བོད་ལྗོངས་ཁྲིམས་ལུགས་ཚགས་པར། སེམས་སྐྱིད་ཇ་ཁང་། 2024ལོའི་ཟླ་8ཚེས་13 8

གཏམ་དཔེཔེ་རྣ་བའིའི་བུ་རམ་།
※ རི་མཐོ་ན་དབྱར་ཡང་ཁ་བ་བབས།
ཀླུང་དམའ་ན་དགུན་ཡང་ལྗང་པ་སྐྱེ།
※ རི་ཆེན་ལ་དཔག་པའི་ཁ་བ།
རྡོ་ཆུང་ལ་དཔག་པའི་བ་མོ།
※ ཤ་སོག་པ་གཅིག་ལ་ཟ་རེས།
ཆང་དམ་བི་གང་ལ་འཐུང་རེས།

※ ཤ་ཞིམ་པོ་ཨ་ཕོ་སྤྱང་ཀིས་བཟས།
ཁག་ངན་པ་ཨ་ཅེ་ཝ་མོར་དཀྲིས།
※ ཤིང་དྲང་ན་སྤྱོད་སྒོ་མང་།
གཞུང་བཟང་ན་གྲོགས་པོ་མང་།
※ ཡིད་སེམས་དྲང་མོ་མདའ་འདྲ།
སེམས་པ་དཀར་པོ་དུང་འདྲ།

འགན་འཁུར་རྩོམ་སྒྲིག་པ།བཀྲ་ཤིས། ལག་བསྟར་རྩོམ་སྒྲིག་པ།རིན་ཆེན།

གངས་རི་སྲིད་པའི་གངས་རྒན།།
གངས་དཀར་རྨོག་ཞྭ་མཛེས་པ།།
གནམ་སའི་བར་དུ་ཆགས་པའི།།
གཡུ་ལུང་གངས་ཀྱིས་བརྒྱན་ཡོད།།

བཻཌཱུར་ཞུན་མའི་རང་མདངས།།
རབ་དཀར་དངུལ་གྱི་མེ་ལོང་།།
ཟེགས་མའི་རྦ་རླབས་མཛེས་པ།།
གཡུ་མཚོ་གའུ་ཁ་སྦྱར།།

གཡུ་ལུང་སྤང་གི་ར་བར།།
སྦྲ་གུར་དཔུང་གདང་གཤིབ་གཤིབ།།

རྟ་ནོར་ལུག་གསུམ་འཁོར་ས།།
འཕྲུལ་གྱི་སྦས་ཡུལ་གཡུ་ལུང་།།

གཡུ་ལུང་གཡུ་ཡི་ཁོག་པར།།
རི་ལ་སྤང་རི་ནགས་རི།།
བྱ་གླག་གཤོག་རྩལ་ངོམ་ཡུལ།།
འཕྲུལ་གྱི་སྦས་ཡུལ་གཡུ་ལུང་།།

གཡུ་ལུང་སྐྱ་ནམ་རྒྱས་པ།།

གཡུ་ལུང་ལོངས་སྤྱོད་འཛོམས་པ།།
གཡུ་ལུང་ལུང་པ་སྐྱིད་པོ།།
བུ་ངའི་ཕ་ཡུལ་ཡིན་སོང་།།

སེམས་ཀྱི་ན་བུན་ཚལ་དུ།།
ཁྱོད་རང་མགྲོན་དུ་ཕེབས་བྱུང་།།
སྙན་ངག་སྐྱེམས་ཆང་བདུད་རྩི།།
མཉམ་དུ་འཐུང་དགོས་བྱུང་སོང་།།

བརྩེ་འདང་ལས་ཀྱི་མེ་ཏོག།
འདབ་མ་འཐོར་བ་མ་གནང་།།
ཉི་མ་ནུབ་ཏུ་བཞུད་ན།།
སེམས་ཀྱི་དྲོད་ཁོལ་ཡལ་འགྲོ།།

དགོང་གི་ཉི་མའི་གོམ་སྟབས།།
ཁྱོད་རང་ཕྱོགས་སུ་བསྒྱུར་སོང་།།
སྲོད་ཀྱི་བྱ་ཁྱུ་དག་ལ།།
འཕྲིན་པ་ལན་གཅིག་བསྐུར་ཡོད།།

