ལྟ་
 པུ་འདུག དེར་བརྟེན་གོས་གང་བྱིར་འཕྲེན་གྱིས་འཕྲིན་སྒྲེལ་པ་མར་འཛོག་

གཤམ་བུས་པ་དང་། རྒྱུ་ལྷུང་གཡིད་ནས་ལྷ་མོ་ལ་བཅག་བཅག་ཅིག་བུས་
 ཏེ་ཁ་ནས་ཆོག་ངན་ཞིག་བརྗོད་འདུལ་ཙམ་གཅིགས་བསྐྱེད་ཏེ་ཡིད་གཉིས་ཤེ་ཚུམ་
 མེད་པར་སྐྱར་ཡང་མེས་ཆོག་པའི་སྒྲོ་ནས་ཁྲུང་པའི་ནང་དུ་འཛུལ་སོང་། དེར་
 ང་ཏེ་ལས་ཤིང་སྒྲོ་ལ་བཞུས་ཏེ་ཡུད་ཅམ་ནས་མགྲོགས་པོ་འཕྲིན་སྒྲེལ་པ་དང་བྱུ་གུ་
 གཉིས་ཀྱི་གོས་ལ་མཆེད་པའི་མེ་རྒྱས་པས་ད་པ་ཡིན།

དེ་ནས་ལན་གྲང་དང་སྒྲན་པ་རྒྱལ་སྒྲུགས་འོངས་ནས་ལན་གྲང་གིས་་་་་་་་
 ཁག་ནས་མོ་གང་དུ་སོང་། ཞེས་དྲིས་པར། ངས་ ཁྲུང་པའི་ནང་དུ་ཡོད་པ་
 རེད་། ཅེས་བརྗོད་པ་ཡིན། ལན་གྲང་ནས་ ཁྱོད་ག་རེ་ཟེར་གྱི་ཡོད་། ཅེས་
 ཟེར་ཞིང་མིག་གཉིས་ཀྱིས་ང་ལ་དྲིག་དྲིག་དུ་བཞུས་པར་བརྟེན་ང་རང་ངོ་ཆ་པོ་ཞེ་
 དག་པུང་།

དེ་ནས་ང་རང་ལ་མེམས་འགུལ་ཆེན་པོ་ཐེབས་ཏེ་ ཁག་ནས་མོ་ཁྲུང་པའི་་་
 ནང་དུ་ཡོད་པ་རེད་། ཅེས་ཟེར་བཞིན་སྒྲུར་དུ་སྒྲིད་པ་ནས་མེ་མདའ་བཀྲོལ་ཏེ་་་་
 སྒྲོ་ལྷུགས་སུ་རྒྱགས་བྱིན་པ་ཡིན་པས་ལན་གྲང་གིས་བཟུང་ནས་བཤང་མ་པུང་།

སྒྲུབ་ཡང་ངས་ཁོང་གི་ལག་པ་པར་ཕྱད་དེ་སྒྲོ་ཅུར་གོས་པ་གང་མཚོངས་པས་.....
 སྐབས་དེར་ཆུའི་ཡུང་གཡིད་ནས་གནས་མོ་བྱིར་དེ་སྒྲོ་ནང་ནས་མར་ཡོང་ཞིང་ངའི་
 འགྲམ་དུ་འགྱུལ་སོང་། ང་ཚོས་ལྷ་སྐབས་གནས་མོ་འི་གཟུགས་པོ་ཚང་མ་མེས་ཚོག་
 ཡོད་པར་མ་ཟད། ཆུའི་ཡུང་གཡིད་ཀྱི་མགོ་དང་ལག་པ་རྣམས་ཀྱང་ཚོག་འདུག་
 པར་བརྟེན་ང་ཚོས་དེ་འགྲུལ་ཐོན་སྒྲུབ་ཀྱི་སྒྲན་པའི་རུ་ཁག་སར་བསྐུལ་པ་ཡིན།

དེ་ནས་ཕྱི་དོ་འི་དེང་ངའི་མེས་པད་པོ་མ་ཡུང་། ཟས་བཅུད་གཉིད་
 བུལ་གྱིས་ཆུའི་ཡུང་གཡིད་རང་དབང་མེད་པར་ཡིད་ལ་འཁོར་གྱི་འདུག ཉིན་
 གསུམ་གྱི་སྒོན་ལ་ང་ལན་སྒྲུབ་དེར་ཐོག་མར་སྐབས་སྐབས་ལན་སྒྲུབ་གྱི་ནང་དུ་ཆབ་
 སྤྱིད་ཀྱི་སྒོ་བ་ཁྱིད་ཀྱི་དེང་པའི་སྒྲུབ་ཡིན་གསེས། དམག་སྒྲུབ་ན་ཁྱིམ་སྒྲུབ་ཆུའི་ཡུང་
 གཡིད་གཅིག་ཕུ་ལས་མི་འདུག་ཅིང་། དེ་དུས་ངས་ཁོ་ལ་ལྷ་ཞིབ་བྱས་པས་མི་
 དེ་ལོ་སུམ་ཅུ་ལྷག་ཙམ་སོན་པ་ཞིག་ལ། ཆ་ལུགས་ནི་ཁྱའོ་ཤན་མི་དམངས་དམག་
 དང་གཅིག་པ་དང་། རོ་གདོང་ནར་ཙམ་ཞིག་ལ་ཁ་སྐྱ་ཕྱན་བུ་ཡོད་པ། སྒྲ་ཅུང་
 ཟད་ལེབ་པའི་གཡས་གཡོན་ན་དེ་མོ་རྒྱའི་མང་གི་བརྒྱད་པ་ལྷ་བུ་དོ་མཚར་དང་ ..
 ལྷན་པ་ཞིག་འདུག་པ་ལ་ཞུས་མེད་དཔའ་པོ་འི་འགྱིང་བག་གསལ་བར་མདོན་གྱི་...
 འདུག་པ་དེ་ནི་ཁྱའོ་ཤན་གྱི་པོ་གསར་ཆད་ལྷན་ཞིག་གི་དོ་གདོང་དང་འདྲ་ཞིང་།
 ངས་ཁོ་མཐོང་བ་དང་དགའ་ཚོར་ཆེན་པོ་ཡུང་ཞིང་རྣམ་ཀུན་རང་ཉིད་ཀྱིས་འཕྲེན་
 མ་རྒྱས་པའི་ཐ་མག་སྐྱམ་ཅུང་ཕྱིད་ཀ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་བཙོན་ནས་ཁོ་ལ་ཀྱང་གཅིག་
 སྤྱད་དེ།

