

༥ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ ཟླ་བ་ ༣ ཚེས་ ༢༠ ནང་ ༢༡ ཉིན་རིགས་གཏེར་དབྱིད་ཚོས་ཆེན་མོའི་སྐབས་

ཀྱི་རིས་མེད་མཁས་པའི་བཟོ་སྒྲེང་དུ་སྤེལ་བའི་དབུ་མ་འཇུག་པའི་སེམས་བསྐྱེད་

དབུག་པ་ལས་མཛོན་དུ་གྱུར་པར་སྐྱབ་པའི་གཏན་ཆིགས་གསུམ་ལ་

དབྱེད་པ་དཔལ་ལྡན་ཟླ་བ་དབྱེས་པའི་མཚན་སྤྲོན།

༥ འགྲོ་བའི་གཉིན་གྱུར་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་དང་། །

གངས་ཅན་མགོན་པོ་སློབ་དཔོན་བསྐྱེད་ཞབས། །

སྤྱི་ཐོར་བཀོད་དེ་འགྲོ་ཁམས་ཇི་སྤྱིད་དུ། །

ཕན་བདེ་སྐྱབ་པའི་སྤྲུལ་གྱི་མཐུ་ཐོར་སྤྲོན། །

ཐ་སྙད་རང་མཚན་འགོག་པའི་ལྟ་བ་དང་། །

བྱང་འཕགས་ས་ཡི་ནལ་འབྱོར་སྒྲོམ་པ་གཉིས། །

བྱང་འབྲེལ་སྤྱི་དགོངས་པ་ཐལ་འགྱུར་དུ། །

འབྲེལ་མཛད་དཔལ་ལྡན་ཟླ་བ་གཙུག་གི་རྒྱ། །

གང་གི་གཞུང་བཟང་ཐུགས་སུ་བསྐྱེལ་བའི་མོད། །

ཚད་མའི་ལམ་ནས་བདེན་གཉིས་མགོ་སྒྲོམས་སུ། །

འདོམས་མཛད་སྒྲོང་ཆེན་པ་དང་མི་པམ་རྗེས། །

བྱང་ཆུབ་ཐོབ་ཀྱང་བཅེ་བས་བཟུང་དུ་གསོལ། །

ཞེས་ཞེས་བརྗོད་སྤྱི་དབུ་མ་སྐབས་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་དོན་ཚན་བཞིས་སྒྲེང་བར་བྱའོ། །

གཅིག་སྟོན་སྒྲིང་།

ཤ་སྐྱབས་མགོན་ཤ་གོང་མ་ཁྱི་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ་དང་ཤ་ཁྱི་འཛིན་ཤ་རྣམ་གཉིས་ཀྱི་ལམ་སྟོན་ལོག་དཔལ་ས་སྐྱའི་
སྟོན་ལམ་རྒྱན་ལས་སྐྱབས་དང་སོའི་ཤེས་ཡོན་ལས་འཆར་གྱི་སྟེ་ཆོན་རིགས་གཉེར་དཔྱད་ཆོས་ཆེན་མོའི་
སྐྱབས་རིས་མེད་མཁས་པའི་བཀོ་སྐྱང་ཆོགས་ནས་བསྟན་བརྒྱད་གཅིག་པར་ངོ་འཕྲོད་པ་དང་། ཐུན་མོང་མ་
ཡིན་པའི་བཞེད་གཞུང་ངོ་འཕྲོད་པའི་དགེ་མཆོན་ལ་དམིགས་ནས་ཐུག་ལས་གནང་བར་བསྐྱགས་བརྗོད་
ལན་བརྒྱུད་ལ། །

