པར་ངོས་གཙོ་འགན་པ། མིག་དམར་དོན་གྲུབ། ཁ་པར། 13320799988 ཡིག་སྒྲོམ། 892204328@qq.com 2026ལོའི་ཟླ་བ10པའི་ཚེས26ཉིན། རྩོརྩོམ་རིརིག་སྒྱུ་རྩོལ། ༣

ལང་ཚོའི་འདབ་མ་མ་རྙིང་ཞིང་།།
འཛུམ་པའི་འོད་དཀར་མ་ཡིབ་གོང་།།
སྣང་བའི་གཞུང་ནས་རབ་སྤྲོ་པས།།
སྙན་འཇེབས་ངག་གི་སྣེ་མོར་འཇུ།།

ནང་སེམས་ཚོར་བའི་སྲུབ་ཀ་ནས།།
ཡུན་རིང་ཉར་བའི་དམ་ཚིག་ལ།།
ཕྲ་མོ་ཙམ་ཡང་མི་འགལ་བར།།
སྦྲེལ་བའི་ལག་རྡང་ལྷོད་མ་གྱུར།།

གཡུ་ཡི་ཕྲ་རྒྱན་རབ་མཛེས་ཤིང་།།
བཞིན་རས་གདོང་ནི་རྨད་པའི་མཆོག།
ཕལ་བའི་ཡིད་དབང་འཕྲོག་པ་ཡི།།
དར་བབ་སྐེད་མེད་གཞོན་ནུའི་ཚོགས།།

ཁ་དོག་མཛེས་ལྡན་དབང་གཞུ་ཡི།།
ཕུབ་པའི་གུར་ཁང་བཅོས་སུ་མེད།།
རིང་ནས་སྙིང་དུ་སྡུག་ན་ཡང་།།
ཡུད་ཙམ་ནས་ནི་ཡལ་འགྲོ་བ།།

ཡིད་འདྲིས་ཟླ་བའི་མཛའ་གཅུགས་དེ།།
བདག་གི་འཁྲིས་སུ་གནས་གྱུར་བས།།
འདོད་ཧམ་ཆེ་དྲགས་མི་བྱེད་པར།།
རང་བབ་ལམ་ཆུང་དཀྱིལ་ནས་བགྲོད།།

སྙན་དབྱངས་ངག་གི་སྒྱུ་འཕྲུལ་གྱིས།།
མི་སེམས་དྲག་ཏུ་སྒུལ་བ་བཞིན།།
མཁའ་ལ་ལྡིང་བའི་ཁྲུང་ཁྲུང་གིས།།
རེ་བའི་འདབ་མ་ཇེ་གསལ་བཏང་།།

སྙིང་གའི་དབྱིངས་སུ་རབ་བཞད་ཅིང་།།
མིག་གི་མཐིལ་དུ་ཐོགས་པའི་ཁྱོད།།
དབྱར་གསུམ་མེ་ཏོག་རྒྱུ་བཞིན་དུ།།
བདག་གི་འགྲམ་དུ་ཅི་དགར་འཛུམ།།

འདི་ན་མི་རྟག་འཁོར་བའི་མིས།།
འདི་སྣང་མེ་ཏོག་ཡུན་བཏུ་ནས།།
འདི་བདེ་ཙམ་དུ་འཚོ་བ་ནི།།
འདི་ཡི་ནགས་སུ་རྒྱུ་བས་ཀྱང་།།
༼ ཁམས་ཟླ་སྲས།༽