「ཁྱོད་རང་ཀྱང་གོར་སྤོང་མྱོང་ངས་」 ཞེས་དྲིས་པས།

「ལོ་གཉིས་བསྐད་པ་ཡིན་」 ཟེར།

「ས་ཆ་གང་དུ་བསྐྱད་པ་ཡིན་」 ཞེས་དྲིས་པས།

「ཕུ་རྩལ་ནོ་སོལ་གཏིང་ཁར་ནོ་སོལ་བསྐྱོགས་ཏེ་ལོ་གཉིས་བསྐྱད་པ་……
ཡིན་」ཟེར།

「ཁྱོད་རང་གི་ནང་མི་ད་དུང་ཕུ་རྩལ་ན་ཡོད་དམ་」 ཞེས་དྲིས་པས།

「མེད། ཁྱའི་ཤན་ན་ཡོད་」 ཟེར།

「ཁྱིམ་ནང་དུ་མི་སྲུ་དང་སྲུ་ཡོད་」 ཅེས་དྲིས་པས། ཁོས་ང་ལ་ལྟ་ཅིམ་

བྱས་ཏེ་མགོ་སྐྱུར་ནས་པར་ཚུར་སྐྱུག་སྐྱུག་བྱེད་ཀྱི་འདུག

དེ་ནས་ངས་ཀྱང་གང་ཡང་མ་བཤད། གང་ཡིན་ཟེར་ན་ཁོས་སྐྱུག་……

བསྐྱལ་ཡོད་པའི་རྣམ་འགྱུར་སྟོན་གྱི་འདུག ཁྱའི་ཤན་ན་མི་ཁྱིང་ལྟོན་གྱི་སྤྱིད་

གཞུང་རྩལ་མའི་དམག་རྣམས་ཕྱིར་འཕྲེན་བྱས་པའི་སྐབས་སུ་དམར་གསོད་མང་པོ་

བཤད་ཡོད་པ་དང་། ཨ་མེ་རི་ཀའི་གནས་གྲུས་ཉིན་མཚན་མེད་པར་བོམ་ཆར་

བ་བབས་བ་ལྟར་གཡུགས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་ཁྱའི་ཤན་ན་པའི་ཁྱིམ་མི་མང་པོ་བསད་པའི་

གནས་ཚུལ་དྲ་ཅང་མང་པར་བརྟེན་ཁོ་པའི་ཁྱིམ་མི་རྣམས་ལའང་རྩལ་ཉིས་བྱུང་བ་

མིན་ནམ་སྟུམ་བྱུང་། རྒྱ་མཚན་མང་པོ་ཞི་དྲག་དྲིས་པ་ཡིན་ན་ཁོ་པའི་སྐྱུག་བསྐྱལ་

རྣམས་འཕེལ་པར་བྱེད་པ་ལས་གཞན་མའི་དོན་གང་ཡང་མི་འདུག་པས་མས།

ཡུང་ཅམ་སོང་རྩལ་ཆོག་དོན་གཞན་ཞིག་གི་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱུར་ནས་སོད་དགོས་སྟུམ་……

