

ཞེ་སྒྲུབ་ཐེངས་ཉེར་བརྒྱན་བཤམ།

ཨེགས་ཐེངས་འཇམ་གྱི་ཞེ་སྒྲུབ་ཐེངས་ཉེར་བརྒྱན་འཇམ་གྱི་ཐོལ་ལོ།



ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༤ ལྷ་ལོ་ ༤ ཚེས་ ༡༠ རྗེས་ ༢༥ རེའུ།

27th Shoton Tibetan Opera Festival April 10th - 25th 2024

Dharamsala India.

མྱེད་བརྗོད།

དེ་ཡང་ཡལ་མེད་མཁུ་བས་མཁུ་བ་ཆེན་པོ་མཆོག་ནས་བཀའ་གནང་བར། ཨ་
 ཅེ་ལྷ་མོ་ཞེས་སྐྱེ་བའི་རིག་དང་ན་བའི་དགའ་སྟོན་དུ་གྱུར་པ་དེ་ཉིད་ཕྱིས་སྟོན་རང་
 རིགས་མཁས་དབང་མང་པོས་སྐྱེ་ཆོགས་སྟོན་གསའི་དགོས་མཁོ་དང་བསྟན་
 བདག་ཅག་གི་སྟོན་པའི་སྐྱེས་རབས་སོགས་རྣམ་ཐར་ལོ་རྒྱས་དང་སྦྲར་ནས་དགེ་
 སྤྲིག་ལས་འབྲས་ཀྱི་སྒྲོལ་དོར་གསལ་པོར་སྟོན་པའི་འཁྲབ་གཞུང་དུ་འཕེལ་རྒྱས་
 བཏང་བ་སྟོན་དུས་རྣམ་གྲངས་བཅུ་གྲག་ཅམ་ཡོད་ཅིང་། དེ་དག་གི་འཁྲབ་འཁྱེད་
 དང་། རྣམ་ཐར་གྱི་མགྲིན་ཁྲུག་རྩ་སྦྲུབ་ཀྱི་ཆེད་སོགས་ལ་གཙང་སྟོགས་རྒྱས་མཁས་
 ཆོས་རྒྱུད་བའི་ལུགས་དང་། དཔུས་སྟོགས་སྦྱོར་ལོ་ལུང་པའི་ལུགས་བཅས་གཉིས་
 ཡོད་པ་སོ་སོར་གཞན་ཡིད་དབང་མེད་འགྲུག་པའི་ཐུན་མིན་གྱི་ཁྱད་ཆོས་ལྡན་
 ཡོད། ཅེས་བཀའ་གནང་བཞིན། ཨ་ཅེ་ལྷ་མོའི་འཁྲབ་གཞུང་ནི་སྟོན་པའི་འཁྲུངས་
 རབས་དང་སྐྱེས་ཆེན་དམ་པའི་རྟོགས་བརྗོད་ཀྱི་ནང་དོན་གཞི་བཞག་ནས་མི་
 རྣམས་འཛིན་ཉེན་ལ་རབས་དང་བཟང་སྟོན་གྱི་ལས་དུ་སྡེ་ཁྲིད་བྱེད་པའི་སྐྱེ་ཅམ་
 གྱི་རིག་གཞུང་ཞིག་དེ། རིག་གཞུང་བཟང་པོ་འདི་ཉམས་པ་གསོར་རྒྱུད་དང་མ་
 ཉམས་ཤོང་འཕེལ་གཏོང་རྒྱུར་སྐྱེ་ཅམ་འཁྲབ་སྟོན་པ་ཞིག་གི་ངོས་ནས་བཤད་ན།
 ང་ཆོར་དོར་ཐབས་མེད་པའི་འགན་ཁུ་ཡོད་པར་བརྟེན། ལུགས་ཐམ་པ་པོད་ཀྱི་ལྷ་
 མོ་སྐྱེ་བར་ཆོགས་པའི་འཁྲབ་སྟོན་པ་བཅུ་གཅིག་ཞོ་སྟོན་ཐེངས་ཉེར་བརྟན་པར་
 ཆེད་བཅར་ལུ་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་བྱུང་བར་ཉ་ཅང་དགའ་པོ་བྱུང་ལ། ཞོ་སྟོན་ཐེངས་
 ཉེར་ལྷ་ནས་ད་བར་རྒྱན་མཐུད་ཆེད་བཅར་ལུས་པ་དང་། དེའི་རིང་ཚུན་དར་གཞོན་
 གསུམ་ཚང་མས་མཉམ་ལུགས་གནང་ཡོད་པས་དེ་ནི་སྐལ་བ་བཟང་པོ་ཞིག་ཡིན་
 པར་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ང་ཆོས་དུས་དང་རྣམ་པ་ཀུན་དུ་ཡལ་མེད་མཁུ་བ་

གི་བྱུང་བ་ས་བཀའ་སློབ་དང་གསུང་ཚོས་མང་པོ་ཞུས་པའི་སྤྱིར་བོད་མོ་མོའི་འགན་
ཁིལ་ལུང་དགོས་པ་དང་། ད་བར་ལྷགས་ཟམ་པའི་ངོས་ནས་མི་རབས་གསར་པ་
རྣམས་ལ་ལྷ་མོའི་འཁྲབ་སྟོན་དང་ཕྱོད་ལྷན་གྱི་རྒྱ་ཆའི་ལཱ་རེག་གནས་སློབ་སྦྱོང་སྦྱོང་
པ་ལ་ཟད། ཞོ་རྩོད་དང་། ལོ་གསར་། ལྷན་འཁྲབ་སྐད་སོགས་དུས་སྟོན་འདྲ་མིན་
གྱི་ཐོག་མཉམ་ཞུགས་བྱས་ཏེ་འཁྲབ་སྟོན་ལྷ་ཚོགས་གཞིགས་འགྲུབ་ཞུས་ཡོད།

དེ་ལྟར་ཞོ་རྩོད་མེད་ས་གཉེས་ཀྱི་སྐབས་ཀྱི་རྒྱལ་འོགས་ཚོགས་ནས་རྒྱབ་སྐྱོར་
གནང་ཡོད་ཀྱང་ད་མེད་ས་འོགས་ཚོགས་ནས་རྒྱབ་སྐྱོར་མེད་སྟབས། འཁྲབ་སྟོན་
པ་མི་གངས་བརྟ་གཅིག་གི་གནས་ལྷན་དང་། རྒྱ་གར་ནང་གི་འགྲུལ་བཞུད། རྒྱ་
གནས་དང་ཟས་སོང་བཅས་ལ་སྟོན་ཨ་སྐོར་ ༣༠༠༠༠ ཅམ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་
ཚང་མ་མི་མང་གི་རྒྱབ་སྐྱོར་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་སྟབས་ཚང་མར་སྤྱིར་
ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་དང་། ལྷག་པར་ད་མེད་ས་ཞིང་ག་ལེགས་སྤྱིའི་ལྷ་སྟོན་རྒྱུར་
པ་ལེ་ལེས་དོན་ལྡན་མཚོག་གི་རྗེས་འཇོག་སྟོན་པ་སྐད་བཟང་དོན་ལྡན་མཚོག་
ནས་ཉིན་སྐོར་འགྲུལ་ལྷན་དང་། ལྷོ་མི་ནས་རྒྱ་རམ་ས་ལ་བར་གྱི་འགྲིམས་འགྲུལ་
གྱི་ལྷ་ཚོ་ཡོངས་རྫོགས་སྤྱིན་བདག་གནང་བར་ང་ཚོར་སེམས་འགྲུལ་ཏེ་ཅང་ཆེན་
པོ་ཐེབས་ལྡང་། བདོར་ན་ལྷགས་ཟམ་པ་བོད་ཀྱི་ལྷ་མོ་སྤྱི་གར་ཚོགས་པ་ཞོ་རྩོད་
དུ་མཉམ་ཞུགས་བྱེད་རྒྱའི་ལོ་སྐབས་ཚང་མ་མི་མང་གི་རྒྱབ་སྐྱོར་ལ་བརྟེན་ནས་
བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་པས་ཚང་མར་སྤྱིར་ཐག་ས་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན་ལ། སྤང་
ཀྱང་རྒྱ་ཆའི་ལཱ་རེག་ག་ཞུ་མཁུང་ནས་ལས་ཀ་བྱ་རྒྱའི་སེམས་ལུགས་འཕམ་
མ་སྤྱེས་བྱུང་བས་མི་མང་གི་རྒྱབ་སྐྱོར་དང་གཏོང་མོད་ལ་ང་ཚོས་སྤྱིར་ནས་ཐུགས་
རྗེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་དང་། དེ་བཞིན་མོད་ཀྱི་ལྷོས་གར་ཚོགས་པས་ཀྱང་ང་ཚོར་འཁྲབ་ཆས་
དང་འཁྲབ་སྟོན་གྱི་མི་སྤྱིའི་མཐུན་འགྱུར་གནང་བར་སྤྱིར་དཔུས་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་

ཡོད། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༤༡ ལོར་རྒྱ་གར་ནང་བཙན་བོལ་དུ་ཕྱེ་བས། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༤༦ ལོར་
 ༡༩༦༠ བར་བོད་ཀྱི་ལྷ་མོའི་འབྲེལ་གཞུང་ཁག་སློབ་ཁྲིད་གནང་། དེ་རྗེས་ལྷ་ཕྱོགས་
 གཞིས་ཆགས་སུ་ཕྱེ་བས། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༦༦ ལོར་བོད་གཞུང་སློབ་གར་ཚོགས་པས་
 གཏན་འཇགས་ལྷ་དགོང་བསྐོ་བཞག་གནང་། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༤ ལོར་བར་ལྷ་མོའི་འབྲེལ་
 གཞུང་ཆེ་བ་བརྒྱུད་ཆ་ཚང་བར་སློབ་ཁྲིད་གནང་། དེ་བཞིན་དུ་ལྷ་ཕྱོགས་ཟམ་པ་དང་།
 ལ་རྒྱལ་མཚོག་ལྷ་པ་ཆེན་པོ། རྒྱལ་སྐུ་སྐུ་དང་བ་བརྟན་པ། མི་ལ་རས་པ་བཅས་ཀྱི་
 ལྷ་མོའི་འབྲེལ་གཞུང་གསར་གཏོད་གནང་བས་ཁོང་ནས་སློབ་ཁྲིད་དང་སློབ་སྟོན་
 གནང་ཡོད། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༤༤ ལོར་བཟུང་རྒྱལ་ཁབ་ ༣༠ ཡི་ནང་འབྲེལ་སྟོན་དང་
 ལྷ་མོའི་གཏམ་བཤད་གནང་། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༤༤ ལོའི་ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༢༩ ཉིན་བཟུང་ས་
 ཡོལ་དུ་ཕྱེ་བས་ཀྱང་སློབ་སྟོན་པའི་མཚན་གནས་བཞེས། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༣ ཟླ་ ༩
 ཚེས་ ༡༤ ཉིན་བཞུགས་སྐར་དྲ་རམ་ས་ལའི་བདེ་ལེགས་སྐྱོན་ཁང་དུ་དགོངས་པ་
 རྫོགས། འུལ་ལུས་ལུ་ལུག་དུག་ཡོད་པ་དག་ཀྱང་སློབ་ལུང་དང་སྐྱུ་ཅལ་བཤེས་ལྷ་
 ཡིན། ཁོང་གི་སྐྱུ་ཆེ་ཉིལ་བོ་བོད་ཀྱི་ལྷ་མོའི་སྐྱུ་གར་སོགས་སྐྱུ་ཅལ་རིག་གཞུང་
 ཉམས་པ་གསོར་ཚུད་དང་མ་ཉམས་གོང་འབེལ། སྐྱུ་ཅལ་རིག་གནས་རྒྱན་འཛིན་
 ཀྱི་མི་སྣ་གསོ་སྐྱོད་ཀྱི་རྒྱུར་ལེགས་སྐྱེས་ཆེན་པོ་སུལ་ཡོད་སྐབས། ཁོང་གི་མཛད་
 རྗེས་དེ་དག་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དེབ་ཐང་ནང་འཁོད་དེས་ཡིན་པ་མ་ཟད། མི་རབས་ནས་
 མི་རབས་བར་རྗེས་དྲན་ལུ་དེས་རེད།

དཀར་ཆག

ཐོང་བཟོད། v

ལྷ་དགེ་བགེས་པ་ལོ་རྒྱུ་ཚེ་རིང་མཚོག་གི་སྐྱེ་ཆེད་ལོ་རྒྱུས་སྟོན་བསྟུན། ix

ལྷ་གཞུང་གཟུགས་ཀྱི་ཉི་མའི་མི་སྣ་དོན་བྱ་གཤམ་གསལ། xii

བཅ་ཟེ་གཟུགས་ཀྱི་ཉི་མའི་འཁྲབ་གཞུང་།..... 1

Master Norbu Tsering: A Tribute to Our Beloved Teacher 67

Synopsis of Tibetan Opera Sukyi Nyima..... 69

 Prelude 71

 Act One 71

 Act Two..... 77

TOTAL DONATION RECEIVED..... 81

DONORS FROM BAY AREA. 81

DONORS FROM BOSTON 83

ONLINE DONORS 85

ལྷ་གཞུང་གཟུགས་ཀྱི་ཉི་མའི་མི་སྣ་དོན་བྱ་བ་འཕམ་གསལ།

- ༡ ལུང་བྱ་ཆེ་རིང་། དང་སྟོང་། ཞོ་བ། ལྷ་བ། བཤམ་བ། མི་རིགས།
- ༢། ཆེ་རིང་སྟོབས་རྒྱལ། ཡབ། ལ་ཆེ། ལྷ་བ། བཤམ་བ། མི་རིགས།
- ༣། འད་རུང་བགྱིས་དོན་བྱ་བ། གཞུང་སངས། རྒྱ་ལྷ། རོན་པའི་བྱ། ལ་ཆེ།
- ༤། བསོད་ནམས་བགྱིས། རྒྱ་ལྷ། ཞོ་བ། ལྷ་ཆེན། བཤམ་བ། མི་རིགས།
- ༥། བསོད་ནམས་སུན་ཚོགས། གཞུང་སངས། རོན་བ། རྫོན་པོ།
- ༦། བགྱིས་དོན་བྱ་བ། རོན་བ། སྟོ་བོ་ཚོ་བོ། ལྷ་ཆེན་གྱི་བྱང་ཡིག་རྒྱང་མའི་ཨ་མ། ལྷ་མ་མ་ཉིད་རོགས།
- ༧། བསྟན་འཛིན་སྐལ་བཟང་། རོན་བ། ལྷ་བའི་སེང་གེ།
- ༨། བསོད་ནམས་དབལ་མོ། རིག་ལྷ། ལུམ། མཁའ་འགོ། རྒྱུ་ཕྱོ། མི་རིགས། འ་བ་ལུ་མོ།
- ༩། ཆེ་རིང་དབང་མོ། རིག་ལྷ། སྟོ་བོ་ཚོ་བོ། ཡ་མ། མི་རིགས།
- ༡༠། བ་སངས་ལྷ་མོ། རིག་ལྷ། གཟུགས་ཀྱི་ཉི་མ།
- ༡༡། རྣམ་རྒྱལ་སྟོན་མ། རིག་ལྷ། མཁའ་འགོ། མི་རིགས།

བྲམ་ཟེ་གཞུགས་ཀྱི་ཉི་མའི་འབྲེལ་གཞུང་།

སྔོན་དང་པོ་ཡུལ་ཐོབ་ཐང་སྔོང་རྒྱལ་པོས་མཛད་པ་མཛད་པའི་མཛད་ཚུལ་
 དང་། དང་པོ་སྔོན་པའི་ས་སྤྱང་དང་ས་འདུལ། གཉིས་པ་རྒྱ་ལུའི་བྱིན་འབེབས།
 གསུམ་པ་ལྷ་མོའི་རྣམ་གཤམ་ལས་ལོག་མང་པོ་འདུག་སྟེ། མང་ཉུང་ཚིག་ལ་
 བསྐྱུས་ནས་མདོར་ཅོམ་ཞུས་ན། ཉི་མ་དེ་རིང་གི་དུས་སྤྱི་རབས་གསལ་བའི་
 མེ་ལོང་རྩི་རྩི་སྟེང་ཅིག་ཡོད་པ་སྟར་དུ། གཙོ་ཆེན་དུ་རྒྱལ་བ་མཁུལ་གཟེགས་
 ཆེན་པོའི་བཀའ་ཡི་བྱིན་རྒྱལ་ས་ཞུས་ཏེ་ཡང་སྔོས་རྒྱལ་སྟེ་ཁོམ་འབངས་རྣམས་
 ལ་གཟེགས་མོ་རྣམས་གཅིག་དུ་འབྲུལ་རྒྱུར། སྔོན་སངས་རྒྱལ་གྱི་དཀའ་བ་སྤྱད་
 པའི་ཚུལ་དང་། ལས་འབྲས་ཀྱི་བདེན་པ་བདར་ཚུལ། སྤོང་པོ་མ་ཁི་བཀོད་ཚུལ།
 བྲམ་ཟེ་མ་གཞུགས་ཀྱི་ཉི་མའི་སྐྱེས་རབས་ལེན་ཁོད་ནས་ལྷོ་བ་ལ། སྔོན་དང་པོ་
 རྒྱ་གར་རྩི་རྩི་གདན་ཀྱི་ཉི་མའི་ལོག་པ་ལྟར་ཁྲིའི་ཆེན་པོ་སེམས་ཀྱི་སྐྱོ་སྐྱོས་
 ཞེས་བྱ་བ་ན། ཡབ་ལ་རྒྱ་གར་སྐད་དུ། ཅང་སྟེང་།། བོད་སྐད་དུ་ཡབ་རྒྱ་བའི་
 དེད་དཔོན་དང་། ཡུམ་ལ་རྒྱ་གར་སྐད་དུ་དེ་མི་མི། བོད་ཀྱི་སྐད་དུ་ཡུམ་རྣམ་ལི་
 དཔལ་ལོ། སྐས་ཆེ་བར་རྒྱ་གར་སྐད་དུ་ཅང་སེའུ་བོད་ཀྱི་སྐད་དུ་རྒྱ་བའི་སེང་གེ་
 དང་། སྐས་རྩུང་བར་རྒྱ་གར་སྐད་དུ་ཅང་ཀུམ་རྒྱ་བའི་གཞོན་ལུ་ཞེས་བྱ་བ་ཡོད་
 པ་དང་། རྒྱལ་པོ་ཁོ་རང་གི་སྟོབས་དང་མངའ་ཐང་བཤད་ཟེར་ན། པོ་བྲང་གི་སྟེང་
 ལ་གསེར་གྱི་རྒྱ་མིབས་དང་། དེ་ཡི་སྟེང་ལ་གདུག་དཀར་གྱི་བསིལ་གཡལ། མདོན་
 ཤེས་ཅན་གྱི་སྐྱ་མཁུ་ལེ་ཙོ་དང་། ཏྲ་མཚོག་རིན་ཆེན་རང་པ་འཕུར་ཤེས་དང་།
 ལྷང་པོ་རིན་ཆེན་ས་ལ་རབ་བརྟན། འཕེལ་གྱི་བ་མེད་པའི་མེ་ཉོག་ར་བ་དང་། ཨ་
 པོ་ན་གས་གཙོ་བྱས་ཚོས་སྟོན་གསུམ་བརྒྱ་དང་། སྔོན་པའི་བྱས་གཙོ་བྱས་བདུད་
 སྟོན་གསུམ་བརྒྱ་དང་། གཞན་ཡང་འབངས་འཁོར་གཡོག་ནས་མཁའི་སྐར་ཚོགས་

ལྷན་བཟངས་ཀྱིས་མི་ལུས་པ་ཡོད་པ་དང་། རྒྱལ་པོ་ཁོ་རང་ནང་པ་སངས་རྒྱས་
པའི་ཚོས་ལ་སྐྱབས་མི་བཅོལ་བར་བྱི་བ་ལྷ་ཉིག་པའི་ཚོས་ལ་སྐྱབས་བཅོལ་ཉེ་
ཉེན་རེ་ལ་སྲོག་ཆགས་གངས་མེད་བསད་ཅིང་། ལྷག་གིས་གསེར་སྐྱེམས་བཏང་།
མི་མགོའི་དོ་ཤལ། སྤྱིང་གི་ཚོགས་འཁོར། རྒྱ་མའི་དར་ལྗི་བཏང་ནས་ལེགས་པའི་
ཉུགས་དང་ཚོན་མ་བསྐྱབ་ནས་ལུགས་ཡོད་པས་ན། དེ་ཡི་ལྷང་པའི་སྤྱ་ཞེས་བྱ་བ་
ན་བདག་ཅག་གི་རྣོན་པ་སྤྱགས་རྗེ་ཅན་གྱི་རྣམ་སྤྱུལ་ཤང་སྲོང་ཚེན་པོ་ངག་གི་དབང་
སྤྱག་འཇམ་དཔལ་དབྱངས། ཞེས་བྱ་བ་དེ་འཇགས་མའི་སྤྱིལ་བྱ་གྱུར་ལྷན་སྤུབ་པའི་
ནང་ལ་རབ་སོང་གི་སེམས་ཅན་ཀུན་འགྲོ་དོན་མཛད་ནས་བཞུགས་ཡོད་པས་ཤང་
སོང་གི་སྤྱགས་ཀྱི་དགོངས་པ་ལ། དུལ་སེམས་ཀྱི་སློབ་སློབ་ཞེས་བྱི་བ་ལྷ་ཉིག་པའི་
ཚོས་བྱེད་པ་དེ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཚོས་ལ་བསྐྱུང་དགོས་དགོངས་ཉེ། ཤང་
སྲོང་ཚེན་པོ་དེ་པོ་བྱང་དཀར་ཞལ་མཐེལ་དུ་སྤྱག་ལེབས་ལ་ལྷ་ཞིག་ཅེས་སྐྱས་པ་
དང་། ར་སྤུབ་དང་བསྐྱབ་ཤང་སྲོང་དོན་འཁྲབ་འཁྲབ་བཞིན་ཐོན་པ་དང་ཁ་བཤད།

ཤང་སྲོང་ནས། ཨོ་མ་ཉི་བརྗེ་རྩྭ་ཞེས་སྐྱས་པ་དང་ར་སྤུབ་དང་བསྐྱབ་དོན་
འཁྲབ་འཁྲབ་བཞིན་རང་སྲོང་ཚེན་དུ་ལེབས་ཉེ་སྤྱག་འཇམ་སྤང་ལན་གསུམ་རྗེས་
བཞུགས་ཁྲིར་འཁོད་པ་དང་།

* གཞུང་།

དེ་ནས་ཤང་སྲོང་ཚེན་པོ་ངག་གི་དབང་སྤྱག་ཞེས་བྱ་བ་དེ་འཇགས་མའི་སྤྱིལ་
བའི་ནང་དུ་བཞུགས་ནས་ཡོད་པ་དང་། དེ་ཡི་ཆེ་ལྷང་པའི་མདའ་ན་བཞུགས་པའི་
སྤྱག་པོ་དཔལ་གྱི་ལས་བཟང་ཆན་ཆོན་གཉིས་པོས་ཀ་ཅི་དཀར་པོའི་རས་གོས་ཇི་
མེད་དང་། རྒྱ་ལོར་ཡོངས་སྲོད་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བསྐྱམས་ནས་ཤང་སྲོང་གི་བྱང་དུ་

ད་དེ་འོན་ཟུག་སེབས་ལ་ཞུགས་ཞིག་ཅེས་སྒྲུབ་པ་དང་། རྩ་སྐབ་དང་བསྟུན་མོ་བོ་
དང་སྒོ་བོ་གཉིས་དོན་འཁྲབ་འཁྲབ་བཞིན་དང་སྒོར་ཆེན་དུ་སེབས་ཏེ་ཟུག་འབྲུལ་
སྤང་ལན་གསུམ་རྗེས་རྩ་སྐབ་མཚམས་བཞག་པ་དང་ཁ་བཤད་རྗེས་དལ་རྒྱུད་།

* རྩོམ་འཛིན་ལཱ་ཐང་།

ལྷ་དང་ལྷ་མ་དང་སྒོར་ཆེན་པོ་ལགས།

མ་རིག་འཁོར་བར་འབྲུམས་པའི་སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་ཟུགས་རྗེས་གཟིགས།

ཞེས་སྒྲུབ་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྟུན་མགྲོགས་འཁྲབ་འཁྲབ་བཞིན་དང་ལྷ་བ་
སྒྱུར་ལེན་གྱ།

