甘孜日报
GANZI DAILY
སྣོན་གྱི་སྣེ་མ།
2024ལོའི་ཟླ་9པའི་ཚེས27ཉིན།
གཟའ་པ་སངས།

དྲན་པའི་ཕྱི་ནང་།

ཉུབ་ཁའི་རི་རྩེ་ནས།
ས་སྐྱོད་ཀྱི་ཡོལ་བ་བཏང་རྗེས།
འོད་ཀྱི་ཞགས་པ་ཡང་ག་ལེར་ཆད་སོང་།
མཚན་སྨག་གི་ལྤ་བ་སྤུག་པོས།
ངའི་ཕྱི་ནང་གི་ཁོར་ཡུག་ཡོངས་སུ་བཏུམས་རྗེས།
འཇིག་རྟེན་ནི་ཏ་ཙང་ལྟིང་འཛུགས་ཤིག་ཏུ་གྱུར།
ལྷུང་བུའི་ཤུར་སྒྲ་ཙམ་ཡང་དབེན་དུས།
ད་གཟོད།
ངའི་སེམས་ཀྱི་ཁོང་གསེང་དུ།
ཞི་དུལ་ལས་སླེབ་པའི་ཁྱོད་རང་ག་ལེར་འཛུལ་བྱུང་།

གནག་སྨུམ་གྱི་སྒྲ་ལོ་བསྐྱོད་ནས།
མདངས་འཚེར་བའི་མིག་ཟུང་བཙུམས་ནས།
དགོད་སྒྲ་བའི་མཆུ་སྒྲོས་འགྱུལ་ནས།
ལང་ཚོའི་མཛེས་སྡུག་དང་།
ཡིད་འོང་གི་རྣམ་པ་ཡོངས་སུ་ཕྱུང་སྟེ།
ངའི་དང་གཞི་སྙིང་ཆུང་ལ་ཡང་ཡང་འཁོར་བྱུང་ཨང་།
འདི་ལྟར།
ངས་མགོ་བོ་ཐུས་མལ་དུ་བཙོལ་ཏེ།
སེམས་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་རྩེ་གཅིག་ལ་གཏད་ནས།
ཁྱོད་ཀྱི་ཡོད་ཚད་ལ་ཞིབ་ཏུ་བསམྣམས་ན།

ཐུན་གསུམ་གྱི་རྨི་ལམ་ཁྲོད་དུ།
ཁོ་བོ་ཁྱོད་དང་མཇལ་ནས་འགྲོགས་ཐུབ་ཅིང་།
ཕྲ་ཞིང་མཉེན་པའི་ཁྱོད་ཀྱི་ལག་ཟུང་ལ་ཡང་།
སེམས་ཆུང་དང་རེག་ཐུབ་པ་བྱུང་སོང་།
དེ་བས།
ཁྱོད་ཀྱིས་ང་ལ་སྩོལ་བའི་ལག་འཇུ་དེ་མ་གཏོང་རོགས།
ཁྱོད་ཀྱིས་ང་ལ་ཕྱིན་པའི་འཛུམ་ཞལ་དེ་མ་འགྱུར་རོགས།
ངའི་སེམས་ཀྱི་དྲན་ཤིང་ལགས།

（སྐྱག་འོད།）

རྩོམ་རིག་གི་དར་ཆ་མཐོན་པོར་སྒྲེང་། །མི་ཆོས་ཀྱི་བསམ་བློ་གནས་སར་ཁྱབ།།

པར་ངོས་གཙོ་འགན་པ། མིག་དམར་དོན་གྲུབ།

སྒྲོད་ཀྱི་དྲན་པ།

གྲང་ལྷང་བསིལ་བསིལ་ལྷང་བའི་ནམ་ཟླ་ཞིག་ལ།།
ཁུ་འཕངས་ཐན་ཐུན་བབས་པའི་ཕྱི་དྲོ་ཞིག་ལ།།
རོལ་དབྱངས་ཏུག་རིང་ཞིག་ལ་རྣ་བ་སྒྲགས་ཏེ།།
དབྱངས་ཀྱི་སྙིགས་བུའི་གདན་ལ་སེམས་ངལ་གསོས་ཡོད།།
སེམས་ཀྱི་མེ་ལོང་ངོགས་ལ་ཁྱོད་ཉིད་གསལ་ཡོད།།

