



ལ་སྐྱབས་མགོན་ཀླུ་ལ་དབང་ཐམས་ཅད་
མཁུན་ཅིང་གཟིགས་པ་ཆེན་པོ་མཆོག་
དགུང་གྲངས་བརྒྱད་ཅུར་ཕེབས་པའི་སྐྱའི་
ཀྱ་སྟོན་དང་འབྲེལ།

༡༡། རྒྱུ་ཆོས་ངོ་སྤྲོད་ཆོག་མཁན་ཆུང་གི་
རྒྱུ་ཆོས་དོན་གཉེར་བ་རྣམས་ལ་དྲི་བ་དྲིས་
ལན་གྱི་ལམ་ནས་རྒྱུ་ཆོས་ཀྱི་གོ་དོན་གོང་
མཐོར་སྤེལ་ཆེད་ཀྱི་དྲི་བ་ ༥༠ (+80)

༡། རྒྱུ་ཆོས་འགྲོའི་ངོ་བོ་དང་། རྒྱུ་ཆོས་འགྲོའི་
ཡུལ། རྒྱུ་ཆོས་སུ་འགྲོ་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཡིན།
ལན། འཁོར་བ་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་ངན་སོང་
གསུམ་གྱི་རྒྱུ་བསྐྱེད་པ་ལ་འཇིགས་ཤིང་རྒྱུ་
པའི་སྒོ་དང་། དེ་ལས་རྒྱུ་ཆོས་པའི་རྒྱུ་པ་
དཀོན་མཆོག་ལ་ཡོད་པའི་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དང་
པ་སྤྱི་རྒྱུ་གཉིས་ཡོད་པའི་ཐོག་དཀོན་མཆོག་

ལ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་དགོས་པ་དེ་སྐྱབས་འགྲོའི་
ངོ་བོ་དང་།

སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བའི་ཡུལ་ནི། སྐྱབས་ཡུལ་
ངོས་བབྱང་བ་དང་། སྐྱབས་སུ་འོས་པའི་རྒྱ་
མཚན་བསམས་པའི་སྒོ་ནས། སངས་རྒྱས་
དཀོན་མཆོག་དང་། ཆོས་དཀོན་མཆོག་དག་
འདུན་དཀོན་མཆོག་སྟེ་གསུམ་ཡིན་མོད།
སྐྱབས་སུ་འགྲོ་ཚུལ་ལ་ལྟ་སྟེ། རྒྱ་གང་ལ་
བརྟེན་ནས་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ། ཡུལ་གང་ལ་
བརྟེན་ནས་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ། ཇི་ཙམ་གྱི་
སྐྱབས་སུ་སོང་བའི་ཆད། སྐྱབས་འགྲོའི་

བསྐྱབ་བྱ། རྒྱབས་འགྲོའི་ཕན་ཡོན་བཅས་
ཕྱོེ།

༢། སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་གི་ངོ་བོ་དང་
འདུས་མ་བྱས་སོགས་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་གང་
དང་གང་ཡིན་ནམ།

ལན། སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་གི་ངོ་བོ་ནི།
སྤང་བྱ་མི་མཐུན་ཕྱོགས་སྤངས་པའམ།
སངས་པ། ཡང་ན་མ་རིག་པའི་གཉིད་ལས་
སངས་ཤིང་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ལ་སྒྲོ་བྱོས་

རྒྱས་པ།

མཆོན་ཉིད།

ཀའི་དོན་གཉིས་མཐར་ཕྱིན་པའི་སྐབས་
གནས་མཐར་ཐུག་ དོན་གཉིས་རང་དོན་
དང་གཞན་དོན།

ཁའི་འདུས་མ་བྱས་སོགས་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་
དང་ལྔ་པ།

བརྒྱད་ཟླ་མ་ལས། འདུས་མ་བྱས་ཤིང་ལྔ་
ཁྲིམ་བྱུང་། གཞན་གྱིས་རྒྱུ་གྱིས་རྟོགས་
མིན་པ། མཐུན་དང་བརྟེ་དང་རུས་པར་
ལྔ། དོན་གཉིས་ལྔ་པ་བཅས་ཡོན་ཏན་
བརྒྱད་གཤམ་གསལ་ལྟར་ལའོ།
ཡོན་ཏན་བརྒྱད་ནི།

१) རང་བཞིན་རྣམ་པར་དག་པའི་ཡོན་ཏན་
ནི་བདེན་པར་མེད་པའི་འདུས་མ་བྱས།

༢) གྲོ་བུར་རྣམ་དག་གི་ཡོན་ཏན་འབད་
ཚུལ་ནི་བས་ལྷན་གྱིས་འགྲུབ་པ།

༣) ཇི་ལྟ་བ་མཁྱེན་པའི་སོ་སོ་རང་རིག་པ་
ནི་གཞན་གྱི་ཁྱེན་གྱིས་མི་རྟོགས་པ།

༤) རང་དོན་ཆོས་སྐྱ་སྡེ་བཞི་དང་།

༥) ཇི་སྟེད་པ་རིག་པའི་མཁྱེན་པ་ལྷན་
ཆོག་ས།

༦) ལྷག་བསྐལ་སྤོང་ཕྱིར་སྟོན་པའི་བརྟེ་བ་
ལྷན་ཆོག་ས།

༢) ཉོན་མོངས་སྤྲོད་ཕྱིར་སྟོན་པའི་རྒྱལ་པ་
ཡུན་ཆོགས།

༤) གཞན་དོན་གཟུགས་སྐྱུ་བཅས་སོ།

༣། ཆོས་དཀོན་མཆོག་གི་གོ་དོན་དང་
མཚན་གཞི། དོན་དམ་པའི་ཆོས་དཀོན་
མཆོག་ངོས་འཛིན་བགྱིས།

ལན། ཆོས་འཛིན་པ། རང་གི་ཆོས་ཉིན་ཁ་
ནས་འཛིན་པ། མ་རུང་བ་བཅོས་ཏེ་དྲངས་
བར་འགྱུར་བ། བཅོས་ཏེ་ཆོས་པའི་ཆོས།
སེམས་ཅན་མ་རུབ་བ་བཅོས་ཏེ་རུང་བར་

འགྱུར་བ། ལུང་རྟོགས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཅན།
བཤད་སྒྲུབ་དང་། འབྲས་བུ་བཅས་སོ།

དོན་དམ་པའི་ཆོས་དཀོན་མཆོག་ངོས་
འཛིན་ནི། ཀམ་མཁའ་ལམ་གང་རུང་གིས་
འདུས་པའི་འཕགས་པའི་རྣམ་བུང་། ཁམ་
འགོག་བདེན་ནས། ལམ་བདེན། འཕགས་
ལམ་ཡན།

གམ་མཁའ་མེད་གཉིས་མེད་སོགས་ཡོན་
ཏན་བརྒྱད་དང་ལྷན་པའི་འཕགས་རྒྱུད་ཀྱི་
རྣམ་བུང་།

༤། རྒྱ་ཆོས་ཞེས་པའི་རྒྱ་དང་། ཆོས་
གཉིས་སོ་སོའི་གོ་དོན་དང་། རྩེ་པ་དང་རྒྱ་
པའི་བྱུང་པར་གང་གིས་འབྱེད་དགོས་སམ།
ལན། ཆོས་རྩེ་རྒྱ་གཉིས་སུ་རྩེ་བའི་རྒྱ་པ་
དང་། རྒྱ་པ་བའི་ཉམས་ལེན་བྱེད་པའི་
ཆོས་ཏེ། རྒྱ་ཆོས་དང་། རྩེ་པ་དང་རྒྱ་པའི་
བྱུང་པར་ནི་ལྷ་བ་བཀའ་བཏགས་ཀྱི་ཡུག་
ཀྱི་བཞི་ཁས་ལེན་བྱེད་པར་རྒྱ་པ་དང་། མི་
བྱེད་མཁན་རྩེ་པ་ཡིན་པས་སོ།

༥། རྒྱ་པ་སངས་རྒྱས་པ་དང་། རྒྱ་པའི་
གྲུབ་མཐའ་སྤྲོ་བ་གཉིས་ལ་བྱུང་པར་གང་
ཡོད་དམ།

ལན། དཀོན་མཆོག་གསུམ་དང་། ལྷ་བ་
བཀའ་བཏགས་ཀྱི་ཕུག་རྒྱ་བཞི་ཁས་ལེན་
བྱེད་མཁན་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པ་དང་།
ནང་པའི་གྲུབ་མཐའ་སྐྱབ་བ་གཉིས་ནང་པ་
སངས་རྒྱས་པ་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་རུང་།
ནང་པའི་གྲུབ་མཐའ་སྐྱབ་བ་ནི། ནང་པའི་
ནང་ཁོངས་ནང་པའི་གྲུབ་མཐའ་སྐྱབ་བ་སོ་
སོའི་རང་རང་གི་སྒོ་ངོར་ལུང་དང་རིགས་
པས་གནས་ལུགས་སྐྱབ་ཚུལ་རིགས་པའི་
ལམ་ནས་སྐྱབ་བ་ལས་གཞན་དུ་འདའ་བར་
མི་བྱེད་པའི་ཁྱད་པར་ཡོད་མོད།

༦། རྒྱུ་ཆོས་ཀྱི་ལྷ་གྲུབ་དང་། རྒྱུ་ཆོས་ཀྱི་
ཉམས་ལེན་གཉིས་གང་གི་སྒྲོ་ནས་འཛོག་
དགོས་སམ།

ལན། རྒྱུ་ཆོས་ལྷ་གྲུབ་ནི། ལྷ་དང་རིགས་
པའི་སྒྲོ་ནས་འདོད་ཚུལ་སྒྲུབ་དགོས་པ་ཞིག་
དང་། རྒྱུ་ཆོས་ཉམས་ལེན་ནི། རྒྱུ་པའི་
ཆོས་གང་ཡིན་པ་དེ་རང་རང་སོ་སོས་

ཉམས་ལེན་ལག་བསྟར་བྱེད་སྒྲུབ་ཆ་ནས་
ལྷ་པར་འཛོག་དགོས་པ་ཡིན་མོད།

༧། རྒྱུ་ཆོས་ནས་བསྟན་པའི་ཆོན་རིག་
དང་སྦྱར་བཏང་ཆོན་རིག་གཉིས་ཀྱི་ལྷ་
པར་གང་ཡིན།

ལན། ནང་ཆོས་ནས་བསྟན་པའི་ཆོན་རིག་
ནི། རྟགས་དོན་བཅའ་ནས་ཉིད་རྒྱ་ཡོད་
མེད་ཀྱི་སྒྲི་ནས་འཛུགས་དགོས་པ་དང་། རྒྱུར་
བཏང་ཆོན་རིག་ནི། དངོས་སུ་བརྟག་ཞིབ་
ཀྱི་སྒྲི་ནས་འཆོལ་ཞིབ་བྱེད་དགོས་པ་གཉིས་
འགྲོ་ལས་མི་འདྲ་ཡང་མཐར་ཀྱི་འབྱུང་
འབྲས་མཚུངས་ཆ་ཆེ་བ་མཛད་ན།

༤། ནང་པའི་ལྟ་བ་དང་། རྒྱུད་པ། སྒྲིམ་པ་
གསུམ་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཡིན་
ནམ།

ལན། ནང་པའི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བ་གཙོ་
བོར་བཤད་པའི་མདོ་སྡེ་སྡེ་སྒྲིམ་དང་།

ཀུན་སྟོན་གཙོ་བོར་བཤད་པའི་འདུལ་བའི་
སྡེ་སྟོན། ཏིང་ངེ་འཛིན་སྒྲོམ་ཚུལ་གཙོ་བོར་
བཤད་པའི་མངོན་པའི་སྡེ་སྟོན་བཅས་
གཞུང་གསུམ་འདིའི་སྒྲོ་ནས་ཉམས་ལེན་
བྱེད་དགོས་སྟུགས།

༢། ལྷ་བ་རྟེན་འབྱུང་དང་སྟོན་པ་འཆེ་བ་མི་
བྱེད་པ་གཉིས་ཀྱི་ངོ་བོ་དང་དེ་དག་ཉམས་
སྦྱ་སྒྲུངས་པའི་གྲུབ་འབྲས་སོ་སོ་ནས་ངོས་
འཛིན་བགྱིས།

ལན། དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་གྱིས་
འབྱུང་བ་མ་ཡིན་པར་རྒྱ་འབྲས་དང་ཆ་
ཤས་ལ་རྟེན་ནས་འབྱུང་བའི་སེམས་ཀྱི་ལྷ་

བ་དང་། སྒྲང་དོར་གྱི་བྱ་སྟོང་འཆེ་བ་མེད་
པར་སྟོང་པས། སྟོང་པ་འཆེ་བ་མེད་པ་ནི་དེ་
དག་གི་ངོ་བོ་དང་། དེ་དག་ཉམས་སུ་སྒྲངས་
པའི་འབྲས་བུ་ནི། རྒྱ་བཟང་པོར་རྟེན་པའི་
འབྲས་བུ་ལེགས་པ་དང་། སྟོང་པ་འཆེ་བ་
མེད་པར་རྟེན་པས་དོན་དག་གི་འགྲུབ་རྒྱ་
བཅས་སོ།

