甘孜日报
GANZI DAILY
ཐེམ་རིག་གི་དར་ཆ་མཐོན་པོར་སྒྲེང་། །མི་ཆོས་ཀྱི་བསམ་བློ་གནམ་སར་ཁྱབ།། ३
སྙན་གྱི་སྙེ་མ།
2024ལོའི་ཟླ་བ3པའི་ཚེས29ཉིན།
གཟའ་པ་སངས།

# ཡིད་གཏུང་བའི་མགུར་གླུ་རིང་མོ།

སྤྲིན་དཀར་ལིང་ལིང་ཤར་ནས་སྔོ་རུ་རྒྱུ།།
རླུང་བུ་སིལ་སིལ་གནམ་སའི་བར་དུ་ལྡང་།།
བདག་ཀྱང་མི་འདུག་འཁོར་བའི་རི་གྲོང་དུ།།
རྫོག་སྣེ་སྤྲོ་བཞིན་ཆགས་སྡང་ལས་ལ་ཞུགས།།
མཐོང་སྣང་འདྲ་མིན་སྣ་ཚོགས་དང་དུ་ལེན།།
རེ་བའི་རྐྱེ་ལམ་དབྱིངས་སུ་ཡལ་བའི་རྗེས།།
འཚོ་བའི་ཉིན་སྲིབ་མུན་པས་བཟུང་བའི་ཤུལ།།
གཞོན་ནུའི་ལང་ཚོད་གཟེད་མཛེས་པ་མཐོང་།།

འདས་སོང་ལོ་ཟླའི་རིན་ཐང་གཞི་ནས་ཤེས།།
ཡིད་ཀྱི་ནམ་མཁར་སྐྱེ་བའི་ན་བུན་འཁྲིགས།།
ད་སྐབས་ཁོ་བོས་སེམས་ཀྱི་ནགས་ཚལ་སློག།
ཁེར་རྐྱང་སྐྱང་བཞིན་དགོན་གྲོང་བར་དུ་ཞུལ།།
བབ་ཅོལ་ཚིག་གིས་ཉིན་ཞག་འདའ་བར་བྱེད།།
སྦྱོར་དངོས་རྗེས་གསུམ་ཐུགས་བསྐྱེད་བྲལ་བ་ཡི།།
གྲོང་ཚིག་ལམ་ནས་འབུད་རྟུང་ལས་ལ་གཉེར།།
རི་ཚོགས་གདོང་ལ་ཤར་ཤུར་སྐྱ་ཐིག་ལྡང་།།
བྱ་ཕྲུ་མི་འདུག་རང་རང་གནས་ཚང་ལོག།

འདུ་བྲལ་འཁོར་བའི་རང་གཞིས་མིག་ཏུ་འཁོར།།
སྐྱགས་རླུང་དང་ཁ་ཤིན་ཏུ་ཐོད་དུས་འདིར།།
ངས་ནི་མཁྱེན་པ་མཆིམས་སྒྲང་བཞིན་དུ།།
སྒྱུ་དན་ཚིག་གི་ཞུ་འཕྲིན་སྤྲིན་ལ་བསྐུར།།
ན་ཚོད་ཡོལ་བའི་རྐྱེན་གྱིས་ཡིན་ནམ་ཅི།།
ཡང་ན་རྣམ་གཡེང་བྱ་བར་ཚུད་པས་ལན།།
བྲིས་པའི་སྙན་ངག་བྲུངས་ཟད་ནད་པ་བཞིན།།
ཚོར་ཤེས་ཉམས་ཤིང་ཚིག་སྦྱོར་ཞན་པར་གྱུར།།
དེ་ལྟ་ན་ཡང་གཏུང་བའི་ཡིག་ཚོགས་ཀྱིས།།

