ཇུས་འགོད་པ། རྩོམ་སྒྲིག་པ།རིན་ཆེན།

སེམས་སྐྱིད་ཇ་ཁང་། 2025ལོའི་ཟླ་10ཚེས་21 8

སྔོན་མཚེའུ་ཞིག་གི་འགྲམ་ན་ཤིང་བིལ་བའི་ཚལ་་་་
ཞིག་ཡོད་པ་དེར་རི་བོང་དྲུག་གནས་ཤིང་།ཉིན་ཞིག་་་་
ཤིང་བིལ་བའི་ཚལ་དེ་ནས་བིལ་བ་ཞིག་མཚེའུའི་ནང་་་་་
དུ་ལྷུངས་ནས།ཅལ་ཟེར་བའི་སྒྲ་ཞིག་གྲཌ་པ་དེ་རི་་་་་་་་
བོང་དྲུག་པོས་ཐོས་པས་ཁོ་ཚོ་སྐྲག་ནས་བྲོས་དགོས་་་་་་་་་
བྱུང་།

དེ་དག་བྲོས་པ་ཝ་མོ་ཞིག་གིས་མཐོང་ནས་ཁོ་ཚོར།
ཁྱོད་ཚོ་གང་གི་དོན་དུ་བྲོས་འགྲོ་བ་ཡིན་ཞེས་དྲིས།
དེར་ཁོ་ཚོས་ཅལ་བྱུང་ངོ་ཞེས་བཤད་པས་ཝ་མོ་ཡང་་་་་་་་
བྲོས།དེ་ནས་ཝ་མོ་དང་རི་བོང་ཐམས་ཅད་བྲོས་་་་་་་་་་་་
བཞིན་པ་སྤྲེའུ་དང་།ཕགམ་ཧེ།གླང་པོ་ཆེ།དོམ།
སྟག་སོགས་ཀྱིས་མཐོང་ནས་ཅི་བྱུང་དྲིས་པ་ན།ཁོ་་་་་་་་་
ཚོས་མཉམ་གཅིག་ཏུ་ཅལ་བྱུང་ངོ་ཞེས་བཤད་པས།ཅི་
ཡིན་གང་ཡིན་གསལ་པོ་མ་ཤེས་པར་ཆག་འཇིག་ཆེན་་་་་
པོ་བྱུང་སོང་སྙམ་ནས།གཅིག་སྔོན་གཅིག་གིས་བླངས་་
ནས་བྲོས།
དེ་ནས་ཁོ་ཚོ་ནགས་ཚལ་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་འདབས་་་
སུ་སླེབས་དུས།སེང་གེ་རལ་པ་ཅོད་པན་ལྟ་བུ་དང་་་་་་་་
ལྡན་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེས་གླང་པོ་ཆེ་སོགས་བྲོས་པ་་་་་་་་་་་
མཐོང་ནས།ཁྱེད་ཚོ་སྡེར་མོ་དང་མཆེ་བའི་སྟོབས་ཅན་
ཡིན་ན་གང་གི་དོན་དུ་བྲོས་སམ་ཞེས་དྲིས་པ་ལ།ཚང་་་
མས་མཉམ་གཅིག་ཏུ་ཅལ་ཞེས་པ་ཐོན་བྱུང་ཞེས་བཤད།

