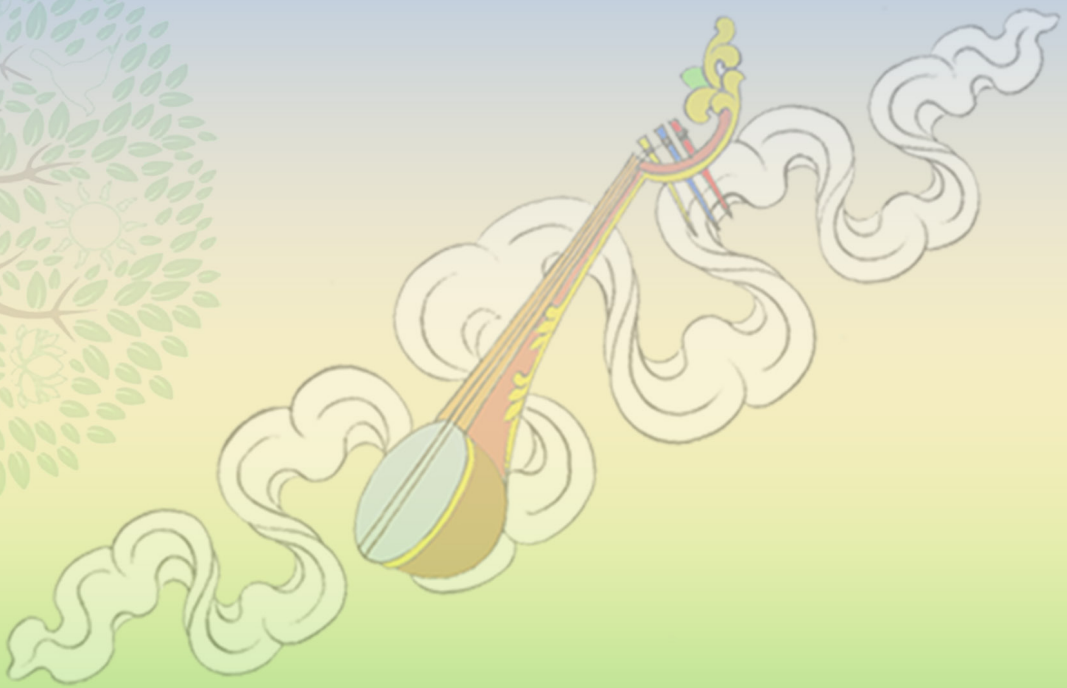




ཨེ་ཨྲི་རང་གྲུ།



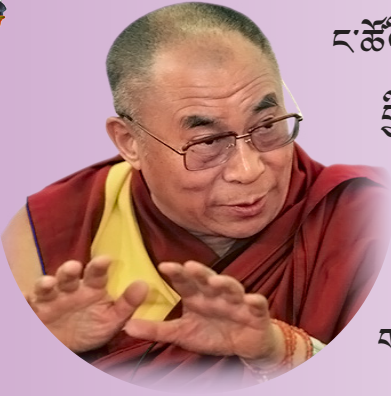
ཁྱེད་སྟོང་ཚུལ་སྒྲིག་སྡེ་ཁོག།

༢༠༡༧



ཁྱེད་སྟོང་དུས་དེབ་འདོན་ཐངས་དང་པོ།





ང་ཚོའི་སྐད་ལ་ཡི་གེ་ཡོད་ལ། ཡི་གེ་ཡོད་པ་ཙམ་དུ་མ་ཟད་ལེགས་སྒྲུབ་
 གྱི་སྐད་དང་གདན་ཐོབ་འབྲེལ་ཕྱུར་གནས་པ་དེ་ང་ཚོ་ཐོད་
 པའི་སྐད་ཡིག་ཆགས་ཡོད་པ་ལས། ཐོད་པའི་སྐད་ཡིག་སྒྲིབ་
 གཏན་ནས་མིན། རྒྱ་མཚན་དེ་ལྟ་བུས་ན་ང་ཚོའི་སྐད་ཡིག་དངོས་
 གནས་སྟོབས་པ་སྦྱིས་འོས་པ་ཞིག་དང་། འོས་འོས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་
 ལས། རོ་ཆ་དགོས་པའི་སྐད་ཡིག་ཅིག་གཏན་ནས་མིན། དེ་ལྟ་བུའི་སྐད་
 ཡིག་ཅིག་ཡོད་བཞིན་དུ་དེར་བདག་པོ་མ་བརྒྱབ་ན་སྒྲིག་པ་དང་། བྱ་བ་ཚུང་ཡིན་པས། དེ་ལ་ངེས་
 པར་དུ་བདག་པོ་ཡག་པོ་རྒྱག་དགོས།

ཡགོང་ས་མཆོག་གི་གསུང་འབྲུམ། ཐོད་ཅ་པ་ལས་བྱངས།



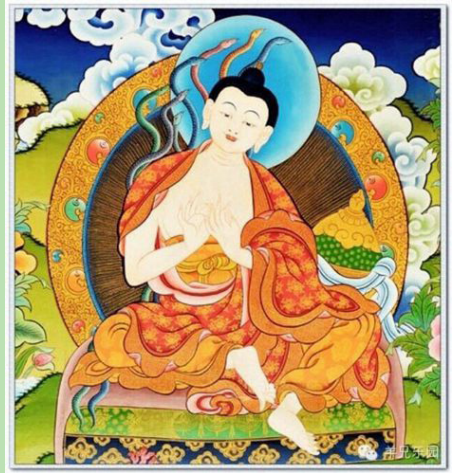
ད་ལྟའི་གནས་སྐབས་འདི་ལ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྡེ་སྡོད་ཡོངས་སུ་
 རྫོགས་པ་དང་། བྱད་པར་དུ་སྤྲུགས་ཀྱི་སྡེ་སྡོད་དེ་ཚོ་སྐད་ཡིག་
 གང་འབྲེལ་ཞིག་ལ་བརྟེན་དགོས་ཡོད་རེད་ཅེ་ན། ཐོད་པའི་སྐད་ཡིག་
 ལ་མ་བརྟེན་པའི་ཐབས་ལམ་གཞན་ཡོད་མ་རེད། འདི་ལ་རྒྱ་མཚན་
 གཉིས་ཡོང་གི་རེད། དང་པོ་དེ་ལ་ཐོད་པའི་སྐད་ཡིག་གིས་གང་
 སྟོན་ཅུས་པའི་དོན་དག་དེ་ཚོ་སྐད་ཡིག་གཞན་གྱིས་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་སྟོན་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད།
 གཉིས་པ་དེ་ལ་ཐོད་པའི་སྐད་ཡིག་ནང་ཡོད་པའི་ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་སྡེ་སྡོད་དེ་ཚོ་སྐད་ཡིག་གཞན་
 གྱི་ནང་ཆ་ཆང་ཞིག་བསྐྱར་སྤྱོད་ཡོད་མ་རེད། གལ་སྲིད་དེ་ཚོ་བསྐྱར་བ་ཡིན་ན་ཡང་། ཡོང་རྒྱ་
 བསྐྱད་པའི་ལོ་བརྒྱ་ཕྱག་ཁ་ལས་ཀྱི་ནང་ལ་བསྐྱར་མི་ཐུབ་པའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་རེད།
 དེ་འབྲེལ་བརྟེན་རིག་གཞུང་འདི་དག་ལ་བདག་པོ་ཞིག་བརྒྱག་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ན། ངེས་པར་དུ་ཐོད་
 ཀྱི་སྐད་ཡིག་ལ་བདག་པོ་མ་བརྒྱབ་ན་མི་འགྲིག་པའི་གནས་སྐབས་ཤིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་
 འབྲེལ་ཡིན་དུས་ཐོད་པའི་སྐད་ཡིག་དེ་འཇིག་རྟེན་ཡོངས་རྫོགས་ལ་སྟོན་ཏེ་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་
 ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད།

སྟོབ་དཔོན་ཟམ་གདོང་རིན་པོ་ཆའི་གསུང་ཚུལ་ཐོད་ལྟ་བུ་ལས་བྱངས།



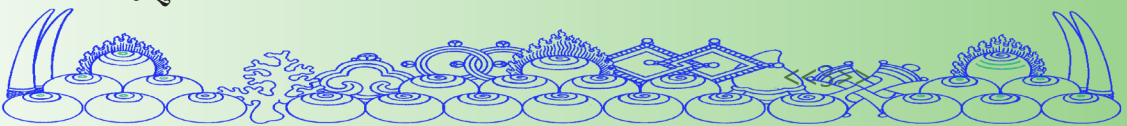


༥ ཤིང་རྩ་ཆེན་པོ་དཔལ་མགོན་འཕགས་པ་སྐུ་སྦྱབ་ནི། སྟོན་པ་
 སྤངས་ལས་འདས་ནས་ལོ་བཞི་བརྒྱ་ཙམ་སོང་རྗེས། རྒྱ་གར་སྟོ་
 རྩོགས་ལེ་ཏའི་ཡུལ་དུ་བྲམ་ཟེའི་རིགས་སུ་འཁྲུངས། བྲམ་ཟེ་སྐུ་
 གཅན་འཛིན་བཟང་པོ་དང་མཛུལ་ནས་སྐུ་ཆེ་བསྐྱེད་ཤིང་རབ་
 ཏུ་བྱུང་། ཕྱིས་སུ་བསྟེན་པར་རྫོགས་ནས་མཆོན་ལ་དགེ་སློང་
 དཔལ་ལྷན་ཞེས་གསོལ། བྱང་སེམས་སྟོ་གྲོས་རིན་ཆེན་སོགས་
 ལས་ཀྱང་མདོ་སྤྲུགས་ཀྱི་ཟབ་ཆོས་མང་དུ་གསན་ཏེ་མཁས་པའི་
 ཕུལ་དུ་གྱུར། རྒྱ་ལེ་རྒྱའི་དགེ་འདུན་གྱི་ཞལ་ཏ་པ་མཛད་དེ་ལོ་
 བཅུ་གཉིས་བར་དུ་དགེ་འདུན་རྣམས་ལ་འཆོ་བ་ཤོངས་པ་མེད་



༥ དཔལ་མགོན་འཕགས་པ་སྐུ་སྦྱབ་ལ་ན་མོ།

པར་སྦྱར་བར་མཛད། སྐལ་ལྷན་རྣམས་ལ་སྟེ་སྟོན་གསུམ་དང་། ལྷག་པར་དུ་དམ་པའི་ཆོས་འདུལ་བ་རྒྱ་ཆེར་སྟེལ་
 བར་མཛད་དེ། སྟོན་སྟོན་པས་ཆོས་འཁོར་དང་པོ་བསྐྱོར་བ་དང་མཆུངས་པར་ཆོས་ཀྱི་སྐྱ་ཆེན་ལན་དང་པོ་
 བསྐྱགས། ལྷའི་རྒྱལ་པོས་གདན་འདྲེས་པ་བཞིན་སྐུ་ཡུལ་དུ་ཕེབས། ལྷ་རྣམས་ལ་ཆོས་མང་དུ་གསུངས། ཤིང་
 རྩོན་སྟོང་ཐག་བརྒྱ་པ་སོགས་གདན་འདྲེས་ཏེ་འཛུལ་བུའི་སྤྱིང་དུ་བྱོན། མཉན་ཡོད། གནས་བཅས། ཙམ་པ་ཀུ། ལྷ་
 རྩ་པ་སྤྱི། རྒྱལ་པོའི་ཁབ། ཡངས་པ་ཅན་ཏེ་མོང་ཁྲིར་དུག་གིས་གཙོས་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་དུ་གཙུག་ལག་ཁང་
 དང་། མཆོད་རྟེན་མང་པོ་བཞེངས། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྟོལ་རུབ་པ་དེ་སྦྲར་གསོ་མཛད་དེ་ཆོས་སྟོན་པའི་སྐབས་སྐུ་
 རྣམས་ཀྱིས་སྐུ་ལ་གྱི་གདེངས་ཀ་ཕུལ་བ་སོགས་གྲོགས་བྱས་པས་སྐུ་སྦྱབ་ཅེས་མཆོན་ཆགས། ཤིང་ཕྱིན་གྱི་མདོ་
 སྟེའི་ཟབ་དོན་དབྱ་མར་འགྲེལ་བའི་བསྟན་བཅོས་རྩ་བ་ཤེས་རབ་སོགས་མཛད་དེ་སྟོན་སྟོན་པས་ཆོས་འཁོར་བར་
 པ་བསྐྱོར་བ་དང་མཆུངས་པར་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྐྱ་དབྱངས་གཉིས་པ་བསྐྱགས། སྐུ་ཆེའི་སྤྱད་ལ་གཙོ་ཆེར་སྟོ་
 ཕྱོགས་དཔལ་གྱི་རིར་བཞུགས་ཏེ་མདོ་སྤྲུགས་གཉིས་ཀའི་ཆོས་འཁོར་རྒྱ་ཆེར་བསྐྱོར། ལྷག་པར་ཆོས་དབྱིངས་
 བསྟོན་པ་སོགས་མཛད་དེ། སྟོན་སྟོན་པས་ཆོས་འཁོར་ཐ་མ་བསྐྱོར་བ་དང་མཆུངས་པར་ཆོས་ཀྱི་སྐྱ་ཆེན་གསུམ་
 པ་བསྐྱགས། མདོར་ན་གདུལ་བྱ་བཟང་ལས་འདས་པ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ལ་འཁྱེད་པ་དང་། སྟེ་སྟོན་གསུམ་
 དང་རྒྱུད་སྟེ་བཞེའི་དགོངས་འགྲེལ་བསྟན་བཅོས་ཀྱང་མང་དུ་མཛད་པ་སོགས་བསྟན་པའི་བྱ་བ་རྒྱ་ཆེར་མཛད།
 འཕགས་པ་སྐུ་སྦྱབ་ལ་སྟོབ་མ་མང་དུ་ཡོད་ཀྱང་གཙོ་བོ་ཤུག་མིའི། རྒྱ་པོ་རྟེ། ལྷ་ཅ་དེ་བ། མ་རྟི་གི་པ་བཅས་
 ཐུགས་སྤུས་བཞི་དང་། སངས་རྒྱས་བསྐྱུངས། ལེགས་ལྷན་འབྱེད། སྟོབ་དཔོན་དཔལ་པོ་བཅས་ཏེ་བའི་སྤུས་
 གསུམ་སྟེ་བདུན་ཡོད། དེ་དག་གི་ནང་ནས་ཀྱང་མཆོག་ཏུ་བསྐྱགས་པ་ནི་སྟོབ་དཔོན་ལྷ་ཅ་དེ་བ་ཡིན་ཞིང་དེ་
 གཉིས་ལ་སྐུ་སྦྱབ་ཡབ་སྤུས་གཉིས་དང་གཞུང་ཕྱི་མའི་དབྱ་མ་པ་ཞེས་ཀྱང་བྲགས།



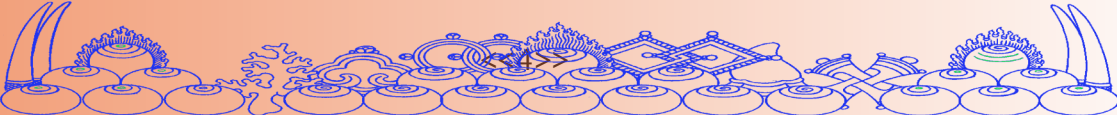


ཕྱི་རྒྱུ་ཕྱོད་ར་མོ་ཆེ་འི་གཙུག་ལག་ཁང་།

༥ དེ་ཡང་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་རབས་སོ་གསུམ་པ་ཆོས་
རྒྱལ་སྲོང་བཙན་སྐུ་པོ་མཆོག་གིས་རྒྱའི་སྐུ་
མོ་ལུན་ཡིན་ཀོང་རྩོད་བཙན་མོར་བསུ་སྐབས་ཏེན་
སྐལ་དུ་སངས་རྒྱལ་རང་ཉིད་ཀྱིས་དངོས་སུ་རབ་
གནས་མཛད་པའི་ཏེན་གཙོ་རྩོད་པོ་མི་བསྐྱོད་རྩོད་རྩོད་
གནད་བ་ཡིང་རྩར་བྲངས་ཏེ་གནས་དེར་མེབས་
སྐབས་ཀྱི་ཐང་དུ་བྱིངས་ནས་བསྐྱོད་མ་བྱུང་བ་ན།
ཀོང་རྩོད་སྐྱོགས་བཞི་ལ་ཀ་བ་བཙུགས་ནས་དར་



ཀྱིས་ཡོལ་བ་བྱས་ཏེ་མཆོད་པ་ཡུལ། དེ་ནས་སྲོང་ཐང་གི་གཤམ་ཅེ་བཅིང་ནས་ཅེས་སྲོང་བས་ས་ཆ་དེར་སྐྱའི་པོ་བྲང་
གནས་པར་ཤེས་ཏེ་དེར་རྩོད་པོ་ཤུ་ལྟ་ལྟ་ཞེས་སྐྱབ་བཙུགས་ན་སྐྱའི་གཞོན་པ་མི་ཡོང་བ་སོགས་མཐུན་ཏེ་བཟོ་བོ་
མཁས་པ་རྣམས་ལ་སྐུ་ཏེ་གཙུག་ལག་ཁང་བཞེངས་པའི་འགོ་བཙུམས་ནས་ར་ས་འབྲུལ་སྤང་གི་གཙུག་ལག་ཁང་
དང་དུས་མཉམ་དུ་བྱུང་བར་མཛད། ཡབ་རྗེ་མཉེས་པར་བྱ་ཆེད་ལྟ་ཁང་གི་སྐོ་ཤར་སྐྱོགས་སུ་སྟོན་པར་གྲགས།
གཙུག་ལག་ཁང་དེ་ལ་སྐོར་ལམ་གྱི་ནང་གཉིས་ཡོད་པ་ལས་ནང་མའི་གཙང་ཁང་སྐྱག་མར་རྩོད་པོ་ཤུ་ལྟ་ལྟ་ཞེས་སྐུ་
བརྒྱད་དང་བཙས་པ་བཙུགས། དེ་ནས་ཆོས་རྒྱལ་སྲོང་བཙན་སྐུ་པོ་སྐྱབ་གཤེགས་རྗེས་མང་སྲོང་མང་བཙན་གྱི་དུས་
སུ་རྒྱ་དམག་ལྷག་ཉིད་སྐབས་ཤུ་ལྟ་ལྟ་ཞེས་སྐྱབ་ར་ས་འབྲུལ་སྤང་གཙུག་ལག་ཁང་གི་སྐོ་སྐོ་མེ་ཡོང་ཅན་དུ་གདན་
བྲངས། ཆོས་རྒྱལ་ཁྱི་སྲོང་གྱེ་བཙན་གྱི་སྐབས་ཤུ་ལྟ་ལྟ་ཞེས་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་གདན་བྲངས་པ་དང་རྩོད་པོ་མི་
བསྐྱོད་རྩོད་རྩོད་སྐྱབ་ཡང་ཆོས་ལུང་ནས་གདན་བྲངས་ཏེ་ར་མོ་ཆེ་འི་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་བཙུགས་སུ་གསོལ་བ་
གནས་བཤད་དུ་གསལ། ཆོས་པ་ཁྱི་དཔོན་དགའ་ལྷན་དཔལ་གྱིས་དགེ་འདུན་བཞི་གྲ་ཞིག་འཇུགས་གནང་བས་བཞི་
སྟེ་དཔོན་ཞེས་སུ་གྲགས། ཕྱི་ལོ་༡༤༡༤ ལོར་སྐྱིད་ཚུ་ཡིན་ཏུ་རྒྱལ་ཏེ་ལྷ་ས་ཆུས་འཛིག་ལ་ཉེ་བའི་ཆེ་གཞུང་ས་
ནས་ཆུ་བརླག་གི་རིམ་གྱི་མང་དུ་བྱས་ཀྱང་བརླག་མ་ལུས་ཏེ་རྒྱུད་ཆེན་ཀྱན་དགའ་དོན་བྱུང་མཆོག་ལ་ཆུ་བརླག་གི་
གསོལ་འདེབས་ཞུས་པ་བཞིན་ཞལ་བཞེས་གནང་སྟེ་དུག་ཅུ་མའི་གཏོར་ཆོག་ལ་བཞེན་ནས་སྐྱིད་ཚུ་ཞི་བར་མཛད་
པས་དེར་བཙུགས་སྐྱེ་བོ་ཆང་མ་ངོ་མཆར་གྱི་གནས་སུ་བཀོད། གཞུང་ས་ནས་ཀྱང་དེའི་བདག་རྒྱུན་དུ་ར་མོ་ཆེ་འི་
གཙུག་ལག་ཁང་གནང་བ་ནས་བཟུང་རྒྱུད་སྟོད་གྲ་ཆང་གི་གཙུག་ལག་ཁང་ཡིན། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་རྒྱུད་བྱུང་སྟེ་
གཙུག་ལག་ཁང་ཐོག་བཙུགས་གསུམ། བར་ཐོག་ཏུ་སྐྱབ་སྐྱབ་ཁང་། ཏེན་གཙོ་རྩོད་པོ་མི་བསྐྱོད་རྩོད་རྩོད་དང་། བར་སྐོ་
གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་ཡིང་སེ་བའི་སྤྱང་པོ་ལ་སོགས་ཡིང་བྱས་ཏེ་བཞེངས་པའི་མགོན་པོ་སེ་སྤྱང་མ་སྟེ་མགོན་པོ་གྱི་
གྲག་སྐོ་འཕྱོར་དུ་འཛིན་གྱི་རྒྱལ་ཆེན་རིགས་བཞི་བཟོ་བཀོད་ལེགས་པ། ཡང་ཐོག་ཏུ་གསེར་བྲངས་ཀྱི་རྒྱ་མིབས་
བཙས་ཡོད། སྟོན་དུས་སུ་དགེ་འདུན་༡༠༠ ཅམ་གྱིས་གསང་སྐྱགས་རྩོད་རྩོད་ཐེག་པའི་གཞུང་ལ་འཆད་ཉན་དང་།
ཐོས་བསམ་སྟོམ་གསུམ། དེ་བཞིན་དཔལ་གསང་བ་འདུས་པ་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་བདེ་གསང་འཛིགས་གསུམ་གྱི་
སྐབ་མཆོད་སོགས་བྱག་ལེན་གནང་སྟོལ་ཡོད།



༥ ཨེ་ཨོ་རང་སྒྲ།



ཡུའ་སྒྲོང་ཆོས་སྒྲིག་སྡེ་ཚོན།

༢༠༡༧



དུས་དེབ་མིང་།

སྤྱི་ཁྱབ་སློབ་སྟོན་བ།

སྤྱི་ཁྱབ་འགན་འཁུར་བ།

ཨེ་ཨྱི་རང་སྤྱ།

སློབ་དཔོན་ཟམ་གདོང་རིན་པོ་ཆེ།

ཤེས་ཡོན་འགན་འཁུར་དོན་གྲུབ་འཕྲིན་ལས།

དཔེ་མཛོད་འགན་འཁུར་མེད་བཟང་ལྷ་སྤྱབ།

ཅོམ་སྤྲིག་བ།

དཔེ་མཛོད་འགན་འཁུར་མེད་བཟང་ལྷ་སྤྱབ།

འབྲི་སྐལ་བཟང་།

དག་བཤེས་ངག་དབང་ཤེས་རབ།

སྤྲགས་རམས་བ་འགྱུར་མེད་ཆོས་ཀྱལ།

རྒྱད་སྟོད་དུས་དེབ།

རྒྱད་སྟོད་དཔེ་མཛོད་ཁང་།

འདོན་ཐེངས་དང་པོ།

ཕྱི་ལོ་༢༠༡༧ ལོར་དབར་སྐྱོན་ཞུས།

རྒྱལ་སྤྱིའི་དཔེ་རྒྱགས་ཨང་། ༩༧༩ ༩༣ ༩༧༩༣༩ ༠༩ ༣

Periodical Title:

Evam Self-Resonance

Chief Editorial Advisor:

Prof. Samdhong Rinpoche

General Incharge:

Dhondup Trinley (Education Incharge)

Losang Ludup (Librarian)

Editors:

Losang Ludup (Librarian)

Dri Kalsang

Geshe Ngawang Sherab

Ngakrampa Gyurme Choedak

Gyuto Periodical:

First Issue

Publisher:

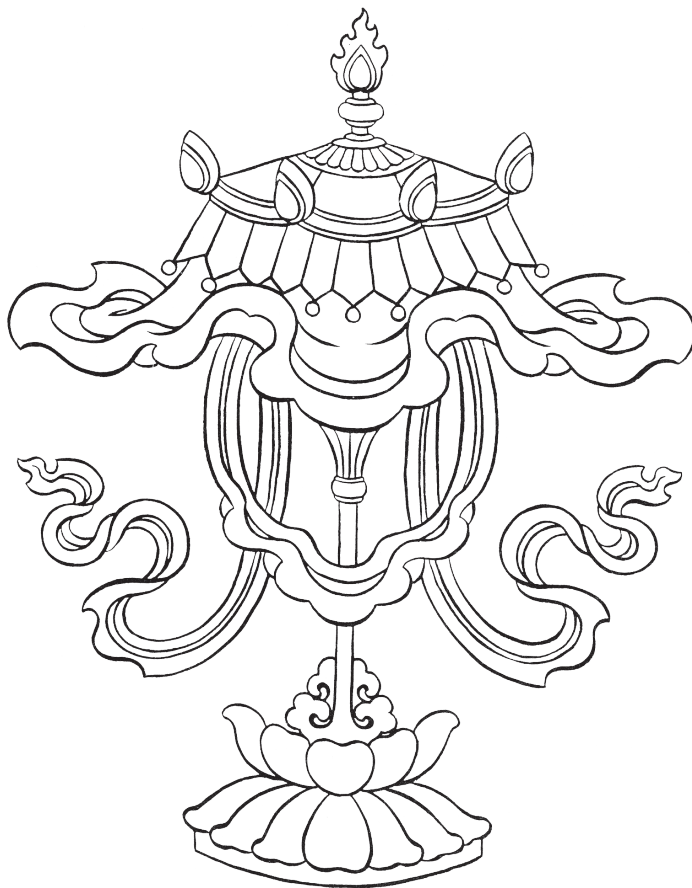
Gyuto Library 2017

ISBN 978 938483909 3

༥ སྒྲིང་བརྗོད།

དེ་ཡང་སྤྱི་ནོར་ལ་གོང་ས་ལ་སྤྱུབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་ལམ་སྟོན་བཀའ་སློབ་ལས། བོད་
མི་རིགས་འདི་ཉིད་སློབས་པ་སྤྱི་ལོས་པའི་མི་རིགས་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། མ་འོངས་པའི་སོན་ཅ་ནམས་
ནས་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ལ་སློབ་སྦྱང་བྱེད་གལ་ཆེ་ལ། དེ་བཞིན་རིགས་ལམ་དང་། བྱ་བ་མཐའ་ལའང་སློབ་
སྦྱང་ངེས་པར་གནང་དགོས་པ། ཡང་སློབ་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་ནང་བཞིག་དང་། མཁས་བརྩན་
བཟང་གསུམ་འདྲེས་པའི་བོད་པ་གཤམ་མ་ཞིག་བྱེད་དགོས་པ་སོགས་ཀྱི་ལམ་སྟོན་བཀའ་སློབ་གལ་
ཆེ་ནན་ཐེབས་ལྟར་གྲུ་ཆང་འདི་ཉིད་ཀྱིས་བཀའ་སློབ་ལམ་སྟོན་སྤྱིར་དབུས་སུ་བཅངས་ནས་བོད་ཀྱི་
ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཆོས་དང་རིག་གཞུང་འདྲིམ་སྦྱོར་སྤྱིལ་གསུམ་དང་། ཐོས་བསམ་སྒྲམ་གསུམ།
འཆད་ཅོད་ཅོམ་གསུམ་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་རྒྱལ་བ་དགུས་པའི་མཆོད་སྤྱོད་དུ་གྱུར་སུས་བཞིན། ད་ལམ་ཡང་
དཔལ་ལྷན་སྟོད་རྒྱུད་གྲུ་ཆང་གི་ཤེས་ཡོན་ལྷན་ཆོགས་ནས་བོད་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རིག་གཞུང་
ཉམས་པ་སྤྱར་གསོ་དང་། མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་ཀྱི་ལས་རིམ་ལེགས་འགྲུབ་ཆེད། རིག་གནས་ལ་དོན་
གཉེར་ཅན་ཀྱི་སློབ་ཐུག་གང་མང་སྤྱིད་སྤྱིར་གནང་རྒྱུའི་དམིགས་ཡུལ་གཙོ་བོར་བཟུང་སྟེ། རང་ཅག་
དཔལ་ལྷན་སྟོད་རྒྱུད་གྲུ་ཆང་གི་སློབ་ཐུག་གན་གཞོན་ནམས་ཀྱིས་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ཆེ་ཆུང་ཁག་ལ་
སྦྱངས་བཅོམ་ཡར་ལྷན་དུ་གནང་དང་གནང་བཞིན་པ་དེ་དག་གི་ཐུགས་ཀྱི་དགོས་དམིགས་འགྲུབ་ཆེད་
དང་། འཕམ་ལ་དུ་སློབ་གཉེར་བ་ནམས་ཀྱི་ཅོམ་རིག་གི་སྒྱུ་རྩལ་ཡར་རྒྱས་འགྲོ་ཆེད་བཅས་ལ་དམིགས་ཏེ།
སློབ་གཉེར་བ་ནམས་ཀྱིས་བྲིས་པའི་དབྱེད་ཅོམ་དང་། སྟན་ཅོམ། རང་མོས་དང་ཀ་བྲེང་སོགས་བཅད་
ལྟག་སྤེལ་གསུམ་ལས་གྲུབ་པའི་དུས་དེབ་«ཨེ་ཤི་རང་སྤྱ།»ཞེས་པ་ཞིག་དཔར་སྐྱོན་ཁྱབ་འབད་ཡོད།
ལས་རིམ་འདིས་ཁ་བ་གངས་ཅན་པའི་སྐད་ཡིག་རིག་གཞུང་སྤྱི་ལ་ཞབས་འདེགས་བསྐྱབ་བྱུང་བ་དང་།
ཡང་དགོས་རིག་གཞུང་དེ་དག་འདྲིམ་སྦྱོར་བྱེད་པའི་ལོས་འགན་ཐུག་ཏུ་བབ་པའི་ཆོགས་སྤེལ་འདི་ཉིད་ཀྱི་
སློབ་གཉེར་བ་ནམས་ཀྱི་ཅོམ་རིག་གི་གནས་ཆད་གོང་མཐོར་སྤེལ་པའི་ཆ་རྒྱུ་དུ་འགྱུར་བའི་ཡིད་ཆེས་
ཡོད། འདི་ཉིད་དཔར་དུ་སྐྱོན་པའི་ནམ་དགའ་ཀྱི་དགེ་བའི་ཅ་བ་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་ས་སྤྱིར་རྒྱལ་བ་སྟན་

ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་མངའ་བདག །གངས་ཅན་སྤྱི་འགྲོའི་ལྷ་སྐལ་ལ་སྤྱབས་མགོན་རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་ཐམས་
 ཅད་མཁུན་ཅིང་གཟིགས་པ་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་དབུས། དེས་མེད་བསྟན་འཛིན་གྱི་སྤྱིས་ཆེན་དམ་པ་
 རྣམས་སྤྱི་ཆེ་ཞབས་པད་ཡུན་དུ་བརྟན་ཅིང་མཛད་འཕྲིན་ཕྱོགས་བཅུར་རྒྱས་པ་དང་། གསང་ཆེན་འདུས་
 པའི་སྡེ་འདིས་མཆོན་འདུས་སྡེ་ཀུན་ཏུ་མདོ་སྤྲུགས་བཤད་སྤྱབ་རྒྱས་པ་དང་། འཛིག་ཏེན་ཀུན་ཏུ་ནད་ཐུག་
 འཁྲུག་ཚོད་ཞི་ནས་བོད་ཀྱི་བདེན་མཐའ་ཐུར་དུ་གསལ་བའི་སྟོན་འདུན་དང་བཅས་དཔལ་ལྷན་སྟོད་རྒྱུད་
 གྲ་ཆང་གི་ཤེས་ཡོན་འགན་འཛིན་དོན་གྲུབ་འཕྲིན་ལས་ཀྱིས།

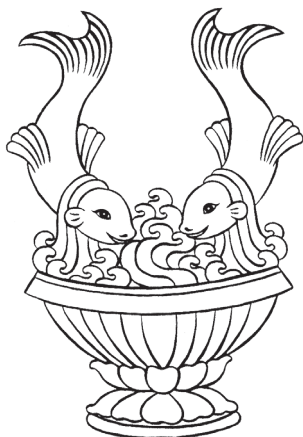


༥ རྩོམ་སྒྲིག་པའི་ཐོག་མའི་གཏམ།

མི་རིགས་ཤིག་འཛིག་རྟེན་འདིའི་སྐྱེད་དུ་འཆོ་གནས་སྐབ་པ་ལ་མི་རིགས་དེའི་སྐྱོན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རིག་གཞུང་རྣམས་ཡུན་རིང་གནས་མིན་ལ་རག་ལས་ཡོད། དེ་ཡང་གཙོ་བོར་རྩོམ་རིག་སྒྲིག་ཅུ་ཀྱི་འབྲེལ་རིམ་ལ་ལྟོས་ཡོད་པ་ནི་འདས་པའི་བསྐྱབ་བྱ་ལས་ཤེས་ཀྱིས། གནའ་དེར་གི་རིག་གཞུང་རི་ཅམ་བཟང་ཡང་རྩོམ་ཡིག་གི་གྲོགས་དང་མ་འབྲེལ་ན་ཡུན་རིང་གནས་མི་སྐབ་པ་ཆོས་ཉིད་ཡིན་པས་རྩོམ་རིག་འདི་ཉ་ཅང་གི་གལ་ཆེ། ད་ལྟའི་ཆར་མངོན་སུམ་མཐོང་དུ་ཡོད་པ་བྱ་དངོས་བར་གྱི་འབྲེལ་བ་སོགས་ཀྱི་བྱེད་ལས་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ཆོན་རིག་པའི་བཟོ་སྐྱོན་གྱི་སྒྲིག་ཅུ་ཀ་ལས་བྱུང་བའི་རྣམ་འགྱུར་དང་བྱུང་དོན་ཉང་སངས་དགོས་པ་འདི་དག་ཀྱང་དུས་རབས་འདིའི་ནང་ལྟ་བུ་དུས་ཡུན་སྐར་དུའི་ནང་བྱུང་བ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་སྐྱད་པ་ལ་མདུད་པ་བརྒྱབ་སྟེ་གངས་ཆད་བྱེད་པའི་སྐབས་ནས་བཟུང་ཡར་རྒྱས་ཕྱིན་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་ཡང་མི་རབས་སྔོན་མ་སྔོན་མ་རྣམས་ཀྱི་ཉམས་སྤྱོད་དང་། བྱས་རྗེས་རྣམས་རྩོམ་ཡིག་གི་ལམ་ནས་སྤྱོད་པ་བསྐྱོམས་དང་རྒྱན་འཛིན་བྱས་པའི་རྒྱུ་ཀྱིས་མི་ཐོག་སྔོན་མ་རྣམས་ཀྱི་སྐབས་སུ་མི་ཆེ་གཅིག་ལ་སྤྱང་དགོས་པ་རྣམས་དེའི་རྗེས་མ་རྣམས་ཀྱིས་ལོ་གཅིག་གི་ནང་ཤེས་སྐབ་པ་དང་། དེའི་མི་ཐོག་རྗེས་མ་རྣམས་ཀྱིས་བདུན་པ་གཅིག་གི་ནང་ཤེས་སྐབ་པ་སོགས་ཀྱི་འབྲེལ་རིམ་དེ་དག་བྱུང་ཡོད། མི་ཐོག་གོང་མ་གོང་མ་རྣམས་ཀྱི་ཉམས་སྤྱོད་དང་མན་ངག་དེ་དག་སྤྱོད་པ་བསྐྱོམས་བྱས་མེད་ན་ད་ལྟའི་དུས་རབས་འདི་ཡང་སྒྲོག་ཟུང་དང་། འབྲུལ་ཆས་ཀྱི་དུས་རབས་ཤིག་ཡིན་མི་སྲིད་པ་མ་ཆད་ཤིང་ལོ་གོས་སུ་སྒྲོན་པའི་དུས་རབས་ཤིག་ཡིན་ཀྱང་སྲིད། ལོ་རྒྱུས་སྒྲིག་པའི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་དུས་རབས་འདི་ལ་གནས་རྒྱུ་འདི་འདྲ་ཞིག་བྱུང་ཞེས་བཤད་སྐབ་པ་ཡང་རྩོམ་རིག་གི་དགེ་མཚན་ལས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་ལ། ནང་པའི་གཞུང་ལུགས་ལ་སྒྲོབ་སྒྲོང་དང་ཉམས་ལེན་བྱེད་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་བཀའ་ངེན་ཅན་གྱིས་འདི་ལྟར་གསུངས། མགོན་པོ་སྐུ་སྐྱབ་སོགས་ཀྱིས་འདི་ལྟར་གཏན་ལ་བབ་ཅེས་སྒྲོབས་པ་མཐོན་པོའི་སྒྲོ་ནས་འཆད་དུ་ཡོད་པ་འདི་ཡང་རྩོམ་རིག་

གི་མྱོང་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ཡིན། མདོར་ན་ང་ཚོའི་མི་རིགས་ཀྱི་རྒྱུན་སྲོལ། བྱ་ལས་ཀྱི་འཕེལ་རིམ།
 དབལ་འབྱོར་གསོག་སྐྱབ་ཀྱི་ཐབས་ལམ། རྒྱལ་ཁབ་འཛིན་སྐྱོང་གི་ཁྲིམས་སྲོལ་སོགས་གང་ཡིན་ཡང་
 མི་ཉམས་རྒྱུན་འཛིན་གྱི་སློན་ནས་འཕེལ་རྒྱས་དང་རྒྱ་སྐྱེད་གཏོང་བ་ལ་ཚུལ་རིག་འདི་མེད་དུ་མི་བྱུང་བ་
 ཡིན། ང་ཚོའི་ཚུལ་རིག་གི་སྲོག་དབང་འདི་འགག་ན་འདས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཁོང་གི་ཉམས་སྲོང་སྲོགས་
 བསྐྱེམས་བྱེད་མི་སྐུབ་ལ། ད་ལྟའི་སྐབས་ཀྱི་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་བྱུ་རྟོན་གཏན་འབེབས་བྱས་
 བ་དག་ཀྱང་རྒྱུན་གནས་མི་སྐུབ། མ་ཆད་མ་འོངས་པར་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་ལམ་དུ་གོམ་རྒྱུ་ཆེན་ཆེན་
 མདུན་སྐྱོད་བྱེད་པའི་རྣམས་པ་དང་བྲལ་བ་ཡང་ཡིན། མདོར་ན་ཚུལ་རིག་གི་སྐྱུ་རྩལ་ལ་བརྟེན་ནས་རྣམ་
 དབྱེད་ཀྱི་སྒོ་རྩལ། ལྷན་མེད་ཀྱི་སྤྲིང་སྤྲོབས། གཞན་པན་གྱི་ལྷག་བསམ། ལེགས་ཉེས་འབྱེད་པའི་སྒོ་
 མིག་། དེང་རབས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་སོགས་གོང་འཕེལ་གྱི་སློན་ནས་མི་རྣམས་ཀྱི་སྒོ་སྒོ་ཡོངས་སུ་འབྱེད་
 དགོས་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ཚུལ་རིག་གི་ལམ་དུ་མ་ལྷགས་པ་རྣམས་ལྷགས་པ་དང་། ལྷགས་པའི་ལས་དང་
 སོ་བ་རྣམས་ཡར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་གྱི་ལམ་དུ་འགྲོ་དགོས་པ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བར་མཐོང་། དེར་བརྟེན་རྒྱ་
 མཆན་དེ་དག་ལ་དམིགས་ཏེ་ད་ལམ་རྒྱུད་སྟོད་གྲ་ཆང་ནས་«ཨེ་ཨྱི་རང་སྒྲ།»ཞེས་པའི་དུས་དེབ་ཅིག་
 འདོན་སྤེལ་བྱེད་པར་འབད་ཡོད། འདི་ཉིད་རང་མི་རིགས་ཀྱི་རིག་གཞུང་ཉམས་པ་སོར་རྒྱུད་དང་མི་
 ཉམས་གོང་འཕེལ་གཏང་དགོས་པ་ནི་དགོན་སྡེ་གྲ་ཆང་དང་ཚོགས་པ་སྡེ་ཆན། དེ་བཞིན་མི་རེ་རྩི་རེའི་
 སྤག་ཏུ་བབ་པའི་ལས་འགན་ཞིག་ཡིན་པས་ཕྱར་བ་བྱ་འདེགས་ཀྱི་རྩལ་དུ་འབད་བ་ཞིག་ཡིན།

ཚུལ་སྐྱིག་པ་འབྲི་སྐལ་བཟང་གིས།



ཕྱི དཀར་ཆག

སྒྲིང་བརྗོད།

ཚུམ་སྒྲིག་པའི་ཐོག་མའི་གཏམ།

དབྱེད་ཚུམ་དོན་གསལ་མེ་ལོང་།

- ༡ རྗོགས་རིམ་སྒྲིང་ལ་དབྱེད་བ། དགེ་བཤེས་ངག་དབང་ཐོགས་མེད། 1
- ༢ མཐའ་དྲུག་ཚུལ་བཞིའི་སྒྲིང་། དགེ་བཤེས་བྱམས་པ་སྟོན་ལམ། 10
- ༣ དོགས་སྒྲིང་ལན་འདེབས། དགེ་བཤེས་ལྷ་རམས་པ་ངག་དབང་བསྟན་པ། 17
- ༤ རྣམ་ཤེས་སྒྲིང་གི་དོགས་གཙོད། དགེ་ཚུལ་ཕྱར་པ་ཆེ་རིང་། 24

བརྗོད་སྒྲིང་གི་གསལ་སྒྲུབ།

- ༥ བརྗོད་སྒྲིང་དགོས་པ། བསྟན་འཛིན་ཆོས་འབྱོར། 25

སྟན་ཚུམ་གྱི་ཟའི་འགྲུར་ཁྱད།

- ༦ དཔལ་ལྷན་སྟོད་རྒྱུད་གི་སྒྲིང་། སྒྲོ་བཟང་བྱང་ཆུབ། 28

༡ ཅ་བའི་སྒྲ་མ།	བསོད་ནམས་མཁའ་འཛིན་གྲ་བཤུག་པ།	31
༡ སྐལ་བཟང་གི་དུས།	དགེ་ཚུལ་བསོད་ནམས་ཕུར་བ།	35
༤ ཅ་བའི་སྒྲ་མར་བསྟོད་ཅིང་རྗེས་སུ་བཟུང་བར་སྐལ་བ།	གྲགས་པ་ཆོས་རྒྱལ།	38
༡༠ འཆར་སྤང་གསོན་པོ།	བསྟན་འཛིན་བྱམས་པ།	41
༡༡ པ་མའི་བཀའ་དྲིན།	བསྟན་འཛིན་ཆེན་མོ་གྲགས་པ།	44
༡༢ བསྟོད་ཆེན་དད་པའི་མེ་ཉིག་	དགེ་ཚུལ་ཆེ་རིང་དབང་ལུག་	45
༡༣ དགེ་ཀན་ལ་སྟན་ཅོམ་ཞིག་ལུལ།	དགེ་ཀན་ལ་སྟན་ཅོམ་ཞིག་ལུལ།	47
༡༤ ཅ་བའི་སྒྲ་མའི་བསྟོད་པ།	དགེ་ཚུལ་ཡེ་ཤེས་རྒྱ་མཚོ།	50