བྱ་བྱེའུས་ཅེར་ཅེར་སྒྲོག་པའི་དུས་མཚམས་ཤིག་ལ།།
ཆུ་ཕྲན་ཤང་ཤང་བཞུར་བའི་དགུང་དྭ་ཞིག་ལ།།
སེམས་ཉིད་ཁོལ་མའི་ངོགས་ནས་རྒྱང་ལ་ཅེར་ཏེ།།
སྤྲིན་གྱི་རྒྱ་མཚོའི་དབུས་སུ་ལོ་བྲང་བཞེངས་ཡོད།།
ལོ་བྲང་རྒྱ་ཕིབས་འོག་ལ་ཁྱོད་ཉིད་བྲིས་ཡོད།།

སྤྲིན་པ་ལང་ལོང་རྒྱུ་བའི་གྲོང་ས་མོ་ཞིག་ལ།།
དར་ལྕོག་ལྷབ་ལྷུབ་སྒྲོད་པའི་ས་སྤྲིབ་ཅིག་ལ།།
ཚིག་གི་མེ་ཏོག་རེ་རེ་ཚོར་བས་རྒྱས་ཏེ།།
ཡིད་ཀྱི་སྐྱམ་བུ་དེ་རུ་དྲན་པ་བསླལ་ཡོད།།
དྲན་པའི་རུ་མའི་ནང་ལ་ཁྱོད་ཉིད་གཅུད་ཡོད།།

སྨུན་པ་རབ་རིབ་ཡིན་པའི་ས་སྐྲོས་ཤིག་ལ།།
སྐྱིག་འོད་ཆེམ་ཆེམ་འཚེར་བའི་སྙིང་འཛུགས་ཤིག་ལ།།
ཞེན་ཆགས་ཁྲིས་པོའི་ནང་ལ་སེམས་པ་སྦྲས་ཏེ།།
དགུ་ཚིགས་གཙང་པོའི་རྒྱུད་ནས་རྨི་ལམ་བསྐྲེགས་ཡོད།།
རྨི་ལམ་ཟ་ཟེའི་ངོགས་ལ་ཁྱོད་ཉིད་བཞེངས་ཡོད།།

ཟླ་འོད་མག་མོག་ཡིན་པའི་སྨུག་མཚན་ཞིག་ལ།།
སྐར་ཚོགས་ཤིག་ཤིག་འདར་བའི་ནམ་གུང་ཞིག་ལ།།
ལས་ཀྱི་ཞེན་ཆགས་དམར་པོའི་ཚོར་འདུ་ཆོད་པས།།
ཀུན་རྟོག་སེམས་ཀྱི་ཀླབས་རིས་ཚིག་ཏུ་བརྡེབས་ཡོད།།
ཚིག་གི་གསང་བ་རེ་རེ་ཁྱོད་ལ་བསྒྲིངས་ཡོད།།

ཚོར་བ་ཐམ་ཐོམ་ཡིན་པའི་སྐད་ཅིག་ཅིག་ལ།།
སྣང་བ་ར་རི་ཡིན་པའི་བར་སྐབས་ཤིག་ལ།།
འཁྲུལ་བའི་མཛེས་པ་མཐའ་དག་གཅིག་ཏུ་བཅེར་ཏེ།།
དབྱིངས་ཀྱི་མུ་ཏིག་ཚོམ་བུས་ཕྲ་རྒྱན་བཏབ་ཡོད།།
རྒྱན་གྱི་ཁ་དོག་རེ་རེར་ཁྱོད་ཉིད་ཕབ་ཡོད།།

（ཕྱིན་འདའ་བ།）

དབྱངས་ལ་ཆགས་པའི་བརྩེ་འདུང་།

ལོ་ཞག་དབྱངས་ལ་ཆགས་པའི་གཏམ་རྒྱུད་ཀྱི། །
དབུ་ཕྲེད་ཚིག་གི་འབྲུ་མས་ལེགས་བྲིས་ཏེ། །
ཞིམ་མངར་བརྩེ་བས་བཀླན་པའི་སྙིང་རྩེ་དོག །
ཚིག་རིས་མེ་ཏོག་སོ་མའི་འདབ་མར་སྤྲས། །

མིག་ཟུང་བུང་བ་མི་སྡོད་མཁའར་འཕུར་བས། །
འོད་འཚེར་ཁ་བའི་འདབ་མ་ཞེར་ཐོགས་པོ། །
ངང་མོ་མཚོ་ལ་འཁོར་བའི་སྟངས་ཀ་ལྟར། །
དྲན་འཛིན་ཡོ་གོར་ནང་དུ་སིམ་སིམ་འབབ། །

