

ལྷན་ཁྲུང་འདམས་བསྐྱེད་ལྷན་

ལྷན་ཁྲུང་གིས་བཟུང་བ་

ཀན་སུའུ་མི་རིགས་དབེ་སྐྱོན་ཁང་

ཐུང་ཐུང་འདམས་བསྐྱེགས།

ལྷན་ཁྲུབ་ཀྱིས་བསྐྱར་བ།

ཆེ་ཞིན་ཐེ་ཡིས་དཔེ་དྲུབ་ཀྱི་མངའ་ཆ་བཞོད།

ཀན་སུ་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱན་ཁང་ནས་དཔར་དུ་བསྐྱུན།

ཀན་སུ་ཞིང་ཆེན་ཞིན་ཏུ་དཔེ་ཁང་གིས་བཟུམ།

ལན་ཀོ་ཞིན་ཏུ་དཔར་ཁང་གིས་དཔར་དུ་བཏབ།

1981ལོའི་ཟླ་བ་ 8 ལས་ཐོག་མས་བཏོན་པ།

1981ལོའི་ཟླ་བ་ 8 ལས་ཐོག་མས་དང་པོ་བཏབ་པ།

དཔེ་ཏགས་: M8126.36 དྲིལ་བུ་ཐོག་ 0.35

དགའ་དབྱེ་འཇུག་བྲལ།

བཙོ་གྲ་རུ་འཕྲུལ་ཆས་ཅན་དུ་བསྐྱར་བའི་ལས་འགུལ་གྱི་
འགོ་ཚུགས། དེ་ནས་བཟུང་ང་བཞོད་འདོམས་ཁང་དུ་འཁོར་ལོ་
ཁང་ས་སའི་འཕྲུལ་ཆས་ཅན་དུ་བསྐྱར་བའི་མགྱོགས་ཆད་སྒྲིམ་ལོ་
ཅིས་ལེན་རྒྱུ་ལས་འགན་དེ་ཆེད་དུ་འཁྲུངས་པར་འགྲོ་དགོས་བྱུང་།
ངའི་དགེ་ལྡན་ལའོ་རྒྱན་གྱི་ཞི་སྐབས་དེར་ལས་ཞོར་ལས་སྒྲན་བཙོ་
གྲའི་ལས་སྒྲ་ཡིན། ལས་གསེང་གི་དུས་སུ་བདེ་སྐྱབ་བཙོ་བ་
ནམས་ཁྱིད་དེ་ལེགས་སུ་བཅོས་ཟིན་པའི་འཕྲུལ་འཁོར་གྱི་ལྷ་ལག་
ས་ས་རྒྱུང་བཞེན་ཡོད། ཉིན་དེར་དགེ་ལྡན་གྱིས་སྒྲས་པ “ཞོ་
ལི་ཅི། བཙོ་གྲ་ཡོངས་གྱི་ལག་ལས་ཡོད་ཆད་ང་ཚོས་འགན་དུ་
བླངས་ཡོད། འཕྲུལ་ཆས་ཅན་དུ་བསྐྱར་མ་བྱུང་པར་དུ་ང་ཚོས་
དམག་འཁྲུག་བརྒྱབ་པ་ལྷ་བྱའི་ལས་ཀྱི་འདིར་མཆམས་འཛོག་མི་
འོས་དེ། ལག་ལས་གྱི་སྒྲོར་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པར་འབྱུང་
དགོས་པས། ཁྱིད་གྱིས་སྒྲིམ་ཅིས་ལེན་སྐབས་སུ་བཟུང་བ་ལུས་
པ་འདྲ་ཡོད་པ་མཐོང་ན་དེ་ལྟར་རྒྱན་དུ་ང་ལ་དན་རེ་གས་རྒྱ་མ་
བཟུང། ” ཅེས་བཤད་དེ་སོང་།

