སེམས་སྐྱིད་ཇ་ཁང་། 2025ལོའི་ཟླ་11ཚེས་18 8

ཇུས་འགོད་པ། རྩོམ་སྒྲིག་པ།རིན་ཆེན།

ལྷ་སའི་མཚན་ལྗོངས།
ཁྲ་དོད་ཀྱིས་པར་བླངས།

ཡིད་འཕྲོག་ལྷ་མོ་དང་གྱེས་པའི།།
ཆོས་རྒྱལ་ནོར་བཟང་ཁྱེད་བདེ་འམ།།
རྒྱལ་སྲས་འུ་གཉིས་པོ་བྲལ་རྗེས།།
ཁམས་བདེའི་འཚམས་འདྲི་ཡང་མ་བྱུང་།།

བྱང་ཕྱོགས་མི་རྒོད་ཀྱི་དཔུང་རྣམས།།
མགྱོགས་པོ་འདུལ་རྩིས་ཤིག་མེད་དམ།།
ཡིད་འཕྲོག་རྒྱང་རིང་དུ་ལུས་པར།།
ཕང་སེམས་ཅུང་ཟད་རེ་ཨེ་འདུག།

ང་རང་ཡིད་འཕྲོག་གི་ལྷ་མོས།།
རྟག་ཏུ་མཛའ་བོ་ཁྱེད་བསྒུགས་ཡོད།།
རྒྱལ་སྲས་ཆོས་རྒྱལ་གྱི་ནོར་བཟང་།།
གང་མགྱོགས་ལོག་རྩིས་རང་མེད་དམ།།

སྟོན་ལོ་སེར་པོ་ཡང་ལྷུང་དུས།།
ནོར་བཟང་ཡང་ཡང་དུ་དྲན་བྱུང་།།
རྒྱལ་སྲས་ད་དུང་ཡང་མ་མཇལ།།

ཡིད་འཕྲོག་སེམས་ནད་ཀྱིས་མནར་སོང་།།

་

བཙུན་མོ་ལྔ་བརྒྱ་དང་ཧ་རིའི།།
ཞེ་སྡང་ཕྲག་དོག་འདི་ལྕི་བས། །
ནོར་བཟང་ད་དུང་ཡང་མ་ཁུག།
ཡིད་འཕྲོག་མཐར་སྤྲོད་དུ་བཏང་བྱུང་།།

་

ནོར་བཟང་རང་ཁྱིམ་དུ་འཁོར་དུས།།
བརྩེ་བ་འགྱུར་མེད་རང་ཡིན་ན།།
ཡིད་འཕྲོག་གར་ཡོད་ཀྱི་ས་ལ།།
རྒྱལ་སྲས་ཕེབས་འདོད་ནི་ཨེ་ཡོད།།

༄༅། །ནནོར་བཟང་དྲན་པའའི་ཡིའིད་འཕྲོནོག་ལྷ་མོནོ།
བཙན་རྒོད།

དུས་གསར་སྐལ་བཟང་ཕོ་ཉས།།
གསུང་སྙན་ཡང་ཡང་སྒྲོག་བྱུང་།།
གངས་ཅན་སློབ་གསོའི་འཐབ་སར།།
སླར་ཡང་དཔྱིད་དཔལ་བཞད་སོང་།།

མཁའ་ལ་གནས་པའི་སྐར་མ།།
མང་པོ་འདུག་བསམས་མ་གནང་།།
ལོ་ཆུང་སློབ་མའི་ཁྱུ་ཚོགས།།
སྐར་མ་ལས་ཀྱང་མང་བ།།

མགོ་སྒུར་ལྕེ་སྣར་ངང་ནས།།
ཞུ་བ་འཐེན་དགོས་མི་འདུག།
སློབ་ཡོན་ཞོ་གང་མེད་ཁར།།
ད་དུང་འཚོ་གོས་གནང་བྱུང་།།

ཏང་གིས་སློབ་གསོའི་བྱ་བར།།
ཐུགས་ཁུར་འདི་འདྲ་གནང་དུས།།
སློབ་མའི་ཕ་མ་རྣམ་པས།།
བཀའ་དྲིན་ཚོར་བ་གནང་རོགས།།

མི་རྒྱུད་ཡིག་རྨོངས་ཕྲུ་གུས།།
སློབ་ཆེན་སྒོ་མོ་བརྒལ་སོང་།།
བོད་ཡིག་རྒྱ་ཡིག་དབྱིན་ཡིག།
ཐོགས་པ་མེད་པར་གཟིགས་དང་།།