མདོ་དབུས་མཐོ་སྒང་གི་འབྲོག་ཐང་ནས་
གཉོམ་ལག་རྒྱས་པའི་འབྲོག་ཕྲུག་རྣལ་མ་ཞིག་
ལ་མཚོན་ན།མཚན་མོའི་སྐར་ཚོགས་ཀྱིས་ནམ་
མཁའ་ཡོངས་སུ་ཁེངས་ཤིང་།ཞོགས་པའི་ཉི་
འོད་དང་མཚམས་སྤྲིན་གྱི་སྟངས་སྟབས་སོགས་
རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་ལྟད་མོ་ལྟ་བས་མི་ངོམ་པ་
ཡོད།འོན་ཀྱང་།དྲང་མོར་བཤད་ན།ཆུང་
དུས་ནས་ད་ལྟའི་བར་ལོ་ངོ་ཉི་ཤུ་ལྷག་གི་རིང་
སྤང་ཐང་གདན་དུ་བཏིངས་ཤིང་སྐར་ཚོགས་
དང་སྤྲིན་དཀར་མལ་ཐུལ་དུ་བྱས་ནས་འཚོ་
སྡོད་བྱས་ཀྱང་།ཞིབ་ཏུ་དེ་དག་ལ་རོལ་མྱོང་
ཞིག་བྱས་མ་མྱོང་བ་འདྲ།དོ་ནུབ་ང་རང་ནང་
ལོག་ནས་རང་སྡེ་བར་དང་བླངས་དགེ་རྒན་དུ་
ཡོང་བའི་གྲོགས་པོ་ཚོ་དང་ལྷན་དུ་རྒྱུ་སྐར་ལ་
བལྟ་རུ་ཆས། ང་ཚོས་རླངས་འཁོར་བསྐོར་ནས་
གྲོང་མཐའ་རུ་བུད་དེ་ཧ་ལམ་སྤྱི་ལེ་བཞི་ལྔ་ཙམ་
སོང་རྗེས།དེ་འདྲའི་མཐོ་རྒྱུ་མེད་པའི་རི་བོ་
ཆུང་ཆུང་ཞིག་གི་འགོར་འགོས།
ཕྱི་དྲོར་ཉིན་གཅིག་གི་སློབ་ཁྲིད་ཡོངས་
སུ་ཚོགས་ཚར་ནས་ངལ་གསོའི་དུས་ལ་སླེབས།
དང་བླངས་དགེ་རྒན་རྣམས་ཀྱིས་ཉིན་གངཔོར་
སློབ་ཁྲིད་བྱས་ཤིང་བར་དུ་ཇ་མར་རོགས་བྱས་
ནས་བྱིས་པ་ཚོར་བཟའ་བཏུང་བསྐོལ་རོགས་
བྱས་ཤིང་།ལྷག་པར་དུ་ད་ལོར་དང་བླངས་
དགེ་རྒན་ཡོང་བ་འདི་ཚོ་ཐེངས་དང་པོར་མདོ་
དབུས་མཐོ་སྒང་གི་ཡུལ་གྲུ་འདིར་གོམ་པ་སྤོས་
པ་ཡིན་པས་ས་ཆུའི་རྐྱེན་དང་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་ངལ་
དུབ་གཉིས་ཀས་ཅུང་ཐང་ཆད་དེ་ཡོད།དང་
བླངས་དགེ་རྒན་ལ་ལས་ཡང་བསྐྱར་ཕྱི་ཉིན་གྱི་
སློབ་ཁྲིད་ལ་གྲ་སྒྲིག་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད།ལ་ལས་
བྱིས་པ་ཚོ་ཁྲིད་ནས་སྡེ་བའི་སྤྱི་གླིང་དུ་སོང་ནས་
རོལ་རྩེད་སྣ་ཚོགས་རྩེད་བཞིན་ཡོད།ལ་ལས་
བྱིས་པ་ཚོར་གྲོང་ཁྱེར་ཆེན་པོའི་འཚོ་བ་དང་
ཁོར་ཡུག།འཛུགས་སྐྲུན་སོགས་ལྟད་མོ་མང་པོ་
ཞིག་སྟོན་བཞིན་ཡོད།ང་ཚོའི་བྱིས་པ་ཚོའི་
ཁྲོད་དུ་ནང་ལོག་གི་དར་རྒྱས་ཆེ་བའི་གྲོང་ཁྱེར་
ནི་བཤད་མ་དགོས།ཐ་ན་ཟི་ལིང་དུ་འགྲོ་མ་
མྱོང་མཁན་ཡང་མང་པོ་ཡོད།དགེ་རྒན་ལ་
ལས་ཁ་པར་དང་གློག་ཀླད་ལས་དར་རྒྱུག་ཆེ་
བའི་བོད་གླུ་འགའ་རེ་གཏོང་ཞིང་།བྱིས་པ་
ཚོར་རང་ཉིད་ལ་བོད་གླུ་ཁྲིད་དུ་བཅུག་ནས་
བོད་གླུ་སྦྱོང་བཞིན་འདུག།དེ་འདྲའི་ཁོར་ཡུག་
ཅིག་གི་ཁྲོད་དུ་ཁོ་ཚོ་ནི་དགེ་སློབ་ཡིན་ལ་དེ་བས་
ཀྱང་ཕན་ཚུན་གྱི་གྲོགས་པོ་བཟང་པོར་གྱུར་
ཡོད། ཁོ་ཚོ་ཐོན་པས་རྒྱུན་པར་ལྷིང་འཇགས་
ངང་རྒན་པོ་རྒན་མོ་འགའ་ལས་མེད་པའི་གྲོང་
ཚོ་འདི་ཅུང་ཙམ་འ་འུར་ཟང་ཟིང་དུ་གྱུར་ཡོད།
སྐབས་ལན་རེར་ཁེར་རྐྱང་དུ་ལུས་ཡོད་པའི་
རྒན་པ་དེ་ཚོ་ཡང་བྱིས་པ་ཚོར་བལྟ་རུ་ཡོང་།
ཅུང་ཙམ་གྱིས་ཉི་མ་ནུབ་ཀྱི་རི་བོ་རྩེ་ནས་
དལ་བུར་ཡལ་ཏེ།ས་ཡང་རུབ་ལ་ཉེ་བས་
མཐའ་འཁོར་ཡོངས་མག་མོག་ཏུ་གྱུར།བྱིས་པ་
ཚོ་ཡང་གཅིག་རེ་གཉིས་རེ་བྱས་ནས་མལ་ཁང་
དུ་སོང་།ང་ནམ་རྒྱུན་དང་འདྲ་བར་བྱིས་པ་