དྭ་བའི་འཇིག་རྟེན་ཡོམ་ཡོམ་སྤྲུལ་དགོས་བྱུང་།།
མཛེས་པའི་མདངས་ཀྱི་སྟེ་ཀུ་བཀྲ་བ་ཡི།།
སྒྱུ་མའི་སྐར་ཚུང་མཁའ་ནས་འཇུམ་ན་ཡང་།།
ད་སྐབས་ང་རང་མུན་པའི་འོབས་སུ་ལྷུང་།།
ཤུག་གི་ཕྱི་ནང་ལམ་གྱི་གཡས་གཡོན་དུ།།
དྲན་གདུང་མཆི་མའི་ཐིགས་པ་མང་པོ་འཐོར།།
འདས་དོན་སྣ་ཚོགས་ཡིད་ཀྱི་ཡོལ་རས་སུ།།
བཙན་གྱིས་ལྡང་བས་མཚན་གྱི་གཉིད་ཀྱང་ཆག།

（འཇམ་མདའ་པདྨ།）

# དབྱངས་ཕྱུག་ལྷ་མོ་འཚོལ་བའི་སེམས་ནད།

མ་བཅོས་སྙིག་དང་མཛེས་སྡུག་མཆོག་མངའ་བའི། །
ཚིག་དང་དབྱངས་ཀྱི་སྙན་པའི་བང་མཛོད་མ། །
གན་མིན་འདི་མིན་བརྗོད་བྱ་ཟླ་བྲལ་བ། །
དབྱངས་ཕྱུག་ལྷ་མོས་ངག་གི་མཆོད་དབྱངས་བསྐུལ། །

དབྱར་གསུམ་ཟླ་བའི་ཁྲོད་ན་མ་མཆིས་པའི། །
དགུན་ཟླའི་གངས་དཀར་ཁྲོད་ན་མི་བཞུགས་པའི། །
དཀར་མཛེས་ལང་ཚོ་སྨིན་པའི་འདོད་འགུག་མ། །
དབྱངས་ཅན་ལྷ་མོ་བཙལ་ཀྱང་རྙེད་མ་བྱུང་། །

དཔྱིད་དཔལ་བཅུ་དྲུག་ལང་ཚོ་མ་ཡིན་ལ། །
སྟོན་དུས་ནགས་ཁྲོད་མཛེས་པའི་གླིང་ན་མེད། །
འཁོར་བའི་གྲོང་ན་འདི་ཡིན་གན་ཡིན་མེད། །
དབྱངས་ཅན་ལྷ་མོ་བཙལ་ཀྱང་རྙེད་མ་བྱུང་། །

དགེ་ཆོས་སྒྲོན་པའི་མཆོད་དབྱངས་བསྐུལ་ན་ཡང་། །
ལྷ་མོའི་གཟུགས་དང་དྲི་ཙམ་མ་རྙེད་ལ། །
རྒྱལ་སྲས་ཚངས་དབྱངས་ཚིག་ལ་མཁས་ན་ཡང་། །
ལྷ་མོ་བཙལ་ནས་རྙེད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཅི། །

སྙན་གསུང་དབྱངས་ཚིག་ཚང་གི་བཟེ་རྐོད་དེ། །
ནགས་དང་རྩེ་ཤིང་ལྗོམ་སྒྲ་མ་ཡིན་ཞིང་། །
རླུང་དང་ཚགས་ཀྱི་བཞུར་སྒྲ་མ་ཡིན་ལ། །
བཙལ་ཀྱང་རྙེད་པའི་སེམས་ལ་ཡིད་ཆེས་གང་། །

འཛེ་སྙིག་ཨུ་དམ་ཕ་ར་མ་ཡིན་ལ། །
མཛེས་གདོང་ཆུ་འཛིན་དཀར་པོ་མ་ཡིན་ནམ། །

དཔེ་དང་དཔེ་འཇོག་བྱེད་པའི་ངང་ཚུལ་དེ། །
བསམ་རེ་འཁོར་ན་དྲན་པའི་སྒྲོ་བཤད་ཙམ། །

མི་ཚེའི་ལོ་ཟླ་ཅི་ཙམ་རིང་ན་ཡང་། །
ལྷ་མོ་རྙེད་པའི་དུས་སྐབས་མ་མཆིས་པས། །
དེ་ཕྱིར་དད་སེམས་མཆོད་པའི་ངེས་འབྱུང་གིས། །
ལྷ་མོའི་བྱིན་རླབས་འགུག་པའི་ནུས་ཤུགས་ལྡན། །

