



#sunauloanisamriddhasikkim



ཤོང་ཆོད་པ་༥༣

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༥ ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༧

པར་ཤུམ་ཅང་༢༧ རོ་ཤོག་།

༄༅། འབྲས་ལྗོངས་མངའ་སྡེའི་གླིང་རྫོང་རྒྱ་ཐབས་ཨོྲ་ཀཤམ་
ཐུང་མཆོག་གིས་གུ་རུ་འཛིན་པོ་ཆེའི་འབྲུངས་རྒྱར་ཆོས་བརྩའི་ཉིན་མོར་
གནང་བའི་གསུང་འཕྲིན།།

༄༅། །གསར་འགོད་གསལ་བསྒྲགས་། །



འབྲས་ལྗོངས་མངའ་སྡེའི་མི་དར་སྤྱོད་སྤྱི་ལོ་གསུམ་
ཨོ་ཤ་ཀཤམ་གྱི་ར་མཆོག་གི་ས་འབྲས་ལྗོངས་
མངའ་སྡེའི་མི་མང་ལ་གྱུ་རུ་རིན་པོ་ཆེའི་འབྲུངས་
སྐར་ཆེས་བརྒྱའི་ཉིན་མོར་འཆོམས་འདྲི་གནང་
ཡོད་དཔལ་ལྷན་མི་དར་སྤྱོད་མཆོག་གི་ས་གྱུ་རུ་འི་
ཆོས་བརྒྱུན་གྱུ་རུ་བླ་སམ་རྩ་མཁའི་འབྲུངས་སྐར་
དུ་ས་ཆེན་དུ་སྤྱད་བཅི་ལུ་བཞེན་ཡོད་དེ་ནས་
བཟུང་འབྲས་ལྗོངས་དེ་ཞི་བདེ་དང་མཐུན་སྦྲིལ་
ཆོས་ལུ་གས་ཀྱི་འཆར་ཡོངས་བཅས་ཀྱི་གནས་
ཡུལ་ཞིག་ཏུ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་གྱུ་རུ་རིན་པོ་
ཆེ་ནི་ནང་པ་སངས་རྒྱུས་པའི་ཆོས་ལུ་གས་ཀྱི་
མཉམ་འབྲེལ་དང་ཆོས་ལུ་གས་ཀྱི་རྒྱུད་འཛིན་པ་
གཙོ་བོ་ཞིག་ཏུ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་གྱུ་རུ་རིན་

དོ་ཆེ་མཆོག་གིས་མུ་མཐུང་ནས་
 སྐྱུན་མེད་པའི་ས་ཆ་འདི་དང་
 དེའི་མི་དམངས་ལ་བྱིན་རྒྱབས་
 གནང་བར་ཤོག་དེ་ཆོད་མཉམ་
 འབྲེལ་གྱི་འཕྲུལ་བཞུད་དེ་
 བས་ཐུག་པོ་དང་སྙིང་རྩེ་ཅན་
 དང་འོད་སྟོང་འཕྲོ་བའི་སྒྲི་
 ཆོག་ས་ཤིག་ལ་མདུན་དུ་བསྐྱོད་
 བཞིན་ཡོད་བཟུ་གིས་པའི་དུས་
 ཆེན་འདིར་དཔེ་ཆ་ཆོད་མཉམ་བའི་
 སྐྱིད་དང་ཆོས་ལུགས་ཡར་རྒྱས་
 ཆེད་དུ་སྐྱོབ།

