



# བཀའ་བསྟན་པའ་སྐྱེས་བའོ་སྒྲིབ་།

ཐེང་དང་པོ། ལྷོ་ལོ་༢༠༡༣ ཟླ་བ་༡༠ ཚེས་༢༣ ཉམ་༢༧ བར།  
རྫོ་རྗེ་གདན་དྲུ།

། ཉིན་དང་པོ། མཁམ་དབང་སེམས་དཔའ་རྫོ་རྗེའི་བཀའ་སློབ་།

མཁའ་བའོ་རྗེ་པོ་ཆེས་གཙོས་པའི་སྐྱབས་རྗེ་རྣམས་ལ་ཚོ་དང་། མཚན་པར་འོས་པའི་དགེ་འདུན་པ་རྣམས། རྒྱུགས་  
མཐའ་ཁག་ནས་ཕེབས་པའི་མཁམ་དབང་ཁག་དང་ལོ་རྒྱུ་བ་ཆེན་པོ་རྣམས། ད་རེས་འདི་གའི་མཁའ་བའོ་རྗེ་པོ་  
ཆེས་བཀའ་གནང་བ་ཡིན་པར་སོང་ཅང་ངས་རྒྱུགས་ལ་མ་རྒྱུགས་ལ་ཅིག་བཤམ་ཁུལ་བྱེད་པ་ཡིན། བཀའ་མ་  
བཅག་པའི་བཟོ་འདྲ་ཡིན་པ་སོང་བ་དང་། ད་རིང་ང་འདིར་སྐབས་ནས་བྱེད་རྣམས་ཚང་མས་ཞབས་འཕྲི་བྱ་བ་དང་  
མངལ་སྤང་ཡོང་བ་དེ་ཞེ་དྲག་དགའ་པོ་བྱུང་། དེ་ཡིན་པ་སོང་ཅང་མཁའ་བའོ་རྗེ་པོ་ཆེས་གཙོས་པའི་ཚང་མ་  
ཐམས་ཅད་ལ་སྤྲོད་ཐག་པ་ནས་སྐྱབས་རྗེ་ཆེ་བྱུ་རྒྱུ་དང་། དེ་ནས་རྒྱུགས་མཐའ་ཁག་ནས་ཕེབས་མཁའ་ཚང་མ་ལ་  
ངས་སྤྲོད་ཐག་པ་ནས་བཀའ་ཉིས་བཤེས་ལུ་ཡག་ཡིན། ད་ལྟ་འདི་རུ་ག་རེ་ལུ་ཡག་རེད་ཟེར་ན། ང་རང་ཚོ་  
བརྗོད་གཞི་འདིའི་ཐོག་ལ་བསམ་འཆར་འདྲ་པོ་དེ་མང་ཆེ་བ་སྐྱབས་རྗེ་ཐམས་གདོང་རིན་པོ་ཆེས་གོང་དུ་བྱུ་བྱེད་སོང་།  
དེ་སྐྱབས་ལ་ཞེ་དྲག་ལུ་ཡག་མི་འདུག། །འདི་ག་རྗེས་ཁ་དཔེ་ལ་ཡོད་པ་རེད། རྒྱུགས་པོ་སྤྲོད་དང་འདྲ་ན་དཔལ་  
ལ་མཐུ་གུ་བཅུ་གས། ཟེར་ཡག་དེ་ཡིན་པ་རེད། དེ་སོང་ཅང་ང་ལ་ལབ་ཡག་སྐྱད་ཆ་སྐྱབས་ག་རྒྱུང་རྒྱུང་མ་གཉོགས་  
ཡག་ག་ཞེ་དྲག་མེད། དགོངས་དག་ལུ་གི་ཡིན། དེ་ཡིན་པ་སོང་ཅང་ང་རང་ཚོ་དུས་རྣམས་ལ་རྒྱུན་དུ་མིང་ཆེག་  
དང་སྐྱེའི་རྗེས་སུ་འབྲང་ཟེར་ན་པར་གཡུག་བཞག་ཡག་འདྲ་པོ། དེ་མིའི་གཞིས་ཀ་ཟེར་ན་ཡང་མིན་འདུག། །དེ་  
དངོས་ཡོད་གནས་རྒྱུ་འདྲ་པོ་ཅིག་ཆགས་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད། །

དང་པོ་དེ་ལ་ང་རང་ཚོའི་སྐྱེས་གཞི། སྐྱེས་ཡག་གི་གཞི་དེ་ང་རང་ཚོའི་ད་ལྟ་བཀའ་བསྟན་གཉིས་པོ་དེ་བཞག་གནང་  
གི་ཡོད་པ་རེད། ལྷག་པར་དུ་ཡང་བཀའ་འགྲུར་བཞག་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་པ་སོང་ཅང་བཀའ་བསྟན་  
གཉིས་པོའི་བརྗོད་དོན་གཙོ་པོ་སྤྲོད་སྐྱེས་གཞི་དེ་ཡི་སྐྱོར་ལ་ལུ་བ་འདྲ་པོ་ཡིན་ན། 84000 ཟེར་ནས་པར་གསུངས་  
བཞག་འདུག། །84000 ཟེར་མཁའ་དེ་ཉོན་མོངས་པ་84000 གི་གཉིན་པོར་གསུངས་བཞག་པ་བཀའ་རྣམས་ཚོས་

གྱི་སྤང་པོ་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་ཞེས་ལབ་གྱི་ཡོད་བ་རེད་དེ།      དེ་ནི་མངོན་གྱི་ནང་ལ་གསུངས་བཞག་ཡོད་པ་སོང་  
ཅང་ཚོས་གྱི་སྤང་པོ་ག་ཚོད་ཡོད་བ་རེད་ཟེར་ན།      བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་ཡོད་བ་རེད་ཟེར་དེ་ནི་མངོན་ཐམས་ཅད་གྱི་ནང་  
ལ་གསུངས་བསྟན་ཡོད་བ་རེད་ལ།      དེ་འདྲ་ཡིན་པ་སོང་ཅང་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་ཟེར་མཁན་དེ་ཉོན་མོངས་པ་བརྒྱད་  
ཁྲི་བཞི་སྟོང་གི་གཉེན་པོ་རེད།      ཉོན་མོངས་པ་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་དེ་ངོས་བཟུང་དགོས་འགྲུབ་ན་ལག་ལེན་ལ་ངོས་  
གཟུང་ཡག་ཨེ་ཡོད་བསམ་པ་འདྲ་པོ་ཅིག་ཡོད་གི་འདུག།      །ཁ་ཤས་ཁ་ཤས་ལ་ཡོང་དོག་ཁག་པོ་རེད།      མང་ཆེ་  
ཡ་ཡོད་བ་མ་རེད།      ཚོས་གྱི་སྤང་པོ་ག་ཚོད་རེད་ང་ཚོ་བཀའ་བསྟན་གྱི་ནང་ནས་ཚོས་གྱི་སྤང་པོ་འདི་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་  
སྟོང་གི་ནང་ལ་འདི་གཅིག་རེད་འདི་གཉིས་རེད་ཞེས་ངོས་འཛིན་བྱེད་དགོས་བྱུང་ན་ཕལ་ཆེར་ངོས་འཛིན་ཐུབ་མཁན་  
ཁ་གསལ་པོར་དངས་ཐུབ་མཁན་སའི་སྟེང་ན་ཨེ་ཡོད་བསམ་གྱི་འདུག་བར་བར་ལ།      ཐམས་ཅད་མཁྲིན་པ་ལ་ལྟ་  
ཡོད་རྒྱ་རེད་དེ། དེ་མ་བཏོགས་པའི་ང་དང་ང་འདྲ་བའི་བསམ་སྟོན་གཏོང་མཁན་ཚོའི་གྲངས་ལ་སའི་སྟེང་ལ་རེ་རེ་རེ་  
ན་འདི་ཚོས་གྱི་སྤང་པོ།      འདི་སྤང་པོ་གཅིག་རེད་འདི་སྤང་པོ་གཉིས་རེད་ཞེས་བཀའ་བསྟན་གྱི་ནང་ལ་མཚན་གཞི་  
འདྲ་པོ་ངོས་འཛིན་དགོས་བྱུང་ན།      ད་དེ་ཉོག་ཅམ་དཀའ་ལས་ཁག་པོ་རེད། ད་དེ་མིང་ཅམ་གྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་  
འདིར་ལབ་བཞག་པ་མེད་འགྲོ་བསམ།      དེ་ཡང་ངོ་འཕྲོད་ཡོད་བ་ཡིན་ན་ད་ལྟ་གསལ་བཤད་གནང་བཞག་ན་ཡག་  
པོ་ཡོད་བ་རེད།      |

ད་ག་ནང་བཞིན་ངོ་མཚར་བ་ཅིག་ལ་བཀའ་སྟེ་སྟོན་གསུམ་ཟེར་ཡག།      །གསུང་རབ་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་ཟེར་  
ཡག།      །སྤང་རབ་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་དེ་ཡང་ཚིགས་སུ་བཅད་པའི་སྟེ་སོགས་བཀའ་བསྟན་གྱི་ནང་ལ་ཕར་གྲལ་  
བཤམས་འདྲ་པོ་ངོས་བཟུང་དགོས་བྱུང་ན།      གསུང་རབ་ཡན་ལག་ད་ལྟ་ང་ཚོའི་བཀའ་བསྟན་ལག་པ་ནང་ལ་ཡོད་པ་  
དེ་ལ་རེ་རེར་མཚན་གཞི་ངོས་བཟུང་རྒྱ་ཡོད་བསྟན་བ་ཡིན་པ་རེད་ལ།      དེ་ཡང་ངོས་འཛིན་དགོས་བྱུང་ན།      མཁས་  
པ་གཅིག་གི་རྩ་ལ་བཀའ་འགྲུབ་བསྟན་འགྲུབ་དེ་ལག་པ་ལ་ཕར་བཞག་བྱས་ནས་ཚིགས་སུ་བཅད་པའི་སྟེ་སོགས་སྟེ་  
རེ་རེ་ལ་གཞུང་ག་ཚོད་ཡོད་རེད་ངོས་འཛིན་དགོས་བྱུང་ན་དེ་ཡང་ཉོག་ཅམ་ཁག་པོ་མེད་འགྲོ།      ཚང་མར་དེ་ཉོག་  
ཅམ་དཀའ་ལས་ཁག་པོ་བྱེད་གྱི་ཡོད་བ་རེད།      ངས་ཁ་རྩང་མཁས་པ་ཁ་ཤས་ལ་འབྲེལ་བ་འདྲ་པོ་གང་ལྷན་ཐུབ་ཐུབ་  
ལུས།      ང་རང་གིས་ཡང་ཐབས་ཤེས་འདྲ་པོ་མར་ཆམ་བུས་ཡིན་ཏེ་ཉོག་ཅམ་དཀའ་ལས་ཁག་པོ་བྱེད་གྱི་འདུག་ཏེ།  
རགས་རགས་གྱི་འདུག།      །ད་ལས་སྦྲེལ་པོས་དེ་བཀའ་སྟེ་སྟོན་གསུམ།      མངོན་སྟེ་སྟེ་སྟོན་ལ་ཅིག་བྱས།  
འདུལ་བའི་སྟེ་སྟོན་དུ་བསྟོམ་ཅིག་བྱས།      མངོན་པའི་སྟེ་སྟོན་དུ་བསྟོམ་ཅིག་བྱས་ནས་བཞག་ཞག་པ་སོང་ཅང་ཉོག་  
ཅམ་ལས་སྦྲེལ་པོས་འདྲ་པོ་དེ་རེད།      འོ་ད་སྟེ་སྟོན་དང་སྦྱར་གཞིའི་སྟོར་ལ་ལྷན་ཡག་ཅིག་དེ་ཡིན།      |

