

ཚུལ་པ་གསུང་པ།

མི་ཏྲོག་གང་དུ་སྐྱེས་ཀྱང་ཡིད་མི་པམ།
 གཙང་པོ་པོང་ལ་མ་བཞུར་སེམས་མི་སྟོ།
 ཁྱོད་རང་ཉལ་ལྷང་ཆེ་བའི་མེ་ལྗེ་དེ།
 ད་དུང་ཁྱིམ་ཁྲིང་ན་ཡིད་སེམས་བཟི།
 འཆི་བདག་གསལ་དུ་སྒྲེབ་པོང་ར་མི་འཛིགས།
 ཆོ་ལ་བར་ཆད་བྱུང་ཡང་སྙིང་མི་ལུས།
 འཁྱེད་ཀྱིས་བཅོམ་བའི་ནང་གི་མི་ཁོང་དེ།

གསེང་ཆག་ཅུང་ཙམ་བྱུང་ན་ང་འདི་འཛིགས།
 མི་ཁའི་ཁྲོད་ནས་ཤིན་ཏུ་མི་འཕོང་།
 མི་ཡི་མཁར་གཤོང་བྱས་ན་མགོ་ན་མི་དེ།
 མི་ཆོགས་ཀྱི་མིང་ཁྱོད་ནས་ཁྲོད་པོར་ན།
 མི་ངས་ལྷ་སྐྱེ་མཁོན་གསུམ་ཤར་ནས་འཕོང་།
 ཉི་མ་མ་ཤར་ཕྱི་ཡི་ལྷས་མི་གྲང་།
 ལྷ་པ་མ་བྱོད་མཆོད་ལ་འཁྱོད་གྲུང་མེད།

འདྲ་དྲོད་འབྱེལ་བའི་སྤྱིང་གི་མེ་ཏྟག་དེ།
 བསེལ་བསེལ་འཚུབ་ན་གང་བའི་འཁྱོད་གཏུང་ཆེ།
 ལུས་ཀྱི་ལང་ཚོ་ཉམས་ཀྱང་མེས་སེམས་སྤྱག།
 མྱོད་པ་རྒྱས་གཉིང་སྤྱིབས་ཀྱང་ཁེམི་སྤྱན།
 ལས་ཀྱི་ཐོམ་རྒྱུད་བརྒྱལ་བའི་བརྒྱལ་འོག་གི་ཁྱེད།
 ཁྱེས་ཕྱག་ལན་མེ་བྱིས་ན་ཡིད་འདིས་མ་ཐོབ།
 ། བརྒྱུད་སེམས་ཞི་བ། །



ཐེམ་ཤེའི་ཁྱིའུ་ལྟེ།

ཏྲན་གྱི་སྒྲུ་ལ།

2023ལོའི་ཟླ་བ4པའི་ཆེས་28ཉིན།

གཟུང་པ་སངས།

ཀྱེ་བོར་ཕྱལ་བའི་ཀ་
ཚུལ་བྱོག་ལ།

ཆེ་རབས་ལས་ཀྱི་མེ་ཏྲག་པོ་ལ་འབྱོར་།
 ཞིང་མཆོག་ལ་འབྱོར་ས་ལས་མེང་ཁྲི་དགུ་ན།
 དགུ་ན་མེ་མིང་དོན་མཚུངས་པའི་ཆོས་གྲུའི་བླ་པ་།
 བླ་པ་སྐྱེད་ལེགས་པ་ར་སྤྱང་ཁྱོད་པདྨ་ལེགས་སམ།

ཀ་མུམ་ཉག་མིན་ནས་བཟུང་ཀ་དག་བར།
ཁ་མིན་དོན་ཁྱེས་སྤུང་བར་བཅོན་པའི་ཁུའི།
ག་ལེར་རེ་སྒྲིན་ཉིན་བྱེད་གཞོན་ཁུའི་ཟེར།
ང་ཚོའི་སྤུང་ས་འདིར་འཇུག་པའི་སྐྱལ་བཟང་འཕེལ།