༡༠། རྒྱང་པའི་གྲུབ་མཐའ་སྒྲ་བ་བཞི་ངོས་
འཛིན་དང་དེ་དག་གི་ལྟ་བ་ཕྱ་རག་གི་བྱང་
པར་གང་གི་འབྱེད་དགོས་སམ།

ལན། རྒྱང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་གྲུབ་མཐའ་
བཞི་ནི།

བྱེ་བྲག་སྒྲ་བ། མདོ་སྡེ་བ། མེམས་ཅམ་པ།

དབྱ་མ་པ་བཅས་བཞིའོ།

དེ་དག་གི་ཕྱ་རགས་ནི། ༡) བྱེ་བྲག་སྒྲ་བ།

བྱེ་བྲག་བཤད་མཚོའམ། བྱེ་བྲག་བཤད་

མཛོད་ཆེན་མོ་ཞེས་བྱ་བའི་གཞུང་གི་རྗེས་སྐྱ་

འབྲངས་ཏེ། དུས་གསུམ་རྗེས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་དུ་

སྒྲ་བའི་ནང་པའི་གྲུབ་མཐའམ། རང་རིག་

མི་འདོད་ཅིང་ཕྱི་དོན་བདེན་གྲུབ་དུ་འདོད་

པའི་ཐེག་དམན་གྱི་གྲུབ་མཐའ་སྒྲ་བའི་གང་

ཟག་དཔེར་ན། དེ་ལ་ནང་གསེས་སྡེ་བ་བཙོ་

བརྒྱད་ཡོད་པ་དྲངས་སྐྱ་ཡོད།

༢) མདོ་སྡེ་བ། སངས་རྒྱས་རང་ཉིད་ཀྱིས་
གསུངས་པའི་མདོ་སྡེའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་
ནས་གྲུབ་པའི་མཐའ་བཞག་པའི་རྒྱ་མཚན་
ཀྱིས་མིང་དེ་ལྟར་བཏགས་པ་ཡིན་ཅིང་།
ལྷགས་འདིས་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ཁས་
སྒྲངས་ཤིང་། དེ་ཡང་སྤང་པོ་ལས་དོན་
གཞན་པའི་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པ་ལ་
ཟེར། ལས་འབྲས་ཀྱི་རྟེན་དུ་གྱུར་པའི་
བདག་ནི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱན་དེ་ཡིན་ལ། དེའི་
རྒྱ་མཚན་ནི་སྤང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་ངའོ་ཞེས་
བཏགས་པ་ཅམ་གྱིས་མ་ཆོམས་པར་སྤང་
པོ་ལྟ་རེ་རེ་བ་དང་། སྤང་པོའི་ཆོགས་པ། དེ་

ལས་དོན་གཞན་པ་བཅས་གང་ཞིག་ལས་
འབྲས་ཀྱི་རྟེན་དུ་གྱུར་པའི་བདག་ཡིན་མིན་
བརྟགས་པ་ན། རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཕུང་
པོའི་རྒྱུན་དེ་ཉིད་ངའོ་ཞེས་ཐ་སྟངས་བརྟགས་
པའི་བདགས་གཞིར་རྟེན་རྒྱ་ཡོད་ལ། རྣམ་
པར་ཤེས་པའི་རྒྱུན་དེ་ཉིད་ངའོ་ཞེས་ཐ་སྟངས་
བརྟགས་པའི་བདགས་གཞི་རང་བཞིན་
གྱིས་གྲུབ་པ་ཡིན། གལ་ཏེ་རང་འཛིན་རྟོག་
པའི་ཞེན་གཞིར་རང་གི་མཆོན་ཉིད་གྱིས་
གྲུབ་པ་དང་། རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་
ན་ཆོས་དེ་མེད་དགོས་པར་ཁས་ལེན། དེར་
བརྟེན་ལུགས་འདིས་བདེན་པར་གྲུབ་པ་

དང་། རོན་དམ་པར་གྲབ་པ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་
དུ་གྲབ་པ། རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་གྲབ་པ།
རང་བཞིན་གྱིས་གྲབ་པ། རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་
གྲབ་པ། རྗེས་སུ་གྲབ་པ་བཅས་ཡོད་པར་
ཁས་ལེན་པ་མ་ཟད། དེ་དག་མེད་ན་གཏོན་
ནས་མེད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆོན་གཙོ་བོ་ཡང་
རང་འཛིན་རྟོག་པའི་ཞེན་གཞིར་རང་གི་
མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་གྲབ་མ་གྲབ་ལ་ཐུག་པ་
ཡིན།

རང་རིག་དང་ཕྱི་རོན་གཉིས་ཀ་བདེན་ཞེན་
གྱིས་ཁས་ལེན་པའི་ཐེག་དམན་གྱི་གྲབ་
མཐའ་སྒྲ་བ་ཞིག་ཡིན།

༣) སེམས་ཅམ་པ། འཕགས་པ་ཐོགས་
མེད་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་བའི་གྲུབ་མཐའ་སྒྲི་
བ། ཕྱི་དོན་རིགས་པས་འགོག་ཅིང་རྣམ་
ཤེས་བདེན་པར་འདོད་པའམ། ཕྱི་དོན་ཁས་
མི་ལེན་ཞིང་གཞན་དབང་ཡོངས་གྲུབ་
བདེན་གྲུབ་ཏུ་འདོད་པའི་ནང་པའི་གྲུབ་
མཐའ་སྒྲི་བའི་གང་ཟག་ཅིགམ། ནང་པའི་
གྲུབ་མཐའ་སྒྲི་བ་བཞིའི་ཡ་གྲུལ་ཞིག་སྟེ།
ཆོས་ཐམས་ཅད་སེམས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཅམ་
ལས་དེ་ལས་གཞན་པའི་ཕྱི་དོན་མེད་པར་
སྟོན་པས་ན། སེམས་ཅམ་པ་བཟོད། མིང་

གི་རྣམ་གྲངས་ལ་རྣམ་རིག་པ་དང་རྣལ་
འབྱོར་སྦྱོང་པ་བ་ཞེས་གྲང་བེད།

༥) དབུ་མ་པ། ཏྲག་ཆད་ཀྱི་མཐའ་གཉིས་
དང་བྲལ་བ་བདེན་གཉིས་བྱུང་དུ་འཇུག་
པའི་ལྷ་བ་རྩལ་དུ་འདོན་མཁན་གྲུབ་མཐའ་
སྒྲ་བ། སློབ་དཔོན་སངས་རྒྱལ་བསྐྱུང་དང་།
ལྷ་བ་གྲགས་པའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་ཆོས་
ཐམས་ཅད་དོན་དམ་པར་རང་བཞིན་གྱིས་
མ་གྲུབ་པར་གཏན་ལ་ཕབ་ཅིང་ཐ་སྦྱད་
འཇིག་རྟེན་གྲགས་པ་དང་མཐུན་པར་སྦྱོང་
དང་རྟེན་འབྱུང་འགལ་མེད་བྱུང་འཇུག་གི་

གྲུབ་མཐའ་སྒྲ་བའི་དབུ་མ་པ་ཞིག་ཡིན།
དབུ་མ་པ་ལ་ནང་གསེས། ཀམ་མཆོད་པ།
ཁམ་མཆོད་པ་ལ་མཆོད་པ།

༡༡། མངས་ཀྱི་མཆོད་པ་བཅུ་གཉིས་
ངོས་འཛིན་དང་། དེ་ལ་ཐེག་ཆེན་དང་ཐེག་
དམན་གྱི་འགྲེལ་ཚུལ་མི་འདྲ་བའི་ཁྱད་པར་
གང་ཡོད་དམ།

ལན། མཆོད་པ་བཅུ་གཉིས་ནི།
མངས་ཀྱི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་གཞུང་ནས་
བཤད་སྟོན་ལ།

སངས་རྒྱལ་བཙུག་ལྷན་པའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་
གཅིག་པེ་གི་མཛད་པའི་གཙོ་བོ་རྣམས་
བསྐྱེད་པའི་བཙུག་ལྷན་པའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་
དང་པོ། དགའ་ལྷན་རྣམས་འཛམ་གླིང་དུ་
གཤེགས་པའི་མཛད་པའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་
རྣམས་འཕྲོ་བའི་མཛད་པ།

གཉིས་པ། ཡུལ་གྱི་རྒྱ་ལམ་དང་མཐུན་པར་
གླིང་པོ་ཆེའི་གཟུགས་ཀྱིས་སངས་རྒྱལ་དུ་
ཉུགས་པ་སྟེ། ཡུལ་གྱི་ལྷ་མས་སུ་ཉུགས་པའི་
མཛད་པ།

གསུམ་པ། ཡུམ་གྱི་ཕུག་གཡས་པའི་མཆན་
ཁུང་འོག་ནས་འབྱུངས་པ་སྟེ། སྐྱེ་བལྟམས་
པའི་མཛད་པ།

བཞི་པ། སྐྱེ་རྩལ་ལ་མཁས་པའི་མཛད་པ་
སྟེ། ཡི་གེ་དང་རྩིས་སོགས་སྐྱེ་རྩལ་དུག་རུ་
རྩ་བཞི་(བཟོ་རིག་གི་ ༣༠ རོལ་མའི་ ༡༤

གྲུ་དབྱངས་ཀྱི་ ༧ གར་གྱི་ཆ་བྱད་ ༩
བཅས་ ༦༥) ལ་བྱང་རྒྱལ་པའི་མཛད་པ་
སྟེ། གཞོན་རྒྱའི་རོལ་རྩེད་ཀྱི་མཛད་པ།
ལྔ་པ། བརྩན་མོ་གྲགས་འཛིན་མ་སོགས་
བརྩན་མའི་འཁོར་དུག་ཁྲི་ཙམ་བཞེས་པ་
སྟེ། གཞོན་རྒྱའི་རོལ་རྩེད་ཀྱི་མཛད་པ།

རྒྱལ་པ། རྒྱལ་པོའི་བྱི་ལ་ཕེབས་ཁར་བློས་
ནས་མཆོད་རྟེན་རྣམ་དག་གི་རྒྱུ་རྩ་དབུ་སྒྲི་
བཅད་ནས་རབ་རྩ་རྒྱུ་བ་སྟེ། རབ་རྩ་རྒྱུ་
བའི་མཛད་པ།

བརྟན་པ། རྒྱ་བོ་ནེ་རན་རྩ་རྟེན་རྒྱུ་རྩ་ལོ་
རྒྱལ་གི་བར་ཟས་ཁམ་གང་དང་། བརྟུང་བ་
རྩ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་གསོལ་བར་ཏིང་ངེ་
འཛིན་སྒྲོམ་ནས་བཞུགས་པ་སྟེ། དཀའ་བ་
སྤྱད་པའི་མཛད་པ།

བརྟུང་པ། དཀའ་བ་སྤྱད་པ་རྟུང་པས་
སངས་རྒྱས་མི་རྣམས་པར་མཁྱེན་ནས་བ་སྟོང་
གི་འོ་མ་བཞེས་ཤིང་རྩི་རྩེ་གདན་རྒྱུ་རྩ་བ་

ཤིང་གི་རྩུང་ག་ཤེགས་སྟེ། རྫོ་རྫེ་གདན་རྩུ་
བྱང་རྩུབ་ཀྱི་ལམ་བསྐྱོམ་པའི་མཇུང་པ།
དགུ་པ། རྩུ་གར་རྫོ་རྫེ་གདན་བྱང་རྩུབ་ལྗོན་
ཤིང་གི་རྩུང་རྩུ་སྐྱབ་པ་གཉིས་(ཉོན་མོངས་
པ་དང་། ཤེས་བྱའི་སྐྱབ་པ།) སྤངས་ནས།
ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཐོབ་པ་སྟེ།
སངས་རྒྱས་པའི་མཇུང་པ།
བརྩུ་པ། འཁོར་གྱི་ཐོག་མ་སྟེ་ལྷ་ནས་བཟུང་
ལྷ་མི་བྱེ་བ་མང་པོར་ལོ་ཉེ་རྩུག་གི་བར་ཆོས་
གསུངས་པ་སྟེ། ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བའི་
མཇུང་པ།

བརྩ་གཅིག་པ། མུ་སྟེགས་སྟོན་པ་དུག་གིས་
ཕྱག་དོག་བྱས་ཏེ་ཆོ་འཕྱུལ་གྱི་འགྲན་བསྐྱར་
བྱེད་དགོས་པར་བསྐྱུལ་བ་བཞིན་སྟོན་པ་
དུག་ཆོ་འཕྱུལ་གྱིས་ཕམ་པར་མཛད་སྟེ། ཆོ་
འཕྱུལ་སྟོན་པའི་མཛད་པ།

བརྩ་གཉིས་པ། དགྲང་ལོ་བརྒྱད་ཅུ་བཞིས་
པ་ན། བལ་པོའི་ཡུལ་དང་རྒྱ་གར་གྱི་ས་
མཆམས་རྩ་མཆོག་གྲོང་དུ་སྐྱེ་གཤེགས་
ཁར། ཉན་ཐོས་ཆེན་པོ་བརྩ་དུག་ལ་སྟོན་པ་
རང་གིས་རྒྱལ་ཆ་བ་དུ་བསྐྱོས་ནས་སྐྱེ་
གཤེགས་པ་སྟེ། ཟུང་ན་ལས་འདས་པའི་