སྐྱུར་གཞིའི་སྐྱོར་ལ་གཉིས་པ་དེ་ལྷ་ཡག་ག་རེ་རེད་ཟེར་ན། ང་རང་ཚོ་སྐྱུར་ཡག་གི་སྐྱུར་གཞི་དེ། སྐྱུར་གཞིའི་  
སྐྱོར་ཡོད། དཔེར་ན་མདོ་ཅིག་ལ་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ན་མདོ་སྡེ་སྐྱེས་པ་བཟང་། མདོ་དང་པོ་དང་མདོ་རྒྱུད་དེ་མདོ་  
སྡེ་སྐྱེས་པ་བཟང་རེད། རྒྱུད་དང་པོ་དང་རྒྱུད་རྒྱུད་དེ་རྒྱུད་ཀྱི་ཀུན་ལ་པ་རེད། ཀྱི་ཀུན་ལ་དེ་ནང་མཚན་ཡང་དག་པར་  
བརྗོད་པ་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པ་རེད། འོ་དེ་འདྲའི་ནང་ལ་འགྲོ་དགོས་དུས་མདོ་སྡེ་སྐྱེས་པ་བཟང་འདྲ་བོ་ཡིན་ན།  
མདོ་སྡེ་སྐྱེས་པ་བཟང་ལ་སངས་རྒྱས་སྟོང་དང་ཅ་གཉིས་དང་། འོ་དེ་གའི་མཚན་ཡོད་བསྟུན་པ་རེད། མཚན་དེ་  
ཐེངས་གསུམ་བསྟུན་ནས་གསུངས་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཐེངས་དང་པོ་ཐེངས་གཉིས་པ་ཟེར་ནས་གསུངས་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་  
རེད། གངས་ཁ་གསུམ་ཡོད་པ་མ་རེད། གཉིས་པ་དང་གསུམ་པ་དེ་ལ་མཚན་གསུངས་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། མཚན་  
ཁ་གསུམ་ཁ་གསུམ་མ་འདྲ་བ་ཡོང་དུས་གངས་ཁ་དེ་ཡང་མ་འདྲ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། ད་དེ་ག་རེ་བྱས་སོང་ལ་བ་ན་ང་  
དེ་བའི་ཁ་གསུམ་ལ་འདྲིའི་སྐྱོར་ལ་ལན་འདྲ་བུ་ཅིག་གིས་དགོས་བྱུང་ཅ་ནས་ཞིབ་འདུག་བྱས་ནས་ཉི་མ་ཁ་གསུམ་ལས་པ་  
འདྲ་བོ་ཅིག་བྱས་པ་ཡིན། ཡང་མར་སྟ་དུས་ཅ་ན་གསྐྱེག་མ་སོང་། མཚན་སྟོང་གཅིག་དང་ཅ་གཉིས་ཉག་ཉག་  
བསྟུན་མ་སོང་། མཚན་ཚང་མ་མཐུན་དབྱེད་བྱས་ཀྱང་མཐུན་མ་སོང་། ད་སྟོན་མ་བདེ་བ་བྱས་ནས་ག་རེ་ག་རེ་  
བྱས་པ་ཡིན་ཟེར་ན། ད་ལག་ན་ཡོད་པའི་བཀའ་བསྟན་འདི་དག་ལ་ཅིག་བཅས་བ་ཡིན། ཚང་མ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
ནང་ལ་པལ་ཆེར་གཅིག་པ་འདྲ་བུ་རེད། ང་ལ་ཚོ་ནའི་སྤར་མ་དེ་རགས་མ་སོང་། དེ་ནང་ལ་ཁག་ཁག་ཡོད་ན་  
མི་ཤེས། འོ་དེ་མ་གཏོགས་པ་ཉ་ལམ་ཆ་ཚང་གི་ནང་ལ་གཅིག་པའི་བཅོམ་རེད། དེ་དག་བསྐྱོམས་བྱས་པའི་  
སྐབས་ལ་ཞིབ་འདུག་བྱས་ནས་བསམ་སྟོན་བཏང་ཡོང་བའི་གནས་སྐབས་ལ། སྡེ་ཚན་དང་པོ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
མཚན་སྡེ་ཚན་དང་པོ་དེ་ལོ་རྩ་བ་གཅིག་གིས་སྐྱུར། སྡེ་ཚན་གཉིས་པ་དེ་ལོ་རྩ་བ་གཞན་གཅིག་གིས་སྐྱུར། གསུམ་  
པ་དེ་ལོ་རྩ་བ་གཞན་གཅིག་གིས་སྐྱུར། རྗེས་མ་སྐྱོགས་བསྐྱོམས་བྱས་པའི་སྐབས་ལ་ཡང་མར་བསྐྱེག་བཞག་ཡོད་  
པ་རེད་མ་གཏོགས་པ་རེ་ཞག །གསུམ་བསྐྱུར་བྱས་ནས་བཞག་པ་ཅིག་དང་གཏན་འབེབས་བྱས་ནས་བཞག་པ་  
ཅིག་རེད་མི་འདུག །འོ་དེ་འདྲའི་དཔེ་མཚོན་མང་པོ་བཞག་ཚོག་གི་འདུག །

དེ་འདྲ་ཡིན་པ་སོང་ཅང་མདོ་གར་ཡིན་ཡང་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་ཐམས་པ་དེ་ནང་ལ་ཡོད་པ་དེ་རི་མ་རི་བཞིན་དང་གོ་རིམ་རི་  
བཞིན་ཁས་ལེན་དགོས་བྱུང་ན་ཡང་མདོ་ན་གར་འཕྲོལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐྱེ་མའུལ་ལ་ཡོད་མེད་གར་ཤེས་ཏེ། སྟོན་  
རབས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐྱེ་མའུལ་ལ་ཡོད་པ་མི་འདུག །དེ་ལ་ཅི་བྱེད་ཡག་མི་འདུག །དང་རང་གི་ལས་ཀྱི་ལྷག་  
དེ་ལ་དེ་འདྲ་རྒྱུད་རྒྱུད་འདྲ་བོ་ཆགས་ཀྱི་འདུག །དཀའ་ངལ་ཅིག་ཆགས་ཤིག །དེ་བསེལ་ཡག་ཞེས་གང་ཡང་  
བྱུང་མ་སོང་། འོ་ད་གཞན་དང་གཞན་ལ་ཡང་དེ་འདྲའི་གནས་ཚུལ་ཡོང་སྲིད་དཔེར་ན་ང་རང་ལ་དཀའ་ངལ་དེ་འདྲ་  
ཐེངས་མང་པོ་འདྲན་སོང་། དེ་འདྲ་ཡིན་པ་སོང་བ་དང་སྐྱུར་གཞིའི་སྐྱོར་ལ་སྤར་མདོ་སོགས་ཁོ་རང་གཏན་

འབེབས་བྱས་བཞག་པ་ཡིན་ན། གཞུང་དེ་དོན་སྤྱོད་བསྐྱུ་ནས་གོ་སྤྱི་ག་བཞག་སོང་བ་འདྲ་བོ་ཉག་ཉག་སྤྱི་ག་པ་  
ཅིག་དང་ཆ་སྤྱི་ག་པ་ཅིག་ཡོང་ལ། དེ་བྱུང་སོང་ན་སྐྱུར་གཞི་ཟེར་ཡག་དེ་སྐྱོན་མེད་ཅིག་ཡོང་བས་གཏན་འབེབས་  
བྱེད་ཡག་རེད། གཏན་འབེབས་མ་བྱས་གོང་ལ་སྐྱུར་བཞག་པ་ཡིན་ན། ང་ཚོའི་སྐྱུར་དེ་ཡང་དེ་ག་ནང་བཞིན་ཁ་  
ཡ་བྲལ་བ་འདྲ་བྱ་ཆགས་འགོ་ཡག་གི་ཉེན་ཁ་དེ་ཡོད་བ་རེད། འོ་དེ་འདྲ་ཡིན་པ་སོང་ཅང་སྐྱུར་གཞི་འདི་མདོ་ཡིན་  
ན་ཡང་རེད། སྐྱུང་ཡིན་ན་ཡང་རེད། བསྟན་བཅོས་ཡིན་ན་ཡང་རེད། ཚེན་པོ་ཡིན་ན་ཡང་རེད། ཚུང་ཚུང་  
ཡིན་ན་ཡང་རེད། ཁོ་རང་ལ་ལན་ཅིག་གཏན་འབེབས་བྱས་པ་ཅིག་གི་ཐོག་ནས་སྐྱུར་ཡག་གི་ལག་ལེན་དེ་བྱ་བ་  
འདྲ་བྱ་ཡིན་ན་ཆགས་ཚུད་པ་འདྲ་བོ་ཅིག་མི་ཡོང་ངམ་འདྲ་བྱི་འདུག །

སྐྱུ་ཅིག །དགོངས་དག སྐྱུ་ཅེད་ལྷུ་གི་ཡིན། ལྷ་མ་ཚོས་ཀྱི་ཉི་མ་རིན་པོ་ཆེ་ང་པ་གི་ལྷི་ལི་ལ་མངལ་སོང་། ཁོང་  
གིས་བཀའ་བསྟན་སྐྱུར་ཡག་གི་སྐོར་དེ་ང་ལ་རྒྱས་ཤིང་རྒྱས་པ་བྱས་ནས་གསུངས་སོང་། དེ་ནས་ཁྱེད་རང་བསམ་  
འཆར་གར་ཡོད་གསུངས་ཀྱི་འདུག་དང་ས་གཅིག་བྱས་ན་བྱང་པོ་ཡིན། གཅིག་བྱས་ན་སྐྱུ་ཅེད་ལྷུ་པ་ཡིན། བཀའ་  
བསྟན་སྐྱུར་ཡག་དེ་ཉོག་ཚམ་སྐོ་ཁོག་ཆེ་བྱག་གི་མེད་འགོ་ལྷུ་པ་ཡིན། དེ་ནས་ཁོང་བཞད་མོ་བཞད་ནས་ག་རེ་  
ཡིན་ན་གསུངས་ཀྱི་འདུག །གནས་ཚུལ་དེ་ལ་དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཡོད་བ་རེད་ལྷུ་པ་ཡིན། དཀའ་ངལ་ཚང་མ་  
བསེལ་བྱུང་ཡག་གི་ལྷུ་པ་ང་ཚོ་ལ་ཡོད་ན་རང་སྟོབས་ལྡན་གི་རེད་དེ། ད་འདི་དེང་སང་དུས་ཚོད་དང་བསྟན་པ་ཅིག་  
དང་། ང་ཚོ་སའི་སྤྱོད་ལ་ཡོད་པའི་མཁས་པ་དེ་དག་གི་ལྷུ་པ་ཚོད་ཅིག་ལ་བསམ་སྐོ་བཏང་ཡོང་དུས་ཚེན་ཉོག་ཚམ་  
དཀའ་ངལ་མི་འདུག་གམ་ལྷུ་པ་ཡིན། ཡིན་ན་ཡང་མི་སྲིད་པ་སྟོམ་རེད། འབད་བ་བྱས་ན་ཚོས་ཐམས་ཅད་ལ་མི་  
སྲིད་པ་ཡང་སྲིད་ཀྱི་རེད། ཡག་པོ་སྟོབས་ལྡན་གི་རེད་ལྷུ་པ་ཡིན། ད་དེ་ངས་དགའ་དགའ་སྐོ་སྐོ་མང་པོ་ལྷུ་  
པ་ཡིན་བཞག་ཤོག །གནས་ཚུལ་དེ་དོན་ལ་རེད་བསྟན་ཡོད་བ་རེད། དེ་ལྷུ་པ་དགོས་ཡག་གི་གནད་འགག་ཅིག་  
ཡོད་བ་རེད། དེ་ད་ལྟའི་གནད་འགག་དེ་རེད། གཉིས་པ་དེ་ལ་ང་རང་ཚོའི་པ་གི་སྐྱུར་དེ་ཚོའི་ནང་ལ་བོད་ཀྱི་  
ལོ་རྒྱུ་བ་དེ་ཚོས་རྒྱ་གར་ཀྱི་ཐོག་ནས་བོད་ཀྱི་སྐྱུར་ཀྱི་རང་བཞིན་ལ་སྐྱུར་ཡོང་བའི་གནས་སྐབས་ལ་གཅིག་དེ་  
མངོན་བྱུང་ཡོད་བ་ལེགས་སྐྱུར་རེད། གཉིས་པ་དེ་སྤྱི་ལེ་ཟེར་བ་དང་སྤྱི་ལེ་ཟེར་བ་མ་གཏོགས་  
སྤྱི་ལེ་ཡིན་ན། མགྲོ་སྤྱི་རེད། ཡུལ་དབུས་ཀྱི་སྐྱུར་རེད། རང་བཞིན་དང་མགྲོ་སྤྱི་ནང་ནས་ཚུར་སྐྱུར་བཞག་  
པ་ཡང་མང་པོ་ཡོད་བ་རེད། ཡང་ཁ་ཤས་ཁ་ཤས་ཨ་བ་མྱི་ཤ་ཟེར་བྱུར་ཆགས་ཀྱི་སྐྱུར་ཡིན་པ་རེད། ཁ་ཤས་ཁ་  
ཤས་དོ་ཉའི་རིགས་དེ་གོང་གསེབ་ཀྱི་སྐྱུར་ནང་ནས་སྐྱུར་བཞག་པ་ཡང་མང་པོ་ཡོད་བ་རེད། འོ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་  
ཀྱི་ནང་ལ་མང་ཆེ་བ་འདྲ་བོ། སྐྱུར་ཆ་གལ་ཆེ་བ་འདྲ་བོ་དེ་ལེགས་སྐྱུར་དང་སྤྱི་ལེ་གཉིས་ལ་ཡོང་བསྟན་པ་དེ་རེད།  
ཚང་མ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་སྐྱུར་ཡག་གི་གཞུང་དེ་ཡི་གཞུང་གི་གནས་ཚུང་ལོང་པའི་སྐོབ་སྐོབ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་བ་རེད།

