

শ্রীমদ্ভগবদ্গীতা



ཕྱི་སྒྲིབ་བའི་ཐུང་ཐུང་ཕྱག་ལ་བསྐྱིག་ལ།

ལངས་རྒྱས་ཀྱིས་འདེམ་སྐྱིག་བྱས།

མཚ་ཐུན་མི་སྐག་ལ་དཔེ་ཐུན་ཁང་གིས་པར་རྩ་བ་ཐུན།

མཚ་ཐུན་ཞིང་ཆེན་ཞིན་པུ་དཔེ་ཁང་གིས་བཏུས།

མཚ་ཐུན་མི་སྐག་ལ་པར་ཁང་གིས་དཔར།

དཔེ་སྐྱིག་འཇགས་འཁྲར་བ། ཀླུ་བཟང་།

1985ལོའི་ཟླ10པར་པར་གཤི་དང་པོ་བསྐྱིག་ལ།

1985ལོའི་ཟླ10པར་ཐངས་དང་པོར་དཔར།

དེབ་རེར་སྒྲིང་ 0.82

པར་བསྐྱུན་གྱི་གསལ་བཤད།

ཉེ་བའི་ལོ་འགའི་རིང་ལ་བོད་ཀྱི་ཚམ་རིག་རྒྱུ་དེ་བ་སོ་སོའི་སྤྱིང་...
རྒྱ་ཁྱིམ་བོད་ཡིག་རྒྱ་བསྐྱུར་བའི་ཕྱི་སྤྱིང་བའི་སྤྱིང་གཏམ་གྲགས་ཅན་...
རྒྱ་མ་གྲེལ་བ་དེས་བོད་ཀྱི་སློག་པ་པོ་དང་སྤྱིང་གཏམ་གསར་ཚམ་གྱི་ལས་
དང་པོ་བ་མི་ཁྱུང་བ་ཞིག་ལ་དགའ་བ་དང་སློབ་སྦྱང་མི་དཔན་པ་ཐོབ་...
པས། ད་ལས་སློག་པ་པོ་དེ་ལས་མང་པོ་ཞིག་གིས་སློག་སྤྱོད་བའི་ཕྱིར་དུ།
ཕྱི་སྤྱིང་བའི་སྤྱིང་སྤྱིང་གི་བསྐྱུར་ཡིག་དེ་དག་རྒྱུ་དེ་བ་སོ་སོ་ནས་བརྒྱུ་...
ཤིང་སློགས་གཅིག་རྒྱ་བསྐྱུར་ཏེ་འགྱུར་ཁྱུང་ཅུང་ཟད་བྱས་ཐོག་«ཕྱི་སྤྱིང་...
བའི་སྤྱིང་སྤྱིང་སློགས་བསྐྱུར་»ཞེས་པ་འདི་པར་དུ་བསྐྱུན་པ་ཡིན།

ཕྱི་སྤྱིང་བའི་སྤྱིང་ཚམ་སྤྱོད་ཁྱུང་ཅན་ནམས་ནི་རང་རང་རྒྱལ་ཁབ་
དང་མི་རིགས་ཀྱི་ཚམ་རིག་གི་ཉིང་བརྒྱད་ཡིན་པར་མ་ཟད་འཛམ་གླིང་...
སྤྱིང་མི་དཔངས་སྤྱོད་མང་གི་བསམ་པའི་ཁོངས་སྤྱོད་ཅིག་ཀྱང་ཡིན་...
པས། ད་ཚམ་སློབ་སྤྱིང་དང་དཔྱིགས་དཔེར་བྱེད་པའི་དགོས་པ་ཤིན་
ཏུ་ཆེ་སྟེ། ད་ཚམ་སློག་པ་པོ་ནམས་ཀྱི་མཐོང་རྒྱ་རི་ཡངས་སྤྱོད་གཏོང་བ་
དང་ཤེས་རྒྱ་རི་ཆེར་གཏོང་བ། ཚམ་གྱི་འཇུག་པ་སྤྱིང་བར་བྱེད་པ་
བཅས་ལ་ཆེས་མེད་རྒྱ་མི་ཅུང་བ་ཡིན་ནོ། །