འཕྲོད་བསྟེན་དུས་ཀྱི་མན་ངག་

༡༥ གཙང་སྤྱ་འཕྲོད་བསྟེན།	སྤྱ་བཟང་ཆེ་རིང་།	51
-------------------------	------------------	----

ལར་ཞེན་ལྟ་ཡི་རྩ་སྒྲ།

༡༦ བོད་པའི་བསམ་པ།	བསྟན་འཛིན་བསྟན་སྐྱོང་།	52
༡༧ འོན་ཅན་པ་མ་ལགས།	བསོད་ནམས་གྲགས་པ།	53
༡༨ ང་རང་གི་བསམ་ཚུལ།	བསྟན་འཛིན་ཆེ་རིང་།	54
༡༩ པ་མའི་བཀའ་དྲིན།	བསྟན་འཛིན་དགོན་མཚོག་	55
༢༠ སྒྲོག་སྒྲོང་།	སྒྲོག་པ་བསྟན་འཛིན་།	55

ཀ་སྒྲེང་ཐུ་ཉིག་དོ་ཤལ།

༡༡ ཀ་བཤའ་སྒྲེང་བ།དགེ་བཤེས་ཐུགས་རམས་པ་བསྟན་འཛིན་ལོང་བ། 57

བྱང་རབས་གསེར་གྱི་རང་མདངས།

༡༢ མ་ཉེས་ཁག་གཡོགས།བསྟན་འཛིན་ནམ་དག 59

འཆར་སྒྲུང་དོན་གྱི་བཞིན་རས།

༡༣ ཟམ་གདོང་ཆ་མ་བྱོད་ནི་སྒྲེན་པ་ལོས་ཡིན།འདན་རྩ་གོད། 61

༡༤ གྲོགས་པོ།རྩ་ཆེ་རིང་། འཛིན་གྲུ་གསུམ་པ། 64

༡༥ ངའི་གྲོགས་པོ་ཡག་ཤོས།བསྟན་འཛིན་བཟ་ཤིས། འཛིན་གྲུ་གསུམ་པ། 65

༡༦ གཟའ་ཉི་མ།ཉི་མ་ཆེ་རིང་། ཀ་འཛིན་གྲུ་བདུན་པ། 66

༡༧ གཟའ་ཉི་མའི་ཉིན་མོ།བསྟན་འཛིན་བསོད་ནམས། ཀ་འཛིན་གྲུ་ལྔ་པ། 67

༡༨ ཅེད་མོ་ཅེས་ན་འཕྲོད་བསྟེན་ཡོང།དགེ་ཚུལ་བསོད་ནམས་སྐལ་བཟང་། 68

ང་སྟོད་ཡིད་གྱི་རེ་སྟོང་།

༡༩ ངའི་དགོན་པ།ངག་དབང་སྐལ་བཟང་། འཛིན་གྲུ་ལྔ་པ། 69

༢༠ ང་དང་ང་ཆོའི་སྟོབ་གྲ།ཉི་མ་ཆེ་རིང་། ཁ 70

༢༡ ངའི་སྟོབ་གྲ།བསོད་ནམས་ཆོས་འཕེལ། འཛིན་གྲུ་བཞི་པ། 71



དབྱང་ཚུལ་དོན་གསལ་མེ་ལོང་།

༥ རྩོགས་རིམ་ཐོབ་པར་ཞི་གནས་སྟོན་དུ་འགྲོ་དགོན་མིན་ལ་དབྱང་པ།

མེར་སྟོ་དག་བཤེས་ངག་དབང་ཐོགས་མེད།

མད་བྱང་མཆན་དཔེ་དཔལ་འབར་ལོངས་སྟོད་རྫོང་།

ཁ་སྟོར་བདེ་སྟོང་རོ་ལ་རྟག་རོལ་ཅིང་།

དམིགས་མེད་ཐུགས་རྗེས་ཞི་བའི་མཐའ་སྟོང་པ།

རྒྱལ་བ་ཡན་ལག་བདུན་ལྡན་ལ་ཕྱག་འཆའ།

བསྐྱབ་པ་གསུམ་དང་ཟབ་རྒྱས་ཆོས་རྒྱལ་སོགས།

གང་འདོད་སྟོན་པའི་དངོས་རྒྱུ་ལྷ་མ་དང་།

ཤིན་ཏུ་འབྱུང་དགའི་འབྲས་བུའི་ཐེག་པ་ལ།

ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྲུས་པའི་ཕྱག་འཆའ་ལོ།

དེ་ཡང་དཔལ་ལྡན་ས་གསུམ་མ་ལས།

འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ཀྱིས་བྲེད་ལ་མངོན་སུམ་དུ།

ཉིན་རེ་བཞིན་དུ་ལེགས་བཤད་བདུན་ཅིའི་རྒྱ།

དུས་གསུམ་རྒྱལ་བའི་ཐུགས་ཀྱི་བཅུད་སྟུང་བ།

རྒྱན་མི་འཆད་པར་འདོམས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

ཞེས་ངེ་སྒྲིག་གསུངས་པ་ལྟར་དུས་གསུམ་དུ་གཤེགས་པའི་རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་གསུང་རབ་ཀྱི་སྟེང་།



པོའི་བཅུད་བསྐྱེས་པ་ནི།

ཁམས་གསུམ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས་ལེགས་པར་གཏན་ལ་པབ་པའི་མདོ་དང་
སྒྲགས་ཀྱི་གཞུང་ལུགས་གསེར་རིའི་འཕྲེང་བ་བསྒྲིགས་པ་ལྟ་བུ་འདི་དག་ཡིན་ལ། དེ་དག་གི་ཡང་སྤྱིང་
པོའི་དོན་མཐའ་དག་ཅིག་ཏུ་འདོམ་པར་མཛད་པ་ནི་བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་དང་སྒྲགས་རིམ་ཆེན་མོ་
ཞེས་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་སྦྱེས་བྱའི་འདོད་དོན་ལ་ལུས་པ་རྫོགས་པར་བསྐྱང་བའི་གདམས་པ་རིན་ཆེན་
དབང་གི་རྒྱལ་པོ་ལྟ་བུ་འདི་གཉིས་ཡིན་ཞིང་། འདི་གཉིས་ཀྱི་བརྗོད་བྲུ་གང་ཟག་གཅིག་གི་ལམ་ཉམས་
ལེན་ཀྱི་རིམ་པ་ལས་དང་པོ་བའི་ས་ནས་བཟུང་སྟེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སའི་བར་ཀྱི་ལམ་ཆང་ལ་མ་ནོར་བ་
རྫོགས་པར་འདོམ་པར་མཛད་པ་ནི་ཀུན་གྱི་མཐུན་གསལ་ལྟར་ལགས་ཤིང་འདིར་ཁོ་ཙོས་དེ་གཉིས་ཀྱི་
ཡ་གྲུལ་སྒྲགས་རིམ་ཆེན་མོའི་དངོས་ཟིན་ཆོག་གི་དུམ་བུ་འགའ་ཞིག་གི་དོན་སྤྱིང་བསྐྱང་བར་འདོད། དེ་
ཡང་དཔལ་མང་དང་གི་རྟེན་སྒྲགས་སྒྲོམ་སོགས་ལས་འབྱུང་བ་ལྟར་དེང་སང་པལ་མོ་ཆེས་མདོ་དང་རྒྱད་
སྟེ་འོག་མ་སོགས་དང་མི་འདྲ་བར་བྲེ་མེད་ལ་ཞི་ལྷག་ཅིག་ཅར་དུ་ཐོབ་པ་ཡོད་པར་གསུངས་པ་སྦྱིད་
རིམ་སྤྱི་མོའི་སྐབས་དང་། དེ་ཡང་དམིགས་ཅིན་ཀྱི་གནད་དང་སྟོབས་སྐྱེས་ཀྱི་བྱུང་བར་ལས་ཡིན་
ཞེས་རྒྱ་མཚན་བགྲངས་དང་བགྲང་བཞིན་པ་ནི་སྒྲགས་རིམ་ཆེན་མོའི་དངོས་ཟིན་ཀྱི་དོན་དང་འགལ་
བས་ལེགས་པ་མ་མཐོང་། དེ་ཡང་སྒྲགས་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། སྤྱི་གི་ལ་བྱིལ་ནས་སེམས་བརྟན་པར་
བྱེད་པའི་གནས་པ་སྦྱུབ་ན་ནི། གནས་སྐབས་གསུམ་པ་ནས་བྱེད་པའི་སྐབས་ནམས་བྱེད་པར་བྱ་སྟེ། སྤྱི་
གི་གསལ་སྒྲོམས་པའི་དགོས་པ་དང་ས་མཆོམས་དང་རི་ལྟར་སྒྲོམ་པ་འདི་ནམས་རིམ་པ་དང་པོའི་གདམས་
ངག་ལུལ་བྱང་དུ་སྤྱང་བའི་བྱིར་རོ།

སྤྱིང་སྟོའི་སྤྱི་མོ་བརྟན་པ་ན་ལུས་སེམས་ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་པ་འཛོལ་པར་ཤུག་བཤེས་གཉེན་གྱིས་
བཤད་ལ། དེ་ས་སྟེ་ལ་སོགས་པའི་གཞུང་ཆེ་བ་མང་པོར་ཞི་གནས་ཅིད་པའི་སྐབས་ལ་བཤད་པས།
དེའི་ཆེ་ཞི་གནས་བྱུབ་པ་ཡིན་ནོ། དེ་ནས་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་སྟོབས་སྐྱེས་ཡང་ཡང་བྱེད་པ་
ནི། གཞུང་གཞན་དང་བརྟན་ན་རི་སྟེད་པ་ལ་དམིགས་པའི་ལྷག་མཐོང་སྦྱོང་བ་དང་འདྲ་བས་དེ་ལྟར་
བྱས་པ་དེས་ཞི་ལྷག་བྱང་དུ་འབྲེལ་བའི་ཉིང་རེ་འཛིན་ལུལ་བྱིན་ཅིད་དོ། དེ་ལྟ་བུའི་རྣལ་འབྱོར་བརྟན་པ་



ན་བསྐྱེད་རིམ་མཐར་ཕྱིན་པར་འཛོག་པ་ནི་གསང་འདུས་པ་གཉིས་ཀྱི་ལུགས་སོ།། ཞེས་གནས་སྐབས་
དང་པོ་གཉིས་སུ་སྤྲོ་ཐེག་སྒྲོམ་པ་ནི་བྱིང་ཚོད་གཙོད་པའི་ཆེད་དང་སྤྲོ་ཐེག་ལ་རྩིས་ནས་སེམས་གནས་པ་
སྐྱབ་པ་གནས་སྐབས་གསུམ་པ་ན་བྱེད་པ་དང་། དེ་ཡང་སྤྲོད་སྤྱིའི་ཕྱག་མཆན་སྤྲོ་མོ་ལ་བརྟན་པ་བསྐྱབ་།
དེ་ལོ་བ་ནས་སྤྱོ་བསྐྱུ་དང་དེ་ལ་བྱང་ནས་དེ་ལས་ལྷ་སྤྱོ་བ་སོགས་ལ་བསྐྱབས་ནས་འོག་གི་ཐེག་ལེ་སྤྲོ་མོ་
ལ་དེ་བཞིན་དུ་ལོ་བ་བཏམ། ཡང་ན་སྤྲོད་གི་ཕྱག་མཆན་བརྟན་པ་དང་དེ་ནས་འོག་གི་སྤྲོ་ཐེག་ལ་བརྟན་
པ་བསྐྱབ་། དེ་ནས་སྤྲོད་གི་མཆན་མ་སྤྱོ་བསྐྱུ་དང་དེ་ལ་བྱང་ནས་འོག་གི་ཐེག་ལེ་སྤྲོ་མོ་སྤྱོ་བསྐྱུ་དང་དེ་
ལས་ཆ་མོ་དང་ཡང་ཆའི་ཚུལ་དུ་བསྐྱབ་པ་སྟེ། ཚུལ་མི་འབྲ་བ་གཉིས་གསུངས་ཀྱང་སྤྲོད་སྤྱི་སྤྲོ་མོ་ལ་
བརྟན་པ་ན་ནི་གནས་བྱུང་པ་དང་། དེ་ནས་སྤྱོ་བསྐྱུ་ཡང་ཡང་བྱེད་པ་གཞུང་གཞན་གྱི་ལྷག་མཐོང་སྐྱབ་
པ་དང་མཐུན་པས་དེ་ལྟར་བྱས་པ་དེས་ལྷག་མཐོང་འབྱུང་པ་དང་། དེ་འབྲའི་ནི་ལྷག་བྱུང་འབྲེལ་བརྟན་
པ་ན་བསྐྱེད་རིམ་མཐར་ཕྱིན་འཛོག་པ་གསང་འདུས་པ་གཉིས་ཀའི་ལུགས་སུ་གསུངས་པས་བསྐྱེད་རིམ་
ཀྱི་སྐབས་ནི་ལྷག་གཉིས་རིམ་པ་བཞིན་ངེས་པར་འོང་དགོས་ཏེ།

ཅ་རྒྱུད་ལས།

རིན་ཆེན་བརྟན་པར་གྱུར་ནས་སྤྱོ།།

བརྟན་པར་མ་གྱུར་ཡོང་མི་སྤྱོ།།

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྤྱོ་བསྐྱུ་བརྟན་པ་ཐོབ་པའི་རྗེས་ནས་ངེས་པར་བྱ་དགོས་ཤིང་། སྤྲོད་སྤྱི་སྤྲོ་
མོ་ལ་བརྟན་པ་ན་ནི་གནས་ཐོབ་པ་དང་། ལྷག་མཐོང་སྤྱོ་བསྐྱུ་བྱེད་པ་སོགས་ལས་ཐོབ་དགོས་པ་གོང་
དུ་བྲངས་པ་ལས་ཤེས་སོ།། དེས་ན་དཔལ་ལྷན་ཆོས་རྗེའི་ས་ལམ་དུ་འང་དེ་ལྟ་བུའི་རྣལ་འབྱོར་བརྟན་
པ་ན་བསྐྱེད་རིམ་མཐར་ཕྱིན་པ་འཛོག་པ་གསང་འདུས་པ་གཉིས་ཀྱི་ལུགས་སོ་ཞེས་པ་འདི་བྲངས་ནས་
བསྐྱེད་རིམ་ལ་བརྟན་པ་ཐོབ་པ་དང་མཐར་ཕྱིན་པ་སོ་སོར་མེད་པ་བསྐྱབས་པ་ནི། ལུང་འདིའི་དགོངས་
པར་མ་སོང་སྟེ། འདིས་ནི་སྤྲོད་སྤྱི་སྤྲོ་མོ་ལ་བརྟན་པ་ན་ལུས་སེམས་ཤིན་ཏུ་སྐྱུངས་པའི་ནི་གནས་ཐོབ་
པ་དང་། དེ་ནས་སྤྲོད་འོག་གི་དམིགས་རྟེན་ལ་སོ་སོར་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་སྤྱོ་བསྐྱུ་ཡང་ཡང་
བྱས་པ་ལས་ལྷག་མཐོང་དང་། འདི་འབྲའི་ནི་ལྷག་བྱུང་འབྲེལ་གྱི་རྣལ་འབྱོར་ལ་བརྟན་པ་ཐོབ་པ་ན་



བསྐྱེད་རིམ་སྤྱོད་མཐའ་ཕྱིན་པ་འཛོག་པའི་དོན་དུ་སྤང་བས་སོ།། དེས་ན་ལུང་དེ་བརྟན་པ་ཐོབ་པ་དང་
མཐའ་ཕྱིན་པ་གཉིས་འདམ་ག་ཅན་དུ་འཛོག་པའི་ཤེས་བྱེད་མིན་གྱི་སོ་སོར་འཛོག་པའི་རྒྱ་མཚན་དུ་
འགོ་བ་ཡིན་ནོ།།

གལ་ཏེ་སྤྱིང་གི་བྲག་མཚན་སྤྱོད་པ་ལ་རེག་མཐོང་གི་མཚན་མ་རྟེན་པའམ་ཉིན་ཞག་གཅིག་གི་
དུག་ཆ་གཅིག་བསྐྱེད་ས་ཁུས་པའི་མཚན་མས་ནས་དེ་ལ་བརྟན་པ་ཐོབ་པ་ཡིན་ལ། སྐབས་དེར་ཞི་གནས་
ཐོབ་པ་འཛོག་ན་རང་གི་དམིགས་པ་ལ་རྩི་ལྟར་འདོད་འདོད་བཞིན་དུ་མཉམ་པར་འཛོག་ཁུས་པར་
འགྱུར་བས་མི་འཐད་ལ། གལ་ཏེ་བྲག་པ་མེད་དོ་སྟུང་ན་ཞི་གནས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཉམས་པར་འགྱུར་
རོ།། དེས་ན་སྤྱིང་འོག་གི་སྤྱོད་པའི་དམིགས་རྟེན་གཉིས་ལ་བརྟན་པ་ཐོབ་པ་དང་། དེ་ནས་དེ་གཉིས་ལས་
སྤྱོད་བསྐྱེད་པ་རིམ་བཞིན་སྤྱང་ས་པ་ལས་ནམ་ཞིག་ནས་ལོ་རྒྱུ་སོགས་རྩི་ཅམ་འཛོག་ཀྱང་བྱིང་ཆོད་
མེད་ཅིང་གསལ་ལ་བརྟན་པར་གནས་པ་ན། ལུས་སེམས་ཤིན་སྤང་ས་དང་སྤྱིང་ཞི་གནས་བྱུང་ཅིང་
བསྐྱེད་རིམ་སྤྱོད་མཐའ་ཕྱིན་པ་ཡིན་ལ། དབང་པོའི་བྱེད་པར་གྱིས་གང་ཟག་འགའ་ཞིག་ལ་མཚན་མས་
འདི་ནས་ཞི་ལྟག་ཅིག་ཅར་དུ་ཐོབ་པའང་ཡོད་དོ་ཟེར་ན། སྤྱིང་འདི་དག་ཤིན་ཏུ་དཀའ་བའི་གནས་སུ་
འདུག་པས་ཁ་ཆོན་གཙོད་དཀའ་ཡང་རྩི་གསུང་ཟེན་དང་བསྐྱེད་ནས་ཅུང་ཟད་དབྱེད་ན། དེ་ལྟར་ན་
མདོ་སྟགས་གང་གི་སྐབས་ལའང་ཞི་ལྟག་གི་དོ་བོ་ཅམ་ལ་བྱེད་པར་མི་འཐད་པས་ནལ་འཁྱོར་རྒྱུད་ཀྱི་
ལུགས་ལའང་སྤྱིང་གི་སྤྱོད་ཅིའི་དོ་རྩི་སྤྱོད་པ་ལ་དམིགས་པ་བརྟན་པ་ནའང་ཞི་གནས་ཐོབ་པ་འཛོག་མི་ཁུས་
པ་འདོད་དགོས་ན་དེ་ཡང་མི་འཐད་དེ། ལམ་རིམ་འབྲིང་བ་ལས། འོ་ན་དེ་འདྲ་བའི་ཞི་ལྟག་རིམ་ཅན་དུ་
སྤྱིང་རྒྱལ་དེ་ཐེག་པ་ཆེ་རྒྱུང་དང་མདོ་སྟགས་གང་གི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ཞེ་ན། འདི་ནི་ཉན་རང་དང་
པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་ཐེག་ཆེན་པ་གཉིས་དང་། དེ་ཡང་བྲག་མཐའ་བཞིའི་ཐུན་མོང་བ་ཡིན་ལ། སྟགས་ཀྱི་
རྒྱུད་སྤྱོད་གསུམ་ལའང་འདྲ་བར་རྒྱུད་སོ་སོ་དང་དེ་དག་གི་འགྲེལ་མཛད་ཆེན་པོའི་བཞེད་པར་སྟགས་ཀྱི་
ལམ་གྱི་རིམ་པར་བཤད་ཟེན་ཏོ། ཞེས་ཞི་ལྟག་རིམ་ཅན་དུ་བསྐྱེད་དགོས་པ་ཐེགས་པ་གསུམ་དང་བྲག་
མཐའ་བཞི་གར་ཐུན་མོང་བ་དང་། རྒྱུད་སྤྱོད་འོག་མ་གསུམ་ཡང་དེ་དང་མཚུངས་པས་རྩི་ལྟར་བསྐྱེད་རྒྱལ་
གྱི་རིམ་པ་སྟགས་རིམ་ཆེན་མོར་བཤད་ཟེན་ཏོ། ཞེས་གསུངས་པས་རྒྱུད་སྤྱོད་གསུམ་གྱི་ཞི་ལྟག་སྐྱེད་རྒྱལ་



སྒྲགས་རིམ་ཆེན་མོར་སོ་སོའི་ཐད་དུ་གསལ་བ་ལྟར་འདོད་དགོས་སོ།།

དེས་ན་སྒྲགས་རིམ་ཆེན་མོར་ནལ་འབྱོར་རྒྱུད་ཀྱི་ཐད་དུ་དེ་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་ས་ཆོག་གས་ཤེས་པར་བྱས་ནས་བསྐྱེད་ས་པས་དོ་རྩེ་སྤྱོད་ལོ་བརྟན་པར་གྱུར་བ་ན། ལྷའི་ཆེ་མོའམ་དེ་ལས་གཞན་པའི་ལུས་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་བདེ་བ་བསྐྱེད་པའི་རེག་པ་སྟེ་རེག་བྱའི་བྱེད་པར་གང་གིས་ལུས་དགེ་བའི་བྱ་བ་ལ་བཀོལ་བ་ལ་ལས་སུ་མི་རུང་བའི་ལུས་ཀྱི་གནས་ངན་ལེན་ལ་སོགས་པ་སེལ་བར་རྒྱས་པའི་ལུས་ཤིན་ལྷུངས་སྐྱེའོ།། ལུས་ཀྱི་གནས་ངན་ལེན་དང་བྲལ་ན་ལུས་ལས་སུ་རུང་བར་འགྱུར་ཏེ་མངོན་པར་བཅོན་པར་བྱེད་རྒྱས་སོ།། ལུས་ཤིན་ལྷུངས་པས་ནི་སེམས་ཤིན་ལྷུངས་སྐྱེད་དེ་ལུས་ཤིན་ལྷུངས་པས་བདེ་བ་སྤྱོད་པར་འགྱུར་ལ། བདེ་བ་དང་ལྷན་པས་ནི་སེམས་ཆེ་གཅིག་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་ངེས་སྟོན་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ།། ཞེས་སྤྱོད་པའི་དམིགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་ཆེ་གཅིག་པའི་ཞི་གནས་སྐྱེ་ཚུལ་གོ་ས་ལའི་རྒྱུ་ལས་གསལ་བར་གསུངས་སོ།། ཞེས་སྟོང་གི་དོ་རྩེ་སྤྱོད་ལོ་བརྟན་པར་གྱུར་བ་ན་ལུས་སེམས་ཤིན་ལྷུངས་ཀྱི་བདེ་བ་སྐྱེད་དེ་སེམས་ཆེ་གཅིག་པའི་ཞི་གནས་ཐོབ་པ་ཁྱེད་དང་བཅས་པ་གསུངས་པ་འདི་ཁས་མི་ལེན་ན་འདི་པའི་ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་སྤྱབ་པའི་ཚུལ་ཁྱེད་དང་བཅས་པ་ངེས་ལྟོན་ཡིན་ཤིག །

དེས་ན་དུམ་བུ་དང་པོ་ལས།

དོ་རྩེ་སྤྱོད་ལོ་བདེ་རེག་པའི།

མཆན་མ་གལ་ཏེ་བྱུང་བ་ན།

མཆན་མ་དེ་ནི་བྱུང་བ་བ།

སེམས་ནི་ཀྱན་ཏུ་བྱུང་བར་བ།

ངེ་ཙམ་འདོད་པས་སེམས་བྱུང་ནས།

ཁས་སྤྱོད་གསུམ་དུ་ཡང་བྱུང་བར་འགྱུར།

ཞེས་བྱུག་མཆན་ལ་བརྟེན་པའི་མཆན་མ་ནས་དེ་ལས་གཅིག་དང་། གཅིག་ལས་གཉིས་སྟོ་བ་སོགས་པར་སྤང་བྱུང་བར་སྟོས་ཏེ། ཡང་རིམ་བཞིན་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེད་པ་སོགས་སྟོ་བསྐྱེད་སྟོ་ཆོག་ལ་



ཅལ་སྤྱོད་བ་འདི་གཞུང་གཞན་གྱི་ལྷག་མཐོང་སྤྱབ་བ་དང་འབྲ་བར་སེམས་ལས་རུང་གི་རྒྱ་བྱུང་བར་ཅན་
ཡིན་པས་གནས་པ་ཁོ་ན་སྤྱོད་བ་དང་སྤྱོད་པས་མི་གཅིག་པར་གསུང་བ་ནི་ལྷག་མཐོང་བསྐྱབ་ཚུལ་ཡིན་
པས་ནལ་འབྱོར་གྱི་རྒྱུད་ཞི་ལྷག་རིམ་ཅན་དུ་འོང་བའི་ཚུལ་ནི་དེ་ཡིན་ནོ། ནལ་འབྱོར་རྒྱུད་གྱི་ལུགས་
ལ་དེ་ལྟར་ཡིན་དུ་ཚུགས་ཀྱང་སྤྱོད་མེད་བསྐྱེད་རིམ་གྱི་སྐབས་སུ་ཚུལ་དེ་དང་ག་ལ་འབྲ་སྐྱམ་ན། འདི་ཡང་
སྤྱགས་རིམ་ཆེན་མོར་དེ་ཉིད་བསྐྱབ་པ་ཅ་འགྲེལ་ལས་སྤྱོད་མེད་ནལ་འབྱོར་རྒྱུད་པར་བཤད་བ་འདི་ལ་
གོ་བ་ཆགས་ན། གསང་འདུས་འབགས་སྒྲོར་སོགས་ཀྱི་མངོན་རྟོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་གནས་ཆ་དང་པོར་
སྤྱབ་བ་དང་བྱབ་ནས་ཅལ་སྤྱོད་བ་མང་པོ་ལ་བྱུང་ཆེ་བར་སྤྱང་ངོ་། ཞེས་ཚུལ་འདི་དང་བསྐྱེད་རིམ་སྤྱོད་
མེད་གནས་ཆ་སྤྱབ་བ་དང་བྱབ་ནས་ཅལ་སྤྱོད་བ་སོགས་འབྲ་བར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་དང་། ནལ་འབྱོར་
གྱི་རྒྱུད་དུ་སྤྱོད་སྒྲོ་སྤྱོད་མོ་ལ་བརྟན་བ་ཐོབ་ནས་ཞི་གནས་འབྱུབ་ན་སྤྱོད་རིམ་སྐབས་སུ་འབྲ་དེ་
ལྟར་མི་སྤྱབ་པའི་རྒྱ་མཚན་གཞན་མེད་པ་དང་བྱབ་དབང་སྤོང་ངོ་ལ་སྤྱོད་པས་ཀྱང་།

རགས་བ་བྲན་བ་གཅིག་པ་ནི།

སྤྱོད་པ་ཡིན་པས་སྤྱོད་པ་ནི།

སྤྱོད་བ་ཡིན་པས་མངོན་པས་ཀྱང་།

བཤད་པའི་སེམས་གནས་བརྒྱུད་པའི་ཆོད་།

བསྐྱེད་རིམ་རགས་བ་འབྱུབ་བ་དང་།

དུས་མཉམ་ཡིན་ནོ་མགོན་དེས་གསུངས།

སྤྱོད་པ་ཡིན་ན་ཞི་གནས་ནི།

དེས་པར་རྟོག་བ་དགོས་པ་ཡིན།

དེ་ལྟར་ལྟན་པའི་སྤྱགས་བ་ནི།

བསྐྱེད་རིམ་སྤྱོད་མེད་འབྱུབ་བ་ཡིན།

ཞེས་གསུངས་པས་བསྐྱེད་རིམ་རགས་བ་ལ་བརྟན་བ་ཐོབ་བ་ནས་བསྐྱེད་རིམ་ཐོབ་བ་འཛོག་
དགོས་པ་ལྟར་སྤྱོད་མོ་ལའང་བརྟན་བ་ཐོབ་ནས་བསྐྱེད་རིམ་སྤྱོད་མེད་པ་འཛོག་མི་འཛོག་གི་བྱུང་བར་



མི་འཐད་པ་དང་། བསྐྱེད་རིམ་སྤྱོད་པ་ལ་ངེས་པར་ཞི་གནས་རྟེན་དགོས་པར་གསུངས་པས་སོ།། བསྐྱེད་
རིམ་རྒྱུ་ལ་འདི་སྐབས་སེམས་གནས་བརྒྱུད་པའི་ཆོད་དུ་སྤྱི་བས་པ་རྒྱལ་དབང་བདུན་པས་གསུངས་པ་
ལྟར་འདོད་ན་སྤྱི་ཐེག་ལ་བརྟན་པ་ཐོབ་མཆོམས་ཞི་གནས་དངོས་སྤྱོད་པ་མི་འཐད་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་
དམ་སྒྲུལ་མོ། དེས་ན་སྤྱི་ཐེག་སྤྱོད་པ་ལྟན་པ་ན་འོག་སྤྱོད་པ་མོའང་དམིགས་པ་བཞེ་བ་ཙམ་ལས་བརྟན་པ་
ཐོབ་པ་དཀའ་ཆོགས་མེད་པ་དང་དེ་ལས་སྤྱོད་བསྐྱེད་པས་ལྷག་མཐོང་སྤྱོད་པ་དང་མཐར་ཕྱིན་པའི་ས་
ཆོགས་སྤྱགས་རིམ་ལས་ཤེས་ཀྱས་སོ།

སྤྱི་ཐེག་ལ་འོ་དང་རྒྱ་བ་སོགས་ཇི་ལྟར་འདོད་འདོད་བཞིན་དུ་མཉམ་པར་འཛོག་ཀྱས་པ་ན་
བསྐྱེད་རིམ་སྤྱོད་པ་མཐར་ཕྱིན་པ་ནས་ཡིན་པས། ཐོག་མར་ཞི་གནས་བྱུང་མཆོམས་འོ་རྒྱ་སོགས་ཇི་
ལྟར་འདོད་འདོད་བཞིན་མཉམ་པར་འཛོག་ཀྱས་པ་མི་དགོས་ཀྱང་། ཇི་ཙམ་མཉམ་པར་བཞག་པའི་རིང་
བྱིང་ཆོད་ཀྱི་སྤྱི་ཐེག་མེད་པར་འདོད་པ་བཞིན་དུ་འཛོག་ཀྱས་པ་ཞིག་ནི་དགོས་སོ།། སྤྱི་གས་རིམ་གྱི་ག་
པའི་རྗེས་སུ་མ་འབྲངས་པར། གཟུར་གནས་གཞུང་ཐེག་བྱང་པའི་ལམ་ཞུགས་ཏེ། ལུང་རིགས་འོད་
བརྒྱ་འཆར་བའི་སྤྱི་ཐེག་མེ་འདིས། བདག་གི་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་པ་དོན་ཡོད་བྱེད། ཅས་བྱ་བ་ནི་ངལ་གསོ་
བའི་གཏམ་མོ། རྒྱུད་སྤྱི་ཐེག་མ་སོགས་དང་མི་འབྲ་བར་རྒྱ་མེད་ཀྱི་སྐབས་འདིར་ཞི་ལྷག་ཅིག་ཅར་དུ་
ཐོབ་པ་ཡོད་པར་གསུངས་པ་བསྐྱེད་རིམ་གྱི་སྐབས་སུ་མིན་པར་རྫོགས་རིམ་ཐོབ་པ་ནས་འཛོག་དགོས་
ཏེ། བྱང་རྒྱུ་ལམ་རིམ་འབྲིང་བ་ལས། འོག་ནས་འཆད་པའི་དམིགས་བསལ་ཅན་མ་གཏོགས་པ། བར་
ཕྱིན་ཀྱི་ཐེག་པ་དང་རྒྱུད་སྤྱི་ཐེག་མ་གསུམ་གྱི་སྐབས་སུ་ནི། བདག་མེད་པའི་དོན་ལ་སོ་སོར་རྟོག་པའི་
ཤེས་རབ་ཀྱིས་དབྱུང་ནས་སྤྱོད་པའི་དབྱུང་སྤྱོད་མ་བྱས་པར་ལྷག་མཐོང་བསྐྱོམས་བྱུང་གི་རྟོགས་པ་མི་
སྤྱི་བས་དབྱུང་སྤྱོད་དགོས་སོ།།

ཞེས་པར་ཕྱིན་ཐེག་པ་དང་རྒྱུད་སྤྱི་ཐེག་མ་གསུམ་ཞི་ལྷག་རིམ་ཅན་དུ་འོང་བའི་རྒྱ་མཆོན་
གསུངས་ནས། རྒྱ་མེད་དམིགས་བསལ་ཅན་དུ་གསུངས་པའི་རྒྱ་མཆོན་འོག་ནས་འཆད་པ་འདི་ཡིན་ཏེ།
ཡང་དེ་ཉིད་ལས། རང་གི་ལུགས་ནི་རྣལ་འབྱོར་རྒྱ་མེད་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཡང་ལྟ་བུའི་གོ་བ་སྤྱི་ཐེག་ལུགས་
དབྱུང་པའི་གཞུང་ནས་འབྱུང་བ་ལྟར་བྱ་དགོས་ལ། སྤྱོད་ལུགས་ལ་བསྐྱེད་རིམ་དང་རྫོགས་རིམ་གྱི་རྗེས་



ཐོབ་ཀྱི་སྐབས་འགའ་ཞིག་ཏུ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་དབྱང་ནས་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ཡོད་ཀྱང་ལུས་ལ་གནད་དུ་
བསྐྱུན་པའི་རུས་པ་ཐོབ་པའི་རྫོགས་རིམ་པས་མཉམ་གཞག་ཏུ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་སྐྱོང་བ་ན་ལྟ་ཐོག་ཏུ་བཞག་
ནས་སྒྲོམ་པ་ངེས་པར་དགོས་ཀྱང་ལྷག་མཐོང་གི་དབྱང་སྒྲོམ་གཞུང་གཞན་ནས་འབྱུང་བ་ལྟར་མི་བྱེད་
དོ། ། ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་ནི། བསྐྱེད་རིམ་རགས་པ་གྲུབ་ནས་སྤྱོད་པ་བསྐྱོམས་པར་རྫོགས་རིམ་གྱི་
དམིགས་པ་སྐྱོང་ཚུལ་གྱིས་ལུས་ལ་གནད་དུ་བསྐྱུན་པས་རྒྱུང་ཞུགས་གནས་ཐིམ་པ་ལས་བྱངས་པའི་
ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་བདེ་བའི་ཡུལ་ལ་འཇུག་པ་ན་དབྱང་པ་མ་བྱེད་ཀྱང་ལྷག་མཐོང་གི་དོ་སྤོང་བའི་ཞི་ལྷག་
ཅིག་ཅར་དུ་འོང་བའི་དོན་ཡིན་ནོ། ། སྤྱིར་ལྷག་མཐོང་དགོས་པ་ནི་རང་གི་བསྐྱོམས་བྱའི་དོན་དེ་ལ་ངེས་པ་
ལྷགས་བྲག་ལ་ཤིན་ཏུ་བརྟན་པ་སྐྱེ་པའི་ཆེད་ཡིན་ཏེ། ལམ་རིམ་འབྲིང་བ་ལས། བྱེ་བྲག་ཏུ་ཁམས་གོང་
འོག་གི་སྐྱོན་ཡོན་སོ་སོར་འབྱེད་པའི་ཞི་རགས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཅན་དང་། བདག་མེད་པའི་དོན་ལ་སོ་སོར་
རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་དབྱང་ནས་སྐྱོང་བའི་བདག་མེད་ཀྱི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་ལྷག་མཐོང་སྒྲོམ་པ་ནི།
ངེས་པ་ལྷགས་བྲག་ལ་བརྟན་པ་སྐྱེ་བ་ལ་དགོས་པས། སོ་སོའི་སྤང་བྱ་སྤྱོང་བ་ལ་མཐུ་ཆེ་བ་ཡིན་ནོ། །
ཞེས་གསུངས་པས། སྒྲོམ་སྐྱབས་ཀྱིས་རྒྱུང་དབྱེ་མར་ཞུགས་གནས་ཐིམ་པའི་བདེ་ཆེན་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་
སྐྱོང་ཉིད་ངེས་པ་ནི་སྒྲོ་རགས་པའི་སྐྱོང་ཉིད་ལ་དབྱང་ནས་སྒྲོམ་པའི་ལྷག་མཐོང་ལས་ངེས་པ་འདྲེན་ཆབ་
དང་སྤོང་བྱ་སྤངས་པའི་རུས་པ་ཆེ་བས། དེའི་སྐབས་སུ་དབྱང་ནས་སྒྲོམ་པ་མེད་ཀྱང་། ལྷག་མཐོང་ཐོབ་
པ་ལ་འགལ་བ་མེད་དོ། ། གྲུབ་དབང་སྐྱོང་དོལ་རིན་པོ་ཆེའི་གསུངས་ལས།

བསྐྱེད་རིམ་རགས་པ་སྤྱོན་སོང་ནས།

རྫོགས་རིམ་རྒྱུང་སེམས་བསྐྱུས་སྐྱབས་ཀྱིས།

དགའ་བཞི་ལུགས་འབྱུང་ལྷན་སྐྱེས་བདེ།

ཐོག་མར་ཐོབ་དང་ཞི་གནས་དང་།

ལྷག་མཐོང་ཐོབ་པ་དུས་མཉམ་ཡིན།

དེ་བས་འབད་པས་རྫོགས་རིམ་སྒྲོབ།

ཅེས་དང་། ཡང་དེ་ཉིད་ལས།



དེ་འདྲའི་བསྐྱེད་རིམ་རགས་པ་ནི།
གྲུབ་ནས་རྫོགས་རིམ་ཞུགས་ན་བཟང་།
སྒྲིགས་དུས་མི་ནམས་ཆེ་མུང་བས།
བསྐྱེད་རིམ་ཕྱ་མོ་མཐར་ཕྱིན་ནས།
ཐུན་མོང་དངོས་གྲུབ་གྲུབ་ཆེན་བརྒྱད།
བསྐྱབ་པའི་ལོངས་སྐྱབས་མི་འདུག་གསུངས།

ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར་རོ། དེ་བཞིན་དུ། རིམ་ལྔ་གསལ་སྒྲིན་ ༡༠ ལས། འོན་ཀྱང་དགའ་བ་
བཞི་བ་ལྟན་སྒྲིས་ཀྱི་དགའ་བ་དང་། སྒྲིང་བ་བཞི་བ་འོད་གསལ་ཤར་ནས་བདེ་སྒྲིང་སྒྲིང་བའི་དུས་སུ་
སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཡང་ཡང་དབྱེད་བ་འདིར་མི་བྱེད་ཀྱི། མཉམ་གཞག་ལས་ལངས་པའི་
རྗེས་ཐོབ་ཀྱི་སྐྱབས་སུ་དེ་ལྟར་བྱེད་པའོ། མོས་སྒྲིད་པས་ལྟག་མཐོང་མཉམ་གཞག་ཏུ་སྒྲིང་བ་ན་སོ་
སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཡང་ཡང་དབྱེད་ནས་སྒྲིང་བར་པར་བྱིན་ཐེག་པ་ནས་གསུངས་པ་དང་
འདི་གཉིས་མི་འདྲའོ། ཞེས་པའི་དོན་ཡང་ལེགས་པར་གོ་བ་ཡིན་ནོ།

སྐྱས་པ།

ཁེ་གྲགས་ངི་མའི་འདམ་གྱིས་མ་སྐྱགས་ཤིང་།
སྒྲིགས་སྐྱང་ཆར་ཆུའི་རྫིང་བུ་འབྲེལ་བ་མིན།
དྲངས་གསལ་ལུང་རིགས་བདུད་ཅིའི་མཆོ་མོ་འདིར།
ལེགས་བཤད་རྒྱ་བའི་གཟུགས་བརྟན་ཅི་ཡང་བཟ།

འདིས་མཆོན་ནམ་དཀར་ངེ་སྒྲིད་བསགས་པ་དེས།
སྒྲིབ་ཀྱན་ཏུ་མདོ་སྐྱགས་སྐྱབ་པའི་བསྟན།
འདིན་སྒྲིང་སྒྲིལ་ལ་འཇམ་མགོན་རྒྱ་མ་ཡི།
མཇེད་པའི་འཕྲིན་ལས་ཀྱན་ནས་མཆུངས་པར་ཤོག །



༥ མཐའ་དྲག་ཚུལ་བཞིའི་སྒྲོར་གྱི་དབྱང་ཚུལ།

དེ་སྟོང་དགེ་བ་ཤེས་བྱམས་པ་སྒྲོན་ལམ།

སྒྲོས་བཅས་སྒྲོས་མེད་སྒྲོད་པའི་སྒྲུ་མའི་མངལ།
བྱང་བའི་རིགས་བརྒྱ་རིགས་ལྷ་རིགས་གསུམ་དང་།
སྒྲ་ཆོགས་རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་དགྱིལ་འཁོར་ཡོངས།
ཤར་བའི་སྒྲོ་བསྐྱ་མགོན་ལ་སྟོང་ནས་འདུད།

སྒྲ་སྟོང་ཆོས་དབྱིངས་སྒྲུ་མའི་བཞིན་ལག་གར།
ངས་དོན་མཆོད་དཔའི་འཇུག་སྒྲེག་འོད་གསལ་གཤེས།
སྒྲ་ཐུགས་དབྱིར་མེད་ངང་ཤར་དང་པོའི་མགོན།
བདེན་གཉིས་བྱང་འཇུག་གོ་འཕང་རྟེན་འདིར་རྒྱལ།

ཅ་རྒྱད་གསུང་རབ་འོ་མའི་མཆོ་ཆེན་ལ།
ལེགས་སྒྲུབ་འཇུག་ཤིང་མཐའ་དྲག་ཚུལ་བཞི་ཡིས།
སྒྲུབ་ལས་བྱང་བའི་རིམ་གཉིས་མར་གྱི་སྟོང་།
ལེགས་པར་བསྐྱེད་མཛད་རྒྱད་ཆེན་ཆུང་གཉིས་རྒྱལ།

ཞེས་ཤིས་པར་བརྟེན་པ་སྒྲོན་ཏུ་བཏང་ནས་སྐབས་བབས་གང་སྟེང་བར་བྱ་བ་ནི། དཔལ་གསང་
བ་འདུས་པའི་ཅ་རྒྱད་ལེའུ་བཅུ་བདུན་གྱི་བདག་ཉིད་ཅན་འདིའི་དོན་འཆད་པ་ལ་མཐའ་དྲག་དང་ཚུལ་
བཞིའི་སྒྲོ་ནས་འཆད་དགོས་ཤིང་དེའི་སྒྲོ་ནས་མ་འཆད་ན་རྒྱད་དོན་རྫོགས་པར་རྟོགས་མི་སྒྲུབ་ཅིང་
མཐའ་དྲག་ཚུལ་བཞིའི་སྒྲོ་ནས་ལེགས་པར་འཆད་ཤིས་ན་རྒྱད་དོན་བདེ་སྐྱབས་ཏུ་རྫོགས་པར་རྟོགས་པ་