དགེ་རྒན་ཤེས་བྱ་འཛོམས་པ།།
སློབ་མ་རིག་པ་གསལ་བ།།

གངས་ཅན་མཁས་པའི་འབྱུང་གནས།།
སློབ་གྲྭ་ཡིན་པ་ངེས་རོགས།།

ཁྱིམ་དང་སློབ་གྲྭ་སྤྱི་ཚོགས།།
ཚང་མས་གཞོགས་འདེཌ་གནང་བས།།
སྤྱོད་ཡོན་གཉིས་ལྡན་སློབ་མ།།
དབྱར་མཚོ་རྒྱས་ལྟར་འཕེལ་བྱུང་།།

བཤེས་གཉེན་སློབ་མའི་དབར་གྱི།།
བརྩེ་སེམས་ཉ་ཆུ་འདྲ་བྱུང་།།
སློབ་གྲྭའི་ཁོར་ཡུག་སྐྱིད་པོ།།
སྐྱེད་ཚལ་ལྡུམ་ར་འདྲ་བྱུང་།།

བོད་ལྗོངས་འཛུགས་སྐྲུན་བྱེད་པའི།།
ཤེས་ལྡན་གནམ་འདེགས་ཀ་བ།།
ཆར་རྗེས་ཤ་མོ་ཇི་བཞིན།།
སློབ་གྲྭ་ཁག་ནས་ཐོན་བྱུང་།།

ལས་ཞུགས་ཁོ་ན་མ་སོམས།།
ཤེས་བྱ་ཡོན་ཏན་སོམས་ཤིགཤེས་ཡོན་མེད་པའི་མི་ལ།།
འགྲོ་སའི་ལམ་བུ་མི་འདུག།
（གཞིས་རྩེ་གྲོང་ཁྱེར་བསམ་་་་་་་
གྲུབ་རྩེ་ཆུས་ཆུ་མིག་ཤང་སློབ་ཆུང་གི་་
ཚེ་རིང་གཡང་འཛོམས་ཀྱིས）

༄༅།།སློསློབ་གསསློར་བསྟོསློད་པའིའི་སསེམས་

གཏམ་གངས་ལྷ་དཀར་པསློ།

ས་རུབ་པས།དཀར་གསལ་གྱི་ཟླ་འོད་ཤར་རིའི་སྤོ་
ནས་དལ་གྱིས་མཁའ་ལ་འཕགས་བྱུང་།ངས་སྒེའུ་ཁུང་་་
གི་མདུན་དུ་ལངས་ཏེ་དགུང་ནས་ཐུར་ལ་དཔྱངས་པའི་་་
ཟླ་འོད་ལ་ལྟ་དུས།ང་རང་གི་ཡིད་ཀྱི་ནམ་མཁའི་་་་་་་་་་་་་
མཐོངས་སུ་ཡང་རྒྱང་རིང་ཕ་ཡུལ་ན་བཞུགས་པའི་ཨ་མ་་
ལགས་ཀྱི་ཟླ་བ་བཞིན་སྒོར་བའི་ཞལ་རས་ངང་གིས་་་་་་་་་་
འཆར་བྱུང་།

རྒྱང་རིང་གི་ཨ་མ་ལགས།ཁྱེད་རང་བདེ་མོ་ཡིན་་་་་
ནམ།ཨ་མ་ཁྱེད་ནི་བདག་གི་མི་ཚེའི་ཁྲོད་ཀྱི་ཆེས་གལ་་་་
ཆེ་བའི་མི་དེ་ཡིན།ཁྱེད་ཀྱི་བྱམས་བརྩེའི་དྲོ་སྐྱིད་ཀྱི་ཉི་་་་
འོད་ཀློང་དུ་ང་རང་བདེ་ཐང་ངང་འཚར་ལོངས་བྱུང་།
ཁྱེད་ཀྱི་བཀའ་སློབ་ནི་དྭངས་གཙང་གི་ཆུ་མིག་ཅིག་དང་་
འདྲ་བར་བདག་གི་སྙིང་ཁ་ཕྲ་མོ་ཡང་ཡང་བརླན།ཁྱེད་་
ཀྱི་གཅེས་སྐྱོང་གང་ལེགས་འོག་ངས་ད་གཟོད་འཇིག་་་་་་་
རྟེན་གྱི་ལྟད་མོ་སྣ་ཚོགས་ལོངས་སུ་སྤྱོད་སྐལ་བྱུང་བ་མ་་་་
ཟད།ཁྱེད་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་ལས་བུ་ཕྲུག་ང་རང་སློབ་གྲྭའི་་
དགའ་ཚལ་དུ་ཤེས་རིག་གི་སྦྲང་རྩི་འཐུ་སྐལ་བྱུང་བ་མིན་

