

Karmapa's Office Bulletin

# ལཡང་ གྲོལ།

21  
Layjang

Altruism Publications

༡༠༡༠ འཛོལ་ཐེངས། ༡༡

Year 2020



Karmapa's Office Bulletin

# ལཡུང་གྲོལ།

༢༠༢༠ འདོན་ཐེངས། ༢༡

Year 2020 Vol. 21

Altruism Publications



# ཕྱིན་པ་གྲོལ་གྱི་ལོ་རྒྱུས།

༡༣། །དུས་གསུམ་གྱི་རྒྱལ་བ་མ་ལུས་པའི་མཁའ་མཚོ་རྩལ་གསུམ་གཅིག་ཏུ་འདུས་པའི་རང་གཟུགས་ཀྱི་མ་ལུས་སྲིད་པ་  
 གསུམ་ན་མཚོན་སྟོན་གྱི་གདུགས་དཀར་ལྷ་མེར་གསལ་ཞིང་། བཀའ་གཏེར་རྒྱུད་ལུང་དུ་མ་ནས་ལུང་གིས་གསལ་བར་  
 བསྟན་ཅིང་། དེ་ཡང་ཁོ་བོ་གནས་ལྷགས་འབར་བའི་རྒྱུད་ལས། ཡོངས་སུ་དག་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་དུ། །སྤྱོད་པ་བཅུའི་སངས་རྒྱལ་  
 གཅིག་བསྟུན་པ། །ཆེ་འདིར་བྱུང་བ་སྟོན་པའི་བྱིར། །ཀུན་པ་ཞེས་ཡོངས་གྲགས་འབྱུང་། །ཞེས་དང་། །ཨོ་རྒྱུན་ཆེན་པོའི་རྫོང་རྫོང་  
 གསུང་གིས། །ཨི་ལཱའི་མིང་ཅན་ཅོད་པུན་ལྷག་པོ་འདིར། །མཐའ་དམག་བསྐྱོད་ཅིང་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་སྤེལ། །དང་། །འཇམ་  
 དཔལ་སྤྱུ་འབྲུལ་དུ་བའི་རྒྱུད་ལས། །ཅོད་པན་བཟང་པོ་མཐོན་ཀའི་ཅེར། །སྤྱུ་མཚོག་མཐོན་ཀ་ཆེན་པོ་འཆང་། །ཁོར་བུ་ཆེན་པོ་འོད་  
 ཆགས་དཔལ། །སངས་རྒྱལ་སྤུལ་པའི་རྒྱན་དང་ལྷན། །ཞེས་དང་། །རྒྱལ་བས་མདོ་ཉིང་འདིན་རྒྱལ་བོར། །ང་འདས་པོ་ཉི་ཉེས་སྟོང་  
 བ། །གཏོར་དམར་ཡུལ་དུ་བསྟན་པ་འབྱུང་། །སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་གདུལ་བྱར་འགྱུར། །དེ་ཡི་བསྟན་པའི་སྤྱིགས་མ་ལ། །བྱང་  
 རྒྱལ་སེམས་དཔའ་སོ་རྗེའི་སྤྱུ། །ཀུན་ཀུ་ཞེས་བྱ་བ་འབྱུང་། །ཉིང་འདིན་དབང་ཐོབ་འགོ་བ་འདུལ། །མཐོང་ཐོས་བྲན་རེག་བདེ་ལ་  
 བཀོད། །ཅེས་དང་། །ཨོ་རྒྱུན་རིན་པོ་ཆེའི་རྫོང་རྫོང་ལུང་གིས། །དབང་ཆེན་གསུང་སྤུལ་རྫོང་རྫོང་མིང་ཅེས་སྤྱུ་སེམས་བཅུན་བ་ཀུར་ནས་  
 འབྱུང་ཅེས་དང་། །མདོ་ཡང་གཤེགས་ལས། །རབ་བྱུང་ཆས་ལ་ལྷ་རྟུག་ཅན། །སྟོང་གི་བསྟན་པ་མ་རྗོགས་པར། །འགོ་བའི་དོན་ལ་  
 རྒྱུན་ཆད་མེད། །ཅེས་དང་། །དུས་སྤྱིགས་འབྱེད་པའི་མདོ་བསྟུན་ལས། །འདིག་ཉེན་གྱི་བ་སྤྱོད་བརྒྱུ་བ། །ཀུན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཡི། །  
 །སྤུལ་པ་གྱི་བ་སྤྱོད་བརྒྱུ་འབྱུང་། །ལྷ་རྟུག་གྲོན་ནས་འགོ་བ་འདུལ། །ཞེས་སོགས་བསྟུན་མེད་ཀྱི་ལུང་བསྟན་ལས་སྤྱེས་རབས་ཀྱི་སྤོང་  
 བ་རེ་རེ་ནས་ལན་གཅིག་མིན་པར་ཡང་ནས་ཡང་དུ་ལུང་གིས་བསྟུན་པའི་དུས་གསུམ་རྒྱལ་ཀུན་སྤོང་ལས་ཀྱི་སྤྱི་གཟུགས་ལྷ་  
 བཀ་མཐོན་མཐོང་གི་ཅོད་པན་འཆང་བ་གངས་རིའི་སྤྱེ་སྤུལ་ཐོག་མའི་རྣམ་འབྲུལ་ལྷ་རྒྱལ་དབང་བཅུ་བདུན་པ་དཔལ་བྱུང་བ་དག་རང་  
 བྱང་ཨོ་རྒྱུན་རྒྱལ་བའི་རྒྱ་ལུ་འགོ་འདུལ་སྤོང་ལས་རྫོང་རྫོང་ཅེས་སྤྱོད་པའི་རྣམ་འབྲུལ་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་སྤོང་དཔལ་བཟང་པོ་མཚོག་གི་མཛད་  
 འཕྲིན་རྣམས་འདི་ག་མཚུངས་སྤོང་བྱང་དཔལ་ལྷ་རྒྱལ་དབང་ཀུན་པའི་སྤྱི་ལས་ཁང་གི་འདིན་སྟོང་ཁོངས་གཏོགས་ལས་བོད་ཡིག་  
 རྩམ་སྤྱིག་སྤོང་ཆོན་ནས་(ལས་བྱང་)ཞེས་པའི་དུས་དེབ་ལོ་བསྟར་ཆགས་སུ་དང་ལྷན་དོན་གཏེར་ཅན་རྣམས་ལ་གསལ་སྟོན་བྱ་  
 རྒྱུའི་དགོས་དམིགས་གཙོ་བོར་བཟུང་ནས་སྤེལ་སྤུལ་ལགས་ཤིང་། །དུས་དེབ་འདིའི་ནང་དུ་ལྷ་རྒྱལ་དབང་ཀུན་པ་མཚོག་གི་ལོ་  
 རེའི་མཛད་འཕྲིན་རྣམས་རིམ་འགོད་དང་། བཀའ་སྟོན་གསུང་རྩམ་གསུང་འཕྲིན། བཀའ་བརྒྱུད་སྟོན་ལས། བཀའ་བརྒྱུད་དགུན་  
 ཚོས། འཕགས་མ་བདེ་བྱེད་མའི་དགུན་ཚོས། རང་བྱུང་ཁོང་ཡུག་སྤུང་སྟོན་གྱི་ལས་སྟོན་བཀའ་སྟོན་ཅི་བཞུགས་པར་བལྟས་འགོད་  
 སྤེལ་དང་། །གཞན་ཡང་རང་རེ་གི་ཆོད་ནང་དུ་བསྟུན་པ་བཞུགས་ཤིང་བསྟན་འགྲོའི་མཛད་རྗེས་ཆེ་བའི་སྤྱེས་ཆེན་པ་རྣམས་ཀྱི་  
 །རྣམ་ཐར་སྟོང་བསྟུན་རེའང་དུས་དེབ་འདོན་ཐེངས་སོ་སོའི་མཐར་རིམ་གྱིས་འགོད་སྤེལ་ལྷ་རྒྱུ་ལགས་ན། །འདི་གའི་སྤོང་བྱང་གི་བཀའ་  
 འཁོལ་མེད་པར་རྩམ་ཡིག་ཡོངས་རྫོགས་སམ། བཀའ་སྟོན་ཆ་ཤས་ཅམ་ཡང་གང་བྱུང་འགོད་ཐལ་མི་ཚོག་པ་ལྷ། མཁའ་ལྷན་གཟུང་  
 གནས་ནས་ལས་བྱང་བོད་ཡིག་དུས་དེབ་ནང་དུ་གནས་ཚུལ་འགོད་སྤེལ་ཐང་ལེགས་སྤེལ་གྱི་དགོངས་འཆར་ཅི་མཚེས་ཀྱི་གསུང་  
 འཕྲིན་དུས་དེབ་འདིའི་མཚུག་གི་ཁ་བྱང་ངམ་སྟོན་འཕྲིན་ཁ་བྱང་ཐོག་ཏུ་འདེམས་ཐོན་མེད་པར་ལྷག་སྟོན་ལྷ།

ལས་བྱང་རྩམ་སྤྱིག་པས།







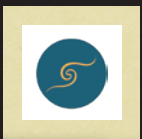
9-83

ནང་ཚོས་ཐར་བའི་འཇུག་རོགས།



85-91

བཀའ་སློབ་གསུང་ལྟོ་ཐུང་མ།



935-103

བཀའ་བརྒྱུད་སློན་ལམ་ཚེན་མོ་ཐོངས་མོ་བུམ་པ།



105-119

རིམས་ནད་ཞི་བའི་རྒྱུན་རྒྱོག།

120

རྒྱལ་འཕེལ་བྱུང་ན་ཡུལ་གྱི་སྐོར་

121-142

གཞུང་འཛིན་ཡིན་ཀྱི་གཞན་ལྷན།



143-150

གཞུང་ཚོམ་མུ་ཉིག་ལྷན་པ།



151-154

རྒྱལ་གསེར་གྱི་མེ་ལོང་།







# ମାୟାସଂସ୍କୃତି ନୂତନାୟା



༡༡། །དུས་གསུམ་རྒྱལ་ཀུན་ཡིན་ལས་གྱི་སྤྱི་གཞུགས་དབལ་  
 ཡ་རྒྱལ་བའི་དབང་ལོ་ཡ་ཀུན་ལ་མཚོན་གིས་འཇར་མན་ནས་ཐད་  
 གཏོང་དུ་ལམ་བརྒྱད་དེ་འཕགས་མ་བདེ་བྱེད་མའི་བརྒྱན་མའི་  
 དཀྱན་ཚོས་ཟེངས་དུག་ལའི་ཕོ་ག་ཏུ་དུགས་ལོ་ཐད་རྒྱན་གྱི་  
 ཚོས་འབྲེལ་བཀའ་བྲིད།

སྤྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ལྷ་ ༩ ཚེས་ ༡༤ ཉིན། ས་གནས། རྫོང་གདན་གཏེར་སྐར་གཞུག་ལག་ཁང་།

ན་མོ་ལྷ་ཡི་སྐད་དང་སྤྱོད་གཞོན་སྤྱིན་སྐད། །  
 ལྷུ་ལྷུ་དག་དང་མི་ཡི་སྐད་རྣམས་དང་། །  
 འཕྲོ་བ་ཀུན་གྱི་སྤྱོད་སྐད་རྗེ་ཚམ་བར། །  
 ཐམས་ཅད་སྐད་དུ་བདག་གིས་ཚོས་བསྟན་ཏོ། །  
 གང་གི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་། །  
 འགག་པ་མེད་པ་སྤྱི་མེད་པ། །  
 ཆད་པ་མེད་པ་རྟག་མེད་པ། །  
 འོང་བ་མེད་པ་འཕྲོ་མེད་པ། །  
 ཐ་དད་དོན་མེད་དོན་གཅིག་མིན། །  
 སྤྱོས་པ་ཉེར་ཞི་ཞི་བསྟན་པ། །  
 རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་སྤྱོད་རྣམས་གྱི། །  
 དམ་བེད་ལ་བྱུག་འཚལ་ལོ། །  
 ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་རྟོག་ལ་ཡི་ཡུལ། །  
 ཚོ་རིགས་བཅུན་པ་ཟ་ཏོར་རྒྱལ་པོའི་རིགས། །  
 ལྱང་རྒྱབ་སེམས་དབའ་ཞི་འཚོ་འཁྲུངས་པའི་རྒྱད། །  
 མར་མེ་མཚན་པའི་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

ཤེས་བྱའི་མཁའ་ལ་མཁུན་རབ་དཀྱིས་འཁོར་རྒྱས། །  
 མཚན་པའི་འོད་སྟོང་གདུག་བྱའི་སྤིང་ལ་ཤོག། །  
 རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་ཀུན་ནས་གསལ་མཚན་པའི། །  
 བཀའ་བརྒྱུད་རིན་པོ་ཆེ་ལ་བྱུག་འཚལ་ལོ། །  
 དབལ་ལྷན་ཁུབ་བདག་དོ་རྗེ་འཆར་དབང་རིགས་ཀུན་གཙོ་པོ་  
 ལྷ་མ་ཀུན་པ། །  
 དཀྱིས་འཁོར་ཀུན་གྱི་འབྱུང་གནས་སྤིང་ཞིའི་དབལ་གྱུར་ཡི་  
 དམ་རྣལ་འབྱོར་ལ། །  
 སྤོན་ལས་ཀུན་གྱི་བྱེད་པོར་དབང་བསྐྱར་བའི་ཚོས་སྤྱོད་པེར་  
 ཅན་སྤུམ་དལ། །  
 རྣལ་འབྱོར་ཅེ་གཅིག་གྲུས་པས་འདུད་དོ་འབྲེལ་མེད་སྤྱུགས་  
 རྗེས་སྤྱོད་བར་མཛོད། །  
 དབལ་ལྷན་ཅ་བའི་སྤོན་པོ་ལོ་ཆེ། །  
 བདག་གི་སྤྱི་པོར་བསྐྱེད་སྤྱོད་བཞུགས་ལ། །  
 བཀའ་བྲིན་ཆེན་པོའི་སྤོན་པོས་རྗེས་བཟུང་སྟེ། །  
 སྤྱོད་གསུང་སྤྱུགས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་སྤུལ་དུ་གསོལ། །

དེ་རིང་འདིར་ང་ཚོ་འཕགས་མ་བདེ་བྱེད་མའི་དགུན་  
 ཚོས་ཐེངས་དྲུག་པ་ཚོགས་ཀྱི་ཡོད། དེར་བརྟེན་འདིར་ཕེབས་  
 པའི་བཅུན་དགོན་ཁག་གི་མཁན་པོ་དང་། དགེ་ལྡན་ལྷན་པ།  
 བཅུན་མ་ལྷན་པ། དེ་བཞིན་འདིར་ཕེབས་པའི་སེར་སྐྱ་མང་  
 ཚོགས་ཚོ་ལ་ཐོག་མར་ངོས་ཀྱིས་འཚམས་འདྲི་ཡོད། སྤྱིར་  
 བཏང་དེ་རིང་དྲུ་ལམ་བརྒྱུད་དེ་དྲུགས་པའི་ཐར་རྒྱུན་གྱི་ཚོས་  
 བཤད་བྱེད་རྒྱ་དེའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ཞེ་ན། ཕམ་ཆེར་ལོ་  
 གཉིས་ཅམ་རིང་བཅུན་མའི་དགུན་ཚོས་ལ་དྲུགས་པའི་ཐར་  
 རྒྱུན་བཤད་རྒྱ་བྱུང་མེད། དྲུགས་པའི་ཐར་རྒྱུན་འགོ་བཅུན་གས་  
 ཉེ་མཚུགས་སྐྱེལ་དགོས་པ་ལས་འགན་ལྷ་བྱུར་གྱུར། དེར་  
 བརྟེན་དེ་རིང་གི་གོ་སྐབས་འདི་དང་བསྟུན་ཉེ་ལྷ་མཚུང་དེ་དེར་  
 སང་གི་དྲུ་རྒྱུའི་དུས་རབས་སམ་ཆ་འཕྲིན་གྱི་དུས་རབས་དེ་  
 ལྷ་བྱུ་ཞིག་ཡིན། འབྲུལ་ཆས་བརྒྱུད་དེ་ཕར་སྐྱད་ཆ་བཤད་  
 རྒྱུའི་ཐབས་ལམ་ཡོད་པ་ཡིན་སྟབས་ཐབས་ལམ་དེ་བེད་སྲུང་  
 དེ་དེ་རིང་ཞུ་བྱུ་བ་ལེགས་པོ་མེད་དམ་བསམ་འདྲ། སྤྱིར་  
 བཏང་འདི་ལྷ་བྱུའི་ཚོས་ཟབ་མོ་དེ་འདྲ་ཞིག་བཤད་རྒྱ་པོ་པོ་  
 ལ་སློབས་པའམ་དེ་བཞིན་ཡོན་ཏན་མེད་དེ། མ་བཤད་རང་  
 བཤད་དམ། མིང་ཆེན་པོ་ཞིག་བཏགས། འགན་ཆེན་པོ་  
 ཞིག་བསྐྱར་ཚར་བ་ཡིན་སྟབས་སོ་སོས་འཛོན་ནའང་མ་  
 འཛོན་ནའང་མ་བྱེད་རང་བྱེད་ལྷ་བྱུར་གྱུར། ལྷག་པར་དུ་ལམ་  
 རིམ་ཐར་པ་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱུན་འདི་དྲུགས་པོ་བཀའ་བརྒྱུད་  
 གྱི་པ་ཚོས་རྩ་ཆེ་གོས་ཤིག་ཆགས་ཡོད། དེར་བརྟེན་འདིའི་  
 ཐོག་ཏུ་སོ་སོས་འཆད་ཉན་བྱེད་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་བྱུང་བ་དེ་  
 རང་རང་སོ་སོ་ཡིན་ནའང་སྐལ་བ་བཟང་པོ་ཡིན་བསམ་  
 པ་ཞིག་དང་བཀའ་བརྒྱུད་གོང་མ་རྣམས་ལ་ཞབས་འདེགས་  
 སམ། སྲི་ཞུའམ་དེ་ལྷ་བྱུ་ཞིག་ཡིན་བསམ་མོས་པ་བྱས་ཉེ་ཞུ་  
 རྒྱ་དེ་ལྷར་ཡིན། ཞུང་རང་ཚོའི་ངོས་ནས་ཀྱང་དེ་དེ་བཞིན་

དུ་སྤྱིར་བཏང་གི་དམ་པའི་ཚོས་གང་ཞིག་ཡིན་ནའང་ཚང་  
 མ་ལོགས་ཚོས་འཆད་ཉན་གང་འདྲ་བྱས་པ་ཡིན་ནའང་རྣམ་  
 མ་སོ་སོས་རྒྱུ་རྩལ་སྤྲོ་བ་ཞིག་དེས་ང་ཚོས་རྙེད་  
 པར་དཀའ་བའི་མི་ལུས་ཚོས་ཉམས་ལེན་བྱེད་རྒྱུའི་མཚུན་  
 རྒྱུན་ཚང་འགལ་རྒྱུན་བྲལ་བའི་མི་ལུས་བཟང་པོ་འདི་ལྷ་བྱུ་  
 ཞིག་ཐོབ། མི་ལུས་ཐོབ་པ་ཅམ་དུ་མ་ཟང་ལྷ་མ་དམ་པ་དགེ་  
 བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་སྐྱེལ་དུན་ནས་དམ་པའི་འཆད་ཉན་བྱེད་  
 རྒྱུའི་གོ་སྐབས་ཡོད་པ་དེ་ཤིན་ཏུ་ནས་སྐལ་བ་བཟང་པོ་ཡིན་  
 པ་ཞིག་ཏུ་གོ་དོན་རྟོགས་ཡོད་པ་བྱས། ཏུ་གོ་དོན་རྟོགས་  
 ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་ཚོས་འཆད་ཉན་བྱེད་རྒྱ་དེ་སོ་སོའི་སེམས་  
 རྒྱུད་ལ་ཕན་ཐོགས་ཀྱི་རྟེན་བསམ་པ་ཞིག་དང་། དེས་དངོས་  
 གནས་འདྲ་གནས་སོ་སོའི་ཉེན་རིའི་མི་ཆེའི་ནང་དུ་ལག་ལེན་  
 བསྟར་བྱས་ཅི་བྱུ་གང་བྱུ་གི་སློབས་བཤད་རྒྱུད་སྤྱིན་པར་  
 བྱེད་རྒྱ་ཞིག་དང་གཞན་རྒྱུད་སྐྱེལ་བར་བྱེད་རྒྱ་ཞིག་བྱེད་ཀྱི་  
 ཡིན་བསམ་པ་དེ་ལྷ་བྱུའི་བསམ་སྡེའི་ཀྱན་ནས་བསྐྱར་སྡེ་  
 ཚོས་ཉན་ན་ཕན་ཐོགས་འབྱུང་གི་རྟེན་བསམ་འདྲ། གཞན་  
 ཚོས་ཉན་ཞེས་དེ་ག་ཟེར་མི་ཞིག་གིས་སྐྱད་ཆ་བཤད་པ་ལ་  
 ཁོས་གང་བཤད་ཀྱི་འདུག་བསམ་སྡེ་རྩ་རྩོད་རྩོད་བྱེད་པ་  
 དེ་ལྷ་བྱུ་ཞིག་བྱས་ཚོས་འཆད་ཉན་བྲས་པའི་ཕན་ཡོན་མི་  
 འབྱུང་། པན་ཡོན་མི་འབྱུང་བའི་སྟེང་དུ་ད་དུང་ཚོས་བཤད་  
 མི་ལ་ཞུད་གསོད་བྲས་པ་དང་དེ་བཞིན་དམ་པའི་ཚོས་ལ་  
 བརྟེན་པ་བྲས་པའི་ཉེས་པ་འབྱུང་སྲིད་བསམ་པ་འདྲ། དེར་  
 བརྟེན་དེའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་ང་ཚོས་ངེས་པར་དུ་སོ་  
 སོའི་ངོས་ནས་བསམ་སྤྱོད་གང་དག་དག་ཅིག་དེ་འདྲའི་ཀྱན་  
 བས་བསྐྱར་དགོས་རྒྱ་དེ་ཏུ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་རྟེན་བསམ་  
 འདྲ། དེར་བརྟེན་སློབ་མའི་ཚོས་མཚམས་ཉེ་ལེའུ་བཅུ་བ་  
 གྲུབ། ལེའུ་བཅུ་གཅིག་པར་སྐྱུག་ཡོད། དེར་བརྟེན་ལེའུ་བཅུ་



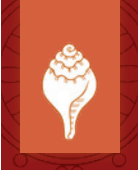
གཅིག་པ་ནས་མར་རྩོམ་ཞུ་ཡིན། ཞེས་དང་།

ཐར་རྒྱན་གྱི་ལེའུ་བཅུ་གཅིག་པ་སྟེ། ས་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་  
དྲུག་གི་རྣམ་གཞག་བསྟན་པ་ཡིན། “ འདུག་པ་བྱང་ཆུབ་ཏུ་  
སེམས་བསྐྱེད་པའི་བསྐྱབ་བྱ་ནི་རྣམ་པ་གསུམ་ཡིན་ཏེ། ལྷག་  
པ་རྒྱལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་དང་། ལྷག་པ་སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་  
པ་དང་། ལྷག་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ལོ། །དེ་ལྟར་ཡང་བྱང་  
ཆུབ་ལམ་སློན་ལས། འདུག་པའི་སེམས་ཀྱི་བདག་ཉིད་སྟོན་  
གནས་ས། །རྒྱལ་ཁྲིམས་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལ་ལེགས་  
བསྐྱབས་ནས། །རྒྱལ་ཁྲིམས་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལ་གྲུས་ཆེར་  
འགྲུབ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །”འདི་ནི་གཞུང་ཆོག་དང་འདི་  
ལ་གཞུང་ཆོག་མང་པོ་མེད། དེ་བཞིན་འདིའི་ནང་དུ་ལྷང་དང་  
མདོ་དང་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་ལྷང་དགུ་ཙམ་ཞིག་བྱངས་ཡོད།  
ལྷང་དང་པོ་སྟེ། བྱང་ཆུབ་ལམ་སློན་གྱི་ལྷང་བྱངས་པ་དེ་ཡིན།  
བྱང་ཆུབ་ལམ་སློན་གྱི་ལྷང་བྱངས་མཛད་དེ་གང་གསུང་གི་  
ཡོད་ཅེ་ན། འདུག་པ་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་བསྐྱབ་  
བྱ་དེ་གསུངས། འདུག་པ་བྱང་ཆུབ་ཏུ་བསྐྱེད་པའི་བསྐྱབ་བྱ་  
དེ་ལ་བྱང་ཆུབ་ལམ་སློན་གྱི་ལྷང་བྱངས་ཏེ་དོན་གང་བསྟན་གྱི་  
ཡོད་ཅེ་ན། སྤྱིར་བཏང་ལམ་སློན་གྱི་ལྷང་འདི་ལ་འཆད་  
སྣངས་དང་འཆད་ལུགས་མི་འདྲ་བ་གཉིས། གང་ཞེ་ན། རྒྱལ་  
ཁྲིམས་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ཞེས་པའི་རྒྱལ་ཁྲིམས་དེ་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའི་རྒྱལ་ཁྲིམས་བསྐྱབ་པ་གསུམ། ཉེས་སྲོད་སྟོན་  
པའི་རྒྱལ་ཁྲིམས། དག་བཅོས་སྤྱད་གྱི་རྒྱལ་ཁྲིམས། སེམས་  
ཙན་དོན་བྱེད་གྱི་རྒྱལ་ཁྲིམས་གསུམ་ལ་འགྲེལ་བཤད་རྒྱག་  
སྣངས་ཤིག། །དེའང་འཆད་ལུགས་གཉིས་པ་དེ་ལ་རྒྱལ་  
ཁྲིམས་བསྐྱབ་པ་གསུམ་དེ་ལྷག་པའི་བསྐྱབ་པ་གསུམ་དུ་མང་  
འགྲེལ་བཤད་བྱ་ལུགས་གཉིས། ལྷག་པ་འདི་ལ་ཆོས་རྒྱལ་  
དུགས་པོ་ལྷ་རྗེས་ལྷག་པའི་བསྐྱབ་པ་གསུམ་བསྟན་པར་

འདོད་ནས་བྱང་ཆུབ་ལམ་སློན་གྱི་གཞུང་བྱངས་མཛད་དེ་  
ལྷག་པ་འདི་ལ་འཆད་ལུགས་གཉིས་པ་དེ་གཙོ་བོར་བྱེད་  
དགོས་པ་གྲུབ། དེ་ཡང་གོང་དུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་  
སེམས་བསྐྱེད་རྒྱལ་དང་སྟོན་པ་ལེན་རྒྱལ་མང་པོ་ཞིག་  
གསུངས། དེར་བརྟེན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བསྐྱབ་བྱ་མང་  
པོ་ཞིག་གསུང་བཞིན་སྣངས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོན་པ་  
བསྐྱབ་པ་ཁས་ཁྲུངས་པའི་རྗེས་སུ་བསྐྱབ་བྱ་ལ་སློབ་དགོས་  
གསུངས། བསྐྱབ་བྱ་སློབ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཞེ་ན།  
བྱང་ཆུབ་ལམ་སློན་གྱི་ནང་དུ། རང་གི་ལུས་དང་རག་གི་  
ལུས། །ཐམས་ཅད་དུས་ནི་དག་པར་བྱ། །གསུངས་པ་རྗེ་  
བཞིན་བསྐྱབ་བྱ་རེས་པར་གཙོད་པ་སྟོན་རྒྱ་དང་ལེགས་པ་  
སྟེལ་རྒྱ་བསྐྱབ་བྱ་འམ་དེའི་སྣང་སྣང་དུ་འདུག་དགོས་  
གསུངས། བསྐྱབ་པར་བྱ་བ། ཡང་ན་བསྐྱབ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་  
ན། སྣང་སྣང་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ན། སྣང་སྣང་བྱེད་པའི་  
གཞིའམ། བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་གཞི་གང་ཞེ་ན། བྱང་ཆུབ་ལམ་  
སྟོན་གྱི་ལྷང་བྱངས་མཛད་དེ། རྒྱལ་ཁྲིམས་བསྐྱབ་པ་གསུམ་  
ལ་ལེགས་བསྐྱབས་ནས། །རྒྱལ་ཁྲིམས་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལ་  
གྲུས་ཆེར་འགྲུབ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དུ་བསྐྱབ་པ་  
གསུམ་ལ་བསྐྱབ་དགོས་གསུངས། ལྷག་པ་འདི་ལ་བསྐྱབ་པ་  
གསུམ་ལ་བསྐྱབ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཏེ་སྤྱིར་བཏང་གིས་  
རྒྱལ་བའི་སྲས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་མི་  
བསྐྱབས་པའི་ཆོས་གང་ཡང་མེད། དེར་བརྟེན། རྒྱལ་སྲས་  
རྣམས་ཀྱིས་མ་བསྐྱབས་པའི། །དངོས་དེ་གང་ཡང་ཡོད་མ་  
ཡིན། །ཞེས་གསུངས། དེ་བཞིན་རྒྱན་ལྷན་རང་རེས་ཡོངས་  
བྲགས་ལྷང་བྱངས་རྒྱ་རྗེ་བཅུན་བྱམས་པ་མགོན་པོས། རིག་  
པའི་གནས་ལྷ་དག་ལ་བཙོན་པར་མ་བྱས་ན། །འཕགས་  
མཚོག་གིས་ཡང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་ཉིད་མི་འགྲུབ་ཏེ། །དེ་ལྷ་

བས་ན་གཞན་དག་ཚར་བཅད་རྗེས་སུ་བརྒྱུད་ཕྱིར་དང་། །  
བདག་ཉིད་ཀྱང་ཤེས་བྱ་ཕྱིར་དེ་ལ་དེ་བཙུན་བྱེད། །ཅེས་དང་།  
འཇམ་མགོན་ས་པཎ་གྱིས། རང་སློབ་ཤེས་བྱའི་གནས་ལ་མ་  
སྤྱད་ས་ན། །ཐམས་ཅད་མཁྱེན་བ་ནས་མཁའའི་མཐའ་ལྷར་  
རིང་། །དེ་ལྟར་དགོངས་ནས་རྒྱལ་དང་རྒྱལ་སྤེལ་གྱིས། །  
ཤེས་བྱའི་གནས་ཀྱང་སྤྱད་ས་ཞེས་ལེགས་པར་གསུངས། །  
ཞེས། གང་ལྟར་རྒྱལ་བའི་སྤེལ་དང་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་  
རྣམས་གྱིས་མ་བསྐྱབས་པ་དང་སྤྱད་བཙུན་མི་བྱེད་པའི་རིག་  
པའི་གནས་སམ་ཤེས་བྱ་གང་ཡང་མེད། དེ་མེད་པའི་རྒྱ་  
མཚན་གཙོ་བོ་ཞིག་གང་དུ་སྤྲུག་ཅེ་ན། གཙོ་བོ་སྟེ་བྱང་རྒྱལ་  
སེམས་དཔའ་དེ་དག་གི་ལས་ཀའམ་བྲག་ལས་གནད་རྒྱ་གཙོ་  
བོ་གང་ཞེ་ན་བྲག་ལས་གནད་རྒྱ་གཙོ་བོ་དེ་གཞན་དོན་བསྐྱབ་  
རྒྱ་ཡིན། སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་གནས་སྐྱབས་དང་མཐར་  
སྤྲུག་གི་དོན་བསྐྱབ་རྒྱ། སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་གནས་སྐྱབས་  
དང་མཐར་སྤྲུག་གི་དོན་སྐྱབ་པ་བྱེད་པར་སོ་སོ་ལ་དོན་དེ་སྐྱབ་  
སྤྲུབ་རྒྱའི་རྒྱས་པ་འཇམ་ཤེས་བྱ་མང་པོ་ཞིག་དགོས་མ་  
གཏོགས། སོ་སོ་ལ་དེ་སྐྱབ་སྤྲུབ་རྒྱའི་རྒྱས་པ་དང་ཤེས་བྱ་  
རྒྱུད་དུ་ཞིག་གིས་སེམས་ཅན་མང་པོའི་དོན་སྐྱབ་མི་སྤྲུབ།  
གང་ཞེ་ན། སེམས་ཅན་ཞེས་པ་གངས་མང་པོ་དང་སེམས་  
ཅན་སོ་སོའི་གནས་སྤྱད་ས། དེ་བཞིན་སོ་སོའི་སེམས་ཅན་  
གྱིས་དགའ་ཚོས་བྱེད་རྒྱ་དེ་དག་ཚང་མ་མི་འདྲ་བ་ཡོད་  
སྤེལ་དེ་དག་དང་མཐུན་པའི་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་མཐའ་  
པ་དང་ཐོན་ལས་ཡིན་ནའང་དེ་དང་མཐུན་པ་ཞིག་བསྟན་  
དགོས། དེར་བརྟེན་དེའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་བྱང་རྒྱལ་  
སེམས་དཔའ་རྣམས་གྱིས་ཉན་སྟོན་དང་རང་རྒྱལ་ལ་སོགས་  
པ་གཞན་དང་མི་འདྲ་བ། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་རྣམས་གྱིས་  
ཤེས་བྱའི་གནས་མཐའ་ཡས་པ་ཞིག་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་དགོས་

པར་གསུངས། དེར་བརྟེན་ནས་རྒྱུན་རིག་པའི་གནས་ལྡ་ལ་  
སོགས་པར་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་རྒྱ། རིག་གནས་བཙོ་བརྒྱུད་ལ་  
སོགས་པར་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་རྒྱ། དེ་བཞིན་པར་བྱིན་ནས་  
གསུངས་པའི་རྣམ་རྗོགས་སྦྱོར་བ་བརྒྱ་དང་དོན་གསུམ་དང་  
མཐར་གྱིས་པའི་སློབ་བ་བཅུ་གསུམ། རྒྱད་ཅིག་མའི་སློབ་བ་  
བཞི། སྤྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་རེ་རེ་ལའང་རྣམ་པ་དཔག་ཏུ་མེད་  
པ། དེ་བཞིན་གསུངས་དང་སློབས་པ་དང་ཉིང་འེ་འཛིན་དང་  
སྤྱིན་དང་མཛོན་ཤེས་ལ་སོགས་པ་མདོར་ན་བསམ་གྱིས་མི་  
ཁྱབ་པ་ཡོད། དེར་བརྟེན་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་བསྐྱབ་པར་  
བྱ་བའམ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་རྒྱ་དེ་ཉ་ཅང་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་ཡིན་  
ནའང་འདི་ལ་བསྐྱབ་པ་གསུམ་མ་གཏོགས་མ་གསུང་བའི་རྒྱ་  
མཚན་གང་ཡེད་དམ། བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལ་སློབ་དགོས་ཟེར་  
བ་མ་གཏོགས་པས་ཐམས་ཅད་ལ་སློབ་དགོས་ཤེད་ཅེས་  
གསུང་མི་འདུག །དེའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡེད་ཅེ་ན། སྦྱིར་བཏང་  
རྒྱལ་བའི་སྤེལ་དང་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་རྣམས་གྱིས་  
བསྐྱབ་པར་བྱ་བའམ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་རྒྱའི་ཤེས་བྱ་དེ་དག་རེ་རེ་  
བཞིན་དུ་བཤད་ན་ཉ་ཅང་མང་བ་མཐའ་ཡས་པ་ཞིག་ཡོད་  
སྤེལ་མང་དཔག་ན་མགོ་རྩྭ་པར་གྱུར། དཔེར་ན། ར་ཚོ་  
ལས་དང་སོ་བ་ཞིག་སོ་སོ་བྱང་རྒྱལ་མཚན་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་  
དེ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་ཞིག་ཆགས་ཨེ་སྤུབ་འབད་ནས་ད་  
ལྟ་འགོ་བརྒྱགས་བཞིན་ཡོད། དེར་བརྟེན་དེ་ལྟ་བུའི་མི་གསར་  
པ་ཞིག་ལ་དང་སོ་ནས་དཔེར་ན་ཤེས་བྱིན་གྱི་རྣམ་རྗོགས་སྦྱོར་  
བ་བརྒྱ་བཤད་ན་ཁོ་མགོ་འཚོས་རྒྱ་དཀའ། དེ་ལ་སློབ་སྦྱོང་  
གང་ལ་གང་འཚམ་ཞིག་བྱས་ཉེ་ཆོ་བ་ཆོ་གངས་དང་ལོ་ལོ་  
གངས་རྒྱང་སློབ་སྦྱོང་བྱས་ཉེ་མགོ་འཚོས་དགོས་མ་གཏོགས་  
འགྲུབ་དུ་མགོ་འཚོས་རྒྱ་དཀའ། དེ་ཅམ་དུ་མ་ཟད་རྒྱལ་བའི་  
སྤེལ་དང་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་རྣམས་གྱིས་སློབ་སྦྱོང་མི་



བྱེད་རྒྱ་ཞིག་ཙམ་ནས་ཡོད་མ་ཤེད་གསུངས་པ་ཡིན་ཙམ་ན།  
 སློབ་སྦྱོང་བྱེད་རྒྱུ་ལོས་བྱ་ལ་མཐའ་ཡས་པ་དང་བགྲང་ཡས་  
 པ་ཞིག་ཡོད་སྟབས་དེ་དེ་བཞིན་དུ་བཤད་ན་བཤད་ཆོད་མི་  
 ཐེག་། དེར་བརྟེན་སློབ་ཆོག་དང་ཆེད་ས་བརྒྱུ་རྒྱ་གཤམ་ཆེ། དེ་  
 དེ་བཞིན་དུ་བཤད་མ་དགོས་པ་བྱས། སློབ་ཆོག་དང་ཆེད་ས་  
 བརྒྱུ་སྟེ་ཉེ་བཤད་ན་སོ་སོའི་སེམས་ལ་འཛིན་བདེ་ཤོ་དང་སློ་  
 ལ་འཆར་བདེ་བ་འབྱུང་། འོན་ཀྱང་སློབ་ཆོག་རི་ལྗང་རྒྱག་དགོས་  
 སམ། སློབ་ཆོག་དང་ཆེད་ས་བརྒྱུ་སྦྱངས་མང་པོ་ཡོད།  
 དཔེར་ན། གཟུགས་སྐྱའི་ལག་རྗེས་འཛོག་བྱེད་ཀྱི་སློབ་ནས་  
 བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆོགས། ཆོས་སྐྱའི་ལག་རྗེས་འཛོག་བྱེད་ཀྱི་  
 སློབ་ནས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་ཞེས་དེ་འབྲེལ་ལག་རྗེས་འཛོག་  
 བྱེད་ཀྱི་སློབ་ནས་ཆོགས་གཉིས་དབྱེ་བ་འབྱེད་རྒྱ། དེ་བཞིན་  
 ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་སློབ་ནས་བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་ནམ་གཞག་  
 འབྱེད་རྒྱ། སྤང་བྲང་གི་སློབ་ནས་ཚུལ་ཁྲིམས་ནམ་པ་གསུམ་ཀྱི་  
 སློབ་ཆོག་བརྒྱུ་རྒྱ། ཉོན་པོངས་སྦྱོར་བའི་སློབ་ནས་བསྐྱེད་པ་  
 གསུམ་ཀྱི་སློབ་ཆོག་བརྒྱུ་རྒྱ། དུས་ཀྱི་སློབ་ནས་མཉམ་  
 གཞག་དང་རྗེས་ཐོབ་ཀྱི་སློབ་ཆོག་བརྒྱུ་རྒྱ། ཉམས་ལེན་ཀྱི་  
 སློབ་ནས་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་བྱུག་གི་སློབ་ཆོག་བརྒྱུ་རྒྱ།  
 མཆོག་དང་དམན་པའི་སློབ་ནས་འཇིག་རྟེན་དང་འཇིག་རྟེན་  
 ལས་འདས་པའི་ལམ་གཉིས་སུ་དབྱེ་སྟེ་སློབ་ཆོག་རྒྱག་  
 སྦྱངས་ཏེ་ཅང་མང་། རྒྱ་མཚན་འདྲ་མིན་དང་གནས་སྦྱངས་  
 འདྲ་མིན་ལ་བརྟེན་ནས་སློབ་ཆོག་རྒྱག་སྦྱངས་མི་འདྲ་བ་མང་  
 པོ་འབྱུང་། ཡིན་ནའང་སློབ་ཆོག་རྒྱག་སྦྱངས་མང་དགས་ཉེ་  
 ཆང་མ་བཤད་དགོས་ལྷུང་ན་མགོ་རྟོག་པོར་གྱུར། དེར་བརྟེན་  
 སློབ་ཆོག་རྒྱག་སྦྱངས་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པའི་ནང་ནས་སློབ་  
 ཆོག་རྒྱག་སྦྱངས་གཙོ་བོ་ལམ་གཤམ་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ང་ཚོས་  
 བདམས་ཉེ་བཤད་པ་ཡིན་ན། གང་ཤེད་ཅེ་ན། དེ་ནི་པ་རོལ་

དུ་ཕྱིན་པ་བྱུག་ཡིན། པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་བྱུག་གཙོ་བོ་ཉམས་  
 ལེན་ཀྱི་སློབ་ནས་སློབ་ཆོག་རྒྱག་གི་ཡོད། ཉམས་ལེན་བྱེད་  
 སྦྱངས་ལག་ལེན་བསྟར་ལུགས་ཀྱི་ཆ་ནས་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་  
 བྱུག་དབྱེ་བ་ཡིན་དུས་ཙམ་གྲང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་བསྐྱེད་བྱ་  
 ཐམས་ཅད་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་བྱུག་གི་ནང་དུ་མ་བསྐྱེད་པ་  
 མེད། མེད་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཞེ་ན། རང་རྗེས་སུ་འཛིན་པ་  
 དང་གཞན་རྗེས་སུ་འཛིན་པ་དང་། དེ་བཞིན་རྫོགས་པའི་བྱང་  
 རྒྱུ་ཀྱི་རྒྱ་ཆོགས་གཉིས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་བྱེད་ཀྱི་ལམ་  
 ཐམས་ཅད་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་བྱུག་གི་ནང་དུ་མ་བསྐྱེད་པ་  
 མེད། དེར་བརྟེན་དེའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་  
 པ་བྱུག་སློབ་བརྒྱུ་དེ་སློབ་རྒྱག་སྐྱུགས་གཞན་དག་ལས་  
 རྒྱད་པར་དུ་འཕགས་པ་ཡིན་གསུངས། དེ་ལྟ་བུ་པ་རོལ་དུ་  
 ཕྱིན་པ་བྱུག་དེའང་པར་སློབ་ཆོག་བརྒྱུ་མདོར་བསྐྱེད་ནས་  
 བཤད་ན་བསྐྱེད་པ་གསུམ་ཀྱི་ནང་དུ་བསྐྱ། པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་  
 བྱུག་པོ་དེའང་བསྐྱེད་པ་གསུམ་ཀྱི་ནང་དུ་བསྐྱེད་ནས་བཤད་  
 བ་དགོས་པ་འབྲང་པར་ཅན་ཡོད། སྦྱར་བཏང་སྐབས་འདྲིང་  
 སློབ་ཆོག་བརྒྱུ་ཞེས་པ་དེ་ནམ་རྒྱན་ནས་གལ་ཆེན་པོར་  
 གྱུར་ཡོད། གང་ཞེ་ན། བམ་རྒྱུ་ང་ཚོས་སྦྱར་བཏང་ཆ་བཞག་  
 བ། མི་མཁས་པ་ཉམས་སྦྱོར་ཅན་དེ་དག་གིས་སྤྲད་ཆ་ཆོག་  
 ཁབས་ཤིག་གིས་ཆང་མ་སློབ་ཆོག་བརྒྱུ་ལས་ཉེ་སྤྲད་ཆ་ཆོག་  
 ཁབས་ཀྱིས་དོན་གོ་བ་ཏེ་ཅང་མང་པོ་སྟེར་བྱུག། ཡོན་ཏུན་  
 དང་ཉམས་སྦྱོར་དེ་ཅམ་མེད་པའི་མི་ཞིག་གིས་རྒྱ་ཚོད་རྒྱ་  
 ཚོད་སྤྲད་ཆ་བཤད་ཀྱང་ང་ཚོར་དམིགས་བསལ་གོ་བ་ལོན་  
 རྒྱ་ཞིག་དང་དམིགས་བསལ་སློབ་སྦྱོང་འཕེལ་རྒྱ་གང་ཡང་མི་  
 འབྱུང་། དེར་བརྟེན་སངས་རྒྱས་ཞེས་པ་མཁས་པ་ཆེན་པོ་  
 ཞིག་ལ་ང་ཚོས་ངོས་འཛིན་ཞུ་བཞིན་ཡོད། ཤེས་རབ་ཆེ་  
 ཤོས། མཁས་པ་ཆེ་ཤོས་དེ་སངས་རྒྱས་ཆགས་ཡོད། སངས་

ཀླུ་གྲིས་དཔེར་ན་བདེན་པ་བཞི་ལ་སོགས་པ་སྤོམ་ཚིག་  
བསྐྱེན་ཏེ། ང་ཚོ་ཐར་པ་དོན་དུ་གཉེར་མཁན་གྱི་གང་ཟག་ཅིག་  
གིས་སྤང་བྱེད་ཀྱི་ལེ་གཞིའམ་སྤང་བྱེད་ཀྱི་ལེ་བདེན་པ་  
བཞིའི་ནང་དུ་མ་བསྐྱུས་པ་མེད་ཅེས་གང་ལྟར་སྤོམ་ཚིག་དེ་  
ལྟར་བསྐྱེན། དེ་ལྟར་བྱས་ཏེ་སྐབས་འདིར་སྦྱིར་བཏང་བྱུང་  
ཚུབ་སེམས་དབས་བསྐྱུས་པར་བྱ་བའམ་སྤོབ་སྤོང་བྱེད་ཀྱི་ལེ་  
ཤེས་བྱ་ཡོན་ཏན་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པའི་ནང་ནས་དེ་དག་ཚང་  
མ་ང་ཚོས་ཚུར་བསྐྱུ་གསོག་ཀྱི་བ་ན་དེ་དག་གང་གི་ནང་དུ་  
བསྐྱུའམ་ཞེ་ན། དེ་དག་ཚང་མ་བསྐྱུས་ན་པ་རོལ་ཏུ་སྦྱིན་པ་  
དུག་གི་ནང་དུ་མ་བསྐྱུས་པ་མེད། པ་རོལ་ཏུ་སྦྱིན་པ་དུག་པོ་  
དེའང་བསྐྱུ་ན་བསྐྱུས་པ་གསུམ་གྱི་ནང་དུ་མ་བསྐྱུས་པ་མེད།  
འོ་ན་བསྐྱུས་པ་གསུམ་གྱི་ནང་དུ་བསྐྱུས་ཏེ་པ་རོལ་ཏུ་སྦྱིན་པ་  
དུག་བསྐྱུས་པ་གསུམ་གྱི་ནང་དུ་བསྐྱུས་ཏེ་བཤད་དགོས་པའི་  
རྒྱ་མཚན་གང་རེད་ཅེ་ན། བསྐྱུས་པ་གསུམ་གྱི་ནང་དུ་བསྐྱུས་  
ནས་བཤད་ན་བསྐྱུས་པ་སྦྱིའི་གོ་བ་རྒྱ་ཆེ་བ་དང་དེ་བཞིན་ཐེག་  
པ་ཆེན་པོའི་ཁྱད་ཚོས་འབྲུང་དུ་སོན་པ་བཤད་རྒྱ་ཡོད་པ་ཡིན་  
ཅོ་ན་ཁྱད་པར་འཕགས་པ་རེད། བསྐྱུས་པ་སྦྱིའི་གོ་བ་རྒྱ་ཆེ་  
བ་རྒྱ་མཚན་གང་རེད་ཅེ་ན། སྦྱིར་བཏང་བསྐྱུས་པ་གསུམ་དེ་  
ནང་པ་སྦྱི་ལ་གྲགས་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་དང་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཅན་  
དུ་མ་ཟད་ཐེག་པ་ཆེ་ཚུང་གི་ནང་པ་ཐམས་ཅད་ལ་གྲགས་ཆེ་  
བ་ཡིན་ཅོ་ན་བསྐྱུས་པ་གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག་དེ་ལེགས་པོ་  
ཞིག་མགོ་འཚོས་པའམ་ཤེས་པར་གྱུར་ན་ནང་པ་སྦྱིའི་བསྐྱུ་  
པ་སྦྱིའི་གོ་བ་ཐེག་པ་ཆེ་ཚུང་གི་ནང་པ་སྦྱི་ལ་ཁྱད་པའི་གོ་བ་  
ཟབ་མོ་ཞིག་རྟེན་སྤུལ། རྩེ་བྲག་ཏུ་སྐབས་འདི་ལ་བཤད་པའི་  
ལྷག་པའི་བསྐྱུས་པ་གསུམ་ཞེས་པ་སྦྱིར་ནང་པ་སངས་རྒྱུས་  
པའི་ཐེག་པ་ལུག་མོང་གི་ལྷག་པའི་བསྐྱུས་པ་གསུམ་དེ་ཅན་དུ་  
མ་ཟད་སྐབས་འདི་ལ་གསུང་རྒྱུའི་ལྷག་པའི་བསྐྱུས་པ་གསུམ་

ཞེས་པ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལྷག་པའི་བསྐྱུས་པ་གསུམ་  
གསུངས། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལྷག་པའི་བསྐྱུས་པ་གསུམ་དེ་  
ཐེག་པ་དམན་པ་ལས་རྒྱ་མཚན་དུ་མའི་སྤོ་ནས་ཁྱད་པར་  
འཕགས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་བཤད་རྒྱ་ཡོད། དེར་བརྟེན་དེ་ལྟར་  
བཤད་རྒྱ་ཡོད་པས་བསྐྱུས་པ་གསུམ་གྱིས་མ་བཤད་ན་རྒྱ་  
མཚན་དུ་མའི་ཁྱད་པར་འཕགས་པ་དེ་བཤད་ཐབས་མེད་ཅོ་  
ན་དེའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་བསྐྱུས་པ་གསུམ་གྱི་སྤོ་ནས་  
བསྐྱུས་པ་གསུམ་གྱི་ནང་དུ་བསྐྱུས་པ་བཤད་དགོས་པའི་རྒྱ་  
མཚན་དེ་ཡིན། འོ་ན་པ་རོལ་ཏུ་སྦྱིན་པ་དུག་བསྐྱུས་པ་གསུམ་  
གྱི་ཁོངས་སུ་བསྐྱུས་ལུགས་བསྐྱུ་སྤངས་གང་ཡིན་ཤོད་ཅིག་  
ལ་བ་ན། མདོ་སྡེ་དགོངས་འགྲེལ་དང་མདོ་སྡེ་རྩེ་རྒྱན་ནང་དུ་  
གསུངས་པ་ཇི་བཞིན་བསྐྱུས་པ་གསུམ་དབང་དུ་མཛོད་ནས་ནི་  
ཞེས་འོག་གི་ཐར་རྒྱུ་གཞུང་ཚིག་ནང་དུའང་འཇུག། དེ་གཙོ་  
པོ་སྡེ་ལལ་ཆེར་མདོ་སྡེ་དགོངས་འགྲེལ་གྱི་འགྲེལ་བཤད་ལྷ་  
བྱ་ལྟར། མདོ་སྡེ་དགོངས་འགྲེལ་ནང་དུ་དོན་དེ་དང་མཐུན་པ་  
གསུངས། དེར་བརྟེན་མདོ་སྡེ་དགོངས་འགྲེལ་ཁྱད་པར་མཛོད་  
དེ་མདོ་སྡེ་རྩེ་རྒྱན་ལའང་དེ་གསུངས་པ་ཡིན་སྐྱེ། དེའི་རྒྱ་  
མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་དེའི་རྗེས་སུ་བཤད་རྒྱ་ཡོད་པས་སྐབས་  
འདིར་ལྷ་མི་དགོས་པར་བྱ། མདོར་ན་རང་རེ་པོ་དུ་ཡོངས་  
གྲགས་ཚང་མས་མ་སྦྱང་ཅིག་གང་བེད་སྤོད་བཏང་ཡོད་ཅེ་ན།  
ལྷ་སྤོམ་སྤོད་གསུམ་ཞེས་པའི་མ་སྦྱང་དེ་ཡོངས་གྲགས་གྲིས་  
བེད་སྤོད་གཏོང་གི་ཡོད། དེར་བརྟེན་ལྷ་སྤོམ་སྤོད་གསུམ་  
ཞེས་པ་དེ་དང་གཞུང་ཆེན་མོའི་ནང་དུ་བསྐྱུས་པ་གསུམ་  
བཤད་རྒྱ་ཡོད་པལ་ཆེར་གཅིག་པ་གཅིག་པ་ལྷ་བྱ། ལུགས་  
འབྲུང་ལུགས་སྤོག་གི་ཁྱད་པར་ལྷ་བྱ། ལུགས་འབྲུང་གི་སྤོ་  
ནས་བཤད་ན་རྒྱ་འབྲས་གྱི་རྣམ་གཞག་ལུགས་འབྲུང་གི་སྤོ་  
ནས་རྒྱ་འབྲས་གྱི་འགོ་སྤངས་ཤིམ་པའི་ཐོག་ནས་ལུགས་



འབྲུང་གི་སྐོར་ས་བཤའ་ན་བསྐབ་པ་གསུམ། ལུགས་སྡོག་གི་  
 སྐོར་ས་བཤའ་ན་ཉ་སྐོར་སྡོད་གསུམ་ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་ཁྱད་  
 པར། མདོར་ན་ལྟ་སྐོར་སྡོད་གསུམ་ཞེས་པ་མན་རག་གི་སྐྱད་  
 རོད་དང་བསྐབ་པ་གསུམ་ཞེས་པ་བརྟན་བཅོས་ཀྱི་སྐྱད་རོད་  
 ཅེས་ལབ་ན་མ་འགྲིགས་པ་མེད་པ་ལྟ་བུ། མདོར་ན་ཉ་སྐོར་  
 སྡོད་གསུམ་དང་བསྐབ་པ་གསུམ་ཞེས་པ་གནད་འགག་ཅིག་  
 པ་ལྟ་བུ་དང་དོན་གཅིག་པ་ལྟ་བུ་སྟུང། དེར་བརྟེན་འདི་ལ་  
 བས་རྒྱན་ལྟ་བུ་སྐོར་ས་སྡོད་པ་གསུམ་བཤའ་དུས་ཚོ་ན་ལོད་  
 ཀྱི་ཚེས་བརྒྱད་ལོ་ལོ་ལྟ་སྐོར་སྡོད་གསུམ་གྱི་ནམ་གཞག་  
 ལྷན་བུའི་མ་འབྲུང་བཤའ་ད། འདིར་རྒྱས་བཤའ་མི་བྱ། མདོར་  
 བ་སྐབས་འདི་ལ་གཙོ་བོ་སྟེ་ལྟ་སྐོར་སྡོད་གསུམ་དང་བསྐབ་  
 པ་ཞེས་པ་གནད་འགག་གཅིག་པ་དང་དོན་གཅིག་པ་ཞིག་ད་  
 ཚོས་གོ་བ་ལོན་སྲབ་དགོས་རྒྱ་གས་ཆེན་ལོ་འདུག་པས་མ།

བསྐབ་པ་གསུམ་ཞེས་པ་དང་ལོ་རྒྱལ་གྲིམས་ཀྱི་  
 བསྐབ་པ་དང་། ཉིང་འེ་འཛིན་གྱི་བསྐབ་པ། ཤེས་རབ་ཀྱི་  
 བསྐབ་པ་ཞེས་པ་འབྲུང་དགོས་རྒྱ་དེ་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་སྐོར་ས་  
 ཡིན་གསུངས། དེ་ཡིན་པའི་རྒྱལ་ཡང་བཀའ་འབྲུང་ནང་དུ་  
 བསྐབ་པ་གསུམ་གྱི་མདོ་ལས། དག་སྐོང་དག་རྒྱལ་གྲིམས་ལ་  
 གོམས་པར་བྱས་ན་ཉིང་འེ་འཛིན་ལ་ལུན་འིང་དུ་གནས་པར་  
 འགྲུང། ཉིང་འེ་འཛིན་ལ་གོམས་པར་བྱས་ན་ཤེས་རབ་ཐོབ་  
 པར་འགྲུང། ཤེས་རབ་ལ་གོམས་པར་བྱས་ན་འདི་ལྟ་བུའི་  
 འདོད་ཆགས་དང་ཞེ་སྦྲང་དང་གཉི་སྲུག་དང་མི་སེམས་ཡང་  
 དག་པར་རྣམ་པར་སྐོབ་པར་འགྲུང་རོ། །ཞེས་ལུང་དེ་ལྟ་བུ་  
 ཞིག་ཡོད། དེར་བརྟེན་དེས་གང་སྟོན་ཅེ་ན། བསྐབ་པ་གསུམ་  
 དེ་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་གོ་སྐོར་ཐོག་ནས་སེམས་པ་བཞིན་དུ་བཞག་པ་  
 ཡིན། དེར་བརྟེན་མདོད་ལས། རྒྱལ་གནས་ཐོས་དང་བསམ་  
 ལྷན་པས། སྐོར་ས་ལ་མི་རབ་ཏུ་སྡོད། །ཞེས་དང་ལོ་སོ་

སོ་ལ་གཞི་རྒྱལ་གྲིམས་རྣམ་པར་དག་པ་ཞིག་ཡོད་པ་བྱས།  
 དེའི་ཐོག་དུ་སྐོར་ས་དང་བསམ་པའི་སྐོར་ས་ཞི་གནས་དང་  
 ལྷག་མཐོང་ངམ་འཛོགས་སྐོར་དང་དབྱེད་སྐོར་གཉིས་ཀྱིས་  
 བཅོན་པར་བྱེད་དགོས། དེ་ལ་ང་ཚོས་སྡོད་བརྟན་བྱེད་དགོས་  
 གསུངས། མདོར་ན་བསྐབ་པ་གསུམ་གྱི་དོ་བོ་དེ་མདོན་པ་  
 མདོད་ཀྱི་འབྲེལ་བཤའ་ཉེ་བར་མཁོ་བ་ཞེས་སྐོབ་དཔོན་ཞི་  
 གནས་ལྷས་མཛད་པ་དེའི་ནང་དུ་མདོད་ལུང་ཞིག་བྲངས་ཡོད།  
 དེའི་ནང་དུ་བསྐབ་པ་གསུམ་གྱི་དོ་བོ་ངོས་འཛིན་པའི་སྐབས་སུ་  
 ལྷག་པའི་རྒྱལ་གྲིམས་ཀྱི་བསྐབ་པ་གང་ཞེ་ན། འདི་ནི་དགོ་  
 སྐོང་རྒྱལ་གྲིམས་དང་ལྷན་པར་གནས་ཤིང་སོ་སོར་ཐར་པས་  
 གང་མས་ན་ཚོགས་དང་ཚོས་བརྒྱུད་ལུན་སུམ་ཚོགས་པ་ཁ་  
 མཐོ་བ་སྲ་རབ་ལའང་འཛིག་པར་ལྟ་ཞིང་བསྐབ་པ་ཡང་དག་  
 པར་སྐོབ་པར་བྱེད་པ་སྟེ། འདི་ནི་ལྷག་པའི་རྒྱལ་གྲིམས་ཀྱི་  
 བསྐབ་པ་ཞེས་བྱའོ། །ལྷག་པ་སེམས་ཀྱི་བསྐབ་པ་གང་ཞེ་  
 བ་འདི་ནི་དགོ་སྐོང་འདོད་པས་དབེན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསམ་  
 གཏན་ཞི་བར་སྐྱབ་ནས་ཉེ་བར་གནས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་བར་  
 དུ་སྟེ་འདི་ནི་ལྷག་པའི་ཉིང་འེ་འཛིན་གྱི་བསྐབ་པ་ཞེས་བྱའོ།  
 །ལྷག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐབ་པ་གང་ཞེ་ན་འདི་ནི་དགོ་སྐོང་  
 ལྷག་པས་འཕགས་པའི་བདེན་པའི་ཞེས་ཡང་དག་པ་ཇི་  
 ལྟ་བུ་བཞིན་རབ་ཏུ་བཤའ་ཅིང་སྲུག་པས་ཀུན་འབྲུང་བ་  
 དང་སྲུག་པས་འགོག་པར་འགྲོ་བའི་ལམ་འཕགས་པའི་  
 བདེན་པའི་ཞེས་ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བཞིན་རབ་ཏུ་བཤའ་པ་  
 འདི་ནི་ལྷག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐབ་པའོ། །ཞེས་དེའི་མདོད་  
 ལུང་ཞིག་བྲངས་ཡོད། དེ་ནི་སྟེགས་སུ་མོང་གི་འགྲོ་སྦྲངས་  
 དང་དེ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ཞུས་ན། རྒྱ་སྐད་ཀྱི་ནང་  
 དུ་མདོད་སྟེ་ལུང་སྟེ་བཞིའི་སྐབས་ནས་བསྐབ་པ་གསུམ་གྱི་དོ་བོ་  
 བཤའ་པ་གཅིག་དང་། དེ་བཞིན་སྐྱ་འི་ལུས་མཛད་པའི་

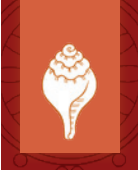
ཚོས་མངོན་པ་བསྐྱེད་པའི་རྣམ་གྲངས་ཞེས་ཀྱང་སྐྱད་ནང་དུ་  
གཅིག་ཡོད། དེ་གཉིས་ཀའི་ནང་དུ་བསྐྱེད་གསུམ་གྱི་རོ་པོ་  
ངོས་འཛིན་བཤའ་བའི་སྐབས་སུ་པལ་ཆེར་ད་ལྟ་སྟོབ་དཔོན་  
ཞི་གནས་ལྟས་ལྷན་དངས་པ་དེ་དང་པལ་ཆེར་གཅིག་པ་དེད་  
འདུག་དེའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་ཐེག་པ་སྐྱེད་མོང་ངམ།  
ཉན་རང་གི་གནས་སྐབས་སུ་སྐྱེས་བུ་འབྲིང་པོ་འམ། ཉན་རང་  
ངམ་དེའི་སྐབས་སུ་བཤའ་བའི་བསྐྱེད་གསུམ་གྱི་རོ་པོ་ཞིག་  
ཡིན་པ་འདྲ།

མ་གཞི་སྤྱོད་གསུམ་གཅིག་ནས་རྒྱན་རིང་པོ་སྐྱད་ཆ་བཤའ་  
མེད་ཅ་ན་ངག་དེ་ཅུང་ལྷོ་ལྷོ་བུ་སྟུང་། ལམ་སང་ག་མོང་  
པོ་ལྟ་བུ་ཞིག་འོང་གི་མི་འདུག །གཉིས་ནས་ནམ་རྒྱན་སྐྱད་  
ཆ་བཤའ་ཚོས་བཤའ་དུས་ཅ་ན་མཐུན་དུ་མི་ཡོད། ཚོར་  
བ་མི་འདྲ་བ་ཞིག་བྱས་སྐྱད་ཆ་བཤའ་རྒྱར་ད་ལྟ་ཉིད་བསམ་  
སྟོ་འཁོར་རྒྱ་ཞིག་དང་ཚོར་སྐྱད་མི་འདྲ་བ་ཞིག་འོང་གི་འདུག །  
ཡིན་ནའང་ད་ལྟ་མཐུན་དུ་ཚོག་ཅེ་ཞིག་མ་གཏོགས་མེད་  
སྟབས་ཚོར་བ་དེ་ཅམ་སྐྱེ་རྒྱ་མི་འདུག །པོ་མོས་དམིགས་པ་  
བྱས་ཏེ་ཁྱེད་རང་ཚོ་ཚང་མ་ལོགས་མིག་གི་མཐུན་དུ་ཡོད་  
བསམ་པར་མོས་པ་བྱས་ཏེ་སྐྱད་ཆ་བཤའ་རྒྱ་མ་གཏོགས་  
མིག་གདངས་ཏེ་བལྟས་འོང་དུས་ཚོག་ཅེ་གཅིག་མ་གཏོགས་  
མི་འདུག །དེར་བརྟེན་ཚོག་ཅེ་དེ་ལ་སྐྱད་ཆ་བཤའ་དུས་ཅ་ན་  
ཁོ་ལ་དམིགས་བསམ་པར་སྐྱད་ཆ་བཤའ་བ་དེར་ཁོས་དེ་ལ་  
ཉམས་དང་འགྲུར་བ་གང་ཡང་སྟོན་གྱི་མེད་སྟབས་ངོས་རང་  
ཡང་ཉམས་དང་འགྲུར་བ་གང་ཡང་མེད་པ་བསམ་རྒྱ་བྱེན་རྒྱ་  
གང་ཡང་མེད་པ་སྟུང་།

མདོར་ན་བསྐྱེད་གསུམ་ཞེས་པ་རོ་པོ་དེ་གོང་དུ་ལུང་  
དངས་པ་མངོན་པ་མངོན་གྱི་འགྲེལ་ཆེན་ཉེ་བར་མཁོ་བ་ཞེས་  
པ་དེའི་ནང་དུ་ལུང་དངས་ཡོད། ལུང་དེ་མདོ་སྐྱེ་ལུང་སྐྱེ་བཞིའི་

ནང་གི་ལུང་སྐྱེ་ཚོགས་པའི་ལུང་ཡིན་པ་དེད་བསམ་བསམ་མ་  
དེ་འདྲ་འདུག གང་དེད་ཅེ་ན། རྒྱ་སྐྱད་ནང་དུ་བཞུགས་པའི་  
མདོ་སྐྱེ་ལུང་སྐྱེ་བཞིའི་ཆེག་དེ་དང་དེ་བཞིན་ལྷ་རིའི་བྱས་  
མངོན་པའི་ཚོས་མངོན་པ་བསྐྱེད་པའི་རྣམ་གྲངས་ཞེས་པ་  
དེའི་ལུང་ཆེག་དེ་འདྲ་པོ་འདུག །དེའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་  
པལ་ཆེར་སྤྱོད་གསུམ་གཅིག་ནས་དེ་ཐེག་དམན་གྱི་མདོ་ལུང་ཞིག་  
ཡིན་པ་ལྟ་བུ་དང་ལྟག་པར་དུ་མདོ་སྐྱེ་ལུང་སྐྱེ་བཞིའི་གཞུང་  
ཆེག་མིན་ནམ་སྟུང་། ཡིན་ནའང་བསྐྱེད་གསུམ་གྱི་རོ་པོ་  
དེ་རིང་དེ་ག་ཅམ་གྱིས་ལུང་དངས་པ་མ་གཏོགས་འགྲེལ་  
བཤའ་མང་པོ་ལྷོ་ལྷོ་བུ་དཔོན་པ་བྱས། རོ་པོ་ངོས་འཛིན་སང་  
ཉིན་བཤའ་ན།

མདོར་ན་སྐབས་འདི་ལ་བསྐྱེད་གསུམ་གསུང་དུས་  
ཅ་ན་སྟུག་པའི་བསྐྱེད་གསུམ་ཞེས་བསྐྱེད་གསུམ་པོ་རེ་  
རེ་ལ་སྟུག་པ་ཟེར་བ་ཆེག་རེ་རེ་སྐྱར་ཡོད། སྐྱར་དཔོན་པའི་  
རྒྱ་མཚན་དེ་མ་སྐྱར་ན་མི་འགྲིག་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་དེད་ཅེ་  
ན། སྐྱར་བཏང་སྟུག་པ་ཞེས་པ་བོད་སྐད་ནང་དུ་གོ་རྒྱུ་གཉིས་  
ཡོད། ལྟག་མ་ལུས་པ། དའི་ཅ་ལག་སྟུག་འདུག་ཅེས་དང་།  
ཡང་སྟུག་པ་ཞེས་པ་གཞན་ལས་ཁྱེད་པར་འཕགས་པའི་དོན་  
དག་ཅིག་ཡོད། དེར་བརྟེན་སྐབས་འདི་ལ་གཞན་ལས་ཁྱེད་  
པར་འཕགས་པ་དང་གཞན་ལས་སྟུག་པ་དང་གཞན་ལས་  
ཁྱེད་པར་དུ་འཕགས་པ་ཡིན་པ་ཞིག་སྟོན། གཞན་ལས་ཁྱེད་  
པར་དུ་འཕགས་པ་རྩལ་ཁྲིམས་དེའང་གཞན་ལས་ཁྱེད་པར་  
དུ་འཕགས་པ་ཡིན། ཉིང་རེ་འཛིན་དེའང་གཞན་ལས་ཁྱེད་  
པར་དུ་འཕགས་པ་ཡིན། ཤེས་རབ་དེའང་གཞན་ལས་ཁྱེད་  
པར་དུ་འཕགས་པ་ཡིན། གཞན་སུ་ལས་ཁྱེད་པར་འཕགས་  
པ་ཡིན་ཞེ་ན། ལྟོས་ས་ལྟོས་འཛོག་ཞིག་དཔོན་སུ་ལས་  
ཁྱེད་པར་འཕགས་པ་དང་ཁྱེད་པར་འཕགས་ལུང་གང་ཡིན་



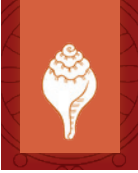
ཞེན། རྒྱུད་པར་འཕགས་ཚུལ་དེ་ལའང་ནམ་པ་གཉིས། དང་  
 སོ་སྟེ་སྤྱིར་ནང་པ་སངས་རྒྱུས་པའི་བསྐྱབ་པ་གསུམ་སོ་དེ་  
 རྒྱུད་པར་འཕགས་པ་ཡིན་པ་ཞིག་དང་། གཉིས་པ་སྟེ་ཐེག་པ་  
 ཆེན་པོའི་བསྐྱབ་པ་གསུམ་སོ་དེ་རྒྱུད་པར་འཕགས་པ་ཞིག་  
 སྟེ་རྒྱུད་ཚུལ་གཉིས། དང་སོ་ནང་པ་སངས་རྒྱུས་པའི་བསྐྱབ་  
 པ་གསུམ་སོ་དེ་རྒྱུད་པར་འཕགས་པ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་ཏེ་  
 གཙོ་སྟོན་གང་ལ་ལྟོས་ནས་འཛིན་དགོས་སམ་ཞེན། ཕྱི་རོལ་  
 པ་ལ་ལྟོས་ཏེ་འཛིན་དགོས། ཕྱི་རོལ་པ་ལའང་ཚུལ་ཁྲིམས་  
 དང་བསམ་གཏན་གྱི་ཉིང་དེ་འཛིན་དང་དེ་བཞིན་ཤེས་རབ་  
 འཛིན་ཉེན་པ་ཙམ་དེ་འབྲ་ཞིག་ཡོད། ཡིན་ནའང་ནང་པ་  
 སངས་རྒྱུས་པའི་བསྐྱབ་པ་གསུམ་སོ་དེ་ཕྱི་རོལ་པའི་བསྐྱབ་  
 པ་གསུམ་ལས་རྒྱུད་པར་དུ་འཕགས་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་རྒྱུད་  
 པར་དུ་འཕགས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ཅེ་ན། ངན་ལེལ་  
 གྱི་ལུང་ཞིག་ཡོད། ངན་ལེལ་གྱི་ལུང་ནང་དུ་གང་གསུང་ཞེ་  
 བ། ལྷག་པའི་དོན་རི་ལྟ་བུ་ཡིན་ཞེ་ན། ལྷག་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་  
 གྱི་བསྐྱབ་པ་གང་ཡིན་པ་དང་ལྷག་པའི་སེམས་གྱི་བསྐྱབ་པ་  
 གང་ཡིན་པ་དང་ལྷག་པའི་ཤེས་རབ་གྱི་བསྐྱབ་པ་གང་ཡིན་པ་  
 དང་དེ་དག་ནི་བསྐྱབ་པ་འདི་ཁོ་ན་ལ་ཡོད་ཀྱིས་འདི་ལས་ཕྱི་  
 རོལ་པ་ནམས་ལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་སྟེ་འདི་ནི་ལྷག་པའི་  
 དོན་ཡིན། འདིས་ནང་པ་སངས་རྒྱུས་པ་ལ་ཡོད་པའི་བསྐྱབ་  
 པ་གསུམ་སོ་སྟེ་ནང་པ་སངས་རྒྱུས་པ་ལ་མ་གཏོགས་པས་ཕྱི་  
 རོལ་ཏུ་གྲུང་པའི་གྲུབ་མཐའ་དེ་དག་ལ་མེད། དེའི་རྒྱ་མཚན་  
 ལ་བརྟེན་ནས་ནང་པ་སངས་རྒྱུས་པའི་བསྐྱབ་པ་གསུམ་སོ་  
 དེ་རྒྱུད་པར་དུ་འཕགས་པ་འཕམ་འཕགས་པ་ཡིན། རྣམས་འདི་  
 ལ་རྒྱུད་པར་དུ་འཕགས་པ་ཡིན་གསུངས་པ་མ་གཏོགས་  
 རྒྱུད་པར་དུ་འཕགས་ཚུལ་ལས་རྒྱུད་པར་དུ་འཕགས་སྣངས་  
 འཕགས་ལུགས་དེ་གསུང་མི་འདུག །འོ་ན་རྒྱུད་པར་དུ་

འཕགས་ཚུལ་དང་རྒྱུད་པར་དུ་འཕགས་སྣངས་འཕགས་  
 ལུགས་གང་འདྲ་ཡིན་ཅེ་ན། དེ་ལ་ལྟ་སྟོན་གཉིས་ཀྱི་སྟོན་ས་  
 བཞག་ཚོག་པ་མེད། དང་སོ། སྟོན་པའི་སྟོན་ས་བཞག་པའི་  
 དབང་དུ་བཏང་ན་ཕྱི་རོལ་པ་ལས་ནང་པ་སངས་རྒྱུས་པའི་  
 བསྐྱབ་པ་འདི་ཕྱི་རོལ་པ་དེ་དག་གི་བསྐྱབ་པ་ལས་རྒྱུད་པར་  
 དུ་འཕགས་པ་ཡིན་ཏེ། བྱང་པ་སངས་རྒྱུས་པའི་བསྐྱབ་པ་  
 གསུམ་སོ་དེ་སྐྱབས་འགོ་སྟེ་ཕྱི་རོལ་པའི་བསྐྱབ་པ་ཡིན་ཅ་  
 བ་ཕྱི་རོལ་ལྷ་སྟེགས་པ་ལ་དགོན་མཚོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་  
 ལུ་མི་འགོ། དགོན་མཚོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་ལུ་མི་འགོ་ཙམ་  
 སྐྱབས་འགོ་སྟེ་ཕྱི་རོལ་པ་སྣངས་ལ་འདྲ་རྒྱ་མེད། དེར་བརྟེན་  
 བྱང་པ་སངས་རྒྱུས་པ་ཁོ་ན་ལ་མ་གཏོགས་བསྐྱབ་པ་གསུམ་  
 སོ་དེ་སྐྱབས་འགོ་སྟེ་ཕྱི་རོལ་པའི་བསྐྱབ་པ་དེ་ནང་པ་སངས་  
 རྒྱུས་པ་ཁོ་ན་ལ་གཏོགས་མེད། དེའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་  
 བྱང་པ་སངས་རྒྱུས་པའི་བསྐྱབ་པ་དེ་ཕྱི་རོལ་པའི་བསྐྱབ་པ་  
 ལས་རྒྱུད་པར་དུ་འཕགས་པ་ཡིན། དེ་གཙོ་སྟེ་སྟོན་པའི་སྟོ་  
 བས་སྟོན་པ་ཉམས་ལེན་གྱི་ཐོག་ནས་བཞག་དགོས།  
 གཉིས་པ། སྟོན་པ་ཞེས་པ་ནམ་རྒྱུན་ཡོངས་གྲགས་  
 ཀྱིས་བཤད་བཞིན་པ་ཕྱི་པ་དང་ནང་པ་ཞེས་པ་སྐྱབས་འགོ་སྟེ་  
 ཕྱི་པ་ཡིན་ཞེས་དེ་དང་གཅིག་པ་ཡིན། ཕྱི་རོལ་གྲུབ་མཐའ་སྐྱ་  
 བའི་དབང་དུ་བཏང་ན་ཕྱི་རོལ་ལྷ་སྟེགས་པ་གཙོ་སྟེ་བརྟག་  
 དབྱེད་ཀྱི་མཐའ་གང་རུང་ལ་ལུང་བའི་ཆ་ནས་ལྷ་སྟེགས་  
 པ་ཡིན་ཞེས་བཤད། གཙོ་སྟེ་སྟོན་པའི་སྟོན་པ་བཞག་  
 དགོས། དེར་བརྟེན་ཕྱི་རོལ་ལྷ་སྟེགས་པའི་གྲུབ་མཐའ་སྐྱ་  
 པ་ལ་ལྟོས་པ་ཡིན་ནའང་ནང་པ་སངས་རྒྱུས་པའི་བསྐྱབ་པ་  
 གསུམ་སོ་དེ་ལྷག་པའི་བསྐྱབ་པ་ཡིན། དཔེར་ན། ཚུལ་ཁྲིམས་  
 གྱི་བསྐྱབ་པ་ལྟ་བུ་ལ་ཆ་བཞག་ན་ཕྱི་རོལ་ལྷ་སྟེགས་པ་དེ་  
 དག་ལ་ཐར་པ་དོན་གཉེར་གྱི་སྟོན་མེད། དེས་འབྲུང་གི་བསམ་



བ་ཀྱས་དག་མེད། ཁོང་ཚོ་ལ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཡོད་ནའང་བསྐྱེན་  
 གནས་བསྐྱེད་རྒྱུ་ལ་སོགས་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཡོད་པ་ཡིན་  
 བའང་དེ་དེས་འབྲུང་གི་བསམ་པ་ཀྱས་པར་དག་སམ་ཟེན་  
 ཉེ་ཐར་པ་དོན་གཉེར་ཅིས་ཟེན་པ་དེ་འདྲའི་ཀྱས་གཞག་མེད།  
 དེའི་ཆ་ནས་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་དེ་ཁྱད་པར་འཕགས་  
 པ་ཡིན། དེ་བཞིན་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་བསྐྱབ་པ་དེ་དག་ཀྱང་ང་  
 ཚོས་ནས་རྒྱུ་མཛོན་པ་མཛོད་ཀྱི་ནང་དུ་དབྱུགས་འབྲིན་  
 རུབ་ཀྱི་སོག་ནས་སློམ་རྒྱུ་རྒྱ་དེ་དག་ཕྱི་རོལ་སྤྱེགས་པ་  
 ལ་མེད་གསུངས། ལྷན་པའི་དུས་པལ་ཆེར་མེད་པ་མིན་ནས་  
 ལྷན། དེང་སང་ཚང་མས་དཔེ་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་བལྟས་  
 ཉེ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། ཁོ་ལ་ཡོད་མ་རེད་འདི་ལ་ཡོད་མ་རེད་  
 ཅེས་བཤད་རྒྱུ་དགའ། གང་ལྟར་ཡང་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་ཆ་ནས་  
 ཡིན་ནའང་སྤྱེགས་པ་ལས་ཁྱད་པར་འཕགས་པའི་ཉིང་དེ་  
 འཛིན་ཡོད་པ། ཤེས་རབ་ཀྱི་ཆ་ནས་བདག་མེད་རྫོགས་པའི་  
 ཤེས་རབ། བདེན་བཞི་མི་རྟག་བརྟུ་བྱུག་ལ་སོགས་པ་རྫོགས་  
 པའི་ཤེས་རབ། དེ་ལྟ་བུ་ཅིས་ཟེན་པ་ཟེན་གྱི་ཆ་ནས་བཞག་

ཡོད། དེར་བརྟེན་དེ་འདྲའི་ཆ་ནས་ཁྱད་པར་འཕགས་ཚུལ་  
 ཞིག་བཞག་ཡོད་པ་རེད། དེའང་གཙོ་བོ་ལྟ་བུའི་ཆ་ནས་ཁྱད་  
 པར་འཕགས་ཚུལ་བཞག་རྒྱ་ཞིག་ཡིན་ནས་སྤྱེམ།  
 སྤྱིར་བཏང་བཀའ་གདམས་གོང་མ་དེ་དག་གི་གསུང་  
 རྒྱུན་ལ་གང་འབྲུང་ཞེ་ན། ཐར་པ་དོན་གཉེར་གྱི་སློམ་པ་ཟེན་  
 པའམ་སྤྱང་ན་ལས་མ་འདས་པའི་བསམ་པས་མ་ཟེན་པའི་  
 སྤྱིན་སོགས་ཀྱི་དགོ་བ་ཅི་བསགས་པ་ཡིན་ནའང་། སྤྱིན་པ་  
 བཏང་བ་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་བསྐྱེད་བའམ། དེ་བཞིན་བསམ་  
 གཏན་བསྐྱོམ་པའམ། གང་ལྟར་དེ་དག་ཐམས་ཅད་བསོད་  
 བཅས་བྱ་བའི་དངོས་པོ་ཞེས་གསུངས་པ་མ་གཏོགས་བསྐྱབ་  
 པའི་མིང་མི་ཚོ་བ། བསྐྱབ་པའི་མིང་དེ་ག་དུས་སོལ་གྱི་རེད་  
 ཅེ་ན། སྤྱང་ན་ལས་འདས་པའི་ཀུན་ནས་བསྐྱེད་སྤྱེ། ཐར་པ་  
 དོན་གཉེར་གྱིས་ཀུན་ནས་བསྐྱེད་སྤྱེ་སྤྱིན་སོགས་ལ་སོགས་  
 པའི་ཚོས་ཉམས་སྤྱེ་ལེན་སོང་ན་བསྐྱབ་པ་གསུམ་གྱི་མིང་  
 ཚོ་བ། དེར་བརྟེན་བསྐྱབ་པ་ཆགས་མ་ཆགས་གཙོ་བོ་སྤྱེ་རང་  
 རྒྱུན་གཏན་གྱི་གང་ཟག་ལ་ཐར་པ་དོན་གཉེར་གྱི་སློམ་པ་



ཡོད། དེ་བཞིན་ལྷ་འདུག་ལས་འདས་པའི་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་མ་  
 བསྐྱངས་དེ་འདྲའི་ཆ་ནས་བཞག་དགོས། ཡིན་ནའང་ལྷ་འདུག་  
 ལས་འདས་པ་ཙམ་ཞིག་གིས་ཀུན་ནས་བསྐྱང་བ་ཐར་པ་དོན་  
 གཉེར་ཙམ་གྱིས་ཅེས་ཟེན་པའི་སྤྱི་ལོ་སོགས་ལ་སོགས་པ་དེ་  
 སེམས་བསྐྱེད་གྱིས་མ་ཟེན་པ་ཡིན་དུས་ཙམ་དེ་ལ་ཚོགས་གྱི་  
 མིང་མི་ཐོབ། ང་ཚོས་ཚོགས་གཉེས་ཞེས་པའི་ཚོགས་གྱི་མིང་།  
 བཅས་ཞིག་ན་དེ་ལྟ་བུའི་ལྷ་འདུག་གིས་ཀུན་ནས་བསྐྱང་བ་  
 ལྷ་འདུག་ཙམ་མ་ཡིན་པ་ནམ་ཞིག་ན་བསམ་པ་དེ་གོང་  
 འཕེལ་དུ་སྤྱི་ཉེ་བྱང་རྒྱུ་སེམས་གྱིས་ཀུན་ནས་བསྐྱང་བ་  
 ལྷ་འདུག་སེམས་གྱིས་ཅེས་ཟེན་པར་གྱུར་ན་ཚོགས་གཉེས་  
 གྱི་མིང་ཐོབ་པའང་ཚོགས་གཉེས་ཞེས་ལབ་ཚོག། བར་སྤྱི་ན་  
 ལ་ཚོགས་གཉེས་གྱི་དབྱེ་བ་འབྱེད་རྒྱ་ཡོད་ཚོགས་ཞེས་ལབ་  
 ཚོག། །གཞན་མ་གཏོགས་ལྷ་འདུག་སེམས་གྱིས་ཅེས་ཟེན་  
 མ་སོང་ན་ཚོགས་ཞེས་ལབ་མི་ཐུབ། ཚོགས་ཞེས་པ་གཙོ་  
 བོ་ཚོས་སྤྱི་དང་གཞུགས་སྤྱིའི་ལག་རྗེས་འཛོག་བྱེད་ཀྱི་ཐོག་  
 བས་ཚོས་སྤྱི་ལག་རྗེས་འཛོག་བྱེད་ཀྱི་ཆ་ནས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་  
 ཚོགས་བཞག་རྒྱ་དང་གཞུགས་སྤྱི་ལ་ལག་རྗེས་འཛོག་བྱེད་  
 ཀྱི་ཆ་ནས་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚོགས་བཞག་རྒྱ་དེ་ལྟར་འོང་  
 བཞིན་ཡོད། ཐམས་ཅད་མཁུལ་པ་དོན་གཉེར་སངས་རྒྱས་  
 ཀྱི་གོ་འཕང་དོན་གཉེར་མེད་ན་ཚོགས་ཞེས་པའི་ནམ་གཞག་  
 བྱེད་རྒྱ་མེད། དེ་ལྟ་བུ་ལྷ་འདུག་སེམས་གྱིས་ཀུན་ནས་བསྐྱང་  
 ལྟེ་སྤྱི་སོགས་ལ་སོགས་པའི་དགེ་བ་བསགས་པ་དེ་ལ་  
 ཚོགས་གྱི་མིང་ཐོབ་པ་ཡིན་ནའང་དམིགས་མེད་ཀྱི་སྤྱི་རྗེས་  
 མ་ཟེན་པ་ཡིན་དུས་དེ་ལ་པར་སྤྱི་ཀྱི་མིང་མི་ཐོབ། བཅས་ཞིག་  
 བ་དམིགས་མེད་ཀྱི་སྤྱི་རྗེས་ཟེན་ནས་སྤོང་ཉེད་རྟོགས་པའི་  
 ཤེས་རབ་དང་སྤྱེལ་སོང་ན་དེ་ལ་པར་སྤོང་དུ་སྤྱི་པའི་མིང་  
 ཐོབ། དེར་བརྟེན་མདོར་ན་འདི་ལ་ལྷ་འདུག་པ་ཡོད་མིན་གྱི་སྐད་

ཆ་མ་ཤེད། གོ་བ་ལེགས་པོ་ཞིག་འདུག་བསམ་པ་ཤེད། དེར་  
 བརྟེན་འདིར་ལྷས་པ་ཡིན། དེས་གང་སྟོན་པ་རེད་ཅེན། སྤྱིར་  
 བཏང་གི་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ཞེས་པ་དེ་  
 སྤྱི་རོལ་པ་ལས་ལྷ་འདུག་པར་འཕགས་པ་ཡིན་པ་བསྟན་ནོ། །

**གཉེས་པ།** ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་བསྐྱབ་པ་དེ་ཐེག་དམན་  
 ལས་ལྷ་འདུག་པར་འཕགས་ཚུལ། གང་ཞེ་ན། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་  
 ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་དེ་ཐེག་པ་དམན་པ་ལས་ལྷ་འདུག་ཚོས་  
 བཞེས་ལྷ་འདུག་དུ་འཕགས་ཚུལ། ཉེར་རེ་འཛིན་གྱི་བསྐྱབ་  
 པ་དེ་ཐེག་པ་དམན་པ་ལས་ལྷ་འདུག་ཚོས་དུག་གིས་ལྷ་འདུག་  
 འཕགས་ཚུལ། ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་དེ་ལྷ་འདུག་ཚོས་བརྒྱ་  
 དགུས་ལྷ་འདུག་འཕགས་ཚུལ་ཞེས་རེམ་བས་དེ་ལྟར་འོང་གི་  
 ཡོད། དང་པོ། ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ལྟ་བུ་མ་ཚོན་ན་  
 ལྷ་འདུག་ཚོས་བཞི་དེ་གང་གང་རེད་ཅེན། རབ་ཏུ་དབྱེ་བའི་ལྷ་  
 འདུག་པར། བསྐྱབ་པ་སྤྱི་མོང་དང་སྤྱི་མོང་མ་ཡིན་པའི་ལྷ་འདུག་  
 དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ལྷ་འདུག་དང་ཟབ་པའི་ལྷ་འདུག་བཅས་ཉེ་དབྱེ་  
 བ་བཞི། ལྷ་འདུག་དུ་འཕགས་ཚུལ་དེ་དག་ཚང་མ་གཙོ་བོ་  
 ལྟེ་སྤོང་དམོན་ཐོགས་མེད་ཀྱིས་མཛད་པའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་  
 བསྐྱབ་པའི་ནང་དུ་གསུངས་པ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཤེད། དེར་བརྟེན་  
 དེ་དག་ལ་རེ་རེ་བཞིན་འགྲེལ་བཤད་རྒྱག་དགོས་ལྷ་འདུག་དུས་  
 ཚོད་མང་པོ་ཞིག་འགོར། ད་ལྟ་ཉེད་མགོ་འཚོས་རྒྱ་ཞིག་མིན།  
 དེར་བརྟེན་མིང་དེ་དག་མཚོན་བྱེད་ཙམ་དུ་ལྷ་རྒྱ་མ་གཏོགས་  
 རེ་རེ་བཞིན་དུ་འགྲེལ་བཤད་ལྷ་རྒྱ་མིན། མདོར་ན་ལྷ་འདུག་  
 སེམས་དཔའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་དེ་ཐེག་དམན་གྱི་ཚུལ་  
 ཁྲིམས་བསྐྱབ་པ་ལས་ལྷ་འདུག་ཚོས་བཞེས་ལྷ་འདུག་པར་འཕགས་པ་  
 ཡིན། ལྷ་འདུག་ཚོས་བཞེས་སྤྱི། རབ་ཏུ་དབྱེ་བའི་ལྷ་འདུག་  
 པ་སྤྱི་མོང་དང་སྤྱི་མོང་མ་ཡིན་པའི་ལྷ་འདུག་པར། ལྷ་ཆེ་བའི་  
 ལྷ་འདུག་དང་ཟབ་པའི་ལྷ་འདུག་པའི། རབ་ཏུ་དབྱེ་བའི་ལྷ་

བར་ཞེས་པ་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་རྒྱལ་ཁྲིམས་ལ་རྒྱལ་  
 ཁྲིམས་ནམ་པ་གསུམ་ཞེས་དེ་ལྟ་བུ་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་ཡོད། ཉན་  
 རྩོམ་དེ་དག་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་མེད། ཉན་རྩོམ་དེ་  
 དག་ཉེས་པར་སྤྱོད་པ་སྤོམ་པ་ཙམ་རེད་མ་གཏོགས་དགོ་བ་  
 ཚེས་སྤུང་དང་། སེམས་ཙན་དོན་བྱེད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁྲིམས་ལ་  
 སོགས་པ་མེད་དེའི་ཆ་ནས་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་རྒྱལ་  
 ཁྲིམས་ཁྲུང་པར་འབགས་པ་ཡིན། བསྐྱབ་པ་སྤུན་མོང་དང་  
 སྤུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཁྲུང་པར་ཞེས་པ་བཙམ་དང་རང་བཞིན་  
 གྱིས་ཁ་ན་མ་ཚོ་བ་ཉན་རྩོམ་དང་སྤུན་མོང་བ་ལའང་ཡོད་  
 ལ་ཡང་ཉན་རྩོམ་དང་སྤུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཡང་སེམས་ཙན་  
 ལ་སན་འདོགས་པའི་ལས་ལ་སྤྱོད་པ་ཁ་ན་མ་ཚོ་བ་མེད་པ།  
 དཔེར་ན་ཉན་རྩོམ་དེ་དག་ལ་ཁ་ན་མ་ཚོ་བ་སྤྲིག་པ་ཆགས་  
 ཡོད་པ་ཡིན་ནའང་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་ལ་སེམས་ཙན་  
 ལ་སན་འདོགས་པའི་དོན་དུ་ཉེས་པ་ལ་སྤྱོད་པ་ཡིན་ནའང་  
 ཁ་ན་མ་ཚོ་བ་མི་འགྲུང་བ་དེ་འདྲའི་སྐབས་ཡོད། དེར་བརྟེན་  
 དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཉན་རྩོམ་དང་སྤུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཡིན།  
 རྒྱ་ཆེ་བའི་ཁྲུང་པར་ཞེས་པ་བསྐྱབ་པ་དང་བསོད་ནམས་  
 དང་བསམ་པ་དང་རྟེན་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཆ་ནས་ཁྲུང་པར་ཡོད། དེ་  
 བས་བཟུང་སྟེ་གཉིད་ལོག་གམ། །བག་མེད་གྲུང་ཡུང་བསོད་  
 བསམ་ལུགས། །རྒྱུ་མི་འཆད་པ་དུ་མ་ཞིག །ནམ་མཁའ་  
 མཉམ་པར་རབ་ཏུ་འབྱུང་། །ཞེས་རྒྱུ་ལྟར་སྤྱོད་འཇུག་གི་  
 ལུང་ཤངས་བཞིན་པ་དེ་དག་གི་དོན་གསུངས། ཟབ་པའི་ཁྲུང་  
 བར་ཞེས་པ་སྤོག་གཅོད་པ་ལ་སོགས་པ་སྤྱིར་རང་བཞིན་  
 གྱིས་ཁ་ན་མ་ཚོ་བ་ཡིན་ནའང་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་ཐབས་  
 མཁས་པའི་བཙམ་པ་ཡིན་ན་སྤྲིག་པར་མི་འགྲུང་བ་དང་དེ་  
 བཞིན་སྤུལ་པ་སྤྲོ་ཚོགས་ཀྱིས་འགྲོ་བའི་དོན་སྤྲིན་པར་བྱེད་  
 པ་སོགས་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཟབ་པའི་ཁྲུང་པར་ཡོད། དེར་བརྟེན་

རྒྱལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་དེ་ཉན་རྩོམ་དེ་དག་ལས་ཁྲུང་པར་  
 འབགས་པ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་དེ་ཡིན། གཉེས་པ། ཉིང་  
 དེ་འདྲིན་གྱི་ཁྲུང་པར་འབགས་པ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་ལྷག་  
 གསུངས། ལྷག་གང་ཞེ་ན། དམིགས་པའི་སྤོ་ནས་ཁྲུང་པར་  
 དུ་འབགས་པ། ལྷ་ཚོགས་པའི་སྤོ་ནས་ཁྲུང་པར་དུ་འབགས་  
 པ། གཉེན་པོའི་སྤོ་ནས་ཁྲུང་པར་དུ་འབགས་པ། ལས་སུ་བྱང་  
 བའི་སྤོ་ནས་ཁྲུང་པར་དུ་འབགས་པ། མདོན་པར་སྐྱབ་པའི་སྤོ་  
 བས་ཁྲུང་པར་དུ་འབགས་པ། ལས་ཀྱི་སྤོ་ནས་ཁྲུང་པར་དུ་  
 འབགས་པ། ཞེས་སྤྲོ་སང་ཉེན་ལྷ་རྒྱུ་ཡིན།

**སྤྱིར་བཏགས་སྤུལ་དོན།** མདོན་པར་གང་མཁྱེན་དགོས་  
 སམ་ཞེ་ན། དེ་རིང་ཚེས་བཤའ་ཀྱི་དོན་རྟོག་རྟོག་ལྷུས་ན་བྱང་  
 རྒྱུ་སེམས་དཔའ་ཡིན་ཞེས་ཁས་སྐྱེས་དམ་བཙམ་པའི་  
 གཞུག་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་བྱ་བ་བྱེད་དགོས། བྱང་རྒྱུ་  
 སེམས་དཔའ་བྱེད་དགོས་པ་དེ་དག་བྱས། མི་བྱེད་རྒྱ་དེ་དག་  
 བར་སྤོང་དགོས། དེར་བརྟེན་དེ་ལ་བསྐྱབ་བྱའམ་བསྐྱབ་པ་  
 ཞེས་པ་དེ་རེད། བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་སྤོང་སྤོང་བྱུ། སྤང་སྤང་  
 བྱེད་རྒྱ། དེར་བརྟེན་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་བསྐྱབ་པར་བྱ་  
 བ་གང་ཡོད་ཅེ་ན། བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་  
 མཐའ་ཡས་པ་ཞིག་ཡོད། མདོར་ན་སྤྱི་ཆ་རྟོག་རྟོག་བཤའ་  
 བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་མི་བསྐྱབ་པའི་ཚེས་གང་ཡང་མེད།  
 མི་བསྐྱབ་པའི་ཚེས་གང་ཡང་མེད་ན་ཀུན་ལ་བསྐྱབ་ཀྱི་རེད་  
 གསུངས། བསྐྱབ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་དུ་སྤུག་ང་ཚེས་  
 བསམ་སྤོ་གཏོང་དགོས། མ་གཏོགས་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་  
 དེ་དག་སོ་སོ་མཁས་པ་ཆེན་པོ་ཆགས་འདོད་དེ་མི་སྤྱང་དགྲ་  
 སྤྱང་ཚང་མ་སྤྱོད་གི་ཡོད་ཅེས་པ་དེ་ལྟ་བུའི་སྤྱང་ཆ་མིན།  
 སྤྱོད་དགོས་རྒྱའི་གནད་འགག་དང་རྒྱ་མཚན་ཞིག་ཡོད་ཅ་ན་  
 སྤྱང་བཙོན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། གནད་འགག་རྒྱ་མཚན་མེད་ན་དེ་



ལྷ་བྱ་མང་པོ་སྐྱེས་ཏེ་སྤྲུག་དགའ་ལས་རྒྱལ་དགོས་པའི་རྒྱ་  
 མཚན་མེད། དེར་བརྟེན་གནད་འགག་ཡོད་པ་ཡིན་ཅེན་ཚང་  
 མ་སྐྱོང་དགོས། དཔེར་ན་བོད་གངས་ཅན་གྱི་སྐྱོངས་སྤྱི་དེའི་  
 ལམ་ལུགས་སྲོལ། དཔེར་ན། སྤྱུལ་པའི་སྤྱོད་དག་བྱང་རྒྱལ་  
 སེམས་དཔལ་བསམ་བཞེན་དུ་སྐྱེ་བ་བཞེས་པ་རེད་གསུངས།  
 ལ་ལ་སྐྱེ་བ་བཞེས་པ་ཡིན། ལ་ལ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔལ་  
 མིན་ནའང་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་དེ་འདྲ་ལས་སྲོལ་གྱིས་མཚམས་  
 སྐྱར་ཏེ་སྐྱེ་བ་རྒྱངས་པ་དེ་རིགས་འོང་མིན། གང་ལྟར་ཡང་  
 མི་ཚང་མས་ཡིད་ཆེས་གང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཅེ་ན། སྤྱུལ་པའི་  
 སྤྱུ་ཞེས་པ་དེ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔལ་སྤྱི་བ་ཚོན་པའམ། བྱང་  
 རྒྱལ་སེམས་དཔལ་འདྲིལ་རྟེན་མི་ཡུལ་དུ་མི་ཡི་གཞུགས་  
 སྤྱི་ཐེབས་འོང་གི་ཡོད་ཅེས་ང་ཚོས་དེ་ལྟར་ཡིད་ཆེས་བྱེད།  
 དེའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱུལ་སྤྱོད་དག་གིས་སྐོབ་སྐྱོང་  
 མང་པོ་བྱེད་དགོས། གང་ཞེ་ན། རིག་པའི་གནས་སྐྱོད་དང་།  
 ཚད་མ། བརྗོད་དང་གསོ་བ། རང་དོན་རིག་པ་ཞི་མ་ཡིན་ཅེ་  
 ཡིན་དེ་ལ་སོགས་པ་རིག་པའི་གནས་མང་པོ་ཞིག་ལ་སྐོབ་  
 སྐྱོང་བྱེད་དགོས། དེར་བརྟེན་ང་ཚོའི་འདས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ནང་  
 དུ་བོད་གངས་ཅན་གྱི་སྤྱུལ་པའི་སྤྱོད་བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་བ་  
 བྱང་ཡོད། དེའི་ནང་ནས་མང་པོ་ཞིག་གིས་རིག་པའི་གནས་  
 ཐམས་ཅད་ལ་སོགས་པ་མེད་པ་མཚུན་པ་རྒྱས་པ་དེ་ལྷ་བྱ་  
 མང་པོ་ཡོད། རི་མོ་འབྲི་ཤེས། གསོ་བ་རིག་པ་ལ་མཁས་པ།  
 སྤྱི་རིག་ལ་མཁས་པ་སོགས་དེ་ལྷ་བྱའི་མཁས་པ་གངས་ལས་  
 འདས་པ་མང་པོ་བྱང་ཡོད། ཁོང་ཚོས་ཤེས་བྱ་རིག་གནས་  
 དེ་འདྲ་མང་པོ་སྐྱེས་ཏེ་དེ་གང་རེད་ཅེ་ན། དེས་ཁོང་ཚོ་ལ་  
 ཚ་རྒྱུན་ཡོད་པ་དང་རྒྱ་དཔལ་འབྱོར་ཡོད་པ་དེའི་རྒྱ་མཚན་  
 ལ་བརྟེན་ནས་ཁོང་ཚོས་སྐོབ་སྐྱོང་བྱེད་རྒྱ་དེ་ཁོང་ཚོའི་རྒྱས་  
 སྐྱོས་འོངས་སྐྱོད་རེད་ཅེས་བཤད་ན་རྒྱས་སྐྱོས་འོངས་སྐྱོད་

གཅིག་བྱ་མ་གྱུར། གཙོ་བོ་སྤྱོད་ཚོས་དེ་ལྷ་བྱ་ཤེས་བྱའི་  
 གནས་མང་པོ་ཞིག་ལ་སྐོབ་སྐྱོང་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་མང་  
 ཚོགས་སམ་མི་མང་ལ་ཁོང་ཚོས་གནས་སྐྱེས་འདྲ་མིན་  
 གྱི་སོག་ནས་དང་དེ་ནས་ཐབས་ཤེས་འདྲ་མིན་གྱི་སོག་ནས་  
 བན་སོགས་བྱེད་བྱལ། དཔེར་ན་ནད་པ་ཞིག་བྱང་ན་རྒྱ་མ་དེ་  
 ཡང་སྤྱོད་ཤེས་མཁན་ཡིན་ན་དེ་ལ་སྤྱོད་བཅོས་གནད་རྒྱ་  
 ཡོད་པ་དེ་བཞེན་ནས་རྒྱུན་ལྡན་མའི་སྤྱོད་མཁུན་དུ་མོ་རྒྱལ་  
 བར་འོངས་ཀྱི་ཡོད་པས་བྱས་ཅོ་ན་རྒྱ་མས་མོ་རྒྱལ་ཤེས་ཀྱི་  
 ཡོད་ན་ཡང་འགྲོ་བའི་དོན་ཆེན་འོང་གི་འདུག །དེ་བཞེན་མོ་  
 དང་ཚེས་ལ་སོགས་པ་སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་དོན་བྱེད་རྒྱ་  
 དེ་ལ་ལ་གིའི་ཁྲིའི་སྤྱང་དུ་བཟུང་དེ་ཚོས་རྒྱང་རྒྱང་བཤད་  
 འདུག་ན་སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་དོན་བྱེད་རྒྱ་ཁག་པོ་འདུག  
 །ཚོས་ཉན་དུ་འོང་མི་དང་གཏུས་ཡིན་ནའང་ཚོས་ཉན་དུ་འོང་  
 མི་ཚང་མ་ལོགས་སྐྱོ་མའི་སྤྱོད་མཁུན་དུ་བཅར་རྒྱ་ཚོས་མཉན་  
 དགོས་བསམ་ནས་འོང་བཞེན་མེད། སྤྱང་ཆ་འདྲ་པོ་བཤད་ན།  
 མང་ཆེ་ཤོས་ཤིག་སོ་སོ་ལུས་ལ་ན་ཚ་མེད་པ་སེམས་ལ་སྤྲུག་  
 བསུམ་མེད་པ་དེ་བཞེན་སོ་སོའི་ནང་དུ་དཔལ་འབྱོར་འོངས་  
 སྐྱོད་འབྱུང་རྒྱ། སོ་སོའི་བྱ་དང་ཚ་བོ་དེ་དག་སྐོབ་སྐྱོང་ལོགས་  
 པོ་འབྱུང་རྒྱ། ལས་ཀ་ལོགས་པོ་རྒྱ་དེ་འདྲ་ལ་སོགས་པ་  
 སེམས་ལ་དམིགས་ཡུལ་འདྲ་མིན་མང་པོ་ཞིག་བཅངས་ཏེ་  
 རྒྱ་མའི་སྤྱོད་མཁུན་དུ་འོངས་ཀྱི་ཡོད་མ་གཏོགས་ཚོས་གཅིག་  
 བྱ་ལྷ་དགོས་བསམ་ནས་འོང་མི་དགའ། དེར་བརྟེན་དེ་དངོས་  
 ཡོད་གནས་རྒྱལ་གྱི་སོག་ཏུ་དེ་ལྟར་ཡིན་པ་ཡིན་ཅེན་སྤྱིར་  
 བཏང་ང་ཚོས་ཚང་མ་ལ་ཚོས་བྱེད་རྒྱ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། ཚོ་  
 འདི་རྒྱུས་བཏང་དགོས་རེད་ཅེས་བཤད་ཀྱི་ཡོད་ཀྱང་དངོས་  
 ཡོད་གནས་རྒྱལ་སོག་ཏུ་མི་ཚང་མས་དེ་བྱེད་བྱལ་གྱི་མེད།  
 མི་ཚང་མས་རྗེ་བརྟེན་མིད་ལ་རས་པ་ནང་བཞེན་བྱེད་མི་

ལྷན་ དེར་བརྟེན་གང་ལ་གང་འཚམ་གྱིས་འགྲོ་བའི་དོན་གྱི་དེ་  
དགོས་ཚེ་འཚོང་པ་ཞིག་འོངས་ནས་ང་ཚོར་ཡག་པོ་འགྲོ་  
ལྷན་དགོས་ཀྱི་འདུག །དཔལ་འབྱོར་དེ་དག་ཡར་རྒྱས་འབྱུང་  
དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་བཤད་ན་རྒྱ་མམ་ཡང་དེ་དང་འཚམ་  
བ་ཉག་ཉག་ཁྱེད་རང་གི་ལོ་རྒྱུ་འདི་ཡི་སློབ་ནས་གཡང་སྐྱབ་  
འདི་ལྟ་བུ་གྱིས། གཉེར་བུམ་འདི་ལྟ་བུ་སློབ། མཚམས་རེ་  
རྒྱ་མ་ཅུང་ཆ་རྒྱུན་ཡོད་པ་ཚོས་གཉེར་བུམ་དེ་དག་མར་ཚོང་  
བ་དེ་དག་ལ་སྦྱལ་བ་དེ་འདྲ་གྱུ་ཡོད། དེའང་སྤྱི་ཚོགས་  
སམ་མི་མང་གི་དགོས་མཁོ་ཞིག་ཡིན། དེ་བཞིན་དཔེར་ན་བ་  
མ་ཞིག་གིས་སོ་སོའི་སྤྲུལ་བྱ་ན་བ་དང་འཕྲལ་བུ་རྒྱ་མའི་སྤྱི་  
མདུན་དུ་བཅར་ཉེ་བའི་སྤྲུལ་བྱ་འདི་འདྲ་ན་འདུག་མཚོགས་  
པོ་དྲག་རྒྱའི་སྤྲུལ་སྤྱོད་སྤྱུ་བས་འདུག་གནང་རོགས་ཞུས་ན་  
ཡང་རྒྱ་མས་དེ་ལ་དབང་བསྐྱར་བ་དང་བཀའ་བསློལ་བཤེགས་  
སློང་གནང་རྒྱ་གྲུ་དེ་དགོས་མ་གཏོགས་ཡང་རྒྱ་མས་དེ་ཚོས་  
ཉིད་མེད། སྤྱི་ཞིང་འཚི་བ་འཛིག་རྟེན་ཚོས་ཉིད་མེད། སྤྱི་གྲ་ན་  
འཚི་ཞེས་བ་མི་ཡིན་ནས་བརྒྱུད་སྤྱི་ཚང་མ་སྤྱི་གྲ་ན་འཚི་འི་  
སྤྲུལ་བསྐྱལ་ཡོད་ཡོད་པ་མེད། དེར་བརྟེན་དེ་ལ་སྤྲུལ་བསྐྱལ་  
གྱི་དུ་མེད། དེར་བརྟེན་ཁྱེད་རང་ཚོས་དེ་འདྲ་རྒྱང་རྒྱང་  
གསུང་བཤད་ན་མིའི་སེམས་སམ་པའམ་མི་སློབ་ཐག་ཆད་རྒྱ་  
ཡིན། དེའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་ལུ་རྒྱ་དེ་མཚོན་གྱིད་ཅམ་  
ཡིན། བོད་ཀྱི་རྒྱ་མ་སྤྱལ་སྤྱི་ཚང་ལྷན་དེ་དག་གིས་མེག་པའི་  
གནས་ལྟ་ལ་སོགས་པའི་ཤེས་བྱ་མང་སོ་ཞིག་ལ་སློབ་སློང་  
གནང་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་དེ་གཞན་དོན་རྒྱལ་མེན་བསྐྱབ་  
རྒྱའི་ཚེད་དུ་གནང་གི་ཡོད། དེ་ལྟ་བུ་དེར་བརྟེན་ང་ཚོས་བྱང་  
རྒྱལ་སེམས་དཔལ་ཡིན་པ་དམ་བཅས་ཁས་སྲུངས་ཉེ་བྱང་  
རྒྱལ་སེམས་དཔལ་གྱི་བ་ཞིག་གྱིད་དགོས་དུས་ཚེན་བྱ་བ་  
དེ་གང་གྱིད་དགོས་སམ་ཞེ་ན། བ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་དུག་གི་སློ