བཟོ་གྲའི་འཕུལ་ཆས་ཅན་དུ་བསྐྱར་བའི་ལས་འགུལ་ནི་……
 དཔེ་ཐངས་ན་དགུན་གྱི་སྤང་རི་ལ་མེ་བཏང་བ་ལྟར་ཡིན་ལ་སྤར་……
 མ་ཐག་དུ་འུར་འུར་གྱིས་འབར་བུང་། བཞོད་འདོམས་ཁང་
 གི་སྒྲ་ཁར་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་འཕྲིན་བཟང་ལྷ་བར་ཡང་བ་རྣམས་
 གྱི་ར་སྤྱག་སྒྲ་གས་གྱི་སྒྲ་མཆམས་ཆད་མ་ཐག་དུ། ཡང་བཀྲ་
 ཤིས་བདེ་ལེགས་གྱི་གཏམ་སྟན་ལྷ་བར་ཐེབས་པ་རྣམས་གྱི་ཤོག་……
 ཐག་གི་གད་སྒྲ་འཐབ་བུང་བས། ཅིས་ལེན་པ་ང་ལ་མཆོན་ན།
 ཁོམ་པ་ནི་སྤང་ཅིག་ཅམ་ཡང་མེད་དེ། བཟོ་གྲ་ཡངས་གྱི་
 འཕུལ་འཁོར་ལ་བརྟེན་ནས་ཐོན་སྐྱེད་བྱས་པའི་ཆད་ནི་བརྒྱ་ཆ་……
 བདུན་ཅུར་སྤོབས་འདུག་པ་དེ་སྟན་ཐོའི་རེའུ་མིག་དུ་བཞོད་ནས་……
 རྒྱ་ཆོད་གཅིག་མི་འགོར་བར་ཡང་འགྱུར་འགྲོ་བས། རེའུ་མིག་
 ཀྱང་དེ་ལྟར་བསྐྱར་དུ་མི་འཕྲི་ཁ་མེད་བུང་། རྒྱ་མཆན་དེ་
 དག་གི་དབང་གིས་དགེ་ཀན་ལ་དན་གསེ་རྒྱ་དེ་གཏོང་ནས་བརྗོད་……
 དེ་ཤུལ་ཅམ་ཡང་མེད། ཉིན་ཞིག་ལ། ངའི་དགེ་ཀན་
 ཏི——ཉིན་མཆན་མེད་པར་ལས་རིམ་གཞན་རྣམས་འཕུས་ཆས་……
 ཅན་དུ་བསྐྱར་བར་མ་ཁོམ་པར་ཡོད་པའི་བདེ་སྤང་བཟོ་བ་དེས་……
 རང་ཉིད་ནི་འཕུལ་ཆས་ཅན་དུ་བསྐྱར་མེད་དེ——ཁོའི་ལག་གི་……
 ལྷགས་གྱི་ཐོ་བ་ཆེན་པོ་དེ་དུང་འདྲོར་བྱབ་མེད་པ་ངས་མཐོང་……

བས་སེམས་གཏིང་ནས་དགོད་སྒྲོ་བ་ཞིག་བྱུག་བྱང་། ངའི་
 སེམས་ལ་ང་ཚའི་ཏང་ཨུ་ཏུའ་ཅིའང་འདི་དང་འདྲ་བར། ཉི་
 ཆར་ཁོང་རང་གི་སྒྲ་རིང་ནས་ལྷང་ལོ་ཅན་དུ་གྱུར་འདུག་པ་ཡང་།
 བཞག་ནས། གྲོ་མཐུན་གཞན་ནམས་ལ་སྒྲ་མི་བཞར་བའམ་ཁ་
 སྒྱུའང་མི་བཞར་བར་ར་མ་རྒྱ་མའི་སྒྲ་ར་ནང་བཞིན་ཞེས་ཁ་ཏ་་་
 བྱེད་ཀྱིན་ཡོད། ང་ཚའི་བཙོ་གྲུའི་ནང་དུ་འདི་ལྟ་བུའི་གད་
 མ་སྒྲིང་བའི་གཏམ་རྒྱུད་ནི་ཏ་ཅང་མང་བ་ཡོད་སྟུམ་བཞིན་པའི་་་
 སྐབས་ལ། བྱི་རོལ་ནས་རྩ་སྒྲག་སྐགས་ཀྱི་སྒྲ་གྲགས་བྱང་།
 ངས་རྩ་རྩང་སྒྲངས་ལ་ཉན་ན་རྩང་སྒྲངས་གཞན་དང་མི་འདྲ་བར།
 གྲོ་མཐོ་ལ་དྲངས་ཤས་ཆེ་བ། མི་ནམས་ཀྱིས་ཐོས་པ་ཅམ་ལ་
 ཉིང་འཕྱོ་བར་བྱེད་པའི་བཅན་དག་ཆེ་བས། དེ་ནི་ངའི་དགེ་
 གན་འཕྲིན་བཟང་ཞུ་བར་ཐེབས་བྱང་བ་ཤེས་ཏེ། ངའི་སེམས་
 ལ་ད་ཐེངས་སྐབས་འདི་དང་བསྐྱུན་ནས་དགེ་གན་ལ་བྲན་ཞིག་་་་
 གསེ་དགོས་བསམས།

ཏུའ་ཅི་དང་གྲོ་མཐུན་གཞན་ནམས་སྒྲར་ནས་ར་བའི་་་་་
 དཀྱིལ་དུ་ལངས་ཏེ་འདུག རྩ་སྒྲ་མཆམས་ཆད་མ་ཐག་ངའི་དགེ་
 གན་མི་ཚོགས་ཀྱི་ནང་ནས་བྱིར་ཐོན་ཏེ་འཕྲིན་བཟང་གི་སྟན་སང་་
 གསེལ་བཞིན་ཡོད། ཁོའི་ལོ་ཚད་ནི་ལྷ་བཙུ་ཡན་ཚད་ལ་སྒྲིབས་