ཐུག་པར་དུ་བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་འགལ་མེད་དང་གཞུང་ལུགས་ཐམས་ཅད་གདམས་པར་ཤར་
ནས་ཀྱུན་ལ་དག་སྒྲུང་ཞིག་དགོས་ན་ཆོས་བརྒྱད་ཁག་གི་ཐུན་མིན་བཞེད་གཞུང་ངོ་འཕྲོད་པ་གནང་རྒྱ་ནི་
མེད་དུ་མི་རུང་བའི་ཆ་རྒྱུན་ཞིག་ལ་གྲུས་པ་སྒྲེར་གྱི་བསམ་ཚུལ་ཡང་ཡིན། དེ་མིན་དོ་རྗེ་གདན་དུ་བསྐྱོད་
པའི་ལམ་གྱི་དཔག་ཚད་དང་ཞེང་སོགས་ཚད་དེས་ཅན་གཅིག་ལས་མེད་པར་སྒྲིབ་པ་ལྟ་བུ་གཞན་ཐམས་ཅད་
འོར་བར་འཛིན་པའི་རང་ལྟ་མཆོག་འཛིན་གྱི་མཐའ་དང་། ཡང་ན་གཞན་གྱི་བཞེད་གཞུང་ཐམས་ཅད་རང་
ལུགས་ཀྱི་ལམ་གཅིག་ལྟ་བུ་དེའི་ནང་དུ་རྒྱུད་ཐབས་ཀྱིས་ལུང་སྒྲ་ལྷགས་གར་འཐེན་མཛད་པའི་མཐའ་གཉིས་
སྤྱི་མ་ལུང་བར། སོ་སོའི་ཐུན་མིན་གྱི་བཞེད་མཆོམས་མཁྱེན་པར་ནི་དོ་རྗེ་གདན་དུ་ཕེབས་ལམ་མི་འདྲ་བ་
ཐམས་ཅད་གནས་མཆོག་དེར་འགོ་ཐུབ་པར་དེས་པ་ལྟ་བུའི་མཁྱེན་རྒྱ་ཡངས་པོ་བྱུང་ན་དེས་དོན་གྱི་བསྟན་
པ་ཐམས་ཅད་འགལ་མེད་དང་གཞུང་ལུགས་གདམས་པར་ཤར་བའི་བྱད་ཆོས་སྤྱི་མཐོང་།

གཉིས་པ། གཞུང་ཁུངས།

དཔལ་ལྷན་ས་སྐྱའི་སྟོན་ལམ་ཡིག་ཚང་ནས་གཏན་འབེབས་གནང་བའི་སྤྱི་འགྱུར་རྙིང་མའི་བརྗོད་བྱ་ནི།
འབྲུག་པ་རང་འགྲེལ། ཉ་ལྷ་ཏ་མཐོ་སྟོབ་ས་སྐྱའི་སྟོབ་གཉེར་ལྷན་ཆོགས་ནས། ཨང་ ༡༥ ༡༩༩༩ ེ
གཞུགས་བརྟན་དང་འབྲེལ་བའི་ཆོས་ཉིད་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པའི་བྱིར་དང་། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་བྱང་
རྒྱལ་སེམས་དཔའི་ས་ལྷ་པར་ལམ་གྱི་བདེན་པ་ལ་དམིགས་པའི་བྱིར་དང་། རྗོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་
ཆོས་ལ་མངོན་དུ་སྤྱོད་པའི་བྱིར་ན་ས་འདི་ལ་མངོན་དུ་གྱུར་བ་ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་པ་འདིའི་ཐད་ལ་སྐྱེད་
དགོས་པར་བཀའ་གནང་བ་ལྟར་བདག་སྟོན་གང་སྟོབས་ཀྱིས་ཁྱེད་པོ་བརྟན། འདིའི་འཕྲོས་གཞུང་ནི།
མངོན་དུ་སྤྱོད་པའི་མཉམ་བཞག་སེམས་གནས་ཏེ། །རྗོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཆོས་ལ་མངོན་སྤྱོད་པ་
ཤིང་། །འདི་རྟོན་འབྱུང་བའི་དེ་ཉིད་མཐོང་བ་དེས། །ཤེས་རབ་གནས་པའི་འགོག་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར། །ཞེས་

དབུ་མ་འཇུག་པའི་སེམས་བསྐྱེད་བྱུག་པ་ནས་ཡིན། དེ་ཡང་ཀུན་མཁྱེན་མི་པམ་པའི་ས་བཅད་ལྟར་ན་ཡུལ་
ཅན་སའི་ངོ་བོ་མདོར་བསྟན། ཡུལ་སྟོང་ཉིད་རྒྱས་པར་བཤད། སའི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པའི་མཇུག་བསྐྱེད་
གསུམ་གྱི་དང་པོ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ། བསྐྱེད་བྱ།