ནས་བྱ་བ་གྱིད་དགོས། བ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་དུག་པོ་དེ་རྒྱུར་སློབ་  
བརྒྱབ་ན་བསྐྱབ་པ་གསུམ་གྱི་ནང་དུ་འདུ། བསྐྱབ་པ་གསུམ་  
པོ་ཞེས་བ་རྒྱུ་མེས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ། ཉེར་དེ་འཛིན་གྱི་བསྐྱབ་  
པ། ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ཞེས་བསྐྱབ་པ་གསུམ་པོ་གང་  
གང་རོས་འཛིན་གྱིད་ཤེས་པ་ཞིག་དགོས། དེ་རོས་འཛིན་གྱིད་  
ཤེས་པ་ཅམ་དུ་མ་ཟད། དཔེར་ན་ནང་བ་སངས་རྒྱས་པས་  
འདི་བཤད་ཀྱི་འདུག །སྤྱི་རོལ་པ་དེ་དག་གིས་དེ་བཤད་  
བསྐྱད་ཀྱི་འདུག །དེ་གཉིས་དབར་ལ་ཁྱེད་པར་གང་ཡོད་  
བསམ་བསམ་ཅུན། དེར་བརྟེན་དེ་གཉིས་དབར་གྱི་ཁྱེད་པར་  
གང་ཡོད་ང་ཚོས་ཤེས་དགོས། དེ་ཅམ་དུ་མ་ཟད་པས་ནང་  
པའི་ཐེག་པ་ཆེ་རྒྱུར་ནང་པ་རྒྱུན་ལའང་ཡང་མི་འདྲ་བའི་ཁྱེད་  
པར་ག་རེ་ཡོད་པ་དེ་ང་ཚོས་ཤེས་དགོས། དེ་ཤེས་པའི་ཐོག་  
གཞི་ནས་དེ་དག་ཤེས་སོང་ན་གཞི་ནས་སོ་སོས་ད་ལྟ་ཐེག་  
པ་ཆེན་པོའི་ཉམས་ལེན་གྱིད་སྤྲུལ་ག་རེ་ཡིན་པ། ཐེག་པ་  
དམན་པའི་བསམ་སློབ་གཏོང་སྤངས་གང་འདྲ་ཡིན་པ། ང་ཚོ་ད་  
ལྟ་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཡིན་དུས་ཚེན་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་བསྐྱབ་པ་  
གསུམ་གྱི་ཉམས་ལེན་གྱིད་སྤངས་གང་འདྲ་ཡིན་པ་དེའི་ཁྱེད་  
པར་ཤེས་ན་ཉམས་ལེན་གྱིད་སྤངས་ཤེས། ཁྱེད་པར་དང་དབྱེ་  
བ་དེ་དག་རྩ་བ་ནས་མ་ཤེས་ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཡིན་ཞེས་ཁ་  
ནས་ལབ་པ་ཅམ་ཞིག་གིས་ཐེག་པ་ཆེན་པོར་མ་རྒྱུར། དེའི་  
རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་དང་ཁྱེད་པར་གྱི་རྒྱ་  
མཚན་མང་སོ་ཞིག་བཤད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་དེ་འདྲ་ཞིག་  
འདུག་བསམ་ཅུན། མདོར་ན་དེ་རིང་གི་ཚོས་མཚམས་དེ་  
ལྟར་བཤད།

བཅུན་མའི་དགུན་ཚོས་སློང་བཀའ་སྤྱལ་དོན། ད་རེས་  
བཅུན་མའི་དགུན་ཚོས་འདིའི་ཐོག་ཏུ་རོས་རང་དངོས་སུ་  
བཅར་མ་སྤྲུལ། ཡིན་ནའང་དངོས་སུ་བཅར་བ་དང་ཁྱེད་



པར་མེད་པ་ངོས་རང་གི་ཐོག་ནས་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་  
 ཏུ་སྟོན་གསུམ་གཅིག་ནས་སེམས་ཁུར་དང་དེ་བཞིན་རྒྱུ་སྐྱར་  
 དང་དེ་བཞིན་ལས་དོན་ཆེ་སྤྱོད་ཆང་མ་ལོགས་ལ་ལྷ་རྟོག་  
 དང་ཞིབ་འཇུག་གྲེད་གྱི་ཡོད། དཔེར་ན། ད་ལྟ་ལ་མཚོན་  
 བ་ངོས་ཀྱི་གནས་ལུལ་ཏུ་དགོང་འོད་ཆུང་ཆོད་དང་པོ་གཉིས་  
 པ་ཆགས་ཡོད། དེར་བརྟེན་མཚན་གྲུང་ལྷ་བྱ་ཡིན། མཚན་  
 གྲུང་ཡིན་ནའང་ཁྲིད་རང་ཆོ་ལ་ཕྱུང་པན་ཐོགས་ན་བསམ་སྟེ་  
 ལུ་ཚུགས་བརྒྱབས་ཉེ་ཆོས་བཤད་སྟོན་གྱི་ཡོད། དེ་བཞིན་  
 ཁ་སང་བཅུན་མའི་དགུན་ཆོས་ཀྱི་སྤྱིའི་མཚན་རིམ་དང་ཉི་མ་  
 སོ་སའི་མཚན་རིམ་དང་དེ་བཞིན་དམིགས་བསམ་ཏུ་བཅུན་  
 མའི་དགུན་ཆོས་སྐབས་སུ་ཞོགས་པའི་ཞོགས་རྩ་མ་མཚོན་  
 གོང་ཏུ་འདོན་བ་འདོན་སྤངས་དང་དེ་བཞིན་གསུང་  
 ཆོས་སྐབས་སུ་འདོན་བ་འདོན་སྤངས། དམ་བཅའི་  
 སྐབས་སུ་འདོན་བ་འདོན་སྤངས། དེ་བཞིན་གྲུང་  
 ཆོགས་མ་མཚོན་གོང་ཏུ་འདོན་བ་འདོན་སྤངས།  
 དགོང་འོད་དམ་བཅའི་སྐབས་སུ་འདོན་བ་འདོན་སྤངས་ལ་  
 སོགས་པ་དེ་དག་ཆང་མ་སྟོན་མ་ཡིན་ན་གཏན་འབེབས་  
 གང་གྲས་མེད། དེ་གཏན་འབེབས་མ་གྲས་པ་ཡིན་ཅན་རྟོག་  
 ཅམ་སྟོ་བདེ་པོ་འོང་གི་མི་འདུག །གང་ཞེ་ན། ང་ཚོ་བཅུན་  
 མའི་དགུན་ཆོས་ཚུགས་ནས་ལོ་ལྷ་ཏུག་ཅིག་འགོ་བཞེན་  
 ཡོད། འདོན་བ་འདོན་རྒྱ་དེ་དག་གཏན་འབེབས་མེད་བ་གྲས་  
 གང་གྲུང་མ་གྲུང་འདོན་འོང་ཏུས་ཅན་དེ་འབྲེ་ཆགས་པོ་མི་  
 འདུག །དེར་བརྟེན་འདོན་བ་འདོན་རྒྱ་དེ་དག་གང་ལ་གང་  
 འཚམ་གཏན་འབེབས་ཞུས་ཟེན། མདོར་ན་ལས་དོན་ཆེ་སྤྱོད་  
 ཚུང་གསུམ་ཆང་མ་ལོགས་ལ་ངོས་རང་དངོས་སུ་པ་གིར་  
 མེད་པ་ཡིན་ནའང་དངོས་སུ་ཡོད་པ་དང་གཅིག་པ་ནང་བཞིན་  
 སོ་སའི་ངོས་ནས་སེམས་ཁུར་སྤངས་ཉེ་དཀའ་ལས་རྒྱག་གི་



ཡོད། གཙོ་པོ་སྟེ་སྐབས་ཇི་སྐབས་དཔོན་བདེ་ཆེན་རིན་པོ་ཆའི་  
 ཡང་མིད་པ་གིར་དངོས་སུ་འགན་ཁུར་གནང་སྟེ་ཕྱག་ལས་  
 གནང་བཞིན་ཡོད། དེར་བརྟེན་ངོས་རང་ཡང་ཉ་ཅང་སྟོ་བདེ་  
 པོ་འདུག །རིན་པོ་ཆེ་སྐྱ་གོང་མ་དངོས་གནས་ཏུ་གནས་  
 གྱིས་སྐྱ་མ་ཆང་ལྷན་མཁས་བཅུན་བཟང་གསུམ་གྱི་ཡོན་  
 ཉན་དང་ལྷན་པ་ཆགས་ཡོད། ལྷག་པར་བོད་ཏུ་པར་ལེབས་  
 ཉེ་ལ་རྒྱལ་དབང་བཅུ་ཏུག་པ་ཆེན་པོའི་བཀའ་དགོངས་ནང་  
 བཞིན་མཚུར་ཕྱིའི་གདན་ས་རིག་གནས་གསར་བརྗེའི་སྐབས་  
 སུ་ཆ་ཆང་ཅ་མེད་ཕྱིན་ཡོད། དེར་བརྟེན་དེ་སྤར་གསོ་གནང་  
 སྟེ་བསྟན་འགྲོའི་དོན་ཏུ་ཐུགས་ཁུར་ཆེན་པོ་བཞེས་ཡོད། དེའི་  
 རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་དེ་འབྲའི་ཐོག་ནས་དངོས་གནས་སུགས་  
 བསྐྱེད་སྟོན་ལམ་འབྲེལ་མ་རེད་བསམ་ཏུ་དེར་བརྟེན་  
 ངོས་ཀྱིས་རིན་པོ་ཆེ་ལ་ཞུས་ཉེ་བཅུན་མའི་དགུན་  
 ཆོས་ཐོག་ཏུ་རིན་པོ་ཆེས་ལྷ་རྟོག་གནང་རྒྱ་རེད། མ་  
 འོངས་པ་ལ་བཅུན་མའི་བཤད་གྲུང་མཚན་རིམ་སྟོན་  
 གྲུང་མིང་གང་བཏགས་ཀྱང་ཁྲུང་པར་མི་འདུག །གང་  
 ལྟར་དེ་འབྲའི་སྟོན་གཉེར་གྲེད་ས་ཡོད་པ། ལྷག་པར་ཏུ་གཞུང་  
 ཆེན་མོ་དེ་དག་ལ་ཆེད་སྦྱོང་གྲེད་ས་ཆེད་ལས་པའི་སྟོན་སྦྱོང་  
 གྲེད་ས་ནང་བཞིན་གྱིས་དེ་འབྲའི་སྟོན་སྦྱོང་གྲེད་ས་ཡོད་པ་  
 ཞིག་བཟོ་དགོས་བསམ་ཏུ་དེར་བརྟེན་པར་མེད་པ་ལྷག་  
 ལས་གནང་སྐབས་ན་ལེགས་པོ་འོང་ས་རེད་བསམ་ཏུ་དེའི་  
 རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་རིན་པོ་ཆེ་ཡིན་ནའང་གང་མིན་ཆང་  
 གྱིས་སུགས་ཁུར་བཞེས་ཀྱི་འདུག །དེ་ལ་ཁྲིད་རང་ཆོ་བཅུན་  
 དགོན་ཁག་གི་བཅུན་མ་རྣམ་པ་ཆོ་ཡིན་ནའང་དེ་བཞིན་དེ་  
 ལ་ཕྱར་བ་གྲུ་འདེགས་ཀྱི་སྟོན་ནས་རྒྱུ་སྐྱར་དང་རོགས་རམ་  
 གནང་རོགས་གནང་དགོས་པ་ཡིན། ཀུན་ལ་སུགས་ཇི་ཆེ།



ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༡༥ ཉིན། ཚོས་འབྲེལ་ཉེན་གཉེས་པ།

ཐོག་མར་རྣམ་པ་སྟོན་རྒྱས་ལ་སྤྱོད་བཤེས་ཀྱི་འཚམས་འདྲི་ཡོད། དེ་རིང་འདྲིར་གསུང་ཚོས་ཉེན་གཉེས་པ་ཆགས་ཡོད། ཁ་སང་ཚོས་འབྲེལ་ཉེན་དང་པོའི་ཐོག་ཏུ་ཞུས་པ་རྗེ་བཞིན་ངོས་རང་སྟོབས་གཅིག་ནས་རྒྱུན་རིང་པོ་མི་ལ་སྐྱད་ཆ་བཤེས་མེད་པ་དང་སྟོབས་གཉེས་ནས་ནམ་རྒྱུན་སྐྱད་ཆ་བཤེས་པའི་སྐབས་སུ་མཐུན་ཏུ་མི་ཡོད་པ་བྱས་དེར་པན་རྒྱུན་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་ཚོར་བ་སྦྱིན་རེས་དང་ཡང་སྐྱད་ཆ་བཤེས་ཏུས་སྤང་བ་དང་སྤངས་པོ་དང་སྤང་བ་སྦྱོར་ཞེས་ཡོད། ཡིན་ནའང་ད་ལྟོ་རྣམས་ཀྱིས་སྐྱད་ཆ་བཤེས་ཏུས་མཐུན་ཏུ་སྤྱོད་གཅིག་མེད་སྟབས་འདི་ལྟ་བུ་སྐྱད་ཆ་བཤེས་ཏུ་མེད་ཚོ་ན་དེ་འདྲའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་གང་ལྟར་སོ་སོས་བསམ་པ་ནང་བཞིན་ཞིག་ལེགས་པོ་ཞིག་ལྷ་དགའ།

ཁ་སང་བསྐྱབ་པ་གསུམ་གྱི་སྐྱོར་སྐྱད་ཆ་མང་པོ་བྱུང་། དེ་ཡང་ཐར་རྒྱུན་གྱི་གཞུང་ཚོགས་ཁ་སང་སྐྱོར་བའི་གཞུང་ཚོགས་སྟེ་དེ་རིང་ཡང་བསྐྱར་སྐྱོར་ན་བསམ་ཤིང་། གང་ཞེ་ན། དེ་ན་གསོ་གཏོང་བའི་ཚེད་ཏུ་ཡིན། གཞུང་ཚོགས་ལས།

“རྗེ་འཇུག་པ་བྱང་རྒྱུན་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་བསྐྱབ་བྱ་ཞི་རྣམ་པ་གསུམ་ཡིན་ཏེ། ལྷག་པ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་དང་། ལྷག་པ་སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་དང་། ལྷག་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ལོ། །དེ་ལྟར་ཡང་བྱང་རྒྱུན་ལས་སྦྱོན་ལས།

འཇུག་པའི་སེམས་ཀྱི་བདག་ཉིད་སྟོན་གནས་པ། །  
རྒྱལ་ཁྲིམས་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལ་ལེགས་བསྐྱབས་ནས། །

རྒྱལ་ཁྲིམས་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལ་གྲུས་ཚེར་འགྲུ། །  
ཞེས་གསུངས་སོ། །”

ཁ་སང་བསྐྱབ་པ་གསུམ་གྱི་སྐྱོར་བཤེས་ཀྱི་སྐྱོར་བཤེས་ཚོས་གང་ཤེས་ཡོད་ཅེ་ན། བསྐྱབ་པ་གསུམ་པོ་ཟེར་བ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད་འདྲི་བཤེས་པས་པལ་ཆེར་ཤེས་ཡོད། བསྐྱབ་པ་གསུམ་པོ་དེ་གསུམ་ཆེན་པོ་དང་བསྐྱབ་པ་གསུམ་པོ་གང་ཡིན་མགོ་མ་འཚོས་ན་སྟེ་སྟོན་གསུམ་པོ་ཟེར་བ་དེ་གང་ཡིན་མགོ་འཚོས་རྒྱ་དགའ་བར་བྱུང་། གང་ཡིན་ཞེ་ན། སྟེ་སྟོན་གསུམ་སྟེ་འདུལ་བ་མདོ་སྟེ་མདོན་པ་གསུམ་ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་སྟེ་སྟོན་གསུམ་པོ་དེའང་བསྐྱབ་པ་གསུམ་གྱི་ནང་དོན་མི་བ་འདྲ་བ་སོ་སོར་བསྟན་པའི་ཆ་ནས་སྟེ་སྟོན་གསུམ་ཞེས་དབྱེ་བ་བྱེ། དཔེར་ན། ལྷག་པ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་གཙོ་བོར་སྟོན་པའི་གསུང་རབ་དེ་དག་ལ་འདུལ་བའི་སྟེ་སྟོན་དང་། ལྷག་པ་ཉིང་དེ་འདྲིན་གྱི་བསྐྱབ་པ་གཙོ་བོར་སྟོན་པའི་གསུང་རབ་དེ་དག་ལ་མདོ་སྟེ་མདོན་སྟོན། ལྷག་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་གཙོ་བོར་སྟོན་པའི་གསུང་རབ་དེ་དག་ལ་མདོན་པའི་སྟེ་སྟོན་ཅེས་དབྱེ་བ་བྱེ། དེར་བརྟེན་སྟེ་སྟོན་གསུམ་སོ་སོར་ངོས་འདྲིན་པ་བྱེད་པར་བསྐྱབ་པ་གསུམ་པོ་ཤེས་དགོས། སྤྱིར་བཏང་གི་རྒྱལ་ཁྲིམས་དང་ཉིང་དེ་འདྲིན་ཤེས་རབ་གསུམ་པོ་དེ་ཆ་ཚང་བའམ་ཡང་ན་ཁ་ཤིག་ཁ་ཤིག་གི་རོལ་བ་ལའང་ཡོད། དེ་ཅིམ་ཏུ་མ་ཟད་པས་ཚོས་སྟོབས་ལ་ཡིད་ཆེས་མེད་མཁའ་གྱི་གང་ཟག་དེ་དག་ལའང་ཡོད་ཚོགས། །དཔེར་ན་མི་ཞིག་གིས་དེ་རིང་ནས་བཟུང་སྟེ་དམར་



སྤངས་ཉེ་དཀར་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་ཞེས་དམ་བཅའ་བཞག་  
 ལྟེ་ཁྲིམས་སྤང་ན་དེའང་ཚུལ་ཁྲིམས་ཤིག་ཏུ་གྱུར། དེ་བཞིན་  
 དེང་སང་ནང་པའི་སློམ་རྒྱལ་སྤངས་དེ་དག་ཡོག་ནང་བཞིན་  
 བྱས་ཚོང་ལས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན་དུ་གྱུར་སློམ་དང་ཚོས་  
 ཐ་དད་དུ་བཟོས་ནས་ཚོས་མེད་མཁམ་གྱི་མི་དེ་དག་ཡིན་  
 བའང་ལུས་སེམས་ངལ་བ་སེལ་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་སློམ་རྒྱལ་རྒྱ་  
 བཟོས་ཉེ་གང་ས་གང་ལ་སློམ་གྱི་བྱུང་བ་སྤྲུགས་སྤྱང་བ་དེ་  
 འདྲ་ང་ཚོས་མཐོང་གི་ཡོད། དཔེར་ན་བསྐྱེ་མཉེ་གཏོང་ས་  
 དེ་དག་ཚུན་ཆད་ལའང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྱོད་འདྲ་མང་པོ་སྤྲིག་  
 འདུག། གང་པོ་མཐོང་འོང་དུས་འདིར་ཚོས་ཚོགས་ཤིག་  
 འདུག་ཨང་བསམ་བསམ་ང་ཚོས་བྲན། ཡིན་ནའང་རྗེས་སུ་  
 ཡག་པོ་བལྟས་འོང་དུས་ཚོས་ཚོགས་གང་ཡིན། བསྐྱེ་མཉེ་  
 གཏོང་ས་དེ་འདྲ་ཆགས་ཡོད། དེར་བརྟེན་སངས་རྒྱས་དེ་  
 དེང་སང་སེམས་སྣོད་སྣོད་ཡོད་པའི་མཚོན་ཉགས་ལྟ་བུ་ལ་  
 བེད་སྤྱོད་གཏོང་གི་ཡོད། དེའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་ཚོས་  
 ལུགས་ལ་དད་པ་མེད་མཁམ་སློམ་རྒྱལ་མི་དེ་འདྲའང་ཡོང་  
 བཞིན་ཡོད། དེ་བཞིན་དེང་སང་ཚན་རིག་གོང་འཕེལ་དུ་སོང་  
 བས་དངོས་ཁམས་ཚན་རིག་དང་རྩས་འགྲུང་ཚན་རིག་དང་  
 སྤྱི་དངོས་ཚན་རིག་ཟེར་བ་ལ་སོགས་པས་རྣམ་དཔྱོད་གོང་  
 འཕེལ་དུ་བྱིན་པའི་ཚན་རིག་ཁག་མང་པོ་ཞིག་འོང་བཞིན་  
 ཡོད། དེར་བརྟེན་དེ་དག་ཚང་མ་ཚོས་ལུགས་ལ་དད་པ་མེད་  
 བའམ་ཡང་ན་གྲུབ་མཐའ་ལ་མ་ཞུགས་པའི་མི་དགུས་མ་  
 ལའང་ཡོད་ཚོགས་པ་ཆགས་ཡོད། དེ་བཞིན་སྤྱི་ལོ་བ་ལྟ་བུ་  
 ཞིག་ལ་མཚོན་ན། རང་བ་སངས་རྒྱས་བ་མ་ཡིན་པའི་ཚོས་  
 བརྒྱུད་གཞན་དང་ལྷག་པར་དུ་གནའ་རབས་རྒྱ་གར་གྲམ་  
 ཟེའི་ཚོས་ལུགས་སམ་དེང་སང་ཉིན་དུའི་ཚོས་ལུགས་ལྟ་བུ་  
 ལ་མཚོན་ནའང་བསྟེན་གནས་སྤང་མི་ཡོད། དེ་བཞིན་གཅེར་

བྱ་བ་ལྟ་བུ་ཉ་ཅང་གིས་གུ་དོག་པའམ་ཉ་ཅང་གིས་སྤྲིག་  
 འཇུགས་དམ་པོ་ཡོད་པའི་བསྤང་བྱ་ནང་བ་ལས་མང་བ་དེ་  
 འདྲ་མང་པོ་འོང་བཞིན་འདུག། དཔེར་ན་གཅེར་བུ་བ་ཁ་ཤས་  
 མཐོང་སྤོང་ཡོད། ཁ་ཤས་ཉིན་མཚན་དུས་བྱུག་ཏུ་གྱོན་བ་  
 ཅ་བ་ནས་མ་གྱོན་པར་འདུག་མི་དེ་འདྲའང་འོང་གི་འདུག།  
 དེ་བཞིན་གོམ་བ་བརྒྱབས་ནས་འགོ་བ་མ་གཏོགས་འཇུག་  
 འཁོར་དང་གནམ་གྱུ་དེ་ཚོའི་ནང་དུ་ཅ་བ་ནས་མི་འགོ་བ་དེ་  
 འདྲ་བྱེད་མཁམ་འདུག། དེ་དག་ནི་སྤྱིར་བཏང་གི་མིས་བྱེད་  
 སྐབས་རྒྱ་དཀར་ལས་ཁག་པོ་ཞིག་ཟེད། ལྷག་པར་དུ་དེང་སང་  
 གི་དུས་རབས་ལ་མི་ཚོས་དེའི་ཁྲིམས་དེ་སྤྱང་སྐབས་རྒྱ་དཀར་  
 དེ་བཞིན་སངས་རྒྱས་ཞལ་བཞུགས་པའི་སྤྱི་དུས་རྒྱ་གར་གྱི་  
 བྲམ་ཟེའི་ཚོས་ལུགས་ལ་བསམ་གཏུན་དང་གཞུགས་མེད་  
 གྱི་སློམས་འཇུག་བསློམ་སྟེ་ཉིང་རེ་འཛིན་ཐོབ་པ་དེ་འདྲ་ཡོད།  
 དཔེར་ན་བདག་ཅག་གི་སྟོན་བ་སངས་མ་རྒྱས་ཀྱི་གོང་དང་པོ་  
 བྲམ་ཟེའི་ཚོས་ལུགས་ནང་དུ་ཞུགས་ཉེ་སྤྱི་སྟེགས་ཀྱི་སྟོན་བ་  
 རིང་འཕྱར་དང་ལྷག་སྤྱོད་ལ་སོགས་པ་སྤྱི་སྟེགས་པའི་སྟོན་བ་  
 གྲགས་ཅན་མང་པོའི་སྤྱི་མཐུན་དུ་མེབས་ཤིང་བྲམ་མར་བསྟེན།  
 བསམ་གཏུན་དང་སློམ་རྒྱལ་སྤངས་བསྐྱབས་པའི་ནམ་ཐར་  
 མང་པོ་བཤམ་རྒྱ་ཡོད། དེ་བཞིན་ལེགས་སྤྱང་གྱི་བདེ་སྤོད་སྤྱི་  
 རིག་པ་དང་དེ་བཞིན་བསྟན་ཅིས་རིག་པའམ་ཚད་མ་རིག་  
 པ་སྐར་ཅིས་རིག་པ་ལ་སོགས་པ་དེ་འདྲ་མི་ཡི་རྣམ་དཔྱོད་  
 གོང་འཕེལ་དུ་གཏོང་རྒྱུའི་རིག་གནས་ཉ་ལས་པ་མང་པོ་ཞིག་  
 སྤྱི་ལོ་སྤྱི་སྟེགས་པ་དེ་དག་ལའང་ཡོང་བཞིན་ཡོད་དོ། །  
 འོན་ཀླབས་འདི་ལ་བཤམ་རྒྱུའི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་ཉིང་རེ་  
 འཛིན་དང་ཤེས་རབ་གསུམ་འདི་ལ་ང་ཚོས་ལྷག་པའི་བསྐྱབ་  
 པའམ་མཚམས་མཚམས་རྒྱ་ནག་གི་སྤྱང་ཐོག་ཏུ་ཟག་མེད་  
 གྱི་བསྐྱབ་བ་ཞེས་དེ་འདྲའི་ཐ་སྤྱང་བཏགས་མཁམ་འདུག།

གང་ལྟར་འདི་ལྟ་བུའི་བསྐྱབ་པ་དེ་བསྐྱབ་པ་དམིགས་བསལ་  
བ་དང་ཁྱད་པར་ཅན་ཞིག་བཤད། དེ་ལྟ་བུའི་བསྐྱབ་གསུམ་  
ཁྱད་པར་དེའི་ངོ་བོ་དང་ནང་གསེས་ཀྱི་དབྱེ་བ་གང་འདྲ་ཡོད་  
པ་དེ་ཁ་སང་ཞིབ་སྒྲུབ་ལྟུང་ལྟུང་དེ་དེར་སྐྱོར་ཉོག་  
ཅམ་ཞུས་ན་བསམ་ངམ། དང་པོ། བསྐྱབ་པ་གསུམ་པོ་གང་  
ཡིན་ངོས་འཛིན་ན། ལྷག་པ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ། ལྷག་  
པ་སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ། ལྷག་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་  
གསུམ། ཁ་སང་ཞུས་པ་ནང་བཞེན་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ཀྱི་གོ་  
རིམ་མཇུག་ལྟ་བུའི་འདྲ་སྤྲིག་དགོས་ཚུ་གཙོ་བོ་ཚུ་འབྲས་ཀྱི་  
གོ་རིམ་དང་མཐུན་པ་བྱས་སྤྲིག་ཡོད། དང་པོ། ཚུལ་ཁྲིམས་  
དང་ཚུལ་ཁྲིམས་དེ་བསྐྱབ་པ་དང་པོ་ཆགས་ཡོད། ཚུལ་  
ཁྲིམས་འདི་བསྐྱབ་པ་གཞན་གཉིས་ཀྱི་ཅ་བའམ་གཞི་མ་ལྟ་  
བུ་གྱུར། དེར་བརྟེན་མགོན་པོ་སྐྱུ་སྐྱབ་ཀྱི་བཤེས་སྤྲོད་ལས།  
ཁྲིམས་ནི་ཚུ་དང་མི་ཚུའི་ས་བཞེན་དུ། །ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་  
གཞི་རྟེན་ལགས་པར་གསུངས། །ཞེས་ང་ཚོ་འགྲོ་བ་མི་དང་  
མི་འགྲོ་བ་ས་རྩོལ་གྲག་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་ས་ཡི་གོ་ལ་  
ཆེན་པོ་འདྲིའི་ཐོག་ཏུ་གནས་ཡོད། དེར་བརྟེན་ས་གཞི་འདི་ང་  
ཚོ་འཚོ་བའི་གཞི་མ་ལྟ་བུ་འཕམ་ཡང་ན་རྟེན་ལྟ་བུ་ཆགས་ཡོད།  
དེ་བཞེན་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་མཉམ་པར་  
འཛོག་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་འབྱུང། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་  
རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ཤེས་རབ་འབྱུང། དེའི་ཚུ་མཚན་ལ་བརྟེན་  
ནས་ཚུལ་ཁྲིམས་འདི་དང་པོར་བཞག། །འོན་སྐབས་འདི་ལ་  
ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ཞེས་པ་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་ཚུལ་ཁྲིམས་  
ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ཞེན། སྤྱིར་བཏང་ཚུལ་ཁྲིམས་ཟེར་བ་དེ་གཞན་  
གཞོན་གཞི་བཅས་པ་ལས་ལོགས་པའི་སྤོང་བའི་སེམས་པ་  
ཞིག་ལ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཟེར། དེ་ཡང་སྤྱོད་འཇུག་ལས། སྤོང་བའི་  
སེམས་ནི་ཐོབ་པ་ལས། །ཚུལ་ཁྲིམས་པ་རོལ་བྱེན་པར་

བཤད། །ཅེས་གསུངས། དེ་ལྟ་བུའི་གཞན་གཞོན་གཞི་བཅས་  
ལས་ལོགས་པ་སྤོང་བའི་སེམས་པ་ལ་ཚུལ་ཁྲིམས་བཞག།  
ཚུ་སྟེ་གཙོ་བོ་ཉེས་སྤོང་སྤོམ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་དགོངས་  
ནས་བཞག་པ་གནང་བ་ཡིན་ངམ། གཞན་མ་གཏོགས་ཚུལ་  
ཁྲིམས་ཡིན་ན་མཐའ་གཅིག་ཏུ་སྤོང་སེམས་ཞིག་ཨེ་དགོས་  
ན་བསམ་ངམ། དཔེར་ན། གཞན་པར་གཞི་བཅས་སྐྱབ་པའི་  
སེམས་པའམ་གཞན་པར་གཞི་བཅས་སྐྱབ་པའི་སེམས་པ་  
ཚུལ་ཁྲིམས་སུ་བཞག་པ་དཔེར་ན་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་  
ཚུལ་ཁྲིམས་ལྟ་བུའདྲ་ཡོད། དེ་བཞེན་འདུལ་བ་དང་མཛོད་ཀྱི་  
སྐབས་སོ་ཐར་ཀྱི་སྤོམ་པ་གཞུགས་ཅན་དུ་བཤད་པ་དེ་འདྲ་  
འབྱུང་བཞེན་ཡོད། དཔལ་ལྷན་ལྷོ་བ་གྲགས་པས་མཛད་པ་  
རེད་ཅེས་དབུ་མ་ཕྱང་བོ་ལྟ་བུ་ཞེས་པའི་བསྟན་བཅོས་ཤིག་  
ཡོད། དེའི་ནང་དུ་སྤོམ་པ་གཞུགས་ཅན་དུ་བཤད་པ་དེ་འདྲ་  
འབྱུང། ལྷག་པར་དུ་ལྟུང་དབང་མི་བསྐྱོད་རྟོ་རྟེན་དུགས་  
པོ་བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་ལུང་མཐའ་ཆེན་མོ་ཞེས་བསྟོད་བསྐྱབས་  
མཛད་པའི་འགྲོ་བུ་དགོངས་གཅིག་གི་ནང་དུ་སོ་ཐར་རྣམས་  
པར་རིག་བྱེད་མ་ཡིན་པའི་གཞུགས་ཡིན་པར་གསུངས། དེའི་  
ཚུ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་ཚུལ་ཁྲིམས་ཡིན་ན་མཐའ་གཅིག་ཏུ་  
སྤོང་སེམས་ཡིན་ཨེ་དགོས་ན་བསམ། མདོར་ན་རྣམས་པ་རྗེས་  
སུ་ཚུལ་ཁྲིམས་ལེན་སྐབས་སུ་ཞུ་ཆོག་ངམ། མདོར་ན་ཚུལ་  
ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་དེ་ལ་དབྱེ་བ་བྱེད། ཉེས་སྤོང་སྤོམ་པའི་  
ཚུལ་ཁྲིམས་དང་། དགོ་བ་ཚོས་སུད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས། སེམས་  
ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཞེས་དབྱེ་བ་གསུམ། སྐབས་  
འདྲིའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ཞེས་པ་བྱང་ཚུབ་སེམས་  
དཔའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ཞིག་ལ་གོ་དགོས། སྤྱིར་ཚུལ་  
ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ཅམ་ཞིག་མིན། དེར་བརྟེན་བྱང་ཚུབ་  
སེམས་དཔའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ཡིན་ཅན་བྱང་ཚུབ་



སེམས་དཔའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་དེ་ལ་དབྱེ་བ་བྱེ་བ་  
གོང་དུ་བཤད་པའི་དབྱེ་བ་གསུམ་ཡོད།

**དང་པོ།** ཉེས་སྲོད་སྲོམ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས། ཉེས་སྲོད་  
སྲོམ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཞེས་པ་དཔེར་ན་སོ་ཐར་གྱི་སྲོམ་ལྷན་  
ཁྲིམ་པ་དང་དེ་བཞིན་རབ་བྱུང་གི་རྒྱུད་ཀྱི་སོ་ཐར་སྲོམ་པ་དེ་  
ལྟ་བུ་དེ་ཉེས་སྲོད་སྲོམ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ངོ་མ་དེ་ཆགས་ཡོད།  
དཔེར་ན་ལྟ་བུ་སོ་ཐར་གྱི་རྟེན་དུ་མི་རུང་བའི་རྒྱུད་ལ་སོ་  
ཐར་དང་ཆ་མཐུན་མི་དགེ་བཅུ་སྲོད་གི་སྲོད་ཐུབ་ཡོད་ཅེ་ན་དེ་  
དག་གྲང་ཉེས་སྲོད་སྲོམ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་པའི་ཆེད་ཆགས་  
ཡོད། ཡིན་ནའང་སྐབས་འདི་ལ་ཤེས་པར་བྱེད་དགོས་པ་  
ཞིག་ལ་ནམ་རྒྱུན་ཡང་སོ་ཐར་དེ་ལ་ཐེག་དམན་གྱི་སོ་ཐར་  
དང་ཐེག་ཆེན་གྱི་སོ་ཐར་དབྱེ་བ་བྱེ་བ་བྱེ་དེ་འབྲེལ་བཞེད་  
ཚུལ་མི་འབྲེལ་པ་མང་པོ་འོང་བཞིན་ཡོད་དེ་ཡང་ང་ཚོས་མཁྱེན་  
དགོས་པ་གལ་ཆེ། ཡིན་ནའང་སྐབས་འདི་ལ་སྤྱིར་བཏང་  
གི་འགོ་སླངས་ཐོག་ནས་མར་ལྷ་རྒྱུ་ཡིན། མདོར་ན་ང་ཚོ་ཚོ་  
ག་བྱས་ནས་སྲོམ་པ་སྐྱབ་པ་སྐྱབ་གང་འདྲ་ཡིན་ནའང་དེས་  
པར་དུ་སྐབས་འདི་ལ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཞེས་པ་སྐྱབ་པ་ཞིག་གི་སྐྱེ་  
མདུན་ནས་སྲོམ་པ་སྐྱབ་རྒྱུའི་ཚོ་ག་བྱས་ནས་སྲོམ་པ་སྐྱབ་  
དགོས་རྒྱུ་ཞིག་མཐའ་གཅིག་དུ་མ་ཡིན་པ། མདོར་ན་སོ་ཐར་  
སེམས་ནང་དུ་སྲོག་གཅོད་སྲོད་བསམ་སྡེ་ཆེད་དུ་སྲོག་གཅོད་  
སྲོད་པའི་དམ་བཅའ་སྲོད་བསམ་པའི་སེམས་པ་དེ་ཚུལ་  
ཁྲིམས་ཡིན། ཡིན་ནའང་སྲོག་གཅོད་མི་བྱེད་པ་ཙམ་ཞིག་  
གིས་ཚུལ་ཁྲིམས་ཆགས་ཀྱི་མེད། དེས་པར་དུ་སྲོག་གཅོད་  
སྲོད་བསམ་སྡེ་ཆེད་དུ་སྲོག་གཅོད་སྲོད་པ་ཞིག་དགོས། དེ་ག་  
ཙམ་སྲོག་མ་བཅད་པ་ཙམ་ཞིག་ལ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཞེས་འདོགས་  
མི་ཐུབ། དཔེར་ན་སྐྱབ་གིས་ཤེས་པ་མི་ཐ་བ་ལྟ་བུ། སྐྱབ་གིས་  
ཤེས་པ་མི་ཐ་བ་དེ་ཆེད་དུ་མངགས་ནས་ཤེས་པ་མི་ཐ་བ་གང་ཡང་མིན།

སྐྱབ་པོ་དང་སྐྱེས་ཅམ་ཉིད་ནས་ཤེས་པ་མི་ཐ་བ་ཞིན་མེད་པས་དེའི་རྒྱ་  
མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱབ་གིས་ཤེས་པ་མི་ཐ་བ་དེ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་  
ཐ་སྲུང་བཞག་སྲུངས་ཤིག་པའི་ཆེད་མེད། དེར་བརྟེན་དེ་དང་  
གཅིག་པ་ཆགས་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཚུལ་ཁྲིམས་ཞེས་པ་དེས་  
པར་དུ་ཆེད་དུ་མངགས་ནས་སྐྱབ་བའམ་ཆེད་དུ་མངགས་  
ནས་སྐྱབ་པ་ཞིག་ཡིན་དགོས། དེ་ལྟ་བུའི་ཉེས་སྲོད་སྲོམ་པའི་  
ཚུལ་ཁྲིམས་དེ་ལའང་ནང་གསེས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བྱེས་ན་ཀུན་སྲོད་  
དང་བཅས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན་མི་དགེ་བཅུ་སྲོད་པའི་སྲོད་  
སྲོམ་བཅུ། འོ་ཐོའི་སྲོམ་པ་བཞག་ན་ལུས་དག་གི་མི་དགེ་བ་  
བདུན་སྲོད་པའི་སྲོད་པ་བདུན། མདོར་ན་སོ་ཐར་གྱི་སྲོམ་པ་མ་  
སྐྱབ་པའི་ཁྲིམ་པ་དེ་དག་ལ་སོ་ཐར་གྱི་སྲོམ་པ་དངོས་མེད་  
པ་ཡིན་ནའང་དགོན་མཚོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་ནས་  
མི་དགེ་བ་སྲོད་པ་ཡོད་ཆོག། དེར་བརྟེན་དེ་དག་ཐམས་ཅད་  
གྲང་སོ་ཐར་དང་རྗེས་མཐུན་གྱི་སྲོམ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ལྟ་  
བུར་བྱུང། མདོར་ན་སྐབས་འདི་ལ་ཉེས་སྲོད་སྲོམ་པའི་ཚུལ་  
ཁྲིམས་ཐེང་བ་དེ་ཉེས་པ་སྲོད་བསམ་པའི་སེམས་པ་དང་དེ་  
ཡི་ས་པོན་དང་བཅས་པ་ཅི་རིགས་པ་དེ་ཉེས་སྲོད་སྲོམ་པའི་  
ཚུལ་ཁྲིམས་དངོས་པའི་རྗེས་མཐུན་དུ་བཞག་ཆོག། ཉེས་པ་  
སྲོད་བསམ་པའི་སེམས་པ་དེ་ཉེས་སྲོད་སྲོམ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་  
དངོས་ལྟ་བུ་བྱུང། དེའི་ས་པོན་དང་བཅས་པ་ཅི་རིགས་པ་  
དེའི་རྗེས་མཐུན་ལྟ་བུ་བྱུང། མདོར་ན་དགོན་མཚོག་གསུམ་  
ལ་སྐྱབས་སུ་མ་སོང་བ་བྱས་སྲོག་གཅོད་སྲོད་བཞིག་ཡོང་གི་  
མེད། དེ་གང་ཞེ་ན་དེ་སྲོམ་པ་མེད། བཞག་མ་ཐུབ་ནའང་ཉེས་  
སྲོད་སྲོམ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཁོངས་སུ་པའི་ཆེད་བཞག་ཆོག་  
སྟེ། དེར་བརྟེན་སྲོམ་པ་ཡིན་ན་ཚུལ་ཁྲིམས་ཡིན་དགོས་  
ནའང་ཚུལ་ཁྲིམས་ཡིན་ན་སྲོམ་པ་ཡིན་མི་དགོས་པ་དེ་འབྲེལ་

དབྱེ་ཞིབ་བྱེད་རྒྱ་མེད་དམ་བསམ་པ་བྱས། གང་ལྟར་ཡང་  
ཞིབ་འཇུག་བྱེད་རྒྱ། ཉེས་སྲོད་སྲོམ་པའི་རྩལ་ཁྲིམས་ཞེས་པ་  
མདོར་བསྡུས་ཞུས་ཟིན།

**གཉེས་པ།** དགོ་བ་ཚོས་སྤྱད་ཀྱི་རྩལ་ཁྲིམས་ཞེས་  
པ་སྤྱི་བུ་ལ་སོགས་པའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་ཅི་རིགས་པ་སྤྱི་  
བར་བྱེད་པ་དང་གཞན་པར་བྱེད་པ་དང་གོང་འཕེལ་དུ་བྱས་  
པའི་རྩལ་ཁྲིམས་འགྲེལ་དགོ་བ་ཚོས་སྤྱད་ཀྱི་རྩལ་ཁྲིམས།  
དཔེར་ན་གསུང་རབ་ལ་སོས་བསམ་བྱས་པའི་སེམས་པ་  
དང་དེ་བཞིན་ཁ་ཉོན་བྱས་པ་དང་སྐོར་བ་བྱས་པ་དང་བྱུག་  
འཚལ་བ་སོགས་པའི་རྩལ་ཁྲིམས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་དགོ་  
བ་ཚོས་སྤྱད་ཀྱི་རྩལ་ཁྲིམས་ཁོངས་སུ་བསྡུ། མདོར་ན་ནམ་  
རྒྱུན་དགོ་བ་བྲེ་གསོག་སྤུལ་གསོག་བྱེད་དགོས། དགོ་བ་ཆེ་  
ཆུང་ལ་མ་སྟོས་པར་དགོ་བ་བྲེ་གང་ཡོད་ཀྱང་བསམགས་དགོ་  
བ་སྤུལ་གང་ཡོད་ཀྱང་བསམགས་ཉེ་བྲེ་དང་སྤུལ་ཞེས་པ་བོད་  
ཀྱི་སྤྱོད་མོར་མ་ཡིན་པའི་ཆེ་ཆུང་ལྡིད་ཚད་འཇུག་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་  
མའི་ཚད་ཅིག་ཡིན། མདོར་ན་དགོ་བ་ཆུང་དུ་ཞིག་ཡིན་ནའང་  
དེ་ལ་བྱུང་གསོད་མ་བྱས་པར་བསམགས། དགོ་བ་ཆེན་པོ་ཡོད་  
ན་ལོས་ཀྱང་བསམགས། དེར་དགོ་བ་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡོད་ནའང་  
མདོར་ན་དགོ་བ་ཞིག་ཡིན་ནམ་བཟུང་སྟེ་ཐམས་ཅད་ལ་སོ་  
སོའི་རྒྱས་པ་ཅི་ཡོད་ཀྱི་སྐོར་ནས་བསམ་རྒྱ་དེ་དགོ་བ་ཚོས་  
སྤྱད་དུ་བསྡུ། རྒྱུན་ལྡན་ང་ཚོས་སྤྲུལ་འཚལ་བ་དང་ཁ་ཉོན་  
དེ་བཞིན་ཞབས་བཟོན་འདོན་རྒྱ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་རེད།  
ནམ་རྒྱུན་གདན་ས་ཁག་གི་ཚོས་རྩའི་ནང་དུ་གསུང་སྟོལ་  
ཞིག་སྟེ། སློབ་གཉེར་སྤུལ་གང་ལ། སྤྱི་བུ་བྲེ་གང་དགོས།  
ཞེས་སོ་སོའི་སློབ་གཉེར་དེ་ཚོས་མཐུན་པ་ལེགས་པོ་ཞིག་  
འོང་བ་བྱེད་པར་སྤྱི་བུ་རིམ་རིམ་གྱི་སྤྱོད་སྟེ་བྱི་ནང་གི་འགལ་  
རྒྱུན་བར་ཚད་མི་འབྱུང་བའི་རིམ་གྱི་བསྡུ་བ་དགོས། དེ་མ་

བསྡུ་བས་པ་ཡིན་ན་སོ་སོའི་སློབ་གཉེར་དེ་ལས་དུ་ལེགས་པོ་  
མི་སྟོངས། གང་ཞེ་ན། སློབ་གཉེར་བྱེད་རྒྱ་དེ་ཚོས་དང་མཐུན་  
པའི་བྱ་བ་བཟང་པོ་ཞིག་ཏུ་བྱུང། ཚོས་དང་མཐུན་བསྡུ་བ་ཀྱི་  
བྱ་བ་བསྡུ་བ་རྒྱ་ལ་ག་དུས་ཡིན་ནའང་སྤྱི་ནང་གི་རྒྱུན་ལྡན་མང་  
པོ་འོང་བཞིན་ཡོད། རྒྱུན་ལྡན་ཁ་གསལ་དོས་ཟིན། རྒྱུན་ལྡན་ཁ་  
གསལ་དང་སོ་སོས་མི་ཟིན། རྗེས་སུ་རྒྱུན་དེ་བྱུང་བའི་རྗེས་སུ་མ་  
གཏོགས་ཏེ་མི་ལོ། །བྱུང་བའི་རྗེས་སུ་སྤུལ་བསམ་པ་ཡིན།  
དེའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བཞེན་ནས་ང་ཚོས་སྤྱི་བུ་ནས་རྒྱུན་ལྡན་  
དེ་དག་མི་འབྱུང་བའི་ཆེད་དུ་སྤྱི་བུ་བསྡུ་བ་རྒྱ་དང་ཞུས་  
འདོན་གསུང་རྒྱུའམ་རིམ་གྱི་བསྡུ་བ་རྒྱ་གལ་ཆེ།

**གསུམ་པ།** སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་རྩལ་ཁྲིམས་ཞེས་  
པ་དོན་བྱ་བ་བཅུ་གཅིག་གི་སྐོར་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་  
པའི་རྩལ་ཁྲིམས། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་སྤངས་འདྲ་མིན་  
བཅུ་གཅིག་གི་སྐོར་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་རྒྱ། བཅུ་  
གཅིག་སྟེ། དང་པོ་གཞན་གྱི་སྐོར་བྱེད་པ། གཉེས་པ་ཐམས་  
སྟོན་པ། གསུམ་པ་པན་འདོགས་པ། བཞི་བ་འདིགས་པས་  
མནར་བ་རྣམས་ཀྱི་དོན་བྱེད་པ། ལྷ་པ་སྤྱི་བུ་གྱིས་བཞི་བ་  
རྣམས་ཀྱི་བྱེད་པ། དུག་པ་ལོ་བྱུང་གིས་སོངས་པ་རྣམས་ཀྱི་  
དོན་བྱེད་པ། བདུན་པ་གནས་འཚལ་བ་རྣམས་ཀྱི་དོན་བྱེད་  
པ། བརྒྱུད་པ་སྐོར་མཐུན་པར་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱི་དོན་བྱེད་པ།  
དགུ་པ་ཡང་དག་པར་ཞུགས་པ་རྣམས་ཀྱི་དོན་བྱེད་པ། བཅུ་  
པ་ལོག་པར་ཞུགས་པ་རྣམས་ཀྱི་དོན་བྱེད་པ། བཅུ་གཅིག་  
པ་རྩུ་འབྲུལ་གྱིས་འདུལ་དགོས་པ་རྣམས་ཀྱི་དོན་བྱེད་པ།  
མདོར་ན་རང་རེས་རྒྱུན་ལྡན་བྱུང་བའི་སེམས་པ་ཞེས་པ་དེ་  
མགོ་ལ་མེས་འཚིག་པ་རྗེ་བཞིན་གཞན་པ་ན་བསྡུ་བ་རྒྱ་ཞིག་  
འབྱུང་གི་ཡོད། བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་ལས་ཀའམ་བསྡུ་བ་  
བྱ་གཙོ་པོ་སྟེ་གཞན་པ་ན་བསྡུ་བ་རྒྱ་མེད་པ་དེ་སེམས་ཅན་



དོན་བྱེད་གི་ཚུལ་ཁྲིམས་དེ་ཡིན། དེ་ནི་ཉ་ཅང་གི་གཤམ་ཆེན་  
 བོ་ཆགས་ཡོད། སྤྱིར་བཏང་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔལ་ལ་ཉེས་  
 སྲོད་སྲོམ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་བཤད་པའི་སྐབས་ཙམ་པའི་ལྷུང་བ་  
 བཅོ་བརྒྱད་ལ་སོགས་པ་མང་པོ་ཞིག་བཤད་རྒྱུ་ཡོད་དེ། དེ་  
 དག་གཤམ་ཆེན་པོ་རེད། ཙམ་ལྷུང་ཡིན་ཙམ་གཤམ་ཆེན་པོ་མ་  
 རེད་ཅེས་བཤད་མི་ཐུབ། ཡིན་ནའང་དངོས་ཡོད་ཁ་ཡོད་ལག་  
 ཡོད་གི་གཞན་མན་བསྐྱབ་རྒྱའི་བྱ་བ་འདི་རེད། དེར་བརྟེན་  
 འདིའི་ནང་དུ་དང་པོ་གཞན་གི་གྲོགས་པ་བྱེད་པ། གཞན་གི་  
 གྲོགས་བྱེད་པ་ཟེར་བ་དེ་གཞན་ལ་དགོས་པའི་དུས་བྱུང་བའི་  
 ཆོ་ན་གཞན་དག་ལ་སོ་སོས་རོགས་པ་བྱེད་དགོས་རྒྱའི་དུས་  
 ཆོད་དམ་གོ་སྐབས་དེ་ལྟ་བུ་བྱུང་བའི་སྐབས་སུ་རོགས་པ་མི་  
 བྱེད་པར་བྱིར་འཐེན་རྒྱབ་ན་མི་འགྲིག། །དེ་ཡང་ཆོས་དང་མི་  
 མཐུན་པ་རོགས་པ་བྱས་ན་ཆོས་དང་འགལ་བར་འགྱུར་བ་  
 དང་ཡང་གཞན་གི་སྲོན་ཆེན་པོ་འབྱུང་གི་ཡོད་ན་ཡང་རོགས་  
 པ་མ་བྱས་ནའང་ཁྱད་པར་མེད་དེ། ཡིན་ནའང་དེ་ལ་སོགས་  
 པའི་དཀའ་ངལ་དང་དེ་ལ་སོགས་པའི་གནས་ཚུལ་གང་ཡང་  
 མེད་པར་སེམས་ཅན་གཞན་ལ་རོགས་པ་བྱེད་རྒྱུ་དང་པན་  
 འདོགས་བྱེད་རྒྱའི་གོ་སྐབས་ཡོད་ནའང་པན་འདོགས་མི་བྱེད་  
 པ་དེ་མི་འགྲིག་གསུངས།

**དང་པོ།** གཞན་གི་གྲོགས་བྱེད་པ། སྲོམ་པ་ཉི་ལུ་པ་  
 ལས། དགོས་པའི་གྲོགས་སུ་འགྲོ་མི་བྱེད། །ཅེས་གསུངས་པ་  
 དང་གཅིག་པ་ཡིན། བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔལ་ལྷིང་བཏང་སོ་སོ་  
 ལུས་ཀྱང་བདེ་པོ་ཡོད་པ་སེམས་གི་གནས་སྣངས་ཀྱང་བདེ་  
 པོ་ཡོད་པ། ཡང་སོ་སོ་ལུས་སེམས་བདེ་པོ་མེད་ན་མི་གཞན་  
 ལ་རོགས་པ་བྱེད་དགོས་བསམ་ནའང་བྱེད་མི་ཐུབ། ལུས་  
 སེམས་བདེ་པོ་ཡོད་པ་བྱས། དེ་བཞིན་སེམས་ཅན་གཞན་  
 ལ་གྲོགས་གཞན་ཡང་མེད་པ་བྱས། ཡང་གྲོགས་གཞན་དང་

རོགས་པ་བྱེད་མི་གཞན་ཡོད་ན་སོ་སོའི་དེའི་དབར་དུ་འཆང་  
 ཁ་རྒྱབ་སྟེ་བྱིན་ན་སོ་སོ་གཞན་ལ་རོ་གསོ་འབྱུང་ཆེད་དུ་བྱིན་  
 བ་མི་འགྲིག་པས་དེ་ལྟ་བུ་འབྱུང་མ་ཡིན་པ། ཆོས་དང་མཐུན་  
 པ་དེ་བཞིན་དེ་འདྲའི་གོ་སྐབས་དང་དེ་ལྟ་བུའི་གནས་སྐབས་  
 ཡོད་བཞིན་དུ་སོ་སོས་མ་བྱིན་པར་ཁྲོ་བའི་བསམ་པའི་སྐོ་  
 བས་པ་རོལ་པོ་དེ་ལ་སོ་སོས་འཁོན་དུ་འཛིན་པ་དེ་འདྲའི་སྐོ་  
 བས་མ་བྱིན་པ་ཡིན་ནའང་ཉེས་པ་ཡོད། ཡང་མི་འགྲོ་ཞེས་  
 ལེ་ལོ་བྱས་ཏེ་མ་བྱིན་པ་ཡིན་ན་དེའང་ཉེས་པ་འབྱུང་། ཡིན་  
 བའང་སོ་སོ་ན་བ་དང་དེ་བཞིན་པ་རོལ་པོ་དེ་ལ་རོགས་བྱེད་  
 མཁལ་གི་མི་གཞན་དག་ཡོད་པ་དང་དེ་བཞིན་རོགས་བྱས་  
 པ་ཡིན་ན་ཆོས་དང་མི་མཐུན་པར་འགྱུར་བ་དང་ཡང་དེ་མ་  
 ཡིན་པའི་དགག་བྱ་དང་དགོས་པ་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ཡང་  
 རོགས་མ་བྱས་པ་ཡིན་ནའང་སྲོན་མེད་པ་དེ་ལྟར་འབྱུང་། དེ་  
 བེ་གཞན་གི་གྲོགས་བྱེད་པ་ཞེས་པ་དེ་ཡིན།

**གཉིས་པ།** ཐབས་སྟོན་པ། ཞེས་པ་སྤྱིར་བཏང་ཆོག་  
 གི་ཚོག་ནས་བསམ་སྒོ་བཏང་ན་སོ་སོ་ལ་མཚམས་མཚམས་  
 ཅི་བྱེད་འདི་བྱེད་མེད་པ་དེ་འདྲའི་དུས་ཆོད་ལ་མི་གཞན་ལ་  
 རེ་བ་རྒྱབ་སྟེ་ང་ལ་དཀའ་ངལ་འདི་འདྲ་འདུག། །དེར་བརྟེན་  
 བྱེད་ལ་བསམ་འཆར་གང་ཡོད་དམ། དེ་བཞིན་བཀའ་སྲོལ་  
 ག་རེ་ཡོད་དམ་ཞེས་དེ་འདྲའི་སྐོ་བས་རེ་བ་རྒྱབ་མི་འོང་གི་  
 རེད། དེར་བརྟེན་རེ་བ་བྱེད་མི་དེ་དག་ལ་སོ་སོས་སྤྱིར་ཐག་  
 བས་མན་པས་ཀུན་ནས་བསྐྱབ་སྟེ་པར་བསྐྱབ་བྱ་དང་ལམ་  
 སྟོན་བྱེད་རྒྱུ་དེ་འདྲ་ཞིག་ལ་པལ་ཆེར་གོ་དགོས་བསམ་ཏུ་  
 སྲོམ་པ་ཉི་ལུ་པ་ལས། བག་མེད་རྣམས་ལ་རོགས་པ་སྟོན།  
 །ཞེས་པ་གསུངས་པ་དེ་དང་པལ་ཆེར་གཅིག་པ་ཆགས་གི་  
 མེད་དམ། རོགས་མི་སྟོན་ཞེས་པ་རང་ཉིད་བྱང་ཚུབ་སེམས་  
 དཔལ་ལྷིན་པ་བྱས། ལུས་སེམས་གི་གནས་སྣངས་ལག་པོ་

ཡོད་པ་བྱས་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡོད་པའི་ཚོགས་ཏུ་མི་གཞན་ཞིག་ཆེ་  
 འདིའམ། ཆེ་འདིའི་ཁོ་རང་གི་བྱ་བ་ཞབས་གམ་ཆེ་འདིའི་ཁོ་རང་  
 གི་འཆར་གཞི་ཡག་པོ་མ་ཡིན་པ་ཐག་གཅོད་ལོག་པ་དེ་འདྲ་  
 བྱས་པ་མཐོང་བའམ། ཡང་ན་ཆེ་ཕྱི་མའི་དོན་དུ་ཁོས་བྱ་བ་ཆེ་  
 ཕྱི་མ་ལ་གོད་རྒྱུའི་བྱ་བ་རྒྱ་པ་དེ་འདྲ་བྱས་པ་མཐོང་བའི་  
 སྐབས་སུ་སོ་སོས་དེ་ལ་འདི་འཐད་པ་རེད། འདི་མི་འཐད་པ་  
 རེད་འདི་འདྲ་བྱས་ན་ཡག་པོ་ཡོད། འདི་བྱས་ན་ཡག་པོ་མ་  
 རེད་ཅེས་པར་ལམ་སྟོན་གྱི་དུང་ཁ་ཏ་བསྐྱབ་བྱ་བ་རྒྱུ་  
 རྒྱ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། གལ་སྲིད་ཡང་སོ་སོས་པ་རོལ་པོ་དེ་  
 ལ་འཁོན་འཛིན་ཡོད་པ་དེ་འདྲའི་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ཏེ་ཁོན་དུ་  
 འཛིན་ནས་བསྐྱབ་བྱ་མ་བརྒྱབས་པ་ཡིན་ན་ཉེས་པ་མེད། དེ་  
 བཞིན་ལེ་ལོ་དང་སྟོམ་ལས་ཀྱི་དབང་དུ་སོང་ནས་བསྐྱབ་བྱ་  
 མ་བརྒྱབས་ན་ཉེས་པ་ཡོད། ཡང་དེ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པ་བྱས་སོ་  
 སོས་བསྐྱབ་བྱ་རྒྱུ་སྤངས་ཏེ་མ་གོ་བ་དང་བསྐྱབ་བྱ་ཞིག་  
 རྒྱུ་དགོས་བསམ་གྱི་འདུག་སྟེ་བསྐྱབ་བྱ་ག་རེ་རྒྱུ་ཏེ་མ་  
 གོ་བ་བྱས་དེ་འདྲའི་ཚོགས་ནས་བསྐྱབ་བྱ་རྒྱུ་མ་ཐུབ་པ་དེ་  
 འདྲ་ཡིན་ན་ཉེས་པ་མེད། དེར་བརྟེན་དེའི་སྐབས་སུ་གཞན་  
 བསྐྱབ་བྱ་རྒྱུ་ཐུབ་མཁན་དང་ལམ་སྟོན་གྱི་དུང་ཐུབ་མཁན་མི་  
 གཞན་དག་ལ་རོ་སྟོན་བྱས་ཏེ། ཁོང་གི་སྐྱེ་མའུ་དུ་ཕྱིན་ན་  
 རློང་ལ་ལམ་སྟོན་དང་བསྐྱབ་བྱ་ལེགས་པོ་ཡོང་གི་རེད་ཅེས་  
 རོ་སྟོན་གྱི་རྒྱ་དེ་འདྲ་བྱས་ན་འང་འགྲིག། དེ་མ་ཡིན་པའི་  
 བསྐྱབ་བྱ་བརྒྱུ་བ་མཉམ་གསལ་མེད་པ་དེ་འདྲའི་གནས་ཚུལ་  
 དང་ཕན་ཚོགས་མེད་པ་ཤེས་ནས་ཐག་ཚོད་པ་ཡིན་ན་འང་  
 བསྐྱབ་བྱ་མ་བརྒྱབས་པ་ཡིན་ན་འང་ལམ་ཆེར་འགྲིག་པ་ཡང་  
 དགག་བྱ་དང་དགོས་པ་འབྱུང་བར་ཅན་ཡོད་ན་བསྐྱབ་བྱ་མ་  
 བརྒྱབས་པ་ཡིན་ན་འང་འགྲིག།

**གསུམ་པ།** བན་འདོགས་པ། སྟོམ་པ་ཉི་ཤུ་བ་ལས།  
 བྱས་ལ་ལན་དུ་ཕན་མི་འདོགས། །ཞེས་པ་དེ་དང་པལ་ཆེར་  
 གཅིག་པ་ཆགས་ཀྱི་མེད་དམ་བསམ་དམ། ཉིད་རང་བྱང་རྒྱུ་  
 སེམས་དཔའ་ཡིན་པ་ཁས་སྐྱབས་ནས་སྤར་མི་གཞན་དག་  
 ཅིག་གིས་སོ་སོ་ལ་ཕན་ཚོགས་དང་རོགས་པ་བྱས། དེ་ལ་  
 ཕྱིས་སོ་སོས་བྱས་པ་མ་གཞོས་པ་བྱས་དེའི་བཀའ་བྲིན་དམ་  
 ཤེས་མ་བྱས་པར་དེ་ལ་སོ་སོས་གཞན་སེམས་སམ་ཁོང་  
 ཁོའི་སྟོན་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་བསྐྱབ་སྟེ་དེ་ལ་ཕན་འདོགས་མ་བྱས་  
 བ་ཉེས་པ་འབྱུང་། དེ་བཞིན་ལེ་ལོ་དང་སྟོམ་ལས་ཀྱི་དབང་དུ་  
 སོང་ནས་ཕན་འདོགས་མ་བྱས་ན་འང་ཉེས་པ་འབྱུང་། ཡང་དེ་  
 ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པ་བྱས་སོ་སོས་གང་ཡོང་ཅི་ཡོང་བྱས་པ་ཡིན་  
 བ་འང་ཡང་སོ་སོ་དུས་ཚོད་དང་ལས་གཤི་དབང་གིས་ཁོམ་  
 སྟོགས་མ་བྱུང་དེ་འདྲའི་གནས་ཚུལ་བྱང་ན་ཉེས་པ་མེད། དེ་  
 ལ་སོགས་པ་ཡང་རྒྱ་མཚན་དགག་བྱ་དང་དགོས་པ་གཞན་  
 ཆེན་པོ་དེ་འདྲ་བྱང་ན་ཡང་ཕན་འདོགས་མ་བྱས་ཀྱང་ཉེས་པ་  
 མེད།

**བཞི་པ།** འཛིགས་པས་མནར་བ་ནས་ཀྱི་དོན་སྐྱུབ་  
 པ། དེ་ལ་འཛིགས་པས་མནར་བ་དང་ལྷ་རྒྱུ་ལྱིས་བཟེ་བ་  
 དེ་གཉིས་མཉམ་དུ་འགོ་བཞེན་མེད་དམ་བསམ་སྟོམ་པ་ཉི་  
 ཤུ་བའི་ནང་དུ་དེ་སྤར་འོང་བཞིན་འདུག། སྟོམ་པ་ཉི་ཤུ་བ་  
 ལས། གཞན་གྱི་སྤྲུག་བསྐྱུ་སེལ་མི་བྱེད། །གཞན་གྱི་  
 ལྷ་རྒྱུ་བསམ་མི་བྱེད། །ཅེས་གཞན་གྱི་སྤྲུག་བསྐྱུ་སེལ་  
 བར་མི་བྱེད་ཅེས་པ་མི་གཞན་དག་ལ་འཛིགས་སྤྲུག་ཆེན་  
 པོ་བྱང་བའམ་ཡང་ན་སེམས་ལ་སྤྲུག་བསྐྱུ་ཆེན་པོ་བྱང་  
 བའམ་མདོར་ན་སྤྲུག་བསྐྱུ་དང་ལྷ་རྒྱུ་བ་ཡིན་ན་དེ་ལ་  
 རང་ཉིད་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་སྟོམ་པ་ལ་གནས་པ་ཞིག་  
 གིས་འཛིགས་པ་དང་དཀའ་འདུག་དང་སྤྲུག་བསྐྱུ་དེ་ལས་



སེལ་རྒྱུའི་ཐབས་ཤེས་བྱེད་དགོས། དཔེར་ན་པ་རྩོལ་པོ་དེ་  
སོ་སོའི་གཉེན་ཉེ་བ་གི་ནས་དེ་འདྲའི་སེལ་ས་ལ་སྤྱལ་བསྡུལ་  
ཡོད་པ་ཡང་ན་སོ་སོའི་ཚོང་པམ་ཁ་ཆེན་པོ་བྱུང་སྟེ་དེ་འདྲའི་  
སྤྱལ་བསྡུལ་བྱུང་བ་ལ་སོགས་པ་དེ་འདྲའི་སྤྱལ་བསྡུལ་གང་  
འདྲ་བྱུང་ཡང་སྤྱལ་བསྡུལ་སེལ་རྒྱུའི་ཐབས་ཤེས་ཡོད་ཀྱི་  
ཅལ་སྤྱལ་བསྡུལ་བྱེད་དགོས། དེ་ལྟ་བུའི་སྤྱལ་བསྡུལ་སེལ་བའི་  
ཐབས་ཤེས་མ་བྱས་ཡང་ཁོང་ཁོ་བའི་ཀུན་ནས་བསྐྱང་སྟེ་  
སྤྱལ་བསྡུལ་སེལ་བའི་ཐབས་མ་ཤེས་མ་བྱས་པ་ཡིན་ནའང་  
ཉེས་པ་ཡོད། ལེ་ལོ་དང་སྟོམ་ལས་ཀྱི་དབང་དུ་སོང་ནས་  
ཐབས་ཤེས་མ་བྱས་པ་ཡིན་ནའང་ཉེས་པ་ཡོད། ཉེས་པ་མེད་  
པའི་གནས་སྐབས་ཀྱང་ཡོང་བཞིན་ཡོད། ཡང་སོ་སོ་ལ་ལུས་  
པ་མེད་པ་དང་དེ་བཞིན་སོ་སོས་དེ་ལ་པན་འདོགས་བྱེད་  
དགོས་བསམ་པ་ཡིན་ནའང་པན་ཐོགས་ལུས་པ་དང་ལྡན་པ་  
ཞིག་བྱེད་མ་སྟབས་ཡིན་ན་གཞན་ལུས་པ་དང་ལྡན་པའི་གང་  
ཟག་གཞན་ལ་རེ་རྒྱུ་སྟེ་དེ་ལ་པན་ཐོགས་བྱེད་རྒྱུའི་སྐབས་  
འཇུག་ལྷ་རྒྱ་དེ་འདྲ་ཡོད།

**དྲུག་པ།** ཡོ་བྱེད་ཀྱིས་སོངས་པ་ལ་དོན་སྐྱབ་པ། ཞེས་  
པ་སྐྱང་པོ་ལྟ་བུ་ཁ་ཟས་མེད་རྒྱུ་བོས་མེད་ལག་ལོར་མེད་དེ་  
ལྟ་བུའི་སྐྱང་པོ་དེ་དག་ལ་ཟས་དང་སྟོམ་དང་ལོར་འདོད་པ་དེ་  
འདྲ་བྱུང་སོང་ན་དེ་ལ་རང་ཉིད་བྱུང་རྒྱུ་སེལ་ས་དཔའི་སྟོམ་  
པ་སྐྱངས་ཚར་བ་ཞིག་གི་དོས་ནས་གང་བྱེད་དགོས་པམ་  
ཞེན་དེ་ལ་ག་ཚོད་སྟབས་སྟབས་ཀྱིས་ཟས་འདོད་པ་ལ་ཟས་དང་  
སྟོམ་འདོད་པ་ལ་སྟོམ་ལོར་འདོད་པ་ལོར་སྟོད་དགོས། དེ་ལྟ་  
བུ་མ་སྐྱང་བ་བྱས་ཡང་ཁོང་ཁོ་བའི་སེལ་ས་པའི་སྟོན་ནས་མ་  
སྐྱང་པ་ཡིན་ན་ཉེས་པ་ཡོད། ལེ་ལོ་དང་སྟོམ་ལས་ཀྱི་སྟོན་ནས་  
མ་སྐྱང་པ་ཡིན་ནའང་ཉེས་པ་ཡོད། ཡང་སོ་སོ་ལ་ལོངས་  
སྟོད་མེད་པ་དང་ཡང་ཁ་གས་ཀྱིས་གང་ཟག་དེ་ལ་སྟེར་དུ་མི་

བྱང་བ་དེ་འདྲ་ཡང་མ་སྐྱང་པ་ཡིན་ན་ཉེས་པ་མེད། གལ་སྲིད་  
དངོས་པོ་དེ་བྱིན་པ་ཡིན་ན་གང་ཟག་དེ་ལ་དགའ་ངལ་འཕྲད་  
རྒྱ་དང་སོ་སོ་རང་ཉིད་ལའང་དགའ་ངལ་ཆེན་པོ་འཕྲད་རྒྱ་དེ་  
འདྲའི་ཉེན་ཁ་ཡོད་ན་ཡང་མ་བྱིན་ནའང་འགྲིག་གི་ཡོད།

**བདུན་པ།** གནས་འཆའ་བ་དང་། བརྒྱད་པ། རྫོང་མཐུན་  
བར་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱི་དོན་བྱེད་པ། དགུ་པ་ཡང་དག་པར་  
ལྷགས་པ་རྣམས་ཀྱི་དོན་བྱེད་པ། བཅུ་པ་ལོག་པར་ལྷགས་  
པ་རྣམས་ཀྱི་དོན་བྱེད་པ། བཅུ་གཅིག་པ་རྩུ་འཕྱུལ་གྱིས་  
འདུལ་དགོས་པ་རྣམས་ཀྱི་དོན་བྱེད་པ་ཞེས་སོགས་མདོར་  
ན་སྐབས་འདི་ལ་དོན་བྱ་བ་བཅུ་གཅིག་གི་སྟོན་ནས་སེལ་ས་  
ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་པའི་རྒྱུ་ཞིམས་དེ་སེལ་ས་ཅན་དོན་བྱེད་  
ཀྱི་རྒྱུ་ཞིམས་སོ། །མདོར་ན་བྱུང་རྒྱུ་སེལ་ས་དཔའ་ཞེས་  
པ་ཁོ་རང་གི་ལས་སུ་བྱ་བ་གཅིག་མ་གཏོགས་མེད། གང་ཞེ་  
ན། སེལ་ས་ཅན་གྱི་དོན་བསྐྱབ་རྒྱ། དེར་བརྟེན་སེལ་ས་ཅན་གྱི་  
དོན་བསྐྱབ་རྒྱ་ཞེས་པ་སྐབས་འདི་ལ་སེལ་ས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་  
རྒྱུ་ཞིམས་སུ་བྱུང།

གོང་དུ་རྒྱུ་ཞིམས་རྣམས་པ་གསུམ་སྟེ་མདོར་བསྐྱབ་  
ཉེ་ལྷུས་ན་མི་དགོ་བ་བཅུ་ལ་སོགས་པ་རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་  
མ་ཐོ་བ་སྦྱིར་གཙོ་བོ་སྟོང་པའི་ཆ་ནས་བཞག་པ་དེ་ཉེས་སྟོད་  
སྟོམ་པའི་རྒྱུ་ཞིམས། པར་བྱིན་དྲུག་ལ་སོགས་པའི་དགོ་  
པའི་ཚོས་གཙོ་བོར་སྐྱབ་པའི་སྟོན་ནས་བཞག་པའི་རྒྱུ་ཞིམས་  
དེ་དགོ་བ་ཚོས་སྤྱད་ཀྱི་རྒྱུ་ཞིམས། སེལ་ས་ཅན་གྱི་དོན་  
བྱེད་རྒྱ་གཙོ་བོར་བྱས་དེའི་ཆ་ནས་རྣམ་པར་གཞག་པའི་རྒྱུ་  
ཞིམས་དེ་སེལ་ས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་ཞིམས། དེར་བརྟེན་  
འདིར་གཙོ་བོ་བྱེད་ལས་ཀྱི་སྟོན་ནས་རྒྱུ་ཞིམས་རྣམ་པ་  
གསུམ་པར་དབྱེ་བ་བྱེ་གནང་བ་རེད་མ་གཏོགས་བྱུང་སེལ་ས་  
ཀྱི་སྟོམ་པའི་དོ་བོའི་སྟོན་ནས་འགལ་བ་མེད། དེ་ལྟ་བུའི་རྒྱུ་

ཁྲིམས་ལྟུང་པ་གསུམ་པོ་འདི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་རྒྱ་ཡི་ཐེག་པ་  
རྒྱ་མར་ཕྱིན་ཐེག་པའི་གནས་སྐབས་ལ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་  
པ་ཙམ་དུ་མ་ཟད་འབྲས་བུ་གསང་སྤྲུགས་དོ་རྗེ་ཐེག་པའི་  
གནས་སྐབས་ལའང་ཚུལ་ཁྲིམས་ལྟུང་པ་གསུམ་པོ་དེ་གལ་  
ཆེན་པོ་ཡིན་པ་དང་དེ་ལ་བསྐྱབ་གསུངས། དཔེར་ན། རྒྱུད་  
དོ་རྗེ་ཅེ་མོ་ལ་སོགས་པ་ལས། ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ཞི་བསྐྱབ་པ་  
དང་། །དགོ་བའི་ཚོས་ཞི་སྤྱད་པ་དང་། །སེམས་ཙན་དོན་  
བྱེད་ཚུལ་ཁྲིམས་གསུམ། །བདག་གིས་བརྟན་པོར་གཟུང་  
བར་བཞི། །སོ་སོར་བརྟན་པོར་བདག་གིས་གཟུང་། །ཞེས་  
ནམ་རྒྱུན་གསང་སྤྲུགས་རྒྱུད་སྤེ་བཞི་གསུངས་པའི་ཁ་སྤྲུག་  
ལ་རྒྱུད་སྤེ་འོག་མ་གསུམ་པོ་དེ་ལ་སྤྲུགས་ཀྱི་སྤོམ་པ་ཞེས་པ་  
དམིགས་བསལ་གཟུང་རྒྱ་མེད། གཙོ་བོ་སྤེ་སྤོམ་པ་དེ་སོ་མར་  
ཀྱི་སྤོམ་པ་ཡོད་ན་དེའི་སྤེད་དུ་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་སྤོམ་  
པ་གཟུང་རྒྱ་མ་གཏོགས་དམིགས་བསལ་སྤྲུགས་ཀྱི་སྤོམ་པ་  
ཞེས་པ་གཟུང་རྒྱ་མེད། ལམ་འགྲོར་རྒྱ་ན་མེད་པའི་སྐབས་  
གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་སྤོམ་པ་ཞེས་གཟུང་རྒྱ་ཡོད། དེར་བརྟེན་  
གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་རྒྱུད་སྤེ་འོག་མ་གསུམ་པོ་དེ་ལ་གཙོ་བོ་  
བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་སྤོམ་པ་ཆགས་ཡོད། ཡིན་ནའང་དེ་  
ལ་རང་རེའི་ཚོས་བརྒྱུད་ཁག་གིས་བཞེད་ཚུལ་མི་འབྲ་ཏོག་  
ཙམ་འོང་བཞིན་འདུག ཡིན་ནའང་པལ་ཆེར་དགོ་ལྡན་པ་དང་  
བཀའ་བརྒྱུད་དེའི་ནང་ནས་ཡ་རྒྱལ་དབང་བརྒྱུད་པ་ཡ་ཀམ་པ་  
མི་བསྐྱོད་དོ་རྗེ་དང་དེའི་སྤོམ་པ་རྗེ་ཀམ་ཕྱིན་ལས་པ་ཆེན་པོ་  
གཉིས་པའི་ཀམ་ཕྱིན་རྟེན་དགོངས་པ་ལྟར་བྱས་ན་པལ་ཆེར་  
གཙོ་བོ་སྤེ་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་སྤོམ་པ་དེ་ལ་གཏོགས་  
གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་སྤོམ་པ་རྒྱུད་སྤེ་འོག་མ་གསུམ་པོ་དེ་པལ་  
ཆེར་མེད་པ་ལྟ་བུ་བཞེད་ཀྱི་འདུག་བསམ། དེའི་རྒྱ་མཚན་ལ་  
བརྟེན་ནས་མདོར་ན་རྒྱུལ་ཁྲིམས་ལྟུང་པ་གསུམ་པོ་དེ་འབྲས་

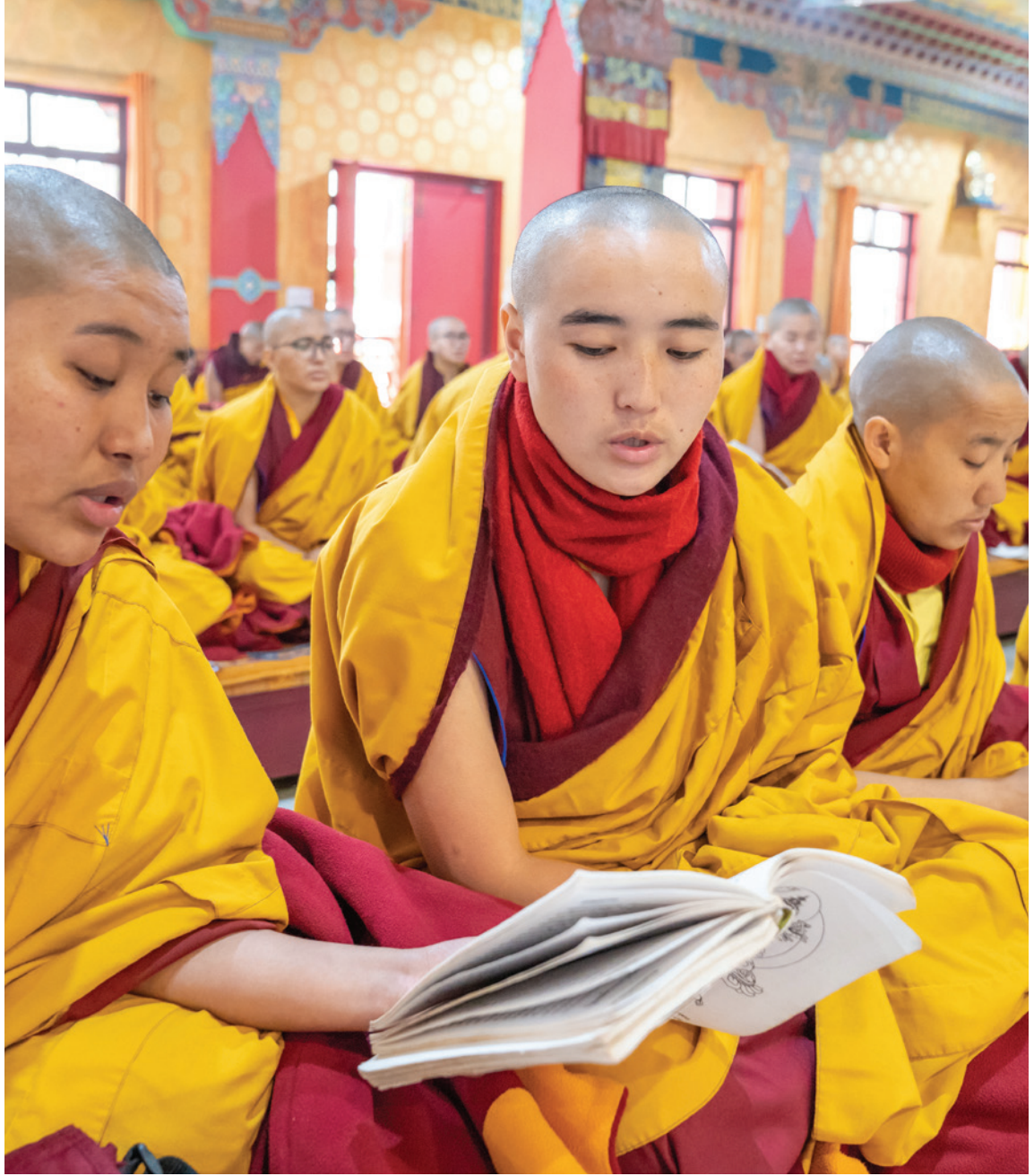
བུ་གསང་སྤྲུགས་དོ་རྗེ་ཐེག་པའི་གནས་སྐབས་ལའང་  
ཉམས་ལེན་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད། དེས་རྒྱུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་  
བསྐྱབ་པ་གསུངས་སོ། །

**གཉིས་པ།** ཉིང་འཛིན་གྱི་བསྐྱབ་པ་ཞེས་དམིགས་པ་  
ལས་གཞན་དུ་མ་གཤེད་བའི་སེམས་ཅེ་གཅིག་པའི་སེམས་  
པ་དེ་ལ་ཉིང་འཛིན། སྐབས་འདིར་གཙོ་བོ་སྤེ་རྒྱུལ་ཁྲིམས་  
དང་ཉིང་འཛིན་གཉིས་རབ་གཙོ་བོ་སྤེ་སེམས་བྱང་ཞིག་ཏུ་  
བཞག་དགོས། དེར་བརྟེན་རྒྱུལ་ཁྲིམས་དེའང་གོང་དུ་སེམས་  
བྱང་ཞིག་ཏུ་བཞག །སྤོང་བའི་སེམས་པ་ཞིག་ལ། སྐབས་  
འདི་ལ་ཉིང་འཛིན་དེའང་སེམས་བྱང་གི་སེམས་པ་ཞིག་ཏུ་  
བཞག་དགོས། མདོར་ན་ཡུན་རིང་སྤང་གང་ཡིན་ནའང་ཡུན་  
རིང་སྤང་ལ་ཁྱད་པར་མེད། ཡུན་རིང་སྤང་ལ་ཁྱད་པར་མེད་པ་  
དགོ་བའི་དམིགས་པ་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་གནས་སུབ་པ་ཙམ་ཞིག་  
གིས་བསམ་གཏན་དང་ཉིང་འཛིན་རེད་ཅེས་ལབ་ཚོག། །ཡུལ་  
དེས་ལྷ་ཡི་ནང་དུ་ཉིང་འཛིན་ཡོད། དེར་བརྟེན་སྤྱིར་བཏང་  
གི་བསམ་གཏན་དང་གཟུགས་མེད་ཀྱིས་བསྐྱབ་པའི་ཉིང་འཛིན་  
དེ་སྤེ་རྒྱུ་རྒྱ་དཀའ་ལས་ཁག་སོ་ཆགས་ཡོད། ཡིན་ནའང་  
འདོད་སེམས་ཅེ་གཅིག་པ་ཞེས་པ་དེ་སྤེ་སྤུབ་མིན་བལྟ་རྒྱུ་  
ཞིག་ཡོད། གང་ཞེ་ན། འདོད་སེམས་ཅེ་གཅིག་པ་ཞེས་གཙོ་  
བོ་སྤེ་དམིགས་པ་ལ་གང་འདོད་འདོད་དུ་མཉམ་པར་བཞག་  
ཏུས་པ་གང་ཞིག་ཅིག་ལ་འིན་སྤངས་ཀྱི་བདེ་བ་མ་ཐོབ་པ་  
ཞིག་ལ་འདོད་སེམས་ཅེ་གཅིག་པ་ཞེས་གསུངས། གང་འདོད་  
འདོད་ཅེས་པ་དཔེར་ན་ད་ལྟ་དམིགས་པ་ལ་ཡུན་སྤང་དུ་ཞིག་  
ལ་གནས་སུབ་པ་ཙམ་ཞིག་གིས་མི་འགྲིག་པ། སོ་སོས་གང་  
འདོད་འདོད་དཔེར་ན་རྒྱ་ཚོད་གཅིག་ལའང་དམིགས་པ་ལ་ཅེ་  
གཅིག་ཏུ་གནས་སུབ་དགོས་བསམ་སྤེ་གནས་སུབ་པ་ཞིག་  
སོ་སོས་གནས་དགོས་བསམ་པ་ནང་བཞིན་གནས་སུབ་པ་



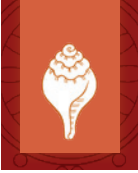
དང་དེ་བཞིན་རྒྱ་ཚོད་གསུམ་ལ་གནས་དགོས་བསམ་ནའང་  
 གནས་སྐབས་ལ། ཉི་མ་གཅིག་ལ་གནས་དགོས་བསམ་ནའང་  
 གནས་སྐབས་རྒྱ་དེ་ལྟ་བུ་སོ་སོའི་དམིགས་པ་དེ་སོ་སོས་གང་  
 འདོད་འདོད་ཡུན་རིང་སྤང་གང་འདོད་འདོད་སོ་སོས་མཉམ་  
 བར་བཞག་སྐབས་པ་རྒྱུར་བ་ཡིན་ན་འདོད་སེམས་ཅེ་གཅིག་པ་  
 ཞེས་པ་འབྱུང་། འདོད་སེམས་ཅེ་གཅིག་པ་ཐོབ་པའི་རྗེས་སུ་  
 ཤིན་སྤངས་ཀྱི་བདེ་བ་ཐོབ་པ་ཡིན་ན་གཞི་ནས་ཞི་གནས་  
 ཞེས་པ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། ཞི་གནས་ཆགས་སོང་ན་ཤིན་སྤངས་  
 ཀྱི་བདེ་བ་ཐོབ་ཚར་བའི་རྗེས་སུ་ཁམས་གོང་མའི་ཤེས་པ་  
 ཆགས་དེ་ནི་ཁམས་གོང་མས་བསྐྱེད་པའི་ཤེས་པ་ཆགས།  
 དེར་བརྟེན་དེ་ནི་གནས་ཆགས། འདོད་སེམས་ཅེ་གཅིག་པ་  
 བསྐྱེད་རྒྱ་དེ་ཉོག་ཅམ་ང་ཚོ་ལ་རེ་བ་ཡོད། འདོད་སེམས་ཅེ་  
 གཅིག་པ་ལས་ཞི་གནས་བསྐྱེད་རྒྱ་ཉོག་ཅམ་དཀའ། གང་  
 ཞེ་ན། ཉམ་རྒྱུན་ང་ཚོས་ཞི་གནས་སྐྱབ་ཅེས་སེམས་གནས་  
 དགུ་ལ་ཞི་གནས་ཀྱི་མ་སྤྲད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཀྱང་ཞི་གནས་ངོ་  
 མ་དེ་ཤིན་སྤངས་ཀྱི་བདེ་བ་ཐོབ་པ་ཞིག་ལ་བཞག་དགོས།  
 སེམས་གནས་དགུ་ལ་ཞི་གནས་ཉམ་རྒྱུན་མ་སྤྲད་སྤྲུང་བ་དེ་  
 འདྲ་འབྱུང་བཞིན་ཡོད་ཀྱང་ཞི་གནས་ངོ་མ་དེ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་  
 དམ། དེར་བརྟེན་འདོད་སེམས་ཅེ་གཅིག་པ་ཞིག་བསྐྱེད་རྒྱུར་  
 ང་ཚོས་འབད་བཙོན་བྱེད་རྒྱ་ཡོད། ང་ཚོས་བྱུང་བར་གང་བྱེ་  
 དགོས་ཞེ་ན་ཉིང་འཛིན་དང་ཞི་གནས་ཀྱི་བྱུང་བར་ཤེས་  
 དགོས། ཉིང་འཛིན་ཞེས་པ་གོང་དུ་ཞུས་པ་ལྟར་དམིགས་  
 པ་ལས་གཞན་དུ་མ་གཡོང་བ་སེམས་ཅེ་གཅིག་ཏུ་གཏང་བའི་  
 སེམས་པ་ཞིག་ལ་ཉིང་འཛིན། ཡུན་རིང་སྤང་བར་མེད།  
 མདོར་ན་དགོ་བའི་དམིགས་པ་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་གནས་པ་  
 སྐབས་པ་ཅམ་ཞིག་གིས་འགྲིག་དེ་ལས་སྤྲ། ཡིན་ནའང་འདོད་  
 སེམས་ཅེ་གཅིག་པ་ཞེས་པ་དེ་ལས་དཀའ། གང་ཞེ་ན། དེ་

ག་ཅམ་གནས་སྐབས་པ་ཅམ་ཞིག་གིས་མི་པམ། ཡུན་སྤང་བ་  
 ཞིག་ལ་དཔེར་ན་སྐར་མ་ཁ་ལས་དང་སྐར་ཆ་ཁ་ལས་གནས་  
 སྐབས་ཅམ་ཞིག་གིས་མི་པམ། སོ་སོས་རྗེ་ཅམ་གནས་འདོད་  
 པ་དེ་ཅམ་གྱིས་གནས་སྐབས་པ་ཞིག་དགོས། དེ་གནས་སྐབས་  
 སོང་ན་འདོད་སེམས་ཅེ་གཅིག་པ་ཆགས། ཞི་གནས་ཞེས་  
 པ་དེ་ལས་ལྟག་པ་ཞིག་སྟེ་དམིགས་པ་གང་འདོད་འདོད་དུ་  
 མཉམ་པར་བཞག་ཏུས་པ་དེའི་སྟེང་དུ་ལུས་སེམས་ལ་ཤིན་  
 སྤངས་ཀྱི་བདེ་བ་ཐོབ་པ། བདེ་བ་དམིགས་བསམ་ཞིག་སྟེ་  
 རྒྱ་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཤིན་སྤངས་ཀྱི་བདེ་བ་དམིགས་བསམ་  
 ལུས་ཤིང་བལ་ལྟར་ཡང་བ་ཞེས་བདེ་བ་དམིགས་བསམ་  
 ཞིག་སྟེ་རྒྱ་ཡོད། མཉམ་མེད་ཚོས་རྒྱལ་དུགས་པོ་ལྟ་རྗེ་ལ་  
 གསུང་རྒྱ་ཞིག་ཡོད། དུགས་པོ་རེན་པོ་ཆེ་ལ་ཤིན་སྤངས་ཀྱི་  
 བདེ་བ་བསྐྱེད་དེ་ཉིན་མང་པོ་ལ་ཟས་མཚོད་མི་དགོས་པ་དང་  
 དེ་བཞིན་དབུགས་འབྲིན་རྒྱུ་དེ་དག་ཀྱང་དེ་ཅམ་བྱེད་མི་  
 དགོས་པ་དེ་འདྲའི་ཚོར་སྣང་བྱུང་གསུངས། དེ་པལ་ཆེར་ཤིན་  
 སྤངས་ཀྱི་བདེ་བ་ཐོབ་པའི་རྟོགས་ཤིག་མིན་ནམ། དེ་ལྟ་བུའི་  
 ཉིང་འཛིན་དེ་ལ་བྱེད་ལས་ཀྱི་སྟོན་པ་དབྱེ་བ་བྱེ་ན་ནམ་  
 པ་གསུམ། དང་པོ། ལུས་སེམས་བདེ་བར་གནས་པ་བྱེད་  
 པའི་ཉིང་འཛིན། གཉིས་པ། ཡོན་ཏན་སྐྱབ་པའི་ཉིང་འཛིན།  
 གསུམ་པ། སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ཉིང་འཛིན་  
 ཉམ་བསམ་གཏན། དང་པོ་ལུས་སེམས་བདེ་བར་གནས་པའི་  
 ཉིང་འཛིན་ཉམ་བསམ་གཏན་དེ་གང་ཞེ་ན། ལུས་སེམས་  
 ཤིན་སྤངས་ཀྱི་བདེ་བས་ཟེན་པའི་བསམ་གཏན་དེ་གཙོ་མོ་  
 ཞི་གནས་ལ་གསུངས། བསམ་གཏན་ཁམས་གོང་མའི་དབང་  
 དུ་བྱས་ན་བསམ་གཏན་ཀྱི་ཉེར་བརྟོགས་སུ་གྱུར། གཉིས་པ།  
 ཡོན་ཏན་སྐྱབ་པ་ཞེས་མདོན་ཤེས་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་བསམ་  
 གཏན་ཞིག་ལ་གོ། མདོན་ཤེས་ཉེ་བསམ་གཏན་ཀྱི་དངོས་



གཞི་བརྟེན་ན་མ་གཏོགས་བསམ་གཏན་གྱི་ཉེར་བསྐྱོགས་  
 ལ་བརྟེན་ནས་མི་སྐྱེས། བསམ་གཏན་གྱི་ཉེར་བསྐྱོགས་ཐོབ་  
 པའི་སྐྱེང་དུ་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་ཐོབ་པ་ཞིག་དགོས།  
 བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་ཐོབ་སོང་ན་གཞི་ནས་ལྟ་ཡི་  
 མངོན་ཤེས་ལ་སོགས་པ་བསྐྱབ་རྒྱ་ཡོད། གསུམ་པ། སེམས་  
 ཅན་དོན་བྱེད་གྱི་བསམ་གཏན་ཞེས་པ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་  
 བྱེད་པའི་བསམ་གཏན། དཔེར་ན་ལྷ་མ་དང་དཀོན་མཆོག་  
 ལ་དད་པ་ཅེ་གཅིག་པ་ཡོད་པ་དང་ལས་འབྲས་ལས་ལ་ཡིད་

ཆེས་ཅེ་གཅིག་ཡོད་པ་དང་། གསུང་རབ་གྱི་དོན་དུ་སེམས་  
 ཅེ་གཅིག་པའི་སྐོ་ནས་འདི་དང་འདིའི་སྐྱེས་པའི་བརྟེན་དབྱེད་  
 བྱེད་རྒྱ་དང་གོ་བ་ལོན་རྒྱ་དང་། དེ་བཞིན་སྐྱོང་ཉེད་དང་  
 ལྟ་སྐྱེས་སེམས་ཅེ་གཅིག་པའི་སྐོ་ནས་བསྐོམ་པ་ལ་སོགས་  
 པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་བསམ་གཏན་གྱི་སྤྱོད་གཏོགས་ལྟ་  
 བུ་ཆགས། ད་ལྟ་ང་ཚོ་ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་ངོ་མ་སྐྱེ་  
 རྒྱ་དཀའ་བའམ་ད་ལྟ་སྐྱེས་མེད། དེར་བརྟེན་སྐྱེས་མེད་པའི་  
 དབང་དུ་བཏང་ནས་དེ་དང་རྗེས་མཐུན་པ་གང་ཡོད་ཅེ་ན། ང་



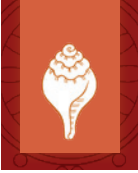
ཚོམ་སེམས་དག་བའི་དམིགས་པ་ལས་གཞན་དུ་མ་གཡོང་  
 བ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་གཏང་སྟབས་བྱུང་བ་ཡིན་ན་དེ་ནི་ཞི་གནས་  
 གྱི་རྗེས་མཐུན་པ་དང་ཞི་གནས་གྱི་སྟོབས་སུ་གཏོགས་པ་  
 ལྟར། དེ་བཞིན་གསུང་རབ་གྱི་ཚིག་དོན་ལ་ཡང་དག་པར་  
 དཔྱད་པའི་ཤེས་རབ་སྐྱེས་སོང་ན་ལྷག་མཐོང་གི་སྟོབས་  
 གཏོགས་ཆགས་ཡོད། ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་ཞེས་པ་  
 ཅས་རྒྱུན་ཞི་གནས་གཙོ་བོ་འཛོག་སྒོམ་དང་ལྷག་མཐོང་  
 དབྱེད་སྒོམ། དེ་ལ་འདྲ་རང་རེ་བོད་གྱི་བྱུང་མཐའ་སྐྱེ་བ་ཚོའི་  
 བཞེད་ཚུལ་ཏོག་ཅམ་མི་འདྲ། གང་ལྟར་ཡང་སྤྱི་ཡོངས་གྱི་  
 ཆ་ནས་ནས་རྒྱུན་ཞི་གནས་ཞེས་པ་འཛོག་སྒོམ་དང་ལྷག་  
 མཐོང་ཞེས་དབྱེད་སྒོམ་དུ་བཞག་སྟེ། ཡིན་ནའང་ཕྱག་རྒྱུགས་  
 གྱི་སྐབས་སུ་ལྷག་མཐོང་ཡིན་ནའང་འཛོག་སྒོམ་དེ་འདྲ་འབྱུང་  
 ཡང་གནས་ཚུལ་ཁག་ཁག་རེད། མདོར་ན་ཞི་གནས་དང་  
 ལྷག་མཐོང་ཞེས་པ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། དཔེར་ན། རང་རེའི་ནང་  
 བ་ཞིག་ལ་གཤམ་གསལ་བཅོས་གཏང་བ་ཡིན་ན། གཤམ་གསལ་  
 བཅོས་བྱེད་མིའི་སྒྲན་པ་དེ་གལ་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ལག་པ་བརྟན་  
 སོ་ཞིག་དགོས་མ་གཏོགས་ལག་པ་འདྲར་འདྲར་སིག་སིག་  
 དང་དངངས་སྐྱབས་ལང་ན་གཤམ་གསལ་བཅོས་སྐབས་གཏུབ་མི་  
 དགོས་པ་ས་ལ་གཏུབས། ཅུ་བཅད་མི་དགོས་པའི་ས་ལ་ཅུ་  
 བཅད། དེ་ལྟ་བུ་བྱས་ན་ཉེན་ཁ་ཉ་ཅང་ཆེ། ལག་པ་ཉ་ཅང་  
 བརྟན་སོ་དགོས་རྒྱ་གལ་ཆེ། དེར་བརྟེན་ཞི་གནས་དེའང་  
 དེ་དང་གཅིག་པ་ཆགས་ཡོད་ཞི་གནས་དེ་སེམས་བརྟན་སོ་  
 ཞིག་དགོས། དམིགས་པ་བརྟན་སོ། གཤམ་གསལ་བཅོས་བྱེད་  
 མིའི་སྒྲན་པ་ལག་པ་བརྟན་སོ་དགོས་པ་ནང་བཞིན་ང་ཚོའི་  
 ཞི་གནས་དེ་ལ་སེམས་བརྟན་སོ་དམིགས་པ་བརྟན་སོ་ཞིག་  
 དགོས། དེ་ནས་གཉིས་པ་ཉི་གཤམ་གསལ་བཅོས་བྱེད་དུས་ཅ་  
 ཅ་སྒྲན་པ་དེ་ལག་པ་བརྟན་སོ་ཡོད་པ་ཅམ་གྱིས་མི་མན་པར་

གྱི་རྟོན་སོ་ཞིག་དགོས། གྱི་རྟོན་སོ་མེད་ན་ལུ་ཚུགས་བྱས་  
 ལུགས་བརྒྱབ་ན་གཏུབ་མི་དགོས་ས་ལ་གཏུབ་རྒྱུའི་ཉེན་  
 ཆེ། དེར་བརྟེན་ལག་པ་བརྟན་སོ་འཛོག་ཏུ་གྱི་རྟོན་སོ་ཞིག་  
 དགོས་པ་རི་བཞིན་ལྷག་མཐོང་དེ་གྱི་རྟོན་སོ་ལྟ་བུ་དང་གང་  
 ཡིན་ཡང་དབྱུང་སྟབས་པ་གནས་སུགས་གྱི་དོན་མཁོ་དཀའ་  
 ལས་ཁག་སོ་རི་འདྲ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་སྟབས་སྟབས་མཁུན་དང་མེ་  
 ཚོམ་གྱི་དྲ་བ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་དེ་གཙོ་བོ་སྟབས་མཁུན་  
 དེ་ལྟ་བུའི་ཤེས་རབ་རྟོན་སོ་ཞིག་དགོས་དེ་ནི་ལྷག་མཐོང་།  
 བོད་དུ་དག་བའི་དམིགས་པ་ཞེས་མང་སོ་ཞུས། དག་བའི་  
 དམིགས་པ་ཞེས་མི་དག་བའི་དམིགས་པ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་གཏང་  
 པའི་སྐོ་དེ་ཉིང་རེ་འཛིན་རེད་དམ་ཞེ་ན། སྤྱིར་བཏང་གི་ཉིང་  
 རེ་འཛིན་ཡིན་ནའང་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་མིང་མི་ཐོབ། དཔེར་ན་  
 ཤེས་རབ་ཉོན་མོངས་ཅན་དེ་དག་ལ་ཤེས་རབ་ཅན་པ་ཡིན་ཅ་  
 བ་ཤེས་རབ་ཀྱི་མིང་མི་ཐོབ། དེ་བཞིན་མི་དག་བར་དམིགས་  
 པ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་གཏང་པའི་སྐོ་དེ་སྤྱིར་བཏང་དོན་གྱི་ཆ་ནས་  
 ཉིང་རེ་འཛིན་ལྟ་བུ་ཡུར་ཀྱང་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་མིང་མི་ཐོབ།  
 རྒྱུན་དུ་ང་ཚོས་ཕྱག་རྒྱུ་ཆེན་སོའི་ཞི་གནས་བསྐྱོམ་པའི་  
 སྐབས་དང་པོའི་དང་པོ་ཞི་གནས་སྤྱང་འོང་དུས་ཅ་ན་ཤིང་བུ་  
 དང་རྟེན་ལ་དམིགས་ཉེ་ཞི་གནས་བསྐྱོམ་རྒྱ་ཞིག་ཡོད། དེའི་  
 ཤིང་བུ་དང་རྟེན་དག་བའང་མ་རེད་ལ་མི་དག་བའང་མ་  
 རེད། སྤང་མ་བསྟན་དུ་སྤྱང། གཙོ་བོ་སྟེ་དམིགས་པ་དག་  
 བ་ལ་དམིགས་པ་མ་རེད་དེ་ཡིན་ནའང་ཞི་གནས་སྐྱབ་པའི་  
 ཐབས་ཁྱད་པར་ཅན་ནས་ཞི་གནས་བསྐྱབ་རྒྱུའི་ཐབས་ཤེས་  
 བྱེད་གྱི་ཡོད་སྐབས་དེ་དང་ཡང་མི་དག་བ་ལ་དམིགས་པ་  
 གཏང་པ་དེ་ཁྱད་པར་ཆེན་སོ་ཡོད། དེ་གཉིས་ཀ་དག་བ་མིན་  
 པ་གཅིག་མཚུངས་རེད་དེ་ཡིན་ནའང་གཅིག་སྟེ་ཞི་ནས་ཨེ་  
 འབྲུབ་བལྟ་ནས་སྤོང་བརྟེན་བཞིན་ཡོད། གཅིག་མི་དག་

བ་དེ་མི་དགོ་བ་ལ་དམིགས་པ་རང་ཡིན་མ་གཏོགས་གཞན་  
དེ་ལ་དགོས་པ་ཁྱད་པར་གང་ཡང་མེད། དེའི་རྒྱ་མཚན་ལ་  
བརྟེན་ནས་དེའི་ཁྱད་པར་ཞིག་འབྱུང་བཞིན་ཡོད།

བསྐྱབ་པ་གསུམ་པ་དེ་ལེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ། ལེས་  
རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་དེ་ལ་ལེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པའི་ངོ་བོ་གཙོ་བོ་  
དེ་བརྟེན་པའི་དངོས་པོ་ལ་ཚོས་རབ་ཏུ་འབྱེད་པའི་ལེས་རབ།  
སྒྲོ་བརྟགས་པའི་དངོས་པོ་འཕམ་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་མ་  
ཡིན་པ་སྒྲོ་བརྟགས་པའི་དངོས་པོ་དེ་ལ་སྒྲོ་བརྟགས་པ་ཅན་  
ཏུ་མ་བཞག་པར་དེ་ལ་དངོས་ཡོད་བརྟག་དབྱེད་བྱས་ཏེ་འདི་  
རེད་ཅེས་རྒྱན་ཏུ་ང་ཚོས་ཀ་བ་བྱས་པ་ཞེས་འདི་ཀ་བ་དང་  
འདི་བྱས་པ་རེད་ཅེས་མིང་བརྟགས་པ་མ་གཏོགས་དེ་ཀ་བ་  
བྱས་པ་ཡིན་པའི་རྩད་གཅོད་གཏོང་བཞིན་མེད། ཡིན་ནའང་  
ལེས་རབ་ཁྱད་པར་ཅན་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་ཀ་བ་རེད་འདུག་  
དང་མི་འདུག་བརྟག་དབྱེད་བྱས་ཏེ་བརྟག་པའི་དངོས་པོ་ལ་  
རྣམ་པར་འབྱེད་དེ་དེ་ལྟ་བུའི་བསམ་པ་ཞིག་ལ་ལེས་རབ་ཏུ་  
བཞག་དགོས། ལེས་རབ་དེ་ལ་འབྲེད་ལས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་  
ན་རྣམ་པ་གསུམ། རོན་དམ་རྟོགས་པའི་ལེས་རབ། ཀྱུན་  
རྫོབ་རྟོགས་པའི་ལེས་རབ། སེམས་ཅན་རོན་བྱེད་ཀྱི་ལེས་  
རབ། རོན་དམ་རྟོགས་པའི་ལེས་རབ་ཅེས་པ་བདག་མེད་མ་  
མོ་རོན་སྤྱིའི་སྒྲོ་ནས་རྟོགས་པའཕམ་མངོན་སུམ་ཏུ་རྟོགས་པ་དེ་  
ལྟ་བུའི་བདག་མེད་མ་མོ་འཕམ་ཐལ་འགྲུང་བ་ཡན་ཆད་ཀྱི་སྣང་  
ཉིད་བཤད་ན་འགྲིག་གི་མེད་དམ་གང་ལྟར་སྣང་ཉིད་རྟོགས་  
པའི་ལེས་རབ་དེ་འདྲ་ཞིག་ལ་གོ་དགོས། བདག་མེད་རགས་  
པ་རྟོགས་པ་ཡང་དེའི་ཕྱོགས་སུ་གཏོགས་པ་ལྟ་བུ་གྲུང་།  
མདོར་ན་ལེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཙོ་བོ་སྟེ་  
བདག་མེད་རྟོགས་ལེས་རབ་སྣང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ལེས་རབ་  
དེ་ཆགས་ཡོད། ཀྱུན་རྫོབ་རྟོགས་པའི་ལེས་རབ་ཅེས་པ་བཟོ་