ནམ།

ཤེས་བྱ་རིག་གནས་སྦྱོང་ཆེད་ང་རང་རེ་ཞིག་ཁྱེད་་་་་
དང་གྱེས་ཏེ་ཐག་རིང་གི་སློབ་གྲྭར་སློབ་གཉེར་དུ་མི་འགྲོ་
ཐབས་མེད་བྱུང་།དུས་དེ་ནས་བཟུང་།ང་ཚོ་ཕྱོགས་སོ་
སོར་གྱེས་པས་མཉམ་འཛོམས་ཀྱི་ལོ་ཟླ་ཇེ་ཉུང་ནས་ཇེ་་་་་
ཉུང་དུ་གྱུར།ངེད་མ་བུ་མ་ཐུག་པའི་ལོ་ཟླ་དེ་དག་ནང་།
བདག་གིས་ཁྱེད་རང་དྲན་ཐེངས་རེར་སེམས་ལ་གནོང་་་་
འགྱོད་དང་དྲན་གདུང་གིས་ཁེངས་འོང་།ཁྱེད་ཀྱིས་་་་་་་
བདག་གི་ཆེད་དུ་དང་ང་ཚོའི་ཁྱིམ་ཚང་འདིའི་སླད་དུ་་་་་
རང་ཉིད་ཀྱི་ལང་ཚོ་དང་རྩ་ཆེའི་དུས་ཚོད་མང་པོ་བློས་་་་
བཏང་བ་དྲན་དུས།ངས་ཁྱེད་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་ཇེ་དྲན་་་་་་
ནས་ཇེ་དྲན་རེད།ཁྱེད་ཀྱིས་དཀའ་སྤྱད་འབད་བརྩོན་་་་
དང་སྡུག་རུས་དང་ལེན་གནང་ནས།ང་ཚོའི་སླད་དུ་་་་་་
ཕུལ་བའི་སྒེར་སེམས་མེད་པའི་ལེགས་སྐྱེས་ཚང་མ་ངའི་་་
སེམས་སུ་རྡོ་ལ་རི་མོ་བརྐོས་པ་ལྟར་ངེས་ཡོད།
ཨ་མ་ལགས།རྒྱང་རིང་གི་ཨ་མ་ལགས།ཁྱེད་ཀྱིས་
ངེས་པར་དུ་རང་ཉིད་ལ་བདག་སྐྱོང་ཡག་པོ་གནང་་་་་་་་་་

རོགས།བྱས་ནས་ཚར་རྒྱུ་མེད་པའི་ནང་ལས་ཙག་ཙིག་་་
གི་ཁྲོད་དུ་སྐུ་ལས་མང་པོ་མ་བསྐྱོན་རོགས།གཡབ་འོག་་
གི་ཉི་འོད་ཁྲོད་དུ་གསོལ་ཇ་མཆོད་ཞོར་སྐུ་ངལ་ཡང་སེ་་་་
གསོ་རོགས་གནང་།རྒྱུ་མཚན་ནི་ཁྱེད་རང་སྐུ་ན་བགྲེས་་
ཁར་སྐུ་གཟུགས་ཐང་པོ་མེད་པས་སོ།ནམ་ཞིག་ང་རང་་
ཁྱེད་ཀྱི་སྐུ་དྲུང་དུ་ལོག་དུས།ཚར་རྒྱུ་མེད་པའི་ནང་ལས་
དག་ང་རང་གིས་བྱས་པས་ཆོགཨ་མ་ལགས།བུ་ཆུང་ང་རང་སློབ་གྲྭའི་ནང་གང་་་་་
ས་ཅི་ཐད་ལ་སྣང་དག་མེད་ལ།སློབ་གྲོགས་དབར་གྱི་་་་་
འབྲེལ་བ་ཡག་པས།ཁྱེད་རང་ཐུགས་བློ་བདེ་པོ་གནང་་་
རོགས།ངས་བརྩོན་འགྲུས་ཀྱི་རྟ་ཕོ་ལྕག་གིས་བསྐུལ་ཏེ་་་
ཁྱེད་ཀྱིས་ང་ལ་བཅོལ་བའི་རེ་བ་ཆུད་ཟོས་སུ་གཏན་ནས་
གཏོང་མི་སྲིད།
ཨ་མ་ལགས།ངས་ཁྱེད་རང་ཧ་ཅང་དྲན།ཁྱེད་་་་་་
རང་དྲན་ཐེངས་རེར།ང་རང་ཁྱེད་ཀྱི་གམ་དུ་ཡོད་ན་ཅི་
མ་རུང་ཨང་སྙམ།སྐབས་དེ་དུས་ངས་ཁྱེད་ལ་ངའི་སློབ་་
གྲྭའི་འཚོ་བ་དང་འབྱུང་འགྱུར་གྱི་ཕུགས་བསམ་སོགས་་་་