གོང་གི་རང་འགྲེལ་གྱི་གཏན་ཆོག་གསུམ་གྱིས་སྟོས་པ་ཉི་བར་ཞི་བའི་རྣམ་གངས་མིན་པའི་དོན་དམ་མཁ་
གནས་ལུགས་དེ་བཞིན་ཉིད་མདོན་དུ་གྱུར་བ་བསྐྱེད་བྱ་ཡིན་པ་ལས། ས་བྱུག་པ་མདོན་དུ་གྱུར་བ་བསྐྱེད་བྱ་
མིན། གལ་ཏེ་ས་བྱུག་པ་མདོན་གྱུར་ཡིན་པར་སྐྱབ་ན་རིང་སོང་ཡན་ཆད་ས་བྱུག་པ་མདོན་དུ་གྱུར་བ་ཡིན་
པར་ཐལ་ཏེ། གོང་གི་གཏན་ཆོག་རྣམས་རེ་རེ་ནས་ལྡན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་ས་བྱུག་པའི་དོན་ལྟོག་མིན་
པར་སྐྱབ་བཤད་དུ་བྱུང་བར་སྐྱབ་པ་ཙམ་ཡིན་ལ། འདིར་གོ་བྱ་གལ་ཆེན་ནི། འདིར་བསྟན་འགོག་པ་ནི་མཛོད་
ནས་བསྟན་པའི་སྲིད་བསྐྱེད་དང་ལྡན་མིན་འདུ་བྱེད་དུ་བཤད་པའི་འགོག་པའི་སྟོམས་འཇུག་མིན་ལ། གང་
མདོན་དུ་གྱུར་པའི་འགོག་པ་ནི་ཡུལ་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་དང་། གང་གིས་སྟོམས་པར་འཇུག་པའི་སྟོས་བྲལ་
མདོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་རྣམ་མདོན་དེ་ཉིད་སྟོམས་འཇུག་ཡིན་ཏེ། སེམས་བསྐྱེད་བདུན་པའི་རང་འགྲེལ་
ལས། འགོག་པ་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ནི་ཡང་དག་པའི་མཐའ་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ཡིན་པས། །དེ་
བཞིན་ཉིད་ལ་འགོག་པ་ཞེས་བརྗོད་དེ་འདིར་སྟོས་པ་ཐམས་ཅད་འགག་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་
གསུངས་སོ། །དེ་འདྲའི་འགོག་པ་དེ་ས་དང་པོ་ནས་མདོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ་དང་མཐོང་སྤང་བྲལ་བའི་ཆ་
ནས་ཐོབ་པ་སོགས་ས་བཅུ་རང་རང་ལ་རྟོགས་ཐོབ་གཉིས་ཀ་ཡོད་ཀྱང་། མདོན་དུ་གྱུར་པ་ནི་ཤེས་རབ་པར་
ཕྱིན་ལྟག་སྟོབས་ཀྱིས་ཡིན་ཏེ། སེམས་བསྐྱེད་བྱུག་པའི་ཙམ་བར། འདི་རྟོན་འབྱུང་བའི་དེ་ཉིད་མཐོང་བ་
དེས། །ཤེས་རབ་གནས་པས་འགོག་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དེས་ན་མདོན་སུམ་དུ་
རྟོགས་པ་ས་དང་པོ་ནས། མདོན་དུ་བྱེད་པ་ས་བྱུག་པ་ནས། རྟོག་གཅིག་གི་འཇུག་ལྡང་བྱེད་པ་བདུན་པ་
ནས་ཡིན་ནོ། །