པའི་སྐབས་དེར་། ལན་ཀྱང་དང་གྲེ་དའོ་ཡོན་ཞེས་པའི་སློབ་སྟོན་པ་གཉིས་འཕྱོར་

བས་ཁོ་བ་ལངས་ནས་ཕྱི་ལོགས་སུ་ཕྱིན་སོང་། དེ་ནས་བརྒྱུད་ང་གཉིས་སྐད་ཆ་

བྱེད་རྒྱ་གཏན་ནས་མ་བྱུང་། རྒྱ་མཚན་ནི་དམག་དབང་གིས་འཕལ་ཕྱིངས་གསུམ་

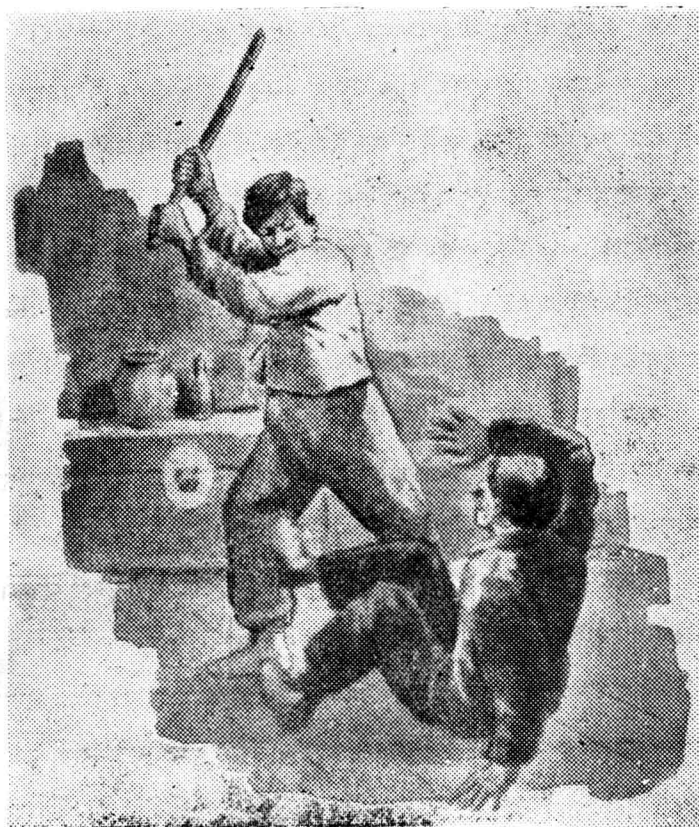
པ་སློང་རྒྱའི་གྲ་སྒྲིག་གི་བྱ་བར་ཐིང་ཆ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་ཞིང་། ཉིན་གང་འཕལ་ལུགས་

བྱིད་པ་འཇམ། ཡང་ན་པར་ཤོལ་བྱེད་ཚུལ་གྱི་དམག་ཅུལ་སྤྱོད་པ་སོགས་ཀྱི་བྱེལ་
 བས་མ་ཁོམ་པ་དང་། རྟོགས་མཚུངས་ཁོ་པའི་ཆ་རྒྱུན་གྱི་ལས་ཆན་ཡང་འབྲེལ་
 སྤྱོད་ཡིན་ཞིང་དེའི་བྱ་བ་ནི་དམག་དཔུང་དང་། ཁྱའོ་ཤན་ཡུལ་མིའི་བར་དུ་
 འབྲེལ་བ་བྱེད་པ་དང་དམག་མི་རྣམས་ལ་ཁྱའོ་ཤན་གྱི་སྐད་བསྐྱབ་ཀྱི་བཅས་ཡིན་...
 པས། དེ་རྣམས་ནི་སློབ་སྟོན་པའི་འགན་འཁུའི་ཁོངས་སུ་སོང་རྒྱུ་དང་དང་འབྲེལ་
 གྲུག་བྱེད་ཀྱི་ཉུང་དུ་སོང་བ་རེད། འོན་ཀྱང་ཉེ་ལམ་ཁོ་པར་ཉོན་མཛད་ས་ཤིག་
 སླེབས་ཏེ་མི་ཚོ་དང་མཉམ་དུ་སྐད་ཆ་ཤོད་སྐབས་གད་མོ་བགད་འདོད་མེད་པར་བྱ་
 བ་གཞན་མེད་དུས་ཐོས་པ་ཅམ་གྱིས་མིག་ནས་མཆི་མ་དབང་མེད་དུ་སྤྱང་བྱོ་བའི་སྐྱོ་
 གྲུ་『ཨ་ལི་ལང་』ཟེར་བ་ཁོ་ན་བྲངས་ཤིང་། གློ་མཐུན་རྣམས་ལ་ལྷ་ལྷམ་ལྷས་
 རོགས་བྱེད་པ་འཇམ། ཡང་ན་གནམ་གྱུ་ཆག་རོ་འི་དུ་ཡང་དུས་བཅས་བསྐྱུགས་
 ཀྱིས་ཐུར་མ་བཅོ་ཡི་འདུག ཁོ་པ་བྱ་བ་དེ་རྣམས་ལ་ཤིན་དུ་མཁས་པར་དྲིན་མི་
 མི་ཉུང་བ་ཞིག་གིས་ཁོ་ལ་བཅོ་རོགས་ཞེས་བརྗོད་པ་ལྟར་ཁོས་ཀྱང་སུས་ལ་བ་ནའང་...
 འདོད་དོན་སྐོང་ཆེད་བཅོ་རོགས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ཕྱིར་མི་རྒྱ་སྤྱན་བྱ་
 རྒྱུ་དུ་ཕྱིན་ནའང་གློ་མཐུན་པ་ཆང་མས་ཁོ་ལ་དགའ་པོ་བྱེད་ཀྱི་འདུག ཁོ་འི་
 མོ་རྒྱས་དང་བྱིས་ལ་མི་དགེ་བའི་བྱ་བ་ཅི་ཡོད་ངས་འདྲི་རྟོགས་མ་བྱས་ཀྱང་། ཆོད་
 དཔག་བྱས་ཆོ་ལས་གཉིས་ལས་མི་འདུག་ཅིང་། ལི་བྱིང་སྤན་གྱི་རྒྱུན་དམག་གིས་
 བསད་པ་མིན་ན། ཨ་རིའི་གནམ་གྱུས་བསད་པ་ཡིན་ལས་ཆེ། དེ་རིང་ཉིན་
 དགུང་ལ་གོང་གསལ་གྱི་གནས་ཚུལ་བྱང་རྒྱུན་དགོང་མོར་གཉིད་མ་ཁྲག་པར་སློབ་...
 རྟོན་པ་དང་ཚུའི་ཡུང་གཡིད་ཀྱི་སྐོར་ལ་སྤྱང་མོལ་སྤྱན་བྱ་བྱས་མཐར་གཞི་ནས་...
 ངས་རང་གིས་འོལ་ཆོད་བྱས་པ་དེ་དངོས་འབྲེལ་མིན་པ་ཤེས་བྱུང་།

