

འབྲུག་གི་ཁ་རྒྱན་སྲུང་སྒྲུབ་ཕྱོགས་བསྐྱེད་པ་
ན་བའི་དགའ་སྟོན།

དེབ་གསུམ་པ།

ཚོང་ཁ་ཤོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས།

འབྲུག་གི་ཁ་རྒྱུན་སྲུང་སྤྱོད་ཕྱོགས་བསྐྱོབས་
ན་བའི་དགའ་སྟོན།

དེབ་གསུམ་པ།

ཚོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས།

པར་དབང་། © 2012 རྫོང་ཁབ་གོང་འཕེལ་ཉན་ཚན་གསལ།

པར་ཐེངས་གཉིས་པ། ལྷོ་ལོ་ 2012 ལ།

བསྐྱར་མཛུབ། ལྷོ་ལྷན་ཚན་གསལ། འཆི་མེད་རིག་འཛིན།

བསྐྱར་ལྷན། དུགས་སངས་རྒྱས་རྗེ་ཇེ། དགོ་བཤེས་བསྟན་འཛིན་དབང་
ལྷན། དབང་ལྷན་རིག་འཛིན།

བཀོད་རིས། བཀྲིས་བློ་གྲིས།

དཔེ་སྐྱོན། རྩོམ་རིག་དང་དཔེ་སྐྱོན་ལཱ་ཚན།

རྫོང་ཁབ་གོང་འཕེལ་ཉན་ཚན་གསལ།

འགྲེམས་སྐྱོམ་ཨང་། 122 རྩོམ་ལུག

བརྒྱན་འཕྲིན་ཨང་། 322663/324226/

324220/323027

ཨོངས་འབྲེལ་འཆར་སྐོ། www.dzongkha.gov.bt

པར་བཟབ་ས། ལྷན་གཉིས་མཐུན་འབྲེལ་དཔེ་སྐྱོན་དང་པར་སྐྱོན་ཁང་།

རྒྱལ་སྤྱི་འཛིན་ལང་། ISBN 978-99936-15-15-6



དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་ཁྲོད་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས།

DZONGKHA DEVELOPMENT COMMISSION
ROYAL GOVERNMENT OF BHUTAN

ཚེད་བརྗོད།

༥ རྗོད་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཁ་བྲུག་ལས་ རྗོད་ཁ་གོང་འཕེལ་དར་བྱུང་དང་
སྲུང་སྲོལ་ལས་ལུགས་ཉམས་སྲུང་དང་མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་གྱི་དོན་ལུ་ འབྲུག་གི་དག་
རྒྱུན་སྲུང་སྐྱ་ཚོགས་བསྐྱེད་སྲུང་ན་བའི་དགའ་སྟོན་ཟེར་བའི་དཔེ་དེབ་ དང་པ་ལས་གསུམ་
པ་རྒྱུན་ པར་རྒྱུན་འབད་རྒྱུགས་མི་འདི་ལུ་ དལ་རངས་ཡོད།

དཔེ་དེབ་འདི་ ཤེས་རིག་གཞི་རིམ་དང་འབྲིང་རིམ་སློབ་གྲྭ་འོག་མའི་སློབ་ཚན་ལུ་
ཚེད་དུ་དམིགས་ཏེ་བཟོ་བཟོམ་ཨིནམ་ལས་ འདི་གིས་ སློབ་རིམ་དེ་ནང་གི་ཨ་ལུ་རྒྱ་
རྗོད་ཁ་ སློབ་འདི་ཐོག་ལས་ལྷབ་ནི་དང་ དེའི་ཞོར་ཁར་ རྗོད་ཁའི་མིང་ཚོག་དང་ ཡིག་
སྐྱེད་རྒྱ་ འཇམ་ཏོང་ཏོ་སྟེ་ ཤེས་རྒྱུགས་ནི་ལུ་ བན་ཐོགས་འབྱུང་རྒྱུགས་པའི་རེ་བ་ཡོད།

ལྷག་པར་དུ་ དཔེ་དེབ་བཟོ་ནིའི་ལཱ་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་མི་གར་ལུ་ ད་རའི་ཁ་
བྲུག་ལས་ དགའ་ཚོར་དང་གཅིག་ཁར་ དཔེ་དེབ་ལྷག་མི་རྒྱ་ལུ་ཡང་ ཤེགས་སྟོན་གྱི་
བགྲིས་བདེ་ཤེགས་ཡོད། རང་ལུགས་གནམ་ལོ་ རྒྱ་འབྲུག་ ཟླ་ ༣ པའི་ཚེས་ ༡༤
འམ་སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༢ ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༡༤ ལུ།

ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཚན།
རྒྱུང་ཚེ།

སྒྲོན་བརྗོད།

འབྲུག་གྲུལ་ཁབ་འདི་ནང་ ངག་ཐོག་ཚུམ་རིག་མང་རབས་ཅིག་ཡོད། དེ་ཚུ་ལུ་གཏམ་གཏམ་རྒྱུད་ སྲུང་ སྲུང་ཟེར་སྲབ་སྲོལ་ཚུ་ཡོད་པ་ཨིན། འབྲུག་གི་ལུང་ཕྱོགས་ག་རའི་ནང་ བམ་མཁན་ཤོས་ཚུ་གིས་ ཕྱི་རུ་ལྟོ་བཟོ་ཞེན་ན་ ཉལ་བར་མ་འགྲོ་བའི་བར་ན་ ལག་ཆེ་བའི་ ལཱ་གཞན་འབད་དགོཔ་མེད་པ་ད་ལུ་ ཏུས་ཚོད་མང་ཤོས་ར་ ཨ་ལུ་ཚུ་ལུ་ སྲུང་བཏང་སྟེ་ ཏུས་ཚོད་རྫོགས་བཅུག་པ་ཨིན། སྲུང་འདི་ ལུང་ཕྱོགས་སོ་སེའི་ལ་སྐད་ནང་གཏང་དོ་ཡོད་པ་ ལས་ ཨ་ལུ་ཚུ་ལུ་ཡང་ སྲོ་བ་སྲོམ་སྲེ་ར་འབྱུང་མ་ཨིན། དེ་འབད་མཇུག་ འཕྲལ་འཕྲལ་ འངེ་ དང་ སྲིན་མོ་ བདུད་དང་ རོ་ལང་གི་སྲུང་ཚུ་གིས་ ཨ་ལུ་ཚུ་ འཛོག་བཅུག་སྟེ་ སྲང་མ་ ཚོད་ནི་དང་ གཉིད་ལོག་མ་ཚུགས་པ་ཡང་འགྲོ་ནི་ཡོད།

འབྲུག་གི་ཁ་རྒྱུན་གྱི་སྲུང་ཚུ་ ཡིག་ཐོག་ལུ་གངམ་བཀོད་མ་ཚུགས་པར་ཡོད་ནི་འདི་གིས་ སྲུང་དེ་ཚུ་ མཚོགས་པ་ར་ཡལ་ནིའི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་ལས་ ད་རེས་རྫོང་ཁའི་ནང་སྲབ་སྲོལ་ ཡོད་མི་དང་ ལུང་ཕྱོགས་སོ་སེའི་ལ་ནང་སྲབ་སྲོལ་ཡོད་མི་ཁ་རྒྱུན་གྱི་སྲུང་སྐ་ཚུ་ལས་ བསྐྱེ་ ལེན་འབད་མི་དག་པ་ཅིག་ རྫོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཁ་བྲུག་ལས་ རྫོང་ཁའི་ཡིག་ ཐོག་ལུ་བཀོད་དེ་ པར་སྐྱུན་འབད་མ་ཨིན།

ཁ་རྒྱུན་གྱི་སྲུང་ཚུ་ རྫོང་ཁའི་ཡིག་ཐོག་ལུ་བཀོད་པ་ད་ མིང་ཚོག་ག་དེ་འཇམ་འཇམ་ ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ཡོད། སྲུང་དེ་བ་འདི་ ཨ་ལུ་རྒྱུང་ཀུ་ཚུ་གིས་ཡང་ལྷག་ཚུགས་པ་མ་ཚད་ གོ་བ་ཡང་ འཇམ་ཏྲོག་ཏྲོ་ལེན་ཚུགས་པ་ལས་ ཨ་ལུ་ཚུ་གིས་ སྲོ་བ་ལེན་ཏེ་ ལྷག་འོང་མཚོ་ བའི་རེ་བ་ཡོད།

སྲུང་དེ་བ་འདི་ནང་གི་སྲུང་སྐ་ཚུ་ མང་ཤོས་ར་ འགོ་བཅུགས་པ་ད་ གཡུས་ཁ་ལུ་སྲབ་ སྲོལ་ཡོད་དོ་བཟུམ་ ཉེ་མ་ ཉེ་མ་ ཡང་ན་ དང་ཕུ་དྲིང་ཕྱེད་ཏུས་ཅིག་ནང་ ཟེར་ གཡུས་

སྐད་སོ་སོའི་ནང་ རོ་མ་སྟེ་ སྐབ་སྟོལ་ཡོད་དོ་བཟུམ་སྟེ་ར་ འགོ་བརྩུགས་ཏེ་ཡོད། དེ་མ་
ཚད་ སྲུང་ཚུ་ཡང་ མང་ཤོས་ར་ རྒྱལ་པོའི་བྱ་དང་ལྷུག་པོའི་བྱ་ ཚ་གསུང་དང་སྲུང་ཀ་ཚུ་
དང་ སེམས་ཚན་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་ཡོད་པ་མ་ཚད་ སྤྱི་ཚུ་འདྲ་འདྲེ་གི་སྐོར་ལས་ཡང་ རུ་མ་
གཤེ་ཡོད། ལ་རྒྱུན་སྲུང་སྣ་ལ་ལུ་ཅིག་ འགོ་བརྩུགས་པ་ད་ མ་འདྲ་རུང་ མཚུག་བསྐྱེད་
ཅོག་འབྲེད་མི་དང་ ལ་ལུ་ཅིག་འགོ་བརྩུགས་ཐངས་ཅོག་འབྲེད་རུང་ མཚུག་བསྐྱེད་ རུ་མ་
གཤེ་ མ་འདྲ་བའི་ཁྱད་པར་ཡོད་མི་ཡང་འདུག།

དེ་ཚུ་ སྲུང་ག་ཅིག་ར་འབྲེད་རུང་ ལ་མ་འདྲམ་ཚུ་གི་ཐོག་ལས་ བན་དོན་སྤྲོད་པ་ད་གི་
ཁྱད་པར་དང་ ལ་མ་འདྲམ་ཚུ་གི་ཐོག་ལས་ ལ་རྒྱུན་རྒྱབ་སྟེ་འགྲུམ་ད་ སློ་རིག་ཚན་མ་ཚུ་
གིས་ སློམ་བཏགས་བཏགས་པ་བཟུམ་ཡང་ཚོར་མ་ཡིན་མས།

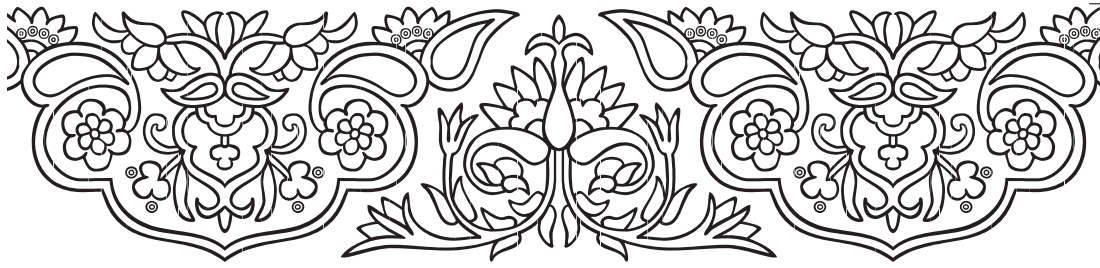
ད་རེས་ སྲུང་སྣ་དག་པ་ཅིག་གི་དེ་བ་ཚུང་ ༩ ཡིག་ཐོག་ལུ་བཀོད་དེ་ པར་སྐྱེན་འབྲེད་
ཚུགས་ནི་འདི་གིས་ འབྲུག་པའི་དག་རྒྱུན་སྲུང་སྣ་ཚུ་ མ་ཡལ་བར་བཞག་ནི་ལུ་ སན་
ཐོགས་པ་མ་ཚད་ ཨ་ལུ་ཚུ་གིས་ སྲུང་ལུ་སློེ་བའི་ཐོག་ལས་ རྫོང་ཁའི་མིང་ཚིག་དང་ ཡིག་
སྟེ་བ་ཚུ་ ཞོར་ཁར་ ཤེས་ཚུགས་པའི་སན་ཐོགས་ཡོད། འབྲུག་པའི་ལ་རྒྱུན་ལུ་ཡོད་པའི་སྲུང་
སྣ་ཚུ་ ད་ལས་པར་ཡང་འཕྲོ་མཐུད་དེ་ར་ གང་མང་ཡིག་ཐོག་བཀོད་དེ་བཟུམ་སྟེལ་འབྲེད་
ནིའི་རེ་བ་ཡོད། དཔེ་དེ་བ་འདི་གིས་ འབྲུག་གི་སྟོལ་རྒྱུན་དང་རྫོང་ཁའི་རྐྱེད་ཡིག་གོང་འཕེལ་
དང་ག་ཅིག་ཁར་ ཨ་ལུ་ཚུ་གི་རྫོང་ཁ་འབྲི་ལྷག་ཤེས་ཡོན་ལུ་སན་ཐོགས་ཚུགས་པའི་རེ་སྟོན་
དང་བཅས་ ཚུ་འབྲུག་ལྷོ་ ༩ ཚེས་ ༡༥ འམ་སྤྱི་ལོ་ ༡༠༡༩ ལྷོ་ ༥ ཚེས་ ༡༥ ལྷོ།

རྫོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས།



དཀར་ཆག

ཨཔ་སྟ་རི་ལ།.....	7
ཕྱག་སྐྱེད་པ་གནག་རྒྱལ་ལའི་ཨབ་བསོད།.....	10
སྤྱ་འབྱིད་སྐོར་ཅན།.....	15
ཕོག་ཕོག་ལའི་འདྲ།.....	19
ར་ཕོད་ཨ་ཀས་བགྱིས།.....	25
སྤྱག་དང་གི་ཐུང།.....	29
བུམ་དང་མིན་མོ།.....	32
སྐོམ་ཆེན་རྐང་དུང་ཉང་ཉང།.....	36
ལྟོ་ཚང་སྤྱི་གནས་སྐབས།.....	40
ཨཔ་གཉིས་ཀྱི་གནས་སྐབས།.....	44
འདོད་པ་ཆེན་ཀུན་དང་འབྲལ།.....	47
བུམ་སྤྱལ་གྱི་མནའམ།.....	52
ཕྱིས་པ་འདོད་པ་ཅན།.....	55
རྒྱ་རྒྱལ་ཅོ་གོང་གོ།.....	61
ཅ་ཀས་སྤྱན་ཆ་གཉིས།.....	64
ཨཔ་ལོ་གསར་བ་མི།.....	70
ཨོ་ལ་གི་ལྟོ་མཚོད།.....	75
བུམ་མེང་མེང་ལྟོ་མོ།.....	77



ཨཔ་བྱ་རིལ།

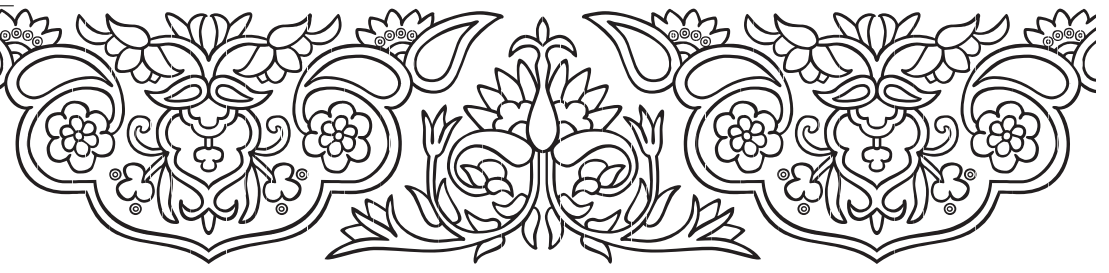
དང་ཕྱ་ གཡུལ་ཚན་རྒྱུང་ཀྱ་ཅིག་གི་ཟུར་ལ་ལུ། སྐྱོན་ཅིག་ནང་
 ཨཔ་བྱ་རིལ་དང་ ཨམ་ཚོ་ལུ་མོ་ཟེར་མི་གཉིས་ཡོད་པ་མས། ཁོང་
 གཉིས་ལུ། ཐུ་སྐྱོང་དྲོག་ལ་དང་ ཐུ་མོ་བལ་ཟེར་ཟེར་གཉིས་ཡོད་དོ་
 མས། ཁོང་བཟའ་ཚང་བཞི་པོ་འདི་ ག་ཅི་དེ་ཅིག་ དག་འཁྱོག་ཏུ་
 སྐྱེ་ལོད་དེ་ ལོ་དག་པ་ཅིག་ས་ ཡར་སོམ་མས། དེ་ལས་ ཉི་མ་
 ཅིག་འབད་མ་ད་ ཨཔ་བྱ་རིལ་འདི་ནགས་ཚལ་ནང་ སྤིང་འབྲུ་བར་
 སོང་ལྟེ་ སྤིང་བཀག་ལོད་པའི་བར་ན་ བྱ་རིགས་རྒྱུ་ཡོག་
 ལྟེ་ ཨཔ་བྱ་རིལ་འདི་གི་སོ་རུག།

දෝලනා ඉපැණුරීඛාඳි රේදඳිමිතමෙදාපා ඉපැණිනින දි
 මිණිප්පුන දුපනි දපහොපනි ඉපැණුරීඛාඳි රිදාපු
 පනාබදකිකුමාලානා ගිනාබදකිකුමාඳුන පුබ්බදදිනාලා
 මුද්දිනි ඉපැණුරුපනාබදකිකුමාපුදදුන පුපදි ඉපැ
 පුපනාඳුනාපුපනිකි ලාමාඳුන දිසුදාගුභිනාලානාබ්බදාදිනා
 බදාපු පුබ්බදදිනාලා ඳනිඳාපපහාපුබ්බදුන දිසුද
 ඉපැඳිනින ඉපැණුරීඛා රේදඳිමිතමෙදාපුපනා පුබ්බද
 දිනාලාභද රේදඳිමිතමෙදා පුමිඳුන ඉපැදදාපිකුකුමා
 පුපනාබදකිකුමාපු පුමිඳුනාපුමිඳිපුදදුන