ཅ་དག་འདུལ་ཁྲིམས་སྤང་ལ་མཛོད་སྒྲིག་མེད།
ཆ་ལུགས་ཀྱང་མཐུན་སྡོད་པས་གཞན་ཅེས་པ་འཕྲོག།
ང་འཐུང་དུས་ལས་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་སྤྱད་པས་པས།
ཉ་ག་ང་རྒྱུས་སྤྱད་འབྲས་ད་རེས་བྲངས།

རྩ་ཐ་སྤྲུའི་བརྟན་པའི་གཏུགས་དཀར་ལོག།
 ཐ་མལ་རྒྱུད་པ་འིང་དོར་དམཛེས་འཐུང་།།
 ད་ཐེངས་རྒྱལ་པ་ཟང་ལེགས་སྒྲེས་རྒྱུགས་འཕྲོད་པ།།
 བག་ཞོན་མི་ཚེའི་མཛུགས་རྩི་འིང་དངོས།།

པ་ཏའི་རིམ་བརྒྱུལ་འདྲའི་མདྲ་སྟགས་སྟགས།
པ་མཐར་ཕྱིན་པའི་ཁམས་བ་ཉིན་དཀར་དུས།
བ་ལས་འོ་བཞིན་ཁམས་པ་ཁམས་པའི་རྒྱང་།
མ་བསྟན་ཐོས་བསམ་བྱས་པ་གཞེངས་སུ་མཐོ།

ཅ་རི་དབེན་གནས་འགྲིམ་པའི་ཐེམ་སྐྱེས་གང་།
ཆ་བ་བྱུང་བས་ད་ད་ནས་ལེགས་པ་སྐྱེ་བས་ན།
ཇ་དྲག་ལས་ལ་བྲེལ་བ་བྱུང་བའི་དུས།
མ་ལེར་ཉིང་འཛིན་དགའ་བདེར་རོལ་བས་སྒྲིང་།

ཞུ་ལྟར་བཀུར་ལོས་ལྷ་སྐྱབ་དམ་ཆོག་གཙང་།
 ཟ་ཟིང་ལས་ལ་དགའ་སྒྲིལ་ཡི་གཟེང་།
 འ་ཅག་ན་ཉམ་དུང་ལས་ཐོས་བསམ་སྤྱགས་།
 ཡ་མཆོན་གྲུབ་འབྲས་ལྷངས་པས་རྟ་ཅང་དགའ་།

ར་ལྟར་གྱིང་བའི་ཞིང་སར་དམ་ཚུལ་བྱངས།
ལ་ཁུ་རྒྱལ་མ་ལུང་རྟོགས་ཀྱིས་མཛེན་བྱར།
ག་ཞེན་གཙང་མས་འགྲོ་ལ་མེས་མ་བསྐྱེད་བྱ།
ས་སྤྱང་མི་ལུས་ཐོབ་པ་དོན་ལྡན་རེད།

ད་ཅང་གཏམ་སྒྲན་ཐོས་འཕྲད་དགའ་བའི་མོད།
 ཨ་མའི་བུ་ཁྱོད་ཉེན་འབེལ་བྱ་བའི་འཕྱིན།
 ད་ཅང་སྒྲན་ཆ་མེད་ཀྱང་ལྷག་བསམ་སྐྱེས།
 ཨ་ཀུ་ཉི་མའི་མིང་ཅན་དེ་ནས་སོ།

