

གནའ་བོའི་ཤེས་རབ་དང་། དེང་གི་འཛིག་རྟེན།

སྟོང་ལོ་གསར་པའི་སྐབས་དོར་གྱི་རྣམ་གཞག་

ལ་གོང་ས་ཏཱ་ལའི་བླ་མ་མཆོག་གིས་མཛད།

བསྟན་འཛིན་རིག་བཟང་གིས་བོད་ཡིག་ཏུ་བསྒྱུར།

Ancient Wisdom, Modern World

Ethics for the New Millennium

His Holiness the Dalai Lama

Translated into Tibetan by Tenzin Rigsang

བཀའ་ཚུམ་འདི་དང་ཕྱན་གྱི་མིག་ཀླུ།

དུས་རབས་ཀྱི་དགོས་མཐོང་དང་ཤིན་ཏུ་འཚམ་ཞིང་། རིན་ཐང་དཔག་པར་དཀའ་བའི་རྒྱལ་བའི་བཀའ་ཚུམ་འདི་ལ་མཇལ་སྐལ་བྱུང་བའི་ཐོག་མ་ནི། ཕྱན་རང་གསོག་སྐར་སློབ་གྲུལ་ཤེས་རབ་དགའ་ཚལ་སློབ་སྦྱང་དུ་མཐར་ཕྱེན་ནས་ལྷ་འགའི་རྗེས་རྒྱུ་གར་སྡོམ་ཕྱོགས་སུ་ལས་དོན་ཞིག་གི་ཆེད་དུ་འགོ་སྐབས། ཉོན་ལྷན་གཞིས་ཆགས་ནས་གནས་ཚད་གཡར་སའི་བོད་མི་བགྲོས་སོང་ཞིག་གིས་སྒྲིག་བཞིན་པ་མཐོང་བ་དེ་ཡིན་ལ། དེ་དུས་བཀའ་ཚུམ་འདི་དབྱེན་ཡིག་ནང་དཔར་དུ་བཏབ་ནས་ལོ་གཅིག་ལྷག་འགོར་འདུག ད་ལྟ་ཕྱིར་འདང་ཞིག་བརྒྱབ་ན། སྐབས་དེར་བདག་གིས་སྤངས་ཞེན་ཅམ་གྱིས་བཀའ་ཚུམ་འདི་བཟླགས་པ་ལས། འདིའི་ནང་དུ་བཀོད་པའི་ལགོང་ས་མཆོག་གི་དགོངས་པ་རྣམས་སོ་སོ་རང་སྤེང་ལ་སྦྱར་ནས་གོ་བ་ལེན་པ་དང་། ཡང་ན་སྤྱི་ཚུགས་ཀྱི་དོས་ནས་དེ་རྣམས་ལ་ལྟ་བའི་བསམ་སྒྲུབ་གོ་རྟོགས་མེད་པར་མ་ཟད། ཤེས་རབ་དགའ་ཚལ་སློབ་སྦྱང་དུ་ལོ་གསུམ་རིང་ཟུ་ཚུགས་གྱིས་སྦྱངས་པའི་ཕྱན་གྱི་དབྱེན་ཡིག་གི་ཤེས་ཚད་དེས་ཀྱང་བཀའ་ཚུམ་འདིའི་རྒྱ་ཆེ་གཏིང་ཟབ་གྱི་ནང་དོན་རྣམས་རྟོགས་པར་བཀག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་བཅོས་ཡོད་དེས་རེད།

དེ་ནས་མར་བཅེས་པའི་ལོ་ངོ་བརྒྱད་ཀྱི་རྗེས་སུ་བཀའ་ཚུམ་འདི་ལ་སྐར་ཡང་མཇལ་ཞིང་། སྐབས་དེར་གྲགས་པོ་སྒོར་ཞིག་གི་རེ་འདོད་དང་། ལྷག་ཏུ་གཞིས་ལུས་བོད་པའི་མི་རབས་གསར་པ་ཚོར་ཕན་ན་སྟམ་པའི་ཀུན་སློང་ཞིག་གིས་རང་ལ་སྐལ་མ་བྱས་སྐབས། རྒྱ་ནང་བོད་ཤེས་རབ་དང་དང་གི་འཇིག་རྟེན་ཞེས་པ་འདིའི་ས་བཅད་དང་པོ་ཡོངས་སུ་རྟོགས་ལ་ཉེ་བ་ཞིག་བོད་ཡིག་ཏུ་བསྒྱུར་བ་ཡིན་མོད་ཀྱང་། ལགོང་ས་མཆོག་དང་ལུ་ཕྱོགས་ཀྱི་ཆོན་རིག་པ་ཚོའི་བར་དུ་བྱུང་བའི་བགོ་སྦྱང་གི་འདུས་དོན་ལས་བྱུང་བའི་དཔེ་དེབ་ཁག་ཅིག་བསྒྱུར་བའི་འགན་འབྲི་ཆེན་པོ་ཞིག་རང་ཐོག་ཏུ་བབས་པས། བཀའ་ཚུམ་འདི་ཉིད་ཆ་ཚད་བ་བསྒྱུར་རྒྱ་གནས་སྐབས་ཤིག་ལ་མཚམས་འཇོག་དགོས་སོང་།

དེ་ལྟ་ནའང་། བཀའ་ཚུམ་འདི་དང་ཕྱན་གྱི་བར་ལ་ལས་འཕྲོ་ཞིག་ཅིས་ཀྱང་ཡོད་པ་འདྲ་སྟེ། ན་ནིང་ལོ་མཇུག་ཏུ་ལོ་ན་བརྒྱད་ཅུ་བཟལ་བའི་ཕྱན་གྱི་ཨ་པ་བོད་དུ་ཆོ་ལས་འདས་ཤིང་། ཕྱན་གྱིས་རང་མི་རིགས་ཀྱི་གོམས་སློབ་ལྟར་སྒྲ་མ་དང་དགོན་སྡེ་ཁག་ཅིག་ལ་གང་ཐུབ་གྱིས་བསྡེ་རྟེན་སྤུལ་ནས་མཆོད་འབུལ་བྱས་ཅུང་། རང་གི་སེམས་སུ་ད་དུང་དགོ་ཅུ་ལེགས་པོ་ཞིག་བསྒྱུབས་མ་ཐུབ་སྟམ་པ་དང་། ལྷག་ཏུ་ཕྱན་རང་བོད་ནས་བཅོན་བྱོལ་དུ་ཡོང་བྱུང་བའི་སྐབས། པ་མ་གཉིས་གྱིས་རང་ལུལ་དང་ཁ་མི་འབུལ་བའི་རེ་སྐལ་ནན་ཏན་གྱིས་གནང་བ་དེ་ཡིད་ལ་དྲན་ཐེངས་རེར། ཕྱན་གྱིས་མི་ཆོ་འདིར་ཁོང་གཉིས་ལ་དྲིན་ལན་འཇལ་བ་ལས་གྲུས་བྲལ་གྱི་སྤྱག་བཟལ་འཕར་མ་ཞིག་ཕྱིན་ཡོད་པའི་ཆོར་བ་སྡེ་མོ་ཞིག་སྟེས་ཤིང་། དེ་ན་གདུང་དང་འགྲོད་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་མཆི་མའི་སློང་ནས་རྒྱལ་བའི་བཀའ་ཚུམ་འདི་ཡོངས་སུ་བསྒྱུར་དེ། འདས་ཟིན་པའི་ཨ་པ་ལ་བྱི་མའི་ལམ་རྒྱགས་ཤིག་དང་། མཇལ་སྐལ་བྱ་ཞིང་ལོ་ན་བགྲོས་པའི་ཨ་པ་ལ་གསོན་ཆོས་ཤིག་གི་ཚུལ་དུ་བོད་རིགས་སྒྲིག་པ་པོ་རྣམས་པའི་སྤྱན་རླུང་འབུལ་བའི་ཀུན་སློང་རྣལ་མ་ཞིག་ཕྱན་ལ་སྟེས་བྱུང་། དེ་བས་ན་ད་ལོའི་ལོ་མགོ་ནས་རླུང་ཟིན་པ་ལ་ལེགས་བཅོས་བྱེད་བཞིན། བཀའ་ཚུམ་འདིའི་ས་བཅད་གཞན་གཉིས་རིམ་པས་བསྒྱུར་བའི་ལས་ལ་

ཞུགས་ཤིང་། ལེའུ་མཐའ་མ་འབོད་སྐྱལ་ཞིག་ཅེས་པ་བསྒྱུར་བའི་སྐབས་སུ་ལ་གོང་ས་མཆོག་གི་བཀའ་གསུང་ཞིག་གིས་བདག་གི་སེམས་ཁོང་ལ་སྒྱི་ལྷང་ལྷང་གི་མིག་ཚུ་གཞན་ཞིག་ཀྱང་དབང་མེད་དུ་བསྐངས་བྱུང་།

ཕན་གྱིས་རྒྱལ་བའི་བཀའ་ཚུམ་འདྲིའི་ས་བཅད་དང་པོ་བོད་ཡིག་དུ་ཕབ་སྒྱུར་བྱས་པ་དང་། ཕྱིས་སུ་ས་བཅད་གཞན་གཉིས་བསྒྱུར་བའི་བར་ནས་ལོ་ངོ་གསུམ་ལྷག་འདས་ཤིང་། དེའི་རིང་ལ་ཕན་གྱིས་བརྗོད་དོན་ཟབ་ཅིང་དང་རབས་ཀྱི་སྒྲི་ཚོགས་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་དཔེ་དབ་བཞི་ཙམ་བོད་ཡིག་དུ་བསྒྱུར་བྱེད། ཡིག་སྒྱུར་གྱི་ཉམས་སྦྱང་འདྲིའི་ངོས་ནས་ཞུས་ན། ཐོག་མའི་ས་བཅད་དང་པོ་དེར་ལེགས་བཅས་བྱེད་དགོས་ས་མང་དུ་འདུག་མོད། སྤྱིར་མ་ཕྱིར་བརྗོད་དོན་ཙམ་མ་ཡིན་པར་རྗོད་བྱེད་ཚོག་སྤང་གི་ཉམས་འགྱུར་ཡང་འགྱུར་གྱི་ནང་དུ་བསྒྱུར་བའི་སྐད་ཡིག་གི་བབ་ལ་སྒྲིས་བཅས་ཀྱི་སྒྲི་ནས་ཅི་ལྟས་ཀྱིས་གཅིག་མཚུངས་སུ་མཚོན་ཐབས་བྱེད་པ་ནི། ཡིག་སྒྱུར་གྱི་གཞི་རྒྱུ་ཆ་ཆུན་གལ་ཆེན་ཞིག་དུ་བཟུང་ནས་ཕན་གྱིས་འདི་ལ་རྩ་འཛིན་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད། དེའི་ཕྱིར་སྒྱུར་ཚུམ་འདྲིའི་རྗོད་བྱེད་ཚོག་སྤང་གིས་བརྗོད་དོན་གསལ་པོར་སྟོན་ཐབས་མ་ཟད། རྒྱ་ཆེའི་སྒྲིག་པ་པོ་རྣམ་པར་སྒྲིག་སྒྲོ་བའི་ཆོར་བ་ཞིག་དང་། མ་མཐའ་ཡང་གསུངས་སྒྲིག་གི་དོན་རྣམས་དང་དུ་ལེན་འདོད་པའི་སྐྱལ་མ་ཞིག་ཀྱང་སྟོན་ཐབས་ན། བཀའ་ཚུམ་འདི་བསྒྱུར་བའི་ཕན་གྱི་དམིགས་འདུན་ཡང་གྲུབ་པ་ཡིན།

༼གནའ་བོའི་ཤེས་རབ་དང་དེང་གི་འཛིག་རྟེན༽ ཞེས་པའི་སྒྱུར་ཚུམ་འདི་ལ། ཏཱ་ལའི་སླ་མ་སྟོབ་གཉེར་ཁང་གི་ཚུམ་རིག་དགེ་ཆེན་ཨ་འབྲུག་དགོན་མཆོག་དང་། རོར་ལྷེ་ཚུམ་སྒྲིག་པ་སྟོ་བཟང་རབ་རྒྱས། ཀའི་འུམ་པ་གྲུ་ཆང་གི་སྟོབ་སྒྲི་སོ་ཅུ་དར་རྒྱས་གསུམ་གྱིས་ཁོམ་སྐབས་དང་བསྐྱེད་དུས་ཡུན་ཐུང་ཅུ་ཞིག་གི་ནང་ཁྱེད་གང་ལེགས་གནང་བར་ཐུགས་རྗེ་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། གཞན་ཡང་ཕན་གྱི་མིང་སྤང་ཆོས་རང་ལ་འཆོ་རྟེན་དུ་བསྒྱུར་བའི་སྒྲི་མོ་དེའང་ཕན་གྱིས་བཀའ་ཚུམ་འདི་བསྒྱུར་བའི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་གཙོ་བོར་བཀོལ་སྟོན་བྱས་ཡོད་ལྟར། བཀའ་ཚུམ་འདི་བཞིན་མཛད་པ་པོ་གང་ཉིད་གཙོས་པའི་བོད་རིགས་སྒྲིག་པ་པོ་རྣམ་པའི་སྤྱན་རླབས་བོད་བསྒྱུར་གྱིས་སྐལ་ཐུབ་པ་ནི། ང་ཆོ་མིང་སྤང་ཐུན་མོང་ནས་དགེ་བའི་ལས་སུ་བྱས་པའི་ཨ་ཕའི་འདས་མཆོད་དང་། ཨ་མའི་གསོན་ཆོས་ཤིག་ཀྱང་ཡིན་ཟེར་ཆོག བསྟན་འཛིན་རིག་བཟང་གིས། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༣ ཟླ་ ༩ ཆོས་ ༢༩ ཉིན།

དཀར་ཆག

སྒྲིང་གཞི་དང་། ལྷགས་རྩེ་བཀའ་དྲིན།

5

ས་བཅད་དང་པོ། སྒྲིང་དོར་གྱི་ཆ་བ།

༡ དང་གི་སྒྱི་ཚྭས་དང་། བདེ་སྦྱིད་གྱི་འཚོལ་སྟེག	8
༢ རྩེ་འཕྱལ་མེད་ལ། ལྷགས་དོན་ཡང་མེད།	17
༣ རྟེན་འབྱུང་དང་། དངོས་ཡོད་གནས་ལྷགས་གྱི་རང་བཞིན།	26
༤ དམིགས་འདུན་བསྐྱར་དུ་ངོས་འཛིན་བ།	34
༥ ལྷིང་ཚོར་གྱི་མཚོག	44

ས་བཅད་གཉིས་པ། སྒྲིང་དོར་གྱི་ནམ་གཞག་དང་། མི་སྒྲིང་།

༦ གཅུན་ཚོམ་གྱི་སྒྲིང་དོར།	54
༧ དག་བ་འཚོལ་སྒྱབ་གྱི་བཟང་སྦྱོད།	61
༨ སྒྲིང་རྩེས་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་པའི་བཟང་སྦྱོད།	81
༩ སྒྲིང་དོར་དང་། ལྷག་བསྐྱེད།	87
༡༠ ཤེས་རབ་གྱི་དགོས་པ།	94

ས་བཅད་གསུམ་པ། སྒྲིང་དོར་གྱི་ནམ་གཞག་དང་། སྒྱི་ཚྭས།

༡༡ སྒྱི་སེམས།	103
༡༢ ཚོད་སེམས་གྱི་ཚད་གཞི།	111
༡༣ འགན་ཁུར་འཕར་མ།	115
༡༤ ཞི་བདེ་དང་། གོ་མཚན་བཀག་སྟོམ།	129
༡༥ དང་གི་སྒྱི་ཚྭས་ནང་ཚས་ལྷགས་གྱི་བྱེད་ལས།	140
འབོད་སྒྱུ་ཞིག	148

སྒྲིབ་གཞི་དང་། སྤྱོད་པ་ཆེ་བཀའ་དྲིན།

ངོས་རང་ལོ་བཅུ་དྲུག་གི་ཐོག་རང་ཉིད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཤོར་བ་དང་། ཉི་ཤུ་ཙུ་བཞི་ལོ་ཐོག་བཅུན་བྱོལ་བ་
ཞིག་ཏུ་གྱུར་པས་རང་ཉིད་ཀྱི་མི་ཚེ་འོ་ནང་དཀའ་སྤྱོད་ལྷན་ལྷན་ཞིག་བརྒྱུད་མྱོང་ཞིང་། དཀའ་སྤྱོད་དེ་དག་གི་
ཐད་ལ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་སྐབས། ཕལ་ཆེ་བ་སེལ་ཐབས་བྲལ་ཞིང་བསྒྲོག་ཐབས་མེད་པར་མ་ཟད། ཅི་བྱ་གཏོལ་
བྲལ་གྱི་གནས་སྤངས་ཞིག་གི་འོག་བྱུང་ཡོད་ནའང་། རང་གི་ལུས་པོ་འཕྲོད་བཞེན་དང་། རང་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་
གཞིར་བཞག་གིས་བཤད་ན། རོས་རང་གིས་དཀའ་སྤྱོད་དེ་ཚོར་གང་ལ་གང་འཚམ་གཏོང་ལེན་བྱེད་སྐབས་འདྲག་
འདྲི་ལྟར་རང་གི་ལུས་སེམས་གཉིས་ཀའི་རྩལ་ཤུགས་ཀྱིས་རོས་རང་དཀའ་སྤྱོད་ལ་གྱི་འོག་འབྱེད་དུ་བཅུག་མེད་པ་
དང་། སེམས་བྲལ་དང་རེ་ཟད་ཀྱི་དབང་དུ་སོང་ཡོད་ན། རོས་ཀྱི་འཕྲོད་བཞེན་ལ་གཞོན་ཡོད་པར་མ་ཟད། རོས་
ཀྱི་ལས་དོན་ནུས་ཀྱང་རྩལ་ཆུང་དུ་བཏང་ཡོད་ཀྱི་རེད།

འོན་ཀྱང་། གཡས་གཡོན་ལ་ལྷ་སྐབས། སྤྱོད་བསྐྱེད་མྱོང་བཞིན་པ་ནི་ང་ཚོ་བོད་པའི་བཅུན་བྱོལ་བ་དང་།
ཡུལ་གྱར་བའི་མི་ཚོགས་གཞན་དག་གཅིག་པུ་མིན་ལ། ས་གནས་དང་སྤྱི་ཚོགས་གང་དུ་འང་མི་ཚོས་སྤྱོད་བསྐྱེད་པ་
དང་གོད་ཆག་མྱོང་བ་དང་། ཐ་ན་རང་དབང་དང་རྒྱ་ཚོར་ལ་ལོངས་སྤྱོད་བཞིན་པ་ཚོས་ཀྱང་སྤྱོད་བསྐྱེད་མྱོང་
བཞིན་པ་གསལ་པོ་རེད། ད་དུང་རོས་ཀྱི་མཐོང་སྣང་ལ། ང་ཚོ་འགོ་བ་མིས་མྱོང་བཞིན་པའི་སྤྱོད་བསྐྱེད་པ་ཕལ་ཆེ་
བ་ནི། ང་ཚོ་རང་ཉིད་ཀྱིས་བསྐྱེད་པ་ཤ་སྟག་ཡིན་ཞིང་། དེར་བཞེན་ལྷན་བའི་ཆ་ནས་བཟོད་ན། སྤྱོད་བསྐྱེད་འདྲི་
ནི་བསྒྲོག་ཐབས་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན། རོས་ཀྱིས་ད་དུང་སྤྱོད་པའི་ནས་ལ་རབས་སྤྱོད་བཟང་ཅན་གྱི་མི་ནི། ལྷང་དོར་
ཚུས་མེད་བྱེད་མཁན་ཞིག་དང་བསྐྱར་ན། སེམས་སྦྱོང་ཅིང་ཡོད་ཚེས་པར་མཐོང་གི་ཡོད། འདྲི་ནི་ང་ཚོས་རང་
ཉིད་ཀྱི་བསམ་སྒྲོ་དང་། མྱོང་ཚོར། མྱོད་པ་བཅས་ལ་ཁ་ལོ་བསྐྱར་སྐབས་ན། སྤྱོད་བསྐྱེད་གཏོང་ལེན་བྱེད་སྐབས་ཆེ་
ལེགས་སུ་འགོ་བར་མ་ཟད། ང་ཚོས་སྤྱོད་བསྐྱེད་མང་པོ་ཞིག་སྤྱོད་འགོག་བྱེད་སྐབས་པའི་བདག་གི་ཡོད་ཆས་ལ་རྒྱ་
མཚན་ཡོད་པའི་བདེན་དབང་ཞིག་ཡིན།

རོས་ཀྱིས་ལ་རབས་སྤྱོད་བཟང་ཞེས་པ་ནི། གང་འདྲ་ཞིག་ལ་གོ་དགོས་མིན་དཔེ་དཔེ་འདྲིའི་ནང་གསལ་
བཤད་བྱེད་པར་འབད་བཅོན་བྱེད་རྒྱ་ཡིན་ཡང་། ལྷང་དོར་དང་དགེ་སྤྱོད་ཀྱི་ཐོག་ལ་སྤྱོད་པ་ཚད་ལྡན་ཞིག་
འཛིན་པའམ། གསལ་བཤད་གནད་དུ་འཁེལ་བ་ཞིག་བྱེད་རྒྱ་ཤིན་ཏུ་དཀའ་ཞིང་རྟོག་འཛིང་ཆེ་ལ། མྱོད་ལམ་གྱི་
གནས་སྤངས་གང་ཞིག་ཡིན་རུང་། མཐའ་གཅིག་ཏུ་དཀའ་ནག་གི་དབྱེ་བ་འབྱེད་སྐབས་ཏ་ཅང་དཀའ་བ་དང་།
སྤྱོད་ལམ་བྱེ་བྲག་པ་གཅིག་ལ་མཚོན་ནའང་། འབྲལ་རྒྱུན་སྤྱོད་པ་ལྷོས་ནས་ལེགས་ཉེས་ཀྱི་ཚད་གཞི་དང་
རིན་ཐང་འདྲ་མིན་ཡོད་ཆོག་དེ་ལྟ་ནའང་། དགེ་སྤྱོད་དང་སྤྱོད་ངན་ཞེས་པ་ཅི་ཞིག་གིས་བྱུང་ཡོད་པ་དང་།
དགེ་སྤྱོད་ནི་ཅི་ཞིག་ཡིན་པ། ད་དུང་ཅི་ཞིག་ཚུལ་མཐུན་ཡིན་མིན་བཅས་ཀྱི་ཐད་ལ་ང་ཚོས་མཐུན་སྣང་གི་ལྷ་
ཚུལ་ཞིག་འཛོལ་བ་ནི་ཁ་ཚད་དགོས་གཏུགས་ཞིག་ཆགས་ཡོད། སྤྱོད་པ་མི་ཚོས་ཚོས་ལུགས་ལ་མཐོང་ཆེན་བྱས་
ཤིང་། སྤྱོད་པ་ཞིག་གི་ནང་མི་ཕལ་ཆེ་བ་ཚོས་ལུགས་གཅིག་གི་རྒྱུ་ལྷང་སྤངས་ནས་ལྷང་དོར་གྱི་རྒྱ་འཛིན་

ནམས་རྒྱལ་འབྲེངས་བྱས་ཡོད་མོད། དེ་ལྟར་གནས་སྐབས་འདི་ལ་འགྱུར་བ་བྱུང་ཡོད་སྐབས། ང་ཚོས་གཞི་རྒྱུ་
སྤང་དོར་གྱི་ཙུ་འཛིན་ནམས་གཏན་འབེབས་བྱེད་ཐབས་གཞན་ཞིག་ངེས་པར་དུ་འཛོལ་དགོས།

ངོས་རང་ཏུ་ལའི་སྤྱི་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཐབས་ལམ་ཞིག་མཐོ་སྤྲོད་བྱེད་པར་བསམས་ནས་སྒྲོག་
པ་པོ་ནམས་གྱིས་རེ་བ་མ་བྱེད་རོགས། དཔེ་དེབ་འདིའི་ནང་དུ་སྤྲོན་དུས་མ་བཤད་པ་གཅིག་ཀྱང་མེད་པ་དང་།
འགྲོ་བ་མི་ལ་འཕྲད་པའི་སྤྲུག་བསྐལ་དང་ཚྱོད་རྟོག་སོགས་སེལ་ཐབས་བྱེད་པའོ། དེའི་སྤྲུགས་ལ་སེམས་ཁུར་
བྱེད་མཁན་མང་པོ་ཞིག་ལའང་འདྲིར་སྤྱོད་པའི་བསམ་གཞིག་དང་སེམས་ཁུར་ཡོད་ངེས་རེད། འོན་ཀྱང་། རང་
ཉིད་ཀྱི་སྤྲུགས་པོ་ཁག་ཅིག་གི་འབོད་སྒྲུལ་གྱི་བསམ་འཆར་དང་དུ་སྤངས་ཏེ། དཔེ་དེབ་འདི་སྒྲོག་པ་པོ་ནམས་གྱི་
སྤྲུན་ལམ་དུ་སྤུལ་བའི་ངོས་གྱི་རེ་བ་གཅིག་ནི། སོ་སའི་ལྷ་ཚུལ་ནམས་མང་ཚོགས་ལ་བརྗོད་པའི་གོ་སྐབས་བྲལ་
བའི་མི་ས་ལ་མང་པོ་ཡོད་པ་ཁོ་ཚོའི་བསམ་གཞིག་ནམས་དཔེ་དེབ་འདིས་མཚོན་ཐུབ་པར་བྱེད་རྒྱུ་དེ་ཡིན།

དེ་ལྟར་ནའང་། སྒྲོག་པ་པོ་ནམས་གྱིས་ཡིད་དུ་འཛིན་དགོས་པ་ཞིག་སྟེ། ངོས་གྱི་དངོས་གཞིའི་སྒྲོབ་གཉེར་
ནི། སྤྲུགས་ཡོངས་ནས་ཚོས་དང་ཚོས་ལྷགས་གྱི་ནམ་པ་ཅན་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། གཞོན་དུས་ཅམ་དུ་མ་ཟད་དེ་ལྟར་
ཡིན་ནའང་རང་གི་སྤྱང་བྱ་གཙོ་བོ་ནི། ནང་པའི་ལྷ་གྲུབ་དང་སེམས་ཁམས་རིག་པ་ཡིན། ལོ་རྒྱུས་གྱི་ཆ་ནས་ཏུ་
ལའི་སྤྱི་མ་ནི་དགེ་ལྷགས་པའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པས། ངོས་གྱིས་དགེ་ལྷགས་པའི་མཁས་དབང་ནམས་གྱི་
བརྒྱམས་ཚོས་ལ་གཙོ་བོར་སྤྱངས་པ་དང་། དེ་བཞིན་ངོས་གྱིས་ཚོས་ལྷགས་སྤྱི་མང་རིང་ལྷགས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཟབ་
མོ་བཅངས་པའི་སྒོ་ནས་ནང་པའི་གྲུབ་མཐའ་དང་། ཚོས་བརྒྱུད་གཞན་གྱི་གཞུང་ལྷགས་གཙོ་བོ་ནམས་ལའང་
སྤྱོད་བ་བྱས་སྤྱོད་། འོན་ཀྱང་། ངོས་ལ་ཚོས་ལྷགས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་དེང་དུས་གྱི་བསམ་སྒྲུབ་སྤྲོའི་སྤྲུགས་ལ་གོམས་
འདྲིས་ཉུང་དུ་ཞིག་ལས་མེད་ནའང་། དཔེ་དེབ་འདི་ནི་ཚོས་ལྷགས་གྱི་རང་བཞིན་ཅན་ཞིག་མིན་ལ། ནང་བསྟན་
གྱི་དཔེ་དེབ་ཅིག་དེ་བས་ཀྱང་མིན། ངོས་རང་གི་རེ་འདུན་ནི། ཚོས་ལྷགས་ལས་བརྒྱལ་བའི་སྤྱི་གྲུབ་རང་བཞིན་གྱི་
ཙུ་འཛིན་ཁག་ཅིག་གཞི་རྒྱ་བཞག་པའི་སྤང་དོར་གྱི་ནམ་གཞག་ཅིག་གི་དགོས་མཐོ་སྤྲོད་རྒྱུ་དེ་ཡིན།

དེ་བས་ན་ཡོངས་ཁྱབ་གྱི་སྒྲོག་པ་པོ་ཚོའི་ཆེད་དུ་དཔེ་དེབ་ཅིག་ཚོམ་པ་ནི། དཀའ་ཆོགས་མེད་པ་ཞིག་
གཏན་ནས་མིན་ཞིང་། དཔེ་དེབ་འདི་ནི་མཉམ་འབྲེལ་ལས་གྲུབ་པའི་འབྲས་བུ་ཞིག་ཡིན། བཀོལ་དགོས་བྱུང་
བའི་བོད་སྐད་ཀྱི་ཐ་སྟད་ཁག་ཅིག་དེང་དུས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ནང་དུ་ཇི་བཞིན་བསྐྱར་དཀའ་ཡང་། དཔེ་དེབ་འདི་ནི་
ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་ཆེད་ཚོམ་ཞིག་ཡིན་ནས་མིན་སྐབས། ངོས་གྱིས་ཐ་སྟད་དེ་ཚོ་སྐད་ཡིག་གཞན་གྱི་ནང་དུ་བསྐྱར་བདེ་ཞིང་།
སྤྱིར་བཏང་གི་སྒྲོག་པ་པོ་ཚོས་གོ་སྐབས་པ་ཞིག་ཏུ་འབྲེལ་བཤད་བྱས་ཡོད་མོད། རྒྱ་མཚན་འདི་དང་། སྐད་ཡིག་
དང་རིག་གཞུང་མི་འདྲ་བའི་སྒྲོག་པ་པོ་ཚོར་ཁ་གསལ་གྱིས་གོ་བརྗོད་སྤྲོད་ཐབས་བྱས་པ་གཉིས་ལ་བརྟེན་ནས་ཐ་
སྟད་དེ་དག་གི་ནང་དོན་བརྒྱུས་པ་དང་། ཡང་ན་མ་བསམ་པའི་དོན་ཞིག་དེ་ཚོར་བསྟན་ཡོད་སྟེ། དཔེ་དེབ་
འདི་ལ་ཚོམ་སྒྲིག་ཞིབ་ཆོགས་པོ་གནང་ཡོད་གཤིས། དེ་འདྲའི་ནོར་འཁྲུལ་ཉུང་དུ་བཏང་ཡོད་པར་ངོས་གྱིས་ཐེ་
ཚོམ་བྱེད་གྱི་མེད་ཅུང་། ནོར་འཛོལ་དེའི་རིགས་ལྷང་ལ་བུད་ཆོ། ངོས་གྱིས་རྗེས་མའི་པར་སྤྲོན་གྱི་སྐབས་སུ་དག་
བཅོས་བྱ་རྒྱུ་ཡིན། དཀའ་ཆོགས་དེ་འདྲའི་ནང་དུ་རོགས་རམ་དང་། དཔེ་དེབ་འདི་དབྱིན་ཡིག་ཏུ་བསྐྱར་བ། ད་
དུང་བསམ་འཆར་གྲངས་མེད་བཏོན་པ་བཅས་ཀྱི་ཆེད་ངོས་གྱིས་མཁས་དབང་ཐུབ་བསྟན་སྤྲོན་པར་སྤྲུགས་རྗེ་ཆེ་
ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། གཞན་ཡང་སྤྱི་ཐབས་ནོར་མན་A. R. Norman གྱིས་དཔེ་དེབ་འདིར་ཚོམ་སྒྲིག་གནང་བ་ནི་རིན་

ཐང་བྲལ་ཞིང་། ཁོང་གཙོས་པའི་དཔེ་དབ་འདི་ལེགས་པོར་འབྲུབ་པ་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་མཁན་ཚང་མར་ཐུགས་
ཇེ་ཆེ་བཅས། ཤུག་ཏེ་དགེ་སྦྱོང་དུ་ལའི་སློམས། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ ལོར་རྟ་རམ་ས་ལ་ནས།

ས་བཅད་དང་པོ།
ཟླ་ངོར་གྱི་ཅ་བ།

ལེའུ་དང་པོ།
དེང་གི་སྤྱི་ཚོགས་དང་། བདེ་སྤྱིད་ཀྱི་འཚོལ་སྟེག

ངོས་ནི་དེང་དུས་ཀྱི་འཛམ་གླིང་ལ་གསར་དུ་འབྱོར་མཁན་ཞིག་ཡིན། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ལོར་རང་ཉིད་ཀྱི་
རྒྱལ་ཁབ་ནས་བྱོམ་བྱོལ་ལ་ཡོང་དགོས་བྱུང་བ་དང་། དེ་ནས་བཟུང་རྒྱ་གར་དུ་བཅན་བྱོལ་གྱི་འཚོ་བའི་ཁྲོད་ནས་
དེང་དུས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་དང་འབྲེལ་བ་མང་དུ་བྱུང་ཡང་། རང་ཉིད་འཚར་ལོངས་ཀྱི་ལོ་ཟླ་གཙོ་བོ་རྣམས་དུས་
རབས་ཉི་ཤུ་པའི་དངོས་ཡོད་གནས་ལུགས་དང་རྒྱུ་ཐག་རིང་བའི་ཁོར་ལུག་ཅིག་དུ་བསྐྱེལ་ཡོད། འདི་ནི་ཕྱོགས་
གཅིག་ནས་ངོས་རང་དུ་ལའི་སླ་མར་བསྐོ་བཞག་བྱས་ཏེ་ཆུང་དུས་ནས་གྲུ་བ་བྱས་པས་ཡིན་ཞིང་། གཞན་ཡང་ང་
ཚོ་བོད་པ་ཚོ་རི་རྒྱུད་མཐོན་པོས་བསྐོར་བའི་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་གི་ནང་གྱེ་ལ་འབྲེལ་བ་མ་བྱས་པར་ངོས་ཀྱིས་འདི་ནི་
ནོར་འཁྲུལ་ཞིག་ཡིན་པར་སེམས་ཀྱི་ཡོད། བསྐྱེད་པའི་རྒྱུན་ཡང་ཡིན།

གང་ལྟར་རུང་དེང་སང་ངོས་རང་ཕྱི་ཕྱོགས་ལ་མང་པོར་འགོ་བ་དང་། ཕྱི་ནང་ཀུན་དུ་མི་གསར་པ་མང་
པོར་ཐུག་འཕྲད་བྱེད་པའི་སྐལ་བ་དང་ལྡན་པར་མ་ཟད། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་གནས་ཤིང་འདྲ་མིན་ནས་མི་མང་པོ་ཞིག་
ངོས་ལ་ཐུག་འཕྲད་བྱེད་པར་ཡང་ཡོང་གི་ཡོད། མི་གངས་མི་ཉུང་བ་ཞིག་དཀའ་ཚོགས་ལ་མ་འཛུགས་པར་ངོས་ཀྱི་
སྤྱི་དགནས་ལྟ་རུ་ས་ལུ་གང་ཞིག་འཚོལ་བར་ཡོང་གི་ཡོད་ལ། ཁོ་ཚོའི་ཁྲོད་ན་ལ་ལའི་པ་མ་དང་བྱ་ཐུག་
འདས་གོངས་སུ་བྱུར་བ་དང་། ལ་ལའི་གོགས་པོ་འཇུག་མེས་རང་སྟོག་བཅད་པ། ཡང་ཁག་ཅིག་ལ་སྐྱན་ནད་
དང་། རེག་དུག་དང་འབྲེལ་བའི་ན་ཚ་སྟོག་པ་ལྟ་བུའི་སྤྱུག་བསྐལ་ཆེན་པོ་སྤྱོད་བཞིན་པའི་མི་མང་པོ་ཞིག་མཆིས།
གཞན་ཡང་བོད་མི་མང་པོ་ཞིག་ཀྱང་སོ་སོའི་དཀའ་སྤྱུག་གི་གཏམ་རྒྱུད་རིང་མོ་ཞིག་ཁྱེར་ནས་འདིར་འབྱོར་གྱི་
ཡོད་པ་ནི་སྤྱི་མི་དགོས། འོན་ཀྱང་། མི་མང་པོར་རེ་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དང་། ཁོ་ཚོས་ངོས་ལ་ནད་གསོ་བའི་
རུས་པ་ལྡན་པའོ། ངོས་ཀྱིས་བྱིན་རྒྱུ་ལྟ་བུ་ཞིག་བྱིན་ཐུབ་པར་སེམས་ཀྱི་འདུག་མོད། ངོས་རང་ནི་འགོ་བ་མི་
སྤྱིར་བཏང་བ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། ངོས་ཀྱིས་བྱེད་ཐུབ་པ་ནི། ཁོ་ཚོའི་སྤྱུག་བསྐལ་ལ་གདུང་སེམས་མཉམ་བསྐྱེད་བྱེད་
རྒྱ་འདི་ཡིན།

འཛམ་གླིང་གི་ཡུལ་གྲུ་གང་སར་གནས་ཤིང་འདྲ་མིན་ནས་ཡིན་པའི་མི་མང་པོར་ཐུག་འཕྲད་བྱེད་པ་
འདིས་ངོས་ལ་འགོ་བ་མི་རྣམས་ཀྱི་ཅ་བའི་རང་བཞིན་གཅིག་པ་ཡིན་པའི་དྲན་གསོ་གཏོང་བ་དང་། ད་དུང་ངོས་
ཀྱིས་འཛམ་གླིང་འདི་ཅི་ཅུ་མང་དུ་མཐོང་ན། དེ་ཅུ་མང་དུ་གནད་དོན་ཞིག་རྟེན་གསལ་དུ་འགོ་བ་ནི། ང་ཚོ་འབྱོར་
ལྷན་ཡིན་མིན་དང་ཤེས་ཡོན་ཡོད་མེད། མི་རིགས་དང་ཚོས་ལུགས་ཅི་ཞིག་ལ་གཏོགས་མིན། པོ་མོ་གང་ཞིག་ཡིན་
མིན་སོགས་ལ་མ་སྟོས་པར། ང་ཚོ་ཚང་མས་བདེ་བ་འདོད་པ་དང་སྤྱུག་བསྐལ་མི་འདོད་པ་ཤ་སྟག་ཡིན་པ་འདི་

རེད། ང་ཚོས་བསྐྱབ་འདོད་པའི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་དང་། ཟུགས་གཅིག་ནས་ང་ཚོས་རང་ཉིད་ཀྱི་མི་ཚེ་སྤེལ་པོ་ཅི་
ལྟར་སྒྲུལ་མིན་ནི། རང་ཉིད་ལ་བདེ་བ་ཅི་ལྟར་འཐོབ་བམ་ཞེས་པའི་དྲི་བ་འདིའི་ལན་ཞིག་ཏུ་སེམས་ཆོག།

ངོས་ཀྱི་མཐོང་སྒྲུང་ལ། བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་འཚོལ་སྟེག་འདིའི་ནང་ང་ཚོ་ནི་རེ་བས་འཚོ་ཞིང་། ཐ་ན་ཁས་ལེན་
བྱེད་འདོད་མེད་ཀྱང་། ང་ཚོས་དེ་རིང་གི་འཚོ་བ་ལས་སྦྱིད་པ་དང་ལེགས་པ་ཞིག་སང་ཉིན་འབྱུང་བའི་ངེས་པ་
མེད་པ་ཤེས་ཀྱི་ཡོད། གནའ་བོའི་བོད་ཀྱི་ངག་རྒྱན་ཞིག་ལ། སང་ཉིན་དང་སྟེ་བ་ཕྱི་མ་གཉིས་སྟོན་དུ་གང་ཡོང་བ་
མི་ཤེས་ཟེར། དེ་ལྟར་ཡིན་ཅུང་ང་ཚོ་ནི་ད་དུང་རེ་བའི་ངང་འཚོ་བཞིན་པ་དང་། ང་ཚོས་རེ་བའི་ཁྲོད་ན་བྱ་བ་
འདི་དང་དེ་བྱས་ནས་བདེ་བ་སྦྱང་བར་བརྩོན་ཞིང་། གང་ཟག་སྐར་སོ་སོ་གཅིག་ཕྱ་མ་ཡིན་པར། ཐ་ན་སྦྱི་ཚོགས་
ཀྱི་ངོས་ནས་ཀྱང་ཅི་ཞིག་བྱེད་པ་ཐམས་ཅད་ནི། གཞི་རྩའི་རེ་བ་འདིའི་ཐོག་ནས་འབྱུང་གི་ཡོད་པ་མངོན་གསལ་
རེད། མདོར་དེལ་ན་རེ་བ་འདི་ནི་སེམས་ལྡན་ཆང་མར་ཡོད་པ་དང་། བདེ་བ་འདོད་ཅིང་སྟག་བསྐལ་མི་འདོད་
པའི་མངོན་འདོད་ལ་ས་མཆམས་ཤིག་མེད་ལ། རེ་བ་འདི་ནི་ང་ཚོར་ལྟན་སྟེས་སྤྲོ་ཡོད། དེ་བས་ན་ང་ཚོས་རང་
བཞིན་གྱིས་བདེ་བ་འདོད་པའི་བདེན་པ་སྦྱར་བཏང་བ་འདི་ནི། རྒྱ་མཚན་གྱི་དཔང་པོ་མི་དགོས་པར་རང་ངོས་
ནས་ཆད་མས་བྱ་བ་ཡོད།

མངོན་འདོད་འདི་ནི་དབུལ་ཕྱག་གི་རྒྱལ་ཁབ་གང་དུ་འང་གསལ་པོར་མཐོང་ཐུབ་པ་དང་། མི་ཆང་མས་
ཐབས་བརྒྱ་རྩས་སྟོང་གིས་སོ་སོའི་འཚོ་བ་ཡར་རྒྱས་སུ་གཏོང་བར་བརྩོན་བཞིན་ཡོད། དེ་ལྟ་ན་འང་། བྱད་མཚར་
བའི་གནས་སྟངས་ཤིག་ནི། ཡར་རྒྱས་ཕྱིན་ཟེན་པའི་རྒྱབ་ཁབ་ཏུ་ཕྱིའི་དངོས་པོའི་བཟོ་ལས་ཀྱི་མཐུན་ཁྱེན་ཆད་
མཐོ་བོ་ཞིག་ཡོད་ན་འང་། མི་ཚོར་ཡིད་ཆོམ་ཞིང་སེམས་སྦྱིད་པའི་ཚར་བ་ཉུང་ཞིང་། ཆེས་ཡར་རྒྱས་མ་སོང་བའི་
རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མི་ཚོར་སྟོས་ན་འང་ཆད་གཞི་ངེས་ཅན་ཞིག་ནས་སྟག་བསྐལ་མང་པོ་སྦྱང་གི་ཡོད་པར་སྤང་། ང་ཚོས་
ཕྱག་པོ་དང་དབུལ་པོ་བསྐྱར་ཆོ། དབུལ་པོ་ཚོར་ལུས་པོའི་ཐད་ནས་དཀའ་སྟག་གིས་མནར་ན་འང་། ཁོ་ཚོར་
འབྱོར་ཐུན་ཅན་ལ་སྟོས་ན་དངངས་སྒྲག་དང་སེམས་འཆབ་ཉུང་ཞིང་། ཕྱག་པོ་ཚོར་མཚན་ན། མཚར་ཆས་ཀྱིས་
རྒྱ་ཁོར་བདེ་དུ་འཇུག་པ་དང་། འགའ་ཤས་ཤིག་གིས་མ་གཏོགས་རང་གི་རྒྱ་ཁོར་དེ་དཀའ་ངལ་དུ་སྦྱང་བའི་མི་
ཚོ་དང་མཉམ་སྦྱོད་བྱེད་ཀྱི་མེད། ཁོ་ཚོ་ནི་དཔལ་འབྱོར་འཚོལ་སྟེད་ཀྱིས་བཟེ་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་འཚོ་བའི་ནང་དུ་
གཞན་གང་ལ་འང་བསམ་སྟོན་གཏོང་ལོང་མེད་པ་ལྟ་བུར་གྱུར་ཡོད། འདི་འདྲའི་ཚུས་སྟོད་ཀྱི་སྟོང་ན་བདེ་བ་འདོད་
པའི་རེ་བའང་བོར་ནས་འབྱོར་ཕྱག་གིས་འདོད་སྟེད་སྒྲོང་ཐུབ་ཀྱི་མེད། དེར་བརྟེན་ཁོ་ཚོ་ནི་ཅི་ཞིག་འབྱུང་བར་
དོགས་ནས་འཇིགས་སྤང་དང་། ད་དུང་མ་འདང་བའི་དཀའ་ངལ་གྱིས་རྒྱན་དུ་མནར་ཞིང་། ཕྱིའི་སྤང་ངོ་ལ་ཁོ་
ཚོའི་འཚོ་བ་ཕྱན་སྟམ་ཆོགས་པ་ཡིན་ཅུང་། དོན་དངོས་སུ་སེམས་ཁམས་དང་སྦྱང་ཚོར་གྱི་དཀའ་སྟག་གི་མ་ཅི་
བཞིན་ཁོ་ཚོ་དང་ཁ་འབྲལ་གྱི་མེད། གནས་སྟངས་འདི་ནི་ཕྱི་དངོས་པོའི་ཐད་ནས་ཡར་རྒྱས་ཕྱིན་ཟེན་པའི་སྦྱི་
ཚོགས་ཀྱི་ནང་དུ་སེམས་ཁལ་དང་། སྟོ་ཕམ། ཡིད་མ་ཆོམས་པ། སེམས་མ་བདེ་བ་དང་སྦྱོ་ཁུ་ལྟའི་སེམས་ཀྱི་
སྟག་བསྐལ་ཁལ་གང་ལ་ཆེ་ཞིང་། སེམས་ཁལ་སྟོང་བའི་ཆད་གཞི་ཞིག་ལ་སྟེབས་ཡོད་པ་དེས་མཚན་ཐུབ། ད་དུང་
ནང་སེམས་ཀྱི་སྟག་བསྐལ་འདི་ཆོ་ནི། དགེ་སྟོད་ཀྱི་ངོ་བོ་ཅི་ཞིག་གིས་བྱ་བ་ཡོད་མེད་དང་། དེའི་རྟེན་གཞི་ཅི་ཞིག་
ཡིན་མིན་གྱི་ཐད་ལ་མགོ་རྟོག་མང་དུ་འགོ་བཞེན་པ་དང་ཡང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་གསལ་པོ་རེད།

ཕྱི་ནང་མི་མཐུན་པའི་གནས་སྟངས་འདི་ནི། ངོས་རང་ཕྱི་རྒྱལ་ལ་འགོ་དུས་པལ་ཆེར་རྒྱན་དུ་མཐོང་གི་
ཡོད། ངོས་རང་རྒྱལ་ཁབ་གསར་པ་ཞིག་གི་ནང་དུ་འབྱོར་སྐབས། ཐོག་མའི་སྤང་བ་ཆང་མ་མིག་ལ་མཛེས་ཤིང་ཞི་

བག་ལྷན་པ་ཞིག་རེད། རྩོམ་རང་ཕྱག་པའི་མི་ཚང་མ་ཞི་དུ་ལྷན་ཞིང་། ཁོ་ཚོའི་འཆོ་བའི་ནང་དུ་འཁང་ར་བྱེད་
དགོས་པ་ཅི་ཡང་མེད་པ་འདྲ། འོན་ཀྱང་། རྩོམ་གྱིས་རིམ་པས་ན་བ་གཏོང་དུས་ཁོ་ཚོའི་རྟོག་དྲ་དང་སེམས་ཁུལ་
སོགས་གོ་རྒྱུ་མང་པོ་འདུག ཕྱི་རིམ་པ་དང་ཕྱི་རིམ་པ་ཁོ་ཚོའི་འཆོ་བའི་ནང་དུ་ཡིད་མ་ཆོས་པ་དང་དངངས་
སྒྲིག་གིས་ཁེངས་ཤིང་། རང་ཉིད་ཁེར་རྒྱུ་དུ་སྒྲིག་པའི་ཆོར་བ་ཤུགས་དྲག་ནས་སྒྲོ་བྱམ་གྱིས་གདུང་བ་དང་།
འདི་འདྲའི་ཡི་མཁན་པའི་རྩོམ་པ་ནི་ཡར་རྒྱས་ཕྱིན་ཟེན་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་བྱེད་ཆོས་ཤིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད།

ཐོག་མར་སྤང་ཚུལ་འདིས་ང་ལ་ཉ་ལས་པའི་ཆོར་སྤང་ཞིག་སྤྱད་བྱུང་། ཐོན་མ་དང་ད་ལྟ་ཕྱི་དངོས་པོའི་
ཐད་ནས་ཡར་རྒྱས་མ་སོང་བའི་བོད་དུ་ཡར་རྒྱས་ཕྱིན་ཟེན་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་ལ་ཉ་སྐབས། རྒྱ་ནུབ་གཅིག་པུས་
ང་ཚོ་སྤྱག་བསྐྱེད་ལས་སྒྲོབ་མི་སྤྱབ་ནའང་། རྒྱ་ནུབ་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཡང་དུ་གཏོང་བར་ཕན་ཚབས་ཆེན་པོ་ཡོད་
པར་ཉམ་ཞེ། ཡར་རྒྱས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་མི་པལ་ཆེ་བ་ནི་ལུས་པོའི་ངལ་ཚོལ་ལ་ཤུགས་ཆེན་བརྟེན་མི་དགོས་པ་
དང་། ལུས་པོའི་དཀའ་སྤྱག་ཉུང་དུ་སོང་ན། བདེ་བ་བསྐྱབ་པར་ཉམ་བས་བདེ་ཡིན་པ་བསམ་བྱུང་། འོན་ཀྱང་། རྩོ་
མཚར་བའི་འཕྲུལ་ལས་དང་། ཆོན་རིག་གི་མདུན་སྒྲོལ་གྱིས་གངས་ཀའི་ཡར་རྒྱས་ཤིག་ལས་དོན་ལ་གནས་པའི་
ཡར་རྒྱས་ཤིག་བསྐྱར་སྤྱབ་མེད་པར་སྤང་། སྤྱགས་མང་པོ་ཞིག་ནས་ཡར་རྒྱས་ཟེར་བ་ནི། སྤང་བྱེད་ནང་དུ་ཡོད་
པའི་འབྱོར་སྤྱག་གི་ཁང་པ་མང་པོ་དང་། དེ་དག་གི་བར་དུ་འགྲོ་འོང་བྱེད་པའི་རྒྱངས་འཁོར་ཅམ་ལ་གོ་བ་རེད།
ཆོན་རིག་དང་འཕྲུལ་ལས་ཀྱིས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་རིགས་ཁག་ཅིག་དང་། ཉམ་པར་ནད་རིགས་ཉུང་དུ་བཏང་ཡོད་པ་
གསལ་པོ་ཡིན་ཡང་། རྩོམ་གྱི་ཉ་ཚུལ་ལ། སྤྱི་ཡོངས་ནས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཡང་དུ་བཏང་མི་འདུག

འདི་ལྟར་བཤད་ན་ཐོན་མ་ཞིག་ལ་རྒྱབ་སྤྱགས་སུ་འགྲོ་སྐབས་བྱུང་བའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་རྩོམ་རང་གིས་
དུན་གྱི་འདུག སྐབས་དེར་རྩོམ་ནི་སྤྱོད་འབྱོར་ཆེ་བའི་བྱིས་ཆང་ཞིག་གི་མགོན་པོ་ཡིན། ཁོ་ཚོ་ཆང་མ་བཅི་
བཀུར་ཆེ་ཞིང་། སྤྱི་བ་འཕེལ་བ་ཞིག་རེད། ཁང་པའི་བཟོ་བཀོད་བརྒྱུད་རམ་ཆེ་བ་དང་། རྩོམ་མི་ཚོའི་དགོས་མཐོ་
སྤྱབ་པའི་ཞབས་ཕྱི་བའང་མང་པོ་འདུག རྒྱ་ནུབ་ནི་བདེ་སྤྱོད་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་ཤིག་ཡིན་པའི་བདེན་དཔང་པལ་
ཆོར་འདིར་འདུག་ཉམ་བྱུང་། དེ་ཡང་རྩོམ་གྱི་སྤྱི་བདག་ཆོ་ལ་སྤྱོད་ཅིང་སྤྱོད་པའི་ཉམས་ཤིག་གསལ་པོར་འདུག
འོན་ཀྱང་། ལུས་ཁང་དུ་སྤྱོད་ཀྱི་ཕྱིས་ཡོད་པའི་འཆའ་སྐམ་ཞིག་གི་ནང་གཉིད་སྤྱོད་དང་། རྒྱུ་སྤྱོད་རིམ་པས་
བསྐྱེགས་ཡོད་པ་རྩོམ་གྱིས་མཐོང་སྐབས། གང་དང་གང་ནའང་ཕྱི་རིམ་པ་དང་། རྩོམ་གི་དངོས་ཡོད་བར་ལ་
སྤོང་ཆ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་པའི་དུན་སྐུལ་དབང་མེད་དུ་བྱས་སོང་།

འབྱོར་ལྷན་ཅན་ལ་སེམས་ཁམས་དང་སྤྱོད་ཆོར་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཆེ་བའི་གནས་སྤངས་འདི་ནི། རྒྱབ་སྤྱགས་
ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་པལ་ཆེ་བའི་ནང་དཀའ་རྟོག་ཅིག་ཆགས་ཡོད། དཀའ་རྟོག་འདི་ནི་བྱུང་གང་ལ་ཆེ་བས་རྒྱབ་སྤྱགས་ཀྱི་
རིག་གཞུང་དུ་སྤྱག་བསྐྱེད་དེའི་རིགས་ལ་མི་རྣམས་གོམས་འདྲིས་བྱེད་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་བྱེད་བྱུག་པ་ཞིག་མེད་དམ་སྤྱོད་
པའི་ཆོར་བ་ཞིག་ང་ཚོར་ཉེར་ཡང་། རྩོམ་གྱི་ཉ་ཚུལ་ལ། རྒྱ་རྒྱུན་བྱེད་བྱུག་པ་གཅིག་ཅམ་མ་ཡིན་པར་མང་པོ་ཞིག་
ཡོད་པས་རེད། ཕྱི་དངོས་པོའི་ཡར་རྒྱས་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་དེ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་གསལ་པོ་ཡིན་པར་མ་ཟད། ང་
ཚོས་དེར་གོ་སྤྱི་ཚོགས་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན་ལ་འཁྱུར་བཞིན་པ་འདིའང་རྒྱ་རྒྱུན་ཞིག་ཏུ་རྩོམ་འཛིན་བྱེད་
ཆོག་འདི་འདྲའི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་མཆོན་ན། མི་མང་པོ་ཕན་ཚུན་བར་ཐག་ཉེ་བའི་ཁོར་ཡུག་ཅིག་གི་ནང་འཆོ་སྤྱོད་
བྱེད་པ་དང་། རོགས་རམ་གྱི་སྤྱགས་ནས་གཞན་ལ་བརྟེན་དགོས་བྱུང་ཆོ། མི་ཚང་མས་གང་སྤྱབ་གྱིས་འཕྲུལ་ཆས་
དང་གཞན་གྱི་ཞབས་བྱ་བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ཐོན་དུས་བྱིས་ཆང་ཞིག་གིས་གཡུལ་བཅག་གི་སྐབས་སུ་རང་

ཉིད་ཀྱི་ཉེ་འབྲེལ་རྣམས་འཁོད་ཀྱང་། དེང་སང་བྱིས་ཚང་དེས་སྟབས་བདེ་བོར་སྤྱོད་བཞིན་པ་ལ་ཁ་པར་གཏོང་རྒྱ་
འདི་རེད།

དེང་དུས་ཀྱི་འཚོ་བ་ལ་ཆེས་བཀོད་སྒྲིག་ཕྱན་ཞིང་། གཞན་ལ་ཐད་ཀར་བརྟེན་དགོས་པ་ཏེ་ཅང་ཉུང་།
གཞན་ལ་བརྟེན་མི་དགོས་པའི་དོན་དུ་ཁང་པ་དང་། རྒྱུ་མེད་འཁོར་། སྒྲིག་སྒྲུབ་སྒྲིག་སྒྲུབ་བཅས་ཀྱི་ཕྱི་རྒྱུ་ལ་
བརྟེན་ཚད་ལ་མི་ཚང་མར་ཡོད་པའི་སྤྱི་བྱ་བ་ཀྱི་དམིགས་ལྟ་ལ་ཞིག་ཆགས་འདུག འདི་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་རྒྱ་
མཚན་ཕྱན་པ་ཞིག་རེད། ཚན་རིག་དང་འཕྲུལ་ལས་ཀྱི་ཡར་རྒྱས་ལས་བྱུང་བའི་རང་དབང་འདི་ཚོར་དགོས་མཚན་
ཆེ་བ་དང་། དེང་སང་ལྟ་བུ་གཞན་ལ་བརྟེན་མི་དགོས་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ནང་དུ་བྱུང་ཆུང་མེད་
ཅུང་། ཡར་རྒྱས་འདི་ཚོ་དང་ཕྱན་དུ་རང་གི་འབྲུང་འཁྱར་ནི་ལས་ཀྱི་འཕྲུང་ལས་ཀྱི་སྤྱོད་མཁན་ལ་ཐུག་ཡོད་པ་
ལས་བྱིས་མཚོས་ལ་བརྟེན་མི་དགོས་པའི་འདུ་ཤེས་ཤིག་འབྱུང་ཞིང་། མི་གཞན་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་བདེ་བ་ལ་གལ་
ཆེན་ཞིག་ཆགས་མེད་སྟབས། གཞན་གྱི་བདེ་བ་དེ་ཡང་རང་ལ་གལ་ཆེན་མིན་ཟེར་བའི་ལྟ་ཚུལ་ཞིག་འདུ་ཤེས་
དེར་བརྟེན་ནས་འབྱུང་གི་ཡོད།

ངོས་ཀྱི་ལྟ་ཚུལ་ལ། ང་ཚོས་ཕན་ཚུན་ལ་གཞི་རྒྱུ་བྱེད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་གསར་
གཏོད་བྱས་འདུག ཚོ་ཁག་ཞིག་ཏུ་གཏོགས་པའི་འདུ་ཤེས་ནི། ཞིང་གྲོང་དང་འབྲོར་མེད་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱོད་བ་
འཕེལ་བའི་ཁྱད་ཆོས་ཤིག་ཡིན་ནའང་། གྲོང་ཁྱེར་རང་བཞིན་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ཁོར་རྒྱུད་དང་ཆ་མེད་རྒྱས་མེད་
ཀྱི་ཚོར་བ་ཤུགས་དྲག་པོ་ཞིག་གིས་ཁེངས་ཡོད། འགྲོ་བ་མི་ས་ཡ་མང་པོ་ཕན་ཚུན་ཐག་ཉེ་བོར་འཚོ་སྡོད་བྱེད་ཀྱི་
ཡོད་ཅུང་། མི་མང་པོ་དང་ལྷག་ཏུ་གན་པ་ཚོར་ཁ་བརྟེན་མེད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ལྟ་ཚུལ་གཞན་མེད། ངོས་ཀྱིས་དེང་གི་
བཟོ་ལས་སྤྱི་ཚོགས་ནི་རང་དབང་གི་འཕྲུལ་ལས་ལྟ་བུ་མཐོང་བ་དང་། གང་ཟག་སྒྲིལ་སོ་སོ་ནི་འཕྲུལ་ལས་
དེའི་ཆ་ཤས་ཕྱ་མོ་ཅན་ཡིན་ཞིང་། འཕྲུལ་ལས་འདི་འགྲུལ་སྤྱོད་བྱེད་སྐབས། མི་ཚོས་དེར་བརྟེན་པ་ལས་ཐབས་
གཞན་མེད་པར་ཐུར་ཡོད།

འདི་དག་ཐམས་ཅད་དེང་གི་དཔལ་འབྲོར་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ཁྱད་སྒྲིག་གིས་ཆབས་ཆེ་ཅུ་གཏོང་བ་དང་།
འགྲན་སེམས་དང་ཕྲག་དོག་སྒྲིག་དེར་བརྟེན་ནས་ཤུགས་ཆེ་ཅུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། ད་དུང་ཕྱི་རྒྱུ་རྣམས་པ་གལ་ཆེན་
དུ་འཛིན་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ལྟ་ཚུལ་ཞིག་ཀྱང་དེ་དང་ཕྱན་དུ་དར་བ་དང་། འདི་ཡང་རྟོག་དྲ་དང་དངངས་འཚབ།
སྤྱོད་ཀྱི་དྲ་སྒྲིག་ཀྱི་འབྱུང་རྒྱུ་གཙོ་བོ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དེ་ལྟར་འདུག རྒྱུ་ཕྱོགས་སུ་བྱུང་གི་དྲ་སྒྲིག་ཀྱི་
སེམས་ཁམས་དང་ཆུང་ཚོར་གྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་འདིས་རིག་གཞུང་ཞིག་གི་ཞན་ཆ་ལས། གཞི་རྒྱུ་འགྲོ་བ་མིའི་རང་
གཤིས་ཤིག་མཚོན་ཞིང་། ནང་སེམས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་འདིའི་རིགས་རྒྱུ་ཕྱོགས་མ་ཡིན་པའི་ས་ཆ་གཞན་དུ་འདྲ་
ཡོད་པ་གསལ་བོ་རེད། ཞེ་ཤ་ཡའི་སྤྱོད་ཤར་ས་ཁུལ་འགྲུལ་ཤར་སུ་ཕྱི་རྒྱུ་དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་སོང་བ་དང་། སྤྱོད་རྒྱུན་
ཀྱི་ལྟ་བུའི་ཤར་སྤྱོད་ཉམས་ཏེ། རྒྱུ་ཕྱོགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་འཕྲད་པའི་ནང་སེམས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་དང་ཆ་འདྲ་
བའི་སྤྱང་ཚུལ་ཞིག་འབྱུང་གི་ཡོད། འདིས་བརྟེན་དོན་ནི་འགྲོ་བ་མི་ཚང་མར་རྒྱ་དེ་ཡོད་པ་དང་། ལུས་པོའི་ན་ཆ་
ཞིག་གིས་རང་གི་ཁོར་ལུག་མཚོན་པ་ཇི་བཞིན། སེམས་ཁམས་དང་ཆུང་ཚོར་གྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཡང་གནས་སྟངས་
དེས་ཅན་ཞིག་གི་རྒྱུ་ཕྱོངས་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་གི་ཡོད་པ་འདི་རེད། ཡར་རྒྱས་མ་སོང་བའང་འཛིན་སྤྱོད་
གསུམ་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་ཏུ་ཁོར་ལུག་ལ་གཙང་སྤྱོད་མེད་པས་དེ་འབྲེལ་གྱི་ནད་རིགས་མང་ལ། དེ་ལས་སྤྱོད་སྤྱོད་
བཟོ་ལས་ཀྱིས་ཐུབ་པའི་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དེ་འབྲེལ་གྱི་ནད་རིགས་མངོན་དུ་ཐུར་ཏེ། རྒྱ་སྤྱོད་ལས་

བྱུང་བའི་ནད་རིགས་ལས་སེམས་ངལ་དང་འབྲེལ་བའི་ན་ཚ་མང་པོ་ཡོད། འདིའི་ཤུགས་བརྟན་ནི། ཕྱི་དངོས་
པོ་ཡར་རྒྱས་ལ་དོ་སྣང་ཚད་ལས་བརྒལ་བ་བྱེད་པ་འདི་དང་། དེང་གི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་མངོན་གསལ་ཡིན་པའི་ཡིད་
མ་ཚིམས་པ་དང་། མ་སྦྱིད་པ། དངངས་སྐྱག་ལྟ་བུའི་སེམས་ཀྱི་སྤྱག་བཟུལ་བར་ལ་འབྲེལ་བ་ཞིག་ཡོད་པའི་ལྟ་
ཚུལ་ལ་གནས་ལུགས་ལྡན་པ་དེ་ཡིན།

གོང་གི་དབྱུང་གཏམ་འདི་ནི་ཡི་མུག་པ་ཞིག་ཡིན་ཅུང་། ང་ཚོས་སོ་སོའི་དཀའ་ངལ་གྱི་ངོ་བོ་དང་རྒྱ་ཆེ་
རྒྱང་སོགས་ངོས་མ་ཟིན་ན། དེ་དག་ལས་རྒྱལ་ཐབས་ཤིག་རྟེན་དཀའ་བ་ཡིན།

དེང་གི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ངོས་ནས་བྱི་དངོས་པོའི་ཡར་རྒྱས་ལ་མཐོང་ཆེན་བྱེད་པའི་རྒྱ་མཚན་གཙོ་བོ་ནི།
ཚན་རིག་དང་འཕུལ་ལས་ཀྱི་དར་རྒྱས་ཡིན་ཞིང་། གནས་སྐབས་ཀྱི་བདེ་བ་འཕུལ་དུ་སྐྱེན་སྐྱབ་པ་ནི་ཚན་རིག་
དང་འཕུལ་ལས་ལྟ་བུའི་འགོ་བ་མའི་ལས་དོན་གྱི་ཁྱད་ཚེས་ངོ་མཚར་བ་ཞིག་རེད། ལས་དོན་དེ་ཆོ་ནི་གསོལ་བ་
སློན་ལམ་དང་མི་འདྲ་ཞིང་། གལ་ཏེ་གསོལ་བ་སློན་ལམ་གྱིས་པན་ནའང་། དེའི་འབྲས་བྱ་ཐད་ཀར་མཐོང་མི་
སྐྱབ་པས། ཚན་རིག་དང་འཕུལ་ལས་ཀྱི་འབྲས་བྱས་རང་བཞིན་གྱིས་ང་ཚོར་ངོ་མཚར་དུ་འཇུག་གི་ཡོད། ལྷག་པོ་
མ་ལགས་པར་འདི་འདྲའི་མཐོང་ཆེན་གྱི་ཤུགས་སྐྱེན་འོག་ནས་ང་ཚོས་བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་འབྲུང་ཁུངས་གཙོ་བོ་ནི། རྒྱ་
ནོར་དང་། ཤེས་ཡོན་ལས་ཐོབ་པའི་དབང་ཤུགས་གཉིས་ཡིན་པར་སེམས་ཀྱི་ཡོད། བསམ་སྒྲོ་ཞིབ་མོ་ཞིག་བཏང་
ན། རྒྱ་ནོར་གྱིས་རང་ངོས་ནས་བདེ་སྦྱིད་སྐྱེན་སྐྱབ་མི་སྐྱབ་པ་མི་ཚང་མས་གསལ་པོར་རྟོགས་སྐྱབ་ཀྱང་། ཤེས་ཡོན་
ལས་ཐོབ་པའི་དབང་ཤུགས་གྱིས་རང་ངོས་ནས་བདེ་སྦྱིད་སྐྱེན་སྐྱབ་མི་སྐྱབ་པ་དེ་འདྲའི་རྟོགས་སྐྱབ་པོ་ཞིག་མིན། སྒྲོ་
སྦྱང་ལས་བྱུང་ཞིང་། ཕྱི་རྒྱུན་ལ་སྒྲོས་མི་དགོས་པའི་ཡིད་ཀྱི་བདེ་བ་ཤེས་ཡོན་གྱིས་སྐྱེན་སྐྱབ་མི་སྐྱབ། ཕྱི་རྒྱུང་ཚུལ་
གྱི་ཐད་ནས་ཤེས་རྟོགས་ཞིབ་ཚགས་པོ་ཡོད་པ་ནི། ལྷག་པོ་ཆེན་གྱི་སྐྱབ་འབྲས་ཤིག་ཡིན་ཡང་། ཤེས་རྟོགས་འཚོལ་
སྟེག་གི་ནང་དུ་གཞི་གཅིག་བྱེ་བྲག་དུ་བཀར་ཏེ། འཚོལ་ཞིབ་ཀྱི་དམིགས་གཏད་དོག་དུ་འགོ་བ་ནི། བདེ་སྦྱིད་
བསྐྱེད་པར་པན་པ་ལས་གཞི་དཔའི་ཉེན་ཁ་ཆེ་ལ། དེ་འདྲའི་འཚོལ་ཞིབ་ཀྱི་ཤུགས་སྐྱེན་འོག་ང་ཚོ་ནི་འགོ་བ་མའི་
མྱོང་བའི་དངོས་ཡོད་གནས་ལུགས་ལས་རིང་དུ་གྱུས་པ་དང་། ལྷག་དུ་གཞན་ལ་བརྟེན་དགོས་པའི་ང་ཚོའི་འཚོ་
བའི་དངོས་ཡོད་གནས་ལུགས་འདི་སྣང་མེད་དུ་གཏོང་ཉེན་ཆེ།

