

གསང་སྤྲུག་སྤྱི་ཚིང་གི་གདམས་ངག་ཟབ་མེ་ཐེམ་ཡིག་མེད་པའི་སྐོར་ལས།

སྤྱོད་གནས་སོགས་ས་ཡི་དཔྱད་ཐབས་གནད་ཀྱི་གཟེར་ཉིག་བཞུགས་སོ།

འགྲོ་མཚམས་	བས་ནུ། དེ་ལ་དོན་གྱི་ཁོ་ཐག་མ་ཚོད་སྲིར། མ་བརྟགས་གང་རུང་བྱས་པས་མི་རུང་འགྲུར། དེས་ན་སྲི་ནང་གཞན་གསུམ་རྟེན་འབྲེལ་གནད། གཅིག་སྲིར་
བརྟགས་ཐབས་བསྟན་པ་འདི་ལ་སོམས།	དེ་ཡང་རྟམས་དགའ་དབེན་ཞིང་མེ་ཏོག་བཀའ། མདུན་དམའ་གཡས་གཞོལ་རྒྱལ་རི་ལེགས་མཐོ་བསྟན། གཡོན་མཐོ་མདུན་དུ་རྒྱ་མིག་རྣམ་
པར་རྒྱས།	རྒྱ་ཡི་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་པར་སྟོགས། བྲག་གི་མདོག་དགར་ས་ཀུན་ཁབ་གྱིས་འཇམ། ཁ་ཞིགར་ལྷ་ཉི་འོད་ཚོལ་གསལ། དེ་ཡིས་སྲི་དང་ཞི་བའི་ལས་འགྲུབ་ཤིས།
མས་འཇོགས་ཡས་ནས་ལྷག་དང་ལྷད་པ་འདྲ།	རི་རྒྱ་དཀོར་བུ་སྟབས་འདྲ་རྩི་ཤིང་དང། མེ་ཏོག་འབྲས་བུ་སྟབས་འདྲ་རྩི་བྲག་མདོག་སེར། ལྷོ་རུ་ཁ་བསྟན་རྒྱས་ཀུན་ལྷན་གྱིས་སྟབ།

གཏོར་མཛོད་བསྐྱོད་བསྐྱོད་སྐྱོད་སྐྱོད་གཏོར་མཛོད་

བདག་དཀར་སྐྱོག་ལོ་མ་ཉེན་ཏུ་དགོ། དེ་དག་སྐྱོན་དང་ཡོན་ཏན་སྦྱིར་བཏང་ཡིན། དེ་ནས་ལེགས་པར་གཟེར་ཐིག་བཏབ་པ་བཤད། སྦྱིལ་ཀྱང་བཅས་འདྲའི་པང་དང་དར་དཀར་པོ། བརྒྱུད་ས་པ་ལྟ་བུའི་སྦྱོད་ལ་
ཡིན་པ་འོ། བརྒྱ་རྒྱུ་འདྲའི་སྦྱོར་དང་ཚོས་འབྱུང་གནས། འདྲ་བའི་མཚམས་ལ་ཕྱག་རྒྱ་བསྐྱོལ་འདྲ་ཡིས། མཉམ་པར་བཞག་པའི་བར་སྦྱོད་ཡིན་པ་འོ། སང་གོ་ལྟ་བུའི་རྒྱལ་དང་མི་འདྲའི་སྦྱིང་། འབྲུག་འདྲའི་
མཁལ་དང་བྱུང་འདྲའི་གཤེག་པའི་སྦྱོང་། བག་འདྲའི་སྦྱོ་བ་གཤམ་སྦྱང་སྦྱབ་གྱི་གཤམ་། མདོར་ན་ས་ཡི་དགྱིལ་དེར་ཡིན་པ་འོ། དེ་ནས་ཁོལ་བུའི་སྐྱོན་རྣམས་བཤད་པར་བྱ། ཞིང་སྤྲུག་ས་བརྒྱུད་ས་འདྲ་དུས་པའི་མཚེ་
རིས་འདྲ། སྦྱོང་ནས་བྲག་སྦྱང་འཁལ་དང་སྦྱོར་བ་སྦྱང་འདྲ། སྦྱོན་ས་མི་ལོང་འཇབ་དང་བརྟེན་པ་འདྲ། སྦྱིར་གྱེས་གཡང་དུ་སྦྱང་བ་ལྟ་བུ་དང་། གཅན་དུ་ཡུགས་ས་མོ་ཡི་མགོ་བསྐྱུལ་འདྲ། དེ་སོགས་ངན་
རིགས་སྦྱང་བུའི་གནས་སུ་ཉེས། སྦྱར་ཡང་མཁལ་སྦྱོར་རིག་པའི་འཕྲུལ་གྱིས་དབྱུང་། རགས་བསྐྱུས་སྐྱོན་ཡོན་ངོས་འཛིན་དེ་ཙམ་ཡིན། དེ་ནས་ས་དབྱ་མེད་པ་སྦྱོར་པོ་ཡིས། གསར་དུ་བསྐྱོན་པར་བྱས་པ་འདི་དག་
ཡིན། འཤར་དུ་མཚོད་ཉེན་བཅུ་གསུམ་ས་དབྱ་ཡིན། སྦྱོ་ཡི་གདམ་བཅད་ན་དེ་བཞིན་ལོ། ལུབ་ཏུ་རྒྱུ་ལམ་བཅད་ན་ས་དབྱ་ཡིན། བྱང་དུ་སོ་མཁལ་བཅུ་གསུམ་ན་དེ་བཞིན་ལོ། མདུན་དུ་གཤེག་བུ་སྦྱས་ན་ས་