གསུངས་པས། མཐའ་དྲུག་ཚུལ་བཞི་སོ་སོའི་མཆན་ཉིད་དང་། རྒྱུད་སྡེ་གང་དང་གཞུང་གང་ལ་བཤད་
པ་རྒྱུ་ཅུ་མ་འདྲུག་མིན། དེ་དག་པན་ཚུན་འགལ་མི་འགལ་བཅས་བཤད་པ་ལ། དང་པོ་མཆན་ཉིད་ནི།
རྒྱུད་ཀྱི་གང་དེས་ལཱ་ལྷན་པ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་འགོད་པ་ནི། རྗེ་རྒྱལ་ཆོས་ཀྱི་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་
མཐུན་པ་གཉིས་ཡོད་པའི་ནང་ནས་ཆོས་དེའི་དངོས་ཟིན་གྱི་དོན་སྟོན་པའི་བཤད་པ་དེ། རྗེ་རྒྱལ་ཆོས་
དེས་བྱང་དོན་དུ་བསྟན་པའི་མཆན་ཉིད། དཔེར་ན་རྗེ་རྒྱལ་ཆོས་ཀྱི་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་
མཆན་དུ་འཛིན་པ་ལ་བཤད་པ་ལྟ་བུའོ། ཅིའི་ཕྱིར་བྱང་དོན་ཞེས་བྱ་བའི་ནང་དངོས་ཟིན་གྱི་དོན་དང་མི་
མཐུན་པར་དོན་གཉིས་པ་ཞིག་བྱང་དུ་ཡོད་པའི་དོན་གྱིས་ན་བྱང་དོན་ཞེས་བྱའོ།

རྗེ་རྒྱལ་ཆོས་ཀྱི་ལོ་
གཉིས་པ་སྟོན་པའི་ཆོས་དེས་བཤད་པ། རྗེ་རྒྱལ་ཆོས་དེའི་དེས་དོན་དུ་བཤད་པའི་མཆན་ཉིད། དཔེར་
ན་རྗེ་རྒྱལ་ཆོས་ཀྱི་ལོ་
ན། དངོས་ཟིན་གྱི་དོན་དང་མི་མཐུན་པར་དོན་གཉིས་པ་དེས་དེས་པའི་དོན་གྱིས་ན་དེས་དོན་ཞེས་བྱའོ།
མཆོག་གི་དངོས་བྱུང་ཐོབ་པར་འདོད་པའི་གདུལ་བྱ་དབང་པོ་རྣམས་ཀྱི་ཕྱིར་དུ་འོད་ཟེང་ལ་
སོགས་པ་རྒྱུད་སྡེ་ལོག་མ་མན་ཆད་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་དོན་གཞན་ལ་དགོངས་ནས་སྐྱེ་འགལ་བ་
གཞན་གྱིས་བསྟན་པའི་བཤད་པ་དེ། རྗེ་རྒྱལ་ཆོས་དེས་དགོངས་བཤད་ཀྱི་མཆན་ཉིད།

དཔེར་ན་ལེའུ་བརྒྱུད་པར། ན་རྒྱུད་གཞོན་ནུ་མིག་ཡངས་པ། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་བྱང་འདྲུག་
བསྟན་པར་བཤད་པ་ལྟ་བུའོ། ཅིའི་ཕྱིར་དགོངས་པས་བཤད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ནང་དོན་གཞན་ལ་དགོངས་
ནས་སྐྱེ་འགལ་བ་གཞན་གྱིས་བསྟན་པའི་བཤད་པ་ཡིན་པའི་དོན་གྱིས་ན་དགོངས་པའི་བཤད་པ་ཞེས་
བྱའོ། གསལ་ཆེན་གྱི་སྟོན་རྒྱུད་གི་དབང་པོ་དཔེར་ན་པ་རྣམས་ཀྱིས་གསལ་བར་རྟོགས་ཕྱིར་འོད་ཟེང་
སོགས་རྒྱུད་སྡེ་ལོག་མ་མན་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་དོན་གཞན་ལ་དགོངས་ནས་བཤད་པ་མིན་པར་
དོན་དེ་སྐྱེ་བྱང་ཐད་དུ་བཤད་པའི་རྗེ་རྒྱལ་ཆོས་དེས་བཤད་པ་དེ། རྗེ་རྒྱལ་ཆོས་དེས་དགོངས་མིན་གྱི་
བཤད་པའི་མཆན་ཉིད། དཔེར་ན་ལེའུ་གཉིས་པར། བདག་མེད་པའི་རྗེ་རྒྱལ་ཆོས་བྱ་བའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་
སྟོམས་པར་ཞུགས་སོ་ཞེས་པའི་ཆོས་གིས་དོན་གྱི་འོད་གསལ་བསྟན་པར་བཤད་པ་ལྟ་བུའོ། ཅིའི་ཕྱིར་



དོན་གྲིས་ན་སྤུས་དོན་ཞེས་བྱའོ།

རྫོ་རྗེའི་ཆོག་དེ་ལ་དོན་མི་མཐུན་པ་བཞི་ཡོད་པའི་ནང་ནས་མཐར་ཐུག་གཉིས་པོ་གང་རུང་གི་
དོན་སྟོན་པའི་རྫོ་རྗེའི་ཆོག་དེས་བཤད་པ་དེ། རྫོ་རྗེའི་ཆོག་དེས་མཐར་ཐུག་གི་བཤད་པའི་མཆན་ཉིད།
དཔེར་ན། དངོས་པོ་མེད་པས་སྟོམ་པ་མེད།། ཅེས་སོགས་གྲིས་འོད་གསལ་དང་ཟུང་འཇུག་བསྟན་པ་
ལྟ་བུའོ། ཅིའི་ཕྱིར་མཐར་ཐུག་ཅེས་བྱ་ཞེ་ན། རགས་པ་ཉེར་ལུ་རིམ་གྲིས་ཐིམ་པའི་མཐའ་ནི་སྤང་མཆེད་
ཐོབ་གསུམ་ཡིན་ལ། དེ་གསུམ་རིམ་གྲིས་ཐིམ་པའི་མཐའ་ནི་འོད་གསལ་དང་ཟུང་འཇུག་ཡིན་པས་ན་
མཐར་ཐུག་ཅེས་བྱའོ། གཉིས་པ། རྒྱུད་སྡེ་གང་དང་གཞུང་གང་ལ་མཐའ་བྱུག་ཚུལ་བཞིའི་བཤད་པ་གང་
དང་གང་འཇུག་པ་ཡོད་ཅེས་ན། རྒྱུད་སྡེ་འོག་མ་གསུམ་མན་ཆད་ལ་མཐའ་བྱུག་ཚུལ་བཞིའི་ཡ་གྲུལ་དུ་
གྱུར་པའི་བྱང་ངེས་གཉིས་དང་དགོངས་དགོངས་མིན་གྱི་བཤད་པ་གང་ཡང་འཇུག་པར་མེད་དེ། བྱང་
ངེས་གྲིས་བཤད་པའི་དོན་ལམ་རིམ་པ་གཉིས་ལ་སོགས་པ་དང་། དགོངས་དགོངས་མིན་གྲིས་བཤད་
པའི་དོན་གྱི་གཙོ་བོ་འོད་ཟུང་གཉིས་ལ་སོགས་པ་སྟོན་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཉེ། རྗེ་ལས་རྒྱུད་སྡེ་འོག་མ་
གསུམ་མན་ཆད་ལ་བྱང་ངེས་གྱི་བཤད་པ་འཇུག་པ་ཡོད་ཀྱང་། མཐའ་བྱུག་གི་ཡ་གྲུལ་དུ་གྱུར་པའི་བྱང་
ངེས་གྱི་བཤད་པ་འཇུག་པ་མེད་དེ། དེ་ལ་འདིའི་བྱང་ངེས་གྲིས་བཤད་པའི་དོན་ལམ་རིམ་པ་གཉིས་ལ་
སོགས་པ་སྟོན་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་དང་། རྒྱུད་སྡེ་འོག་མ་གསུམ་མན་ཆད་ལ་དགོངས་དགོངས་མིན་
གྱི་བཤད་པ་འཇུག་པ་ཡོད་ཀྱང་། མཐའ་བྱུག་གི་ཡ་གྲུལ་དུ་གྱུར་པའི་དགོངས་དགོངས་མིན་གྱི་བཤད་
པ་འཇུག་པ་མེད་དེ། དེ་མན་ཆད་ལ་འདིའི་དགོངས་དགོངས་མིན་གྲིས་བཤད་པའི་དོན་གྱི་གཙོ་བོ་འོད་
ཟུང་གཉིས་མེད་པའམ། དེ་མ་ཡིན་པའི་དགོངས་དགོངས་མིན་གྱི་དོན་གཞན་ཡང་སྟོན་པ་མེད་པས་སོ།

ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། བར་ཕྱིན་ཐེག་པ་ལ་མཐའ་བྱུག་གི་ཡ་གྲུལ་དུ་གྱུར་པའི་སྤྱི་རིམ་བཞིན་པ་
དང་སྤྱི་རིམ་བཞིན་པ་མ་ཡིན་པའི་བཤད་པར་འཇུག་པ་མེད་ཀྱང་། རྒྱུད་སྡེ་འོག་མ་གསུམ་མན་ཆད་ལ་
མཐའ་བྱུག་གི་ཡ་གྲུལ་དུ་གྱུར་པའི་སྤྱི་རིམ་བཞིན་པ་དང་སྤྱི་རིམ་བཞིན་པ་མ་ཡིན་པའི་བཤད་པར་འཇུག་
པ་ཡོད་དེ། རྒྱུད་སྡེ་འོག་མ་གསུམ་ལ་སྤྱི་རིམ་བཞིན་པའི་བཤད་པའི་དོན་དཀྱིལ་འཁོར་ཐེག་ཆོན་གྲིས་
བྲི་བ་སོགས་དང་། སྤྱི་རིམ་བཞིན་པ་མ་ཡིན་པའི་བཤད་པའི་དོན། ཀོ་རྒྱ་བྲ་ལ་སོགས་པའི་སྤྱི་བཙུ་པོ་



དེ། དུག་ན་དོ་རྩེའི་མཚན་གྱི་རྣམ་གྲངས་ལ་གསུངས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རྗེ་ཀླ་ལས། རྒྱུད་སྡེ་འོག་མ་གསུམ་ལ་མཐའ་དུག་གི་ཡ་གྲུལ་དུ་གྱུར་པའི་སྤྱི་ཇི་བཞེན་པའི་བཤད་པ་འཇུག་པ་ཡོད་དེ། རྒྱུད་སྡེ་འོག་མ་གསུམ་གྱི་རྟོག་པར་དཀྱིལ་འཁོར་ཐིག་ཚོན་གྱིས་བྲི་བ་གསུངས་ཤིང་། དེ་སྤྱི་ཇི་བཞེན་པའི་བཤད་པར་ཡེ་ཤེས་དོ་རྩེ་ཀུན་ལས་བརྒྱས་ལས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་དང་། རྒྱུད་སྡེ་འོག་མ་གསུམ་མན་ཆད་ལ་མཐའ་དུག་གི་ཡ་གྲུལ་དུ་གྱུར་པའི་སྤྱི་ཇི་བཞེན་པ་མིན་པའི་བཤད་པ་འཇུག་པ་ཡོད་དེ། ཀོ་རྒྱ་བྲ་ལ་སོགས་པའི་སྤྱི་བཅུ་པོ་དེ། དུག་ན་དོ་རྩེའི་མཚན་གྱི་རྣམ་གྲངས་ལ་འཇུག་པར་ངན་སོང་སྤྱོད་རྒྱུད་ལས་གསུངས་ཤིང་། དེ་སྤྱི་ཇི་བཞེན་པ་མིན་པའི་བཤད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། རྒྱུད་སྡེ་འོག་མ་གསུམ་མན་ཆད་ལ་ཚུལ་བཞིའི་ནང་ནས་ཀྱང་ཡིག་སྤྱི་གཉིས་ཀྱིས་བཤད་པའི་དོན་དང་ཉམས་སྲུ་སྒྲང་བྱ་བྱུན་མོང་བ་ཡོད་ཀྱང་། སྤྱི་མཐའ་གཉིས་ཀྱི་བཤད་པ་འཇུག་པ་མེད་དེ། དེ་མན་ཆད་འདིར་བཤད་པའི་སྤྱི་མ་གསུམ་དང་མཐར་ཐུག་གཉིས་གང་ཡང་སྟོན་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ།

འོ་ན་གཞུང་གཅིག་ལ་བཤད་པ་མང་བ་ལ་དུ་འཇུག་པ་ཡོད་ཅེ་ན་བདུན་ཅུ་མ་འཇུག་པ་ཡོད་ཀྱང་བདུན་ལས་མང་བ་འཇུག་པ་མེད་པ་སེམས་ཏེ། རྗེ་ཀླ་ལས། འོ་ན་གཞུང་གཅིག་ལ་བཤད་པ་མང་བ་ལ་དུ་འཇུག་པ་ཡོད་ཅེ་ན། ཁ་ཅིག་བཅུ་བཞི་འཇུག་པ་ཡོད་ཅེས་འཆད་མོད་ཀྱང་། རང་གི་ལུགས་ལ་གཞུང་གཅིག་ལ་བཤད་པ་མང་བ་ལ་བདུན་འཇུག་པ་ཡོད་དེ། དཔེར་ན་ལེའུ་གསུམ་པར། རིན་ཆེན་ཆེན་པོ་ཁ་དོག་ལྷ། ཞེས་སོགས་ཀྱི་གཞུང་འདི་སྟོན་གསལ་གྱིས་ཚུལ་བཞིར་བཤད་པ་དང་། སྤྱོད་བསྐྱུས་ཀྱིས་བྲང་ངེས་སྲུ་བཤད་པ་དང་། རིམ་ལྡེ་ལས་དགོངས་བཤད་དུ་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། ཞེས་གསུངས་པས་མང་མཐར་ངོས་འཛིན་པ་ཡིན་ནམ་སྟེ་མོ། གསུམ་པ་འགལ་མི་འགལ་དབྱེད་པ་ནི། འོ་ན་གཞུང་གཅིག་ལ་བཤད་པ་དེ་དག་འཇུག་པ་འགལ་མིན་དེ་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། གཞུང་གཅིག་ལ་དགོངས་དགོངས་མིན་གྱིས་བཤད་པར་འཇུག་པ་འགལ་ཞིང་སྤྱི་ཇི་བཞེན་པ་ཡིན་མིན་གཉིས་ཀྱང་གཞུང་གཅིག་ལ་འཇུག་པ་འགལ་བའི་ཕྱིར་ཏེ། ཡེ་ཤེས་དོ་རྩེ་ཀུན་ལས་བརྒྱས་ཀྱི་རྗེ་ཀླ་ལས། དགོངས་དགོངས་མིན་དང་། སྤྱི་ཇི་བཞེན་པ་ཡིན་མིན་གཉིས་གཞི་གཅིག་ལ་འདུ་བ་འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ། ཞེས་གསུངས་པ་དང་། རྗེ་ཤེས་རབ་སང་གའི་རྗེ་ཀླ་ལས་ཀྱང་། གཞུང་གཅིག་ལ་དགོངས་དགོངས་མིན་



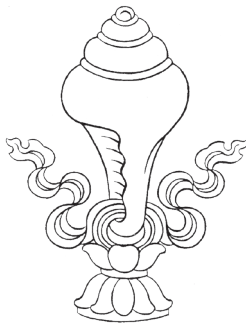
གྱི་བཤད་པ་གཉིས་ཀ་འཇུག་པ་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར་དང་། གཞུང་གཅིག་ལ་སྒྲུ་རྩེ་བཞིན་པ་ཡིན་མིན་གཉིས་ཀའི་བཤད་པ་འཇུག་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོན་ཀྱང་ཁྱེད་ཀྱི་གསུངས་ཟེར་ལ་གཞུང་གཅིག་ལ་བཤད་པ་བདུན་ལས་འཇུག་པ་མེད་པ་ལྟ་བུར་གསུངས་ཀྱང་། ཞིབ་ཏུ་དབུང་ན་ཡོད་པར་སེམས་ཏེ་དགོངས་པའི་བཤད་པ་ལ་སྒྲུ་རྩེ་བཞིན་པ་མ་ཡིན་པའི་བཤད་པ་འཇུག་པའི་ཁྱབ་པའི་ཕྱིར་ཏེ། འོད་གསལ་དང་བྱུང་འཇུག་སོགས་ལ་དོན་གཞན་ལ་དགོངས་ནས་སྒྲུ་འགལ་བར་གཞན་གྱིས་སྟོན་པའི་རྩི་རྩེ་ཆོག་དེས་བཤད་པ་ཡིན་ན། འཛིག་རྟེན་པ་དང་སྒྲུ་བ་ནམས་ཀྱི་སྒྲུའི་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་བརྟེན་ལ་མེད་ཅིང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་འབའ་ཞིག་གིས་བརྟེན་མཛད་པར་གྱུར་པའི་རྩི་རྩེ་ཆོག་དེས་བཤད་པ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཡེ་ཤེས་རྩི་རྩེ་ཀུན་ལས་བརྟེན་ཀྱི་ཁྱེད་ལས། འཛིག་རྟེན་པ་དང་སྒྲུའི་བསྟན་བཅོས་ལ་མིང་དེ་དོན་དེ་ལ་འཇུག་པ་མེད་ཀྱང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་མིང་དེ་དོན་དེ་ལ་སྒྲུ་བར་བརྟེན་མཛད་ནས་བཞག་པའི་གོ་རྟུ་ཁྱེད་ལ་སོགས་པ་ནམས་ནི་སྒྲུ་རྩེ་བཞིན་པ་མ་ཡིན་པའོ།

འདི་དང་དགོངས་བཤད་གཉིས་མི་འགལ་ལོ། ཞེས་དང་། རིམ་ལྡེའི་མཐའ་དཔྱད་ལས། དགོངས་མིན་གྱི་བཤད་པ་ཡིན་ན་སྒྲུ་རྩེ་བཞིན་པའི་བཤད་པ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པ་དང་། དགོངས་བཤད་ལ་སྒྲུ་རྩེ་བཞིན་པ་མ་ཡིན་པའི་བཤད་པས་ཁྱབ་པ་མ་ཁྱབ་ཅེ་ན། ཁོ་ལོ་ནི་ཁྱབ་ཅེས་སྒྲུ་སྟེ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་དགོངས་དགོངས་མིན་གྱི་བཤད་པ་གཉིས་གཞུང་གཅིག་ལ་འདུ་བར་འགལ་བ་ཐལ། གོང་གི་ལུང་རིགས་དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དགོངས་བཤད་ལ་སྒྲུ་བར་ཐད་དུ་གསལ་བར་སྟོན་པ་མེད་པར་ཐལ། འདོད་པ་དེའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེ་ལྟར་གསུངས་པ་དེ་གཙོ་བོ་དང་གསུམ་ཆེར་ལ་དགོངས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཡེ་ཤེས་རྩི་རྩེ་ཀུན་ལས་བརྟེན་ཀྱི་ནམས་བཤད་ལས། དགོངས་པའི་བཤད་པ་མཛད་པ་ནམས་ལའང་སྒྲུ་འགལ་བ་གསུམ་ཆེ་བ་དང་། གཙོ་བོ་ཡིན་པས་དེ་ལྟར་བཤད་ཀྱི་གཞུང་དེ་ལ་སྒྲུ་བར་ཐད་དུ་གསལ་བར་སྟོན་པ་མེད་པ་ནི་མིན་ནོ། རིགས་པ་འདི་དགོངས་མིན་ལ་ཡང་ཤེས་པ་བྱ་སྟེ། སྟོན་གསལ་ཞིབ་ཏུ་བལྟས་པ་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། རིན་ཆེན་ཆེན་པོ་ཁ་དོག་ལྟ་བུ་ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་ལ་ཚུལ་བཞིའི་བཤད་པ་དང་། དགོངས་པའི་བཤད་པ་འཇུག་པ་གསུངས་པ་ལ་འདི་ལྟ་དོགས་ཏེ། དོན་དེ་ལ་མིང་དེ་དངོས་སུ་འཇུག་པ་སྒྲུ་བ་ནམས་ཀྱི་སྒྲུའི་གཞུང་ཅམ་ལ་བརྟེན་ནས་



ཐོན་པར་རྒྱས་པའི་དོ་རྩེའི་ཆོག་དེས་བཤད་པ་དེ་འཇུག་པ་ཐལ། ཡིག་དོན་གྱི་བཤད་པར་འཇུག་པའི་
ཕྱིར། བྱལ་སྟེ། གསལ་བ་དེ། ཡིག་དོན་དུ་བཤད་པའི་མཆན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡང་ཅ་བ་ལ་སྒྲ་རི་
བཞིན་པའི་བཤད་པ་འཇུག་པ་ཐལ། དགོངས་པའི་བཤད་པ་འཇུག་པའི་ཕྱིར། བྱལ་སྟེ། དགོངས་བཤད་
ལ་སྒྲ་རི་བཞིན་པ་མིན་པའི་བྱལ་བ་རིམ་ལྔའི་མཐའ་དཔྱོད་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཅ་བར་
འདོད་ན། དོན་དེ་ལ་མིང་དེ་དངོས་སུ་འཇུག་པ་འདིག་ཉེན་པ་དང་སྒྲའི་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་བརྟུང་ལ་མེད་
ཀྱང་དོན་དེ་ལ་མིང་དེ་འཇུག་པ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་འབའ་ཞིག་གིས་བརྟུང་མཛད་པར་གྱུར་པའི་བཤད་
པ་འཇུག་པ་ཐལ། ཅ་བར་འདོད་པ་དེའི་ཕྱིར། བྱལ་སྟེ། དེ་སྒྲ་རི་བཞིན་མ་ཡིན་པའི་བཤད་པའི་དོན་ཡིན་
པའི་ཕྱིར། ཅ་བར་འདོད་མི་རྒྱས་པ་ནི། དོན་དེ་ལ་མིང་དེ་དངོས་སུ་འཇུག་པ་འདིག་ཉེན་པ་དང་སྒྲ་བ་
རྣམས་ཀྱི་སྒྲའི་གཞུང་ཙམ་ལ་བཞེན་ནས་ཐོན་པར་རྒྱས་པའི་དོ་རྩེའི་ཆོག་གིས་བཤད་པ་དང་། དོན་དེ་
ལ་མིང་དེ་དངོས་སུ་འཇུག་པ་འདིག་ཉེན་པ་དང་སྒྲའི་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་བརྟུང་ལ་མེད་ཀྱང་དོན་དེ་ལ་མིང་
དེ་འཇུག་པར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་འབའ་ཞིག་གིས་བརྟུང་མཛད་པར་གྱུར་པའི་བཤད་པ་གཉིས་འགལ་
བའི་ཕྱིར་སྟུང་སྟེ་སྟོ་གོས་དང་ལྷན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཞིབ་ཏུ་དབྱང་པར་བྱའོ། མཐའ་དབྱག་ཚུལ་བཞིའི་དོན་
ལ་དོགས་སྟོང་རགས་པ་ཙམ་ཞིག་ཐལ་ལོ།།

མཐའ་དབྱག་ཚུལ་བཞིའི་བཤད་པ་ཐབ་ཅིང་སྟེ།
བདག་སྟོན་གྱིས་པས་དབྱང་རྒྱས་བྱལ་ན་ཡང་།།
བཤེས་གཉེན་དམ་པའི་བཀའ་བློན་ལས།།
གཞུང་དོན་གྲངས་འབྲེན་ཙམ་ཞིག་འདི་ན་མཆིས།།





༥ གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་གཞུང་ལས་བཤད་པ་ལྟར་གྱི་རྣམ་ཤེས་ལ་དེར་དུས་ཚུན་
རིག་དང་འབྲེལ་བའི་དོགས་སྤོང་འགའ་ལ་གསང་སྤྲུགས་ལས་
བཤད་པ་ལྟར་གྱི་ལན་འདེབས་བྱ་ཚུལ།

དགེ་བཤེས་ལྷ་རམས་པ་རག་དབང་བསྟན་པ།

དོགས་སྤོང་དང་པོ། ཁ་ཅིག་གིས། ཏ་ལ་ཐུག་རིག་མེད་པའི་མི་ཞིག་ཏ་གང་དུ་ཕྱིན་པ་དེར་སླེབས་
མི་སྲིད་པ་དང་། དངོས་སམ་བརྒྱད་ནས་བྱ་ལ་མ་རིག་པར་བྱ་ལ་བརྟེན་ནས་བསྐྱོད་མི་སྤུབ་ཀྱང་། ཤེས་
པ་རྒྱུད་དང་ཅ་སྟེན་སོགས་ལ་ཐུག་རིག་མེད་པར་དེ་དག་གི་རྗེས་སུ་འབྲང་སྤུབ་པ་གང་ཡིན་ནམ།

དོགས་སྤོང་དང་པོའི་ལན། ཐུག་རིག་མེད་པའི་མི་ཞིག་ཏ་ལ་བཞོན་ནས་འགོ་བ་མེད་པའི་རྒྱ་
མཚན་ནི་མི་ཏ་གཉིས་ཀ་གཟུགས་ཅན་ཡིན་པས་སོ། རྣམ་ཤེས་ནི་གཟུགས་མེད་དང་། ཞོན་པའི་རྒྱུ་
ནི་གཟུགས་ཅན་ཡིན་པས་རྣམ་ཤེས་རྒྱུ་ལ་བཞོན་ནས་ཕྱིན་ཀྱང་ཐུག་རིག་བྱ་མི་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་
ནི་སྤྱིར་བཤེས་ཐོག་ནས་ཤོད་ཀྱས། དཔེར་ན། དེ་ཙམ་དབྱུགས་གཏོང་ལེན་སྤྱར་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་
བསམ་སྒྲོ་དེ་ཡང་སྐད་ཅིག་ཅམ་ཡང་མ་བསྟན་པར་ཡུལ་མི་འབྲ་བ་སྒྲ་ཚོགས་སྒྲོ་ཡུལ་དུ་འཆར་ཡོང་
གིན་ཡོད། ད་དུང་ལོ་གཞོན་པའི་དུས་སུ་དབྱུགས་ཀྱི་རྒྱ་བ་དང་། སེམས་ཡུལ་ལ་འཕྲོ་བ་གཉིས་ཀ་སྤྱར་
པོར་བྱེད་པ་དང་། ཆས་འཁོགས་ཆགས་པའི་སྐབས་སུ་གཉིས་ཀ་དལ་དུ་འགོ་གི་རེད། ལྷག་ཏུ་སེམས་
དམིགས་པ་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་གཏད་པའི་སྐབས་སུ་སྒྲ་ནང་དུ་རྒྱུད་གི་རྒྱ་བ་དེ་ཡང་དལ་བྱར་གཏོང་ལེན་
བྱེད་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་འཆེ་ཁར་ཡང་དབྱུགས་ཀྱི་རྒྱ་བ་དལ་དུ་དལ་དུ་འགོ་བའི་སྐབས་སུ་སེམས་དེ་
ཡང་ཡུལ་གཞན་དུ་འཕྲོ་བ་ལྟོད་དུ་ལྟོད་དུ་འགོ་གིན་ཡོད། མཐར་སྒྲ་ཁྱད་ནང་གི་དབྱུགས་ཀྱི་རྒྱ་བ་ཆད་
པ་དང་དུས་མཉམ་དུ་སེམས་རགས་པའི་བྱ་བ་དེ་ཡང་མེད་པ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། ནང་པའི་གཞུང་ལས་ཅ་
རོ་རྒྱུད་གཉིས་ཀྱི་ནང་དུ་རྒྱུད་རྒྱུ་བའི་སྐབས་སུ་སྒྲ་ཁྱད་གཉིས་ཀྱི་ནང་དུ་རྒྱུད་རྒྱུ་བ་དང་། དེའི་སྐབས་
སུ་སེམས་རགས་པས་ཡུལ་ཡོངས་སུ་སྤྱོད་པ་དང་། འཆེ་ཁ་དང་གཉིད་མཐུག་པོར་ཁྱག་པ། འགོག་པ་
ལ་སྒྲུམས་པར་ཞུགས་པ་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཅ་དབྱུ་མའི་ནང་དུ་གཉུག་རྒྱུད་དང་གཉུག་སེམས་ཀྱི་བྱ་



བ་བྱེད་པའི་སྐབས་ཡིན་ལ། དེའི་ཆེ་སེམས་རགས་པས་བྱ་རོལ་གྱི་ཡུལ་ལོངས་སུ་སྐྱོད་མི་ཐུབ་པའི་
རྒྱ་མཚན་ནི། སྤྱ་ཁུང་དང་། ཅ་རོ་རྒྱུང་གཉིས་ཀྱི་ནང་དུ་རྒྱུང་མི་རྒྱ་བའི་བྱེད་། ང་ཆོས་དེའི་ཆེ་ཡུལ་མི་
རྟོགས་པ་ལྟ་བུར་མངོན་གྱི་ཡོད། དེ་ནི་ཤེས་པ་རགས་པས་བྱ་བ་མི་བྱེད་པ་ཙམ་སོ། མདོར་ན་ཤེས་པ་
རྒྱུང་ལ་ཞོན་ཞེས་པ་ནི་ཤེས་པས་ཡུལ་ལ་དམིགས་པ་དེ་རྒྱུང་གིས་ཁྲིད་པའམ། ཡང་ན་རྒྱུང་གིས་རྒྱད་
རྒྱལ་བཏང་ཞིང་ཤེས་པ་ཡུལ་གྱི་ཕྱོགས་སུ་སྐྱོད་པ་ལྟ་བུར་བྱས་པས་ན་ཞོན་ཞེས་ཐ་སྙད་བཏགས་སོ།

དོགས་སྒྲོང་གཉིས་པ། ཁ་ཅིག་གིས། རྣམ་ཤེས་ལུས་དང་བྲལ་ཏེ་བར་སྤང་ནས་རང་གི་ལུས་
སོགས་མཐོང་ཞིང་། སྤྱན་པས་སྤྱར་སྐྱོབ་བྱས་པ་ན་སྤང་ལུས་ལ་ཞུགས་ཟེར་ན། སྤྱན་པས་སྤྱར་སྐྱོབ་
བྱེད་པ་ནི་གཙོ་བོར་དབྱགས་འབྱེན་རྒྱབ་དང་སྙིང་འཕར་ལྗོངས་བྱེད་ཐབས་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། སྙིང་འཕར་
ལྗོངས་བྱེད་པ་དང་དུས་མཉམ་དུ་རྣམ་ཤེས་སྤང་ཞུགས་པ་ཡིན་ནམ། ཡང་ན་སྤྱན་ནམ་བྱིས་སུ་ཞུགས་
ནའང་འགྲིག་པ་ཞིག་ཡིན།

དོགས་སྒྲོང་གཉིས་པའི་ལན། སྤྱན་པས་སྙིང་འཕར་ལྗོངས་བྱེད་ཐབས་འཆོལ་བ་ནི་རྒྱུང་དང་རྣམ་
ཤེས་རགས་པས་བྱ་བ་བྱེད་ཐབས་འཆོལ་བ་ཡིན་གྱི། དེའི་ཆེ་གཉུག་སེམས་དང་གཉུག་རྒྱུང་གི་བྱ་བ་
བྱེད་པ་སྤྱན་པས་མ་མཐོང་བས་སོ། དཔེར་ན། གཉིད་མཐུག་པོ་ལ་གནས་པའི་སྐབས་སུ་གཉུག་སེམས་
དང་གཉུག་རྒྱུང་གིས་བྱ་བ་བྱེད་པ་མི་ལམ་པ་རང་ཉིད་ཀྱིས་མ་གཏོགས་མི་ཤེས་པ་བཞིན་ནོ། རང་ཉིད་
ཀྱིས་དེའི་ཆེ་ལུས་སེམས་སྤྲོས་བྱ་བ་བྱེད་པ་གང་ལས་ཤེས་ཤེ་ན། གཉིད་སངས་མ་ཐག་ཏུ་མི་ལམ་
བཟང་ངན་གྱིས་མཆོམས་རེ་སེམས་སྐྱིད་པོ་དང་། སྐབས་རེ་ཡང་སེམས་མི་སྐྱིད་པ་ཡོང་གི་ཡོད། དེའི་
སྐྱོར་ལྟག་ལོག་ཅིག་བརྒྱབ་ཏེ་ཞིབ་སྤྲེའི་བསམ་སྒྲོ་ཞིག་གཏོང་ཆོ། གཉིད་སངས་མ་ཐག་པའི་བདེ་སྤྱལ་དེ་
ཡང་གཉིད་མཐུག་པོའི་སྐབས་ཀྱི་མི་ལམ་བཟང་ངན་གྱིས་བྱེད་པའམ། དེའི་འབྲས་བུ་ཡིན་པ་ཤེས་གྱི་
ཡོད། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱུན་དུ་ང་ཆོས་ཅོད་བཞིན་པའི་དབང་ཤེས་དང་འབྲེལ་བའི་སེམས་རགས་པ་
དེ་མ་ཡིན་པར་སྐྱེ་བ་བྱི་མར་འགྲོ་མཁན་གྱི་སེམས་སྤྲོ་མོ་ཞིག་ཡོད་པ་དང་། དེས་སྒྲོ་ལྗོངས་དབང་ཤེས་
སོགས་སེམས་ཆོར་རགས་པ་ལ་ཤུགས་རྒྱུན་ཞིག་ཐེབས་གྱི་ཡོད་པ་མཆོན་གྱི་ཡོད།

མདོར་ན་སྤྱན་པས་སྤྱར་སྐྱོབ་བྱེད་པ་མཐོང་མཁན་གྱི་སེམས་ནི་སྤྲོ་མོའི་རྒྱུང་ལ་བརྟེན་པའི་གཉུག་



སེམས་ཡིན་ནོ། དཔེར་ན། གཉིད་མཐུག་པོའི་སྐབས་སུ་སྤྱང་སེམས་རགས་པ་ཀྱན་འགགས་ནས་སྤ་
མོའི་སྤྱང་སེམས་ཀྱིས་བྱ་བ་བྱེད་པ་བཞིན་ནོ། སྤ་མོའི་སྤྱང་སེམས་དེ་གཉིས་སྟོང་འཕར་ཕྱིར་མ་བྱས་
པའི་སྟོན་དུ་ནད་པའི་ལུས་ཀྱི་ནད་དུ་ཞུགས་དགོས་ཏེ། སྟོང་འཕར་ཕྱིར་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་རགས་པའི་
སྤྱང་སེམས་ཀྱིས་བྱ་བ་བྱེད་པའི་སྐབས་ཡིན་པས། དེའི་ཆེ་སྤ་མོའི་གཏུག་སེམས་གཉིས་ཀྱི་བྱ་བ་བྱེད་
པ་འགགས་ཟིན་པས་སོ།།

དོགས་སྟོང་གསུམ་པ། ཁ་ཅིག་གིས། འབྲུག་པ་བཏང་ནས་ཁྲིམ་ནང་བཙོང་བའི་ཉ་འགའ་ཞིག་
འབྲུག་པ་བཞུ་སྐབས་སྤར་གསོན་པོར་གྱུར་ཡོང་བ་དང་། འགའ་རེ་རྩ་ཁོལ་མར་བཙོ་སྐབས་སྤར་སོས་
ཡོང་བ་འདི་དག་ནི་རྣམ་ཤེས་ལུས་དང་བྲལ་ནས་ཡུན་རིང་སོང་རྗེས་སྤར་ཞུགས་པ་ཞིག་ཡིན་ནམ།

དོགས་སྟོང་གསུམ་པའི་ལན། རགས་པའི་རྣམ་ཤེས་འགགས་ཀྱང་སྤ་མོའི་རྣམ་ཤེས་ལུས་ཀྱི་
ནད་དུ་གནས་པ་ཁས་སྤངས་ན་འགལ་བ་ཞིག་མེད། དཔེར་ན། འཕྱི་བ་དགུན་དུས་སུ་རགས་པའི་རྣམ་
ཤེས་འགགས་ཤིང་སྤར་བ་སྤར་བྱ་གཅིག་གི་རིང་ལ་ལུས་སེམས་རགས་པའི་བྱ་བ་མི་བྱེད་པའི་ཆེ་ཉལ་
པའི་ཐ་སྟོང་བྱེད་པ་བཞིན་ནོ། དགུན་དུས་སུ་ལུས་ལ་ལྷགས་སྤྱང་སོགས་བརྒྱབ་ན་དེ་མ་ཉིད་དུ་རགས་
པའི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་བྱ་བ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། རྒྱ་མཚན་དེའི་ཕྱིར། ཉལ་པའི་འཕྱི་བའི་ལུས་ལ་ཤེས་པ་ཡོད་པ་
དང་། ཤི་བའི་འཕྱི་བའི་ལུས་ལ་ཤེས་པ་མེད་པ་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་འབྱེད་ཐུབ། ཡང་མ་ཉལ་གོང་གི་
འཕྱི་བའི་ཤེས་པ་དེ་དང་། ཉལ་ནས་ལངས་པའི་རྗེས་སུ་འཕྱི་བའི་བྲན་པ་དེ་གཉིས་རྒྱན་གཅིག་ཡིན་
པ་གང་ལས་ཤེས་སྟམ་ན། མ་ཉལ་གོང་དུ་རྩ་དང་རྩ་འཆོལ་ས་གང་ཡིན་པ་དང་། འཕྱི་ཁྱད་འཇུག་ས་
གང་དུ་ཡོད་པ། ཐ་ན་དག་གང་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་སོགས་ཀྱན་ལངས་པའི་རྗེས་སུ་སྤར་རྒྱན་ལྟར་འགྲོ་
དགོས་ས་དང་། གཟབ་དགོས་ས་ཉག་ཉག་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པས་སོ།།

གང་ལྟར་ཀྱང་གཉིད་ཉལ་ཁའི་སེམས་དང་། གཉིད་སད་པའི་སེམས་གཉིས་རྗས་རྒྱན་ཁ་ཁ་སོ་
སོ་འཛོག་མི་རུང་སྟེ། དེ་བཞག་ན་ཁ་སང་གི་ང་ཆོའི་སེམས་དང་། དེ་རིང་གི་ང་ཆོའི་སེམས་གཉིས་
རྗས་རྒྱན་ཁ་ཁར་འཛོག་དགོས། དེ་ལྟར་ན། ཁ་རྩང་ཤེས་པའི་ལུས་རྣམས་དེ་རིང་མི་ཤེས་པར་ཐལ་
པའི་ཕྱིར་རོ། རྒྱ་མཚན་ནི་གོང་དུ་བཀོད་པ་གཉིས་དུས་རིང་བྱང་ཅམ་མ་གཏོགས་གཉིད་མཐུག་པོ་དང་



མི་ལམ་གྱིས་ཚོད་བ་གཅིག་བས་སོ། དེ་འདྲའི་དོགས་བ་ཡོང་ཁག་པོ་རེད། ལུས་སེམས་སྤྱ་རགས་ཀྱི་
སྒྲོར་ལུས་ཟེན་ཏོ།།

དོགས་སྒྲོང་བཞི་པ། ཁ་ཅིག་གིས། གཉིད་ཐབས་ལ་བརྟེན་ནས་ཡུལ་གཞན་གྱི་དེབ་སོགས་
བསྐྲུགས་ཏེ་དོན་ཤེས་བར་བྱེད་ཅིང་། དེ་ནི་རྣམ་ཤེས་ལུས་དང་བྲལ་ནས་འགྲོ་བའི་རྟགས་ཡིན་ཟེར་ན།
མངོན་ཤེས་ཀྱིས་ཡུལ་གཞན་ཤེས་པའི་ཆེ་ཡང་རྣམ་ཤེས་ལུས་དང་བྲལ་ནས་འགྲོ་བ་དང་། གཞན་རྒྱུད་
མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཆེ་ཡང་རང་སེམས་གཞན་རྒྱུད་དུ་ལུགས་པའམ་འཛུལ་བར་སྤྱོད་ཆོག་གས།

དོགས་སྒྲོང་བཞི་པའི་ལན། མི་ལམ་དང་མངོན་ཤེས་གཉིས་ཀྱིས་ཡུལ་རྟོགས་པའི་སྐབས་སུ་ཕྱང་
པོ་རགས་བ་དང་བྲལ་ནས་ཐག་རིང་ལ་སྒྲིད་བ་དང་། མི་སྒྲིད་པའི་བྱེད་བར་ཡོད་དེ། མི་ལམ་གྱི་སེམས་
སྤྱོད་ནི་ལུས་རགས་བ་དང་བྲལ་ནས་གཞུག་མའི་རྒྱུད་ལས་བྱུང་བའི་ལུས་སྤྱོད་ལུས་ལ་བརྟེན་ཅིང་
ཐག་རིང་དུ་འགྲོ་བ་དང་། དཔེ་ཆ་སྒྲོག་བ་སོགས་ཀྱི་བྱ་བ་བྱེད་པ་ཤོད་རྒྱུ་ཡོད་ལ། མངོན་ཤེས་ལ་དེ་
ལྟར་བཤད་དུ་མི་རུང་སྟེ། མངོན་ཤེས་ནི་སེམས་རགས་བ་ཡིན་པས་ལུས་རགས་བ་ལ་བརྟེན་དགོས་
ཤིང་། གཉིད་མཐུག་པོའི་སྐབས་སུ་ལུས་རགས་པའི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་འགགས་པས་སོ། གཉིད་ཐབས་
ལ་བརྟེན་ཅིང་ཡུལ་རྟོགས་བ་སོགས་ནི་སྤྱོད་རྒྱུ་སེམས་ཀྱིས་བྱ་བ་བྱེད་པའི་སྐབས་ལ་ཤོད་ཀྱི། དེ་
ནི་གཞི་དུས་ཀྱི་སྤྱོད་ལུས་འབྱུང་བའི་སྐབས་ཡིན་ནོ། མངོན་ཤེས་སོགས་ཀྱི་ཡུལ་རྟོགས་ཚུལ་ནི་སྤྱོད་ལུས་
དང་འབྲེལ་བ་མེད་པ་ཅུང་དུ་མ་ཟད་སེམས་རགས་པས་བྱ་བ་བྱེད་པའི་སྐབས་ལ་ཤོད་ཀྱི་ཡོད། དེ་བས་
གོང་ལུས་གཉིས་ཀྱི་ཡུལ་རྟོགས་ཚུལ་སོགས་ནི་མི་མཚུངས་སོ། །ལུས་སེམས་སྤྱ་རགས་སྒྲོར་བཤད་
ཟེན་ཏོ།།

དོགས་སྒྲོང་ལྔ་པ། ཁ་ཅིག་གིས། མི་ལམ་གྱི་སྐབས་སུ་ལུས་པོ་རྒྱ་གར་དུ་བཞག་ནས་རྣམ་ཤེས་
པོད་ན་ཕྱིན་ཏེ་དེབ་སྒྲོག་བ་ལྟར་ན། པོད་ན་ཡང་གཞུགས་མངོན་སུམ་མཐོང་བའི་བདག་རྒྱུན་གྱི་དབང་
པོ་གཅིག་དང་། རྒྱ་གར་ན་ཡོད་པའི་ལུས་དེ་ལ་ཡང་བག་ལ་ཞབ་པའི་དབང་པོ་གཅིག་སྟེ། གང་ཟག་
གཅིག་ལ་མིག་གི་དབང་པོ་གཉིས་དུས་མཉམ་དུ་ཡོད་པར་སྤྱོད་ཆོག་གས།

དོགས་སྒྲོང་ལྔ་པའི་ལན། གོང་དུ་གསུངས་པ་ལྟར་དབང་པོ་གཉིས་དུས་མཉམ་དུ་ཡོད་ཀྱང་།



གཅིག་གིས་དབང་པོའི་བྱ་བ་བྱེད་པའི་ཆེ་གཅིག་ཤོས་ཀྱིས་དབང་པོའི་བྱ་བ་མི་བྱེད་པས་གོང་གི་
འགལ་བ་ནི་མེད་དོ། །དོགས་སྒྲོང་དེ་སྤྲུགས་གཞུང་པལ་ཆེ་བའི་ནང་དུ་ཡོད་ཅིང་། དེའི་ལན་ལའང་སྤ་
མོའི་ལུས་ཀྱིས་བྱ་བ་བྱེད་པའི་ཆེ། རགས་པའི་ལུས་ཀྱི་བྱ་བ་འགགས་ལ། རགས་པའི་ལུས་ཀྱིས་བྱ་
བ་བྱེད་པའི་ཆེ་སྤ་མོའི་ལུས་ཀྱི་བྱ་བ་བག་ལ་ཉལ་བའི་ཚུལ་དུ་བསྐྱད་ཡོད་པས། སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་
རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྒྱུ་རེ་རེ་བའོ། །ཞེས་པའི་གཞུང་དང་མི་འགལ་ཟེར། ལུས་སེམས་སྤ་རགས་སྒྲོང་
ལུས་ཟེན་ཏོ། །