ཚན་རིག་གི་སྐྱབ་འབྲས་ལ་བརྟེན་པ་མང་དུགས་ན་གཞི་དཔའི་སྐྱེན་ཅི་ཞིག་འབྱུང་བ་ང་ཚོས་ངོས་འཛིན་
དགོས་པའང་གལ་ཆེན་ཡིན། དཔེར་ན། ཚོས་ལུགས་ཀྱི་ཤན་སྟོབས་ཉམས་པ་དང་། ཉན་རེའི་འཚོ་བའི་ནད་དུ་
ང་ཚོས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྦྱོང་ལམ་ཇི་ལྟར་བཀོད་འདོམས་བྱེད་དགོས་པའི་དཀའ་ངལ་དང་འབྲེལ་ནས་མགོ་རྟོག་མང་
པོ་འབྱུང་བཞིན་ཡོད། རྩ་མའི་དུས་སུ་ཚོས་ལུགས་དང་སྒྲུང་དོར་གྱི་རྣམ་གཞག་གི་བར་ལ་འབྲེལ་བ་དམ་པོ་
མཆིས་ཤིང་། དེང་དུས་མི་མང་པོ་ཞིག་གིས་ཚན་རིག་གིས་ཚོས་ལུགས་སུ་སྦྱང་ཡོད་པའི་ཡིད་ཆེས་བྱེད་པར་མ་
ཟད། ཚོས་ལུགས་ཀྱི་དབང་ཚད་ལ་མཐའ་མའི་བདེན་དབང་མེད་སྟབས། སྒྲུང་དོར་ནི་གང་ཟག་སྒྲེར་སོ་སོའི་
གདམ་ཀའི་གནད་དོན་ཞིག་དུ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། སྒྲོན་མར་ལྟ་སྐྱབ་སྐྱབ་པ་དང་། ཚན་རིག་པ་ཚོས་འགྱུར་
བ་མེད་པའི་ཚོས་ཉིད་དང་སྟོས་མེད་ཀྱི་བདེན་པ་གཏན་ལ་འབབས་པར་སྐྱང་གཞི་བརྟན་པོ་དགོས་པ་ཆེས་གལ་
ཆེན་དུ་བརྟེན་ཡོད་ནའང་། དེང་དུས་འཚོལ་ཞིབ་དེའི་རིགས་ནི་འབྲས་མེད་དུ་མཐོང་གི་ཡོད། དེར་བརྟེན་ང་ཚོ་
ཅད་དེ་སྟོན་སྟོན་སུ་སོང་ནས་མཐའ་གཞན་དུ་སྦྱང་བཞིན་པ་དང་། མཐའ་དེར་མཐར་གཏུགས་ན་ཅི་ཡང་སྐྱབ་

མེད་ཅིང་། ཐ་ན་དངོས་ཡོད་གནས་ལུགས་དེ་ཉིད་ཀྱང་ཐེ་ཚོམ་གྱི་གནས་ཤིག་ཆགས་ཡོད། འཕེལ་སྤྱོད་འདིས་
ཅི་ཡིན་ཆ་མ་འཆོལ་བའི་བྱེད་རྒྱུ་བསྐྱེད་རྒྱ་ཡོད།

ངོས་ཀྱིས་འདི་ལྟར་བཤད་དོན་ཡང་ཆོན་རིག་གི་ལས་དོན་ལ་སྒྲིན་བརྒྱུད་བྱེད་པ་མིན་ཞིང་། ངོས་རང་
ཆོན་རིག་པ་དང་འབྲུད་ནས་མང་པོ་ཞིག་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་། ཐ་ན་ཆོན་རིག་པ་ཆོའི་ལྷ་ཚུལ་ནི་མཐའ་གཅིག་ཏུ་
སྤྱང་བའི་དངོས་གཞི་དེ་ལུགས་ཡིན་ཅུང་། ངོས་ཀྱིས་ཁོ་ཆོད་ལྟར་དུ་བཤོ་སྤྱོད་མི་བྱེད་པའི་རྒྱ་མཚན་མཐོང་
གི་མེད། ད་དུང་ངོས་ཀྱིས་བྱན་ཆོད་ནས་བཟུང་ཆོན་རིག་གི་ཡོན་ཏན་གྱིས་རང་གི་ཡིད་དབང་འཕྲོག་ཡོད། ལོ་ན་
ཅུང་དུས་ཏུ་ལའི་སྐྱ་མ་སྒྱུ་ཐོང་རིམ་བྱོན་གྱི་དབྱར་དུས་བཞུགས་སའི་པོ་བྱང་ལོ་རྒྱུད་ཀའི་མཛོད་ཁང་ནང་
ནས་སྒྲིག་བརྒྱན་སྟོན་བྱེད་རྒྱུ་དེ་ཞིག་རང་གི་ལག་ཏུ་སོན་སྐབས། ངོས་ཀྱིས་རང་གི་ཆོས་དང་རིག་གནས་གྱི་
སྒོ་བསྐྱེད་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་པ་ལས། དེའི་འབྲུལ་ཆས་མ་ལག་ལ་ཞིབ་ལྟ་བྱེད་པར་དང་བ་ཆེན་པོ་བྱས་པ་ཐེངས་
གཅིག་ཙམ་མིན། འོན་ཀྱང་། ངོས་ཀྱིས་ང་ཆོས་ཆོན་རིག་གི་ཆོད་བཀག་རྣམས་མ་མཐོང་བའི་ཉེན་ཁ་ཆེན་པོ་
ཡོད་པ་དེའི་སྤྱོད་ལ་སེམས་ཁུར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། མི་མང་གི་བསམ་སྒྲིའི་ནང་། ཆོས་ལུགས་ལས་ཆོན་རིག་ནི་ཤེས་
རྟོགས་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་མཐར་ཐུག་དེ་ཡིན་ཞིང་། འདི་ལྟར་ཆོན་རིག་ཀྱང་ཆོས་ལུགས་ཤིག་གི་ངོ་བོ་ཅུ་གྲུབ་འགོ་
ཚུགས་ཡོད། འདིར་ཉེན་ཁ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི། ཆོན་རིག་ལ་དད་པ་བྱེད་མཁན་ཆོས་དེའི་རྩ་དོན་ཁག་ལ་སྤྲོད་ས་
དད་བྱས་ནས་ལྷ་ཚུལ་གཞན་ལ་བརྩེ་འཛིག་བྱེད་མི་ཐུབ་པ་དེ་ཡིན། ངོ་མཆར་བའི་ཆོན་རིག་གི་ཐུབ་འབྲས་ལ་
གཞིགས་ན། ཆོན་རིག་གིས་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་གོ་གནས་འཕྲོག་པ་ལ་ཏ་ལས་མི་དགོས་ཤིང་། ཟླ་བའི་སྤྱིང་དུ་འཕུར་
ཐུབ་པའི་རྣམ་སྟོབས་ལ་ངོ་མཆར་མི་སྦྱེ་མཁན་སུ་ཞིག་ཡོད།

འོན་ཏེ་གནད་དོན་ཞིག་ལྷག་ཡོད་པ་ནི། དཔེར་ན། ང་ཆོད་ངོས་ཁམས་ཆོན་རིག་པ་ཞིག་གི་གམ་དུ་སོང་
སྟེ། ང་ལ་སྤང་དོར་གྱི་དཀའ་རྒྱུ་ཅིག་འདུག ངས་ཅི་ཞིག་བྱེད་ན་ལེགས་སམ་ཞེས་དྲིས་ན། ཆོན་རིག་པ་ཁོའམ་
ཁོ་མས་མགོ་གཡུགས་ནས་ལན་དེ་གཞན་ཞིག་ལ་འཆོལ་དུ་འགྲོ་དགོས་པའི་བསམ་འཆར་འདོན་པར་གདོན་མི་ཟ།
སྤྱིར་བརྒྱུད་ན། གནས་སྤངས་འདི་འདྲའི་ནང་དུ་ཆོན་རིག་པ་དང་བྲིམས་རྩོད་པ་གཉིས་ལ་བྱུང་པར་མེད་ལ།
ཆོན་རིག་དང་བྲིམས་ལུགས་ཀྱིས་འབྱུང་བྱེད་པའི་ང་ཆོའི་སྤྱིད་པའི་མཁུག་འབྲས་སྟོན་དཔག་གི་ཚུལ་དུ་བཤད་
ཐུབ་ཀྱང་། སྤང་དོར་གྱི་དཀའ་རྒྱུ་ཅིག་ལ་འབྲུད་སྐབས་ང་ཆོས་ཅི་ཞིག་བྱས་ན་ལེགས་མིན་དེ་གཉིས་ཀས་
བརྒྱུད་མི་ཐུབ། ད་དུང་ཆོན་རིག་གི་འཆོལ་ཞིབ་ཀྱི་ཆོད་བཀག་དེ་ཡང་ང་ཆོས་ངོས་འཛིན་བྱེད་དགོས། དཔེར་ན།
འགྲོ་བ་མིས་ལོ་སྟོང་ཐུག་མང་པོའི་རིང་ལ་ཤེས་པ་སྤྱོད་ཡོད་པ་དང་། ཤེས་པ་ནི་འགྲོ་བ་མིའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཐོག་
མཐའ་བར་གསུམ་དུ་བརྟག་དབྱེད་ཀྱི་ཡུལ་ཞིག་ཡིན་ཅུང་། ཆོན་རིག་པས་འབད་བརྩོན་རིམ་བྱས་ཀྱང་། ད་
དུང་ཤེས་པ་ནི་དོན་དངོས་སུ་ཅི་ཞིག་ཡིན་པ་ཁོ་ཆོས་རྟོགས་མེད་པར་མ་ཟད། རྒྱ་མཚན་ཅིའི་ཕྱིར་ཤེས་པ་ཡོད་
དགོས་པ་དང་། ཤེས་པས་སྟོལ་བ་ཐེ་ལྟར་བྱེད་པ། ཤེས་པའི་རང་བཞིན་ཅི་ཞིག་ཡིན་པ་སོགས་ད་དུང་རྟོགས་
ཐུབ་མེད། ཆོན་རིག་གིས་ཤེས་པའི་ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་དང་། དེའི་འབྲས་བུ་ཅི་ཞིག་ཡིན་མིན་སོགས་ཀྱང་བཤད་མི་
ཐུབ། ཤེས་པ་ནི་ཁ་དོག་དང་། རྩམས། གཟུགས་སོགས་མེད་པའི་སྤང་ཚུལ་གྱི་རིགས་སུ་གཏོགས་ན་འདྲ་། ཡུལ་གྱི་
བརྟག་ཐབས་ལ་མི་འབྱུག་པའི་སྤང་ཚུལ་ཞིག་ཡིན། འོན་ཀྱང་། སྤང་ཚུལ་འདིའི་རིགས་ནི་ཆོན་རིག་གིས་མ་རྟོག་
པ་ལས་མེད་པ་ཞིག་མིན།

འོ་ན་ཚན་རིག་གི་འཛུལ་ཞིབ་ལ་ཕམ་ཉེས་བྱུང་བས་ང་ཚོས་དེ་མཚམས་འཇོག་བྱེད་དགོས་སམ་ཞེ་ན་དེ་
མིན་ཞིང་། ངོས་ཀྱིས་བྱི་དངོས་པོའི་ཡར་རྒྱས་ནི་ཚང་མའི་ཆེད་ལ་དམིགས་ཡུལ་དུ་འཛིན་པའང་སྒྲུབ་མི་བྱུང་བ་
ཞིག་ཡིན་ཚུལ་རྫོང་གི་མེད། ང་ཚོ་འགོ་བ་མའི་ངོ་བོའི་ཆ་ནས་ལུས་དང་དངོས་ཁམས་ཀྱི་སྤྱོད་བས་འཚོ་བའི་ནང་
དུ་ཆ་ཤས་གལ་ཆེན་ཞིག་བཟུང་ཡོད། འཕུལ་ལས་དང་ཚན་རིག་གི་བྱུང་འབྱས་ཀྱིས་བདེ་ཞིང་སྤྱིད་པའི་འཚོ་
གནས་ཤིག་འདྲོད་པའི་ང་ཚོའི་རེ་བ་མཚན་ཞིང་། འདི་ནི་ཉ་ཅང་ལེགས་པ་དང་། དེང་གི་གསེབ་རིག་པའི་
མཐུན་སྦྱོད་ལ་དགའ་བསུ་མི་བྱེད་མཁན་ཞིག་ཡོད་མི་སྲིད།

དེ་དང་ཆབས་ཅིག་ངོས་ཀྱི་ལྷ་ཚུལ་ལ། སྤྱོད་ཁྱེད་ཀྱི་མི་ཚོར་སྣང་ན་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་མེ་ཁག་དུ་ཡོད་པའི་
མི་ཚོས་བདེ་ཞིང་སྤྱིད་པའི་འཚོ་བ་སྒྲུབ་ཀྱི་འདུག དཔེར་ན། རྒྱ་གར་བྱང་ཕྱོགས་ཀྱི་སི་ཤི་ཏི་ས་ཁུལ་དུ་བྱིས་མི་ཚོ་
བྱི་ལ་འགོ་སྐབས། སྒོ་ལ་སྒོ་ལྷགས་མི་རྒྱག་པའི་ལྷགས་སྤྱོད་ཞིག་ཡོད། གལ་ཏེ་འབྲུལ་བ་ཞིག་བྱིས་ཚང་དེར་འབྱོར་
བ་ཡིན་ན། ནང་དུ་འཇུག་ནས་བཟུང་བུང་ལ་རོལ་བཞིན་བྱིས་མི་ཚོར་སྒྲུག་ཚག་གནའ་དུས་བོད་དུའང་འདི་
ལྟར་ཡིན། འོན་ཀྱང་། ངོས་ཀྱིས་ས་གནས་འདི་ལྷ་བྱ་བ་བྱིས་མས་འགལ་གྱི་བྱ་བ་མེད་ཚུལ་བརྗོད་ཀྱི་མེད་པ་དང་།
བོད་བཅན་བཟུང་མ་བྱས་པའི་ཡར་སྤོན་ལ་མཚན་ན། བྱིས་མས་འགལ་གྱི་བྱ་བ་སྐབས་རེར་འབྱུང་གི་ཡོད། འོན་
ཀྱང་། དེ་ལྟར་བྱུང་བ་ཡིན་ན་མི་ཚོ་ཉ་ལས་ནས་སྤྱིན་མ་ཡར་འདེགས་ཤིང་། རྒྱན་ལྷན་གྱི་བྱུང་བ་ཞིག་དུ་མཐོང་
གི་མེད། དེ་ལས་ཐོག་སྒྲེ། དེང་གི་སྤྱོད་ཁྱེད་ཁག་ཅིག་དུ་མི་གསོད་ཁྲག་སྦྱར་མ་བྱུང་བའི་ཉེན་གཅིག་ཡིན་ཡང་།
བསྐྱུགས་པར་འོས་པའི་བྱུང་བ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། སྤྱི་ཚོགས་ནི་སྤྱོད་ཁྱེད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན་ལ་འབྱུར་བ་དང་།
མཐུན་འབྲེལ་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་ཉམས་འགོ།

འོན་ཀྱང་། ང་ཚོས་གནའ་བོའི་འཚོ་བའི་གོམས་སྤྱོད་ལ་བསྟོད་བསྐྱུགས་བྱེད་པ་མང་དུགས་ནའང་མི་
འགྲིག་པ་དང་། ཡར་རྒྱས་མ་སོང་བའི་ཞིང་སྤྱོད་དུ་མཐུན་འབྲེལ་ཆད་མཐོ་བོ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི། དགོས་མཐོའི་
དབང་གིས་ཡིན་པ་ལས་གཞན་སེམས་ཀྱིས་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་པ་ཞིག་མིན། ཞིང་སྤྱོད་གི་མི་ཚོས་མཐུན་འབྲེལ་ནི་
དཀའ་ཕྱག་ཚབས་ཆེན་ལས་རྒྱལ་ཐབས་ཤིག་ཡིན་པའི་ངོས་འཛིན་བྱས་ཤིང་། ཚོག་ཤེས་ཀྱང་གཙོ་བོར་སྤྱོད་ས་
པའི་དབང་གིས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་པ་གོར་མ་ཆག་ ཞིང་སྤྱོད་གི་མི་ཚོས་འཚོ་བའི་ལྷགས་སྤྱོད་གཞན་ཞིག་ཤེས་
ཡོད་ན། དེར་སྤྱོད་ལེན་བྱས་ཡོད་ངེས་རེད། དེ་བས་ན་ང་ཚོས་བྱེད་དགོས་པ་ནི། སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཚོའི་ནང་དུ་
ཡོད་པའི་མཐུན་འབྲེལ་དང་ཚོག་ཤེས་ཆད་མཐོ་བོ་དེ། སྤྱོད་ལོ་གསར་པའི་བྱི་དངོས་པོའི་ལོངས་སྤྱོད་དང་ཟུང་དུ་
སྤྱོད་པའི་འཚོ་བའི་ལྷགས་སྤྱོད་ཞིག་འཚོལ་རྒྱ་འདི་ཡིན། དེ་མིན་ངོས་ཀྱིས་ཞིང་སྤྱོད་གི་མི་ཚོས་སོ་སོའི་འཚོ་བའི་
མཐུན་རྐྱེན་ཡར་རྒྱས་སུ་མ་གཏོང་ཞེས་སྒྲུལ་མ་གཏོང་བཞིན་པ་ལྟར་སྤྱང་གི་རེད། དཔེར་ན། བོད་ཀྱི་འབྲོག་པ་
ཕལ་ཆེ་བ་ནི་ལུས་པོའི་དྲོད་འཛིན་པའི་ཁྱོན་ཆས་གསར་པ་དང་། ཁ་བཟས་གཡོ་སྒོལ་གྱི་སོལ་རྒྱངས། དེང་དུས་ཀྱི་
གསོ་རིག་ ཡར་མར་བྱེད་བའི་བརྟན་འཕྲིན་སོགས་ལ་དགའ་མཁན་གྱི་སྤྱོད་ཡིན་ངེས་ཤིང་། ཁོ་ཚོའི་འདྲོད་
པ་འབྲུབ་པར་ངོས་ཀྱིས་བཀག་འགོག་བྱེད་འདྲོད་མེད།

དེང་དུས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་དང་། དེའི་བཟང་ཆ་དང་ངན་ཆ་ཆང་མ་རྒྱ་རྒྱུན་འདུས་ཚོགས་ཀྱི་རྒྱབ་སྐྱོངས་
ཆེན་པོ་ཞིག་གི་ངོས་ནས་བྱུང་ཡོད། བྱི་དངོས་པོའི་ཡར་རྒྱས་དོར་བ་ཅམ་གྱིས་ང་ཚོ་སེམས་ཀྱི་དཀའ་ཕྱག་གི་རྟོག་
བྱ་ལས་རྒྱལ་ངེས་ཡིན་པར་སེམས་པ་ནི་ལྷགས་རྒྱང་མ་རྟོགས་པར། རྟོག་བྱ་དེ་ཚོའི་གཞི་རྒྱུ་རྒྱུན་རྒྱུས་སྤྱང་།

མེད་དུ་བཏང་བ་ཞིག་ཡིན། དེང་དུས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་རེ་བའི་ཡུལ་དུ་གྱུར་བའི་བྱང་ཚས་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་
པའང་ང་ཚོའི་མཐོང་ཚས་ཡིན།

ཡར་རྒྱས་ཕྱིན་ཟེན་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་དུ་མི་གངས་མེད་པ་ཞིག་གིས་གཞན་གྱི་དོན་དུ་དཀའ་སྤྱད་བྱེད་
གྱི་ཡོད། ང་ཚོ་བོད་པ་སྐབས་བཅོལ་བ་ཚོ་ལའང་སྤྱི་ཇེ་སྤྱིས་ནས་རྟོགས་རམ་ཚད་མེད་བྱས་ཡོད་པ་དང་།
རྟོགས་རམ་བྱེད་མཁན་ཚོར་མཚན་ནའང་། དཔལ་འབྱོར་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱིས་ཉ་ཅང་ལྷག་པ་དེ་འདྲ་མིན། དཔེར་ན།
རྒྱ་གར་བའི་དགེ་ཆན་ཚོས་སོ་སོའི་བྱིས་དང་ཁ་བཤམ་ཏེ། དཀའ་ངལ་བྱང་དུ་གསོད་བཞིན་ང་ཚོའི་སྤྱ་གྲུ་ཚོར་ཉ་
སྤྱོད་རྒྱ་ཆེན་གནད་ཡོད། ད་དུང་ང་ཚོས་རྒྱ་ཆེ་ས་ནས་འཛམ་གང་སར་འགྲོ་བ་མའི་གཞི་རྩའི་ཐོབ་ཐང་ལ་
བརྩེ་འཛིག་བྱེད་པ་གོང་འཕེལ་དུ་འགྲོ་བཞིན་པ་དེར་ཡང་བསམ་སྒོ་གཏོང་ཆོག ངོས་ཀྱི་མཐོང་སྤང་ལ། དེས་
ཡར་རྒྱས་ལེགས་པོ་ཞིག་མཚན་གྱི་ཡོད། རང་བྱུང་གི་ཆག་སྒོ་ཞིག་བྱུང་ན། དེ་མ་ཐག་དུ་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཚོགས་སྡེ་ཁག་
ནས་རྟོགས་སྤྱོད་བྱེད་པའང་ད་ལྟའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་བྱང་ཚས་ཡིད་སྤོན་འཆར་ས་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། རང་བྱུང་ཁམས་
ལ་གཞི་དང་འཆོ་བྱས་ཆོ། མཚུག་འབྲས་ཆབས་ཆེན་འབྱུང་བའི་ངོས་འཛིན་དར་བྱབ་དུ་འགྲོ་བཞིན་པའང་རེ་བའི་
ཡུལ་ཞིག་རེད། ད་དུང་མི་ཚོས་གཙོ་བོར་དེང་དུས་ཀྱི་བརྒྱུ་འཕྲོད་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱ་མང་གི་རང་བཞིན་ལ་མཐོང་
སྤྱོད་གྱི་ཡོད། འཛམ་གང་སར་སྤྱོད་གསོ་དང་ཡི་གེ་འབྲི་སྒྲིག་གི་ཚད་གཞི་སྤྱི་ཡོངས་ནས་ཚད་མཐོ་ཞིང་།
དགེ་མཚན་ཆེ་བའི་ཡར་རྒྱས་འདི་ཉ་བྱ་ནི། ངོས་ཀྱིས་ང་ཚོ་འགྲོ་བ་མའི་ནུས་པའི་མཚན་རྟགས་ཤིག་དུ་སེམས་ཀྱི་
ཡོད།

ཉེ་ཆར་དབྱེན་ལན་དུ་དབྱེན་ངའི་རྒྱལ་མོ་ལ་འཇལ་བའི་གོ་སྐབས་ཤིག་བྱུང་སོང་། མོ་ནི་ངོས་ཀྱིས་མི་ཚེ་
གང་བོར་ཤེས་པའི་མི་སྤྱི་ཞིག་ཡིན་པས་ཐུག་འཕྲད་བྱས་ནས་དགའ་ཚོར་བྱུང་། མོ་ནི་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་པ་འདི་
དང་འདྲ་བའི་བགས་སོང་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། མོའི་བསམ་ཚུལ་ལ་ཉན་པ་དེ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་བྱེད་ཅིག་སྟེ། མོ་ཆུང་
དུས་ལ་སྤྱོད་ན་དེང་སང་མི་ཚོས་གཞན་ལ་བསམ་སྒོ་གཏོང་བ་མང་ཞིང་། སྤྱོད་མ་མི་ཚོས་སོ་སོའི་རྒྱལ་ཁབ་ལ་དོ་
སྤྲུང་གཙོ་བོར་བྱེད་པ་དང་། དེང་སང་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་གྱི་མི་ཚོར་སེམས་ཁུར་བྱེད་ཀྱི་འདུག་ཅེས་མོས་བཤད་
སོང་། ངོས་ཀྱིས་མ་འོངས་པའི་ཕྱགས་ལ་རེ་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་དམ་ཞེས་མོ་ལ་འདྲི་སྐབས། རེ་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་
ཡོད་ཅེས་མོས་ཐེ་ཚོམ་མེད་པར་བརྟེན་སོང་།

དེང་དུས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་སྤྱོད་པའི་འཕེལ་ཕྱོགས་ངན་པ་ཆབས་ཆེན་གང་མང་ཞིག་ཡོད་པ་སྤྱི་མི་
དགོས་ཤིང་། བཅན་གཡེམ་དང་དྲག་སྤྱོད། དམར་གསོད་སྟགས་ལོ་རེ་ནས་ཇེ་མང་དུ་འགྲོ་བཞིན་པ་དང་། ད་
དུང་ང་ཚོས་རྒྱ་དུ་ཐོས་པ་ནི། བྱིས་དང་སྤྱི་ཚོགས་གཉིས་ཀའི་ནང་བྱུང་བའི་ལོག་སྤྱོད་དང་བཟུ་གཞིག་གི་
འབྲེལ་བ་དང་། ན་གཞིན་མང་པོ་ཆང་དང་ཉལ་ཐ་ལ་ལང་ཤོར་བ། གཉེན་སྒྲིག་མང་པོ་འཐོར་བས་སྤྱ་གྲུ་ལ་ཉ་
རྟོག་གིས་མ་འདང་བ་སྟགས་རེད། ཐ་ན་ང་ཚོའི་བཅན་བྱོལ་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཆུང་དུ་འདི་ཡང་འཆལ་སྤྱོད་དེའི་
རིགས་ཀྱི་ཤུགས་རྒྱུ་ལས་ཐར་མེད། དཔེར་ན། སྤྱོད་དུས་རང་སྟོག་གཙོད་པ་ནི་བོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ཕལ་
ཆར་གོ་མ་སྤྱོད་བའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་ཡིན་ཡང་། ཉེ་སྔར་ཡིད་སྤོན་དགོས་པའི་འདི་འདྲའི་དོན་རྒྱུ་གཅིག་གཉིས་
ཤིག་ང་ཚོ་བཅན་བྱོལ་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་བྱུང་ཡོད། དེ་བཞིན་མི་རབས་གཅིག་གི་སྤྱོད་དུང་ཉལ་ཐ་སྟགས་ལ་
ལང་ཤོར་བའི་གནས་ཚུལ་མེད་ཀྱང་། དེང་སྐབས་འགའ་ཤས་ཤིག་ཡོད། འོན་ཀྱང་། བརྟེན་དགོས་པ་ཞིག་ལ།
འཆལ་སྤྱོད་དེ་དག་ནི་གོང་ཁྱེར་གྱི་འཆོ་བའི་ཤུགས་རྒྱུ་འོག་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན།

འདི་ཚེ་ཚང་མ་ན་པ་དང་རྒྱ་པ་དང་འཆི་བ་སོགས་ཀྱི་སྤྱུག་བསྐལ་དང་མི་འདྲ་བར་རང་བཞིན་གྱིས་
བསྐྱོག་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་མིན་ཞིང་། དེ་བཞིན་ཤེས་ཡོན་དང་གོ་རྟོགས་ཀྱིས་མ་འདང་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཀྱང་
མིན། ང་ཚོས་བསམ་སྒྲོ་ཞིབ་དུ་གཏོང་སྐབས། འཆལ་སྤྱོད་དེ་དག་ནི་སྤང་དོར་གྱི་གནད་དོན་ཞིག་ལ་སྤྱུག་ཡོད་པ་
རྟོགས་སྤྱབ། དེ་དག་རེ་རེ་ནས་ཅི་ཞིག་རྩང་མིན་དང་། ཅི་ཞིག་དགེ་བ་ཡིན་མིན། ཅི་ཞིག་ཚུལ་མཐུན་དང་ཚུལ་
མིན་སོགས་ཀྱི་ང་ཚོའི་གོ་རྟོགས་མཚན་ཡོད། ད་དུང་དེའི་པ་རོལ་དུ་ང་ཚོས་གཞི་རྒྱའི་རང་བཞིན་ཞིག་ལ་མཚུབ་
མོར་ཀུར་ཚོག་པ་ནི། རྣང་སེམས་ཀྱི་ཆ་དེ་སྤང་མེད་དུ་བཏང་ཡོད་པ་འདི་ཡིན།

འདིའི་དོན་ནི་ཅི་ཞིག་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། ངོས་ཀྱི་གོ་རྟོགས་ལ། ཕྱི་དངོས་པོའི་རྗེས་སུ་རྒྱུག་པའི་གཞི་རྒྱ་
ཡིད་ཆེས་ཤིག་ཡོད་པ་ནི། རྒྱ་ནོར་ལོངས་སྤྱོད་ཁོ་ནས་ང་ཚོའི་དགོས་མཐོ་ཐམས་ཅད་སྤྱིང་སྤྱོད་པར་སེམས་པ་
འདི་རེད། འོན་ཀྱང་། ལོངས་སྤྱོད་ལས་བྱུང་བའི་བདེ་བ་ནི་དབང་པོའི་ཤེས་ཚོར་གྱི་གནས་རིམ་ལས་བརྒྱལ་མེད་
པ་དང་། ཅི་སྤྱིང་ཚོན་དུང་འགྲོ་དང་གཅིག་པ་ཡིན་ན་དེ་ཡིས་ཆོག་མོད། འགྲོ་བ་མི་ནི་རྟོག་འཛིང་གི་རང་
བཞིན་ཅན་ཡིན་ཞིང་། ལྷག་དུ་ང་ཚོར་བསམ་སྒྲོ་དང་སྤྱོད་ཚོར། འཆར་སྤང་དང་རིག་སྟོབས་སོགས་ཡོད་སྐབས།
ང་ཚོའི་འདོད་པ་ནི་དབང་ཤེས་ཀྱི་སྤྱོད་བ་ནས་པ་རོལ་དུ་བརྒྱལ་ཡོད་ལ། འཚོ་བའི་མཐུན་སྦྱོར་ཚང་ནའང་མི་
ཚོས་དངངས་སྒྲག་དང་སེམས་ངལ། མགོ་རྟོག་དང་སྤྱོད་ལྷུས་སྤྱོད་བཞིན་པ་ནི་དེའི་མཚན་རྟགས་གསལ་པོ་ཞིག་
ཡིན། ཅ་བ་སྤང་མེད་དུ་བཏང་བའི་གནད་དོན་འདི་ཐག་གཅོད་མ་བྱས་པར། ང་ཚོའི་དཀའ་ངལ་རྣམས་ཏེ། ཕྱི་
ནས་སྤྱོད་བའི་དམག་འབྲུག་དང་། འཆལ་སྤྱོད། དྲག་སྤྱོད་སོགས་དང་། རྣང་ནས་སྤྱོད་བའི་ང་ཚོའི་སེམས་ཁམས་
དང་སྤྱོད་ཚོར་གྱི་སྤྱུག་བསྐལ་རྣམས་སེལ་ཐབས་མེད་པ་ཡིན། དེར་བརྟེན་ལོ་བརྒྱ་ཕྱག་ལྷག་གི་ལས་འགུལ་ཏེ།
མང་གཙོ་དང་། སྒྲེར་དོན་རིང་ལྷགས། སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལྷགས་བཅས་ཀྱིས་ང་ཚོའི་བསམ་སྒྲོ་མཐོར་འདེགས་བྱས་
ཡོད་ཀྱང་། ཐོག་མའི་དམིགས་ཡུལ་ཇི་བཞིན་ང་ཚོར་སྤྱི་བྱུང་གྱི་བདེ་སྤྱོད་ཅིག་བསྐྱུན་མེད། ང་ཚོར་གསར་བརྗེ་
ཞིག་དགོས་པ་ནི་མངོན་གསལ་ཡིན་ནའང་། དེ་ནི་ཆབ་སྲིད་དང་། དཔལ་འབྱོར། འཕུལ་ལས་སོགས་ཀྱི་གསར་
བརྗེ་ཞིག་མིན་ཞིང་། ཕྱི་ལ་སྤྱོགས་པའི་ལས་འགུལ་ཞིག་གིས་མི་འགྲིག་པ་འདས་པའི་དུས་རབས་འདིའི་ཉམས་
སྤྱོད་གིས་གསལ་པོར་སྟོན་པ་དང་། ངོས་ཀྱིས་འདིར་གྲོས་གཞི་རྒྱ་འདོན་བཞིན་པ་ནི། ཚོས་ཀྱི་གསར་བརྗེ་ཞིག་
ཡིན།

ལེའུ་གཉིས་པ།
རྩ་འཁུལ་མེད་ལ། ལྷན་དོན་ཡང་མེད།

ངོས་ཀྱིས་ནང་སེམས་ཀྱི་གསར་བརྗེ་ཞིག་སྐུལ་སློང་བྱས་ཏེ། ང་ཚོའི་དཀའ་རྒྱ་ལྟོག་རྣམས་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་
ལམ་ནས་སེལ་དགོས་ཚུལ་སློང་གི་ཡོད་དམ་ཞེན་མེན་ལ། སྐབས་འདིར་ངོས་ནི་ལོ་བདུན་ཅུ་ལ་ཉེ་བའི་མི་ཞིག་
ཡིན་ཞིང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་ནི་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ལ་བཀོལ་སྤྱོད་དང་པན་ཐོགས་ཡོད་པ་ངོས་ཀྱིས་རང་གི་
ཉམས་སྦྱང་གི་ཐོག་ནས་གདེང་ཚིད་ཆེན་པོས་བཤད་ཐུབ། གལ་ཏེ་མི་ཞིག་གིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཉམས་ལེན་
བྱས་ན། རང་ཉིད་གཅིག་ཕུ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་གཞན་ལ་འང་པན་ཐོགས་ཡོད་ངེས་རེད། དེ་ལྟར་ཡིན་ནའང་།
ངོས་རང་འཇམ་སློང་གི་མི་འདྲ་མེན་ལ་སྐྱུག་ནས་ཆོས་ལུགས་དང་རིག་གཞུང་གཞན་གྱིས་ཀྱང་མི་རྣམས་ལ་དོན་
སློང་དང་བདེ་སྦྱིད་ལྡན་པའི་མི་ཆོ་བསྐུལ་བར་ལམ་སྟོན་གཅིག་མཚུངས་སུ་བྱེད་ཐུབ་པ་རྟོགས་བྱུང་། ད་དུང་
ངོས་ཀྱིས་འཇོག་འདོད་པའི་མཁུག་སྟོན་ཞིག་ཏེ། མི་ཞིག་ལ་མཚོན་ན། ཆོས་ལུགས་ལ་དད་མིན་གནད་འགག་
ཆེན་པོ་ཞིག་མ་ཡིན་པར། མི་བཟང་པོ་ཞིག་བྱེད་རྒྱ་གཙོ་བོ་རེད།

ངོས་ཀྱིས་འདི་ལྟར་བརྗོད་དོན་ཡང་། སའི་གོ་ལའི་སློང་གི་མི་དུང་ཕུར་དུག་ཅུའི་ནང་ནས་པལ་ཆེ་བས་
རང་ཉིད་ཆོས་ལུགས་ལ་དད་མཐན་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་བྱུང་། སོ་སའི་འཆོ་བ་དང་། ལྷག་ཏུ་ཡར་རྒྱས་ཕྱིན་ཟེན་
པའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཤན་སྟོབས་སྤྱི་ཡོངས་ནས་ཕན་བྱ་ཞིག་ལས་མེད་པས་ཡིན། ཆོས་ལུགས་ཉམས་
ལེན་བྱེད་མཐན་ཏེ། ཉིན་རེར་རང་ཉིད་རྗེས་སུ་འཇུག་པའི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བ་དང་སྟོན་བྲིམས་རྣམས་སྟོ་སེམས་
ཆེ་གཅིག་གིས་དང་དུ་ལེན་མཐན་ནི། འཇམ་སློང་ཡོངས་སུ་དུང་ཕུར་བཅུ་ཙམ་ལོན་མེན་ཡང་ཐེ་ཆོས་ཡིན་ཞིང་།
གཞི་འདི་འདྲ་ཞིག་ལ་སྦྱར་ནས་བཤད་ན། ལྷག་མའི་མི་དུང་ཕུར་ལྔ་བཅུ་ཐམ་པ་ནི་ཆོས་ལུགས་ཉམས་ལེན་བྱེད་
མཐན་མིན་པ་དང་། ཆོས་ལུགས་ཉམས་ལེན་བྱེད་མཐན་དེ་ཆོ་ཡང་ཆོས་ལུགས་འདྲ་མིན་ཞིག་གི་རྗེས་སུ་འབྱང་
གི་ཡོད། མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་གོམས་སྟོན་སྟོ་ཚོགས་ལ་གཞིགས་ཆོ། ཆོས་ལུགས་གཅིག་གིས་ང་ཚོའི་འདོད་དོན་
ཐམས་ཅད་ཤིན་ཏུ་སྦྱབ་དཀའ་ཞིང་། ད་དུང་འགྲོ་བ་མི་རྣམས་ཆོས་ལུགས་ལ་སྐྱབས་མ་བཅོལ་བར་ལགས་པར་
འཆོ་སྐབ་པའི་མཁུག་སྟོན་ཡང་ང་ཚོས་འཇོག་ཆོག

སྐད་ཆ་འདི་དག་ནི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་མི་སྣ་ཞིག་གིས་བཤད་པའི་ཆ་ནས་རྒྱན་ལྡན་མ་ཡིན་པ་ཞིག་ཏུ་
མཐོང་ཤིང་། འོན་ཀྱང་། ངོས་ནི་ཏཱ་ལའི་བླ་མ་ཡིན་པར་བོད་པ་ཞིག་ཡིན་དགོས་པ་དང་། བོད་པ་ཞིག་ཡིན་པར་
འགྲོ་བ་མི་ཞིག་ཡིན་དགོས། དེས་ན་ཏཱ་ལའི་བླ་མ་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ངོས་ཀྱིས་བོད་མི་ཚོར་དམིགས་བསལ་གྱི་
འགན་ཞིག་འཁུར་དགོས་ཤིང་། བླ་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ཆོས་ལུགས་ཁག་གི་བར་ལ་མཐུན་འགྲིག་སྟེལ་བའི་
འགན་དང་། ལྷག་ཏུ་མི་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་འགྲོ་བ་མིའི་བྱིམ་གཞི་ཆེན་པོ་འདི་ལ་འགན་ཆེན་པོ་ཞིག་འཁུར་
དགོས་ལ། འགན་འདི་ནི་ང་ཚོ་ཚང་མར་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན། མི་མང་ཆེ་བས་ཆོས་ལུགས་ཉམས་ལེན་བྱེད་ཀྱི་མེད་
སྟབས། ངོས་ཀྱི་དམིགས་ལུལ་ནི་ཆོས་ལུགས་ལ་སྐྱབས་མ་བཅོལ་བར་འགྲོ་བ་མི་སྤྱི་ལ་ཞབས་བྱེ་སྦྱབ་ཐབས་ཤིག་
འཆོལ་རྒྱ་དེ་ཡིན།

ལྷ་སྒྲངས་རྒྱ་ཆེན་ཞིག་གི་ངོས་ནས་བརྗོད་ན། འཛམ་གླིང་གི་ཆོས་ལུགས་ཆེན་པོ་ལག་སྟེ། རང་ཆོས་དང་། ཡེ་ཤུའི་ཆོས་ལུགས། ཉིན་རྒྱུ་ཆོས་ལུགས། ལ་ཆེའི་ཆོས་ལུགས། འཛེའི་ཆོས་ལུགས། སེ་ཁིའི་ཆོས་ལུགས། རྩ་འཛིན་ཆོས་ལུགས་སོགས་ཀྱིས་འགྲོ་བ་མི་ལ་མཐར་ཐུག་གི་བདེ་སྲིད་ཅིག་འཛོལ་སྒྲུབ་བྱེད་པར་རམ་འདེགས་བྱེད་པ་དང་། ངོས་ཀྱིས་ཆོས་ལུགས་རེ་རེ་ལ་འང་རམ་འདེགས་དེ་སྒྲུབ་པའི་རྒྱས་པ་གཅིག་མཚུངས་སུ་ཡོད་པར་འདོད་ཀྱི་ཡོད། ལྷ་སྒྲངས་འདིའི་ངོས་ནས་བརྗོད་ན། གཞི་རྒྱའི་ཆ་ནས་ཆོས་ལུགས་ཚང་མས་རིན་ཐང་གཅིག་མཚུངས་ཤིག་མཐར་འདེགས་བྱེད་པ་དེ་ནི་ཕན་ཐོགས་དང་དགོས་མཁོ་ཆེ་བ་ཞིག་རེད།

ངོས་ཀྱི་ལྷ་ཚུལ་ནི་རྟག་ཏུ་འདི་འདྲ་ཞིག་མིན་ལ། རྒྱུ་དུས་བོད་ནང་དུ་ཡོད་སྐབས། ངོས་ཀྱིས་རང་ཆོས་ནི་སེམས་གཏིང་ནས་ལེགས་ཤོས་སུ་མཐོང་བ་དང་། མི་ཚང་མ་ནང་པར་སྒྱར་སྒྲུབ་ན། ཆོས་ལེགས་པོ་ཞིག་ཡིན་རྒྱུ་རེད་ཅེས་ངོས་ཀྱིས་རང་ཉིད་ལ་བཤད་ཐུང་། འོན་ཀྱང་། འདི་ནི་མ་ཤེས་པའི་རྒྱུ་ཀྱིས་ཡིན་ཞིང་། ང་ཚོ་བོད་པ་ཆོས་ཆོས་ལུགས་གཞན་གོ་ཐུང་ཡང་། ང་ཚོར་ཡོད་པའི་ཆོས་ལུགས་གཞན་གྱི་གོ་རྟོགས་ཐུན་བྱ་ནི། རང་པའི་གཞུང་དང་འབྲེལ་བའི་སློ་ནས་བོད་ཡིག་ཏུ་ཅི་ཞིག་བསྒྱུར་ཡོད་པ་ལས་བྱུང་བ་སྟེ། རང་པའི་ལྷ་ཚུལ་གྱི་ངོས་ནས་རང་བཞིན་གྱིས་དགག་སྒྲུབ་བྱེད་ཅུང་བའི་ཆོས་ལུགས་གཞན་གྱི་ཆ་ཤས་རྣམས་ཡིན། འདི་ནི་བོད་ཀྱི་རང་པའི་མཁས་དབང་ཆོས་བསམ་བཞིན་དུ་རང་ཉིད་ཀྱི་ལ་གཏད་ལ་ལོག་འབྲེལ་བྱེད་ཆེད་མ་ཡིན་པར། ཚུད་རྟོག་མེད་པའི་གནད་དོན་གཞན་རྣམས་སྤངས་མ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་དེ་ལྟར་བྱུང་བ་ཞིག་རེད། རྒྱ་གར་དུ་ནང་པའི་མཁས་དབང་ཆོས་གཞུང་ལུགས་ལྡན་ཆོས་གནང་སྐབས། ཁོང་ཆོས་སྤང་བའི་བརྒྱམས་ཆོས་རྣམས་ཆ་ཚང་བ་ཞིག་ཡོད་མོད། བོད་ནང་དུ་བརྒྱམས་ཆོས་དེ་ཚོའི་འགྱུར་མེད་པས་གནས་སྒྲངས་གཅིག་མཚུངས་ཤིག་ཆགས་མེད།

ནར་སོན་པ་དང་ངོས་ཀྱིས་འཛམ་གླིང་གི་ཆོས་ལུགས་གཞན་གྱི་སྟོར་ལ་འང་རིམ་གྱིས་མཐོང་རྒྱ་ཅུང་ཙམ་བསྟེན་སྒྲུབ་བྱུང་། ལྷག་པར་དུ་བཅན་བྱོལ་ལ་འབྱོར་རྗེས། ངོས་རང་ཆོས་ལུགས་འདྲ་མིན་ལ་གཏོགས་པའི་མི་ཚོར་སྐྱེ་འཕྲད་བྱས་པ་དང་། ཁོང་ཚོ་ལས་ལག་ཅིག་ལ་རང་གི་མི་ཚོ་ཉིལ་པོར་སྟོན་ལས་དང་སྟོན་སྒྲུབ་བྱས་པའམ། གཞན་ཕན་གྱི་ལས་དོན་ལ་གཞོལ་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཆོས་ལུགས་ཉམས་ལེན་ལས་བྱུང་བའི་ཉམས་རྟོགས་ཟབ་མོ་ཞིག་འདུག ངོས་ཀྱིས་དེ་ལྟ་བུའི་མི་སྟོན་གྱི་ཉམས་སྦྱང་བརྗེ་རེས་ལ་བརྟེན་ནས་ཆོས་ལུགས་ཆེན་པོ་ལག་གི་རིན་ཐང་ངོས་ཟེན་པར་མ་ཟད། ཆོས་ལུགས་གཞན་རྣམས་ལ་འང་གདེང་འཛིག་ཀྱང་བྱེད་སྒྲུབ་བྱུང་། ངོས་ལ་མཚོན་ན། རང་བཟུན་གྱིས་ཆོས་ཉམས་ལེན་གྱི་ལས་མཚོག་གྱུར་དེ་མཚོན་ཡོད་པ་དང་། ཆོས་ལུགས་འདི་ནི་ངོས་རང་གི་ཁམས་དང་མས་པ་ལ་ཤིན་ཏུ་འཚམ་པོ་ཡིན། དེ་ལྟར་ནའང་། ངོས་ཀྱིས་མི་ཚང་མས་ཆོས་ལུགས་ལ་དད་པ་བྱེད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་མ་མཐོང་བ་ཇི་བཞིན། རང་ཆོས་ནི་མི་ཚང་མས་ཉམས་ལེན་བྱེད་འོས་པའི་ཆོས་ལུགས་ལེགས་ཤོས་དེ་ཡིན་པའང་སེམས་ཀྱི་མེད།

ངོས་ནི་བོད་པ་ཞིག་དང་། རང་པའི་དགེ་སྦྱང་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་རང་ཆོས་ཀྱི་ལྷ་སྒྲུབ་དང་། རྩོམ་བྲིམས། ཉམས་ལེན་བཅས་ལ་སྦྱང་བརྟུན་བྱས་ནས་འཚར་ལོངས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན། དེར་བརྟེན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྗེས་འབྲང་བ་ཞིག་ཡིན་ན་ཇི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་པའི་རང་གི་གོ་རྟོགས་ཀྱིས་རང་ཉིད་ཀྱི་བསམ་སྟོན་གཏོང་སྤངས་སྟེ་ལ་ཤུགས་རྒྱུན་ཐེབས་ཡོད། དེ་ལྟར་ཡིན་ཅུང་། དཔེ་དེབ་འདིའི་ནང་དུ་ངོས་ཀྱི་དམིགས་བྱ་གཙོ་བོ་ནི། སོ་སོའི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་མཐའ་མཚམས་ལས་བརྒལ་ནས་པ་རྣམས་ཏུ་སྟོབ་པར་བྱེད་རྒྱུ་འདི་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡང་ངོས་ཀྱིས་ང་ཆོས་འདོད་པའི་བདེ་བ་དེ་བསྒྲུབ་པར་ཕན་ཐོགས་ཤིང་། སྤྱི་བྱུང་གི་རང་བཞིན་ཡིན་པའི་སྤང་དོར་གྱི་ཅ་འཛིན་

ལག་ཅིག་ཡོད་པ་རྣམས་སྟོན་རྒྱ་ཡིན། མི་ལག་ཅིག་གིས་ངོས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་བྱེད་བཞིན་སྟོན་ནས་ནང་ཆོས་དར་
སྤེལ་བྱེད་ཀྱི་འདུག་བསམ་སྲིད་པ་དང་། དེ་ལྟར་མིན་པ་ངོས་ཀྱིས་ཐད་ཀར་ར་སྟོན་བྱེད་དཀའ་ཡང་། འདི་ནི་
ངོས་ཀྱི་ཀུན་སྟོང་ཞིག་མིན།

ངོས་ཀྱི་ལྷ་ཚུལ་ལ། ཆོས་ལུགས་དང་ཆོས་གཉིས་ཀྱི་བར་ལ་བྱུང་བར་གལ་ཆེན་ཞིག་འབྱེད་ཆོག་ ཆོས་
ལུགས་ཞེས་པ་ནི། སྔོན་རྒྱན་གང་རུང་ཞིག་གིས་བཞག་པའི་མཐར་ཐུག་གི་གོ་འཕང་ལ་དད་པ་བྱེད་པ་དང་།
མངོན་སུམ་ཡིན་པའི་འཛིན་ཏེན་གྱི་དངོས་ཡོད་གནས་ལུགས་ལས་འདས་པའི་ཡུལ་ཏེ། གཅིག་བྱས་ན་བཀོད་པ་
པའི་ཁྲི་ཁམས་སམ་ཐུང་འདས་ལྟ་བུའི་དོན་སྤྱི་སྟོན་གྲང་དང་པ་དེའི་ཆ་ཤས་སུ་ཁས་ལེན་བྱེད་པའི་སྤྱི་གཞི་
ཞིག་ཡིན་ཁོང་། གསུང་རབ་དང་བཀའ་ལུང་། ཆོ་ག་དང་ཞལ་འདོན་སྟོན་ནི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་བྱེད་སྟོན་ལག་ཅིག་
ཡིན། འོན་ཀྱང་། ཆོས་ནི་རང་གཞན་གཉིས་ཀར་བདེ་བ་བསྐྱེད་པའི་འགྲོ་བ་མའི་སྒོ་དང་འབྲེལ་བའི་ཡོན་ཏན་ཏེ།
བརྟེན་བ་དང་སྟོང་རྗེ། བཟོད་པ་དང་དགོངས་ཡངས། ཆོག་ཤེས་དང་གཞན་སེམས། མཐུན་འབྲེལ་གྱི་འདུ་ཤེས་
སྟོན་ལ་གཙོ་བོར་འབྲེལ་ཡོད། ཆོ་ག་དང་ཞལ་འདོན། ཐུང་འདས་དང་དག་ཁོང་ལྟ་བུའི་གནད་དོན་ཆོས་
ལུགས་དང་ཐད་ཀར་འབྲེལ་ཡོད་རུང་། སྟོན་ཡོན་ཏན་འདི་རྣམས་ནི་ཆོས་ལུགས་དང་ཐད་ཀར་འབྲེལ་བ་ཡོད་
དགོས་ངེས་ཤིག་མིན། དེ་བས་ན་ང་ཆོས་ཆོས་ལུགས་སམ་མངོན་སུམ་གྱི་སྟོང་བྱ་མ་ཡིན་པའི་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་སྤྱི་གཞི་
གཞི་ཞིག་ལ་སྐབས་མ་བཅོལ་བར། སྟོན་ཡོན་ཏན་དེ་རྣམས་ཆད་གཞི་མཐོ་བོ་ཞིག་ལ་གོང་འཕེལ་དུ་མི་གཏོང་
བའི་རྒྱ་མཚན་མེད་པ་དང་། འདི་ནི་སྐབས་འགར་ངོས་ཀྱིས་ཆོས་ལུགས་མེད་རུང་ཡང་། སྟོན་གཞི་ཅའི་ཡོན་ཏན་
རྣམས་མེད་དུ་མི་རུང་བར་བརྟེན་པའི་རྒྱ་མཚན་གཙོ་བོ་ཞིག་ཡིན།

འོན་ཀྱང་། སྟོན་ཡོན་ཏན་ནམ་དགེ་བ་འདི་ཆོ་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་འབད་བརྟེན་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ཕྱིར། ཆོས་
ལུགས་ནི་དེ་རྣམས་གོང་དུ་སྤེལ་བ་དང་། ཡང་ན་ཆོས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་དུ་ངོས་འཛིན་ཆོག་པ་གང་ལའང་ཕྱོགས་
ཡོངས་ནས་འབྲེལ་ཡོད་ཡིན་ཞེས་ཆོས་ལུགས་ཉམས་ལེན་པ་ཆོས་བརྟེན་ན་འབྲིག་མོད། ང་ཆོས་འདིར་གསལ་བོ་
བཟོ་དགོས་པའི་གནད་དོན་ཞིག་ནི། ཆོས་ལུགས་ལ་ཆོས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་དགོས་པ་འདི་ཡིན་ཁོང་། ཆོས་ལུགས་ལ་
དད་པ་ཡོད་མཐུན་དང་མེད་མཐུན་གཉིས་ཀའི་སྟོང་མགོ་སྟོན་ཅིག་ཡོད་པ་ནི། ཆོས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ཅི་ཞིག་གིས་
བྱུང་ཡོད་མེད་འདི་ཡིན་པ་དང་། ངོས་ཀྱིས་ངོས་འཛིན་བྱས་པའི་སྟོན་ཡོན་ཏན་རྣམས་ལ་ཐུན་མོང་གི་བྱུང་ཆོས་
ཤིག་ཡོད་པ་ནི། གཞན་གྱི་བདེ་སྐྱེད་ལ་སེམས་བྱུང་བྱེད་པ་སྟེ། བོད་རྒྱུད་དུ་གཞན་པར་གྱི་སྟོ་ཟེར་བ་དེ་ཡིན་ལ།
སྟོང་བཞིན་པའི་སྟོན་ཡོན་ཏན་གྱི་སྟོར་ལ་ང་ཆོས་བསམ་གཞིག་བྱེད་སྐབས། གཞན་གྱི་བདེ་སྐྱེད་རང་གི་བྱུང་དུ་
ལེན་པ་ནི་དེ་དག་གི་ཤུགས་བསྐྱེད་གྱི་བྱུང་ཆོས་ཤིག་ཡིན་པ་མཐོང་ཐུབ། ད་དུང་བྱམས་པ་དང་སྟོང་རྗེ། བཟོད་
པ་དང་དགོངས་ཡངས་སྟོན་པའི་མི་ཞིག་གིས་ཆད་གཞི་ངེས་ཅན་ཞིག་ལ་རང་གི་བྱ་སྟོན་གྱིས་གཞན་ལ་
ཤུགས་སྐྱེན་ཅི་ཞིག་ཐེབས་མིན་ངོས་འཛིན་བྱེད་པར་མ་ཟད། ངོས་འཛིན་དེ་དང་བསྐྱེད་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྟོན་པ་
ལ་སྟངས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེར་བརྟེན་ངོས་ཀྱི་འབྲེལ་བཤད་འདི་གཞིར་བཞག་ན། ཆོས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ནི་
ཕྱོགས་གཅིག་ནས་གཞན་གྱི་བདེ་བ་དང་དུ་སྐྱེད་པ་ལྟ་བུ་སྟོན་པ་དང་། ཕྱོགས་གཞན་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྟོ་
སྐྱེད་ནས་དེ་འདྲའི་སྟོན་པར་གོམས་འདྲིས་བྱེད་རྒྱ་འདི་ཡིན། ང་ཆོས་ཆ་སྐྱེན་འདི་ཆོའི་ཐོག་ནས་ཆོས་ཀྱི་ཉམས་
ལེན་སྟོང་དགོས་པ་ལས། གཞན་ཅི་ཞིག་གི་ངོས་ནས་སྟོང་རུང་དོན་སྟོང་མེད་པ་ཞིག་རེད།

འདི་ལྟར་ངོས་ཀྱིས་སྒྲིབ་བཞིན་པའི་ཚོས་ཀྱི་གསར་བཞེ་ནི། ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་གསར་བཞེ་ཞིག་མིན་ལ།
འཛིག་རྟེན་གཞན་ཞིག་ལ་སྟོགས་པའི་འཚོ་བ་སྐྱེལ་སྤངས་ཤིག་ཀྱང་མིན་ཞིང་། རྩ་འཁུལ་དང་ལྷན་དོན་གྱི་ལམ་
ཞིག་དེ་བས་ཀྱང་མིན། འདི་ལས་ཐོག་སྟེ། ངོས་ཀྱིས་སྒྲིབ་བཞིན་པའི་གསར་བཞེ་ནི། རང་ཉིད་ཁོ་ན་བསམ་པའི་
བདག་འཛིན་ཉུང་དུ་བཏང་ནས་རང་ཉིད་དང་འབྲེལ་བའི་མི་ཚོགས་ལས་བྱུང་བའི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་སློ་ཁ་སྟོགས་ཏེ།
རང་གི་ཀུན་སྦྱོང་གི་ངོས་ནས་རང་གཞན་གཉིས་ཀའི་བདེ་བ་འདྲ་མཉམ་དུ་ངོས་འཛིན་པའི་འབོད་སྐུལ་ཞིག་
ཡིན།

དེ་ལྟ་བུའི་སྒྲོའི་ཁ་སྟོགས་གསར་བ་ལས་བྱུང་བའི་སྦྱོང་བའི་འགྱུར་ཐོག་དང་། མི་ཚོས་བྱམས་པ་དང་སྦྱིང་
རྩེ་གོང་འཕེལ་དུ་གཏོང་བ་སོགས་ནི་དགའ་འོས་པའི་གནས་ཤིག་ཡིན་ཅུང་། ནང་སེམས་ཀྱི་གསར་བཞེ་ཞིག་གིས་
ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་འཕྲད་པའི་དཀའ་ངལ་སྒྲུ་ཚོགས་སེལ་ཐུབ་བམ། དཔེར་ན། ད་དུང་བྱིས་ཀྱི་དྲག་སྦྱོང་དང་།
ཆང་དང་ཉལ་ཐ་ལ་ལང་ཤོར་བ། བཟའ་ཆང་འཐོར་བ་སོགས་ལས་བྱུང་བའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་རྒྱུ་རྐྱེན་རྣམས་ཐད་
ཀར་སོ་སོའི་ངོས་ནས་སེལ་ཐབས་བྱས་ན་མི་ལེགས་སམ་ཞེས་སྟོག་པ་པོ་ཚོས་དོགས་སྦྱང་བྱེད་མིན། འོན་ཀྱང་།
རྒྱུ་རྐྱེན་དེ་ཚོ་ནི་པན་ཚུན་ལ་བྱམས་དང་སྦྱིང་རྩེ་བསྐྱེད་པ་བརྒྱུད་ནས་སེལ་ཐུབ་ངེས་ཡིན་པར་མ་ཟད། ཚོས་ཀྱི་
ཐབས་ལམ་ལ་འཇུག་པའི་ནང་སེམས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་དུའང་ང་ཚོས་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཆོག འདི་ལྟར་བཤད་པའང་
ང་ཚོས་ནང་སེམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རྣམས་གོང་འཕེལ་དུ་བཏང་ན། དཀའ་ངལ་དེ་རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་ཡལ་འགྲོ་
བའི་དོན་ཞིག་མིན་ཞིང་། རྒྱུ་རྐྱེན་དེ་ཚོ་རེ་རེ་ལ་སེལ་ཐབས་བྱེད་ཐུག་པ་རེ་དགོས་ངེས་རེད་མོད། ནང་སེམས་ཀྱི་ཆ་
འདི་སྤང་མེད་དུ་བཏང་ཆོ། ང་ཚོས་དཀའ་ངལ་དེ་དག་གི་རྩ་བ་ནས་ཡང་གཙོད་མི་ཐུབ་པ་གསལ་པོ་ཡིན།

རྒྱ་མཚན་ཅིའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། གནས་ཚུལ་ངན་པ་ནི་ང་ཚོའི་ཉིན་རེའི་འཚོ་བའི་བདེན་པ་
ཞིག་ཏུ་བྱུང་ཡོད་པ་དང་། གསར་ཤོག་ལག་ཏུ་ལེན་པའམ། སྟོག་འཕྲིན་དང་བརྟན་འཕྲིན་གང་ཞིག་ཁ་བྱེས་ཀྱང་།
གནས་ཚུལ་སྟོ་བོ་ནི་རྒྱུན་ལྔ་ཞིག་ཡིན། འཛམ་སྐྱིད་གི་ཡུལ་གྱི་གང་ཅུང་ཞིག་ལ་རྒྱུན་ལྔ་མི་འབྱུང་བའི་ཉིན་
གཅིག་ཀྱང་ཉལ་མ་དགོན་པོ་རེད། ང་ཚོ་གང་ནས་ཡོང་བ་དང་། ང་ཚོས་མི་ཚོ་ལ་རྩ་སྤངས་ཅི་འདྲ་ཞིག་བཟུང་
ཡོད་མེད་ལ་མ་ཁྱོས་པར། གཞན་གྱི་སྤྱུག་བཟུལ་གོ་དུས་ང་ཚོར་ཡང་ཚོར་བ་མི་སྦྱིད་པ་ཞིག་རང་བཞིན་གྱིས་
འབྱུང་གི་ཡོད།

རྒྱུན་ལྔ་དེ་ཚོ་ནི་རྣམ་གྲངས་ཆེན་པོ་གཉིས་སུ་དབྱེ་ཆོག་པ་དང་། རྩ་བའི་ཆ་ནས་རང་བྱུང་གི་རྒྱ་རྒྱུན་
ལས་འབྱུང་བ་ནི། ས་འགྲལ་དང་། ཐན་པ། རྒྱ་ལོག་སོགས་ཡིན་ཞིང་། འགྲོ་བ་མའི་བྱ་སྦྱོང་ལས་འབྱུང་བ་ནི་
དམག་འཁྲུག་དང་། བྱིས་ལྔ་ལྱི་བྱ་བ། དྲག་སྦྱོང་གི་རིགས་ཐམས་ཅད། རྒྱུ་ཟ་རུལ་སྤངས། དབུལ་ཕོངས།
བསྐྱུ་བྱིད། རྒྱུ་གཡོ། སྤྱི་ཚོགས་དང་ཆབ་སྲིད་དང་དཔལ་འབྱོར་གྱི་དྲང་བདེན་མེད་པ་སོགས་ཡིན་ཞིང་། འདི་
དག་ཐམས་ཅད་ནི་ང་ཚོའི་སྦྱོང་ངན་གྱི་མཇུག་འབྲས་ཤིག་ཡིན།

སྦྱོང་ངན་བྱེད་མཁན་སུ་ཞིག་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན་ང་ཚོ་ཡིན། རྒྱལ་པོ་རྒྱལ་མོ་ནས། སྤྱི་འཛིན་དང་སྤྱི་སྦྱོང་
བ། ཆབ་སྲིད་པ་དང་འཛིན་སྦྱོང་བ། ཚན་རིག་པ་དང་ལྷན་པ། བྱིས་ཚོ་དང་པ་དང་མཁས་པ། མཚོད་དཔོན་དང་
སློབ་མ། བཅུན་མ་དང་བཅུན་པ་དང་ལྟ་བུ། བཟོ་ལས་པ་དང་སྐྱུ་རྩལ་པ། ཚོང་བདག་དང་བཟོ་རྩལ་པ། སླ་བ་དང་
ངལ་རྩལ་པ་དང་ལས་མེད་མཁན་ཏེ། ང་ཚོ་ཆང་མ་ཡིན་ཞིང་། ཉིན་རེའི་གསར་འགྱུར་སྤྱུག་པོ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་
དུ་མ་སོང་བའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་གྲལ་རིམ་མམ་ཆ་ཤས་གཅིག་ཀྱང་མེད།

སྐབས་ལེགས་པ་ཞིག་ལ། འགྲོ་བ་མིའི་དཀའ་རྒྱུ་ནི་ཉ་ལམ་ཅི་ཡང་བྱེད་མི་ཐུབ་པའི་རང་བྱུང་གི་ཆག་སྐྱོད་མི་འདྲ་བར། རྩ་བའི་ཆ་ནས་འགྲོ་བ་མིའི་བྱ་སྤྱོད་ཀྱི་སྤང་དོར་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པས། ང་ཚོས་དེ་དག་ལས་རྒྱལ་ཐབས་ཤིག་འཛོལ་ཐུབ་པ་དང་། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་གྲལ་རིམ་དང་གནས་རིམ་ཐམས་ཅད་ནས་མི་མང་པོས་འགྲོ་བ་མིའི་དཀའ་རྒྱུ་ལས་རྒྱལ་བར་བཅོན་པ་ནི། གོ་རྟོགས་དེའི་མཚན་བྱེད་ཅིག་ཏུ་སྤང་སྟེ། མི་མང་པོ་ཞིག་ནི་རྩ་བའི་སྤྱི་ཚོགས་འདྲ་མཉམ་ཡོང་བར་སྤྱི་དོན་ཚོགས་པའི་ནང་དུ་ཞུགས་པ་དང་། འགའ་ཞིག་གིས་དྲང་བདེན་སྦྱོང་ཆེད་སྤྱི་ཚོགས་ཚོད་པའི་ལས་ཀ་བྱེད་པ། ལ་ལ་ནི་དབུལ་པོངས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་སེལ་བར་རོགས་སྐྱོབ་ཚོགས་པའི་ནང་དུ་ཞུགས་པ་སོགས་ཆེད་ལས་དང་། དང་སྤངས་གཉིས་ཀའི་ངོས་ནས་གཞོན་འཛོལ་ཐབས་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་རོགས་སྐྱོབ་བྱེད་མཁན་མང་པོ་ཡོང་གི་ཡོད། འདི་ལྟར་ང་ཚོ་ཚང་མས་རང་ཉིད་ཀྱི་གོ་རྟོགས་དང་འཛིན་ཐང་དང་བཟུན་ནས་གང་ཐུབ་ཀྱིས་འཛིན་སྤྱོད་འདི་སྟེ། སོ་སོའི་འཚོ་སའི་ཡུལ་གྱ་དེ་རྗེ་ལེགས་སུ་གཏོང་བར་འབད་བཅོན་བྱེད་བཞིན་ཡོད།