ཨ	རྒྱུ་ལྟར་འགྲུར་། ལྷག་ན་ལམ་ཆེན་གྲུས་ན་དེ་བཞིན་ལོ། དེ་ནས་ནང་གི་སྐྱབ་ཁང་ལ་ཡང་ནི། ཁ་ཡལ་ནང་ཕུག་གསལ་བར་འགྲུར་བ་དང་། ཟུར་བསྐོལ་གྱང་ཁ་སྐོལ་གསལ་སྐུ་གཏུང་། གཏུག་	ལེ
ཨ	དང་གཏུང་ནི་རོ་འདོན་རང་འགྲི་དང་། ཀར་བྲལ་གཤེན་ས་ཟུར་གཏང་དང་དེ་སོགས་སྣང་། གལ་ཏེ་རང་བཞིན་གྱུར་ན་དེའི་ཐད་ཀར་། བགྲའི་ས་པ་ཡི་རྣམ་བརྒྱད་ཏྲགས་བརྒྱད་པོ། དང་ནི་བགྲའི་ས་བརྟེན་གས་མདོའི་	
ཨ	ལྷོད་པོ་གི། དེ་ནས་སྐྱོན་ནི་མལ་ས་མགོ་ཕུར་བསྟན་། ལྷ་མ་ལྷ་ཏེན་སོགས་ལ་མཇུག་གཏང་སྐྱོན་། དེ་བཞིན་ཟོམ་ལྷུ་མ་ངན་རིགས་སྣ་ལ་འཛོག་དང་། ལྷོ་སྣང་རྒྱབ་གཏང་སྐྱག་ས་ལྷོན་བཏིང་བ་སྐྱོན་། གཏུང་གི་ས་	
ཨ	མལ་ཀེད་བཅད་དང་སྐྱོ་སྐྱོགས་ན། ཐབ་བཅའ་བ་དང་བདེན་གྲལ་རང་མལ་གྱེད། དེ་དག་སྐྱོན་ཡིན་སྣང་བྱེད་ཤེས་པར་གྱོས། དེ་ནས་སྐྱེ་ཡི་ས་དགྲ་བཅོས་ཐབས་ལའད་། སྐལ་སྐལ་སྐྱིག་པ་ཉ་སྐྱོང་ཅུ་སྐྱིན་སོགས་།	
ཨ	གཟུགས་འདྲ་སྐྱུ་དང་ས་བདག་གཞོན་དགྲའི་སར་། གྲུ་གྲུང་གཟུགས་གྲུས་བརྒྱུག་པར་གྲུ་བ་ཡིན། རི་གྲག་ཅུ་སྐྱུ་ཟུག་པ་སྐྱོན་པོའི་དགྲར་། གྲུང་ན་མེ་ཡི་རི་མོས་བརྒྱུག་པར་གྲུ། ཞིང་སྐྱགས་བརྒྱད་དང་སྐྱེར་བགྲུད་གྲོག་	
ཨ	པོ་ཏེ་པ། རི་མགོ་རྒྱབ་གཏང་དེ་ཡི་སྐྱོགས་སྐྱེན། བགྲའི་ས་གཟུགས་དང་རྣམ་ཏྲགས་བརྒྱད་པོ་གི། གྲོག་མདོའི་རལ་གྱེད་པ་ས་ཕུག་སྐྱོགས་། ཅུ་རི་ས་གྲུས་ཤིང་སྐྱེད་ནས་མཚོན་སྐྱུང་འདྲ། ཡོད་ན་མཚོད་ཏེན་	