རང་དེ་པོ་ནི་གནའ་མ་མོ་ནས་མི་རིགས་གཞན་ནས་ཀྱལ་ཁབ་……
 གཞན་གྱི་རིག་གནས་ལེགས་ཆ་སྤྲོད་སྤྲོད་དང་སྤྲོད་ལེན་བྱེད་པར་དྲ……
 ཅད་སྤྲོ་ཞིང་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་རང་གི་རིག་གནས་སྤུན་སྤུམ་ཚོགས་པར་……
 གཏོང་བའི་སྤྲོ་ལ་ལམ་བཟང་པོ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་ལ། “མཁས་པ་ཡོན་
 ཏན་དཔག་མེད་ཀྱང་། །གཞན་གྱི་ཡོན་ཏན་རྒྱུད་རྒྱུད་ལེན” ཞེས་
 པ་ལ་སྤོན་བྱོན་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་ལྷ་ཚུལ་མཐུན་པར་སྤྲང་། །འོན་
 ཀྱང་ཉེ་རབས་ནས་བརྒྱུད་པའི་ཆེར་རྒྱུད་ཞེན་བག་འཁུམས་ཀྱི་དབང་རྒྱ་
 རྒྱར་ཉེ་རང་གི་རིག་གནས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་སྤྲོད་དོན་པ་དང་གཞན་གྱི་རིག་
 གནས་ཀྱི་ལེགས་ཆ་རྒྱུར་ལེན་པའི་སྤྲོ་རང་གིས་བཅད་པས་འཕེལ་མེད་……
 མོར་གནས་ཀྱི་རང་རྒྱ་ལུས་ཡོད་པ་ཆར་མས་མཐུན་གསལ་ལྟར་ལགས་……
 བ། ད་ལྟ་མི་རིགས་སོ་སོའི་རིག་གནས་ཡར་རོལ་ཟླ་བ་ཞིན་འཕེལ་བའི་
 སྐབས་འདིར་མན་རྒྱུན་སྤྲོད་སྤྲོད་དང་མན་རྒྱུན་སྤྲོད་ལེན་བྱེད་པའི་……
 དཀོས་པ་དེ་བས་ཆེ་བར་མཛོད། ད་ཆོས་སྤྲོགས་བསྐྱེགས་བྱས་པའི་སྤྱི་
 སྤྱིར་བའི་རྒྱུད་གཏམ་འདི་དག་ནི་གྲངས་ཀ་ཅ་ཅད་ཁྱུང་ན་ཡང་།
 བས་ཆེར་སྤྱི་སྤྱིར་བའི་རྒྱུད་ཆོས་མཁན་སྤུལ་བྱུང་ཅན་དག་གིས་བཅམས་
 ཤིང་། བརྗོད་བྱའི་སྤྱིར་བོ་བྱུགས་ནས་སྤོན་ཆེ་ལ། རྒྱུད་གི་རྒྱུད་རིམ་
 བརྗོད་ལ་སྤྲིག་ཆུལ། མི་ལྷ་ལྷ་ཆོགས་ཞིབ་འཁྱི་བྱེད་ཐབས་བཅས་ཀྱི་ཆ་
 ནས་དོ་མཆར་ཞིང་སྤུན་མོར་མ་ཡིན་པའི་བྱུང་ཆོས་ལྟན་པས། འཛམ་
 སྤྱིར་འཛིན་མའི་བྱོན་ཀུན་ལ་སྤོན་གྲགས་ཀྱི་ར་གསང་ཆེས་ཆེར་གྲགས་……
 པས་ན། སྤྲིག་པ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱུད་གཏམ་དེ་དག་ལས་ཆོས་མཁན་

དེ་ནས་གི་ཚེ་མ་ཚལ་ཡོན་ཏན་རྟགས་ཐུབ་པ་དང་ཕྱི་མྱིང་ཚེ་མ་རིག་གི་ར་
 ཚམ་མེན་ཅིང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཚེ་མ་རིག་གསུམ་ཚེ་མ་གྱི་ལྷོ་ལྷོ་ཡང་ས་
 པར་འབྱེད་ཐུབ་པའི་ཡིད་ཆེས་ཡོད་ལ། སྤང་ཁྱིན་སྤང་གཉིས་ཨ་ཏུ་བ་
 རྣམས་གྱིས་ཕྱི་མྱིང་བའི་རྒྱུད་གཏམ་ཐུལ་རྒྱུད་ཅན་པོད་ཡིག་ཏུ་བརྒྱུར་...
 བའི་ལས་ག་ཟམ་མི་ཆད་པར་བགྱིས་ཏེ་པོད་རིགས་སྟོག་པ་པོ་རྣམས་ལ་
 རྒྱར་མེད་གྱི་བསམ་བའི་ཡོངས་སྟོན་ཐུན་ཐུམ་ཚེགས་པ་བརྟུབ་པའི་རེ་...
 བ་རྟིང་ནས་བྱས་པ་ལགས་སོ།།

དཀར་མཆོད་

- པར་བསྐྱེད་ཀྱི་གསལ་བཤད། (2)
- བདག་གི་ཁྱ་པོ་ལྟམ་མི། [ཁྱ་པོ་མི]མ་པོ་མང་གིས་བཅམས།
ཁྱ་པོ་མི་ཁྱ་ལྟམ་བསྐྱེད། (1)
- མགུལ་རྒྱན། [ཁྱ་པོ་མི]མ་པོ་མང་གིས་བཅམས། མ་པོ་མིས་བསྐྱེད། (20)
- ལུ་མོ་མ་རྒྱ་མ་ཡའི་རྒྱང་། [རྒྱ་གར]མོ་པོ་མིས་བཅམས།
ཁྱ་པོ་མི་ཁྱ་ལྟམ་བསྐྱེད། (42)
- དཔོན་པོ་ཞིག་གི་འདས་རྒྱུན། [ཁྱ་པོ་མི]མོ་པོ་མིས་བཅམས། (62)
མིག་འཇུག་ཀྱིས་བསྐྱེད།
- རི་མོ་མཁའ་ཅན་སྐྱོངས་པ། [ཕ་མི་རི་ག]མ་པོ་མི་ཁྱ་ལྟམ་བཅམས། (71)
མ་པོ་མི་ཁྱ་ལྟམ་བསྐྱེད།
- མཆུག་མཁའ་སྒྲོལ་རྒྱན་གཅིག [ཁྱ་པོ་མི]མ་པོ་མི་ཁྱ་ལྟམ་བཅམས། (98)
མཁའ་འཇུག་ཀྱིས་བསྐྱེད།
- སྐར་ཆེན། [ཁྱ་པོ་མི]མ་པོ་མི་ཁྱ་ལྟམ་བཅམས། དཔལ་རྒྱལ་མཁའ་ཀྱིས་བསྐྱེད། (111)
- མའེ་མའེ་མེགས་རྒྱུས། [ཕ་མི་རི་ག]མོ་པོ་མི་ཁྱ་ལྟམ་བཅམས། (125)
མ་པོ་མི་ཁྱ་ལྟམ་བསྐྱེད།
- རིན་པོ་ཆའི་རྒྱན་ཆ། [ཁྱ་པོ་མི]མ་པོ་མང་གིས་བཅམས། (139)
ཁྱ་པོ་མི་ཁྱ་ལྟམ་བསྐྱེད།
- ཁར་ལུ་རྒྱ་པོ། [ཁྱ་པོ་མི]མོ་པོ་མི་ཁྱ་ལྟམ་བཅམས། (157)
ཁྱ་པོ་མི་ཁྱ་ལྟམ་བསྐྱེད།
- ཆོ་མ་མཁའ་མཆོམས་སྐྱོར་མདྲ་བསྐྱེད། མིག་མཁའ་ཀྱིས། (176)