མཆོམས་འདིར་ངོས་འཛིན་བདེ་བའི་ཆེད་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་སྟོན་སྟེས་ན། གཟུང་འཛིན་སྟོས་པ་
དང་བྲལ་བའི་དེ་བཞིན་ཉིད་དེ་ཐེག་ཆེན་ཐུན་མིན་གྱི་འགོག་པའི་མཆོན་ཉིད། སེམས་བསྐྱེད་བདུན་པའི་རང་
འགྲེལ་ལས། དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་འགོག་པ་ཞེས་བརྗོད་དེ་འདིར་སྟོས་པ་ཐམས་ཅད་འགག་པར་འགྱུར་བའི་
ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཟུང་འཛིན་སྟོས་པ་དང་བྲལ་བའི་དེ་བཞིན་ཉིད་མདོན་སུམ་དུ་
རྟོགས་པའི་མཉམ་བཞག་ཡེ་ཤེས་དེ་ཐེག་ཆེན་ཐུན་མིན་གྱི་འགོག་པའི་སྟོམས་འཇུག་གི་མཆོན་ཉིད། གོང་

གི་སྤྱི་འགྲེལ་ལས། འགོག་པ་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ནི་ཡང་དག་པའི་མཐའ་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ཡིན་
 པས། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གོང་གི་འགོག་པ་དང་འགོག་པའི་སྟོམས་འཇུག་གི་དོན་ལྡན་གིས་
 གཅད་བྱ་ནི། མཛོད་ལས། འགོག་པ་ཞེས་པའང་དེ་བཞིན་ཉིད། །འདི་གནས་དོན་དུ་སྤྱི་ཅེ་སྟེ། །དགེ་བའོ་
 གཉིས་སུ་སྤྱོད་འགྱུར་དང་། །མ་དེས་འཕགས་པའི་སྤྱོད་བས་འཛོལ། །ཅེས་ཆོར་འདུ་རགས་པ་འགོག་པའི་
 ཐུན་མོང་གི་འགོག་པའི་སྟོམས་འཇུག་ནམས་གཅོད་དོ། །འདིར་བསྟན་སེམས་བསྐྱེད་དུག་པའི་འགོག་པ་ནི།
 ཐེག་ཆེན་ཐུན་མིན་གྱི་འགོག་པ་གང་ཞིག །ཤེས་རབ་པར་བྱིན་ལྷག་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཐོབ་པ་དེ་འདིར་བསྟན་
 འགོག་པའི་མཆོན་ཉིད། གཟུང་འཛིན་སྟོས་པ་དང་བལ་བའི་དེ་བཞིན་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་མཉམ་
 བཞག་ཡེ་ཤེས་གང་ཞིག །ཤེས་རབ་པར་བྱིན་ལྷག་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཐོབ་པ་དེ་འདིར་བསྟན་འགོག་པའི་
 སྟོམས་འཇུག་གི་མཆོན་ཉིད། སེམས་བསྐྱེད་དུག་པའི་ཅ་བར། འདི་རྟོན་འབྱུང་བའི་དེ་ཉིད་མཐོང་བ་དེས། །
 ཤེས་རབ་གནས་པའི་འགོག་པ་འཛོལ་བར་འགྱུར། །ཞེས་དང་། འདིའི་ཐད་ཀྱི་རང་འགྲེལ་ལས། ས་དུག་
 པར་མཉམ་པར་བཞག་པའི་སེམས་ལ་གནས་ཤིང་རྟོན་ཅིང་འགྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཟབ་མོའི་དེ་ཉིད་མཐོང་བའི་
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཞི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་ཡོངས་སུ་དག་པས་འགོག་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་གྱི་
 སྤྱི་རོལ་དུ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། །ཤེས་རབ་ལྷག་པར་གྱུར་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

