འགན་འཁུར་རྩོམ་སྒྲིག་པ།

ལག་བསྟར་རྩོམ་སྒྲིག་པ།

3

རྩོམ་སྒྲིག་ཁང་གི་འབྲེལ་གཏུག་ཁ་པར། 0891—6322471

རྩོརྩོམ་རིདྲིག་དགའ་ཚལ། བཀྲ་ཤིས།

2020ལོའི་ཟླ་6ཚེས་28

གློག་རྡུལ་ཡིག་སྒམ། xzrbwenyifukan@163.com

ཟིན་དང་མ་ཟིན་འབྱུང་བ་ལས་སྐྱེས་པའི།།
སྟོན་དང་མ་སྟོན་སྣ་ཚོགས་གྲགས་པའི་ཆོས།།
སྙན་དང་མི་སྙན་རྣ་བའི་སྤྱོད་ཡུལ་དུ།།
གྱུར་བའི་དངོས་གང་དེ་ལ་སྒྲ་ཞེས་གྲགས།།

སྐད་དང་ཡི་གེ་ཀུན་གྱི་ངོ་བོ་སྟེ།།
སྐྱེ་གནས་བརྒྱད་ལས་སྐྱེས་པའི་ཆོས་ཀུན་ཡང་།།
མཐོ་དམའ་གདངས་དང་འགྱུར་ཁུག་ཉམས་ཙམ་ལས།།
ངོ་བོ་རང་བཞིན་སྒྲ་ལས་མ་འདས་སོ།།

གདོད་ནས་གྲུབ་པའི་སྲིད་པ་འཇིག་རྟེན་འདི།།
ཐོག་མའི་འབར་སྐད་ཆེན་པོ་གྲགས་པ་ལས།།
རིམ་བཞིན་ཆགས་པར་ཕྱི་གླིང་མཁས་པས་བཤད།།
དེ་ཕྱིར་ཕྱི་ཡི་འཇིག་རྟེན་སྒྲ་ལས་སྐྱེས།།

ཟས་གཙང་སྲས་པོའི་མཛད་པ་བགྲང་མེད་ཀྱང་།།
ཤེས་བྱའི་གནས་ལུགས་གསལ་བའི་གསུང་གི་རྒྱུན།།
མཛད་པ་གཞན་བས་མཆོག་ཏུ་བསྔགས་པས་ན།།
གསུང་དབྱངས་ཡན་ལག་དྲུག་ཅུའི་ངོ་བོའང་སྒྲ།།

ཁ་བཤད་བདེ་ན་མི་ཡི་རྗེ་བོར་བཀུར།།
ངག་སྒོ་མི་བདེ་འཁོལ་པོ་གཡོག་གི་གཞི།།
ཚེ་རབས་འདི་སྣང་གོ་ཐོབ་ཆེ་ཆུང་ཡང་།།
བདེ་དང་མི་བདེའི་སྒྲ་ཡིས་ཁྱད་པར་འབྱེད།།

སློབ་དཔོན་ཆེན་པོའི་སྙན་པ་སྒྲ་ལས་བྱུང་།།
གཏམ་བཤད་མཁས་པའི་འཚོ་བ་སྒྲ་ཡིས་སྦྱོར།།
གླུ་གཞས་མཁས་པའི་སྟེགས་བུ་སྒྲ་ཡིས་གཤོམ།།
སྒྲ་ཡི་ཆོ་གའི་འཚོ་ཐབས་མཐའ་ཡས་སོ།།

བྱིས་པའི་ངུ་ངག་བཀྲེས་སྐོམ་སེལ་བའི་སྐྱབས།།
སྤྲང་པོའི་སྨྲེ་ངག་ལྟོ་རྒྱབ་འཚོལ་བའི་གྲོགས།།
ཁྱི་མོའི་ཟུག་སྐད་བདག་པོས་སྐྱོང་བའི་གཉེན།།
སྒྲ་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱིད་སྡུག་འཚོལ་བ་མང་།།

རི་མགོ་མཐོན་པོའི་རི་དྭགས་སྒྲ་ལ་ཆགས།།
མི་གོ་མཐོན་པོའི་དཔོན་པོ་གཏམ་ལ་དགའ།།
མི་དང་དུད་འགྲོའི་ཁྱད་པར་ཕྱེ་ན་ཡང་།།
སྒྲ་ལ་ཞེན་པའི་ངང་ཚུལ་གཅིག་པར་མཐོང་།།

སྟོད་ལ་དགའ་ཞིང་སྨད་པར་དོགས་ན་ཡང་།།
སྟོད་སྨད་གཉིས་ཀྱང་སྒྲ་ཡི་ངོ་བོ་གཅིག།
སྙན་པར་ཞེན་ཅིང་མི་སྙན་སུན་འབྱིན་ཡང་།།
རང་རང་རྣམ་རྟོག་ཙམ་ལས་རང་བཞིན་སྒྲ།།

འཇིག་རྟེན་འདི་ན་ཡིག་རིགས་མཐའ་ཡས་ཀྱང་།།
སྒྲ་ལ་མ་བསྟེན་ཐམས་ཅད་རི་མོ་ཙམ།།
སྒྲ་ནི་ཡི་གེ་ཀུན་གྱི་སྲོག་ཡིན་ཕྱིར།།
སྐད་དང་མི་རིགས་མི་གཅིག་སྒྲ་ཡིས་འབྱེད།།