མཇེད་པ་བཅས། དེ་ལ་ཐེག་ཆེན་དང་ཐེག་
དམན་གྱི་འགྲེལ་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་ནི།
དེ་དག་ལ་ཐེག་ཆེན་ལྟར་ན། མཇེད་པ་བཅུ་
གཉིས་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་བློན་ཏེ་མཇེད་པ་
བསྟན་པ་ཅམ་ལས་གང་ཟག་ཕས་པ་ལྟར་
གྱི་དངོས་སུ་མཇེད་པ་མ་ཡིན་པ་དང་། ཐེག་
དམན་ལྟར་བྱས་ན། སྟོན་པས་མཇེད་པ་དེ་
གང་ཟག་ཕས་པ་ལྟར་དངོས་སུ་ཕེབས་ནས་
མཇེད་པ་ཡིན་ཞེས་པའི་འགྲེལ་ཚུལ་མི་འདྲ་
བ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡོད་མོད།

༡༢། སངས་རྒྱས་བཙུངས་ལྷན་འདས་ཀྱིས་
སངས་རྒྱས་མ་ཐག་དུ་གསུངས་པའི་བཀའ་
དང་། དགོངས་པ་མུ་ངན་ལས་འདས་ཁར་
གསུངས་པའི་ཆོས་སོ་སོ་ནས་ངོས་འཛིན་
བཞིས།

ལན། སངས་རྒྱས་བཙུངས་ལྷན་འདས་ཀྱིས་
སངས་རྒྱས་མ་ཐག་དུ་འཁོར་ལྷ་སྡེ་བཟང་
པོར་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་བཀའ་དང་པོ་བདེན་
བཞི་ཆོས་འཁོར་བསྐྱར་བ་དང་དེའི་ནང་
དོན་གཙོ་བོ་རྒྱལ་བཤེལ་ལྷན་པའི་བྱང་ཆོས་
མི་རྟག་པ་གསུངས་ཡོད། དགོངས་པ་མུ་
ངན་ལས་འདས་ཁར་རམ། ཐ་མར་ཡང་མི་

རྟག་པའི་སྒོར་དང་ལྷ་བ་བཀའ་བཏགས་ཀྱི་
ཕྱག་རྒྱ་བཞི་ཉམས་ལེན་གྱི་གནད་གཙོ་བོར་
གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ།

༡༢། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་འཁོར་རིམ་པ་
གསུམ་བསྐྱར་བའི་གནས་དང་། དུས།
བཅོད་བྱ་བཅས་ངོས་འཛིན་བགྱིས།
ལན།༡) དང་པོ་བདེན་བཞི་ཆོས་འཁོར།
སྟོན་པ་ཤུག་ཐུབ་པ་འཇིག་རྟེན་འདིར་
ཕེབས་ནས་དགྲུང་ལོ་ལོ་ལྷ་ལ་ཕེབས་པའི་
ཏྲ་ལྷ་བཞི་པའི་ཆོས་བཙུག་ལྷའི་ཐོ་རེངས་

མངོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་པའི་
ཚུལ་བསྟན་ནས་ཡུལ་ལྷ་ར་རྒྱ་མི་ནས་ལེ་
དབར་བརྟུ་ཅམ་ཆོད་པའི་དྲང་སྟོང་ལྗང་བ་
རི་དྲགས་ཀྱི་ནགས་སུ་སེང་གའི་ཁྱི་ཆེན་
པོའི་སྟེང་སྟོ་བྱར་དུ་བྱུང་བའི་ཁྱི་དང་པོ་
གསུམ་ལ་བསྐྱོར་བ་མཛད་ཅིང་། རྣམ་པར་
ཤེས་པ་སྟོག་དུ་མ་གྱུར་བའི་འཁོར་ལྔ་སྟེ་
བཟང་པོ་དང་ལྷའི་འཁོར་དཔག་དུ་མེད་པ་
ལ་ཏྲར་ཟླ་དྲག་པའི་ཆེས་བཞིར་བཀའ་དང་
པོ་འདི་ནི་རྟུག་བསྐལ་འཕགས་པའི་བདེན་
པའོ། འདི་ནི་ཀུན་འབྱུང་འཕགས་པའི་
བདེན་པའོ། འདི་ནི་ལམ་འཕགས་པའི་

བདེན་པ་ལོ། འདི་ནི་འགོག་པ་འཕགས་པ་ལི་
བདེན་པ་ལོ། ཞེས་བདེན་པ་བཞིའི་ཆོས་ཀྱི་
འཁོར་ལོ་བསྐྱར་བས། རྩ་སྡེ་བཟང་པོ་རིམ་
པར་དགྲ་བཅོམ་པ་ལི་གོ་འཕང་ཐོབ་ཡོད།
༢) འཁོར་ལོ་བར་པ་མཚན་ཉིད་མེད་པ་ལི་
ཆོས་འཁོར། ནང་པ་སངས་རྒྱས་ཆོས་
ལུགས་ཐོག་མར་དར་སྤེལ་མཛད་པ་པོ་སྟོན་
པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཕྱུ་ཕྱུ་བྱུ་བྱུ་པས་རྒྱལ་པོའི་
ཁབ་ཀྱི་བྱ་ཚོད་ཐུང་པོའི་རིར་འཁོར་ལྷའི་
བྱ་རབ་འབྱོར་དང་བྱམས་པ་སོགས་ལ།
བརྗོད་བྱ་ཆོས་སྟོང་པ་ཉིད་གཙོ་བོར་བྱས་
པ་ལི་མངོན་རྟོག་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་ཀྱི་

འཁོར་ལོ་ཐངས་གཉིས་པ་བསྐྱར་བ་ལ་
འཁོར་ལོ་བར་པ་བཟུང་ཞིང་། (ཆོས་རྣམས་
རང་བཞིན་མ་གྲུབ་པར་སྟོང་པའི་བཀའ།)
སྐབས་དེར་གསུངས་པའི་ཆོས་ནི་ཤར་བྱེན་
བྱི་མདོ་ཡིན།

༣) འཁོར་ལོ་ཐ་མ་ལེགས་པར་རྣམ་པར་སྟེ་
བའི་ཆོས་འཁོར།

༧: སྟོན་པ་ཤུག་ཐུབ་པས་ཆོས་འཁོར་ལན་
གསུམ་བསྐྱར་བའི་ཆོས་འཁོར་ཐ་མ་སྟེ།
ཆོས་འཁོར་བར་པ་བསྐྱར་བའི་རྗེས་སུ་དུས་
ངེས་པ་མེད་པར་རི་མ་ལ་ཡ་དང་། བྱང་
ཆུབ་སྟོང་པོ་དང་ཡངས་པ་ཅན་སོགས་སུ་

ཐེག་པ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་དག་པར་
བཞུགས་པའི་བྱང་རྒྱལ་ཐམས་པ་གྲངས་
མེད་པ་ལ་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་མཚན་ཉིད་
གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག་གཙོ་བོར་སྟོན་པའི་
མདོ་སྡེ་ལང་ཀང་ག་ཤེགས་པ་དང་། དེ་
བཞིན་ག་ཤེགས་པའི་སྟོང་པའི་མདོ་ལ་
སོགས་པ་གསུངས་ཏེ། བཀའ་ཐ་མ་ལེགས་
པར་རྣམ་པར་སྟེ་བའི་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་
བསྐྱོར་རོ།

༡༤། སངས་རྒྱས་བཙུངས་ལྷན་འདས་ཀྱིས་
གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བའི་
གནས་དང་། ཏུས་བཅས་ཇི་ལྟར་ཡིན་ནམ།
ལན། ཡམས་ར་མ་རྟེན་ལ། དཔལ་ལྷན་འབྲས་
སྤྲུངས་སུ། གཉུག་མ་ལྷན་གཅིག་སྐྱེད་པའི་
འོད་གསལ། གསང་སྤྲུགས་རྒྱད་ཇེ་བཞིའི་
སྤྲུགས་ཀྱི་མདོ་དང་། དཔལ་ཏུས་ཀྱི་འཁོར་
ལོ་སྤྲུགས་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར།

༡༥། བདེན་པ་བཞི་ངོས་འཛིན་དང་།
བདེན་བཞིའི་གོ་རིམ་དེ་ལྟར་གསྤྲུངས་པའི་
རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ནམ།

ལན། དང་པོ་སྟུག་བསྐྱེལ་བདེན་པ། ཀྱན་
འབྱུང་བདེན་པ། འགོག་པ་བདེན་པ། ལམ་
བདེན་པ་སྟེ། སྟུག་བསྐྱེལ་འབྱུང་བའི་རྒྱ་
ཀྱན་འབྱུང་དེ་འགོག་ཐབས་ཡོད་པ་ནི།
ལམ་བསྐྱེལ་པ་གསུམ། ཚུལ་ཁྲིམས་དང་།
ཏིང་ངེ་འཛིན། ཤེས་རབ་གསུམ་དང་། ལམ་
ཐབས་ཤེས་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་འགོག་བདེན་
སྟུག་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ཏེ་
གསུངས་པའོ།

༡༦། བདེན་བཞི་མི་རྟག་བརྟུ་རྟུག་གི་ངོས་
འཛིན་དང་། དེ་དག་རྟོགས་ཚུལ་གོ་རིམ་ཇི་
ལྟར་ཡིན།

ལན། བདེན་པ་བཞི་པོ་དེ་དག་རེ་རེ་ལའང་
རྣམ་པ་བཞི་བཞིར་དབྱེ་བས་ཁྱད་ཆོས་བརྟུ་
རྟུག་རུ་འགྱུར་ཏེ།

རྟུག་བསྐྱལ་བདེན་པའི་རྣམ་པ་བཞི་ནི། མི་
རྟག་པ། རྟུག་བསྐྱལ་བ། རྟོང་པ། བདག་
མེད་པ་བཞི་འོ།

དེའང་ཉེར་ལེན་གྱི་ཕུང་པོ་ཆོས་ཅན། མི་
རྟག་པའི་རྣམ་པ་ཡིན་ཏེ། རེས་འགའ་སྟེ་
བའི་ཕྱིར།

སྟག་བསྐལ་བའི་རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་ཏེ། སྟག་
བསྐལ་གྱིས་རྒྱན་མི་ཆད་པར་འཆོ་བའི་
ཕྱིར།

སྟོང་པའི་རྣམ་པ་ཡིན་ཏེ། རོན་གཞན་གྱི་
བདག་གིས་སྟོང་པའི་ཕྱིར།

བདག་མེད་པའི་རྣམ་པ་ཡིན་ཏེ། རང་གི་ངོ་
བོར་གྱུར་པའི་བདག་མེད་པའི་ཕྱིར།

ཀུན་འབྱུང་བདེན་པའི་རྣམ་པ་བཞི་ནི་རྒྱ་
དང་། ཀུན་འབྱུང་། རབ་སྟེ། རྒྱུན་བཞི་འོ།

དེའང་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ཆོས་
ཅན། ཀུན་འབྱུང་གི་རྒྱུ་རྣམ་པ་ཡིན་ཏེ།
རང་འབྲས་སྟུག་བསྐལ་གྱི་རྩ་བ་ཡིན་པའི་
ཕྱིར།

ཀུན་འབྱུང་གི་རྣམ་པ་ཡིན་ཏེ། རང་འབྲས་
སྟུག་བསྐལ་བ་ཀུན་འབྱུང་བའི་གཞིར་གྱུར་
པའི་ཕྱིར།

རབ་སྐྱེའི་རྣམ་པ་ཡིན་ཏེ། རང་འབྲས་སྟུག་
བསྐལ་དྲག་ཏུ་སྐྱེད་པའི་ཕྱིར།

རྒྱུ་གྱི་རྣམ་པ་ཡིན་ཏེ། སྟུག་བསྐལ་གྱི་སྤུང་
པོ་སྐྱེ་བའི་གྲོགས་སྤྱེད་པའི་ཕྱིར།

འགོག་བདེན་གྱི་རྣམ་པ་ཡིན་ཏེ། འགོག་པ།
ཞི་བ། གྱ་ཞོམ། དེས་འབྱུང་བཞིའོ། དེའང་
གཉེན་པོའི་སྟོབས་ཀྱིས་སྟུག་བསྐྱལ་སྤངས་
པའི་བྲལ་བ་ཆོས་ཅན། འགོག་པའི་རྣམ་པ་
ཡིན་ཏེ། ཉོན་མོངས་པ་དང་སྡིག་པའི་ལས་
རྣམས་སྤངས་པའི་བྲལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།
ཞི་བའི་རྣམ་པ་ཡིན་ཏེ། སྟུག་བསྐྱལ་སྤངས་
པའི་བྲལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།
གྱ་ཞོམ་གྱི་རྣམ་པ་ཡིན་ཏེ། སུན་བདེའི་ངོ་
བོར་གྱུར་པའི་ཐར་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།
དེས་པར་འབྱུང་བའི་རྣམ་པ་ཡིན་ཏེ།
སྤངས་པ་སྤྱར་མི་ལྟོག་པའི་ཐར་པ་ཡིན་