གཙང་ཆུའི་རབ་ཁ་བརྒལ་ནས།།
ཁྱོད་རང་ཕྱོགས་ལ་བཅར་ཡོད།།

ལན་གཅིག་འཆར་བའི་བསྡུས་གཟུགས།།
ཡིད་ནས་བོར་རྒྱུ་མི་འདུག།

བརྩེ་བའི་མིག་ཟུང་གཏད་ས།།
ཁྱོད་རང་གཅིག་པུ་ཡིན་སོང་།།
བརྩེ་འདང་ལས་ཀྱི་མེ་ཏོག།
ང་ལ་ཕྱོགས་ནས་བཞད་བྱུང་།།

མིག་ཟུང་འཁོར་སྟངས་ཤིག་གིས།།
ཁྱོད་རང་ཡིད་ལ་འཁོར་སོང་།།
རྒྱབ་གཟུགས་འཁོར་སྟངས་ཤིག་གིས།།
ཕྱིར་དྲན་གྲངས་མེད་བཞག་སོང་།།

ཡིད་འདྲིས་ན་ཆུང་ཁྱོད་ལ།།
སེམས་ཀྱི་ཕྱི་ནང་བསྟན་ཡོད།།
མཛའ་བརྩེའི་རླུང་བུ་དྲོན་མོ།།
ང་ཡི་ཕྱོགས་སུ་ལྡང་རོགས།།

