

ངོས་ཟིན་དགོས་པའི་ ལྷ་དམ་ལྷ་ར།

གངས་ཅན་ཆོས་གཞུང་ཤེས་རིག་ནོར་བུ་ཡི།
རམ་ཁ་མཐུག་ཅིང་སྲ་བཟན་ལྷགས་རིའི་རྒྱང་།
ཡོངས་སྤྱི་ལ་མཐའ་སྤྱད་དཔའ་བོའི་ཚུལ།
ཚུལ་ཁྲིམས་སྒྲིག་ཤོན་དོན་གྱིས་དྲིན་ཆེན་ཡིན།

མི་རིགས་གང་ཞིག་འཆི་བའི་སྤྱོད་གི་གནད།
སྐད་དང་ཡིག་གི་བའི་གཟུགས་བྱང་ཅན།
དུས་ཀྱི་འཚུབ་འགྱུར་རྒྱུ་དང་པའི་ལྷ་གསལ་ནས།
མ་བོར་བྱ་བས་གངས་ལྷག་གཞོན་ལུར་སྤྱད།

འགའ་རེས་སྤྱི་ལ་བྱུང་ཡིན་ཞེས་མཐའ་དག་དོར།
ལ་ལས་སྤྱི་ལ་བྱུང་རྒྱུ་དང་པར་མཁྲགས་འཛིན་བྱེད།
ཁྱེད་ནི་མཐའ་གཉིས་སེལ་བའི་སྦྱོར་ནི་ཞིག།
གནའ་དེང་བྱང་དུ་འབྲེལ་བའི་ཤེས་རབ་ཡིན།

གངས་ལྷག་གཞོན་ལུ་སྤྱོད་པའི་གད་བྱངས་ཅན།
བདེ་ཐང་འཆར་མོངས་འབྱུང་བའི་གཞི་མ་སྟེ།
བྱམས་བརྩེ་གཉིས་ལྷན་སྟེ་འགྲོའི་ཡུམ་ཆེན་དེའི།
བདེ་ཐང་འཕྲོད་བཞེན་འཆད་ལ་ཁྱེད་ནི་བྲེལ།

འདས་སོང་མོ་རྒྱས་གཡུ་ཡི་མེ་ལོང་དུ།
མ་འདྲེས་གསལ་པོར་ཤར་བའི་སྦྱོག་ར་ཞིག།
རྟོགས་ནས་བོད་ཡུལ་ཆོས་རྒྱུད་གྲུབ་མཐའ་ཁག།
མཐུན་སེམས་གོང་དུ་གཅིག་ཏུ་འབྲེལ་བར་བྱས།

སྟེ་འགྲོ་ཀྱང་གྱིས་ཀྱང་ནས་གཅེས་པ་ཡི།
ཆོད་དང་སྤྱོད་ལ་ཕུལ་བའི་རྩལ་རྒྱ་ནི།
བོད་རྒྱ་ཡིད་ཀྱི་ཞིང་སར་གཏོར་བ་ཡིས།
གང་ལ་སྤྱོད་དེར་བྱང་སེམས་སྦྱོར་པ་འབྱས།

རིས་མེད་རྒྱལ་བསྟན་ཡོངས་ཀྱི་ཆོས་གཞི་ཆེ།
དམ་པའི་ལུང་གིས་བསྟགས་པའི་ཆོས་སྤར་དེར།
ཁྱེད་སྤྱི་རྩམ་དཔྱད་འོད་ཟེར་རེག་པ་ཡི།
སྤྱོད་གང་དག་འདྲ་འདྲའི་མི་འདྲ་ཡིན།

ལུང་སྤྱི་ལ་འབྱུང་བོས་མ་བྱས་སྤྱིང་འགེལ་དང་།
མ་གསུངས་སྒྲོ་འདོགས་ལ་སོགས་འཆལ་གཏམ་ཆོགས།
སྟན་གྱིས་གསན་ཡང་ལ་ལན་མི་འདེབས་པ།
ཞལ་ཆེམས་ཐུགས་ཀྱི་དཀྱིལ་དུ་བབྱང་བས་ཡིན།