པའི་ཕྱིར། ལམ་བདེན་གྱི་རྣམ་པ་བཞི་ནི།
ལམ། རིགས་པ། སྐྱབ་པ། དེས་པར་འབྱེན་
པ་བཞི་འོ། དེའང་བདག་མེད་མངོན་སུམ་དུ་
རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཆོས་ཅན། ལམ་གྱི་
རྣམ་པ་ཡིན་ཏེ། བར་པའི་གྲོང་ཁྱིམ་དུ་
བགྲོད་པར་བྱེད་པའི་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།
རིགས་པའི་རྣམ་པ་ཡིན་ཏེ། མི་རིགས་པ་
ཉོན་མོངས་པའི་དངོས་གཉེན་ཡིན་པའི་
ཕྱིར། སྐྱབ་པའི་རྣམ་པ་ཡིན་ཏེ། སེམས་ཀྱི་
གནས་ལུགས་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་ཡང་
དག་པར་སྐྱབ་པའི་ཕྱིར།

ངེས་འབྱེན་གྱི་རྣམ་པ་ཡིན་ཏེ། ལྷག་བསྐལ་
གཏན་ཟད་དུ་བྱེད་པའི་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།
ཞེས་བདེན་བཞིའི་རྣམ་པ་བཙུ་བྱག་དང་དེ་
དང་འབྲེལ་བའི་རྟགས་བཙུ་བྱག་བཞོད་
པའོ།

༡༢། ཤེར་ཕྱིན་ཡུམ་རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱུས་
གསུམ་གྱི་མཆན་གཞི་ངོས་འཛིན་དང་། དེ་
དག་གི་བརྗོད་བྱ་ལམ་རིམ་དུ་སྒྲིག་ཚུལ་ཇི་
ལྟར་ཡིན།

ལན། ཡུམ་རྒྱས་པ་འབྲུམ་པོད་[ཀ] རས་
[ན] བར་པོད་བཙུ་གཉིས་ལ་བམ་པོ་སུམ་

བརྟུ། ལེའུ་བདུན་ཅུ་དོན་གཉིས། ཤོ་ལོ་ཀ་
ཆིག་འབུམ་ཡོད།

ཁ། ཡུམ་འབྲིང་པ། ཤེར་ཕྱིན་སྟོང་ཕྲག་ཉི་
ཤུ་ལྔ་པ་སྟེ། ཡོངས་གྲགས་སུ་ཉིས་བི་ཞེས་
བརྗོད་པ་པོད་[ཀ] [ཁ] [ག] གསུམ་
ལ་བམ་པོ་བརྒྱད་ཅུ། ལེའུ་བདུན་ཅུ་དོན་
གཉིས། ཤོ་ལོ་ཀ་ཉིས་བི་ལྔ་སྟོང་ཡོད།

༡) འབྲིང་གི་འབྲིང་། བི་བརྒྱད་སྟོང་པ།
པོད་[ཀ] [ཁ] [ག] གསུམ་ལ་བམ་པོ་
རྩ་ལྔ་ཅུ། ལེའུ་བརྒྱད་ཅུ་གྲུ་གཉིས།

༢) འབྲིང་གི་བསྐྱུས་པ། ཤེར་རབ་ཁྱི་བ།
བམ་པོ་སྐུམ་ཅུ་མོ་བཞི། ལེའུ་སྐུམ་ཅུ་མོ་
གསྐུམ་བཅས་པོད་[༣] རས་[༤] བར་
པོད་བཞི།

གཡུམ་བསྐྱུས་པ་བརྒྱད་སྟོང་པ། བམ་པོ་ཉི་
ཤུ་ཅུ་བཞི། ལེའུ་སྐུམ་ཅུ་མོ་གཉིས། ཤོ་ལོ་
ཀ་བརྒྱད་སྟོང་ཡོད་པ། པོད་གཅིག་
༤] ཤེར་ཕྱིན་རྒྱས་བསྐྱུས་སྒྲ་ཚོགས་ཕྱོགས་
གཅིག་དུ་བསྐྱུས་པ་པོད་གཅིག་བཅས་
ཡོད། དེ་རྣམས་རས་ཉུང་ཤས་མ་གཏོགས་
མང་ཆེ་བ་རྒྱལ་པོ་ཁྱི་སྟོང་ལྗེ་བཙན་གྱི་དུས་

སུ་རྒྱ་སྐད་ནས་བོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་བྱིན་
ཡོད།

བཟོད་བྱ་ལམ་རིམ་དུ་སྒྲིག་ཚུལ་ནི། དངོས་
དོན་སྟོང་ཉིད་དང་། སྤང་དོན་མངོན་རྟོགས་
ཀྱི་རིམ་པའི་ཐོག་ནས་སྒྲིག་ཡོད། དངོས་
དོན་ནི། ལམ་རིམ་ལྷག་མཐོང་སྐབས་ཞིབ་
རྒྱས་དང་། སྤང་དོན་ནི། སྤྲོས་བྱ་གསུམ་གྱི་
ལམ་ཉམས་ལེན་སྐབས་སྤྲོས་བྱ་ཚུང་དུ་འི་
སྐབས་གཞི་ཤེས་དང་། ཆེན་པོའི་སྐབས་
ལམ་ཤེས། རྣམ་མཁྱེན། སྦྱོར་བ་བཞི་དང་
འབྲས་བུ་ཆོས་ཀྱི་སྐྱབས་ཅན་གསུངས་ཡོད།
མདོར་ན། དུམ་ཤེར་ཕྱིན་གྱི་བཟོད་བྱ་ཆ་

ཚང་ལམ་རིམ་དུ་སྒྲེས་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་
ཉམས་ལེན་དང་བསྒྲིགས་ནས་གསུངས་
ཡོད།

༡༤། བྱང་ཆུབ་སེམས་གྱི་ངོ་བོ་དང་། དབྱེ་
བ། བྱང་ཆུབ་སེམས་བརྒྱད་ལ་སྒྲེ་ཚུལ་
བཅས་ཇི་ལྟར་ཡིན།

ལན། བྱང་ཆུབ་སེམས་གྱི་ངོ་བོ་ནི། གཞན་
དོན་དོན་གཉེར་གྱི་བསམ་པ་དང་བྱང་ཆུབ་
དོན་གཉེར་གྱི་བསམ་པ་གཉིས་ཟུང་དུ་
འབྲེལ་བའི་སེམས་ཤིག་སྟེ། རྣམ་མཁའ་
མཐའ་ཁུབ་གྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་
དོན་རང་ཉིད་གཅིག་ཤུས་བྱ་བར་འདོད་

པའི་བསམ་པ་ནི་གཞན་དོན་དོན་གཉེར་གྱི་
བསམ་པ་དང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་
སྟུག་བསྐྱེད་ལས་བསྐྱབས་པའི་ཆེད་དུ་རང་
ཉིད་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་
འདོད་པའི་བསམ་པ་དེ་ལ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་
སེམས་བྟེན།

དབྱེ་ན། བྱང་ཆུབ་དུ་སྒྲོན་པ་སེམས་བསྐྱེད་
དང་། བྱང་ཆུབ་དུ་འཇུག་པའི་སེམས་
བསྐྱེད་གཉིས་སོ།

བསྐྱེད་ཚུལ་ནི། དང་པོ་སྟོན་པ་ཉམས་ལེན་
གྱི་བྱ་བས་དངོས་སུ་བློ་བཞིན་པ་ལ་ལྟོས་མི་
དགོས་པའི་སེམས་བསྐྱེད་དང་། གཉིས་པ་

སྟོན་པ་ཉམས་ལེན་གྱི་བྱ་བས་དངོས་སུ་
ཟིན་པ་ལ་ལྟོས་དགོས་པའི་སེམས་བསྐྱེད་དེ་
ཡིན། དབྱེ་བ་དེ་གཉིས་དཔེའི་སྒྲོ་ནས་
བསྟན་ན། ཆོ་རིང་ཨ་རིར་འགྲོ་བ་ལ་དང་
པོ་དང་ཨ་རིར་གཅིག་འགྲོའི་སྒྲུལ་པ་ལྟར་དུ།
དང་པོ་དངས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཚྩེགས་
པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པ་ཞིག་
བྱ་སྒྲུལ་པ་འགྲོ་བར་འདོད་པ་ལྟ་བུ་སྟོན་
པའི་སེམས་བསྐྱེད་དང་། ཨ་རིར་དངོས་སུ་
འགྲོ་ཆས་གནས་གུའི་ལག་ཁྱེར་ཉོས་ནས་
དངོས་སུ་ལམ་དུ་ཉུགས་ཏེ་འགྲོ་བ་ལྟར།
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཚྩེགས་པའི་སངས་

བྱུང་གི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཆེད་དུ་
སྒྲིན་པ་གཏོང་བ་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་སྤྱད་བཤུ་
བཟོད་པ་བསྒྲུམ་པ། བཙུན་འགྲུས་བརྩམ་
པ། བསམ་གཏན་ལ་མཉམ་པར་འཛུགས་པ།
ཤེས་རབ་ལ་སྒྲོ་སྤྱད་སྒྲུམ་ནས་ལམ་ཕ་རོལ་
དུ་སྒྲིན་པ་དུག་ལ་དངོས་སུ་སྒྲོབ་པ་ནི། འགྲོ་
བ་དངོས་ལྟ་བུ་འཇུག་སེམས་བསྐྱེད་པ་
བཅས་ཡིན་ནོ།

༡༢། དུམས་པ་ཆེན་པོ་དང་སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་པོ་
གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་དང་དེ་གཉིས་ཉམས་སུ་
ལེན་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ནམ།

ལན། བྱམས་པ་ཆེན་པོ་ནི། སེམས་ཅན་
ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་ལྷན་ན་སྙམ་པ་
དང་།

སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་པོ་ནི། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་
སྤྱུག་བསྐྱེལ་དང་བྲལ་ན་སྙམ་པ་དེ་གཉིས་
ཀྱི་ཁྱད་པར་དང་།

དེ་དག་ཉམས་སྲུ་ལེན་ཚུལ་ནི། གོང་གསལ་
དེ་ལྟར་ད་ལྟ་ངས་བྱེད་མི་ཐུབ་ཀྱང་། སེམས་
ཅན་དོན་དུ། མཁྱེན་བརྩེ་རྒྱས་གསུམ་ཐར་
ཕྱིན་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་
བྱེད་ཀྱི་ཡིན། བསམ་པའི་བསམ་པ་བཅས་
ཏེ་ཉམས་ལེན་བྱེད་དགོས་མིན་ནམ་སྙམ།

༢༠། རྒྱུར་ལམ་ལྟ་དང་ས་བཙུན་འོས་
འཛིན་དང་། དེ་དག་སྐབས་གང་དུ་ཐོབ་
མིན་འོས་འཛིན་བགྱིས།

ལན། ལམ་ལྟ་ནི། ཚོགས་ལམ། རྒྱུར་ལམ།
མཐོང་ལམ། སྒོམ་ལམ། མི་སློབ་ལམ་སྟེ་ལྟ་
དང་། བྱང་མེས་ས་ཀྱི་ས་བཙུན་ནི། དང་པོ་
རབ་དུ་དགའ་བ། གཉིས་པ་དྲི་མ་མེད་པ།
གསུམ་པ་འོད་བྱེད་པ། བཞི་པ་འོད་འཕྲོ་བ།
ལྟ་པ་སྤྱང་དགའ་བ། རྟུག་པ་མངོན་དུ་གྱུར་
བ། བདུན་པ་རིང་དུ་སོང་བ། བརྒྱད་པ་མི་

གཡོ་བ། དགུ་པ་ལེགས་པའི་སྒོ་གྲོས། བརྟུ་
པ་ཆོས་ཀྱི་སྒྲིན་བཅས་སོ།

དེ་དག་སྐབས་གང་དུ་ཐོབ་མིན་ངོས་འཛིན་
ནི། ས་དང་པོ་ནས་གསུམ་པ་བར། ཆོགས་
ལམ་ཆེ་འབྲིང་ཆུང་གསུམ་དང་། ས་བཞི་
པར། རྟོད་ཅེ་བཟོད་པ་ཆོས་མཆོག་ཏེ།

སྦྱོར་ལམ་བཞི་དང་། ས་ལྔ་པར། མཐོང་
ལམ་ནས་སྒྲོམ་ལམ་ཆུང་དུ་ཆུང་དུ་བར། ས་
དྲུག་པར། སྒྲོམ་ལམ་ཆུང་དུ་འབྲིང་།

ས་བདུན་པར། སྒྲོམ་ལམ་ཆུང་དུ་ཆེན་པོ།
ས་བརྒྱད་པར། སྒྲོམ་ལམ་འབྲིང་གི་ཆུང་དུ།
ས་དགུ་པར། སྒྲོམ་ལམ་འབྲིང་གི་འབྲིང་།

ས་བརྩུ་པར། སྒོམ་ལམ་འབྲིང་གི་ཆེན་པོ།

ས་བརྩུ་གཅིག་པར། སྒོམ་ལམ་ཆེན་པོའི་

ཆུང་ངུ། དག་ས་ཡིད་ནོར་ལ། སྒོམ་ལམ་

ཆེན་པོའི་འབྲིང་། དག་ས་ཉི་མར། སྒོམ་

ལམ་ཆེན་པོའི་ཆེན་པོ། དག་ས་གྲུང་

དབྱུངས་ལ། ས་བརྩུ་ཙམ་པོ་བ་དང་། གྱུན་

མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ། རྣམ་གྲོལ་སྐད་

ཅིག་དང་པོ་དང་གཉིས་པར། མི་སྒྲོབ་ལམ་

བཅས་སུ་ཐོབ་བོ།

༢༡། དྲན་པ་ཉེར་བཞག་བཞི་ངོས་འཛིན་

དང་། དེ་ལ་རང་གི་མཆོན་ཉིད་དང་སྤྱིའི་

མཚན་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ཉམས་སྲུ་ལེན་ཚུལ་
ཇི་ལྟར་ཡིན།