དོགས་སྒྲོང་དུག་པ། ཁ་ཅིག་གིས། རང་ཉིད་རྒྱ་གར་དུ་ཉལ་བཞིན་ཆི་ལམ་དུ་བོད་ནང་རྒྱང་
པོལ་འགྲན་བསྐྱར་བྱས་པ་ཆིས་ནས་རྒྱང་པ་གཡུག་གཡུག་བྱེད་པའི་ཆེ། རྣམ་ཤེས་དེ་ཆི་ལམ་དང་
མཉམ་དུ་བོད་ནང་གི་ཅིད་ཐང་ཐོག་ཡོད་པ་ཡིན་ན། འདིར་རྒྱང་པ་གཡུག་གཡུག་བྱེད་པ་དེ་འབྲེ་
ལུགས་པ་ཡིན་ནམ།

དོགས་སྒྲོང་དུག་པའི་ལན། ལྷང་པོ་རགས་པའི་རྒྱང་པ་གཡུག་པའི་ཆེ་སྤ་ལུས་བྱི་ལ་སོང་བ་མིན་
པས་དེའི་ཆེ་རྣམ་ཤེས་བོད་དུ་བསྐྱེད་པས་མེད། དེའི་ཆེ་ལུས་སེམས་རགས་པས་བྱ་བ་བྱེད་པའི་སྐབས་
ཡིན་པས་གཉིད་མཐུག་པོ་ཁྱག་པ་དང་། ལུས་སེམས་སྤ་མོས་བྱ་བ་བྱེད་པའི་སྐབས་མིན་ལོ། ། ལུས་
སེམས་སྤ་རགས་ཀྱི་བྱ་བ་བྱེད་ཚུལ་སྒྲོང་ལུས་ཟེན་ཏོ། །

དོགས་སྒྲོང་བདུན་པ། ཁ་ཅིག་གིས། གལ་སྲིད་སྤྱི་གོང་མས་བདག་དུ་བཟུང་བའི་དོར་ཤིལ་དང་
བྱག་དཔེ་སོགས་རྣམས་ཀྱི་དངོས་པོ་རྣམས་བྲན་ནས་དོས་ཟེན་སྤུབ་པར་བཤད་པ་ལྟར་ན། སྤྱི་གོང་མས་
མི་ཆེ་གཅིག་ལ་ཉམས་ལེན་དང་སྤྱངས་བཅོན་གནང་བའི་ནང་ཆོས་དང་ཤེས་ཡོན་རྣམས་བྲན་མི་རུས་
པར་འགོ་ནས་སྤྱང་དགོས་པ་འདི་ག་རེ་ཡིན་ནམ།

དོགས་སྒྲོང་བདུན་པའི་ལན། སྤྱིར་བོད་ཀྱི་སྤྱལ་སྤྱིའི་ལམ་ལུགས་འདི་མདོ་བསྐྱར་སོགས་ལས་
སྤྱི་བ་སྤྱིའི་སྤྱིའི་བྱེད་དུ་མ་བཤད་པས་འདི་ལ་དམིགས་བསལ་གྱི་ལན་འདེབས་ཤིག་མེད་ཀྱང་། དཔེ་
མཆོན་གྱི་ཐོག་ནས་རོབ་ཅམ་ཞིག་བཤད་ན། དང་པོར་སྒྲོ་འཛིན་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་དཀའ་ཆེགས་ཆེ་
བའི་རིགས་པར་བརྗེད་འགོ་དུས་བྲན་པས་དེ་ཤོར་མགྱོགས་པ་དང་། སྒྲོ་འཛིན་བྱེད་སྤྱི་བའི་རིགས་



ནམས་བརྟེན་ཡུང་དེ་ཁག་གི་ཡོད། ད་དུང་གོང་དུ་བཞོན་པའི་བྲི་བའི་རིགས་པ་དེ་གཉིས་མི་མཚུངས་ཏེ།
དབང་པོ་རི་ལྷར་བརྟུལ་ཡང་ཆེ་འདིར་སོ་སོའི་པོར་པ་མི་བརྟེན་པ་དང་། རིག་པ་ཅི་ལྷར་ནོ་ཡང་གཞུང་
ཆེན་སློ་འཛིན་བྱས་པའི་རིགས་ལོ་ལྷ་བྱུག་ཅིག་གི་རིང་ལ་སྐྱོར་སྐྱོར་མ་བྱས་ན་རྗེས་ལྷལ་ཅམ་ཡང་ལྷག་
ཁག་པོ་རེད། ད་དུང་དེ་གཉིས་མི་མཚུངས་ཏེ། ཡང་སྐྱུལ་འདས་ཤིང་ཡང་སྲིད་ངོས་འཛིན་མ་བྱས་པའི་
བར་དུ་ལོ་ལྷ་བྱུག་ཅིག་འགྲོ་དགོས་པ་གང་ཞིག །ད་དུང་ནམ་ཤེས་ཉེན་སའི་ལུས་དང་དབང་པོ་ཅ་དང་
ལྷན་པ་སོགས་གསར་རྟོག་བརྟེན་དགོས་པས། ཡང་སྲིད་ནི་ཆེ་འདིའི་མི་ནང་བཞིན་བྱན་ཤེས་གསལ་པོ་
ཡོང་ཁག་པོ་རེད།

ལྷག་པར་དུ་ཡང་སྲིད་གྲིས་པོར་པ་དང་། སྲིང་བ་སོགས་ངོས་འཛིན་བྱེད་སྐྱོར་བའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་
དེ། གནའ་ལྷ་མོར་ཁ་པོར་ཞེས་པ་ཆག་སྐྱོན་སོགས་མ་ཤོར་ན་རང་ཉིད་བསམ་སློ་ཟེན་ནས་བཟུང་སྟེ་མ་
ཤི་བར་དུ་པོར་པ་གཅིག་རང་བེད་སྐྱོད་སྐྱོལ་ཡོད། སོ་སོའི་ཁ་པོར་ནི་གཞན་གྲིས་བེད་སྐྱོད་མི་གཏོང་
པ་དང་། སོ་སོས་བདག་ཉར་བྱེད་ཅིང་རང་ཉིད་གར་སོང་གི་སར་བྱེད་འགྲོ་བའི་ལུགས་སྐྱོལ་ཞིག་ཡུང་
ཡོད། ཁ་དཔེར། སྐྱོགས་གར་ཡོང་མི་ཤེས་པོར་པ་འབྱེད་དགོས་ཞེས་པ་ལྷར་རེད། སྲིང་བ་དང་ལག་
སྐྱོར་སོགས་ལའང་དེ་ནང་བཞིན་བདག་ཉར་བྱེད་གྱི་ཡོད། པོར་པ་ནི་མ་ཐ་ཉིན་རེར་བེད་སྐྱོད་ཐེངས་
གསུམ་རེ་གཏང་དགོས་པ་དང་། སྲིང་བ་ནི་ལག་དང་འབྲལ་མེད་ཡིན། དེ་ནང་བཞིན་གཞུང་ཆེན་ཁག་
ལ་གོམས་པ་མེད་པ་གསལ་པོ་རེད།

དོགས་སྐྱོང་བརྒྱུད་པ། ཁ་ཅིག་གིས། ལྷན་པའི་བྱ་འགྲུལ་མཚམས་ཆད་ཡུང་ལྷགས་དམ་ལ་
བཞུགས་ཆོག་པ་དང་། ཤེས་པས་བྱ་བ་བྱེད་པ་ཅ་ལྷན་ལ་ལྷོས་པར་ཆན་རིག་པ་མ་ཟད་ང་ཆོས་ཡུང་
འདོད་དོ་ཟེར་བ་གཉིས་འགལ་ལམ་མི་འགལ། མ་གཞི་ཤེས་པ་ལྷལ་ལ་འཇུག་པར་ཅ་ལྷན་ལ་ལྷོས་
པར་བཞུགས་པའི་གཞུང་ཆད་ལྷན་ཞིག་ཡོད་དམ། གཞུགས་མེད་དང་བར་སྲིད་པ་ནམས་ལ་ཅ་དང་ལྷན་
པ་ཡོད་དམ་མེད།

དོགས་སྐྱོང་བརྒྱུད་པའི་ལན། ལྷན་པའི་བྱ་འགྲུལ་མཚམས་ཆད་ཡུང་ལྷགས་དམ་ལ་བཞུགས་པ་
དང་ཤེས་པས་བྱ་བ་བྱེད་པ་ཅ་དང་ལྷན་པ་ལ་བཞུགས་པ་གཉིས་འགལ་བ་མེད་ཚུལ་ནི། ཤེས་པ་ལ་སྤྱོད་



རགས་གཉིས་ཡོད་པ་གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་གཞུང་ཀུན་ལས་བཤད་ཅིང་། དེ་ཡང་རྒྱན་ལྷན་ར་ཆོའི་རྒྱད་
ཀྱི་ཡུལ་ལོངས་སུ་སྤྱོད་པའི་སྒོ་ལྷའི་ཤེས་པ་དང་། ཡིད་ཀྱི་ཤེས་པ་རགས་པ་རྣམས་ཡུལ་ལོངས་སུ་
སྤྱོད་པའི་སྐབས་སུ་ཅ་དང་ཁྲད་པ་སོགས་ལ་འབྲེལ་བ་དང་། དེ་རྣམས་ཀྱིས་ཡུལ་ཁྲོགས་པའི་བྱ་བ་
བྱེད་པའི་ཆེ་སྙིང་གའི་མི་ཤིགས་པའི་ཐེག་ལེ་གཙུང་ཀར་དམར་ཁ་སྤྱོར་ལྟ་བུའི་ནང་དུ་གཉུག་རྒྱུད་དང་
གཉུག་སེམས་གཉིས་བག་ལ་ཉལ་བའི་རྩལ་དུ་གནས་ཤིང་། ཐུགས་དམ་ལ་བཞུགས་པ་དང་། འཆི་
ཁའི་གང་ཟག་གྱི་དབྱུགས་ཆད་ཅིང་ནང་དབྱུགས་མ་ཆད་པ་དང་། གཉིད་མཐུག་པོ་ཁྱུག་ཅིང་མི་ལམ་
སྤྱོ་མའི་ལུས་སུ་ལྷང་བའི་སྐབས་སོགས་སུ་ཅ་དང་ཁྲད་པ་ལ་དངོས་སུ་འབྲེལ་བའི་སྒོ་ལྷའི་ཤེས་པ་
རགས་པ་དང་། ཡིད་ཤེས་རགས་པ་རྣམས་ཅ་དང་ཁྲད་པ་ལ་འབྲེལ་ཐག་ཆད་ཅིང་ཡུལ་ལོངས་སུ་
སྤྱོད་པ་མེད་ཀྱང་། དེའི་ཆེ་ཤེས་པའི་བྱ་འགྲུལ་ཀུན་ཆད་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། སྤར་ཀྱི་སེམས་རགས་པས་
བྱ་བ་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་སྙིང་ཁའི་མི་ཤིགས་པའི་ཐེག་ལའི་ནང་དུ་གཉུག་རྒྱུད་དང་གཉུག་སེམས་བག་
ཉལ་རྩལ་དུ་ཡོད་པའི་སྤྲ་མོའི་རྒྱུད་སེམས་གཉིས་ལྷངས་ཤིང་ཡུལ་ལོངས་སུ་སྤྱོད་པའི་བྱ་བ་བྱེད་པ་
ཡིན་པས། སྤར་ཀྱི་བྱི་བའི་ནང་འཁོད་ཀྱི་འགལ་བ་རྣམས་སྤང་བ་སོ། །གཟུགས་མེད་ཀྱི་གང་ཟག་
ལ་ཅ་ཁྲད་མེད་ཀྱང་། བར་སྤིད་པ་ཅ་ལྷན་དུ་ཁས་སྤངས་པ་ལ་འགལ་བ་ཞིག་མེད་དོ། །སྤྲུགས་གཞུང་
ལས་ཞོན་པའི་རྒྱུད་ནི་ཅ་དབྱུང་རྒྱུད་རོ་གསུམ་ལས་ཡར་མར་རྒྱ་བ་དང་རྣམ་ཤེས་ནི་རྒྱུད་དེ་ལ་བཞོན་ཏེ་
འགྲོ་བར་བཤད་ཅིང་། ཅ་གསུམ་གྱི་ཆགས་རྩལ་ཡང་རྒྱབ་གཞུང་ལས་ཡར་སོང་ཞིང་སྤྱི་གཙུག་ལས་
མར་གྲུག་ཅིང་ཅ་གསུམ་གྱི་ཡར་སྤེ་སྤོན་མཆོས་སུ་བསྤྲད་པར་བཤད་རྩལ་དེ་ལྟར་ན། རྣམ་ཤེས་ནི་
ཅ་དང་ཁྲད་པ་ལ་འབྲེལ་བ་ཞིག་ཏན་ཏན་མཐོང་རྒྱ་ཡོད་དོ།





༥ རྣམ་ཤེས་སྒྲོར་གྱི་དོགས་གཅོད།

དགེ་ལྷན་ཕུང་པ་ཆེ་མོང་།

སྒྲོབ་དཔོན་ཆོས་གྲགས་གྱིས་བཅམས་པའི་ཚད་མ་རྣམ་འབྲེལ་དུ།

རྣམ་ཤེས་མིན་པ་རྣམ་ཤེས་གྱི།

ཉེར་ལེན་མིན་པའི་ཕྱིར་ཡང་གྲུབ།།

ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་དེ་ལ་མཁས་གྲུབ་རིན་པོ་ཆེས་དགོངས་པ་བཀའ་བ་ན་རྟེན་ཆེན་དུ་རྟགས་
གཞན་གྱིས་ཡང་འཁོར་བའི་ཐོག་མ་མེད་པར་གྲུབ་སྟེ། སེམས་ཅན་མིན་པ་སེམས་ཅན་དུ་གསར་དུ་
སྐྱེས་པའི་རིགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་ཤེས་གྱི་རྣམ་མིན་པ་རྣམ་ཤེས་གྱི་ཉེར་ལེན་དུ་རུང་
བ་མིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ལ་དོགས་རྒྱུད་ཞིག་འོག་དུ་བཀོད། འགའ་ཞིག་ནི་རྣམ་ཤེས་མ་
ཡིན་པའི་ཤེས་བྱ་གང་ཡིན་པ་རྣམས་རྣམ་ཤེས་གྱི་ཉེར་ལེན་བྱེད་མི་སྲིད་པ་ལ་བསམ་ན་ལེགས་པ་མིན་
པའི་ཕྱིར། གང་གི་ཕྱིར་ན་ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་སྐྱེད་བྱེད་གྱི་ས་བོན་ནི་ཐོག་མ་མེད་པ་རྣམ་ཤེས་མ་
ཡིན་པའི་རྩ་བར་གནས་ཤིང་དེ་རྣམ་ཤེས་གྱི་ཉེར་ལེན་བྱེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེས་རྒྱ་བྱེད་པ་གང་
ཞིག་ལྟན་ཅིག་བྱེད་རྒྱ་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་སྟེ་རྒྱ་བྱེད་ན་ཉེར་ལེན་དང་ལྟན་ཅིག་བྱེད་རྒྱ་གང་རུང་
བྱེད་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ།།

ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་བསྐྱེད་བྱེད་གྱི་ས་བོན་ནི་གསེར་གླང་ལྟེ་མཆོད་དུག་གི་ཁྲད་པར་གང་
ཡིན་པ་སྟེ། དེ་ནི་གཅིག་ནས་གཅིག་དུ་བརྒྱུད་དེ་འོང་ལ་ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ཅན་ཆོས་ཉིད་གྱིས་ཐོབ་
པ་དེ་ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ། ཞེས་གསུངས། གང་གི་དོགས་རྒྱུད་ཞིག་ནི་རྣམ་ཤེས་གྱི་རྣམ་རྣམ་ཤེས་གྱི་ཉེར་
ལེན་དུ་རིགས་ན། འོ་ན་སྐྱེས་མ་ཐག་པའི་བྱིས་པ་དེའི་རྒྱུད་གྱི་རིག་པ་ཆོས་ཅན། རིག་པ་སྡུ་མ་སྡུན་དུ་
སོང་སྟེ། རིག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པའི་རྟགས་ལ་ཁྲབ་པ་མེད་པར་ཐལ། རིག་པ་ཡིན་ན་རིག་པ་སྡུ་
མ་སྡུན་དུ་སོང་བའི་མ་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར་ཉེ་ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་སྐྱེད་ཅིག་དང་པོ་དེས་མ་ངེས་པའི་ཕྱིར། དེར་
ཐལ། དེའི་ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་ན་ཤེས་པ་མ་ཡིན་པས་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར་ཉེ་དེའི་སྡུ་མ་ཡིན་ན་རིག་པ་མ་



ཡིན་པས་ཁྱབ་པའི་ཕྱིར། ཉགས་དེའི་སྒྲུབ་བྱའི་ཆོས་ལ་རིག་པའི་རྩམ་སྒྲུར་རུ་ལུང་དོན་བཞག་ན་
དངོས་སུ་སྒྲུར་མ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡང་མེད་པ་བསམ་མོ།

བད་སྟོང་དུས་ཀྱི་གསེས་སྒྲུ།

༥ བད་སྟོང་ཀྱི་དགོས་པ།

བསྟན་འཛིན་ཆོས་འབྱོར།

འཛམ་གླིང་ནང་ལུང་ཕྱོགས་སོ་སོར་ཡི་གཤེན་ལྷ་མ་པ་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པའི་ནང་ནས་
རང་རེའི་བོད་ཡིག་ནི་སྐད་ཡིག་ལྷག་ཤོས་ཤིག་ཏུ་ཆགས་ཡོད། སྤྱི་ཆོགས་ནང་མི་པན་ཚུན་བར་ལ་
བད་སྟོང་པའི་ཐབས་དུ་མ་ཞིག་ལ་བརྟེན་པའི་རྩམ་སྒྲུ་གཞི་ནས་ད་ལྟ་ཡོད་པའི་ཡི་གཤེན་བད་སྟོང་པའི་
ཐབས་ཤིག་ཏུ་བསྟེན་པ་ཞིག་ཡིན་འདུག །བོད་ཡིག་ལ་མཚོན་ན་ཡི་གེ་ལས་མིང་དང་མིང་ལས་
ཆོག་དང་། ཆོག་ལས་བརྗོད་པ་དང་དོན་སྟོན་པའི་རང་བཞིན་དེས་ཆོག་དོན་མཐའ་དག་ལ་སྟོ་ཡངས་
པར་འབྱེད་པའི་ཕྱིར། དེ་དང་དེ་འདྲའི་གང་ཞིག་ལུ་ལ་སོ་སོའི་སྐད་ཡིག་ལ་དོན་གཉེར་བ་སོ་སོས་སྐད་
ཡིག་དེའི་སྤེབ་སྟོར་ནམ་དག་ཅིག་ཤེས་དགོས་པ་ནི་གནས་སྐབས་ཀྱི་སྤྱིང་པོ་རེད།

ཁ་སྐད་གང་ཞིག་ཡིག་ཐོག་ཏུ་བྲི་རྒྱ་མེད་ན་སྐད་ཡིག་དེ་ཡི་ཆ་ཤས་གཙོ་བོ་ཞིག་ཆང་མེད་དེ་
ཁ་སྐད་ཀྱི་དགོས་པ་གཙོ་བོ་པན་ཚུན་གཅིག་དང་གཅིག་དབར་ཀྱི་འབྲེལ་བའམ་གོ་བད་སྟོང་བྱེད་ཡིན་
པས་དེ་གལ་སྤྱད་ཡིག་ཐོག་ལ་འབྲི་རྒྱ་མེད་ན་ཕྱོགས་དུས་ཀྱི་ལྷན་ཏུ་གོ་བད་ནམ་པར་གསལ་བ་ཞིག་སྟོང་
མི་ཐུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། དཔེར་ན། རྒྱལ་ཁབ་བཅས་ལུང་པ། དེ་བཞིན་དུ་ཆོས་ལུགས་སོ་སོའི་རིག་གཞུང་
སོགས་གང་ཡིན་ཡང་། ཅི་སྟེ་ཡི་གེར་མ་བཞོད་པར་ཁ་སྐད་རྒྱུད་པའི་སྟོན་སྒྲུབ་བ་ཡིན་ན། དང་
པོར་ཕྱོགས་གང་ལའང་གོ་བད་སྟོང་པ་དང་ཁྱབ་སྤེལ་སོགས་གཏོང་མི་ཐུབ་ལ། གཉིས་སུ་ནི་གང་ལ་



གང་འཆམས་ཀྱི་དུས་སྐབས་ཤིག་ལ་གོ་རྟོགས་བྱུང་ན་ཡང་ཡིག་ཐོག་མེད་པའི་རིག་གཞུང་དག་ནི་
ཕྱིས་རིམ་པས་ཉམས་འགྲོ་བར་གདོན་མི་ཟེམ།

ད་ལྟ་རང་ཅག་གིས་ཀྱང་རིན་ཆེན་རི་རབ་ཀྱི་ཆོས་བྱུང་ལས་འདས་པའི་ནང་པའི་ལྟ་བུ་དང་
གནའ་དུས་ཀྱི་རྒྱལ་རབས་སོགས་ལ་བསྐྱབ་པ་སློབ་གཉེར་པ་ཞིང་པ་བར་བྱེད་རྒྱ་ཡོད་པ་དེ་དག་རི་
མ་རི་བཞིན་ཡི་གེར་བཀོད་ཡོད་པའི་བཀའ་བློན་ཉག་གཅིག་དང་། དེ་ག་རང་འཛམ་གླིང་ཡུལ་གྱི་གང་
དུའང་སྤྲོ་ཞིག་ལ་འབྲལ་བྱུགས་ཀྱི་སློབ་སྦྱོར་ཅི་སྤྲད་ཐུབ་བྱུང་བ་དེ་ནི་དེ་དག་སྐད་ཡིག་ཏུ་འགོད་རྒྱ་
ཡོད་པའི་རྣམས་པ་ཁོ་ནའོ། འོ་ན་སྐད་ཡིག་ཡོད་པ་ཅམ་གྱིས་འགྲིག་གམ་སྐྱམ་ན་དེའང་ངེས་པ་ནི་མ་
མཆིས་ཏེ། གང་དག་ཡི་གེའི་བཅུ་སྟུང་ལ་ལེགས་པར་འབྲུག་དགོས་པ་ཉི་ཤེས་མཁོ་ཞིང་། སྐད་ཡིག་
དེའི་སྦྱོར་བ་ལ་མ་མཁས་ན་ཡི་གེ་དེའི་ཐོག་ནས་ཅི་ཞིག་སྒྲིག་ཀྱང་ཆོག་དོན་གྱིས་སྤངས་པའི་སྒྲོ་དེས།
དཔེར་ན། ང་རང་ན་ཆ་མེད། གཡག་རྩ་དཀར་ཤི་ཟེར་བ་ལ། ང་རང་ན། ཆ་མེད། གཡག་ལྷ་ཀར་ཤི་
ཞེས་རྟོགས་པ་སོགས་ཀྱི་གོ་བ་ལོག་སྒྱུར་དང་། དོན་མི་རྟོགས་པ་ལ་སོགས་པའི་དོན་མ་དག་པའི་རྒྱ་དེ་
ལ་བརྟེན་ནས་ཕྱོགས་དུས་ཀྱི་མཐོང་རྒྱ་ཐོས་རྒྱ་དང་སློབ་སྦྱོར་སོགས་དམན་པས་སོ་སོའི་ངོས་ནས་ཀྱང་
དོན་གོ་ཆོད་པ་ཞིག་ཏུ་འགྲི་རྒྱ་ཅང་མེད་པས་ལག་དུམ་ལྟ་བུའི་དེ་དག་ལ་སྒྲོ་གསུམ་སྒྲོ་རིག་ཀྱང་ཁ་སྐྱབ་
ཏུ་གནས་སོ། དེ་ལྟ་བུས་ན་ཡི་གེའི་དག་སྦྱོར་ལ་མི་སྒྲོའང་པ་ཡིན་ན་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལས་སྒྲོག་པའོ།

དེས་ན་སྐད་ཡིག་ཅིག་ཡིན་ཕྱིན་ཆད་དེའི་འགྲོ་སྐྱེད་སྤྱོད་དམ་སྦྱོར་བ་བྱུང་དུ་བྱུང་བ་ཞིག་
ཡོད་པ་དང་། སྐལ་ལྷན་ནམས་ཀྱི་སྤྱི་མཐུན་བསོད་བདེ་རུ་གངས་ཅན་པའི་ཡི་གེ་བཅུ་སྟུང་ཐབས་རྒྱས་ཆ་
ཆང་བ་དང་བཅས་པ་དེ་ཡང་། ས་ལྟལ་བྱ་འཛིན་བྱས་ཏེ་ད་ལྟའི་བར་ཉམས་པ་མེད་པར་སྤྱི་རྒྱུའི་དཔལ་
དུ་ཤར་ཏོ། ཡི་གེ་གང་གི་བཅུ་སྟུང་ཡང་དག་པར་སྦྱང་དགོས་པ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། གང་ལྟར་སྐད་ཡིག་དེ་
ལེགས་པར་ཤེས་པར་དམིགས་པ་སྤྱི་ཚུལ་ཀྱི་བོད་ཡིག་སྦྱོར་བའི་དགོས་པ་ནི། འདི་ཕྱི་གཉིས་ཀར་པན་
པའི་རྒྱ་སྐྱབ་པའི་བྱེད་པར་ཅན་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་པས་སློབ་དཔོན་ཐོན་མིས།

བསྐྱབ་པ་ཀྱན་གྱི་གཞི་འཛིན་ཅིང་།

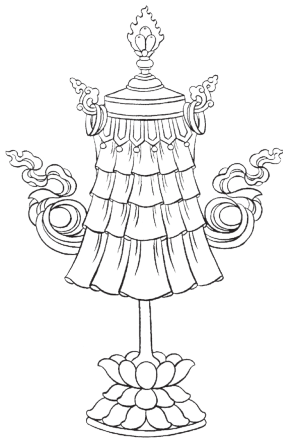
རིག་བྱེད་སྤྱོད་པ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ།



མིང་ཆོག་བརྗོད་པ་ཀུན་གྱི་གཞི།

ཡི་གེའི་སྒྲུང་བ་བཤད་པར་བྱ།

ཞེས་སྤྲུམ་ཅུ་པ་ཉིད་ཀྱི་བཅུམ་པར་དམ་བཅའ་བར་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། མདོར་ན་རྩོམ་པའི་ཡུལ་གྱི་ཡི་གེ་མཐར་ཕྱིན་པ་ཞིག་རྟོགས་ན་གནས་སྐབས་ཀྱི་དགོས་དོན་ལྟ་ཅི་སྟོས། ཕྱི་མའི་བདེ་སྲིད་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་པན་བདེའི་འཇུག་དོགས་གང་དམ་པའི་ཆོས་ཁོ་ན་ཡིན་པས་དེ་ཉིད་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྐྱབས་ནས་མཐར་ཐུག་གི་བདེན་པ་བརྟེན་པའི་རྒྱས་མཐུའང་རང་རེའི་ཡི་གེར་བདོག་པས་ཡི་གེ་དེའི་མ་ཕྱིར། ཐོན་མི་སམ་རྩོམ་སྤྲུམ་རྟགས་ལ་སོགས་པའི་བསྟན་བཅོས་མཛད་པ་དང་། ཕྱིས་སུ་འབྲེལ་པར་སྤྱི་བདེ་དང་ཕྱོད་དབང་སོགས་ཀྱི་མདུ་བྱང་སྒྲུའི་ལེགས་བཤད་མ་རིག་སྤྲུན་སྤྲུག་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེས་ཤེས་རབ་སྒྲིད་རྒྱས་པའི་བསྟན་བཅོས་གངས་ལས་མི་ཅུང་བ་ཞིག་ཡོད་པ་དག་གྱང་བཅུམས་པའི་དགོངས་པ་བསྐྱོད་ལམ་གཅིག་དུ་ཁྱེད་སོ། དེའི་ཕྱིར་སྐད་ཡིག་ནི་སྤྱི་ཆོགས་སམ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་དབར་འབྲེལ་བྱེད་ཀྱི་ཐེང་ཐག་དང་། རིག་གནས་སོགས་སུ་འབྲེལ་ནས་གནས་པའི་སྟོན་ཅེ་ཡིན་པ་མ་ཟད། བྱང་པར་དུ་མི་ཡི་རྣམ་དཔྱོད་རི་གསལ་དུ་གཏོང་བའི་བདག་རྒྱུན་བྱེད་བའང་ཡིན་པས་འཛིན་ཏེན་དང་འཛིན་ཏེན་ལས་འདས་པའི་མིང་ཆོག་བརྗོད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཞི་རྩར་གནས་པའི་སྒྲུའི་མཆོད་ཉིད་དམ་ཡི་གེའི་སྒྲུང་བ་དེ་ཉིད་ལྟོངས་མེད་སྤྲུན་གྱིས་མཛལ་ལ། འོན་མེད་སྤྲུན་གྱིས་ཐོས་ཤིང་བྱིང་མེད་ཐུགས་ཀྱིས་དགོངས་ཏེ་ཡོན་ཏན་རིན་ཆེན་གཏེར་གྱི་བང་མཛོད་སྟོ་འབྱེད་པ་ལ་ལྷེ་མིག་ཡི་གེའི་སྒྲུང་བ་དག་པར་ངེས་སོ།





སྒྲོན་ཚུམ་དེ་ཟའི་འགྲུར་ཁྱལ།

༥ དཔལ་ལྷན་སྟོང་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲོར།

སྒྲོ་བཟང་བྱང་ཆུབ།

མཆོད་བརྗོད། མདོ་ལྷགས་རབ་འབྱམས་སྤྲུལ།
ཁྱུ་མཆོག་ཀྱན་དགའ་དོན་གྲུབ།
བདག་ཅག་གཏུང་ཤྱགས་བྲག་ལོས།
སྒྲོ་གསུམ་གྲུས་པས་བྱུག་འཆལ།

རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་ཡུལ་ན།
དེ་མ་ཅལ་གྱི་གནས་སུ།
དོ་རྩེ་འཛིན་པའི་གདན་ས།
ར་ཆེ་གཉིས་པ་ཆགས་ཡོད།

དགོན་ཆེན་འདི་ཡི་ནང་དུ།
སྤྲུལ་རྒྱུད་བསྟན་པའི་སྒོག་ཤིང་།
དུས་གསུམ་མཁའ་པའི་སྒྲུ་མ།
འགོ་འདུལ་འཕྲིན་ལས་བཞུགས་ཡོད།



ར་ཆེ་གཙུག་ལག་གཡས་སུ།
གསང་ཆེན་རྟ་རམ་ས་ལ།
སྒྲུབ་རས་གཟིགས་ཀྱི་ཞིང་ཁམས།
ཐེག་ཆེན་ཆོས་སྤིང་ཆགས་ཡོད།

ར་ཆེ་གཙུག་ལག་གཡོན་དུ།
བསྐྱབ་སྤང་དམ་ཅན་རྒྱ་མཆོས།
གསང་ཡུམ་ཆེན་མོའི་གནས་ཆེན།
ཞིང་ཁམས་ཅ་སྤྱི་ཆགས་ཡོད།

ར་ཆེ་གཙུག་ལག་མདུན་ཕྱོགས།
ཀང་ར་རྫོང་སར་དེ་ན།
མ་རྒྱུད་འཁོར་ལོ་སྤྲོམ་བའི།
དགོན་རྩིང་རྩིན་རྩིང་བཞུགས་ཡོད།

གསང་ཐུགས་དགོན་ཆེན་དེ་དུ།
ཡིད་བཞིན་ཅོར་བུའི་བཀའ་བཞིན།
གཞུང་ཆེན་བཀའ་ཤོད་ཐུ་ལ།
ཐོས་བསམ་སློབ་གཉེར་རྩལ་ལྡན།

སྟོད་རྒྱུད་བྲ་ཆང་འདི་ན།
བྲ་ཕྱོགས་ཀན་གཞོན་རྣམས་ཀྱིས།



མདོ་སྒྲགས་འཆད་ཉན་བྱེད་པ།
 རྒྱལ་བ་རྒྱས་པའི་མཆོད་སྤྱིན།
 མདོ་སྒྲགས་རིག་གནས་ཡོང་རྫོགས།
 བ་གཞོན་དགེ་འདུན་ནམ་པའི།
 ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བྲས་ནས།
 སློབ་སྦྱོང་བྱེད་བཞིན་བཞུགས་ཡོད།

གྲ་ཆང་རིན་ཆེན་ནང་དུ།
 བདེ་གསང་འཛིགས་གསུམ་ཉམས་ལེན།
 དུས་དང་གནས་སྐབས་ཀྱན་ཏུ།
 མི་ཉམས་རྒྱན་འཛིན་བཞུགས་ཡོད།

དགོན་ཆེན་འདི་ཡི་ནང་དུ།
 སྐྱ་གསུང་ཐུགས་རྟེན་བྱིན་ཅན།
 རྟེན་གྱི་གཙོ་བོའི་སྐྱ་ནི།
 མི་བསྐྱོད་དོ་རྩེ་བཞུགས་ཡོད།

རྒྱུད་སྟོད་དགོན་ཆེན་འདི་དུ།
 བསྐྱབ་གསུམ་རྒྱན་གྱིས་མཛེས་པའི།
 གནས་བརྟན་བགྲེས་སོང་མང་པོས།
 ཆེ་གཅིག་ཉམས་ལེན་ཞོལ་སོང་།



དགོན་འདིའི་སྒྲིག་ལས་ཀྱན་སྦྱང།
ཀྱན་གྱི་ཡི་རང་སྦྱེ་ཡུལ།
འདུལ་ཁྲིམས་གཙང་བའི་གདན་ས།
གསང་ཆེན་སྟོད་རྒྱུད་ཆགས་ཡོད།

མདོ་སྒྲགས་ཡོངས་རྫོགས་ཉམས་ལེན།
བྲམ་ཆང་རིན་ཆེན་འདི་བྲ།
མི་ཉམས་རྒྱན་འཛིན་ཡོང་སྦྱང།
སྒྲིགས་དུས་ཀྱན་ཏུ་དར་ཤོག།

༥ ཅ་བའི་སྒྲ་མ།

བསོད་ནམས་མཁྱེན་རབ། འཛིན་བྲ་བྲག་བ།

ང་ཡི་ཅ་བའི་སྒྲ་མ།
བསྐྱན་འཛིན་རྒྱ་མཆོ་ཡིན་ནོ།
ཁྱེད་རང་ཆེ་རིང་བསྐྱད་པའི།
སེམས་གཏིང་སྟོན་ལས་བརྒྱབ་ཡིན།

གངས་ལྗོངས་བོད་ཀྱི་ཡུལ་ལ།
དེན་ཆེན་པ་མ་ཡོད་ཀྱང་།
ཅ་བའི་སྒྲ་མ་མེད་ན།
བོད་ལ་སྟོད་འདོད་མི་འདུག།



སྒྲུབ་ས་གནས་ཅ་བའི་སྒྲ་མ།
 བྱིད་ཀྱིས་གསུངས་པའི་བསྐྱབ་བྱ།
 རི་བཞིན་བདག་གི་ཡིད་ལ།
 རྒྱན་དུ་ཉར་རྒྱ་བཟུང་མེད།

བཅེ་བའི་གྲོགས་པོ་ནམ་པ།
 ཁོང་གིས་གསུངས་པའི་བཀའ་སློབ།
 ཡིད་ལ་ལེགས་པར་བཟུང་ནས།
 རྒྱན་དུ་ཉམས་ལེན་བྱེད་དགོས།

ཅ་བའི་སྒྲ་མའི་སྒྲུབ་གཟུགས།
 བདེ་ཐང་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ།
 ང་ཉི་མ་རེ་བཞིན།
 སློན་ལམ་བརྒྱབ་ནས་བསྟན་ཡོད།

རྒྱལ་བ་སྐྱེ་ཐོང་བཅུ་བཞི།
 བསྐྱེད་འཛིན་རྒྱ་མཚོ་ཡིན་ནོ།
 བྱིད་རང་གཞན་དང་མི་འབྲ།
 རྒྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་སྒྲུལ་པ།

བོད་ཀྱི་བཅན་གྱོལ་བོད་མི།
 བདེ་སྐྱིད་ཞི་བདེ་ཡོང་བའི།



རྒྱ་མཚན་ཆེན་པོ་འདི་ནི།
ཡགོང་ས་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ།
ཁོང་གིས་བཀའ་སློབ་གནང་དུས།
སེམས་ནང་སྙིང་ཇི་སྒྲིས་བྱང་།
ཁོང་གིས་བཞད་མོ་བཞད་དུས།
ཡིད་ལ་ཞི་བདེ་སླེན་བྱང་།

ཤེས་ཡོན།

འཇིག་རྟེན་འཁོར་བ་འདིའི་ནང་།
མི་རིགས་འབྲེམ་མེན་ཡོད་ཀྱང་།
ཤེས་ཡོན་ཡོད་མཁན་མི་རིགས།
ནམ་ཡང་ཐ་མར་མ་ལུས།

བདག་གི་མི་ཆེ་འདིའི་ནང་།
གལ་ཆེ་ཤེས་ཡོན་ཡིན་ནོ།
བདག་ལ་ཤེས་ཡོན་མེད་ན།
མ་འོངས་སྐྱབས་བསྐྱེད་འཕྲད་ཡོང་།

མི་གང་འབྲེམ་ཞིག་ཡིན་ན།
ཤེས་ཡོན་ལེགས་པོ་ཡོད་ན།
ས་སྤྱོད་གས་གང་དུ་སོང་ཡང་།
དཀའ་ངལ་ནམ་ཡང་མི་འབྲད།



དགའ་བའི་གྲོགས་པོ་རྣམས་ལ།
 ཤེས་ཡོན་ལེགས་པོ་མེད་ན།
 འབད་པ་བརྩོན་འགྲུས་བརྟེན་དགོས།
 ཉེན་ཞིག་གྲུབ་འབྲས་སྒྲིན་ཡོང་།

ཤེས་ཡོན་ཡོད་མཁན་མི་ཞིག།
 ཤེས་ཡོན་ག་ཆོད་ཡོད་ཀྱང་།
 ཡ་རབས་སྤྱོད་བཟང་མེད་ན།
 ཤེས་ཡོན་ཡོད་ན་ཅི་པར།

ཤེས་ཡོན་ཉུང་ཙམ་ཡོད་ན།
 འགྲོད་པ་གང་ཡང་མེད་དོ།
 གཤེས་ཀ་འཇམ་པོ་ཡོད་དགོས།
 མི་ཆེ་ཉེས་པོ་འབྱུང་ཡོང་།

མཁས་མཆོག་གྲུབ་པའི་ཆེད་དུ།
 ཤེས་ཡོན་མཆོག་ཏུ་དགོས་ཡོད།
 དགའ་ལས་འབད་བརྩོན་བརྒྱབ་ན།
 ལྷན་མེད་གྲུབ་འབྲས་སྒྲིན་ཡོང་།

དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་དམ་པས།
 ཉེན་ལྟར་གདམས་ངག་གནང་བ།



མ་འོངས་བདག་གི་མི་ཆེ།
བདེ་སྤྱད་ཡོང་བའི་ཆེད་དོ།

༥ སྐལ་བཟང་གི་དུས།

དགེ་ལྷན་བསོད་ནམས་ལུང་བ།

ལྷ་ཡུལ་བསྐྱེབས་པ་ནང་བཞིན།
བྲ་ཆང་འདི་ལ་བསྐྱེབས་སོང་།
སངས་རྒྱས་མཇུག་བ་ནང་བཞིན།
དགེ་བའི་བཤེས་དང་འཕྲད་སོང་།

བྲ་ཆང་འདི་ལ་བསྐྱེབས་ཏེ།
དང་པོ་རབ་རྩ་བྱང་ནས།
རྒྱལ་བའི་ན་བཟའ་གྲོན་པའི།
སྐལ་བཟང་དུས་ཤིག་བརྟེན་སོང་།

ད་ལྟའི་སྐལ་བཟང་དུས་འདིར།
སྤྲ་མའི་ཆོག་ལས་བྱང་བས།
ཕྱི་མ་གང་དུ་འགྲོ་མིན།
ད་ལྟའི་སེམས་ལ་རག་ཡོད།

བདག་གི་ལུས་རྟེན་འདི་ནི།
ཤིན་རྩ་ཉམ་བ་ཆུང་ཞིང་།



དཔེར་ན་རྩ་མཆོག་སྤང་གི།
 ཟེལ་པ་འབྲ་བ་རེད་འདུག།
 མོས་བསམ་སློབ་པའི་དུས་སུ།
 བར་ཆད་ཡང་ཡང་བྱང་བས།།
 བདག་ནི་སློ་སྟོབས་ཅུང་ཞིང་།།
 སེམས་པ་ཏ་ཅང་སློ་བྱང་།།

བདག་གི་བཤེས་གཉེན་ནམ་པ།
 རྒྱལ་བའི་གཞུང་དོན་སྐྱོར་ལ།
 བཀའ་སློབ་ཡང་ཡང་གནང་བས།།
 སེམས་ལ་སློ་སྤྲང་བསྐྱེད་སྤྲང་།།

རྒྱལ་བའི་གཞུང་དོན་དེ་ནི།
 ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་ཡིན་པས།།
 བདག་སློ་མི་ཤེས་སྤོངས་ནས།།
 དེས་པར་ཤིན་ཏུ་དཀའ་ཡང་།།

མ་ཀླན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད།
 བདེ་བར་སྤྱད་རྒྱ་འདོད་པས།།
 གཞུང་བ་ཅུང་ཟད་ཅམ་ཡང་།།
 མི་སྤྱད་དེ་ལས་སྤྱོད་གྱིས།།



བདེ་བར་འབྲུད་པའི་ཐབས་དང་།
གདུང་བ་ལྡོག་པའི་ཐབས་གཉིས།
ཐབ་ཅིང་སྤ་བ་སྟོན་པའི།
རྒྱལ་བའི་གཞུང་དོན་དེ་ཡིན།

འོད་དཀར་ཅན་གྱི་འོད་གྱིས།
ལྷན་བ་སེལ་བ་ལྟ་བུར།
མི་ཤེས་སྒྲིངས་བ་སེལ་མཁན།
རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་དེ་ཡིན།

རྒྱལ་བའི་གཞུང་དོན་དེ་དང་།
བདག་གི་བཤེས་གཉེན་རྣམ་གཉིས།
བདག་གི་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད།
བརྗེད་པའི་ཐབས་དང་བྲལ་སོང་།

བཤེས་གཉེན་བཀའ་ངིན་ཅན་དང་།
རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་རྣམ་གཉིས།
དུས་དང་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ།
མངལ་བའི་སྟོན་ལམ་འདེབས་ཡོད།



༥ ཅ་བའི་སྒྲ་མ་ར་བསྟོད་ཅིང་རྗེས་སུ་བབྱང་བར་སྒྲུལ་བ།

གྲགས་པ་ཆོས་རྒྱལ།

མཆན་དཔེ་རྒྱན་གྱིས་སྒྲས་པའི་དག་པའི་སྒྲ།
ཡན་ལག་དྲུག་ཅུའི་བྱང་ལྡན་ཆངས་དབྱངས་གསུང་།
ཀྱན་ལ་བཅེ་ལྡན་ཉི་ཤིང་མེད་པའི་སྒྲགས།
ཅ་བའི་སྒྲ་མ་མཆོག་སྒྲུལ་ཡིད་བཞིན་འོང།