རྒྱ་གར་སྙན་ངག་སྨྲ་བའི་ནག་མོ་ཁོལ། །
བློ་བུར་མི་ཕྱོག་དད་བའི་ངེས་འབྱུང་དེས། །
ལྷ་མོས་བྱིན་རླབས་བསྐུལ་བའི་བར་ཁྲོད་ནས། །
མ་བསྐུལ་དབང་མེད་བྱེད་པའི་དད་སེམས་ངེས། །

འཚོ་བའི་འཚོ་བའི་ནང་ན་མ་བཞུགས་ཤིང་། །
སྒྲ་དང་མཛེས་པའི་ཁྲོད་ན་མ་མཆིས་ལ། །
སྟོང་ཉིད་དད་པའི་ཡིད་ལ་འཁོར་འཁོར་ནས། །
བསམ་རེ་འཁོར་ན་ལྷ་མོ་སེམས་ན་བཞུགས། །

དྲི་དང་ལང་ཚོའི་ནང་ན་མི་བཞུགས་ཤིང་། །
ཡག་དང་བཅོག་པའི་ཁྲོད་ན་མི་འཁོར་ལ། །
མ་བཅོས་དད་པའི་སེམས་ལ་བཞུགས་བསྐུལ་བས། །
བསམ་རེ་འཁོར་ན་ལྷ་མོ་སེམས་ན་བཞུགས། །

བྱིན་རླབས་བསྐུལ་དང་མི་བསྐུལ་བ། །
རང་རང་སེམས་ཀྱི་རྣམ་རྟོག་ཙམ། །
དབྱངས་ཕྱུག་ལྷ་མོ་སངས་རྒྱས་ཕྱིར། །
བྱིན་རླབས་བསྐུལ་ས་གཞན་དགྲ་མེད། །

ལྷ་མོས་བྱིན་རླབས་གནམ་གྱི་ཐིག་མདའ་བཞིན། །
སྐད་གཅིག་ཐུར་ལ་བསྐུལ་བ་སྟོང་ཉམས་མེད། །

མ་བཅོས་དད་པའི་ཡིད་སེམས་དྭངས་གཙང་ན། །
ལྷ་མོས་བྱིན་རླབས་འདི་ལ་གཉེན་དགྲ་མེད། །

མ་བཅོས་སྙིག་གི་རང་མདངས་དཀར་པོ་ཆུ་
འཛིན་དཀར་པོ་ཞེས་ཀྱང་མ་ཡིན་ལ། །
གཞོན་སྐྱེས་ལང་ཚོ་དར་ལ་བབས་པའི་དཔྱིད་
དཔལ་བརྗོད་ཀྱང་སྐྱོ་བཤད་ཙམ། །

སྙན་གསུང་ངག་གི་ཚིག་དང་རོལ་སྒྲུད་
ཁུ་བྱུག་བཞག་ཀྱང་འཁྲུལ་སྣང་ཙམ། །
དབྱངས་ཕྱུག་ལྷ་མོས་མཛེས་སྡུག་མཆོག་མངའ་
ཟླ་བྲལ་ཕྱིར་ན་དཔེར་མ་མཆིས། །

སྟོན་དང་དཔྱིད་ཀྱི་བར་ཁྲོད་དུ། །
ཚོམ་དང་ཚིག་གི་བསླུ་བའི་ཁོག །
ཐུ་མེད་མ་ཡི་སོ་ནམ་བཞིན། །
ཕན་ལས་གནོད་པའི་ནུས་ཤུགས་དྲག །