* རྩོམ་འཛིན་ལཱ་ཐང་།

བདེ་འགྲོ་ཐོབ་ཅིང་ཡང་དག་ལྷ་མ་དང་།

ཚོགས་གཉིས་རྫོགས་པ་གྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།

* གཞུང་།

ཀ་ཅི་དཀར་པོའི་རས་གོས་དྲི་མེད་འདི།

སེམས་ཅན་དོན་དུ་དྲང་སྒོར་ཁྱེད་ལ་འབྲུལ།

ཆན་ཆོན་གཉིས་ལ་ཚོས་དང་དབང་བསྐྱར་གནང་།

གསན་པ་ཨི་བྱུང་དྲང་སྒོར་ཆེན་མོ་ལགས།

ཞེས་སྒྲུབ་པ་དང་དྲང་སྒོར་ནས་འདི་སྐད་ཅེས་གསུངས་པ་ལ་ཞུ་ཞིག

* དྲང་སྒོར་ནས་རྣམ་ཐང་།

ཟུག་པོ་དཔལ་གྱི་ལས་བཟང་ཆན་ཆོན་གཉིས།

མ་གཤེད་དང་སྲོང་ང་ལ་རྩུབ་ཉོན་དང་།

ཞེས་སྐྱེས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱེད་མགྲོགས་འཁྲབ་འཁྲབ་བཞིན་ངང་ལྷན་
སྦྲོར་ལེན་གྱི།

* དང་སྲོང་ནས་རྣམ་མཐར་།

ཆན་ཚོན་གཉིས་པོ་རྒྱ་ལོར་ཆེ་གྱུར་གྱང་།

དང་སྲོང་ང་ལ་ལོར་གྱི་དགོས་པ་མེད།

ཀ་ཅི་དཀར་པོའི་རས་གོས་རྩི་མེད་དེ།

སེམས་ཅན་དོན་དུ་དང་སྲོང་ང་ཡིས་ལེན།

ཆན་ཚོན་གཉིས་ལ་ཚོས་དང་དབང་བསྐྱར་ཡོང་།

གསལ་བ་ཞེ་བྱུང་ལས་བཟང་ཆན་ཚོན་གཉིས།

ཞེས་བསྐྱོར་བརྒྱབ་ཉེ་ཕྱག་འབྲུལ་བད་ཀོར་གྱིས་དང་སྲོང་ལ་རས་གོས་ཕྱུལ་
ནས་ཕྱག་འབྲུལ་ལན་གསུམ་ཞུས་རྗེས་ཆན་ཚོན་གཉིས་སྐྱོར་བ་བརྒྱབ་ནས་དོན་
འཁྲབ་ངང་རང་གནས་སུ་ལོག་ནས་རྩ་སྐབ་མཚམས་བཞག་པ་དང་།

* གཞུང་།

དེ་ནས་ཀ་ཅི་དཀར་པོའི་རས་གོས་དེ་དང་སྲོང་ལ་ཕྱུལ་ནས་ཆན་ཚོན་གཉིས་
རང་རང་གི་གནས་སུ་ལོག་སོང་། དེ་ནས་དང་སྲོང་གིས་རས་གོས་དེ་བཞག་
བདུན་གྱི་བར་དུ་སྐྱེ་ལྷན་ལ་བཅངས་པ་གནད་བས་ཞག་བདུན་སོང་བའི་ཞོགས་
པར་རས་གོས་དེ་ལ་མི་གཅང་བའི་གྲིབ་གཅིག་པོ་ལོག་འདུག་པ་དང་སྲོང་གི་སྐྱེས་
གྱི་དགོངས་པ་ལ་རས་གོས་དེ་བཞིན་འབྲུང་གཞི་གཡུ་ཡི་རྩ་མིག་ཞིག་གི་སྤེང་དུ་
འཁྲུས་སུ་ཕེབས་དགོས་དགོངས་ནས་དང་སྲོང་དེ་ཡང་འབྲུང་གཞི་གཡུ་ཡི་རྩ་མིག་

སྣང་དུ་ཐུག་ཐེབས་པར་ལྷོ་ཞིག

ཅེས་སྐྱུས་པ་དང་དྲང་སྲོང་གི་ཁ་བཤད་རྗེས་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱུན་སྒྲོར་བ་རྒྱག་
བཞིན་འབྱུང་གཞི་ཚུ་མིག་སྣང་དུ་ཐེབས་བཞིན་པའི་ངང་ཁ་བཤད་རྗེས། རས་གོས་
ལྷུས་ནས་ཚུ་བཅོར་བའི་ལྷུལ་བྱས་རྗེས་རས་གོས་བརྒྱབ་བརྒྱབ་གཏོང་བཞིན་ངང་
རང་གནས་སུ་ལོག་ཐེབས་པ་དང་།

* གཞུང་།

དེ་ནས་དྲང་སྲོང་གིས་རས་གོས་དེ་ཉི་མའི་ཀྱི་མཚམས་ལ་སྐྱུས་སོང་བ་ལྟར་
དུ་ནགས་མཐུག་པོ་དེ་ཡི་གསེབ་ནས་བྱོལ་སོང་ཤ་བ་ཡུ་མོ་དེས་རས་གོས་ལྷུས་
པའི་ལུ་བ་སྐྱག་མ་མེད་པར་འཇམ་དུ་ཐུག་ཐེབས་པ་ལ་ལྷོ་ཞིག

ཅེས་སྐྱུས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱུན་ཤ་བ་དོན་ཏེ་ཚུ་འབྱུང་བ་དང་ལྷུས་ལ་
ན་རྒྱག་པོག་ནས་དྲང་སྲོང་གི་དྲུང་དུ་འཁོར་སོང་བ་དང་།

* གཞུང་།

དེ་ནས་བྱོལ་སོང་ཤ་བ་ཡུ་མོ་དེའི་འབྱུང་གཞི་སྐྱུ་ལྷུས་མ་བདེ་བ་དྲུང་ནས་
དྲང་སྲོང་གི་སྐྱེལ་བྱའི་དྲུང་དུ་འཁོར་ཡོང་བས་དྲང་སྲོང་གི་སྐྱགས་ཀྱི་དགོངས་པ་
ལ་བྱོལ་སོང་ཤ་བ་ཡུ་མོ་དེའི་འབྱུང་གཞི་སྐྱུ་ལྷུས་མ་བདེ་ཅམ་འདུག་པ་དེ་ལ་ཉི་མ་
རེ་རེར་ཤིང་ཏོག་དུས་གཉིས་གཉིས་གསུམ་གསུམ་གནང་སྟེ་བྱམས་པའི་སེམས་
ཉིད་དང་ལྡན་པའི་སྐོག་སྐོབ་གནང་སྟེ་བཞུགས་པ་དང་། དེ་ནས་ཆེད་ལྷན་དོ་བཅུ་
ལོན་པ་དང་ཤ་བ་ཡུ་མོ་དེ་ཡི་སྐྱུ་ལྷུས་ནས་མི་ཡི་བྱོ་མི་འདྲ་བ་ལྟ་ཡི་སྐས་པོ་འདྲ་
བ་ཞིག་འཇམ་ས་སོང་བ་ལྟར་དུ་དེ་ནས་ལྟ་ཡི་སྐས་པོ་འདྲ་བ་དེ་ཡང་སོ་བྲང་དགར་

ཞི་ལྷོ་ཉེ་མེད་མ་ཉེད་བརྟན་པ།

ཞལ་མཐིལ་དུ་བྲུག་ཤེབས་པ་ལ་ཞུ་ཅིག།

ཅེས་སྐྱུས་པ་དང་ར་སྐྱབ་དང་བསྐྱབ་དོན་འཁྲབ་འཁྲབ་བཞིན་ངང་རྣམ་ཐར།

* གཞུགས་གྱི་ཉི་མའི་རྣམ་ཐར།

ཨོ་ཚུང་ཚུང་མ་ཁི་བརྗེ་རྒྱུ་

ཡང་མོང་དམ་པའི་ཚོས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།

ཞེས་བསྐྱོར་ཆེན་དུ་བསྐྱོད་ནས་ངང་སྐོང་གི་དུང་དུ་བྲུག་འབྲུལ་པ་ད་སྐོར་
ལན་གསུམ་ཞུས་རྗེས།

* གཞུགས་གྱི་ཉི་མའི་རྣམ་ཐར།

ཞེ་མ་འཁོར་བར་འབྲུམས་པའི་སེམས་ཅན་ཀུན།

ལོག་པའི་དབང་གིས་ཡིད་འོངས་དག་ཏུ་ལངས།

ཞེས་སྐྱུས་པ་དང་མགྲོགས་འཁྲབ་འཁྲབ་བཞིན་ངང་ལྷུ་སྐྱོར་ལེན་གྱུ།

* གཞུགས་གྱི་ཉི་མའི་རྣམ་ཐར།

ཚ་གང་འཁོར་བའི་སྐྱབ་བསྐྱལ་དཔག་ཏུ་མེད།

རབ་ཏུ་ཞི་ཞིང་བདེ་བ་ཐོབ་པར་འདོད།

* གཞུང་།

ཚོགས་གཉིས་རྫོགས་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱལ་ཏུ་གསོལ།

གསན་པ་ཞེ་བྱུང་ཡབ་ཆེན་ངང་སྐོང་ལགས།

ཞེས་སྐྱུས་པ་དང་ངང་སྐོང་ནས་འདི་སྐད་ཅེས་གསུངས་པ་ལ་ཞུ་ཅིག།

* བྲང་སྲོང་གི་རྣམ་ཐར།

གནས་མཚོག་ཡངས་པ་ནགས་ཁོད་ཤིང་སྣ་འཛོམས།
དབེན་གནས་སྐྱིད་ཅིང་ཉིང་འཛིན་དགེ་སྦྱོར་འཕེལ།
ཞེས་སྐྱུས་པ་དང་མགྲོགས་འཁྲབ་འཁྲབ་བཞིན་ངང་ལྷབ་སྦྱོར་ལེན་རྒྱ།

* བྲང་སྲོང་གི་རྣམ་ཐར།

མ་དང་མཁའ་འགྲོས་གནང་བའི་བྱོ་འདི།
གཟུགས་བཟང་ལྷན་ཞིང་ཨེ་འདྲ་མཚར་བ་འདུག།
ཉི་མ་འབྱམ་གྱི་འོད་ཟེར་རབ་ཏུ་འཕྲོས།
མཚོན་ལ་གཟུགས་གྱི་ཉི་མ་ཞེས་སུ་གསོལ།

* གཞུང་།

དེ་ནས་བྲང་སྲོང་དང་བྱོ་དེ་དགའ་སྦྱོར་དཔག་མེད་ངང་དུ་བཞུགས་སོང་བ་
དང་དེ་ནས་དུས་རེ་ཞིག་ཙམ་ན་ཡུལ་སྐྱིད་པོ་སེམས་གྱི་སྒོ་སྒོས་ཞེས་བྱ་བ་དེའི་
ལབ་སྐྱབ་འདི་དེད་དཔོན་དང་། ཡུམ་ལྷ་ཡི་དཔལ་ལོ་དཔོན་སྒོན་འཁོར་དང་བཅས་
པ་པོ་བྲང་དཀར་ཞལ་མཐིལ་དུ་སྤྲུལ་ཤེབས་པ་ལ་ཞུ་ཅིག།

ཅེས་སྐྱུས་པ་དང་རྩ་སྤུབ་དང་བསྐྱུན་ལབ་ཡུམ་སྒོན་པོ་འཁོར་བཅས་དོན་
འཁྲབ་འཁྲབ་བཞིན་ངང་སྐོར་ཆེན་དུ་ཤེབས་ནས་སྤྲུལ་འབྱུང་བ་དཀོར་ལན་གསུམ་
ཞུས་རྗེས་བཞུགས་ཁྲིར་འཁོད་པ་དང་།

* ལབ་གྱི་རྣམ་ཐར།

ཨེ་མ་ཉོན་དང་བཅུན་མོ་སྒོན་འབངས་རྣམས།

མ་ཡིངས་རྒྱ་བའི་དེད་དཔོན་སྤྱ་ལ་ཉོན།

ཞེས་སྒྲུ་ས་པ་དང་མགྲོགས་འཁྲབ་འཁྲབ་བཞིན་ངང་རྣམ་སྐྱོད་ལེན་གྱ།

* ཡབ་གྱི་རྣམ་ཐར།

རང་རིགས་མོ་བྲང་ཁྲུས་གྱི་རྗེད་བྱའི་སྣང་།

དེ་ཡང་དགའ་རྣོ་དཔག་མེད་སྣང་ལ་འབབ

བལྟ་ན་སྤྱད་པའི་ལྷ་ཡི་དཔལ་མོ་ལགས།

རྒྱལ་རྒྱད་འཛིན་པའི་སྲ་གཅིག་འཁྲུངས་ན་ལ་ཡེ།

* ཡུམ་གྱི་རྣམ་ཐར།

ཀ་བ་ལྷ་བྱའི་རྒྱལ་པོ་བདག་ལ་གསོན།

ལ་ཞེ་མ་འགྱུར་བཅུན་མོ་བདག་ལ་གསོན།

ཞེས་སྒྲུ་ས་པ་དང་མགྲོགས་འཁྲབ་འཁྲབ་བཞིན་ངང་རྣམ་སྐྱོད་ལེན་གྱ།

* ཡུམ་གྱི་རྣམ་ཐར།

ག་དེར་མདང་གསུམ་ཉལ་བའི་མིས་ལམ་ལ།

ང་ལ་ཡ་མཚན་རྟགས་དང་མཚན་མ་བྱང་།

* གཞུང་།

ཅ་ཅོ་དགུང་སྟོན་སྣང་གི་གཡུ་འབྲུག་ལ།

ཆ་ལུག་སྒྲོམ་ཆེན་ལྷ་བྱའི་ཡ་མཚན་བྱང་།

ཞེས་གསུང་ནས་བྱང་བས་དེ་ནས་ཡབ་གྱིས་འདི་སྐད་ཅེས་གསུངས་པ་ལ་

ལྷོ་ཞེས་

* ཡབ་གྱི་རྣམ་ཐར།

སྟོན་ཚེ་རྒྱ་གར་ཀྱང་ཤེས་ནགས་སྟོང་ལ།
བྱང་ཚུབ་སེམས་པའི་སྲས་གཉིས་འཁྲུངས་ནས་འདུག
དེ་ནི་བདག་ལ་བལྟས་ནས་གནང་བ་ཡིན།
གཙང་སྲ་ཁྲུས་ལ་ཡུམ་གྱིས་ལེགས་པར་མཛོད།

* གཞུང་།

དེ་ནས་ཡུམ་དེ་སྐྱེ་མཚམས་དམ་པོའི་ངང་བཞུགས་པ་དང་། དེ་ནས་རྒྱ་དགུ་
ངོ་བཅུ་ལོན་པ་དང་ཡུམ་གྱི་སྐྱེ་ཡུས་ནས་སྲས་ཁྲད་པར་ཅན་ཞིག་འཁྲུངས་པ་དེ་པོ་
བྲང་དཀར་ཞལ་མཐེལ་དུ་བྲལ་ལེབས་པ་ལ་ཞུ་ཞིག

ཅེས་སྲས་པ་དང་རྩ་སྐྱབ་དང་བསྐྱུན་ཨ་པོ་ན་གེ་སྟོན་དུ་དོན་ནས་ཁ་བཤའ་
རྗེས་རྩ་སྐྱབ་དང་བསྐྱུན་རྒྱལ་སྟོན་རྣམས་འདོན་འཁྲབ་འཁྲབ་བཞིན་ངང་།

* རྒྱ་བའི་སེང་གའི་རྣམ་ཐར།

ད་ཡང་མི་སྟོན་ད་ཡང་བཏང་ནས་འགྲོ།
ཡབ་ཡུམ་བཞུགས་པའི་གཟིགས་རྒྱུ་ནང་དུ་འགྲོ།

ཞེས་སྲས་པ་དང་རྩ་སྐྱབ་དང་བསྐྱུན་འཁྲབ་བཞིན་སྐྱབ་སྟོན་བཏང་རྗེས་སྟོན་
ཚེན་དུ་ལེབས་ནས་བྲལ་འབྲལ་བའདུག་ཀོར་ལན་གསུམ་ཞུས་རྗེས་བཞུགས་ཁྲིར་
འཁོད་པ་དང་། ཨ་པོ་ན་གེ་དང་རྒྱལ་པོའི་ཁ་བཤའ་རྗེས་རྩ་སྐྱབ་དང་བསྐྱུན་དམ་
འཁྲབ་འཁྲབ་རྗེས།

* རྒྱ་བའི་སེང་གའི་རྣམ་ཐར།

ཨེ་མ་ལས་ངན་དྲག་པོའི་འཁོར་བ་དེ།

ལྷོ་ལ་བའི་ཐབས་གྱི་ལོར་འདོད་གང་ལ་ཡོང་།

ཞེས་སྐྱེས་པ་དང་མགྲོགས་འཁྲབ་འཁྲབ་བཞིན་ངང་ལྷབ་སྐྱོར་ལེན་རྒྱ།

* རྒྱ་བའི་སེང་གའི་རྣམ་ཐར།

རྒྱ་མའི་ལོར་གྱི་སྤང་བོ་ཆེ་གྱུར་ཀྱང་།

སྐྱོད་དུ་མི་ཤེས་རང་གི་དགའ་ཅུ་ལངས།

ཆོ་འདིར་ད་རེས་མཇལ་བ་མ་བྱུང་ཡང་།

ཕྱི་མ་བྱང་རྒྱབ་ལམ་དུ་མཇལ་བར་སྐྱོན།

* གཞུང་།

དེ་ནས་སྐས་དེ་ཡང་དགྲང་ལོ་ལྷ་ཡི་སྤྲིང་དུ་ཕེབས་པ་དང་། སྐས་འདི་ཡི་
མཚན་ལ་རྒྱལ་སྐས་རྒྱ་བའི་སེང་གའི་ཞེས་མཚན་གསོལ་ནས་དགའ་སྐྱོད་དཔག་
མེད་གྱི་ངང་ལ་བཞུགས་པ་དང་། དེ་ནས་ཡང་སྤར་བཞིན་ཡུམ་གྱི་སྐྱུ་ལྷུས་ནས་
སྐས་ཁྲད་པར་ཅན་ཞིག་འཁྲུངས་སོང་བ་དེ་ཡང་ཕོ་བྲང་དཀར་ཞལ་མཐེལ་དུ་
ཕྱག་ཕེབས་པ་ལ་ཞུ་ཞིག།

ཅེས་སྐྱེས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱེད་དོན་འཁྲབ་འཁྲབ་བཞིན་ངང་།

* སྐས་རྒྱང་གི་རྣམ་ཐར།

ད་ཡང་མི་སྣོད་ད་ཡང་བཏང་ནས་འགྲོ།

ལབ་ཡུམ་བཞུགས་པའི་གཟིམ་རྒྱང་ནང་དུ་འགྲོ།

ཞེས་སྐྱེས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱེད་མགོ་གཡུག་ཕྱག་འབྲུལ་གསུམ་ཞུས་
རྗེས་བཞུགས་ཁྲིར་འཁོད་པ་དང་སློབ་པོའི་ཁ་བཤད་རྗེས།

* **སྐས་རྒྱུད་གི་རྣམ་ཐར།**

ཨེ་མ་འཁོར་བར་བདུད་ཀྱི་བར་ཆད་བྱུང་།
འདུ་བྱེད་ཉུག་པ་བྱུང་བ་ག་ལ་སྲིད།
ལས་ངན་དབང་གིས་སྦྱིད་སྦྱུག་མང་པོ་བྱུང་།
མི་ཉུག་འཆི་བ་གང་ཡོང་ཆ་མི་རྟོགས།
ང་ལ་ས་རོལ་བདུད་ཀྱི་བར་ཆད་བྱུང་།
བསམ་སྦྱོར་ངན་པའི་འབྲས་བུ་སྦྱིན་པ་འདུག།

ཅེས་གསུངས་ནས་བྱུང་བ་དེ་ནས་ཡབ་ཀྱི་སྐུགས་ཀྱི་དགོངས་པ་ལ་ང་ལ་
རྒྱལ་རྒྱུད་ཟེན་པའི་སྐས་འི་ལྷ་འི་སྟེང་ཅམ་ཞིག་བྱུང་བས་རྒྱལ་སྲིད་ཀྱི་མངའ་དབང་
འདི་བཞིན་སྐས་ལ་སྦྱོང་དགོས་སྐྱེས་སྟེ་སྦོན་འབངས་རྣམས་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་
སྐྱེས་པ་ལ་ཞུ་ཞིག།

* **ཡབ་ཀྱི་རྣམ་ཐར།**

དགུང་སངས་མཐོན་པོའི་ཁྱི་གདུགས་ཉི་མ་འདི།
ཤར་ནས་ཤར་ཞིང་དགུང་གི་དབྱིངས་སུ་འཐིམས།
ཞེས་སྐྱེས་པ་དང་མགྲོགས་འཁྲབ་འཁྲབ་བཞིན་ངང་ལྷན་སྦྱོར་ལེན་རྒྱ།

* **ཡབ་ཀྱི་རྣམ་ཐར།**

གངས་སྟོང་རྒྱ་བཟང་སེང་གེ་གཡུ་རལ་ཅན།

ལས་ངན་ཁ་ཚར་བུ་ཡུག་དག་ཏུ་ལངས།
སྤང་རྟོད་མཐོན་པོའི་ཤ་བ་སྐྱུག་ཚུང་དེ།
ར་ཅེ་ཀས་ཤིང་རང་གི་དག་ཏུ་ལངས།
ང་ཡི་རྒྱལ་གཞིས་དབང་བསྐྱར་དེ་བཞིན་ཡང་།
རྒྱལ་སྲས་སུ་ཡི་ཕྱག་ཏུ་སྤུལ་ན་བསམ།
ཁྱེད་ཅག་ལྷོན་པོའི་ཚོགས་རྣམས་བཀའ་གྲོས་མཛོད།
གོ་བ་ཨེ་བྱུང་ང་ཡི་ལྷོན་འབངས་རྣམས།

* ཨ་ཕོ་ན་གཤི་རྣམ་མཐར།

ཀྱེ་ཀྱེ་རྒྱལ་པོ་ཚེན་པོ་བདག་ལ་གསོན།
ཨ་ཕོ་ན་གཤི་རྩོགས་ལ་ཚུར་གསོན་དང་།

ཞེས་སྐྱུས་པ་དང་ར་སྐྱབ་དང་བསྐྱུན་མགྲོགས་འཁྲབ་འཁྲབ་བཞིན་དང་ལྷན་
རྒྱུར་ལེན་གྱ།

* ཨ་ཕོ་ན་གཤི་རྣམ་མཐར།

ཁྱེད་ཀྱི་རིགས་རྒྱུད་ལྷོ་བའི་སེང་གེ་དེ།
གཞོན་ཏུ་ལང་ཚོ་ལྷན་པའི་སྲས་ཤིག་ཡིན།
རྒྱལ་གཞིས་དབང་བསྐྱར་སྲས་ལ་གནང་ན་བསམ།
གསན་པ་ཨེ་བྱུང་རྒྱལ་པོ་རིན་པོ་ཚེ།

* གཞུང་།

དེ་ནས་ཡབ་ཀྱིས་རྒྱལ་གཞིས་དབང་བསྐྱར་དེ་བཞིན་རྒྱལ་སྲས་རྣམས་ལེ་སེང་
གེར་གནང་དགོས་དགོངས་ཏེ་ཡབ་ཀྱིས་རྒྱལ་སྲས་རྣམས་ལེ་སེང་གེར་བསྐྱབ་བྱ།