དཀའ་བར་ཐུར་ཏེ། བས་རྒྱལ་རྒྱ་ན་བར་གཞོན་པའི་སྐད་ཆ་མང་པོ་
 བཅའ་བཞུགས་ཏེ་ཅང་ཡི་མི་རངས་པའི་མདོག་གསལ་ལ་མི་གསལ་ཞིག་.....
 རྒྱལ་བཞིན་ཁྱོ་པོ་ལ་དོན་མེད་རྒྱ་ལེ་བདའ་འཕ་བྱུང་རྒྱ་གསོད་པའི་ཆོག་
 རྒྱལ་མཁུ་བ་མཆོམས་མི་འཆད། དེའི་ཆེ་བདག་གི་ཨ་པའི་བཟོ་ལྟ་ནི་
 དངོས་གནས་ལྟར་མི་བཟོད་པ་ཞིག་རེད། རྒྱུང་རྒྱུ་བ་ལ་ཁོས་བྲུང་བར་
 རྒྱལ་རྒྱ་མེད་ཀྱང་ཡོད་ཁྱལ་གྱིས་ལག་བས་བྱེ་ལ་བྱེ་ལ་ཞིག་བྱེད་པ་ལས་ཁོ་
 ལན་ཅི་ཡང་ཐོག་རྒྱ་མེད་པ་ལ་བརྟམ་ན། ཁོས་ཀྱང་རང་གི་དུས་ལ་རྒྱས་
 རྒྱས་མེད་པར་མེས་པོ་ཐག་ཆོད་དེ་རྒྱ་པམ་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པ་ཤེས་
 ཐུབ། བྱིས་ཆང་གིས་རྒྱལ་རྒྱ་གང་དང་གང་ལའང་འགྲོ་གྲོན་རྒྱུང་བར་
 གཏོང་ཅི་ཐུབ་དང་། མི་གཞན་པ་མགྲོན་ལན་རྒྱ་ལྷ་དགོས་པར་དོགས་
 པས་གཞན་གྱིས་མགྲོན་རྒྱ་བ་ལའང་མཐའ་གཅིག་རྒྱ་བཤེལ་བ་དང་།
 ཆོང་ཆོང་ཉོན་མཛོད་རྒྱ་ལེ་མང་ཉར་བའམ་རིན་གོང་མར་པབ་པ་དག་
 ལས་གཞན་མི་ཉོ། ཨ་ཆེ་གཉིས་ཀས་རང་ལ་ལྷ་རིང་བཟོ་བའི་ཆེ་ལྷོ་བྲུ་
 གང་ལ་ཟངས་སྒྲོར་བཅོ་ལྷ་འབབ་པའི་མཐའ་རྒྱལ་ཞིག་ཉོན་ལང་རིན་....
 གོང་ལ་བཅད་འདྲི་ཡང་ཡང་བྱེད་པ་རེད། ང་ཆོས་རྒྱལ་རྒྱ་ཤ་བྲུ་དང་
 རང་གིས་རྒྱ་རྒྱ་པ་ལྷ་ཆོགས་ལས་བྱས་པའི་སྐམ་ཤ་ཟ་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་
 དག་ནི་ལྷས་ལ་ཕན་ཞིང་པོ་བ་དང་མཁལ་མ་ལའང་ཤིན་རྒྱ་འཕྲོད་པར་
 བཤད་ཀྱང་། ང་ནི་ཟས་སྒྲ་གཞན་དག་བཞིན་པར་དེ་བས་ཀྱང་དགའ་
 རོ། །