འདོན་ཤེས་སྙན་པའི་ཚད་འཇོག་སྒྲའི་ཁྱད་ཆོས།།
གོ་ན་མཁས་པའི་ཚད་འཇོག་སྒྲའི་ནུས་པ།།
སྒྲ་ཡི་བྱེད་རྩོལ་མཁས་དང་མི་མཁས་པ།།
འཇིག་རྟེན་འདི་ན་མཁས་བླུན་འབྱེད་པའི་གཞི།།

མི་རྣམས་ཕྱུགས་ལས་ཁྱད་འཕགས་སྒྲའི་ཡོན་ཏན།།
སྒྲ་ཡི་གནད་ཤེས་མཁས་པ་བླུན་ལས་གྲུང་།།
སྒྲ་ཡི་རྩལ་ལ་བྱང་བས་དཔོན་ས་ཟིན།།
སྒྲ་གདངས་སྙན་པ་ཀུན་གྱི་ཡི་གར་འོང་།།

སྙན་པོ་རྣ་བའི་བུ་རམ་དེ་ཡིན་ལ།།
གཟན་པོ་སྙིང་གི་གཟེར་བུའང་དེ་ཡིན་ཅིང་།།
རྟོགས་ན་ཤེས་བྱའི་གཏེར་མཛོད་དེ་ཡིན་ལ།།
མ་རྟོགས་རྣ་ཅོག་ཚ་བའང་དེ་ཡིན་ནོ།།

རོལ་མོའི་སྒྲ་ལ་རི་དྭགས་གླ་བ་ཆགས།།
གྲགས་སྐམ་སྒྲ་ལ་ཆེ་འདོད་ཅན་རྣམས་ཆགས།།
གཅམ་བུའི་གཏམ་ལ་མི་ཆེན་དཔོན་པོ་ཆགས།།
ཀུན་ཀྱང་སྒྲ་ཡིས་བྲིད་པའི་གཞན་དབང་ཅན།།

སྐྱེ་གནས་གཅིག་ཀྱང་སྒྲ་གདངས་མི་གཅིག་པས།།
དོན་གྱི་སྙིང་པོ་སྟོན་ལུགས་རྣམ་པ་མང་།།
རྣ་ཤེས་ལྡན་ཡང་གོ་རུ་མི་གཏུབས་པ།།
སྒྲ་ཡི་ཀློང་དུ་འདུས་པའི་གསང་བ་ཡིན།།

འཛམ་གླིང་འདི་ན་སྐད་རིགས་མཐའ་ཡས་ཤིང་།།
སྐད་རེའི་ནང་ན་ཤེས་བྱའི་མཚོ་མོ་བསྐྱིལ།།
ཀུན་ཀྱང་སྒྲ་ཡི་བྱེད་པས་དོན་སྟོན་པ།།
སྒྲ་ཡི་ནུས་པ་བརྗོད་པའི་མཐའ་ཡས་སོ།།

༄༅སྒྲའིཀྱི་བཤད་པ་།

དྲིན་ཕ་མའི་ཞལ་ནས་འདི་སྐད་ཐོས།།
ཆུ་གཙང་པོ་གཉིས་ལ་སྲུང་སྐྱོང་དགོས།།
ཆུ་གཙང་པོ་གཉིས་པོ་སྐམ་སོང་ན།།
ངེད་སྐྱེ་དངོས་སེམས་ཅན་ཇི་ལྟར་འཚོ།།

དྲིན་ཕ་མའི་ཞལ་ནས་འདི་སྐད་ཐོས།།
རྩྭ་རྩི་ཤིང་གཉིས་ལ་བདག་སྐྱོང་དགོས།།
རྩྭ་རྩི་ཤིང་གཉིས་པོ་བཅད་དྲགས་ན།།
ལ་ལུང་པ་ཐལ་རླུང་དྲག་པོས་ཁེངས།།

དྲིན་ཕ་མའི་ཞལ་ནས་འདི་སྐད་ཐོས།།
གང་སྣོད་བཅུད་འཇིག་རྟེན་སྲུང་སྐྱོབ་དགོས།།
མི་ཚང་མས་གཏོར་བཤིག་བཏང་དྲགས་ན།།
ས་གཡོ་ཞིང་ཆུ་རུད་གནོད་འཚེས་ཉེན།།

དྲིན་ཕ་མའི་ཞལ་ནས་འདི་སྐད་ཐོས།།
ཟོག་སེམས་ཅན་ང་ཚོའི་ཕ་མ་རེད།།
བྱམས་སྙིང་རྗེས་ལེགས་པར་མ་བསྐྱངས་ན།།
ཤ་འོ་མའི་ལོངས་སྤྱོད་གང་ནས་འཚོལ།།

དྲིན་ཕ་མའི་ཞལ་ནས་འདི་སྐད་ཐོས།།
ནང་ཕུ་ནུ་ཕན་ཚུན་བརྩི་ཞིང་བཀུར།།
འདང་བརྩེ་བ་ཟབ་མོས་སྐྱོང་ནུས་ན།།
སྐྱིད་འཚོ་བ་ལྷ་དང་མཉམ་ཞེས་གསུངས།།