དོ་ཉ་དེ་ཚོ་སྐབ་ཐོབ་དེ་ཚོ་དང་རྟོགས་ལྡན་དེ་ཚོ་ཁོ་རང་གི་ཉམས་སྲོང་བཀོད་བཞག་པ་རེད་མ་གཏོགས་པ། དག་  
ཆ་ལ་ཡང་མཐའ་ཅིག་ཏུ་དེས་པ་ཡོད་བ་མ་རེད་ལ་ཚིག་བཅད་ལ་ཡང་མཐའ་གཅིག་ཏུ་དེས་པ་ཡོད་བ་མ་རེད་ལ་ཚིག་  
རྒྱུ་ལའང་མཐའ་གཅིག་ཏུ་དེས་པ་ཡོད་བ་མ་རེད། ལྷ་ཚོགས་པ་ཅིག་ཡོད་བ་རེད། འོ་དེ་དག་ཚང་མ་ཐམས་  
ཅད་ཀྱི་སྐར་གྱི་སྐྱུར་གཞིའི་གནས་བབས་དེ་གང་འདྲ་ཅིག་འདུག་དེ་གཏམ་གཏམ་ཅིག་གཏམ་འབེབས་བྱས་པ་ཅིག་གི་  
ཐོག་ནས། དེ་ཉ་ལོ་བ་ཅིག་གི་ཐོག་ནས་སྐྱུར་བ་སྐྱུར་ར་ཚོ་སྐྱུར་སྐབ་པ་ཡིན་ན། བོད་སྐད་ཀྱི་ཐོག་ལ་ག་ཚོད་བསྐྱེབས་  
འདུག། །ག་ཚོད་བསྐྱེབས་མི་འདུག། །བོད་སྐད་ཁོ་རང་ལ་ཡང་ལྷོས་དག་འགོ་འགོ་བ་རེད་ལ། བོད་སྐད་ཀྱི་ཐོག་  
ནས་ཡོད་བ་དེ་ལ་ཡང་ར་རང་ཚོ་བརྟག་ཞིབ་ཅིག་གི་ཐོག་ནས། ཚད་ལྡན་སྐྱུར་སྐབ་པ་ལ་མཁོ་བ་ཅིག་ཡོང་གི་རེད་  
བསམ་གྱི་འདུག། |

སྐྱུར་བའི་གཞི་ཚད་ལྡན་འདྲ་ཐོ་ཅིག་ཡོང་གི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག། །སྐྱུར་གཞི་ཚད་མ་ཆགས་གྱི་རེད། དེ་ག་ནང་  
བཞིན་སྐྱུར་གཞིའི་ནང་ལ་བོད་ཀྱི་བཀའ་བསྟན་ར་རང་ཚོའི་ལག་པ་ལ་ཡོད་པ་དེ་ལ་ལོ་རྒྱ་བས་སྐྱུར་ནས་སྐབ་གིས་  
བྲིས་བཞག་པ་དེ་ཡོད་བ་མ་རེད། དེ་མང་ཆེ་བ་དྲུང་ཡིག་གིས་བྲིས་བཞག་པ་རེད། ད་ལྟོ་ཚོའི་དཔར་ཅར་རྒྱ་  
རེ་རྒྱུ་རེ་དེ་ཡང་དྲུང་ཡིག་གིས་བྲིས་བ་རེད། དྲུང་ཡིག་གིས་བྲིས་ནས་སྐར་ཐོག་ལ་བབ་བའི་གནས་སྐབས་ལ་ལོ་  
རྒྱ་བཉེ་མ་རྒྱ་བ་འདྲ་བུ་ཚང་མ་ཡོད་བ་མ་རེད། ད་ལྷོས་དག་སྐབས་བྱས་པ་རེད་ཟེར་ན་དྲུང་ཡིག་གིས་ཡི་གེ་བྲིས་  
ཤེས་པ་རེད་མ་གཏོགས་ལྷོས་དག་ཤེས་གྱི་ཡོད་བ་མ་རེད། ད་དེ་ཐོག་ལ་བྲིས་པ་ཡིན་པ་སོང་ཅང་ཞོར་འཇུག་སྐབས་  
པ་གང་བཞག་གི་རེད། ཞོར་འཇུག་སྐབས་པ་གང་བཞག་མཁན་དེ་ལ་དཔེ་ཆ་ཤེས་མཁན་འདྲ་ལོ། གཞུང་ཤེས་  
མཁན་འདྲ་ལོ་མཁས་པ་མང་ལོ་གདན་འདྲེན་ལྷོས་ནས་ལྷོས་དག་གཞུང་གི་ཡོད་བ་རེད། གང་ལ་གང་མཚམས་  
ལྷོས་དག་འགོ་གི་ཡོད་བ་རེད་དེ། ལྷོས་དག་གཚང་མ་བྱེད་མཁན་སྣོན་གྱི་ལོ་རྒྱ་བ་ནང་བཞིན་གཞུང་ཤེས་པ།  
སྐབས་ཤེས་པ། ཉམས་སྲོང་ཤེས་པ། དོན་ཤེས་པ། ལོ་རྒྱས་ཤེས་པ་དེ་ཡོད་བ་མ་རེད། གཞུང་ཤེས་པ་ཅམ་  
ཁ་ཤས་ཁ་ཤས་རེད། འོ་དེ་ཚོས་དག་ལྷོས་བྱས་ཡོང་བའི་གནས་སྐབས་ལ་ཞེ་ས་མ་ལྷོ་ན་དཔག་ཚོད་ཀྱིས་  
གནང་བ་རེད་བསྟན་ཡོད་བ་རེད་དེ། ཡིན་ན་ཡང་ལོ་རྒྱ་བ་ཁོ་རང་གིས་ལྷོས་དག་བྱས་པ་ནང་བཞིན་གྱི་དག་ལྷོས་  
དེ་ལས་ཆེར་མ་སྐྱེབ་པའི་བཟོ་འདྲ་ཅིག། །གཅིག་གཉིས་ཅིག་དཔེ་ལྷོ་དགོས། གཅིག་ནི་ར་རང་ཚོའི་རྩིས་ནང་ལ་  
རྒྱལ་རྒྱ་བ། རྒྱུར་མ་རྒྱལ་ཟེར་བ་རེད། རྒྱུར་མ་རྒྱལ་ཟེར་མཁན་དེ་དེར་སང་ཐམས་ཅད་ལ་རྒྱུར་ལྟར་གྲགས་པ་  
རེད། རྒྱུར་མ་རྒྱལ་ཟེར་ལ་ལྷུང་པ་གང་ལ་ཡང་ཡོད་བ་མ་རེད། རྒྱ་མིའི་ནང་ལ་ཡོད་བ་མ་རེད། རྒྱུར་སྐོགས་  
གྱི་དཔེ་ཆ་ལ་རྒྱུར་མ་རྒྱལ་ཡོད་བ་མ་རེད། དེ་ལ་སྤྱུ་ནལྲ་ཟེར་ཡོད་བ་རེད། སྤྱུ་དེ་རྒྱུར་ཟེར་བ་རེད།  
རྒྱལ་མ་རེད། ད་དེ་ལ་ལ་དང་ས་ཞོར་སོང་བ་རེད། ཡི་གེ་གཅིག་ཞོར་བ་རེད། དེ་སྐབས་ཞོར་བ་ཡིན་ཟེར་ན་

མལ་ཚེར་བྱུང་ཡིག་གིས་འོར་བ་རེད། ལོ་རྒྱ་བས་འོར་བ་མ་རེད། ད་ལོར་ཅིག་དེ་ལ་ཚང་མའི་ནང་ལ་རྒྱལ་བཞག་  
དུས་ང་ཚོ་ཐམས་ཅད་རྒྱལ། ལྷར་མ་རྒྱལ་འདུག །ཚང་མ་ཐམས་ཅད་རྒྱལ་རེད། ད་བྱེད་ཡག་མི་འདུག །འོར་  
བ་གཞིར་བཞག་རེད། འོ་དེ་འདྲ་བྱས་མཁན་མང་པོ་ཡོད་བ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་པ་སོང་བ་དང་། དངོས་པོའི་  
གནད་དོན་ལ་མ་རེག་པའི་སྐད་ཆ་བཞད་པ་ཡིན་ན་ཚིག་རྒྱུང་རྒྱུང་ཅིག་གིས་གནས་རྒྱུ་ཚེན་པོ་མང་པོ་ཡོང་གི་  
ཡོད་བ་རེད། །

གཞན་པ་རྒྱ་མཚན་གཅིག་གཉིས་ལྷུ་དགོས། དེ་ག་ནང་བཞེན་བྱས་ནས་ང་ཚོ་སྤྱང་བཞག་ཉི་མ་རྟག་པར་འདོན་  
བསྟན་གྱི་ཡོད་བ་རེད། དཔལ་དགེས་ལ་བྱུག་འཚལ་ལོ་ཟེར་གྱི་ཡོད་བ་རེད། དཔལ་དགེས་མ་རེད་དེ། དེ་  
སྤྱིར་དུ་ཟེར་བ་མ་གཏོགས་པ་གི་ལ་སྤྱི་ད་ཉ་ཟེར་ཡོད་བ་མ་རེད། ཁོ་ལ་ཉག་ཉག་རྒྱ་དཔེ་ཡོད་བ་རེད། མདོའི་  
ནང་ལ་རྒྱ་དཔེ་ཡོད་བ་རེད། དེ་ནང་ལ་ཚང་མ་དཔལ་དགེས་ལ་བ་གྱི་ཡོད་བ་རེད། དེ་ནི་འདྲང་ལ་འོར་སོངས་བ་  
རེད། འོ་དེ་འདྲའི་རིགས་རྒྱ་ཚིག་པར་འོར་བསྟན་པ་མང་པོ་ཡོང་གི་ཡོད་བ་རེད། འོ་དེ་ཚང་མ་བྱུང་ཡིག་གིས་  
འོར་འོར་གྱི་ག་དེ་དཔར་ལ་བརྟོས། དཔར་རྟོས་པ་དང་ཡོངས་གྲགས་ཆགས་སོང་བ་དེ་དག་པོ་ཡིན་ཞེས་བྱས་  
པའི་བཟོ་འདྲ་དེ་འདྲའི་བར་དུ་ལོ་མང་པོ་བྱིན་བསྟན་ཡོད་བ་རེད། དེ་དག་ཚང་མ་ཐམས་ཅད་ལ་འདོན་བསྟན་  
མཁན་ཐམས་ཅད་ལ་ཞེ་བྱག་ལྷུ་ཡག་མི་འདུག །ཡིན་ན་ཡང་སྤྱིར་དུས་ཚོ་འོར་བ་དེ་སྤྱིར་འོར་བ་ཆགས་གྱི་  
རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་པ་སོང་བ་དང་། རྗེས་མ་ཡང་མཁས་པ་ཅིག་དང་དངོས་གནས་བྱང་གནས་ཅིག་གི་རྩ་ལ་སྤེལ་  
དུས་ཚོ་འོར་འོར་འཁྲུལ་རྒྱུང་རྒྱུང་བྱས། འོར་གྱི་ག་དེ་ཡང་བཟོ་བཅོས་བྱེད་མཁན་མེད་པ་འདྲ་པོ་རེད། ངའི་  
དགོ་རྒྱུན་གྱིས་གསུང་གྱི་འདུག །དཔེ་ཚ་རྟོག་པ་ལ་ཡོད། བཀའ་འགྲུར་ལ་ཡོད། བསྟན་འགྲུར་ལ་ཡོད་ཟེར་  
པར་སྤངས་བསྐྱལ་བཞག་ཡག་མ་གཏོགས་དེ་ལས་སྤྱི་བའི་ཞེ་བྱག་གོ་ཚོད་ཡག་ཅིག་མེད་པ་རེད། དགོ་འདུན་  
ཚོས་འཕེལ་གྱིས་གསུངས་པ་ནང་བཞེན་གནད་རབས་ཟེར་མཁན་དེ་གཞོན་པ་གཅིག་པོ་མ་གཏོགས་པའི་ཐོགས་པོ་  
རང་མེད་པ་རེད། དེ་པའི་ཐོགས་པོ་ཆགས་གྱི་མ་རེད། དེ་ག་ནང་བཞེན་གསུང་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད། །