བསྟན་སྤྱིད་བྱང་གི་ལས་ལ་རྟག་འབྱས་པའི།
དམ་པའི་སྟེས་བྱ་གང་དག་གཅིག་རེ་བཞིན།
ཞིབ་ར་གཞིམས་པའི་རྣང་རྩལ་འདི་མཐོང་ན།
བདག་ནི་ཁྱེད་ལ་ལྷག་ཏུ་སེར་སྤྲོ་ཡོང་།

ཁྱེད་ནི་མི་འགྱུར་སྲ་བཟན་བྲག་རེ་བཞིན།
དཔག་ལས་ཆོ་མཐའ་ལས་པའི་སྦྱོར་བཞིན།
འབྱུང་འགྱུར་དུས་ཀྱི་ལམ་སྟོན་སྦྱོར་མེ་དུ།
དཔྱད་ལྷན་མཁས་པའི་ཆོགས་དག་ཅིས་མི་སྦྱོན།
༼བྲལ་གདལ༽

ཁ་པར། གཡུ་འབྲུག་སྤྱོད་མོའི་འབབ་ཀྱ།

མདང་ལུབ་ཉལ་ཁར་སྒོབ་སྤྱིང་དུ་ཁ་
བ་འབབ་བཞིན་འདུག་མོད། ཁ་བ་ནི་
དཔྱིད་དཀྱུན་གཉིས་ཀྱི་བྱུན་ལྷན་གྱི་རྣང་
ཚུལ་ཞིག་ལགས་པས་དེ་ཙམ་དོ་རྣང་མ་བྱས་
ལ་ཅི་བྱེད་འདི་བྱེད་ཀྱང་མེད་པ་འདྲ། ད་
ནངས་ཡར་ལངས་ཏིང་རང་ཤག་མདུན་ནས་
ཡུལ་གྱི་འདིའི་གཡས་གཡོན་པར་རྒྱུར་ཀྱང་
ཏུ་མིག་ཏུལ་ཐེངས་གཅིག་བྱས་པ་ན་གྱིར་ཟ་
གཡུང་བྱང་ལྷན་བོའི་སྤྱོད་སྤྱད་བར་གསུམ་
ཆོང་མ་དཀར་བང་བང་ཞིག་ཏུ་གྱུར། སྒོ་
འགམ་དུ་སྟེས་པའི་ཤུག་པའི་ཡལ་ག་དག་
ཀྱང་ཁ་བའི་ཁྱར་གྱིས་དུད་ནས་ཐུར་དུ་
དཔྱངས། འདི་ལྷ་བུའི་ཁ་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་མ་
ཡུམ་སྒོབ་སྤྱིང་དུ་མོ་སྒོན་མའི་དགུན་ཆུ་
གསུམ་ལའང་བབས་སྤྱོད་མེད་པས་ད་དང་
སྤྱོད་པོ་དག་ཏུ་ལས་ཤིང་ཉང་ཡང་སང་།
སྐད་འཕྲིན་ལ་བལྟས་པ་ན་གྲུས་པའི་སྤྱོད་གས་
ཆོམས་ནི་ཁ་བའི་པར་དང་བརྟན་གྱིས་གང་
ཆོར། ལ་ལས་ཁ་བ་ཅན་གྱི་སྤྱོད་པོ་ཐོན་
འདུག་ཅེས་བསྟོད་བསྟགས་རྒྱུ་དང་བཞིན་
འདུག་ལ། འགའ་རེས་ཁ་རྩེ་ཁ་བ་འབབ་
འབབ། དབང་ཐང་བུ་ཡུག་འཚུབ་འཚུབ།
ད་མོ་ལས་ཀྱི་འགོ་ལ་རྟེན་འབྲེལ་ཡག་སོང་
ཞེས་དགའ་བའི་རྟགས་བསྟན། ཁ་ཅིག་
གིས་འགྲོ་ལམ་བཀག་པ་དང་ཡིད་སྤྱོད་པའི་
ཚུལ་ཡང་མ་ཐོན་འདུག། གང་ལྟར་ཁོང་
ཆོས་ཁ་བ་ལ་དོར་རྣང་ཆེན་པོ་བྱེད་ཀྱིན་
འདུག་ཀྱང་དས་ནི་དུ་བྱུང་དུ་ཁ་བ་དང་
འབྲེལ་བའི་པར་བརྟན་གང་ཡང་མ་བཞག་
པར་རང་སར་བསྐྱར་བ་ཡིན།