འདི་རྒྱུད་ཅེས་སྐྱེས་པ་ལ་ལྷ་ཞིག

* ཡབ་ཀྱི་རྣམ་ཐར།

སྙིང་ནས་བཅེ་བའི་གཞོན་ནུ་ལྟ་ཡི་སྲས།

དཔལ་ལོ་དར་ཞིག་རྒྱལ་པོའི་ཕྱོགས་སུ་གསོན།

ཞེས་སྐྱེས་པ་དང་ར་སྐྱབ་དང་བསྐྱུན་མཁྱོགས་འཁྲབ་འཁྲབ་བཞིན་ངང་ལྷ་བ་
སྐྱོར་ལེན་ལྷ།

* ཡབ་ཀྱི་རྣམ་མཐར།

རྒྱལ་གཞིས་དབང་བསྐྱར་ཁྱེད་ཀྱི་ཕྱག་ཏུ་སྲུ།

ལེགས་པར་གྲུབ་ནས་ལྷ་ཆེན་གསོལ་དུ་ཕྱོན།

ཞེས་ཡབ་ནས་རྣམ་མཐར་གཏོང་བཞིན་པའི་ངང་རྒྱལ་སྲས་ལ་གསེར་འཁོར་
དང་མཇེལ་དར་སྲུལ་རྗེས།

* རྒྱ་བའི་སེང་གའི་རྣམ་ཐར།

ཨེ་མ་ཉོན་དང་ང་ཡི་སློན་འབངས་རྣམས།

མ་ཡིངས་རྒྱ་བའི་སེ་གའི་སྐུ་ལ་ཉོན།

ཞེས་སྐྱེས་པ་དང་ར་སྐྱབ་དང་བསྐྱུན་མཁྱོགས་འཁྲབ་འཁྲབ་བཞིན་ངང་ལྷ་བ་
སྐྱོར་ལེན་ལྷ།

* རྒྱ་བའི་སེང་གའི་རྣམ་ཐར།

ང་ནི་ཡབ་ཀྱི་བཀའ་བཞིན་རྒྱ་མཚོར་འགྲོ།

རྒྱ་མཚོར་འགོ་བའི་བརྟོག་ཆས་ལེགས་པར་རྒྱོབ།

པིང་མང་སྤྱིར་བྱུང་རྩ་རྩེར་རེ་དང་།

རོལ་མོའི་རྒྱ་དབྱེངས་སྐྱུ་གར་བསམ་མི་བྱུངས།

ལེགས་པར་བྱུབ་ནས་ལྷ་ཆེན་གསོལ་བྱ་འགྲོ།

གོ་བ་ཞི་བྱུང་ང་ཡི་ལྷོན་འབངས་རྣམས།

ཞེས་སྐྱེས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱེད་རྒྱལ་ལྷོན་རྣམས་རང་གནས་སུ་ཕེབས་
པ་དང་དལ་འཁྲབ་འཁྲབ་རྗེས་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱེད་རྒྱལ་སྐས་རྒྱ་བའི་སེང་གེས་ཏེ་
ཅེད་འཁྲབ་བཞེན་དང་རྣམ་མཐར་ལྷན་སྐྱོར་།

* རྒྱ་བའི་སེང་གེས་རྣམས་ཐར།

མཐའ་སྤྱིར་རྒྱ་མཚོ་ཅན་ལ་བཏང་ནས་འགྲོ།

ཞེས་སྐྱེས་པ་དང་རྒྱལ་ལྷོན་རྣམས་དོ་རའི་བྱུང་ཞིག་ཏུ་སྐྱེབས་པ་དང་།

* གཞུང་།

དེ་ནས་རྒྱལ་སྐས་རྒྱ་བའི་སེང་གེས་དཔོན་ལྷོན་འཁོར་བཅས་ལ་གྲུ་ལང་གི་
ལྷ་དབང་སྐྱེགས་ཆེན་པོ་གསོལ་བར་ཕེབས་པའི་སྐྱེབས་སུ་ནགས་མཐུག་པོ་ཞིག་
གི་བྱུང་བུ་ཕེབས་པ་དང་། རིགས་ངན་ཕྱོད་ཤེས་ལག་ལ་སྤྱིར་དཀར་སྐྱེད་པའི་འདབ་
མ་འཁྲེང་ཏེ་རྒྱལ་པོའི་བྱུང་བུ་སྐྱེག་ཕེབས་ལ་ལུ་ཞིག

ཅེས་སྐྱེས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱེད་རིགས་ངན་ཕྱོད་འཁྲབ་འཁྲབ་བཞེན་
དང་རྒྱལ་པོའི་ཕྱོགས་སུ་གཞིགས་ནས་བྱུག་འབྲུལ་པར་ཀོར་ལན་གསུམ་ཞུས་རྗེས།

* རིགས་ངན་ཕྱོད་རྣམས་ཐར།

ཨེ་མ་གསན་དང་རྒྱལ་སྲས་གཞིན་ལུ་ལགས།
སྟོན་གྱི་དབང་པོ་མ་ཡེངས་བདག་ལ་གསོན།
ཞེས་རྩ་སྤྱབ་དང་བསྟན་བཞིན་རྒྱལ་པོའི་ཆེབ་ཉི་ལུང་ནས་འཇུག་ཏེ་འཁྲབ་
བཞིན་རྩ་སྤྱབ་མཚམས་བཞག་རྗེས།

* **རིགས་ངན་ཕྱོད་རྣམ་ཐར།**

ང་ནི་དེ་ཞེས་ཅན་དན་ནགས་གསེབ་ནང་།
སྟོན་པའི་སྤྱ་ལེན་ལུས་པོ་གར་ལ་མཁས།

* **རྒྱ་བའི་སེང་གའི་རྣམ་ཐར།**

ཅན་དན་གསེབ་གྱི་གཞུགས་མངོས་ཡིད་འོངས་མ།
མ་ཡེངས་རྒྱ་བའི་སེང་གའི་སྤྱ་ལ་ཉོན།
ལག་ལ་སྲིང་དཀར་སྤྱད་པ་འདམ་མ་འཕྱེར།
ཁ་ནས་སྤྱ་ལེན་ལུས་པོ་གར་ལ་མཁས།

* **ཨ་པོ་ན་གའི་རྣམ་ཐར།**

གསེར་བྱ་ངང་པ་འགོ་འགྲོས་མཁས་ན་ཡང་།
རྟ་མཚོག་ངང་པའི་འགུན་རྒྱ་ག་ནས་ཚོག
དོ་ལོ་སྟོན་པོ་ཁ་མདོག་མཚར་ན་ཡང་།
རིན་ཆེན་གཡུ་ཡི་འགུན་རྒྱ་ག་ནས་ཚོག
རིགས་ངན་ཕྱོད་ཁ་འབྲས་མཚར་ན་ཡང་།
མི་རྗེ་རྒྱལ་པོའི་ཇོ་མོ་ག་ནས་ཡོང་།
རྒྱལ་པོ་རང་ཉིད་ད་ལྟ་ཕྱོད་པ་བྱ།

ཞེས་སྐྱེས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱེད་འབྲེལ་བཞེན་ངང་སློབ་པོའི་ཁ་བཤད་
རྗེས་རིག་ངན་སྲོེ་ངང་གནས་སྲུ་ལོག་པ་དང་། དེ་ནས་རྒྱལ་སློབ་རྣམས་སྲར་བཞེན་
ངང་གནས་སྲུ་ལོག་པ་དང་རྩ་སྐབ་མཚམས་བཞག་རྗེས།

* གཞུང་།

དེ་ནས་རྒྱལ་སྐུ་སྐྱེ་བའི་མེད་གེ་དེ་ཡང་མཐའ་སླེད་རྒྱ་མཚོ་ཅན་ལ་མེད་ས་
རྒྱུར་གྱུ་གཟིགས་གཏོང་མཁན་གཉེན་པ་གཉེས་པོ་དེ་ཡང་པོ་གྲང་དཀར་ཞེས་
མཐེལ་དུ་སྤྲུག་ལ་མེད་ས་པ་ལྷུ་ཞིག།

ཅེས་སྐྱེས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱེད་གྱུ་གཟིངས་གཏོང་བཞེན་པའི་ངང་ཁ་
བཤད་རྗེས་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱེད་འབྲེལ་བཞེན་ངང་།

* གཉན་པའི་རྣམ་མཐར།

རྒྱ་མོའི་གཞུང་ལ་འགོ་དུས།
རྒྱ་རྒྱུད་རྒྱལ་པོས་མ་བསྐྱུ།

ཞེས་སྐྱེས་པ་དང་རྩ་སྐབ་མཚམས་བཞག་པ་དང་ཁ་བཤད་རྗེས་རྩ་སྐབ་དང་
བསྐྱེད་སློར་བ་མེད་ས་ཏེ་མཐོ་གསུམ་འབྲེལ་འབྲེལ་རྗེས།

* གཉན་པའི་རྣམ་མཐར།

ད་ཡང་འདི་རུ་མི་སྣོད་བཏང་ནས་འགོ།
མཐའ་སླེད་རྒྱ་མཚོ་ཅན་དུ་གོ་གྱུ་བཏང་ནས་ཆས་འགོ།

ཞེས་སྐྱེས་པ་དང་གཉན་པ་གཉེས་ཀྱི་ཁ་བཤད་རྗེས་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱེད་ཨ་
པོ་ན་གེས་འབྲེལ་བཞེན་ཁ་བཤད་རྗེས་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱེད་རྒྱལ་སློབ་རྣམས་གྱུ་

གཞིགས་ནང་དུ་བཞུགས་ནས་འབྲམ་བཞེན་ངང་།

* **གཉན་པའི་རྣམ་ཐང་།**

སྦྱིད་སྦྱིད་ནགས་ཀྱི་གསེབ་ལ།

ཕྱིུ་ཚུང་གསུང་སྐད་སྟོན་པ།

ཞེས་སྐྱུས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱུན་འབྲམ་བཞེན་པའི་ངང་ཁ་བཤད་རྗེས་
རྒྱལ་མོའི་རྣམས་དོ་དམི་དཀྱིལ་དུ་འཕྱོར་བ་དང་གཉན་པ་གཉིས་པོས་མེབས་སྐྱེལ་
ལེགས་པར་ཞུས་ནས་རང་གཉན་སུ་ལོག་པ་དང་།

* **གཞུང་།**

དེ་ནས་གཉན་པ་གཉིས་ནས་རྒྱལ་སྐྱུ་བའི་སེང་གི་རྒྱ་མཚོའི་པ་རོལ་
དུ་གདན་ཤངས་པ་དང་། བྱ་ལང་གི་སྟེ་དབང་སྐྱུག་ཆེན་པོའི་སྟེ་འུན་པ་ཁ་ཆེ་དེ་
གཉིས་པོ་བྲང་དཀར་ཞལ་མཐེལ་དུ་བྱུག་མེབས་པ་ལ་ཞུ་ཞིག

ཅེས་སྐྱུས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱུན་སྟེ་འུན་པ་ཁ་ཆེ་གཉིས་ཀྱིས་ཁ་བཤད་
རྗེས་ཨེར་ཁ་དང་སྐྱུ་སྟོན་དཔྱོལ་ཉེ་ནང་མ་ཨ་མ་ལེ་ཉོ་གཏོང་རྒྱ།

* **གཞས་ཚིག་།**

བྱ་དེ་ལྷང་ལྷང་དཀར་མོ།

གཤོག་རྩལ་ང་ལ་གཡར་དང་།

ཐག་རིང་རྒྱང་ལ་མི་འགྲོ།

ལི་ཐང་བསྐྱོར་ནས་སྐྱེབས་ཡོང་།

ཞེས་གཞས་བཏང་བ་དང་ཁ་བཤད་རྗེས་བསོད་ནམས་ཡར་འགོ་འབྲམ་རྒྱ།

* **གཞུས་ཚིག།**

མཚོད་ཚང་གཙང་བཞེས་གནང་དང་།

བསོད་ནམས་ཡར་འགྲོ་ལགས།

ངའི་ཟས་ལ་སྐྱུ་ཕོག་ལ་མི་འདུག།

ཡར་འགྲོ་ཤིག་པ་ལ།

ངའི་ཟས་ལ་སྐྱུ་ཕོག་ལ་མི་འདུག།

ལྷ་སའི་སྲོའི་ཕྱག་འབུལ།

ལྷ་སའི་སྲོའི་རྩོམ་ཡོལ།

ལྷ་སའི་སྲོའི་རྐྱེད་གཟེང།

ཞེས་འབྲུག་གཞུས་འབྲུག་ཟིན་པ་དང་ཁ་བཤད་རྗེས་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱུན་
མགྲོགས་འབྲུག་འབྲུག་རྗེས།

* **ཁ་ཚེའི་ནམ་ཐང།**

ད་ཡང་འདི་ཅུ་མི་སྣོད་ད་ཡང་བཏང་ནས་འགྲོ།

མཐའ་སླེང་རྒྱ་མཚོ་ཅན་དུ་སྐྱ་གཅིག་གསོལ་དུ་འགྲོ།

ཞེས་སྐྱུས་པ་དང་ཕྱག་འབུལ་ལན་གསུམ་ལྷུས་ནས་ཁ་བཤད་རྗེས་རྩ་སྐབ་
དང་བསྐྱུན་དལ་འབྲུག་འབྲུག་རྗེས།

* **གཞུང།**

དེ་ནས་ཁ་ཚེ་གཉིས་ནས་སྐྱ་ཚེན་གསོལ་ཉེ་རང་རང་གི་གནས་ལ་ཕེབས་
སོང་བས་རྒྱལ་སྐྱས་རྒྱ་བའི་སེང་གེ་མཐའ་སླེང་རྒྱ་མཚོ་ཅན་དུ་ཕྱག་ཕེབས་པ་དང་།
ཤུ་ལང་གི་སྐྱ་དབང་ཕྱག་ཚེན་སོ་འཁོར་གཡོག་དང་བཅས་པར་སོ་བྲང་དཀར་ཞལ་

མཐིལ་དུ་སྤྲུག་ཐེབས་ལ་ཞུ་ཞིག།

ཅེས་སྐྱུས་པ་དང་རྩ་སྤྲུབ་དང་བསྟན་ལྷ་ཚེན་པའོར་གཡོག་རྣམས་དོན་འཁྲབ་
འཁྲབ་བཞིན་ངང་ཁ་བཤད་རྗེས་རྒྱལ་མོན་རྣམས་ལྷ་ཚེན་གྱི་དྲུང་དུ་སྤྲུག་ཐེབས་
པ་དང་།

* རྒྱ་བའི་སེང་གའི་རྣམ་ཐར།

བསྟན་པའི་ལྷ་ཚེན་དབང་ཕྱུག་བདག་ལ་གསོན།

མ་ཡིངས་རྒྱ་བའི་སེང་གའི་སྤྱ་ལ་ཉོན།

ཞེས་སྐྱུས་པ་དང་མགྲོགས་འཁྲབ་འཁྲབ་བཞིན་ངང་ལྷ་བ་སྐྱོར་ལེན་རྒྱ།

* རྒྱ་བའི་སེང་གའི་རྣམ་ཐར།

ང་ཡི་ས་མེས་དུས་ཀྱི་སྤྱང་མ་ཡིན།

ཉེ་རིང་མེད་པའི་ལུང་བསྟན་གནང་བར་ལྷ།

ང་ལ་རྩོམ་གཅིག་ཀྱང་དགོས་པ་ཡིན།

ཉེ་མའི་སྣོ་བྱང་གང་གི་མཚམས་སུ་ཡོད་མེད།

ཡི་ཤེས་སྐྱུན་གྱིས་གཟིགས་པར་ལ་ཞུ་ཞིག།

ཅེས་སྐྱུས་པ་དང་ལྷ་དྲུང་གི་ཁ་བཤད་རྗེས།

* ལྷ་ཚེན།

རྗེ། རྗེ། སུ་ལྷ་བ་པ་རྒྱལ་པའི་ལྷ་ཁང་ལ།

གསུང་སྟན་པོ་ཨ་རྩོ་རས་རྒྱང་བ།

གཙོ་ཚེན་དུ་ཡརྒྱལ་དབང་ཐམས་བཅད་མཁྱེན་གཟིགས་ཚེན་པོ་མཚོག།

གླུ་རིན་ཆེན་གསེར་ཁི་མཐོན་པོར་འགྱུར་བ་མེད།
 ཡང་སྒོམ་པོད་འབངས་ཡོངས་ལ་བདེ་སྲིད་ཡོང་བ་ཡོད།
 ཡུལ་ཕྱོགས་སྲིད་པོ་སེམས་ཀྱི་སྒོ་ཕྱོས་ལ།
 ཡབ་ཡོད་པ་སྐྱབ་པའི་དེད་དཔོན་ཡོད།
 ཡུམ་ཡོད་པ་ལྷ་ཡི་དཔལ་མོ་ཡོད།
 དེ་ཡི་སྲས་སྐྱབ་པའི་སེང་གེ་ལ།
 དེ་ཡི་ཚོ་མོ་དེ་ཉི་མའི་ལྷོ་བྱང་གི་མཚམས་སུ་ཡོད།
 གཞུགས་མེད་ངས་ཕྱོགས་དང་འཕྲིན་ལས་ཡོད།

ཅེས་སྐྱེས་པ་དང་ཁ་བཤད་རྗེས་ལྷའི་ཡུང་བསྟུན་རྒྱལ་སྐོན་ནམས་ལ་ཡུལ་
 ཉེ་རྩ་སྐྱབ་དང་བསྟུན་ལྷ་ཆེན་འཁོར་བཅས་འཁྲབ་བཞིན་རང་གནས་སུ་ལོག་པ་
 དང་། རྒྱལ་སྐོན་ནམས་དོ་རའི་བྱུང་ཞིག་ཏུ་ཕྱེབས་པ་དང་།

* གཞུང་།

དེ་ནས་རྒྱལ་སྐོན་འཁོར་བཅས་ཡུལ་ཕྱོགས་སྲིད་པོ་སེམས་ཀྱི་སྒོ་ཕྱོས་ཀྱི་
 ཕྱོགས་སུ་ཕྱེབས་སོང་བ་དང་། སྐར་བཞིན་ནགས་ཚལ་སྐྱུག་པོ་དེ་ཡི་གསེབ་ཏུ་
 ཕྱེབས་པ་དང་། རིགས་ངན་གྱི་ཕྱོ་དེ་ཡིས་ལག་ཏུ་ཆང་གི་ལས་མོ་འཛོགས་ཉེ་
 རྒྱལ་པོའི་བྱུང་བྱུ་ཕྱུག་ཕྱེབས་ལ་ཞུ་ཞིག

ཅེས་སྐྱེས་པ་དང་རྩ་སྐྱབ་དང་བསྟུན་རིགས་ངན་ཕྱོ་དོན་འཁྲབ་འཁྲབ་བཞིན་
 ངང་སྐོན་པོའི་ཁ་བཤད་རྗེས་རྒྱལ་པོའི་བྱུང་བྱུ་ཕྱུག་འབྲུལ་བད་ཀོར་ལན་གསུམ་
 ཞུས་རྗེས།

* རིགས་ངན་སྤྱི་རྣམ་ཐར།

ཆུ་གར་ས་ཐག་རིང་ལ་ས་རོང་རྩུབ།
དེ་འདྲའི་གནས་ལ་རྒྱལ་པོ་འོ་རེ་རྒྱལ།
འོ་རུ་མ་རྒྱལ་བདེ་བའི་གནས་སུ་བཞུགས།
ཞེས་སྤྲིས་པ་དང་རྩ་སྤྲིབ་དང་བསྟུན་འཁྲབ་བཞིན་སློབ་པོའི་ཁ་བཤམ་རྗེས།

* རིགས་ངན་སྤྱི་རྣམ་ཐར།

ན་ནིང་བཙོས་པའི་ལོ་ཆང་ཁམ་པ་ཡོད།
ད་ལོ་བཙོས་པའི་འབྲས་ཆང་བསེལ་མ་ཡོད།
རོ་མཚོག་ཁ་མངར་ལྷན་བདུད་ཅི་འདི།
རྒྱལ་པོ་བྱེད་ཀྱི་ཞལ་ལ་མཚོད་པར་ཞུ།
ཞེས་སྤྲིས་པ་དང་རྒྱལ་པོར་མཚོད་ཆང་སུལ་ཉེ་རྒྱལ་པོ་སྤྲུགས་ཤིན་ཏུ་མཉེས་
ནས་ཡིད་འཕྲོག་པའི་རྣམ་འགྲུར་གྱིས།

* ལྷ་བའི་སང་གའི་རྣམ་ཐར།

རྒྱུས་པའི་མ་ལས་བྱམས་པ་བྱེད་ལ་བྱེད།
སེམས་ཉིད་མཐུན་པའི་ལྷ་ལྟོགས་མི་བྱེད་དམ།
ཞེས་སྤྲིས་པ་དང་རྩ་སྤྲིབ་དང་བསྟུན་རྒྱལ་སློབ་རྣམས་ནས་རིགས་ངན་སྤྱི་པོ་
བྲང་དུ་གཏུག་འདྲེན་ཞུས་ནས་གཞས་ཆེན་རྒྱག་པ།

* གཞས་ཆེན་གྱི་གཞས་ཚིག།

ཨོལོ། འོ་འོ་ལོ། ཨོ་འོ་འོ་ལོ། འོ་འོ་ལོ། བསོད་ནམས། འ་འ་ལ། ཡར་འགྲོ།

བྱ་དེ་ཨ་པོ་ཞེ་ལ་ཙོ། བྱ་དེ་ཨ་པོ་ཞེ་ལ་ཙོ།
མི་ཚེ་རི་ལ་སྐྱེ་ལ་ཟེར་ན། ལྷག་ལས་མོ་སོ་ཡ།
ཡར་འགོ་ལ་དང་ཡར་འགོ་ལ།

* གཞུང་།

ཁྲིད་ཀྱིས་སྲིད་གཞི་སྐྱོར་དུ་མ་སྲིབ་ན། རིགས་ངན་ཕྱོ་ཡིན་པ་སྲུ་ཡིས་
ཤེས། ཞེས་གསུངས་ནས་བྱུང་བས་དེ་ནས་རྒྱལ་པོས་རིགས་ངན་ཕྱོ་ཁྲིད་དེ་
ཡུལ་ཕྱོགས་སེམས་ཀྱི་སློབ་མོས་ལ་ཤེབས་པ་དང་། རྒྱལ་པོ་གསེར་ཁྲིའི་སླེང་དུ་
བཞུགས། རིགས་ངན་ཕྱོ་གཡུ་ཁྲི་སླེང་དུ་བཞུགས་ཉེ་དགའ་སློབ་དཔག་མེད་ཀྱི་
ངང་ལ་བཞུགས་སོང་བ་དང་། དེ་ནས་གཞུགས་དཀར་པོ་གསེར་ཀྱི་ཡུ་བ་ཅན་
ཀྱི་འོག་ནས་མངོན་ཤེས་ཤེས་པའི་སྐྱེ་མཁའ་ཞེ་ཙོ་དེ་རྒྱལ་པོའི་ཁྲིའི་རྒྱར་དུ་ལྷག་
ཤེབས་པ་ལ་ལྷ་ཞིག

ཅེས་སྐྱེས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱེད་ཞེ་ཙོ་དེ་རྒྱལ་པོའི་ཁྲིའི་རྒྱར་དུ་སླེབས་
པ་དང་།

* རྗེ་ཙོ་འི་རྣམ་ཐར།

ཀ་ཡི་གསོན་དང་རྒྱལ་པོ་རིན་པོ་ཆེ།
ལ་དམར་ཞེ་ཙོ་འི་ཕྱོགས་ལ་ཚུར་གསོན་དང་།

ཞེས་སྐྱེས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱེད་མཁྱོགས་འཁྲབ་འཁྲབ་བཞིན་ངང་ལྷག་
སྐྱོར་ཤེན་རྒྱ།

* བེ་ཚེ་འི་རྣམ་ཐར།

ག་ཡོང་མེད་པའི་རྒྱལ་པོའི་བཅུན་མོ་དེའི།
ང་ལ་ཕ་མའི་རིགས་རྒྱུད་ཅི་འདྲ་ཡིན།
ཅ་ཚོ་ཡོན་ཏན་ལུས་ལ་འདྲོ་མས་བེར་ན།
ཆ་ལུགས་མཐུན་པའི་ཞོར་རྣམས་ཅི་འདྲ་ཡོད།
ང་ཆེན་ལྷོ་ཚོ་བདག་གི་གཏམ་རྒྱུད་དེ།
ཉ་རྒྱས་རྒྱ་བའི་དེད་དཔོན་ཚད་དུ་བཅུགས།

* རྒྱ་བའི་སེང་གའི་རྣམ་ཐར།

ཏ་ལའི་གིང་ལ་ཡ་མཚན་ཅན་ཞིག་བྱུང་།
མཐའ་མ་ཨ་ཟའི་འབྲས་བུ་སྦྱིན་པར་ཡོད།
ཅས་སྦྲས་པ་དང་ཁ་བཤམ།

ད་ལྟ་རང་རེའི་ཕོ་བྲང་ནང་ཞིག་ལ།
ན་རྒྱུང་དམན་ལ་གཟུགས་མངོས་དེ་ལྟར་ཡོད།
པ་ན་བྱ་བའི་ལུས་ལ་རིགས་རྒྱུད་ཡོད།
ཕ་མའི་རིགས་རྒྱུད་ག་ཡོང་ཆ་མ་རྟོགས།
བ་མ་སྲུང་གི་བྱ་ཆེན་ལྷོ་ཚོ་ལྷོད།
མ་རུང་གཏམ་རྒྱུད་མ་མང་ལོག་ནས་སོང་།