རྒྱུ་ཡུང་གཡིད་ནི་སྤྲུལ་སྟོང་ཁྱོད་ལོ་གྱི་མི་ཞིག་ཡིན་པ་རེད། ཁྱིམ་
 བུ་དུ་རྒྱུ་མ་དང་། སྤྲུ་གུ་གཅིག་ཁོ་དང་བཅས་མི་གསུམ་ཡོད་ཅིང་། བའོ་
 ཁྱོད་ཟེར་བའི་རྫོང་ཁོངས་ཀྱི་ཁྱོད་དཔ་ཞིག་དུ་པ་བུལ་གྱི་རི་ཞིང་ཕྱན་བུ་ཡོད་པ་
 བུལ་ནས་དཔུལ་ཡོངས་ཀྱི་འཛོ་བར་རོལ་ཞིང་སྟོད་ཀྱི་ཡོད་ཅིང་། ལོ་བརྒྱད་
 ཅས་ཀྱི་གོང་དུ་སྟོན་ཀ་ཉི་མ་གྱི་ཚ་བའི་ཉིན་ཞིག་གི་ཕྱི་དོར། རྒྱུ་ཡུང་
 གཡིད་ཀྱིས་འབྲས་ཞིང་རྗེས་མ་དེའི་ཡུར་མ་བརྒྱུ་ཚར་ནས་ད་དུང་དུས་ཚོད་སྤྱི་
 བར་བརྟེན་རི་རྒྱུ་གྱི་མ་ཚོས་ལོ་རྟོག་ལ་ཉྱ་པར་འགོ་དགོས་བསམས་ཀྱང་། ཉི་མ་
 མང་པོ་ངལ་ཚུལ་བྱས་སྟབས་དངོས་གནས་ཐང་ཆད་པ་ཉྱ་བུ་ཞིག་ཡུང་ནས།
 འཛོར་ཕྱག་པར་རྒྱུ་པ་ནས་ཁྱིམ་དུ་ལོག་པ་རེད། དུས་སྐབས་དེ་ནི་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༣
 ལོ་ཉྱེ་རི་བོན་གྱིས་ཁྱོད་ལོ་མ་ཆར་དབང་སྐུར་བྱེད་པའི་སྐབས་ཡིན། རྒྱུ་ཡུང་
 གཡིད་ནང་དུ་ལོག་ཡོང་སྐབས་ཐག་རིང་པོ་འི་ས་ནས་ཁྱིམ་མཚས་ཀྱི་ཨ་ལྷེ་ཅིང་
 ལགས་སྒོ་ཁར་ལངས་ནས་འཇིགས་སྐྱག་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་ཉྱར་བུས་ཏེ་ཁོ་པའི་
 ཁྱིམ་ཕྱོགས་སུ་ཉྱ་ལེ་ཡོད་པ་མཐོང་འབྲལ་ཁོ་པའི་སེམས་ལ་ཞེད་སྐྱོང་སྐྱོད་དེ་
 གྲུ་ཁྱིམ་དུ་བཟ་མ་གྱིས་པ་ཞིག་ཡུང་ཡོད་པ་ཐག་གིས་ཆོད་། བསམ་ནས་
 རྒྱུགས་ཡོང་པ་དང་། ཨ་ལྷེ་ཅིང་ལགས་ནས་ཁོ་རྒྱུགས་ཡོང་པ་མཐོང་འབྲལ་
 ཆབ་རྒྱུ་དག་པོ་འི་སྒོ་ནས། གྲུ་མཁྱོགས་པོ་སོང་། ཨ་ར་རྒྱུ་རྒྱུ་ཁྱོད་
 དའི་ནང་དུ་ཕྱིན་སོང་། ཞེས་ཟེར།

ཨ་ར་རྒྱུ་རྒྱུ་ཟེར་བའི་མི་ངན་དེའི་མིང་དངོས་གནས་ལ་ལི་ཏུ་ཟེར་གྱི་
 ཡོད་ཅིང་། ཁོ་ཞིང་བདག་ལི་དྲིང་ཡུང་གི་ཆ་པོ་རེད། ལི་དྲིང་ཡུང་ནི་
 རྫོང་གི་ཉེན་རྟོག་ལས་ཁྱེད་ཀྱི་མཁོ་དཔོན་ཞིག་ཡིན་ལ་རི་བོན་གྱི་གཅེས་ཕྱག་ཉྱ་བུ་