༄༅་།སྦས་ཡུལ་གཡུ་ལུང་།ཧུན·དུར་རོ།

༄༅་།མཛའ་བརྩེརྩེའའི་རླུང་བུ་།

ཁམས་པ་རབ་དབྱངས།

མི་ལོ་དགུ་ནི་ཁྱོད་ཚོས་ཕུགས་བསམ་གྱི་མཁའ་དབྱིངས་སུ་་་་་
ལང་ཚོའི་རྩལ་དྲུག་ངོམ་པའི་དུས་ཡིན་ལ།མི་ལོ་དགུ་ནི་ཁྱོད་་་་་་་་
ཚོས་དྲིན་ཕ་མའི་ཡིད་ཀྱི་ཞིང་སར་རེ་བའི་ས་བོན་ཡང་ཡང་་་་་་་་་་་་
འདེབས་པའི་དུས་ཡིན།མི་ལོ་དགུ་ནི་ཁྱོད་ཚོས་དགེ་སློབ་ཟུང་གི་
མཛའ་གཅུགས་ཀྱི་ཨ་ལོང་ལ་བརྩེ་བའི་དར་སྐུད་ཡང་ཡང་རྒྱུད་་་་་་
པའི་དུས་ཡིན།
མེ་ཏོག་སྣ་ཚོགས་ཀྱིས་མགོ་ལྕོག་ལྡེམ་ཞིང་བྱ་བྱེའུ་མང་པོས་་་་
སྐད་སྙན་སྒྲོག་ལ་རྩལ་དྲུག་གི་གཤོག་རྩལ་ངོམ་པའི་ཉམས་དགའ་་
བའི་དུས་བཟང་འདིར།ཁྱོད་ཚོས་ཀྱང་ལོ་དགུའི་རེ་བ་དང་ཡིད་་
ཆེས་ཁུར་ནས་གནས་འདི་ནས་རིང་དུ་འགྲོ་བར་རྩོམ་དགོས་ལ།
དེ་ནི་མི་ཚེ་ཞེས་པའི་རིང་ལ་ཐུང་བའི་ལམ་བུ་འདིའི་འགྲུལ་་་་་་་་་་་་
བཞུད་ཀྱི་མཇུག་རྫོགས་པ་མ་ཡིན་པར་གང་ཞིག་འགོ་བརྩམས་་་་་་་
པའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན་པས།ཁྱོད་ཚོས་ཐོག་མའི་ཕུགས་འདུན་་་་་་་་
དང་དམ་བཅའ་དག་ཡིད་ལ་ཡང་ཡང་བཅངས་ནས་བརྩོན་་་་་་་་་་་
འགྲུས་ཀྱི་སྲབ་ཁ་མ་ལྷོད་ཅིགའབྱུང་འགྱུར་ནི་ཅི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་་
པ་ང་ཚོ་སུས་ཡང་སྔོན་དཔག་བྱེད་ཐབས་བྲལ་ཡང་།ཕྲད་དང་་་་་
འཕྲད་བཞིན་པའི་དུས་སྐབས་རེ་རེ་དང་མི་སྣ་རེ་རེ།བྱ་གཞག་་་་་
རེ་རེ་ནི་ང་ཚོས་ཡིད་ལ་ཡང་ཡང་སྒོམ་ཞིང་བརྩེ་བའི་འཛུམ་གྱིས་་་་
བསུ་ཆོག་པ་ཤ་སྟག་ཡིན་པས།ཁྱོད་ཚོས་དུས་ཚོད་ལ་དམ་འཛིན་
ཡག་པོ་གྱིས་ཤིགསྤྱིར་སྤྱི་ཚོགས་ནི་སྣེ་མང་རྙོག་འཛིང་ཆེ་བ་ཞིག་་
ཡིན་ཡང་ཁྱོད་ཚོས་བླང་དོར་མ་ནོར་བར་རང་རང་གི་ལམ་ཁ་དེ་་་་
རྙེད་ཐབས་བྱེད་དགོས་ཤིང་།ལམ་ཁ་དེ་རྙེད་པར་གནད་ཁ་ཤས་
ཤིག་ཡོད་པར་སྣང་སྟེ།གཅིག་ནས་ཁྱོད་ཚོས་རྟག་པར་རྒན་པར་་
གྲོས་འདྲི་བ་དང་མཁས་པར་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་པའི་སེམས་ཤུགས་་་་་་་
འདོར་མི་རུང་སྟེ།དེ་ནི་རང་རང་གི་ལོ་ཚོད་དམ་ཉམས་མྱོང་་་་་་་་
གིས་རྙེད་ཐབས་བྲལ་བའི་མི་ཚེའི་ཕྱོགས་སྟོན་ཡིན་པས་གལ་ཆེན་་
དུ་འཛིན་དགོས།གཉིས་ནས་བྱ་བ་ལེགས་ཉེས་གང་ལ་ཕྲད་ཀྱང་་
ཕྱིར་རྟོག་དང་མནོ་བསམ་ཡང་ཡང་གཏོང་རྒྱུ་ནི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་་་་་
སྟེ།རང་གི་ཉམས་མྱོང་ལ་གཞི་རྐང་བཙུགས་པའི་བྱ་བར་ཕུགས་་
ཡོད་པས་འགངས་ཆེན་དུ་འཛིན་དགོས།གསུམ་ནས་ཁྱོད་ཚོས་་་་
མི་ཚེའི་གདམ་ག་གང་འདྲ་ཞིག་བདམས་རུང་སོ་སོའི་བློ་དང་་་་་་་་་
འཚམ་པའི་དཔེ་ཀློག་གི་རྒྱུན་སྐྱོང་དགོས་པ་ནི་གལ་ཆེན་ནང་གི་་་་་
འགངས་ཆེན་ཡིན་ཏེ།མཁས་པའི་གསུང་རབ་ཀྱི་ཁྲོད་དུ་མི་ཚེའི་་
གནས་ལུགས་དང་ལེགས་ཉེས་འབྱེད་པའི་རྣམ་དཔྱོད་ཡོད་པས་་་་
གལ་ཆེན་པོར་འཛིན་དགོས་སོ།
མི་ལོ་དགུའི་དགའ་སྐྱོ་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་འཚོ་བའི་ཁྲོད་དུ་ཁྱོད་་་་
ཚོས་ཡང་ཡང་ཕྱིར་དྲན་བྱེད་ཆོག་པའི་གཏམ་རྒྱུད་མང་པོ་ཞིག་་་་་་