ཡིད་མིན་ཀྱང་། ལུས་ནི་ཉ་ཅང་བདེ་ཞིང་ཐང་བ། སྐད་ཆ་
 བཤད་ན་ཐུ་གྲིང་ལས་ཀྱང་སྐྱ་མཐོ་བ་ཞིག་ཡིན། ཁོའི་སྟན་སེང་
 གསལ་ཚུལ་ནི་ཐུན་མཛང་མ་ཡིན་པ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། ཁོས་འཕྲིན་
 བཟང་གི་ཁ་བྱང་ལྟར་བཟུགས་པ་མ་ཡིན་པར། སྐད་སྐྱོམ་པོ་
 ར་བོ་ཆེའི་སྐྱ་ལྗོངས་ལྟུང་། “ཀྱུ། འུ་ཅི་ལགས། ཁྱོད་
 ཀྱིས་ཉོན་དང་། ” ཞེས་འཁོད་བཞིན་ཕྱག་རྒྱ་དང་བཅས་ཏེ་
 འོན་ཀྱངས་རེ་རེ་བཞིན་བརྗོད། འཕྲིན་བཟང་མི་ཆང་མ་མི་
 སེམས་སྐྱོ་བར་བྱེད་པའི་བྱ་བའམ་དོན་དག་ཡིན། གལ་ཏེ་
 གསར་བཏོད་དམ་ཡང་ན་གསར་སྐྱུན་བྱས་པའི་སྐྱར་ཞིག་མིན་ན་
 ཐོན་སྐྱེད་གོང་དུ་འཕེལ་བ་སྟགས་བྱ་གིས་པའི་དོན་ཞིག་ཡིན་ལ།
 དེ་ནམས་ཁོའི་ཁ་ནས་ཐོན་པ་ན། བམ་ཡིན་རུང་ཉན་མཁན་
 ནམས་ལ་མཆི་མ་འཆར་དུ་འཇུག་པར་ངེས། ཁེ་ཉིན་གྱི་སྐྱོམ་
 འཇུག་འཕུལ་ཆས་རང་འགྲུལ་མ་གསར་དུ་བསྐྱུན་པའི་འགྲུབ་……
 སྟན་ལ་དཔེར་བླངས་ན། འཕྲིན་བཟང་ལྷ་མཁན་ངའི་དགེ་ཆན་
 ཡིན། བཤད་ཀྱིན་བཤད་ཀྱིན་དགེ་ཆན་ཉན་ཟེར་བ་དེའི་བཅིངས་
 འགྲོལ་སྐྱོན་གྱི་གནས་ཚུལ་བཤད་བྱུང་བས་ཁོ་རང་གི་སྐད་གྱི་……
 གདངས་སྐྱོན་དུ་འགྱུར་བ་དང་ཉན་མཁན་ནམས་ཀྱི་མིག་མཐའ་……
 ལའང་མཆི་མ་རང་དབང་མེད་པར་འཁོར་བྱུང་།

ལྷ་ས་པ། དེའི་སྐབས་ང་ཚོའི་ཚས་བྱེད་བཟོ་གྲུ་འི་ཚས་མ་
 རྣམས་ཀྱིས་ལྷགས་མདོང་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་ནང་དུ་ལས་ཀ་བྱེད་.....
 དགོས། ལྷགས་མདོང་གི་མཐོ་དམན་ན་ཟུ་ཙི་ཉི་ཤུ་ཅམ་ཡོད་
 པ་དང་སྤྱི་མ་ཞེང་ན་ཟུ་ཙི་བཅུ་ལྷག་ཅམ་ཡོད། དཔེ་སྤངས་ན་
 རོ་བྱེའི་དམ་བྱི་ཞིག་ལྷ་ས་སྤྱི་མ་ཟུག་ཁ་གས་ཀྱིས་ཇེ་ཆེར་བཏང་.....
 བ་ལྷ་བྱ་ཞིག་ཡིན་ལ། ཚས་མ་རྣམས་ལྷགས་མདོང་གི་མཐོ་ལ་
 ཏུ་བབས་ནས་སྒྲུ་མ་རས་སྐགས་འཇུག་དགོས། ལྷགས་མདོང་
 ནང་དུ་དབུགས་འཆངས་ཤིང་ཆད་པ་ཆེ་བས། དགུན་ཟླ་ར་
 བའི་ནང་དུ་འང་དབུང་ཇེ་ན་དུ་ལས་ཀ་བྱས་ཀྱང་ད་དུང་རུལ་ཆུ་.....
 ཆར་བཞིན་འབབ། བཅིངས་འགྲོལ་སྤོན་ལ་དགེ་ཆན་ཉན་དང་
 མིང་ལ་སན་རྟ་ཟེར་བའི་བཟོ་སྐྱེགས་ཤིག་ཡོད་པ་ཁོ་གཉིས་.....
 ལྷགས་མདོང་ནང་ལ་རས་འཇུག་དུ་སོང་། དེ་ནི་དབྱར་གྱི་
 མཆན་མོ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། སྐབས་དེར་མ་རྩ་ཅན་གྱིས་གོ་མིན་ཏང་
 གི་དམག་ལ་བཟོ་བྱེད་ཀྱི་རས་ལ་ཚས་བཟུག་པའི་ཆེད་དུ་ཚས་མ་
 རྣམས་ཀྱི་ལས་ལྷན་བཅན་གྱིས་ཇེ་རིང་དུ་བཏང་། ཉིན་དེར་
 ཆད་པ་ཤིན་དུ་ཆེ་བས་ལྷགས་མདོང་ནས་དབུགས་ཀྱང་ལོན་.....
 དཀའ་བ་འདུག་མོད་ཀྱང་། ཁོ་ཚས་བཀེས་སྒྲུ་མ་གྱི་སྤྱུག་
 བསྐལ་སྤྱིང་བཞིན་ཆུ་ཆོད་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་རིང་ལ་ལས་ཀ་བྱེད་.....