දෝලනා පුමිඳි ඉපැදදාපිකුකුමාපුපනා පුමිඳිනා
 ඳාඳනිනාපු පුපුදුදාපිනිනිපනාදු දුදාපුපුනාපන
 භිනාපු පුමිඳුනාපුමිඳිනා දුදානින ඳපුනාපනා
 කිකුන දෝලනා ඉපැකිඳුමිතමෙදි දදාපා පැණුරීඛා
 දදා පුබ්බදදිනානුන රේදඳිමිතමෙදාපුපනා ද පුමිඳි
 පුමිඳිනාපු රේදඳිමිතමෙදා කුකුමාමෙදාමෙදි

དུགས་འགམ་ཏེ་ ཟམ་གྲུ་འཇོགས་ཏེ་བཏུ་བའི་ཚེ་ ཟམ་ཁའི་
 མེ་གིས་ ཨམ་ཚེ་ལྷ་མོ་འདི་ཡང་ བཀུ་ཡར་སོ་ལྷག་ དེ་ལས་ ཚེ་
 ལྷའི་མེ་གིས་སྒྲེ་ མོ་སའི་སྒྲ་སྒོར་ཡང་ མེ་འབར་ཏེ་འཚོགས་སོ་
 ལྷག་ དེ་ལས་ ལྷང་པའི་མདུའ་ལས་ཡར་ ས་མཇུག་རྒྱུ་ཅིག་
 འོངས་ཏེ་ སྒྲེ་སྒྲེ་ཟེར་སྒྲ་བ། ལྷང་པའི་ལྷ་ལས་མར་ ཡོགས་པའི་
 སངས་རྒྱས་བྱོན་ལྷག་གོ། ॥





ཕུག་སྐར་པ་གནག་རྒྱས་ལའི་ཨབ་བསོད།

ཉེམ་ གཡུས་ཅིག་ནང་ རྒྱལ་པོ་ བང་ཆེད་གས་ཅིག་ཡོད་པ་མས།
 རྒྱལ་པོ་དེ་ལུ་ ཕུག་སྐར་པ་གསུམ་ཡོད་པ་ཨིན་མས། ཁོང་གསུམ་
 ལས་ དང་པ་གི་མིང་གནག་རྒྱས་ལ་དང་ གཉིས་པའི་མིང་ དམར་
 རྒྱས་ལ། གསུམ་པའི་མིང་ དཀར་རྒྱས་ལ་ཟེར་སྲིབ་དེ་ཡོད་པ་
 ཨིན་མས། ནམ་ཅིག་འབད་མ་ད་ རྒྱལ་པོ་གིས་ དཀར་རྒྱས་ལ་
 ལུ་ དབའི་ ཨམ་དཀར་རྒྱས་ལ་ རྒྱ་ཤོག་ཟེར་གསུངས་གསུངས་མ་
 མས། དེ་ལས་ དཀར་རྒྱས་ལ་གིས་ ལགས་ཟེར་ལྷ་སྐྱེ་སྐྱེ་མདུན་
 ལུ་བཅེས་ལྷག།

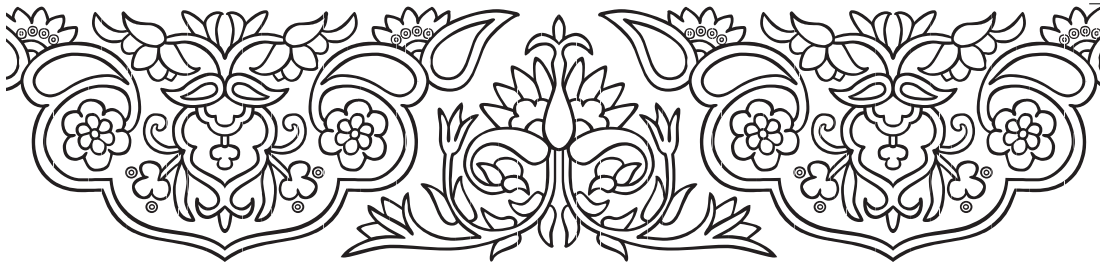
གཡི་བས་ཏེ་དོད་ལུག་ དེ་ལས་ ལྷོ་མོ་དེ་རྒྱ་བ་ཟལ་སོ་རུང་ ཁོ་ར་
 འདྲེགས་པའི་བྱགས་ཀྱིས་ ལེ་མིག་འཚོལ་མ་རྒྱམ་པར་ ལོག་
 འོངས་ལུག་ རྒྱལ་པོའི་རྒྱ་མདུན་ལུ་བཅེས་པ་ད་ ལེ་མིག་ཀྱུ་ལས་
 ཟེར་གསུངས་ལུག་ ཁོ་གིས་ ལེ་མིག་འཕྲོ་བའི་པར་བཞག་ རུས་
 མེན་མ་ང་ར་ཡང་ ལྷོ་མོ་གིས་ ཟེར་ཡི་ཟེར་ལུ་རུག།

དེ་གི་གནད་ས་ཚོ་ རྒྱལ་པོ་གིས་ གནག་རྒྱས་ལུ་ རྩོད་ར་
 སོང་མ་རེ། ཁོང་ ག་གིས་ཡང་ ཚགས་ཁར་མི་རྒྱུད་པས་ ཟེར་
 གསུངས་སྐྱེ་བ་ཏུང་ད་ལུག་ གནག་རྒྱས་ལུ་འགྲོ་བའི་ཚོ་ ལྷོ་མོ་
 དེ་ ཏེ་འཚོལ་བར་ལྷི་ཁར་སོང་མ་ ཁ་བྱག་རྒྱ་བ་རྒྱ་བ་མས། ཁོ་
 གིས་ ལྷོ་མོའི་རྒྱུ་མ་ནང་སོང་སྐྱེ་བ་ཏུ་ཕ་ད་ ལྷི་ལི་ རོ་རྒྱི་ ལྷི་ཅི་རྒྱ་
 གི་རོ་ ལེ་ག་ཅིག་ར་ཡོད་པ་མཐོང་ལུག་ དོ་རུང་ རྫོ་ཅིག་ལྷོ་བ་ཏུ་ཕ་
 ད་ ལམ་ཅིག་དང་ ལམ་ཅིག་སྐྱེད་པར་ ཟག་པ་བཏུགས་སྐྱེ་བཞག་
 བཞག་པ་མཐོང་ལུག།

དེ་ལས་ ཁོང་གཉིས་ཀྱིས་ ལམ་ལུ་ ག་ཅི་འབད་བར་འོངས་
 འོངས་མ་མོ། ལྷོ་མོ་ལྷོ་མོ་ལྷོ་མོ་ ལྷོ་མོ་གིས་ཟེར་འོང་ཟེར་སྐབ་

ད་ གནག་རྒྱས་ལ་གིས་ ང་ལྟ་ལྟ་ ག་ཅི་འབད་བཟ་ཡང་ འོངས་
 འོངས་མ་མེན། །དེ་མིག་གསེར་གྱི་རྩ་མགུ་ཟེར་མི་འདི་ ལེན་པར་
 འོངས་འོངས་མ་ཡིན། འདི་ ག་ཏེ་ཡོད་ག་མོ་ ཟེར་འདྲི་ལ་ད་
 ཡམ་དང་ཡམ་གིས་ །དེ་མིག་དེ་ སློ་ཤིང་ཉ་ག་མམ་དེ་གུ་ བཀལ་
 ཏེ་བཞག་པ་ཡིན་ཟེར་སྤྲུལ་ལས་ ཁོ་གིས་ །དེ་མིག་དེ་ཡང་
 འབྱ། ཡམ་དང་ཡམ་ཡང་ ཐག་པ་འཁྲུལ་སྒྲེ་ ཁོ་དང་ཆ་ཏེ་ ལྷིད་
 འོངས་ལུག་ དེ་ལས་ ཁོ་རྒྱལ་པོ་བཞག་ས་སར་བཅེར་ཏེ་ །དེ་མིག་
 དེ་ རྒྱལ་པོ་ལུ་ལུལ་ལ་ད་ རྒྱལ་པོ་ གནམ་མེད་ས་མེད་བྲག་ས་དྲུགས་
 ཏེ་ གནག་རྒྱས་ལ་དེ་ རྒྱལ་པོ་འི་ཚ་བ་སྒྲེ་བཀལ་ལ་ལས་ ཁོ་གི་མི་
 ཚོ་གཅིག་པོ་ དག་འ་ཏྱི་ག་ཏྱི་དང་ ལྷིད་ཏྱིང་ཏྱི་སྒྲེ་ལོད་ལྷི་ཐོབ་ལུག་
 གོ། །།





ལྷ་འབྲིད་སྐོར་ཅན།

ཏེམ་ གཡུལ་ཅིག་ནང་ ཡཔ་ཅིག་དང་ ཡམ་ཅིག་ཡོད་པ་མས།
 རྣམ་ཅིག་འབད་ཕྱི་དྲུག་ ཡཔ་དང་ཡམ་གཉིས་ ཞིང་ནང་ཀེ་བ་
 བཅུག་པར་འགྲོ་ཕྱི་དྲུག་ ལྷ་ཅིག་གིས་མཐོང་ལུག་ ལྷ་གིས་ ཀེ་
 བ་དེ་སྐྱེ་བཅུག་ནི་མེན། ཀེ་བ་འདི་ལེགས་སྐོམ་སྐྱེ་ བཙོ་ཞིན་མ་
 ལས་བཅུག་པ་ཅིན་ ཀེ་བ་ཐོན་ལུགས་ཆེ་ཟེར་སྐྱབ་ལུག་ ཡཔ་
 དང་ཡམ་གཉིས་ཀྱི་མཚོ་བསམ་ལུ་ ཡིན་ར་ཡིན་པས་མཚོ། ཀེ་བ་
 ལེགས་སྐོམ་སྐྱེ་ བཙོ་ཞིན་མ་ལས་བཅུག་ལུག།

ཉེན་མ་དག་པ་ཅིག་ལས་ ལམ་དང་ལམ་གྱིས་ ཞིང་ནང་
 ཀེ་བ་སྐྱེས་ཡོད་མེད་ བཏུ་བས་སོང་མ་དུ་ ཀེ་བ་གས་ རྒྱ་གིས་
 ཟུང་མ་ལུག་ཟེར་ཡིན་པས། རྒྱ་དེ་ཡང་ ལྷ་འབྲུག་པོ་ལྷ་འགྲངས་
 ཉེ་ ཞིང་གི་མཐའ་མས་ གྱིད་ཟུལ་སོང་མ་མས། ལམ་ཅིག་པ་ཟེ་
 སྟེ་ རྒྱ་བཟུང་འབྲུག་འོངས་ཞིན་མ་ལས་ ཀེ་བ་འི་ཚ་བ་མ་སྐྱེ་ རྒྱ་
 འདི་ གས་དུ་ཟེ་ནི་ཟེར་སྐབ་དུ་ རྒྱ་གིས་ དུ་ཉོ་ང་མ་གས་ད། རྩོད་
 ས་ཟེ་འི་ལྷ་མི་ཚོ་ག འདི་བ་ ང་གེ་ཟེ་ཞིང་ནང་གསོ་བཞག་སྟེ་ སྐྱོམ་
 འཁྲོལ་དུ་ གས་དུ་ཟེར་སྐབ་ལུག།

དེ་ལས་ ལམ་དང་ལམ་གྱིས་ ཡིན་མ་འདྲས་མཉེ་སྟེ་ རྒྱ་
 འདི་ གེ་ཟེ་ཞིང་ནང་བཞག་སྐྱེ་ ཉེན་མ་དག་པ་ཅིག་ལས་བཏུ་ལ་དུ་
 རྒྱ་དེ་གིས་ གེ་ཟེ་ཚ་མཉུམ་ ཟུང་མ་ལུག་མ་ཚད་ ལམ་ལང་བཏུང་
 བཞག་ལུག་ དོ་ཅུང་ ལམ་དང་ལམ་གྱིས་ཅིག་པ་ཟེ་སྟེ་ རྒྱ་འདི་
 གས་དུ་ས་གས་དུ་ཟེ་ནི་ཟེར་སྐབ་དུ་ རྒྱ་གིས་ དོ་ཅུང་ ང་སྐྱོམ་ས་འཁྲོ་
 མ་ཚུགས། དུ་ཉོ་མ་བས་དུ་པས་ རེད་ཀྱི་ལུ་དཔ་ནང་ བཅུགས་
 བཞག་ཞིན་མ་ལས་ སྐྱོམ་འཁྲོལ་དུ་ གས་དུ་ཟེར་སྐབ་ལུག་ དུ་ཅུང་

ཁོང་གཉིས་ཀྱིས་ ཡིན་མཁའ་འདྲམ་མནོ་བྱེ་ རྒྱུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་བཅུ་གས་
 བཞག་སྟེ་ ཉེན་མཁའ་ལ་ཅིག་ལས་ རྒྱ་སྟོན་ མ་སྟོན་མ་བུ་ལྟ་བུ་
 རྒྱ་དེ་གིས་ རེད་ཡང་གས་ཟེ། རེད་ཀྱི་རྒྱུ་ལྟ་བུ་ ལ་ལ་ལ་
 བུ་བུ་བཞག་བཞག་ལ་མས།

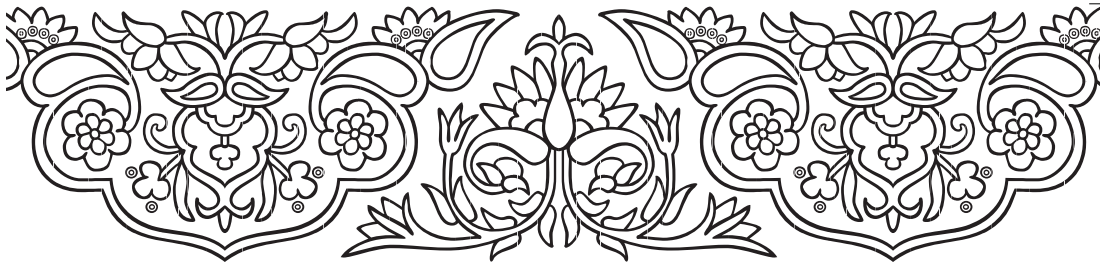
དེ་ལས་འབད་ན་ ལམ་དང་ལམ་གཉིས་ཆ་ས་ ཅིག་ལ་བྱེ་ ད་
 རིས་འབད་ན་ རྩོད་ གས་ད་ས་གས་ད་ནི་ཡིན་ཟེ་སྟེ་ རྒྱ་དེ་
 གིས་ རེད་ཀྱི་ལགས་ཀོ་ ལ་བུ་གས་ལྟ་བུ་བཅུ་གས་བཞག་ཞིན་མཁའ་
 དེ་ལོ་ལ་བུ་གས་དང་ ག་ཅི་ཅིག་འདྲུ་ལོ་ལྟ་བུ་ ལ་ཅི་བུ་གས་དང་ཟེ་
 ལྟ་བུ་ ལམ་དེ་ རྒྱ་ལོ་ལ་བུ་གས་ལྟ་བུ་བཅུ་གས་ལྟ་བུ་ ལམ་དེ་གིས་
 ག་ཅི་འདྲུ་ལོ་ལོ་ཡིན་ན་ མནོ་བྱེ་བུ་ལྟ་བུ་ རྒྱ་དེ་གིས་ལྟ་བུ་
 ལྟ་བུ་ ལ་བུ་གས་དང་ཡོད་མི་ལོ་ རེད་ཀྱི་ལགས་ཀོ་ལྟ་ ལམ་དེ་གི་
 མི་གཉིས་དང་འདྲུ་ལྟ་ མི་གཉིས་བཅུ་ལས་ལོ་དོ་ལོ་དོ་ལའི་བུ་ རྒྱ་
 དེ་བྱོ་ག་ལྟ་ལྟ་ལོ་དོ་ལྟ་ལོ་དོ་ལྟ་ལྟ་།

རྒྱུ་ལྟ་བུ་ལ་ལས་ ལམ་མི་གཉིས་ཆ་ས་ ལངས་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་
 རྒྱ་ལོ་དོ་ལྟ་ལོ་དོ་ལྟ་ལོ་དོ་ལྟ་ དེ་ལས་ ལམ་

འདི་གིས་ ཁོ་སའི་ཨ་མ་ལུ་ ང་གིས་ ཤིང་གི་ཕ་བ་ལས་ཡན་ཅི་ལ་
 བརྒྱུང་བ་ཟེན་གོ། ལྷོད་ཀྱིས་ ཤིང་གུ་འཛེགས་ཞིནྱམ་ལས་ རྒྱ་དེ
 ཤིང་མགུ་ལས་རྒྱུད་བཀོད་ ཟེར་སྐབ་སྐབ་པ་མས། ཨ་མ་དེ་གིས་
 ཡང་ བརྒྱུང་བརྒྱུང་བ་ཟེར་སྐབ་སྐབ་ རྒྱ་ཡོད་སའི་ཤིང་གུ་ འཛེགས་
 ཡས་སོ་རྒྱག དེའི་བར་ན་ས་ ཨ་མ་དེ་གི་ ཀླང་མའི་འོག་གི་ ཤིང་
 གི་ཉལ་ལག་ཅིག་ཆག་སྟེ་ ཨ་མ་དེ་ ཤིང་མགུ་ལས་བྱུང་སོང་མ་
 མས།

ཨ་མ་གི་མཚོ་བས་མ་ལུ་ རྒྱ་དེ་ཡན་ཅི་ནང་ འཛུལ་སོ་ཡི་
 ཟེར་མཚོ་སྟེ་ ཡན་ཅི་ལ་བསྐྱམས་ཞིནྱམ་ལས་ སྐབ་ལོང་བཅའ་
 ལོང་མེད་པར་ ད་པོས་འབད་ན་ རྒྱ་འདི་ གས་ད་ས་གས་ད་ནི་
 ཟེར་སྐབ་སྟེ་ འཁར་ཕ་སྐྱོམ་ཅིག་ འབྲུ་ཞིནྱམ་ལས་ ཉག་ཉག་ས་
 བརྒྱུངས་ད་རྒྱག ད་འབད་ན་ རྒྱ་དེ་ ཤི་སོང་མ་འོང་མཚོ་སྟེ་ ཡན་
 ཅི་ལ་ཕྱེས་བཏུ་ཕ་ད་ ཁོ་སའི་ཨ་མ་འདི་ ཤི་སོད་རྒྱག་ཟེར་ཨོན་
 མས་གོ། 11