ཚོའི་མལ་ཁང་དུ་ཁོ་ཚོ་ཁ་ཚང་མལ་ཁང་དུ་ཐོན་
ཡོད་མེད་ལ་བལྟ་རུ་སོང་བ་ཡིན།དེ་དུས་ངས་
བྱིས་པ་ཚོའི་རེ་བ་ལྟར་ཁ་པར་ལས་གླུ་དབྱངས་
དང་གནའ་གཏམ་འགའ་རེ་བཏང་ནས་ཁོ་ཚོ་
གཉིད་དུ་བཅུག་པ་ཡིན།ཡུན་གྱིས་བྱིས་པ་
འགའ་རེས་རྔུར་བ་འཐེན།འགའ་རེས་གཉིད་
བཤད་ཐན་ཐུན་རེ་བྱེད།ད་ནི་ངས་ཀྱང་ཉིན་
གཅིག་གི་ལས་འགན་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པས་ཕྱིར་
རང་ཁྱིམ་དུ་ལོག་ནས་ངལ་གསོ་གྲབས་བྱས།
ང་རང་ར་སྐོར་ལས་ཕྱིར་འབུད་དུས་ནམ་
མཁའ་ཡོངས་སྐར་ཚོགས་ཀྱིས་ཁེངས་འདུག།
གྲོང་ཚོའི་གསལ་ལ་མི་གསལ་བའི་སྲང་བར་གྱི་
གློག་འོད་འོག།མི་འགའ་གན་རྐྱལ་དུ་ལོག་
ནས་པར་ཆས་དང་ཁ་པར་བཟུང་ནས་གནམ་