བདག་གི་རྩམ་རྟོག་གི་རྟ་མོས་འཆོར་
སྐད་ལྟང་ལྟང་སྒྲིག་ཅིང་རྣང་བའི་རི་ལུང་
ཐང་གསུམ་བང་གིས་བརྟུགས་ཏི་ཤོ་མ་
མཆོམས་མི་འཛོག་པའི་བྱ་རྟེན་ནི་ཁ་བ་ཆེན་
པོ་འདིས་བྱས་པ་མིན་པར་མདང་ལུབ་
གསུམ་པའི་འབྲུག་སྤྱོད་རེད། འདུག་ཤེས་
ནང་དུ་བསྐྱར་ཏི་གཉིད་ཀྱི་གོང་ཁྱེར་དུ་འགྲོ་
ལ་ཉེ་སྐབས་ཡིན་པས་སྐར་མ་ག་ཆོད་ཡིན་
མིན་ཏག་ཏག་ཅིག་གསལ་ཆ་མི་འདུག་ཀྱང་།
༡༠༡༩ལོའི་ཟླ་གསུམ་པའི་ཡར་ཆོས་དགུ་
ལྟེ་བོད་ཟླ་དང་པོའི་ཆོས་པ་བརྒྱ་བདུན་གྱི་
མཆོན་མོའི་དུས་ཆོད་བཅུ་གཅིག་དང་སྐར་
མ་ལྷ་བརྒྱའི་ཡས་མས་སུ་འབྲུག་སྤྱོད་རིའི་རེར་
གསུམ་བྱང་། རྩ་རྒྱ་སྒོན་མོའི་པར་སྤྱོད་ཀྱི་
སྤོབ་རི་ནགས་ལ་གནས་བཅས་པའི་བྱ་ལང་
ཆོགས་ཀྱང་གཉིད་ལས་བསྐངས་ཏི་སྐད་
རྒྱག་པ་ཐོས། བྱ་ཆོགས་ཀྱིས་ངེ་ལྟར་བསམ་
ཀྱིན་ཡོད་པ་ཤེས་པ་དཀའ་ན་ཡང་སྐད་ཅིག་
མ་དེར་ང་ལ་མཆོར་རྣང་ཤུགས་དྲག་ཅིག་
བྱང་བ་བརྩེད་མེད་ཀྱང་རྩེས་ནས་གསལ་ཆ་
མི་འདུག། མིག་ཁྱེ་ནས་ལྷ་དུས་ན་མ་ཡོངས་
སྤྱོད་པའོ།

