



ནག་ཅིས་ཉེར་མཁོའི་སྐམ་ཆུང་དཔག་



བསམ་སྟེ་མ་བཞུགས་སོ།།



ཨ་མདོ་རྩ་ཡུལ་གྱི་མང་།



ཉིང་མཁོ།



དབལ་བྱལ་བསོད་ནམས་རྒྱ་མཚོ།

བྱིས་པའི་མིག་རྒྱ་བདེ་མཐའ་མེད།།མཐོ་དམན་འབྲེར་རྒྱད་ཆོས་

ཉིད་ཅན།།སོས་དལ་བག་ཐེབས་ལམ་ཁ་འདི།།རབ་བྱུང་འཚོ་བའི་

གར་སྟེགས་ཡིན།།

དཀར་ཆག།

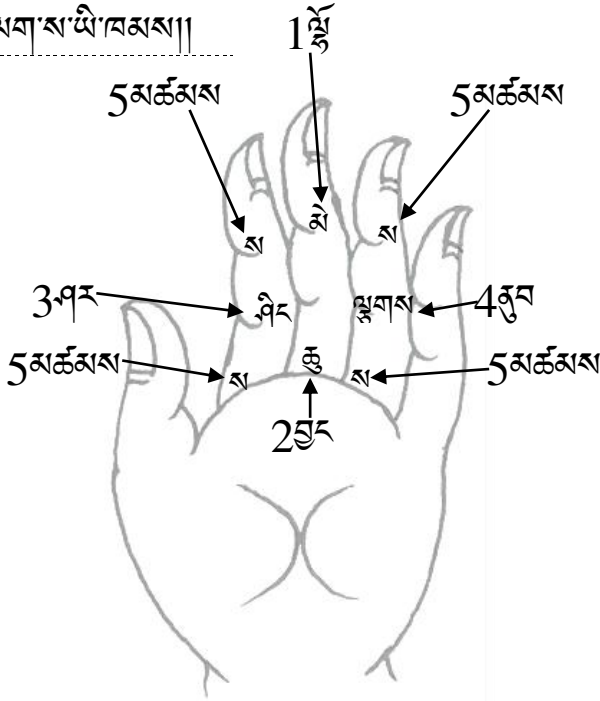
མཆོད་པར་བརྗོད་པ།.....	5
འབྲུང་ལྔ་འཁོད་ལུགས།.....	6
ལོ་རྟགས་འཁོད་ཚུལ་དང་ཕོ་མོའི་དབྱེ་བ།.....	7
སྟོག་དངོས་འཛིན།.....	8
མ་བུ་དབྱ་སྟོགས།.....	9
ལུས་ཀྱི་སྡེ་མིག།.....	10
དབང་ཐང་དོས་འཛིན།.....	11
ཀླུ་རྟ་དོས་འཛིན།.....	12
ཟླ་བ་དང་ཞག་གི་ཆོས་ཚུལ།.....	13
དུས་ཚོད་ཤར་ཚུལ།.....	14
ཟླ་ཞག་དུས་གསུམ་གྱི་དབང་ཐང་དོས་འཛིན།.....	15
སྟེ་བའི་རེའུ་མིག་སྟོགས།.....	17
སྟེ་བ་དོས་འཛིན་སྐོར་འཁོད་འཕྲུལ་གནད།.....	20
བབ་སྟེ་འཆོལ་སྟངས།.....	21
སྟེས་སྟེ་འཆོལ་སྟངས།.....	22
ཆོས་དང་དུས་ཚོད་ཀྱི་སྟེ་བ་འཆར་ཚུལ།.....	23

སྤྲུལ་ཁ་བརྒྱུད་ཀྱི་གནས་སྤྲུལ།.....	25
བབ་སྤྲུལ་ལོ་འཛིན།.....	26
ཞལ་དུས་ཀྱི་སྤྲུལ་ཁ།.....	27
སྤྲུལ་ཁའི་བཟང་བཞི་དན་བཞི།.....	28
གཟའི་ཁམས་དང་ཚེས་ཚུལ།.....	30
སྤྲུལ་ཁའི་ཁམས།.....	31
དར་གུད་བཅི་ཚུལ།.....	33
ལོག་མེན་འབྱུང་བ།.....	36
ལོག་མེན་ལོ་རྟགས།.....	38

ལྷོ། ལྷོ་ཆོག་ས་མཚན་དཔེ་ལང་ཆོ་འབར་བའི་མདངས།
 ལེགས་བཤད་ཁྱུ་གྱུ་ལོ་ལོ་འགོ་ལ་འཁོལ།
 བྱམས་དང་སྤྱི་མཆོད་བསེལ་བའི་འགོག་པ་མེད།
 ལྷོ་དབང་ཉ་རྒྱས་ལྷོ་བ་གཙུག་གིས་མཚོད།
 ལན་སེམས་མེ་ཏོག་རྒྱ་གཅིག་གྱུར་བའི་ལྷོ།
 བཅུ་ལྷོ་ལེགས་པའི་གཏེར་གྱི་བདག་པོ་ལྷོ།
 སངས་རྒྱས་བསྐྱེད་པ་སྤེལ་བའི་ལྷོ་ཆོད་ལོད།
 དགེ་བའི་བསེལ་གཉེན་རྣམ་པ་གཙུག་གིས་མཚོད།
 ལྷོ་བསྐྱེད་ལྷོ་བསྐྱེད་ཀྱི་ཕྱི་མོར་དབང་མེད་འགོ།
 སྤྱི་པའི་ལྷོ་གཏེར་ཆོད་པོ་འཛིགས་རུང་ཡང་།
 ལྷོ་བསྐྱེད་གཅིག་དཀོན་མཆོག་གསུམ་པོ་མཐོང་བ་བདེ།
 མི་བཟང་དོན་བཟང་ཡོང་བའི་བྱ་ཤིས་ཤོག།
 སྤྱི་པའི་བདེ་ལྷོ་རྣམ་གསལ་དྲངས་པའི་དཔོན།
 ལྷོ་ལྷོ་འབྱུང་བའི་ཕྱི་ལྷོ་འབྱུང་འདེགས་ལ།
 དོན་གཉེར་ཆོད་པོ་ཅན་གྱི་མི་མང་ཡང་།
 དཀའ་མཐོང་ལྷོ་དཔོན་ཉེར་འཁོར་འགའ་ཞིག་གི།

༼ འབྲུང་ལྔ་འགོད་ལྷགས་༽

༄༅།གཙུག་ལག་རྩ་བ་རྩས་སྤྲུལ་ནི།སྒྱུ་མཚོ་ཆེན་པོ་འོ་གྲོང་ཡངས་སུ།1 མགོ་བོ་
 ལྷོར་བསྟན་དེ་ཕྱོགས་མེ།2མཇུག་མ་བྱང་བསྟན་ཁམས་ནི་ཆུ།3གཞོགས་གཡས་
 ཤར་ལ་དེ་ཕྱོགས་ཤིང་།4གཞོགས་གཡོན་རྩབ་སྟེ་ཁམས་ནི་ལྷགས་།5མཚམས་
 བཞི་ཡན་ལག་ས་ཡི་ཁམས་།



ཕྱོགས་བཞི་དང་མཚམས་བཞིའི་འབྲུང་ཁམས་ངོས་མ་ཟིན་ན། མ་བྱ་དག་གྲོགས་
 སོགས་བརྩེ་ཐབས་མེད་པས། དང་པོར་དེ་བྱང་བར་བྱ་དགོས་སོ།།

༼ལོ་རྒྱུས་བཅུ་གཉིས་འགོད་སྐད་ས་དང་པོ་མའི་དབྱེ་བ༽

༡.ཤར་རྟེན་སྒྲག་ལ 2.ཤར་སྒྲེད་ལོས། 3.ཤར་རྟོ་འབྲུག་ལ4.རྟོ་རྟེན་སྒྲུལ།

5.རྟོ་སྒྲེད་རྟ་རྟེ6.རྟོ་རྒྱལ་ལུག།7.རྒྱལ་རྟེན་སྒྲེལ་ལ8.རྒྱལ་སྒྲེད་བ།9.རྒྱལ་བྱང་བྱི་

ལ10.བྱང་རྟེན་པག།11.བྱང་སྒྲེད་བྱི་བ12.བྱང་ཤར་སྒྲིང་།13.དེ་ནས་པོ་མའི་

རྒྱལ་དབྱེ་ནི།བྱི་སྒྲག་འབྲུག་རྟ་སྒྲེལ་བྱི་པོ།སྒྲེད་ལོས་སྒྲུལ་ལུག་བྱ་པག་མོ།



ལོ་སྒོར་བརྒྱ་གཉིས་པའི་ས་ཆོག་ས་དང་དེ་དག་གི་པོ་མོའི་དབྱེ་བ་ངེས་ཤིང་གོ་མ་ས་ན་
བརྩི་བ་ལག་ལེན་གྱི་སྐབས་ཀྱན་ཏུ་མི་འབྱུང་ཞིང་སྐབས་བདེ་བ་ཞིག་འོང་ངོ་།།

༼སྟོག་གི་ངོས་འཛིན༽

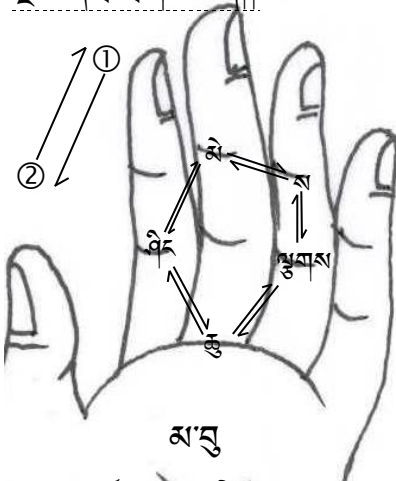
རྒྱ་དེ་རྣམས་སྟོག་གི་ངོས་འཛིན་ནི། 1 རྟག་ཡོས་སྟོག་གིང་ 2 ཏ་སྟུལ་མེ། 3 བྱ་སྟེལ་
ལྷགས་ལ་ 4 བྱི་ཕག་ལྷ། 5 སྤང་ལྷག་ཁྱི་འབྲུག་བཞི་བོ་ས།



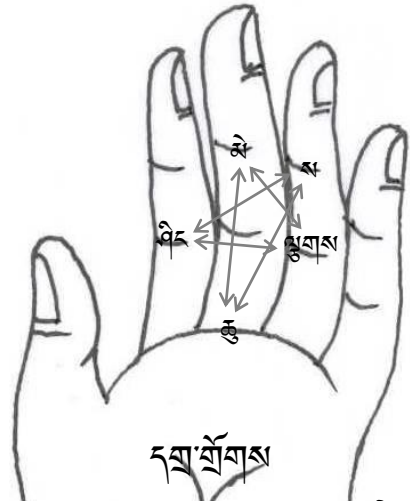
སྟོགས་བཞིའི་འབྲུང་ཁམས་བཞིའི་རེ་རེ་ལོ་རྟགས་གཉིས་རེ་སྟོང་སྟོང་དམ་
གཡས་གཡོན་བྱས་ཏེ་ཡོད་པ་རྣམས་ནི། རང་འཁོར་དུ་ཡོད་སའི་འབྲུང་བ་རྣམས་
རང་གི་སྟོག་ཁམས་ཡིན་ལ། མཚམས་བཞིའི་ལོ་རྟགས་རྣམས་ཀྱི་སྟོག་ཁམས་ས་
ཡིན་ཞེས་པ་འོ།

༼མ་བུ་དབང་གྲོགས༽

རྒྱ་ཀོང་ག་ཤིན་ཆོ་རྩིས་ལ་སོགས་པ།གང་བཅི་ཇི་སྟེད་སྟོར་འགོ་ཀུན།ཆི་བྱེད་མ་བུ་
དབང་གྲོགས་ཏེ།ཤིང་མེ་ས་ལྷགས་ཚུ་དང་ལྷ།མ་བུ་ཡིན་ཏེ་མེ་ཚུས།ཤིང་ལྷགས་
ལྷ་བོ་དབང་གྲོགས་ཡིན།