འོ་དེ་འདྲའི་རྟོན་ཅན་གྱི་སྤྱིར་གཞི་བསྟན་བཅོས་དེ་བཀའ་དེ་ག་དེ་ཡིན་ན་ཡང་སྤྱིར་དུ་ཁོ་རང་གཏན་འབེབས་བྱས་  
བཞག་པ་ཡིན་ན། གཏན་གཏན་པར་ར་འཕྲོད་པ་ཡིན་ན། བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་ཐམས་པར་འཕྲོད་ན་ཡང་རེད། མ་འཕྲོད་  
ན་ཡང་རེད། དཔལ་ཚོད་གྱིས་ར་འཕྲོད་པ་ཅིག་དེས་པར་དུ་དགོས་གྱི་ཡོད་བ་རེད་ཟེན་གྱི་འདུག །

ད་ལྟ་འདི་རུ་མཁས་པ་མང་པོ་ཅིག་དང་། འཤར་བུ་གི་མཁས་པ་མང་པོ་ཅིག་གི་རྣམ་དཔྱད་མང་པོ་ལས་ཀ་བྱེད་གི་  
ཡོད་པ་ཡིན་པ་སོང་བར་རྟེན་འདྲིའི་ཐོག་ལས་དོན་གྲུབ་མི་སྲིད་པ་མ་རེད། སྲིད་པ་རེད། བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་ཐམ་པ་  
སྲིད་གི་རེད། འོ་དེ་འདྲའི་ཡིན་པ་དེ་རྒྱ་དཔེ་ལ་བརྟུ་གིན་བརྟུ་གིན་བྱས། སྤྱག་གང་འདྲ་ཡོང་གི་འདུག་བརྟུ་གིན་  
བརྟུ་གིན་བྱས། དེ་སྤྱག་བཏུག་ས་དེ་ཡང་མ་རགས། རྒྱ་དཔེ་ཡང་མ་རགས་པ་ཡིན་ན། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་དཔེ་  
ཆ་གཞན་ཡོད་པ་རེད། ད་ཅིང་རྒྱ་བས་རྗེ་ཟམ་གདོང་རིན་པོ་ཆེས་གསུངས་སོང་། དཀོན་མཆོག་ཟེར་མཁན་  
གི་མཆོག་དེ་པར་སྐྱབས་ཆོག་ཆོག་ཅིག་ཡོད་པ་མ་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་རྒྱ་དཔེ་མའི་ནང་ནས་ལེན་ཆོག་གི་ཡོད་པ་  
རེད། རྒྱ་དཔེ་མའི་ཆོག་ལ་བརྟེན་ནས་མཆོག་ཟེར་མཁན་དེ་ལེན་ཆོག་གི་རེད། འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་དགོངས་  
པའི་ཐོག་ནས་ལེན་ཆོག་གི་རེད། འོ་དེ་འདྲའི་དགོངས་པ་ལེན་ས་ཡོད་པ་རེད། འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་རེད། སྤྱག་དཔེ་  
ཡོད་པ་རེད། འོ་དེ་དགོངས་པ་སྐྱབས་བའི་བཟོ་འདྲ་ཅིག་གིས་ཐབས་ཤེས་བྱེད་ཆོག་གི་ཡོད་པ་རེད། མི་སྲིད་པ་  
མ་རེད། སྲིད་པ་རེད། བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་ཐམ་པ་སྲིད་གི་རེད། མི་གཅིག་མ་རེད། མི་གཉིས་མ་རེད། ད་ལྟ་འཤར་  
བུ་གི་མཁས་པ་མང་པོ་ཅིག་གི་རྣམ་དཔྱད་མང་པོ་ཆོག་ས་བསྐྱད་པ་ཡིན་ཅོང་། མི་སྲིད་པ་མ་རེད། བརྒྱ་ཆ་  
བརྒྱ་ཐམ་པ་སྲིད་པ་རེད། རགས་ལས་པ་གང་ལ་རགས་ལས་ཟེར་ན། འབད་པ་བྱས་མ་བྱས་ལ་རགས་ལས་གི་  
རེད། ལྟ་རྟོག་བྱེད་མ་བྱེད་ལ་རགས་ལས་པ་རེད། རྣམ་དཔྱད་གི་འདུག་པ་སྤྲོ་ལ་རགས་ལས་གི་རེད། འོ་  
དེ་འདྲའི་སྐྱོར་ལ་ཉོག་ཅོམ་གཟབ་གཟབ་གནང་རོགས་གནང་ཟེར་འོད་བསྐྱལ་ཞུ་ཡག་ཡིན། དེ་མ་གཏོགས་ང་  
རང་གི་ཐོག་ལ་ཞུ་ཡག་གང་ཡང་མེད། འོ་དེ་ཡིན་པ་སོང་བ་དང་གཅིག་བྱས། །

གཉིས་པ་དེ་རྒྱུར་གཞིའི་སྐྱོར་ལ་དེ་ཅོམ་ཡིན། ད་རྒྱུར་གི་སྐྱོར་ལ་ང་རང་ཆོ་ག་ཆོད་རྒྱུར་དགོས་པེད་ཟེར་ན། ད་  
གཅིག་དེ་ལ་ང་རང་གིས་དབྱིན་རི་ཤེས་གི་ཡོད་པ་མ་རེད། རྒྱ་སྐད་ཤེས་གི་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་ག་ནང་བཞིན་སྤྲོ་  
ལི་དང་རྒྱ་གར་གི་སྐད་གི་ཐོག་ནས་མོད་སྐད་ལ་རྒྱུར་བཞག་པ་དང་། ལེགས་རྒྱུར་ནང་ལ་ཡོད་པ་ཉོག་ཅོམ་ཅིག་  
ཁང་པའི་ནང་ལ་མཆོད་མེ་སྤུལ་ཡག་འདྲ་པོ་ཉོག་ཅོམ་ཉོག་ཅོམ་མཚོང་གི་ཡོད་པ་རེད། འོ་དེ་ཅོམ་ཅིག་གི་ངོས་ནས་  
ཞུ་བ་འདྲ་པོ་ཡིན་ན། བོད་གི་ལོ་རྒྱ་བ་རྣམས་གིས་རྒྱུར་དུས་ཅོན་རྒྱུར་གཞི་དེ་མི་འདྲ་བ་ཁ་ཤས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་  
རེད། གཅིག་གིས་དེ་ག་རེ་རེད་ཟེར་ན་སྤྲོ་སྤྲོ་ཡ་རེད། སྤྲོ་སྤྲོ་བྱས་དུས་ཅོན་པར་ཕྱོགས་གི་སྤྲོ་དེ་ལ་མིང་  
བྱིངས་རྣམ་དབྱེ་གསུམ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་ཡིན་པ་རེད། འོ་དེའི་ནང་ལ་མཁས་དབང་རྣམ་པས་ཉེར་རྒྱུར་ཟེར་ཡག་  
ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། འདི་བཞི་པའི་དོན་དེ་གཏན་གཏན་ཅིག་ངོ་ཤེས་པའི་ཐོག་ནས་རྣམ་དབྱེ་གི་དོན་ག་རེ་ཡིན་པ།  
སྤྲོའི་བྱིངས་དོན་ག་རེ་ཡིན་པ། བད་ལི་མིང་གངས་ག་རེ་ཡིན་པ། དེ་ག་ནང་བཞིན་བྱས་ནས་ཉེར་རྒྱུར་ག་རེ་བཞག་  
དགོས་འདུག་མི་འདུག །བཞི་ཆ་དེ་ཉེར་རྒྱུར་རྒྱུར་པའི་ཐོག་ནས་མིང་དོན་དེ་ག་པར་བྱིན་འདུག་མི་འདུག །