དང་གསོ་བ་རིག་པ་དང་སྐྱ་དང་ཚད་མ་རིག་པ་དང་ནང་  
དོན་རིག་པ་ལ་སོགས་པ་ལེས་བྱ་རིག་པའི་གནས་ལྗེ་དེ་དག་  
ལ་མཁས་པའི་ལེས་རབ་དང་དེ་མིན་རིག་གནས་བཙོ་བརྒྱད་  
ལ་སོགས་པ་མདོར་ན་ལེས་བྱ་རིག་པའི་གནས་ཐམས་ཅད་  
ལ་མཁས་པའི་ལེས་རབ་ཐམས་ཅད་དེའི་ཁྱོད་སུ་བསྟུ། ཁ་  
སང་ལུས་པ་ལྟར་མདོ་སྟེ་རྒྱན་ལས། རིག་པའི་གནས་ལྗེ་ལ་  
དག་བཙོན་པར་མ་བྱས་ན། །འབའགས་མཚོག་གིས་ཀྱང་  
ཐམས་ཅད་མཁྱེན་ཉིད་མི་འགྲུང་ཏེ། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་།  
དེ་བཞིན་ས་སྟེ་ལཱའི་ནང་གི་བྱང་སའི་སྐབས་སུ་ཚོས་རབ་ཏུ་  
རྣམ་པར་འབྱེད་པ་གང་ཡིན་པ་རིག་པའི་གནས་ལྗེ་པོ་ནང་  
རིག་པ། གཏན་ཚིགས་རིག་པ། གསོ་བ་རིག་པ། སྐྱ་རིག་པ།  
བཟོ་དང་ལས་ཀྱི་གནས་ཀྱི་རིག་པ་ལ་དམིགས་པར་འཇུག་  
པ་དེ་ནི་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་ལེས་རབ་ཀྱི་ངོ་  
བོ་ཉིད་ཡིན་པ་རིག་པར་བྱའོ་གསུངས་པ་དེའི་དོན་གཅིག་པ་  
ལྟ་བུ་དང་། བྱི་རོལ་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་ནའང་རིག་གནས་  
དང་པོ་ལེས་ཅ་ན་བསྐྱབ་པ་དེ་འོང་གི་ཡོད། རང་རིག་པ་ལ་  
དང་པ་བྱས་ཏེ་མ་བསྐྱབས་པ་ཡིན་ནའང་ཞིབ་འཇུག་བྱས་  
ཏེ། དཔེར་ན་དེང་སང་སྒོལ་བྱ་ཆེན་མོའི་ནང་གི་འབྲམ་རམས་  
པ་དེ་དག་གིས་སོ་སོ་ནང་པ་ལ་དད་པ་ཡོད་མིན་ལམ་ལྟོས་  
པར་ནང་པའི་གཞུང་ལུགས་དེ་རིགས་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་མི་  
དེ་ལྟར་འབྱུང་བཞིན་ཡོད། དེ་ལྟ་བུ་འབྱུང་སྲིད་ཡིན་ནའང་  
སྐབས་འདིའི་དེ་ལྟ་བུའི་ལེས་རབ་དེ་སྐབས་འདིའི་ལེས་རབ་  
ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ཆགས་ཀྱི་རེད་ཅེ་ན། ལེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པར་  
མི་འགྲུང། ལེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་མི་འགྲུང་བའི་རྒྱ་མཚན་  
ནི་སྐྱབས་འགོ་རྣམ་དག་དང་ཐར་པ་དོན་གཉེར་ཀྱི་སྒྲོས་ཟེན་  
པ་མེད། དེར་བརྟེན་སྒོལ་བྱ་ཆེན་མོའི་ནང་གི་འབྲམ་རམས་  
པ་དེ་དག་གིས་ཆང་མ་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་བཞིན་ཡོད། ལྷ་རོ་



ཚོས་བྱུག་ལྟ་བུ་རྩོམ་ཅི་ཆེན་པོར་བཙུ་དེ་དག་ཁོང་ཚོས་  
 དེ་ག་ཙམ་ཞིབ་འཇུག་གི་རང་བཞིན་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་ངོས་  
 འཛིན་བྱས་ཏེ་སློབ་སློང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེ་དག་ཤེས་རབ་ལྟ་  
 བུ་ཡིན་ཡང་སྐབས་འདིའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ཆགས་རྒྱ་  
 དཀའ། གང་ཞེ་ན། སྐབས་འདིའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ཞེས་  
 པ་ཁ་སང་ལྟས་པ་རི་བཞིན་སྐབས་འགོ་རྣམ་དག་གིས་ཟེན་  
 པ་ཞིག་དང་ཐར་པ་དོན་གཉེར་གྱི་སློབ་ཟེན་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་  
 དགོས། དེར་བརྟེན་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་མཚན་ཉིད་པ་རེད་  
 ཅེས་ལུ་དཀའ། སློང་བཏང་ང་ཚོས་རིག་གནས་ལ་སློང་རྒྱ་  
 དང་སྐད་ཡིག་སློང་རྒྱ་ལ་སོགས་པ་དེ་འདྲའི་ཤེས་བྱ་ཡོན་  
 ཏན་སློང་རྒྱ་དེ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པའི་ཐབས་སུ་རྒྱ་ལ་འགོ་  
 འཕམ་ཞེ་ན། སློང་བཏང་ཐབས་སུ་རྒྱ་ལ་འགོ་རྒྱ་སློང་བ་ཙམ་  
 ཞིག་གིས་ཐབས་སུ་རྒྱ་ལ་འགོ་སློང་རྒྱ་དཀའ། ཡིན་ནའང་དེ་  
 དག་ཐབས་ཅད་སྐབས་འགོ་རྣམ་དག་གིས་ཟེན་པ་འཕམ་དེས་  
 འབྲུང་མཚན་ཉིད་པས་ཟེན་པ་དང་དེ་བཞིན་སེམས་བསྐྱེད་  
 དང་བསྐྱོ་བས་ཅེས་ཟེན་པོར་ལྟོགས་བྱང་སངས་རྒྱས་ཐོབ་  
 པའི་རྒྱ་ལ་འགོ། དཔེར་ན། ང་ཚོས་མི་ཞིག་ལ་ཟས་ཁམ་གང་  
 འུམ་ན་དེ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པའི་རྒྱ་ལ་འགོ་འཕམ་ཞེ་ན། སློང་  
 བཏང་ཐབས་ཁམ་བུ་གང་འུམ་པ་ཙམ་ཞིག་གིས་སངས་རྒྱས་  
 ཐོབ་པའི་རྒྱ་ལ་མི་འགོ། དཔེར་ན་ང་ཚོས་ལུ་བྱ་ཞིག་ལ་  
 བག་ལེབ་ཁམ་བུ་གང་སློང་པ་ཡིན་ན་དེ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་  
 པའི་རྒྱ་ལ་འགོ་འཕམ་ཞེ་ན། བག་ལེབ་སློང་པ་ཙམ་ཞིག་གིས་  
 སངས་རྒྱས་ཐོབ་པའི་རྒྱ་ལ་མི་འགོ། དེ་ཙམ་དུ་མ་ཟད་དགོན་  
 རྩེ་སློང་ཐལ་མང་པོ་ཞིག་བཞེངས་པ་ཡིན་ནའང་དེ་ཐར་པ་  
 ཐོབ་པའི་རྒྱ་ལ་འགོ་འཕམ། སངས་རྒྱས་ཐོབ་པའི་རྒྱ་ལ་འགོ་  
 འཕམ་ཞེ་ན། པར་བལྟས་ན་དེ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པའི་རྒྱ་ལ་  
 ལོས་འགོ་བསམ་བསམ་འདུག་ཡིན་ནའང་དེ་དེས་པ་མེད།

དེས་པ་མེད་པ་དེ་གང་ཞེ་ན། རྩོགས་གཅིག་ནས་སོ་སོས་  
 སློན་པ་བྱས་པའི་སྐབས་ཀྱི་ཀུན་སློང་གང་འདྲ་ཞིག་འབྱེད་  
 ཡོད་པ། བསམ་སློབ་གང་འདྲ་ཞིག་བཏང་ཡོད་པ་དེ་ལ་རག་  
 ལས་ཡོད། དེ་ཙམ་དུ་མ་ཟད་ཡང་བྱང་ཆུབ་ཏུ་བསྐྱོ་བ་བྱས་  
 ཡོད་མེད་ལ་རག་ལས་ཡོད། བསྐྱོ་བ་བྱས་ཡོད་ན་སངས་  
 རྒྱས་ཐོབ་པའི་རྒྱ་ལ་འགོ། སླར་སོ་སོས་ལུ་བྱ་ཞིག་ལ་བག་  
 ལེབ་སློང་པའི་སྐབས་བསམ་པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཀུན་ནས་བསྐྱང་  
 རྩེ་བག་ལེབ་སློན་པ་ལེན་ནའང་ལྷིས་སུ་སོ་སོས་བསྐྱོ་  
 བ་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་སློན་པ་ངས་ཞེ་མི་ལ་བག་ལེབ་ཅིག་  
 འུམ་པ་ཡིན། བག་ལེབ་འུམ་པ་དེས་དགོ་བ་ཞིག་ཆགས་  
 ཡོད། བྱ་བ་བཟང་པོ་ཞིག་དང་བྱ་བ་བཟང་པོ་དེའང་སངས་  
 རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་འཛོལ་རྒྱའི་ཆེད་དུ་བསྐྱོ་བ་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་  
 ཞེས་བསྐྱོ་བ་བྱས་ན་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པའི་རྒྱ་ལ་འགོ། དེའི་  
 རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་སླང་པོ་གསུམ་པའི་མདོ་ལས།  
 ཟས་ཁམ་གཅིག་ཙམ་སྐྱེལ་བའི་དགོ་བའི་ཅ་བ་གང་ལགས་  
 པ་དང་ཞེས་དེའི་གནད་འགག་དེ་གསུངས། བསམ་པ་བྱང་  
 པར་ཅན་གྱིས་ཟེན་པའི་སློན་ནས་ཐོས་པ་དང་བསམ་པ་རི་ཙམ་  
 མང་བ་དེའི་ཚོད་གྱིས་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་གོང་འཕེལ་དུ་  
 འགོ། ང་ཚོས་སློབ་སློང་བྱེད་པའི་ཁ་ལྷན་ལ་དེ་ག་ཙམ་འདིག་  
 ཉེན་པ་རི་བཞིན་སློབ་སློང་ལེགས་པོ་བྱེད་ཟེར་བ་དེ་ཙམ་གྱིས་  
 མི་མན་བར་བསམ་པ་བྱང་པར་ཅན་གྱིས་ཟེན་པའི་སློན་ནས་  
 སློབ་སློང་བྱེད་དགོས། བསམ་པ་བྱང་པར་ཅན་གྱིས་ཟེན་  
 པའི་སློན་ནས་སློབ་སློང་བྱས་པ་ཡིན་ན་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་  
 གོང་འཕེལ་དུ་འགོ་བ་མ་གཏོགས་དེ་ག་ཙམ་སློབ་སློང་བྱས་  
 པ་ཙམ་ཞིག་དང་ཁོ་ཚོད་པ་ཡག་པོ་ཡོད་པ་ཙམ་ཞིག་དང་  
 དམ་བཅའ་ལ་བསྐྱེད་དེ་ལན་ཡག་པོ་བརྒྱབ་སྐྱབ་པ་ཙམ་ཞིག་  
 གིས་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་གོང་འཕེལ་དུ་འགོ་རྒྱ་དཀའ།

**གསུམ་པ།** སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཅེས་  
པ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་སྐྱབ་ཚུལ་ལེགས་པར་ཤེས་པ་ཞིག་  
ལ་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཡིན། ང་ཚོ་མང་པོ་  
ཞིག་ལ་དེའི་དཀའ་ངལ་ཡོད། བན་འདོགས་བྱེད་དགོས་  
བསམ་མཁན་མང་པོ་ཡོད། ཡིན་ནའང་མན་ཚོགས་བྱེད་  
སྤངས་མ་ཤེས། མགོ་ཚེངས་ཏེ་དཀའ་ངལ་འཕྲད་རྒྱ་ཞིག་  
དང་། ཡང་ཁམས་ཀྱིས་མན་འདོགས་བྱེད་སྤངས་མ་ཤེས་  
ནའང་ཉམ་པ་བྱས་ཏེ་མན་ཚོགས་བྱས་སྤངས་རྣམས་ལྷོག་པ་ལུང་  
པ་གང་བཅོས་ཏེ་མན་འདོགས་སྐྱབ་མི་ཤེས་པ་དེ་ལྟར་འོང་  
བཞིན་ཡོད། དཔེར་ན་ང་རང་གི་མི་ཚེའི་ནང་དུ་དེ་ལྟ་བུ་མང་  
པོ་བྱུང་། བན་འདོགས་བྱེད་དགོས་བསམ་ཡིན་ནའང་མན་  
ཚོགས་བྱེད་སྤངས་མ་ཤེས། ཡང་དེ་ལྟ་བུ་དཀའ་ངལ་འཕྲད་  
པ་མང་པོ་འོང་བཞིན་ཡོད། མདོར་ན་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་སྐྱབ་  
ཚུལ་ལེགས་པར་ཤེས་རྒྱ་གལ་ཆེ། གང་ཞེ་ན། སེམས་ཅན་  
ཞེས་པ་ནམ་མཁས་གང་ཁྲབ་ལ་སེམས་ཅན་གྱིས་ཁྲབ་ཡོད་  
གསུངས། སེམས་ཅན་དེ་དག་དེ་དེ་ལའང་སོ་སོའི་བསམ་  
པ་དང་བག་ལ་ཉལ་དང་དེ་ལྟ་བུའི་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་བསམ་  
གྱིས་མི་ཁྲབ་པ་ཡོད་ཅ་ན་དེ་དག་དང་མཐུན་པའི་དེ་དག་གི་  
མོས་པ་དང་འཚམ་པ་དེ་དག་གི་བསམ་པ་དང་མཐུན་པའི་  
དོན་བྱ་བ་བསྐྱབ་དགོས་ན་རྣམ་དཔྱད་ཆེན་པོ་དང་ཤེས་  
རབ་ཆེན་པོ་ཞིག་མེད་ན་དོན་དག་བསྐྱབ་རྒྱ་དཀའ། དོན་དག་  
མ་བསྐྱབས་པ་དང་སོ་སོ་ལའང་དཀའ་ངལ་འཕྲད། དེ་བཞིན་  
མཐུང་མ་སོ་སོ་ཡང་དཀའ་ངལ་ཁག་འདོན་ཡང་མ་གྲུབ་པ་  
དེ་ལྟ་བུའི་དཀའ་ངལ། དེའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་  
ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད། མདོར་  
ན་བསྐྱབ་པ་གསུམ་པོ་མདོར་དེའི་ཏུས་ན། ཚུལ་ཁྲིམས་  
གྱིས་ལས་ཀ་གང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཅེ་ན། ང་ཚོའི་ལུས་ངག་གི་

བྱ་བ་ལ་ཚོད་འཛིན་བྱས་ཏེ་སེམས་གཞན་དུ་གཤེང་བ་ལས་  
ལྡོག་པར་བྱེད་པ། ཉིང་དེ་འཛིན་གྱིས་གང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཅེ་  
ན། ཉིང་དེ་འཛིན་གྱིས་སེམས་ཀྱི་རྣམ་པ་དེ་སེམས་ཅེ་གཅིག་  
ཏུ་དགོ་བའི་ཚོས་ལ་སྤངས་པར་བྱས་གཏད་པར་བྱེད་ཀྱི་  
ཡོད། ཤེས་རབ་ཀྱིས་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་ག་དེ་ཡིན་མིན་  
བརྟག་དབྱེད་བྱས་ཏེ་ང་ཚོས་ཏ་གོ་བ་དང་དོན་རྟོགས་པར་  
བྱེད། དེར་བརྟེན་ང་ཚོས་བསྐྱབ་པ་གསུམ་པོ་དེ་གང་འབྲ་  
ཡིན་པ་དེའི་ཚམ་ཞིག་ཤེས་ཐུབ། དེར་ང་ཚོས་སོ་སོའི་རྒྱུད་  
ལ་བསྐྱབ་པ་གསུམ་པོའི་ནང་ནས་གང་ཞིག་འདུག །ཚུལ་  
ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་འདུག་གམ། ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་བསྐྱབ་པ་  
འདུག་གམ། ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་འདུག་གམ་ཞེས་བརྟག་  
དབྱེད་བྱེད་དགོས། གལ་སྲིད་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པའང་  
མི་འདུག །ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་བསྐྱབ་པའང་མི་འདུག །ཤེས་  
རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པའང་མི་འདུག་དཔེ་བསམགས་འདུག་ད་གང་  
བྱེད་དགོས་ལའང་པ་ཡིན་ན་དཀའ་ངལ་ཡོད། ད་ལྟ་ང་ཚོ་ལ་  
མེད་པ་ཡིན་ནའང་གསར་དུ་བསྐྱབ་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་ཡོད། ང་  
ཚོའི་དམ་པའི་ཚོས་ནི་གནས་ཡོད། ལྷ་མ་དམ་པ་མཚན་ཉིད་  
དང་ལྡན་པ་མཇུག་རྒྱུ་ཡོད། སོ་སོ་ཡིན་ནའང་ད་ལྟ་དབང་  
པོ་གསལ་དེ་བཞིན་རིག་པ་ཡང་གང་ལ་གང་འཚམ་གྱུང་བོ་  
ཡོད་ཅ་ན་ད་ལྟ་ང་ཚོ་ལ་གོ་སྐབས་ཡོད་པས་དུས་ཚོད་ཚུད་  
མོས་སུ་མ་བཏང་བར་སོ་སོའི་རྒྱུད་ལ་བསྐྱབ་པ་གསུམ་པོ་  
མཚན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་འོང་ཞེ་སྐབས་མི་སྐབས་བརྟེན་དགོས་  
པ་མ་གཏོགས། ད་མི་འདུག་དཔེ་བསམགས་འདུག་བསམ་  
པ་དང་། ཡང་སྤར་སོ་སོའི་རྒྱུད་ལ་བསྐྱབ་པ་གསུམ་པོ་གང་  
རུང་ཡོད་པ་བྱས། ཡང་ད་ལྟ་ཉམས་པའམ་མེད་པར་དེ་འབྲ་  
ཆགས་ཡོད་ན་སེམས་ཁབ་མི་དགོས། གང་ཞེ་ན། ང་ཚོས་  
ཡང་བསྐྱབ་གསར་དུ་བསྐྱབ་རྒྱ་མདོར་ན་ང་ཚོས་སངས་



ལྷ་སྲི་གོ་འཕང་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་རི་སྲིད་དུ་རྩོམ་སངས་  
 ལྷ་སྲི་གོ་འཕང་བསྐྱབ་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་ཡོད། ཁྱོད་རང་  
 ལ་དུས་ཚོད་སྤྲོད་ཀྱི་ཡིན། འདི་ཡན་ཚད་ལ་ཁྱེད་རང་སྐྱབ་  
 བ་འགྲུབ་པ་རེད། འདི་མན་ཚད་ལ་ཁྱེད་རང་སངས་ལྷ་སྲི་གོ་  
 འཕང་བསྐྱབ་པ་འགྲུབ་ཀྱི་མ་རེད་ཟེར་བ་མེད། བམ་མཁའ་མ་  
 ཟད་འཁོར་བ་མ་སྤོངས་ཀྱི་བར་དུ་སངས་ལྷ་སྲི་གོ་འཕང་  
 བསྐྱབ་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་རྩོམ་ཡོད། ལྷ་མཚན་དེ་ལ་བརྟེན་  
 བས་སེམས་ཁྲུལ་བྱེད་མི་དགོས། གཙོ་བོ་སྟེ་སོ་སོས་འབད་  
 བཙོན་བྱེད་རྒྱ་གལ་ཆེ་བ་དང་འབད་བཙོན་བྱས་ཏེ་སོ་སོའི་ཆེ་  
 འདི་ལ་ཨོ་འོང་མི་འོང་བཞུ། ཆེ་འདི་ལ་མ་བྱུང་བ་ཡིན་ནའང་  
 ཆེ་རབས་ཀྱི་མ་ལ་འབྱུང་བ་ཤོག་ཅེས་དེ་ལྟ་བུའི་སློབ་ལམ་  
 བཏུབ་མདོར་ན་རྩོམ་སེམས་དབའ་མི་ལྷུ་པ་བྱེད་  
 དགོས་རྒྱ་དང་སེམས་ལ་སོ་སོས་སེམས་ཤུགས་  
 བསྐྱེད་དགོས་རྒྱ་གལ་ཆེ། ཆོས་བསྐྱབ་རྒྱ་ཞེས་  
 པ་ཉི་མ་གཅིག་གཉིས་ནང་དུ་འོང་བྱུང་རྒྱུའི་ལས་ཀ་  
 ཞིག་མིན། སྤྱིར་བཏང་རྩོམ་དོན་དག་ཆེན་པོ་འདིག་  
 ཉེན་གྱི་བྱ་བ་དཔེར་ན་ཆང་ས་ལྟ་བུ་བརྒྱབ་པ་ཡིན་ན་དེ་ཉི་  
 མ་ཁམས་ནང་དུ་བྱེད་བྱུང་རྒྱུའི་ལས་ཀ་མིན། དཔེར་ན་ལོ་  
 གསར་གྲ་སྤྱིག་བྲས་པ་ཡིན་ན། དེར་སང་པོད་དུ་ལོ་གསར་  
 གཏོང་གྲབས་ཡོད། ལྷ་ས་ལ་ལོ་གསར་གྲ་སྤྱིག་བྱེད་ཅེས་རྒྱ་  
 བ་བརྟུ་བ་བརྟུ་གཅིག་ནས་ལོ་གསར་གྲ་སྤྱིག་བྲས་ཏེ་ཆང་  
 མས་ཆ་ཆ་འུར་འུར་བྲེལ་བྲེལ་ཚུབ་ཚུབ་བྱེད། དེར་བརྟེན་ལོ་  
 གསར་ཞིག་བཏང་བ་ཡིན་ནའང་རྒྱ་བ་གཅིག་གཉིས་ཀྱི་གྲ་  
 སྤྱིག་བྲས་ཏེ་ལས་ཀ་བྱེད་དགོས། ཉི་མ་གཅིག་གཉིས་ནང་དུ་  
 འགྲུབ་བྱུང་རྒྱ་མེད། སངས་ལྷ་སྲི་གོ་འཕང་ཞེས་པ་དེ་བས་  
 ཡུང་ཉི་མ་གཅིག་གཉིས་དང་རྒྱ་བ་ཁམས་ནང་དུ་སྐྱབ་བྱུང་  
 ལྷ་དཀའ། རྩོམ་ཆོས་ལྷུག་རྩོགས་ཀྱི་ཆོས་བསམ་གྱིས་མི་



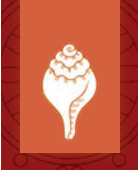
ལྷ་བ་པ་སྟོན་ཐོག་གཅིག་དུ་སངས་ལྷ་སྲི་དང་རྒྱ་བ་ལྷ་དུག་ནང་  
 དུ་སངས་ལྷ་སྲི་ཞེས་པའི་ཆོས་དེ་འདྲ་ཡོད་དང་ཡོད། ཡིན་  
 བའང་དེ་ཆོས་ཀྱི་ཆེ་བ་འདོན་ནས་གསུང་གི་ཡོད་མ་གཏོགས་  
 དེས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ལ་རྩོམ་གནས་སྤངས་ལ་བལྟས་  
 བ་རྒྱ་བ་ལྷ་དུག་ནང་དུ་འོང་རྒྱ་དཀའ། གང་ལྟར་དེ་ལྟ་བུའི་རྒྱ་  
 ལྷ་བསྐྱེད་སྟེ་སངས་ལྷ་སྲི་གོ་འཕང་མ་བསྐྱབས་ཀྱི་བར་དུ་  
 དེ་སྲིད་དུ་ངས་རྒྱུས་གཏོང་གི་མིན་བསམ་པ་དེ་འདྲའི་དམ་  
 བཅའ་འམ་དེ་འདྲའི་སློབས་པ་ཞིག་སྤྱིན་དགོས། དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་  
 ཡོད་ན་དུས་ཚོད་ག་ཚོད་འཁོར་ནའང་ཁྱེད་པར་མེད། དཔེར་  
 བ་བྱུང་ཚུབ་སེམས་དབའ་དེ་དག་བསྐྱུ་ཆེན་གྲངས་མེད་  
 གསུམ་ཞེས་པའི་སྤྱད་ཆ་བཤད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ཡང་དབང་པོ་  
 ཆོན་པོ་གཞིར་བཞག་རེད་གསུངས། བསྐྱུ་ཆེན་གྲངས་  
 མེད་གསུམ་ཞེས་པ་རྩོམ་གྲངས་གནས་ལྷུག་ལྷ་  
 ཐམ་པ་བཤད་ཀྱི་ཡོད། གཅིག །བརྟུ་བརྟུ་སྤྱོད་།  
 ལྷི། འབྲུམ། ས་ཡ། ལྷེ་བ། དུང་ལྷུང། ཐེར་འབྲུམ།  
 ཐེར་འབྲུམ་ཆེན་པོ། ལྷུག་ལྷུག་ལྷུག་ཆེན་པོ་ཞེས་  
 ཡང་བཅུས་འོང་དུས་ལྷུག་ལྷུ་ཐམ་པ་དེ་གྲངས་གནས་སུ་  
 ལྷུང། དེར་བརྟེན་བསྐྱུ་ཆེན་གྲངས་མེད་ལྷུག་ལྷུ་ཐམ་པའི་  
 རིང་དུ་ཚོགས་བསམགས་སྤྱིལ་བ་སྤྱོད་དགོས་བཤད་འོང་དུས་  
 ཅ་ན་དེ་ནི་རྒྱུ་ལ་འོང་རྒྱ་རེད་མི་འདུག །ཡིན་ནའང་དེ་ལྟ་བུའི་  
 སེམས་ཤུགས་མ་ཆག་པར་དེ་ལྟ་བུའི་བསྐྱུ་ལ་མང་གི་ཡུན་  
 འགྲོ་མང་གི་མཐའ་བྱ་དཀའ་བའི་གནས་ལ་མི་ལྷུ་པ་འོང་  
 དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཞེ་ན། སོ་སོའི་སེམས་ལ་དབའ་  
 བརྟུད་པའམ་དབའ་སྤྱིན་ཏེ་སེམས་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་  
 པས་དེའི་བཀའ་བྲིན་ལ་བརྟེན་ནས་དུས་ཚོད་རི་ཅམ་རྒྱུན་  
 རིང་བ་འཁོར་བ་ཡིན་ནའང་དཀའ་ངལ་མེད་པས་གཙོ་བོར་  
 ཆོས་སེམས་ཤུགས་མ་ཆག་པ་བྱེད་རྒྱ་གལ་ཆེའོ། །



བྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༡༤ ཉིན། ཚོས་འབྲེལ་ཉིན་གསུམ་པ།

དེ་རིང་འདྲིར་བཅུན་མའི་དགུན་ཚོས་ཐེངས་དྲུག་པའི་ཉིན་གསུམ་པའི་ཆ་ལ་སྤུ་མཐུན་དེ་མཉམ་མེད་དུགས་པོ་ལྷ་རྗེས་མཛད་པའི་དུགས་པོའི་ཐར་རྒྱུ་གྱི་བསྟན་བཅོས་འདྲིའི་ཐོག་ནས་ཚོས་འཆད་ཉན་བྱ་རྒྱ་དེ་ལྟར་ཡིན། དེས་གསུང་ཚོས་འགོ་མ་བཅུགས་གོང་དུ་སྐྱད་ཆ་ཚོག་ཁ་ལས་བཤད་དགོས་བསམ་དུན། དེའང་ཚང་མས་མཁྱེན་མཁྱེན་པ་རེད། བཅུན་མའི་དགུན་ཚོས་ལ་མཚན་འཕགས་མ་བདེ་བྱེད་མའི་དགུན་ཚོས་ཞེས་མཚན་གསོལ་ཡོད། སྤྱིར་བཏང་གི་མིང་ཞེས་བཤད་བཏགས་བཏགས་ཡིན། སོ་སོས་གང་བཏགས་དགོས་བསམ་པ་ཡིན་ནའང་བཏགས་ཚོག་ཚོག་ལྟ་བུ་ཡིན་ནའང་སྐབས་འདི་ལ་འཕགས་མ་བདེ་བྱེད་མའི་དགུན་ཚོས་དེ་ལ་བདེ་བྱེད་མའི་དགུན་ཚོས་ཞེས་མིང་བཏགས་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་དེ་གང་རེད་ཟེར་ན། འདི་ལ་དཔེར་ན་བཀའ་བརྒྱུད་གྱི་བཅུན་མའི་དགུན་ཚོས་ཟེར་བ་དང་། ཡང་ན་ཀྱི་ཚང་བཀའ་བརྒྱུད་གྱི་བཅུན་མའི་དགུན་ཚོས་ཟེར་བ་དེ་འདྲའི་མིང་མ་བཏགས་པ་བྱས། འཕགས་མ་བདེ་བྱེད་མའི་དགུན་ཚོས་ཞེས་མིང་བཏགས་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་དེ་བདེ་བྱེད་པ། བདེ་བྱེད་མ་ཞེས་པ་སྤྱད་ཟེར་བ་སྐྱད་ཆ་རྒྱུས་པ་ཡིན་ན། འཕགས་མ་བདེ་བྱེད་མའི་དགུན་ཚོས་ཞེས་མིང་བཏགས་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་དེ་བདེ་བྱེད་མ་ཞེས་པ་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཞེས་ལ་སློབ་མའམ། འཁོར་རབ་བྱུང་པོ་མོ་ཡང་ཡོད། འཁོར་རབ་བྱུང་པོ་མོ་ཡང་ཡོད། དེའི་ནང་ནས་གཙོ་བོ་སྟེ་རབ་བྱུང་པོ་མོ་

གཉིས་དེ་རེད། རབ་བྱུང་པོ་མོ་གཉིས་ཀྱི་ནང་ལོགས་ལ་ཡིན་ནའང་བསྐྱབ་པའི་ཀན་གས་དང་རྟོགས་པའི་ཀན་གས་དེ་འདྲ་ཡོད། རྟོགས་པ་མཐོ་དམན་གྱི་ཁྱད་པར་དང་བསྐྱབ་པ་ཀན་གཞོན་གྱི་ཁྱད་པར་དེ་ལྟར་ཡོད། དེར་བརྟེན་དེའི་ནང་ནས་དཔེར་ན་ཁ་ལས་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་ཡོངས་སྤྱོད་གསུང་པའི་སློབ་མ་ཉན་ཐོས་ཚེན་པོ་བརྒྱུད། དེའི་ནང་ནས་ཆ་མཚོན་ལྷུ་ན་ཤེས་རབ་ཅན་གྱི་མཚོག་ལྷ་རིའི་བྱ་དང་རྩ་འབྲུལ་ཅན་གྱི་མཚོག་མོ་རྣམས་བུ་ཞེས་ཡོངས་གྲགས་དེ་ལྟར་ཡིན། དེ་བཞིན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སློབ་མ་རབ་བྱུང་མ་ཡི་གལ་ཡིན་ནའང་ཤེས་རབ་ཅན་གྱི་མཚོག་དང་དེ་བཞིན་ཚུལ་ཁྲིམས་སྤྱང་བའི་མཚོག་རྩ་འབྲུལ་ཅན་གྱི་མཚོག་དེ་རིགས་ཀྱང་ཡོད། དེའི་ནང་ནས་ཤེས་རབ་དང་སློབས་པའི་མཚོག་ཏུ་གྱུར་བ་དེ་ལ་བདེ་བྱེད་མ་ཞེས་དེ་འདྲའི་དགོ་སློང་མ་ཞིག་ཡོད། དེར་བརྟེན་ང་ཚོས་ཐོག་མར་བཅུན་མའི་དགུན་ཚོས་བཅུགས་པའི་སྐབས་སུ་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་སློབ་མའི་གལ་ལས་ཤེས་རབ་དང་སློབས་པའི་མཚོག་ཏུ་གྱུར་བ་སྟེ་བདེ་བྱེད་མ་ཞེས་པ་འདུག་པས་དེར་བརྟེན་དེའི་མཚན་དེ་དགུན་ཚོས་འདི་ལ་བཏགས་ན་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ནའང་ལེགས་པོ་ཞིག་འོང་ས་རེད་ལ། ད་ལྟའི་གནས་སྤངས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ནའང་འཚོམ་པོ་ཞིག་འོང་ས་རེད། གང་ཞེ་ན། དགུན་ཚོས་འཇུགས་རྒྱ་དེ་བཅུན་མ་ཚོ་གཞུང་ཚེན་མོ་མོས་བསམ་གྱི་ཤེས་རབ་གོང་འཕེལ་འབྱུང་རྒྱ་དེ་ལྟར་ཞེད་དུ་བཅུགས་པ་ཡིན། དེའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་



ནས་བདེ་བྱེད་མ་འདི་ཤེས་རབ་ཅན་གྱི་མཚོག་ཡིན་ཅོན་  
 དེའི་མཚན་ནས་མིང་བཏགས་ན་ལེགས་སོ་འདུག །དེ་བཞིན་  
 སློབས་པའི་མཚོག་ཏུ་གྱུར་བ་གསུང་གི་ཡོད་སྟབས་བཅུན་  
 མ་དེ་དག་ལ་ཉོག་ཅམ་སློབས་པ་དགོས་ཀྱི་འདུག །སློབས་  
 པ་དེ་ལའང་མཚན་མ་དེ་ངའོ་མེད་ཀྱི་ལྷན་དང་སློབས་པ་ཟེར་  
 བ་ཞེས་བ་དང་། ང་རྒྱལ་ཞེས་པ་གཞན་ལ་ཁྱེད་དུ་གསོད་པ་  
 དེ་ལྟ་བུའི་སློབ་ཞིག་ཏུ་གྱུར། སློབས་པ་ཞེས་པ་དགོ་བའི་སློབ་  
 ལ་སེམས་ལྷན་པ་བསྐྱེད་རྒྱ་ཞིག་དང་སློབས་པ་སྐྱེ་རྒྱ་དང་  
 གཞན་པོའི་ང་རྒྱལ་ལྟ་བུ་ཞིག་དང་གང་ལྟར་སློབས་པ་སྐྱེ་  
 རྒྱ་ལྟ་བུ་ཆགས་ཡོད། དེར་བརྟེན་སློབས་པ་སྐྱེ་དགོས་ཀྱི་  
 འདུག །སློབས་པ་སྐྱེ་རྒྱ་གཤམ་ཆེ། དེ་མེན་བཅུན་མ་རང་རང་  
 སོ་སའི་ངོས་ནས་ངས་འཛོལ་གྱི་མ་རེད། ངས་འོང་གི་མ་རེད་  
 བསམ་བསམ་བྱས་སློབས་པ་ཆག་པ་དང་སེམས་ལྷན་པ་  
 ཆག་བསྐྱེད་ན་མགོ་ཡང་བཟུལ་སྐབ་རྒྱའི་ཉིན་སོ་ཞིག་འོང་  
 དགའ། གཙོ་བོ་སྤེ་སོ་སོས་སེམས་ལྷན་སྲར་ཉེ་གོམ་པ་  
 གང་ཡིན་ནའང་མདུན་སློབས་བྱེད་སྐབ་པ་དགོས་རྒྱ་གཤམ་ཆེ།  
 དེ་ལྟ་བུའི་རྒྱ་མཚན་ཁ་ལས་ལ་བརྟེན་ཉེ་དགུན་ཚོས་འདི་ལ་  
 བདེ་བྱེད་མའི་དགུན་ཚོས་ཞེས་མཚན་བཏགས་པ་ཡིན། དེར་  
 བརྟེན་དེ་ཡང་བསྐྱར་འདུག་གསོས་ཤིག་བཏང་ན་བསམ་འདུག།  
 ལྷིང་བཏང་བདེ་བྱེད་མ་ཞེས་མིང་ཅམ་ཞིག་རེད་དེ་ཡིན་ནའང་  
 དེའི་དོན་དག་མཁྱེད་མ་ཡིན་ན་ཡང་ཉོག་ཅམ་ཚོར་བ་མི་འདྲ་  
 བ་སྐྱེ་བ་རྒྱ་ཞིག་དང་ཡང་བསམ་སློབ་ནང་དུ་ང་ཚོ་དགུན་ཚོས་  
 འདི་ལ་སློབས་པ་ཡིན་དུས་ཅོན་དགུན་ཚོས་འདིའི་མཚན་དེ་  
 གཅིག་ཏུ་ལ་བསམ་སློབ་བཏང་བ་ཡིན་ནའང་ཉོག་ཅམ་སོ་  
 སོ་བསམ་སློབ་གཏོང་སྟངས་དང་ལས་ཀ་བྱེད་སྟངས་ལའང་  
 ཁྱེད་པར་ཉོག་ཅམ་འདྲུང་བསམ་འདུག། དེར་བརྟེན་དེ་རིང་ཡང་  
 བསྐྱར་འདུག་གསོས་བཏང་ན་བསམ་པ་འདྲ་བ་དེ་ལྟར་ཡིན།

ཐར་རྒྱལ་གྱི་ཚོས་བཤད་ལ་འདུག་པ་ལ། དེ་རིང་  
 བཤད་བྱའི་གཞུང་ཚིག་ཁ་སང་ལྟར།  
 “། འདུག་པ་བྱང་རྒྱལ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་བསྐྱབ་བྱ་  
 བེ་རྣམ་པ་གསུམ་ཡིན་ཉེ། ལྷག་པ་རྒྱལ་ཞིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་  
 དང་། ལྷག་པ་སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་དང་། ལྷག་པ་ཤེས་རབ་  
 ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ལོ། །དེ་ལྟར་ཡང་བྱང་རྒྱལ་ལམ་སློབ་ལས།  
 འདུག་པའི་སེམས་ཀྱི་བདག་ཉིད་སློབ་གནས་པ། །  
 རྒྱལ་ཞིམས་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལ་ལེགས་བསྐྱབས་  
 བས། །  
 རྒྱལ་ཞིམས་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལ་གྲུས་ཆེར་འགྱུར། །  
 ཞེས་གསུངས་སོ།།”  
 ཞེས་པའི་གཞུང་ཚིག་ལྟར་འགྲེལ་བཤད་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།  
 ཁ་སང་བསྐྱབ་པ་གསུམ་གྱི་སློབ་ཞུས། དེར་བརྟེན་ཁྱེད་རང་  
 ཚོས་བསྐྱབ་པ་གསུམ་གང་ཡིན་མིན་དང་བསྐྱབ་པ་གསུམ་  
 གྱི་ངོ་བོ་དང་མཚན་ཉིད་གང་ཡིན་འོན་ཅམ་པལ་ཆེར་མཁྱེན་  
 ཡོད་བསམ་འདུག། དེ་རིང་ཡང་བསྐྱར་བྱང་རྒྱལ་སེམས་  
 དཔའི་རྒྱལ་ཞིམས་གསུམ་གྱི་སློབ་ལ་ཉོག་ཅམ་ཞུས་ན།  
 གང་ཞེ་ན། ཁ་སང་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་རྒྱལ་ཞིམས་  
 སློབ་ལ་ཆ་ཚང་བ་ཞིག་དང་ལེགས་སོ་ཞིག་ཞུ་རྒྱུ་ལ་བྱང་  
 བས་དེར་དེ་རིང་ཡང་བསྐྱར་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་རྒྱལ་  
 ཞིམས་རྣམ་པ་གསུམ་དང་ལྷག་པར་དུ་སེམས་ཅན་དོན་  
 བྱེད་ཀྱི་རྒྱལ་ཞིམས་སློབ་ལ་ཅུང་ཟད་རྒྱས་ཅམ་ཞུ་བ་ན་  
 བསམ། མ་གཞི་དེས་དགུན་ཚོས་ཐེངས་བྱུག་པ་འདིའི་  
 ཐོག་ཏུ་ལེའུ་བཅུ་གཅིག་པ་དེ་མ་གཏོགས་ལེའུ་གཞན་  
 པལ་ཆེར་བཤད་མི་སྐབ། དེར་བརྟེན་དེ་ལྟ་བུ་བཤད་རྒྱའི་  
 ག་སྐྱིག་དང་འཆར་གཞི་གང་མེད། རྒྱ་མཚན་གང་ཞེ་ན།  
 ལེའུ་བཅུ་གཅིག་པ་འདི་ལ་ཚིག་འདྲུ་ཚིག་སློབ་བརྒྱ་མེད་

བཞེས་གཏོགས་མེད། འདིའི་འོག་གི་ལེའུ་བཙུ་གཉིས་པ་  
 དེ་ལ་ཚིག་འབྲུ་སྟོང་ཕྲག་གཉིས་དང་སུམ་བརྒྱ་བཙུ་གཉིས་  
 ཡོད། དེར་བརྟེན་གསུང་ཚོས་འདི་ཕྱི་ཚེས་ ༡༥ ཉེན་མོ་དེ་  
 ལ་མཚམས་བཞག་དགོས་སྐབས་དེའི་ནང་དུ་ལེའུ་གཉིས་  
 ཀ་ཚར་དཀའ། ལྷང་འདོན་པ་རི་བཞེན་མར་མགྲོགས་པོ་  
 འདོན་ཉེ་འགྲིག་གི་ཡོད་ན་དེ་རིང་ཐར་རྒྱུ་ཆ་ཚང་འདོན་  
 བའང་འགྲིག། །ཡིན་ནའང་དེ་ལྟ་བུ་བྱས་ན་ང་ཚོ་ཚང་མ་ལ་  
 རྫོ་སྐྱེད་གང་ཡང་མི་འབྱུང་། བན་ཚོགས་གང་ཡང་མི་འབྱུང་།  
 དེ་ལས་ད་དེས་ལེའུ་བཙུ་གཉིས་པ་ཅམ་ཞིག་ཚར་བ་བྱས།  
 ཚོས་མཚམས་དེའང་ལེའུ་མཚམས་སུ་བཞག་ན་སྐབས་བདེ་  
 བ་དང་དེ་བཞེན་རྗེས་མ་ཚོས་མཚམས་གང་ཡིན་རྫོ་ལ་དེས་  
 ཚེ་བ་འོང་ས་མེད་དེའི་རྒྱ་མཚོ་ལ་བརྟེན་ནས་ད་དེས་ལེའུ་  
 བཙུ་གཉིས་པ་གཏོགས་ཞུ་ཅིས་མེད།

**དང་པོ།** ཁ་སང་བཤད་པའི་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་  
 རྒྱལ་ཁྲིམས་གསུམ་ཞེས་པ་གང་གང་ཡིན་འདྲ་བའོ་བྱས་  
 བ་ཡིན་ན། ང་ཚོས་གཅིག་གཉིས་གསུམ་ཞེས་ཅིས་བརྒྱབ་  
 བ། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་རྒྱལ་ཁྲིམས་གསུམ་གང་མེད་ཅེ་  
 བ། གཅིག་ཉེས་སྟོང་སྟོམ་པའི་རྒྱལ་ཁྲིམས། གཉིས། དགོ་  
 བ་ཚོས་སྤྱད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁྲིམས། གསུམ། སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་  
 ཀྱི་རྒྱལ་ཁྲིམས་ཞེས་རྒྱལ་ཁྲིམས་རྣམ་པ་གསུམ། དེའང་མདོ་  
 རྩེ་དགོངས་འབྲེལ་ལས། མི་དགོ་བ་ལས་སྟོབ་པའི་རྒྱལ་  
 ཁྲིམས། དགོ་བ་ལ་འཇུག་པའི་རྒྱལ་ཁྲིམས། སེམས་ཅན་  
 ཀྱི་དོན་ལ་འཇུག་པའི་རྒྱལ་ཁྲིམས་ཞེས་གསུམ་གསུངས།  
 དེའི་དགོངས་པ་ནང་བཞེན་མདོ་རྩེ་རྒྱུན་ནང་དུའང་སྟོམ་དང་  
 བརྟེན་པའི་རང་བཞེན་རྒྱལ་ཁྲིམས་གསུམ་ཞེས་གསུངས་དེའི་  
 འབྲེལ་པ་སྟོབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱིས་མཇུག་པའི་ནང་  
 དུ་རྒྱལ་ཁྲིམས་རྣམ་པ་གསུམ་ནི། ཉེས་སྟོང་སྟོམ་པའི་རྒྱལ་

ཁྲིམས་དང་། དགོ་བའི་ཚོས་སྤྱད་པའི་རྒྱལ་ཁྲིམས། སེམས་  
 ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁྲིམས་དང་དེ་བཞེན་བྱང་ས་བྱང་རྒྱལ་  
 སེམས་དཔའི་ས་ཡི་སྐབས་ང་ཚོ་བོད་དུ་ས་སྤེ་ལྟ་དང་། རྒྱ་  
 བཀ་ཏུ་ཡོངས་རྫོགས་ལ་རྣམ་འབྱོར་སྟོང་པའི་ས་ཞེས་མཚན་  
 བཏགས་ཀྱི་འདུག། །གང་ལྟར་ས་སྤེ་ལྟའི་ནང་གི་བྱང་རྒྱལ་  
 སེམས་དཔའི་ས་ཡི་སྐབས་སུ་དེ་དང་མཐུན་པར་གསུངས།  
 མདོར་ན་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་རྒྱལ་ཁྲིམས་ལ་བོད་དུ་  
 བཤད་པའི་རྒྱལ་ཁྲིམས་གསུམ་པོ་དེ་ལས་མང་མི་དགོས་  
 ་ཤིང་། ཉུང་ནའང་མི་འགྲིག་ དེ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚོ་གང་ཞེ་ན།  
 བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་བྱ་བའམ། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་  
 ལས་ཀ་སྟེ་གང་ཞེ་ན། རང་དང་གཞན་གྱི་རྒྱུད་སློབ་པར་བྱ་  
 རྒྱ་དེ་ཡིན། སློབ་པར་བྱེད་ཅེས་པ་རང་དང་གཞན་གྱི་རྒྱུད་  
 ཚད་དུ་སོན་པ་ཞིག་དང་ཨང་གི་དང་པོར་ཚགས་རྒྱ་དེ་ཡིན།  
 རང་དང་གཞན་གྱི་རྒྱུད་སློབ་པར་བྱེད་རྒྱ་ལ་དང་པོ་རང་གི་  
 རྒྱུད་སློབ་པར་བྱེད་རྒྱ་ལ་གང་བྱེད་དགོས་སམ་ཞེ་ན། དགག་  
 རྩོགས་ནས་ཉེས་སྟོང་སྟོམ་རྒྱ་དང་། རྒྱབ་ལྷོགས་ནས་དགོ་  
 ཚོས་སྤྱད་རྒྱ་གཉིས་པོ་དེ་མེད། གཞན་གྱི་རྒྱུད་སློབ་པར་བྱེད་  
 རྒྱ་ལ་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁྲིམས་དེ་དགོས་ཀྱི་ཡོད།  
 དེའི་རྒྱ་མཚོ་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱལ་ཁྲིམས་རྣམ་པ་གསུམ་པོ་  
 དེའི་ནང་དུ་ས་བསྐྱས་པ་དང་མ་ཚང་བ་ཞིག་མེད་གསུངས།  
 དང་པོ། ཉེས་སྟོང་སྟོམ་པའི་རྒྱལ་ཁྲིམས། དགོ་བ་ཚོས་སྤྱད་  
 ཀྱི་རྒྱལ་ཁྲིམས། སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁྲིམས་ཞེས་  
 བོ་རིམ་དེ་ལྟར་བཞག་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚོ་གང་ཞེ་ན། དང་  
 པོ། ཉེས་སྟོང་ས་སྐངས་ན་རྒྱལ་ཁྲིམས་ཕྱི་མ་གཉིས་པོ་སྐྱེ་རྒྱ་  
 དཀའ་ལས་ཁག་པོ་ཡོད་པ་དང་། དེ་བཞེན་ཉེས་སྟོང་སྟོམ་  
 པའི་རྒྱལ་ཁྲིམས་དེ་ཚོགས་སྟོང་གཉིས་ཀྱི་སྐབས་སུ་གཙོ་བོ་  
 ཉམས་སུ་ལེན་རྒྱ་ཡིན་པ་དེའི་རྒྱ་མཚོ་ལ་བརྟེན་ནས་ཉེས་



སྲོད་སྤོམ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་ཐོར་བཞག་པ་དང་། གཉེས་  
 པ། དགོ་བ་ཚོས་སྤྱད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་གང་ཞེ་ན། དགོ་བ་ཚོས་  
 སྤྱད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་མེད་པ་ཡིན་ན་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་  
 ལུབ་ཀྱི་མེད། དེ་བཞིན་མ་དག་ས་བདུན་གྱི་སྐབས་སུ་དགོ་  
 བ་ཚོས་སྤྱད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་དེ་གཙོ་བོ་ཉམས་སུ་ལེན་གྱི་ཡོད་  
 ལྟ་བུས་གཉེས་པ་དགོ་བ་ཚོས་སྤྱད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་བཞག་  
 པ་ཡིན། གསུམ་པ། སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཉེ་  
 གང་ཞེ་ན། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མ་བྱས་ཚེ་སེམས་ཅན་སློབ་  
 ཅིང་སློབ་བར་འགྲུང་གི་མ་རེད། དེ་བཞིན་དག་པ་ས་གསུམ་  
 ཀྱི་གནས་སྐབས་ལའང་གཙོ་བོའི་ཉམས་སུ་བྲལ་བུ་སྟེ་སེམས་  
 ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་དེ་ཆགས་ཡོད། དེའི་རྒྱ་མཚན་  
 ལ་བརྟེན་ནས་ཚུལ་ཁྲིམས་གསུམ་པོ་དེའི་གོ་རིམ་དེ་ལྟར་  
 བཞག་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གོང་དུ་ཞུས་པ་དེ་ལྟར་རེད་ཅེས་  
 གསུངས།

འོ་ན་ཚུལ་ཁྲིམས་གསུམ་པོ་དེ་ལ་ཉེས་སྲོད་སྤོམ་པ་  
 ཟེར་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་རེད་དམ། དགོ་བ་ཚོས་སྤྱད་  
 ཟེར་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་རེད་དམ། སེམས་ཅན་དོན་  
 བྱེད་ཟེར་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་རེད་དམ། དེའི་དོན་གང་  
 རེད་དམ་ཞེ་ན། གོ་བདེར་བཤད་ན་ཉེས་སྲོད་སྤོམ་པའི་ཚུལ་  
 ཁྲིམས་ཞེས་པ་དེས་གང་གསུང་གི་ཡོད་དམ་ཞེ་ན། སོ་སོ་  
 ལ་ཉེས་པ་འཇོག་འཇུག་འོང་རྒྱ་དང་སེམས་ཅན་གཞན་ལ་  
 གཞོན་འཇོག་རྒྱ་དེ་དག་འོང་མི་བཅུག་པར་རང་རང་སོ་  
 སོས་པར་འབད་བཅོམ་བྱས་ཉེ་པར་བཀག་པ་འཇུག་གཞན་ལ་  
 ཞིག་ལ་ཉེས་སྲོད་སྤོམ་པ་ཟེར་བ་དེ་འདྲ་ཞིག་ལ་གོ་དགོས་  
 བསམ། དགོ་བ་ཚོས་སྤྱད་ཅེས་པ་བྲུག་རྟོག་གཅིག་མ་  
 གཏོགས་འཇོག་ལུབ་ཀྱི་མེད་ནའང་འདྲ་ཡང་ན་མཚོན་མེ་གོང་  
 བྱ་གང་མ་གཏོགས་སྤར་བྱུང་གི་མེད་ཀྱང་འདྲ་མཛོན་ན་

དགོ་བ་ཚེ་ཚུང་མ་ལྟོས་པར་སོ་སོས་གང་ལུས་ཅི་ལུས་བྱས་  
 ཉེ་བསྐྱབ་རྒྱ་ཞིག་དང་དགོ་བ་གང་བསམས་པ་དེ་དག་ཐམས་  
 ཅད་འབྲལ་འབྲལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་སྐབ་པའི་ཆེད་  
 དུ་བསྟོ་བ་བྱ་རྒྱ་དེ་ལ་དགོ་བ་ཚོས་སྤྱད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཞེས་  
 གོ་བ་དེ་རྩ་བུ་ཞིག་ལ་ལེན་དགོས་པསམ། སེམས་ཅན་དོན་  
 བྱེད་ཅེས་པའི་གོ་བ་དེ་གང་ཞེ་ན། ང་ཚོས་ག་དུས་ཡིན་ནའང་  
 ངས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ཞིག་བྱེད་དགོས་སེམས་ཅན་དོན་  
 གང་འདྲ་ཞིག་བྱེད་རྒྱ་འདུག་བསམ་པ་དང་། དེ་བཞིན་བསམ་  
 རྒྱུ་བཏང་བའི་སྐབས་དེ་འདྲའི་བསམ་རྒྱུ་བཏང་སྲོད་བ་  
 ལག་ལེན་བསྟར་བའི་སྐབས་སུ་ཡིན་ནའང་དངོས་དང་བརྒྱད་  
 པའི་སློབ་ས་སེམས་ཅན་ལ་པན་ཅི་སྟོགས་བྱས་སོ་སོས་ཀྱང་  
 བྱས་གཞན་ལའང་བྱེད་དུ་བཅུག་དེ་བཞིན་སེམས་ཅན་ལ་  
 པན་འདོགས་སྐྱབ་མི་ཐམས་ཅད་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་དང་  
 བསྟོད་ར་བྱེད་རྒྱ། མདོར་ན་ཁ་པན་ཚེག་པན་མ་གཏོགས་  
 བྱེད་མ་བུའ་ཀྱང་བྱེད་ཨི་བུའ་བཟུ་རྒྱ་དེ་ཡིན། སྐབས་འདི་  
 ལ་མཁས་པ་ཁ་ཤས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ལ་སེམས་  
 ཅན་ལ་དོན་དངོས་སུ་བྱས་པ་ཞིག་དགོས་ཀྱི་རེད་ཅེས་དང་  
 བརྒྱད་ནས་བྱས་པ་དེ་འགྲིག་གི་མ་རེད་ཅེས་དེ་འདྲའང་  
 གསུང་མི་ཡོད། ཡིན་ནའང་དོས་ཀྱིས་བསམ་ན་སེམས་ཅན་  
 དོན་བྱེད་ལ་དངོས་སུ་པན་བཏགས་མ་བུའ་པ་ཡིན་ནའང་  
 ཉེས་པ་མེད་པ་དམིགས་བསམ་མང་པོ་དེ་འདྲ་གསུང་རྒྱ་  
 ཡོད་དེར་བརྟེན་མཐའ་གཅིག་དུ་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ལ་པན་  
 དངོས་སུ་བཏགས་དགོས་ཀྱི་ཨི་ཡོད་ན་བསམ་བློ། ཞིབ་  
 ཆ་བྱས་འོང་དུས་ཡང་དེ་ལ་བསམ་རྒྱུ་གཏོང་ས་ཞིག་ཡོད།  
 གང་ལྟར་འབྲལ་དུ་པན་མ་སྟོགས་ཀྱང་ཐན་སོ་སོའི་སེམས་  
 པའི་ཀུན་སྲོད་ཚུན་ཚད་ལ་པན་ཨི་སྟོགས་ན་བསམ་པ་ཞིག་  
 དང་པན་སྟོགས་པར་ཤོག་ཅིག་སྟུམ་པ་དེ་འདྲའི་སློབ་ལམ་

ཚུན་ཆད་གང་བ་དགོས། ཚུལ་ཁྲིམས་གསུམ་པོ་དེ་ལ་ཚུལ་  
ཁྲིམས་ཞེས་ཚིག་དེ་སྐྱར་དགོས་རྒྱུ་དེ་རྒྱ་མཚན་གང་རེད་  
ཟེར་ན། ཚུལ་ཁྲིམས་ཞེས་པ་ངས་ཉེས་པ་སྐྱོད་གི་ཡིན། ཡོན་  
ཏན་སྐྱབ་ཀྱི་ཡིན་བསམ་པའི་དམ་བཅའ་ལས་ཁེན་ལྟ་བུ་  
ལ་གོ་དགོས་སྟེ། དེ་ཡང་དཔེར་ན་ཐེག་ཆེན་གསོ་སྦྱོར་ལ་  
སོགས་པ་སྐྱ་མ་མེད་ཀྱང་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་མཐུན་དུ་  
བཞུགས་ཡོད་པ་བསམ་སྟེ་དེའི་མཐུན་ནས་ཐེག་ཆེན་གསོ་  
སྦྱོར་ལེན་རྒྱ་ཡོད་པ་དེ་འདྲ་ཡོད། དེ་བཞིན་སྐྱ་མ་ཡོད་ཀྱང་  
རང་གི་སེམས་གཉིང་ནས་སྦྱོར་པ་ལེན་འདོད་མེད་ན་ཚོ་ག་  
བརྒྱ་ཚར་བྱས་པ་ཡིན་ནའང་འདྲ་ཚོ་ག་སྦྱོར་ཚར་བྱས་ཀྱང་  
སྦྱོར་པ་འཕྲོ་བ་རྒྱ་མེད། དེར་བརྟེན་གཙོ་བོ་སྟེ་སོ་སོས་འདི་ལྟ་  
བུ་བྱེད་ཀྱི་མིན་དེ་འདྲ་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་བསམ་པ་དེ་འདྲའི་བསམ་  
ཚོས་ཀུན་ནས་བསྐྱང་སྟེ་རང་དོན་རང་གིས་ཐག་བཅད། རང་  
ཁྲིམས་རང་གིས་སྦྱོར་རྒྱ་དེ་འདྲ་ཞིག་ལ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཞེས་པ་  
གོ་དགོས། མདོར་ན་སྐྱབས་འདི་ལ་ཉེས་སྦྱོད་སྦྱོར་པ་ཞེས་  
པ་དེའི་ནང་དུ་གང་བསྐྱས་ཡོད་ཟེར་ན། ཉེས་སྦྱོད་སྦྱོར་པ་  
ཞེས་པ་དེའི་ནང་དུ་མི་དགེ་བ་བཅུ་ལ་སོགས་པ་རང་བཞིན་  
ཀྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་སྦྱོར་བའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱང་དེའི་ནང་དུ་  
བསྐྱས་ཡོད། སོ་ཐར་ཀྱི་རིས་བདུན་ལ་སོགས་པ་བཅས་པའི་  
ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་སྦྱོར་བའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱང་དེའི་ནང་དུ་བསྐྱས་  
ཡོད། དེ་བཞིན་བྱང་སེམས་ཀྱི་ཅ་ལྷུང་བཅོ་བརྒྱད་བཞག་  
རྒྱ་དང་བཞི་བཞག་རྒྱ་དེ་འདྲ་ལུགས་མི་འདྲ་བ་ནས་རྒྱན་  
སོགས་མེད་ལུགས་དང་རྒྱ་སྐྱབ་ལུགས་ཞེས་པ་འབྱུང་། ཡང་  
སེམས་ཅམ་ལུགས་དང་དབྱེ་མ་ལུགས་ཞེས་དེ་གཉིས་ལ་  
ཡང་ཐ་དད་དུ་ཡོད་དང་མེད་ཀྱི་བཞེད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་  
ཡོད། མདོར་ན་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཉེས་སྦྱོད་སྦྱོར་པའི་ཚུལ་  
ཁྲིམས་ཀྱི་ཁྲིངས་སུ་བསྐྱས། གལ་སྲིད་བྱང་རྒྱལ་སེམས་

དཔའ་དེ་སྐྱབས་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་ཞུགས་ནས་སྐྱབས་ཀྱི་  
དབང་བསྐྱར་བ་ཐོབ་ནས་སྐྱབས་སྦྱོར་ཐོབ་སོང་ན་སྐྱབས་  
ཀྱི་ཅ་ལྷུང་དེ་དག་ཀྱང་ཉེས་སྦྱོད་སྦྱོར་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་  
འདིའི་ཁྲིངས་སུ་བསྐྱས། དག་བ་ཚོས་སྐྱབས་ཀྱི་སྐྱབས་སྦྱོན་  
སོགས་པར་ཕྱིན་དུག་གི་མི་མཐུན་སྦྱོགས་ཀྱི་ཉེས་བྱས་སུ་  
ཅུ་སོ་བཞི། དེའང་སྦྱོན་པ་སོགས་ལ་རིམ་བཞིན་སྦྱོན་པ་ལ་མི་  
མཐུན་སྦྱོགས་ཀྱི་ཉེས་བྱས་བདུན། ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་མི་མཐུན་  
སྦྱོགས་ཀྱི་ཉེས་བྱས་དགུ། བཟོད་པ་ལ་བཞི། བཙོན་འགྲུས་  
ལ་གསུམ། བསམ་གཏན་ལ་གསུམ། ཤེས་རབ་ལ་བརྒྱད།  
དེ་ལྟ་བུ་རིམ་བཞིན་དུ་ཉེས་བྱས་མི་འདྲ་བ་ཡོད། དེ་དག་  
ཀྱང་དག་བ་ཚོས་སྐྱབས་ཀྱི་ཁྲིངས་སུ་བསྐྱས། སེམས་ཅན་དོན་  
བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་སྐྱབས་སུ་མི་མཐུན་པའི་ཉེས་བྱས་  
བཅུ་གཉིས། མདོར་ན་སྦྱོར་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཕྱི་མ་གཉིས་ལ་  
མི་མཐུན་པའི་ཉེས་བྱས་བཞི་བཅུ་ཅ་དུག་ཡོད། དེར་བརྟེན་  
ཚུལ་ཁྲིམས་གསུམ་པོ་འདིའི་ནང་དུ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་  
ཉམས་ལེན་བྱེད་རྒྱ་ཐམས་ཅད་མ་འདུས་པ་མེད་པ་མ་ཚང་  
བ་མེད་པ་ཚུལ་ཁྲིམས་གསུམ་པོ་འདིའི་ནང་ཡོད། རྒྱ་མཚན་  
དེར་བརྟེན་ནས་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་ཉམས་ལེན་ཀྱི་གཞན་  
འགག་ཚང་མ་ཚུལ་ཁྲིམས་གསུམ་པོ་འདིའི་ནང་འདུས། དེར་  
བརྟེན་ཚུལ་ཁྲིམས་གསུམ་པོ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་དེ་  
ལྟར་ཡིན།

གཤམ་དུ་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་སྐྱོར་  
ལ་ཅུང་ཞུས་ན་འདྲ། སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་དེ་  
ལ་ཁ་སང་ཞུས་པ་རི་བཞིན་སེམས་ཅན་ཀྱི་དོན་བྱ་བ་བཅུ་  
གཅིག་དང་། དེ་ལས་གཞན་པའི་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་  
ཚུལ་ཁྲིམས་ཞེས་ཚུལ་ཁྲིམས་རྣམ་བཤམ་དབྱེ་བ་གཉིས།  
དང་པོ། སེམས་ཅན་ཀྱི་དོན་བྱ་བ་བཅུ་གཅིག་ཤོངས་གྲགས་



སྲུ་བྱང་ས་ལས་གསུངས་པ་ཇི་བཞིན། དང་པོ། རྫོགས་བྱ་  
 དགོས་པའི་དོན་བྱེད་པ། གཉེས་པ། ཐབས་མཁས་པ་ལ་  
 རྫོངས་པའི་དོན་བྱེད་པ། གསུམ་པ། བན་འདོགས་པའི་དོན་  
 བྱེད་པ། བཞི་པ། འཇིག་པས་ཉེས་པའི་དོན་བྱེད་པ། ལྷ་པ།  
 རྒྱ་རྒྱུ་གྱིས་བཟེ་བའི་དོན་བྱེད་པ། རྒྱལ་པ། ཡོ་བྱང་གྱིས་  
 རྫོངས་པའི་དོན་བྱེད་པ། བདུན་པ། གནས་འཆའ་བར་འདོད་  
 པའི་དོན་བྱེད་པ། བརྒྱན་པ། རྫོ་མཐུན་པར་འདོད་པའི་དོན་  
 བྱེད་པ། དགྲ་པ། ཡང་དག་པར་ལྷགས་པར་འདོད་པའི་དོན་  
 བྱེད་པ། བརྟ་པ། ལོག་པར་ལྷགས་པའི་དོན་བྱེད་པ། བརྟ་  
 གཅིག །རྩེ་འཕྲུལ་གྱིས་འདུལ་བ་རྣམས་ཀྱི་དོན་བྱེད་པ། འདི་  
 དང་སློབ་དཔོན་ཅོད་གོ་མིས་མཛད་པའི་བྱང་ཚུབ་སེམས་  
 དཔའི་སློབ་པ་ཉི་ཤུ་པ་དེའི་དཀའ་འབྲེལ་སློབ་དཔོན་བྱང་ཚུབ་  
 བཟང་པོས་མཛད་པ་དེ་དག་མཉམ་དུ་སྦྱར་ཏེ་ལྷན་པ་ཡག་  
 པོ་འོང་གི་མེད་དམ་བསམ། དེར་བརྟེན་སློབ་པ་ཉི་ཤུ་པ་ལས།

- དགོས་པའི་རྫོགས་སྲུ་འགྲོ་མི་བྱེད། །
- ནད་པའི་རིམ་གྱོ་བྱ་བ་སློང། །
- སྲུག་བསྐྱེད་སེལ་བར་མི་བྱེད་པ། །
- བག་མེད་རྣམས་ལ་རིགས་མི་སྟོན། །
- བྱས་ལ་ལན་དུ་ཕན་མི་འདོགས། །
- གཞན་གྱི་སྲུ་རན་བསམ་(སངས་)མི་བྱེད། །
- འོར་འདོད་པ་ལ་སྦྱིན་མི་བྱེད། །
- འཁོར་རྣམས་ཀྱི་ཞེ་དོན་མི་བྱེད། །
- གཞན་གྱི་རྫོ་དང་མཐུན་མི་འཇུག། །
- ཡོན་ཏན་བསྐྱེད་པ་སྦྱ་མི་བྱེད། །
- ཤྱེན་དུ་འཆམ་པ་ཚར་མི་གཙོད། །
- རྩེ་འཕྲུལ་སྦྱིག་ལ་སོགས་མི་བྱེད། །
- ཅེས་མདོར་ན་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་མི་མཐུན་

རྫོགས་ཀྱི་ཉེས་བྱས་བརྟ་གཉེས་གསུངས། དེའི་ནང་ནས་ད་  
 རེས་མཐུན་རྫོགས་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་བྱ་བ་བརྟ་གཅིག་  
 དང་སྦྱར་ཏེ་ལྷ་རྒྱ་དེ་ལྟར་ཡིན།

བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་ཚུལ་ཁྲིམས་རྣམས་པ་གསུམ།  
 དང་པོ། ཉེས་སྦྱོད་སློབ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཞེས་པ་རྫོགས་  
 གཅིག་ནས་དེའི་ནང་དུ་ཉམས་སྲུ་ལེན་བྱ་མང་པོ་ཞིག་འདུས།  
 མི་དགེ་བརྟ་སློང་གི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱང་དེའི་ནང་དུ་འདུས།  
 སོ་ཐར་གྱི་སློབ་པ་དེ་དག་ཀྱང་དེའི་ནང་དུ་འདུས་ཡོད། བྱང་  
 ཚུབ་སེམས་དཔའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱང་དེའི་ནང་དུ་འདུས་  
 ཡོད། བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་སློབ་པ་སྐྱངས་པའི་སྦྱེད་དུ་  
 སྲུགས་ཀྱི་སློབ་པ་སྐྱངས་པ་སྲུགས་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱང་དེ་དག་དེའི་ནང་  
 དུ་འདུས་ཡོད་པས་ཉམས་སྲུ་སྐྱང་བྱ་མང་པོ་ཞིག་དེའི་ནང་  
 འདུས་དེ་ཚོགས་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད་འདུག །ཅུང་ཙམ་དཀའ་  
 ལས་ཁག་པོ་ཡོད་ཀྱང་ལྷོས་ས་ལྷོས་འཇོག་ལས་བཞད་ན་  
 ཅུང་ལས་སྦྱ་བ་ལྷ་བྱ་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ལ་ལྷོས་ན་ངོས་  
 ཀྱི་བསམ་ཚུལ་ཡིན། གང་ཞེ་ན། ཉེས་པར་སྦྱོད་པའི་སློབ་  
 པ་ཞེས་ཉེས་པ་འདི་དག་རེད། ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱང་ཅང་གསལ་  
 པོ་ཡོད། དཔེར་ན། བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་ཚུལ་ཁྲིམས་  
 འདི་བྱེད་རྒྱ་མེད་ཅེས་མི་བྱེད་རྒྱ་དེ་དག་གསལ་པོ་ཡོད།  
 སྲུགས་ཀྱི་སྐྱབས་དེ་བཞིན་དང་འདུལ་བའི་སྐྱབས་ཡིན་ནའང་  
 དེ་ལྟར་དུ་གསལ་པོ་ཡོད་སྐྱབས་སོ་སོས་སྦྱབ་སྦྱབ་མ་སྦྱབ་  
 རེད་མ་གཏོགས་ཡང་དེ་ལ་དམིགས་བསམ་པོ་བ་མི་ལོན་རྒྱ་  
 ཞིག་མེད། གོ་བ་མི་ལོན་རྒྱ་དང་མྱེད་པ་དགྲུག་དགོས་པ་དེ་  
 ཙམ་མེད་དོ། །

**གཉེས་པ།** དགེ་བའི་ཚོས་སྦྱད་པ་དེ་སོ་སོས་ག་ཚོད་  
 སྦྱབ་སྦྱབ་བྱེད་རྒྱ་ཞིག་རེད། དགེ་བའི་ཚོགས་དགེ་བའི་ཚ་བ་  
 གང་སྦྱབ་སྦྱབ་གསོག་སྦྱབ་རྒྱ་སོ་སོའི་འབད་བཅོལ་ལ་རག་

ལས་པ་མ་གཏོགས་དེ་ལ་དམིགས་བསལ་མགོ་རྟོག་དང་  
བྱ་དཀའ་བྱེད་གཏང་ཅིག་མེད། གསུམ་པ། སེམས་ཚན་དོན་  
བྱེད་ཅེས་པ་མགོ་རྟོག་པོ་དང་། གོང་གི་སྣ་མ་དེ་དག་སོ་སོས་  
གང་རུས་ཅི་རུས་བྱས་ན་འགྲིག། །མ་གཏོགས་མི་གཞན་  
ལ་དེ་ཅམ་ལྟོས་དགོས་ཀྱི་མེད། སེམས་ཚན་དོན་བྱེད་ཅེས་པ་  
གཞན་པ་རོལ་པོ་ཞིག་དོན་དག་བསྐྱབ་རྒྱ་དང་གཞན་པ་རོལ་  
པོ་ཞིག་གི་རེ་བ་བསྐྱབ་རྒྱ་ཡིན་པས་དེ་མགོ་རྟོག་པོ་དང་མི་  
གཅིག་གི་འབྲེལ་བ་མ་རེད། མི་གཉིས་ཀྱི་རེ་བ་མ་རེད་མེན་  
པར་མི་མང་པོ་ཞིག་གི་དོན་བསྐྱབ་རྒྱ་ཞིག་དང་མི་མང་པོ་  
ཞིག་གི་རེ་བ་རྒྱོང་རྒྱ་ཡིན་པས་མགོ་རྟོག་བྱ་དཀའ་བྱེད་གཏང་  
ཅིག་ཡིན། དེའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་ཚན་དོན་  
བྱེད་ཅེས་པ་ཕྱོགས་གཅིག་ནས་ལས་སྤོ་པོ་ཞིག་ཆགས་མེད།  
ཕྱོགས་གཉིས་བསམ་སྒོ་བཏང་ན་སེམས་ཚན་དོན་བྱེད་ཅེས་  
པ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔལ་ལ་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ཞིག་ཡིན།  
གང་ཞེ་ན། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔལ་ཞེས་པ་སོ་སོས་བསམ་  
ཚད་བྱས་ཚད་ཐམས་ཅད་སེམས་ཚན་གྱི་དོན་དུ་འགྱུར་  
བ་ཞིག་བྱེད་དགོས་ཞེས་གསུངས། བསམ་ཚད་བྲན་ཚད་  
ཐམས་ཅད་སེམས་ཚན་གྱི་དོན་དུ་འགྱུར་བ་ཞིག་བྱེད་པར་  
སེམས་ཚན་གྱི་དོན་བྱེད་ལུགས་ཤེས། སེམས་ཚན་གྱི་དོན་  
བྱེད་ལུགས་ཤེས་པ་ཞེས་དཔེ་ཆའི་ནང་དུ་སེམས་ཚན་ལ་འདི་  
ལྟ་བུ་བྱེད་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་ཐོ་བརྒྱལ་སྟེ་སོ་སོས་སྒོ་ལ་  
འཛིན་པ་གཅིག་བྱས་མི་མན། སེམས་ཚན་ལ་དོན་དངོས་སུ་  
བྱས་འོང་བའི་ཐད་ལ་དཔེ་ཆའི་ནང་དུ་བཤད་པ་ལས་དཀའ་  
ལས་ཁག་པ་དང་རྟོག་བྱ་མང་པོ་ཞིག་ལ་སོ་སོས་གདོང་ལེན་  
བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་སྟབས་དེ་ལས་སྤོ་པོ་ཞིག་དང་སྟབས་  
བདེ་པོ་ཞིག་ཅ་བ་ནས་མེད། དེའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་ད་  
ཚོས་སྒོར་སྒོར་ཡང་ནས་ཡང་དུ་བྱེད་དགོས་པ་དང་ཡང་ནས་

ཡང་དུ་གོང་འཕེལ་དང་ཡང་རྒྱས་གཏོང་དགོས། དེར་བརྟེན་  
སེམས་ཚན་དོན་བྱེད་ཅེས་པ་གལ་ཆེན་པོ་འདུག་བསམ་བློན་  
ཀྱི་ཡོད།

**སྐབས་འདི་ལ་སེམས་ཚན་དོན་བྱེད་ཀྱི་བྱ་བ་བརྒྱ་  
གཅིག་ །དང་པོ།** ཕྱོགས་བྱ་དགོས་པའི་དོན་བྱེད་པ། ཞེས་  
སྟོན་པ་ཉི་ལུ་བའི་སྐབས་སུ།

- དགོས་པའི་ཕྱོགས་སུ་འགྲོ་མི་བྱེད། །
- ནད་པའི་རིམ་གྱོ་བྱ་བ་སྤོང། །
- སྤྱད་བསྐྱལ་སེལ་བར་མི་བྱེད་པ། །
- ཞེས་ཚིག་རྒྱུ་གསུམ་གསུངས། སྟོན་པ་ཉི་ལུ་བ་  
ལ་གཙོ་པོ་སྟེ་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཀྱི་ཉེས་བྱས་སྐབས་སུ་དེ་  
གསུངས། སེམས་ཚན་དོན་བྱེད་ཀྱི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཀྱི་ཉེས་  
བྱས་གསུངས་པ་དེའི་སྐབས་སུ་ཉེས་བྱས་དང་པོའི་ཉེས་  
བྱས་ལ་གསུམ་བཟང་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཞེ་ན། སྟོན་  
པ་ཉི་ལུ་བའི་ནད་དུ་ཉེས་བྱས་དང་པོ། དགོས་པའི་ཕྱོགས་  
སུ་འགྲོ་མི་བྱེད། །ཅེས་པ་སྤྱིར་སེམས་ཚན་གཞན་གྱི་དོན་  
མི་སྐྱབ་པ་ཞིག་ལ་གོ་བ་བྱས། གཉིས་པ། ནད་པའི་རིམ་གྱོ་  
བྱ་བ་སྤོང། །ཞེས་པ་སྤྱད་བསྐྱལ་གྱི་བྱེ་བྲག་ནད་པ་ལ་ནད་  
གཡོག་རྒྱུ་རྒྱ་དེ་དཀའ་ལས་ཁག་པོ་ཡོད་ཅ་ན་དེ་དམིགས་  
ཀྱིས་བཀར་ཏེ་གསུང་བ་ཡིན། གསུམ་པ། སྤྱད་བསྐྱལ་སེལ་  
བར་མི་བྱེད་པ། །ཞེས་སྤྱིར་བཏང་སྤྱད་བསྐྱལ་སེལ་རྒྱུའི་  
ཐབས་ལ་འབད་བརྟེན་མི་བྱེད་པ་ཅམ་ཞིག་ལ་གོ་བ་དང་།  
ཡིན་ནའང་བྱང་སའི་སྐབས་ཕྱོགས་བྱས་པ་ཞེས་གཅིག་མ་  
གཏོགས་མ་གསུངས། སྟོན་པ་ཉི་ལུ་བའི་སྐབས་གསུམ་  
གསུངས། བྱང་སའི་སྐབས་ཕྱོགས་བྱས་པ་དེའི་ཁོངས་སུ་  
ད་ལྟ་སྟོན་པ་ཉི་ལུ་བ་གསུང་རྒྱུའི་ནད་པའི་རིམ་གྱོ་བྱ་རྒྱ་  
དང་སྤྱད་བསྐྱལ་སེལ་རྒྱ་དེ་གཉིས་ཀ་དེའི་ཁོངས་སུ་འདུས་



བ་བྱས་ཏེ་གསུང་ཡོད་པས་དེའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་  
 རྫོགས་བྱས་པ་ཞེས་གཅིག་མ་གཏོགས་བྱང་ས་ལས་གསུང་  
 མེད། འོན་ཀྱང་འདྲ་ཞིག་ལ་རྫོགས་བྱས་པ་ཞེ་ན། དེ་ཡང་  
 སློབ་དཔོན་བྱང་ཚུབ་བཟང་པོའི་དཀའ་འབྲེལ་གྱི་དགོངས་  
 པ་ལྟར་འབྲེལ་ན། རྫོགས་བྱས་པ་ཞེས་གཞན་ལ་ཕན་པའི་  
 བསམ་པས་ཀུན་ནས་བསྐྱར་སྟེ་མི་གཞན་ལ་ལས་ཀ་ལེགས་  
 པོ་རག་རྒྱུའི་ཚེད་དུ་རྫོགས་བྱ་རྒྱ་དང་། ཁང་བ་དང་རྒྱ་ལོར་  
 བསྐྱར་རྒྱུའི་ཚེད་དུ་རྫོགས་པ་དང་རྫོགས་བྱ་རྒྱ་དང་། བྱིས་  
 ཚང་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟེན་པ་དེ་དག་ཡང་བསྐྱར་མ་སྐྱབ་པོ་  
 འོར་རྒྱུའི་ཚེད་དུ་རྫོགས་བྱ་རྒྱ་དང་། ཚང་ས་ལྟ་བུའི་གསོལ་  
 ལྟོན་དང་སློབ་སྦྱོང་ལ་མགོན་བྱས་པ་ཡིན་ན་ཡང་དེ་ལ་སོ་སོས་  
 རྫོགས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་འགྲོ་རྒྱ་དང་། དཔོན་པ་དང་རྟེན་གསུམ་  
 ལ་སོགས་པ་དགེ་བའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་བཟང་པོའི་ལས་ཀ་  
 དེ་ལྟ་བུ་བྱ་རྒྱུར་སོ་སོས་དང་ལྷན་སྐྱོད་ཀྱི་ཚོགས་ལྟོས་བྱང་།  
 བྱང་པ་ལ་བྱང་གཡོག་རྒྱལ་རྒྱ་དང་ཡོང་བ་ལ་ལག་འཁྱེད་བྱ་  
 རྒྱ་དང་། འོན་པ་ལ་གོ་བརྟེན་སྦྱོང་རྒྱ་དང་། རྒྱ་ལག་ཞེ་བེ་དེ་  
 རིགས་ཡོད་ན་དེ་དག་རྒྱལ་ཏུ་འཁྱེད་ནས་འགྲོ་རྒྱ་དང་། དེང་  
 སང་རྒྱལ་ཏུ་འཁྱེད་ཏེ་འགྲོ་མི་དགོས་ཀྱང་ཞེ་བེ་དེ་དག་འདུག་  
 སའི་འཁོར་ལོ་དེའི་རྒྱལ་ལོས་ནས་འབྲུད་རྒྱལ་གིས་རོགས་པ་  
 བྱས་ཡིན་ནའང་འདྲ། གཞན་ལ་དམའ་འབེབས་དང་མཚོང་  
 རྒྱུ་བྱས་པ་མཚོང་ན་དེ་དག་ལ་སེམས་ཤུགས་སྤར་རྒྱ་དང་།  
 མི་ཁགས་ཡང་ལམ་ནོར་ཐེངས་ཏེ་འགྲོ་སའི་ལམ་ནོར་བ་དེ་  
 རིགས་དང་ལམ་དུ་རྒྱུན་རིང་པོ་སྤྱིན་ཏེ་ཟས་བཟའ་རྒྱ་མེད་  
 རྫོང་ལ་རྫོགས་པ་དེ་དག་ལ་ཟས་དང་སློབ་སྦྱོང་རྒྱ་དང་། ཡང་  
 ཁགས་གཞུགས་པོ་ངལ་དུ་བཟུགས་ཡོད་ཅན་དེ་དག་ལ་  
 སྤར་སྤར་དང་བསྐྱེད་མཉེ་བཟང་དེ་འདྲ་བྱ་རྒྱ་ལ་སོགས་པ་  
 མདོར་ན་གཞན་ལ་རོགས་པ་བྱེད་རྒྱ་ཐམས་ཅད་འདྲིའི་ནང་

དུ་འདུས། དེའི་སྐབས་སུ་ཁ་སང་ལུས་བ་རི་བཞིན་ཡང་ཕན་  
 པ་མ་བསྐྱབས་ནའང་ཉེས་པ་མེད་པའི་དམིགས་བསམ་ལམ་  
 དུས་ཚོད་དེ་འདྲའང་ཡོད། ཡིན་ནའང་ཁ་སང་རོབ་ཅམ་ལུས་  
 པས་དེ་རིང་བསྐྱར་ལྟ་བུ་མི་བྱེད། མི་ལུ་བའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཞེ་  
 བ། རྒྱུན་དུ་རྫོ་ཚང་མ་དམིགས་བསམ་ལྟ་བུ་བྱས་གཞན་  
 པན་གང་ཡང་མ་བསྐྱབས་པར་བསྐྱད་ཡོད། ད་དུང་དམིགས་  
 བསམ་འདི་འདྲ་འདི་འདྲ་ཡོད་ཅེས་བཤད་ན་ལེ་ལོ་ཆེ་དུ་འགྲོ་  
 རྒྱ་ཞིག་དང་ཁག་འདོགས་རྒྱ་མང་དུ་འགྲོ་རྒྱ་མ་གཏོགས་  
 གཞན་པན་ཚོགས་མི་འདུག་བསམ་བློ། སྤྱིར་བཏང་  
 དམིགས་བསམ་ཞེས་སྐབས་མཁན་དེ་ལ་དམིགས་བསམ་ཡོད་  
 ཟེར་གྱི་ཡོད་མ་གཏོགས། གཞན་པན་མི་སྐབས་མཁན་ཞིག་ལ་  
 དམིགས་བསམ་གཏོང་རྒྱ་གང་ཡང་མེད། དེའི་རྒྱ་མཚན་ལ་  
 བརྟེན་ནས་དམིགས་བསམ་དུ་དེ་རིང་ལུ་མི་དགོས་པར་བྱས་  
 དེ་དོན་བྱ་བ་བཅུ་གཅིག་ལས་དང་པོ་ཡིན།

**གཉིས་པ།** ཐབས་མཁས་ལ་རྫོངས་པའི་དོན་བྱེད་པ།  
 ཞེས་སྟོན་པ་ཉི་ཤུ་པ་ལས། བག་མེད་རྣམས་ལ་རིགས་མི་  
 ལྟོན། །ཞེས་དཔེར་ན་འཛམ་བུ་སྤྱིར་འདྲིའི་ཚོགས་ཏུ་མི་མང་པོ་  
 ཞིག་ཆེ་འདི་མ་གཏོགས་མི་བསམ་མཁན་དེ་རིགས་ཡོད། དེ་  
 རེ་གཉིས་རེ་མ་རེད་སལ་ཆེར་འཛམ་བུ་སྤྱིར་གི་མི་བརྒྱ་ཆ་  
 བརྒྱད་ཅུ་དགུ་བཅུ་ཆེ་འདི་མ་གཏོགས་བསམ་གྱི་ཡོད་མ་  
 རེད་ཅེས་ལབ་པ་ཡིན་ནའང་ཕལ་ཆེར་འགྲིག་གི་ཡོད། དེར་  
 བརྟེན་ཆེ་འདི་མ་གཏོགས་མི་བསམ་མཁན་དེ་དག་ལ་ག་  
 རེ་བྱེད་དགོས་ཤེ་ཞེ་ན། དེ་དག་གི་ཚེད་དུ་ཆེ་འདི་ལ་ནོར་  
 བསགས་སྤངས་དང་ལས་ཀ་བྱེད་སྤངས་ལ་སོགས་པ་སོ་  
 སོས་ཤེས་གྱི་ཡོད་པ་ཡིན་ན། རང་གི་ཤེས་ཚད་དང་ཉམས་  
 རྫོང་གིས་འདྲང་གི་ཡོད་ན་དེ་དག་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་དགོས།  
 ཁོ་རང་ཆོ་ལ་ཆེ་འདི་ལ་ཕན་ཚོགས་འབྲུང་རྒྱུའི་ཚེད་དུ་ཡིན་

ནའང་ར་ཚོས་སློབ་སློབ་དང་ལམ་སློབ་བྱེད་དགོས། གཤམ་ཉེ་  
སོ་སོས་ཤེས་ཀྱི་མེད་ན་མི་གཞན་ལ་བསྐྱབ་ཏུ་བརྟུག་སྟེ་ཆོ་  
འདི་ལ་ཁྱོད་རང་ལས་ཀ་བྱེད་སྟངས་ལས་ཀ་འདི་འདྲ་བུས་  
ན་ཡག་པོ་ཡོད། འཆར་གཞི་འདི་ལྟ་བུ་འདིངས་ན་ཡག་པོ་  
ཡོད། གྲོགས་པོ་འདི་ལྟ་བུ་སྤྲིགས། གྲོགས་པོ་དང་དེ་བཞིན་  
བཟོ་བྲལ་འདི་ལྟ་བུ་ལས་ཀ་ལས་རྒྱུའི་བཟོ་བྲལ་ལས་ཀ་འདི་  
བཟོ་བྲལ་འདི་ལྟ་བུ་མཉམ་དུ་ལས་ཀ་བྱས་ན་ཡག་པོ་ཡོད་ཅེས་  
དེ་འདྲའི་ལམ་སློབ་དང་ཁ་ཉ་བྱེད་དགོས། ཆོ་སྤྲི་མ་བསམ་  
མཁན་ཞིག་ཡིན་ན་ཆོ་སྤྲི་མ་ལ་མན་པའི་ཚོས་འདི་ལྟ་བུ་  
བྱེད་དགོས། བསམ་སློབ་འདི་ལྟ་བུ་གཏོང་དགོས་ཞེས་པར་  
ལམ་སློབ་བྱེད་རྒྱ་དེ་གཤམ་ཆེན་པོ་རེད། དང་པོ་མེད་མཁན་ལ་  
ཐབས་མཁས་པའི་སློབ་ནས་དང་བ་སྤྱེད་པར་བྱེད་པ། སྤྱིང་རྗེ་  
མེད་མཁན་ལ་ཐབས་མཁས་པའི་སློབ་ནས་སྤྱིང་རྗེ་སྤྱེ་ཨེ་སྤྱབ་  
བལྟ་རྒྱ། ལྟ་བ་ལོག་པ་ལ་ཐབས་མཁས་པའི་སློབ་ནས་ཡང་  
དག་པའི་ལྟ་བ་སྤྱེ་ཨེ་སྤྱབ་ལྟ། མདོར་ན་འདི་བྱས་ན་  
བཟང་པོ་ཡོད། འདི་བྱས་ན་རང་ཞེས་སོ་སོའི་ཉམས་སྲོང་དང་  
སོ་སོའི་ཤེས་ཚད་ཅེ་ཡོད་ཀྱི་སློབ་ནས་ལྷག་བསམ་ནམ་པར་  
དག་པའི་སློབ་ནས་གཞན་ལ་ལམ་སློབ་དང་བསྐྱབ་བྱ་རྒྱུ་  
རྒྱ་ཡིན། དེས་གང་མཚོན་ཀྱི་ཡོད་ཅེ་ན། བྱང་རྒྱལ་སེམས་  
དཔའ་རང་ཉིད་ལ་ཆོ་འདི་པའི་བསམ་པ་མེད་པ་ཡིན་ནའང་  
སེམས་ཅན་གཞན་ཆོ་འདི་སློབ་གཏོང་མི་སྤྱབ་མཁན་དེ་དག་  
གི་དོན་ཡིན་ནའང་ཡལ་བར་འདོར་རྒྱ་མེད། ར་ཆོ་འདི་སློབ་  
བཏང་ཚར་བ་ཡིན་ཁྱོད་རང་ཆོ་ཆོ་འདི་སློབ་གཏོང་སྤྱབ་ཀྱི་མི་  
འདུག་ན་གཡུགས་ཤོག །ངས་ཁྱོད་རང་ཆོ་ལ་བྱས་གཏོགས་  
བྱེད་སྤྱབ་ས་མ་རེད། ཁྱོད་རང་ཆོ་བཞུགས་གདན་འཇགས།  
ང་ནི་ཁྱོད་རང་ཆོ་འདི་དོན་བྱེད་སྤྱབ་ས་མ་རེད་ཅེས་པ་ལྟ་བུ་  
སློབ་གཏོང་བྱ་རྒྱ་མེད། དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཡལ་བར་མི་

འདོར་བར་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་ཡིན་ནའང་སོ་སོས་  
གང་སྤྱབ་ཅི་སྤྱབ་ཀྱིས་འབད་བཅོམ་བྱེད་དགོས་གསུངས།  
**གསུམ་པ།** བན་འདོགས་པའི་དོན་བྱེད་པ། ཞེས་སློབ་  
པ་ཉི་ཤུ་པ་ལས། བྱས་ལ་ལན་དུ་མན་མི་འདོགས། །ཞེས་  
སྲུང་རང་ལ་རྩུང་མན་བཏགས་མི་རོགས་རམ་བྱེད་མི་དེ་དག་  
གི་བཀའ་འདོན་བརྗེད་རྒྱ་མེད། བཀའ་འདོན་ལ་བྲན་ཤེས་དགོས་  
བཀའ་འདོན་བྲན་ཤེས་ཡོད་པ་ཅམ་དུ་མ་ཟད་གཤམ་སྲིད་དཔེར་  
ན་མི་དེ་ཉི་མ་གཅིག་སོ་སོའི་ནང་དུ་སྤྱེབས་པ་ཡིན་ན། ཁྱོད་  
རང་འདིར་ཐེབས་པ་དེ་ལ་བྱོན་པ་ལེགས། ར་ཉ་ཅང་དགའ་པོ་  
བྱུང་། ཞེས་དེ་ལྟ་བུའི་ཆོག་སྟན་པོ་བརྗོད། སྤོང་སའི་གདན་  
ཡག་པོ་བཏོང་། ར་ལ་སོགས་པའི་ཟ་བ་དང་བཏུང་བ་བཟང་  
པོ་བཤམས་ཉེ་སྤེ་ལེན་ཆོགས་ཆོགས་ཞིབ་ཞིབ་ཡག་པོ་  
བྱེད་དགོས། མདོར་ན་སྲུང་གཞན་ཀྱིས་རྩུང་རང་ལ་བྲིན་  
བྱས་པ་དེ་དང་མཉམ་པ་ཞིག་སོ་སོས་པར་མན་འཇལ་སྤྱབ་  
པམས་ཡང་ན་དེ་ལས་ལྷག་པའི་དེན་ལན་འཇལ་ཨེ་སྤྱབ་བལྟ་  
དགོས། དེ་བཞིན་སོ་སོ་ལ་བཀའ་འདོན་ཅན་ཀྱི་མི་ཞིག་གིས་  
སོ་སོ་ལ་ང་ལ་རོགས་པ་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་བྱེད་རོགས། དེ་རིང་  
ང་ལ་རོགས་པ་ཞིག་དགོས་ཀྱི་འདུག་པས་ཁྱོད་ཀྱིས་གནང་  
སྤྱབ་པམ་ཞེས་རེ་བ་བརྒྱབ་པ་ཡིན་ན་སོ་སོས་གང་སྤྱབ་ཅི་  
སྤྱབ་ཀྱིས་རེ་བ་སྤོང་ཨེ་སྤྱབ་བཤམ་པ་དགོས་པ་རེད། ཁོས་  
རྩུང་རང་ལ་རེ་བ་མ་བརྒྱབས་པ་དང་གང་ཡང་མ་ལམ་གུང་  
སོ་སོས་པར་གང་སྤྱབ་ཅི་སྤྱབ་ཀྱིས་དེའི་རེ་བ་སྤོང་རྒྱ་དང་དེའི་  
འདོད་པ་བསྐྱབ་རྒྱ་དེ་བྱེད་དགོས། མདོར་ན་ག་དུས་ཡིན་  
ནའང་བྱས་ཤེས་དེན་གཞོ་དགོས། གཞན་ཀྱིས་རང་ལ་རྩུང་  
རོགས་བྱས་པ་དེ་བརྗེད་རྒྱ་མེད། རྩུང་རྒྱ་སྤེགས་པ་གང་གིས་  
རོགས་བྱས་པ་ཡིན་ན། བར་ལ་རྩུང་བ་གང་གིས་རོགས་  
པ་བྱེད་དགོས་ཞེས་པའི་དཔེ་ཞིག་ཡོད། མི་གཞན་ཀྱིས་རྩུང་



རོགས་པ་རྒྱུད་ཏུ་ཞིག་ལས་མ་བྱས་ཀྱང་དེ་མ་བཟེད་པ་བྱས་  
 ཉེ་སང་ཉིན་པར་དེ་ལས་ལྷག་པ་ཞིག་བྱེད་མ་ཐུབ་ནའང་དེ་  
 དང་མཉམ་པ་ཞིག་གསུང་དེ་ལས་དམན་པ་ཞིག་མི་འོང་བ་དེ་  
 འདྲའི་ཐབས་ཤེས་བྱེད་དགོས།

**བཞི་པ།** འཇིགས་པས་ཉེས་པའི་དོན་བྱེད་པ། ཞེས་པ་  
 ལྟོམ་པ་ཉི་ལུ་པའི་ཅ་ཚེག་ནང་དུ་མི་འདུག། །བྱང་སའི་སྐབས་  
 ཡིན་ནའང་དེ་ཡོད་མིན་ཟེ་ཚོམ་མེད་ད་ལྟ་ཡང་བསྐྱར་ཞིབ་  
 འདུག་བྱེད་རྒྱ་དང་པལ་ཆེར་མི་འདུག་བསམ་པ་འདྲ། ཡིན་  
 ནའང་ཡོངས་གྲགས་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་བཞི་པ་དེ་ལ་  
 འཇིགས་པས་ཉེས་པའི་དོན་བྱེད་པ་ཞེས་པ་ཡོངས་གྲགས་  
 བྱས་ཉེ་གསུངས། དེ་བཞིན་སློབ་དཔོན་བྱང་རྒྱུ་བཟང་  
 པོའི་དཀའ་འབྲེལ་ནང་དུ་འདྲེས་སེམས་ཅན་འཇིགས་པ་རྣམས་  
 འཇིགས་པའི་གནས་ནང་དུ་བསྐྱུང་བར་བྱེད་དོ་ཞེས་དེ་ལ་  
 སོགས་པ་མང་སོ་ཞིག་གསུང་ཡོད་ཉ་ཅང་གསལ། དེའི་རྒྱ་  
 མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་སྐབས་འདི་ལ་བྱང་སའི་སློམ་པ་ཉི་ལུ་  
 ཅ་གཅིག་པའི་ནང་དུ་མི་འབྱུང་བའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་པ།  
 བྱང་སའི་ཐད་འདི་ཡོད་དང་མེད་བརྟག་དབྱེད་བྱེད་དགོས་  
 རྒྱ་ཞིག་ཡིན། བོད་ཀྱི་མཁས་པ་སྣ་མ་ཚོས་འདི་ལ་བརྟག་  
 དབྱེད་མཚན་པ་པལ་ཆེར་ངོས་ཀྱིས་ད་ལྟ་བར་དུ་མ་མཚོང་།  
 གཅིག་བྱས་ཆེ་ངོས་ཀྱིས་མ་མཚའ་བས་མེད་པས་མ་ལྟོ།  
 བརྟག་དབྱེད་བྱེད་དགོས། གང་ལྟར་ཡང་དོན་དག་ནི་སེམས་  
 ཅན་འཇིགས་པའམ་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་དེ་དག་ལ་སེམས་ཅན་  
 འཇིགས་སྐྱབ་བྱུང་བའམ་ཡང་ན་ཉེན་ཁ་བྱུང་བ་དེ་དག་ཉེན་  
 ཁ་ལས་ཐར་ཐབས་བྱ་རྒྱ། དཔེར་ན་ས་ཡོམ་རྒྱལ་པ་དང་  
 རྒྱས་འབྲེལ་པ་དང་རྒྱུད་གིས་སྟོར་བ་དང་། སྐམ་ལ་གནས་  
 པའི་སྟོག་ཆགས་སྟག་གཞིག་དོམ་དྲིད་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་  
 གི་འཇིགས་པ་བྱུང་བ་དང་། རྒྱ་ལ་གནས་པའི་སྟོག་ཆགས་

རྒྱ་མིན་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་གི་འཇིགས་པ་བྱུང་བ་དང་།  
 དམག་འབྲུག་དང་ལྷ་གོ་དང་ནད་ཡམས་ལ་སོགས་པ་དེ་  
 ལྟ་བུའི་འཇིགས་པ་བྱུང་བའི་ཐད་སོ་སོས་གང་ལུས་ཅི་ལུས་  
 གྱི་སྟོན་པ་གཞན་འཇིགས་པ་དེ་ལས་སྤྱད་སྟོང་དང་འཇིགས་  
 པ་དེ་ལས་ཐར་ཐབས་དང་རྒྱལ་སྟོར་རོགས་རམ་བྱ་རྒྱ་དེ་  
 དག་གལ་ཆེ་གསུངས། དཔེར་ན། ད་ལྟའི་དུས་ཚོད་ལ་རྒྱ་  
 ནག་ནང་དུ་སྟོན་ཉེན་གྱི་ཉོག་དབྱིབས་ནད་ཡམས་ཚབས་ཆེན་  
 བྱུང་སྟེ་ད་ལྟ་ན་ཆོ་སོག་གཏན་ཁེལ་བྱུང་བ་པལ་ཆེར་ཞི་བྱག་  
 ལྷག་ཅམ་མེད་དམ་དེ་ལྟར་ཆགས་ཀྱི་འདུག། །ཤི་ཟེན་པའང་  
 ཁ་སང་སྟོང་སྟག་གཅིག་གཉིས་འདུག་བསམ་བསམ་འདུག།  
 ད་ལྟ་ལམ་སང་སྟོང་ལ་མི་ངེས། རྒྱ་ནག་ཅམ་དུ་མ་ཟད་ནད་  
 ཡམས་དེ་ད་ལྟ་འཇོམ་སྤྱིར་རང་བཞིན་ཅན་དུ་བྱུང་ཉེ་འཇོམ་  
 བྱ་སྤྱིར་གི་རྒྱལ་ཁབ་མང་སོ་ཞིག་ཏུ་ནད་ཡམས་དེ་ལྟར་ཆར་  
 འདུག། དེར་བརྟེན་དེའི་ཐད་ལ་ང་ཚོས་གསར་འགྲུར་དེ་དག་  
 བལྟས། འདི་དེ་ལ་འདི་འདྲ་སོག་འདུག། དེ་རིང་གངས་ཀ་འདི་  
 ག་ཅམ་འཕེལ་འདུག་བསམ་པ་ཞིག་དང་གངས་ཀ་བཅིས།  
 རྒྱལ་ཁབ་གསར་པ་གང་དུ་སྐྱེབས་འདུག་ཟེར་དེ་ལ་སྟང་མེའི་  
 ལྷང་བའམ་དེ་ལ་གསར་འགྲུར་གྱི་འདུ་ཤེས་བཞག་པ་ཅམ་  
 མ་གཏོགས་དེ་ལ་སེམས་ཁུར་དང་དེ་ལ་སོ་སོས་གང་བྱེད་  
 ཐུབ་རྒྱ་འདུག་དེ་ལྟ་བུའི་བསམ་སྟོན་གཏོང་རྒྱ་སྐབས་རེ་  
 ཚོས་བཟེད། དེར་བརྟེན་དེ་བཟེད་རྒྱ་མེད་ལ་སྟག་པར་དུ་  
 ཚོ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་ཞིག་ཆགས་རྒྱའི་འབད་བཅོལ་བྱེད་  
 མི་ཞིག་གི་ངོས་ནས་བཤད་ན་ངེས་པར་དེ་ལྟ་བུའི་དཀའ་ངལ་  
 འསྐད་པའི་ཐད་ང་ཚོ་ལ་སྟོགས་གཅིག་ནས་དེ་གནས་ཚུལ་  
 རྒྱལ་ཆགས་བཟུ་མི་ཤེས་པའི་གནས་ཚུལ་མེད་དེ། བྱང་རྒྱལ་  
 སེམས་དཔའ་ཞིག་ལ་མཚོན་ན་དེ་ལ་བོ་སྐབས་ཤིག་རེད།  
 བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་སེམས་ཅན་ལ་གཞན་དོན་བྱེད་རྒྱའི་

གོ་སྐབས་ཤིག་ཡིན་གོ་སྐབས་འདི་འདྲ་ཞིག་ག་དུས་ཡིན་  
 བའང་མི་འོང་། འདི་ལྟ་བུའི་སྐབས་སོ་སོའི་རྒྱས་པ་དང་  
 བསྐྱེད་ཏེ་དངོས་སུ་རོགས་པ་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་མེད་ཀྱང་སློན་ལམ་  
 ཚུན་ཆད་ལ་ནད་ཡམས་དེ་རྒྱུར་དུ་ཞི་བར་ཤོག །སེམས་ཅན་  
 བད་ཀྱི་འཛིགས་པ་ལས་ཐར་བར་ཤོག །དེ་བཞིན་ནད་པ་དེ་  
 དག་ལ་ནད་གཡོག་རྒྱུ་གི་དང་སློན་པ་དེ་དག་ཡིན་ནའང་  
 ཁོང་ཚོས་དཀའ་ངལ་ཚད་མེད་པ་ཞིག་ལ་གདོང་ལེན་བྱས་ཏེ་  
 བསྐྱེད་ཡོད་སྐབས་དེ་དག་ལའང་ང་ཚོས་རྒྱལ་སྐྱོར་བྱེད་རྒྱ་དེ་  
 དག་གི་ཆེད་དུ་ང་ཚོས་སློན་ལམ་བརྒྱུ་རྒྱ་དེ་དག་གཤམ་ཆེ།  
 སློན་ལམ་ཅམ་ཡང་རྒྱལ་སྐྱེད་ཀྱི་མེད་ན་དེ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་  
 དབའ་རེད་ཅེས་བཤད་ཐུབ་རྒྱ་དཀའ། སློན་ལམ་རྒྱལ་རྒྱ་ལ་  
 ང་ཚོས་འགྲོ་སོང་གང་ཡང་གཏོང་མི་དགོས། སློན་ལམ་རྒྱལ་  
 རྒྱ་ལ་ང་ཚོས་གནས་གཡོ་ས་སྐྱོན་བྱེད་མི་དགོས། ལས་སྐྱ་  
 སོའི་ངང་ལག་པ་གཉིས་ཐལ་མོ་སྦྱར། མདོར་ན་སེམས་ཚེ་  
 གཅིག་ཏུ་གཏད་དེ་མ་ཉེ་རྟོག་ཅིག་མ་གཏོགས་མེད་ཀྱང་དེ་  
 འདོན་ན་སོ་སོའི་སེམས་པའི་མཚོན་བྱེད་དང་པ་རོལ་བོ་དེ་  
 ལ་གང་ཡིན་ནའང་དངོས་དང་བརྒྱུད་དེ་པན་ཐོགས་འབྱུང་།  
 དེའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་དག་ང་ཚོའི་སེམས་ལ་ངེས་  
 བར་བྱེད་དགོས་པ་གཤམ་ཆེ། རོས་ནས་ཀྱང་འཕྲལ་འཕྲལ་  
 འདི་བྱས་ན་བསམ་བསམ་པ་མི་འདྲ། དེར་བརྟེན་ཁ་སང་  
 སློན་མ་ས་སྐྱའི་ནད་གོལ་མ་རྒྱ་སྐད་ཐོག་ཏུ་འདྲུང་སོ་སོ་  
 ཡིན་ནའང་རྒྱ་སྐད་ཐོག་ཏུ་འདྲུང་འདོན། བོད་སྐད་ཐོག་ཏུ་ཡིན་  
 བའང་འདོན་དགོས་བསམ་འདྲ། ཁ་སང་དེ་རིང་བྲེལ་བས་  
 འདོན་ལོང་མ་བྱུང་། དེང་སང་ནད་ཡམས་དེ་ཟེ་ཁྲིན་ཕྱོགས་  
 དང་དེ་བཞིན་མཚོ་སྐོན་ཕྱོགས་ཡིན་ནའང་ཁྲུབ་སྟེ་ང་ཚོ་བོད་  
 རིགས་ཀྱི་ས་སྐལ་རྟུལ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ཏུ་ནད་ཡམས་  
 དེ་ཏོག་ཅམ་ཇ་འདྲག་སོ་ཆགས་འདུག །དེར་བརྟེན་དེ་དག་

ལ་དམིགས་ཏེ་བོད་སྐད་ཐོག་ཏུ་འདོན་ན་ཅུང་པན་ཐོགས་  
 འོང་གི་མེད་དམ་བསམ་འདྲ་གི་ཡོད། གང་ལྟར་དེ་མཚོན་  
 བྱེད་ཅམ་དང་དེ་མིན་སྐྱ་མ་མང་སོ་ཞིག་གིས་སྐྱགས་བསམ་ག་  
 རྒྱ་དང་འདོན་པ་འདོན་རྒྱ་མང་སོ་ཞིག་གི་བཀའ་སློབ་གནང་  
 ཡོད། དེར་བརྟེན་སོ་སོའི་རྒྱས་པས་འདོན་ཚོད་མདོར་ན་ནམ་  
 རྒྱུན་སོ་སོས་སྐྱགས་དེ་རིགས་འདོན་པ་ཆེག་རེ་རེ་གཉིས་  
 རེ་འདོན་ཤེས་ཀྱི་ཡོད། སོ་སོས་ཤེས་ཚད་དེ་པར་འདོན་ཏེ་  
 སློན་ལམ་ཞིག་བརྒྱལ་ན་ཕྱོགས་གཅིག་ནས་སོ་སོའི་སེམས་  
 པའི་མཚོན་བྱེད་དང་ཕྱོགས་གཅིག་ནས་ཉན་ཉན་སློན་ལམ་  
 བརྒྱབས་པ་དེ་ལ་འགྲུས་བྱ་འབྱུང་རྒྱ་རེད་བསམ་འདྲ།

**ལྷ་པ།** ལྷ་པོ་ལྱིས་གཟུང་བའི་དོན་བྱེད་པ། ཞེས་སྟོན་  
 པ་ཉི་ཤུ་པ་ལས། གཞན་གྱི་ལྷ་པོ་བསལ་(སངས་)མི་བྱེད། །  
 ཅེས་པ་མ་དང་གཉེན་ཉེ་བའི་བ་དང་དེ་བཞིན་གྲོགས་སོ་  
 བཟང་སོ་ཤི་བ་དང་། ཁྱི་དང་ལྷུ་ལུ་ལ་སོགས་པ་དེ་འདྲ་  
 གཅེས་པ་དང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་གང་ཟག་དང་བྲལ་བ་དང་།  
 ལྷ་མ་དང་དགོ་རྒྱལ་བཟང་སོ་འདས་པ་དང་། རྒྱ་ལོར་སོན་  
 ཆེན་རྒྱ་མ་ཤོར་བ་དང་། དེང་སང་ཁྲིན་རའི་ཐོག་ཏུ་བོད་སྐད་  
 བང་མ་རྒྱ་འཛིན་ཤོག་ཅེས་བརྒྱུར་འདུག །མཚམས་རེ་ཁྲིན་  
 རའི་མ་རྒྱ་དེ་ཉན་ཉན་མེད་པར་ཉིན་མ་རེ་རེའི་ནང་དུ་ཡར་  
 འཕར་མར་ཆག །མཚམས་རེ་ཤུགས་ཆེན་སོ་ཆག་སྐྱབས་  
 ལྟོར་ཁྱི་སྐག་འབྲུམ་སྐག་དེ་ལྟ་བུ་ཆག་པ་དང་། ཚོང་མ་ཚ་  
 རིབ་པ་ལ་སོགས་པ་དེ་ལྟ་བུའི་ལྷ་པོ་དང་སེམས་ཁྲལ་དེ་  
 དག་སེམས་ཅན་གཞན་ལ་བྱུང་བ་ཡིན་ན་དེ་ཞི་བར་ཆེད་དུ་  
 སོ་སོས་ཐབས་ཤེས་དང་རོགས་རམ་བྱ་རྒྱ་དེ་ཡིན། མདོར་  
 བ་གཞན་གྱི་སེམས་ཁྲལ་དང་སེམས་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་བསམ་  
 རྒྱ་དང་ལྷ་པོ་བསལ་རྒྱ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་ཐབས་ཤེས་བྱ་རྒྱ་ཡིན།  
 ལྷག་པར་དུ་དེང་སང་གོང་ཁྲིར་ནང་དུ་འདུག་མི་མང་སོ་ཞིག་