སྒྲིབ་གཉིས་སྒྲུངས་ཤིང་ཆོགས་གཉིས་རབ་རྫོགས་པས།
འོག་མིན་སྒྲུག་པོ་བཞོད་པའི་ཞིང་ཁམས་སུ།
འགོ་བའི་དོན་དུ་སྒྲ་གསུམ་བརྟེན་གྱུར་བ།
བྱིད་ནི་མ་གྱུར་སེམས་ཅན་ཀྱན་གྱི་མགོན།

ཆངས་པའི་དབྱངས་གྱིས་ཆོས་ཀྱི་སྤྱིང་པའི་བཅུད།
རི་ལྟར་འཆམས་པའི་གདུལ་བྱའི་ན་བ་བྱ།
ལྟངས་ལྟངས་གྲག་པས་གདུལ་བྱའི་རེ་འདོད་སྒྲོང་།
སྒྲ་བ་རྩ་མེད་ཤུགས་ཉོག་དང་མཚུངས།

སྐད་ཅིག་ཉིད་ལ་རི་ལྟར་རི་རྩེད་ཀྱན།
ཅིག་ཅར་མངོན་སྲུལ་དུ་ནི་མཇུག་ཅུས་ཤིང་།
དབང་མེད་སེམས་ཅན་ཀྱན་ལ་སྤྱིང་རྗེ་ཆེའི།
སྒྲགས་མངའ་བྱིད་ནི་བྱང་སེམས་ཆེན་པོ་འོ།



མཐའ་འཁོབ་སྐྱབས་མགོན་དབུག་པའི་སྐྱེ་བོ་ནམས།
བདག་ཏུ་འཛིན་པའི་སྐྱེ་བ་གཉིས་ཤིན་ཏུ་བྱས།
ཆོས་ཀྱི་གནས་ལུགས་ཀྱན་ལ་སྔོངས་གྱུར་ཆོ།
ཁྱེད་ཀྱི་ཉིན་འབྱུང་གཏམ་གྱིས་གྲོལ་བར་མཛད།

སྤྱོད་ངན་སྒྲིག་མའི་དུས་ཀྱི་སེམས་ཅན་ནམས།
སྤྱིང་རྗེས་སྔོངས་པས་གནོད་པར་སེམས་པའི་ཆོ།
སྤྱིང་རྗེའི་གསུང་གི་ཐེགས་མ་རེ་རེས་ཀྱང་།
ཞི་བདེའི་ལམ་དུ་འགོད་མཛད་ངོ་མཆར་ཆོ།

གང་གི་གསུང་ནི་སྔོས་པ་ཅམ་ཞིག་གིས།
གཟུར་གནས་སྒོ་ལྟ་སྐྱེ་བའི་ཡིད་རབ་འཕྲོག།
ད་དུང་སྒྲིག་མའི་དུས་ཀྱི་སེམས་ཅན་ནམས།
སྒོལ་ཁྱེད་གསུང་གི་སྒྲིང་བ་ཡང་ཡང་བསྐྱལ།

ཁྱོད་ནི་བདེ་བར་གཤེགས་དང་དབྱེར་མེད་པས།
བྱང་སེམས་འཕགས་པའི་ཆོགས་ཀྱན་བསྐྱུས་ནས་ཀྱང་།
དམ་པའི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པས་མི་རྗོགས་ན།
ཐ་མལ་བདག་འདྲའི་སྐྱེ་བོ་སྒྲོས་མི་དགོས།

འོན་ཀྱང་ཁྱོད་ལ་སེམས་ཀྱི་གཏིང་དབྱས་ནས།
ཡིད་ཆེས་དད་པ་རབ་ཏུ་བརྟན་པའི་བྱིར།



ཁྱོད་གི་ཡོན་ཏན་ཆ་ཙམ་བརྗོད་པས་ཀྱང་།
བདག་སོགས་འགྲོ་ནམས་སྐལ་བཟང་ཅན་དུ་གྱུར།

སྟིག་མའི་དུས་གི་པལ་ཆར་སྐྱེ་བོ་ནམས།
བདེན་མེད་བདེན་འདོན་ཤེས་བྱའི་གནས་ལ་སྐྱོངས།
གཏི་མུག་མ་རིག་རག་གིས་བཟེ་གྱུར་ན།
བཅེ་ལྡན་ཆེ་རབས་ཀྱན་ཏུ་རྗེས་སུ་བཟུང་།

སྟིག་མའི་དུས་གི་པལ་ཆར་སྐྱེ་བོ་ནམས།
དོན་མེད་བྱེད་དོས་མཛེས་པོར་འདོད་ཆགས་སྐྱེས།
བདེ་ཆུང་སྦྲད་དུ་དོན་ཆེན་ཆུང་ལ་སྐྱུར།
བཅེ་ལྡན་ཆེ་རབས་ཀྱན་ཏུ་རྗེས་སུ་བཟུང་།

སྟིག་མའི་དུས་གི་པལ་ཆར་སྐྱེ་བོ་ནམས།
བཟོད་པོངས་གཞོད་ཆུང་ཞིག་ལའང་ཞེ་སྤང་སྐྱེས།
ང་རྒྱལ་ཁྱོད་པམ་ཟེར་བའི་ཁྱུང་སྒྲ་སྟོག།
བཅེ་ལྡན་ཆེ་རབས་ཀྱན་ཏུ་རྗེས་སུ་བཟུང་།

སྟིག་མའི་དུས་གི་པལ་ཆར་སྐྱེ་བོ་ནམས།
ཡོན་ཏན་ཆུང་དུ་ཞིག་ལའང་ང་རྒྱལ་བྱས།
མཁས་མིན་མཁས་ཚུལ་བྱས་ནས་ཆུང་ལ་སྟོན།
བཅེ་ལྡན་ཆེ་རབས་ཀྱན་ཏུ་རྗེས་སུ་བཟུང་།



སྒྲིབ་མའི་དུས་ཀྱི་པལ་ཆེར་སྒྲེ་བོ་ནམས།
གཞན་གྱི་ཡོན་ཏན་རྩལ་ཞིག་མཐོང་ཅ་ན།
གཞོད་སྒྲེལ་མི་དགར་བྱེད་ཅིང་སྤྲུག་དོག་བྱེད།
བཅེ་ལྷན་ཆེ་རབས་ཀྱན་ཏུ་རྩེས་སུ་བཟུང་།

བདག་ནི་ཤེས་བྱ་ཡོན་ཏན་ཀྱན་ནས་ཐོངས།
ཆོག་མཛེས་སྒྲིབ་དག་བརྒྱན་པ་ག་ལ་ཤེས།
འོན་ཀྱང་རང་གི་སྒྲོ་ཆུང་ཆོས་ཀྱི་རིམ།
འཛེགས་པའི་ཕྱིར་དུ་དེ་ལྟར་གྲིས་ཚུལ་བྱས།

མདོར་ན་མགོན་སྐྱབས་དམ་པའི་སྐྱེ་ཆེ་བཏན།
སངས་རྒྱས་བསྐྱེད་པ་སྤྲུགས་ཀྱན་རྒྱས་པ་དང་།
ཅ་བའི་སྒྲོ་མའི་ཞབས་ཀྱི་བསྐྱོ་ལས།
ཆེ་རབས་ཀྱན་ཏུ་འབྲལ་མེད་རྩེས་བཟུང་ཤོག།

༥ འཆར་སྤང་གསོན་པོ།

བསྐྱེད་འཛིན་བྱམས་པ། འཛིན་བྲུ་བདུན་པ།

སྐྱིད་པའི་འཛིན་རིམ་བདུན་པ་དེ་ཡི་ནང་།
ཨིན་རི་ཆོགས་ཐེངས་དང་པོ་བདེ་སྐྱིད་བྱུང་།
ཞོགས་ལྟར་བྱི་རེ་ཀན་ལ་བྱིས་པའི་སྐྱབས།
བྱི་གཅིག་མེད་པའི་ལན་རྒྱག་བྱུང་སྤྱོད་ཡོད།



ཅུ་ཚོད་གཉིས་པའི་ཚོགས་ཐེངས་འཚོག་པའི་དུས།
 ཞོགས་པ་ནང་བཞུགས་སྐབས་གྲང་པོ་མེད།
 ལྷ་ཚོགས་སྐྱུང་གཏམ་ཆུན་གྱིས་གསུང་པའི་སྐབས།
 སྐྱུང་གཏམ་མ་ཇོགས་སྒྲིག་དུ་གཉིད་ལ་ཤོར།

ཚོགས་ཐེངས་གསུམ་པ་འཚོག་པར་འགྲོ་བའི་སྐབས།
 ལམ་ལ་བསམ་གཏན་ཟེར་བའི་འཛིན་གྲོགས་ཐུག།
 སྐད་ཆ་ཅུང་ཙམ་མེད་པ་ཡིན་ན་ཡང་།
 ཅོད་ཅོད་ཉིད་གྱིས་འཛིན་གྲུ་རྒྱུས་ཐེབས།

འཛིན་གྲུ་གྲོལ་ནས་ཤག་ལ་ལོག་པའི་སྐབས།
 རྒྱགས་ཤར་སྒྲོད་ནས་སྒྲེར་མ་ལེན་པར་སོང་།
 སྒྲེར་མ་བྱེད་ནས་ཁ་ལག་ཟ་འགྲོ་སྐབས།
 ཀླང་པ་བྲེལ་ནས་སྒྲེར་མ་དེ་ཆགས་སོང་།

ཀྱ་ལུ་ཞིམ་པོའང་དེ་ཡི་མཐའ་ལ་ཡོད།
 ཁ་རུ་བྱུང་བ་དགའ་དགའ་སྒྲོ་སྒྲོས་ཁེངས།
 འཛིན་རིམ་བདུན་པའི་འཛིན་གྲོགས་ཐམས་ཅད་ལ།
 དེ་རིང་དེད་གྱིས་བཟ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ལྟ།

སྤྱོད་མཆོམས་ལ་དཔེ་ཆ་སྒྲུར་བའི་སྐབས།
 ཡིད་ལ་རྩ་བའི་སྒྲུབ་མ་དེ་བཞུགས་ལྟ།



བདག་གི་ཅ་བའི་སྒྲུབ་མའི་བཀའ་སློབ་དེས།
སེམས་པ་ཡིང་ཡིང་ཡིང་མོ་བཟོ་ཡི་འདུག།

སློབ་དང་ཆོས་ལ་དོ་སྣང་ཡག་པོ་བྱེད།
མ་འོངས་དགོན་པ་དེ་ལ་ཕན་ཐོགས་བྱེད།
ཅི་དང་སྒྲུབ་འཕྲིན་དེ་ལ་མ་གཞི་ཞེས།
འཛིན་གྲོགས་རྣམས་ལ་བདག་གི་རེ་བ་ཡིན།

ཟ་དུས་འཁུང་དུས་སྒྲུབ་དུ་བྱས་བྱས་བྱེད།
འཆོག་དུས་སྒོལ་དུས་ཆ་ལ་གོམ་པ་བརྒྱབ།
སྐད་ཆ་ཆུང་ལ་ཚིད་པ་མ་བརྒྱབ་པའི།
རེ་བ་དེ་ནི་བདག་གི་བྱེད་ལ་ཡིད།

བདག་གི་གྲོགས་པོ་འཆམ་པོ་གཉིས་པོ་ཡང་།
བསམ་གཏན་ཟེར་བ་ཁ་ནི་ཀྲིག་ཅམ་ཡིད།
ཁོ་ཡིས་སྐད་ཆ་ག་ཆོད་བཤད་ཀྱང་བྱང་།
ང་ཡིས་གོ་བ་གཅིག་ཀྱང་ལེན་མ་བྱུབ།

གྲོགས་པོ་གཞན་པ་སྤྱང་དང་བྱང་ཞིག་ཡིད།
ཁོ་ནི་སློབ་ལ་འབད་བཅོམ་ཡག་པོ་བྱེད།
ཞིན་སྐད་ཐོག་ལ་ཁོ་ནི་མཁས་པ་ཡིན།
ཁོང་གི་མིང་ལ་སློབ་བཟང་དཔལ་ལྡན་ཟེར།



༥ བ་མའི་བཀའ་འདྲིན།

བསྐྱེད་འཛིན་ཆེན་མོ་གསལ།

དབང་པོ་སོགས་ལ་སྒྲུབ་མེད་བར།
ལྷ་ཡི་སྤྲུལ་དང་སྤྲུལ་མོ་འབྲ།
མི་ཆོགས་དཀྱིལ་དུ་སྒྲོན་རྒྱ་དེ།
འིན་ཅན་བ་མའི་བཀའ་འདྲིན་ཡིན།

ཆུང་དུས་ཆུ་ཤོར་མེ་ཤོར་བརྒྱུག།
མར་རྒྱུ་དཀྱིལ་ནས་སྤྲུལ་ལྷ་བཏོན།
འཆར་ལོངས་མི་ཡི་གྲལ་ལ་རྒྱུད།
བ་མའི་བཀའ་འདྲིན་བརྒྱུད་ལས་འདས།

བྱ་ཆུང་ཤོག་བྱ་དཀར་པོའི་སྒྲིང་།
ནག་ཆུང་ན་ཡིག་འབྲི་ཤེས་བ།
ཁ་ནས་ཀ་སྤྲུལ་འདོན་ཤེས་བ།
བ་མ་བཟང་པོའི་བཀའ་འདྲིན་ཡིན།

ད་ལྷ་མི་ལུས་རིན་ཆེན་ཐོབ།
དལ་འབྱོར་ཆང་བའི་གནས་ལ་སྤྲུལ།
ལྷག་པར་དམ་པའི་ཆོས་དང་མཇལ།
དེ་ཡང་བ་མའི་བཀའ་འདྲིན་ཡིན།



ས་མ་མཉམ་དུ་བསྐྱད་པའི་དུས།
ལྷན་ནག་སྒྲུག་པའི་དགྲིལ་དུ་མྱོངས།
ས་མའི་དེན་བཟང་མ་ཆོར་བས།
དེན་བཟོ་ཡིད་ལ་འཁོར་མ་བྱུང་།

ད་ལྟ་ས་མའི་བཀའ་དེན་ཆོར།
དན་ནས་དེན་ལེན་འཇལ་བསམ་དུས།
ས་མ་འཛིག་རྟེན་འདིར་མེད་པས།
བྱུང་སློ་སེམས་སམ་ནས་བྱུང་།

༥ བྲུ་ཆང་རིན་པོ་ཆེ་ལ་བསྟོད་ཆེག་དད་པའི་མེ་ཉླག

དགེ་ཚུལ་ཆེ་རིང་དབང་ལྷག

རབ་དཀར་གངས་རིའི་འདབས་སུ་ལྷན་ཆགས་པའི།
དཔལ་ལྷན་སྟོད་རྒྱུད་ཆོས་གྲར་སྒྲགས་ཕྱོགས་ཀྱི།
རྒྱུད་རྒྱལ་གསང་འདུས་བསྐྱེད་རྫོགས་གཙོར་གྱུར་པའི།
རྒྱུད་སྤེ་ཡོངས་ལ་ཐོས་བསམ་ཆོས་སྟོར་བྱགས།

ནམ་མཁའི་མཐོངས་སུ་ཉི་མའི་འོད་རླབས་འཁྱུགས།
འཕགས་པའི་ཡུལ་འདིར་རྒྱུད་གྲའི་བྱིན་བརྒྱབ་ཆེར།
ཚུ་གཉེར་འཛིངས་སུ་ཡིད་བཞིན་ནོར་འོད་གསལ།
རྒྱུད་སྟོད་ཆོས་གྲར་བསྐྱེད་རྫོགས་ནོར་བུ་གཏམས།



ཚུལ་མཐུན་ཀྱན་སྦྱོར་རབ་གཙང་དུང་ཆེ་བཞིན།།
 སེམས་རྒྱུད་རབ་ཞི་ཉིང་འཛིན་ཡར་རྒྱར་འཕེལ།།
 རྒྱུད་བཅུད་ཐ་མལ་སྤང་ཞེན་ཡོངས་སྤངས་ཏེ།།
 གང་སྤང་ལྷ་ཡི་དགྲིལ་འཁོར་སྤྲུམ་མེར་གཟེགས།།

རྒྱུད་ཀྱི་གཞུང་ལུགས་དག་ལ་ཐོས་བསམ་བཅོམ།།
 རྒྱུད་སྒྲུབ་བཞེད་སྒོལ་མཐའ་དག་ཐུགས་སུ་འབྲིལ།།
 རྒྱུད་ཀྱི་བརྒྱུད་འབྲུད་དགོལ་གྱི་ཕྱག་ལེན་གཙང་།།
 རྒྱུད་སྦྱོར་དུར་སྤྲིག་འདུས་ཆོགས་ཀྱན་སྦྱོར་མད།།

རྒྱུད་གཞུང་འདོན་དབྱངས་ཆོག་སྒོར་འཛིན་བཟང་།།
 རྒྱུད་འགག་དམར་པོའི་ཆ་ལུགས་ཞི་དུལ་མཛེས།།
 བྲ་གཞོན་སྒོལ་གཉེར་འབད་བཅོམ་རྒྱུན་སྦྱོར་བཟང་།།
 ཆང་འཛོམས་བཞད་སྒྲུབ་རིགས་འཛིན་རྣམ་པར་རྒྱལ།།

དཔལ་ལྷན་འཁོར་ལུག་ཉམས་དགའ་ལྡོན་འདབ་རྒྱས།།
 རྒྱུད་རྒྱུད་ཀན་གཞོན་བཅེ་བཀྱར་ཐུགས་རབ་མཐུན།།
 བྲ་ཆང་ཆོས་སྤྱིད་ལངས་སྤྱོགས་གཞུང་སེམས་བྱང་།།
 དགེ་ལྷན་གདན་སའི་དགྲིལ་ན་བརྩིད་ཅིང་མཛེས།།

སྦྱོར་བྲའི་བསྐྱེད་འཛིན་སྤྲེས་ཆེན་ཐེང་བའི་ཆོགས།།
 སྤྲེ་ཆོ་བཏྲན་ཅིང་བསྐྱེད་གསུམ་མཛེད་འཕྲིན་རྒྱས།།



སྒྲུབ་པར་གངས་ཅན་མགོན་པོའི་གསང་གསུམ་གྱི།
འཕྲིན་ལས་གང་གཏི་རྒྱབས་ལྟར་བྱ་ཏུ་འབྱུང་།

གངས་ཅན་སྒྲོངས་ཀྱི་ཆོས་བརྒྱད་བྱུང་མཐའ་ཀྱན།
ཚུལ་བཞིན་ལེགས་སྦྱོང་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་སྐར་ཐེང་།
སྒྲུབ་ཁམས་བསྐྱེད་འདབ་བརྒྱད་འཛུམ་བཞད་དེ།
མཛད་འཕྲིན་གྱི་བསྐྱེད་སྦྱོངས་ཀྱན་བྱུང་གྱུར་ཅིག།

སྒྲུབ་དག་དབྱངས་ཀྱི་འབྱུང་ཁུག་མ་དགོལ་ཞིང་།
དྲིལ་ཅུལ་སྒྲེབ་ལེགས་སྦྱོང་ཆོགས་མ་འདངས་ཤིང་།
ཚུལ་ཡིག་ཞོར་འཁྱུལ་གང་མང་འོང་ངེས་བས།
དེག་གཞུང་མཁྱེན་རྒྱ་ཡངས་རྣམས་བཟོད་པར་བྱ།

༥ དགོ་ཀན་ལ་སྒྲུབ་ཚུལ་ཞིག་ཕུལ།

དག་དབང་བྱམས་པ།

དགོ་ཀན་ཁྱེད་ཀྱི་བཀའ་སློབ།
ཐོས་བསམ་ཤེས་རབ་སྦྱེས་བྱུང་།
དེན་ཅན་བཤེས་གཉེན་ཁྱེད་ཀྱིས།
བཀའ་དེན་ནམ་ཡང་མི་ཇིང་།



དགའ་སྤྱོད་གང་ལྟར་བྱུང་ཡང་།
 དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཅན་བྱུང་།
 དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཟེར་བ།
 ཁྱོད་ལས་སྤྱོད་བ་མི་འདུག།

ཁྱོད་ཀྱི་བཀའ་འདྲིན་སྟོབས་ཀྱིས།
 ང་ཡང་བདེ་ལ་བཀོད་སོང་།
 ཁྱོད་ནི་དགེ་འདུན་དགོན་མཆོག།
 སྒྲིག་སྤྱོད་ཉམས་ཏུ་འཆལ་ལོ།

སངས་དགོན་ཞེན་འང་ཁྱོད་རང་།
 ཆོས་དགོན་ཞེན་འང་ཁྱོད་རང་།
 དགེ་དགོན་ཞེན་འང་ཁྱོད་རང་།
 བཤེས་གཉེན་ཁྱོད་ལ་ཕྱག་འཆལ་།

དགེ་ཆེན་ཁྱོད་ཀྱི་བཀའ་སྟོབས།
 ཡང་ནས་ཡང་དུ་ཅན་བྱུང་།
 སྟོབས་སྟོང་གྲེད་པའི་བསམ་བཤ།
 བོད་ནས་བོད་དུ་འཕེལ་སོང་།

ཁྱོད་ཀྱི་མདུན་དུ་རབ་བྱུང་བ།
 ལྷ་སོགས་མཇུག་པའི་གོ་སྐབས་སོབ།



གལ་ཏེ་བྱིད་དང་མ་འཕྲད་ན།
སྐལ་བཟང་བདག་ལ་བརྟེན་པ་དགའ།

བྱིད་ཀྱིས་བདག་ལ་བཀའ་བསྩལ་པས།
བདག་གི་སྒྲོངས་པ་གསལ་བར་བྱས།
གལ་ཏེ་བྱིད་བཀའ་མ་བསྩལ་ན།
སྒྲོངས་པ་དེ་འབྲེལ་ལྟར་གསལ།

བྱིད་ཀྱིས་གསུང་པའི་བཀའ་སྒྲོབ་དེ།
བདག་གི་ཡིད་ལ་ཉག་ཏུ་བྱུང་ན།
ཡོན་ཏན་དེ་འབྲེལ་གནང་བ་ན།
བྱིད་ནི་སྤྲུགས་རྗེའི་བཀའ་བྲིན་ཆེ།

བྱིད་ཀྱི་གསུང་ནི་སྒྲུ་དབྱངས་བཞིན།
ཐོས་མ་ཐག་ནས་ཡིད་དབང་འཕྲོག།
བཤེས་གཉེན་བྱིད་ཀྱི་སྤྲུགས་ཡོན་དེ།
གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་ཤོག།

བྱམས་སྣང་ཆེ་བའི་པ་མ་བཞིན།
བྱིད་ཀྱིས་སེམས་ཅན་གཞན་དོན་མཛད།
བདག་གི་སྒྲོན་ལམ་མཐུ་ཡིས་ནི།
སྤྱར་དུ་རྫོགས་བྱང་ཐོབ་པར་ཤོག།



༥ ཅ་བའི་སྒྲ་མའི་བསྟོད་པ།

དགེ་ལྡན་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཆོ།

སྒྲ་ཡི་མཆོན་དཔེ་སྒྲ་འཆར་ཡུལ་དུ་བཞད།
ཐུགས་ཀྱི་སྒྲ་མའི་བསྟོད་པའི་ཡུལ་དུ་གནད།
གསུང་གི་འཕྲིན་ལས་གོ་ལའི་ཁྱོད་ལ་ཁྱབ།
འཛིན་ཏེན་ཀུན་ཁྱབ་ཁྱེད་ནི་ཐུག་གི་ཡུལ།

མི་ཞིག་ཡིན་ཕྱིར་མི་ཡི་འགན་འཁུར་དང་།
ཆོས་པ་ཡིན་ཕྱིར་ཆོས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་གསུངས།
ཐོད་མི་ཡིན་ཕྱིར་ཐོད་ཀྱི་བདེ་སྒྲ་གཞིགས།
ཐུགས་ཀྱི་དམ་བཅའ་གསུངས་ལ་ངོ་མཆར་ཆེ།

དགུང་གངས་བརྒྱད་ཅུ་བཞུགས་བ་ཟེན་ན་ཡང་།
ཞལ་ནི་གཞོན་ཤེས་མཆོ་སྒྲོལ་དམར་ཞིང་མཛེས།
ཆོས་དད་ཆོས་མིན་ཀུན་གྱི་ཡིད་ལ་འཐད།
སྒྲ་ཡི་མཆོན་དཔེ་མངའ་བ་ཁྱེད་ཉིད་ལགས།

འཛམ་གླིང་ཤར་བུ་མི་རིགས་འདྲ་མིན་གྱིས།
སོ་སོའི་བདེ་སྒྲ་སྒྲ་ཆོག་ཅི་ཞུས་ཀྱང་།
གསུང་དབྱངས་གཅིག་གིས་ཀུན་གྱི་རེ་སྒྲོང་གནད།
གསུང་གི་དབང་ཐུག་ལྟར་ཁྱེད་ཉིད་ལགས།



གཞུང་གྲ་གངས་མེད་མོས་ཁམས་སྤྲ་ཚོགས་ཀྱིས།
རང་རང་འདོད་དོན་དོགས་དྲི་ཅི་ཞུས་ཀྱང་།
ཐེ་ཚོམ་བཅད་ཅིང་སློ་མིག་གསལ་བར་མཛད།
ཐུགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རྩོགས་པ་ཁྱེད་ཉིད་ལགས།

འཕྲོད་བསྟེན་དུས་ཀྱི་མན་ངག་

༥ གཙང་སྤྱ་འཕྲོད་བསྟེན།

སློ་བཟང་ཆེ་རིང་། འཛིན་བྱ་བདུན་པ།

ང་ཚོ་ཆང་མ་གཙང་སྤྱ་འཕྲོད་བསྟེན་བྱེད་རྒྱ་གལ་ཆེན་པོ་ཞིང་ཟག་རེད། གལ་སྲིད་རང་གི་
གཞུགས་པོ་དང་ཉེ་འགམ་གྱི་གསང་སྤྱོད་རྣམས་བདག་སྤྱོད་ཡག་པོ་བྱས་པ་ཡིན་ན་ནད་རིགས་ཐམས་
ཅད་ཐག་རིང་དུ་འབྱུང་ཐུབ་ཀྱི་རེད། དེར་མ་ཟད་རང་གི་གཞུགས་པོ་དང་གྲོལ་ཆས་དང་ཉལ་ཆས་རྣམས་
ཡང་ཡང་འཁྱུད་པ་དང་རང་གི་སྤྱོད་གནས་དང་འཁོར་ཡུག་རྣམས་གཙང་མ་ཉར་བ་དང་གད་སྤྲིགས་
གང་བྱུང་མ་གཞུག་པ་བཅས་བྱེད་ཐུབ་ན་གཙང་སྤྱ་འཕྲོད་བསྟེན་ལ་ཕན་ཀྱི་རེད། དེར་བརྟེན་དུས་རྒྱུ་
དུ་ཞལ་ལག་མ་བཟས་གོང་ལག་པ་འཁྱུད་པ་དང་། ཞལ་ལག་བཟས་ཆར་རྗེས་ལ་ཡང་ལག་པ་བཟུས་
པ་ཡིན་ན་ལག་པ་གཙང་མ་དང་གཙང་སྤྱ་འཕྲོད་བསྟེན་ལ་ཕན་ཀྱི་རེད། གང་ཡིན་ཞེ་ན་གཙང་སྤྱ་འཕྲོད་
བསྟེན་བྱེད་པ་ཡིན་ན་ནད་པ་མ་ཆགས་པ་དང་གཞུགས་པོ་ཡང་བདེ་ཐང་ཡོང་གི་རེད།

གལ་སྲིད་གཙང་སྤྱ་འཕྲོད་བསྟེན་མ་བྱས་པ་ཡིན་ན་ཡང་ཡང་ན་ཡི་རེད། གལ་སྲིད་མགོ་དང་
གོད་ཁོག་ན་བ་ཡིན་ན་ནད་པ་སྤྱུག་ཅག་ཆེན་པོ་མ་རེད། དེ་ལ་ཡང་འགྲོ་སོང་ཞིང་ཟག་འགྲོ་ཡི་མ་
རེད། གལ་སྲིད་ཀའ་སལ་(Cancer)དང་ཉེ་མི་གི་གི་ (Hepatitis)དང་སློ་ནད་(T.B.)ན་བ་ཡིན་ན་



བརྟགས་དབྱེད་བྱེད་སྐབས་འགྲོ་སོང་མང་པོ་དང་སྤྲོན་ལ་ཡང་འགྲོ་སོང་མང་པོ་དང་། དེ་ཡང་ཉིན་མང་
པོ་ཟ་དགོས་པ་དང་སྤྲོན་ཏག་ཏག་མ་བཟས་ན་སྲོག་ལ་ཡང་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་རེད། དེ་མ་ཟད་སོ་སོ་ལ་ན་
ཚ་རྩ་བྱ་ཞིག་ཡོད་པ་དང་གཟབ་གཟབ་མ་བྱས་ན་སོ་སོའི་སྤྲོན་མཆེད་དང་གྲོགས་པོ་ལ་ཡང་འགོ་ཡི་
རེད། གལ་སྲིད་སོ་སོ་ལ་མནའ་མ་ཡོད་ན་ཁོ་ཚོ་ལ་ཡང་འགོ་ཡི་རེད། གཙང་སྤྱོད་འཕྲོད་བསྟེན་བྱེད་པ་
ཡིན་ན་ན་ཚ་ཡང་ཡང་མི་བསྐྱེད་པ་དང་འགྲོ་སོང་ཡང་ཡོང་གི་མ་རེད། དེར་བརྟེན་གྲོགས་པོ་མང་པོ་
མཉམ་དུ་འཆམ་པོ་ཆགས་པ་དང་སློབ་སྦྱོང་ཡང་ཡག་པོ་སྦྱང་ཐུབ་པ་དང་ལས་ཀ་ཡང་སྤྲོས་དག་པོ་བྱེད་
ཐུབ་ཀྱི་རེད། གཙང་སྤྱོད་འཕྲོད་བསྟེན་བྱེད་ན་ལུས་ལ་ན་ཚ་མི་ཡོང་བ་དང་། སོ་སོའི་མི་ཚའི་ནང་ལ་སྦྱིད་
པོ་ཡོང་བ་དང་། སྤྲོན་མཆེད་དང་གྲོགས་པོ་སྲོགས་མཉམ་དུ་དགའ་དགའ་སྤྱོད་སྤྱོད་བྱས་ནས་སྤྲོད་ཐུབ་ཀྱི་
རེད། དེ་འདྲ་སོང་ཅང་གཙང་སྤྱོད་འཕྲོད་བསྟེན་བྱེད་དགོས་པ་གལ་ཆེན་པོ་རེད།

ལར་ཞེན་ལྷ་ཡི་རྩ་སྒྲ།

༥ བོད་པའི་བསམ་བཤུགས་

བསྐྱེད་འཛིན་བསྐྱེད་སྦྱོང་། འཛིན་བྱ་བ་དུས་པ།

དེང་སང་གི་དུས་ཚོད་འདི་ལ་བོད་པ་ཚོར་རང་དབང་མེད། བོད་པ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་རྒྱ་མའི་གཞུང་
གི་བཅན་དབང་འོག་ལ་སྤྲོད་རྒྱ་དང་། ཡང་ན་བཅན་སྤྱོད་པ་དང་གཞིས་ཆགས་ཡིན་པ་གཏན་འཁེལ་
བ་རེད། གང་ལྟར་བོད་པ་ཚོ་ཐག་རིང་པོ་ལ་བསྐྱེད་ཡོད་ཀྱང་དོག་ཅ་གཅིག་སྤྱི་ལ་ཡོང་བའི་བསམ་བཤུགས་
དང་རེ་བ་ཡོད། ང་ཡང་བོད་པ་ཞིག་ཡིན་པ་མ་ཆད་རྒྱ་རམ་ས་ལར་གནས་པའི་གཞིས་ཆགས་ཡིན་པ་
དང་ང་ཡིས་བོད་པའི་ས་ཆ་དངོས་སུ་མཐོང་སྤྱོད་མེད་པ་ཡིན་ཀྱང་བོད་ཀྱི་ས་ཆའི་བར་མཐོང་དུས་ཉིན་
ཞིག་དེར་འཕྱོར་བའི་སྤྲོན་ལམ་རྒྱག་གི་ཡོད། བོད་པ་ཚོ་ནང་ཆོས་བྱེད་མཁན་ཡིན་པ་དང་ཆོས་ལུགས་



གཞན་ལ་ཡང་ཡིད་ཆེས་ཡོད་པ་རེད། ང་ཚོ་བོད་པའི་རྩ་བའི་སྒྲ་མ་ཡོད་ས་མཆོག་ཡིན་པ་དང་། ཁོང་གིས་གང་ཡང་བཀའ་སློབ་གནང་བ་དེ་ལག་བསྟར་ངེས་པར་བྱེད། ཡོད་ས་མཆོག་ནི་ང་ཚོ་ལ་བཀའ་བློན་ཆེན་པོ་རེད། བཅོན་བྱོལ་བ་དང་གཞིས་ཆགས་བོད་མི་ཚོ་རྒྱ་གར་ལ་གནས་སྐབས་དེ་ཁོང་གི་བཀའ་བློན་ཡིན། རྟ་རམ་ས་ལ་ལ་བོད་པ་མང་པོ་གནས་ཡོད་པ་དང་མངའ་སྡེ་གཞན་ལ་ཡང་བོད་པ་མང་པོ་གནས་སྡོད་བྱས་ཡོད། ཡོད་ས་མཆོག་གིས་རྟ་རམ་ས་ལ་ལ་གསུང་ཆོས་མང་པོ་གནང་ཡོད་པ་དང་དེས་ཀྱང་མ་ཆད་མངའ་སྡེ་གཞན་ལ་ཡང་གསུང་ཆོས་མང་པོ་གནང་ཡོད།

རང་བཅོན་ཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་བོད་མི་མང་པོ་རང་ལུས་མེར་སྲེག་བྱུང་ཡོད་པ་དང་དེར་སང་གི་ན་གཞོན་ཆང་མས་སློབ་སྦྱོང་ལ་དོ་སྣང་དང་འབད་བཅོན་བྱེད། དེ་ཚོ་ཆང་མ་ང་ཚོ་བོད་པའི་མ་འོངས་པའི་སོན་རྩ་རེད། བོད་པ་ཚོས་ནང་ཆོས་ལ་དོ་སྣང་དང་རྩ་བའི་སྒྲ་མ་ཡོད་ས་མཆོག་གི་བཀའ་སློབ་ལག་བསྟར་བྱེད་པ་དང་། བོད་ལ་གནས་སྡོད་བྱེད་མཁན་དང་བཅོན་བྱོལ་བ་གཞིས་ཆགས་སོགས་ཀྱི་བོད་མི་ཆང་མས་ཉིན་ཞིག་རང་དབང་ཐོབ་ཡོང་བསམ་པའི་སེམས་ཤྱགས་དང་རེ་བ་རྣམས་མཐོང་དུས་ང་རང་བོད་པ་ཡིན་པ་དེ་ང་རང་སློབས་པ་སྦྱེ་ཡི་འདུག་ལ་བོད་པ་ཆང་མ་རང་ཉིད་སློབས་པ་སྦྱེ་བའི་སྐད་ཆ་ཞིག་འདུག་གོ།

༥ རྩོན་ཅན་པ་མ་ལགས།

བསོད་ནམས་གྲགས་པ། འཛིན་བྱ་བདུན་པ།

སྦྱར་འཛམ་བྱ་སྒྲིང་གི་ནང་དུ་སོ་སོ་ལ་བྱམས་པ་དང་བཅེ་བ་བྱེད་མཁན་པ་མ་གཉིས་ལས་མེད་ཀྱང་ཁོང་གཉིས་ནི་ང་རང་ཚོ་ལ་ཞེ་བྲག་གི་གཤམ་ཆེན་པོ་རེད། པ་མ་གཉིས་ཀྱིས་ང་ཚོ་རྒྱང་རྒྱང་སྐབས་སུ་སློབ་སྦྱོང་བྱ་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་སློབ་བྱ་ལ་བྱག་དཔུལ་མང་པོ་བཏང་ནས་ང་ཚོའི་སློབ་སྦྱོང་ཡག་པོ་ཆགས་རྒྱུའི་ཆེད་དཀའ་ལས་མང་པོ་རྒྱག་གི་ཡོད་པ་དང་། པ་མ་གཉིས་ཀྱིས་ང་ཚོར་བསྐྱབ་བྱ་ཡང་བཟང་པོ་རྒྱག་གི་ཡོད་པ་མ་ཟད་དཔུལ་ཡང་མང་པོ་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། ང་ཚོས་སློབ་སྦྱོང་ཡག་པོ་བྱེད་པ་དང་དགོ་ཆེན་གྱིས་གང་གསུངས་པ་དེ་ཡག་པོ་བྱས་ནས་ཉན་པ་དང་། སློབ་སྦྱོང་བྱེད་དུས་སྦྱིད་ལུག་མེད་



པའི་ཐོག་ནས་བྱ་དགོས།

དེ་ལྟར་བྱེད་ན་ང་ཚོ་སློབ་སྦྱང་ཡག་པོ་ཆགས་ནས་མ་འོངས་པར་སོ་སོ་ལ་དཀའ་ངལ་མེད་པ་
 དང་། བ་མ་གཉིས་ཀྱིས་ང་ཚོའི་ཆེད་དུ་གང་བྱེད་པ་དེ་ཁོང་གཉིས་དང་སོ་སོ་ལ་པན་ཐོགས་ཆེན་པོ་
 ཡོང་གི་ཡོད་པ་དང་། གལ་སྲིད་ང་ཚོས་སློབ་སྦྱང་ཡག་པོ་མི་བྱེད་པ་དང་གྲོགས་པོ་དང་མཉམ་དུ་བྱིན་
 བླུ་ལ་འཛིན་གྲུ་དུས་ཐོག་ལ་མི་འབྱོར་བ་མ་ཟད་ག་དུས་ཡིན་ཡང་དགེ་ཆེན་གྱིས་གཤེགས་པའི་བཏང་
 བ་རྒྱུ་མ་མ་གཉིས་པོས་ཏ་གོ་བ་ཡིན་ན་པ་མ་གཉིས་ཀྱིས་དཀའ་ལས་གང་བརྒྱབ་པ་དེ་ཆུད་ཐོས་
 འགོ་བ་དང་། མ་འོངས་པ་སོ་སོ་ལ་སྦྱིད་པོ་མི་ཡོང་བ་དང་པ་མ་གཉིས་ཀྱང་སྦྱིད་པོ་ཡོང་གི་མ་རེད།
 དེ་འདྲ་ཡིན་ཅང་ཁོང་གཉིས་ཀྱི་སོ་སོའི་སྤྱ་གྲུ་ལ་བཅེ་བ་ཏ་ཅང་ཆེན་པོ་ཡོད། དེར་བརྟེན་སོ་སོའི་པ་
 མ་གཉིས་ལ་སྤྱང་སློབ་དང་པ་མའི་བཀའ་བློན་རྒྱུ་ལྡན་པའི་ཏུ་བཅང་རྒྱ་ནི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེན་པོ་
 རེད་ཟེན་གྱི་འདུག

༥ ང་རང་གི་བསམ་ཚུལ།

བསྐྱན་འཛིན་ཆེ་རིང་། འཛིན་གྲུ་བདུན་པ།

ང་ཚོའི་འཛམ་གླིང་ནང་མི་དུང་ལྷུར་མང་པོ་ཡོད། མི་ཆང་མ་སོ་སོའི་བསམ་ཚུལ་རེ་ཡོད། འདི་
 བསམ་ཚུལ་ད་ལྟ་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་ཡིན་ཅང་མི་ཆང་མ་ལ་ཁ་བར་ཡོད་རེད། ང་ཚོ་ད་ལྟ་སློབ་
 གྲུག་ཅིག་ཡིན་ཅང་ཁ་བར་མ་ཉར་ན་ཡག་པོ་འདུག །གང་ཡིན་ཟེར་ན་ང་ཚོ་ད་ལྟ་ཁ་བར་ཅེས་པ་ཡིན་
 བ་ང་ཚོའི་དུས་ཚོད་མང་པོ་འསོ་བརྒྱུ་གཏོང་གི་རེད། ང་ཚོས་ཁ་བར་ཅེ་བའི་ཆབ་དུ་དེབ་ལ་སོགས་པ་
 སློག་པ་ཡིན་ན་ང་རང་ཚོ་པན་ཐོགས་ཡོང་གི་རེད། གལ་སྲིད་སོ་སོ་ལ་མི་ཆེ་སྦྱིད་པོ་ཞིག་དགོས་ཡོད་
 བ་སློབ་སྦྱང་བྱ་དགོས། སློབ་སྦྱང་ཟེར་ན་དེབ་སློག་ཡག་དང་ཡི་གེ་འབྲི་ཡག་གཅིག་བྱ་མ་རེད།

འསོད་བསྐྱེད་དང་ཁ་ལག་བཟོ་ཡག་དེ་ཆོ་ཡང་སློབ་སྦྱང་རེད། གལ་སྲིད་ང་ཚོ་སློབ་སྦྱང་བྱེད་
 པའི་དུས་ཚོད་ལ་ཁ་བར་བཅེས་པ་ཡིན་ན་དེ་ང་ཚོའི་ཁོར་འཁྲུལ་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད། དེར་བརྟེན་དཔེ་
 མཆོམས་པའི་སློབ་སྤྱུག་ཅིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་སློབ་སྦྱང་ལ་དོ་སྤྲང་མང་ཅམ་སྦྱོད་དགོས་པ་ལས་ཁ་



པར་ལ་མགོ་འཛོམ་ནས་བསྐྱད་ན་མི་འགྲིག་པ་ཆོད།

༥ པ་མའི་བཀའ་ངེན།

བསྐྱེད་འཛིན་དགོན་མཆོག་གི་

གང་ཟག་སྤྱི་ཞིག་ཡིན་རུང་རང་ཉིད་ལ་གཅེས་པའི་ལུས་སྤྱིན་མཁན་མེད་པ་སྤྱི་ཡང་མེད། གང་ལྟར་བཀའ་ངེན་མཆོངས་མེད་པ་མ་གཉིས་ནི་དཔལ་འབྱོར་བྱེད་ཏེ་ཉོ་མི་བྱུང། གཞན་ནས་དངོས་པོ་ལྟ་བུ་གསར་བ་སོགས་ཀྱང་བྱེད་ཐབས་མེད། འོན་ཀྱང་ཆོ་འདིར་མེད་ཐབས་མེད་པ་ནི་པ་མ་གཉིས་ལས་གཞན་སྤྱི། པ་མ་གཉིས་ནི་རང་ཉིད་ལ་མི་ལུས་རིན་ཆེན་སྤྱིན་མཁན་ཡིན་པ་མ་ཟད། རང་ཅག་ནམས་ཀྱི་མི་ཆེད་ལས་སྤྱིན་གནང་མཁན་དང་ཆུང་བྱིས་པའི་དུས་སྤྱི་ལོ་མས་སྤྱིང་མཁན། ཆེ་དུས་སྤྱི་བྱམས་བཅས་སྤྱིང་མཁན་བཅས་ཡིན། པ་མ་ནི་རང་ཅག་གི་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཐོག་མ་དེ་ཆགས་ཡོད།