བརྩམས་ཡོད་ལ།མི་ཚེ་འདིར་ཡང་ཡང་ངོམ་སོ་བྱེད་ཆོག་པའི་་་་་་
གྲོགས་པོ་མང་པོ་ཞིག་དང་ཡང་ཕྲད་ཡོད་ངེས།དེ་བཞིན་དུ་མི་་་་་
ཚེ་འདིའི་ལམ་སྟོན་གྱི་སྒྲོན་མེར་སྒོམ་རུང་བའི་དགེ་བའི་བཤེས་་་་་་
གཉེན་མང་པོ་ཞིག་དང་ཡང་མཇལ་ཡོད་ངེས།འདི་དག་ནི་མི་ལོ་
དགུའི་རིང་གི་ཁྱོད་ཚོའི་ནོམ་པ་ཆེས་རྩ་ཆེན་དེ་ཡིན་སྲིད་པས།
འབྱུང་འགྱུར་གྱི་འཚོ་བའི་ཁྲོད་དུ་གཏམ་རྒྱུད་དག་ལ་ཕྱིར་དྲན་་་་་་
བྱེད་ཅིང་།དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་དང་གྲོགས་པོ་དག་ལ་འབྲེལ་་
བ་ཡང་ཡང་བྱེད་དགོས་པ་མ་བརྗེད་པར་གྱིས་ཤིགདེ་མིན།སོ་་་
སོའི་མི་ཚེའི་ཁྲོད་དུ་དོན་དག་བཟང་ངན་གང་ལ་ཕྲད་ཀྱང་ནམ་་་་་
ཡང་འདོར་མི་རུང་བའི་མི་ཚེའི་རྩ་དོན་ཁ་ཤས་ཀྱང་ཡོད་དགོས་་་་་
ཏེ།ཕ་མ་རྣམ་གཉིས་ནི་ཁྱོད་ཀྱིས་ཚེ་རབས་མང་པོར་བསགས་་་་་་
པའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་མཐུ་ལ་བརྟེན་ནས་ཐོབ་ཅིང་།མི་ཚེ་འདིར་
ཁྱོད་ཀྱིས་ཆེས་རྩ་ཆེ་བའི་མི་སྣ་གཉིས་པོ་ཡིན་པས།དོན་དག་་་་་་་་
བཟང་ངན་གང་ལ་ཕྲད་ཀྱང་དཔྲལ་བའི་མིག་བཞིན་དུ་བརྩི་ཞིང་་
བཀུར་དགོས་པ་ནི་གཅིགཕྱི་ཐག་རིང་ཞིང་བློ་ཡིད་དཀར་ལ་་་་་་་
རང་ལ་ཤིན་ཏུ་ཕན་འདོགས་པའི་མི་ལ་སོ་སོས་ནམ་ཡང་གཙིགས་
ཆེན་དུ་འཛིན་ཞིང་ཕན་གང་ཐོགས་བྱེད་དགོས་པ་ནི་གཉིས།དེ་་
མིན།ཕྱིས་འབྱུང་བྱ་བ་གང་ལ་འཇུག་རུང་བྱ་བའི་བརྒྱུད་རིམ་གྱི་
ཁྲོད་ནས་ཉམས་མྱོང་ལེན་ཞིང་།དཀའ་སྡུག་གང་ལ་ཕྲད་ཀྱང་་་་་་
རང་དགར་བློས་མི་གཏོང་བར་རྒྱུན་འཁྱོངས་བྱེད་དགོས་པ་་་་་་་་་་་
གསུམ་བཅས་ནི་རྩ་བ་ཡིན་པས་ནམ་ཡང་སེམས་ལ་འཛིན་རྒྱུ་གལ་
ཆེ་བར་སྣང་།
ད་ནི་ཁྱོད་ཚོ་གནས་འདི་ནས་བྲལ་ཏེ་སོ་སོའི་ཕུགས་བསམ་་་་
གྱི་ཆེད་དུ་ཡུལ་ལུང་མང་པོ་འགྲིམ་དགོས་ཤིང་།མི་ཡང་བཟང་་་་་
ངན་ཅི་རིགས་ལ་འཕྲད་སྲིད་པས།ཁྱོད་ཚོས་བླང་དོར་མ་ནོར་་་་་་
བར་བྱ་བའི་གནས་ལ་འཇུག་དགོས་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ།ངས་་་་་
འདི་ནས་སློབ་གྲོགས་ཁྱོད་ཅག་གིས་ཕུགས་བསམ་གྱི་གནས་མལ་་་
རྙེད་ཅིང་འབྱུང་བཞི་བདེ་བའི་སྨོན་ལམ་འདེབས།ཁྱོད་ཚོས་་་་་་་་
ཕུགས་བསམ་མངོན་འགྱུར་གྱི་ཐེམ་སྐས་ལྟར་སྣང་བའི་འབྲིང་་་་་་་་
རྒྱུགས་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་ཐུབ་པར་བྱས་ཏེ།སོ་སོས་ཡུན་རིང་རེ་
སྙེག་བྱེད་བཞིན་པའི་གནས་མལ་དེར་བདེ་བླག་ངང་སླེབས་པའི་་་
བཀྲ་ཤིས་སྨོན་ལམ་འདེབས།
མདོར་ན།མི་ཚེའི་ལམ་བུའི་ཐོག་གི་གྲུབ་འབྲས་རེ་རེ་ནི་་་་་་་
འབད་བརྩོན་ལ་བརྟེན་ནས་ཐོབ་པ་ཞིག་ཡིན་པས།ཁྱོད་ཚོས་་་་་་་
རང་གི་ཆེས་ཐོག་མའི་ཕུགས་བསམ་དང་འདུན་མ་དག་ཡིད་ལ་་་་་་
བརྟན་པོར་བཅངས་ནས།དཀའ་ངལ་ཡོད་དོ་ཅོག་འཛུམ་གྱིས་་་་
བསུ་དགོས་ཨང་།

