༄༅། །འབྱུང་རྩིས་ལུགས་ཀྱི་ཡོ་གེ་བརྟག་པ།།

༄ ༄ ༎ཀྱུ་ཆེ་པ་ལུགས་པ་ཤྲཱི་ལེ་ཁེ་ག་

བཏྲ་ག་ཁ་ལ་ཀོ་ཁ་

རི་ཁ་འཛུམ་པ།།

དཀར་ཆག

༼སྲོག་ཧེལ༽ ----------------------------------- 9

༼ལུས་ཧེལ༽ ---------------------------------- 11

༼དབང་ཧེལ༽ -------------------------------- 14

༼སྙང་རྩེལ༽ -- 16

༼སླ་རྩེལ༽ -- 18

༼ནང་ཡོའམ་ལོག་མེད་ཀྱི་བརྩེ་ཚུལ་ནི༽ ------------------ 22

༼རྒྱབ་ཡོ་དང་རང་ཀོག་སོགས་བརྩེ་བ་ནི༽ ---------------- 25

༼གཉིས་པ་བདུན་ཟུར་ནི༽ ------------------------------ 27

༼གསུམ་པ་གཞེད་བཞི་དང་མཐུན་གསུམ་ནི༽ -------------- 28

༼ཐྲ་བ་ཡོ་དཀར་ནི༽ --------------------------------- 29

༼སྒྲར་ཁའི་རྩེས༽ ------------------------------------- 31

༼ལི་ལ་བབ་ན༽ -------------------------------------- 31

༼ཁོན་ལ་བབ་ན༽ ------------------------------------ 32

༼དྭ་ལྟུགས་ལ༽ -------------------------------------- 33

༼ཁིན་གནམ་ལ༽ ---------------------------------- 33

༼ཁམ་ཆུ་ལ་བབ་ན༽ ---------------------------------- 34

༼གིན་རི་ལ་བབ་ན༽ ---------------------------------- 35

༼ཟིན་ལ་བབ་ན༽ ---------------------------------- 35

༼ཟོན་ལ་བབ་ན༽ ---------------------------------- 36

༼ཛ་བའི་དྲུག་པ་སྨེ་བ་ལ་ལྷ་ལས༽ ------------------------ 36

༼གཅིག་དཀར་སྟེང་དུ་བབས་པ་ན༽ ------------------------ 39

༼གཉིས་ནག་ལ་བབས་ན༽ ---------------------------------- 40

༼གསུམ་མཐིང༽ ---------------------------------- 40

༼བཞི་ལྗང༽ ---------------------------------- 41

༼ལྔ་སེར༽ ---------------------------------- 41

༼དྲུག་དཀར༽ -- 42

༼བདུན་དམར༽ -- 42

༼བརྒྱད་དཀར༽ -- 43

༼དགུ་དམར༽ -- 43

༼སླི་བའི་ཀིག་ཐྲན་བཞི་ནི༽ ------------------------------ 44

༼དགུ་མིག་ནི༽ -- 46

༼གཟའི་པོར་སྐོར༽ -- 47

༼ཕ་དམ་པའི་མཛད་པའི་རྗོ་མོ་བཞུགས་སོ༽ -------------- 51

༼སྤར་ཁའི་སྐོར་སྐོར་སྐྱེ་བ་སོགས༽ ------------------------ 53

༼སོག་བཤད་ཞུང་བསྡུས༽ -------------------------------- 55

༼སྤར་ཁའི་སྙིང་ཕྱིན་མི་ཙང་བ༽ ---------------------------- 57

༼ད་ཉི་སྤར་ཁ་སྐྱོ་འགྲེལ་ལ༽ ------------------------ 62

༄༅།།འབྱུང་རྩིས་ལུགས་ཀྱི་ལོ་གེག་བརྟག་པ་མན་ངག་དོན་བསྡུས།།

སྐྱབས་ཀུན་ངོ་བོ་བླ་མ་འཇམ་དབྱངས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། བརྩེ་བ་ཆེན་པོས་བྱིན་གྱིས་བརླབ་ཏུ་གསོལ། འགྲོ་བ་ཡོངས་ལ་བདེ་སྐྱིད་ འབྱུང་བ་དང་འགལ་རྐྱེན་སེལ་བ་ སོགས་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བ་ནག་རྩིས་ཀྱི་རིམ་པ་ཅུང་ཟད་བརྗོད་པར་བྱའོ།།

འདིར་བརྟག་རྒྱུ་ནི། ཕྱི་ལོ་ནང་ལོ་གསང་ལོ་རྒྱབ་ལོ་སྤར་ཁ་སྨེ་བ་དང་ རྒྱུད་དགུ་མིག་དུར་མིག་བཅས་དགུ

ལས། དང་པོ། ཤར་བའི་གནམ་ལོ་དང་བརྩི་བྱའི་སྐྱེས་པའི་ལོ་གཉིས་སྦྲད་ནས་བལྟ་བ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་སྐྱེས་ལོའི་སྲོག་ལ་གནམ་ལོའི་སྲོག་སྦྲད། དེ་བཞིན་དུ་ལུས་ལ་ལུས། དབང་ཐང་ལ་དབང་ཐང་། རླུང་རྟ་བླ་གཉིས་ལའང་གནམ་ལོའི་དེ་གཉིས་སྦྲད་པས། མ་འཕྲོད་ན་རྩེལ་དཀར་གསུམ་བཞག གྲོགས་འཕྲོད་ན་རྩེལ་དཀར་གཉིས། བུ་ལ་རྩེལ་དཀར་ནག་ཟུང་། དགྲ་ལ་རྩེལ་ནག་གཉིས། ས་ལ་ས་དང་། ཚུ་ལ་ཚུ་འཕྲོད་ན་རྩེལ་དཀར་གཅིག དེ་བཞིན་དུ་ཤིང་ལྕགས་མེ་གསུམ་རང་རང་དང་འཕྲོད་ན་རྩེལ་ནག་རེའོ། དེ་ཡང་གབ་ཙེ་ལ་བརྩིས་ནས་རྩེལ་གདན་སྲོག་ལུས་སོགས་ཀྱི་ཁ་བྱང་དང་བཅས་པའི་སྟེང་དུ་རྗེའུ་རྣམས་འཇོག་གོ།

༼སྲོག་རྟེན༽

དེ་ལྟར་བརྩི་བའི་ཚེ་སྲོག་ལ་རྟེན་དཀར་གསུམ་མམ་གཉིས་བབ་ན། སྲོག་གི་དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་རྒྱས་ཤིང་ཚེ་སྲོག་ལྷུགས་ཀྱིས་བརྟན་པར་བྱས་པ་ལྟར། སྐྱོབ་བྱེད་ལྷ་རྣམས་སྙིང་ནས་བྱ་ར་བྱེད། དཔལ་གྱི་ཉི་མ་མདུན་ནས་ཤར། སྲོག་གི་ལྗོན་ཤིང་ལ་ཚེའི་འབྲས་བུ་སྨིན། གདོན་བགེགས་འབྱུང་པོས་མི་ཚུགས། འོན་ཀྱང་གྲིབ་དང་མི་གཙང་བ་ལ་འཛེམ་པར་བྱའོ། སྲོག་ལ་རྟེན་དཀར་གཅིག་བབ་ན། ལྷ་འདྲེ་སྲོག་ལ་ཐོབ་ཤ་བྱས་ཀྱང་ཕྱིར་མི་འཚེར། སྲོག་གི་མདའ་དཀར་མི་ཚུགས་ཙམ། ནད་གདོན་མེད་ཀྱང་བསྟེན་པའི་སྲུང་མའི་བསྐང་བཤགས་དང་གཤེགས་གཏོར་ཞུལ་ན་ལེགས། སྲོག་ན་ལ་དཀར་ནག་བྲུང་བབ་ན། ལྷ་བདུད་གཉིས་ཀྱིས་ཐོབ་ཤ

བྱེད། རྒྱལ་ཕམ་མ་ངེས་བཟང་ངན་འདྲེས། ཁྲིམ་དང་
རྫས་ནོར་ལ་སློ་བུར་དུ་ཆུད་ཟ་བའི་ཉེན་ཡོད། ལྷ་རྟེན་
ལ་ཁྲུས་གསོལ། མགོན་ཆོས་ལྷ་གསུམ་གྱི་བསྐང་བཤགས་
བརྒྱ་རེ། དྲུག་ཅུ་བ་གཏོང་། སྲོག་ལ་རྗེལ་ནག་གཅིག་
བབ་ན། ཞུང་བྱེད་སྲིད་ལངས། སྲོག་གི་ཤིང་ལོ་རྩེ་ནས་
སྐམ། བླ་ལ་བདུད་ཀྱིས་ཞགས་པ་འཕེན་ཞིང་སྲོག་བཀྲུ།
ལྷ་རྣམས་བྲོལ་ནས་སྐྱེ་བོ་དངངས་ཤིང་ན་ཚ་འབྱུང་། ཆོ་
མདོ་ཚར་བརྒྱ། མགོན་པོའི་བསྐང་བཤགས་སུམ་བརྒྱ།
བརྒྱ་བཞི། བཙན་མདོས། ཞགས་གཅོད་རྣམས་བྱའོ།
སྲོག་ལ་གཉིས་ནག་བབ་ན། སྲོག་གི་གཞུང་ཤིང་ཆག
ཆོའི་འཁོར་ལོ་འཛིག གནམ་ལོ་རྒྱལ་པོའི་ཆད་པ་འོང་།
བླ་བློན་པོའི་དམག་འདུ། དུས་ཆོད་མཆོན་ཆའི་ཆར་
གྱིས་བརྡེག ཀག་ཆེན་སྡུན་འཐིབས་སྲོག་ལ་དོགས་པ་ཟ་

རྒྱུ་ཡོད། གློ་བུར་དུ་སྙིང་མི་དགའ་ཞིང་རྨི་ལམ་ངན། སྲོག་ལ་བདུད་ཀྱིས་འཇུག། གྲིའམ་བཙོན་གྱི་ཉེས་པ་ཡོད། ན་ཚ་མེད་པར་འཆི་ཉེན་ཡོད་པས། ཡུམ་གྱི་མདོ་སྲོག ཚེ་མདོ་ཚར་བརྒྱ། ཚེའི་བསྲུང་འཁོར་འདོགས། ཚེ་དཔག་མེད་ཀྱི་ཚོག་བརྒྱ་དང་། དེའི་འཆི་བླུ། ཚེ་སྒྲུབ་བྱ། གཏོར་མ་བརྒྱ་རྩ་ཚར་སྟོང་། སེམས་ཅན་གྱི་སྲོག་སྐྱོབས། མཚུན་ལྷ་མཆོད་ཅིང་སྲི་མནན། མཚན་མོ་འགྲོ་བ་དང་མནའ་འདོར་བ་སྲོག་གཅོད་པ་སྤང་ངོ་།།

ལུས་ཇེལ

ལུས་ལ་དཀར་པོ་གསུམ་མམ་གཉིས་བབ་ན། ལུས་ཀྱི་རྟེན་ཕུར་ལྷས་བཟུང་། ནད་རིམས་མི་ལྷར་འབབ་ན་ཡང་མི་ཚུགས། མཚོན་གྱི་བསྐལ་བ་བྱུང་ན་ཡང་ཁྲག་མི་འཚེར། ཡུལ་གྱི་མི་ཀུན་སྡུག་ན་ཡང་ཆུད་ཟ་བ་མེད། མོ་

ཡིན་ན་སྲིད་ཆགས་པ་དང་བུ་བཟང་པོ་སྐྱེ། བྱ་རྒྱུ་མེད་པར་ལུས་རྩེན་ཤིན་ཏུ་བཟང་བ་ཡིན། ལུས་ལ་**དཀར་པོ་གཅིག་བབ་ན།** ལུས་ལ་ནད་མེད། སེམས་ལ་སྡུ་ངན་དང་ནོར་ལ་གོད་ཁ་མི་ཡོང་། འཐབ་རྩོད་ཞི། ནད་གདོན་ སེལ་ཞིང་སེམས་ཀྱི་སྡུག་བསྔལ་དང་གཞན་གྱི་ཕྲག་དོག་མི་འོང་། ལྷ་སྲུང་མི་གཡེལ་བའི་ཆེད་དུ་བསངས་དང་གཏོར་མས་མཆོད་པར་བྱའོ། ལུས་ལ་**དཀར་ནག་**ཟུང་བབ་ན། ལྷ་འདྲེའི་བུ་གཉིས་མི་ཕྱེད། ལུས་ཀྱི་རྒྱན་བཏིང་བས་དངངས་སྐྲག་འབྱུང་། བུད་མེད་ལ་བཙའ་ནད་འབྱུང་ན་དེས་ཆོག དབུལ་པོ་ལ་སྟོན་མོ་བྱིན། བརྒྱ་རྩ་གང་མང་ཐོངས། ལུས་ལ་**ནག་གཅིག་**བབ་ན། ལུས་ཀྱི་མདངས་སྐྱོབས་དང་ཟུངས་ཉམས་ཤིང་སློ་མི་བདེ། ནད་དང་གོད་ཁ་དགྲ་འདྲེ་གཡོ་བའི་དུས་