ཞེས་སྦྲས་པ་དང་རྩ་སྦྲུབ་དང་བསྐྱུན་ལྷོ་ཚོ་རང་གནས་སུ་ལོག་པ་དང་།

* གཞུང་།

དེ་ནས་ལྷོ་ཚོ་སྲུང་བཞེན་དུ་འབྱུང་ནས་ལོག་སོང་བས། དེ་ནས་དུས་རེ་ཞིག་

ཞོ་རྩོད་ཐེངས་ཉེར་བརྒྱན་པ།

ཅམ་ལ་འཕེལ་གྱི་བ་མེད་པའི་མེ་ཉོག་གི་ར་བའི་ནང་དུ་ཕྱི་ག་ཆེན་གྱི་སྐབས་ཚོད་དེ་
ཡང་ཕྱག་ཐེབས་པ་ལ་ལྷ་ཞིག

ཅེས་སྐྱེས་པ་དང་རྩ་སྐབས་དང་བསྐྱེད་སྐབས་ཚོད་དེ་མེ་ཉོག་ར་བའི་ནང་དུ་
སྐྱེས་པ་དང་།

* གཞུང་།

དེ་ནས་ཕྱི་ག་ཆེན་སྐབས་ཚོད་དེ་ཡང་ཕྱག་ཐེབས་སོང་བ་དང་རིགས་ངན་སྲོ་
དེ་ཡང་ཐོག་སྐོར་དུ་ཕྱག་ཐེབས་པ་ལ་ལྷ་ཞིག

ཅེས་སྐྱེས་པ་དང་རྩ་སྐབས་དང་བསྐྱེད་སྐབས་རིགས་ངན་སྲོ་ས་འཁྲབ་བཞིན་ཐོག་
སྐོར་དུ་ཕྱག་ཐེབས་ནས་ཕྱི་ག་ཆེན་སྐབས་ཚོད་གྱིས་མཐོང་རྗེས་རང་གཞུང་སྲུ་ལོག་
པ་དང་།

* གཞུང་།

དེ་ནས་རིགས་ངན་སྲོ་ས་ཕྱི་ག་ཆེན་སྐབས་ཚོད་དེ་ཡི་མགོ་ལག་ལེན་དགོས་
ཕྱགས་ལ་དགོངས་ཏེ་ལྷ་ས་རྩའི་གཉེར་བ་ཨ་ཁུ་ཚོན་པ་སྐྱད་བཏང་བ་དེ་དཀར་ཞལ་
མཐེལ་དུ་ཕྱག་ཐེབས་པ་ལ་ལྷ་ཞིག

ཅེས་སྐྱེས་པ་དང་རྩ་སྐབས་དང་བསྐྱེད་སྐབས་ཨ་ཁུ་ཚོན་པ་དེ་ཡང་དོན་འཁྲབ་སྐོར་
ཆེན་དུ་བསྐྱོད་ནས་བྱ་འགོ་ས་འཁྲབ་བཞིན་ཕྱག་འབྲུལ་པ་དཀོར་ལན་གསུམ་ལྷས་
པ་དང་ཁ་བཤད་རྗེས།

* རིགས་ངན་སྲིད་རྣམ་ཐར།

སྡིང་དང་འབྲ་བའི་ཨ་ཁུ་རྩོན་པ་ལགས།

རིགས་ངན་སྲིད་ཕྱོགས་ལ་ཚུར་གསོན་དང་།

ཞེས་སྐྱུས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱུན་མགྲོགས་འཁྲབ་འཁྲབ་བཞིན་ངང་རྣམ་
མཐར་ལྷབ་སྐྱོར་ལེན་ཟུ།

* རིགས་ངན་སྲིད་རྣམ་ཐར།

འཕེལ་གྱི་བ་མེད་པའི་མེ་རྟོག་ར་བའི་ནང་།

རྟིག་ཆེན་པག་ཚོད་ཅིག་ཀྱང་བསྐྱེད་པས་ནས་འདུག།

* གཞུང་།

མེ་རྟོག་གསར་པ་རྣམ་ཚོ་བཟས་ནས་འདུག།

མེ་རྟོག་རྟིང་པ་རྣམ་ཚོ་རྟོག་ནས་འདུག།

དེ་ཡི་མགོ་ལག་བཅས་པ་བྱུང་བེར་ན།

ཁྱེད་ལ་བྱ་དགའ་བདག་རྒྱུན་ང་ཡིས་སྣོད།

ཅེས་གསུང་ནས་བྱུང་བས་དེ་ནས་རྩོན་པ་བྱ་དེ་ཡིས་དེ་སྐད་ཅེས་སྐྱུས་པ་
ལ་ལྷ་ཞིག།

* རྩོན་པའི་རྣམ་ཐར།

ཡིད་འོངས་བཅུན་མོའི་བཀའ་བཞིན་བསྐྱེད་པས་ཆས་འགོ།

འཕེལ་གྱི་བ་མེད་པའི་མེ་རྟོག་ར་བའི་ནང་དུ་ཆས་འགོ།

ཅེས་སྐྱུས་པ་དང་ཁ་བཤད་རྗེས་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱུན་འཁྲབ་བཞིན་ངང་པག་

པ་མཐོང་བ་དང་ཁ་བཤད་རྗེས།

* རྫོན་པའི་རྣམ་ཐར།

མེ་ཉོག་ར་བའི་ནང་གི་སྒྲིག་ཆེན་པག་མོད་ལྟེང།

མ་ཡིངས་རྫོན་པ་ང་ལ་ཚུར་ཉོན་དང་།

ཞེས་སྐྱེས་པ་དང་ར་སྐྱབ་དང་བསྐྱུན་པག་མོད་བདས་པ་དང་ཁ་བཤད་རྗེས།

* རྫོན་པའི་རྣམ་ཐར།

སྒྲིག་ཆེན་རྫོན་པ་ང་ནི་སྒྲིག་ལ་དགལ།

པག་མོད་གོམ་གསུམ་མདའ་མོའི་ཚེ་རུ་ལེན།

ང་ཡི་མདའ་མོ་ཚངས་པའི་མོད་སྐྱོ་འདི།

པག་མོད་ལྟེང་གི་སྒྲིང་ཁར་རྒྱག་རྒྱ་ཡིན།

ཞེས་སྐྱེས་པ་དང་ར་སྐྱབ་དང་བསྐྱུན་པག་མོད་དེ་ཡང་སྤར་བཞིན་བདས་ཉེ་
རང་གནས་སུ་ལོག་པ་དང་ཤ་བ་སྐྱུག་ཚུང་མཐོང་བ་དང་ཁ་བཤད་རྗེས།

* རྫོན་པའི་རྣམ་ཐར།

སྤར་སྟོད་མཐོན་པོའི་ཤ་བ་སྐྱུག་ཚུང་ལྟོད།

ལ་ལུང་མང་པོ་བཀལ་ཡང་བཤན་པའི་ལག་རྒྱ་ཐེབས།

ང་ཡི་མདའ་མོ་ཚངས་པའི་མོད་སྐྱོ་དེ།

ཤ་བ་ལྟོད་གི་སྒྲིང་ཁར་རྒྱག་རྒྱ་ཡིན།

ཞེས་སྐྱེས་པ་དང་ར་སྐྱབ་དང་བསྐྱུན་ཤ་བ་བདས་བཞིན་ཤ་བ་རང་གནས་སུ་
ལོག་པ་དང་ཁ་བཤད་རྗེས།

* **གཞུང་།**

དེ་ནས་ལ་བ་དེ་ནགས་ཚལ་སྐྱལ་པོ་དེ་ཡི་གསེབ་ཏུ་བསྐྱབས་སོང་བ་དང་
རྩོན་པའི་བྱ་དེ་གར་འགྲོ་འདི་གྲོ་མེད་པར་ནགས་ཚལ་སྐྱལ་པོ་དེ་ཡི་གསེབ་ཏུ་
མགོ་འཁོམས་ནས་འགྲོ་ས་མ་རྟེན་པར་ལུས་སོང་བ་དང་། དེ་ནས་རྩོན་པའི་བྱ་
དེ་མིག་པར་བལྟ་ཚུར་བལྟ་བུས་པས་འབྱུང་གཞི་གཡུ་ཡི་ཚུ་མིག་ཅིག་མཐོང་བ་
དང་། ཚུ་མིག་དེ་ཡི་ཁ་རུ་སློབ་དང་བུམ་པ་བཞག་པའི་རྗེས་ཞིག་འདུག་པས་རྩོན་
པའི་ཐུགས་ཀྱི་དགོངས་པ་ལ། འདི་རུ་བསྐྱད་ན་མི་ཞིག་སླེབས་པ་འདུག་དགོངས་
ཏེ་དེ་ཡི་དགོང་མོ་དེ་རུ་གཟིམས་སོང་བས་སང་ཉིན་ནས་ལངས་ཉི་མ་འདར་བ་དང་།
ཉི་མ་གཞུ་འདོམ་གང་གི་མཚམས་ལ་སླེབས་དུས་བྲམ་ཟེ་མ་གཞུགས་ཀྱི་ཉི་མ་དེ་
ཡང་ཡབ་བྱང་སྲོང་གི་ཆབ་ཚུ་ལེན་དུ་བྱུག་པེབས་པ་ལ་ཞུ་ཞིག

ཅེས་སྐྱས་པ་དང་ར་སྐྱབ་དང་བསྐྱུན་བྲམ་ཟེ་མ་གཞུགས་ཀྱི་ཉི་མ་དོན་འཁྲབ་
འཁྲབ་བཞེན་ངང་།

* **གཞུགས་ཀྱི་ཉི་མའི་རྣམ་ཐར།**

བུམ་པ་འཁྱེར་ནས་ཚུ་ཞིག་ལེན་དུ་འགྲོ།
ཡབ་ལ་བྱང་སྲོང་ཆབ་ཚུ་ལེན་དུ་འགྲོ།

* **རྩོན་པའི་རྣམ་ཐར།**

ཅན་དན་གསེབ་ཀྱི་གཞུགས་མཛེས་ཡིད་འོང་མ།
མ་ཡིངས་རྩོན་པ་ང་ལ་ཚུར་གསོན་དང་།

ཞེས་སྐྱས་པ་དང་ར་སྐྱབ་དང་བསྐྱུན་བྲམ་ཟེ་གཞུགས་ཀྱི་ཉི་མ་ཡབ་ཀྱི་བྱང་
དུ་བྱུག་པེབས་པ་དང་།

* **གཞུང་།**

དེ་ནས་རྫོན་པས་སྐྱས་པ་དང་བམ་ཟེ་གཞུགས་ཀྱི་ཉི་མ་དེ་རི་དྲུགས་ཀྱི་སྐྱ་
ལ་རྗེས་དྲི་ཁ་བ་ལྟར་ཚུ་བུམ་པ་གང་འཁྲེང་ནས་སྐྱར་དུ་ཡབ་བྱང་སྲོང་གི་སྤྱི་ལ་
བྱའི་བྱང་དུ་མེབས་སོང་བ་དང་། དེ་ནས་དེ་ཡི་རྒྱབ་མོ་རྫོན་པའི་བྱ་དེ་ཡང་འབྱུང་
གཞི་གཡུ་ཡི་ཚུ་མིག་གི་ཁ་དུ་བཞུགས་པ་དང་། སང་ཉིན་ནས་ཡངས་ཉི་མ་ཤར་
བ་དང་ཉི་མ་ལྷ་འདོམ་གང་གི་མཚམས་སུ་སླེབས་དུས་བམ་ཟེ་གཞུགས་ཀྱི་ཉི་མ་
དེ་ཡང་སྐྱར་བཞེན་དུ་ཡབ་བྱང་སྲོང་གི་ཆབ་ཚུ་ལེན་དུ་བྱལ་མེབས་པ་ལ་ལྷ་ཞིག

ཅེས་སྐྱས་པ་དང་རྗེ་སྐྱབ་དང་བསྐྱུན་སྐྱར་ཡང་གཞུགས་ཀྱི་ཉི་མ་བྱང་སྲོང་གི་
ཆབ་ཚུ་ལེན་དུ་མེབས་པའི་ངང་།

* **གཞུགས་ཀྱི་ཉི་མའི་རྣམ་ཐར།**

ད་ཡང་མི་རྗོད་ད་ཡང་བཏང་ནས་འགོ་
ཡབ་ལ་བྱང་སྲོང་ཆབ་ཚུ་ལེན་དུ་འགོ་

* **རྫོན་པའི་རྣམ་ཐར།**

ང་ནི་ཡུལ་ཕྱོགས་སེམས་ལ་འགོ་བ་ཡིན།
ལམ་སྐྱ་སྟོན་པའི་སྲུང་བ་ཞིག་གནང་བ་ལྟ།

ཞེས་སྐྱས་པ་དང་རྗེ་སྐྱབ་དང་བསྐྱུན་གཞུགས་ཀྱི་ཉི་མ་ཡབ་བྱང་སྲོང་གི་བྱང་
དུ་བྱལ་མེབས་པ་དང་། བྱང་སྲོང་གི་ཁ་བཤད་རྗེས་ཅ་གུ་ཤེས་མོ་གང་གནང་སྟེ་
རྗེ་སྐྱབ་དང་བསྐྱུན་གཞུགས་ཀྱི་ཉི་མ་ཨ་ལྷ་རྫོན་པའི་བྱང་དུ་བྱལ་མེབས་ཀྱི་སྐྱབ་བ་
གནང་བ་དང་།

* བྱ་སྤྲུག་གི་ཁ་བཤད།

འོ་སྤྱི་ཞབས་ཐུགས་རྗེ་གཟིགས་རྟོགས་གནང་།
 ཨ་པ་སུམ་བརྟུ་ཐམ་པ་ལ་བཟའ་རྒྱ།
 ཨ་མ་དུག་བརྟུ་ཐམ་པ་ལ་འཁྱེར་རྒྱ།
 ཨ་པ་ལ་ཡ་བཟའ་རྒྱ།
 ཨ་མ་ལ་ཡ་བཟའ་རྒྱ།
 འབི་ས་ལ་མིག་རིལ་བཟའ་རྒྱ།
 འོ་སྤྱི་ཞབས་ཐུགས་རྗེ་གཟིགས་རྟོགས་གནང་།

* རྒྱང་མའི་གཞུགས།

རྒྱ་ཡི་ཤར་ནས་ཐོན་པའི། རྒྱ་ཡི་ཨ་ཤེ་ཁ་བཏགས།
 བདག་ལ་དཔོན་པོས་བྱུག་ནས་གནང་བྱུང་།
 རྒྱ་ཡི་ཨ་ཤེ་ཁ་བཏགས། ཁ་བཏགས་སླེ་ལ་ཕྱོན་ནས།
 བདག་ལ་རང་ལུལ་ཕྱོགས་ལ་ལོག་འགྲོ།

* རྒྱང་མའི་རྣམ་ཐར།

ད་ཡང་འདི་ཅུ་མི་སྣོད་བཏང་ནས་འགྲོ།
 རོན་པ་གར་མོང་རྒྱང་མས་འཚོལ་དུ་འགྲོ།
 ཞེས་སྤྲུམ་པ་དང་རྩ་སྤྲུབ་དང་བསྟུན་རྒྱང་མས་རོན་པ་འཚོལ་དུ་ཕེབས་
 སྐབས་ཁ་བཤད་རྗེས་བྱུག་འབྲུལ་བད་ཀོར་ལན་གསུམ་ཞུས་རྗེས།

* རྒྱང་མའི་རྣམ་ཐར།

སྣོད་དང་འབྲ་བའི་གཞོན་ལུ་རོན་པའི་བྲ།

མ་ཡིངས་རྒྱུང་མ་ང་ལ་རྒྱུར་གསོན་དང་།
ཉི་མ་མང་པོ་ནགས་ཚལ་གསེབ་ཏུ་བསྐྱད།
རི་དྲགས་བསད་པའི་ཤ་ནི་མི་འདུག་པས།
མི་ཡི་གཡོག་ལ་བསྐྱད་ན་གཡོག་སྒྲ་ཡོད།
དེ་འདྲའི་རྫོན་པའི་ལས་ཀྱི་ཐབས་སྟུག་ལ།

ཅེས་སྒྲུས་པ་དང་ཁ་བཤད་རྗེས་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱུན་རྒྱུང་མ་བྱ་སྟུག་རྣམས་
རང་གནས་སུ་ལོག་པ་དང་།

* གཞུང་།

དེ་ནས་རྫོན་པའི་བྱ་དེ་ཡིས་རི་དྲགས་ཀྱི་ཤ་ཐུན་བྱ་ཡོད་པ་རྣམས་ཁོ་རང་
གི་བྱ་སྟུག་རྣམས་ལ་སྦྱད་པ་དང་། བྱ་སྟུག་རྣམས་ཀྱང་རང་རང་གི་གནས་སུ་ལོག་
སོང་པ་ལྟར་དུ་དེ་ནས་རྫོན་པའི་བྱ་དེ་ཡི་ཅ་ཀྱང་འདི་སྐབས་བ་སྟོར་བཞིན་དུ་ཡུལ་
ཕྱོགས་སྦྱིད་པོ་སེམས་ཀྱི་སྒོ་གྲོས་ཕྱོགས་སུ་བྲུག་པེབས་ལ་ཞུ་ཞིག

ཞེས་སྒྲུས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱུན་རྫོན་པའི་བྱ་འབྲེལ་བཞིན་རང་རྣམ་མཐར་
ཐུབ་སྐྱོར་ལེན་ཏུ།

* རྫོན་པའི་རྣམ་ཐབས།

ཡུལ་ཕྱོགས་སེམས་ཀྱི་སྒོ་གྲོས་ཕྱོགས་སུ་འགོ་བ་ཡིན།

ཞེས་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱུན་འབྲེལ་བཞིན་རྒྱལ་སོའི་དུང་དུ་འབྱོར་བ་དང་བྲུག་
འབྲུལ་པ་དང་ཀོར་ལན་གསུམ་ཞུས་རྗེས།

* རྫོན་པའི་རྣམ་ཐར།

གྲེ་མ་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་བདག་ལ་གསོན།
 མ་ཡིངས་རྫོན་པ་བདག་ལ་ཚུར་གསོན་དང་།
 རྫོན་པས་མ་ཕྱིན་རྫོན་པས་ཕྱིན་པ་ཡིན།
 རྫོན་པས་ནགས་ཚལ་སྤྱགས་པོའི་གསེབ་ལ་ཕྱིན།
 སྤང་གཤོངས་བདེ་མོ་གཡུ་ཡི་གཞོངས་པ་འདྲ།
 གསེར་གྱི་ཉ་རྒྱུང་རྒྱ་ཡིས་མཐའ་ནས་བསྐྱོར།
 དེ་འདྲའི་རྒྱལ་པོའི་ཕྱག་ལ་འབྱོར་ཟེར་ན།
 ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་ཕྱག་ལ་འབྱོར་བ་འདྲ།
 ཞེས་སྐྱས་པ་དང་ཁ་བཤད་རྗེས།

* གཞུང།

དེ་ནས་རྒྱལ་སྐས་སྐྱ་བའི་སེང་གས་རྫོན་པའི་བྱས་སྐྱས་པ་འདི་བཞིན་མཁྱེན་
 བས་རྫོན་པའི་བྱ་ཟུར་དུ་འཁྲིད་པ་ལ་ལྷ་ཞིག
 ཅེས་སྐྱས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱུན་འཁྲབ་བཞིན་རྩ་སྐབ་མཚམས་བཞག་
 པ་དང་།

* རྐྱ་བའི་སེང་གའི་རྣམ་ཐར།

ཁ་སང་རྫོན་པས་སྐྱས་པའི་གཏམ་བཟང་དེ།
 དང་པོ་སྐྱོས་དང་གཞོན་ཅུ་རྫོན་པའི་བྱ།

* རྫོག་པའི་རྣམ་ཐར།

རི་སྐྱ་མཚོན་པོའི་སྤང་གི་གཡས་ཟུར་ན།
ཅན་དན་བཞིན་དུ་ངི་ཞིམ་གཟུགས་མཛེས་འདུག
ཅེས་སྐྱས་པ་དང་ཁ་བཤད།

རང་རེར་བཅུན་མོ་ལྷ་བརྒྱ་ཡོད་ལྟར་ཀྱང་།
གཟུགས་མཛེས་དེ་དང་འདྲ་བ་མི་འདུག་པས།
ཡང་ན་གནས་མཚོག་གཞན་ལ་གྱར་ཉེན་འདུག
ཡང་ན་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་གྱིས་དབང་ཉེན་འདུག
རྒྱལ་པོ་རང་ཉིད་ད་ལྟ་ཕྱོག་པར་ལྷ།
གསན་པ་ཞི་བྱུང་གཞོན་ལུ་ལྟ་ཡི་སྲས།

ཞེས་སྐྱས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱེན་རྒྱལ་སློན་གཉིས་འཁྲབ་བཞིན་ངང་ཁ་
བཤད་གྱིས་འབྲུང་གཞི་གཡུ་ཡི་རྒྱ་མིག་གི་སྤོང་དུ་འཕྲོར་བ་དང་།

* གཞུང་།

དེ་ནས་རྒྱལ་པོ་དང་རྫོག་པའི་བྱ་གཉིས་འབྲུང་གཞི་གཡུ་ཡི་རྒྱ་མིག་གི་ཁ་
རུ་མེབས་ནས། དེ་ཡི་རུབ་མོ་འབྲུང་གཞི་གཡུ་ཡི་རྒྱ་མིག་གི་ཁ་རུ་བཞུགས་སོང་
བས་སང་ཉེན་ནམ་ལངས་ཉི་མཤམ་བ་དང་ཉི་མ་ལྷ་འདོམ་གང་གི་མཚམས་སུ་
སྐྱེབས་པ་ན་བྲམ་ཟེ་གཟུགས་ཀྱི་ཉི་མ་དེ་ཡལ་བྲང་སྲོང་གི་ཆབ་རྒྱ་ལེན་དུ་བྱག་
མེབས་པ་ལ་ལྷ་ཞིག

ཅེས་སྐྱས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱེན་རྒྱལ་སློན་རྒྱལ་བཞིན་དོན་འཁྲབ་འཁྲབ་
བཞིན་ངང་།

* གཞུགས་ཀྱི་ཉི་མའི་རྣམ་ཐང།

བྱམ་པ་འཁྱེར་ནས་ཚུ་གཅིག་ལེན་དུ་འགྲོ།

ཡབ་ལ་བྱང་སྲོང་ཆབ་ཚུ་ལེན་དུ་འགྲོ།

ཞེས་སྐྱས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྟུན་སྲང་ལན་ལན་གསུམ་ཁྲུས་ནས་ཚུ་ལེན་
ཐངས་གཉིས་རྗེས།

* རྒྱ་བའི་སེང་གའི་རྣམ་ཐང།

པད་མ་དཀར་པོ་འདྲ་བའི་གཞུགས་མངོས་མ།

མ་ཡེངས་རྒྱ་བའི་སེང་གའི་སྐྱ་ལ་ཉོན།

ཅེས་སྐྱས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྟུན་གཞུགས་ཉིས་བསྐྱོར་བ་བརྒྱབ་སྟེ་ཡབ་
བྱང་སྲོང་གི་བྱང་དུ་སེབས་པ་དང་།

* གཞུང།

དེ་ནས་གཞུགས་ཀྱི་ཉི་མ་དེས་རྒྱལ་པོའི་གཏམ་བོས་མ་ཐག་བྱམ་པ་རྣམས་
སྐྱར་དུ་བཀའ་ནས་ཡབ་བྱང་སྲོང་གི་བྱང་དུ་སེབས་པ་སྟེ་དེ་ནས་རྒྱལ་སྐྱས་
རྒྱ་བའི་སེང་གའི་ཨ་ཁུ་ཚོན་པ་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་སྐྱས་པ་ལ་ལྷ་ཞིག