ང་ཆོས་བསམ་སྤྱོད་བྱེད་པ་ཡིན་ན། པ་མ་ནི་དུས་ནམ་ཡང་སོ་སོའི་སྤྱི་གྱུའི་དོན་དུ་ཆང་མ་སྤྱོད་གཏོང་གི་ཡོད། ཨ་མ་ལྟ་བུ་མཆོན་ན་ཆེ་བ་དགྱའི་རིང་སྤྱི་ག་བསྐྱེད་སྤྱོད་ཆོགས་ཐུངས་ཏེ་སྤྱི་གྱུའི་སྤྱི་སྤྱོད་ཆེད་དུ་སེམས་ཁུལ་ཆེན་པོ་གནང་གི་ཡོད། ཆུང་དུས་ནས་པ་མ་གཉིས་ཀྱིས་སྤྱི་ལུང་ཁ་ལུང་དང་བཅོག་གཅིན་སོགས་ལག་བས་བྱིས་པ་སོགས། མདོར་བསྐྱེད་ན་པ་མས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྤྱི་གས་གས་ཆེ་བ་འཛིན་སྤྱོད་གནང་བ་མ་ཟད། ང་ཆོ་སྤྱོད་སྤྱོད་དང་སྤྱོད་བྱ་གང་ཡག་དུ་གཏོང་ཐབས་བྱེད་ཀྱི་རེད། པ་མའི་བཀའ་ངེན་ཤེས་ཅིས་བྱིས་ཀྱིས་ལན་འཇལ་མི་བྱུང་ལ་བཀའ་ངེན་ལ་བཀའ་ངེན་ཡིན་པ་ཤེས་ནས། པ་མའི་བཀའ་བཞིན་སྤྱི་བས་སྤྱི་འབད་བཅོན་བྱེད་དགོས་པ་གས་ཆེན་པོ་ཡིན།

༥ སྤྱོད་སྤྱོད་

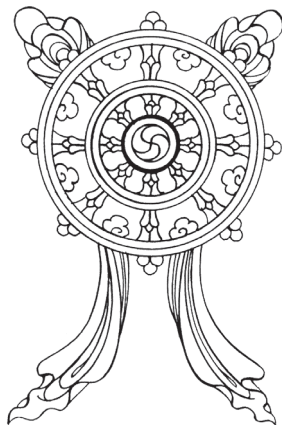
སྤྱིན་པ་བསྐྱེད་འཛིན། འཛིན་བྱ་བདུན་པ།

ང་ཆོ་མི་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་དང་པོ་ཉིད་ནས་སྤྱོད་སྤྱོད་བྱ་རྒྱ་ཏ་ཅང་གས་ཆེན་པོ་རེད། དུས་རབས་ཉི་ཤུ་ཅུ་གཅིག་གི་མི་ཞིག་ཡིན་ན་སྤྱོད་སྤྱོད་ཡོད་མཁན་ལས་མེད་མཁན་ཏ་ཅང་ཅུང་ཅུང་རེད།



དཔེར་ན། སློབ་སྦྱང་ཡོད་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན་ས་ཆ་གང་ཞིག་ལ་སོང་བ་ཡིན་ན་བདེ་སྲིད་དང་དགའ་
སློལ་དུ་ཕྱིན་པ་མ་ཟད་དགའ་ངལ་གཅིག་གྱུར་མེད་པ་རེད། སློབ་སྦྱང་མེད་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན་དགའ་ངལ་
དང་སྦྱག་བསྐལ་མང་པོ་ཡོད་པ་མ་ཟད་སློབ་སྦྱང་བྱེད་པ་ལ་དོ་སྣང་
དང་འབད་བཞེན་གཙོ་བོ་མང་པོ་བྱེད་པ་ཡིན་ན་སློབ་སྦྱང་དེ་སོ་སོ་ལ་ཉུང་ལྷག་པ་རེད། སློབ་སྦྱང་དེ་
མི་གཞན་ལ་བཤད་ན་རང་ལ་ཕན་ཐོགས་པ་དང་གཞན་ལ་ཡང་ཕན། དེ་འདྲ་ཡིན་ཅང་སློབ་སྦྱང་དེ་རིན་
པོར་གཙོ་བོ་མང་པོ་བཏང་བ་ཡིན་ན་ཡང་ཉེ་སྤྱོད་ཀྱི་མ་རེད། སློབ་སྦྱང་ཡག་པོ་བྱེད་ན་ཕན་ཐོགས་མང་པོ་
ཡོད། དཔེར་ན། སོ་སོས་བསམ་སློལ་གཏང་སྤྱོད་པ་དང་སྐད་ཆ་ཡག་པོ་བཤད་སྤྱོད་པ། མི་ཆང་
མ་མཉམ་དུ་འཆམས་ནས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་རེད། སློབ་སྦྱང་ལ་རིགས་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་ཡོད།

ཁ་ལག་ཡག་པོ་བཞེས་པ་དེ་ཡང་སློབ་སྦྱང་ཞིག་ཡིན་པ་ངའི་མཐོང་སྒྲུང་ཡིན། གང་ཡིན་ཟེར་ན་
ཁ་ལག་ཡག་པོ་བཞེས་པ་དང་པོ་དེ་བ་མང་པོ་བསྐྲུག་དགོས་པ་དང་མང་པོ་སྦྱང་དགོས་པ་རེད། སློབ་
སྦྱང་ཟེར་བ་དེ་བྱེད་སྐབས་ང་ཚོས་སྤྱོད་ཅི་མ་ཅན། སྤྱོད་ཁ་སྤྱོད་པ། སྤྱོད་ཞབས་རྟོག་པ་ནང་བཞིན་
བྱེད་པ་ཡིན་ན་ང་ཚོའི་མི་ཆེའི་ནང་ལ་སློབ་སྦྱང་དེ་འཕྲོ་བྱུ་ཏུ་ཅང་ཁག་པོ་རེད། སློབ་སྦྱང་བྱེད་ན་རང་
ལ་འབྲས་བྱ་བཟང་པོ་མ་གཏོགས་ངན་པ་འབྱུང་མི་སྲིད། སློབ་སྦྱང་བྱེད་ན་ཁེ་བཟང་མ་གཏོགས་གྲོང་
གཅིག་གྱུར་མེད། སློབ་སྦྱང་ཤེས་ནས་གཞན་ལ་གཞོན་སེམས་སྦྱེས་པ་ཡིན་ན་དེ་ལས་སློབ་སྦྱང་མ་
བྱས་ན་ཡག །གལ་ཏེ་སློབ་སྦྱང་ཤེས་ན་སློབ་སྦྱང་ཞེས་པ་འདི་ཅི་མ་སློམ་པ་ཅམ་མ་ཡིན་པར་རོ་སྤངས་
པ་ཞིག་བྱ་དགོས།





ཀ་ཐེང་ཐུ་ཉིག་དོ་ཤལ།

༥ ཀ་བཤད་ཐེང་བ།

བསྟན་འཛིན་ལོ་བྱ།

ཀ་མད་སྐུམ་ཅུས་བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་གཙོ་བོར་སྟོན།
ཁ་བ་ཅན་གྱི་ཡུལ་ནས་སྟོང་རྗེའི་རང་གཟུགས་འབྱུངས།
ག་དུས་ཡིན་ཡང་བོད་མིའི་བདེ་སྐྱབས་ལུ་ས་ཁྱེད།
ང་ཡི་ཅ་བའི་སྒྲ་མ་བསྟན་འཛིན་གྱི་མཆོར་བསྟོན།

ཅ་ཙོ་འཆལ་གཏམ་དོན་མེད་མང་དུ་དོར་ན་ཡང་།
ཆ་ཤས་རང་གི་རིགས་གཞུང་མི་ཉམས་རྒྱན་འཛིན་བྱ།
ང་འབྱུང་ཟས་ཟ་མཉམ་འཛོམས་བྱེད་ས་དུས་འདིར་ལ།
ཉ་གང་སྒྲ་ལྟར་སྟེལ་བའི་ཐབས་ཤེས་ལན་མང་བྱས།

ཉ་ཐུ་ག་ཉའི་བསྟན་པ་གནས་པའི་སྐབས་སུ་ཡང་།
ཐ་སྟོང་ཆོས་ཀྱི་བཞུགས་ཡང་ཡང་མ་བྱས་ན།
ད་ལྟའི་དུས་སུ་ནམ་གཤེད་དུས་ཆོད་མང་དུ་བྱེན།
ན་ཆོད་གས་པའི་དུས་སུ་འགྲོད་པ་མང་དུ་སྟེན།



བ་ལགས་ཡུམ་ཆེན་པ་མའི་འབྲུངས་ཡུལ་མ་ཤེས་ན།
 བ་ཡུལ་གངས་རིའི་ལྷོངས་སུ་ཡིན་པ་ངོ་ཤེས་བྱ།
 བ་དང་འབྲི་གཡག་མཛོ་སོགས་འབྲོག་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས།
 མ་ཡུམ་གངས་རིའི་ལྷོངས་ན་ཞིང་འབྲོག་འཆོ་བ་སྐྱེལ།

རྩ་ར་འདི་ན་སེམས་ཅན་དུད་འགོ་སྒྲ་ཆོགས་སྐྱེས།
 ཆ་བའི་དུས་སུ་གང་མའི་རྒྱང་ཞིག་བྱང་ན་སྒྲུལ།
 རྩ་འག་ཅན་གྱི་མི་ལུས་རིན་ཆེན་རྩོགས་ལ་ཉི།
 ཨ་ལེར་ཅན་གྱི་སེམས་བཟང་གཞན་པན་རྒྱ་ཆེར་བྱ།

ཞ་ར་འོན་པའི་ལུས་རྟེན་མི་ཐོབ་པ་ན་ཡང་།
 ཟ་ཉལ་པག་པའི་ལུས་བཞིན་བྱས་ནས་བསྐྱད་ན་ནི།
 འ་ཅག་མི་ལུས་ཐོབ་པ་དོན་མེད་འགྱུར་བ་བཞིན།
 ཡ་མཆན་ཅན་གྱི་མི་ལུས་རིན་ཆེན་འདི་ཙམ་ཡིན།

རྩ་བ་གངས་རིས་བསྐྱོར་བའི་ཞིང་ཁམས་འདི་ན་བསྐྱེབས།
 ལ་དང་ལུང་བ་བརྒྱ་ཕྱག་བསྐྱོར་བའི་སྐྱབས་འདི་ལ།
 ཤ་ཆ་མེད་པའི་རྒྱ་དམར་སྐྱོར་སྤང་ལག་ཏུ་ཐོབ།
 ས་ཤོར་བོད་མའི་སྤྱིད་སྤྱག་འཛམ་སྤིང་ཀུན་གྱིས་མཐོང་།

ཏ་ལས་དགོས་པ་རྒྱལ་ཁབ་ཀུན་གྱི་དབལ་འབྱོར་ལྟ།
 ཨ་ཙི་བོད་མའི་རང་དབང་རང་བཅན་ག་དུས་འཐོབ།



ཏ་ཅང་བོད་མིའི་རྒྱལ་ས་པས་སེམས་ཤྱགས་ལྡན་པ་ཡོད།།
ཨ་ཏོ་བོད་མིའི་འབྲས་བཟང་སྤྱར་དུ་ཐོབ་པར་ཤོག།

བྱང་རབས་གསེར་གྱི་རང་མདངས།

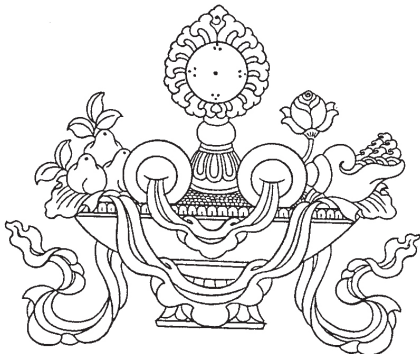
༥ མ་ཉེས་ཁག་གཡོགས།

བསྟན་འཛིན་རྣམ་དག

ལོ་རྒྱུས་ནི་དུས་ཚོད་ཡུན་རིང་ག་ཚོད་སོང་བའི་སྟོབས་ཀྱིས་མི་ལ་རྣམ་དཔྱད་ཁྱད་དུ་འཕགས་
པ་ཞིག་སྟེར་གྱི་ཡོད། དེ་རིང་ང་རང་གི་སོག་པོའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཕྱགས་གཅིག་ཙམ་མདོར་བསྟུས་ནས་
བརྗོད་བར་བྱ་སྟེ། དེ་ནི་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་པའི་སྟོན། ཕྱི་ལོ་༡༩༣༧ ལོ་ནས་སོག་པོའི་དམར་ཕྱོགས་
གཞུང་གིས་མ་ཉེས་ཁག་གཡོགས་བྱེད་པའི་འགོ་བཙུགས་ཤིང་། སྐབས་དེ་དུས་སོག་པོ་ལ་པལ་ཆེར་མི་
གངས་ས་ཡ་གཅིག་ཙམ་ཡོད་པ་དང་། དེ་དག་ལས་མི་ཉེས་ཁྲི་ལྔ་སྟོང་ལྷག་ཉེས་པ་མེད་བཞིན་དུ་བཅོན་
ཀྱིས་སྤྱུག་སྟོང་མནར་གཅོད་ཆོད་མེད་བཏང་བ་མ་ཟད། མི་ཉེས་ཁྲི་དང་ལྔ་བརྒྱ་ཙམ་འབྲལ་དུ་མི་མདའ་
བརྒྱབ་ཏེ་དམར་གསོད་བྱས་ཤིང་། དམར་གསོད་བྱས་པ་དེ་དག་གི་ནང་ནས་གཅིག་ཁྲི་ལྔ་སྟོང་ཙམ་
རབ་བྱུང་བ་ཡིན་པ་སྟོན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་རྣམས་སུ་གསལ། དེ་འདྲ་བའི་ཉེས་མེད་ཉེས་འདོགས་ཀྱིས་མནར་
གཅོད་ཆོད་ལས་བརྒྱལ་བ་བཏང་དོན་ནི། སྐབས་དེའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་མཐོ་རིམ་མི་སྣ་དག་གི་བྱ་སྟོན་ལ་
མ་དགའ་བ་དང་། དེ་དག་ལ་ངོ་ཚྏ་བྱས་པ་ཡིན་ཏེ། སྤྱུག་སྟོང་མཁན་ནི་མང་ཚོགས་དགུས་མ་ཁོ་ནར་
སྤྱར་པས་ཡིད་སེམས་རབ་ཏུ་སྟོ། དེ་དུས་ཀྱི་དམར་ཕྱོགས་སྲིད་འཛིན་ནི། ཆོས་དཔལ་བཟང་ཞེས་པ་
ཁོང་ཡིན་ལ། ཁོང་ལ་ཁྱུ་རུ་སུ་དམར་ཕྱོགས་གཙོ་འཛིན་སྤྱི་ཏུ་ཡོན་གྱིས་བསྐྱལ་མ་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་
ནས་དེ་འདྲ་བའི་སྤྱིག་པའི་སྟོར་བ་མང་དུ་བརྒྱུས།



ལྷ་རུ་སྤེལ་ཆབ་སྲིད་པ་མང་པོས་སོག་ཡུལ་ལ་དམར་ཕྱོགས་ལྟ་བུ་སྤེལ་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་སོག་པོའི་ཆོགས་སྡེ་ཁག་གི་བར་ལ་འགལ་བ་བྱུང་ནས་མཐར་རང་གི་མི་གསོད་དགོས་པའི་དུས་ངན་དེ་ཤར་བ་རེད། མནར་གཅོད་བཏང་བ་དང་། དམར་གསོད་བྱས་པ་སོགས་མ་ཉེས་ཁག་གཡོགས་ཀྱི་གཞི་འཛིན་ས་གཙུག་པོ་ནི། ཁོ་ཆོ་ཉི་རྟོང་གི་གསང་ཉལ་བ་ཡིན་པར་སྒྲོ་བཏགས་པ་སོགས་བྱེད་ཐབས་སྣ་མང་སྤྱད། ལྷག་པར་དུ་པ་མེས་ནས་བརྒྱུད་པའི་རིག་གཞུང་གི་རྒྱུད་པ་འཛིན་མཁན་གཙུག་པོ་ནི་དགེ་འདུན་པ་ཆགས་ཡོད་སྟབས། དམིགས་བསལ་གྱི་བྲ་བའི་སྡེ་ལས་རིག་པ་ཆ་ཤོས་དང་། སྒྲོ་བ་སྤྱོད་ཡག་ཤོས་རྣམས་ལ་མ་ཉེས་ཁག་གཡོགས་གིས་ཚུལ་མིན་གྱི་སྤྱད་པ་སྤྱར་བ་མ་ཟད་ཆོས་སྡེ་སྤྱོད་སྤྱད་མང་པོ་གཏོར་བཞིག་བཏང་ནས་ལུས་མེད་དུ་བཅོས། ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱིས་བཙུན་པའི་དགེ་འདུན་པ་རྣམས་ལ་མཚོན་ན་མ་ཉེས་ཁག་གཡོགས་བྱེད་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་སྤྲ་སྟེ། ཁོང་རྣམས་ཀྱིས་དེ་བཞིན་དང་ལེན་བྱེད་པ་ལས་ཚུལ་ཆོལ་བྱེད་མི་སྲིད་ལ། བྱེད་པའི་གོ་སྐབས་ཀྱང་མེད་པར་ཤེས་ཡོད། དེ་ལྟར་སྤྲོད་ནས་གི་སྤྱོད་ནས་ལོ་ངོ་མང་པོ་འགོར་བའི་དུས་ཉི་མེ་ ༡༩༤༠ ནས་བརྒྱུད་མང་གཙུག་པོའི་ལམ་དུ་བསྐྱོད་ནས་རང་དབང་ཐོབ་ཅིང་། སྐབས་དེ་ནས་ལོ་རེའི་ཕྱི་ཟླ་ ༤ ཆོས་ ༡༠ ཉིན་མོ་ནི་མ་ཉེས་ཁག་གཡོགས་ཀྱི་ཉིན་མོར་གཏན་འཁེལ་བྱས་ནས་བཞུད་ཟེན་པའི་ཁོང་ཅག་ལ་ཕྱ་ངན་གྲུས་འདུད་ཞུས་དང་ཞུ་བཞིན་ཡོད། མཐར་དེ་འདྲ་བའི་མ་ཉེས་ཁག་གཡོགས་ཀྱི་སྤྲོད་ནས་གི་དུས་སྐབས་ཤིག་ནས་ཡང་ཆེན་པོ་རྟོར་གྱི་ཡུལ་ལ་མི་ཡོང་བར་ཤོག་ཅིག་ཅེས་སྒྲོན་ལམ་འདེབས་སོ།།





འཆར་སྒྲུང་དོན་གྱི་བཞིན་རས།

༥ ཟམ་གདོང་སྒྲ་མ་བྲིད་ནི་སླེན་པ་ལོས་ཡིན།

འདན་སྒྲ་གོད།

ཟམ་གདོང་ལགས། བྲིད་ནི་སླེན་པ་རིགས་གནས་ཀྱི་ལ་མཁུན་རབ་ཀྱི་གཤོག་ཅུལ་རབ་ཏུ་
རྒྱས་ཤིང་ཅོད་མེད་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་མཁས་པའི་དབང་པོའི་མཆན་སྒྲུན་གྱི་བ་དན་དེ་བཞིན་འཛིན་
མའི་བྲིན་འདིར་སྒྲུབ་སྒྲུབ་དུ་གཡོ་བཞིན་ཡོད་པས་འོ་ན་ཅིའི་སྤྱིར་འཇམ་སྤྱིར་ས་སྤྱོད་གས་གང་སར་ཆོས་
ཆོགས་བཅུགས་ནས་དདུལ་དངོས་ཀྱི་བང་མཛོད་བསྐྱུན་མ་ཤེས་པ་ཡིན། ད་དུང་ཐོག་བཅེགས་དུ་མ་
ལྟན་པའི་ཁང་བཟང་དང་། སྒྲོར་མོ་འབྲུམ་ཐག་གནས་པའི་རྒྱངས་འཁོར། ལྷེ་བརྒྱ་སྤྱུལ་ལ་མཁས་པའི་
བྱག་མཛོད། ཆོལ་ཁ་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་དཔུང་སྡེ་དག་གིས་གཡས་སྒྲོར་གཡོན་སྒྲོར་དང་། མིང་དང་
གྲགས་པའི་དོན་དུ་སྤྱོད་མཐའ་ཀྱན་ནས་མགོ་བོ་སྒྲུར་སྒྲུར་དང་། ལྷེ་ལེ་ནར་ནར། ཁ་ཆེ་ཆོ། སྤྱིད་ཞལ་
ཞལ་བྱེད་ཅིང་མཐོན་པོའི་གསེར་དདུལ་གྱི་ཁྲི་ཐོག་ཏུ་དར་ཟབ་སྒྲ་ལཱའི་འཕོར་གདན་འདིངས་བ་སོགས་
གང་ཡང་མི་འདོད་པའི་རང་གཤིས་དེས་བྲིད་ནི་སྒྲ་ཆན་སླེན་པ་ཞིག་ཡིན་པར་གསལ་སྟོན་བྱས་འདུག།

ལྷེ་ཆོས་རིགས་གནས་ཀྱི་ལམ་ནས་རྒྱལ་སྤྱོད་སྤྱུལ་པའི་སྤྱི་ཡི་མཆན་གནས་དང་། མི་ཆོས་
རིགས་གནས་ཀྱི་ལམ་ནས་མང་པོས་བཀྱར་བའི་བཀའ་ཡི་སྟོན་ཆེན་སོགས་ཀྱི་ཆོ་ལོ་དང་གོ་གནས་
ཇི་ཅུལ་སྤུལ་རུང་འཆོ་གནས་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་དདུལ་དངོས་ཡང་དགོན་ཅུལ་ལས་མེད་པའི་འབྲོར་
མེད་ཀྱི་གནས་བབས་ཐོག་ཏུ་ལྷེ་ཆུགས་བྱས་ཏེ་འཆོ་བར་རོལ་བཞིན་པ་འདི་ལ་བསམ་ཆེ་ངོ་མ་བྲིད་
ནི་སླེན་པ་མིན་ན་གང་ཡིན། རྒྱང་གཞོན་བྱུང་དུས་ནས་དམ་པའི་ཆོས་སྒྲོར་ཞུགས་ཀྱང་དུས་ཀྱི་རྒྱང་
ནག་འཛུབ་མས་བསྐྱུན་སྤྱིད་མི་རིགས་དང་བཅས་པ་ཆགས་དང་འཛིག་ཀྱི་དབྱེ་མཆམས་གཅོད་དཀའ་
བའི་དུས་སྐབས་དེར་ཡགོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་བཅུ་བཞི་པ་མཆོག་གིས། ད་ནི་སྒྲ་མ་སྤྱུལ་པའི་སྤྱི་དང་



སེར་མོ་བ་ཆོ་ཡིན་ནའང་། སྤྱོད་བསྐྱལ་བ་བཟང་པོའི་དུས་ཆོད་ལྟར་བསྐྱལ་བ་ཐོས་བསམ་དང་། སྤང་བ་བསམ་གཏན་ཁོ་ནས་དུས་ཆོད་ཆོད་ཁག་པོ་ཡིན་པས་ང་ཆོ་ཆང་མའི་ནུས་ལྷགས་གཅིག་ཏུ་སྤངས་ནས་འགན་འཁུར་མཉམ་ལེན་དགོས་པའི་དུས་ལ་སླེབས་ཡོད་ཅེས་བཀའ་གནང་ཡང་། ལ་ལ་ནི་ཆོས་པ་ཡིན་པས་ཆབ་སྲིད་ལ་ཐེ་གཏོགས་མི་རུང་བའི་ཚུལ་འཆོས་ཀྱི་རྩན་འབག་འདྲ་མིན་འོག་ཏུ་ཡིབ་བ་དང་། ལ་ལ་སྤྱོད་པ་ཞེན་དུག་ཚུ་ཡིས་སློབ་ནས་ཞར་ལོང་འོན་གསུམ་གྱི་བརྟུལ་ཞུགས་འཛིན།

ཞོར་དུ་དངོས་ལྷགས་ཅི་རིགས་པའི་སློབ་ནས་ཁྲིལ་གཞུང་བོར་བའི་རྩོམ་གར་འཁྲབ་བཞེན་པའི་སྐབས་དེར་རང་དོན་ཡོད་ཆད་དོར་ཉེ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་འཁོར་ལུག་ནང་དུ་བྱོད་ཉིད་གཅིག་ལུར་མདུན་མཆོང་བྱས། དུས་དེ་ནས་བཟུང་སྟེ་ཡགོང་ས་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོའི་བཀའ་དགོངས་ཀྱི་ཆ་ཤས་སྤྲོ་མོ་ཅམ་ལའང་རང་སློག་ལས་ཀྱང་གཅེས་སྤྱོད་ཀྱིས་དབུ་ལོ་དཀར་པོར་མ་གྱུར་བར་དུ་ཤར་བསྐྱོད་གནང་སྤངས་འདི་ལ་བསམ་ཆེ་ངོ་མ་བྱོད་ནི་སླེབ་པ་མིན་ན་གང་ཡིན། ཆོས་ཁ་དང་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་རིས་ལ་དགའ་བའི་སྤྱོད་པ་དག་གི་འདོད་པ་དང་མ་མཐུན་ནའང་དང་བདེན་ཁོ་ན་ལ་ཤི་འཐམ་རོ་འཐམ་གྱིས་ལྷ་ཚུགས་དང་། ཐ་ན་སྤྱི་པའི་ཅ་དོན་གྱི་སྤྱད་དུ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཆེ་སློག་གི་རིན་ཐང་ལའང་ངེ་མི་སྤྱོད་པར་དོལ་རྒྱལ་ཆོགས་པའི་མིག་སྤྱད་སྤྱད་མེད་མཐོན་པོའི་སློབ་ནས་དེར་སྐབས་བཅན་བྱུང་བོད་མིའི་སྤྱོད་ཆོགས་ཀྱི་ནང་དུ་རྒྱ་ནག་དམར་གཞུང་གིས་ཐད་ཀར་ལག་པ་འཆང་སའི་ལམ་ཁ་བདེ་ཤོས་ནི་བྱོད་ཆོ་ཡིན་ཅེས་གདོང་ལ་མཛུབ་མོ་ཀེར་ནུས་པའི་སློབ་ཁོག་དེ་ཡང་སླེན་ཏུགས་ལོས་ཡིན།

བྱོད་ནི་ཆབ་སྲིད་མཁས་ཅན་གྱི་མི་སྣ་དང་། ཆོས་ལུགས་མཁས་ཅན་པ་སྤྱི་འབྲེལ་ཞིག་དང་འབྲེལ་རུང་མཁས་པའི་བརྗེད་ཉམས་དང་སྐྱམ་ཚུགས་སོགས་ལ་འགྱུར་བ་གང་ཡང་མེད་པར་དགོས་མཁོ་དང་འཆམས་པའི་སྤང་དོར་གྱི་ལམ་སྟོན་ལ་ནི་སྤྱོད་པའི་དབང་ལྷག་མགིན་པར་འཕོས་པ་དང་མཚུངས་པར་ཤིན་ཏུ་མཁས། རྒྱ་མཆན་དེའི་དབང་གིས་ས་ཆེན་གོ་ལའི་སྟེང་གི་མང་གཙོའི་རང་དབང་ལྡན་པའི་ལུལ་བྱ་ཆེ་ཤོས་ཉེ། རྒྱ་གར་རྒྱལ་ཁབ་ཆེན་པོའི་དཔལ་དབང་དག་གིས་གཞུང་འབྲེལ་དང་གཞུང་འབྲེལ་མ་ཡིན་པའི་ཆོགས་སྟེ་བཅུ་གྲག་དུ་མའི་སློབ་སྟོན་པ་དང་། ཆོགས་གཙོ་དང་། ཆོགས་གཞོན། ཆོགས་མི་སོགས་ཀྱི་མཆན་གནས་སུལ་བར་བྲེལ་བའི་ཚུལ་འདི་དག་ལ་དཔག་ན་ལུལ་གྱར་བོད་མི་ཅམ་དུ་



མ་ཐད་བོད་གངས་ཅན་པའི་མི་རིགས་འདིའི་ལོ་རྒྱུས་ནང་དུ་སླེན་པ་བྱེད་ནང་བཞིན་ནི་སྤར་མ་བྱུང་ལ་
བྱིས་སྤྱུང་འབྱུང་ཁག་པོར་གྱུར་མི་འདུག་གས།

ཁྱེད་ཀྱིས་བཅན་བྱོལ་བོད་མིའི་གྲོས་ཆོག་གས་ཀྱི་ཆོག་གས་གཙོ་དང་། མི་མང་གིས་འོས་འདེམས་
ལམ་ནས་ཐེངས་དང་པོའི་བཀའ་ཁྲིའི་འགན་བཞེས་པའི་དུས་ཡུན་དེའི་རིང་དུ་རུལ་སྤངས་མཁན་དང་།
སྐབས་འཆོལ་བ་དག་ནི་རེ་རེ་བཞིན་མར་གྱི་དཀྱིལ་ནས་སྤྱི་ཉག་བཏོན་པ་ལྟར་གཙང་སེལ་བྱས་པའི་
རྗེས་སུ་བྱེད་ནི་མི་བྱ་དེ་དག་གི་མིག་ནང་གི་ཆེར་མ་དང་། སྤྱིང་དཀྱིལ་དུ་གཟན་པའི་དུག་མདེའུ་ནོ་
ངར་ཅན་ཞིག་གྱུར་ཡོད་ལ། མཐར་ད་དུང་ཡང་ཞེ་འཁོན་དེའི་དབང་གིས་སྐབས་དང་དུས་ནས་བྱུང་དུ་
ཁྱེད་ལ་སློན་བརྗོད་དང་བསྐྱར་འདེབས་མཆོམས་བཞག་མེད་ལ་མ་འོངས་པ་ལའང་གཏན་ནས་འཛིག་
མི་སྲིད། ཡིན་ནའང་ཁྱེད་ཀྱིས་ནམ་ཡང་མཁོན་དུ་མི་འཛིན་པའི་ངང་ཚུལ་ལ་བསམ་ནའང་བཟང་ངན་
མི་ཤེས་པའི་སླེན་ཉག་སྤྱོད་ཅི་མ་དེ་མ་ཡིན་ནམ།

ད་དུང་ཁྱེད་ཀྱིས་སྲིད་དབང་བཟུང་བའི་རིང་དུ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཐད་ནས་བཤད་ན་རྒྱ་བོད་འབྲེལ་
མོལ་ཐེངས་དགུ་ཙམ་བྱས་ཡོད་ལ། དཔལ་འབྱོར་སྐར་བདག་ཅན་གྱི་ལམ་ལུགས་དང་། ཤེས་ཡོན་སྲིད་
བྱས་གསར་བ་གཏན་འབེབས། སྲོལ་རྒྱན་སོ་ནམ་ལམ་ལུགས་དར་སྤེལ། བོད་གཞུང་བྱ་ལོན་དོང་ནག་
རིམ་དགུ་ནས་ཡར་འབྱེད། ཁྲིམས་འགལ་ཅན་གྱི་མ་དདུལ་ཁྲིམས་མཐུན་ལ་བསྐྱར་བ། བག་མེད་ལོངས་
སྤྱོད་ལ་དགའ་བའི་ལས་བྱེད་དག་ལ་ཅེས་ཞིབ་མཐེལ་བྱིན་པ་གནང་བ་སོགས་གཟེངས་སུ་ཐོན་པའི་
སྤར་མེད་ལམ་ལུགས་མང་པོ་གསར་གཏོད་བྱས་པ་དེ་དག་སྤྱི་ལའང་ངོ་སོ་དང་། ཡང་ན་བྱིལ་བསྐྱགས་
སོགས་གང་མ་ཤེས་པའི་ཚུལ་དེ་དག་ལ་བསམ་གཞིགས་རེ་བྱས་ན་བྱེད་ནི་ངོ་མ་སླེན་པ་ལོས་ཡིན། ཡ་
མཚན་པ་ཞིག་ལ་མི་ཆེ་པའི་ཆེར་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་འཁོར་ཡུག་ནང་བཏང་ནའང་། སློན་མཆོག་གོ་བྱ་ཏ་མའི་
ལྟ་བུར་དང་དམ་ཆོས་འདུལ་བའི་བསྐྱབ་བྱ་བ་མོ་དག་ལའང་གཅེས་འཛིན་གནང་བ་ནི། དཔེར་ན་བྱི་
བོའི་ཁ་ཟས་སྤངས་བ་དང་། བྱི་ལེན་མ་བྱས་པར་མི་བཟའ་བ། དམར་ཟས་ཀྱི་བྱི་ཙམ་ཡང་ངོ་མི་ཆོག་
པར་དཀར་སྤྱོད་ཁོ་ནར་བཏེན་བ། མདོར་ན་བྱི་འདུལ་བ། ནང་བྱང་སེམས། གསང་བ་སྤྱགས་ཀྱི་ཉམས་
སོགས་དམ་པའི་སྤྱོད་ཚུལ་དེ་དག་ལག་ལེན་གྱིས་མཁས་མང་རྒྱ་སྐར་འབྱམ་གྱི་དབུས་སུ་བྱེད་སྤྱོད་



ལྷའི་དགྱིལ་འཁོར་ཡོངས་སུ་རྫོགས་ཤིང་། གྱི་ནང་མདོ་སྤྲུལ་རིག་པའི་གནས་ཀྱན་ལ་འཆད་ཚོད་ཚོམ་གསུམ་སྟེ། མཁས་པའི་བྱ་བ་ནམ་གསུམ་གང་ལའང་ཆགས་ཐོགས་མེད་པའི་ཁར། ཆབ་སྲིད་སྲོང་བའི་གནས་བབས་ཀྱི་ཆ་ནས་བཤད་ནའང་དེ་སྤར་ད་བར་དུ་མཁས་ལྷན་ཀྱན་དང་། ཆེན་པོ་སུ་གང་གི་རྗེས་ལུས་སྲོང་མེད་པ་མ་ཟད་མདུན་སྲོད་ཀྱི་རྒྱ་རྗེས་འདི་ལ་བསམ་ན་བྱེད་ནི་ལུགས་གཉིས་ཁ་ལོ་བསྐྱར་བའི་སློན་པ་སློན་ནག་དེ་ལོས་ཡིན།

མདོར་ན་སྤྱི་བའི་དོན་དུ་རང་དོན་ཡོངས་རྫོགས་སྤང་མེད་དུ་དོར་བའི་བྱ་སྲོད་དེ་དག་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཞེས་པའི་སློན་པ་དེ་ཆོ་དང་། རྒྱ་གར་བའི་མེས་པོ་རུ་བྲགས་པའི་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་ལྷན་རྒྱུ་ཟེར་བའི་སློན་པ་དེ་ཆོ་ལ་དམིགས་དཔེར་འདྲིལ་མཁན་གྱི་སློན་པ་ནི་དེང་གི་དུས་འདིར་ཁྱོད་མ་གཏོགས་ངོ་མ་མཐོང་དགོན་པོ་གྱུར་འདུག །ངོ་མ་ཡིན། ང་ནི་སློན་པ་བྱེད་ལ་ཏ་ལས་ཉོན་འཛོར་ནས་བསྐྱད་ཡོད་དོ།

ཚུམ་ཡིག་གི་མ་ཟེན་འདི་བཞེན་ཡུལ་མདོ་ཁམས་འདན་ཡུལ་གྱི་སྤྱི་གུ་འདྲིལ་པ་ལྷ་ཁྱོད་ཀྱིས་ གྱི་ལོ་2015 ལོར་གྲིས་ཤིང་འདི་ལོ་སྟེ་2017ལྷ་བ་11ཆོས་15 ཉིན་སྤར་ཡང་བརྗོད་བྱ་དང་ཆེག་སྲོང་བསྐྱར་བཅས་དགོས་རིགས་ལེགས་བཅས་ཀྱིས་གསང་ཆེན་སྟོད་རྒྱུད་ཨེ་ཕྱི་རང་སྤྱོད་དུས་དེབ་ཏུ་དངོས་སུ་བཀོད།

༥ གྲོགས་པོ།

རྩོམ་ཆེ་རིང་། འདྲིལ་བྲུ་གསུམ་ག།

འཛམ་གླིང་ནང་གྲོགས་པོ་ཡོད་དགོས་ངེས་རེད་ལ་ཆང་མ་མཉམ་དུ་འཆམ་པོ་བྱེད་དགོས་ངེས་ཡིན། དེ་ཡང་གྲོགས་པོ་ཁ་ཤས་སྤྲུག་ཅག་ཡོད་པ་དང་ཁ་ཤས་ཡག་པོ་ཡོད། སློབ་གྲའི་ནང་དུ་ང་ལ་གྲོགས་པོ་མང་པོ་ཡོད་པ་མ་ཆད་ཆང་མ་འཆམ་པོ་ཡོད། གྲོགས་པོ་ཁ་ཤས་ནད་པ་ཆགས་དུས་ཕན་ཚུན་རོགས་པ་བྱེད་ཀྱི་རེད། གྲོགས་པོ་ཁ་ཤས་རིག་པ་སློབ་ཡོད། དེ་བཞེན་གྲོགས་པོ་ཁ་ཤས་སྤང་པོ་ཡོད། ངའི་གྲོགས་པོ་ཡག་པོས་ནི་བཟ་གིས་སྟོབས་རྒྱས་ཡིན། ཁོང་ནི་རིག་པ་སྤང་པོ་དང་སེམས་པ་



བཟང་པོ་ཡོད།

ང་རང་གཉིས་ཉིན་ཉག་པར་མཉམ་དུ་སྤྲོད་གྱི་ཡོད། ངས་ཁོ་ལ་ཇོ་ཇོ་ལྟར་བཅི་ཡི་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཡར་མར་འགྲོ་དགོས་དུས་ཁོང་དང་མཉམ་དུ་འགྲོ་ཡི་ཡོད། ཐ་ན་ཟ་མ་ཟ་བ་དང་། ཅེད་མོ་ཅེ་དུས་ཀྱང་མཉམ་དུ་འགྲོ་ཡི་ཡོད། ཉིན་ཞིག་ང་རང་གཉིས་མཉམ་དུ་ལྟད་མོ་བལྟ་བར་འགྲོ་བའི་ལམ་བར་དུ་རི་བོང་ཞིག་གིས་བཟ་གིས་སྟོབས་རྒྱས་ལ་སྐད་ཆ་བཤད་པ་རེད། ཁོ་རང་ཉང་སངས་ཉེ་གད་མོ་ཤོར་ནས་ང་སྐད་བཏང་སོང་། དེ་རྗེས་རེད་གཉིས་ལྟད་མོ་བལྟ་བར་སོང་བ་ཡིན། ལྟད་མོ་ལྟ་བཞིན་པའི་སྐབས་ངའི་སེམས་སུ་རི་བོང་གིས་སྐད་ཆ་བཤད་པ་དེ་བཞིན་ལ་མཆན་པ་དང་གད་མོ་ཤོར་ནས་གོད་ཁོག་ན་བ་འདྲ་བུད།

༥ ངའི་གྲོགས་པོ་ཡག་ཤོས།

བསྟན་འཛིན་བཟ་གིས། འཛིན་བྲ་གསུམ་པ།

ངའི་གྲོགས་པོ་ཡག་ཤོས་ནི་བསྟན་འཛིན་ཡིན། ཁོང་ལོ་བཅུ་བཞི་ཡིན། ཁོང་འཛིན་བྲ་གསུམ་པའི་ནང་ལ་སློབ་སྦྱང་བྱེད་གྱི་ཡོད། ཁོ་རང་གི་པ་ཡུལ་ནི་རྒྱ་གར་བྱང་ཤར་ཁུལ་ཨ་རུ་ན་ཅལ་ཡིན། ཁོང་གི་པ་ལགས་ཀྱི་མིང་ལ་ཆེ་བ་དང་། ཨ་མ་ལགས་ཀྱི་མིང་ལ་སློལ་མ་ཟེར། ཁོང་གཉིས་ཀས་ཞིང་ལས་བྱས་ཉེ་འཆོ་བ་སྦྱེལ་བཞིན་ཡོད།

གྲོགས་པོའི་ཆོན་མདངས་དགའ་ཤོས་ནི་སེར་པོ་དང་ཁ་ལག་དགའ་ཤོས་མོག་མོག་རེད། སློབ་ཆན་དགའ་ཤོས་བོད་ཡིག་དང་ཅེད་མོ་དགའ་ཤོས་རྐང་ཅེད་པོ་ལོ་རེད། གྲོགས་པོ་དང་ང་རང་གཉིས་གཟའ་ཉི་མ་ཉག་པར་ཅེད་མོ་ཅེ་བར་མཉམ་དུ་འགྲོ་ཡི་ཡོད། ངའི་གྲོགས་པོ་ཁོང་སེམས་པ་བཟང་པོ་དང་མི་གཤིས་བྱང་པོ་ཡོད་པས་ང་རང་ཁོང་ལ་དགའ་པོ་ཡོད།



༥ གཟའ་ཉི་མ།

ཉི་མ་ཆེ་ཤིང་། ཀ འཛིན་གྲ་བདུན་པ།

དེ་རིང་ནི་གཟའ་ཉི་མ་ཡིན་པས་ང་རང་ནས་རྒྱན་དང་མ་འདྲ་བར་ཞོགས་པ་སྒྲ་པོ་ནས་གཉིད་སད་ཅིང་། སེམས་པ་དགའ་ལྟོང་ལྟོང་ཞིག་འདུག །ནས་རྒྱན་ལྟར་རྒྱ་ཆོད་དྲུག་པའི་སྟེང་དཔེ་མཆོམས་པ་ལ་སྐྱོར་སྐྱོར་བྱེད་དུ་སོང་ཡང་སེམས་ལ་ཉོན་སྒྲུང་སྒྲ་ཙམ་མི་འདུག་ལ་དཔེ་ཆ་སྐྱོར་བའི་སྐབས་ལ་གཏན་ནས་གཉིད་ཁུག་གི་མི་འདུག་པས་ཀླན་བདག་གི་ལག་པ་ནས་རྒྱགས་པ་རག་གི་མི་འདུག །གང་ལྟར་གཟའ་ཉི་མ་ཡི་སྐྱོར་སྐྱོར་འདི་ལ་ངས་ཁ་ནས་དཔེ་ཆ་རི་ལྟར་སྐྱོར་ཡང་སེམས་པ་དེ་དཔེ་ཆ་ལ་མ་གནས་པར་བྱི་ལོག་དུ་འབྱུངས་པས་ཆོག་གཅིག་ཀྱང་ཐོན་མ་སྟུག།

རྒྱ་ཆོད་དགུ་པ་ཐོན་པ་དང་གསོལ་ཇའི་ཉིང་ཉིང་རྒྱང་པས་དཔེ་ཆ་ལག་པོ་ཁ་མ་བརྒྱབ་པར་གྲོགས་པོ་ཆང་མས་ཟང་ཟིང་བྱེད་བཞིན་དུ་སོ་སོའི་ཤག་དུ་སོང་བ་ཡིན། ཤག་དུ་སླེབ་པས་ན་ཀླན་ལགས་བཞུགས་མི་འདུག །ངའི་སེམས་ལ་ཀླན་ལགས་ནས་རྒྱན་པེབས་སའི་ཤག་དེ་ཆོར་ཡོད་ཀྱི་རེད་བསམ་ནས་ལྟ་དུ་བྱིན་པས་ཆང་མ་སྒོ་ལྷགས་བརྒྱབ་ཉེ་སྤྱད་པེབས་མི་འདུག །དེ་ནས་ཤག་དུ་ཡོང་བས་ཀླན་ལགས་ཀྱི་ལག་ཐོག་ཁ་པར་ཡང་མཐོང་རྒྱ་མི་འདུག་པས་ཀླན་ལགས་བྱི་ལ་པེབས་པ་ཤེས། དེ་ནས་ཀླན་ལགས་བྱི་ལ་པེབས་པས་ང་ལ་ཕྱག་དདུལ་གནང་མ་བྱུང་བསམ་སྟེ་སེམས་པ་སྐྱོ་ཐག་ཆོད་ནས་ཡར་མར་བལྟས་པའི་སྐབས་ཀླན་ལགས་ཀྱི་ཅོག་ཅའི་སྟེང་དུ་སྒྲོར་མོ་བརྒྱ་གསར་པ་གསར་རྒྱང་ཞིག་བཞག་འདུག་པས་ང་རང་ཉ་ཅང་དགའ་པོ་བྱུང་། གང་ཡིན་ཞེ་ན་ཀླན་ལགས་ཀྱིས་ང་ལ་རྒྱ་པ་ཉོ་བྱེད་དུ་བཞག་ཡིན་ཀྱི་རེད་བསམ་བྱུང་། ངའི་ཀླན་ལགས་ཀྱིས་ནས་རྒྱན་ང་རང་ལ་སོ་སོའི་སྤྱ་གྲ་ནང་བཞིན་བྱམས་སྐྱོང་གནང་གི་འདུག །ང་ཡང་ཀླན་ལགས་ལ་སོ་སོའི་པ་མ་ནང་བཞིན་བཅེ་བ་ཆེན་པོ་ཡོད་པས་ངའི་ཨ་པ་ཡང་ཡིན་ལ་ཨ་མ་ཡང་ཡིན་བསམ་ཀྱི་ཡོད། ད་ལྟ་ག་པར་བསྐྱེབས་པ་ཡིན་ནམ།