དྲིན་ཕ་མའི་ཞལ་ནས་འདི་སྐད་ཐོས།།
གཏམ་གང་བཤད་གཞན་ལ་བསྟུན་ཏེ་ཤོད།།
ཟས་གང་ཟས་ཕོ་བས་འཇུ་ཚོད་ཟོ།།
དོན་གང་ཡང་རྒྱུན་དུ་བརྟགས་ནས་སྒྲུབས།།

དྲིན་ཕ་མའི་ཞལ་ནས་འདི་སྐད་ཐོས།།
ཁྲེལ་ངོ་ཚའི་གཡང་ཆས་རྒྱུན་དུ་གྱོན།།
ལས་རྒྱུ་འབྲས་མེ་ལོང་གཙུག་ཏུ་བསྟེན།།
དུས་ནམ་ཡང་རང་སེམས་བྱི་དོར་བྱོས།།

དྲིན་ཕ་མའི་ཞལ་ནས་འདི་སྐད་ཐོས།།
རང་རྟོགས་པ་ལྷ་དང་མཉམ་གྱུར་ཀྱང་།།
ལས་སྤྱོད་པ་མི་དང་མཐུན་དགོས་པས།།
ནམ་ཡིན་རུང་ཉམ་ཆུང་དམན་ས་བཟུང།།

དྲིན་ཕ་མའི་ཞལ་ནས་འདི་སྐད་ཐོས།།
དལ་འབྱོར་གྱི་ལུས་རྟེན་ཐོབ་དཀའ་བས།།
ཡུན་ཐུང་གི་མི་ཚེ་དོན་ཡོད་ཀྱིས།།
ལག་རྗེས་ཤིག་འཇོག་ལ་ཅིས་ཀྱང་འབུངས།།

༄༅།།དྲིདྲིན་ཕ་མའདྲི་ཞལ་ནས་འདདྲི་སྐད་ཐོརྩོས།

༄རེརེ་སྒུག་ཁྲོདཁྲོ་ཀྱིཀྱི་ལོ་ཁྲོཟླ་།

ཁང་མིག་གཅིག་ལས་མེད་པའི་མལ་ཁང་དེའི་ནང་་
ཁོ་མོའི་ངོས་ནས་བརྗོད་ན་ཆེས་རྩ་ཆེ་བ་ནི་རིན་ཐང་་་་་་་་
བྲལ་བའི་གསེར་དངུལ་ཟངས་ལྕགས་ཀྱི་རྒྱུ་ནོར་དག་མ་་་
ཡིན་པར།རྙིང་ཞིང་གོག་པའི་གྱང་ངོས་ཀྱི་འདྲ་པར་དེ་་
རེད།འདྲ་པར་དེ་ནི་ཁོ་མོ་ད་བར་དུ་འཚོ་གནས་བྱེད་་་་་
པའི་སྒུལ་ཤུགས་གཅིག་པུ་དང་།ཁོ་མོ་མུ་མཐུད་འཚོ་་་་་་
གནས་བྱེད་པའི་དམིགས་འབེན་གཅིག་པུ་དེའང་རེད།
ནམ་རྒྱུན། འདྲ་པར་དེ་ཁོ་མོའི་མིག་མདུན་དུ་་་་་་་་་་
འཆར་ཐེངས་རེར།ཁོ་མོའི་སེམས་པ་གཤོག་ཐོགས་ཀྱི་་་་
རྟ་ཕོ་དང་འགྲོགས་ནས་ཧ་ཅང་རྒྱང་རིང་གི་ཕ་མཐར་་་་་་
ཆས་འགྲོམོ་རང་ལ་ལས་ཀ་ལས་རྒྱུ་མེད་པའམ་ཡང་ན་་་
ལས་ཀ་ལས་ཞོར་དུ་ཁོམ་པ་འདྲ་ཡོད་ཚེ།མོས་མྱུར་དུ་་་་་
གྱང་ངོས་སུ་བཀལ་བའི་འདྲ་པར་གྱི་ཕྱོགས་སུ་མིག་་་་་་་་་་
འབུར་ཚུགས་སུ་ཅེར་ནས་བསྡད་དེ་དུས་ཡུན་ཇི་ཙམ་་་་་་་
ཕར་ལ་འདས་པ་མོ་རང་ཉིད་ལའང་གསལ་ཆ་མེད།
ཡང་གཅིག་བཤད་ན།ཉིན་ལྟར་དུས་ཚོད་སྟོང་པ་འདྲ་་་
ཡོད་ཚེ་འདྲ་པར་ལ་ཅེར་ནས་མནོ་བསམ་གཏོང་རྒྱུ་ནི་ཁོ་
མོའི་མི་ཚེའི་ཆ་ཤས་གལ་ཆེན་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཟིན།འདྲ་་་་་་
པར་དེ་ནི་ལྷ་བླ་མའི་སྐུ་བརྙན་དང་ལྷ་བཟོ་བ་ཚོའི་པིར་་་་
རྩལ་ལས་ཐོན་པའི་སྒྱུ་རྩལ་གྱི་ཐོན་རྫས་གང་ཡང་མ་ཡིན་
པར་སྐྱེས་པ་ཞིག་གི་འདྲ་པར་རེད།མགོ་སྐྲ་ཡོངས་་་་་་་་་་
རྫོགས་དཀར་པོ་ཆགས་ཤིང་།བཞིན་མདངས་སྐྱ་བོར་་་་
གྱུར་པའི་སྐྱེས་པ་ཞིག་གི་འདྲ་པར་རེད།
དགུན་ཁའི་དུས་ཚིགས་ཡོལ་ནས་དཔྱིད་ཀའི་དུས་་་
ཚིགས་འཆར་ལ་ཉེ་བའི་མཚམས་དེར།བཀྲ་ཤིས་སྒང་་་་
གྲོང་ཚོའི་སྲང་ལམ་གྱི་ཁུགས་སོ་ཡོད་དོ་ཅོག་ནས་ཐལ་་་་་་
རླུང་ངར་མའི་རྡུལ་འཚུབ་གང་སར་གཡོ་བཞིན་ཡོད་་་་་་་་
ཅིང་།ཤར་ཕྱོགས་ནས་ལྡང་བའི་རླུང་བུ་དང་།ནུབ་་་་་་
ཕྱོགས་ནས་ལྡང་འོང་བའི་ཐལ་རླུང་གཉིས་ལྷན་དུ་་་་་་་་་་་
འཕྲད་དུས་རྡུལ་གྱི་ཕུང་བོ་ཇི་སྙེད་ཅིག་ཡུག་གཅིག་ཏུ་་་་་་
བསྲེས་ཏེ་མཁའ་དབྱིངས་ཀྱི་དབུས་སུ་ལྡིང་འཁོར་རྒྱག་་་་
བཞིན་མཆིས།དེ་ནི་དགུན་ཁ་དང་དཔྱིད་ཀའི་དུས་་་་་་་་
ཚིགས་གཉིས་པོས་རྒྱལ་ཕམ་འབྱེད་པའི་གཡུལ་འགྱེད་་་་་
ཅིག་དང་འདྲ་བར་གནས་དེའི་རོང་འབྲོག་མང་ཚོགས་་་་
ཚོའི་ཞི་བདེ་ལྷིང་འཇགས་ཀྱི་འཚོ་བ་ལ་བརྡབ་གསིག་་་་་་་
ཡང་ཡང་བཟོས་འོང་།ཐལ་རླུང་བར་མེད་གཡུགས་་་་་་་་
པའི་དབང་གིས།གྲོང་ཚོའི་སྐྱེ་བོ་རྒན་གཞོན་ཚང་མ་་་་་་་
རང་ཁྱིམ་གྱི་ཐབ་ཀའི་མདུན་དུ་ཙོག་པུར་སྡོད་པ་ལས་ཕྱི་