ལན། དྲན་པ་ཉེར་བཞག་བཞི་ནི། ལུས་དྲན་
པ་ཉེར་བཞག་ ཚོར་བ་དྲན་པ་ཉེར་བཞག་
སེམས་དྲན་པ་ཉེར་བཞག་ ཚེས་དྲན་པ་ཉེར་
བཞག་བཅས་སོ།

རང་གི་མཚན་ཉིད་དང་། སྤྱིའི་མཚན་ཉིད་
ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ཉམས་སྲུ་ལེན་ཚུལ་ནི། སྐབས་
འདིར་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་མ་ནོར་བར་ཤེས་པ་
དྲན་པའི་མཚན་ཉིད་དང་། ཤེས་རབ་ཀྱི་
དབྱུང་པ་རྩེ་གཅིག་ཏུ་འཛོག་པ་ནི་ཉེར་
བཞག་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་མོད། དེ་དག་

ཉམས་སྲུ་ལེན་ཚུལ་ནི། སྤང་པོ་ལྔ་ཡི་སྟེང་
དུ་ངར་འཛིན་ལྷན་སྦྲེས་ཀྱིས་ཇི་ལྟར་བཟུང་
པ་ལྟར་གྱི་དགག་བྱའི་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཚུལ་
ས་འཕྱགས་པ་གཞིར་བཟུང་། དེ་ལ་གནད་
གཞི་དང་ལྷན་པའི་རིགས་པ་ཡང་དག་གི་
སྒོ་ནས་དཔྱད་པ་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་
རང་བཞིན་གྲུབ་པ་གཏན་ནས་མེད་པའི་
ངེས་ཤེས་བརྟན་པོ་རྟེན་པ་དང་། དཔྱད་པ་
དེ་ཉིད་ལ་བརྟེན་ནས་སྤར་ཞིག་ནས་ཀྱི་
སྐབས་སྲུ་ཐོབ་པ་ལས་ལྷག་པའི་ཤིན་སྤངས་
ཀྱི་བདེ་བ་བྱུང་པར་ཅན་ཐོབ་པ་ན་ལྷག་

མཐོང་ཐོབ་པ་དང་། དབུ་མའི་ལྟ་བ་རྟེན་པ་
ཟེར་མོད་དོ།

༢༢། བྱང་ཕྱོགས་སོ་བདུན་གང་དང་གང་
ཡིན་དང་། དེ་དག་གང་ཟག་གང་གི་རྒྱུད་ལ་
འཇོག་དགོས་སམ།

ལན། བྱང་ཕྱོགས་སོ་བདུན་ནི། དྲན་པ་ཉེར་
བཞག་བཞི་དང་། ཡང་དག་སྟོང་བ་བཞི།
རྩ་འཕུལ་གྱི་རྒྱུད་པ་བཞི། རྣམ་བྱང་དབང་
པོ་ལྔ། རྣམ་བྱང་གི་སྟོབས་ལྔ། བྱང་རྒྱུ་
ཡན་ལག་བདུན། འཕགས་ལམ་ཡང་དག་
བརྒྱུད་དེ་སོ་བདུན་ནི། དེ་དག་གང་ཟག་
ཉན་ཐོས་དང་། རང་རྒྱལ། ལྷ་ན་མེད་པའི་

བྱང་རྒྱལ་བཅས་བྱང་རྒྱལ་གསུམ་གྱི་གང་
ཟག་གི་རྒྱུད་ལ་འཛོག་དགོས་པ་སམ་མོ།
༢༣། བྱང་རྒྱལ་ཡན་ལག་བདུན་དང་།
འཕགས་ལམ་བརྒྱད་ཀྱི་ཁྱད་པར་དང་དེ་
གཉིས་ཀྱི་མཚན་དོན་སྒྲ་བཤད་བཅས་ཇི་
ལྟར་འཛོག་དགོས་སམ།

ལན། བྱང་རྒྱལ་ཡན་ལག་བདུན་གྱི་སྒྲ་
བཤད་ནི། ཆོས་ཐམས་ཅད་སྟོང་པར་ཁོང་
དུ་རྒྱུད་པའི་ནམ་པར་མི་རྟོགས་པའི་ཡེ་
ཤེས་ཀྱི་གྲོགས་སུ་གྱུར་པ་ཞིག་དང་།

འཕགས་ལམ་ཡང་དག་བརྒྱད་ཀྱི་སྒྲ་བཤད་
ནི། ལྟ་བུ་དང་། རྟོག་པ། ངགལས་ཀྱི་

མཐའ་འཁོ་བ། རྩེ་ལ་བ། དྲན་པ། ཏིང་ངེ་
འཛིན་བཅས་ཡང་དག་པ་ཡིན་པར་འཇོག་
དགོས་བསམ་མོ།

༢༧། དུམ་མཁུན་པ་གསུམ་དང་། སྤྲུམ་
འཕགས་པ་བཞི་ལྟ་ལྟ་ནས་ངོས་འཛིན་ཚུལ་
ཇི་ལྟར་ཡིན་ནམ།

ལན། དུམ་མཁུན་པ་གསུམ་ནི། གཞི་ཤེས།
ལམ་ཤེས། རྣམ་མཁུན་བཅས་གསུམ་དང་།
སྤྲུམ་འཕགས་པ་བཞི་ནི། ཉམ་ཐོས་

འཕགས་པ། རང་རྒྱས་འཕགས་པ། བྱང་
སེམས་འཕགས་པ། སངས་རྒྱས་འཕགས་
པ་བཅས་བཞི་ལྟ། དུམ་སྤྲུམ་ཞེས་བཟོད་

པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། རྒྱ་འབྲས་སམ། ཡང་ན་
སྐྱེད་བྱ་སྐྱེ་བྱེད་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་སྟོ།
༢༥། སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་གོ་དོན་དང་། སྟོང་པ་
ཉིད་རྟོགས་ན་དགོས་པ་གང་དང་གང་ཡོད་
དམ།

ལན། སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་གོ་དོན་ནི། དངོས་པོ་
གང་ཡིན་ཡང་གང་ལའང་མ་སྟོས་པར་རང་
དབང་བ་ཞིག་མེད་པའི་དོན་ཡིན། སྟོང་ཉིད་
རྟོགས་ན་ཉོན་མོངས་དང་སྟོ་མ་རུང་པ་
རྣམས་དགག་པའམ། སྤངས་ནས་ཆེ་རབ་
གཏན་དུ་བདེ་སྐྱེད་ཐོབ་པའི་དགོས་པ་ཡོད་
དོ།

༢༦། དེས་འབྱུང་བྱུང་སེམས་ཡང་དག་
པའི་ལྷ་བ་གསུམ་གྱི་བྱུང་པར་དང་། དེ་
གསུམ་ལ་ལམ་གྱི་གཙོ་བོ་ཞེས་བརྗོད་
དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ནམ།
ལན། དེས་འབྱུང་ནི། འཁོར་བའི་གནས་
མཐའ་དག་ལས་ཐར་བར་འདོད་པའི་
སེམས་དང་། བྱུང་སེམས་ནི། ཐེག་ཆེན་གྱི་
ཐར་པར་བགྱོད་པར་འདོད་པའི་སེམས།
ཡང་དག་པའི་ལྷ་བ་ནི། དག་པའི་འཇིག་
རྟེན་པའི་ཡི་ཤེས་ས་གཉིས་པ་ཡན་ཆད་གྱི་
རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡི་ཤེས་དང་། ལམ་
གྱི་གཙོ་བོ་རྣམ་གསུམ་བརྗོད་དགོས་པའི་རྒྱ་

མཚན་ནི། མཐར་པ་ཐོབ་པར་བྱེད་པའི་
ཉམས་ལེན་ལག་བསྟར་གྱི་གཙོ་བོ་ལམ་
འདི་ལ་བཀུགས་དགོས་པའི་ཆ་ནས། ལམ་
གཙོ་རྣམ་གསུམ་བཟོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡིན་
མོད་སྟེ།

༢༧། ལམ་རིམ་ཞེས་པའི་གོ་དོན་དང་།
ལམ་རིམ་གྱི་ཆེ་བ་བཞི་དང་ཁུད་ཆོས་
གསུམ་གང་དང་གང་གང་ཡིན།
ལན། ལམ་རིམ་ཞེས་པའི་གོ་དོན་ནི། སངས་
རྒྱུ་བཙུངས་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་
བཞག་དང་ཆོས་ཉམས་ལེན་བྱེད་སྒོ་མཐའ་

ཡས་པ་ཞིག་གསུངས་ཡོད་རུང་གང་ཟག་
སོ་སའི་མི་ཆེན་ནང་ཉམས་སུ་ལེན་སྟངས་
སྒོ་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་ནས་མཐར་མི་
སྒྲོབ་པའི་བྱང་འཇུག་བར་ཉམས་སུ་ལེན་
སྟངས་ཀྱི་རིམ་པ་གསལ་བས་ན། ལམ་རིམ་
ཀྱི་གོ་དོན་དང་། ལམ་རིམ་ཀྱི་ཆེ་བ་བཞི་ནི།
གསུང་རབ་མ་ལུས་པ་གདམ་པར་བཞག་
པའི་ཆེ་བ་དང་། བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་
འགལ་མེད་དུ་རྟོགས་པའི་ཆེ་བ། རྒྱལ་བའི་
དགོངས་པ་བདེ་ལྷག་དུ་རྟོགས་པའི་ཆེ་བ།
ཉེས་སྦྱོད་ཆེན་པོ་རང་འགགས་སུ་འགྲོ་བའི་
ཆེ་བ་བཅས་ཆེ་བ་བཞི་འོ། །ཁྱད་ཆོས་གསུམ་

ནི། གྱེས་བུ་ཆེ་འབྲིང་རྒྱུང་གསུམ་གྱི་རྣམ་
གཞག་གསལ་བར་ཡོད་པས་ཁྱད་ཆོས་
གསུམ་ལྟ་བུ་པ་མིན་ནམ་སྟམ།

༢༤། རྟེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་རེ་
རེ་རྣམ་ངོས་འཛིན་དང་། རྟེན་འབྲེལ་
ལྷགས་འབྱུང་དང་ལྷགས་ལྡོག་གི་ཁྱད་པར་
གང་ཡིན་ནམ།

ལན། རྟེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་ནི།

༡) མ་རིག་པ། ངར་འཛིན། བདག་འཛིན།

༢) འདུ་བྱེད། འདུ་བྱེད་གྱི་སྤྱང་པོ། བསམ་
པའམ།སེམས་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པ།

༣) རྣམ་ཤེས། རང་གི་དམིགས་པའི་ངོ་བོ་
སོ་སོར་རྟོག་པའི་བདག་ཉིད་ཅན། འཕེན་
པ་གསུམ།

༤) མིང་གཟུགས། ཚོར་བ། འདུ་ཤེས། འདུ་
བྱེད། རྣམ་ཤེས་བཅས་མིང་བཞིའི་སྤང་པོ་
དང་། རྒྱའི་གཟུགས་དང་འབྲས་བུའི་
གཟུགས་སོགས་གཟུགས་སྤྱུང་བའི་
དངོས་པོ་དུ་མ་སྤྱངས་པའམ། འདུས་པའོ།

༥) རྩེ་མཆེད། རེམས་དང་། རེམས་བྱུང་
རྣམས་རྩེ་ཞིང་འཕེལ་བའི་སྒོར་གྱུར་བའམ།
གཟུང་འཛིན་གྱི་སྒོ་ནས་རྣམ་ཤེས་ཡུལ་ལ་
རྩེ་བ་དང་མཆེད་པར་འགྱུར་པའི་གནས།

༦) རེག་པ། ཚོར་བ་རེག་པ།

༧) ཚོར་བ། འབྱུང་བའི་སྒྲུག་བསྐལ་དང་།

སྒྲུག་བསྐལ་གྱི་སྒྲུག་བསྐལ། འཕངས་པ་

བཞི།

༨) སླིད་པ། འདུ་འཇི་འཇམ། རྒྱ་ཁོར་ཡོང་

སྒྲོད།

༩) ལེན་པ། ལེན་པའི་རྣམ་ཤེས། ཉེར་ལེན་

གྱི་རྒྱ།

༡༠) སླིད་པ། བདེ་སྒྲུག་ལེགས་ཉེས་ཅི་ཡང་

འབྱུང་སླིད་པ། ཡོད་པ། འབྱུང་བ་པ་གསུམ།

༡༡) རྒྱ་བ།

༡༢) སྐྱེ་གི། དང་། ལྷགས་འབྱུང་ནི། ས་
རིག་པ་ནས་འདུ་བྱེད་དེ་ནས་རིམ་པ་བཞིན་
སར་རྩིས་དགོས་པ་དང་། ལྷགས་ལྷོག་ནི་སྐྱེ་
གི་ནས་སྐྱེ་བ་བྱས་ཏེ་ཡར་རྩིས་དགོས་པ་
བཅས་ཀྱིས་རྩིས་སྤངས་སམ། ཐིམ་སྤངས་
ཀྱི་བྱུང་པར་ཡོད་མོད།