ལ་སེམས་ནད་དམ་སེམས་ལྷ་འཇགས་ཀྱིས་གཞོན་ཉེ་སེམས་  
 ཡིད་ཀྱི་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པ་དེ་ལྟ་བུའི་སེམས་ནད་སོགས་དེ་འབྲེ་  
 མང་སོ་འབྲུང་། ལྷག་པར་དུ་ལོ་གཞོན་ལུང་གྲས་ལས་དེ་ལྟ་  
 བུ་མང་སོ་འབྲུང་གི་ཡོད་སྟེ། དེ་དག་ལ་སོ་སོའི་འབྲིས་སུ་  
 བསྐྱབ་བྱ་རྒྱལ་མི་དང་སེམས་ལྷགས་སྤར་མི། བཟང་སྤྱོདས་  
 ཅས་སྐྱད་ཆ་ཤོད་མི་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་དགོས་རྒྱུ་གཤམ་ཆེ། དེར་  
 བརྟེན་མདོར་ན་དེ་ལ་སོགས་པ་སེམས་ཅན་སེམས་ཀྱི་སྤྲུག་  
 བསྐྱབ་ཀྱིས་མཉམ་བ་སྤྱ་འཇགས་ཀྱིས་མཉམ་བ་དེ་དག་གི་དོན་  
 རྒྱུ་རྒྱུ་ཡིན།

**དུག་པ།** ཡོ་བྱད་ཀྱིས་ཁོངས་པའི་དོན་རྒྱུད་པ། ཞེས་  
 རྣམ་པ་ཉི་ལུ་པ་ལས། རྣམ་འདོད་པ་ལ་སྤྱིན་མི་བྱེད། །ཅེས་  
 དེས་ཁ་ལ་ཟས་མེད། རྒྱལ་ལ་གོས་མེད། ལག་ཏུ་ལོར་མེད་  
 ཀྱི་སྤྱང་སོ་ཡིན་ནའང་འདྲ། དེ་བཞིན་སེམས་ཅན་ཉམས་ཐག་  
 དེ་དག་ལ་ང་ཚོས་པན་སོགས་རོགས་རམས་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཡིན།  
 དཔེར་ན་དེ་དག་ལ་ཟས་དང་ལོར་ལ་སོགས་པ་སྤྱིན་པ་ཅམ་  
 དུ་མ་ཟད་ཤེས་ཡོན་སློབ་སློང་རྒྱ་གཤམ་ཆེན་པོ་རེད་འདུག།  
 གང་ཞེ་ན། ཟས་སོར་པ་གང་སྤྱད་ན་ཉུང་ན་རྒྱ་ཚོད་ཁ་གས་  
 དང་མང་ན་ཉི་མ་གཅིག་མ་གཏོགས་རྒྱགས་མི་ཐུབ། ཤེས་  
 ཡོན་སློབ་གཅིག་མ་གཏོགས་མི་ཤེས་ཀྱང་མི་ཚོ་སྤེལ་སོ་ལ་མན་  
 སོགས་ཡོད། དེའི་རྒྱ་མཚོན་ལ་བརྟེན་ནས་མི་སྤྱང་སོའམ་མི་  
 ཚང་ཅུང་འཚོ་བ་སྤྱི་སོ་ཡོད་པ་དེ་དག་གིས་སོ་སོའི་སྤྲུག་གུ་  
 ཚོ་སློབ་བྱ་ལ་གཏོང་དགོས་བསམ་ཡང་སློབ་བྱ་ལ་གཏོང་  
 རྒྱུའི་དཔལ་འཕྱོར་གྱི་འཕྱོ་སོང་གཏོང་བྱེད་མེད་པ་དེ་ལྟ་  
 བུའི་དཀའ་ངལ་འཕྲད་པ་མང་སོ་འབྲུང་བཞིན་འདུག །གས་  
 མིད་སློབ་བྱ་ལ་གཏོང་བུམ་པའི་དབང་དུ་བཏང་ཡང་སློབ་བྱ་  
 དཀའ་མ་སློབ་བྱ་རྒྱུར་བ་དང་འཕྲིད་བ་དེ་དག་མ་གཏོགས་  
 ཡང་སློབ་བྱ་ཆེན་པོ་ལ་གཏོང་མི་ཐུབ་པ་དེ་ལྟ་བུའི་དཀའ་

ངལ་འཕྲད་པ་མང་སོ་འབྲུང་། རྣམ་པ་རྒྱ་གར་དུ་ང་ཚོའི་དགེ་  
 འདུན་པ་འཇམ་དབྱངས་ལགས་ཀྱིས་རྒྱ་གར་རྣམ་ལུ་ལུང་  
 གཤམས་གཤོན་དུ་སྤྱང་སོའི་སྤར་ཞིག་ཡོད་དེའི་ནང་གི་སྤྲུག་  
 གུ་དེ་དག་ལ་དམིགས་བྱས་ཁོང་གིས་གཏོང་ལེན་ཚོགས་  
 པ་ཞེས་པའི་སློབ་བྱ་ཞིག་བཏུགས། ཁོང་རང་གིས་འགན་  
 འཁུར་ཉེ་འཕྱོ་སོང་གཏོང་རྒྱ་དེ་དག་ཐབས་ཤེས་ཀྱིས་སློབ་  
 བྱ་བཏུགས། ཁོང་གིས་ངོས་ལ་ལབ་ཀྱི་འདུག དང་སོ་སློབ་  
 བྱ་བཏུགས་སློབ་མ་དེ་དག་སློང་ཚོགས་བྱས་པའི་སྐབས་  
 རྒྱ་སློབ་མ་བསྐྱེད་ཀྱིས་དཀའ་ངལ་ཆེན་པོ་བྱུང་ཟེར། གང་ཞེ་  
 བ། པ་མ་དེ་དག་གིས་སྤྲུག་གུ་མི་གཏོང་བ་དང་། འཕྱོ་སོང་  
 ང་ཚོས་གཏོང་གི་ཡིན་དགེ་ཚུན་ང་ཚོས་བཅའ་བྱ་ཡིན། སློབ་  
 བྱ་ལ་གཏོང་རོགས་བྱས་ན་དེས་འགྲིག་གི་ཡོད། གཞན་ལྟེང་  
 རང་ཚོའི་ངོས་ནས་ལས་ཀ་གང་ཡང་བྱེད་མི་དགོས་ལམ་  
 པ་ཡིན་ནའང་གཏོང་གི་མི་འདུག་ཟེར། གང་ཞེ་ན། ཁོང་ཚོ་  
 མི་ཆེ་མི་རབས་ནས་སྤྱང་སོ་བྱས་བསྐྱད་པ་ཡིན། སྤྱང་སོ་  
 རྒྱུ་རྒྱུ་ཁོང་ཚོའི་རྒྱུད་པ་ལྟ་བུ་ཆགས། དཔེར་ན། ང་ཚོ་  
 བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་རྒྱུད་པ་འཛིན་མི་ཆགས། ང་ཚོའི་སྤྲུག་གུ་  
 དེ་ལྟེང་ཚོས་འབྲིད་སོང་ན་སྤྱང་སོའི་རྒྱུད་པ་འཛིན་མི་རག་  
 གི་མི་འདུག་ཅེས་དེ་ལྟ་བུའི་རྣོག་བྱ་བའདད་མི་འོང་བཞིན་  
 འདུག་ཟེར། རྣོག་བྱ་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་རེད་འདུག་གས། བསམ་  
 ཚོ་ཡག་སོ་བྱས་བཏང་ན། མི་ཚོས་གང་ཡག་ཡག་གིས་མ་  
 འོངས་པ་དེའི་སྤྲུག་གུ་དེ་དག་མི་གཞན་དག་ནང་བཞིན་  
 ཡོན་ཏན་ཡོད་པ་ཞིག་དང་སློབ་སློང་ཡོད་པ་ཞིག་ཆགས་པའི་  
 གཞུག་ཏུ་སློབ་སློང་ཡོད་པའི་མི་གཞན་དང་མཉམ་པའི་ལས་  
 ཀ་ཡག་སོ་རག་རྒྱ། འཚོ་བ་ཡག་སོ་སྤྱེལ་ཐུབ་རྒྱ་ཁག་  
 ཐེག་གས་རྒྱལ་རྟེན་བརྟེན་སོ་འོང་གི་རེད། དེ་འདྲ་འབྲུང་རྒྱུའི་  
 འབད་བརྟེན་བྱས་དུས་ཁོང་ཚོས་དེ་འདྲ་དགོས་ཀྱི་མི་འདུག་

ཅེས་ཤོད་མི་འོང་བཞིན་འདུག་ཟེད། དང་པོ་པ་མ་དེ་དག་ལ་  
དུས་ཚོད་རིང་པོ་ཞིག་ལ་ཁ་ཏ་བསྐྱབ་བྱ་བྱེད་དགོས་སྐྱེད་  
འདྲ་འོང་གི་འདུག་ཟེད། དེར་བརྟེན་དེའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་  
ནས་མདོར་ན་ཤེས་ཡོན་སློབ་སློང་སློང་རྒྱ་ཞེས་པ་དེས་པར་  
འཛིན་བྱ་ཚུགས་ཏེ་ཚང་མ་ཡར་སྐྱད་བཏང་སྟེ་དགོ་ཚུན་དེས་  
མར་བཤད་དགོས་སྐྱེད་དེའི་སྐྱད་ཆ་མ་རེད། ཤེས་ཡོན་སློབ་  
སློང་ཞེས་པ་ནམ་རྒྱུན་སོ་སོའི་ཁ་ཞོར་ལག་ཞོར་ལ་གཞན་ལ་  
བསྐྱབ་བྱ་རྒྱུ་རྒྱ་དང་གཞན་ལ་ཉམས་སྲུང་སྤེལ་དེས་བྱེད་  
རྒྱ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་འདུག། དཔེར་ན། དེ་རིང་འདིར་  
བཅུན་མ་མང་པོ་ཞིག་ཐེབས་ཡོད། ཞིང་ཚོ་བཅུན་མ་མང་པོ་  
ཞིག་གི་ནང་དུ་མང་པོ་ཞིག་ཉི་མུ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱུད་དུ་ཡོད་པའི་  
ཁྲིམ་ཚང་དེ་རིགས་ནང་དུ་སྤྲེལ། ཉི་མུ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱུད་ནང་  
དུ་ཡོད་པའི་ཁྲིམ་ཚང་ཁག་ཤིག་ལེགས་པོ་ཡོད། ཡིན་ནའང་  
མང་པོ་ཞིག་བསམ་སྐྱོད་གཏོང་སྐྱེད་སྐྱོད་ཏེ་མ་སྐྱོད་བྱེད་  
བསམ་སྐྱོད་གཏོང་སྐྱེད་སའ་སྐྱེད་པ་ཁྲུག་གི་ཏུ་བསྐྱད་ཅ་  
ན་མཚོར་རྒྱ་ཐོས་རྒྱ་དེ་ཅམ་མེད་སྐྱེད་སྐྱོད་སོ་སོའི་ནམ་རྒྱུན་གྱི་  
སྐྱོད་རྒྱུ་འཚོ་བ་སྤེལ་སྐྱེད་སྐྱོད་ལ་གོམས་སོང་བས་སྐྱོད་སྐྱོང་  
བྱེད་དགོས་རེད། སྐྱོབ་བྲལ་ལ་འགྲོ་དགོས་རེད་ཅེས་ལབ་འོང་  
ཡང་ཏོག་ཅམ་མོས་མཐུན་མེད་པ་དེ་འདྲ་མང་པོ་འོང་བཞིན་  
འདུག། རང་ཚོ་ཐོད་དུའང་དེའི་དཀའ་ངལ་ཡོད། འགྲོག་པའི་  
བྱ་མོ་དེ་དག་སྐྱོབ་སྐྱོང་བྱེད་དགོས་སྐྱོབ་བྲལ་ལ་གཏོང་དགོས་  
ལའོ། ག་པར་ག་པར་བྱ་མོ་ཞེས་པ་སྐྱོབ་སྐྱོང་བྱེད་དགོས་  
པ་ཡི་གེ་ཤེས་དགོས་པ་ངས་ཉ་མི་གོ། མི་ཚེ་མི་རབས་ལ་ཅ་  
བ་ནས་ཉ་མི་གོ། ངས་ཤེས་ཀྱི་མེད། ངའི་ཨ་མས་ཤེས་ཀྱི་  
མེད། ཨ་མའི་ཨ་མས་ཤེས་ཀྱི་མེད། དེ་འདྲ་ཤེས་དགོས་པ་  
ཅ་བ་ནས་ཉ་མི་གོ། །གལ་སྲིད་བྱ་མོ་སྐྱོབ་བྲལ་བཏང་བཞག་  
ན་ང་ཚོའི་ནང་དུ་སེམས་ཅན་འོ་མ་སྐྱེས་བཞེད། ནང་ལས་

སྐྱེས་བྱེད་དམ། ཨ་མ་ང་འི་ལོ་རྒྱུས། གཞུགས་པའི་འགྲུལ་  
སྐྱོད་རྒྱུ་རྒྱ་དཀའ་ལས་ཁག་པོ་ཆགས་སྐྱེད་སྐྱོབ་དེར་བརྟེན་  
ནང་ལས་བྱེད་མཁན་མི་འདུག་ཅེས་གནས་སྐྱབས་ནང་དུ་  
ནང་ལས་བྱེད་མཁན་མེད་པ་ཅམ་དུ་པར་ཁག་བཏགས་སོ་  
སོའི་སྐྱེད་བྱའི་མི་ཚོ་ཚ་ཚང་འགྲོ་བཞུག་གཏོང་རྒྱུ་ལས་མདུན་  
ལས་ཚ་ཚང་མེད་པ་བཞོས། དེ་ཡང་ཏོག་ཅམ་ང་ཚོས་སྐྱོ་  
སྐྱེད་དོག་པའི་བསམ་སྐྱོད་གཏོང་སྐྱེད་སྐྱོད་ཤིག་རེད། མཚོར་རྒྱ་  
ཐོས་རྒྱ་མེད་དུས་ཅ་ན་ཁག་མེད། དེར་བརྟེན་དེ་དག་ལ་ང་  
ཚོས་ནམ་རྒྱུན་ནས་བསྐྱབ་བྱ་རྒྱུ་དགོས་རྒྱ་གལ་ཆེ། ཞིང་  
རང་ཚོ་མཚམས་འདྲ་དུ་འགྲོ་བའི་སྐྱབས་སུ་ཁ་ཞོར་ལག་  
ཞོར་དུ་སྐྱད་ཆ་བཤད་རྒྱ་གལ་ཆེ། ཡང་ཚང་མ་ཚུར་སྐྱད་  
བཏང་སྟེ་མགོ་ནས་མར་སངས་རྒྱས་ཚོས་ཚོགས་འདོན་  
ཏེ་ཞིང་རང་ཚོ་ལ་བསྐྱབ་བྱ་རྒྱུ་གི་ཡོད་ཅེས་དོས་སུ་སྐྱད་  
ཆ་ག་འགྲིག་པོ་དང་རྗེས་པོ་མར་ཡིག་ཐོག་ཏུ་བྲིས་ཏེ་སྐྱོག་  
དགོས་ཟེད་བ་དེ་ལྟ་བུའི་སྐྱད་ཆ་མ་རེད། དེར་བརྟེན་ཁ་  
ཞོར་ལག་ཞོར་ལ་བསྐྱབ་བྱ་རྒྱུ་བསམ་འཚར་བཤད་རྒྱ་  
དེ་དག་གལ་ཆེན་པོ་རེད་འདུག་བསམ་བློ། ག་དུས་ཡིན་  
ནའང་གཅིག་བཤད་བསྐྱད་ན་ཉི་མ་ཞིག་ལ་འོ་དེས་མང་པོ་  
ཞིག་བཤད་སོང་གཅིག་བྲས་ན་དེ་ལ་གོ་རྒྱུ་འདུག་བསམ་  
བསམ་ཞིག་དང་དེ་ལ་དགོས་པ་ཞིག་ཡོད་ས་རེད་བསམ་  
བསམ་བློ། དེའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་གལ་ཆེན་པོ་  
རེད་བསམ་བློ། མདོར་ན་དེ་རིང་དེ་ཅམ་ལ་མཚམས་བཞག་  
སང་ཉིན་སྐྱེད་མཐུད་དེ། སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་སྐྱེད་པ་ནས་  
ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ད་ལན་ལེའུ་བཅུ་གཅིག་པ་མ་གཏོགས་ཚར་  
རྒྱུའི་འཚར་གཞི་མེད་པ་ཡིན་ཅ་ན་ང་ཚོ་ལ་བྲེལ་བ་གང་ཡང་  
མེད། ལྟོད་སྐྱོད་བྲས་ཞུས་ན་ངོས་ཀྱི་ལས་སྐྱོབ་འདུག་ལ་  
ཞིང་རང་ཚོ་ལ་འདྲ་ཏོག་ཅམ་མཐུན་པོ་ལྟོགས་ཆེ་བ་འདུག་བསམ་



དབྲ། མཐོགས་པོ་ཚང་དགོས་པའི་གྲེལ་བ་བྱས་ཤིང་རང་  
 ཚོ་ལའང་འགོ་ནས་མང་པོ་ཞིག་བཤད་སོང་། གཞུག་ནས་  
 མར་ན་རྒྱགས་པ་རི་བཞིན་མར་འདོན་སོང་གང་བཤད་ཀྱི་  
 ཡོད་ཏེ་གོ་མ་སོང་ཟེར་བ་ཆགས་ན་ཡག་པོ་མེད། དེའི་རྒྱ་  
 མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་རིང་ཚོས་མཚམས་དེ་ཅམ་བཞག་  
 བ། མ་གཞི་གསུང་ཚོས་གྲུབ་ན་ཤིང་རང་ཚོས་སློན་ལམ་དང་  
 ཞབས་བརྟན་གསུང་གི་ཡོད། དེའི་གཞུག་ཏུ་ཉོག་ཅམ་དུས་  
 ཚོད་ཡོད་ན། རྒྱ་ཚོད་བཅུ་གཉིས་ལ་འགྲུབ་རྒྱའི་རྩིས་བྱས་  
 བ་དེའི་སློན་དུ་གྲུབ་ནའང་འགྲིག། ཉིན་གུང་གསོལ་ཚིགས་  
 ལྟོད་ལྟོད་བྱས་མཚོན་ན་ལེགས། ཡིན་ནའང་ཅུང་དུས་ཚོད་  
 མཆིས་ན་སློལ་མ་འདོན་ན་ལེགས། བམ་རྒྱུན་སློལ་མའི་པན་  
 ཡོན་སྐབས་གསུངས་པ་བཞིན་རྟེན་གསུམ་མཐུན་དུ་  
 མངོན་པར་བརྗོད་ན་གསུངས་པ་རི་བཞིན་སློལ་མ་  
 ཚང་གསུམ་ཅམ་འདོན་ན། གོང་དུ་ཞུས་པ་རི་བཞིན་  
 རང་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནས་སྐབས་དང་མཐར་  
 ཐུག་གི་བར་ཆད་ཐམས་ཅད་ཞི་བ་དང་ལྷག་པར་དུ་  
 ཚོས་སྐྱབ་པའི་བར་ཆད་ཐམས་ཅད་ཞི་བ་དང་དེའི་ནང་ནས་  
 གུང་དེས་ད་ལྟ་ནང་ཡམས་དེས་རྒྱུན་བྱས་མི་མང་པོ་ཞིག་  
 ལ་དངངས་སྐྱབ་འདུག། ལྷག་པར་དུ་རིས་ཀྱི་སློབ་མ་རྒྱ་བག་  
 བར་གི་རྒྱ་རིགས་དེ་དག་དང་ཡང་བོད་རིགས་དེ་དག་གུང་  
 དངངས་ཚབས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དངངས་སྐྱབ་དང་སེམས་ལ་  
 འཛིགས་སྦྱང་བྱས་པམུང་ན་པན་ཐོགས་གང་ཡང་མེད། སོ་  
 སོ་དཀའ་ངལ་ཆེ་བ་དང་སྐྱབ་བསྐྱལ་ཆེ་བ་ཞིག་མ་གཏོགས་  
 གཞན་པན་ཐོགས་གང་ཡང་མེད། དེ་ལས་སོ་སོ་ཚོས་ལ་དང་  
 པ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ཚོས་ལུགས་རང་རང་སོ་སོའི་ལུགས་དང་  
 མཐུན་པའི་འདོན་པ་འདོན་པ་དང་གསོལ་འདེབས་བྱེད་རྒྱ་དེ་  
 རིགས་ཅུང་པན་ཐོགས་ཡོད། སོ་སོའི་སེམས་ལའང་དེ་པན་



ཐོགས་ཆེ། མི་གཞན་ལའང་དེ་པན་ཐོགས་ཆེ། ལྷག་པར་དུ་  
 བར་པ་སངས་རྒྱས་པ་ཡིན་ན་དགོན་མཚོག་ལ་པར་བདེན་པ་  
 བདད། སོ་སོས་སེམས་པ་བཟང་པོའི་སློན་ནས་གསོལ་འདེབས་  
 སློན་ལམ་བྱས་ན་དེས་བར་པན་ཐོགས་འོང་གི་རེད་བསམ་  
 དབྲ། དེར་བརྟེན་དེས་རང་ཚོས་གུང་གོ་སྐབས་དེ་བརྒྱང་སྟེ་  
 སློལ་མ་གསུང་འདོན་གྱིས་ནང་ཡམས་ཞི་རྒྱའི་ཆེད་དུ་སྐྱབས་  
 སློན་ཅེ་གཅིག་ཏུ་མངོན་པ་ཡིན་ན་དེས་བར་པན་ཐོགས་འོང་།  
 གང་ཞེ་ན། བཅུན་མ་བཞི་བརྒྱ་ལྷག་ཅམ་འཛོམས་ཡོད། ཤིང་  
 རང་ཚོ་ཚང་མ་སྤྱིར་བཏང་དང་མི་འདྲ་གང་ལྟར་སངས་རྒྱས་  
 ཀྱི་ན་བཟའ་མཚོན་དེ་བཞིན་རབ་དུ་བྱུང་བའི་གལ་དུ་བཞུགས་  
 བས་སྤྱིར་བཏང་གི་མི་པལ་པ་དང་མི་འདྲ། སངས་རྒྱས་  
 བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་ཞལ་ནས།  
 ར་ཡི་ཉན་ཐོས་རི་ལྟར་སྐྱབ་ནའང་། །  
 སྤྱེ་བོ་པལ་པ་བརྒྱ་ཡི་དོ་རྩེ་མིན། །གསུངས།  
 དེར་བརྟེན་མི་འདྲ། ཚུལ་ཁྲིམས་འཚའ་བའི་དགེ་  
 སློང་ཞིག་ཡིན་ན་སྤྱེ་བོ་པལ་པ་བརྒྱ་ཡི་དོ་རྩེ་མིན་གསུངས་  
 ཟེན་པས་དེའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་མི་འདྲ། དེར་ཤིང་རང་  
 ཚོས་སྐྱབས་སློན་གཅིག་གུང་གི་སློན་ནས་གསོལ་འདེབས་  
 གཞན་པ་ལེགས། ལྷག་པར་དུ་འདིར་འཛོམས་སྤིང་ཕྱོགས་  
 མཐའ་ནས་མི་མང་པོ་ཞིག་འཛོམས་ཡོད། མི་རིགས་མི་འདྲ་  
 བ། རྒྱད་རིགས་མི་འདྲ་བ། རྒྱལ་ཁབ་མི་འདྲ་བའི་མི་མང་  
 པོ་འཛོམས་ཡོད། རང་ཚོ་ཚང་མ་སྤྱེས་ས་འཚར་ས་ལུང་པ་  
 ཁབ་ཁབ་ཡིན་ནའང་དེ་རིང་འདིར་མཉམ་དུ་འཛོམས་ཉེ་མོས་  
 མཐུན་གཅིག་གུང་གི་སློན་ནས་གསོལ་འདེབས་འིག་བྱས་འོང་  
 བ་ལུས་པ་དེ་མི་འདྲ་བ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། ཚང་མས་དེ་  
 ལྟར་སྐྱབས་ལ་བཞག་སྟེ་གསོལ་འདེབས་སློན་ལམ་གཞན་  
 རིགས་གཞན་། ལྷགས་རྗེ་ཆེ།



བྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ལྷ་ ༢ ཚེས་ ༡༧ ཉིན། ཚོས་འབྲེལ་ཉིན་བཞི་པ།

དེ་རིང་འདྲིར་ཚོས་སྐྱབ་བཞི་པའི་ཐོག་ཏུ་སེམས་པའི་རྣམ་པ་  
 ལྷན་རྒྱས་ཚང་མ་ལ་ཞོགས་པ་བདེ་ལེགས་ཀྱི་འཚམས་འདྲི་  
 ལུ་རྒྱ་ཡིན། དེ་རིང་གི་བརྗོད་བཞི་དེའང་རྩ་བའི་ཆ་ནས་ཁ་  
 སང་གི་ཐར་རྒྱན་གཞུང་ཚོགས་དེ་གཅིག་པ་དང་སྐུ་མཐུན་དེ་  
 གཞུང་ཚོགས་གསར་པ་གང་སྟོན་རྒྱ་མིན། ཡིན་ནའང་ཁ་སང་  
 བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་རྒྱལ་ཁྲིམས་རྣམ་པ་གསུམ་ཞེས་ཉེས་  
 སྟོན་སྟོན་པའི་རྒྱལ་ཁྲིམས་དང་། དགོ་བ་ཚོས་སྐྱད་ཀྱི་རྒྱལ་  
 ཁྲིམས། སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁྲིམས་རྣམ་པ་གསུམ་  
 དང་རྒྱལ་ཁྲིམས་གསུམ་ཀྱི་རོ་བོ་དང་ལྷག་པར་དུ་སེམས་  
 ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁྲིམས་སྟོར་རྒྱས་ཅོམ་ལུས་པ་རེད། དེ་  
 རིང་སྐུ་མཐུན་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁྲིམས་ནང་ནས་  
 སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་བཅུ་གཅིག་གི་སྟོར་དེ་སྐུ་མཐུན་དེ་ལུ་  
 རྒྱ་རྒྱ་ཡིན། དེ་ཡང་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཅེས་པ་གང་རེད་ཅེ་ན།  
 སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཅེས་པ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་སྐྱེད་ས་  
 ཤིག་ལ་གོ་དགོས། འདྲིར་བཤད་པའི་དོན་བྱེད་བཅུ་གཅིག་  
 ལྟེ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་སྐྱེད་ས་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པའི་ནང་  
 བས་གལ་ཆེ་བ་བཅུ་གཅིག་ཟུར་དུ་བཏོན་ཏེ་གསུངས། དེ་  
 དག་ཚང་མ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་སྟེ་མང་པོའི་ནང་དུ་ཁ་འཛོར་  
 གྱི་རྒྱལ་དུ་ཡོད་པ་ལས་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་མེད། དེར་བརྟེན་  
 འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་ཀྱིས་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱུས་ཏེ་  
 གསུངས་པ་ཞིག་ཡིན་སྟེ། ཁ་སང་དོན་བྱེད་ལྷག་པ་བར་  
 དུ་ལུས་ཟིན།

**བདུན་པ།** གནས་འཆའ་བར་འདོད་པའི་དོན་བྱེད་པ།  
 ཞེས་སྟོན་པ་ཉི་ལུ་པ་ལས། འཁོར་རྣམས་ཀྱི་ཞེ་དོན་མི་བྱེད། །  
 ཅེས་དང་དོན་གཅིག་པ་ཆགས་ཡོད། སྟོན་པ་ཉི་ལུ་པ་དེ་མི་  
 མཐུན་པའི་ཉེས་བྱས་ཀྱི་ཕྱོགས་ནས་རྒྱུར་གསུངས། ས་སྟེ་  
 བས་མར་གསུངས་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཕྱོགས་བསྐྱབ་བྱའི་ཆ་ནས་  
 གསུངས་པ་དེ་ལྟ་བུའི་བྱང་པར་མ་གཏོགས་དོན་དག་ཅིག་  
 པ་ཡིན། འཁོར་རྣམས་ཀྱི་ཞེ་དོན་མི་བྱེད། །ཅེས་པ་གནས་  
 འཆའ་བར་བྱེད་པའི་དོན་བྱེད་པ་སྐྱབ་ཕྱོགས་ནས་བཤད་ན་དེ་  
 ལ་སྟོན་མ་བོད་དུ་ཚོགས་པ་སྟོང་བ་དང་གྲ་བ་བསྐྱས་པ། བོད་  
 ཀྱི་སྐྱ་མ་གོང་མའི་རྣམ་ཐར་ནང་དུ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་འབྱུང་།  
 ཚོགས་པ་སྟོང་བ། གྲ་བ་བསྐྱས་པ་དེ་དང་གཅིག་པ་རེད།  
 མདོར་ན་གནས་འཆའ་བ་ཞེས་པ་འཁོར་སྟོབ་མ་བསྐྱ་རྒྱ་ཞིག་  
 ལ་གོ་དགོས་སྟེ། སྤྱིར་བཏང་གནས་འཆའ་བ་ཞེས་པ་ཚོགས་  
 གི་རོ་ཐོག་ནས་བཤད་ན་གོ་རྒྱ་གཉིས་ཡོད། གཅིག་སྟེ་སྤྱིར་  
 བཏང་ཟང་ཟེང་གི་སྐབས་གནས་མལ་སྤྱིན་པའམ་གནས་ཚང་  
 གཡལ་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་གོ་ཚོགས། །ཚོས་ཀྱི་སྐབས་སུ་འདུལ་  
 བའི་ནང་གནས་ཀྱི་སྐྱ་མ་ཞེས་པ་ཞིག་ཡོད། དེར་བརྟེན་དེ་  
 ལྟ་བུའི་ཚོས་ཀྱི་ལམ་སྟོན་བྱེད་རྒྱ་དང་འགན་ཁུར་ལེན་པ་དེ་  
 ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་གོ་མདོར་ན་གནས་འཆའ་བ་ཞེས་པ་གནས་  
 ཚང་གཡལ་བ་གཅིག་ཏུ་ཅོམ་ལ་གོ་བ་མ་ཡིན་པར་ཚོས་  
 ཀྱི་ལམ་སྟོན་བྱེད་རྒྱ་དང་དེ་ལ་ཚོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་དགོ་གན་  
 བས་སྐྱ་མ་ཞིག་གི་འགན་འཁུར་རྒྱ་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་གོ་ཚོགས། །  
 སྤྱིར་བཏང་སྐྱ་མ་ཞིག་གི་སྐྱ་མ་དུ་སྟེབས་ཚང་ཐམས་



ཅད་མར་པ་འདོད་དེ་འོང་བའི་དེས་པ་མེད། གང་ཞེ་ན། ཚང་  
 མ་སྐྱེས་འོང་དུས་ནས་ཚོས་པ་ཚོས་རྒྱུད་ཞིག་ཆགས་ནས་  
 བསྐྱད་མེད། ཚོས་པ་ཆགས་པར་ལམ་ལྷ་ས་བརྟུ་ལ་སོགས་  
 བརྒྱུད་རིམ་མང་པོ་བརྒྱུད་དེ་འགྲོ་དགོས་མ་གཏོགས་སྐྱེ་མའི་  
 སྐྱེ་མ་དུ་སྐྱེ་བས་པ་ཅམ་ཞིག་གིས་དབྱེ་ལ་གཙུག་ཏོར་དང་  
 ཞབས་ལ་འཁོར་ལོ་མི་སྐྱེ། དེར་བརྟེན་སྐྱེ་མ་དེ་གཙུགས་  
 བསྐྱུར་བ་འགས་བཅོས་ཤེད་མི་གཙུགས་པོའི་ན་དང་སྐྱ་བཙོ་  
 ལྷ་ལེགས་པོ་མེད་ན་བཙོ་ལྷ་བཙོ་མཁམ་དེར་སང་དེ་ལྷ་བྱ་  
 བཙོ་རྒྱ་ཡོད། ལྷ་མ་དེ་དེ་ལྷ་བྱའི་གཙུགས་པོ་བཙོ་ལྷ་བཙོས་ཉེ་  
 བའགས་བཅོས་གཏོར་མཁམ་ཞིག་མིན། དེར་བརྟེན་དཀའ་  
 ལས་མང་པོ་ཞིག་བརྒྱབས་ཉེ་གཞི་ནས་ཚོས་པ་བཟང་པོ་ཞིག་  
 ཏུ་ཆགས་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད། དེ་བཞིན་དགོན་པའི་འགྲམ་དུ་གྱི་མང་  
 པོ་འཁོར་གྱི་ཡོད་པ་ཇི་བཞིན་བཟའ་རྒྱ་འཕྱུང་རྒྱ་ཞིག་ཡོད་ན་  
 ཚང་མ་འཁོར་འོང། དཔེར་ན་དང་ཚོ་བཀའ་བརྒྱུད་སློན་ལམ་  
 ལྷ་བྱ་ལ་ཆ་མཚོན་ན། བཀའ་བརྒྱུད་སློན་ལམ་ཚུགས་པའི་  
 སྐབས་གཤམ་གཤམ་གཤམ་དུ་ཟུང་དང་ཚོང་ཁང་མང་ཏུ་འགྲོ།  
 སྤྱང་པོ་ཡིན་ནའང་མང་ཏུ་འགྲོ། ཐ་ན་སྐྱེད་ཀྱང་གསུམ་  
 འཁོར་ལོ་གཏོར་མི་ཚུན་ཚད་སྐྱབ་མཁམ་ཚོས་གོས་ཤོན་ཉེ་ན་མོ་  
 གྲུ་ལ་ཞེས་སྐྱེ་བས་འོང་བ་དང་། དེར་བརྟེན་ཁོང་ཚོ་ལའང་  
 ཞག་མེད། དང་ཚོ་ལམ་ཆེ་བ་མངོན་གསལ་དོད་མ་དོད་མེད་མ་  
 གཏོགས་ཁོང་ཚོ་ཇི་བཞིན་ཟང་ཟེང་ལ་འཁོར་བསྐྱད་པ་ལམ་  
 ཚེར་གཅིག་པ་རེད། དེར་བརྟེན་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་སྡེ་དེ་  
 དག་གི་ནང་དུ་དང་པོ་ཟང་ཟེང་གི་འཁོར་བསྐྱེད་གསུང་  
 ཡོད་པས་དེ་གསུང་རྒྱ་ལ་གནད་འགག་ཡོད། རང་གི་གནས་  
 ལྷངས་དང་བསྐྱེད་ཉེ་རང་གི་འཁྲིས་སྐྱེ་འོང་མཁམ་དེ་དག་  
 སྤོད་ས་མེད་པ་ལ་སྤོད་ས་སྤྱད། ཟས་གོས་མེད་པ་ལ་རང་གི་  
 ཟས་གོས་དང་མཉམ་དུ་འོངས་སྤྱད། ཐོག་མར་ཟང་ཟེང་གི་

སློན་ནས་སློབ་མ་བསྐྱུ་རྒྱུ་དང་སློབ་མའི་དོན་བྱེད་དགོས། གས་  
 སྤིང་མཐུན་རྒྱུན་མ་འདངས་པ་ཡིན་ན་ཚོས་དང་མཐུན་པའི་  
 ཟས་གོས་ཞལ་འདེབས་སློང་དགོས་པའམ་བསོད་སློམས་བསྐྱེད་  
 དགོས་པའམ་གང་ཡོང་ཅི་ཡོང་གིས་མདོར་ན་ཞལ་འདེབས་  
 ཐོབ་པ་དེ་དག་རང་གཅིག་ལུས་ཤེད་སློང་མི་གཏོར་བར་སེར་  
 ལྷ་མེད་པའི་སློན་ནས་ཐུན་མོང་དུ་འོངས་སློང་དགོས། ཟང་ཟེང་  
 གི་སློབ་མ་བསྐྱུས་པའི་རྗེས་སུ་སློབ་མ་དེ་དག་གི་སློབ་སྐྱོ་  
 ལ་འཁྲིད་གང་ཐུབ་ཤེད་དགོས། སློ་ཚོས་དང་མཐུན་ཅི་ཐུབ་  
 གིས་འབད་བཅོན་བྱེད་དགོས། དེ་ཡང་གང་ལྷུང་ལྷུང་མ་ཡིན་  
 པ་སློབ་མ་དེ་མ་ཚོས་གང་འདྲ་འཚད་ལུགས་དང་སློམ་ལུགས་  
 གང་འདྲ་ཞིག་གིས་ཐན་ཐོགས་ས་རེད་བརྟེན་དབྱེད་བྱེད་  
 དགོས། ལྷ་མ་མངོན་ཤེས་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ན་མངོན་ཤེས་  
 གིས་གཞིགས་ཉེ་རྗེས་དཔག་གི་ཐོག་ནས་བརྟེན་དབྱེད་བྱེད་  
 མི་དགོས། མངོན་སུམ་གིས་གཞིགས། མངོན་ཤེས་མེད་ན་  
 སློབ་མ་དེ་ལ་རྒྱས་ལོན་པར་བྱས། འདྲིས་ཤིང་གཤིབས་པར་  
 བྱས་ཉེ་རིག་ཤེས་ཀྱི་སློན་ནས་དང་པོ་སློབ་མ་དེ་དག་གི་སེམས་  
 རྒྱུད་ལ་ཉོན་མོངས་པ་འདོད་ཆགས་ཤས་ཆེ་བ་རེད་དམ། ཉོན་  
 མོངས་པ་གཏོ་སྐྱབ་ཤས་ཆེ་བ་རེད་དམ། ཉོན་མོངས་པ་ཞེ་  
 སྤང་ཤས་ཆེ་བ་རེད་དམ། བརྟེན་དབྱེད་བྱེད་དགོས། དེ་དང་  
 མཐུན་པའི་སློན་ནས་ཚོས་གནད་དགོས། དེ་ལ་དང་ཚོས་དཔེ་  
 མཚོན་ཞུས་ན་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཞལ་བཞུགས་  
 པའི་དུས་སུ་ཉོན་མོངས་པ་འདོད་ཆགས་ཤས་ཆེ་བ་གཙུང་  
 དགའ་པོ་ལྷ་བྱ། ཉོན་མོངས་པ་ཞེ་སྤང་ཤས་ཆེ་བ་སོར་  
 མའི་ཤེང་བ་ཅན་ལྷ་བྱ། ཉོན་མོངས་པ་གཏོ་སྐྱབ་ཤས་ཆེ་བའི་  
 གངས་ལ་འདྲེན་ཚོག་དཔེར་ན་འཕགས་པ་ལམ་འདྲེན་ལྷ་བྱ།  
 དེ་དག་ལ་རང་རང་དང་འཚམ་པའི་ཚོས་སྐྱེལ་ལུགས་སམ་  
 ལམ་དུ་འཁྲིད་སྤངས་ཡོད། སློབ་མ་ཚོས་དབང་པོ་རྒྱལ་པོ་དང་

དབང་པོ་ཚོན་པོ་གང་ཡིན་བརྟུན་དབྱུང་བྱེད་དགོས། དཔེར་ན་  
སངས་རྒྱལ་བཅོམ་ལྷན་འདས་ལས་བཞུགས་པའི་སྐབས་  
ལུ་རིའི་བྱ་དང་མོླ་ལ་བུ་ཚོག་མར་དམ་པའི་ཚོས་སུ་སྡོ་ལྷག་  
རྒྱུའམ་དང་པ་སྡེ་རྒྱ་ལ་འཕགས་པ་ཉ་ལུའ་གྲིས་འདུལ་དགོས་  
པ་དེ་ལྟ་བུའི་རྣམ་ཐར་ཡོད། དེ་བཞིན་རྗེ་བཙུན་མི་ལ་རས་པ་  
རོང་སྟོན་ལྟ་དགའི་སྐྱེ་མཁུན་དུ་བཅར། རོང་སྟོན་ལྟ་དགས་  
དང་པོ་ངའི་ཚོས་འདི་དཔེ་མེད་གྲིས་རྗེགས་པ་ཆེན་པོའི་ཚོས་  
ཅ་ཆེན་པོ་ཡིན། རངས་བསྐོམ་ན་ནངས་སངས་རྒྱ། ལུབ་  
བསྐོམ་ན་ལུབ་སངས་རྒྱ་དེ་འདྲ་ཡིན་གསུངས། མི་ལ་རས་  
པས་ང་མཐུ་བརྒྱུ་བར་འོང་དུས་ཉི་མ་བདུན་པུག་ཅིག་ཚམ་  
ལ་མཐུའི་རྟགས་ཐོན་སོང། ཚོས་བསྐྱུ་བར་འོང་དུས་དེ་ལྟ་  
བུ་ཉིན་བསྐོམ་ན་ཉིན་སངས་རྒྱ་བ་དང་མཚན་བསྐོམ་ན་མཚན་  
སངས་རྒྱ་རྒྱའི་ཚོས་ཐོབ་ང་སྐལ་བ་བཟང་པོ་ཞིག་ཡིན་ས་ཤིང་  
བསམ་སྟེ་ཚོས་མ་བསྐོམས་པ་ཤིང་ཅེས་དེ་ལྟ་བུ་གསུང་རྒྱ་  
ཡོད། ཡིན་ནའང་མཐུའམ་རོང་སྟོན་ལྟ་དགས་ངས་ཁྱོད་རང་  
ལ་དང་པོ་སྐྱད་ཆ་བཤད་དུས་ཉིག་ཚམ་ངས་ཉམ་པ་ཆོ་བཤགས་  
པ་ཡིན་ས་ཤིང་དེའི་སྟེང་དུ་ཁྱེད་རང་འདུལ་བའི་སྐལ་བ་ང་  
ལ་མི་འདུག །ཁྱོད་རང་སྟོ་བྲག་མར་པ་ལོ་རྒྱ་བ་ཞེས་པ་ཞིག་  
ཡོད་དེའི་སྐྱེ་མཁུན་དུ་བཅར་ན་དེ་དང་ཁྱོད་རང་ལས་འབྲེལ་  
ཡོད་ས་ཤིང་ཅེས་གསུངས། དེ་ལྟ་བུའི་དབང་པོ་ཚོ་རྒྱལ་ལས་  
ཁམས་དབང་མོས་པ་ལ་བརྟུན་སྟེ་ཚོས་འཆད་དགོས། དེ་  
ནས་སྐོབ་མ་དེ་ཁ་སྟོང་ལ་མོས་པ་ཤིང་དམ། མོས་པ་ལ་མོས་  
པ་ཤིང་དམ། བསམ་པ་ལ་མོས་པ་ཤིང་དམ། སྐོམ་པ་ལ་མོས་  
པ་ཤིང་འདུག་གང་ཡིན་བརྟུན་དབྱུང་བྱེད་དགོས། དེའི་རྗེས་  
སུ་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་བག་ཆགས་སམ། ཡང་ན་  
བག་ཆགས་ཞེས་པ་མངོན་གསལ་དོད་པོ་མེད་པའི་སྟོན་ནས་  
མངོན་གསལ་དོད་པོ་མེད་པའི་ཉོན་མོངས་པ་ནས་རྒྱན་མངོན་

གསལ་དོད་པོ་མེད་པ་དང་ཡིན་ནའང་ཁོ་རང་གི་གཤེས་ཀྱི་  
གཉིང་ངམ་སེམས་ཀྱི་གཤེས་ཀ་ལ་གོམས་པ་ལྷགས་ཆེན་པོ་  
ཡོད་པ་དེ་ལྟ་བུའི་སྟོན་ཡོད་ནའང་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་དག་དུས་  
ཆོད་རིང་པོ་ལ་བརྟུན་དབྱུང་ཞིབ་མོ་བྱེད་དགོས། དེ་དག་  
བརྟུན་དབྱུང་བྱས་པའི་རྗེས་དེ་དག་དང་འཆམ་པའི་ཚོས་ཀྱི་  
སྟོ་སྟེ་ཆོགས་བསྟན་དགོས། ཚོས་ཀྱི་སྟོ་མོ་བརྒྱད་ཁྲི་བཞེ་སྟོང་  
ཞེས་ཚོས་ཀྱི་སྟོ་དང་ཚོས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་མཐུའམ་པ་ཡོད་  
ཀྱང་དེ་དག་ཐམས་ཅད་རྒྱུ་བསྐྱེས་ན་གདམས་ངག་བརྒྱད་  
ཅེས་པ་ཡིན། གདམས་ངག་བརྒྱད་ཅེས་པ་རིམ་པ་བཞེན་  
ཉོན་མོངས་པ་འདོད་ཆགས་ཤས་ཆེན་མི་སྐྱག་པ་བསྐོམ་  
པ། གཉིས་པ་ཉོན་མོངས་པ་ཞེ་སྟངས་ཆེན་གྲུམས་པ་  
བསྐོམ་པ། ཉོན་མོངས་པ་གཉི་སྐྱག་ཤས་ཆེ་བའམ་བྱིང་གོད་  
ལ་སོགས་པའི་གཉི་སྐྱག་ཤས་ཆེན་ཡང་དབྱགས་འབྲིན་རུབ་  
བསྐོམ་རྒྱ། འཁོར་བ་ལ་འཇུག་སྟོག་གིས་གནས་ལ་སྟོངས་ན་  
ཉེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་བསྐོམ་རྒྱ། ཤེས་བྱའི་རྣམ་  
གྲངས་ལ་སྟོངས་ན་ཕུང་ཁམས་སྐྱེ་མཚེད་ལ་སོགས་པའི་དབྱེ་  
བ་བསྟན་རྒྱ། ཟབ་མོའི་དོན་ལ་སྟོངས་པ་ལ་དབྱེ་མའི་ལྟ་བ་  
བསྟན་རྒྱ། བདུན་པ་མ་བྱས་པ་བྱས་སོང་སྟེ་ལའི་ང་རྒྱལ་  
སྟོང་རྒྱ། བརྒྱད་པ་མ་ཐོབ་པ་ཐོབ་སོང་སྟེ་ལའི་ང་རྒྱལ་སྟོང་  
དུ་བཅུག་པ་གསུང་རྒྱ་ཡིན། གང་ཞེ་ན། དང་པོ་མངོན་པའི་  
ང་རྒྱལ་ཡིན་པ་གང་ཞིག་ལ་མངོན་པའི་ང་རྒྱལ་ཞེས་པ་ངས་  
དངོས་ནས་བྱས་ཡོད་བསམ་པ་ཞེ་ཐག་པ་ནས་བྲན་རྒྱ་དེ་ལྟ་  
བུ་ཞིག་ཤིང་། དང་པོ། མ་བྱས་པ་བྱས་སོང་བསམ་རྒྱ་དེ་  
སྟོང་པའི་ཐོག་ནས་ངས་མ་བྱས་པ་ཞིག་བྱས་པ་ཡིན་བསམ་  
བསམ་དེ་ལྟ་བུ་སྟོང་པའི་ཐོག་ནས་ང་རྒྱལ་ང་ཐོས་བསམ་དང་  
མཁས་པ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་བསམ་བསམ་དེ་འདྲའི་ཐོག་  
ནས་སམ། ང་བཙུན་འགྲུས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་བསམ་བསམ་



སྲོད་པའི་ཚོག་ནས་མདོན་པའི་ར་རྒྱལ་སྲོད་རྒྱ། གཉིས་པ། མ་  
 ཚོབ་པ་ཚོབ་སོང་སྐྱམ་པ་རྟོགས་པའི་ཚོག་ནས་སྲོད་ཉིད་ཀྱི་  
 དོན་མ་རྟོགས་པ་ལ་སྲོད་ཉིད་ཀྱི་དོན་རྟོགས་ཡོད་བསམ་པ་  
 སྤྱལ་རྒྱ་ཆེན་པོའི་དོན་མ་རྟོགས་པ་ལ་སྤྱལ་རྒྱ་ཆེན་པོའི་དོན་  
 རྟོགས་ཡོད་བསམ་བསམ་དེ་འདྲའི་མདོན་པའི་ར་རྒྱལ་སྲོད་  
 རྒྱ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་སྲོད་བརྟུག་དགོས། སྐབས་འདི་ལ་ར་  
 རྒྱལ་སྲོད་རྒྱ་དེ་གལ་ཆེན་པོས་གསུངས། བམ་རྒྱུན་བོད་  
 ཀྱི་གཏམ་དཔེར། ར་རྒྱལ་གྱི་སྐར་བུ་ལ། །ཡོན་ཏན་གྱི་རྒྱ་མི་  
 ཆགས། །ཞེས་ར་རྒྱལ་སྲོད་ཕྱིན་ཆད་ལ་ཡོན་ཏན་ལོབས་གྱི་  
 མེད། ར་རྒྱལ་སྲོད་ལ་མེད་པའི་འདྲེ། དེའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་  
 བས་ར་རྒྱལ་གཅོག་རྒྱ་ར་རྒྱལ་སྲོད་དུ་འཇུག་རྒྱ་དེ་ར་ར་གི་  
 ཉམས་རྟོགས་གོང་འཕེལ་འབྱུང་རྒྱ་ལ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། དེ་  
 བཞིན་དུ་རྗེས་སུ་བསྐྱབ་པ་ལྟ་ཞེས་པའང་གསུངས། རྗེས་  
 སུ་བསྐྱབ་པ་ལྟ་ཞེས་པ་ར་ར་གི་སློབ་མ་ལ་མི་དགེ་བའི་སྲོད་པ་  
 རྱེད་བརྟུག་པ་བཀའ་འཕྲོག་རྱེད་རྒྱ་དང་གཅིག །དགེ་བའི་  
 སྲོད་པ་རྱེད་དུ་འཇུག་རྒྱ་དང་གཉིས། དགའ་བུ་དང་དགོས་  
 པ་ལ་བསྐྱབ་ཏེ་སྲོད་པ་རྱེད་དུ་འཇུག་རྒྱ་གསུམ། འོར་འཇུག་  
 རྱེད་མི་ལ་མན་སེམས་ཀྱི་སློབ་སློབ་ཐེང་འདོན་རྱེད་རྒྱ་  
 དང་བཞི། སྲོད་པ་བཟང་པོ་རྱེད་མི་རྣམས་ལ་ཡོན་ཏན་དང་  
 ཕན་ཡོན་བཤད་དེ་སེམས་དགའ་བར་རྱེད་རྒྱ་དང་ལ། མདོར་  
 བ་འདྲིའི་གངས་པ་དག་བརྒྱད་དང་རྗེས་སུ་བསྐྱབ་པ་ལྟ་ལ་  
 སོགས་པ་དེ་དག་ས་སྤེ་ལྟའི་ནང་དུ་འདྲེ་གསུང་གི་ཡོད་ལ་  
 གཅོ་མོ་འདིར་ཞུ་རྒྱ་སློབ་དཔོན་བྱང་རྒྱལ་བཟང་པོའི་སློབ་པ་  
 ཉེ་ལུ་པའི་དཀའ་འབྲེལ་ནང་དུ་གསུངས་པ་ཇི་བཞིན་སྣང་དང་།  
 མདོར་ན་གནས་འཆའ་བར་འདོད་པ་ཞེས་པའི་དོན་དག་  
 བསྐྱུས་ནས་ཞུས་ན་ར་ར་གི་རྗེས་སུ་འཇུག་པ་རྣམས་ཟང་ཟེང་  
 དང་ཚོས་གཉིས་ཀའི་སློབ་སློབ་ཆེ་འདི་དང་ཕྱི་མ་གཉིས་ཀ་ལ་

ཕན་པའི་ལམ་སྟོན་རྱེད་རྒྱ་དང་དོན་རྱེད་རྒྱ་དེ་ཡིན།  
**བརྒྱད་པ།** རྒྱ་མཐུན་པར་འདོད་པའི་དོན་རྱེད་པ།  
 ཞེས་སྲོམ་པ་ཉེ་ལུ་པ་ལས། གཞན་གྱི་སྲོད་དང་མཐུན་མི་  
 འཇུག །ཅེས་སེམས་ཅན་གཞན་ལ་བསྐྱབ་མཁས་རྱེད་རྒྱ་  
 དང་མན་རྒྱུན་མཐུན་ཐབས་བྱ་རྒྱ་ཡིན། གལ་སྲིད་པ་རོལ་  
 མོ་དེ་ལ་བསྐྱབ་པ་ཡིན་ན་སྤྱལ་བསྐྱེ་རྒྱ་དང་མི་དགེ་བ་  
 རྱེད་རྱེད་དེ་ལྟ་བུ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ན་མ་བསྐྱབ་ཀྱང་ཁྱད་པར་  
 མེད། གཞན་ལ་བསྐྱབ་སྣངས་དེ་ལའང་བསམ་པ་བསྐྱབ་པ་  
 དང་སྲོད་པ་བསྐྱབ་པ་གཉིས། དེའི་ནང་ནས་སྲོད་པ་བསྐྱབ་  
 པ་ཞེས་དཔེར་ན་སློབ་བྲལ་ཆང་མའི་ནང་དུ་སྤྱལ་བུ་སྲོད་པ་  
 ལེགས་པོ་ཡོད་པ་དེ་རིགས་ཡོད། ཡང་སྲོད་པ་སྤྱལ་ཅག་དེ་  
 རིགས་ཡོད། སློབ་བྲལ་ཆེ་འདྲིང་རྒྱུང་གསུམ་ཆང་མའི་ནང་དུ་  
 དེ་ཡོད། སྤྱལ་བུ་སྲོད་པ་སྤྱལ་ཅག་གམ་སྤྱལ་བུ་གྱིང་པོ་རྟོག་  
 ཏེ་བཟོ་མི་དེ་འདྲ་ཞེས་ཡོད་ན། ཞོ་སྲོད་པ་སྤྱལ་ཅག་ཆགས་  
 རྒྱ་དང་གྱིང་པོ་དེ་འདྲ་ཆགས་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་  
 དང་པོ་ར་ཚོས་བརྟེན་དཔེ་རྱེད་དགོས། ཞོ་རང་བཞིན་  
 ཀྱིས་གཤེས་ཀ་རྒྱལ་པོ་ཡིན་པ་དང་གཤེས་ཀ་གྱིང་པོ་ཡིན་  
 པ་དེ་འདྲ་ཡིན་ནམ། ཡང་ན་ཞིའི་ནང་དུ་དཀའ་འདལ་ཡོད་པ་  
 བྱས། དཔེར་ན། ས་མ་མི་མཐུན་པ་ག་དུས་ཡིན་ནའང་བཟའ་  
 འདྲིང་བརྒྱབས་ཏེ་འཇུག་པ་རྒྱལ་མི་དེ་འདྲ་ཡིན་ནམ། ཡང་ན་  
 ཨ་མ་དེ་ཆང་རྒྱལ་ཆང་ཚོད་མེད་འཇུང་མི་ག་དུས་ཡིན་ནའང་  
 ར་བཟེ་བ་དེ་འདྲ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་ཞོ་ལ་དེ་  
 འདྲ་ཞེས་བྱུང་བ་ཡིན་ནམ། ཡང་ཨ་མ་ར་བཟེ་བྱས་ན་ཨ་མ་  
 གཅིག་བྱས་ལས་ཀ་རྱེད་དགོས་སྐབས་ཨ་མ་དེ་ལས་ཀ་མང་  
 མོ་ཡོད་པ་དེ་འདྲའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱུང་ཆ་བ་དང་  
 ཞོ་ལ་སྐྱད་ཆ་ཤོད་མི་དང་ཞོ་ལ་སེམས་འཇུང་རྱེད་མཁན་ཅ་  
 བ་ནས་མེད་པར་གྱུར་སྐབས། ཞོ་རང་བཞིན་གྱིས་མི་གྱིང་པོ་

ཞིག་དང་ཁོ་ལ་སློབ་སྦྱང་སྦྱོར་མཁན་དང་བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་ཚོར་  
བ་སྦྱོར་མཁན་མེད་ཅན་ཁོ་རང་ཡང་མིའི་ཚོར་སྦྱང་དང་མིའི་  
བདེ་སྦྱིད་དེ་ཅུ་མེད་བསྐྱེད་པ་རང་བཞིན་གྱིས་ཆགས་འོང་  
གི་རེད། དེར་བརྟེན་དེ་དག་སློབ་ལ་ང་ཚོས་ཤེས་པར་བྱས།  
དེ་ནས་ཁོའི་ཅུ་ལ་བསྐྱོད་དེ་དང་ལོ་སྐད་ཆ་བཤད་ས་ཨེ་རྟེན་  
བཟུ། དེ་ནས་ཁོ་དང་མཉམ་དུ་ཅེད་མོ་ཅེ་བར་འགྲོ། ག་ལེ་ག་  
ལེ་ཁོ་ལ་སེམས་བྱུགས་དང་སློབ་སྦྱང་སྦྱོར་ཉེ་མི་གསར་བ་ཞིག་  
ཆགས་རྒྱུའི་འབད་བརྟེན་བྱེད་དགོས། དེ་ལྟ་བུ་དེ་ལ་གང་  
ཞེ་ན། སློབ་བ་བསྐྱེད་པ། མདོར་ན་སློབ་བ་བསྐྱེད་བ་ཞེས་མི་  
གཞན་དང་མཉམ་དུ་འགྲོ་འདུག་ཉལ་གསུམ་གཅིག་པ་བྱས།  
ཁང་བ་གཅིག་གི་ནང་དུ་འཚོ་བ་བསྐྱེད། མོར་པ་གཅིག་གི་  
ནང་དུ་ཟ་ཟ་ཟ་བ་ཡིན་ནའང་སོ་སོའི་སེམས་ལ་གཞན་ལ་  
བན་པའི་ཀུན་སློང་བཅངས། རང་གི་ཐོག་མའི་དམིགས་ལུལ་  
དང་བསམ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་མ་བཞེད་པ་བྱེད་རྒྱ། གང་ཞེ་  
ན། གཞན་དང་སློབ་བ་བསྐྱེད་ཀྱང་བསམ་བ་མ་བསྐྱེད་ཞེས་  
བ་དེ་ཡིན། ཡང་མཚམས་ལ་དེ་བསམ་བ་བསྐྱེད་དགོས་པའི་  
དུས་ཚོད་ཀྱང་ཡོད། སློབ་བ་བསྐྱེད་བ་མ་གཏོགས་བསམ་  
བ་མི་བསྐྱེད་པ་དེ་འདྲ་རྒྱུ་རྒྱུ་མ་ཡིན། མཚམས་ལ་སློབ་  
བ་བསྐྱེད་བ་ཅུ་ལ་ཟ་ཟ་ཟ་བསམ་བ་བསྐྱེད་དགོས་རྒྱ་དེ་  
འདྲའི་དུས་ཚོད་ཀྱང་ཡོད། དཔེར་ན། ལྷ་མ་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་  
ཞིག་ཡོད་པ་བྱས། བཟང་ངན་གྱི་དགའ་སྐྱེད་དེ་ཅུ་མེད་པ་  
འདྲིག་ཉེན་པ་རི་བཞིན་ཆགས་སྤང་དགའ་སྐྱེད་མེད་པ།  
མིས་བསྟོད་ར་བྱས་ཀྱང་སེམས་ལ་དགའ་བ་མེད་པ། མིས་  
སྤང་བ་བྱས་ཀྱང་ལམ་སང་དེ་ལ་ཚད་མེད་པའི་སེམས་སྐྱེད་  
ཡོད་པ་དེ་ལྟ་བུ་འདྲ་མ་ཡིན་པ་དེ་འདྲ་ཞིག་གི་སྐྱེ་མཉམ་དུ་  
སོ་སོ་སྐྱེ་བས་སོང་ན། དང་པོ་ལྷ་མ་དེ་དངོས་གནས་སྟོང་རྗེ་  
ཆེ་མདོག་འདུག་བསམ་སྟེ་སྐྱབས་སུ་མཆོ། ཁོང་གི་སློབ་པ་

བྱེད་དགོས་པ་རེད་བསམ་བསམ་ང་ཚོས་བྲན། དེ་ནས་ལྷ་མ་  
དེའི་སྐྱེ་མཉམ་དུ་བསྐྱེད་དེ་དུས་ཚོད་གང་ཅུ་སོང་རྗེས་སོ་སོ་  
ཡིན་ནའང་ལྷ་མ་དེའི་སྐྱེ་མཉམ་དུ་ཡང་ཚུད། ག་ལེ་ག་  
ལེ་སོ་སོ་ཡིན་ནའང་ལྷ་མ་དེའི་སྐྱེ་མཉམ་གཏོགས་པ་ལྟ་བུ་བྱེད།  
དང་ལྷ་མ་བཟུ་ཤིས་ཀྱི་སྐྱེ་མཉམ་གཏོགས་མིན། ཡང་ན་ལྷ་  
མ་དོན་བྱུབ་ཀྱི་སྐྱེ་མཉམ་གཏོགས་ཡིན་ཟེར་བ་དེ་ལྟ་བུར་བྱེད།  
དཔེར་ན་ལྷ་མ་ལྟོགས་ལྟ་བུའི་སྐྱེ་མཉམ་གཏོགས་པ་དེ་དག་  
གིས་སོ་སོའི་ལྷ་མ་ལའང་སྐྱོན་བརྒྱན་བྱས། ཁ་བཏང་བ་དེ་  
འདྲ་བྱས་འོང་ན་དེ་དུས་སོ་སོས་གང་བསམ་དགོས་སམ་  
ཞེ་ན། ངའི་ལྷ་མ་འདི་སངས་རྒྱས་རང་རེད། དགའ་སྐྱེད་གི་  
ཚོར་བ་གང་ཡང་མི་འདུག །ཆབ་ཆེན་སྤྱད་པ་དང་སྤྱད་ཅི་  
སྤྱད་པ་གཅིག་པ་རེད་འདུག །ཡིན་ནའང་བྱེད་དེ་ལྟ་བུ་ཡིན་  
ནའང་ང་ཚོ་ནད་ཁྲོགས་སུ་བ་ས་མ་རེད། ང་དེ་ལྟ་བུ་བཟོད་  
པ་སྟོམ་སུ་བ་ས་མ་རེད། ལྷ་མས་མི་མཐོན་ས་དང་ལྷ་མས་  
མི་དགོངས་ས་ལ་རུས་ངན་བཏོང་། མི་གཞན་ལ་གཞོན་པ་  
སྐྱེལ་རྒྱུའི་འཆར་གཞི་སྐྱེད་ཆགས་རྒྱུ། དེ་ལྟ་བུ་དེ་གང་ཞེ་  
ན། དངོས་གནས་བྱས་ན་ལྷ་མའི་སྐྱེ་མཉམ་སེམས་བཟང་པོ་དེ་  
དང་རང་གི་སེམས་བསྐྱེད་གང་སུ་བྱེད་དགོས། བསྐྱེད་གང་  
སུ་བྱས་ནས་བསམ་བ་རྒྱ་ཆེ་རུ་ཨེ་འགོ་བཟུ། ལྷ་རྗེ་ཆེ་རུ་  
ཨེ་འགོ་བཟུ་ནས་བསམ་བ་བསྐྱེད་དགོས་ས་ལྷ་མའི་སྐྱེ་མཉམ་  
སེམས་བཟང་པོ་དེར་སེམས་བ་བསྐྱེད་དགོས། དེ་བསྐྱེད་  
རྒྱ་པར་བཞག་དེ་ལས་ལྟོག་སྟེ་ལྷ་མ་དེ་སངས་རྒྱས་རང་  
རེད་འདུག་ལའ་ལྷ་མ་དེ་རུས་བ་མེད་པ་དང་ཚོར་བ་མེད་པ་  
ཞིག་ལ་མར་བཅིས། རང་ཉིད་དགའ་ལ་དགའ་ལན་སྟོག་རུས་མི་  
གཉེན་ལ་བྱམས་ཀྱིས་སློང་རུས་མི་དེ་ལྟ་བུའི་འདོན་ཐང་ཆེན་  
པོ་ཞིག་ལ་བཅི་རྒྱ་དེ་ཡིགས་པོ་མིན་ལོག་ལྟ་ཡིན། མདོར་ན་  
རང་རེ་པོད་ཀྱི་ཁ་དཔེ་ལས།



ལྷ་བ་ལྷ་དང་མཉམ་ཡང་། །  
 སྦྱོང་བ་མི་དང་བསྐྱེད་དགོས། །  
 ཟེར་བ་རྗེ་བཞིན་སྦྱོང་བ་བསྐྱེད་དགོས་ས་མང་པོ་ཡོད་  
 དེ། ཡིན་ནའང་བསམ་པ་བསྐྱེད་དགོས་ས་ཉུང་དུ་ཞིག་མ་  
 གཏོགས་མེད། དཔེར་ན་ལྷ་མ་མཚན་ཉིད་དང་ལྷན་པ་ཚོས་  
 བ་མཚན་ཉིད་དང་ལྷན་པ་མི་ཡ་རབས་དེ་དག་ལ་ང་ཚོས་  
 བསམ་པ་བསྐྱེད་དགོས། མཚན་མ་དེ་གནས་སྐབས་པན་  
 རོགས་ཡོད་པ་སྤྲུགས་སུ་རང་གཞན་ཐམས་ཅད་ལ་གཞོད་  
 བའི་བསམ་པ་དང་སྦྱོང་བ་དེ་དག་པར་སློབ་བྱུང་བསྟུན་ན་འབྲ་  
 ཚགས་པོ་དང་ཁེ་ལོ་ཡོད་པ་ཡོད་ཀྱང་དེ་དག་ཐམས་ཅད་  
 སྤངས་ཏེ་གཙོ་པོ་རང་གིས་རང་སེམས་རང་གིས་བསྐྱེད་།  
 རང་རྒྱལ་ས་རང་གིས་བསྐྱེད་ཏེ་འགོ་དགོས་པ་གནད་འགག་  
 ཚེན་པོ་ཡིན་གསུངས།

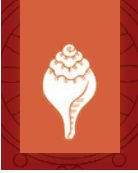
**དགུ་པ།** ཡང་དག་པར་ཞུགས་པར་འདོད་པའི་དོན་  
 བྱེད་པ། ཞེས་སྦྱོར་བ་ཉི་ཤུ་བ་ལས།  
 ཡོན་ཏན་བསྐྱེད་པ་སྦྱོང་བ་ལྷོ་མི་བྱེད། །  
 ཅེས་དང་། དོན་འདི་དང་མཐུན་པ་སྦྱོང་བའུག་ལས།  
 བསོད་ནམས་བྱེད་པ་མཐོང་གྲུང་། །  
 བསྦྱོང་པས་ལེགས་པར་དགའ་བ་བསྐྱེད། །  
 ཅེས་དེའི་དོན་གྱི་འགྲེལ་བཤད་འོག་ཏུ་འཆད་རྒྱ།  
 མདོར་ན་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་དགུ་པའི་དོན་དག་ནི་མི་  
 གཞན་གྱི་མཁས་བཙུན་བཟང་པོའི་ཡོན་ཏན་དེ་དག་མི་མང་  
 པོས་ཏེ་གོ་བ་བྱས་ཐམས་ཅད་དགའ་སྦྱོར་འཕེལ་བ་བྱེད་རྒྱ་  
 ཡིན། དེར་སང་གི་དུས་ཚོད་ལ་གནད་འགག་ཚེན་པོ་ཚགས་  
 ཡོད། གང་ཞེ་ན། ད་ལྟའི་དུས་ཚོད་ནི་ཆ་འཕྲིན་གྱི་དུས་  
 རབས་ཡིན། ཆ་འཕྲིན་གྱི་དུས་རབས་ཡིན་སྐབས་དེར་སང་  
 འཕྲིན་སྐྱོད་དང་། རོ་དེབ་ལ་སོགས་པ་སྦྱི་ཚོགས་དུ་ལམ་དེ་

ཚོའི་ཐོག་ཏུ་སོ་སོའི་སེམས་ལ་གང་དྲན། སེམས་ལ་གང་ཤར་  
 ཐད་ཀར་འབྲི་ས་ཡོད། སྤྲུགས་གཅིག་ནས་ང་ཚོའི་འཚོ་བ་  
 ཡར་རྒྱས་བྱིན་པ་དང་སྐབས་བདེ་དུ་བྱིན་པའི་རྣམ་པ་ཞིག་  
 ཏུ་གྱུར། ཡིན་ནའང་སྤྲུགས་གཞན་ཞིག་ནས་བཤད་ན་ཡང་  
 ང་ཚོ་བསམ་སློབ་ནན་ཏན་གཏོང་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་ཉུང་དུ་བྱིན་  
 པར་གྱུར། གང་ཞེ་ན། སྦོན་མ་གཅིག་འབྲི་དགོས་བསམ་ན།  
 དཔེར་ན། ཡི་གེ་ཞིག་གཏོང་དགོས་བསམ་པ་ཡིན་ན། སོ་  
 སོའི་སྤྲུགས་པོ་དང་སོ་སོའི་པ་མ་སྦྱར་མཚེད་ལྟ་བུ་ལ་ཡི་གེ་  
 ཞིག་གཏོང་དགོས་བསམ་པ་ཡིན་ནའང་དེ་ལས་སྦྱོར་པོ་མེད།  
 གང་ཞེ་ན། དང་པོ་སྦྱག་ཤོག་མེད་པའི་དཀའ་ངལ། གཉིས་  
 པ་ཡི་གེ་འབྲི་མི་ཉུང་བའི་དཀའ་ངལ། སོ་སོས་ཡི་གེ་འབྲི་  
 ཤེས་ཀྱི་ཡོད་ན་ལས་སྦྱ། སོ་སོས་འབྲི་ཤེས་ཀྱི་མེད་ན་མི་  
 གཞན་ལ་སྦྱབས་འཇུག་ཞུ་དགོས། གསུམ་པ་ཡི་གེ་བྲིས་བྲིན་  
 ཡང་གཞན་ལ་འཕྲོད་རྒྱུར་ལོ་དང་རྒྱ་བ་འགོར། དེར་བརྟེན་  
 སྐབས་དེ་དུས་མི་དེ་དག་གིས་དོན་དག་གསུ་ཚེན་པོ་རྗེས་མ་  
 ཡི་གའི་ནང་དུ་འདི་བྲི་དགོས་ས་ཡིན་པས་བསམ་སློབ་ནན་  
 ཏན་བཏང་སྟེ་སེམས་ལ་ཉར་ཡི་གེ་བྲི་བ་ཡིན། ཡིན་ནའང་  
 ད་ལྟའི་དུས་ཚོད་ལ་ང་ཚོ་གང་ཚགས་ཡོད་ཅེ་ན། ང་ཚོའི་  
 སེམས་ལ་དྲན་ཡོང་མེད་པ་རང་གིས་ལེགས་པོ་སྦྱོག་ཡོང་  
 མེད་པ། ཞུ་དག་གཏོང་ཡོང་མེད་པར་འཇམ་བུ་སྦྱིང་ཡོངས་  
 སུ་པར་ཁྲབ་བསྐྱེད་ཀྱིས་བྱས། དེ་ཅས་དུ་མ་ཟད་ནས་རྒྱན་  
 རོགས་པོ་མན་རྒྱན་ནང་མོལ་ཁ་བརྗེད་བྱེད་རྒྱུའི་སྐྱེད་ཆ་དེ་དག་  
 དེར་སང་འཇམ་བུ་སྦྱིང་མི་ཡོངས་རྫོགས་ལ་ཁྲབ་བསྐྱེད་ཀྱིས་  
 བྱས། དེར་བརྟེན་ང་ཚོའི་ཁ་ནས་སྐད་ཆ་ཤོད་རྒྱུ་དང་ལག་  
 བས་འབྲི་རྒྱུ་དེ་དག་ཚང་མ་གཟབ་གཟབ་བྱེད་དགོས་པའི་  
 དུས་ཚོད་ཅིག་ཏུ་སྦྱིབས། ང་ཚོས་ད་ལྟ་གང་བཤད་པ་ག་  
 རེ་བྲིས་པ་དེས་ཤུགས་རྒྱུན་གང་ཡིན་འཕམ་དུ་མི་ཤེས་ཀྱང་

ཉི་མ་གཅིག་ལ་མི་ཞིག་བརྒྱུད་དེ་རང་གི་བྱེད་སྤངས་དེ་ཞོར་  
 འཁྲུལ་ཅན་ཞིག་ཡིན་པ་དང་ཡག་པོ་ཞིག་མ་ཡིན་པ་རོ་འཕྲོད་  
 འབྲུང་རྒྱ་ཡིན་སྟེ། ཡིན་ནའང་དེ་དུས་འབྲེལ་དྲགས་པ་  
 ཡིན། ལྷག་པར་དུ་རྩོམ་གྲུ་བ་དེ་ཚོས་སེམས་ལ་ངེས་  
 དགོས་རྒྱ་ཞིག་ནི་དེང་སང་ཚོས་ལུགས་དང་གྲུབ་མཐའ་  
 གཞན་གྱི་ལྷ་མ་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཚོང་གི་མི་སྣ་གལ་ཆེན་དེ་དག་  
 ལ་དོན་དང་མཐུན་པའི་གནས་ལུགས་དང་མཐུན་པའི་བསྟོན་  
 པ་ལུལ་ཐུབ་ན་ལེགས་པོས་རེད། བསྟོན་པ་ལུལ་མི་ཐུབ་  
 བའང་སྤང་བ་བྱེད་རྒྱ་ལེགས་པོ་མིན། སྤང་བ་བྱས་ན་རང་  
 ལ་གཞོན་ལ་གཞན་ལའང་གཞོན་དོན་མེད། ལྷག་པར་དུ་དེང་  
 སང་མི་ཁ་ཤས་ཀྱིས་གང་བྱེད་གྱི་ཡོད་ཅེ་ན་སོ་སོའི་མིང་  
 དེ་སྤྲས། མི་གཞན་གྱིས་སོ་སོ་གང་ཡིན་པ་ཏ་མི་གོ་བ་བྱས།  
 མིང་དུ་ཁྱི་དང་བོང་བུ་ཟེར་བ་དེ་འདྲའི་མིང་ཆབ་འདྲ་མིན་ལེད་  
 སྟོན་བཏང་སྟེ་ག་དུས་ཡིན་ནའང་མི་གཞན་ལ་སྟོོ་འདོགས་  
 བྱེད་རྒྱ་དང་སྤྱད་འདེབས་བྱེད་རྒྱ་འདི་སྤྱེས་པ་པོ་ཡི་ལས་ཀ་  
 ཞིག་མིན། མ་མཛད་ས་མའི་ལས་ཀ་ཞིག་མ་རེད། དེ་ལྟ་བུ་  
 བྱེད་དགོས་པ་སོ་སོའི་སེམས་ལ་གཞོན་ཡོད་པའི་ཉུགས་དང་  
 འོར་འཁྲུལ་ཡོད་པའི་ཉུགས་ཤིག་རེད་མ་གཏོགས་དེ་སྟོབས་  
 སྤེ་རྒྱའི་ལས་ཀ་ཞིག་མ་རེད། དེར་བརྟེན་དེ་ལ་རྩོམ་གཟབ་  
 གཟབ་བྱེད་དགོས། སྤྱིར་བཏང་བསྟོན་འོས་པ་ཞིག་ལ་བསྟོན་  
 དགོས་པ་དང་སྤང་འོས་པ་ཞིག་ལ་སྤང་དགོས་པ་རེད་ཀྱང་  
 མཚམས་ཤེ།

- བསྟོན་མི་ཤིས་པར་བསྟོན་པ་ལས། །
- སྤང་ཤིས་པ་ཞིག་གིས་སྤང་ན་དགའ། །
- ཞེས་པ་ལྟར་དང་། དེ་བཞིན་རྒྱལ་བ་གཡུང་སྟོན་པས།
- སྟོབ་མས་བརྩམས་པའི་རྣམ་ཐར་པལ་ཆེར་ནི། །
- བསྟོན་ར་ཆེ་བས་ལྷ་མ་ཐོག་པོར་བཏང་། །

ཞེས་སྟོབ་མས་བརྩམས་པའི་རྣམ་ཐར་དེ་དག་བལྟ་  
 རྒྱ་མེད། གང་ཞེ་ན། དེའི་ནང་དུ་ལྷ་མས་མ་མཛད་པ་ཞིག་  
 མཛད། ལྷ་མས་མ་གསུངས་པ་ཞིག་གསུང་ཞེས་ཁོ་རང་ཚོའི་  
 བསམ་རྒྱུ་ལ་ལྷ་མ་ལ་བསྟོན་པ་ཞིག་བྱེད་དགོས་བསམ་པ་  
 རེད་དེ་དོན་དུ་ལྷ་མ་དེ་རྩུབ་མ་བཅོས། སྟོན་མ་ལ་རྒྱལ་དབང་  
 མི་བསྟོན་རྟོ་རྟེན་གསུང་ཞིག་མཛད་སྟུང་ཡོད། དེའི་ནང་  
 དུ། ར་རྩུང་དུའི་རྣམས་སུ་ལྷ་ཀན་དེ་དག་གིས་བརྩམས་  
 པའི་རྣམ་ཐར་མང་པོ་ཡོད། དེ་དག་རྣམ་ཐར་ཞིག་གི་དགོས་  
 གྱི་འདུག་ཅེས་བཤད་དེ་རྩོམ་མ་གཞི་ལ་གོང་མ་དེ་དག་  
 གི་རྣམ་ཐར་ལ་དཔེ་ལྷངས་ཏེ་གྲིས་པ་རྒྱང་རྒྱང་རེད་མ་  
 གཏོགས། རའི་རྣམ་ཐར་རི་མ་རི་བཞིན་གྲིས་པ་མེད། དེ་  
 བཞིན་ལ་རྒྱལ་དབང་མི་བསྟོན་རྟོ་རྟེན་སྤྱི་རྩུང་དུའི་དུས་སུ་གཞི་  
 པའི་ཡང་སྤྱི་དུ་རོས་འཛིན་ལྷ་པའི་རྣམས་སུ་ཡང་སྟོ་སྟོགས་  
 གྱི་གཞི་ལ་དང་། ལུབ་སྟོགས་གྱི་གཞི་ལ་ཞེས་པལ་ཆེར་དེ་ལྟ་  
 དུའི་ཚོད་པ་ཏོག་ཅན་བྱུང་། དེར་བརྟེན་ལ་གཞི་ལ་རོས་འཛིན་  
 བརྟག་པ་བྱེད་རྒྱའི་ཆེད་དུ་ལ་གཞི་ལ་སྤྱི་གོང་མས་བེད་སྟོན་  
 མཛད་སྟུང་བའི་མཚོད་རྣམས་དང་། ལུག་ཤེད། ཞལ་དཀར་  
 ལ་སོགས་པ་དེ་དག་རོས་འཛིན་བྱེད་བརྟག་འདུག །དེ་རོས་  
 འཛིན་བྱེད་འདུག་རྒྱ་དེ་དག་ཁོང་གིས་གང་གསུང་ཞེ་ན། དེ་  
 རོས་འཛིན་བྱེད་བརྟག་སོང་། རོས་འཛིན་བྱེད་དུས་ཅ་ན་ཁ་  
 ཤས་ནི་རོས་འཛིན་ཏག་ཏག་བྱེད་ཐུབ་སོང་། ཁ་ཤས་ནི་རོས་  
 འཛིན་བྱེད་ཐུབ་མ་སོང་། རོས་འཛིན་བྱས་པ་དེ་དག་སྟོག་ཏུ་  
 ལྷ་མ་དེ་དག་གིས་བསྐབ་བྱུང་ཞེས་དེ་ལྟར་གསུངས། དེར་  
 བརྟེན་ལ་རྒྱལ་དབང་མི་བསྟོན་རྟོ་རྟེན་ཁ་ཤི་ཁ་ཐུག་བྱས་དེ་ལྟར་  
 གསུངས། སྤྱིར་བཏང་ལྷ་མའི་རྣམ་ཐར་ཞེས་པ་མི་རྣམས་  
 ཀྱིས་དང་བ་སྤྱི་རྒྱ་ཞིག་དགོས་ཀྱང་མཚམས་ཤེ་བསྟོན་ར་  
 ཆེན་ལེགས་པོ་མིན། ལྷག་པར་དུ་དེང་སང་གི་དུས་ཚོད་ལ་



འཕྲིན་ཐུན་ལ་སོགས་པའི་ནང་དུ་སྤྱོད་གས་གཅིག་ལ་བསྟོན།  
 སྤྱོད་གས་གཅིག་ལ་སྤྲད་ན་མ་གཏོགས་སྤྲད་ཆ་བཤད་མི་ཤེས་  
 པ་ལྟ་བུ་སྤྲད། དེར་བརྟེན་བསྟོན་སྤྲད་གཉིས་ཀྱིས་བསྟོན་ར་  
 གཏོང་རྒྱ་དང་སྤྲད་ར་གཏོང་རྒྱ་གཉིས་ཀྱིས་དམག་འཁྲུག་  
 བསྐྱངས། ལྷག་པར་དུ་རང་གི་སྤྱོད་གས་ཀྱི་སྤྲོ་མ་དང་དགོ་  
 འདུན་དེ་དག་ལ་བསྟོན་པ་གཏོང་འོས་པ་རེད་ལོས་གཏོང་།  
 ཡིན་ནའང་ཚད་ལས་འདས་པའི་བསྟོན་པ་གཏོང་རྒྱ་མང་  
 དགས་ན་མི་ཁམས་ཀྱི་སྤྲད་བར་མི་འགོ། མི་ཁམས་ཀྱི་སྤྲད་  
 བ་མ་འགོ་ནས་དང་པོ་སྤྲད་འདོད་མེད་ཀྱང་ཁ་ནས་བསྐྱུར་མ་  
 སྤྲད་པར་ཤོར་བ་དེ་འདྲ་འབྲུང་བཞིན་ཡོད། དེའི་རྒྱ་མཚན་  
 ལ་བརྟེན་ནས་དོན་མེད་སྤྲོད་པའི་ལས་བསམག་ན་ལེགས་པོ་  
 མིན། དེར་བསྟོན་པ་བཏང་ནའང་བསྟོན་པ་གཏོང་ཤེས་པ་  
 ཞིག་དང་བསྟོན་པ་གཏོང་རྒྱའི་དུས་ཚོད་ཤེས་པ་ཞིག་དགོས་  
 རྒྱ་གལ་ཆེ། ལྷག་པར་དུ་སྤྲོ་མའི་མདུན་དུ་ཁྱེད་ཀྱི་སྤྲོ་མ་ཁྱེད་  
 བེ་ཡི་དམ་ཁྱེད་ཀྱི་དཔལ་པོ་མཁའ་པོ་མཁའ་ཚོས་སྤྲོད་ཞེས་བསྟོན་  
 ར་རི་ཅམ་ཞིག་བཏང་། སྤྲོ་མའི་རྒྱུ་དུ་སྤྲོ་མའི་སྤྲོན་བཤད།  
 དེ་བཞིན་སྤྲོ་མ་དང་སྤྲོ་མའི་དབར་འཁྲུག་པ་བསྐྱངས། དེ་ལྟ་  
 བུ་བྱས་ན་དོན་མེད་དང་དགོས་པ་གང་ཡང་མེད། དངོས་  
 གནས་སྤྲོ་མ་ལ་བརྟེན་དང་སྤྲོ་མ་ལ་དང་པོ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་  
 བ་བསྟོན་ར་དེ་སྤྲོད་ཀྱི་བཏང་། སྤྲོ་མའི་མདུན་དུ་གནས་ཚུལ་  
 རོ་མ་ག་རེ་ཡིན་པ་དེ་ལྷན་ན་དེ་དངོས་གནས་རོ་སྤྲོད་མེད་  
 པ་སྤྲོད་མ་དམ་ཆོག་ཅན་རེད། སྤྲོད་འཁྲུག་ལས། སྤྲོད་ན་  
 ཡོན་ཏན་བརྗོད་བྱ་ཞིང་། །ཡོན་ཏན་བརྗོད་ན་རྗེས་སུ་བརྗོད། །  
 ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་གལ་ཆེ། མདོར་ན་ཡང་དག་པར་  
 ལུགས་པ་ཞེས་པ་ནི། བཀའ་གདམས་པོད་མ་ཚོས་གསུངས་  
 པ་རི་བཞིན་ར་ཚོའི་མི་ཚའི་ནང་དུ་སྤྲོད་པ་མང་པོ་ཞིག་སྤྲོད་  
 བའོ་བཞིན་ཡོད་ཅེ་ན། ཁ་འདིས་བཞེས། ཁ་ལ་བདག་པོ་

བརྒྱུ་དགོས། ལྷག་པར་ད་ལྟ་རྒྱ་ནག་ནང་དུ་ནང་ཡམས་  
 ལུགས་ཆེན་པོ་ལྷག་པར་དེ་ཁས་བཞེས་པའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་  
 བཤད་བཞིན་འདུག །མི་བཟའ་དགུ་ཟ་ཟས། བམ་རྒྱུན་མི་  
 མང་པོས་བཤད་རྒྱུར་རྒྱ་ནག་ནང་དུ་རྒྱ་པ་བཞེ་བྱས་པ་ཅོག་  
 ཅོ་མ་གཏོགས་གཞན་ཚང་མ་ཟས་ཚར་བ་རེད་ཅེས་གང་ལྟར་  
 ཡང་བམ་རྒྱུན་སྤྲོད་བྱས་སེམས་ཅན་ཟ་དགོས་འཁེལ་ན་ཁག་  
 མེད་དཀའ་མེད། རི་དྲགས་དེ་དག་གི་ཤ་ཟས་དེ་འདྲའི་ལུ་སྤྲོད་  
 པོ་ཞིག་གང་ཡང་ཆགས་མེད། མི་བཟའ་དགུ་ཟ་ཟས་ན། །མི་  
 བ་དགུ་ན་ན་འོང་། །ཞེས་མདོར་ན་ཁ་ལ་བདག་བརྒྱུ་རྒྱ་  
 དང་སྤྲད་པ་འདྲིན་ལེགས་པོ་བྱེད་དགོས་རྒྱ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་  
 རེད་གསུངས།

**བརྒྱུ་པ།** ལོག་པོར་ལུགས་པའི་དོན་བྱེད་པ། ཞེས་སྤྲོ་མ་  
 པ་ཉི་ཤུ་པ་ལས། སྤྲོན་དང་འཚམ་པར་ཚར་མི་གཅོད། །ཅེས་  
 ཡིན་ནའང་དཔེ་མང་པོ་ཞིག་ཡང་། རྒྱུ་དུ་འཚམ་པ་ཚར་  
 མི་གཅོད། །ཅེས་རྒྱུན་གྲིས་པ་ཁམས་འདུག །ཡིན་ནའང་  
 འགྲེལ་པ་དེ་དག་ལ་བལྟས་ན་སྤྲོན་དང་འཚམ་པ་གྲིས་ན་  
 ཅུང་ལེགས་པ་མེད་དམ་བསམ། ད་དུང་བརྟག་ན་ལེགས།  
 འདྲའི་དོན་དག་ནི་མི་ཞིག་མི་དགོ་བ་ལས་དགོ་བའི་གནས་  
 ལ་འགོད་པའི་ཕྱིར་དུ་འཇམ་པོའི་སྤྲོན་སྤྲོན་ཐེར་འདོན་བྱེད་  
 པ། ཡང་ན་རྒྱུ་པའི་སྤྲོན་ལ་ཚད་པ་གཅོད་པ། ཡང་ན་གནས་  
 གཞན་དུ་བསྐྱད་པ་ལ་སོགས་དེ་ལྟ་བུའི་ཚར་གཅོད་བྱེད་རྒྱ་  
 ཡིན། མདོར་ན་མི་རན་པ་རེད་ཅེས་སྤྲོད་གཏོང་བ་མ་ཡིན་  
 པར་ཡིན་ནའང་དེ་གནས་སྤྲོད་པ་དང་མཐར་ཐུག་ལས་སྤྲོད་  
 རྒྱའི་ཕྱིར་དུ་ཁོས་སྤྲོན་ཆེན་པོ་བྱས་ཡོད་ན་སྤྲོན་ཆེན་པོ་དང་  
 འཚམ་པའི་ཐབས་ལམ་གང་དག་དག་བྱེད་རྒྱ། སྤྲོན་འབྲིང་པོ་  
 བྱས་ཡོད་ན་དེ་དང་འཚམ་པ་བྱེད་རྒྱ། སྤྲོན་ཆུང་བྱས་ཡོད་  
 བ་དེ་དང་འཚམ་པ་བྱེད་རྒྱ། མདོར་ན་ཞི་བ་དང་དག་པོའི་སྤྲོ་

ནས་ཁོ་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་ལས་སློབ་པའི་དོན་དུ་  
ཐབས་གང་དག་དག་བྱེད་རྒྱུ་དེ་ཡིན།

**བཅུ་གཅིག** | རྩུ་འབྲུལ་གྱིས་འདུལ་འོས་པ་རྣམས་ཀྱི་  
དོན་བྱེད་པ། ཞེས་སློམ་པ་ཉི་ཤུ་པ་ལས། རྩུ་འབྲུལ་སྤྲིགས་  
ལ་སོགས་མི་བྱེད། | ཅེས་སློམ་པ་ཉི་ཤུ་པའི་དཔེ་མང་པོ་ཞིག་  
གི་ནང་དུ་སྤྲིག་ཅེས་གྲིས། ཡིན་ནའང་སྐབས་འདི་ལ་སྤྲིགས་  
བའམ་སྐྱབ་པར་བྱས་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་གོ་དགོས་བསམ་  
པ་འདྲ། ད་དུང་བཟག་དགོས། སྤྲིགས་ཀྱི་དོན་ནི་རྩུ་འབྲུལ་  
གྱི་སློབས་གྱིས་གཞན་སྤྲིག་པ་ལ་སྐྱབ་པར་བྱེད་བཅུག་རྒྱུ་  
དེ་ཡིན། དཔེར་ན། ཁྱོད་གྱིས་ཉེས་པ་འདི་ལྟ་བུ་བསགས་ན་  
དེའི་འབྲས་བུ་དཔྱུལ་བ་འདི་ལྟ་བུ་ལ་ལྷུང་གི་རེད་ལཔ་ནས་  
དཔྱུལ་བ་སྐྱུལ་ཏེ་དམིགས་ཡོད་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་གསུངས།  
དཔེར་ན་སངས་རྒྱུས་ཞལ་བཞུགས་པའི་སྐུ་དུས་སུ་ཀུན་  
དགའ་པོའི་ཆ་སོ་གཉིས་དང་སོ་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་རེད་དེ། རབ་  
ཏུ་བྱུང་བ་དེ་དང་སོ་སྟོ་གོས་ཀྱི་ཆེད་དུ་རབ་ཏུ་བྱུང་། ཐར་  
པ་དོན་གཉེར་གྱིས་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ་རབ་ཏུ་བྱུང་མེད།  
དེར་བརྟེན་ཁོང་གཉིས་ཐར་པ་དོན་གཉེར་སྐྱེ་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་  
མོ་རྒྱལ་བུས་དཔྱུལ་བ་སྐྱུལ་ཏེ་ཁོང་གཉིས་ལ་ཞེད་སྐྱང་སྐྱོང་  
བའམ། དན་སོང་གསུམ་ལ་འཛིགས་པ་སྐྱེས་བཅུག་པའི་ལོ་  
རྒྱུས་གསུང་རྒྱུ་ཡོད། རྩུ་འབྲུལ་གྱི་སློབས་གཞན་སྤྲིག་པ་  
ལ་སྐྱབ་པ་བྱེད་བཅུག་དགོས་ཞེས་པ་མཚོན་བྱེད་ཅམ་མ་  
གཏོགས་ང་ཚོ་ལ་རྩུ་འབྲུལ་མེད། རྩུ་འབྲུལ་མེད་ན་དེ་གང་  
འདྲ་བྱེད་དགོས་ཤིག། རྩུ་འབྲུལ་ཡོད་ན་ལེགས་ཀྱང་མེད་  
ཀྱང་ཐབས་ཆག་པ་ཞིག་མིན། སྤྱིར་བཏང་སློབ་མ་པོད་དུ་མ་  
མ་ཞིག་གིས་སློབ་མ་ཞིག་ལ་རྒྱ་ཚོད་ཁ་ལས་ཀྱི་ནང་དུ་མི་ཚེ་  
ཆ་ཚང་བསྐྱུལ་རྒྱུ་ཡོད་པའི་ཚོར་སྐྱེ་རྒྱུ་ཡོད་པ་རྩུ་འབྲུལ་  
བསྐྱབ་པའི་ལོ་རྒྱུས་གསུང་རྒྱུ་འདུག། །དོས་ལ་སློབ་མ་མཁུན་

པོ་ཞིག་གིས་གསུང་སྟོང་། ཡིན་ནའང་ད་ལྟ་དེ་རིང་གསལ་  
པོ་ཞིག་མི་འདྲ་ཀུན་ལ་ཞུ་སྐབས་མ་སོང་། མདོར་ན་རྩུ་འབྲུལ་  
དེ་གཞན་དོན་ལུགས་སུ་ཚོགས་པ་ཞིག་བྱེད་རྒྱུ་ལ་མེད་དུ་མི་  
དུང་བ་ཞིག་ཡིན་པ་ལས་སློབ་ལས།

རི་ལྟར་འདབ་གཤོག་མ་རྒྱས་པའི། |  
བྱ་ནི་མཁའ་ལ་འདུར་མི་བུས། |  
དེ་བཞིན་མངོན་ཤེས་སློབས་བྲལ་བས། |  
སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་བུས་པ་མིན། |  
མངོན་ཤེས་ལྡན་པའི་ཉིན་མཚན་གྱི། |  
བསོད་ནམས་དག་ནི་གང་ཡིན་དེ། |  
མངོན་ཤེས་དག་དང་བྲལ་རྒྱུར་ལ། |  
སྐྱེ་བ་བརྒྱུད་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། |

ཞེས་མདོར་ན་གཞན་དོན་བསྐྱབ་རྒྱུ་ལ་མངོན་ཤེས་  
བསྐྱབ་རྒྱུ་དེ་གལ་ཆེན་སོ་ཡིན་པར་གསུངས། ཡིན་ནའང་  
མངོན་ཤེས་ཞེས་པ་གཙོ་བོ་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་སྐྱེས་  
ན་མ་གཏོགས་མངོན་ཤེས་འཛོལ་རྒྱུ་དཀའ། ཡིན་ནའང་དེང་  
སང་མངོན་ཤེས་མེད་ཀྱང་ཡོད་ཁུལ་གྱིས་ངས་སྣ་དང་ཐང་  
ཀར་སྐད་ཆ་བཤད་ཀྱི་ཡོད། རི་བཅུན་སློབ་མ་ལ་ཐང་ཀར་  
སྐད་ཆ་བཤད་ཀྱི་ཡོད། ད་ནངས་ཞོགས་པ་རང་གྲུ་རུ་རིན་  
པོ་ཆེས་ང་ལ་བཀའ་གནང་སོང་ཟེར་བ་དེ་འདྲའི་ཉམ་པ་ཤོད་  
མི་འབྱུང་བཞིན་ཡོད། དེ་བཞིན་ཁྱོད་སྐྱེ་བ་སློབ་མ་འདི་སློབ་  
མ་རེད་འདུག། །ད་ལྟའང་འདི་སློབ་མ་བྱེད་དགོས་རེད་ཅེས་  
ཤོད་མི་དེ་འདྲ་འབྱུང་གི་ཡོད། མདོར་ན་དེ་ལྟ་བུའི་མངོན་ཤེས་  
རྒྱན་པ་དེ་དག་སྤྱིར་བཏང་མི་ངོ་ཆ་དེ་ཅམ་མེད་པ་རྒྱན་ཤོད་  
རྒྱུའི་ཉམས་སྲོང་ལེགས་སོ་ཡོད་མཁུན་ཞིག་ཡིན་ན་ཚང་མས་  
བཤད་སྐབས་རྒྱུ་ཞིག་ཡིན། དེ་ལ་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་  
བསྐྱབ་དགོས་པ་གང་ཡང་མེད། དེའི་མིང་ལ་གང་ཞེན། དེ་



བེ་མི་ཚོས་སྐྱ་མའི་རྒྱུ། དེ་བེ་མི་མཐོ་བསྐྱོར་རྒྱ་དང་སེམས་  
 ཅན་གཞན་ལ་གཞོན་པ་བྱེད་རྒྱ་ཡིད་མ་གཏོགས་གཞན་དོན་  
 བསྐྱབ་རྒྱ་ལ་པན་ཐོགས་མེད། དེར་བརྟེན་མངོན་ཤེས་མེད་པ་  
 ལ་མངོན་ཤེས་ཡོད་ལྷན་གྱིས་བྱས་ན་པན་ཐོགས་མེད། རྒྱ་འབྲུལ་  
 མེད་པ་ལ་རྒྱ་འབྲུལ་ཡོད་ལྷན་གྱིས་བྱས་ན་སོ་སོ་ལ་དཀའ་ངལ་  
 འབྲད་རྒྱ་ལས་ཐབས་ཤེས་མེད། ཡིན་ནའང་སྐབས་འདི་ལ་  
 རྒྱ་འབྲུལ་མེད་ན་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་བཅུ་གཅིག་པ་རི་ལྟར་  
 བྱེད་དགོས་སམ་ཞེ་ན། དེ་ཡང་བྱེད་སྤངས་ཡོད། དཔེར་ན་  
 མོད་གྲི་གཏམ་དཔེ། བསྐྱབ་བྱ་བརྒྱ་ལས་སྐྱ་བསྐྱབ་གཅིག །  
 ཅེས་པའི་གཏམ་དཔེ་རི་བཞིན་རང་གིས་ཁ་ནས་གཞན་ལ་  
 བསྐྱབ་བྱ་བརྒྱབ་རྒྱ་གཅིག་བྱས་མི་པ་རོལ་པོ་དེ་འགྱུར་བ་  
 གཏོང་བྱུང་ཟེར་བ་ཉ་ཅང་དཀའ། ཉན་མཁན་མེད་པར་བསྐྱབ་  
 བྱ་བརྒྱབ་རྒྱ་མང་ཆེ་བ་སྐྱོན་ཡིན། དེར་བརྟེན་མི་ཆེ་རྒྱུང་  
 འག་ཞན་སྐྱ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནའང་དཀའ་སྐྱུག་ཐམས་ཅད་ཁོ་  
 རང་གི་ལྷོང་ཐོག་ཏུ་མ་སྐྱེའམ་ན་ཁོ་ཡང་རྒྱས་དང་འཚར་  
 ཡོང་འབྲུང་རྒྱ་དཀའ། ག་དུས་ཡིན་ནའང་སོ་སོ་བསྐྱབ་བྱ་  
 རྒྱབ་མི་དེའི་བསམ་ཚུལ་གཙོ་པོ་བྱས། ང་མེད་ན་ཁོས་མི་  
 འཛོན། ཁོ་ལ་དཀའ་ངལ་འབྲད་གྲི་ཡིད་བསམ་སྟེ་དེར་པ་  
 རོལ་པོ་ལ་ཚད་ལས་འདས་པའི་སྐྱུང་སྐྱོབ་དང་ཚད་ལས་  
 འདས་པའི་བདག་པོ་བརྒྱབ་ཆེས་ན་མི་དེ་ག་དུས་ཡིན་ནའང་  
 གཞན་ལ་བརྟེན་མི་ཞིག་ཏུ་གྱུར། རང་གི་རྐང་པའི་ཐོག་ཏུ་  
 རང་ལངས་སྐྱབ་པ་ཆགས་རྒྱ་དཀའ་ལས་ཁག་པོར་གྱུར།  
 དེའི་དཔེ་མཚོན་བཀའ་བརྒྱུད་གྲི་དོན་བརྒྱུད་རྣམ་ཐར་ནང་  
 དུའང་གཞན་དོན་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ལོ་རྒྱུས་མང། དཔེར་  
 བ། ཉེ་ལོ། ལྷ་རོའི་རྣམ་ཐར་ལྟ་བུ། མར་པ་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་  
 ལྟ་བུ། དཔེ་མཚོན་མང་པོ་བཤད་རྒྱ་ཡོད། ཡིན་ནའང་ཉེ་ལོ།  
 ལྷ་རོའི་རྣམ་ཐར་ཐོབ་སྐྱེད་ཆོད་ལོད་དཀའ། ལྷ་རོའི་

དཀའ་ཆེན་བཅུ་གཉིས་སྤྱད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད། དེའི་ནང་  
 ལས་གཅིག་གཅུག་ལག་ཁང་ནས་མཁའ་ཅེ་མོ་སྟེགས་པ་འདྲ་  
 བའི་ཐོག་ཁ་ནས་མར་མཚོངས་རྒྱ་དེ་ཡིན། རི་མ་རི་བཞིན་ལྷ་  
 མི་སྐྱབ་ཀྱང་རགས་ཅམ་ཞིག་ལྷན་ན། ལྷ་རོའི་བསྐྱབས་དེ་  
 དུས་ཅོན་རྒྱ་གར་གྲི་བཞུ་ཆེན་ན་ཡོངས་སྐྱུ་གགས་པའི་བཞུ་  
 ཆེན་ཞིག་ཡིད་དེ། བརྟེན་ཉེ་མིང་དང་སྐྱབ་བྱགས་དེ་དག་པར་  
 དོད། ཉེ་ལོ་བེ་མི་མ་པར་བལྟས་ན་ཉ་བ་དང་ཉ་གསོན་སྟེག་  
 བྱེད་མི་དེ་ལྟ་བུའི་མི་ཐབས་ཆག་ཅིག་ལ་ཁོང་གིས་སྐྱ་མ་ལ་  
 བསྐྱབ། དང་པོ་ཡུན་རིང་པོ་ཞིག་ལ་ཚོས་མ་སྐྱུལ། ཉིན་ཉིག་  
 བར་ལྷ་རོའི་པས་ཉེ་ལོ་བེ་མ་ནས་ཚོས་ཤིག་ཨེ་གནང་བསམ་སྐྱོར་  
 བ་འདྲ་རྒྱབ་བྱུག་འཚལ་བསྐྱད། ཉིན་ཞིག་ཁོང་ཉོན་སྟེ་ཡར་  
 བཞེངས་ཉེ་པེའམ་ཉེ་གཅུག་ལག་ཁང་ཞིག་གི་སྟེང་དུ་ཕེབས།  
 གཤམ་ལྟ་གཤོན་ལྟ་མཚན་དེ་དེ་རིང་ལ་སྐྱོབ་མ་ཚད་ལྡན་  
 སྐྱོད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ཡོད་ན། ཁང་པ་འདིའི་ཐོག་ཁ་ནས་མར་  
 མཚོངས་གསུངས། ལྷ་རོའི་པས་གཤམ་ལྟ་གཤོན་ལྟ་མཚན་དེ་  
 ང་མ་གཏོགས་སྐྱུ་གཅིག་མི་འདུག །ང་གསུངས་པ་ཡིན་པ་  
 ཡིད་བསམ་སྟེ་སྐྱེ་མ་ལ་ཆོག་ཅིག་བཀའ་འདི་མ་ལྷས་པར་ཐེ་  
 ཚོམ་མེད་པར་ཐོག་ཁ་ནས་མཚོངས། ལྷ་རོའི་པས་གསོན་  
 དུ་གྱུར་བྱུག་གཟེར་གྲིས་བརྒྱལ། ཉོག་ཅམ་ནས་ཉེ་ལོ་པ་  
 ཕེབས། ལྷ་རོའི་ལ་ཁྱོད་ནའམ་གསུངས། དངོས་གནས་བྱས་  
 བ་སེམས་གསོ་གཏོང་དགོས། སེམས་གསོ་མི་གཏོང་བར་  
 ཁྱོད་གང་འདྲ་འདུག་གས། བཟམ་གསུངས། མི་ཁང་པའི་ཐོག་  
 ལས་མཚོངས་ཉེ་མི་ན་བ་དང་མི་ཆོ་བ་གང་དུ་ཡོད། ལ་འདུག་  
 ཆོ་འདུག་ཅེས་ལྷས། ཁྱུད་པར་མེད་ང་ལ་གདམས་ངག་ཅིག་  
 ཡོད་དེ་ཁྱོད་ལ་སྤྱད་ཆོག་ཅེས་བྱུག་གིས་བྱུག་བྱུག་མཚན་དེ་  
 དེ་ལྟ་ཉིད་སྐྱུག་བསྐྱུལ་ལས་ཐོབ། ཐོབ་པས་གཅིག་ནས་དེ་རོ་  
 མཚར་སྐྱེ་ལོས་པའི་གཏམ་ཡིད། ཡིན་ནའང་དེ་དངོས་གནས་

ང་ཚོའི་མི་ཚེའི་ནང་དུ་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་དངོས་སུ་འོང་རྒྱུའི་བསམ་པ་  
སློབ་པ་འོང་དུས་གཏམ་དཔེ་ལྟ་བུ་བཤད་རྒྱ་བྱས་ན་འགྲིག།  
མི་ཚེའི་ནང་དུ་མར་འབྱེད་ནས་བསམ་སློབ་ཞིག་བཏང་ན་དེ་སློབ་  
ལ་ཕོང་རྒྱ་དགའ།

དཔེར་ན། རོས་ཀྱིས་དེ་རིང་བྱེད་རང་ཚོ་མི་མང་པོ་  
འདུག། རྒྱ་རོ་བ་མི་གཅིག་ཡིན། བྱེད་རང་ཚོ་མི་མང་པོ་  
ཡོད་སྐབས། བྱེད་རང་ཚོ་ང་ལ་སློབ་མ་ཚད་ལྡན་ཞིག་ཡོད་  
ན་གཏེར་སྐར་དགོན་པའི་ཚོགས་ཁ་ནས་མར་མཚོངས་ཀྱི་  
རེད་ཅེས་ལབ་ན། རྒྱ་མ་དེ་པལ་ཆེར་སློབ་པ་ཆགས་པ་ཡིན་  
པས་སློབ་པ་སྐད་བཏང་ན་དགའ་ས་རེད་བསམ་བསམ་མ་  
གཏོགས། རྒྱ་མ་འདི་དངོས་གནས་སེམས་རྣམས་དུ་པབ་པའི་  
སྐད་ཆ་ཞིག་རེད་བསམ་བསམ་མི་འདྲ། མཚོངས་པའི་དབང་  
དུ་བཏང་ན་འང་མཚོངས་པ་སྐྱག་གྲོང་རེད་མ་གཏོགས་རོས་  
ཀྱིས་གསོས་མི་ཐུབ། དེར་བརྟེན་མཚོངས་པ་ལས་མ་  
མཚོངས་པ་དགའ། ཡིན་ནའང་ང་ཚོའི་སེམས་ལ་ཚོར་བ་  
ཆེ་ཤོས་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་དམ་རྣམས་ཐར་དེ་རྗེ་བཅུན་མི་ལ་རས་  
པའི་རྣམས་ཐར་དེ་ཡིན། མི་ལ་རས་པའི་རྣམས་ཐར་ནང་དུ་མར་འང་  
བདག་མར་པ་ལོ་རྣམས་མི་ལ་རས་པ་མི་མེད་ལུང་སྟོང་རི་  
དུགས་དང་མཉམ་དུ་འཚོ་བ་བསྐྱུལ་ཏེ་སློབ་སྐྱབ་བྱེད་བཅུག་  
པ་ཡིན། མར་པ་ལ་སློབ་རྗེ་མེད་པ་རེད་དམ་ཟེར་ན་སློབ་རྗེ་  
མེད་པ་མིན། མི་ལ་ལ་ཚོར་བ་མེད་པ་རེད་དམ་ཟེར་ན། ཚོར་  
བ་མེད་པ་མིན། མི་ལ་རས་པའི་མགུར་མང་པོའི་ནང་།