སེང་གེས།ཅལ་ཟེར་བ་དེ་གང་ནས་བྱུང་ཞེས་དྲིས།
སྐབས་དེར་སྟག་དང་དོམ་སོགས་ཀྱིས་རི་བོང་དང་ཝ་་་་་
མོ་ལ་མིག་རིག་རིག་གིས་བལྟས་པ་ན།རི་བོང་གིས་་་་་་་་
འདི་དང་ཐག་ཅུང་ཉེ་སའི་མཚེའུ་ཞིག་གི་ནང་དུ་་་་་་་་་་་་
འདུག་ཅེས་བཤད།དེར་སེང་གེས།ཁྱོད་ཚོ་མ་བྲོས་་་་་་
ཤིག་བརྟག་དཔྱད་བྱེད་དོ།ཁྱོད་ལ་སུས་བཤད་བྱུང་་་་་་
ངམ་ཞེས་དྲིས།ཁོ་ཚོས།ཝ་མོས་བཤད་བྱུང་ཞེས་ལན་
བཏབ།དེ་བཞིན་དུ་ཝ་མོས།རི་བོང་གིས་བཤད་བྱུང་
ཟེར།ཡང་སེང་གེས་རི་བོང་ལ།ཁྱོད་ལ་སུས་བཤད་་་་་
བྱུང་ཞེས་དྲིས་པའི་ལན་དུ་རི་བོང་གིས།ང་ཚོས་་་་་་་་་་་་
འཇིགས་པ་དེ་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བྱུང་།ཚུར་ཤོག་་་་་
དང་།ཅལ་ཟེར་བ་དེ་གང་ནས་བྱུང་བ་བསྟན་ཆོག་་་་་་་་
ཅེས་བཤད་དེ་སེང་གེ་ཁྲིད་ནས་བིལ་བའི་ཚལ་བསྟན་་་་་
ཏེ།ཅལ་ཟེར་བ་དེ་འདི་ནས་བྱུང་ངོ་ཞེས་བཤད་པ་་་་་་་་
དང་།ཡང་ཚལ་དེ་ནས་བིལ་བ་ཞིག་ལྷུངས་ཏེ་ཅལ་་་་་་་་
ཟེར་བ་ཞིག་བྱུང་བས་སེང་གེས།འདི་ནི་ཅལ་མ་ཡིན་་་་
པར་བིལ་བ་མཚེའུ་ནང་དུ་ལྷུངས་པའི་སྒྲ་རེད་ཅེས་་་་་་་་་
བཤད་པས།རི་བོང་དང་ཝ་མོ་ལ་སོགས་སྲོག་ཆགས་་་་་
རྣམས་ངོ་ཚ་སྟེ་མགོ་སྨད་ནས་སྡོད་དགོས་བྱུང་བའོ།།

དམངས་སྒྲུང་ལྡུམ་ར་།

༄ རི་རིབོང་ཅལ་འདྲོགདྲོས།

ར་འོག་མཚོའི་མཛེས་ལྗོངས།

སྤྲིན་པའི་ལུག་ཁྱུས་གངས་ཀྱི་རྩེ་མོ་བརྒྱན།།
སྨུག་པའི་ཡོ་ལང་རྒྱ་མཚོའི་འཇིངས་སུ་བབས།།
འཛིན་མའི་ཁ་དོག་གསེར་གྱི་མདངས་ལ་འགྲན།།
ད་ཡང་སྟོན་ཁའི་སྒྱུ་རྩལ་དལ་གྱིས་མཐོང་།།

ནགས་ཀྱི་མཛེས་ལྗོངས་སྟག་མོའི་གཞིས་སུ་བཏབ།།
དབྱངས་སྙན་ཁུ་བྱུག་ལྷོ་མོན་རོང་ལ་ཆས།།
དཀར་དམར་མེ་ཏོག་གྲུག་པའི་ས་གཞིའི་ལྟོར།།
དངུལ་དཀར་མུ་ཏིག་ཟིལ་པ་ཁྲུམ་ཁྲུམ་གཡོ།།

ངོ་མཚར་འཇའ་ཚོན་རི་མོ་དབྱིངས་སུ་བཀྲ།
ཉི་མའི་འཛུམ་ཟེར་རི་བོའི་སྙིང་ལ་འཁྱུད།།
སྟོན་རླུང་སིལ་བུས་འཕྱགས་པའི་ཤིང་ལོ་ཡང་།།
ངེས་མེད་གནས་སུ་ཡིབ་པའི་སྟ་གོན་བྱེད།།

ནམ་ཟླ་བསིལ་ཞིང་གྲང་བའི་སྐབས་དང་བསྟུན།།
རབ་དཀར་རྫ་རིའི་ཞལ་ངོ་ཁ་བས་བརླན།།
རི་སྐྱེས་སྲོག་ཆགས་རི་ལུང་ཐང་གསུམ་ཉུལ།།
ཁྲུང་ཁྲུང་གཤོག་རྡང་བསྒྲིགས་ཏེ་ལྷོ་རུ་འཕུར།།