འོ་དེ་གནས་ཚུལ་དེ་བརྟུན་དབྱེད་བྱས་པ་ཅིག་ཡིན་དགོས་ཤིང་། ལྷ་ལྷུང་ཟེར་ན་ཚིག་ལྷུང་སྤངས་དེ་ཤིང་། འོ་དེ་  
གསལ་དེ་མ་ཞོར་བར་ལྷུང་བ་ཡིན་ན་ཤོད་སྐྱད་ལ་ཉག་ཉག་བསྐྱེད་སྤོད་ཀྱི་ཤིང་། ཤོད་ཀྱི་མཁས་པས་ལྷུང་ཆེ་ཡང་  
ཉག་ཉག་དེ་ག་རང་བསྐྱེད་པས་ཤིག་། །བྱེད་པ་དང་ད་ཅིང་ཚོས་ཀྱི་ཉི་མ་རིན་པོ་ཆེས་ང་ལ་བཀའ་གནང་སོང་། ལྷུང་  
བཟེད་ཟེར་མཁན་དེ་ག་རེ་ཤིང་། ལྷུང་ཤིང་ག་རེ་ཤིང་། ལྷུང་བཟེད་ཟེར་ཡག་དེ་ང་རང་ཚོའི་ཤོད་སྐྱད་ལ་ལྷུང་  
བཟེད་ཡོད་བ་མ་ཤིང་། ལྷུང་གར་སྐྱད་ལ་ཤི་ལྷ་སྤྲུང་ཤིང་། ཤི་ལྷ་ཟེར་མཁན་དེ་སྐྱད་ཆ་མང་པོ་བཤད་ན་ཉོག་ཅེས་  
རིང་འག་གི་ཤིང་། ཤིག་ཟེར་མཁན་དེ། བའིག་ཟེར་མཁན་ཀྱི་སྤྱི་ཤིངས་དེ་ལས་བྱུང་བ་ཤིང་། བའི་ཤི་ཟེར་  
མཁན་སྤྱི་ཤིངས་དེ་བའི་ཤི་ལྷ་སྤྲུང་རི་ཟེར་ཀྱི་ཤིང་། གཅིག་ལྷན་ཨ་བ་ཤི་ཤི་ཟེར་ཀྱི་ཤིང་། བའི་ཤི་ཟེར་མཁན་ལ་  
ལྷ་སྤྲུང་རི་ཟེར་ཡག་གི་དོན་དག་ཅིག་ཡོད་བ་ཤིང་། ལྷ་སྤྲུང་ཟེར་མཁན་དེ་མཚོད་པ་ཤིང་། མཚོད་པའི་དོན་དེ་དབང་  
པོ་རྒྱས་པར་བྱེད་པའི་དོན་ནམ་དབང་པོ་གསོས་པར་བྱེད་པའི་དོན་འདི་ཤིང་། དབང་པོ་རྒྱས་པར་བྱེད་པ་ཤིང་།  
འོ་དེ་འདྲ་ཡིན་པ་སོང་བའི་ཤི་ཟེར་མཁན་དེ་དབང་པོ་རྒྱས་པར་བྱེད་པའི་དོན་ཤིང་། བའི་ཤི་བསོད་སྤོམས་བསོད་པ་  
སྤོམས་པར་བྱེད་པ། བསོད་སྤོམས་དེ་ཞི་ཤི་ལྷ་བྱས། བཤད་དེ་བཤད་ཨ་བ་སྤྲུང་རི་ཟེར་ཡག་དེ་ལྷུང་པའི་དོན་ཤིང་།  
ཤི་ལྷ། ལྷ་ཉ་མ་ལ། བཤད་མ་ལ། བཤད་མ་ལེ་ལྷུང་བའི་དོན་ཤིང་། ཉ་མ་ལ་རྒྱས་པའི་དོན་ཤིང་། བཟེད་པའི་  
དོན་ཤིང་། མར་ལྷུང་དུས་ཅན་མར་མ་བཤད་བ་བྱས་ནས་ཡར་སྐྱོབ་བྱས་བཟེད་པའི་དོན་ཤིང་། ཤི་ལྷ་སྤྲུང་བྱས།  
བྱས་ཅང་བཤད་ཟེར་མཁན་དེ། པ་ཟེར་མཁན་དེ་རྒྱགས་བཟེད་ཟེར་ན་ཡང་འགྲིག་གི་ཡོད་བ་ཤིང་། ལྷུང་བཟེད་  
ཟེར་ནའང་འགྲིག་གི་ཡོད་བ་ཤིང་། ལྷ་ལྷུང་དུས་ཅན་པ་རྒྱགས་བཟེད་མར་ལྷུང་བ་ཡིན་ནའང་ཤིང་ལྷུང་བཟེད་ལྷུང་  
ནའང་ཤིང་དོན་དག་གཅིག་པ་ཤིང་། འོ་དེ་འདྲ་ཡིན་པ་སོང་བས་དེ་གཉིས་ལ་དབྱེ་བ་ཞེ་འག་ཡོད་བ་མ་ཤིང་། འོ་  
ཉ་ཟེར་ཡག་དེ་བཟེད་པའམ་སྐྱོབ་པའི་དོན་དག་ཤིང་། ཉ་ཟེར་ཀྱི་ཤིང་པཤད་ཉ་ཟེར་བ་དེ་མར་མ་ལྷུང་བར་བཟེད་དེ་  
སྐྱོབ་པའི་དོན་ཤིང་། འོ་དེ་འདྲ་སོང་བ་དང་། ཤི་ལྷ་སྤྲུང་ཉ་ཟེར་ཡག་དེ་ལྷུང་བཟེད་ཉག་ཉག་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་ཐམས་པ་  
ཤིང་ཡོད་མ་གཏོགས་པ་དེ་པར་ཚུར་ཞོར་ཡོད་བ་མ་ཤིང་། ཅིག་ལོ་རྩ་བས་དེའི་དོན་དག་དེ་སྐོ་ལ་འཆར་བའི་ཐོག་  
ནས་ལྷུང་བཞག་ཅོག་པའི་ཉ་ལ་ཤི་དུས་ཅན་པ་ཉག་ཉག་བསྐྱེད་པས་བསྐྱད་ཡོད་བ་ཤིང་། དེ་ལྷུང་བཟེད་བྱས་ནས་དེ་  
སོང་ཅང་བསོད་སྤོམས་ཟེར་ཡག་དང་། ལྷུང་བཟེད་ཟེར་ཡག་དེ། བསོད་སྤོམས་ཞེས་པའི་དོན་དག་དེ་ཤིང་ཡོད་  
བ་ཤིང་། ཤི་ལྷ་སྤྲུང་ཞེས་པའི་དོན་དག་ཤིང་། འོ་དེ་འདྲ་བྱས་ནས་ཤོད་ཀྱི་ལོ་རྩ་བའི་ལྷུང་སྤངས་འདྲ་པོ་དེ་དེ་འདྲ་  
བྱས་ནས་ལྷུང་བསྐྱད་པ་དང་། དེ་ག་རེ་ཤིང་ཟེར་ན་སྤྱི་ལྷུང་སྤངས་ཤིང་། མཁུན་སོང་ང་། ས་པོན་ཀྱི་སྤྱི་  
སྤྱི་ལྷུང་སྤངས། |



གཉིས་པ་དེ་དོན་གྱི་སྐྱུར་སྐྱེས་པ་རེད། སྐྱེ་དེ་འདྲ་སེ་ཡོང་གི་ཡོད་ན་དོན་དག་དེ་ཉག་ཉག །སྐྱེ་དེའི་དོན་དག་དེ་  
ལ་སླེབ་ཐུབ་ཀྱི་འདུག་མི་འདུག་བརྟག་དབྱེད་བྱེད་ཡག་ལ་བརྟེན་ཞེས་ཅེར་བཞག་བསྐྱེད་ཡོད་བ་རེད། ར་སྐྱེ་འདི་  
སྐྱུར་སོང་། སྐྱེ་འདི་ལ་དོན་དག་འདི་བསྐྱེབ་ས་སོང་། སྐྱེ་འདི་དོན་དག་ལ་སླེབ་ཀྱི་འདུག་དང་མི་འདུག་པའི་ཉ་  
ལ་ཇིས་བ་ཡིན་བ་རེད། དོན་དག་ལ་སླེབ་དུས་ཅ་ན་དོན་དག་གི་སྐྱོར་དེ་ལ་མང་པོ་ཅིག་ལྷ་དགོས་ཀྱི་འདུག་སྟེ།  
ཡིན་ན་ཡང་དགོས་པ་མི་འདུག །སྐྱེ་གང་ཡིན་ནའང་འདིའི་དོན་དག་གི་གོ་བ་དེ་ལ་མི་འདྲ་བ་ཁ་གསལ་ཡོད་བ་རེད།  
ཚིག་འདི་ཁོ་རང་ཁ་སྐྱུག་གི་གོ་བ། དེ་ལ་ཚིག་དོན་གྱི་གོ་བ་ཟེར་གྱི་རེད། ཐ་སྐྱེད་ཀྱི་སྐྱུར་དེ་དེ་འདྲ་བོ་ཅིག་  
གསུངས་སོང་།གཅིག་དེ་Culture དོན་གྱི་གོ་བ་རེད། དེ་སོ་སོ་སོ་སོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་གི་གོ་མས་གཤེས་ཀྱི་གོ་བ་  
ཡིན་བ་རེད། གོ་མས་གཤེས་ནང་གི་གོ་དོན་དེ་མ་བསྐྱེབ་གོང་ལ་དངོས་ནས་བྱང་ནས་སྐྱེ་འདིའི་སྐྱེད་ཆ་ཅིག་པར་  
སྤྱོད་ས་ལ་བཞག་བ་འདྲ་བ་ཡིན་ན་ཡང་། བར་སྤྱོད་ས་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་ཚོར་བ་སྤོང་བྱུང་ཡག་གི་གོ་བ་སླེབ་ཀྱི་ཡོད་བ་  
མ་རེད། དེ་ཡིན་བ་སོང་བ་དང་། གོ་མས་གཤེས་ཀྱི་Culture གི་གོ་བ་དེའི་ཐོག་ལ་ཉག་ཉག་བསྐྱེབ་ཐུབ་པ་ཅིག་  
བྱུང་ན། དོན་གྱི་སྐྱུར་སྐྱེས་ཡག་ཤོས་འདྲ་བ་དེ་ཡོད་བསྐྱེད་ཡོད་བ་རེད། དེ་འདྲ་སོང་བ་དང་། Culture གང་  
གི་ཐོག་ལ་ཡིན་ནའང་། དཔེར་ན་དབྱིན་རི་པོ་དེ་སྐྱེད་ལ་སྐྱུར་བ་ཡིན་ན་པོ་དེ་པའི་cultureནང་ལ་པ་ཟེར་མཁན་དང་།  
རྒྱ་གར་གྱི་ནང་ལ་སྤྱི་ སྤྱི་བ་ཟེར་མཁན་འདྲ་བོ་དང་། བོ་ཉ་ཟེར་མཁན་འདྲ་བོ་དང་། དེ་ག་ནང་བཞིན་པར་  
དབྱིན་རི་ལ་སྐྱུར་དགོས་སོང་ན་ག་རེ་སྐྱུར་དགོས་འདུག །གོ་བ་དེ་བསྐྱེབ་ཐུབ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་བ་རེད། །

དཔེར་ན་ལེགས་སྐྱུར་གྱི་ནང་ལ་པ་འདི་ལ་བོ་ཉ་ཟེར་གྱི་རེད། བོ་ཉ་མ་ནི་བོ་ཉ་རེད། བྱ་ཉི་ལྷ་མ་ཉ་རེད། བ་གི་  
རྒྱ་ལྷགས་སའི་ཡོང་ས་ཡི་ལམ་དེ་བྱ་ཉི་ལྷ་མ་སྟེ། དེ་ལ་བོ་ཉ་ལ་མི་ཟེར། ཉར་མ་ནི་ཉར། བྱ་ཉར་ཟེར་གྱི་རེད།འོ་  
རྒྱ་དེ་ལས་སྐོལ་བར་བྱེད་བ་ཡིན་པས་ཁོ་ལ་བྱ་ཉ་ཟེར་ནས། དེ་ལྟ་བུའི་རྒྱ་དེ་ལ་བོ་ཉ་ལི་རྒྱ་ལ་སྐོལ་བྱེད་ཟེར་ནས་  
སླེབ་ཀྱི་ཡོད་བ་རེད། ག་རེ་བྱས་ནས་སྐོལ་བྱེད་ཟེར་བ་ཡིན་ཟེར་ན། རྒྱ་གར་བ་ཚོ་པ་དེ་ལི་སོང་ན་བྱ་དེས་རྒྱའི་  
མཚོད་པ། ཉར་ན་ཟེར་ན་རྒྱ་གཉོར། རྒྱ་ལི་སྐོལ་ནས་མཚོད་བ་བྱེད་ཡག་གི་ལྷགས་སྐོལ་ཡོད་བ་རེད། འོ་དེ་  
ལ་ལེགས་སྐྱུར་གྱི་དོན་ལ་བྱ་ཉ་ཟེར་གྱི་ཡོད་བ་རེད། དེ་culture གི་གོ་བ་རེད། འོ་དེའི་གོ་བ་དེ་ཉག་ཉག་དབྱིན་  
རིའི་ཐོག་ལ་སླེབ་ཀྱི་ཡོད་ན་མེད་ན་གང་ཤེས། དབྱིན་རི་ཐོག་ལ་གལ་སྲིད་སླེབ་པ་འདྲ་བོ་ཡིན་ན་ཁོང་ཚོ་ལ་ལྷང་  
མཚར་ཞེ་བྲག་ཆགས་ཀྱི་རེད། དོན་ཡིན་ན་father བཞག་ཞག་ན་མ་འགྲིག་པ་ཡོད་བ་མ་རེད། Father བཞག་  
ཞག་ན་རྒྱང་རིང་པོ་དེ་མ་ཤེས་པ་མཚན་གཞི་མཛུབ་བྱ་བཅུགས་ས་ཅིག་ལྟ་རགས་ཀྱི་རེད་མ་གཉོགས་པ། Culture  
སྐྱོར་གི་གོ་བ་སླེབ་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་བ་མ་རེད། འོ་དེ་ག་ནང་བཞིན་བྱས་ནས་ཚོས་ཀྱི་ཚིག་བརྒྱ་པག་མང་པོ་དེ་ག་རང་  
རེད། མང་ཚེ་བ་ལ་culture གི་གོ་བ་ཡོད་བ་རེད། Culture གི་གོ་བ་འདི་འདྲ་བསྐྱེབ་ཐུབ་བ་བྱེད་ཡག་དེ་ལ་པར་