ངས་རྒྱག་ཀྱང་ཞིག་པོར་བའམ་ཡང་ན་དོར་མ་རྒྱུང་ཅམ་གཤགས་པ་

མཐོང་ཆེ་སྐད་ཅིང་ཆེན་པོས་བསྟོན་ངེས་རེད།

ཡིན་ན་ཡང་། གཟའ་ཉི་མའི་ཉིན། ང་ཆོ་བཟའ་མི་ཆང་
མས་གཟའ་ཆས་སྤྲས་ཏེ་མཆོ་ཁར་སྤྲོ་འཆམ་དུ་འགྲོ་ངེས་ཡིན་ལ།
བདག་གི་ཨ་པས་འཕྱོར་ལྷ་ཆེན་པོ་དེ་མན་བས་ཤིང་། རྒྱ་ལྷ་དང་
ལག་འཕྲིལ་སྟོན་ཏེ་ཨ་མར་ལག་པ་འཇུ་བྱ་འཇུག ཁོ་མོས་དར་བཟའ་སྤྲ་
ཆོགས་ཀྱི་གཟའ་འཕྱོར་སྤྲས་པའི་ཚུལ་ནི་དུས་ཆེན་གྱི་ཉིན་མོའི་གྲུ་.....
གཟིངས་ལ་ལྷ་ལྷ་སྤྲ་ཆོགས་ཀྱིས་བརྒྱན་པ་དང་འདྲ། ངའི་ཨ་ཆེ་
གཉིས་ཀས་ཉག་དུ་སྤྲ་མོ་ནས་གཟའ་འཕྱོར་སྤྲས་ཏེ་ལམ་ལ་ཆས་པར་.....
བརྒྱགས། འགྲོ་བྲའ་མེད་ཀྱི་མོད་ལ། ཨ་པའི་འཕྱོར་ལྷའི་སྤྲོད་ན་ས་
རུལ་དང་སྤྲམ་གྱི་ནག་ལོག་དེ་བྱང་ད་དུང་གྱི་དོར་བྱས་མེད་པ་མཐོང་.....
ནས་བྲེལ་བྱིང་གིས་དོ་སྤྲམ་ལ་སྤྲགས་པའི་རས་རུལ་རུམ་བུ་ཞིག་གིས་གྱི་
དོར་བྱིང་པའང་ལྷགས་སྤྲོལ་ཞིག་དུ་ཆགས། དེའི་ཆེ་ཨ་པས་མགོ་
ལ་རྒྱ་ལྷ་དེ་དང་སྤྲོད་ལ་ནང་འབྱར་དང་ཆེ་ལ་ལེན་མན་བས་ནས་སྤྲ་གོན་
དེ་ཨེ་རྒྱགས་ལ་ལྷ་བ་དང་ཨ་པས་ཉེ་མཐོང་གི་ཤེལ་མིག་ཅིག་གོན་.....
ཞིང་། ལག་འཕྲིལ་བཅོག་པར་གཏོང་བར་དོགས་ནས་སྤྲད་དེ་ཨ་.....
པའི་གཡས་གཡོན་དུ་སྤྲག་རོན་འཁོར་འཁོར་བྱེད།

ཁྱིམ་ཆང་གང་པོ་གཟིངས་ཆེན་པོའི་སྤྲོ་ནས་ལམ་ལ་ཆས། ཨ་ཆེ་
གཉིས་ཀས་མན་ཚུན་ལག་པ་འཇུས་ནས་སྤྲོད་བྱངས་ཏེ་མོང་། ཁོ་མོ་
གཉིས་ཀ་བག་མར་རྒྱང་རན་ལ་སྤྲེལས་བྱིན་པས། ཁྱིམ་ཆང་གིས་རྒྱན་
དུ་ཁོ་མོ་གཉིས་ཀ་མཁར་ནང་དུ་བརྒྱངས་ནས་འདྲོ་སྤྲེག་གཡེར་བག་གི་...

ལས་སྒྲུ་ཆོག་གས་ཀྱིས་མག་པ་ཞིག་ཨེ་བྱགས་ལ་རེ་ཡང་ད་དུང་དོན་སྤྲོད་མ་
བྱུང་། ང་ཨ་མའི་གཡོན་དུ་བསྟེན་ཤིང་ཨ་པ་ནི་ཁོ་མའི་གཡས་སུ་
འགྲེང་། ངའི་ཡིད་ལ་ད་དུང་པ་མ་ལས་ངན་དེ་གཉིས་ཀས་གཟུང་
ཉི་མའི་ཉིན་འཆམ་འཆམ་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་གདོང་ལ་བྱས་པའི་རྒྱུ་……
མདངས། ཆེ་ཆུགས་བདོ་བའི་འགྲོ་བྱགས་སོགས་དོན་མེད་གསོག་
སྟོང་གི་དྲིགས་ཉམས་སྟོན་པའི་ངང་ཚུལ་དེ་དག་ལ་ལེར་གསལ་འདུག
ཁོ་ཆོ་མགོ་གྲོག་གྲོག བྱས་གྲོང་གྲོང་གིས་འགྲོ་བའི་འགྲིང་སྐབས་ལ་
བརྟམ་ན། ཁོ་ཆོའི་འགྲོ་སྐྱེད་པ་དེ་ནི་དོན་དག་གཡ་ཆེན་ཞིག་ལ་
ཉིན་ཅིང་འབྲེལ་ནས་ཡོད་པར་སྟམ་མོ། །

གཟུང་ཉི་མ་རེ་ལ་ཐག་རིང་ཞིང་མིང་ཡང་གོ་མ་ཚུང་བའི་རྒྱལ་……
ཁབ་ནས་ཕྱིར་ལོག་པའི་སྐུ་གཟིངས་ཆེན་པོ་མཆོ་འབྲམ་དུ་སྟེབས་པ་……
མཐོང་ཆོ། ཨ་པས་“ཉེ། གཡ་ཉེ་བྱས་ཡི་སྐུ་ཆེན་འདིའི་སོག་དུ་ཡོད་
ན། ཅི་འདྲའི་དགའ་ཁུང་པ་ཞིག་རེད་ཨང་” ཞེས་ཆོག་འཇུག་ཅིག་
ཀྱང་ཆད་ཉིག་མེད་པར་བསྐྱར་སྒྲོས་བྱེད་པ་རེད།