རོལ་དུ་བཏོན་ནས་ཁ་བརྡ་བྱེད་མཁན་དང་།ཤོ་སྦག་་་་་་
རྒྱན་རྩེད་ལ་རོལ་མཁན་ཧ་ཅང་ཉུང་།ཁོ་མོའི་ངོས་ནས་
བརྗོད་ན།ཁ་ཆར་བུ་ཡུག་འཚུབ་པའི་ནམ་ཟླ་དང་།
ཐལ་རླུང་ངར་མོ་ལྡང་བའི་དུས་ཚིགས་ཅི་ཞིག་ཡིན་རུང་།
དེ་དག་ལ་ཁྱད་པར་ཅི་ཡང་མི་སྣང་།གང་ལྟར་འདྲ་་་་་་་་
པར་ངོས་ཀྱི་སྐྱེས་པ་དེ་དང་ལྷན་དུ་འགྲོགས་པའི་གོ་་་་་་་་་
སྐབས་མེད་ན།ཁོ་མོའི་ཀླད་པའི་སྦུབས་སུ་བདེ་སྐྱིད་་་་་་་
ཅེས་པའི་ཐ་སྙད་དེ་ལ་རོ་བཅུད་གཏན་ནས་མེད།
ཁོ་མོས་སྐྱེས་པ་དེ་སྒུག་སྒུགས་ནས་ད་བར་དུ་ལོ་ངོ་་་
ཇི་ཙམ་འདས་ཟིན་པ་མོ་རང་ཉིད་ལའང་གསལ་ཆ་མི་་་་་་
འདུག འོན་ཀྱང་།མོས་སྐྱེས་པ་དེའི་འདྲ་པར་མིག་་་་་་་་
ལམ་དུ་འཆར་ཐེངས་རེར།འདས་པའི་དུས་ཀྱི་གནས་་་་
ཚུལ་རྣམས་མོའི་ཡིད་ཀྱི་མེ་ལོང་ངོས་སུ་གློག་བརྙན་ཇི་་་་་་
བཞིན་གསལ་ལེར་འཆར་ངེས་ཤིང་།གཏམ་རྒྱུད་དག་་་་
དྲན་ཐེངས་རེར།མོའི་སྙིང་ལ་འབར་གས་བྱུང་བ་ལྟ་་་་་་་
བུའི་ན་ཟུག་ཅིག་ཐོལ་གྱིས་ལྡང་འོང་།གལ་ཏེ་འཇིག་་་་་་
རྟེན་འདིར་སྡུག་བསྔལ་གྱི་མིག་ཆུ་ཟེར་བ་དེ་བཏང་ནས་་
རྫོགས་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ན་མོའི་མིག་ཆུ་སྔ་མོ་ནས་་་་་་་་
བསྐམས་ཟིན།ལྷག་པར་དུ།རང་ཉིད་ཀྱི་ཤ་ལས་་་་་་་་་་་
མཆེད་པའི་བུ་མོས“ཨ་མ།ངའི་ཨ་ཕ་སུ་ཡིན།ངའི་ཨ་་་
ཕ་གང་དུ་ཡོད”ཅེས་རང་གི་ཨ་ཕའི་སྐོར་འདྲི་སྐབས།
མོའི་སེམས་པར་སྨྲ་དཀའ་བའི་ཚོར་བ་སྐྱུར་མོ་ཞིག་གིས་་
ཡོངས་སུ་འཁྲིལ་ཡོང་མོད།མོས་སྔར་རྒྱུན་བཞིན་ནུས་་་་
ཤུགས་ཡོད་རྒུས་གདོང་ནས་འཛུམ་མདངས་ཤིག་ཕྱིར་་་་་
ཕྱུངས་ཐབས་བྱས་ཏེ“རང་གི་ཨ་ཕ་རྒྱང་རིང་གི་ས་ཆ་་་་་་་
ཞིག་ཏུ་ཡོང་འབབ་གསོག་པར་ཕྱིན་པ་རེད།མི་རིང་་་་་་་
བར། ཨ་ཕས་ཁྱོད་ལ་རྔན་པ་དང་རྩེད་ཆས་མང་དག་་་་་་
ཅིག་བསྣམས་ནས་ཕྱིར་ལོག་ཡོང་ངེས”ཞེས་བརྗོད་པར་་
བྱེད་པས།བུ་མོའི་ངོ་གདོང་ནས་ཀྱང་ཡིད་ཚིམས་པའི་་་
དགའ་སྤྲོའི་འཛུམ་ཞིག་ཕྱིར་མངོན་འོང་།
མོས་རང་གི་ཁྱོ་ག་ད་ཆ་ས་ཆ་གང་འདྲ་ཞིག་ཏུ་འཚོ་་་་་