ཡིན། ལྷ་ཁང་གི་རྟེན་ལ་མཆོད་མེ། ས་རྡོ་གདབ། གཟུངས་བསྟུས། གྲྭ་ཕྲ་གློག ཐུ་ཚ་ཡིན་ན་མིང་བསྒྱུར་ན་བཟང་། ལུས་ལ་གཉིས་ནག་བབ་ན། ནད་དང་མཚོན་གྱིས་འཚོ། ལག་པ་སྤུས་དང་རྐང་བ་སྣན་དུ་བྱེད། ཁྱིམ་དུ་ནད་ཀྱི་མལ་བཙོས་ནས་ སྨན་བོན་རྣམས་མགྲོན་དུ་བསྙེན་པར་བྱེད། བདུད་འདྲེ་མཆོད་རྒྱུ་འབྱུང་། ཟས་ཀྱི་ཕྱེད་ལ་སྨན་འཐུངས་ཤིང་། ཤིང་གི་ཕྱེད་ཀྱིས་གཏོ་བྱེད། ཡུན་དུ་ན་ཞིང་སྡུག་བསྔལ་སྤྱོད་བས། སྲོག་ལུས་དབང་རླུང་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་གསོལ་བ་གདབ། མིང་ལུས་བསྒྱུར། མདོ་ཕལ་ཆེན་གློག སྤྱུང་གནས་བསྲུང་། མཆོད་རྟེན་ལ་དཀར་རྩེ་བྱུགས། རླུང་རྟ་འཕྱུར། མར་མེ་ཕུལ་ཞིང་ས་རྡོ་གདབ། མགོན་ཆོས་ལྷ་མོ་རྟ་མགྲིན་སྐུ་ཕྲ་སྟོང་ཕྲག་རེ་དང་། བརྒྱ་བཞི་ཁ་འབར་མ་སྒྲི་མདོས་རྣམས་བྱ། ཚུ་སྣ་

དགུས་བུམ་པ་བསྒྲུབས་ནས་བྱབས་ཁྲུས་བྱ། ལུས་བསྐྱེད་ཀྱི་འཁོར་ལོ་འདོགས། རིམས་ནད་དང་འཐབ་རྩོད་ཀྱི་སར་འགྲོ་བ་འཛོམས།

དབང་རྟེལ

དབང་ཐང་ལ་རྟེལ་**དཀར་གསུམ་མམ་**གཉིས་བབ་ནི། གསེར་གྱི་ས་གཞི་ལ་གཡུའི་ཙ་སྔོན་སྐྱེ། དབང་ཐང་གི་དཔལ་གྱི་ར་བར་བཀྲ་ཤིས་གཡང་ཆགས། འདོད་པའི་ཟས་ཀྱི་ལོ་ཏོག་རྒྱས། ལྷ་འདྲེས་ཀྱང་འདོད་དགུ་སྟེར། ནོར་ཕྱུགས་ལོངས་སྤྱོད་འཕེལ་ཞིང་ཇོ་ཚོང་ཁེ་སྒྲོགས་འབྱུང་། ཉོ་དང་ཆང་སོགས་ཟས་ཀྱི་བཅུད་འཕེལ་ལོ། དབང་ཐང་ལ་**དཀར་གཅིག་**བབ་ན། བསམ་དོན་འཚོར་བའི་རྐྱེན་ཡོད་པས་ ཟས་ནོར་ལོངས་སྤྱོད་འཕྲིང་། ཉེད་པ་དང་གོད་ཁ་མཉམ་པོར་འབྱུང་པས་

རྣམ་སྲས་ཀྱི་བསྐང་བཤགས་སྟོང་ དང་གཡང་འགུགས་
བྱ། དབང་ཐང་ལ་དཀར་ནག་བྱུང་བབ་ན། ཟས་ནོར་
འབོ་འཕྲོམས་གོད་ཁ་འོང་། རེས་ཡོད་རེས་མེད་གང་
སྟོང་འབྱུང་། བྱིས་པ་ལ་སྟོན་མོ་བྱེད། གཏོར་མ་བརྒྱ་རྩ་
ཚར་གསུམ་བརྒྱ། ནོར་རྒྱུན་མའི་གཟུངས་བརྒྱ། བསངས་
སྟོང་ཕྲུག་གཏོང་། དབང་ཐང་ལ་ནག་གཅིག་བབ་ན།
ཟས་ནོར་མི་སྙེད་བསོད་ནམས་བྲི། གྲོགས་ཀྱི་བསམ་པ་
ལྡོག རྟེན་གསུམ་ལ་མཆོད་པ། འདུས་ཚོགས་ལ་མང་
འཕྲེད། ཛམ་བྷ་ལ་དཀར་པོའི་བུམ་གཏེར། ཕྱུགས་ཀྱི་ཚེ་
ཐར་གསོ། དབང་ཐང་ལ་གཉིས་ནག་བབ་ན། དབང་
ཐང་གི་རྩིག་པ་མཐའ་ནས་ཞིག ཟས་ཀྱི་སྣོད་ནང་ནས་
སྟོང་། ལྟོགས་འགོང་འཕྱུང་འདྲེ་སྲི་གསུམ་ལངས།
བསགས་པའི་ཟས་ནོར་འཛད། ཚ་བའི་ཉིན་གྱི་སྨིན་རྒྱུ་

ལྷར་འཕྲུལ་དུ་འོང་། འདུས་སྡེའི་ལྷ་རྟེན་ལ་མཆོད་པ་ཕུལ། སྦྱིན་པ་གཏོང་།འདུས་སྡེའི་གསོལ་ཚོགས་ལ་མར་ཕུལ། ནོར་རྒྱུན་མ་ཤུམ་བརྒྱ། བརྒྱ་རྩ་སྟོང་། རྣམ་གྲས་སྟོང་། གཡང་འགུག་བྱ། མི་ཕྱུགས་ཀྱི་མདོས་བྱ།།

ཀླུང་རྡེལ།

ཀླུང་རྟ་ལ་རྡེལ་དཀར་གསུམ་མམ་གཉིས་བབ་ན། ཀླུང་རྟའི་ལུས་ལ་རྒྱལ་མཚན་བསྒྲེང་། གར་འགྲོ་ཅི་སྨྲ་ཅི་བྱེད་སོགས་བསམ་བཞིན་དུ་འགྲུབ། སྲིད་ཀྱི་རྒྱུད་འཛམ་ཆུ་རྒྱུན་བཞིན།། མི་བརྒྱུའི་གཏམ་སྙན་ཐོས། གསོལ་ན་ལྷག་འགོ། སྒྲུབ་ན་འདོད་དོན་འགྲིབ་པོ། ཀླུང་རྟ་ལ་དཀར་གཅིག་བབ་ན། ལུས་ལ་མཛེས་པའི་འོད་ཟེར་ཆགས། ཚོལ་ན་རྙེད། བྱ་བ་ལ་འགྱུར་བ་མེད། འོན་ཀྱང་བརྟན་པར་བྱ་བའི་ཆེད་དུ་ལ་བཙས་ལ་བསངས་མཆོད་

ངང་རླུང་རྟ་འཕྱུར། རླུང་རྟ་ལ་དཀར་ནག་བབ་ན། གོས་ཀྱི་གཞམ་བུ་འཁྲིལ་བ་ལྟར། ཟས་འགག་སྐིགས་མར་འཕྱུར་ཞིང་། གཉེན་འགག་དཀྲ་པོར་འཕྱུར། མཐོན་པོས་བྱམས་ཀྱང་དམའ་བས་སྡུད། མི་ཁའི་དོགས་པ་ཡོད་པས། དཀྲ་ལྷ་མཆོད། གདུགས་དཀར་བརྒྱ། བཟློག་བསྒྱུར། མི་ཁའི་མདོས་བྱ། རླུང་རྟ་ལ་ནག་གཅིག་བབ་ན། སྨན་པའི་བ་དན་ནང་ནས་རལ། མཛོད་ཀྱི་ནང་ནས་རླུང་དམར་གཡོ། ཕྱི་སྒོ་དམ་ཀྱང་ནང་མེས་བསྣུ། སྟོབས་པོ་ཆེ་དང་གདུགས་དཀར་ཚོགས་བདག་གི་གཟུངས་སྒྲོག ཁ་འབར་མ་དཀར་ནག་ཁྲ་གསུམ་ཉེར་གཅིག གོད་སྲི་མནན་པའི་མདོས་བྱ། རླུང་རྟ་ལ་གཉིས་ནག་བབ་ན། མཐོན་པོའི་ ཕ་རོལ་ནས་ལྕགས་སྤྱང་བྱུང་སྟེ་ལྟ་ལུག་གསོད། གཡང་གི་ར་བ་རལ། དཔལ་གྱི་ཉི་མ་ནུབ། མི་

ཆེན་གྲིས་བཀའ་བསྒྱུར། ཕན་བདགས་པའི་དྲིན་ལན་མི་ཡོང་། ཉེས་པ་མེད་བཞིན་དུ་བསྙོན་བྱེད། འགྲོ་འདུག་གི་བྱ་བ་ཀུན་མི་ལེགས་པས། རྡོ་རྗེ་རྣམ་འཇོམས། འོད་ཟེར་ཅན་མ། ཕྱོགས་བཅུའི་མུན་སེལ། ལྷ་མོའི་བསྐང་བཤགས་རྣམས་ཚར་བརྒྱ་ཡན། སྒོ་བཙེགས་ཀྱི་འགོང་སྲེག གསེར་འོད་སྒྲོག གཏོ་ནག་མགོ་གསུམ། སྣང་ཆེན་སྣ་བསྒྱུར་བྱ། རླུང་རྟ་བཅུ་གསུམ་འཕྱུར། བསངས་འབུམ་ཐེར་གཏོང་།

ཟླ་རྡེལ།

ཟླ་རྡེལ་ལ་དཀར་གསུམ་མམ་གཉིས་བབ་ན། བུམ་པ་བདུད་རྩིས་གང་བ་བཞིན། སྲོག་དང་ཟླ་གཉིས་འབྲལ་མེད་བདེ། ཟླ་ལ་དཀར་གཅིག་བབ་ན། གྲོགས་བཟང་ལ་བརྟེན་པ་བཞིན་ཕྱི་ནང་གི་འཚེ་བ་མེད། ཟླ་ལ་

དཀར་ནག་བབ་ན། བཟང་ངན་ངེས་མེད། བླ་ཚེ་འཁྲུམ་པས་རྟེན་ལ་མར་མེ་ཉེར་གཅིག་ཡན་ཕུལ། ས་ཙྪ་སྟོང་ཕྲག་གདབ། བླ་ལ་ནག་གཅིག་བབ་ན། ཚེ་ཡི་རྟེན་བླ་ཉམས་པས་ཚེ་སྒྲུབ་འཆི་བླུ་བརྒྱ་བཞི་བྱ། བླ་ལ་གཉིས་ནག་བབ་ན། བླ་ཚེ་བདུད་ཀྱི་ལག་ཏུ་འཚོར་ཉེན་ཡོད་པས། ཚེ་དཔག་མེད་ཀྱི་ཚོ་ག་བརྒྱ། དེའི་སྔགས་འབུམ། ཕྱག་བསྐོར་འབད། ཆོས་སྐྱོང་སྤྱིའི་བསྐང་གསོ་གང་མང་བཏོན་ནས་གླུད་རྫོངས། བླ་མ་བཟང་པོ་ལ་སྐྱབས་འཇུག་ཞུ།

སྐྱིར་ལུས་སྲོག་སོགས་མ་དང་ཕྲད་ན་ཀ་བ་ལ་བརྟེན་པ་ཞེས་ཤིན་ཏུ་བཟང་། གྲོགས་དང་ཕྲད་ན་རང་ཉིད་རྒྱལ་ཞེས་བཟང་། དགྲ་དང་ཕྲད་ན་གནོད་པའི་སྒོ་ཞེས་ངན། བུ་དང་ཕྲད་ན་ཕར་ལ་ཐུག་ཅེས་ཡས་སྟེར་