* རྒྱ་བའི་སེང་གའི་རྣམ་ཐང།

སྟོང་ནས་བཅེ་བའི་གཞོན་ལུ་ཚོན་པའི་བྲ།

མ་ཡེངས་རྒྱ་བའི་སེང་གའི་སྐྱ་ལ་ཉོན།

ལས་དེ་བྱ་བ་ཅི་ཞིག་བྱས་ན་བྲག

བྱང་པོ་སྐྱོས་དང་གཞོན་ལུ་ཚོན་པའི་བྲ།

* རྫོན་པའི་ནུས་ཐང།

གྲེ་གྲེ་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་བདག་ལ་གསོན།
 མ་ཡིངས་རྫོན་པ་ང་ལ་ཚུར་གསོན་དང་།
 རྒྱལ་པོའི་སློབས་དང་མངའ་ཐང་བཤད་ཟེར་ན།
 བྱེད་རིགས་དེ་ཞོར་ལ་དགའ་རང་བྲག
 དེ་ལ་བལྟས་ནས་གཏམ་ལན་མི་ཡོང་བསམ།
 གསན་པ་ཨེ་བྱུང་རྒྱལ་པོ་རིན་པོ་ཆེ།
 ཞེས་སྒྲུས་པ་དང་ཁ་བཤད་རྗེས།

* གཞུང།

དེ་ནས་རྒྱལ་ཚོན་གཉིས་དེ་ཡི་རྒྱབ་མོ་དེ་རྩ་བའུགས་པ་དང་། སང་ཉིན་
 ཉམ་ལངས་ཉི་མ་ཤར་བ་དང་། ཉི་མ་གཞུང་འདོམས་གང་གི་མཚམས་སྲུ་སླེབས་
 བ་ན་བྲམ་བེ་མ་གཟུགས་ཀྱི་ཉི་མ་དེ་སྤར་ཡང་ཡབ་བྲང་སྲོང་གི་ཆབ་རྩུ་ལེན་དུ་
 བྱག་ཤེབས་པ་ལ་ལྷུ་ཞིག
 ཅེས་སྒྲུས་པ་དང་རྩ་སྤྱབ་དང་བསྐྱུན་དོན་འཁྲབ་འཁྲབ་བཞིན་ངང་།

* རྣམ་ཐང།

འགྲོས་ཆེན་ཏྟ་པོའི་སྤང་ལ་མ་ཆགས་པར།
 བྱ་རྒྱལ་ཚོན་པོ་བཞིན་དུ་ནམ་འཕངས་བཅད།
 ཞེས་སྒྲུས་པ་དང་རྩ་སྤྱབ་དང་བསྐྱུན་སྤར་ལན་ལན་གསུམ་ཞུས་ནས་རྩུ་ལེན་
 ཐངས་གཉིས་རྗེས།

* ལྷ་བའི་མེད་གའི་རྣམ་ཐར།

ང་ནི་ཡུལ་ཕྱོགས་སེམས་ཀྱི་རྫོ་ཤོས་ཀྱི།
མི་སེར་འབྲུམ་ཚོ་སྟོང་གི་རྒྱལ་པོ་ཡིན།
ཕོ་བྲང་སྟེང་ལ་གསེར་གྱི་རྒྱ་ཕིབས་ཡོད།
དེ་ཡི་སྟེང་ལ་གདུགས་དཀར་བསིལ་གཡབ་ཡོད།

* གཞུགས་ཀྱི་ཉི་མའི་རྣམ་ཐར།

ཀ་ཅིག་རྒྱལ་པོ་བདག་ལ་ཚུར་གསོན་དང་།
ཁ་ང་མི་ཟེར་བདུད་ཀྱི་བར་ཆད་བྱུང་།

ཞེས་སྐྱས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱེད་མགྲོགས་འཁྲབ་འཁྲབ་བཞིན་ངར་རྣམ་
མཐར་ལྡབ་སྐྱོན་ལེན་རྗེས།

* གཞུགས་ཀྱི་ཉི་མའི་རྣམ་ཐར།

ག་སྲུང་ངི་ཞིམ་ཅན་དན་ནགས་གསེབ་ལ།
ང་ཡི་ཡབ་ནི་དང་སྟོང་ཆེན་མོ་ཡོད།

ཞེས་སྐྱས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱེད་རང་གནས་སུ་ལོག་པ་དང་།

* གཞུགས།

དེ་ནས་གཞུགས་ཀྱི་ཉི་མ་དེ་ཡང་ཡབ་དང་སྟོང་གི་དྲུང་དུ་ཕེབས་པ་དང་། དེ་
ནས་རྒྱལ་རྫོལ་གཉེས་པོ་དེ་ཡང་ནགས་ཚམ་སྐྱུག་པོ་ཞིག་གི་གསེབ་དུ་ཕེབས་ནས་
སང་ཉིན་ནམ་ལངས་ཉི་མ་ཤར་བའི་དུས་བྲམ་ཟེ་གཞུགས་ཀྱི་ཉི་མ་དེ་ཡང་ཡབ་དང་
སྟོང་གི་ཤིང་ཉོག་འཕུ་དུ་ཕྱག་ཕེབས་ལ་ཞུ་ཞིག

ཅེས་སྐྱུས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱུན་དོན་འཁྲབ་འཁྲབ་བཞིན་ངང་།

* གཞུགས་ཀྱི་ཉི་མའི་རྣམ་ཐང་།

ད་ཡང་མི་སྣོད་ད་ཡང་བཏང་ནས་འགྲོ།
ནགས་ཀྱི་དྲིལ་དུ་ཤིང་དོག་འཐུ་ཅུ་འགྲོ།

* རྒྱ་བའི་སེང་གའི་རྣམ་ཐང་།

ཁ་སང་ཞི་དག་གཏམ་ལ་ལན་མ་བྱུང་།
རྒྱལ་པོ་སྣོང་རྗེ་ཆེ་བས་ལན་པ་ཡིན།
ཞེས་སྐྱུས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱུན་མགྲོགས་འཁྲབ་འཁྲབ་བཞིན་ངང་རྣམ་
མཐར་ལྡན་སྐྱོར་ལེན་རྒྱ།

* རྒྱ་བའི་སེང་གའི་རྣམ་ཐང་།

ཏུ་ལའི་སྣོང་པོའི་དོག་ལ་བཞག་གསུམ་ཉིལ།
མཐའ་མ་གཅན་གཟན་མང་པོའི་འཛིགས་པ་བྱུང་།
ང་ཡི་རལ་གྱི་ངར་མཐུབས་ནས་བཏོན།
ལྗེད་ཀྱི་ལུ་མ་གཡོན་པར་རྒྱག་གི་ཡིན།
ཞེས་སྐྱུས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱུན་སྐོར་བ་བརྒྱབ་རྗེས་རལ་གྱི་རྒྱག་ལ་
ཁད་ཅམ་བྱས་པ་དང་།

* གཞུགས་ཀྱི་ཉི་མའི་རྣམ་ཐང་།

མཐོ་དགུང་སྣོན་དབྱིངས་ཀྱི་ཉི་ཟླ་ལ།
གཟའ་ལྷོ་འཕུག་འཛིགས་པ་དེ་རིང་བྱུང་།

ཞེས་སྐྱུས་པ་དང་མ་གྲོགས་འཁྲུག་འཁྲུག་བཞིན་ངང་རྣམ་མཐར་ལྡན་སྐྱོར་
ལེན་གྱ།

* གཞུགས་ཀྱི་ཉི་མའི་རྣམ་ཐར།

ང་མ་ཟེན་གོས་ཀྱི་སྣེ་མོ་སྐོད།
གཏམ་ཞིག་ཡོད་ན་ཅང་སྐོང་ཁོང་ལ་ཞུས།

* གཞུང་།

མཐོ་དགུང་སྐོན་དབྱིངས་ཀྱི་ཉི་ཟླ་ལ།
གཟའ་ལྷོ་འཕུག་འཛིགས་པ་དེ་རིང་བྱུང་།
དམའ་ཚུ་ནང་ཉ་ཚུང་གསེར་མིག་ལ།
གདོལ་ལྷགས་ཀྱའི་འཛིགས་པ་དེ་རིང་བྱུང་།
ང་ནགས་གསེབ་དབེན་པའི་བྱ་མོ་ལ།
ཁྱེད་རྒྱལ་སྐོན་གཉིས་ཀྱི་འཛིགས་པ་བྱུང་།
ང་མ་ཟེན་གོས་ཀྱི་སྣེ་མོ་སྐོད།
གཏམ་ཞིག་ཡོད་ན་ཅང་སྐོང་ཁོང་ལ་ཞུས།

ཞེས་སྐྱུས་ནས་སྐྱུས་མོ་དེ་ཡང་ཅང་སྐོང་གི་བྱུང་བྱ་བྱུག་མེདས་པ་ལ་ཞུ་ཞིག

ཅེས་སྐྱུས་པ་དང་རྩ་སྐྱུང་དང་བསྐྱུན་གཞུགས་ཀྱི་ཉི་མ་ཡལ་ཅང་སྐོང་གི་བྱུང་
བྱ་བྱུག་འབྲུལ་བད་ཀོར་ལན་གསུམ་ཞུས་ཉེ་ཤིང་ཉོག་ལུལ་ནས་རྩ་སྐྱུང་མཚམས་
བཞག་པ་དང་།

* དང་སྲོང་གི་རྣམ་ཐར།

ཤིང་ཉོག་སྤུང་གི་དང་པོ་དེ།
བསྐྱེ་མེད་དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་ཞལ་ལ་མཚོན།
ཤིང་ཉོག་སྤུང་གི་གཉིས་པ་དེ།
ལྷ་སྐྱེ་གཞི་བདག་རྣམས་གྱི་ཞལ་ལ་མཚོན།
ཤིང་ཉོག་སྤུང་གི་གསུམ་པ་དེ།
འབྲུང་པོ་ཡི་དྲུགས་རྣམས་ལ་སྦྱིན་པར་བྱ།

* གཞུང་།

དེ་ནས་ཤིང་ཉོག་གི་བཞི་ཚ་གཅིག་རྒྱལ་སྐྱས་རྒྱ་བའི་སེང་གེ་ལ་གནང་
དགོས་སྐབས་ལ་དགོངས་ཏེ་བཞུགས་པས། དེ་ནས་རྒྱལ་སྐྱས་རྒྱ་བའི་སེང་གེ་
དང་ཚོན་བའི་བྱ་གཉིས་དང་སྲོང་གི་བྱང་དུ་བྱུག་ཐེབས་པ་ལ་ཞུ་ཞིག

ཅེས་སྐྱས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱེན་རྒྱལ་སྐྱོན་གཉིས་དང་སྲོང་གི་བྱང་དུ་
འགྲོར་ནས་མགོ་གཡུགས་བྱུག་འབྲུལ་ལན་གསུམ་ཞུས་རྗེས།

* དང་སྲོང་གི་རྣམ་ཐར།

ཀ་བ་ལྷ་བུའི་རྒྱལ་སྐྱོན་གཉིས་པོ་དེ།
ཁ་འབྲས་མཚར་བའི་དང་སྲོང་བདག་ལ་གསོན།
ཞེས་སྐྱས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱེན་མགྲོགས་འཁྲབ་འཁྲབ་བཞིན་ངང་རྣམ་
མཐར་ལྷན་སྦྱོར་ལེན་རྒྱ།
ག་ཡོང་ཆ་མེད་འདི་རུ་ཐེབས་པ་འདི།

ང་ཡི་བྱུང་བུ་མེད་སྐྱེད་པ་ཅི་ཞིག་ཡིན།

* རྒྱ་བའི་སེང་གའི་རྣམ་ཐར།

ཅ་ཅོ་དབེན་པའི་བྱང་སྐོང་སྐོམ་ཆེན་བྱིད།
ཆ་ལུགས་མཐུན་པའི་རྒྱལ་སྐོན་གཉིས་ལ་གསོན།
ང་ཆང་གཉིས་ཀྱི་དོན་ལ་མ་ཡོང་པས།
ཉ་མོ་གཟུགས་མངོས་བདག་ལ་གནང་བར་བྱ།
ཞེས་སྒྲུས་པ་དང་ཁ་བཤད་རྗེས།

* བྱང་སྐོང་གི་རྣམ་ཐར།

ཉ་རེ་དཀར་མོའི་རྣམ་སྐྱེད་སྲོ་དེས།
ཐ་དད་བྱང་སྐོང་ང་ལ་ཆབ་རྒྱ་གསོལ།
ཞེས་སྒྲུས་པ་དང་ཁ་བཤད།

ད་ལྟ་འགྲོ་བའི་དུས་ལ་བབས་མི་འདུག།
ན་རྒྱུང་བྱིད་ལ་སྟེར་བ་ག་ལ་ཡོད།

* རྒྱ་བའི་སེང་གའི་རྣམ་ཐར།

པ་མའི་སྲོ་བདག་ལ་མ་གནང་ན།
མ་རོ་རང་སྐོག་གཅོད་པར་ཐེ་ཚོམ་མེད།

ཅེས་སྒྲུས་པ་དང་ཁ་བཤད་རྗེས་ང་སྐྱེད་དང་བསྐྱེད་སྐོར་བ་བརྒྱབ་ནས་རལ་
ཡི་རང་ལ་རྒྱག་ལ་ཁད་ཅམ་བྱས་པར་བྱང་སྐོང་ནས་རལ་ཡི་ཟེན་ཏེ།

* དྲང་སྲོང་གི་རྣམ་ཐར།

རང་གི་རང་ལ་བརྒྱབ་ནས་སྤོང་པོ་མེད།

ཚོ་ལོ་ལྷ་བརྒྱའི་བར་དུ་སྐྱེ་བ་མེད།

རྒྱལ་ལོ་ལྷ་སྐྱེལ་བུའི་ནང་དུ་སྐྱེ་བས་པ་ལྟ།

ང་ཡིས་ན་ཚུང་ཁྱེད་ལ་སྤོང་བས་ཚོག

ཅེས་སྐྱེས་པ་དང་ཁ་བཤད་རྗེས་རྒྱལ་ལོ་ལྷ་རྣམས་དྲང་སྲོང་གི་སྐྱེལ་བུའི་ནང་
དུ་སྐྱེ་བས་པའི་ཁྲུལ་གྱིས་དོ་རའི་ལྷུང་ཞིག་དུ་སྐྱེ་བས་མཚམས།

* གཞུང།

དེ་ནས་དྲང་སྲོང་གི་སྲོ་རྒྱལ་སྐྱེས་ལྷོ་བའི་སེང་གོ་ལ་གནང་རྒྱ་ཞལ་གྱིས་
བཞེས་པ་དང་སྲོས་ཡབ་ལ་འདི་རྟེན་ཅེས་སྐྱེས་པ་ལ་ལྷུ་ཞིག

* གཞུགས་གྱི་ཉི་མའི་རྣམ་ཐར།

ཡུལ་ཕྱོགས་སྐྱིད་པོ་སེམས་ཀྱི་སློ་ལོས་དེ།

ནང་པ་སངས་རྒྱལ་ཚོས་ཡུགས་ག་ནས་ཡིན།

* གཞུང།

ཡུལ་ཕྱོགས་སྐྱིད་པོ་སེམས་ཀྱི་སློ་ལོས་དེ།

ནང་པ་སངས་རྒྱལ་ཚོས་ཡུགས་ག་ནས་ཡིན།

ཕྱི་པ་སྐྱེལ་བཞུག་པ་དར་ནས་འདུག

དེ་འདྲའི་གནས་ལ་སྲོ་ག་ནས་འགྲོ།

གསན་པ་མེ་བྱུང་ཡབ་དེ་དྲང་སྲོང་ཚེན་པོ་ལགས།

ཞེས་སྐྱུ་ས་པ་དང་དེ་ནས་དྲང་སྲོང་ཆེན་པོ་དེ་ཡིས་འདི་སྐད་ཅེས་སྐྱུ་ས་པ་
ལ་ལྷུག་ཞིག

* དྲང་སྲོང་གི་རྣམ་ཐར།

པ་པའི་སྲོ་རིགས་བཟང་མཁའ་འཕྲོ་མ།
རིགས་བཟང་མཁའ་འཕྲོ་པ་པའི་སྲོགས་སུ་གསོན།
ཡུལ་སྲོགས་སྦྱིད་པོ་སེམས་ཀྱི་སློ་ཕོས་ཀྱི།
སྤྱི་པ་སུ་ཉིག་བསྟན་པ་ནག་པོ་དེ།
ནང་པ་སངས་རྒྱས་ཚེས་ལ་བསྐྱུར་དགོས་ཡོད།
སྲོ་རྒྱལ་པོའི་རྩོ་མོར་མེབས་པར་བྱ།
ང་ཡིས་བྱིད་ལ་སྤྱང་བ་སྦྱོད་པ་ཡིན།
སུ་ཉིག་ཕྱིང་བ་བརྒྱ་ཅ་བརྒྱད་པོ་འདི།
སྤེང་གདོན་གཟའ་ཡི་གཞོན་པ་ཐུབ་པ་ཡོད།
འོག་གདོན་སྤྱི་ཡི་གཞོན་པ་ཐུབ་པ་ཡོད།
བར་གདོན་བཅན་གྱི་གཞོན་པ་ཐུབ་པ་ཡོད།
ཕྱོགས་དང་བཟའ་རྒྱ་རྣམས་ལ་མ་སྦྱོད་ཅིག
དགའ་རོགས་ཕྱོགས་མཆེད་རྣམས་ལ་མ་སྦྱོད་ཅིག
སྲོས་ལ་རེ་བརྒྱབ་ན་སྤྱི་ཕྱག་རེ་རེ་འཚོལ།
ལུང་རེ་བརྒྱབ་ན་སྤྱི་བཏུས་རེ་རེ་སྦྱོགས།
སྲོ་རྒྱལ་པོའི་བཅུན་མོར་མེབས་པ་བྱ།

ཞེས་སྐྱུ་ས་པ་དང་རྩ་སྤྱོད་དང་བསྟན་གདོན་འཁྲབ་འཁྲབ་བཞིན་བང་བྲང་སྲོང་
གི་ཁ་བཤམ་དང་རྒྱལ་སྦྱོན་གཉེས་ནས་གཞུགས་ཀྱི་ཉེ་མ་རྒྱལ་པོའི་བཅུན་མོར་

* བཀའ་འགྲོའི་རྣམ་ཐར།

ཡབ་ཚེབ་དང་སྲོང་འདི་ཅུ་མ་བཞུགས་པར།

སློང་སྲོགས་གཡུ་ལོ་བཀོད་པའི་ཞིང་དུ་སེབས།

ཞེས་སྐྱུས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱུན་དང་སྲོང་གདན་འདྲེན་བྱས་ནས་རང་གནས་སུ་ལོག་པ་དང་།

* གཞུང་།

དེ་ནས་མཁའ་འགྲོ་རྣམས་ཀྱིས་ཡབ་ཚེབ་དང་སྲོང་དེ་འཇམ་འོད་ཀྱི་གྲུང་ཁང་ནང་དུ་གདན་དངས་སོང་བ་སྟར་དུ། དེ་ནས་ཐུམ་སྐྱུ་བའི་སེང་གེ་དང་བམ་ཟེ་མ་གཞུགས་ཀྱི་ཉི་མ་བཅས་པ་ཡུལ་སྲོགས་སྦྱིད་པོ་སེམས་ཀྱི་སྐྱོ་སྐྱོས་སྲོགས་སུ་ཕྱག་སེབས་པ་ལ་ཞུ་ཞིག།

ཅེས་སྐྱུས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་གདོན་འཁྲུབ་འཁྲུབ་བཞིན་རང་གནས་ཚེབ་གདོང་བཞེན་དོ་རའི་དཀྱིལ་དུ་སྐྱེབས་ནས་ཁྱེད་སའི་རྟེན་འགྲེལ་བྱས་རྗེས།

* གཞུང་ཚེབ་གྱི་གཞུང་ཚིག།

ཨོལ། འོ་འོ་ལ། ཨོ་འོ་འོ། འོ་འོ་ཡ།

བསོད་ནམས། འ་འ་ལ།

ཡར་འགོ་ལ་བྱས་པས་ཅིག ལ་བྱས་པས་གཉིས། ལ་བྱས་པས་གསུམ།

རྟ་སོའི་གོམ་འགོས་གཅིག་གཉིས་གསུམ།

མི་སོའི་དཔུང་སྐྱག་བཞི་ལྔ་དུག།

ཚོད་པོའི་གཤོག་སྐྱོ་དགུ་བཅུ་སྦྱིག།

གཡས་ནས་ཉི་མ་ཤར།
གཡོན་ནས་ཟླ་བ་ཤར།
ཉི་མ་ཟླ་བས་སྒྲིང་བཞི་བསྐྱོར་ནས།
གཞས་ཆེན་གཡས་སུ་འབྱེད།
བྱ་བ་དེ་ཨ་བ་ནེ་ལ་ཚོ། བྱ་དེ་ཨ་བ་ནེ་ལ་ཚོ།
མི་ཆེ་རི་ལ་སྐྱེ་བེར་ན། བྱག་ལས་མོ་སོ་ཡ།
ཡར་འགོ་ལ་དང་ཡར་འགོ་ལ།

* **གཞུང་།**

དེ་བས་བྲམ་བེ་གཟུགས་ཀྱི་ཉི་མ་དེ་ཡུལ་ཕྱོགས་སྤྱིད་པོ་སེམས་ཀྱི་སྒོ་གྲོས་
ལ་ཐེབས་སོང་བས། དེ་ཡི་ཡབ་བྲང་སྲོང་མེད་པའི་ཐུགས་ཁུལ་དང་ཐུང་ངན་གནང་
ནས་བཞུགས་ཡོད་པའི་ཆེ་རྒྱལ་སྲས་ཟླ་བའི་སེང་གའི་ཐུགས་ཀྱི་དགོངས་བ་ལ་ང་
ཡི་བཙུན་མོ་འདི་ཐུགས་མི་བདེ་ཞིང་ཐུང་ངན་ཆེན་པོའི་ངང་བཞུགས་འདུག་པས་
དེ་ཡི་སྐྱོ་རོགས་ལ་སྐྱེ་དང་གར་ལ་མཁས་པའི་མ་ཆོས་ལ་མ་དེ་ཡང་རྒྱད་གཉིད་
དགོས་དགོངས་ནས་མ་ཆོས་ལ་མ་དེ་རྒྱལ་པོའི་བྱང་དུ་བྱག་ཐེབས་བ་ལ་ཞུ་ཞིག

ཅེས་སྐྱས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱེན་གདོན་འཁྲབ་འཁྲབ་བཞིན་ངང་སྐྱོར་ཆེན་
དུ་ཐེབས་ནས་རྒྱལ་པོར་བྱག་འབྲུལ་བད་ཀོར་ལན་གསུམ་ཞུས་ཇེས།

* **ཟླ་བའི་སེང་གའི་རྣམ་ཐར།**

སྤྱིང་དང་འདྲ་བའི་མ་ཆོས་ལ་མ་ཚོད།
མ་ཡིངས་ཟླ་བའི་སེང་གའི་སྐྱེ་ལ་ཉོན།

ཞེས་སྐྱས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱེན་མགྲོགས་འཁྲབ་འཁྲབ་བཞིན་ངང་རྣམ་

མཐར་ལྟུང་སྐྱོར་ལེན་རྒྱ།

* ལྷ་པོའི་མེད་གཏེ་རྣམ་ཐར།

མ་ཚོས་ཡ་མ་སྐྱ་དང་གར་ལ་མཁམ།
དེ་རིང་གཟུགས་ཀྱི་ཉི་མའི་སྐྱོ་རོགས་མཛོད།

* མ་ཚོས་ཡ་མའི་རྣམ་ཐར།

རྒྱལ་པོའི་བཀའ་བཞེན་བསྐྱབས་ནས།
བཟུན་མོ་གཟུགས་ཀྱི་ཉི་མ་བཞུགས་པའི་གཟིམ་ཚུང་ཁ་མོའི་ནང་

དུ་ཆས་འགྲོ།

ཞེས་སྐྱས་པ་དང་ཁ་བཤད་རྗེས་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱུན་འཁམས་བཞེན་གཟུགས་ཀྱི་
ཉི་མའི་བྱང་དུ་འགྲོར་བ་དང་ཕྱག་འབུལ་པད་ཀོར་ལན་གསུམ་ཞུས་རྗེས།

* གཟུགས་ཀྱི་ཉི་མའི་རྣམ་ཐར།

མ་ཚོས་ཡ་མ་སྐྱ་དང་གར་ལ་མཁམ།
དེ་རིང་གཟུགས་ཀྱི་ཉི་མའི་དགའ་སྦྱིད་ཡིན།

ཞེས་སྐྱས་པ་དང་ཁ་བཤད་རྗེས།

* ཡ་མའི་རྣམ་ཐར།

ལན་གཅིག་ཚུར་ལ་གསོན་དང་།
བཀའ་ངིན་ཅན་གྱི་བཟུན་མོ་དམ་པ་བདག་ལ་གསོན།

ཞེས་སྐྱས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱུན་མགྲོགས་འཁམས་འཁམས་བཞེན་ངང་རྣམ་
མཐར་ལྟུང་སྐྱོར་ལེན་རྒྱ།