བྱེ་ལོ་ ༡༠༥༥ ལྷ་མོ་མེས་པུན་ཅན་འབྲས་ལྗོངས་མངའ་
 རྫོང་མིང་སྐྱོད་གི་ལྷ་རྟ་རྟ་རྟ་པ་ལ་དུས་ཆེན་ལོག་ར་
 བེ་འི་ བརྒྱད་ནས་རྒྱལ་ཁབ་གཅིག་སྒྲིལ་དང་
 ཡན་ཚུན་བ་བཅུ་གཏུ་ར་གི་བད་འཕྲིན་སྒྲིད་ཡོད་
 འབྲས་ལྗོངས་མངའ་རྫོང་མིང་སྐྱོད་རྒྱ་ཞབས་ལྷོ་
 རྟ་གཤམ་མ་ལུ་ར་གྱིས་བེད་གྲལ་གྱི་མཐའ་མཚམས་
 སྤྱི་ཁབ་དུ་རྟ་འཁོར་ལྷ་རྟ་རྟ་རྟ་པ་ལ་ལུ་མ་
 ཞེས་པའི་དུས་ཆེན་ཐོག་གོ་སྤྱི་གྲུ་བྱས་པའི་མཛད་
 ལྷོ་ ཆེན་པོའི་ཐོག་ཁོང་གི་གཟི་བརྗེད་ལྷན་པའི་
 མཉམ་ཞུགས་ཐོ་འགོད་གནང་ཡོད་པའི་ནིག་ར་
 ལྷ་རྟ་དང་བྱུང་བེད་རྒྱལ་འབྲས་ལྗོངས་པར་སྤྱན་
 བཅས་གྱིས་གོ་སྤྱི་གྲུ་བྱས་པའི་ལས་འགུ་ལ་འདི་
 འདས་པའི་ལོ་བཅུ་ལྷག་གཉིས་རེད་ས་མཚམས་
 ས་ཁུ་ལ་དུ་བཞོད་སྤྱི་གྲུ་བྱས་པའི་བདེ་འཇགས་
 དམག་དཔུང་ལ་གུས་བཀུར་བྱེད་པའི་དཔེ་སྟོན་
 རྒྱལ་གྱི་ཞེས་ཞེས་པའི་ལུང་མེད་ལས་བྱེད་པ་
 དང་སྤོབ་ལྷ་ལྷ་ཆོག་ས་གྱི་སྤོབ་ལ་ཁབ་ཅིག་ལྷོ་ལྷོ་
 ཞེན་གཤམ་སྤོབ་ལྷ་མི་ལྷ་རྟ་འཁོར་ལོག་ལོ་རྒྱལ་ར་ལྷོ་
 ཆོན་གྱི་སྤོབ་ལྷ་ཁག་གིས་སྤྱིད་སྤྱིད་མཚོག་ལ་ར་
 བེ་བརྒྱམས་ནས་གཟེངས་བརྟེན་གནང་ཡོད་དེ་
 དཔེ་ཁྱོད་ཆོས་ས་མཚམས་སུ་བཞོད་སྤྱི་གྲུ་བྱས་

པའི་དམག་མི་ཚོར་རྟག་པ་བཞུགས་ཀྱི་
 གླིང་སྟོབས་ལྡན་པའི་རྟག་གྱིའི་ཐུ་མ་
 གླིལ་དང་འཚམས་འབྲེལ་གྱི་ཐུ་མ་
 ཡོད་སྲིད་སྦྱོང་མཚོགས་ཀྱིས་རྟག་པ་བླར་
 བཞུགས་པའི་ཐུ་མ་གྱི་ཐུ་མ་
 ཏེ་ས་མཚམས་སུ་བོད་ཀྱི་ཐུ་མ་ཐུ་མ་
 དམག་མི་སྟོ་ཁོག་ཅན་ཚོར་མི་མང་གི་
 སེམས་ཁམས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་འདིས་རྒྱལ་
 ཁབ་ཀྱི་བདེ་འཇགས་ལ་བརྟེན་བཟུང་
 རྒྱུད་པ་མ་ཟད་རྩོམ་འདི་རྟག་ཀྱི་ཐུ་མ་
 རྟག་ཐབས་ལ་ཡང་ལྷན་སྦྱོར་གྱི་ཡོད་
 གྱིང་ཐུག་དང་བྱེད་མེད་ལས་ཐུག་ཚོར་
 མངར་ཟས་ཐུ་མ་སྦྱོང་སྦྱོང་ནས་ཁོ་མོའི་
 འབད་བརྟེན་ལ་ཡོད་རངས་ཞུ་ས་ཡོད་
 མཛད་སྟོང་ཐོག་ཡོས་ཡོས་ཀྱི་སི་ལི་ཡུ་
 རིམ་ལྡན་ལྟ་ལྟོས་སྦྱང་དབྱེད་འཛིན་སྦྱོང་
 ཞབས་མེད་ཐུག་སྟེན་ལ་དང་གཞན་
 དབྱེད་འཛིན་རྒྱུ་པས་མཉམ་པུལ་གས་
 གནང་ཡོད་མཛད་སྟོང་འདི་ནི་རྒྱལ་ཞེན་
 དང་རྟག་ཀྱི་ཐུ་མ་གྱི་སྟོབས་པ་དང་དེ་
 བཞིན་ཞི་བའི་དམག་མིའི་འབྲེལ་བའི་
 དམ་ཐབས་མངའ་བ་མཚོན་ཐུབ།།