མ་བུ

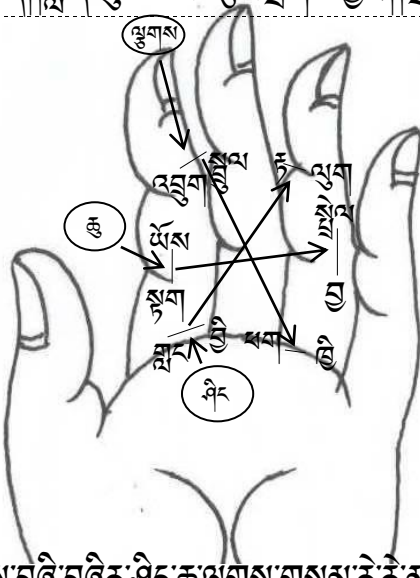


དབང་གྲོགས

གཡས་སྟོར་བྱས་ཏེ་ཤིང་བུ་མེ། མེ་བུ་ས། ས་བུ་ལྷགས། ལྷགས་བུ་ཚུ། ཚུ་བུ་ཤིང་
དང་། གཡོན་སྟོར་བྱས་ཏེ་ཤིང་མ་ཚུ། ཚུ་མ་ལྷགས། ལྷགས་མ་ས། ས་མ་མེ། མེ་མ་
ཤིང་ཡིན་ཞེས་པའོ།མེ་དབང་ཚུ་ཚུ་དབང་ས། ས་དབང་ཤིང་ཤིང་དབང་ལྷགས། ཞེས་
དབང་གཡོན་སྟོར་དང་། གྲོགས་གཡས་སྟོར་གྱིས་མཆོད་སྟེ་འགོ་ཚུ་པ་ནི། ཚུ་གྲོགས་
མེ་མེ་གྲོགས་ལྷགས། ལྷགས་གྲོགས་ཤིང་། ཤིང་གྲོགས་ས།ས་གྲོགས་ཚུ་ཡིན་
ཞེས་པའོ།

༼ ལུས་ཀྱི་ཕྱེ་མིག ༽

ལྷ་ལུས་ཀྱི་ལྷ་མིག་བརྟན་པ་ནི། མིང་གི་བྱིས་པ་མིང་དྭ་ལུག། ལུ་ཡི་སྤྲུག་ཡོས་ལུག་
སྒྲིལ། ། ལྷ་གས་ཀྱི་འབྲུག་སྤྲུལ་ལྷ་གས་ཁྱི་པག་ལུས་ནི་ལྷ་གས་ཡིན་ཐེ་ཚོམ་
མེད། ། འདི་ནི་མ་རྣམ་བརྟག་བྱས་ནས། ། མ་ལུས་མིང་ལ་བྱ་ལུས་ལུ། དབྲ་ལུས་ས་ལ་
གོགས་ལུས་མེད། ། ལྷ་ནི་ལུས་མར་བརྩེར་གྲགས་ཀྱང་། ། ལོག་མ་རྒྱད་ཀྱི་དོན་དང་
འཁྱོར། །



འདིར་ལོ་རྟགས་བཞི་བཞིར་ཤིང་ཚུ་ལྷགས་གསུམ་རེ་རེ་ནས་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་
ནང་དུ་བཙུ་བྱའི་དབང་ཐང་དང་ལོ་རྟགས་འདི་ལྟར་ལྷན་དུ་ཁེལ་ཡོད་ན་རྟགས་འདི་
ལྟར་ཤིང་བྱི་ཤིང་སྤང་ཤིང་རྟ་ཤིང་ལུག་གང་ཡིན་ཀྱང་ལུས་ལྷགས་ཡིན་ཞེས་པ་ཡིན་
ལ་ལྷགས་ཚུ་གཉིས་ལ་འང་འདྲའོ།།འོན་ཀྱང་། དངོས་སུ་མ་བསྟན་པའི་མེ་བྱི་མེ་སྤང་
སོགས་ཡིན་ཆོ། བཙུ་བྱའི་ལོ་རྟགས་སྟེ་ཚན་གང་གི་ནང་དུ་ཡོད་པ་དེའི་འབྱུང་
ཁམས་ཀྱིས་བཙུ་བྱའི་དབང་ཐང་ལ་འཐབ་པས་མ་འཐུད་ཡིན་ན་ལུས་ཤིང་དང་བྱ་

འབྲུད་ལུས་ཚུ་དང་དབྱ་ལུས་ས་སོགས་སུ་བྱེད་ཅེས་པ་ཡིན་ནོ།། སྤྱི་ཁམས་ནི་ལུས་
ཁམས་ཀྱི་མར་ངོས་འཛིན་པར་གྲགས་ཀྱང་སློག་གི་མར་ངོས་འཛིན་ཞེས་པ་འོ།།

༼དབང་ཐང་ངོས་འཛིན༽

བརྩི་བྱའི་དབང་ཐང་ངོས་བཟུང་ལུགས།།གནམ་ལོ་ཤར་བའི་ལོ་དེ་ལོ།།གཅིག་བཅུ་
རང་ལ་གཉིས་གསུམ་མ།།བཞི་ལྔ་དབྱ་ལ་བྱག་བདུན་གྲོགས།།བརྒྱད་དགུ་བུ་རུ་
ཞེས་པར་བྱ།།གནམ་གྱི་ལོ་དེ་ལོ་ཤར་ཆོ།།གཅིག་གཉིས་རང་ལ་གསུམ་བཞི་མ།།ལྔ་
བྱག་དབྱ་ལ་བདུན་བརྒྱད་གྲོགས།།བཅུ་དགུ་བུ་རུ་ཤེས་པར་བྱ།།



ད་ལོ་གནམ་ལོ་ལོ་ཤར་ཆོ་སྟེ་དཔེར་ན་གནམ་ལོ་སྟག་སྟག་བུ་ལ།།བརྩི་བྱ་ལོ་གཅིག་
བཅུ་གཅིག་ཉེར་གཅིག་སོགས་དང་།བཅུ་ཉི་ཤུ་སུམ་རུ་སོགས་ཐམ་པ་རྣམས་ཀྱི་
དབང་ཐང་ངམ་འབྱུང་ཁམས་ནི་བརྩི་སྒྲུབས་གནམ་ལོའི་འབྱུང་བ་གང་ཡིན་དེ་རང་
ཡིན་པ་དང་།བརྩི་བྱ་ལོ་གཉིས་རྣམས་དང་གསུམ་རྣམས་གྱི་དབང་ཐང་།གནམ་ལོའི་
འབྱུང་བའི་མ་རུ་འདོད་དགོས་ཀྱང་གནམ་གྱི་ལོ་དེ་ལོ་ཤར་བ་སྟེ་དཔེར་ན་གནམ་ལོ་
ཡོས་ལྟ་བུ་ལ་ནི་གཅིག་རྣམས་དང་གཉིས་རྣམས་གནམ་ལོའི་འབྱུང་བ་དེ་ཉིད་དམ་

རང་ཡིན་ལ།གསུམ་བཞི་རྣམས་ནི་གནམ་ལོའི་འབྱུང་བའི་མར་འདོད་དོ།དེས་
གཞན་རྣམས་ཤེས་སོ།

༼ཁྱུང་རྟ་དོས་འཛིན༽

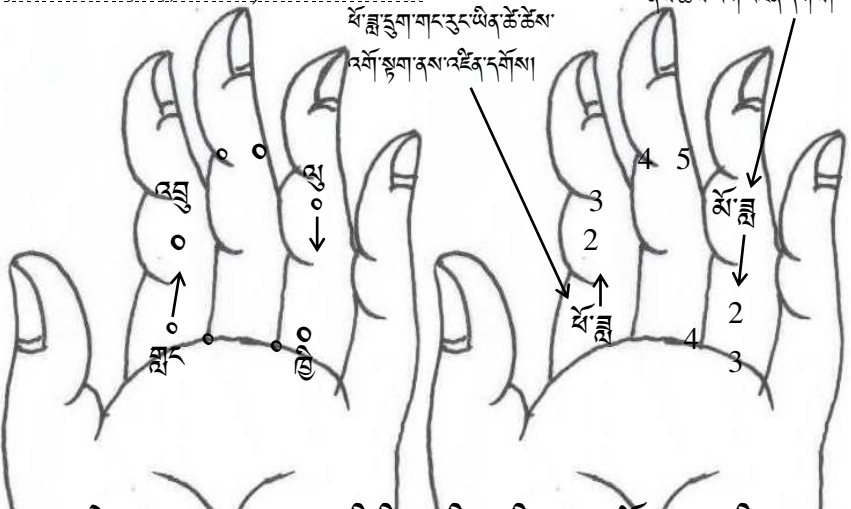
ལྷ་ཁྱུང་རྟ་དོས་འཛིན་བརྟན་བྱ་བ།རྟ་རྟ་ཁྱི་གསུམ་ཁྱུང་སྒྲེལ་ལྷགས།ཕག་
ཡོས་ལྷག་གསུམ་ཁྱུང་སྒྲེལ་མེ།ཁྱི་འབྲུག་སྒྲེལ་གསུམ་ཁྱུང་རྟ་ག་ཤིང་།བྱ་སྒྲང་
སྒྲེལ་གསུམ་ཁྱུང་ཕག་ཚུ།གཤེད་བཞིར་ས་ཡིས་བསབ་པའང་ཡོད།

མཐུན་གཞི་གསུམ་ནི།	མཐུན་ཆོས་ཁྱུང་རྟ།
རྟ་ རྟ་ ཁྱི	སྒྲེལ་ལྷགས་
ཕག་ ཡོས་ ལྷག	སྒྲེལ་མེ
ཁྱི འབྲུག སྒྲེལ	རྟ་ག་ཤིང་
བྱ་ ཁྱུང་ སྒྲེལ	ཕག་ཚུ

རྟ་རྟ་ཁྱི་གསུམ་གྱི་ཁྱུང་རྟ་ནི་སྒྲེལ་ལྷགས་དང་ཕག་ཡོས་ལྷག་གསུམ་གྱི་ཁྱུང་རྟ་
སྒྲེལ་མེ་དང་ཁྱི་འབྲུག་སྒྲེལ་གསུམ་གྱི་ཁྱུང་རྟ་རྟ་ག་ཤིང་དང་བྱ་སྒྲང་སྒྲེལ་གསུམ་
གྱི་ཁྱུང་རྟ་ཕག་ཚུ་ཡིན་ལ།གཤེད་བཞི་སྟེ་སྒྲང་ལྷག་ཁྱི་འབྲུག་བཞི་བོར་ཁམས་ས་བྱ་
བ་ཡང་ཡོད་ཅེས་པ་འོ།

༼ རྒྱ་བ་དང་ཞག་གི་ཆོས་ཚུལ་༽

རྒྱ་བ་སྒྲེལ་པ་ག་སྒྲེལ་ར་བ་བཞི། ཁྱི་རྩ་བྱ་ཡོས་འབྲིང་བོ་བཞི། རྒྱ་བ་ལུག་ཁྱི་འབྲུག་
 བ་ཚུང་བཞི། དེ་རྣམས་པོ་རྒྱ་བ་སྒྲེལ་གིས་ཆོས་། མོ་རྒྱ་བ་སྒྲེལ་ཆོས་ཁྱི་འབྲུག་
 ཉ། རྒྱ་བ་ལུག་གཉིས་པོ་སྟོང་ས་ལ་འཆར།



རྒྱ་བ་སྒྲེལ་པ་ག་སྒྲེལ་རྒྱ་བ་སྒྲེལ་པ་བཞི་རིམ་བཞིན་དེ་ཉིད་དབྱར་སྟོན་དགུན་གྱི་རྒྱ་བ་
 དང་བོ་རྣམས་ཡིན་ལ། དེ་བཞིན་དུ་ཁྱི་རྩ་བྱ་ཡོས་རྣམས་འབྲིང་བོ་རྣམས་དང་། རྒྱ་བ་
 ལུག་ཁྱི་འབྲུག་རྣམས་ཐ་མ་བཞི་ཡིན་ནོ། རྒྱ་བ་བཅུ་གཉིས་པོ་དེ་རྣམས་ཀྱི་པོ་རྒྱ་
 རྒྱ་བ་གང་ལ་ཁེལ་ཀྱང་ཆོས་འགོ་རྒྱ་བ་ནས་འཛིན་པ་དང་། མོ་རྒྱ་བ་གང་ལ་ཁེལ་
 ཀྱང་ཆོས་འགོ་སྒྲེལ་ནས་བཟུང་སྟེ་ཆོས་གངས་བཅིས་པས་ཁྱི་འབྲུག་གཉིས་ཉི་ལྔ་
 གཉིས་ཁ་གཏད་དུ་འཆར་བས་རྒྱ་གཟུགས་འཕེལ་ཁ་གང་བའི་དུས་ཏེ་ཉེར་མཁོ་ས་
 བཅོམ་དང་། རྒྱ་བ་ལུག་གཉིས་པོ་རྒྱ་བ་པོ་ཆོས་སུ་མ་ཐུབ་སྟེ་གཞན་སྟོང་ས་ལ་འཆར་