ནས་ཅི་ཞིག་ལ་པར་ལེན་བཞིན་འདུག།ཡང་
འགའ་རེས་ལག་པ་སྔས་མགོ་བྱས་ནས་ཐང་དུ་
ལོག་སྟེ་གནམ་ལ་བལྟས་འདུག།མི་དེ་ཚོའི་
གྲིབ་གཟུགས་ཙམ་ལས་ངོ་གདོང་དང་གཟུགས་
གཞི་གསལ་པོར་མི་མཐོང་།འོན་ཀྱང་ངས་མི་
དེ་ཚོ་རང་གི་དགེ་གྲོགས་ཚོ་ཡིན་པ་གསལ་པོར་
ཤེས། ང་རང་ཁོ་ཚོའི་གམ་དུ་སོང་ནས་ཅི་
ཞིག་ལ་པར་ལེན་བཞིན་པ་དྲིས་པར།མ་གཞི་
གསར་འགྱུར་ལས་དོ་དགོང་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་རྒྱུ་
སྐར་མང་པོ་ཡོད་པ་བསྒྲགས་འདུག། ཆུང་
དུས་ནས་ཟང་ཟིང་དང་འདུ་འཛི་ཆེ་བ།རྫས་
འགྱུར་གྱི་དུག་རྫས་སོགས་ཀྱི་རྐྱེན་གྱིས་མཁའ་
དབུགས་ལ་འབག་བཙོགས་བཟོས་ཡོད་པའི་
གྲོང་ཁྱེར་ཆེན་པོ་ནས་ནར་སོན་པའི་ཁོ་ཚོར་
མཚོན་ན།འདི་འདྲའི་ལྷིང་འཇགས་ཀྱི་ཁོར་
ཡུག་ཁྲོད།འདི་འདྲའི་སྒོར་ཞིང་གསལ་བའི་ཟླ་
འོད་འོག།གྲངས་ལས་འདས་པའི་སྐར་ཚོགས་
འདི་འདྲ་ཞིག་ལ་བལྟ་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་ནི་ཧ་ཅང་
དཀོན།དེའི་རྐྱེན་གྱིས་ཁོ་ཚོས་ཁ་པར་ནང་གི་
མཉེན་ཆས་སྣ་ཚོགས་ཤིག་སྤྱད་ནས།རང་རང་
གི་སྐར་ཚོམ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱིན་འདུག།
གྲོང་ཚོའི་སྲང་ལམ་དུ་སྡོང་པོ་མང་བ་
དང་གློག་བཀར་ཡོད་པ་སོགས་ཀྱི་རྐྱེན་གྱིས་རྒྱུ་
སྐར་ལ་བལྟ་བར་བཀག་རྐྱེན་ཅུང་ཙམ་ཞིག་
བཟོས་ཡོད།ངས་ལོ་ན་ཉི་ཤུ་ལ་སོན་ཞིང་བྱ་
བའི་ལས་གནས་ལ་གོམ་པ་སྤོ་རན་པའི་གཞོན་
པ་ཁོ་ཚོ་ལོ་གསུམ་བཞི་ཙམ་གྱི་བྱིས་པ་འགའ་
དང་འདྲ་བར། མཚར་སྣང་དང་བཅས་རང་
བྱུང་ཁམས་ཀྱི་མཛེས་པ་འདི་འདྲ་ཞིག་མཐོང་
བར་དགའ་བ་ཚད་མེད་ཅིག་སྐྱེས་པའི་རྣམ་པ་
མཐོང་བས།ངའི་ངལ་དུབ་ཡོད་ཚད་སྨུག་པ་
རླུང་གིས་དེད་པ་བཞིན་སངས་བར་གྱུར།ངས་
ཁོ་ཚོར་ང་ཚོ་རི་འགོ་ཞིག་ལ་འགོ་ཐུབ་རྒྱུ་ན་
མཛེས་ལྗོངས་དེ་ལས་ལྷག་པ་ཞིག་མཐོང་རྒྱུ་
རེད་ཅེས་བཤད་པར།ཁོ་ཚོའི་མིག་མདངས་ཀྱི་
རེ་སྒུག་གི་འོད་སྣང་ནི་དོ་དགོང་གི་སྐར་ཚོགས་
དང་འདྲ་བར་ཡིབ་པ་མེད་པར་གསལ་གྱི་ལེར་
མངོན་ཡོང་།འོན་ཀྱང་ང་ཚོ་རི་འགོར་འགོ་
དགོས་ན་མ་མཐའ་ཡང་སྤྱི་ལེ་བཞི་ལྔ་ཞིག་གི་
མཚམས་སུ་འགྲོ་དགོས་པས་ལམ་ཐག་ཅུང་ཙམ་