༢༧། ལྷག་བསྐྱེད་བདེན་པ་དང་། འཁོར་
བ་གཉིས་སོ་སོར་ངོས་འཛིན་དང་དེ་གཉིས་
སྤངས་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ནམ།

ལན། ཡུང་པོར་རྟེན་པའི་རྒྱ་ཁྱེད་འབྱུང་
ལས་ཡུང་བའི་འབྲས་བུ་སྟུག་བསྐྱེད་བདེན་
པ་དང་། སྐྱེ་བ་མ་དགག་ན་ལས་ཉོན་གྱི་རྒྱེན་
པས་འཁོར་བར་འཁོར་དགོས་པ་དང་། དེ་
གཉིས་སྔོང་ཚུལ་ནི། སྐྱེ་བ་འགོག་པའི་
མཐར་པ་ཐོབ་པ་བྱེད་རྒྱ་དེ་ཡིན་མོད།
༣༠། དལ་བ་བརྒྱད་དང་འགྱོར་བ་བརྒྱའི་
ངོས་འཛིན་དང་། དེ་འདྲའི་རྟེན་བཟང་ཐོབ་
པ་ལ་རྒྱ་ཇི་ལྟར་གསོག་དགོས་སམ།
ལན། དལ་བ་བརྒྱད་ནི། ༡) དུད་འགྱོར་མ་
སྐྱེས་པ། ༢) ཡི་དྲགས་སུ་མ་སྐྱེས་པ། ༣)
དཔྱལ་བར་མ་སྐྱེས་པ། ༤) སངས་རྒྱས་ཀྱི་

བསྟན་པ་མ་དར་བའི་ཡུལ་དུ་མ་སྐྱེས་པ།

༥) མཐའ་འཁོབ་ཀྱི་གྲ་གྲོར་མ་སྐྱེས་པ།

༦) རྟོག་ལྟ་ཅན་དུ་མ་སྐྱེས་པ། ༧) གྲེན་
ལྷགས་སུ་མ་སྐྱེས་པ། ༨) ལྟ་ཆེ་རིང་པོར་མ་
སྐྱེས་པ་བཅས་སོ།

འབྱོར་བ་བཅུ་ནི། མཐུན་ཁྱེན་འབྱོར་བ་ལ་
རང་འབྱོར་ལྔ་དང་གཞན་འབྱོར་ལྔ་རྟེ་
བཅུ་འོ།

དང་པོ་རང་འབྱོར་ལྔ་ནི། མགོན་པོ་གྲ་སྐྱབ་
ཀྱི་དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་སྟོན་ལས་ལས།
མི་ཉིད་དབུས་སྐྱེས་དབང་པོ་ཆང་། ལས་
མཐའ་མ་རྟོག་གནས་ལ་དད། ཅེས་པ་འོ།

१) མིར་སྐྱེས་པ། ༢) དེ་ལ་དབུས་སུ་སྐྱེས་
 པ་ནི། འཁོར་རྣམ་བཞི་རྒྱ་བ་ཡོད་མར་སྐྱེས་
 པ་འོ། ༣) དབང་པོ་ཆང་བ་ནི། བློན་ལྷགས་
 སུ་མ་སོང་ཞིང་ཡན་ལག་དང་ཉིང་ལག་དང་
 མིག་རྣ་སོགས་ཆང་བ་འོ།

[illegible]

བསྐྱུམ་ཤིང་ཆོས་སྐྱབ་པའི་ཆ་རྒྱུན་ཡིན་པས་
རང་གི་འབྱོར་བ་ཞེས་བྱའོ།

གཉིས་པ། གཞན་འབྱོར་ལྔ་ནི། སངས་རྒྱས་
བྱོན་དང་དམ་ཆོས་སྟོན། བསྟན་པ་གནས་
དང་དེ་ཁྲིམ་འཇུག གཞན་ཕྱིར་སྟོང་ནི་བརྟེ་
བའོ། ཞེས་པའོ།

༡) དེ་ལ་སངས་རྒྱས་བྱོན་པའམ་འབྱུང་བ་
ནི་བསྐྱེད་པ་གྲངས་མེད་པ་གསུམ་གྱིས་
ཆོག་པ་བསྐྱེད་པ་ལས་བྱུང་རྒྱུ་གི་སྟོང་པོ་
ལ་འཇུག་སྟེ་མངོན་པར་ཆོག་པ་པར་འཆང་
བྱ་བའོ།

༢) དམ་པའི་ཆོས་སྟོན་པ་ནི་སངས་རྒྱུ་ས་
སམ་དེའི་ཉན་ཐོས་ཀྱིས་ཆོས་སྟོན་པའོ།

༣) ཆོས་བསྟན་པ་གནས་པ་ནི་སངས་རྒྱུ་ས་
ཤིང་ཆོས་བསྟན་པ་ནས་སྤྱང་ན་ལས་མ་
འདས་བར་དུ་དོན་དམ་པའི་དམ་ཆོས་
མངོན་དུ་བྱེད་པའི་ཚུལ་གྱིས་སྐྱབ་པའི་ཆོས་
མ་ཉམས་པའོ།

༤) ཆོས་གནས་པ་ཇེས་སུ་འཇུག་པ་ནི་
ཆོས་རྟོགས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ལ་
དམ་པའི་ཆོས་མངོན་སུམ་དུ་བྱ་བའི་མཐུ་
ཡོད་པར་རིག་ནས་ཇི་ལྟར་རྟོགས་པ་ལྟར་
བསྟན་པ་ལ་ཇེས་སུ་འཇུག་པའོ།

༥) གཞན་གྱིས་ཕྱིར་སྤྱོད་བརྩེ་བར་བྱེད་པ་
ནི་སྤྱོད་པ་པོ་དང་སྤྱོད་བདག་གིས་ཆོས་
གོས་ལ་སོགས་པ་སྟེར་བའི་ཆོས་བྱེད་
མཁན་ལ་མཐུན་རྒྱུན་སྦྱོར་མཁན་ཡོད་པ།
དེ་ལྟ་ནི་གཞན་རྒྱུད་ལ་ཡོད་ཅིང་ཆོས་སྐྱབ་
པའི་ཆ་རྒྱུན་ཡིན་པས་གཞན་འབྱོར་རོ།
གངས་འདྲེན། འབྱོར་བ་བཅུ་ནི། ༡) མི་
ཡིན་པ། ༢) སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་དར་
བའི་ཡུལ་དུ་སྤྱོད་པ། ༣) དབང་པོ་ཆང་བ།
༤) ས་མ་བསལ་པ་སོགས་མཆོམས་མེད་
ཀྱི་ལས་མ་བྱས་པ། ༥) སངས་རྒྱས་ཀྱི་
བསྟན་པ་ལ་དད་པ་ཡོད་པ་བཅས་ལྟ་ནི་

ཆོས་བྱེད་མཁན་སོ་སོ་རང་ཉིད་ལ་ཆང་
དགོས་པའི་ཆ་རྒྱུན་ཡིན་པས་ན་རང་འབྱོར་
ལྔ་བེད།

༦) སངས་རྒྱས་འཇིག་རྟེན་དུ་བྱོན་པ། ༧)
དེས་ཆོས་གསུངས་པ།

༨) བསྟན་པ་འཇིག་རྟེན་དུ་གནས་པ། ༩)
བསྟན་པ་ལ་ཉུགས་ནས་ཐོས་བསམ་སྒྲུལ་
གསུམ་བྱེད་མཁན་ཡོད་པ། ༡༠) ཆོས་བྱེད་
མཁན་ལ་མཐུན་རྒྱུན་སྟོར་མཁན་ཡོད་པ་
བཅས་ནི། གཞན་ངོས་ནས་ཆང་དགོས་
པའི་ཆ་རྒྱུན་ཡིན་པས་ན། གཞན་འབྱོར་ལྔ་
བཅས་འབྱོར་པ་བརྟུན།

དེ་འདྲའི་དལ་འབྱོར་ཐོབ་པ་ལ་གྱུ་དགེ་བའི་
ལས་ལས་ཐམས་ཅད་གསོག་དགོས་པ་ཡིན་
མོད།

༣༡། སྦྱིར་ལས་འབྲས་ཞེས་པའི་ལས་ཀྱི་གོ་
དོན་དང་། ལས་གསོག་ཚུལ་བཅས་ཇི་ལྟར་
ཡིན་ནམ།

ལན། སྦྱིར་ན་ལས་འབྲས་ཀྱི་གོ་དོན་ནི། གྱུ་
དང་། འབྲས་བུ་ལྟ་བུ། དཔེར་ན། དཀར་
ནག་ལས་འབྲས་ལྷས་དང་གྲིབ་མ་བཞིན་
ཞེས་པ་ལྟར་དང་། ལས་བཟང་པོ་ཞིག་
བསགས་ན། འབྲས་བུ་བདེ་བ་དང་། ལས་

ངན་པ་ཞིག་བསགས་ཡོད་ན། འབྲས་བུ་
སྤྲུག་བསྐྱེད་འབྱུང་རྒྱ་ལྡན་ཡིན་མོད།

༣༢། ལས་ངེས་པ། ལས་འཕེལ་ཆེ་བ།
ལས་མ་བྱས་པ་དང་མི་འཕྲད་པ། ལས་བྱས་
པ་ཆུད་མི་བྱ་བ་བཅས་ཀྱི་གོ་དོན་སོ་སོ་ནས་
ངོས་འཛིན་བགྱིས།

ལན། ལས་ངེས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི།
སྤོན་སངས་རྒྱས་ཞལ་བཞུགས་པའི་སྐབས་
མ་ས་ག་མར་ཕུ་གུ་ ༣༢ བྱུང་བས། ཁོང་
རྣམས་སྤོན་པོ་རེ་དུགས་འཛིན་གྱི་གཡོག་
བྱས་ཏེ་ཁོང་རྣམས་ལ་དབྱུག་པ་རིང་པོ་རེ་

སྒྲིང་དབྱུག་པ་རེ་རེའི་ནང་གི་རེ་ཡོད། དེ་
ཡོད་མེད་ལུ་རྣམས་ཀྱིས་ཏ་གོ་མེད། ལུ་
རྣམས་རྣམ་ཞིག་རྒྱལ་པོའི་སློན་པོའི་གྲས་སུ་
ཚུང་སྐབས་སློན་པོས་རྒྱལ་པོ་གསལ་རྒྱལ་
ལ་མ་ས་ག་མའི་ལུ་རྣམས་ཀྱི་ལག་པར་
དབྱུག་པ་རེ་ཡོད་པ་དེ་རེ་རེའི་ནང་གི་རེ་
ཡོད་པའི་རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱལ་གཞི་ལ་
གཞོད་མེས་ས་བྱེད་བཞིན་འདུག་ཞེས་ཞུས།
རྒྱལ་པོས་ལུ་རྣམས་སྐད་བཏང་ཏེ་རྟག་ནས་
དེ་བཞིན་ཡོད་པར་བརྟེན་རྒྱལ་པོས་མེ་དེ་
ཚུང་དུས་ནས་མ་བསང་ན་ཤིན་ཏུ་གཞོད་
ཞེས་བེར་ནས་ལུ་རྣམས་ཀྱི་མགོ་བཙུང་དེ་

མགོ་མོ་གཉིས་པོ་དེ་སྒྲུལ་ནང་དུ་བསྐྱུག་ཏེ་
མ་ས་ག་མ་ལ་སྒྲེལ་དུ་བཏང་། དེ་སངས་
རྒྱལ་གྱིས་མཁུན་ནས་མ་དེ་ལ་སྒྲུལ་དེ་ཁ་མ་
ཕྱེད་གོང་འཁོར་བར་སྒྲིང་པོ་མེད་སྒྲུངས་གྱི་
སྒྲོར་གསུངས་བས་མ་དེ་དག་བཅོམ་པ་ཐོབ་
ཆོག་ཆོག་བཟོས་ནས་དེ་ནས་སྒྲུལ་དེ་ཁ་ཕྱེ་
ནས་སངས་རྒྱལ་གྱིས་འགྲེལ་ནས་འདི་ནི་མ་
ཕྱེད་རང་སྒྲོན་དུ་ཆང་འཛོང་མར་སྒྲེས་ནས་
ཡོད་སྒྲུབས་རྒྱན་མ་ཞིག་གིས་གྲུང་མོ་གཉིས་
བརྒྱལ་ནས་ཕྱོད་རང་གི་ནང་དུ་ཤ་བཅོམ་ཏེ་
ཕྱོད་གྱིས་ཡང་དགའ་བཞིན་བས་ཡོད་པར་

བརྟེན། དེ་དུས་རྒྱལ་པོ་གསལ་རྒྱལ་གྲང་གི་
སྐྱེ་བ་ཡིན་གསུངས་ཡོད།

ལས་འཕེལ་ཆེ་བ་ནི། ༡) རང་གི་རྒྱ་འབྲས་
འཕེལ་ཆེ་བ་དང་། ༢) ཕྱི་རི་རྒྱ་འབྲས་
འཕེལ་ཆེ་བ་གཉིས་ལས།