ང་ནི་དཔྱིད་ཀ་ཉེར་ལྷ་ལྷག་བཀལ་

ཟིན་ཡང་ངའི་དུན་དོགས་སུ་འབྲུག་སྤྱོད་
ལྟར་དུས་ཆོད་སྤྱོད་མོ་ཞིག་ནས་གྲག་པ་མཐོང་
ཐོས་དུན་རིག་གང་ཡང་མ་བྱུང་། གཅིག་
བྱས་ན་ཨ་མ་མ་གཏོགས་དོ་མི་ཤེས། སྒོ་ཐོམ་
མ་གཏོགས་བཀལ་མ་སྤྱོང་བའི་དཔེ་ལྟར་
མཐོང་བྱ་ཐོས་བྱ་ཁབ་མིག་ལས་དོག་པས་
ཡིན་ཡང་སྤྱིད། གང་ལྟར་དེ་རིང་ང་ལ་
མདང་ལུབ་ཀྱི་འབྲུག་སྤྱོད་དང་འབྲུག་སྤྱོད་
འབྲེལ་བའི་དོན་དག་ཡིད་ལ་འཁོར་ཞིང་
དུན་པར་བྱེད། ཐ་ན་དཔལ་༡༠༡༩ལོའི་
འབྲུག་གྲག་པ་ཞེས་པའི་རང་མོས་སྟན་དག་
ཅིག་ཟིས་པ་དུན་ལ་སྟན་དག་དེར་ཉིན་
གུང་དོ་འཕྲད་སྐབས་ལྷན་དུ་བ་མེད་ཀྱང་།
ཉི་མ་ཡང་དེ་ཙམ་གསལ་བྱ་མི་འདུག དས་
ཏུ་གཉིས་ལའང་རྣང་ཞིང་ལྷ་བུའི་སྤྱོད་པ་
འབྱས་ཆོག་ཆོག་གི་སོས་ཀ་ཞིག་ཡོད་མེད་
བལྟས། ཁྱེར་རྒྱུ་རི་ལ་སྤྱོད་ན་ག་
འཐིབས་པ་དེས་ངའི་སྤྱོད་ཤེག་མི་བརྟུབ་
ཀྱང་། དོན་ལྷ་སྤྱོད་དུག་གི་བར་དུ་མི་རྟུག་
པའི་བྱང་ལྷས་འཆོངས། ལྷན་ནག་ལ་ཅེར་
ཏི་དུ་བཞིན་སྤྱོད་སྐབས་འབྲུག་སྤྱོད་ལྟང་
དུ་གསུམ་བྱང་། འབྲུག་སྤྱོད་ལྟང་དུ་གྲག་
པ་དེས་ཀྱང་། མི་ཞིག་གི་ཆོ་ག་དེ་གི་རྟུག་
བསལ་འཇགས་མི་ཐུབ་ཀྱང་། འབྲུག་སྤྱོད་
དང་ལྷན་དུ་གྲག་པའི་ཁྱེད་ཀྱི་ལུས་དག་གི་
རིག་བྱེད་ཀྱིས་ང་ལ་དབྱར་ཟླ་ལྷ་པའི་རྩེ་ཐང་
གི་དཔུ་ཁྱེད་ཟིས་བྱང་། ཞེས་ཟིས་ཡོད་པ་
དུན་ཡོང་། ཆོམ་ཡིག་འདི་༡༠༡༩ལོའི་ཟླ་
བདུན་པའི་ཆོས་ཉེར་བཞི་ཉིན་གྱི་ཁམས་
པའི་ཆོགས་པར་དུ་བཀོད་ཡོད།