༄༅། སྤྱི་ཁྱོད་ཆོས་མཆོག་གི་ཁྱུ་རུ་ལུང་སྐར་ཆོས་བཅུ་དང་འབྲེལ་བའི་གསུང་འཕྲིན།



འབྲས་ལྗོངས་མངའ་སྡེའི་སྤྱི་ཁྱོད་ཆོས་མི་
 རྒྱུ་ལོ་ལྷན་ཁྲུ་མང་མཆོག་གིས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠ ༢༡
 ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༧ ཉིན་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་གཉིས་
 པ་སློབ་དཔོན་པ་ལྷན་འབྲུང་གནས་སམ་གྱུ་རིན་པོ་

ཆེད་ལུང་སྐར་ཆོས་བཅུ་དྲུག་ཆོས་ཁྱེད་
 བར་ཅན་དེར་འབྲས་ལྗོངས་དང་རྒྱལ་སྤྱིའི་མི་
 དམངས་ཡོངས་ལ་འཆོས་འདྲི་གནང་ཡོད་
 པ་དང་དུ་སྤྱི་ཁྱོད་པར་དེར་སྐྱེས་ལུ་ལ་བསྟན་

པའི་ལ་མངའ་བདག་གྱུ་རུ་རིན་པོ་
 ཆེ་ཁོང་གིས་དུ་སྤྱི་ཁྱོད་པར་བསྐྱོད་
 པའི་ནང་སྤྱི་ཁྱོད་ཉི་མ་ལའི་ལུ་ལ་
 རྒྱུ་གས་དང་དམིགས་བསལ་སྐྱེས་

ལུ་ལ་འབྲས་མ་ལྗོངས་སུ་ཞབས་དངོས་སུ་
 བཅགས་ཏེ་ས་དོ་རི་བྲག་ཏུ་བྱིན་རྒྱབས་གནང་
 ཡོད་པ་དང་དམ་པའི་ཆོས་དོ་སྟོན་གནང་བས་
 རྒྱལ་ས་རྒྱུ་ལའི་བཀའ་འདྲིན་གནང་ཡོད་།

༄༅། ལྷ་ཁྱོད་རྫོང་ཁོངས་ཀྱི་བེ་རིང་ཏ་རེ་ཐང་རི་བུ་ཡི་སོ་ནམ་ལས་ཁུ་དང་སྤྱི་ཡིག་ཆང་དཔུ་འབྲེད་གནང་བ།