ཀྱང་དུས་འཁོར་མ་གཏོགས་ཀྱི་ཕྱིས་ལ་གནས་སྟངས་མེད་དུས་ཡོད།

༼དུས་ཚོད་ཤར་ཚུལ༽

རྗེ་ནས་དུས་ཚོད་ནམ་ལངས་ཡོས།།ཉི་ཤར་འབྲུག་ལ་ཉི་འོ་སྤྱུལ།།ཉིན་བྱེད་རྩ་
ལ་བྱེད་ཡོལ་ལུག།ལྷུང་ཁ་སྤྱུ་ཉི་རྩུབ་བྱ།།ས་སྒོས་ཁྱི་ལ་སྒོད་འཁོར་ཕག།ནམ་བྱེད་
བྱི་བ་བྱེད་ཡོལ་གླང་།།ཐོ་རངས་སྤྲུག་གི་དུས་སྤྱུ་བཅི།།

དུས་ཚོད།		ཐེ་ཅིང་དུས་ཚོད།
ནམ་ལངས	ཡོས	6-7
ཉི་ཤར	འབྲུག	8-9
ཉི་འོ་སྤྱུལ	སྤྱུལ	10-11
ཉིན་བྱེད	རྩ	12-1
བྱེད་ཡོལ	ལུག	2-3
ལྷུང་ཁ	སྤྱུ	4-5
ཉི་རྩུབ	བྱ	6-7
ས་སྒོས	ཁྱི	8-9
སྒོད་འཁོར	ཕག	10-11
ནམ་བྱེད	བྱི་བ	12-1
བྱེད་ཡོལ	གླང	2-3
ཐོ་རངས	སྤྲུག	4-5

ནམ་ལངས་ཡོས་ནི་ཉིན་མཚན་དུས་མཉམ་སྐབས་ལྟ་བུ་ལ་པེ་ཅིན་དུས་ཚོད་རྒྱག་པ་
དང་བདུན་པ་གཉིས་ཏེ་དུས་ཚོད་གཉིས་ཀྱི་ཡུན་ཚད་ཅན་ཡིན་ལ། ལྷག་མ་རྣམས་
ཀྱང་པེ་ཅིན་དུས་ཚོད་གཉིས་རེའི་ཡུན་ཅན་ཏེ་རིགས་འབྱེད།

༼ ལྷ་བ་ཞག་དུས་གསུམ་གྱི་དབང་ཐང་ངོས་འཛིན༽

ལྷ་བ་ཞག་དུས་དེ་རྣམས་ཀྱི། དབང་ཐང་ངོས་འཛིན་འདི་བཞིན་ཏེ། གནམ་ལོ་
མ་ལ་ལྷ་བ་བྱ། རིམ་པར་ཁམས་རེས་ལྷ་བ་གཉིས། ལྟ་བུ་འདེད་བྱས་པས་མི་ནོར་
འབྱུང།

དཔེར་ན་དེ་ལོ་སྟེ་ཚུ་སྐུལ་ལོའི་ལྷ་ལྟ་བུའི་དབང་ཐང་ཇི་ལྟར་ངོས་འཛིན་ཞེ་ན་འདི་ལྟ་
སྟེ། དང་པོ་གནམ་ལོ་མ་ལ་ལྷ་བ་བྱར་བྱེད་དགོས་པས། ད་སྐབས་ཀྱི་གནམ་ལོའི་
དབང་ཐང་ཚུ་ཡིན་པས་ཚུ་བྱ་ཤིང་ནི་ལྷ་བའི་ཁམས་ཡིན་ལ། དེས་ན་ལྷ་བ་དང་བོ་དང་
གཉིས་པ་གཉིས་ཀྱི་དབང་ཐང་ཤིང་ཡིན་པས། ལྷ་གསུམ་པ་དང་བཞི་བ་གཉིས་ཀྱི་
དབང་ཐང་ཤིང་བྱ་མེ་སྟེ་བྱ་འདེད་བྱས་པས་མེ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ལྷ་བ་ལྟ་བུ་དང་རྒྱག་
པ་གཉིས་ལ་མེ་བྱ་སར་ཁེལ་འདུག་པས། ཚུ་སྐུལ་ལོའི་ལྷ་ལྟ་བུའི་དབང་ཐང་ནི་ས་
ཡིན་ནོ།

ལྷ་བ་མ་ལ་ཞག་བྱ་སྟེ། གཅིག་རྒྱག་རང་ལ་གཉིས་བདུན་བྱ། གསུམ་བརྒྱད་
གྲོགས་ལ་བཞི་དགུ་དགུ། ལྟ་བུ་དང་བཅུ་ནི་མ་རུ་བཞེད།

དཔེར་ན། ཞག་གི་དབང་ཐང་ནི་ལྷ་ཁྱདས་གང་གི་ཞག་གམ་ཆོས་པ་ཡིན་ན་ལྷ་བ་དེའི་
བྱ་ངོས་བཟུང་སྟེ། ཞག་གམ་ཆོས་པ་གཅིག་དང་རྒྱག་ལ་ཞག་རང་གི་དབང་ཁམས་
གང་ཡིན་པ་དེ་རང་ཡིན་ལ། གཉིས་དང་བདུན་ནི་དེའི་བྱ་དང་། གསུམ་དང་བརྒྱད་ནི་

དེའི་གྲོགས་ཡིན་པས་གཞན་འགྲོའོ།

རྒྱལ་པོ་མ་ལ་ཡོས་དུས་བུ། རྒྱང་སྤྲེལ་གཉིས་ནི་ཡོད་དེའི་ཁམས། ། འབྲུག་བྱ་
སྤྲུག་གསུམ་བུ་ཡིན་ནོ། ། ལུག་དང་བྱི་བ་མ་ཡིན་ལ། ། ཏྲ་དང་ཕག་བ་དག་ཡིན་
ནོ། ། སྤྲུལ་དང་བྱི་གཉིས་གྲོགས་སུ་འདོད། །

དཔེར་ན་དུས་ཀྱི་དབང་ཐང་ནི་ཞག་གམ་ཚེས་གང་གི་དུས་ཚོད་ཡིན་ན་ཞག་
དེའི་བྱ་ངོས་བཟུང་སྟེ། དེ་ནི་ཡོས་དུས་ཀྱི་དབང་ཐང་དང་། རྒྱང་སྤྲེལ་གྱི་དབང་ཁམས་
ཀྱང་དེ་ཡིན་ལ། འབྲུག་བྱ་སྤྲུག་གསུམ་གྱི་དབང་ཁམས་ནི་དེའི་བྱ་གང་ཡིན་པ་ཐོ་དེ་
ཡིན་ཞིང་། ལུག་དང་བྱི་བའི་དབང་ཐང་ནི་དེའི་མ་ཡིན་ལ། ཏྲ་དང་ཕག་གི་དབང་ཐང་
ནི་དེའི་དག་དེ་ཡིན་པ་དང་། ཉི་ཤོས་སྤྲུལ་དང་ས་སྤྲེལ་བྱི་གཉིས་ཀྱི་དབང་ཐང་ནི་དེའི་
གྲོགས་དེ་ཡིན་ནོ། ། དཔེར་ན་གཉིས་སྟོང་བརྒྱ་གསུམ་ལོ་སྟེ་ཆུ་སྤྲུལ་ལོའི་རྩ་བཞི་བའི་
ཞག་རྩྭ་པའི་དུས་ཚོད་ཉི་ཤོས་སྤྲུལ་གྱི་དབང་ཐང་གང་ཡིན་ཞེ་ན། འདི་ལྟ་སྟེ་གཞན་
ལོའི་དབང་ཐང་ཆུ་ཡིན་ལ་ཆུའི་བྱ་ཤིང་ཡིན་པས། དེས་ན་རྩ་བའི་དང་པོ་དང་གཉིས་པ་
གཉིས་ལ་དབང་ཐང་ཤིང་དང་། རྩ་བའི་གསུམ་བཞི་གཉིས་ལ་དབང་ཐང་ཤིང་བྱ་མེ་ཡིན་
ལ། དེས་ན་རྩ་བའི་ཞག་རྩྭ་པའི་དབང་ཐང་ནི། འདི་ལྟར་རྩ་བའི་དབང་ཐང་
མེ་ཡིན་ཞིང་། དེས་ན་རྩ་བའི་ཞག་གི་དབང་ཐང་མེའི་བྱ་ས་ཡིན་ལ། ཞག་རྩྭ་པའི་
དབང་ཐང་ནི། གཅིག་རྩྭ་པ་ལ་གཉིས་བདུན་བྲལ་ཞེས་པ་ལྟར་ལས་རང་ཡིན་ནོ། ། དེས་
ན། ཞག་རྩྭ་པའི་ཉི་ཤོས་སྤྲུལ་གྱི་དབང་ཐང་ནི། ཞག་རྩྭ་པའི་དབང་ཐང་སའི་བྱ་ལྷགས་ཏེ་
ཡོས་དུས་དང་། སྤྲུལ་དང་བྱི་གཉིས་གྲོགས་སུ་འདོད་གསུང་བ་ལྟར་ལྷགས་གྲོགས་ཤིང་
ཡིན་ནོ། །

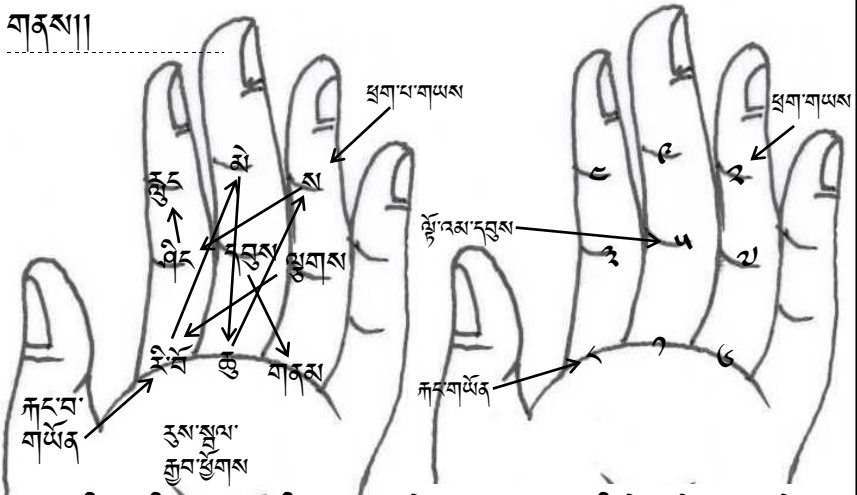
[illegible]

དེ་ནས་སྤྲི་བའི་དངོས་འཛིན་ནི། ཞེས་པ་ནས་པ་ཡིན། བར་གྱིས་སྤྲི་བ་དགའི་དངོས་འཛིན་བསྟན་
 ལ། དཀར་གསུམ་ལྷགས་ལ་ཞེས་པ་ནས་ལྷ་སེར་ས་རུ་འདྲོད་པ་ཡིན། བར་གྱིས་སྤྲི་བ་དགའི་འབྱུང་ཁམས་གང་ཡིན་
 བསྟན། དེ་ནས་སྤྲི་བ་གཉིས་ནག་ནི་ཀྱན་ལ་ནག་པ་སྤྲེ་རྟེན་པ་དང་། གསུམ་མཐིང་ནི་བྱ་བ་མེད་དེ་ཉུང་ཤས་ལ་རྟེན་པས་
 ནག་ཚུང་ཡིན་ལོ་ཞེས་པ་འོ།