བཞི་བ། གཏན་ཆོག་གསུམ་

གོང་དུ་རང་འགྲེལ་གྱི་གཏན་ཆོག་གསུམ་ལས། གཏན་ཆོག་གསུམ་དང་པོ་ནི། གཟུགས་བརྒྱན་དང་འབྲེལ་བའི་
 ཆོས་ཉིད་ཁོང་དུ་ཆུད་པའི་ཕྱིར་དང་། ཞེས་པ་འདི་ཡིན། ཆོག་བྱུར་ནམས་གསལ་གཏོད་བྱེད་ན་རང་བཞིན་
 ནམ་དག་གི་སྟོང་ཉིད་སྟོས་པ་ཉེ་བར་ཞི་བ་དེ་ཉིད་སྟོ་བྱུར་གྱི་བྱི་མ་ས་ལྷ་པའི་སྤང་བྱའམ་སྟོམ་སྤང་སྟོར་
 དགའའི་འབྲིང་པོའི་ཆེ་པོ་དང་བལ་བའི་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པ་འདི་ཡིན། དེ་ཡང་རང་
 འགྲེལ་ལས། ས་དུག་པར་མཉམ་པར་བཞག་པའི་སེམས་ལ་གནས་ཤིང་རྟོན་ཅིང་འགྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཟབ་
 མོའི་དེ་ཉིད་མཐོང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཞི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་ཡོངས་སུ་དག་པས་འགོག་
 པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་གྱི་སྤྱི་རོལ་དུ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཞེས་ཟབ་མོའི་དེ་ཉིད་ཞེས་པ་དང་། ཡོངས་སུ་དག་པས་
 ཞེས་པའི་ཆོག་སྤྱི་བྱི་གཉིས་ཀྱིས་དང་པོས་རང་བཞིན་ནམ་དག་དང་། གཉིས་པས་ས་ལྷ་པ་མན་ཆད་ཀྱི་སྟོ་
 བྱུར་གྱི་བྱི་མ་བལ་དག་སྟེ་དག་པ་གཉིས་ལྡན་གྱི་བྱུང་བར་དུ་བྱས་པའི་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཐོབ་པར་བསྟན་ཏོ།

།

གཏན་ཆེག་གཉིས་པ་ནི། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་ལྗེ་
 བར་ལམ་གྱི་བདེན་པ་ལ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་དང་། ཞེས་པ་འདི་ཡིན། ཆེག་བྱུང་རྣམས་གསལ་གཏོང་བྱེད་
 ན་ས་ལྗེ་བར་ཞིབ་མོར་དཔྱེད་པའི་བསམ་གཏན་གྱི་པར་ཕྱིན་ལྷག་པར་ཐོབ་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ལམ་བདེན་གྱི་
 བདེན་པ་སྤྲོ་མོར་མཐུན་པ་སྟོན་དུ་སོང་བའི་ཕྱིར་ཞེས་པའམ་ཡང་ན་བསམ་གཏན་ལྷག་སྟོབས་ཀྱིས་ལམ་
 བདེན་སྤྲོ་མོར་མཐུན་པ་རྫོགས་པའི་ཕྱིར་ཞེས་གང་བཏོད་ཀྱང་དོན་གཅིག་ཡིན། སྤྱི་ཕྱི་གཉིས་པོས་ས་ལྗེ་བ་
 སྟོན་དུ་སོང་བ་དང་ས་དུག་པ་ཐོབ་པའི་ལྷོག་ཆ་ནས་བརྗོད་པ་ཅམ་ཡིན། ས་ལྗེ་བར་བསམ་གཏན་ལྷག་
 སྟོབས་ཀྱིས་ལམ་བདེན་སོགས་བདེན་བཞི་ལ་མཁས་པའི་ཚུལ་ནི། སེམས་བསྐྱེད་ལྗེ་བར། བསམ་གཏན་
 ལྷག་ཅིང་སྒོ་བཟང་བདེན་རང་བཞིན། །ཞིབ་མོ་རྫོགས་ལའང་ཤིན་ཏུ་མཁས་པ་ཐོབ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

འདིར་གནད་དོན་ནི། ཇི་ཅམ་ཞི་གནས་ལྷག་པར་ཐོབ་པ་དེ་ཅམ་གྱིས་ལྷག་མཐོང་ལྷག་པར་ཐོབ་
 ལ་བྱུགས་སྐྱེད་དུ་འགྲོ་བ་སྐྱབས་ཀྱི་གནད་དོན་གཅིག་ཡིན་སྟེ། དེས་ན་ས་ལྗེ་བར་ལམ་བདེན་སོགས་
 བདེན་བཞི་ལ་ཞིབ་མོར་དཔྱེད་པའི་བསམ་གཏན་ལྷག་པར་ཐོབ་པས་ས་དུག་པར་ཤེས་རབ་ཀྱི་པར་ཕྱིན་
 ལྷག་པར་ཐོབ་པའི་རྒྱུ་ལ་གཙོ་བོར་སོང་བ་ཡིན་ཏེ། རང་འགྲེལ་ལས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་ལྗེ་བར་
 བསམ་གཏན་གྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ཡོངས་སུ་དག་པ་ཐོབ་པས་ས་དུག་པར་མཉམ་པར་བཞག་པའི་སེམས་
 ལ་གནས་ཤིང་། ཞེས་གསུངས་སོ། །