མི་མེད་ཐག་གི་སྐྱབ་པ་ན། །

སློབ་པ་དེ་བ་ལ་སངས་དུས་མེད། །

ཅེས་སྐྱག་སྐད་ཅུང་ཟད་བསྟོན། ཡིན་ནའང་མི་ལ་རས་  
པས་མི་མེད་ཀྱི་རི་ཁྲིད་དུ་བཞུགས་ཏེ་མཚམས་རེ་སྟོགས་  
གིར་ཤི་ལ་ཁད། འབྲུགས་གིར་ཤི་ལ་ཁད། སློབ་གིར་ཤི་ལ་

ཁད་ཀྱི་དགའ་བ་མང་པོ་བྱེད་དུ་བསད། དལ་བ་དང་དུ་མ་  
སྐངས་ན་བོད་ཀྱི་གྲུབ་ཚོར་ཀྱི་འཁོར་ལོས་སྐྱར་བ་ཆགས་  
ཐུབ་པལ། ཆགས་མི་ཐུབ། དེའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་  
མར་པས་མི་ལ་དགའ་བ་སྐད་འབྲུག་རྒྱ་དེ་མར་པ་སློབ་རྗེ་  
མེད་དེ་དགའ་ངལ་སྐད་པ་རེད་དམ་ཞེ་ན་མ་རེད། སློབ་རྗེ་ཆེ་  
འགས་ཏེ་སོ་སོ་ཡིན་ནའང་བཟོད་བསྐྱབ་མཛད། མི་ལས་  
མར་པའི་ཆེད་དུ་མཁར་བཅིགས་པའི་སྐབས་མར་པས་  
སློབ་ཏུ་མི་ལས་མ་མཚོངས་པ་ལ་སློབ་པ་འདི་དངོས་གནས་  
རྒྱ་མའི་བཀའ་རྗེ་བཞིན་སྐྱབ་པའི་སློབ་པ་སློབ་དང་ལྡན་པ་  
འདི་འདྲ་རེད་ཅེས་མར་པ་སློབ་ཏུ་བལྟམ་པའི་ལོ་རྒྱུས་མང་།  
སློབ་རྗེ་མེད་ན་སློབ་ཏུ་བལྟམ་དགོས་མེད། དེའི་རྒྱ་མཚན་ལ་  
བརྟེན་ནས་མདོར་ན་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་བཅུ་གཅིག་ལ། རྒྱ་  
འབྲུལ་ཀྱིས་འདུལ་འོས་པ་རྣམས་ཀྱི་དོན་བྱེད་པ། ཞེས་པ་རྒྱ་  
འབྲུལ་ཡོད་ན་རྒྱ་འབྲུལ་གང་བསྟན་བསྟན་ཡིན། རྒྱ་འབྲུལ་  
མེད་པའི་དབང་དུ་བཏང་ན་གཞན་ལ་པན་སེམས་མ་འདོར་  
པའི་སློབ་པ་དགའ་ལས་རྒྱབ་བཅུག་ན་པན་ཚོགས་ཡོད་ཅེས་  
པའི་དོན་དག་ཅིག་རེད་འདུག་བསམ་འདྲ། ཡང་མཚམས་  
རེ་པན་སེམས་ཡོད་ལུས་ཀྱིས་མི་ལ་དགའ་ལས་ཅ་བ་ནས་  
རྒྱབ་པ་བཅུག་ན་མི་དེ་ཡང་རྒྱུ་འགྲོ་རྒྱ་དགའ། དེར་བརྟེན་  
མི་ལ་དགའ་ལས་རྒྱབ་བཅུག་པ་དེའང་གཞན་པན་ཞིག་རེད་  
གསུངས། སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་བཅུ་གཅིག་ལས་གཞན་པའི་སེམས་  
ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་ཚུལ་གཞན་དག་ཀྱང་ཡོད་པས་དེ་དག་རོབ་  
ཅམ་ཞུ་རྒྱ་ཞིག་དང་དེ་ནས་མར་སྐྱེད་དེ་ཐར་རྒྱན་གཞུང་  
ཚོག་དེ་སྐྱེད་ལུ་རྒྱ་དང་དེ་བཞིན་སོ་སོས་རྒྱས་བསྐྱས་  
དང་འཚམ་པའི་འགྲེལ་བཤད་ཞུ་རྒྱ་དེ་ལྟར་ཡིན།

སྐར་བཀའ་རྒྱལ་དོན། དེ་རིང་བསམ་སློབ་ཡང་ཡང་བཏང་



འོང་དུས་ཙ་ན། ཚེས་ལྷན་ཐེངས་གཅིག་སྤར་དགོས་ཟེ། མ་གཞི་མཛད་རིམ་ནང་དུ་ཕྱི་ཚེས་ ༡༣ ལ་ཚེས་བཤའ་བྱ་རྒྱུ་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་ཚེས་ ༡༣ ཉིན་མོ་དགུན་ཚེས་ཐེངས་ཟུག་པ་དབུ་འབྱེད་ཀྱི་མཛད་སྒོ་ཡོད་སྟབས་དེའི་ཉིན་མོ་ལ་ངོས་ཀྱིས་ཚེས་བཤའ་བྱེད་མི་དགོས་བྱ་རྒྱུ། གང་ཞེ་ན། ཚེས་ ༡༢ ཉིན་མོ་དེ་ལ་གཟའ་སྐར་ཚེས་ཆ་ལེགས་པོ་མེད་སྟབས་དབུ་འབྱེད་ཀྱི་མཛད་སྒོ་དེ་ཚེས་ ༡༣ ཉིན་མར་སློམ། དེར་བརྟེན་ཚེས་བཤའ་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཚེས་ ༡༤ ཉིན་ནས་འགོ་བཙུགས་ཏེ་ཚེས་ ༡༥ བར་ལྷན་དེ་ལྟར་བྱས། ཡིན་ནའང་ད་ལྟོ་གནས་སྟངས་ལ་བལྟས་ན། ཚེས་ ༡༤ ཉིན་བར་ཚེས་བཤའ་བྱ་དགོས་བསམ། སྤྱིར་བཏང་ད་རེས་ཐར་རྒྱན་དེ་ཡག་ཤོས་ལྷུང་ན་ངོས་རང་དངོས་སུ་པར་(རྒྱ་གར་དུ་)འོང་སྟེ་ཚེས་བཤའ་བྱེད་དགོས་རྒྱ་ཞིག་རེད། གང་ཞེ་ན། ཕྱོགས་གཅིག་ནས་རྗེ་བཙུན་གོང་མ་རྣམས་ཀྱི་པ་ཚོས་ཟབ་མོ་འདི་ལྟ་བུ་ལ་གྲུས་པ་མེད་པ་ལྟ་བུ་གང་ལྟར་ཐག་རིང་མོ་འདི་ནས་ཚེས་བཤའ་པ་དེ་གྲུས་པ་མེད་པ་ལྟ་བུ་གྱུར། ཡིན་ནའང་ད་རེས་(ཕྱི་རྒྱལ་དུ་)མཚམས་སུ་བསྐྱེད། ཕྱོགས་གཅིག་ནས་སོ་སོའི་ལུས་སེམས་རལ་གསོ་རྒྱ་དང་། ཕྱོགས་གཉིས་ནས་ཁ་སང་བཀའ་བརྒྱུད་སྟོན་ལམ་སྐབས་ལུས་པ་རི་བཞིན་དོན་བྱ་བ་གཉིས་ཙམ་བསྐྱབ་རྒྱ་ཡོད་པས་དེ་བསྟན་པའི་སྤྱི་དོན་སྐྱབ་པའམ་གང་ལྟར་སོ་སོའི་མི་ཚེའི་ནང་གི་ལས་འགན་ནམ། བྱ་བ་ཆེན་པོ་ཁ་གསལ་ཤིག་བསྐྱབ་རྒྱ་དེ་འདྲའི་འཆར་གཞི་ཡོད་པ་དེ་ལྟར་ཡིན། དེའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་ད་རེས་བཅར་མ་སྟབས། དེར་བྱེད་རང་ཚོ་ཚང་མ་ལ་བཟོད་གསོལ་ལྷན་རྒྱ་དང་། ཡིན་ནའང་དངོས་སུ་བཅར་བ་དང་བྱེད་མེད་པ་འདི་ནས་བྱེད་རང་ཚོ་ཚེས་བཤའ་དུས་ཙ་ན་སོ་སོས་དང་པོ་སྟོན་ལ་ཀུན་སྟོང་དེ་དག་ལེགས་པར་



བཅས་ཏེ་དངོས་སུ་ཡོད་པ་བྱེད་རང་ཚོ་དངོས་ཡོད་ཀྱི་སེམས་ཙན་ནམ་དངོས་མེད་སྟེ་ཡིན་ནའང་འདྲ། ཚང་མ་ལ་ཅུང་པན་ཐོགས་འབྱུང་བར་ཤོག་བསམ་བསམ། སོ་སོ་ལ་རུས་པ་མེད་ཀྱང་སྐྱེ་མ་དགོན་མཚོག་གི་སྤྱུགས་རྗེ་དང་སངས་རྒྱས་བྱུང་སེམས་ཀྱི་བྱིན་རྒྱལས་ལ་བརྟེན་ནས་བྱེད་རང་ཚོ་ཏོག་ཙམ་པན་ཐོགས་འབྱུང་བར་ཤོག་བསམ་པ་དེ་ལྟ་བུའི་ཀུན་ནས་བསྐྱར་སྟེ་ལྷན་བཞིན་ཡོད། ཚེས་བཤའ་དུས་ཙ་ན་གང་བྱུང་གིས་རྒྱལ་སྟེགས་སྟེང་དུ་འདུག་པ་སོགས་མིན་པར་སྤྱི་ལྟར་རང་རང་གཟབ་གཟབ་གཟེགས་གཟེགས་ཀྱིས་བྱེད་རང་ཚོ་ལ་ལྷན་བཞིན་ཡོད། བྱེད་རང་ཚོའི་ངོས་ནས་ཀྱང་དེ་བཞིན་ཡག་པོ་གསལ་འཛོག་བྱེད་ཀྱི་འདུག་བསམ་ཟེ། དུ་ལམ་བརྒྱུད་དེ་ཏོག་ཙམ་ལྟ་བཞིན་ཡོད། གང་ཅིའི་ཐོག་ནས་ཐག་རིང་ལྷུང་ལ་མ་ལྟོས་པར་ཚོ་ཚོས་བཤའ་མི་དང་ཚོས་ཉན་མིའི་ངོས་ནས་འདྲ། ཚང་མས་གཟབ་གཟབ་བྱས་ཚེས་འཆད་ཉན་བྱེད་སྐབས་རང་ཚོ་ཚང་མ་དགའ་པོ་དང་དོན་ཡོད་པ་ཞིག་རེད་བསམ་བསམ་ཀྱི་དགའ་པོ་ཡོང་གི་འདུག། ཁ་དོར་ན་ད་རེས་བཙུན་མའི་དགུན་ཚེས་འདིའི་སྐབས་གསུང་ཚོས་ཙམ་མ་ཟད་ཚོས་བྱ་རྒྱགས་རྒྱ་དང་དམ་བཅའ་རྒྱགས་རྒྱ། ལོ་མཚུག་གི་བསྟན་འགྲོའི་བདེ་རིམ་དགུ་གཏོར་རྒྱགས་རྒྱ། ལོ་གསར་ཀྱི་སྟོན་རྒྱན་མཛད་སྟོ་གནང་རྒྱ། དེ་བཞིན་དམིགས་བསམ་ལ་རྗོངས་བཀའ་གིས་ཆེ་རིང་མའི་ཚོ་ག་དང་གཅོད་ཚོགས། བསྟན་པ་རྒྱས་པའི་ཚོ་ག་འཚོག་རྒྱ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ཚང་མ་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་མཛད་པ་དང་འཆར་གཞི་གང་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་ཡག་པོ་ཞིག་འགྲོ་སྟབས་རྒྱུར་ངོས་ནས་ཀྱང་དེ་བ་དང་ཡིད་ཆེས་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཚང་མས་དེ་བཞིན་སེམས་ཤུགས་བསྐྱེད་རོགས་གནང་། ལུགས་རྗེ་ཆེ།



ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༡༥ ཉིན། ཚོས་འབྲེལ་ཉིན་ལྔ་པ།

དེ་རིང་ཚོས་སྐྱེན་ལུ་པའི་ཉིན་འདི་ལ་སེམས་པའི་ཚོས་གོགས་  
ནམ་པ་ལྷན་རྒྱས་དང་དེ་བཞིན་བྱ་སྤྲོད་ནས་གསལ་གསལ་གསལ་  
གཞན་མཁུ་ཚང་མར་འཚམས་འབྲི་བྱ་བ་དང་ཚབས་ཅིག་  
ཏུ་དང་པོའི་འཆར་གཞི་བྱས་ན་དེ་རིང་གྲུབ་རྒྱ་རེད། ཡིན་  
ནའང་དང་པོའི་དང་པོའི་འཆར་གཞི་བྱས་ན་ཉི་མ་རྣམས་ཀྱི་རིང་  
ལ་ཚོས་བཤད་བྱ་རྒྱ་རེད། དེར་བརྟེན་ང་ཚོས་དང་པོའི་དང་  
པོའི་འཆར་གཞི་ལ་སར་ལོག་པ་དང་། དེ་རིང་ཉིན་ལྔ་པ་དང་  
སང་ཉིན་ཉིན་རྣམས་པའི་ཉིན་མཚམས་འཛོགས་བྱ་རྒྱ་དེ་ལྟར་  
ཡིན།

དེ་རིང་གི་བརྗོད་བྱ་ཐར་རྒྱུ་གི་གཞུང་ཚིག་ཁ་སང་  
སློབ་མ་ལྟར་ཡིན། ཁ་སང་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་སྐོར་ལ་  
སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་བརྒྱ་གཅིག་ཆ་ཚང་ཞུས་ཟིན་པ་དེ་ལྟར་  
དང་། སྐབས་སུ་བབ་པ་སྦྱིར་བཏང་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་  
དང་འབྲེལ་བའི་སྤྲོད་ནས་ཞུ་རྒྱ་ཡིན། དེ་ཡང་སེམས་ཅན་  
དོན་བྱེད་ཀྱི་སྐོར་ལ་དེ་ལྟར་བྱ་མང་པོ་ཞུ་དགོས་རྒྱུ་ལ་མཚན་  
གང་རེད་ཅེ་ན། གཙོ་མོ་སྟེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལ་དོན་  
དང་བསྐྱབ་བྱ་གཅིག་ཡོད་པ་སྟེ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བསྐྱབ་  
རྒྱ། དེ་ཡང་རང་གིས་གང་བསམ་པ་དང་གང་བྱས་པ་ཐ་ན་  
དབྱུགས་ཀྱི་རྒྱ་བ་ཚུན་ཆད་དོན་མེད་པ་དང་དོན་ལོག་པར་མ་  
སོང་བ་མདོར་ན་རང་གིས་བསམ་ཚད་དང་བྱས་ཚད་ཡོད་  
ཚད་ཐམས་ཅད་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་འགྱུར་བར་བྱ་དགོས།  
དེ་ལྟར་བྱ་ཞིག་འོང་བ་བྱེད་པར་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བསྐྱབ་  
རྒྱུ་ལ་ས་ཀ་ལ་ཞུགས་པ་ཙམ་ཞིག་དང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་

བསྐྱབ་རྒྱུ་ལྟེ་བྱ་བ་འགོ་བརྒྱུགས་པ་ཙམ་གྱིས་མི་མན་པར་  
སེམས་ཅན་གྱི་དོན་སྐྱབ་རྒྱུ་ལ་ཕེས་པ་ཞིག་དང་སེམས་ཅན་  
གྱི་དོན་སྐྱབ་པ་ལ་མཁས་པ་ཞིག་དགོས། དེ་འོང་བར་བྱེད་པ་  
ལ་སོ་སོའི་དོན་ནས་སྤོངས་བསམ་སྐྱོམ་གསུམ་གྱི་སྐོར་ནས་  
སྤོང་བ་སྤོང་བ་ཞིག་དང་མི་ཚེ་དངོས་ཀྱི་ནང་དུ་ཉམས་སྤོང་  
བསམ་གཏོགས་པ་ཞིག་གྱུར། སོ་སོའི་བསམ་རྒྱུ་ལ་བསྐྱེད་  
ཏེ་འདིས་མན་འོང་འདིས་གཞོད་འོང་བསམ་པ་གཅིག་བྱས་  
ཞུ་རྒྱུ་གསུམ་བརྒྱབས་ཏེ་བསྐྱེད་ན་སེམས་ཅན་ལ་པན་སྤོངས་  
བ་ལས་གཞོད་པ་ཤས་ཆེ་བ་ཡོང་གི་དུ། ལྷག་པར་དུ་རང་  
གི་བསམ་རྒྱུ་དང་ལྟ་བུ་ལངས་སྤོངས་གཙོག་བྱས་ཏེ། མི་  
གཞན་དག་གི་ཚོར་སྣང་དང་བསམ་རྒྱུ་ལ་སྣང་མེད་བཏང་  
སྟེ་འགོ་ན་དེ་ག་རང་རང་དོན་གྱུར། ཡང་གཞན་དོན་བསྐྱབ་  
དགོས་ཞེས་བཤད་དེ་རང་གི་འདོན་ཐང་དང་ཁོར་ལུག་དང་  
ལུས་སེམས་ཀྱི་བདེ་ཐང་སོགས་ལ་ལྟ་རྟོག་དང་སེམས་ཞུར་  
གང་ཡང་མ་སྐྱབས་པར་ཉིན་ཟས་མེད་དང་མཚན་གཉིད་  
མེད་ཀྱི་སྐོར་ནས་རྒྱུགས་བསྐྱེད་པ་དེའང་མི་འབྲིག། མཚམས་  
མཚམས་རང་ལ་སྤང་སྤོང་བྱ་རྒྱ་དང་སོ་སོའི་གཞུགས་པའི་  
འཕྲོད་བསྟེན་དང་སེམས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་དེ་དག་ལེགས་སོ་  
བྱས་ན་དེ་ག་རང་གིས་གཞན་ལ་མན་པར་འགྱུར་བའང་ཡོང་  
གི་ཡོད། དཔེར་ན། སྤྱོད་འཇུག་ལས།

- སྟོབས་ཉམས་པ་དང་རྗེས་འབྲེལ་ན། །
- སྤང་བའི་དོན་དུ་དོར་བར་བྱ། །
- ལེགས་པར་ཟིན་ན་སྤོང་བ་དང་། །



ཕྱི་མ་འདོད་པས་དེ་སྤང་བ། །

ཞེས་གསུངས། དེར་བརྟེན་དེ་རིང་འདིར་གང་ལྷན་དགོས་  
བསམ་ན། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་གྱི་དུས་ཚོན་གནད་ལགས་  
ཆེ་ཆུང་དང་དུས་ཆོད་རན་ལོས་པན་གཞོན་གང་འདྲ་འགྲུང་  
གྱི་ཡོད་པ་དེའི་སྐོར་ལ་བརྟག་པ་བྱེད་སྤངས་རྣམས་པ་དགྲ།  
དང་པོ། བདག་གཞན་གཉིས་ལ་བརྟག་པ། གཉིས་པ། པན་  
གཞོན་ཆེ་ཆུང་བརྟག་པ། གསུམ་པ། སེམས་ཅན་མཐོ་དམན་  
བརྟག་པ། བཞི་པ། སེམས་ཅན་མང་ཉུང་ལ་བརྟག་པ། ལྷ་  
པ། ཆེ་འདི་བྱི་གཉིས་ལ་བརྟག་པ། དུག་པ། སྤོམ་པ་དང་མི་  
དགོ་བ་བརྟག་པ། བདུན་པ། སྤྱིན་པའི་འཕྲོར་རྒྱུད་བརྟག་པ།  
བརྒྱུད་པ། སེམས་ཅན་མོས་པ་མ་དང་དུ་བརྟག་པ། དགྲ། པ།  
རང་གི་ཚོས་གྱི་འཕྲོར་རྒྱུད་ལ་བརྟག་པའོ། །

**དང་པོ།** བདག་གཞན་གཉིས་ལ་བརྟག་པ། ཞེས་དངོས་  
དང་བརྒྱུད་ནས་རང་གཞན་གཉིས་ཀའི་དོན་དུ་འགྲུང་བ་ཞིག་  
དང་པན་ཐོགས་པ་ཞིག་ཡོད་གི་འདུག་ན་གང་ཡིན་ནའང་  
བྱེད་རྒྱ། དེ་ལས་ལྡོག་སྟེ་རང་གཞན་གཉིས་ཀ་ལ་གཞོན་པ་  
འགྲུང་གི་ཡོད་ན་གང་ཡིན་ནའང་བྱེད་རྒྱ་མེད། གལ་སྲིད་  
ཡང་རང་ལ་གཞོན་གཞན་ལ་པན་གྱི་ཡོད་ན་སྐབས་ཐོག་རྣམས་  
དཔྱོད་གྱི་སྤང་ལ་གཞལ་བའམ། སོ་སོའི་རྣམ་དཔྱོད་ལེད་སྤྱོད་  
བཏང་སྟེ་ཡག་དང་སྤྱུག་གི་ཡང་སྤྱི་བཟུག་སྟེ་གནས་སྤངས་  
ལ་བསྐྱུན་ཏེ་ཐག་གཅོད་དགོས། དཔེར་ན། དབྱ་མ་འཇུག་  
པ་རང་འགྲེལ་ལས་གསུངས་པ་ཇི་བཞིན། སྤོམ་གྱི་སྤོམ་ཤིང་  
ངམ། ཡང་ན་ཀུ་ཤུའི་སྤོང་ཤིང་ཤིང་སྤོང་ལྟ་བུ་ཞིག་བཏབ་ན།  
དང་པོ་སྤྱུ་གྲུ་ཡིན་པའི་སྐབས་སྤྱུ་གྲུ་དེ་སྤྱང་སྤྱོད་ལེགས་  
པོ་བྱེད་དགོས། སྤྱང་སྤྱོད་ལེགས་པོ་བྱས་ན་རྗེས་མ་སྤོང་པོ་  
རྒྱས་ཏེ་ཀུ་ཤུ་ལེགས་པོ་སྤྱོད། ཀུ་ཤུ་ལེགས་པོ་སྤྱོད་པོར་ན་  
ཚང་མས་ཟ་ཚོག་ཚོག་འོང། དེ་བཞིན་བྱང་རྒྱུ་སེམས་

དཔའ་ལས་དང་པོ་བ་ཡིན་ན་རང་གི་སེམས་བསྐྱེད་དང་སྤྱིང་  
སྤོབས་དེ་སྤྱུ་གྲུ་ཇི་བཞིན་ཆགས་ཡོད། ཉམ་རྒྱུང་བ་ཤི་ཚོག་  
ཚོག་འཇིག་ཚོག་ཚོག་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་གྲུང་ཡོད། དེར་བརྟེན་དེ་  
དང་པོ་སྤྱང་སྤྱོད་བྱེད་རྒྱ་གལ་ཆེ། གཞན་དོན་བསྐྱུབ་རྒྱུའི་མ་  
ཙམ་སྤོང་འཇིག་ཡིན་སྤོབས་དེ་སྤྱང་སྤྱོད་ལེགས་པོ་བྱས་ན་དེ་  
ག་རང་གཞན་དོན་དུ་གྲུང། དེ་ནས་ཡར་རྒྱས་སྤྱིན་ཏེ་བརྟག་  
པ་ཐོབ་པའི་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་འམ། ཡང་ན་མོས་པ་ལ་  
སྤྱོད་པའི་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་ཞིག་ཡིན་ན་རང་དོན་ལས་  
གཞན་དོན་གཙོ་བོ་བྱ་རྒྱ། གཞན་དོན་ཡིན་ནའང་ཅི་ཆེ་གང་  
ཆེ་བྱེད་རྒྱ་དེ་ལྟ་བུ་ཡིན། ས་ཐོབ་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན་གཞན་  
དོན་འབའ་ཞིག་ལ་བརྟོན་དགོས་པའི་རྒྱུ་མང་པོ་གསུངས།  
དེར་བརྟེན་རང་དང་གཞན་གྱི་གནས་སྤངས་ལ་བརྟག་པ་ཏེ་  
གཞན་པན་བསྐྱུབ་དགོས་གསུངས།

**གཉིས་པ།** པན་གཞོན་ཆེ་ཆུང་བརྟག་པ། ཞེས་བྱ་བ་  
གང་འདྲ་ཞིག་བྱས་ཀྱང་དངོས་དང་བརྒྱུད་དེ་སེམས་ཅན་ལ་  
པན་ཐོགས་ཆེ་ཞིང་རང་ལ་གཞོན་ཚབས་རྒྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་  
ན་ཐེ་ཚོམ་མེད་པར་བྱེད་དགོས། སྤྱིར་འཐེན་མེད་པར་ལག་  
ལེན་དུ་བསྐྱར་དགོས། སེམས་ཅན་གཞན་ལ་པན་ཐོགས་  
རྒྱུང་རང་ལ་གཞོན་ཚབས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་རྒྱ་ཞིག་ཡིན་ན་  
དེ་མ་བྱས་པ་ཡིན་ནའང་ཉེས་པ་མེད། གལ་ཏེ་པན་གཞོན་  
མཉམ་པ་ཡོད་གི་འདུག་ན་སྐབས་དང་དུས་ལ་བསྐྱུན་ཏེ་བྱེད་  
རྒྱ། སྐབས་འདི་ལ་པན་པ་དང་པན་ཐོགས་པན་ཐོགས་ཞེས་  
པའི་པན་པ་དེ་དང་ནམ་རྒྱུན་བཤད་བཞིན་པའི་བདེ་སྤྱིད་ཅེས་  
པའི་བདེ་བ་དེ་མདོར་ན་དེ་གཉིས་རྒྱུང་བསྤོབས་ན་པན་བདེ་  
ཞེས་པ་ཆགས། པན་བདེ་ཞེས་པའི་ཚོག་དེ་ལ་འགྲེལ་བཤད་  
ཅིག་བརྒྱུ་ན་གནས་སྐབས་སྤྱུ་པན་པ་དང་མཐར་ཐུག་བདེ་  
བ་ཞེས་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་གོ། །དཔེར་ན། གཞན་པན་པ་ཚོའི་

བ་མེས་ཚོས་ང་ཚོ་ལ་པོ་བྱང་པོ་རྒྱ་ལ་དང་། ཡང་ན་རྒྱ་གར་  
 གྱི་རྒྱུ་མེ་ཉལ་ལྟ་བུ་དེ་དག་ལྟལ་དུ་བཞག་ཡོད། ང་ཚོའི་  
 མི་རབས་འདིས་གད་སྤྲེགས་དབྱུགས་ཀྱི་རི་པོ་མཚོག་རབ་  
 ལྟ་བུ་ཞིག་མི་རབས་རྗེས་མ་ཚོ་ལ་ལྟལ་དུ་འཛོག་རྒྱུའི་ཉེན་  
 ཁམས། ཡང་ན་ལྟལ་དུ་འཛོག་བཞིན་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཆགས་  
 ཡོད། དེ་ང་ཚོས་མི་རབས་རྗེས་མ་ལ་འགན་མ་ཁུར་བའི་  
 ཉལས་དང་མི་རབས་རྗེས་མའི་ཚད་དུ་བསམ་སློབ་བཏང་  
 བའི་ཉལས་ཤིག་ཆགས་འདུག་བསམ། དེར་བརྟེན་ང་ཚོའི་  
 མི་རབས་འདི་ལ་སྤྱིད་པོ་རྒྱགས་པ་གཅིག་བྱའི་བསམ་སློབ་མི་  
 གཏོང་བར་མི་རབས་རྗེས་མའི་རྗེས་མ་ཚོའི་ཚད་དུ་ང་ཚོས་  
 ལས་ཀ་ཞིག་བྱེད་དགོས། མི་རབས་རྗེས་མ་ཚོའི་ཚད་དུ་  
 དྲངས་གཅོད་དང་མཛེས་སྤྲུག་ལྡན་པའི་འཛུམ་བུ་སྤྱིད་ཞིག་  
 ལྟལ་དུ་བཞག་སྟབས་ལ་བྱེད་རྒྱ་དེ་དྲ་ལྟ་བུ་སྤྱིད་འདིའི་  
 རོག་ཏུ་ཡོད་པའི་འགོ་བ་མི་ཐེར་འབྲུག་བདུན་ལྷག་ཙམ་ཡོད་  
 བ་དེའི་ལས་འགན་ཆགས་ཡོད་བསམ་བློ། ལྷག་པར་དུ་  
 དུས་རབས་ཉེ་ལུ་ཅཱ་གཅིག་པ་འདིའི་ནང་དུ་འགོ་བ་མིས་རང་  
 གི་མ་འོངས་པའི་སྤྱིད་སྤྲུག་དང་རང་གི་མ་འོངས་པའི་འཛུམ་  
 བུ་སྤྱིད་གནས་པའི་འཛུམ་བུ་སྤྱིད་འདི་གང་འདྲ་ཞིག་འོང་  
 མིན་ཞེས་པའི་ཐག་གཅོད་བྱེད་རྒྱུའི་འགག་རྩའི་དུས་ཤིག་ཏུ་  
 སླེབས་ཡོད། དེར་བརྟེན། རྣམ་པ་ཉེ་ལུ་བ་ལས།

གཞན་རྣམས་དང་ནི་བདག་ལའང་རུང་། །  
 སྤྲུག་བསྐྱེད་ཡིན་ཡང་གང་མཉམ་དང་། །  
 བདེ་ཡང་མི་མན་མི་བྱའོ། །  
 བདེ་ཡང་མི་མན་མི་བྱའོ། །

ཞེས་སོ། །དེར་བརྟེན་གནས་སྐབས་ལ་མན་ཐོགས་  
 བ་དང་མཐར་སྐབས་ཏུ་བདེ་བ་གཉིས་གདམ་ཀ་བྱས་ན་ཡང་  
 མཐར་སྐབས་ཏུ་བདེ་བ་ང་ཚོས་གས་ཆེ་བ་བྱས་ཉེ་དེ་ལག་ལེན་

དུ་བསྐྱར་ཅི་སྟབས་བྱེད་དགོས་རྒྱ་གལ་ཆེན་པོར་གྱུར། དེའི་རྒྱ་  
 མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་མན་ཐོག་པ་དང་གཞོན་པ་ཞེས་བའམ་མན་  
 བ་དང་བདེ་བ་ཞེས་པ་དེ་དག་སྤང་སྤང་མ་ཞོར་བ་བསམ་སློབ་  
 བན་ཉན་བཏང་བསམ་སློབ་ཞིབ་སླ་བཏང་སྟེ་གདམ་ཀ་བྱེད་  
 དགོས་པ་གས་ཆེ།

**གསུམ་པ།**

སེམས་ཅན་མཐོ་དམན་བརྟག་པ། ཞེས་  
 ཚོག་གི་རི་ཐོག་ནས་བསམ་སློབ་བཏང་བ་ན། དཔེར་ན་སེམས་  
 ཅན་མི་དང་དུད་འགོ་ལྟ་བུ་སྟེ་བ་མཐོ་དམན་ཡོད་པ། སོ་སྟེ་  
 དང་འཕགས་པ་ལྟ་བུ་ཉོགས་པ་མཐོ་དམན་ཡོད་པ། དགོ་  
 བསྟེན་དང་དགོ་སྤོང་ལྟ་བུ་བསྐྱབ་པ་མཐོ་དམན་ཡོད་པ། ཉན་  
 ཐོས་དང་བྱང་སེམས་ལྟ་བུ་སེམས་བསྐྱེད་མཐོ་དམན་ཡོད་  
 བ་དེ་དག་གདམ་ཀ་བྱེད་རྒྱ་གསུངས། གཞན་པན་སྐྱབ་  
 པའི་སྐབས་སུ་དེ་ལྟ་བུའི་གནད་འགག་ལ་བརྟེན་ནས་གདམ་  
 ཀ་བྱེད་དགོས། ཡིན་ནའང་སྤྱིར་བཏང་གི་རང་རེ་འགོ་བ་མི་  
 ཞིག་ཨ་མའི་མངལ་ལས་སྤྱིས་ནས་བཟུང་སྟེ་རང་ལ་ཉེ་  
 རིང་རྒྱང་གསུམ་གྱི་མི་འདྲ་མིན་མང་པོ་ཞིག་ཡོད། རང་དང་  
 གཞན་གྱི་དབར་ལ་སེམས་ཐག་ཉེ་རིང་དང་འབྲེལ་བ་ཆེ་ཆུང་  
 ཡོད་པ་ལ་སྤྱོད་མེད། ཡིན་ནའང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
 ཞིག་གི་རིས་ནས་བཤད་ན་རང་ལ་ཉེ་བའི་གཉེན་དང་སྤང་  
 བའི་དག། ཡང་ན་ནམ་རྒྱུན་སྤྱིད་སྤྲུག་གི་འབྲེལ་བ་དེ་ཙམ་  
 མེད་པའི་སེམས་ཅན་ཆེ་ས་ནས་བཤད་ན་ནམ་མཁས་གར་  
 ཁྲུལ། ཆུང་ས་ནས་བཤད་ན་རང་གི་ཁང་པའི་ནང་གི་འབྲུ་  
 སྲིན་ཐོག་གསུམ་ཚུན་ཐམས་ཅད་ལ་ལྟ་སྤངས་གཅིག་པ་  
 ཞིག་དགོས། ལྟ་སྤངས་དེ་གང་ཞེ་ན། སེམས་ཅན་སེམས་  
 ཡོད་ཚད་དང་དབྱུགས་ཐོགས་ཚད་རང་གི་བདེ་བ་བསྐྱབ་  
 རྒྱ་དང་སྤྲུག་བསྐྱེད་རྒྱུའི་རང་དབང་དང་ཐོབ་ཐང་ཡོད་  
 བ་འདྲ་མཉམ་ཡིན་པ་ཞིག་དང་ཁོང་ཚོའི་བདེ་སྤྲུག་དང་རང་



གི་བདེ་སྤྱད་དེ་རྒྱ་མ་ལ་བཟུག་པའི་དབང་དུ་བཏང་ཡང་  
 ལྷིང་ཚད་གི་བྱེད་པར་མེད་པ། རིན་ཐང་གཞུང་པའི་དབང་དུ་  
 བཏང་ནའང་ཆེ་ཆུང་ལ་བྱེད་པར་མེད་པ་ཆགས་ཡོད། དེར་  
 བརྟེན་རང་གིས་བྱ་བ་གང་འདྲ་ཞིག་སྐྱབ་པ་ཡིན་ནའང་  
 འདྲ། སྤྱི་སྤྱད་གི་གནས་སྐབས་གང་འདྲ་ཞིག་བྱུང་བ་ཡིན་  
 བའང་འདྲ་དེ་ལ་ང་ཚོས་ཡིད་ཆེས་བྱེད་དགོས་སྐྱེ་ཞིག་དང་  
 གནས་ལུགས་དེ་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱེད་དགོས་སྐྱེ་ཞིག་དང་།  
 གནས་ལུགས་དེ་ལ་བརྟེན་དགོས་སྐྱེ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། མ་  
 གཏོགས་ཐ་འགྲིགས་དུས་འདྲ། འུ་ཐུག་དུས་བརྗོད་སོང་  
 བ་དེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་མ་ལེད། ཡིན་ནའང་དངོས་སུ་  
 གཞན་དོན་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་ཡང་གདམ་ཀ་བྱེད་དགོས་  
 བ་དང་བསམ་སློབ་གཏོང་དགོས་སྐྱེ་དུས་ཚོད་མང་པོ་ཡོད་།  
 མ་གཏོགས་འཕྲལ་དུ་ཡག་པ་ཚང་མ་བྱེད་གི་ཡིན། བཟང་  
 པོ་ཚང་མ་སྐྱབ་གི་ཡིན་ཟེར་སྐྱེ་ལས་སྐྱོ་པོ་ཞིག་མེད། དེ་དུས་  
 ཅ་ན་གཞན་ལ་བཀའ་འདྲི་ཞུ་ས་བརྒྱ་དང་སྟོང་ལ་སོགས་པ་  
 ཡོད་ནའང་མཐའ་མའི་ཐག་གཅོད་དེ་རང་གིས་བྱེད་དགོས་པ་  
 ཡིན་སྐབས་གཙོ་པོ་སྟེ་རང་གི་ཉམས་སྲོང་དང་ཚོས་བསམ་  
 གི་རིག་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཐག་གཅོད་བྱེད་དགོས་པའི་དུས་  
 ལ་བབ་ཡོད། དེར་བརྟེན་དེའི་སྐབས་སུ་ང་ཚོས་ཟ་ཁང་  
 དུ་འགྲོ་ནས་ཚལ་འདེམས་པ་རྗེ་བཞིན་ལས་སྐྱོ་པོ་མེད། ང་  
 དེ་རིང་མོག་མོག་ཟ་ཡི་ཡིན། ཞོག་ཞོག་ཟ་ཡི་མིན་ཟེར་བ་དེ་  
 ལྟ་བུའི་གདམ་ཀ་བྱས་པ་རྗེ་བཞིན་ལས་སྐྱོ་པོ་ཞིག་མེད།  
 དམ་དང་གཉེན་གྱི་དབང་གདམ་ཀ་བྱེད་དགོས་སྐྱེ། སྤྱི་དང་  
 སྐྱེར་གྱི་དབང་གདམ་ཀ་བྱེད་དགོས་སྐྱེ། བདེན་པ་དང་རྒྱན་  
 མའི་དབང་གདམ་ཀ་བྱེད་དགོས་སྐྱེ། རང་རྗེ་པོད་པ་ལྟ་བུ་ཆ་  
 མཚོན་ན་ཚོལ་ཁ་པན་རྒྱན་དབང་ལ་གདམ་ཀ་བྱེད་དགོས་  
 སྐྱེ། དེ་བཞིན་ཚོས་ལུགས་པན་རྒྱན་དབང་ལ་གདམ་ཀ་བྱེད་

དགོས་སྐྱེ། ལྷ་མ་དང་ཚོས་སྟོང་དབང་ལ་གདམ་ཀ་བྱེད་  
 དགོས་སྐྱེ། ཐ་ན་འབྲས་དང་རྩམ་པའི་དོན་དུ་མ་འཆམས་ཏེ་  
 འཇུག་པ་མང་པོ་ཤོར་གྱི་ཡོད་པས་དེར་བརྟེན་དེ་དག་གདམ་  
 ཀ་བྱེད་དགོས་པ་ཆགས་གྱི་ཡོད། མདོར་ན་རྒྱ་ནག་དུ་གཏམ་  
 དཔེ་ཞིག་ཡོད། བོད་སྐད་དུ་བསྐྱར་ན་དོན་འདི་ལྟ་བུ་ཡིན་ཏེ།  
 དམག་ཉེ་མ་སྟོང་དུ་གསོས་པ་དེ། །  
 གཡུལ་བཤེ་ཐངས་ཤིག་གི་ཆེད། །  
 ཅེས་དམག་དེ་དག་ཉེན་མང་པོ་གསོས་སྐྱེ་དེ་དམག་  
 འཇུག་སྐྱེ་ཐངས་ཤིག་གི་ཆེད་དུ་གསོ་བཞིན་ཡོད། དེའི་  
 དོན་རྗེ་བཞིན་ང་ཚོས་ཚོས་མང་པོ་སྐྱེངས། དཔེ་ཆ་མང་པོ་  
 བསྐྱུགས་ཏེ་འགག་ཅ་ལ་ཐུག་དུས་ལུ་ཤོར་སོང་ན། རྗེ་བཅུན་  
 མི་ལ་རས་པས།  
 གནད་འགག་ཟབ་མོ་མི་ཤེས་པའི། །  
 ཚོས་པ་ཆེ་བས་ཅི་ལ་པན། །  
 གསུངས་པ་རྗེ་བཞིན་སྟོང་པོ་དང་དོན་གང་ཡང་མེད་  
 པར་གྱུར། དེའི་སྐྱེ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་གནད་འགག་ལ་  
 ཐུག་དུས་ང་ཚོས་གཟབ་གཟབ་དང་མ་འཇུགས་པ་དང་མ་  
 འོར་བ་ཞིག་དང་འགྲོ་སྐྱེངས་ཤེས་པ་ཞིག་དགོས་སྐྱེ་གལ་  
 ཆེ། བམ་སྐྱེན་འདྲ་ཆགས་ཆགས་མང་པོ་བཤད་པ་དང་བདེན་  
 བདེན་མང་པོ་བཤད་པ་དེས་མི་པན།  
**བཞི་པ།** སེམས་ཅན་མང་ཉུང་ལ་བརྟེན་པ། ཞེས་སྤྱིར་  
 བཏང་མང་པོ་ལ་པན་ཐོགས་ཡོད་པ་ཞིག་དང་ཉུང་དུ་ལ་  
 གཞོད་པ་ཡོད་པ་འབྱུང་གི་ཡོད་ན་མང་པོའི་དོན་དག་དེ་བྱེད་  
 དགོས། ཡང་མང་པོ་ལ་གཞོད་ཉུང་དུ་ལ་པན་གྱི་ཡོད་ན་དེ་  
 བྱེད་སྐྱེ་མེད། འོ་ན་མང་ཉུང་པན་གཞོད་མཉམ་སོང་ན་ཐབས་  
 མཁས་པའི་སྟོན་པ་པན་པ་བསྐྱབ་དགོས་གསུང་ཡང་ཕྱོགས་  
 གཉིས་ཀ་ལ་པན་པ་ལས་གཞོད་པ་མེད་པའི་དུས་ཚོད་དེ་ག་

དུས་ཡིན་ནའང་ཡོང་གི་མ་རེད། གང་རུང་ཞིག་གདམ་ཀ་  
བྱེད་དགོས་རྒྱུ་དེ་དུས་ཚོད་ཅིག་འབྲུང་གི་རེད། དཔེར་ན། ད་  
ལྟོ་ཚོའི་འཛམ་བུ་སྤྱིར་གི་གནས་སྟངས་ལྟ་བུ་ཆ་མཚོན་  
ན། སེམས་པམ་པམ་སྟབས་མ་ལེགས་པ་ཞིག་ལ་འཛམ་  
བུའི་སྤྱིར་འདི་མི་ཡིས་དབང་རྒྱུར་བྱས་སྟབས་ག་དུས་ཡིན་  
ནའང་མི་ཡི་བདེ་སྤྱིད་དང་རང་དབང་དེ་ཨང་གི་དང་པོ་ལ་  
བརྩིས་ཏེ་དེའི་ཆེད་དུ་སློབ་ཆགས་དུང་འགྲོ་རྒྱུ་མ་གསོད་  
དགོས་ཀྱི་ཡོད་ནའང་འདྲ། གཏུབ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ནའང་འདྲ།  
རྒྱ་ལག་གཅོད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ནའང་འདྲ། བསམ་ཚད་དུན་  
ཚད་ཐམས་ཅད་བྱས། དེ་བཞིན་ཁོང་ཚོའི་ཚད་དང་སྡོད་ས་  
ལ་སོགས་པ་གཏོར་བཤིག་གཏོར་རྒྱུར་ང་ཚོས་འཛེམས་ཐོན་  
གང་ཡང་བྱེད་ཀྱི་མེད། འཛམ་བུ་སྤྱིར་ཆ་ཚད་གི་བྱེད་སྟངས་  
ལས་སྟངས་འདི་ལྟ་བུ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་སྟབས་རང་ལྟ་བུ་ཞིག་  
གིས་ཉིན་ཞིག་སོ་སོའི་ལག་པ་ལ་མི་དང་དུང་འགྲོ་གཉིས་ཀྱི་  
ཚེ་སློབ་ལ་གདམ་ཀ་བྱེད་དགོས་རྒྱུ་ཞིག་རྒྱུང་སོང་ན་གདམ་  
ཀ་གང་འདྲ་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་ནམ། ད་ལྟོ་ནས་བསམ་སློབ་གཏོར་  
དགོས། དཔེར་ན། བྱེད་རང་ཚོ་ལ་འདྲི་བ་འདྲིས་ན། བྱེད་རང་  
ཚོས་གང་གདམ་ཀྱི་ཡིན་ནམ། མིའི་ཆེད་དུ་དུང་འགྲོ་ཅིས་  
མེད་གཏོར་གི་ཡིན་ནམ། ཡང་ན་དེ་ལས་ཞིབ་ཆ་ཆེ་ཅན་  
བྱས་ན་མང་བའི་ཆེད་དུ་ཉུང་བ་ཅིས་མེད་གཏོར་གི་ཡིན་ནམ།  
མང་བའི་ཆེད་དུ་ཉུང་བ་ཅིས་མེད་གཏོར་གི་ཡིན་ལམ་སོང་  
ན། དཔེར་ན། བཀ་རིམས་དང་བྱ་རིམས། བཀ་པ་ལ་བརྟེན་  
ནས་འགོས་ནད་འབྲུང་རྒྱུ་དང་བྱ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་འགོས་  
ནད་འབྲུང་རྒྱུ་དེ་ལྟ་བུའི་དུས་ཚོད་རྒྱུང་བའི་མདུ་ལ་འཛམ་  
སྤྱིར་གང་སར་ཕག་པ་དང་བྱ་དེ་འབྲུམ་ཕག་མང་པོ་གསོན་  
པོ་ལ་ས་དོང་དུས་དེའི་ནང་དུ་སྤྲས་བཞིན་ཡོད། དེ་མང་བའི་

ཆེད་དུ་ཉུང་བ་ཅིས་མེད་བཏང་བ་རེད་དམ། ཡང་ན་མིའི་ཆེད་  
དུ་དུང་འགྲོ་ཅིས་མེད་བཏང་བ་རེད་དམ། དེ་ང་ཚོས་བསམ་  
སློབ་ལེགས་པོ་ཞིག་གཏོར་དགོས། ཡང་ན་ང་ཚོས་སྤྱུང་ལྟ་བུ་  
བརྩམས་ཏེ་དཔེ་ཞིག་བཞག་ན། དཔེར་ན། སོ་སོ་སྤྱིར་འཁོར་  
གཏོར་མིའི་ཁ་ལོ་བ་ཡིན་པ་བྱས་སོ་སོའི་སྤྱིར་འཁོར་དེའི་ནང་  
དུ་མི་ཁ་ལས་ཤིག་བཞག་སྟེ་སྤྱིར་འཁོར་གཏོར་བཞིན་འགྲོ་བ་  
དང་། ཡིན་ནའང་སྤྱིར་འཁོར་གི་ཁ་ལོ་གི་བྱེད་དེ་སྤྱོད་ཤོར་  
ཁ་བཀག་མ་ཐུབ་པའི་སྟེང་དུ་མ་དུན་དུ་འགྲོ་སའི་ལམ་ཁ་དེ་  
གཉིས་མ་གཏོགས་མེད། གཅིག་སྟེ་མི་མང་པོ་འགྲོ་སའི་ལམ་  
ཁ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། གཅིག་སྟེ་ལམ་ཁ་བཟོ་མི་ཁ་ལས་ཤིག་  
ལམ་བཟོ་བཞིན་བསྐྱེད་དེ་སྤྱིར་འཁོར་འགྲོ་རྒྱུའི་ལམ་བཀག་  
ཡོད། དེའི་ནང་ནས་གཅིག་མ་བདམ་ཀ་མེད་རྒྱུར། གལ་སྲིད་  
དང་པོ་དེ་བདམས་པ་ཡིན་ན་མི་མང་པོ་ཤི་རྒྱུ་ཡིན། གཉིས་  
པ་དེ་བདམས་པ་ཡིན་ན་མི་ཁ་ལས་ཤིག་ཤི་རྒྱུ་རེད། གང་  
བདམ་མམ། དེ་བདམ་རྒྱུ་ལ་ང་ཚོས་སློབ་པ་ལ་བཀའ་འདྲི་ལུ་  
ལོང་མེད། མོ་འདེབས་ལོང་མེད། ཅིས་སློབ་ལོང་མེད། མདོར་  
ན་སྐར་མ་གཅིག་གི་བསམ་སློབ་གཏོར་དུས་ཚོད་མ་གཏོགས་  
མེད། དེ་དུས་སོ་སོས་གདམ་ཀ་གང་བྱེད་དམ། དེ་ལྟ་བུའི་  
བསམ་སློབ་བཏང་ན་ཅུང་ཤི་རྒྱུ་འདུག །ཁ་གཞི་དཔེ་འདི་མཐའ་  
ལ་ལྷུང་བའི་དཔེ་ལྟ་བུ་ཞིག་རེད། དེ་ལྟ་བུའི་གནས་ཚུལ་  
ཞིག་པམ་ཆེར་སོ་སོའི་མི་ཆེའི་ནང་དུ་ཡོང་སྲིད་དཀའ། མི་  
ཡོང་བའི་སློན་ལམ་གདམ་ཀ་དགོས། གང་ལྟར་ཡང་དེ་ལྟ་བུ་  
ཞིག་རྒྱུང་སོང་ན་གང་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་ཞེས་པའི་འདྲི་བ་ཞིག་ལེན་  
ཚོག །ངས་འདི་ལྟ་བུ་འདྲི་བ་ལེན་དགོས་པའི་རྒྱུ་མཚན་གང་ཞེ་  
ན། གཞན་པའི་སྤྱིར་ཅེས་པ་ལས་སྤྱི་པོ་མེད། ང་ཚོ་ནས་རྒྱུན་  
པར་གཞན་བསྐྱུབ་རྒྱུའི་བརྩོན་འགྲུས་མགོ་ལ་མེ་ཤོར་བ་ལྟ་  
བུ་དེ་ང་ཚོ་ལ་མེད། དེ་མེད་པ་ཡིན་སྟབས་གང་བྱས་པ་ཡིན་



ནའང་བདེ་བདེ་ལྷ་བུ། ར་འདྲ་འཕྲུང་། ཉེ་མ་འདྲ་ལྷོ། སོ་བ་འདྲ་  
 བཤད། ལུང་སྐྱ་འདྲ་དང་རྩུབ་འདྲ་བཤད། སྐད་ཆ་ཆེན་པོ་འདྲ་  
 བཤད། ང་སྐྱ་བ་རྗེས་མ་ཨ་རི་ལ་འགྲོ་རྒྱ་ཡིན། ཨ་རི་ལེ་ཆོས་  
 ཆོགས་ག་གོ་མོ་ཞིག་ལ་འགྲོ་ནས་ཆོས་བཤད་རྒྱུའི་ལས་  
 དེམ་ཆ་ཆེད་བཟོས་ཟེན། བདུན་སྐག་རྗེས་མ་ཡོ་རོ་བ་ནས་  
 ངའི་སྐོབ་མ་ཁ་འགས་ཡོད་གི་ཡོད། དེ་ལ་ངས་རྗེ་རྗེ་འཆར་ཕྱང་  
 མ་ལེགས་པོ་ཞིག་འཁྲིད་བསམ་འདྲན་ཡོད་དེ་མ་གཏོགས་སྐྱ་  
 ཆུན་ང་ལ་ལས་ཀ་གང་ཡང་མེད་སྟོད་སྟོད་བྱས་འདུག་བཞིན་  
 ཡོད། དངོས་གནས་བྱས་ན། རྗེ་བཙུན་མི་ལ་ངས་བའི་མགུར་  
 ལས།

ང་སྟེང་རྗེ་གཏིང་ནས་སྐྱེས་ཚོ་ན། །  
 ཁམས་གསུམ་འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས། །  
 མེ་འོབས་ནང་དུ་ཚུད་པ་འདྲ། །

ཞེས་གསུངས། ཁོང་སྟེང་རྗེ་གཏིང་ནས་སྐྱེས་  
 ཚོ་ན་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་སྐྱུག་བསྐྱུལ་གྱི་མེ་འོབས་ལྷ་བུ་ནང་དུ་ཚུད་དེ་འདུག་  
 དེ་ལས་ཐར་ཐབས་ཤིག་ད་ལྷ་སྐད་ཅིག་འདི་ཉིད་དང་སྟན་  
 རྟོག་འདི་ཉིད་དུ་དུས་འདི་ཉིད་དུ་བྱེད་དགོས་བསམ་བསམ་  
 བཟོད་སྐྱགས་མེད་པའི་སྟེང་རྗེ། བསྐྱེད་རྒྱུགས་མེད་པའི་སྟེང་  
 རྗེ་དེ་ལྷ་བུ་ཞིག་ཡོད་གསུངས། མ་གཏོགས་སྟོད་སྟོད་བྱས་  
 སྟོད་ཆོག་རྒྱུའི་བཀའ་མོལ་མ་གསུངས། དེར་བརྟེན་ང་ཆོས་  
 གཞན་པའི་སྐྱུབ་པའི་སྐྱབས་གནས་རྒྱུའི་དེ་ལྷ་བུ་བྱུང་བ་  
 ཡིན་ན་གང་བྱེད་དགོས་ཤིང་བསམ་པའི་སེམས་ལ་བྱ་སྤྲིག་  
 དང་བསམ་སྟོ་གཏིང་རྒྱ་དེ་ད་ལྷ་ནས་འགོ་འཛུགས་དགོས་  
 རྒྱ་ཞིག་དང་བསམ་སྟོ་གཏིང་དགོས་རྒྱུའི་དུས་ཆོད་ཅིག་ལ་  
 སྐབས་ཡོད།



སྐར་བཀའ་སྐྱུལ་དོན། ཁ་སང་ལུས་བ་ལྷ་རྒྱེད་རང་ཆོ་  
 ད་ལྷ་གསོལ་རའི་བར་གསེང་མར་གོལ་ཉེ་གསོལ་ར་མཚོད།  
 ཡར་རྒྱུགས་བ་དང་མཉམ་དུ་སྐོལ་མ་གསུང་སྟེ་གཙོ་བོ་རང་  
 གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱི་ནང་བར་ཆད་ཐམས་  
 ཅད་ཞི་བ་དང་བསྐྱེད་པ་རྒྱས་པ་དང་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་རྣམས་  
 ཀྱི་སྐྱུ་ཆེ་དང་མཚན་པ་སྤོལ་ལས་ལ་བར་ཆད་མི་འབྱུང་བ་  
 དང་དགོ་འདུན་གྱི་སྟེ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་དང་ཞིང་རྒྱས་པ་དང་  
 ། ལྷག་པར་དུ་ད་ལྷ་རྒྱ་ནག་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་འཛུལ་གྱིང་  
 གི་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་ཏུ་ཉོག་དབྱིབས་ནད་ཡམས་ཚབས་ཆེན་  
 ཞིག་ཁྲབ་བཞིན་ཡོད་སྐབས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་སྐྱུར་དུ་ཞི་  
 བ་དང་ནད་པ་ཐམས་ཅད་ནད་ལས་སྐྱུར་དུ་གྲོལ་བ། རྟན་པ་

ལ་ནད་གཡོག་རྒྱུ་མི་དང་། སྐན་པ་ལ་སོགས་པ་དེ་  
 དག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྐྱེན་བཙུམ་གྱི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་  
 གོགས་མེད་དུ་འབྱུང་བ་དང་། ཁོང་ཆོ་ཡང་ལུས་  
 ལ་ན་ཆེ་དང་སེམས་ལ་སྐྱུག་བསྐྱུལ་མི་འབྱུང་བའི་  
 རྒྱགས་སྟོན་མཚན་དེ་སྟོལ་མ་གསུང་ན་ཏུ་ཅང་ལེགས་པོ་  
 འདུག་བསམ་པ་འདྲ། སང་ཉེན་གསུང་ཆོས་མཐའ་མ་ཡིན་  
 པས་སང་ཉེན་སྐྱ་མཐུན་ལྷ་ཆོག་གི་འདུག །ཆང་མ་ལ་རྒྱགས་  
 རྗེ་ཆེ།



ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ལྷ་ ༢ ཚེས་ ༡༩ ཉིན། ཚོས་འབྲེལ་ཉིན་དུག་པ།

དེ་རིང་བཙུན་མའི་དགུན་ཚོས་མེངས་དུག་པའི་ཚོས་ཐུན་ཉིན་  
 དུག་པ་ཡིན། ཡིན་ནའང་ཉོག་ཅམ་གཟུགས་པོ་ལ་ལུགས་  
 མེད་པ་ཆགས། ཁ་སང་དེ་རིང་ཉི་མ་ཁ་ལས་ལ་གཉིད་ཀྱང་  
 ཡག་པོ་མ་ལུགས། གང་ཞེ་ན། ག་སྐྱིག་བྱེད་རྒྱ་སོགས་ཀྱིས་  
 གཉིད་ཡག་པོ་མ་ལུགས་མ་བྱུང། དེ་རིང་ཁྱེད་ཉོག་ཅམ་  
 འཕར་ཡོད་འདུག། རྫོང་བ་དེའང་མི་བདེ་བ་ཞིག་འདུག། མཐོ་  
 ཡུར་འཁོར་བ་དང་དེ་རིང་གཟུགས་པོའི་གནས་སྤངས་དེ་དཔེ་  
 མེད་ཀྱི་ཡག་པོ་མེད་སྟབས་མར་ལུ་རྒྱ་དེའང་ཡག་པོ་ཞིག་ལུ་  
 ཐུབ་ཀྱི་རེད་བསམ་བསམ་མི་འདོད། ཡིན་ནའང་ག་ཚོད་ཐུབ་  
 ཐུབ་ཀྱིས་ལུ་རྒྱ་ཡིན། དེ་ཡང་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་སྐྱོར་  
 ལས་འཕྲོས་ཏེ། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་པའི་སྐབས་བཟག་  
 པ་རྣམ་པ་དགུ་ཡི་སྐོན་སྐོན་བཟག་པ་ཉེ་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་  
 དགོས་གསུངས། བཟག་པ་རྣམ་པ་དགུ་ལས་བཟག་པ་རྣམ་  
 པ་བཞི་ལྷན་ཟེན། དེ་ནས་བཟག་པ་རྣམ་པ་ལྔ་པ་དང་། དུག་  
 པ། བཙུན་པ། བརྒྱད་པ། དགུ་པ་དེ་དག་ལུ་རྒྱ་རྣམས་ཡོད།  
 ཡིན་ནའང་དེ་རིང་གཟུགས་པོའི་གནས་སྤངས་དང་དེ་བཞིན་  
 དུས་ཚོད་ལ་བལྟས་ན་ཞིབ་ཟླ་ལེགས་པོ་ཞིག་ལུ་དཀའ། དེར་  
 བརྟེན་མ་འོངས་པ་ལ་དུས་ཚོད་བྱུང་ན། བཟག་པ་གཞན་དེ་  
 དག་ལུ་རྒྱ་རྒྱུ་རེ་བ་དེ་ལྟར་ཡིན། བཟག་པ་ལྔ་ལྟར་ཡོད། ཚེ་  
 འདི་ཕྱི་གཉིས་ལ་བཟག་པ། སྐྱོམ་པ་དང་མི་དགེ་བ་ལ་བཟག་  
 པ། སྐྱིན་པའི་འཕྲོར་རྒྱད་བཟག་པ། སེམས་ཅན་མོས་པ་  
 ཐ་དད་དུ་བཟག་པ། རང་གི་ཚོས་ཀྱི་འཕྲོར་རྒྱད་ལ་བཟག་  
 པ་དེ་ཡིན། ད་ལྟ་བཟག་པ་རྣམ་པ་དགུ་ལུ་བཞིན་པ་བཟག་པ་

རྣམ་པ་དགུ་གཙོ་བོ་དེ་མ་གཞི་རྒྱ་གཞུང་ནང་དུ་པམ་ཚེར་  
 ཡོད་ས་རེད། འདིར་ལུ་རྒྱ་རྒྱུ་གཙོ་བོ་དེ་དཔལ་སྐྱེལ་རིན་པོ་ཚེའི་  
 བཀའ་འབྲུམ་ནང་དུ་གཅིག་ཡོད་པས་དེ་གཞིར་བཞག་ཀྱས་  
 ལུ་བཞིན་ཡོད། ཡང་ཁྱེད་རང་ཚོ་དེའི་ཚོག་ཏུ་ཐུགས་སྦྱང་  
 ཡོད་མཁན་ཡོད་ན་དཔལ་སྐྱེལ་རིན་པོ་ཚེའི་བཀའ་འབྲུམ་ནང་  
 གཞིགས་ན་གང་ལ་གང་འཚམ་མཁུན་ཐུབ།

དེ་རིང་ཐར་རྒྱུ་ཀྱི་ལེུ་བཙུ་གཅིག་པའི་གཞུང་ཚིག་  
 ཐམས་ཅད་ལུ་ཐུབ་རྒྱུ་རེ་བ་ཡོད་སྟབས་དེ་རིང་འདིར་ལེུ་  
 བཙུ་གཅིག་པའི་གཞུང་ཚིག་འགོ་དང་གཞུག་བར་དུ་སྐྱོག་པ་  
 དང་འབྲེལ་ཉེ་སྐབས་མཚམས་སྐབས་མཚམས་ལ་འབྲེལ་  
 བཤད་ལུ་རྒྱ་རྒྱུ་ཡིན། གཞུང་ལས།

“རྗེ་འཇུག་པ་བྱང་རྒྱུ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་བསྐྱབ་བྱ་  
 བེ་རྣམ་པ་གསུམ་ཡིན་ཏེ། ལྷག་པ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་  
 དང་། ལྷག་པ་སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་དང་། ལྷག་པ་ཤེས་རབ་  
 ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ལོ། །དེ་ལྟར་ཡང་བྱང་རྒྱུ་ལམ་སྐོན་ལས།

འཇུག་པའི་སེམས་ཀྱི་བདག་ཉིད་སྐོན་གནས་པ། །

རྒྱུལ་ཁྲིམས་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལ་ལེགས་བསྐྱབས་  
 བས། །

རྒྱུལ་ཁྲིམས་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལ་གུས་ཚེར་འཇུག། །

ཞེས་གསུངས་སོ། །”

ཁ་སང་ཉི་མ་ཁ་ལས་རིང་རྒྱས་བཤད་ལུས་ཟེན། སྐྱིར་  
 སངས་རྒྱས་པའི་བསྐྱབ་གསུམ་ལྷག་པའི་བསྐྱབ་གསུམ་  
 ཡིན་ཚུལ། རྩེ་བྲག་ཏུ་ཐེག་ཚེན་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་གསུམ་སྟེ་ཐེག་



རོན་དེ་ལྟ་བུ་ཡིན་པ་མཁུ  
 གཞུང་ཚིག་ལས།  
 “དེའི་ཕྱིར་ན། ལྷོ་མ་ནི།  
 སྤྱིན་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་བཟོད་པ་དང་། །  
 བཙུན་འགྲུས་བསམ་གཏན་ཤེས་རབ་སྟེ། །  
 དེ་ལྟར་རྣམ་པ་བྱུག་པོ་འདིས། །  
 འཇུག་པའི་སེམས་བསྐྱེད་བསྐྱབ་བྱ་བ་སྤྱུས། །  
 ཞེས་པའོ། །ལག་བཟངས་ཀྱིས་ལྷུས་པའི་མདོ་ལས་  
 གྲང་། ལག་བཟངས་བྱང་ཚུབ་སེམས་དབང་སེམས་དབང་  
 ཚེན་པོ་སྤྱང་དུ་མངོན་པར་རྫོགས་པར་བྱང་ཚུབ་པར་བྱ་བའི་  
 ཕྱིར། ས་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་བྱུག་པོ་འདི་དག་ལ་ཉག་པར་རྒྱན་  
 དུ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱའོ། །བྱུག་གང་ཞེ་ན། འདི་ལྟ་སྟེ།  
 སྤྱིན་པའི་ས་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ས་རོལ་ཏུ་  
 ཕྱིན་པ་དང་། བཟོད་པའི་ས་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་དང་། བཙུན་  
 འགྲུས་ཀྱི་ས་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་དང་། བསམ་གཏན་ཀྱི་ས་རོལ་  
 ཏུ་ཕྱིན་པ་དང་། བྱུག་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་ས་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་སྟེ།  
 ཞེས་གསུངས་སོ། །ས་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་བྱུག་པོ་འདི་དག་གྲང་  
 བསྤྱུས་དོན་རྣམ་པར་བཞག་པ་དང་། ཡན་ལག་རྒྱས་པར་  
 བཤད་པ་གཉིས་ཀྱིས་ཤེས་པར་བྱའོ། །དང་པོ་བསྤྱུས་དོན་  
 རྣམ་པར་བཞག་པ་ལ། ལྷོ་མ་ནི།  
 གྲངས་དེས་པོ་དེས་དེས་པ་དང་། །  
 མཚན་ཉིད་དང་ནི་དེས་ཚིག་དང་། །  
 རབ་ཏུ་དབྱེ་དང་བསྐྱུ་བ་སྟེ། །  
 བྱུག་གིས་ས་རོལ་ཕྱིན་བྱུག་བསྐྱུས། །  
 ཞེས་པའོ། །”མདོར་ན་ས་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་བྱུག་པོ་འདིའི་  
 རྣམ་གཞག་ལ་ས་བཅད་གཉིས་སུ་བཞག་སྟེ་བསྤྱུས་དོན་རྣམ་  
 པར་བཞག་པ་དང་། ཡན་ལག་རྒྱས་པར་བཤད་པ་གཉིས།

དེའི་ནང་རྣམ་ལེགས་བཅུ་གཅིག་པ་སྟེ་བསྤྱུས་དོན་རྣམ་པར་  
 བཞག་པ་ཡིན། དེར་བརྟེན་བསྤྱུས་དོན་རྣམ་པར་བཞག་པ་དེ་  
 ལ་དོན་རྣམ་པ་བྱུག་གི་རྫོགས་བཤད་ཀྱི་ཡིན་གསུངས། དོན་  
 རྣམ་པ་བྱུག་ལས། དང་པོ་གྲངས་དེས་དང་གྲངས་དེས་ལ་  
 ཐར་རྒྱན་གཞུང་ཚིག་ལས།  
 “དེ་ལ་ས་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་བྱུག་ཏུ་གྲངས་དེས་པ་ནི།  
 མངོན་མཚོ་དང་དེས་ལེགས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་སྟེ། མངོན་  
 མཚོའི་དོན་གསུམ་དང་། དེས་ལེགས་ཀྱི་དོན་གསུམ་སོ། །དེ་  
 ལ་མངོན་མཚོའི་དོན་གསུམ་ནི།  
 ལོངས་སྤྱོད་ཀྱི་དོན་དུ་སྤྱིན་པའོ། །  
 ལུས་ཀྱི་དོན་དུ་ཚུལ་ཁྲིམས་སོ། །  
 འཁོར་ཀྱི་དོན་དུ་བཟོད་པའོ། །  
 དེས་ལེགས་ཀྱི་དོན་གསུམ་ནི། ཡོན་ཏན་འབེལ་བར་  
 བྱེད་པའི་དོན་དུ་བཙུན་འགྲུས་སོ། །  
 ཞེ་གནས་ཀྱི་དོན་དུ་བསམ་གཏན་ནོ། །  
 ལྷག་མཚོང་གི་དོན་དུ་ཤེས་རབ་སོ། །  
 དེ་ལྟར་ཡང་མདོ་སྟེ་རྒྱན་ལས།  
 ལོངས་སྤྱོད་དང་ལུས་སྤྱན་སུམ་ཚོགས་པ་དང་། །  
 འཁོར་ནི་སྤྱན་སུམ་ཚོགས་པ་མངོན་མཚོ་དང་། །  
 ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་སོ། །”  
 ཐར་ཕྱིན་བྱུག་གི་གྲངས་དེས་སྤྱིར་བཏང་རྒྱལ་བའི་  
 ལུས་རྒྱས་འབྱིང་བསྤྱུས་གསུམ་དང་ལལ་སོ་ཆེ་དང་དཀོན་  
 མཚོག་བརྟེགས་པ་ལ་སོགས་པའི་མདོ་སྟེ་ཟབ་སོ་དག་ལས་  
 གསུངས་པ་རི་བཞིན་རྗེ་བཙུན་བྱམས་པ་མགོན་པོས་མདོ་སྟེ་  
 རྒྱན་དུ་ཐར་ཕྱིན་བྱུག་གི་གྲངས་དེས་གསུངས་པ་དེ་སྐབས་  
 འདི་ལ་གཙོ་བོ་དེ་ལྟར་མཚན་དེ་གསུང་ཡོད། སྤྱིར་བཏང་  
 མདོ་སྟེ་རྒྱན་ནང་དུ་ཐར་ཕྱིན་དང་གྲངས་དེས་ཚུལ་བྱུག་



གསུང་ཡོད་པ་དང་། དེ་བཞིན་ཐེག་བསྐྱེད་ལས་ཀྱང་གངས་  
 དེས་རྩལ་མི་འབྲེལ་བཞིག་གསུངས་པ་འདུག །དང་པོ་མདོ་སྡེ་  
 རྒྱན་དུ་གསུང་བའི་གངས་དེས་རྩལ་དུག །དང་པོ། མདོ་  
 མཐོ་ལ་ལྟོས་པའི་གངས་དེས། གཉིས་པ། རོན་གཉིས་སྐྱབ་  
 པ་ལ་ལྟོས་པའི་གངས་དེས། གསུམ་པ། གཞན་རོན་རྣམ་  
 པ་ཐམས་ཅད་དུ་རྫོགས་པར་སྐྱབ་པ་ལ་ལྟོས་པའི་གངས་  
 དེས། བཞི་པ། ཐེག་ཆེན་གྱི་ཚོས་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་པ་ལ་  
 ལྟོས་པའི་གངས་དེས། ལྷ་པ། ལམ་མམ་ཐབས་གྱི་རྣམ་པ་  
 ཐམས་ཅད་པའི་དབང་དུ་མཛད་པའི་གངས་དེས། རྟུག་པ།  
 བསྐྱབ་གསུམ་ལ་ལྟོས་པའི་གངས་དེས་ཏེ། མདོར་ན་གངས་  
 དེས་རྣམ་པ་གསུམ། ཡིན་ནའང་ཐར་རྒྱན་གྱི་སྐབས་འདི་  
 ལ་གངས་དེས་དང་པོ་གཙོ་བོར་བརྗེ་བ་དང་། གངས་དེས་  
 རྟུག་པ་བསྐྱབ་གསུམ་ལ་ལྟོས་པའི་གངས་དེས་ཞེས་པའི་གོ་  
 རོན་དེ་གོང་དུ་མེུ་མཚམས་སྦྱོར་གྱི་སྐབས་སུ་པ་རོལ་ཏུ་  
 ཕྱིན་པ་རྟུག་གི་བསྐྱབ་པ་གསུམ་གྱི་བསྐྱེད་ཚུལ་ནང་དུ་པམ་  
 ཆེར་གསུངས་ཐེན་པ་ལྟེན་འདུག །མདོར་ན་དེས་མདོ་སྡེ་  
 རྒྱན་གྱི་ནང་དུ་གངས་དེས་རྟུག་གསུངས་པ་ཆ་ཚང་ལྷ་མི་  
 དགོས་པ་བྱས། དང་པོ། མདོ་མཐོ་ལ་ལྟོས་པའི་གངས་  
 དེས། ཐར་རྒྱན་གྱི་ནང་དུ་མདོ་མཐོ་དང་དེས་ལེགས་ལ་  
 ལྟོས་པའི་གངས་དེས་གསུངས་པ་ལྷུས་ན་དེ། མདོ་མཐོ་  
 ལ་ལྟོས་པའི་གངས་དེས། ཞེས་པ་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔས་  
 ཉམས་སུ་སྐྱང་བྱ་ལ་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་རྟུག་ཏུ་གངས་དེས་  
 ལུགས་དེ་མདོ་མཐོ་སྐྱབ་པ་ལ་དེ་རྟུག་མེད་ན་མི་འགྲིག་པ་  
 དང་ཉུང་ན་ཐབས་ཆག་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་  
 གངས་དེས་པ་ཡིན་ཞེས་གསུང་རྩལ་དང་། དེ་ལྟར་ཡིན་པའི་  
 རྒྱ་མཚན་གང་ཞེ་ན། དཔེར་ན། ང་ཚོས་སྐྱེ་བ་རྗེས་མ་ལྟ་  
 བྱ་ལ་མི་ཡི་ལུས་རྟེན་བཟང་པོ་ཞིག་ཐོབ་པར་བྱས། མཐུན་

རྒྱན་འཛོམས། འགལ་རྒྱུན་བྲལ་བ་ཞིག་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་  
 བ། གང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ཅེ་ན། པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་རྟུག་པ་དེ་  
 ཆང་དགོས། པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་རྟུག་པ་དེ་ཆང་དགོས་ལུགས་  
 གང་ཞེ་ན། དང་པོ། དཔེར་ན་མིའི་ལུས་རྟེན་ཞིག་ཏུ་སྐྱེས་  
 གྱང་ཟས་གོས་འཛོམས་པོ་དགོས། དེར་བརྟེན་ཟས་གོས་ལ་  
 སོགས་པའི་ཡོངས་སྦྱོར་ལུན་སུམ་ཚོགས་པ་འབྱུང་བ་ལ་  
 ཕྱིན་པ་དགོས། གཉིས་པ། སོ་སོའི་གཞུགས་པོ་ལེགས་པོ་  
 ཡོད་པ་དེ་བཞིན་ཉོག་ཅམ་པར་བསྐྱེད་ནའང་འབྲེལ་པ་པོ་  
 ཡོད་པ་ཁ་རོག་ལེགས་པོ་འབྱུང་བ་དེ་ལྟ་བུ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་  
 བ་རྩལ་ཁྲིམས་དགོས། གསུམ་པ། གལ་སྲིད་རང་གི་ནང་  
 མི་དང་ལྷོགས་པོ་དེ་དག་ལ་འཆམ་པོ་དང་མཐུན་པོ་འབྱུང་  
 དགོས་ཀྱི་ཡོད་ན་བཟོད་པ་དགོས། བཞི་པ། བྱ་བ་གང་འདྲ་  
 བྱས་ཀྱང་དེ་མཐར་ཕྱིན་པ་བྱེད་པར་བརྗེན་འབྱུས་དགོས། ལྷ་  
 པ། རང་གི་སེམས་གང་དུ་དམིགས་ཀྱང་དེ་ལ་རང་དབང་གི་  
 རྣོ་ནས་འགོ་བྱལ་བ་བྱེད་པར་བསམ་གཏན་དགོས། རྟུག་  
 པ། རོན་དང་བྱ་བ་ཕྱིན་ཅི་ལེག་པ་དང་མ་ལོག་པ་ལེས་པར་  
 ལེས་རབ་དགོས། དེར་བརྟེན་རྒྱ་མཚན་དེ་དག་ལ་བརྟེན་  
 བས་སྦྱོར་བཏང་གི་མདོ་མཐོ་སུན་སུམ་ཚོགས་པ་སྐྱབ་  
 པ་ལ་སྦྱོར་སོགས་རྟུག་ཀ་ཆང་དགོས་པ་དང་རྟུག་པར་དུ་  
 བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱལ་སྐྱེད་ཀྱི་སྦྱོར་པ་ལ་  
 བརྟེན་ནས་མདོ་མཐོ་ལུས་རྟེན་སུམ་ཚོགས་པ་སྐྱབ་  
 པ་བྱེད་པར་པར་ཕྱིན་རྟུག་མེད་དུ་མི་འབྲེལ་བ་ལྟེན་  
 རོན་དག་དེ་ལྟ་བུ་ཡིན། ཐེག་བསྐྱེད་དང་བརྒྱུད་རྫོང་འབྲེལ་  
 ཆེན་གཉིས་ཀྱི་ནང་དུ་པར་ཕྱིན་རྟུག་ལ་གངས་དེས་རྩལ་དེ་  
 མི་འབྲེལ་བཞིག་གསུངས། དེའང་མཚན་ཅམ་སྦྱོས་ན། དང་  
 པོ། མི་མཐུན་ཕྱོགས་སྦྱོར་བའི་གཉེན་པོའི་དབང་དུ་བྱས་པ།  
 གཉིས་པ། སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ཚོས་སྐྱབ་པའི་གཞི་ཡི་གནས་ཀྱི་

དབང་དུ་བྱས་པ། གསུམ་པ། སེམས་ཅན་སྒྲིབ་པར་རྗེས་སུ་  
 བན་པའི་དབང་དུ་བྱས་པ། དེའི་ནང་ནས་མཐའ་མ་སེམས་  
 ཅན་སྒྲིབ་པར་རྗེས་སུ་བན་པའི་དབང་དུ་བྱས་པ་དེ་དང་  
 མདོ་སྡེ་རྒྱན་ནས་གསུངས་པའི་གངས་ལེས་གསུམ་པ་དང་  
 རོན་གཅིག་པ་ལྟ་བུ་མེན་ནམ་སྟམ། མདོར་ན་པར་བྱིན་དུག་  
 ལས་མེད་ཀྱང་དེ་ལ་གངས་ལེས་རྒྱལ་རྒྱ་མཚན་མང་པོ་དེ་ལྟ་  
 བུ་གསུང་དགོས་པའི་གནད་དོན་གང་དུ་སྟུག་གམ་ཞེན་གཙོ་  
 བོ་སྡེ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔལ་རྣམས་ཀྱིས་ལུས་རྟེན་བཟང་པོ་  
 བསྐྱུབ་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་ཡིན་ནའང་འདྲ། ཡང་ན་རང་གཞན་དོན་  
 གཉིས་བསྐྱུབ་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་ཡིན་ནའང་འདྲ། ཡང་ན་གཞན་  
 དོན་འབའ་ཞིག་བསྐྱུབ་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་ཡིན་ནའང་འདྲ། མདོར་  
 བ་ལས་དང་བྱ་བ་ཆེ་རྒྱུང་གང་འདྲ་ཞིག་བྱས་པ་ཡིན་ནའང་  
 བ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་དུག་པོ་དེ་མེད་ན་འགྲིག་གི་མ་ལེད་ཅེས་ཨ་  
 བན་ཡང་བན་ཡང་སྐོར་བསྐྱར་སྐོར་གྱིས་གསུངས་པ་དེ་ལྟ་བུ་  
 ཞིག་ཡིན་སྟམ། སྐོར་ཀྱང་ནས་སྐོར་གས་ཀྱང་ནས་འབྲེལ་བ་འདྲ་  
 རེགས་པོ་ཞིག་འབྲུང་རྒྱ་ཞིག་དང་གོ་བ་ཆ་ཚང་ཞིག་ལོན་  
 ཟུབ་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་རྒྱ་མཚན་མང་པོ་ཞིག་བཀོད་དེ་གསུངས།

དོན་ཚན་གཉིས་པ། གོ་རེམ་ལེས་པ། བར་རྒྱན་གཞུང་  
 ཆེག་ལས།

“གོ་རེམ་ལེས་པ་ཞེ། རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བའི་གོ་རེམ་སྟེ། རྒྱུན་  
 བས་ལོངས་སྟོན་ལ་མི་བལྟ་བར་རྒྱལ་ཁྲིམས་ཡང་དག་པར་  
 ལེན་ལོ། །རྒྱལ་ཁྲིམས་དང་ལྷན་ན་བཟོད་པར་འགྱུར་ལོ། །  
 བཟོད་པ་དང་ལྷན་པས་བཙོན་འགྲུས་རྩོམ་ལུས་སོ། །བཙོན་  
 འགྲུས་བརྒྱམས་ན་ཉིང་ལེ་འཛིན་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ལོ། །ཉིང་ལེ་  
 འཛིན་ལ་མཉམ་པར་བཞག་ན་ཡང་དག་པ་རི་ལྟ་བུ་བཞེན་དུ་  
 རབ་ཏུ་ཤིག་སོ། །ཡང་ན་དམན་པ་དང་མཚོག་གི་གོ་རེམ་  
 སྟེ། གང་དམན་པ་ནི་སྟོན་དུ་བསྟན་ལ་མཚོག་ཏུ་གནས་པ་ནི་

བྱིས་བསྟན་པའོ། །ཡང་ན་སྤྲ་བ་དང་རགས་པའི་གོ་རེམ་སྟེ།  
 གང་རགས་རགས་སུ་གྱུར་པ་འཇུག་སྐྱ་བའི་སྟོན་དུ་བསྟན་  
 པ། གང་སྤྲ་སྤར་གྱུར་པ་འཇུག་དཀའ་དཀའ་ནི་བྱིས་བསྟན་  
 པའོ། །དེ་ལྟར་ཡང་མདོ་སྡེ་རྒྱན་ལས།

སྤྲ་ལ་བརྟེན་བྱི་མ་སྟེ། །  
 དམན་དང་མཚོག་ཏུ་གནས་བྱིར་དང། །  
 རགས་པ་དང་ནི་སྤྲ་བའི་བྱིར། །  
 དེ་དག་རེམ་པས་གནས་པ་ཡིན། །  
 ཞེས་གསུངས་སོ། །”

སྐབས་འདི་ལ་བ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་དུག་གི་གོ་རེམ་སྟེ།  
 དང་པོ། རྒྱུན་པ། རྒྱལ་ཁྲིམས། བཟོད་པ། རེམ་པ་བཞེན་  
 གོ་རེམ་དང་སྤྲ་བྱི་གོང་ལོག་འདི་ལྟར་འབྲུང་དགོས་རྒྱ་དང་  
 བཞག་དགོས་རྒྱུའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་པ་གསུངས། དེ་  
 ལའང་རྒྱ་མཚན་ནམ་པ་གསུམ། དང་པོ། རྒྱེ་བའི་གོ་རེམ།  
 གཉིས་པ། མཚོག་དམན་གྱི་གོ་རེམ། གསུམ་པ། སྤྲ་རགས་  
 གྱི་གོ་རེམ། རྒྱེ་བའི་གོ་རེམ་གང་ཞེན། དཔེར་ན་གོ་དོན་ལྟ་  
 བུ་ལུས་ན་ཟས་གོས་ལོངས་སྟོན་སོགས་ལ་ཆགས་པ་མེད་  
 པ་ཡིན་ན་རྒྱལ་ཁྲིམས་ལེན་ལུས། རྩོམ་པ་ལེན་ལུས། རྩོམ་  
 པ་དེའང་རྣམ་པར་དག་པ་ཞིག་འབྲུང། གལ་སྲིད་རང་ཉིད་  
 ཉེས་པར་སྟོན་པ་ལས་སྟོན་ལུས་ཀྱི་ཡོད་པ་ཞིག་དང་ཉེས་  
 པར་སྟོན་པ་སྟོན་ལུས་པ་ཞིག་ཡིན་ན་གཞོན་པ་བྱེད་མི་ལའང་  
 བཟོད་སྟུབ་པ་དང་ཁོང་ཁོ་སྐྱེ་བ་ལོང་སྟུབ། གང་ཞེན། ཉེས་  
 པ་ལ་ཉེས་པར་མཚོང་སྟེ་ཉེས་པར་སྟོན་པ་སྟོན་ཅན་ཁོང་ཁོ་  
 ལ་སོགས་པའི་མི་མཐུན་སྟོགས་ཀྱི་ཉེས་པ་ཡང་མཚོང་སྟེ་  
 ཁོང་ཁོ་སྐྱེ་བ་དང་བཟོད་པ་སྟོན་སྟུབ་ཀྱི་ཡོད། སྟུག་བསྐྱུབ་  
 པ་བཟོད་བསྐྱུབ་བྱེད་སྟུབ་ན་དཀའ་འདུལ་ལ་མི་སྐྱོ་བར་སེམས་  
 ལ་སྐྱོ་བ་འབེལ་བ་འབྲུང་སྟུབ། གང་ཞེན། བཟོད་པ་ཞེས་



པ་གཙོ་བོ་སྤྱུག་བསྐྱེད་པ་བཟོད་བསྐྱེད་ནམ་ཉིན་མོངས་ལ་  
 བཟོད་བསྐྱེད་བྱེད་སྤྱོད་རྒྱ་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་བྱུང་ན་དཀའ་ངལ་ལ་  
 མི་འདྲེས་པ་འོང་། དཀའ་ངལ་ལ་མི་སྐྱོ་བ་འོང་། དཀའ་  
 འཕེལ་ལ་མི་སྐྱོ་བ་བྱུང་སོང་ན་སེམས་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་སྤྱིང་  
 རྟོགས་དང་སྐྱོ་བ་འཕེལ་རྒྱ་འབྱུང་། དེར་བརྟེན་བརྩོན་འགྲུས་  
 འབྱུང་ཐུབ། བརྩོན་འགྲུས་འབྱུང་ཐུབ་ན། བརྩོན་འགྲུས་ཞེས་  
 པ་བརྩོན་འགྲུས་དགོ་བ་ལ་སྐྱོ་བ་འཕེལ་ཉེན་མཚན་མེད་པར་  
 གཞན་གྱི་རྣམ་གཤེད་མེད་པ་དང་གཞན་ལ་རྣམ་གཤེད་ལ་  
 འབྲས་བུ་ཉེན་མཚན་མེད་པར་བརྩོན་འགྲུས་བརྩོན་འགྲུས་ཐུབ་  
 པ་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་བྱུང་ན་བསམ་གཏན་སྤྱི་རྒྱུར་ལས་སྤྱོད། གཤམ་  
 སྤྱིད་སོ་སོའི་སེམས་རྒྱུད་ལ་སེམས་དེ་དགོ་བའི་དམིགས་པ་  
 ལ་བཀོལ་སྤྱོད་པ་འདམ་དམིགས་པ་ལ་གཏན་སྤྱོད་རྒྱུའི་བསམ་  
 གཏན་དེ་ཡོད་ན་གཞན་སྤྱོད་པ་ལ་ལྟ་བུ་སྤྱོད་པ་ལྟར་དེ་ཡི་ཤེས་རབ་  
 སྤྱི་རྒྱུར་མི་དཀའ། དེའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱི་སྤྱི་མ་སྤྱི་  
 ཡོད་ན་ཕྱི་མ་སྤྱི་མ་སྤྱི་རྒྱུར་དཀའ་ངལ་མེད་པ་དང་སྤྱི་སྤྱི་  
 པ་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཚོགས་ཡིན་པ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་དགོངས་ཏེ་གསུངས།

གཉེས་པ། མཚོགས་དམན་གྱི་གོ་རིམ། ཞེས་སྤྱིར་དག་  
 པའི་ཞིང་དུ་ཚུལ་ཁྲིམས་དབག་ཏུ་མེད་པ་བསྐྱུང་རྒྱུ་ལས་མ་  
 དག་པའི་ཞིང་དུ་ཚུལ་ཁྲིམས་སྤྱི་གཅིག་བསྐྱུང་བ་ལ་ལོན་ཆེ་  
 གསུངས་པ་ལྟར་དང་དེ་བཞིན་བྱང་སེམས་ཚོགས་ལམ་པ་དེ་  
 དག་གིས་ཚུལ་ཁྲིམས་བསྐྱུངས་པ་ལས་བྱང་སེམས་ས་དང་  
 སོ་ལ་ཡོད་པ་ལ་སྤྱིན་པ་བཏང་བ་མཚོགས་ཏུ་གྱུར་པ་ཆགས་ཀྱི་  
 རེད་ཅེས་དེ་འདྲའི་རྟེན་དང་ཡུལ་དང་བསམ་པའི་བྱང་པར་  
 དབང་གིས་ཡང་ཚུལ་ཁྲིམས་ལས་སྤྱིན་པ་མཚོགས་ཏུ་གྱུར་པ་  
 དེ་འདྲ་ཡང་འབྱུང་། ཡིན་ནའང་རྟེན་དང་ཡུལ་དང་བསམ་པ་  
 ལ་སོགས་པ་འདྲ་འདྲ་ཡིན་པ་འབྱས། སྤྱིར་བཏང་མི་ལལ་པ་  
 ཞིག་གི་དབང་དུ་བྱས་ན་ཟས་གོས་སྤྱིན་རྒྱུ་ལས་གཞན་གྱི་

སྤྱོག་གཙོད་སྤོང་བ་དེ་བྱང་པར་འབགས་པ་འདམ་མཚོགས་ཏུ་  
 གྱུར་པ་རེད། སྤྱོག་གཙོད་སྤོངས་པ་དེ་ལས་མི་གཞན་གྱིས་  
 ཚུར་རང་ལ་གཙོད་པ་བྱས། དེ་ལ་ཁོང་ཁོར་བ་དང་འཁོན་དུ་མ་  
 འདྲིན་ན་དེ་མཚོགས་ཏུ་གྱུར་པ་ཡིན། དེ་ལས་ཀྱང་མཚོགས་ཏུ་  
 གྱུར་པ་གང་ཞེ་ན་དགོ་བ་བསྐྱེད་རྒྱུ་ལ་ཉེན་མཚན་མེད་པར་  
 བརྩོན་འགྲུས་བརྩོན་འགྲུས་རྣམ་གཤེད་མི་བྱེད་པ་དེ་ཡིན། དེ་  
 ལས་མཚོགས་ཏུ་གྱུར་པ་གང་ཞེ་ན། སེམས་ཅེ་གཅིག་ཏུ་མཉམ་  
 པར་བཞག་སྤྱོད་རྒྱུ་ཡིན། སེམས་ཅེ་གཅིག་ཏུ་མཉམ་པར་  
 བཞག་སྤྱོད་པ་དེ་ལས་མཚོགས་ཏུ་གྱུར་པ་བདེན་བཞིའི་གནས་  
 ལུགས་རྟོགས་ཏེ་དེ་ལྟ་བུའི་ཤེས་རབ་སྤྱོད་དུ་བྱུང་བ་སྤྱོད་  
 ཐུབ་པ་ཡིན་ན་དེ་མཚོགས་ཏུ་གྱུར་པ་རེད་གསུངས། དེའི་རྒྱ་  
 མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱི་སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་དེ་མཚོགས་  
 ཏུ་གྱུར་པ་འདམ། ཤེགས་པ་ཞིག་ཡིན་ཅན་དེའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་  
 མཚོགས་དམན་གྱི་གོ་རིམ་དེ་ལྟར་བཞག་པ་ཡིན།

གསུམ་པ། ལྷ་རྒྱལ་གྱི་གོ་རིམ། ཞེས་པ་མཐའ་གཅིག་  
 ཏུ་ཚུལ་ཁྲིམས་ལས་སྤྱིན་པ་ལས་སྤྱོད་པའི་བྱང་པར་དང་བཟོད་  
 པ་ལས་བརྩོན་འགྲུས་དཀའ་བའི་བྱང་པ་དེ་ལྟ་བུ་མེད། ཡིན་  
 ནའང་སྤྱིར་བཏང་གི་བྱིས་པ་ལྟ་བུ་མི་ལལ་པ་ཞིག་ལ་ཆ་  
 མཚོན་ན་ཟས་གོས་སྤྱིན་རྒྱུ་ལས་སྤོན་པ་བསྐྱུང་རྒྱུ་དཀའ།  
 སྤོན་པ་བསྐྱུང་རྒྱུ་ལས་མི་གཞན་གྱིས་རང་ལ་བརྣམས་བཅོས་  
 བྱས་ཏེ་དེ་ལ་བཟོད་བསྐྱེད་བྱེད་རྒྱུ་དེ་དཀའ། དེ་ལྟ་བུ་མི་  
 གཞན་ལ་བཟོད་བསྐྱེད་བྱེད་རྒྱུ་དེ་ལས་རང་གི་མི་ཅེ་ཅིལ་སོ་  
 ལ་ཐོས་བསམ་སྐྱོན་གསུམ་ལ་བརྩོན་འགྲུས་སྤྱིང་དེ་སྤྱིང་  
 ཏུས་བྱེད་རྒྱུ་དཀའ། དེ་ལས་ཀྱང་དཀའ་བ་ཞི་གནས་བསྐྱེད་  
 རྒྱུ་དེ་ཡིན། ཞི་གནས་བསྐྱེད་རྒྱུ་ལས་དཀའ་བ་སྤོང་ཉིད་ཀྱི་  
 དོན་རྟོགས་རྒྱུ་ལ་སོགས་པ་ལྷག་མཐོང་གི་ཤེས་རབ་སྤྱི་རྒྱུ་  
 དཀའ། དེའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱི་སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་

ཕྱི་མར་ཉམས་སྲུ་ལེན་དགའ་བ། རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་དགའ་བ། དེའི་  
རྒྱུ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་དགའ་ལས་ཆེ་རྒྱུད་དང་ལས་སྐྱ་བའི་  
ཁྲུང་པར་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྲ་རགས་ཀྱི་ཐ་སྣང་བཏགས། སྤྲ་  
རགས་ལའང་གོ་རྒྱུ་ཉ་ཅང་མང་། སྐབས་འདི་ལ་དགའ་ལས་  
ཆེ་རྒྱུད་དང་ལས་སྐྱ་ལྟེ་ཀྱི་ཁྲུང་པར་ཀྱི་སྤྲ་རགས་ཀྱི་ཐ་སྣང་  
མཛད།

རྩ་བའི་དོན་ཚན་གསུམ་ལ། མཚན་ཉིད་བཟུང་བ། ཐར་  
རྒྱུན་གཞུང་ཚིག་ལས།

“བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་རོལ་  
དུ་བྱིན་པ་རྣམས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ནི་རྣམ་པ་བཞི་ལྡན་ཡིན་ཏེ།  
མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཉམས་དམས་པར་བྱེད་པ་དང་། རྣམ་  
པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་བསྐྱེད་པ་དང་། འདོད་པ་ཐམས་  
ཅད་རྫོགས་པར་བྱེད་པ་དང་། སེམས་ཅན་རྣམས་ཡོངས་སྲུ་  
སྦྱིན་པར་བྱེད་པ་རྣམས་ལ་གསུམ་སོ། །དེ་ལྟར་ཡང་མདོ་སྡེ་  
རྒྱུན་ལས།

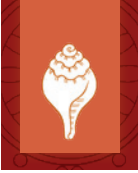
- སྦྱིན་པ་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཉམས་དང་། །
- རྣམ་པར་མི་རྟོག་ཡེ་ཤེས་ལྡན། །
- འདོད་པ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་རྫོགས་བྱེད། །
- སེམས་ཅན་རྣམས་སྦྱིན་བྱེད་རྣམ་གསུམ། །
- ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་སོ། །”

ཞེས་མཚན་ཉིད་གསུངས་པའི་ཁ་ཐུག་ལ་སྦྱིར་བཏང་  
གི་སྦྱིན་པ་དང་རྒྱལ་ཁྲིམས་ལ་སོགས་པའི་རོ་བོ་དང་ལྷག་  
པར་དུ་སྦྱིན་པའི་ལ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་རོ་བོ་དེ་  
དག་དབྱེ་བ་རྣམས་གྲངས་མཐའ་ཡས་པ་དང་། དེ་བཞིན་སྦྱོང་  
འཇུག་ལས་གསུངས་པ་དང་བྱང་ས་ལས་གསུངས་པ་དང་  
དབུས་མཐའ་རྣམས་འབྱེད་ལས་གསུངས་པ་དང་ཐེག་བསྐྱུས་  
ལས་གསུངས་པ་སོགས་དབྱེ་བ་རྣམས་གྲངས་མཐའ་ཡས།

སྐབས་འདི་ལ་མདོ་སྡེ་རྒྱུན་གྱི་དགོངས་པ་ལྟར་གསུང་གི་  
ཡོད་ཅོན་མདོ་སྡེ་རྒྱུན་གྱི་ནང་དུ་མཚན་ཉིད་བཞི་ལྡན་ཞིག་  
གསུངས། མཚན་ཉིད་བཞི་གང་ཞེ་ན། སྤང་བྱ་དང་གཉེན་  
པོ་དང་བྱེད་ལས་དང་མཐར་ཐུག་ཅེས་དེ་འདྲའི་མཚན་ཉིད་  
རྣམས་ཁྲུང་ཚོས་རྣམ་པ་བཞི་ལྡན་ཞིག་གི་སྦྱོར་ནས་པར་བྱིན་  
དུག་གི་རོ་བོ་བཟུང་པར་མཛད། འདི་ལ་རེ་རེ་བཞིན་དུ་སྦྱར་  
མི་དགོས་པར་དཔེ་མཚོན་ཅོམ་བྱས་སྦྱིན་པ་ལ་སྦྱར་ཏེ་ཞུས་  
ན། དཔེར་ན། སྦྱིན་པ་ལ་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་སེར་སྐྱ་སྦོང་  
བ། གཉེན་པོ་རྣམས་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་དང་ལྡན་བ།  
བྱེད་ལས་དེ་གནས་སྐབས་གཞན་གྱི་འདོད་པ་ཐམས་ཅད་  
རྫོགས་པ། མཐར་ཐུག་ཐེག་པ་གསུམ་གང་རུང་གི་སྦྱང་བ་  
ལས་འདས་པར་འགོད་པའམ་སྦྱིར་བཏང་མདོ་སྡེ་རྒྱུན་གྱི་  
དགོངས་པ་ལྟར་བྱས་ན་མཐར་ཐུག་ཐེག་པ་གཅིག་ཏུ་ཞུས་  
གིས་བཞེས་གནང་གི་མེད་སྟབས་ཐེག་པ་གསུམ་དུ་འགོད་  
པ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་གོ་རྒྱུ་ཡིན། ཡིན་ནའང་ཐར་རྒྱུན་འདི་གཙོ་བོ་  
མཐར་ཐུག་ཐེག་པ་གཅིག་ཏུ་འདོད་པའི་ཐེག་ཆེན་ཐུན་མོང་  
མ་ཡིན་པའི་གཞུང་ལྟ་བུ་གྱུར་ཡོད། དེའི་རྒྱུ་མཚན་ལ་བརྟེན་  
ནས་སྐབས་འདི་ལ་སེམས་ཅན་རྣམས་ཡོངས་སྲུ་སྦྱིན་པར་  
བྱེད་པ་གསུང་རྒྱུ་དེ་གཙོ་བོ་སྡེ་མཐར་ཐུག་སྦྱིན་ཞེ་གཉིས་  
ལས་མི་གནས་པ་སྦྱང་བའམ་འདས་པའི་ས་ལ་འགོད་པ་  
ཟེར་བ་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་གོ་དགོས་རྒྱུ་སྦྱར་སྟེ།

རྩ་བའི་དོན་ཚན་བཞི་ལ། དེས་ཚིག་ ཐར་རྒྱུན་གཞུང་  
ལས།

- “དེས་ཚིག་ནི།
- དབུལ་བ་འདོད་པར་བྱེད་པས་ན་སྦྱིན་པའོ། །
- བསིལ་བ་ཐོབ་པར་བྱེད་པས་ན་རྒྱལ་ཁྲིམས་སོ། །
- ཁྲོ་བ་བཟོད་པར་བྱེད་པས་ན་བཟོད་པའོ། །



མཚོག་ལ་སྐྱོར་བར་བྱེད་པ་ན་བཙུན་འགྲུལ་སོ། །  
 ཡིད་ནང་དུ་འཛིན་པར་བྱེད་པས་ན་བསམ་གཏན་ནོ། །  
 འདིས་དོན་དམ་པ་ཤེས་པས་ན་ཤེས་རབ་སོ། །  
 འདི་རྣམས་ཀྱིས་འཁོར་བའི་པ་རོལ་སྲུ་ངན་ལས་འདས་  
 པར་བྱེད་པས་ན་པ་རོལ་ཏུ་སྦྱིན་པ་ལོ། །དེ་ལྟར་ཡང་མདོ་སྡེ་  
 རྒྱན་ལས།  
 དབུལ་བ་འདོར་བར་བྱེད་པ་དང་། །  
 བསེལ་བ་སྐོབ་དང་ཁོ་བཟོད་དང་། །  
 མཚོག་སྐྱོར་བ་དང་ཡིད་འཛིན་དང་། །  
 དོན་དམ་ཤེས་པའི་ཕྱིར་བཤད་དོ། །  
 ཞེས་གསུངས་སོ། །” འདིའི་སྐབས་ཀྱི་དེས་ཚིག་ཅེས་  
 པ་ནས་རྒྱན་རྩེ་མོད་ཀྱི་བོད་སྐད་དུ་སྒྲུབ་བཤད་ཅེས་པ་དང་  
 གཅིག་པ་ལྟ་བུ་དེས་ཚིག་དང་སྒྲུབ་བཤད། ཡིན་ནའང་སྐབས་  
 འདི་ལ་གསུང་རྒྱུ་དེས་ཚིག་དང་སྒྲུབ་བཤད་དེ་དག་གཙོ་བོ་  
 ཉེ་ལེགས་སྐྱུར་བྱི་སྐད་ལ་བསྐྱུན་ཏེ་གསུང་བ་ཡིན་སྟེ། དེར་  
 བརྟེན་བོད་སྐད་ནང་དུ་ཐང་ཀར་ཇི་མ་ཇི་བཞེན་ཞིག་བཤད་  
 རྒྱ་མེད། དཔེར་ན། དབུལ་བ་འདོར་བར་བྱེད་པས་ན་སྦྱིན་  
 པ་ལོ། ཞེས་གོ་བ་སྐྱབས་ཏེ་བཤད་ན་བཤད་རྒྱ་ཡོད་ཡུང་ཐང་  
 ཀར་བོད་སྐད་ཚིག་དེ་ལ་དབུལ་བ་འདོར་བར་བྱེད་པའི་དོན་  
 དག་ཡོད་དམ་ཞེ་ན། ཅུང་འགྲེལ་བཤད་དཀའ། གང་ཞེ་ན།  
 ལེགས་སྐྱུར་བྱི་སྐད་དུ་སྦྱིན་པའི་སྐད་དོད་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་  
 དབུལ་བར་འདོར་བར་བྱེད་པས་དོན་ཚང་ཡོད་ཅོན་དེའི་རྒྱ་  
 མཚོན་ལ་བརྟེན་ནས་དབུལ་བར་འདོར་བར་བྱེད་པས་སྦྱིན་  
 པ་ལོ། ཞེས་གསུང་དགོས་རྒྱུ་ལྟར་མཚོན་དེ་ལྟར་ཡིན་སྟེ།  
 དེའི་རྒྱ་མཚོན་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་རིང་ཕྱོགས་གཅིག་ནས་དུས་  
 ཚོད་མེད་པ་དང་ཕྱོགས་གཉིས་ནས་ལེགས་སྐྱུར་སྐད་ཤེས་  
 ཀྱི་མེད་ཅོན་དེ་དེ་བཞེན་འགྲེལ་བཤད་དཀའ། མ་འོངས་པ་

ཏོག་ཅམ་སོ་སོ་ཡིན་ནའང་སྐོབ་སྐྱོར་བྱས་དེ་བཞེན་དུས་ཚོད་  
 ཁོས་སྦྱོགས་བྱུང་ན་དེས་ཚིག་དེ་དག་ལ་འགྲེལ་བཤད་བྱ་རྒྱ་  
 ཡོད་དོ། །  
 ཅུ་བའི་དོན་ཚོན་ལྟ་བུ། དབྱེ་བ། ཐར་རྒྱན་གཞུང་ཚིག་  
 ལས།  
 “རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་ནི། སྦྱིན་པའི་སྦྱིན་པ། སྦྱིན་པའི་ཚུལ་  
 ཁྲིམས་ལ་སོགས་པ་པ་རོལ་ཏུ་སྦྱིན་པ་དེ་དེ་ལ་ཡང་དབྱག་དབྱག་  
 ཏུ་དབྱེ་སྟེ། དེ་ལྟར་སུམ་ཅུ་ཅུ་དབྱག་གོ། དེ་ལྟར་ཡང་མདོན་  
 རྟོགས་རྒྱན་ལས།  
 སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་རྣམ་དབྱག་ལ། །  
 དེ་དག་སོ་སོར་བསྐྱུས་པ་ཡིས། །  
 གོ་ཚའི་སྐྱབ་པ་གང་ཡིན་དེ། །  
 དབྱག་ཚོན་དབྱག་གིས་དེ་བཞེན་བཤད། །  
 ཅེས་གསུངས་སོ། །” དེའི་དོན་དག་དེ་གང་འདྲ་ཞེག་  
 ལ་གོ་བ་ལེན་དགོས་ཤི་ན། སྦྱིར་བཏང་གནའ་སྒྲ་སོ་དམག་  
 བརྒྱབ་པའི་སྐབས་དེར་སང་དང་མི་འདྲ་སྐབས་དེ་དུས་ཅོན་  
 ཚ་རྒྱན་ནས་མཐུན་རྒྱུན་འཛོམས་དགོས་པ་མང་པོ་ཞེག་ཡོད།  
 གང་ཞེ་ན། དམག་རྒྱག་དུས་ཅོན། དང་པོ། གོ་ཚ་ཁབ་སྟོག་  
 འཁོར་གསུམ་གྱོན། གཉིས་པ་སོ་སོ་གཅིག་དུས་སྦྱིན་ན་མི་  
 འགྲིག་པར་དེ་ལ་དབྱང་རོགས་དང་དེ་བཞེན་དབྱང་རོགས་  
 དེ་དག་ལའང་མཚོན་ཆ་འདྲ་མིན་མའད་དང་མའད་དང་སྟེ་  
 དང་ཐ་ན་དབྱག་པ་ལ་སོགས་པའི་མཚོན་ཆ་མང་པོ་དགོས།  
 དེ་བཞེན་གནའ་སྒྲ་སོ་དམག་འཐབ་བྱེད་དུས་ཅོན་དག་སོ་  
 དང་དངོས་སུ་ལག་སྦྱེལ་ཏེ་འཐབ་འཛིང་བྱེད་དགོས། འཐབ་  
 འཛིང་བྱས་ནས་མཐའ་མ་དེ་ལ་རྒྱལ་ཁ་སྐོབ་མིན་བསྟེ། དེ་  
 བཤད་བཞེན་ཤིང་སྦྱིན་མཛོན་རྟོགས་རྒྱན་ལས། གོ་ཚའི་སྐྱབ་  
 པ། འཇུག་སྐྱབ། ཚིགས་སྐྱབ། དེས་འབྱུང་སྐྱབ་པ་ཞེས་སྐྱབ་

བ་བཞི་གསུངས། དེའི་ནང་ནས་གོ་སྐྱབ་ཅེས་པ་གོང་ལྟར་  
 གྲབ་ཚོགས་འཁོར་གསུམ་གྱི་ནང་པའི་དོན་ལྟ་བུར་གྲུང། སྤྱིར་  
 བཏང་གོ་སྐྱབ་ཅེས་པ་མངོན་རྟོགས་རྒྱལ་ནང་དུ་པར་ཕྱིན་ཏུག་  
 གི་སྐོ་ནས་གསུངས། དམག་བརྒྱབ་དུས་ཙམ་ལུས་ལ་ཁྲབ་  
 དང་མགོ་ལ་ཚོགས་གྱོན་ཏེ་གང་ལྟར་མགོ་ལུས་ཡོངས་རྫོགས་  
 སྤང་སྐྱོབ་ལེགས་པོ་བྱེད་དགོས། སྤང་སྐྱོབ་ཡག་པོ་མ་བྱས་  
 བ། སྤང་སྐྱོབ་མེད་ས་ཞིག་ཏུ་མཚོན་སོགས་གཞན་ལེགས་  
 པོ་གྱོན་ཀྱང་མཚོན་སོགས་མེད་པར་གྲུང། དེར་བརྟེན་དོན་དེ་  
 དང་མཚུངས་པར་སོ་སོའི་རྒྱལ་ཁྲིམས་ལྟ་བུའི་པར་ཕྱིན་ཅིག་  
 ལ་གཙོ་བོ་བྱས། པར་ཕྱིན་གཞན་ལ་སྤང་མེད་བཏང་བ་ཡིན་  
 བ་སྤང་མེད་གཏོང་ས་དེ་ནས་མི་མཐུན་སྤྱོད་ཀྱི་བར་ཆད་  
 འབྱུང། དེར་བརྟེན་སྤྱོད་མཚམས་ཅད་ནས་མི་མཐུན་སྤྱོད་ཀྱིས་  
 གྱིས་མི་རྒྱལ་པ་ཞིག་བྱེད་དགོས། དེ་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ཙམ་  
 བ་པར་ཕྱིན་རེ་རེ་ལའང་པར་ཕྱིན་ཏུག་ཚང་པར་བྱས། དཔེར་  
 བ་སྤྱིན་པ་ལ་སྤྱིན་པ་སྤྱིན་པའི་རྒྱལ་ཁྲིམས་སྤྱིན་པའི་བཟོང་པ་  
 སྤྱིན་པའི་བསམ་གཏན་དང་སྤྱིན་པའི་བཙོན་འགྲུས་སྤྱིན་པའི་  
 ཤེས་རབ་ལ་སོགས་པ་དེ་ལྟ་བུ་པར་ཕྱིན་རེ་རེ་ལའང་པར་  
 ཕྱིན་ཏུག་ཚང་པར་བྱས། མདོར་བཤམ་མི་མཐུན་སྤྱོད་ཀྱི་གཞོན་  
 པ་མི་འབྱུང་བའི་གོ་ཚ་བརྟན་པོ་ལྟ་བུ་ཞིག་གམ་ཡང་ན།  
 དཔེར་ན། ཨ་རིའི་སྤྱིད་འཛིན་ལྟ་བུ་ལ་མཚོན་ན་ཨ་རིའི་སྤྱིད་  
 འཛིན་གང་དུ་ཕྱིན་ཀྱང་བསྐྱུང་བའི་གྲུང་ཁང་ལྟ་བུ་ཞིག་གི་  
 བང་དུ་བརྟུག་དགོས། ལྷོང་དང་འོག་དང་པར་དང་སྤྱོད་ཀྱིས་བཞི་  
 མཚམས་བརྒྱུད་ནས་བསྐྱུང་བ་རྗེ་བཞིན་དགོས་གསུངས།  
 དེའི་པར་ཕྱིན་ཏུག་ལ་པར་ཕྱིན་ཏུག་རེ་རེ་ལའང་ཏུག་ཏུག་  
 ཏུ་དབྱེ་སྟེ་མདོར་བཤམ་མི་མཐུན་ཙམ་ཙམ་ཏུ་བཞག་གང་ལྟར་དེའི་  
 དགོས་པ་དང་བཅས་གསུངས།