* ཡ་མའི་རྣམ་ཐང་།

བཅུན་མོ་ཁྱིད་ཡུལ་ཁམས་འདི་ཅུ་ཕེབས་ནས།
ཡུལ་ཁམས་འདི་ལ་བདེ་སྦྱིད་སྲུང་གསུམ་ཚོགས་པ་བྱུང་།

* གཞུང་།

བཅུན་མོ་ཁྱིད་ཡུལ་ཁམས་འདི་ཅུ་ཕེབས་ནས།
ཡུལ་ཁམས་འདི་ལ་བདེ་སྦྱིད་སྲུང་གསུམ་ཚོགས་པ་བྱུང་།
ལྷང་པ་རྩ་མེད་རེ་ལ་རྩ་སྣ་རེ་འཁྲུངས།
ལྷང་པ་རྩ་མེད་རེ་ལ་རྩ་སྣ་རེ་འཁྲུངས།

ཞེས་སྐྱེས་པ་དང་དེ་ནས་མ་ཚོས་ཡ་མ་དེ་བཅུན་མོའི་སྦྱོར་གས་ལ་བཞུགས་
སོང་བས། དེ་ནས་ཉིན་གཅིག་མ་ཚོས་ཡ་མ་དེ་རིགས་ངན་སྲོ་གཟིམ་རྒྱུ་འདུ་
བྱུང་ཕེབས་པ་ལ་ཞུ་ཅིག།

ཅེས་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱེད་འཁྲབ་བཞིན་རིགས་ངན་སྲོའི་བྱུང་བྱེད་འཁྲུང་ནས་
བྱུང་འབྲུལ་བད་ཀོར་ལན་གསུམ་ཞུས་རྗེས།

* རིགས་ངན་སྲོའི་རྣམ་ཐང་།

སྦྱིང་དང་འང་བའི་མ་ཚོས་ཡ་མ་ཁྱོད།
ལས་ངན་སྲོ་ང་ལ་རྩ་རྩ་གསོན་དང་།

ཞེས་སྐྱེས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱེད་མགྲོགས་འཁྲབ་འཁྲབ་བཞིན་ངང་རྣམ་
ཐང་ལྷུ་སྦྱོར་ལོན་རྒྱ།

* **རིགས་ངན་སྤྱི་རྣམ་ཐར།**

སྡོན་དུས་རྒྱལ་པོའི་སྤྱིང་གི་ཚེ་ལ་ལུ་བྱས།

ད་ཆ་པོ་བྱང་སྡོའི་དྲུང་མ་བཏང་པར།

ལས་འདི་བྱ་བ་ཅི་ཞིག་བྱས་ན་དག།

བྱང་པོར་སྡོམ་དང་མ་ཚོས་ཡ་མ་ལགས།

ཞེས་སྐྱེས་པ་དང་ཁ་བཤད་རྗེས།

* **མ་ཚོས་ཡ་མའི་རྣམ་ཐར།**

མ་ཚོས་ཡ་མ་ང་འདི་ཅུ་མི་སྡོད་བཏང་ནས་འགྲོ།

བཅུན་མོ་གཞུགས་ཀྱི་ཉི་མར་རྣམ་ངན་དག་པོ་རྒྱག་ཏུ་འགྲོ།

ཞེས་སྐྱེས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱུན་འཁྲབ་བཞིན་རྣམ་ངན་དག་པོ་བརྒྱབ་
ནས་ཁ་བཤད་རྗེས།

དེ་ནས་ནམ་སྟོད་པར་ཡོལ་ནམ་སྟེད་ཚུར་བསྐྱེད་པའི་མཚམས་སུ་བཅུན་མོ་
གཞུགས་ཀྱི་ཉི་མ་དེ་ལ་རྣམ་ངན་དག་པོ་ཞིག་བརྒྱབ་ཀྱང་བཅུན་མོ་དེ་ལ་ཡབ་བྱང་
སྟོང་གིས་གཞན་བའི་སྐྱ་ཉིག་སྤོང་བ་བརྒྱ་ཅུ་བརྒྱད་པོ་དེ་བཅུན་མོའི་སྐྱ་ལྷུ་ལ་
ཡོད་པའི་རྒྱུན་གྱིས་རྣམ་ངན་དེ་མ་རྒྱག་པ་དང་། དེ་ནས་སང་ཉིན་ནམ་ལངས་ཉི་
མ་ཤར་བ་དང་མ་ཚོས་ཡ་མ་དེ་ཡི་རྒྱགས་ཀྱི་དགོངས་པ་ལ་ང་ཡི་རྣམ་ངན་དག་
པོ་ད་པན་སུ་ལ་བརྒྱབ་ཀྱང་མི་རྒྱག་པ་མེད་དེ་ཉི་མ་དེ་རིང་བཅུན་མོ་གཞུགས་ཀྱི་ཉི་
མ་ལ་མི་རྒྱག་པ་དེ་ཅི་འདྲ་ཡིན་སྐྱེ་སྟེ། ཁོང་རང་གི་ཁྱིམ་སྤེལ་ནང་དུ་མོ་དང་ཅེས་
ཀྱི་གའ་ཅེས་ཤིག་ཅེད་དུ་འགྲོ་དགོས་སྐྱེས་ནས་འདི་སྐད་ཅེས་སྐྱེས་པ་ལ་འུ་ཞིག

* ཡ་མའི་རྣམ་ཐར།

མ་ཚོས་ཡ་མ་འདི་རུ་མི་སྡོད་བཏང་ནས་འགྲོ།
 བྱིམ་སྤེལ་ཚང་དུ་མོ་ཅིས་རྒྱག་ཏུ་བཏང་ནས་འགྲོ།
 ཅེས་སྐྱས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྟུན་འཁྲབ་བཞིན་དོ་རའི་དཀྱིལ་དུ་འགྲོར་བ་
 དང་མོ་ཅིས་བརྒྱབ་པའི་ངང་ཁ་བཤམ།

སྦྱིར་ཉི་མའི་དུས་ཀྱི་འཁོར་བ་ལ།
 མགོན་སྐྱབས་དཔྱང་གཉེན་ཡོང་བ།
 བྱུ་འཇུག་ཆེན་མོ་རྒྱ་ལ་ཡི་གཟུགས་དང་།
 ཉི་མ་གཟུང་ཡིས་བཟུང་བ།
 བྱུ་འཇུག་ཆེན་མོའི་རྒྱ་ལ་ཡི་གཟུགས་དང་།
 ཟབ་མཚོག་རྒྱལ་པོ་འབའ་ལ་ཉོ་ཞིག་ན།
 བཅུན་མོ་གཟུགས་ཀྱི་ཉི་མ་དེ་ལ་རྩལ་ངན་བརྒྱབ་པ་ཡིན།
 ཅེས་སྐྱས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྟུན་ནས་འཁྲབ་བཞིན་བཅུན་མོ་གཟུགས་ཀྱི་
 ཉི་མའི་དུང་དུ་སྤེལ་ས་མཚམས།

* ཡ་མའི་རྣམ་ཐར།

བཅུན་མོ་བྱིད་ལ་བཅུན་མོ་ཉིས་སྡོད་ལྟ་བུ་ཡིས།
 སྤྲུལ་དོག་མེ་ལྷར་འབར་བ་བྱེད་བཞིན་འདུག།
 ཅེས་སྐྱས་པ་དང་ཁ་བཤམ།
 དེ་ལས་སྦྱོར་པའི་སྤྱང་བ་ཞེ་ཡོད་བསམ།
 སྤྱང་བ་ཡོད་ན་བདག་ལ་གནང་བར་ཞུ།

སྤྱང་བ་མེད་ན་བདག་གི་འཚོལ་དུ་འགྲོ།

* **གཞུགས་ཀྱི་ཉི་མའི་རྣམ་ཐང།**

གཞན་དང་གཞན་གྱིས་གནང་བའི་སྤྱང་བ་མེད།

ང་ལ་ཡབ་གྱིས་གནང་བའི་སྤྱང་བ་ཡོད།

ཅེས་སྒྲུས་པ་དང་ཁ་བཤད་རྗེས་རྗེས་སུ་བ་དང་བསྐྱུན་འཁྲབ་བཞིན་རིགས་ངན་
ཕྱོད་འུང་དུ་བྱུག་འབྲུལ་པ་དང་ཀོར་ལན་གསུམ་ཞུས་པ་དང་ཁ་བཤད་རྗེས་རྗེས་སུ་བ་
དང་བསྐྱུན་འཁྲབ་བཞིན་བཅུན་མོ་གཞུགས་ཀྱི་ཉི་མའི་སྤྱང་དུ་བྱུག་འབྲུལ་པ་དང་ཀོར་
ལན་གསུམ་ཞུས་པ་དང་སྤྱང་བ་སྤུལ་བ་དང་ཁ་བཤད་རྗེས།

* **མ་ཚོས་ཡ་མའི་རྣམ་ཐང།**

ངས་མདང་སྲུམ་ཉལ་བའི་མིས་ལམ་ལ།

རང་སྣང་མི་ལ་བསྟེར་བའི་མི་ལམ་བྱུང།

* **གཞུང།**

མི་སྣང་རང་ལ་བྱུང་བའི་མི་ལམ་བྱུང།

དེ་ལོ་སྤྱགས་ལ་བཟུང་བའི་མི་ལམ་བྱུང།

ཟུ་མཚོ་ཉལ་ལ་བརྟུང་བའི་མི་ལམ་བྱུང།

ཞེས་སྒྲུས་པ་དང་སྤྱང་བ་རྒྱུན་མེད་བཞིན་བཅུན་མོ་གཞུགས་ཀྱི་ཉི་མའི་
འབྲུལ་སོང་བ་དང་། དེ་ནས་དེ་ཡི་རྒྱབ་མོ་ནས་སྤྱང་ཡར་ཡོལ་ཚུར་ཡོལ་གྱི་
མཚམས་ལ་མ་ཚོས་ཡ་མའི་དེ་ཡང་བཅུན་མོ་གཞུགས་ཀྱི་ཉི་མའི་རྣམ་ཐང་རྒྱག་
དུ་བྱུག་མེད་པ་ལ་ཞུ་ཞིག།

ཞེས་སྐྱེས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྟུན་འཁྲབ་བཞིན་ངང་རྩས་ངན་བརྒྱབ་པ་
དང་ཁ་བཤད་རྗེས།

* གཞུང་།

དེ་ནས་བཅུན་མོ་གཟུགས་ཀྱི་ཉི་མ་དེ་ལ་སྲུ་ཉིག་གི་སྲིང་བ་བརྒྱ་ཅུ་བརྒྱད་
པོ་དེ་མེད་པའི་རྒྱུན་གྱིས་རྩས་ངན་དག་པོ་བརྒྱབ་པ་དེ་དག་བཅུན་མོའི་སྐུ་ལྟས་
ལ་གཟུགས་སོང་བ་ལྟར་དུ་སྦྱང་གཞི་དག་པོ་ཞིག་བཞེས་པ་དང་། དེ་ནས་རྒྱལ་
སྲས་རྒྱ་བའི་སེང་གའི་སྐྱབས་ཀྱི་དགོངས་པ་ལ་ང་ཡི་བཅུན་མོ་འདི་ལ་སྦྱང་གཞི་
དག་པོ་ཞིག་འདུག་པ་དེ་ལ་རིམ་གྱོ་བྱེད་མཁན་ཨ་ཤེ་དང་གྲུ་པ་རྣམས་གདན་དྲངས་
དགོས་སྐབས་ལ་དགོངས་པ་དང་། ཨ་ཤེ་དང་གྲུ་པ་རྣམས་ཚོ་མོ་བྱང་དཀར་ཞལ་
མཐེལ་དུ་སྐྱབས་ཐེབས་པ་ལ་ལྷུ་ཞིག་

ཅེས་སྐྱེས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྟུན་དོ་རའི་དཀྱིལ་དུ་དོན་སྐྱབས་ཁ་བཤད་
རྗེས་བཞུགས་གྲལ་དུ་འཁོད་པ་དང་ཨ་ཤེ་ན་གའི་ཁ་བཤད་དང་ཞལ་འདོན་སྐྱབ་
པ་དང་།

* གཞུང་།

དེ་ནས་ཨ་ཤེ་དང་གྲུ་པ་རྣམས་ཀྱིས་རིམ་གྱོ་ལེགས་པར་བེན་པ་དང་། བཅུན་
མོ་དེ་ཡང་སྲར་བཞིན་སྐུ་གཟུགས་བདེ་ཐང་སྲར་གསོ་བྱུང་ཞིང་། དེ་ནས་དེ་ཡི་
ལུ་མོ་མ་ཚོས་ཨ་མ་དེ་ཡིས་ནམ་བྱེད་པར་ཡོལ་རྒྱུར་ཡོལ་གྱི་མཚམས་ལ་རྒྱལ་
པོའི་རྟ་མཚོག་དགོངས་པ་སོགས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་མང་པོ་འདུག་སྟེ། མང་ཉུང་ཚོག་
ལ་བསྐྱེས་པ་མདོར་ཅོམ་ལྷུས་ན། དེ་ནས་སང་ཉིད་ཀྱི་ནམ་བྱེད་པར་ཡོལ་རྒྱུར་

ཚུང་མས་ནེ་འུ་ལེ་མགོ་ལ་སྒྲོགས་དེ་བཞུགས།

ནེ་འུ་ལི་མི་རྟག་འཆི་བས་འདུ་བྱེད་སྟོང་།

འཕྱོད་པ་དག་པོ་གཏོང་ནས་སྐྱེས་ཏེ་བྱུང་།

འཕྱོད་པ་སྐྱེས་ཀྱང་བྱེད་ཐབས་བྲལ་ཏེ་སོང་།

དེ་ནས་རྒྱལ་པོས་རལ་གྱི་ཤུབ་ལ་བཅུག་སྟེ་ནེ་ཙོ་དེ་སྤར་བཞིན་དུ་ལོག་པ་
ལ་ལྷ་ཞིག

ཅེས་སྐྱེས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱེན་ནེ་ཙོ་རང་གནས་སུ་ལོག་པ་དང་།

* གཞུང་།

དེ་ནས་ནེ་ཙོ་དེ་སྤར་བཞིན་དུ་ལོག་སོང་བ་དང་། དེ་ཡི་ལུབ་མོ་མ་ཚོས་ཡ་
མ་དེ་ནམ་བུའདྲ་ཡར་པོལ་རྩེ་ཡོལ་གྱི་མཚམས་ལ་རྒྱལ་པོའི་སྤྲས་རྩུང་སྐྱུ་རུ་བྲག་
ཤེབས་པ་ལ་ལྷ་ཞིག

ཅེས་སྐྱེས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱེན་ལ་མས་སྤྲས་རྩུང་བརྒྱས་ནས་བསད་
བའི་ལུས་གྱི་རྣམ་འགྲུར་སྟོན་བཞིན་རང་གནས་སུ་ལོག་པ་དང་།

* གཞུང་།

དེ་ནས་སྤྲས་རྩུང་བརྒྱས་ནས་བཅུན་མོའི་དྲུང་དུ་བསད་དེ་ཁོག་སྟོན་ལུ་མ་
གཡས་སུ་བཞག་ཁོག་སྤྲད་ལུ་མ་གཡོན་དུ་བཞག་སྐྱུ་མ་སྐྱོ་སྟེང་ཐམས་བཅད་
མདུན་དུ་བཞག་སྟེ་མ་ཚོས་ཡ་མ་དེ་ཁོང་རང་གི་ནང་དུ་སྐྱོས་སོང་བས། དེ་ནས་
སང་ཉིན་ནམ་ལངས་ཉི་མ་ཤར་བ་དང་། རྒྱལ་པོ་བཅུན་མོའི་དྲུང་དུ་བྲག་ཤེབས་
པ་ལ་ལྷ་ཞིག

ཅེས་སྐྱེས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱེད་ཀྱིས་པོས་བསྐྱོར་བ་བརྒྱབ་ནས་བཅུ་ཉི་
མོའི་བྱང་དུ་ཕེབས་པ་དང་། རྒྱལ་པོའི་སྐས་རྩུང་བསྐོངས་ཏེ་ཡོད་པ་གཟིགས་པ་
དང་བསྐོར་བ་བརྒྱབ་སྟེ་རལ་གྱི་ལུབ་ནས་བཏོན་ཏེ་བཅུ་ཉི་མོའི་སྐྱེ་གཙོང་པར་ཚོམ་
པའི་སྐབས་སྤར་བཞིན་དུ་ཞེ་ཚོ་དེས་རྒྱལ་པོའི་རལ་གྱི་ནས་བརྒྱབ་སྟེ།

* ཞེ་ཚོའི་རྣམ་ཐང་།

སྟོན་ཚེ་རྒྱ་གར་ཀྱང་ཤེས་ནག་གསེབས་ལ།
མྱང་རྩིས་བྱ་རབ་བསད་པའི་དཔེ་ཞིག་ཡོད།

* གཞུང་།

མྱང་རྩིས་ལ་བསྐོམ་ཚུ་ཡི་ཐིག་པ་བརྒྱུགས།
ཚུ་ཡི་ཐིག་པ་བྱ་རོག་གཤོག་པས་གཏོར།
མྱང་རྩིས་བྱ་རོག་མགོ་ལ་དབྱུག་པ་བཞུགས།
བྱ་རོག་མི་རྟག་འཆི་བས་འདུ་བྱེད་སྟོངས།
རང་རེའི་ལུང་པའི་སྤྲ་ཞིག་བྱ་བ་ལ།
མས་མོ་ལངས་པའི་སྐྱལ་བ་ག་ནས་ཡོད།
ཁ་ལ་སོ་མེད་མཆེ་བ་མཐོ་གང་ཙམ།
ལྷན་མོ་དུས་ཉིན་རེ་ལས་ཉིན་རེ་ཆེ་རུ་འགྲོ།
ཞེ་ཚོའི་གཏམ་ལ་བདེན་པ་མ་བཅིས་ན།

ཞེ་ཚོའི་སྐྱེ་དམར་བཅད་ཀྱང་ཁག་དཀར་དོན། དེ་ནས་རྒྱལ་པོ་དེ་ཡིས་ཞེ་
ཚོའི་གཏམ་རྒྱུད་མང་པོ་སྐྱབས་ལ་མ་སོང་བས་རལ་གྱི་གཡུག་ནས་ཞེ་ཚོའི་སྐྱེ་
དེ་གཙོང་པ་ལ་ཞུ་ཞིག

ཅེས་སྐྱུས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱེད་རྒྱུ་པོས་རང་གི་ཤུབས་ནས་བཏོན་ཏེ་
བསྐྱོར་བ་བརྒྱབ་ནས་ཞེ་ཙོའི་སྐྱེ་བཅད་རྗེས།

* **གཞུང་།**

དེ་ནས་རྒྱལ་པོ་དེ་ཡིས་ཞེ་ཙོའི་གཏམ་རྒྱུད་མང་པོ་ཐུགས་ལ་མ་སོང་བས་
རལ་གི་གཡུག་ནས་ཞེ་ཙོ་དེ་ཡི་སྐྱེ་དམར་པོར་བཅད་ཀྱང་ཁྲག་དཀར་པོ་ཐོན་པས་
རྒྱལ་པོ་དེ་ཉིད་འཕྱོད་པ་བྲག་པོ་གཏིང་ནས་སྐྱེས་ཀྱང་བྱེད་ཐབས་མེད་པས། དེ་
ནས་རྒྱལ་པོའི་ཐུགས་ཀྱི་དགོངས་པ་ལ་ང་ཡི་བཙུན་མོ་གཟུགས་ཀྱི་ཉི་མ་དེ། བདུད་
མོ་ཤ་ཟུན་རང་རེད་འདུག་ཐུགས་ལ་དགོངས་ཏེ་དགེ་སྤྲིག་དཀར་ལྗང་མི་ཤེས་
པའི་བཤའ་བ་སྐྱེན་གསུམ་གྱི་ལག་ཏུ་ཅིས་སྐྱོད་དགོས་སྐྱེམ་པ་ལྟར་བཤའ་བ་སྐྱེན་
གསུམ་པོ་དེ་ཡང་པོ་བྱང་དཀར་ཞལ་མཐེལ་དུ་བྲུག་ཐེབས་པ་ལ་ལྷུ་ཞིག

ཅེས་སྐྱུས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱེད་བཤའ་བ་རྣམས་དོན་འཁྲབ་འཁྲབ་
བཞིན་རང་གཞས་གཏོང་བཞིན་བྱ་འགྲོས་བསྐྱོར་ཆེན་བརྒྱབ་སྟེ་རྒྱལ་པོའི་བྱང་དུ་
འཕྱོར་ནས་བྲུག་འབྲུལ་པ་དཀོར་ལན་གསུམ་གྱི་ཁ་བཤའ་རྗེས།

* **འབའ་ལི་ཐང་།**

ཁོ་རེ། འབའ་ལི་ཐང་གཞུང་ནས་ཉ་གཅིག་ཉོས།
ཉ་ལ་གསེར་སྐྱ་མ་བརྒྱབ་ལོ་གསུམ་སོང་།
ཁོ་རེ། དུས་ད་ལོ་གསེར་སྐྱ་མ་བརྒྱབ་ན།
ཉ་ལ་དོ་ལོ་སྐྱ་མ་དོག་འགྱུར་ས་རེད།

* **རྒྱལ་པོའི་རྣམ་ཐར།**

ཚུར་ལ་ཉོན་དང་བཤམ་པ་སྤྱན་གསུམ་ཁྱོད།

མ་ཡིངས་རྒྱ་བའི་མེད་གེའི་སྤྱ་ལ་ཉོན།

ཞེས་སྤྲུམ་པ་དང་རྩ་སྤྱབ་དང་བསྐྱུན་མ་གྲོགས་འཁྲབ་འཁྲབ་བཞིན་ངང་ལྷབ་

སྤྱོར་ལེན་རྒྱ།

* **རྒྱལ་པོའི་རྣམ་ཐར།**

ང་ཡི་སོ་བྲང་ནང་ཞིག་བྱ་བ་ན།

བདུད་མོ་ཤ་ཟམ་འབྲ་བ་གཅིག་འདུག་པས།

དེ་ནི་ང་ལ་ཕན་ཐོག་པ་མི་འདུག་པས།

ཁྱོད་ཅག་བཤམ་པའི་ལག་ཏུ་ཅིས་ཤིག་སྒྲོད།

བཤམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱ་ཐག་བྲི་ཐག་གིས་བསྐྱུམས་ནས་དུར་ཁྲོད་ཁྲག་མཚོ་
འཁོལ་བའི་གནས་སུ་འཁྲིད་དེ། ཡན་ལག་ཐམས་བཅད་སྤོགས་བཞིར་བཀའ་ནས།
མ་མ་གཅེན་གཟམ་གྱི་ཁ་ལ་སྤྱང་ཞིག

* **བཤམ་པའི་རྣམ་ཐར།**

རྒྱལ་པོའི་བཀའ་བཞིན་བཤམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་བརྒྱབས།

བཅུན་མོ་གཞུགས་ཀྱི་ཉི་མ་བཞུགས་པའི་གཟིམ་རྒྱུང་ཁྲ་མོའི་ནང་དུ་

ཆས་ནི་འགྲོ།

ཞེས་སྤྲུམ་པ་དང་ཁ་བཤམ་རྩེས་རྩ་སྤྱབ་དང་བསྐྱུན་འཁྲབ་བཞིན་བཅུན་མོ་
གཞུགས་ཀྱི་ཉི་མའི་གཟིམ་རྒྱུང་ནང་དུ་འགྲོར་བ་དང་བསྐྱོར་བ་གསུམ་བརྒྱབ་ནས་
བཅུན་མོ་ལ་ཞགས་པ་བརྒྱབ་སྤེའའཁྲིད་བཞིན་པའི་ངང་།

* གཞུགས་ཀྱི་ཉི་མའི་རྣམ་ཐར།

ཀྱེ་མ་ཀྱེ་རྒྱུད་དེ་འདྲའི་སྣུ་བསྐྱལ་ལ།

ཀྱེ་རྒྱུད་ཀྱེ་རྒྱུད་རི་ལྷར་བྱས་ན་དག།

* གཞུགས།

ཀྱེ་མ་ཀྱེ་རྒྱུད་དེ་འདྲའི་སྣུག་བསྐྱལ་ལ།

ཀྱེ་རྒྱུད་ཀྱེ་རྒྱུད་རི་ལྷར་བྱས་ན་དག།

ཅེས་སྐྱེས་པ་དང་དེ་ནས་བཤམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཙུན་མོ་གཞུགས་ཀྱི་ཉི་
མ་ལྟ་བུ་ཐག་ཕྱི་ཐག་གིས་བསྐྱེད་པ་ནས་དྲུང་ཁྲོད་ཁྲག་མཚོ་འཁོལ་བའི་གནས་སུ་
འཁྲིད་པའི་སྐབས་སུ། དེ་ཡི་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་སྐྱེ་བོ་མོ་མོ་རྣམས་གཞུགས་ཀྱི་ཉི་མའི་
དྲུང་དུ་བྱག་ལེབས་པ་ལ་ལྷ་ཞིག།