མདངས་དཀར་རང་བྱུང་ཁ་བ་མཛེས་རྣད་པོ། །
ཁིར་རྒྱང་སྙིའུ་ཁུང་ངོས་སུ་འཐོར་བའི་ཤུལ། །
སྤྲོས་ཞེན་འགྲོས་ཀྱིས་བཏབ་པའི་རྣམ་རྟོག་རྟས། །
འཚེར་སྣང་སྙིང་འཇགས་ཡིད་ལུང་ཐོལ་གྱིས་དཀྲོགས།།

ཀུན་རྫོབ་སྣང་བའི་ན་བུན་འཐིབ་པའི་རིར། །
བདེན་ཞེན་རི་དྭགས་བག་ཡངས་རྩེད་བྲོར་རོལ། །
ཡུན་དུ་གཡིང་པའི་ཚེ་རབས་ལས་ཀྱི་ཕྲེང་། །
སྣང་སེམས་དབྱངས་ལ་བསྲིས་པའི་གཏམ་རྒྱུད་སྨུམ།།

འཚོ་བའི་མངར་ཁ་ཚོར་བའི་རི་ཕྲོང་ནས། །
རང་དབང་ཤོག་བྱ་བསྒྲིངས་པའི་མི་ཧྲིང་བའི། །
ཚེ་ཡི་དར་རྒྱུད་ཟླ་གཞོན་འཛུམ་པའི་མཐར། །
བཞུར་འཕྲོའི་མི་ཚེ་སྐར་ཕྲན་ཡིད་འཛེབས་པོ། །

ཆུ་བོར་ཆུ་བོས་མཐུད་པའི་བཞུར་རྒྱུན་གྱིས། །
རི་ཆུའི་བརྩེ་སེམས་བསྒོམས་པའི་རང་བྱུང་གླུ། །
བརྩེ་འདུང་ཆར་ཟེམ་བབས་པའི་འདབ་མ་བཞིན། །
ཕལ་བའི་འཇིག་རྟེན་གྲོང་དུ་མཛེས་སྡུག་མཛོད། །

བཅོས་མེད་གཞུག་སེམས་ཕྱི་གསལ་ནང་མཛེས་ངོས།།
རིས་སྨུག་རིས་སྐྱིད་ཚོར་ཤེས་སྣ་ཏིག་ཚོམ། །
དབྱངས་ཀྱི་ཚིག་རིས་བཏབ་པའི་བར་མཐའ་ནས། །
མི་ངོམས་ངག་རིག་ཆང་གིས་མྱོས་ནས་འདུག །

ཞེན་ཆགས་གཡོར་གྱུ་རྒྱུ་བའི་མཚོ་མཐའ་ནས། །
ངང་དུར་ཁྲུས་ལ་ཞུགས་པའི་དབྱིད་ཟླ་ནས། །
དབྱངས་གསལ་སྙིག་མོའི་ཞལ་ལ་ཉུག་དང་སྦྲན། །
མཛའ་གཙུགས་ཟླ་ཤེལ་ཡིད་མཁར་བསྲུས་ཏེ་ལུས། །

སྤྲིན་པ་དཀར་གཙང་ཞིག་གི་རྣམ་ཕྱུགས་ནས། །
དྲན་གདུང་པད་མོ་རྒྱས་བསྐྱེད་གྱུ་ཆར་སིམ། །
མི་མངོན་དབྱིངས་ནས་འཁོར་བའི་གསང་བ་སྟེ། །
མཐོང་ཟིན་འཇའ་རིས་སྨོག་པོ་མི་མཛེས་སམ། །

རི་སྲུལ་ཤང་ཤང་འབབ་པའི་ཆུ་ཕྲན་དག།
དལ་མེད་སྤུང་གཤོང་ནང་དུ་ཐྲིལ་
འཚུབ་ཀྱིས། །
གང་ཞིག་པོར་འཚོལ་ལས་ལ་
བརྩོན་ཚུལ་ཟླ། །
མཐོང་སྣང་མེ་ལོང་ངོས་སུ་
འདུར་རྒྱུག་ཐེལ། །