དགོས། རང་རང་ནང་དུ་ཕྲད་ན་ཁ་སྒྱུར་བ་ཞེས་བཟང་ངན་ངེས་པ་མེད་དོ།

གཞན་ཡང་མི་ཕོ་ལ་སྲོག་གཙོ། བྱིས་པ་ལ་ལུས། བུད་མེད་ལ་དབང་ཐང་། རབ་བྱུང་དང་མི་ཆེན་ལ་རླུང་རྟ་གཙོའོ། བླ་སྲོག་གཉིས་ཀྱིས་ཚེ་ལ་གནོད་པ་ཡོད་མེད་བརྟག ལུས་ཀྱིས་ནད་གདོན་བརྟག དབང་ཐང་གིས་ནོར་ཕྱུགས་འཕེལ་འགྲི་བརྟག རླུང་རྟས་བསམ་དོན་ཇེ་ལྷར་འགྱུར་བ་བརྟག་གོ སྤྱིར་ན་ཇེལ་དཀར་མང་ལ་ནག་པོ་གཅིག་ཙམ་བབ་ན་བཟང་། ཐམས་ཅད་དཀར་ན་གྲིབ་སྐྱོན་གྱིས་སྲུང་མ་གཡེལ་བ་དང་། ལྷ་ཕྲོ་བའི་ཉེན་ཡོད་པས་ཆོས་སྐྱོང་གི་བསྐང་གསོའི་རིགས་འདོན། ཐམས་ཅད་ནག་ན་ གང་ལ་ཡང་ངན་པས་སྐུ་རིམ་དང་དགེ་བ་ལ་འབད། གོང་དུ་བཤད་པ་དང་འོག་ནས་

འབྱུང་བ་རྣམས་བརྩི་བའི་ཚེ་ཕྱིའི་རྟགས་ཇི་ལྟར་འགྱུར་བ་དང་། ཡོན་བདག་གི་སྐྱེ་ལམ་དང་། ནོར་ཕྱུགས་ཀྱི་ལྟས་སོགས་ཡོད་མེད་བསྟུན་ནས་བརྟག རིམ་གྲོ་འབོག་པ་ལ་ཡང་ འདིར་བྲིས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བསྒྲེས་ནས་ཞི་དྲག་ཇི་ལྟར་རིགས་པ་དང་། ཡོན་བདག་གི་སྟོབས་འབྱོར་དང་། ཡུལ་ཕྱོགས་སུ་གྲགས་པ་སྒྲུབ་ཚུང་བ་རྣམས་ལ་བལྟས་ཏེ་སྦྱ། སྦྱོར་སྐྱེ་བོ་གང་ལ་ཡང་། བླ་མ་མཆོག་གསུམ་མཆོད་པ་དང་། ཕྱུག་བསྐོར་བ། གསུང་རབ་སྒྲོགས་པ་དང་། ཡི་དམ་ཆོས་སྐྱོང་ལ་བསངས་དང་གཏོར་མ་འབུལ་བ་སོགས་ཚོགས་བསག་ སྒྲིབ་སྦྱོང་གི་རིགས་བྱེད་ན་ནམ་དུ་ཡང་ཕན་ཆེ་བ་ཡིན་པས། སྐྱེ་འགྲོ་ལ་ ཕན་པའི་བསམ་པ་བཟང་པོས་གང་ཐད་ལ་

དཔྱད་ནས་ལྷུང་སྟོན་དགོས། གནད་འདི་རྣམས་ནི་རང་གཞན་ཐམས་ཅད་ལ་གོ་བར་བྱའོ།།

༼ནང་ལོའམ་ལོག་མེན་གྱི་བརྗེ་ཚུལ་ནི༽

རྩ་བའི་གཉིས་པ་ནང་ལོའམ་ལོག་མེན་གྱི་བརྗེ་ཚུལ་ནི། ཕོ་ལོ་ཡིན་ན་སྐྱེས་ལོའི་བུར་འགྱུར་བའི་སྟག་ནས་ལོ་གྲངས་ཀྱིས་ཐུར་དུ་བགྲངས་ནས་གང་ལ་སླེབས་པའི་ལོ་དེ་ནང་ལོ་ཡིན། མོ་ཡིན་ན་སྐྱེས་ལོའི་མར་འགྱུར་བའི་སྤྲེལ་ནས་ལོ་གྲངས་ཀྱིས་གྱེན་དུ་བགྲང་བའོ། དེ་ཡང་དཔེར་ན། སྐྱེས་ལོ་ཤིང་བྱི་ཡིན་ཚེ་དེའི་བུ་སྟག་ནི་མེ་སྟག་ཡིན། མ་སྤྲེལ་ནི་ཆུ་སྤྲེལ་ཡིན། འདིས་གཞན་ལ་འགྲེ དེ་ལྟར་བརྩིས་པའི་ཚེ་མི་ཕོ་ལ་ཁྱི་ལོ་བབ་ན་གནམ་སྒོ་ཕྱེ་བ་ཡིན། ཕག་ལོ་བབ་ན་ས་སྒོ་ཕྱེ་བ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་བྱི་བ་ནི་ཙུས་གཙོད་ཀྱི་སྒོ། བྱ་ནི་བྱེ་བྲལ་གྱི་

སྒོ། སློང་ནི་འཕུང་འགྲོད་ཀྱི་སྒོ་སྟེ་འདི་དག་ནི་ངན་པའོ། སྟག་བབ་ན་འགྲོར་བའི་སྒོ་སྟེ་བཟང་ངོ་།

མི་མོ་ལ་གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་བརྩིས་པའི་ཚེ་འབྲུག་བབ་ན་གནམ་སྒོ། སྦྲུལ་ས་སྒོ། རྟ་ཙུས་གཙོད། སྤྲེལ་བྱེ་འབྲལ། ལུག་འཕུང་འགྲོད། ཡོས་འགྲོར་བའི་སྒོའོ། ཡོ་དེ་ལས་གཞན་བབ་ན་སྐྱོན་མེད་བཏང་སྙོམས་ཡིན་ནོ།

དེ་ཡང་གནམ་སྒོ་ལ་བབ་ན་འགོ་ནད་ཡོང་ཉེན་ཡོད་པས། ཁང་པའི་བ་གམ་མི་འཛུགས། རི་བྲག་མཐོ་སར་མི་འགྲོ། མནའ་མ་བོར། ཁྱི་གསར་མ་གསོ། ནམ་མཁའི་སྙིང་པོའི་མཚན་བརྒྱ་དང་། གདུགས་དཀར། ཡངས་པའི་གྲོང་འཇུག ལྷ་མོའི་བསྐང་བཤགས། བཟློག་བསྒྱུར་བརྒྱ་བཞི་རྣམས་བྱ། གནམ་སྒོ་དགག་པའི་མདོས་

བྱ། ས་སྡོ་ལ་བབ་ན། བཙན་སྲི་གནོད་ཅིང་། སྐྱེ་བོའི་འཆི་བ་དང༌། རྨ་ནད་ཡོང་བས་ས་བཟོ་ཞིང་གཙོད་སོགས་འཛེམས། ས་སྐྱིང་གི་མདོ། སྣང་བརྒྱུད། ཀླུའི་དཔངས་སྐོང༌། ཏོག་གཟུངས་སྒྲོག ཙུས་སྤྲལ་གྱི་མདོས་བྱ། ཙུས་གཙོད་ལ་བབ་ན། འཐབ་རྩོད་ཚོམ་རྐུན་ཁ་མཆུ་འོང་བས་ཞགས་དང་རྒྱན་པོ་བྱེད་པ་སྤྱོད། རྡོ་རྗེ་སྲེར་མོ། ཁ་མཆུ་ནག་པོའི་གཟུངས། གདུགས་དཀར་ཕྱིར་བཟློག་གི་གཟུངས་སྒྲོག ཆོས་རྒྱལ་བསྐང་བཤགས་བརྒྱ། བྲུག་ཙུ་བ། མི་ཁའི་མདོས་བྱ། བྱེ་འབྲལ་ལ། གྲོགས་དང་འབྲལ་ཉེན་ཡོད་པས་འཐབ་རྩོད་འཁོན་བཟུང་སྤྱོད། བཀྲ་ཤིས་དོན་འགྲུབ། རྣམ་འཛོམས། གསེར་འོད་སྒྲོག དབང་ཕྱུག་ཟོར་མདོས། ཕྱོགས་བཞིར་བསངས་ཆ་གསུམ་གཏོང༌། འཕུང་འགྲོད་ལ། གོད་ཁ་དང་ཡིད་མི་བདེ་བ་འོང་བས་

ཐག་རིང་འགྲོ་བ་དང་ཉོ་ཚོང་སྤྲོད། ས་རྩྭ་སྔོང་གདབ། བཀྲ་ཤིས་དོན་འགྲུབ། བཀྲ་ཤིས་བརྩེགས་པ། སྲུང་མའི་གསོལ་མཆོད་གཤེགས་གཏོར་ཕུལ། འཁྱེར་བའི་སྒོ་ལ། འདོད་དོན་འགྲུབ་སྟེ་བཟང་། ཡང་འདི་དག་ལ་ཤིང་ལོ་བབ་ན་ཕ་མེད་ལ་ངན། མེ་བབ་ན་བུ་སྨད་ལ་ངན། ས་བབ་ན་མ་སྲི་ལ་ངན། ལྕགས་ལ་ཟས་ནོར། ཆུ་ལ་བྱ་བྱེད་ལ་ངན་པར་བཤད། དེ་ཡང་ནང་ལོ་བརྩེ་བའི་ཚེ་ཤིང་ཁྱི་ཤིང་འབྲུག་བབ་ན་ཕ་མེད་ལ་གནམ་སྒོ་ཕྱེ། མེའི་ཁྱི་འབྲུག་བབ་ན་ མ་སྨད་ལ་གནམ་སྒོ་ཕྱེ་བ་སོགས་རིགས་འགྲེ་བྱ་བར་བཤད་དོ།།

༼རྒྱབ་ལོ་དང་རང་གེག་སོགས་བརྩི་བ་ནི༽

རྩ་བའི་བཞི་བ་རྒྱབ་ལོ་བརྩི་བ་ལ། རང་གེག་བདུན་ཟུར། བཞི་གཞིད། མཐུན་གསུམ། ལོ་དཀར་དང

ལྷ་ལས། དང་པོ་ནི། རང་གི་སྐྱེས་ལོ་ཤར་བ་ཡིན། དེ་ཡང་བཅུ་གསུམ་པ་ལ་བུ་ལོ་ཡོང་བས་ལུས་ཀྱི་འབྱུང་བ་འཁྲུག་ཉེན་ཡོད་པས། སྣང་བརྒྱད། གླུ་ལྷུ། ལྷ་མོའི་བསྐང་བཤགས་བཏོན་ནས་སྤོང་པོ་རྒྱན་གྱི་མདོས་བྱ། གཏོར་མ་བརྒྱ་རྩ་ཐོངས། ཉེར་ལྔ་གྲོགས་ལོ་ཡོང་བས་བདེ་སྡུག་རེས་མོས་བྱེད། འདྲེ་སྲི་ལངས་པས་ཏོག་གཟུངས་རྣམ་འཇོམས་ཚེ་མདོ་སྒྲོག རྣམ་འཇོམས་བྱབས་ཁྲུས་བྱ། སོ་བདུན་དགྲ་ལོ་ཡོང་བས་ནད་དང་གོད་ཁ་འབྱུང་། ཡུམ་སྒྲོག ཚེ་ཚོག ཀླུ་གཏོར། མཚོ་སྨན་དགུ་མདོས་བྱ། ཞེ་དགུ་ལ་མ་ལོ་ཡོང་བས་ལྡུང་ཏ་རྒྱུད་ ཉེན་འབྱུང་བས། ཉེ་ཁྲི་གླུག ཞི་བའི་སྦྱིན་སྲེག་བྱ། རེ་གཅིག་རང་ལོ་དཔོས་ཡོང་བས་བདུད་ཀྱིས་འཚེ་བ་འབྱུང་། ཤེར་སྙིང་སྟོང་། ས་རྩ་གདབ། ཚེ་སྒྲུབ་བྱ། དོན་གསུམ་ནི་བཅུ་གསུམ་དང་