ད་བཟུང་དད་པའི་བློ་སེམས་འདི། །
རབ་བརྟན་རི་བོ་གྲུ་འཛིན་ཚུལ། །
དྭངས་གཙང་མཚོ་ཡི་མེ་ལོང་བཞིན། །
ལྷ་མོས་བྱིན་རླབས་རབ་འཁོར་ཤོག །

ལུས་གཟུགས་ས་ལ་མ་ཐག་བར། །
དད་དང་མཆོད་པའི་ཞབས་ཕྱག་འཚལ། །
ལྷ་མོས་བྱིན་རླབས་ཉིན་ཞག་མཚན་ལ་བསྐུལ། །
མཐར་གཏུགས་དབྱངས་ཅན་མ་དང་དབྱེར་མེད་ཤོག །

（དགེ་གྲུ་རྒྱལ།）

རྒྱང་རིང་གི་རྩ་ཐང་དུ་ཁྱེད་རང་ཡོད་པ་གོ་རྗེས།
བདག་གིས་འཕྲང་ལམ་ཀྱག་ཀྱོག་དག་འབད་པས་བརྒྱལ་མྱོང་།
གཙང་པོ་ཤང་ཤང་གིས་བཞུར་འགྲོ་དུས།
ཞ་གཉིས་མྱུར་མོར་ངོ་བོ་དབྱེར་མེད་དུ་འགྱུར་བར་རེ་སྨྲུག་བྱས།
སྙིང་འཛངས་ཀྱིས་འཚོས་ཏེ་ཁོམ་ནས་ཡོད་དུས་ཀྱང་།
ཁྱེད་ཁོ་ན་བསྒོམས་ཏེ་སྟོང་འདང་བརྒྱབ།
ཀྱི་འབབ་མཆར་བའི་མེ་ལྷེ་སྨུམ་པོ།
ཁྱེད་གབ་པའི་ཚུལ་དུ་བག་ལ་ཉལ་སྐབས།
བདག་གིས་སྐྱོག་ཐུར་གྱི་རི་སུལ་གང་མང་བརྒྱུད།
མཚན་སྨུག་གིས་བསྒྲུན་པའི་མཁར་རྫོང་ནས་ཀྱང་།
ཁྱེད་གཅིག་པུ་སྐྱེ་ལམ་སྐྱེས་ནས་བསྟོད།
མི་འགྱུར་བའི་འཛིགས་པ་བཙན་པོས།
བདག་ཕྱིའུ་བཞིན་གཟེབ་དུ་བཙུད་སོང་ཚེ།
མཚན་ལྟོངས་ཀྱི་སྐྱེ་ལམ་ཐམས་ཅད་ཀློ་བུར་དུ་ཡལ་ངེས་པས།
ཁྱེད་ཀྱིས་བདག་ལ་ཁྲེལ་མེད་ཅེས་འབོད་སྲིད་དམ།
ཡིད་སེམས་རབ་ཏུ་སྡིང་སྙེ་རྒྱང་རིང་ན།
མིག་ཆུ་གཏོང་བཞིན་ཡོད་ཅེས་སྐད་བསྒྲུར་སྲིད་དམ།
ཡང་ན། ཁག་མེད་དོ་ཞེས་རྫོགས་ཚིག་སྤྲབས་བདེ་ཞིག་བཀོད་
དེ་བཏང་སྐོམས་སུ་འཇོག་ངེས།

（གཞི་ཚང་ཟླ་བ་གྲགས་པ།）

གནམ་སྟོན་ཐང་ལ་ལྷུང་འདྲའི་རྩ་ཐང་སྟེང་།
མི་རྣམས་ཚོམ་བུ་ཚོམ་བུ་བྱས་ནས་གླུ་གར་དང་རྩེད་འཛོ་ལ་རོལ།
ང་རང་ཁ་ནམ་མཁར་ཕྱོགས་ནས་གན་ཀྱལ་དུ་བསྡད།
སྐྱོ་རུ་བསྟར་ཕྲེང་བསྒྲིགས་ནས་འཕུར་སྐྱོད་གཏང་བཞིན་པའི་
བྱ་ཕྲུ་ལ་བལྟས་ཏེ།
ཁེར་སྡུག་གིས་མནར་གྱིན་པའི་རང་ཉིད་ཀྱི་ལས་དབང་ལ་སེམས་
ཁུར་བྱ་དགོས་བྱུང་།