དགོས་ཕུང་། ཚེས་བརྒྱུ་ཐེངས་གཅིག་གི་རས་ཚང་མ་ལྷགས་
 མདོང་ནང་དུ་བཅུག་ཚར་ཇེས། དགེ་ལྷན་ཉན་ལྷགས་མདོང་
 བང་ནས་ཕྱིར་ཐོན་ཏེ་རྩ་དགྱིལ་དུ་དབུགས་ངལ་གསོ་བར་སོང་།
 དེའི་ཤུལ་དུ་སན་རྟ་ཞེས་པའི་བཙོ་བ་དེ་ལྷགས་མདོང་ནང་དུ་.....
 དབུགས་འཐིབས་ཏེ་བྲན་མེད་དུ་བརྒྱལ། ལས་དཔོན་དེར་ཡང་
 བས་ལྷགས་མདོང་ནང་དུ་མི་ཡོད་མེད་ལ་གསལ་པོར་མི་བཟླ་.....
 བར་“ཉི་མ་འཁྱོལ་ཐབས་བྱེད་པའི་སྦྱིད་ལྷག་པ་འདི་དག་ལ”ཞེས་
 སྤྲེལ་མོ་བྱེད་བཞིན་ལྷགས་མདོང་གི་ལྷགས་ཀྱི་ཁ་ཁེབས་ཆེན་པོ་
 དེ་ཚོགས་སེ་བརྒྱབ་པ་དང་མཉམ་དུ་དབུགས་སྒོ་བྱེ་སྟེ་བུལ་ཆུ་.....
 བཏང་ནས་སོང་། ཇེས་སོར་དགེ་ལྷན་ཉན་ཕྱིར་ཡོང་བ་ན་སན་
 རྟ་ནི་རིག་ས་མཐོང་ཡུལ་གང་དུ་འང་མེད་པས། ལྷགས་མདོང་
 གི་ཁ་བྱེ་སྟེ་བཟླས་ཅ་ན། བུལ་ཆུའི་ཁ་ན་རུས་ཕུང་ཞིག་སྦྱ་
 སྐབ་སྐབ་འཕྱོ་བཞིན་འདུག་པ་མིག་ལམ་དུ་གསལ་ལེར་ཤར།
 དེ་ལྟར་བཙོ་བ་ཞིག་གསོན་པོར་བུལ་ཆུར་བཙོས་ཏེ་བསད་མོད།
 འོན་ཀྱང་ངན་རྒྱ་ཚང་པའི་མ་རྩ་ཅན་གྱིས་འཕུང་གཞི་འཕུད་.....
 མཁན་དགེ་ལྷན་ཉན་ཡིན་ཞེས་བཅན་གྱིས་མི་ནག་མེད་ལ་ནག་.....
 དང་རྩི་བྱར་མེད་ལ་བྱར་ཞེས་པའི་དཔེ་བཞིན་བཙོན་དུ་བཅུག
 ཇེས་སོར་བཙོངས་འཁྱོལ་བཏང་བས་གཞི་ནས་ཕྱིར་བཙོ་གྲུར་.....

ཡིང་ཐུབ་པའི་བསྐལ་བ་ལྟན།

མི་རྣམས་ཀྱིས་མཆི་མ་དབང་མེད་དུ་འཆར་བའི་གཏམ་་་་
རྒྱུད་འདི་ནི་དགེ་ཆན་ཉན་གྱིས་ངའི་དགེ་ཆན་ལ་བཤད་པ་ཡིན་་་་
སྐད་ཟེར། གཏམ་རྒྱུད་འདི་ཐོས་པའི་རྗེས་སུ། ངའི་དགེ་
ཆན་གྱིས་ཉིན་མཆན་བཞིའི་རིང་ལ་གཉིད་ཡུད་ཅམ་ཡང་མ་བྱས་་
པར་དགེ་ཆན་ཉན་དང་མཉམ་དུ་སྒྲིམ་འཇུག་འཕྲུལ་ཆས་རང་་་་
འགྲུལ་མ་ཞིག་གསར་དུ་བསྐྱལ་རྒྱུར་ཞིབ་དཔྱད་བྱས་ཏེ་མཐའ་་་་
མར་བསམ་དོན་ལགས་པར་འགྲུབ། འཕྲུལ་ཆས་དེར་མཆོན་
ན་མི་རྣམས་ལྷགས་མདོང་ནང་ལ་སྒྲམ་རས་སྒྲགས་འཇུག་དུ་་་་་་
འགྲོ་མི་དགོས་པར་འགྲམ་དུ་བསྐྱད་ནས་སྒྲིག་གི་ཁ་ལོ་བྱས་ཆོག་
པ་ཞིག་རེད།

དེ་ནས་ངའི་དགེ་ཆན་གྱིས་བརྒྱུད་རིམ་དེ་བཤད་ཆར་རྗེས་་
རུ་ཅི་ལ་“དེང་སྐབས་སན་རྟོ་ད་དུང་མི་ཡུལ་དུ་འཆམ་པོར་་་་་
ཡོད་ན། སྒྲིམ་འཇུག་འཕྲུལ་ཆས་རང་འགྲུལ་མ་འདི་ཁོ་ལ་ཁ་
ལོ་བྱེད་དུ་བརྟུག་ན་ཅི་མ་ལགས་”ཞེས་བཤད་བཞིན། རང་
ཉིད་ལྷ་ངན་གྱིས་གདུངས་ནས་མཆི་མ་ཤར་གྱིན་ཐོན།