ཕྱི་ལོ་ ༢༠ ༢༡ ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༧ ཉིན་ལྷ་ཁྱོད་རྫོང་
 ཁོངས་ཀྱི་བེ་རིང་ཏ་རེ་ཐང་རི་བུ་ནང་བྲ་རྟན་
 མཉམ་ཏུ་གྱི་ཉི་མེན་ཅ་ཡི་ཡོ་རེན་ཐིགས་པ་རེ་
 ལ་སོན་བཟང་མང་པ་ཐོབ་ཞེས་པའི་ཤེས་
 རྟོགས་སྤེལ་བྱེད་ཀྱི་ལས་རིམ་ཞིག་ལེགས་
 འབྲུབ་ལྷུང་ཡོད་ཀྱི་སྤྱི་ཁྱོད་སྤྱི་ཁྱོད་ལུ་ཡོངས་ཀྱི་
 ཞིང་ལྷགས་ཐིགས་སྟོར་གཞུང་ལས་ཁང་དངོས་

སུ་སྟོན་འབྲེད་གནང་བ་མ་ཟད་ལས་རིམ་དེ་ལ་
 རྫོང་པན་ཅ་ཏེ་ཆོག་མཉམ་ལུ་ལུ་མེ་བྱི་ཏུ་ཤར་
 མས་ཡིག་ཆང་དཔུ་འབྲེད་གནང་བ་དང་དེ་
 བཞིན་ལས་རིམ་ནང་ཞིང་ལས་དང་ལུ་མ་རའི་
 ལས་ཁུ་དང་སྤྱི་ཡིག་ཆང་འཛིན་གཞིན་པ་སྤྱི་
 ཞབས་ཆེ་རིང་ཆོས་འཕེལ་ལྷུ་ཏེ་ཡོད་དེ་ཞིང་
 ལས་ལས་ཁུ་དང་སྤྱི་ཡིག་ཆང་འཛིན་གཞིན་པ་

ལུ་མ་སྤྱི་ལེ་ལྷ་ཁྱུ་རུ་དང་ལུ་མ་
 སང་རི་ཏ་ལྷ་སི་ཞེ་ཏེ་ལགས་ལུ་མ་
 སྤྱི་རེན་གྱུ་རུ་དང་ལགས་དང་སྤྱི་
 ཞབས་ཀྱི་ཤར་གྱུ་མར་ཤར་མ་
 དང་སྤྱི་ཞབས་ལྷ་གན་གྱུ་རུ་དང་ལུ་མ་
 རའི་ལྷ་ཞིབ་པ་སྤྱི་ཞབས་ལྷ་ཏེ་
 རྫོང་སྤྱི་ཁྱོད་དང་མཉམ་དུ་ལས་གཞི

དེའི་དམིགས་ལུ་ལེན་ས་གནས་ཀྱི་ཞིང་པ་མང་
 ཆོག་ལ་ལུ་ཐེང་རྒྱ་དང་གསུམ་གྱི་གལ་ཆེན་རང་
 བཞིན་དང་ལག་བསྐྱར་བྱེད་པའི་སྟོར་ལ་ཤེས་
 རྟོགས་སྤེལ་བ་དང་ས་གནས་སྤྱི་ལྷུང་གི་སྤྱི་
 ཆབ་དང་ལས་ཁུ་དང་སྤྱི་ཡོན་ཀྱི་མཉམ་
 རྒྱལ་སྤྱི་མཉམ་སྟོན་འདྲི་རོན་སྤྱི་ལུ་ལེན་པ་ཞིག་
 རྒྱུ་གས་ལུ་ལྷུང་ཡོད་།