གནས་འདིར།
ནམ་མཁའི་སྟོ་བསངས་དང་ཡོ་ལང་རྒྱས་ཀྱིན།
དུས་ཚོད་ཀྱི་ཉིན་སྲིབ་བར་ནས་གཙུབ་ཅིང་བརྡར་བ་ཇི་བཞིན།
བཞུར་ནས་འོང་བའི་ཤུགས་བསྟན་གྱི་ཉིང་ཁུ།
དེ་དག། དེ་དག་ལས་ཅི་ཞིག་གསལ་པོར་སོང་ངམ།

ང་ནི་འཕུར་སྐྱོད་ལ་འཁྲིང་བའི་མི་ཞིག་ཡིན།
འཕུར་སྐྱོད་ནི་ལས་དབང་ཞིག་གམ།
ཡང་ན། གདམས་གསེས་ཤིག་ཡིན་སྲིད།

དབང་ཆ་ཤོར་སོང་།
མགོ་བོ་བསྒྱུར་ནས
ཁེར་རྐྱང་མ་ཡིན་པའི་སྡུག་བསྔལ་ཞིག་ཁོག་ཏུ་བཅུག
སྐབས་དེ་ནས་བཟུང་། ང་ལ་སྤྲིད་སྨན་ལྟ་བུ་རེ་བླུད་ནས།
ཉི་མ་རེ་རེ་བཞིན་འཕུར་སྐྱོད་ནི་རྐྱེ་ལམ་ཞིག་ཏུ་གྱུར།

དུས་ཚོད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་སྨུག་གིན།
སྒྱུ་འཕྲུལ་གྱི་དབྱིངས་ལ་ཞུགས།
གདུང་སེམས་ཀྱིས་ཡང་ཡང་བཀྲུས་སྦྱོང་བའི་སེམས་ཁོ་ན།
སྟར་བཞིན། འཕུར་སྐྱོད་ལ་བྲེལ།

（གངས་ཆ་འཛོམས།）

# སྐྱོ་ངལ་མིག་ཆུ་ཟྲག་པའི་གདུང་དབྱངས།

## དང་པོ།

རེད། ཕལ་ཆེར་ཉིས་སྟོང་ཉེར་གཅིག་ལོའི་བོད་ཟླ་དང་པོའི་ཚེས་ཉི་ཤུ་ཡས་མས་ཤིག་ཡིན་པ་འདྲ། གསལ་ཐག་ཆོད་པོ་ཞིག་བཤད་རྒྱུ་མི་འདུག་ཀྱང་། ཉིན་དེ་ནི་འཛུམ་མདངས་མིག་ཆུ་ཡིས་བརླན་པའི་གྲང་ཤུར་ཤུར་གྱི་ཉིན་མོ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། ན་ཟུག་ཏུས་རྐང་ལ་ཟུག་པའི་གཉོམ་དུང་དུང་གི་མཚན་ལམ་རིང་མོ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན།