ཕྱོགས་ཚིག་དེ་ཡི་རྒྱུ་ལ་ག་ཚོད་ཐོན་གྱི་ཡོད་མེད་དང་། དེའི་ཚིག་དེ་ལ་རྒྱུ་ལ་བཏོན་ཡག་གི་ཐབས་ཤེས་འདྲ་  
བྱ་དེ་གང་འདྲ་ཤེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་མེད་དེ་རྩོམ་པ་ལོ་དེ་ཚོའི་ལས་འགན་ནང་ནས་འགན་ཆེ་ཤོས་དེ་ རེད། །

དེ་ནས་གཉིས་པ་དེ་སྐྱུར་བའི་གནས་སྐབས་ལ། སྐྱུར་སྐྱུར། ཚིག་སྐྱུར། རོན་སྐྱུར། ཁ་ཤམ་ཁ་ཤམ་ལ་གོ་  
རོན་གྱི་སྐྱུར་བ། སྐྱུར་སྐྱུར་ཐོག་ནས་གོ་བ་སྐྱུར་སྐྱུར་ཕྱོགས་དེ་འདྲ་ཡང་ཡོང་གི་ཡོད་པ་ཡིན་པ་རེད། འོ་དེ་འདྲ་  
ཡིན་པ་སོང་བ་དང་། ལོ་རྒྱུས་ཤེས་པའི་སྐོ་ནས་སྐྱུར་དགོས་ཡག་གི་གནས་ཚུལ་དེ་ཡང་སྐད་ཆ་ཅིག་གོ་བ་སྐྱུར་  
ཤག། །འོ་དེ་འདྲ་ཡིན་པ་སོང་བ་དང་། དེ་སྐྱུར་བའི་གནས་སྐབས་དེ་ལ་ཡང་རང་རང་ཚོ་ག་རེ་ལྟར་ཡག་  
རེད། དུས་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་བ་ནང་བཞིན་གཅིག་དེ་ Translation རེད། རོན་དག་སྐྱུར་བཞག་མཁམ་དེ། གཅིག་  
དེ་ Transcription རེད། ཡི་གེ་སྐྱུར་སྐྱུར་པ་ཡིན་པ་རེད། གཅིག་དེ་ལ་ Transpronunciation རེད་བསྐྱུར་གྱི་ཡོད་  
བ་རེད། དེ་ཡང་སྐྱུར་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཐོད་གྱི་ལོ་རྒྱུ་བས་གསུམ་ཀ་པལ་ཆེར་བྱས་པ་རེད། དེ་སོང་  
བ་དང་། Translation ཟེར་ན་མདོ་དང་བསྐྱུར་བཅོས་ལ་སོགས་པ་སྐྱུར་ན་ Translation དེ་གཙོ་བོ་བྱས་གནང་གི་  
ཡོད་པ་རེད། འོ་དེ་ག་ནང་བཞིན་བྱས་ནས་སྐྱུར་དེ་ཚོ་སྐྱུར་བའི་གནས་སྐབས་ལ་ Transcription དང་  
Transpronunciation གཉིས་ཀ་བེད་སྐྱོད་ཤེད་ན་མ་གཏོགས་སྐྱུར་འདྲེ་འདྲེ་ཤེད་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། འོ་དེ་  
འདྲ་ཡིན་པ་སོང་བ་དང་། སྐྱུར་གྱི་སྐྱུར་དེ་ཚོ་ཡིན་ན་ཐོད་སྐྱུར་གྱི་རང་གདངས་ལ་མ་སྐྱུར་བ་བྱས་ནས་སྐྱུར་ཁོ་  
རང་གི་བཟོ་ལ་བཞག། །འོ་དེ་ནས་སྐྱུར་གང་གྱི་ཉ་ཐ་ལ་ཉ་དང་ཐ་བཞག། །དེ་ནས་ཉ་དེ་ལ་ལོག་ནས་ཡི་གེ་བཟོ་  
ཅོག་རེད། འོ་དེ་ག་ནང་བཞིན་བྱས་ནས་སྐྱུར་དེ་བཟོ་དེ་ཡོང་བའི་གནས་སྐབས་ལ་འ་བཞི། ལོག་པ་བཞི།  
ལོག་མ་ལྟ་ཐེབས་པ་སྐྱུར་ཡི་གེ་སྐྱུར་ཚོན་བཅུའི་ནང་ལ་སྐྱུར་ལོ་བཞི་ལྟ་དེ་བསྐྱུར་ཡི་གེ་མང་དུ་བཟོ་ཚོར་ནས་བཟུང་སྟེ།  
སྐྱུར་ལ་རྒྱ་གཞི་ཡི་ཡོད་པ་ཡིན་ན་དེ་ལོག་ཁ་ཡོད་པ་རེད། ཐོད་གྱི་ཡོངས་སྐྱུར་གྱི་སྐྱུར་གྱི་རང་བཞིན་དེ་མ་མཐར་  
སྐྱུར་བའི་ཡིག་གསུག་གྱི་རང་བཞིན་གྱི་སྐྱུར་མིག་གི་མཐོང་གི་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་ཅང་དེ་ལོག་ཁ་ཟེར་  
གྱི་རེད། ད་དེ་ Transcription རེད། སར་ཕྱོགས་ན་དེ་ཡོད་ལ་འདི་ཕྱོགས་ནང་ཡང་དེ་ཡོད་པ་རེད། དེ་ག་  
ནང་བཞིན་བྱས་ནས་ཁ་དེ་སར་ཕྱོགས་དང་གོ་བསྐྱུར་ནས་བཟོ་བ་དེ་ཐོད་ཡིག་རང་གི་ཁ་ཟེར་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ཐོད་  
ཡིག་རང་གི་ཁ་བཟོས་བཞག་པ་རེད། འོ་དེ་ Transcription རེད། སྐྱུར་གདངས་གཅིག་པ་རེད། སར་ཕྱོགས་ལ་  
ཁ་ཡོད་ན་འདིར་ཡང་ཁ་རེད། སར་ཕྱོགས་ལ་ཐ་ཡོད་ན་འདིར་ཡང་ཐ་རེད། སར་ཕྱོགས་ལ་ཁ་ཡོད་ན་འདིར་ཡང་  
ཁ་རེད། འོ་དེ་ག་ནང་བཞིན་པ་པ་བ་མ་ཚང་མ་དེ་འདྲ་བཟོས་པ་རེད། །

དེ་ནས་སྐབས་དེ་ལ་ཨོ་སུ་ར་སུ་ར་ཟེར་ལབ་ཡོང་དུས་ཙམ་ཅ་ན་Transcription གི་ཐོག་ལ་Transpronunciation ཡང་དེ་  
ག་ནང་བཞེན་བྱས་ནས། ཨོ་ཨ་མོ་ལྷ་ཤི་ལ་སྐྱ་མ་ར་དེ། སྐྱ་ར་གིས་ཤགས་ལྷ་ར་མ་དེད་སམ་མ་ར་དེ།  
ང་ཚོ་མ་ཡི་ཚབ་ལ་བ་གིས་བ་ཡི་ཚབ་ལ་མ་གིས་བ་དེ་འདྲའང་མང་པོ་ཡོང་གི་འདུག །སྐབས་དེ་ཚོའི་ནང་ལ་ད་ལྟ་  
ཁྱེད་རང་ཚོ་གོ་ཚོར་གྱི་ཡོད་རྒྱ་མ་དེད་ལ། དེ་འདྲ་ཉ་ཅང་གི་མང་པོ་ཡོང་། དེ་ནས་སྐབས་དེ་ཉེན་ཁ་ཆེན་པོ་  
སོང་ཅང་ཡི་གེ་དོར་ཡག་ཡོད་བ་མ་དེ། ཡི་གེ་གཅིག་མ་དོར་བ་ཡང་གཟབ་གཟབ་ཞེ་སོ་གནང་དགོས་ཡིན་པ་  
དེ། དེའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་བ་དེ། དེ་ལྷ་མ་དགོས་པ་བྱས། དེ་འདྲ་ཡིན་པ་སོང་བ་དང་། དེ་ནས་སྐྱ་གདངས་  
དེ་ཡང་ཉག་ཉག་Transpronunciation དེ་ཡང་ཉག་ཉག །ཨོ་ཨ་མོ་ལྷ་ཤི་ལ། ཨ་མོ་ལྷ་དོན་ཡོད། ཤི་ལ་  
ཚུལ་ཁྲིམས། སམ་མ་ར་སྐྱེལ་བ་ཡང་དག་བའམ་ཡང་དག་བར་སྐྱེལ་བ། མ་ར་མ་ར་སྐྱེལ་བར་ཤོག །དེ་འདྲ་  
ཡིན་པ་སོང་བ་དང་། འོ་དེ་Transpronunciation རེད་བསྟན་ཡོད་བ་དེ། འོ་དེ་ཚ་ཚང་སྐབས་ཀྱི་ནང་ལ་ཡོང་  
དུས་ཙམ་གང་གང་བེད་སྟོད་མ་བྱེད་པ་ཡིན་ན། སྐབས་ཀྱི་དོན་དག་ཅིག་སྐྱུར་དུས་ཙམ་སྐྱུར་ཡག་གི་གོ་སྐབས་  
དེ་ཡོང་གི་ཡོད་བ་མ་དེ། དེའི་གནས་ཚུལ་དེ་ང་རང་ཚོ་དབྱིན་རི་ཡི་གེ་དེ་Roman རེད་བསྟན་ཡོད་བ་དེ།  
རྒྱ་དེ་དབྱིན་རི་ཟེར་ན་ཡང་མི་འདུག་English རེད་བསྟན་ཡོད་བ་དེ། ཁོ་ལ་སྐྱུར་དགོས་དུས་ཙམ་ཡི་གེ་དེ་ལ་  
ཡང་བཟོ་ལྷ་ཅིག་སྐྱུར་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རྒྱ་དེད་ལ་Pronunciation དེ་ལ་ཡང་བཟོ་ལྷ་ཅིག་སྐྱུར་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རྒྱ་དེ།  
དེ་ག་ནང་བཞེན་དོན་དག་དེ་ལ་ཡང་ར་སྟོད་འདྲ་པོ་བྱས་ནས་དོན་ཐོག་ལ་ཁེལ་བ་ཅིག་དགོས་རྒྱ་དེ། དེ་འདྲ་བྱས་  
པ་འདྲ་པོ་ཡིན་ན་ང་ཚོ་རྒྱ་གར་ལ་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱ་བ་དེ་ཚོས་སྐྱུར་བའི་སྐྱུར་གྱི་ཚོ་ག་ཟེར་ན་ཡང་མིན་འདུག །སྐྱུར་གྱི་  
གནས་ཚད་དང་མཐུན་པའི་ལས་ཀ་བྱེད་ཐུབ་ཡག་གི་ང་ལ་རེ་བ་ཡོད། ད་དེ་བྱེད་མི་ཐུབ་པ་མ་དེ། མི་སྲིད་པ་  
མ་དེ། སྐྱུར་བཏང་ནས་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་བྱེད་ཡག་དང་ལས་ཀ་དེ་ཚོ་ཚང་མ་སྲིད་པ་རང་རེད་  
བསྟན་ཡོད་བ་དེ། དེ་འདྲ་ཡིན་པ་སོང་བ་དང་། སྐྱུར་ཡག་གི་སྐྱུར་དེ་ལ་སྐྱུར་ཚུལ་དེ་དེ་འདྲ་རང་རེད་བསྟན་  
ཡོད་བ་དེ། སྐྱུར་བའི་དོན་དག་དེ་ལ་ད་ལྟ་ལྷ་ས་པ་ནང་བཞེན་བྱས་ནས་Culture གི་གོ་བ་དེ་དང་། ཚིག་ཆེན་  
ཀྱི་ནང་ལ་སྐྱ་གདངས་ཀྱི་གོ་བ་དེ་དང་། སྐྱ་གདངས་དེ་ཡང་མང་འདྲེས་མ་སོང་བ་ཚིག་གི་དོན། ཡི་གེའི་  
དོན་ཚིག་གི་དོན། དག་གི་དོན་བྱས་ཚང་མ་གཏན་འབེབས་བྱས་པ་ཅིག་དགོས་ཀྱི་རེད་ལ། གལ་ཏེ་གཏན་  
འབེབས་བྱས་པ་ཅིག་གི་ཐོག་ལ་ལེགས་སྐྱུར་གྱི་ནང་ལ་ཡོད་པ་དང་། བོད་རྒྱུད་ཐོག་ལ་ཡོད་པ་དེ་གལ་ཏེ་ཚིག་མི་  
མཐུན་པ་དང་དོན་དག་མ་མཐུན་པ་བྱུང་ན་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ནས་ལོ་རྒྱལ་དེ་བོད་པས་བྱས་པ་ཡིན་ན། ལེགས་  
སྐྱུར་གྱི་དྲུང་ཡིག་ཡིན་ན་གཅིག་གིས་བྱས་ཡོད་རྒྱ་དེ། ད་དེ་ཡིན་པ་སོང་ཅང་དགོངས་སྟོགས་མཚམས་བཞག་ཟེར་  
གྱི་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ཙམ་པ་ལས་ཀ་སྐྱས་བྱེད་གྱི་ཡིན། མཁས་པས་བྱེད་གྱི་ཡིན་པའི་ཉམ་བྱེད་ཡག་ཡིན།  
བོད་པའི་མཁས་པ་ཚོ་ཡིན་ན་པའི་ཉམ་བྱས་ཀྱི་རེད་དགོངས་སྟོགས་བསྐྱུར་ཚང་ནས་བཟུང་སྟེ། པའི་ཉ་དེ་ཚོ་སྐྱུར་