ସଞ୍ଜାଳୁ(ଗ୍ରୀଷ୍ମାଦି)କିମ୍ବା ୨୫(୫୫)ସି।



ཚུམ་རིག་གི་དར་ཆ་མཐོན་པོར་སྒྲེང་། །མི་ཚོས་ཀྱི་བསམ་སྒྲོ་གནས་སར་བྱབ། །

དཔལ་རྒྱལ་གྱི་འཕགས་པ། ཡེ་ཤ་རྒྱལ་པོ་རྒྱལ་པ། ལྷོ་མེ་ལྷོ་པ། བཀྲ་ཤིས་རྒྱལ་པ་ལྟེ།

ལྷ་མཚོག་ཕྱག་ན་པད་མིའི་རྒྱལ་སྤེལ་པ་
 གྲེའུ་བྱང་རྩལ་ལེམས་དཔལ་དང་། ཚེས་ཀྱི་
 དཔལ་མོའི་སྤེལ་པ་མ་བཤག་སྤོན་མོ་གཉིས་ཀྱི་རྒྱང་
 པ་ལས་མཛེད་ཅིང་། བོད་མི་བྱ་གཏུང་དྲུག་གི་
 ཁག་ལས་འདེལ་བའི་དབུ་ནག་བོད་པ་ཞེས་
 འཛེམ་སྤྱིང་སྟུང་བོའི་གཏུག་ཏུ་འཚོ་གཞིས་ཀྱི་ཐེག་
 གོ་གསར་དུ་བཀོད་ནས། བོ་རྒྱལ་ཀྱི་སྤོང་འཕར་
 གསར་དུ་བྱེས། དུས་དེ་ནས་བསྐྱང་། གང་ས་འི་
 ར་བས་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་ཀྱང་ཕྱི་རྒྱ་ཆ་བས་ཀྱི་
 བརྒྱད་ཀྱིས་བཏེགས་པའི་ཞིང་མཚོག་ཁྱད་པར་
 པ་འདིར་བ་ས་པ་ལུལ་ཞེས་དབྱལ་བའི་མིག་
 བཞིན་གཅེས་ཤིང་། སྟུང་བོའི་གཏུག་ཏུ་བཀུར་
 ཅིང་མཚོང་། ཡ་རྒྱུད་གཙང་མ་ཞིག་གི་མི་རིགས་
 ཀྱི་རྒྱུད་པ་འདི་ནས་བསྐྱུངས་ཏེ། བཅོན་པོའི་
 རྒྱལ་རབས་ཤིག་གི་དོ་མཚར་སྤོང་གི་མོ་རྒྱལ་ཀྱང་
 འདི་ནས་བྲིས་ཐོང་། སྤོང་མངའ་འཛིན་སྐྱོར་
 གསུམ། བར་དབུས་གཙང་དུ་བཞི། སྤྱང་མདོ་
 ཁམས་སྤང་དུག། འདི་ནི་གདོད་ནས་དེད་
 གདོད་དམར་བོད་པ་ཚང་གི་ཡལ་མེས་ཀྱི་རྒྱལ་
 ཁམས། འཚོ་གཞིས་ཀྱི་མངའ་ཁོངས་ཡིན་པར་
 བོ་རྒྱལ་ཀྱི་བདེན་དཔལ་བསྐྱམས་ནས་ལྷང་དེར་
 འགྲིང་ཡོད།

དེ་ཡང་སྐད་མདོ་ཁམས་སྐད་དུ་གྱི་ལ་
 གུལ། འཕྲི་ཇ་ཟེལ་མི་སྐད་གཤོངས་རྒྱུད།
 གཤེར་ལྗན་འཕྲི་རྒྱུད་འགམ། ཇ་རྒྱ་རྒྱད་མོད་
 རྒྱུད། ཁམས་པ་ས་ཡི་མཐེལ། རྩེ་པོ་ཀྱང་
 འདུས་པའི་མདོ། དགོས་འདོད་ཀྱང་འབྱུང་གི་
 གནས་ཁེས་མོ་རྒྱས་ཐོག་མཚན་སྟན་གྱི་བ་དན་
 བོད་ཁམས་ལ་འབར་བའི་ཁམས་པ་མདོ་གསུམ་
 གྱི་ལ་གུལ། སྐུ་ལུ་སྟེ་རྒྱ་མདོ་ནི་མི་རིགས་མོ་
 རྒྱས་གྱི་རྒྱུན་རིང་ཞིང་། རིག་གནས་གྱི་རྩམས་
 མཐུག་པའི་གནད་པོདི་མཁའ་གྲོང་ཞིག་ཡིན་ལ།
 ས་ལ་དགེ་བརྒྱ་འཛོམས་པའི་ཞིང་། བརྒྱད་ལྗན་
 གྱི་རྒྱ་པོདི་མཁོ་ཁྲུང་ས་སུ་གནས་པེང་སྟེ་བཞིའི་
 དཔལ་ལ་རོལ་བའི་མཛོས་སུ་གྱིད་གཤོངས་རྒྱ་ལ་
 མཁིག་ཀྱང་རོ། །