སྐབས་མ་ལེགས་པ་ཞིག་ལ། བྱ་རོལ་གྱི་ཡུལ་ལ་ཁ་ལོ་སྐྱར་བྱེད་ཀྱི་ང་ཚོའི་བྱེད་ཐབས་རྗེ་ལྟར་ཡར་ཐོན་ཆེ་བ་དང་། ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྒྲིག་གཞི་ལ་རྗེ་ལྟར་ཞིབ་ཚགས་པའི་འཛིན་སྦྱོང་ལྟན་ཡང་། འདི་དག་གིས་རང་ངོས་ནས་འཆལ་སྦྱོད་དང་ཚུལ་མིན་གྱི་རྩ་བ་གཅོད་མི་ཐུབ། དེང་སྐབས་ཉེན་རྟོག་པའི་ཐུ་ཁག་གིས་ལོ་ལྔ་བརྒྱའི་གོང་གི་མི་ཚོའི་འཆར་སྤང་ལའང་ཉ་ལམ་མ་ཤར་བའི་འཕྲུལ་ལས་བཀོལ་ཁིང་། ཐོན་དུས་སྒྲིག་གྱུར་དུ་སྤང་བའི་གནས་ལ་བྱ་ར་བྱེད་ཐུབ་པའི་ཡོ་ཆས་དང་། དགེ་འར་ནི་ཨང་ཞིབ་བཟུར། DNA ལྟ་ཉེས་བརྟག་དབྱེད་ཁང་། དྲི་སྒྲིམ་བྱེད་པ། སྦྱོང་བརྒྱུ་ཐོབ་པའི་ལས་མི་སོགས་ཉེན་རྟོག་པའི་སྤྱི་ལོ་ཡོད། དེ་ལྟར་ཡིན་ཐུང་སྤྱི་ཚོགས་འགལ་གྱི་བྱ་སྤྱོད་བྱེད་སྤངས་ཀྱང་གཅིག་མཚུངས་ཀྱིས་ཡར་རྒྱས་སུ་སོང་ཡོད་པས། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་གནས་སྤངས་ལ་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་འགྱུར་བ་ཅི་ཡང་བྱུང་མེད། སྤང་དོར་གྱི་སྒྲིག་སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་མེད་ན། ང་ཚོ་ནི་རྗེ་མང་དུ་འགྲོ་བཞིན་པའི་ནག་ཉེས་སྤྱི་ཚོགས་ལས་རྒྱལ་བའི་རེ་བ་ཞིག་མེད་པ་དང་། ནང་སེམས་ཀྱི་སྒྲིམ་སྤྱི་ཚོགས་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་མེད་ན། སྤྱི་ཚོགས་ནང་འབྱུང་གི་ཡོད་པའི་ནག་ཉེས་སེལ་ཐབས་དེ་ཉིད་ཀྱང་རྒྱུ་དེའི་འབྱུང་ཁུངས་ཤིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད་ལ། ཉེན་རྟོག་པ་དང་ནག་ཉེས་བྱེད་མཁན་ཚོར་ཡོད་པའི་བྱེད་ཐབས་ཞིབ་ཚགས་ཤིང་ཆད་མཐོ་བོ་དེ་ནི། ཕྱགས་གཉིས་ཀའི་རུས་སྤྱོད་ཆེ་ཐུག་ཏོང་བའི་རྒྱ་རྒྱུ་ཆགས་ཡོད།

ཆོས་དང་སྤང་དོར་བར་གྱི་འབྲེལ་བ་ནི་ཅི་ཞིག་ཡིན་ནམ། བྱམས་པ་དང་སྤྱིང་རྗེ་དང་གཞན་ཡང་འདི་དང་འདྲ་བའི་སྤྱི་ཡོན་ཏན་རྣམས་ལ་སོ་སོའི་ངོ་བོའི་ཆ་ནས་བཟུས་ཆོ། གཞན་གྱི་བདེ་སྐྱེ་ལ་སེམས་ཁུར་བྱེད་པའི་བྱུང་ཆོས་ངེས་ཅན་ཞིག་ཡོད་ལྟར། སྤང་དོར་གྱི་སྒྲིག་སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་ཀྱང་ནང་སེམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དེ་དག་ལ་རང་ཆས་སུ་ཡོད། དེ་ཡང་ང་ཚོས་གཞོན་འཛོལ་ཆེ་བའི་ཀུན་སྤྱོད་དང་འདོད་པ་སོགས་མ་བཀག་པར་རང་རྒྱུད་ལ་བྱམས་པ་དང་སྤྱིང་རྗེ་སོགས་སྐྱེ་མི་བྱེད།

སྤང་དོར་གྱི་རྣམ་གཞག་གི་རྩ་བར་ཅི་ཞིག་འཛིན་དགོས་མིན་སྐོར་སྤང་སྐབས། ངོས་ཀྱིས་མ་མཐའ་ཡང་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་བྱེད་ཐབས་ཤིག་བཀོལ་དགོས་པའི་འཕྲོད་སྐལ་བྱེད་བཞིན་པ་བསམ་ཆོག འཛིན་སྤྱོད་གི་ཆོས་ལུགས་ཆེན་པོ་ཁག་ལ་སྤང་དོར་གྱི་སྒྲིག་གཞི་ཆད་མཐོ་བོ་ཞིག་ཡོད་པ་བདེན་ནའང་། ལེགས་ཉེས་ཀྱི་སྦྱོད་པ་དང་འབྲེལ་བའི་ང་ཚོའི་གོ་རྟོགས་ལ་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་རྒྱབ་རྟེན་ཞིག་འཛིན་པའི་དཀའ་ངལ་ནི། ཆོས་ལུགས་གང་ཞིག་གཞི་ཐུ་འཛིན་རྒྱ་ཡིན་ནམ་ཞེས་ང་ཚོས་དྲི་བ་འགོད་དགོས་པ་དེ་ཡིན། ཐུན་མོང་གིས་ཁས་ལེན་བྱེད་ཐུང་ཁིང་།

ཆ་ཚང་བ་དང་བཀོལ་བ་དེ་བའི་སྒྲུང་དོར་གྱི་སྒྲིག་ཁྲིམས་ཤིག་ཆོས་ལུགས་གང་ཞིག་ལ་ཡོད་དམ་ཞེས་དྲིས་ན། ང་
ཆོས་རྒྱུད་སྒྲུང་ནམ་ཡང་མཚམས་འཛིན་བྱེད་མི་ཐུབ་པ་དང་། ད་དུང་དེ་ལྟར་དྲི་བ་བཀོད་ཆོ། མི་མང་པོར་
མཚོན་ན་ཆོས་ལུགས་ལ་དད་པ་མེད་པ་ནི། ཁ་ཞེ་གཉིས་མེད་ཀྱི་ཡིད་ཆོས་འཛིན་ལྟངས་ཤིག་གི་ཐོག་ནས་བྱུང་བ་
ལས་འགོ་བ་མེད་འཆོ་གནས་དང་འབྲེལ་བའི་དྲི་བ་རྣམས་ལ་མཐོང་ཆེན་མ་བྱས་པའི་ཐོག་ནས་བྱུང་བ་མེན་པ་
འདི་ཡང་སྒྲུང་མེད་དུ་གཏོང་གི་ཡོད། ཆོས་ལུགས་ལ་དད་པ་མེད་མཁན་རེ་བྱང་མ་རབས་ཡིན་པ་རྒྱ་མཚན་དུ་
བྱས་ཏེ། ང་ཆོས་མི་འདྲིའི་རིགས་ཐམས་ཅད་ལ་ལེགས་ཉེས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་མེད་པར་བསམ་མི་རུང་བ་རྩི་བཞིན།
ཆོས་ལུགས་ལ་དད་པ་ནི་དགེ་སྦྱོང་དང་བདེན་གྱི་གན་རྒྱ་ཞིག་ཏུ་འཇོག་མི་རུང་། ང་ཆོས་མེད་རིགས་ཀྱི་ལོ་
རྒྱུས་ལ་ལྟ་སྐབས། དྲག་སྦྱོང་དང་གདུག་རྩུབ། གཏོར་བཤིག་སོགས་མི་མང་ལ་ཕྱོད་དུ་འཇུག་མཁན་ཆོའི་ཁྲོད་དུ་
ཆོས་ལུགས་ཀྱི་མི་སྣ་ཡང་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་མཐོང་ཐུབ། ཆོས་ལུགས་ཀྱིས་ང་ཆོར་གཞི་རྩའི་སྒྲུང་དོར་གྱི་རྩ་
འཛིན་རྣམས་གཏན་འབེབས་བྱེད་པར་རམ་འདེགས་བྱེད་ནའང་། ང་ཆོས་ཆོས་ལུགས་ལ་སྐྱབས་མ་བཅོལ་བར་
སྒྲུང་དོར་དང་དགེ་སྦྱོང་གི་སྒྲོར་སྒྲུབ་ཀྱི་ཡོད།

སྒྲུང་ཡང་འདྲིར་དགག་རུང་བ་ཞིག་སྟེ། ང་ཆོས་ཆོས་ལུགས་སྒྲུང་དོར་གྱི་རྣམ་གཞག་གི་རྒྱབ་རྟེན་ཞིག་ཏུ་
མ་བཅུས་ན། ལེགས་ཉེས་ཅི་ཞིག་ཡིན་མིན་དང་། ཅི་ཞིག་འགྲིག་མི་འགྲིག་སྒྲུང་དོར་གྱི་ངོས་ནས་ཅི་ཞིག་འོས་
དང་མི་འོས། ཅི་ཞིག་གིས་དགེ་སྦྱོང་དང་སྦྱོང་བར་གྲུབ་ཡོད་མེད་སོགས་ཀྱི་ང་ཆོའི་གོ་རྟོགས་ནི། གནས་སྒྲུངས་
དང་ཐ་ན་མི་དང་མེད་པར་དུ་འཇུག་པར་ཡོད་པ་འདི་རེད། འོན་ཀྱང་། སྐབས་འདྲིར་ང་ཆོས་རྟོགས་དགོས་པ་
ཞིག་ལ། ཁྲིམས་དང་སྒྲིག་ཁྲིམས། ཐ་ན་ཆོས་ལུགས་སོགས་གང་ཞིག་སྒྲུང་དོར་གྱི་རྣམ་གཞག་གི་རྒྱབ་རྟེན་དུ་ངོས་
ལེན་བྱས་ཀྱང་། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་རྟོག་དྲ་ཐམས་ཅད་སེལ་དགའ་ཞིང་། དེ་ལྟར་བྱེད་སྒྲིག་གཞི་ཞིག་གིས་སྣ་
ཆོགས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་པའི་འགོ་བ་མེད་ཕྱོད་བ་ལུན་སུམ་ཆོགས་པ་མཚོན་མི་ཐུབ་པར་མ་ཟད། ཁྲིམས་
ཀྱིས་ཅི་ཞིག་བཤད་པ་བཅུ་དགོས་པ་ལས་རང་ཉིད་ཀྱི་བྱ་སྦྱོང་ལ་འགན་འཁུར་མི་དགོས་པའི་ལྟ་ཚུལ་ལ་བདེན་ལ་
སྦྱོང་གི་ཡོད།

ངོས་ཀྱི་བརྗོད་དོན་ནི། སྒྲུང་དོར་གྱི་ཐད་ནས་སྟེ་བྱུང་བར་བཞིན་དུ་གོ་བའི་རྩ་འཛིན་ཞིག་གཏན་ལ་
པབ་ན་པན་ཐོགས་མེད་པའི་དོན་ཞིག་མིན། དེ་ལས་སྟོན་སྟེ། འགོ་བ་མེད་རྟོག་དྲ་རྣམས་སེལ་བའི་རེ་བ་འཆིང་
བར། ང་ཆོས་སྟེ་བྱུང་གི་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་པའི་རྩ་འཛིན་ཞིག་འཆོལ་དགོས་ངེས་ཡིན། དཔེར་ན། བདག་ཉིད་
ཆེན་པོ་སྟན་ཉིད་ཞེ་བའི་ངོ་སྟོན་གྱི་ལྟ་བ་དང་། ཆབ་སྲིད་བཅས་བསྐྱར་གྱི་འཛིགས་སྐུལ་རིང་ལུགས་གཉིས་ཡག་
སྟག་གི་བྱུང་པར་འབྱེད་ཐབས་ཤིག་ང་ཆོར་ཅེས་ཀྱང་དགོས་ངེས་རེད། གཞན་ལ་དྲག་སྦྱོང་བྱེད་པ་ནི་མི་འགྲིག་
པ་ཞིག་ཡིན་པ་ང་ཆོས་ངེས་པར་དུ་སྟོན་ཐུབ་དགོས་ནའང་། ང་ཆོའི་སྟོན་ཐབས་དེ་ནི་ཅག་ཅིག་གི་སྟོན་གྲུབ་
དང་། རྩིང་པོ་ཡིན་པའི་སྟོན་མེད་གཉིས་ཀྱི་མཐའ་ལ་ལྟུང་མི་རུང་།

ངོས་ཀྱི་ལྟ་ཚུལ་ནི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་དད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བའི་ལྟ་ཚུལ་ཞིག་མིན་པར་མ་ཟད། བསམ་
སྟོགས་པ་བཞིག་ཀྱང་མིན། ངོས་ཀྱི་ལྟ་ཚུལ་ནི་རྒྱན་འཇགས་ཀྱི་གོ་རྟོགས་སྟེར་བཏང་བ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་གྲུབ་
པའི་བསམ་སྟོན་ཞིག་ཡིན། མི་ཆང་མས་བདེ་བ་འདོད་པ་དང་སྟག་བསྐུལ་མི་འདོད་པ་འདི་ནི། ང་ཆོས་འཆོལ་ཞིབ་
ཀྱི་འགོ་འཇུགས་ས་བྱས་ན། སྒྲུང་དོར་གྱི་རྣམ་གཞག་ལ་སྟེ་བྱུང་གི་རྩ་འཛིན་ཞིག་གཏན་འབེབས་བྱེད་ཐུབ། གལ་
སྲིད་གཞན་གྱི་བདེ་སྟག་གི་ཆོར་བ་ལ་བསམ་སྟོན་མ་བཏང་ཆོ། ང་ཆོར་དགེ་སྦྱིག་གི་བྱུང་པར་འབྱེད་ཐབས་ཤིག་

མེད། རྒྱ་མཚན་འདི་དང་། ང་ཚོས་འོག་ཏུ་མཐོང་རྒྱ་ཡིན་པ་ལྟར། ད་དུང་རང་རྒྱ་འཕེར་བའི་བདེན་པའི་དོན་སྤྱི་
ནི། ཚོས་ལུགས་ཀྱི་རྒྱབ་སྐྱོངས་ཤིག་དང་བལ་ཆོ་རང་ཚྭགས་བྱུང་དཀའ་བས། བཟང་སྤྱོད་རང་ངོས་ནས་དགེ་བའི་
ངོ་བོར་གྲུབ་ཡོད་པའི་ཆ་ནས་ང་ཚོས་དང་ལེན་བྱེད་ཀྱི་མེད། དེ་ལས་སྤྱོད་ཀྱི་རང་ཉིད་ལྟར་གཞན་གྱིས་བདེ་བ་
འདོད་པ་དང་སྤྱག་བསྐལ་མི་འདོད་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ང་ཚོས་སྤང་དོར་དང་ལྡན་པའི་བཟང་སྤྱོད་དང་དུ་ལེན་
གྱི་ཡོད། མངོན་འདོད་འདི་ནི་རང་བྱུང་ཡིན་ཞིང་ཆང་མར་ཡོད་ལྟ་བུས། མངོན་འདོད་འདི་རྒྱབ་པའི་ཐོབ་ཐང་
ཡང་ང་ཚོ་ཆང་མར་གཅིག་མཚུངས་སུ་ཡོད། དེ་བས་ན་བྱ་སྤྱོད་ཅིག་དགེ་སྤྱོད་ཡིན་མིན་ནི། གཞན་གྱི་སྤྱོད་
བཟུངས་བདེ་སྤྱོད་ཀྱི་རེ་སྤྱོད་ལ་ཤུགས་སྤྱོད་ཅི་ཞིག་ཐེབས་མིན་གྱི་ཐོག་ནས་ངོས་འཛིན་བྱེད་དགོས་ཤིང་། གཞན་
ལ་གཞོན་པའི་བྱ་སྤྱོད་ནི་བཟང་སྤྱོད་ཅིག་པལ་ཆེར་མིན།

ངོས་ཀྱིས་འདིར་པལ་ཆེར་ཐེར་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། ང་ཚོའི་བྱ་སྤྱོད་ཀྱི་མཚུག་འབྲས་དེ་གཙོ་བོ་ཞིག་
ཡིན་ཡང་། ཀུན་སྤོང་དང་བྱ་སྤྱོད་དེ་ཉིད་ཐེ་བའི་གནད་དོན་གཞན་མང་པོ་ཞིག་ལའང་ང་ཚོས་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་
དགོས་པས་ཡིན། ཀུན་སྤོང་ཅི་ཡང་མེད་པར་རང་ཉིད་ཀྱི་སྤྱོད་པས་གཞན་ལ་སུན་སྤང་སྤྱོད་བ་ལྟ་བུའི་གནས་
སྤངས་ང་ཚོའི་ཡིད་ལ་འཆར་བྱུང་། དེ་མཚུངས་བྱ་སྤྱོད་ཅིག་སྤང་སྤྱོད་ལ་རྒྱབ་པོ་དང་བཅན་ཤིང་ཆེའང་།
ལུགས་རྒྱུང་རིང་ས་ནས་བལྟས་ན། དེས་གཞན་གྱི་བདེ་བ་ལ་རམ་འདེགས་བྱས་ཡོད་པའི་གནས་སྤངས་ཀྱང་ང་
ཚོའི་ཡིད་ལ་འཆར་ཁག་པོ་ཞིག་མིན་ལ། སྤྱ་གྲུ་ཚོར་སྤྱོད་ལས་བཟོ་བ་ནི་དེའི་རིགས་སུ་གཏོགས། སྤྱོད་པས་གཞན་
ནས་ང་ཚོའི་སྤྱོད་པ་འཇམ་ཡང་། རང་ཉིད་ཀྱི་ཀུན་སྤོང་གཙང་མ་མིན་ན། སྤྱོད་པ་དེ་ནི་དགེ་བཟུངས་བཟང་སྤྱོད་
ཅིག་ཆགས་མེད། དཔེར་ན། ང་ཚོས་གཞན་ལ་བསྐྱེད་གཏོང་བསམས་ནས་སྤྱོད་པ་འཇམ་པོ་སྤོན་པ་ནི།
ཤིན་ཏུ་མི་ལེགས་པའི་སྤྱོད་པ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། སྤྱོད་པ་འདི་ལྟ་བུའི་ནང་དུ་བཅན་ཤུགས་མེད་ཀྱང་། འདི་ནི་དུག་
པོ་ཞིག་ཡིན་པའི་སྤྱོད་པ་དང་། སྤྱོད་པ་དེའི་མཚུག་འབྲས་ཀྱིས་གཞན་ལ་གཞོན་འཆོ་བྱེད་པར་མ་ཟད། གཞན་གྱི་ཡིད་
ཆེས་དང་། བདེན་པར་བཅངས་པའི་འདུན་པ་སོགས་ལའང་གཞོན་གྱི་ཡོད།

ད་དུང་དཔེ་མཚན་གཞན་ཞིག་ཡིད་ལ་འཆར་བྱུང་བ་ནི། བྱ་སྤྱོད་ཅིག་རང་ངོས་ནས་དགེ་བ་གཏན་ནས་
མིན་ཅུང་། མི་གཅིག་གིས་ཀུན་སྤོང་གཙང་མ་ཞིག་གི་སྤོན་ནས་མི་གཞན་མང་པོའི་དོན་དུ་བྱས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན།
དམག་མི་ཞིག་གིས་གོང་རིམ་གྱི་བཀའ་བཅེས་ནས་བཅོན་པ་སོགས་ཐོག་གཏོང་བར་གཞིགས་ན། དམག་མི་དེས་
སོག་གཙང་གྱི་ཁྲིམས་ཐག་དེ་དང་བདེན་ཞིག་ཏུ་འདོད་བཞིན། རང་གི་བྱ་སྤྱོད་ནི་སྤྱི་ཚོགས་སྤྱོད་པའི་ཆེད་
དུ་ཡིན་པར་བསམ་སྤྱོད། འོན་ཀྱང་། ངོས་ཀྱིས་གསལ་བཤད་བྱས་པའི་འཆོ་མེད་ཞི་བའི་རྩ་འཛིན་གཞིར་བཟུང་
ནས་བརྗོད་ན། འདི་འདྲའི་སོག་གཙང་ནི་དགེ་སྤྱོད་ཅིག་མིན་ཞིང་། དེར་བརྟེན་གོང་རིམ་གྱི་བཀའ་དེ་དང་དུ་
སྤངས་པ་ནི། སྤྱོད་པ་མི་དགེ་བ་ཆབས་ཆེན་ཞིག་ཡིན། ཚིག་གཞན་ཞིག་གིས་བརྗོད་ན། སྤྱོད་པ་སྤོང་ཞིག་རང་
ངོས་ནས་མི་དགེ་བ་ཡིན་པས། བྱ་སྤྱོད་ཀྱི་འདུས་དོན་ཡང་སྤྱོད་པ་ཞིག་དགེ་བ་ཡིན་མིན་གྱི་ཁྱད་པར་འབྱེད་པ་
ལ་གལ་ཆེན་ཡིན།

དེ་ལྟར་ནའང་། སྤྱོད་པ་ཞིག་གི་ངོ་བོ་དགེ་བ་ཡིན་མིན་ཐག་གཙང་པའི་ཁྱད་ཆོས་གཙོ་བོ་ནི། སྤྱོད་པ་དེའི་
འདུས་དོན་དང་མཚུག་འབྲས་མིན་ཞིང་། ང་ཚོའི་སྤྱོད་པའི་འབྲས་བྱ་ནི་ཐང་ཀར་རང་ཉིད་ཁོ་ནར་བརྟེན་ནས་
བྱུང་བའི་གནས་སྤངས་ཏེ་ཅང་དགོན་ཏེ། སྤྱ་དཔོན་ཞིག་གིས་སྤྱ་གཞུངས་ཆར་རྒྱུང་དུག་པོའི་ཁྱོད་བདེ་འཇགས་
ངང་མཚོ་མཐར་སྤྱོད་བྱུང་མིན་ཁོ་རང་གི་སྤྱོད་པ་གཅིག་ཤིང་བརྟེན་པ་ཞིག་མ་རེད། དེ་བས་ནས་ང་ཚོའི་སྤྱོད་

འབྲེལ་བཤད་འདིའི་ངོ་མཐུན་བསྟན་ཆོ། ཀུན་སྤོང་ཞེས་པ་འདི་ཚིག་གུང་དོན་ཚད་གི་སློ་ནས་དབྱིན་
ཡིག་ཏུ་བསྐྱར་མི་ཐུབ་པ་གསལ་པོ་རེད། བོད་སྐད་ཀྱི་ཐ་སྙད་འདི་སྤྱིར་ ‘motivation’ ལ་བསྐྱར་གྱི་ཡོད་ཀྱང་།
དེས་ཀུན་སྤོང་གི་དོན་ཆ་ཚད་བ་ཞིག་མཚོན་ཐུབ་གྱི་མེད་པ་དང་། དབྱིན་ཡིག་གི་ཚིག་ ‘disposition’ འདི་ནི་
ཀུན་སྤོང་དང་ཐག་ཉེ་ཡང་། བོད་སྐད་ཀྱི་ཐ་སྙད་འདིས་བསྟན་པའི་སྤོང་བའི་དོན་དེ་ཚད་གི་མེད། གཞན་ཡང་
སློ་དང་སྤྱོད་ཚུར་སྤྱིའི་ངང་ཚུལ་ཞེས་པ་དེའི་ཚབ་ཏུ་བཀོལ་ན་རེད་དྲགས་ཤིང་། སལ་ཆེར་སྤྱིའི་ངང་ཚུལ་ཞེས་
པར་བསྟན་ན་ཚིག་རྩད་། བོད་སྐད་ཏུ་བསྟན་པའི་སྤོང་དོན་རྣམས་ད་དུང་མཚོན་མི་ཐུབ་ཤ། སྤོང་ནད་དུ་ཚུར་
བ་དང་། སྤྱོད་ཚུར་། ཤེས་པ། རྟོག་པ་ལ་སོགས་པའང་འདུས་ཡོད། འདིས་མཐར་གཏུགས་ན་རྟོག་པ་དང་སྤྱོད་
ཚུར་ཐ་དད་དུ་འབྱེད་མི་ཐུབ་པའི་གོ་རྟོགས་ཤིག་མཚོན་ཞིང་། ཐ་ན་ལ་དོག་ལྟ་བུའི་བྱང་ཆས་ཤིག་འཛིན་པར་
ཆ་བཞག་ནའང་། ཚུར་བའི་ཆ་ཞིག་དེའི་ནང་དུ་གྲུབ་ཡོད་པ་དང་། སློ་ཞིག་ལ་མ་བརྟེན་པའི་ཚུར་བའང་མེད་པ་
ཡིན། འདིར་ཤུགས་བསྟན་ཞིག་ཡོད་པ་ནི། ང་ཚོས་སྤྱོད་ཚུར་ལ་རིགས་མི་འདྲ་བ་དབྱེ་ཚིག་པ་དེ་ཡིན་ཞིང་། ཅུ་
བའི་ཆ་ནས་སྟན་སྤྱོད་ཡིན་པའི་བག་ཆགས་ཀྱི་དབང་གིས་བྱུང་བ་ནི། བྲག་མཐོང་ན་ཞེན་པ་ལོག་པ་ལྟ་བུ་དང་།
རྟོག་པ་དང་འབྲེལ་བའི་སློ་ནས་བྱུང་བ་ནི། དབུལ་ཕོངས་ལ་འཛིགས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། གོ་དོན་འདི་ནི་ངོས་ཀྱིས་
ཀུན་སྤོང་དང་། སློ། སེམས། བག་ཆགས་སོགས་ཟེར་དུས་སྟོག་པ་པོ་རྣམ་པས་ཡིད་ལ་དྲན་རོགས།

ཕྱིར་བྱ་སྤྱོད་ཅིག་འབྲུང་བཞིན་པའི་སྐབས་ཐོག་གི་ཀུན་སྣང་ནི། བྱ་སྤྱོད་དེ་དག་མི་དགོ་གང་ཞིག་ལ་
གཏོགས་པའི་ཐག་གཅོད་བྱེད་ཡིན་ཞིང་། འདི་ནི་ང་ཚོར་མི་དགོ་པའི་སྣང་སྟེ། ཁོང་ཁོ་དང་ཞེ་སྒང་ལྟ་བུའི་སྤྱང་
ཚོར་ཡོད་སྐབས། ཀུན་སྣང་གིས་ང་ཚོའི་སྤྱོད་པར་ཤུགས་སྒྱུན་ཐེབས་ཚུལ་ལ་བསམ་ན་རྟོགས་སྒྲ་བ་ཡིན། འདི་
འདྲའི་སྐབས་སུ་ང་ཚོའི་སྣང་འབྲུགས་ཡོད་སྐབས། ང་ཚོས་རང་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་ཚུལ་དང་། མ་ཚད་ཀྱི་འདུ་ཤེས་སོགས་
བསྒྲག་གི་ཡོད་པར་མ་ཟད། རང་གི་སྤྱོད་པས་གཞན་ལ་ཤུགས་སྒྱུན་ཅི་ཞིག་ཐེབས་མིན་གྱི་མཐོང་རྒྱ་ཡང་བསྒྲག་
ཉེན་ཆེ། སྣང་འབྲུག་པའི་དབང་དུ་སོང་ནས་ང་ཚོས་གཞན་གྱི་བདེ་སྤྱད་དང་། བདེ་བའི་ཐོབ་ཐང་རྩིས་མེད་བྱེད་
ཅིང་། འདི་འདྲའི་སྐབས་སུ་ང་ཚོའི་ལུས་དག་ཡིད་གསུམ་གྱིས་བྱས་པ་དང་མ་བྱས་པའི་ལས་གྱིས་གཞན་གྱི་བདེ་
བ་ལ་གནོད་འཚེ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། གནོད་འཚེ་འདི་ནི་གཞན་གྱི་སྤྱོད་པ་ལ་ཤུགས་སྒྱུན་ཀུན་སྣང་ཅི་འདྲ་ཞིག་བཟུང་
ཡོད་མེད་དང་། ང་ཚོས་སྤྱོད་པ་དེ་བསམ་བཞིན་དུ་བསྐྱོན་ཡོད་མེད་ལ་མ་སྟོས་པར་འབྲུང་གི་ཡོད། ཉེ་འབྲེལ་
ཞིག་དང་ཁ་རྩྭ་ཤོར་བའི་གནས་སྟངས་ནང་ང་ཚོ་སྤྱང་པར་མཚོན་ན། འདི་ལ་གདོང་ལེན་རི་རྩར་བྱེད་མིན་ང་
ཚོའི་ཀུན་སྣང་ལ་གཙོ་བོ་རག་ལས་ཡོད། ཐ་ན་པ་རོལ་བོ་ལ་དྲང་སེམས་ཆེན་པོ་ཞིག་བཅངས་ཡོད་ཀྱང་། ང་ཚོའི་

སྒྲིལ་ཅི་ཙམ་མ་ཞི་བ་དེ་ཙམ་གྱིས་ང་ཚོས་པར་ལ་ཁ་རྩུང་གཏོང་བར་མ་ཟད། ཕྱིས་སུ་འགྱུར་པ་སྒྲིལ་དགོས་པའི་བྱ་བ་འདྲ་བྱེད་མིད།

ད་དུང་གོམ་པ་སྒྲིལ་བཞིན་མི་ཞིག་ལ་གདོང་ཐུག་བྱས་པ་དང་། མི་དེས་རང་ལ་སྐད་ལོག་བརྒྱབ་པའི་གནས་སྐབས་ལྟ་བུར་མཚན་ན། ང་ཚོའི་ཡིད་ཞི་ཞིང་སྒྲོ་ལ་སྒྲིང་རྩེ་ཐུན་པ་དང་ཀུན་སྒྲོང་གཙང་མ་ཞིག་ཡོད་ཆོ། ང་ཚོས་མི་དེར་པར་སྐྱེལ་བྱེད་ཀྱི་མ་རེད་མོད། མི་དགེ་བའི་སྤྱང་ཚོར་གྱི་ཤུགས་རྒྱུན་འོག་ཏུ་ཡོད་ན། ང་ཚོས་པར་སྐྱེལ་བྱེད་པའི་རེད། ང་ཚོའི་བྱ་སྤྱོད་ཀྱི་ཀུན་སྒྲོང་དགེ་བ་ཡིན་སྐབས། བྱ་སྤྱོད་དེས་གཞན་གྱི་བདེ་བར་རང་ཤུགས་ཀྱིས་པན་ཐོགས་པ་དང་། འདི་ལྟར་ང་ཚོའི་བྱ་སྤྱོད་དེ་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་བཟང་སྤྱོད་ཅིག་ཡིན། ད་དུང་ང་ཚོ་སྤྱོད་པ་འདྲིའི་རིགས་ལ་གོམས་འདྲིས་ཆེ་ན། ཕྱིའི་དགོས་རྒྱུན་བྱུང་ཡང་ང་ཚོའི་སྒྲོ་ནི་དེའི་དབང་ཤུགས་ཀྱི་འོག་ཏུ་འཚུངས་མི་དགོས་ཏེ། ཐ་ན་ང་ཚོ་ཁོང་ཁྱོད་ལངས་ནས་ཁ་རྩུང་བྱས་ཀྱང་། ཐུང་སེམས་དང་འཁོན་སེམས་སོགས་རང་གི་སེམས་གཏིང་ཏུ་མེད། ཚོས་དང་སྤང་དོར་གྱི་དགོས་དམིགས་ནི། མི་སྒྲེར་སོ་སོའི་ཀུན་སྒྲོང་སྤངས་ནས་གཙང་མར་བསྐྱར་སྒྱུ་འདི་ཡིན་ཞིང་། འདི་ལྟར་ང་ཚོ་ནི་མི་ཇེ་བཟང་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་ཆོག།

ནང་སེམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ནམས་དར་སྒེལ་བཏང་ནས་རང་གི་སྒྲོ་སྤྱོད་ཐུབ་ན། ང་ཚོས་ཕྱིའི་རྒྱུན་པར་ལ་གདོང་ལེན་བྱེད་བདེ་བར་མ་ཟད། ང་ཚོའི་བྱ་སྤྱོད་ཀྱང་ཡ་རབས་དགེ་སྤྱོད་ཏུ་འགྱུར་སྒྱུ་རེད། རོས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཉམས་སྤྱོད་དཔེ་ཏུ་བཀོད་ན། འདི་ལྟ་བུའི་སྤང་དོར་གྱི་ནམ་གཞག་གི་བཟན་དོན་ལྟར། ཀུན་སྒྲོང་གཙང་མ་ཞིག་ཡོང་བའི་འབད་བཅོན་ཁོད་རོས་ཀྱིས་གཞན་ལ་གང་ཐུབ་ཀྱིས་ཞབས་ཕྱི་སྒྱུ་བ་པ་དང་། ད་དུང་རང་གི་བྱ་སྤྱོད་ཀྱི་འདུས་དོན་དགེ་བའི་ངོ་བོར་འགྲོ་བ་ལ་མི་དགེ་བའི་སྤྱོད་པ་འབྱུང་བའི་གོ་སྐབས་ཅི་ཐུབ་ཀྱིས་ཉུང་ཏུ་གཏོང་གི་ཡོད། ཉམས་ལེན་འདི་ནི་རྩལ་པ་ཅན་ཞིག་ཡིན་མིན་དང་། གཞན་གྱི་བདེ་བ་ལ་འཕྲལ་ཕྱགས་ཀྱི་པན་འབྲས་ཅི་ཞིག་འབྱུང་གི་ཡོད་མེད་བཤད་དཀའ་ཡང་། རང་གི་འབད་བཅོན་རྒྱུན་འཁྱོངས་བྱས་ཆོ། ཅི་ཞིག་བྱུང་ཡང་རང་ཉིད་འགྱུར་དགོས་པ་གཏན་ནས་མེད་པ་དང་། ཅི་ཐུབ་བྱས་ཡོད་པ་མ་མཐའ་ཡང་སོ་སོས་ཤེས་ཀྱི་ཡོད།

ལེའུ་འདྲིའི་ནང་དུ་རོས་ཀྱིས་ཚོས་དང་སྤང་དོར་བར་གྱི་འབྲེལ་བ་སྤང་ཞིང་། འབྲེལ་བ་དེའི་འབྲེལ་བཤད་ཀྱིས་སྤང་དོར་གྱི་དཀའ་ངལ་ནམས་ཇི་ལྟར་ཐག་གཅོད་བྱེད་དགོས་པའི་གནད་དོན་ལ་གསལ་བཤད་བྱས་མེད་པ་དང་། གནད་དོན་འདྲིའི་སྐོར་ལ་ང་ཚོས་འོག་ཏུ་སྤྱོད་སྒྱུ་ཡིན། དེ་ལྟར་ནའང་། རོས་ཀྱིས་སྤང་དོར་གྱི་ནམ་གཞག་ཙུ་འཇུགས་བྱེད་ཐབས་ཤིག་གི་སྤྱི་ཁོག་སྤང་ཡོད་ལ། བྱེད་ཐབས་དེའི་གཞི་རྩར་འགྲོ་བ་མའི་བདེ་བ་དང་སྤྱུག་བཟལ་གྱི་སྤྱོད་པ་ཡོད་པས། ཚོས་ལུགས་མང་གཞི་ཏུ་བྱུབ་པའི་སྤང་དོར་གྱི་ནམ་གཞག་གི་རྟོག་ཏུ་ལས་ང་ཚོ་ཐར་ཡོད། དེང་དུས་ཀྱི་མི་སལ་ཆེ་བས་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་མཐོང་གི་མེད་པ་ནི་དཔོན་ཡོད་གནས་ལུགས་ཤིག་ཡིན་པར་མ་ཟད། ཚོས་ལུགས་གཅིག་གིས་ཁས་ལེན་ཡང་གཞན་གྱིས་ཁས་ལེན་པའི་བྱ་སྤྱོད་ཀྱང་ཡོད་མིད།

ཚོས་ཀྱི་གསར་བརྩེ་ཞེས་པ་ནི། སྤང་དོར་གྱི་གསར་བརྩེ་ཞིག་ཀྱང་ནང་དུ་འདུས་པའི་ནང་སེམས་ཀྱི་གསར་བརྩེ་ཞིག་ཡིན་པ། རོས་ཀྱིས་སྒྲོག་པ་པོ་ནམས་ལ་གོ་བརྟུན་གསལ་པོར་སྤྱད་ཡོད་ཀྱི་རེད།

ལེའུ་གསུམ་པ།
རྟེན་འབྱུང་དང་། དངོས་ཡོད་གནས་ལུགས་ཀྱི་རང་བཞིན།

ལོ་འགའ་ཤས་ཀྱི་གོང་དུ་ངོས་ཀྱིས་ཉི་ཤོད་ནང་མང་ཚོགས་ལ་གཏམ་བཤད་བྱེད་སྐབས། ལག་ཏུ་མེ་
རྟོག་གི་ཚུན་པོ་བཟུང་ཡོད་པའི་མེ་འགའ་བདག་གི་ཕྱགས་སུ་ཡོང་བཞིན་པ་མཐོང་བ་དང་། ངོས་རང་ཡར་
ལངས་ནས་མེ་རྟོག་དེ་དག་ལེན་པར་གྱ་སྒྲིག་བྱས་མོད། བསམ་ཡུལ་ལས་འདས་པ་ཞིག་ལ། ཁོ་ཚོས་ངོས་རང་སྤང་
མེད་དུ་བཏང་ནས་མེ་རྟོག་དེ་དག་བདག་གི་རྒྱབ་ལོག་ཏུ་ཡོད་པའི་མཚོན་ཁྲིའི་ཐོག་བཞག་སོང་། ངོས་རང་ངོ་ཚ་
བཞིན་མར་བསྐད་པ་ཡིན་མོད། ཕྱགས་གཞན་ནས་དེས་བྱ་དངོས་ཐམས་ཅད་རྒྱན་དུ་རང་གི་འདོད་པ་ལྟར་མེ་
འབྱུང་བའི་བྲན་སྒྲུལ་བྱས་བྱུང་། སྤང་ཚུལ་ཞིག་ང་ཚོར་སྤང་སྤངས་དང་། སྤང་ཚུལ་དེའི་དངོས་ཡོད་གནས་
ལུགས་ཀྱི་བར་ལ་ཁྱད་པར་ཡོད་པ་འདི་ནི། ང་ཚོའི་འཚོ་བའི་བདེན་པ་ཞིག་ཡིན་པར་མ་ཟད། རང་ཉིད་མ་སྦྱིད་
པའི་རྒྱ་རྒྱུན་གཙོ་བོ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། འདི་ནི་གོང་གི་དཔེ་མཚོན་ལྟར་མཐའ་མ་ཚད་པའི་གོ་རྟོགས་ཞིག་གཞིར་
བཞག་ནས་འོལ་ཚོད་བྱེད་སྐབས་ལྷག་ཏུ་བདེན་ཞིང་། འོལ་ཚོད་དེ་ལྟ་བུ་ནི་རྒྱན་དུ་ཡུལ་དང་མཐུན་པ་ཞིག་ཏུ་
འགྱུར་གྱི་མེད།

ཚོས་དང་ལྷང་དོར་གྱི་གསར་བརྗེ་ནི་ཅི་ཞིག་གིས་གྲུབ་ཡོད་པ་ལ་མ་བཟུས་གོང་། ང་ཚོས་དངོས་ཡོད་
གནས་ལུགས་ཀྱི་རང་བཞིན་ལ་དབྱུད་པ་གཏོང་གི་ཡིན། ང་ཚོ་འཚོ་སའི་འཛམ་གླིང་དང་འབྲེལ་བའི་སློ་ནས་རང་
ཉིད་རང་ལ་སྤང་སྤངས་དང་། རང་གི་སྦྱོད་ལམ་གྱི་ཐོག་ནས་སྤང་སྤངས་དེར་ཡུལ་ལན་ཅི་ལྟར་སྦྱོད་པའི་བར་གྱི་
འབྲེལ་བ་དམ་པོ་དེས་སྤང་ཚུལ་གྱི་གོ་རྟོགས་ནི་ཤིན་ཏུ་གཤམ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པ་སྟོན་གྱི་ཡོད། ང་ཚོས་གནད་དོན་
འདིར་ཞིབ་ཏུ་བསམ་གཞིག་བྱེད་སྐབས། བྱ་དངོས་གང་ཞིག་ཡིན་ཅུང་བྱ་དངོས་གཞན་གྱི་འབྲེལ་བ་དང་འབྲལ་
ཐབས་མེད་པ་རྟོགས་བྱུང་ལ། ཚོས་ཅི་ཞིག་ཡིན་ཅུང་འབྲེལ་བ་ཁོ་ནའི་ཐོག་ནས་སྤང་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན།

ང་ཚོ་ནི་རང་གི་རྟེན་རེའི་འཚོ་བའི་ཁྲོད་བྱ་བ་སྤང་ཆེན་ཞིག་གི་ནང་དུ་ཞུགས་པ་དང་། བྱ་འགྲུལ་དེ་ཚོའི་
ནང་སྤྱང་བ་འདྲ་མཉན་རང་ཉིད་ལ་ཐོབ་གྱི་ཡོད། བྱུང་བའམ་སྤྱང་བ་ཞིག་གི་ཁྱད་ཚོས་རྣམས་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཀར་
ནས་དེ་དག་གཞན་ལ་སྟོས་མེད་དུ་གྲུབ་པར་ལྟ་བའི་རང་གི་སྒྲིའི་འཛིན་སྤངས་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲུལ་ཤེས་ཆེ་ཆུང་
སྤྲོ་ཚོགས་ཀྱི་དཀའ་རྒྱུ་འབྱུང་གི་ཡོད། འཛིན་སྤངས་དེ་ལྟ་བུའི་རྒྱུ་པས་ང་ཚོའི་ལྟ་རྒྱ་དང་མཐོང་རྒྱ་དོག་ཏུ་
སོང་ནས་ང་ཚོའི་རྒྱུད་ལ་དངོས་ཡོད་དང་མེ་མཐུན་པའི་རེ་འདོད་སྦྱེ་གི་ཡོད། དེ་ལྟ་ནའང་། ང་ཚོས་དངོས་ཡོད་
གནས་ལུགས་ལ་རྟོག་དཔྱད་བྱེད་སྐབས། དེའི་ངོ་བོ་ནི་རྒྱུ་འཛིང་ཆེ་བའི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རང་བཞིན་མཐའ་མེད་
ཅིག་ཡིན་པ་རྟོགས་ཤིང་། ང་ཚོའི་རྒྱུན་ལྡན་གྱི་འཛིན་སྤངས་དེ་ཚད་ལྡན་ཞིག་མཉན་པ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཐུབ།
གཤམ་སྤྱད་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ཆོ། བསྐྱེད་ཅེས་པའི་ཚིག་ལ་དོན་གྱིས་སྦྱོང་བ་དང་། བྱ་དངོས་ཐམས་ཅད་རྟོག་ཏུ་
ཚོའི་རེ་འདོད་བཞིན་འབྱུང་གི་ཡོད་ན། འབྲུལ་སྤང་ངམ་ལོག་ཤེས་ཞེས་པའི་དོན་སྦྱི་ཞིག་ང་ཚོར་ཡོད་དགོས་
དོན་མེད།

དཀའ་རྒྱ་ལ་དེ་རྟོགས་པར་ནང་པའི་གྲུབ་མཐའ་དབྱེ་མས་དར་སྤེལ་གནང་བའི་རྟེན་འབྲུང་གི་ལྟ་བུ་
ཤིན་ཏུ་ཕན་ཐོགས་ཆེ་ཞིང་། ལྟ་བུ་འདི་གཞིར་བཞག་ན། ང་ཚོས་བྱ་དངོས་ཐམས་ཅད་རི་ལྟར་འབྲུང་མིན་ནི་
ལམ་མ་འདྲ་བ་གསུམ་གྱི་ཐོག་ནས་རྟོགས་སྟབས། དང་པོར་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ལྟར་ན། བྱ་དངོས་གང་ཞིག་
ཡིན་ཅུང་རྒྱ་དང་རྟེན་གྱི་འདུ་ཚོགས་རྟོག་འཛིང་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་བརྒྱུད་རིམ་ཁྲོད་ནས་འབྲུང་བ་དང་། བྱ་དངོས་
ཐམས་ཅད་ལ་རང་ངོས་ནས་གྲུབ་པ་དང་གནས་པའི་རྣམ་པ་ཞིག་མེད་པ་ཡིན། དཔེར་ན། རོས་ཀྱིས་འཛིན་པ་
བཀོལ་སྟུང་བྱས་ནས་བྱམ་པ་ཞིག་བཟོ་བར་ཆ་བཞག་ན། བྱམ་པ་དེ་རོས་རང་གི་བྱ་བའི་འབྲས་བུ་ལྟ་བུར་གནས་
ཡོད་པར་མ་ཟད། འཛིན་པ་དང་རྒྱ་ཐེ་བའི་རྒྱ་རྟེན་ལྟ་ཚོགས་ཤིག་གི་འབྲས་བུའང་ཡིན། རོ་བོ་འཛིན་པའི་གྲུབ་
རྩས་དང་། རུལ་ཕྱག་། ཆ་རུལ་ཕྱ་མོ་རྣམས་ལྟར་དུ་འཛིན་པ་ནས་རྩ་མ་འབྲུབ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་རགས་པ་སྟེ། རྒྱ་དང་
འཛིན་པ་ལྟ་བུ་གྲུབ་པ་ཡིན་ཞིང་། ད་དུང་རྒྱ་ཕྱ་མོ་དེ་དག་ཀྱང་གྲངས་ལས་འདས་པའི་རྒྱ་རྟེན་གཞན་ལ་བརྟེན་
ནས་གྲུབ་ཡོད། རོས་ཀྱིས་བྱམ་པ་དེ་བཟོ་བའི་ཐག་གཅོད་པར་རྟེན་གང་མང་ཞིག་ཡོད་པས་པ་དང་། འཛིན་པ་
བྱམ་པའི་རོ་བོར་བརྒྱུར་པའི་ཚོལ་བ་སྟེ། ལྟན་ཅིག་བྱེད་རྟེན་གྱི་རྒྱ་ཡང་ཡོད། རྒྱ་རྟེན་འདི་དག་ཁོང་མས་བྱམ་པ་
དེ་ནི་རང་གི་རྒྱ་དང་རྟེན་ལ་མ་བརྟེན་པར་འབྲུབ་མི་སྟབས་པ་དང་། བྱམ་པའི་གྲུབ་ལུགས་ནི་རྟེན་འབྲེལ་ཁོ་ན་
ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པ་གསལ་པོར་སྟོན་གྱི་ཡོད།

ཚོས་རྣམས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་རྟོགས་པའི་ཐབས་ལམ་གཉིས་པ་ནི། ཆ་དང་ཆ་ཅན་གྱི་བར་དུ་གནས་པའི་
ཕན་ཚུན་ལྟོས་གྲུབ་ཀྱི་རང་བཞིན་ལ་བལྟ་དགོས་ཤིང་། ཆ་ཤས་མེད་པར་ཆ་ཅན་མེད་ལ། ཆ་ཅན་མེད་པར་ཆ་
ཤས་ཞེས་པ་ལའང་གོ་རྒྱུ་ཅི་ཡང་མེད། ཆ་ཅན་ཞེས་པའི་དོན་སྟེ། འདི་ཆ་ཤས་ལ་བརྟེན་ཡོད་པར་མ་ཟད། ཆ་ཤས་
རྣམས་ཀྱང་རང་ངོས་ནས་ཆ་ཅན་ཡིན་ཞིང་། རང་གི་ཆ་ཤས་ཁག་ལ་བརྟེན་ནས་གྲུབ་ཡོད།

མཐའ་མར་སྤང་ཚུལ་ཐམས་ཅད་རྟེན་འབྲེལ་དུ་རྟོགས་སྟབས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། ང་ཚོས་དབྱུད་པ་བཏང་
ནས་མཐར་གཏུགས་སྐབས། དེ་རྣམས་ལ་སྟོས་མེད་ཀྱི་རོ་བོ་ཞིག་གིས་སྟོང་འགོ་བས་ཡིན། འདི་ནི་སྤང་ཚུལ་ངས་
ཅན་ཞིག་གི་འབྲེལ་བ་ལ་བལྟས་ན་གསལ་པོར་མཐོང་སྟབས། དཔེར་ན། བྱ་བ་དང་བྱེད་པ་པོ་ཞེས་པའི་ཚིག་འདི་
གཉིས་ཀྱིས་ཕན་ཚུན་ཤུགས་སུ་སྟོན་པ་དང་། པ་མ་དང་སྤྱ་གུའང་དེ་བཞིན་ཡིན་ཞིང་། མི་ཞིག་པ་མ་གང་ཅུང་
ཡིན་ན། རང་ཉིད་ལ་སྤྱ་གུ་ཡོད་པས་དེ་ལྟར་ཡིན། དེ་མཚུངས་བྱའམ་བྱ་མོ་ཟེར་བ་ནི། ཁོ་ཚོ་ལ་པ་མ་ཡོད་པའི་
འབྲེལ་བར་བལྟས་ནས་བརྟེན་པ་ཞིག་རེད། ཕན་ཚུན་རྟེན་འབྲུང་གི་འབྲེལ་བ་འདི་ནི། ཆེད་ལས་སམ་ལས་རིགས་
ལ་འབྲེལ་བརྟེན་བྱེད་པའི་ང་ཚོའི་སྐད་ཡིག་གི་ནང་དུ་འང་མཐོང་སྟབས་སྟེ། ས་ཞིང་ཐོག་གི་ལས་ཀ་རྒྱ་མཚན་དུ་
བྱས་ནས་མི་ཁག་ཅིག་ལ་ཞིང་པ་ཟེར་བ་དང་། ལྷན་བཅས་ཀྱི་ལས་རིགས་ནང་ལས་ཀ་བྱེད་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་མི་
ཁག་ཅིག་ལ་སྤྲོན་པ་ཟེར་གྱི་ཡོད།

ད་དུང་ཞིབ་དུ་བསམ་གཞིག་བྱས་ཆོ། འཛིན་པ་ལས་གྲུབ་པའི་བྱམ་པ་ནི་དོན་དངོས་སུ་ཅི་ཞིག་ཡིན་
ནམ་ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་དྲི་བའི་རོས་ནས་ཀྱང་བྱ་དངོས་ཐམས་ཅད་རྟེན་འབྲེལ་དུ་རྟོགས་སྟབས། བྱམ་པའི་མཐར་སྟག་
གི་རོ་བོ་ལ་འབྲེལ་བརྟེན་བྱེད་སྟུང་གི་ཁྱད་ཆོས་ཤིག་འཚོལ་སྐབས། བྱམ་པའི་རོ་བོ་ནི་ཐ་སྟོང་གི་དབང་གིས་གྲུབ་
པ་ཡིན་པར་མཐོང་བ་དང་། འདིའི་ཤུགས་བརྟན་དུ་སྤང་ཚུལ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བྱམ་པའི་གནས་སྟངས་འདི་ལས་
འདས་མེད་པ་ང་ཚོས་རྟོགས་སྟབས། བྱམ་པའི་རོ་བོ་ནི་དེའི་དབྱིབས་དང་། བྱེད་ལས། ད་དུང་འཛིན་པ་དང་རྒྱ་
སོགས་ལས་གྲུབ་པའི་ཆ་ཤས་བྱེད་བྲག་པ་གང་ཞིག་གིས་ཐག་གཅོད་བྱས་ཡོད་དམ། བྱམ་པ་ཞེས་པའི་ཐ་སྟོང་འདི་

ནི་མིང་ཙམ་དུ་བཏགས་པའི་ཚོག་ཙམ་ཡིན་ཞིང་། དེའི་ངོ་བོ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཁྱད་ཚུལ་གྱི་བྲག་པ་གཅིག་ཁོ་
ན་ཞིག་མེད་ལ། ཐ་ན་ཁྱད་ཚུལ་གྱི་ཚོགས་པ་སྤྱི་ཡིས་ཀྱང་བྱམ་པའི་ངོ་བོ་ཐག་གཅོད་མི་ཐུབ་པ་དང་། བཟོ་
དབྱིབས་འདྲ་མིན་ཡིན་པའི་བྱམ་པ་མང་པོ་ང་ཚོའི་ཡིད་ལ་འཆར་ཐུབ། འདི་ལྟར་ང་ཚོས་བྱམ་པའི་ངོ་བོའི་
གནས་སྟངས་ནི་རྒྱ་རྒྱུན་གྱི་དྲ་ཚོགས་ཤིག་དང་འབྲེལ་ནས་མ་གཏོགས་སྤང་མི་ཐུབ། རྟེན་འབྱུང་གི་ལྟ་བུའི་དབང་
དུ་བྱས་ན། བྱམ་པ་ལ་ཐག་གཅོད་རང་བཞིན་གྱི་ཁྱད་ཚུལ་གཅིག་ཁོ་ན་མེད་པ་དང་། བྱམ་པ་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་
གྲུབ་པ་ཞིག་མ་ཡིན་པར། རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ལམ་ནས་གྲུབ་པའི་ཚོས་ཤིག་རེད།

སེམས་ཀྱི་སྤང་ཚུལ་ཡང་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རང་བཞིན་ཡིན་པ་ང་ཚོས་མཐོང་ཐུབ་ཅིང་། རྟེན་འབྲེལ་དེ་ནི་
མྱོང་མཁན་གང་ཟག་དང་མྱོང་བའི་ཡུལ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་གྲུབ་ཡོད། དཔེར་ན། མེ་རྟོག་ཅིག་འཛིན་པའི་ཤེས་
པར་མཚོན་ན། དང་པོ་ཤེས་པ་འདི་ལྟ་བུ་སྤྱི་བར་དབང་པོ་ཞིག་དགོས་པ་དང་། གཉིས་པ་རྒྱུན་ཞིག་དགོས་ཀྱི་
ཡོད། འདིར་མེ་རྟོག་ནི་ཡུལ་གྱི་རྒྱུན་དེ་རེད། གསུམ་པ་ཡུལ་འཛིན་པའི་ཤེས་པ་ཞིག་འབྱུང་བ་ལ་བྱེད་པ་པོ་རང་
ཉིད་ཀྱི་སྒྲིའི་ཁ་སྤྱོད་ལྟ་བུ་ལྟར་གཏོང་མཁན་ཞིག་ཀྱང་དགོས། རྒྱུན་འདི་དག་ཚང་ན་དག་པོ་མེ་རྟོག་འཛིན་
པའི་ཤེས་པ་ཞེས་པ་དེ་འབྱུང་གི་ཡོད། ཤེས་པ་འདི་ནི་ཅི་ཞིག་གིས་གྲུབ་ཡོད་མེད་ལ་ཞིབ་ཏུ་བལྟས་ནས་ངི་བ་
སྒྲོར་ཞིག་བཀོད་ན། དེ་ནི་དབང་ཤེས་ཀྱི་བྱེད་ལས་ཁོ་ནར་བརྟེན་ནས་གྲུབ་པ་ཞིག་ཡིན་ནམ། ཡང་ན་དབང་ཤེས་
དང་ཡུལ་གྱི་མེ་རྟོག་གཉིས་འཕྲད་པའི་འབྲས་བྱ་ཙམ་ཡིན་ནམ། ད་དུང་འདི་གཉིས་གང་རུང་མ་ཡིན་པར་རྣམ་
པ་གཞན་ཞིག་གི་སྒྲོ་ནས་འབྱུང་གི་ཡོད་དམ། ང་ཚོས་འདི་ལྟར་འཚོལ་ཞིབ་བྱེད་སྐབས། རྒྱ་དང་རྒྱུན་གྱི་འདུས་
ཚོགས་རྒྱུ་འཛིང་ཆེན་པོ་ཞིག་གཞི་རྩ་མ་བཞག་པར་མེ་རྟོག་འཛིན་པའི་ཤེས་པ་འདི་རྟོགས་མི་ཐུབ་པ་གསལ་པོ་
ཡིན།

ང་ཚོའི་དབྱུང་བའི་ཡུལ་ལ་ཤེས་པ་བཟུང་ཆོ། ང་ཚོར་སྤང་སྟངས་ཤིག་ལ་དེ་ནི་རྟོག་ཅིང་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་
གྲུབ་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་མོད་ཀྱང་། ཤེས་པ་འདི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རང་བཞིན་ཡིན་པ་གསལ་པོ་ཡིན་ཏེ། གང་ཟག་སྒྲིའི་སོ་
སོའི་དབང་ཤེས་དང་། ཡིད་ཤེས། ཚེས་ཤེས་སོགས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་སེམས་དང་ཤེས་པ་ཞེས་པའི་རང་དབང་
དུ་གནས་པའི་སྤང་ཚུལ་ཞིག་ང་ཚོས་འཛིན་མི་ཐུབ། འདི་ལྟར་ཞིབ་ཏུ་བསམ་གཞིག་བྱས་ན། ཤེས་པ་ནི་རྣམ་
གངས་མང་ཞིང་རྒྱུ་འཛིང་ཆེ་བའི་བརྒྱུད་རིམ་གྱི་ཁྲོད་དུ་སྤྱོད་པའི་སྤང་ཚུལ་ཞིག་ཡིན།

རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ལྟ་བུ་འདི་ནི་ང་ཚོས་ད་དུང་དུས་ཀྱི་སྤང་ཚུལ་ལ་བསམ་སྒོ་བཏང་ནའང་རྟོགས་ཐུབ་པ་
དང་། ང་ཚོས་རྒྱུན་དུ་དུས་ནི་རང་རྒྱ་བའི་སྤང་ཚུལ་ཞིག་ཏུ་བསམ་པ་དང་། དུས་འདས་པ་དང་ད་ལྟ་བུ་དང་མ་
འོངས་པ་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། འོན་ཀྱང་། ཞིབ་ཏུ་དབྱུང་པ་གཏོང་སྐབས་བསམ་སྟངས་འདི་ཡང་ཐ་སྦད་ཙམ་གྱི་
གནས་རིམ་དུ་ཡོད་པ་དང་། ད་ལྟའི་དུས་ཞེས་པའི་ཐ་སྦད་འདི་ནི། འདས་མ་འོངས་གཉིས་ཀའི་བར་གྱི་སྒྲོང་ཆ་
དེའི་མཚོན་བྱེད་ཙམ་ཡིན་ཞིང་། དུས་ད་ལྟ་བུ་ལ་མཇུག་མོ་བཅུགས་ནས་དངོས་སུ་སྟོན་མི་ཐུབ། ད་ལྟ་བར་
འཛིན་པའི་དུས་སྐད་ཅིག་མའི་ལྷ་རྩིས་ཀྱི་སྐར་ཆ་གཅིག་གི་ཆ་ཤས་ལྷ་མོ་དེའང་འདས་པ་དང་མ་འོངས་པར་
གཏོགས་པ་དང་། ད་དུང་ང་ཚོས་ད་ལྟ་བུ་ནི་ད་ལྟ་རང་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་པར་ཆ་བཞག་ནའང་། སྐད་ཆ་འདི་
བཤད་མ་ཐག་ཏུ་སྐད་ཆ་འདིའི་བལྟན་དོན་ཡང་འདས་པར་གྱུར་ཡོད། གལ་ཏེ་ང་ཚོས་འདས་མ་འོངས་གང་རུང་
དུའང་མི་གཏོགས་པའི་དུས་སྐད་ཅིག་མ་ཞིག་ཡོད་པར་འདོད་ཆོ། དུས་ནི་རྣམ་པ་གསུམ་དུ་བགོས་པ་ལ་རྒྱ་
མཚན་ཅི་ཡང་མེད་པ་དང་། འདས་མ་འོངས་གང་ལའང་བགོ་མི་ཐུབ་པའི་ད་ལྟ་བའི་དུས་སྐད་ཅིག་མ་ཞིག་ཡོད་

ན། ང་ཚོར་དུས་ད་ལྟ་བུ་ཁོ་ན་ལས་གཞན་མེད། ད་ལྟ་བུ་ཞེས་པའི་དོན་སྤྱི་ཞིག་མེད་པར་འདས་མ་འོངས་ཀྱི་སྐོར་
ལ་སྐྱེད་རྒྱ་དཀར་ཞིང་། དུས་འདི་གཉིས་ད་ལྟ་བུར་བརྟེན་ཡོད་པ་གསལ་པོ་ཡིན། གཞན་ཡང་དབྱེད་པ་ཐུང་བ་
འདིར་བརྟེན་ནས་ད་ལྟ་བུ་ནི་མེད་པ་ཡིན་ཞེས་ཐག་བཅད་ན། ང་ཚོས་འཇིག་རྟེན་འདིའི་ཐ་སྙད་ཀྱི་ལྷགས་ཙམ་
དུ་མ་ཟད། རང་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིང་བའང་ཁས་ལེན་བྱས་མེད་དེ། དུས་དང་འབྲེལ་བའི་སོ་སོའི་སྤྱིང་བ་ལ་དབྱེད་པ་
གཏོང་སྐབས། འདས་པ་ནི་ཡལ་བ་དང་། མ་འོངས་པ་ནི་ད་དུང་བསྐྱེད་རྒྱར་སྟག་ཅིང་། ང་ཚོས་སྤྱིང་བྱུང་བ་ནི་
ད་ལྟ་བུ་ཁོ་ན་ཡིན།

ཞིབ་ལྟ་འདིས་ང་ཚོ་གང་ཞིག་ལ་བསྐྱེད་ཡོད་དམ། འདི་ལྟ་བུའི་ཞིབ་ལྟ་ནན་མོ་ཞིག་བྱས་ན། བྱ་དངོས་
གང་ཞིག་ཡིན་ཅུང་སོ་སོའི་སྤྱིང་བ་ལ་བསྐྱེད་ན་ཤིན་ཏུ་རྒྟེག་འཛིང་ཆེ་བ་གསལ་པོ་ཡིན། ད་ལྟ་བུ་ནི་ཡོད་པ་
ཞིག་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་ན། ཅུང་ཙམ་ཡིད་ཆེས་པའི་མཐའ་སྟོམ་ཞིག་ཏུ་སྤྱང་ཡང་། ད་ལྟ་བུ་ཡོད་ཚུལ་དེ་ཡུལ་གྱི་
ངོས་ནས་དང་། ཡང་ན་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་བྱུང་བ་ཞིག་མེན་ལ། ད་ལྟ་བུ་ནི་འདས་མ་འོངས་གཉིས་ཀར་བརྟེན་ནས་
བྱུང་ཡོད།

ཞིབ་ལྟ་འདི་ལ་རིན་ཐང་ཅི་ཞིག་ཡོད་དམ། འདིས་ང་ཚོར་ཇི་ལྟར་ཕན་ཐོགས་སམ་ཞེ་ན། ཞིབ་ལྟ་འདི་
ལ་ཤུགས་བསྐྱར་གྱི་གནད་དོན་གལ་ཆེན་ཁག་ཅིག་ཡོད། དང་པོར་རང་ལ་སྤྱང་ཞིང་རང་གིས་སྤྱིང་བའི་བྱ་དངོས་
གང་ཞིག་ཡིན་ཅུང་། ཕན་ཚུན་བརྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བའི་རྒྱ་རྒྱུན་གྱི་ཚོགས་པ་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་འབྲས་བུར་རྟོགས་
སྐབས། ང་ཚོའི་མཐོང་རྒྱ་དང་ལྟ་རྒྱ་ལ་གཞི་རྒྱའི་ཆ་ནས་འཕྲོ་འབྲུར་འགྲོ་ངེས་ཤིང་། རང་ཉིད་འཆོ་སའི་འཇིག་
རྟེན་འདི་ནི་སྤྱི་ཐུན་གསོན་པོ་ལྟ་བུར་སྤྱང་འགོ་ཚུགས་རྒྱ་རེད། དེ་ཡང་སྤྱི་ཐུན་ཞིག་གི་སྤྱིང་བ་ཡོད་པའི་སྤྱིང་བ་
རེ་རེས་སྤྱིང་བ་གཞན་ནམས་དང་སྟོམ་སྤྱིག་གི་ངང་ནས་མཉམ་འབྲེལ་བྱེད་བཞིན། སྤྱི་ཐུན་དེའི་སྤྱིའི་ནམ་པ་རྒྱན་
འཁྱེད་སྤྱིང་གྱི་ཡོད། སྤྱིང་བ་དེ་ཚོའི་ནང་གི་གཅིག་ལ་ན་ཆ་ལྟ་བུའི་གཞོན་འཆོ་བྱུང་ན། སྟོམ་སྤྱིག་དེར་ཉམས་
ཆག་འབྱུང་བར་མ་ཟད། སྤྱི་ཐུན་དེའི་སྤྱིའི་ངོ་བོ་ལའང་གཞོན་སྤྱིན་འབྱུང་གི་ཡོད། དེ་མཚུངས་ང་ཚོ་སྐོར་སོ་སོའི་
བདེ་སྤྱིག་ནི་རང་ཉིད་འཆོ་སའི་ཁོར་ཕྱག་དང་། འགོ་བུ་མི་གཞན་དག་གི་བདེ་སྤྱིག་དང་འབྲེལ་བ་དམ་པོ་ཡོད་
ལ། ང་ཚོའི་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་སྤྱིང་བ་ཐམས་ཅད་ཇི་འདྲ་ནུས་མེད་ཆོ་མེད་ཅིག་ཏུ་སྤྱང་ཡང་། དེ་དག་གིས་
རང་ཉིད་ཙམ་དུ་མ་ཟད་གཞན་ཆང་མ་ལའང་ཤུགས་རྒྱུན་ཞིག་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད།

ད་དུང་རྟེན་འབྱུང་གི་ལྟ་བུ་འདི་གཞིར་བཞག་ནས་དངོས་ཡོད་གནས་ལྷགས་ལ་ལྟ་སྐབས། ཚོས་དང་
བྱུང་བ་ཐམས་ཅད་གཞན་ལ་སྟོམ་མེད་དུ་རང་རྒྱ་ཚུགས་སྤྱིང་བ་ཡིན་པར་འཛིན་པའི་བག་ཆགས་ལས་རང་ཉིད་
གྲོལ་འགོ་བ་དང་། བཅིངས་གྲོལ་འདི་ནི་ཕན་ཐོགས་དང་ཐུན་པ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། གོམས་པའི་བག་ཆགས་དེའི་
དབང་གིས་སོ་སོའི་སྤྱིང་བའི་ཁྱད་ཆོས་བྱེ་བྲག་པ་གཅིག་དང་གཉིས་ཀྱིས་གཞན་ཐམས་ཅད་ཟེལ་གྱིས་མནན་ནས་
སྤྱིང་བའི་ཡུལ་གྱི་རྒྟེག་འཛིང་ཆེ་བའི་དངོས་ཡོད་གནས་ལྷགས་ཉིལ་པའི་ཆབ་མཆོན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

དངོས་ཡོད་གནས་ལྷགས་ལ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ལམ་ནས་ལྟ་བུ་འདིས་ང་ཚོར་དཀར་ཆོག་ཤིག་སྤྱོད་པ་
དང་། བྱ་དངོས་ཐམས་ཅད་དཀར་ནག་ལྟ་བུའི་ཁྱད་པར་བྱས་ནས་དེ་དག་གི་བར་དུ་ཡོད་པའི་རྟོགས་དཀར་
བའི་འབྲེལ་བ་སྤྱི་ཐུན་སྤྱི་ཐུན་སྤྱི་ཐུན་མེད་དུ་གཏོང་མི་ཅུང་ཞིང་། ཅི་ཞིག་ཡིན་ཅུང་རང་རྒྱ་བ་ཞིག་ཡིན་པའི་
རང་བཞིན་དུ་སྐྱེད་མི་སྤྱི་ཐུན། སྤྱིང་བ་ལྟ་བུ་ནམས་སྤྱིང་བ་ལྟ་བུ་གཞན་ལ་བརྟེན་ཡོད་པ་དང་། སྤྱིང་བ་གང་ཞིག་ཡིན་
ཡང་རང་ངོས་ནས་བྱུང་མེད་ན། ང་ཚོས་ཆོས་རྩ་ཆེན་དུ་འཛིན་པའི་བདག་ཀྱང་རྒྱུན་དུ་རང་ལ་སྤྱང་བ་ཇི་བཞིན་