ནས་གཞུང་ལ་ཉ་ཅང་གི་སྐྱེད་པ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་སོང་བ་དང་། སྤྱིར་བཏང་གཞུང་དེ་རང་གི་ཚོར་འཁྲུལ་ཐམས་ཅད་  
དག་ལྷན་བཏང་གི་ཡོད་པ་རེད་དེ། བཟི་ཉ་དེ་ཚོ་མང་ཆེ་བ་ཁོ་རང་གི་རྣམ་དཔྱོད་ཀྱིས་གཞུང་པར་དག་ལྷན་བཏང་  
གི་རེད། འོ་དེ་འདྲའི་རྣམ་པ་ཡོད་མཁན་གྱི་བཟི་ཉ་དེ་ཚོ་བཞག་ཚར་ནས་བཟུང་སྟེ། བཟི་ཉ་ལགས་ཀྱི་རིན་ཐེང་  
བ་འདྲ་བུ་དང་སྤྱི་ཉི་སྤྱོད་ཐེང་མཁན་འདྲ་བུ་གསལ་སྤྱོད་ཚོར་འཁྲུལ་བྱས་ནའང་ཚོར་འཁྲུལ་འདོན་གྱི་མ་རེད། ཁོ་རང་  
ཚོས་དག་ལྷན་བཏང་བྱས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དོན་དག་དེ་རང་གིས་གསལ་པོར་ཤེས་པ་སོང་ཅང་། དེ་འདྲའི་  
རང་རྐྱེད་ཀྱི་སྤྱོད་པ་བཅས་དག་ལྷན་བཏང་བྱས་པ་ཡིན་པ་ཡོད་མཁན་གྱི་བཟི་ཉ་ཅིག་མཉམ་དུ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་  
དག་ལྷན་བྱས་པ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། །

དེ་གཞིར་བཞག་པའི་ཐོག་ནས་གོ་བ་དེའི་ཐོག་ནས་དག་ལྷན་བཏང་ཡོད་པ་དེས་གཞུང་དག་པར་བྱེད་པའི་དོན་དག་  
གཏན་འབེབས་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་ལ། དེ་འདྲར་གཏན་འབེབས་བྱས་པ་ཅིག་གི་ཐོག་ནས་སྐྱེད་པ་ཡིན་ན་ཉོག་  
ཅམ་ཅིག་དང་པོ་དང་པོ་དེ་ལ་དབྱིན་རིའི་ནང་ལ་འཇམ་ཉག་ཉག་མ་ཡིན་པ་ཉག་ཉག་འདྲ་བུ་ཡོང་གི་རེད། ད་ཉྱ་  
པོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་བས་པོད་སྐད་ནང་ལ་སྐྱེད་པ་བཞག་པ་དང་རྒྱ་སྐད་ནས་སྐྱེད་པ་བཞག་པའི་པོད་སྐད་ཉོག་ཅམ་ཉག་  
ཡོད་པ་རེད། པོད་སྐད་ནང་བཞིན་འཇམ་ཉེ་ཉེ་ཡོད་པ་མ་རེད། དཔེར་ན་མི་ལའི་མགྱར་འབྲམ་ཡིན་ན་པོད་པའི་  
Culture གཞིར་བཟུང་བྱས་པའི་སྐྱ་གདངས་ཡིན་པ་སོང་ཅང་འཇམ་ཉེ་ཉེ་ཡོད་པ་རེད། དེ་ག་ནང་བཞིན་མཁས་པ་  
ཅིག་གི་ཁོ་རང་གིས་བཅམས་བཞག་པ་ཡིན་ན་སྣེ་དག་དེ་སློབ་དུས་ཅམ་པ་འཇམ་ཉག་ཉག་ཡོད་པ་རེད། རྣམ་  
ཅོག་ནང་ལ་པར་སྣེ་ཉིང་ཉིང་བྱེད་ཀྱི་རེད། རྒྱ་གར་གྱི་ནང་ལ་ཡོད་པ་སྣེ་དག་ཚུར་སྐྱེད་པ་བཞག་གྲོག་དེ་ཁ་ཁ་བ་  
ཁ་འདྲ་ཡོད་པ་རེད། ཞེ་ཉག་སྣེ་པོ་རང་ཡོད་པ་མ་རེད། །

དེ་གང་བྱས་པ་རེད་ཟེར་ན། ཁོང་ཚོའི་སྤྱིའི་དོན་དེ་ཡང་མ་བརྒྱག་པ་བྱས། དོན་དེ་ཡང་མ་བརྒྱག་པ་བྱས། སྣེ་  
དག་གི་ཉམས་དེ་ཡང་མ་བརྒྱག་པ་བྱེད་ཡག་གི་དོན་དག་ལ་དེ་བཟོ་དགོས་བྱུང་བ་ཡིན་པ་རེད། པོད་སྐད་རང་གི་  
རང་བཞིན་ལ་བརྟེན་བྱས་ནས་བཞག་པ་ཡིན་ན་ལོ་རྒྱུ་བས་སྐྱེད་པ་ཡིན་པ་ཚོ་ག་དེ་དང་། ལམ་སྲོལ་དེ་དང་།  
རྒྱ་དཔེའི་ཐོག་ལ་ཡོད་པའི་Culture གི་གོ་བ་དེ་ནང་ལ་བསྐྱེད་པ་ཡག་ཉོག་ཅམ་ཁག་པོ་ཡོད་པ་ཡིན་པ་རེད། དེ་ཡིན་  
པ་སོང་རང་འཇམས་བཞག་པ་ཡིན་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་པ་སོང་ཅང་སྐྱེད་པའི་གནས་སྐབས་ལའང་ཆོག་བཅད་  
དཔེར་ན་བཞེས་སྤྱིངས་ལ་མཚོན་པ་ཡིན་ན། བཞེས་སྤྱིངས་དེ་བསྐྱེད་ལྡན། ལྡན་ལ་ཡི་གེ་མི་མཉམ་པ། ཡི་གེ་  
ཉི་ཤུ་དང་བཅུ་གཉིས་དགུ་བ་དེ་ཡོད། ལྡན་ཐེང་ནས་ལྡན་པོ་མ་དེ་བསྐྱེད་ཡོད་པ་རེད། དེ་དག་པོད་སྐད་ལ་སྐྱེད་དུས་  
ཅན་དེ་ག་ནང་བཞིན་པོད་སྐད་ལ་སྐྱེད་སོང་ན་གོ་མ་བདེ་བ་དང་མ་འགྲིག་པ་ཞེ་སོ་ཅིག་ཡོད་དུས་ཅན་ཚང་མ་ཡི་གེ་

དགུ་པ་ལ་སྐྱུར་བཞག་པ་རེད། དེ་འབྲུ་སོང་ཙང་ཉག་ཉག་སྐྱེ་བ་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད། ད་དེ་དོན་གཙོ་བོ་བྱས་པ་རེད།  
ཚིག་གཙོ་བོ་མ་བྱས་པ་རེད། སྐྱུར་གཙོ་དེ་ཡང་མ་བྱས་པ་རེད། དོན་གཙོ་བོ་བྱས་པ་རེད། དོན་སྐྱུར་ཟེར་  
མཁན་དེ་འོ་དེ་འབྲུ་རེད། །

དེ་ག་ནང་བཞེན་ཆུ་ལ་ལ་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ན། ད་ཉོག་ཙམ་ཉམ་པ་ཞེ་བྲག་ཆེ་སོང་བྲག་སོང་། ཆུ་ལ་ལ་ལ་  
ཟེར་ཡག་དེ་ཨ་ལུ་ལ་སྐྱུར་ཟེར་པ་དེ་རེད། དེ་བ་སྐྱུར་ཨ་ལུ་ལ་སྐྱུར་ཟེར་མཁན་དེ་ཚིག་ས་སུ་བཅད་པ་རེད་བསྐྱད་ཡོད་  
པ་རེད། ཨ་ལུ་ལ་སྐྱུར་ཡི་གེ་བརྒྱད་པ་རེད། རྒྱ་དཔེ་ལ་ཡིན་ན། ཡི་གེ་བརྒྱད་པ་ཚང་མ་ཡི་གེ་བརྒྱད་པ་ལ་  
སྐྱུར་ཡོད་པ་མ་རེད། བོད་སྐད་ལ་ཡི་གེ་བདུན་པ་རེད། ཚིག་བར་བདུན་རེད། ཚང་མ་བདུན་པ་ལ་སྐྱུར་ཡོད་  
པ་རེད། བདུན་པ་ཁོ་རང་ཨ་ལུ་ལ་སྐྱུར་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། རྗེ་སྐྱེས་ཀྱི་དོན་དག་ཆགས་ཡོད་པ་མ་རེད།  
ཡི་གེ་བདུན་པ་དེ་ལ་ཨ་ལུ་ལ་སྐྱུར་ཟེར་གྱི་མ་རེད་གཞིན་ལུ་རོམ་པ་ཟེར་གྱི་རེད། སྐད་ཆ་ལོག་ག་རེད། དེ་བ་  
སྐྱུར་ལོག་ག་རེད་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད། དེ་འབྲུ་སོང་ཙང་བར་བར་དེ་བ་སྐྱུར་སྐྱུར་བཞག་གི་ཡོད་པ་རེད། དེའི་སྐྱོར་  
ས་པ་ལ་མཁས་པ་ཆེན་པོ་ཅིག་གིས་དེ་བ་ལུས་ཡོད་པ་རེད། རྗེ་རང་གི་སྐྱུར་ཙོག་འདི་ཡང་ཉམས་ཤིག་། ཚིག་ས་  
བཅད་དེ་ཡང་འོག་ལ་དགོས་པ་དེ་མགོ་ལ་བཞག་ཤིག་མགོ་ལ་དགོས་པ་དེ་འོག་ལ་བཞག་ཤིག་། དེ་འབྲུ་བྱས་པ་  
ཡིན་ན་ཚིག་གི་གོ་རིམ་ཡང་འཇུག་པས། དེ་བ་སྐྱུར་ཆུས་འཇུག་པ་བར་བྱས་དུས་དེས་ཆུས་འབྲེལ་ཆགས་ཀྱི་རེད་  
པས་ལུ་དུས་ཆགས་ཀྱི་རེད་གསུངས། ག་རེ་རེད་ཟེར་ན། སྐབས་འདིར་ཚིག་གི་བརྗོད་བྱ་གཙོ་ཆེ་བ་རེད་མ་  
གཏོགས་དེ་བ་སྐྱུར་གཙོ་ཆེ་བ་མ་རེད་གསུངས། དེའི་དབང་དུ་བྱས་ཚང་ནས་བཟུང་སྟེ་བོད་སྐད་ཀྱི་འགྲོས་ལ་  
བརྗོད་ཚང་ནས་བཟུང་སྟེ་དེ་བ་སྐྱུར་ཡི་གེ་བདུན་པ་བཟོ་ཡག་རེད་མ་གཏོགས་བརྒྱད་པ་བཞག་ཡག་ཡོད་པ་མ་རེད།  
དེ་ག་ནང་བཞེན་བྱས་ཚང་ནས་བཟུང་སྟེ་བར་བར་ལ་དེ་བ་སྐྱུར་ཡང་འབྲུ་མར་འབྲུ་བྱེད་དགོས་ཡག་གི་གནས་ཚུལ་  
ཡང་། ལེགས་སྐྱུར་ནས་བོད་སྐད་དུ་སྐྱུར་དུས་ཙམ་པ་ལ་འང་ཆགས་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད་ལ། དེ་ག་ནང་བཞེན་  
ལེགས་སྐྱུར་དང་བོད་སྐད་ནས་དབྱིན་ཇི་ལ་སྐྱུར་དུས་ཙམ་པ་ཡང་ཡོད་སྟེ་ཀྱི་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་དོན་དག་མ་  
བརྒྱག་པ་གཙོ་ཆེར་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟ་སྐྱུར་བམ་པོ་གཉིས་པའི་བཀའ་བཅད་ཀྱི་ནང་ལའང་ཐ་མ་ཐ་མ་  
ནང་གི་དོན་དག་དེ་མ་བརྒྱག་པ་བྱས་དགོས་གསུངས་ཙང་དོན་མ་བརྒྱག་པ་བྱེད་དགོས་ཡག་རེད། །