ཅེས་སྐྱེས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བཙུན་སྐྱེ་བོ་མོ་མོ་རྣམས་འཁྲབ་བཞིན་
གཞུགས་ཀྱི་ཉི་མའི་དྲུང་དུ་འཕྲོར་བ་དང་།

* སྐྱེ་བོ་མོའི་རྣམ་ཐར།

རང་རེའི་བཙུན་མོ་གཞུགས་ཀྱི་ཉི་མ་ལ།

སྣུག་བསྐྱལ་སྤྱང་གཞི་འདི་འདྲ་ཅི་ཞིག་ཡིན།

ལྷུ་མ་རྩའི་ནང་གི་མེ་ཏོག་པད་ལྗོང་དེ།

པད་ལྗོང་སང་གིས་འཁྲེར་བ་ཉི་མ་དེ་རིང་བྱང་།

* གཞུགས་ཀྱི་ཉི་མའི་རྣམ་ཐར།

འདི་ན་བཞུགས་པའི་གྲོང་ཁྱེར་མོ་མོ་རྣམས།

གཟུགས་ཀྱི་ཉི་མའི་ཕྱོགས་ལ་ཚུར་གསོན་དང་།

སྐྱེ་བ་འདི་ནི་ཁབ་ཀྱི་ཚེ་མོ་འདྲ།

བདེ་བ་ཐོབ་པའི་མི་ནི་གཅིག་ཀྱང་མེད།

ང་ཡི་མཇུག་ལ་ཡོང་ན་སྤོང་པོ་མེད།

སྤོང་པོ་ཡོད་པའི་དམ་པའི་ལྷ་ཚོས་གྱིས།

* **སྐྱེ་བོ་མའི་རྣམ་ཐར།**

ཚོ་འདིར་ད་རེས་མཇུག་བ་མ་བྱང་ཡང་།

ཕྱི་མ་བྱང་ཚུབ་ལམ་དུ་མཇུག་བར་སློབ།

ཞེས་སྐྱས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱེད་གཟུགས་ཀྱི་ཉི་མ་ཁྲིད་བཞེན་སྐྱེ་བོ་པོ་
མོ་རྣམས་ཀྱང་སྐྱུག་བསྐྱེད་བཞེད་སྐྱུག་མེད་པའི་རྣམ་འགྲུར་གྱིས་རང་གནས་སུ་
ཕྱིར་ལོག་བ་དང་།

* **གཟུགས་ཀྱི་ཉི་མའི་རྣམ་ཐར།**

སྲ་ཐག་དེ་ནས་ལྡོད་ཅམ་གཏོང་རོགས་གནང་།

ཤ་ནི་ཐམས་བཅད་རུས་ལ་ཐིམ་པར་འདུག།

ཅེས་སྐྱས་པ་དང་དེ་ནས་བཤུན་པ་རྣམས་ནས་གཟུགས་ཀྱི་ཉི་མ་དོ་རའི་
དཀྱིལ་དུ་ཁྲིད་པ་དང་བཤུན་པ་གཞོན་པ་དེ་ཡིས་བཅུན་མོ་གཟུགས་ཀྱི་ཉི་མ་
གསོད་མ་པོད་པར།

* **བཤུན་པའི་རྣམ་ཐར།**

ང་ནི་བཅུན་མོ་མི་གསོད་ཐག་གཅོད་ཡིན།

བྱ་དགའ་བདག་སྐྱེན་ཡོད་ན་ཨ་ཇོ་རང་ལ་སྐྱིན།

ཅེས་སྐྱེས་པ་དང་ཁ་བཤད་རྗེས་རྩ་སྐྱབ་དང་བསྐྱབ་བཤམ་པ་གཞོན་པ་དེ་
ཡང་རང་གནས་སུ་ལོག་དེ་ནས་བཤམ་པ་ཚན་འབྲིང་གཉིས་པོས་བཙུན་མོའི་
ལུས་ཀྱི་རྒྱན་ཆ་རྣམས་བཤོས་ཏེ་གཅན་གཟན་འཕོད་ཏེ་བཙུན་མོ་གཟུགས་ཀྱི་ཉི་
མ་གཅན་གཟན་རྣམས་ལ་བསྐྱེད་ཡང་གཅན་གཟན་རྣམས་ནས་མ་ཟེས་པར་སྤྲུག་
འཇམ་ལན་གསུམ་ལྷུས་ནས་རང་གནས་སུ་ལོག་པ་དང་།

* གཞུང་།

དེ་ནས་གཅན་གཟན་རྣམས་རང་རང་གི་གནས་སུ་ལོག་སོང་བ་དང་། དེ་ཡི་
དྲིལ་ནས་བཙུན་མོ་གཟུགས་ཀྱི་ཉི་མས་ཤེས་པ་ལྟུ་མོ་དེ་ཚུར་བཟུང་སྟེ། འདི་སྐད་
ཅེས་སྐྱེས་པ་ལ་ལྷུ་ཞིག་

* གཟུགས་ཀྱི་ཉི་མའི་རྣམ་ཐར།

ཨ་མ་ཁྱེད་ནི་ཤ་བ་བྱོལ་སོང་རེད།
བྱོང་ནི་བསམ་མེད་ལས་ངན་རེད།

* གཞུང་།

སྐྱེས་པའི་ཨ་མ་ཤ་བ་ལྟུ་མོ་ཁྱེད།
གཟུགས་ཀྱི་ཉི་མའི་ཕྱོགས་ལ་ཚུར་གསོན་དང་།
ཨ་མ་ཁྱེད་ནི་ཤ་བ་བྱོལ་སོང་རེད།
བྱོང་ནི་བསམ་མེད་ལས་ངན་རེད།
ང་ནི་ལོ་གསུམ་མཚམས་ལ་སྟོད་པ་ཡིན།

དེ་ཡི་མཚམས་གཡོག་ཨ་མ་བྱིད་གྱིས་གནང་།

ཅེས་སྐྱེས་པ་དང་དེ་ནས་བཅུཾ་མོ་གཟུགས་ཀྱི་ཉི་མ་དེ་དང་ཤ་བ་གཉིས་སྐྱར་
བཞིན་ཡེ་ཤར་སྲོང་གི་མཚམས་ཁང་ནང་དུ་ཐེབས་ཏེ་གཟུགས་ཀྱི་ཉི་མ་ཤར་བུབ་
སྟོ་བྱང་བཞི་ལ་གཏོར་མ་གཏོར་དུ་བྱུག་ཐེབས་པ་ལ་ཞུ་ཞིག

ཅེས་སྐྱེས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱེད་གཟུགས་ཀྱི་ཉི་མས་བསྐྱོར་བ་བརྒྱབ་
ནས་དོན་འཁྲབ་འཁྲབ་བཞིན་ངང་།

* **གཟུགས་ཀྱི་ཉི་མའི་རྣམ་ཐར།**

བདུད་ཅི་རྩལ་ལས་གྲུབ་པའི་གཏོར་མ་འདི།

བསྐྱེད་དཀོན་མཚོག་གསུམ་གྱི་ཞལ་ལ་མཚོན།

ཅེས་སྐྱེས་པ་དང་ཤར་བྱོགས་སུ་ཉིང་ཤག་ལན་གསུམ་བརྒྱུད་ནས་སྐྱར་ཡང་
དོན་འཁྲབ་འཁྲབ་བཞིན་ངང་།

* **གཟུགས་ཀྱི་ཉི་མའི་རྣམ་ཐར།**

བཟང་དུག་རྩལ་ལས་གྲུབ་པའི་གཏོར་མ་འདི།

ལྷ་སྐྱེ་གཞིས་བདག་རྣམས་ཀྱི་ཞལ་ལ་མཚོན།

ཅེས་སྐྱེས་པ་དང་སྟོ་སྟོགས་སུ་ཉིང་ཤག་ལན་གསུམ་བརྒྱུད་རྗེས་རྩ་སྐབ་དང་
བསྐྱེད་གཟུགས་ཀྱི་ཉི་མ་དང་ཤ་བ་གཉིས་རང་གནས་སུ་ལོག་པ་དང་།

* **གཞུང་།**

ཤ་ཞལ་ལུས་ནས་སྐྱུད་པའི་གཏོར་མ་འདི།

འབྱུང་པོ་ཡི་དུགས་རྣམས་ཀྱི་ཞལ་ལ་མཚོན།

ཅེས་སྐྱེས་པ་དང་དེ་ནས་བཅུན་མོ་གཟུགས་ཀྱི་ཉི་མས་གཏོར་མ་བཏང་སྟེ་
བག་ཕྱག་གི་ནང་དུ་ལོ་གསུམ་ཕྱོགས་གསུམ་མཚམས་ལ་བཞུགས་པའི་བག་ཕྱག་
དེ་ལི་ནང་སྐྱུན་རས་གཟིགས་<<ཁ་སང་ཉི་མོ་>>རང་སྲོན་ཞིག་ཡོད་པ་དེས་བཅུན་
མོ་གཟུགས་ཀྱི་ཉི་མ་ལ་གསུང་ཕྱོན་ཏེ། ཕྱོ་ཁྱེད་འདིར་བཞུགས་ན་ཡུལ་སེམས་ཀྱི་
ཚོ་ཕྱོས་དེ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཚོས་ལ་བསྐྱར་བྱུང་བ་མི་འདུག་པས། དེ་ལས་
ཕྱོ་ཁྱེད་རང་རྒྱལ་ཁམས་བསྐྱོར་བའི་སློ་མ་མ་ཉི་ཞིག་ཏུ་སྐྱེས་ནས་ཡུལ་སེམས་ཀྱི་
ཚོ་ཕྱོས་ལ་མེདས་ན་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཚོས་ལ་བསྐྱར་བྱུང་བ་འདུག་གོ་ཞེས་
གསུངས་པས། དེ་ནས་བཅུན་མོ་གཟུགས་ཀྱི་ཉི་མ་དེ་ཡུལ་ཕྱོགས་སེམས་ཀྱི་ཚོ་
ཕྱོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་ཕོ་བྲང་གི་སྐོ་བྱང་དུ་བྱག་མེདས་པ་ལ་ཞུ་ཞིག

ཅེས་སྐྱེས་པ་དང་རྗེ་སྐྱབ་དང་བཅུན་དྲུང་དཀར་འབྲུང་པ་དང་ཁ་བཤད་རྗེས་
དོ་རའི་བྱར་ཞིག་ཏུ་འབྱོར་བ་དང་།

* སློ་མ་མ་ཉི་མོ་ཁ་བཤད།

ཨོ་མ་ཉི་པ་རྗེ་རྗེ།
ན་མོ་ལྷ་ཡི་སྐད་དང་ལྷ་དང་གཞོན་སྐྱེན་སྐད།
གུལ་བུམ་དག་དང་མི་ཡི་སྐད་ཅམས་དང་།
འགོ་བ་ཀུན་གྱི་སྐྱ་ཅམས་ཇི་ཅམ་པར།
མམས་བཅད་དོན་དུ་བདག་གིས་ཚོས་སྟོན་དོ།
ཨོ་མ་ཉི་པ་རྗེ་རྗེ།

* མ་ཚོས་ཡ་མའི་རྣམ་ཐར།

མ་ཚོས་ཡ་མ་འདི་རུ་མི་སྟོན་བཏང་ནས་འགོ།

རྒྱལ་ཁམས་བསྐྱོར་བའི་སླ་མ་མ་ཞིའི་བྱང་དུ་ཚས་ནས་འགྲོ།

ཞེས་སྐྱེས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱེན་མ་ཚོས་ཡ་མ་དེ་ཡང་འཁྲབ་བཞེན་སླ་
མ་མ་ཞིའི་བྱང་དུ་འགྱོར་ནས་བྱུག་འབྲུལ་བཤད་ཀོར་ལན་གསུམ་ཞུས་ཇིས།

* ཡ་མའི་རྣམ་ཐར།

དང་པོ་ཉ་མཚོག་བསད་པའི་སྡིག་བཤགས་དང་།
གཉིས་པ་སྲུང་པོ་བསད་པའི་སྡིག་བཤགས་དང་།
གསུམ་པ་སྐྱེས་རྒྱུང་བཤོངས་པའི་སྡིག་བཤགས་དང་།
བཞི་པ་བཅུན་མོ་བཤོངས་པའི་སྡིག་བཤགས་ཡོད།
ངའི་སྐྱ་ཉིག་གི་སྲེང་བ་བརྒྱ་ཅ་བརྒྱད་པོ་འདི།
སླ་མ་མ་ཞི་བྱེད་ལ་འབྲུལ་བ་ཡིན།
མ་ཚོས་ཡ་མ་ང་དཔྱུལ་བ་ལ་མ་ལྷུང་བ་ཞིག་གནང་རོགས་གནང་།

བྱུགས་ཇི་གཟིགས།

ཞེས་སྐྱེས་པ་དང་སྐྱ་ཉིག་གི་སྲེང་བ་འདི་བཞེན་སླ་མ་མ་ཞི་ལ་སྐྱེས་པ་དང་
སླ་མ་མ་ཞིའི་ཁ་བཤད་ཇིས།

* གཞུང་།

དེ་ནས་མ་ཚོས་ཡ་མ་དེས་སྐྱ་ཉིག་སྲེང་བ་བརྒྱ་ཅ་བརྒྱད་པོ་དེ་བཞེན་སླ་མ་
མ་ཞི་ལ་སྐྱེས་པ་དང་དེ་ནས་རིག་པ་ཅན་གྱི་ཨ་པོ་ན་གཤེད་ཡང་པོ་བྲང་རྒྱལ་སྐྱོའི་
བྱང་དུ་བྱུག་ཤེབས་པ་ལ་ཞུ་ཞིག།

ཅེས་སྐྱེས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱེན་མ་ཚོས་ཞེན་སླ་མ་མ་ཞི་ལ་གཟིགས།

བས་དེ་ཡི་དྲུང་སོ་ནས་བཅུན་མོ་གཟུགས་ཀྱི་ཉི་མ་ཡིན་པ་ཤེས་ཏེ་རྒྱལ་པོའི་དྲུང་
དུ་ཤེབས་ནས་ཐུག་འབྲུལ་པད་ཀོར་ལན་གསུམ་ལྷུ་རྗེས།

* ཨ་ཕོ་ན་གཏེ་རྣམ་ཐང།

ཀྱི་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་བདག་ལ་གསོན།
ཨ་ཕོ་ན་གཏེ་ཕྱོགས་ལ་ཚུར་གསོན་དང་།
རང་རེའི་ཕོ་བྲང་སྒོ་དྲུང་འགམ་ཞིག་ན།
རྒྱལ་ཁམས་བསྐྱོར་བའི་སླ་མ་མ་ཁི་དེ།
དེ་འདྲའི་སླ་མ་མ་ཁི་ག་ནས་ཡིན།
རང་རེའི་བཅུན་མོ་གཟུགས་ཀྱི་ཉི་མ་རེད།
གཞན་ཀྱི་བཅུན་མོ་དང་ནི་ལོར་ས་མེད།
ཆོམས་ལ་དྲུང་སོ་དཀར་པོའི་མཚན་རྟགས་ཡོད།
རྒྱལ་པོ་རང་ཉིད་མ་བཞུགས་ཕྱོན་པ་ལ་ལྷ།

ཞེས་སྐྱེས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱུན་རྒྱལ་སྒོན་འཁོར་བཅས་འཁྲབ་བཞིན་
སླ་མ་མ་ཁིའི་དྲུང་དུ་ཤེབས་པ་དང་མགོ་གཡུག་ཐུག་ཕུལ་རྗེས།

* རྒྱ་བའི་མེང་གཏེ་རྣམ་ཐང།

ང་ཡི་བཅུན་མོ་གཟུགས་ཀྱི་ཉི་མ་ཞེད།
མ་ཡིངས་རྒྱ་བའི་མེང་གཏེ་སྐྱ་ལ་ཉོན།
ཞེད་ནི་སངས་རྒྱས་ཡིན་པ་ངས་མ་ཤེས།
དད་པ་དམ་ཚིག་ལོག་པ་མཐོ་ལོ་བཤགས།

ཞེས་སྐྱེས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱུན་བཅུན་མོ་གཟུགས་ཀྱི་ཉི་མ་ཕོ་བྲང་དུ་

གདན་འདྲེན་ནས།

* གཞུང་།

དེ་ནས་རྒྱལ་སྐོན་རྣམས་ཀྱིས་བཅུན་མོ་གཟུགས་ཀྱི་ཉི་མ་ལ་བཤགས་པ་
 ལུལ་ནས་མོ་བྲང་གི་ནང་དུ་གདན་འདྲེན་སོང་བ་དང་། དེ་ནས་རྒྱལ་པོའི་ཐུགས་
 ཀྱི་དགོངས་པ་ལ་ང་ཡི་བཅུན་མོ་འདི་ལ་སྤྱད་བསྐྱེད་བྱས་པོ་འདི་ལྟ་བུ་ཡོང་བ་དེ་
 རིགས་ངན་གྱི་ཕྱོད་དང་། མ་ཚོས་ཡ་མ་གཉིས་ཀྱིས་བཟོས་པ་ཡིན་པས་མ་ཚོས་ཡ་
 མ་དང་རིགས་ངན་ཕྱོད་གཉིས་ལ་ཁྲིམས་གཙུག་པོ་ཞིག་བྱེད་དགོས་དགོངས་
 བས་ཁོང་རང་གི་སྐོན་པོ་རྣམས་ལ་བཀའ་བསྐྱོད་པ་ལྟར་རིགས་ངན་ཕྱོད་མིག་
 གི་དབང་པོ་འདོན་པ་དང་། མ་ཚོས་ཡ་མའི་ཉ་རིལ་བཟུང་དུ་ཨ་མོ་ན་གེ་དེ་ཡང་
 ལུག་མེད་ས་པ་ལ་ལྷུ་ཞིག་

ཅེས་སྐྱེས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱེད་འབྲེལ་བཞིན་ཁ་བཤད་རྗེས་ཨ་མོ་ན་
 གེས་རིགས་ངན་ཕྱོད་བཅོན་དུ་བཅུག་ དེ་ནས་མ་ཚོས་ཡ་མ་ལ་ཁྲིམས་གཙུག་
 གེས་པར་བཏང་། དལ་འབྲེལ་གཞས་གསེར་དང་གཅིག་བཏང་རྗེས།

* གཞུང་།

དེ་ནས་ལུལ་སྐྱོགས་སེམས་ཀྱི་སྐོ་སྐོས་དེ་ཡང་བྱི་བ་སྤྱ་ཉིག་པའི་ཚོས་
 ལུགས་ནས་ནང་བ་སངས་རྒྱས་པའི་ཚོས་ལུགས་སུ་བསྐྱུ་ཉེ། མོ་བྲང་ལ་ལུས་
 གསོལ་དང་། གཏུགས་དང་རྒྱལ་མཚན་གསར་བཞེངས་གནང་སྟེ་རྒྱལ་པོ་གསེར་
 ཁྲིའི་སྟེང་དུ་བཞུགས། བཅུན་མོ་གཟུ་ཁྲིའི་སྟེང་དུ་བཞུགས་ནས་དགའ་སྟོན་དཔག་
 མེད་ཀྱི་ངང་ལ་བཞུགས་སོང་བས། དེ་ནས་རྣམ་དགུ་འོ་བཅུ་ལོན་པ་དང་། བཅུན་

མོའི་སྐྱ་ལུས་ནས་སྲས་ཁྲད་བར་ཅན་ཞིག་འཁྲུངས་པ་དེ་པོ་བྱང་དཀར་ཞལ་མཐིལ་
དུ་བྲལ་ཐེབས་པ་ལ་ཞུ་ཞིག།

ཅེས་སྐྱས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱུན་སྲས་ཚུང་དོན་འཁྲབ་འཁྲབ་བཞིན་ངང་།

* **སྲས་ཀྱི་དོན་འཁྲབ་རྣམ་ཐར།**

ད་ཡང་མི་སྣོད་ད་ཡང་བཏང་ནས་འགྲོ།

ཡབ་ཡུམ་བཞུགས་པའི་གཟིམ་ཚུང་ནང་དུ་འགྲོ།

* **གཞུང་།**

དེ་ནས་སྲས་འདི་ཡི་མཚན་ལ་རྒྱལ་སྲས་ཉི་མའི་སེང་གེ་ཞེས་མཚན་གསོལ་
ནས་རྒྱལ་པོའི་རྒྱལ་གཞིས་ལ་དབང་བསྐྱུར་ཉེ་སྲས་ཉི་མའི་སེང་གེ་དེ་ཡང་གསེར་
ཁྲི་མཚོན་པོར་ཡང་ལ་མངའ་གསོལ་བའི་རྟེན་འབྲེལ་མཚན་སྣོད་མཚལ་དར་འབྲུལ་
མཁན་མི་སྣ་རྣམས་འབྲུལ་བ་དབག་ཏུ་མེད་བ་བསྐྱམས་ནས་པོ་བྱང་དཀར་ཞལ་
མཐིལ་དུ་བྲལ་ཐེབས་པ་ལ་ཞུ་ཞིག།

ཅེས་སྐྱས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱུན་ཚོལ་གསུམ་མི་སྣ་རྣམས་དོན་འཁྲབ་
འཁྲབ་བཞིན་ངང་རྒྱལ་པོའི་བྱང་དུ་འཕྱོར་ཉེ་རང་རང་གི་འབྲུལ་བ་རྣམས་རྒྱལ་པོར་
སྤུལ་ནས་གསེར་ཁྲི་མངའ་གསོལ་གྱི་རྟེན་འབྲེལ།

* **རྒྱལ་སྲས་ཉི་མ་སེང་གེའི་རྣམ་ཐར།**

ཨེ་མ་ཉོན་དང་ང་ཡི་སྣོན་འབངས་རྣམས།

མ་ཡེངས་ཉི་མ་སེང་གེའི་སྐུ་ལ་ཉོན།

ཞེས་སྐྱས་པ་དང་རྩ་སྐབ་དང་བསྐྱུན་མགྲོགས་འཁྲབ་འཁྲབ་བཞིན་ངང་རྣམ་

ཐར་ལྗེ་སྐྱོད་ཡིན་རྒྱ།

* རྒྱལ་སྤྱི་ལྷན་ཁང་།

ཉེ་མ་དུས་དང་དེ་རིང་ཕན་ཚད་ལ།
ང་ཡིས་རྒྱལ་སྤྱི་བྱ་བ་སྐྱོད་བ་ཡིན།

* གཞུང་།

ཨེ་མ་ཉེན་དང་ང་ཡི་སྐྱོན་འབངས་རྣམས།
མ་ཡེངས་རྒྱ་བའི་མེད་གེའི་སྐྱ་ལ་ཉོན།
ཉེ་མ་དུས་དང་དེ་རིང་ཕན་ཚད་ལ།
ང་ཡིས་རྒྱལ་སྤྱི་བྱ་བ་སྐྱོད་བ་ཡིན།

ཞེས་སྐྱེས་པ་དང་དེ་ནས་ཡུལ་ཕྱོགས་སྤྱི་དེ་ལོ་མེས་ཀྱི་སྐོ་གྲོས་ཞེས་བྱ་
བ་ཕྱི་བ་ལྷ་ཉིག་པའི་ཚོས་ལ་དད་བ་བྱེད་བ་དེ་ནང་བ་སངས་རྒྱས་པའི་བསྟན་པ་
ལ་བརྒྱུད་བ་སོགས་ཉེ་མ་དེ་རིང་གི་སྐབས་སུ་བཅའ་ཟེ་གཞུགས་ཀྱི་ཉེ་མའི་རྣམ་
ཐར་ལྗེ་མེད་སྐྱོད་གང་གི་ལམ་ནས་གཞིགས་འབྲུལ་ཞུས་པའི་འོ་མཚར་གྱི་ལེའུ་
དེ་ཞེས་བྱ་བ་ལགས་སོ། །

**Master Norbu Tsering:
A Tribute to Our Beloved Teacher**



On this momentous occasion of the 27th Shoton Tibetan Opera Festival in Dharamsala India, we would like to pay our homage and deepest respects to our most beloved teacher – Master Norbu Tsering. This legendary artist, who has nurtured the talents of all the artists performing during this festival, will forever be remembered as one of the architects of the revival of Tibetan performing arts in exile. The late master was truly the repository of the precious Ache Lhamo tradition, who wholeheartedly devoted his entire life preserving and promoting the art. He was also never afraid of experimenting and innovating as he took the initiative of producing new Tibetan operas in the Ache Lhamo tradition based on the lives of legendary Thangtong Gyalpo, Milarepa, The Great 5th Dalai Lama, Dhepa Tenpa, and Drime Kunden. As we pay our tribute to our late teacher, we hope and pray that we can continue to build upon his legacy for the benefit of the generations to come.