ཅུ་པའི་དོན་ཚན་ཏུག་པ། བསྐྱུ་བ། དེ་ཡང་ཐར་རྒྱུན་

གཞུང་ཚོགས་ལས།

“བསྐྱུ་བ་འི་ཚོགས་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་བསྐྱུས་པ་སྟེ། སྤྱིན་  
 པ་དང་རྒྱལ་ཁྲིམས་བཟོད་ནམས་ཀྱི་ཚོགས་ཡིན། ཤེས་རབ་  
 ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཚོགས་ཡིན། བཟོད་པ་དང་། བཙོན་འགྲུས་དང་།  
 བསམ་གཏན་གསུམ་ཚོགས་གཉིས་ཀར་གཏོགས་པ་ཡིན་ལོ།  
 །དེ་ལྟར་མདོ་སྟེ་རྒྱུན་ལས།

- སྤྱིན་དང་རྒྱལ་ཁྲིམས་བཟོད་ནམས་ཀྱི།
- ཚོགས་ཡིན་ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི།
- གསུམ་པོ་གཞན་ནི་གཉིས་ཀའི་སྟེ།
- ཞེས་གསུངས་སོ། །དམ་ཚོས་ཡིད་བཞིན་གྱི་ཞོར་བུ་  
 ཐར་པ་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱལ་ལས། པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ཏུག་གི་རྣམ་  
 གཞན་བསྐྱུ་བའི་ལེུ་སྟེ་བརྟུ་གཅིག་བའོ། །”

ཞེས་སྐབས་འདི་ལ་བསྐྱུ་བ་ཁོངས་སུ་བསྐྱུ་རྒྱལ་ལས་  
 བསྐྱུ་ཤེས་གཞན་ཡང་གསུང། ཁ་སང་ཞུས་པ་ལྟར་པ་རོལ་  
 ཏུ་ཕྱིན་པ་ཏུག་སྟེ་བསྐྱུ་བྱེད་གཞན་གྱི་སྐོ་ནས་བསྐྱུ་རྒྱལ་དེ་ལ་  
 ཚོགས་གཉིས་རྣམ་པ་གཉིས་ཀྱི་སྐོ་ནས་བསྐྱུ་རྒྱལ་དང་དེ་  
 བཞིན་བསྐྱུ་བ་གསུམ་གྱི་སྐོ་ནས་བསྐྱུ་རྒྱལ་ལ་སོགས་པ་  
 མང་པོ་ཞུས་པ་ལྟར་དང་། སྐབས་འདི་ལ་ཚོགས་གཉིས་རྣམ་  
 པ་གཉིས་ཀྱི་སྐོ་ནས་བསྐྱུ་རྒྱལ་གསུངས། དེ་དང་གོང་དུ་བསྐྱུ་བ་  
 པ་གསུམ་བསྐྱུ་རྒྱལ་གསུང་རྒྱ་དེ་ཏོག་ཙམ་མི་འདྲ་བསམ་པ་  
 འདྲ། འོག་ཏུ་ཚོགས་གཉིས་ཀྱི་བསྐྱུ་རྒྱལ་རང་གི་སྐོ་ནས་  
 པར་བསྐྱུ་བ། གོང་དུ་གཙོ་བོ་བསྐྱུ་བ་གསུམ་ཞེས་པ་སྤྱིར་  
 བཏང་བསྐྱུ་བ་བྱའི་སྐོ་ནས་པར་བསྐྱུ་བ་ལྟ་བུ། བྱང་རྒྱལ་  
 སེམས་དཔའི་བསྐྱུ་བ་བྱ་དེ་བསྐྱུ་བ་གསུམ་པེད། བསྐྱུ་བ་  
 གསུམ་དེ་ལ་ནང་གསེས་སུ་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ཏུག་གི་ཉམས་  
 ཡིན་ཐམས་ཅད་ཚང་ཡོད་ཅེས་པ་དེ་ལྟ་བུ་གསུངས།

མདོར་བཤམ་པའི་ཐར་རྒྱུན་གྱི་འགྲེལ་པ་ཞིག་



ཞལ་བཞི་དང་ཕྱག་བྱུག་དེ་འདྲ་གང་ཡང་སྟོན་རྒྱ་མེད། ཡིན་  
 བའང་རའི་མི་ཚེ་འདི་ཉོག་ཙམ་ཁྱེད་རང་ཚོ་དང་མི་འདྲ་བ་  
 ཞིག་ཆགས་ཡོད་བསམ། གང་ཞེ་ན། ཁྱེད་རང་ཚོས་མཐོང་  
 རྒྱ་དེ་དོས་སྤྱོད་མ་ཆེན་པོའི་མིང་ཞིག་ལྟར། ཁྱི་ཆེན་པོའི་སྤང་དུ་  
 འདུག་རྒྱ་དེ་མ་གཏོགས་མ་མཐོང་། ཡིན་ནའང་དེའི་རྒྱབ་  
 ཏུ་སྤྱིད་པོ་ག་ཚོད་ཙམ་ཡོད། སྤུག་པོ་ག་ཚོད་ཙམ་ཡོད་དེ་  
 ཁྱེད་རང་ཚོས་ཉ་མི་གོ། ལྷག་པར་དུ་དོས་ལྟ་བུ་ཡིན་ན་ཆབ་  
 མིང་གི་ཚོད་རྒྱུག་དང་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་ཚོད་རྒྱུག་ལ་སོགས་  
 བ་མདོར་ན་ཚོད་རྒྱུག་མང་པོའི་ནང་དུ་འཆར་ལོངས་བྱུང་བ་  
 ཞིག་རེད། རྩོགས་གཅིག་ནས་མི་གཞན་གྱིས་རེ་བ་བརྒྱབ་  
 བསྟོད་ར་གཏོང་མིའང་ཡོད། རྩོགས་གཞན་ཞིག་ནས་  
 བརྒྱས་བཅོས་བཤད་ཁ་གཏོང་མི་ཡོད། མདོར་ན་དོས་  
 ཀྱི་སྤང་དུ་མེ་ཉོག་གཏོར་མིའང་ཡོད། གང་སྟོགས་  
 གཡུག་མེའང་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཁོང་ཚོའི་བཀའ་འདྲིན་  
 ལ་བརྟེན་ནས་དོས་ཀྱི་མི་ཚེ་འདི་ཉོག་ཙམ་འདྲ་འདྲའི་  
 བའང་ནས་མི་འདྲ་བ་ཆགས་སོང་བ་རེད། ཡིན་ནའང་མི་  
 ཚོས་མཐོང་བའི་དོས་གང་ཡིན་པ་དེ་དང་ཚོར་བ་དདོས་ཀྱི་  
 བའང་གོ་དོས་གང་ཡིན་པ་གཅིག་པ་གཅིག་རྒྱུང་རེད་དམ་ཟེར་  
 ལའང་པ་ཡིན་ན། གཅིག་པ་གཅིག་རྒྱུང་ཞིག་ཆགས་མེད།  
 སྤྱིར་བཏང་དང་ཚོ་ཚང་མ་མི་ཡིན་པ་གཅིག་པ། ཚང་མ་མིང་མ་  
 གཅིག་པ་ཞིག་དང་དེ་བཞིན་ལས་ཀ་མ་གཅིག་པ་ཙམ་ཞིག་  
 རེད་མ་གཏོགས་ཚང་མ་མི་ཡིན་པ་གཅིག་པ་དང་ཚང་མ་མི་  
 མི་རྒྱུང་བྱས་ཏེ་བསྟན་ཡོད། ཡིན་ནའང་རང་རང་སོ་སོའི་རྣམས་  
 བ་ལ་དབག་ཚོད་གྱིས་བསམ་སྟོན་མི་འདྲ་བ་བཏང་། ལས་ཀ་  
 མི་འདྲ་བ་བྱས་བསྟན་ཡོད། དེ་ལས་སྤྱོད་པོ་ཞིག་མེད། གང་  
 ཞེ་ན། སོ་སོའི་རྣམས་པ་ལ་དབག་ཚོད་གྱི་ལས་ཀ་བྱེད་རྒྱ་དེ་  
 ལས་སྤྱོད་པོ་ཞིག་མེད། དེར་སོ་སོའི་མི་ཚེའི་ནང་དུ་ད་ལྟ་བུར་



དུ་བསགས་པའི་ཉམས་སྲོལ་ཆེ་ཤོས་གང་ཡིན་ཞེ་ན། སེམས་  
 རྒྱགས་མ་ཆག་པ་བྱེད་རྒྱ་དེ་རེད། ཡིན་ནའང་སེམས་རྒྱགས་  
 ཟེར་རྒྱ་དེ་ཁོ་རང་རང་འགྲུལ་བྱས་ཏེ་མི་འོང། དེ་བཞིན་མི་  
 གཞན་དག་ཅ་ནས་སེམས་རྒྱགས་གཡུང་སའང་མེད། གང་  
 བྱེད་དགོས་པམ་ཞེ་ན། སོ་སོས་འབད་བཅོལ་བྱས་ཏེ་སེམས་  
 རྒྱགས་དེ་འཚོལ་དགོས། རྟེན་མ་རྟེན་ཅེས་པ་འཚོལ་སའི་  
 རྒྱུ་པར་མ་རེད། འཚོལ་མི་མི་དེའི་རྒྱུ་པར་རེད། དེའི་རྒྱ་  
 མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་ཁྱེད་རང་ཚོ་ཚང་མ་ལོགས་སེམས་  
 རྒྱགས་མ་ཆག་པ་བྱས། ལྷག་པར་དུ་བཅུན་མའི་དགུན་  
 ཚོས་འདི་བཅུན་དགོན་སྤྱི་དང་བཅུན་མ་སྤྱི་ལ་དམིགས་པ་  
 དེ་འདྲ་ཡིན་སྟབས་གཞན་མན་གྱི་ཀུན་སྤོང་གང་བཟང་  
 བཟང་སྤྱི་ལ་སྤྲོན་པའི་ལག་ལེན་གང་ཞིབ་ཞིབ་བྱས་  
 ཏེ་ཞབས་བྱི་ལྷས་པ་ཡིན་ན་བཅུན་མའི་དགུན་ཚོས་  
 འདི་མ་འོངས་པ་ལ་བསྟན་པ་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཅུན་  
 མ་ཚོའི་ཐོས་བསམ་བཤད་སྟབས་ཀྱི་བྱ་བ་གོང་འཕེལ་དུ་  
 འོང་རྒྱུའི་འོང་སའི་གཞི་མ་ལྟ་བུ་དང་བརྟེན་གནས་ལྟ་བུ་གྱུར།  
 མདོར་ན་དང་ཚོ་ཚང་མས་བྱུང་བ་གྲུ་འདེགས་ཀྱི་སྟོན་ནས་མཉམ་  
 དུ་རྒྱགས་རྒྱག་དགོས། རྒྱགས་བརྒྱབ་སྤུལ་ན་བསྟན་པ་རྒྱས་  
 བ་དང་འགོ་བ་བདེ་བར་ཐེ་ཚོམ་མེད། དེའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་  
 བས་ཁྱེད་རང་ཚོང་མས་ད་ལྟ་བུར་དུ་སེམས་རྒྱགས་མ་ཆག་  
 བ་བྱས་ཡོད། མ་འོངས་པ་ལ་སེམས་རྒྱགས་མ་ཆག་བྱས།  
 དོས་རང་ནས་ཀྱང་སེམས་རྒྱགས་མ་ཆག་པ་བྱས། ད་ཚོ་  
 རང་གཞན་ཚང་མས་སེམས་རྒྱགས་མ་ཆག་པ་བྱས་མདོར་  
 བ་སངས་མ་རྒྱས་ཀྱི་བར། བྱང་རྒྱལ་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་ད་ཚོ་  
 ཚང་མ་མཉམ་དུ་འགོ་བའི་དོན་བྱེད་སྤུལ་རྒྱ་ཞིག་དང་བསྟན་  
 བ་རྒྱས་པའི་དོན་བྱེད་སྤུལ་རྒྱའི་སྟོན་ལམ་དང་བསྟོན་བ་མཐོང་  
 དོགས་གཞན་ཞེས་ལྟ་བུ་ཡིན། སྤུགས་རྗེ་ཆེ།





# ဝဘဂျဉ်ဝါ ဇယျာဉ်ဒြေဒြေဝါ



རང་བྱུང་ཀུན་ཁྲབ་བདེ་བར་གཤེགས་པ་དང་། ལྷན་སྦྲེང་  
 མཁམ་ཡ་སྐབས་རྗེ་དོན་ལྡེ་འཆང་འཕོ་དཀར་རིན་པོ་ཆེ་སྐུ་  
 བོད་མ་ཀམ་དེས་དོན་ཚོས་ཀྱི་སྒོ་སྒོས་ཀྱི་དེས་ན་མ་  
 འོངས་པར་ཡང་སྤྲིན་རིན་པོ་ཆེ་དགུང་ལོ་ཆེ་ཙམ་ཆགས་པའི་  
 སྐབས་ལ། རྗེ་བོད་མའི་སྐབས་བསྐྱེད་སློན་ལམ་བཞེན་བཀའ་  
 བརྒྱན་སློན་ལམ་འདི་སྐུ་མཐུན་འཛིན་སྐྱོད་སྤེལ་བའི་བྱེད་  
 བོར་འགྲུང་བའི་སློན་འདུན་དང་དེ་བུ་ལྷན་ལྷན་ལོ།

ཕྱི་ལུགས་ལྟར་བཅིས་ན་ན་འོང་ང་ཚོ་བྱེས་སུ་ཡོད་  
 པའི་ཀི་ཚང་བཀའ་བརྒྱན་གྱི་སྐྱ་མ་སྐུ་བཟེས་པའི་གསལ་ནས།  
 བག་ཡོད་རིན་པོ་ཆེ་དང་། མཁམ་པོ་ཀར་མཐར་རྣམ་གཉིས་  
 དཔོངས་པ་རྗེས་པ་དེ། ཁོད་རྣམ་པ་གཉིས་ཡུལ་  
 མཚོག་ཡཀམ་པ་སྐུ་བོད་མའི་ཞལ་སྒོལ། བསྐྱེད་པ་ལ་ལྷག་  
 བསམ་དང་ཞབས་འདེགས་ཆེན་པོ་སྐུ་མཁམ་ཆགས་ཡོད།  
 དཔེར་ན། བག་ཡོད་རིན་པོ་ཆེ་ལྷ་བྱུང་མཚོན་ན་ལྷ་བརྒྱུ་  
 དགུའི་འོར་བོད་ནས་སྤོལ་བྱེད་ཏུ་ཕེབས་པའི་སྐབས་སྐུ་  
 དལ་མང་པོ་ཁྱད་ཏུ་བསམ་ནས་འད་ཉེན་མཚོན་རྣམ་མང་  
 པོ་བསྐྱེས་ཕེབས་སྐབས་ཡོད། འོན་ཀྱང་དེ་དག་ཐམས་ཅད་  
 ཡུལ་དབང་རིག་པའི་དོན་རྗེ་མཚོག་ལ་པངས་པ་མེད་པར་  
 ལུལ་ནས། དུས་ད་ལྟའི་བར་དུའང་རུམ་བུའི་གདན་སར་  
 ཚོས་བརྟུ། དགུ་གཏོར་ལ་སོགས་པའི་དུས་སྐབས་མཚོན་  
 བའང་འབྲེ་འཚོག་རུང་དེ་དུས་བེད་སྤོད་གཏོར་རྒྱ་བྲག་ཤོས་དེ་  
 ཆགས་ཡོད། དེ་བཞེན་རྒྱ་གར་སྤོད་སྤོགས་ལ་གཞིས་ཆགས་  
 བསམ་འཇུགས་མཛད་ནས། སྤེད་བོན་གཉིས་ཀ་ལ་པ་མ་ལྷ་  
 ལུའི་འཕོ་འདོན་འཚོ་སྦྲེང་གནང་ཡོད། དེ་བཞེན་འཇུག་དཔལ་  
 གཤེན་རྗེ་གཤེད་གྲུབ་པའི་རུས་མཐུ་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ཡོངས་

གསལ་དེ། ད་ལྟ་རིན་པོ་ཆེ་དཔོངས་པ་རྗེས་པ་ཡིན་  
 བའང་དེ་རིང་གི་ཉི་མ་སང་ཉིན་འཆང་བ་བཞེན་ཡང་སྤྲིན་ཅིག་  
 ཉན་ཉན་ཕེབས་སྤྲིན་གྱི་དེ། དེའི་སྐབས་ལ་དོས་ནས་འགན་  
 བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་ཐམ་པ་འཁྲུང་རྒྱ་ཡིན། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ཚང་མ་  
 ལ་སེམས་ཁུལ་མ་གནང་ལྷན་ལྷན་ཡིན།

དེ་བཞེན་མཁམ་པོ་ཀར་མཐར་རིན་པོ་ཆེ་འང་ཡུལ་  
 མཚོག་ཡཀམ་པ་བརྒྱ་བྲག་པ་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་སྐབས་བཞེན་  
 བཞེན་ཡང་རིང་ཐོག་གསུམ་ཚོས་འཕོར་སྤྲིན་དུ་ཕེབས་ནས།  
 མོ་བརྒྱ་བྲག་མང་པོའི་རིང་ཉིན་གྱི་མི་དང་། མཚོན་གྱི་བྱི་བྱས་  
 རས་ཚོས་ཚོགས་རྒྱ་བསྐྱེད་དང་། སྐབས་ཁང་གསར་འཇུགས།  
 ཕྱོགས་གང་སར་ཕེབས་ནས་དམ་པའི་ཚོས་དང་། ལེགས་  
 པའི་ལམ་སློན་མཛད་ནས། དེང་སང་སྐུ་སྐུར་མིང་བཏགས་  
 བ་པལ་མོ་ཆེ་ལས་ལྷག་པའི་བསྐྱེད་པ་ལ་མཛད་རྗེས་ཆེན་པོ་  
 བཞེན་ཡོད། ད་དེས་བཀའ་བརྒྱན་སློན་ལམ་ཆེན་མོའི་སྐྱ་མ་  
 མཚོན་པ་དང་སྐབས་བསྐྱེད་ནས་ཞི་བར་གཤེགས་པའི་སྐྱ་  
 མ་དམ་པ་གཉིས་ཀྱི་སྐབས་དཔོངས་ཡོངས་སུ་རྗེས་པའི་  
 སློན་ལམ་དང་། མཚོན་པ་རྒྱ་ཆེན་པོ་སྐུ་བུ་བུ་དེ། གཙོ་བོ་  
 རང་ཚོ་ཚང་མས་སྐྱ་མ་མ་བརྗེད་པར་གསོལ་བ་འདེབས།  
 གདམས་ངག་མ་བརྗེད་པ་ལག་ཏུ་ལེན། སེམས་ཅན་མ་  
 བརྗེད་པར་གཞན་པན་ཞིག་སྐབས་སྐབས་པ་ཡིན་ན་སྐྱ་མ་ཡང་  
 དེས་སྐབས་དཔོངས་རྗེས་པ། རང་ཡང་དེས་སངས་རྒྱ་སྐབས་  
 པ། སེམས་ཅན་གྱི་བྱིན་ལན་ཡང་དེས་ལོན་པ་ཞིག་ཡོང་གི་  
 དེད་བཞེན་གྱི་འདུག །

མདོར་ན་ད་དེས་བཀའ་བརྒྱན་སློན་ལམ་དེ་དོན་དང་  
 ལྷན་ལ། བཀའ་ཤིས་ལོ་ལེགས་ཀྱི་སློན་ལམ་ལེགས་པར་གྲུབ་པ་

\* འཁྲུངས་འདས། (1905-1989)  
 \*\* འཁྲུངས་འདས། (1940-2004)



རེད། དེ་ཡང་གཙོ་བོ་ཡུལ་བའི་ཡུལ་ཚབ་ཚེན་པོ་ཚོགས་  
 མགོན་དུ་མེད་པ། དེ་ནས་ཡུལ་བས་རྗེ་ལྷུང་མང་གར་དབང་  
 རིན་པོ་ཆེ་དང་། ཡུལ་བས་རྗེ་མི་འགྲུར་རིན་པོ་ཆེ་ལ་སོགས་  
 པའི་ལྷ་སྐྱེལ་སྐྱེས་ཚེན་རྣམས་དང་། མཁན་སློབ་དགེ་བའི་  
 བཤེས་གཉེན་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་བསྐྱེད་དང་། དེ་ནས་དགེ་  
 འདུན་སྣོད་ཐག་དུ་མ་རྫོ་ཅེ་གཅིག་དུ་སྐྱིེལ། རྫོ་སྣ་ཚོས་ལ་  
 གཏང་པའི་བྱིན་རྒྱལ་། དེ་བཞིན་འཛེམ་སྤིང་ཕྱོགས་མཐའ་  
 རྣམ་མེད་པའི་སེར་སྐྱ་མི་མང་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སློབ་འདུན་  
 གཅིག་གྲུར་གྱི་སློབ་སློན་ལམ་བཏབ་འོང་དུས། བཟ་མ་  
 ཤིས་བསམ་ཡང་བཟ་ཤིས་པ་ཞིག་དང་། རོན་མ་འགྲུབ་  
 བསམ་ཡང་རོན་འགྲུབ་པ་ཞིག་འོང་བ་ཚོས་ཉིད་རེད། ལྷག་  
 པར་ད་རེས་ཀྱི་གོ་སྐབས་འདི་བཅུང་ནས་སློབ་ལམ་གྱི་ལས་

བྱེད་པ་དང་། དང་རྒྱངས་པ་ཐམས་ཅད་ལ་ང་རང་གི་ངོས་  
 རྣམ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ལྷུ་ལྷུ་ཡིན། བྱེད་རང་ཚོའི་ནང་ནས་མི་  
 མང་པོ་ལོ་བརྒྱ་ཐག་ལྷག་ཅེས་རིང་ལ་སློབ་ལམ་ལ་ཞབས་  
 འདེགས་སྐྱབ་ཡོད། དེ་ལ་སྤིང་ཐག་པ་ནས་རྗེས་སུ་ཡི་རང་  
 དང་། བཀའ་རྒྱུ་འཇམ་ཚོར་ཡོད།

སྤིང་སློབ་ལམ་ཟེར་བ་དེ་གྲུར་ཅིག །ཤོག་ཅིག་ཟེར་ཁ་  
 རྣམ་འདོན་རྒྱ་གཅིག་སུ་མ་ཡིན་པར། ལག་ལེན་བསྐར་རྒྱ་  
 ཞིག་དང་། རྒྱུན་སྡོད་དགོས་རྒྱ་ཞིག་རེད། ང་ཚོ་ཟེག་པ་ཆེན་  
 པོ་ལ་སེམས་བསྐྱེད་ཟེར་བའམ། བྱང་རྒྱུ་གྱི་སེམས་ཟེར་  
 པ་ཞིག་བཤད་རྒྱ་ཡོད། དེ་ཡང་གཙོ་བོ་སློབ་ལམ་རེད། དེ་  
 མེད་པ་ཡིན་ན་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་ཟེར་བ་ཡོད་མ་རེད།  
 སངས་རྒྱས་བཤད་མ་དགོས་པ་རེད། དེ་ལྷ་བྱའི་སེམས་



བསྐྱེད་དང་སློན་ལམ་དེ་བྱང་རྒྱུ་སྤོང་པོའི་བར་རམ། སངས་མ་རྒྱལ་གྱི་བར་འགོ་ཨོ་ཐུབ་མི་ཐུབ་ཅིག་ལྟ་དགོས། སེམས་བསྐྱེད་ལ་སློན་སེམས་དང་འཇུག་སེམས་ཞེས་དབྱེ་བ་གཉིས་ཕྱེ་ཡོད། ད་ལྟ་བཀའ་བརྒྱུད་སློན་ལམ་གྱི་ཆེད་དུ་ལས་ཀ་བྱེད་རྒྱ་འདི་པལ་ཆེར་འཇུག་པ་སེམས་བསྐྱེད་ལྟ་བུ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དེས་ན་ཆང་མས་སེམས་ཤུགས་མ་ཆག་པར་ལུ་མཐུད་དེ་སེམས་ལ་དཔའ་བཅུད། ལུས་ལ་ཤུགས་སྤྱིན་ནས་ལུ་མཐུད་འབད་ཚོལ་གནང་རོགས་གནང་ཞུ་རྒྱ་ཡིན།

ད་རེས་སློན་ལམ་ཆེན་མོ་འདིའི་རིང་ལ་དགེ་བའི་ཅ་བ་ཅི་བསགས་ཡོད་ནའང་དེ་དག་ཐམས་ཅད། རང་གི་དུས་གསུམ་གྱི་དགེ་བའི་ཅ་བ་དང་གཅིག་ཏུ་བརྒྱུམས་ནས་སྤྱིར་སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་རྒྱས་པ། སེམས་ཅན་ལ་བདེ་སྤྱིད་

འབྱུང་བ། ཡང་སློན་སྤུ་ཁ་བ་གངས་ཅན་བ་རྣམས་ཀྱི་དཔལ་བའི་མིག་དང་། ཁོང་པའི་སྤྱིང་གཅིག་ཕུ་ཡགོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཡ་རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་མཚོག་གི་སྐྱ་ཆེ་བསྐྱལ་བརྒྱར་བརྟན་ཅིང་། ལུགས་བཞེད་ལྷན་གྱིས་བྱུབ་པ། ཆོས་བརྒྱུད་ཆེན་པོ་རྣམས་དང་། གཡུང་བྱང་བོན་བཅས་པའི་བསྟན་པ་འཛིན་པའི་སྤྱིས་ཆེན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྐྱ་ཆེ་བརྟན་ཅིང་མཛད་འཕྲིན་རྒྱས་པ། རྒྱུད་པར་དཔལ་ལྷན་དུགས་པོའི་བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ཉིད། ཞེན་ལོག་དང་མོས་གུས་བྱང་འབྲེལ་གྱི་སློན་ནས། བཤད་སྐབས་ལས་གསུམ་གྱི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་དབྱར་མཚོ་ལྷར་འཕེལ་བ་དང་། འབྲི་སྟག་འབྲུག་གསུམ། འབའ་རོམ། ཡེལ་པ། ཀྱི་ཆང་ལ་སོགས་པའི་ཅ་བ་ཡན་ལག་གི་བརྒྱུད་འཛིན་ཐམས་ཅད་པན་





ཚུན་སྤྲུལ་མ་སྤྲུལ། དམ་ཚིག་གཙུག་ལག་གཅིག་གིས་གཅིག་གི་ལ་བསྐྱབས་པ་བརྗོད་པའི་སློན་ཏུ་ལྷན་བསྐྱབས་འཛིན་གྱི་སྤྲུལ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་མ་སྤྲུལ། བསྐྱབས་པའི་སྤྲུལ་བཟང་མངའ་ཐང་དར་བ་ཞིག་ཡོང་བ་དང་། དེ་བཞིན་འཛམ་གླིང་ས་ཡི་ཁྲོན་ཀུན་ཏུ་ནད་སྤྲུལ་འགྲུབ་ཚོད་སོགས་ཀྱི་རྒྱུད་པ་ཐམས་ཅད་ཞི་བ་དང་། ལྷག་པར་ཨོ་སི་ལུ་ཡི་ཡའི་གླིང་དུ་ན་ཞིང་ལྷ་བ་དགུ་བ་ཙམ་ནས་བཟུང་སྟེ་ད་ལོ་ལྷ་བ་དང་པོའི་བར་ལྷ་བ་བཞི་ལྷག་རིང་སྤྲུལ་སྤྲུལ་དེ་མེ་སློན་ཚབས་ཚེན་བྱུང་ནས། ལྷོ་ཀོ་རི་ཡའི་རྒྱ་ཁྲོན་ཙམ་གྱི་ནགས་ཚལ་མེ་ལ་ཤོར་བ་དང་སློབ་ཆགས་དུང་སྤྲུང་བཅུ་ལྷག་གི་ཚེ་སློབ་ཤོར་ཚུལ་བཤད་བཞིན་ཡོད། དེ་བཞིན་དེང་སྐབས་རྒྱ་ནག་ལ་སློ་རིམས་ཚབས་ཚེན་སོག་ནས་མི་དྲུག་བརྒྱ་ལྷག་ཙམ་ཤི་བ་དང་། ལྷན་བ་ཁྲི་སྤྲུལ་མང་

པོ་ད་དུང་ཉེན་ཁའི་ནང་ཡོད་པ། དེའི་རྒྱུ་རྐྱེན་འཛམ་གླིང་ཉིལ་པོར་མི་ཐམས་ཅད་ལ་འཛིགས་སྤྲུང་དང་དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཡོང་བཞིན་ཡོད། དེའི་རྒྱུ་རྐྱེན་གཙོ་བོ་རི་དྲུགས་ལ་འཚེ་བ་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་བཤད་བཞིན་ཡོད་པས། ང་ཚོས་ལུས་ཚོད་ཀྱི་སློན་ཏུ་ལྷ་བ་གཅིག་ལ་དམར་སློང་སྤྲུལ་ནའང་འདྲ། ལོ་གཅིག་ལ་སློང་ནའང་འདྲ། མི་ཚེ་གཅིག་ལ་སློང་ནའང་འདྲ། མདོར་ན་སློན་སྤྲུལ་གྱི་ཤུ་ཟད་གོས་འཁེལ་ན་མ་གཏོགས། རི་དྲུགས་ཀྱི་ཤུ་ཟད་ནས་མ་བཟམས་ན་ཡག་གི་རེད། དེ་མ་གཏོགས་སེམས་ཙམ་གཞན་གྱི་སློབ་ལ་འཚེ་བའི་ལས་ཇི་ཙམ་ཆེ་བ་དེ་ཚོད་ཀྱིས་སྤྲུལ་མ་གཏོགས་རང་ལའང་དེ་དང་གཅིག་མཚུངས་དཀའ་ངལ་འཕྲད་རྒྱུ་ཡིན་པ་བཤད་མ་དགོས་པ་རེད། མདོར་ན་སྤྱི་དང་སྤྱིར། རང་དང་གཞན་



གྲི་དོན་ཐམས་ཅད་དམ་པའི་ཚོས་དང་མཐུན་པར་འབད་མེད་  
ལྷན་གྱིས་འགྲུབ་པ་ཡོང་བའི་བསྟོན་བ་དང་སློན་ལམ་རྒྱ་གང་ཆེ  
གནང་རོགས་གནང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དང་པོ། ད་རེས་ཀྱི་གོ་སྐབས་འདི་བརྒྱུད་ནས་ང་རང་  
དང་འབྲེལ་བའི་སྐད་ཆ་ཚིག་ཁ་ཤས་བཤད་ན། ང་ད་ལྟ་  
མཚམས་ཀྱི་བཟོ་ལུ་བྱ་ཞེས་ལ་བསྐད་ཡོད། གཞུགས་པོའི་  
བདེ་ཐང་ནི་སྤར་ལས་ཡག་པ་ཡོད། འཤའ་ཉོག་ཚམ་སྐམ་  
ཡོད། སེམས་བའང་སྤྱིད་ཐག་ཚོད་ཡིན། གཙོ་བོ་ད་རེས་ཞུ་  
རྒྱུ་དེ་མཚམས་ལ་བསྐད་པའི་རིང་ལ་དོན་དག་གམ་བྱ་བ་  
གཉིས་ཚམ་འགྲུབ་ཐུབ་པའི་རེ་བ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

དང་པོ། དྲུགས་པོའི་ཐར་རྒྱན་དེ་ཚོས་རྒྱལ་དྲུགས་པོ་  
ལྷ་རྗེའི་གསུང་ཚེས་གལ་ཆེ་ཤོས་ཤིག་དང་། བཀའ་བྲུག་རྒྱང་

འབྲེལ་གྱི་ལམ་རིམ་གཅིག་སྤྱེད་ཆགས་ཡོད། དེ་ལ་འབྲེལ་  
བ་ཞེས་བྱུང་ན་བསམ་ཡུན་རིང་བོ་ལ་བརྒྱུད་གཙོད་ཞུས་  
པ་ཡིན་ཏེ། འབྲེལ་བ་རྙིང་བ་ཆ་ཚང་བ་ཞེས་རག་རྒྱུ་ཁག་  
པོ་འདུག། རྒྱར་མང་ལེགས་བཤད་སྐྱོད་བྱུངས་ཀྱི་ཁྲིད་ཡིག་  
གཅིག་འདུག་དེ་དངོས་སུ་གཞུང་དོན་དང་། གཞུང་ཚིག་ལ་  
འབྲེལ་བ་གང་ཡང་མཚན་མེད་པ་འདྲ། དཔེ་ཆའང་ཆ་ཚང་  
བ་མི་འདུག། ཉེ་ཆར་དཔའ་བོ་གཙུག་ལག་སྤེད་པའི་ཐར་རྒྱན་  
དང་འབྲེལ་བའི་རྣམ་བཤད་ཅིག་ཐོབ་སོང་སྟེ་དེའང་གཙོ་  
བོ་དྲུགས་པོའི་ཐར་རྒྱན་ནང་གི་གཏམ་རྒྱུད་དང་འབྲེལ་བ་  
གཙོ་བོ་རེད་འདུག། དེ་བཞིན་མཁའ་རིན་པོ་ཆེ་སློ་གྲོས་དོན་  
ཡོད་ཀྱི་གལ་པ་མངོན་སྲོད་དང་། འདྲི་སྐྱར་མཁའ་བོ་སྤོང་  
ལས་རྩོ་རྗེའི་དོགས་གཙོད་དང་། དེ་བཞིན་འབྲི་གུང་མཁའ་





པོ་ཞིག་གིས་མཛད་པའི་མཆོད་འབྲེལ་ཞིག་གུང་ཡོད་ས་  
 རེད། མདོར་ན་གཞུང་དོན་ཆ་ཚང་བའི་འབྲེལ་པ་ཞིག་མེད་  
 པར་སྒྲུབ། དེ་འབྲེལ་ཡིན་དུས་འདས་པའི་ལོ་ཁ་ཤས་ནང་དུ་  
 བཀའ་བརྒྱུད་དགུན་ཚོས་སྲུང་བའི་བསྐྱུར་དང་། ལྷང་ལྷང་ས།  
 དོགས་གཙོད་གསུམ་གྱི་སྐོར་ནས་ཐར་རྒྱན་གྱི་བཟོ་སྐྱེད་ཆེན་  
 མོ་ཚོགས་ནས། དུགས་པོ་བཀའ་བརྒྱུད་གྱི་པ་ཚོས་ཐབ་མོ་  
 འདི་ལ་ལྷང་རེགས་གཉིས་གྱི་སྐོར་ནས་དབྱུང་པ་ཞིབ་མོ་བྱས་  
 ཡོད། ངའི་ལས་འབྲེལ་དེ་བཟོ་སྐྱེད་བ་ཚོའི་ཞིབ་འཇུག་གི་  
 གྲུབ་འབྲས་ལ་སྦྲར་ཡང་དབྱུང་ཞིབ་དང་། རྩོགས་སྤྲིག་བྱས་  
 བས་ཐར་རྒྱན་གྱི་ཆེག་དོན་གཉིས་ཀའི་འབྲེལ་ཆེན་ཞིག་ཚོམ་  
 འབྲི་བྱ་རྒྱ་དེ་རེད། སྤྱིར་བཏང་ང་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་གཞུང་ཚོམ་  
 པའི་སྐོབས་པ་དང་། ཤེས་ཡོན་གང་ཡང་ཡོད་མ་རེད་དེ་ཡིན་  
 བའང་འགྲོ་རེས་བྱས་མོ་ལ་ཐུག་ཅེས་པའི་དཔེ་ལྟར། ངས་  
 གཅིག་མ་བྱས་ན་བྱེད་མཁན་ཡོད་རྒྱ་དཀའ་བ་ཡིན་དུས། ད་  
 རེས་ང་རང་མཚམས་ལ་སྡོད་པའི་རིང་ཐར་རྒྱན་གྱི་འབྲེལ་པ་  
 དེ་ཆ་ཚང་མ་ཚར་གུང་། བྱེད་ཀ་ཅམ་ཚར་ཐུབ་པའི་རེ་བ་ལྷོ་  
 ཡི་ཡོད།

**གཉིས་པ།** ང་རང་གྱི་ལོགས་ལ་ཡོད་པའི་རིང་། ཡར་ལ་  
 བ་མཐའ་ཡས་རྩོད་དང་མཛུལ་འབྲུད་ལྷ་རྒྱའི་གོ་སྐབས་ཉོག་  
 ཅམ་བའི་པོ་འདུག། ཁོང་ལ་ད་བར་མཛུལ་འབྲུད་ཐེངས་  
 གཉིས་ལྷུས་པ་ཡིན། མཛུལ་འབྲུད་དང་པོ་དེ་བཅས་ཚུན་  
 རྒྱས་ལོན་བྱེད་རྒྱ་དང་། ཡིད་ཆེས་འཕེལ་ཐབས་གཙོ་པོ་  
 རེད། མཛུལ་འབྲུད་གཉིས་པ་དེ་ཀུན་གཟིགས་ལྷ་དམར་  
 རིན་པོ་ཆེའི་ཡང་སྤྲིད་སྐྱོར་རེད། སྐབས་དེ་དུས་དེད་གཉིས་  
 མཉམ་འབྲེལ་གྱི་ཐོག་ནས་ཞབས་བརྟན་གསོལ་འདེབས་  
 ཤིག་གིས་ཡོད། དེ་འབྲི་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གཙོ་པོ་གཉིས་  
 ཡོད། གཅིག །ལྷ་དམར་རིན་པོ་ཆེ་དགོངས་པ་རྫོགས་ནས་

ལོ་ལྔ་ཅམ་འཁོར་ཟེན་པ་རེད། དེས་ན་ཡང་སྤྲིད་ཐེབས་ན་  
 ཐེབས་ཚར་ཚོད་ཡིན་དུས། ལྷགས་ལྷན་འབྲེལ་ལ་བསམ་  
 བས་སུ་མཐུད་སྐྱུར་འབྲོལ་གསོལ་འདེབས་འདོན་པ་ལས་  
 ཞབས་བརྟན་འདོན་ན་ཡག་པོ་འདུག་བསམ་ནས་ཞབས་  
 བརྟན་བརྩམས་པ་རེད། གཉིས། མ་འོངས་པར་ལྷ་དམར་རིན་  
 པོ་ཆེའི་ཡང་སྤྲིད་དེ་ལོར་བ་འབྲུལ་པ་མེད་པ། ངའི་རྩོགས་  
 དང་ཁོའི་རྩོགས་ཐེར་བ་མེད་པ། གཅིག་གྱུར་གྱིས་ངོས་འཛིན་  
 ཐུབ་པ་ཞིག་དགོས་རྒྱ་དེ་བརྟན་པ་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་ཚར་མ་ལ་  
 ཁ་ཆ་དགོས་གཏུགས་ཆགས་གྱི་འདུག་བསམ་ནས། ཡར་ལ་  
 བ་མཐའ་ཡས་རྩོད་དེད་གཉིས་ལྷ་ལྷུ་མཉམ་འདེགས་གྱི་  
 ཐོག་ནས་ངོས་འཛིན་དང་བརྟན་འཚོལ་ལྷ་རྒྱ་ཡིན་ཞེས་པའི་  
 དམ་བཅའ་དང་། ཚོད་མེས་མཚོན་བྱེད་ཡིན།

སྤྱིར་བཏང་ངས་ལྷ་དམར་རིན་པོ་ཆེའི་ཡང་སྤྲིད་སྐྱོར་  
 ལ་དོ་སྒྲུབ་བྱེད་དགོས་པ་འདི་ཡར་ལ་དབང་རིག་པའི་རྩོད་རྩེའི་  
 མཛད་པ་རྣམས་ཐར་གྱི་རྩེས་སུ་འབྲང་བའི་ཚུལ་ཡིན། གང་  
 ཡིན་ལྷུས་ན། དུས་རབས་བཙོ་བརྒྱུད་པའི་ནང་ལྷ་དམར་  
 བརྟན་པ་ཚོས་གྲུབ་རྒྱ་མཚོ་དགོངས་པ་རྫོགས་ནས། སྐབས་  
 དེ་དུས་ཁོང་གིས་གོང་ཁའི་དམག་ཐོད་ལ་ཁྲིད་ཡོང་བའི་ཉེས་  
 འཇུགས་བྱས་ནས། སྤེལ་གཞུང་གིས་ལྷ་དམར་གྱི་ཡང་སྤྲིད་  
 ཁྲི་འདོན་བྱེད་མི་ཚོགས་པ་བཞོས་པ་རེད། དེ་ནས་བརྒྱུད་ལོ་  
 བརྒྱ་དང་བདུན་ཅུ་ལྷག་ཅམ་རིང་ལྷ་དམར་རིན་པོ་ཆེའི་ཡང་  
 སྤྲིད་ཡོངས་གྲགས་ངོས་འཛིན་ལྷ་ཐུབ་ཡོད་མ་རེད། དེ་ནས་  
 ཡར་ལ་དབང་བརྟན་བྱུག་པ་ ༡༩༥༩ ལོར་རྒྱ་གར་དུ་བློས་  
 རྩོལ་ཐེབས་པའི་རྗེས། ཡགོང་ས་ཡུལ་མཐོན་ཆེན་པོ་  
 མཚོག་ལ་ངོས་འཛིན་ལྷ་ཚོགས་པའི་སྐོར་གསལ་བསྐྱོན་ནས་  
 ངོས་འཛིན་དང་། ཁྲི་འདོན་ལྷུས་པ་རེད། དེ་འབྲེལ་ཡིན་དུས་  
 ང་ཚོ་ད་ལྟ་ཞལ་བཞུགས་པ་དང་། ཞལ་མ་བཞུགས་པའི་

ཀྱི་ཚང་བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་བསྟན་འཛིན་གྱི་སྐྱེས་ཆེན་ཐམས་ཅད་  
 ཡ་རྒྱལ་དབང་རིག་པའི་རྩོ་རྩེ་མཚོག་གིས་དོས་འཛིན་  
 མ་མཚན་པ་པལ་ཆེར་མེད། དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལ་ང་ཚོས་  
 དོགས་པ་དང་ཐེ་ཚོམ་ཅི་ཡང་ཡོད་མ་ཤིང། ལྷ་དམར་  
 རིན་པོ་ཆེ་ཡང་དེ་དང་གཅིག་མཚུངས་ཤིང། དེ་ཅུམ་དུ་མ་  
 ཟད། ཡ་རྒྱལ་དབང་རིག་པའི་རྩོ་རྩེ་མཚོག་གིས་འབད་ཚོལ་  
 ཆེན་པོའི་སྐོ་ནས་དོས་འཛིན་གཞན་བ་དེ་ལ་དགོས་པ་དང་  
 དོན་སྤྱང་ཆེན་པོ་ཡོད་ཤིང་བཟོ་བྱི་འདུག། དེའི་རྒྱ་མཚན་ལ་  
 བརྟེན་ནས། ང་ལྟ་བུའི་གང་ཟག་ཐམས་ཅད་ཞིག་ཡིན་ནའང་།  
 ཡ་རྒྱལ་དབང་རིག་པའི་རྩོ་རྩེ་སྤྱུག་ལས་དང་འབད་ཚོལ་  
 ཆེན་པོ་དེ་ཅུམ་མཚན་ཡོང་དུས་ང་རང་ཡིན་ནའང་དེ་གལ་  
 ཆེན་པོ་ཡིན་ས་ཤིང་བསམ་པའི་བསམ་སྒོ་གཏོང་དགོས་པ་  
 ཆགས་ཀྱི་འདུག། དེ་བཞིན་ཀུན་གཟིགས་འཇམ་དབྱངས་  
 མཚུན་བཅའི་དབང་པོས་སྤྱུགས་གསར་རྩེད་གི་གདན་རབས་  
 བུང་ལྷ་དམར་བཅུ་པའི་སྐབས་སུ་འདི་འདྲ་ཞིག་གསུང་ཡོད།  
 འོན་ཀྱང་རྒྱལ་བའི་ཐིན་ལས་རྟོག་ཅིག་ཁྲུབ་པ་དང་སྐྱུན་  
 གྱིས་བྱུབ་པར་འཇུག་པ་ནི་སྤྱི་ཞིག་གིས་འགོག་པར་བྱས།  
 ཁོང་གིས་གསུངས་པ་ལྟར་ལྷ་དམར་བཅུ་པའི་མཚན་འཛིན་  
 ལ་བར་ཆད་བྱུང་ནས། ཡང་སྲིད་དོས་འཛིན་ལྷ་མ་ཚོག་  
 པ་བཅོས། གདན་ས་ཡངས་པ་ཅན་ཡང་དགེ་བསྐྱུར་བྱས་  
 བས་སྐྱེ་ངལ་མང་པོ་བྱུང་བ་ཤིང་། མཐའ་མ་དེར་བར་ཆད་  
 གྱིས་སྒྲོག་མ་བྱས་པར། ལྷ་དམར་ཡང་སྲིད་ཀྱང་དོས་འཛིན་  
 ལུས། གདན་ས་ཡངས་པ་ཅན་ལའང་བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་བསྟན་  
 པ་བསྐྱུར་གསོ་བྱུང་བ་ཤིང། དེ་བཞིན་ཞི་བར་གཤེགས་པ་  
 ལྷ་དམར་མི་པམ་ཚོས་ཀྱི་སྐོ་གྲོས་ཀྱི་མཚན་པ་ཐིན་ལས་  
 ལ་ཕྱི་ནང་གི་བར་ཆད་བྱུང་བ་ཤིང་། དེ་ཁོང་གཅིག་སྤུའི་  
 བར་ཆད་གཅིག་མ་ཤིང། ང་ཚོ་ཀྱི་ཚང་བཀའ་བརྒྱུད་ཡོངས་

ཀྱི་བར་ཆད་ཅིག་ཤིང། བར་ཆད་བྱུང་ན་མེས་ཐམས་ཀྱིང་  
 དགོས་པ་ལས། དབྱུག་བཞག་ན་བར་ཆད་ལམ་དུ་སོང་བ་  
 ཡིན་དུས། དབྱུག་བཞག་ན་འགྲིག་པ་ཞིག་མ་ཤིང། ངས་ལྷ་  
 དམར་རིན་པོ་ཆེའི་ཡང་སྲིད་འདི་ཀྱི་ཚང་མ་སྐྱེས་ཡོང་  
 རྒྱུའི་གཞན་འགག་ཅིག་ལ་མཚོང་ནས་འབད་ཚོལ་བྱེད་བཞིན་  
 ཡོད། གལ་སྲིད་ལྷ་དམར་རིན་པོ་ཆེའི་ཡང་སྲིད་དེ་ཚོད་པ་  
 ཅན་ཞིག་ཆགས་སོང་ན། མ་འོངས་པར་ཀྱི་ཚང་རྒྱལ་བ་  
 ཡལ་སྤས་ཐམས་ཅད་ཚོད་པ་ཅན་ཞིག་ཆགས་རྒྱ་ཡིན་པ་དང་།  
 ཀྱི་ཚང་བུ་དེ་ལ་འཚོར་དུ་སྤྱིན་ནས། མི་ཆེ་མི་རབས་ལ་དག་  
 སྲོད་སྤྱུག་པ་ལྟ་བུའི་ཆགས་སྤང་གི་དབང་དུ་སོང་ནས་ལོ་  
 རོ་དགུ་བརྒྱ་སྟུག་གི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་གཟི་བུ་ཤིང་དང་། ལུས་པ་  
 ཐམས་ཅད་ཉམས་ནས། ཚང་མས་བརྟུས་བཅོས་དང་། ཞེས་  
 དགོད་བྱེད་ས་ཞིག་ཏུ་སྐྱུར་ནས། མཐའ་མ་ཀྱི་ཚང་བཀའ་  
 བརྒྱུད་ཟེར་བ་མཚུབ་པོ་འཇུགས་ས་མེད་མཁན་ཆགས་རྒྱུའི་  
 ཉེན་ལ་འདུག་བསམ་བུན་གྱི་ཡོད། དེ་འདྲའི་རྒྱ་མཚན་ལ་  
 བརྟེན་ནས་ང་ཚོས་ད་ལྟ་སྐོ་རྒྱ་ཆེ་ཅུམ་བྱས། སྤྱུགས་རྒྱུང་  
 རིང་ཅུམ་གྱི་བསམ་སྒོ་གཏོང་རྒྱ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཞི་དགའ་འདུག་  
 བསམ་གྱི་ཡོད། མདོར་ན་ང་མི་རྒྱུང་རྒྱུང་གིས་བསམ་སྐོ་  
 ཆེན་པོ་བཏང་བའི་སྐད་ཆ་ཤིང། བསམ་པ་ནང་བཞིན་ལམ་  
 འགོ་རྒྱུགས་མ་རྒྱུགས་ད་ལྟ་བུའདྲ་རྒྱ་སྤྱུགས་པ་ཤིང།  
 ཚང་མས་རྒྱུ་སྐྱེར་དང་། སྤྱུགས་སྐོན་གཞན་རྒྱ་དེ་གལ་ཆེན་  
 པོ་ཤིང། ངས་མང་པོ་ལྷ་མ་དགོས་པར། མཐའ་མ་དེར་ཚང་  
 མ་ལོ་གསར་པའི་ནང་སྐྱེ་གསུགས་གསལ་ཐང་ཡོང་བ་དང་།  
 ཚོས་མཐུན་གྱི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ཡིད་བཞིན་དུ་འགྲུབ་པ་དང་།  
 མཚོགས་སྐྱུར་ང་ཚོ་ཚང་མ་མན་ཚུན་ཞལ་མཚལ་ཡོང་བའི་  
 སྐོན་འདུན་ལྷ་རྒྱ་ཡིན། སྤྱུགས་རྩེ་ཆེ།





ଜାତୀୟ କ୍ରୀଡ଼ା  
ସାହିତ୍ୟ ଉତ୍ସବ  
ପାଠ୍ୟପୁସ୍ତକ



### གསང་ཐིག་རྫོང་མེམས་ཀྱི་ཚོགས་འབུམ།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ལྷ་ ༡ ཚེས་ ༣༧ ཉིན། རྫོང་གདན་བཀའ་  
 བརྒྱད་སྟོན་ལམ་ཚོས་པའི་ནང་དུ་སྤྱོད་ཕྱག་ཚོད་བརྒྱད་པའི་  
 རོག་ཏུ་སྐྱབ་བརྒྱད་བསྟན་པའི་གཙུག་ལོན་ལ་སྐྱབས་མགོན་  
 ལ་རྒྱལ་པའི་དོན་གྱི་རྒྱལ་ཚབ། གསང་བདག་གི་དོལ་གར་  
 མཚུར་ལུང་ལ་བྱོ་སྤྱོ་ཚེན་པོ་མཚོག་དུང་རྒྱ་སྟོས་སྟེ་ས་  
 གདན་ལུས་ཀྱིས་ཚོགས་མགོན་དབུ་བཞུགས་རོག་ལ་སྐྱབས་  
 རྗེ་མི་འགྲུར་རིན་པོ་ལེན་པོ་ཚེ་མཚོག་དང་། རྒྱ་བལ་འབྲུག་  
 གསུམ་གཙོ་པོར་གྱུར་པའི་འཛེས་སྦྱིང་ཤར་ལུ་བ་ཀྱི་སྐྱབ་སྐྱུ་བ་  
 མཁའ་སྟོན་རྣམ་པ། དབུ་རྫོང་མཚོད་གསུམ། བཀའ་བརྒྱད་  
 སྟོན་ལམ་སྐབས་སོ་བདུན་པའི་ཚོགས་ལུགས་སུ་ཕེབས་  
 པའི་དགེ་བཅུན་ལྷ་སྟོང་བཀའ་བ་དང་། ཕྱི་ནང་ལུལ་གྱུ་ཁག་  
 ལས་ཕེབས་པའི་དད་ལྡན་བྱིས་བ་པོ་སོ་སྟོང་ཚོ་དུ་མ་ལྟན་  
 འཛོམས་ཀྱིས། དེད་སྟེགས་ལུང་རང་མདངས་ཆེས་ཆེར་བདོ་  
 བའི་ཉེར་ལེན་ལ་བརྟེན་ནས་འཛིག་ཆེན་ལུལ་གྱུ་ཀུན་ཏུ་སྟོན་  
 མེད་ནད་ཡམས་གདུག་པ་ཅན་སྟོགས་ཀུན་ཏུ་བདོ་བས་

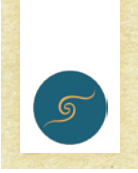
འགོ་རྣམས་རབ་ཏུ་མནར་བའི་གདུང་བ་ལས་གོལ་གྱིར་དང་།  
 ལྷན་པར་དུ་བདག་ཅག་རྣམས་ཀྱི་མེ་ཏོག་གང་ལ་ཕོག་པའི་  
 ལྷ་སྐལ་དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཕྱིན་ལས་བ་  
 ཚེན་སོ། དཔལ་ལ་རྒྱལ་པའི་དབང་པོ་ལ་ཀམ་པ་སྐྱ་སྟེང་བཅུ་  
 བདུན་བ་ཨོ་རྒྱན་འགོ་འདུལ་ཕྱིན་ལས་དབང་གི་དོ་རྗེ་དཔལ་  
 བཟང་པོ་མཚོག་གི་གསང་གསུམ་ཚུལ་བསྟན་སྐྱབ་སྐྱུ་གོགས་ཀྱི་  
 མཚན་མ་མཐའ་དག་ཕྱེག་མེད་དུ་ཞི་བའི་སྐྱུ་རིམ་སྐྱབ་སྟེང་  
 རྒྱལ་ཡོངས་བཀའ་བརྒྱད་སྟོན་ལམ་ཚོགས་པའི་གོ་སྟོན་གྱི་  
 འོག་བསྟན་གཉིས་གཡུང་དུང་སྦྱིང་བའམ་འཛེས་མགོན་སྟོ་  
 གོས་མཐའ་ཡས་ཀྱིས་མཛད་པའི་གསང་ཐིག་རྫོང་མེམས་ཀྱི་  
 ཚོ་གའི་སྟོན་མཚོགས་འབུམ་རྒྱས་པར་ཉིན་གང་པོར་སྟོར་  
 དངོས་རྗེས་གསུམ་ཚང་དེས་ཀྱི་སྟོན་ལེགས་པར་ཚོགས།



བཀའ་བརྒྱུད་སློན་ལམ་ཐོངས་སྡོམ་བརྟན་པའི་སློན་ལམ་ཉིན་དང་པོའི་གསེར་སྦྱང་དང་བྱོན་  
པ་ལེགས་ཀྱི་རྒྱལ་རྫོང་།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ལྷ་ ༢ ཚེས་ ༢ ཉིན་ལྷོ་ཕྱག་ཚོད་དུག་པའི་  
ཚོགས་ཁྲུ་སྦྱང་བརྒྱུད་བསྟན་པའི་གཙུག་ལྷན་ལ་སྦྱབས་མགོན་  
ལྗེ་མཆོག་གི་ཕྱི་རྒྱལ་ཚོགས་ཁྲུ་སྦྱང་གསལ་བཤུགས་ཀྱི་རོལ་གར་  
མཚུངས་ལྷན་ལ་ལྷན་པོ་གྲོ་ཆེན་པོ་མཚོགས་བཞུགས་མཚེངས་  
གཏེར་སྦྱང་དགོན་ནས་དུང་རྒྱ་སློབ་སྦྱོང་སྦྱོང་ལོ་ལྷན་གྱིས་  
སློན་ལམ་ཚོས་རང་ཞབས་པད་གསེར་གྱི་རྒྱ་མཐོན་པར་  
བཀོད་དེ་བཞུགས་ཁྲིམ་ལོ་དུང་། ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་

གར་དབང་རིན་པོ་ཆེ་མཚོགས་དང་། ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་  
རིན་པོ་ཆེས་དབུས་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་  
པ་རྒྱ་མཚོ་དང་། ཚོགས་ཁྲུ་སྦྱང་གི་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་  
ཐེབས་པའི་དང་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་  
སྦྱང་གི་སྦྱོང་ལོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་  
པ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་  
དུ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་



ཞེས་ནི་མཚན་གསལ་ཏེ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་ཅིང་།  
གསོ་སྤོང་གི་སྒྲིམ་པ་མཐོན་རྟེན་སྐྱ་ལེར་ལོ་ལོ་ཀུན་ནས་  
བསྐྱེན་གནས་ཀྱི་སྤང་བྱ་བ་རྒྱུད་དེ། དེ་ཡང་ཐེག་པ་གོང་ལོག་  
གི་བཞེད་ཚུལ་དུ་མ་ཞེས་མཚེས་པ་ལས། ཚོས་མངོན་པ་  
ལྟར་ན། ཅ་བ་བཞིའི་སྤེང་ཆང་ལྡོ་པོ་དང་། གར་སོགས་སྤེང་  
སོགས་གཅིག་ཏུ་བྱས་པ་དང་། མལ་ཆེ་མཐོ་གཅིག་ཏུ་བྱས་  
པ་དང་། ཕྱི་རྒྱའི་ཁ་ཟས་ཏེ་ཉེན་ཞབ་གཅིག་ཏུ་སྤོང་དགོས་  
པ་ཅམ་མ་ཟད། སྤང་སྤང་གི་གནས་ལ་སྤོམ་པ་འོད་རེམ་  
བཞེན་པུན་ཤེས་བག་ཡོད་ཚུལ་བཞེན་བསྐྱེན་དགོས་པ་ཕོན་  
ཏུ་གཅེས་ཏེ། དེ་ཡང་རི་རྒྱུད་དུ། དེར་ནས་སོག་གཅོད་མི་  
བྱ་ཞིང་། གཞན་གྱི་འོར་ཡང་སྤང་མི་བྱ། འཇིག་པའི་ཚོས་  
ཀྱང་མི་སྤྱད་ཅིང་། རྒྱན་གྱི་ཚོག་ཀྱང་མི་སྤོམ། །སྤོན་ནི་མང་  
པོ་ཉེར་བརྟེན་པའི། ཆང་ནི་ཡོངས་སུ་སྤང་བར་བྱ། ཁྱི་སྐྱོན་  
ཆེ་མཐོ་མི་བྱ་ཞིང་། དེ་བཞེན་དུས་མ་ཡིན་པའི་ཟས། དེ་དང་  
སྤེང་བ་རྒྱན་དང་ནི། གར་དང་སྐྱ་སོགས་སྤང་བར་བྱ། རི་ལྟར་  
དག་བཅོམ་རྟག་ཏུ་ནི། སོག་གཅོད་ལ་སོགས་མི་བྱེད་ལྟར།  
དེ་བཞེན་སོག་གཅོད་ལ་སོགས་སྤང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
ཚུལ་བཞེན་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཐབས་ལམ་ལ་བག་ཡོངས་སུ་  
མ་སོང་བར་ཤེས་བཞེན་བསྐྱེན་གལ་ཆེའོ།།

བཀའ་བརྒྱུད་སྤོན་ལམ་ཐེངས་སོ་བདུན་པའི་འོན་  
ལེགས་ཀྱི་རྒྱལ་སྤྱིའི་སྤོང་། འདི་ལོ་བཀའ་བརྒྱུད་སྤོན་ལམ་  
ཐེངས་སོ་བདུན་པ་ཆེན་པོའི་འོན་ལེགས་ཀྱི་རྒྱལ་སྤོན་ནི་སྤང་  
རྒྱན་ལྟར་སྤོས་པ་མི་ཆེ་ཞིང་ཀུན་གྱི་ཡིད་དུ་འཇེབས་པའི་  
ཁུ་བསྐྱེས་ཤིག་གསར་བསྐྱར་ཞུས། དེ་ཡང་འོན་པ་ལེགས་  
ཞེས་པའི་ཡིག་འབྲུའི་སྤང་དུ་རི་དྲགས་ཚོས་འཁོར་གྱི་  
ལས་རྟགས་འདིས་སྤངས་རྟོགས་མཐར་ཕྱིན་པའི་བདག་  
ཉིད་མཉམ་མེད་ལྷན་སེའུ་སྐལ་ལྷན་གྱི་གདུལ་བྱ་དག་

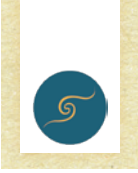
ལ་ཚོས་འཁོར་བསྐྱོར་བའི་སྐབས་འདབས་སུ་རི་དྲགས་རུ་  
རུ་ཁྱོ་བྱག་གཉིས་ཀྱང་དམ་པའི་ཚོས་ཀྱི་སྤོང་ལ་རབ་ཏུ་  
སྐྱོན་པའི་ཚོར་བས་སྤོང་ལམ་རབ་ཏུ་བསྐྱོར་བའི་ཚུལ་གྱིས་  
རབ་ཏུ་གྲུས་ཤིང་ཉན་པའི་རང་བཞེན་མཚོན་པ་ལྟར་ཚོས་  
བྱེད་ཀྱི་བསྐྱེན་གནས་གཙུག་ལག་ཁང་སོགས་རྟེན་དང་བརྟེན་  
པ་ཡོངས་ཀྱི་སྤང་དུ་འཇུགས་སོལ་མཚེས། དེ་བཞེན་རྒྱལ་  
སྤོའི་སྤང་དུ་ཤོག་པར་ཁ་དོག་ལྡན་ལྷན་གྱི་དར་སྤེའི་གཞུགས་  
སུ་བཅངས་པའི་དབུས་སུ་སྤྱི་བྱེད་གི་གཞུངས་སྤྱགས་  
ཚོ་བསྐྱོད་འབེམ་ལེ་རྒྱུ་ལ། ཞེས་པའི་གཞུངས་སྤྱགས་འདི་ཉིད་  
ཀྱི་འོག་ཏུ་ལན་གཅིག་འཇུག་བས་བསྐྱེད་ཏུ་བསགས་  
པའི་སྤྱི་བྱེད་མ་ལུས་དག་བར་ས་སྤོང་འཁོར་ལོ་བརྒྱུ་པའི་  
མདོ་ལས་གསུངས་པའི་དགོས་པ་ཁྱད་པར་ཅན་ལ་དགོངས་  
ཏེ་རྒྱལ་སྤོང་འདིའི་འོག་ཏུ་ཞུགས་ཏེ་བཀའ་བརྒྱུད་སྤོན་ལམ་  
ལ་ལེབས་མི་མ་ལུས་ཆེ་རབས་སོག་མེད་ནས་ཉོན་མོངས་པ་  
དུག་གསུམ་གྱི་སྤོན་པས་བསགས་པའི་ལས་དན་གྱི་སྤྱི་བྱེད་  
ཅི་མཚེས་པ་སྤྱི་བྱེད་དུ་འཇོགས་པའི་སྤྱི་བྱེད་གི་གཉེན་པོ་  
མཚོག་ཏུ་གྱུར་ཕྱིར་ཆེད་གཉེར་གྱིས་དབུངས་པ་ཞེས་ཡིན་  
པས་ཀུན་གྱིས་སྤྱགས་སུ་ཚུབ་པར་བྱ། རྒྱ་ཤིན་ཏུ་འགངས་  
ཆེ། དེ་བཞེན་ཀ་རུར་གཡས་གཡོན་གྱི་རྒྱལ་མདུན་གཉིས་  
སུ་རྒྱལ་ཆེན་བཞིའི་སྤང་བརྟེན་ཏེ། ཤར་དུ་ཡུལ་འཁོར་སྤང་།  
སྤོང་འཕགས་སྤེས་པོ། ལུ་ཏུ་སྤྱན་མི་བཟང་། བྱང་དུ་རྣམ་  
སོས་སྤེས་རྣམས་ནི་སྤོགས་སྤོང་ཆེན་པོ་བཞེན་སྤེ་བསྤེན་  
ཡིད་སྤེབས་རྒྱུད་ཀྱིས་བརྒྱུས་ཤིང་བསྐྱེན་ལ་འཆེ་བའི་  
དཀར་མིན་མི་དང་མི་མིན་གྱི་འགོང་པོ་གང་ཞེས་རྒྱལ་སྤོའི་  
ནང་དུ་མི་གཏོང་བའི་བདེའི་རྟེན་མཚོན་གྱི་སྤང་དུ་འགོང་པར་  
སེམས།



**བཀའ་བརྒྱན་སློན་ལམ་ཚེན་མོ་ཐངས་སོ་བདུན་པའི་དངོས་གཞིའི་བཀའ་ཚོས་ཁ་རག་སློན་  
ཚུང་གི་སློབ་ཡུལ་ཡིག་བདུན་ཅུ་པའི་གསུང་གི་ཐོག་ནས་ཚོས་འབྲེལ་བསྐྱེད་སྤྱོད་པ།**

ཕྱི་མོ་ ༢༠༢༠ ལྷ་ ༢ ཚེས་ ༢ ཉིན་ཞོགས་པ་ཕུག་ཚོང་དགུ་  
དང་ཕྱེད་ཚོག་ཏུ་སྐྱེད་བརྒྱན་བསྐྱེད་པའི་གཏུག་འོར་ཡསྐབས་  
མགོན་ཡུལ་པའི་དོན་གྱི་རྒྱལ་ཚབ། གསང་བདག་གི་  
རོལ་གང་མཚུངས་ཕྱི་ཡུལ་པ་གོ་སྤྱི་ཚེན་སོ་མཚོག་གཏེར་  
སྐར་དགོན་ས་ནས་བཀའ་བརྒྱན་སློན་ལམ་ཚེན་མོའི་ཚོས་  
རང་གདན་པར་ཉེ་བཞུགས་ཁྲིའའོད། བཀའ་བརྒྱན་སློན་  
ལམ་ཚེན་མོ་ཐངས་སོ་བདུན་པའི་སྤྱིན་བདག་ཅམས་ནས་  
མཚུངས་སྐྱེད་གསུང་ཐུགས་ཉེན་འདེགས་འབྲུལ་ལུས། སྐྱོན་  
གསོལ་བཞེན་དང་འདུས་སློང་ཚོ་ཀུན་ལ་ཐོག་མར་སྐྱེད་སྤྱོད་  
འགྲོའི་སློན་པ་བཀའ་ཚིན་བསྐྱེད་སྤྱོད། དེ་རྗེས་བཀའ་བརྒྱན་སློན་  
ལམ་ཚེན་མོ་ཐངས་སོ་བདུན་པའི་དངོས་གཞི་སློན་ལམ་ཉིན་  
དང་མོའི་བཀའ་ཚོས་ནི། ཁ་རག་སློན་ཚུང་གིས་མཛད་པའི་  
སློབ་སློང་ཡུལ་ཡིག་བདུན་ཅུ་པའི་གསུང་གི་ཐོག་ནས་བཀའ་

བརྒྱན་སློན་ལམ་ཚེན་མོ་ཐངས་སོ་བདུན་པའི་དང་འདུས་སློང་  
ཚོ་དུ་མ་ལ་ཚོས་འབྲེལ་དབུ་འཇུགས་ཀྱི་སློན་འགོར་བཀའ་  
སྐྱེད་དོན།  
དཔལ་ལྷན་ཅ་པའི་ལྷ་མ་རིན་སོ་ཆེ། །  
བདག་གི་སྤྱི་བོར་པར་ཁྲིའའོད་བཞུགས་ལ། །  
བཀའ་ཚིན་ཚེན་མོའི་སློན་སྐྱོན་རྗེས་བསྐྱེད་སྤྱོད། །  
སྐྱེད་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་དངོས་སྤྱུང་སྐྱེད་དུ་གསོལ། །  
གང་ཞིག་གསེར་མཚོག་རང་བཞིན་རི་རབ་ལ་གནས་མཚུངས་  
དང་སྐར་བཅས་གཞོད་སྤྱིན་དང་། །གདེངས་གཞོན་ཕྱི་ལོད་  
ཀྱིས་ལྷན་པ་སེལ་མཛད་ས་ལོག་གནས་པའི་སྐྱེད་ཅམས་གང་  
ཡིན་དང་། །གངས་ཅན་རིར་ཞི་དཔལ་གྱིས་རོལ་ཞིང་རབ་  
ཏུ་དགའ་བའི་རིག་པ་འཛིན་པ་གང་ཡིན་པ། །དེ་དག་ཐམས་  
ཅད་ཐར་པ་དམ་པའི་སློབ་སྤྱུང་ཐུག་པའི་གསུང་ཉན་ཕྱིར་



ནི་འདིར་གཤེགས་ཤིག། གང་དག་སྟོགས་བཅུའི་སྟོང་གི་  
འདིག་རྟེན་ན། །བདེ་གཤེགས་སྟོབ་མར་གྱུར་པ་གང་སྲ་དག།  
དེར་འདིར་བདག་གིས་སྟོན་པའི་ཚེས་འཆད་ཀྱིས། །གསན་  
པར་འདོད་པ་ཐམས་ཅད་འདིར་འདུས་ཤིག།

ན་མོ།

ལྷ་ཡི་སྐད་དང་ལྷ་དང་གཞོན་སྟོན་སྐད། །

གྲུལ་གྲུམ་དག་དང་མི་ཡི་སྐད་རྣམས་དང། །

འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་སྐྱེ་རྣམས་ཅི་ཅམ་ས། །

ཐམས་ཅད་སྐད་དུ་བདག་གིས་ཚེས་བསྟན་ཏོ། །

མ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རྣམ་  
མཁེན་སྒྲོན་པ་མེད་པ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་  
ལ་ཅེ་ནས་ཀྱང་འགོད་པར་བྱ། དེའི་ཆེད་དུ་དམ་པའི་ཚེས་  
ཟབ་མོ་ཉན་པར་བཤེད་སྟེ་ལྷ་དང་བསམ་པ་བྱང་རྒྱུ་མཚོག་  
ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་སྟོན་དུ་མཛད་ནས་གསན་པར་ལྷ། དེ་  
བཀའ་བརྒྱུད་སྟོན་ལམ་ཆེན་མོ་ཐངས་མོ་བདུན་པ་ཆེན་པོའི་  
སྟོན་ལམ་ཉིན་དང་པོའི་ཉིན་མོ། མ་འགྲིགས་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་  
རྒྱལ་དུ་རྩ་ཚོ་བོད་ཀྱི་དབྱེ་མེད་སྟོང་མོ་བཟང་སེལ་སྟོན་  
ལམ་གཟིགས་སྐོར་དུ་ལེབས་ཡོད། དེ་ལྷ་བུའི་གཟིགས་སྐོར་  
ལ་ལེབས་པ་འདི་རྩ་ཚོ་འཛམ་བུ་གླིང་དུ་ལྷ་རྒྱལ་དབང་ལྔ་མ་  
པ་མཚོག་གི་རྗེས་འཕུག་བཀའ་བརྒྱུད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་  
དགའ་བསྟེན་རྒྱ་ཆེན་པོ་ལྷ་ལོས་པའི་གནས་རེད། གང་གསན་  
པར་བྱ་བའི་ཚེས་ནི་ཁ་རྒྱ་སྟོན་རྒྱུད་གིས་མཛད་སྟེ། རྩ་ཚོ་  
བོད་གངས་ཅན་གྱི་སྟོངས་སྲ་ཉིང་དེ་འཛོན་གྱི་སྟོན་པ་སྐྱུར་  
སྐྱུར་ནས་དཀའ་བ་སྐྱུར་མི་མཚོག་ཏུ་གྱུར་པ་ནི་རྗེ་བཙུན་མི་  
ལ་དང་ཁ་རྒྱ་སྟོན་གཉིས་རེད་ཅེས་གསུང་སྟོན་ཡོད། དེ་  
ཡང་ཁ་རྒྱ་སྟོན་རྒྱུད་ཁོང་གིས་དང་པོ་དགོན་པ་བ་བསོད་  
ནམས་རྒྱས་མཚན་གྱི་དུང་ནས་གདམས་དག་ཟབ་མོ་མང་པོ་

ལུས་ཉེ་སྟོན་བསྟོན་ཉམས་ལེན་མཛད། དེའི་རྗེས་སྲ་དགོན་  
པ་བ་སོགས་སྐྱ་མ་རྣམས་ཀྱི་མདུན་ནས་རོ་བོ་རྗེ་ནས་བརྒྱུད་  
པའི་སྟོན་སྟོང་གི་མན་དག་མང་པོ་གསན་ཉེ་ཉམས་ལེན་  
མཛད། དེ་ལྷ་བུའི་གདམས་པ་ཟབ་མོ་མང་པོ་གཅིག་ཏུ་སྐྱེལ་  
ཉེ་ཉམས་ལེན་གྱིས་དཀའ་བ་སྐྱུར་དེ་ཉམས་ལེན་མཐར་ཕྱིན་  
པར་མཛད། ཉམས་ལེན་གཙོ་བོར་མཛད་པའི་གནས་ཀྱང་  
ཁ་རྒྱ་གཞུ་མཁན་གྱི་བྲག་ཏུ་སྐྱེ་མཚམས་རིང་དུ་བཞུགས་  
ནས་ཉམས་ལེན་མཛད། ཁོང་གིས་དེ་ལྷ་བུའི་གདམས་དག་  
ཉམས་སྲ་སྐྱུར་སྟེ། སྟོབ་མ་མང་དུ་བྱུང་བ་ལས་གཙོ་བོ་བོ་ཉོ་  
བ་རིན་ཆེན་གསལ་ལ་གདམས་དག་ཐམས་ཅད་སྐྱེལ་དེ་ནས་  
མར་བརྒྱུད་པ་ཁ་རྒྱ་གི་གསུང་སྟོན་སྟོང་ཨང་ཡིག་བདུན་ཅུ་  
ཙ་གཉིས་ཡོད།

དེ་ཡང་ད་ལོ་བཀའ་བརྒྱུད་སྟོན་ལམ་ཆེན་མོ་ཐངས་མོ་  
བདུན་པའི་སྐབས་སྲ་ཨང་ཡིག་བདུན་ཅུ་པའི་ཤོད་ཤོག་ཅེས་  
ལྷ་རྒྱལ་དབང་ལྔ་མ་བ་བཅུ་བདུན་པ་ཆེན་པོ་ཨོ་རྒྱལ་མིན་  
ལས་རྗོ་རྗེ་མཚོག་གིས་སྐྱེ་བའི་གཙུག་ཏུ་བཀའ་སྐྱེལ་ལེབས་  
བྱུང། དེར་བརྟེན་མདོར་བསྟུན་ཅམ་ཞིག་ལྷ་རྒྱུ་ཡིན། ཞེས་  
བཀའ་སྐྱེལ་ཉེ། ཆེས་ ༩ ནས་ཆེས་ ༥ བར་ཉིན་བཞིའི་རིང་དུ་  
ཆེས་འབྲེལ་བཀའ་འདི་བསྐྱུངས།

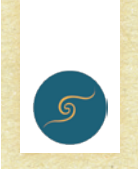
མཚུག་ཏུ་བཀའ་བརྒྱུད་སྟོན་ལམ་ཆེན་མོ་ཐངས་མོ་  
བདུན་པའི་དད་སྟོན་རྣམ་པ་དང། བཀའ་བརྒྱུད་སྟོན་ལམ་སྐྱེ་  
ལུལ་འགན་འཛིན་སྐྱེ་མ་ཀམ་ཆེས་བྲགས་དབྱུས་པའི་ལས་  
སྟེ་དང་ཆེས་ཆོགས་ཁག་སོགས་ནས་སྐྱེ་བའི་གཏང་དག་  
གི་བརྟན་བཞུགས་རྒྱས་པ་དངོས་འབྲུལ་དཔངས་མཐོ་བསྟར་  
འབྲུལ་ལྷས། ཞིབ་ཤ་བཀའ་བརྒྱུད་སྟོན་ལམ་ཆེན་མོའི་དུ་དོས་སྲ་  
གཟིགས་པར་ལྷ།

**ཡུལ་ལ་རྒྱུ་ལོངས་དག་མི་འཕྲུང་རིན་པོ་ཆེ་  
མཚོག་གིས་བཀའ་བརྒྱུད་སློབ་ལམ་ཐོངས་སྟོན་  
བརྒྱུད་པའི་སློབ་ལམ་སློབ་པའི་འཕྲུང་ཚོས་  
སྟོན་ཐོབ་ལུགས།**

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ལྷ་ ༡ ཚེས་ ༢༡ ཉིན། སྤྱི་ལོ་ལྷ་ཚོང་  
བདུན་དང་སྐར་ཞེ་ལྷའི་ཐོག་ཏུ། བདག་ཅག་རྣམས་ཀྱི་མེ་  
ཏོག་གང་ལ་ཕོག་པའི་ལྷ་སྐལ་དཔལ་དུས་གསུམ་སངས་  
རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སློབ་ལམ་པ་ཆེན་པོ། ཡུལ་བའི་  
དབང་པོ་དཔལ་ཡལ་མ་སྐྱ་མེད་བཅུ་བདུན་པ་ལོ་རྒྱུ་འགྲོ་  
འདུལ་སློབ་ལམ་དབང་གི་རྩི་རྩེ་དཔལ་བཟང་པོ་མཚོག་གི་  
སྐུ་པར་མཚོང་ཐོག་རིན་པོ་ཆེ་ཡུལ་ལ་རྒྱུ་ལོངས་ལྷུང་རིན་པོ་  
ཆེ་ནས་སློབ་སྦྱོང་དང་བཅས་ཏེ་བཀའ་བརྒྱུད་སློབ་ལམ་ཆེན་  
མོའི་ཚོས་རང་གདན་ཅངས་ཏེ་ཡུལ་བའི་བཞུགས་ཁྲིར་  
བཞུགས་སུ་གསོལ་ཏེ་མཇུག་དང་སློབ་འབྲུལ་ལུས། དེ་  
རྗེས་ཡུལ་ལ་རྒྱུ་ལོངས་ལྷུང་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་བཞུགས་ཁྲིར་  
འཁོད་དེ་གསུང་དོན། དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
ངོ་མོ་རིགས་དང་དཀྱིལ་འཁོར་རྒྱ་མཚོའི་ཁྲབ་བདག་བཀའ་  
རིན་མཚུངས་པ་མེད་པ་དཔལ་ལྷན་སྐྱོན་ལ་དམ་པའི་ཞབས་  
ཀྱི་བརྗོད་ལུང་གི་མ་མེད་པ་ལ་སློབ་གསུམ་གྲུས་པ་ཆེན་པོའི་  
སློབ་ལམ་ལྟུང་འཚལ་ཞིང་སྐུ་པར་སྐྱ་མཚོའོ། །དུས་དང་རྣམ་  
པ་ཐམས་ཅད་དུ་ལྷགས་བཅེ་བ་ཆེན་པོའི་སློབ་ལམ་རྗེས་སུ་  
བཟུང་དུ་གསོལ། ཡོན་ཏན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་དང་མཉམ་ན་  
ཡང་། །བཀའ་རིན་སངས་རྒྱས་ལས་ཀྱང་ལྷག་པ་ཡི། །ཅ་  
བའི་སྐྱ་མའི་ཞབས་ལ་ལྷག་འཚལ་ལོ། །བདག་སོགས་འགྲོ་  
བའི་སློབ་སྦྱོང་ལ་རྫོངས། །གང་དག་སློབ་པ་བཅུའི་སློབ་གི་  
འཛིག་རྟེན་ན། །བདེ་གཤེགས་སློབ་པར་གྱུར་པ་གང་སུ་



དག །དེར་འདྲིར་བདག་གིས་སློབ་པའི་ཚོས་འཆད་ཀྱིས། །  
གསན་པར་འདོད་པ་ཐམས་ཅད་འདྲིར་འདུས་ཤིག །ལྷ་ཡི་  
སྐད་དང་སྐྱ་དང་གཞོན་སློབ་སྐད། །ལྷས་བུམ་དག་དང་མི་  
ཡི་སྐད་རྣམས་དང་། །འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་སྐྱ་རྣམས་རྗེ་ཅོམ་པ།  
།ཐམས་ཅད་སྐད་དུ་བདག་གིས་ཚོས་བསྟན་ཏོ། །སྤྱི་བདེ་  
ལེགས། བདག་ཅག་རྣམས་ཀྱི་ལམ་ཀྱི་འདེན་པ། ལྷ་མ་རྩོ་  
རྗེ་འཆང་དཔལ་ཡལ་བའི་དབང་པོ་ཡལ་མ་མཚོག་གི་  
དགོངས་བཞེད་བཞེན་དུ་ད་ལན་གྱི་སློབ་ཁྲིད་དེ་ཅན་པ་ཉེ་  
བར་བཞག་པ་བཞིའི་སློབ་ལྷན་ཡིན། སྤྱི་ལོ་བཀའ་བརྒྱུད་  
སློབ་ལམ་ཀྱི་སྐལ་སུ་སློབ་ཁྲིད་ཅན་པ་ཉེ་བར་བཞག་པ་  
བཞི་ཞེ་གནས་ཀྱི་ཆ་གཙོ་པོ་བུས་ཏེ་ལུས་པ་རེད། ཞེ་གནས་  
གཙོ་པོར་བུས་ཏེ་དེ་ནས་སྐྱུ་ལོངས་ལྷན་ཡིན་ཞེས་བཀའ་  
སྐུལ་ཏེ། ཚེས་ ༢༡ ལས་ཚེས་ ༣༠ བར་སྤྱི་བདེ་གྲང་  
རྒྱུ་སློབ་ཁྲིད་བཀའ་རིན་བསྐྱུངས། མཇུག་ཏུ་བཀའ་བརྒྱུད་  
སློབ་ལམ་ཆེན་མོ་ཐོངས་སྟོན་བདུན་པའི་དད་སློབ་རྣམས་ནས་  
སྐུ་རིན་གཏང་རག་གི་བརྟན་བཞུགས་བསྟར་འབྲུལ་ལུས།  
ཞེས་བཀའ་བརྒྱུད་སློབ་ལམ་ཆེན་མོའི་དྲོས་ལྷག་ཐོག་སུ་



# རྒྱ་རྩེ་ཚོས་རྒྱལ་དང་འབྲེལ་བའི་འབྲུལ་འཁོར་དང་རས་འབྲུད་ཀྱི་རྫོང་།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ལྷ་ ༢ ཚེས་ ༡ ཉིན། བདག་ཅག་ནམས་ཀྱི་  
མེ་ཉེག་གང་ལ་ཕོག་པའི་རྣམས་ཀྱིས་གསུམ་མངས་རྒྱས་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཕྱིན་ལས་པ་ཚེན་སོ་ཡ་རྒྱལ་བའི་དབང་སོ་  
དཔལ་ཡ་གཟུ་བ་སྐྱུ་མེད་བཅུ་བདུན་པ་ཨོ་རྒྱལ་འཕྲོ་འདུལ་  
ཕྱིན་ལས་དབང་གི་དོན་དཔལ་བཟང་སོ་མཚོག་གིས་བཀའ་  
བརྒྱུད་སློབ་ལམ་ཚེན་མེད་ཐུགས་འགན་བདག་གིར་བཞེས་  
པ་ནས་བཟུང་སྟེ་བཀའ་བརྒྱུད་སློབ་ལམ་སྐབས་སུ་གནས་  
བརྟན་ཕྱག་རྫོང་རམ་བསོད་སྟོན་པ་རྒྱ་འབྲུལ་ལ་ཕོགས་པ་  
མང་དག་ཞེག་ཕྱག་བཞེས་སུ་བསྐྱར་བའི་ཡ་གྲུལ་རང་མེད་  
རྒྱལ་ལྷ་ནམས་ནས་རྒྱ་རྩེ་ཚོས་རྒྱལ་གི་རས་ཚོས་བཤའ་  
བའི་ཕྱག་ལེན་དབུ་བཅུགས་པ་ནས་བཟུང་ཕྱི་ནང་དད་འདུས་  
ཀྱང་གི་དད་པའི་མིག་རྒྱལ་དམ་པར་གྱུར།

དེ་ཡང་རྒྱ་རྩེ་ཚོས་རྒྱལ་ནང་གཏུམ་མོ་སྟོན་སྐབས་  
ན་བཟང་དཀར་པོ་མཉམ་བའི་སྲོལ་རྒྱུན་ཡོད། གཏུམ་མོའི་  
ཉམས་ལེན་ནི་གང་རང་ལ་མི་བསྐྱེད་པའི་ཉམས་ལེན་  
མཚོན་བྱེད་ཡིན། གཏུམ་མོའི་ཉམས་ལེན་པ་ཚོས་རས་གོས་  
མཉམ་པའི་སྲོལ་ཡོད་ཅིང་། བོད་དུ་རྗེ་མི་ལ་ནས་དར་ཉེ་དེ་  
མཉམ་རས་པའི་རྒྱལ་ཚེས་ཚེར་འཕེལ། རས་དཀར་ཕྱོན་པ་  
སོ་ནམས་ལ་རས་པ་ཞེས་བརྗོད་ཅིང་། རས་དཀར་མཉམ་  
པ་བཀའ་བརྒྱུད་པ་ལ་ཤས་ཆེ་ཡང་རྗེ་སྐམ་སོ་པ་རབ་བྱུང་  
ཡིན་པས་རྒྱལ་དུ་དུར་སྐྱིག་གི་གོས་སྐབས་པ་ལས་རས་  
དཀར་མི་བཞེས། འོན་ཏང་གཏུམ་མོའི་ཉམས་ལེན་གྱི་དུས་  
སུ་སྐབས་དེ་རས་གོས་དཀར་པོ་འདྲ་མཉམ་སྲོལ་ཡོད། དེར་  
བརྟེན་བོད་རྒྱ་དང་པོའི་ཚེས་བཅུ་བཞི་དང་བཙུ་གཉིས་

ལ་གོས་དཀར་པོ་མཉམ་བའི་སྲོལ་ཡོད། དེ་ནི་བོད་  
ཚེས་བཅུ་བཞིར་རྒྱ་བརྒྱུད་ཀྱི་རྒྱལ་སོ་རྗེ་མར་པ་དང་། ཚེས་  
བཙུ་གཉིས་དཀར་པོ་ཚུན་གཅིག་རྒྱལ་འཕྲོར་གྱི་  
དབང་རྒྱལ་ཚེན་སོ་རྗེ་བཙུན་མེད་ལ་བཞན་པ་དོན་རྗེའི་འདས་  
མཚོད་མཚོན་པའི་སླད་དུ་ཡིན། གོང་གསལ་དུས་ལུན་དེ་  
ཉིད་དུ་གདན་ས་ཏུ་མ་བཏེག་གི་སྐབས་ཁང་གསར་པ་ཡིད་འོང་  
བསམ་གཏུག་ཚེས་སྲིད་དང་། དེ་བཞིན་དཔལ་ཚེན་ཚོས་  
སྲིད་གི་རྒྱལ་ལྷ་ནམས་ཀྱང་རྒྱལ་ཐེངས་གོ་ལ་རིམ་བཞིན་རས་  
འབྲུད་ཀྱི་རྒྱལ་སུ་མཚུངས་པའི་བཞིན་པ་ཡིན། རྒྱལ་ལྷ་ནམས་  
རས་ཚོད་དུ་ཐེབས་སྐབས་སྟོན་ལྷ་ལྷ་ལྷ་དང་། རས་གཟན།  
འཕེབས་གདན་བཙས་ནི་མཚུར་སུ་ལྷ་གི་དོས་ནས་གོ་  
སྐྱིག་མཚོད་ཡོད་པ་དང་། དེ་བཞིན་ཨང་འགའ་རག་དང་།  
སྟོན་ཐག་སོགས་ནི་རྒྱལ་ལྷ་རང་དོས་ནས་ཐབས་འཚོལ་  
བཞུད་དགོས། འདི་ལོར་བཀའ་བརྒྱུད་སློབ་ལམ་སྐབས་སོ་  
བདུན་པར་ཡང་སྐྱེ་སོ་བཞིན་རས་འབྲུད་ལ་དཔ་གྱིས་བཞུད་  
པ་དང་། དེའི་རྒྱལ་སྲོངས་ནི་རྗེ་བདུན་པ་ཚོས་གྲགས་རྒྱ་  
མཚོས་དཔལ་ལྷན་གཟུ་པའི་གྲུ་རྒྱལ་དུ་གཏོགས་པ་མི་ཉག་  
རབ་སྐྱང་པ་ནམས་ལ་སྟོན་ལམ་ཚོས་འཕོར་སྐྱེལ་མར་གྲུ་  
རྒྱལ་གྱི་བཙའ་ཡིག་སྐྱེལ་བའི་ནང་། རས་འབྲུད་བྱས་ན། ལྷ་  
རྩེ་དང་ནི་གྲུ་ལྷ་མེད་ཀྱང་། ལྷ་རྩེ་ལྷ་ཚོས་ཡིན་པས། ལྷ་  
རྩེ་ཚོས་རྒྱལ་གི་སྟེང་དུ་བཤའ་དོ། ཞེས་གསལ་བཞི། རྩེན་  
བོན་གོང་མའི་ནམ་ཐར། རྗེས་འབྲུག་གཏུམ་བུའི་ཉམས་ལེན་  
གྱི་གཞི་མ་ཡིན་གྱིར། རང་རེས་ཀྱང་སྐྱེ་སོའི་བཀའ་བརྒྱུད་  
སློབ་ལམ་ཐེངས་སོ་བཞི་པ་ནས་དབུ་འབྲུགས་གྱིས་སོ་བསྐྱར་

ཆགས་སུ་བགྱིད་མོས་ཡིན་པར་བརྟེན། ལོ་  
 གསུམ་ཚོས་གསུམ་གྱི་སྐབ་པ་མཐར་སོན་  
 པ། ལྷ་རྩེ་ཚོས་འཇུག་གི་སྐབ་པ་སློན་སོང་།  
 རྒྱ་སེར་གཉིས་ལས་སེར་མོ་བ། རབ་བྱུང་  
 མོ་མོ་གཉིས་ལས་མོ། ལོ་གངས་འཇུག་ཅུ་མ་  
 ཟེན་པ་ཐམས་ཅད་དང་། དགོན་སྡེ་སོ་སོའི་  
 རྒྱལ་དཔོན་གྲ་མ་བཅས་གཉེར་སྐྱོར་འདུ་ཁང་  
 ཚོམས་ཆེན་ནང་ཉེ་སློན་ཕྱི་རྒྱ་ ༡  
 བས་ ༥ བར་ཉེན་བདུན་རིང་སློན་གྱི་དུས་  
 ཚོད་བརྒྱད་ནས་བཅུ་གཅིག་བར་ལྷ་རྩེ་ཚོས་  
 འཇུག་གི་འཇུག་ལོར་བསྐྱོར་སློང་གྲུབ་སྟེ།

སློན་ལམ་ཉེན་བདུན་པ་སྟེ། མོ་རངས་  
 དུས་ཚོད་ལྔ་པ་ཅམ་སྟེ་རས་འབྱུང་མ་བཤར་  
 གོང་གྲ་མཚོད་སྐབ་པའི་མཚོད་པ་འབྲུལ་  
 སྐབས་ཉེན་འབྲེལ་སྟིང་པོའི་མགྱུར་གྲུ་  
 གསུངས་མཇུག་རིམ་པས་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༠  
 ལྷ་བ་༡ ཚེས་ ༥ ལྷ་རྩེ་ཉེན་དུས་ཚོད་འཇུག་  
 དང་ཕྱིད་ཐོག་གཉེར་སྐྱོར་འདུ་ཁང་ནས་སློན་  
 ལམ་ཚོས་རའི་བར་སློན་སྐྱོད་དང་བཅས་མར་  
 གཏམ་དུ་མཆོས་པའི་རུམ་བཞེག་སྐབ་ཁང་  
 གི་སྐབ་དཔོན་ཡེ་ཤེས་མཐའ་ཡས་མཚོག་  
 གིས་གཙོས་པའི་སྐབ་གྲུ་ཞལ་གངས་ཉེ་ལུ་  
 ཅ་བདུན་ནས་སློན་ལྷ་ལྷ་ཁ་དང་། སློན་ཐག་  
 རས་གོས་བཅས་མནམས་ཉེ་གཉེར་སྐྱོར་འདུ་  
 ཁང་ནས་སློན་ལམ་ཚོས་རའི་བར་རས་འབྱུང་  
 བཤར་བར་མཛད་པ་བཅས་གྱི་གནས་ཚུལ་  
 ཚེ་ལོར་དུ།





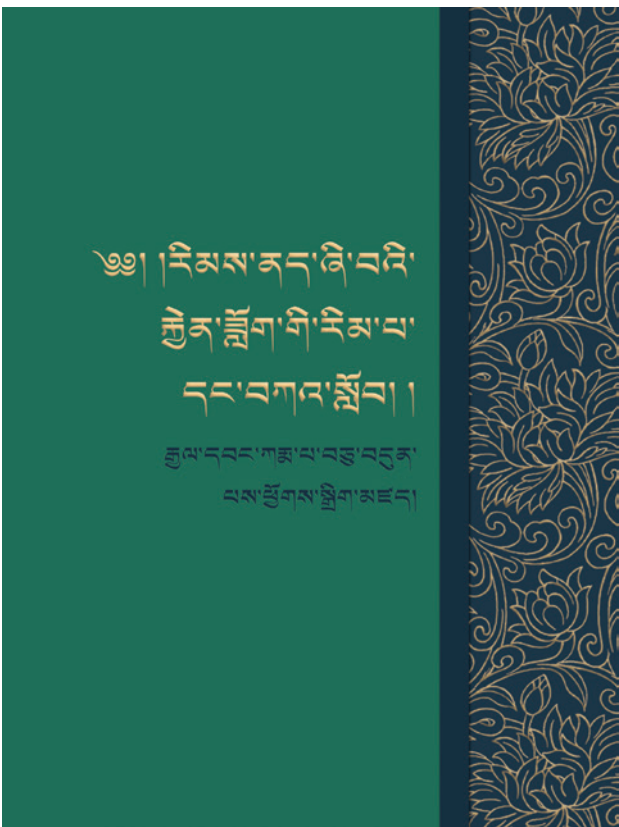


ସିଦ୍ଧାନ୍ତାବଳୀ  
କ୍ରମିତ



རེས་ཀྱི་ནད་རིམས་འདིས་ཕོ་མོའི་དབྱེ་བ་དང་དེ་བཞིན་མི་  
 རིགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་དང་དེ་བཞིན་རྒྱ་ལོར་དང་དབང་ཆ་ཡོད་  
 མེད་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཕྱེས་ཀྱི་མེད། དཔེར་ན་ཨ་རི་དང་། ཨི་ཏེ་ལི་  
 དང་། སི་བན་ལ་སོགས་པའི་ཡར་རྒྱས་ཅན་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་  
 མང་པོས་ཀྱང་ནད་རིམས་འདི་ལ་གཏོང་ལེན་བྱེད་རྒྱུར་དཀའ་  
 འཕེལ་མང་པོ་འབྲུག་བསྐྱེད་ཡོད། དེ་བཞིན་ཡར་རྒྱས་འགྲོ་  
 བཞིན་བ་དང་དབལ་འབྱོར་གྱི་ཆ་རྒྱུན་ཞན་པའི་རྒྱལ་ཁབ་  
 མང་པོ་ལ་དེ་བས་ཀྱང་དཀའ་འཕེལ་ཆེ་བ་ཞིག་འབྲུག་རྒྱ་ཞིག་  
 ཆགས་ཡོད། དེ་བཞིན་རྒྱལ་ཁབ་སྤྱི་ལ་ནད་བ་མ་གཏོགས་  
 མེད་བ་ཡིན་ནའང་དེས་འཛམ་གླིང་ཡོངས་རྫོགས་ལ་ཉེན་  
 ཁ་སྲུང་སྲུབ་རྒྱུའི་གནས་སྤངས་དེ་ལྟར་ཡིན་བ་ཡིན་ཅོན་ང་  
 ཚོ་འཛམ་གླིང་གི་མི་རིགས་ཚང་མ་དོག་ཅུ་གཅིག་གྱིས་  
 གྱི་ཐོག་ནས་གཏོང་ལེན་དང་རྒྱལ་ཁབ་ལེན་སྲུབ་བ་  
 བྱེད་རྒྱུ་དེ་ལོན་ཏུ་ནས་གལ་ཆེན་པོ་རེད། ང་ཚོས་  
 ཉེ་མ་རྒྱུག་པར་རེས་བཞིན་རིམས་ནད་ཐོག་པའི་  
 མིའི་གྲངས་འཕོར་འཕར་གྱི་ཡོད་བ་གཅིག་དང་  
 ལྷག་པར་དེའི་ནད་ནས་འདས་སྐྱོངས་སོང་བའི་  
 གྲངས་ཀ་དེ་བརྒྱ་དང་སྟོང་མང་པོ་མཐོང་ཡོད་བ་  
 ཡིན་ཅོན་རིམ་བས་ང་ཚོ་ལ་ཚོར་བ་མེད་བ་ཞིག་  
 ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དངོས་གནས་བྱས་ན་དེ་ཚོ་ཆང་མ་  
 ལོགས་དམར་ལྷང་ལྷང་གི་ཆེ་སྟོག་ཡོད་མཁན་རྒྱང་  
 རྒྱང་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེར་བརྟེན་ང་ཚོས་གོ་སྐབས་  
 འདི་དང་བསྐྱུན་ནས་ནད་བ་དེ་དག་ལ་ལྷ་རྟོག་བྱེད་  
 མཁན་གྱི་སྤྲོད་བ་དང་སྤྲོད་ཞབས་ལ་སོགས་བ་  
 དེ་དག་ཆང་མས་སྟོས་གཏོང་ཆེན་པོའི་ཐོག་ནས་  
 གཡུལ་ས་ལ་འཐབ་ཚོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་བས་དེ་དག་  
 ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་དང་རྒྱལ་སྐྱོར་བསྐྱེད་བསྐྱེད་

བྱེད་རྒྱུ་དེ་ཉ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད། དེར་བརྟེན་ངོས་  
 ཀྱི་སེམས་པའི་མཚོན་བྱེད་དམ་གང་ལྟར་ང་ཚོ་ནད་བ་སངས་  
 རྒྱས་པའི་རྗེས་འབྲུག་ཆང་མས་ད་རེས་ཀྱི་རིམས་ནད་འདི་  
 ལ་རྒྱལ་སྐྱོར་མཚོན་བྱེད་དུ་བདུན་སྟེན་འདིའི་གཟུང་སྟེན་བ་  
 ལས་བརྒྱུད་སྟེ་ཉེ་མ་བདུན་སྟེན་ཅིག་གི་རིང་དུ་ཉེན་ལྟར་རྒྱ་  
 ཚོད་གཅིག་གི་རིང་དུ་ཐོག་ཏུ་ང་ཚོ་ཆང་མ་མཉམ་དུ་ཞལ་  
 འདོན་བྱས་ཉེ་ད་རེས་ཀྱི་རིམས་ནད་དེའི་ཆེད་དུ་བསྟོ་བ་དང་  
 སྟོན་འདུན་བྱེད་རྒྱུ་དེ་ལྟར་ཡིན། ཆང་མ་ལ་རྗེས་སུ་དུས་ཚོད་  
 རྩལ་བསྐྱེད་འོང་གི་རེད། ང་ཚོ་མཉམ་དུ་འཛམ་གླིང་བདེ་  
 བ་འབྲུང་རྒྱ་དང་ནད་རིམས་སྤུར་དུ་ཞི་བའི་ཆེད་དུ་ཆང་མས་  
 མཐུན་འབྲུར་སྟོན་ལམ་གཙང་རོགས་གནང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།





ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༡༥ ཉིན།

# ཡུལ་དབང་ཁམས་པ་མཚོག་གིས་དབུ་འཇིག་དེ་བུ་བརྟན་ཐང་གཏོང་བརྒྱུད་དེ་འཇམ་གྱིང་གི་ རིམས་ནད་ཞི་བའི་རྒྱུན་རྒྱུག་གི་རིམ་ལྱོད་ཞལ་འདོན་མཉམ་ཚོགས་གསུང་འདོན་བསྐྱེད་པ།

འཇམ་གྱིང་གི་རིམས་ནད་ཞི་བའི་རྒྱུན་རྒྱུག་གི་སློབ་ལམ་ཉིན་  
དང་པོའི་ཞལ་འདོན་མཉམ་ཚོགས་ཤེས་རབ་སྡེ་པོ་དང་  
བདུན་བརྒྱུག་གསུང་འདོན་གྱི་སློབ་འཁོར་ལ་བཀའ་སྩལ་དོན།  
“ནམ་པ་ལྷན་རྒྱས་ཚང་མར་བཀའ་ཤེས་བདེ་ལེགས།

དེ་རིང་ནམ་པ་ལྷན་རྒྱས་དང་མཉམ་དུ་རིམས་ནད་ཞི་  
བའི་སློབ་ལམ་འདོན་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་ལྷུང་བ་དེར་ཉ་ཅང་དགའ་  
པོ་བྱུང་། སློབ་ལམ་འདི་དེ་རིང་ནམ་པ་ལྷན་རྒྱུ་ཉི་མ་བདུན་གྱི་  
རིང་དུ་གསུང་རྒྱ་ཡིན།

དེ་རིང་ཉི་མ་དང་པོའི་ཉིན་མོ་དེར་ཤེས་རབ་སྡེ་པོ་  
དང་བདུན་བརྒྱུག་གསུང་རྒྱ། ཤེས་རབ་སྡེ་པོ་ནི་ཚང་མས་  
མཁུའི་གསལ་ལ་ནང་བཞེན་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་གལ་ཆེན་པོ་  
ཞིག་ཆགས་ཡོད། མདོ་འདིའི་ནང་དུ་སྟོང་པ་ཉིད་དང་རྟེན་  
འབྱུང་གི་དོན་བརྟན། ད་རེས་ཏོག་དབྱིབས་ནད་རིམས་འདི་  
འཇམ་གྱིང་གང་སར་ཁྲུབ་བརྒྱུ་དུ་འགྲོ་བའི་གནས་ཚུལ་  
འདིས་ང་ཚོ་གཅིག་ལ་གཅིག་བརྟེན་ཡིན་པ་དང་། རང་དང་  
གཞན་གྱི་དབང་ལ་ང་ཚོས་བསམ་པ་ལ་རྗེ་བཞེན་རྒྱུང་ཐག་རིང་  
པོ་མེད་པ་ཞིག་ང་ཚོས་ཤེས་རྟོགས་བྱུང།

ང་ཚོས་རྟེན་འབྱུང་གི་དོན་ལ་གོ་བ་ཟབ་མོ་ཞིག་ལེན་  
ཐུབ་ཡོད་ན་གཅིག་བྱས་ཆེ་ཏོག་དབྱིབས་རིམས་ནད་འདི་  
འཇམ་གྱིང་ལ་འདི་ཙམ་ཁྲུབ་གང་ལ་དུ་འགྲོ་གི་མ་ཤེད་  
བསམ་བློན་གྱི་འདུག །ཡིན་ནའང་ང་ཚོའི་རང་བཞེན་ལྷན་  
སྡེས་གྱིས་ང་འཇོན་གྱི་ལྷ་བ་མཁུགས་པོ་ཡོད་པ་དང་། ང་  
ཚོའི་ནང་མི། ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས། ང་ཚོའི་རྒྱལ་ཁབ་ཅེས་ཁག་

ཁག་སོ་སོ་ཡིན་པའི་བསམ་བློ་གཏོང་གི་ཡོད། དེ་བཞེན་  
རང་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་གནས་ཚུལ་མ་གཏོགས་གཞན་  
གྱི་གནས་ཚུལ་ལ་དེ་ཙམ་དོ་སྤང་བྱེད་གྱི་མེད། ཡིན་ནའང་  
ད་རེས་གྱི་རིམས་ནད་འདིས་ང་ཚོ་མན་ཚུན་པན་གཞོན་གྱི་  
འབྲེལ་བ་ག་ཚོད་ཡོད་པ་དེ་གསལ་པོ་བཟོས་ཡོད་བསམ་བློན་  
གྱི་འདུག །འདི་འདྲའི་ཉམས་སྲོལ་དང་སློབ་གསོ་འདི་ང་ཚོའི་  
མི་ཚེ་ཉིལ་པོའི་ནང་དུ་བརྗེད་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད།  
གལ་སྲིད་ང་ཚོའི་མི་ཚེའི་ཉམས་སྲོལ་ཅ་ཆེན་འདི་དང་ཤེས་  
རབ་སྡེ་པོའི་དགོངས་དོན་གཉིས་རྒྱུ་དུ་འབྲེལ་ནས་ཉམས་  
སུ་ལེན་ཐུབ་ན་པན་ཐོགས་ཆེན་པོ་འབྱུང་གི་རེད་བསམ་བློན།

ང་ཚོའི་མི་ཚེ་དང་ཚོས་གྱི་ཉམས་སུ་ལེན་གཉིས་དབང་  
ག་ཚོད་ཅིག་གིས་རྒྱང་ཐག་རྒྱང་དུ་བཏང་ཐུབ་ན་དེ་ཚོད་  
གྱིས་ཚོས་སྐྱུབ་མཁུགས་གྱི་གང་ཟག་དང་བསྐྱུབ་རྒྱུའི་ཚོས་  
གཉིས་ཁག་ཁག་སོ་སོ་མེད་པར་ཚོས་དང་གང་ཟག་གཉིས་  
གཅིག་ཏུ་སོང་ནས་ཚོས་བ་ཞེས་བ་དངོས་གནས་ཆགས་  
ཐུབ་གྱི་ཡོད། གཤམ་དུ་ང་ཚོ་ཚང་མ་མཉམ་དུ་ཤེས་རབ་  
སྡེ་པོ་གསུང་རྒྱ་ཡིན། རོས་གྱིས་དལ་བུ་བྱས་འདོན་གྱི་  
ཡིན། དེར་བརྟེན་ཁྲུང་རང་ཚོས་མཉམ་དུ་འདོན་ན་འགྲིག །  
ཡང་ན་སོ་སོས་རང་དབང་སློབ་པ་འདོན་ནའང་འགྲིག །གཙོ་  
བོ་སྟེ་བསམ་པ་མ་གཞིའི་ས་བྱས། དོན་དག་ལ་བསམ་བློ་  
གཏོང་རྒྱ་གལ་ཆེན་ཆགས་ཡོད། “ཅེས་བོད་སྐད་ཐོག་ནས་  
བཀའ་སྩལ་བ་དང་། དེ་རྗེས་གོང་གསལ་གསུངས་པ་སྐྱེད་  
དབྱིན་སྐད་དང་རྒྱ་སྐད་ཐོག་ནས་ཤེས་རབ་འདུག་ལྟར་བཀའ་སྩལ་ཏེ།

ཡུལ་དབང་མཚོག་གིས་ཤེས་རབ་སྤྱིང་སོ་དང་བདུང་  
བརྗོད་གསུང་འདོན་དབུ་མཛད་དེ། ལྷ་ཐོག་ནས་འཇམ་གླིང་

ཤར་བུ་གི་དད་འདུས་སྤོང་ཚོ་དུ་མ་ལྟན་དུ་གསུང་འདོན་  
ལུས་སོ། །

ཕྱི་ལོ་ ༡༠༡༠ ལྷ་ ༩ ཚེས་ ༡༩ ཉིན།

**འཇམ་གླིང་གི་རིམས་ནད་ཞི་བའི་སློན་ལམ་ཉིན་གཉིས་པ། བཟང་སྤྱོད་སློན་ལམ་དང་།  
ཕྱང་པོ་གསུམ་པའི་མདོ་གསུང་འདོན་གྱི་སློན་འགྲོ་ལ་བཀའ་སྩལ་དོན།**