ཕོག་ཕོག་ལའི་འདྲེ།

དང་ལུ་ མཚོ་ཅིག་གི་མཐའ་མར་ སང་སྐྱོམ་ཅིག་ནང་ སྐྱལ་པ་ཅིག་
 ལོད་ལོད་པ་མས། སང་འདྲི་ལས་ གནམ་མེད་ས་མེད་ས་ ཐག་
 མ་རིང་མོ་ཅིག་ལར་ ལྷི་མ་ཅིག་ནང་ ལམ་ཅིག་དང་ བཟོ་ཉ་དང་
 གཟུགས་གཤིས་ག་ས་ ཅིག་འབྲུལ་འབྲུལ་མི་ ཐུམ་སྐུན་གཉེས་
 ལོད་ལོད་པ་མས། ས་གོ་དེ་ནང་ལུ་ ལྷི་མ་འདྲི་གཅིག་ལས་ཉུག་པ་
 གཞན་མེད་པ་མས།

དུས་ནམ་ཅིག་ལུ་ སྐྱལ་པ་འདྲི་ ལྷི་མ་དེ་ནང་ ལམ་སྐུ་འཚོ་ལ་
 བར་འགྲོ་འགྲོ་ལམས། སྐྱལ་པ་འདྲི་ མི་ལོད་སའི་ལྷི་མ་གྱི་སྐོ་ལར་

དྲིལ་ མོ་ས་ ལཱ་སར་འགྲོ་བྱེ་ ཡི་འུ་ལོག་ཁྱིམ་ནང་འོངས་མ་དུ་ ཉོ་
འབད། ཇ་བསྐོ་ལ་སྤོ་བཞག་ལུག་ཟེར་ཡི་ནུ་མས།

དེ་ལས་ མོ་གི་མཚོ་བསམ་ལུ་ འདི་ག་ཡང་མེན། སྤྲུལ་པ་ལོ་
ར་རང་ ཡི་ནུ་མ་འོང་མཚོ་བྱེ་ ནངས་པ་ ལཱ་སར་འགྲོ་ལུ་བརྟེན་བྱེ་
ཁྱིམ་གྱི་རྒྱབ་ཁར་གཡེ་བས་ཏེ་བཏུ་བྱེད་པ་དུ་ སྤྲུལ་པ་གི་གསོ་བ་
བཤུབ་ཞིན་མ་ལས་ མོ་སྤྱོད་གསར་རིས་མོ་ཅིག་ལུ་བསྐྱུ་ར་ཏེ་ ཟབ་
ལཱ་འབད་དེས་ཟེར་ཡི་ནུ་མས། མོ་བརྒྱུགས་འོངས་ཏེ་ སྤྲུལ་པ་གི་
ཤུབས་དཔུ་གཉིས་ལུ་ དུ་ལ་བརྟེན་ཞིན་མ་ལས་ དཔུ་གཅིག་ལྟེང་
ཐོག་ལུ་བཀོ་མ་དུ་ ལྟེང་ཐོག་འབྲུ་གིས་གང་། དཔུ་གཅིག་འོག་ཐོག་
ལུ་གཡུགས་བཀོ་མ་དུ་ འོག་ཐོག་ཚོར་གྱིས་གང་བྱེ་ དུས་ཡུན་ཟུང་
ཀུ་ཅིག་ནང་ལུ་ ཁོང་གཉིས་ལྷུག་པོ་ཟུལ་སོ་ལུག།

དེ་གི་ལོ་རྒྱུས་ཚུ་ ཡར་ཚུར་ག་ཏེ་ཡང་ཁྱབ་སོང་མ་ལས་ ལ་
ཞེ་མོ་འདི་ དོན་ལས་ར་ཡི་ནུ་ནུ་མེན་ནུ་ བཏུ་བར་འོངས་འོངས་མ་
མས། ལ་ཞེ་མོ་ དེ་ཚོ་ཞག་ཅིག་ གཅིག་ཁར་བྱོད་ཞིན་མ་ལས་
ནངས་པ་དྲིལ་ལས་ ལུ་མོ་གསར་དུ་འདི་ག་ནས་སྐབས་བསྐྱིར་ཏེ་

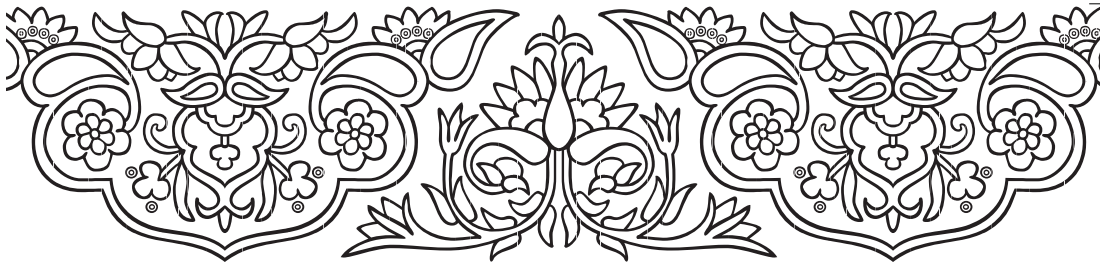
ལུ་མོ་ལུ་ གཟུགས་ཚུ་འཇུ་བས་འགྲོ་གེ་ ཟེན་སྲབ་སྟེ་ལྷི་དེ་སོང་
 ལུ་ག ལུ་མོ་གིས་ ཚུ་ཚུང་ཀུ་ནང་འཇུ་གེ་ ཟེན་སྲབ་ད་ ཡ་ཞེ་མོ་
 གིས་ མེན་མེན། གཅིང་ཚུ་ནང་འཇུ་གེ་ཟེན་སྲབ་སྟེ་ གཅིང་ཚུ་འི་
 མཐའ་མས་འགྲོ་ལུ་ག དེ་ཁས་ཉོ་དཔ་ད་ ཏེ་མ་ ཡ་ཞེ་མོ་མོ་ས་འཇུ།
 དེ་ལས་ ལུ་མོ་གི་སྐུ་ལ་རྟོ་འཕུས་ཕུ་བརྟམ་སྟེ་ ཉོ་ག་བཀོ་དེ་ལུ་ག ཡ་
 ཞེ་མོ་གིས་ ལུ་མོ་གི་དཀྱི་ས་དཀྱིས། ཐུ་འུ་ཚུ་བརྟམས་སྟེ་ ལུ་མོ་ཅོག་
 ས་འཐད་པ་བཟོ་སྟེ་འགྲོ་ཐ་ད་ མོ་སྐྱེས་དེ་གིས་ ངོ་ས་མ་ཤེས་པས་
 གཅིག་ཁས་ཏུ་ལ་དེ་ལུ་ག།

རྒྱུ་ལུ་ལ་རྟོ་ལ་ མོ་སྐྱེས་འདི་ ཞིང་མོ་བས་སོང་སྟེ་ ཞིང་མོ་
 ལོ་དེ་པའི་བས་ན་ ལུ་མོ་དེ་ ཐུ་དཀའ་སེལ་ཅོག་ལུ་སྐུ་ལ་རྟོ་ ལྷི་དེ་ས་
 ལྷི་མ་ནང་ཡོད་མི་འདི་ དེ་མ་གྱི་ཡམ་སྐུ་ཡིན། ཡམ་སྐུ་ངོ་མ་ ང་
 ཡིན་ཟེན་སྲབ་སྲབ་པ་མས། མོ་སྐྱེས་དེ་གིས་ དོགས་པ་ཆགས་ཏེ་
 དེའི་ཡམ་སྐུ་ཡིན་པ་ཅིན་ དེའི་གུང་གི་རྩ་ཐ་ གཡས་པ་ལུ་ཆགས་
 ཤིག་ཟེན་སྲབ་ད་ ཐུ་དཀའ་སེལ་དེ་གིས་ གུང་གི་རྩ་ཐ་གཡས་པ་ལུ་
 ཆགས་ལུ་ག།



ལ་ཞེམོ་གིས་ མེན་མེན། ཟེར་བཏུ་བར་སོང་མ་དུ་ གཟེམ་
 ནང་ལས་ རྒྱུ་མོ་དངོས་སུ་ཚད་མ་སྒྲེལ་བྱེད་འོང་མ་དུ་ ལ་ཞེམོ་གི་
 མེན་བསམ་ལུ་ འདི་འདྲེ་ཡིན་མ་འདྲས་མེན་ཏེ་ འདྲོགས་ཏེ་བྱོག་
 འགྲེལ་དུ་ ལྷིམ་མའི་གདོང་ལའི་མཚོ་ནང་ སྐད་དེ་གི་སོ་རྒྱལ་ དེ་
 ལས་ མོ་ར་ལོག་ཏེ་ར་ མོ་སྐྱེས་དེ་དང་གཅིག་ལས་ དག་འདྲོག་ཏེ་
 སྒྲེ་ ལོ་དེ་ཞི་བོ་བུ་གེ། 11





ར་པོད་ཨ་རྒྱས་བཀྲིས།

དང་ཕུ་ གཡུས་ཅིག་ནང་ ར་པོད་ ཨ་རྒྱས་བཀྲིས་ ཟེར་མི་ཅིག་
 ཡོད་པ་མས། རྣམ་ཅིག་འབད་མཉམ་ད་ སང་བཀོ་ནི་གི་ལཱ་སྟོར་
 བསྐྱོགས་ཏེ་ ཆ་མོགས་ར་པོད་ཚུ་ ག་ས་འབོ་བུ་ སང་བཀོ་བཅུག་
 རུག སང་བཀོ་ཚར་ཞི་རྣམ་ལས་ ར་པོད་ཨ་རྒྱས་བཀྲིས་ཀྱིས་
 སང་བཀོ་བའི་ག་ཆ་སྟེ་ ལྷོ་རྒྱ་དུང་གང་གང་ བྱི་བྱི་རྣམ་མས།
 ཁོ་ས་ཡང་ ལྷོ་རྒྱ་དུང་གང་ ཟེ་སྟེ་ལོ་དཔ་ད་ ལ་སྟོམ་བུ་ རྒྱ་འཛུགས་
 ཡོད་སར་ རྒྱ་འབྲུང་པར་འབྲེལ་བྲེལ་མས། རྒྱ་འཛུགས་ཡོད་སར་

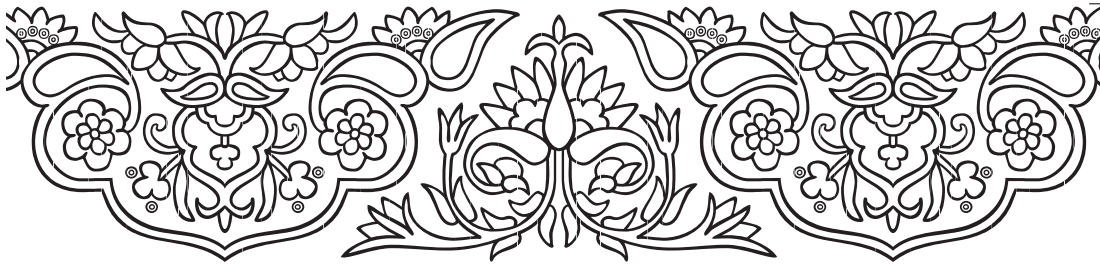
ཉོདཔ་ད་ ཁོ་གི་ལཱ་འབད་མི་དེ་ཚུ་ཡང་ ཚུ་འབྲུང་པས་འགྲོ་ལ་ད་
ག་ས་འདོམ་གྱིས་ ཟེ་ཚས་ཉུག་ཟེས་ཡིན་མས།

དེ་ལས་ ས་ཕོད་ཅིག་པ་ཟ་བྱེ་ འདོམ་ལུ་ ཉུད་བརྟགས་
འཚོ་ལཱ་ད་ འདོམ་གྱི་འབས་འཛེགས་ཏེ་ ལ་ལ་བརྟུང་བྱིན་མ་
ལས་ ས་ཕོད་ལ་རྣམས་བགྱིས་ཀྱི་གདོང་ག་ས་ ལ་བཤུལ་རྒྱབ་ད་
ཉུག་ དེ་ལས་ ས་ཕོད་ཅིག་པ་ཟ་བྱེ་ རྒྱད་མེད། ལཱ་ཅིག་འཇུག་
གཞི་ མཞི་བྱེ་ རྒྱལ་ཅིག་བཙུག་པེ་ ལོད་ལོད་པའི་བས་ན་ འདོམ་
དེ་འོངས་ཏེ་ རྒྱུད་ག་ཅི་བཙུག་པེ་ ཟེས་འདྲི་ལ་ད་ ས་ཕོད་ཀྱིས་
རྒྱུད་འབད་ཚེ་ ག་གི་ཡང་མ་ཤེས་པ་མཐམ། རྒྱལ་བཙུག་པེ་ཟེས་ད་
ཞིམ་ཟེས་སྲབ་ཉུག་ དེ་ལས་ འདོམ་གྱིས་ ང་ཡང་ཟ་གེ་ཟེས་སྲབ་
ད་ ས་ཕོད་ཀྱིས་ང་ས་ང་ ཟེ་དགོ་ཟེས་སྲབ་ཉུག་ འདོམ་གྱིས་ དེ་
འབད་ན་ ང་གིས་ རྒྱུད་ཟེ་ག་ཟེས་སྲབ་ད་ ས་ཕོད་ཀྱིས་ དེ་འབད་ན་
རྒྱུད་ས་ང་ཟེ་ད་ཟེས་སྲབ་པེ་ ས་ཕོད་དེ་ཡང་སོ་ཉུག།

ས་ཕོད་རྒྱབ་ཐུག་ཞིན་མ་ལས་ འདོམ་རྒྱལ་ཟེ་ཚས་ལ་ད་ ཁ་
གཡའ་བྱེ་དེ་གས་ས་མ་ཚུགས་པས་ ས་ཕོད་འབད་ས་ ཉུད་

ວຽກງານ'ລັກ'ໄພ'ສາ' ສິດ'ສິດ'ມາ'ມາ' ດີ'ສະ'ສູດ' ສາ'ເປັ'ເປັ' ລື
 ສູ່'ມາ'ລູກ'ຈູ່'ເຮັດ'ເຮັດ'ປາ'ມາ' ລາ'ເຮັດ'ຫຼີ' ສູ່'ມາ'ລູກ'ຈູ່' ຈາ
 ຕີ'ເຮັດ'ເຮັດ'ເຮັດ'ເຮັດ' ສາ'ເປັ'ເປັ' ສູ່'ມາ'ລູກ'ເຮັດ'ເຮັດ' ຈູ່'ມາ
 ສູ່'ເປັ'ເປັ'ສູ່'ມາ' ຈາ'ສິດ'ເຮັດ'ເຮັດ'ສູ່'ມາ'ສູ່'ມາ' ລາ'ເຮັດ'
 ຫຼີ' ສູ່'ມາ'ເຮັດ'ເຮັດ'ຈາ'ເຮັດ'ສູ່'ມາ' ສາ'ເປັ'ເປັ'ເຮັດ'ເຮັດ' ດ
 ສາ'ເຮັດ'ເຮັດ'ເຮັດ'ເຮັດ'ສູ່'ມາ' ຈາ'ເຮັດ'ເຮັດ' ດາ'ເຮັດ'ເຮັດ'ເຮັດ'
 ຈາ'ເຮັດ'ສູ່'ມາ'ເຮັດ' ສາ'ເປັ'ເປັ' ມາ'ຈາ'ຈາ'ມາ'ຈາ' ສູ່'ມາ'ເຮັດ'
 ສາ'ລູກ'ເຮັດ'ເຮັດ'ສູ່' ສາ'ເປັ'ເປັ'ເຮັດ'ເຮັດ' ລາ'ເຮັດ'ສູ່'ມາ'ລູກ'
 ເຮັດ'ເຮັດ'ເຮັດ'ເຮັດ' ສູ່'ເປັ'ເປັ'ສູ່'ມາ' ຈາ'ເຮັດ'ເຮັດ'ເຮັດ' ຈູ່'
 ມາ'ສູ່'ຈາ'ຈາ'ເຮັດ'ເຮັດ'

ຈາ'ເຮັດ' ລາ'ເຮັດ'ເຮັດ'ເຮັດ' ຈາ'ເຮັດ' ສາ'ເປັ'ເປັ' ຈາ'ເຮັດ'ວຽກງານ'
 ລັກ'ໄພ'ສາ'ລັກ'ເຮັດ' ສາ'ເປັ'ເປັ' ຈາ'ເຮັດ'ເຮັດ' ຈາ'ເຮັດ'ເຮັດ' ຈາ'ເຮັດ'ເຮັດ'
 ຈູ່' ເຮັດ'ເຮັດ'ເຮັດ'ເຮັດ' ລາ'ເຮັດ'ເຮັດ' ຈາ'ເຮັດ'ເຮັດ' ຈາ'ເຮັດ'ເຮັດ'
 ຈາ'ເຮັດ'ເຮັດ'ເຮັດ' ຈາ'ເຮັດ'ເຮັດ' ຈາ'ເຮັດ'ເຮັດ' ຈາ'ເຮັດ'ເຮັດ' ຈາ'ເຮັດ'ເຮັດ'
 ຈາ'ເຮັດ'ເຮັດ'ເຮັດ' ຈາ'ເຮັດ'ເຮັດ' ຈາ'ເຮັດ'ເຮັດ' ຈາ'ເຮັດ'ເຮັດ'