སྒྲོར་བ་སོགས་འཁྲིད་པོ། ཁྲིར་རང་སླེག་བབ་པ་རྣམས་ཀྱིས་གཞིན་ལས་དང་སྟོན་མོ་སོགས་འཛོམ། ཚོས་སྐྱོང་གི་བསྐང་གསོ་དང་ཕྱག་བསྐོར་བྱེད། མི་ཕོའི་ཀོག་བསུ་ཞེས་པས་ཕོ་སྤྲ་མ་ནས་རིམ་གྲོ་བྱ་དགོས། མི་མོའི་ཀོག་སྐྱེལ་ཞེས་པས་ རང་ཀོག་གི་ཕོ་ཕྱི་མ་ལའང་རིམ་གྲོ་དགོས་ཞིང་། ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རང་ཕོའི་ཕོག་ཏུ་རིམ་གྲོ་ལ་འབད།

༼གཉིས་པ་བདུན་ཟུར་ནི༽

རང་ལོ་ནས་བརྩིས་པའི་བདུན་པ་སྟེ། སྟག་སྤྲེལ་གཉིས། དེ་བཞིན་དུ་ཕག་སྦྲུལ། བྱི་རྟ། བྱ་ཡོས། གླང་ལུག ཁྱི་འབྲུག་གཉིས་ རྣམས་ཕན་ཚུན་ཟུར་ཟ་བའི་ལོ་ཡིན། འདི་དག་ཡོད་པའི་ཚེ་ནི་ལོ་བདུན་པ། བཅུ་དགུ སོ་གཅིག ཞེ་གསུམ། ང་ལྔ། རེ་བདུན་རྣམས་སུ་ཡོད་པས།

དེ་དག་གི་ཚེ་དུར་གྱི་བདུད་གཡོས། བྱ་བ་གང་ལའང་བར་ཆད་ཡོང་། སྟོབས་པོ་ཆེ། རྒྱལ་མཚན་རྩེ་མོའི་དཔུང་རྒྱན། སྟོང་པོ་རྒྱན། གདུགས་དཀར། ཤྭ་ལྷ། ཆོས་རྒྱལ་གྱི་བསྐང་གསོ་རྣམས་བཏོན་ནས་སྤྱི་མདོས་དང་དྲུག་ཅུ་པ་འཕེན།

༼གསུམ་པ་གཤེད་བཞི་དང་མཐུན་གསུམ་ནི༽

རང་ལོ་ནས་ཡར་མར་གྱི་བཞི་བ་ཡིན། དེ་ཡང་སྟག་སྤྲེལ་ལ་ཕག་སྦྲུལ། ཡོས་བྱ་ལ་བྱི་རྟ། ཁྱི་འབྲུག་ལ་གླང་ལུག སྦྲུལ་ཕག་ལ་སྟག་སྤྲེལ། བྱི་རྟ་ལ་ཡོས་བྱ། གླང་ལུག་ལ་ཁྱི་འབྲུག་སྟེ། འདི་དག་ལས་གང་རུང་ཅིག་ཤར་ན་གཤེད་ལོ་ཡིན། བརྒྱད་སྟོང་བ་སྒྲོག སྒྲོལ་མ་གང་མང་སྒྲོལ་མདོས་བྱ། བཞི་བ་མཐུན་གསུམ་ནི། རང་ལོའི་ལྷ་བ་སྟེ། དེ་ཡང་བྱི་འབྲུག་སྤྲེལ་གསུམ། ཕག་ལུག་ཡོས་གསུམ།

སྟག་རྟ་ཁྱི་གསུམ། བྱ་གླང་སྤྲུལ་གསུམ་རྣམས་ནང་ཕན་ཚུན་དུ་ལྷ་བ་ཡིན་ཞིང། རླུང་རྟ་མཐུན་པས་མཐུན་ཡོ་ཞེས་བྱ། དེ་ལ་གཞན་གྱི་འཚོ་བ་དང་གོད་ཁ་སྨྱུ་ངན་འབྱུང་བས། ཐག་རིང་འགྲོ་བ་དང་བྱ་བ་ཆེན་པོ་མི་བྱེད། བསངས། བརྒྱ་ཙ ། གཏུགས་དཀར། བསྐང་གསོ་རྣམས་བཏོན་ནས་གྲིབ་སེལ་བྱ།

༼ལྷ་བ་ཡོ་དཀར་ནི༽

བྱི་བས་ཡོས་འདེབ། གླང་སྟག་གཉིས་རྗོད། འབྲུག་སྦྲུལ་གཉིས་འཁྲིལ། རྟའི་རྨ་ལ་བྱུས་རྫོ། ལུག་གི་མགོ་སྦྲེལ་ཁྱིས་བཤུ། ཁྱི་ཕག་གཉིས་འཐབ་ཅེས་པ་ཡིན་པས་ཡོ་འདི་རྣམས་ཕན་ཚུན་ངན། སེམས་གདུང་བ་དང་རྨ་འབྱུང་ཉེན་ཡོད་པས། སྨན་བླའི་ཆོ་ག་བཏོན། སྲུང་མའི་གསོལ་མཆོད་བྱའོ། །གཞན་ཡང་སྲི་ངན་དང་ཁྱིམ་ཚེས་

རྒྱབ་པ། གསང་སྐེག བཟའ་མིའི་སྐེག་སྟེ། སྐེག་བཞི་བསྟན་ནས་བརྩེ་ལུགས་ཀྱང་ཡོད་དེ། དེ་ལ་སྲི་ངན་ནི། ཕ་མས་ཀྱི་ཤི་བའི་ལོ་དང་། སྐར་སློ་ལ་བབས་པའོ། དེ་ལ་རྟེན་ལ་མཆོད་པ་དང་ ས་རྩྭ་དང་གསོན་གཤིན་ལག་སྒྲིལ་གཙོད་པའི་མདོས་བྱ། ཁྲིམ་མཆོས་རྒྱབ་པ་ནི། དབང་ཐང་ གཅིག་པའི་མི་ཁྲིམ་གཅིག་གི་ནང་དུ་འཚོགས་པའམ། གྲོང་གཅིག་ཏུ་ཚོགས་ན་ནོར་ཕྱུགས་ལ་གནོད། ནོར་ལྷའི་གཏེར་བུམ་བྱ། གསང་སྐེག་ནི། མ་སྐར་ཁ་ལི་ཐོག་སླེབ་ན་བུ་ལ་ངན། ཁམ་ཐོག་སླརབ་ན་བུ་མོ་ལ་ངན་པས་ཚེ་མདོ་སྒྲོག བཟའ་མིའི་སྐེག་ནི། བུ་མོ་སྐར་ཁ་གཅིག་སྟེང་ཚོགས་པའོ། གཏུགས་དཀར། འོད་ཟེར་ཅན་མ་སྒྲོག སྐར་ཁ་གཙོད་པའི་མདོས་བྱའོ།།

༼སྐར་ཁའི་རྟེས༽

རྩ་བའི་ལྔ་བ་སྐར་ཁའི་རྟེས་ལ་དགུ་ལས་དང་པོ་སྐར་ཁའི་འབྱུང་བ་ནི། ལི་མི། ཁོན་ས། དུ་ལྷུགས། ཁེན་གནམ། ཁམ་རྒྱ། གེན་རི། ཟེན་ཤེང་། ཟོན་རླུང་ངོ་། ནང་སྐར་ནི། ཕོ་ལ་ལི་ནས་གཡས་བསྐོར། མོ་ལ་ཁམ་ནས་གཡོན་བསྐོར་དུ་ལོ་གྲངས་ཀྱིས་བརྩི། གང་ལ་བབ་པ་དེ་ནི་ལོ་དེའི་སྐར་ཁ་ཡིན། དེ་ལྟར་བརྩིས་པས་ལི་ལ་བབ་ན་མེ་ལ་གནས། ཁོན་ས་དང་དུ་ལྷུགས་ལ་གནས་པ་སོགས་འགྲེའོ། བཟང་ངན་བརྟག་པ་ནི།

༼ལི་ལ་བབ་ན༽

བདུད་བཙན་རྒྱལ་གདོན་གྱི་གནོད་པ་ཡོང་བས། བག་མ་ལེན་པ། རོ་སྲེག་སོ་ཕག་སྲེག་པ་སོགས་ཀྱི་སར་

མ་འཁྲི། ཁྲབ་དང་ཕྱིང་བ་རྫས་དམར་རྟ་དམར་འཛོམ། ཡོང་བ་དང་ཡུགས་མོའི་ཟས་སྤྲད། སྤྲང་པོ་ཁ་སེར་བའི་དུས་སུ་སྙིག་ཡོད་པས། གཙུག་ཏོར་རྣམ་རྒྱལ། རྣམ་འཛོམས། ཚེ་མདོ། གཟའ་ཡུམ་མདོ་སྡུད་པ་རྣམས་གློག དབང་ཕྱུག་ཟོར་མདོས་དང་བཙན་མདོས་བྱའོ།།

༼ཤོན་ལ་བབ་ན༽

ཀླུ་ས་བདག་ཤི་འདྲེའི་གནོད་པ་ཡོང་བས། ཁང་བརྟེག ས་བཀོ། ཤིང་གཅོད། རྡོ་སློག་རྣམས་འཛོམ། རིན་པོ་ཆེའི་ རིགས་དང་རྫ་སྡོད་རྫས་སེར་པོའི་རིགས་པ་ཀན་ལུག་ཀན་ལེན་པ་སྤྲད། ཆུ་མིག་གི་ཆུ་དང་སྦྲུང་ཀིའི་བཤད་ཤ་འཛོམ། དཔྱིད་ཟླ་གསུམ་པའི་དུས་ཀག་ཡོད་པས། མདོ་སྡེ་བསྐལ་བཟང་། ཏོག་གཟུངས། བཀྲིས་

སེམས་ཞུམས་པའི་མདོ་ཟློག ཟླུའི་གདོན་གྲོལ། གཤེད་འདུལ་བྱ།།

དྲ་ལྷུགས་ལ

ཁ་མཆུའི་འབྲི་དང་བདུད་གཙོད་པས་འཐབ་རྩོད་དང་བྲག་འཛིག་སྤང་། ལྷུགས་ཀྱི་རིགས་ར་བོང་ཉོ་བ་སྤང་། རི་དྭགས་ཀྱི་ཤ་འཛོམ། ཆུ་འཁྱུག་དུས་ཀེག་ཡོད་པས། དགོན་བརྩེགས་སྒྲོག མི་ཁ་དབྲ་བསྒྱུར་དང་བརྒྱུ་བཞི་བྱ།།

ཁེན་གནམ་ལ

བན་བོན་གྱི་ཙད་འབྲི་དང་ཐེའུ་རང་གཙོད་པས་ཁང་གྲུར་གྱི་ཐོག་འབུབ་པ་དང་། རི་དྭགས་གཤོར་བ་སྤང་། གཙན་གཟན་གྱི་པགས་པ་དང་ཏྭ་དཀར་ཁྲི་

དཀར་མ་ཡིན། བྱ་དང་གྲུམ་པའི་ཤ་སྐྲང་། ས་སྔོ་བའི་དུས་ཀེག་ཡོད་པས། གསེར་འོད། གདུགས་དཀར་ཐོན། སྲི་གནོན་དང་དྲུག་ཅུ་བ་བྱ།།

ཁམ་ཚུ་ལ་བབ་ན།

མཚོ་སྨན་དང་ཀླུ་སྲིན་གནོད་པས། ལྐམ་དང་རྫས་ནག་ཆུ་རག་ཅིག་པ་རྣམས་འཛོམས། ཕག་མ་ཡིན། ཉ་ཤ་དང་ཆུར་ཤི་བའི་ཤ་འཛོམས། ཀླ་བ་དྲུག་པར་ཀེག་ཡོད་པས། དམ་ཆོས་པད་དཀར། ཀླུ་འབུམ་དཀར་པོ། ཀླུའི་དཔང་སྐོང་། ཀླུ་དབང་གི་ཐུགས་སྒྲོག མཚོ་སྨན་དགུ་མདོས་དང་ཀླུ་གཏོར་གཏོང་།།

གིན་རི་ལ་བབ་ན

དམ་སྲི་དགོར་འདྲེ་གནོད་པས་མཆོད་རྫས་རབ་བྱུང་གི་རྫས་མ་ཡིན། ས་རྡོའི་ལས་འཛོམ། ནླ་བ་བཙུ་བར་ཀེག་ཡོད་པས། སླང་རི་ཞུང་གཏམ། རི་རབ་བཙིགས་པའི་རྒྱུད། ལྷ་མོའི་བསྐང་བཤགས། བརྒྱ་རྩ་དང་འབྱུང་བཞི་གཏོར་མ་གཏོང། སྒྲི་མདོས་དཀར་པོ་དྲུག་མདོས་བྱ།།