## གཉིས་པ།

ཉིན་དེའི་ཞོགས་པར་ངེད་ཁྲིམ་མི་ཚང་མས་མིག་ཕུར་ཕུར་བྱེད་ཀྱིན་ནངས་ལག་བགྱུ་བའི་སྐབས་ཤིག་ཡིན། སློབ་ཕྲུག་ངའི་བུ་བོའི་སྐད་འཕྲིན་སྙིང་སྐད་ཅིག་འཕྱུར་སོང་། སྐད་དེར་ཞན་མ་ཐག་ཨ་ཅེ་ཐན་མས་ཚུ་མ་ལྷབ་ཀྱི་སྐད་ཆ་ཐབ་ཐུབ་ཞིག་ཙག་སྒྲ་དང་བཅས་ཏེ་བཤད་བྱུང་། ངས་ཕུ་བོར་ཅི་བྱུང་ངམ་ཞེས་བྲེལ་སྟབས་ཀྱིས་དྲིས་པ་ན་ཕུ་བོས་སྐྱག་སྣང་དང་བཅས་ཏེ་〃ཨ་པ（ཡུལ་སྐད）ཡིག་སྐད་དུ（ཕུ་བོ XXX ）མདང་ནུབ་ཁྲིམ་མཚོས་ཚང་ལ་འཁྱིག་འཛོག་ཏུ་སོང་ས་ནས་དེ་རིང་ཐོ་རངས་དུང་རང་ཁྲིམ་ལ་མ་འཁོར་ཞེས་ཤོད་ཀྱིན་དངངས་སྐྲག་དང་བཅས་ཏེ་སྒོ་ཕྱིར་བརྒྱུགས་ནས་ཕྱུད་སོང་། དེ་ནས་ཨ་ཕ་ཡང་བྲེལ་འཚུབ་ཀྱིས་ཕུ་བོའི་རྗེས་བརྒྱུགས་ནས་སོང་། ངའི་ཨ་མ་སྤྱིར་ནས་སེམས་སྐྱི་མོ་བལ་ལས་འཇམ་པ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིར་སྐད་ཆ་དེ་ཐོས་མ་ཐག་ཨ" "བུ་འདི། མདང་ནུབ་སོང་ས་ནས་ད་དུང་ཡུལ་ལ་འཁོར་མེད་དུས་དངོས་གནས་དོན་རྐྱེན་ཞིག་བྱུང་བ་ཨེ་ཡིན་ནམ་ཞེས་ཟེར་གྱིན་འཚབ་འཚུབ་ཀྱི་ཚུགས་ཀ་གཞི་ནས་མངོན། ངས་ཨ་མ་ལ་ཁ་རོག་སྡོད། དོན་དག་ཅི་ཡང་བྱུང་ཡོད་མི་སྲིད། 〃ཨ་པ（ཨ་ཁུའམ་ཕུ་བོ）སྤྱིར་རྩེད་མོ་ལ་དགའ་བས་མདང་ནུབ་ཁྲིམ་མཚོས་ཚང་ནས་ཞག་བསྡད་གནང་བ་ཡིན་ཤག་ཤག་རེད་ཅེས་ལབ་པ་ན་ཨ་མའི་སེམས་ཁམས་སྐྱོད་ལ་ཕབ།