བདག་གི་ཨ་པའི་ཁུ་བོ་སྟེ་ཁུ་བོ་བྱས་ཡི་ནི་བྱིམ་ཆང་གང་པོས་རེ་……
སྟེན་བྱེད་ས་འབའ་ཞིག་དུ་སྐྱར་ཡོད་ཀྱང་། དེ་སྐྱེས་སྐབས་ཤིག་ལ་བྱིམ་
མི་ཡོངས་ཀྱི་ཆག་སྟོང་ཞིག་ཡིན་ཆོད་རེད། ངས་ཆུང་དུས་ནས་ཁོའི་རྣམ་
ཐར་མང་པོ་གོ་སྟོན་བྱེད་ཞིང་། ངས་ཀྱང་རྒྱན་དུ་ཁོ་ཡིད་ལ་བཅངས་
ནས་ཡོད་པས། ང་ཁོ་ལ་ཉ་ཅང་རྒྱས་ཆེ་བ་དང་མཐོང་བ་ཅན་གྱིས་ཁོ་
ངོས་འཛིན་བྱེད་སྐབས་རྒྱ་རེད་སྟམ་པ་ཞིག་བྱུང་། བྱིམ་མི་ཆོས་ཁོང་ལ་བ་

མེད་ཕྱི་དུས་ལྷན་ཁྲུབ་ཀྱིས་ལབ་ནའང་། ཁོང་ཨ་མ་མི་ཀར་མ་སོང་
སྟེ་ཕྱི་འགྲོ་ལྷན་ལ་དུག་སྤངས་ཡོད་དོ་ཅིག་འདི་སེམས་ན་སྤང་དེར་
གསལ་འདུག མོ་སྟེན་སྤང་ན། ཁོ་དེ་སྟེན་སྤྱིད་པ་བཞག་མེད་ཅན་
ཞིག་ཡིན་པས་སྟོར་མོ་མི་ཉུང་བ་ཞིག་ཆུད་སྟེན་སྤྱི་བཏང་བ་འདྲ།

དེ་ལ་བྱིས་ཚང་དབུལ་པོ་ཚོས་བརྟུས་ན། ཉེས་དམིགས་ཆེན་པོའི་
གས་ཤིག་ཏུ་བཅི་དེས་རེད། བྱིས་ཚང་ཕྱག་པོ་ཚོས་རྒྱས་སྟོས་ཁོངས་སྤྱིད་
ཕྱིད་པ་ནི་དོན་མེད་ཅི་ལ་ཆུང་ཅི་ལ་ཏུ་མཐོང་ཞིང་། མི་དེ་དག་ལ་ཚང་
མས་འཇུག་དཔུལ་དཔུལ་གྱིས་“གཅེས་ཕྱག་ལང་ཤོར་ཅན” ཞེས་.....
འཁོད་པ་ལས་གཞན་ཅི། འོན་ཀྱང་། བྱིས་ཚང་དབུལ་པོ་ཞིག་ལ་
མཆོན་ན། བ་གཞོན་ཞིག་གིས་རང་གི་པ་མའི་བྱིས་གཞི་ཀྱི་མ་ཆ་དེ་
མི་གཏོང་རང་གཏོང་གི་གནས་སུ་སྤྱར་ན། དེ་ནི་སྤྱས་དན་ཞིག་གས་
ར་ཆ་ཁྱེལ་མེད་ཀྱི་སྤྱང་པོ་ཞིག་ཏུ་བགྱང་བ་སྟོས་ཅི་དགོས།

དེ་སྤྱིད་དུ་མཆོམས་འབྱེད་པ་ནི་དོན་ལ་གནས་པ་ཞིག་རེད་དེ།
དོན་དག་གཅིག་ཡིན་ཡང་དེ་ལས་ཕྱིད་བའི་མཐའ་འབྲས་ཁོ་ནས་ད་.....
གཞི་དེ་ཉེས་སྤྱིད་དེ་ཆབས་ཆེ་མིན་གསལ་བོར་མདོན་བྱས་པའི་ཕྱིར་.....
ར། །

མདོར་ན། བྱིས་ཕྱིས་ལིས་པ་མས་ཁོ་རང་ལ་བཞག་པའི་རྒྱ་ནོར་
ཆུད་སྟོས་སུ་བཏང་བར་མ་ཟད། ད་ཏུང་བདག་གི་ཨ་མས་རེ་ཞིང་
སྤྱི་བའི་བཞོ་སྤྱི་དེ་ལའང་སྤྱི་ཆེན་པོ་ཞིག་བཟོས་ཆོད་རེད།

བྱིས་ཚང་གིས་སྐབས་དེ་གའི་ལྷན་སྟོལ་སྤང་ཁོང་ཏུ་སྤྱིར་ནས་.....