གནས་འདིན་པོད་རུས་ཆེན་བཞིའི་ཡ་
ལུལ། རྩོད་ལུས་ཆེན་པོས་བརྒྱད་ཀྱི་ནང་གསེས།
སྐུ་བ་རྩ་ཆེན་རྒྱལ་གྱི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པ་ལགས་
པས་སྐུ་ལུལ་གྱི་རྒྱ་ལྔ་མདོ་ཞིས་གསལ། གནས་
འདིའི་མི་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲུང་ཆ་བཤད་ཤེས་པ་ནས་
སྐུ་ལེན་ཤེས་པ་དང་། གོམ་པ་སྟོན་ཤེས་པ་ནས་ཤོ་

འབྲུག་ཤེས་པའི་དག་རྒྱུན་ཡང་ཐོས་དབང་གསོ་
བའི་བདུད་ཚིར་མཆིས། གནས་འདིའི་མི་
ན་མས་ལས་ལ་བརྟེན་ཞིང་དཔའ་ངར་ལྡན་པར་
མ་བཟད། ལྷ་ཆལ་གྱི་མོར་ཤེས་ནོ་ལ། ལྷ་ངས་
ལྷ་བས་ཐོ་ཡི་གར་ཆལ་མཆོས་ཤིང་རྒྱུར། བྱ་
འབྲུག་དག་གི་འབྲུག་ཁྱུགས་རྣམས་ཞིང་འཇེབས་
པས་སྤྱ་གར་གྱི་ས་མ་ཞེས་མཆོད་རྒྱུ་གྱི་མེ་དོག་
གསོལ་ཡོད།

ད་དུང་། གནས་འདི་ནི་མུ་ཆེན་མ་
 འཕྱི་རྫ་གསུམ་གྱི་མུ་མིག་རྫོལ་ས་ཡིན་ལ།
 གཤེར་ལྷན་འདི་མུ་འི་ཁྱེད་མེད་དང་ལོ་གནས་
 འདི་འུ་ཆེས་ཤིང་། རྫ་མུ་མོན་མོའི་བཞུར་
 ལྷ་བས་གྱི་གསོག་ཆལ་ཐོག་མ་འདི་ནས་
 བརྒྱུངས། མ་མུ་གང་གྲ་གཉིས་པའི་བརྒྱུ
 བཞུང་གྱི་གོ་མ་ལྷ་བས་ཐོག་མ་འདི་ནས་བསྐྱལ་
 ལ། ས་གནས་མང་ཆོགས་གྱི་ལྷན་མིན་གྱི་
 ལུམ་སྒྲིལ་དང་། ལུམ་མི་རྣམས་གྱི་ཁྱད་
 འཕགས་གྱི་དང་པའི་སྒྲིབས་ལས་མུ་མོ་མ་
 འཕྱི་རྫ་གསུམ་གྱི་ལྷ་བས་སྒྲིལ་གཏན་ནས་
 འཇགས་སྤྱོད་མེད། དེར་བརྟེན་བརྒྱལ་ཡོངས་
 དང་འཛམ་གླིང་ལུམ་གྲུ་གུ་ལ་མུ་འི་ཐོན་
 ཁུངས་འཛད་མཐའ་མེད་པ་ཞིག་མཁོ་སྤྱོད་
 གནད་ལྷ་བས། “སྤྱིར་ཆེན་ཨོ་ག་ལ་ཡི་མུ་
 གཏེར”དང་“ཀྲང་ལྷ་མུ་མཛོད་”ཅེས་པའི་
 མཆན་སྟན་ཐོབ། དེ་ནི་དེད་ལུམ་གྲུམ་པ་ཡི་
 མེས་ས་ཁུངས་ནས་བརྫོལ་པའི་ལྷ་ག་བསམ་
 དང་མཛོད་གཞུགས་གྱི་མ་འཕྱི་རྫ་གསུམ་
 ཡིན། དེ་ནི་དེད་ལུམ་གྲུམ་པ་ཡི་མུ་ལྷན་སྤྱོད་
 གྱི་གོ་མ་སྒྲིལ་དང་བརྒྱལ་ཁའི་དུང་སྒྲིལ་མཆོན་པའི་
 མ་འཕྱི་རྫ་གསུམ་ཡིན་ལ། དེ་ནི་དེད་ལུམ་
 གྲུམ་པའི་མུ་ལྷན་སྤྱོད་གཤེར་སྤྱོད་པེད་མོ་ཡི་
 དེ་སྒྲིབས་གྱི་མ་འཕྱི་རྫ་གསུམ་ཡང་ཡིན།