གནས་ཚུལ་ཁྲུངས་ལྟན་མང་པོས་ཤེས་གསལ་ལྟར་བྱས་  
པ་ཡིན་ན། ད་རེས་ཀྱི་རིམས་ནད་འབྱུང་ཁྲུངས་དེ་ཁྲིམས་  
འགལ་རི་དུགས་ཉོ་འཚོང་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཅིག་བཤད་  
གྱི་ཡོད་འདུག །གང་ལྟར་ང་ཚོ་འགོ་བ་མིས་དུད་འགྲོའི་  
རང་དབང་དང་ཚེ་སྲོག་ལ་བརྩེ་མེད་དོན་རྒྱུ་ལ་བཏང་བ་དེའི་  
མཚུགས་འབྲས་དཔེ་དེ་སྤྱི་མ་གཏོགས་ང་ཚོ་ལ་འཁོར་རྒྱ་  
ཡིན་ཡིན་པ་རེད། ད་རེས་འགོ་བསྐྱོད་བཀའ་སློན་གྱི་སྤྱོད་རྒྱ་  
དེས་རང་བྱུང་ཁོར་ལུག་ལ་མཚོན་ན་བཟང་སྤོགས་ཀྱི་འབྱུང་  
བ་ཞིག་ཆགས་ཡོད།

གང་ཞེ་ན། ང་ཚོས་ཁོར་ལུག་ལ་ལྷགས་སྤོན་རྒྱ་  
ཉུང་དུ་སྤྱིན་བྱས་རྗེས་ཁམས་ཀྱི་སྤྲུལ་བཅོམ་ཉུང་དུ་སྤྱིན་  
པ་དང་། དེ་བཞིན་རི་དུགས་མང་པོ་བག་ཐེབས་ཀྱི་རང་གྲོང་  
ཁྲིར་ནང་དུ་ཡོང་གི་ཡོད་པའི་གནས་ཚུལ་ཡང་ཐོན་ཡོད།  
དེར་བརྟེན་དེ་དག་ཚང་མ་ང་ཚོས་སྤང་མེད་དུ་གཏོང་མི་སྲུབ་  
པའི་བདེན་པའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་དང་། དེ་བཞིན་ང་ཚོས་  
རང་བྱུང་ཁོར་ལུག་དང་དུད་འགྲོ་ལ་གཞོན་འཚོ་དང་གཏོར་  
བརླག་ཇི་ཅམ་ཞིག་བཏང་ཡོད་པ་དེ་མིག་མཚོང་ལག་ཟེན་  
བྱུང་བའི་ཉམས་སྤོང་ཞིག་རེད་བསམ་བཞིན་གྱི་འདུག །དེར་  
བརྟེན་ཚོགས་བསལས་སྤྱི་བ་སྤོང་ཟེར་བ་དེ་རང་ལ་ཡོན་ཏན་

གང་ཡོད་པ་དང་མི་འདད་བ་དང་སྤོན་གྱི་ཆ་ག་རེ་ཡོད་པ་དེ་  
ཉ་གོ་བ་བྱས།

ཡོན་ཏན་གོང་འཕེལ་དུ་བཏང་། སྤོན་གྱི་ཆ་དེ་དོར་  
ནས་ཞན་ཆ་ཁ་གསལ་གྱེད་རྒྱ་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་གོ་དགོས་  
མ་གཏོགས། ཡང་བྱུག་འཚལ་བ་དང་བཤགས་པ་འདོན་  
རྒྱ་ལ་སོགས་པ་སྤྱིའི་རྣམ་པ་གཅིག་དུ་ཅམ་ལ་གོ་བ་  
སྤངས་ན་ཚོགས་བསལས་སྤྱི་བ་སྤོང་དོ་མ་དེ་ཆགས་  
རྒྱ་ཉ་ཅང་དཀའ། དེར་བརྟེན་གཤམ་དུ་ང་ཚོས་མཉམ་དུ་  
བཟང་སྤོན་སློན་ལམ་དང་ཕྱང་པོ་གསུམ་པའི་མདོ་འདོན་  
རྒྱ་ཡིན། ཞེས་བོད་སྐད་ཐོག་ནས་བཀའ་སྩལ་པ་དང་།  
དེ་རྗེས་གོང་གསལ་གསུངས་པ་སྤྲོད་དུ་སྤོན་རྒྱ་སྤོང་  
ཐོག་ནས་ཤར་མར་བཀའ་སྩལ་ཏེ།

ཡུལ་དབང་མཚོག་གིས་བཟང་སྤོང་སློན་ལམ་དང་  
ཕྱང་པོ་གསུམ་པའི་མདོ་གསུང་འདོན་དབུ་མཛད་དེ། ལྷ་ཐོག་  
ནས་འཇམ་གླིང་ཤར་བུ་གི་དད་འདུས་སྤོང་ཚོ་དུ་མ་དང་  
ལྟན་དུ་གསུང་འདོན་ལུས་སོ། །



ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ཟླ་ ༤ ཚེས་ ༢༠ ཉིན།

# འཇམ་སྤྱིང་གི་རིམས་ནད་ཞི་བའི་རྒྱུན་ལམ་ཉིན་གསུམ་པ། མགོན་པོ་མི་འབྲུགས་པའི་ གཟུངས་གསུང་འདོན་གྱི་རྩོན་འགྲུལ་བཀའ་རྒྱུལ་དོན།

“མགོན་པོ་མི་འབྲུགས་པའི་སྤྱད་པ་བསྐྱེད་དང་འབྲེལ་བ་  
ཆགས་ཡོད་བསམ། གང་ཞེ་ན། ཁོང་གིས་ཐོག་མར་བྱང་  
ཚུབ་མཚོག་ཏུ་སྤྱད་པའི་སྐབས་ངས་སངས་མ་རྒྱས་  
ཀྱི་བར་དུ་སེམས་ཅན་སུ་ལའང་གཞོན་སེམས་དང་ཞེ་སྤང་  
སྐྱེ་ཡི་མིན་ཞེས་སློབ་ལམ་བཏབ་གནང་མཛད། དེར་བརྟེན་  
ཁོང་ལ་མི་འབྲུགས་པ་ཞེས་པའི་མཚན་ཐོགས་དགོས་པའི་རྒྱ་  
མཚན་ཡང་སློབ་ལམ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང། སྤྱིར་བཏང་  
དེར་སངས་མཁ་གསུམ་ཞེས་པའི་ཚིག་དེ་འཛམ་གླིང་ཡོངས་  
ཟུགས་ཆགས་ཚར་བ་རེད། ཡིན་ནའང་ཚིག་ཐོག་གི་གོ་བ་  
ཅམ་ཞིག་གིས་ལས་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་བཤད་སྟབས་རྒྱ་  
དཀའ།

གང་ཞེ་ན། ལས་འབྲས་ཟེར་བ་དེ་ང་ཚོའི་འཚོ་བའི་ཁྲིད་  
ཀྱི་བསམ་སྣངས་དང་བྱེད་སྣངས་ལྷ་མོ་ཚུན་ཆད་ལ་འབྲེལ་བ་  
ཆགས་ཡོད། དེར་བརྟེན་རང་གི་བསམ་བཤད་སྤྱོད་ལམ་གྱི་  
སློབ་ཡོན་ལ་བརྟེན་དཔུང་བྱེད་པ་དང་། དེ་བཞིན་སྐབས་གཞོན་  
ཤེས་པའི་ཉམས་སྲོང་མེད་ན་ལས་འབྲས་ཀྱི་འགྲོ་སྣངས་  
ཤེས་སྟབས་རྒྱ་ཉ་ཅང་དཀའ། དེའི་ཀྱི་རིམས་ནད་འདིས་  
ཡུང་ལས་རྒྱ་འབྲས་ཞེས་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ཅིག་  
གཅིག་ལྟ་མིན་པར་འཚོ་བའི་ཁྲིད་ཀྱི་སྤྱང་སྤང་བྱེད་སྟོབས་  
དང་འབྲེལ་བ་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ཡིན་པ་དེ་གསལ་པོ་བྱས་ང་ཚོ་  
ལ་མེད་མཚོང་ལག་ཟེན་བྱུང་ཡོད། སྤྱིར་བཏང་ནས་རྒྱུན་དང་  
ཚོས་ལས་ཀ་གང་འབྲས་བུ་ནའང་མཐའ་མའི་འབྲས་བུ་དེ་ལ་  
གལ་ཆེན་པོར་བརྟེན། དེ་བཞིན་འབྲས་བུ་དེ་འཕྲོད་རྒྱུའི་རྒྱ་

རྒྱུན་དང་ལྷན་སྐྱོང་སོགས་ལ་ཡིན་ནའང་ང་ཚོས་གལ་ཆེན་  
པོ་བརྟེན་དགོས་རྒྱུ་གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད། གང་  
ཞེ་ན། དཔེར་ན། བད་མ་ཐོག་པའི་དོན་དུ་ལག་བཟུ་རྒྱ་  
དང་དེ་བཞིན་སྤྱི་ཚོགས་དང་རྒྱུང་བཤེད་བྱེད་རྒྱ་དེ་དག་གལ་  
ཆེན་པོ་མ་བརྟེན་ན་རིམས་ནད་ཐོག་འདོད་མེད་པ་ཅམ་ཞིག་  
གིས་འགྲིག་ཐབས་མེད་པ་དང་གཅིག་པ་གཅིག་རྒྱུང་རེད།  
དེ་བཞིན་མི་གཅིག་ལ་རིམས་ནད་ཐོག་ན་མི་གཞན་ལའང་  
འགོས་སྟབས། དེར་ང་ཚོས་རང་གི་བདེ་སྤྱད་གི་འགན་འབྲུང་  
བ་ཅམ་དུ་མ་བཟད་གཞན་གྱི་བདེ་སྤྱད་ལའང་འགན་འབྲུང་  
དགོས་རྒྱུ་གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད། ཡིན་ནའང་དེར་  
སང་མི་ཁ་ཤས་ཀྱིས་ཚང་མ་ལས་རེད་ཅེས་ལས་དེ་ཁག་དགྱི་  
ས་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དངོས་གནས་བྱས་  
ན་ལས་ཞེས་པའི་ལས་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་དེ་མདུན་  
བསྐྱོད་ཀྱི་གོམ་བ་མཚམས་འདོག་བྱེད་རྒྱུ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་  
ད་དུང་རང་གཞན་གྱི་དོན་དུ་འགན་འབྲུང་གི་སློབས་པ་དང་  
སེམས་ལུགས་ཆེ་དུ་འགྲོ་བ་བྱེད་རྒྱུ་དེ་ལས་འབྲས་ཤེས་པའི་  
དམིགས་ལུལ་དང་དགོས་པ་དེ་ཆགས་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཚང་  
མས་དེ་སྤྱད་སུ་བཞག་དགོས་པ་གལ་ཆེ། གཤམ་དུ་ང་ཚོ་  
ཚང་མ་མཉམ་དུ་མི་འབྲུགས་པའི་གཟུངས་ཀྱི་མདོ་འདོན་རྒྱ་  
ཡིན། བོད་ཡིག་ཤེས་མཁན་ཚོས་ང་ཚོ་མཉམ་དུ་འདོན་ན་  
འགྲིག །བོད་ཡིག་མི་ཤེས་མཁན་ཚོས་རང་རང་སྤྱད་ཡིག་  
ཐོག་ཏུ་གསུང་ནའང་འགྲིག །དེས་བར་དུ་ངོས་དང་མཉམ་དུ་  
འདོན་དགོས་རྒྱུ་མེད། གལ་སྲིད་ངོས་ཀྱི་འདོན་བཤད་འགན་

ན་པོད་ཡིག་ཤེས་མི་ཚོ་གཉིད་ལྷན་གྱི་ཉེན་ཁ་ཡོད། དེར་  
བརྟེན་སྐབས་གང་བདེ་གིས། ཞེས་པོད་སྐད་ཐོག་ནས་བཀའ་  
སླུང་བ་དང་། དེ་རྗེས་པོད་གསལ་གསུངས་པ་སྐྱར་དབྱིན་  
སྐད་དང་རྒྱ་སྐད་ཐོག་ནས་ཤར་མར་བཀའ་སླུང་ཉེ།

ལྗུམ་དབང་མཚོག་གིས་མགོན་པོ་མི་འཇུགས་པའི་  
གཞུངས་ཀྱི་མདོ་གསུང་འདོན་དབུ་མཇུག་དེ། ལྷོ་གོ་ནས་  
འཛམ་གླིང་ཤར་ལུབ་ཀྱི་དད་འདུས་སྟོང་ཚོ་དུ་མ་དང་ལྷན་དུ་  
གསུང་འདོན་ལུས་སོ། །

ཕྱི་མོ་ ༢༠༢༠ ལྷ་ ༩ ཚེས་ ༢༡ ཉེན།

**འཛམ་གླིང་གི་དེ་མས་ནད་ཞི་བའི་སྒྲོན་ལམ་ཉིན་བཞི་པ། སྒྲོལ་མ་ཉེར་གཅིག་གི་བརྟོད་པ་  
གསུང་འདོན་གྱི་སྒྲོན་འགྲོ་ལ་བཀའ་སླུང་དོན།**

“སྒྲོལ་མ་ཉེར་གཅིག་གི་བརྟོད་པ་མཉམ་དུ་གསུང་རྒྱ་ཡིན།  
ཚང་མས་མཁུན་གསལ་ལྟར་སྒྲོལ་བརྟོད་འདི་པོད་དུ་ཐིན་  
ལས་ཉ་ཅང་རྒྱས་པོ་དེད། ཡོ་རོ་བརྒྱ་ཐག་སྟོང་ཐག་གི་དེར་  
དུ་པོད་རིགས་པོ་མོ་ཚན་གཞིན་ཚང་མས་ལྟོ་དཔོན་ཞེས་དུ་  
ཚད་མེད་འདོན་ཉེ་རྗེ་བརྟོན་སྒྲོལ་མ་ལ་དད་པ་ཅེ་གཅིག་ཡོད་  
པ་དེ་ལྟར་དེད། རོས་ཀྱི་སྤྱིད་མ་ཡིན་ནའང་ཡི་གེ་སྒྲོག་མི་  
ཤེས་ནའང་ཁ་སློབ་བྱས་ཉེ་སྒྲོལ་མ་འདོན་གྱི་ཡོད་པ་ངས་འུ་  
གྱི་འདུག །རྗེ་བརྟོན་སྒྲོལ་མ་འཕགས་པ་སྐུན་རས་གཟིགས་  
ཀྱི་སྐུལ་བའམ། གང་གི་བཅེ་བ་སྟིང་རྗེ་ཆེན་པོའི་ཐིན་ལས་  
ཀྱི་རྣམ་པ་ལྷ་མོའི་གཞུགས་སུ་འཆར་བ་ཞིག་ཆགས་ཡོད།  
སྐུན་རས་གཟིགས་དེ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བཅེ་བ་  
གཅིག་ཏུ་བསྐྱས་པའི་རང་གཞུགས་ཤིག་ཡིན་པ་དང་། ལྷན་  
བར་དུ་ལྷ་མོའི་རྣམ་པ་ལ་བཞེངས་པ་དེས་ང་ཚོ་ལ་ཨ་མ་ལྷ་  
བུའི་བཅེ་བའི་བདག་ཉིད་ཅིག་ཡིན་པའི་ཚོར་སྣང་ལྷགས་ཆེན་  
པོ་ཞིག་སྐྱེན་གྱི་ཡོད་བསམ་འུ་། ད་ལྷ་འཛམ་གླིང་ཡོངས་སུ་  
བསམ་ལུལ་ལས་འདས་པའི་དཀའ་ངལ་ཆེན་པོ་འཕྲད་པའི་  
སྐབས་འདི་ལ་གཞན་ལ་བཅེ་བའི་བསམ་པ་དེ་ནམ་རྒྱུན་ལས་  
དགོས་མཁོ་ཆེ་བ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། གལ་སྲིད་འཛམ་གླིང་

གི་རྒྱལ་ཁབ་ཐམས་ཅད་དང་མི་རིགས་ཚང་མ་རྟོག་ཅ་གཅིག་  
སྤྱིལ་བྱས་འགན་མཉམ་འཁུར་བྱས་ན་ང་ཚོ་ཚང་མ་སྐུག་  
བསྐུལ་ལས་སྐྱར་དུ་ཐར་དེས་ཡིན་པ་དེ་བཤད་མ་དགོས་པ་  
དེད། ང་ཚོས་ཉེ་མ་ཉེག་པར་གསུང་འགྲུང་དང་སྤྱི་ཚོགས་དུ་  
ལམ་དེ་དག་བརྒྱུད་དེ་སེམས་འགྲུལ་ཐེབས་པའི་གནས་ཚུལ་  
མང་པོ་ཞིག་མཚོང་ཐོས་ཡོང་གི་ཡོད།

དཔེར་ན། གཤམ་ས་དང་པོ་ལ་ཡོད་པའི་ང་ཚོའི་སྤྱིང་  
སྟོབས་ཅན་གྱི་དཔལ་པོ་སྤོང་བ་དང་། སྤོང་ཞབས་སོགས་  
ཀྱིས་སྒོས་གཏོང་ཆེན་པོའི་ཐོག་ནས་རིམས་ནད་དང་འཐབ་  
ཚོད་བྱེད་གྱི་ཡོད་ལ། དེ་བཞིན་ཅ་དངོས་སྤྱིལ་འཕྲེན་པ་དང་  
ཉེན་རྟོག་པ་དང་། དམག་མི། དང་རྒྱངས་པ་ལ་སོགས་ཀྱིས་  
ང་ཚོའི་ཆེད་དུ་དཀའ་ལས་མང་པོ་ཞིག་བརྒྱབ་སྟེ་བསྐྱད་ཡོད།  
དེར་བརྟེན་རོས་ཀྱི་བསམ་སྒོ་ལ་འཛམ་གྱི་གླིང་འདིའི་ཐོག་ཏུ་  
བཅེ་བ་ཅན་གྱི་མི་མེད་པ་ཞིག་དེད་མི་འདུག་ལ། དེ་བཞིན་  
ང་ཚོ་ལ་བཅེ་བས་ཐོངས་པ་ཞིག་དེད་མི་འདུག་བསམ་འུ་།  
གྱི་ཡོད། སྐྱོན་དེ་གང་དེད་འདུག་ལམ་ན། ང་ཚོས་སེམས་  
ལྷགས་མ་འདད་བ་དང་ཡང་ན་མི་གཞན་གྱི་སྐུལ་མའམ་ལམ་  
སྟོན་བྱེད་མཁན་མེད་པའི་སྐྱོན་དེ་དེད་འུ་། དེར་བརྟེན་མི་



མང་པོ་ཞིག་ལ་ རྗེ་བཙུན་སྒྲོལ་མ་ནང་བཞིན་རང་གི་ཡིད་ཆེས་  
སྐྱེ་ས་ཞིག་དང་རྒྱབ་ནས་སྐྱོར་མཁན་ཞིག་དགོས་ཀྱི་ཡོད།

ང་ཚོ་ཚང་མས་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་སེམས་ལུགས་  
སྤར་རེས་བྱེད་རྒྱ་དང་དེ་བཞིན་སེམས་གསོ་བྱེད་རེས་བྱེད་  
རྒྱ་དེ་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་དེ་སྤྱིད་འབྲུང་རྒྱའི་གཞི་ཅན་ལྟ་བུ་  
ལྷུང་ཡོད་བསམ་དུ་བྲ། ཡིན་ནའང་རྫོང་མ་པའི་གནས་ཚུལ་  
ཞིག་ལ་ད་རེས་རེམས་ནད་ཀྱི་རྒྱུ་པ་སུ། ས་ཆ་ཁ་ཤས་ལ་  
མིའི་རིགས་ཁ་ཤས་ལ་ཁྱད་གསོད་དང་བརྟམས་བཅོས་སོགས་  
པའི་གནས་ཚུལ་ཁ་ཤས་ཐོན་ཡོད། མིའི་རིགས་ཟེར་བ་དོག་  
དོག་ཞིག་མེད། ཚང་མ་འགྲོ་བ་མི་རེ་རེ་གཉིས་རེ་ལས་ལྷན་  
པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དེར་བརྟེན་མི་སྲུ་ཡིན་ནའང་རེམས་ནད་  
ངན་པ་དེ་འདྲ་ཞིག་སོགས་འདོད་མེད་ལ་དེ་བཞིན་དཀའ་ངལ་  
ཆེན་པོ་དེ་འདྲ་འབྱུང་འདོད་མེད། འདི་འདྲའི་སྐབས་ང་ཚོས་

མི་ས་ལ་རང་བཞག་སྟེ་བསམ་སྒྲོག་གཏོང་རྒྱ་དེ་ཉ་ཅང་གལ་  
ཆེན་སོ་ཆགས་ཡོད་བསམ་དུ་བྲ། གཤམ་དུ་ཚང་མ་མཉམ་  
དུ་སྒྲོལ་བསྟོན་བྱུག་འཆའ་ཉེར་གཅིག་པན་ཡོན་དང་བཅས་  
གསུང་རྒྱ་ཡིན། ཚང་མས་མཉམ་དུ་འདོན་སྤྲོད་རྒྱའི་ཆེད་  
དུ་ངོས་ཀྱིས་བརྟམས་པའི་གདངས་དབྱུངས་དང་སྐྱུགས་ཉེ་  
འདོན་རྒྱ་ཡིན། ལྷགས་རྗེ་ཆེ། ཞེས་བོད་སྐད་སོགས་བཀའ་  
སྤྱི་ལ་དང་། དེ་རྗེས་གོང་གསལ་གསུངས་པ་སྤར་དབྱིན་  
སྐད་དང་རྒྱ་སྐད་སོགས་ཤར་མར་བཀའ་སྤྱི་ལ་ཉེ།

༧ རྒྱལ་དབང་མཚོག་གིས་སྒྲོལ་མ་ཉེར་གཅིག་གི་  
བསྟོན་པ་གསུང་འདོན་དབུ་མཛད་དེ་དེ་སྤྱི་ལ་ལྷན་འཛུགས་  
སྤྱིར་ཤར་བུ་བ་ཀྱི་དང་འདུས་སྟོང་ཚོ་དུ་མ་དང་སྐྱབ་དུ་གསུང་  
འདོན་ལྷན་སོ། །

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ལྷ་ ༧ ཚེས་ ༢༢ ཉིན།

**འཇམ་སྤྱིང་གི་རིམས་ནད་ཞི་བའི་རྣམ་ལམ་ཉིན་ལྷུ་པ་གསོལ་འདེབས་བར་ཆད་ལམ་སེལ་  
དང་། བསམ་པ་རྣམ་འབྱུང་གསུང་འདོན་གྱི་རྣམ་ལམ་འབྲུག་འདོད།**

"ཀུན་གྱིས་མཐུན་གསལ་ལྟར་གྲུ་བྱ་རིན་པོ་ཆེའམ་སྒོལ་  
དཔོན་བརྒྱ་འབྲུང་གནས་ནི་དུས་རབས་བརྒྱད་པའི་སྤྱད་ཅམ་  
ལ་བོད་དུ་བྱོན་པའི་ཨོ་རྒྱན་གྱི་བརྗེ་ཉ་གྲུབ་པ་ཐོབ་པའི་གང་  
ཟག་ཅིག་ཆགས་ཡོད། སྐབས་དེ་ལ་བོད་དུ་ནང་ཚོས་སྟེལ་བ་  
ལ་འགལ་རྒྱུ་མང་སོ་ཞིག་འཕྲད་ཡོད། དེ་དག་ཐམས་ཅད་  
སྟོབ་དཔོན་རིན་པོ་ཆེས་བསམ་པར་མཛད་པ་རེད་ལ་ཁོང་  
བོད་དུ་ནང་ཚོས་ཁྱབ་སྟེལ་གྱི་མང་གཞི་བརྟན་སོ་འཇུགས་  
མཁན་གྱི་གས་ཤིག་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དེར་བརྟེན་བོད་མི་  
ཚོས་ཁོང་ལ་སངས་རྒྱས་གཉིས་པ་ལྟ་བུའི་འདུ་ཤེས་བཞག་

གི་ཡོད། ལྷག་པར་དུ་གྲུ་བྱ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་གཞན་དང་མི་དང་  
མི་མ་ཡིན་དབང་དུ་བསྐྱེད་པའི་མཐུ་དང་གཟེ་བྱིན་ལྡན་ཞིང་  
བར་ཆད་དང་མི་མཐུན་པའི་སྤྱོད་ཀྱི་མི་རྒྱལ་པའི་དབང་  
སོ་ཆེན་སོ་ཞིག་ཡིན་པར་ཡིད་ཆེས་ཆེན་སོ་བྱེད་བསྐྱད་གྱི་  
ཡོད།

ངོས་རྒྱུང་དུའི་སྐབས་སུ་ཨོ་རྒྱན་རིན་པོ་ཆེ་ལ་ཡིད་  
ཆེས་ཉ་ཅང་ཆེན་སོ་ཡོད། དེར་སོ་བདུན་མ་ལོན་གོང་དུ་ངོས་  
གྱིས་ཤེས་པའི་སྟོན་ལམ་དང་གསོལ་འདེབས་དེ་ཚོགས་བདུན་  
གསོལ་འདེབས་གཅིག་སུ་ཡིན། མཚམས་མཚམས་བྱིས་

གྱི་དོན་དང་དེ་བཞིན་ཡུལ་མི་གྲིས་མཆོས་ཀྱི་དོན་དུ་དབབ་  
བའི་ཐུགས་དམ་དེ་ལ་མི་མང་པོ་ཞིག་གི་སེམས་ལ་འདིགས་  
སྐྱུག་དང་དངངས་ཚབས་ཆེན་པོ་ཞིག་སྐྱེས་ཀྱི་ཡོད། དེ་  
ང་ཚོའི་མི་ཆེ་ལ་བྱུང་ལྷོང་མེད་པའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་ཐོན་ཏེ་  
ཅི་བྱེད་ཀྱི་ཐག་གཅོད་དཀའ་བའི་གནས་སྐྱབས་ཆགས་ཡོད་  
སྐབས་དངངས་སྐྱུག་སྐྱེ་རྒྱུ་ཡིན་པ་ཚོས་ཉིད་ཡིན་པ་ཞིག་དང་  
ང་ཚོས་ཉ་གོ་དོན་རྟོགས་འོང་བུབ་རྒྱུ་ཞིག་རེད། ཡིན་ནའང་  
འདིགས་པ་རི་ཅམ་ཆེ་བ་དེ་ཚོད་ཀྱིས་ང་ཚོའི་སེམས་རྣམས་དུ་  
ཕབ་ཅི་བུབ་བྱས་ཏེ་ཐག་གཅོད་ནན་ཉན་བྱེད་རྒྱ་ཉ་ཅང་ཆེན་  
པོ་ཆགས་ཡོད།

གང་ཞེ་ན། གནད་འགག་ཆེན་པོ་འདི་འདྲ་ལ་ཐུག་པའི་  
སྐབས་སུ་ང་ཚོའི་ཐག་གཅོད་མང་པོ་ཞིག་ཤི་དང་གསོན་ལ་  
ག་རེ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་མེད་དེ་དང་འབྲེལ་བ་ཆགས་བསྐྱད་རྒྱ་  
ཆགས་ཡོད། དེར་བརྟེན་སེམས་སྣོད་ལ་ཕབ་དགོས་པ་ཉ་  
ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད། རིམ་ས་ནད་ཅེས་པ་དམག་  
འགྲུག་དང་མི་འདྲ་བ། དམག་རྒྱག་དུས་ཙུ་རང་གི་དགའ་ལ་  
མགོ་བཏགས་ལྷུ་རྒྱུའི་གདམ་ཀ་ཡོད། ཡིན་ནའང་རིམ་ས་ནད་  
ལ་མགོ་བཏགས་ལྷུ་ས་མེད། དེར་བརྟེན་དེས་པར་དུ་རྒྱལ་ཁ་  
འཛོལ་རྒྱུའི་ཐབས་ཤེས་བྱེད་རྒྱུ་མ་གཏོགས་བྱ་ཐབས་གཞན་  
མེད། དེར་རིམ་ས་ནད་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བར་བྱེད་པ་ལ་  
ང་ཚོ་ལ་སེམས་ཤུགས་དང་ཡིད་ཆེས་བརྟན་པོ་ཞིག་ཡོད་  
དགོས་པ་དེ་ཉ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད།

ང་ཚོས་སློབ་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ་ནང་བཞིན་བར་ཆད་ལས་  
གཡོལ་ཐབས་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པ་བར་ཆད་ལ་དང་དུ་ལེན་  
བུབ་པ་ཞིག་དང་འདིགས་པ་མེད་པ་ཞིག་དགོས་རྒྱུ་གལ་  
ཆེན་པོ་རེད་བསམ། དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་འོང་རྒྱུ་ལ་སློ་སློང་གི་  
ཉམས་ལེན་ནང་དུ་གང་གསུང་ཡོད་ཅེ་ན། བ་ཚད་རྒྱུན་

རན་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཡིན་ཟེར་བའི་ཆོག་ཞིག་ཡོད། དེ་  
ང་ཚོའི་སེམས་ལ་བཞག་དགོས་པ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་བསམ་  
འདྲ། གལ་སྲིད་ང་ཚོས་རྒྱུན་རན་ལ་གདོང་བསྟན་པོད་པ་དང་  
དཀའ་ངལ་ལ་དང་ལེན་བུབ་པ་བྱས་ཏེ་སློན་དང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་  
ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རང་ལ་སློབ་གསོ་འཕུལ།

ལང་ན་དངོས་ཡོད་ཀྱི་གདམས་ངག་ཚོན་པ་ཞིག་སྤྱད་  
ཀྱི་ཡོད་པ་ཤེས་བུབ་ན། རྒྱུན་རན་གྲོགས་སུ་འཆར་ཞེས་  
པ་དེ་ཡོང་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། ཡིན་ནའང་ད་ལྟ་ང་ཚོ་ལ་  
སློབ་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ་ནང་བཞིན་གྱི་ལུས་པ་དང་མཐུ་སྟོབས་  
མེད་པ་ཡིན་ནའང་སློབ་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ་ལ་གསོལ་འདེབས་  
རྒྱུན་མ་ཆད་པ་བྱས་ན་སྤྲིགས་མའི་དུས་སུ་སློབ་དཔོན་རིན་  
པོ་ཆེའི་ཐུགས་རྗེ་བྱིན་རྒྱལ་ས་དང་བར་ཆད་སེལ་བའི་ལུས་  
པ་གཞན་དང་མི་འདྲ་བ་གསུང་ཡོད། དེར་བརྟེན་ང་ཚོས་  
གསོལ་འདེབས་རྒྱུན་མ་ཆད་པ་བྱེད་རྒྱུ་དེ་ཉ་ཅང་གལ་ཆེན་  
པོ་རེད་བསམ་འདྲ། དེར་གཤམ་དུ་སློབ་དཔོན་རིན་པོ་ཆེའི་  
གསོལ་འདེབས་བར་ཆད་ལས་སེལ་དང་། བསམ་པ་སྐྱུན་  
འགྲུབ་མཉམ་དུ་གསུང་རྒྱུ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།” ཞེས་པོད་  
སྐད་ཐོག་ནས་བཀའ་སྐུལ་པ་དང་། དེ་རྗེས་གོང་གསལ་  
གསུངས་པ་སྐར་དབྱིན་སྐད་དང་རྒྱ་སྐད་ཐོག་ནས་ཤུར་མར་  
བཀའ་སྐུལ་ཏེ།

ལ་རྒྱལ་དབང་མཆོག་གིས་ཆོག་བདུན་གསོལ་འདེབས་  
གསུང་འདོན་དབུ་མཛད་དེ་དེ་སྤྲི་ཐོག་ནས་འཛམ་གླིང་ཤར་ལུབ་  
ཀྱི་དད་འདུས་སློང་ཚོ་དུ་མ་དང་ལྷན་དུ་གསུང་འདོན་ལུས་  
སོ། །



ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ཟླ་ ༧ ཚེས་ ༢༣ ཉིན།

# འཇམ་གླིང་གི་རིམས་ནད་ཞི་བའི་རྣམས་ལམ་ཉིན་རྒྱག་པ་ཆགས་མེད་བདེ་སློབ་གསུང་ འདོན་གྱི་རྣམས་འགྲོ་ལ་བཀའ་རྒྱལ་དོན།

“...བདེ་སློབ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་། དམངས་ཁོད་དུ་ལྷབ་  
 རྒྱ་ཆེ་ཤོས་ཉེ་ཆགས་མེད་བདེ་སློབ་དེ་ཆགས་ཡོད་བསམ་  
 འདྲ། སྤྱིར་བཏང་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་བཞེད་ཚུལ་དུ་འཇིག་རྟེན་  
 གྱི་ཁམས་ལ་དག་མ་དག་གཉིས་ཡོད་པ་གསུངས། དག་མ་  
 དག་ཟེར་བ་གཙོ་བོ་སྤྱི་དངོས་པོ་གཙང་མ་གཙང་དང་མཛེས་  
 མ་མཛེས་གཅིག་གྲུ་ལ་གོ་རྒྱུ་ལ་ཡིན་པ། ཞིང་ཁམས་དེ་གྲུབ་  
 རྒྱའི་རྒྱ་རྒྱུན་སྤྱོད་ལ། ཡང་ན་ནང་སེམས་ཀྱི་རྣམ་པ་དང་  
 འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་འབྲེལ་བ་གད་རྒྱག་དགོས་པ་ཆགས་ཀྱི་  
 འདུག་བསམ་འདྲ། དེའང་མ་དག་པའི་ཞིང་ཞེས་སེམས་ཅན་  
 སྤྱི་མཐུན་གྱི་ལས་སྣང་ལ་བརྟེན་ནས་གྲུབ་པ་ཞིག་དང་། དག་  
 པའི་ཞིང་ཞེས་པ་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་སློབ་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་  
 གྲུབ་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་གོ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ས་ཤིང་། བདེ་བ་  
 ཅན་གྱི་ཞིང་དེ་དག་པའི་ཞིང་མང་པོ་ཡོད་པའི་ནང་ནས་སྤྱེས་  
 སྤྱོད་ཞིང་མན་ཡོན་ཆེ་བ་ཡིན་དུས་ཅན་ཞིང་ཁམས་གྲགས་  
 ཆེ་ཤོས་ལྟ་བུ་ཆགས་ཡོད། དེ་དུས་ཚན་རིག་པ་ཚོས་ཉི་  
 མའི་ཁྲིམ་རྒྱུད་དང་དེ་བཞིན་དགུ་ཚོགས་སྤྱོད་པོ་སོགས་པ་  
 མཐའ་ཡས་པའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ལ་ཞིབ་འཇུག་མང་པོ་  
 གྲུང་གི་ཡོད་ལ་དེ་བཞིན་ས་ཡི་གོ་ལ་ནང་བཞིན་འགྲོ་བ་མི་  
 འཚོ་གནས་སུབ་པའི་གོ་ལ་གཞན་དག་ཡོད་མེད་ཀྱང་ཐབས་  
 ལྷ་ཚོགས་ཀྱི་སློབ་པ་འཚོས་བཞིན་པ་ཞིག་ཤིང་།

ཡིན་ནའང་མཛེས་སྤྱད་རྣམས་ལ་བཀའ་ཞིང་ལོ་ངོ་ས་  
 ལ་དུང་རྒྱུར་གྱི་རིང་དུ་སློབ་ལྡན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འཚོ་བའི་  
 གཞི་མ་དང་གསོ་སྦྱོང་གྲེད་མཁན་གྱི་ས་ཡི་གོ་ལ་ཅ་ཆེན་

པོ་འདི་ང་ཚོས་ག་ལེ་ག་ལེར་སྤྱང་མེད་དུ་འགྲོ་ཡི་འདུག་  
 བསམ་འདྲ། སྤྱིར་བཏང་བཟོ་ལས་ཀྱི་གསར་བཞེ་བྱུང་བ་ནས་  
 བཟུང་སྟེ་སྤྱི་དངོས་པོའི་ཡར་རྒྱས་ཆེན་པོ་སྤྱིན་ཉེ་གང་ཅིའི་  
 ཆ་ལ་ཡིན་ནའང་སྤྱབས་བདེ་དུ་སྤྱིན་ཡོད། ཡིན་ནའང་ང་  
 ཚོས་གཉེར་སོགས་སྤྱོད་འདོན་ཆ་བས་ཆེན་བྱས་པ་དང་དེ་  
 བཞིན་རི་རྒྱ་ཐང་གསུམ་ཐམས་ཅད་དུ་ཁང་པ་དང་ལམ་ཁ་  
 གསར་བཟོ་བྱས་ནས་ཁོར་ལུག་ལ་གཏོར་བརྒྱག་ཆ་བས་ཆེན་  
 བཏང་བས་མ་ཚད་འཛེམ་སྤོང་གི་ཚོད་རྒྱས་པ་དང་། ཤིང་  
 བགས་གཏོད་འབྲེག་གྲེད་པ། དེ་བཞིན་སྤྱི་པའི་གངས་དང་  
 འབྲེགས་རོམ་བཟུང་བ། རྒྱ་མཚོ་དང་གཙང་རྒྱལ་སོགས་  
 པ་སྤྱགས་བཅོག་བཟོ་རྒྱ་སོགས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་སྤྱོད་པ་  
 འདུང་བསྟུན་ཡོད་ལ་ང་ཚོ་འགྲོ་བ་མིའི་གྲེད་སྤྱངས་ལ་བརྟེན་  
 ཉི་མ་རེ་རེ་ལའང་སྤྱི་དངོས་ཀྱི་རིགས་བརྒྱ་སྤྱག་ཅིག་ཅམ་ཅ་  
 སྟོང་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། ད་དུང་ཡིན་ནའང་ང་ཚོའི་འདོད་རྣམ་  
 ལ་མཚམས་དང་ཚོད་མེད་པ་ཆགས་ཉེ་སའི་གོ་ལ་ཆེན་པོ་  
 འདི་ལྗང་མིད་བཏང་བ་ཡིན་ནའང་ཚོས་ཐབས་མེད་པ་དེ་ལྟ་  
 བུ་ཆགས་ཡོད།

ང་ཚོས་ནམ་རྒྱུན་ཁོར་ལུག་དང་འབྲེལ་བའི་གསར་  
 འགྲུར་ཡིན་ནའང་ཤིང་། དེ་བཞིན་བརྟག་དབྱུང་ཞིབ་འཇུག་  
 གྲས་པའི་གནས་ཚུལ་མང་པོ་ཞིག་ང་ཚོས་གོ་བཞིན་ཡོད།  
 ཡིན་ནའང་མི་མང་པོ་ཞིག་ལ་སོ་སོས་དངོས་སུ་མིག་མཚོང་  
 ལག་ཟིན་བྱས་པའི་ཉམས་སྤོང་བསགས་མེད་པ་དང་། ལྷག་  
 པར་དུ་གྲོང་ཁྲུང་ནང་དུ་སྟོན་མཁན་ཚོས་དེ་བས་ཀྱང་ཉེས་

ཚོར་གང་ཡང་འོང་གི་མེད་པའི་ནམ་པ་ཞིག་མཐོང་བསྟན་  
ཡོད།

དཔེར་ན། ང་ཚོ་ཚ་བ་འཚོག་པའི་སྐབས་སུ་ཡང་སློབ་  
གཏོང་བ་དང་འབྲུག་པ་འོང་དུས་ཚ་སློབ་སྤྱད་ཏེ་གང་ལྟར་  
སོ་སོ་བག་ཤེས་སོ་འོང་རྒྱ་ཞིག་དང་སྤྱི་དུ་འོང་ཐབས་  
གཙོར་འདོན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ཡིན་ནའང་མི་ཚང་མས་སོ་སོ་  
བག་ཤེས་སོ་འོང་ཐབས་ཀྱི་ཐབས་ཤེས་རྒྱུ་རྒྱུ་དེ་བྱས་  
འོང་དུས་ཚ་ན་མཐའ་མ་དེ་ལ་ཁོར་ལུག་ལ་དོག་ཁྲིམ་ཆེན་  
སོ་ཞིག་ཆགས་ཏེ་ཡོང་གི་ཡོད་པའི་དངོས་ཡོད་གནས་  
ཚུལ་དེ་ལས་ཆེར་མི་མང་སོ་ཞིག་ཤེས་ཀྱི་མེད། དེས་མ་ཚད་  
ང་ཚོ་མཚམས་མཚམས་རྩེ་བུ་མ་བདེ་བ་འོང་དུས་ཚ་ན་  
སྤྱི་རྒྱུ་ལངས་ཏེ་ཡར་འགྲོ་མར་འགྲོ་མང་སོ་བྱས་ཏེ་ག་  
འགྲིག་རྒྱ་དང་ཐབས་ཤེས་མང་སོ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ཡིན་ནའང་  
ཁོར་ལུག་གི་གནས་སྟངས་རྩེ་བུ་ལྷན་ཏེ་ཕྱིན་པ་དེས་འགྲོ་བ་མི་  
མ་ཡིན་པའི་འགྲོ་བ་གཞན་དག་ལ་སྤྲུལ་བསྤུལ་བརྒྱ་འགྲུང་  
སྟོང་འགྲུང་གིས་ཆེ་བ་ཡོད་པེད་དེ་ཡིན་ནའང་ཁོར་ཚོ་གི་སྤྲུལ་  
བརྒྱལ་སྤེ་སྤོད་རྒྱ་མ་གཏོགས་ཐབས་ཤེས་གཞན་དག་ཅིག་  
མེད་པའི་གནས་སྟངས་ཆགས་ཡོད། དེར་བརྟེན་ང་ཚོས་  
དེས་པར་དུ་འགྲོ་བ་གཞན་ཀྱི་གནས་བབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་བསམ་  
ཚོད་གཏོང་རྒྱ། བདག་གཞན་བརྗེ་བའི་ཐོག་ནས་བསམ་ཚོད་  
གཏོང་ཐུབ་རྒྱ་བྱས་ཏེ་འབད་བཞེད་བྱས་ན་གཞི་ནས་ང་ཚོས་  
འགྲོ་བ་ཀྱི་ཐུན་མོང་ཁྲིམ་གཞིས་དེ་སྤྱད་སྤོབ་བྱེད་རྒྱུར་  
སེམས་ལུགས་དང་སྤྲུལ་བསམ་ཁྱད་པར་ཅན་ཞིག་སྤེ་ཐུབ་ཀྱི་  
པེད་བསམ་འདྲ། མདོར་ན་ང་ཚོས་ཤེས་པར་བྱེད་དགོས་པ་  
དེ་གང་པེད་ཅེ་ན། ང་ཚོ་ལ་རང་གི་གཏེ་སྤྲུལ་གི་ཐུན་པ་དེ་རྗེ་  
ཅམ་མཐུག་སོ་ཡོད་པ་དེ་ཏེ་གོ་བ་བྱས།

ང་ཚོའི་འཚོ་གནས་ཀྱི་གཞི་མ་སའི་གོ་ལ་གཅེས་

སྤྲུལ་བྱེད་རྒྱ། རང་རྒྱུང་ཁོར་ལུག་ལ་བདག་གཅེས་བྱེད་རྒྱ་  
དེ་ང་ཚོའི་མི་རབས་ཅམ་དུ་མ་བཟང་ང་ཚོའི་མ་འོངས་པའི་  
མི་རབས་ཚོའི་འཚོ་གནས་ཀྱི་དོན་དག་གལ་ཆེ་ཤོས་དེ་  
ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་བརྗེད་པ་བྱེད་དགོས་པ་གལ་ཆེན་སོ་  
པེད། ཁ་སང་སའི་གོ་ལའི་ཉིན་མོ་ཞེས་པ་བཅི་སྤྱད་བྱེད་ཀྱི་  
ཡོད། དངོས་གནས་བྱས་ན་ང་ཚོ་འཚོ་གནས་ཀྱི་སྐར་མ་  
པེ་པེ་ཡིན་ནའང་འདྲ། དབྲུགས་ཀྱི་རྒྱ་བ་པེ་པེ་ཡིན་ནའང་  
འདྲ། ཚང་མ་ལོགས་སའི་གོ་ལ་དང་ཁ་བྲལ་ཐབས་མེད་པ་  
ཞིག་ཆགས་ཡོད། དེར་བརྟེན་ང་ཚོ་ལ་མཚོན་ན་ཉི་མ་རྟག་  
པར་སའི་གོ་ལའི་ཉིན་མོ་སྤྱི་བུ་ཆགས་ཡོད། ཡིན་ནའང་ད་  
ལྟ་སའི་གོ་ལའི་ཉིན་མོ་ཞེས་ང་ཚོས་འདྲ་གསོ་གཏོང་དགོས་  
རྒྱ་ཞིག་དང་དགའ་སྟོན་བྱེད་དགོས་རྒྱ་ཞིག་ཆགས་ཡོད།  
དེ་གཅིག་བྱས་ན་ཡིད་སྤོང་བའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་པེད་འདྲ་ཀྱི་  
འདུག །དེས་ག་པེ་མཚོན་ཀྱི་ཡོད་ཅེ་ན། ང་ཚོ་འགྲོ་བ་མི་དེ་  
རང་ཉིད་གང་ཡིན་པ་དེ་བརྗེད་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པའི་རྟགས་  
ཤིག་དང་། ཏེ་མ་གོ་བའི་རྟགས་ཤིག་པེད་འདྲ། དེར་བརྟེན་  
དེ་ང་ཚོས་ཏེ་གོ་བ་བྱེད་རྒྱ་ཏེ་ཅང་གལ་ཆེན་སོ་པེད། གཤམ་  
དུ་ང་ཚོ་མཉམ་དུ་ཆགས་མེད་བདེ་སྟོན་གསུང་རྒྱ་ཡིན།  
ཐུགས་རྗེ་ཆེ། “ཞེས་པོད་སྤྱད་ཐོག་ནས་བཀའ་སྤུལ་བ་དང་།  
དེ་རྗེས་པོད་གསལ་གསུངས་པ་སྤྱད་དེ་ཕྱིན་སྤྱད་དང་རྒྱ་སྤྱད་  
ཐོག་ནས་ཤུང་མར་བཀའ་སྤུལ་ཏེ།

ལྗུལ་དབང་མཚོག་གིས་ཆགས་མེད་བདེ་སྟོན་གསུང་  
འདོན་དབུ་མཛད་དེ་དེ་སྤྱི་གསུངས་འཛམ་གླིང་ཤུང་ལུག་ཀྱི་དང་  
འདུས་སྤོང་ཚོ་དུ་མ་དང་སྤྲུལ་དུ་གསུང་འདོན་ལུས་སོ། །



ཐག་ཉེ་སོ་དང་ངོས་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཐད་ཀར་  
མཁུན་རྟོགས་ཐུབ་ཀྱི་ལ་ཐུགས་པན་གསོས་ཀྱི་རེད་བསམ་  
བཞིན་ཡོད། ལྷག་པར་དུ་དབྱིན་རིའི་སྐད་ཀྱི་ཐོག་ཏུ་བཀའ་  
ཚིལ་མང་སོ་འདི་འདྲ་ཡོད་ཀྱི་དེ་ཐེངས་དང་སོ་ཡོད། སྤྱིར་  
བཏང་ངོས་རང་དབྱིན་རིའི་སྐད་དེ་ལེགས་སོ་དེ་ཅམ་ཤེས་  
ཀྱི་མེད་དེ་ཡིན་ནའང་གཙོ་བོ་སོ་སོས་སེམས་འཁྲུང་མཚོན་  
བྱེད་བྱས་ཏེ་ལྷ་ཚུགས་བརྒྱབས་པ་ཡིན། ད་ལྟོ་ངོས་ཀྱི་ལུས་  
སོ་ཡིན་ནའང་ཡོ་རོབ་ཏུ་ཡོད་པ་ཡིན་དུས་ཅ་ན་ཚང་མས་  
དཀའ་ངལ་ག་རེ་སྤོང་གི་ཡོད་པ་དེ་ཁས་བཤད་པ་ཅམ་མ་  
ཡིན་པ་མཉམ་དུ་སྤོང་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་དེ་འདྲ་བྱུང་སོང་། དེར་  
བརྟེན་དེ་ལྟའི་གོ་སྐབས་བྱུང་བ་དེ་ངོས་ཀྱི་མི་ཚེའི་ནང་དུ་  
གལ་ཆེན་སོ་ཞིག་དང་ཅ་ཆེན་སོ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་ལྷ་བཞིན་  
ཡོད། ཡིན་ནའང་ཉོག་དབྱིབས་རིམས་ནད་འདི་ངོས་ལའང་  
སོག་འདོད་མི་འདུག །ད་ལྟོ་ཡོ་རོབ་ནང་དུ་རིམས་ནད་འདི་  
ཐུན་བྱ་སྤངས་འཛིན་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད། དེ་བཞིན་ཨ་རི་ལའང་  
མགྲོགས་ཐུང་སྤངས་འཛིན་ཐུབ་པའི་རེ་བ་ལྷ་བཞིན་ཡོད།  
ཡིན་ནའང་ཨ་རྗེ་རི་ཀ་དང་སྟོ་ཨ་མི་རི་ཀ་དང་ཨེ་ཤི་ཡ་  
ལ་སོགས་པའི་སྤིང་གཞན་དག་ལ་ཉོག་ཅམ་སེམས་ཁུལ་  
འོང་བཞིན་འདུག །ལྷག་པར་དུ་ང་རང་གི་ས་ཡུལ་གཉིས་པ་  
ལྷ་བྱ་རྒྱ་གར་རྒྱལ་ཁབ་ཆེན་སོ་ལ་སེམས་ཁུལ་ཆེན་སོ་འོང་  
གི་འདུག །སྤྱིར་བཏང་རྒྱ་གར་དབུས་གཞུང་དང་དེ་བཞིན་  
ས་གནས་གཞུང་སོགས་ཀྱིས་ཐབས་ཤེས་གང་འོང་ཅི་འོང་  
བྱེད་ཀྱི་ཡོད་རེད་དེ་ཡིན་ནའང་རྒྱ་གར་ནི་མི་འཛོལ་ཉ་ཅང་  
ཆེན་སོ་ཡོད་པ་དང་དེ་བཞིན་བརྟེན་དབྱུང་བྱེད་རྒྱུའི་ཆ་རྒྱུན་  
འདདས་མ་འདདས་སོགས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་མང་སོ་ཡོད་པ་  
དང་། རིམས་ནད་འགོས་ཚབས་རྒྱུང་བའི་ཆེད་དུ་འགྲོ་བསྐྱོད་  
བཀག་སྡོམ་བྱ་དགོས་ཀྱི་ཆགས་ཡོད། ཡིན་ནའང་དེའི་རྒྱུན་

ལ་བརྟེན་ནས་ལས་མི་མང་སོ་ཞིག་ཉིན་རེའི་ཡོང་སྐྱོ་ཅམ་ལ་  
བརྟེན་པ་དེ་དག་ལ་བརྟེན་གསལ་ཆེན་སོ་འབྱུང་རྒྱ་ཞིག་  
དང་དཀའ་ངལ་ཆེན་སོ་ཞིག་འཕྲད་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དེར་  
བརྟེན་ཚང་མས་རྒྱ་གར་ལ་ཐུགས་སྤོང་དང་སོ་སོའི་རུས་  
ཚོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་རོགས་རམ་གནང་རོགས་ཞེས་ལྷ་རྒྱ་ཡིན།  
དེ་བཞིན་བལ་ཡུལ་དང་། འབྲུག་། འབྲས་ལྗོངས། ལ་  
དུགས་ལ་སོགས་པའི་ཉི་མུ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱུད་དུ་གནས་མཁན་  
ཡོངས་ཡིན་ནའང་རིམས་ནད་ལ་སྤང་རྒྱུ་དང་འབྲུད་གསོད་  
ཅ་བ་ནས་གཏོང་རྒྱ་མི་འདུག །གཙོ་བོ་ཚོན་རིག་དང་མཐུན་  
པའི་རིམས་ནད་མི་འགོ་བའི་ཐབས་ཤེས་ལ་འབད་དགོས་ཀྱི་  
ཉ་ཅང་གལ་ཆེན་སོ་རེད། དེ་བཞིན་དུ་རྒྱ་གར་དང་བལ་ཡུལ་  
དང་འབྲུག་སོགས་ལ་ཡོད་པའི་སོད་སོད་རིགས་སྤུན་ཟླ་རྣམས་  
ཚོ་དང་དེ་བཞིན་བྱི་རྒྱལ་དུ་ཡོད་པའི་སོད་སོད་རིགས་སྤུན་ཟླ་རྣམས་  
པ་ཚོ་ཚང་མ་ལོགས་ཡིན་ནའང་ཉོག་པར་སེམས་ཁུལ་ཆེན་  
སོ་འོང་བཞིན་འདུག །སྤྱིར་བཏང་ད་རེས་ཀྱི་རིམས་ནད་འདི་  
ལ་དམིགས་བསམ་ལ་བྱི་ལུགས་ཀྱི་སྤྲོན་ཀྱི་ཐོག་ནས་བཙོས་  
ཐབས་ད་ལྟོ་མེད་པ་ཡིན་ནའང་ཉམས་སྤོང་ཡོད་པའི་སོད་སོད་  
སྤུན་པ་ཁལ་གྱིས་སྤུན་བཙོས་ལེགས་སོ་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་  
ཡོད་པའི་གནས་ཚུལ་དེ་འདྲ་གོ་རྒྱུ་འདུག །ཡིན་ནའང་གཙོ་  
བོ་སྤེ་རིམས་ནད་མི་འགོས་པ་བྱེད་རྒྱུ་དེ་ཉ་ཅང་གལ་ཆེ། ཁ་  
ལས་ཀྱིས་སྤེ་ལ་སྤུང་བ་བཏགས། ལྱིན་རྒྱབས་བཏགས་ཏེ་  
མི་འདུ་འཛོམས་ཆེ་ས་ལ་རྒྱུག་བསྐྱེད་ན་དམིགས་བསམ་  
པན་ཐོགས་གང་ཡང་འོང་རྒྱ་མེད། རང་ཉིད་སྤུང་སྤོབ་བྱེད་  
རྒྱུའི་ལས་འགན་དེ་སྤུན་དང་ལྱིན་རྒྱབས་ལ་པར་བཀའ་ཏེ་སོ་  
སོས་འགན་གང་ཡང་མ་འཁྲུང་བར་འགྲོ་བསྐྱེད་ན་ཅ་བ་ཉིད་  
ནས་འགྲིག་རྒྱ་མེད། དེར་བརྟེན་ཚང་མས་རང་འགན་རང་  
འཁྲུང་དང་རང་དོན་རང་གཅེས་གནང་དགོས་པ་ཉ་ཅང་གལ་



ཆེ། ལྷག་པར་དུ་མིའི་སེམས་ལ་འཛིགས་སྐྱབས་དང་དངངས་  
 ཚབས་ཆེན་པོ་འོང་བའི་ཁ་ལྷག་ཏུ་ཆོས་ནས་གསུངས་པའི་  
 ཉམས་ལེན་ཐུབ་པུ་བྱེད་ཐུབ་ན་སློབ་བཤེས་པོ་འོང་རྒྱ་ཞིག་དང་  
 ཡིད་ཆེས་རྟེན་རྒྱ་ལ་མན་ཐོགས་འཇམ་ཚན་ཞིག་འོང་གི་རེད།  
 དེར་སེམས་ཁྲུལ་བྱས་ཏེ་མ་བཟུང་བར་ཉོག་ཚམ་ཆོས་  
 རྩོགས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་གནང་བུལ་ན་ཏང་ལེགས་པོ་ཡོད་  
 དན། གཤམ་དུ་ང་ཆོ་མཉམ་དུ་གསུངས་སྐགས་འདོན་རྒྱ་དང་  
 དེ་བཞིན་ས་སྐྱ་ནད་ལྲོལ་མ་དང་མ་མའི་འབྲུགས་སྐོང་གསུང་  
 རྒྱ་ཡིན། ཞེས་བོད་སྐད་ཐོག་ནས་བཀའ་སྩལ་བ་དང་། དེ་  
 རེས་པོང་གསལ་གསུངས་པ་སྐྱར་དབྱིན་སྐད་དང་རྒྱ་སྐད་  
 ཐོག་ནས་ཤར་མར་བཀའ་སྩལ་ཏེ། ལྷུལ་དབང་མཚོག་  
 གིས་གསུངས་སྐགས་སྐྱ་ཆོགས་འདོན་རྒྱ་དང་དེ་བཞིན་ས་  
 རྐྱ་ནད་ལྲོལ་མ་དང་མ་མའི་འབྲུགས་སྐོང་གསུང་འདོན་དུ་  
 མཛད་དེ་དུ་ཐོག་ནས་འཛམ་གླིང་ཤར་བུལ་གྱི་དད་འདུས་སྟོང་  
 ཆོ་དུ་མ་དང་ལྷན་དུ་གསུང་འདོན་ལུས།

སྐྱར་བཀའ་སྩལ་དོན། དེས་ཀྱི་སློན་ལམ་དེ་ཡོངས་  
 སུ་གྲུབ་པ་རེད། གཤམ་དུ་རྩོགས་བསྟོམས་ཀྱི་སློན་ལམ་  
 ཞིག་ལྷུ་རྒྱ་ཡིན། དེ་ལ་སློན་ལམ་ཆེན་པོ་ཞེས་ལྷུ། ལ་ཀམ་པ་  
 སྐྱ་ལྷེང་བདུན་པ་ཆོས་གཤམ་རྒྱ་མཚོས་མཛད་པ་ཞིག་རེད།  
 སློན་ལམ་དེ་རིང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་ཡིན་ཚེ་ན་སྐད་ཡིག་གཞན་  
 ཀྱི་ནད་དུ་སློབ་ཐུབ་རྒྱ་ལེ་འདུག། ཡིན་ནའང་དེས་བསྟོན་  
 དང་སློན་ལམ་བརྒྱུ་རྒྱུ་ལེ་དོན་དག་གཙོ་པོ་གང་ཞིག་ཡིན་པ་  
 དེ་ཆོང་མ་ལ་རོ་སྟོང་ལྷུ་རྒྱ་ཡིན། ང་ཆོས་དེས་རང་ཉིད་ཀྱི་  
 དུས་གསུམ་དུ་བསམགས་པའི་དགོ་བའི་ཅ་བ་ཐམས་ཅད་དང་  
 སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་དང་། སེམས་ཅན་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱི་དགོ་བའི་ཅ་བ་དང་བཅེ་བའི་རུས་པ་ཐམས་  
 ཅད་གཅིག་ཏུ་བསྟོམས་ནས་བསྟོ་བ་བྱེད་རྒྱ་ཡིན། དེ་ཡང་

ང་ཆོའི་དགོ་བ་དང་བཅེ་བའི་རུས་པ་ཐམས་ཅད་འཛིག་རྟེན་  
 ཀྱི་ཁམས་ཆེན་པོའི་མཐའ་དང་གྲུ་ཐམས་ཅད་དུ་ཁྲུབ་པའི་  
 སློན་ལམ་གནང་རོགས་གནང་ལྷུ་རྒྱ་ཡིན། དེ་བཞིན་ང་ཆོའི་  
 དགོ་བ་དང་གཅིག་ཏུ་བཅེ་བའི་རུས་པ་ཐམས་ཅད་སའི་གོ་  
 ལ་འདི་ཉིད་ཀྱི་རྒྱལ་སྐྱོ་རབ་ཐམས་ཅད་ལ་ཐེམ་སྟེ་སྟོང་གྱི་  
 ཉེས་པ་ཐམས་ཅད་སོས་ཏེ་སྐྱར་བའི་ལྷན་ལམ་ཆེན་དང་མཛེས་  
 རྒྱལ་ལྷན་པ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་བའི་སློན་ལམ་གནང་རོགས་  
 གནང་ལྷུ་རྒྱ་ཡིན། དེ་བཞིན་ང་ཆོའི་དགོ་བ་དང་གཅིག་ཏུ་  
 བཅེ་བའི་རུས་པ་ཐམས་ཅད་རང་དང་སྤྱིམ་གཞིས་གཅིག་  
 པའི་དུད་འགྲོ་གོག་སྐྱར་ཚུན་ཆད་ཐམས་ཅད་ལ་ཐོབ་སྟེ་ཁོང་  
 ཆོའི་ཉམ་ཐག་པ་དང་རང་དབང་དང་བྲལ་བའི་སྐྱབས་བསྐྱེལ་  
 མཐའ་དག་ཞི་བའི་སློན་ལམ་གནང་རོགས་གནང་ལྷུ་རྒྱ་ཡིན། དེ་  
 བཞིན་ང་ཆོའི་རྣམ་པར་དཀའ་བ་དང་གཅིག་ཏུ་བཅེ་བའི་  
 རུས་པ་ཐམས་ཅད་འགྲོ་བ་མི་སུ་རུ་མིང་སྤིང་ཐམས་ཅད་ལ་  
 ཐོབ་སྟེ་ཕན་ཚུན་བཅེ་ཞིང་དུང་བ་དང་དགའ་བཤེའི་དཔལ་  
 ལ་རོལ་བའི་སློན་ལམ་གནང་རོགས་གནང་ལྷུ་རྒྱ་ཡིན། དེ་  
 བཞིན་ང་ཆོའི་རྣམ་པར་དཀའ་བ་དང་གཅིག་ཏུ་བཅེ་བའི་  
 རུས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཐུ་ལ་བརྟེན་ནས་དེས་ཀྱི་རིམས་  
 བད་འཛིགས་སུ་རུང་བ་དེ་སྐྱར་དུ་ཞི་ནས་རིམས་བད་ཀྱིས་  
 མནར་བའི་བད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བད་ལས་སྐྱར་དུ་ལྲོལ་བ་  
 དང་སྐར་ལས་ལྷག་པའི་བདེ་ཐང་དང་ནད་མེད་ཆེ་རིང་ཡོང་  
 བའི་སློན་ལམ་གནང་རོགས་གནང་ལྷུ་རྒྱ་ཡིན། དེ་བཞིན་  
 ང་ཆོའི་རྣམ་པར་དཀའ་བ་དང་གཅིག་ཏུ་བཅེ་བའི་རུས་པ་  
 ཐམས་ཅད་སྐྱོན་པ་དང་སྐྱོན་ཞབས་སྟོང་སྟོབས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་ལ་སྐྱོན་ཏེ་ཁོང་ཆོའི་ལུས་སེམས་ཀྱི་ངལ་ཞིང་དུབ་པ་  
 ཐམས་ཅད་ཞི་ནས་སྟོང་སྟོབས་དང་བྱངས་སྟོབས་རྒྱས་པའི་  
 སློན་ལམ་གནང་རོགས་གནང་ལྷུ་རྒྱ་ཡིན། དེ་བཞིན་ང་ཆོའི་



རྣམ་པར་དཀར་བ་དང་གཅིག་ཏུ་བཅེ་བའི་རྒྱས་པ་ཐམས་ཅད་  
 ཅད་དེས་རིམས་ནད་གྲིས་འདས་ལྷོངས་སུ་གྱུར་བ་ཐམས་ཅད་  
 ཅད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་བདེ་བ་ནས་ཆེས་བདེ་བར་  
 འགྱུར་བ་དང་ཤུལ་དུ་ལུས་པ་རྣམས་ཀྱི་མྱ་ངན་དང་སྐྱུག་  
 བཟུལ་སྐྱར་དུ་ཞི་བའི་སློན་ལམ་གནང་རོགས་གནང་ཞུ་རྒྱུ་  
 ཡིན། དེ་བཞིན་ང་ཚོའི་རྣམ་པར་དཀར་བ་དང་གཅིག་ཏུ་  
 བཅེ་བའི་རྒྱས་པ་ཐམས་ཅད་ཨོ་སི་ཞུ་ལི་ཡའི་མེ་སློན་ཆེན་  
 མོ་ལ་སོགས་པའི་འགྲུང་བའི་འཛིགས་པའི་འོག་ཏུ་ཤི་བའི་  
 སློག་ཆགས་དུང་སྐྱར་དུ་མ་རང་གི་བདེ་བའི་ལམ་རྟེན་དེ་  
 འཛིགས་སྐྱབ་དངངས་གསུམ་གྱི་བག་ཆགས་ཐམས་ཅད་  
 ཞི་བའི་སློན་ལམ་གནང་རོགས་གནང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་བཞིན་  
 ང་ཚོའི་རྣམ་པར་དཀར་བ་དང་གཅིག་ཏུ་བཅེ་བའི་རྒྱས་པ་  
 ཐམས་ཅད་རང་གི་པ་མ་དང་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་དང་རྒྱ་  
 སློགས་དང་མཛེས་བཤེས་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་ཆེ་རིང་

བད་མེད་འོང་རྒྱ་དང་བསམ་དོན་ལྷོན་གྲིས་གྲུབ་པའི་དོན་དུ་  
 བསྐྱོ་བ་གནང་རོགས་གནང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། མདོར་ན་ང་ཚོས་  
 ད་ལྟ་བསམ་མ་ཤེས་པ་དང་འགྲུབ་མི་སྲུབ་པའི་སློན་ལམ་གྲུང་  
 རྒྱལ་སེམས་དབའ་རྣམས་ཀྱིས་སློན་ལམ་དུ་རྩི་སྦྲར་མཛད་  
 བ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་འགྲུབ་སྲུབ་པའི་སློན་ལམ་  
 གནང་རོགས་གནང་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། གཤམ་དུ་ངོས་ཀྱིས་  
 སློན་ལམ་ཆེན་མོ་དེ་འདོན་རྒྱུ་ཡིན། དེར་ཚང་མས་གོང་དུ་  
 ཞུས་པའི་དོན་དག་ཐམས་ཅད་སྐྱབས་སུ་བཞག་ལྟེ་ཡག་པོ་  
 ཞེས་གསལ་རོགས་གནང་། ཞེས་པོད་སྐྱད་དང་དབྱིན་སྐྱད་  
 དང་རྒྱ་སྐྱད་ཐོག་ནས་ཤར་མར་བཀའ་སྤྲུལ།

ལྔ་ཀུལ་དབང་མཚོག་གིས་སློན་ལམ་ཆེན་མོ་གསུང་  
 འདོན་གྲིས་འཛེམ་སྐྱེད་ཞི་བདེ་དང་སྐྱབས་པར་དུ་རིམས་ནད་  
 ཞི་བའི་སྐྱབས་སློན་གྱི་སློན་ལམ་ཆེན་མོ་ལེགས་པར་གྲུབ་པོ།

## རྒྱལ་པོའི་འཁྲུངས་སྐར་ཉིན་ཚེ་ལ།

---

ལྗེས་དབང་ཡ་ཀཱ་པ་མཚོག་གི་སྐུ་ཡི་འཁྲུངས་སྐར་ཉིན་ཕུལ་བ།

དངོས་ཀྱི་ཁྱབ་ཁྲབ་བདག་དཔལ་ལྡན་རྗེ་ཆེ་འཆང་། །

དབྱེར་མེད་གོལ་བ་བཞི་ལྡན་སྐམ་པོ་ལ། །

གང་དེའི་གསང་གསུམ་དབང་འཕྲོར་ཀཱ་པ། །

ཨོ་རྒྱན་འགོ་འདུལ་ཐིན་ལས་རྗོ་རྗེར་འདུད། །

ཁྱེད་ཀྱི་སྐུའི་འཁྲུངས་སྐར་ཉིན་མོར་ལུས་གྲུས་པའི་ཕྱག་ ། དག་གྲུས་པའི་བསྟོན་དབྱངས། ཡིད་གྲུས་པའི་གསོལ་འདེབས་ཀྱིས་  
བངས་ཏེ། བཀའ་ལུས་བདེ་ལེགས་གངས་མེད་ལྷ། ཁྱེད་ཀྱི་སྐུ་ཆོ་རྒྱལ་ལས་རིང་། སྐུ་སྟོན་རྗོ་རྗེའི་བྲག་ལས་སྔ་ཞིང་། བདག་  
སོགས་བྱང་སྡིང་ལ་མ་རེག་བར་དུ་ཕུགས་རྗེའི་སྐབས་འོག་དམ་བ་ནས་ནམ་ཡང་མི་འདོར་བ་རྗེས་འཛིན་བཅེ་བས་གཞིགས་པ་  
མཁྱེན་མཁྱེན་མཁྱེན་ཞེས་གསོལ་བ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་འདེབས་པ་ལགས། ཞེས་སྐན་མཉན་པའི་མཚན་ཅམ་གོས་པས་སྦྱར།





༡༡། །སྤོམ་གསུམ་སྡེ་སྡོད་འཛིན་པ་འབོ་དཀར་མཁན་རིན་པོ་ཆེས་དབུས་ལས་སྡེ་ལྷན་རྒྱས་ལ། བར་ལམ་མ་མཇལ་  
 རིང་བསྟན་པ་སྤྱི་བྱེད་མཛད་མིན་ཟླ་ལྷག་ཏུ་སྤོང་བཞེན་པར་ཡིད་སྡོམ་བཏུས། བདག་ཅག་ནམས་ཀྱི་རེ་གནས་འབོ་དཀར་  
 རྒྱུ་སྤྱིད་རིན་པོ་ཆེ་རབ་བྱུང་གི་རྟགས་ཆ་ལུགས་བཞེས་སྤྱོད་མཁུ་ཐད་འདི་ནས་མཚོགས་སྤྱར་ཐག་གཅོད་བྱ་དགོས་ལེགས་པ་  
 བཞེན། ཁོ་བོ་ནས་བཏུག་པ་བཀྲིས་འབྲས་འདི་ལོའི་སྤོན་ལམ་སྐབས་སོ་བདུན་པའི་གནས་ཚོག་གསུང་ཉིན་གནས་མཚོག་རྩོ་  
 རྩོ་གདན་དུ་ཡསྐབས་མཚོག་གོ་ལྷོ་རྒྱལ་ཚབ་རིན་པོ་ཆེའི་ཞལ་སྡེ་ནས་བར་མའི་སྤོམ་པ་བཞེས་གནང་བྱུང་ན་དགོ་མཚན་ཆེ་  
 ལྷུ་མ་ཤར་ཞིང་། དགོ་རྒྱལ་སྤོང་གི་སྤོམ་པ་བཞེས་སྤྱོད་མཁུ་ཐད་རྩོམ་སོར་བཀའ་མོལ་ཞུ་ཚོག་པ་དང་། རྒྱུ་སྤྱིད་རིན་པོ་ཆེ་དང་།  
 མཁན་རིན་པོ་ཆེས་དབུས་དགོ་འདུན་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་ཞུས་བཟང་ཞིང་། ལུགས་བཞེད་མཐར་ཕྱིན་པ་དང་། མཚོགས་སྤྱར་  
 མཇལ་བའི་སྤོན་འདུན་བཅས།

གཟུང་བར་འབོད་པ་ཨོ་རྒྱན་མིན་ལས་བས། སྤྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ལྷོ་ ༡ ཚེས་ ༡༣ ཉིན།





# ལྗུལ་དབང་མཚོ་ག་གི་ས་འཕགས་མ་བདེ་བྱེད་མའི་དགུན་ ཚོས་སྤྱུལ་བ།

༡༡། ། རྒྱ་བལ་འབྲུག་གསུམ་གྱི་བཙུན་དགོན་ཁག་གིས་གཙོས་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་སྣེ་ལམ་དུ། འཕགས་མ་བདེ་བྱེད་མའི་དགུན་ཚོས་ནི་གཙོ་བོ་བཙུན་པ་རིན་པོ་ཆེ་འདིར་ཞུགས་པའི་བཙུན་མ་རྣམས་ཀྱིས་གཞུང་ཆེན་ཁག་ལ་སློབ་གཉེར་རྒྱུ་དུ་འགོ་བ་དང་། བཙུན་དགོན་པན་ཚུན་གྱི་མཐུན་ལམ་དང་མཉམ་ལས་ཀྱི་བྱ་བ་གོང་འཕེལ་དུ་འགོ་བ། དགུན་ཚོས་འདི་བཙུན་དེ་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཐོག་པན་ཚུན་བཟང་ཡོན་སྤེལ་རེས་ཡོང་ཐབས་བཅས་ལ་དམིགས་བ་ཡིན་ལ། ད་ཆ་ཁོ་བོ་སྤྱི་ཕྱོགས་སུ་ཡོད་རིང་དུས་རྒྱུན་མགོ་འདོན་འཚོ་སྤོང་བྱེད་མི་ཞིག་དགོས་གལ་ཆེ་བ་དང་། སྤྱི་བཙོན་བདེ་ཆེན་ཆེ་དབང་གཟི་བརྗིད་རྒྱལ་པོ་འདི་བ་སྤྱི་གོང་མ་དེས་གདན་ས་མཚུར་བུ་གསར་བཞེངས་སོགས་བསྟན་བ་འདོན་སྤོང་སྤེལ་བ་ལ་སློབ་ལམ་གྱི་མཐུ་བྱ་བ་ཡིན་པས། རིན་པོ་ཆེ་ཉིད་ནས་ད་ནས་བཟུང་ལོ་བཅུའི་རིང་བདེ་བྱེད་མའི་དགུན་ཚོས་དང་། བཀའ་བཙུན་སློབ་ལམ་སྤྱི་ལ་དམིགས་པའི་བཙུན་མའི་བཤའ་བྱ་གསར་རྒྱག་གི་ལས་འཆར་བཅས་ལ་ཁོ་བོའི་སྤྱི་ཚབ་གནང་སྟེ་སྤེལ་འགན་བཞེས་རྒྱུ་དང་། དེ་ལ་དོས་ནས་དངོས་ཤུགས་བཙུན་གསུམ་དུ་ལམ་སྟོན་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱ་རེས་ཡིན་ཞིང་། འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་ནས་ཀྱང་དེ་ལྟར་ཞབས་འདེགས་སྤྱི་གལ་ཆེ་ཞེས། ཀམ་པར་འབོད་བ་ཨོ་རྒྱན་ཐོན་ལས་དོ་རྗེས། སྤྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ལྷ་ ༡ ཚེས་ ༡༤ ལ།



# བོད་ཀྱི་རབ་གནས་ལྷགས་བྱི་ལོའི་གནམ་ལོ་གསར་བཞད་ཉིན་ སྐུལ་བའི་གསུང་འབྲིན་བཀའ་སློབ།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ཕྱི་ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༥ ཉིན།

རབ་བྱུང་བཅུ་བདུན་པའི་རབ་གནས་ལྷགས་བྱི་ལོའི་གནམ་ལོ་གསར་དུ་ཚེས་པའི་དུས་བཟང་ལ་བོད་ཕྱི་ནང་གཉིས་སུ་  
བཞུགས་པའི་བོད་རིགས་སྤྱན་རློང་ཡོངས་ལ་ལོ་གསར་པའི་འཚམས་འདྲིའི་བཀའ་ཉེས་བདེ་ལེགས་ལྷུ་རྒྱ་དང་། ལོ་གསར་  
པ་འདྲིའི་ནང་དུ་རྣམ་པ་ལྷན་རྒྱས་ཚང་མ་སྐྱ་གཟུགས་གསལ་ཐང་ཡོང་བ་དང་། བྱ་བ་ལམ་འགྲོ་ཡོང་བ། བྱིས་ཚང་འཚམ་  
མཐུན་ཡོང་བ་བཅས་ཀྱི་སློན་འདུན་ལྷུ་བ་དང་ཆབས་ཅིག་ཏུ་ལོ་གསར་པའི་ནང་དུ་ང་ཚོ་བོད་གངས་ཅན་གྱི་ལྗོངས་ཀྱི་སྐབས་  
དང་རེ་ས་གཅིག་གྱུ་ཡོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་ཡུལ་བའི་དབང་པོ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་མཚོག་གི་སྐྱེ་ཞབས་པད་ཡུན་  
རིང་དུ་བརྟན་པ་དང་ཐུགས་ཀྱི་བཞེད་དགོངས་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པ། དེ་བཞིན་དུ་ས་དགེ་བཀའ་རྙིང་རིས་སུ་མ་མཆིས་པའི་  
བསྐྱབ་འཛིན་གྱི་སྐྱེས་ཆེན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྐྱེ་བརྟན་ཅིང་མཛད་འཕྲིན་རྒྱས་པ་དང་རིས་སུ་མ་མཆིས་པའི་ཚོས་སྡེ་ཆེན་  
པོ་ཁག་གིས་གཙོ་བོར་བྱས་པའི་དགེ་འདུན་གྱི་སྡེ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་དར་ཞིང་རྒྱས་ལ་བཤད་སྐབས་ཚོས་སྡེ་དྲུག་གྱི་བྱ་བ་གོང་  
ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བ་དང་སྤྱིར་འཛུལ་བྱ་སྤིང་ཡང་སློས་སུ་ད་ལྟ་བོད་རིགས་ཀྱི་ས་ཁུལ་ཁག་ཅིག་ལ་ཁྲབ་བཞུགས་དུ་འགྲོ་  
བཞིན་པའི་ནང་ཡམས་ཀྱི་རིགས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྤྱིར་དུ་ཞི་བ་དང་བོད་མི་ནང་པན་ཚུན་ཐམས་ཅད་སྤུ་བྱ་མིང་སྤིང་ལྟ་བུའི་  
འདུལ་ཤེས་ཀྱིས་མཐུན་སྦྱོལ་རྟོག་ཅ་གཅིག་སྦྱོལ་གྱིས་བྱ་བཞག་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བ་དང་། རིང་མིན་གཞིས་བྱེས་མཉམ་  
འཛོམས་ཡོང་བའི་སློན་འདུན་ལྷགས་དང་བཅས་ཏེ་ཡང་བསྐྱར་རྣམ་པ་ལྷན་རྒྱས་ཚང་མ་ལ་ལོ་གསར་པའི་ནང་དུ་བཀའ་ཉེས་  
བདེ་ལེགས་ཡོང་བའི་སློན་འདུན་ལྷུ་རྒྱ་ཡིན།





འཇམ་གླིང་ཞི་བདེའི་དེད་དཔོན་ཡལོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཡུལ་བའི་  
 དབང་པོ་མཚོག་དགྲའ་གྲངས་བརྒྱད་ཅུ་གྲུ་ལ་ལེབས་པའི་སྐུ་ཡི་འབྲུངས་  
 སྐར་ཉིན་གྱི་འཇམ་གས་འདྲིའི་བཀའ་སློབ།

ཕྱི་ལོ་ ༡༠༡༠ ཕྱི་ལྷ་ ༡ ཚེས་ ༤ ཉིན།

གངས་ཅི་རྩ་བས་བསྐོར་བའི་ཞིང་ཁམས་སུ། །ཕན་དང་བདེ་བ་མ་ལུས་འབྱུང་བའི་གནས། །

སྐྱུ་རས་གཟིགས་དབང་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོ་ཡི། །ཞབས་པད་སྲིད་མཐའི་བར་དུ་བརྟན་གྱུར་ཅིག།

འཇམ་གླིང་ཞི་བདེའི་དེད་དཔོན་བོད་ཁ་བ་ཅན་གྱི་ཡ་སྐབས་མགོན་ཡལོང་ས་ཡ་ུལ་བའི་དབང་པོ་མཚོག་གི་ལུགས་དགྲའ་  
 གངས་བརྒྱད་ཅུ་གྲུ་ལེབས་པའི་སྐུ་ཡི་འབྲུངས་སྐར་དུས་སྟོན་ལ་བཀའ་ཤིས་བདེ་ལེགས་གངས་མེད་ལྷ་བ་དང་ཆབས་  
 ཅིག་ཏུ་སྐུ་ཚེ་མགོན་པོ་ཚེ་མཐའ་ཡས་པའི་དོ་བོར་བརྟན་ཅིང་ལུགས་གྱི་བཞེད་དོན་མཐའ་དག་འབད་མེད་ལྷུན་གྱིས་གྲུབ་པའི་  
 སྟོན་འདུན་ལྷ་རྒྱ་ཡིན།

ད་ལོ་དབུས་བོད་མིའི་སྤྱི་གཞི་འཇུགས་ཀྱིས་ཡལོང་ས་མཚོག་གི་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་ལོ་ལ་སྲུང་བཅེ་གནང་དོན་བཞིན་དུ་  
 ཡལོང་ས་མཚོག་གིས་འཇམ་གླིང་གྱི་དང་བྱེ་བྲག་བོད་ཁ་བ་གངས་ཅན་པའི་ཕྱི་ནང་སྟོན་བཅུད་དང་བཅས་པའི་ཕན་བདེའི་  
 དོན་དུ་སྐུ་ཚེ་གང་པོ་ལ་དཀའ་བ་བརྒྱ་ལྷག་དུ་མ་ཁྱད་དུ་བསད་ནས་རྒྱབས་ཆེན་གྱི་མཚན་འཛིན་མཐའ་ཡས་པ་བསྐྱེད་དང་  
 སྐྱོང་བཞིན་པ་ལ་ང་ཚོ་ཚང་མས་བཀའ་དྲིན་དྲན་ཤིས་ཀྱི་སྟོན་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱིས་ཞབས་ཏོག་བསྐྱབ་དགོས་པ་  
 བེ་བཤད་མ་དགོས་པ་ཞིག་རེད། ལྷག་པར་དུ་གང་གི་ལུགས་བཞེད་གཙོ་བོ་སྟེ་བོད་མི་ཡོངས་རྫོགས་མཐུན་སྦྲིལ་དང་རང་  
 དབང་བདེ་སྲིད་དང་ལྷན་པ་འབྱུང་རྒྱ་དང་། འཇམ་གླིང་ཁྱོད་ཡོངས་སུ་བྱམས་བཅེ་དང་འཆེ་བ་མེད་པའི་ལྷ་གྲུབ་ལག་ལེན་  
 བོང་འཕེལ་དུ་འགྲོ་རྒྱུ་དང་། གནའ་རབས་ཀྱི་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་དང་དེད་དུས་ཀྱི་ཚན་རིག་ལུང་འབྲེལ་གྱི་སྟོན་པའི་ལྷང་  
 དོར་གྱི་རྣམ་དཔྱད་བོང་འཕེལ་དུ་གཏོང་རྒྱུ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཞི་སྲིད་སྐྱེར་རང་དང་གཞན་ཐམས་ཅད་ལ་  
 ཁེ་ཕན་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་དུས་ཚ་ན་ང་ཚོས་དེ་བས་ཀྱང་དོ་སྣང་བྱེད་རྒྱུ་དང་འབད་བ་བྱེད་རྒྱུ་དེ་གལ་ཆེན་བོར་གྱུར། གལ་ཆེ་  
 འོས་ཏེ་ང་ཚོའི་དོན་ནས་ཡལོང་ས་མཚོག་གི་ལུགས་བཞེད་དང་མཐུན་པའི་སེམས་ཅན་སྲིད་བོད་མི་སྲིད་རྒྱལ་བསྟན་སྲིད་  
 ལ་ཕན་བའི་བྱ་བ་ཞིག་བསྐྱབ་རྒྱུའི་སེམས་ལུགས་བསྐྱེད་དགོས་པ་གལ་ཆེན་བོ་རེད་བསམ་འདུག་གི་འདུག་ཡལོང་ས་མཚོག་  
 གིས་སྐྱ་ཕྱི་བར་གསུམ་དུ་བཀའ་སློབ་མང་པོ་ཕེབས་ཡོད། དེ་དག་གི་དགོས་དོན་གཙོ་བོ་སྟེ་ང་ཚོའི་སེམས་ལ་འགྱུར་བ་  
 འོང་རྒྱུ་ཞིག་དང་ལྷང་དོར་གྱི་རྣམ་དཔྱད་བོང་འཕེལ་དུ་འོང་རྒྱུ་དེ་འདྲ་ཞིག་གི་ཆེད་དུ་བཀའ་སློབ་གནང་བ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་



དུས་ཚོན་ལག་ལེན་དངོས་སུ་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་འོང་གི་ཡོད་དང་མེད་ཟེར་བ་དེ་དང་རང་ཚོ་སོ་སོ་སོ་སོའི་འབད་བཅོམ་ལ་རག་ལུས་  
 ཡོད། ཐ་ན་ཚོད་ལྟ་ཚམ་ཡང་མ་བྱས་ན་ཡགོང་ས་མཚོག་གིས་བཀའ་སློབ་མང་པོ་གནང་བ་དེ་དག་ཚང་མ་དོན་མེད་པ་  
 ཆགས་འཕྲོ་ཡི་ཡོད། དེར་བརྟེན་ང་ཚོས་དེས་བར་དུ་ལག་ལེན་དུ་བཀའ་སླབ་པ་ཞིག་དགོས་ཏུ་ཅང་གལ་ཆེན་པོར་གྱུར།  
 ད་ལྟ་ང་རང་ཚོའི་སངས་རྒྱས་དངོས་ལྟ་བུའི་སྐྱེ་མ་ཡགོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་ཞལ་མཇལ་རྒྱ་ཡོད་པ་གསུང་  
 རོས་རྒྱ་ཡོད་པ་དེ་འདྲའི་དུས་ཚོད་བཟང་པོ་འདི་འདྲའི་སྐབས་སུ་བྱེད་རྒྱ་ཡོད་ན་ད་ལྟ་བུའི་རྒྱུད་རྒྱུའི་དུས་ཚོད་ལ་སྤེལ་ས་ཡོད་མ་  
 གཏོགས་མ་འོངས་པ་ལ་གཅིག་བྱེད་རྒྱ་ཡོད་ཟེར་བ་དེས་པན་ཐོགས་ཀྱི་མ་རེད། ལྷག་པར་དུ་ཡགོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་ཆེན་  
 པོ་མཚོག་ཁ་ལ་འབྲེལ་ཏེ་རང་དོན་བསྐྱབ་རྒྱ་བྱས་པ་ཡིན་ན་དེ་བས་ཀྱང་པན་ཐོགས་མེད་པ་ཞིག་དང་པན་ཐོགས་མེད་པའི་  
 ལྟེང་དུ་སྤྱི་སྤེར་ཚང་མ་ལ་གནོད་པ་ཆབས་ཆེན་ཞིག་བསྐྱལ་ཡོད། དེར་བརྟེན་འབགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་གཞན་པན་  
 ལྟེང་རྗེའི་བདག་ཉིད་དེ་རང་གི་རང་དོན་ཅུང་ཟད་བསྐྱབ་རྒྱ་དང་མི་ལ་གནོད་པ་སྤྱིལ་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་བེད་སྤྱོད་བཏང་ན་དེ་ལས་  
 སྤྲེག་པ་ཆེ་བ་ཞིག་མལ་ཆེར་མེད་བསྟན་པ་རེད། ལྷག་པར་དུ་ཡགོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་པ་མས་བྱ་སྤྲེག་  
 གསོས་གསོས་མཇུག་དེ་ཀུན་སྤྲོམས་ཀྱི་བྱམས་བརྟེན་པའི་བོད་མི་ལུ་ལྷ་མིང་སྤོང་ཆོའི་དབར་ལ་ཚོལ་ཁ་དང་ཚོས་  
 ལུགས་ལ་སོགས་པའི་ཁག་སྤྲོ་ཚོགས་བཏགས་ཏེ་འགལ་ལྷ་དང་འཇུག་ཚོད་སྤོང་རྒྱ་དེ་དཔེ་མི་སྤོང་བས་ཐབས་སྤོང་པོ་ཞིག་  
 རེད། དཔེ་ཆ་བཞག་ན། བུ་ཚ་བསམ་ཤེས་མེད་པས་པ་མ་ཀན་ཀོན་གྱི་སྤྲེགས་འཇུགས་པ་ནང་བཞེན་ང་ཚོའི་བྱེད་སྤྲེགས་  
 དེས་ཡར་བུལ་བ་རེན་པོ་ཆེ་ལ་སྤྲེགས་པམ་དང་དགོངས་པ་འཇུག་རྒྱུའི་གཞི་ཅ་གཙོ་བོ་ཆགས་ཡོད་བསམ་འདྲི་གྱི་འདུག །དེར་  
 བརྟེན་ང་རང་གི་དོས་ནས་ཞུས་ན་ཡར་བུལ་བ་རེན་པོ་ཆེའི་དོས་ནས་བསམ་སྤོང་བཏང་བ་ཡིན་ན་ཁོང་ལ་སྤྱིར་འདེབས་ཞུ་མཁན་  
 ལས་བོད་མི་སྤྱིའི་དོན་དག་ལ་བསམ་ཤེས་མེད་པ་བྱས་ནང་ཞུས་སྤྲེག་པ་དུག་དུག་བྱེད་རྒྱ་དེ་སྤྲེགས་པམ་ཆེ་བ་འོང་གི་  
 རེད་བསམ་པ་དེ་འདྲའི་ཚོར་སྤྲེག་ཞིག་འོང་གི་འདུག །དེར་བརྟེན་བཀའ་འདྲིན་རྗེས་འདྲེན་ཞེས་ཁ་ནས་བཤད་རྒྱ་དེ་ལས་སྤོང་པོ་  
 ཞིག་རེད། ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་སོ་སོའི་ཉིན་རེའི་འཚོ་བའི་ཁྲིད་དུ་ལག་ལེན་བསྟར་རྒྱ་དེ་ཅང་དགལ། གང་རེད་ཅེ་ན། ང་ཚོ་  
 ཚང་མ་ལ་རང་བཞིན་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱིས་རང་གཅེས་འཛིན་དང་བདག་འཛིན་གྱི་བག་ཆགས་མཐུག་པོ་ཞེ་དྲག་ཡོད། དེར་བརྟེན་  
 དེའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་གཞན་གཅེས་འཛིན་གྱི་སྤོང་པོ་འཕེལ་དུ་གཏོང་རྒྱ་དང་དེ་བཞིན་སྤྱི་པའི་དོན་དག་ལ་བསམ་  
 ཤེས་བྱེད་རྒྱ་དེ་སྤོང་བརྟེན་བྱེད་དགོས་རྒྱ་ཞིག་དང་འབད་བཅོམ་བྱས་ནས་འོང་དགོས་རྒྱ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དེར་བརྟེན་ང་  
 ཚོས་ཡང་ནས་ཡང་དུ་ཡགོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་བཀའ་ཚོས་དེ་དག་ཉན། དེ་བཞིན་ཉན་པ་ཚམ་དུ་མ་  
 ཟད་སོ་སོའི་སེམས་ལ་བསམ་སྤོང་བཏང་། བསམ་སྤོང་བཏང་བ་ཚམ་དུ་མ་ཟད་པས་དེ་དག་ལག་ལེན་བསྟར་ན་གཞི་ནས་ང་ཚོ་  
 བཟང་དུ་བཟང་དུ་འཕྲོ་སྤུང་བ་ཞིག་དང་ཡར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་འཕྲོ་སྤུང་རྒྱ་ཞིག་འོང་གི་མེད་བསམ་འདྲི། མཐའ་དོན་ཡགོང་ས་  
 ཡསྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་སྤྱི་ཚེ་ཡུན་རིང་དུ་བརྟེན་པ་དང་སྤྲེགས་ཀྱི་བཞེད་དོན་མཐའ་དག་ལྷན་གྱིས་སྤུང་བའི་སྤོང་  
 འདུན་ཞུ་རྒྱ་ཡིན། སྤྲེགས་རྗེ་ཆེ།





དབལ་ཡུལ་དབལ་ཡུལ་ཀླུ་པ་མཚོག་གིས་འདྲ་མཁོར་གྱི་བེད་ཀྱི་དེད་  
 དཔོན་ཡལོང་ས་ཡུལ་མཚོག་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་བྱུགས་བསྐྱེད་དམ་  
 བཅའ་བཞི་ལྟོད་ལ་སྐྱེས་པའི་བཀའ་སློབ།

བྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ལྷ་ ༡༩ ཚེས་ ༧ ཉིན།

ཐོག་མར་ལས་རིམ་འདི་གསལ་གཟུགས་གནང་མི་ཡོངས་ལ་བཀའ་ལེན་པའི་འཚམས་འདྲི་དང་ཆབས་ཅིག་ཏུ་དེས་འདིར་  
 ང་ཚོའི་དབུས་བོད་མིའི་སྤྱི་གུ་འཇུགས་ནས། རང་ཅག་གངས་ཅན་པ་རྣམས་ཀྱི་ལྷ་སྐལ་སྤྱི་ལོར་ཡལོང་ས་ཡུལ་མཚོག་སྤྱི་  
 རྒྱུ་བཅུ་བཞི་པ་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་བྱུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་ཞེས་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་དེའི་སློབ་དང་འབྲེལ་ཏེ་སྐད་ཆ་  
 འོད་རློང་གིས་ཞུས་གསུངས། དེས་དངོས་གནས་བྱས་ན་འདི་བརྟན་འཕྲིན་བརྒྱུད་དེ་འབྲེལ་དགོས་མོད། ཡིན་ནའང་  
 ཆ་རྒྱུན་མ་འདངས་པའི་གནས་སྟངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་སྤྱི་གུ་མ་གཏོགས་བྱེད་ཐུབ་མ་སོང་བས་དེར་དགོངས་སེལ་ཞུ་རྒྱ།

ཡལོང་ས་ཡུལ་མཚོག་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་བྱུགས་མོང་མ་ཡིན་པའི་བྱུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པོ་དེ་ཡལོང་ས་  
 མཚོག་གིས་ཚོགས་གཅིག་ནས་འགོ་བ་མིའི་རིགས་སུ་སྤྱི་སྤྱི་བ་བཞེས་པའི་ཆ་ནས་འགོ་བ་མིའི་ཡ་རབས་བཟང་སྤྱོད་  
 ལྡན་པའི་མི་ཟེར་ནའང་འདྲ་འདུག །ཡང་ན་འགན་འཁུར་ཡོད་པའི་མི་ཞིག་གི་ངོས་ནས་བྱུགས་བསམ་དང་བྱུགས་འགན་  
 བཞེས་སྟངས་གང་འདྲ་ཡོད་པ་དེ་དང་དེ་བཞིན་དེའི་ཐོག་ཏུ་དམིགས་བསམ་ཏུ་བོད་གངས་ཅན་ཀྱི་ཡུལ་དུ་སྤྱི་སྤྱི་བ་བཞེས་  
 ཏེ་གངས་ཅན་པའི་རིགས་རྒྱུད་དུ་འཇུགས་ནས་བོད་རིགས་ཤིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་བྱུགས་འགན་བཞེས་སྟངས་གང་འདྲ་  
 ཡིན་པ། དེའི་ཐོག་ཏུ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་རྗེས་འཇུག་ཅིག་གནང་སྟེ་གང་ལྟར་ཆོས་དད་ཡོད་མཁམ་གྱི་མི་སྤྱིའི་གས་  
 སུ་བཞུགས་ནས་དེའི་ཆ་ནས་བྱུགས་འགན་བཞེས་སྟངས་གང་འདྲ་ཡིན་པ། དེའི་ནང་ནས་དམིགས་བསམ་ཏུ་བོད་ནང་པ་  
 སངས་རྒྱས་པ་དེ་ཐོག་པ་ཆེ་རྒྱུ་སྤྱུགས་དང་བཅས་པའི་མདོ་སྤྱུགས་ཀྱི་ཆོས་ཚང་ལ་མ་ཞོར་བ་རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་ཡུལ་  
 བུ་གནས་དང་ཏེ་དེ་དག་ལ་ཐོས་བསམ་སློབ་གསུམ་གྱི་ཉམས་ལེན་དམིགས་སྤྱིན་པ་མཛད་དེ་དེ་འདྲའི་ཉམས་ལེན་གྱི་རྒྱུ་  
 ད་ལྟ་བར་དུ་རྒྱ་བ་མེད་པར་གནས་བཞིན་པ་དེ་འདྲ་ཞིག་གི་ཁྱད་ཆོས་མདུ་བུ་བུ་ལོད་པ་ནང་པའི་ཆོས་བརྒྱུད་འཛིན་པ་  
 ཆགས་ཡོད། ལྷག་པར་དུ་ང་ཚོའི་ལྷ་སྤྱུག་གི་ཆ་མང་པོ་ཞིག་འཕགས་ཡུལ་གྱི་རྣམ་ལུགས་གདན་ས་ཆེན་པོ་ནས་མར་བརྒྱུད་  
 པ་དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ཚ་ན་དེ་ལྟ་བུ་རྒྱུད་འཛིན་པ་ཞིག་དང་དེ་ལྟ་བུའི་དབུ་མེད་ལམ་སྟོན་གནང་མཁམ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་





དགོངས་པ་དང་ཐུགས་འགན་བཞེས་སྤངས་གང་འདྲ་ཡིན་པ་དེ་བཞིས་མཚོན་པའི་སྤྲད་དུ་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་ཞེས་  
 པ་དེ་ལྟར་གསུངས་པ་ཞིག་ཡིན་པར་དེ་ལྟར་བྲན་གྱི་ཡོད།

ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཞེས་ཞི་ཞི་ཡོང་ས་མཚོག་གི་སྤྲོ་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྒྱལ་ས་ཆེན་གྱི་ཐུགས་བསྐྱེད་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་  
 པ་ཞིག་དང་སྤྲོ་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྤྲོ་ཡི་ཆེ་བ་དང་ཡོན་ཏན་དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། འདི་རེད་འདི་མ་རེད་  
 ཅེས་འབྲེལ་བ་འདྲ་ལྷན་ཏུ་འདྲ་དགའ། ཡོང་ས་མཚོག་གང་ཉིད་ཀྱིས་མར་མང་ཚོགས་ལ་བཀའ་སློབ་རབ་དང་རིམ་པ་  
 མང་སོ་སོའི་པ་དེའི་ནང་དུ་ཡུལ་བ་དོན་གྱི་བདག་སོ་གང་ཉིད་ཀྱིས་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་འདི་དང་འདི་ཡིན་ཞེས་  
 མང་ཚོགས་ལ་འབྲེལ་བ་འདྲ་དང་བཀའ་སློབ་སོ་སོའི་པ་དེ་ལས་ལྷག་པ་ཞིག་ལྷན་ཏུ་མེད་ལ་ལྷན་ཏུ་མེད་པ་ཆེ་བའི་སྤྲོ་ཆ་  
 ལྟ་བུ་ཞིག་རེད་ཟེ། ཡིན་ནའང་སྤྲོ་མོང་རྣམས་ཐར་དེ་རྗེས་འབྲེལ་གཏུག་གྱུར་ཉམས་ལེན་དུ་འབྲེལ་དགོས་ཀྱི་ཞིག་དང་ང་  
 ཚོས་མིག་དཔེ་ཡར་ལྷ་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན་ཅེ་ན་དེ་འདྲའི་འགྲོ་སྤངས་ཤིག་གི་ཐོག་ནས་ལྷན་ཏུ་ཉན་ཉན་ཡུལ་ས་མགོན་རིན་  
 པོ་ཆེའི་ཐུགས་བསྐྱེད་རྒྱལ་ས་སོ་ཆེ་འདི་འདྲ་ཞིག་བཞེས་གནང་གི་ཡོད་པ་ཡིན་དུས་ཅེ་ན་དེ་དག་ལ་ང་ཚོས་སྤྲོ་མོང་པ་མི་  
 ཡོངས་སུ་རྒྱུགས་པ་དང་ལྷག་པར་དུ་ང་ཚོ་སོད་གངས་ཅན་པའི་རིགས་རྒྱུད་དུ་གཏོགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དེ་ལ་སློབ་སྦྱོང་  
 ལྷན་ཏུ་ཞིག་དང་དེ་ལ་དཔེ་བལྟས་ཏེ་སོ་སོའི་འཛོན་ཚོད་དཔག་ཚོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་དང་  
 འབྲེལ་བའི་བྱ་བ་སྦྱོང་ལམ་སོ་སོའི་མི་ཆེའི་ནང་དུ་གང་ཐུབ་ཅེ་ཐུབ་ཞིག་བསྐྱབ་ཐུབ་དགོས་ཀྱི་གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཐུག་ཡོད།  
 དེར་བརྟེན་རྒྱ་ཆེ་ས་ནས་ལྷན་ཏུ་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་སོ་དེའི་ནང་དུ་མདོ་སྤྲེལ་གྱི་ཚོས་ཀྱི་གནད་འགག་ཚང་མ་  
 འདུས་ཡོད་ཅེས་ལབ་ན་འགྲིག་པ་ལྟ་བུ། ཡིན་ནའང་པར་ཁག་ཁག་སོ་སོ་བྱས་ཏེ་ཐོག་མར་འགྲོ་བ་མིའི་བཟང་སྦྱོང་གྱི་ཐོག་  
 ལས་ལྷན་ཏུ་ང་ཚོ་འགྲོ་བ་མི་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ཚོས་ལྷགས་ལ་དད་པ་ཡོད་ཀྱང་རུང་མེད་ཀྱང་རུང་ཚང་མས་འགྲོ་བ་  
 མི་བཟང་སོ་ཞིག་དང་སའི་གོ་ལ་འདིའི་ནང་དུ་འཚོ་སྤྲོད་བྱེད་མཁན་གྱི་སེམས་ཅན་བཟང་སོ་ཞིག་ལ་འགྱུར་ཐུབ་པ་བྱེད་རྒྱུའི་  
 འགན་འཁུར་དེ་ང་ཚོ་ཚང་མར་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཡོང་ས་ཡུལ་ས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་ཡང་ནས་ཡང་དུ་བཀའ་སློབ་  
 ཐེབས་ཏེ་ང་ཚོ་ཚོས་དད་ཡོད་མེད་ལ་མ་ལྟོས་པར་ཡ་རབས་བཟང་སྦྱོང་དང་གཞན་པན་གྱི་བྱམས་བཅེ་དང་འཇམ་གླིང་སྤྱི་  
 ཡི་པན་བའི་ཆེད་དུ་འགན་འཁུར་ལེན་སྤངས་དེ་ཚོའི་ཐོག་ཏུ་བཀའ་སློབ་རབ་དང་རིམ་པ་མང་སོ་སོའི་ཡོད། དེ་དག་ང་ཚོ་  
 འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་སུ་གཏོགས་སོ་ཅོག་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཤེས་དགོས་ཀྱི་ཞིག་དང་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཉམས་ལེན་དུ་བསྐྱར་  
 དགོས་ཀྱི་ཆགས་ཡོད་པས་དེར་བརྟེན་དེ་གནད་འགག་ཞིག་ཆགས་ཡོད།

ང་ཚོ་སོད་པ་བརྒྱ་ཆ་དགུ་བརྒྱ་གོ་དགུ་ཚོས་དད་ཡོད་མཁན་རེད་ཅེས་བརྗོད་ན་འགྲིག་ཡོད། དེ་བཞིན་འཇམ་བུ་གླིང་  
 འདིའི་ཐོག་ཏུ་སྤྲོ་བ་འགང་ཚོས་ལྷགས་ལ་དད་པ་ཡོད་མཁན་དང་མེད་མཁན་མང་སོ་ཞིག་ཡོད། གཅིག་བྱས་ན་ཚོས་ལྷགས་  
 ལ་དད་པ་མེད་མཁན་དེ་མང་བ་ཡོད་བཤད་དགའ། གང་ལྟར་ཡང་ཚོས་ལྷགས་ལ་དད་པ་ཡོད་མཁན་གྱི་གངས་འབོར་རྒྱ་



ཚེན་པོ་ཚགས་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཚོས་ལུགས་ལ་དད་པ་ཡོད་མཁན་གྱི་ནང་དུ་སྤྱིར་ཚོས་བརྒྱུད་ཀྱི་དབྱེ་བའམ་ནང་པ་དང་  
 རྩེ་བ་ཞེས་དང་དེ་བཞིན་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་ཚོས་ལུགས་མང་པོ་ཞིག་ཡོད། དེ་དག་པན་ཚུན་ཚང་མ་སྤྱིར་རང་རང་སོ་  
 སའི་ཚོས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་བྱེད་སྤངས་དང་ལྟ་གྲུབ་དེ་དག་དང་མ་མཐུན་པ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད། ཡིན་ནའང་ཚང་མས་ཚོག་གིས་  
 སློ་བཏགས་ཏེ་མང་པོ་ཞིག་བཤད་ཀྱང་མ་བཤད་ཀྱང་མཐར་ཐུག་དོན་དག་འབབ་ས་སྟེ་ཚང་མ་བདེ་པོ་དང་སྤྱིད་པོ་འབྱུང་རྒྱ་  
 དང་ལུས་བདེ་སེམས་སྤྱིད་འབྱུང་རྒྱ་དེ་འདྲའི་དམིགས་ལུལ་གཙོ་བོ་བཞག་པ་ཏེ་ཅང་གསལ་པོ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དེར་  
 ཚོས་ལུགས་ནང་ཁུལ་པན་ཚུན་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་གཞོན་པ་དང་ཕྱོགས་ཞེན་བྱེད་རྒྱ་དེ་དག་ཚོས་ལུགས་ར་རང་སོ་སའི་  
 ཚོས་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་གྲུབ་དང་མ་མཐུན་པ་དེ་དང་རྒྱབ་འགུལ་ཆགས་པའི་གནས་སྤངས་ལྟ་བུ་ཆགས་ཡོད་སྟབས། ཡགོང་  
 ས་ཡསྐབས་མགོན་ཚེན་པོ་མཚོག་གིས་ད་ལྟ་བར་དུ་འཛམ་གླིང་གང་སར་ཞབས་བཅགས་ཏེ་ཚོས་ལུགས་དབུ་མེད་འདྲ་  
 མིན་དང་ལྟན་དུ་མཇལ་འཕྲད་མཛད་དེ་ང་ཚོ་ཚོས་ལུགས་ལ་དད་པ་ཡོད་མཁན་ནང་པན་ཚུན། ཚོས་ལུགས་དབུ་མེད་ནང་  
 པན་ཚུན་ཚང་མ་ངོ་ཤེས་གྲོགས་པོ་བཟང་པོ་ཞིག་འབྱུང་རྒྱ་དང་ཚོས་ལུགས་སོ་སོ་པན་ཚུན་གྱི་ལྟ་གྲུབ་ཀྱི་ཐོག་ཏུ་ཡིན་ནའང་  
 གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་པན་ཚུན་རྒྱས་ལོན་བྱེད་རྒྱ་དང་པན་ཚུན་ཉམས་སྲོལ་སྟེལ་རེས་བྱེད་རྒྱ་དེ་དག་ཏེ་ཅང་གིས་གལ་  
 ཚེན་པོ་ཡིན་པ་དང་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་བྱུང་ན་འཛམ་གླིང་ཞི་བདེ་འབྱུང་རྒྱ་དང་འཛམ་གླིང་འདྲིའི་ཐོག་ཏུ་ཚོས་ལུགས་ལ་བརྟེན་  
 པའི་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་མིང་བཏགས་ཏེ་འཛིགས་སུ་རུང་བའི་འཐབ་ཚེད་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་དག་ཞི་བར་འབྱུང་རྒྱ་  
 དེ་འདྲའི་དགོངས་བཞེད་རྒྱབ་སོ་ཆེ་གཞན་གྱི་ཡོད། དེ་དག་ང་ཚོ་ཚོས་ལུགས་ལ་དད་པ་ཡོད་མཁན་ཚང་མས་སློབ་སྦྱོང་ལྷ་  
 དགོས་རྒྱ་ཞིག་དང་དེར་མིག་དཔེ་ཡར་ལྷ་ལྷ་དགོས་པ་ཆགས་ཡོད་པས་དེ་ནི་གནད་འགག་གཉིས་པ་དེ་ཡིན།