ཞིག་ཀྱང་རེད། ཁོ་ཚོ་འི་ནང་གི་ས་ཞིང་དང་། དངུལ་ནོར་ཚང་མ་ལི་ཏྱ་ནས་
 བདག་གཉེན་ཕྱེད་ཀྱི་ཡོད་གཤིས། ཁོས་ལི་ཡིང་ལུང་དང་། རི་བིན་གྱི་
 དབང་ལེད་ལ་བརྟེན་ནས་མི་དམངས་ཀྱི་ཁྱོད་དུ་བརྟུག་བཞོལ་དང་། མོད་
 བརྟུགས་པ། མགོ་སྐྱོད་ཆུ་ཟ། ར་བཟེ་སྐྱུར་འགོངས་མོད་པ། བྱད་མེད་
 ལ་དམར་འབབས་དང་ལོག་གཡེམ་ཕྱེད་པ་སོགས་སྦྱོད་ངན་མ་བྱས་པ་མེད་ཅིང་།
 མི་མང་པོར་ཏམ་པ་བྱས་པ་དང་། བྱད་མེད་མང་པོ་འཕྲོག་བཞུགས་བྱང་བ་
 སོགས་མ་རུང་བའི་བྱ་བ་ཁོ་ནར་ཕྱེད་མཁན་གྱི་མི་དེར་དབུལ་ཕོངས་ཉམ་ཐག་པ་...
 ཚོས་མི་ཁོ་ཅང་ཞེས་མིག་ནང་གི་བྱ་ལྟ་བུ་ཕྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། མི་དེས་རི་བིན་
 གྱི་ཨ་ར་ལྟ་བུ་ཨ་ར་ཧོལ་ཧོལ་རྒྱང་རྒྱང་ཞིག་བཞག་ཡོད་པས་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཁོ་ལ་...
 ལི་ཏྱ་མ་ཟེར་བར་「ཨ་ར་རྒྱང་རྒྱང་」ཞེས་ཟེར་གྱི་ཡོད་པ་རེད། རྒྱའི་ལུང་
 གཡིད་ནས་གདམ་ངན་དེ་ཐོས་འབྲལ་ལན་འདེབས་ཀྱང་མ་བྱས་བར་ཁྱིམ་ནང་དུ་...
 ཕྱིན་ནས་སྒོ་འགམ་དུ་སླེབས་པའི་སྐབས་སུ་ཁང་བའི་ནང་ནས་བྱ་གྲུ་ལོ་གསུམ་མ་...
 ལོན་པ་དེས་「ཟུ་ཟུ་」ཟེར་ཞིང་དུས་པ་དང་། རྒྱང་མས་「སྒོག་སྒྱུབ་རྒྱགས་」
 ཞེས་དང་། 「ཨ་ར་རྒྱང་རྒྱང་ཁྱོད་」ཟེར་བ་སོགས་ཀྱི་སྐད་ངན་འདོན་པ་དང་།
 དཀར་ཡོལ་དང་། དུང་བན་རྣམས་ས་ལ་རྒྱུང་ནས་མིང་སྒྲ་སྒྲོག་པ་སོགས་ཐོས་
 པས། རྒྱའི་ལུང་གཡིད་ཤིན་དུ་ཚབས་ཤིང་འཛོལ་ལག་དུ་ཐོགས་ནས་ཁང་བའི་སྐྱུག་
 དུ་རྒྱགས་འགྲོ་སྐབས་རྒྱང་མའི་སྒྲ་རྣམས་གནམ་ལ་ཟིང་ཞིང་གདན་ཐོག་དུ་ཨ་ར་...
 རྒྱང་རྒྱང་གིས་མནན་དེ་འཕྲེན་རེས་ཕྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། སྐྱ་གྲུ་ནི་གདན་གྱི་ཟུར་
 དུས་ནས་བརྒྱལ་ལ་ཁང་དུ་གྱུར་པ་མཐོང་ནས་ཁོང་ཁྱོད་ལི་མེ་ཆེས་ཆེར་འབར་དེ་ལག་
 ན་ཐོགས་པའི་འཛོལ་དེ་ཤུགས་ཅི་ཡོད་ཀྱིས་ཨ་ར་རྒྱང་རྒྱང་གི་མགོ་ཐོག་དུ་གཞུས་



པས། མ་ར་རྒྱང་རྒྱང་གིས་རྒྱུ་ཡུང་གཡིད་ཡོང་བ་མཐོང་སྟབས་འཇིགས་
 ཚབས་ལངས་ནས་ལག་པ་གཡས་པས་འཛོར་པར་ཕྱད་པས་འཛོར་གྱི་ཡུ་བ་དང་།
 ཁོ་པའི་ལག་པ་གཉིས་ཀ་ཆག་སྟེ་ཕུ་ཕུང་ནང་ནས་ཁྲག་དམར་འབྱེལ་ལེ་ཐོན་སྟབས་
 རྒྱུ་དང་ཞིག་རྒྱབ་ནས་དེར་འབྱེལ་སོང་།

དེ་ནས་ཕུ་གུ་རྒྱག་ནས་ཏུ་ཐག་ཚད། རྒྱུ་ཡུང་གཡིད་བཟའ་མི་གཉིས་

གས་ཡུན་ཅམ་རིང་ཅི་ཡང་མི་སྐྱེ་བར་ཁང་པའི་ནང་དུ་འཇམ་མིང་ངེས་བསྟན།
 རྒྱའི་ཡུང་གཡིད་ནས་དབྱལ་བར་གཉེར་མ་ལན་གས་སྟུང་དེ་མེས་ལ་ཁོ་བདུང་...
 བསད་གང་བྱས་རུང་ང་རང་ནི་གི་རྒྱ་ལས་འོས་མེད། དེ་བས་མིང་ན་འདི་གསོད་
 དགོས་བསམ་ནས་ཕུ་ཐུང་ཡར་བཞེས་ཏེ་ཐབ་ཆང་ནང་དུ་ཆལ་ཏྱ་འོ་ལེན་དུ་འགྲོ་...
 གཤམ་བྱེད་པའི་སྐབས་དེར་ར་སྟོར་ནང་ནས་ཨ་ཁྱེ་ཅིང་ལགས་ཀྱིས་སྐད་བརྒྱབ་པ་...
 ཐོས། དེ་ནས་ཡུལ་དཔོན་པའོ་ཀྱང་དང་། ཉེན་རྟོག་པ་རྣམས་སྟོ་ཕྱེ་སྟེ་ཡར་
 ཡོང་ནས་ཉེན་རྟོག་པས་མེ་མདའི་ཁ་ཚུར་བརྟན་ནས་「འགྲུལ་མི་ཆོག་」ཟེར།