རིང་།ཡང་འགྲིམ་འགྲུལ་ཡོ་བྱད་ཀྱང་ངའི་
རླངས་འཁོར་གཅིག་པུ་མ་གཏོགས་མེད་པས་ཁོ་
ཚོས་ང་ལ་དཀའ་ལས་བཟོ་བར་དོགས་ནས་
དེའི་སྐོར་གྱི་རེ་བ་ཅི་ཡང་མ་བཏོན། ངའི་
སེམས་སུ་ཁ་རོག་གེར་འཆར་གཞི་ཞིག་
བཞག། ང་རང་ཁྱིམ་དུ་སོང་ནས་རླངས་
འཁོར་བསྐོར་ཏེ་ཕྱིར་འོངས་ནས་དགེ་
གྲོགས་ཚོ་འདུག་སའི་ར་སྐོར་གྱི་སྒོ་རུ་བསྡད་
རྗེས།ཁོ་ཚོར་རི་འགོར་འགྲོ་ཞེས་བཤད་པར་
ཁོ་ཚོ་དགའ་བའི་འུར་སྒྲ་དང་བཅས་གྲོས་མོལ་
ཙམ་ཡང་མ་བྱས་པར་ལམ་ལ་ཆས།
ང་ཚོ་དགེ་རྒན་བཅུ་གསུམ་ལྷག་ཡོད་
པས་རླངས་འཁོར་གྱིས་ཐེངས་གཅིག་བསྐྱལ་མི་
ཐུབ། ངས་རླངས་འཁོར་ནང་དང་བླངས་དགེ་
རྒན་བཞི་བཟུང་ནས་ཁོ་ཚོ་གྲོང་འདབས་ཀྱི་སྤྱི་
ལེ་འགའི་མཚམས་ཀྱི་རི་འདབས་ཤིག་ཏུ་བསྐྱལ།
དེའི་རྗེས་ནས་ཡང་དགེ་རྒན་གཞན་དག་བསུ་
རུ་སོང་།འདི་ལྟར་ཐེངས་གཉིས་གསུམ་
ཤིག་ལ་ཕར་རྒྱུག་ཚུར་རྒྱུག་བྱས་ནས།ཤུལ་
དུ་བྱིས་པ་ཚོ་སྲུང་བསྡད་ཡོད་པའི་དགེ་རྒན་
གཅིག་མ་གཏོགས་ཚང་མ་རི་འདབས་སུ་
བསྐྱལ། ངས་དགེ་རྒན་རྗེས་མ་ཚོ་ཁྲིད་ནས་
རི་འདབས་སུ་ཐོན་དུས་སྔོན་གྱི་དགེ་རྒན་
ཚོས་ཀྱང་གནས་དེར་ང་ཚོར་བསྒུགས་
བསྡད་ཡོད།ཚང་མ་གནས་དེར་འཛོམས་
མ་ཐག་ང་ཚོ་ལྷན་དུ་རི་བོ་དེའི་འགོར་འགོས།
མཚན་མོ་དེ་ནི་ཚེས་བཅོ་ལྔའི་ཉིན་ཡིན།
ཟླ་བ་ནི་ཧ་ཅང་སྒོར་ཞིང་གསལ་ལ།ཁོར་ཡུག་
ཀུན་ལྷིང་འཇགས་གེར་གནས།སྐབས་ལན་
རེར་ངའི་གམ་དང་སྔ་གཞུག་གི་དགེ་གྲོགས་
འགའ་རེས་ཤབ་ཤུབ་ཀྱིས་ཁ་བརྡ་ལབ་གྱིན་
པའང་ཐོས་ཐུབ།དུས་ཚོད་ཅི་ཙམ་འགོར་བ་
མ་ཚོར།ངའི་རེ་སྒུག་གི་ཤུགས་ཆེ་དྲགས་པས་
ཡིན་ནམ།བལྟས་ཚོད་ཀྱིས་དེ་འདྲའི་མཐོ་རྒྱུ་