ཟིན་ལ་བབ་ན

གདོན་ཆེན་བཙོ་ལྔ་དང་ལྡེབས་འདྲེ་གནོད་པས་ཉིང་གི་ལས་འཛོམ། ཉིང་དང་ལྟགས་ཀྱི་རིགས་མ་ཡིན། ཉིང་རྩེ་ཁ་འབུས་དུས་ཀེག་ཡོད་པས། གཟུངས་བསྡུས། སྟོང་རྒྱན་གྱི་གཟུངས་ལོ་གྲང། སྟོང་རྒྱན་གྱི་མདོས་བྱ།།

ཟོན་ལ་བབ་ན

སྨྲ་བྱེད་དང་མོ་འདྲེ་གནོད་པས་མནའ་བོར་བ་གླུ་གར་རོལ་མོ་འཛོམས། རྒྱན་དང་རོལ་ཆ་མ་ལེན། ཟླ་བ་བདུན་པར་ཀེག་ཡོད་པས་བརྒྱུད་སྟོང་པ་ གཙུག་ཏོར་དཀར་ནག་ཐོན། མ་མོའི་མདོས་བཅན་མདོས་བྱོ།།

ཚ་བའི་དྲུག་པ་སླེ་བ་ལ་ལྷ་ལས

གཅིག་དཀར། གཉིས་ནག གསུམ་མཐིང༌། བཞི་ལྗང༌། ལྔ་སེར། དྲུག་དཀར། བདུན་དམར། བརྒྱད་དཀར། དགུ་དམར། དཀར་གསུམ་ལྕགས། ནག་མཐིང་ཆུ། ལྗང་སེར་ས། དམར་གཉིས་མེ། འདི་ཡང༌། སྲོག་སླེ་ཕྲག་པ་གཡས་པར་ཁྱེར། དབང་སླེ་རྐང་བ་གཡོན་པས་འདྲུད། ལུས་སླེ་སྟོ་བར་བཀབ་ནས་འགྲོ ཞེས་བཤད་པས་ལུས་

སྨེ་གཙོ་བོར་བྱ་ཞིང༌། གང་བརྩི་རྒྱུ་སྨེ་དེ་རྫོ་བར་གཞུག
ནས་བརྩི་དགོས་སོ། གསུམ་པ་བརྩི་ཚུལ་ལ། ཕྱི་ནང་
གསང་གསུམ་ལས། གསང་བ་ནི། སྐྱེས་ལོའི་ལུས་སྨེ་
དབུས་སུ་བཙུག་ནས་བརྩི། དེ་ཡང་གང་ཟག་ཕོ་མོ་གང་
ཡིན་ཡང་། ཕོ་ལོ་པ་ལ་དབུས་ནས་ཤར་དུ་ཐོན། གཡོན་
བསྐོར་གྱིས་ཤར་རྫོ་ནས་དབུས་སུ་འཇུག མོ་ལོ་པ་ལ་
དབུས་ནས་ཤར་དུ་ཐོན། གཡས་བསྐོར་གྱིས་བྱང་ཤར་
མཚམས་ནས་དབུས་སུ་འཇུག་གོ འདིའི་ཕྱོགས་ནི་སྤར་
ཁ་དང་འདྲ་བར་ཟིན་གྱི་ཕྱོགས་ལ་ཤར་དུ་བྱེད། དབུས་
སུ་འཇུག་པའི་ལོ་ནི། གཅིག བཅུ། བཅུ་དགུ ཉེར་བརྒྱད།
སོ་བདུན། ཞེ་དྲུག ང་ལྔ། རེ་བཞི། དོན་གསུམ། གྱ་གཉིས་
རྣམས་སོ། འདི་ལྟར་བརྩིས་པའི་སྨེ་བ་རང་གི་བཟང་
ངན་བརྟག་པ་དང་། བབ་སྨེ་དེ་ཉིད་སྐྱེས་ལོའི་སྲོག་ལུས་

དབང་སྐྱུང་བླ་ཕྱུ་དང་སྦྲད་ནས་ མ་བུ་དགྲ་གྲོགས་གང་
བབ་ཀྱི་རྗེའུ་བཞག་ནས་བརྟག་གོ། སྤྱིར་སྨེ་བ་ལ་ལུས་སྨེ་
དང་། བརྩེ་ཚུལ་ལ་གསང་བ་གཙོ། བར་བསྐོར་དང་ཤ་
རྩིས་ཞེས་པ་ཡང་འདི་ཡིན་ནོ། ནང་གི་བརྩེ་ཚུལ་ནི། བླ་
དཔོན་གྱི་རིགས་ལ་རླུང་རྟའི་སྨེ་དབུས་སུ་གཞུག དེ་
བཞིན་དུ་མི་ཕོ་ལ་སྲོག་སྨེ། མོ་ལ་དབང་སྨེ། བྱིས་པ་ལ་
ལུས་སྨེ་ དབུས་སུ་བཅུག་ནས་ཕྱར་བཞིན་ཕོ་ལོ་གཡོན་
དང་མོ་ལོ་གཡས་བསྐོར་དུ་ ལོ་གྲངས་ཀྱིས་བརྩིས་ནས་
གང་བབས་བརྟག་གོ། ཕྱིའི་བརྩེ་ཚུལ་ནི། གནམ་ལོའི་
ལུས་ སྨེ་དབུས་སུ་བཅུག་ནས་ཕོ་ལོ་གཡོན་དང་མོ་ལོ་
གཡས་བསྐོར་དུ་ལོ་གྲངས་ཀྱིས་ བརྩིས་ནས་གང་བབས་
ལ་བརྟག་པའོ། བཞི་བ་བཟང་ངན་བརྟག་པ་ནི།།

༼གཅིག་དཀར་སྙིང་དུ་བབས་པ་ན༽

མི་གཙང་བ་དང་རོ་བག་དང་། འགྲོ་བའི་ནད་དང་འཁོན་ལ་གཟབ། ཟླ་ཡིས་རྒྱབ་བྱས་འགོང་པོ་དང་། རྒྱལ་པོ་ཐེའུ་བྲང་གཟའ་ཡིས་གནོད། མི་སྐྱ་ཡིན་ན་དགྲ་ལྷ་ཁྲོས། བན་བོན་ཡིན་ན་སྲུང་མ་ཁྲོས། ལྷ་ལ་མི་གཙང་ཡུགས་གྲིབ་ཕོག གསེར་འོད་ལང་གཞིགས་ཟླ་འབུམ་འདོན། གསོལ་མཆོད་བསྐང་བཤགས་དྲག་ཏུ་བྱ། ལྷ་ལ་ཁྲུས་གསོལ་བསང་མང་བཏང་། ཐེའུ་བྲང་སྟོང་མདོས་རྒྱལ་བཙན་མདོས། བྱ་ཞིང་བསྲུང་འཁོར་འདོགས་ན་ཕན།

༼གཉིས་ནག་ལ་བབས་ན༽

གཉིས་ནག་ལ་བབས་ན་མཚན་འགྲོ་དང་། ཁང་ནག་མི་བཤུ་སྐྱུས་ནག་འཛོམས། སྦྱ་དན་སྡུག་བསྔལ་མཚོ་མེ་རྫོལ། ཡས་བདུད་གཡོས་ཤིང་མས་སྲི་ལངས། སློ་བུར་གོད་ཁ་གོད་སྲི་ལྷང་། ཤེར་ཕྱོགས་གཙུག་རྡོར་དཀར་ནག་འབུམ། རྡོག་གཟུངས་བསླུགས་ལ་བརྒྱུ་བཞི་དང་། ཁྲམ་བཟློག་བདུད་ཀྱི་ཞལ་བསྒྱུར་བྱ།།

༼གསུམ་མཐིང༽

གསུམ་མཐིང་བབས་ན་མཁར་ལས་དང་། ས་བཀྲོ་རྫོ་སློག་ཚུ་ལས་སྦྲང་། བན་བོན་ཕུར་ཁ་གཟའ་གདོན་དང་། བདུད་དང་མ་མོ་ཀླུ་བསེན་གཉོད། ཤར་ཕྱོགས་མདོ་

དང་གཙུག་ཏོར་འདོན། མཆོད་རྟེན་ཞིག་གསོས་སྐོ་འདེབས། གླུ་བསེན་དགུ་མདོས་མཚོ་མདོས་བྱ།

བཞི་ལྗང

བཞི་ལྗང་བབས་ན་ཤིང་གཅོད་དང་། ན་འདྲུ་བཙས་རྫོས་ཁྲིན་དུང་འབྲུ། མནའ་བཀར་ཐབས་གཞོབ་མི་གཙང་འཛེམས། ས་བདག་གླུ་གཞན་ཁ་སྐྲས་གསོད། གླུ་འབུམ་འདོན་ཞིང་ཆུ་གཏོར་བཏང་། གླུ་བརྒྱད་མཆོད་པའི་ཚོ་ག་བྱ།

ལྔ་སེར

ལྔ་སེར་བབས་ན་འདྲེ་ཅན་ནོར། སྤྱགས་པའི་དགོར་རྫས་དཔལ་ཡམས་འཛེམས། རྒྱལ་འགོང་གླུ་དང་ས་བདག་གསོད། མཚན་བརྗོད་ཕལ་ཆེན་གྲྭ་ལྔ་དང་། གཙུག་ཏོར་

འདོན་ཞིང་བརྒྱ་བཞི་བྱ། གཏོར་བསྔོག་དང་ནི་རྒྱལ་མདོས་བྱ།

༼ཏྲུག་དཀར༽

ཏྲུག་དཀར་བབས་ན་མཐའ་མའི་ཟས། རོ་བག་མི་གཙང་འཁོན་ལ་གཟབ། གདོན་ནི་རྒྱལ་པོ་ཐེའུ་བྲང་གནོད། ཕལ་ཆེན་ཉེ་ཁྲི་སྤང་སྐྱོང་ཕྱོག ལྷ་གསོལ་བསྲུང་མའི་བསྐང་བཤགས་འདོན། བསང་དང་ཁྲུས་ཚོག་གྲིབ་སེལ་དང་། བརྒྱ་བ་བཞི་དང་བྲིས་སྟོན་བྱ།

༼བདུན་དམར༽

བདུན་དམར་བབས་ན་རི་དམར་འཛོག དམར་བཤས་འདུ་ཡོང་གཏར་བསྲེག་འཛོམ། མཐའ་དང་དམར་གྱི་སར་མི་འགྲོ། གྲེ་བཙན་བླུ་དང་བསྒྲོངས་ནས་

གཉེད། ཤེས་རབ་ཕྱོགས་འདོན་བཙན་མདོས་བྱ། སྒྲོག་སླུད་གཏང་ལ་ཉེ་འདོན་བྱེད།།

བརྒྱུད་དཀར།

བརྒྱུད་དཀར་བབས་ན་ཡུགས་སའི་ཟས། འཕོན་གྲིབ་མི་གཙང་རོ་བག་འཛོམ། ལྷ་ཁྲིས་ལྷ་གདོན་མཚུན་འདྲེ་གཉེད། ལྷ་ཡིས་ཞུས་མདོ་ལྷ་ཚོག་བྱ། བན་བོན་ཡིན་ན་བསྐང་བཤགས་འབད། བླ་མའི་བསྙེན་བཀུར་འབུང་ན་བཟང་།།

དགུ་དམར།

དགུ་དམར་བབས་ན་དམར་ལ་གཟབ། མི་ནོར་གོས་སྙིང་ཕྱིར་མི་བཏང་། གདོན་ནི་མ་མོ་མེ་བདུད་བཙན། ཕ་མེས་དུར་སྲི་རྒྱལ་བསེན་གཉེད། ནོར་རྒྱུན་གཟུངས་

བསླུག་ལྷ་བསྲུང་གསོལ། གཡང་ཡོན་ཆེ་འགྲུགས་འཕྲུང་སྲི་མནན། མཚུན་གསོལ་མ་བཙན་མདོས་ཆོག་བྱ། ཕྱི་ནང་གསང་བའི་སྐྱེ་བ་གང་ལ་བབས་ཀྱང་འདེས་བརྟག་པ་ཡིན་ནོ།