བརྩིབྱེད་སྒོག་ལུས་དབང་ཐང་གསུམ་གྱི་སྤྲི་བ་དང་། རྒྱུ་སྤྲི་འཛོལ་འཛོལ་བའི་ཆེད་སྤྲི་བ་དུག་ཅུ་མོང་གསུམ་རེའུ་མིག་ཏུ་བསྒྲིག་ཚུལ་
སྤྲོང་དང་བར་དང་འོག་མ་གསུམ་གྱི་མཚུག་ལྟོགས་སུ་ཡང་སྤྲོང་བར་འོག་བྱས་ཏེ་སྤྲི་ཕྱིང་གསུམ་ག་རིམ་བཞིན་ཆད་ལྷག་མེད་པར་སྤྲི་
གངས་རེ་རེ་སྤྲི་གཅིག་རེ་གཅིག་འཕམ་སྤྲི་བརྩི་དགོས་མོ། ཡར་བཞི་སྒོག་ལ་མར་བཞི་དབང་གི་དབུས་སུ་གང་སྤྲིས་པའི་ལུས་གྱི་
སྤྲི་བ་སྤྲི་མཐུན་གསུམ་ཁྱུང་རྩའི་སྤྲི་བ་ནི་དཔེར་ན་ཉུག་རྩི་གསུམ་གང་ཅུ་ལོ་བའི་ཁྱུང་རྩའི་སྤྲི་བ་གསུམ་འཛོལ་དགོས་ཆོ། དེ་
གསུམ་གྱི་ཁྱུང་ལྷ་རྩི་ལུགས་སྤྲི་ལ་གྱི་སྤྲོང་བར་འོག་གི་རེའུ་མིག་གསུམ་ཏུ་༢༥བབས་ཡོད་ལ་དེ་གསུམ་གང་ཅུང་ཞིག་ཁྱུང་རྩའི་
སྒོག་ལུས་དབང་ཐང་གང་ཅུང་གི་སྤྲི་བ་ཡོན། དེ་གསུམ་གྱི་གང་ཁྱུང་རྩའི་སྤྲིས་སྤྲི་འཛོལ་ལུས་སྤྲི་རངས་འཛོལ་ཞེ་ན། དེ་ཡང་རང་ཉིད་བརྩི་
བྱ་གང་གི་སྤྲིས་སྤྲི་དེ་སྤྲི་ཕྱིང་གར་གནས་པ་འཛམ་གང་ཏུ་གཏོགས་པ་དེ་འི་ནང་གི་དེ་ཡིན་པས། དཔེར་ན་ཉིས་སྤྲོང་བཅུ་གསུམ་ལོར་ལོ་ང་
གཅིག་ཏུ་མོན་པའི་ཁྱུང་རྩའི་ཁྱུང་རྩའི་སྤྲིས་སྤྲི་བཙལ་ན། ཁོ་འི་སྤྲིས་སྤྲི་སྤྲི་ཕྱིང་གང་ཏུ་གཏོགས་ཤེས་དགོས་པས། དེ་འི་ན་ཉིས་སྤྲོང་བཅུ་གསུམ་ནི་
གནམ་ལོ་ཚུ་སྤྲི་ལ་ཡིན་ལ་དེ་འི་སྤྲི་བ་དེ་ནི་སྤྲི་ཕྱིང་གསུམ་པའི་ནང་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པས། རྒྱ་སྤྲི་ཕྱིང་གསུམ་པ་འཛམ་འོག་མ་ལྷ་
མེར་དེ། དེ་ལོ་འཛམ་ཉིས་སྤྲོང་བཅུ་གསུམ་གྱི་སྤྲི་བར་རངས་བཟུང་སྤྲོད་ནས་དབུ་ཕྱོགས་སུ་ཡར་ལོ་གངས་པའི་སྤྲི་ཕྱིང་ཐ་མས་མ་
ཡང་ན་ཡང་སྤྲི་ཕྱིང་བར་བའི་འཚུག་ནས་དབུ་ཕྱོགས་སུ་བརྩི་དགོས་པས། ལོ་གཅིག་པ་སྤྲི་ཕྱིང་བར་བའི་ཚུ་ཡོས་ཐད་གྱི་
གཅིག་དཀར་ལ་ཁེལ་བས་ལོ་ང་གཅིག་ཅན་གྱི་སྤྲིས་སྤྲི་སྤྲི་ཕྱིང་བར་བར་ཁེལ་བས། ཐག་ལུག་ཡོས་གསུམ་མེ་མོ་སྤྲི་ལ། གསུང་བས་
མེ་སྤྲི་ལ་ཐད་གྱི་སྤྲོང་བར་འོག་ཏུ་༢༥ལོ་ཡོད་པའི་བར་བ་ལ་དེ་ཁྱུང་རྩའི་ལུས་སྤྲི་ཡིན་པ་བཞིན་གཞན་ལ་འང་འགྲོ་ལོ། ཡར་བཞི་སྒོག་དང་
མར་བཞི་དབང་སོགས་བརྩི་ཚུལ་ཤེས་སྤོ།

༼སྒྲིབ་པ་དེས་འཛིན་སྒྲོར་འགོའི་འབྲུལ་མཛད།༽

ལྷ་འདི་ལ་སྒྲོར་འགོའི་འབྲུལ་གནད་ནི།རྩས་སྤྲལ་རྒྱུ་ཀྱིས་ཕྱོགས་པ་ཡི།སྒྲིབ་
ནི་སྤྲལ་པ་གཡས་ལ་གཟུང་།དབང་ཐང་རྒྱུ་ལ་གཡོན་པས་འབྲུད།།ལྷས་ཏེ་སྒྲིབ་
བཀའ་ནས་འགྲོ།།རང་རང་སྒྲིབ་སྒྲིབ་དབྱས་བཞག་ལ།།བརྒྱད་ཀྱིས་བསྒྲོར་བའི་
བརྒྱད་བཅུ་གཅིག་དབྱས་ནས་གནས་ལྷག་རི་བོ་དང་།།མེ་རྒྱས་ཤིང་རྒྱུད་རྣམས་
གནས།།



ལག་པའི་ནང་ནི་རྩས་སྤྲལ་གྱི་རྒྱུ་ཀྱིས་ཕྱོགས་པ་ཡི་དབྱས་སྤྲུ་ཏེ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་བཞག་སྒྲིབ་
ཕྱི་འཛིན་མཛེས་པ་བརྒྱད་དུ་གནས་ལྷག་རི་བོའི་འགྲོས་དང་བསྒྲིབ་དེ་སོང་ན།
ཕྱག་པ་གཡས་ན་ཡབ་བས་པས་གཉིས་ནས་ལྷ་འདི་སྒྲིབ་སྒྲིབ་དང་། རྒྱུ་ཀྱིས་ཕྱོགས་པ་
པར་བརྒྱད་དཀར་འཁོར་བས་དེའི་དབང་སྒྲིབ་བརྒྱད་དཀར་རྒྱུ་ཀྱིས་ཕྱོགས་པ་
སྒྲིབ་བཅུ་གཅིག་ལོང་ལོང་གཅིག་ཅན་ལོང་ལོང་གཅིག་ལྷ་འདི་སྒྲིབ་སྒྲིབ་དང་དབང་

ལུགས་ནི། དབུས་སུ་1དང་། ཤར་སྟེང་11 མོ་ལོ་རྒྱལ་ས་ཤར་སྟེང་ནས་ཤར་བྱང་
 རྩོགས་ཏེ་གཡོན་སྒོར་དགོས་པས་ཤར་བྱང་སྟེང་21 བྱང་སྟེང་31 རུབ་བྱང་དུ་
 41 རུབ་སྟེང་51 ཟེར་ཞིང་རུབ་སྟེང་ཡིན་པ་ཞེ་ལ་བཟུང་སྟེ། དབུས་ཀྱི་བརྩི་བྱའི་
 སྒྲིས་སྟེ་གཅིག་དཀར་ཡིན་པས་གཞི་དེ་ནས་བཟུང་གནས་ལུགས་རི་བོའི་འགོས་
 དང་བསྟུན་ནས་དུ་ལུགས་སྟེང་འཁེལ་བས་དེ་བབ་སྟེ་ཡིན་ནོ།། ཡང་ཤེས་ཉིང་བཞི་ཅན་
 གྱི་རྩ་ལོ་ནི་པོ་ལོ་ཡིན་པས་དབུས་སུ་1 ཤར་སྟེང་11 ཤར་སྟེང་སྟེང་21 སྟོ་སྟེང་
 22 སྟོ་རུབ་སྟེང་23 རུབ་སྟེང་24 ཡིན་པས། ཉིང་བཞི་ཅན་ཡང་སྒྲི་སྟེ་༡ ཡིན་
 པས་བརྩི་སྟེང་སྟོན་མའི་རིགས་འགོས་ཀྱིས་བབ་སྟེ་འཁེལ་སོང་བ་ཡིན་ནོ།། །

། སྒྲིས་སྟེ་འཛོལ་སྟངས་ནི།



ཉིས་སྟེང་བཅུ་གསུམ་ལོར་ལོར་གཅིག་ཅན་གྱི་སྒྲིས་སྟེ་བཙལ་ན། དེ་ལ་ངེས་པར་དུ་
 ལོ་ཐོ་སྒྲིགས་ཀྱི་རིང་བལྟས་ཏེ་ད་སྐབས་གནས་ལོའི་སྟེ་བ་ཤེས་དགོས་པས། དེ་ལོར་
 སྟེ་བ་ལྟ་སེར་ཡིན་ལ། དེས་ན་ལྟ་སེར་དབུས་བཞག་སྟེང་1 ཤར་སྟེང་11 ཤར་སྟོ་

21སྟོར་31སྟོར་ལྷ་སྟོར་41ལྷ་སྟོར་51བྱས་ཏེ།དབུས་ལྷ་སེར་ནས་བརྩིས་ཏེ་
 ཆོག་ས་རེ་རེའི་སྟོང་རྒྱལ་དཀར་བདུན་དམར་བརྒྱད་དཀར་དགུ་དམར་སོགས་བྱས་ཏེ་
 ལོ་གངས་བརྩི་ཕྱགས་ཀྱི་འགོས་ལྷ་རྩ་སོང་པས་ལོ་གངས་ང་གཅིག་གི་ཐད་དུ་
 གཅིག་དཀར་ཁེལ་བས། ལོ་ང་གཅིག་ཅན་གྱི་སྐྱེས་སྐྱེ་གཅིག་དཀར་ཡིན་ནོ།། སྐྱེས་
 སྐྱེ་འཆོལ་ཆོག་ནས་ལྷགས་རི་བོ་སོགས་བྱེད་མི་དགོས་ཤིང་།ལོ་གངས་བརྩི་བའི་
 འགོས་ལྷ་ར་སོང་ན་དེས་ཤེས་སོ།།ལོ་ང་རྒྱལ་ཅན་གྱི་སྐྱེས་སྐྱེ་རྒྱལ་དཀར་ཡིན་པས་
 བྱེད་ཀྱིས་ཆོད་ལྷ་བྱོས་དང་ཤེས་སྤོལ།

༼ཆོས་དང་དུས་ཆོད་ཀྱི་སྐྱེ་བ་འཆར་ཚུལ་༽

རྗེ་སྐྱེ་བ་ཆོས་ལ་འཆར་ཚུལ་ནི།།ར་བ་བཞི་བོ་གཅིག་དཀར་ཆོས་།།འབྲིང་བོ་བཞི་
 ལ་བཞི་ལྷ་ང་ཆོས་།།ཐ་ཆུང་བཞི་ལ་བདུན་དམར་ཆོས་།།རིམ་པར་དེད་པས་ཆོས་ལ་
 འཁོར།།

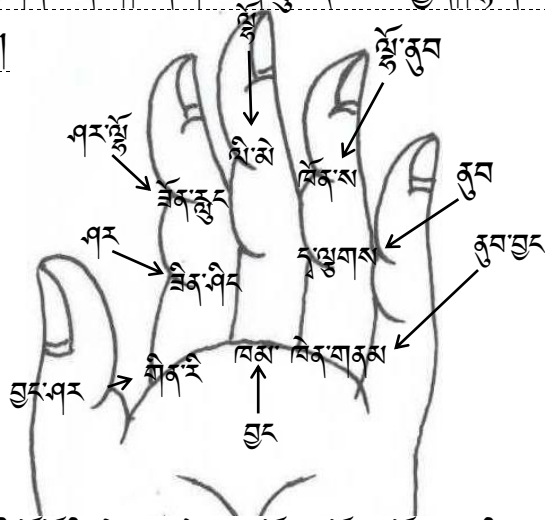
སྐྱེ་བ་ཆོས་ལ་འཆར་ཚུལ་ནི།ར་བ་བཞི་སྟེ་དཔྱིད་ཆེ་འགོ་མ།དབྱར་ཆེ་འགོ་མ།སྟོན་ཆེ་
 འགོ་མ།དགུན་ཆེ་འགོ་མ་སྟེ་བཞི་ཡིན་ལ་ཆོས་གཅིག་ལ་འགོ་སྐྱེ་བ་གཅིག་དཀར་
 བྱིས་བཟུང་སྟེ་ཆོས་གཉིས་ལ་གཉིས་ནག་ཆོས་གསུམ་ལ་གསུམ་མཐིང་སོགས་ཆེ་
 ང་ཟད་བར་རིམ་པར་དེད་པས་ཆོས་ཀྱི་སྟོང་འཁོར་ཚུལ་ཡིན་ཞེས་པ་ལོ།།དཔྱིད་ཆེ་
 བར་བ་དབྱར་ཆེ་བར་བ་སྟོན་ཆེ་བར་བ་དགུན་ཆེ་བར་བ་བཞི་སྟེ་དུས་བཞིའི་འབྲིང་བོ་
 བཞི་ལ་བཞི་ལྷ་ང་གིས་འགོ་འཛིན་པ་དང་།དུས་བཞིའི་དཔྱིད་ཆེ་གསུམ་པ་དབྱར་ཆེ་
 གསུམ་པ་སྟོན་ཆེ་གསུམ་པ་དགུན་ཆེ་གསུམ་པ་སྟེ་ཐ་ཆུང་བཞི་ལ་ཆོས་གཅིག་ལ་
 བདུན་དམར་།གཉིས་ཉིན་བརྒྱད་དཀར་།གསུམ་ཉིན་དགུ་དམར་དང་བཞི་ཉིན་གཅིག་