༄། རྒྱལ་ཐིང་རྫོང་བྱིས་པའི་སྤྱང་སྦྱོང་པ་རུ་ཁག་ནས་གསར་འགོད་བསྒྲགས།

རྒྱལ་ཐིང་ཐོང་ཁུལ་གྱི་བྱིས་པའི་སྤངས་སྤོང་སྤེ་
 ཚེན་གྱིས་སྤྱད་པོང་ཚེན་ཏ་ལུང་རི་པ་རུ་བྱིས་
 པ་དང་འབྲེལ་པའི་ཁྱིམ་སུ་གསལ་སྤོང་ཏེ་
 ཤེས་རྟོགས་ཀྱི་ལས་རིམ་ཞིག་གོ་སྤྱི་གུས་
 ལས་རིམ་དེ་རྒྱལ་ཐིང་ཁུལ་གྱི་བྱིས་པའི་སྤངས་
 སྤོང་འགན་འཛིན་ལུས་ཏེ་མ་ན་སྤྱད་ཏེ་
 ལས་སྤོན་དང་རྒྱལ་སྤོང་འོག་སྤེལ་པོང་
 ལས་རིམ་དེར་སྤྱད་པོང་ཚེན་ཏ་ལུང་རི་པ་རུ་
 ཡི་པན་ཏ་ཡེན་ཚོགས་གཙོ་དང་ཚོགས་གཙོ་
 གཞིན་པ་དང་ལེང་ཡོག་པེ་གཏེན་པོས་ཏ་གྱི་ཨེ་
 ཨེས་ཨེའི་ལས་རིམ་དེ་བྱིས་པའི་སྤངས་སྤོང་
 ཐོང་འགན་འཛིན་ལུས་སངས་རྒྱལ་སྤྱོད་ཀྱི་

འགས་ཀྱིས་བློ་གསལ་བསྟུང་ཆོག་པ་འདྲ་
འཛོགས་ནས་མགོ་བཟུམས་ཁོང་གིས་བྱིས་
ང་ལྟ་ངལྟོ་བ་ཀྱི་ཁྱིམ་ས་ལུ་གས་གཤ་ཆེན་
ཁག་ལ་ཤེས་རྟོགས་ལྡན་པའི་གསུང་བཤད་
གནང་བ་དང་ལྷག་པར་དུ་བྱིས་པ་ལ་འཁྲིག་
སྟོང་གི་བྱ་སྟོང་ལས་ལྟ་ངལྟོ་བ་བྱེད་པའི་
ཁྱིམ་ས་དང་བྱིས་པའི་གཉེན་སྲིག་པགས་
སྟོང་གི་ཁྱིམ་ས་ལུ་གས་སྟོང་པ་ལ་གསལ་
བཤད་གནང་ཁོང་གིས་ཆོག་པ་འདྲ་དེས་སྟོ་
ཆོག་པ་ལ་བྱིས་པ་ཆོང་ཁྱིམ་ས་མཐུན་གྱིས་དྲ་
སྟོ་བ་ཡོད་པའི་སྟོང་ཤེས་རྟོགས་བྱེད་པར་
ལན་བོགས་ལྟ་ངལྟོ་བ་དང་དེའི་རྗེས་ལྟ་ངལྟོ་

རིང་གི་རྫོང་ཁྱིམ་པའི་བདག་སྐྱོང་དང་།
 ལྷུང་སྐྱོང་གོས་མོལ་པ་སྐྱེ་ཞབས་ལྷ་བདེ་
 བཤར་མ་ཡིས་ཁྱིམ་པའི་ཁྱིམ་སྲུག་ས་
 ཁྱིམ་པའི་བདག་སྐྱོང་དང་ལྷུང་སྐྱོང་པ་
 ཁྱིམ་ས་ཡིག་འོག་གི་དོན་ཚན་རྣམས་མཁས་
 ལ་འོད་ཟེམ་འཕྲོས་པ་དང་བདག་སྐྱོང་
 དང་རོགས་སྐྱོང་བདག་སྐྱོང་རྗེས་ཀྱི་
 ལྷུང་སྐྱོང་དེ་བཞིན་ཁོང་གིས་ཁྱིམ་པའི་
 བདེ་ཐང་ཚོགས་སུ་རུང་དང་ན་གཞིན་
 ཁྱིམ་ས་ཁང་ཁྱིམ་པའི་རོགས་རམ་ཁ་
 བར་ཨང་། ༡༠༩ རབ་ཅས་ཀྱི་ལས་འགན་
 སྐྱོང་པ་ལ་མདོར་བསྡུས་ཤིག་གསུང་།