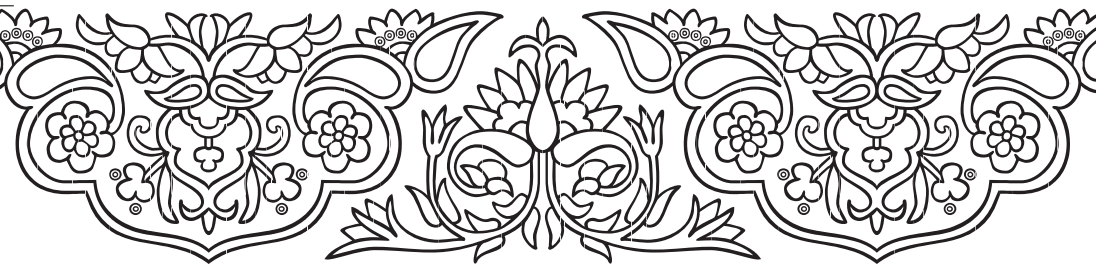
སྐྱུག་དང་བྱི་བྱུར།

ཉེམ་ རྟགས་ཚལ་ཅིག་ནང་ བྱུག་ཅིག་ཡོད་པ་མས། ཉེམ་ཅིག་
 བྱུག་འདི་ རྟགས་ཚལ་ནང་ ཉོ་འཚལ་བར་འགྲོ་ཕྱིན་དུ་ བྱི་བྱུར་ཅིག་
 དང་ཕྱད་ལྷག་ བྱི་བྱུར་འདྲོགས་པའི་ལྷགས་ཀྱིས་ གཟུགས་ཅང་
 ལོག་ལོ་ ཟིང་སྟེ་སྟོན་མ་དུ་ བྱུག་གིས་ སེམས་ཅན་འདི་བཟུམ་ ཉེ
 མ་མཐོང་ར་མ་མཐོང་མ་ལས་ འདྲོགས་ཏེ་བྱོག་སོང་སོང་མ་མས།
 ལམ་འདི་ལ་ལས་ མི་ཅིག་འོང་སར་མཐོང་སྟེ་ བྱུག་གིས་ འདི
 ལས་ཡང་བཟུར་ཏེ་ ལམ་འོག་ལས་སྐྱེ་ཡར་སོ་ལྷག།

དེལས་ མི་དེ་གིས་ གྱི་བྱུང་བས་ད་མེ བྱིམ་ནང་ལུ་བཀལ་
 བཞག་ཏུ་ ལོ་ག་འོང་མ་ད དོ་རུང་ ལམ་ལ་ལུ་ མི་དེ་དང་ རྟམ་
 དེ་ཡུད་དེས་ཟེར་ཡིན་མས། དེལས་ རྟམ་དེ་གིས་ མི་དེ་ལུ་ ལམ་
 ལང་གྱི་བྱུང་དང་ མ་ཡུད་ག་ཟེར་འདྲི་མ་ད མི་དེ་གིས་ གྱི་བྱུང་ ང་
 གིས་བས་ད་དེ་བ་ད་ཡི་ ཟེར་སྐབ་སྐབ་པ་མས། རྟམ་དེ་གིས་ དེ་
 འབད་ན་ ང་གིས་ བྱོད་བ་ནི་ཡིན་ཟེར་སྐབ་ལུ་ག མི་དེ་གིས་ མ་བ་
 ཟེར་ ག་དེ་སྐོ་སྐབ་རུང་ རྟམ་མ་བརྟུབ་པར་ བ་ནི་གྲ་བྱུག་བྱུག་པ་
 མས།

དེལས་ མི་དེ་གིས་ ད་ ང་བ་ནི་ར་ཡིན་པ་ཅིན་ མགུ་ལས་
 མ་བ་བར་ མཇུག་ལས་བ་ག་ནང་ཟེར་སྐབ་སྐོ་ ག་ཡུབ་རྒྱབ་ཏུ་འུལ་
 ལོད་ལོད་པ་མས། རྟམ་འདི་ མཇུག་ལས་ཡར་འོངས་སྐོ་བ་ཏུ་མ་
 ད་ མི་དེ་ འདྲོགས་པའི་ལྷགས་ཀྱིས་ ལ་ཐུག་ཚུམ་ཚུམ་འབད་
 འབད་མ་མས། རྟམ་གིས་ མི་དེ་ལུ་ བྱོད་ག་ཅི་སྐོ་ ལ་ཐུག་ཚུམ་
 ཚུམ་ འབད་མ་སྐོ་ཟེར་འདྲི་མ་ད མི་དེ་གིས་ ད་ཅི་གི་གྱི་བྱུང་འདི་
 ལ་ཐུག་ནང་ལས་ འཛོལ་ནི་སྐོ་ཡིན་མས་ ཟེར་སྐབ་སྐབ་པ་མས།

ཉམ་དེ དོན་ལས་ས་ བྱི་བྱས་ལོག་ འཛོལ་འོང་ནི་འདྲས་མནོ་ཉེ
 འདྲོགས་པའི་ཉམ་གས་ཀྱིས་ འདི་འཕྲོ་ལས་བྱོག་ཡས་སོ་ཉམ་ དེ
 གིས་སྒྲེ ཉམ་དེ ད་ཅེས་ནངས་པ་ཡང་ བྱི་བྱས་མཐོང་མ་ད་ བྱོག་
 འགྲོ་ལ་ཡིན་ ཟེར་སྤང་སྤྲོ་ལ་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ།། 11 



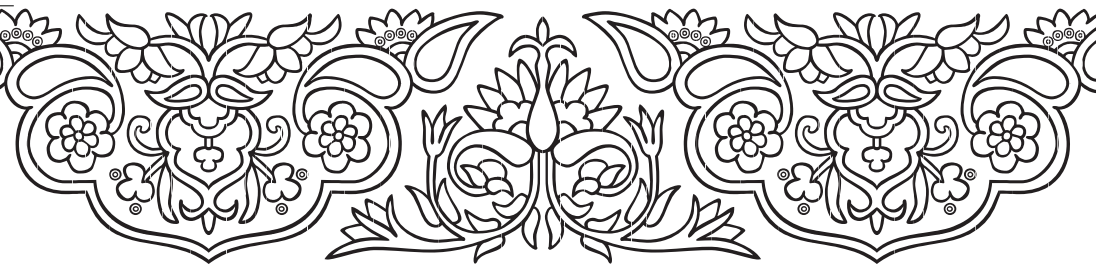
བུ་མོ་དང་སྲིན་མོ།

ཉེ་མ་ གཡུ་ས་ཅིག་གི་ མཐའ་མ་ལུ་ ཁྱིམ་རྒྱུད་ཀྱང་ཅིག་ཡོད་པ་
 མས། ཁྱིམ་དེ་ནང་ ཡལ་ཅིག་དང་ཡམ་ཅིག་ལུ་ བུ་མོ་ཅིག་ཡོད་པ་
 མས། རྣམ་ཅིག་འབད་མ་ད་ ཡལ་དང་ཡའི་གཉིས་ བུ་མོ་གིས་མ་
 ཤེས་པར་ ཡུ་ལའ་འཁྱོ་ནི་སློེ་ བུ་མོ་དེ་ཞིང་ནང་ ལཱ་འབད་བར་
 བརྟུང་བརྟུང་མ་མས། བུ་མོ་དེ་ ལཱ་འབད་ལོ་དཔ་ད་ ཡུ་དཔ་ཅིག་ལ་
 ལས་ བུ་ཅིག་གིས་ ཁྱོད་འདི་ཡལ་དང་ཡའི་ འཁྱོ་དེས་ཟེར་སྐྱབ་
 སྐྱབ་པ་མས།

མོ་སྲི་ཐུ་མོ་ལུ་ ལུ་འཁོལ་ལྷ་ད་ ཐག་པ་བརྟོགས་བརྟུང་སྟེ་ བཅོ་
མ་རེ་ཟེར་སྲབ་ཏུ་ ལྷོ་མོ་མོ་ས་ ལུ་སར་ཡར་སོ་རྒྱག།

ལྷོ་མོ་རྒྱབ་ཐལ་ཏུ་ ལ་ཅི་ཅིག་ཁ་ལས་ ཐུ་མོ་དེ་གིས་ ལྷོ་
མོ་སྲི་ཐུ་མོ་ལུ་ ལ་ལྷོ་རྒྱ་ནང་བརྟུང་ད་ ལྷོ་ལྷ་ལུས་ཡང་ མཐོང་
མས་ཟེར་སྲབ་སྲབ་པ་མས། ལྷོ་མོ་སྲི་ཐུ་མོ་དེ་གིས་ཡང་བརྟུ་གེ་
ཟེར་སྲབ་ད་ ཐུ་མོ་དེ་གིས་ བརྟུ་བ་ཟེར་སྲབ་ཏུ་ ལྷོ་མོ་སྲི་ཐུ་མོ་ལུ་
ཐག་པ་འཁྱོལ་བཅུག་རྒྱག དེ་ལས་ མོ་སྲི་ཚ་བ་མས་ ལྷོ་མོ་སྲི་
ཐུ་མོ་རྒྱང་ལག་བརྟུ་མས་ཏུ་ དཔུངས་བཞག་སྟེ་ མོ་སྲི་ཐུ་མོ་ལས་སོ་
རྒྱག་གོ། 11





སྒྲོམ་ཚེན་ཀང་རུང་ཉང་ཉང་།

དང་ཕུ་ གཡུས་ཅིག་ནང་ ལམ་ཅིག་དང་ལམ་ཅིག་ བྱ་ཅིག་
 དང་བྱ་མོ་ཅིག་སྒྲོ་ ཁོང་ལ་སྦད་མ་མཉམ་དུ་བཞི་ ལོ་དྲུག་ལོ་དྲུག་ལོ་དྲུག་
 རྒྱུ་ཅིག་འབད་ཕྱི་དུ་ ལམ་དེ་ ཁོང་འདི་ལྷི་མ་གྱི་ཉུག་ལས་ཡར་
 རྒྱས་ཚུ་ལུ་ མེ་བ་ལྷི་སྦོ་ག་པར་ སོང་སོང་མ་མཉམ། ཤིང་ལོང་
 སྒྲོམ་ཅིག་གུ་ མེ་བ་ལྷི་མ་ཐོང་ལུ་ འདི་སྦོ་ག་ལུ་ལོ་དྲུག་ལོ་དྲུག་ལོ་དྲུག་
 མེ་བ་ལྷི་སྦོ་ག་ཅིར་ ཚར་གཅིག་པ་ཚར་གཅིག་ ལེགས་ཤོམ་ཐོན་
 ཐོན་མ་མཉམ། འདི་ཡང་ ཤིང་གི་སྐྱེད་པ་ལས་པ་ ཤིང་གི་ཕ་བ་
 ལས་ ལེགས་ཤོམ་འཕྲོ་མ་མཉམ་ཟེར་ལོན་མཉམ། དེ་ལས་ ལམ་

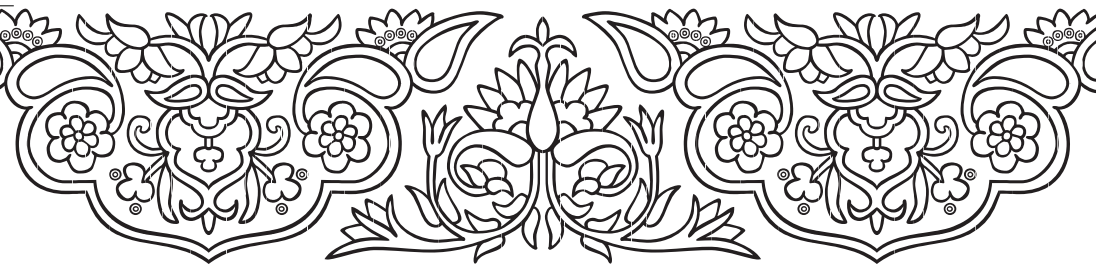
དེ་གིས་ ཤིང་གི་རྩོམ་ལས་ མེད་ཕྱི་ལོག་ནི་སླེ་ ས་ཉོག་ཏུ་
 བཏུམ་དུ་ ལྷོ་ཟངས་ཅིག་ འཕྲོ་དེས་ཟེར་ཨིན་མས། ལྷོ་ཟངས་
 རྒྱལ་ལས་ ལྷོ་མ་ཅིག་ཟེན་འོངས་མ་ལས་ ལམ་དེ་ འདི་ལས་
 སློག་བཅུད་དེ་ཤི་སོ་ལུག།

ལྷི་མ་རྒྱལ་ལས་སྐྱེ་ སྤང་ཆང་ཅིག་ཡང་སྤངས་སླེ་ མགལ་ལུ་
 ག་དེ་མ་ཅིག་བསྐྱུགས་ཅུང་ མགལ་འོང་དེ་མིན་ལུག་ཟེར་ཨིན་མས།
 ལུད་པ་ཅིག་ལས་ གནམ་བསྐྱོ་ནི་མ་ལས་ མེད་ཕྱི་ལོག་འདྲེ་གིས་
 མའི་མགལ་ཅིག་རྩ་འབྲུག་བཟོ་ཏུ་ ལམ་འདི་དང་ལུ་གཉིས་
 ཟེ་དེ་སླེ་འོངས་འོངས་མ་མས། ལྷི་མ་མའི་སྐྱོ་ལས་ཉོད་པ་དུ་ རྩ་
 རྩ་གིས་ མགལ་ལས་འོངས་མ་དུ་ རྩ་མ་གིས་བརྒྱུད་ལུག་ལས་
 འོངས་མ་དུ་ དོག་ཟེ་བསྐྱུགས་སླེ་ སྐྱོ་ལོགས་ལས་འཇུ་མ་ལུ་ཟེར་བས།

ལུད་པ་ཅིག་ལས་ འདྲེ་དེ་གིས་ གལས་ལས་བསྐྱོར།
 གལ་ལས་བསྐྱོར་སླེ་ ལྷི་མ་མའི་སྐྱོ་ལས་ཉོད་ལུག་ སྐྱོ་ལས་
 ཉོད་པ་དུ་ རོ་ལྷི་ལྷི་གིས་ ལུ་གཉིས་དང་མ་འདྲུག་སླེ་ རྩ་བལ་ལས་
 ལམ་དེ་ ཕྱི་ལས་ཟེན་བཏུ་ལུག་ ལམ་མའི་སེམས་ལུ་ མི་འདི་བཏུ་

དེལས་ ཡམ་འདི་ཡང་ རང་གི་ཁྱིམ་ནང་ར་ ལོད་ནི་ཡོད་ན་
 བརྟུམ་པས་ཟེར་མཉེ་བྱེ་ སྐོམ་ཆེན་དང་གཅིག་ཁར་ ཁྱིམ་ནང་
 ལོག་འོངས་ཏེ་ ལོད་ལོད་པ་མས། དེལས་ རྒྱལ་མོ་སྐོམ་ཆེན་དེ་
 གིས་ ཁྱིམ་མའི་སྐོ་ཁར་བེན་ཏེ་ ཀུང་རུང་རུང་རུང་ ཟེར་འཕུ་
 འཕུམ་མས། འདྲེ་དེ་ཁྱིམ་གྱི་ཉུག་ལས་མར་འོངས་སྟེ་ ཡམ་ཁྱོད་
 རུང་རུང་ཟེར་སྐྱེ་ར་མི་དགོ། ད་ཉུ་ར་ ང་མར་འབེན་འོང་ཟེར་
 སྐྱེ་བྱེ་ འོངས་འོངས་མ་མས། ཡམ་འདི་ འདྲེ་འོང་དེས་ཟེར་
 འདྲེ་གས་ལོད་པ་ད་ སྐོམ་ཆེན་གྱིས་ ལམ་ཁར་བསྐྱེགས་ལོད་
 ཞིན་མ་ལས་ འདྲེ་གི་རལ་པ་གྲུ་བཤེད། ས་ཁར་བདམས། ཀུང་
 རུང་བཟག་པ་གིས་ རྒྱས་ཅ་སྟེ་རུངས་བྱིན་མ་ད་ འདྲེ་དེ་ འདི་ནང་
 ར་གི་སོ་རུག་ དེལས་ སྐོམ་ཆེན་དེ་ ཡམ་འདི་ཚབ་སྟེ་ ཡམ་དེ་དང་
 གཅིག་ཁར་ ཡམ་ལྟ་གཉིས་ བདག་འཛིན་འབེན་བྱེ་ དག་འདྲི་ག་རྩོ་
 སྟེ་ ལོད་ནི་བེན་རུག་གོ། ॥






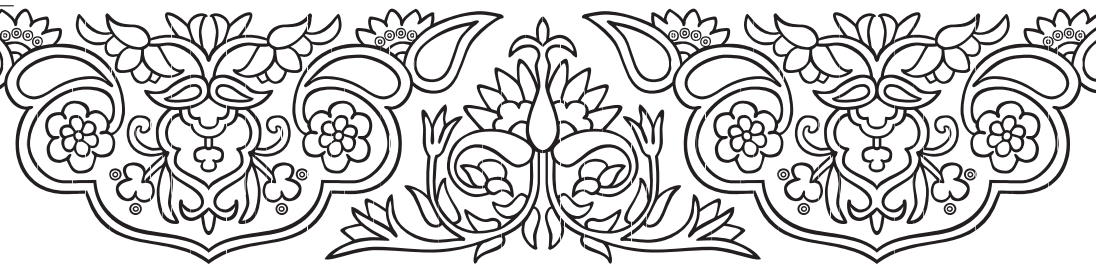
ལྷོ་ཚང་སྤྱི་ལོ་གནས་སྐབས།

དང་ཕུ་ གཡུས་ཅིག་ནང་ སྤྱི་ཅིག་དང་འཕར་ཕྱི་ཅིག་ ལྷོ་ཚང་
 བཟུང་ཏེ་ ལོ་དེ་ལོ་དེ་ལོ་ལོ་ལོ་ སྤྱི་ལོ་གནས་ འཕར་ཕྱི་དེ་ལུ་ ཨ་
 ཅི་ཅིག་ ངལ་མི་རངས་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་མས། དེ་འབད་ནི་ལོ་གནས་
 སྤྱི་གནས་འཕར་ཕྱི་ལུ་ གཞོན་པ་བཀལ་ནི་འི་ མཉོ་བསམ་ཅིག་ར་
 གཏུང་ལོ་དེ་དོ་ཡོད་པ་མས། ཚེས་ཅིག་འབད་ཕྱི་དེ་ སྤྱི་གནས་ སྤྱི་ནི་
 ཅིག་བསྐོ་ལུ་ལོ་དེ་ལོ་དེ་ འཕར་ཕྱི་འོངས་ཏེ་ ལྷོ་དེ་ སྤྱི་ནི་བསྐོ་ལུ་ཏེ་
 ག་ཅི་འབད་ནི་ཟེར་སྐབས་སྐབས་མས།