ད་ལྟ་ཡང་ངའི་དགེ་ཆན་བྲག་གིས་པའི་འཕྲིན་བཟང་ལྟ་་
བར་ལེབས་འདུག་མོད་ཀྱང་། ཐེངས་འདིར་ལྟ་རྒྱ་ནི་རིགས་བྱེ་

བྱག་པ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་སྤྱི་ཁྱབ་ལ་ནམ་པར་རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་ཁ་
 མོ་བ་པའི་འཕྲིན་བཟང་ཡིན་ཏེ། ར་མཆམས་བཞག་མ་ཐག་དུ་
 ཁོས་སྒྲ་མ་སྒྲར་ལུགས་ལྟར་“དུའུ་ཅི་ལགས། ཁྱོད་ཀྱིས་ཉིན་
 དང་། ” ཞེས་ཟེར་བཞིན་ལས་ཞོར་ལས་སྒྲན་བཟོ་གྲུའི་ལས་སྒྲའི་
 མོ་བ་ཐང་ལྟར་ཡོངས་སུ་བསྒྲགས་པ། ཏ་ལམ་ཟླ་བ་གཅིག་གི་
 རིང་ལ་འབད་བཅོན་བྱས་པར་བརྟེན་ནས། དེང་སྐབས་བྱི་དོར་
 པའི་ལག་གི་བྱགས་མ་དང་གཡོས་སྒྲོར་པའི་ལག་གི་ཆོད་གཉིས་
 ཀ་འདོར་མ་ཐུབ་པ་མ་གཏོགས་པའི་བཟོ་གྲུ་ཡོངས་ཀྱི་ལག་.....
 ལས་ཐོན་སྐྱེད་ལལ་ཆེ་བ་འཕུལ་ཆས་ཅན་དུ་བསྐྱར་ཆར། ད་
 འདི་ནས་ཉིན་གཉིས་ཀྱི་ནང་ལ་དེ་གཉིས་ཀྱང་“བསྐྱར་”ཐུབ་པའི་
 ཁག་ཐིག་བྱས་ཆོག་ཟེར། དེར་དུའུ་ཅིས་སྒྲར་བཞིན་བཟང་
 རབས་དང་དགའ་རབས་ཀྱི་སྐུལ་མ་འགའ་ཞིག་བཏང་བའི་.....
 མཐར། “ལའོ་རྩུན་ཐུ། ངས་ཁྱོད་ལ་བསམ་འཆར་ཅུང་ཅམ་
 བཤད་ན། ཁྱོད་ཀྱིས་གཞན་པ་ཁོ་ན་བསྐྱར་བ་ལས་རང་གི་
 ལག་དུ་ཐོགས་པའི་ལྷགས་ཀྱི་ཐོ་ཀན་དེ་ད་དུང་འདོར་ཐུབ་.....
 མེད། ” ཅེས་ཟེར།

ངའི་དགེ་ཀན་གྱིས་དེ་ཐོས་མ་ཐག་དུ་གདོང་ལ་མཆལ་.....
 བྱགས་པ་ལྟར་དམར་པོར་གྱུར་ཏེ་ཁུ་ཆུར་གྱིས་མགོ་ལ་བརྟེན་ས་

ཤིང་ཁ་ནས་“ཨ་ཏྲ”ཟེར་བཞིན་ཅི་ཡང་མི་སྒྲིབ་པར་བྱས་མ་.....
 བརྒྱལ་ས་ཀྱིས་སང་། རྒྱུ་ཅི་དང་དེར་ཚོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་
 དེ་མཐོང་ནས་ཏྲ་ཏྲའི་གད་མོ་ཆེས་ཆེར་བགད། དེ་ནས་རྒྱུ་
 ཅི་ཚུར་འོང་སྟེ་“ཁྱོད་ཀྱིས་ཤོད་དང་། ཁྱོད་ཀྱི་དགོ་ཆ་ན་གྱི་
 ཁོ་རང་གི་ལག་ཏུ་བཟུང་བའི་ལྷགས་ཀྱི་ཐོ་བ་དེའང་བསྐྱར་
 དགོས་པ་ཡིད་ལ་མི་འཆར་བ་ཅིའི་ཕྱིར། ” ཞེས་དྲིས་པར།
 ངས་བསམ་སྒྲིལ་གྱི་པདྨ་སྟེ་“ངའི་དགོ་ཆ་ན་ལ་ཏྲ་ལམ་འདྲོར་.....
 འདྲོད་མེད་པ་འདྲ། ” ཞེས་ལན་བརྒྱག

