



THE DALAI LAMA

༡༡། །ལྷ་མེད་སྟོན་པ་རྒྱལ་སྐྱེས་ཉན་རང་ཚོགས།།

སྟོ་བཟང་རྒྱལ་བ་ཡབ་སྐྱེས་བརྒྱད་པར་བཅས།།

རབ་འབྱམས་ཞིང་གི་སྐྱབས་ལུལ་མ་ལུས་བས།།

དང་འདྲི་སྟོན་པ་འགྲུབ་པའི་དགེ་ལེགས་སྟོལ།།

ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་བྱུང་བསྟན་རིན་པོ་ཆེ།།

བཤད་དང་སྐྱབ་པས་འཛིན་ཅིང་སྟེལ་བ་ལ།།

ནམ་ཡང་མི་ཞུམ་བཟོད་པའི་གོ་ཆ་ཅན།།

མཚུངས་མེད་རྗེ་བཙུན་སླ་མར་གསོལ་བ་འདེབས།།

ཕན་བདེ་མ་ལུས་འབྱུང་བའི་སྟོ་གཅིག་ལ།།

རྒྱལ་བའི་བསྟན་དང་མ་གྱུར་འགྲོ་བ་ཡི།།

དོན་ལ་གཅིག་ཏུ་བཙོན་པ་མཛད་པའི་ལྷུང་།།

སྟོ་བྱུར་ཞི་བར་གཤེགས་འདྲི་ཡིད་རེ་མངས།།

འོན་ཏང་མཚོག་གསུམ་རྒྱ་མཚོའི་བྱིན་རྒྱལ་ས་དང་།།

རྒྱལ་སྐུ་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་བསྐྱེད་རྒྱལ་ས་པོ་ཆེ།།

བསྐྱེད་བདེན་པས་ཡང་སྐྱུལ་གསར་པའི་འཇུག་།།

རྣལ་བཟང་གདུལ་བྱའི་དཔལ་དུ་སྦྱར་བཞད་ཤོག །

ཅེས་པ་འདི་ནི་བསྐྱེད་བདེན་གསལ་བྱེད་མཚུངས་མེད་བཟོད་པ་རིན་པོ་ཆེ་སྐོ་བྱར་ཞི་བར་གཤེགས་འདུག་པར་སྦྱར་བྱིན་
སྐོན་ཚིག་ཅིག་དགོས་ཞེས། (Roger Kunsang) གིས་གཙོས་(FPMT)ཐེག་ཆེན་འཛིན་སྐྱོང་སློབ་མཁན་པོ་ཆེས་ཚོགས་
ཐུན་མོང་དང་། ཀོ་པན་འོག་མིན་བྱང་ཚུབ་ཚོས་སློབ་མཁན་པོ་ཆེ་དང་། བཅུན་དགོན་མཁའ་སྐྱོད་དགའ་འབྲེལ་སློབ་མཁན་པོ་ཆེ་དང་། དེ་བཞིན་ཞིང་
གཤེགས་རིན་པོ་ཆེའི་སྐོབ་མ་ཡོངས་ནས་བསྐྱུལ་བའི་རྒྱུ་དང་། རིན་པོ་ཆེ་འཚོ་བཞུགས་རིང་ཉིད་ཀྱི་ལས་དོན་ཆེ་མ་
རྣམས་ངོས་ལ་འདྲི་བཞིན་བྱས་པ་སོགས་འབྲེལ་བ་ཐུན་མིན་ལ་སོང་སྦྱར་བྱིན་སྐོན་ཚིག་འདི་སྦྱར་ཞིང་། བཟོད་པ་རིན་པོ་
ཆེ་འདི་སྦྱར་གཤེགས་པར་མངས་ཀྱང་གཙོ་བོར་ཁོང་སྐྱེ་འཚོ་བཞུགས་སྐབས་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ཉམས་ལེན་
ཀྱི་མཐེལ་དུ་མཛད་པས་རྗེས་འཇུག་བཤུལ་ལུས་ལྷན་ལས་ཀྱང་སྐྱེ་མཁའ་རྣམས་ཐར་དེ་ཉིད་ལ་ཚུལ་བཞིན་དུ་སྐོབ་ན་རིན་པོ་
ཆེའི་དགོངས་པ་དེ་གསལ་རྗེས་པར་ངེས་པས་དེ་དོན་ཡིད་འཛོག་ཡོང་བ་དང་། འདི་ནས་ཀྱང་མཚོག་གསུམ་ལ་གསོལ་
འདེབས་དང་བསྐྱོ་སྐོན་ནན་འཛོངས་བྱེད། ལྷ་ཀྱའི་དགོ་སྐྱོང་ཚོས་སྦྱ་བ། ཏུ་ལའི་སྐྱ་མས། བོད་རབ་བྱུང་བཅུ་བདུན་པའི་ཚུ་
ཡོས་ལྷ་ ༡ ཚེས་ ༡༥ ཕྱི་ལོ་ ༡༠༡༣ ལྷ་ ༩ ཚེས་ ༡༥ ཉིན་སྦྱར་བ་དགོ།