གནས་བྱེད་མིན་དང་།ལས་ཀ་ཅི་ཞིག་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་མེད།
གཟུགས་པོ་ཐང་ཐང་ཡིན་མིན་སོགས་གཏན་ནས་མི་་་་་
ཤེས།ཁྱོ་ག་ཕྱིན་ནས་ད་བར་དུ་ལོ་ངོ་བཅུ་ལྷག་འདས་་་་་
ཟིན་མོད།ལོ་ངོ་བཅུའི་ནང་ཁྱོ་གས་རང་ཉིད་ལ་ཡི་གེ་་་་་
ཐེངས་གཅིག་ལས་བསྐུར་མ་མྱོང་།ཡི་གེའི་ནང་འདི་་་་་་་
ལྟར་བྲིས་ཡོད་དེ།
“ངའི་སྙིང་གི་ཕྱེད་ཀ་ལྟ་བུའི་རྒྱང་རིང་གི་སྙིང་སྡུག་་་་
མ། དབྱར་དགུན་སྟོན་དཔྱིད་ཀྱི་ལོ་ཟླའི་འཁོར་འགྲོས་་་་
ནང་ངས་རྟག་ཏུ་ཁྱེད་རང་སེམས་དཀྱིལ་དུ་བཞག་ནས།
ཁྱེད་ཀྱི་སྐམ་ཞིང་རིད་པའི་ངོ་གདོང་དང་།ལྡེམ་ཞིང་་་་་་
འཁྱུག་པའི་གཟུགས་བྱད།ད་དུང་བྱམས་བརྩེའི་འོད་་་་་
མདངས་ཕྱོགས་བཅུར་འཕྲོ་བའི་ཁྱེད་ཀྱི་མིག་ཟུང་སོགས་
དུས་ད་ལྟའང་ངའི་མིག་ལམ་དུ་དལ་གྱིས་རྒྱུ།སྐྱེ་བ་་་་་་་་་
འདིར་ཁྱེད་དང་ཚེ་གང་གཏན་གྲོགས་སུ་གྱུར་བས།
ངས་དུས་རྟག་ཏུ་རང་ཉིད་ནི་མི་བསོད་ནམས་ཅན་ཞིག་་
རེད་ཨང་སྙམ་གྱིན་ཡོད།ང་རང་ས་ཕྱོགས་གང་ཞིག་ཏུ་་
སླེབས་ཀྱང་།ཁྱེད་ཁོ་ན་ངའི་སེམས་ཀྱི་ལམ་སྟོན་སྒྲོན་མེ་
དང་། ངའི་དྲན་གདུང་གི་ཕྱིར་མིག་འཕེན་ཡུལ་ཡིན།
ངས་མུ་མཐུད་དེ་དཀའ་ཚེགས་མཐའ་དག་ཕ་མཐར་་་་་་་་
སྤྱུགས་ནས།ཁྱེད་ཀྱི་གམ་དུ་ལོག་ཡོང་ངེས།ངེད་་་་་་་་་་་
གཉིས་པོའི་དྲོ་སྐྱིད་ལྡན་པའི་གཞིས་ཁྱིམ་དེར་ཕྱིར་ལོག་་་
བྱ་ངེས།ཁྱེད་ཀྱིས་ང་ཕྱིར་ལོག་རྒྱུར་སྒུགས་ནས་སྡོད་་་་་་་
ཨང་། སྐབས་དེ་དུས།ངས་ཀྱང་ཁྱེད་ལ་གཞན་ལས་་་་་་་
ལྷག་པའི་བརྩེ་དུང་བཅངས་ཏེ།ཁྱེད་ལ་བདེ་སྐྱིད་སྦྱིན་་་
ངེས།ཁྱེད་ཀྱིས་རང་ཉིད་ཀྱི་གཟུགས་པོར་གཅེས་སྤྲས་་་་
གང་ལེགས་བྱས་ཏེ།ང་ཕྱིར་ལོག་རྒྱུར་སྒུགས་ཨང་།ད་་
དུང་ངེད་གཉིས་པོའི་བུ་མོ་ལོ་ན་ཆུང་བས།ཁྱེད་ཀྱིས་་་་་་
སེམས་ཁུར་མང་ཙམ་གནོངས”
མོས་དུས་ད་ལྟའང་ཁྱོ་གས་བསྐུར་བའི་འཕྲིན་ཡིག་་
ནང་གི་ཡིག་འབྲུ་རེ་རེ་སེམས་ལ་རྡོ་བརྐོས་རི་མོ་ཇི་་་་་་་་་་་་
བཞིན་གསལ་པོར་ངེས་འདུགདུས་ཡུན་ཇི་ཙམ་སྒུག་་་་་་