དགས་གནང་ཡོད་ཀྱིས་རིང་ཁུལ་གྱི་བྱིས་
 པའི་སྐྱེད་སྐྱེད་སྟེ་ཚོན་བྱིས་ཁོང་ཚོའི་རིམ་
 ཡུ་ནང་དུ་གནས་ཚུལ་གསལ་པོ་དང་
 དགོས་མཁོ་ཆེ་བའི་ལས་རིམ་འདི་འདྲ་གོ་
 གྱིག་བྱས་པར་བྱ་གསུམ་རྩེ་ཆེ་ཞུས་ཡོད་དེ་
 པའི་ཁོང་གིས་མཉམ་ཞུགས་པ་ཚོས་ཉིན་
 དེའི་གྲོས་བསྡུར་གྱི་གལ་ཆེན་རང་པའི་ནང་
 ལ་ངོས་འཛིན་བྱས་ནས་སློབ་སྦྱོང་དེ་དག་
 ཁོང་ཚོའི་གྱི་ཚོགས་ནང་པའི་རིམ་བྱེད་
 དགོས་པའི་སྐྱེད་ལམ་ཡང་གནང་སྟེ་ལས་
 རིམ་མཐུག་གྱིས་ཡོད་༥༥

༄། ཆེན་ཏན་གྱི་སྒོ་ནས་སྤུངས་པའི་རྣམ་ཐད་ཀྱི་ཡན་སྐྱེད་ཀྱི་སྐྱེད་པོ་ཉེ་བཞུགས་པའི་ཁྲི་

སྐད་དོག་སྒྲི་འཛེས་ཀྱི་ཉིན་མང་འཕྲེ་རིམ་པོ་
 སམས་ཕུང་ན་ཏཱ་མྱི་ཡེན་སམ་མན་སམ་མོ་སྒྲི་
 རྒྱ་གར་རྒྱལ་ཡོངས་ཨ་ཡོག་གི་རེ་འདུན་རྫོང་
 ཁོངས་དང་རེ་འདུན་ཁུལ་གྱི་ལས་རིམ་འོག་ཏུ་
 ཆེན་ཏན་རྩ་ཐུབ་དུ་འཕྲོགས་མཛད་སྒྲི་བཅུ་
 ལོ་ ༡༠༡༧ གྲུ་ ༧ ཆེས་ལྷོ་རྒྱ་གར་ཨ་ཡོག་རྒྱ་
 པོས་རྒྱལ་ཡོངས་ལྟེ་གནས་གྱིས་རྒྱལ་ཡོངས་
 ལྟེ་གནས་གྱིས་རྒྱལ་ཡོངས་གྱི་དམིགས་ལུ་ལ་
 རྒྱལ་པོ་ལས་འགུལ་སྒྲེལ་པོ་སམ་ཕུང་ན་ཏཱ་
 ཨ་མྱི་ཡེན་ལྱི་མཐར་ཐུག་མཆོན་ཡོད་སྒྲི་གསུམ་
 རིང་སྒྲེལ་པོ་ལྟེ་ཨ་མྱི་ཡེན་གྱིས་འཕྲོད་ད་ལྟེ་
 དང་འཕྲོ་པུཅུ་དགེ་སེལ་ཡོན་ཞིང་ལས་རྒྱ་ཐོན་
 ཁུངས་འབྲས་རྫོང་མང་འཕྲེ་ཉི་ཤང་སམ་ཕུང་
 ན་ཏཱ་མྱི་ཡེན་གྱིས་རེ་འདུན་རྫོང་ཁག་གཅིག་
 གི་སོ་རེ་རྫོང་ཡིན་པ་དང་རེ་པོ་རྫོང་ཁག་
 གསུ་མ་སྟེ་རྒྱམ་ཅེ་གྲོང་སྟེ་དང་སོ་རེ་རྫོང་
 ཁུངས་ཀྱི་ཅུམ་ཕུང་གྲོང་སྟེ་དང་རྒྱལ་རིང་རྫོང་
 ཁུངས་ཀྱི་ཙོང་རིང་གྲོང་སྟེ་མཛད་སྒྲི་འོག་
 མང་འཕྲེ་འོ་སྟོན་ཆེན་རྒྱ་ཞབས་ཤེས་མིང་ཏཱ་
 མང་མཆོག་སྐྱུ་མགོན་གཙོ་བོར་གྲེས་རིག་དང་
 ལུས་རྩ་ལ་དང་ན་གཞོན་ལས་དོན་དང་བྲིས་
 ལུགས་དང་གྲོས་ཆོག་ས་གྱི་ལས་དོན་སྟོན་ཆེན་