འཕྲུལ་ཁྱེགས་ཀྱིས་གནང་མས་པའི་སྤྱི་མང་
 ལྷོ་མེད་ཁྱེད་འདི་འདས་པར་རྒྱས་སྤོང་གི་ཕྱིན་
 རྒྱལ་ལ་བཤར་བའི་གནས་མཆོག་ཅིག་ལྟེ། གཤམ་
 ཏུས་གསུམ་མཁྱེན་པ། པར་ཆེན་སྤྱི་ཉི་ལྔ་ན།
 འཕྲོ་མགོན་ཆོས་བྱུང་འཕགས་པ། ཀྱུན་
 གཟིགས་པར་ཆེན་དགྲུ་པ། ཡལ་རྩེ་བཀའ་
 འཕྲུལ་རྒྱལ་མོགས་སྤྱོམ་ཆེན་དམ་པ་མང་པོས་
 ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་ཤིང་། ཕྱིན་ཀྱིས་རྒྱལ་པ་
 བའི་གནས་མཆོག་ཡིན་ལ། འབེས་ཀྱི་རྩམ་
 པར་སྤར་མཛད། ལེགས་གསུམ་ཅི་རྫོབ་ཤོས། ལྷ་

ནག་མ་ཁི་རྩུངས། རྩ་མེད་ཤེས་པ་མཛོད་།
མཛོད་ཉག་ཐུག་ཏི་མཛོད་རྟེན། འཕྲི་རྩུང་རྩེ་འི་
ཟངས་སྒྲུབ་པཅས་ནི་ཁྱེད་འཕྲུག་ཤི་རིན་ཐང་ཆེ་
ཞིང་བྱུང་བྱིའི་མཛོད་སྟེན་ཐོབ་པའི་གཤམ་ཆེད་
རིག་དངོས་གསུག་ཡིན།

ད་དུང་། གནས་འདི་རུ་འདབ་ཆགས་
 མྱོང་གི་བརྟེ་གནས་སུ་གྲགས་པའི་རྩོད་པོ་མཆོང་
 དང་། སྤྱང་པའི་གནས་ཆེན་བརྒྱུད་ཀྱི་ཡ་གྲུལ་ཁྱི་
 འདུའི་སྐྱོད་རྩོད་རྩོད་པོ། རྒྱལ་རྒྱལ་རྩོད་གང་མ་
 དཀར་སོགས་གནས་པའི་སྐྱོད་ཆོས་བསྐྱང་ལས་
 འདས་པ་མཆོས་ཤིང་གཟི་ཤོད་རབ་ཏུ་འཆོང་།
 གནས་འདི་ནི་དཔའ་རྩོད་གི་སར་རྒྱལ་པོའི་
 གཏུང་རྒྱུད་ཀྱིས་བརྒྱུངས་པའི་ཁྱའོ་སྤྱིང་གི་ལས་
 རྩོད་མོད་དང་། སྐྱུ་ཕྱེ་མེད་ལྷུ་མ་འབྱུག་མེད་པ་
 སེ་མ་ཡུལ་ཡང་ཡིན་པར་གྲགས། གནས་འདིའི་
 རི་རྩེ་ཡུལ་ནང་ཀྲམ་ལ་འཛོམས་སྤྱིང་གི་སར་རྒྱལ་
 པོའི་སྤྱིང་རྒྱུང་དང་མ་འདྲིས་པ་ཞིག་ལས་ཆེར་
 ཡོད་མེད། གནས་འདི་ནི་ད་དུང་རྒྱ་ཡི་མཛོད་
 དང་། དར་གོས་ཆོང་ལམ་གྱི་བརྒྱུད་ལམ། ར་
 རྟེད་གནང་ལམ་གྱི་ལམ་མདོ། མང་བོད་གནང་
 ལམ་གྱི་ས་ཆོགས་གལ་པོ་ཆེ་ཞིག་ཡིན་པར་ལོ་
 རྒྱས་ཡིག་ཆོགས་ཀྱིས་ར་རྩོད་ཐུབ། སྐྱམ་ཕྱེ་
 རང་ཆེན་རྒྱལ་པོ་ཞེས་ཆོ་ཕྱེ་སོ་དྲུག་གི་མངའ་
 བདག་དེས་དབང་བརྒྱུར་ནས། འཕམས་ཕྱིང་དགེ།
 རྒྱལ་པོ་དང་ཉེ་ཁྲི་ལ་རྩོད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་གནས་པའི་
 རོ་རྒྱས་ཀྱང་མཆོས།