ངའི་དགོ་ཆ་ན་གྱི་ལྷགས་ཀྱི་ཐོ་བ་དེའི་ལོ་རབས་སྤང་ན་.....
 དེ་ལ་འབྲུང་ཁྲུངས་ཤིག་བཤད་རྒྱུ་ཡོད། ལྷགས་ཀྱི་ཐོ་བ་དེའི་
 ལུ་བ་ནི་ཚོས་སེར་ཤིང་ལ་བཟོས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ངས་ཤེས་ཀྱི།
 ལོ་ཅི་ཙམ་གྱི་རིང་ལ་བཞོལ་བ་དང་ཐོ་མགོ་ཅི་ཙམ་བརྒྱུས་པ་.....
 ངས་ཀྱང་མ་ཤེས། ངས་ཤེས་པ་ནི་ལུ་ལྷ་དུད་པས་བདུགས་པ་
 དང་སྐྱུ་མ་གྱིས་ཐོས་པའམ་རྒྱལ་ཆུ་འཕྲུལ་ས་པ་སྟགས་ཀྱི་དབང་.....
 གིས་མདོག་ནི་སྐྱག་ཆ་བུགས་པ་དང་མཚུངས་ཤིང་འོད་འཆར་.....
 ཏེ་ཤེལ་གྱི་དབུ་གུ་ཞིག་དང་འདྲ། མར་སྒྲེའི་ལག་པ་འཇུ་སའི་
 མཚམས་ན་མཚུབ་མའི་ཤུལ་ག་ཟབ་མོ་གསུམ་བཏོད་ཡོད།
 མདྲོར་ལ་དེ་ནི་ངའི་དགོ་ཆ་ན་གྱི་རིན་པོ་ཆེ་ཡིན་པས། རང་ལ་

ཞོག་གཞན་ལ་རེག་པ་ཅམ་ཡང་བྱེད་དུ་མི་འཇུག

དགུ་ནིང་ལྟར་བརྗེ་གྲ་འདིར་འངས་ཏེ་ཁོའི་དགེ་སྤྱུག་.....
བྱས་པ་ནས་བཟུང་མགར་བྱེད་ཚུལ་བསྐབས་ནས་རྒྱན་དུ་ལྷགས་...
ཀྱི་ཐོ་བ་དང་སྦྱིད་སྤྱུག་མཉམ་སྦྱང་བྱེད་དགོས་བྱུང་། དང་
ཐོག་ངའི་སེམས་ལ་ཉི་མ་ནམ་ཤར་ལ་ལྷགས་ཀྱི་ཐོ་བ་བཟུང་ནས་
ཐག་གེ་ཐག་གེར་མགར་བྱེད་པ་ལ་མདུན་ལམ་ཡོད་མི་སྲིད་.....
སྐྱམས་ནས་ལས་ཀ་དེ་བྱེད་འདོད་མེད། དེའི་ཕྱིར་ལས་ཀར་
སྦྱིད་ལྷག་བྱས་པར་མ་ཟད་སེམས་ཀྱང་བརྟན་པོ་མིན། ཐེངས་
གཅིག་ལ་ཐོ་ཁ་ཤོར་ནས་ཞེན་ཅམ་མ་གཏོགས་ཐོ་ཡུ་དུམ་བྱར་...
བཅག དེའི་ཕྱིར་དགེ་ཀན་ཁྲོས་ཏེ་ལས་ཉིས་ལ་བཀའ་བཀྱོན་
ནན་མོ་གནང་། ཉིན་དེའི་མཆན་མར་ངེད་དགེ་སྤྱུག་གཉིས་
མེ་རྒྱུད་ཤི་མ་གསོན་གྱི་མགར་ཐབ་མཐར་ལྷན་དུ་ཡོད་སྐབས།

ཁོས་ཐོ་བ་དེ་ཅེད་ཆས་ལྟར་ཅེ་བཞིན་ཁོ་ཐོག་མར་དགེ་སྤྱུག་...
བྱས་ཚུལ་གྱི་བརྒྱུད་རིམ་བཤད་པ་དེ་ད་དུང་ཡང་ངའི་སེམས་ན་...
བྱ་ལྷལ་ལྷལ་ཡོད།

ངའི་དགེ་ཀན་གྱིས་ཁོ་རང་ལོ་བཅུ་བཞིའི་སྡེང་ནས་བཟུང་
ལྷགས་ཀྱི་ཐོ་བ་དེ་གྲོགས་པོར་བརྟེན། ཁོས་བཤད་ན།
དེ་དུས་ཁོའི་གཟུགས་ན་ཐོ་ཡུའི་རིང་ཐུང་ཅམ་ཡང་མེད་པ་དང་...

དཔུང་བ་ན་མོ་ཡུའི་སྤྱི་མ་ཕྱ་ཅམ་ཡང་མེད་མོད། འོན་ཀྱང་འགྲོ་
 ལམ་གཞན་མ་བརྟེན་པར་ཐབས་ཟད་པས། ཉིན་རེར་འབྲས་
 ཀྱི་ཐྱེ་གྲུ་ཐངས་གཉིས་རེ་བདུངས་ནས་སྤྱག་འཆོ་ཐབས་བྱེད་ཆེད་
 ཡ་མ་གཉིས་ཀྱིས་ཁོ་ལྷགས་མགར་བགྲས་པོ་ཞིག་གི་རྩར་བྲིད་དེ་
 མགར་སྤྱག་བྱེད་དུ་བཅུག་པ་ཡིན་ཟེར། དུས་དེ་ནས་བཟུང་
 མོ་བ་ནི་ཁོའི་གཏན་གྲགས་སུ་གྱུར་པ་དང་ཁང་ཆག་གམ་གྱང་.....
 དུལ་ནི་ཁོའི་གནས་ཆང་དུ་གྱུར་ཅིང་། ཅིག་སྐྱ་རྒྱན་འཆད་
 མེད་པའི་ཤིང་འཁོར་འཁོར་གཅིག་མ་ཞིག་འཁྲར་མ་འདེད་ཀྱིས་
 སྤྱགས་བཞིར་འབྲམ་དགོས་བྱུང་།