འོ་རེད་རེད། དེ་ནས་ཅོག་ཅའི་སྟེང་དུ་སྒྲོར་མོ་བརྒྱ་མཐོང་བ་དང་ཁ་སང་བཟུས་པའི་གཟན་དང་གཤམ་ཐབ་དེ་གྲོན་ནས་གྲོགས་པོ་ཆོ་མཉམ་དུ་ཞོར་བྱ་སྤིང་ཁ་ཅིང་མོ་ཅེ་དུ་བྱིན་པ་ཡིན། ཞོར་བྱ་སྤིང་ཁ་ནི་ང་ཆོ་རྒྱད་སྟོད་གྲ་ཆང་གི་འགམ་དུ་ཡོད་པས་ཀླང་ཐང་དུ་སོང་ན་དུས་ཆོད་སྐར་མ་སྟུམ་ཅུ་



ནས་བཞི་བཅུ་ལྷུ་ལ་བསྐྱེད་ཐུག་གི་ཡོད་པས་ང་ཚོ་རྒྱུ་ལྷུ་སོང་བ་ཡིན། དེ་ནས་ང་ཚོ་ཅེད་མོ་
མང་པོ་བཅུ་ལྷུ་སྐྱེད་ཐུག་ཡོད་པས་མ་ཟད་ཐང་ཆད་ནས་དགོང་འོ་ཆུ་ཚོད་དུག་པར་དགོན་པ་རུ་
ཆུང་ཡོང་བའི་སྐབས་ང་རང་ཚོ་འོ་ཆུ་ཚོད་ཀྱི་ཉེ་འགྲམ་ལ་བསྐྱེད་ཐུག་ན་དེར་རྒྱ་གར་གྱི་ཟ་ཁང་ཆུང་ཆུང་
ཞིག་ཡོད་པས། དེ་ལ་ཁ་ལག་ཟ་རུ་སོང་བ་ཡིན།

༥ གཟའ་ཉི་མའི་ཉིན་མོ།

བསྐྱེད་འཛིན་བསོད་ནམས། ༡ འཛིན་གྲུ་ལ།

སྤྱིར་བཏང་འཇམ་དུ་སྤྱིར་གྱི་མི་མང་པོ་གཟའ་ཉི་མ་ལ་དགའ་ཡི་ཡོད་རེད། གང་ཡིན་ཞེ་ན་གཟའ་
ཉི་མ་ནི་བདུན་པ་གཅིག་གི་ནང་ཡོད་པའི་ཉི་མ་གཞན་དུག་དང་མི་འདྲ་བ་ཞིག་རེད། དེ་མ་ཟད་ཉིན་
མོ་དེ་ལ་ནི་སོ་སོས་ག་རེ་བྱེད་ཐུག་དེ་བྱ་རྒྱུ་རག་གི་རེད། ཡིན་ན་ཡང་ང་ཚོ་ནི་གཟའ་ཉི་མ་ལ་སྤྱིར་སོ་
མང་པོ་གཏོང་གི་ཡོད། ང་ཚོ་ནི་གཟའ་ཉི་མ་ལ་ཞོགས་པ་སྤྱིར་སོ་ལངས་ནས་དཔེ་ཆ་ཏོག་ཅམ་བསྐྱེད་ཐུག་
ནས་ཤག་ལ་འགྲོ་ཡི་ཡོད། གཟའ་ཉི་མར་ཤག་ལ་སོང་ནས་དགོན་ཆུང་གིས་དུམ་མ་སྤྱད་བར་དུ་ཀྱ་རེ་
དང་སྤྱུགས་ནས་དེ་བ་སོགས་སྤྱིར་ཅམ་བྱས་ནས་སྤྱད་གི་ཡོད།

དེ་རིམ་དུ་ལ་རག་ཆར་ནས་ང་ཚོ་རྒྱུ་ལྷུ་སོང་པོ་ལོ་འོ་སྤྱིག་ཆས་དེ་ཁྱེད་ནས་ཏ་དུ་ཐུག་ཐང་ལ་སོ་
མོ་ཅེ་རྒྱུ་ཚེད་དུ་འགྲོ་ཡི་ཡོད། དེ་མ་ཟད་ཐང་ལ་བསྐྱེད་ཐུག་ཆར་ནས་སྤྱིག་ཆས་དེ་ཁྱེད་ཉེ་སྤྱིར་བཟར་
ཏོག་ཅམ་བྱེད་ཆར་རིམ་སྤྱིར་ཆུང་གཞན་པ་མཉམ་དུ་འགྲམ་བསྐྱེད་བྱེད་གི་ཡོད། གལ་སྤྱིར་ང་ཚོ་འོ་སྤྱི་
ཆུང་ཐོབ་སོང་ན་ཁོ་ཚོ་སྤྱིར་ཆུང་ནས་སྤྱིར་བཟར་སྤྱིར་ཉེ་གྲང་ཁ་ལག་བཟས་ནས་རྒྱུགས་ཆུང་
འགྲམ་དུ་རྒྱུ་བཟུལ་བ་མ་ཟད་རྒྱུ་ལ་ཐང་ལ་ཡོད་རེད། གལ་སྤྱིར་ང་ཚོ་སྤྱིར་ཆུང་ཐོབ་བ་ཡིན་ན་
སྤྱིར་ཆུང་གི་མི་སོ་སོ་ནས་སྤྱིར་བཟར་དེ་བསྐྱེད་ཉེ་ཁོ་ཚོ་སྤྱིར་ཆུང་ལ་སྤྱད་གི་ཡོད། དེ་རིམ་རྒྱུགས་ཆུང་
འགྲམ་དུ་རྒྱུ་བཟུལ་བར་འགྲོ་ཡི་ཡོད། སྐབས་དེར་རྒྱུ་ལ་གང་ཡང་ཟ་ཡོད་མ་རེད། གང་ཡིན་ཞེ་ན་
ང་ཚོ་སྤྱིར་བཟར་དེ་ཐོབ་བ་མ་ཟད་སྤྱིར་ཆུང་ཐོབ་བའི་རྒྱུ་གིས་ང་ཚོ་སྤྱིར་སོ་ཞེ་དག་གཏང་རྒྱུ་མི་འདུག།
ཡང་མཆམས་མཆམས་ང་ཚོ་འགྲམ་བསྐྱེད་ཐུག་པ་བྱས་ནས་ཉིན་གཅིག་སྤྱིར་གཟའ་སྤྱིན་པའི་ཉིན་མོ་ལ་སྤྱི་



ཆན་ཆ་ཆང་སྐད་བཏང་སྟེ་གཟའ་ཉི་མར་དེ་ལ་འཆས་རྒྱུ་ཆ་སྐད་ཆ་བྱས་ནས་དེ་ལ་འགྲོ་ཡི་ཡོད།

དེ་ནས་དགོང་དག་ཆགས་ཆར་ནས་ང་ཚོ་ཚུ་ཆོད་དགྲུ་བ་བར་ལྟ་མོ་ལྟ་ཡི་ཡོད་རེད། དེ་རྗེས་
ང་ཚོ་སོ་སོའི་ཤག་ལ་སོང་ནས་གཞུགས་པོ་འབྱུང་གི་ཡོད། གཞུགས་པོ་བཟུང་ཆར་ནས་སེམས་ཅན་
ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་སྟོན་ལམ་བརྒྱབ་ནས་མི་ལམ་སྦྱིད་པོ་ཞིག་བཏང་ནས་ཉལ་གྱི་ཡོད། དེར་བརྟེན་
ང་དང་ང་ཡི་ཁྱོགས་པོ་སོགས་གཟའ་ཉི་མ་ལ་དགའ་ཡི་ཡོད་པ་དང་། ང་ཚོ་ནི་གཟའ་ཉི་མ་ལ་སྦྱིད་པོ་དེ་
འདྲ་གཏོང་གི་ཡོད་དོ།

༥ ཅེད་མོ་ཅེས་ན་འཕྲོད་བསྟེན་ཡོང་།

དགེ་ཚུལ་བསོད་ནམས་སྐལ་བཟང་།

མི་ཡི་མི་ཆེད་ནང་ཅེད་མོ་ཅེ་རྒྱ་གཡ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་ཤེས་དགོས། ཅེད་མོ་ཅེས་ན་ལུས་
བདེ་བ་དང་། སེམས་སྦྱིད་པ། ཆེ་རིང་བ། རྒྱ་མེད་པ་སོགས་འཕྲོད་བསྟེན་ལ་ཉ་ཅང་མན་ཐོགས་
ཆེན་པོ་ཡོད་པས་སྤང་མེད་དུ་བཞག་རྒྱ་མེད། ཅེད་མོ་དང་ལུས་རྩལ་སོགས་ལ་དོ་སྣང་མ་བྱས་ན་
རྗེས་སུ་ལོ་ཆེན་པོ་སྟེ་བས་དུས་ནད་ན་ཆ་དང་འབྲེལ་བའི་དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་མཐོང་
གསལ་རེད།

འཛམ་གླིང་ནང་ཅེད་རིགས་ཉ་ཅང་མང་པོ་ཡོད་ནའང་རྟེན་ཅེད་པོ་ལོ་ནི་ཅེད་མོ་གཞན་ལས་
འབྱུགས་ཆ་དོད་པ་དང་གནས་གཤེས་ག་འདྲ་ཞིག་ལ་ཡང་ཅེ་ཆོག་པ་སྦྱི་ཡོངས་ནས་རྒྱལ་ཁབ་
དང་མི་རིགས་ཆང་མས་དགའ་མོས་བྱེད་སའི་བྱ་དུ་འཕགས་པའི་ཅེད་མོ་ཞིག་རེད། གྲུས་པར་
མཆོན་ནའང་ཆེས་དགའ་ཤོས་ཀྱི་ཅེད་མོ་ནི་རྟེན་ཅེད་པོ་ལོ་ཡིན། ཉེ་ཉེ་དུ་ ང་དང་རྟེན་ཅེད་པོ་ལོའི་
འབྲེལ་བ་དང་ང་རྟེན་ཅེད་པོ་ལོར་རྗེ་ཅམ་དགའ་མོས་ཡོད་མེད་སྟོར་གྱི་དེབ་ཆེན་ཞིག་བྲིས་ན་འབྲི་
ཐུབ་མོད། འོན་ཀྱང་དེ་རིང་འདི་ནས་མཆོམས་འཛོགས་གི་ཡིན། མཐའ་དོན་ངེས་དགོས་པ་ཞིག་ལ་
སྟོན་གཉེར་བ་ཞིག་དང་ཆོས་བྱེད་དགེ་འདུན་པ་ཞིག་གི་ངོས་ནས་བཞད་ན་ཆེད་ལས་འཆོ་ཐབས་



ཀྱི་ལས་རིགས་ནང་བཞིན་དུ་སྐྱོད་གང་ཡོད་ལ་སློ་རྒྱས་དང་སེམས་རྒྱས་ཡོད་ཆད་ཅེད་མོའི་
ཐོག་བཏང་ན་མི་རིགས་པ་དེ་ཤེས་རྒྱ་ཡང་ཉ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་ནོ།། བཀའ་བློན་ཆེ།

རྩོམ་ཡིད་ཀྱི་རེ་སྐྱོང་།

༥ རེ་དགོན་པ།

བཀའ་དབང་སྐལ་བཟང་། འཛིན་གྲུ་ལ།

ར་ཆོའི་དགོན་པའི་མཆན་ནི་དཔལ་ལྷན་སྟོད་རྒྱུད་གྲུ་ཆང་ཟེད། དེ་ནི་རྩེ་བཙུན་ཀུན་དགའ་དོན་
བྱུང་གིས་༡༩༥༩ ལ་ཕྱག་བཏབ་གནང་བ་རེད། དཔལ་ལྷན་སྟོད་རྒྱུད་གྲུ་ཆང་ནི་ཐོད་དང་རྒྱ་གར་ལ་
རེ་རེ་ཡོད། ཐོད་རང་བཙན་ཤོར་ནས་ཐོད་ཀྱི་གྲུ་པ་མང་ཆེ་བ་རྒྱ་གར་ལ་བསྐྱེབས་པ་རེད། རྒྱུད་སྟོད་གྲུ་
ཆང་ནི་དགེ་ལུགས་པའི་ནང་ནས་དགོན་པ་སྐྱད་གྲགས་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད། དགོན་པ་དེ་ལ་ཡར་རྒྱལ་དབང་
ཀམ་པ་མཆོག་གྲང་བཞུགས་ཡོད།

ར་ཆོ་ནི་རྒྱ་གར་ལ་ཡོད་པའི་རྒྱུད་སྟོད་གྲུ་ཆང་ལ་སྟོད་ཀྱི་ཡོད། དགོན་པའི་སྤང་མ་ནི་སྤྱུང་
གསུམ་ཡོད་མཁན་དང་ཕྱག་བྱུག་ཡོད་མཁན་གྱི་མགོན་པོ་ཕྱག་བྱུག་པ་ཞེས་པ་དེ་རེད། ད་ལྟ་དགོན་
པ་ལ་གྲུ་པ་བྱུག་བརྒྱ་མ་ཟེན་ཅུ་ཡོད། དེའི་ནང་དུ་དགེ་སྟོང་དང་དགེ་ཚུལ་ཡོད་པ་མ་ཟད་དཔེ་
མཆོམས་པ་ཡང་ཡོད། ར་ཆོའི་དགོན་པ་ལ་སྟོན་སྟོང་དང་འཁོར་ཡུག་གཞན་དང་མི་འབྲ་བ་ཉ་ཅང་
སྟོང་རྩེ་པོ་ཡོད།

དེ་ལ་གཙུག་ལག་ཁང་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་མ་ཟད་སྐྱུན་ཁང་རྩུང་རྩུང་ཞིག་གྲང་ཡོད། ར་ཆོའི་དགོན་
པ་ནི་རྟ་རམ་ས་ལའི་ཉེ་འཁོར་གྱི་ས་ཆ་ཞིག་ལ་ཡོད། དགོན་པའི་ནང་ལ་ཟ་ཁང་རྩུང་རྩུང་ཞིག་དང་ཁང་
ཆེན་བྱུག་ཡོད། དགོན་པའི་གཡོན་ལ་ཅེད་ཐང་དང་རྒྱ་གར་གྱི་ཞིང་ཁ་ཡང་ཡོད།



༥ ང་དང་ང་ཚོའི་སློབ་གྲ།

ཉི་མ་ཆེ་རིང་། ༧

ང་ཚོའི་སློབ་གྲ་ནི་རྩ་རམ་ས་ལར་ཆགས་ཡོད། ང་ཚོའི་སློབ་གྲ་ནི་རྩུང་རྩུང་ཡིན་པ་མ་ཟད་སློབ་
ཕྲུག་ཀྱང་ཉུང་ཉུང་ཡིན། སློབ་གྲའི་མིང་ལ་རྒྱུད་སྟོད་གཞི་རིམ་སློབ་གྲ་ཞེས་ཟེར་གྱི་ཡོད། སློབ་གྲར་
སློབ་ཚན་གཉིས་སློབ་ཁྱིད་བྱེད་གྱི་ཡོད། དེ་གཉིས་ནི་བོད་ཡིག་དང་ཨིན་རི་ཡིན། དགེ་ཆན་ལྡེ་ཡོད་
པ་དང་འཛིན་གྲ་བརྒྱད་པ་བར་དུ་ཡོད། སློབ་གྲའི་ཉེ་འགམ་ལ་མེ་རྟོག་ལྷུ་རྩུ་ཡོད། ལྷུ་རྩུ་འཛིན་ལ་
མེ་རྟོག་སྤྲ་ཁ་མང་པོ་ཁྲ་ལམ་ལམ་འཆང་ཁ་ཤིག་ཤིག་དུ་བཞད་ཡོད། ལྷུ་རྩུ་འཛིན་ལྷུ་ལྷུ་ལྷུ་
ལྷུ་གྱི་ལྷུ་ལྷུ་ལྷུ་གི་སྟེང་ལ་བྲ་དང་བྲིའུ་ཡིས་སྐད་རྒྱུར་རྒྱུར་དུ་སློག་བཞིན་ཡོད་ལ་བྲ་བྲིའུ་འཆང་
ཡང་མང་པོ་འདུག །རྒྱུད་ལྷུ་གི་བྲ་བའི་ཆོགས་རྣམས་ནི་མེ་རྟོག་གི་བརྒྱད་བཟང་ལེན་པའི་ལས་ལ་
བྲེལ་བཞིན་ཡོད།

ང་རང་ད་ཆ་འཛིན་གྲ་གསུམ་པའི་ནང་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་བཞིན་པའི་སློབ་ཕྲུག་ཅིག་ཡིན། ང་ཚོའི་
དགེ་ཆན་ནི་ཡིག་པོ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ཁོང་གིས་གསལ་ལ་དག་པའི་སློབ་ཁྱིད་བྱེད་གྱི་འདུག །འཛིན་
གྲའི་ནང་འཛིན་གྲོགས་བརྒྱ་ཡོད་པ་དང་ཆང་མ་འཆམ་པོ་བྲས་ནས་སློབ་ལ་བཙོན་བཞིན་ཡོད། ཉིན་
ཞིག་ང་ཚོའི་ཆན་ལགས་ཀྱིས་ང་ལ་གཤེགས་ཤིང་བཏང་བ་དང་། ང་རང་ཨང་རིམ་ཐ་མར་ལུས་སོང་བས་
ཆན་གྱིས་དབྱུག་པ་བཞུས་སོང་། དེའི་ཆེ་ང་མེས་པ་ཤིན་དུ་སྦྱོ་སོང་། ཡིན་ན་ཡང་ངས་བསམ་སྟོ་
ཡིག་པོ་གཏོང་དུས་ནོར་འཁྲལ་ང་རང་གིས་བཙོན་པ་ཤེས་ཇེས་གཞོང་ཆེན་པོ་སྦྱེས་སོང་། ཇེས་
སྦྱ་ཡིག་ཆད་བཏང་དུས་ངས་ཨང་རིམ་དང་པོ་ལེན་ཐུབ་སོང་བས་དགའ་ཆོར་དཔག་མེད་བྱུང་། དེ་ནས་
བརྒྱུད་སློབ་སྦྱོང་སྦྱ་མཐུད་ཡིག་པོ་བྲས་དང་བྱེད་ཐུས་ཡིན།



༥ ངའི་སློབ་གྲུ།

བསོད་ནམས་ཆོས་འཕེལ། འཛིན་གྲུ་བཞི་པ།

ངའི་སློབ་གྲུ་ནི་གཞན་དང་མི་འབྲས་བཞིག་ཡིད། སློབ་གྲུ་ཆགས་ས་ནི་ཉི་མ་ལའི་རི་རྒྱུད་རྩ་རམ་ས་ལའི་སི་རྩི་རྩ་རི་ལ་ཆགས་ཡོད། ངའི་སློབ་གྲུ་མིང་ལ་རྒྱུད་སྤྲོད་གཞི་རིམ་སློབ་གྲུ་ཟེར་གྱི་ཡོད། དེ་ནི་དགོན་པ་ཞིག་ཡིན། དེར་མཆོད་མཇུག་བ་དང་ཡུལ་སྐོར་བ་མང་པོ་ཞིག་སླེབ་གྱི་ཡོད། དགོན་པ་དེའི་སློབ་གྲུ་ནི་ནང་ལ་སློབ་ཆན་གཉིས་ལས་མེད། དེ་གཉིས་ནི་བོད་ཡིག་དང་ཨིན་ཡིག་གཉིས་ཡིན། དགོ་ཆན་ལྡོ་ཡོད། དགོ་ཆན་ནམས་ཀྱིས་སློབ་ཁྱིད་བྱེད་པ་ལ་འབད་བཅོམ་ཡག་པོ་བྱེད་གྱི་ཡོད། དེ་བཞིན་སློབ་སྤྲུག་ཆོས་ཀྱང་སློབ་སྦྱོང་ཡག་པོ་བྱེད་གྱི་ཡོད།

དགོ་ཆན་དང་སློབ་སྤྲུག་བར་གྱི་འབྲེལ་བ་ནི་ཉ་ཅང་ཡག་པོ་ཡོད། ངའི་སློབ་གྲུ་ནི་ནང་ལ་སློབ་མ་བརྒྱ་ལྷག་ཅུ་ཡོད། སློབ་སྤྲུག་ཆེ་བ་ཆོས་རྒྱུད་བར་བྱམས་སྦྱོང་དང་རྒྱུད་བཅོས་ཆེ་བར་བཅི་བཀྱར་བྱེད་གྱི་ཡོད། སློབ་གྲུ་འཁོར་ཡུག་ནང་དཔེ་མཛོད་ཁང་གཅིག་དང་གྲུ་པའི་སྤྲོད་ཁང་ཐོག་བཅེགས་ཅན་རྒྱག་ཡོད། སློབ་གྲུ་མཐུན་དུ་རྒྱ་གར་གྱི་མི་ཆང་དང་ཟ་ཁང་ཆོང་ཁང་སོགས་ཡོད། དེ་མ་ཡིན་བར་རྒྱ་ལམ་ཡང་ཡོད། སློབ་གྲུ་རྒྱ་ལ་ཉི་མ་ལའི་རི་རྒྱུད་ཀྱི་རི་བོ་ཆེན་པོ་མང་པོ་ཡོད་པ་ནམས་གངས་དཀར་པོས་བརྒྱམས་ཡོད། དེའི་ཤམ་ལ་ནགས་ཆལ་སྤྲུག་པོ་ཡོད། དེའི་ནང་དུ་བྱ་དང་བྱི་ཕུའི་ཆོགས་ཀྱི་སྐྱད་སྤྲོ་ཆོགས་ཐོས་སྤྲུབ་གྱི་ཡོད། ཡང་སློབ་གྲུ་ལོ་ལོ་སྤྲོད་པ་རྒྱ་གར་གྱི་ཞིང་ཁ་མཐའ་མེད་པ་ཡོད་ལ་ཤིང་སྤྲོད་ཡང་མང་པོ་ཡོད། དེའི་འགྲམ་དུ་རྒྱ་གར་རྒྱུ་རྒྱུ་ཞིག་བྱང་སྤྲོགས་ནས་ལྷོ་སྤྲོགས་སུ་དལ་གྱིས་འབབ་གྱི་ཡོད།

སློབ་གྲུ་གཡས་སྤྲོགས་སུ་སློབ་སྤྲུག་ནམ་པའི་ཅེད་མོ་ཅེ་སའི་སྤང་ཐང་རྒྱུད་ཞིག་ཡོད། ང་ཆོས་བར་མེད་ལ་སྤང་ཐང་དེར་ཤི་མ་ཤི་འཁྲབ་གྱི་ཡོད། དགོན་པའི་སློབ་གྲུ་འདི་མཐོང་ཚུལ་ལ་སྤྲུལ་འབྲས་པོ་ཡོད། གང་ཡིན་ཟེར་ན་དགོན་པ་འདི་ལ་མི་ནམས་ཀྱིས་གྲུས་ཞབས་དང་བཅི་བཀྱར་བྱེད་གྱི་ཡོད་པ་མ་ཆད་གྲུ་ཆང་འདིའི་མཆན་བོད་ནས་བཟུང་ད་ལྟའི་བར་དུ་སྤྲོད་གྲུགས་ཆེན་པོ་ཡོད།



༥ ངའི་སློབ་གྲྭ།

སློབ་བཟང་དོན་གྲུབ། འཛིན་གྲྭ་བཞི་བ།

ངའི་མ་ཡུམ་སློབ་གྲྭ་ནི་ཉི་མ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱུད་ཀྱི་འདབས་སུ་ཆགས་ཡོད་པའི་རྒྱུད་སྟོད་གཞི་རིམ་སློབ་གྲྭ་ཡིན། དེའི་ནང་ལ་དགེ་ཆན་ལྷ་དང་སློབ་མ་བརྒྱ་ལྷག་ཙམ་ཡོད། དགེ་ཆན་རྣམས་ཀྱིས་སློབ་ཁྱིད་གནང་དུས་དགའ་ལས་རྒྱུར་ཐག་རྒྱག་པ་མ་བཟང་སློབ་ལྷག་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་སློབ་སྦྱོང་གྱི་སྐབས་སྦྱོང་བཙོན་སྟོད་མེད་གྱི་ཡོད། མདུན་ཕྱོགས་སུ་རི་བོ་ཆར་དུ་དངར་བ་མང་པོ་ཡོད། རི་བོ་དེར་གངས་བབས་ནས་མི་རྣམས་འཆམས་འཆམས་འགོ་བ་མ་བཟང་ཁ་བའི་ཅེད་མོ་ཡང་ཅེ་ཡི་ཡོད། རྒྱབ་ཕྱོགས་སུ་གྲྭ་ཤག་གི་ཁང་པ་མང་པོ་ཡོད་དེའི་འཁྲིས་སུ་དཔེ་མཛོད་ཁང་གཅིག་ཡོད། ང་ཚོ་དཔེ་མཛོད་ཁང་ལ་བདུན་ཕྱག་གཅིག་ལ་ཐངས་གཅིག་འགོ་ཡི་ཡོད། གཡས་ཕྱོགས་སུ་ལྷང་ལྷེམ་ལྷེམ་གྱི་མེ་ཉོག་ལྷུ་རྩ་དེར་མེ་ཉོག་སྒྲ་ཆོགས་བཞད་ཡོད།

ཡང་ང་ཚོའི་ཆོགས་འཆོག་སའི་འདུ་ཁང་ཡོད། གཡོན་ཕྱོགས་སུ་ཞིང་ཁ་དང་ ཁྱིམ་ཆང་། ལུས་ཅལ་ཅེ་ས་དང་རྒྱང་ཅེད་པོ་ལོ་ཅེ་སའི་སྤང་ཐང་རྩུང་རྩུང་ཞིག་བཅས་ཡོད། དེར་བར་སེང་དང་གཟའ་ཉི་མ་ལ་སློབ་མ་རྣམས་ཀྱིས་ཅེད་མོ་ཅེ་ཡི་ཡོད། སློབ་གྲྭ་དེར་དགེ་ཆན་དང་སློབ་མའི་འབྲེལ་བ་ནི་རྩ་དང་འོ་མ་ལྟར་བཅེ་སེམས་ཆེ་བ་ཡོད། སློབ་གྲྭ་དེར་སློབ་ཚན་གཉིས་ལས་མེད། སློབ་ལྷག་ཆན་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྩུང་བ་ལ་བྱམས་སྦྱོང་དང་རྩུང་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཆེ་བ་ལ་བཅེ་བཀྱར་གྱིད་པའི་ལུགས་སློལ་བཟང་པོ་ཞིག་ཡོད། སློབ་གྲྭ་འདིར་ནང་ཆོས་རྩོམ་གྱི་སློབ་ཁྱིད་ལྷགས་ཆེ་བ་ཡོད། འདི་ནི་ལྷ་ཡུལ་དང་འདྲ་པོ་ཡོད་པས་སློབ་ལྷག་རྣམས་དགའ་དགའ་སློ་སློའི་ངང་སྟོད་གྱི་ཡོད། སློབ་གྲྭ་འདིའི་སློབ་མ་རྣམས་ས་ཆ་གསུམ་གང་ནས་ཡོད་པ་ཡིན། ངའི་མ་ཡུམ་ནི་ལ་དྲགས་ཡིན།



ལྷན་པའི་སྒྲོན་པ།

བསོད་ནམས་རྒྱ་མཚོ། ཀླ་འཛིན་གྲུ་ལྷ་པ།

ངའི་མིང་ལ་བསོད་ནམས་རྒྱ་མཚོ་ཟེས། ང་གྲུ་བ་ཞིག་ཡིན་ལ་ལོ་བཅུ་དྲུག་ཡིན། ངའི་དགོན་པའི་
མིང་ལ་རྒྱུད་སྒྲོན་ཟེས་ཀྱི་ཡོད། ངའི་པ་མ་གཉིས་ཀྱི་བལ་ཡུལ་ལ་ཡོད། བ་ལགས་ཀྱི་མིང་ལ་ལོ་རྒྱུ་
དང་ཁོང་ནི་ཤིང་བཟོ་བ་ཡིན། ཨ་མའི་མིང་ལ་བསྐྱེད་ལ་ཟེས། ཨ་མས་ནང་ལས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ང་ལ་
གཅེན་པོ་གསུམ་དང་གཅེན་མོ་གཉིས་ཡོད། ཁོང་ཚོ་སློབ་གྲུར་འགྲོ་ཡི་ཡོད། ངའི་སློབ་པ་པོ་ལག་ཤོས་
ནི་བྱམས་པ་དོན་གྲུབ་དང་སློབ་བཟང་དོན་གྲུབ་ཡིན། ངའི་ཨིན་ཇིའི་ཆུན་ལགས་ཀྱི་མིང་ནི་ཆུན་བསྟན་
འཛིན་གདུགས་དཀར་རེད།

བོད་ཡིག་ཆུན་ལགས་ཀྱི་མིང་ནི་ཆུན་ཀྱན་བཟང་ཟེས་ཀྱི་ཡོད། ངའི་ཤིང་ཉྱལ་དགའ་ཤོས་ནི་
ཀྱུ་ལུ་རེད། ང་འཛིན་གྲུ་ལྷ་པ་ཡིན་པ་དང་ཆུ་ཚོད་བཅུ་པ་ལ་ཉལ་ཀྱི་ཡོད་ལ་ཆུ་ཚོད་ལྷ་པ་ལ་ལངས་ཀྱི་
ཡོད། ངའི་ཤག་གི་ཨང་གངས་ཉི་ལུ་ཅ་ལྷ་ཡིན། ངའི་འབྲུལ་འཁོར་དགའ་ཤོས་ནི་རྒྱ་འཁོར་རེད། ང་
སློབ་སྦྱང་བྱེད་པའི་སྐབས་སློབ་སྦྱང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ཅེད་མོ་ཅེ་བའི་སྐབས་ཅེད་མོ་ཅེ་ཡི་ཡོད། ངའི་སྐད་
ཡིག་དགའ་ཤོས་ནི་ཨིན་ཇི་རེད། ཨིན་ཡིག་སློབ་ལག་ལ་དགའ་པོ་ཡོད།

ང་ཨིན་ཇི་དང་བོད་ཡིག་དང་ཡིག་གཟུགས་དང་རི་མོ་བཅས་སྦྱང་གི་ཡོད། ངའི་ཤག་གི་ཆུན་
ལགས་ཀྱི་མིང་ནི་དོན་གྲུབ་ཆེ་རིང་ཟེས། ཁོང་གིས་ང་ལ་དཔེ་ཆ་སློབ་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་ཟད་བསྐྱབ་བྱ་ཡང་
རྒྱ་གི་འདུག །ང་རྒྱ་ཅེད་པོ་ལོ་ཅེ་རྒྱུར་དགའ་པོ་ཡོད། ངའི་ཚོན་མདོག་དགའ་ཤོས་ནི་ནག་པོ་རེད།
ང་རང་དགོན་པ་ལ་དགའ་པོ་ཡོད།



༥ ང་ཚོའི་དགོན་པ།

ཚོ་བཟང་དཔལ་ལྷན། འཛིན་གྲ་བདུན་པ།

ང་ཚོའི་དགོན་པའི་མིང་ལ་རྒྱུད་སྟོང་དགོན་པ་ཟེར་གྱི་ཡོད་རེད། དགོན་པ་ནི་༡༩༥༩ ལོར་རྗེ་
བཙུན་ཀུན་དགའ་དོན་གྲུབ་གྱིས་ཐུག་བཟུང་བ་ལྟར་པ་རེད། འཕགས་ལུལ་གྱི་རྒྱུད་སྟོང་དགོན་པར་ད་ལྟ་གྲུབ་
ལྷ་བརྒྱལ་གྱི་ཚུལ་ཡོད་རེད། སལ་ཆེ་བ་དགོ་སྟོང་དང་དགོ་ཚུལ་ཡིན་པ་མ་ཟད་དཔེ་མཆོམས་པ་ཡང་
ཡོད་རེད། དགོན་པ་ལ་སྟོབ་སྟོང་འབྲེལ་སྟོབ་ཆོག་གས་སྐྱེད་རྒྱ་ཡོད་རེད། ང་ཚོའི་དགོན་པ་ནི་ཉི་མ་ཚལ་
ཟེར་བའི་མངའ་སྡེའི་ནང་ཡོད།

རྒྱུད་སྟོང་ནི་དགོ་ལུགས་ནང་ནས་དགོན་པ་སྟན་གྲགས་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད། དགོན་པའི་འཁོར་
ལུག་ནི་ཉ་ཅང་སྟོང་རྗེ་པོ་དང་། དེ་ལ་རྒྱ་གར་ལུལ་མི་རྣམས་འཆམས་འཆམས་ལ་བསྐྱབས་པ་མ་ཟད་
འཛམ་བུ་སྤྱིར་གྱི་ལུང་པ་འབྲེལ་སྟོབ་ཆོག་གས་ཀྱི་ལུལ་སྟོར་བ་སྐྱབ་གྱི་རེད། དགོན་པ་དེར་ལྷ་སྐུ་བ་
ཀམ་པ་བཞུགས་གྱི་ཡོད་རེད། ང་ཚོའི་དགོན་པ་ལ་གཟུང་བ་སངས་དང་སྟེན་པ་ལ་ཉིན་རྒྱུ་པར་མི་
མང་ཆོ་མཇུག་ཁ་ཐོབ་གྱི་རེད། དགོན་པ་ལ་ལོ་ལྟར་ལུགས་མཁར་གཏོང་གི་ཡོད་ཅང་མི་མང་པོ་ལྟ་
བར་སྐྱབ་གྱི་རེད། དེ་མ་ཟད་དཀྱིལ་འཁོར་སྐྱབ་མཆོད་ནི་བདེ་མཆོག་ཉིན་གསུམ་འཆོགས་གྱི་རེད།
དེ་ནས་འཛིགས་བྱེད་དང་གསང་བ་འདུས་པ། དེ་ནས་ཐོད་རྒྱུ་བརྒྱུད་པའི་ནང་ཉིན་གསུམ་རིང་དབྱག་
ཡེར་བའི་བསྐྱར་གསོ་ཆེན་མོ་འཆོགས་གྱི་ཡོད།

ང་ཚོ་དགོན་པ་ལ་སྐྱགས་རམས་པ་དང་དགོ་བཞེས་ལངས་རྒྱུའི་འཕྲོ་བ་ཐང་ཡོད།

ང་ཚོ་དགོན་པའི་ཡན་ལག་རྟེན་མི་དང་བསྟན་འཛིན་སྐྱང་བཅས་ཡོད། རྒྱུད་སྟོང་དགོན་པ་ལ་
མཁར་པོ་དང་། ལྷ་མ་དབུ་མཇུག་བཅས་ཡོད་རེད། དེར་སང་ང་ཚོའི་དགོན་པ་ནི་ཡར་རྒྱས་དང་འཁོར་
ལུག་གཙང་སྤྱོད་ཞེས་ལག་པོ་ཆགས་འདུག །དཔེར་ན་གཟུང་སྟེན་པ་རྒྱུ་པར་དཔེ་མཆོམས་པ་ཡིས་
གཙང་མ་བཟོ་ཡི་རེད།



༥ ངའི་དགོ་ཆུ་གྱི་སྐོར།

སྐོ་བཟང་པན་བདེ། འཛིན་གྱ་བདུན་པ།

ངའི་དགོ་ཆུ་གྱི་མིང་ལ་ཆུ་དགོ་ལེགས་མགོན་པོ་ཟེར་གྱི་ཡོད། ངའི་དགོ་ཆུ་གྱི་པ་ཡུལ་ནི་
 བོད་ནས་ཡིན། དགོ་ཆུ་གྱི་ནང་མི་རྣམས་ཀྱི་ཡིང་སྒྲུག་ལ་གཞིས་ཆགས་ནས་སྤོང་གྱི་ཡོད། ངའི་དགོ་
 ཆུ་ནི་སྟོབས་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་དང་། སེམས་པ་ཏ་ཅང་གི་བཟང་པོ་ཡོད། གང་ཡིན་ཟེར་ན་ནམ་རྒྱུན་
 ང་ཆོ་ལ་གང་ཡག་ཡག་དང་གང་གཟབ་གཟབ་བྱེད་གྱི་ཡོད་པ་མ་ཟད་དགོ་ཆུ་དང་དགོ་སྒྲུག་བར་ལ་
 བན་རྒྱུན་ཏ་ཅང་བཅེ་བ་ཆེན་པོ་ཡོད། གང་ཡིན་ཟེར་ན། དགོ་ཆུ་གྱིས་དངོས་གནས་ང་ཆོ་ལ་སོ་སོའི་
 སྒྲ་གྲུ་ནང་བཞུགས་པ་དང་ཤ་ཆ་བྱེད་གྱི་ཡོད་པ་དང་། པ་མ་གཅིག་གི་སྒྲ་གྲུ་ནང་བཞུགས་སེམས་
 ཁྲལ་བྱེད་གྱི་ཡོད་པ་མ་ཟད་མཆོམས་མཆོམས་ང་ཆོ་ལ་དགོ་ཆུ་གྱིས་བསྐྱབ་བྱ་རྒྱུ་གི་འདུག། དེར་
 བརྟེན་ང་ཆོས་དངོས་གནས་དགོ་ཆུ་ལ་གྲུས་བཀྱར་དང་བཅེ་མཐོང་བྱེད་དགོས་རེད། བམ་རྒྱུན་དགོ་
 ཆུ་གྱིས་ག་རེ་བསྐྱབ་པ་ཡིན་ན་ཡང་དེ་ལ་གང་གཟབ་གཟབ་བྱེད་དོ་སྤྲོད་སྤོང་དགོས། གལ་སྲིད་ང་ཆོས་
 དགོ་ཆུ་ལ་བཅེ་བཀྱར་དང་གྲུས་ཞབས་མེད་པ་ཡིན་ན་སོ་སོའི་བསོད་ནམས་ཉམས་འཁྲོ་བ་དང་། དེ་
 ཉམས་ན་སོ་སོའི་གསེར་རིན་ཐང་ཆེན་པོ་ཞིག་བོར་བ་དང་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པར་བསམ་གྱི་འདུག།
 དེར་བརྟེན་དགོ་ཆུ་ཟེར་བ་ནི་མཁས་བཙུན་བཟང་གསུམ་ལྡན་པ་ཞིག་དང་། འགན་འཁུར་མཁན་ཞིག་
 ལ་ཟེར། དཔེར་ན་སོ་སོ་ལ་དགོ་སྒྲུག་ཡོད་པ་ཡིན་ན་དེ་ལ་སྟོབས་སྤྱོད་དང་ཀུན་སྤྱོད་ཐོག་ལ་གང་གཟབ་
 གཟབ་དང་གང་ཡག་ཡག་བྱས་ནས་ལྟོག་བྱ་རྒྱུ་དེ་དགོ་ཆུ་གྱི་འོས་འགན་རེད།

དགོ་སྒྲུག་ལ་མཆོན་ན་སྤོང་གྱི་སྒྲིན་གསུམ་དང་བྲལ་བ་ཞིག་དགོས། དེ་གསུམ་ནི། སྤོང་བྲི་མ་
 ཅན། སྤོང་ཞབས་རྩོལ་བ། སྤོང་ཁ་སྒྲུབ་པ་བཅས་ཡིན། དཔེར་ན། སྤོང་ཞབས་རྩོལ་ཟེར་བ་དེ་དགོ་ཆུ་
 གྱིས་བསྐྱབ་བྱ་གནང་སྐབས་ང་ཆོས་ཨམ་མཆོག་གཡས་པས་ཉན་ཏེ་གཡོན་པ་ནས་བཏང་བ་ཡིན་ན་
 སྤོང་ཞབས་རྩོལ་ཆགས་པ་རེད། སྤོང་བྲི་མ་ཅན་ནི། དཔེར་ན། སྤྱེས་བྲུ་ལ་དཔེ་བཞག་ན་མི་ཞིག་སྟོབ་
 སྤྱོད་ཡག་པོ་ཡོད་ཀྱང་བེད་སྤྱོད་ལོག་པ་བཏང་བ་ཡིན་ན་སྤོང་བྲི་མ་ཅན་ཆགས་གྱི་རེད། སྤོང་ཁ་སྒྲུབ་



ཐེང་པ་དེ། དཔེར་ན། ལྷ་མ་ཅ་ཆེན་པོ་ཆོས་བཀའ་སློབ་གནང་སྐབས་ར་ཆོའི་སེམས་པ་དེ་ནུས་གཤེད་
པ་བཏང་བ་ཡིན་ན་སྟོང་ཁ་སྐབས་ལྷ་བྱ་ཆགས་པ་རེད། སློབ་མ་གང་པར་ཞིག་ཡིན་ནའང་སྟོང་གི་སྟོན་
གསུམ་དེ་ཤེས་དགོས་པ་གས་ཆེན་པོ་རེད།

༢ ང་ཡི་སྒྲུབ།

ལྷོ་བཟང་བསམ་གཏན། འཛིན་གྲ་རྒྱལ་པ།

དཔེ་མིང་ལ་སྟོན་བཟང་བསམ་གཏན་ཟེར་གྱི་ཡོད། དཔེ་བ་ཡུལ་ནི་ཨ་རུ་ན་ཅལ་མངའ་སྡེའི་ཁོངས་
 དེ་རང་ཞེས་བ་ནས་ཡིན། ང་ལ་ནང་མི་བརྒྱད་ཡོད། དཔེ་བ་ལགས་ནི་ཁོང་བ་ཞིག་ཡིན། ཨ་མས་ནང་
 ལས་བྱེད་བ་དང་ཨ་ཅག་ཚོ་སྟོན་བྲལ་འགོ་བཞིན་ཡོད། དཔེ་ཨ་ཇོ་ནི་རྒྱངས་འཁོར་གཏོང་མཁན་ཞིག་
 ཡིན། ཨ་ཇོ་གཅིག་ནི་བྲལ་རེད། ང་ནང་མིའི་ནང་ནས་བྱ་རྒྱུ་ཤོས་ཡིན་བ་དང་ནང་མི་ཚོས་ང་ཨ་ཇོའི་
 དགོན་བ་ལ་བཏང་སོང་། དགོན་བར་བསྐྱེབས་དུས་སེམས་བ་ཏ་ཅང་སྟོ་སོང་། དེ་མ་ཟད་བ་མ་གཉིས་
 གྲང་བྱ་བྱུང་། ཕྱིས་སུ་དགོན་བའི་ནང་ལ་གྲོགས་པོ་མང་པོ་ཆགས་ནས་བ་མ་དེ་ཅམ་བྱན་མ་སོང་།