སྐྱུ་ཁབས་དུ་ཁྱུ་སྤྱི་ཞེ་དང་ཡང་རྒྱུ་སྤྱི་ཁབས་ཁུ་དཔེ་གྱི་སྐྱུ་ཁབས་མེ་ཁ་འཛིན་ཆེ་དབང་སྤྱི་ལ་ལགས་གྱིས་སྤྲེགས་ལུའི་སྤྱི་དུ་སྤྱོན་ཆེན་ཏ་མང་གིས་ཆོགས་འདུ་ལ་གསུང་བཤད་གནང་སྐབས་མེ་འདུ་ན་གྱི་རྫོང་ཁག་གཅིག་ལས་བསྐལ་ནས་མངའ་སྤེའི་རྫོང་ཁག་དུ་གཙང་མས་ལས་དོན་གྱི་གཙོ་བོའི་མཚན་རྟགས་ཙང་མར་འབད་བརྩོན་ཐུང་དགོས་པའི་དགོས་མཁོ་གསལ་སྤྱོན་གནང་ཡོད་ཁོང་གིས་ནན་བཤད་གནང་དོན་དབུས་གཞུང་གིས་མེ་འདུན་རྫོང་ཁག་དང་ས་ཁུལ་ལས་མེས་འོག་མ་དབུལ་བཞོད་སྤྱི་གཉེན་པ་དེ་ལས་དོན་ལ་གཞིགས་ནས་དམིགས་ཚད་གསལ་པོ་དང་དུ་ས་ཚོད་གཏན་འཁེལ་བྱས་ཡོད་གལ་ཏེ་ཚད་གཞིའི་དམིགས་ཚད་དེ་དག་མ་འབྱུང་བ་ན་མ་དབུལ་ཕྱིར་འཐེན་ཐུང་སྤྱི་དཔེ་ཉེན་བརྡ་བཏང་ཡོད་དེ་བས་གཞི་རིམ་དུ་དམིགས་སའི་རང་བཞིན་ལྡན་པའི་སྤྱོད་ནས་ལག་བསྟར་བྱ་རྒྱུ་ནི་ལགས་ཅུ་ཡིན་སྤྱོན་ཆེན་མཚན་གིས་ཚད་གཞི་ཙང་མར་སྤྲེལ་སྐྱུ་དེ་མདུན་གལ་གྱི་ལས་ཐུང་བའི་ཁས་ལེན་དང་མཐུན་སྤྲེགས་