༄༅།།མམི་ཚེཚེ་འཛུམ་གྱིམིས་བསུ་དགོགོས།

པད་མ་དབང་ཕྱུགང་ལ་སྤོ་བོ་ཞིག་ཡོད་ན་སྙམ།ང་རང་ཁྱིམ་དུ་ལོག་ཐེངས་རེར།
ང་ལ་སྤོ་བོ་ཞེས་འབོད་ས་ཞིག་དང་།ངའི་མགོ་བོར་བྱིལ་བྱིལ་་་་་་་
གནང་མཁན་གྱི་སྤོ་བོ་ཞིག་ཡོད་ན་སྙམ།
ང་ལ་སྤོ་བོ་ཞིག་ཡོད་ན་སྙམ།པཱ་ལགས་ཀྱིས་ང་ལ་གཤེ་གཤེ་་
རེ་ཟུང་གཏོང་དུས།ངའི་མིག་མཐར་འཁྱིལ་བའི་མཆི་མའི་རྡོག་་་
པོ་ལག་པས་འཕྱིད་ཞོར།ང་རང་པང་དུ་ཉར་མཁན་གྱི་སྤོ་བོ་་་་་་་་
ཞིག་ཡོད་ན་སྙམ།
ང་ལ་སྤོ་བོ་ཞིག་ཡོད་ན་སྙམ།འདི་ནི《འགྲོ་བ་བཟང་མོའི་་་་

རྣམ་ཐར》རེད་ཅེས་དང་།འདི་ནི《གླིང་རྗེ་གེ་སར་རྒྱལ་པོའི་་་་་་་་
སྒྲུང》རེད་ཅེས་ང་ལ་སྒྲུང་གསུང་མཁན་གྱི་སྤོ་བོ་ཞིག་ཡོད་ན་སྙམ།
ང་ལ་སྤོ་བོ་ཞིག་ཡོད་ན་སྙམ།ང་རང་སློབ་གྲྭར་འགྲོ་དུས་་་་་་
དཔེ་ཁུག་ནང་ལྐོག་ཏུ་རྔན་པ་འཇུག་མཁན་ཞིག་དང་།ང་རང་་་་་
སློབ་གྲྭ་ནས་ལོག་དུས།ངའི་ལག་ཆུང་ནས་འཇུས་ཏེ་བསུ་མ་བྱེད་
མཁན་གྱི་སྤོ་བོ་ཞིག་ཡོད་ན་སྙམ།འདི་ལྟར་བྱུང་ན།ངས་བདེ་་་་་
སྐྱིད་གཞན་ཞིག་གི་དྲོད་ཁོལ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་བྱས་ཆོག

༄༅་།ང་ལ་སྤོསྤོ་བསྤོ་ཞིའིག་ཡོསྤོད་ན་སྙམ་།
ནག་ཤོད་ང་རོའི་འཚེར་སྒྲ།

བག་ཕེབས།ཨོ་རྒྱན་ཚེ་རིང་གིས་པར་བླངས།