དཀར་ལྗེ་ཉིན་གཉིས་ནག་སོགས་རིམ་པར་འདྲ་དགོས་སོ།

རྒྱ་དུས་ཚོད་སྟེ་བ་བརྩི་བའི་ཚུལ།།ཉིན་མཚན་དུས་གཉིས་ཐོག་མ་ལ།།ཆོས་དེའི་
 སྟེ་སྦྱར་རིམ་བཞིན་འཁོར།།སྟེ་བ་ཉིན་དགུ་མཚན་དགུ་ཡིན།།དུས་ཚོད་དུས་བྱ་
 གསུམ་གསེལ་བའི།།སྟེ་མ་གཉིས་ནི་སྟེ་དེའི་རྒྱན།།དུས་ཚོད་ཀྱི་སྟེ་བ་བརྩི་ཚུལ་
 ནི་ཉིན་དང་མཚན་མོའི་དུས་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་མར་ཆོས་དེའི་སྟེ་བ་སྦྱར་ཏེ་ཉིན་གྱི་དུས་
 ཆོགས་དགུ་དང་མཚན་གྱི་དུས་ཆོགས་དགུ་ལ་རིམ་བཞིན་འཁོར་ཏེ་དཔེར་ན།དེ་ཉིན་
 གྱི་སྟེ་བ་བརྩི་དཀར་ཡིན་ན།ཉིན་མོའི་འགོ་ནས་ལངས་ཡོས་ནས་སྟེ་བ་བརྩི་ད་
 དཀར་གྱིས་བཟུང་སྟེ་སྟེ་བ་དགུ་པོ་དང་།མཚན་འགོ་ཡང་ཉི་ལྔ་བ་ནས་བརྩི་དཀར་
 གྱིས་བཟུང་སྟེ་སྟེ་བ་དགུ་པོ་རིམ་བཞིན་འཁོར་རོ།།སྟེ་བ་དེའི་རྒྱན་ནས་ཡུན་ཚད་ལ་
 ཅི་ཅིམ་ཞེ་ན།དཔེར་ན་ཡོས་དུས་ལྟ་བུ་སྟེ་དུས་ཚོད་གཅིག་ལ་པེ་ཅིན་དུས་ཚོད་གཉིས་
 རེ་ཡིན་ལ།དེའི་སྐར་མ་བརྒྱ་དང་ཉི་ཤུ་བོ་དུམ་བུ་གསུམ་དུ་གསེལ་ན་སྟེ་མ་རེར་
 སྐར་མ་བཞི་བཅུ་རེ་ཡིན་ལ།སྟེ་མ་གཉིས་སྐར་མ་བརྒྱ་དུ་ཡིན་པས་སྟེ་བ་རེ་དེའི་
 ཡུན་ལ་སྐར་མ་བརྒྱ་དུ་རེ་ཡོད་དོ། །

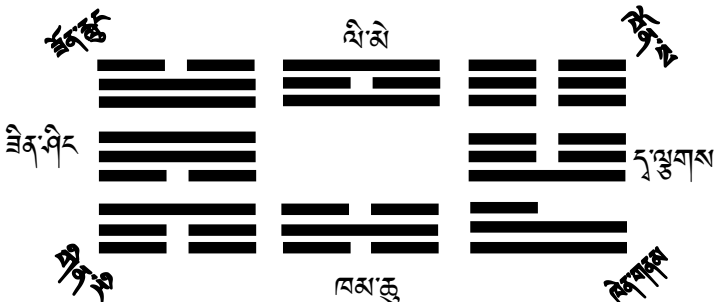
༼སྤར་ཁ་བརྒྱད་གནས་སྤངས༽

ལྷ་དེ་ནས་སྤར་ཁ་འཛིངས་འཛིན་ནི།ཕོ་མོའི་དབྱེ་བ་དྲ་ཁམ་ཁེན།གིན་བཞི་ཕོ་ལ་
ཁོན་ལི་ཐོན།ཐེན་བཞི་མོ་ཡིན་དེ་དག་རྣམས།ལི་མོ་ཁོན་ས་དྲ་ལྷ་གས་དང་།ཁོན་
གནས་ཁམ་མཚུ་གིན་རི་དང་།ཐེན་ཤིང་ཐོན་རྒྱུང་རྣམ་པ་བརྒྱད་།ལྷོ་ནས་ལྷོ་རྒྱབ་
རིམ་པར་གནས།



སྤར་ཁ་བརྒྱད་ཀྱི་ཕོ་མོའི་དབྱེ་བ་དང་དེ་རྣམས་ལྷོ་ནས་ལྷོ་རྒྱབ་ལྷོ་གས་སུ་རིམ་པར་གནས།

༼སྤར་ཁ་འཛིངས་སྤངས༽



༼བབ་སྤྱར་ངོས་འཛིན༽

རྒྱ་གར་བཟུ་སྤྱི་པ་ཡི་ནས་ཁོན།།བུད་མེད་ཁམ་ནས་ཁོན་ཕྱོགས་སྒྲོར།།ལོ་རེ་སྤྱར་
ལ་རེ་སྤྱར་བཅི།།

སྤྱི་པ་གཡམས་སྒྲོར།



བུད་མེད་གཡོན་སྒྲོར།

བཅི་བྱའི་བབ་སྤྱར་ངོས་འཛིན་ཚུལ་ནི།གར་བཟུ་དེ་སྤྱི་པ་ཡིན་ན་ལི་ཐོག་ནས་ཁོན་
ཕྱོགས་སུ་འགོ་བ་སྤྱི་གཡམས་སྒྲོར་བྱེད་ལ་བུད་མེད་ཡིན་ཆེ་ཁམ་ཐོག་ནས་ཁོན་
ཕྱོགས་སུ་འགོ་དགོས་ཏེ་དཔེར་ན། ཉིས་སྟོང་བཅུ་གསུམ་ལོར་མཚོན་ན་སྤྱི་པ་ལོ་
ར་གཅིག་ཅན་གྱི་བབ་སྤྱར་གར་ཡིན་བཟུ་སྤྱི་ལི་སྟོང་ 1 ཁོན་སྟོང་ 10 ཁོན་སྟོང་
20 ཡིན་སྟོང་ 30 ཁོན་སྟོང་ 40 ཁོན་སྟོང་ 50 ལྷ་སྟོང་ 51 ཡིན་པ་ལྟ་བུའོ།།བཅུ་
ལ་མ་ལོངས་ཆེ་མི་མཆོང་བར་གོམ་པ་བུང་སྤྱོད་མ་ཆོག་པེ་རེའི་སྟོང་གཅིག་གཉིས་
གསུམ་ཞེས་རེ་རེ་བྱས་ཏེ་འགྲོའོ།།སྤྱི་པ་སྤྱར་འཛོལ་ལུགས་ནི།མའི་ལོ་གྲངས་ཁར་
གཅིག་བསྒྲན་ཏེ་དེའི་ནང་ནས་བུའི་ལོ་གྲངས་སྤྱི་ལྷག་གིས་མའི་བབས་སྤྱར་བཙམ་
ཏེ་དེ་ནི་བུའི་མ་ལོངས་སྤྱར་ལ་ཡིན་ནོ།།

༼ཞག་སྤུས་ཀྱི་སྤྲུལ་ལ་ངོས་འཛིན༽

ལྷ་ཞག་རེར་སྤྲུལ་ལ་འཁོར་ཚུལ་ནི། ལྷག་རྟ་ཁྱི་གསུམ་ལི་ཡིས་ཆོ། ཁྱི་འབྲུག་
སྤྱེལ་གསུམ་ལམ་གྱིས་ཆོས། འབྲུག་སྤྱེལ་གསུམ་དུ་ཡིས་ཆོ། མག་ལྷག་ཡོས་
གསུམ་ཟིན་གྱིས་ཆོས། རིམ་བཞིན་དེད་པས་ཉིན་སྤྲུལ་འཆར།

ཞག་མ་རེ་རེར་སྤྲུལ་ལ་འཁོར་ཚུལ་ནི། ལྷག་རྟ་ཁྱི་གསུམ་གང་རུང་གི་ཁྲི་བ་ཡིན་ཆོ་
ཞག་སྤྲུལ་གྱི་འགོ་ལི་ཡིས་འཛིན་པ་དང་། ཁྱི་འབྲུག་སྤྱེལ་གསུམ་གང་རུང་གི་ཁྲི་བ་
ཡིན་ཆོ། ཞག་སྤྲུལ་གྱི་འགོ་ལམ་གྱིས་འཛིན་ཅིང་ཆོས་གཅིག་ལ་ལམ་ཐུ་ཆོས་གཉིས་
ལ་གིན་རི་ཆོས་གསུམ་ལ་ཟིན་ཤིང་སོགས་བྱས་ཏེ་རིམ་བཞིན་དེད་པས་ཉིན་སྤྲུལ་
འཆར་ཚུལ་ཇི་བཞིན་ཤེས་སོ། ། ལྷག་མ་ཀྱུན་འབྲུག་པས་སྤྲོད།

ལྷ་སྤུས་ཚོད་སྤྲུལ་ལ་ངོས་འཛིན་ཚུལ། ཉིན་དེའི་སྤྲུལ་ལ་ཐོག་མར་བྱས། ཉམ་
ལངས་ཡོས་ནས་རིམ་བཞིན་དུ། སྤྲུལ་ལ་ཉིན་བརྒྱད་མཚན་བརྒྱད་འཁོར། ལྷ་སྤུས་ཚོད་
དུམ་བུ་བཞིར་གསེལ་བའི། བཞི་ཆ་གསུམ་ནི་སྤྲུལ་ལ་རེ། རྒྱ་བའི་ཡུན་དུ་རགས་པར་
བཤད། ཞིབ་པའི་མན་ངག་ཞལ་ལས་ཤེས།

དུས་སྤྲུལ་འཆར་ཚུལ་ངོས་འཛིན་པ་ནི། ཉིན་དེའི་སྤྲུལ་ལ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཐོག་མར་
བྱས་ཏེ་ཉམ་ལངས་ཡོས་ནས་འགོ་བཟུང་སྟེ་རིམ་བཞིན་སྤྲུལ་ལ་ཉིན་མོ་བརྒྱད་
དང་མཚན་མོ་བརྒྱད་འཁོར་བ་ཡིན་ནོ། སྤྲུལ་ལ་རེ་རེའི་ཡུན་ཚད་ནི། ལྷ་སྤུས་ཚོད་གཅིག་
རེར་པེ་ཅིན་དུས་ཚོད་གཉིས་རེ་ཡོད་པས་པེ་ཅིན་དུས་ཚོད་གཉིས་པོར་སྤྲུལ་ལ་བརྒྱ་
དང་ཉི་ཤེ་ཡོད་དོ། རེས་ན། སྤྲུལ་ལ་བརྒྱ་ཉི་ཤེ་བོ་དུམ་བུ་བཞིར་གསེལ་ན། སྤྲུལ་ལ་

སྐུ་མ་ཅུ་མེ་ནི་བཞི་ཆ་གཅིག་དང་། དེ་ལྟ་བུ་བཞི་ཆ་གསུམ་ལ་སྐར་མ་དགུ་བཅུ་ཡོད་
 པ་དེ་ནི་སྐར་ཁ་མེ་འི་ཡུན་ཚད་ཡིན་ལ། དེ་ཉིན་མཚན་དུས་མཉམ་སྐབས་ཡིན་ན་
 འགྲིག་པས། དེ་ཅི་མ་ལས་མ་གསུང་བ་ནི་རགས་ཅི་མ་བཤད་པའོ། ཞིབ་པར་བཤད་
 ན། དུས་མཉམ་སྐབས་ནས་བཟུང་ཉིན་མོ་རིང་ཕྱོགས་ལ་ཉི་མ་རེ་རེ་བཞིན་དུ་སྐར་ཆ་
 ང་དུག་རེ་བསྐྱེད་ནས་རིང་མཐའ་བར་ཕྱིན་པ་དང་། ཡང་དེ་ནས་ཉིན་མོ་ཐུང་ཕྱོགས་
 སྐབས་ཉི་མ་རེ་རེ་བཞིན་ཉིན་མོ་འི་ཁ་ནས་པེ་ཅིན་དུས་ཚོད་ཀྱི་སྐར་ཆ་ལ་དུག་རེ་ཕྱི་
 ཞིང་མཚན་ཁར་བསྐྱེད་ཏེ་ཉིན་མོ་འི་ཐུང་མཐའ་བར་ཕྱིན་ན་དེ་ནི་ཞིབ་ཕྱིས་ཡིན་
 ལ། མན་ངག་ཞལ་ལས་ཤེས་དགོས་སྐྱེད་པའོ། ཡོང་དུ་དུས་སྟེ་འཆར་
 ཚུལ་ལ་འདར་ཞིབ་ཕྱིས་ཀྱི་ཚུལ་འདི་རིགས་འདྲའོ།