ཐུབ་མེད་པ་གསལ་པོ་ཡིན། ང་ཚོས་རྟོག་དཔྱད་བྱས་ནས་བདག་གི་ངོ་བོ་འཛིན་སྐབས། མངོན་གསལ་དོད་པོར་
སྤང་བའི་བདག་གི་སྤྲུལ་སྤྲུལ་དེ་ནི། འཛིན་པ་ལས་ཐུབ་པའི་བྱས་པ་དང་། ཏུས་ད་ལྟ་བའི་རང་བཞིན་སྐྱེས་ལ་
སྟོས་ནའང་འཛིན་ཆོག་ཆོག་ཅིག་ཡིན། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། བྱས་པ་ནི་མངོན་སུམ་དུ་མཛུབ་སྟོན་བྱེད་ཐུབ་པའི་
དངོས་པོ་ཞིག་ཡིན་མོད། བདག་ལ་ནི་འདི་ལྟ་བུ་འཛིན་ཆོག་ཆོག་གི་རང་ཚུགས་ཤིག་མེད་ལ། དེའི་ངོ་བོ་ནི་
འདུས་ཆོགས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན། བག་ཆགས་ཀྱི་དབང་གིས་བདག་དང་གཞན་གྱི་བར་ལ་བྱུང་པར་ཆེན་པོ་ཞིག་
ཡོད་པ་ནི། ཚད་ངེས་ཅན་ཞིག་ལ་རྟོག་བཏགས་ཤིག་ཡིན་པ་ང་ཚོས་ཤིས་སྟབས།

འདི་ལྟར་བརྗོད་དོན་ཡང་མི་ཐམས་ཅད་ལ་ངའོ་སྟམ་པའི་འདུ་ཤེས་ཤུགས་དྲག་པོ་ཞིག་འཛིན་མེད་རང་
བཞིན་དུ་ཡོད་པ་ལས་ལེན་མ་བྱས་པ་མིན་ཞིང་། རྒྱ་མཚན་ཅིའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་དཔོན་པ་ནི་བརྗོད་དཀའ་
ཡང་། ངའོ་སྟམ་པའི་འདུ་ཤེས་དེ་ང་ཚོར་ཡོད་པ་ངེས་གཏན་རེད། འོན་ཀྱང་། ང་ཚོས་བདག་ཅེས་པའི་སྤང་ཚུལ་
འདི་ཅི་ཞིག་གིས་ཐུབ་ཡོད་མེད་ལ་ཞིབ་ལྟ་ཞིག་བྱས་ན། བདག་ཅེས་པ་ནི་ང་ཚོའི་སྒོ་ཡིན་ནམ། མཚམས་རེར་མི་
ཞིག་གི་སེམས་གནད་ལ་མ་བབས་པའམ་སྒོ་ལ་སྒྲིབ་ཀྱིས་མནར་སྐབས། འདི་གཉིས་ལས་གང་ཞིག་ཡིན་མིན་ལ་
མ་སྟོས་པར་སྤྲོད་པས་མི་དེའི་བདེ་ཐང་གི་འདུ་ཤེས་ཤུགས་ཆེ་ཅུ་གཏོང་བའི་སྤྲོད་སྟེན་གྱི་ཡོད། འདི་ལ་གཞིགས་
ཆོ་སྒྱུར་ང་ཚོས་བདག་ཟེར་བ་ནི་སེམས་ལ་དབང་བ་ཞིག་ཡིན་པར་སེམས་ཀྱི་ཡོད་པ་གསལ་ཞིང་། ངའི་ལུས་པོ་
དང་། ངའི་སྐད་། ངའི་སེམས་ལྟ་བུའི་སྐད་ཆ་ལ་བསམ་སྒོ་ཞིབ་དུ་བཏང་ན། སྐད་ཆ་འདི་ཚོའི་ནང་ཤུགས་ལ་
བསྟན་པའི་བདག་གི་དོན་སྟེ་ཞིག་ཡོད། རྒྱ་མཚན་དེའི་དབང་གིས་སེམས་ཀྱིས་བདག་ཇི་ལྟར་ཐུབ་ཡོད་པ་རྟོགས་
དཀའ་བ་ཞིག་རེད། ནང་པའི་ལྟ་བུ་སྤྲོད་པ་ལག་ཅིག་གིས་བདག་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ངོ་བོ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་
བྱེད་པར་འབད་བཅོམ་བྱས་ཡོད་པ་བདེན་ཡང་། བདག་དང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཉིས་གཅིག་ཡིན་ན། བྱ་བ་དང་
བྱེད་པ་པོ་དང་། རྟོགས་མཁན་དང་རྟོགས་པར་བྱེད་པ་གཉིས་གཅིག་དུ་འགྱུར་བ་སྟེ། ང་ཚོས་རྟོགས་མཁན་
བདག་དང་། རྟོགས་པར་བྱེད་པའི་རྩིས་པའི་བརྒྱུད་གཉིས་གཅིག་ཡིན་པར་བརྗོད་དགོས། ལྟ་ཚུལ་འདིའི་དབང་
དུ་བྱས་ནའང་། ལུས་སེམས་ཀྱི་འདུས་ཆོགས་ལ་མ་བརྟེན་པའི་རང་རྒྱ་རང་ཚུགས་སུ་གནས་པའི་བདག་ཅིག་ང་
ཚོས་རྟོགས་དཀའ་ཞིང་། འདིའི་བསྟན་དོན་ལ། བདག་ཅེས་པའི་ཆོག་འདིས་རང་དབང་དུ་གནས་པའི་ཆོས་ཤིག་
མཚན་གྱི་མེད་པ་དང་། དེ་ལས་ཐོག་སྟེ། བདག་ཟེར་བ་ནི་པན་ཚུན་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་ཞིང་རྟོག་འཛིང་ཆེ་བའི་
སྤང་ཚུལ་གྱི་དྲ་བ་ཞིག་གི་མིང་བརྒྱུ་ཅོམ་ཡིན།

མཚམས་འདིར་ང་ཚོས་ཕྱིར་གོ་མ་པ་གང་སྟོན་ཏེ། ངའོ་སྟམ་པའི་འདུ་ཤེས་འདི་ལ་རྒྱན་དུ་ང་ཚོ་ཇི་ལྟར་
འབྲེལ་སྤངས་ལ་བསྐྱར་ཞིབ་ཅིག་བྱེད་རྒྱ་ཡིན། ང་རིང་པོ་ཡིན་དང་ང་ཐུང་ཐུང་ཡིན། ངས་འདི་བྱས་པ་དང་ངས་
དེ་བྱས་པ་ཡིན་ལྟ་བུའི་སྐད་ཆ་བཤད་སྐབས། ཉན་མཁན་གྱིས་ཐེ་ཆོམ་མེད་པར་སྐད་ཆ་འདི་ཆོ་ལས་ལེན་ཞིང་།
སྐད་ཆ་འདི་ཚོའི་དོན་ནི་གསལ་ཞིང་ཐ་སྟོད་ཀྱི་ལུགས་བཞིན་གོ་བ་ལེན་གྱི་ཡོད། གནས་རིམ་འདིར་ང་ཚོ་ནི་སྐད་
ཆ་འདི་ཚོའི་མཚན་དོན་ལྟར་པལ་ཆེར་ཐུབ་ཡོད་པ་དང་། འདི་ལྟ་བུའི་གོ་མས་སྟོལ་ནི་ང་ཚོའི་ཉིན་རེའི་སྐད་ཡིག་
གི་ཆ་ཤས་ཤིག་ཡིན་པར་མ་ཟད། ང་ཚོའི་སྤྲོད་མོང་གི་ཐུང་བ་དང་ཡང་མཐུན་གྱི་ཡོད། འོན་ཀྱང་། ཡོད་པར་
བཤད་པ་ཅོམ་གྱིས་ཆོས་ཤིག་དོན་དངོས་སུ་ཡོད་པ་མཚན་མི་ཐུབ་ལ། གང་ཞིག་སྟོན་པའི་མིང་བརྒྱུ་ཞིག་ཡོད་པ་
ཅོམ་གྱིས་བསྟན་བྱ་དེ་ཡང་ཡོད་དགོས་པའི་ངེས་པ་མ་མཆིས་ཏེ། དཔེར་ན། རྒྱ་གཅིག་མ་unicorn། ནི་སུ་ཞིག་
གིས་ཀྱང་རྟོད་མེད་པ་ཡིན།

ཐ་སྐད་ཀྱི་ལུགས་འདི་ནི། མངོན་སུམ་དང་རྗེས་དཔག་ལས་བྱུང་བའི་གོ་རྟོགས་དང་མ་འགལ་བ་དང་།
ཐ་སྐད་ཀྱི་ལུགས་འདིས་བདེན་པ་དང་བདེན་མིན་ལྟ་བུའི་དོན་སྤྱི་གནས་སའི་ཐུན་མོང་གི་སྐད་བརྗེ་ལ་རྟེན་གཞི་
ཞིག་བྱེད་ཐུབ་ན། ཐ་སྐད་ཀྱི་ལུགས་འདི་ཚད་མར་བྱུང་ཡོད་པར་བརྟེན་ཆོག་སྐད་ཆ་འདིས་ཐ་སྐད་ཀྱི་ལུགས་
ལྟར་བྱས་ན་ཚད་ལྡན་ཡིན་ཅུང་། བདག་དང་ཆོས་གཞན་ནམས་ནི་སོ་སོའི་མིང་བརྗེ་དང་། ང་ཆོས་དེ་ཆོས་སྐུར་
བའི་འདུ་ཤེས་སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ལས་ལེན་བྱེད་པ་ལ་འགོག་སྐྱོན་ཅི་ཡང་མི་བྱེད། གནད་དོན་འདི་
དང་འབྲེལ་བའི་དཔེ་མཚན་ཞིག་ལ་བསམ་སྒྲོ་བྱུང་ན། ང་ཆོས་སྐུན་ནག་གི་ནང་དུ་ཐག་པ་དཀྱིས་ཡོད་པ་ཞིག་
སྐུལ་དུ་མཐོང་ཆོ། ང་ཆོས་སྐུན་ནས་གནས་སྐབས་ཤིག་ལ་རྟེན་པོར་སྤྱོད་སྤྱོད། ང་ཆོས་མཐོང་བའི་ཡུལ་ནི་དོན་
དངོས་སུ་ཐག་པ་ཞིག་ཡིན་མོད། འོད་སྤང་མེད་པ་དང་འབྲེལ་ཤེས་གཉིས་ཀྱིས་སྐྱོན་པས་ཐག་པ་དེ་ནི་ང་ཆོས་
སྐུལ་ཞིག་ཏུ་སྤང་ཡོད། དཀྱིས་ཡོད་པའི་ཐག་པ་འདི་ལ་སྤྱིའི་རྣམ་པའི་དོས་ན་མ་གཏོགས་སྐུལ་གྱི་ཁྱད་ཆོས་ཅི་
ཡང་མེད་ལ། སྐུལ་གྱི་རང་བཞིན་དེ་ང་ཆོས་ཐག་པའི་སྤྱིང་དུ་པར་སྒྲོ་བྱུང་གས་པ་ཇི་བཞིན། རང་གྱི་སྐབ་པའི་
བདག་གི་དོན་སྤྱི་ཡང་དེ་བཞིན་ཡིན།

ད་དུང་བདག་ཅེས་པའི་དོན་དེ་ཉིད་ཀྱང་ལྟོས་བྱུང་ཅིག་ཡིན། དཔེར་ན། རང་གིས་རང་ལ་འཁང་ར་
བྱེད་དགོས་པའི་གནས་སྤངས་ནང་ང་ཆོ་ཡང་ཡང་ལྟུང་གི་ཡོད། ང་ཆོས་ཉིན་འདི་དང་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་རང་
གིས་རང་ལ་སྒོ་པམ་བྱུང་དུ་བཅུག་པ་ཡིན་ཞེས་ཁོང་ཁྱོད་ང་རང་བརྟེན་གྱི་ཡོད། གནས་སྤངས་འདིར་བལྟས་ན།
བདག་ཁྱད་པར་བ་གཉིས་ཏེ། ཁོར་འབྲེལ་བྱེད་མཐའ་ཞིག་དང་སྐྱོན་བརྟེན་བྱེད་མཐའ་ཞིག་ཡོད་པ་འདྲ། བདག་
ལྷ་མ་ནི་བྱུང་བའང་སྤྱིང་བ་བྱེད་ཐག་པ་ཞིག་དང་འབྲེལ་བའི་སྒོ་ནས་བྱུང་བར་སྤང་ཡང་། བྱི་མ་ནི་སྤྱི་བྱུང་བྱུང་
བའི་བདག་གི་ལྟ་སྤངས་ཤིག་གི་དོས་ནས་བྱུང་འདུག ཁེར་བཤད་ཀྱི་འཁང་ར་དེ་ལྟ་བུ་ལ་གོ་སྐྱོ་ཞིག་ཡོད་ཅུང་།
ཤེས་པའི་སྐྱོན་ནི་དུས་ངེས་ཅན་གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་གཅིག་ཁོ་ན་མ་གཏོགས་མེད་པ་ཡིན། དེ་མཚུངས་ང་ཆོས་མི་
ཞིག་གི་ངོ་བོ་ལའང་རྣམ་པ་མ་འདྲ་བ་འགའ་ཞིག་ཡོད་པར་བརྟེན་ཆོག་ དཔེར་ན། ང་རང་ཉིད་ལ་མཚན་ན།
དགོ་སྤྱོད་ཞིག་ཡིན་པའི་བདག་གི་འཛིན་པ་དང་། བོད་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་བདག་གི་འཛིན་པ། ད་དུང་བོད་ཀྱི་ས་
ཁུལ་ཨ་མདོ་ནས་ཡོང་བའི་བདག་གི་འཛིན་པ་སོགས་ཡོད། བདག་འདི་ཆོ་ཁག་ཅིག་གཞན་ལ་ལྟོས་ན་ལྟ་ཞིང་།
བོད་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་བདག་གི་འཛིན་པ་ནི་བྲུ་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་འདུ་ཤེས་ལས་ལྷ་བ་སྤྱོད། དོས་རང་རབ་ཏུ་བྱུང་
སྐབས་ལོ་བདུན་ལ་སོན་ཡོད། སྐབས་བཅོལ་བ་ཞིག་ཡིན་པའི་བདག་གི་འཛིན་པ་ནི། བྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ལོ་ནས་
བཟུང་བྱུང་འགོ་ཚུགས་པ་ཞིག་ཡིན། ཆོག་གཞན་ཞིག་གིས་བརྟེན་ན། རྟེན་གཞི་གཅིག་ལའང་བྱེད་ཐག་ཏུ་འབྱེད་
ཅུང་བའི་མཚན་རྟགས་མང་པོ་ཡོད་པ་དང་། བདག་འདི་ཆོ་ཆང་མ་བོད་པ་ཞིག་ཏུ་འཛིན་པའི་བདག་གི་ཁོངས་
སུ་གཏོགས་ཤིང་། བདག་དེ་ནི་དོས་རང་སྐྱེས་དུས་ནས་བྱུང་ཡོད།

འོན་ཀྱང་། འདི་དག་ནི་མིང་བརྗེ་ཅན་གྱི་ཁྱད་པར་ཡིན་ཞིང་། ངོ་བོ་གཅིག་གིས་དོས་རང་གི་མཐར་
ཐུག་གི་བདག་དེ་བྱུང་ཡོད་ཅེས་ང་ཆོས་བརྟེན་མི་ཐུབ། དེ་བཞིན་བདག་གི་འདུ་ཤེས་འདི་ཆོ་ཆོགས་ནས་དོས་ཀྱི་
མཐར་ཐུག་གི་བདག་དེ་བྱུང་ཡོད་པའང་བརྟེན་མི་ཐུབ། ཐ་ན་དོས་ཀྱིས་བདག་གི་འཛིན་པ་དེ་ཆོ་ཁ་ཤས་དོར་
བར་ཆ་བཞག་ནའང་། ངོ་སྤྱོད་པའི་འདུ་ཤེས་དེ་བསྐྱེད་མར་གནས་ངེས་ཡིན་ཞིང་། དོས་རང་ལ་མཚན་ན།
འདི་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་བའི་བདག་ཅིག་ཡོད་པར་ཐེ་ཆོས་ཟ་དགོས་པའི་སྐྱེ་མཚན་འཕར་མ་ཞིག་ཡིན།

ང་ཚོས་འདི་ལྟར་ཞིབ་དུ་དབྱད་པ་གཏོང་སྐབས། དངོས་པོ་ཞིག་གི་ཚུགས་སྤུངས་ཀྱི་ངོ་བོ་བཅའ་ཡང་རྟེན་
མི་སྤུངས་པ་ཇི་བཞིན། བདག་དོན་འཛིན་ཁྱེད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་འདི་གཅིག་ཕུ་ཡིན་ཞེས་པ་ཞིག་མེད་པ་དང་། དེར་
བརྟེན་ང་ཚོས་དཀའ་སྤྲུག་ཁྱུང་དུ་སྒྲངས་ནས་སྤྱང་ཁོང་ཤིན་དུ་གཅིས་པའི་རྩ་ཆེན་གྱི་བདག་ནི། མཐར་ཐུག་ན་
དབྱར་གཞུང་གི་ནམ་མཁའི་འཇའ་ཆོན་བཞིན་སྤྲུགས་ཀྱིས་སྟོང་པ་ཡིན་པའི་མཚུགས་སྤུངས་མི་འཛིག་ཀྱི་མེད་ཡིན།

ཆོས་དང་སྤྱང་ཚུལ། ཐ་ན་བདག་ཀྱང་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་སྤྱང་པ་ཞིག་མིན་པ་བདེན་ཆོ། མཐར་ཐུགས་ན་ཅི་
ཡང་སྤུངས་མེད་པ་དང་། གནས་མེད་པའི་མཐའ་སྤུངས་རྒྱག་དགོས་པ་མ་ཡིན་ནམ། ཆོག་གཞན་ཞིག་གིས་དྲིས་ན།
ང་ཚོར་མངོན་སུམ་དུ་སྤྱང་གི་ཡོད་པའི་དངོས་ཡོད་གནས་ལུགས་ནི། སྟོའི་རྟོག་བཏགས་ཤིག་ལས་དོན་དངོས་སུ་
སྤུངས་པ་ཞིག་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་མིན་ཁོང་། བྱ་དངོས་ཐམས་ཅད་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རང་བཞིན་དུ་སྤུངས་པ་
ལས། རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་སྤུངས་པའི་བདེན་ཆ་དང་ངོ་བོ་ཞིག་མེད་པར་བརྟེན་པ་ནི། བྱ་དངོས་རྣམས་གཏན་
ནས་སྤུངས་མེད་པའི་དོན་ཞིག་མིན། དེ་ལས་སྟོན་སྟེ། རང་བཞིན་གྱིས་སྤུངས་པའི་ངོ་བོ་ཞིག་མེད་པའི་བདེན་པ་
འདིས་བྱ་དངོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནས་སྤངས་དང་སྤུངས་ཀྱི་གནད་དོན་ཞིག་སྟོན་ཁོང་། བྱ་དངོས་ཐམས་
ཅད་རང་དབང་དུ་གནས་པ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རང་བཞིན་དུ་སྤུངས་ཡོད།

དོན་གྱི་ལྟ་ཚུལ་ལ། རང་པའི་རྟེན་འབྲེལ་གི་ལྟ་བུ་འདིས་དངོས་ཡོད་གནས་ལུགས་ཀྱི་དོན་སྤྱི་ལ་གཞི་
རྒྱུན་ཁྱེད་པ་ལས། རྒྱ་དང་འབྲས་བྲ། ཚད་མ་དང་ཚད་མིན། གཅིག་དང་ཐ་དད། གཞི་དང་པ་དང་པན་པ་ལྟ་བུའི་
དོན་སྤྱི་རྟེན་སའི་ལྟ་བུའི་སྟོན་གཞི་ཚུགས་སྤུངས་ཅིག་ང་ཚོར་མཐོ་སྤྱད་ཁྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་རྟེན་
འབྲེལ་གི་ལྟ་བུ་ཆད་ལྟའི་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བུའི་ལངས་སྟོན་ལྟ་བུ་ཞིག་སྟོན་གྱི་ཡོད་པར་བསམ་ན་མི་འགྲིག་པ་
དང་། དོན་གྱི་བརྟེན་དོན་ནི་ཆོས་ཐམས་ཅད་འདི་ཡང་མ་ཡིན། དེ་ཡང་མ་ཡིན་པར་སྟོང་ཁོང་ཅི་ཡང་མེད་པའི་
དོན་ཞིག་གཏན་ནས་མིན། ད་དུང་ང་ཚོས་རང་བཞིན་གྱིས་སྤུངས་པའི་ངོ་བོ་ཞིག་མེད་པའི་བདེན་པ་འདི། འཚོལ་
ཞིབ་ཀྱི་བརྟེན་གཞིར་བཟུང་ནས་དེའི་དངོས་ཡོད་གནས་ལུགས་ཀྱི་རང་བཞིན་ལ་དབྱད་པ་བཏང་ཆོ། ངོ་བོ་ཉིད་
ཀྱིས་མ་སྤུངས་པའི་བདེན་པ་དེའང་རང་བཞིན་གྱིས་མ་སྤུངས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་རྟོགས་ཤིང་། གནས་ལུགས་འདི་ནི་
མཐའ་མེད་དུ་ཡར་འདེད་བྱུང་བྱུང་། ཆོས་རྣམས་ལ་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་སྤུངས་པའི་ངོ་བོ་ཞིག་མེད་པ་དེའང་
ཐ་སྟོད་ཀྱི་ལུགས་སུ་བཞག་པ་ཡིན་པའི་མཚུགས་སྤུངས་མི་འཛིག་ཐབས་མེད་ཡིན། དེ་བས་ན་ཆོས་རྣམས་ང་ཚོར་
སྤྱང་སྤངས་དང་། དངོས་ཡོད་གནས་ལུགས་བར་ལ་མཚམས་རེར་འགལ་བ་ཡོད་པ་ཁས་ལེན་བྱེད་བཞིན། ང་
ཚོར་གང་ཞིག་སྤྱང་བའི་པ་རོལ་དུ་ད་དུང་དེ་ལས་ལྷག་པའི་བདེན་པ་ཡིན་པའི་དངོས་ཡོད་གནས་ཀྱི་བྱུང་ཁོངས་
ཤིག་ཡོད་པར་བསམས་ནས་མཐའ་གཅིག་ལ་སྤྱང་མི་བྱུང་བ་དང་། དེ་ལྟར་བྱས་ན་ང་ཚོས་སོ་སོའི་རྟེན་རེའི་སྤྱང་
བ་ནི་འབྲུལ་སྤྱང་ཞིག་ལས་ཅི་ཡང་མིན་པའི་ལྟ་ཚུལ་འཛིན་པའི་རྟེན་ཁ་ཤིན་དུ་ཆེ་ལ། འདི་ནི་ནོར་འབྲུལ་ཚབས་
ཆེན་ཞིག་ཡིན།

དེང་དུས་ཀྱི་ཆོན་རིག་གི་བྱུང་ཁོངས་སུ་རེ་སྟོན་ཁྱེད་སའི་མདུན་སྟོད་ནི། ཁོན་རྟོག་དངོས་ལུགས་
དང་quantum physics འབྱུང་སྤྱིད་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ཡིན་ཁོང་། ཁྱུང་མཐའ་ཡང་ཚད་གཞི་ངེས་ཅན་ཞིག་ལ།
ཆོན་རིག་གི་རྣམ་གཞག་འདི་ཆོས་ཆོས་རྣམས་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན་པའི་དོན་སྤྱི་འདི་ལ་རྒྱབ་སྟོར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པར་
སྤྱང་། དོན་གྱིས་ཁོན་རྟོག་དངོས་ལུགས་མཐའ་འབྲེལ་བ་ཞིག་ཤིས་ཀྱི་ཡོད་པར་འདོད་ཀྱི་མེད་བྱུང་། ཆ་ལྟར་སྤྱི་
མའི་གནས་རིམ་དུ་ཆོས་ཤིག་ལ་ཞིབ་ལྟ་བྱེད་མཁན་དང་། ཆོས་དེའི་བར་ལ་བྱུང་པར་གསལ་པོ་ཞིག་འབྱེད་

དཀའ་བའི་ཚན་རིག་གི་ཤེས་རྟོགས་དེ་ནི། གོང་དུ་ངོས་ཀྱིས་གནད་བསྐྱུས་ཤིག་སྤངས་པའི་དངོས་ཡོད་གནས་
ལུགས་ཀྱི་དོན་སྤྱི་ལ་ཕྱོགས་པའི་རྟོགས་མཚན་ཞིག་ཡིན་པར་སྒྲུལ། དེ་ལྟར་ནའང་། གནད་དོན་འདི་ནན་དུ་སྤངས་
པའི་སེམས་པ་ངོས་རང་ལ་མེད་པ་དང་། ཚན་རིག་གིས་དེ་རིང་བདེན་པར་འཛིན་པ་གང་ཞིག་ཡིན་ཅུང་སང་
ཉིན་འགྱུར་ཆོག་ལ། ཚན་རིག་གིས་གསར་དུ་རྟོག་པའི་ཤེས་རྟོགས་ཀྱིས་སྟོན་གྱི་ཡོད་པ་ལྟར། དེ་རིང་གང་ཞིག་
བདེན་པར་འཛིན་པ་ནི་སང་ཉིན་ཐེ་ཚོམ་གྱི་གནས་སུ་མི་སྤྱང་བའི་ངེས་པ་མ་མཆིས། ད་དུང་བྱ་དངོས་ཐམས་
ཅད་རང་རྒྱ་བར་གནས་མི་ཐུབ་པའི་བདེན་པ་རྟོགས་པའི་ང་ཚོའི་གོ་རྟོགས་ལ་རྒྱ་མཚན་གྱི་རྒྱབ་རྟེན་གང་ཞིག་
བཞག་ཀྱང་། མཐའ་མའི་འབྲས་བུ་ནི་གཅིག་མཚུངས་ཤིག་ཡིན།

བདག་དང་གཞན་གྱི་བར་ལ་ཁྱད་པར་ཆེན་པོ་ཞིག་འབྱེད་པ་ནི། གཙོ་བོ་རྟེན་གྱི་དབང་གིས་བྱུང་བ་
ཡིན་པ་ང་ཚོས་དངོས་ཡོད་གནས་ལུགས་ཀྱི་གོ་རྟོགས་འདི་ལྟ་བུར་བརྟེན་ནས་མཐོང་ཐུབ་ཅིང་། བདག་གི་འདུ་
ཤེས་ལ་རྒྱ་སྐྱེད་བྱེད་པར་གོམས་འདྲིས་བྱས་ན། དེར་བརྟེན་ནས་རང་གཞན་གཉིས་ཀའི་བདེ་སྐྱེག་ལ་འདྲ་མཉམ་
དུ་ལྟ་བུར་བ་ནི་ང་ཚོའི་སྒྲོ་དོར་འཆར་ཐུབ་པ་ཞིག་ཡིན། དཔེར་ན། ང་ཚོ་བོད་པ་དང་། ཡང་ན་ང་ཚོ་ཉལ་རན་
ཆེ་ཡིན་ཞེས་མི་ཞིག་གིས་རང་གི་པ་ཡུལ་གྱི་ངོས་ནས་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་སྐབས། ང་ཚོ་ཞེས་པའི་ངོ་བོ་དེ་ནི་མི་
འདྲིའི་སྐྱར་གྱི་བདག་གི་འདུ་ཤེས་ནས་པ་རོལ་དུ་བཀྲལ་ཡོད།

གལ་ཏེ་བདག་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་བའི་ངོ་བོ་ཞིག་ཡོད་ན། གཞན་གྱི་བདེ་སྐྱེག་དང་མ་འབྲེལ་བའི་
སྒྲོ་ནས་ང་ཚོས་རང་གི་བདེ་སྐྱེག་བཤད་ཆོག་འོན་ཀྱང་། དེ་ལྟར་དུ་བྱུང་མེད་པར་མ་ཟད། བདག་གཞན་ནི་
འབྲེལ་བ་ཁོ་ནའི་ངོས་ནས་རྟོགས་རྒྱ་ཞིག་ཡིན་སྟབས། རང་གཞན་གྱི་བདེ་སྐྱེག་གི་བར་ལ་སྟོས་བཅས་ཀྱི་འབྲེལ་
བ་ཟབ་མོ་ཞིག་ཡོད། དངོས་ཡོད་གནས་ལུགས་ནི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རང་བཞིན་ཡིན་པར་གཞིགས་ཆོ། གཞན་གྱི་
བདེ་སྐྱེག་དང་གཏན་ནས་མ་འབྲེལ་བའི་བདག་གི་བདེ་སྐྱེག་ཅིག་མེད་པ་དང་། དངོས་ཡོད་གནས་ལུགས་ཀྱི་གཞི་
རྩ་ཡོད་པའི་རྩ་བའི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རང་བཞིན་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་བྱེད་ཀྱི་བདེ་སྐྱེག་ནི་ང་ཡི་བདེ་སྐྱེག་ཀྱང་ཡིན་
ལ། འདུ་ཤེས་ཟབ་མོ་ཞིག་གི་ངོས་ནས་བརྗོད་ན། རང་གཞན་གྱི་བདེ་སྐྱེག་ནི་གཅིག་དུ་འདྲེས་ཡོད།

རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ལྟ་བུ་འདི་གཞིར་བཞག་ན། གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་རང་རྒྱ་བ་དང་རང་ཚུགས་ཐུབ་པ་ཞིག་
ཡིན་པ་ལྟར་སྤངས་རྒྱ་མེད་པ་དང་། ལྟག་དུ་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་རྒྱབ་སྤྲོད་ཤིག་ལ་མ་བརྟེན་ན་དེ་ལྟར་དུ་སྤངས་མི་ཐུབ་
པ་བདེན་ཡང་། དངོས་ཡོད་གནས་ལུགས་ཀྱི་གོ་རྟོགས་རྟོག་འཛིང་ཅན་འདི་ངོས་ལེན་བྱས་ན། གོང་དུ་ངོས་
བབས་པའི་སྤངས་དོར་གྱི་རྩ་འཛིན་ནམས་སྤྱི་བྱུང་གྱི་རང་བཞིན་དུ་རྟོགས་མི་ཆོག་པ་ནི་མིན་ལ། དེ་ལས་ཐོག་སྟེ།
རྟེན་འབྱུང་གི་ལྟ་བུ་འདིས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་དངོས་ཡོད་གནས་ལུགས་དེ་ཆེས་གལ་དུ་བཅི་གི་ཡོད། དེ་ཡང་རྒྱ་ངེས་
ཅན་ཞིག་གིས་འབྲས་བུ་ངེས་ཅན་ཞིག་བསྐྱེད་པ་དང་། བྱ་སྤྱོད་ངེས་ཅན་ཞིག་གིས་བདེ་སྐྱེད་བསྐྱེན་ཞིང་། བྱ་
སྤྱོད་ངེས་ཅན་ཞིག་གིས་རང་ཉིད་སྐྱེད་བསྐྱེན་ལ་སྤྱོད་གྱི་ཡོད། དེ་བས་ན་བདེ་སྐྱེད་བསྐྱེན་པའི་བྱ་སྤྱོད་གང་ཞིག་
ཡིན་ཡང་ང་ཚོས་དེ་ལ་འབད་བརྩོན་བྱེད་དགོས་པ་དང་། སྐྱེད་བསྐྱེན་པའི་བྱ་སྤྱོད་གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་།
ང་ཚོས་དེ་ལ་འཛིན་དགོས་པ་ནི་མི་ཆང་མའི་ཁེ་ཕན་ཞིག་ཡིན། གོང་དུ་མཐོང་གསལ་ལྟར། ຕན་ཚུན་གྱི་བདེ་
སྐྱེག་ནི་དབྱེར་མེད་དུ་འདྲེས་ཡོད་སྟབས། སྤངས་དོར་གྱི་ནམ་གཞག་ནི་རང་གཞན་གྱི་བདེ་བའི་མངོན་འདོད་བར་
ལ་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་མཚམས་སྦྱར་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་པ་ང་ཚོས་ཁས་ལེན་བྱེད་དགོས་ངེས་ཡིན།

ལེའུ་བཞི་པ།
དམིགས་འདུན་བསྐྱར་དུ་ངོས་འཛིན་པ།

ངོས་ཀྱིས་ང་ཚོ་ཚང་མས་རང་བཞིན་གྱིས་བདེ་བ་འདོད་པ་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་མེ་འདོད་པ་ལ་ཞིབ་ཏུ་
བྱས་ཡོད་པར་མ་ཟད། མདོན་འདོད་འདི་ནི་ང་ཚོའི་ཐོབ་ཐང་ཡང་ཡིན་ཞིང་། ཐོབ་ཐང་འདི་ལ་གཞིགས་ཆོ།
སྒང་དོར་གྱི་རྣམ་གཞག་དང་མཐུན་པའི་སྤྱོད་པ་ནི། གཞན་གྱི་བདེ་བའི་སྤྱོད་བཀའ་བདེ་བའི་རེ་འདུན་ལ་འཆོ་
བ་མེ་བྱེད་པ་ཞིག་ཡིན་དགོས་པ་ང་ཚོས་རྗེས་སུ་དཔྱད་ཐུབ་སྟེ། ངོས་ཀྱིས་ད་དུང་རང་གཞན་གྱི་བདེ་སྤྱག་ཐུན་
མོང་དུ་རྟོགས་པའི་དངོས་ཡོད་གནས་ལུགས་ཀྱི་གོ་རྟོགས་ཤིག་གི་སྐོར་ཡང་འགྲེལ་བརྗོད་བྱས་ཡོད།

ད་ནི་ང་ཚོས་བདེ་བའི་རང་བཞིན་དང་ངོ་བོའི་སྐོར་ལ་བསམ་གཞིག་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན་ཞིང་། ཐོག་མར་བདེ་
བ་ཟེར་བ་ནི་སྟོས་བཅས་ཀྱི་སྤྱོད་བྱ་ཞིག་ཡིན་པ་ཡིད་ལ་འཛིན་དགོས། ང་ཚོས་སོ་སོའི་གནས་སྟངས་དང་བསྐྱར་
ནས་བདེ་བ་སྤྱོད་སྟངས་ལ་བྱུང་པར་ཡོད་པ་དང་། མི་གཅིག་ལ་དགའ་འོས་པའི་དོན་དག་ཅིག་ཡིན་ཅུང་།
གཞན་ཞིག་ལ་མཚོན་ན། དོན་དག་དེ་ཉིད་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་ཤིག་ཏུ་མི་འགྱུར་བའི་ངེས་པ་མེད། ང་ཚོ་
ཕལ་ཆེ་བས་ཆོ་གང་བོར་བཅོན་ཁང་དུ་འཇུག་པ་ལ་དགའ་སྤང་བྱེད་མི་སྲིད་ནའང་། ཐོག་བྲིམས་བཅད་ཡོད་
པའི་ཉེས་ཅན་ཞིག་གིས་སྤྱར་དུ་འཆི་བ་ལས་ཆོ་གང་བོར་བཅོན་ཁང་དུ་སྤྱོད་པ་ལ་དགའ་སྤང་བྱེད་ཀྱི་རེད།
གཉིས་པ། བདེ་བ་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་འདི་ནི་སེམས་ཀྱི་ངང་ཚུལ་འདྲ་མིན་ལ་འགྲེལ་བརྗོད་བྱེད་པར་བཀོལ་སྤྱོད་
བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་ང་ཚོས་ངོས་འཛིན་བྱ་རྒྱུ་གལ་ཆེ་ཞིང་། གནད་དོན་འདི་ནི་བོད་སྐད་ཀྱི་བདེ་བ་ཞེས་པའི་ཆོག་ལ་
བསྟུན་ན་གསལ་པོ་ཡིན་ལ། ཐ་སྙད་འདི་ནི་དབྱིན་སྐད་ཀྱི་‘pleasure’ ཞེས་པའི་ཆོག་གི་དོན་ཏེ། ལུས་པོའི་བདེ་
ཚོར་ལའང་འཇུག་གི་ཡོད། ཆོ་བ་ཆེ་བའི་ཉིན་ཞིག་ཚུ་གང་མའི་ནང་དུ་ལུས་པོ་བཀྱས་པའི་སྒོ་ནས་ང་ཚོར་བདེ་
བ་ཡོང་བ་དང་། ཡང་མཚམས་རེར་ང་ཚོས་སྤྱོད་བསམ་གྱི་སྤྱོད་ནའང་བདེ་བ་སྤྱོད་གི་ཡོད་པ་ནི། དཔེར་ན། རྒྱན་
ཤོག་ཅིག་ཐོབ་ན་ང་རང་ཉི་ཅང་དགའ་སྤྱོད་ཅེས་བཤད་པ་ལྟ་བུ་རེད། ད་དུང་བྲིམ་ཆང་གི་འཆོ་བའི་བདེ་
སྤྱོད་དང་འགྲེལ་བའི་སྒོ་ནས་ཀྱང་བདེ་བ་སྤྱོད་གི་ཡོད།

གནས་སྟངས་མཐའ་མ་འདི་ལ་མཚོན་ན། བདེ་བ་ནི་འཆོ་བའི་འགྱུར་ཕྱོག་གི་དགའ་སྤྱོད་ལ་མ་སྟོས་པར་
ཡུན་དུ་བརྟན་པའི་སེམས་ཁམས་ཀྱི་ངང་ཚུལ་ཞིག་ཡིན་ཡང་། ཆོ་བ་ཆེ་བའི་ཉིན་ཞིག་ལ་ཚུ་བསེལ་མའི་ནང་དུ་
ལུས་པོ་བཀྱས་པ་ལས་བྱུང་བའི་བདེ་བ་ནི། ཕྱི་དབང་པོ་ལ་བདེ་བ་སྤྱོད་པའི་བྱ་འགུལ་ཞིག་གི་འབྲས་བྱ་ཡིན་
པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཡུན་དུ་བརྟན་པའི་རང་བཞིན་ཞིག་མིན། གལ་ཏེ་ང་ཚོ་ཚུ་བསེལ་མའི་དེའི་ནང་དུ་ཡུན་རིང་
པོར་བསྐྱེད་ཆོ། ང་ཚོའི་ལུས་པོ་འབྲུགས་རྒྱུ་ཡིན་ཞིང་། བྱ་འགུལ་འདི་ལྟ་བུ་ལས་ཐོབ་པའི་བདེ་བ་ནི། དོན་ངོ་
མར་བདེ་ཚོར་དེ་ཡུན་རིང་པོར་མི་བརྟན་པའི་ཆ་ནས་གཙོ་བོར་འབྱུང་གི་ཡོད། རྒྱན་ཤོག་ལས་དངུལ་འབོར་ཆེན་
ཞིག་ཐོབ་པར་མཚོན་ན། དེས་ཡུན་བརྟན་གྱི་བདེ་སྤྱོད་ཅིག་བསྐྱེད་པ་དང་། ཡང་ན་རྒྱ་ལོར་གཅིག་ཕུས་སེལ་མི་
ཐུབ་པའི་དགའ་སྤྱོད་གིས་སྤྱར་དུ་བེལ་གྱིས་གཞོན་པའི་བདེ་བ་ཡུན་སྤང་ཙམ་ཞིག་བསྤྱོད་མིན་རྒྱན་ཤོག་ཐོབ་
མཁན་རང་ཉིད་ལ་སྤྱག་ཡོད་པར་མ་ཟད། སྤྱོད་བཤད་ན། གལ་སྲིད་དངུལ་གྱིས་བདེ་བ་སྤྱོད་ཐུབ་ཀྱང་བདེ་བ་

དེའི་རིགས་ནི། དངུལ་གྱིས་ཉོ་ཐབ་པའི་ཕྱིའི་དངོས་པོ་དང་འབྲེལ་ཕྱིར། དུན་ཐུང་བའི་དབང་པོའི་ཁྱེད་པོའི་
རང་བཞིན་ཞིག་ཡིན། ང་ཚོས་མཐོང་གསལ་ལྟར། ཕྱིའི་དངོས་པོ་དེ་དག་ཀྱང་སྤྲུག་བསྐྲུག་གི་རྒྱ་རྒྱ་འབྱུང་བ་དང་།
ང་ཚོར་རྒྱ་མཚོ་མང་པོ་ཡོད་པ་ཅིས་གྱིས་སོ་སོའི་འཆོ་བའི་ནང་དུ་དཀའ་ངལ་མང་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་ཡོད་
དེ། རྒྱུ་འཁོར་ཆག་པ་དང་། དངུལ་བསྐྲུག་པ། རང་ལ་རྩ་ཆེ་བའི་ཅ་མོར་བརྟུག་པ། ཁང་པ་ལ་མེ་ཤོར་བ་ལྟ་བུ་
དང་། མཐའ་ན་འདི་དག་མ་བྱུང་ཡང་འབྱུང་བར་དོགས་ནས་ང་ཚོས་རྒྱ་དུ་སེམས་བྲལ་བྱེད་གྱི་ཡོད།

གལ་ཏེ་འདི་ལྟར་མ་ཡིན་པ་སྟེ། རྒྱ་ཤོག་ཐོབ་པ་ལྟ་བུའི་བྱ་བ་དང་གནས་སྤངས་ཀྱི་ནང་དུ་སྤྲུག་བསྐྲུག་
གི་རྒྱ་མེད་ཆོ། ན་ཚའི་རྒྱ་ལ་བཟོད་བསྐྱེད་ཅི་ཅིས་བྱས་ན་དེ་ཅིས་གྱིས་ན་ཆ་དེ་ཆེ་རྒྱ་འགོ་བ་ཇི་བཞིན། ང་ཚོས་དེ་
དག་ལ་ལོངས་སྤྱོད་ཅི་ཅིས་མང་དུ་བྱས་ན། དེའི་ཆོད་ཀྱིས་ང་ཚོའི་བདེ་བ་ཆེ་རྒྱ་འགོ་དགོས། འོན་ཀྱང་། འདི་
ལྟར་འབྱུང་གི་མེད་པ་དང་། བདེ་བ་དེའི་རིགས་ཡང་དག་ཅིག་ཐོབ་ཡོད་སྟེ་མ་པའི་ཆོར་སྤང་ང་ཚོར་མཆོམས་
རེར་ཡོད་ཀྱང་། ཡང་དག་དུ་སྤང་བའི་བདེ་བ་དེའང་སྐད་ཅིག་ཅིས་ལ་འོད་ལམ་ལམ་འཕྲོས་ནས་ཡལ་འགོ་བའི་
རྩ་མགོའི་ཟེལ་བ་བཞིན་འཇིག་འགོ།

འདིས་ཕྱི་དངོས་པོའི་ཡར་རྒྱས་ལ་རེ་བ་བཅོལ་བ་མང་དུ་གསུམ་ན། མོར་འབྲུལ་ཞིག་ཡིན་པ་གསལ་པོར་
སྟོན་པ་དང་། ང་ཚོའི་དཀའ་རྟོག་ནི་དངོས་གཙོ་རིང་ལུགས་རང་མ་ཡིན་པར། ཕྱིའི་དབང་ཤེས་ཅི་ཆོམ་པར་
བྱས་ན་ཡུན་བརྟན་གྱི་བདེ་བ་རྟེན་པར་འདོད་པའི་བདེན་འཛིན་འདི་ཡིན། བདེ་བའི་འཆོལ་སྟེག་ནི་གསོན་
གནས་དང་། ལུས་ཕུང་གི་བཀྲེས་སྒྲིམ་བསལ་བ་ཅིས་ལས་མ་འདས་པའི་དུད་འགོ་དང་མ་འདྲ་བར། ང་ཚོ་འགོ་
བ་མེ་ལ་གནས་རིམ་ཟབ་མོ་ཞིག་ནས་བདེ་བ་ཁྱེད་པོའི་རྣམ་པ་ཡོད་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་བདེ་བ་ཞིག་རྟེན་ན། བདེ་བ་
དེར་མི་འདོད་པའི་ཁྱེད་པོ་གཞན་ཟེལ་གྱིས་གཞན་པའི་རྣམ་པ་འདྲ་ལྟར་ཞིང་། གཤམ་འབྱེད་ལ་ཞུགས་པའི་
དམག་མི་ཞིག་ལ་མཆོན་ན། རང་ཉིད་མས་ཡོད་རུང་རང་ཕྱོགས་རྒྱལ་ཡོད་ཆོ། རྒྱལ་ཁ་དེར་བརྟེན་ནས་བྱུང་བའི་
ཡིད་ཆོམ་གྱི་བདེ་བས་གཤམ་འབྱེད་ཤོར་བའི་ཕྱོགས་སུ་གཏོགས་ཤིང་། མས་གཅིག་མཚུངས་ཤིག་ཤོག་ཡོད་པའི་
དམག་མི་ཞིག་གི་ན་བྲག་ལས་ཐུབ་མང་པོར་རང་གི་ན་བྲག་ཉུང་དུ་གཏོང་བྱུང་།

གནས་རིམ་ཟབ་མོ་ཞིག་ནས་བདེ་བ་ཁྱེད་པོའི་འགོ་བ་མའི་རྣམ་པ་འདི་ནི། ད་དུང་རྩལ་དབྱངས་
དང་རྒྱ་རྒྱལ་སོགས་ཀྱིས་ཕྱི་དངོས་པོའི་ལོངས་སྤྱོད་གྱི་བདེ་བ་ལས་སྤྲུག་པའི་ཆད་མཐོའི་བདེ་ཆོར་ཞིག་ང་ཚོར་
སྤོང་བྱུང་བའི་རྒྱ་མཚོན་ཡང་ཡིན། འོན་ཀྱང་། མཛོས་རྟོག་གི་ཁྱེད་པོ་བདེ་བའི་འབྱུང་ཁུངས་ཤིག་ཡིན་ཡང་།
ཁྱེད་པོ་འདིའི་རིགས་ཀྱིས་ཀྱང་དབང་ཤེས་ཀྱི་ཆ་ཤས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཟེལ་ཡོད། རྩལ་དབྱངས་ནི་ན་ཤེས་དང་། རི་
མའི་རྒྱ་རྒྱལ་ནི་མིག་ཤེས། ཞབས་བྱོ་ནི་ལུས་ཤེས་བཅས་ལ་བརྟེན་ཡོད། འདི་ལྟར་མཛོས་རྟོག་གི་ཁྱེད་པོ་སོ་
སོའི་ཆེད་ལས་དང་། ཡང་ན་ལས་ཀ་སོགས་བསྐྱབས་པ་ལས་ཁྱེད་པོའི་བདེ་བ་ཇི་བཞིན། རྩ་བའི་ཆ་ནས་དབང་
ཤེས་ཁག་ལ་བརྟེན་ཡོད་སྟབས། ང་ཚོའི་རེ་བའི་མཐར་ཐུག་གི་བདེ་བ་དེ་ནི། མཛོས་རྟོག་གི་ཁྱེད་པོ་རང་སྤྱོད་
ནས་ཡོང་མི་ཕྱིན།

མཆོམས་འདིར་དགག་བྱ་ཞིག་འཕེན་ཆོག་སྟེ། དུན་ཐུང་བའི་བདེ་བ་དང་། དུན་བརྟན་པའི་བདེ་བ།
ཡང་ན་སྐད་ཅིག་གི་བདེ་བ་དང་། མཐར་ཐུག་གི་བདེ་བ་སོགས་སོ་སོར་བྱེས་ན་བཟང་མོད་ཀྱང་། སྒྲིམ་ནས་འཆོ་
བཞིན་པའི་མི་ཞིག་ལ་མཆོན་ན། སྤང་རིན་ཡོད་པའི་བདེ་བ་ཁོ་ན་ནི་རྩ་རྟེན་རྒྱ་དེ་ཡིན། འདི་ནི་རྩོད་གཞི་ཅན་
ཞིག་མིན་ཞིང་། གསོན་གནས་ཀྱི་གནད་དོན་ལ་ཐུག་ཆོ། ང་ཚོའི་དགོས་མཁོ་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་ཁ་ཆ་དགོས་

གཏུགས་སུ་གྱུར་ཏེ། ང་ཚོའི་འབད་པ་ལལ་ཆེ་བ་དགོས་མཐོ་དེ་དག་སྐོང་བར་ཁ་ཕྱོགས་རྒྱ་རེད། འོན་ཀྱང་།
གསོན་གནས་ཀྱི་སྐལ་ཤུགས་འདི་ནི། ལུས་པོའི་དགོས་དབང་གིས་བྱུང་བ་ཡིན་པར་གཞིགས་ན། ལུས་པོའི་བདེ་བ་
ནི་རྟག་ཏུ་དབང་ཤེས་ཀྱི་ལོངས་སྤྱོད་ལ་ཆོད་འཛིན་བྱས་ཡོད། དེར་བརྟེན་ང་ཚོས་གནས་དུས་ཐམས་ཅད་དུ་
དབང་ཤེས་ཀྱི་བདེ་བ་གཅིག་ཕུ་འཆོལ་དགོས་པར་སེམས་པ་ལ་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་ཅིག་མེད་པ་དང་། ང་ཚོས་
ཞིབ་ཏུ་བསམ་གཞིག་བྱས་ཆོ། དབང་བོའི་རྩམ་སྲིད་ཆོས་པར་བྱས་ནས་སྤྱོད་བའི་འཕྲལ་གྱི་བདེ་ཆོར་ནི། ངན་
ལ་ལང་ཤོར་བའི་མི་ཚོས་ཆང་དང་ཐ་མག་སོགས་སྤྱོད་སྐབས་སྤྱོད་བའི་བདེ་བ་དང་ཏ་ལམ་བྱུང་པར་མེད།
འཕྲལ་གྱི་བདེ་བ་དེ་ལྟ་བུ་ནི་སྤྱར་དུ་མེད་པར་གྱུར་ནས་སྤར་ལས་ཀྱང་ཆེ་བའི་འདོད་སྲིད་གཞན་ཞིག་སྐྱེ་བ་དང་།
ཉལ་ཐ་སོགས་སྤྱད་ན་མཚུག་ཏུ་སྤྱག་བསྐལ་འབྱུང་བ་ཇི་བཞིན། འཕྲལ་དུ་དབང་བོའི་རྩམ་སྲིད་ཆོས་པར་བྱེད་
བའི་ང་ཚོའི་བྱ་འགལ་ལལ་ཆེ་བས་ཀྱང་སྤྱག་བསྐལ་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད། འདི་ལྟར་བརྒྱུད་དོན་ནི། བྱ་འགལ་དེའི་རིགས་
ལས་བྱུང་བའི་ང་ཚོའི་བདེ་བ་ནི་འགྲིག་མེད་པ་མ་ཡིན་པར། ང་ཚོས་དབང་བོའི་རྩམ་སྲིད་ཐམས་ཅད་ནམ་ཡང་
ཆོས་པར་བྱེད་ཐབས་མེད་པ་ངེས་པར་དུ་ངོས་འཛིན་བྱེད་དགོས་པ་འདི་ཡིན། རབ་བྱུང་ན་ཁ་ཟས་ཡག་པོ་ཞིག་
ཟོས་པའི་བདེ་བ་ནི། ང་ཚོ་མ་སྟོགས་བར་དུ་གནས་པ་ཅམ་ཡིན་ཞིང་། རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་བོའི་མཁས་དབང་ཞིག་
གིས་དབང་བོའི་བདེ་བ་འཆོལ་བ་དང་ཆ་རྒྱ་འབྱུང་བ་གཉིས་འདྲ་མཚུངས་ཡིན་ཞིང་། ཅི་ཅམ་ལོངས་སུ་སྤྱད་ན་
དེ་ཅམ་གྱིས་འདོད་པ་དང་སྐྱོམ་པ་ཆེ་བའི་འགྲོ་བར་གསུངས་ཡོད།

ངོས་གྱིས་ནང་གི་སྤྱག་བསྐལ་ཞེས་བརྒྱུད་པ་འདི་ནི། བདེ་བ་འཆོལ་བའི་ང་ཚོའི་ཉོལ་སྤྱོད་ཀྱི་རྒྱུན་པས་
གཙོ་བོར་འབྱུང་གི་ཡོད་པ་དང་། ང་ཚོས་རང་ཉིད་བཀག་ནས་གནས་སྤངས་ངེས་ཅན་ཞིག་གི་སྤྱེ་མང་རྟོག་
འཛིང་ལ་ཕྱོགས་ལོངས་ནས་བསམ་གཞིག་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་མེད། ང་ཚོས་བཟོད་ལམ་བྱུང་ཤོས་གང་ཞིག་ཡིན་པར་
སྤང་བ་དེ་བརྒྱུད་ནས་ཉོལ་རྒྱག་གིས་བདེ་བ་འཆོལ་ཐབས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཀྱང་། དེ་ལྟར་ཉོལ་རྒྱག་བྱས་པས་བདེ་བ་
རྒྱ་ཆེན་ཞིག་གི་གོ་སྐབས་ང་ཚོས་རྒྱན་དུ་བསྐྱུག་གི་ཡོད། འདི་ནི་བྱུང་མཚར་བ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། རྒྱན་དུ་ང་ཚོས་སོ་
སོའི་ཕུ་གུས་གང་འདོད་བྱེད་པར་འགོག་པ་དང་། ཁོ་ཚོར་རང་དབང་ལོངས་སུ་སྤྱད་ཆོ། ལལ་ཆེར་སྤོབ་སྤྱོད་བྱེད་
པ་ལས་རྩེད་མོ་རྩེས་ནས་དུས་ཆོད་རྒྱུད་ཟོས་སུ་གཏོང་ངེས་ཡིན་ཕྱིར། ང་ཚོས་ཁོ་ཚོར་འཕྲལ་གྱི་རྩེད་མོའི་བདེ་བ་
སྤོབ་གཏོང་བྱས་ནས་སྤོབ་སྤྱོད་བྱེད་དུ་འཇུག་གི་ཡོད། ང་ཚོའི་བྱེད་སྤངས་འདི་ནི་ཕུགས་གཅིགས་སུ་འཛིན་པའི་
བྱེད་སྤངས་ཤིག་ཡིན་ལ། ཕུ་གུའི་སྤང་བར་མ་འགོ་ཡང་བྱེད་སྤངས་འདིས་ཁོ་ཚོའི་འབྱུང་འགྱུར་ལ་རྒྱ་དག་ཞི་
བརྟན་པོ་ཞིག་འདིང་གི་ཡོད། འོན་ཀྱང་། མི་དར་མ་ཚོས་རང་སྤྱོད་ནས་རྩ་འཛིན་འདི་ལ་རྒྱན་དུ་སྤང་མེད་བྱེད་
པ་སྟེ། དཔེར་ན། བཟའ་ཟླ་གཅིག་གིས་སོ་སོའི་དུས་ཆོད་ཆང་མ་རང་ཉིད་གཅིག་ཕུའི་ཁེ་ཕན་ཆེད་བེད་སྤྱད་ཆོ།
བཟའ་ཟླ་གཞན་དེས་སྤྱག་བསྐལ་སྤྱོད་པ་གསལ་པོ་ཡིན་ཞིང་། འདི་ལྟར་འབྱུང་སྐབས་བཟའ་ཟླ་གཉིས་ཀའི་
གཉེན་སྤྱི་དེའང་རྒྱན་འབྱུངས་བྱེད་པར་ཁག་ནས་ཁག་ཏུ་འགྲོ་བ་དང་། དེ་མཚུངས་ང་ཚོས་མཚམས་རེར་
མཐོང་གི་མེད་པ་ནི། པ་མ་ཚོས་ཀྱང་ཕན་ཚུན་གཅིག་ཕུ་བསམས་ནས་ཕུ་གུར་འགན་མ་ཁུར་བར་སྤང་རྒྱུ་
ན། མཚུག་འབྲས་མི་ལེགས་པ་འབྱུང་ངེས་པ་འདི་ཡིན།

ང་ཚོས་གཞན་གྱི་བདེ་སྤྱག་ལ་བསམ་གཞིག་མ་བྱས་པར། སོ་སོའི་འཕྲལ་གྱི་རྩམ་སྲིད་ཁོ་རྣའི་རྩེས་སུ་
བསྟེགས་ན། ང་ཚོས་ཕུན་དུ་བརྟན་པའི་བདེ་སྤྱོད་ཀྱི་འཆོ་བའི་གོ་སྐབས་རྒྱུད་དུ་ཕུད་ཀྱི་ཡོད། འདི་ལ་སོམས་
དང་། གལ་སྲིད་ང་ཚོ་ནི་བྱིས་ཆང་བཅུ་ཅམ་ཡོད་པའི་ཉེ་འཁོར་ཞིག་ཏུ་གནས་སྤོབ་བྱས་ཡོད་ཀྱང་། བྱིས་ཆང་དེ་

ཚོའི་བདེ་ལུག་ལ་བསམ་སྒོ་མ་བཏང་ན། ཁོ་ཚོ་དང་ལྷན་དུ་འཆོ་བ་ལས་བྱུང་བའི་བདེ་བ་དེ་ཐོབ་པའི་གོ་སྐབས་
ང་ཚོས་བརྟག་གི་ཡོད། ཕྱོགས་གཞན་ནས་ང་ཚོས་ཁོ་ཚོའི་བདེ་ལུག་ལ་མཐོང་ཆེན་དང་། ཁོ་ཚོར་འཆམ་མཐུན་
བྱས་ཆོ། ང་ཚོས་རང་གཞན་གཉིས་ཀར་བདེ་སྲིད་བསྐྱུན་གྱི་ཡོད། ད་དུང་ང་ཚོ་མི་གསར་པ་ཞིག་ལ་ཐུག་པར་
མཚོན་ནའང་། གཅིག་བྱས་ན་ང་ཚོ་ཟ་ཁང་ཞིག་ལ་མཉམ་དུ་སོང་ནས་དདུལ་སྒྲོར་ཁ་ཤས་ཀྱི་འགྲོ་སོང་གཏོང་
དགོས་སྲིད་ཀྱང་། མ་འོངས་པར་རང་ལ་ཕན་ཐོགས་པའི་འགྲོགས་འདྲིས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་འཇུགས་པའི་གོ་སྐབས་
བཟང་པོ་ཞིག་ཡོད། དེ་ལས་ཐོག་ཟླ། མི་ཞིག་ལ་ཐུག་པའི་ཆེ་ན་མགོ་སྐྱོར་གཏོང་བའི་གོ་སྐབས་ཤིག་མཐོང་ནས་
གོ་སྐབས་དེ་སྤངས་ཆོ། འབྲེལ་དུ་རང་ལ་དདུལ་སོགས་ཀྱི་ཁེ་བཟང་ཐོབ་སྲིད་ཀྱང་། མི་དེ་དང་ཡུན་རིང་གི་
འགྲོགས་འདྲིས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ལས་འབྱུང་ངེས་པའི་ཕྱགས་ཀྱི་ཁེ་ཕན་མང་པོ་ཞིག་གི་གོ་སྐབས་ཡོངས་སུ་བརྟགས་
ཡོད།

ད་ལྟ་ང་ཚོས་ངོས་ཀྱིས་བདེ་བ་ངོ་མ་ཞེས་བརྗོད་གྱི་ཡོད་པ་དེའི་ངོ་བོའི་སྐོར་ལ་བསམ་གཞིག་བྱེད་རྒྱུ་
ཡིན། འདྲིར་ང་རང་ཉིད་ཀྱི་ཉམས་སྤྱོད་གིས་ངོས་ཀྱིས་སྤངས་བཞིན་པའི་སྒྲོའི་ངང་ཚུལ་དེ་མཚོན་པར་རམ་
འདེགས་བྱེད་སྲིད་པ་དང་། ནང་པའི་དགེ་སྤྱོད་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ངོས་ཀྱིས་ནང་པའི་ཉམས་ལེན་དང་། ལྟ་
བ། ད་དུང་ནང་པའི་མཚན་ཉིད་རིག་པ་སོགས་ལ་ཆེད་སྤྱོད་བྱས་ནའང་། དེང་རབས་ཀྱི་འཆོ་བར་དགོས་མཁོ་
བའི་ཆེད་སྤྱོད་ཅི་ཡང་ངོས་ལ་ཐོབ་མེད། ངོས་རང་གི་མི་ཚའི་ནང་དཀའ་ཁག་དང་འགན་ཁུར་ཉ་ཅང་ཆེན་པོ་
མང་པོ་ངོས་ཀྱི་ཕྱག་དུ་བབས་སྤྱོད་བ་སྟེ། ལོ་བརྒྱ་དུག་གི་སྤྱོད་བོད་བཅན་བཟུང་བྱེད་སྐབས། ངོས་ཀྱིས་རང་གི་
རང་དབང་ཤོར་ཁོང་། ཉེ་ལུ་རྩ་བའི་ཐོག་བཅན་བྱོལ་དུ་འགྲོ་སྐབས་རང་གི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱང་ཤོར་སོང་། ཆོས་
ལུགས་ཀྱི་ཕྱོགས་ནས་བརྗོད་ན། རྒྱ་གར་ནི་ངོས་ཀྱི་པ་ཡུལ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཡང་། ཕྱིའི་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་དུ་སྐབས་བཅོལ་
བ་ཞིག་གི་ངོ་བོ་ནས་འཆོ་མྱོད་བྱས་ནས་ལོ་བཞི་བརྒྱ་ལྷག་འགོར་ཡོད། དུས་ཡུན་དེའི་རིང་ལ་ངོས་ཀྱིས་རང་དང་
གཅིག་མཚུངས་སུ་བཅན་བྱོལ་ལ་འབྱོར་བའི་བོད་མི་ཚོ་དང་། ཚད་གཞི་ངེས་ཅན་ཞིག་ལ། བོད་དུ་ཡོད་པའི་བོད་
མི་ཚོར་ཞབས་ཞུ་བསྐྱབ་པར་གང་ཐུབ་ཅི་ཐུབ་ཀྱིས་དུར་བཙོན་བྱས་ནའང་། ངོས་ཀྱི་པ་ཡུལ་གངས་རྒྱུངས་སུ་
ཚད་མེད་ཀྱི་གཏོར་བཅོམ་དང་ལྷུག་བསྐྱལ་བྱུང་ཡོད། དེ་བཞིན་ཨ་མ་གཙོས་ཉེ་འབྲེལ་དང་གྲགས་པོ་ཉེ་པོ་མང་
པོའང་འཇིག་རྟེན་འདི་དང་ཁ་བྲལ་སོང་། འོན་ཀྱང་། བོར་ཤོར་དང་གོད་ཆག་འདི་དག་ལ་བསམ་སྒོ་གཏོང་
སྐབས་ངོས་རང་སེམས་ཐུག་ནའང་། ངོས་རང་གི་སེམས་ཁམས་ཀྱི་རྩ་བའི་བདེ་ཐང་གི་ཕྱོགས་ནས་བརྗོད་ན།
ངོས་ནི་རྒྱན་དུ་སེམས་བདེ་ཁོང་ཡོད་ཆོས་ཡོད། ཐ་ན་དཀའ་ཁག་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱུང་བུང་། དེས་ངོས་རང་གི་གཞི་
རྩའི་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་ལ་རྒྱན་དུ་གཏོར་བརྟག་བྱེད་མི་ཐུབ་པ་དང་། ངོས་ཀྱིས་རང་ཉིད་ནི་སྲིད་པོ་ཡིན་པ་ཐེ་
ཆོམ་མེད་པར་གཞན་ལ་བརྗོད་ཐུབ།

ངོས་ཀྱི་ཉམས་སྤྱོད་གཞིར་བཞག་ན། བདེ་བ་ངོ་མའི་བྱུང་ཆོས་གཙོ་བོ་ནི་ཞི་བདེ་འམ་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་
འདི་ཡིན་ཁོང་། འདྲིར་ངོས་ཀྱིས་རྣམ་གཤེད་གི་དབང་དུ་སོང་བའི་སེམས་ཚར་ཀྱི་རིགས་ཤིག་བརྗོད་གྱི་མེད་པར་
མ་ཟད། སེམས་ཚར་དང་བྲལ་བའི་སྒྲོའི་ངང་ཚུལ་ཞིག་ཀྱང་སྤངས་གི་མེད། དེ་ལས་ཐོག་ཟླ། ངོས་ཀྱིས་སྤངས་བཞིན་
པའི་ཞི་བདེའི་རྩ་བ་ནི། གཞན་སེམས་ཀྱི་ཚར་བ་རྩོད་པོ་ཞིག་ཡིན་མོད་ཀྱང་། རང་ཉིད་ལ་འདྲིའི་ཐང་ནས་ཉམས་
རྟོགས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཐོབ་ཡོད་པར་འདོད་གྱི་མེད་ལ། ངོས་རང་གི་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་ནི། གཞན་སེམས་ཀྱི་སྒོ་བསྐྱེད་
པའི་འབད་བཙོན་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན།

སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་ནི་བདེ་བ་ཙུང་མའི་ཁྱད་ཆོས་གཙོ་བོ་དེ་ཡིན་པའི་བདེན་པ་འདིས། བྱི་དངོས་པོའི་
མཐུན་ཆུན་ཡོད་ཚད་ཚད་ཡང་སེམས་མི་སྦྱིད་པའི་མི་དང་། ཡང་དཀའ་ཕྱག་གི་གནས་སྤངས་ལ་གདོང་ལེན་
བྱེད་དགོས་ཀྱང་སེམས་སྦྱིད་པའི་མི་ཡོད་པའི་འགལ་བ་ལ་གསལ་བཤད་བྱེད་ཐུབ། དཔེར་ན། ངོས་རང་བཅན་
བྱོལ་ལ་ཡོང་བའི་སྐྱེ་འགའི་ནང་། བོད་མི་སྦྱོང་ཐུག་བརྒྱད་ཅུ་བོད་དང་ཁ་བཤལ་ནས་རྒྱ་གར་ལ་སྐྱབས་བཅོལ་དུ་
འབྱོར་བ་དང་། ཁོ་ཚོར་འཕྲད་པའི་དཀའ་ངལ་ནི་ཆོས་ཚབས་ཆེན་ཡིན་ཞིང་། འཕྲོད་བསྟེན་སྟེན་བཅས་ཀྱི་ལྷ་
སྦྱོང་པར་ཞེགས་ཐ་ན་ཁ་ཟས་ཀྱང་འདང་ངེས་པ་ཞིག་ཟ་རྒྱ་མེད། བོད་མི་བཅན་བྱོལ་བ་འདུས་སྡོད་ཀྱི་གནས་སུ་
གྱར་ཅམ་ལས་མེད་ལ། ཁོ་ཚོ་པལ་ཆེ་བར་རང་གི་བྱིས་དང་ཁ་འབྲལ་དུས་གོན་ཡོད་པའི་གྲོན་ཆས་ཅམ་ལས་ཅི་
ཡང་མེད། སོ་སོར་ཡོད་པའི་གྲོན་ཆས་དེའང་དགུན་ཁའི་བོད་ཀྱི་གནས་གཤིས་དང་འཆོམ་པའི་སྟོག་པ་ཡིན་པ་
ལས། རྒྱ་གར་གྱི་ཆ་བ་དང་འཕྲོད་པའི་རས་ཀྱི་གྲོན་ཆས་སྤེལ་མོ་མེན་ཞིང་། ད་དུང་བོད་དུ་གོ་མ་སྦྱང་བའི་ནད་
རིགས་ཀྱིས་བཅན་བྱོལ་བ་ཚོར་མནར་ཡོད། འོན་ཀྱང་། འདི་ལྟར་ཡང་བའི་དཀའ་ཕྱག་སྦྱོང་ཡོད་ཅུང་། ད་ལྟ་
གསོན་ཡོད་མཐའ་ཚོས་དཀའ་ཕྱག་དེའི་རྒྱུ་ཁྱིམ་རང་ལ་སེམས་གཙོང་བྱང་བའི་རྟགས་མཚན་ཅི་ཡང་སྟོན་གྱི་
མེད། ཐ་ན་སྐབས་དེ་དུས་ཀྱང་རེ་བ་བསྐྱེད་པའི་མི་ཉ་ལམ་བྱང་མེད་པར་མ་ཟད། སོ་སོའི་ཕྱག་བསྐྱེད་དང་སྦྱོ་
ཞུས་གྱི་འོག་ནས་འབྱེལ་སོང་བ་དེ་ལས་ཀྱང་བྱང་མེད། ཐོག་མའི་དངངས་སྐྱག་གི་བརྟུང་བ་གསེག་འདས་རྗེས།
བཅན་བྱོལ་བ་པལ་ཆེ་བ་སེམས་བདེ་ཞིང་ཁོ་ཚོར་རེ་བས་ཁེངས་ཡོད།