འབྲས་ལྡན་ལྗོན་པའི་ཚལ་དག་མགོ་བོ་དུད།།
རྐང་དྲུག་སྨྲ་བ་བསྡམས་ཏེ་ཚང་དུ་ཉལ།།

ཕུ་ཆུ་མྱུར་བཞུད་རོལ་དབྱངས་སྙན་མོའི་སྒྲ།
གང་གི་རྣ་བའི་འཁྲིས་སུ་ལྷང་ལྷང་གྲགས།།

ལོ་ཡག་སྙེ་མར་འབྲས་བུ་སྨིན་དང་ལྷན།།
འཁོར་བའི་མི་ཚོགས་སྟོན་ཁའི་ལས་ལ་གཞོལ།།
ངས་ཀྱང་སོར་མོའི་བར་གྱི་སྙན་ངག་དང་།།
མྱོང་བ་ཐན་ཐུན་འདི་གཉིས་གཅིག་ཏུ་བསྡེབས།།

རྩྭ་ལྗང་གསེར་མདོག་ལྷུང་བའི་ཟློས་གར་ལས།།
གྱེས་བྲལ་གདུང་བའི་ན་ཟུག་ང་ལ་མེད།།
འབྲས་བུའི་དྲིན་གྱིས་འཛུམ་ཞལ་དགོད་བྱེད་པའི།།
སོ་ནམ་ཞིང་པ་མཐོང་དུས་སེམས་པ་སྐྱིད།།

སྤང་རྒྱན་ཁེར་སྐྱེས་དགོད་པའི་སྟོན་མཇུག་ཏུ།།
བདག་སེམས་སྲབ་མེད་རྟ་ཕོ་གཤོག་ཐོགས་བཞིན།།
ཚོར་བའི་རི་ལུང་ཉུལ་བའི་ངང་ཚུལ་གྱིས།།
རེ་བའི་མདུན་ལྗོངས་དུ་མ་མིག་ངོར་འཆར།།

དུས་བཞིའི་འགྲོས་ལ་འཁྱུད་པ་ང་ཡི་ལས།།
དུས་གསུམ་ཚིག་ལ་དཀྲི་བ་ང་ཡི་གཤིས།།
དུས་ཚོད་སྐར་ཆའི་བར་སྟོང་རེ་རེ་ལའང་།།
དུས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་འབྲི་ལ་རབ་ཏུ་མོས།།

༄༅།།སྟོཐོན་ཁ་དང་སྙན་ངགའོད་འཛིན་མ།

ཚང་ཚིང་གཡུ་ལོ་བཀོད་པའི་ནགས་ཀླུང་གི་ཕུགས་ན།།
འདབ་དྲུག་པདྨས་བརྒྱན་པའི་མིས་བཟོས་ཀྱི་ཕོ་བྲང་།།
སོས་དལ་བག་ཕེབས་གནས་པའི་དྭངས་གཙང་གི་བྱིན་གྱིས།།
ཕྱི་ནང་ལྷོད་ཀྱིས་འཇགས་པས་རང་རྒྱུད་ནི་དུལ་ཡོང་།།

གནམ་ལྕགས་འབར་བའི་གཟི་བྱིན་འོད་མདངས་ལ་འཁྱུད་ཅིང་།།ཡར་ཀླུང་གཙང་པོའི་རླབས་རྒྱུན་ཀོང་ཡུལ་དུ་བཞུར་དུས།།
མི་དང་རང་བྱུང་ཞི་གནས་མཛེས་སྡུག་གིས་སྤུད་པ།།
རི་མོ་མཁན་གྱིས་པིར་ལས་བཞེངས་པ་ཡི་མཐོ་རིས།།

ཁམ་བུའི་མེ་ཏོག་ལྷམ་མེར་བཞད་པ་ཡི་དཔྱིད་ཀར།།
ཡུལ་འདིར་བསོད་ནམས་མར་ཁུ་འཁྱིལ་འདྲ་ཡི་མི་ཚོགས།།
ཆུ་འཛིན་རི་ལ་དཀྲིས་པའི་མཛེས་སྡུག་གི་ཞིང་ནས།།
ལྷ་ཡུལ་དངོས་སུ་མཐོང་བའི་འཁྲུལ་བ་ནི་གྲངས་མེད།།