དེལས་ རྒྱ་གིས་ རྩིན་ཡུས་ཅ་སྒྲེ་ བསྐྱོལ་ཞིན་མ་ལས་ རྩི
 རྩུ་ཉུལ་མ་དུ་ མིག་རྩོལ་ལས་ དུས་རྩེ་ཉུལ་བ་ཅིན་ ལྷ་ཡུལ་མ་བྲོང་
 ཟེར་ ལྷ་བ་སྤྲུལ་པ་མས། ལམ་མ་ལོན་ལས་མ་དུ་ ཡིན་མ་ལུས་མ་ལོ་
 རྩེ་ རྩིན་ ང་ལུ་ཡང་གནང་ཟེར་སྤྲུལ་སྒྲེ་ རྩི་ཉུལ་མ་དུ་ མིག་རྩོ་
 ལས་ དུས་སྒྲེ་ཉུལ་ལོན་པ་དུ་ རྩོ་པ་མིག་རྩོ་ ལ་ལུས་ལོག་སོང་ལྟེ་
 རྩེ་མ་ཚུགས་པས་ ལཱོག་ས་ལབ་ལ་དུ་ལྷག།

ལམ་མ་ལོན་པ་ཟེར་ལྟེ་ རྒྱ་ལབ་དུ་སངས་ལོང་མ་དུ་ རྒྱ་དེ་
 མཚུགས་མ་ཚུན་དང་སྤངས་སྒྲེ་ ལོན་ལྷག་ཟེར་ཡིན་མས། ལམ་མ་
 གིས་ དཔའི་རྩོལ་ལས་ རྩོན་ མཚུགས་མ་ཚུན་དང་སྤངས་རྩེ་ ག་ཅི་
 ལབ་དུ་མ་ལོ། ང་ ལ་ཅི་མིག་རྩོ་ལྟེ་མ་ཚུགས་པས་ ལཱོག་ས་
 ལབ་ལ་ཡི་ ཟེར་སྤྲུལ་སྤྲུལ་པ་མས། རྒྱ་གིས་ རྩོན་ རྩེ་མ་སེར་
 མའི་ལྷ་ཡུལ་ བཏུ་དགོ་པས་ལ། ཟོབ་བདེན་བདེན་ས་བཏུང་ལྷག
 ང་ལདི་ རྩུ་ལདི་ནང་ལས་ ཉུ་བཟུང་ཡིས་ ཟེར་ལོན་ལྷག་སྤྲུལ་
 མས། ལམ་མ་ལོན་པ་ རྩོན་ ཉུ་ག་དེ་སྒྲེ་ བཟུང་མ་ལོ་ཟེར་མ་
 དུ་ རྒྱ་གིས་ མཚུགས་མ་ཚུན་དང་བཅུགས་སྒྲེ་ ལོན་ཞིན་མ་ལས་

འགྲངས་མ་དུ་ རྒྱ་ལོ་སའི་ལོ་ལྟོག་ལས་ ལྷ་ལི་ཅིག་བརྟགས།
 འཕར་ཕྱི་གི་ལོ་ལྟོག་ལས་ ཤིང་གི་འཁོར་ལོ་སྤྱོད་ཅིག་བཅུགས་
 ཐིན་སྟེ་ འཕར་ཕྱི་དཔོན་ལོན་ཟེས་ ལྷི་གྲ་བཞག་ ལོ་ས་ཞབས་ལྷ་
 རྒྱ་བ་སྟེ་ རོད་རོད་པའི་བས་ན་ ལྷི་མ་གྱི་ངོ་བདག་འདི་ ཐོན་འོངས་
 འོངས་མ་མས། རྒྱ་འདི་ ཡང་ཡང་ས་ རྫོ་སྤྱི་ག་ལ་ལས་མཚོང་མ་
 དུ་ ལྷ་ལི་འདི་བཅག་སོང་ཏེ་ ཐོན་ཡས་སོ་རྒྱག་ འཕར་ཕྱི་འདི་ རྫོ་
 རྫོ་ག་ལ་ལས་ ག་དེ་མ་ཅིག་བྱགས་སྟེ་མཚོངས་རུང་ ཤིང་གི་འཁོར་
 ལོ་འདི་ བཅག་མ་ཚུགས་པས་ལུས་པ་དུ་ ལྷི་མ་མའི་ངོ་བདག་གིས་
 བདུལ་བྱུན་ཏེ་ འཕར་ཕྱི་གིས་ ཕྱོ་འབྲག་འབྲག་ས་དྲངས་སྟེ་
 བསད་བརྟུང་དུ་བྱག་གོ། 11 



ཨཔ་གཉིས་ཀྱི་གནས་སྐབས།

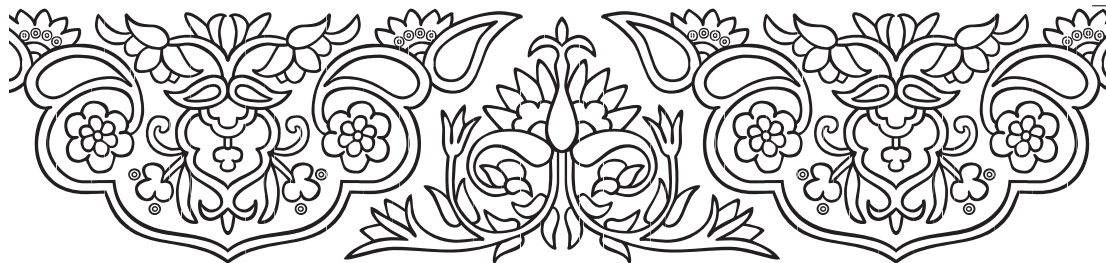
དང་ཕུ་ གཡུས་ཅིག་ནང་ འདྲ་ལོ་ཟེར་མི་ཅིག་དང་ ཅ་རྒྱས་ཟེར་མི་
 ཨཔ་གཉིས་ཡོད་པ་མཁུ། ཚར་ཅིག་ ཁོང་གཉིས་ཀྱིས་ཚལ་མ་ནང་
 ལས་ ཀུ་ཤ་ཅིག་བཟུང་ཐོབ་ཆི་ལུག་ ཀུ་ཤ་འདི་ ཟག་པ་བརྟགས་
 ཏེ་ ཁོང་གཉིས་ཀྱི་གདོང་ལར་བཞག་སྟེ་ གསལ་དེ་ནི་གི་སྟོར་ལས་
 བལུན་གྲོས་འབད་འབད་ལྷ་མཁུ། དང་པ་ར་འདྲ་ལོ་གིས་ དབའི་
 ལྟོ་ཚང་ ང་བཅའ་གཉིས་ཀྱིས་ ཀུ་ཤ་འདི་ ག་དེ་སྟེ་གསལ་དེ་ནི་མོ།
 ང་གིས་འབད་པ་ཅིན་ ཀུང་ལག་བརྟོགས་བརྟུང་སྟེ་གསལ་དེ་པ་ཅིན་
 དུག་ཁོང་ཟེར་སྐབས་སྐབས་མཁུ།

ཅ་རྒྱས་ཀྱིས་འབད་བ་ཅིན་ དེ་སློབ་བརྟེན་པ་བར་མི
 བརྟེན་ ཉུ་མ་ ང་ རྫོག་གཟུགས་མ་གི་ཤུབས་ ཀོ་གཟུམས་རྒྱབ་ད་
 ལེགས་ཤོམ་མི་འོང་ ཟེར་སྲུབ་སྲུབ་པ་མས། དེ་ཅུང་འདྲ་བོ་གིས་
 དེ་འབད་ན་བརྟེན་ མཇུག་མ་བརྟེན་སློབ་ གསད་གེ་ཟེར་སྲུབ་ད་
 དེ་ཅུང་ཅ་རྒྱས་ཀྱིས་ དེ་སློབ་བརྟེན་པ་བར་མི་ མི་བརྟེན་ ཉུ་
 མ་ ངེ་གི་མི་ག་རྟོ་འཕུག་ནི་བཟོ་ལ་ད་ མི་བརྟེན་ཟེར་སྲུབ་ལུག

དེ་ཅུང་ འདྲ་བོ་གིས་ དེ་འབད་ན་བརྟེན་ མོ་ལ་སྲུག་ལས་
 བཀག་ཉེ་ གསད་གེ་ཟེར་སྲུབ་ད་ ཅ་རྒྱས་ཀྱིས་ དེ་སློབ་ཡང་མི་
 བརྟེན་ ཉུ་མ་ ང་བཅས་ར་གཉིས་ ཉུལ་སའི་གདན་བཟོ་ལ་
 ད་ ལེགས་ཤོམ་མི་འོང་ཟེར་སྲུབ་སྲུབ་པ་མས། དེ་ལས་ ཁོང་
 གཉིས་ ཀུ་ཤུ་གསད་ནི་འི་ཐབས་ཤེས་ མ་ཟོབ་པར་ལོ་དེ་པའི་
 བར་ན་ ཡུད་པ་ཅིག་ཁ་ལས་ འདྲ་བོ་གིས་ དཔའི་རྟོ་ཚང་ ད་ ང་
 གིས་ པགས་ཀོ་ལུ་ རྫོག་ག་ནི་ཡང་མ་ལོག་པ་སློབ་ ཀུ་ཤུ་གསད་
 ནི་གི་ ཐབས་ཤེས་ཅིག་དུན་ཡི་ ཟེར་སྲུབ་ད་ ཅ་རྒྱས་ཀྱིས་ ག་
 དེ་སློབ་ཡིན་མེ་ཟེར་འདྲི་ལ་ད་ འདྲ་བོ་གིས་ གཞན་ག་ཅི་བརྟེན་

བརྟུང་ཕྱི་མ་བརྟུང་མ་ཡིན་མས། དེ་མེད་འདི་ ཁོ་རའི་ཐག་པ་
 འདི་བརྟུང་གས་བརྟུང་སྐྱེ་ གས་དུ་གཤེན་ཤེན་ཟེར་སྐྱེ་དུ་ ཅ་རྣམ་
 གྱིས་ཡང་ དེ་སྐྱེ་འབད་པ་ཅིན་ ལེགས་ཤོམ་ཡིན་མས་ཟེར་ གྱི་
 ཅུ་འབལ་ལ་ཅིག་ ཐག་པ་འདི་བརྟུང་གས་བརྟུང་མ་ལས་ ཀ་ག་གིས་
 རྟོང་ཟེར་སྐྱེ་སྐྱེ་ གས་སོང་ར་མེད་པ་སྐྱེ་ མཚོངས་ཡར་སོ་ལྷག་
 དེ་ལས་ ཁོང་གཉིས་ལུ་ཕྱི་མ་བརྟུང་། དུག་ཕྱི་མ་བརྟུང་སྐྱེ་
 ལོ་དེ་དགོ་པ་ལུ་ལྷག་གོ། ॥






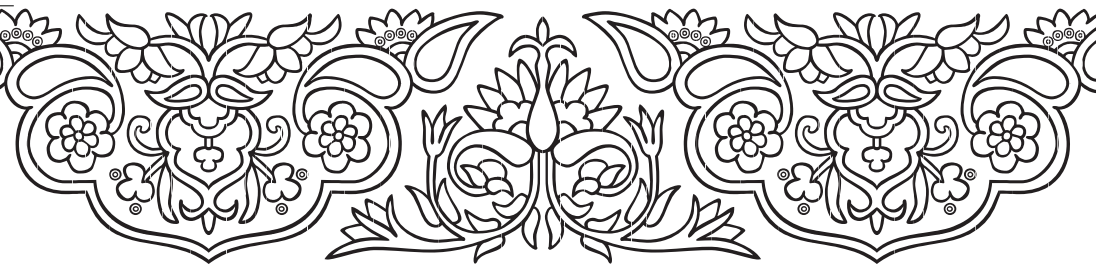
འདོད་པ་ཆེན་ཀྱན་དང་འབྲེལ།

ཉེམ་ གཡུས་ཅིག་ནང་ ལཔ་སྤུང་ཀ་ཅིག་ལུ་ ཟུ་གཉེས་ཡོད་པ་
 མས། ཟུ་གཉེས་ཀྱི་ལའི་འདི་ ཁོང་གཉེས་ རུང་ཀྱའི་བསྐྱུང་ལས་
 ས་ ཤི་སོང་མ་མས། ཁོང་སྤུན་ཆ་གཉེས་ སེམས་སྐྱོ་སྟེ་ས་ ལོ་དོ་
 ཡོད་པ་མས། རྣམ་ཅིག་འབད་ཅ་ད་ ལཔ་འདི་ གཞུམ་མེད་ས་མེད་
 རྒྱགས་སྐོན་སྟེ་ ཡུད་པ་ཅིག་ལ་ལས་ ཤི་སོང་མ་མས། དེ་ལས་ ཟུ་
 གཉེས་ ཉེང་སྐྱལ་ས་ སེམས་སྐྱོ་སྟེ་དེ་ ཁོ་དག་པ་ཅིག་སོང་མ་ད་
 ཡོ་རྒྱུམ་གས་ རུ་གཅུང་ལུ་སྤུང་སྤུང་པ་མས།

ཡང་ གྲིན་མ་གསུམ་དེ་ཅིག་ བཞག་གེ་ཟེང་སྤྲུལ་ལྷན་ ལྷན་གཅུང་
 གིས་ བརྟུལ་ཟེང་སྤྲུལ་ལྷན་ ལྷན་གྱི་ མོ་རྒྱ་རྒྱུ་འབད་སར་བཞག་
 ལྷན་ གྲིན་མ་གསུམ་འཁྲོམ་ད་ ལྷན་གྱི་གིས་ ཁོ་ལཱ་ཡང་ཀ་ཀུ་ལྷན་
 ལོ་རྒྱ་ཅིག་འབད་འོངས་ལྷན་ དེ་ལས་ མོ་རྒྱ་རྒྱུ་གིས་ ཀ་ཀུ་ལྷན་
 ལོ་རྒྱ་ ཁོ་རྒྱ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་
 ལོ་ལོ་ལོ་ ད་འབད་ད་ ད་གིས་ཡང་ གསེས་འབྲེལ་འོང་མོ་ལྷན་
 ལྷན་གྱི་སྤྲུལ་སྤྲུལ་ལྷན་ལྷན་

ཀ་ཀུ་ལྷན་དེ་ གྲིན་མ་ཅིག་ལ་ གྲིན་མ་ཅིག་སྤོམ་སྤོམ་སྤོམ་
 འཁྲོམ་ལས་ གྲིན་མ་ཅིག་འབད་ལྷན་ ཀ་ཀུ་ལྷན་གིས་ དོག་མ་
 གསུམ་བརྟུལ་ད་ལྷན་ དེ་ལས་ ཁོ་གིས་ ཀ་ཀུ་ལྷན་གསུམ་ཆ་
 ས་ བརྟུལ་ལྷན་ ལྷན་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ ཀ་ཀུ་ལྷན་འདི་ལྷན་
 ལོ་
 ཀ་ཀུ་ལྷན་ཅིག་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ ལྷན་
 ལྷན་ལྷན་ ལྷན་ལྷན་ལྷན་ ལྷན་ལྷན་ལྷན་ ལྷན་ལྷན་ལྷན་ ལྷན་
 ལྷན་ ལྷན་ལྷན་ལྷན་ ལྷན་ལྷན་ལྷན་ ལྷན་ལྷན་ལྷན་ ལྷན་

དང་ ཡ་མའི་རྒྱ་ལོ་ས་གཞན་རྒྱ་ཡང་ ག་ས་ཐོབ་ཏུ་ དགའ་ཉེ་ག་
 ཉེ་སྒེ་ ལོ་དེ་ལྷག་གོ། །། 



བུ་མོ་སྐུན་གྱི་མནའམ།

ཉེམ་ གཡུས་ཅིག་ནང་ ཡམ་སྐུང་ཀ་ཅིག་ལུ་ བུ་མོ་སྐུན་གསུམ་
 ཡོད་པ་མས། བུ་མོ་འདི་ཚུ་ ག་ནི་བ་འང་འ་འི་ས་མོ་ཡོད་ཅུང་ ཡམ་
 སྐུང་ཀ་འི་ བུ་མོ་འབད་ནི་འདི་གིས་ བཟའ་འབྲུང་གི་དཀའ་ངལ་
 ཡོད་པ་མས། ཁོང་ཚུ་ ཨ་ཕ་ལྷན་ འགས་ཚུ་ལ་འདུང་ལས་ ཤིང་
 འབྲས་ཚུ་ ལེན་ཉེ་ཟེ་ལོ་དེ་ལུག་ འུ་མ་ཅིག་འབད་མཉམ་ད་ ཨ་པ་ཁོ་ར་
 བུ་མོ་གསུམ་གྱི་ ཉཱ་འཚུ་ལ་བར་འགྲོ་མཉམ་ད་ སྐུ་ལ་ཅིག་དང་ལྷན་ལུག་
 སྐུ་ལ་དེ་གིས་ ཟ་ནི་འབད་མཉམ་ད་ ཨ་པ་དེ་གིས་ ང་ཟེ་བ་ཅིན་ ང་ལུ་
 བྱིམ་ནང་བུ་མོ་གསུམ་ཡོད། དེ་ཚུ་ ཉཱ་མི་མི་འོང་ཟེར་སྐབ་ད་ སྐུ་ལ་

དེ་གིས་ དེ་ལ་བདེན་ ལུ་མོ་གཅིག་ དེ་འི་མནཱ་ལ་མར་གཏུང་ད་ ལྷོད་
ར་ མ་ཟེ་བར་ བཞག་གེ་ཟེར་སྤྲུལ་ལུ་ག།