གཏན་ཆེགས་གསུམ་པ་ནི། རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ལ་མངོན་དུ་ཕྱོགས་པའི་ཕྱིར་ན་ཞེས་
 པ་འདི་ཡིན། དེ་ཡང་ཤེས་ཕྱིན་གྱི་ཉམས་ལེན་ལྷག་པར་ཐོབ་པས་དག་པ་གཉིས་ལྷན་གྱི་ཆོས་སྐྱེད་ཐོབ་པར་
 ཕྱོགས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་དོན་ཡིན། སྤྱིར་ཤེས་རབ་པར་ཕྱིན་གྱིས་ཆོས་སྐྱེད་ཕྱོགས་པ་ཅམ་ནི་འོག་ས་
 རྣམས་ལའང་ཡོད་དེ། ཅ་བར། ཇི་ལྟར་ཁོང་བའི་ཆོགས་ཀྱན་བདེ་སྒྲག་ཏུ། །མིག་ལྷན་སྐྱེས་བུ་གཅིག་གིས་
 འདོད་པ་ཡི། །ཡུལ་དུ་ཁྱིད་པ་དེ་བཞིན་འདིར་ཡང་སྒོས། །མིག་ཉམས་ཡོན་ཏན་སྒྲངས་ཏེ་རྒྱལ་ཉིད་འགྲོ། །
 ཞེས་དང་། དེའི་ཐད་ཀྱི་རང་འགྲེལ་ལས། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པས་ཀྱང་དེ་ལས་གཞན་པའི་པ་རོལ་
 ཏུ་ཕྱིན་པའི་ཡོན་ཏན་རྣམས་སྒྲངས་ནས་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་ས་ཀྱན་ཏུ་འོད་ཅེས་བྱ་བར་འཛོག་པར་
 འགྱུར་ཏེ། ཞེས་ཀྱན་ཏུ་འོད་ལ་འཛོག་པར་གསུངས་སོ། །འདིའང་ས་དུག་པར་གྱུར་པའི་ཤེས་རབ་པར་ཕྱིན་
 ཅམ་མིན་པར་ཤེས་རབ་པར་ཕྱིན་རང་སྟོན་པའི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་པས་སྐྱབས་འདིར་རྒྱལ་ཉིད་འགྲོ་ལོ།
 །དེས་ན་ཤེས་རབ་པར་ཕྱིན་ལྷག་སྟོབས་ཀྱི་བྱེད་པར་འབྱེད་དགོས་པའི་གནད་འདི་ཅ་བ་ལྷ་བུ་ཡིན་སྟེ།
 མོ།། །

སྒྲུབ་ཀྱི་སྒྲིབ་པ།

ལུང་གི་དགོངས་དོན་རང་གར་མི་འགྲེལ་ཞིང་། །
རིགས་པས་བྱལ་ལ་བསྟོན་འདིང་མི་བྱ་བར། །
ཐུབ་བསྟན་ནལ་མ་སེམས་སུ་ཆུབ་པའི་མོད། །
སེམས་འདུལ་སྦྱབ་པའི་ལམ་ལ་གཞོལ་བར་ཤོག། །

ཅེས་འདིན་སྤྱི་ལོ་ ༡༠༡༩། ༣། ༡༣ ཉིན་རྒྱ་ས་དབུས་སྤོན་ཅིས་ཁང་དུ་སྤོན་དང་ཅིས་ཀྱི་དགོ་སྟོབ་བཅས་ལ་
ལུས་སེམས་ངལ་བ་གསོ་བའི་ཆོས་གཏམ་སྤེལ་བའི་བར་སེང་ནམས་སུ་བྲིས་པ་ཀུན་ཏུ་དགོ་བར་གྱུར་
ཅིག