དོན་མ་བརྒྱག་པ་བྱེད་ཡག་གི་དོན་དག་དེ་ག་རེ་རེད་ཟེར་ན། སངས་རྒྱས་བཙུན་ལྡན་འདས་ཀྱི་བཀའ། སངས་  
རྒྱས་བཙུན་ལྡན་ཁོ་རང་གི་སྐད། སངས་རྒྱས་བཙུན་ལྡན་འདས་ཀྱི་སྐད་ལྟ་དེ་དབྱིན་ཇི་རེ་རེད་སྐད་ལི་རེད་ཟེར་ན།  
དབྱིན་ཇི་ཡང་མ་རེད། སྐད་ལི་ཡང་མ་རེད། གང་ཡང་མ་རེད། དེ་མ་ཡིན་པ་དེ་ག་སངས་ལྡན་འདས་ཀྱི་ཡོད་

བ་རེད་ཟེར་ན། རངས་བཟོ་ཤོག་མ་རེད་དེ། རིགས་ལྡན་བརྒྱ་དཀར་པོས་འགྲེལ་ཆེན་དེ་མེད་འོད་ནང་ལ་སངས་  
རྒྱལ་ལ་བྱ་བུ་ཡོད་པ་མ་རེད་གསུངས་པ་རེད། སངས་རྒྱལ་མདོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱལ་པ་ནས་སྤྱི་བུ་  
ལས་འདས་པའི་བར་དུ་ཚིག་གཅིག་གསུངས་ཞོ་རང་ཡོད་པ་མ་རེད། འོ་ན་ག་རེ་རེད་ཟེར་ན། སངས་རྒྱལ་གྱི་  
གསུང་ཡོད་པ་རེད། གསུང་ག་པར་ཡོད་ཟེར་ན་གདུལ་བྱ་སོ་སོ་གི་ནང་ལ་ཡོད་པ་རེད། གདུལ་བྱ་སོ་སོ་སངས་  
རྒྱལ་གྱི་གསུང་རང་གི་སྐད་དུ་རི་ལྟ་བུ་བཞེན་དུ་གོ་བ་དེ་སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་རེད་བསྟན་ཡོད་པ་རེད། ས་ཀ་ཡིན་  
ཏུ་ཉི་ལ་ཟེར་གྱི་རེད་སྤྱི་ལ། རང་རང་གིས་གོ་བའི་ཚུལ་དུ་སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་དེ། དཔེར་ན། འདི་ནི་  
ལྷག་བསྐལ་འཕགས་པའི་བདེན་བཤོ། །ཞེས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་གསུངས་ཉེ་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཀུན་ཤེས་རྒྱ་  
མི་རྒྱལ་ཞོ་རང་གི་སྐད་དུ་གོ་བ་རེད། དེ་བཞེན་དུ་ལྟ་ཡིན་ན་ལྟ་ཞོ་རང་གི་སྐད་དུ་གོ་བ་རེད། ལྟ་ཡིན་ན་ལྟ་ཞོ་རང་  
གི་སྐད་དུ་གོ་བ་རེད་མ་གཏོགས་པ་སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་སྤྱོད་ལྟ་སྐད་ཟེར་ཡ་འདི་ཐའི་ཐའི་ཐའི་གྱི་སྐད་འབྲུ་བོ་སྤྱི་ཉེ་འབྲུ་  
བོ་གང་ཡང་རེད་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་ན་སངས་རྒྱལ་ཞོ་རང་གི་སྐད་ཡོད་པ་མ་རེད་གསུངས་པ་རེད། འཕྲོ་བ་  
རིགས་དུག་ཐམས་ཅད་གྱི་སྐད་དུ་བདག་གིས་ཚོས་བསྟན་ཏོ། ཟེར་སངས་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་ཚང་མ་ཐམས་ཅད་གྱི་  
སྐད་དུ་ཚོས་བསྟན་གྱི་ཡོད་པ་རེད་མ་གཏོགས་པའི་ཞོ་རང་གི་སྐད་ལོག་ག་ཡོད་པ་མ་རེད་གསུངས་པ་རེད། །

འོ་དེ་འདྲ་ཡིན་པ་སོང་ཅང་སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་དེ། ལྷག་པར་དུ་ཡང་བཀའ་འགྲུང་ཡིན་ན་བཀའ་འགྲུང་ལོག་ག་  
རེད། བཀའ་ཡིན་ན་བཀའ་ཚང་མ་ཐམས་ཅད་ཡེ་ཤེས་ཚོས་སྤྱི་བདག་རྒྱུན་ལས་བྱུང་བའི་བཀའ་ཡིན་པ་དང་  
སངས་རྒྱལ་གྱི་སྤོན་ལས་ལས་བྱུང་བའི་བཀའ་ཡིན་པ་སོང་ཅང་། གདུལ་བྱ་སོ་སོ་འོ་ལ་སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུངས་  
ཡག་གི་དོན་དག་མ་ཞོར་བ་གསལ་སྤུང་མཁའ་གྱི་སྐད་དེ་མ་ཞོར་བར་མེད་སྤྱོད་ཀྱི་དེ་པ་ཡིན་ན་དེ་སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་  
རང་ཆགས་གྱི་ཡོད་པ་རེད། རོར་འཇུག་ཆགས་གྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། ཉག་ཉག་འགྲིག་གི་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟ་  
དུས་འཁོར་གྱི་འགྲེལ་ཆེན་ཞོ་རང་གི་ནང་ལ་མེ་སྤོད་གསུམ་པོ་དེ། རྒྱ་ཡི་བཀའ་དེ་རྒྱ་ཡི་སྐད་དུ་སྤྱུར། བོད་གྱི་  
བཀའ་དེ་བོད་གྱི་སྐད་དུ་བསྐྱུར། ཞེས་གསུངས། དེ་སོང་བ་ཡོད། བོད་གྱི་སྐད་དེ་འང་སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་  
རང་གཅིག་པ་ཅིག་རྒྱུང་རེད་བསྟན་ཡོད་པ་རེད་མ་གཏོགས་སྤྱུང་བ་ཞེ་དྲག་ཐེབས་ཡོད་པ་མ་རེད། བསྐྱུར་གྱི་སྐོར་  
དེ་འདྲ་ལྟ། བོད་སྐད་དེ་འང་སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་ཡིན་པ། དེ་ག་ནང་བཞེན་ང་རང་ཚོ་དེང་སང་ཅིག་དེ་བོད་གྱི་  
ལོ་རྒྱ་བ་དེ་ཚོའི་སྤྱི་ལ་དེ་དང་Edit གྱི་དེ་ཡག་གི་བསམ་པ་དེ་འདྲ་གྱི་དེ་ཡག་གི་ཐམས་ཤེས་ཡག་སོ་ཡོད་པ་ཡིན་པ་སོང་  
བ་དང་། ལུང་ཅིག་དྲང་ཟེར་བ་དང་མདོ་ལས་ཟེར་ནས་ཚིགས་བཅད་གཅིག་དྲང་བ་འདྲ་བོ་ཡིན་ན་སངས་རྒྱལ་གྱི་  
གསུང་རང་ཆགས་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་ཉག་ཉག་མདོ་ཚིག་རང་ཆགས་གྱི་ཡོད་  
པ་རེད། དེ་ག་ནང་བཞེན་དེང་སང་དབྱིན་རི་ལ་སྤྱི་བཞེན་པ་དང་སྐད་ཡིག་གཞན་དག་ལ་སྤྱི་བཞེན་པ་དེ། རི་

སྐད་དུ་མདོ་ལས་ཟེར་བ་སོགས་བསམ་སྒོ་དེ་བཞག་པ་རེད་མ་གཏོགས་པ་གི་དེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་ཆགས་ཀྱི་མ་  
རེད། སྐྱུར་མཁན་ཀྱི་མི་དེའི་གསུང་ཆགས་ཀྱི་རེད་མ་གཏོགས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་བ་མ་རེད།  
དེ་ག་རེ་རེད་ཟེར་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་ཉག་ཉག་དེ་ནང་སླེབ་ཀྱི་ཡོད་བ་མ་རེད་དེ་ན། ཇི་མ་ཇི་བཞིན་སླེབ་ཀྱི་  
ཡོད་བ་མ་རེད། ཁོ་རང་གི་བསམ་སྒྲུབ་དང་། སྐྱུར་གྲོག་ཚང་མ་ཐམས་ཅད་དེ་ག་རེ་རེད་ཟེར་ན། །སངས་  
རྒྱས་ཀྱི་གསུང་དེ་ཡེ་ཤེས་ཚོས་སྐྱའི་བདག་རྒྱུན་ལས་བྱུང་བ་རེད་བསྐྱད་ཡོད་བ་རེད། སྐྱུར་བཞག་པ་དེ་རྟོག་པའི་  
བདག་རྒྱུན་ལས་བྱུང་བའི་ཚིག་རེད་བསྐྱད་ཡོད་བ་རེད། ང་ཚོའི་རྟོག་པའི་གཟུགས་བརྟན་འཆར་བ་དེ་གིས་བཞག་  
པ་རེད་མ་གཏོགས་ཡེ་ཤེས་ཚོས་སྐྱའི་སྐྱང་བའི་གཟུགས་བརྟན་དེ་སླེབ་ཡོད་བ་མ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ཅ་ན་ཇི་སྐད་  
དུ་མདོ་ལས་སོགས་པའི་ལུང་དེ་བྱང་བ་ཡིན་ན་མདོའི་ཚིག་ཉག་ཉག་ཡིན་པའི་སྐྱུང་སྐྱོད་ཚིག་ཀྱི་ཡོད་བ་མ་རེད་ལ། ཡིད་  
ཚེས་བྱེད་སྐྱབ་ཡག་ཡང་རྟོག་ཅམ་ཁག་པོ་རེད། འོ་དེ་དེ་འདྲ་ཡིན་པ་སོང་བ་དང་། བོད་སྐད་ལ་ཡོད་ན་དེ་ཆགས་  
བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་བ་རེད། དགོངས་དག་སྐད་ཆ་མང་ཐུབ་བྱས་སོང་། དེ་འདྲ་ཡིན་པ་སོང་ཅང་འགྲོས་འདོན་འདྲ་  
པོ་ཡོད་ན་ག་ལེར་ག་ལེར་ཞུ་ཚོག་ །དེ་རིང་མཚམས་འདི་དུ་བཞག་གི་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ། །།