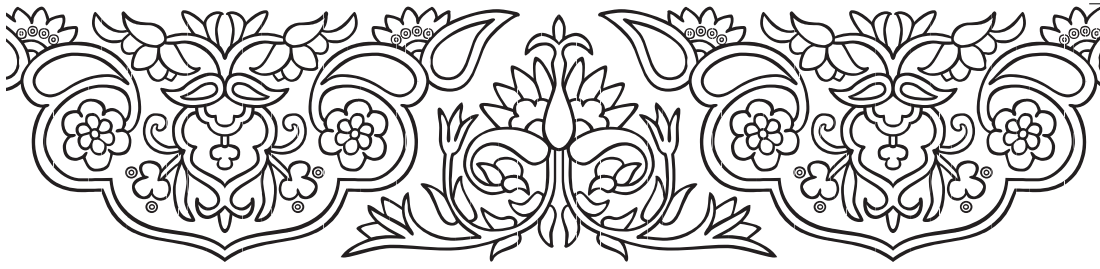
ཨལ་དེ་གིས་ བརྟུབ་ཟེར་སྤྲུལ་སྡེ་ ཤིང་ལ་བྲས་ལ་བཞག་ཏུ་
ལྷིམ་ནང་ལྷོད་པ་ད་ ལུ་མོ་གསུམ་ལུ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་པ་མས། ད་འིས་
ལ་བདེན་ ལྷོད་ར་གསུམ་ལས་ ག་ལ་བདེ་ཏུང་ཅིག་ ལྷུ་ལ་གྱི་མནཱ་
མ་ལུ་ ལ་གྱོད་དགོ་པས་ཟེར་སྤྲུལ་ད་ ལུ་མོ་སྤོམ་ཤོས་དེ་གིས་ ང་སྤུ་
གྱི་མནཱ་ལ་སྡེ་ ལ་གྱོལ་བ་ལ་དེ་ ག་ནི་ཡང་མ་ཟེ་བར་ ཤི་སོམ་དུག་
ཟེར་སྤྲུལ་ཏུ་ ཤི་སོ་ལུ་ག།

ལུ་མོ་བར་ན་སྤོམ་དེ་གིས་ ང་སྤུ་ལ་གྱི་མནཱ་ལ་མར་ལ་གྱོལ་བ་
ལ་དེ་ མི་བྱུང་ཀ་ཅིག་གི་མནཱ་ལ་མར་ ལ་གྱོལ་དུག་ཟེར་སྤྲུལ་ཏུ་
ཐོན་ཡར་སོ་ལུ་ག ལུ་མོ་ཚུང་ཤོས་མ་དེ་གིས་ ཨལ་ ང་གིས་ལ་གྱོད་ནི་
ར་མམ་ཟེར་ ཤིང་ལ་བྲས་ལ་དེ་ མོ་ར་ཡང་ཟེ་ ཨལ་ལུ་ཡང་བྱིན་སྡེ་
ནགས་ཚུ་ལ་ནང་ལ་གྱོད་ལུ་ག ནགས་ཚུ་ལ་ནང་ལྷོད་པ་ད་ ལྷུ་ ལྷ་ག་
ནི་བ་ལེགས་པ་ཅིག་དང་ལྷན་ལུ་ག ལྷུ་ལ་དེ་གིས་ ང་དང་གཅིག་ལར་
ལྷོད་མི་ལུ་མོ་ལ་དེ་ ལྷོད་ཨིན་ན་ཟེར་ལ་དེ་ལྷ་ད་ ལུ་མོ་དེ་གིས་ ཨིན་

ཟེར་སྤང་ལྷན་ དེ་ལས་ སྤྱལ་དེ་གིས་ ལྷོད་ས་ མི་གཉོ་བཅུ་མ་ཟེར་
 སྤང་ལྷན་ ཐུམོ་དེ་གིས་མི་གཉོ་བཅུ་མས་པ་ཅིག་ གསེར་དང་དུལ་
 གྱི་ མེ་རྟོག་གིས་བསྐོས་བའི་ མོ་བྲང་ཉམས་དགའ་རྟོག་རྟོ་ ཅིག་
 ནང་ཉོད་ལྷན།

མོ་ མོ་བྲང་དེ་ནང་ སྤྱལ་དང་གཅིག་ཁར་ཉལ་ལྷ་ད་ ལྱི་ཏུ་
 མེ་བས་དཔ་ཅིག་ མི་དང་གཅིག་ཁར་ ཉལ་དོ་བཟུམ་ས་ འོང་མ་
 མས་ཟེར་ཨིན་མས། རྫོ་པ་རྫོ་པ་ སྤྱལ་ལུ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ མོ་
 བྲང་ནང་ལས་ ཐོན་འགྲོ་ལྷ་མས་ཟེར་ཨིན་མས། རྫོ་པ་ཚར་ཅིག་
 འབད་ལྷ་ད་ ཁོ་ གཉིད་མ་ཚར་བའི་ཉེ་མ་ ཨམ་སྤྱ་གཉིད་ཚར་ཏེ་
 བཏུ་ལྷ་ད་ སྤྱལ་གྱི་འབྲས་ དོག་པའི་ཕ་བ་ལུ་ བཞག་པ་མཐོང་
 ཏེ་ ཐུམོ་དེ་གིས་ འབྲུ་ལྷ་ཅིག་ མེ་བཏུང་དཔ་ལས་ རྫོ་པ་ཉིན་མ་
 འུར་ཏུང་ ཁོ་ སྤྱལ་ལུ་འབྲུ་མ་ཚུགས་པར་ མི་འབད་ས་ལས་
 ལོ་ལྷན་ དེ་ལས་ཚུར་ ཁོང་གཉིས་ གཡུས་དེ་ནང་གི་ ལྷལ་པོ་
 དང་ཨ་ཞེ་འབད་དེ་ དགའ་སྦྱིད་ལུ་ལུ་མ་ཚུགས་རྟོག་རྟོ་སྤེ་ རོད་
 རི་ཐོབ་ལྷན་གོ། 11





ཕྱིས་པ་འདོད་པ་ཅན།

དང་ཕྱ' གཡུལ་ཚན་སློམ་ཅིག་ནང་ ཚེ་རིང་ཟེར་མིའི་ཕྱིས་པ་ཅིག་
 དང་ ཨཔ་ཕུར་པ་ཚེ་རིང་ཟེར་མིའི་ཕྱག་པོ་ཅིག་སྟོན་སྟོན་པ་མས།
 ཕྱིས་པ་ཚེ་རིང་ལུ་ ཐུ་གཅིག་དང་ ཐུ་མོ་ལེ་ཤ་ཡོད་པ་ཨིན་མས།
 ཕྱིས་པ་འདི་གི་མཚོ་བསམ་ལུ་ ང་ ཕྱིས་པ་ཅིག་ཨིན་ཅུང་ ཕྱག་པོ་
 འགྲོ་ནི་མིན་འདུག ཨཔ་ཕུར་པ་ཚེ་རིང་འདི་ གནམ་མེད་ས་མེད་
 ཕྱག་པོ་འགྲོ་ཕྱི་མས། ཁོའི་གཡང་འདི་ ག་ཏེ་ཆགས་ཏེ་ཡོད་ག་
 བཏུ་དགོ་པས་མཚོ་སྟེ་ ཕྱིས་པ་དེ་གིས་ ས་རི་ཕབ་སྟེ་བཏུ་བཏུ་ཕ་
 མས། ཏུ་མ་འབད་ཚེ་ ཨཔ་ཕུར་པ་ཚེ་རིང་གི་གཡང་འདི་ བཟག་

།ལྱི་རུ་ ཨལ་ཡུར་པ་ཚེ་རིང་ མཚོན་བཤུམ་ནང་ དཀྱུ་མེ་ཡུལ་
 བར་སོང་མ་དུ་ ཅིས་པ་འདི་གིས་སྐྱུའི་རྒྱལ་ཁ་ལུས་ ཨལ་ཡུར་པ་
 ཚེ་རིང་ཟེར་སྟེ་མ་དུ་ ཨལ་ཡུར་པ་ཚེ་རིང་གི་མཚོན་བཤུམ་ལུ་ ཁོའི་
 དཀོན་མཚོ་ག་གིས་ གསུང་འབྲེན་མས་ཟེར་མཚོན་ཏེ་ ལགས་ཟེར་
 སྟེ་མཚོན་ཏེ་ ཅིས་པ་ཚེ་རིང་གིས་ འཕྲུལ་ལྡན་པ་ལུས་ རྒྱུད་
 གྱི་བུ་མོ་འདི་ ཅིས་པ་ཚེ་རིང་གི་ བུའི་མཉམ་མ་སྐྱེ་གཏུང་མ་འེ་ཟེར་
 སྟེ་མཚོན་ཏེ་ ཨལ་ཡུར་པ་ཚེ་རིང་གིས་ ལགས་སོ་ལགས་
 ཟེར་ལུ་ཏེ་ སེམས་དགའ་ཏེ་ རྩོམ་ལས་སོ་ལུ་གཤམ།

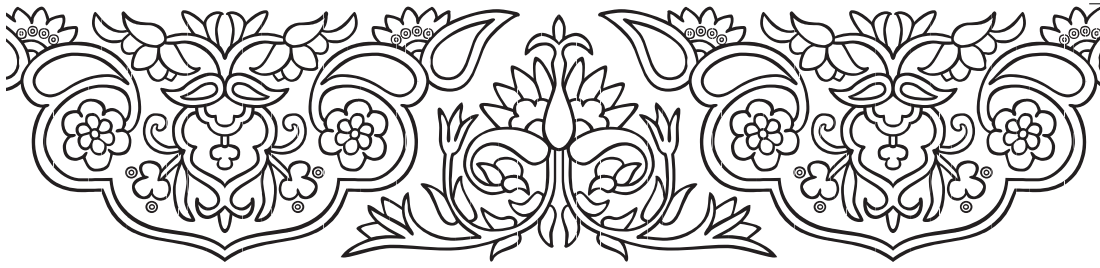
དེ་གི་ལྡན་པ་ལས་ ཅིས་པ་ཁོ་རེ་བཤུལ་ཏེ་ འོང་མ་བཟོ་ཞིན་མ་
 ལུས་ ཨལ་ཡུར་པ་ཚེ་རིང་དང་ གཅིག་ཁར་ རྩོམ་ལས་སྟེ་ རྩོམ་
 སྟེ་ རྩོམ་ལས་སྟེ་ ཨལ་ཡུར་པ་ཚེ་རིང་གིས་ སྟེ་
 ལུ་ ཁ་ཅོ་ལྱི་རུ་ དེའི་དཀོན་མཚོ་ག་གསུམ་གྱིས་ གསུང་འབྲེན་ཡི།
 དེའི་བུ་མོ་འདི་ རྒྱུད་གྱི་བུ་གི་ མཉམ་མ་སྐྱེ་ གཏུང་ཟེར་ཨོན་མས་
 ཟེར་སྟེ་མ་དུ་ ཅིས་པ་ཚེ་རིང་གིས་ ཨོན་མས་གཤམ། དེ་ལྟ་བུ་དུ་ འདི་
 ལགས་ཤོམ་ཨོན་མས། དུ་རིས་ར་ བཅུ་གས་གེ་ཟེར་སྟེ་མ་དུ་ ཨལ་
 ཡུར་པ་ཚེ་རིང་གིས་ཡང་ བུ་ལྟ་ཟེར་སྟེ་མ་དུ་གཤམ།



နှိုမ'အသဘာ'ဗွဲ' ဖြိမ'ရဲသ'ခိင်'ရဲက'လုန' ဟုသ'ဟုသ'အ'မ'ဆဲ'ရဲ
 သ'ရမ'ရဲသ'သ'ဗုရ'ဗွဲ' နှို'သ'ဗုမ'သ'ရဲ'ရုရ' ရဲ'လုန' ဗွဲ'မိ'အ'ရဲ
 ရ'သ'ရဲ'ခိ'ဗွဲ' နှို'မ'လ'ပွဲ'ဗ'ဗ'ဗ'ရဲ' ရဲ'ရဲ'လုန' ခဲ'မ'သ'ဗု'ဗုရ'
 အ'ရဲ'ခိ'ဗွဲ' ဖိ'အ'လိ'ဖိ'လ'လ'ရဲ'ရဲ'လုန' ခဲ'သ'ဗု'သ'ရဲ' ဖိ'ရဲ'ရဲ' ဖဲ'လိ'
 ခဲ'သ'ဗွဲ'လ'ရဲ'ရဲ'ဗု'ဗု'ဗု'သ'မ'သ'မ'

ဗု'ရဲ'သ'ဗွဲ'မိ'ဗွဲ' ရဲ'အ'သ'ရဲ' ဗု'ရဲ'သ'ဗွဲ'မိ'ဗွဲ' ခဲ'သ'မ'ရဲ'
 ရဲ'ရဲ'မ'ခဲ'ရဲ'မ'ခဲ' ခဲ'မ'သ'ရဲ'ရဲ'ဗု'ဗု'ဗု'ဗု'ဗု' ဗု'ရဲ'သ'ဗွဲ'မိ'ဗွဲ' ရဲ'သ'ဗု'ဗု'
 ဗု'ရဲ' ရဲ'လုန' ဖဲ'ပ'အ'ရဲ'အ'ခိ'ဗွဲ'ရဲ'ရဲ'သ'ခဲ'ရဲ'ပ'သ' သ'ဗု'သ'လိ'သ'ဗု'ဗု'
 လုန' ဖဲ'ပ'အ'ရဲ' ခဲ'မ'သ'ဗု'ဗု'ဗု'ဗု'ဗု' ခဲ'ရဲ'ဗု'ဗု'ဗု'ဗု'ဗု'ဗု'ဗု'ဗု'
 ဗု'ဗု'ဗု'ဗု'ဗု' မ'ဆဲ'ရဲ'ဗု'ဗု'ဗု'ဗု'ဗု'ဗု'ဗု'ဗု' ဗု'ဗု'ဗု'ဗု'ဗု'ဗု'ဗု'ဗု'
 ဗု' ဗု'ဗု'ဗု'ဗု'ဗု'ဗု'ဗု'ဗု'ဗု'ဗု'ဗု'ဗု'ဗု' 11





མུ་རྣམ་ཙོ་གྲོང་གྲོ།

དང་ཕུ་ ལུང་མ་ཅིག་ལུ་ རྒྱལ་པོ་ཅིག་ བཞུགས་ཡོད་པ་མས།
 རྒྱལ་པོ་འདི་ བུཊ་སྒོ་མ་འདྲ་ཕ་སྤུ་བ་མི་ཚུ་ལུ་ ཐུགས་མ་ཉེས་དོ་
 ཡོད་པ་མས། རྣམ་ཅིག་འབད་ཕ་ད་ རྒྱལ་པོ་འདི་ གཡུས་ཅིག་ནང་
 ལས་ལས་སྤོ་མ་ད་ ལམ་གྱི་སྤྱུག་ལུ་ས་ བུཊ་སྒོ་སྤོ་སྤོ་སྤོ་ ལོ་ད་མི་
 ཅིག་ གཞིགས་ད་ལུག་ ད་བའི་བུཊ་ ལྷོད་སེམས་སྤོ་སྤོ་སྤོ་ ལོ་ད་
 དགོ་མི་འདི་ ག་ཅི་མོ་ཟེར་གསུང་མ་ད་ བུཊ་གིས་ ཚོ་ལོ་ལུ་
 གྱིས་སྤོ་ སྤུང་ཀའི་བུཊ་ཅིག་ལུ་སྤོས་ཏེ་ ཟ་ནི་འབྲུང་ནི་ཟེར་ཕ་ ག་
 རི་ཡང་མེད་པ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ ཡིན་ཟེར་ལུ་ལུག།

දੇශය' ක්‍රමයෝගීය' ශාස්ත්‍රීය'සුක්'ඛය' ආදිය'සඳහා' ම'
 ආදිය'භික්ෂු'න්'ආදිය'භික්ෂු'න්'සඳහා'සඳහා'සුක්'ඛ' දේ'සඳහා'
 භික්ෂු'න්'සඳහා' සුක්'ඛ'ය' ශාස්ත්‍රීය'භික්ෂු'න්'සඳහා' දේ'සඳහා'
 දේ'සඳහා' ශාස්ත්‍රීය'භික්ෂු'න්'සඳහා' සුක්'ඛ'ය' ක්‍රම'ය'
 යෝගී'ප්‍රකාශ'න'භික්ෂු'න්'සඳහා' දේ'සඳහා' ක්‍රම'ය'

දේශය' ක්‍රමයෝගීය' සුක්'ඛ'ය' ශාස්ත්‍රීය'භික්ෂු'න්'සඳහා' දේ'සඳහා'
 භික්ෂු'න්'සඳහා' දේ' සුක්'ඛ'ය' ශාස්ත්‍රීය'භික්ෂු'න්'සඳහා' භික්ෂු'න්'සඳහා'
 භික්ෂු'න්'සඳහා' ක්‍රම'ය' සුක්'ඛ'ය' ශාස්ත්‍රීය'භික්ෂු'න්'සඳහා' දේ'සඳහා'
 ශාස්ත්‍රීය'භික්ෂු'න්'සඳහා' සුක්'ඛ'ය' ශාස්ත්‍රීය'භික්ෂු'න්'සඳහා' දේ'සඳහා'
 දේ'සඳහා' සුක්'ඛ'ය' ශාස්ත්‍රීය'භික්ෂු'න්'සඳහා' දේ'සඳහා' ක්‍රම'ය'
 දේ'සඳහා' සුක්'ඛ'ය' ශාස්ත්‍රීය'භික්ෂු'න්'සඳහා' දේ'සඳහා' ක්‍රම'ය'