དགོས་བྱུང་ཡང་།མོས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཁྱོ་ག་ཕྱིར་ལོག་ཡོང་
རྒྱུར་རེ་སྒུག་བྱེད་པའི་བློ་སེམས་ལ་འགྱུར་བ་ག་ལ་འབྱུང་
སྲིད།
“ཏག ཏག”ཁྱིམ་གྱི་སྒོ་བརྡུངས་བྱུང་།དུས་ཚོད་་་་་་
འཕྱི་པོ་དེ་འདྲར་སྒོ་རྡུང་མཁན་དེ་སུ་ཡིན།གཅིག་བྱས་་
ན་རང་ཉིད་ཀྱི་ཁྱོ་ག་ཡིན་སྲིད།མོས་དེ་ལྟར་རེ་བ་ཆེན་་་་
པོ་བཅངས་ཏེ།སྒོ་རྡུང་མཁན་དེ་རང་གི་ཁྱོ་ག་ཡིན་ན་་་་་
ཅི་མ་རུང་ཨང་སྙམ།མོས་དེ་འཕྲལ་གོམ་པ་མྱུར་མོར་་་་་་
སྤོས་ཏེ་སྒོ་ཕྱེ་བར་བརྩམས།འོན་ཀྱང་།སྒོ་འགྲམ་དུ་་་་་་
ལངས་ཡོད་པའི་མི་དེ་ནི་སྐྱེས་པ་ཞིག་ཡིན་ཡང་།རང་་་་་
ཉིད་ཀྱི་ཁྱོ་ག་མ་རེད།མོའི་སེམས་ལ་ཕམ་སེམས་དྲག་པོ་
སྐྱེས་ཏེ་མི་དེ་ལ་ཁ་བརྡའང་བྱ་འདོད་མེད་པར་གྱུར།
ཞིབ་མོར་ལྟ་དུས།ཁོ་ནི་འཕྲིན་སྐྱེལ་བ་ཞིག་རེད་འདུགཁོས་རང་གི་ཡིག་ཆ་དང་ཚགས་པར་བླུགས་པའི་ཁུག་་་་་་་
མའི་ནང་ལག་པ་བཅུག་སྟེ།ཁྲག་གིས་སྦགས་པའི་་་་་་་་་་་
འཕྲིན་ཡིག་ཅིག་ཕྱིར་བཏོན་ཏེ་མོ་ལ་སྤྲད།མོའི་སེམས་་་
པ་དེ་འཕྲལ་བློང་བློང་པོར་གྱུར་སོང་།མོས་འཕྲིན་ཡིག་་
དེ་མྱུར་དུ་ཁ་ཕྱེ་ནས་ལྟ་དུས།འཕྲིན་ཡིག་དེ་ནི་རང་གི་་་་
ཁྱོ་གས་བསྐུར་འོངས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་རྟོགས།མོས་དེ་་་་་་་
འཕྲལ་རང་ཁྱིམ་གྱི་སྒོ་མོ་ཕྱིར་གཏན་ཏེ་འཕྲིན་ཡིག་དེར་་
ལྟ་འགོ་ཚུགས།འཕྲིན་ཡིག་དེའི་ནང་འདི་ལྟར་འཁོད་་་་
འདུག་སྟེ།
“སྙིང་ཉེ་བའི་བཟའ་ཟླ་དུང་ཟླ་སྐྱིད་ལགས།ངས་་་
ཆེས་མཇུག་མཐར་ཁྱེད་ཀྱི་མིང་ནས་ཐེངས་གཅིག་འབོད་
ཆོག་པར་ཞུ།ཁྱེད་ཀྱིས་འཕྲིན་ཡིག་དེ་ཀློག་པའི་དུས་སུ།
ང་སྔ་མོ་ནས་འཇིག་རྟེན་འདི་དང་རྒྱང་དུ་གྱེས་ཟིན།
སྔོན་ཆད།ངས་ཁྱོད་ལ་རྒྱུ་མཚན་ཅི་ཡང་མེད་པར་སྐྱོན་་
འཛུགས་དང་དམའ་འབེབས་བྱས་པར་དགོངས་སེལ་་་་་་
ཡོད་པ་མཁྱེན།དྲང་མོར་བཤད་ན།ངའི་སེམས་ལ་་་་་་་་
ཁྱེད་ནི་འཇིག་རྟེན་འདིའི་སྟེང་ཆེས་སྙིང་དུ་སྡུག་པའི་་་་་་་
བུད་མེད་གཅིག་པུ་དེ་ཡིན།ངས་རང་ཉིད་ལ་ནམ་ཡང་་