འདིའི་ཕྱགས་བསྟན་ལ། གལ་ཏེ་ང་ཚོས་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་ལ་གོམས་འདྲིས་བྱས་ནས་གོང་འཕེལ་དུ་
བཏང་ན། སོ་སོའི་མི་ཆེད་ནང་དཀའ་ཕྱག་ཅི་ཞིག་ལ་འཕྲད་ཅུང་། གཞི་རྩའི་སེམས་ཀྱི་བདེ་ཐང་གི་འདུ་ཤེས་ལ་
གནོད་པ་འབྱུང་རྒྱ་མ་རེད། གཞི་རྩའི་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་འདི་འབྱུང་བར་ཕྱིའི་རྒྱུ་ཡང་དགོས་ངེས་ཡིན་ཡང་། བྱི་
དངོས་པོའི་ཡར་རྒྱས་གཅིག་ཤུས་ནས་ཡང་ང་ཚོ་ཡོངས་སུ་བདེ་བར་བྱེད་པར་འདོད་ན་ནོར་འཁྱུལ་ཡིན།

ང་ཚོའི་ལུས་སེམས་ཀྱི་བྱུབ་ལུགས་དང་། འཚར་ལོངས་བྱུང་སྤངས། ད་དུང་སོ་སོའི་ཁོར་ལུག་གི་གནས་
སྤངས་བཅས་ནི། ང་ཚོའི་བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་སྦྱང་བའི་རྒྱུ་དུ་འགྲོ་བར་ངེས་གཏན་ཡིན་ཞིང་། ཕྱིའི་རྒྱུ་སྐྱོར་ཞིག་མ་
ཆང་ན། སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་བསྐྱབ་པར་དཀའ་ཆོགས་ཆེན་པོ་ཡིན། འདི་ནས་ང་ཚོས་ཕྱིའི་རྒྱུ་དེ་ཚོའི་སྐྱོར་ལ་རིམ་
པས་བསམ་གཞིག་བྱ་རྒྱུ་ཡིན། འཕྲོད་བསྟེན་བཟང་པོ་དང་། གྲོགས་པོ། རང་དབང་། རྒྱ་ནོར་ཆད་དང་ལུན་པ་
སོགས་ཡོད་ན་རིན་ཐང་དང་པན་ཐོགས་ཆེ། འཕྲོད་བསྟེན་བཟང་པོའི་རིན་ཐང་ནི་རང་ངོས་ནས་གསལ་པོ་ཡིན་
པ་དང་། ང་ཚོ་ཆང་མས་རང་བཞིན་གྱིས་འཕྲོད་བསྟེན་ལེགས་པོ་ཞིག་འདོད་ཀྱི་ཡོད། དེ་མཚུངས་ང་ཚོ་ཆང་མར་
གྲོགས་པོ་དགོས་ཤིང་། རང་ཉིད་ཀྱི་མཚན་སྟན་དང་གནས་སྤངས་རི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་། ཆང་མས་གྲོགས་པོ་
འདོད་ཀྱི་ཡོད། རྒྱ་ཚོད་ཀྱིས་ངོས་རང་གི་ཡིད་དབང་རྟག་ཏུ་འཕྲོག་པ་དང་། ངོས་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་མཁྱིག་མའི་
སྤོང་དུ་གྲོན་ཡོད་པའི་རྒྱ་ཚོད་ལ་སྟག་ཏུ་དགའ་ཡང་། དེས་ཚུར་ལ་དུངས་སེམས་ཤིག་ནས་ཡང་སྟོན་མི་སྟེ།
དུངས་སེམས་ཀྱི་བདེ་བ་སྦྱང་བར་ང་ཚོར་སོ་སོའི་དུངས་སེམས་ལ་ཡ་ལན་སྟེར་ཐུབ་པའི་གྲོགས་པོ་དགོས་ནའང་།
གྲོགས་པོ་ལ་རིགས་མང་སྟེ། རྒྱ་ནོར་སྟན་གྲགས་དང་གོ་གནས་ཀྱི་གྲོགས་པོ་ཡིན་པ་ལས། འདི་དག་ལུན་པའི་གང་
ཟག་རང་གི་གྲོགས་པོ་མ་ཡིན་པའང་ཡོད། འོན་ཀྱང་། ངོས་ཀྱིས་འདིར་སྦྱང་བཞིན་པའི་གྲོགས་པོ་ནི། རྒྱ་ནོར་
དང་བྱི་རྒྱལ་ཅམ་གྱི་གྲོགས་པོ་མ་ཡིན་པར། སོ་སོའི་མི་ཆེད་ནང་དཀའ་ཕྱག་གི་གནས་སྤངས་ཤིག་བྱུང་བའི་
སྐབས་སུ་རང་གི་ཉེ་གམ་དུ་ཡོད་པའི་གྲོགས་པོ་ནམས་ཡིན།

རང་དབང་སྟེ། བདེ་སྲིད་འཛུལ་བ་དང་། སྒྲེར་གྱི་ལྷ་ཚུལ་འཛིན་པ་དང་བཟོད་པ་སོགས་ཀྱི་རང་དབང་གིས་ཀྱང་ང་ཚོའི་སློལ་ཞི་བདེ་བསྐྱུན་པར་རྒྱུན་བྱེད་གྱི་ཡོད། རང་དབང་འདི་མེད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་། ཚོ་ཁག་དང་། ཐ་ན་བྱིས་མི་ཚོའི་བར་ལའང་ཉལ་ལྷ་བྱེད་པའི་སོ་བ་ཡོད་པ་དང་། དེའི་མཚུག་འབྲས་སུ་སྤྱི་ཚོགས་དེར་འཚོ་བའི་མི་ཚོས་པན་རྒྱན་ལ་ཡིད་ཆེས་ཡོངས་སུ་བསྒྲགས་ཏེ། གཞན་གྱི་ཀྱན་སྦྱང་ལ་ནམ་ཡང་དོགས་ཐོན་བྱེད་གྱི་ཡོད། མི་ཞིག་གི་སློ་གཏད་ཀྱི་གཞི་ཅའི་འདུ་ཤེས་ལ་དེ་ལྟར་ཆག་འཇིག་བྱུང་ན། མི་དེས་ཡིད་གྱི་བདེ་བ་ཞིག་རི་ལྟར་རྟེན་རྒྱ་ཡིན་ནམ།

རྒྱ་ཁོར་གྱིས་ཀྱང་ང་ཚོའི་སློལ་ཞི་བདེ་ཡོང་བར་རྒྱུན་བྱེད་པ་དང་། ངོས་ཀྱིས་འདིར་བཟོད་པའི་རྒྱ་ཁོར་ནི། ཕྱིའི་རྒྱ་དངོས་འབེལ་འབེལ་སྤྱད་སྤྱད་ཅིག་ཡོད་རྒྱ་གཙོ་བོར་མ་ཡིན་པར། ལུས་སེམས་དར་རྒྱས་ཀྱི་ལོངས་སྤྱོད་ཚད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ལ་གོ་དགོས། སྤར་ཡང་འདིར་ང་ཚོས་ཕྱིའི་རྒྱ་དངོས་ཀྱི་ཐོན་ཁུངས་མེད་ཅུང་། ཡར་རྒྱས་གོང་འབེལ་དུ་སོང་བའི་བོད་མི་སྤྱབས་བཅོལ་བ་ཚོ་དཔེ་མཚན་དུ་འདྲེན་ཆོག།

དོན་དངོས་སུ་བཟོད་ན། གོང་གི་མཐུན་རྒྱུར་འདི་དག་རེ་རེ་ལའང་མི་ཞིག་གི་བདེ་ཐང་གི་འདུ་ཤེས་ཀྱི་ཙུང་བ་ཚུགས་པར་བྱེད་ལས་གལ་ཆེན་རེ་ཡོད་ཀྱང་། གཞི་ཅའི་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་དང་བདེ་འཇགས་ཀྱི་ཚོར་བ་ཞིག་མེད་པར། མཐུན་རྒྱུན་དེ་ཚོ་ཚང་ཡང་དོན་འབྲས་དང་ལྡན་པ་ཞིག་མིན། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། ང་ཚོས་མཐོང་གསལ་ལྟར། ཕྱི་དངོས་པོའི་ཡར་རྒྱས་གཅིག་པུ་ནི། དངངས་སྒྲགས་གི་སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་ཤིག་ཏུ་འགྱུར་བ་དང་། ང་ཚོས་རང་གི་ལས་ཀ་འཚོར་བར་དོགས་ནས་སེམས་བྲལ་བྱས་ན། དེའང་དངངས་སྒྲགས་གི་འབྱུང་ཁུངས་ཤིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད། ཐ་ན་ང་ཚོའི་གོགས་པོ་དང་ཉེ་འབྲེལ་ཚོ་ཡང་དཀའ་སྤྱད་གི་འབྱུང་ཁུངས་ཤིག་ཏུ་འགྱུར་ཆོག་སྟེ། སོ་སོའི་ལས་ཀ་གལ་ཆེན་ཞིག་གི་དོན་དུ་ཁོ་མོ་ལོང་མེད་སྐབས། ཁོ་ཚོ་ན་ནས་ང་ཚོས་བདག་སྤྱོད་བྱེད་དགོས་སྟེ། གོགས་པོ་དང་ཉེ་འབྲེལ་ཡིན་ཡང་། རང་གི་ཁ་གཏད་དུ་ལངས་ནས་རང་ཉིད་ལ་མགོ་སྐྱོར་མི་གཏོང་བའི་ངེས་པ་མེད། དེ་མཚུངས་ད་ལྟང་ཚོའི་ལུས་པོའི་ལང་ཚོ་དར་ལ་བབ་ནས་བདེ་ཐང་རི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་། མཚུག་མཐར་ང་ཚོ་ཚང་མ་ཁྱས་འཁོགས་སུ་འགྱུར་དགོས་པར་མ་ཟད། ནམ་ཞིག་ལ་ང་ཚོར་ན་ཚའི་སྤྱད་བསྐྱེད་མི་འབྱུང་བའི་ངེས་པའང་ཡོད་ནས་མེད། རྒྱ་མཚན་འདི་དག་གི་རྒྱུན་གྱིས་ཅི་སྟེ་ང་ཚོར་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་མེད་ན། ཡུན་དུ་བརྟན་པའི་བདེ་བ་འཛོལ་པའི་རེ་བ་བཅོལ་ས་ཞིག་མེད་པར་གྱུར་ཡོད།

འོ་ན་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་ཞེས་པ་ནི་གང་ཞིག་ནས་རྟེན་དགོས་པ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། ལན་གཅིག་གིས་དྲི་བ་འདིར་གསལ་བཤད་བྱེད་མི་ཐུབ་ཅུང་། ཕྱི་དངོས་པོའི་མཐུན་རྒྱུན་གྱིས་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་སྐྱུན་མི་ཐུབ་པ་མངོན་གསལ་ཡིན། སྤར་པས་ང་ཚོར་སྤྱོད་ཁུལ་འགོག་སྤར་དང་། གཉིད་སྤར་སྤྱོད་ཐུབ་པ་ལས་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་སྟེར་མི་ཐུབ། དེ་མཚུངས་མེད་དུ་མི་ཅུང་བའི་སྟོའི་ཡོན་ཏན་འདི་ནི། ལུས་སྤྱོད་ཆེ་བའི་སྟོག་ཤང་དང་། འཕྲུལ་ཆས་གཞན་ཅི་ཞིག་གིས་ཀྱང་ང་ཚོར་སྤྱོན་མི་ཐུབ། ངོས་ཀྱི་ལྷ་ཚུལ་ལ། དོན་རྟེན་ལྡན་ཞིང་ཡུན་དུ་གནས་པའི་བདེ་སྲིད་རྟེན་སའི་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་འདི་གོང་འབེལ་དུ་གཏོང་བ་ནི། ང་ཚོའི་འཚོ་བའི་ནང་གི་ལས་དོན་གཞན་དག་དང་གཅིག་མཚུངས་ཤིག་ཡིན་ཞིང་། ཐོག་མར་ང་ཚོས་དེའི་རྒྱ་རྒྱུན་རྣམས་ངོས་འཛིན་བྱེད་པ་དང་། དེ་ནས་རྒྱ་རྒྱུན་དེ་ཚོ་ཚང་བར་འབད་བཙོན་དུར་ཐག་བྱེད་དགོས། སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེའི་འཚོལ་སྤྱད་འདི་ལ་རྒྱུན་བསྐྱེད་དགོས་པའི་ཆ་གཉིས་ཡོད་དེ། ཕྱོགས་གཅིག་ནས་ང་ཚོས་རང་ཉིད་དེའི་འགལ་རྒྱུན་ལས་བསྐྱུང་དགོས་པ་དང་། ཕྱོགས་གཞན་ནས་ང་ཚོས་དེའི་མཐུན་རྒྱུན་རྣམས་གོང་འབེལ་དུ་གཏོང་དགོས།

སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེའི་མཐུན་ཀྱིན་ལ་བསམ་གཞིག་ཅིག་བྱས་ཆོ། ང་ཚོའི་རྩ་བའི་བསམ་སྒྲུབ་འབྱུང་སོ་ནི་
ཆེས་གལ་ཆེན་ཞིག་ཆགས་ཡོད། ངོས་ཀྱིས་རང་གི་ཉམས་སྤྱོད་ལས་དཔེ་མཚན་ཞིག་བྱངས་ནས་གནད་དོན་འདི་
ལ་གསལ་བཤད་བྱ་རྒྱུ་ཡིན། དེང་སང་ངོས་རང་གི་སེམས་ནི་རྒྱུན་དུ་ཞི་བདེ་ཡིན་ཡང་། སྒྲོན་མར་ངོས་རང་རྩ་
སྒྲོ་བྱང་བ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། ངང་རྒྱུད་བྱང་ལ། མཚམས་རེར་ཁོང་ཁྱོད་དབང་དུ་ཤོར་སྤྱོད་ཡོད། ཐ་ན་དེང་སང་
ཡང་སྒོ་བདེ་བག་པེབས་ཀྱི་རང་ཚྭ་གས་འཆོར་བའི་དུས་སྐབས་ཡོད་པ་དང་། དེ་ལྟར་བྱུང་སྐབས་ཞེ་སུན་ཕན་བྱ་
ཞིག་ཡིན་རུང་། འཛིན་སྤངས་ཤིག་ལ། དེས་ཡོད་ཆད་ཟེལ་གྱིས་མནན་ནས་རང་གི་སྒོ་འབྲུག་དུ་འབྲུག་གི་ཡོད།
དཔེར་ན། མཚམས་རེར་ཞོགས་པར་གཉིད་ལས་སད་སྐབས། རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡང་མེད་པར་རང་གི་སེམས་འབྲུགས་
ཡོད་པ་དང་། སེམས་ཀྱི་གནས་སྤངས་དེ་འདྲ་ཡིན་སྐབས། ཐ་ན་རྒྱུན་དུ་རང་ལ་དགའ་སྤངས་སྤེར་བའི་བྱ་དངོས་
ཤིག་ཡིན་ནའང་ཞེ་སུན་གྱི་ཡུལ་དུ་འབྱུང་ཞིང་། རང་གི་རྒྱ་ཚོད་ལ་བལྟས་པ་ཙམ་གྱིས་སུན་སྤངས་གི་ཆོར་བ་ཞིག་
སྒྲེས་ནས་དེ་ནི་སྤྲུག་བསྐལ་སྤྲུག་མ་འབྱུང་སའི་ཞེན་ཆགས་ཀྱི་ཡུལ་ཞིག་ལས་ཅི་ཡང་མེན་པར་མཐོང་གི་ཡོད།
འོན་ཀྱང་། མཚམས་རེར་གཉིད་ལས་སད་སྐབས་རང་གི་རྒྱ་ཚོད་ལ་བལྟས་པ་ན། དེ་ནི་བཟོ་བཀོད་ལེགས་ཤིང་
མཛེས་པོ་ཞིག་དུ་སྤངས་གི་ཡོད།

དེ་ལྟར་ནའང་། རྒྱ་ཚོད་ནི་གཅིག་ཡིན་པས་ཅི་ཞིག་ལ་འབྱུར་བ་བྱུང་བ་ཡིན་ནམ། ཉིན་གཅིག་གི་ཞེ་སུན་
གྱི་ཆོར་བ་དང་། ཉིན་གཞན་ཞིག་གི་ཡིད་ཆོམ་གྱི་ཆོར་བ་གཉིས་ཡོངས་སུ་སྒྲེས་དབང་གིས་བྱུང་ངམ། ཡང་ན་དེ་
གཉིས་ནི་རང་གི་བཀོད་འདོམས་འོག་མེད་པའི་དབང་རྩའི་མ་ལག་གི་རྣམས་ཚུལ་ལས་བྱུང་བའི་འབྲས་བུ་ཞིག་
ཡིན་ནམ། ང་ཚོའི་འབྱུང་བའི་ནི་ཆོར་བའི་ཁྱད་པར་དེ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་བདེན་ཡང་། དེའི་རྒྱ་རྒྱུ་གཙོ་བོ་
ནི་ང་ཚོའི་སེམས་ཀྱི་འབྱུང་སོ་ཡིན། འདི་ལྟར་ང་ཚོའི་སེམས་ཀྱི་གཞི་རྩའི་འབྱུང་སོ་སྟེ། ང་ཚོས་རང་གི་ཁོར་ཡུག་
ལ་ཡ་ལན་སྤྱོད་སྤངས་ནི། སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེའི་སྒྲོན་གྱི་དབྱུང་པ་འདིའི་བསམ་གཞིག་དང་པོ་ཡིན། སྤངས་གཞི་
འདིའི་ཐད་ལ་རྒྱ་གར་གྱི་མཐས་དབང་རྒྱལ་ཕྱས་ཞེ་བ་ལྟས་བསམ་གཞིག་གནད་སྟེ། རང་གི་རྐང་པར་ཆོར་མ་མི་
བྱུག་པའི་ཆེད་སའི་གོ་ལ་ཉིལ་པོར་ཁེབས་པའི་གོ་བ་རྟེན་པའི་རེ་བ་ང་ཚོར་མེད་པ་དང་། ང་ཚོའི་རྐང་མཐེལ་
གཉིས་གོ་བས་གཡོགས་ན་འབྲིག་པ་གསུངས་ཡོད། ཆོག་གཞན་ཞིག་གིས་བརྗོད་ན། ང་ཚོས་རྟག་དུ་ཕྱིའི་གནས་
སྤངས་ལ་བཅོས་བསྐྱར་བྱས་ནས་རང་དང་འཆོམ་པར་བྱེད་མི་ཐུབ་ནའང་། ང་ཚོས་རང་གི་བསམ་སྒྲུབ་འབྱུང་སོ་
དང་འདྲ་ཤིས་འཛིན་སྤངས་ལ་བཅོས་བསྐྱར་བྱེད་ཆོག།

སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་དང་། དེར་བརྟེན་པའི་བདེ་བ་ངོ་མའི་འབྱུང་ཁུངས་གཙོ་བོ་གཞན་ཞིག་ནི། བདེ་སྐྱིད་
འཆོལ་སྟེག་གི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་། ང་ཚོས་དང་དུ་སྤངས་པའི་བྱ་སྤྱོད་རྣམས་ཡིན་ཞིང་། འཆོལ་སྟེག་དེའི་གྲོགས་སུ་
འགོ་བ་དང་། ཡང་ན་དེའི་འགལ་རྒྱུན་དུ་འགོ་བ། ཡང་ན་དེ་གཉིས་ཀྱི་བར་མ་ཡིན་པ་བཅས་ལ་བལྟས་ཏེ། ང་
ཚོས་བྱ་སྤྱོད་དེ་ཆོར་ཁྱད་པར་འབྱེད་ཆོག་ ཅི་ཞིག་གིས་ཡུན་དུ་བརྟན་པའི་བདེ་བ་བསྐྱེད་པའི་བྱ་སྤྱོད་རྣམས།
བདེ་ཐང་གི་འདྲ་ཤིས་ཡུན་བྱང་ཞིག་བསྐྱེད་པའི་བྱ་སྤྱོད་ལས་ཁྱད་པར་བྱས་ཡོད་པར་བསམ་གཞིག་བྱས་ན། ང་
ཚོས་བདེ་བ་ཡུན་བྱང་བསྐྱེད་པའི་བྱ་སྤྱོད་ལ་རང་ངོས་ནས་དགེ་བ་དང་ཕན་པའམ་དགེ་མཚན་ཆེ་བའི་རིན་ཐང་
མེད་པར་མཐོང་ཐུབ། ང་ཚོས་རོ་མངར་མོ་ཞིག་དང་། ཡང་ན་གྲོན་ཆས་ཐོན་གསར་ཞིག་ ཡང་ན་སྤྱོད་པ་གསར་
པ་ལྟ་བུ་ཞིག་འདོད་པར་མཚན་ན། དེ་རྣམས་ང་ཚོར་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ཞིག་མིན་ལ། ང་ཚོས་རོ་དང་སྤྱོད་བ།
ཡང་ན་གྲོན་ཆས་ཐོན་གསར་དེ་རྣམས་འདོད་པ་ཙམ་གྱི་ཐོག་ནས། འདོད་སྟོད་དེ་སྒྲོང་བའི་བྱ་བ་ལ་བསམ་སྒྲོ་

ཞིབ་ཏུ་མ་བཏང་བར་འཇུག་གི་ཡོད། འདི་ལྟར་བྱེད་པ་ནི་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ནོར་འདུག་ཅེས་ངོས་གྲིས་བརྗོད་ཀྱི་
མེད་ལ། དངོས་ཡོད་ཀྱི་སྒྱུད་ལུལ་འདོད་པ་ནི་འགོ་བཅིའི་རང་བཞིན་གྱི་ཆ་ཤས་ཤིག་སྟེ། ང་ཚོས་བཟུང་འདོད་པ་
དང་། མྱོང་འདོད་པ་དང་། བདག་གིར་བྱེད་འདོད་ཀྱི་ཡོད། འོན་ཀྱང་། གོང་དུ་ངོས་གྲིས་གསལ་བཤད་བྱས་པ་
ལྟར། དབང་པོའི་བདེ་བ་ཙམ་ལས་སྐྱུ་མཆོན་གཞན་མེད་པར་འདོད་མེད་བྱས་པའི་བྱ་དངོས་གྲིས་མཐར་
གཏུགས་ན་ང་ཚོར་དཀའ་སྤྱད་མང་པོ་བསྐྱེད་ཀྱི་ཡོད། ད་དུང་འདོད་མེད་དེ་ལྟ་བུས་ཆོས་པར་བྱས་པ་ལས་བྱུང་
བའི་བདེ་བ་ལྟར། འདོད་མེད་ཀྱི་ལུལ་དེ་ཆོ་ཡང་སྐད་ཅིག་ནས་སྐད་ཅིག་ལ་འཇིག་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཤ་ལྟག་
ཡིན།

ང་ཚོས་ད་དུང་ངེས་པར་དུ་ངོས་འཛིན་དགོས་པ་ཞིག་སྟེ། གཞན་ལ་གཞོད་འཆོག་གཏོང་བའམ་སྟོག་
གཅོད་པ་ལྟ་བུའི་མཐར་ཐུང་གི་བྱ་སྒྱུད་ཀྱི་འབྱུང་རྒྱུན་གཙོ་བོ་ནི། བྱ་སྒྱུད་འདིའི་རིགས་ཀྱི་མཇུག་འབྲས་ཆ་བས་
ཆེན་ལ་བསམ་སྟོན་ཞིབ་ཏུ་མ་འཁོར་བ་དེ་ཡིན་ཞིང་། གཞན་ལ་གཞོད་འཆོག་བྱེད་པའམ་སྟོག་གཅོད་པ་ལྟ་བུ་ནི། མི་
དགེ་བ་ཆ་བས་ཆེན་ཞིག་ཡིན་ཅུང་། ལུན་བྱང་ཞིག་ལ་ལས་དེ་ཚོས་མི་ཞིག་གི་འདོད་པ་ཆོས་པར་བྱེད་ཐུབ་པ་
གསལ་པོ་ཡིན། དེ་མཚུངས་དཔལ་འབྱོར་འདུ་འགོད་ཀྱི་བྱུང་ཁོངས་སུ་འང་མི་དགེ་བའི་མཇུག་འབྲས་ལ་བསམ་
གཞིག་མ་བྱས་པའི་ཁེ་བཟང་འཆོལ་སྐྱབ་གྲིས་རང་ལ་ལམ་སྟོང་བྱུང་ཆོ་བདེ་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་སྟེར་ཡང་། མཐར་
གཏུགས་ན་དེས་སྤྱད་བསྐྱེད་པ་སྐྱེད་ཀྱི་ཡོད་དེ། རང་བྱུང་ཁོར་ལུག་འབག་བཙོག་བཟོ་བ་དང་། ཁྲེལ་མེད་གྲིས་སོ་
སོའི་ཁེ་བཟང་འཆོལ་སྐྱབ་ལ་བརྟན་ནས་ཆོང་པ་གཞན་གྱི་མ་ཙེ་བ་པ། ང་ཚོས་བཟོས་པའི་འབར་རྩས་ཀྱི་རྒྱུན་
པས་མི་ཆད་མེད་ཅིག་འདས་གྲོངས་སུ་འགྱུར་བའམ། རྩས་སྟོན་པོག་པ་སོགས་བྱུང་དང་འབྱུང་བཞིན་ཡོད།

ཞིབ་དཔྱད་འདུ་ཤེས་དང་། ལུན་བརྟན་གྱི་བདེ་སྦྱིད་ཅིག་བསྐྱེད་པའི་བྱ་སྒྱུད་ལ་མཚོན་ན། རང་གི་བསམ་
པ་ལ་རིན་ཐང་ཡོད་པའི་བྱ་སྒྱུད་ཅིག་ང་ཚོས་བྱེད་སྐབས། ཅི་ཞིག་འབྱུང་གི་ཡོད་པར་བསམ་སྟོན་ཞིག་ཐོངས་དང་།
དཔེར་ན། ང་ཚོས་རང་གི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་རོགས་རམ་བྱེད་པའི་འཆར་གཞི་འཐེན་ནས་ལུན་རིང་ལ་འབད་པ་བྱས་
མཐར་ཐུབ་འབྲས་ཆེན་པོ་ཐོབ་པ་ལྟ་བུར་མཚོན་ན། ང་ཚོས་ཞིབ་ཏུ་དབྱེད་པ་བཏང་ཆོ། རྩས་དབྱེད་དང་སྟོན་གྲོས་
ནི་བྱ་སྒྱུད་འདིའི་རིགས་ཀྱི་རྩ་བར་གནས་ཡོད་དེ། ང་ཚོས་རང་གཞན་གཉིས་ཀར་མཇུག་འབྲས་ཅི་ཞིག་འབྱུང་
མེད་པ་སོགས་ཐེ་བའི་སྟོགས་མང་པོར་བསམ་གཞིག་བྱེད་པ་དང་། ལེགས་ཉེས་འབྱེད་པའི་བརྒྱུད་རིམ་དཔྱད་ནང་
ང་ཚོས་བསམ་པའི་བྱ་སྒྱུད་ནི། དགེ་སྒྱུད་ཅིག་ཡིན་མིན་གྱི་སྒྲིབ་དོར་གྱི་གནད་དོན་ཡང་རང་ཤུགས་སུ་འབྱུང་གི་
ཡོད། འདི་ནི་དཔེར་ན་གཞན་ལ་བསྐྱེད་མེད་བཏང་ནས་རང་ལ་ཁེ་ཐོབ་པའི་བསམ་སྟོན་ཞིག་ཐོག་མར་ཡོད་
ཀྱང་། ལུན་བྱང་གི་བདེ་བ་ཞིག་དེ་ལྟར་རྟེན་ཐུབ་པར་མ་སྟོས་པར། བྱ་སྒྱུད་དེས་སྤྱད་སྤྱོད་པར་ལ་སྤྱད་བསྐྱེད་པ་
བསྐྱེད་རྒྱུ་ཡིན་པ་རིགས་པས་དཔོག་པའི་ཀུན་སྟོང་གི་དཀྱིགས་མཚམས་ཤིག་ཡིན། འདི་ལྟར་ང་ཚོས་བསམ་
བཞིན་དུ་བྱ་སྒྱུད་ཅིག་དོར་ནས་གཞན་ཞིག་དང་དུ་ལེན་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད། རང་གི་འཕུལ་བསལ་གྱི་ཁེ་ཐོབ་དང་།
གཞན་གྱི་བདེ་བ་ལ་སྤྱད་སྤྱོད་ཀྱི་ཅི་ཞིག་ཡོད་པ་གཉིས་ཀར་བསམ་གཞིག་བྱས་ཏེ། རྩ་མ་བྱེ་མའི་དོན་དུ་
སྟོས་གཏོང་བྱས་ནས་འབད་བཙོན་དང་དཀའ་སྤྱད་གྲིས་ཐོབ་པའི་བདེ་བ་ནི། ཞིབ་དཔྱད་ཡོད་ཆོས་རྣལ་མ་ལས་
བྱུང་བའི་བདེ་སྦྱིད་ཅིག་ཡིན། འདི་ནི་ང་ཚོས་དཀའ་སྤྱད་ལ་ཡལ་ན་ཐ་དད་པ་སྒྱུད་པའི་བདེན་དོན་གྲིས་ར་སྒྱུད་
བྱེད་ཐུབ་པ་དང་། གུང་མེད་ལ་སོང་བར་མཚོན་ན། ང་ཚོའི་རྩ་བའི་ཀུན་སྟོང་ནི་བདེ་བ་ཡིན་ཞིང་། གལ་ཏེ་
གནམ་ངོར་སྤྱོད་འཐིབས་ནས་ཆར་བ་འབབ་པ་ལྟ་བུ་གནམ་གཤིས་མ་ལེགས་ཆོ། ཕྱི་རོལ་དུ་སོས་དལ་གྲིས་དུས་

ཚོད་བསྐྱལ་བའི་ང་ཚོའི་འདོད་པ་མ་ཆོམ་པར། ཞེ་སུན་སྒྲིམ་ནས་སོ་སོའི་བདེ་བ་རང་བཞིན་གྱིས་ཉམས་སྦྱར་དང་།
ཕྱོགས་གཞན་ནས་ང་ཚོས་གནས་སྐབས་ཀྱི་བདེ་བ་འཚོལ་བ་མ་ཡིན་པར། དམིགས་ཡུལ་ཞིག་གི་དོན་དུ་འབད་བ་
བྱེད་སྐབས། ང་ཚོས་ཕྱི་བའི་བཀྲོས་སྒྲིམ་སོགས་ཀྱིས་ང་ཚོར་ཞེ་སུན་གྱི་ཚོར་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་སྒྲེར་མི་ཐུབ། མདོར་
དེལ་ན། གཞན་སེམས་ནི་བདེ་བ་ངོ་མ་བསྐྱེད་པའི་བྱ་སྤྱོད་ཀྱི་ཆ་ཤས་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ཞིག་ཡིན།

འདི་ལྟར་སྒྲུབ་དོར་དང་ཕན་པའི་སྤྱོད་པ་དང་། ཚོས་ཀྱི་སྤྱོད་པའི་བར་ལ་ཁྱད་པར་གཤམ་ཆེན་ཞིག་
འབྱེད་དགོས་ཤིང་། སྒྲུབ་དོར་གྱི་བྱ་སྤྱོད་ནི་གཞན་གྱི་བདེ་བའི་ཕྱིར་བ་དང་། བདེ་བའི་རེ་འདོད་ལ་གཞོད་འཚོ་
མི་བྱེད་པའི་ལས་ཤིག་ཡིན་ཡང་། ཚོས་དང་མཐུན་པའི་བྱ་སྤྱོད་ནི་གོང་དུ་སྒྲེད་ཟེན་པའི་སེམས་ཀྱི་དཔལ་ཡོན་ཏེ།
བྱམས་པ་དང་སྤྱིང་ཇེ། བཟོད་སེམས། དགོངས་ཡངས། ཁེངས་སྦྱང་། བཟོད་སྙན་སོགས་གཞིར་བཞག་པའི་གཞན་
སེམས་ཀྱི་ལས་ཤིག་ཡིན། མཐོང་གསལ་ལྟར། ང་ཚོས་སྐབས་པའི་ཚོས་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་ནི། རང་གཅེས་འཛིན་གྱི་བསམ་སྒྲོ་
དོག་མོ་ཞིག་གིས་སྐལ་སྤྱོད་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པར། གཞན་གྱི་བདེ་བ་གཅེས་པར་བབུང་ན། དོན་དངོས་སུ་རང་ཉིད་
ལ་ཁེ་པན་ཡོད་པའི་ཀུན་སྤྱོད་གིས་སྐལ་བ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ད་དུང་སྤྱོད་པ་འདིའི་རིགས་ཀྱིས་ང་ཚོའི་མི་ཚེ་ལ་དོན་
སྤྱིང་སྤྱོད་པ་དང་། འདི་ནི་མ་མཐའ་ཡང་ངོས་རང་གི་ཉམས་སྤྱོད་ཞིག་ཡིན་ལ། རང་གི་མི་ཚེ་ལ་བྱི་མིག་གིས་
བཟླས་ཆོ། ལྷ་ལའི་སྒྲ་མའི་གོ་གནས་དང་། དེ་ལས་བྱུང་བའི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་རུས་སྟོབས་དང་སྐྱོན་སོགས་ཀྱིས་
བསྐྱེད་པའི་བདེ་ཚོར་ནི། ངོས་ཀྱིས་མི་གཞན་ལ་པན་ཐོགས་པའི་གནས་སྐབས་སུ་ཕྱིར་བའི་བདེ་བ་དང་བསྐྱར་ན་
ཅི་ཡང་མིན།

གཞན་སེམས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ནི། བདེ་སྤྱོད་ངོ་མ་འཚོལ་སྐབས་ཀྱི་འཇུག་སྒོ་པན་ཆབས་ཆེ་ཤོས་དེ་ཡིན། འདོད་
ཚུལ་འདི་ནི་དབྱེད་པ་ནན་མོའི་འོག་རང་ཚུགས་མ་ཤོར་བར་གནས་ཐུབ་བམ་ཞེ་ན། གཤམ་གྱི་བདེན་དོན་ལ་
སེམས་དང་། ང་ཚོ་འགྲོ་བ་མའི་རིགས་ནི་སྤྱི་ཚོགས་རང་བཞིན་གྱི་སེམས་ཅན་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། ང་ཚོ་གཞན་གྱི་བྱ་
སྤྱོད་ལ་བརྟེན་ནས་འཛམ་སྤྱིང་འདིར་ཡོང་བར་མ་ཟད། ང་ཚོའི་གསོན་གནས་དེའང་གཞན་ལ་བརྟེན་ཡོད། ང་
ཚོས་འདོད་མིན་ལ་མ་སྟོས་པར། གཞན་གྱི་བྱ་སྤྱོད་ལས་བྱུང་བའི་པན་བདེ་དང་བྲལ་བའི་དུས་སྐབས་ཤིག་རང་
ཉིད་ཀྱི་མི་ཚོའི་མགོ་མཇུག་བར་གསུམ་གང་དུ་འང་ཉ་ལམ་མེད་ཕྱིར། ང་ཚོའི་བདེ་སྤྱོད་ཀྱི་ཆ་ཤས་གཙོ་བོ་ནི།
གཞན་དང་འབྲེལ་བའི་གནས་སྤངས་ནང་ནས་འབྱུང་བ་ལ་ཉ་ལམ་མི་དགོས་པ་དང་། ང་ཚོས་ཕྱིར་བའི་བདེ་བ་
ནི་གཞན་སེམས་ཀྱིས་ཀུན་ནས་སྤྱོད་སྐབས་ཚོར་ཤུགས་ཉ་ཅང་ཆེ་བ་ལའང་ངོ་མཚར་མི་དགོས། ད་དུང་གཞན་
སེམས་ཀྱི་སྤྱོད་པས་བདེ་བ་བསྐྱེད་པར་མ་ཟད། དེར་བརྟེན་ནས་ང་ཚོའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཕྱིར་བའང་ཇི་ཆུང་དུ་
འགྲོ་གི་ཡོད། དེ་ལྟར་ཡིན་ཡང་། འདིར་ངོས་ཀྱིས་གཞན་གྱི་བདེ་སྤྱུག་ཁུར་དུ་ལེན་པའི་མི་རྣམས། གཞན་སེམས་
དང་བྲལ་བའི་མི་ཚོར་སྟོས་ན་རྒྱུན་པར་དང་ཆག་སྒོར་འཕྲད་པ་ཉུང་བའི་བསམ་ཚུལ་འདོན་གྱི་མེད། ན་བ་དང་
གྲུང་པ་ལྟ་བུའི་རྒྱུན་པར་དང་ཆག་སྒོར་ནི། ང་ཚོ་ཚང་མར་གཅིག་མཚུངས་སུ་འབྱུང་གི་ཡོད། འོན་ཀྱང་། ང་ཚོའི་
སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་ལ་གཏོར་བསྐྱེད་བྱེད་པའི་དངངས་སྐྱེད་དང་། ཞེ་སུན། སྒྲོ་པམ་ལྟ་བུ་ཉུང་དུ་འགྲོ་ངེས་ཡིན་
ཞིང་། རང་གཅེས་འཛིན་ལས་གཞན་གཅེས་འཛིན་བྱས་ན། རང་ཉིད་ཀྱི་སྒོར་ལ་སེམས་བྲལ་ཉུང་བ་དང་། ང་
ཚོས་རང་ཉིད་ལ་སེམས་བྲལ་ཉུང་དུ་བྱས་ན། སོ་སོའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཕྱིར་བའི་ཤུགས་ཚད་རང་ཆས་སུ་ཆུང་དུ་
འགྲོ་ངེས་ཡིན།

བདེན་པ་འདིས་ང་ཚོར་ཅི་ཞིག་སྟོན་གྱི་ཡོད་དམ་ཞེ་ན། དང་པོ་ང་ཚོའི་བྱ་སྤྱོད་རེ་རེ་ལའང་ཡོངས་ཁྱབ་
གྱི་ཆ་ཚད་ཅིག་སྟེ། གཞན་གྱི་བདེ་སྤྱད་ལ་ཐེབས་པའི་ཤུགས་རྒྱུ་ཞིག་ཡོད་པས། གང་དོར་གྱི་ནམ་གཞག་ནི་ང་
ཚོས་གཞན་ལ་འཆོ་བ་མི་བྱེད་པའི་དོན་དུ་དགོས་ངེས་ཤིག་ཡིན། གཉིས་པ་བདེ་བ་ངོ་མ་ནི་ཚོས་གྱི་དཔལ་ཡོན་
བྱམས་བརྩེ་དང་སྦྱིང་རྗེ། བཟོད་པ་དང་བཟོད་བསམ། དགོངས་ཡངས། ཁེངས་སྦྱང་སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་གྲུབ་
ཡོད་པ་འདི་ཡིན་ཞིང་། ཚོས་གྱི་དཔལ་ཡོན་འདི་དག་གིས་རང་གཞན་གཉིས་ཀར་སེམས་གྱི་ཞི་བདེ་སྦྱོར་སྤྱོད་གྱི་
ཡོད།

ལེའུ་ལྷ་པ། སྤྱི་ཚེ་གི་མཆོག་པ།

ཉེ་ཆར་ཡོ་རོབ་ཏུ་བསྐྱོད་སྐབས་ཤིག་ལ་ངོས་ཀྱིས་གོ་སྐབས་སྒྲངས་ཏེ། ཨ་ཤི་ཤེ་རྩི་ཡོད་པའི་ན་རྩེ་
འཆི་སྐར་(Nazi death camp) ཡོད་སར་སོང་བ་ཡིན། ངོས་ཀྱིས་དེའི་སྐོར་ལ་བཟླ་སྟོག་དང་གོ་ཐོས་མང་པོ་བྱས་
ཡོད་རུང་། དེར་བྱུང་བའི་སོ་སོའི་ཆོར་བ་ལ་གདོང་ལེན་བྱེད་པར། ངོས་ཀྱིས་སེམས་ནང་ག་སྟེག་ཅི་ཡང་བྱས་མི་
འདུག རང་དང་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པའི་འགྲོ་བ་མི་སྟོང་ཕྱག་བརྒྱ་ཕྱག་མང་པོ་བསྟེག་སའི་ཐབ་ན་མས་མཐོང་
བས། ངོས་ལ་ཞེ་ལོག་གི་ཆོར་བ་དྲག་པོ་ཞིག་སྐྱེས་ཤིང་། ཐབ་དེ་དག་གིས་མཆོན་ཡོད་པའི་ཆོར་མེད་ཀྱི་བྱ་སྟོང་སྟེ་
གཡའ་བ་དེས་ངོས་ཀྱི་སྒྲ་ལྷེ་སྟག་པ་བཅོས་པར་མ་ཟད། ཡིད་ཀྱི་འཆར་སྒོའང་ཉམས་སུ་བཅུག་བྱུང་། དེ་ནས་ལྷ་
སྐོར་ཏུ་འགྲོ་སའི་ཆ་ཤས་ཡིན་པའི་འབྲེམས་སྟོན་ཁང་ཏུ་ངོས་ཀྱིས་ལྷ་སྐོར་ཞིག་མཐོང་བ་དང་། དེའི་ནང་ནས་
མང་པོ་རྒྱུང་བྱ་ཡིན་ཞིང་ལྷན་པ་བརྒྱབ་ཡོད་པས། བྱིས་པ་དང་དབྱུལ་མོངས་ཆོའི་ཡིན་པ་གསལ་པོ་རེད། འདིས་
ངོས་ཀྱི་སེམས་ལྷག་པར་སྟུག་ཏུ་བཅུག་བྱུང་། ཁོ་ཆོས་གནོད་འཆོ་ཅི་ཞིག་བྱེད་ཐུབ་བམ། ངོས་ཀྱིས་འགྲོ་མཆོམས་
བཞག་ནས་མནར་གཅོད་སྤྱིང་མཁན་དང་། མནར་གཅོད་གཏོང་མཁན་གཉིས་ཀར་སྟོང་རྩེ་སྟེད་བཞིན། ལྷ་
མིན་གྱི་བྱ་བ་ཚབས་ཆེན་འདི་ལྷ་བྱ་ཞིག་ནས་ཡང་མི་འབྱུང་བའི་སྟོན་ལམ་དང་། ང་ཆོ་ཆང་མར་གཞན་སེམས་
ཀྱིས་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ། གཞན་གྱི་བདེ་སྟུག་ཁུར་ཏུ་ལེན་པའི་རྒྱས་པ་ཡོད་པ་ལྟར། གཞན་ལ་མནར་གཅོད་
གཏོང་བ་དང་། སྟོག་གཅོད་པའི་རྒྱས་པའང་གཅིག་མཚུངས་སུ་ཡོད་པ་ཡིད་ལ་དྲན་བཞིན། མི་གསོད་ཁྲག་སྐྱོར་
འདི་ལྷ་བྱ་ཞིག་སྐོར་ཡང་འབྱུང་ཏུ་མི་འཇུག་པའི་དམ་བཅའ་བཞག་པ་ཡིན།

ཨ་ཤི་ཤེ་རྩི་བྱུང་བའི་དོན་ཀྱིན་འདི་ལྷ་བྱ་ནི། རྒྱུང་ས་ནས་མི་སྐར་སོ་སོ་དང་། ཆེས་ནས་སྤྱི་ཆོགས་
ཤིལ་པོ་ཞིག་འགྲོ་བ་མིའི་གཞི་རྩའི་ཆོར་ཤེས་དང་ཁ་བལ་ན་ཅི་ཞིག་འབྱུང་བའི་དྲན་སྐུལ་དྲག་པོ་ཞིག་ཡིན་པ་མ་
ཟད། ད་དུང་འབྱུང་འཁྱུར་གྱི་ནང་ཏུ་ཆག་སྟོ་འདིའི་རིགས་མི་འབྱུང་བར་ཁག་ཐེག་བྱེད་པའི་སྤྲིམས་ལྷགས་དང་།
རྒྱལ་སྤྱིའི་གྲོས་མཐུན་སྟེགས་དགོས་ངེས་ཡིན་ཡང་། འགྲོ་བ་མིའི་གནས་རིམ་དྲུག་མ་ཏུ་པན་ཚུན་གྱི་ཆོར་བ་ལ་
བརྩེ་འཛོག་བྱེད་པ་ནི། སྤྲིམས་ལྷགས་དང་གྲོས་མཐུན་ལས་སྟག་པའི་པན་རྒྱས་ཆེ་ཞིང་། གལ་ཆེན་ཡིན་པ་སྟོན་
བྱེད་ཅིག་ཀྱང་ཡིན།

ངོས་ཀྱིས་གཞི་རྩའི་འགྲོ་བ་མིའི་ཆོར་ཤེས་ཞེས་བརྗོད་པའི་དོན་ནི། ངེས་གསལ་མེད་ཅིང་སྐད་ཅིག་ལས་
མི་གནས་པའི་ཆོར་བ་ཞིག་མ་ཡིན་པར། པན་ཚུན་ལ་གདུང་སེམས་མཉམ་བསྐྱེད་བྱེད་པའི་ང་ཆོའི་ལྷན་སྟེགས་ཀྱི་
རྒྱས་པ་སྟེ། བོད་སྐད་ཏུ་གཞན་གྱི་སྟུག་བསྐྱེད་ལ་མི་བཅོད་པ་ཞེས་པ་དེ་ཡིན། གཞན་གྱི་སྟུག་བསྐྱེད་མཐོང་ན་
བཅོད་མི་ཐུབ་པའི་རྒྱས་པ་འདི་ནི། ང་ཆོ་འགྲོ་བ་མིའི་ངོ་བོའི་བྱུང་ཆོས་གཅོ་བོ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། ང་ཆོས་རྒྱས་པ་འདི་
བརྒྱུད་གཞན་གྱི་སྟུག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྤྱིང་བའི་ནང་ཏུ་ཆོད་གཞི་ངེས་ཅན་ཞིག་ལ་ལྷགས་ནས་སྟུག་བསྐྱེད་དེར་མཉམ་
སྦྱོར་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད། རོགས་སྦྱོབ་ཀྱི་རུ་འབོད་གོ་ན། རྒྱས་པ་འདིས་ང་ཆོ་འགྲལ་སྦྱོར་བྱེད་ཏུ་འཇུག་པ་དང་།
མི་ཞིག་ལ་འཆོ་བ་བྱེད་བཞིན་པ་མཐོང་ན། རྒྱས་པ་འདིས་ང་ཆོ་ཞེ་ལོག་ཏུ་འཇུག་པ་དང་། གཞན་གྱི་སྟུག་བསྐྱེད་ལ་

མཐོང་ན། རྒྱས་པ་འདིས་ང་ཚོར་སྤྱད་བཟུལ་དེ་སྤྱིར་དུ་འཇུག་པ་དང་། ད་དུང་གཞན་གྱི་དཀའ་སྤྱད་སྤྱང་མེད་
བྱེད་འདོད་ནའང་། རྒྱས་པ་འདིས་ང་ཚོར་རང་གི་མིག་བྱང་བྱམ་དུ་འཇུག་གི་ཡོད།

འདིར་རང་གི་མདུན་དུ་ཆས་འཁོགས་ཤིག་མ་གཏོགས་སྤྱང་མེད་པའི་ལམ་ཁ་ཞིག་ཏུ་རང་ཉིད་འགོ་
བཞིན་པ་ཡིད་ལ་སོམས་དང་། སློབ་ཕྲུ་དུ་མི་དེ་རྒྱང་འདྲེད་ཤོར་ནས་མར་འབྱེལ་བ་ཡིན་ན། བྱིད་ཀྱིས་ཅི་ཞིག་
བྱེད་རྒྱུ་ཡིན་ནམ། སློག་པ་པོ་ཕལ་ཆེ་བས་ཕར་སོང་ནས་རོགས་རམ་ཅི་ཞིག་བྱེད་ཐུབ་པར་བཞུ་རྒྱུ་ཡིན་པ་ཐེ་ཚོམ་
མེད་ནའང་། གཅིག་བྱས་ན་ཚང་མས་དེ་ལྟར་བྱེད་མི་སྲིད། འོན་ཀྱང་། མི་གཞན་ཞིག་དཀའ་སྤྱད་སྤྱང་མེད་ན་
ཚང་མས་རོགས་སྐྱོབ་མི་བྱེད་པ་བདེན་ཡང་། སྤྱི་ཁྱབ་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡིན་པར་བརྗོད་པའི་གདུང་སེམས་མཉམ་
བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱས་པ་འདི་ནི། ཆས་འཁོགས་དེར་རོགས་སྐྱོབ་མི་བྱེད་པའི་མི་འགའ་ཤས་དེ་ཚོར་ཡེ་ནས་མེད་པ་ཞིག་
མིན་ཞིང་། ཐ་ན་ཁོ་ཚོ་ལའང་། གཞན་ཚོར་སྤྱུལ་མ་བཟང་ནས་མི་གཞན་ལ་རོགས་སྐྱོབ་བྱེད་དུ་འཇུག་པའི་
གཞན་སེམས་ཀྱི་ཚོར་བ་ཞིག་ནི། གསལ་མེན་ལ་མ་སྟོས་པར་གཅིག་མཚུངས་སུ་ཡོད་ངེས་ཡིན། དམག་འཁྲུག་ལ་
ཡུན་རིང་པོར་གདོང་ལེན་བྱས་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་གཞན་དག་གི་སྤྱད་བཟུལ་མཐོང་ན། སེམས་འགུལ་མི་ཐེབས་
པའི་མི་ཡོད་ཆོག་པ་དང་། འདི་ནི་ད་དུང་གཞན་ལ་སྤྱང་མེད་དང་དྲག་སྤྱོད་ཀྱིས་ཁེངས་པའི་ཁོར་ཡུག་ཅིག་ཏུ་
འཚོ་བའི་མི་ཚོར་མཚན་ན་གཅིག་མཚུངས་ཤིག་ཡིན། དེ་བཞིན་གཞན་གྱི་སྤྱད་བཟུལ་མཐོང་ན་དཀའ་སྤྱང་སྤྱང་སྤྱོད་
མཁན་ཡང་རེ་བྱང་ཡོད་སྲིད་པ་ང་ཚོའི་སློབ་པ་འཆར་དཀའ་བ་ཞིག་མིན་མོད། འདིས་གདུང་སེམས་མཉམ་
བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱས་པ་མི་འདིའི་རོགས་ལ་ཡེ་ནས་མེད་པའི་ར་སྤྱོད་བྱེད་མི་ཐུབ་པ་དང་། སློབ་ཤིན་ཏུ་འཁྲུག་པའི་མི་ཚོ་
མ་གཏོགས་ང་ཚོ་ཚང་མར་སེམས་པ་བཟང་པོ་ཞིག་བསྟན་ན་དགའ་བ་འདིས། དཀའ་སྤྱད་གིས་ང་ཚོ་མཁྱེགས་པོ་
ཇི་འདྲ་ཞིག་བཟོས་བྱང་། གདུང་སེམས་མཉམ་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱས་པ་དེ་ད་དུང་ང་ཚོར་ཡོད་པར་སྟོན་གྱི་ཡོད།

གཞན་གྱི་བྱམས་སེམས་ལ་ཡི་རང་བ་འདི་ནི། གཞན་གྱི་སྤྱད་བཟུལ་མཐོང་ན་མི་བཟོད་པའི་མཚན་བྱེད་
ཅིག་ཡིན། ངོས་ཀྱིས་འདི་ལྟར་བརྗོད་དགོས་པའི་དོན་ཏེ། ང་ཚོར་གཞན་དང་གདུང་སེམས་མཉམ་བསྐྱེད་བྱེད་
པའི་རང་བྱུང་གི་རྒྱས་པ་ཞིག་ཡོད་པར་མ་ཟད། ང་ཚོར་ད་དུང་སོ་སོའི་མི་ཚའི་མགོ་ནས་མཇུག་བར་འཐེན་པའི་
སྤང་བུ་ལྟ་བུའི་གཞན་གྱི་བྱམས་སེམས་དེའང་དགོས་ཀྱི་ཡོད། འདི་ནི་ང་ཚོ་ལ་ན་ཕ་བ་དང་། ཡང་ན་ཆས་
འཁོགས་ཡིན་དུས་མངོན་གསལ་དོད་པོ་ཡིན་ཞིང་། ཐ་ན་རང་ཉིད་དར་མ་ཡིན་བྱང་ན་ཆ་བྱང་བ་ཅམ་གྱིས་
གཞན་དག་གི་བྱམས་སེམས་དང་ལྟ་སྦྱོང་ནི། རང་ཉིད་ལ་ཇི་འདྲའི་གལ་ཆེན་ཡིན་པ་དྲན་སྐུལ་གཏོང་ངེས་རེད།
གཞན་གྱི་བྱམས་སེམས་དང་དུངས་པ་ལ་མ་བརྟེན་པར་འཚོ་གནས་བྱེད་པ་ནི། དགེ་མཚན་ཆེན་པོ་ཞིག་ཏུ་སྤྱང་
ཡང་། རྩ་ཆེ་བའི་བྱམས་སེམས་དང་བྲལ་བའི་འཚོ་བ་ནི་དོན་དངོས་སུ་ཉམ་ང་བ་ཞིག་ཡིན་ངེས་ཤིང་། ཉེས་ཅན་
པ་ཕལ་ཆེ་བ་ནི་བྱམས་སེམས་དང་བྲལ་བའི་ཁེར་རྒྱུད་གི་འཚོ་བར་བརྟེན་ནས་ཉེས་ཅན་པར་གྱུར་པ་སྟེས་དབང་
ཞིག་མིན།

བྱམས་སེམས་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བ་ནི། འགོ་བ་མའི་འཇུམ་མདངས་ཤིག་ལ་བྱིན་པའི་སོ་སོའི་ཡ་ལན་གྱི་
ནང་དུ་གསལ་པོ་ཡིན་ཞིང་། ངོས་རང་ལ་མཚན་ན། འཇུམ་ཐུབ་པའི་རྒྱས་པ་འདི་ནི་ང་ཚོ་འགོ་བ་མའི་ཁྱད་ཆོས་
ཆེས་ཡོད་དུ་འོང་བ་ཞིག་ཡིན་ལ། དུད་འགོ་གང་གིས་ཀྱང་འཇུམ་སྟོན་མི་ཐུབ། བྱི་དང་། ཐ་ན་འགོ་བ་མའི་
རོགས་ལ་དུངས་ཞེན་ཆེ་བའི་རིག་སྟོབས་ཀྱི་ཚད་གཞི་མཐོ་བའི་ཉ་པོ་ཆེ་དང་། མཚོ་ཕག་གིས་ཀྱང་ང་ཚོའི་འཇུམ་
མདངས་དེ་སྟོན་ཐུབ་ཀྱི་མེད། ངོས་རང་སྐར་ལ་མཚན་ན། མི་ཞིག་ལ་འཇུམ་སྟོན་སྐབས། མི་དེས་ཚུར་འཇུམ་

བཟུན་ནས་ཡ་ལན་ཞིག་མ་སྤྲད་ཆོ། ཅི་ཡིན་ནམ་སྐྱམ་པའི་ཆོར་བ་ཞིག་ངོས་ལ་རྟག་ཏུ་འབྱུང་གི་ཡོད། དེ་ལས་
ཕྱོག་ལྷོ། སར་འཛུམ་བཟུན་པའི་ཡ་ལན་དུ་ཚུར་འཛུམ་བཟུན་ན་ངོས་ཀྱི་སེམས་སྒྲོ་བ་དང་། ཐ་ན་ངོས་ལ་འབྲེལ་
བ་ཅི་ཡང་མེད་པའི་མི་ཞིག་གིས་རང་ལ་འཛུམ་བཟུན་ན་འང་། ངོས་རང་ལ་སེམས་འགྲུལ་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད། རྒྱ་
མཚན་ཅིའི་ཕྱིར་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། འཛུམ་མདངས་ངོ་མ་ཞིག་གིས་བྱམས་སེམས་ལ་ཡི་རང་བའི་འགྲོ་བ་མེད་རང་
བཞིན་གཤམ་མ་ཞིག་ཡར་སྐྱོང་གི་ཡོད་པས་རེད།

འགྲོ་བ་མེད་ཅུ་བའི་ངོ་བོ་ནི། འགྲན་སེམས་དང་འཁོན་འཛིན་ཡིན་པར་འདོད་པའི་སྤྱི་བྱ་བ་ཀྱི་ཉ་ཚུལ་
ཞིག་ཡོད་ཀྱང་། ངོས་རང་གི་ཉ་ཚུལ་ལ། བཅེ་བ་དང་བྱམས་སྐྱོང་ལ་ཡི་རང་བྱེད་པ་འདི་ནི། ང་ཚོ་མ་སྐྱེས་གོང་
དུ་སྤྱུ་བ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། ངོས་ཀྱི་ཤོགས་པོ་ཚན་རིག་པ་འགས་བརྗོད་དོན་ལྟར་ན། ཨ་མའི་སེམས་ཀྱི་བདེ་
ཐང་གིས་མངལ་གྱི་སྤྱ་གུའི་བདེ་ཐང་ལ་ཤུགས་སྐྱེན་ཐེབས་པ་དང་། གལ་ཏེ་ཨ་མའི་སེམས་ཞི་སྟོང་བག་ཐེབས་སུ་
གནས་ན། བཅོམ་རྒྱ་ཡིན་པའི་སྤྱ་གུ་ལ་ཕན་པ་ཆེ་བ་སོགས་སྟོན་པའི་ཚན་རིག་གི་བདེན་དཔང་ཁྱེད་ཀྱི་བཅོམ་པོ་
ཡོད་ཅིང་། སྒྲོ་སྤང་ཆེ་བའི་ཨ་མ་ཞིག་གིས་སྒྲོ་སྤང་ཆེ་བའི་སྤྱ་གུ་ཞིག་བཅོམ་རྒྱ་རེད། འོན་ཀྱང་། ཞེ་སྤྱན་དང་
ཁོང་ཁྱོས་མངལ་གྱི་སྤྱ་གུའི་དར་རྒྱས་ལ་གཞི་དུ་གྱུར་གྱི་ཡོད། དེ་མཚུངས་སྐྱེས་པའི་བདུན་ཕྲག་འགའི་རིང་ལའང་བཅེ་
བ་དང་བྱམས་སྐྱོང་གིས་སྤྱ་མཐུད་ནས་སྤྱ་གུའི་ལུས་པོའི་དར་རྒྱས་ལ་རྒྱས་པ་ཆེན་པོ་ཞིག་འདོན་པ་དང་།
མཚམས་འདྲིར་ཁྲད་པ་ནི་མཁྱོགས་པོར་འཚར་ལོངས་འབྱུང་ཞིང་། སྤྱན་པ་ཆོའི་འདོད་ཚུལ་ལ། ཨ་མ་དང་ཡང་
ན་མ་ཡབ་ཀྱིས་རྒྱན་དུ་སྤྱ་གུར་རིག་པ་དེས་ཁྲད་པའི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་རམ་འདེགས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། འདིས་བཟུན་
དོན་ནི། སྤྱ་གུར་མཚོན་ན། སྤྱ་ཞིག་ཡིན་མེན་གྱིས་མི་སྤྱི་བྱེད་པ་དང་། ཡང་ན་སྤྱ་ཞིག་གིས་རང་ལ་རིག་གི་ཡོད་མེད་
ལ་ཁྱད་པར་མེད་ཀྱང་། སྤྱ་གུ་ལ་རང་གི་ལུས་པོའི་ཆ་ནས་བཅེ་བ་དང་བྱམས་སྐྱོང་དགོས་པ་གསལ་པོ་ཡིན་པ་
འདི་རེད། གཅིག་བྱས་ན། འདིས་ད་དུང་རྒྱ་མཚན་ཅིའི་ཕྱིར་སྤྱ་བྱུང་ཞིང་དོགས་ཐོན་ཆེ་ལ། དངངས་སྐྱག་གིས་
ཡོངས་སུ་མནར་བའི་མི་ཚོས་ཀྱང་གཞན་གྱི་ཉ་སྐྱོང་དང་བྱམས་སེམས་ལ་ཡ་ལན་ལེགས་པོ་སྤྱོད་པ་ལའང་གསལ་
བཤད་བྱེད་ཐུབ་པ་དང་། ཁོ་ཚོ་ཡང་བྱིས་པ་ཡིན་དུས་གཞན་གྱི་ཉ་སྐྱོང་འོག་འཚར་ལོངས་བྱུང་ཡོད། གཉན་
འཕྲང་གི་སྐབས་དེར་སྤྱ་གུ་ཞིག་སྤང་མེད་དུ་བསྐྱར་ན་གསོན་མི་ཐུབ་པ་གསལ་པོ་ཡིན།

སྤྱབས་ལེགས་ནས་འདི་ནི་ཉ་ལམ་ནམ་ཡང་འབྱུང་གི་མེད་ལ། ཨ་མའི་བྱ་འགྲུལ་ཐོག་མ་ནི། བཅོམ་མ་
ཐག་པའི་སྤྱ་གུ་ལ་འཆོ་བཟུད་ལྡན་པའི་རང་གི་འོ་མ་སྤྱོད་པ་དེ་ཡིན་ཞིང་། འདིས་ངོས་ཀྱི་བསམ་པར་ཆ་སྐྱེན་ལ་
སྟོས་མེད་ཀྱི་བཅེ་བ་དང་ས་མ་ཞིག་མཚོན་འདུག སྐབས་འདིར་ཨ་མའི་བཅེ་བ་ནི་བཅོམ་མིན་ལྟར་མེད་ཅིག་ཡིན་
པ་དང་། ཚུར་རང་ལ་གང་ཞིག་ཐོབ་པའི་རེ་བ་ཅི་ཡང་ཁོ་མོར་མེད། སྤྱགས་གཞན་ནས་སྤྱ་གུ་དེ་ནི་རང་བཞིན་
གྱིས་ཨ་མའི་རྒྱ་མའི་སྤྱགས་སུ་འགྲུལ་གྱི་ཡོད། འདི་ནི་རྒྱ་མཚན་ཅིའི་ཕྱིར་ཡིན་ནམ། རྒྱ་བ་འདིའི་ལན་དུ་ང་ཚོས་
གསོན་འདོད་པའི་ལྟན་སྐྱེས་ཀྱི་བག་ཆགས་སྤང་ཆོག་པར་མ་ཟད། ད་དུང་སྤྱ་གུའི་སྤྱགས་ན་རང་གི་ཨ་མར་
བཅངས་པའི་བཅེ་བ་ངོས་ཅན་ཞིག་ཡོད་པར་བསམ་པ་ལའང་རྒྱ་མཚན་ཞིག་ལྡན་པར་སྐྱེས། གལ་ཏེ་སྤྱ་གུ་ལ་ཞེ་
ལོག་གི་ཚོར་བ་ཞིག་ཡོད་ན། ཨ་མའི་རྒྱ་མ་རྒྱ་རྒྱ་ཡིན་ནམ། གལ་ཏེ་ཨ་མར་ཚོར་བ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡོད་ན། ཨ་མའི་
རྒྱ་མ་ལས་འོ་མ་རང་ཤུགས་ཀྱིས་ཡོང་རྒྱ་ཡིན་ནམ། སྤྱགས་གཉིས་ཀར་ཡོད་པའི་རང་བྱུང་གི་བཅེ་བ་དང་བྱམས་
སྐྱོང་ནི། མ་ཐུའི་བར་གྱི་འབྲེལ་བའི་རྟེན་གཞི་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། འབྲེལ་སེམས་དེ་ནི་གཞན་ལ་བཟུན་ནས་སྐྱོང་བ་
བྱས་པ་ཞིག་མ་ཡིན་པ་དང་། ཚོས་ལུགས་ཀྱི་བཀོད་འདོམས་འོག་ཏུ་འང་བྱུང་མེད། དེ་མཚུངས་སྤྱིམས་ལུགས་

གང་གིས་ཀྱང་བཙན་འགོལ་བྱེད་མི་དགོས་པ་དང་། སློབ་གྲུའི་ནང་དུ་འང་སློབ་གྱི་མེད་ལ། མ་བུའི་བར་གྱི་དུངས་སེམས་འདི་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་འབྱུང་གི་ཡོད།

རང་གི་སྤྱ་གྲུ་ལ་དུངས་པའི་བྱམས་སྦྱོང་ནི། དུད་འགྲའི་རིགས་མང་པོར་སྤྱན་མོང་དུ་ཡོད་པར་སྤང་བ་དང་། འདི་ནི་གནད་འགག་ཅིག་ཡིན་ཏེ། སྤྱ་གྲུ་ལ་རང་གི་གསོན་གནས་ཀྱི་ཆ་ནས་བྱམས་སྦྱོང་དགོས་པར་མ་ཟད། ཨ་མའི་ཕྱོགས་ན་འང་བརྩེ་བའི་བྱམས་སྦྱོང་དེ་མཐོ་སྤྱད་བྱེད་ཐུབ་པའི་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་རུས་པ་ཞིག་ཡོད། མ་བུའི་བར་གྱི་བརྩེ་བ་འདི་ནི་ཆེས་ཟབ་པས། སལ་ཆེར་འབྱུང་བཞིའི་གྲུབ་ཆ་ལས་བྱུང་བའི་ཚྭ་ལ་རུས་ཀྱི་ངོས་ནས་བརྩེ་བ་དེ་འབྱུང་གི་ཡོད་པར་སྤུས་སྤྱོད་ཀྱི་རེད། འདི་ལྟར་པན་ཚུན་ལ་བཅངས་པའི་བརྩེ་བ་འདི་ནི། གསོན་གནས་ཀྱི་ཚྭ་ལ་རུས་ཤིག་ལས་ཅི་ཡང་མིན་པའི་ཚྭ་སྤང་ཡང་བྱེད་ཆོག་པ་དང་། གཅིག་བྱས་ན་དེ་ལྟར་ཡིན་སྤྱོད་ཀྱང་། འདི་ནི་བརྩེ་བ་དེ་གྲུབ་མེད་པའི་དགག་བཞག་ཅིག་མིན་པར་མ་ཟད། འདིས་སྤྱ་གྲུར་བྱམས་སྦྱོང་དགོས་ཤིང་། ཨ་མར་བྱམས་བརྩེ་མཐོ་འདོན་གྱི་རུས་པ་ཡོད་ལྟ་བུས། ང་ཚོ་འགོ་བམའི་རང་བཞིན་བྱམས་བརྩེ་ཅན་ཡིན་པའི་ངོས་ཀྱི་ཡིད་ཆེས་ལ་གནོད་པ་འང་བྱེད་ཀྱི་མེད།