（དབྱངས་ལྡེའུ།）

པོ་ཏ་ལ་དང་སྙིང་ཉེ་མ།

ལྷ་ས་ཞེས་གླིང་དུས།
སེམས་ལ་བྲེལ་འཚུབ་ཅིག་ཡོང་དོན།
ཏ་ཙང་དྲན་དགས་པས་ཡིན་ནམ།

པོ་ཏ་ལ་ནི་བེམ་གཟུགས་ཤིག་མ་རེད།
དེ་བས་ཀྱང་ཇོ་ཁང་ཞིག་མ་རེད།
དེ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ཞིང་།
དགའ་དང་དད་ཀྱིས་མིག་གོང་བཀྲུན་པའི་མི་དག།
དོན་དུ་དེའི་པང་མཐིལ་ནས་ན་སོན་ཏེ།
བུ་སྐྱོར་མ་དང་འཕྲད་པའི་ཚོར་བ་ཞིག་སྐྱེར་གྱིན་འདུག།

རྒྱང་རིང་ས་ཞིག་ནས་མིག་ཅེར་བ།
དོན་དུ་ནམ་ཞིག་གི་ཚེ་ན་མཇལ་འདོད་པས་ཡིན།
ཡང་གཅིག་བཤད་ན།
ང་ནི་ཁྱེད་ཀྱིས་ཐུག་ན་འདོད་པའི་མི་ཞིག་ཡིན་ཡང་སྲིད།
དེ་ལྟར་མིན་རུང་།
ང་ནི་ཁྱེད་ལ་ཐུག་འདོད་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའི་མི་དེ་ཡིན་ངེས།

ལྷ་སའི་ཐང་ལམ་དེ་ལེ་དབར་ཚད་མེད་ཅིག་བཤད་ན།
སེམས་ཀྱི་དབུས་ལམ་འདི་སྒོ་ཐེམ་ལས་ཉེ་བས།
འདི་ནས་སྡེ་དགེ་དང་ཆབ་མདོ།
ཆབ་མདོ་ནས་ཁོང་པོ་སོགས་སུ་སྦྲང་མ་བཞིན།
རིམ་བཞིན་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་མེ་ཏོག་ཚལ་ནས།
ཞིམ་མངར་གྱི་རྗེས་ཤུལ་འཚོལ་བཞིན་ཡོང་ན་འདོད།

ཁྱེད་ནི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་མེ་ལོང་གསལ་པོས།
དད་འདུན་གྱི་རྟེན་སྐལ་གཙང་པོས།
འཆི་གསོན་གྱི་འཇུ་ཐག་རིང་པོས།
འགྱུར་མེད་ཀྱི་ཀ་བ་བརྟན་པོས་ཏེ།
རྒན་པ་ཚོའི་ཡིད་དུ་སིམ་པའི་གཞས་ཚིག་དང་།
གཞོན་པ་ཚོའི་ངག་ན་འཁྲོལ་བའི་དབྱངས་རྟ་སྟེ།
ངས་ནམ་ཞིག་ལ།
ཁྱེད་ཉིད་སོས་དལ་དང་མཇལ་འདོད་ཀྱི་རེ་བ་ཤིན་ཏུ་ཆེ།

མ་ཟད།
དྲང་བདེན་དང་ངོ་ཚ་བོར་བའི་གནས་ཡུལ་འདི་ནས།
ང་ལ་རྣམ་དག་གི་བརྩེ་བ་གཅིག་ཐོབ་བྱུང་ན།
ངས“སྙིང་ཉེ་མ”ཞེས་འབོད་ས་དེའང་།
ཁྱེད་ཀྱི་མདུན་ཐང་དུ་ཏ་ཙང་ཁྲིད་ན་འདོད།
རྒྱུ་མཚན་ཡང་།
ང་དང་འབྲེལ་བ་ཟབ་པའི་མི་ནི།
པོ་ཏ་ལ་ལ་ཤིན་ཏུ་དགའ་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན་འགྲིག།
དེ་ལྟར་མིན་རུང་།
དབུས་ཕྱོགས་ནས་གཟི་འོད་ལམ་ལམ་དུ་འཕྲོ་སྒྲོང་མཁན།
ངའི་ཡབ་མེས་ཀྱི་ངོ་གདོང་དེ་དག།
ཅིས་ཀྱང་ཞིབ་འབྲི་ཞིག་བྱེད་དགོས་འདུག།