༼ སྐར་ཁ་འི་བཟང་བཞི་དན་བཞི་ནི། ༽

ལྟ་བུ་བཞི་དན་བཞི་འི་དོས་འཛིན་ནི། གནམ་ནས་ས་བུམས་ལྷགས་རི་རྒོ། རྒྱུང་
 གིས་ཤིང་བསྐྱོད་མེས་ཚུ་སྟོལ། དེ་དག་གནམ་སྐར་རབ་ཀྱི་རབ།

ལྟ་བུ་སྟོག་ཤིང་འཚོ་ས་སྟོག་རི། རྒྱུང་གིས་ཚུ་བསྐྱེད་གནམ་ལྷགས་རྟེན། དེ་ནི་
 སྟོག་འཚོ་རབ་ཀྱི་འབྲིང་། མེ་དཔལ་རྒྱུང་བསྐྱེད་ལྷགས་དཔལ་ས། གནམ་དཔལ་རི་
 བསྐྱེད་ཤིང་དཔལ་ཚུ། དཔལ་སྐྱེད་རབ་ཀྱི་ཐ་མ་ཡིན།

ལྟ་བུ་དུ་ཁེན་གིན་རང་གི་ཕྱོགས། ལྟ་བུ་འབྲིང་གི་རབ་དུ་བརྟེན། རྒྱུང་གིས་རྒྱུང་
 རང་གི་ཕྱོགས། ལྟ་བུ་མཉམ་འབྲིང་གི་འབྲིང་ཡིན་ནོ། མེ་རི་རྒྱུང་གནམ་ལྷགས་ཚུ་
 དང་། ཤིང་ས་གཞོན་པ་འབྲིང་གི་ཐ། ལྷགས་ལ་མེ་འབར་ས་རྒྱུང་འཚུབ། གནམ་ལ་
 ཤིང་སྐྱེས་རིང་ཚུ་འབབ། འདྲེ་ལྟ་ཐ་མའི་རབ་ཡིན་ནོ། ལི་དང་ཁེན་འགྲས་དུ་དང་

ཟིན།།ཁོན་དང་ཁམ་འགས་གིན་དང་ཟོན།།བདུད་གཅོད་ཐ་མའི་འབྲིང་དུ་བཟློང་།།སྒྲིན་
མས་འཛོམ་ཐོགས་པས་ཚུ་བཅུས།།མ་ཡིས་མེ་བྱས་སྒྲོམ་ཆེན་ཤིང་།།འཐུ་བ་ལུས་
ཆད་ཐ་མའི་ཐ།།

ལྷ་ཡོན	དཔལ་བསྐྱེད	འདྲེ་ལྷ	དཔལ་བསྐྱེད	ལྷ་ཡོན	ལུས་ཆད	འདྲེ་ལྷ	ལུས་ཆད	ལྷ་ཡོན
གནམ་སྒྲིན	(ཟིན)	ལུས་ཆད	སྒྲིག་འཛོ	(ཡི)	འདྲེ་ལྷ	གནོད་པ	(ཁོན)	དཔལ་བསྐྱེད
བདུད་གཅོད	སྒྲིག་འཛོ	གནོད་པ	གནོད་པ	གནམ་སྒྲིན	བདུད་གཅོད	སྒྲིག་འཛོ	བདུད་གཅོད	གནམ་སྒྲིན
གནམ་སྒྲིན	སྒྲིག་འཛོ	གནོད་པ	སྒྲུབ་ཁའི་བཟང་བཞི་ ངན་བཞིའི་རེལ་མིག			ལུས་ཆད	འདྲེ་ལྷ	དཔལ་བསྐྱེད
ལྷ་ཡོན	(ཟིན)	བདུད་གཅོད				བདུད་གཅོད	(ཡི)	ལྷ་ཡོན
ལུས་ཆད	དཔལ་བསྐྱེད	འདྲེ་ལྷ				གནམ་སྒྲིན	གནོད་པ	སྒྲིག་འཛོ
བདུད་གཅོད	གནོད་པ	སྒྲིག་འཛོ	སྒྲིག་འཛོ	གནམ་སྒྲིན	བདུད་གཅོད	གནོད་པ	བདུད་གཅོད	གནམ་སྒྲིན
ལུས་ཆད	(གིན)	གནམ་སྒྲིན	དཔལ་བསྐྱེད	(ཁམ)	གནོད་པ	འདྲེ་ལྷ	(ཁོན)	སྒྲིག་འཛོ
ལྷ་ཡོན	འདྲེ་ལྷ	དཔལ་བསྐྱེད	འདྲེ་ལྷ	ལྷ་ཡོན	ལུས་ཆད	དཔལ་བསྐྱེད	ལུས་ཆད	ལྷ་ཡོན

དེའི་ནང་ནས། སྒྲིན་མ་ནི་ཟོན་ཡིན། འཛོམ་ནི་དུ་དང་། པ་ནི་ཁོན། མ་ནི་ཁོན།
སྒྲོམ་ཆེན་ནི་གིན་རི་ཡིན་ནོ།།བཟང་ངན་ཕྱོགས་གཉིས་དོས་འཛོམ་ནང་ནས།།ཁོན་
གནམ་བབས་སྒྲུབ་ཅན་གྱི་མིས། ས་བལྟས་ཏེ་ཁོན་ས་འམ་སྒྲོ་ལུབ་མཆོམས་ནས་
སྒྲིན་ལེན་སྒྲིན་པ་བསྐྱེད་ན་བཟང་བ་དང་། སྒྲུབ་ཁ་དུ་ལྷགས་ཅན་ལ། རི་ཀོ་སྒྲེ་གིན་
རི་འམ་ཤར་བྱང་མཆོམས་གནམ་སྒྲིན་དང་། རྒྱུང་སྒྲེ་ཟོན་རྒྱུང་སྒྲུབ་ཁ་ཅན་ལ་ནི་ཤིང་
བསྐྱོད་ཅེས་པ་སྒྲེ་གནམ་སྒྲིན་ཟིན་ཤིང་ཕྱོགས་ཡིན་པས་དེའི་རིགས་འགྲོས་གྱིས་
གནམ་སྒྲིག་མ་ཀྱན་ཤེས་སྒྲོའོ།། དེལ་འགྲེམ་ལས། སྒྲུབ་ཁའི་ཕྱོགས་བརྒྱུད་གྱི་སྒྲུང་
དོར་བྱ་ཚུལ་ནི། དཔལ་བསྐྱེད་གྱི་ཕྱོགས་སུ། ལྷ་གསོལ་དང་། གཡང་འགྲུགས་དང་
ནོར་བཅོལ་བ་དང་། འགྲོ་འདུག་བྱས་ན་བཟང་། སྒྲིག་བསྐྱེད་གྱི་ཕྱོགས་སུ་སྒྲུབ་སྒྲོན་

པ་དང་། གཉེན་བཅའ་བ་དང་གྲོས་བྱེད་བསྐྱབ་སྟོན་སོགས་བཟང་། ཕྱ་ལོན་ཕྱོགས་
 སུ་ཟིམ་གྲོ་བྱེད་པ་ཞིང་རྟོག་བཅའ་བཟང་། གནམ་སྐྱོན་ཕྱོགས་ནས་བྱད་མེད་
 འགྲུགས་པ་བས་མོར་ཆོལ་བ་དང་དོན་གཉེར་བྱེད་པ་བཟང་། བདུད་གཅོད་ཕྱོགས་སུ་
 ཟོར་འཕེན་པ་བཟང་། སྐྱུ་མ་མོང་ན་འཆི་བའམ་བྱ་མཆོན་འབྱུང་ཉེན་ཆེ། རླུ་པ་
 མོང་ན་བྱ་ངན་འོང་། འདྲེ་ལཱ་ཕྱོགས་སུ་སྐྱུད་གཏོང་ན་བཟང་། དོན་གཉེར་དང་བྱིས་
 པ་འཁྲིད་པ་དང་ནད་པའི་སྐྱུ་སྟོན་པ་སོགས་ངན། ལུས་ཆད་ཕྱོགས་སུ་དོན་གཉེར་
 དང་བྱད་མེད་འགྲོ་འདུག་དང་འཐབ་ཚུད་སྟོངས། གཞོད་པའི་ཕྱོགས་སུ་མལ་མི་བྱ།
 མོར་རྩ་ཉེ་ཆོང་སོགས་དོན་གཉེར་སྤང་། དེ་ལྟར་གོང་འོག་ལེགས་པར་བརྟགས་ཏེ་
 སྤང་དོར་མ་མོར་ཚུལ་བཞིན་དུ་སྐྱུས་ཏེ་བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་གཞི་ཅ་ཚུགས་པ་ལ་འབད་པར་
 བྱེ།

༼ གཟའི་ཁམས་དང་ཆོས་ཚུལ༽

རྩུས་སྐལ་ཡན་ལག་རྣམ་བརྒྱད་ལས། །གཟའ་བརྒྱད་རྣམ་གྲངས་འདི་
 བཞིན་ཤར། །ཉིམ་མིག་དམར་མེ་ཡི་གཟའ། །ཁླ་ལྷག་ཚུ་གཟའ་ཕྱར་བྱ་ཤིང་། །པ་མ་
 སངས་ལུགས་སྟེན་པ་ས། །རྩ་དུ་སྦྱི་བྱབ་འབྱུང་ལྔ་ཆང་། །ཆོས་ལུགས་སྟག་རྩ་བྱི་
 གསུམ་སྟེན། །པག་ལུག་ཡོས་གསུམ་ཁླ་བས་ཆོས། །བྱ་སྤང་སྐྱུལ་གསུམ་ཕྱར་བས་
 ཆོས། །བྱི་འབྱུག་སྐྱུལ་གསུམ་མིག་དམར་ཆོས། །གང་ཆོས་དེ་དར་བྱ་ཡང་དར། །མ་
 ལུང་དག་བྱད་གྲོགས་ནི་གྲོད། །
 གཟའ་བརྒྱད་ཀྱི་ཁམས་གང་ཡིན་ཤེས་སྐལ། །གཟའ་ཆོས་ལུགས་ནི། སྟག་རྩ་བྱི་
 གསུམ་གྱི་ཁླ་བ་གང་རུང་ལ་གཟའ་རྣམས་ཀྱི་ཆོས་འགོ་སྟེན་པས་འཛིན་པ་ནི་དཔེར་

ན་སྟག་ལྷཱི་འཛེས་གཅིག་ལ་གཟའ་སྟེན་པ་ཆོས་ལ། ཆོས་གཉིས་གསུམ་སོགས་ལ་
 རིམ་པར་ཉི་མ་དང་ལྷ་བ་སོགས་ཆོས་བ་ཡིན་ནོ།།དཔེར་ན་ལྷ་དེའི་ནང་ཆོས་འགོ་
 འཛིན་བྱེད་གང་ཡིན་པ་དེ་ལྷ་དེའི་ནང་ནམ་བྱུང་དུས་དར་བ་ཡིན་ལ།
 དཔེར་ན་སྟག་ལྷཱི་ནང་སྟེན་པ་དར་ཞིང་དེའི་བྱ་ཡང་དར་བ་ཡིན་པས་དེའི་བྱ་ཇི་ལྟར་
 རོས་འཛིན་ཞེ་ན། སྟེན་པ་ས་ཁམས་ཡིན་པས་དེའི་བྱ་ལྷགས་ཡིན་ལ་ལྷགས་ནི་
 གཟའ་རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས་པ་སངས་ཀྱི་ཁམས་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་པ་སངས་
 རམ་ཆོས་ལའང་དར་བ་ཡིན་ནོ།།མ་ཟུང་ཅེས་པའི་དོན་ནི། ས་མ་མེ་ཡིན་པས་གཟའ་
 རྣམས་ལས་ཉི་མ་མིག་དམར་གཉིས་མེ་ཁམས་ཡིན་ལ་དེ་གཉིས་གང་ཆོས་ཆོ་ཟུང་
 པ་དང་། ཡང་ས་དབྱ་ཤིང་ཡིན་ལ། ཤིང་ནི་ཕྱར་བུའི་ཁམས་ཡིན་པས་ལྷ་དེའི་ནང་
 ཕྱར་བུ་ནམ་ཆོས་ལ་གུད་པ་ཡིན་ནོ།།ཡང་ས་གྲོགས་ཚུ་ཡིན་ལ་ཚུ་ནི་ལྷ་སྟག་གཉིས་
 ཀྱི་ཁམས་ཡིན་པས་ལྷ་དེའི་ནང་གཟའ་ལྷ་བ་དང་ལྷག་པ་གང་ཆོས་ཆོ་གྱུད་པ་ཡིན་
 ནོ།།དེའི་རིགས་པའི་འགྲོས་ཀྱིས་གཞན་རྣམས་ཀྱང་ཤེས་སྟེ།།