མཁའ་ལྡིང་ལུང་པའི་ངོ་མཚར་རྦབ་ཆུ་ཡི་བརྗིད་ཉམས།།
ཁམ་བུའི་སྡོང་པོས་བརྒྱན་པའི་ཡིད་འོང་གི་ལྡུམ་ར།།
འཛམ་གླིང་ཤུག་སྡོང་ཆེན་པོའི་སྟག་ལྷ་ཡི་སྐུ་ཤུག།
རང་བྱུང་སྐྱེད་ཚལ་ཁྲོད་དུ་བརྗིད་ཉམས་ནི་ཆེ་བ།།

གླང་མདུན་གཞིས་ཀ་བཅས་པའི་ཤོ་པ་ཡི་མཁར་རྫོང་།།
གནའ་མིའི་རྣམ་དཔྱོད་ལས་འཁྲུངས་འཛུགས་སྐྲུན་གྱི་བཟོ་བཀོད།།

དེ་མིན་སྣང་རྫོང་སླེབས་རིའི་བང་སོ་ཡི་ཚོགས་རྣམས།།
ལོ་རྒྱུས་ཉམས་ཞིབ་བྱེད་པའི་རྟེན་གཞི་ཡི་མཆོག་གྱུར།།

སྤོ་བོ་ཡུལ་གྱི་དྲི་བསུང་འཐུལ་བ་ཡི་སྤོས་དྲི།།
མཐའ་མཚམས་ཁུལ་གྱི་མེ་ཏོག་ལུང་པ་ཡི་ཇ་ལོ།།
སྨན་གླིང་གྲོང་གི་གྲངས་མེད་སྨན་སྣ་ཡི་རྩི་ཤིང་།།
རྫ་ཡུལ་དང་ནི་སྣང་རྫོང་ཡུལ་གྲུ་འདི་སྐྱིད་པ།།

ལན་རེར་འཇའ་ཚོན་བཀྲ་བཞིན་ཁུ་བྱུག་གི་གསུང་སྙན།།
ཆར་པ་ཟམ་ཟིམ་ལྷོད་ཀྱིས་སེམས་ནང་ལ་འབབ་པ།།
མཚམས་རེར་ཁ་བས་བཀླུབས་པའི་སྡོང་ལོ་རང་མཛེས་པ།།
ཉིན་གཅིག་དུས་བཞི་མཐོང་བའི་ཁོར་ཡུག་འདི་སྐྱིད་པ།།

གསང་བ་ལྐོག་གྱུར་ཅན་གྱི་ཀོང་པོ་ཡི་ཡུལ་འདིར།།
ལམ་སྣེ་བདེན་པར་སྟོན་པའི་བཤེས་གཉེན་དང་འཕྲད་ཅིང་།།
ཁྲེལ་གཞུང་ཕྱི་ཐག་རིང་བའི་གྲོགས་མཆོག་དང་འགྲོགས་ནས།།
སློབ་གཉེར་ཚུལ་བཞིན་བྱས་པའི་ངང་ཚུལ་འདི་དགའ་བ།།

སློབ་གཉེར་དབང་གིས་ཀོང་པོ་གཡུ་གཞོང་གི་ལུང་པར།།
བགྲང་བྱ་གཉིས་ཙམ་སྡོད་པའི་གོ་སྐབས་འདི་བཟང་བྱུང་།།
རང་རང་ལས་ཀྱི་བསོད་ནམས་ཆེན་པོ་རུ་སྒོམ་བཞིན།།
གཡང་ས་ཞལ་དཀར་འདི་ལ་གུས་འདུད་ཅིག་ཞུ་འདོད།།

ལྕགས་མོ་རྒྱལ།

༄༅།།ཉིཉིང་ཁྲིཉི་བསྐོཐོར་བའིཉི་མཐོཐོང་ཐོཐོས།
སྒྲ་སྙན་ནི་འུ་གཉིས་ཀྱི་སེམས་པ་་་་་་་
སྦྲེལ་བའི་རྒྱུད་སྐུད་རེད།སྒྲ་སྙན་ཡོད་པ་
ནས།འུ་གཉིས་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་ཀྱི་སྣེ་མོ་་་་
ལ།བདེ་སྐྱིད་ཀྱི་དབྱངས་རྟས་བརྒྱན།
སྒྲ་སྙན་དཀྲོལ་བ་ནས།འུ་གཉིས་་་་་
ཀྱི་ནང་སེམས་ལ།དགའ་སྐྱིད་ཀྱི་མཚོ་མོ་
འཁྱིལ།སྒྲ་སྙན་ཡོད་རྐྱེན།འུ་གཉིས་ཀྱི་་
འཇིག་རྟེན་ལ།སྡུག་གི་ན་བུན་དབེན།
ལས་ཀྱི་རླུང་རྟ་དར།