ང་ཚོ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ངོས་ནས་བཤད་ན་སེམས་ཁུར་བྱེད་ས་ནི་སེམས་ཅན་སེམས་ཡོད་དོ་ཅོག་ཐམས་ཅད་  
 གྱི་ཚེད་དུ་སེམས་ཁུར་བྱེད་རྒྱ་ཞིག་དང་། ཐམས་ཅད་གྱི་ཚེད་དུ་ཐ་ན་ཡང་སློན་ལམ་རྒྱག་དགོས་པ་དེ་འདྲའི་འགྲོ་སྤངས་ཤིག་  
 ཡོད། དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་ང་ཚོ་བོད་གངས་ཅན་གྱི་སྤྱོད་ས་སུ་སྤྱེས་ནས་སོ་སའི་ཤུགས་རིགས་རྒྱུད་གཅིག་བའམ། པ་ས་པ་  
 དུལ་གཅིག་པའི་མི་རིགས་ཤིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ང་ཚོ་སྤྱིད་སྤུག་གཅིག་པ་ཆགས་ཡོད་སྟབས་དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་བསམ་སློ་  
 གཏོང་སྤངས་དེའང་དམིགས་བསམ་ལ་དགོས་རྒྱ་ལྟ་བུ་ཞིག་དང་། ལྷག་པར་དུ་ད་ལྟའི་དུས་ཚོད་འདི་ལ་བོད་ཀྱི་སྤོང་བཅུད་རིག་  
 གཞུང་དང་བཅས་པ་ཏེ་ཅང་གིས་ཉམ་ང་ལ་ཇོ་བུ་གི་གནས་སྤངས་དེ་ལྟར་ཆགས་ཡོད་པས་འདི་འདྲའི་སྐབས་སུ་ང་ཚོ་  
 བོད་མི་རྒན་གཞོན་བར་གསུམ་དང་སྐྱ་སེར་པོ་མའི་དབྱེ་བ་མེད་པར་ཚང་མའི་ངོས་ནས་སོ་སའི་འཛོལ་ཚོད་དཔག་ཚོད་ཀྱིས་  
 ཆབ་སྲིད་ཀྱི་མི་སྣས་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཐོག་ནས་བོད་སྤྱི་པའི་དོན་དུ་པན་དོན་བསྐྱབ་རྒྱ། ཚོས་ལུགས་ཀྱི་མི་སྣས་ཚོས་ལུགས་  
 ཀྱི་ཐོག་ནས་བོད་སྤྱི་པའི་དོན་དུ་པན་དོན་བསྐྱབ་རྒྱ། རིག་གཞུང་གཅེས་སྤོང་བྱེད་མིས་རང་རང་སོ་སའི་ལས་དོན་དང་རང་  
 སོ་སའི་གནས་སྤངས་ལ་དཔག་པའི་ཐོག་ནས་བོད་སྤྱི་པའི་དོན་དག་དང་བོད་ཀྱི་མ་འོངས་པའི་དོན་དུ་འཛོལ་ཚོད་དཔག་ཚོད་  
 ཀྱིས་ཞབས་འདེགས་ལྷ་དགོས་རྒྱ་ཞིག་དང་ལུས་པ་འདོན་དགོས་རྒྱའི་དུས་ཚོད་ལ་སྟེབས་ཡོད།



ཡགོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་ལྟ་བུ་ནི་བོད་མིའི་ཡསྐབས་མགོན་དང་། བོད་མིའི་ཚབ་མཚོན། འཛམ་གུ་  
 མྱིང་གི་ཚོག་ཏུ་བོད་པ་ཞེས་པ་ཟེར་དུས་ཙཱ་ན་མི་ལ་པར་བསྟན་རྒྱ་དེ་བོད་པའི་མཚོན་གྲེད་དམ་ང་ཚོའི་གཟི་བུ་ཟེར་ན་དེ་  
 བེ་ཡགོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་ཆགས་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཡགོང་ས་མཚོག་གིས་བོད་པའི་དོན་དུ་སྲ་སྲེ་བར་  
 གསུམ་དུ་སྤྱུགས་འགན་ག་ཚོད་བཞེས་ཀྱི་ཡོད་པ། བོད་ཀྱི་དོན་དུ་དགོངས་བཞེས་རྒྱུ་ལས་པོ་ཆེ་གང་འདྲ་ཡོད་པ། དེའི་ཆེད་  
 དུ་ང་ཚོ་བོད་མི་ཚང་མས་ཡགོང་ས་མཚོག་གི་ཅི་གསུང་གི་བཀའ་སྐྱབ། སྤྱུགས་གང་དགོངས་ཀྱི་སྤྱུགས་བཞེད་དེ་ལྟོན་བཞེན་  
 འགྲུབ་པ་ཞིག་འབྱུང་རྒྱུའི་ལས་འགན་དེ་ང་ཚོ་ཚང་མར་ཡོད། དེར་བརྟེན་ང་ཚོ་ཚང་མས་ཚོས་བརྒྱུད་ཀྱི་སྤྱུགས་རིས་མི་གྲེད་  
 པ་དང་ཚོལ་ཁའི་འཐེན་འབྲེར་མ་གྲུས་པར་ཚང་མའི་ངོས་ནས་བོད་ཟེར་དུས་བོད་སྤྱི་པའི་དོན་དག་དེ་ལ་བསམ་སློབ་མང་ཙམ་  
 གཏོང་སྤུབ་རྒྱ་ཞིག་དང་། སོ་སོ་སྐྱར་གྱི་ཁེ་བན་སྤོབ་དུ་པར་གཡུག་ནས་བོད་སྤྱིའི་དོན་དག་གལ་ཆེ་བ་ཨང་དང་པོར་བརྟེན་  
 ཏེ་དེའི་ཆེད་དུ་ཡགོང་ས་མཚོག་གིས་དབུ་ཁྲིད་པའི་འོག་ཏུ་སོ་སོའི་ངོས་ནས་དམ་ཚིག་ལ་རྒྱ་སྤྱང་བའི་ཚོག་ནས་ག་རེ་ག་རེ་  
 གྲེད་སྤུབ་རྒྱ་འདུག་བསམ་སློབ་གཏོང་དགོས་རྒྱ་དང་ལག་ལེན་བསྟར་དགོས་རྒྱ་གནད་འགག་གསུམ་པ་དེ་ཆགས་ཡོད།

རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་བོའི་རིག་གནས་སམ། དང་པོ་རྒྱ་གར་ཚོས་ཀྱི་ཞིང་ས་གསུངས་པ་ཇི་བཞེན་ང་ཚོ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་  
 པའི་ཚོས་ཀྱི་འབྲུང་ཁུངས་དང་པོ་རྒྱ་གར་རེད། རྒྱ་གར་ནས་འཛམ་གླིང་གི་ས་ཆ་གང་སར་བྱུང་སྤེལ་བྱུང་། བོད་ནང་པ་  
 སངས་རྒྱས་པའི་ཚོས་ཀྱི་འབྲུང་ཁུངས་པ་མ་ལྟ་བུ་དེ་རྒྱ་གར་ཡིན། ད་ལྟའི་དབང་དུ་བྱས་ན་ཡགོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་ཆེན་  
 པོ་མཚོག་བོད་ནས་རྒྱ་གར་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཚོས་ཀྱི་འབྲུང་ཁུངས་སུ་བཅན་བྱོལ་དུ་ཕེབས་པ་ཙམ་དུ་མ་ཟད། རྒྱ་གར་  
 དུ་བར་སྐབས་ཤིག་ལ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཚོས་ཉམས་ཆག་བྱུང་སྟེ་པལ་ཆེར་མིང་གི་ལྷག་མ་ཙམ་དུ་གྲུང་པའི་སྐབས་  
 སུ་ཡགོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་དང་། དེ་བཞེན་ཚོས་བརྒྱུད་ཁག་གི་སྤྱོད་དབུ་ཁྲིད་རྣམས་པའི་སྤྱུགས་བསྐྱེད་  
 སློན་ལམ་རེད། དེ་མིན་ང་ཚོ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཚོས་བརྒྱུད་འཛིན་པ་ཁག་གི་དམ་པའི་སྤྱུགས་བྱུ་ཚོའི་སྤྱོད་ལ་བརྟེན་  
 བས་རྒྱ་གར་ནང་དུ་སྤྱར་ཡང་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད་པ་ཞིག་དང་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་དགོ་འདུན་གྱི་  
 སྤེ་དང་གཞུག་ལག་ཁང་། བཤད་སྤུབ་འཆད་ཉན་གྱི་སྤེ་དང་སྤེལ་བྱུང་ཡོད། དེ་ནི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དོན་སྤྱིང་དང་གཟི་བུ་ཟེར་ལྟོན་  
 པའི་གནས་སྤངས་ཆགས་ཡོད། དེར་བརྟེན་འདི་ལྟ་བུའི་གོ་སྐབས་བཟང་པོ་བྱུང་བའི་ཁ་སྤྱུག་ལ་ང་ཚོའི་ངོས་ནས་ཡང་བསྐྱར་  
 ང་ཚོའི་མེས་པོ་དག་ལས་གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱུད་དེ་གསེར་གྱི་ཡང་འུན་ལྟ་བུའི་བརྒྱུད་པ་བར་མ་ཆད་པར་བརྒྱུད་པའི་  
 བཤད་སྤུབ་ལས་གསུམ་གྱི་སློན་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་འཛིན་སྲོད་སྤེལ་གསུམ་གྲེད་རྒྱུའི་མཛད་པ་མད་དུ་བྱུང་བ་འདི་  
 ང་ཚོའི་མི་རབས་ནས་མི་རབས་ལ་མར་སུ་མཐུད་དེ་རྒྱུན་སྤེལ་གྲེད་རྒྱུ་དེ་ཏེ་ཅང་གིས་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད། དེའི་ནང་  
 བས་རྒྱ་དང་ཡགོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་སུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྤྱུགས་བཞེད་དེ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པ་ལ་དང་  
 མོས་གྲེད་མཁན་གྱི་དེའི་ཁོར་ཡུག་ཙམ་གཅིག་སུ་མ་ཡིན་པར་སྤྱིར་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཚོས་ཀྱི་གོ་བ་དང་། ཚོས་ཀྱི་  
 བོད་དོན་མང་པོ་ཞིག་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པ་ཟེར་བ་དེའི་སྤེ་ཚན་རྒྱུད་དུ་དེ་ལས་བརྒྱལ་ཏེ་འཛམ་གླིང་ཡོངས་རྫོགས་ལ་བཞོ་



བཤའ་བྱེད་རྒྱ་ཡོད་པ་ཞིག་དང་། འཇམ་གླིང་གི་སེམས་ཅན་འགོ་བ་མི་ཡོངས་རྫོགས་ལ་བྱབ་སྐྱེལ་བྱེད་ཚོགས་པ་དེ་འདྲའི་ནང་  
 དོན་ལུན་སུམ་ཚོགས་པ་དང་ནང་དོན་ཟབ་མོ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དེ་ལྟ་བུའི་དགོངས་བཞེད་རྒྱབ་སྐྱོར་ཚོན་གྱིས་ཚན་རིག་  
 པ་དང་ལྷན་དུ་ནང་ཚོས་དང་ཚོན་རིག་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་བརྗོད་གནང་རྒྱ་དང་། ཡང་ནང་ཚོས་ཀྱི་ནང་དུ་ནང་ཚོས་ཀྱི་ལྟ་  
 གྲུབ་དང་དེ་བཞིན་ནང་ཚོས་ཀྱི་ཚན་རིག་དང་ནང་ཚོས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ལ་སོགས་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཁག་ཁག་སོ་སོ་དབྱེ་བ་བྱས་ཏེ་  
 དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པ་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་རྒྱ་དེ་ཚོས་དང་བ་གཅིག་བུའི་ཐོག་ནས་དོ་སྣང་བྱེད་པ་ཙམ་དུ་མ་ཟད་  
 པས་སློ་དུ་མ་ཞིག་ནས་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པ་ལ་འཇུག་རྒྱ་ཞིག་དང་ཚང་མ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཚོས་ལ་དོ་སྣང་འབྱུང་རྒྱ་  
 དང་དེའི་ཐོག་ནས་འགོ་བ་མི་ལ་བདེ་སྲིད་རྒྱ་གང་ཆེ་ཞིག་བསྐྱེད་ཐུབ་རྒྱུའི་དགོངས་བཞེད་རྒྱབ་སྐྱོར་སོ་ཆེ་གནང་གི་ཡོད། དེར་  
 བརྟེན་དེ་ཚོའི་ཐོག་ཏུ་ཡིན་ནའང་ང་ཚོས་ངེས་པར་དུ་བསམ་སློབ་ཞིབ་ཚགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་གོ་བ་གསུང་བ་ཞིག་དང་བསམ་སློབ་  
 རྒྱ་གང་ཆེ་གཏོང་དགོས་རྒྱ་ཏེ་ཅང་གནད་འགག་ཆགས་འདུག་བསམ། དེ་རིང་སྤྲོ་མ་ཚོགས་ལྟ་བུ་སེམས་ལ་གང་ཅན་དེ་ཙམ་  
 མ་གཏོགས། གོང་དུ་ལྷན་པ་ནང་བཞིན་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་དེ་ཡགོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་ཐུན་  
 མོང་མ་ཡིན་པའི་ཐུགས་བསྐྱེད་སློན་ལམ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་སྐབས། དེར་འདི་འདྲ་རེད་འདི་འདྲ་མ་རེད་ཅེས་ལྷ་  
 ཐུབ་རྒྱུའི་སློབས་པ་མེད་ལ་ལྷ་མོད་རྒྱ་ཞིག་ཀྱང་མེད། དེར་བརྟེན་མང་པོ་ལྷ་མི་ཤེས།

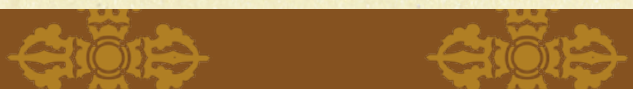
མཐའ་དོན་སྤྱི་ཚོར་ཡགོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་ཡུལ་བའི་དབང་པོ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་མཚོག་སྐྱེ་ཆེ་ཡུན་རིང་དུ་བརྟན་  
 པ་དང་ང་ཚོ་གཞིས་བྱེས་བོད་མི་ཐམས་ཅད་མཁྱོགས་ནས་སྦྱར་དུ་ལྷན་འཛོམས་ཡོང་བ་དང་རྒྱལ་བའི་བསྐྱེད་པ་རིན་པོ་ཆེ་  
 ལྷོགས་ཀྱང་ཏུ་ལུབ་པ་མེད་པར་དང་ཞིང་རྒྱས་པའི་སློན་འདུན་ལྷ་རྒྱ། ཐུགས་ཇེ་ཆེ།



དཔལ་ལས་སྐྱའི་ལས་སྐྱའས་མགོན་གོང་མ་ཁྲི་ཆེན་རྗེ་འཆང་ཆེན་  
 བོ་མཚོ་གཉེན་ལྷན་གསུམ་དབྱེད་གྲངས་བརྒྱུན་ཅུ་དོན་དུག་ཏུ་ཕེབས་པའི་  
 རྒྱ་ཡི་འབྲུག་ས་སྐར་ཉིན་གྱི་འཆམས་འདྲིའི་བཀའ་སློབ།

ནམ་པ་ལྷན་རྒྱས་ཚང་མ་ལ་བཟུལ་གྱི་ལུ་བ་དང་ཆབས་ཅིག་ཏུ་དེ་རིང་གི་སྐལ་བ་བཟང་བོའི་དུས་སྟོན་འདི་ལ་ང་  
 ཚོ་བོད་གངས་ཅན་ལྗོངས་ཀྱི་རིགས་སྲགས་འཆང་བ་ཡོངས་ཀྱི་སྤྱི་ཚེ། སྲགས་འཆང་ལྷ་མ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ། དཔལ་  
 ས་སྐྱའི་ལགོང་མ་ཁྲི་ཆེན་རྗེ་འཆང་ཆེན་བོ་མཚོ་གཉེན་ལྷན་གསུམ་དབྱེད་གྲངས་བརྒྱུན་ཅུ་དོན་དུག་ཏུ་ཕེབས་པའི་འབྲུག་ས་སྐར་  
 ཀྱི་དུས་བཟང་དེ་ཆགས་ཡོད། དེ་རིང་འདི་འདྲ་བའི་དུས་ཚོད་བཟང་བོ་འདི་ལ་ཁེ་ན་ཏུ་གོ་རོལ་གོ་ས་སྐྱའི་ཚོས་ཚོགས་ནས་  
 བསྐྱལ་མ་གནང་བ་ནང་བཞིན་ངའི་ངོས་ནས་འདྲིའི་མང་ཚོགས་ཚོའི་ངོས་ནས་ལགོང་མ་ཁྲི་ཆེན་བོ་མཚོའི་མཛད་པ་ཐོན་ལས་  
 ལ་བཀའ་ཐོན་རྗེས་དྲན་ཏུ་སྐྱབས་སྐྱོར་ལ་ཆོག་ཁབ་ལས་ལོག་འོད་རྟོགས་ཀྱིས་ཞེས་གསུང་གི་འདུག །སྤྱིར་བཏང་ནམ་རྒྱུན་ང་  
 ཚོ་བོད་པའི་ཁ་དཔེ་ཞིག་ཡོད། རྟེན་རྟེན་པ་ལ་རྟེན་བཤད་གསལ་པ་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད། གང་ཞེ་ན། རྒྱ་འབྲུག་པ་ཅ་ཆེན་དེ་  
 དག་ལ་འགྲེལ་བཤད་གསལ་པ་ཏུ་དགོས་པ་གང་ཡང་མེད། རང་བཞིན་གྱིས་རྒྱ་འབྲུག་པ་ཡིན་ཅ་ན་དེའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རང་  
 བཞིན་དང་རིན་ཐང་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་བསྟན་པ་ཞིག་རེད། དེ་ལ་ང་ཚོས་གསལ་པ་བཅུ་དགོས་པ་གང་ཡང་མེད་ཅེས་  
 དེ་འདྲའི་བཤད་སྟོལ་ཡོད། དེ་ག་ནང་བཞིན་ལས་སྐྱའས་མགོན་ལགོང་མ་བདག་ཁྲི་ཆེན་བོ་མཚོ་གཉེན་གྱི་ཆ་ནས་  
 བཞག་པ་ཡིན་ན། ས་སྐྱའི་འཁོར་གྱི་གཞུང་རྒྱུད་ཅེས་ང་ཚོ་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་རབས་ལོ་རྒྱུས་ཚོའི་ནང་དུ་གཟིགས་ན་ཏུ་ཅང་གིས་ལོ་  
 རྒྱུས་རིང་མོ་ཡོད་བསྟན་པ་ཞིག་དང་། གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་དེ་འདྲའི་གཞུང་རིགས་ལས་བྱུང་བསྟན་པ་ཞིག་ཆགས་  
 ཡོད། དེར་བརྟེན་དེ་རིང་ངས་མང་ཚོགས་ཚོ་ལ་བཀའ་མོལ་ཏུ་རྒྱ་དོན་ཚན་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཏུ་དགོས་མེད་དམ་བསམ་  
 བྱ།

དང་པོ། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཐོག་གི་ལྷ་ཆེན། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཐོག་ཏུ་སྤྱིར་བཏང་ང་ཚོ་བོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་ཏུ་ལྷ་མ་ཆེན་བོ་མང་བོ་  
 བྱུང་ཡོད། ལྷ་མ་ཆེན་བོ་མང་བོ་བྱུང་ཡོད་དེ་ཡིན་ནའང་དེའི་ནང་ནས་གཅིག་གཞུང་རབས་ཀྱི་རྒྱུད་པ་བར་མ་ཆད་པ་བྱས་ད་  
 ལྷ་བར་དུ་བྱུང་བསྟན་པ་ཞིག་དང་། དེ་ག་ནང་བཞིན་བྱུང་བ་ཅམ་དུ་མ་ཟད་དེའི་གཟི་བརྗིད་དང་མཚན་མཐོང་ཆང་མ་ལོགས་  
 མ་ཉམས་པ་བྱས་ཡོད་བསྟན་པ་དེ་ང་ཚོ་ས་སྐྱའི་གཞུང་རབས་ཀྱི་རྒྱུད་པ་དེ་ཆགས་བསྟན་ཡོད་རེད་བསམ་བློན་གྱི་འདུག

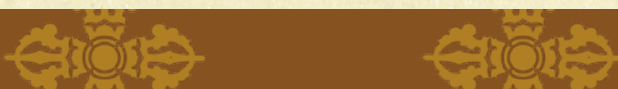






ཡང་ན། སློན་བྱོན་གོང་མའི་རྣམ་ཐར་རྗེས་འཇུག་གཤམ་བྱའི་ཉམས་ལེན་དུ་འཁྱེར་སྐབ་རྒྱ་ཞིག་དེ་འདྲ་གནང་ཡང་གནང་གི་  
 རེད་ལ་དེ་གནང་སྐབ་པ་ཞིག་དང་དེ་བཞིན་ད་ལྟ་གོང་དུ་ལྷན་པ་ནང་བཞིན་ང་ཚོ་ས་སྐྱའི་འཁོན་རིགས་ཀྱི་ཁྲི་འཛིན་རིམ་བྱོན་  
 དེ་སྤྱིར་བཏང་དཔལ་ལྷན་ས་སྐྱ་པ་ཅམ་དུ་མ་ཟད་པས་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་དུ་དམིགས་བསལ་འབྱུང་དུ་དོད་པའི་སློབ་ཆེན་  
 ཞིག་ཆགས་ཡོད། དེར་བརྟེན་མཛད་པ་ཐིན་ལས་དེ་ཚོས་བརྒྱུད་ཡན་གར་བ་ཞིག་དང་ལུང་པ་རྒྱུད་རྒྱུད་དེ་འདྲ་ཅམ་དུ་མ་  
 ཟད་པས་བོད་འབངས་སྤྱི་དང་འཛམ་གླིང་ཡོངས་ལ་ཁྲབ་སྐབ་རྒྱ་དེ་འདྲའི་སྐབས་བསྐྱེད་དང་སློན་ལམ་ཟབ་མོ་ཞིག་བཅངས་  
 གནང་དགོས་རྒྱ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་བཤུད་འདུག་པས་མ་ཟད་ཀྱི་འདུག །དེར་བརྟེན་ད་རེས་ཀྱི་གོ་སྐབས་དེ་དང་  
 བསྐྱེད་ཏེ་མང་པོ་ཞིག་ལྷུ་ཤེས་ཀྱི་མི་འདུག་སྟེ། ཡིན་ནའང་ཟུན་གསའི་རྒྱལ་དུ་ད་རེས་གོ་སྐབས་བཟང་པོ་འདི་བརྒྱུད་དེ་ཚོག་  
 ཁ་ཤེས་སློབས་པ་ཆེན་པོའི་ཐོག་ནས་ལྷུ་དགོས་ཐལ་སོང་། གལ་ཆེ་ཤོས་ཏེ་ཡ་གོང་མ་ཁྲི་ཆེན་རྗེ་རྗེ་འཆང་ཆེན་པོ་མཚོག་  
 ད་ལྟ་སྐྱེ་མཚན་དཔའི་ལང་ཚོ་མཛོན་པར་རྒྱས་ཏེ་མཛད་པ་ཐིན་ལས་དབྱེད་ཀྱི་མཚོ་ཆེན་བཞིན་དུ་རྒྱས་དང་རྒྱས་བཞིན་པ་  
 དེ་འདྲ་ཞིག་རེད། མ་འོངས་པ་ལ་ཡིན་ནའང་ད་དུང་བསྐྱེད་པ་དང་འགྲོ་བ་ཡོངས་སྐབས་པར་དུ་ད་ལྟ་བོད་གངས་ཅན་སྤྱིངས་  
 ཀྱི་སློབ་བཅུད་ཆགས་འཛིག་གི་མཚམས་སུ་སླེབས་པའི་ཁ་ལྷན་འདི་ལ་ད་དུང་ཡང་དགོངས་པ་ཆེ་བཞེས་ཀྱི་ཐོག་ནས་སྐྱེ་ཆེ་  
 ཞབས་པད་ལུན་རིང་དུ་བརྟན་པའི་སྐབས་འཇུག་ཅི་ནས་ཀྱང་གནང་རོགས་ཀྱིས་ཞེས་ང་ཚོ་ཚང་མས་གསོལ་བ་ལུང་རྒྱགས་  
 སུ་འདེབས་རྒྱ་དང་། ང་རང་ཚོ་ཁྲི་ཆེན་རྗེ་རྗེ་འཆང་ཆེན་པོ་ལས་ཚོས་དང་ཟད་ཟེང་གི་འབྲེལ་བ་ཐོགས་པ་ང་རང་ཚོ་ཚང་མའི་  
 རོས་ནས་ཀྱང་ཡ་གོང་མ་རིན་པོ་ཆའི་མཛད་པ་ཐིན་ལས་ལ་སོ་སོའི་ངོས་ནས་ལུས་པས་གང་སྟོབས་ཀྱི་ཞབས་ལྷུ་བསྐྱབ་རྒྱ་  
 དང་དེ་བཞིན་གསོལ་འདེབས་སློན་ལམ་ཚང་མས་གང་ཟུག་ཟུག་གནང་རོགས་གནང་ཞེས་དེ་ལྟར་ལྷུ་རྒྱ་རྒྱ་ཡིན།

དཔལ་ལྷན་སློབ་པའི་ཞབས་པད་བརྟན་པ་དང་། །མཁའ་མཉམ་ཡོངས་ལ་བདེ་སྦྱིད་འབྱུང་བ་དང་། །  
 བདག་གཞན་མ་ལུས་ཚོགས་བསགས་སྦྱིབ་སྦྱངས་ན། །སྤྱིར་དུ་སངས་རྒྱས་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག །





ལྷན་པ་འབྲི་ཀྱུན་པ་ཆེན་པོ་འི་ཡ་སྤྱད་ས་མགོན་ཆེ་ཚང་རིན་པོ་ཆེ་དགོན་  
 མཚོན་བསྟན་འཛིན་ཀྱུན་བཟང་ཕྱིན་ལས་ལྷན་གྲུབ་མཚོན་དགྲུང་གྲངས་  
 བདུན་ཅུ་དོན་ལྗར་ཕེབས་པའི་སྐྱེ་ཡི་འཁྲུངས་སྐར་ཉིན་གྱི་  
 འཚམས་འདྲིའི་བཀའ་སློབ།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ཕྱི་ཟླ་ ༧ ཚེས་ ༢༧ ཉིན།

འདས་དུས་སྐྱེ་ལུས་སློན་དང་མར་མེ་མཛད། །མ་འོངས་གུམས་པ་ད་ལྟར་ལྟ་སྟུགས། །  
 ཀྱུན་གྱི་མཐའ་ཉི་མཉམ་མེད་རིན་ཆེན་དཔལ། །འཛིག་རྟེན་གསུམ་མགོན་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

བོད་གངས་ཅན་ལྗོངས་ཀྱི་སྐྱབ་བརྒྱུད་ཀྱི་བསྟན་བུ་སྤྱི་དང་གྲེ་བྲག་ཏུ་མཉམ་མེད་དུགས་པོ་བཀའ་བརྒྱུད་ཡང་སློབ་སྦྱང་སྦྱོར་བ་གཉིས་པ་སྐྱེ་བ་འབྲི་གྲང་བ་ཆེན་པོའི་བསྟན་པའི་སྐྱབས་དང་མགོན་དབྱུང་གཉེན་མཚུངས་ལྷ་མ་མཆིས་པ་འབྲི་གྲང་  
 ཡ་སྤྱད་ས་མགོན་ཆེ་ཚང་རིན་པོ་ཆེ་དོན་གྱི་སྤང་དུ་མཚན་ནས་སློབ་ན་དགོན་མཚོག་བསྟན་འཛིན་ཀྱུན་བཟང་ཕྱིན་ལས་ལྷན་  
 གྲུབ་དཔལ་བཟང་པོ་མཚོག་དགྲུང་གྲངས་བདུན་ཅུ་དོན་ལྗར་ཕེབས་པའི་སྐྱེ་ཡི་འཁྲུངས་སྐར་གྱི་དུས་སློན་བཟང་པོ་འདི་ལ་  
 གུས་པ་རང་ཉིད་ནས་དགའ་དད་སློབ་གསུམ་གྱི་སློབ་ནས་འཚམས་འདྲིའི་བཀའ་ཤེས་བདེ་ལེགས་ལྷུ་བ་དང་ཆབས་ཅིག་ཏུ་སྐྱེ་ཆོ་  
 བསྐྱལ་བརྒྱུད་བརྟན་བཟང་དང་མཛད་འཕྲིན་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སློན་འདུན་ལྷུ་རྒྱ་ལོན།

སྤྱིར་དུ་ཆོའི་འབྲི་གྲང་སྐྱབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ད་ལྟ་འཚོ་ཞིང་བཞུགས་པའི་ལྷ་ཆེན་གཞན་དག་དང་མི་འབྲེལ་  
 སྐྱེ་འཁྲུངས་ས་དེ་ཡིན་ནའང་ད་ལྟ་དུ་ཆོའི་བོད་ཀྱི་དམག་སྤྱི་ཆེན་མོ་ཆ་རོང་ལྷ་བཟང་དབྱེ་འདུལ་ཞེས་ཕྱོགས་གཅིག་ནས་བོད་  
 ཀྱི་དཔལ་འོ་ཆགས་བསྟན་ཡོད། ཕྱོགས་གཅིག་ནས་ཡ་རྒྱལ་དབང་སྐྱེ་བའི་བཟུ་གསུམ་པའི་སྐྱེ་སྦོག་བསྐྱབས་སྦྱོང་བ་དེ་འབྲེལ་  
 གང་ལྟར་སྦྱུང་དུ་བྱུང་བའི་གང་ཟག་ཆགས་བསྟན་ཡོད་དེའི་ཁྱིམ་རྒྱུད་དུ་འཁྲུངས། དེ་བཞིན་བོད་ས་ཤོར་བའི་སྐབས་སུ་རིན་  
 པོ་ཆེ་པ་གིར་ལྷག་སྟེ་ལས་སློབ་གནང་རྒྱ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱེ་ལས་མང་པོ་ཞིག་སྦྱོང་དགོས་རྒྱུ་དེ་འབྲེལ་བྱུང་ཡོད། ཡིན་ནའང་ཕྱི་  
 ལོ་ ༡༩༥༥ ལོར་མལ་ཆེར་བོད་ནས་ཚུར་མི་སུ་གཅིག་རྒྱ་གར་དུ་མ་ཐར་བའི་སྐབས་ཤིག་ཡིན་ནའང་སྐབས་དེ་དུས་ཚོ་ན་རིན་  
 པོ་ཆེའི་ཕྱོགས་བསྐྱེད་དང་ཕྱིན་ལས་མཛད་དུ་བྱུང་བ་ལ་བརྟེན་བྱས་རྒྱ་གར་དུ་ཚུར་ཕེབས་སྟབས། ཕེབས་སྟབས་པ་ཚམ་དུ་མ་ཟད་  
 ཡ་གོང་ས་ཡ་སྤྱད་ས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་ལ་ཡང་བོད་ཀྱི་གནས་སྟངས་དེ་དུས་ཚོ་ན་དོས་གནས་བོད་ཕྱི་ནང་དུ་འབྲེལ་བ་





མེད་སྐབས་བོད་ཀྱི་གནས་སྐབས་གསལ་ཞིང་གསལ་བ་ཞིག་སྟེ་ལམ་དུ་འབྱུང་བ་དེ་འདྲི་མཛད་པ་མིན་ལས་དམིགས་  
 བསལ་གནང་ཡོད། དེ་བཞིན་སྐབས་དེ་དུས་ཚེ་ཡ་ཀྱལ་དབང་ཡ་ཀམ་པ་སྐྱེ་བའི་བུ་ལྷན་པ་ལིན་ནའང་རྩལ་བཏེག་ཏུ་  
 བཞུགས་ཡོད་སྐབས་དེའི་སྐྱེ་མཁུན་དུ་ཡར་ལེབས་ཏེ་སྐབས་དེ་དུས་ཚེ་མཚུར་སྤྱད་གོམ་པ་ལ་གནས་སྐབས་གང་འདྲ་ཡོད་  
 པ་མཚུར་སྤྱེའི་ལྷ་ཆེན་སྐབས་དེ་དུས་གཅིག་སྤར་བཞུགས་ཡོད་པ་དེ་འདྲི་གནས་སྐབས་ལ་སོགས་པ་སྟེ་གསལ་བའི་ལུས་པ་  
 དེ་འདྲི་སྐོར་ཡ་སྐབས་མགོན་པོ་ཆེ་ནས་གསུང་སྤོང་ཡོད། སྐབས་དེ་དུས་ཚེ་གང་ལྟར་བོད་ཕྱི་ནང་གི་གནས་སྐབས་  
 སུན་ཚུན་འབྲེལ་བ་མེད་པ་དང་བོད་ནང་ལོགས་ལ་རིག་གནས་གསར་བཅའི་གནས་སྐབས་ལ་སོགས་པ་ལ་ང་ཞིང་གཏུག་  
 རྩལ་ཅན་གྱི་གནས་ཚུལ་མང་པོ་བྱུང་བ་དེ་མི་མང་པོ་ཞིག་གིས་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་མེད། ཡིན་ནའང་གཙོ་བོ་དེ་ཡ་སྐབས་མགོན་  
 རིན་པོ་ཆེ་ཚུར་རྒྱ་གར་དུ་ལེབས་བྱས་ཚང་མ་ལ་གསུང་རྒྱ་དང་དེའི་རྒྱུ་བྱས་ཚང་མ་ལ་གནས་སྐབས་མཐུན་རྟེན་གསུང་བ་  
 བྱུང་ཡོད་པ་རེད་བསམ་བློ་བྱི་འདུག །དེ་ཅམ་དུ་མ་ཟད་བསམ་ཡ་སྐབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་ཚུར་རྒྱ་གར་དུ་ཆེབས་སྐྱེར་གནང་  
 བ་དེ་ལ་བརྟེན་བྱས་ཀྱི་ལོ་ལྔ་ལོ་མིན་ནས་པལ་ཆེར་འབྲི་གུང་གི་གདན་ས་བྱང་ཚུབ་གྲིང་ཕྱག་བཏབ། གང་ལྟར་རྒྱ་གར་ནང་  
 ལོགས་ལ་ཡ་སྐབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་མ་ལེབས་གོང་དུ་པལ་ཆེར་བཅུན་བྱོལ་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དུ་འབྲི་གུང་གི་དགོན་སྡེ་པལ་  
 ཆེར་མེད་བཟུང་བའི་གནས་སྐབས་པལ་ཆེར་ཆགས་ཡོད། ཡ་སྐབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་ལེབས་པ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཐུགས་  
 བསྐྱེད་དང་མཛད་འཕྲིན་མཛད་དུ་བྱུང་བའི་མཐུ་ལ་བརྟེན་གང་ལྟར་ཡ་ཀྱལ་བ་འབྲི་གུང་བའི་བཤད་སྐབས་ལས་གསུམ་གྱི་བསྟེ་  
 གནས་ཤིག་བྱུང་ཡོད། དེ་བྱུང་བ་ཅམ་དུ་མ་ཟད་བསམ་རྗེས་སུ་རིམ་བཤེན་ད་ལྟ་འབྲི་གུང་བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་མཐོ་སློབ་ཀྱང་  
 ཡོད། དེ་བཞིན་ང་ཚོའི་སྤོང་བཅུན་དཔེ་མཛོད་ཁང་ཞེས་དཔེ་མཛོད་ཁང་སྐྱེས་དག་པོ་ཞིག་བསྐྱོན་གནང་ཡོད། དེ་ཅམ་དུ་  
 མ་ཟད་མཉམ་ཡོད་དུ་རྒྱལ་སྤྱིའི་ནང་པའི་སློབ་སྦྱོར་དང་ཚོས་ཀྱི་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་པའི་བསྟེ་གནས་གསར་འཛུགས་གནང་རྒྱུའི་  
 དགོངས་གཞི་སྐབས་པོ་ཆེ་གནང་བཞིན་ཡོད། ཉམ་རྒྱུན་སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟེན་པ་ཡུན་རིང་དུ་གནས་རྒྱུར་གསུང་རབ་དེ་དག་  
 མི་ཉམས་སྤང་སློབ་བྱེད་རྒྱ་དང་རྒྱུན་སྡེལ་བྱེད་རྒྱ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་སྐབས་དེའི་ཐོག་ཏུ་ཡིན་ནའང་ཐུགས་ཁུར་མང་པོ་ཞིག་  
 བཞེས་ཡོད། ལྷག་པར་དུ་བོད་ཀྱི་བཅུན་པོའི་རྒྱལ་རབས་ཏུ་ཅང་གིས་ག་རྒྱལ་སྤུན་སུམ་ཚོགས་པ་དེ་འདྲ་ལྷགས་ཚོས་གནང་  
 བ་ལ་སོགས་པ་དེ་ལྟ་བུའི་ངོ་མཚར་མཛད་དུ་བྱུང་བའི་མཛད་པ་མང་པོ་ཞིག་བསྐྱེད་ཡོད། དེར་བརྟེན་དེ་དག་ལ་ང་ཚོ་ཚང་  
 མས་སྤོང་ཐག་པ་ནས་བཀའ་བྲིན་རྗེས་བྱོལ་ལུ་དགོས་རྒྱུ་ཞིག་དང་ལྷག་པར་དུ་ང་ཚོ་སྐལ་བ་བཟང་བ་གཅིག་གང་ཆགས་  
 ཡོད་ཅེ་ན། སྐབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་ད་ལྟར་བར་དགུང་གངས་བདུན་ཅུ་དོན་ལྷ་བར་དུ་ང་ཚོ་ཚང་མའི་སྐབས་དང་  
 མགོན་དང་རེ་ས་བྱས་འཚོ་ཞིང་བཞུགས་པ་དེ་ང་ཚོ་བསོད་བདེ་བསོད་ནམས་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད་བསམ་བློ་བྱི་འདུག །སྤྱིར་  
 བཏང་གི་སྐྱེ་མ་དམ་པ་ཞིག་ལ་མཚོན་ན་གལ་ཆེ་ཤོས་ཏེ་སྐྱེ་ཆེ་ཞབས་པད་བརྟན་རྒྱ་དེ་རེད། སྐྱེ་ཆེ་ཞབས་པད་བརྟན་ན་  
 རང་བཞིན་གྱིས་ཞལ་བཞུགས་པ་ཅམ་གྱིས་བསྟེན་པ་དང་འབྲོ་བའི་དོན་འབད་མེད་ལྷན་བྱུང་ཡོད་རྒྱུ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དེར་  
 བརྟེན་སྐྱེ་ཆེ་ཞབས་པད་བརྟན་དགོས་རྒྱུ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། ང་ཚོ་སློབ་འབདས་ཡོངས་རྗེས་དང་ལྷག་པར་དུ་མཉམ་མེད་



དུགས་པོ་བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་རྗེ་འཇུག་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་ངོས་ནས་ཡ་སྐབས་མགོན་པོ་ཆེ་མཆོག་སྐྱེ་ཆེ་ཞབས་པད་བརྟན་རྒྱ་  
དང་བསྟན་པ་དང་འགྲོ་བའི་དོན་དུ་ཡུན་ནས་ཡུན་དུ་བདག་ཅག་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་འཆོ་ཞིང་གཞེས་རོགས་གནང་ཞེས་གསོལ་  
འདེབས་ལྷུ་དགོས་རྒྱ་གལ་ཆེན་པོ་རེད།

དེ་བཞིན་དེས་ཀྱི་སྐབས་དང་དུས་འདི་ལ་བསྟན་ཏེ་ང་རང་ཆོ་མཉམ་མེད་དུགས་པོ་བཀའ་བརྒྱུད་པ་ད་ལྟ་ཆེ་བཞི་རྒྱུད་  
བརྒྱུད་ཀྱི་ནང་ནས་ཁ་ཤས་ཤིག་མ་གཏོགས་ཆ་ཚང་ཞིག་ལྷན་མེད། དེར་བརྟེན་གང་ཡོད་པ་དེ་ང་ཆོ་ཚང་མ་ལོགས་མཐུན་  
སྤྲིལ་དོག་ཅ་གཅིག་སྤྲིལ་བྱེད་དགོས་རྒྱ་ཏུ་ཅང་གིས་གལ་ཆེན་པོ་རེད། ཡ་སྐབས་མགོན་པོ་ཆེ་ཡིན་ནའང་བཀའ་བརྒྱུད་  
པན་རྒྱུན་མཐུན་སྤྲིལ་དང་དོག་ཅ་གཅིག་སྤྲིལ་ཡོང་རྒྱུའི་ཐོག་ཏུ་དགོངས་པ་རྒྱབས་ཆེན་ཞིག་བཞེས་གནང་མཁན་ཞིག་རེད།  
སྲོན་མ་ང་ཆོ་ཐེངས་ཤིག་དེསྤྲིལ་ཞེས་མཇུག་ཞིག་བྱུང། དེ་དུས་ཅ་ན་ཡ་སྐབས་མགོན་པོ་ཆེ་ནས་བཀའ་གནང་གི་འདུག  
།ཞུ་དམར་རིན་པོ་ཆེ་དང་མཇུག་འཕྲད་ཅིག་བྱུང་ན་སྐབས་དེ་དུས་ཞུ་དམར་རིན་པོ་ཆེ་བཞུགས་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཞུ་དམར་  
རིན་པོ་ཆེ་དང་མཇུག་འཕྲད་བྱུང་སྟེ་ཀི་ཚང་གི་ཚོད་རྣམས་དེ་ཞི་ཐུབ་རྒྱ་ཞིག་བྱུང་ན་དེ་ཀི་ཚང་གཅིག་ཤུ་མིན་པར་བཀའ་བརྒྱུད་  
ཀྱི་བསྟན་པ་སྤྱི་དང་བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་སྤྱི་ལ་པན་ཐོགས་ཆེན་པོ་འབྱུང་བ་འདུག་ཅེས་དེ་དུས་བཀའ་མོལ་གནང་གི་  
འདུག །བཀའ་མོལ་གནང་བ་ཅམ་དུ་ཟད་པས་ཡ་སྐབས་མགོན་པོ་ཆེ་དང་འབྲི་གྲུང་དབོན་སྤྲུལ་རིན་པོ་ཆེ་དངོས་སུ་ཡར་  
ཀ་མོན་སྤྲུག་ཏུ་ཤེབས་བྱས་ཞུ་དམར་རིན་པོ་ཆེ་ལ་ཐུགས་དགོངས་རྒྱལ་ག་རེ་ཡོད་པ་པར་བཀའ་མོལ་གནང་རྒྱ་དེ་འབྲེའི་  
སྐྱེ་ངལ་ཁྱད་བསད་ཀྱིས་འགན་འཁུར་རྒྱབས་པོ་ཆེ་བཞེས་གནང་ཡོད། ཡིན་ནའང་སྐབས་དེ་དུས་ཅ་ན་གནས་སྤངས་ཀྱི་རྒྱུན་  
པས་མཇུག་འཕྲད་ཞུ་ཐུབ་པ་བྱུང་བ་རེད། ཡིན་ནའང་སྤྲིས་སུ་ཞུ་དམར་རིན་པོ་ཆེ་ཐེངས་ཤིག་མཇུག་འཕྲད་ཞུ་ཐུབ་པ་དེ་  
ལྟར་བྱུང་བ་རེད། གང་ལྟར་ཡང་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་རིན་པོ་ཆེས་ང་ཆོའི་བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་བསྟན་པ་དེ་པན་རྒྱུན་སྤྲུགས་  
གཅིག་ནས་ང་ཆོ་ཚང་མ་ལོགས་དངོས་གནས་ལྷ་མ་གཅིག་པ་བརྒྱུད་པ་གཅིག་པ་ཆོས་དང་ཞུ་མདོག་གཅིག་པ་ཆགས་ཡོད་  
སྐབས་ང་རང་ཆོ་པན་རྒྱུན་མཐུན་སྤྲིལ་དོག་ཅ་གཅིག་སྤྲིལ་དངོས་གནས་བྱས་ན་དགོས་རེད་ཅེས་བཤད་དགོས་རྒྱ་མེད་པ་  
ཞིག་གི་གནས་སྤངས་ཆགས་ཡོད། ཡིན་ནའང་དུས་སྤྲུགས་མ་ལྟ་བུ་བོད་བའི་དུས་ཆོད་ཚོད་ལྷན་གྱི་དུས་རབས་ཤིག་ཆགས་  
ཡོད་སྐབས་མི་ཚང་མ་འཛིན་ཉེན་པའི་ཆགས་སྤང་དང་དེ་འབྲེའི་གཞན་དབང་དུ་སོང་། ལྷག་པར་དུ་ནམ་རྒྱུན་ནས་ལྷ་མ་  
གོང་མ་རྣམས་ནས་མར་བརྒྱུད་པའི་མན་ངག་ཟབ་མོ་དེ་དག་ཅིག་གིས་གཅིག་ལ་བཤད་རྒྱ་མེད་པ་བྱས། ཁ་རྒྱུན་དེ་འབྲེའི་དང་  
འདི་འབྲེའི་འབྲེའི་བྱུང་བ་རེད་ཅེས་རྣམས་ཚུལ་སྤྲུག་པ་དེ་དག་གྲུ་པ་རྒྱན་པ་དེ་དག་གིས་གཅིག་གིས་གཅིག་  
ལ་བཤད་བསྐྱེད་རྒྱ་དེའི་ལུགས་སོལ་ཞིག་འདུག །དེར་བརྟེན་དེས་རང་གཞན་ཐམས་ཅད་སྤང་སྟེ་དེའི་ལྟ་བ་ངན་པའི་བག་  
ཆགས་ཆེན་པོ་བཞག་འོང་གི་འདུག །དེ་དག་ལ་གཟབ་གཟབ་བྱེད་དགོས་རྒྱ་གལ་ཆེ། ལྷག་པར་དུ་ལྟ་འབྲི་གྲུང་དགོངས་  
གཅིག་ལྟ་བུ་མཚོན་པ་ན་ཡ་རྒྱལ་དབང་མི་བསྐྱོད་དོ་རྗེས་དུགས་པོ་བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་སྤུལ་མཐའ་ཆེན་མོ་ཞེས་མཚན་གསོལ་  
བསྐྱེད་པ་བརྒྱུད་གནང་བ་དེ་འབྲེའི་ཞིག་རེད། དེར་བརྟེན་འདི་འབྲི་གྲུང་གཅིག་ཤུ་མ་ཡིན་པ་ང་ཆོ་བཀའ་བརྒྱུད་པ་ཡོངས་རྫོགས་





# ལྷ་དང་འཛིན་པ་ཚུ་ཚོགས་པ་ལ་སྐྱེལ་བའི་གསུང་འཛིན་བཀའ་སློབ།

ནམ་པ་སྐྱེན་རྒྱས་ཚང་མ་བཟུང་བའི་ལོགས། དེ་རིང་ལྷ་འདྲ་ཐེབས་ཚུ་ཚོགས་པའི་རྒྱལ་སྐྱོར་དང་རོགས་རམ་གྱི་འོག་ཏུ་བདེ་གཤེགས་སྐྱོང་མོའི་སྐོར་ལ་ཞིབ་འདུག་དང་དེ་བཞིན་སྐོར་སྐོར་བྱེད་རྒྱ་དེ་འདྲའི་དྲུ་རྒྱ་དམིགས་བསལ་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་གསར་བཅོ་གནང་བ་དེ་ལ་སྐྱོང་ཐག་པ་ནས་དགའ་སྐོར་དང་དྲུ་རྒྱ་གསར་བཅོ་གནང་མི་འབྲེལ་ཡོད་ཚང་མ་ལ་བཟུང་བའི་ལོགས་ལ་ཞིབ་འདུག་ལྷ་བ་དང་དམིགས་བསལ་དུ་ལྷ་འདྲ་ཐེབས་ཚུ་ཚོགས་པའི་ཚོགས་མི་ཡོངས་རྫོགས་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་དང་ལྷག་པར་དུ་ལྷ་འདྲ་ཐེབས་ཚུ་ཚོགས་པའི་དབུ་ཁྲིད་ ཨེར་ཀ་ ལའང་དམིགས་བསལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

སྐྱིར་བཏང་ཚང་མས་མཁུན་བཞིན་པ་ཞིག་རེད། བདེ་གཤེགས་སྐྱོང་མོའི་སྐོར་དང་ལྷག་པར་དུ་རྒྱུད་ལྷ་མའི་བསྐྱེད་བཅོས་སྐོར་དེང་སང་དམིགས་བསལ་དུ་དེ་ལ་ཉམས་ཞིབ་བྱེད་མི་མང་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། མང་དུ་འགྲོ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚོན་སྤྱོད་པ་གཅིག་ནས་ང་ཚོ་མོད་དུ་སློབ་མ་ནས་རྒྱུད་ལྷ་མའི་བསྐྱེད་བཅོས་དེ་འཁོར་ལོ་མཐའ་མའི་གསལ་བྱེད་ཀྱི་བསྐྱེད་བཅོས་ཆ་ཚང་ཤོས་ཤིག་དང་ཚད་ལྡན་ཏུ་ངོས་འཛིན་བྱེད་པ་ཅམ་དུ་མ་ཟད་པས་རྒྱ་བརྒྱུད་ཀྱི་ནང་བསྐྱེད་ནང་དུ་ཡིན་ནའང་ད་ལྟ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་གྲུབ་མཐའ་ལ་ནམ་རྒྱུན་དབུ་ཁྲིད་མེས་གཉིས་ཞེས་དབྱེ་བ་བྱས་ཀྱི་ཡོད། དེའི་ཐོག་ཏུ་ད་དུང་གྲུབ་མཐའ་གསལ་བའམ་བདེ་གཤེགས་སྐྱོང་མོ་སྐྱེ་བའི་གྲུབ་མཐའ་ཟེར་བ་ཞིག་སློབ་མ་རྒྱུད་ཀྱི་གར་དུ་བྱུང་ཡོད་པ་འདྲ་འདྲུག་ཅེས་དེ་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་བསྐྱེད་བཅོས་སམ་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་དབང་རྟགས་ཆེ་ཤོས་ཏེ་རྒྱུད་ལྷ་མའི་བསྐྱེད་བཅོས་དེ་བཞག་བསྐྱེད་རྒྱུ་ཞིག་ཡོང་བཞིན་ཡོད། དེའི་རྒྱ་མཚོན་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱུད་ལྷ་མའི་བསྐྱེད་བཅོས་དེ་ང་ཚོ་མོད་དུ་དབུ་མ་གཞན་སྐོར་རང་སྐོར་གང་གི་བསྐྱེད་བཅོས་རེད་ཟེར་བ་དེ་ཅམ་གྱི་བསམ་སྒོ་གཏོང་སྐྱེད་དེ་དབུ་མའི་ནང་དུ་ཡང་གཞན་སྐོར་རང་སྐོར་གང་གི་བསྐྱེད་བཅོས་དེ་ལས་པར་བརྒྱལ་ཏེ་དབུ་མེས་གཉིས་ལས་བརྒྱལ་བའི་གྲུབ་མཐའ་གཞན་དག་ཅིག་ཡིན་པ་ལ་བསམ་སྒོ་གཏོང་རྒྱ་ཞིག་དེའང་དམིགས་བསལ་ཞིག་ཆགས་འདུག །དམིགས་བསལ་དུ་བཀའ་བརྒྱུད་པ་ལ་ཆ་མཚོན་ན་དེ་དམིགས་བསལ་འབྲེལ་བ་ཆགས་ཡོད། དེའང་ང་ཚོའི་རྒྱུད་ལྷ་མའི་བསྐྱེད་བཅོས་དེ་མི་ཉི་པའི་མཚོན་རྟོག་གསེབ་ནས་རྟོག་པ་རེད་ཅེས་ང་ཚོའི་ལོ་རྒྱུས་ཁ་གསལ་ནང་དུ་དེ་ལྟར་ཡོང་བཞིན་འདུག །དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་མི་ཉི་པ་དང་འབྲེལ་བ་ཆགས་ཡོད། དེ་བཞིན་མི་ཉི་པས་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པའི་ཚོས་སྐོར་དེ་མོད་དུ་ཉམས་ལེན་གནང་བའི་སྐབས་ཉམས་ལེན་གནང་སྐྱེད་མི་འདྲ་བ་སྐྱེ་ཁ་གསལ་བྱུང་ཡོད་སྐྱེ། གཅིག་སྟེ་ཟབ་གསལ་སྐྱེགས་ཀྱི་དབུ་མ་རྩལ་དུ་བཏོན་ནས་ཉམས་ལེན་བྱེད་རྒྱུ་ཞིག་དང་། གཉིས་པ་ཟབ་པ་མདོ་ཡི་དབུ་མ་རྩལ་དུ་བཏོན་ནས་ཉམས་ལེན་བྱེད་རྒྱུ་ཞིག་དང་། གསལ་པ་སེམས་ཅམ་ནས་རྒྱུན་པའི་ལྷ་བ་རྩལ་དུ་བཏོན་ནས་ཉམས་ལེན་བྱེད་རྒྱུ་སྐྱེ་ཁ་གསལ་བྱུང་ཡོད། ཟབ་གསལ་སྐྱེགས་ཀྱི་དབུ་མ་རྩལ་དུ་བཏོན་ནས་ཉམས་ལེན་གནང་རྒྱུ་དེ་དང་ཟབ་པ་མདོ་ཡི་དབུ་མ་རྩལ་དུ་བཏོན་ནས་ཉམས་ལེན་གནང་རྒྱུ་དེ་མང་མི་ཡབ་སྐས་ནས་མང་རིམ་པ་བཞིན་དུ་བརྒྱུད་དེ་ལྷག་པར་





དུ་དྲུག་ས་པོ་རིན་པོ་ཆེའི་སྐབས་སུ་ཟབ་པ་མདོ་ཡི་དབུ་མ་ཅལ་དུ་འདོན་རྒྱ་དེ་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཞིག་གནང་སྟེ་ད་ཆོས་ནས་རྒྱན་
 མདོ་ལུགས་ཀྱི་ཕྱག་ཆེན་ཟེར་བ་པལ་ཆེར་དེའི་ཁུངས་གཏུག་ས་བསྟན་བཅོས་གཙོ་བོ་ཞིག་ད་ལྟ་རྒྱ་རྒྱ་མའི་བསྟན་བཅོས་དེ་
 ཆགས་ཡོད། དེའང་ནས་རྒྱན་བཞེ་ཏ་ལྟན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་རྗེ་རྗེས་མཛད་པའི་གཞུང་ཞིག་གི་ནང་དུ་རོ་བོའི་པ་རོལ་ཏུ་སྤྱོད་པ་མིང་
 ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཟེར་བ་དེ་མདོ་ལུགས་ཀྱི་དབུ་མའམ་མདོ་ལུགས་ཀྱི་ཕྱག་ཆེན་དེ་ལ་གོ་དགོས་རྒྱ་དེ་ལྟར་ཆགས་ཡོད། དེར་
 བརྟེན་དེ་འབྲའི་ཐོག་ནས་རྒྱ་རྒྱ་མའི་བསྟན་བཅོས་དེ་དང་ལྟག་པར་དུ་བདེ་གཤེགས་སྣང་བོ་སྤྱི་བའི་མཐའ་འཕལ་ཡང་ན་གཞན་
 ལྟོང་ཞེས་པ་སྤྱོད་པ་གཅིག་ནས་ཡང་སྐད་ཆ་དེ་གྲེང་འོང་དུས་ཚ་ན་གཞན་སྟོང་རང་སྟོང་གི་རྩོད་པ་དེའི་ནང་དུ་འགོ་བཙུན་
 མཁན་ཞིག་འདུག །དེར་སྟོན་དུ་ངོས་རང་ནས་བསམ་སྒོ་བཏང་བ་ན་བདེ་གཤེགས་སྣང་བོ་སྤྱི་བའི་མཐའ་ཞེས་ལབ་པ་ན་
 ཏོག་ཅམ་ཐ་སྟོན་དེ་རན་པ་མི་འོང་ངམ་བསམ་པ་དེ་ལྟར་བྱ། གང་ལྟར་ཡང་བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ནས་བྱས་ན་དམིགས་
 བསལ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དེའི་ནང་ནས་ཀྱི་ཆོང་གི་ངོས་ནས་བཤུད་ན་ཡ་ཀམ་པ་གསུམ་པ་རང་བྱུང་རྗེ་རྗེས་པལ་ཆེར་བོད་དུ་
 གཞན་སྟོང་གི་ལྟ་བུ་ཐོག་མར་ཡོངས་གྲགས་ཀྱིས་བྱབ་སྟེ་ལ་གནང་མཁན་གྱི་གསུམ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་བསམ་བྱས་ཀྱི་འདུག །དེ་
 བཞིན་ཡ་ཀམ་པ་བདུན་པ་ཆོས་གྲགས་རྒྱ་མཚོ་ཡང་གཞན་སྟོང་ལ་ཐུགས་སྣང་ཆེན་པོ་གནང་མཁན་ཞིག་ཆགས་ཡོད། ཡ་ཀམ་
 པ་མི་བསྟོན་རྗེ་རྗེ་ལུ་བུ་ཡིན་ན་གཙོ་བོ་ལྟ་བུ་རང་སྟོང་གནང་རྒྱ་དེ་སྐད་གྲགས་ཆེན་པོ་རེད་དེ་ཡིན་ནའི་དམིགས་བསལ་དུ་
 གཞན་སྟོང་སྟོང་ལ་བསྟན་བཅོས་གཞན་སྟོང་གི་སྟོལ་འབྲེད་ལ་སོགས་པ་དེ་ལྟར་མཛད་གནང་འདུག །དེར་བརྟེན་ངོས་ཀྱི་རེ་བ་
 ལ་ད་རེས་ཀྱི་གྲེང་སྟེགས་ཤིག་ཡོད་པ་འདིའི་ཐོག་ནས་ད་ཆོ་བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་ཅམ་དུ་མ་ཟད་བསམ་རྒྱ་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་གྱི་
 ཐོག་ཏུ་ཡིན་ནའང་བདེ་གཤེགས་སྣང་བོ་སྤྱི་བའི་ལྟ་བུ་དང་དམིགས་བསལ་དུ་རྒྱ་རྒྱ་མའི་བསྟན་བཅོས་སྟོང་ལ་ཞིབ་འཇུག་
 གང་འབྲེད་ཡོད་པ་ཡིན་ནའང་དེ་དག་ཆོང་མ་པན་རྒྱན་ད་ཆོ་བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་དང་རྒྱ་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་པན་རྒྱན་གཅིག་
 གིས་གཅིག་ལ་པན་རྒྱན་སྟེལ་རེས་བྲེད་ཐུབ་རྒྱ་ཞིག་དང་རྒྱ་སེལ་བྲེད་ཐུབ་རྒྱ་ཞིག་དང་། དེ་བཞིན་སྤྱི་རྒྱལ་གྱི་མཁས་དབང་
 དེ་གསུམ་ཀྱིས་ཀྱང་དེད་དུས་ཀྱི་ཞིབ་འཇུག་ཐབས་ལམ་བེད་སྤྱད་དེ་ཞིབ་འཇུག་གནང་བ་དེ་རིགས་དང་དམིགས་བསལ་དུ་རྒྱ་
 རྒྱ་མའི་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་རྩོམ་པ་པོ་དེ་སུ་ཡིན་མིན་ལ་སོགས་པ་དེ་བཞིན་རྒྱ་རྒྱ་མའི་བསྟན་བཅོས་འདི་དེང་སང་རྒྱ་དཔེ་
 ཡང་ཐོབ་ཀྱི་ཡོད། དེ་བཞིན་སྐད་ཡིག་གཞན་གྱི་ཐོག་ཏུ་འགྲུར་སྤྱོད་པ་ཉེ་ད་ལྟ་ཡོད་པ་པལ་ཆེར་རྒྱ་ཡིག་དེ་ཆགས་བཞིན་མེད་
 དམ། དེ་བཞིན་བོད་ཡིག་དང་རྒྱ་རྒྱ་ཐོག་འགྲུབ་ལ་སོགས་པ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པས་དེ་དག་ལ་ཞིབ་འཇུག་ཆོད་ལྡན་འོང་
 རྒྱ་དེའི་ཐོག་ཏུ་ད་ཆོ་བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་རྒྱ་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་དེ་བཞིན་དེད་དུས་ཀྱི་ཞིབ་འཇུག་ཐབས་ལམ་སོགས་པ་
 བེད་སྟོན་བཏང་སྟེ་ད་ཆོའི་བདེ་གཤེགས་སྣང་བོ་སྤྱི་བའི་ལྟ་བུ་དེ་ལ་ལེགས་སྐྱེས་གསར་བ་ཞིག་ཕུལ་ཐུབ་རྒྱ་ཞིག་དང་སྟོ་སྟོ་
 གསར་བ་ཞིག་འབྲེད་ཐུབ་རྒྱ་དེ་འབྲའི་རེ་བ་དང་སྟོན་འདུན་ཆེན་པོ་ཡོད། ཆོང་མས་ད་རེས་འདི་ལྟ་བུའི་དོན་སྣང་ལྡན་པའི་བྱ་བ་
 རྒྱབས་པོ་ཆེ་ཞིག་དབུ་འཇུགས་གནང་བ་དེ་ལ་སྣང་ཐག་པ་ནས་དགའ་བོ་བྱུང་ཞེས་ཞུ་རྒྱ་ཞིག་དང་། ལྷ་བ་རྒྱབས་ཆེན་པོ་འདི་
 བགོགས་དབང་བར་ཆད་མེད་པའི་ཐོག་ནས་འགྲུབ་ཐུབ་རྒྱའི་སྟོན་འདུན་ཡོད།





ཡ་རྒྱལ་དབང་ཡ་ཀྲ་པ་མཚོག་གིས་དབྱེས་བོད་མིའི་མྱིག་འབྲུག་ས་གྲིས་  
 བོད་གྲི་ཚོས་བརྒྱད་ཁག་གི་བྱུང་རིམ་དང་ནང་ཚོས་དོ་སྙོད་ཅེས་པའི་  
 བརྟན་འཕྲིན་བརྒྱད་ལམ་གསར་དུ་དབྱེ་བརྟན་ས་པར་སྐྱེལ་བའི་  
 གསུང་འཕྲིན་བཀའ་སློབ།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ཕྱི་ཟླ་ ༡༡ ཚེས་ ༩ ཉིན།

བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་མཉམ་མེད་ཤུགས་རྒྱལ་པོའི་ཞབས་ཀྱི་བརྗོད་མ་མེད་པ་ལ་མགོ་བོས་རབ་ཏུ་བཏུད་དེ་གྲུས་པས་ཕྱག་  
 བསྐྱོལ། །

རང་ཅག་གངས་ཅན་པ་རྣམས་ཀྱི་ཡ་སྐབས་དང་མགོན་དང་དབྱུང་གཉེན་མཚུངས་སྐྱ་མ་མཚེས་པ་ཡ་གོང་ས་ཡ་རྒྱལ་  
 པའི་དབང་པོའི་ཞབས་ཀྱི་བརྗོད་མ་མེད་པ་ལ་གྲུས་པས་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །

དེ་རིང་འདིར་སྲིད་སྦྱོང་འབྲུམ་རམས་པ་སློབ་བཟང་སེངྒེ་མཚོག་གིས་དབུ་ཁྲིད་པའི་བཀའ་འགྲུབ་ནས་ད་ལོ་དམིགས་  
 བསལ་ཡ་གོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཚེན་པོ་མཚོག་གི་བཀའ་དྲིན་རྗེས་བྱུང་གི་ལོ་ལ་སྲུང་བཅེ་ལུ་བཞེན་པའི་ཆ་ཤས་སུ་ང་ཚོ་  
 བོད་གངས་ཅན་གྱི་ས་དགེ་བཀའ་རྙིང་རིས་སུ་མ་མཚེས་པའི་ཚོས་བརྒྱད་ཁག་གི་ལོ་རྒྱུས་དང་དོ་སྙོད་བརྟན་འཕྲིན་གྱི་  
 ལམ་ནས་བྱུང་སྟེ་ལུ་རྒྱུའི་ལས་འཆར་འདི་འདྲ་ཞིག་འགོ་བཙུགས་པ་དེ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་དང་འབྲེལ་ཡོད་ལས་བྱེད་ཚང་  
 མ་ལའང་ལེགས་གསལ་བསྐྱབས་བརྗོད་ལུ་རྒྱ་ཡིན།

བོད་གངས་ཅན་གྱི་གྲོངས་སུ་ཚོས་རྒྱལ་སྐྱེད་ཅན་ཚོའི་སྐབས་ནས་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་བསྟན་པ་དར་རྒྱུའི་འགོ་  
 བཙུགས་ཉེ་ཕྱིས་སུ་ལོ་ངོ་སྟོང་ཕྱག་གི་རིང་དུ་འབེལ་འབྲིབ་མང་པོ་བྱུང་བ་རེད་དེ་ཡིན་ནའང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་དེ་རྒྱུན་  
 ཚང་མེད་པར་བྱུང་བཤམ་དུ་བྱུང་ཡོད། དེའི་ནང་ནས་ད་ལྟོ་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་ས་དགེ་བཀའ་རྙིང་ཞེས་དེ་འདྲའི་ཚོས་བརྒྱད་  
 ཚེན་པོ་བཞེན་དང་དེ་བཞེན་ཚོ་ནང་དང་གཡུང་དུང་བོན་ལ་སོགས་པ་ང་ཚོ་བོད་མི་ཚོའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་གསོས་སུ་བཞུགས་  
 པའི་ཚོས་བརྒྱད་ཚེན་པོ་དེ་དག་གི་ལོ་རྒྱུས་དང་དེ་བཞེན་སྐྱེས་ཚེན་གོང་མ་ཚོའི་རྣམ་ཐར་དེ་དག་ང་ཚོས་ཤེས་རྟོགས་བྱེད་  
 དགོས་རྒྱ་ཞིག་དང་དེ་ལ་ང་ཚོས་སློབ་སྦྱོང་ལུ་དགོས་རྒྱ་ཉ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད། སྤྱིར་བཏང་ང་ཚོ་བོད་པ་ཚོས་ལོ་  
 རྒྱུས་ལ་དོ་སྙོའ་དེ་ཅམ་ཞིག་ནས་རྒྱན་གནང་གི་མེད། དེ་གནང་གི་མེད་པ་ཡིན་སྐབས་ཚོས་སྲིད་གང་ཐད་ནས་ཀྱང་ལོ་རྒྱུས་





དེ་སྐྱུ་དག་པོ་གཅིག་དང་ལོ་རྒྱུ་རིག་པའི་འགྲོ་སྐྱེས་དང་མཐུན་པ་ཡག་པོ་ཞིག་འབྱུང་བུ་རྒྱ་ཏོག་ཙམ་ང་ཚོ་ལ་དཀའ་  
 ངལ་འཕྲད་ཡོད། དེར་བརྟེན་དེང་སང་གི་དུས་ཚོད་ལ་མི་ཚང་མས་ལོ་རྒྱུ་ཞིབ་འཇུག་གྲེད་རྒྱ་དང་དེ་བཞིན་དངོས་ཡོད་ཀྱི་  
 གནས་ཚུལ་ག་རེ་བྱུང་ཡོད་པ་དེ་དག་ལ་བརྟེན་དབྱེད་གྲེད་རྒྱ་དེ་ཚོ་ལ་དོ་སྣང་དང་དབྱིངས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་པའི་སྐབས་  
 ཡིན་ཙམ་ན་འདི་འདྲའི་སྐབས་སུ་ང་ཚོས་ངེས་པར་དུ་གོ་སྐབས་རྒྱུ་ཐོས་སུ་མ་འགྲོ་བ་བྱས། ང་ཚོ་བོད་པ་ཚོས་སོ་སོའི་པ་  
 མེས་ཡང་མེས་གོང་མ་ཚོའི་ལོ་རྒྱུ་རྣམ་ཐར་དེ་དག་ང་རང་ཚོའི་ངོས་ནས་ཞིབ་འཇུག་མཐིལ་ཕྱིན་པ་ཞིག་དང་སྐྱུ་ཚད་དང་  
 ལྡན་པ་གྲེད་དགོས་རྒྱ་གཤམ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་འདུག་པས་མ་དམ། དེར་ད་རེས་ང་ཚོའི་དབུས་བོད་མིའི་སྤྱི་གཟུགས་ནས་  
 འདི་འདྲ་ཞིག་གི་ལས་དོན་ལག་བསྟར་གནང་བ་དེར་ང་ཚོས་ལོ་རྒྱུ་ཞིབ་འཇུག་གྲེད་རྒྱ་ཞིག་དང་དེ་བཞིན་དམིགས་བསལ་  
 དུ་ང་ཚོ་བོད་ཀྱི་ཚོས་བརྒྱུད་ཆེན་པོ་ཁག་གི་དོ་སྣང་གསལ་པོ་ཞིག་འོང་རྒྱུ་ལ་ལེའུ་གསལ་བ་ཞིག་སློབ་ཕྱེས་པ་རེད་བསམ་དམ།  
 དེར་མ་འོངས་པ་ལ་ཡིན་ནའང་འདི་ཚོའི་ཐོག་དུ་ང་ཚོའི་རྣམ་དབྱིངས་དང་ལྡན་པའི་མཁས་པ་དང་གང་ཟག་ཚང་མའི་ངོས་ནས་  
 སྤྲུལ་སྐྱེད་གནང་དགོས་རྒྱ་ཉ་ཅང་གཤམ་ཆེན་པོ་རེད་འདུག་པས་མ་དམ། ཡང་བསྐྱེད་ད་རེས་ཀྱི་གོ་སྐབས་དེ་དཔེ་མི་སྲིད་  
 པ་སྲུང་དེ་འདྲ་ཞིག་གི་ཐོག་དུ་དེ་ཙམ་དོ་སྣང་མ་བྱུང་བའམ། ཡང་ན་ཚོས་བརྒྱུད་ཁག་ཚང་མའི་ལོ་རྒྱུ་དེ་འདྲ་ཞིག་གསལ་  
 བསྐྱུགས་འོང་རྒྱ་དེ་ལ་གོ་སྐབས་མཐུན་རྐྱེན་དེ་ཙམ་འོང་གི་མེད། ད་རེས་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་བྱུང་བ་དཔེ་མི་སྲིད་ཡག་པོ་རེད།  
 དེར་བརྟེན་དེ་ཚོ་བརྒྱུད་དེ་ཚང་མའི་ངོས་ནས་བོད་ཀྱི་ཚོས་བརྒྱུད་ཁག་གི་ལོ་རྒྱུ་དང་དེ་བཞིན་སྐྱེས་ཆེན་གོང་མ་ཚོའི་རྣམ་  
 ཐར་ལ་སྲུང་ལས་ལྷག་པའི་སློབ་འཕེལ་རྒྱ་ཞིག་དང་དེ་བཞིན་དམ་པ་གོང་མའི་རྣམ་ཐར་ལ་དད་པ་དག་སྐྱེད་འཕེལ་བའི་རྒྱ་  
 བཟང་པོ་ཞིག་ལ་འགྲོ་བུ་རྒྱའི་སློབ་འདུན་ཞུ་རྒྱ་ཡིན། སྤྲུལ་རྗེ་ཆེ།





၅၂၂၀၁  
၅၂၂၀၁



སེང་ཆེན་མཁའ་ལ་འཕྲོ་འབྲེ་སྣང་སྟོབས་འབར། །  
 རྒྱུད་དོན་མན་ངག་འབྲུམ་གྱི་གཡུ་རལ་གསེག། །  
 སྙན་བརྒྱུད་ས་གཞི་གཡོ་བའི་གད་རྒྱུངས་ཅན། །  
 སྤྲེས་མཆོག་སྐྱ་བརྒྱུར་རྒྱལ་པོ་སྤར་ཡང་བྲན། །

སྤྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ལྷི་ལྷ་ ༣ ཚེས་ ༥ ལ། ཀམ་བཟོ་རྒྱན་ཐིན་ལས་རྩོམ་འབྲིང་བས་མར་སྟོན་ཚེས་གྱི་རྒྱལ་པོའི་འདས་མཆོད་རྗེས་  
 སྤྱ་བྲན་ནས་བསྟོད་པའོ། །



ལ་སྐྱབས་ཇེ་བསྟན་དགའ་རིན་པོ་ཆེའི་ཡང་སྲིད་ཀྱི་ཞབས་བརྟན་བཞུགས་སོ།།

ཨོ་སྐྱེ།

གདོད་ནས་གཤེགས་བཞུགས་སྐྱོས་མཚན་མི་མངའ་ཡང་། །

འགོ་བའི་དོན་དུ་བསམ་བཞིན་སྐྱེ་མའི་སྐྱེས། །

གང་འདུལ་དེར་སྟོན་སྒྲ་མ་དོ་ཇེ་འཆང་། །

སྐྱེ་གསུང་སྐྱེན་གྱིས་གྲུབ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

མཐའ་ཡས་འགོ་བ་སྐྱེག་བསྐྱེལ་རྒྱ་བོ་ལས། །

འདོན་པའི་ཐབས་ལ་བསྐྱེལ་མང་གོམས་པའི་མཐུས། །

དུས་ཀྱི་རྒྱད་པ་མི་ལྟར་འབར་གྱུར་གྱང་། །

རྒྱབས་ཆེན་སྐྱེགས་ཇེའི་འཇུག་པ་མཁའ་དང་མཉམ། །

ད་ལྟ་བདག་ཅག་རྣམས་ཀྱི་མིག་ངོ་དུ། །

སྐར་ཡང་ཆེས་པའི་སྐྱེལ་པའི་ཉི་གཞོན་གང་། །

མཁྱེན་དང་བཅེ་བའི་འོད་སྟོང་སྐྱོ་བཞིན་དུ། །

ནམ་ཡང་མི་རྒྱབ་བརྟན་པར་བཞུགས་སུ་གསོལ། །

སྐས་བཅས་རྒྱལ་བ་རྒྱ་མཚོའི་བདེན་མཐུ་དང་། །

བཀའ་བརྒྱུད་གྲུབ་ཐོབ་རྒྱ་མཚོའི་བྱིན་རྒྱབས་དང་། །

དཔལ་ལྷན་སྒྲ་མ་དམ་པའི་སྐྱེགས་བསྐྱེད་ཀྱིས། །

འདོད་དོན་འབད་མེད་འགྲུབ་པའི་དཔལ་སྐྱེན་ཅིག །



ལས་ཉོན་འཐིབ་པོས་ལོན་པ་བདག་འདྲའང་། །  
 སྐྱེ་བ་ཀུན་ཏུ་མཉེས་བཞིན་རྗེས་བཟུང་སྟེ། །  
 ཅི་གསུང་ཚད་འཛིན་ཅི་མཛད་ལེགས་མཐོང་གིས། །  
 ལྷགས་ཡིད་དབྱེར་མེད་འདྲེས་པར་བྱིན་གྱིས་ཚོངས། །

རྒྱལ་བསྐྱེད་སྤྱི་དང་། སྐྱུ་བ་བརྒྱད་རིན་པོ་ཆེ། ལྷག་པར་དུ་ངན་བྱ་བདག་ཉིད་ལ་ཚོས་དང་ཟང་ཟེང་གི་བཀའ་འདྲིན་དུ་མའི་གཉེར་ཆེན་  
 དུ་གྲུང་བ། དགྲིལ་འཁོར་རྒྱ་མཚོའི་ཚོ་ག་ལ་མཁས་ཤིང་། ལྷགས་མའི་དུས་ཀྱི་དོ་རྗེ་འཛིན་པ་ཆེན་པོ་མཚན་བརྗོད་པར་དཀའ་  
 བ། དོན་གྱི་སྒྲིབ་དུ་མཚན་ནས་སྟོས་ན་ལས་བསྐྱེད་ལ་འགྲོང་སྐྱུ་ལ་བསྐྱེད་དགའ་རིན་པོ་ཆེའི་ཡང་སྲིད་སྐྱུ་ལ་པའི་སྐྱེ་འཛིན་ལྷུས་  
 ལས་ལོ་འགའ་བྱིན་མོད། ད་བར་ཚོགས་སུ་འདོན་རྒྱུའི་ཞབས་བཏུན་གསོལ་འདེབས་དམིགས་བསལ་མི་འདུག་པས། རྒྱུད་གྱིས་  
 དེས་པར་དུ་ཚོམ་དགོས་པོ་ཞེས་བལ་ཡུལ་བན་ཆེན་འདུས་སྤྱི་ནས་བསྐྱུ་མ་བྱུང་དོན་ལྟར། དད་གུས་བཟང་པོས་གང་ལྟར་མ་  
 བཅོས་པར་བྱིས་པ་འདིས་ཀྱང་། རྗེ་བཅུན་ལྷ་མའི་སྐྱེ་ཆེ་བཏུན་ཅིང་། མཐོང་ཐོས་འདྲི་ལེགས་པ་སྤྱི་བར་པོག་པ་དེས། འཛམ་གླིང་གྲང་  
 རྒྱུར་གྲུར་ཅིག་ཅེས། ཨོ་རྒྱན་མིན་ལས་དོ་རྗེ་ཞེས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཚན་གྱི་ཐེགས་མ་སྤྱི་བར་པོག་པ་དེས། འཛམ་གླིང་གྲང་  
 མཐར་ལྷག་དང་ཁད་མི་རིང་བའི་སར་སྤྱི་ལོ་ ༡༠༡༠ ལྷ་ ༦ ཚེས་ ༡ བཟང་པོ་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་པ་ཡིན་ནོ། །



ལ་སྐྱབས་ཇི་སྐྱབ་དཔོན་བདེ་ཆེན་སྐྱ་ཐེང་གཉིས་པ་ཀམ་ཆེ་དབང་གཟི་བརྗིད་རྒྱལ་པོའི་ཞབས་བརྟན་བཞུགས་སོ།།

ཟབ་ཡངས་སྐྱགས་ལ་ཟག་མེད་བདེ་ཆེན་རྒྱས། །  
 ཆེན་པོའི་སྐྱ་ལ་འཆི་མེད་ཆེ་དབང་ཐོབ། །  
 ཚངས་དབྱངས་གསུང་ལ་ཚད་མེད་གཟི་བརྗིད་འབར། །  
 བདེ་ལེགས་ཀྱན་སྦྱེལ་བདེ་གཤེགས་རྒྱལ་པོར་འདུད། །

རྒྱལ་མཚོག་དམ་པའི་བཀའ་གསུང་སྤྱི་བོས་མཚོད། །  
 རྒྱལ་བའི་གདན་ས་ཉམས་པ་སོར་ཚུད་སོགས། །  
 རྒྱ་ཆེན་བརྟན་འགྲོའི་མཛད་བཟང་མཁའ་དང་མཉམ། །  
 རྒྱལ་བའི་གདུང་འཚོབ་དམ་པར་ཞབས་བརྟན་གསོལ། །

སྐྱགས་ལ་མི་བསྐྱོད་དོ་རྗེའི་བཀའ་ཤིས་ཤོག། །  
 གསུང་ལ་ཚོས་གྲགས་རྒྱ་མཚོའི་བཀའ་ཤིས་ཤོག། །  
 སྐྱ་ལ་མཐོང་བ་དོན་ལྡན་བཀའ་ཤིས་ཤོག། །  
 ཀྱན་ལ་བཀའ་བརྟུན་སྤྲོ་མའི་བཀའ་ཤིས་ཤོག། །

སྐྱབས་ཇི་སྐྱབ་དཔོན་བདེ་ཆེན་གྱི་ཡང་སྤྱི་དེན་པོ་ཆེ་དགུང་གངས་ཉེར་གཅིག་ལ་ཐེབས་པའི་འཁྲུངས་སྐར་དང་སྐྱབས་བརྟུན། ཇི་གོང་མའི་སྐྱ་ཐེང་ཇིས་སུ་བྲན་ཅིང་། ད་ལྟའི་ཡང་སྤྱི་དེན་པོ་ཆེའི་སྐྱགས་བཞེད་མཛད་འཕྲིན་མཐའ་དག་ལྟོན་གྱིས་འགྲུབ་ཅིང་རྒྱན་མི་འཆད་པའི་སློབ་འདུན་བཅས། ཀམ་བར་གྲགས་པ། ཨོ་རྒྱན་ཐེན་ལས་པས། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ཕྱི་ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༢༡ བཟང་པོར་སྐར་བ་དགའོ།།



། ལྷུང་འབྲོན་གསོལ་འདེབས་བཞུགས་སོ། །

དཀོན་མཆོག་ཅ་བ་གསུམ་དང་ལྷན་པར་དུ།  
དུས་གསུམ་ཀུན་མཁྱེན་དཔལ་ལྷན་ཀམ་པའི།  
ཡི་དམ་ཆོས་སྤང་རྒྱ་མཆོའི་བདེན་མཐུ་ཡིས། །  
དང་འདིར་འདོད་དོན་འགྲུབ་པའི་དགེ་ལེགས་སྣོལ། །

བསྐྱབ་གསུམ་གསེར་གྱི་བྱ་བས་གདོང་གཡོགས་ཤིང་། །  
དད་གསུམ་མོས་གྲུས་ཟབ་མེད་ཡན་ལག་བཟླ། །  
བསྟན་འགྲུའི་ལུང་ཆེན་འདེགས་ལ་མི་ངལ་བའི། །  
སྤྱིས་མཆོག་གཉིས་འཐུང་དབང་སོ་སྤུང་བྲོན་གསོལ། །

མོས་ན་དད་པའི་སྤྱུ་ལོང་གཡོ་བྱེད་ཅིང་། །  
མཐོང་ན་སྤྱེ་དགུ་དགའ་བའི་མཚན་དཔེ་ཅན། །  
འན་ན་ཉོན་མོངས་གཏུང་བ་གཞིལ་རུས་པའི། །  
འབྲེལ་ཚད་དོན་ལྷན་ལྷ་མ་སྤུང་བྲོན་གསོལ། །

ཞེས་ཆ་སྤང་ཡེ་ཆེན་དཀོན་གྱི་སེར་སྤྱུ་ལོངས་གྱི་དོ་ཆབ་པ་དཔལ་ལྷན་རྒྱ་མཆོས་ཡེ་ཆེན་སྤུལ་སྤྱུ་ཀམ་སྤུལ་བཞུད་གྱི་སྤུང་བྲོན་གསོལ་འདེབས་ཤིག་དགོས་ཞེས་ཡང་ཡང་བསྐྱལ་དོར། ཀམ་བ་ཨོ་རྒྱན་ཕྱིན་ལས་དོ་རྗེས། ལྷུ་ལོ་ ༢༠༡༥ ཟླ་ ༡༡ ཚེས་ ༢༩ ལ་ཤར་མར་བྲིས།



༡༡། །མཁན་རིན་པོ་ཆེ་ཚུལ་བྲིམས་སློབ་གྲོས་ཀྱི་ཞབས་བརྟན་བཞུགས་སོ། །

ཆེ་བའི་ཆེ་མཆོག་སྟོན་པ་ཤུའི་རྒྱལ། །  
རྒྱལ་བའི་ཡུམ་མཆོག་རྗེ་བཙུན་སློལ་མའི་མཚན། །  
སངས་རྒྱས་གཉིས་པ་མཆོ་སྐྱེས་རྗེ་རྗེ་སོགས། །  
སྐབས་གནས་རྒྱ་མཚོས་དང་འདྲར་ཤིས་པ་སྐབས། །

སྒོམ་གསུམ་ཚུལ་བྲིམས་གཙང་མའི་ལུས་མཛེས་ཤིང་། །  
མ་ཞོར་ལེགས་བཤམ་སློབ་པའི་མགོན་པ་སྟུན། །  
ཟབ་དོན་རི་བཞིན་ཉོགས་པའི་སློབ་གྲོས་ཅན། །  
མཁན་ཆེན་སྐྱེ་བའི་སེང་གེར་གསོལ་བ་འདེབས། །

འཆད་པའི་ལམ་སྟོན་པན་བདའི་གསོས་སུ་སྐྱེ། །  
ཚོད་པའི་རིགས་པ་བསྟན་པའི་རྒྱན་དུ་ཆེ། །  
ཚུམ་པའི་ལེགས་བཤམ་གཤམ་བུའི་དཔལ་དུ་འབར། །  
སྟོགས་དུས་འདྲེན་མཆོག་སྐྱེ་མའི་ཞབས་བརྟན་གསོལ། །

གངས་ཅན་ལྗོངས་དང་ཅི་ནའི་ཡུལ་སོགས་སུ། །  
རིས་མེད་འགྲོ་ལ་ཐར་པའི་ལམ་སྟོན་ཞིང་། །  
ཐུབ་བསྟན་རིན་ཆེན་སྟོགས་མཐར་རྒྱས་མཛད་པ། །  
ཐེག་མཆོག་བཤེས་གཉེན་དམ་པའི་ཞབས་བརྟན་གསོལ། །



ལྷ་མ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་ཐུགས་རྗེ་དང། །  
 དམ་ལྷན་སྤྱང་མའི་གྲོགས་དང་བཅས་བ་ཡིས། །  
 རི་ལྟར་སློན་པའི་དོན་རྣམས་ཡོངས་འགྲུབ་ནས། །  
 བཏུ་ཤིས་སྤྱང་བས་ས་གསུམ་དག་གྱུར་ཅིག །

གངས་ཅན་སྤོངས་ཀྱི་ཕན་བདེའི་རྩ་ལག་དམ་པ། རྒྱ་བོད་ཀྱི་གདུལ་བྱ་མཐའ་ཡས་པ་ཐར་པའི་ལམ་བཟང་པོར་འཇུག་པའི་དེད་  
 དཔོན། རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་སྤོང་བ་ལ་འབགས་པའི་གནས་བརྟན་ཆེན་པོ་ལྟར་ཐུགས་བསྐྱེད་དང་མཛད་པ་བུལ་དུ་བྱུང་བ།  
 མཁན་རིན་པོ་ཆེ་ཚུལ་ཁྲིམས་སློ་གྲོས་ཀྱི་ཞལ་སྲ་ནས་བསྟན་འགྲོའི་དོན་དུ་སྐྱེ་ཆེ་ཡུན་དུ་བརྟན་པའི་གསོལ་འདེབས་རང་ཉིད་ནས་  
 རྒྱན་མར་ཞུ་བཞིན་ཡོད་མོད། ད་ལས་གྲོགས་མཆེད་ཀླུ་བསམ་གཏན་ནས་ཆེད་དུ་བསྐྱེལ་མ་བྱུང་དོན་ལྟར། ཀམ་པའི་མཆོན་གྱི་  
 ཟེགས་མ་སྤྱི་བོར་ཕོག་པ། ཨོ་རྒྱན་ཐེན་ལས་རྡོ་རྗེར་འབོད་པའི་སྟོན་ལས་བ་དེས་ལུགས་ཀྱི་ཚོ་འབྲུལ་རྩ་བའི་ཆེས་ ༡༥ སྤྱི་ལོ་  
 ༡༠༡༠ ལྷ་ ༣ ཆེས་ ༡༡ ལ་སྤྱང་བ་དག་ཞིང་བཏུ་ཤིས་པར་གྱུར་ཅིག་གུ།



# ଆମର ଆଶା



# ཡེ་ཚེན་སྐུལ་སྐྱེ་ཀམ་སྐྱབ་བརྒྱུད་ཕྱིན་ལས་བསྟན་འཛིན་གྱི་

## ནམ་བུར་མདོར་བརྒྱུད།



གཡམས། ཚ་བ་ཡབ་སྐུལ་འཛིན་པོ་ཚེ། དབུས། ཡེ་ཚེན་སྐུལ་སྐྱེ་སྐྱབ་བརྒྱུད་ཕྱིན་ལས།  
གཡོན། ཡབ་སྐུལ་འཛིན་པོ་ཚེའི་སྐུ་མཚེད།

ཡེ་ཚེན་སྐུལ་སྐྱེ་ཀམ་སྐྱབ་བརྒྱུད་ཕྱིན་ལས་བསྟན་འཛིན་གྱི་  
ཡབ་སྐུལ་ལུས་ཨ་མཚོད་ཚེ་རིང་བཟུལ་ཤིས་དང་། ཡུམ་སྐྱེད་མ་  
དཔོན་ཚང་གི་སྲས་མོ་ཤེས་དགའ་སྐོལ་མ་གཉིས་ཀྱི་སྲས་  
སུ་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༣༣ ལོར་ཚ་བ་སྐྱད་སྐྱེས་འཛོལ་དུ་སྐྱེ་འབྱུངས།  
དགྲུང་ལོ་ལྔའི་ཚོག་ཡབ་སྐུལ་མགོན་ཀུན་ཉིང་ཏུ་འེ་ཡི་སི་ཏུ་  
བསྐྱེད་དབང་མཚོག་གིས་ལྷོ་བ་དབང་བསོད་ནམས་རང་གོལ་

གྱི་ཡང་སྲིད་དུ་རོས་འཛིན་མཛད་དེ་མཚན་ཀམ་  
སྐྱབ་བརྒྱུད་ཕྱིན་ལས་བསྟན་འཛིན་ཞེས་སྐུལ།  
གདན་ས་ཀམ་དཔོན་གྱི་སྐྱེ་ཚབ་སྐྱེ་མ་ཚུལ་  
ཁྲིམས་ཀམ་རྒྱལ་དང་སྐྱེ་མ་དོན་ལུ་ཚེ་རིང་ཀམ་  
གཉིས་ཀྱི་མདུན་ནས་ཡི་གེ་འབྲི་སྐྱོག་དང་ཀི་ཚང་  
རང་ལུགས་ཚོ་ག་ཚོས་སྐྱོད་འདོན་ཏུ་དབྱུངས་  
གར་འཆམ་རོལ་གསུམ་སོགས་བསྐྱབས། དགྲུང་  
ལོ་བཅུ་གསུམ་ཚོག་ཀར་ཁུང་གཞུང་དུ་སྐྱེ་མ་  
ཚོས་དགའི་མདུན་ནས་སྐྱབ་མོང་གི་སྐྱོན་འགྲོ་དང་  
རིག་པའི་དོ་སྐྱོད་ཀྱི་གདམས་པ་སོགས་མཛོལ།

རིགས་ཀྱི་ཚོད་བན་ཡུལ་དབང་ཡཀམ་  
བ་བཅུ་དུག་བ་ཚེན་པོ་མཚོག་དང་། ཀར་སྲས་  
ཀོང་སྐུལ་དཔལ་ལྷན་མཁུལ་བཅའི་འོད་ཟེར་  
དབུས་སྐྱེས་ཚེན་དམ་དུ་མའི་ཞབས་ལ་གཏུགས་ནས་དབང་  
ལུང་མན་དག་མང་དུ་ཞུས། ཁུང་བར་དུང་བ་རིན་པོ་ཚེ་ནས་  
ལུག་ཚེན་གྱི་ཁྲིད་གནང་བ་ཅམ་གྱིས་སྐྱ་བ་དོ་འཕྲོད། དགྲུང་  
ལོ་བཅོ་བརྒྱད་བར་ཀམ་འེ་གདན་ས་སྐྱབ་ཁང་དུ་བཞུགས།  
ཉེར་གཅིག་པར་རང་དཔོན་དུ་ཕེབས་ནས་བསྟན་པའི་རྒྱུན་



ཡེ་ཚེན་ཁྲིབ་ལུང་རི་ཁོང་།

བསྐྱུངས། ཉེར་དགུ་པར་དུས་འགྲུར་བྱུང་སྟེ་ཕྱག་ཞབས་  
 ལྷགས་སློབ་གིས་བསྐྱམས་པ་སོགས་ལོ་བརྒྱལ་ཚད་མེད་  
 ལུངས་ཀྱང་། རྒྱུ་རབ་ཐོག་ཏུ་སྐྱེས་ཏེ་ལས་ཀྱི་སྣུག་མ་  
 ལྷུངས། བཙུན་ཁང་དུ་བསྟེན་སྐྱབ་གནད་སློབ་མཚན་དེ་གྲུ་བུ་  
 རིན་པོ་ཆེ་དང་མ་མགོན་སོགས་ཞལ་གཟིགས་ཤིང་འབྱུང་  
 འགྲུར་གྱི་ལེགས་ཉེས་སྣ་ཚོགས་ཐུགས་སྤུལ་པར། དགུང་ལོ་  
 ལྷ་བརྒྱའི་ཐོག་ཏུ་བཙུན་བཀོལ་ཐོབ་ནས་འཕགས་ལུལ་དུ་  
 གནས་གཟིགས་སུ་ལེབས། ལ་ཤོང་ས་ལ་རྒྱལ་དབང་བརྒྱ་  
 བཞི་བ་ཆེན་པོ་མཚོག་དང་། བཀའ་བརྒྱུད་ལ་རྒྱལ་བ་ཡབ་  
 སྲས་རྣམས་ཀྱི་དབུས་རིས་མེད་བསྟན་འཛིན་སྐྱེས་ཆེན་དུ་  
 མའི་སྐྱེ་བུ་དུང་ནས་དབང་ལུང་མན་དག་མང་དུ་ལྷུས། དཔལ་  
 ཀམ་འེ་གདན་ས་རུམ་བཏེག་ཏུ་ལ་རྒྱལ་བ་ཡབ་སྲས་རྣམ་པའི་  
 བཀའ་ལུང་བཞིན། ལ་རྒྱལ་དབང་བརྒྱ་བུག་པ་མཚོག་གིས་  
 ལྷེ་དགོ་བཀའ་འགྲུར་མ་ཕྱིར་བསྐྱར་པར་གནང་བ་དེ་དང་  
 རང་ལུགས་ཚོ་ག་ཚོས་སྤོད་དང་གཞུང་དཔེ་གང་ཡོད་པ་  
 བསྐྱམས་ནས་ཕྱིར་བོད་དུ་བྱོན། ལྷ་སར་སློབ་ཤེས་པ་དུ་མ་



ཡེ་ཚེན་དགོན།

བསྐྱུ་བུབ་གནང་སྟེ་བཀའ་འགྲུར་དག་ཚར་བཟུགས། བསྟན་  
 བ་ཡང་དར་སྐབས་ལྷ་སར་བཀའ་འགྲུར་ཞལ་བྱས་པ་ཐོག་  
 མ་རུ་གྲགས།  
 ལ་འཇམ་མགོན་ཀོང་སྐུལ་རིན་པོ་ཆེའི་བཀའ་དགོངས་  
 བཞིན་སྐྱབ་དཔོན་བདེ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ་དང་ལྷན་དུ་མཚུར་བུར་  
 རྩོན་ནས་སྐར་བསང་དང་དར་ཆེན་ཐོག་མར་བསྐྱེདས། དགུང་  
 ལོ་ང་གཉིས་སྐབས་པ་ལུལ་དུ་མེབས་ཏེ་ཡེ་ཚེན་དགོན་གསར་  
 སློ་མཚན། ༡༩༤༤ ལོར་ལ་བུམས་མགོན་ཀུན་ཉིང་རྒྱའི་སི་  
 ཏུ་བརྒྱ་དོན་ཡོད་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་གདན་ཤངས་ཏེ་ས་གཞིར་  
 བྱིན་རྒྱལ་སོགས་བསྐྱུངས། གཙུག་ལག་ཁང་དང་སྐྱབ་ཁང་  
 སོགས་བཏབ་ནས་ ༡༩༤༦ ལོར་ཀམ་ཆགས་མེད་རིན་པོ་  
 ཆེ་སྐྱེ་བུ་བདུན་པ་མཚོག་གིས་གཙུག་ལག་ཁང་དབུ་འབྱེད་  
 སོགས་མཚན། ༡༩༤༡ ལོར་རྟེན་དང་བརྟེན་པར་བཅས་པ་  
 གསར་བཞེདས་ལེགས་པར་གྲུབ་སྟེ་བཅའ་ཡིག་གི་ལ་རྒྱལ་  
 དབང་ལ་ཀམ་པ་རིག་པའི་རྗེ་རྗེ་མཚོག་ ༡༩༤༩ ལུ་རྟེ་ལོར་  
 ཀམ་དགོན་དུ་མེབས་སྐབས་སུ་ཡེ་ཚེན་དགོན་ལ་སྐུལ་བའི་



གཡས། ཡེ་ཚེན་རྫོང་རྒྱ་སྐྱེལ་སྐུ་ཀམ་དེས་དོན། ཡེ་ཚེན་སྐྱེལ་སྐུ་སྐྱེལ་བརྒྱུད་  
ཐོན་ལས།

བཅའ་ཡིག་ཚེན་མོ་རྩིང་པ་དེ་ཙམ་འཛིན་སྤྲུལ་བཞེས་མཛད།

དུས་འགྲུར་རྗེས་གདན་ས་ཀམ་དཔོན་དུ་མགོན་པོའི་  
སྐུ་བ་མཚོན་གསར་དུ་རྒྱལ་སྐྱབས་སྐྱབས་པེབས། ཚོ་ག་ཚོས་སྤྱོད་  
འདོན་ཏེ་དབྱངས་གར་འཆམ་རེལ་གསུམ་སོགས་ནི་གཙོ་བོ་  
གདན་ས་བར་ལུགས་ལྟར་འཛིན་སྤོང་སྤེལ་གསུམ་གནང་།  
ཀི་ཚང་སྤྱིའི་སྤྲུལ་བཞེས་ལྟར་རྒྱ་རྩེའི་སྐུ་བ་ཁང་སོགས་གསར་  
འཛུགས་མཛད།

ཕྱི་ལོ་༡༩༩༩ལོར་གདན་ས་བར་པའི་རྒྱ་མ་བཤོད་  
བསྟན་དང་རྒྱ་མ་ལུ་རྫོང་མ་གཉིས་དེས་མོས་སྐུ་བ་དཔོན་དུ་  
གདན་འཛེན་ཞུས། དུས་མོ་ཚོས་རྗེ་རིན་པོ་ཆེ་དང་། སེ་རྒྱལ་  
དབང་གཙོས་རྒྱ་ཚེན་མང་པོ་གདན་པར་ཏེ་བཀའ་བརྒྱུད་  
སྤྲུལ་མཛོད་དང་རིན་ཚེན་གཉེན་མཛོད་སོགས་ཀྱི་དབང་  
ལུང་རྒྱལ།

གཞན་ཡང་མཛོད་རྗེ་རྗེ་དྲུང་དང་། རྟེན་འགྲུབ་སྐུ་བ་སྐུ།  
རྒྱ་མ་ཐང་པ་སྐྱ་མགོན། སྐུ་བ་སྐུ་ཀར་སེང་སོགས་དང་། ཨ་

དཔོན་སྐུ་བ་སྐུ་གཙོས་པའི་ཚ་བ་སྐར་གི་རྒྱ་སྐུ་བ་ཡོད་དོ་ཚོག་  
དཔོན་དུ་གདན་ཞུས་ཀྱིས་མང་ཚོགས་ལ་ལོ་རེ་བཞིན་བཀའ་  
དབང་དང་ཚོས་འབྲེལ་ཟམ་མ་ཆད་པར་གནང་། རྗེ་ཉིད་ནས་  
ཡུང་མར་ལུགས་ཀྱི་རྒྱུད་སྤེ་དང་སྐུ་བ་ཐབས་རྣམས་ཀྱི་དབང་  
ལུང་ཁྲིད་གསུམ། ལུག་ཚེན་དང་ཚོས་དུག་སོགས་ཀྱི་ཁྲིད་  
བཅས་ལན་གྲངས་དུ་མར་གནང་། ད་དུང་མོས་བསམ་མཛད་  
པའི་བཤད་བྲའི་སྤོལ་གསར་དུ་སྤེལ་ཏེ་མདོ་སྤྲུལ་གཞུང་  
ཚེན་སོགས་ལོ་ཡི་ཚང་གཞི་ལྟར་བསྐྱུངས། གདན་ས་བར་  
པའི་མཁན་པོ་རྣམས་སྤོལ་བཤོད་ནམས་གདན་པར་ཏེ་སྤོལ་  
གསུམ་སོགས་འཆད་ཁྲིད་གནང་སྟེ་བཤད་བྲའི་དབུ་རྒྱལ།  
མཁན་ཚེན་བསྟན་པ་རབ་རྒྱས་པེབས་ཏེ་རིགས་ལམ་  
བསྐྱབས་ཏེ་ཚོས་རར་ཚོད་པའི་སྤོལ་ཡང་རྒྱལ། དེ་རྗེས་  
མཁན་པོ་འགས་དེས་མོས་སུ་སྐྱབས་མོང་དང་སྐྱབ་མིན་གྱི་རིག་  
གཞུང་ཅི་རིགས་ཁྲིད་དེ་བཤད་བྲའི་རྒྱུན་བསྐྱུངས། འཕྲི་རྒྱུ་  
གཙོས་པའི་སྐྱབ་མོང་རིག་གནས་ཀྱི་གཞི་རིམ་འཛིན་བྲའི་གིག་  
གསར་དུ་རྒྱལ། ༢༠༠༧ ལོར་གདན་ས་དཔལ་སྐྱུངས་ནས་  
མཁན་རྒྱ་མཚོ་གདན་པར་ཏེ་བཤད་བྲའི་འདོད་བརླ་  
སྤྲུལ་གི་རིང་དུ་ལེགས་པར་བསྐྱུངས། བཤད་བྲའི་མཚན་སྟན་  
རྒྱས་ཏེ་དཔོན་ཁག་གཞན་ནས་ཡུང་གྲུ་རྒྱུན་མང་དུ་འདུས་  
སྐབས་བཤད་བྲའི་སྤོལ་གཉེར་བ་རྗེ་མང་དུ་ཕྱིན། མདོར་ན་རྗེ་  
ཉིད་ཀྱིས་བཤད་སྐུ་བ་ལས་གསུམ་གྱིས་དཔོན་འདི་དར་རྒྱས་  
ལེགས་པར་བསྐྱུངས་པར་མཚན་སྟན་རྒྱས།

དབུས་ལྷ་ལྷན་དང་། བསམ་ཡས་འོག་མིན་སྤྲུལ་གྱི་  
གནས་མཚོག་མཚུང་མདོ་བོ་ལུང་སོགས་སུ་གནས་གཟིགས་  
སུ་ཕྱོད། རིགས་ཀྱི་ཚོད་པན་ལྒྱུ་དབང་ལ་ཀམ་པ་ཨོ་རྒྱུན་  
འགྲོ་འདུལ་ཐོན་ལས་རྗོ་རྗེ་མཚོག་གི་ཞལ་མཛེས་ཞུས།

ཚ་བ་སྟོད་སྐད་བར་གསུམ་དུ་དཔོན་སྤེ་ཁག་ཉམས་



དབུས། ཡེ་ཚེན་རྒྱལ་ཁྲུ་རྒྱལ་བརྒྱུད་མིན་ལས། མདུན་གྲལ། ལྷན་ཉེ་ཡུལ་དབང་ཡཀཱ་པ་༡༩པ་མཚོག་གི་ཆེབ་ས་འབྲུལ་ཁ་ལོ་བ་དང་མཚོར་ཕྱོ་ལྷ་ལྷ་བ་གི་གཉེན་ཚེན་ལྷན་པ་རྒྱུད་པ་དཔོན་ཚང་གི་དབུས། གཤམ་ན། ལྷན་ཉེ་སྤོ་འདི་བོད་གཞུང་གི་གཞུང་ཞབས་ལུང་པ་སྤྲོད་མ་དཔོན་ཚང་གི་ཚེ་བརྟན་དོན།

གསེའི་སྐབས་དང་ལྷ་སྐལ་ནམས་རོས་འདྲིན་དང་ཁྱི་འདྲིན་སོགས་ཀྱི་མཚན་སྐོ་ཁག་ལ་ཤེབས་ཏེ་ལམ་སྟོན་མཐུན་སྦྲེང་གང་གཟབ་བསྐྱེད་སྤྱོད། གདན་ས་ཀཱ་དཔོན་གཙུག་ལེ་བཀའ་བརྒྱུད་དཔོན་ཁག་ནམས་ཀྱིས་རྟེན་དཔོན་གསལ་བཞེངས་ཚེད་ཚེ་བ་སྤྲེད་དུ་འབྲུལ་སྤྱད་ཤེབས་སྐབས་མཐུན་འབྲུང་གནད་སྤྱིན་གྱིས་བསྐྱེད་སྤྱོད། དཔོན་འདྲིའི་མངའ་འབངས་སུ་གཉོགས་པའི་བསྟན་པའི་སྤྱིན་བདག་ཚེ་བ་སྤྲེད་སྟོད་སྤྲེད་བར་གསུམ་དང་ཚེ་བ་རྒྱལ་མོ་རྒྱལ་ཚུ་མར་ཁ་ནས་བཟུང་ལྷེས་གཞུང་མངའ་ལ་སྤོ་གངས་ར་མན་ཚོད་མཚོད་གནས་སུ་གྱུར། མ་ཟད་རྩ་ལུལ་འགྲུ་ལོས་དང་། སྤོ་བོ་སུམ་རྫོང་གྲག་ལོག། །གྲག་གཡལ་སྤོ་བ་ཚོ་ཁག་བཞི་སོགས་ལ་ཡང་དཔོན་འདྲིའི་མཚོད་ལོན་སྤྱིན་བདག་ཏུ་གྱུར་བ་ཉ་ཅང་མང་དོ། །

དཔོན་འདྲིའི་དཔོན་ལག་གི། ཚེ་བ་འགྲོ་འདུལ་སྤྱིང་རི་ཁྲོད། ཚེ་བ་ཁྱིལ་ལུང་རི་ཁྲོད། ཚེ་བ་སྤོ་རི་ཁྲོད་སོགས་ཉམས་གསོ་དང་། ཞལ་སྤོ་བ་ལེ་ཚེན་རོ་ལྷ་སྤྱལ་སྤྱུ་ཀཱ་དེས་དོན།

སྟག་གཡལ་སྤྱལ་སྤྱུ། ལྷུང་གོང་སྤྱལ་སྤྱུ་མཚོ་སྤྱེས། ལྷོ་ལག་གནས་ནང་ལྷ་མ་བསོད་ནམས་རྒྱལ་མཚན། དཔོན་ལྷ་མ་ཀཱ་ཡེ་ཤེས། ལྷུབ་དཔོན་ལྷ་མ་བཟུ་ཤེས་རྒྱལ་མཚན། བང་ཚེན་ལྷ་མ་སྟན་པའི་འབྲུག་གྲགས། ཚེ་བ་རུང་ལྷ་མ་མི་འབྲུང་བཟང་པོ། ཚེ་བ་རུང་ལྷ་མ་ཚོས་ཀྱི་སེལ། ལྷ་མ་མདོ་སྤྱགས། མཁན་པོ་རྩལ་ཁྲིམས་རིན་ཚེན། མཁན་པོ་ཀཱ་ཤེས་ལགས་སྤྱལ། མཁན་པོ་དག་བཟང་། དཔལ་སྤྱེད་ས་ནས་ཐོན་པའི་དཔོན་བསྟན། ཚེ་བ་མདའ་སྤྱུག་གམ་ཚེ་སྤྲེད་སྤོ་གྲོས་དཔལ་ལྷན། ལྷ་མ་ཡེ་ཤེས་བསྟན་འདྲིན། ཤེ་སུ་འདྲོ་གྱི་སྤོ་མ་ལ། ལྷུབ་དཔོན་རྒྱ་རི་སྤྱི་དགའ་རྒྱལ་མཚན། ལྷུབ་དཔོན་ཤེས་རབ་འོད་གསལ། ལྷུབ་དཔོན་ལས་གྲུབ། གྲག་གཡལ་ལྷ་མ་སྤྱུབ་བརྒྱུད། ད་དུང་ཞལ་སྤོ་བ་ཏུ་གཉོགས་པའི་མཁན་པོ་དང་ལྷ་མ་དཔེ་ཚེ་བ་སོགས་རྒྱལ་གྱི་ནང་ཀུན་ཏུ་མང་དུ་ལོད་དོ། །མདོར་ན་སྤྱི་ཚེ་གང་ཤོར་བསྟན་འགྲོའི་དོན་འབའ་ཞིག་མཚན་དེ་མཐར་དབྱེད་གངས་གྲུ་ལྷ་པ་ ༣༠༡༥ ལོར་སྤྱི་ལོ་བར་གཤེགས་སོ། །



Karmapa's Office Bulletin

# LAYJANG

# ལཡའང

# བུང་།

## ལས་བྱུང་།

ཚོམ་ལྗོངས་པ།

དག་དབང་འཕྲིན་ལས།

ལྷ་དག་པ།

དག་ཚེ་བརྟན་འཛིན་རྣམ་རྒྱལ།

དེབ་བཞུགས་རྒྱས་འགོད་པ།

ཀམ་བཟ་ཤིས་ལྗོངས་དཀར།

བརྟན་ལེན་པ།

Tashi Paljor, Kagyu Monlam  
Publicity Team

## འབྲེལ་ཡུལ་ཁ་བྱུང་།

(Tsurphu Labrang)

Office of His Holiness the Gyalwang Karmapa

Gyuto Tantric University

P.O. Sidhbari - 176057

Dharamsala, District Kangra (H.P.) India

Email: [layjangbulletin@gmail.com](mailto:layjangbulletin@gmail.com)

[www.kagyuoffice.org](http://www.kagyuoffice.org)

[www.facebook.com/layjang](http://www.facebook.com/layjang)

Layout and design by Beata Stepien

Published by Tsurphu Labrang

Printed in India, New Delhi, by Norbu Graphics