གལ་ཏེ་འདི་ནི་བདེན་པ་ཞིག་ཏུ་མ་མཐོང་ན། སེམས་བཟང་གི་བྱ་སྤྱོད་དང་། དག་པོའི་བྱ་སྤྱོད་ལ་བྱིན་པའི་ང་ཚོའི་ཡ་ལན་ཐ་དད་པ་གཉིས་ལ་སོམས་དང་། ང་ཚོ་སལ་ཆེ་བས་དྲག་རྩལ་གྱི་བྱ་སྤྱོད་ནི་འཛིགས་སྐུལ་གྱི་རང་བཞིན་དུ་མཐོང་གི་ཡོད། དེ་ལས་ཐོག་ལྷོ། ང་ཚོར་སེམས་པ་བཟང་པོ་ཞིག་སྤྱན་སྐབས། ང་ཚོས་ཡིད་ཆེས་པའི་སློ་ནས་ཡ་ལན་ཉེར་གྱི་ཡོད། ད་དུང་བརྩེ་སེམས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཞི་བདེ་དང་། འཕྲོད་བཞུན་བར་གྱི་འབྲེལ་བ་ལ་བསམ་སྒོ་ཞིག་ཐོངས་དང་། ངོས་ཀྱི་གོ་རྟོགས་གཞིར་བཞག་ན། དྲག་སྤྱོད་དང་བཙན་ཤིང་ལས་ཞི་བདེ་དང་བག་ཤེབས་ནི་ང་ཚོའི་འབྱུང་བཞི་ལ་འཕྲོད་པ་དང་། ང་ཚོ་ཆང་མས་ཤེས་གསལ་ལྟར། སེམས་ངལ་དང་དངངས་སྐྱག་གིས་ཁྲག་ཤིང་མཐོ་བ་ལྟ་བུའི་ནད་རྟགས་སྤྱ་ཆོགས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཡོད། བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ལྟར་ན། སེམས་ཁམས་ཀྱི་སྒྲིམ་སྐྱིག་དཀྲུག་པ་ནི། སྤྱན་ནད་ཐེ་བའི་འབྱུང་བཞིའི་ནད་རིགས་མང་པོའི་འབྱུང་རྒྱུན་ཞིག་ཡིན། ཞི་བདེ་དང་། བག་ཤེབས། གཞན་གྱི་བྱམས་སྦྱོང་སོགས་ནི། ནད་ཅིག་ལས་སངས་དྲག་ཏུ་འགོ་བ་ལའང་མེད་དུ་མི་བྱང་བ་ཞིག་ཡིན། ང་ཚོས་ད་དུང་ཞི་བདེ་ལ་ཕྱོགས་པའི་གཞི་རྒྱུ་འདུན་པ་ཞིག་ཀྱང་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཆོག་ལྷོ། ཞི་བདེས་ཆོ་སྲོག་གི་འཕེལ་རྒྱས་མཆོན་ཞིང་། དྲག་སྤྱོད་ཀྱིས་འཆི་བ་དང་སྐྱག་བཟུལ་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད། དེའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་དག་ཞིང་དང་སྤྱུ་ལྟ་བུའི་བསམ་སྒོས་ང་ཚོའི་ཡིད་དབང་འགྲུག་པ་དང་། གལ་ཏེ་དག་ཞིང་དུ་རྫོགས་མཐའ་བུལ་བའི་འཐབ་འཛིང་དང་འབྲུག་ཚྭ་ཡོད་ཚུལ་འབྲེལ་བཟོད་བྱས་ཡོད་ན། ང་ཚོ་ནི་དག་ཞིང་ལས་འཛིན་སྤྱོད་འདིར་གནས་འདོད་ཀྱི་རེད།

ཆོ་སྲོག་གི་སྤང་ཚུལ་ལ་ང་ཚོས་ཡ་ལན་ཇི་ལྟར་སྤྱོད་པ་ལའང་བསམ་སྒོ་ཞིག་ཐོངས་དང་། དགུན་ཁའི་རྒྱུ་ལྟ་བུ་དེ་ལྟར་ཤེས་ཏེ། ཉན་མོ་ཇི་རིང་དུ་སོང་ནས་ཉི་འོད་འཕྲོ་བ་མང་ཞིང་། ཚ་དང་ཚི་ཤིང་རྣམས་གསར་དུ་སྐྱེ་འགོ་ཚུགས་ནས་ང་ཚོའི་སེམས་པ་ཡར་འདེགས་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལས་ཐོག་ལྷོ། དགུན་ཁ་སྐྱེབ་པ་དང་། ཤིང་གི་ལོ་མ་རྣམས་གཅིག་རྒྱུས་གཉིས་མཐུད་དུ་མར་ཟེགས་འགོ་འཛུགས་ཤིང་། ང་ཚོའི་ཉི་ཁོར་གྱི་ཚ་དང་ཚི་ཤིང་སལ་ཆེ་བའི་གསོན་ཤུགས་ཉམས་ནས་ཤི་བ་ལྟར་འགྱུར་བ་དང་། ལོ་རེའི་དུས་ཆོགས་འདིར་ང་ཚོར་སྤྱ་གྲུ་སྐྱེད་སྐྱེ་བ་མང་བ་ལ་ཉ་ལས་དགོས་དོན་མེད་ལ། འདིའི་བཞུན་དོན་ནི། ང་ཚོས་རང་བཞིན་གྱིས་འཆི་བ་ལས་ཆོ་སྲོག་དང་། ཉམས་རྒྱུད་ལས་དར་རྒྱས། གཏོར་བཙོན་ལས་བཟོ་བསྐྱུན་འདོད་པ་འདི་ཡིན།

ང་ཚོས་ད་དུང་བྱིས་པ་ཚོའི་སྤྱོད་པ་ལ་འང་བསམ་གཞིག་ཅིག་བྱས་ན། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐྱབ་པའི་སྤྱོད་པ་
ནུས་ཀྱིས་མ་བསྐྱབས་པའི་འགྲོ་བ་མིའི་རང་བཞིན་ལྟར་མེད་ཅིག་ཁོ་ཚོའི་སྤྱོད་པ་མཐོང་ཐུབ། སྤྱ་གུ་ལོ་ན་ཤིན་
ཏུ་སྤ་བ་ཚོས་མི་དང་མིའི་བར་ལ་བྱུང་པར་མི་འབྱེད་པ་དང་། ཁོ་ཚོས་རང་གི་གནས་དུ་ཡོད་པའི་མིའི་འཇུག་
མདངས་དེ་གཞན་ཐམས་ཅད་ལས་གཅིགས་སུ་འཛིན་པར་སྤང་། ཐ་ན་ཡར་འཛར་ལོངས་འབྱུང་བཞིན་པའི་
སྐབས་སུ་འང་། ཁོ་ཚོས་མི་རིགས་དང་རྒྱལ་ཁབ། བྱིས་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱབ་སྐྱོངས་དང་ཚོས་ལུགས་སོགས་ཀྱི་བྱུང་པར་ལ་
དོ་སྤང་བྱེད་ཀྱི་མེད། བྱིས་པ་ཚོ་ལྟན་དུ་འཛིན་སྐབས་བྱུང་པར་དེ་དག་སྤང་བ་ལས་ཆེད་མོ་གལ་ཆེན་དུ་འཛིན་
ཀྱི་ཡོད། འདི་ནི་དཔྱད་ཤེས་དང་བྲལ་བའི་ཚོར་བའི་དབང་དུ་སོང་བ་ཞིག་མིན་ཞིང་། དངོས་ཡོད་གནས་ལུགས་
འདི་ནི། བྱི་ལོ་ ༡༩༤༠ ནང་ནས་བཟུང་ཡོ་རོབ་དུ་ཡོད་པའི་བོད་སྐྱུག་བཙན་བྱོལ་བ་མང་པོར་ལྟ་སྦྱོང་བྱས་ནས་
སློབ་སྦྱོང་སྤྱོད་སའི་བྱ་གསུལ་ཁང་ཞིག་དུ་བསྐྱོད་ཐངས་རེར་ངོས་ཀྱིས་མཐོང་གི་ཡོད། བྱ་གསུལ་ཁང་དེའི་རིགས་ནི་
རྒྱལ་ཁབ་སོ་སོའི་བར་གྱི་དམག་འཐབ་ནང་ད་སྐྱུག་དུ་ཐུར་པའི་སྤྱ་གུ་ནུས་ལ་བཟླ་སྦྱོང་བྱ་ཆེད་ཙ་འཇུགས་བྱས་
པ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། ཐོག་མར་ད་སྐྱུག་ནུས་ལྟན་དུ་འཛིན་སྐབས། ཁོ་ཚོ་འཆམ་མཐུན་བྱིས་འཚོ་བ་དེ་ནི་ངོ་
མཚར་དགོས་པ་ཞིག་བྱུང་ཡོད།

ང་ཚོར་བྱམས་བརྩེ་སྟོན་པའི་རུས་པ་ཞིག་ཐུན་མོང་དུ་ཡོད་རུང་། མཐར་གཏུགས་ན་འགྲོ་བ་མིའི་རང་
བཞིན་ནི། བྱམས་བརྩེ་དེ་རང་ཉིད་དང་འབྲེལ་ཐག་ཉེ་བའི་མི་ཚོར་མཁོ་འདོན་བྱེད་པ་ལས་གཞན་ཚོར་མི་སྟོན་
པ་འདི་ཡིན་ཞེས་དགག་ཆོག་སྟེ། རང་གི་ཉེ་འབྲེལ་དང་གོགས་པའི་ཕྱོགས་སུ་ཞེན་པ་དང་། འབྲེལ་ཐག་འདིའི་ཕ་
རོལ་དུ་ཡོད་མཁན་ཚོར་ང་ཚོས་གཞན་སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི། སོ་སོའི་གནས་སྟངས་ལ་ཤུགས་ཆེན་བརྟེན་ཡོད། དེ་
ཡང་རང་ལ་འཛིགས་སྐུལ་བྱེད་མཁན་ལ་སེམས་པ་དཀར་པོ་ཞིག་འཛིན་སྐབས་མཁན་དགོན་པོ་རེད། འདི་ནི་
བདེན་པ་ཞིག་ཡིན་པར་མ་ཟད། འགྲོ་བ་མི་གཞན་ཚོའི་ཕྱོགས་ལ་བྱམས་སེམས་བསྐྱེད་པའི་རུས་པ་ང་ཚོར་ཇི་
འདྲ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་། སོ་སོའི་གསོན་གནས་ལ་འཛིགས་སྐུལ་བྱེད་སྐབས། གཞན་སེམས་དེ་ནི་རང་ཉིད་གཅེས་
འཛིན་གྱི་རང་བྱུང་གི་འདུན་པ་ལས་པལ་ཆར་རྒྱལ་མི་སྐབས་པའང་ངོས་ཀྱིས་ཁས་ལེན་གྱི་ཡོད། དེ་ལྟར་ནའང་།
འདིས་གནས་སྟངས་དེ་འདྲའི་ནང་གཞན་སེམས་ཀྱི་རུས་པ་མེད་པའམ་ཉམས་ཡོད་པར་སྟོན་གྱི་མེད་ལ། སྐབས་
རེར་དམག་འཐབ་ཆར་རྩིས་དམག་མི་ཚོས་ཐ་ན་སོ་སོའི་དགའ་ལ་ལའང་རོགས་རམ་བྱས་ཏེ། འདས་གྲོངས་སུ་ཐུར་
པའམ་ཆས་ཡོད་པ་ནུས་སློ་རོགས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

འགྲོ་བ་མིའི་རྩ་བའི་རང་བཞིན་ལ་དབྱེད་པ་འདིའི་ནང་། ང་ཚོའི་ངོ་བོ་ལ་ཉེས་ཕྱོགས་ཅི་ཡང་མེད་པ་
ངོས་ཀྱིས་གཏན་ནས་བརྟུན་གྱི་མེད། རུས་པར་ཤེས་པ་ཞིག་ཡོད་པའི་རྩིས། མ་རིག་པ་དང་། ཞེ་སྤང་། དྲག་སྤྱོད་
སོགས་རང་བཞིན་གྱིས་འབྱུང་གི་ཡོད། དེ་བས་ན་ང་ཚོའི་ངོ་བོ་ནི་རྩ་བའི་ཆ་ནས་བྱམས་དང་སྤྱིང་རྩེ་ལ་ཕྱོགས་
ཡོད་ཀྱང་། ང་ཚོ་ཆང་མར་ཞེ་སྤང་དང་གཏུག་རྒྱབ་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་སྟོན་པའི་རུས་པའང་ཡོད། འདི་ནི་ད་དུང་མི་ཁག་
ཅིག་དྲག་སྤྱོད་དང་ཡོངས་སུ་ཁ་བྲལ་བའི་ཁོར་ཕྱག་ཅིག་དུ་འཛར་ལོངས་བྱུང་ཡང་། སྤྱི་གལ་པའི་ཤན་པ་ལག་
དམར་དུ་ཐུར་པའི་རྒྱ་མཆན་ཡང་ཡིན། དེར་བརྟེན་ང་ཚོས་སོ་སོའི་བྱ་སྤྱོད་རྩེ་ལེགས་སུ་བསྐྱར་པར་འབད་པ་
བྱེད་དགོས་ཤིང་། སྤང་གཞི་འདི་དང་འབྲེལ་བའི་རང་གི་འགྲུལ་བཞུད་ཀྱི་ཉམས་སྦྱོང་ཞིག་སྟེ། ལོ་འགའ་ཤས་ཀྱི་
གོང་དུ་ངོས་རང་ལ་ཤིན་ཏུ་རྩིས་དྲན་དོ་རིང་ལ་བཟླ་བར་སོང་བ་དང་། དེ་ནི་ན་རྩིས་ལག་དུ་སྦྱང་སྐྱུག་བརྒྱ་
སྐྱུག་མང་པོ་འདས་གྲོངས་སུ་ཐུར་པའི་འཛུལ་མི་རིགས་ཀྱི་དཔའ་བོ་དཔའ་མོ་ཚོར་བཞེངས་པའི་དོ་རིང་ཞིག་

ཡིན་ཞིང་། དཔྱད་རྟོག་གི་དོན་དེའི་སྤྱིང་དུ་འགྲོ་བ་མིའི་སྤྱོད་པ་ཐ་དང་པ་གཉིས་མཉམ་དུ་བསྐྱོད་པ་དེས་
ང་ལ་བག་ཆགས་ཆེས་ཟབ་མོ་ཞིག་བཞག་བྱུང་། ཕྱགས་གཅིག་དུ་བརྗོད་ཐབས་བྲལ་བའི་མནར་གཅོད་འོག་རྒྱུ་
ལམ་དུ་སྤང་བ་ནུས་ཀྱི་མིང་ཐོ་བཞོད་ཡོད་པ་དང་། ཕྱགས་གཞན་ན་འཇེའོ་མི་རིགས་ཀྱི་སྤྱོད་སྤྱང་སྤྱོད་
བྱས་ནས་སོ་སོའི་ཆོ་སྲོག་ཉེན་ཁའི་གནས་སུ་བསྐྱལ་བའི་ཡེ་ཤུ་པའི་བྱིས་ཆང་དང་། གཞན་ཆོའི་བྱམས་བརྩེ་དང་
སྤྱིང་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་པ་རྗེས་དཔྱད་དུ་བསྐྱོད་འདུག དཔྱད་རྟོག་གི་དོན་དེའི་འདྲི་ཞིག་ཀྱི་ལྷན་པའི་
ལེགས་ཉེས་ཀྱི་ཆ་གཉིས་སྟོན་པར་ཤིན་དུ་འོས་འཆོམ་ཡིན་པར་མ་ཟད། དགོས་ངེས་ཀྱང་ཡིན་པའི་ཆོར་སྤང་ཞིག་
སྐབས་དེར་ངོས་ལ་བྱུང་སྟེང་།

ཉེས་ཕྱགས་ཀྱི་ལྷན་པ་འདིས་འགྲོ་བ་མིའི་ངོ་བོ་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་རྩལ་ཅིང་། ཐ་ན་དག་སྤྱོད་ལ་ངེས་
པར་དུ་ཕྱགས་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཚན་བརྟན་པོ་ཞིག་ང་ཆོར་སྤྱོད་མི་ཐུབ། འགྲོ་བ་མིའི་ངོ་བོ་དེ་གཏུམ་དག་གི་རང་
བཞིན་དུ་འཛིན་པའི་དར་བྱབ་ཆེ་བའི་ལྷ་ཚུལ་གྱི་འབྱུང་རྒྱུ་ཞིག་ནི། གསར་འགྱུར་བརྒྱུད་ལམ་ཁག་ནས་ཏྲག་དུ་
གནས་ཚུལ་སྤྱག་པོ་སྟོན་གྱི་ཡོད་པ་འདི་ཡིན་སྟེ། འོན་ཀྱང་། གནས་ཚུལ་སྤྱག་པོ་དེ་སྟོན་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་
ནི། གསར་འགྱུར་ལེགས་པོ་གསར་འགྱུར་ཞིག་མིན་པས་ཡིན།

འགྲོ་བ་མིའི་རང་བཞིན་ནི་གཏུམ་དག་ཅིག་མ་ཡིན་པར། བྱམས་པ་དང་སྤྱིང་རྗེ། སེམས་བཟང་དང་ཞེ་
དུལ། བརྩེ་དང་དང་གསར་གཏོད་སོགས་ལ་ཕྱགས་ཡོད་པར་བརྗོད་ན། མི་སྒྲེར་སོ་སོའི་སྤྱིང་དུ་འང་སྤྱོད་དགོས་
པའི་སྤྱི་བྱབ་ཀྱི་ཚ་དོན་ཞིག་ཕྱགས་སུ་སྟོན་གྱི་ཡོད། འོན་ཀྱང་། མི་ཆེ་ཉི་ལ་པོ་གཏུག་རྩལ་དང་དག་སྤྱོད་ཀྱི་དབང་
དུ་སྤང་ཡོད་པར་སྤང་བའི་མི་སྒྲེར་པ་ཆོའི་སྒྲོར་ལ་ང་ཆོས་ཅི་ཞིག་བརྗོད་རྒྱ་ཡིན་ནམ། དུས་རབས་འདི་གཅིག་
ལུང་ནང་དུ་འདྲུང་། མི་དེའི་རིགས་ཀྱི་དཔེ་མཚན་དུ་འདྲེན་རུང་ཞིང་། ང་ཆོའི་ཡིད་ལ་འཆར་སྤྱོད་པའི་གང་ཟག་
སྒྲེར་པ་མང་པོ་ཡོད་པ་ནི། འཇེའོ་མི་རིགས་ཚ་མེད་དུ་གཏོང་འདོད་པའི་ཉེ་ཤིང་ལ་དང་། མི་རིགས་སྤྱོད་གསོད་
བྱེད་པའི་སི་ཏ་ལིན་དང་། ངོས་ཀྱིས་ངོ་ཤེས་ཤིང་སྐབས་ཤིག་ལ་བསྐྱགས་བརྗོད་ཀྱང་བྱས་སྤྱོད་པའི་མའོ་ཙེ་དུང་
དང་། རིག་གནས་གསར་བརྗེའི་སྐབས་ཀྱི་ལྷ་སྟོའི་སྤྱོད་སྤྱང་། ད་དུང་གསོད་སའི་ཁྱིམ་ཁ་ཆེ་འཇུགས་བྱེད་
མཁན་པོ་ལ་པོ་ཤི་སོགས་རེད། ང་ཆོས་ཁོ་ཆོའི་སྒྲོར་ལ་ཅི་ཞིག་བརྗོད་རྒྱ་ཡིན་ནམ། དེ་མཚུངས་སོ་སོར་སྤྱོད་སྤྱང་
ཡོང་བར་མནར་གཅོད་དང་དམར་གསོད་བྱེད་མཁན་ཆོས་རྒྱ་མཚན་ཅིའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་བྱེད་གྱི་ཡོད་དམ།

ཡ་ང་སྤྱིང་རྗེ་བྲལ་བའི་མི་འདི་ཆོའི་གཏུག་རྩལ་ལ་གསལ་བཤད་བྱེད་པའི་རྒྱ་མཚན་རྒྱང་པ་ཞིག་ངོས་ཀྱི་
སྤྱོད་པ་འཆར་དཀའ་ཡང་། ང་ཆོས་ངེས་པར་དུ་ངོས་འཛིན་བྱེད་དགོས་པའི་གནད་དོན་གཉིས་ཏེ། དང་པོ་མི་
འདིའི་རིགས་ནི་གནས་དུས་ངེས་ཅན་ཞིག་གི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་བྱུང་བ་ལས་གནས་ནས་མར་སྤྱང་བ་ཞིག་མིན་པ་
དང་། ང་ཆོས་སྤྱི་ཚོགས་དེའི་རྒྱབ་སྐྱོངས་ཀྱི་གནས་སྤངས་དང་འབྲེལ་བའི་སྤྱོད་པ་ཁོ་ཆོའི་གཏུག་རྩལ་ལ་བསམ་
གཞིག་བྱ་རྒྱུ་གལ་ཆེ། གཉིས་པ་ང་ཆོས་ཁོ་ཆོའི་བྱ་སྤྱོད་ལ་སྤྱོད་སྤྱང་བྱེད་པའི་ཡིད་ཀྱི་འཆར་སྤྱོད་དེར་བལྟ་དགོས་
ཤིང་། ཁོ་ཆོའི་ལས་འགུལ་དང་ལས་གཞི་ནི་ཕྱིན་ཅི་ལོག་དུ་སྤང་བ་ཞིག་ཡིན་མོད་ཀྱང་། ཕྱགས་རྒྱང་གི་དམིགས་
འདུན་ཞིག་ལ་ཕྱགས་ནས་ལས་འགུལ་དེ་དག་སྤྱོད་ཡོད། ཁོ་ཆོའི་བྱ་སྤྱོད་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་སྤྱོད་
གིས་ཀྱང་དག་སྤྱོད་སྤྱོད་པ་མི་འགྲོ་ཞིང་། ཁོ་ཆོ་རང་ཉིད་ནས་སོ་སོའི་ལས་འགུལ་ཐད་ལ་འབྲེལ་བརྗོད་ཅི་ཞིག་
ཡོད་པ་དང་། འབྲེལ་བརྗོད་དེས་ལེགས་ཕྱགས་ཀྱི་ཀུན་སྤྱོད་གང་ཞིག་སྟོན་པ་སོགས་ལ་མ་སྟོས་པར། ཉེ་ཤིང་ལ་
དང་། སི་ཏ་ལིན། མའོ་ཙེ་དུང་། པོ་ལེ་པོ་ཤི་བཅས་ཀྱིས་དམིགས་འདུན་ཞིག་ལ་བསྐྱགས་ནས་ལས་འགུལ་དེ་དག་

སྒྲུབ་ཡོད། དུང་འགྲོས་སྒྲུབ་མི་ཐུབ་པའི་འགྲོ་བ་མིའི་སྤྱན་མེན་གྱི་བྱ་འགུལ་དེ་ཚོར་ང་ཚོས་དབྱུང་བ་བཏང་ཆོ།
ཁོ་ཚོའི་ཡིད་ཀྱི་ཀུན་སྨོང་ལ་བྱེད་ལས་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡོད་པ་མཐོང་ཐུབ། ཀུན་སྨོང་གི་རྩ་བ་བཤེས་པ་དེ་ནི་ང་ཚོར་ཡོད་པའི་སྤྱན་མེན་གྱི་རྒྱ་ལོར་ཞིག་ཡིན་པར་མ་ཟད། ང་ཚོས་དེ་གང་དུ་བཀོལ་མེན་ལ་སྟོས་ནས་སོ་སོའི་བསམ་པའི་བྱ་སྤྱོད་རྣམས་དགེ་མེད་གོ་སྐྱོན་གང་ཅུང་ཞིག་གི་ངོ་བོར་འགྱུར་བ་དང་། འདི་ལྟར་མི་སྐྱེར་སོ་སོའི་ཀུན་སྨོང་ནི་རང་གི་བྱ་སྤྱོད་ལ་ཁ་ལོ་སྒྲུར་བྱེད་གཙོ་བོ་དེ་ཡིན། སྤྱི་བསྐྱེད་ལས་གྲོལ་འདོད་དང་། བདེ་བ་སྦྱང་འདོད་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་དེ་མི་གཞན་ལ་འདྲ་གཅིག་མཚུངས་སུ་ཡོད་པར་ངོས་འཛིན་པའི་སྒོ་ཞིག་གིས་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་པའི་སྤྱགས་རྒྱུད་གི་དམིགས་འདུན་ལ་བརྟེན་ནས་ལེགས་པའི་ངོ་མཚར་འབྱུང་ཡང་། འགྲོ་བ་མིའི་གཞི་རྒྱའི་ཚོར་ཤེས་དང་ཁ་བྲལ་ན། ང་ཚོར་གཏོར་བསྐྱོད་གི་རྒྱས་པའང་ཆད་མེད་ཅིག་ཡོད་པ་མངོན་གསལ་ཡིན།

སྤྱོད་སྤང་ཡོང་བར་གཞན་གསོད་པའམ་དེ་ལས་སྤྱག་པ་སྟེ། རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡང་མེད་པར་དམར་གསོད་བྱེད་མཁན་ཚོར་མཚོན་ན། གཞན་ལ་བྱམས་སེམས་བསྐྱེད་པའི་གཞི་རྒྱའི་སེམས་པ་ཉམ་དམས་སུ་གྱུར་ཡོད་ཀྱང་། དེ་རྩིས་དུ་སོང་ཡོད་པའི་ངེས་པ་མེད་པ་དང་། ངོས་ཀྱིས་གོང་དུ་བརྗོད་པ་ལྟར། གནས་སྤངས་ཆེས་སྤྱག་ཤིས་ཤིག་མིན་ཆོ། རང་ཉིད་ལ་བྱམས་སེམས་བསྐྱེད་ན་དམར་གསོད་བྱེད་མཁན་ཚོས་ཀྱང་དགའ་བའི་རྣམ་འགྱུར་སྟོན་པ་ང་ཚོའི་ཡིད་ལ་འཁོར་ཐུབ་ཐུང་། གཞི་རྒྱའི་བྱམས་སེམས་ཀྱི་བག་ཆགས་དེ་གནས་སྤངས་ཡིན།

སྤང་དོར་གྱི་རྣམ་གཞག་ལ་མཚོན་ན། ང་ཚོར་ཡོད་པའི་གཞི་རྒྱའི་གདུང་སེམས་མཉམ་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱས་པ་ནི་ཆེས་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པ་རྟོགས་པར། སྟོག་པ་པོ་ཚོས་འགྲོ་བ་མིའི་རང་བཞིན་རྩ་བའི་ཆ་ནས་བྱམས་པ་དང་སྤྱོད་རྩིས་ལ་སྤྱགས་ཡོད་པའི་ངོས་ཀྱི་འདོད་ཚུལ་ངེས་པར་དུ་ཁས་ལེན་བྱེད་མི་དགོས། སྤྱོད་པ་བཟང་པོ་ཞིག་ཡིན་ན། གཞན་ལ་འཆོ་བ་མེད་པའི་སྤྱོད་པ་ཞིག་ཡིན་ཚུལ་ང་ཚོས་གོང་དུ་སྤྱོད་ཡོད། འོན་ཀྱང་། བྱ་སྤྱོད་ཅིག་འཆོ་བའི་རང་བཞིན་མིན་པ་ང་ཚོས་རྗེ་ལྟར་ཐག་གཅོད་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་ནམ། དངོས་ཡོད་ལག་ལེན་གྱི་ནང་དུ་ཆད་གཞི་ངེས་ཅན་ཞིག་ལ་ང་ཚོ་གཞན་དང་འབྲེལ་མ་ཐུབ་པ་དང་། ཡང་ན་ང་ཚོའི་བྱ་སྤྱོད་ཀྱིས་གཞན་ལ་ཤུགས་རྒྱུ་ཅི་ཞིག་ཐེབས་སྤྱོད་པ་སོ་སོའི་ཡིད་ལ་འཆར་མ་ཐུབ་ན། ཅི་ཞིག་ལེགས་པ་དང་ཅི་ཞིག་ཉེས་པ་ཡིན་པ། ཅི་ཞིག་ཚུལ་མཐུན་དང་ཅི་ཞིག་ཚུལ་མཐུན་མིན་པ། ཅི་ཞིག་འཆོ་བ་དང་ཅི་ཞིག་འཆོ་མེད་ཡིན་པ་སོགས་ཀྱི་ཁྱད་པར་འབྱེད་ཐབས་ཤིག་ང་ཚོར་མེད་པར་གྱུར་ཡོད། དེ་བས་ན་ང་ཚོས་གཞན་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཚོར་བའི་གདུང་སེམས་མཉམ་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱས་པ་འདི་མཐོར་འདེགས་ཅི་ཅུམ་བྱས་ན། དེ་ཅུམ་གྱིས་ང་ཚོས་གཞན་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་མ་བཟོད་པར་རང་གི་བྱ་སྤྱོད་ནི། གཞན་དག་གི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་དུ་མི་འགྲོ་བའི་འགན་ཁུར་རྒྱུ་རེད།

གདུང་སེམས་མཉམ་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱས་པ་འདི་ཆེ་ཅུ་གཏོང་ཐུབ་པ་ནི། ང་ཚོས་དེའི་ངོ་བོའི་སྒྲོར་ལ་བསམ་གཞིག་བྱེད་སྐབས་མངོན་གསལ་ཡིན་ཞིང་། ང་ཚོས་ཚོར་བ་ཞིག་གི་ངོས་ནས་གདུང་སེམས་མཉམ་བསྐྱེད་སྦྱང་བ་དང་། ཆང་མའི་ཤེས་གསལ་ལྟར། ཆེ་ཆུང་གི་ཆད་གཞི་ལ་མ་སྟོས་པར་ང་ཚོས་དཔྱོད་ཤེས་ལ་བརྟེན་ནས་རང་གི་ཚོར་བ་སྤྲོད་ཆོག་ལ་ཁ་ལོ་སྒྲུར་ཐུབ་པར་མ་ཟད། དེ་དག་འཕེལ་རྒྱས་སུ་འདྲེན་ཐུབ། དཔེར་ན། རྒྱངས་འཁོར་ལྟ་བུའི་ཅ་དངོས་ཤིག་འདོད་པའི་སེམས་པ་ལ་མཚོན་ན། ང་ཚོས་རང་གི་འཆར་སྤང་དུ་དེའི་སྤྱགས་སུ་བསམ་སྒོ་མང་པོ་བཏང་ན། འདོད་པ་དེ་རང་ཤུགས་ཀྱིས་ཆེ་ཅུ་འགྲོ་ལ། དེ་མཚུངས་ང་ཚོས་རང་གི་སེམས་ཀྱི་རྩ་བ་རྣམས་གདུང་སེམས་མཉམ་བསྐྱེད་ཀྱི་ཚོར་བའི་སྤྱགས་ལ་བཀོལ་སྐབས། ང་ཚོས་དེའི་ཚོར་ཤུགས་ཆེ་ཅུ་གཏོང་ཐུབ་པར་མ་ཟད། བྱམས་པ་དང་སྤྱོད་རྩིས་ཀྱི་ངོ་བོ་ལ་འདྲ་སྒྲུབ་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད།

གདུང་སེམས་མཉམ་བསྐྱེད་བྱེད་པའི་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་རྣམ་པ་འདི་ནི། སྤྱི་ཡོན་ཏན་གྱི་ནང་ནས་མཆོག་
ཡིན་པའི་སྤྱི་ཇེ་ཞེས་པ་དེའི་འབྱུང་ཁུངས་ཤིག་ཡིན། སྤྱི་ཇེའི་སྐད་དོད་ལ་ ‘compassion’ ཞེས་པའི་དབྱིན་
ཡིག་གི་ཆོག་འདི་སྤྱི་བྱུང་ཏུ་བཀོལ་ནའང་། བོད་སྐད་ཀྱི་ཆོག་འདི་ལ་ནང་དོན་མང་ཞིང་། དེ་དག་ཆོག་ཀྱང་དོན་
གསལ་པོར་སྐད་ཡིག་གཞན་ཞིག་ཏུ་བསྒྱུར་པར་དཀའ་ཁག་ཆེན་པོ་ཡོད། འོན་ཀྱང་། དེའི་ནང་དུ་འདུས་པའི་
བསམ་སྒོ་རྣམས་ཡོངས་བྱུང་ཏུ་རྟོགས་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། སྤྱི་ཇེ་ཞེས་པའི་ཆོག་འདིས་བྱམས་པ་དང་། བརྟེན་བཞུགས་
སེམས་བཟང་། ཞི་དུལ། སྤྱི་གཏོང་གི་སེམས་པ་སོགས་སྟོན་ཞིང་། ཆོག་འདི་ནི་གདུང་སེམས་མཉམ་བསྐྱེད་དང་
ཡིད་འཕྲོག་པའི་དོན་དུ་འང་བཀོལ་གྱི་ཡོད། ད་དུང་བོད་སྐད་ཀྱི་ཐ་སྐད་འདིས་ ‘pity’ ཞེས་པས་མཆོན་སྟེང་པའི་
གཞན་ཁྱད་གསོད་ཀྱི་སྤྱི་ཇེ་ཞེས་མི་སྟོན་ཞིང་། ཆོག་འདི་ལ་གཞན་མཐོང་ཆུང་གི་དོན་ཞིག་མེད་པ་ཡིན། དེ་
ལས་ཐོག་སྟེ། སྤྱི་ཇེ་ཞེས་པའི་ཐ་སྐད་ཀྱིས་གདུང་སེམས་མཉམ་བསྐྱེད་གཞིར་བཞག་ལས་བྱུང་ཞིང་། གཞན་
དང་འབྲེལ་བའི་ཆོར་བ་ཞིག་མཆོན་གྱི་ཡོད། ཟུ་མཆོན་དེའི་དབང་གིས་ང་ཆོས་ང་ངའི་ཁང་པ་ལ་དགའ་བེར་བ་
དང་། ཡང་ན་ཆ་ས་འདི་ལ་ང་དུངས་སེམས་ཆེན་པོ་ཡོད་ཅེས་པ་ལྟ་བུའི་སྐད་ཆ་བཤད་རུང་ཡང་། ང་ཆོས་དེ་
དག་ལ་སྤྱི་ཇེ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཅེས་གཏན་ནས་བཤད་མི་འོས། སྤྱི་དངོས་པོ་ལ་རང་ངོས་ནས་ཆོར་བ་མེད་པས།
ང་ཆོས་དེ་ཆོར་གདུང་སེམས་མཉམ་བསྐྱེད་བྱེད་མི་ཐུབ་པའི་ཟུ་མཆོན་གྱིས་སྤྱི་ཇེ་འང་བསྐྱེད་མི་ཐུབ།

འབྲེལ་བཅོད་འདི་ལ་གཞིགས་ཆོ། སྤྱི་ཇེ་འམ་བྱམས་པ་ནི་མྱོང་ཆོར་ཞིག་ཡིན་པ་གསལ་པོ་ཡིན་ནའང་།
རྟོག་པའི་བྱུང་ཆ་ཆད་མཐོ་བོ་ཞིག་ལྷན་པའི་མྱོང་ཆོར་གྱི་རིགས་སུ་གཏོགས་ཀྱི་ཡོད། བཅོད་བེན་པ་ལྟར། བྲག་
མཐོང་བས་ཞེན་ལོག་སྐྱེས་པ་ལྟ་བུའི་མྱོང་ཆོར་ལ་རྩ་བའི་ཆ་ནས་ལྷན་སྐྱེས་དང་ཐོལ་བྱུང་གི་རང་བཞིན་ཤུགས་ཆེ་
ཡང་། དཔུལ་པོངས་ལ་འཇིགས་པ་ལྟ་བུའི་མྱོང་ཆོར་ལ་རྟོག་པའི་བྱུང་ཆ་ཆད་མཐོ་བོ་ཞིག་ཡོད། འདི་ལྟར་ང་
ཆོས་སྤྱི་ཇེ་ནི་གདུང་སེམས་མཉམ་བསྐྱེད་དང་དཔྱུད་ཤེས་བྱུང་དུ་འབྲེལ་བའི་རང་བཞིན་ཞིག་ཏུ་རྟོགས་ཆོག་སྟེ།
གདུང་སེམས་མཉམ་བསྐྱེད་ནི་མི་ཏ་ཅང་དུང་པོ་ཞིག་གི་བྱུང་ཆོས་དང་། དཔྱུད་ཤེས་མི་ཁ་ཡོད་ལག་ཡོད་ཅིག་གི་
བྱུང་ཆོས་ཡིན་པར་བསམ་རུང་ཞིང་། བྱུང་ཆོས་འདི་གཉིས་བྱུང་འབྲེལ་བྱས་ན་རྣམ་པ་བྱུང་པར་ཅན་འབྱུང་ཆོག་
སྤྱི་ཇེ་ནི་ཁོང་ཁྱོད་དང་འབྲིག་སྟེང་ལྟ་བུའི་ཐོལ་བྱུང་གི་ཆོར་བ་དང་མི་འདྲ་སྟེ། ཆོར་བ་དེའི་རིགས་ཀྱིས་ང་ཆོར་
སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་ལ་གཏོར་བསྐྱོད་བྱས་ནས་བདེ་བ་ལས་སྦྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཡོད།

ངོས་རང་གི་ལྟ་ཚུལ་ལ། སྤྱི་ཇེ་ནི་རྟོག་པའི་ཆ་དང་ལྷན་པའི་མྱོང་ཆོར་ཞིག་ཡིན་པས། ང་ཆོས་བསམ་
བཞིན་དུ་སྤྱི་ཇེ་ལ་མྱོང་བརྟེན་དང་། གོམས་འདྲིས་ཀྱིས་ཉམས་ལེན་བྱས་ན། གཞན་དང་འབྲེལ་བྱུང་པའི་རང་
གི་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་རྣམ་པ་གོང་འཕེལ་དུ་འགྲོ་ངེས་ཡིན། འདི་ནི་ངོས་ཀྱིས་སྤྱི་ཇེ་བའི་སྤྱི་ཇེ་དོར་ལ་འཇུག་ཚུལ་ཟུ་
མཆོན་དུ་བྱས་ཆོ། གལ་ཆེན་ནང་གི་དོན་ཆེན་ཞིག་ཆགས་ཡོད། ང་ཆོས་སྤྱི་ཇེ་གོང་འཕེལ་ཅི་ཅམ་བཏང་ན།
དེའི་ཆོད་ཀྱིས་ང་ཆོར་སྤྱི་ཇེ་པ་ནི་དོན་དངོས་སུ་བཟང་སྤྱི་ཇེ་དུ་འགྱུར་ཟུ་རེད།

མཐོང་གསལ་ལྟར། གཞན་སེམས་ཀྱིས་ང་ཆོ་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་ན། གཞན་ལ་བཟུན་པའི་ང་ཆོར་བྱ་སྤྱི་ཇེ་
ནི་རང་བཞིན་གྱིས་དགེ་བའི་ངོ་བོར་འགྲོ་ལ། ང་ཆོར་སེམས་ཁོང་བྱམས་བརྟེན་གང་བའི་སྐབས་དོགས་བྱོན་གྱི་
གནས་ཤིག་དེར་ལྷག་མེད་པ་དང་། རང་སྟོ་བྱས་ནས་གཞན་རྣམས་ནང་དུ་བསུ་བ་ལྟ་བུ་ཡིན། བྱམས་བརྟེན་
གཞན་དང་འབྲེལ་བ་ལོགས་པོ་ཞིག་འཇུགས་པར་བར་ཆད་བྱེད་པའི་འགོག་སྟོན་རྣམས་འཇིག་གི་ཡོད། ད་དུང་
ང་ཆོས་གཞན་ལ་ཀུན་སྤོང་བཟང་པོ་ཞིག་འཛིན་སྐབས། ང་ཆོར་ཡོད་སྟེང་པའི་ངོ་ཆ་དང་། བདེ་འཇགས་མེད་

པའི་ཚེ་བ་སོགས་ཀྱི་ཚེ་ཤུགས་དེའང་ཉུང་དུ་འགྲོ་བ་དང་། རང་གི་སྒྲོ་འདི་ཅི་ཙམ་ཕྱེ་ཐུབ་ན། དེ་ཙམ་གྱིས་
རང་གཅེས་འཛིན་གྱི་བག་ཆགས་མཐུག་པོ་ལས་གྲོལ་བའི་རང་དབང་གི་འདུ་ཤེས་ཤིག་ང་ཚོར་སྤྲུང་རེད། འགལ་
བར་སྤང་བ་ཞིག་ལ། རང་དབང་གི་འདུ་ཤེས་དེས་ང་ཚོར་གདང་སྟོབས་ཀྱི་ཚོར་བ་རྒྱ་ཆེན་ཞིག་སྤྲུང་ཐུབ།

ངོས་ཀྱིས་རང་གི་ཉམས་སྦྱང་ལས་དབེ་མཚན་གཞན་ཞིག་དངས་ན། ངོས་རང་མི་གསར་བ་ཞིག་དང་
འཕྲད་སྐབས་གཞན་སེམས་ཀྱི་སྒྲོ་འདི་ཡོད་ན། ང་ཚོའི་བར་ལ་འགོག་རྒྱ་ཞིག་ཡོད་པའི་ཚོར་སྤང་ཅི་ཡང་ངོས་
ཀྱིས་མི་སྦྱང་བ་དང་། མི་དེ་སུ་དང་ཅི་ཞིག་ཡིན་མིན་དང་། མགོ་འཁྱེད་སེར་པོ་དང་དམར་པོ། ཡང་ན་ཚོས་བརྒྱབ་
ནས་སྤང་བུ་ཡིན་མཐུན་སུ་ཞིག་ཡིན་ཅུང་། བདེ་བ་འདོད་ཅིང་སྤྲུག་བསྐྱེད་མི་འདོད་པའི་ཆ་ནས་རང་ཉིད་དང་
གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པའི་འགྲོ་བ་མི་ཞིག་ལ་ཐུག་གི་ཡོད་པའི་ཚོར་བ་ཞིག་ངོས་ཀྱིས་སྦྱང་ཞིང་། བ་ན་ཐངས་དང་
པོར་འཕྲད་པའི་མི་ཞིག་ཡིན་ཅུང་། རང་གི་གྲོགས་པོ་རྙིང་པ་ཞིག་དང་འཕྲད་པ་ལྟར་ངོས་ཀྱིས་སྤྲུང་ཆ་བཤད་
ཐུབ་ཀྱི་ཡོད། མཐར་གཏུགས་ན་ང་ཚོ་ཚང་མ་སྤྲོད་ཐོབ་ཡིན་ཞིང་། ང་ཚོའི་བར་ལ་བྱུང་བར་ཆེན་པོ་ཞིག་མེད་པ་
དང་། ཚང་མས་བདེ་བ་འདོད་ཅིང་སྤྲུག་བསྐྱེད་མི་འདོད་པ་ཡིན་པ་སོགས་རང་གི་སེམས་ངོ་ནས་མ་དོར་ན། ལོ་
མང་རིང་ངོ་ཤེས་ཤིང་ཆ་རྒྱས་ཐབ་པའི་གྲོགས་པོ་ཞིག་ལ་ཐུག་པ་ཇི་བཞིན། ངོས་ཀྱིས་རང་གི་སེམས་ཚོར་རྣམས་
བརྗོད་ཐུབ་པ་དང་། ལུས་ཀྱི་རྣམ་འགྱུར་རམ་ངག་གི་ཚིག་འཇམ་པོ་ཙམ་མ་ཡིན་པར། སྤྲད་བདའི་འགོག་རྒྱ་ཅི་
ཞིག་ཡོད་པ་ལ་ལྟོས་མེད་དུ་སེམས་དང་བསམ་པའི་གཏིང་ནས་གཞན་དང་འབྲེལ་ཐུབ་པ་ཞིག་རེད།

ད་དུང་གཞན་སེམས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་བྱ་བ་ཞིག་ལ་འཇུག་སྐབས། དེས་བསྐྱེད་པའི་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་ནི་རང་
ཉིད་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་མཐུན་ཚང་མར་བྱུང་འགྲོ་བ་སྟེ། ང་ཚོས་རང་གི་བྱིས་དང་གྲོགས་པོ། ལས་ཀའི་ཁོར་ཡུག་
དང་སྤྱི་ཚོགས། དེ་ནས་འཛམ་གླིང་སྤྱི་བཙས་ལ་ཞི་བདེ་བྱེད་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་བས་ན་ཡོན་ཏན་འདི་གོང་འཕེལ་
དུ་གཏོང་མི་འདོད་པའི་མི་ཞིག་སྤིང་དམ། ཐམས་ཅད་ལ་བདེ་བ་དང་། ཞི་བདེ་བསྐྱེད་པ་འདི་ལས་མཚོག་དུ་གྱུར་
པ་ཅི་ཞིག་ཡོད་དམ། ངོས་རང་གི་ལྷ་ཚུལ་ལ། བྱམས་པ་དང་སྦྱང་རྩེ་ལ་བསྟོད་སྤྲུལ་ཐུབ་པའི་འགྲོ་བ་མིའི་རྣམས་
པ་ལྷ་བྱའང་རིན་ཆེན་ནོར་བུ་རེད།

ཐ་ན་དོགས་སྤོང་གིས་ཁེངས་པའི་སྒྲོག་པ་པོ་ཚོས་ཀྱང་ཞི་བདེ་ནི་ཁྲེལ་མེད་དང་འཁོན་འཛིན་ཏེ། དགོ་
སྤྲོད་མ་ཡིན་པའི་བྱ་སྤྲོད་ལས་འབྱུང་གི་ཡོད་པར་འདོད་མི་སྤིང་། དེ་ལྟར་དུ་ཡོང་གི་མེད་པ་ནི་གསལ་པོ་ཡིན་
ཞིང་། སྤྱི་སྤྲོད་འདི་ནི་ངོས་ལ་བོད་དུ་རང་ཉིད་ལོ་ན་ཆུང་དུས་ཐོབ་སྤྲོད། ངོས་ཀྱི་ཞབས་ཁུ་བ་གཅིག་གི་མིང་ལ་
མཐུན་རབ་བསྟན་འཛིན་ཟེར་བ་དང་། ཁོས་རྒྱ་དུ་རང་གི་ནེ་ཙོ་ལ་སྒྲོགས་མཐུགས་ཤིང་འབྲས་སྤྲོད་ཀྱི་ཡོད། ཁོ་
ནི་མིག་གཉིས་ཕྱིར་འབྱར་ཞིང་། འཇིགས་སྤང་ཆེ་ལ་འཇུག་མི་སྟོན་པའི་མི་ཞིག་ཡིན་མོད། ནེ་ཙོ་དེས་ཁོའི་གོམ་
སྒྲུའམ་ལུ་སྤྲད་ཐོས་ན་དགའ་བའི་རྣམ་འགྱུར་སྟོན་ཞིང་། ཁོའི་མཇུག་མའི་བར་གྱི་ཤིང་འབྲས་འཐོག་སྐབས།
མཐུན་རབ་བསྟན་འཛིན་གྱིས་ནེ་ཙོའི་མགོ་ལ་ལག་པས་བྱུགས་ཆོ། དེས་ཞི་སྤྲོད་ཀྱི་བདེ་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་སྤྲོད་གི་
ཡོད་པའི་སྤང་བ་སྟེར། འབྲེལ་ཐག་འདི་ནི་རང་ཉིད་དང་ནེ་ཙོའི་བར་ལ་ཡོད་ནའང་ཅི་མ་ཅུང་སྤྲུལ་སྟེ། ངོས་
ཀྱིས་དེས་རང་ཉིད་ལ་འང་འཆམ་མཐུན་གྱི་རྣམ་འགྱུར་སྟོན་པའི་རེ་བ་བྱས་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་། ངོས་ཀྱིས་དེར་
ཤིང་འབྲས་སྟེར་བའི་ཚོད་ལྷ་ཐངས་འགར་བྱས་ཅུང་། ནེ་ཙོས་ངོས་ལ་ཡ་ལན་ཡག་པོ་ཞིག་མ་སྤྲད་པས། ཚུར་ཡ་
ལན་སྤྲོད་ཆེད་ངོས་ཀྱིས་ནེ་ཙོ་ཤིང་གིས་བཙུགས་པ་ཡིན། འདིས་མཇུག་འབྲས་ལགས་པོ་ཞིག་གཏན་ནས་
བསྐྱེད་མེད་དེ། རྣམ་འགྱུར་ཡག་པོ་སྟོན་ཆེད་བཙན་ཤིང་བཀོལ་བ་དེས་ནེ་ཙོ་ལ་འཇིགས་སྤང་བྱིན་ནས་འབྲེལ་བ་

བཟང་པོ་འཇུགས་པའི་གོ་སྐབས་ཅི་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་བསྒྲགས་སོང་། འཇིགས་སྐུལ་གྱིས་མཛའ་བཤེས་སྐྱོན་མི་
ཐུབ་པ་དང་། མཛའ་བཤེས་ནི་བྱམས་པ་དང་སྙིང་རྩེའི་འབྲས་བུ་ཞིག་ཡིན།

འཛམ་གླིང་གི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་སྲོལ་རྒྱུ་ཆེ་ལག་ཚང་མས་བྱམས་སྙིང་རྩེ་གོང་འཕེལ་གཏོང་བ་གལ་ཆེན་
དུ་འཛིན་ཞིང་། བཟོད་པ་དང་དགོངས་ཡངས་སོགས་ཀྱི་སྒྲོའི་ཡོན་ཏན་རྣམས་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་དང་འབྲས་བུ་
གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་བྱམས་སྙིང་རྩེའི་གལ་ཆེའི་རང་བཞིན་ནི། ཆོས་ཉམས་ལེན་གྱི་མགོ་ནས་མཚུགས་པར་དུ་བྱུབ་
ཡོད། ཐ་ན་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ལྷ་ཚུལ་ཞིག་གཞི་ལ་མ་བཟུང་བ་དང་། བྱམས་སྙིང་རྩེ་ནི་ང་ཚོ་ཚང་མར་རྩ་བའི་ཆ་ནས་
གལ་ཆེན་ཡིན་པ་མངོན་གསལ་ཡིན། གླང་དོར་གྱི་རྣམ་གཞག་དང་མཐུན་པའི་སྦྱོང་པ་ནི། གཞན་ལ་འཆོ་བ་མེད་
པའི་སྒོ་ནས་འཛིག་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ལ་གཞིགས་ཆོ། ང་ཚོས་གཞན་གྱི་ཆོར་བ་ཡང་རང་གི་བསམ་གཞིག་གི་
ནང་དུ་བཟུང་དགོས་པ་དང་། དེ་སྤྱད་བྱེད་ཀྱི་རྩ་བ་ནི་ང་ཚོར་རང་བཞིན་དུ་ཡོད་པའི་གདུང་སེམས་མཉམ་བསྐྱེད་
ཀྱི་རྣམ་པ་འདྲི་ཡིན། ང་ཚོས་འགོག་རྒྱུན་དོར་ནས་མཐུན་རྒྱུན་གོང་འཕེལ་དུ་གཏོང་བཞིན། རང་ལ་ཡོད་པའི་
ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་རྣམ་པ་དེ་བྱམས་སྙིང་རྩེའི་ངོ་བོར་བསྐྱར་ན། ང་ཚོའི་སྦྱོང་ལམ་གྱི་གླང་དོར་ལའང་འཕེལ་རྒྱས་
འབྱུང་ངེས་ཤིང་། འཕེལ་རྒྱས་དེས་རང་གཞན་གཉིས་ཀར་བདེ་སྦྱིད་བསྐྱེད་རྒྱ་ཅིང་།

ས་བཅད་གཉིས་པ།
ཟླ་ངོར་གྱི་རྣམ་གཞག་དང་། མི་སྒྲིལ།

ལེའུ་དྲུག་པ།
གཅུན་སྒྲིལ་གྱི་ཟླ་ངོར།

ངོས་ཀྱིས་བདེ་བ་བརྟེན་སའི་སྒྲིང་རྗེ་སྒྲིང་སྒྲིང་བྱེད་པར་ཆ་ཤས་གཉིས་ལྡན་གྱི་འཇུག་སྒོ་ཞིག་ཡོད་པར་
བརྗོད་ཡོད་ལ། ཕྱོགས་གཅིག་ནས་ང་ཚོས་སྒྲིང་རྗེ་གོང་འཕེལ་ལ་བཀག་འགོག་བྱེད་པའི་རྒྱུ་རྣམས་བཀག་སྒྲོམ་
བྱེད་པ་དང་། ཕྱོགས་གཞན་ནས་ང་ཚོས་དེའི་མཐུན་གྲོགས་སུ་འགོ་བའི་རྒྱུ་རྣམས་གོང་དུ་སྤེལ་དགོས། གོང་དུ་
ང་ཚོས་མཐོང་བའི་ཕྱི་ལྟར། བཟོད་པ་དང་ཁེངས་སྒྱུང་། བཟོད་བཟུན་དང་དགོངས་ཡངས་སོགས་ནི་སྒྲིང་རྗེ་གོང་
འཕེལ་ལ་གྲོགས་སུ་འགོ་ཡང་། སེམས་རྒྱ་ཡན་དུ་གཏོང་བའམ་སྒོ་ལ་བཀག་སྒྲོམ་མི་བྱེད་པ་ནི། སྒྲིང་རྗེ་གོང་
འཕེལ་ལ་འགོག་རྒྱུ་དུ་འགྱུར་བར་མ་ཟད། མི་དགེ་བའི་སྦྱོང་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྱུང་སའི་གཞི་ཡང་ཡིན་པར་
ང་ཚོས་ངོས་འཛིན་བྱས་ཡོད། ང་ཚོས་རང་གི་གོམས་གཤེས་དང་སེམས་ཀྱི་འཕེལ་ཕྱོགས་ལ་བཅས་བསྒྱུར་བྱས་ན།
བྱ་སྦྱོང་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྦྱོང་བྱེད་དེ། སེམས་དང་བསམ་པའི་ཀུན་སྦྱོང་གཙང་དུ་འགོ་ངེས་ཤིང་། སྒྲིང་རྗེ་ལ་གྲོགས་
སུ་འགོ་བའི་སྒྲིང་ཡིན་ཏན་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་དགེ་སྦྱོང་གྲང་འདུས་ཡོད་ལྟ་བུ། ང་ཚོས་ཐོག་མར་རང་སྒོ་ལ་
སྤངས་འཛིན་བྱེད་པར་གོམས་འདྲིས་བྱེད་དགོས། འདི་ནི་འགན་ཁུངས་ཀྱི་བའི་བྱ་བ་ཞིག་ཡིན་ཡང་། མ་མཐའ་ཡང་ང་
ཚོ་དེའི་རྩ་དོན་ལ་རྒྱས་མངའ་ཡོད། དཔེར་ན། ཉལ་ཐའི་རིགས་ལ་གཏོར་བཞག་གི་རུས་ཤུགས་ཡོད་པ་ཤེས་པའི་
རྒྱ་མཚན་གྱིས། ང་ཚོས་རང་ཉིད་དང་རང་གི་ཕུ་གུ་ཚོར་བཀག་སྒྲོམ་བྱས་ནས་དེ་སྦྱོང་དུ་འཇུག་གི་མེད། འོན་
ཀྱང་། ང་ཚོས་ཤེས་དགོས་པའི་གལ་གནད་ཅིག་སྟེ། མི་དགེ་བའི་རྟོག་པ་དང་སྤྱང་ཚོར་གྱིས་སྦྱོང་བའི་རང་གི་ཡ་
ལན་ལ་སྤངས་འཛིན་བྱེད་པ་ནི། དེ་ཚོ་མར་བཙན་གཞོན་བྱེད་པའི་གནད་དོན་ཙམ་མ་ཡིན་པར། ང་ཚོས་དེ་ཚོའི་
གཏོར་བཞག་གི་རང་བཞིན་ཡང་རྟོགས་དགོས་ཀྱི་ཡོད། རུས་ཤུགས་ཆེ་ཞིང་གཏོར་བཞག་གི་རང་བཞིན་ཅན་དུ་
འགྱུར་བྱུང་བའི་ཕྱག་དོག་ནི། མི་དགེ་བ་རེད་ཅེས་བཤད་པ་ཙམ་གྱིས་རང་ཉིད་དེ་ལས་སྤང་སྦྱོབ་བྱ་ཐབས་
བརྟན་པོ་ཞིག་མཐོང་འདོན་བྱེད་མི་ཐུབ། གལ་ཏེ་ང་ཚོས་ཕྱིའི་དངོས་པོ་དང་འབྲེལ་བའི་རང་གི་འཚོ་བ་ལེགས་
པར་བཀོད་སྒྲིག་བྱས་ཀྱང་། རང་སེམས་ཀྱི་ཆ་དེ་སྤང་མེད་དུ་བཏང་ན། དོགས་ཐོན་དང་དངངས་སྒྲག་ལྟ་བུའི་
ཉོན་མོངས་འགོག་ཐབས་མེད་པར་སྐྱེས་ནས་སོ་སོའི་བདེ་ཚོར་རང་བཞིན་གྱིས་ཉམས་འགོ་རྒྱ་རེད། སེམས་ཀྱི་
སྦྱོང་བརྟན་ནི་ལུས་པོའི་སྦྱོང་བརྟན་དང་མ་འདྲ་བར་བཙན་ཐབས་ཀྱིས་ཡོངས་ཐབས་མེད་པ་དང་། དེ་ནི་གོ་
རྟོགས་གཞིར་བཞག་ཅིང་ཆེད་དུ་དམིགས་པའི་ཡུན་རིང་གི་འབད་བཙོན་ཁོ་ནར་བརྟེན་ནས་འབྱུང་དགོས་པ་
ཞིག་ཡིན། ཚིག་གཞན་ཞིག་གིས་བརྗོད་ན། དགེ་སྦྱོང་ནི་ཁྲིམས་དང་སྒྲིག་ལམ་ལ་བརྟེན་བྱེད་པ་ཙམ་མིན།

མ་སྤངས་པའི་སློ་ནི་སྤང་ཆེན་ཞིག་དང་མཚུངས་ལ། བཀའ་སློམ་མ་བྱས་པར་སྐྱེ་ཡན་དུ་བཏང་ན། དེས་
གཏོར་བཤེག་ཆེན་པོ་གཏོང་གི་ཡོད། འོན་ཀྱང་། མི་དགེ་བའི་སེམས་ཀྱི་གཡོ་འགུལ་ལ་བཀའ་སློམ་མ་བྱས་པའི་
རྒྱུན་གྱིས་ང་ཚོར་བྱུང་བའི་ཕྱག་བསྐུལ་དང་འཆོ་བ་ནི། སྤང་ཆེན་སྦྱོན་པའི་གཏོར་བཤེག་ལས་ཀྱང་ཆ་བས་ཆེན་
ཡིན་ཞིང་། སེམས་ཀྱི་གཡོ་འགུལ་དེའི་རིགས་ལ་བྱི་དངོས་པོའི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་གཏོར་བཅོམ་བྱེད་པའི་རྒྱས་པ་ཡོད་
པར་མ་ཟད། རང་གཞན་གཉིས་ཀར་རྫོགས་མཐའ་མེད་པའི་ཕྱག་བསྐུལ་གྱི་རྒྱ་རྒྱུན་དུ་འགྲོ་བའི་རྒྱས་པ་འདྲ་ཡོད།
འདྲིའི་དོས་ཀྱིས་སློ་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་མི་དགེ་བ་ཡིན་ཞིང་། གཏོར་བསྐྱེད་གི་བྱུང་ཆོས་ཅན་ཞིག་ཡིན་པར་
བརྟེན་གྱི་མེད་ལ། མི་དགེ་བའི་རྟོག་པའམ་སྤྱིང་ཚར་དྲག་པོ་ཞིག་གི་ཤུགས་རྒྱུན་འོག་སློ་ནི་ངོ་བོ་གཅིག་ཁོ་ན་
ལས་བྱུང་ཡོད་པར་སྤང་ཡང་། གལ་ཏེ་ཞེ་སྤང་ལྟ་བུ་ནི་ཤེས་པའི་རང་བཞིན་བསྐྱར་དུ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་ན། ཤེས་
པ་ནི་རྟག་དུ་ཞེ་སྤང་གི་རང་བཞིན་ཅན་ཞིག་ཡིན་དགོས། འདི་ལྟར་མིན་པ་གསལ་པོ་ཡིན་ཞིང་། ཤེས་པ་དང་
དེས་སྤྱིང་བྱའི་རྟོག་པ་དང་ཚོར་བ་སོགས་ཀྱི་བར་ལ་བྱུང་བར་གལ་ཆེན་ཞིག་འབྱེད་དགོས།

དེ་མཚུངས་སྤྱིང་བ་དྲག་པོ་ཞིག་གིས་ང་ཚོ་སྐབས་ཤིག་ལ་ཡོངས་སུ་བེལ་གྱིས་གཞོན་ཡང་། བྱིས་སྤང་
ཆོས་བསྐྱར་དུན་བྱེད་སྐབས་སྤྱིང་བ་དེས་ང་ཚོའི་སློ་སྤང་བཞིན་གཡོ་བྱུང་གི་མེད། དོས་རང་ཆུང་དུས་ལ་རྟེན་པ་
རྫོགས་འགྲོ་སྐབས། ལྷ་སའི་ཆོ་འཕུལ་སྦྱོན་ལམ་ཆེན་མོ་ལ་རང་སེམས་འཁོར་ནས་ཞི་སྟོན་དུ་སྟོན་བྱེད་བྱེད་གྱི་མེད་པ་
དང་། དེ་ནི་བོད་ཀྱི་ལོ་གསར་པའི་མགོ་ཅུ་ཆོགས་པའི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་བྱེད་སློ་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན། ཏཱ་ལའི་སླ་མ་
ཡིན་པའི་ཆ་ནས་དོས་ལ་དེའི་ནང་དུ་བྱེད་ལས་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡོད་ལ། ཤོ་བྲང་པོ་ཏཱ་ལ་ནས་བོད་ཀྱི་ཆོས་རྩ་ཆེན་
གྱི་གནས་ཡིན་པའི་རྫོ་ཁང་དུ་ཡོད་པའི་གཟེམ་ཁང་ལ་སྟོན་དགོས། ཉིན་མོ་དེ་ཉི་ཅུ་སང་བ་དང་དོས་ཀྱིས་དགའ་
སྟོན་དང་འཇིགས་སྐྱག་འདྲེས་མའི་རང་སྟོན་ལམ་ཆེན་མོའི་སྟོར་ལ་བསམ་སྟོ་མང་པོ་བཏང་སྟེ། སྟོབ་སྤྱིང་གི་ཐོག་
ལ་བསམ་སྟོ་འཁོར་གྱི་མེད། སྟོན་ལམ་ཆེན་མོའི་མཇུག་སྟོ་གཙོ་བོའི་སྐབས་དོས་རང་གིས་སྟོ་ནས་དཔེ་ཆ་རིང་པོ་
ཞིག་སྟོར་དགོས་པས་འཇིགས་སྐྱག་གི་ཆོར་བ་ཡོང་བ་དང་། གཙུག་ལག་ཁང་གི་མདུན་སྐྱགས་སུ་ཡོད་པའི་ཁྲོ་
རའི་ནང་འཆང་བའི་ཆོང་བ་དང་ཆོས་འཇལ་བ་ཆོ་བསྐྱེད་ནས་འགྲོ་དགོས་པས་ང་ལ་སྟོ་སྤང་ཡོང་གི་ཡོད། དོས་
ཀྱིས་སྤྱིང་བའི་སྟོ་སྤང་དང་འཇིགས་སྐྱག་ནི་དེ་དུས་ཤུགས་དྲག་པོ་ཞིག་ཡིན་ཅུང་། དེང་སང་བྱིར་དུན་བྱེད་
སྐབས་གད་མོ་སྟོང་བྱེད་ཅིག་ལས་ཅི་ཡང་མིན་ཞིང་། ད་ལྟ་དོས་ནི་མི་དམངས་འདུས་ཆོགས་ལ་གོམས་ཤིང་། ལོ་
མང་པོའི་ཉམས་ལེན་ལ་བརྟེན་ནས་སྟོ་འདོན་དེས་ཀྱང་ང་ལ་དཀའ་ངལ་སྟོན་གྱི་ཡོད།

ང་ཚོས་སྟོའི་རང་བཞིན་ནི་མཆོ་ནང་གི་རྒྱ་ལྟ་ཡིན་པར་བསམ་ཆོག་པ་དང་། རྒྱང་འཕྲིབ་དྲག་པོ་ཞིག་
གིས་རྒྱ་དེ་དྲུག་སྐབས། མཆོ་གཏིང་གི་འདམ་སྟེགས་ཡར་ཡོང་ནས་རྒྱ་སྟོག་གི་ཡོད། འོན་ཀྱང་། རྒྱ་དེའི་རང་
བཞིན་ནི་སྟོག་པ་མིན་ཞིང་། རྒྱང་འཕྲིབ་དྲག་པོ་དེ་ཡལ་བའི་ཆོ་ན། འདམ་སྟེགས་མར་བབས་ནས་རྒྱ་སྟོག་ཡང་
དངས་གཙང་དུ་འགྱུར་འགྲོ། རྒྱན་དུ་ང་ཚོས་རང་གི་སྟོ་འམ་ཤེས་པ་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་འགྱུར་བ་མེད་པའི་ཆོས་
ཤིག་ཡིན་པར་སེམས་ཀྱི་ཡོད་ནའང་། བསམ་གཞིག་ཞིབ་དུ་བྱས་ཆོ། བྱུང་བ་དང་སྤྱིང་བའི་བྱུང་ཁོངས་ཆེན་པོ་
ཞིག་གི་དོས་ནས་རང་གི་སྟོ་དེ་བྱུང་ཡོད་པ་ང་ཚོས་མཐོང་བྱུང་། བྱུང་ཁོངས་དེའི་ནང་དུ་བྱེད་ལུལ་ལ་ཐད་ཀར་
འཇུག་པའི་ང་ཚོའི་དབང་ཤེས་ཀྱི་སྤང་འཇིན་དང་། སྤྱི་རྟོག་གི་སྟོ་ནས་ལུལ་ལ་འཇུག་པའི་ཆོར་བ་དང་བསམ་སྟོ་
སོགས་ཀྱང་འདུས་ཡོད། ང་ཚོའི་སྟོ་དང་ཤེས་པ་ནི་སྤྱི་འཐས་འགྱུར་མེད་གྱི་རང་བཞིན་ཞིག་མ་ཡིན་ཏེ། ཆེད་དུ་
དམིགས་པའི་འབད་བཅོན་དང་། སྤྱིང་བརྟེན་ལ་བརྟེན་ནས་ང་ཚོས་རང་གི་སེམས་ཁམས་དང་སྤྱིང་ཆོར་གྱི་ངང་

ཚུལ་ལ་བཅོས་བསྐྱར་བྱེད་ཐུབ། དཔེར་ན། གཞན་གྱི་སེམས་གསོ་དང་ཁག་ཐེག་གིས་རང་གི་འཛིགས་སྒྲུང་ཞི་བར་བྱེད་པ་ལ་རམ་འདེགས་ཇི་ལྟར་བྱེད་པ་དང་ཚོས་རྟོགས་ཤིང་། ཚོར་ཤེས་ཀྱི་ནུས་པ་མཐོར་འདེགས་བྱེད་པའི་ལམ་སྟོན་སློབ་གསོ་དང་། བྱམས་བཅེ་ལ་སོགས་པས་སྐྱོ་ཞུས་ལྟ་བུའི་སེམས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་ཡང་དུ་གཏོང་བར་གྲོགས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