པའོ་ཀྱང་གིས་ཨ་ར་རྒྱང་རྒྱང་གདན་ཐོག་དུ་འགྱེལ་ཏེ་ཁྲག་ཐོན་པ་མཐོང་
 འབྲལ། 「དུམ། རྒྱའི་ཡུང་གཡིད་ཟེར་བའི་མིང་ན་ཁྱོད། ཉི་མ་ཁ་དཀར་
 འོ་དཀར་ལ་མི་བསད་དེ་ངོ་ལོག་རྒྱག་གི་ཡོད་དམ་」ཟེར།

དེ་ནས་རྒྱ་ཆོད་བྱེད་ཀ་ཅམ་སོང་རྗེས་ཁོ་ཆོས་རྒྱའི་ཡུང་གཡིད་ལག་པ་རྒྱབ་
 དུ་བསྐྱམས་ནས་གོང་དལ་གྱི་ཉེན་རྟོག་ལས་ཁྲངས་སུ་སྒྲེལ་དགོས་བསམ་པ་རེད།

སྐབས་དེར་སྐྱེན་པ་རུབ་གཤམ་ཡོད་པའི་ཐོག་ས་གནས་དེ་ནས་གོང་དལ་...
 ཉེན་རྟོག་ལས་ཁྲངས་བར་ལེ་དབར་སྐྱམ་ཏུ་རྟུག་ཅམ་ཡོད་པར་བརྟེན་སྐབས་དེར་ས་
 གནས་དེ་ཆོ་རི་པིན་གྱིས་དབང་དུ་བསྐྱུས་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་། ཉེན་རྟོག་ལས་
 ཁྲངས་སུ་དགོང་མོ་བཙོན་པ་སྒྲེལ་བར་འགོ་མ་པོད་པ་རེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན།
 ཉེ་ཆར་བྱ་བ་འདི་འདྲ་ཞིག་བྱུང་བ་དཔེར་ན། ཡུལ་ཆོའི་སྤྱིད་གཞུང་གི་སོ་ཁྲལ་
 བསྐྱ་མི་ཞིག་བསྐྱུས་ནས་གར་སོང་མེད་པར་གྱུར་ཏེ་ཉེན་གསུམ་སོང་རྗེས་ཡུང་...
 ཁྲག་ཅིག་ནས་དེའི་རྩ་ཐོན་ཏེ་རྩ་དེའི་བྱང་ཁོག་ལ་གྱི་བསྐྱེན་པའི་མ་ཁྲང་བཅུ་རྟུག་
 ཅམ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད།

དེར་བརྟེན་ཉེན་རྟོག་ལས་ཁང་ས་སུ་མ་བསྐྱལ་གོང་དུ་བ་ཐོངས་གཉིས་བྲངས་
 ཏི་དེའི་རྒྱལ་མོ་ཆུའི་ཡུང་གཡིད་ལ་ཉེས་ཁྲིམས་དྲག་པོ་ཞིག་བཏང་ནས་ཁ་བྲགས་་་
 རྒྱ་མེད་པ་ལན་གསུམ་ཙམ་བཟོས་ཐོག་ནིང་མར་ར་རྒྱལ་ཁང་ཆུང་ཞེས་པའི་སྤྲན་ནག་
 ཅན་གྱི་ཁང་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེའི་ནང་དུ་བཅུག་སྟེ་བྱི་ཉེན་རྟོག་སྟོའི་ཉེན་རྟོག་ལས་་
 ཁང་ས་སུ་སྦྱེལ་རྒྱ་བྲས་པ་དེད། ཆུའི་ཡུང་གཡིད་ཀྱིས་རྫོང་སྟོའི་ཉེན་རྟོག་ལས་
 ཁང་ས་ཀྱི་འགོ་དཔོན་ནི་ཨ་ར་རྒྱང་རྒྱང་གི་ཨ་ཁྲུ་ལི་དྲིང་ཡུང་ཡིན་པ་ཤེས་ཏེ་ང་་
 གསོན་པོར་མི་ཐར་བ་ཐག་གིས་ཆོད། ངས་ཨ་ར་རྒྱང་རྒྱང་ཁོ་གསོད་རྒྱ་མ་ཡུང་
 བ་ནི་གང་དྲག་ཅས་འགྱོད་པ་ཆེན་པོ་བྲས་པ་དེད།