བཅོས་ཐབས་བྲལ་བའི་ནད་གཞི་ལྕི་མོ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཕོག་་
ཡོད་པ་ཤེས་པ་ནས་བཟུང་།ཉིན་ལྟར་ཁྱེད་ལ་དོན་མེད་
ཀྱི་འཁང་ར་དང་སྡིགས་མོ་བྱས་པ་བགྲང་གིས་མི་ལངས།
དེ་སྔོན་ངས་ཁྱེད་དང་ཁ་བྲལ་ནས་གློ་བུར་དུ་ས་ཆ་་་་་་་་་་་་
གཞན་དུ་ཕྱིན་པར་རྒྱུ་མཚན་མེད་པ་མ་ཡིན།ངས་རང་་
ཉིད་ཀྱི་ན་ཟུག་དེ་རང་ཉིད་ཁོ་ནས་ཁུར་ནས་འགྲོ་བ་་་་་་་་་
ལས། ཁྱེད་ལ་དཀའ་ཁག་བཟོ་བར་མི་འདོད།སྐབས་དེ་
དུས། ངའང་ཁྱེད་དང་ལྷན་དུ་མཐའ་མཇུག་གི་མི་ཚེ་་་་་་་
འདི་སྐྱེལ་འདོད་ཧ་ཅང་ཆེ་ཡང་།ངའི་ཚེ་སྲོག་ལ་རང་་་་་
དབང་མི་འདུགཁྱེད་ཀྱིས་ད་བར་ངའི་སླད་དུ་དཀའ་་་་་
བ་མང་དག་ཅིག་ཁྱད་དུ་བསད་པས།ང་སྐྱེས་པ་ཞིག་་་་་་
གིས་ཁྱེད་ལ་ད་དུང་བཟོད་པར་དཀའ་བའི་སྡུག་བསྔལ་་་
མྱོང་དུ་བཅུག་ན་ག་ལ་འགྲིགཁྱེད་རང་སེམས་སྡུག་་་་་་་་
གནང་མི་དགོས།ང་སོང་རྗེས་ཁྱེད་ཀྱིས་རང་གི་དགའ་་་
སའི་སྐྱེས་པ་ཞིག་དང་མི་ཚེ་མཐའ་སྐྱེལ་གནང་རོགས།
ཁྱེད་ཀྱིས་ཕ་མ་གཅིག་ལྕོགས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་བུ་མོ་གསོ་སྐྱོང་་་་་
གི་འགན་འཁྲི་ཕྲག་ཏུ་འཁུར་བས།ང་ངོ་མ་ཤིན་ཏུ་ནས་
གནོང་འགྱོད་ཆེ།ལས་དང་དམ་ཚིག་མཐུན་ན།ཚེ་ཕྱི་་་
མར་ངེད་གཉིས་པོ་ད་དུང་བཟའ་ཚང་དུ་གྱུར་བར་སྨོན།
སྐབས་དེ་དུས་ངས་ཚེ་གཅིག་ལུས་གཅིག་གི་ལང་ཚོ་ཁྱེད་་
ལ་ཕུལ་ནས། ཡོད་ཚད་ཀྱི་ཡོད་ཚད་ཁྱེད་ལ་ཁ་གསབ་་་་་་
བྱས་ཆོག་པར་ཞུ།བདེ་མོ་བྱོས།ང་ངོ་མ་ཁྱེད་དང་མི་་་་་
ཚེ་མཐའ་སྐྱེལ་བྱེད་པའི་འདུན་པ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་ཨང”
འཕྲིན་ཡིག་དེ་བཀླགས་གྲུབ་རྗེས།མོའི་མིག་ཟུང་་་
རབ་རིབ་ཏུ་གྱུར་ཏེ་མིག་མདུན་གྱི་ཡོད་ཚད་མག་མོག་ཏུ་
གྱུར་སོང་།མོས་ད་གཟོད་རང་ཉིད་ཀྱི་ཁྱོ་གས་སྔོན་ཆད་
རང་དང་ཁ་བྲལ་ཏེ་ཕྱིར་བུད་པའི་རྒྱུ་རྐྱེན་རྟོགས་སོང་།
མོས་སླར་ཡང་ཁྱོ་གའི་ལུས་ཀྱི་ཆ་བྱད་དང་།གདོང་གི་་་་་
རྣམ་པ། དེ་བཞིན་སྔོན་ཆད་ཁྱོ་ག་དང་ལྷན་འདུག་ལྷན་་
གཤིབ་ཀྱི་བདེ་སྐྱིད་ཀྱི་འཚོ་བ་དག་དྲན་འོང་།འོན་་་་་་་་་
ཀྱང་། དུས་ད་ལྟའི་བར་དུའང་།མོས་སྔར་རྒྱུན་བཞིན་་
གྱང་ངོས་སུ་བཀལ་བའི་ཁྱོ་གའི་འདྲ་པར་ལ་ཅེར་ནས་ཁོ་
ཕྱིར་ལོག་རྒྱུར་རེ་སྒུག་བྱེད་བཞིན་འདུགཕལ་ཆེར་མི་་་་་
ཚེ་འདིར་མོས་ཁྱོ་ག་དང་མི་ཚེ་མཐའ་སྐྱེལ་བྱེད་པའི་དམ་
བཅའ་བརྗེད་མེད་པ་འདྲ།ཡང་གཅིག་བཤད་ན།གྱང་
ངོས་སུ་བཀལ་བའི་ཁྱོ་གའི་འདྲ་པར་ལ་ཅེར་ནས་སྡོད་རྒྱུ་
ནི་མོའི་མི་ཚེའི་ཆ་ཤས་གལ་ཆེན་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ནས།ནམ་
ཡང་གོམས་ལོབས་སུ་སོང་ཡོད་པ་རེད་ཨང་།