ཡས་ཁུངས་ཀྱི་མཉམ་འབྲེལ་འབད་
བཟོན་ལ་མག་སྒྲེབས་པའི་རུ་ཁག་གི་
འབད་བཟོན་ཞིག་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་
ཡོད་འབྲས་ལྗོངས་ལཱ་ལྷན་འདད་འཇགས་
ཞིག་ཡོད་ཀྱང་ཁོང་གིས་དུས་ཐོག་དང་
རྒྱུལ་འབྲས་ལྷན་པའི་ལག་བསྟར་བྱེད་
བར་མི་སྤྱིའི་དོ་དམ་པས་ལུ་ས་ལྷན་པ་
ཞིག་ལ་མག་སྒྲེབས་ཀྱི་ཡོད་ཅེས་བསྟན་
ཡོད་སོ་རེ་དེ་མི་འདུག་གྱི་རྫོང་ཁག་
གཅིག་ལུ་དེ་ཡིན་པས་རྫོང་ཁག་གཞན་
པ་ཚོ་ཡིད་ཚིམས་བྱུང་གོས་པར་བསྟན་
ནས་རྫོང་ཁག་ཚང་མའི་བར་འབྲན་
ཚོད་འཕྲོད་བསྟེན་ལྷན་པ་བྱེད་དགོས་
པའི་རྒྱལ་མ་ཕུང་ཡོད་དེ་ལས་ལྷན་སྟེ་
རྫོང་ཁང་རེ་རེས་འབད་བཟོན་མང་པ་
བྱེད་དགོས་པ་དང་མཉམ་ཁུངས་ཉིད་ཀྱི་
དཀའ་ངལ་སྟེལ་དགོས་པ་དང་ལྷོན་
ཆེན་མཆོག་གིས་གཞི་རིམ་གྱི་སྲིད་
གཞུང་ལ་གཞི་བཙུགས་ནས་སྤྱུལ་བཅ་ཅ་
ཡུལ་སྟེ་ཆོན་མང་ཆེ་བ་ཤེས་ཡོན་ཅན་
དང་ཤེས་ཚད་ལྡན་པའི་པན་ཅ་ཡུལ་

ཆོས་འཛིན་སྐྱོང་བྱེད་པའི་ན་པ་དང་ཡར་
 རྒྱས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་མ་མཐུན་དུ་འལུར་བ་
 འགོ་བཞིན་པའི་སྐབས་ཐད་ཀར་གོང་
 འཕེལ་གཏོང་བའི་ལམ་ལུ་གས་ཅན་གྱི་
 ལམ་ཕྱོགས་ཤིག་བཟོ་དགོས་པའི་སྒྲུབ་མ་
 གནང་ཡོད་ཁོང་གིས་འགྲེལ་བཤད་གནང་
 འོན་འབྲས་ལྗོངས་སྐྱོང་བཅོས་ལྟེ་གནས་
 དེ་གནས་སྤངས་འདིའི་ནང་བཙུགས་པ་དེ་
 གཅིག་གཉུ་ར་གྱི་གོང་འཕེལ་འཆར་འགོད་
 ལ་སྒྲུབ་ལ་འདེད་གཏོང་བ་དང་འཐབ་རྩ་ས་
 ལམ་སྟོན་སྟོན་རྒྱུ་དེ་ཡིད་དེ་མིན་ཁོང་གིས་
 མངའ་སྡེའི་ཤེད་རྒྱུད་མ་གུ་བ་པའི་མང་
 གཞིའི་སྒྲིག་བཀོད་ལ་དོ་སྣང་སྣང་དེ་སྟོན་
 ཆེན་མཆོག་གིས་དཔལ་འབྱོར་རྩིས་དབྱུང་
 ལྟ་རྟོག་དབྱུང་ཞིབ་ལས་ཁུ་ངས་ཡིས་
 བཟོས་པའི་གནས་རྒྱུ་ལ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་
 ཡིན་པར་ནན་བཤད་གནང་བ་དང་འགྲེལ་
 དཔོན་རིགས་ཆོས་དེ་ལ་ཞིབ་བཤེར་ཅན་
 ཏན་ལྷས་ཏེ་རྫོང་ཁག་ཚང་མའི་ལས་དོན་
 ཡག་པོ་འགོ་བཞིན་ཡོད་པར་འཛིན་བྱེད་
 བཞིན་པའི་སྐབས་ཁོང་གིས་འོས་བསྐྱེད་
 ལས་འགལ་ལ་སྒྲུབ་པ་བཏོན་པའི་རྫོང་ཁག་