རེ་རེ་བཞིན་གླེང་ངེས་ཡིན།
ཨ་མ་ལགས།ཁྱེད་ནི་བུ་ངའི་སེམས་དབུས་ཀྱི་ཉི་་་་་
མ་ཡིན།ནམ་ཡང་ནུབ་པ་མེད་པའི་ཉི་མ་ཡིན།ང་རང་
ས་ཆ་གང་དུ་སླེབས་ཀྱང་རུང་།བདག་ལ་དཀའ་ངལ་་་་་
གང་འདྲ་ཞིག་འཕྲད་ཀྱང་རུང་།ངའི་ཡིད་ངོར་ཐོག་་་་་་
མར་དྲན་པ་ནི་ཁྱེད་ཉིད་རེད།ཁྱེད་ཀྱི་བརྩེ་བ་ནམ་ཡང་
བདག་དང་ལྷན་དུ་འགྲོགས་ཡོད་པས།ངས་མཚོ་ལྟར་་་་
ཟབ་པའི་ཁྱེད་ཀྱི་བྱམས་བརྩེའི་བཀའ་དྲིན་སྙིང་ཁར་་་་་་་
བཅངས་ནས།ཞོགས་སྔ་ལངས་དང་དགོང་ཕྱི་ཉལ་་་་་་་་
གྱིས་རང་དགོས་ཤེས་བྱའི་གནས་ལ་བརྩོན་བརྒྱ་འབད་་་་
སྟོང་བྱེད་ངེས་ལགས།
མུན་ཇི་ལྟར་རུབ་ཀྱང་ཟླ་བའི་ལྷ་མོ་ཡོད་པས།
ཡོད་ཚད་སྔར་བཞིན་འོད་ཐིང་ཐིང་རེད།བདག་གིས་་་་
ཟླ་བའི་ཕྱོགས་སུ་མིག་ཟུང་ཅེར་བཞིན།ནམ་མཁའི་་་་་་་
མཐོངས་ཀྱི་ཟླ་བ་དེ་ཉིད་ཨ་མ་ཁྱེད་ལ་འཁྲུལ་ཡོང་།ཨ་་་
མ་ལགས།ཁྱེད་རང་ཐུགས་ཁྲལ་མ་གནང་རོགས།བུ་་་་
ཆུང་ངས་རང་ཉིད་ལ་བདག་སྐྱོང་ལེགས་པོ་བྱེད་ངེས་་་་་་
ཡིན་ལ།རྒན་ལགས་རྣམ་པའི་བཀའ་སློབ་སྙིང་ཁར་་་་་་་
བཅངས་ནས་སློབ་སྦྱོང་ལ་འབད་པ་ལྷོད་མེད་བྱས་ཏེ།
ཨ་མ་ལགས་ཁྱེད་རང་བློ་མགུ་ཞིང་ཐུགས་དགྱེས་པའི་བུ་་
ཕྲུག་བཟང་པོ་ཞིག་བྱེད་ངེས་ཡིན་ལ།ཁྱེད་ཀྱི་ཐུགས་རེ་་
བཞིན་སྤྱི་ཚོགས་ལ་ཕན་པའི་མི་ཞིག་བྱེད་ངེས་ཡིན།
（གཞིས་རྩེ་མཐོ་འབྲིང་གསུམ་པའི་ལོ་རིམ་་་་་་
གཉིས་པའི་འཛིན་གྲྭ་བཅུ་གསུམ་པའི་སློབ་མ་ལྷག་་་
པ་ཚེ་རིང་།མཛུབ་ཁྲིད་དགེ་རྒན།སྤོས་ཁང་པ་་་་་་་
དོན）

༄༅།།མཚན་མམོ་འདིདིར།ངས་རྒྱང་རདིང་གིདི་ཨ་མ་དྲན།