ཉིག་ཡོ་ལ་སྐྱོད་པའི་དོན་མཐུན་སྟུག་གཟིངས་ཤིག་ལ་བཞག་ནས་ཨ་མེ་རི་
ཀའི་གླིང་ལ་བརྒྱུངས།

དེ་ལ་སླེབས་མ་ཐག བདག་གི་ཁྱ་པོ་ཡུས་ལིས་ཁེ་ཆང་ཅི་ཞིག་
བརྒྱབ་པ་ཆ་མ་འཆ་ལ་ཡང་ཅང་མ་འགྱུར་ས་པར་ཡི་གེ་ཞིག་འབྱུར་.....
གསལ་ལ། ཁོས་ཁེ་སློགས་མི་ཉུང་བ་ཞིག་ཡོན་པས། དེ་ལྟ་ཨ་པ་ལ་
སྐྱོད་ཇི་ཅམ་རེག་པ་དེ་ཅམ་གྱི་སྐྱེན་ཆ་བ་སྐྱོད་པའི་འདོད་ཚུལ་ལ་བ་ཡོད་
པས། ཡི་གེ་དེས་བདག་གི་བྱིས་མི་ཡོངས་ལ་དགའ་བ་ཆད་ལས་འདས་
པ་ཞིག་བསྐྱེད་བྱུང་། སྟོན་ཆད་ཆང་མས་བྱི་སྐྱག་ལའང་མི་དོ་བར་
འདོད་པའི་ཡུས་ལི་དེ་ད་ལྟ་མི་ཚུལ་མཐུན་ཞིག་དང་། ཟུ་འབྲས་བཙེ་
མཁན་ཞིག་དང་། དངོས་གནས་ཏ་རྩོ་ལང་མིའི་ཤུལ་འཛིན་ལ་དོ་མི་
གནོད་བ་ཞིག་ཉི། ཏ་རྩོ་ལང་མི་ཆང་གི་མི་དང་འབྲ་བར་ཆོག་ཤིས་
བག་ཡོད་བཞེན་མཁས་པ་ཞིག་ཏུ་གྱུར།

མཆོ་གྱའི་དེད་དཔོན་ཞིག་གིས་ང་ཆོ་ལ་ད་དུང་ཁོང་གིས་ཆང་.....
ཁང་ཆེན་པོ་ཞིག་གཉེར་ནས་ཁེ་སློགས་མི་ཉུང་བ་ཞིག་ཡོན་བཞེན་ཡོད་...
ཚུལ་གསུངས་བྱུང་།

ཨ་གཉིས་ཅམ་གྱི་རྒྱུ་སྟུག་འཕྲིན་ཡིག་ཐེངས་གཉིས་པ་འབྱུར་བའི་
ནང་དུ་གྲིས་ཡོད་པ་གཤམ་གསལ།

བདག་གི་བཙེ་ལྟོན་གཅེན་པོ་སླེ་ལི་ཕུ་ལ་ཆེད་འབྲས། སྐྱོད་གྱིས་
བདག་གི་ཡུས་ཕུང་བདེ་མིན་ལ་སེམས་སྒྱུར་བྱེད་གྱི་ཡོད་དམ་སྟུམ་ནས་...
འཕྲིན་འདི་གྲིས་པ་ལགས། ང་ལ་མི་འདོད་གསར་འཛེ་དང་བྲལ་དོས་

ཁི་ཚོང་གི་བྱ་བ་འདྲ་ཡང་ཐུན་རུ་མཆིས། སང་ཉིན་ཨ་མེ་རི་ཀ་རྩོམ་མར་
ཆས་ཏེ་སྒྲོང་ས་རྒྱ་རྒྱ་བསང་རིང་ཅམ་བྱེད་གྲལས་ཡིན་པས། ལོ་འགར་
ཁྱེད་ལ་འཕྱིན་མི་གཏོང་ནའང་ཐང་། དེ་ལྟ་ནའང་སྤྲུགས་ངལ་བྱེད་
དགོས་དོན་ཅི་ཡང་མེད། ང་ནམ་ཞིག་སྤྲུག་པོར་གྱུར་ཆེ་ཕྱིར་ཏེ་སྒྲོར་
རུ་ལོག་ངེས་ཡིན་པས། ང་ཚོ་མི་རིང་བར་ལྷན་འཛུལ་གྱི་རེ་བ་སྤྲོད་ལ་
བཅགས་ནས་ཡོད། དེ་རུས་ང་ཚོ་ལྷན་ཅིག་རུ་བའི་སྤྱིད་ཀྱི་འཚོ་བ་
རྩལ་སྤུབ་གྱི་རེད་... ..ཅས་པའོ། །

འཕྱིན་དེ་ང་ཚོ་ཕྱིམ་གང་པོའི་འཕྱིན་བཟང་པོ་ཉར་གྱུར་པས།
ཁོ་མ་ལང་རེ་བྱུང་ཆེ་ཕྱི་ཅ་བཏོན་ནས་སྒོག་པ་དང་། ཟ෍་མགོན་སྤྱབས་
སྒྲོལ་ལ་འཕྱིན་དེ་སྟོན་པར་དགའ།

ཏན་ཏན་ལོ་བཅུ་འི་རིང་ལ་ཁུ་པོ་ཡུས་ལའི་འཕྱིན་གཅིག་ཀྱང་.....
འབྱར་མ་བྱུང་། ཡིན་ནའང་། རུས་ཚོད་སྐད་ཅིག་ཀྱང་མི་སྟོད་པར་
འགྲོ་བཞིན་པའི་ཁར། བདག་གི་ཨ་པའི་རེ་སྤྲུག་གི་བསམ་བཤང་སྐྱམ་
པས་རྩ་འདྲིད་ལྟར་སྐར་ལས་ལྷག་པར་གྱུར། ཨ་མས་ཀྱང་སྤྲུག་རུ་
“ཡུས་ལི་གཞུང་བཟང་ཅན་འདི་ནམ་ཞིག་ལ་ཕྱིར་ལོག་ཆེ། ང་ཚོའི་
སྤྱིད་སྤྲུག་ལ་འཕྱུར་སྟོན་ཆེན་པོ་ཞིག་འབྱུང་ངེས་རེད། ཁོ་དངོས་
གནས་མི་ཐབས་མཁས་ཅན་ཞིག་རེད་ཨང” ཞེས་བརྟེན་ར་བྱས།