འདི་ལྟ་བུ་ཕྱི་རི་རྩོད་ཀྱི་བཀོད་པ་མཛོལ་
 ཤིང་རྒྱག་པ། རང་བཅུད་ཀྱི་མེམས་ཅན་
 འཆམ་མཐུན་བག་ཡངས་ལྡན་པ་ཡིན་ཡང་།
 འདི་ལྟ་བུ་ཕྱི་རྒྱབས་ཀྱི་བཅུད་ཆགས་ཤིང་།
 རིག་གནས་ཀྱི་རྒྱང་སྤ་བའི་གྲོང་ཁྱེར་ཞིག་ཡིན་
 ཡང་། རང་བྱུང་འབྱུང་བ་ཞིབ་འཇིགས་པ་
 བསྒྲག་མེད་ངང་འཁོར་ཡོང་ལ། མི་འདྲོད་
 བཤགས་ཀྱིན་ནང་ཡམས་སྤགས་ཀྱི་འགས་ནག་
 ཀྱང་གཡེལ་མེད་ངང་ཆེན་ཡོང་། སྤ་དེ་ནི་དེང་
 ལུལ་ལུལ་བའི་མེམས་ནས་བཟླེད་ཐབས་བྱལ་
 བའི་ན་རྒྱག་གི་རྩ་ཁ་ཞིག་རེད། སྤ་དེ་ནི་དེང་
 ལུལ་ལུལ་བའི་མི་རྒྱུས་ཐོག་གསུམ་ཐབས་མེད་
 པའི་སྤྱད་ནག་གི་ཉིན་ཞིག་རེད་ལ། སྤ་དེར་དེང་
 ལུལ་ལུལ་བའི་མི་ཀྱེལ་ད་ལུལ་ནས། སྤ་བད་སྤ་
 གཏྲགས་ཀྱི་སྤ་རྩ་ནག་སྤ་ཞིག་ཀྱང་རེད། ལུ་
 ཡངས་དང་སྤྱིར་རྩིས་ཅན་མེད་པའི་ས་ཡོང་དེས་

ང་ཚོའི་པ་ས་པ་གཞིས་བཅོམ་ཆག་གཉིས་ཏུ་
 བཏང་སོང་། ཏུམ་དེ་ཏུམ་གྱང་། རེད་ཡུལ་ལ་
 སྤུལ་པའི་མེམས་པའི་གཏིང་རིམ་ནས་རེ་སྤོས་གྱི་
 རྒྱུད་སྤོབས་ཆད་མུང་མེད་ལ། མ་འདྲི་རྩ་གསུམ་
 གྱི་རྒྱབ་སྒྲིབ་ནི་དེ་བས་གྱང་འདགས་ཆུང་མེད།