དེ་ནས་སྤྲན་རྒྱལ་ནས་དེས་གྱིས་མཚན་གཞུང་དུ་གྱུར་པའི་སྐབས་སུ། སྟོ་
 བྱིན་སྟོན་པའི་བཙོན་སྤྱང་པར་རྒྱར་འགྲོ་ཤོང་བྲས་པའི་རྒྱང་སྐྱ་རྒྱ་བར་ཐོས་པ་དང་
 རྒྱགས་རྒྱང་མ་དང་ཁ་བྲལ་པའི་སྤྱང་རྒྱལ་རྣམས་དང་། རྒྱང་མའི་སྐྱ་རྣམས་
 བྱེད་དུ་ཟིང་སྟེ་དུ་བཞིན་དུ་ཁོ་པའི་རྗེས་སུ་དེད་ཤོངས་པ་དང་། དེ་འབྲེལ་བྱ་
 གུས་ཀྱང་བཟོ་གར་འབྱུང་ཡོང་ནས་མི་གཏོང་བ། ཨ་ལྷེ་ཅིང་ལགས་ཀྱིས་རྗེས་
 སུ་ཡོང་ནས་ཨ་མ་ཡག་དུ་ཤོག་སྟོར་གཉིས་བཅུག་ཡུང་བ་སོགས་སེམས་ལ་འཆར་་་
 ཏི་ད་ཆ་རང་གི་རྒྱང་མ་ཡགས་ས་སུ་མ་འགྲོ་བ་དང་། སྟོ་མེད་ཀྱི་བྱ་གྱི་བྱ་
 བྲག་ཐང་ལུས་སུ་གྱུར་གྱི་དེད་རྣམས་ཏེ་སེམས་ལ་བཟོད་སྤྲན་མི་ཐུབ་པའི་རྒྱག་་་་་
 བསྐལ་ཡུང་པའི་སྐབས་དེར། ཁང་པའི་རྒྱལ་ནས་ཁྱ་ཏེ། ཁྱ་ཏེ། ཞེས་པའི་
 བྱང་འབྲུ་པའི་སྐྱ་ཞིག་ཡུང་བས། ཐོག་མར་བྱི་བ་མིན་ནས་རྒྱལ་ཡུང་། འོན་
 ཀྱང་སྐྱ་དེ་ནི་རྒྱན་མ་ཆད་པར་མ་ཟད། རྗེ་གསལ་དུ་སོང་ཞིང་། ཏ་ལས་རྒྱ་
 ཆོད་གཅིག་ཙམ་སོང་རྗེས་སྟེ་རྒྱར་དུ་བྱ་གཞུང་ཐར་ཙམ་ཞིག་མཐོང་བ་དང་།

གྲོ་བུར་དུ་ ཁྱའི་ཡུང་གཡིད་ ཅེས་འཕོད་མཁན་ཞིག་ཡུང་ཡང་། ཁོ་པས་
 གྲོ་དེ་འབྲུལ་སྤང་དུ་གོ་སྟེ་གཟུགས་པོ་ནམས་འདར་བ་རེད། སྤང་ཡང་ ཁྱའི་
 ཡུང་གཡིད་ ཅེས་ཡང་ཡང་འཕོད་ཀྱི་ཡོད་ཅིང་། སྐབས་དེར་ཁོས་གཞི་ནས་
 གྲོ་ཆུང་ཆུང་དེ་གསལ་པོ་གོ་སྟེ་འབྲུལ་སྤང་མིན་ཞིང་དངོས་འབྲེལ་ཡིན་པ་
 བསམ་ནས་ ཁྱོད་སྤྱི་ཡིན་ ཞེས་སྐད་ཆུང་ཆུང་ཞིག་བརྒྱལ་སྟེ་དྲིས་པས། མི་
 དེས་ཁོས་ལན་བཟུང་བ་གོ་ནས་སྤོ་བའི་ཞིང་ ཁྱེད་མི་དགོས། ཏྲག་ཙམ་སྐྱག་
 ཡང་། ཟེར་ནས། མི་དེས་བུ་ག་ཆེ་དུ་བཟང་སོང་པས་ཁྱའི་ཡུང་གཡིད་ཀྱིས་
 གཞི་ནས་གྲང་ངོས་ཀྱི་བུ་ག་དེ་མཐོང་བ་དང་། དེ་ནས་སྐད་གྲང་ཆེ་ཆེར་
 མོང་བ་ཐོས་པས། ཁོས་བཙོན་སྤྱང་གི་ཏ་མི་གོ་བའི་ཆེད་དུ་འཁུན་གྲོ་ཆེ་ཆེར་
 བཟང་སྟེ་གྲང་འབྲུ་བའི་སྐད་སྐད་མི་གོ་བའི་ཐབས་བྲས། དེ་ནས་དེང་པོར་ས་
 འགོར་བར་མི་དེས་མི་ཁྱེད་ནང་ནས་འཛུལ་ཡོང་སྟེ་ཁོ་པར་དུ་འཁྱུད་ཅིང་གི་.....
 ཆུང་གིས་འཆིང་ཐག་ནམས་བཅད་སོང་ཡང་། བག་ཁྱེད་ནང་དུ་མི་སྤྱི་ཡིན་



གསལ་པོ་མཐོང་གི་མེད་པ་རེད།

དེ་ནས་ཚུའི་ཡུང་གཡིད་ཀྱིས་ 「ཁྱིད་སུ་ཡིན་」 ཞེས་སྐད་ཅུང་དུས་དྲིས་་་
 གུང་མི་དེས་ལག་པས་ཁོ་པའི་ཁ་བཀའ་ནས་ལན་མ་བུས་པར་ཨི་ཁུང་ཕྱོགས་སུ་་་་་
 མཇུག་མོ་བཅུགས་ནས་སྒྲོན་དུ་འཇུག་ཀྱགས་ཞེས་པའི་བད་བུས་པ་རེད། ཚུའི་
 ཡུང་གཡིད་བྱ་ཡོང་བྱེད་ཡོང་གང་ཡང་མ་བྱུང་བའི་ངང་དུ་ཨི་ཁུང་ནས་ཕྱིར་་་་་
 ཐོན་འགོ་སྐབས་ཕྱི་ལོགས་ལ་ཆར་པ་སེས་སེས་ཞིག་བབས་ཀྱིན་ཡོད་ཅིང་གནས་་་
 གཤིས་ཤིན་དུ་ངན་པར་མཐོང་།