༼སྐྱེ་བའི་ཀག་ཕྲན་བཞི་ནི༽

ཡུལ་ཀག ཁང་ཀག མལ་ཀག སྒོ་ཀག་བཞི་སྟེ། ཡུལ་ཀག་ནི། རང་རང་གི་གཉིས་ནག་སྟེང་དུ་བབས་པའོ། དེ་ཡང་ལོ་དགུ་མན་གྱི་བྱིས་ པའི་སྐྱེ་ནག་ནི་གཅིག་དཀར་ཡིན། ལོ་བཅོ་བརྒྱད་བར་གྱི་ཁྲིའུ་ཡི་སྐྱེ་ནག་ནི་གསུམ་མཐིང་ཡིན། བཅུ་དགུ་ཡན་གྱི་མི་པོའི་སྐྱེ་ནག་ནི་གཉིས་ནག་ཡིན་ནོ། དེ་བཞིན་དུ་ཡུགས་མོའི་བཞི་ལྗང་། རབ་བྱུང་གི་ལྔ་སེར། བོན་པོའི་དྲུག་དཀར། བུད་མེད་ཀྱི་བདུན་དམར། རྗེ་དཔོན་གྱི་བརྒྱད་དཀར། ཀན་གོན་གྱི་

སྨེ་ནག་ནི་དགུ་དམར་པོ། འདི་དག་ལ་བབས་ན་ནད་དང་ཚོམ་རྐུན་ཡེ་འབྲོག་འབྱུང་། གདུགས་དཀར། རྡོ་རྗེ་ཟེར་མོ། བསྐང་གསོ་འདོན། གཏོ་ནག་མགོ་གསུམ་བྱ། ཁང་ཀེག་ནི། བསྐོར་སྨེ་ནི་གནམ་ཡོའི་ལུས་སྨེ་ལ་བབ་པའོ། ཁྲིམ་དུ་བཙན་གྱི་གནོད་པ་ཡོང་བས། གསེར་འོད་སྒྲོག ཕྱོགས་བཞིར་ཚ་གསུམ་གཏོང་། མལ་ཀེག་ནི། སྐྱེས་ཡོའི་སྨེ་སྟེང་བབས་པ་སྟེ། སྨེ་བ་དབུས་ཞུགས་ཞེས་པའང་འདི་ཡིན། དེ་ཡང་སྨེ་དཀར་ལ་སྐྱེས་པ་རྣམས་དཀར་སྟེང་བབས་ན་འཐབ་རྩོད་གོད་ཁ་འབྱུང་། དགྲ་ལྷ་མཆོད། རྒྱལ་མདོས་བྱ། གསེར་འོད་སྒྲོག དེ་བཞིན་དུ་ནག་སྐྱེས་ནག་སྟེང་བབས་ན་ བདུད་གནོད་པས་གཟུངས་བསྡུས་སྒྲོག བདུད་ཀྱི་ཁྲམ་ཁ་བསྒྱུར། མཐིང་སྐྱེས་མཐིང་ལ་བབས་ན་ འདྲེའི་ལྟས་དང་རིམས་ནད་

ཡོང་པས། གདུགས་དཀར་ཚར་བརྒྱ། ཁ་འབར་མའི་མདོས་བྱ། ལྗང་སྐྱེས་ལྗང་ལ་བབ་ན་ཀླུ་གནོད་པས། ཀླུ་གཏོར་དང་ཀླུའི་བསང་མཆོད། བྱབས་ཁྲུས་བྱ། སེར་སྐྱེས་སར་བབས་ དུར་བཙན་དང་ས་བདག་གནོད་པས། བརྒྱ་ཙྭ། ཀླུ་གཏོར། དཔངས་སྐོང་ཞུག་རྒྱ་ལོ་གྲངས། བཙན་མདོས་བྱ། དམར་སྐྱེས་དམར་བབ་ན། ཁ་མཆུ་འབྱུང་བས། དམར་ཐབ་འཛོམ། བཙན་མདོས་བྱ། འདི་ཀུན་ལ་སྨེ་བ་དགུས་ཞུགས་ཀྱི་བཅོས་ཐབས་བྱའོ།།

༼དགུ་མིག་ནི༽

ལོ་དགུ བཅོ་བརྒྱད། ཉེར་བདུན། སོ་དྲུག ཞེ་ལྔ། ང་བཞི། རེ་གསུམ། དོན་གཉིས། གྱ་གཅིག་རྣམས་སོ། འདི་དག་ལ་བབས་ན། གདུགས་དཀར་ལོ་གྲངས། བྱབས་ཁྲུས་བཅས་བྱ། ལོ་གྲངས་ཀྱི་ས་རྩྭ་བཏབ་ནས་འདྲེ་ཐུའི་

ཕྱོགས་སུ་བཞག དགུ་མིག་གི་བཅོས་ཐབས་བྱ། རྒྱས་པར་སྒྲོན་ན་ལོ་དགུ དང་གྱ་གཅིག་ལ་སྲོག་ལ་གནོད་པ་ཡོང་པས་ཆེ་སྲུབ་དང་འཚེ་ལྷུ་བྱ། བཅོ་བརྒྱད་སོ་དྲུག་དང་བཞི་ ལ་ནོར་ཕྱུགས་ལ་གནོད་པས་བསངས་དང་མཆོད་གཏོར་གཡང་འགུག་རྣམས་བྱ། ཉེར་བདུན་དོན་གཉིས་ལ་ གདོན་བགེགས་ཀྱིས་འཚེ་བས་བསྐང་གསོ་བཏོན་ནས་བཙན་མདོས་བྱ། ཞེ་ལྔ་རེ་གསུམ་ལ་སྒྱུ་ངན་ཡོང་བས་གཟུངས་བསྒྲུས་སྒྲོག ཅེས་སྤེལ་བྱའོ།།

གཟའི་བར་སྐོར

རེས་གཟའ་ཉི་མར་ནོར་སྐོར་ན། ཀུན་མ་ནོར་བཅས་ལྷོ་ལ་སོང་། མི་བཞི་ཡོད་དེ་སྐྱ་སེར་འདྲེས། མཁར་སྒོ་ལྷོ་ལ་སྒོ་ཁྱི་དཀར་པོ་ཡོད་པ་གཅིག དེས་ནོར་དེ་ལྷོ་འམ་ལྷོ་ནུབ་མཚམས་སུ་སོང་། ཞག་ལྔ་ཚུན་ལ་རྙེད་ངེ། ཐལ་

ལ་མི་རྙེད་ཕྱིས་སུ་རྙེད། ཞི་གཟའ་ཟླ་བར་ནོར་སྟོར་ན།
ནོར་རྙེད་རྒྱུན་མ་གཉིས་དང་བཅས། ནང་ངམ་ཁྱིམ་
མཚེས་སམ་ད་ལྟ་རང་རེའི་ཁྱིམ་ན་འདུག ཕྱོགས་ནི་
བྱང་ངམ་ལྷོ་ནུབ་མཚམས། མི་ནི་ཤ་མདོག་སྔོ་ནག་ལ།
སྣ་ཕྱུང་ལོ་ནི་སུམ་ཅུ་སྐོར། གདོང་སླེ་ཕྱུགས་དང་སྒོ་ཁྱི་
དཀར། ནོར་དེ་རྩ་འམ་ཤིང་བྲག་གསེབ་ལ་སྦས། ཞག་ལྔ་
ཚུན་ལ་བརྙེད་ངོ་ཡིན། ཁྲག་ཆགས་ཡིན་ན་སྒྱུར་དུ་
བརྙེད། དྲག་གཟའ་མིག་དམར་ནོར་སྟོར་ན། རྒྱུན་མ་
ནུབ་བྱང་ནུབ་ན་འདུག ཞག་ལྔའི་རིང་སོང་མ་སོང་དེ།
ཡིད་ནི་རིགས་རྒྱུད་བཟང་པོའི་རིགས། མི་ངོ་གཉིས་
གསུམ་ཡོད་པ་ཡིན། རྟ་དང་སྒོ་ཁྱི་དམར་ཤས་ཆེ། དེ་
འདྲས་ཁྱེར་དེ་གཞན་གྱིས་ཤོད། རྒྱུན་ཚད་ཆོད་དུ་རྙེད་
པ་ཡིན། ཞི་གཟའ་ལྷག་པར་ནོར་སྟོར་ན། བྱང་སྒོ་བྱང་

ཉུབ་བྱུང་ལ་སོང་། མི་གསུམ་ཡོད་དེ་སྐྱ་སེར་འདྲེས། ཕྱིས་
སུ་བརྙེད་དམ་མི་གྲངས་ཤོད། ནོར་འདིའི་ཆ་ཙམ་
བརྙེད་པ་ཡིན། ཁྲག་ཆགས་ཡིན་ན་བརྙེད་པར་དཀའ།
དྲག་གཟའ་ཕུར་བུར་ནོར་སྟོར་ན། ཀུན་མ་བྱུང་ནས་
འོང་བ་གཅིག བྱུང་ནས་ཤར་དུ་སོང་བ་དེ། ནང་ཚང་
གཅིག་གམ་གཉིས་ཀྱིས་བྱུས། ཀུན་མ་གོས་སེར་གྱོན་པ་
གཅིག ལོ་ནི་བཅོ་བརྒྱད་ཉེར་བརྒྱད་དམ། སུམ་ཅུ་ལོན་
པའི་བུད་མེད་ཡོད། ཞག་ལྔ་ནས་ནི་ནོར་དང་བཅས།
རིང་པོར་སོང་སྟེ་མ་བརྙེད་ཟེར། ཁྲག་ཆགས་ཡིན་ན་
ཕྱིས་སུ་བརྙེད། ཞི་གཟའ་པ་སངས་ནོར་སྟོར་ན། ཉུབ་
ནས་འོང་བ་ཤར་དུ་སོང་། གཅིག་གཉིས་གསུམ་དང་
ཀན་མོ་གཅིག ནང་ཚན་གཅིག་དང་སྔོ་ནི་ཉུག ཁྱི་དང་
རང་ཕྱུགས་སེར་ཤས་ཆེ། རིགས་ནི་བཟང་ལ་ཕྱིས་སུ་གྱུད།

དེ་འདྲའི་སར་སོང་ནོར་དེ་རྙེད། ཆུ་འཇམ་ས་རྫོའི་དཀྱིལ་
དུ་སྨྲས། ཀན་གོན་ཡིན་ནམ་བྱིས་པ་ཡིན། གཏམ་སྙན་
ཚུར་ལ་ཤོད་དུ་འོང་། དྲག་གཟའ་སྤེན་པར་ནོར་སྟོར་ན།
བྱ་སྤྲུ་སྣུང་གིས་ཕྱིར་བ་འདྲ། ནོར་དང་བཅས་ཏེ་རིང་
ཐོར་སོང་། ཕྱོགས་ནི་བམ་ལྷོ་ནུབ་མཚམས། ཐལ་ཆེར་ལྷོ་
ལ་སོང་བ་འདྲ། བྱིས་པ་ཡིན་པའི་མི་གཉིས་ཡོད། ཁྲག་
ཚགས་ཡིན་ན་བརྙེད་པའི་ངོ་། ཚས་ཁ་གཞན་ཡིན་མི་
བརྙེད་དོ།། བཀྲ་ཤིས་བར་གྱུར་ཅིག།། །།

༢༠༠༥ལོའི་ཟླ་༨པའི་ཚེས་༨ལ་རྒྱ་དཔེ་ཅིག་ནས་
ཚུར་ལ་བཤུས་བའོ། ཞལ་སྒྲོ།

ཕ་དམ་པའི་མཛད་པའི་རྡོ་མོ་བཞུགས་སོ

ཕ་དམ་པ་རྗེ་བཙུན་སངས་རྒྱས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། རང་ནད་པའི་སར་འགོད་མཁན་བྱུང་ན་ཕན་གཞན་རྡོ་ལ་བརྟག་པ་ནི། འགོད་མཁན་དེ་ལ་རྡོ་གཅིག་ཁྱེར་ཞོག་བྱས་ལ། རྡོ་དེ་སྒྲིག་རིང་རང་ཉིད་རྟེན་འབྲེལ་སྙིང་པོ་འདོན་པར་བྱའོ། དེ་ནས་རྡོ་དེ་ལག་ཏུ་བླང་ལ།

གྲུ་བཞིར་འདུག་ན་བཟང་། ནད་པ་འཚོ་བར་ཁས་བླངས། ཟུར་གསུམ་ཡིན་ན་སྡུགས་པོན་ཡིན་ན་བཟང་། མིན་ན་ཕུར་ཁ་གནོད། མཐུ་དང་ངན་སྡུགས་ཀྱི་ངོ་འདུག་ཁྲོ་རོལ་གཏོར་བཟློག་བྱ། བྱད་ཁ་ཕུར་ཁ་བཟློག་ཐབས་ཀྱང་འབད་དོ། ཟླུམ་པོར་འདུག་ན་བཅོས་ཐབས་བྱས་ན་ཕན་ནོ། ཀྱང་མོར་ཀུག་པའི་དོན་འདུག་ན་དངངས་སྐྲག་བྱུང་། ལྷ་འདྲེ་གཅིག་དང