མེད་པའི་རི་འགོ་དེར་ཐོན་རྒྱུ་ཞིག་མེད་པ་དང་
འདྲ། ཡུན་གྱིས་ང་ཚོ་ཧ་ལམ་རི་རྩེར་སླེབས་ལ་
ཉེ་དུས་ཟླ་འོད་ཀྱང་ཇེ་གསལ་དུ་གྱུར་ལ།ཟླ་
བའི་ཆ་ཤས་ཙམ་རི་རྩེ་ནས་དལ་གྱིས་ཡར་བུད་
ཡོང་།ངའི་སེམས་སུ་ངང་ངམ་ཤུགས་ཀྱིས་
སྔར་བྱུང་མ་མྱོང་བའི་དགའ་མགུ་ཞིག་དང་རེ་
སྒུག་ཞིག་གིས་ཁེངས།དེའི་མུར་ངས་གོམ་ཁ་
ཇེ་མགྱོགས་སུ་བཏང་བ་ཡིན།ངའི་བློ་ཡུལ་
ལས་འདས་པ་ཞིག་ལ་དགེ་གྲོགས་ཚོ་ཡང་ངའི་
རྗེས་སུ་བསྙེགས་ནས་ཡོང་གིན་འདུག། ངའི་
སེམས་སུ་ཁོ་ཚོ་ནང་ལོག་ནས་ཡོང་བས་ས་མཐོ་
དང་དབྱང་རླུང་གི་རྐྱེན་པས་རི་རྩེར་ཐོན་ཐུབ་
དཀའ་སྙམ། འོན་ཀྱང་མ་བསམ་ས་ནས་ཁོ་ཚོ་
ཡང་ང་དང་མཉམ་དུ་རི་རྩེར་སླེབས།འདི་ནི་
མཚན་མོ་དེའི་ཡུལ་ལྗོངས་ཀྱི་འགུག་དབང་གིས་
ཡིན་རྒྱུ་རེད།ཟླ་འོད་འོག་གི་སྐར་ཚོགས་དང་
སྤྲིན་པའི་ཚོམ་བུ།དར་ལྕོག་དང་རླུང་བུ།རྩྭ་
ཐང་དང་ཆུ་ཕྲན། ལན་རེར་མ་གིའི་ལུང་ཁུག་
ནས་གྲག་ཡོང་བའི་སྦྲེ་སྐད།འདབས་ཀྱི་གྲོང་
ཚོའི་ནང་གི་ཁྱི་ལྡོམ་དེ་ཚོའི་ཟུག་སྐད་སོགས་
ལས་ངའི་སེམས་ཀྱང་ལྷོད་ལ་བབས།དམའ་
འབྲིང་སློབ་མཐར་ཕྱིན་པའི་རྗེས་སུ་ལུས་སེམས་
ཡོངས་དེ་འདྲའི་ལྷོད་ལྷོད་ཅིག་བྱས་མ་མྱོང་།
ཟླ་བའི་གཟུགས་བརྙན་ཡོངས་དང་སྐར་ཚོགས་
ངའི་མིག་ལམ་དུ་སྣང་ཡོང་དུས་བློ་ངོར་གློག་
བརྙན་ནང་གི་འཆར་ཡན་མང་པོ་མང་པོ་ཞིག་
ཤར་ཡོང་།ཟླ་འོད་འོག་གི་སྦྲ་ནག་དང་འབྲོག་
ཐང་། ནོར་ལུག་དང་སྒོ་ཁྱི།ཡང་ན་གཞོན་ནུ་
ཕོ་མོའི་བར་གྱི་བརྩེ་བའི་གྲིབ་གཟུགས།ཡང་
ན་ཟླ་འོད་འོག་གི་རྒྱ་མཚོ་དང་རྦ་རླབས།ད་
རུང་ཟླ་འོད་འོག་གི་སྙན་ངག་པ་དང་རྩོམ་པ་པོ་