ཤེས་པ་དང་སྤྱིར་ཚོར་གཅིག་པ་མེན་པ་འདིས་རང་གི་རྟོག་པ་དང་ཚོར་བ་སོགས་ཀྱིས་རང་ལ་དབང་བསྐྱར་བྱེད་མི་དགོས་པ་དང་ཚོར་སྟོན་གྱི་ཡོད། ང་ཚོའི་སྤྱིར་པ་གང་ཞིག་ཡིན་ཅུང་འགོ་མ་ཚུགས་པའི་གོང་། ང་ཚོས་རང་དབང་ངེས་ཅན་ཞིག་གི་སྒོ་ནས་ཡ་ལན་སྟེར་ཚོག་པའི་སེམས་དང་སེམས་བྱུང་གི་བྱུང་བ་ཡོད་ཀྱང་། ང་ཚོས་རང་གི་སྒོ་ལ་སྤྱིར་བཟར་མ་སྤྱད་ཆོ། རང་དབང་དེ་བཞོལ་སྤྱིར་བྱེད་པར་དཀའ་ཚུགས་ཡོད་པ་དང་། ད་དུང་སོ་སོའི་སྤྱིར་པའི་འདུས་དོན་ནི། ང་ཚོས་སེམས་དང་སེམས་བྱུང་གི་སྤྱིར་བ་ལ་ཡ་ལན་ཇི་ལྟར་སྤྱིར་མེན་ལ་བརྟན་ནས་དགའ་མི་དགའ་དང་ལུང་མ་བསྟན་གང་ཅུང་ཞིག་གི་ངོ་བོར་འགོ་གི་ཡོད། གོ་སླ་བར་བརྗོད་ན། གལ་ཏེ་ང་ཚོས་གཞན་གྱི་བདེ་བ་དོན་དུ་གཉེར་ནས་སེམས་དང་སེམས་བྱུང་གི་བྱུང་བ་ལ་བཟང་སྤྱོད་ནས་ཡ་ལན་བྱིན་ཆོ། ང་ཚོའི་སྤྱིར་པ་འང་དགའ་བར་འགྱུར་བ་དང་། ང་ཚོས་གཞན་གྱི་བདེ་བ་སྤྱིར་མེད་དུ་བཏང་ནས་ངན་སྤྱོད་ནས་ཡ་ལན་བྱིན་ན། ང་ཚོའི་སྤྱིར་པ་འང་མི་དགའ་བར་འགྱུར་གྱི་ཡོད།

གོ་རྟོགས་འདི་གཞིར་བཞག་ན། ཤེས་པ་འཕམ་སྒོ་ནི་དུང་བདེན་ཆེ་ཞིང་སྒོ་དཀར་བའི་རྒྱལ་པོ་འཕམ་སྤྱིར་འཛིན་ཞིག་ཡིན་པར་བསམ་ཚོག་པ་དང་། ང་ཚོའི་བསམ་སྒོ་དང་སྤྱིར་ཚོར་ནི་སྒོ་ཆེན་ལྟ་བུ་ཡིན་ཞིང་། དེ་དག་ཁག་ཅིག་གིས་ང་ཚོར་ལམ་སྟོན་ལེགས་པར་བྱེད་ཀྱང་། གཞན་ཁག་ཅིག་གིས་དེ་ལྟར་བྱེད་ཀྱི་མེད། དེ་དག་ཁག་ཅིག་གིས་གཞན་གྱི་བདེ་སྤྱོད་དོན་དུ་གཉེར་ནའང་། འགའ་ཤས་ནི་རང་གཅེས་འཛིན་བྱེད་མཁན་ཤ་སྟག་ཡིན། རྒྱལ་པོ་འཕམ་གཙོ་སེམས་ཀྱི་འགན་ནི། རང་གི་འཁོར་དུ་གྱུར་པའི་སེམས་བྱུང་གང་ཞིག་གིས་ལམ་སྟོན་ལེགས་པར་བྱེད་ཅིང་། གང་ཞིག་གིས་ལམ་སྟོན་ལེགས་པར་མི་བྱེད་པ། དེ་བཞིན་གང་ཞིག་ལ་ཡོད་རྟོན་བྱ་ཅུང་བ་དང་གང་ཞིག་ལ་བྱ་མི་ཅུང་བ། ད་དུང་ལེགས་པའི་ལམ་སྟོན་དེ་གཞིར་བཞག་ནས་བྱ་སྤྱིར་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་པ་སོགས་ཡིན།

ལམ་སྟོན་ལེགས་པར་མི་བྱེད་པའི་སེམས་བྱུང་གང་ཡིན་ཡང་། སྟག་བསྐྱལ་གྱི་རྣམ་པ་ཞིག་ཡིན་པར་འགྲེལ་བརྗོད་བྱེད་ཚོག་ལ། ང་ཚོས་སེམས་བྱུང་དེའི་རིགས་ལ་སྤངས་འཛིན་མ་བྱས་པར་ཚད་ངེས་ཅན་ཞིག་ལ་འཕེལ་རྒྱས་བྱེད་དུ་བརྟུག་ཆོ། དེ་དག་གི་ཚོར་ཤུགས་ཀྱིས་ང་ཚོའི་སྒོ་ཡོངས་སུ་ཟེལ་གྱིས་མནན་ཏེ། ང་ཚོའི་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་ལ་གཏོར་བརྒྱག་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། འདི་ལ་གཟུགས་ཅན་ལྟ་བུའི་ཆ་ཚད་ཅིག་ཀྱང་ཡོད་པ་སྟེ། ཁོང་ཁྱོད་གནས་སྐབས་སུ་ང་ཚོས་རང་གི་རྒྱན་ལྷན་གྱི་ཚོར་བའི་བཏང་སྟོམ་འཁྲུག་པའི་ཟང་ཟིང་གི་ཚོར་བ་སྤྱིར་གྱི་ཡོད་པར་མ་ཟད། སྤྱིར་བ་འདི་ནི་རང་གི་ཉེ་འཁོར་དུ་ཡོད་མཁན་ཚོས་ཀྱང་ཚོར་བ་སྤྱིར་གྱི་ཡོད། བྱིས་ཚང་ཞིག་གི་མི་གཅིག་ལ་ཁོང་ཁྱོད་སྟེས་ཀྱང་། བྱིས་གཞི་དེའི་ཞི་བདེའི་རྣམ་པ་ཡོངས་ལ་གཏོར་བརྒྱག་ཇི་ལྟར་འབྱུང་གི་ཡོད་པ་དང་ཚོར་རྒྱས་མངའ་ཡོད་ལ། ང་ཚོ་ཁོང་ཁྱོད་ཟ་སྐབས་མི་དང་དུད་འགྲོ་གཉིས་ཀ་རང་གི་ཉེ་གས་ལ་འཁོར་འདྲོད་མེད་པ་དང་། སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་འཁྲུག་པའི་ཚོར་བ་འདི་ནི་མཚམས་རེར་ཤུགས་ཆེ་བས། ང་ཚོས་དེ་མར་གཞོན་པར་དཀའ་ཚུགས་ཆེ་བར་མ་ཟད། དེའི་རྟོན་གྱིས་ང་ཚོས་གཞན་ལ་སྤྲེགས་མོ་བྱས་ནས་རང་གི་ཟང་ཟིང་གི་ཚོར་ཤུགས་དེ་བྱེད་དོན་ཞིག་གི་ངོ་བོར་བསྐྱར་གྱི་ཡོད།

འདི་ལྟར་བརྟུན་པ་ནི། སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་འཁྲུག་པའི་མྱོང་ཚར་དང་རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་མཐའ་གཅིག་ཏུ་
མི་དགེ་བ་ཡིན་དགོས་པའི་དོན་ཞིག་མིན་ཞིང་། སྤྱིར་བཏང་གི་ཚར་བ་ཞིག་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་ཉམས་དམས་སུ་
གཏོང་བའི་མྱོང་ཚར་གཞན་ཞིག་ལས་ལོགས་སུ་འབྱེད་བྱེད་ཀྱི་བྱུང་ཚས་གཙོ་བོ་ནི། དེའི་གྲུབ་ཆར་གྱུར་པའི་མི་
དགེ་བའི་རྟོག་པ་རྣམས་ཡིན། སྐད་ཅིག་ཙམ་ལས་མི་གནས་པའི་སྤྱོད་ལུགས་ཀྱི་ཚར་དེར་མི་དགེ་བའི་རྟོག་པ་ལ་
སྤོན་བྱེད་བཞིན་དེའི་རྒྱན་མ་བསྐྱངས་ན། རང་གི་དབང་པོའི་རྩོལ་རྒྱས་འཛུལ་པའི་སྤྱོད་ལུགས་ཆོད་ཀྱི་ངོ་
བོར་འགྱུར་མི་སྲིད། ངོས་ཀྱིས་རྩོལ་ཁང་མདུན་གྱི་ཚར་བ་དང་ཚས་འཇལ་བ་ཚར་བལྟ་འདོད་པའི་སྤྱོད་ལུགས་ཆོད་པོ་
དང་། སྤྱོད་འདོན་རིང་པོ་ཞིག་བྱེད་དགོས་པའི་འཇིགས་སྤངས་གཉིས་ལ་མཚན་ན། རྩ་བའི་ཚར་བའི་སྤྱོད་ལུགས་
པའི་རྟོག་པའི་གྲུབ་ཆའང་ཡོད་ལ། ངོས་ཀྱིས་སྤྱོད་བསམ་དང་འཆར་སྤངས་བརྒྱུད་ནས་གནས་སྤངས་དེའི་དངོས་
ཡོད་གནས་ལུགས་ལ་སྤྱོད་བཏགས་ཡོད་དེ། ངོས་ཀྱིས་སྤོན་ལམ་ཆོད་མའི་སྤྱོད་ལ་རང་གི་སྤྱོད་ལུགས་སྤངས་མང་པོ་
བསྐྱམས་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ངོས་རང་གི་གཞི་རྩའི་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་འཁྲུག་པ་རེད།

འཇིགས་སྤངས་ཐམས་ཅད་ངོས་ཀྱིས་འབྲེལ་བརྟུན་བྱས་པ་འདི་ལྟར་བྱུང་བྱུང་མིན་ཞིང་། རྒྱ་མཚན་
ལྡན་པའི་འཇིགས་སྤངས་མྱོང་བའི་སྐབས་རེའང་ཡོད་ལ། འཇིགས་སྤངས་དེ་ལྟ་བུ་ནི་མི་དགེ་བ་ལས་ཕན་ཐོགས་སུ་
འགྱུར་བ་དང་། དེས་ང་ཚོའི་ཚར་ཤེས་རྣེ་རྩ་གཏོང་བར་མ་ཟད། རང་ཉིད་སྤངས་སྤྱོད་ཀྱི་རྒྱས་ཤུགས་ཀྱང་ང་ཚོར་
སྤར་གྱི་ཡོད། བྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ལོར་ལྷ་ས་ནས་བོད་ལྗོངས་ཏུ་འགྲོ་བའི་མཚན་མོ་དང་པོ་དེར་ངོས་ཀྱིས་དམག་མི་ཞིག་
གི་ཁྱོན་ཆས་ཁྱོན་ནས་རང་གི་གཞི་ཁང་དང་ཁ་འབྲལ་སྐབས། ངོས་ཀྱིས་འཇིགས་སྤངས་འདིའི་རིགས་ཤིག་མྱོང་
བྱུང་། ཡིན་ན་ཡང་། སྐབས་དེར་འཇིགས་སྤངས་དེའི་སྤྱོད་ལ་རྟོག་འཆར་བྱེད་པའི་དུས་ཚོད་དང་འདྲན་པ་
གཉིས་ཀ་མེད་སྐབས། ཚར་བ་དེས་སེམས་ཁུལ་ཆོད་པོ་མ་བསྐྱངས་པ་དང་། དེའི་ཤུགས་རྒྱན་གཙོ་བོ་ནི་ངའི་རྣམ་
རིག་གྱང་དུ་བཏང་བ་དེ་ཡིན། འཇིགས་སྤངས་དེའི་རིགས་ནི་བཀོལ་སྤྱོད་ཆེ་ཞིང་རྒྱ་མཚན་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ང་
ཚོས་བརྟུན་ཆོག

ད་དུང་གཉན་འཕྲང་ངམ་གནད་འགག་གི་གནས་སྤངས་ཤིག་དང་འབྲེལ་བའི་སྤོན་ནས་མྱོང་བའི་
འཇིགས་སྤངས་ཡང་རྒྱ་མཚན་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་སྲིད་པ་དང་། འདིར་ངོས་ཀྱི་སྤྱོད་ལུགས་འཆར་བཞིན་པ་ནི། གཞན་གྱི་
འཆོ་བ་ལ་ཤུགས་རྒྱན་ངེས་ཅན་ཞིག་ཐེབས་རྒྱ་ཡིན་པ་ཤེས་བཞིན་དུ་ཐག་གཅོད་ཅིག་བྱེད་དགོས་པའི་སྐབས། ང་
ཚོས་མྱོང་གི་ཡོད་པ་དེ་ཡིན་ཞིང་། འཇིགས་སྤངས་དེ་ལྟ་བུས་ཆད་ངེས་ཅན་ཞིག་ལ་ང་ཚོར་སྤྱན་པོ་བཟོ་སྲིད། འོན་
ཀྱང་། རྒྱ་མཚན་དང་ཡོངས་སུ་བྲལ་བའི་འཇིགས་སྤངས་ནི། མི་དགེ་བ་ཡིན་ཞིང་ཉན་ཁ་ཆེ་བར་མ་ཟད། དེས་ང་
ཚོའི་རིག་སྤྱོད་ཉམས་པར་བྱེད་གྱི་ཡོད།

མི་དགེ་བའི་མྱོང་ཚར་འདིའི་རིགས་ལ་བོད་སྐད་དུ་ཉན་མོངས་ཟེར་བ་དང་། ཚིག་འདིའི་ངོ་གདོང་གི་
དོན་ནི་རང་རྒྱུད་རབ་ཏུ་མ་ཞི་བར་བྱེད་པ་ལ་གོ་ཞིང་། ‘afflictive emotion’ ཞེས་པའི་དབྱིན་སྐད་ཀྱི་ཚིག་ལ་
རྒྱན་དུ་བསྐྱར་གྱི་ཡོད། སྤྱིར་སྤོང་རྩེ་དང་བྲལ་ཞིང་མི་དགེ་བ་ཡིན་པའི་ཀུན་སྤོང་དང་ལྡན་པའི་རྟོག་པ་དང་མྱོང་
ཚར་ལྟར་སེམས་བྱུང་གང་ཞིག་ཡིན་ཅུང་། མཐར་གཏུགས་ན་དེས་རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཞི་བདེ་ཉམས་དམས་སུ་གཏོང་
གི་ཡོད། ཞི་སྤང་དང་ཁོང་ཁྱོ། ང་རྒྱལ་དང་ཕྱག་དོག་འདོད་སྤྱོད་དང་རྩམ་སེམས་ལྟ་བུ་མི་དགེ་བའི་སེམས་བྱུང་
ཆང་མ་ཉན་མོངས་པའི་རང་བཞིན་ཡིན། ཉན་མོངས་པའི་སེམས་བྱུང་འདི་དག་གི་རྒྱས་སྤྱོད་ཆས་ཆེ་བས་ང་
ཚོས་མ་གཏུན་ན། སོ་སོའི་ཆོ་སྲོག་རྩ་ཆོད་དུ་མི་འཛིན་མཁན་སུ་ཞིག་མེད་ཀྱང་། སེམས་བྱུང་ཉན་མོངས་པ་དེ་

ཚུལ་རང་སྟོན་འདྲིའི་ལས་དང་། ཡང་ན་སྟོན་ནད་པོ་ག་པའི་མཚམས་སྤྱི་ལོ་མེད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལྟར་འདྲི་
རང་སྟོན་འདྲིའི་བར་བྱེད་པའམ་སྟོན་པར་བསྐྱར་པ་ནི་རྒྱན་དུ་འབྱུང་གི་མེད་སྟབས། མི་དགེ་བའི་སེམས་བྱུང་ནི་
རང་གི་སྤངས་འཛིན་འོག་མེད་པའི་སྟོན་ཆ་ཤས་འབྲལ་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་པར་བསམ་ཞིང་། ཉོན་མོངས་
པའི་གཏོར་བཟུག་གི་རང་བཞིན་ངོས་འཛིན་མ་བྱུང་པས། མི་དགེ་བའི་སེམས་བྱུང་ལ་པར་སྟོན་བྱེད་དགོས་པའི་
རྒྱ་མཚན་ང་ཚོས་མཐོང་གི་མེད། དེ་ལས་སྟོན་སྟེ། ཉོན་མོངས་པའི་སེམས་བྱུང་གོང་འཕེལ་དུ་འགྲོ་བར་རྒྱས་
ཤུགས་འཕར་མ་ཞིག་སྟོན་པའི་བྱེད་སྤངས་ཀྱི་གོམས་གཤིས་ཤིག་ང་ཚོར་ཡོད་པ་དང་། དེས་མི་དགེ་བའི་སེམས་
བྱུང་སྟེ་སའི་གཞི་ཞིག་བསྟེན་ཀྱི་ཡོད། འོན་ཀྱང་། ང་ཚོས་གཤམ་དུ་མཐོང་རྒྱ་ཡིན་པ་ལྟར། ཉོན་མོངས་པའི་
སེམས་བྱུང་ནི་ཡོངས་སྤྱི་གཏོར་བཟུག་གི་རང་བཞིན་ཅན་ཞིག་ཡིན།

མི་དགེ་བའི་རྟོག་པ་དང་སྟོང་ཚོར་ནི། བདེ་བ་འདྲིའི་ཅིང་སྟག་བཟུལ་མི་འདྲིའི་ང་ཚོའི་གཞི་ཅའི་
ཞེ་འདུན་གྱི་འགོག་རྒྱུ་གཙོ་བོ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། ང་ཚོས་དེ་ཚོའི་དབང་ཤུགས་ཀྱི་འོག་ནས་སྟོན་པ་སྟོན་སྐབས།
གཞན་ལ་ཐེབས་པའི་རང་གི་བྱ་སྟོན་གྱི་ཤུགས་རྒྱུན་མི་མཐོང་བ་དང་། འདི་ལྟར་མི་དགེ་བའི་སེམས་བྱུང་ནི་རང་
གཞན་གཉིས་ཀར་འཆོ་བ་ཆེ་བའི་ང་ཚོའི་སྟོན་པའི་རྒྱ་རྒྱུ་དུ་འགྱུར་ཞིང་། དགེ་སྟོན་མ་ཡིན་པའི་ང་ཚོའི་བྱ་
སྟོན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་ཡིན། ཉོན་མོངས་ནི་དམར་གསོད་དང་། ཚྱོད་རྟོག་བསྐྱེད་ལ་སོགས་པ་
འབྱུང་སའི་གཞི་ཡིན་པར་མ་ཟད། དེ་དུས་ཀྱི་འཆོ་བའི་ཁྱད་ཆོས་རྒྱན་ཐུན་པ་ཞིག་དུ་གྱུར་ཡོད་པའི་དབང་ས་
སྟག་དང་སྟོ་ལུ། མགོ་རྟོག་དང་སེམས་ངལ་བཅས་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་ཀྱང་ཡིན། དེ་བས་ན་མ་སྤངས་པའི་སྟོ་སྟེ།
ཁོང་ཁོ་དང་། ཞེ་སྟང་། ང་རྒྱལ། རམ་སེམས་དང་རང་གཅེས་འཛིན་ལྟ་བུའི་ཉོན་མོངས་པའི་སེམས་བྱུང་གི་
བཀོད་འདོམས་འོག་ཡོད་པའི་སྟོ་ནི། སྟེ་ཆ་ན་འཆི་ལྟ་བུ་བསྟོན་དུ་མེད་པའི་སྟག་བཟུལ་གྱི་རིགས་སྤྱི་གཏོགས་
པའི་ང་ཚོའི་དཀའ་སྟག་གི་འབྱུང་ཁུངས་ཤིག་ཡིན་ཞེས་ངོས་ཀྱིས་རྟོག་ཞིང་། ང་ཚོས་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་སེམས་
བྱུང་ལ་བྱིན་པའི་རང་གི་ཡ་ལན་ལ་ཁ་ལོ་བསྐྱར་མ་བྱུང་པར་བརྟེན་ནས་རང་གཞན་གཉིས་ཀ་ལ་སྟག་བཟུལ་གྱི་
སྟོ་མོ་འབྱེད་ཀྱི་ཡོད།

ང་ཚོས་གཞན་ལ་སྟག་བཟུལ་སྟོང་དུ་འབྱུག་སྐབས་སོ་སོས་ཀྱང་སྟག་བཟུལ་སྟོང་གི་ཡོད་ཅེས་བརྟེན་པ་
ནི། དཔེར་ན། གཞན་ལ་དབྱུག་པས་གཞུས་ན་རང་ཉིད་ལའང་སོག་གི་ཡོད་པ་ང་ཚོས་གནས་དུས་ཐམས་ཅད་དུ་
རྟེན་སྤྱི་དཔོག་བྱུང་པའི་དོན་ཞིག་མིན། ངོས་ཀྱི་སྐད་ཆའི་དོན་ནི་དེར་སྟོན་ན་སྟེ་བྱུང་ཅིག་ཡིན་ཞིང་། དགེ་མི་
དགའི་བྱ་སྟོན་གྱིས་སོ་སོའི་སེམས་ཁམས་ཀྱི་གནས་རིམ་ཟབ་མོ་ཞིག་ལ་བག་ཆགས་འཛིན་གི་ཡོད་པ་འདི་ཡིན།
གལ་ཏེ་གནས་རིམ་གང་རུང་ཞིག་དུ་ང་ཚོར་གདུང་སེམས་མཉམ་བསྟེན་གྱི་རྒྱས་པ་ཡོད་པ་བདེན་ན། མི་ཞིག་
གིས་གཞན་ཞིག་ལ་གཞོན་འཆོ་བྱེད་པའི་དུས་སྤྱི་རྒྱས་པ་དེ་ཉམས་ཡོད་པའམ་སེམས་བྱུང་གཞན་ཞིག་གིས་ཟེལ་
གྱིས་མནན་ཡོད་དེས་ཡིན། གཞན་ལ་མནར་གཅོད་ཆོད་མེད་གཏོང་མཁན་ཞིག་ལ་མཚོན་ན། མནར་གཅོད་
གཏོང་སའི་མི་དེར་མནར་གཅོད་དེ་འོས་ཤིང་འཚམ་པ་ཡིན་པའི་ཡོད་ཆེས་འབྱུང་སའི་འཆོ་བའི་ལྟ་ཚུལ་དང་།
འཆོ་བའི་བསམ་སྟོ་གང་རུང་ཞིག་གིས་མནར་གཅོད་གཏོང་མཁན་གྱི་སྟོ་དེ་ཤིས་ཚོར་གྱི་གནས་རིམ་རགས་མོ་
ཞིག་དུ་བཟུང་ཡོད་དེས་ཡིན། ཆོད་གཞི་དེས་ཅན་ཞིག་ལ་བསམ་བཞིན་དུ་བཟུང་བ་ཡིན་པའི་ཡོད་ཆེས་དེ་ལྟ་
བུའི་རྒྱུ་གྱིས་སོ་སོའི་གདུང་སེམས་མཉམ་བསྟེན་གྱི་ཚོར་བ་མར་ཉམས་ཡོད་ཀྱང་། མནར་གཅོད་གཏོང་མཁན་
གྱི་སྟོ་ལ་གནས་རིམ་ཟབ་མོ་ཞིག་དུ་ཤུགས་རྒྱུན་ཞིག་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། ཤུགས་སྤྱི་ཡོད་མི་བདེ་བ་སྟོང་བའི་

ཀྱེན་ཆེན་པོ་སྐྱབ་ཀྱི་ཡོད། འདི་དང་འབྲེལ་བའི་སྒོ་ནས་སྔོན་དངས་པའི་དཔེ་མཚན་ཞིག་བསྐྱར་དུ་སྒྲུབ་ཆོ། ཉིང་
རྩེ་ཡང་མེད་པའི་སྤྱི་དབང་སྤྱོད་པ་ཉེ་ཏེ་ལད་དང་། སེ་ཏ་ལེན་ལྟ་བུར་མཚན་ན། རང་གི་བྲིབ་མར་
འཇིགས་སྤང་སྤྱོད་པའི་པོ་རོག་ལྟར། སོ་སོའི་མི་ཆོ་ཚུགས་ལ་ཉེ་དུས་དངངས་སྒྲག་དང་དོགས་ཟོན། ཁེར་རྒྱུད་གི་
ཆོར་བ་དང་འཇིགས་སྤང་སོགས་ཀྱིས་གང་ཡོད་པར་སྤང་།

འོན་ཀྱང་། ཁོ་ཆོ་ལྟ་བུ་གཞན་ལ་མནར་གཅོད་ཆོབས་ཆེན་བྱེད་པའི་ལས་ལ་བརྩོན་མཁན་ཏེ་ཅང་ཉུང་
བ་དང་། ད་དུང་མི་དགེ་བའི་སྤྱོད་པ་རྒྱུད་དུ་རིགས་ཀྱི་ཤུགས་ཀྱེན་ཆེས་ཤིན་ཏུ་ཕྱ་མོ་ཡིན། དེར་བརྟེན་རང་
གཞན་གཉིས་སྐྱབ་ལ་སྦྱར་བའི་མི་དགེ་བའི་བྱ་སྤྱོད་ལ་ཐལ་དུགས་མེད་པའི་དཔེ་མཚན་ཞིག་དངས་ན། ཕྱི་ཅ་
སོང་ནས་བྱིས་པ་གཞན་ཞིག་དང་འཐབ་པའི་བྱིས་པ་ཞིག་ལ་སོམས་དང་། རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་པའི་བྱིས་པས་དེ་མ་ཐག་
ཏུ་ཡིད་ཆོམ་གྱི་བདེ་བ་ཞིག་སྤྱོད་ཐོང་གྱང་། བྱིས་སུ་རང་གི་བྱིས་དུ་ལོག་སྐབས་ཆོར་བ་དེ་མར་འཇགས་ནས་སྤོའི་
རྒྱལ་པ་རུང་ཕྱ་མོ་གཞན་ཞིག་སྤང་ལ་འབྱུང་ཅིང་། དེའི་དུས་སྒོ་མ་བདེ་བའི་འདུ་ཤེས་ཤིག་འབྱུང་གི་རེད། འདུ་
ཤེས་དེའི་རིགས་ནི་རང་གི་ངོ་བོ་ངོ་མ་དང་ཁ་བལ་བའི་ཆོར་སྤང་ཞིག་སྟེ། ཅི་ཞིག་འགྲིག་མེད་པའི་ཆོར་ཤེས་ཤིག་
ཡིན་པ་དང་ཆོས་འབྲེལ་བརྩོད་བྱེད་ཆོག དེ་ལས་ཐོག་སྟེ། བྱིས་པ་ཞིག་ཕྱི་ཅ་སོང་ནས་རང་གི་ཤོགས་པོ་དང་ལྷན་
དུ་ཆེད་མོ་ཆེས་ཏེ། དགའ་སྤོའི་དུས་ཤིག་རང་གི་ཆེ་ཤོགས་དང་ལྷན་དུ་མཉམ་སྦྱོད་བྱེད་པར་མཚན་ན། ཡིད་
ཆོམ་གྱི་བདེ་བའི་འདུ་ཤེས་ཤིག་འཕལ་དུ་ཡོད་པར་མ་ཟད། སྒོ་མར་བབས་ནས་དགའ་སྤོའི་ཆོར་བ་ཉམས་འགོ་
བའི་སྐབས་སུ་འང་སེམས་གཏིང་ནས་བདེ་བའི་འདུ་ཤེས་ཤིག་འབྱུང་གི་རེད།

མི་དགེ་བའི་སྤྱོད་པ་ལ་དགའ་བའི་མི་ཆོར་རང་གི་སྤྱོད་པ་གཞན་པའི་དཔེ་མཚན་གཞན་ཞིག་ནི་
སོ་སོའི་མཚན་སྟན་གྱི་ཐོག་ནས་འཇོག་སྐབ་པ་དང་། སྦྱར་བརྩོན་ན། ང་ཆོ་འགོ་བ་མི་ཅམ་མ་ཡིན་པར་ཐ་ན་
དུང་འགོ་ཡང་གདུག་རྒྱབ་དང་། བཅོན་གཞོན། བསྐྱེད་སོགས་ལ་མི་དགའ་བར་སྤང་། རྒྱ་མཚན་འདིའི་ཀྱེན་
གྱིས་ང་ཆོས་གཞན་ལ་གཞོན་ཅིང་འཆོ་བའི་སྤྱོད་པ་བཟུན་ན། རང་ལ་འཕལ་གྱི་བདེ་བ་ཞིག་ཐོབ་ཐོང་གྱང་།
གཞན་གྱིས་ང་ཆོར་དན་པར་བཟུ་བ་ནི་དུས་ཀྱི་ཐུ་བྱི་མ་གཏོགས་འབྱུང་ངེས་ཡིན་ཞིང་། གཞན་གྱིས་རང་གི་མིང་
དན་གཞི་ཅུ་བཟུང་ནས་ང་ཆོར་དོགས་ཟོན་དང་འཇིགས་སྤང་བྱེད་པ་དང་། འདི་ལྟར་ང་ཆོས་རིམ་གྱིས་རང་གི་
ཤོགས་པོ་རྒྱལ་ས་བཞག་རྒྱ་རེད། མཚན་སྟན་བཟང་པོ་ནི་བདེ་བའི་འབྱུང་ཁུངས་ཤིག་ཡིན་སྐབས། ང་ཆོས་དེ་
བཞག་ན་རང་ཉིད་སྐྱབ་ལ་སྦྱར་ངེས་ཡིན།

ད་དུང་གཞན་གྱི་བདེ་སྐྱབ་ལ་སྐྱབས་སུ་མེད་པར་རང་དོན་གཅིག་ཕུ་དོན་དུ་གཉེར་ནས་གསོན་མཁན་
ཆོར་མཚན་ན། ཆང་མ་མ་ཡིན་ཡང་མང་པོ་ཞིག་ལ་ཁེར་རྒྱུད་གི་ཆོར་བ་དང་སྐྱབ་བཟུལ་གྱིས་གདུང་གི་ཡོད། མི་
འདིའི་རིགས་ནི་སོ་སོའི་རྒྱ་ནོར་རམ་གོ་གནས་ཀྱི་ཤོགས་པོ་ཡིན་པའི་མི་ཆོས་མཐའ་བསྐྱར་ཡོད་ཀྱང་། ཆག་
སྒོའམ་ཀྱེན་དན་ཞིག་ལ་འཕུད་སྐབས། ཤོགས་པོ་ཡིན་ཟེར་བ་ཆང་མ་རང་གི་ཉེ་གམ་དུ་མི་ཡོང་བར་མ་ཟད།
སྒོག་དུ་ཁོ་ཆོར་སྤྱོད་སྤང་ཡང་སྟེ་སྟེ། ལྷག་ཏུ་གཞན་ལ་བརྒྱབ་སེམས་བཅངས་ནས་འཛོམ་མེད་དུ་གཞོན་འཆོ་བྱེད་
མཁན་ཞིག་ཡིན་ན། ཀྱེན་ལམ་དུ་སོང་རྩིས་རང་ཉིད་དན་མཁན་ཏེ་ལམ་གཅིག་ཀྱང་ཡོད་མི་སྤྱི་དབང་མ་ཟད། མི་
ཆོར་དགའ་སྤང་འབྱུང་བ་ནི། བ་རྩེའི་འཆི་སྐར་དུ་བརྟུག་པའི་བཅོན་མ་ཆོ་བྱིས་སུ་སོ་སོ་བཅོན་དུ་འཇུག་མཁན་
རྒྱལ་ལ་སྟོག་བྲིམས་བཅད་པས་དགའ་ཡོད་ངེས་ཡིན་པ་བཞིན་རེད། དེ་ལས་ཐོག་སྟེ། གཞན་གྱི་བདེ་སྐྱབ་དོན་
དུ་གཉེར་ནས་དེའི་ཤོགས་སུ་འབད་བ་བྱེད་མཁན་ཆོར་བརྩོན་ཅམ་མ་ཡིན་པར། དད་ཀྱས་ཀྱང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

མི་འདི་ལྷ་བྱ་ཞིག་གྲོངས་པའི་ཆོ་ན་མི་མང་གིས་ཐུང་ན་བྱས་ནས་རྗེས་དྲན་བྱེད་གྱི་ཡོད། བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་
ལྷན་རྒྱེ་མཆོག་ལ་མཆོན་ན། འཆོ་བ་བདེ་ཞིང་སྦྱིད་པ་ཞིག་བསྐྱེད་པར་དེང་རབས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་དང་། ཤེས་ཡོན་
དེར་བརྟེན་ནས་བྱང་བའི་གོ་སྐབས་སོགས་ཡོད་ཀྱང་། ཁོང་གིས་གཞན་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་ལྟར་དུ་ལེན་པའི་རང་གི་
མི་ཆོ་ཉིལ་པོའི་ལས་དོན་ལ་དམིགས་ཏེ། རྒྱ་གར་དུ་དབུལ་པོ་ཞིག་གི་རྣམ་པ་རྩ་འཛུགས་གནང་ཡོད། ཁོང་གི་
མཆོན་སྟན་ནི་མི་ཆོའི་དྲན་འཛིན་དུ་ཡོད་པ་ཅུ་ཞིག་ཡིན་མོད། ཁོང་གི་མཛད་རྗེས་ཀྱིས་ད་དུང་ཡང་མི་ས་ཡ་
མང་པོར་བདེ་བ་དང་སེམས་ཤུགས་སྦྱོར་གྱི་ཡོད།

ཉོན་མོངས་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་དངོས་ལ་གཞིགས་ན། ང་ཆོས་དེར་རྣམ་པ་འདྲ་མེན་ཞིག་འཛོག་ཐུབ་ཅིང་། དེ་
ཆོ་ནང་གི་གཅིག་ནི་ང་ཆོ་ཆང་མར་ཡོད་པའི་གཞན་ལས་རང་ཉིད་གཅེས་འཛིན་གྱི་བག་ཆགས་འདི་ཡིན། ད་
དུང་ང་ཆོས་ཆོས་དང་བྱང་བ་ལ་དོན་དངོས་སུ་མེད་པའི་སྒྲིབ་བྱུགས་ཀྱིས་བྱང་ཆོས་སྦྱོར་བ་སྟེ། ཐག་པ་སྤུལ་ཞིག་
ཏུ་སྤང་བའི་དཔེ་མཆོན་ནང་ཡོད་པ་ཇི་བཞིན་ཡིན། ང་ཆོའི་མི་དགེ་བའི་རྟོག་པ་དང་སྤྱང་ཆོར་ནི་སྤང་ཚུལ་
གཞན་ལ་མ་ལྟོས་པར་གྲུབ་པ་ཞིག་མིན་པས། སྤང་ལུལ་དུ་གྱུར་པའི་ཆོས་དང་བྱང་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ང་ཆོའི་ཡ་
ལན་སྦྱོང་སྟོགས་ལ་ཤུགས་རྒྱུན་ཐེབས་གྱི་ཡོད། འདི་ལྟར་མི་དགེ་བའི་རྟོག་པ་དང་སྤྱང་ཆོར་མི་སྦྱང་བའི་བྱ་
དངོས་ཏེ་ལམ་ཅི་ཡང་མེད་ལ། ང་ཆོའི་དགྲ་ཡ་ཅུ་མ་ཡིན་པར། སྟོགས་པོ་དང་རང་ལ་རྩ་ཆེན་ཡིན་པའི་རྒྱ་ལོ་
ཐ་ན་རང་ཉིད་ཀྱང་མི་དགེ་བའི་སེམས་བྱང་གི་འབྱུང་ཁུངས་ཤིག་ཆགས་ཡོད།

འདིའི་བསྟན་དོན་ཞིག་སྟེ། ཉོན་མོངས་པའི་སེམས་བྱང་ལ་དངོས་སུ་པར་སྐྱེལ་བྱེད་པའི་བརྒྱུད་རིམ་གྱི་
གོམ་འགོས་དང་པོ་ནི། དེ་ཆོ་རྒྱན་དུ་སྦྱོང་བའི་གནས་སྤངས་དང་བྱ་འགུལ་ལ་ང་ཆོས་གཡོལ་ཐབས་བྱེད་དགོས་
པ་འདི་ཡིན། དཔེར་ན། གང་ཟག་བྱེ་ཟག་པ་ཞིག་དང་ཐུག་ན་རང་ཉིད་ལ་རྒྱན་དུ་ཁོང་སྒྲིབ་སྦྱོང་གི་ཡོད་ན། རང་
གི་ཡོན་ཏན་རྣམས་གོང་འཕེལ་ལ་མ་བཟང་བར་དུ་མི་དེ་དང་ཐག་རིང་པོར་བསྐྱད་ན་ལགས། ཉོན་མོངས་དྲག་
པོ་འདི་ལྷ་བྱ་ཞིག་སྦྱིད་བྱེད་གྱི་རྒྱུན་དངོས་ལ་གཡོལ་བ་ནི་གོམ་འགོས་གཉིས་པ་ཡིན་ཞིང་། འདི་ནི་རང་རྒྱུད་དུ་
ཉོན་མོངས་ཤིག་སྦྱོར་མ་ཐག་ཏུ་ང་ཆོས་དངོས་འཛིན་ཐུབ་པའི་སྒྲིབ་གོམས་འདྲིས་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་གི་ཡོད་
པས་རྒྱན་དུ་ལས་སྒྲིབ་པོ་ཞིག་མིན། ཡོངས་སུ་སྦྱོར་པའི་ཞེ་སྤང་ནི་སྤྱང་ཆོར་དྲག་པོ་ཞིག་ཡིན་ནའང་། དེའི་འཕེལ་
རྒྱས་ཀྱི་ཐོག་མའི་སྐབས་སུ་ཆོས་དང་བྱང་བ་ཞིག་ལ་ཞེན་པ་ལོག་པའི་ང་ཆོའི་ཆོར་བ་དེ་སྤྱོད་ཞིག་ཡིན་ཆོག ཐ་
ན་ཡོངས་སུ་སྦྱོར་པའི་གནས་སྐབས་སུ་འདྲ་ཉོན་མོངས་ནི་རྟག་ཏུ་མཛོན་གསལ་དོད་པོའི་སྒྲིབ་ནས་འབྱུང་གི་མེད་
པ་དང་། མི་མདའི་སྐམ་པ་འཐེན་པའི་སྐབས་སུ་སྒྲིག་གསོད་པའི་སྒྲོ་ནི་གང་འཆམ་གྱིས་ཞི་སྦྱོང་བག་ཐེབས་སུ་
གནས་ཡོད་ཟིན།

ང་ཆོས་གནས་དུས་ཐམས་ཅད་དུ་དོ་སྤང་ཆེན་པོ་བྱེད་དགོས་ཤིང་། ལུས་ངག་གི་སྦྱོང་བ་ཤེས་པར་བྱེད་
པ་མ་ཟད། སེམས་དང་བསམ་པ་དང་ཆོར་བ་སོགས་ཀྱང་ཤེས་པར་བྱེད་དགོས། མི་དགེ་བ་ཕྱན་བྱ་ཞིག་ཡིན་ཅུང་
ང་ཆོས་རྟག་ཏུ་གཟབ་ནན་གྱིས་དེར་ལྷ་བཞིན་རང་ཉིད་ལ་གཤམ་གསལ་ལྟར་དུ་བ་འགོད་དགོས། ཡིད་ཀྱི་བདེ་
བ་ནི་རང་གི་རྟོག་པ་དང་སྤྱང་ཆོར་རྣམས་མི་དགེ་བའམ་དགེ་བ་ཡིན་པའི་གནས་སྐབས་གང་ཞིག་ཏུ་འབྱུང་གི་
ཡོད་དམ། རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ངོ་བོ་ནི་ཇི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནམ། དེ་ནི་རང་དོས་ནས་གྲུབ་པ་ཞིག་ཡིན་ནམ། ཡང་
ན་རྒྱུན་གཞན་ལ་བརྟེན་ནས་གྲུབ་ཡོད་དམ། ང་ཆོས་འདི་ལྟར་འདྲི་གཙང་བྱེད་བཞིན་བསམ་གཞིག་རྟག་ཏུ་བྱེད་
དགོས་པ་དང་། ང་ཆོ་ནི་གནས་ཚུལ་འཆོལ་བསྐྱེད་ཀྱིས་ཉམས་ཞིབ་བྱས་ནས་མཁུག་སྒྲིམ་ཆད་ཐུན་ཞིག་འཛོག་

པའི་ཚན་རིག་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་དགོས། རང་ཉིད་ཀྱི་མི་དགེ་བའི་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་པ་ལ་གོ་རྟོགས་འཛོལ་སྟེན་བྱེད་རྒྱུ་ནི་
མི་ཆོད་ལ་པོའི་ལས་དོན་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། གོ་རྟོགས་དེ་ལ་གོང་འཕེལ་གྱི་ཚད་གཞི་ཞིག་འཛོགས་རྒྱུ་མེད། འོན་ཀྱང་།
ང་ཚོས་ལས་དོན་དེ་དང་དུ་མ་སྤངས་ན། སོ་སོའི་འཚོ་བའི་ནང་དུ་དགོས་ངེས་ཡིན་པའི་བཅས་བསྐྱར་གང་ཞིག་
ཏུ་བྱེད་དགོས་པ་རྟོགས་མི་ཐུབ།

གལ་སྲིད་དོན་མེད་ཀྱི་ངག་འབྲུལ་དང་། བྱ་བ་ཚུང་གི་བྱ་འགུལ་སྤྲོ་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སོ་སོའི་
རྣམས་པ་དང་དུས་ཚོད་ཀྱི་ཆ་ཤས་ཕྱ་མོ་ཞིག་ཡིན་ཅུང་། ང་ཚོས་ཉོན་མོངས་ཀྱི་རང་བཞིན་རྟོགས་པར་བཅོན་པའི་
འཚོལ་སྟེན་གི་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་བཞིན་ན། ང་ཚོའི་འཚོ་བའི་སྤྱོད་པ་ལ་ཡར་ཐོན་ཆེན་པོ་ཞིག་འབྱུང་ངེས་ཡིན་པའི་ཡིད་
ཆེས་ངོས་རང་ལ་ཡོད། དེས་གང་ཟག་སྐྱེར་ཙམ་མ་ཡིན་པར་སྤྱོ་ཚོགས་ལའང་པན་པ་རྒྱ་ཆེན་ཞིག་འབྱུང་གི་རེད།
གོ་རྟོགས་འཚོལ་སྟེན་དེའི་ནང་ཉོན་མོངས་ནི་མ་དུལ་བའི་རང་བཞིན་ཞིག་ཡིན་པ་ང་ཚོས་ཐོག་མར་རྟོགས་རྒྱུ་
ཡིན་པ་དང་། གོ་རྟོགས་འདི་རྩི་ཟབ་ཏུ་ཅི་ཙམ་སོང་ན། ང་ཚོ་དེ་ཙམ་གྱིས་ཉོན་མོངས་པའི་རྩིས་སྤྱོད་འབྱུང་བ་
ཉུང་དུ་འགྲོ་ལ། འདི་གཅིག་དུས་ཀྱང་ང་ཚོའི་འཚོ་བའི་ཐོག་ལ་ཤུགས་རྒྱུན་རྒྱ་ཆེན་ཐེབས་ཐུབ།

མི་དགེ་བའི་རྟོག་པ་དང་སྤྱོད་ཚུང་གིས་ང་ཚོའི་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་གཅིག་དུ་མ་ཡིན་པར། ང་ཚོའི་
གཟུགས་པོའི་འཕྲོད་བསྟེན་ལའང་གཞོད་ཀྱི་ཡོད། བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ནང་ཁོང་ཁྱོད་ཀྱི་གཙོ་བོ་ནང་དང་།
གཉིད་མ་ཁྲག་པ། ཁྲག་ཤེད་མཐོ་བ་བཅས་དང་འབྲེལ་བའི་ནད་རིགས་མང་པོའི་འབྱུང་རྒྱུ་གཙོ་བོ་ཞིག་ཏུ་
འདོད་ཀྱི་ཡོད། ལྟ་ཚུལ་འདི་ནི་གཉེན་ཐབས་གསོ་རིག་ཏུ་འང་ཁས་ལེན་བྱེད་པ་དར་བྱུང་ཏུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པར་
སྤང་།

ངོས་རང་ལོ་ན་གཞོན་པའི་སྐབས་ཀྱི་དྲན་འཛོན་ཞིག་གིས་ཉོན་མོངས་ཀྱིས་ང་ཚོར་རྩིས་ཀྱི་ལྟ་གཞོད་པ་
མཚོན་ཐུབ་པར་སྟམ། དེའི་དུས་ངོས་ཀྱི་རང་མོས་ཞོར་ལས་གཙོ་བོ་ཞིག་ནི། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༣༣ ལོར་མ་གཤེགས་པའི་
ཕྱོན་དུ་སྤྱོད་མཁུན་གོང་མར་ཕུལ་པའི་སྤངས་འཁོར་རྩིང་པ་དུ་མ་ཡོད་པ་དེ་ཚོས་ཆེད་མོ་ཆེ་རྒྱུ་འདི་ཡིན་ཞིང་།
དབྱིན་ལན་ནས་བཅོས་པའི་སྤངས་འཁོར་གཉིས་དང་། ཨ་རི་ནས་བྱེད་ཡོང་བའི་སྤངས་འཁོར་གཉིས་བཅས་བཞི་
ཡོད། འདི་དག་ནི་སྐབས་དེ་དུས་བོད་དུ་ཡོད་པའི་སྤངས་འཁོར་ཁོན་ཆགས་ཡོད། ཐལ་རྩལ་ཆགས་ཡོད་པའི་
སྤངས་འཁོར་རྩིང་པ་དེ་ཚོས་ངོས་ཀྱི་ཡིད་དབང་འཕྲོག་སྟེ། སྤངས་ཡང་དེ་ཚོ་བཞི་སྤྱོད་ཡོད་པར་བྱས་ན་འདོད་
བྱུང་། ངོས་ཀྱི་འདོད་པ་ངོ་མ་ནི་སྤངས་འཁོར་གཏོང་བར་སྤྱོད་བྱེད་རྒྱུ་འདི་ཡིན་ལ། གཞུང་གི་ལས་བྱེད་འདྲ་
མིན་ལ་སྤྱོད་པོ་བཅོས་པའི་རྩིས་སྤྱོད་སྤངས་འཁོར་ལ་རྒྱས་མངའ་ཡོད་པའི་མི་ཞིག་རྟོད་སོང་། ཁོའི་མིང་ལ་ལྟག་པ་
ཆོ་རིང་ཟེར་ཞིང་། བོད་དང་རྒྱ་གར་གྱི་མཐའ་མཚམས་སྤྱོད་པའི་ཀ་ལོན་སྤྱོད་ནས་ཡོང་བ་ཞིག་རེད། ངོས་
ཀྱིས་དྲན་པ་ལྟར་ན། ཉོན་ཞིག་ཁོས་སྤངས་འཁོར་གཅིག་གི་འབྲུལ་ཆས་ཨ་མར་བཅོ་བཅོས་བྱེད་བཞིན་པའི་
སྐབས། སྤངས་པ་མར་སྤྱོད་བྱེད་དང་། མན་འཁྲིག་བསྐྱེད་ནས་སྤངས་པ་དེ་ཡར་མཁྱོགས་པོར་སྤངས་སོང་། འོན་ཀྱང་།
སྤངས་མ་ལེགས་པར་སྤངས་འཁོར་གྱི་སྤྱོད་པ་ལ་ཕྱེས་ཡོད་པས། ཁོའི་མགོ་དེར་ཤུགས་ཆེན་ཞིག་
བརྒྱབས་སོང་། ངོས་རང་ཏུ་ལས་པ་ཞིག་ལ། ཁོས་གཟབ་ནན་གྱིས་རང་གི་མགོ་བོ་སྤྱོད་པའི་འོག་ནས་ཚུར་
བཏོན་པ་ལས། ཁོང་ཁྱོད་ཏུ་འབྱུར་ནས་སྤངས་ཡང་ཤུགས་ཆེན་པོས་ཡར་ལངས་ཏེ། སྤངས་ལས་ཀྱང་ཤུགས་ཆེན་
ཞིག་བརྒྱབས་སོང་། ངོས་ནི་ཡུད་ཙམ་ཞིག་ལ་ཉོན་ཐོར་ནས་ཁོའི་སྤྱོད་པ་དེར་བཞུས་པ་དང་། དེ་ནས་རང་
དབང་མེད་པར་གད་མོ་ཤོར་བྱུང་།

ཁོང་ཁྱོད་ཀྱི་ཕ་ས་སྐྱུ་པ་ཆོ་རིང་ལ་རང་གི་མགོ་ཐོག་ཏུ་འབྱར་ག་ཆེན་པོ་གཉིས་ཐོན་པ་དང་། འདི་ནི་
ཁོ་ལ་མཚན་ན་སྐབས་མ་ལེགས་པ་ཞིག་ཡིན་པོད། ང་ཚོས་ཁྱོད་པ་ལས་མཐོང་བྱུང་པ་ནི། ཉོན་མོངས་ཀྱིས་
རང་ལ་ཡོད་པའི་རིན་ཐང་ཆེས་ཆེ་བའི་ཡོན་ཏན་ཏེ། སོ་སོར་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་རྣམ་པ་བརྟག་པར་བྱེད་པ་
འདི་ཡིན་ཞིང་། ལེགས་ཉེས་འབྱེད་པ་དང་། རང་གཞན་ལ་འཕྲལ་ཕྱགས་ཀྱི་ཁེ་སན་ཅི་ཞིག་ཡོད་པ། དེ་བཞིན་སོ་
སོའི་བྱ་སྤྱོད་ལ་འབྱུང་སྤྱོད་པའི་མཚུག་འབྲས་ཅི་ཞིག་ཡོད་པ་སོགས་སོ་སོར་འབྱེད་པའི་རྣམ་དཔྱད་བརྟགས་ཆོ།
ང་ཚོ་ནི་དུང་འགོ་དང་ཁྱད་པར་མེད། རྒྱ་མཚན་དེའི་ཕྱིར་ཉོན་མོངས་ཀྱི་དབང་དུ་སོང་ན། རང་གིས་བྱེད་མི་
བྱུང་པར་སེམས་པའང་ང་ཚོས་བྱེད་བྱུང་པ་ནི་ཡ་མཚན་དགོས་པ་ཞིག་མིན།

རྣམ་དཔྱད་འཛམས་པར་བྱེད་པ་འདིས་ཉོན་མོངས་པའི་ཚྭ་ལ་བ་གཞན་ཞིག་མཚན་པ་དང་། ཉོན་
མོངས་པའི་སེམས་བྱུང་གིས་ང་ཚོར་བསྟུ་བྱེད་གཏོང་བ་དང་། དེ་ཚོས་ང་ཚོར་ཡོད་ཆོས་ཀྱི་བདེ་བ་ཞིག་སྤྱོད་པར་
སྤང་ཡང་། དོན་དངོས་སུ་ང་ཚོར་བདེ་བ་སྤྱོད་ཀྱི་མེད། ཉོན་མོངས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡིན་པའི་སྤྱང་ཚོར་ནི་སྟོབས་
པ་དང་རྣམ་ཤུགས་ཀྱི་ངོ་བོ་ལ་བརྟུན་ནས་ང་ཚོར་ཡོད་གི་ཡོད་ཀྱང་། དེ་ནི་མཐར་གཏུགས་ན་ཡོང་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་
ཞིང་། དེའི་དབང་ཤུགས་འོག་བྱུང་བའི་ཐག་གཅོད་ནི་རྒྱུ་དུ་འགྱུར་གསུང་གི་གཞི་ཅ་འགྱུར་བ་དང་། དོན་
དངོས་སུ་ཁོང་ཁྱོད་ཀྱི་སྟོབས་ཤུགས་ལས་ཉམ་ཆུང་གི་རྟགས་ཤིག་ཡིན་ཏེ། ཚྱོད་སྤོང་སྟུག་ཏུ་སོང་ནས་མི་
གཅིག་གིས་སྟེགས་མ་བྱེད་པ་འགོ་བཙུགས་ན། དེ་ནི་སོ་སོའི་དམ་བཅའ་ལ་པམ་ཉེས་འབྱུང་གི་ཡོད་པའི་རྟགས་
ཤིག་ཡིན་པའི་ཉམས་སྦྱང་ང་ཚོ་པ་ལ་ཆེ་བར་ཐོབ་ཡོད། སྤོང་སྟོབས་དང་གདེང་སྟོབས་བསྐྱེད་པར་ང་ཚོར་ཁོང་ཁྱོད་
མི་དགོས་ཤིང་། ང་ཚོས་གཤམ་དུ་མཐོང་བ་ལྟར། ཚོར་ཤུགས་དེ་དག་ནི་ཐབས་ལམ་གཞན་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱོད་
སྤོང་བྱེད་ཆོག།

ཉོན་མོངས་ལ་ད་དུང་དཔྱད་ཤེས་དང་བཅས་པའི་ཆ་ཞིག་ཡོད་པ་དེའི་དབང་གིས་ཕྱིར་སྤང་ཚུལ་ནི། རྟག་
ཏུ་ཡུལ་གྱི་དངོས་ཡོད་གནས་ལུགས་དང་མཐུན་པའི་འབྲུལ་སྤང་འབྱུང་གི་ཡོད། ང་ཚོ་ཁོང་ཁྱོད་ལ་བཀའ་ཞུས་
ལང་སྐབས། ཡིད་ལ་མི་འཐད་པའི་གཞན་གྱི་ཁྱད་ཆོས་ནི་རྟག་བརྟན་ཞིག་ཏུ་སྤང་བའི་སྒོ་ནས་རང་གཞན་གྱི་
འབྲེལ་བ་དེ་བྱུང་གི་ཡོད། སྤང་བར་མི་འགོ་བའི་མི་ནི་མགོ་བའི་སྤྱི་གཅིག་ནས་རྒྱུང་པའི་མཐེལ་བར་དུ་སྒྲིལ་ཕྱན་
ཞིག་ཏུ་མཐོང་བ་དང་། མི་དེའང་རང་དང་འདྲ་བར་བདེ་བ་འདྲོད་ཅིང་སྟུག་བསྐྱེད་མི་འདྲོད་པའི་འདུན་པ་
ཕྱན་ཞིང་། སྟུག་བསྐྱེད་སྤྱོང་བཞིན་པའི་འགོ་བ་མི་ཞིག་ཡིན་པ་ང་ཚོས་བརྟེན་འགོ་ཡང་། ཁོང་ཁྱོད་ཀྱིས་ཤུགས་
མར་ཉམས་ན། མི་དེ་ནི་རང་གི་རྒྱུན་ཕྱན་གྱི་ཚོར་བའི་མི་ཡོང་ངོར་དེ་འདྲའི་ངན་པ་ཞིག་ཏུ་སྤང་གི་མེད། འདི་
ནི་མི་ཞིག་ལ་དུང་བ་མང་དུགས་ནའང་གཅིག་མཚུངས་སུ་འབྱུང་སྟེ། དུང་སའི་མི་དེ་ནི་སྟུགས་ཡོངས་ནས་ཡིད་
ལ་འཐད་པར་སྤང་གི་ཡོད་ཀྱང་། ཉོན་མོངས་པའི་དུང་བ་དེའི་དབང་ཤུགས་ཉམས་ན། མི་དེའང་དེ་འདྲའི་ཡོན་
ཏན་ཀྱན་ཚང་ཞིག་ཏུ་ང་ཚོར་སྤང་གི་མེད། ང་ཚོའི་ཚོར་འདུན་ཤུགས་དུག་པོར་བསྐྱངས་པའི་ཆོ་ན། སྟུག་སྟུགས་
ཀྱི་མཐའ་ལ་སྤང་བའི་ཉེན་ཁ་ཆེ་སྟེ། སྤང་ཡུལ་དུ་བྱུང་བའི་མི་ནི་གཅིག་ཁོ་ན་ཡིན་ཡང་། སྟུན་མཐོང་ཆེན་དང་
དད་ཀྱས་བྱེད་སའི་མི་ད་ལྟ་ཞེས་དང་མཐོང་ཆུང་གི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་གནས་སྟངས་མང་པོ་ཡོད།

ཉོན་མོངས་ནི་བཀོལ་སྤྱོད་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ཞིག་ཀྱང་མིན་ལ། ང་ཚོ་དེའི་དབང་དུ་འགོ་བ་ཅི་ཅམ་མང་ན།
ང་ཚོས་དེ་ཅམ་གྱིས་བྱམས་པ་དང་སྟོང་རྩེ་རྩེ་བུའི་སྒོ་ཡི་ཡོན་ཏན་རྣམས་གོང་འཕེལ་དུ་གཏོང་མི་བྱུང་པར་མ་
ཟད། སོ་སོའི་དཀའ་རྟོག་རྣམས་སེལ་བའི་རྣམ་པའང་དེ་ཅམ་གྱིས་རྩེ་ཞན་དུ་འགོ་དངས་ཡིན། དོན་དངོས་སུ་

བཟོད་ན། ཟང་ཟེང་གི་རྟོག་པ་དང་མྱོང་ཚར་ནི་རང་གཞན་གང་ལའང་ཕན་ཐོགས་པའི་སྐབས་ཤིག་མེད་པ་
དང་། ང་ཚོ་ཁོང་ཁྱོད་ཅི་ཙམ་ཆེན་དེ་ཙམ་གྱིས་མི་མང་པོ་ང་ཚོ་ལ་གཡོལ་ཁིང་། ང་ཚོར་དོགས་ཟོན་ཅི་ཙམ་ཆེན།
དེ་ཙམ་གྱིས་ང་ཚོ་མི་གཞན་དང་འབྲེལ་ཐག་རིང་དུ་སོང་ནས་ཁེར་རྒྱུ་དུ་སྟག་ཅིང་། ང་ཚོ་ཆགས་ཞེན་ཅི་ཙམ་
ཆེན། དེ་ཙམ་གྱིས་ང་ཚོས་གཞན་དང་འབྲེལ་བ་ལེགས་པོ་ཞིག་འཇུགས་མི་ཐུབ་པར་རང་ཉིད་ཁེར་རྒྱུ་དུ་སྟག་
གི་ཡོད། འདྲོད་ཆགས་དང་ཞེན་ལོག་རྩམ་སེམས་དང་ང་རྒྱལ་གྱི་ཉམ་སེམས་ལྟ་བུའི་ཉོན་མོངས་རགས་པས་གཙོ་
བོར་ཁ་ལོ་བསྐྱར་པའི་མི་ཚོའི་བྱ་སྤྱོད་ལ་སེམས་དང་། མི་འདྲི་ལྟ་བུ་ཞིག་སྟོབས་འབྱོར་མངའ་ཐང་དར་ནས་ལོ་
རྒྱས་ཀྱི་ནང་དུ་འགོད་སྤྱོད་ཀྱང་། ཤི་བའི་རྩེས་སུ་སྟོབས་འབྱོར་མངའ་ཐང་དེ་ཡང་ཚོགས་སྟངས་ཞིག་ལས་ཅི་ཡང་
མིན་ཏེ། མི་འདྲིའི་རིགས་ཀྱིས་མཛད་རྩེས་ཅི་ཞིག་བཞག་ཡོད་དམ།

ཉོན་མོངས་པའི་སྒོ་བཀོལ་སྤྱོད་མེད་པ་ནི། ཁོང་ཁྱོད་ལང་བའི་སྐབས་སུ་གསལ་པོ་ཡིན་པ་ཞིག་གཞན་གང་
དུའང་མ་མཆིས། ང་ཚོ་ཁོང་ཁྱོད་ལང་སྐབས་སྟོང་རྩེ་དང་། བྱམས་པ། བཟོད་པ། ངང་རྒྱུད་རིང་བ། དགོངས་
ཡངས། སྤྱོན་གཏོང་གི་སྒོ་སོགས་མར་ཉམས་ཤིང་། ཁོང་ཁྱོད་ཀྱི་རྩན་པས་ང་ཚོས་བདེ་བའི་བྲུབ་ཆར་གྱུར་པའི་སྒོའི་
ཡོན་ཏན་དེ་རྣམས་འཛོམས་ཀྱི་ཡོད། ཁོང་ཁྱོད་ཀྱི་ང་ཚོའི་རྣམ་དབྱེད་ལ་གཏོར་བསྐྱོད་བྱེད་པ་གཅིག་ལྟ་མ་ཡིན་པར།
ཞེ་སྤང་དང་བརྟུང་སེམས། བྱུང་གསོད་དང་ཁོ་གཏུམ་སོགས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་དུའང་ཐད་ཀར་འགོ་བ་དང་། སྒོ་འདྲི་
དག་ནི་རང་གཞན་གཉིས་ཀར་འཆོ་བའི་བྱ་སྤྱོད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་ཡིན་པས་ཉག་ཏུ་མི་དགེ་བ་ཞིག་ཡིན། ད་དུང་ཁོང་
ཁྱོད་སྟག་བསྐྱུ་བསྐྱེད་ནས་ངོ་གཞོང་གི་ན་བྱག་བསྐྱུན་ཀྱི་ཡོད། དཔེར་ན། ངོས་ཀྱིས་རྒྱ་ཚོད་ལ་བཟོ་བཅོས་བྱེད་
པར་རྒྱ་དུ་དགའ་མོས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། བྱིས་པ་ཡིན་དུས་རྒྱ་ཚོད་ཀྱི་ཆ་ཤས་ལྟ་མོ་རྣམས་གཏོར་བསྐྱེགས་
བྱེད་སྐབས། མཚམས་རེར་རང་གི་བཟོད་བསྐྱར་བསྐྱེད་ནས་རྒྱ་ཚོད་ཀྱི་པོ་མཐུན་འཛོག་གི་སྟེང་དུ་བཅད་སྐབས་
མྱོང་། འོན་ཀྱང་། བྱིས་སུ་ངོས་ལ་འགྱོད་སེམས་སྐྱེས་པ་དང་། སྟག་ཏུ་ཐེངས་གཅིག་ལ་རྒྱ་ཚོད་དེ་ལྟར་ལས་ཀྱང་
སྟག་ཏུ་བཏང་ནས་བདག་པོ་ལ་སྤྱོད་དགོས་བྱུང་སྐབས། རང་གི་སྤྱོད་པ་ལ་ངོ་གཞོང་ཆེན་པོ་སྐྱེས་བྱུང་།

རྒྱུང་འདྲི་ནི་རང་ངོས་ནས་ཆོ་མེད་ཅིག་ཡིན་ཅུང་། འདྲིས་ཕྱིའི་དངོས་པོ་སྟེ། ཁ་ཟས་བཟང་པོ་དང་།
ནང་ཆས་སྟུས་ལེགས། བརྟན་འཕྲིན་འཕུལ་ཆས་སོགས་འབེལ་པོ་ཡོད་ཀྱང་། ང་ཚོ་ཁོང་ཁྱོད་ལང་སྐབས་རང་གི་
སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་ཉམས་འགོ་བ་སྟོན་ཀྱི་ཡོད། ཁོང་ཁྱོད་འོག་ཏུ་ང་ཚོས་ཞོགས་ཟས་ཀྱང་ཉམས་ལ་འབབ་པ་ཞིག་
ཟ་མི་ཐུབ་པ་དང་། ཁོང་ཁྱོད་ལང་བ་ནི་རང་གི་གཏན་འཇགས་ཀྱི་གོམས་གཤིས་ཤིག་ཏུ་གྱུར་ན། ཤེས་བྱ་ཡོན་ཏན་
དང་། སྟོབས་འབྱོར་མངའ་ཐང་རི་ལྟར་ཆེ་ཅུང་། མི་གཞན་ཚོས་ང་ཚོར་གཡོལ་གཟུར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། མི་ཚོས་ཁོ་ནི་
ཉ་ཅང་གྱུང་པོ་ཞིག་རེད་མོད། བྱེད་ཀྱིས་ཤེས་གསལ་ལྟར། ཁོ་ནི་ཁོང་ཁྱོད་ལང་ཚོགས་ཆེན་པོ་ཅེས་བཟོད་ནས་རང་
གི་ཉེ་གསལ་དུ་མི་འོང་བ་དང་། ཡང་ན། ཁོ་མོ་ལ་འཛོན་ཐང་ཉ་ལས་པའི་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་། མི་ནི་རྒྱུང་ལང་
ཚོགས་ཆེན་ཅིག་ཡིན་ཟེར། ང་ཚོས་དོགས་ཟོན་བྱས་ན་ལེགས་ཞེས་བཟོད་ཀྱི་རེད། ང་ཚོས་ཁོང་ཁྱོད་ཆེ་བའི་མི་ལ་
དོགས་ཟོན་དང་གཟབ་ནན་བྱེད་པ་ནི། རྒྱུན་དུ་གཏོང་ལ་ཁོ་གཉེར་གོན་ཁིང་ཁ་ནས་མཆེ་བ་གཅིགས་པའི་བྱི་ལ་
རི་ལྟར་བྱེད་པ་དང་གཅིག་མཚུངས་ཤིག་ཡིན་ཁིང་། མི་འདྲིའི་རིགས་ཀྱི་ཁོང་ཁྱོད་ཕྱིགས་མོ་ཁྱུར་བ་ལས་ང་ཚོས་
ཁོ་ཚོ་རང་གི་གོགས་གསལ་ནས་སྤྱད་ཀྱི་ཡོད།

འཇིགས་སྤང་ལྟ་བུའི་ཚོར་བ་སྟེ་སྐབས། རྣམ་རྟོག་བརྒྱུད་ནས་ཤུགས་ཚད་ཆེ་ཅུ་སོང་བའི་མྱོང་ཚར་དང་
ཐ་དད་པའི་ཚོར་བ་ཤུགས་དྲག་པོ་ཞིག་གི་ངོ་བོ་ནས་མྱོང་ཁིང་། རྩན་པ་ཡིན་པའི་ཁོང་ཁྱོད་འཇིགས་ཤིག་ཡོད་པ་

ངོས་ཀྱིས་ཁས་ལེན་གྱི་ཡོད། ཁོང་ཁྱོད་རིགས་འདི་ལ་དགེ་མཚན་ཆེ་བའི་མཁུག་འབྲས་ཡོད་ཚོགས་པ་དང་ཆོའི་སྒོ་
ངོར་འཆར་བྱུང་བ་དང་། གང་ཞིག་དང་བདེན་མིན་པ་མཐོང་བས་ཁོང་ཁྱོད་ལངས་ནས་གཞན་སེམས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་
སྟོན་མིང་དེ། སང་ལམ་དུ་མི་ཞིག་ལ་གཞན་གྱིས་དྲུང་དེག་བྱས་ན། དེའི་རིགས་སྤྱོད་དུ་འགོ་བར་སྐྱལ་སྒོང་བྱེད་
པའི་ཁོང་ཁྱོད་ཀྱི་དགེ་བ་ཞིག་ཏུ་བསམ་ཚོགས་འོན་ཀྱང་། ཁོང་ཁྱོད་འདི་ནི་དྲུང་བདེན་མིན་པ་དྲུང་བདེན་དུ་བསྒྱུར་
པའི་ཚད་ལས་འགོངས་པ་དང་། ཡང་ན་སྒྲེར་དོན་ཞིག་ཏུ་བསྒྱུར་ནས་བརྟུན་སེམས་དང་འཁོན་འཛིན་གྱི་ངོ་བོར་
འགྱུར་བའི་ཉེན་ཁ་ཆེ། ང་ཚོས་མི་དགེ་བའི་ལས་ཤིག་བྱེད་སྐབས། དགེ་བ་མིན་པའི་ལས་དེ་དང་། རང་ཉིད་ཀྱི་
བར་ལ་ཁྱད་པར་འབྱེད་པའི་རྣམས་པ་དང་ཚོར་ཡོད་ཅུང་། གཞན་གྱིས་བྱས་པའི་ལས་ཤིག་ཡིན་ན། ང་ཚོས་བྱ་བ་
དང་བྱེད་པ་པོ་གཉིས་ཀྱི་བར་ལ་ཁྱད་པར་རྒྱན་དུ་འབྱེད་མི་བྱུང་། འདིས་ཐ་ན་རྒྱ་མཚན་ཡོད་པ་མངོན་གསལ་
ཡིན་པའི་ཁོང་ཁྱོད་ལའང་ང་ཚོས་ཡིད་ལྟོན་བྱེད་མི་ཅུང་བསྟོན་གྱི་ཡོད།