ཆེ་བ་དྲུག་ཙམ་ཕྱིན་རྗེས་ནང་ནས་ང་ལ་ཁ་བར་ཞིག་བསྐྱབས་ཕྱུང་། དེའི་སྐྱབས་སུ་ངའི་པ་མ་
ཚོ་དང་མཉམ་དུ་སྐད་ཆ་ལ་བ་རྒྱ་བྱུང་། དེང་སང་ང་དགོན་པའི་ནང་ལ་སློབ་གཉེར་བྱེད་བཞིན་ཡོད།
སློབ་གྲུའི་ནང་ལ་སློབ་སྦྱོང་སྤྱོད་ཆོག་སློབ་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་ཆད་མཆོད་པ་བཟོ་སྐྱབས་བསྐྱབ་ཀྱི་ཡོད། ང་
ད་ལྟ་དགོན་པའི་ནང་ལ་འཛིན་བྱ་དྲུག་པ་ཡིན། དགོན་པའི་ནང་ལ་དགེ་ཀན་ཡང་མང་པོ་ཡོད་རེད། ང་
ཚོའི་དགོན་པའི་མཁན་པོའི་མཆན་ནི་བྱ་དོ་རིན་པོ་ཆེ་ཡིན། ངའི་དགོན་པའི་མིང་ལ་རྒྱུད་སྟོད་དགོན་པ་
ཟེར། རྒྱུད་སྟོད་དགོན་པ་ནི་ཐོག་མ་བོད་ལ་ཡོད། བོད་ལ་རྒྱུད་སྟོད་དགོན་པའི་མིང་ལ་ར་མོ་ཆེ་ཟེར་གྱི་
ཡོད། དེས་མ་ཆད་བོད་ལ་ཐོག་མར་དྲུག་འདེབས་མཁན་ནི་རྗེ་བཙུན་ཀླན་དགའ་དོན་གྲུབ་ཡིན།

དེ་ནས་རིམ་བཞུགས་ཐོག་ལ་སྐྱེས་བཅའ་བརྟུན་ལ་བྱས་པའི་དབང་གིས་ཐོག་མི་ནམས་སྐྱེ་ལ་
བཅའ་བྱེད་ཏུ་ཡོང་དགོས་ལྟར་བ་རེད། སྐྱེ་ལ་ལྷན་པར་སྐྱེད་ལྟེན་ཆར་དང་ལོ་རྒྱུ་ལ་ཉེ་བའི་དང་། གཉིས་



པ་བསྟན་འཛིན་སྒྲིང་། ཐ་མ་དེ་རྩ་རམ་ས་ལར་ཡིན། རྒྱ་གར་ནང་ལོག་ན་རྒྱུད་སྟོད་དགོན་པ་ཆེ་ཤོས་དེ་རྩ་
 རམ་ས་ལ་ལ་ཡོད་རེད། ད་ལྟའི་ཆར་དགོན་པ་ལ་བྲ་པ་ལྷ་བརྒྱལ་ཡོད། ང་རྒྱུད་སྟོད་དགོན་པ་དེའི་ནང་
 སྟོབ་སྦྱང་བྱེད་བཞིན་ཡོད། མ་འོངས་པར་ངའི་དམིགས་ལུལ་ནི་དཔེ་ཁྲིད་དགེ་ཆུན་གྱི་འདོད་ཡོད།

༥ ངའི་པ་ཡུལ།

བཟ་ཤིས་ཆེ་རིང་། ཀཾ་འཛིན་གྲ་བཞི་པ།

བལ་ཡུལ་དང་བོད་གཉིས་བར་ལ་མཐོ་ཞིང་བརྩེད་ཆགས་པའི་གངས་རི་ཆར་དྲུ་དངར་བ་མང་
 མོ་ཡོད་པའི་དཀྱིལ་ལ་ཡིད་དྲུ་འོང་བའི་གྲོང་གསེབ་རྒྱང་རྒྱང་ཞིག་ཡོད་པ་ནི་ངའི་པ་ཡུལ་ཡིན། དེའི་མི་
 རྣམས་ཆོས་དད་ཆེ་བའི་ཞིང་ས་ཤིག་སྟེན་ཡིན། ཡུལ་དེར་སྤྲོ་མོ་ནས་བོད་རྒྱུད་ནང་བསྟན་དར་བྱེད་ཆེ་བ་
 དང་། མི་རྣམས་ཀྱིས་རྟག་དྲུ་ཆོག་པ་བསལ་དགེ་སྦྱབ་ཀྱིས་མ་ཉི་བཟང་བ་སོགས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

འོན་ཀྱང་ཆོས་ཀྱི་གོ་རྟོགས་དམན་པས་དུས་རྒྱུན་དཀའ་ངལ་རབ་དང་རིམ་པ་འབྲུད་ཀྱིན་གནས་
 བཟུང་ཡོད་སྟབས། དཀའ་ངལ་དེ་སེལ་ཐབས་བྱ་རྒྱུ་ནི་ཤེས་ཡོན་སྟོབ་སྦྱང་ཡར་རྒྱས་གཏོང་རྒྱ་རང་
 རེད་སྟེ། ཡུལ་དེ་ལ་རྒྱ་ཆེ་བའི་སྤང་དང་ཅི་ཤིང་འབྲུ་མིན་ཡོད་ལ། གཡས་གཡོན་ཐམས་ཅད་བརྩེད་
 ཀྱིས་འབྱེད་པའི་གངས་རི་དཀར་མོ་དང་སྟོན་ཤིང་འབྲུ་མིན་སྟོན་ཆོག་པ་ཡོད་ཅིང་། ཅི་ཤིང་དང་མེ་རྟོག་
 ཆང་ཆིང་དྲུ་འབྲིགས་པ་དང་། བྱ་དང་བྱིའུ་སོགས་སྟོན་ཆགས་འབྲུ་མིན་སྟོན་སྟོན་གིན་ཡོད་སྟབས་
 མི་སྲུ་ཡིན་ཡང་སེམས་ལ་ཞི་བདེའི་སྤང་བ་སྟེར་བའི་ཡུལ་ལུང་ཞིག་ཡིན།

༥ ངའི་སྟོབ་གྲ།

བསྟན་འཛིན་ཆོས་འཕེལ། འཛིན་གྲ་གཉིས་པ། ཁ

ངའི་སྟོབ་གྲ་རྩ་རམ་ས་ལ་ནང་ལ་ཡོད། སྟོབ་གྲའི་མིང་ལ་རྒྱུད་སྟོད་གཞི་རིམ་སྟོབ་གྲ་ཟེར། སྟོབ་
 གྲའི་ཁང་པ་སོག་བཅེགས་གསུམ་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན། སྟོབ་གྲའི་འཛིན་ཁང་ཁང་མིག་མང་པོ་ཡོད། ང་



ཆོའི་འཛིན་ཁང་སྟེང་རྗེ་པོ་ཡོད། དེའི་ནང་ལ་ནག་པང་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད། ནག་པང་གི་སྟེང་དུ་ས་སྐྱ་ག་
གིས་ཡི་གེ་འབྲི་ཡི་རེད། ནག་པང་མདུན་ལ་ང་ཆོའི་བཙེ་བའི་དགེ་ཆེན་བཀུགས་ཡོད། དེའི་མདུན་ལ་ང་
ཆོ་སློབ་ལྷན་སྟོན་ས་རྒྱལ་སྟེགས་དང་ཅག་ཅེ་མང་པོ་ཡོད། ང་ཆོ་དེ་ལ་བསྐད་ནས་སློབ་སྦྱོང་ལ་དོ་སྣང་
ཡག་པོ་བྱེད་གྱི་ཡོད། དེའི་མི་ཆོའི་ནང་ལ་ང་ཆོ་སློབ་ལྷན་བཀའ་བློན་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་ཡང་ཡང་མཁ་གྱི་ཡོད།

༡༩ འཇིག་ལྷན་གྱི།

ཆེ་རིང་རྒྱལ་པོ། འཛིན་གྲ་བཞི་པ།

ངའི་སློབ་གྲུའི་མིང་ལ་དབལ་ལྟ་ན་སྟོང་ཆུང་གཞི་རིམ་སློབ་གྲྭ་ཟེར། སློབ་གྲྭ་འདིའི་ཆགས་ཤུལ་ནི་
 རྩ་རམ་ས་ལའི་སི་རྟི་རྩ་རི་ཞེས་པར་ཡོད། སྤྱིར་བཏང་རྩ་རམ་ས་ལའི་ནང་སློབ་གྲྭ་མི་འདྲ་བ་ཆེ་ཆུང་མང་
 བོ་ཡོད། འོན་ཀྱང་ང་ཚོའི་སློབ་གྲྭ་འདི་དམིགས་བསལ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། སློབ་གྲྭ་འདི་ནི་གྲྭ་ཆང་ནང་ལ་
 ཆགས་ཡོད། སློབ་གྲྭ་འདི་ཡི་མདུན་དུ་མེ་ཉོག་སྣ་ཚོགས་དང་ལྗང་ལྗེ་མ་ལྗེ་གྱི་སྤང་དང་ལྗོན་ཤིང་སྣ་
 ཚོགས་གྱིས་ཁངས་ཡོད། འདིར་སློབ་མ་བརྒྱ་ལྷག་ཙམ་དང་དགེ་ཆན་ལྡོ་ཡོད། དགེ་ཆན་གཉིས་ཡིན་
 ཡིག་དང་གསུམ་ནི་བོད་ཡིག་དགེ་ཆན་རེད། འདིའི་མདུན་གཞུང་ལམ་འཁེལ་གྱི་ཡོད་པས་པར་ཚུར་
 འགྲོ་མཁན་ནི་གྲོག་མའི་ཆང་ལྟར་མང་བོ་ཡོད།

འདིའི་གཡས་གཡོན་རྒྱ་བར་གྱི་ཟ་ཁར་དང་ཚོང་ཁར་། བཟོན་ཁར་སོགས་མང་། གཙུག་ལག་
ཁར་རྒྱབ་སྟོགས་ནགས་དང་རིའི་ཅེ་ལ་གངས་མཐུག་ཙམ་བབས་ཡོད་པས་རི་པོ་བརྗེད་ཆགས་པ་ཡོད།
ཤིང་ནགས་སུ་བྱིའུའི་སྐད་སྒྲ་ཚོགས་གྲག་པ་དེས་སེམས་སྟོད་སྟོད་ཆགས་གྱི་ཡོད་པ་དང་། དེར་སོ་
ནམ་པ་རེ་གཉིས་ལས་གཞན་འགྲོ་མཁན་མེད། གཡས་སྟོགས་སུ་ཅིད་ཐང་རྒྱང་ཙམ་ཞིག་ཡོད། དེར་
སྟོབ་སྐྱག་ནམས་བར་སེང་སྐབས་ཀྱང་ཅིད་པོ་ལོ་དང་ལག་ཅིད་པོ་ལོ་ཅེ་བ་དང་། ཡང་ཁ་ཤས་གྱིས་
ལུས་རྩལ་སོགས་ཅེ་ཡི་རེད། གཡོན་སྟོགས་སུ་སོ་ནམ་པའི་ཞིང་ཁ་མཐའ་མེད་པར་སྤང་སྤེམ་ངང་ཡོད།

དེའི་འགྲམ་དུ་ཆུ་ཐོག་ཆུར་ཆུར་ཞིག་དཔ་གྱིས་འཕབས་ཀྱི་ཡོད་པ་དེས་ཤིང་སྤོང་དང་མི་ཤིང་
སོགས་པ་མེ་ལྷོག་སྤྲོད་ཀྱི་ཡོད། སྤོབ་ཕྱག་དང་དགེ་ཆུ་བར་བཅེ་སེམས་ནི་སྤོབ་ལྷ་ལ་ཞུན་དང་མི་འདྲ་



བ་ཡིན། དགེ་ཚུན་གྱིས་བཀའ་སློབ་བཟང་པོ་རེ་གནང་བར་སློབ་སྦྱུག་ནམས་གྱིས་སེམས་ལ་བཅངས་
སྟེ་སློབ་སྦྱང་ལ་བཅོན་འགྲུས་བྱེད་གྱི་ཡོད། སློབ་མ་ནམས་གྱིས་འདི་ལ་ཡག་པོའི་སློབ་སྦྱང་བྱེད་བ་ནི་
ར་རང་ལ་ཡིད་ཆེས་ཡོད།

༥ དགོན་པ།

སྐལ་བཟང་དོ་མེ། འཛིན་གྲ་གསུམ་པ།

འཛམ་གླིང་ག་ས་ག་ལ་དགོན་པ་མང་པོ་ཡོད། ང་ཚོའི་དགོན་པ་འདི་མིང་ལ་རྒྱད་སྟོད་ར་མ་ཆེ་
ཟེར་གྱི་ཡོད། ང་ཚོའི་དགོན་པ་ལ་དཔེ་མཛོད་ཁང་ཆེན་པོ་གཅིག་ཡོད་ལ་སློབ་གྲྭ་ཡང་ཡོད། ད་དུང་མེ་
ཏོག་ལྷུམ་རྩ་དང་སྡེ་ཉིང་གི་རིགས་འདྲ་མིན་སྣ་ཆོག་མང་པོ་ཡོད། ང་ཚོའི་དགོན་པ་ལ་ཁང་པ་ཐོག་
བཅེགས་གསུམ་ཅན་བྱུག་ཡོད། ད་དུང་དགོན་པ་འདི་ཟ་ཁང་ཞིག་དང་ཆོང་ཁང་ཞིག་ཀྱང་ཡོད། ང་ཚོའི་
དགོན་པ་ལ་ཅ་བའི་སྒྲ་མ་གཅིག་ཡོད། བདག་གི་ཅ་བའི་སྒྲ་མའི་བཀའ་སློབ་སྟིང་དབྱུས་སུ་བཅངས་བར་
བརྟེན་འགོ་འཆག་ཉལ་འདུག་ཀྱན་ལ་འགྱུར་བ་ཆེན་པོ་ཐེབས་བྱུང་། ང་རང་གྲ་ཆང་འདིར་གྲ་བ་བྱས་
སྟབས་པར་ཨེ་མ་འདི་འདྲ་དགའ་བ་ལ།

༥ བཅེ་བའི་གྲོགས་པོ།

ཆེ་རིང་རྒྱལ་པོ། འཛིན་གྲ་བཞི་པ།

སྦྱིང་མི་ཆང་མ་ལ་གྲོགས་པོ་དང་གྲོགས་མོ་སྣ་ཆོག་ཡོད་པ་བཞིན་ང་ལ་ཡང་གྲོགས་པོ་མང་པོ་
ཡོད་པ་ལས་སློབ་ཟུང་དཔལ་ལྷན་ནི་ངའི་གྲོགས་པོ་གཞན་དང་མི་འདྲ་བ་ཞིག་ཡིན། རེད་གཉིས་པ་ལུལ་
ཡང་གཅིག་པ་ཡིན་ནིང་རྒྱུད་དུས་སུ་སློབ་གྲྭར་མཉམ་དུ་བྱིན་པ་མ་ཟད་ཅེད་མོ་ཅེ་རོགས་ཀྱང་ཡིན། རེད་
གཉིས་སློབ་གྲྭ་དེར་ལོ་གསུམ་རིང་མཉམ་དུ་བསྐྱད་པ་ཡིན། ཁོང་རང་གིས་པ་མ་བཟང་པོའི་བསྐྱབ་བྱ་
སྟིང་ལ་བཅངས་ཏེ་སློབ་སྦྱང་ཡག་པོ་བྱེད་ཀྱིན་རང་གི་གྲོགས་པོ་གྲོགས་མོ་ཆོ་ལའང་སློབ་སྦྱང་དང་ལས་



དོན་སོགས་ཀྱི་ཐད་གང་སྐྱབ་སྐྱབ་ཀྱིས་རོགས་པ་བྱེད་པ་རེད། དེ་བཞིན་དུ་ཆན་པར་ཡང་གྲུས་ཞབས་
 དང་བཅི་བཀུར་བྱེད་པ་དང་། གཞན་ལ་འཕུགས་འཛིང་དང་སྐྱབ་ཆོད་རིགས་གཏན་ནས་མི་བྱེད་པར་
 དགའ་བའི་འཇུག་དང་བཅས་ངག་འཇམ་པོས་སྐྱད་ཆ་བཤད་ཀྱི་རེད། དེར་བརྟེན་ངའི་གྲོགས་པོ་ནི་དགེ་
 སློབ་ཆང་མས་དགའ་པོ་དང་འཆམ་པོ་བྱེད་ས་དང་། སློབ་སྤྱུག་ཆོས་མིག་དཔེ་བལྟ་ས་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད།

ལོ་བཅུ་གསུམ་ལོན་སྐབས་ང་ཆོ་གྲོགས་པོ་གཉིས་དྲགས་པོ་གྲ་ཆང་དུ་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ཡིན།
 དེ་དུས་ང་རང་གཉིས་ལ་སྐྱལ་བ་བཟང་པོ་ཞིག་ཤར་བྱུང་། གྲ་ཆང་དེར་མཉམ་དུ་སླེབ་དུས་དགེ་ཆན་
 བཟང་པོ་དང་མཇལ་ནས། སློབ་སྦྱོང་ཡག་པོ་བྱས་པ་ཡིན། ཡིན་ན་ཡང་དེང་སང་ང་རང་གཉིས་མཉམ་
 དུ་མེད། ངའི་ཨ་ཞང་ལགས་ཀྱིས་ང་རང་རྒྱུད་སྟོད་ར་མོ་ཆེར་བཏང་བས་ང་རང་དེང་སང་རྒྱུད་སྟོད་ལ་
 ཡོད། ཁོ་རང་རྗེས་སུ་ལུས་པ་རེད་དེ་ང་ཆོ་ཆོས་གྲོགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་ནས་ཡང་སེམས་ནས་རྗེད་སྐྱབ་
 ཀྱི་མི་འདུག །དེར་བརྟེན་དེད་གྲོགས་པོ་གཉིས་མཆོགས་པོ་འབྲུད་སྐྱབ་པའི་རེ་བ་རྒྱག་པ་དང་། ཁོང་
 དང་ཁོང་གི་གྲོགས་པོ་སུ་ཞིག་ཡིན་ཡང་སྦྱིད་པོ་དང་། བད་ན་ཆ་མེད་པའི་སློན་ལམ་རྒྱག་གི་ཡོད། ང་
 རང་བྱ་རྒྱུ་ཆེ་ཆེ་རིང་བསོད་ནམས་ཆེ་བས། གྲོགས་མཆོག་སློབ་ཟུང་ཆེ་འདིར་མཇལ་བ་འདི་ལ། བཅི་
 དུང་རྒྱ་དང་འོ་མ་བཞིན་དུ་འབྲེས་སོང་། ས་དང་ཁ་ཐག་རིང་ཡང་སེམས་པ་བརྗེད་མེད།

༥ ངའི་གྲོགས་པོའི་སྒྲོར།

དབུ་རྒྱན་བསྟན་འཛིན། འཛིན་གྲགས་པ།

དཔལ་ལྷན་སྟོད་རྒྱུད་གྲ་ཆང་གི་སློབ་མ་དབུ་རྒྱན་བསྟན་འཛིན་པ་ཡུལ་རྩམ་དང་འཛིན་རིམ་
 གསུམ་པའི་སློབ་མ་ཡིན། ངའི་ཚུལ་ཡིག་ནི་གྲོགས་པོའི་སྒྲོར་སྒྲོང་རྒྱ་ཡིན། སྦྱར་འཇམ་སྒྲིང་འདིའི་
 བད་གྲོགས་པོ་མང་པོ་ཡོད་ལ་གྲོགས་པོ་བསྐྱེད་རྒྱ་ནི་ཤིན་ཏུ་ནས་གལ་ཆེན་པོ་བཅི་སློབ་ཡོད། ཡིན་
 ན་ཡང་། ང་ཡི་མི་ཆེད་ནང་ལ་གྲོགས་པོ་ཡག་ཤོས་ནི་གཅིག་ལས་མེད། ཁོང་གི་མཆན་ལ་རྩ་བ་རིག་
 འཛིན་ཟེར། ཁོང་ལོ་བཅུ་བཞི་ཡིན་པ་དང་པ་ཡུལ་གང་དོ་ནས་རེད། ས་ཆ་དེར་ཤིང་ནགས་མང་པོ་ཡོད་
 པའི་ཡུལ་དེར་བསམ་འབྲུག་སྒྲིང་ཞེས་པའི་སློབ་གྲགས་ཡོད་ལ་སློབ་སྤྱུག་༡༥༠ ཙམ་ཡོད་ཅིང་། མང་



ཆེ་བ་བལ་ཡུལ་ནས་ཡིན་ཅིང་ངའི་གྲོགས་པོ་ནི་འཛིན་གྲ་རྒྱལ་པ་རེད། འཛིན་གྲའི་ནང་ནས་སློབ་སྦྱོང་
ཨང་གསུམ་པ་ཡིན་པ་དང་སློབ་ཆ་ན་དགའ་ཤོས་ནི་ཨང་ཅིས་རེད།

ཉིན་ཞིག་ང་དང་གྲོགས་པོ་གཉིས་རྒྱུ་ལས་འཁོར་ནང་བསྐྱེད་ནས་དགོ་བ་རུ་སྤྱིང་ཁ་གཏང་དུ་ཆས་
པ་ཡིན། དེར་མི་མང་པོ་བསྐྱེད་ནས་འདུག་པས་ང་ཆོ་ཏ་ཅང་དགའ་པོ་བྱུང་། ཞོགས་པའི་ཁ་ལག་བཟས་
རྗེས་རྒྱུ་ཆེད་པོ་ལོ་ཅེ་བར་བྱིན་པ་ཡིན། ལམ་བར་དུ་སྤྱ་གྲུ་ཁ་ཤས་ཀྱིས་ཁྱེད་ནང་ལ་ཤག་ཤག་
དུ་ཆུ་རྒྱུ་བྱིན་འདུག། །ང་དང་གྲོགས་པོ་ཏ་ཅང་ཆུ་རྒྱུ་འདོད་ལངས་ནས་ཉིན་གྲང་ཁ་ལག་བཟས་
རྗེས་ཆུ་རྒྱུ་དུ་སོང་བ་ཡིན། ངའི་གྲོགས་པོ་མེས་པ་བཟང་པོ་ཡོད། ཉིན་ཞིག་ང་མགོ་བོ་ཏ་ཅང་ན་
བའི་སྐབས་གྲོགས་པོས་སྤྲོ་ཁང་ནང་དུ་བྱིད་ནས་སྤྲོ་ཉོས་སོང་། ཉིན་ཁ་ཤས་ཀྱི་རྗེས་སུ་ང་ཉོག་
ཅམ་དག་དུ་སོང་བས་ངས་གྲོགས་པོ་ལ་རྒྱ་པ་འདོད་སྒོ་ཁེང་བ་ཞིག་སྤྲད་པ་ཡིན། ངའི་གྲོགས་པོ་ལ་
དགའ་ངལ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི་ཁོང་མིག་ནད་པ་ཞིག་ཡིན། ངས་ཁོང་མིག་གིས་སྤྲོ་ཁང་ནང་བྱིད་ནས་སྤྲོ་
བཅོས་ཞིག་བྱ་ཐུབ་རྒྱུ་ནི་ངའི་མི་ཆེད་ནང་གི་རེ་བ་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ཡིན། གྲོགས་པོ་རྒྱ་པ་རིག་འཛིན་ངའི་
མི་ཆེད་ནང་བཀའ་བྱིན་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ཡིན།

༥ ངའི་དགོན་པ།

བསྐྱེད་འཛིན་སྐལ་བཟང་། འཛིན་གྲ་གསུམ་པ།

ངའི་མིང་ལ་བསྐྱེད་འཛིན་སྐལ་བཟང་ཡིན་ལ་འཛིན་གྲ་གསུམ་པ་པ་ཡུལ་ལ་དུགས་ནས་ཡིན།
ངའི་དགོན་པ། འཛམ་གླིང་འདྲིའི་ནང་དགོན་པ་འབྲ་མིན་སྤྱ་ཆོགས་ཡོད། ཡིན་ནའང་ངའི་དགོན་པ་ནི་
ཡིད་དུ་འོང་བ་ཞིག་ཡོད་ལ་དགོན་པའི་ནང་གྲ་པ་ཡང་དཔེ་མང་པོ་ཡོད་ཀྱང་དེའི་ནང་ནས་རྩ་ཆེ་ཤོས་ནི་
ང་རང་གི་རྒྱ་པ་ལགས་ཡིན། ང་རང་གི་རྒྱ་པ་ལགས་ཀྱིས་ང་ལ་བྱམས་སྦྱོང་ཡག་པོ་གནང་གི་ཡོད། སོ་
སོའི་རྒྱ་པ་ལགས་བཞིན་ཆེན་པོ་རེད། ང་ཆོད་དགོན་པ་ནི་ཆེན་པོ་ཡོད་ལ་ཁང་ཆེན་ཡང་རྒྱལ་ཡོད།

དགོན་པའི་གྲ་པ་ཆོ་ལ་ཟས་གོས་གནས་མལ་སོགས་ཏ་ཅང་ཡག་པོ་གནང་གི་རེད། དགོན་
པའི་ནང་ལ་ཟ་ཁང་དང་མགོན་ཁང་ཆོང་ཁང་བཅས་ཡོད། ད་དུང་སློབ་གྲུ་ཡང་ཡག་པོ་ཡོད་ལ་སློབ་



ཐུག་ཚེའི་བར་སེང་སྐབས་ལྷུ་ར་དང་སྤང་ཐང་གང་ལ་ཅེད་མོ་ཅེ་གིན་ཡོད། ངའི་དགོན་པའི་མིང་ལ་
དཔལ་ལྷན་སྟོད་རྒྱུད་གྲ་ཚང་ཟེད།

༥ ངའི་སློབ་གྲ།

ཉི་མ་ཚེ་བརྟན། འཛིན་གྲ་བཞི་པ།

ངའི་སློབ་གྲ་ནི་རྩ་རམ་ས་ལའི་སི་རྩི་རྩ་རི་ཞེས་པའི་ས་ཆ་ལ་ཆགས་ཡོད། དེ་ནི་སློབ་གྲ་གཞན་
དང་མི་འདྲ་བ་ཞིག་ཡོད་པ་མ་ཟད་མིང་ཡང་མི་འདྲ་བ་ཞིག་ཡོད། སློབ་དཔོན་ཟམ་གདོང་རིན་པོ་ཆེ་
མཆོག་གིས་ཕྱི་ལོ་ ༡༠༡༦ ལོར་རྒྱུད་སྟོད་གཞི་རིམ་སློབ་གྲ་ཞེས་མིང་བསྟུང་གནང་བ་རེད། འདི་ནི་
སློབ་གྲ་རྒྱུད་རྒྱུད་ཞིག་ཡོད་པ་དང་། སློབ་སྤྱུག་ཀྱང་བརྒྱ་ལྷག་ཙམ་ལས་མེད་སྟབས་དགེ་ཀན་ཡང་ལྷ་
ལས་མེད། ངའི་སློབ་གྲ་སློབ་ཚན་ནི་བོད་ཡིག་དང་ཨིན་ཡིག་ལས་མེད་པས་དགེ་ཀན་གསུམ་ནི་བོད་
ཡིག་གི་དགེ་ཀན་དང་། གཉིས་ནི་ཨིན་ཡིག་གི་དགེ་ཀན་རེད། སློབ་སྤྱུག་རྣམས་ཀྱིས་དགེ་ཀན་གྱིས་
གང་སློབ་པ་དེར་རིག་པ་བསྐྱེམས་ནས་སློབ་སྦྱང་ལ་འབད་བཅོམ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་ཟད་འཛིན་གྲའི་
དགེ་ཀན་དང་སློབ་ཐོགས་ཀན་པ་ལ་བཅི་བཀྱར་བྱེད་ཀྱི་རེད། དེ་ནང་བཞེན་ང་ཆོ་སློབ་སྤྱུག་ཆོས་ཀྱང་
རྒྱུད་སྟོད་གྲ་བ་ཀན་པ་རྣམས་ལ་གྱུས་ཞབས་དང་། ཀན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་གཞིན་པ་ཆོ་ལ་བྱམས་
སྦྱང་བྱེད་ཀྱི་རེད།

སློབ་གྲའི་མདུན་ཕྱོགས་སུ་ཆོས་རྩ་རྒྱུད་རྒྱུད་ཞིག་ཡོད་པ་དང་། དེ་ནི་དགོང་མོར་གྲ་བ་ཀན་པ་
ཆོའི་ཅོད་གྲ་འཆོག་ས་ཡིན། གཟའ་སྟོན་པའི་དགོང་མོར་དཔེ་མཆོམས་པ་སློབ་སྤྱུག་རྣམས་ཀྱིས་ཅོད་
གྲ་འཆོགས་ཀྱི་རེད། སློབ་གྲའི་གཡོན་ཕྱོགས་སུ་རྩ་རྩོམ་ཞིག་ལྷུང་ལྷུང་དཔ་དལ་གྱིས་འབབ་ཀྱིན་ཅི་
ཤིང་དང་སློབ་ཆགས་རྣམས་ལ་པན་པ་སྦྱོན་བཞེན་གདའ། གཡས་ཕྱོགས་སུ་ཅེད་ཐང་རྒྱུད་རྒྱུད་ཞིག་
ཡོད་པ་དེར་སློབ་སྤྱུག་རྣམས་བར་སེང་སྐབས་ཅེད་མོ་ཅེ་བ་དང་ཞོགས་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་ཀྱི་
ཡོད། སློབ་གྲའི་རྒྱུ་ལ་ཉི་མ་ལའི་རི་བརྒྱུད་ཀྱི་རི་པོ་བརྒྱུད་ཆགས་པ་མང་པོ་དང་། དེའི་ཤོད་ལ་ཤིང་
ནགས་མཐུག་པོ་སྦྱེས་ཡོད། དེའི་གཤམ་ལ་བྱ་དང་བྱིའུས་གསུང་སྟན་སློབ་བཞེན་གནས་སོ།།

ཚུམ་སྤྲིག་པའི་ཐ་མའི་གཏམ།

དེ་ཡང་ཚན་རིག་པ་ལྟར་ན་བགྲང་བྱ་ཐེང་འབྲུམ་བཅུ་གསུམ་དང་གངས་རྒྱུད་བདུན་ཅུའི་སྔོན་
ཅམ་དུ་རྒྱབས་ཆེན་གྱི་འཕོ་འགྱུར་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱུང་བའི་བརྒྱུད་རིམ་ཁོད་ནས་རིམ་གྱིས་བྱལ་བའི་
འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་འདིའི་ནང་ཚན་འཛམ་གླིང་ས་ཡི་གོ་ལ་ཞེས་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་ཅི་ཤིང་ནགས་
ཚལ་དང་། འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་བགྲང་ལས་འདས་པ་ཞིག་འཆོ་གནས་བྱས་པའི་ནང་ནས་རྟེན་གཉིས་
མི་ཞེས་ནམ་དཔྱོད་ལྟལ་དུ་བྱུང་བ་འདས་ཐེན་གྱི་དོན་ལ་བསམ་ནས་འབྱུང་འགྱུར་ཆོད་དཔག་བྱེད་པ།
ཆོས་གཅིག་རྒྱུ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་གཞན་ཤེས་པར་བྱེད་པ། ༡་གོ་ཞིང་རྒྱས་ཡོད་ཀྱི་དངོས་པོ་ཞིག་
དཔེ་རུ་བཟུང་ནས་དེ་དང་འདྲ་བའི་ཆོས་གཞན་གྱི་གནས་རྒྱལ་རྟོགས་པར་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱི་སློ་ནས་
དོན་རྣམས་ཐག་གཅོད་བྱེད་མཁན་ཞིག་བྱུང་། དེ་ཡང་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་དང་། ཉམས་སྦྱོང་།
གོམས་སློལ་སོགས་སྔོན་གྱི་མེས་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྐབས་ནས་བྱུང་བའི་ལེགས་ཆ་དེ་ཉིད་ཅ་བར་བཟུང་
ནས་འཕེལ་རྒྱས་དང་། རྒྱ་སྐྱེད་སོགས་བྱེད་དངོས་པོ་དང་། རང་སེམས་ཀྱི་སྒྲོར་ལ་འགྱུར་བ་བྱུང་དང་
འབྱུང་བཞིན་པ་ཡིན། དེ་དག་ལ་ཡང་མི་རིགས་དང་རྒྱལ་ཁབ་སོགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་
རང་རང་གི་རིག་གཞུང་ནི་སློག་ཅ་ལྟ་བུ་ཡིན་པ་གཅིག་མཚུངས་ཡིན། དེ་ཡང་སྤྱི་ལ་ཁུབ་པའི་རིག་
གཞུང་དང་བྱེ་བྲག་མི་རིགས་དང་རྒྱལ་ཁབ་སོ་སོའི་རིག་གཞུང་ཞེས་གཉིས་སུ་དབྱེ་ཆོག །མི་རབས་
སྔོན་མ་རྣམས་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཡོད་པའི་རིག་གཞུང་དེ་དག་རྒྱུན་འཛིན་དང་། ཡར་རྒྱས་ཀྱི་སློ་ནས་མི་
རབས་བྱེ་མ་རྣམས་ལ་འཕྲོད་པར་བྱ་རྒྱུ་ནི་མི་རབས་འདིའི་ལས་འགན་གཙོ་བོ་ཞིག་ཡིན། དེ་ཡང་འགྲོ་
བའི་བདེ་སྦྱིད་དང་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་ཁེ་ཕན་སོགས་དགོས་པ་དེ་ལྟར་གྱི་དེང་རབས་དང་མཐུན་པ་རྣམས་
ནི་རྒྱུན་འཛིན་བྱ་རྒྱུའི་རིག་གཞུང་ཡིན་པ་ལས་སྔོན་དུས་སུ་དར་བའི་ལུགས་སློལ་ལམ་ལྟ་རྒྱལ་ཐམས་
ཅད་རྒྱུན་འཛིན་བྱེད་དགོས་པར་བཤད་པ་གལ་ཡིན། དེ་ཡང་རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་རིགས། ལུང་ཚན་དང་
ཆོགས་སྡེ། ཁྱིམ་ཆང་དང་མི་སྦྱེར་སོགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྲུལ་ཏུ་བབ་པའི་ལས་འགན་ཞིག་ཡིན་པས་

ད་ལམ་སྒྱུར་མི་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་དཔྱད་དང་སྒོ་གྲོས་གོང་འཕེལ་གྱི་སྒོ་ནས་དེང་རབས་ཀྱི་རྗེས་ཟིན་སྐབ་
 བ་དང་། ལྷག་པར་དུ་རང་ཅག་ཁ་བ་རི་པའི་རིག་གཞུང་ལ་སླེ་ཁུ་ཅུང་ཟད་འབྱུང་རེས་《ཨི་ཨྱི་རང་སྒྲུ།》
 ཞེས་པའི་དུས་དེབ་ཅིག་འདོན་སྤེལ་བྱས་ཡོད། དེ་ལྟར་ང་ཚོས་མི་རིགས་ཀྱི་སློབ་ཚད་ལྡན་པའི་རིག་གཞུང་
 འདི་དག་མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་དང་། འཕེལ་བ་རྒྱུན་གནས། གནས་པ་དེ་ཉིད་ཡང་དག་པ་ཞིག་ཡོང་བ་
 ལ་ཐོག་མར་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་འདི་ཉིད་རྒྱ་བྱུང་དུ་རྒྱ་རྩལ་ས་པ་ཞིག་དགོས་པ་ཏེ་ཅང་གི་གཤམ་ཆེ་བར་
 མཐོང་ནས་ཚོམ་ཡིག་ལ་བཟང་ངན་དང་། བཟློན་བྱེད་བྱུང་བར་མེད་པར་ཚོམ་རིག་གི་ལམ་དུ་འཇུག་པའི་
 ལས་དང་པོ་བ་རྣམས་ལ་གཙོ་བོར་དམིགས་པ་ཡིན། དུས་དེབ་འདིའི་མགོ་མཇུག་ཐམས་ཅད་དུ་ཁྱེད་ཀྱི་
 དང་སློབ་སྦྲངས་ཐད་ནོར་འཁུལ་མི་ཉུང་བ་ཞིག་ཡོད་པེས་པས་མཁྱེན་སྒྲུབ་ཡངས་པའི་མཁས་པའི་དབང་
 པོ་རྣམས་ཀྱིས་ལམ་སྒྱུར་རྒྱ་གར་ཆེ་གནང་སྐྱོད་ཡོང་བ་ལྟ།

ཚོམ་སློབ་པ་འབྲི་སྐལ་བཟང་གིས།





༥ བླ་མ་ཡེ་པའི་ཆོས་ཐོག་སྐབས་ཀྱི་དཔལ་གསལ་བ་འདུས་པའི་ཐིག་ཆེན་རྒྱགས་སྒྲོང་།



༥ ར་མོ་ཆེ་དགུན་ཆོས་སྐབས་ཀྱི་ལྷགས་མཁར་ཆེན་མོའི་གཏོར་རྒྱལ་





༥ རྒྱད་ཉིད་དཔེ་མཛོད་ཁང་དུ་སློབ་སྦྱང་ཡར་རྒྱས་བཏང་སྟེ་གས་སྟོར་བཅོ་སྟངས་གནང་བཞིན་པ།

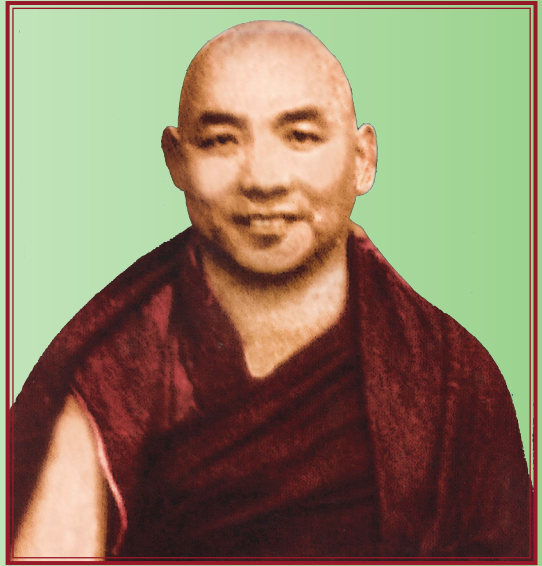


༥ དཔལ་ལྷན་ཉིད་རྒྱད་གྲ་ཚང་གི་ལོ་འཁོར་རྒྱགས་སྦྱང་ཆེན་མོ་འོ་སྐབས།





༥ རྒྱུད་ཉོད་མཁན་ཟུར་སྤང་དགོན་རིན་པོ་ཆེ་སྐུ་ཕྱེང་
 བཅུ་དྲུག་པ་དག་དབང་འཕྱིན་ལས་མཆོག་ནི་ཕྱི་ལོ་
 ༡༩༣༧ ལོར་ཡབ་འཇམ་དཔལ་ཉི་མ་དང་། དུམ་སྐལ་
 བཟང་ཆེ་སྟོན་གཉིས་ཀྱི་སྲས་སུ་འབྱུངས། རྒྱ་ལྟ་ཁག་
 གི་ཡུང་བསྟན་དང་ཉེར་སྦྱོད་ཀྱི་དངོས་ཆས་ངོས་
 འཛིན་གནང་བ་བཅས་ལ་བརྟེན་ནས་སྐུ་གོང་མའི་ཡང་
 སྲིད་འབྱུང་མེད་དུ་ངོས་འཛིན་མཛད། དགྲུང་ལོ་
 བདུན་ལ་ཐེབས་སྐབས་ཡ་སྐབས་རྗེ་ཟམ་གདོང་སྐུ་
 ཕྱེང་བཞི་པ་སློབ་ཐབས་འཕགས་པ་ཚུལ་ཁྲིམས་རྒྱ་མཆོ་
 མཆོག་ཡོངས་འཛིན་དུ་བསྟེན་ནས་ཡི་གེའི་སྦྱོར་སྟོན་གྱི་



༥ རྒྱུད་ཉོད་མཁན་ཟུར་སྤང་དགོན་རིན་པོ་ཆེ།

སོགས་རིམ་བཞིན་གསན་སྦྱོང་མཛད། དགྲུང་ལོ་བརྒྱད་ལ་ཐེབས་སྐབས་ཟམ་གདོང་རིན་པོ་ཆེའི་སྐུ་མདུན་
 བས་དགེ་ཚུལ་ཀྱི་སྟོན་པ་བཞེས། དགྲུང་ལོ་བཅུ་གསུམ་སྐབས་དབུས་སུ་ཐེབས་ནས་འབྲས་སྤྱངས་སློབ་གསལ་
 སྒྲིང་དུ་ཆོས་ཁྲུགས་གནང་ནས་ཆོགས་ཆེན་ཀྱི་སྐུལ་སྐྱེའི་མཆོན་གནས་སུ། རག་ར་ལྷ་མ་ཐུབ་བསྟན་
 འཛིགས་བྲལ་ཡོངས་འཛིན་དུ་བསྟེན་ནས་གཞུང་ཆེན་ཁག་ལ་ཐོས་བསམ་གནང་། དགྲུང་ལོ་ཉེར་ལྔ་ལ་ཐེབས་
 པ་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༣ ལོར་ལྷ་ལྷན་སྟོན་ལམ་ཆེན་མོར་དགེ་བཤེས་དམ་འཛིན་གནང་ནས་ལྷ་རམས་ཨང་གཉིས་
 པའི་མཆོན་གནས་བཞེས། ལོ་དེར་དཔལ་ལྷན་ཉོད་རྒྱུད་བྲལ་ཆང་དུ་ཁྲུགས་ཏེ་དགེ་བཤེས་ཀྱན་པའི་བྱེད་སྟོ་
 ཁག་ལེགས་བྱུང་གནང་། ས་པག་དུས་འགྱུར་སྐབས་རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་ཡུལ་དུ་ཞབས་སོར་འཁོད། རྒྱུད་
 ཉོད་བྲལ་ཆང་གི་མཁན་ལྷ་གཅིག་སྟོན་གས་ཀྱི་ངོས་མི་ལྷ་སྐུལ་དགེ་བཤེས་མང་པོ་ཡོད་པའི་ནང་ནས་ཡ་གོང་ས་
 སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་ཕྱག་རྟགས་སྤྱི་པའི་རྒྱ་དུ་གནང་བ་བཞིན་རྒྱུད་ཉོད་བྲལ་ཆང་གི་མཁན་ལྷ་
 གཅིག་སྟོན་གས་གནང་། དཔལ་འབྱོར་ཀྱི་མཐུན་རྒྱུན་ཏེ་ཅང་སྦྱོར་བའི་སྐབས་སུ་གསང་སྤྲུལ་རྟོག་རྟེན་ཐེག་པའི་
 བསྟན་པ་ཉམས་པ་སྤྱར་གསོ་དང་མི་ཉམས་རྒྱུན་འཛིན་བཅས་ལ་དམིགས་ཏེ་སྐུ་ངལ་མང་པོ་བསྐྱུངས་ནས་
 རྒྱུད་ཉོད་བྲལ་ཆང་མེད་པ་ནས་ཡོད་པ་དང་། ཡོད་པ་གོང་འཕེལ་གྱིས་སྤྱར་སྟོན་རྒྱུན་འཛིན་ཀྱི་སྟོན་ནས་བསྐྱུང་
 པ་སློབ་གཉེར་དང་། དཔལ་འབྱོར་འདུ་འགོད་སོགས་སྟོན་གང་ས་ནས་ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པར་མཛད་པ་སོགས་
 བསྟན་པ་སྦྱི་དང་ལྟག་པར་རྒྱུད་ཉོད་བྲལ་ཆང་ལ་བཀའ་བློན་ཤིན་ཏུ་ཆེ།