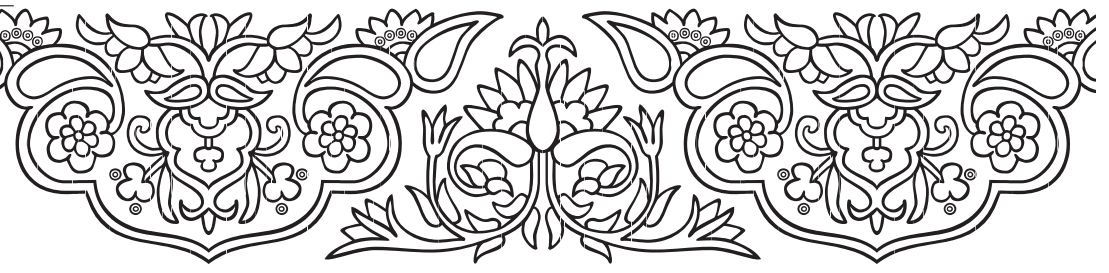
දේශය' දේ'සඳහා' සුක්'ඛ'ය' ශාස්ත්‍රීය'භික්ෂු'න්'සඳහා' දේ'සඳහා'
 භික්ෂු'න්'සඳහා' දේ' සුක්'ඛ'ය' ශාස්ත්‍රීය'භික්ෂු'න්'සඳහා' භික්ෂු'න්'සඳහා'
 භික්ෂු'න්'සඳහා' ක්‍රම'ය' සුක්'ඛ'ය' ශාස්ත්‍රීය'භික්ෂු'න්'සඳහා' දේ'සඳහා'
 ශාස්ත්‍රීය'භික්ෂු'න්'සඳහා' සුක්'ඛ'ය' ශාස්ත්‍රීය'භික්ෂු'න්'සඳහා' දේ'සඳහා'
 දේ'සඳහා' සුක්'ඛ'ය' ශාස්ත්‍රීය'භික්ෂු'න්'සඳහා' දේ'සඳහා' ක්‍රම'ය'
 දේ'සඳහා' සුක්'ඛ'ය' ශාස්ත්‍රීය'භික්ෂු'න්'සඳහා' දේ'සඳහා' ක්‍රම'ය'

ཟེར་གསུང་མ་དུ་ བུཊ་གིས་ ང་ ལམ་ལ་ལུ་ རྒྱ་རྒྱུ་ཅོ་ཀྲོང་ཀྲོ་
 སྒོ་ ཡོད་པ་མ་ཚད་ མིག་རྟོ་ཡང་གྲུ་བཞི་སྒོ་ ཡོད་མི་ཅིག་དང་ཡུད་
 དེ་ འདི་ལུ་བཏུ་བྱེ་ ལུས་སོ་ཡི་ཟེར་ལུ་རུག།

རྒྱལ་པོ་འདི་གིས་ དཔའི་ རྒྱུད་ཤོ་བ་མ་རྒྱལ། ང་ ཡའི་གིས་
 སྒྲེས་ཏེ་ སྒོ་མ་ཤོས་འ་ཞེ་ཅིག་སོང་ཅུང་ རྒྱལ་རྒྱུ་ཅོ་དང་ མིག་རྟོ་
 ཡོད་ཟེར་མ་ མིག་གིས་ག་ཏེ་མ་ཐོང་ཞི་ རྒྱུ་ཅོ་གིས་ཡང་ མ་གོ་
 ཟེར་གསུང་མ་དུ་ བུཊ་འདི་གིས་ རྫོ་ལུ་ཡའུ་ཆགས་མི་ཡང་ དཔེ་
 འ་ཞི་དང་འདྲ་ཟེར་ལུ་རུག དེ་ལས་ རྒྱལ་པོ་འདི་བྱགས་མཉེས་ཏེ་
 བུཊ་དེ་ལུ་ སྒོ་མ་པོ་གི་གོས་གནང་ལུག དེ་ལས་ བུཊ་གིས་ ཡམ་
 དང་ཡའི་གཉིས་ལུ་ཡང་ ཟེ་ཞི་དང་འབྲུང་ཞི། བཀའ་གོ་ལ་རྒྱ་བྱིན་
 སྒོ་ དག་འ་རྒྱིད་ཡུན་ལུ་མ་ཚེགས་རྟོ་ག་རྟོ་སྒོ་ འོད་ཞི་ཐོབ་ལུག་གོ།

11





ཙ་ཀ་ས་སྐུན་ཆ་གཉིས།

ཏེམ་ གཡུས་ཅིག་ནང་ ཙ་ཀ་ས་སྐུན་ཆ་གཉིས་ཡོད་པ་མས།
 ཧྲིན་མ་ཅིག་འབད་ལྟེན་ ལུ་གཞུང་གིས་ མོ་ཀླུ་མ་འདི་ལུ་ ང་
 བཅའ་གཉིས་ཡང་ དེ་སྐྱེ་ས་ལོ་དྲུ་པ་མི་བརྟུབ་པས། ནངས་པ་
 ལས་འབད་ན་ མོ་ཀླུ་མ་ཁྱེད་ས་ ཁྱིམ་ནང་ལས་ཉོ་འབད་འབག་
 ཤོག་ ང་གིས་ ཞིང་ཁབ་གྲང་མོ་བས་ འཁྱོ་གེ་ཟེས་སྐབ་ལུག་ མོ་
 ཀླུ་མ་གིས་ བརྟུབ་ཟེས་སྐབ་ལུག་ དེ་གི་ནངས་པ་རྩོ་པ་ ལུ་གཞུང་
 འདི་ ཞིང་ནང་གྲང་མོ་བས་འཁྱོ་ལྟེན་ མོ་ཀླུ་མ་ལུ་ ཧྲིམ་འི་ཉོ་
 གཞུང་རྩོ་ག་རྩོ་འབད་དེ་ འབག་ཤོག་མ་འེ་ཟེས་སྐབ་བཞག་ལུག།

དེལས་ མོ་རྒྱལ་མ་གཅིག་ ཉོ་འབད་སྤོའ་འབད་འགྲོ་ལཱ་དྲུག་ ལམ་
 ལམ་ ལམ་ལམ་ལམ་དང་ལམ་དང་ མོ་རྒྱལ་མ་དེ་གཅིག་ ལམ་ལམ་ མེས་
 བཅུ་ མེས་བཅུ་ཟེས་སྤོའ་དྲུག་ ལམ་ལམ་གཅིག་ མེས་གཟུང་མ་བརྟུ་
 ཕམ། དེལས་ ལོ་གཅིག་ དེལ་ལྷན་གཟུང་གཅིག་ ཉོ་གཟུང་ཉོ་གཟུང་
 སྤོའ་འབད་ཤོག་ཟེས་སྤོའ་སྤོའ་ཕམ་ལོ་ན། ལམ་ལམ་ལམ་ མེས་གཟུང་མ་
 བརྟུ་ཕམ་ལོ་ན། བཅུ་གཟུང་ཟེས་སྤོའ་ལྷན་ ཉོ་དང་ཚེ་དམ་ ས་ལམ་
 བཅུ་གཟུང་ དེ་ལོ་གཟུང་ལྷན་ ལམ་ལམ་ ལྷན་ས་བརྟུང་མ་དྲུག་ ལམ་
 གཟུང་ལམ་གཟུང་ ཉོ་དང་ཚེ་དམ་ནང་འཇུག་སོ་ལྷན།

དེལས་ མོ་རྒྱལ་མ་འདི་ ཉོ་དང་ཚེ་དམ་ནང་ ལམ་ལམ་ལམ་ལོ་ལོ་
 ཟེས་ ལྷན་མཚུངས་ལམ་ལོ་ལྷན་ ཉོ་དང་ཚེ་དམ་ ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་
 མམ། མོ་རྒྱལ་མ་གཅིག་ ཉོ་འབད་འོང་གི་མེད་མེད་ ལྷན་གཟུང་
 ཉོ་ལམ་བཅུ་ལྷན་ ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ འོང་མ་དྲུག་འབད་ཚེ་ མོ་རྒྱལ་
 འདི་ ལྷན་ལྷན་སྤོའ་ལོ་གཟུང་གི་ ལྷན་ལྷན་ལམ་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་
 མམ།

ལྷ་གཙུང་གིས་མོ་ཀླུ་མ་ལུ་ ག་ཅི་འབད་དཔ་ མོ་ཟེར་འདྲི་ཕྱི་
 ད་ མོ་ཀླུ་མ་གིས་ ཉོ་ནུང་ལཱ་ཕྱི་འཇུག་ལོ་པ་ལས་ ལུ་འཇུག་
 ཡིན་ཟེར་སྐབ་ལྷ་གཙུང་འདྲི་ དུག་གས་འགམ་སྟེ་ ནངས་པ་
 འབད་ན་ རྩོད་ས་གྲང་བཏུ་བས་སོང་། གྲང་ཚུ་པར་དང་ཚུར་ ག་
 མནོ་སར་སྐབ་སྟེ་ འགྲོ་མ་བཅུག་པར་བཏུ། ད་གིས་ཁྱིམ་ནང་
 ལས་ ཉོ་འབད་སྐྱོ་འབག་འོང་གེ་ཟེར་སྐབ་ལྷ་གཙུང་ མོ་ཀླུ་མ་གིས་
 བརྟུབ་ཟེར་སྐབ་སྟེ་ དེ་གི་ནངས་པར་ མོ་ཀླུ་མ་འདྲི་ གྲང་བཏུ་
 བས་སོང་ལྷག།

མོ་ཀླུ་མ་གྲང་འབད་སར་ རྩོད་དེ་བཏུ་ལོ་དཔ་ད་ གྲང་ཅིག་
 གིས་ནམ་ཅོ་སྐབ་ད་ལྷ་གཙུང་ དེ་ལས་མོ་ཀླུ་མ་གིས་ དེ་གི་ལྷ་གཙུང་
 གིས་ སྐབ་མ་བཅུག་པར་བཏུ་ ཟེར་སྐབ་སྐབ་པ་ཡིན་མནོ་སྟེ་
 ནམ་ཅོ་སྐབ་མིའི་གྲང་གི་ནམ་ཅོ་བརྟོགས་བརྟུང་ད་ལྷ་གཙུང་ དེ་ལས་
 གྲང་འདྲི་ ནམ་ཅོ་ན་ཟུག་རྒྱབ་སྟེ་ ཀླུ་མ་སྐབ་ཕྱི་ད་ ཀླུ་མ་ཡང་
 བརྟོགས་བརྟུང་ལྷ་གཙུང་འདྲི་ གཟུགས་སྐབ་ཕྱི་ད་ གྲང་གི་
 གཟུགས་ཡང་ བརྟོགས་བརྟུང་དཔ་ལས་ གྲང་གི་སོ་ལྷག།


දෝලය' ඔ'කුකුම'අරුණ'නු' ආද'කි'ආ'අදි'සු'පාලක' ආද'
 කි'මලුක'ම'දද' දු'ප'අද'ම'ප'ඉද'ප'ලු'ක'සු'දු'ද'ප'ද' ඉ'
 ක'ලුද' ඉ'අ'ප'නු'දු'ද'ලු'ද'ප'ම'න' ඉ'ක'ලුද'කි'න' ආද'ක'
 දු'ඔ'ද'ප'ඔ'ද'ප'අදි'ප'ද' ඔ'කුකුම'කි'න' ආද' අද'ම'ප'ඉද'
 පි'ම'න'ඔ'ද'ප'සු'ප'නු' දු'ප'ද'ම'ලු'ක'ම'දු'ද'දු'කු'ම'ම'න' ඉ'
 ක'ලුද'කි'න' ආද'ඔ'ප'ලු'ද'දි'පි' ම'ලු'ක'ම'ආ'ප'ඉ'ද'දු'ද'අ'පි'කු'ම'
 ද' ඔ'කුකුම'කි'න' ම'ලු'ක'ම'ආ'ප'ඉ'ද'දු' දු'ද'ආ'ආ'ප' ඉද'ඉ'
 ප'ලු'ක'ප'ම'න' ආ'ද'ප'ලි'ක'ආ'ආ'න' ඉ'ක'ලුද'ආ'ක'ප'ප'ද'නු'
 ම'ලු'ක'ම'ද'ද'සු'ක'න'නු' අද'ම'ප'ඉද'ආ'ආ'න'ඉ'ක'ලු'ක'

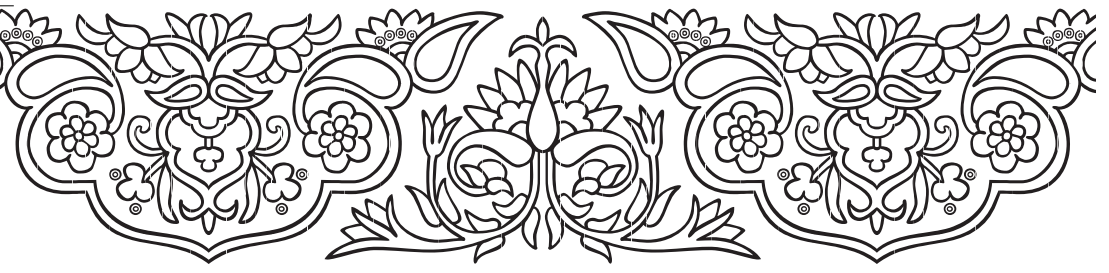
දෝලය' ඉ'ක'ලුද'කි'න' ආද'අද'ම'ප'ඉද'පි'පි'ප'ප'ප'
 ම'ද'ප'න' ක'දු'පි'අ'ප'ද'ප'ඔ'ද'ප'අදි'ප'ද' ලු'ද'ආ'න' ආද'
 ප'ප'ම'ප'ලු'ක'ප'ප'ද'ප'ද'ප'ම'දු' ප'ප'ම'ප'ලු'ක'ප'ප'ප'ප'ප'
 ප'ප'ද'ම'ද' ආද'ආ'ආ'ආ'ද'ප'ප'ප'ප'ප'ප'ප' දෝලය' ඉ'
 ක'ලුද'ද'ප'ක'න'අ'ක'න'නු' ඔ'කුකුම'දු'ආ'ප'ප'ආ'ප'ප'ක' ද'ප'
 ලු'ක'අ'ආ'ද'ද'ආ'ප'ප'ද'නු' ඔ'කුකුම'දු'ආ'ආ'ප'ලි'ක' ඉ'ක'ලුද'

ཅེལ་ཚུ་ གཞེམ་ཅིག་ནང་བཟུམས་ཞིན་མེད་ལས་ རྫོལ་འབག་འགྲོ་
ཚོག་ཚོ་བཟོ་སྒྲེ་ འུལ་དཔེ་མས།

དེལས་ ལུ་གཞུང་འུལ་ཚེས་ལ་ད་ མོ་ཀླན་མ་གཤིས་ གཞེམ་ནང་
ལས་ ཅེལ་ཚུ་བརྟོན་སྒྲེ་ ཁོ་ར་དེ་ནང་འཇུལ་སྡོད་སྡོད་པེ་མས། ལུ་
གཞུང་ རྫོལ་ཏུ་སག་ལོང་ཞིན་མེད་ལས་ ཅེལ་འབག་སྒྲེ་ཡར་སོ་ལུ་ག
དེལས་ ལམ་ཁར་ལྟོད་པ་ད་ མོ་ཀླན་མ་འདི་ཚུ་གང་ཅུང་ ལུ་གཞུང་
གཤིས་སྒྲེ་ལོང་མཚོ་སྒྲེ་ ཚུ་ཡང་གཞེམ་ནང་ར་བརྟུང་དཔེ་མས། ལུ་
གཞུང་གི་མཚོ་བསམ་ལུ་ མར་ལུ་འདི་ཚུ་ འབོ་ལ་མས་མཚོ་སྒྲེ་
བཟེད་ཅི་ར་འབྲུངས་ད་ལུ་ག།

དེལས་ ཡར་ལུ་ཅིག་ཁར་ལྟོད་པ་ད་ ལུ་གཞུང་གཤིས་ དེའི་མོ་
ཀླན་མ་འདི་ ག་དེ་སྒྲེ་སྡོད་ཡོད་ག་མོ་ཟེར་སྒྲེ་ད་ མོ་ཀླན་མ་འདི་
གཤིས་ གཞེམ་ནང་ལས་ དེའི་སྒྲེ་ར་ ཡོད་ཟེར་སྒྲེ་ལུ་ག དེ་
ལས་ ལུ་གཞུང་གཤིས་ གཞེམ་འདི་ཁ་ལྟེས་ཏེ་བརྟུང་ད་ ཚུ་ཡང་
ཤོར་སྒྲེ་དགོད་བྲ་སྒྲེ་སྡོད་ལུ་ག་ཟེར་ཡིན་མས། དེལས་ ལུང་པའི་
མདའ་ལས་ གྲང་མཇུག་དུ་མ་ཅིག་གཤིས་ ལུང་ཟེར་སྒྲེ་ད་ ལུང་

པའི་ཕུ་ལས་ རྗེ་གསུམ་པའི་སངས་རྒྱས་ཐུན་ཏེ་ སུང་རྗེ་གསུམ་སོ་
འཇུག་གོ། །། 



ཨཔ་ལོ་གསར་བ་མི།

དང་ཕྱ་དིང་ཕྱ་ གཡུལ་ཅིག་ནང་ ཨཔ་ཅིག་དང་ ཟུ་ཅིག་ཡོད་པ་
 ཡིན་མས། ཟུ་དེ་ ཁོ་རའི་ ཨམ་སྐུ་དང་ མཉམ་གཅིག་སྟོད་པ་
 ཡིན་མས། རྒྱ་ཅིག་འབད་མ་ད་ ཨཔ་དེ་ ལོ་གསར་རན་ཏེ་ ལོ་
 གསར་བ་ཟུ་ ཟུ་དང་མན་འམ་འབད་སར་འཁྱེལ་ད་ ལམ་ཁར་
 སྐུ་ཅིག་དང་ཕྱད་ལུག་ སྐུ་དེ་གིས་ རྩོད་ག་ཏེ་འཁྱེལ་སྲོེ་བེ་
 འདྲི་མ་ད་ ཨཔ་དེ་གིས་ ང་ ལོ་གསར་བ་ཟུ་ ཟུ་དང་མན་འམ་
 འབད་སར་ འཁྱེལ་ཡིན་ཟེར་སྐབ་ལུག།

ཨམ་དེ་ གནམ་མེད་ས་མེད་སེམས་དགའ་ཉེ་ དེ་འབད་ན་ བརྟམ་
ཟེར་སྐབ་ཉེ་ ཨམ་དེ་ ཇཱ་འབྱུངས། ཉོ་ཡང་ཟ་ལུག།