སྤྱོད་གོང་ཁྱེར་གནམ་གཤིས་ལས་
ཁྱེར་ནས་བསྐྱོགས་པའི་སྤྱི་ལ་བྱུན་གནམ་
གཤིས་བརྟག་ཐབས་མེས་པོའི་ཞལ་རྒྱུན་
ལྟར་ན་མོ་རེ་རེའི་འབྲུག་སྤྱོད་གྲག་ལྷགས་གྲག་
དང་རྟེན་འབྲེལ་མང་པོ་ཞིག་བལྟ་བྱེད།
དཔེར་ན་ཆོས་ཐོག་མའི་འབྲུག་སྤྱོད་དེ་སྤོ་
ལུབ་ནས་བརྒྱབ་ན་ཞན་པར་བརྩེ་བ་དང་
བྱང་ཤར་ནས་བརྒྱབ་ན་ལེགས་པར་བརྩེ་བ།
དེ་བཞིན་འབྲུག་སྤྱོད་ཐོག་མ་ལུབ་ནས་
བརྒྱབ་པ་ཡིན་ན་འབྲུག་སྤྱོད་རྒྱ་ཆུ་འགོར་
བརྒྱབ་ཅེས་ཆར་རྒྱུ་ལེགས་པར་བརྩེ་བ་ལྟ་
འབྲུག་སྤྱོད་གྲག་པའི་སྤྱོད་པལ་བརྟགས་
ནས་ལེགས་ཉེས་བརྟག་བྱ་ཡོད་མོད། གལ་
ཏིང་ལ་མི་ཞིག་གིས་མདང་ལུབ་ཀྱི་འབྲུག་སྤྱོད་
དེ་སྤྱོད་གང་ནས་གྲག་པ་རེད་ཅེས་དྲི་ན།
ང་ལ་དྲིས་ལན་ཞིབ་མོ་ཞིག་ཁྱེ་རྒྱ་མི་འདུག་
སྟེ་གྲུས་པའི་རང་ཤག་གི་སྤྱོད་དམ་ཡང་ན་
གནམ་གྱི་གཞུང་ལས་གྲགས་བྱང་ཞེས་
དགོད་བཞིན་བཤད་རྒྱ་མ་གཏོགས་སྤྱོད་ཀས་
བཞི་མཆོམས་བརྒྱུད་གང་ལས་གྲག་པ་
གཏན་ནས་གསལ་ཆ་མེད་སྟབས། ང་ལ་
འབྲུག་གྲག་པའི་སྤྱོད་པལ་མཐོང་བའི་

༼གཞི་ཆོད་ཟླ་བ་གསུམ་པའི༽

ཞེ་འདར་ཆོག་ལ་བརྒྱས་ པའི་མགྱར་རྒྱང་།

རྣང་བ་རི་ལ་ཡན་པའི་ས་སྤྱོད་ཅིག་ལ།
དུན་པའི་ལྷོབས་རིས་དོས་སུ་རི་མོ་ཟིས་ཤིང་།
སྤྱོད་རྒྱ་ལུང་ཤམ་པའི་སྤྱོད་ཉེ་ཞིག་གིས།
ལས་ཀྱི་རྩམ་ཤེས་ཁྱར་བའི་རྣང་བ་ཟིས་ཡོད།
ཆོར་བ་ཆོག་ལ་བརྒྱས་པའི་བར་སྐབས་ཤིག་ལ།
ཞེ་སེམས་འབྲུག་གིས་བབྱང་བའི་མོ་རྒྱ་ཟིས་ཤིང་།
ལས་ཀྱི་གཏིང་དུ་འཁྱུངས་པའི་སྤྱོད་ཉེ་ཞིག་གིས།
ཐ་སྤྱོད་འདར་ལ་བརྒྱས་ནས་མི་ཁག་སོས་ཡོད།
འཛིག་རྟེན་རྣང་བ་སྤྱོད་སའི་སྤྱོད་ཉེ་ཞིག་ནས།
དུན་པའི་རི་མོམ་དོས་སུ་སྤྱོད་པ་འཐིབས་ཤིང་།
བརྩེ་བ་དཀྱུན་དུ་རྒྱག་པའི་སྤྱོད་ཉེ་ཞིག་གིས།
ལས་ཀྱི་རྩམ་ཤེས་འཐོན་པའི་རྣང་བ་ཟིས་ཡོད།
སེམས་ཀྱི་དུན་པ་གཡོ་བའི་ད་ཆོད་ཅིག་ལ།
མི་ལམ་ཁྱེད་ཀྱི་ལས་འཕྲོ་ལག་པས་ཟིན་ཞིང་།
བརྩེ་བ་ཞེལ་འཕྲོད་པའི་སྤྱོད་ཉེ་ཞིག་གིས།
ལས་ཀྱི་རྩམ་ཤེས་ཁྱར་བའི་རྣང་བ་ཟིས་ཡོད།
ཞེ་འདར་ཆོག་ལ་བརྒྱས་པའི་ས་སྤྱོད་ཅིག་ལ།
ཆོར་བས་ཟིན་པའི་ཡིག་འབྲུ་རང་ལ་བཏབ་ཡོད།
ཡིད་ཀྱི་དུན་པ་རྒྱ་བའི་སྤྱོད་ཉེ་ཞིག་གིས།
ཞེལ་གྱི་བ་གཟུགས་ཆགས་པའི་རྣང་བ་ཟིས་ཡོད།
ཡིད་ཀྱི་སྤྱོད་པའི་འཆོབ་པའི་ཤོག་དཀར་དོས་སྤྱོད་
བརྩེ་བས་གདུང་བའི་ཡིག་འབྲུས་འཕྲོར་ལྷ་བཟོས་ཤིང་།
གནག་རྩམ་རིང་དུ་འབྱུང་བའི་སྤྱོད་ཉེ་ཞིག་གིས།
འཁོར་བའི་མི་ཁག་སོས་པའི་རྣང་བ་ཟིས་ཡོད།
དུན་པ་གདུང་བས་གཅོས་པའི་ཉིན་མ་འདི་ཆོར།
ལས་ཀྱི་སྤྱོད་པའི་དོས་སུ་རྒྱབ་གཟུགས་རྣང་ཞིང་།
ཆོར་བའི་མི་རྟོག་འདེབས་པའི་སྤྱོད་ཉེ་ཞིག་གིས།
སེམས་ཀྱིས་སྤྱོད་པ་ཁྱར་བའི་དུན་པ་ཟིས་ཡོད།
༼གངས་ཐིགས༽