༼སྐར་མའི་ཁམས།༽

ལྷ་སྐར་མའི་ཁམས་ནི་རྒྱ་ནག་ལྷག་སྟེན་སྐར་མའོ་ལག་ན་བས་སོ་རྒྱལ།།ཤར་
 སྐར་རྣམ་དུག་ཤིང་གི་ཁམས།།མཚུག་དཔོ་དང་མེ་བཞི་ནག།ས་རི་ལྷོ་སྐར་མེ་ཡི་
 ཁམས།།ལྷ་མཚན་སྟོན་སྟབས་ཚུ་སྟོད་སྟུང་།།གོ་ཁུན་ལུབ་སྐར་ལྷགས་ཀྱི་
 ཁམས།།མོན་གྱི་མོན་གྱ་ཁུམས་སྟོད་དང་།།ཁུམས་སྟུང་ནམ་གྱ་ཐ་སྐར་རྣམས།།བྱང་
 ཕྱོགས་ཚུ་ཡི་སྐར་མ་ཡིན།།བྱི་ཁུན་ས་ག་བྱ་ཉེ་སྟག།ས་ཁམས་སྐར་མར་རོས་བབྱང་
 བྱ།།མགོ་རྒྱལ་མཚུ་དཔོ་ནག་པ་དང་།།ས་ག་སྟོན་དང་ཚུ་སྟོད་གོན།།ཁུམས་སྟུང་ཐ་

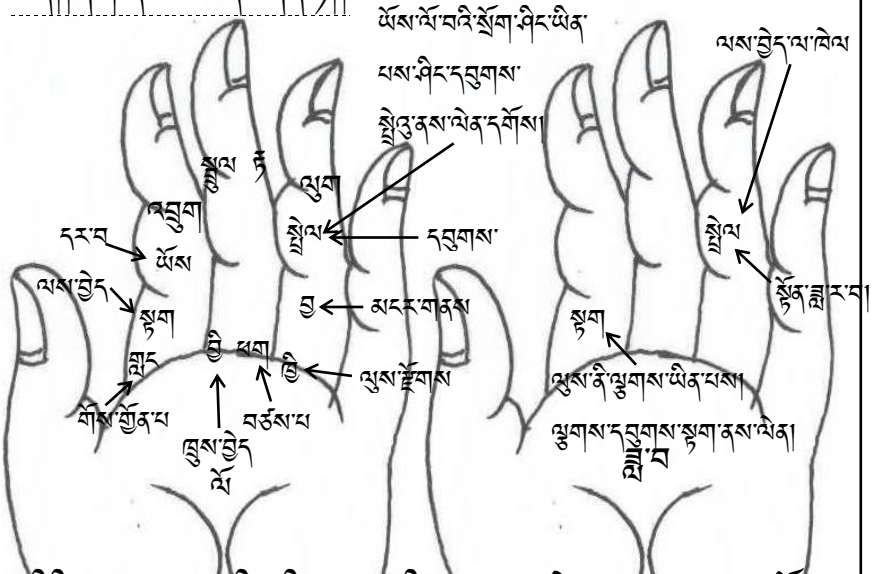
སྐར་སློན་རྩྭ་སྟེ། བརྩ་གཅིག་པ་ནས་རིམ་པ་བཞིན། རགས་པར་ཉ་བའི་སྐར་མ་
ཡིན། གང་གིས་ཉ་བ་དར་བ་ཡིན། རྟོངས་ལ་བྱང་བ་བྱོད་པའོ། གཞན་མ་རྣམས་ནི་
གྲང་པ་ཡིན། སློན་རྩྭ་ལ་སོགས་ཤར་སྐར་ཉ། ཤར་སྐར་དར་ལ་སྟོ་བྱང་གྲང་། རུབ་
སྐར་བྱོད་དེ་དེ་ལྟར་བཅི།

སྐར་མའི་ཁམས་གང་ཡིན་སོགས་ནི་ཡིག་རྩལ་ཉ་ཅང་གསལ་བས་གསལ་
བཤད་མི་དགོས་ལ། རྒྱ་བརྩ་གཅིག་པའི་ཉ་ལ་སྟེ་བཙུ་ལ་སྐར་མ་མགོ་ཤར་བ་
དང་།

བརྩ་གཉིས་པའི་ཉ་ལ་རྒྱལ་དང་། དེ་ནས་རྒྱ་དང་བོའི་ཉ་ལ་མཚུད་དང་། གཉིས་པར་
དབོ་དང་གསུམ་པར་ནག་པ། བཞི་པར་ས་ག ལྷ་པར་སྟོན། རྩྭ་པར་ཚུ་སྟོད།
བདུན་པར་གྲོ་ཞུན་བརྒྱད་པར་བྱམས་སྟེ། དགྲ་བར་ཐ་སྐར། བརྩ་བའི་ཉ་ལ་སྐར་མ་
སློན་རྩྭ་ཤར་བར་གསུངས་པ་ནི་རགས་པའི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ཞེས་པའོ། རྒྱ་བ་
གང་གི་ནང་སྐར་མ་གང་བཙུ་སྟེ་ཉ་བར་ཤར་ན་དེ་ནི་རྒྱ་དེའི་ནང་དར་བ་ཡིན་ལ།
རྟོངས་ལ་སྟེ་གནམ་རྟོངས་ལ་ཤར་བ་དེ་བྱོད་པ་དང་། གཞན་མ་སྟེ་དར་བ་དང་བྱོད་
པའི་སྐར་མ་ལས་གཞན་པའི་སྐར་མ་རྣམས་ནི། གྲང་པ་ཡིན་ནོ། དཔེར་ན། སྐར་མ་
སློན་རྩྭ་སོགས་ཤར་སྐར་ཉ་ལ་ཤར་ན་དེ་དར་ལ། རྟོ་དང་བྱང་གི་སྐར་མ་རྣམས་ནི་
གྲང་པ་དང་། རྒྱ་དེའི་ནང་རུབ་སྐར་གང་ཤར་བ་ཀུན་བྱོད་པ་སྟེ་དེ་ལྟར་དུ་བཅིའོ།

༼དར་གུད་བརྩ་གཉིས་བརྩེ་ཚུལ༽

ཕྱི་དོན་ས་དར་གྲུང་བཅུ་གཉིས་ནི།།དབྱུགས་ལེན་མངར་གནས་ལུས་ཐོགས་
དང་།།བཅས་པ་ཁྲུས་བྱེད་གོས་གྲོན་པ།།ལས་བྱེད་དར་བ་གྲུང་པ་དང་།།ན་བ་ཤི་བ་
དུར་ཞུགས་རྣམས།།སློག་ལུས་དབང་ཐང་གྲུང་རྟ་བཞི།།ས་ཆུ་ཡིན་ན་དབྱར་ར་སྤྲུལ།།
མི་ཡིན་དགུན་ཁྲི་ར་བ་ཕག།ལྷགས་ལ་དབྱིད་ར་སྟག་ནས་བཟུང་།།ཤིང་རྣམས་སྟོན་
ར་སྤྲུལ་ནས།།དབྱུགས་ལེན་ཡིན་ནོ་ཤེས་ལྡན་དག།མངར་གནས་ལུས་སོགས་
གཡས་བསྐྱོར་ཏེ།།གནམ་ལོའི་སྟེང་སྟེབ་ལོ་ཡིན་པ།།ཁྲི་བའི་སྟེང་སྟེབ་ཁྲི་བ་
ཡིན།།ཞག་དང་བ་མ་དེ་བཞིན་ཏེ།།



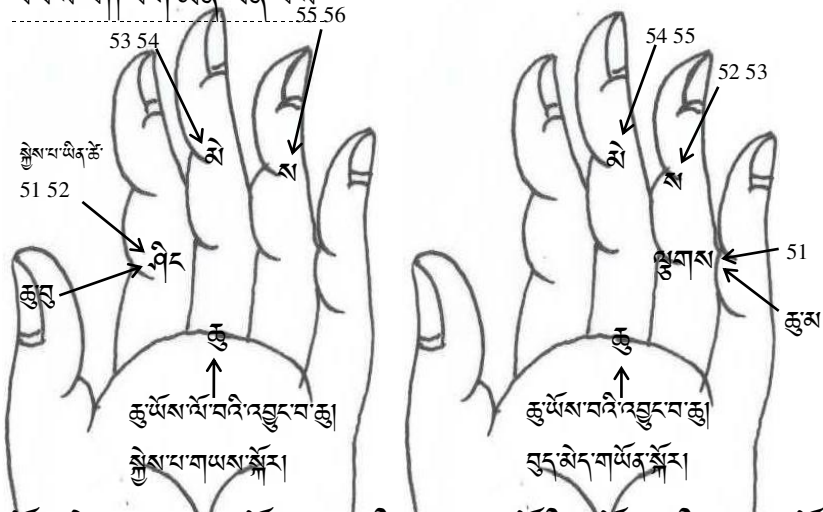
འདིའི་དར་གྲུང་བཙུ་གཉིས་ནི་གང་ཟག་ཅིག་དབུགས་ལེན་པ་ནས་བཟུང་དྲར་ཁོད་དུ་

སྐྱེལ་བར་འཕེལ་འགྲིབ་བམ་དར་བ་དང་གུད་པའི་ཚུལ་གཉིས་ཡིན་ལ།
 བཙེ་བྱ་གང་གི་སློག་ལུས་དང་དབང་ཐང་ལྷུང་རྟ་བཞི་རེ་རེར་དར་གུད་བཙེ་ཆོད་པེར་
 གཉིས་སྟོང་བཅུ་གསུམ་སྐབས་ལོ་ང་གཅིག་ཡིན་པ་ཞིག་ལ་བཙེས་ན་གནས་ལོ་རྒྱུ་
 ཡོས་ཤིག་ལ་སྐྱེས་པ་ཡིན་པ་ནི་ང་གཅིག་ཅན་འདི་རྒྱལ་ཡོས་ལོ་བ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་
 གྱིས་སོ།།དེས་ན་འདིའི་སློག་གི་དར་གུད་བཙེས་ན། སྐྱེར་སློག་ལུས་དབང་ཐང་ལྷུང་
 རྟ་བཞིའི་ནང་ནས་སློག་ཁམས་ལོ་ལ་གདུགས་དགོས་ལ། དེས་ན་སྐྱེག་ཡོས་སློག་
 ཤིང་ཡིན་པས། ཤིང་ནི་སྟོན་རྩེ་ཕུ་ནས་དབུགས་ལེན་དགོས་ལ།དེ་ལྟར་དུ་ཡོས་བར་
 སྐྱར་ཏེ་སོང་བས་དར་བ་ལ་ཁེལ་བ་ལྟ་བུ་དང་། ལུས་ཀྱི་དར་གུད་ནི། ལུས་ཁམས་
 རྒྱ་བར་གདུགས་དགོས་ཤིང་། ང་གཅིག་ཅན་ཏེ་སྟོན་རྩེ་ར་བའི་ཆོས་ལྔའི་ཕྱི་དྲོ་རྒྱར་
 ལ་སྐྱེལ་གྱི་སྐབས་སྐྱེས་པ་ཞིག་ཡིན་ན། དེས་ན་སྟོན་རྩེ་ར་བ་ནི་སྐྱེལ་རྒྱ་ཡིན་པས་
 གདུགས་ས་ནི་སྐྱེལ་ཡིན་ལ། དེའི་སྟོན་དུ་དབུགས་ལེན་གྱི་ལྷེ་མིག་ལྟ་བུ་ནི་ལུས་
 ལྷགས་ཡིན་པས། ལྷགས་ལ་དབྱིད་རྩ་སྟག་ནས་བཟུང་། ཞེས་པ་ལྟར་སྟག་ནས་
 དབུགས་ལྷངས་ཏེ་སོང་བས། སྟོན་རྩ་སྐྱེལ་སྟེང་དར་གུད་ནང་ནས་ལས་བྱེད་ཁེལ་
 འགྲོ་ལོ།།དབང་ཐང་གི་དར་གུད་ནི། དབང་ཐང་རྒྱུ་ཡིན་ལ།ས་རྒྱུ་ཡིན་ན་དབྱར་རྩ་སྐྱེལ།
 ཞེས་པ་ལྟར་སྐྱེལ་སྟེང་ནས་དབུགས་ལྷངས་ཏེ་སྐྱེལ་རྒྱའི་ཆོས་ལྔའི་ཏའི་ཉི་མ་ཡིན་
 པས་རྟ་སྟེང་ཁྱུས་བྱེད་ཁེལ་བ་བཞིན་ནོ།།ཆོས་འགོ་བཙེ་རྒྱལ་ནི།དེ་རྣམས་པོ་དུག་
 སྟག་གིས་ཆོས་ཀྱས་སྐྱེལ་པ་ལྟར་སྐྱེལ་རྒྱ་ནི་པོ་ཡིན་པས་ཆོས་འགོ་སྟག་