## གསུམ་པ།

དེ་ནས་ཨ་མས་ང་ལ་བཤད་རྒྱུར་ཙ་ཚོ་ཡང་འགྲོ་ཟེར། ད་དུང་ཨ་མས་འདི་ལྟར་ལབ། ང་ཚོའི་ས་འདི་རི་གཟར་ལ་གཟར་ཡིན་ཁར་བརྡ་རྟགས་ཀྱང་མེད་པས་ད་ནི་ཞི་སྟོད་པོར་སྡོད་ག་ལ་ཐུབ་ཟེར་གྱིན་ཡར་ལངས། དེ་ནས་ངས་ཀྱང་ཨ་མ་དང་སྲིང་མོ་གཉིས་ཁྲིད་དེ〃ཨ་པ（ཨ་ཁུའམ་ཕུ་བོ）ཚང་གི་ཁྲིམ་ཚང་གི་ཞོལ་གྱི་དེའུ་འབུར་ཞིག་ཏུ་ཕྱུད་ནས་བལྟས་པ་ཡིན། སྐད་ཅིག་མ་དེ་ལ་ངའི་རྣ་ལམ་དུ་དེ་སྔར་ཨ་ཅེ་ཐན་མོའི་ངུ་སྐད་ཐག་ཅ་རུ་མཆེད་དེ་གྲགས་བྱུང་། ངས་དེ་སྔར་རང་སེམས་སུ་དད་པ་རྩེ་གཅིག་གིས〃ཨ་པ（ཨ་ཁུའམ་ཕུ་བོ）ལ་སྐྱོན་མེད་པར་སྨོན་ཞེས་ལྷ་བླ་མ་ཡི་དམ་དཀོན་མཆོག་ལ་གསོལ་བ་ཞིག་བཏབ་རྗེས། ཨ་མ་དང་སྲིང་མོ་གཉིས་ལ་སྐྱོན་མི་འདུག སྐྱོན་མི་འདུག ཕྱིར་འགྲོ་ཞེས་སྐད་དམའ་མོས་ལན་གསུམ་བཤད་པ་ཡིན། ངའི་ཨ་མའི་སྙིང་ཁམས་དེ་འདྲའི་བདེ་ཐང་མིན་པས་ངའི་རྣ་ལམ་དུ་ཨ་ཅེ་ཐན་མོའི་སྙིང་ལ་གཟན་ཞིང་འཛིགས་སུ་རུང་བའི་ངུ་དང་འཁོར་བ་དེ་ངས་ཨ་མ་དང་སྲིང་མོར་བཤད་མ་ཕོད། ཕར་བལྟས་ན་ཨ་མ་དང་སྲིང་མོས་ཀྱང་ཨ་ཅེ་ཐན་མོའི་ངུ་སྐད་དེ་ཚུང་ཐོས་བྱུང་བ་དང་འདྲ། དེ་བས་ངས་མྱུར་བར་ཨ་མ་དང་སྲིང་མོ་ལ་འགྲོ་ཡུལ་ལ་འགྲོ། སྐྱོན་མེད་ཁུ་ཞེས་བཤད་པ་ན་ཨ་མ་དངས་བྱུང་། ངས་ཀྱང་རང་དབང་མེད་པར་མིག་ཆུ་རྫོགས་པོ་འགག་འགོང་ནས་ཐོར་སོང་།