རྣམ་གླིང་རིན་ཆེན།

འབྲེ་ཡིད་གཞུངས།

སྤེན་ཚེ་གཞོན་པ།

ཕ་རྒན་ཚེ་རིང་གིས་རྟག་པར་མིག་སྨན་བླུག་སྐབས་ངོ་གདོང་གནམ་ལ་བལྟས་
ཤིང་།མིག་སྨན་ཐིགས་པ་ཁ་ཤས་རྒྱག་རིང་ཁ་བྲག་ཁུང་ཙམ་གདང་གི་ཡོད་པས།ཚུལ་དེ་ཁོའི་བུ་སྐལ་བཟང་གིས་མཐོང་རྗེས་ཡ་མཚན་ཆེན་པོ་བྱུང་སྟེ།པཱ་ལགས།ཁྱེད་རང་རྟག་པར་མིག་སྨན་བླུག་སྐབས་ཞལ་ཆེན་པོ་དེ་འདྲ་གདངས་དགོས་དོན་་་གང་ཡིན་ནཱ་ཞེས་དྲིས།ཕ་རྒན་ཚེ་རིང་གིས།ཁ་མ་གདང་ན་མིག་གི་ནང་མིག་་་་་་་་་སྨན་འཛུལ་གྱི་མི་འདུག་ཅེས་བཤད།བུ་སྐལ་བཟང་གིས།ཨ་ཡ་མཚན།དེ་འདྲ་་་གང་ཡིན་ནམ་ཞེས་དྲིས་པས།ཁོའི་ཕ་ཚེ་རིང་གིས།རང་ཉོན་དང་།ཁ་མིག་གི་་་་་རྩ་འབྲེལ་ནས་ཡོད་བཟོ་འདུག་ཅེས་བཤད།

མེ་འཁོར་ཞིག་གི་ནང་འགྲུལ་པ་གསུམ་གྱིས་འཚོ་བའི་ནང་གྲོན་ཆུང་བྱ་རྒྱུའི་་་་་སྐོར་གླེང་།པ་སངས་ཟེར་བའི་འགྲུལ་པ་དེས།ངས་སྣག་ཚ་གྲོན་ཆུང་བྱེད་ཆེད་་་་་་རྟག་ཏུ་ཡི་གེའི་ཚིག་འབྲུ་གང་ཉུང་ཉུང་བྲིས་ནས་སྐད་ཆའི་མཇུག་དེ་མི་གཞན་ལ་་་་་བསམ་བློ་གཏོང་དུ་འཇུག་གི་ཡོད་ཅེས་ཟེར།སྐབས་དེར་ཉི་མ་ཟེར་བའི་འགྲུལ་པ་་དེས།ཁྱེད་ཀྱི་གྲོན་ཆུང་དེ་ལ་ཧ་ལས་རྒྱུ་གང་ཡོད།ངས་ཆུ་ཚོད་འཁོར་ལོ་མི་ཟད་་་་པའི་ཆེད་དུ་ས་རུབ་མ་ཐག་ཆུ་ཚོད་འགྲོ་ཡས་མེད་པ་བཟོ་གི་ཡོད་ཅེས་བཤད།ཡང་ཁོང་གཉིས་ཀྱི་གྲོན་ཆུང་བྱེད་སྟངས་དེ་སྤེན་པ་ཟེར་བའི་འགྲུལ་པ་དེས་ཐོས་་་་་་འཕྲལ་རང་སྐལ་དུ་བབས་པ་ལྟར། ཁྱོད་གཉིས་ཉོན་དང་།ངས་མིག་ལ་གྲོན་ཆུང་་བྱེད་ཆེད་ཡིག་རིགས་རྩ་བ་ནས་ལྟ་ཡི་མེད་ཅེས་ཟེར།

གྲོན་ཆུང་འགྲན་པའི་གླེང་མོ།

ཁ་མིག་རྩ་འབྲེལ།

༄༅།།མཚར་གཏམ་མཐོང་བ་འཛུམ་ཤོར།