ཐུག་གམ་དམར་ངོ་ཡོད། ཡང་ན་ནོར་ལ་རྐུན་མ་ཡོང་བས་གཟབ། སྐེ་ཉག་འདུག་ན་ཁ་རྫེ་ཚེ། ནད་པ་གསེར་ལེན་དུ་འགྲོ ཡང་ན་ནོར་རྫས་བོར་སྟོར་འོང་། རིམ་གྲོ་གཙུག་ཏོར་ དཀར་ནག་དང་ནོར་རྒྱུན་འདོན། གས་འདུག་ན་བྱེ་བྲལ་ངོ་། ངན་སེམས་ཡོང་བའི་ཚེ་སྲུང་བྱ། མཆུ་སྟུང་ཞུང་ཚུར་བྱུས་པའི་དོན་འདུག་ན་ཕྱི་ནང་གང་ཅུང་ཁ་མཆུར་ཡོད། ལམ་སེལ་བྱེད། སྟོབས་པོ་ཆེ་དང་སྲོང་བརྒྱུན་འདོན། གདོན་ངོས་བཟུང་བ་ནི། ཁ་དོག་སེར་བོས་ས་བདག་གནོད། དཀར་པོ་རྒྱལ་པོ་གནོད། ནག་པོ་བདུད་གནོད། གཡམ་པ་ནག་པོ་འདྲེ། སྔོན་པོ་མ་མོ། སེར་ཁ་བཙན། སྨུལ་མང་ཉིང་སྐྱོ་ནག་ལྷུ། དཀར་ཁོང་ལྷ་ཕྲིས། ནར་མོ་འགྲུལ་ཕྱིར་འདྲེ་མོ་གནོད། རྡོ་ན་ནད་ཡུན་རིད། སྲུར་སྐོགས་ཤུན་

ཅན་གྱི་འབུའི་སྒྲོ་མིང་ཁལ་ན་རྟེན་འབྲེལ་ལེགས། ས་ཁལ་ན་རང་ལ་ངན། མི་གཙོང་བ་ཁལ་ན་རང་གཞན་གཉིས་ཀར་ངན། ཕྱིར་དོན་གང་བརྟག་དུས་ཨོཾ་ཡེ་ཧྨ་ཞེས་ལན་བདུན་བཟླ།། ཞལ་སྒྲོ།།

༼ སྐར་ཁའི་སྐོར་སྐོར་སྐྱེ་བ་སོགས ༽

དེ་ལྟར་སྐར་ཁའི་ཐད་ཀྱི་སྐོར་སྐོར་ཆ་མཚོན་ན། སྐྱེས་སྐར་དེ་ཕྲུ་གུ་བཙས་སྐབས་ཀྱི་མ་ཡི་ལོ་གྲངས་སྐར་ཁ་ལ་གཞིགས་ནས་ ཕྲུ་གུའི་རང་བཞིན་བཟང་ངན་ཁ་དམར་ཤོད་སྒྲོལ་མཆིས་པ་དཔེར་ན། སྐྱེས་སྐར་ལི་ཐོག་བཙས་པ་འདི། ལོག་རྒྱུ་ཆེ་ཡང་གཡོ་ཆེ་བ། མ་ཉེས་ཁ་གཡོག་རྟག་ཏུ་འོང་། སྐྱེས་སྐར་ཁོན་ཐོག་བཙས་བ་འདི། ནློ་བརྟན་གཞན་གྱིས་བཙོས་དཀར་སྐྱོ། ཕྱི་འཛམ་ནང་རྩུབ་གཙོང་སྦྲ་ཆེ། སྐྱེས་སྐར་དྲ་ཐོག་བཙས་པ་འདི། སེམས་

དཀར་སྐྱོ་ཕྱུང་ཤོང་ཁྲོ་འཕེལ། གཡོ་ཚུང་དྲག་རྩལ་སྙིང་སྟོབས་ཆེ། སྐྱེས་སྐར་ཁེན་ཐོག་བཙས་པ་འདི། ཞེ་གནག་མཐོན་པོའི་ཁྲི་ལ་དགའ། འཁོར་ཉེ་ཀུན་དང་མཐུན་སྡེབ་དཀའ། ※ སྐྱེས་སྐར་གེན་ཐོག་ལ་བཙས་བ་འདི། སློ་བརྟན་ཚིག་བརྟན་འགྱུར་བ་དཀའ། ཕྲ་ལ་ཞིབ་ཚག་རགས་ལ་རྩིང་། སྐྱེས་སྐར་ཟེན་ཐོག་བཙས་པ་འདི། ཐབས་ལ་མཁས་ཀྱང་གཡོ་སྒྱུ་ཆེ། ཁ་མང་ལག་ཡངས་ནང་དུ་གྲོད། སྐྱེས་སྐར་ཟོན་ཐོག་བཙས་པ་འདི། འཕྲུ་འདོད་ཤོང་ཁྲོ་ལ་དགའ་ཞིང་། མཐོ་གནོན་མཉམ་ལ་འཕྲན་སེམས་ཆེ་བཙས་སོ།།

ལོ་རེར་བྱིས་པ་དེའི་བབས་སྐར་གཡང་གི་ཟོ་ཁ་དང་ཟོ་ཞབས་ལ་ཁེལ་ཡོད་ན། རྒྱུ་ལོ་ཚེ་གཅིག་གི་སྤྱ་སོར་བྱིས་པ་དེའི་ གཡང་དང་དཔལ་ཐོག་གང་ཟུང་དུ

སྔ་ཉིན་རིན་པོ་ཆེ་གཡུ་སྒྲུར་གང་ཙང་ ཞིག་བཞག་ཡོད་པ་དེ་སྣངས་ནས་ནང་དུ་ ཕྱིར་ཡོང་ནས་ངས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་དང་འདི་སྙེད་དོ་ཟེར་ནས་ཁྲིམ་མི་ཀུན་གྱི་སྟེས་མཐོང་ ཆེ་ཙ་བཟུང་ན་ལོ་དེར་གཡང་མི་ཉམས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡོད་ཟེར།།

༼སོག་བཤད་ཉུང་བསྡུས༽

༡ སོག་བཟང་ནང་དུ་ནག་ཐིགས་ཡོད་ན་ངན། སྟུ་སྐྱ་ཡོད་ན་བཟང། ༢ འདི་བུ་ས་ཡིན་པས་ཆེ་ན་བཟང་། ༣ མཐོ་ན་བཟང། མི་གདོང་ཡིན། ༤ དམར་ཐིག་ལྷ་བུ་ཡོད་ན་ བྱིས་པ་སྐྱེས་རྟགས་ཡིན་འདི་ལ་འཛོམ་ཁྲུག་ཟེར། ༥ ཟ་ཟོར་ཡོད་ན་བུ་རྟ་བཟང་པོ་སྐྱེས་པའི་རྟགས། ༦ ནག་ཐིག་ལྷ་བུ་ཡོད་ན་ངན་རིམ་གྲོར་འབབ། ༧ རྒྱ་བོའི་ས་ཡིན་པས། མཐོ་ན་བཟང། ༨ གཡོ་ན་གཡང་

ཉམས་པ་ཡིན་པས་གཡང་འགོད་བྱ། ༩ དཀྱིལ་ན་དམར་ཐིག་ཡོད་ན་ངན། ༡༠ རྟ་ར་ཡིན་པས་ཆེ་ན་བཟང་། ༡༡ རང་ས་ཡིན་པས་ནག་ན་ངན། དཀར་ན་བཟང་། ༡༢ ཕྱི་ས་ཡིན་པས་ནག་ནའང་སྐྱོན་མེད། ༡༣ ནག་ན་རྫས་ངན་ཡོད་པས་ངན། ༡༤ ལྷ་ས་ཡིན་པས་མཐོ་ན་བཟང་། ༡༥ ལུག་ལམ་ཡིན་པས་དཀྱིལ་གྱི་རྟགས་དྲང་མོར་ཁར་ཤོར་ན་ངན། རང་སར་སོང་ན་བཟང་ངོ་།།

ཐུད་ཤིང་གྲི་བཞི་ལེགས་པར་བསྒྲིགས། མོ་འདེབས་མཁན་གྱིས་སོག་པོའི་རང་ཉིད་ལ་ཐེངས་གསུམ་སྐོར་ཏེ། ཐུད་ཤིང་སྟེང་བཞག་སྟེ་མེར་བཏང་། ཐམས་ཅད་ཀྱི་ངག་བཅད་དེ་འཇམ་ཅག་གེར་བསྡད། སྲོག་པ་མེར་བསྲེགས་ཚར་རྗེས། གས་ཆ་ལ་བརྟགས་དགོས། སོག་

བཟང་དང་ཐག་ཉེ་སར་ཐད་ཀར་ གང་ན་དགའ་ཐག་ཉེ་བས་བཟང་། དེ་དང་རིང་སར་གས་ན་འབྲིང་། སོག་གཞོང་ནས་ཕྱུར་དུ་གས་ན་ ལམ་ཐག་རིང་བས་རེ་བ་མེད། བརྟགས་ཚར་རྗེས་ཁྲིམ་མཚོས་ནང་དུ་སོག་ཞན་ལ་སོང་ན། ཐོག་མར་སྐད་ཆ་བཟང་ངན་གང་ཐོས་ན་དེ་ལ་བརྟགས་ཏེ། ཉིན་དེར་དོན་འགྲུབ་མིན་ཤེས་ནུས།།

འདིའང་སྐྱེ་ཡུལ་གྱི་ཁང་ཚང་སྐྱིད་པའི་གྲུར་ཁང་ནས་༢༠༠༨ལོའི་ཟླ་༡པའི་ཚེས་༢༥ལ་རང་ལོ་སོ་བདུན་སྐྱེང་བྲིས།

༼སྐར་ཁའི་སྐྱེང་ཕྱིན་མི་ཉུང་བ༽

འདི་ལ་ཕྱིན་ན་མི་ཉུང་བ། །ལི་ལ་རྟ་སྦལ་ཕྱིན་ན་མི་དགྲ་ཡོང་། །ཁྱུ་སྦྲེལ་མི་བསད་འཐབ་འགྱེད་

ཚོང་། །ཁྱད་པར་ལྷུགས་ཀྱི་བྱ་སྤྲེལ་ཕྱིན། །ངོ་མ་ཁྱི་ཁྲིད་ཅེས་བྱ་སྟེ། །ཤི་བ་ཡོད་འདུར་མེད་པ་ན། །བདུད་ཀྱི་ཁྲིམ་བཟློག་བྱ་བ་ཡིན། །ཁྱིར་ཕྱིན་མི་རྟ་དུམ་བུར་འགྲོ །བྱ་ཁྱིས་ཅུས་ཟ་གཡུལ་ལས་ཕམ། །བྱི་ཕག་དགྲ་ཡུལ་བླ་འཁྲུམས་ཤིང་། །གཤིན་ཆུ་དག་སྟེ་རིང་འགྲོ་སྤྱང་།།

ཤོན་ལ་གླང་ཕྱིན་ཡུལ་འཚེར་ཉེན། །ཁྱད་པར་ཆུ་གླང་འཛེར་བ་ཡིན། །བྱི་ཕག་ཉེ་བ་བྱེ་བྲལ་ལམ། །བཙོན་དུ་ཆུད་ཉེན་སྡུག་ཡོས་ཕྱིན། །འགྲོ་ལམ་ཐབས་ངན་གཞོམ་པའི་དུས། །རྟ་སྦྲུལ་ཕྱིན་ན་གོད་ཁ་ཚོང་། །གཤིད་བཞི་ཕྱིན་ན་སྐྱིད་སྡུག་གཅིག །གཞན་ལ་ངན་པས་རིམ་གྲོ་བསྐྱེད།།

ད་ལ་སྟག་ཡོས་བྲིར་ཤི་ངོགས། །ཁྱད་པར་ཤིང་གི་སྟག་ཡོས་ངན། །ཁ་སྨས་ཕྱུགས་ལ་དགྲ་གོད་འོང་། །རྟ་སྦྲུལ་ཕྱིན་ན་ཤི་བསད་དམ། །འཁྲུམ་དང་གཡང་དུ་ལྟུང་བའི་ཉེན། །བྱ་སྤྲེལ་ཁང་བ་རྡིབ་པ་དང་། །རང་གིས་རང་ཟ་རང་རྟ་ཡིས། །རང་ལ་འཕྲ་བ་བརྒྱབ་པའི་ཉེན། །ཁྱི་ཕྱིན་ཕུ་ནུ་བྱེ་བྲལ་འོང་། །འབྲུག་ཕྱིན་གྲི་ངོ་ཉེ་དཀྲར་ལྟང་། །ལུག་ཕྱིན་གོད་ཁ་གཏོར་བརླག་འོང་།།