## བཞི་བ།

དེ་ནས་ངས་ཨམ་གཙོགས་བསྡམས་ཤིང་ཨ་མ་དང་སྲིང་མོ་གཉིས་ཡུལ་ལ་ཁྲིད་པ་ཡིན། རྩུང་མ་འགོར་བར་ང་ཚོའི་སྟེ་བའི་སྐད་འཕྲིན་སྟེ་ཚོམས་ལས་ཤི་སྐད་ཅིག་ཉི་མ་དམར་པོ་དང་འགྲོགས་ནས་གྲགས་བྱུང་། 〃ཨ་པ（ཨ་ཁུའམ་ཕུ་བོ）མདང་ནུབ་གྲག་གཟར་ནས་ལྷུངས་ཏེ་ཚེ་ལས་འདས་སོང་། ཚང་མ་རོགས་རམ་བྱེད་དུ་ཤོག་ཅེས་སྐད་བརྒྱབ་བྱུང་། བླ་མ་མཁྱེན། འཇིག་རྟེན་ཡ། དཀར་ནག་རེས་སོས་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་ཡ། གྲང་ཞིང་འཁྱགས་འདར་རྒྱག་པའི་འཇིག་རྟེན་ཡ། ངའི་ཨ་ཅེ་ཐན་མོ་འདིའི་ཅི་བྱ། སྐུ་ཕྱིང་ངེར་ལུས་པའི་ཁྲིམ་གཞིས་འདིའི་ཅི་བྱ། ལོ་ན་བཅུ་གསུམ་ལ་མ་སོན་པའི་བྱིས་པ་འདི་གཉིས་ཀྱིས་ཅི་བྱ། རང་བདག་རང་གིས་མི་ཐུབ་པའི་མནའ་མ་འདིའི་ཅི་བྱ། དཀའ་ངལ་དང་སྡུག་ཡུས་ལས་ཐར་མ་ཐག་པའི་ཁོའི་ཕ་ཡར་འདིའི་ཅི་བྱ་ཨང་ཞེས་དུ་ཤམ་རྒྱུག་གིན་ང་དུས་ཡུན་རིང་པོར་རྩོད་འཐོར་ཞིང་ཏང་ཟེང་བར་ལུས། དེ་ལྟར་དགོང་ཀ་རྒྱ་ཚོད་བདུན་བརྒྱད་ཡས་མས་སུ་ཡོད་ཚད་མཇུག་བསྡུས་ཚར། མཇུག་བསྡུས་ཚར་ཟེར་ནའང་ཆེན་པོ་ཅང་མེད་དེ〃ཨ་པ（ཨ་ཁུའམ་ཕུ་བོའི）བེམ་པོ་བྱ་བཏང་བྱས་རྗེས་ཤི་བོའི་ངོས་ཐད་ནས་ཡོད་ཚད་མཇུག་བསྡུས་པ་དང་འདྲ། ཡིན་ན་ཡང་གསོན་པོ་ཤི་པོ་ལས་སྡུག་ཅིང་གསོན་པོའི་ཤི་པོ་ལས་ལྷག་པའི་སྡུག་བསྔལ་སྤྱོང་དགོས་པ་ནི་འཇིག་རྟེན་གྱི་འགྲོ་ལུགས་ཤིག་ཡིན་མོད། སྡུག་བསྔལ་དེ་ནི་ཕལ་ཆེར་དུས་ཡུན་རིང་པོ་ཞིག་སོང་རྗེས་རིམ་གྱིས་ཉམས་འགྲོ་བར་ངེས་ལ། ཤམ་ཤམ་འབབ་པའི་གདོང་གི་མཆི་མ་དེའང་ཡུན་གྱིས་སྐམ་སྲིད་པས་དེ་ནི་དེ་འདྲའི་རྟོགས་དཀའ་བའི་ཆོས་ཉིད་ཅིག་མིན་པ་འདྲ། ཡིན་ཡང་ན་ཚོད་མ་ལན་པར། ན་ཚོ་མ་ལན་པར། བཙན་ཤེད་དབང་དུ་གྱུར་པ་ནི་ཅི་འདྲའི་འཛིགས་སྣང་ཆེ་ཞིང་བརྗིད་པར་དཀའ་བའི་དོན་དག་ཅིག་རེད། ཅི་འདྲའི་ཕངས་སེམས་སྐྱེ་ཞིང་བློ་ཡིད་ལ་ཕོང་དཀའ་བའི་དོན་རྐྱེན་ཞིག་རེད་ཨང་།

## ལྔ་བ།

རེད་ཡ། འཇིག་རྟེན་པ་ལགས། དེ་རིང་གི་འཛུམ་མདངས་ལ་གཅེས་སྤྲས་མཛོད་ཅིག། དེ་རིང་གི་ལྟ་བ་འཛོམས་ལ་སྤྲོ་སྣང་སྐྱེད་ཅིག། རྒྱུ་མཚན་དེ་རིང་གི་འཛུམ་མདངས་ནི་སང་ཉིན་གྱི་གྲིས་བྲལ་ཡིན་སྲིད་ཅིང་། དེ་རིང་གི་ལྟ་བ་འཛོམས་ཡང་སང་ཉིན་གྱི་མིག་ཆུ་ཡིན་སྲིད་པས་རྟོགས་པ་མཐོ་རུ་ཐོགས་ཤིག། མི་རྟག་འཇིག་རྟེན་གྱི་སྙིང་པོར་སོམས་ཤིག། དེ་རིང་སང་ཉིན་ལ་འཆད་དུ་མ་འཇུག། སང་ཉིན་ནི་ནམ་ཡོང་ཡོང་ཞིག་སྟེ་མི་རྟག་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པས་ཤེས་པར་གྱིས་ཤིང་།།

（མགར་ཐང་དཀར།）