སོགས་སྣང་བརྙན་མང་པོ་ཞིག་གིས་ངའི་ཡིད་
སེམས་འཆར་ཡན་གྱི་ཀློང་དུ་བསྡུས།རི་
འདབས་ཀྱི་གཞུང་ལམ་སྟེང་རྒྱུ་བཞིན་པའི་
རླངས་འཁོར་ཆེ་མ་ཆུང་གསུམ་གྱི་གློག་འོད།
གཞུང་ལམ་འདབས་ཀྱི་གློག་སྡོང་གི་འོད།
རྒྱང་རིང་དུ་གསལ་ལ་མི་གསལ་བའི་དུད་ཁྱིམ་
འགའ་རེའི་སྒེའུ་ཁུང་ནས་འཕྲོས་ཡོང་བའི་
གློག་སྒྲོན་གྱི་འོད།གྲོང་ཚོའི་ནང་གི་གློག་སྡོང་
གི་འོད་སོགས་མང་པོ་ཞིག་སྐར་མའི་ཚོགས་
དང་གཞི་གཅིག་ཏུ་འདྲེས་ཡོད་པས།
སྐབས་ལན་རེར་སྐར་ཚོགས་དང་གློག་འོད་
དེ་དག་གི་དབྱེ་མཚམས་ཀྱང་འབྱེད་དཀའ།
མཛེས་སྡུག་ཡིད་འོང་གི་ལྗོངས་རྣམ་འདི་ཡིས་
ང་ཚོ་དངོས་གནས་འགུལ་རིས་བརྙན་འཕྲིན་
ནང་གི་འཇིག་རྟེན་ཞིག་ཏུ་ཁྲིད།
ཟླ་འོད་འོག་ངའི་དགེ་གྲོགས་ཚོ་མ་
བགྲོས་གཅིག་མཐུན་གྱིས་གྲལ་གཅིག་དུ་
བསྒྲིགས་ནས།རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱིས་ང་ཚོར་
སྦྱིན་པའི་མིག་གི་དཔལ་ལ་རོལ་གྱིན་ཡོད།ཁོ་
ཚོའི་རྒྱབ་གཟུགས་ཀྱང་ཡུལ་ལྗོངས་དེའི་མཛེས་
པ་དང་གཞི་ནས་འཐིམས་ཡོད།ཡར་སྔོན་སྙན་
ངག་དང་ལྷུག་རྩོམ་མང་པོར་བུད་མེད་མཛེས་
མའི་ཞལ་རིས་ནི་ཟླ་བའི་དཔེར་བླངས་ཡོད་
པའི་ནང་དོན་ནི་དོ་དགོང་བར་དུ་ངས་གསལ་
པོར་རྟོགས་མེད་པ་འདྲ།ཉེ་འགྲམ་དུ་དགེ་
གྲོགས་མོ་གཞོན་ལ་ལ་ཞིག་གིས་སེམས་ལྷོད་
ཅིང་ཞི་བའི་ངང་དགོང་གི་ཟླ་བར་ལྟ་བའི་
ཚུལ་ལ་བལྟས་ན།ཁོ་ཚོ་ཡང་ཟླ་བའི་མཛེས་
པར་ཡིད་སྨོན་འཆོར་བཞིན་ཡོད་པ་འདྲ།
གསར་མོ་ལ་ལའི་མིག་མདངས་ལས་རང་ཉིད་
ཀྱི་མཛེས་པས་ཟླ་བའི་དོ་ཟླར་ནུས་པའིའི་ང་རྒྱལ་
གྱི་ཉམས་ཤིག་ཀྱང་མངོན་ཡོང་།འོན་ཀྱང་།
ངས་ཟླ་བའི་འོད་སྣང་གཞོན་ནུ་མ་དེ་དག་གི་
ངོ་གདོང་ལ་སིམ་ཡོད་པ་མཐོང་དུས།སྙན་