སེམས་ཉིད་དབྱངས་ ལ་བསྟོན་པ།

གཏུག་གཤིས་དག་མའི་རྩ་མདུད་སྤྱིལ་བ་དང་།
མགྲན་པ་བསྐྱའི་མེ་རྟོག་འཐོར་བ་ན།
རྩམ་རྟོག་རྒྱུང་གིས་གཡོ་བའི་རྩེས་ཤུལ་ནས།
ཟོལ་མེད་དབྱངས་ཀྱི་རྒྱུད་སྤྱོད་དལ་གྱིས་དགྲོལ།
ཆོར་བ་སྤྱོད་ཀྱི་འཇའ་ཤར་འཁྲིགས་པ་དང་།
སེམས་ཉིད་ཞིབ་འཇའ་དངས་སུ་གཡོ་བ་ན།
སྤྱོད་མའི་ལྷ་དང་གི་ཐང་དཀྱིལ་ནས།
དུག་འགྱུར་དག་གི་གཤིས་སྤྱོད་དངས་མ་ལེན།
ལས་འཕྲོའི་ཞེན་ཆགས་པན་རྩེན་རྒྱ་བ་དང་།
བརྩེ་དུང་བྱ་སྤྱོད་ལྟང་སྤྱོད་ལྟང་ས་ནས།
འདར་བརྩེའི་རྟོག་འགྱུར་ལེན་པའི་གཏམ་རྒྱུད་དེ།
ལས་ཀྱི་བསྐྱར་མར་ཡིན་པའི་དུན་ཤིང་ཙམ།
ཨ་འགྲིག་ལས་ཀྱི་དར་སྤྱོད་འཐོན་ས་དང་།
གཟུགས་མེད་དག་འདྲང་རྣང་བ་འབར་ས་ནས།
ཆོག་གི་སྤྱོད་ཆབ་འདྲེས་མའི་ཤུགས་སྤྱོད་དེ།
རྒྱུང་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀས་པར་པ་ཆོས་པ་དང་
བསྟན་ནས་དཔྱིད་དཔལ་བསྐྱེད་ལ་ཉེ་ཞིང་
བྱ་རྒྱུང་དཔལ་བདེ་ཐང་གིས་འཆོར་ཏི་རིག་
པའི་གནས་ལ་གཞིལ་གྱིན་ཡོད། ཨ་མ་
ལགས། དེ་རིང་ཁྱེད་ཉིད་རྟོག་ཏུ་དུན།
༼མ་གྲུབ་པ༽