དེ་ལྟར་ཡང་། ཏྲིག་དབྱིབས་ནད་དུག་གི་
 འདྲི་ལག་པ་ཡུལ་དུ་བསྐྱབས་ནས་ཡུལ་མི་མིང་
 གྲིང་མང་པོར་ནད་དུག་གིས་མནར་གཅོད་
 བྱངས་ནས་འཛིགས་སྐྱེག་གི་འཛབ་ཚྲིལ་ཐེབས་།
 རྒྱ་དམག་མི་རྒྱུད་ནད་གི་མི་སྟོན་བཞིན་།
 གཅིག་ནས་བཅུ་དང་། བཅུ་ནས་ཉི་ཤུ། རིམ་
 བཞིན་འཕར་ནས་ཚོང་ཁྲམ་གྱི་འདྲ་འཛིག་ཏྲིར་
 མོང་ལ། སྤང་ལམ་གྱི་ཁྲར་ཐིང་ཡང་བཅད་
 མོང་། ཡིན་ན་ཡང་། ལྷིང་འཇགས་དང་
 འཇམ་ཐིང་གིས་བསྐྱེད་ཡོང་བ་ནི་འཛིགས་སྐྱེག་
 དང་ཁྲ་ཐུག་ཁོ་ན་ཡིན་ཞིང་། དེ་ནི་རང་
 གྲོག་ལ་བདག་གཅིས། གཞན་གྲོག་ལ་འགན་
 ཁུར་བའི་ལྷག་བསམ་གྱི་ཉིང་འཐུལ་བའི་ལྷིང་
 འཇགས་དང་འཇམ་ཐིང་ཞིག་ཡིན་ལ། བཀའ་
 རང་སྤང་དང་། འགན་རང་འཁུར་གྱི་ཉིང་
 འཛིག་གི་དུང་བརྗེ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། གོས་
 དཀར་ལྗང་མེད་ཚོགས་དང་། སྤྲོད་ཀར་རང་
 འདུན་པ་རྣམས་དཔུང་པ་མཉམ་སྦྲེལ་གྱིས་ཉིང་
 བས་མཚན་བསྐྱུལ་ཏེ། མཚན་ནས་ཉིང་
 མཐུད་དེ་རྣམ་པར་རྒྱུལ་བའི་སྐྱེད་ངས་དངས་མ་
 ཞིག་གི་ཕྱིར་དུ་རང་གྲོག་སྤྲོད་བྱངས་རྒྱུ་རྟོག་
 དང་འཐབ་ཅོད་ལ་ཐེལ། ཡུལ་མི་མང་ཚོགས་
 རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་འཁའ་ར་དང་ལེ་བདའ་ལྷན་
 བས་སྤངས་ཏེ་ཁོང་རྣམ་པའི་སྤོངས་ཀྱི་གས་
 མཛད་ནས་སྤྱིད་ན་སྐྱེག་ཁྲ་མཉམ་། ཐུག་ན་པོ་
 རྟོག་ན་མཉམ་གྱི་དམ་བཅའ་བརྟན་པོ་ཁོག་ཏུ་
 བཅངས་ཡོད། རིམས་ནད་ཀྱིས་མིང་གྲིང་བདེ་
 སྤྱིད་ཀྱི་འཛུམ་མདངས་གཞོན་མི་ཐུབ་ལ། ཡུལ་
 ཐུལ་མཉུད་སྤྱིད་གོང་འཕེལ་གྱི་ལམ་དུ་དེ་བས་
 ཀྱང་འཛོག་མི་ཐུབ།

ཡུལ་ཤུལ། རང་ཁོག་སྒྲིབ་གཤིས་འཛོམས་ཐུང་
བའི་ཡུལ་གྱ། སྐྱེ་ཐུ་མདོ། ལྷ་ཤོ་ཡིས་གཅེས་
ཐུང་བའི་པ་ས། རྒྱུད་རང་སྤར་ཡང་སྤྲ་ཐང་གི་
གཤི་ཁྱོར་དུ་མེ་ཏྲ་ག་བཞིན་བཟང་ཤོག། རྒྱུད་
རང་སྤར་བཞིན་མཐོ་སྤར་གི་ཡང་ཅེ་ནས་སྤར་
ཅེན་བཞིན་འཛོམས་ཤོག།

༼ དར་སྒྲུལ་འགྲེལ་བུ་བྲག་མིལ༽



༼ འཁོན་སྒྲུབ་རྣམས་ཟེར༽