དེ་ནས་བཟུང་གཟའ་ཉི་མ་རེ་ལ། བྱ་གཟིངས་ཆེན་པོ་ལས་ཀྱི་ལྷ་
གཡུ་འབྲུག་སྟོན་པོ་འབྲུག་པ་དང་མཚུངས་པའི་རུ་བ་ནག་པོ་རུ་མ་བྱུ་.....
རུ་མ་བྱུར་བྱས་ནས་བར་སྐར་ལ་འབྱུར་བཞིན་ནམ་མཁའི་ས་མཐའ་ནས་

ཆེད་སྒྲིབ་པ་མཐོང་ཆེ། ཡ་མཁའ་སྒྲུབ་བཞིན་“ཉེ། གལ་ཏེ་འདིའི་
ཉེར་ན་ཡུལ་ཡི་ཡོད་ཆེ་ཅི་འདྲའི་དགའ་རུང་བ་ཞིག་རེད་ཨང་”ཞེས་.....
བསྐྱར་སྒྲིབ་ཕྱིད་པས་དེ་ནས་ཆར་མས་ཀྱང་ཁོ་སླེབ་བཞིན་པ་ཉུང་སྟག་...
པ་དང་། ད་རུང་ལག་ཕྱིས་གཡུགས་ཏེ་“ཟུ། རྩེ་ཡི་ཐུ”ཞེས་དགའ་
འཛད་ཕྱིད།

ཁོ་ཕྱིར་ཡག་རེས་ཡིན་པའི་ཐད་ལ་ཆར་མས་སྒྲ་མོ་ནས་འཆར་.....
གཞི་ཤིན་རུ་མི་རུང་བ་ཞིག་བསྐྱོས་ཤིང་། ཐ་ན་ཁོའི་སྒྲར་མོ་སྒྱུད་དེ་
ཨན་ཀྱ་ལར་ཉེ་འད་བས་སྒྲ་སྒྲ་བསང་ཁང་ཞིག་ཉེ་སྒྱུའི་འཆར་གཞིའང་....
བཀོད་ཐིན་པ་རེད། ཡ་མཁའ་དེ་ཉུང་རུ་ཁང་བདག་ལ་ཁྱི་གཏུགས་བྱས་
ཡོད་མེད་ནི་བདག་ལ་གསལ་ཁ་མི་འདུག

བདག་གི་ཨ་ཆེ་ཆེ་བ་དེ་རུས་ཡོ་ཉེར་བརྒྱད་དང་རྒྱུད་བ་ནི་ཉེར་.....
རུག་ལ་རེག་ཀྱང་ད་རུང་གཉེན་ཉེན་འཛིན་མཁན་མ་ཐུང་བས།
ཆར་མ་ཐབས་རྒྱགས་པོ་ཐུང་།

ཉིན་ཞིག་ཨ་ཆེ་རྒྱུད་བ་ལ་གཉེན་སྒྲོང་མཁན་ཞིག་ཐུང་། དེ་ནི་
ལས་གཡོག་པ་ཞིག་རེད། སྒྲར་མོ་མེད་ཀྱང་གཤམས་སྐད་ཆེ་བ་འདྲ།
ཉིན་ཞིག་གི་དགོང་མོར། ང་ཆོས་ཁོ་ལ་ཁྱ་པོ་ཡུལ་ཡིའི་འཕྲིན་དེ་
བསྐྱོན་པས། ན་གཞིན་དེས་ད་གཞོད་ཐེ་ཆོས་མེད་པར་སེམས་ཐག་
བཅད་པར་གདོན་མི་བ།

བྱིས་ཆར་གིས་འབྲལ་མ་ཉིད་རུ་ཡོད་མཐུན་ཐུང་བའི་བརྟ་ལན་.....
སྒྲ་ཅིང་གཉེན་སྒྲོན་བྱས་ཐེས། བྱིས་གང་པོ་ཀྱི་སེ་སྒྲིང་སྟན་རུ་སྒྲ་

འཆམ་བྱེད་པར་འགྲོ་བའི་ཐག་བཅད་པ་རེད།

གྲེ་མེ་སྒྲིང་སྐྱབ་ནི་འགྱུར་བ་དཔག་པ་ན་མས་སྒྲོ་འཆམ་བྱེད་པའི་...
གནས་ཡིད་རྒྱ་འོང་བ་ཞིག་རེད། ས་ཐག་རིང་པོ་མིན། སྐྱགས་སྒྲེལ་
ཟུ་གཟིངས་ལ་བརྟེན་ནས་ཕ་གིར་སྒྲིབ་ཆོ། མྱི་རྒྱལ་གྱི་མངའ་ཁོངས་
ཤིག་ཏུ་སྒྲིབས་པ་ཡིན་ལ། སྒྲིང་སྐྱབ་དེ་ནི་དབྱིན་རིའི་ཁོངས་གཏོར་
ཡིན་ནོ། ། སྐྱ་རན་སིའི་མི་རྒྱ་ཆོད་གཉིས་ཙམ་ལ་ཟུ་སྒྲིང་བྱས་ཆོ་བྱིས་
མཆོས་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་སྒྲིབས་ཤིང་། དེ་གའི་མི་རིགས་ལ་ལྟ་ཆོག་ལ་ལུ་ལེ་
ཉེན་རྒྱལ་དར་གྱིས་ཡོངས་སུ་ཁྲིབས་པའི་སྒྲིང་སྐྱབ་དེའི་ཡུལ་སྒོལ་གོམས་
འདྲིས་ལ་བརྟེན་དཔུང་བཅད་ཆོག་པ་ཡིན། སྐད་ཆ་གསོང་བོར་
སྐྱ་བའི་མི་ཆོས་བཤད་ཚུལ་ལྟར་ན། མི་རིགས་དེ་འདྲ་བ་ནི་ཡིད་སྒྲོ་ཞིང་
སྒྲིང་རྒྱུད་རིགས་པ་ཞིག་ཡིན་ཟེར།