Master Norbu Tsering was born in 1927 in Lhasa to a family steeped in the Ache Lhamo tradition. As his father, he became a member of the Kyormolung-pa Lhamo group and performed during Shoton festival (the famous Tibetan opera festival) taking on different roles and toured several places inside Tibet and China. After escaping into exile in 1961 after being imprisoned and put in a labor camp by the Chinese government, Master Norbu started building his Ache Lhamo legacy, first in and around Kalimpong and Darjeeling in Northeastern part of India and later in Dharamsala, the seat of the Tibetan government in exile. After consulting with His Holiness the Dalai Lama and as per his guidance, he joined the Tibetan Music, Dance, and Drama Society (later renamed as Tibetan Institute of Performing Arts), where he spent the rest of his life. He passed away in 2013.

Synopsis of Tibetan Opera Sukyi Nyima

Tibetan Opera, known as Ache Lhamo or simply Lhamo, was founded in the 18th century by the renowned Tibetan Buddhist scholar Thangtong Gyalpo. When Thangtong Gyalpo saw the residents of his town undertaking dangerous travel to cross the mighty rivers of Tibet to gain access to Dharma, he deeply felt the need to build bridges over these rivers to save people's lives. Thangtong Gyalpo needed resources to build these bridges, so he founded Tibetan Opera as a means to fund his project. Among his work force he trained seven sisters who were adept as singers and dancers, and they performed while Thangtong Gyalpo himself played the drum and cymbal. Onlookers, struck by the beauty of the seven sisters and the grace of the performances, exclaimed that the sisters were like goddesses themselves performing. Thus the term Ache Lhamo, meaning "goddess sister" was coined for Tibetan Opera. Opera was very popular in Tibet, and by the 19th century each major district had a permanent troupe of its own.

Tibetan Opera is traditionally performed in the open air under a broad canopy. In old Tibet a performance could last several days, and so was regarded fondly like a fair or picnic. The stories in Tibetan Opera focus on Buddhist thoughts such as compassion, kindness, forgiveness, and the law of cause and effect. There are ten opera repertoires, and much of the performance is left to the imagination of the audience as the

stage is devoid of scenery or props. The rhythmic recitation of verses and singing called namthar is unique to Tibetan Opera, and enthusiasts listen to it keenly.

Tibetan Opera always begins with an introductory rite consisting of three prominent characters: Ngonpa (the blue-masked hunter), Gyalu (the elder), and Rigna (the Dakinis). They open the performance with a stage-purification dance. After this, the narrator offers a prelude to the story as it unfolds.

In keeping the tradition of Tibetan Opera alive, the annual Shoton Festival is held in India. During this week-long opera festival, each opera troupe presents a full day's performance. However, Tibetan Opera is now commonly adapted to a two-hour format to meet the scarcity of time in the West.

Today we present to you one of the most popular Tibetan Operas, Sukyi Nyima.

Prelude

There once was a kingdom near Bodhgaya in India whose monarch worshipped an evil god to whom the people sacrificed many animals. Drangsong, a saintly old hermit who lived nearby, deplored these cruel practices and hoped the ruler and his people would instead practice Buddhism.

Act One

Scene 1

One day an elderly couple from the upper part of the country comes to seek teachings from Drangsong, and presents him with a white cloth as a gift. They say, ***“O Reverend Drangsong, hear the plea of the elderly and bestow upon us the teachings of Dharma. We offer this white cloth to you as a show of gratitude.”***

Drangsong replies, ***“For the benefit of all sentient beings, I will give you the teachings of Dharma and accept the white cloth as an offering.”***

Drangsong dons the white cloth for several nights, and on the seventh night he experiences a wet dream. The next day he washes the cloth in a nearby stream. Soon after, a doe drinks from the stream and miraculously becomes pregnant. Drangsong cares for the deer, and in nine months and ten days amidst extraordinary rainbows and uncommonly bright sunrays, the deer gives birth to a human baby girl.

Immediately after its birth, the baby begins to recite the mantra of the Buddha of Compassion.

Drangsong comments, ***“With the millions of bright sunrays that shone upon your birth, I shall name you Sukyi Nyima, meaning as radiant as the sun.” Sukyi Nyima grew up to be very beautiful, and lived happily with Drangsong in his cave.***

Scene 2

In the palace, a minister announces the entrance of the king. The king names as his successor his elder son Dawa Sengey, and instructs him to pay respect to the state oracle and request divination regarding finding a suitable wife.

Scene 3

Amidst his coronation, Dawa Sengey sets off to meet the oracle. The newly-crowned king enters the stage riding a horse, then undertakes a long journey by boat.

The narrator then announces the entrance of the state oracle and his entourage.

Dawa Sengey addresses the oracle: ***“Listen to the songs of Dawa Sengey. My father and forefathers have always consulted you and I have come today to ask for the same. I am looking for a suitable bride and seek your divination.”*** In a meditative trance, the oracle instructs the young king to travel east to meet his future wife. The secretary for the oracle performs a comic slapstick routine while transcribing the prophecy.

Scene 4

On his return to the palace the king is met by an evil low-caste girl named Rigngen Bhumo, who is determined to become queen and makes every effort to cross paths with the king. Disguised as a princess, she seduces the king and offers him chang (barley beer) and says, ***“This is fine aged barley beer, prepared as a labor of love. I offer this nectar to your highness to enjoy.”***

The young king, unaware of Rigngen Bhumo’s evil intentions, falls for her beauty and speculates that she is his destined wife. He takes her to his palace, where they celebrate their marriage.

On the rooftop of the palace lives a clairvoyant patriotic parrot. Concerned about the king and the future of the kingdom, the parrot flies to the king and reveals the evil origin of Rigngen Bhumo. However, the king ignores and dismisses the parrot.

Scene 5

One day a wild boar enters the palace garden and uproots all the plants and flowers. Rigngen Bhumo summons the hunter to be rid of the boar. The hunter chases the animal into the woods, but it disappears into thin air. Instead, a deer appears before him. He hunts for the deer, and delves deeper into the forest. Then, the deer too disappears. The hunter is now hopelessly lost, and wanders in the forest for days. Eventually he comes across the marks on earth of a water

vessel an ladle by a stream. Assuming that someone comes to draw water from the stream, he waits in hope of receiving directions. Lost and tired, the hunter falls asleep.

Sukyi Nyima then arrives to draw water from the stream. The hunter wakes to the sound of her singing, and is astonished at her beauty. He approaches to ask for directions home, or for any protective charm to aid his safe return. Frightened, Sukyi Nyima runs to her father and reports the incident. Drangsong hands her a charm to give to the hunter and instructs her to show him the way to the palace.

Scene 6

The hunter returns to the palace and, anticipating a reward, reports his discovery of Sukyi Nyima. The King wishes to see her himself and orders the hunter to escort him to the forest. When they arrive at the stream, Sukyi Nyima is gathering fruit. Dawa Sengey falls in love with Sukyi Nyima at first sight, and immediately holds the frightened girl by the dress to propose marriage. Sukyi Nyima responds, ***“Do not hold me down like this. If you must, please address the matter to Drangsong, my father.”***

The king approaches Drangsong and declares that he is the new king Dawa Sengey, and asks for his daughter’s hand. Drangsong declines, and the king attempts to kill himself in despair. Drangsong intervenes, and gives his daughter’s hand in marriage.

As a going-away rite, Drangsong gives Sukyi Nyima a white pearl rosary as a protective amulet. He advises her never to part with the rosary and never to trust it in the hands of anyone else. He also asks her to look back to him from each pass as they travel, to bid farewell. However, Sukyi Nyima is enamored with the king and forgets. Drangsong becomes very sad, and dies. The goddesses fly to him, and guide his soul to heaven.

Scene 7

The king returns to his palace with Sukyi Nyima and celebrates their wedding. They live happily together, and in time she gives birth to a son. However, Sukyi Nyima misses her father very much and is homesick. The king summons Yama the court dancer to entertain Sukyi Nyima to keep her mind from her sadness. Yama is a skilled dancer and singer, but also proficient in witchcraft.

Scene 8

Yama secretly visits Rigngen Bhumo. She confides to Yama, ***“I was once the apple of the king’s eye and had all the love and attention. Now I am forgotten and even restricted by the king from coming anywhere near him.”*** Rigngen Bhumo promises Yama a fortune if she could help be rid of the king’s new wife, and Yama happily agrees to kill Sukyi Nyima.

Yama casts her black magic to kill Sukyi Nyima, but to her astonishment it has no effect. Yama turns to astrology to

find the reason, which reveals the presence of the protective amulet. Yama persuades Sukyi Nyima to loan her the amulet for a day, saying, ***“All the wives of the king are jealous and want to curse you. I am glad they have not been successful. Perhaps you have a protective amulet that is guarding you. I would very much appreciate if I could keep it with me for a day to receive its blessings as well.”***

Sukyi Nyima replies, ***“I have nothing special on me, except for a pearl rosary from my father. I am happy to let you borrow it for a day.”***

Yama and Rigngen Bhumo create a duplicate of the pearl rosary, and the next day Yama returns the fake amulet to Sukyi Nyima.

Yama then casts her black magic and Sukyi Nyima falls to the ground, unconscious. While Sukyi Nyima is still unconscious, Yama kills the king’s favorite white elephant, cuts it apart, and places the sword in Sukyi Nyima’s hand to frame her. The king is furious to find that Sukyi Nyima has committed such an evil act, and draws his sword to kill her. However, just then the clairvoyant parrot intervenes and tells the king that Sukyi Nyima is innocent. The king spares her.

Act Two

Scene 1

When Yama and the evil queen's attempts to kill Sukyi Nyima fail, they instead plan to kill the king and Sukyi Nyima's second child, a newborn. One night while the king and Sukyi Nyima are asleep, Yama sneaks in their bedroom and murders the newborn. Yama then plants the knife and the dead baby in Sukyi Nyima's hands.

Scene 2

The next morning when the king discovers this, he is enraged and draws his sword to kill Sukyi Nyima. However, the clairvoyant parrot again intervenes and says, ***“Do not be blinded by what you see, my king. I swear to you Sukyi Nyima is innocent. I have nothing to prove it otherwise. Perhaps I can prove my words this way: cut my neck and I will bleed only white blood.”***

The enraged king kills the parrot, and the parrot bleeds white blood.

Scene 3.

Despite the parrot's words, the king cannot ignore the deaths since his marriage to Sukyi Nyima. He concludes that she is a demon in disguise, and summons the infamous butchers and says, ***“Queen Sukyi Nyima is a demon in disguise, and I wish to be rid of her. Take her to the mountains and tie her up.***

Let the wild animals prey upon her.”

In the mountains, the merciless butchers bind Sukyi Nyima and shout for the wild animals to come. The deer mother of Sukyi Nyima learns about her misfortunes and pleads with the animals to spare her daughter. As the wild animals approach Sukyi Nyima, they instead fall upon the butchers.

Sukyi Nyima at once recognizes her mother. She holds the deer and says, ***“Life is full of sufferings, and I wish to live the remainder of my life in the practice of Dharma. To begin, I will meditate for three years. I need you to attend to me while I do so.”***

Scene 4

After meditating for three years, the Buddha of Compassion, Chenray Sig appeared before her and says, it's time to work toward spreading Buddhism in the kingdom of Semkyi Lodeo to alleviate the sufferings of its people. Sukyi Nyima disguises herself as a wandering minstrel named Lama Mani and goes from town to town spreading the messages of Dharma. Hundreds of people come to listen to her teachings and are greatly moved.

Among them is none other than Yama, who has repented her actions and confesses them to Lama Mani: ***“I have sinned and seek redemption. Clouded by greed I have killed the king's white elephant and his newborn child, and I am responsible for the death of queen Sukyi Nyima. I am surrendering to you***

this pearl rosary, a protective amulet I stole. Please pray for me so that I might be spared from the karma.”

Sukyi Nyima is filled with compassion. She forgives Yama and prays for her happiness.

The popularity of Lama Mani’s teachings reaches the ears of the king’s most trusted minister, Aku Nagee, and he pays a visit to hear the Lama Mani. While listening to the teachings, he notices her conch-like teeth, a special feature known only to queen Sukyi Nyima. The more he looks, the more he is convinced that Lama Mani is the queen Sukyi Nyima herself. He hurries to the king and reports this.

Scene 5

The king rushes to see Lama Mani and begs for forgiveness. He says, ***“Blinded by anger, I failed to see you as you are. Little did I know about your great virtues, and I caused you immense suffering. Forgive me my queen, and please consider returning to the palace and to your only son, and for the happiness of all sentient beings.”***

Sukyi Nyima forgives the king and returns to the palace. The king orders the arrest of Rigngen Bhumo and Yama for treason.

Sukyi Nyima and the king lived happily ever after, and soon had another son called Nyimay Singe. The people of the kingdom paid their respects to the king and queen with gifts.

Buddhism was brought to the kingdom of Semkyi Lodee, and everyone received the light of Dharma.

Conclusion

Just as the opening of a Tibetan Opera has specific rituals, so does the closing. The concluding rite consists of praying for the happiness, health, and good luck of all gathered for the performance and of all sentient beings. Rituals include tossing barley flour into the air as a gesture of wishing victory to the gods. Finally, the opera performance ends with a traditional Tibetan circle dance, and the stage opens to the audience to take part in the celebration.

TOTAL DONATION RECEIVED

TOTAL DONATION RECEIVED

Donation received from Bay Area	\$ 5102.00
Donation received from Other Places	\$ 2167.00
Donation received from Boston	\$ 4,759.00
Dr. Kalsang Dhondhen la, Dharamsala	\$. 6000.00
Dawa Tashi la, Dharamsala	\$ 250.00

Donation from Satho Tsering Wangmo air ticket for guest artist benefit performance \$ 1,893.62

TOTAL AMOUNT RECEIVED \$ 18,278.00

DONORS FROM BAY AREA.

A Special Thanks to each and every one of the list below for their support !

1.	Yangchen Changra la	\$ 500.00
2.	Yangchen Lhamo Sharzur	\$ 201.00
3.	Acha Anyuk la (Canada)	\$ 200.00
4.	Chemey Youdon Dhongsar la	\$ 150.00
5.	Sonam Choekyi la & Tsewang la	\$ 150.00
6.	Penpa la	\$ 150.00
7.	Kunjo Tashi	\$ 150.00
8.	Tenzin Tsering la	\$ 121.00
9.	Choezin la & Thakchoe la	\$ 115.00
10.	Tenzin Dhonyo la & family	\$ 113.00
11.	Tsetan Phuntsokla,	\$ 113.00
12.	Marianne Mo Yan Wang SF,	\$ 108.00
13.	Merilyn & George SF	\$100.00
14.	Chemi Wangchuk Choera la	\$ 105.00
15.	Dechen Tsering la	\$ 105.00
16.	Tashi Tsering la (Orissa)	\$ 105.00

ཞོ་སྟོན་ཐོངས་ཉེད་བཟུང་བ།

17.	Dhondup Tsering la & Migmar Kyipala	\$ 105.00
18.	Tsedor la & Tsering la	\$ 105.00
19.	Nechung Gyaltzen la	\$ 100.00
20.	Dhondup Tsering la (Semshuk Phundha)	\$ 101.00
21.	Peldon la	\$ 100.00
22.	Jigme la & Datse la	\$ 101.00
23.	Thupten la & Ngawang Dolma la	\$ 101.00
24.	Dadon la & Norbu Tsering la	\$ 101.00
25.	Phurbu Tsering la NY exTipa	\$ 101.00
26.	Kalsang Yangdon la & Passang Norbu la	\$ 100.00
27.	Dawa Choekyi la	\$ 100.00.
28.	Kelsang Dorjee la	\$ 100.00
29.	Chaga Tulku la	\$ 100.00
30.	Sangay Dorjee Bhusur la & family	\$ 75.00
31.	Dolma Tsering Tara la	\$ 75.00
32.	Dechen Wangmo la	\$ 60.00
33.	Ngawang la	\$ 60.00
34.	Tsering D Bawa la	\$ 55.00
35.	35Losang Tsering La, SF	\$ 55.00
36.	Thinley Doga la	\$ 35.00
37.	Pasang Dolma la & Dhargyal la	\$ 50.00
38.	Tenzin Ngawang la	\$ 50.00
39.	Lobsang Tsering la	\$ 55.00
40.	Lhasa Choedak la & Dawa la	\$ 50.00
41.	Kunga la & Dolma la	\$ 50.00
42.	Tenzin Gyurme la & family	\$ 50.00
43.	Jigme Lhamo la - SF	\$ 50.00
44.	Tashi Namgyal la	\$ 50.00.
45.	Tsering Gyurmey la (Nechung)	\$ 50.00
46.	Loten Jigme la	\$ 30.00
47.	Nano la	\$ 41.00
48.	Penpa Bhuti la	\$ 35.00

DONORS FROM BOSTON

49.	Kongpo Topgyal la	\$ 35.00
50.	Kunsang Lhamo la	\$ 30.00
51.	Tsering Youdon la	\$ 25.00
52.	Kunchok Choedon la	\$ 20.00
53.	Pasang Dolma la	\$ 20.00
54.	Tsering Choephel la	\$ 20.00
55.	Dorjee Youdon la	\$ 20.00
56.	Penpa Tsering la	\$ 20.00
57.	Dorjee Tsering la	\$ 20.00
58.	Lobsang Choezom la	\$ 20.00
59.	Tsering Palmo la	\$ 25.00
60.	Dawa Gyalpo la	\$ 20.00.
56.	Pema Kyizom la	Rs. 500.00

DONORS FROM BOSTON

Thanks to Tenzin Woesaer, Tenzin Yangdol and Namkhang Lhamo for their support in raising fund.

1.	Phuni Kim Meston Eames	\$. 500.00
2.	Kunga la (Construction)	\$ 300.00
3.	Lobsang la (Construction)	\$ 250.00
4.	Tse Topgyal la	\$ 200.00
5.	Sangpo la and Kelsang la	\$ 150.00
6.	Tsering Youdon la	\$ 150.00
7.	Ngawang Sangmo la	\$ 101.00
8.	Sonam & Lhamo la	\$ 101.00
9.	Tenzin Lhadon la	\$ 100.00
10.	Lhadon la (Sunday school Student)	\$ 100.00
11.	Dhundup la	\$ 100.00
12.	Gen Nyima. Acha Choedolma la	\$ 100.00
13.	Shatsang la	\$ 100.00

ཞོ་སྟོན་ཐོངས་ཉིད་བཅུན་པ།

14.	Rabgyay la & A Sinon la	\$ 100.00
15.	Karma la	\$ 100.00
16.	Tenzin Dhakpa la	\$ 100.00
17.	Kelsang Phuntsok la	\$ 100.00
18.	Tashi Wangmo la	\$ 100.00
19.	Kalden Lobsang la	\$ 100.00
20.	Tenzin Lektok la	\$ 100.00
21.	Namkhang Lhamo la	\$ 100.00
22.	Tenzin Norgyal la	\$ 100.00
23.	Tsultrim Palden la	\$ 90.00
24.	Kelsang Choephel la	\$ 60.00
25.	Tsomo Arlington la	\$ 55.00
26.	Tsering Tsomo la	\$ 55.00
27.	Thinley Choedon la	\$ 55.00
28.	Chime Gurung la	\$ 51.00
29.	Tamdin Tsepel la	\$ 51.00
30.	Lhenzey la	\$ 50.00
31.	Tenzin Choegyala la	\$ 50.00
32.	Soepa Family	\$ 50.00
33.	Lhamo's Pala	\$ 50.00
34.	Tsering Tsomo la	\$ 50.00
35.	Gen Ogen Tsomo la	\$ 50.00
36.	Nyima Tashi la	\$ 50.00
37.	Kalsang Gyatso la	\$ 50.00
38.	Payang la	\$ 50.00
39.	Ngodup Dorjee la	\$ 50.00
40.	Tenzin Gyalpo la	\$ 50.00
41.	Chime Karvitsang la	\$ 45.00
42.	Tsewang Gyalmo la	\$ 40.00
43.	Dukar la	\$ 40.00
44.	Jampa Bhetsang la	\$ 40.00
45.	Tsering Samdup la & Acha Tsomo la	\$ 40.00

ONLINE DONORS

46.	Karma Baroc la	\$ 40.00
47.	Ama Sonam	\$ 30.00
48.	Tenzin Kunkyap la	\$ 30.00
49.	Ngawang Samdup la	\$ 30.00
50.	Tsoktso Yama la	\$ 30.00
51.	Gen Tsewang Norbu la	\$ 30.00
52.	Lobsang Chodon la	\$ 25.00
53.	Tsewang La	\$ 20.00
54.	Thupten Samdup la	\$ 20.00
55.	Tenzin Lhamo la	\$ 20.00
56.	Tsering Wangmo Tsotu la	\$ 20.00
57.	Tsering Wangmo la	\$ 20.00
58.	Yeshi Dakpa la	\$ 20.00
59.	Gen Tsering Gyurmey la	\$ 20.00
60.	Sedon Lhamo la	\$ 20.00
61.	Kunga Tashi la	\$ 20.00
62.	Ghana Gurung la	\$ 20.00
63.	Chime la	\$ 10.00
64.	Dolma Tsering la	\$ 10.00

ONLINE DONORS

1.	Wangchuk la, NY	\$363.00
2.	Rinzin Choedron la, Washington DC	\$ 305.00
3.	Sheyrab la's Mom Ngawang Chodron la Los Angeles	\$305.00
4.	Pema Chazoetsang la, Salt Lake.	\$ 200.00
5.	NY & NJ ExTipa NY	\$. 205.00
6.	Tsering Dolker & Lharik Dhakpa	\$ 200.00
7.	Khalsa Gurujas	\$ 150.00
8.	Gen Pempa Dolma la, LosAngeles	\$ 120.00
9.	Tenzin Dhamchoe la – Los Angeles	\$ 108.00
10.	Chisur Tenzin Choedhen la, Los Angeles	\$ 101.00
11.	Tenzin Younden la, ExTipa boston	\$100.00

ཞོ་སྟོན་ལོ་རྒྱུ་ཉེས་འདྲུན་པ།

12.	Tsering Doma & Sheyrab la, Los Angeles	\$100.00
13.	Tenzin Nyeden la, NY exTipa	\$ 100.00
14.	Anna Morcom la – Los Angeles.	\$ 100.00
15.	Trimshipa Surpa Tsering Dhondup la, MN	\$ 50.00
16.	Thupten Gawa la – Boulder Co	\$ 50.00
17.	Phurba Sherpa la – Santa Fe	\$ 50.00
18.	Lhakpa L. SherpaLos Angeles.	\$. 50.00
19.	Dechen Dolma la	\$ 50.00



CHAKSAMPA

THE TIBETAN DANCE & OPERA COMPANY
3796 Northridge Dr Richmond, CA 94806
PHONE: 4153412600 +1 (510) 964-7085
WWW.CHAKSAMPA.ORG

བོད་ཀྱི་ཞོ་སྟོན་ཐེངས་ ༧༧ དེ་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༤ ལྷ་ ༧ པར་ར་ས་བོད་ཀྱི་སྒྲོམ་གར་ཚོགས་པར་ཚུགས་ཚུ་
དང་། ལྷགས་ཟམ་བོད་ཀྱི་ལྷ་མོ་སྐྱུ་གར་ཚོགས་པ་ཡང་མཉམ་འབྲེགས་ཀྱིས་ཨ་ཅེ་ལྷ་མོའི་གཞུང་གསུགས་
ཀྱི་ཉི་མ་འཁྲབ་སྟོན་བྱ་རྒྱུའི་གསལ་བསྐྱབས་སྟུ།



Chaksampa Tibetan Dance & Opera Company will participate in the upcoming 27th annual Shoton opera Festival. The festival will take place April 10-25, 2024 at the Tibetan institute of performing Arts in Dharamsala, India