ནས་བཟུང་སྟེ་གངས་ལྗེ་བར་སོང་ན་རྟ་ལ་ཁེལ་པས་དེའི་ཆེས་ལྗེ་ནི་རྟའི་ཉི་མ་ཡིན་པ་
ཤེས་སོ།། ལྷུང་རྟའི་དར་གུད་ནི། ལྷུང་རྟ་དུས་ཚོད་ལ་གཏུག་དགོས་ཤིང་། བག་ལུག་
ཡོས་གསུམ་ལྷུང་སྐྱུལ་མེ།། གསུངས་པ་ལྟར་ཡོས་ལོ་བའི་ལྷུང་རྟའི་ཁམས་མེ་ཡིན་
པས། མེ་ཡིན་དགུན་ཟླ་ར་བ་པག་གསུངས་པ་ལྟར། བག་ནས་དབུགས་སྒངས་ཏེ་
ལྷུང་ཁ་སྐྱེལ་བར་སོང་བས། སྐྱེལ་སྟེང་དར་གུད་ནང་ནས་ན་བ་ཁེལ་བ་ལྟ་བུའོ།།

༼ལོག་མེན་འབྱུང་བ་ནི༽

རྩི་སྒྲོར་གཉིས་པ་ལོན་མེན་ནི།བཙུ་བྱའི་ལོ་ལམས་གང་ཡིན་གྱི།སྒྲིས་པ་བྱ་
 ཡི་སྒྲག་ནས་སྒྲུབ།བྱད་མེད་མ་ཡི་སྒྲེལ་ནས་གྲུག།ལོ་གྲངས་བཙུས་པས་གང་
 བབས་པ།ལོག་མེན་ཡིན་པས་



ལོག་མེན་འབྱུང་བ་དང་ལོ་རྒྱལས་གཉིས་ལས་དང་བོ་ནི། ལོ་ང་གཅིག་ཅན་ཆུ་ཡོས་
 ལོ་བ་ལ་མཆོན་ན། རྩིས་པ་ཡིན་ན་དེ་ལོར་ལོ་ལམས་ཆུ་ཡོས་ལ་ཆུ་བྱ་ཤིང་ཡིན་པས།
 ལོ་དགུ་དང་བཙུ་སྒྲུབ་གང་རུང་ཡིན་ཆོ་ཤིང་ཐོག་ལོ་གྲངས་གཅིག་གཉིས་ཟེར་བ་
 ལས་བཙུ་གཅིག་བཙུ་གཉིས་ཟེར་མི་ཉན་པ་ཤེས་སྤྲ། འོན་ཀྱང་ལོ་ང་གཅིག་ཅན་ལ་
 ནི། འབྱུང་བ་ཤིང་ཐོག་ལོ་གྲངས་1-2. 11-12. 21-22. 31-32.
 41-42. 51-52.ཟེར་ཆོག་ལ་ལོག་མེན་ཤིང་ཡིན་པ་ཡང་དེས་ཤེས་སོ།ལོ་

ང་ལྟ་ཅན་ཅིག་ཡིན་ན་ནི་མེ་ཐོག་གོང་གི་དེའི་ཁར་ལོ་གངས་53-54ས་ཐོག་
 55-56བྱས་པས་ལོ་ང་ལྟ་ཅན་གྱི་འབྱུང་བ་ལོག་མེན་ནི་ས་ཡིན་པ་དེས་ཤེས་པ་
 ལྟ་བུའོ།།ལོ་ང་ལྟ་ཅན་དེ་བྱུང་མེད་ཡིན་ཆོ་ཚུམ་ལྟགས་གྱི་སྟེང་ལོ་
 གངས་1-11-21-31-41-51ཟེར་བ་ལས་52ལ་སོགས་པ་འཛོག་མི་
 དགོས། དེ་ནས་དེའི་འཕྲོར་སའི་སྟེང་52-53མེའི་སྟེང་54-55ཟེར་དགོས་ལ་
 དེས་བྱུང་མེད་ལོ་ང་ལྟ་ཅན་གྱི་འབྱུང་བ་ལོག་མེན་མེ་ཡིན་པར་རྟོགས་པ་ལྟ་བུའོ།།
 ལོག་མེན་གྱི་བརྩི་གཞིའམ་སྐྱོར་འགོ་ནི། བརྩི་བྱ་སྦྱས་པ་ཡིན་ན། གནམ་ལོའི་བྱ་
 ཐོག་དང་། བྱུང་མེད་ཡིན་ན་གནམ་ལོའི་མ་ཐོག་ནས་ཡིན་པ་ནི། འབྱུང་རྩིས་ལྷན་ལ་
 སྟོན་པོར་ཉ་ཅང་གསལ་ལོ།།

༼འོག་མེན་ལོ་རྟགས༽



འོ་ར་གཅིག་ཅན་གྱི་སྐྱེས་པ་ཡིན་ཆེ་འོག་མེན་འབྲུག་དང་བྱུང་མེད་ཡིན་ཆེ་འོག་མེན་རྟ་ཡིན་པ་འདིས་ཤེས་སོ།།འོ་གོགས་

ནི་1-13-25-37-49-61-73-85-97-109འདི་དག་ཡིན་མོ།།ཞེས་མཐུ་ཅི་ནའི་ཕྱིས་རིག་དགེ་ལྡན་མཁས་དབང་ཡོངས་ཀྱིས་ཕྱག་རྒྱ་ན་དུ་བསྟར་བའི་དེལ་འགྲུམ་འཐོར་བསྐྱུས་རྒྱས་འདྲིལ་དུ་བཀོད་པ་དཔྱོད་ལྡན་སྤྱི་ཙམ་འདོད་དགུ་འཛོལ་འདི་དཔག་བསམ་སྟོན་ཤིང་གི་སྟོན་འགྲོའི་སྐྱོར་གྱི་འགྲེལ་བཤད་ཉེར་མཁོའི་སྒྲུལ་རྒྱུད་དཔག་བསམ་སྟེ་མ་འདི་ཉིས་སྟོང་བཅུ་གསུམ་ལེའི་ཡར་ཆོས་དགེ་བར་ཨ་མདོ་རྩལ་སྟོན་མང་གི་དབལ་བྱལ་བསོད་ནམས་རྒྱ་མཚོས་མཛུགས་

རྩོགས་པར་བྲིས་པ་དག་ལེགས་འཕེལ། འདིས་མཆོན་དག་བའི་ཚུ་ཐུག་ཕྱ་མོ་ཡང་།
 བྱང་ཆེན་རྒྱ་མཚོར་ཡོངས་འདྲེས་རྣམ་དཀར་ཆས། །མ་ལུས་འགོ་ལ་ཕན་བདེའི་སྒོ་
 ཕྱེ་ཞིང་། །བརྒྱལ་དཀར་སྲིད་པའི་ཚུ་གཏེར་ཐུར་སྐྱེམ་སྒོན། །དེན་བརྟེན་མེད་ཆོ་གཅིག་
 བ་མའི་མདུན། །སྦྱིད་མར་ཁུའི་མཚོ་མོ་འཁྲིལ་དུན་ན། །ངས་འདི་ནས་འདི་ལྟར་
 བབྱིས་པའི་དགེས། །ཁོང་རྣམ་གཉིས་ཆོས་མིག་ཐོབ་པར་སྒོན། །སྲིད་ཞིའི་དཔལ་
 ཀུན་ཕྱོགས་གཅིག་བཞད་པ་བཞིན། །བསྟན་ལ་ཐུན་ཆོགས་གང་ཞིག་མཆིས་སོ་
 ཅོག། འཇིག་རྟེན་འདི་ན་ཐང་གཅིག་མ་ཡིན་པར། །དན་ནས་རྟག་ཏུ་འཕེལ་བའི་བྲག་
 ཤིས་ཤོག། མཆོད་མཆོད་དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་ཞབས་པད་མཆོད། །བསམ་
 བསམ་ལས་འབྲས་ཕྱོགས་ལ་ནམ་ཡང་སེམས། །བསྐྱབ་བསྐྱབ་ཆོས་དོན་ཡིན་ན་
 ལྷག་ཏུ་སྦྱིད། །རང་རང་མིར་སྦྱིས་དོན་རེ་བསྐྱབ་དགོས་ཡོད། །ཅེས་རིག་གནས་འདི་
 ཡང་རང་ཉིད་གཅིག་ཕྱའི་རྒྱལ་ཁར་མ་བཟུང་བར། མེ་ཏོག་གིས་སྤང་ཅི་བཞིན་ལྷག་
 བསམ་འོ་ཐིགས་དཀར་བོ་སྦྱིམ་པས་བཏེགས་ཏེ་རིག་གཞུང་གི་ཐང་ན་བཙས་མ་
 ཐག་པའི་རེ་ལྟོས་ཀྱི་འཁུན་སྤྱོད་བར་མི་ཆད་པའི་རོལ་དབྱངས་ཁོད་གཉོམ་ཆུང་གི་སྒྲེ་
 ཀྲོག་པ་དག་ལ་མིག་ཟུང་འབྲེད་རོགས་ཅམ་ཞུས་པ་འདིས་ཀྱང་འཇིག་རྟེན་གྱི་
 ཁམས་འདི་ན་བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་ཉིམ་གསར་བ་ཞིག་བསུ་བྱབ་པའི་སྒོན་ལམ་དང་འབོད་
 སྒྱལ་བྱས་པ་ཡིན་ལ། འབོད་སྒྱལ་གྱི་རོལ་ཆས་ལ་མཐེབ་མགོ་ཅམ་ལས་མེད་ཀྱང་
 མཁས་ཆེན་དག་མི་ཤུམས་པར་བྱ། འདིར་བྱ་རྒྱ་ཞིག་ལ། བདག་གི་ཆོས་གོགས་

དམ་པ་སྡེ་ཤུལ་དཔལ་མགོན་ལགས་ཀྱིས་དག་གཟིགས་གནང་ཞིང་། ཚ་བོ་བཀྲ་
ཤིས་རྒྱ་མཚོས་བསྒྲིག་སྤངས་ཀྱི་སྐོར་ལ་བཀོད་ཆབ་དང་རོགས་མང་བོ་གནང་བ་
དཀའ་དྲིན་ཆེ་ལྟོ་།།ཐམས་ཅད་དག་ལེགས་སུ་གྱུར་ཅིག། །།སར་མདྲ་ལྟོ།

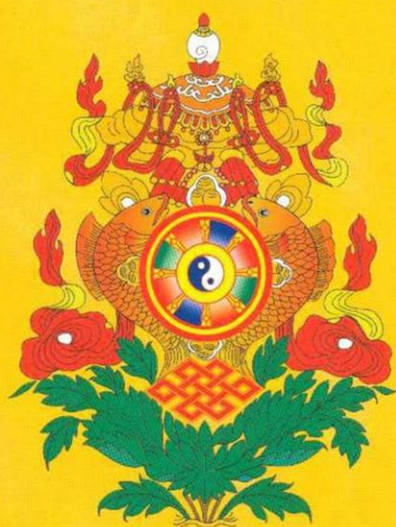
(པར་ཐང་སྡེན་མར་སྡེན་འགའ་རེ་ཤོར་ཡང་འདྲིར་བཅོས་ཡོད།)

ཉེར་མཁོ།



གངས་རྒྱལ་རིག་གནས་ལས་རྒྱབ་ཁང་གིས་བཟོགས།

འབྲེལ་གཏུགས་བྱེད་ཡུལ། 13778471953



མི་གཉི་ལྷ་རྩ་དུག་པ་འདི་དཔེ་རྒྱུ་ནང་དུ་བཞག་ན་དཔེ་རྒྱུ་ཆ་དེ་ཅི་འདྲར་
བཞག་མཁ་ཀྱང་ཉི་མ་པ་མི་འཁྱུང་ཁར་འཁྱུང་དཔེ་རྩ་རྒྱུང་ལམ་གཞུང་མོ།།