ངག་པ་དང་རྩོམ་པ་པོ་དེ་དག་གི་མིག་དབང་
ལ་ཡང་དོགས་པ་ཞིག་སྐྱེས་ཡོང་།ཟླ་བའི་
འོག་གི་མཛེས་མའི་ཞལ་རས་དེས་ད་གཟོད་ཆུ་
ཤེལ་དབང་པོའི་མཛེས་ཉམས་ཟིལ་གྱིས་
མནན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནམ།
ཅུང་ཙམ་གྱིས་དངོས་གནས་ང་ཚོའི་རེ་
སྒུག་བྱས་ཡོད་པའི་རྒྱུ་སྐར་དག་མཐོང་བྱུང་།
རྒྱུ་སྐར་འགའ་རེ་སྐར་ཆ་ཁ་ཤས་ཀྱི་ནང་ང་ཚོའི་
མིག་ལམ་ནས་གློག་ཞགས་ལས་ཀྱང་མྱུར་བར་
ཕྱོགས་གཞན་ཞིག་དུ་ཡལ་འགྲོ། ཁོ་ཚོས་རྒྱུ་
སྐར་མཐོང་ན་སྐལ་བ་ཡག་ཟེར་ནས་ལག་པའི་
ཐལ་མོ་སྦྱར་ནས་སྨོན་ལམ་འདེབས་བཞིན་ཡོད།
སྔོན་ཆད་རྒན་པ་ཚོའི་ངག་རྒྱུན་ལྟར་ན་རྒྱུ་སྐར་
གཅིག་འཕུར་དུས་འཇིག་རྟེན་གཞན་ཞིག་ལ་
འཇིགས་པ་ཡོང་བཞིན་ཡོད་པས་རྒྱུ་སྐར་གཅིག་
མཐོང་ན་གནས་དེའི་སྐྱེ་འགྲོ་དག་བདེ་བ་ཅན་
དུ་སྐྱེ་བའི་སྨོན་ལམ་རྒྱག་དགོས་ཟེར།དགེ་
གྲོགས་ཚོ་ནི་འགུལ་རིས་གློག་བརྙན་ལ་ལྟ་
བཞིན་པའི་བྱིས་པ་འགའ་དང་འདྲ་བར།རྒྱུ་
སྐར་ཐེངས་གཅིག་རིག་ན་དགའ་བའི་འུར་སྒྲ་
དང་བཅས་ལྷིང་འཇགས་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་ཀུན་
དཀྲོགས་ཡོང་།སྐབས་དེར་རི་འདབས་ཀྱི་གྲོང་
ཚོའི་ནང་གི་ཁྱི་ལྡོམ་དེ་དག་གིས་ཀྱང་ཟུག་སྐད་
སྒྲོག་ཡོང་།དགེ་གྲོགས་ཚོས་ཁྱི་གུ་དེ་ཚོས་ཀྱང་
རྒྱུ་སྐར་ལ་ལྟ་བཞིན་འདུག་ཞེས་ཕན་ཚུན་
དགོད་ཁ་སློང་བཞིན་འདུག།
འདི་ལྟར།དོ་དགོང་ང་ཚོ་མངོན་སུམ་
གྱིས་སུམ་རྩེན་ཡུལ་དུ་ཐོན་པ་ལྟར་ལུས་སེམས་
གཉིས་དགའ་སྤྲོའི་འོད་སྣང་གིས་ཁྱབ་ཅིང་།
དཀར་ལམ་ལམ་གྱི་ཟླ་འོད་དང་ལྷན་དུ་རྒྱང་རིང་
གི་མཁའ་མཐར་ཡལ། ༼ མི་འགྱུར་རྡོ་རྗེ།༽

ཟླ་འོད་འོག་གི་འཇིག་རྟེན།

ཟླ་བའིམཛུབ་དཀྲིས།