སྒྲ་སྙན་ལ་དུངས་པས།ཡིད་མཐུན་
གྱི་འུ་གཉིས།འཇིག་རྟེན་འདི་ནས་ངོ་་་་་
ཤེས་ཤིང་།ལས་འཕྲོའི་མེ་ཏོག་ཀྱང་་་་་་་་་
ལེགས་པར་བཞད།
སྒྲ་སྙན་འདིས།བརྩེ་དུང་ཅན་གྱི་་་་་
མི་དེ་གཉིས་ལྷན་འཛོམས་བྱུང་ལ།སྒྲ་་་་་
སྙན་དེའི་དབང་གིས།འུ་གཉིས་ཀྱང་་་་་་
བདེ་སྐྱིད་ཀྱི་དབྱངས་རྟའི་ཁྲོད་དུ་བདེ་་་་་
བས་བཟི།

༄༅།།སྒྲ་སྙན་ལ་དགའ་བའའི་འུ་གཉིའིས།
བསོད་ནམས་རྡོ་རྗེ།

ཡུལ་གར་སོང་ཕ་ཡུལ་སྐྱིད་ཤོས་མཐོང་།།
ས་གར་སོང་རང་ས་དགའ་ཤོས་འཆར།།
སྡེ་གར་སོང་རང་སྡེ་སྤྲོ་ཤོས་སྣང་།།
རང་ཡུལ་ལས་ལྷག་པ་གཞན་མ་མཐོང་།།
སྤྱིར་ཆུང་ཆུང་བྱིས་པ་ཡི་དུས་སུ།།
རང་ཡུལ་ལས་གྱེས་ཏེ་གཞན་ཡུལ་དུ།།
སྐྱིད་འཚོ་བ་རོལ་རྒྱུ་བྱུང་ན་བསམས།།
རང་ཡུལ་ལ་སྐྱིད་པོ་མི་འདུག་དྲན།།
དུས་དེང་སང་ཡིད་ཀྱི་མེ་ལོང་དུ།།
གངས་དཀར་པོ་རིག་ན་ཕ་ཡུལ་དྲན།།
མཚོ་སྔོན་པོ་མཐོང་ན་ཕ་ཡུལ་དྲན།།
རྟའི་འཚེར་སྐད་གོ་ན་ཕ་ཡུལ་དྲན།།
སྤང་ཡངས་མོ་མཐོང་ན་ཕ་ཡུལ་དྲན།།
དྲན་དྲན་མཐར་ང་ཡི་ཁྲག་རྒྱུན་དུ།།

ངའི་འཐུང་ཆུ་གཙང་མ་འདྲེས་ཡོད་སྣང་།།
ངའི་སྙིང་ཆུང་དམར་པོའི་ནམ་མཁའ་རུ།།
སྡེ་ཆུང་ཆུང་རང་སྡེ་ཁྲ་མོ་འཁོར།།
ངའི་མིག་ཟུང་གཟི་ཡི་དཀྱིལ་འཁོར་དུ།།
སྦྲ་ནག་པོའི་དུ་ཞག་ལྷོག་ལྷོག་འཁོལ།།
ངའི་དར་ལུང་རྣ་བའི་སྒོ་ཁ་རུ།།
ཁྱི་རྒྱ་ལུའི་ཟུག་སྐད་ལྷང་ལྷང་གྲགས།།
ངའི་དྲི་འཛིན་དབང་པོའི་སྒོ་མོ་རུ།།
ཟས་ཤ་མར་དྲི་ངད་ཐུ་ལུ་ལུ།།
མདོར་བསྡུས་ན་ཕ་ས་ཕ་ཡུལ་ནི།།
ངའི་ཤ་ཁྲག་རུས་ཀྱི་གནས་ཚང་ཡིན།།
ངའི་ཡིད་སེམས་དམར་པོའི་ལྡིང་ཁང་ཡིན།།
ངའི་ཕ་མ་ཕུ་ནུའི་གནས་མལ་ལགས།།

༄༅།།ཕ་ས་ཕ་ཡུལ།
ཨོ་ཏོག་བསྟན་ཉི།