ངའི་དགེ་ཆན་གྱི་དགེ་ཆན་ནི་རང་གཤིས་གྱུང་ཞིང་ཁ་.....
 བཅན་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། ངའི་དགེ་ཆན་གྱིས་མགར་བསྐྱབ་པའི་
 འགོ་བཅུགས་པ་ནས་བཟུང་ནམ་རྒྱུན་མོ་དང་འབྲལ་མེད་ཡིན་.....
 ཞིང་། སྤྱད་པ་འཐེན་དགོས་ལ་གཡོས་ཀྱང་སྤྱར་དགོས་པར་མ་
 ཟད། ད་དུང་དགེ་ཆན་གྱི་གྲོན་པ་འཛེམ་པ་ལྷན་པ་བརྒྱག་པ་
 སྤགས་ཀྱི་ལས་བྱེད་དགོས། ཁོའི་མགོ་ན་འབྲབ་བདུང་མུང་
 བ་ལས་བྱུང་བའི་སྤྱང་འབྲར་ནི་རྒྱུན་འཆད་མེད་པ་དང་། མོ་
 བ་ལྗེ་བས་ལག་ངོ་ནས་ཁྲག་ཟག་པའམ། དཔུང་བ་སྤྱང་ནས་
 ལག་པ་ཡར་མི་ཁྱོག་པ་སྤགས་ཀྱི་གནས་རྒྱལ་ནམ་ཡིན་དུང་ཡོད་

།ཀྱང་། དགེ་ཆུན་གྱི་མཐོང་ས་ནས་མཆི་མ་ཐོགས་གཅིག་ཙམ་
 ཡང་འདྲན་མི་ཡོད། མཚམས་འཆམས་ལ་བསམ་མན་རེ་བཤང་
 བ། ང་ནི་མི་རྣམས་ངལ་དྲུབ་ཀྱིས་འཆི་བར་བྱེད་པའི་ཐོ་ཆུན་
 འདི་ལ་བརྟེན་དགོས་དོན་ཅི་ཡིན་སྟུམ་མོད། འོན་ཀྱང་དེ་གཏན་
 ཏུ་དོར་ན་ངའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་ལས་གཞན་གང་ན་ཡོད།

དེ་ནས་མ་འགྱུར་བ་ན་དགེ་ཆུན་གྱི་དགེ་ཆུན་ཆོ་ལས་འདས།
 ངའི་དགེ་ཆུན་ལ་བཞག་པའི་སྐྱུ་རྒྱས་འབའ་ཞིག་ནི་ཐོ་ཆུན་དེ་.....
 ལས་གཞན་ཅི་ཡང་མེད། དགེ་ཆུན་གྱིས་དེ་ནས་བཟུང་ལྷགས་
 ཀྱི་ཐོ་བ་དེ་བཟུང་ནས་ལྷགས་མགར་གཞན་གྱི་སར་ལག་གཡོག་...
 བྱེད་དུ་སོང་། ཁོའི་འབྱུང་འགྱུར་གྱི་རེ་བ་དང་འདུན་མ་ཆང་
 མ་ལྷགས་ཀྱི་ཐོ་བ་དེའི་སྟེང་དུ་བཞག་ཡོད་ལ། ཁོའི་རེ་འདུན་
 ནི་འགྲུབ་དཀའ་བ་ཞིག་ཀྱང་མ་ཡིན་དེ། ཆོ་ལས་འདས་ཟིན་
 པའི་དགེ་ཆུན་ལྟར་ཆོ་གང་པོར་རྟུར་བརྩོན་གྱིས་མགར་བྱས་ཀྱང་
 མཐར་མི་རང་ཁེར་རྒྱུ་དུ་ལྷས་པའམ། འཆི་ཁར་ལག་ལ་ཐོ་བ་
 བཅིངས་ནས་འཆི་དགོས་པ་ཞིག་མ་ཡིན་པར། འཁོར་སའི་བྱིམ་
 ཞིག་ཡོད་པའམ་བྱིམ་དེ་ལ་བྱི་ནོར་ནང་རྒྱས་ཞེས་མེད་ཀྱང་ཁ་.....
 ཟོས་གོན་པ་འཛོམ་པ་ཞིག་ཡིན་ན་རེ་འདུན་འགྲུབ་པ་ཡིན་མོད།
 འོན་ཀྱང་དུས་རབས་དེའི་སྐབས་སུ་དེ་ཙམ་ཡང་དཔེར་བྲངས་ན་