རང་གི་འབྲས་བུ་ནི། ལྷག་པར་འཕེལ་ཆེ་བ་
ཡིན་པ་རི་རྒྱ་མཚན་ནི། བཅོམ་ལྷན་འདས་
ཁ་གྲོ་དེ་གྲོང་ཁྱེར་དུ་ཕེབས་སྐབས་བུད་
མེད་ཅིག་གིས་ཏིལ་གྱི་ལ་དུ་སྐར་བ་གང་
ཡུལ་བའི་དགེ་རྩ་ལས། མ་འོངས་པར་རང་
སངས་རྒྱས་ལེགས་སྒྲོན་ཞེས་བྱ་བར་སྐྱེས་
པ་ལྟར་བལྟན་པ་དང་། དགེ་སློང་མ་དཀར་

མོ་ཞེས་པ་སྤར་དབུལ་པོ་ཁྱོ་བྱགས་གཉིས་
 ཀྱིས་རས་ཡུག་གཅིག་ཡོད་པ་སངས་རྒྱས་
 གསེར་བྱབ་ལ་ཡུལ་བའི་དགོ་རྩ་ལས། རྗེས་
 སུ་སོ་སོའི་ལས་ཀྱི་སྐྱེས་དུས་རས་དྲིགས་
 རྣམ་ཚུགས་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་བྱང་། དེ་
 བཞིན་དུ་སངས་རྒྱས་ཞལ་བཞུགས་སྐབས་
 བྲམ་ཟེའི་ཁྱེའུ་གསེར་དྲིག་ཅེས་པ་ལག་
 པ་རྣམས་གསེར་ཁམ་ཟད་མི་ཤེས་པ་ཞིག་བྱང་
 བ་སྐྱེ་བ་སྤོན་མ་ཤིང་འཛོང་དུ་བྱུར་སྐབས་
 ཤིག་དུ་ཤིང་རིན་གསེར་ཁམ་གཅིག་བྱང་བ་
 རྩ་ཡི་བྲམ་པའི་ནང་དུ་བསྐྱུགས་ཏེ་རྒྱས་

བཀའ་སྡེ་སངས་རྒྱལ་འོད་སྤྲུང་ལ་ཕུལ་བའི་
དགེ་བའི་རྩ་བ་ཡིན་ནོ།

ཕྱི་རི་རྒྱ་འབྲས་འཕེལ་ཆེ་བ་ནི། ཁམ་གྱའི་ས་
བོན་ཆོ་གུ་རྒྱུང་དུ་གཅིག་ལས་ཤིང་སྔོང་

ཆེན་པོ་དང་། ལོ་ལྟར་ཤིང་ལོ་དང་འབྲས་གྱ་
བརྒྱ་སྔོང་ཅམ་འབྱུང་བ་བཞིན་འཕེལ་ཆེན་

པོ་ཡོད་པ་ལྟར་ཤེས་དགོས་སོ། དེ་བཞིན་

ཤིང་ཁ་གྲོ་རྒྱའི་ས་བོན་ཡུང་འབྱུ་ཅམ་ལས་

སྔོང་པོ་ཆེན་པོ་བསིལ་གྱི་བ་འོག་ཤིང་རྟ་

འཁོར་ལོ་ལྡ་བརྒྱ་ཕན་རྩལ་མ་རེག་པར་

གནས་ཕྱབ་པ་སོགས་ཤེས་དགོས་སོ།

ལས་མ་གྱས་པ་དང་མི་འབྲུད་པ་ནི།

སྤར་བྱིས་བདག་མེ་སྤྱེས་ཞེས་བྱ་བ་མའི་རོ་
དང་མཉམ་དུ་མེར་བསྟེགས་ཀྱང་མ་གྱི་བར་
ཕྱིས་དགྲ་བཙུམ་པ་ཐོབ་པ་དང་། རྒྱལ་པོ་
ཤར་པའི་བཙུན་མོ་སྟོ་བསང་མས་ཕྱིར་མ་
འོང་གི་འབྲས་བུ་ཐོབ་ལ་འཁོར་བུད་མེད་
ལྷ་བརྒྱ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་བདེན་པ་མཐོང་ཡང་
བྲམ་བེ་མ་དུ་ཞེས་པའི་བྱིས་ལ་མེ་སྤྱེས་པ་ན་
རྒྱང་རིང་པོར་འཕྱར་དུ་མེད་པར་རུང་བུད་
ཙམ་འཕྱར་སྟེ་སྟོ་བསང་ལས་རང་གིས་བྱས་
ཤིང་བསགས་པའི་ལས་རང་གི་བདག་གིར་
མི་བྱེད་ན་སྟེ་བྱེད་བེར་པ་ན། ཕྱི་མ་ལེབ་མེ་
ལ་ལྷེབ་པ་བཞིན་ཐམས་ཅད་མེ་ནང་དུ་

ལྷུངས་ཏེ་མེས་ཚོགས་སོ། བྱན་མོ་སྐྱར་ཚོག་
ཅེས་པ་རྩུ་འཕུལ་མ་ཐོབ་ཀྱང་རྒྱ་ཁུངས་
ནས་བྱོས་ཏེ་ཐར་བ་སོགས་ལས་མ་བྱས་པ་
དང་མི་འཕྲད་པ་ཡིན།

ལས་བྱས་པ་རྒྱད་མི་བཟ་བ་ནི། ལུས་ཅན་
རྣམས་ཀྱི་ལས་རྣམས་ནི། བསྐྱལ་པ་བརྒྱར་
ཡང་རྒྱད་མི་བཟ། ཚོགས་ཤིང་དུས་ལ་བབ་པ་
ན། འབྲས་བུ་སྒྲིན་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར། ཞེས་
གསུངས་པ་བཞིན། ཡུན་རིང་ནས་རྩིང་
པར་འགྱུར་བ་དང་། རྒྱང་དུ་ཕྱིན་ནས་མེད་
པར་འགྱུར་པ་སོགས་གང་ཡང་མེད་པར།
རྒྱང་ཞིང་ཡུན་རིང་བ་ཡང་ནམ་ཞིག་འབྲས་

བུ་སྒྲིན་པར་འགྱུར་ཏེ། དཔེར་ན། འཕགས་
པ་སྐྱུར་རྒྱུ་དག་བཅོམ་པའི་འབྲས་བུ་ཐོབ་
ཀྱང་བསོད་སྟོམས་མ་རྟེན་ཅིང་རྟེན་པ་
རྣམས་རྒྱུན་གྱིས་མེད་པར་གྱུར་ནས་
བཤེགས་ཁར་ཐལ་སྐྱེ་བཞེས་ཏེ་སྐྱུ་འདས་པ་
དང་། བྱིས་བདག་དཔལ་སྐྱེས་ཁོ་རང་སྟོན་
སྤང་བུའི་སྐྱེ་བ་སྤངས་སྐབས་དུད་འགྲོའི་ཕྱི་
སྤང་སྐམ་པ་ཞིག་གི་དྲི་ལ་འཁོར་ནས་
བསྐྱད་པ་སྤང་རྒྱས་ཁྱེར་བའི་ཞོར་དུ་མཆོད་
རྟེན་ཞིག་ལ་སྒྲོར་བ་ཐེབས་པ་ལྟ་བུའོ། རྒྱ་
ཤིན་དུ་རྒྱུད་དུས་ཀྱང་འབྲས་བུ་འབྱིན་པ་

ཡིན་པས་རྒྱ་མཚན་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་
ལས་འབྲས་ཀྱི་མི་བ་བཞེས་བཞིན་པ།

༣༣། རང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་འཇུག་སྒོ་
གསུམ་ངོས་འཛིན་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་
དེ་ཐོག་ཆེན་གྱི་འཇུག་སྒོ་ཡིན་པའི་རྒྱ་
མཚན་གང་ཡིན་ནམ།

ལན། རང་པ་སངས་རྒྱས་པར་འཇུག་སྒོ་
གསུམ་ནི། སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་དང་།
ཆོས་དཀོན་མཆོག་དག་འདུན་དཀོན་
མཆོག་བཅས་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྟེང་

ཐག་པ་ནས་སྐྱབས་འགྲོ་རྣམ་དག་བྱེད་
དགོས་པ་དེ་ཡིན། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དེ་
ཐག་ཆེན་གྱི་འཇུག་སྒོ་ཡིན་ཚུལ་ནི། ཐག་པ་
ཆེན་པོར་འཇུག་པ་ལ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་
ངེས་པར་ཐོབ་དགོས་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་
སེམས་ཤིག་ཐོབ་མེད་ན། ཐག་པ་ཆེན་པོར་
འཇུག་པའི་གོ་སྐབས་གཞན་གང་ཡང་མེད་
པ། དཔེར་ན། མེ་མེད་ན་དུ་བ་ཡོང་ཤེས་
སྟངས་མེད་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་མོད།

༣༥། ལྷིང་གསང་སྤྲགས་ཞེས་པའི་གསང་
དང་སྤྲགས་སོ་སོའི་གོ་དོན་དང་། གསང་

སྤྲུག་ལ་འཇུག་པ་ལ་སྒྲོན་འགྲོ་ཇི་འདྲ་

ཞིག་ཚང་དགོས་སམ།

ལན། སྒྲོད་རུང་མི་རུང་གི་བྱུང་པར་གྱི་ཆ་

ནས། སྒྲོད་མི་རུང་བ་ལ་གསང་དགོས་པ་

དང་། གསང་ཞིང་སྤྲུག་པས་འགྲུབ་པའི་

ལམ་ཡིན་པས་གསང་བ་དང་། ཡིད་སྦྱོབ་

པ་ཞེས་རང་གི་སེམས་ཐ་མལ་གྱི་སྒྲིང་ཞེན་

གཉིས་ནས་སྦྱོབ་པར་བྱེད་པའི་རུས་པ་ལྟན་

པས་ན་སྤྲུག་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན་མོད།

གསང་སྤྲུག་ལ་འཇུག་པ་ལ་སྒྲོན་འགྲོ་ཚང་

དགོས་པ་ནི། ཐོག་མར་ལམ་བྱུན་མོང་བ་

མདོ་སྤྲུག་གི་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་སྟེན་

ཚུལ་ནས་བྱང་རྒྱལ་གྱི་སེམས་བར་དུ་རྟོགས་
པ་དངོས་སུ་སྒྲེ་པའམ། མ་ཐའང་སྟོང་བ་སྒྲེ་
བྱིན་ཅམ་སྒྲེས་པ་ཞིག་བྱང་རྗེས་གཞི་ནས་
གསང་སྤྲགས་གྱི་ལམ་ལ་བཞུགས་དགོས་
པའི་གོ་རིམ་ངེས་པ་ཅན་ཞིག་ཡོད་མོད་

སྟུམ།

༣༥། གསང་སྤྲགས་རྒྱུད་སྒྲེ་བཞི་ངོས་འཛིན་
དང་། དེ་དག་ཁྱད་པར་གང་གི་སྒྲོ་ནས་
འཛོག་དགོས་སམ།

ལན། གསང་སྤྲགས་རྒྱུད་སྒྲེ་བཞི་ནི། བྱ་རྒྱུད་
དང་། སྟོང་རྒྱུད། རྣལ་འབྱོར་རྒྱུད། རྣལ་
འབྱོར་སྒྲ་ན་མེད་པའི་རྒྱུད་བཅས་བཞི་འོ།

དེ་དག་ཁྱད་པར་འཛིན་སྟངས་ནི། བྱ་རྒྱུད་
ནི། ཕྱི་རི་ཀུན་སྟོང་ཁྱུས་དང་གཙང་སྒྲ་
སོགས་གཙོ་བོར་སྟོན་པ་རི་སྒོ་ནས་སྒྲགས་
ཀྱི་ལམ་བསྒྲུལ་པ་རི་ཆ་ནས་དང་། སྟོང་རྒྱུད་
ནི། ཕྱི་ལུས་ངག་གི་བྱ་བ་དང་ནང་སེམས་
ཀྱི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ཆ་མཉམ་པར་སྟོང་པ་རི་སྒོ་
ནས་གསང་སྒྲགས་ཀྱི་ལམ་བསྒྲུལ་ཚུལ་གཙོ་
བོར་བསྟན་པ་རི་རྒྱུད་རྣམས་ཡིན་ཞིང་།
རྣལ་འབྱོར་རྒྱུད་ནི། ནང་ཐབས་ཤེས་གཉིས་
ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་དང་བདེན་པ་གཉིས་དབྱེར་
མེད་དུ་སྟོར་བ་རི་ཏིང་ངེ་འཛིན་བསྒྲུལ་ཚུལ་
གཙོ་བོར་སྟོན་པ་རི་རྒྱུད་རྣམས་ཡིན་ལ།

རྣལ་འབྱོར་སྒྲ་ན་མེད་པའི་རྒྱུད་ནི། གཞི་
ལམ་འབྲས་གསུམ་གྱི་སྐབས་སུ་ཐབས་ཤེས་
གཉིས་མེད་དུ་སྦྱོར་ཚུལ་གཙོ་བོར་སྟོན་
ཅིང། དེ་ལས་ལྷག་པའི་རྒྱུད་སྡེ་གཞན་མེད་
པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཁྱད་པར་འཇོག་དགོས་
སྟུང་མོ།

༣༦། དབང་ལ་སྒྲིན་བྱེད་རྒྱ་ཡི་དབང་དང་།
གྲོལ་བྱེད་ལམ་གྱི་དབང་། གྲོལ་བ་འབྲས་
བྱའི་དབང་བཅས་ཀྱི་གོ་དོན་དང་མཚན་
ཉིད་བཞི་དཔེ་བརྗོད་ཇི་ལྟར་ཡིན་ནམ།
ལན། སྒྲིན་བྱེད་རྒྱ་ཡི་དབང་ནི། གསང་
སྤྲུག་གྱི་ལམ་བསྐྱོམས་པ་དང་། སྤྲུག་