ཁེན་ལ་རྟ་སྦྲུལ་མཐོ་དམར་འབབ། །འབྲུག་ཕྱིན་དགྲ་ཡུལ་བླ་འཁྲུམས་ཏེ། །མགོ་གནོན་འོང་ལ་དམེ་ཡང་འཁོར། །ཁྱད་པར་ཆུ་འབྲུག་མི་འབྲུག་ངན། །སྟག་ཡོས་ན་ཚ་རྒྱུན་མི་ཆད། །བྱ་སྤྲེལ་ཕ་སྤུན་འཆི་གསོད་ཉེན། །འདྲེ་ཕྲད་བརྒྱལ་འབོག་ནད་ཀྱི་ངོ་། །ལུག་ཕྱིན་བུ་ཚུང་འཁོར་ལ་ངན། །ཁྱི་ཕྱིན་ཉེ་འཁོར་བྱེ་བྲལ་

དང་། །ནད་འོང་སླང་ཕྱིན་ནོར་ཕྱུགས་ངན། །ཁྲི་ཕག་ཐན་མོའི་འདྲེ་ལྡང་ཉེན།།

ཁམ་ལ་ལུག་ཕྱིན་བུད་མེད་དང་། །འཁོར་ངན་རྟ་སྐྱུལ་གཡང་ཤོར་དེ། །ཁ་སྨྲས་འོང་ལ་ས་བདག་གནོད། །ཁྱད་པར་མེ་ཡི་རྟ་སྐྱུལ་ངན། །ཁྲ་སྤྲེལ་གོད་ཁ་ཚོང་ཞལ་ཆེ། །འཕམ་ཞིང་འབྲུག་ལ་གཏམ་ངན་ཐོས། །སླང་ལ་དབང་མེད་རོ་འཛིན་འབབ། །ཁྲི་ཕྱིན་དམེ་དང་སྟོང་འཇལ་ངོ།།

གིན་ལ་ལུག་ཕྱིན་ཤིང་བྱས་ཉེས། །བ་གླང་སྟོར་འོང་འབྲུག་ཕྱིན་ན། །ཐག་རིང་ཚོང་འཕམ་རིམས་ནད་དང་། །ཤུ་ཐོར་འོང་ལ་སྟག་ཡོས་ཕྱིན། །གློ་བུར་དགྲ་འོང་ཁྲི་ལོ་ཕྱིན། །མ་སྨད་བྱེ་བྲལ་ཐག་རིང་འགྲོ །ཕག་ཕྱིན་གོད་ཁ་ཡུལ་མི་གཅིག །མི་དང་འཐབ་མོ་རྟ་སྐྱུལ

ཕྱིན། །ཕར་བཏུད་དགོས་དང་ནོར་གོད་འོང་། །གླང་
ཕྱིན་དགྲ་ལྷང་རང་གིས་ཟ། །ཁྱད་པར་ཁྱི་ཕག་ལོ་པ་
འཛོར།།

ཟིན་ལ་བྱ་སྤྲེལ་ལོ་ནང་འཁྲུག །ཁྱིས་ཕྱིན་སྙིང་འདྲེ་
འཇུག་པ་ཡིན། །བྱི་ཕག་བྲན་དང་ཆུང་མས་
འཕྲོད། །འབྲུག་ཕྱིན་སྐྲག་དངངས་གླང་དགྲ་འོང་། །རྟག་
ཡོས་ཁང་རྡིབ་མེ་འཚོར་ཉེན། །སྦྲུམ་མ་ཡིན་ན་སྙིང་
འབྲུ་འཇུག །ཁྱད་པར་ས་ཡི་གཞིད་བཞི་རྟུབ།།

ཟོན་ལ་གླང་ཕྱིན་ཉེ་བ་འབྲལ། །སྦྲོ་འབོག་སྙིང་
རླུང་གོད་ཁ་དང་། །ཁ་མཆུ་འོང་ལ་ཁྱི་ལོ་ཕྱིན། །བཙོན་
ཚུད་སྐྱོ་ཉེན་བན་བོན་ཡིན། །འདྲེ་མི་འཁྲུལ་ལ་ལུག་ལོ་
ཕྱིན། །ཡན་ལག་ཆག་ཉེན་སྟག་ཡོས་ཕྱིན། །མི་རྟའི་སྟོང་
འཇལ་བྱ་སྤྲེལ་ཕྱིན། །ཉེ་བ་ཐག་རིང་སྐྱོ་ལ་འཆི། །བྱི་ཕག

ཐུ་འཆི་སྦྲ་ཁྲིམ་ལ། །མི་འཚོར་རྟ་སྦྲུལ་ཐོག་རྡེབ་བས། །རྟ་ཡིས་བརྡབ་ཉེན་འབྲུག་ཕྱིན་ན། །སྙིང་ལ་འདྲེ་འཇུག་སྨི་ལམ་འཁྲུག །ཁྱད་པར་མེ་ཆུའི་ཁྲི་ཕྱིན་རྒྱབ། །སྐར་ཁ་སོ་སོའི་ཁ་དམར་རོ།།

༼ད་ནི་སྐར་ཁ་སྤྱི་འགྲེལ་ལ༽

ཁྲིམ་གཅིག་བཟའ་གྲངས་མང་ཡོད་དེ། །**ལིར**་སྤུངས་སྤྱི་གང་གནམ་རྡེབ་ཡིན། །ཁྱད་པར་ཐུ་མོ་དར་མར་ངན། །རིམས་ནད་མགོ་མིག་རོ་སྟོད་ན། །བཟའ་དཔོན་ཞུ་ཡི་ནང་དག་ཏུ། །བབས་པ་དེ་ཡི་སྨད་བཅུག་ལ། །དེ་ནི་ལྷོ་ཡི་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱལ། །བབས་པའི་གཟུགས་དང་ལྷམ་དོར་ནི། །བྱང་གི་ཕྱོགས་སུ་གཏོང་བར་བྱ། །སྤྱིར་ནི་སྤུངས་བ་ཐམས་ཅད་ལ། །བཟའ་མི་གཏོར་བ་གཅེས་པ་ཡིན། །ཚེ་མདོ་ཏོག་གཟུངས་ཟོར་མདོས་

དང་། །ཉྭ་ཕྱིང་ཡོན་ཞུལ་བཙན་གྱི་མདོས། །ཞལ་བསྒྱུར་ཁྲིམ་བརྙོག་བྱ་དགུ་དང་། །མཚོ་དགུའི་བཙོས་སམ་བྱུད་མེད་ཀྱི། །དོར་ཏ་ཟློ་ནུབ་འཕངས་པས་ཐུབ།།

ཤོན་སྤྱངས་ས་ཡི་གཞུང་རལ་ཡིན། །མི་ཕྲི་རྐན་རིམ་བ་ལུག་འཛེར། །ཁ་སྐྲུས་སྤློང་གཞི་ཉེ་བ་དཀར། །ཕྱང་ལ་རིམས་འབབ་གཙུག་ཏོར་ནག །སླུ་བརྒྱད་སྤྲི་མདོས་དམ་སྲི་བཀར། །རྐན་མོའི་ནོར་རྫས་བར་བཀལ་བ། །ཟློ་ནུབ་བཏང་པས་ཉེས་པ་ཞི།།

དྭ་སྤྱངས་བདུད་དཔུང་གཡོས་པ་སྡེ། །བྱུ་འཕྲང་དོག་ལ་གཟེར་གྱི་ནད། །གཡང་ལྷུང་གྲི་འཁོར་སོ་ཏུས་ན། །མཚུ་གསུམ་ཏོག་གཟུངས་རྣམ་འཛོམས་བསླག །ཚེ་ཚོག་སྲི་མནན་ས་བདག་གི །བྱད་འགྲོལ་བཙན་བདུད

བརྩོན་པ་དང་། །མགར་བའི་སོལ་མལ་ནུང་འཕངས་ཐུབ།།

ཁེན་སྤུངས་སྔང་རལ་རྐད་བུར་རྩུབ། །སྨྲ་ངན་ཁྲིས་བཟུང་དགྲ་ཡང་ལྷང་། །སྤྲིན་ཆེན་ཧོག་གཟུངས་གཙུག་ཧོར་དང་། །གསེར་འོད་འབུམ་བསླུག་རྒྱལ་པོ་ཡི། །གཡུ་ཕྲེང་མདོས་བརྩོས་མི་ཁྲི་རྐན། །གཟུགས་བྱུས་ལྷོ་ནུབ་བཏང་བས་ཐུབ།།

ཁམ་སྤུངས་རྒྱ་མཚོ་གཏིང་འཁྲུགས་པ། །རྐང་གང་ས་འདྲུ་ཞེས་བྱ་སྟེ། །བུ་ཆུང་དོག་ལ་ཕོ་མཐལ་རྐེད། །ཆུ་སོ་སྐྲངས་དང་ཟླ་ཏེབ་འོང་། །བབས་སྣུད་སྣད་སོས་ཀྱིས་དྲིལ་ལ། །བྱང་གཏོང་བཟའ་དཔོན་ལྷུགས་ཕུར་གདགས། །སྔང་བརྒྱད་གཟུངས་ཕྲན་འདོན་བྱ་ཞིང་། །སླུ་བརྒྱད་མཚོ་སྨན་དགུ་མདོས་དང་། །སླུ་སེལ་བྱང་ཕྱོགས

མཆོད་རྟེན་བརྩེག། །ཉོ་བའི་ནོར་ཡང་བྱུང་ཕྱོགས་བཏང་།།

གིན་སྐྱུངས་བུ་ནི་ཆེ་ལ་རྩུབ། །རྐང་གཡས་གཞོགས་གཡས་མཛོ་ཤུ་ཕོལ། །གག་སྐྱོག་བྱུང་ཁས་སྐྱུངས་དུས་ཡིན། །གང་སྐྱུངས་ལོ་གྲངས་ཁྲུ་ཕུ་འདོན། །སྒོམ་ཆེན་ནོར་ནི་བྱུང་ཤར་བཏང་།།

ཟིན་སྐྱུངས་བུ་མོ་ཆུང་ལ་ངན། །གཡས་གཟེར་རྩ་ནད་འབྱུང་ངོ་ཡིན། །དཀོན་བརྩེགས་སྡོང་རྒྱན་ཤར་ཁྲི་བསླུག །སྐྱུས་འདེབས་ཀླུ་བརྒྱད་སྐབས་དང་སྦྱར། །ཤིང་བཟོའི་ལག་ཆ་ཤར་དུ་བསྐྱུལ།།

ཐོན་ནི་བུ་མོ་ཆེ་ལ་དོག །སྨྱུ་འབོག་ལྷུས་ངན་འབྱུང་ཉེན་ཡོད། །གཙུག་ཏོར་རྒྱས་པའི་སྒྲིན་སྲེག་དང་། །རྒྱལ་མདོས་ས་སྲིན་དགུ་སྐོར་བྱ། །ལྷམ་མཐན་

ཚས་ཀྱང་ཤར་ཕྱོར་བསྐྱལ། །གཞན་ཡང་སྤྱངས་བའི་རིམ་པ་ལ། །བདུད་ཀྱི་སྒོ་མོ་རྣམ་བཞི་ཞེས། །ལི་ཁམ་མཐའ་མནན་ཕོ་ལ་རྒྱབ། །ང་ཟིན་མཐའ་མནན་མོ་ལ་རྒྱབ། །ཁེན་ཟོན་མནན་ན་རོ་འཛིན་རྗེས། །ཁིན་ཁོན་མནན་ན་དོང་ཡང་བགྲོ།། །།

ཁེན་ཁོན་གནམ་སའི་བྱེ་བྲལ་ཡིན། །རྐྱེན་ངན་ཚོགས་པའི་ས་ཞེས་བྱ། །གསེར་འོད་གླིང་མདོས་ཁྲིམ་ཁ་བྱ། །གཏོ་བཅོས་སྦྱར་དང་འདྲ་བར་བཅོས།།

༢༠༡༥ལོའི་བོད་ཟླ་༤ པའི་ཚེས་པ་༢༤ ལ་མཚོ་བྱང་ནས།