ཉིན་མིར་མི་ལམ་མིས་པ་ནང་བཞིན་སྤང་བ་ཉིད་ཁོ་ནར་གྱུར།
 ཁོས་གཡས་གཡོན་ཀྱན་གྱི་མགར་གཡོག་པ་བྱས་ནས་སྤྲད་གྲམ་་་
 དང་མགར་ཐབ་གྱི་ཅ་ནས་ལོ་སྤྲུལ་ཅུའི་དུས་ཟད་མེད་ཀྱང་།
 མི་རང་ཁེར་རྒྱུ་དུ་ལུས་འདུག་པ་ནི་དེ་དང་དེ་མཚུངས་ཡིན་ལ།
 ཁོའི་འབྲལ་དུ་མེད་པའི་གཏན་གྲོགས་ཀྱང་དགེ་ཆན་གྱི་དགེ་ཆན་་
 གྱིས་བྱལ་དུ་བཞག་པའི་ཐོ་བ་དེ་ལས་གཞན་མེད་ཅིང་། གར་
 སྤེབས་ས་ན་གྱང་ཆག་ལས་གནས་ཆང་མེད་པའི་མི་འབྲམ་ལྡོམ་་་
 པའི་འཆོ་བ་འཆོ་དགོས་བྱུང་། བཅིངས་འགྲོལ་བཏང་བའི་
 རྗེས་ནས་བཟུང་ངའི་དགེ་ཆན་ལ་གཏན་འཇགས་གྱི་ལས་ཀ་ཡོད།
 བཟོ་གྲུ་འདིའི་ནང་དུ་ཡོང་ནས་བདེ་སྤང་བཟོ་བ་བྱེད་པའི་བསྐལ་
 བ་ལྟན། ངའི་དགེ་ཆན་གྱིས་བཞད་ཚུལ་ལྟར་ན་ དུས་དེ་ནས་
 བཟུང་ཐོ་བའི་ཡུ་བ་དམ་པོར་བཟུང་བ་བཞིན་འཆོ་བ་ཟིན་ཅིང་་་
 རེ་འདུན་ཀྱང་ཟིན་པ་ཡིན་ཟེར།

འོན་ཀྱང་མི་ཞིག་གིས་ངལ་རྩལ་བྱས་པ་དེ་ནི། གལ་ཏེ་
 སྤྲོན་ཆད་རང་རང་གི་སྒྲོ་གོས་ཅམ་གྱི་ཆེད་དུ་ཁོ་ན་ཡིན་པའི་་་་་་
 དབང་བྱས་ན། བཅིངས་འགྲོལ་བཏང་བའི་རྗེས་ནས་ངའི་དགེ་
 ཆན་གྱིས་ངལ་རྩལ་ཞེས་ཟེར་བ་དེའི་དོན་སྤྲིང་ནི་དེ་ལས་ཀྱང་ཆེ་་
 བ་དངོས་སུ་ཤེས་ཡོད་དེ། དགེ་ཆན་གྱིས་སྤྲོས་པ། ཐོ་བ་ནི་སྤར་

གྱི་ཐོ་བ་དེ་ཡིན་ཀྱང་། དེང་སང་ཡར་བཀུགས་ན་ཏུ་ཅང་ཡང་
 ཉེ། ལྷང་ལ་མ་ངེས་པའི་སྟོབས་ཤུགས་ཤིག་གིས་རང་ལ་འགྲོག་
 རྒྱལ་གྱི་བཞུགས་པ་དང་འདྲ། ཐོ་བས་བརྟུངས་པ་ལས་ཕྱང་
 བའི་ཉིང་ཉིང་གི་སྒྲ་དང་ཕྱགས་བཞིར་ཡར་བའི་མེ་སྟག་ནི་དུས་...
 རབས་རྟིང་བ་ལ་ཞེ་སྒྲ་བའི་གི་སྒྲ་ལྷིང་བ་དང་ཁོང་ཁྱོད་འབར་...
 བའི་མེ་ལྷེ་མ་ཡིན་པར། དུས་རབས་གསར་བའི་བསྐྱེད་སྐྱེད་
 དེ་དེ་བ་མཆམས་དང་ལྡན་པའི་སྒྲ་ནས་དབྱངས་སུ་གྱུར་བ་ཡིན་...
 ཟེར། ཡང་དགེ་ལྡན་གྱིས་སྒྲས་བ། ང་ནི་ཐོ་བ་འདི་ལ་
 བཅེ་དྲུང་ཆེ། མ་གྱི་བར་དུ་འདི་འཛིན་དགོས་པ་ལ་འགྲོད་པ་
 མེད་ཅིང་འདི་དང་མི་འབྲལ་ཟེར། སྐད་ཆ་འདི་ནི་ངའི་དགེ་
 ལྡན་གྱི་སེམས་ལ་སྒྲན་ཆད་ཀྱི་སྒྲུག་བསྐྱེད་ཆམས་ཤར་ནས་མཆི་མ་
 མ་བཟོད་པར་ཡོད་པའི་དུས་སུ་བཤད་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ནི་ལྟ་སྒྲས་...
 ཀྱང་ཅི་དགོས།

དགེ་ལྡན་ནི་མི་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། ཏུ་ལམ་ཁོའི་ཆེ་
 གང་པོའི་འཆོ་བའི་བརྒྱུད་རིམ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་དེ་ཐོ་བ་དེས་ཟིན་...
 གྲིས་སུ་བཞོད་ཡོད་པ་ཡིན་པས། ཁོ་ཐོ་བ་དེར་དགའ་ཞིང་
 བཅེ་དྲུང་ཁྱད་པར་ཅན་ཡོད་པའང་སྒྲས་ཅི། ངས་བལྟས་ན།
 དགེ་ལྡན་གྱི་སེམས་ལ་རང་གི་ཐོ་བ་དེ་འདྲར་དགོས་པ་མི་འཆར་