བཟླ་བ་སྟོགས་བྱེད་པ་ལ་སྟོན་དུ་རང་ཉིད་
ཀྱི་ཤེས་རྒྱུད་ལམ་བསྟོམ་པའི་སྟོན་དུ་རུང་
བར་བྱེད་པའི་ཆེད་དུ་བསྟོམ་བྱའི་ལྷ་དེའི་
དབང་ཐོབ་དགོས་པ་དང་། དེ་ཡང་སྒྲ་མ་
གོང་མ་གཅིག་ནས་གཅིག་དུ་བརྒྱུད་པའི་
མན་ངག་དང་ལྡན་པའི་སྒྲ་མའི་རུང་ནས་
དབང་ཉུ་དགོས་པ་དེ་ཡིན་མོད། གྲོལ་བྱེད་
ལམ་གྱི་དབང་ནི། རང་གི་ཤེས་རྒྱུད་ཐ་མལ་
གྱི་སྒྲིང་ཞེན་ལས་གྲོལ་བར་བྱེད་པའི་བསྐྱེད་
རྟོགས་ལམ་གྱི་དབང་ལ་བེར་རོ།
གྲོལ་བ་འབྲས་བུའི་དབང་ནི། གྲོལ་བ་ནི་
ཐར་པ་སྟེ། འཁོར་བ་སྤྱད་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱ་མཚོ་

ཆེན་པོ་ལས་ཐར་ཏེ། ཉན་རང་ཚྲིགས་བྱང་
གསུམ་གྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པ་ནི་ཐར་བྱག་
འབྲས་བུའི་དབང་ཡིན་མོད།

༣༡། བུམ་དབང་གི་ངོ་བོ་དང་བུམ་དབང་
ལ་དབྱེ་བ། དེ་དག་གི་འབྲས་བུ་ལག་རྗེས་
གང་དང་གང་འབྱུང་ངམ།

ལན། བུམ་དབང་གི་ངོ་བོ་ནི། རྒྱུད་སྡེ་ཕྱི་
ནང་ཐུན་མོང་དུ་བསྐྱར་བའི་སྒྲིབ་བྱེད་ཀྱི་
དབང་སྟེ། རྩལ་ཚོན་དང་རས་བྲིས་ལ་
སོགས་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱ་
དང་དབུ་རྒྱན་སོགས་སྟོབ་མའི་ལུས་ལ་
བསྐྱར་ཞིང་ལུས་ཀྱི་དྲི་མ་སྦྱངས་ནས། ལམ་

བསྐྱེད་རིམ་བསྐྱོམ་པ་ལ་དབང་ཞིང་འབྲས་
བུ་སྐུ་རྫོ་རྗེ་སྤྱལ་པའི་སྐུ་ཐོབ་པའི་སྤལ་བ་
ཁྱད་ལ་འཛེག་བྱེད་ཀྱི་དབང་ཡིན།
བུམ་དབང་ལ་དབྱེ་ན་བརྩ་གཅིག་ཡོད་པ་
ནི། རྒྱ། ཅོད་པན། རྫོ་རྗེ། རྟིལ་བུ། མིང་
དབང་སྟེ་སྟོབ་མའི་དབང་ལྔ་དང་། རྫོ་རྗེ་
སྟོབ་དཔོན་གྱི་དབང་། རྒྱགས་གྱི་དབང་།
ལྷང་བསྟན་དང་དབྱུགས་དབྱུང་གཉིས་
གཅིག་ཏུ་མཇུག་པའི་དབང་། རྫོ་རྗེའི་
བརྩལ་ཉུགས་གྱི་དབང་། སྟོད་པའི་བརྩལ་
ཉུགས་གྱི་དབང་། རྗེས་གནང་བཅས་བརྩ་
གཅིག་གོ་དེ་དག་གི་འབྲས་བུ་ལག་རྗེས་ནི།

ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་ལས་ལུས་ཀྱི་དྲི་མ་
དག་པར་བྱེད་པའི་དབང་ཞིག་ཡིན་མོད།
༣༤། སར་ཕྱིན་དུག་ངོས་འཛིན་དང་དེ་དག་
མདོ་སྒྲགས་གཉིས་ཀ་ལ་དགོས་པའི་རྒྱ་
མཚན་གང་ཡིན་ནམ།

ལན། སར་ཕྱིན་དུག་ནི། སྦྱིན་པ། ཚུལ་
བྲིས་ས། བཟོད་པ། བརྩོན་འགྲུས། བསམ་
གཏན། ཤེས་རབ་བཅས་དུག་གོ་དེ་དག་
མདོ་སྒྲགས་གཉིས་ཀ་ལ་དགོས་པའི་རྒྱ་
མཚན་ནི། གཞན་ལ་སྦྱིང་ཐག་པ་ནས་སྦྱིན་
པའི་བསམ་པ་དང་གཅིག་སྦྲིག་ལྗང་གི་
ཉེས་སྦྱོད་སྒྲ་གཅིག་ཀྱང་མ་གོས་པར་བསྐྱང་།

བ་དང་གཉིས། གཞན་གྱི་གནོད་པ་ལ་མི་
བཟོད་པ་མེད་པ་བཟོད་པ་དང་དུ་ལེན་པ་
དང་གསུམ། ཉུམ་པ་དང་བསྐྱིད་ལུག་བྱ་བ་
ངན་ཞེན་པའི་ལེ་ལོ་གསུམ་སྤངས་པའི་
འབད་རྩལ་དང་བཞི། དམིགས་པའི་སྒོ་
ནས་དྲན་ཤེས་བརྟན་པོར་སེམས་གསལ་
ཞིང་དྲངས་བའི་སྒོ་ནས་བསྒོམ་དགོས་པ་
དང་ལྔ། སྤང་དོར་གྱི་གནས་ཀྱང་མ་འདྲེས་
པར་སོ་སོར་འབྱེད་ཐུབ་པའི་ཤེས་པ་ཞིག་
དགོས་པ་འདི་དག་མཛོད་སྤྲུགས་གཉིས་ཀ་ལ་
གཅིག་མཚུངས་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པའི་ཆ་ནས་
གཉིས་ཀ་ལ་དགོས་པ་ཡིན་མོད།

༣༧། བསྐྱ་བའི་དངོས་པོ་བཞི་ངོས་འཛིན་
དང་། དེ་རྣམས་གཞན་གྱི་སྒྲིམ་བྱེད་དུ་
འགྲོ་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཡིན།

ལན། བསྐྱ་བའི་དངོས་པོ་བཞི་ནི། མཁོ་བ་
སྒྲིམ་པ། སྒྲན་པར་སྒྲ་བ། རོན་མཐུན་པ།
རོན་སྒྲོད་པ་བཅས་བཞི་རྟེན་དག་གཞན་
གྱི་སྒྲིམ་བྱེད་དུ་འགྲོ་ཚུལ་ནི། མཁོ་བ་སྒྲིམ་
པ་ནི་གཞན་དག་ལ་དགོས་མཁོ་གང་ཡོད་
སྒྲིམ་པ་དང་། སྒྲན་པར་སྒྲ་བ་ནི་གཞན་དག་
ལ་སྐད་ཆ་སྒྲན་པོ་ཤོད་པ། རོན་མཐུན་པ་ནི་
རང་གིས་སྒྲང་དོར་ལག་ལེན་ཚུལ་མཐུན་
བྱེད་པ། རོན་སྒྲོད་པ་ནི་རང་གིས་སྒྲང་དོར་

བྱས་པ་བཞིན་གཞན་དག་ལ་བྱེད་དུ་བརྩལ་
པ་བཅས་འགྲོ་ཚུལ་འདི་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་
དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་གཞན་དོན་བྱེད་
པའི་ཐབས་ལམ་ཞིག་ཡིན་མོད།

༥༠། ཁ་སྦྱོར་ཡན་ལག་བདུན་ལྔ་ཀྱུལ་བ་
དྲོ་རྩེ་འཆང་ཞེས་པའི་ཡན་ལག་བདུན་ངོས་
འཛིན་དང་། དེ་འཕྲོབ་པ་ལ་ཐུན་མོང་དང་
ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ལམ་ལ་ཇི་ལྟར་སྒྲོབ་
དགོས་སམ།

ལན། ཀྱུལ་བ་དྲོ་རྩེ་འཆང་གི་མཚན་གྱི་རྣམ་
གྲངས་ཁ་སྦྱོར་ཡན་ལག་བདུན་ནི། ༡)

ཡོངས་སྦྱོད་ཚྲགས་པའི་ཡན་ལག་ ༢) ཁ་

སྒྱུར་གྱི་ཡན་ལག་ ༣) བདེ་བ་ཆེན་པོའི་
ཡན་ལག་ ༤) རང་བཞིན་མེད་པའི་ཡན་
ལག་ ༥) རྒྱན་མི་ཆད་པའི་ཡན་ལག་ ༦)
སྤྱིང་རྗེས་ཡོངས་སུ་གང་བའི་ཡན་ལག་
༧) འགོག་པ་མེད་པའི་ཡན་ལག་བཅས་
སྟེ།

དེ་རྣམས་ཀྱི་གོ་དོན་མདོར་བསྡུས་ནི། དང་
པོ་ཡོངས་སྤྱིང་རྗེས་ཡོངས་པའི་ཡན་ལག་ནི་
མཆོད་དཔེས་རྗེས་པར་སྤྲས་པ། གཉིས་
པ་ཁ་སྒྱུར་གྱི་ཡན་ལག་ནི་རང་སྤང་གི་རིག་
པ་དང་མཉམ་པར་སྒྱུར་བ། གསུམ་པ་བདེ་
བ་ཆེན་པོའི་ཡན་ལག་ནི་བདེ་བ་ཆེན་པོ་

ཉམས་སྲུ་སྟོང་བ། བཞི་པ་རང་བཞིན་མེད་
པའི་ཡན་ལག་ནི་ཐུགས་ཟག་མེད་ཀྱི་བདེ་
བའི་ངོ་བོར་གནས་པ་དེས་སྟོང་པ་ཉིད་
རྟོགས་པ། ལྷ་པ་རྒྱན་མི་ཆད་པའི་ཡན་ལག་
ནི་འཁོར་བ་ཇི་སྟེད་བར་སྟུང་ན་ལས་མི་
འདའ་བར་བཞུགས་པ། ཐུག་པ་སྟོང་ཇེས་
ཡོངས་སྲུ་གང་བའི་ཡན་ལག་ནི་དམིགས་
མེད་ཀྱི་སྟོང་ཇེ་ཆོན་པོས་སེམས་ཅན་གྱི་
དོན་མཛད་པ་ལ་གཡེལ་བ་མེད་པ། བདུན་
པ་འགོག་པ་མེད་པའི་ཡན་ལག་ནི་མཛད་
པ་འཕྲིན་ལས་དུས་ནས་ཡང་འགོག་རྒྱུ་
མེད་པར་འཇུག་པ་བཅས་ཡིན་མོད། དེ་

དག་ཐོབ་པ་ལ་ཐུན་མིང་དང་ཐུན་མིང་མ་
ཡིན་པའི་ལམ་ལ་སློབ་སྦྱངས་ནི། མདོ་
ཐུགས་ཡོང་ཚྭ་གས་ཀྱི་ལམ་ལ་སློབ་དགོས་
པ་དང་། མདོ་ཐུགས་ནས་གསུངས་པའི་
ཆོས་སྐྱའི་རྒྱ་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བ་རྣམ་མ་རྒྱད་
ལ་སྦྱེད་པ་ཚོན་དུ་སོང་བའི་ཐོག་ནས།

ཐུགས་ཐུགས་ནས་གསུངས་པའི་གཟུགས་
སྐྱའི་རྒྱ་འོད་གསལ་དང་བདེ་བའི་སྟོང་བ་སྦྱེ་
དགོས། མདོར་ན། བདེ་སྟོང་བྱང་འཇུག་གི་
ལམ་ལ་སློབ་དགོས་པ་ཡིན་སྟེ་མོ།

གོང་གསལ་དྲི་བ་བཞི་བརྒྱའམ་ནང་གསལ་
དང་བཅས་པའི་བརྒྱད་ཅུའི་གྲངས་ལྡན་དེ་

དག་ལ་ནང་ཆོས་དོན་གཉེར་བ་རྣམས་ནས་
ཞིབ་དཔྱད་ཀྱིས་ལན་འདེབས་ཡོང་བ་དང་།
གལ་ཏེ་ཡི་གེ་མི་ཤེས་པ་ཆོས་ཀྱང་དྲི་བ་
རྣམས་གཞན་ལས་གསུམ་ཏེ་ལན་འདེབས་
རང་སྟོབས་ཀྱིས་ངག་ཐོག་ནས་གནང་བར་
ཉུ་རྒྱ་བཅས། ནང་ཆོས་ངོ་སྟོན་ཆོགས་ཆུང་
གི་དགེ་བ་ཤེས་སྟོབས་བཟང་གྲགས་པ་ནས།
༢༠༡༥ ལོའི་ཟླ་ ༡༡ ཆོས་ ༡༠ ལ། ཆེ་རིང་
དོན་གྲུབ་ཀྱིས་དྲིས་ལན་བཏབ།