ལོ་གསུམ་རྒྱུ་ལ་བའི་བསྐྱེད་ལས་ ཨམ་ གནམ་མེད་ས་མེད་
རྒྱགས་ཉེ་རི་ལ་རི་ཡས་སོ་ལུག་ དེ་ལས་ ཨམ་དེ་ ལོ་ག་ཁོ་རའི་ཁྱིམ་
ནང་འགྲོ་ལ་ད་ ལམ་ཁར་སེམས་ཅན་ཚུ་གིས་ མཐོང་འོང་མཉོ་ཉེ་
བྱ་གིས་ ཨམ་དེ་ ཀྱུ་ཉུ་སྐོམ་ཅིག་གི་ནང་ལུ་ བཅུགས་ཉེ་བརྟམ་
ད་ལུག་ དེ་ལས་ ཨམ་དེ་ ལམ་ཡང་འགྲོ་མ་དགོ་པར་ རི་ལ་ཡི་
རི་ལ་ཡི་འགྲོ་ཉེ་ ཚར་ཅིག་དལ་འཚོ་སྐོ་ལོ་དཔ་ད་ ལྷ་གིས་མཐོང་
ཉེ་ ཡ་ལས་ཚུར་ ཨམ་མ་འོངས་ག་ཟེར་འདྲི་ལ་ད་ ཨམ་ཀྱུ་ཉུ་
དེ་གིས་ ནང་ན་ལས་ ཨམ་ཨམ་ ང་མི་ཤེས་ཟེར་ཡས་སོ་ལུག།

དོ་རུང་ ཡར་ཅིག་ཁར་ལོ་དཔ་ད་ དོ་མ་ཅ་རྒྱས་ཅིག་དང་ལུད་པ་
ལས་ འདི་ག་ཅི་ཡི་ན་ན་ཟེར་ལག་པ་གིས་ ལུ་ཅག་ཟེངས་ཡོག་
ཅིག་བྱུགས་པ་ད་ ཀྱུ་ཉུ་ག་ག་སོང་ཉེ་ ཨམ་དེ་ ལྷི་ཁར་འབྲོལ་
དགོ་པ་བྱུང་ལུག་ དེ་ལས་ དོ་མ་དེ་གིས་ ཚར་གས་ཚུ་ ག་ར་འབོ་སྐོ་
ཁོང་ཚ་བྱུབ་ ག་ར་ལུག་ཉེ་ ཨམ་འདི་ཟ་ནི་སྐོ་ བལྟ་ན་གོས་རྒྱབ་

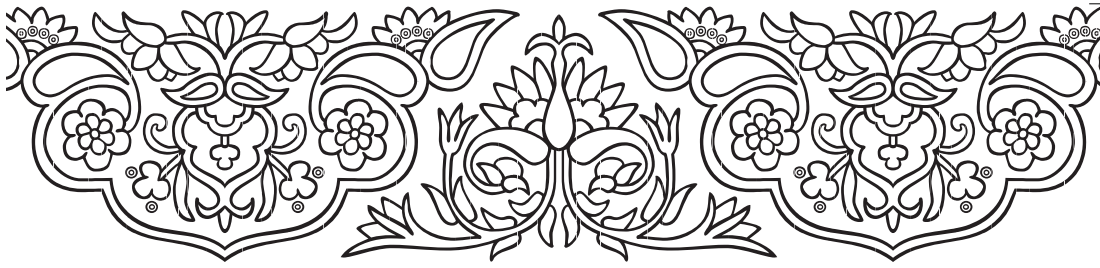
རྒྱལ་ཡི་ཡུལ་གྱི་ཤིང་ཅིག་གི་ཕ་བའ་བཞག་གྱེ་ རི་ཕག་ལྟ་བུ་
 བཅུག་སྟེ་ ཁོང་གཞན་མི་ཚུ་ ཟེ་ནི་གི་ཟབ་ཆ་ཚུ་ ལེ་ལྟ་པར་སོང་
 སོང་མ་མས། རི་ཕག་དེ་ ཡོངས་ཏེ་ལོ་དྲུ་པ་ཅིག་ཁར་ ཡུལ་དེ་གིས་
 མོ་ལེ་སྟེ་ ས་དོང་ནང་ལྟ་འདྲུ་ལྟ་ཏེ་ ཉུག་ལས་ཤིང་དང་ འདབ་མ་
 ཚུ་བཀའ་སྟེ་ ལྷ་སེམ་སེམ་སྟེ་ལོ་དྲུ་ལོ་དྲུ་པ་མས།

ཡུལ་པ་ཅིག་ལས་ སེམས་ཅན་ཚུ་ ག་ར་ལྟོ་དུ་ཞི་ནམ་ལས་ ཀྲ་
 ལས་ ཤ་ག་ཏེ་མོ་ཟེར་ རི་ཕག་ལྟ་འདྲི་ཕ་ད་ རི་ཕག་ག་ནི་ཡང་
 ལྷ་མ་དེ་མེད་པར་ལོ་དྲུ་པ་ད་ ཆ་འོག་ས་ཚུ་གིས་ ཤ་འདྲི་ནི་ ལྟོ་དུ་
 གྱིས་བརྟུང་ད་རྒྱལ་ ད་ ལྟོ་དུ་ར་ཟེ་ནི་ཡི་ན་ ཟེར་སྲུབ་རྒྱལ་ དེ་ལས་
 རི་ཕག་དེ་གིས་ དེའི་ཤ་ལྟེ་དེ་ཟུང་ མག་ཏུ་དེ་ ད་རའི་སྐྱལ་ཕ་སྟེ་
 བཞག་ཟེར་སྲུབ་རྒྱལ་ གཞན་ཚུ་གིས་བརྟུབ་ཟེར་སྲུབ་ཏེ་ རི་ཕག་
 དེ་ བསད་བརྟུང་ད་རྒྱལ།

དེ་ལས་ ཀྲ་ལ་ཡུལ་ནང་བཅུག་ས་ཏེ་ ཟབ་ཁར་བཀའ་སྟེ་ མོ་
 འཕུ་ནི་འབད་ཕ་ད་ མོ་འཕུ་མ་ཚུ་གས་པས། དོམ་དེ་གིས་ ད་གིས་
 འཕུ་གེ་ཟེར་སྲུབ་ཏེ་ ཕུ་ཕུ་ཟེར་ འཕུ་བའི་བསྐྱང་ ནང་ན་ལས་

ཡམ་དེ་གིས་ཡ་ཅ་ཟེས་ ལྷན་ལྷན་སྐྱེ་བྱེད་པ་ལས་ དོམ་དེ་འདྲོགས་
 ཏེ་ རྩོག་ཡང་སོ་རྣམས་ དེ་ལས་ གཟིག་གིས་ འཕུ་བཏུ་ཕ་ད་ ཡ་
 པའི་ལྷན་ལྷན་འདྲོགས་ཏེ་ གཟིག་ཡང་རྩོག་ མཚུགས་ རྩོག་གིས་
 འཕུ་ཕ་ད་ ཡ་པའི་ལྷན་ལྷན་འདྲོགས་ཏེ་ སེམས་ཅན་གསུམ་ རྩོག་ཡང་
 སོང་རྣམས་ ལྷན་པ་ཅིག་ལ་ལས་ ཡམ་དེ་ ལྷན་པ་ཅིག་ཏེ་ དེ་ལྟར་གྱི་
 ལྷན་པ་ ལོ་སྐྱོད་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ ལོ་སྐྱོད་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་
 ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་





ཨོ་ལ་གི་སྟོ་མཚོད།

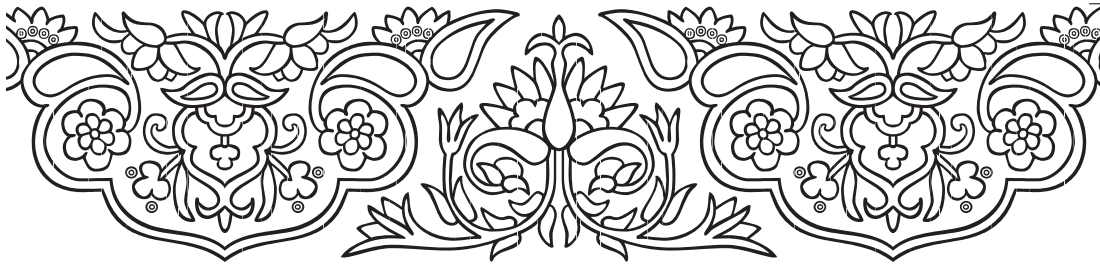
ཉེམ་ སྐལཔ་ཅིག་ རྫོ་ལུ་ཅིག་གུ་ འཇོགས་སྟེ་ཉི་མ་བསྟོ་སྟོ་དེ་པ་ད་
 ཨོ་ལ་ཅིག་འལུར་འོངས་ཉེ་ འལུ་འབག་ཡར་སོ་ལུག་ སྐལཔ་འདི་
 ཤིང་གི་ལལ་ལལ་ཅིག་གུ་བཞག་སྟེ་ ཟ་ནི་འབད་ལ་ད་ སྐལཔ་གིས་
 དབའི་ རྟོད་གནས་སྐབས་ ག་ནི་ཡང་མི་ཉེ་འདུག་ རྒྱ་གི་མཐའ་
 མར་འབག་ཉེ་ རྫོ་ལུ་ཅིག་གུ་བཞག་སྟེ་ ཤུ་ལམ་རྟོག་གཅིག་ཟ་ རྒྱ་
 ཉུམ་བེངས་གཅིག་འལུང་པ་ཅིན་ གཟུགས་ལར་མན་འོང་བེར་སྐབ་
 ལུག།



དེལས་ ཨོལ་འི་མནོ་བསམ་ལུ་ཡང་ ཨོན་མེད་འདྲུས་མནོ་བྱེ
 རྒྱལ་ལོ་ཅིག་གི་ མཐའ་མར་འབག་བྱེ རྫོལ་ལོ་ཅིག་གུ་བཞག་སྐྱེ
 ཟ་ནི་འབད་ཕྱ་ད་ སྤུལ་པ་གིས་ དཔའི་ རྒྱུ་བྱུ་མ་དཀོན་མཚོག་གི
 བྱ་ཅིག་ཨོན་ཅུང་ རྒྱུ་ལུ་ ཉུ་མཚོད་ཟེར་ཕྱ་སེལ་པ་ གཏུང་ནི་མེད་
 སྐྱོ་ཟེར་སྤུལ་སྤུལ་པ་མས། ཨོལ་གིས་ ཨོན་ཨོན་ཟེར་ མིག་རྩོ་བུང་
 ས་བཅུ་མས་བྱེ ལ་གནམ་ལས་བསྐྱོར་སྐྱེ ཨེ་ཨེ་ ཟེར་བྱོད་པ་ད་
 སྤུལ་པ་གིས་ ཕུ་ལུག་བཏུང་བྱེ རྒྱ་ནང་མཚོངས་སྐྱེ རྫོལ་ལོ་གྱི
 འོག་ལུ་ འཛུལ་བྱོད་བྱོད་པ་མས།

དེལས་ ཨོལ་གིས་ དུ་འབད་ན་ ང་གིས་ སྤུལ་པ་འདི་ མཚོ་
 རྩོ་བུངས་ཡོག་གཅིག་གིས་བསད་དེ ཟ་ནི་ཟེར་མནོ་བྱེ མིག་རྩོ་
 བཅུ་མས་སྐྱེ མཚོ་རྩོ་ཕྱགས་སྐྱེ་རྒྱུ་པ་ད་ མཚོ་རྩོ་རྫོལ་ལོ་གུ་ ཀྲོག་
 ཟེར་ཡོག་བྱེ མཚོ་རྩོ་ཚག་ལོག་སོ་རུག་ མཚོ་རྩོ་ན་བའི་ཕྱགས་
 ཀྲིས་ ཨོལ་ལུ་ཕྱད་པ་ཟེར་ཅིག་ མིག་རྩོ་ས་བཅུངས་བྱེ་བཏུ་མ་
 རྒྱགས་པས། ལུ་དཔ་ཅིག་ལ་ལས་ བཏུ་ཕྱ་ད་ སྤུལ་པ་ག་བྱེ་ཡང་
 མེད་པར་ ཨོལ་ཏུ་མ་ཐལ་ཐལ་སྐྱེ ལུས་སོ་རུག་གོ། ॥





བུ་མོ་སེང་སེང་ལྷ་མོ།

ཉེ་མ་ གཡུ་ས་ཅིག་ནང་ ཨལ་དང་ ཨམ་ཅིག་ཡོད་པ་མས། ཁོང་
 གཉིས་ལུ་ བུ་མོ་སེང་སེང་ལྷ་མོ་ཟེས་མི་ ཅིག་ཡོད་པ་མས། ཁོང་
 གཉིས་ལུ་ ཨ་ལུ་ཟེས་ཅུང་ བུ་མོ་གཅིག་ལས་མེད་པ་ལས་ ཁོང་
 གཉིས་ཀྱིས་ ཨ་རྩ་ག་ར་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ བདག་འཛིན་འཐབ་
 སྟེ་ བཞག་དེ་ཡོད་པ་ཡིན་མས། ཨལ་དང་ཨམ་དེ་ལུ་ ལྷི་མ་གྱི་
 མཐའ་མར་ ལྷ་ཞིང་ལེ་ཤ་ཡོད་པ་མས། ལྷ་ཞིང་དེ་ཚུ་ནང་ལུ་ ལྷ་
 འཚོ་སྟེ་བསྐྱུ་རྒྱུ་ལྟ་ ཁོང་གི་སྟོད་ས་འདི་ རྒྱགས་ཚུལ་གྱི་སྟོ་

རྒྱལ་བཟེས་ཡིན་མས། ལུ་མོ་དེ་གིས་ ལྷོད་གཤིས་ ག་ཅི་འབད་ལྷ་མོ་
 ཟེས་འདྲི་ལྷ་ད་ ཡལ་དང་ཡའི་གཤིས་ཀྱིས་ ལྷོད་ར་ལའ་ཞིང་ཁར་
 སོང་སྟེ་ ལྷ་ལྷོ་ཡེ་གས་ཤོ་མ་སྟེ་ བཏུ་བཟེས་སྤྲུལ་སྟེ་ ལོ་ག་ཞིང་ནང་
 བཏུང་ད་རྒྱལ་ ཞིང་ནང་ལྷོད་པ་ད་ ལྷ་ཅིག་གིས་ ལུ་མོ་ལྷོད་རའི་
 ཡལ་དང་ཡའི་ གནམ་ཁར་འཕུར་ཡར་སོ་ཡི་བཟེས་སྤྲུལ་ད་ ལུ་མོ་
 སང་སང་ལྷ་མོ་འདྲི་ ལུ་ཡི་ལུ་ཡི་ར་ ལྷིམ་ནང་སོང་ལྟེ་བཏུ་ལྷ་ད་
 ཡལ་དང་ཡའི་གཤིས་ཆ་ར་ གནམ་ཁར་འཕུར་ཡར་སོ་རྒྱལ་བཟེས་
 ཡིན་མས།

ཡར་གནམ་ཁར་བཏུ་ལྷ་ད་ ཡའོ་བླ་དཀར་གྱི་རྒྱལ་ལས་ ཡལ་
 དང་ཡའི་ མཐོང་མཐོང་མ་མས། འདྲི་འཕྲོ་ལས་ ལུ་མོ་འདྲི་ ཤིང་
 སྟོམ་ཅིག་གུ་ འཛོགས་ཏེ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་པ་མས། ལུ་མོ་སང་སང་ལྷ་མོ་
 །ཡལ་དང་ཡའི་བདེ་ལ་མ་བུ་ན། །ཤིང་རྒྱུང་ཀྱུ་མ་ལོ་དྲི་རིང་མོ་ལུ་
 འབྱུང་། །བཟེས་སྤྲུལ་ད་ ཤིང་དེ་ཡང་རིང་མོ་སྟེ་ལྷུང་སོ་རྒྱལ་ དེམ་
 ཅིག་གི་བར་ན་ རྒྱལ་ཁ་ལས་སྤིན་མོ་ཅིག་གིས་ ལུ་མོ་བཟེས་འོང་
 དེས་བཟེས་ཡིན་མས།

ལྷོ་མོ་དེ་གིས་ཡང་ ཤིང་གུ་འཛེགས་ཏེ་འོངས་མ་དུ་ ལུ་མོ་དེ་
 གིས་ ལུ་མོ་སེང་སེང་ལྷ་མོ། །ལྷོ་མོ་གིས་བདེ་ལ་རྩུ་དོ། །ལཱ་ཅོ་
 ལྷོ་དཀར་ཉེང་གི་ལཱ་དང་ལཱ་འི། །བལ་ཐག་མ་བཀོ་ལེགས་ཐག་
 བཀོ། ། ཟེར་སྤྲུ་དུ་ ལཱ་དང་ལཱ་འི་གིས་ལེགས་ཐག་ སིང་བཏུང་
 ཏེ་བཀོ་བཀོ་ཕྱ་མས། ལུ་མོ་དེ་ཡང་ ལེགས་ཐག་ལུ་དམུངས་ཏེ་
 གཞུ་མ་ཁ་ལུ་ལྷོ་བའི་ཉེང་འཛུལ་སོ་རུག།

དེ་ལས་ ལྷོ་མོ་དེ་གིས་ཡང་ ལཱ་ཅོ་ལྷོ་དཀར་ཉེང་གི་ ལཱ་དང་
 ལཱ་འི། བལ་ཐག་མ་བཀོ་ལེགས་ཐག་བཀོ་ཟེར་སྤྲུ་དུ་ ལཱ་དང་
 ལཱ་འི་གིས་ ལེགས་ཐག་མེན་པར་ བལ་ཐག་ཅིག་འཕེན་ཟེར་བཀོ་
 བཏུང་རུག དེ་ལས་ ལྷོ་མོ་ཡང་བལ་ཐག་ལས་དམུངས་ཏེ་ ཡར་
 གཞུ་མ་ཁར་ལྷོ་བའི་ཉེང་ རྩོད་དོ་རྩོད་དོ་ཟེར་ཕྱ་དུ་ ལུ་མོ་སེང་སེང་ལྷ་
 མོ་གིས་ རྩོད་པ་ལས་ཟེར་ཕྱ་བཏོན་ཏེ་ བལ་ཐག་འདི་ བཏོན་གས་
 བཏུང་མ་དུ་ ལྷོ་མོ་དེ་ ལཱ་ཁར་བུག་དུ་ཁེམ་བུད་དེ་ ཤི་སོ་རུག དེ་
 ལས་ ལུ་མོ་སེང་སེང་ལྷ་མོ། ལཱ་དང་ལཱ་འི་གི་ཅིག་ཁར་ ལཱ་ཅོ་ལྷོ་
 དཀར་ཉེང་དག་འཕྲོག་ཏེ་ ལྷོ་དེ་ལྷོ་དེ་ལྷོ་དེ་ ། །