གང་ལྟར།
བློ་ཁིན་ན་ཚོག་ས།
སེམས་གཏད་ན་ཚོག་ས།
སྤྲ་ཁྲིགས་ཁྲིགས་ཀྱི་པོ་ཏ་ལ།

（སྟོང་རོང་བསོད་ཐར།）

ཉིང་ཁྲིའི་བུ་མོ།

བུ་མོ་ཆུང་ཆུང་ཁྱོད་ཆུང་འདྲིས་མེད་ཡང་། །
འཁོར་བའི་རི་འདབས་ནས་ལྷག་པ་ཚོར་བས། །
འཛུམ་མདངས་མེ་ཏོག་གི་རིག་བྱ་འཇམ་པོ། །
ཐོབ་པའི་སྨོན་འདུན་ཞིག་རྣམ་ནང་སྦས་ཡོད། །

རི་འགོའི་སྨུག་སྤྲིན་དང་བསྡེབས་པའི་བུ་མོ། །
རྫི་སླུ་སྐྱན་མོ་ཞིག་མགྲིན་རྩེར་དྲངས་པས། །
འཁོར་བའི་རྡོད་ཁོལ་གྱི་བརྩེ་བའི་བདག་མོ། །
ཕྱི་མིག་ཡང་ཡང་གིས་གཟིགས་པ་གནང་རོག །

ལུག་ཕྲུ་སྤྲིན་དཀར་དང་འདྲིས་ནས་ཡོད་པ། །
སེམས་པ་གདངས་དཀར་གྱིས་མཚོན་ཐབས་ཡིན་པས། །
ན་ཆུང་སྙིག་ལྡན་གྱི་ཡིད་འཕྲོག་གཞོན་ནུ། །
འཛུམ་མདངས་འོད་ཟེར་ལ་འགྱུར་བ་མེད་རོག །

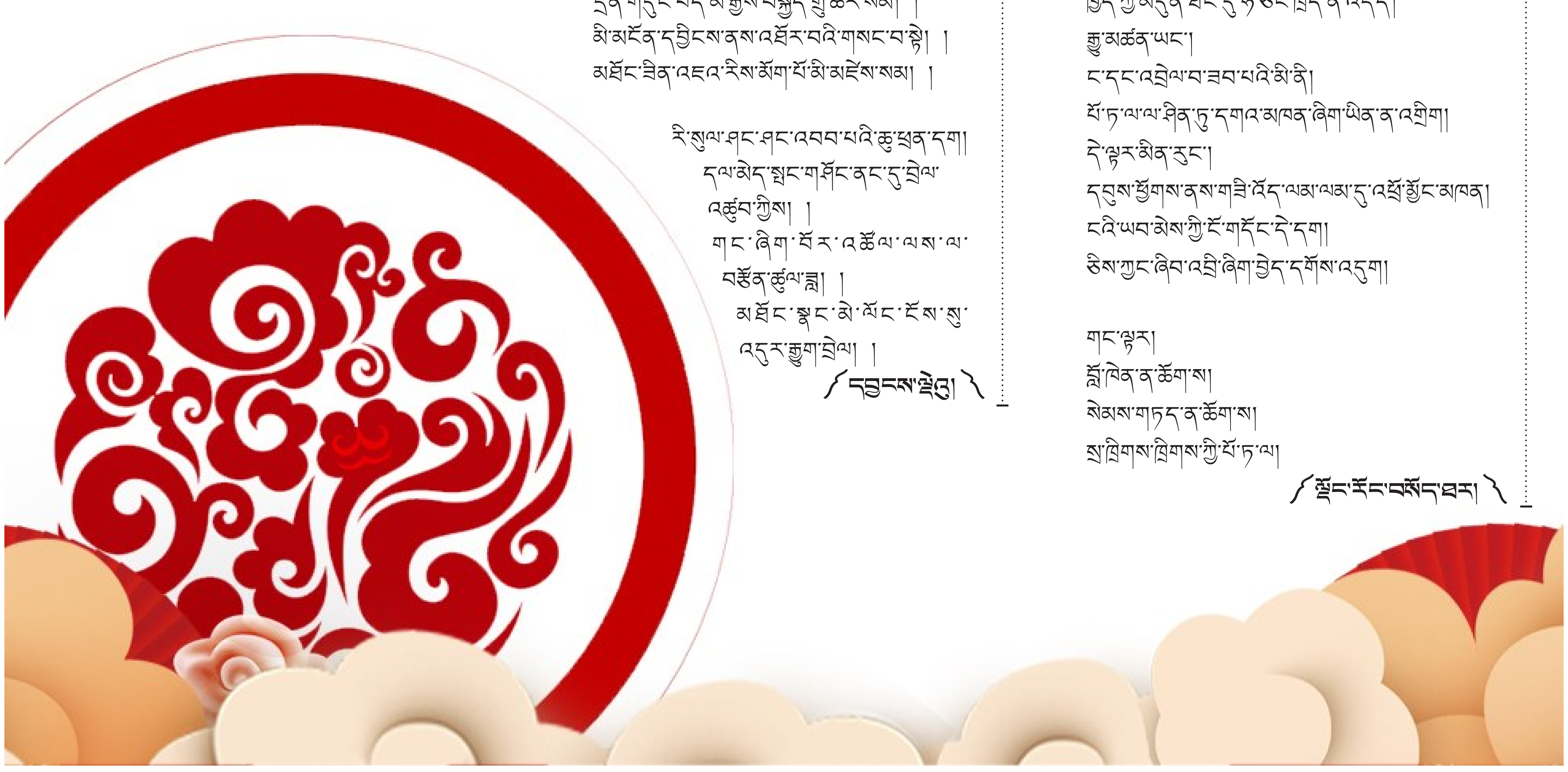
སྐྱི་ལམ་དཀར་པོ་ཞིག་ལྷ་ཚོགས་ཐུལ་འདུག །
རེ་བ་ཕྱེད་ཀ་ཞིག་ཚུར་ལ་ངོམ་བྱུང་། །
མགུར་མའི་རང་མདངས་ལས་སྐྱེད་པའི་བུ་མོ། །
ཚིག་གིས་སྒྲུང་འཁོར་ཞིག་མགུལ་དུ་གདགས་རོག །