དེ་ནས་མི་དེའང་ཕྱིར་ཐོན་ནས་ཁོ་སྒྱུར་བཞིན་ལུགས་རིར་འབྱུང་བཞིན་པར་
 གསང་འགག་ཅིག་བསྐྱོད་ཏེ་གོང་རལ་གྱི་ཕྱིར་ཐོན་ནས་དབུགས་ཤིངས་གཅིག་གིས་
 ལ་ཐུན་གསུམ་རྒྱབ་སྟེ་ནགས་གསེབ་ཅིག་དུ་སླེབས་སྐབས་ཚུའི་ཡུང་གཡིད་ཀྱིས་མི་
 དེ་ཨ་ནེའི་བུ་ཚོ་ལགས་དཔྱེའི་ཤོན་ཡིན་པ་གཞི་ནས་ངོ་མེས་པ་རེད།

དཔྱེའི་ཤོན་ནི་ཁའོ་ཤན་ངལ་ཚོལ་དང་གི་གསང་བའི་དང་མི་ཞིག་ཡིན་་་་
 ཞིང་། ཨ་མ་གི་ནས་བརྩུང་འཁོ་བའི་དཀའ་ངལ་ཆེ་བ་དང་གཅིག་སྟོན་
 གནས་ཉེན་ཁ་ཆེ་བ་དང་གཉིས། ཚུའི་ཡུང་གཡིད་དང་སྟོན་ས་ཁྲོམ་གཞུང་
 གཅིག་པ་མིན་པ་དང་གསུམ་བཅས་ལ་བརྟེན་ནས་ཁོང་གཉིས་ནས་ཀུན་པར་རྒྱུར་་
 ཐུག་འཕྲད་ཆེར་ཡོང་གི་མེད་ཅིང་། དཔྱེའི་ཤོན་གྱིས་ཚུའི་ཡུང་གཡིད་སྒྱུབས་
 འགོ་དཀོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི་རང་ཉིད་ཅུང་ནས་མ་བུ་པ་དང་བལ་ཏེ་བྱིའུ་ཐུག་ཐང་
 དཀྱིལ་དུ་ལུས་པའི་སྐབས་སུ་ཚུའི་ཡུང་གཡིད་ཀྱི་པ་པས་ལྷ་སྟོང་བུས་ཏེ་གསོན་་་
 ཐབས་བྱུང་བརྟེན་ཉིན་གཅིག་ཁོ་རང་ཞིང་ཁ་ནས་ལོག་ཡོང་སྟེ་སྟོ་མ་བུའུ་ཡོད་་
 པའི་སྐབས་སུ་ཚུའི་ཡུང་གཡིད་ཀྱི་རྒྱུང་མ་ཐུའུ་ཡུའི་ཅེ་ཟེར་བ་དེས་ཐུ་གྱུ་ཁྱིར་ནས་

ངུས་བཞིན་ཡོང་སྟེ་ཁོང་གསལ་ཆུའི་ཡུང་གཡིད་ཀྱི་ཡོང་རྒྱུ་རྣམས་བཤད་པ་.....
 རེད། ཁོ་པས་གནས་ཆུལ་དེ་གོ་འདུལ་ཁོང་ཁོ་མེ་ལྷན་འབར་ཏེ། མི་གཉིས་
 ཁྱིད་ནས་ཆོང་དུ་འགྲོ་སའི་ལམ་བར་ནས་ཆུའི་ཡུང་གཡིད་སྟོབ་དགོས་བསམས་.....
 རུང་། ཆུའི་ཡུང་གཡིད་མཚན་གཅིག་ཐག་པས་བསྐྱམས་བཞག་ཡོད་པ་གོ་
 འདུལ་ལམ་སེང་གི་ཆུང་ཁྱིད་ནས་རང་གཅིག་ཤུར་ཕྱིན་པ་རེད། ད་ལྟ་མིའི་སྟོག་
 སྟོབས་ཐུབ་པ་བྱུང་རུང་། ཆུའི་ཡུང་གཡིད་ཀྱི་ནང་མི་རྣམས་སྐབས་དེར་གཤ་
 སྟོལ་འགྲོ་དགོས་བྱུང་སྐབས་འགྲོ་ཡུལ་མེད་རྒྱུ་དཔྱེད་མོན་གྱིས་བཞོང་དོན།
 །གཙུང་པོ། སེམས་འདུལ་མ་བྱེད། བྱང་སྟོགས་ཀྱི་རི་དེད་ནས་སེང་དང་།
 རི་པོ་ཁྱང་དཔེ་ཏུ་ལ་དམག་དཔོན་ཅིན་རི་ཁྱི་གྱི་དཔུང་དམག་རྣམས་ཡོད་པས་..
 དེའི་ནང་ཁྱིད་རང་ལྷགས་སྟོག་། ཟེད།

ཆུའི་ཡུང་.....

གཡིད་ཀྱིས་སྟེ་མ་ནས་
 མ་ཆོས་ཁྱང་དཔེ་ཏུ་
 ལ་དམག་དཔོན་ཅིན་རི་
 ཁྱི་གྱི་རི་འགོག་དམག་
 དཔུང་ཡོད་ཆུལ་དང་།
 དེ་ནི་ཁྱེད་གན་མི་.....
 དམངས་རྣམས་ཀྱི་རི་...



བ་བཅོལ་ཡུལ་ཡིན་ལྷགས་བཤད་པ་གོ་སྟོང་ཡང་རང་ཉིད་དེའི་ནང་ལྷགས་ཆུའི་..
 བསམ་སྟོ་མ་འཁོར་བ་རེད། རོན་ཀྱང་ཕྱིན་ཆད་ལམ་དེ་ཁོ་ན་ལས་འགྲོ་ས་གཞན་