ཐངས་འདིར་གྲེ་མེ་སྒྲིང་སྐྱབ་རྒྱ་ཁྲོངས་རྒྱ་བྱེད་པ་ནི་ང་ཆོས་ཉིན་...
མཆོན་ཀླུ་རྒྱ་རེ་ཞིང་འདྲོད་པའི་དོན་ཉག་ཅིག་ཡིན།

ང་ཆོ་གཞི་ནས་ལམ་ལ་ཆས་སོང་། ཐངས་དེའི་མཐོང་ཆོས་དེ་
དག་ནི་ཁ་སང་བྱུང་བ་དང་འདྲ་བར་ད་རྒྱང་ངའི་མིག་ལམ་རྒྱ་རྟེན་རེ་
གསལ་འདུག ཀྱི་ལང་སྒེར་མཆོ་ཁའི་ཟུ་གཟིངས་ལ་མེ་གསོས་རྒྱེས། ཨ་
པས་ཐེལ་ཐེལ་ཐིང་ཐིང་གིས་ང་ཆོའི་རྟོག་ཁྲིས་གསུམ་པོ་རེ་རེ་ཟུ་ཐོག་ཏུ་
འཛོག་པར་ལྟ་རྟོག་བྱས། ཨ་མས་གཟབ་གཟབ་བྱིས་ད་རྒྱང་འགྲོ་
གནས་མ་ཉེད་པའི་ཨ་ཆེའི་ལག་པའི་ཟུ་ཁྲག་ལ་འཇུས་ཏེ་འགྲོ། ལུ་མ་
གཉེན་སྒྲིག་བྱས་རྒྱེས་ཁོ་མོ་ནི་བྱ་ཆད་གཅིག་ལས་མཐའ་མར་གཅིག་.....

ལུང་ལུང་པའི་བྱ་ལྷན་ཅིག་དང་འདྲ་བར་ཅི་བྱ་གཏོལ་མེད་པར་སྐྱར་.....
འདུག ང་ཚོའི་རྒྱུ་ལྷན་གསར་དུ་བསྐྱེད་པའི་ཁྱོད་ཀྱི་དེ་གཉིས་ཡོད་
ལ། དེ་གཉིས་ནི་ཡང་ཡང་རྒྱུ་ལུང་པས། ངས་རང་དབང་མེད་
པར་ཁ་ཐྱིར་འཁོར་ནས་ལྷ་དཔོན་པ་ཞིག་བྱང་།

མཚོ་གྲུ་ཐོན་བར་བཏང་བྱང་། ང་ཚོ་ཚང་མ་གྱུ་ཐོན་ཏུ་བྱང་
རྒྱུ་གཟིངས་མཐུན་ཏུ་བསྐྱོད་དེ་རིམ་བཞིན་ཁད་རེ་རིང་རེ་རིང་དུ་
སོང་ནས་བདེ་ཞིང་སྒྲིམས་པ་ཐོན་པོ་གཡུ་ལས་བྱས་པའི་ཅིག་ཅེའི་རོས་
དང་འདྲ་བའི་རྒྱ་མཚོའི་སྒོང་ལ་ཞུགས། ང་ཚོ་སྒྲོངས་རྒྱ་བྱས་མ་
རྒྱུང་བའི་མི་རྣམས་དང་འདྲ་བར་མཚོ་འབྲས་མཐོང་ལམ་ནས་མ་ཡལ་
བར་དུ་ལྷ་བཞིན་སེམས་ལ་དགའ་བདེས་བྱུང་ཅིང་སྒྲོབས་པ་རབ་དུ་.....
ཁེངས་སོང་།

ཨ་པས་གསུངས་པ་བརྒྱུད་ནས་འགྲེང་འདུག ཁོའི་འཕྱར་ལུ་
ཆེན་པོའི་སྒྲོང་གི་ནག་ཤོན་ཡོད་ཆད་བྱིས་མིས་ཉིན་དེའི་ཞགས་པར་.....
གཙང་མར་བཀུས་ཐོན་པས། ཁོའི་ཉེ་འཁོར་དུ་བྱི་རོལ་ལ་འགྲོ་དུས་
ཡོད་མེད་པའི་རྩི་རྒྱུ་གྱི་རྩི་མས་བྱུང་འདུག ངས་རྩི་མ་དེ་མཐུན་ཐེངས་
རེ་ལ་གཟུང་ཉི་མ་ཡིན་པར་ཤེས་བྱུང་།

ཨ་པས་སྒྲོ་བྱར་དུ་མི་དྲག་གཉིས་ཀྱིས་གཡེར་བག་ལྷན་པའི་ལྷ་.....
རྒྱུ་གཉིས་ལ་ཉ་སོག་གི་ཞལ་གསོལ་འབུལ་བ་དང་། རས་གོས་རྩལ་
རྩལ་གྱི་པའི་རྒྱ་བ་རྒྱན་པོ་ཞིག་གིས་གྱི་རྒྱུང་བཟུང་ནས་ཉ་སོག་གི་ཁོག་
པ་གཤགས་ཉི་མི་དྲག་དེ་གཉིས་ལ་སྐུལ་བ་དང་། དེ་གཉིས་ཀྱིས་ལྷ་