ཤུར་རྫོ་ཁྲ་ཁྲ་ཞིག་ལུས་ལ་བཏགས་ནས། །
བརྩེ་སེམས་རྡོད་ཁོལ་གྱིས་ཁེངས་པའི་གཞོན་ནུ། །
འཁོར་བའི་བྱ་གཞག་ལ་བྲེལ་ཚབ་ཆེ་བས། །
བུ་མོའི་གོམ་འགྲོས་ལ་བར་ཆད་མེད་རོག །

གཡུ་ཐོག་ཟམ་ཁ་ནས་སྒྲ་ལོ་ལྷག་སོང་། །
ཚངས་དབྱངས་རྒྱ་མཚོ་ཡི་མགུར་གླུ་དྲན་སོང་། །
སྒོ་ཁའི་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་རྟོག་བཏགས་བུ་མོ། །
ཉིང་འཛིན་མཉམ་བཞག་གི་ངོས་སུ་ཤར་བྱུང་། །

དབེན་པའི་སྙིང་འཇགས་སུ་སྤྲོས་པས་གར་འཁྲབ། །
གཟུགས་མེད་ཚིག་འབྲི་ཡིས་བཞེངས་པའི་བུ་མོ། །
རི་དང་གཙང་པོ་ཡི་སྨོན་འདུན་མཐའ་དག །
ཚོར་བའི་རླབས་རྒྱུན་དང་བསྡེབས་ནས་ཕུལ་ཡོད། །

ཁྲིལ་དང་ཕྱི་ཐག་ཅིག་ཡོད་མེད་ཅི་ཆ། །
གཟུགས་དང་ལང་ཚོ་ཡང་མཛེས་མིན་མི་ཤེས། །
བློ་ངོར་ཡུད་ཙམ་གྱིས་འཆར་སྣང་བཀོད་ནས། །
འདི་ཡིན་འདི་མིན་གྱི་དབྱེ་འབྱེད་མེད་རོག །

ཚིག་གི་བཟི་ཁ་ལ་འཁྲི་བའི་རྣམ་ཤེས། །
ངག་གི་ཆ་ལོ་ལ་དུངས་པའི་ཨ་རྗེས། །
རྟོག་བཏགས་སྒྱུ་འཕྲུལ་གྱི་མཁུར་ཚིག་བྲིས་པ། །
ནང་མཐུན་གཞོན་ནུ་ཆོས་ཕྱུགས་ཡངས་གནང་རོག །

（ཛ་ཟྭལ་བློ་བཟང་།）