ཁོང་ཁྱོད་ནི་ཡེ་ནས་བཀོལ་སྤྱོད་མེད་པའི་མྱོང་ཚོར་ཞིག་རེད་ཅེས་བརྗོད་ན་ཚད་ལས་བརྒྱལ་བའི་སྐད་ཆ་
ཞིག་ཏུ་མཐོང་ན། ཁོང་ཁྱོད་ཀྱི་བདེ་བ་སྐྱུན་བྱུང་གྱི་རེད་ཅེས་སུ་ཞིག་གིས་བརྗོད་ཡོད་དམ། སུ་ཞིག་གིས་ཀྱང་དེ་
ལྟར་བརྗོད་མེད་པ་དང་། སྤུངས་པ་སུ་ཞིག་གིས་ནད་གང་ཅུང་ཞིག་གི་བཅོས་ཐབས་སུ་ཁོང་ཁྱོད་སྟོན་གྱི་ཡོད་དམ།
དེ་ལྟར་སྟོན་པའི་སྤུངས་པ་ཞིག་ཡོད་མི་མེད། ཁོང་ཁྱོད་ང་ཚོར་གཞོན་འཆོལ་ན་བྱེད་ཅིང་། ཁོང་ཁྱོད་ལ་རང་ཉིད་
ལེགས་པར་སྟོན་པའི་ཁྱད་ཚོས་ཅི་ཡང་མེད། ང་ཚོ་ཁོང་ཁྱོད་ལ་བའི་ཆེན་རང་ཉིད་སྤྱོད་པོ་ཡོད་དམ། སོ་སའི་སྒོ་
མར་འཇགས་ཤིང་ལུས་པོ་ཞི་སྟོང་ཡིན་ནམ། ཡང་ན། ཁོང་ཁྱོད་སྐབས་སུ་སེམས་མ་ཞི་བ་དང་འབྱུང་བཞི་ཆ་
མཉམ་དུ་གནས་མེད་པའི་ཚོར་བ་ཞིག་འབྱུང་གི་ཡོད་དམ། གྲོག་པ་པོ་ཚོས་སོ་སོ་ལ་དྲི་བ་འདི་དག་འདྲི་རོགས།

གལ་ཏེ་ང་ཚོས་རང་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་དང་། དེར་བརྟེན་པའི་བདེ་བ་གཉིས་རྒྱན་འཁྱོངས་བྱེད་དགོས་ན།
རང་ཉིད་ཀྱི་མི་དགེ་བའི་རྟོག་པ་དང་མྱོང་ཚོར་ལ་ལྟ་སྟངས་སྤྱགས་སུ་མ་ལྟང་ཞིང་དཔྱད་ཤིང་ཤིས་དང་ལུན་པ་ཞིག་
འཛིན་དགོས་པ་མ་ཟད། ངན་སྤྱགས་ནས་དེ་ཚོར་ཡ་ལན་སྒྲེར་བར་བཀག་སྟོམ་བྱེད་པའི་གོམས་འདྲིས་བརྟན་པོ་
ཞིག་ཀྱང་སྤྱོད་མིང་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད། ང་ཚོས་དགེ་སྤྱོད་དང་མི་མཐུན་པའི་བྱ་སྤྱོད་སྟོན་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་ནི་མི་དགེ་
བའི་རྟོག་པ་དང་མྱོང་ཚོར་ཡིན་ཞིང་། ད་དུང་ཉོན་མོངས་པའི་རྟོག་པ་དང་མྱོང་ཚོར་ནི་རང་གི་སྤྱག་བསྐལ་གྱི་
འབྱུང་ཁུངས་ཏེ། ཞེ་སུན་དང་མགོ་རྟོག་སེམས་ཁྲལ། དངངས་སྐྱག་རང་གི་སྤྱབས་པ་འཛོམས་པའི་རང་མཐོང་
ཉམས་པ་སོགས་ཀྱི་གཞི་ཡིན། དེ་བས་ན་ང་ཚོས་ཉོན་མོངས་པའི་སེམས་བྱུང་བཀག་སྟོམ་བྱེད་མ་བྱུང་ན། ང་ཚོ་
ནི་རྟོག་ཏུ་སེམས་དང་ཡོད་མ་བདེ་བའི་གནས་སྟངས་ནང་སྤྱག་རྒྱ་ཡིན་ཞིང་། སེམས་ལ་ཞི་བདེ་ཞིག་ཡོངས་
ཐབས་མེད་པ་དང་། བདེ་བའི་ཚབ་ཏུ་སེམས་ཁྲལ་ཡོང་ལ། དངངས་སྐྱག་དང་སྐྱེ་ཞུ་ནི་གི་མ་བཞིན་རང་གི་
ཉེ་གམ་དུ་གནས་རྒྱ་རེད།

ང་ཚོས་དྲག་སྤྱོད་དང་། ཐ་ན་སྟོག་གཅོད་པའི་ལས་ལའང་རང་ཉིད་སྤྱོད་པའི་ཞེ་སྤང་དག་པོའི་ཚོར་བ་
མར་མནན་ན་འགྲིག་ཀྱང་། མྱོང་ཚོར་བཀག་སྟོམ་དང་སྒོ་ལ་སྟངས་འཛིན་བྱས་ན། ང་ཚོ་ནི་སོ་སའི་རང་དབང་
འཚོར་བའི་ཉེན་ཁའི་གནས་སུ་ལྷུང་འགོ་བར་བསམ་མཐན་ཡོད་མིང་། དོན་དངོས་སུ་བརྗོད་ན། དངོས་ཡོད་
གནས་ལུགས་ནི་དེའི་སྟོག་སྒྲ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། ཁོང་ཁྱོད་དང་ཉོན་མོངས་པའི་མྱོང་ཚོར་ནི། རང་གི་གཉེན་པོ་བྱམས་
སྤོང་རྗེ་དང་འདྲ་བར་ནམ་ཡང་བེད་སྤྱད་ནས་རྟོགས་མཐའ་ཞིག་མེད་ལ། དབྱར་ཁར་ཁ་བ་ཞི་ནས་ཆུའི་འབབ་
རྒྱན་ཆེ་ཅུ་སོང་བའི་ཆུ་བོ་ཞིག་དང་མཚུངས་པར། མི་དགེ་བའི་མྱོང་ཚོར་ལ་ཆེ་ཅུ་འགོ་བའི་སྤྱབས་སྤྱགས་ཀྱི་

འབེལ་སྤྱོད་ཤིག་ཡོད་ལྟར་ཤིང་། དེ་ཚེ་དབང་ཤུགས་འོག་དེ་ཚེ་རང་དབང་ཡོད་པ་ཕར་ཞོག་ཐ་ན་སོ་སོའི་སྒོ་
ཡང་བྱ་ཁོལ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ནས་ཅི་བྱ་གཏོལ་བཤམ་ཆགས་སྐྱེ་རྒྱུ་རེད། ང་ཚོས་རང་གི་མི་དགེ་བའི་སེམས་བྱང་ལ་གང་
འདོད་དུ་ལངས་སུ་སྤྱོད་སྐབས། ང་ཚོས་དེ་དག་ལ་འགོག་ཐབས་མེད་པར་གོམས་འདྲིས་བྱེད་པ་དང་། འདིའི་
མཐུག་འབྲས་སུ་རང་རྒྱུད་ལ་ཉོན་མོངས་སྐྱེ་བ་རྗེས་ཡིན་ཞིང་། འདི་ལྟར་ང་ཚོ་ཉོན་མོངས་པ་དེ་ཚེ་དབང་
ཤུགས་འོག་རིམ་གྱིས་ཚུད་ཀྱི་ཡོད། སུན་པོ་བྱེད་པའི་གནས་སྤངས་ཆེ་ཆུང་གང་གི་ནང་དུ་འདྲུང་། ཁོང་ཁྱོ་སོགས་
ཀྱིས་ང་ཚོ་སྤྱོད་པར་བྱེད་པའི་གོམས་གཤེས་ཤིག་དེ་ལྟར་འཇགས་སྐྱེ་རྒྱུ་རེད།

བདེ་བའི་ཁྱད་ཆོས་གཙོ་བོ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་པའི་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་དང་ཁོང་ཁྱོ་གཉིས་ནི། ཕན་ཚུན་ཉམ་
དམས་སུ་མ་བཟང་བར་ལྷན་དུ་གནས་ཐབས་ཤིག་མེད་པ་དང་། མི་དགེ་བའི་རྟོག་པ་དང་སྤྱོད་ཆོར་གྱིས་ཞི་བདེ་
དང་བདེ་སྤྱོད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་རྣམས་ཉམ་དམས་སུ་གཏོང་གི་ཡོད། ང་ཚོས་བསམ་སྒྲོ་ཞིབ་ཏུ་བཟང་ན། ཁོང་ཁྱོ་དང་
ངན་སེམས་སོགས་ཀྱི་དབང་དུ་སོང་བའི་རྟོག་པ་དང་སྤྱོད་ཆོར་ལ་སྤངས་འཛིན་ཅི་ཡང་མ་བྱས་པར་བདེ་སྤྱོད་
འཛོལ་སྤྱོད་བྱེད་པ་ནི་རིགས་པ་དང་འགལ་བ་ཞིག་ཡིན། ང་ཚོ་ཁོང་ཁྱོ་ལངས་ནས་མཚམས་རེར་ཆོག་རྩལ་བཀོལ་
བར་སོམས་དང་། ཆོག་རྩལ་གྱིས་མཛའ་བཤེས་ལ་གཏོར་བཞག་བྱེད་ཅིང་། བདེ་སྤྱོད་ནི་གཞན་དང་མཛའ་
འབྲེལ་གྱི་རྒྱལ་སྤྱོད་ཤིག་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་གི་ཡོད་པས། གལ་ཏེ་མཛའ་འབྲེལ་ལ་གཏོར་བཞག་བྱས་ན།
བདེ་སྤྱོད་ཀྱི་ཅ་བའི་རྒྱ་རྒྱུན་ཞིག་ཀྱང་ཉམ་དམས་སུ་གཏོང་གི་ཡོད།

ཁོང་ཁྱོ་གཙོས་པའི་མི་དགེ་བའི་རྟོག་པ་དང་སྤྱོད་ཆོར་རྣམས་ལ་བཀག་སྡོམ་བྱེད་དགོས་པར་བརྟེན་པ་
ནི། ང་ཚོས་སོ་སོའི་ཆོར་བ་རྣམས་ངོས་ལེན་བྱེད་མི་དགོས་པའི་དོན་ཞིག་མིན་ཞིང་། ངོས་ལེན་དང་བཀག་སྡོམ་
བར་ལ་ཁྱད་པར་གཤམ་ཆེན་ཞིག་འབྱེད་དགོས། ཕྱི་མས་དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཁེ་ཕན་ཡོད་པར་རྟོགས་ནས་རང་ཤུགས་
ཀྱིས་དང་དུ་ལངས་པའི་སྤྱོད་ཁྲིམས་ཤིག་མཚོན་ཞིང་། འདི་ནི་གཞན་གྱིས་ཅི་བསམ་པར་སྒྲག་པ་དང་། ཡང་ན་
རང་ཉིད་སྤངས་འཛིན་གྱི་རྣམ་པ་ཞིག་སྟོན་དགོས་པའི་ཆོར་སྤང་འོག་མི་ཞིག་གིས་རང་གི་ཁོང་ཁྱོ་ལྟའི་སྤྱོད་
ཆོར་མར་གཞོན་པ་དང་ཁྱད་པར་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད། ང་ཚོས་སྤྱོད་ཁྲིམས་ཤིག་གི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་ཅན་སྤང་གི་
མེད། དེ་ལས་སྤྱོད་སྤྱོད། ངོས་ལེན་མི་བྱེད་པའི་སྤྱོད་པ་ནི་ད་དུང་རྣལ་ཡོད་པའི་མ་ཁ་ཞིག་གི་ཁ་བྱམ་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་
ལ། བཅན་གཞོན་བྱས་ཏེ་ངོས་ལེན་མ་བྱས་ན། ཁོང་ཁྱོ་དང་འཁོན་འཛིན་སོགས་རང་གི་སེམས་གཏོང་དུ་གསོག་
འཛིན་བྱེད་པའི་ཉེན་ཁ་ཡོད། འདི་ལ་དཀའ་ལྷོག་ཅིག་ཡོད་པ་ནི། འབྱུང་འཁྱུར་གྱི་ཉོན་ཞིག་ལ་བཅན་གཞོན་
བྱས་པའི་ཆོར་བ་དེ་དག་མ་ཁོག་པར་བྱེད་འཁྱུར་ཡོང་བ་འདི་ཡིན།

ཆོག་གཞན་ཞིག་གིས་བརྟེན་ན། ཕྱིར་བྱུང་ནས་སྟོན་དགོས་པ་གཤམ་ཆེན་དང་འོས་འཚམ་ཡིན་པའི་
བསམ་སྒྲོ་དང་ཆོར་བ་ཡོད་པར་མ་ཟད། མི་དགེ་བའི་རྟོག་པ་དང་སྤྱོད་ཆོར་ཡང་ཡོད། ང་ཚོས་རང་གི་ཁོང་ཁྱོ་
སྤངས་ནས་རྣམ་རྟོག་གི་ཤུགས་རྒྱུན་ལ་བརྟེན་ནས་འཁོན་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལས། ཁོང་ཁྱོ་ལངས་སའི་ཡུལ་ལ་ཐད་
ཀར་གདོང་དང་གདོང་བཟང་ན་ལེགས་མེད་ཀྱང་། ཕྱིར་དབྱུང་དགོས་པ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་ང་ཚོས་རང་གི་
མི་དགེ་བའི་རྟོག་པ་དང་སྤྱོད་ཆོར་ལ་ཁྱད་པར་མ་བྱས་པར་གང་འདོད་དུ་ཕྱིར་བྱུང་ན། ང་ཚོས་རང་ཉིད་ལ་ཆོད་
འཛིན་བྱེད་མ་ཐུབ་པར་ཆོད་བཞག་གྱི་བྱ་སྤྱོད་སྟོན་པའི་ཉེན་ཁ་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ནི། གོང་དུ་དངས་པའི་རྒྱ་མཚན་
རྣམས་ཀྱི་ངོས་ནས་མཐོང་ཐུབ། དེ་ལྟར་བསམ་ན་ཆོར་བ་ཅི་ཞིག་ཕྱིར་འབྱེན་དགོས་པ་དང་། རྗེས་འབྱེན་དགོས་
པ་བཅས་ཀྱི་ཐད་ལ་སོ་སོར་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་ལྷན་པར་བྱེད་པ་ནི་གཤམ་ཆེན་ཞིག་ཡིན།

ངོས་ཀྱི་གོ་རྟོགས་ལ་གཞིགས་ན། བདེ་བ་ངོ་མ་ནི་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེའི་རང་བཞིན་ཅན་ཞིག་ཡིན་ཞིང་།
རང་གཞན་གྱི་འབྲེལ་བའི་རྒྱལ་ཚུངས་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་གི་ཡོད་པས། བདེ་བ་དེ་ནི་ང་ཚོའི་དགེ་སྤྱོད་ལ་
བརྟེན་པ་ཞིག་ཡིན། ང་ཚོའི་དགེ་སྤྱོད་དེའང་གཞན་གྱི་བདེ་སྤྱོད་དང་དུ་མཁས་པའི་བྱ་སྤྱོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་བྱུང་
ཡོད་པ་དང་། རྟེན་རྗེ་ལྷ་བྱས་ཀྱི་ནས་བསྐྱངས་པའི་བྱ་སྤྱོད་ལྟོན་པར་འགོག་རྒྱུ་བྱེད་མཁན་ནི་ཉོན་མོངས་པ་
ཡིན། དེ་བས་ན་བདེ་བ་འདོད་ཀྱི་ཡོད་ན། ང་ཚོས་མི་དགེ་བའི་རྟོག་པ་དང་སྤྱོད་ཚུངས་ལ་བྱིན་པའི་རང་གི་ཡ་
ལན་ལ་སྤངས་འཛིན་བྱེད་དགོས་ཤིང་། འདི་ནི་གང་འདོད་རྒྱ་ཡན་དུ་བཏང་བའི་སློ་སྟེ། མ་དུལ་བའི་སྐྱང་ཆེན་
དེ་འདུལ་དགོས་པར་བརྗོད་པའི་དོན་ཡིན། ཉོན་མོངས་ལ་བྱིན་པའི་རང་གི་ཡ་ལན་ལ་ཁ་ལོ་བསྐྱར་མ་ཐུབ་ན།
སོ་སོའི་བྱ་སྤྱོད་ནི་དགེ་སྤྱོད་དུ་མི་འགྱུར་བར་མ་ཟད། བྱ་སྤྱོད་དེས་བདེ་སྤྱོད་ཀྱི་རྒྱུ་ནམས་འཇིག་གི་ཡོད།
འདིར་ང་ཚོས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པའི་སྐད་ཆ་འཆད་ཀྱི་མེད་པ་དང་། དེ་མཚུངས་འཇིག་རྟེན་བཞོད་
པ་པོ་དང་ངོ་བོ་དབྱེར་མེད་དུ་གནས་རྒྱུ་སྐད་ཆ་འཆད་ཀྱི་མེད། སོ་སོའི་ཁེ་སན་དང་འབྱུང་འགྱུར་གྱི་བདེ་
བ་ནི། གཞན་ལ་དམ་པོར་འབྲེལ་ཡོད་པ་ང་ཚོས་ངོས་འཛིན་བྱས་ཏེ། ངོས་འཛིན་དེ་དང་མཐུན་པའི་བྱ་སྤྱོད་ལ་
འཇུག་པར་སློབ་པ་འདི་ཙམ་ང་ཚོས་སྤང་གི་ཡོད།

ལེའུ་བདུན་པ།
དགེ་བ་འཛེལ་སྒྲུབ་ཀྱི་བཟང་སྤྱོད།

ང་ཚོར་བདེ་བ་རྒྱལ་མ་ཞིག་འཕྱོང་དགོས་ན། ཉོན་མོངས་པའི་སེམས་དང་སེམས་བྱུང་བཀག་སྒྲུབ་
བྱེད་པ་ནི་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ཞིག་ཡིན་པ་ངོས་ཀྱིས་བསྟན་ཡོད། དེ་ལྟ་ནའང་། ང་ཚོས་བཀག་སྒྲུབ་བྱེད་པ་ཅམ་གྱི་
མཚམས་སུ་འཛིག་མི་རུང་ཞིང་། བཀག་སྒྲུབ་དེའི་རྒྱུ་ཀྱིས་མི་དགེ་བའི་བྱ་བ་ཆབས་ཆེན་མང་པོ་སྤངས་སྟབས་
ཀྱང་། སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་ལས་བྱུང་བའི་བདེ་བ་ཐོབ་པར་བཀག་སྒྲུབ་ཅམ་གྱིས་འདང་གི་མེད། ང་ཚོས་སོ་སོའི་
གོམས་གཤིས་དང་གཤིས་རྒྱུད་ལ་ལེགས་བཅས་བྱས་ནས་རང་གི་སྤྱོད་པ་སྟོང་རྗེ་ཅན་དུ་བསྒྱུར་བར། དགེ་བ་
འཛེལ་སྒྲུབ་ཀྱི་བཟང་སྤྱོད་ཅིས་བརྗོད་ན་ཆོག་པའི་རང་གི་སྤོའི་ཡོན་ཏན་གོང་སྤེལ་གྱི་ལས་དོན་ཞིག་ལ་གཞིལ་
དགོས། མི་དགེ་བའི་རྟོག་པ་དང་སྤྱང་ཚོར་ལ་སྤངས་འཛིན་བྱེད་པ་དང་ཆབས་ཅིག་ང་ཚོས་རང་གི་སྤོའི་ཡོན་
ཏན་རྣམས་གོང་འཕེལ་དང་། དེ་དག་གི་རྒྱས་ཤུགས་མཐོར་འདེགས་བྱེད་དགོས། དགེ་བ་ཡིན་པའི་སྤོའི་ཡོན་ཏན་
ནི་གང་དག་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། ཚོས་ཀྱི་རྩ་བའམ་འགྲོ་བ་མའི་རྩ་བའི་ཡོན་ཏན་དུ་གྱུར་པའི་བྱམས་པ་དང་། སྟོང་
རྗེ། བཟོད་པ། ཁེངས་སྒྱུང་། དགོངས་ཡངས། བཟོད་བསྟན་སོགས་ཡིན།

སྟོང་རྗེའི་རྗེས་སུ་སྤོའི་ཡོན་ཏན་འདི་དག་གི་ནང་ནས་གཙོ་བོ་ནི། བོད་སྐད་དུ་བཟོད་པ་ཟེར་བ་དེ་ཡིན་
ཞིང་། བཟོད་པ་ཞེས་པའི་དོན་སྤྱི་ནི་ཡོངས་ཁྱབ་ཀྱི་རང་བཞིན་ཞིག་ཡིན་ཡང་། སྟོང་རྗེ་དང་འདྲ་བར་འདི་ལ་
ཡང་སྐད་ཡིག་གཞན་དུ་བཀོལ་ཆོག་ཆོག་གི་སྐད་དོད་ཅིག་མི་འདུག རྒྱུ་དུ་བཟོད་པ་ནི་དབྱེན་ཡིག་གི་
‘patience’ ཞེས་པའི་ཆོག་ལ་བསྒྱུར་གྱི་ཡོད་ཀྱང་། ཆོག་འདིའི་ངོ་གདོང་གི་དོན་ནི་གང་ཞིག་ལ་གདོང་ལེན་བྱེད་
སྟབས་བའམ་བསྟན་སྟབས་པོ་བ་དང་། ད་དུང་བཟོད་པ་ཞེས་པའི་ཆོག་འདི་ལ་སེམས་ཐག་བཅད་པའི་དོན་
ཞིག་ཀྱང་ཡོད་ལྟར་མ། ང་ཚོ་འཚོ་བ་ཞིག་དང་འཕྲད་དུས་འབྱུང་གི་ཡོད་པའི་མི་དགེ་བའི་རྟོག་པ་དང་སྤྱང་ཚོར་
སོགས་ལ་བསམ་བཞིན་དུ་བྱིན་པའི་ཡ་ལན་ཞིག་ཤུགས་སུ་སྟོན་གྱི་ཡོད། བཟོད་པས་ང་ཚོར་སྟུག་བསྐལ་ལ་གདོང་
ལེན་བྱེད་པའི་རྒྱས་ཤུགས་མཐོར་འདོན་བྱེད་པར་མ་ཟད། ཐ་ན་རང་ལ་འཚོ་བ་བྱེད་མཁན་ཚོ་ཡང་སོ་སོའི་སྟོང་
རྗེའི་ཡུལ་ནས་མི་འདོར་བའི་ཚད་སེམས་ཤིག་ཀྱང་སྤྱིན་གྱི་ཡོད།

ངོས་ཀྱིས་འདིའི་དབེ་མཚན་དུ་མིང་ལ་སྟོ་ཕུན་ཟེར་བའི་རྣམ་རྒྱལ་གྱི་ཚང་ནས་ཡིན་པའི་གྲ་བ་ཞིག་དྲན་
གྱི་འདུག ཁོ་ནི་ངོས་རང་བོད་ནས་བྱོལ་དུ་ཡོང་རྗེས་བཅོན་འཇུག་པའི་དམག་དཔུང་གིས་བོད་གཞུང་གི་
ལས་སྡེ་དང་། གྲ་བཅུན་སྟོང་སྟུག་མང་པོ་བཅོན་དུ་བཅུག་པའི་ནང་གི་གཅིག་ཡིན་ཞིང་། བཅོན་གྲོལ་ཐོབ་རྗེས་
ཁོ་རང་རྒྱ་གར་དུ་ཡོང་ནས་བཅོན་གྲོལ་ནང་གསར་བཞེངས་བྱས་ཡོད་པའི་རྣམ་རྒྱལ་གྱི་ཚང་དུ་སྤྱོད་ཡང་ཞུགས་
ཡོད། ངོས་ཀྱིས་ཁོ་རང་མ་མཐོང་བར་ལོ་ངོ་ཉི་ཤུ་ལྷག་ཅིག་སོང་བ་དང་། ཁོ་ནི་རྩ་བའི་ཆ་ནས་ངོས་ཀྱིས་དྲན་པ་
རི་བཞིན་བསྟན་འདུག རྒྱུང་ཅམ་རྣམས་ཡོད་རུང་ལུས་པོའི་བདེ་ཐང་ལ་ཉམས་ཆག་ཅི་ཡང་བྱུང་མེད་པར་མ་ཟད།
བཅོན་གྱི་དཀའ་སྟུག་རིང་མོ་དེས་ཁོའི་སེམས་ཁམས་ལའང་གཞོན་སྟོན་ཅི་ཡང་བྱས་མེད་པ་དང་། ཁོའི་ཞི་ཞིང་
དུལ་བ་ཡིན་པའི་གཤིས་རྒྱུད་དེ་གནས་སྟུང་ཡོད། ང་ཚོའི་སྤྱིང་མོལ་ཁྲོད་ངོས་ཀྱིས་ཤིས་རྟོགས་བྱུང་བ་ལྟར་ན། ལོ་

མང་པོའི་བཅོན་འདུག་གི་རིང་དེར་ཁོས་མནར་གཅོད་ཚབས་ཆེན་འདྲ་མིན་ཐུངས་པ་དང་། བཅོན་པ་གཞན་
དག་དང་འདྲ་བར་ཁོ་ཡང་སློབ་གསོ་བཅས་བསྐྱར་གྱི་རྒྱུ་འཕྲོད་འོག་ཚུད་ནས། རང་གི་ཆོས་ལུགས་ལ་བཅོན་
སྒྲུལ་གྱིས་དགག་པ་རྒྱག་དགོས་བྱུང་བར་མ་ཟད། ཐེངས་མང་པོར་ཁོ་ལ་མནར་གཅོད་ཀྱང་བཏང་འདུག རོས་
ཀྱིས་ཁོ་ལ་འཇིགས་སྐྱག་སྐྱེས་སྤྱོད་ངམ་ཞེས་སྐད་ཆ་འདྲི་སྐབས། བཅོན་ལ་འདུག་མཁན་ཆོར་སྤེལ་རྒྱུ་དང་གཞན་
སེམས་སྒྲོམ་མི་ཐུབ་པའི་དུས་ཚོད་ཅིག་འཆར་བར་སྐྱེས་ནས་འཇིགས་སྐྱག་སྐྱེས་བྱུང་ཞེས་སྒྲོ་ཐུན་གྱིས་བརྗོད་སོང་།

སྐད་ཆ་འདིས་རོས་ལ་སེམས་འགུལ་ཐེབས་པར་མ་ཟད། གདོང་སློབས་ཤིག་ཀྱང་བསྐྱེད་སོང་། སྒྲོ་ཐུན་གྱི་
རྒྱུང་འདིས་རོས་ཀྱིས་རྟག་ཏུ་བབུང་བའི་ཡིད་ཆེས་ལ་བདེན་དཔང་ཞིག་བྱིན་ཡོད་པ་དང་། དེ་ཡང་དཀའ་ལྷག་
ལ་གདོང་ལེན་བྱེད་པའི་རུས་པ་ནི། མི་ཞིག་གི་འབྱུང་བཞི་ཐུབ་སྤངས་དང་། རིག་སྒྲོབས། སློབ་གསོ་ཚམ་མཁ། ཐ་
ན་སོ་སོའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཤུགས་སྐྱོན་སོགས་མ་ཡིན་པར། གཙོ་བོ་སོ་སོའི་ཆོས་ཀྱི་ཉམས་རྟོགས་ལས་འབྱུང་གི་ཡོད།
མི་ལག་ཅིག་ལ་མཆོན་ན། རང་གི་ཞེ་འདོད་ཀྱི་སྒྲོབས་ཤུགས་གཅིག་པུར་བརྟེན་ནས་དཀའ་ལྷག་འོག་གསོན་ཐུབ་
ནའང་། བཟོད་པའི་གནས་ཚད་མཐོ་བོ་ཞིག་ཡོད་མཁན་ཆོས་དཀའ་ལྷག་ཏུ་བྱེད་ཞིག་ལས་སྤྱོད་གི་མེད།

ཐེག་སེམས་དང་། གདོང་ལེན་བྱེད་པའི་སེམས་པ་ཞེས་པའི་ཆོག་འདི་གཉིས་ཀྱིས་བཟོད་པའི་རྩ་བའི་གོ་
དོན་ལ་བཤད་སྐྱབས་གང་འཆམ་ཞིག་བྱེད་ཐུབ་ཀྱང་། གང་ཟག་ཅིག་གིས་རང་གི་བཟོད་པ་གོང་འཕེལ་དུ་བཏང་
ན། རྟེན་ངན་དཀའ་ལྷག་གི་ཁྲོད་རང་ཚུགས་བརྟན་པ་དང་སེམས་རྣལ་དུ་གནས་པ། ད་དུང་ཆོས་ཀྱི་དམིགས་
འདུན་མཐོ་བོ་ཞིག་འཆོལ་སྟེག་གི་ནང་། དཀའ་ཚོགས་ལ་རང་ཤུགས་ཀྱིས་གདོང་ལེན་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད། ཆོས་ཀྱི་
འཆོལ་སྟེག་དེའི་ནང་དུ་བྱི་ནང་གི་བྱ་དངོས་རྣམས་ཀྱི་དངོས་ཡོད་གནས་ལུགས་ནི། བན་ཚུན་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་
བའི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་དྲ་བ་རྟོག་འཛིང་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་རོས་ནས་བྱུང་ཡོད་པ་མཐོང་བའི་གོ་རྟོགས་ཤིག་ཀྱང་འདུས་
ཡོད།

འདི་ལྟར་བཟོད་པ་ནི། འཆོ་མེད་ཞེ་བ་རྣལ་མ་ཉམས་ལེན་བྱེད་ཐབས་ཤིག་ཡིན་ཏེ། ང་ཆོར་ཁོང་ཁྱོད་སྤོང་
སྐབས། རང་གི་ལུས་པོས་ལ་ལན་སྤྱོད་པ་ལ་ཁ་ལོ་སྐྱར་བྱེད་ཀྱི་རུས་པ་བཟོད་པར་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བར་མ་ཟད།
རང་སྤོང་མི་དགེ་བའི་རྟོག་པ་དང་སྤོང་ཆོར་སྤོངས་ཐུབ་པའི་རུས་པའང་བཟོད་པར་བརྟེན་ནས་འབྱུང་གི་ཡོད།
ང་ཆོས་འཁོན་འཛིན་དང་འཁང་ར་བྱེད་བཞིན་མི་ཞིག་ལ་མགོ་སྐྱར་བ་ནི་བཟོད་པའི་ངོ་བོར་མི་འགྲོ་བ་དང་།
ལས་ཁུངས་སུ་རང་ལས་གོ་གནས་མཐོ་བའི་མི་ཞིག་གིས་རང་ལ་སུན་པོ་བྱེད་པར་མཆོན་ན། འཁོན་སེམས་ཤིག་
ཡོད་བཞིན་དུ་མི་དེར་བཙེ་བཀྱར་བྱས་ཆོ་བཟོད་པ་མིན། བཟོད་པའི་ངོ་བོ་ནི་སྒོ་ཐག་ཅད་ཆོད་ཀྱིས་སྐྱོན་ངན་ལ་
གདོང་ལེན་བྱེད་ཐུབ་པའི་ཐེག་སེམས་ཤིག་ཡིན་ཞིང་། ཆོག་གཞན་ཞིག་གིས་འབྲེལ་བརྗོད་བྱས་ན། བཟོད་པ་
སྒོམ་མཁན་གྱིས་རང་ཉིད་ནི་མི་དགེ་བ་ཡིན་པའི་རང་གི་སྤོང་གཡོ་འགུལ་ཏེ། ཁོང་ཁྱོད་དང་། ཞེ་ཐུང་། འཁོན་
སེམས་ལྟ་བུའི་ཉོན་མོངས་པའི་སྤོང་ཆོར་གྱི་དབང་དུ་མི་འགྲོ་བའི་སེམས་ཐག་བཅད་ནས་སོ་སོའི་ཕོག་ཐུག་གི་
ཆོར་བ་ལ་སྒྲོལ་བཞིན། འཆོ་བ་ལ་འཆོ་ལན་འཇལ་གྱི་མེད།

བཟོད་པའི་འབྲེལ་བཤད་འདིས་མཆོམས་རེར་ལ་ལན་བཅོན་པོ་ཞིག་སྟེར་བའི་དུས་ཤིག་ནས་ཡང་
མེད་པ་ཤུགས་སུ་སྟོན་པར་གོ་ན་མི་འགྲིག་པ་དང་། རོས་ཀྱིས་སྤོང་བཞིན་པའི་བཟོད་པའི་ཉམས་ལེན་འདིས་
གཞན་གྱིས་རང་ལ་ཅི་ཞིག་བྱས་ཀྱང་། ང་ཆོས་ངེས་པར་དུ་རོས་ལེན་བྱས་ནས་མགོ་སྐྱར་དགོས་པ་སྟོན་གྱི་མེད།
དེ་བཞིན་ང་ཆོ་འཆོ་བ་དང་འཕྲད་སྐབས་ཅི་ཡང་མ་བྱས་པར་སྤོང་དགོས་ཚུལ་ཡང་རོས་ཀྱིས་བརྗོད་གྱི་མེད།

བཟོད་པ་ནི་ཡ་ལན་ཅི་ཡང་མ་བྱིན་པ་ཞིག་ལ་གོ་ན་མི་འགྲིག་པ་དང་། དེ་ལས་ཐོག་ཟླེ། སར་སྐལ་བྱེད་ཐབས་
བཅན་པོ་ཞིག་བཀོལ་བ་ནི། བཟོད་པའི་ཉམས་ལེན་དང་མཐུན་པ་ཞིག་ཡིན་ཆོག་མི་ཚང་མའི་འཆོ་བའི་ནང་དུ་
ཆོག་བཅན་པོ་དང་། ཐ་ན་ལུས་པོའི་ཤིང་ཤུགས་ཀྱང་བཀོལ་དགོས་པའི་དུས་ཚོད་ཅིག་ཡོད། དེ་ལྟ་ནའང་།
བཟོད་པས་རང་སློ་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་དུ་འགྲོ་བ་མ་བཅུག་པར་ནང་སེམས་ཀྱི་རང་ཚུགས་སྤང་གི་ཡོད་ལྟམས།
གནས་དུས་དང་འཆོས་པའི་འཆོ་མེད་ཀྱི་ཡ་ལན་ཞིག་སྟེར་དགོས་མིན་ང་ཚོར་ཐག་གཅོད་བྱེད་པའི་རང་དབང་
ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད། འདི་ལ་བསམ་གཞིག་བྱས་ན། བཟོད་པ་ནི་སྤར་མའི་ངང་ཚུལ་གྱི་ཐོག་ཟླེ་ཡིན་པ་ང་ཚོས་
གསལ་པོར་མཐོང་བྱལ་ཅིང་། སྤར་མའི་ངང་ཚུལ་ནི་འཛིགས་སྤང་གི་འོག་ནས་ང་ཚོས་གདེང་ཚིག་ཡོད་ཆོད་
བཞག་སྐབས་འབྱུང་ཡང་། བཟོད་པ་ནི་ཐ་ན་ང་ཚོར་འཛིགས་སྤང་གིས་ཁེངས་ཡོད་ཀྱང་། རང་ཚུགས་མ་ཤོར་
བར་བརྟན་པོར་གནས་སྤོབ་པ་ཞིག་ལ་གོ་དགོས།

གང་ཞིག་ངོས་ལེན་བྱེད་པར་མཆོན་ནའང་། ང་ཚོའི་རྟོག་དྲ་རྒྱུས་སེལ་བྱལ་པའི་སྐབས་སུ་སོ་སོས་གང་
སྤོབ་ཀྱིས་དུར་བཅོན་བྱས་ནས་བསལ་དགོས་པ་ལས། ང་ཚོས་ཡོད་ཆོད་ཐད་ཀར་ངོས་ལེན་བྱས་ནས་ཅི་ཡང་མ་
བྱས་པར་བཟུང་ན་མི་འགྲིག་འོན་ཀྱང་། ད་ལྟ་ཉིད་ལའང་ང་ཚོས་སྤྱོད་བཞིན་པའི་སྤྱུག་བསལ་ལ་མཆོན་ན། ང་
ཚོས་ངོས་ལེན་བྱས་ཆོ། སེམས་ཀྱི་སྤྱུག་བསལ་འཕར་མ་ཞིག་འབྱུང་གི་མེད། དཔེར་ན། རྒྱ་བ་ནི་ཆོས་ཉིད་ཅིག་
ཡིན་པས་ང་ཚོར་དེ་བསྟོན་པའི་ཐབས་ཅི་ཡང་མེད་པ་དང་། གནས་སྤངས་འདི་ངོས་ལེན་བྱས་ན་ལེགས་པ་ལས་
སེམས་ཁུལ་བྱས་ན་ཅི་ཡང་མི་ཕན་ཞིང་། རྒྱས་འཁོགས་ཆོས་རང་ལ་གཞན་གྱི་རོགས་རམ་མཁོ་བཞིན་དུ་ང་རྒྱལ་
གྱིས་མི་དགོས་ཚུལ་སྟོན་པ་ནི། ངོས་ཀྱིས་རྒྱན་དུ་སྟེན་ཏུགས་ཤིག་ཏུ་མཐོང་གི་ཡོད།

བཟོད་པ་ནི་ཉོན་མོངས་པའི་རྟོག་པ་དང་སྤྱོད་ཆོར་གྱིས་རང་ཉིད་ལ་དབང་བསྐྱར་བྱེད་དུ་མི་འཇུག་
པའི་སློའི་ཡོན་ཏན་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། དེས་ང་ཚོ་རྟོན་ངན་ལ་འཕྲད་སྐབས་རང་གི་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་སྤང་གི་ཡོད།
དེར་བརྟེན་བཟོད་པ་ཉམས་ལེན་བྱས་ན། ང་ཚོའི་སྤྱོད་པ་དགེ་བར་འབྱུང་གི་ཡོད། གོང་དུ་སྟེང་ཟེན་པ་ལྟར།
དགེ་སྤྱོད་ལ་འཇུག་པའི་བརྒྱུད་རིམ་གྱི་གོམ་འགོས་ཐོག་མ་ནི། ཉོན་མོངས་པའི་སེམས་བྱུང་སྐྱེས་མ་ཐག་ཏུ་དེ་
དག་ལ་བྱིན་པའི་སོ་སའི་ཡ་ལན་ལ་ཁ་ལོ་བསྐྱར་བྱ་འདི་ཡིན་ཞིང་། གོམ་འགོས་གཉིས་པ་ནི། དེ་ལྟར་སོ་སའི་ཡ་
ལན་ལ་ཆོད་འཛིན་བྱས་ཤིང་། ང་ཚོས་བཟོད་པ་དང་ཐུན་པའི་སློ་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་སེམས་བྱུང་གི་རྒྱ་རྟེན་ལ་
གདོང་ལེན་བྱེད་པ་འདི་ཡིན།

སྟོག་པ་པོ་ཆོས་འདི་ལྟར་བྱེད་མི་སྤོབ་པའི་དུས་སྐབས་ཡོད་པར་བརྟེན་ནས་ངོས་ལ་དགག་པ་རྒྱག་སྟེ།
དཔེར་ན། རང་ལ་ཤིན་ཏུ་ཉེ་ཞིང་། རང་གི་ཞན་ཆ་ཚང་མ་ཤེས་པའི་མི་ཞིག་གིས་རང་ལ་སྤྱོད་པ་ངན་པ་སྟོན་
སྐབས། རང་ཉིད་ཀྱི་འགོག་སྤང་གི་རུས་པ་ཡོད་ཆོད་ཁོང་ཁྱོས་ཟེལ་གྱིས་མནན་ཏེ། མི་དགེ་བའི་ཡ་ལན་ལ་ཁ་ལོ་
བསྐྱར་མི་སྤོབ་པའི་དུས་སུ་ང་ཚོས་ཅི་ཞིག་བྱེད་དགོས་སམ། གནས་སྤངས་འདི་འདྲའི་ནང་དུ་གཞན་ལ་བཟུང་
པའི་སྟེང་རྩེར་རྒྱན་འབྱུངས་བྱེད་པ་དཀའ་ཆོག་ཆེ་ནའང་། མ་མཐའ་ཡང་ང་ཚོས་སྐལ་འཛིང་དང་དྲག་སྤྱོད་
ཀྱི་སློ་ནས་ཡ་ལན་སྟོན་མི་དགོས་ལ། ཁང་པའི་བྱི་བྱ་བྱང་ནས་འཆོས་འཆོས་དུ་འགྲོ་བ་དང་། ཡང་ན་རང་གི་
དབྱུགས་ཀྱི་རྒྱ་བ་ཐེངས་ཉི་ཤུ་ལ་ཅི་བ་སོགས་བྱས་ཏེ། རང་སློ་མར་ཞི་ཐབས་ཤིག་ང་ཚོས་འཆོལ་དགོས། ང་ཚོས་
རྒྱ་མཚན་འདི་ལྟ་བུ་གཞིར་བཞག་ནས་རང་གི་ཉོན་པའི་འཆོ་བའི་ནང་བཟོད་པ་གཙོ་གནད་དུ་བཟུང་ནས་
ཉམས་ལེན་བྱེད་དགོས་ཤིང་། ང་ཚོས་བཟོད་པ་ལ་གོམས་འདྲིས་ཟབ་མོ་བྱས་ན། ང་ཚོ་དཀའ་ཁག་གི་གནས་

སྒྲུངས་ནང་སྒྲུང་སྐབས། འབད་པ་ལྷག་མ་ཞིག་བྱེད་དགོས་མིད་ཀྱང་། ང་ཚོས་དཀའ་ཁག་གི་གནས་སྒྲུངས་དེའི་
ཕྱོགས་ཡངས་ལ་ལྷ་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལས་སྒྲིག་སྟེ། དཀའ་སྒྲུག་ཅིག་རང་མགོར་འབབ་རག་བར་དུ་བཟོད་པའི་
ཉམས་ལེན་སྒྲུང་མེད་དུ་བསྒྱུར་ན། དཀའ་སྒྲུག་དེའི་རྒྱ་རྒྱུ་ལ་ཞིབ་འཇུག་ལས་ནས་གདོང་ལེན་བྱེད་པར་ལམ་སྟོང་
འབྱུང་མི་མིད།

བཟོད་པའི་ཉམས་ལེན་ལ་ཐོག་མར་གོམས་འདྲིས་བྱེད་ཐབས་ལེགས་ཤོས་ནི། ང་ཚོས་དུས་ཚོད་སྤངས་
ནས་དེའི་ཕན་ཡོན་གྱི་སྒྲིབ་ལ་གོ་རིམ་དང་ལྡན་པའི་སྒྲིབ་ནས་བསམ་གཞིག་བྱེད་པ་འདི་ཡིན། བཟོད་པ་ནི་
དགོངས་ཡངས་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་ཡིན་ཏེ། བཟོད་པ་དང་། བྱེད་པ་པོ་དང་ལས་སོ་སོར་འབྱེད་པའི་ང་ཚོའི་རྣམ་
དཔྱད་གཉིས་བྱུང་དུ་སྒྲེལ་ན། དགོངས་ཡངས་རང་བཞིན་གྱིས་འབྱུང་གི་ཡོད། ད་དུང་གཞན་གྱིས་ང་ཚོར་བསྟན་
པའི་སྟོན་པ་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་། རང་གིས་གཞན་སེམས་སྤང་བ་ལ་བཟོད་པའི་ལྷག་ཅིག་མེད་པ་ཡིན། ང་
ཚོས་བཟོད་པར་བརྟེན་ནས་ལས་ཀྱི་ཕྱོགས་ལ་རང་གི་རྣམ་དཔྱད་བཀོལ་བ་དང་། བྱེད་པོའི་ཕྱོགས་ལ་སྤྲོད་རྗེ་
བསྟེན་ཐུབ། ང་ཚོས་བཟོད་པའི་རྣམ་པ་མཐོར་འདེགས་བྱས་ན། རང་ཉིད་ཀྱི་སྒྲིབ་ཞི་འཇམ་བག་ཤེབས་ཀྱི་ཆ་དེ་
གོང་དུ་འཕེལ་ཞིང་། གཞན་དང་རྒྱབ་འགལ་བྱེད་པ་ཉུང་དུ་སོང་ནས་མཐུན་འགྲིག་གི་སྟོབས་འཕེལ་རྒྱ་
འདིས་ང་ཚོའི་ཉེ་འཁོར་དུ་ཁམས་གཙང་གི་རྣམ་པ་ལེགས་པོ་ཞིག་བསྒྱུན་ནས་གཞན་གྱིས་ང་ཚོར་ཆོག་མེད་མེད་དུ་
འབྲེལ་འདྲིས་བྱེད་ཐུབ། བཟོད་པའི་ཉམས་ལེན་བརྒྱད་ནས་བཏང་སྟོམས་ཀྱི་ཚོར་བ་བརྟན་པོ་ཞིག་འབྱུང་གི་ཡོད་
པས། རང་གི་སེམས་ཁམས་དང་། དགེ་སྟོན་གཉིས་ཀྱི་ཆ་ནས་ང་ཚོའི་རྣམ་ཐུགས་སྤྲོད་དུ་འགྲོ་བ་མ་ཟད།
འབྱུང་བཞིའི་འཕྲོད་བསྟེན་ཡང་རྗེ་ལེགས་སུ་འགྲོ་ངེས་ཡིན། ངོས་རང་གི་འཕྲོད་བསྟེན་བཟང་པོ་འདི་ནི། སྤྱིར་ཞི་
བདེ་བག་ཤེབས་ཡིན་པའི་རང་ཉིད་ཀྱི་སེམས་ཁམས་ལས་གཙོ་བོར་འབྱུང་གི་ཡོད་པ་ངོས་གྱིས་ངོས་འཛིན་བྱེད་
ཀྱི་ཡོད།

བཟོད་པ་ནི་ང་ཚོའི་སེམས་ཀྱི་ཞིབ་དེ་དང་། དེར་བརྟེན་པའི་བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་འགོག་རྒྱུ་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་
ཁོང་སྒྲིབ་གཉེན་པོ་སྟོབས་ཐུགས་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ཡིན་པ་འདིའི་ཐོག་ནས་བཟོད་པའི་ཕན་ཡོན་གལ་ཆེ་ཤོས་དེ་
འབྱུང་གི་ཡོད། ཁོང་སྒྲིབ་ལས་འབྱུང་གི་ཡོད་པའི་འཆོ་བའི་བྱ་སྟོན་ཀྱི་ཁ་གཏད་དུ་རང་ཉིད་ནང་ཕྱོགས་ནས་སྤང་
མཁན་ནི་བཟོད་པ་ཡིན་ཞིང་། སྟོབས་འབྱོར་གྱིས་ཁོང་སྒྲིབ་འགོག་མི་ཐུབ་པ་རྗེ་བཞིན། མི་ཞིག་གི་ཤེས་ཡོན་དང་།
མཛད་རྗེས། རིག་པ་སོགས་ཀྱིས་ཀྱང་ཁོང་སྒྲིབ་འགོག་མི་ཐུབ། ཁྱིམ་ལུགས་དང་སྟན་ཐུགས་ཀྱང་དེ་བཞིན་ཡིན།
བཟོད་པའི་འགོག་སྤང་ཁོ་ནས་ང་ཚོ་ཉོན་མོངས་པའི་རྟོག་པ་དང་སྤྱིང་ཚོར་གྱི་ཟིང་འབྲུག་ལས་སྦྱོབ་ཀྱི་ཡོད། སྒྲིབ་
ནི་གཟུགས་ཅན་གྱི་རང་བཞིན་ཞིག་མིན་ཞིང་། དེ་ལ་ཐད་ཀར་དུ་རིག་པའམ་འཆོ་བ་བྱེད་མི་ཐུབ། ཉོན་མོངས་
པའི་སེམས་བྱུང་ཁོ་ནས་དེར་གཞོན་འཆོ་གཏོང་ཐུབ་པ་རྗེ་བཞིན། དེ་དང་ཆ་མཐུན་པའི་ལེགས་ཕྱོགས་ཀྱི་ཡོན་
ཏན་དང་གཉེན་པོས་ང་ཚོའི་སྒྲིབ་སྤྱིང་སྦྱོབ་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད།

བཟོད་པ་སྒྲིབ་པའི་དགེ་བ་ལ་གོམས་འདྲིས་བྱེད་པའི་རིམ་པ་གཉིས་པ་ནི། སྤྱིར་ཡང་རྒྱུན་དན་ལ་བསམ་
གཞིག་བྱེད་པ་འདི་ཡིན་ནའང་། རྒྱུན་དན་ནི་རང་གི་སེམས་ཀྱི་ཞིབ་དེ་ལ་ཉེན་ཁ་ཞིག་ཡིན་པར་བསམ་པ་ལས་
ང་ཚོས་བཟོད་པ་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་ལམ་ཞིག་དུ་བརྟེན་དགོས་ཤིང་། ལྷ་སྒྲུངས་འདིའི་ཐོག་ནས་ང་ཚོས་རང་ལ་
འཆོ་བ་བྱེད་མཁན་ཚོ་བཟོད་པའི་དགེ་ཆན་དུ་མཐོང་ཐུབ་པ་དང་། མི་དེ་ཚོས་སྤྲོད་པ་དང་མཁས་དབང་ཚོའི་གམ་
དུ་ང་ཚོས་ཚོས་ལ་ཉན་པ་ཅིས་གྱིས་ནམ་ཡང་སྤངས་མ་ཐུབ་པའི་ཉམས་རྟོགས་ཤིག་ང་ཚོར་སྒྲིབ་ཀྱི་ཡོད། སྟོག་པ་

པོ་ཚེས་དཔེ་དཔ་འདི་བསྐྱགས་པ་ཙམ་གྱིས་བཟོད་པའི་ཡོན་ཏན་དེ་རྟེན་ཡོད་པར་བསམ་མི་རུང་ཞིང་། དཔེ་
དཔ་འདི་ནི་སྤྱོད་ལས་ཉོབ་སྤྱོད་གི་ཡུལ་ཞིག་ཏུ་ཐུར་ཏེ། སྒྲིག་པ་ལ་དཀའ་ཚགས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་ན་གནས་
ཚུལ་ཐ་དད་ཡིན། ང་ཚོས་རྒྱུན་ལ་བརྟེན་ནས་བཟོད་པའི་རིན་ཐང་རྟོགས་ཐུབ་པ་དང་། ལྷག་ཏུ་རང་ཉིད་
ལ་འཆོ་བ་བྱེད་མཁན་ཆོས་ང་ཚོར་བཟོད་པ་སྒྲིམ་པའི་གོ་སྐབས་གཞན་དུ་མེད་པ་ཞིག་གནང་གི་ཡོད།

འདི་ལྟར་བཟོད་ན། མི་ཚོས་སོ་སོའི་བྱ་སྤྱོད་ལ་འགན་འཁུར་མི་དགོས་པའི་དོན་ཞིག་མིན་ཞིང་། མི་ཚོས་
གཙོ་བོར་མ་རིག་པའི་དབང་དུ་སོང་ནས་མི་དགེ་བའི་བྱ་སྤྱོད་ལ་འཇུག་པ་ང་ཚོས་དྲན་དགོས་པ་དང་། གཏུག་
རྒྱུ་གྱི་ཁོར་ཡུག་ཅིག་ནས་འཆར་ལོངས་བྱུང་བའི་བྱིས་པ་ཞིག་གིས་སྤྱོད་པ་གཞན་ཞིག་སྟོན་མི་སྲིད། རྒྱ་མཚན་
དེའི་བྱིས་སྤྱོད་པའི་ངན་འབྲས་བྱིས་པ་དེར་ཁག་དགྱི་བྱེད་པ་ནི། ཞིབ་ཏུ་བཞུས་ཆོ་གནས་ལྷགས་དང་མཐུན་པ་
ཞིག་མིན། ང་ཚོས་རང་ཉིད་ལ་སྤྱུག་བསྐྱལ་སྤྱོད་དུ་འཇུག་མཁན་ཞིག་ལ་སྤྱོད་དགོས་པའི་འོས་འཆར་གྱི་ཡ་ལན་
ནི། འདིར་ངོས་གྱིས་གཞན་གྱིས་ང་ཚོའི་ཉམ་སེམས་མ་འདོད་པར་ཚུལ་མཐུན་གྱིས་ང་ཚོར་ཁ་གཏད་གཙོག་གི་
ཡོད་པའི་གནས་སྐབས་ལྟ་བུ་གཞིར་བཞག་ནས་སྤོང་གི་མེད། ཁོས་ང་ཚོར་གཞོད་འཆོ་བྱས་པར་བརྟེན་ནས་སོ་
སོའི་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་དང་། ཚོར་བའི་བཏང་སྟོམས། འདི་གཉིས་ལ་བརྟེན་པའི་བདེ་སྤྱོད་སྐྱེས་བསྐྱེད་གི་ཡོད་
པ་ངོས་འཛིན་བྱེད་རྒྱ་དེ་ཡིན། བརྒྱུ་སེམས་བཟུང་བ་ཙམ་གྱིས་པ་རོལ་པོར་དངོས་སུ་གཞོད་མི་ཐུབ་ནའང་།
དེས་ང་ཚོར་དངོས་སུ་གཞོད་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། ང་ཚོར་སྤང་རྩེ་ཡོད་ན་ང་ཚོས་ཡ་ལན་ལེགས་པོ་ཞིག་སྤྲོར་ཐུབ་ཀྱི་
ཡོད།

བྱིས་མཚན་གཉིས་ཀྱིས་ཁ་རྩོད་བྱེད་པ་ལྟ་བུར་མཚན་ན། གཅིག་གིས་ཁ་རྩོད་དེ་སྤྱང་རྒྱུ་བྱེད་པ་དང་།
ཅིག་ཤོས་ཀྱིས་རང་གི་བསམ་སྒྲོལ་ཡོད་ཚད་དེའི་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱར་ཏེ། སོ་སོའི་དགྲ་ཡ་ལ་གཞོད་འཆོ་བྱེད་པའི་ལམ་
ཁ་ཞིག་ཏུ་འཆོལ་གྱི་ཡོད་ན་ཅི་ཞིག་འབྱུང་རྒྱ་ཡིན་ནམ། ངན་སེམས་འཛིན་མཁན་གྱིས་རིང་པོར་མི་འགོར་
བར་སྤྱུག་བསྐྱལ་སྤྱོད་ཞིང་། ཐོག་མར་སོ་སོའི་ཡི་ག་མེད་པར་འགྱུར་བ་དང་། དེ་ནས་གཉིད་ཁྱུག་མི་ཐུབ་ལ།
མཐར་སོ་སོའི་འཕྲོད་བསྟེན་ཡང་ཉམས་འགོ་འཇུགས་རྒྱ་རེད། འདི་ལྟར་བྱིས་མཚན་འདིས་ཉིན་མཚན་གཉིས་ཀ་
སྤྱུག་བསྐྱལ་གྱི་སྒོང་ནས་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད་སྟབས། སོ་སོའི་དགྲ་ཡའི་རེ་བ་རང་བཞིན་གྱིས་འབྲུབ་ཀྱི་ཡོད།

ང་ཚོས་ཞིབ་ཏུ་བསམ་གཞིག་བྱས་ན། གང་ཟག་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་དམིགས་སུ་བཀར་ནས་སོ་སོའི་ཁོང་ཁྱོད་
ཡུལ་དུ་འཛིན་པ་ནི། ཡོངས་སུ་རིགས་པ་དང་མི་མཐུན་པ་ཞིག་ཡིན་པ་རྟོགས་ཐུབ། འདིར་ང་ཚོས་སྤྱོད་བརྟེན་
ལྷགས་བདེ་ཞིག་རང་གི་རྟོག་འཆར་དུ་བྱེད་རྒྱ་ཡིན་ཞིང་། ང་ཚོར་ཆོག་རྒྱུ་བཤད་པའི་མི་ཞིག་གི་སྒྲིར་ལ་སེམས་
དང་། ཆོག་རྒྱུ་དེའི་རྒྱུ་གྱིས་སྤྱོད་པའི་སྤྱུག་བསྐྱལ་གཞིར་བཞག་གིས་ང་ཚོ་ཁོང་ཁྱོ་ལངས་ན། ང་ཚོར་སྤྱུག་
བསྐྱལ་སྤྱོད་དུ་འཇུག་མཁན་ངོ་མ་ནི་ཆོག་རྒྱུ་དེ་ཡིན་པས། ཁོང་ཁྱོད་གཞི་ལའང་ཆོག་རྒྱུ་དེ་འཛིན་དགོས་པ་
མ་ཡིན་ནམ། འོན་ཀྱང་། ང་ཚོ་ཆོག་རྒྱུ་བཟོད་མཁན་ལ་ཁོང་ཁྱོ་ལང་གི་ཡོད། འདི་ལྟར་བྱེད་པ་ལ་རྒྱ་མཚན་
ཞིག་འདྲན་ཆོག་སྟེ། མི་དེས་ཆོག་རྒྱུ་བཤད་པ་ཡིན་པས། ཆོག་ལ་སྤང་དོར་གྱི་འགན་ཁུར་ཞིག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་
པར། བྱེད་པ་པོ་རང་ཉིད་ལ་ཡོད་པ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་ང་ཚོ་གང་ཟག་ལ་ཁོང་ཁྱོ་ལང་རུང་བ་རེད། འདི་ནི་
བདེན་པ་ཞིག་ཡིན་སྲིད་ཀྱང་། གལ་ཏེ་ང་ཚོ་ནི་དོན་དངོས་སུ་གང་ཞིག་གིས་སོ་སོའི་སྤྱུག་བསྐྱལ་ལ་རྒྱ་རྒྱུན་བྱས་
པ་དེར་ཁོང་ཁྱོ་ལང་དགོས་ན། ཆོག་རྒྱུ་དེ་ཐད་ཀར་གྱི་རྒྱ་རྒྱུན་ཡིན་ཞིང་། ད་དུང་སོ་སོའི་ཁོང་ཁྱོ་གཞན་གྱིས་
ཆོག་རྒྱུ་བཤད་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་ཏེ། ཉོན་མོངས་པའི་ཐོག་ལའང་འཛིན་དགོས་རྒྱ་རེད། དེ་ཡང་གལ་སྲིད་མི་དེར་ཞི་

བདེ་ཡོད་ཆོ། ཆོག་རྒྱལ་བརྗོད་མེད་ཀྱི་མ་རེད། ཡིན་ཡང་། རྒྱ་རྒྱུན་གསུམ་སྟེ། རང་ལ་གཞོན་པའི་ཆོག་རྒྱལ་དང་།
ཆོག་དེ་རྗེས་མཁན། རྗེས་མཁན་ལ་སྐུལ་སྤོང་བྱེད་པའི་མི་དག་བའི་སེམས་ཀྱི་གཡོ་འགུལ་བཅས་ཀྱི་ནང་ནས་ང་
ཆོ་གང་ཟག་ལ་ཁོང་ཁྱོད་ལ་གི་ཡོད། བྱེད་སྤངས་འདི་ལ་འགུལ་འདུ་ཞིག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནམ།

ཆོག་རྒྱལ་རྗེས་མཁན་གྱི་ངན་པའི་རང་བཞིན་དེ་ནི། ང་ཆོའི་སྤྱད་བཟུལ་གྱི་རྒྱ་རྒྱུན་དུ་སོང་བ་ཡིན་ཞེས་
དགག་པ་གཞན་ཞིག་བརྒྱབ་ནའང་། ང་ཆོར་ད་དུང་གང་ཟག་ལ་ཁོང་ཁྱོད་ལ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་
ཅིག་མེད་པ་དང་། གལ་ཏེ་ང་ཆོར་འཁོན་སེམས་འཛིན་པ་ནི་གང་ཟག་དེའི་མཐར་ཐུག་གི་ངོ་བོའི་རང་བཞིན་
ཞིག་ཡིན་ན། གང་ཟག་འདིས་སྤྱོད་པ་གཞན་ཞིག་ང་ཆོར་སྟོན་ཐུབ་ཀྱི་མ་རེད། དེར་བརྟེན་གང་ཟག་ལ་ཁོང་ཁྱོད་
ཟ་བ་འདི་དོན་མེད་ཅིག་ཡིན་པ་ནི། ང་ཆོ་མེས་འཆོག་ན་མེ་ལ་ཁོང་ཁྱོད་ལ་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཞིང་། འཆོག་པ་ནི་མེའི་
ཆོས་ཉིད་ཡིན། འོན་ཀྱང་། རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་བའི་ངན་གཤེས་སམ་ཞེ་འཁོན་ཡོད་པའི་བསམ་སྒྲོ་འདི་ནི་
བདེན་པ་ཞིག་མིན་ཏེ། གནས་དུས་གཞན་ཞིག་གི་ནང་། ང་ཆོར་འཆོ་བ་བྱེད་པའི་གང་ཟག་དེའང་སོ་སོའི་གྲོགས་
བཟང་པོ་ཞིག་དུ་འགྱུར་སྟེ། དམག་འབྲུག་སྐབས་དག་ལྷ་ཡིན་ཅུང་། ཞི་བདེ་སྐབས་སྟོ་ཐག་ཉེ་བའི་གྲོགས་པོར་
གྱུར་པའི་གནས་སྐབས་སྐྱེས་མང་ཞིང་། སྟོན་མི་ངན་ཡིན་པར་གྲགས་པའི་མི་ཞིག་ལ་ཐུག་ནས་སོ་སོའི་སྤང་བར་
ཡག་པོ་ཞིག་དུ་མཐོང་བའི་ཉམས་སྤྱོད་ནི་ང་ཆོ་པལ་ཆེ་བར་ཡོད་པེས་རེད།

དེ་ལྟར་ཡིན་ཡང་། ང་ཆོས་གནས་སྤངས་ཆང་མའི་ནང་དུ་འདི་ལྟར་བསམ་གཞིག་བྱེད་དགོས་པ་ངོས་
ཀྱིས་བརྗོད་ཀྱི་མེད། ང་ཆོར་ལུས་པོའི་ཆ་ནས་ཉེན་ཁ་དང་འཛིགས་སྐུལ་ཞིག་འབྱུང་སྐབས། ང་ཆོས་རིགས་པ་
འདི་ལྟ་བུའི་གྲོགས་ལ་སོ་སོའི་ནུས་པ་འབྱེན་པ་ལས་ཉེན་ཁ་དང་འཛིགས་སྐུལ་དེ་ལས་ཐར་བར་བྱོས་བྱུལ་བྱེད་
པའི་གྲོགས་སུ་བཏང་ན་ལེགས། དེ་ལྟར་ནའང་། ང་ཆོས་བཟོད་པའི་ཉམས་ལེན་གྱི་པན་ཡོན་སྤྲོ་ཆོགས་ལ་གོམས་
འདྲིས་བྱས་ན་དག་མཚན་ཆེ་ཞིང་། དེས་རྒྱུན་ལ་གཏོང་ལེན་བྱེད་པར་ང་ཆོར་རམ་འདེགས་རྒྱ་ཆེན་ཞིག་
བྱེད་ཀྱི་རེད།

གོང་དུ་ངོས་ཀྱིས་བཟོད་པ་ནི་ཁོང་ཁྱོད་གཉེན་པོ་ཡིན་པར་བརྗོད་ཡོད། དོན་ངོ་མར་ང་ཆོས་མི་དག་
བའི་སེམས་བྱུང་རེ་རེ་ལའང་དེའི་འགུལ་སྤོང་ཡིན་པའི་སྟོན་པ་ཆུལ་ཞིག་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཆོག་སྟེ། ཁེངས་སྤྱོད་ནི་
ང་རྒྱལ་གྱི་གཉེན་པོ་དང་། ཆོག་ཤེས་ནི་འདོད་ཆགས་དང་། བཅོན་འགྲུས་ནི་ལེ་ལོའི་གཉེན་པོ་ཡིན། ཉེན་མོངས་
པའི་སེམས་བྱུང་གིས་བསྐྱེད་པའི་མི་དག་བའི་སྟོ་ལས་ང་ཆོ་རྒྱལ་འདོད་ན། དག་བའི་སྟོ་གོང་འཕེལ་དུ་གཏོང་
དགོས་ཤིང་། འདི་ནི་ཉེན་མོངས་པའི་སེམས་ཆོར་ལ་བྱེན་པའི་ང་ཆོའི་ཡ་ལན་ལ་ཁ་ལོ་བསྐྱར་པ་དང་འགུལ་བ་
ཞིག་ཡིན་པར་བསམ་མི་ཅུང་བ་དང་། དེ་གཉིས་ལྟར་དུ་འགོ་དགོས་པ་ཡིན། རྒྱ་མཚན་འདིའི་ཕྱིར་སྤང་དོར་གྱི་
སྒྲིག་བྲིམས་ནི་ཉེན་མོངས་པ་བཀག་སྡོམ་ཅོམ་དང་། ཡང་ན་དག་བ་ཡིན་པའི་སྟོའི་ཡོན་ཏན་ནམས་ངོས་འཛིན་
པ་ཅོམ་གྱི་མཚམས་སུ་འཛོག་མི་ཅུང་།

བཀག་སྡོམ་དང་གཉེན་པོ་གཉིས་བྱུང་དུ་སྟེལ་བའི་ཉམས་ལེན་འདིའི་རྩལ་བ་ལ་བཟུ་བར། ང་ཆོས་
དངངས་འཛབ་ཀྱི་སྒྲོར་ལ་བསམ་གཞིག་ཅིག་བྱེད་རྒྱ་ཡིན། དངངས་འཛབ་ནི་རྟོག་པའི་བྱུང་ཆ་ཆེན་པོ་ལྟར་པའི་
འཛིགས་སྤང་གི་རིགས་ཤིག་ཡིན་པ་ང་ཆོས་བརྗོད་ཆོག་པ་དང་། སེམས་ཁུལ་སྤོང་བའི་བྱུང་བ་དང་སྤྱོད་བ་ལ་ང་
ཆོ་རྒྱུན་དུ་འཕྲད་པེས་ཡིན་ཡང་། ང་ཆོས་རང་གི་རྟོག་འཆར་དུ་མི་དག་བའི་ནུས་རྟོག་སྤྲོ་ཆོགས་སེམས་ཁུལ་དེའི་
སྟེང་དུ་བསྐྱར་པས་དངངས་འཛབ་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན། དེ་ནས་ང་ཆོས་སེམས་འཛབ་དང་དངངས་སྐྱག་སྤྱོད་འགོ་

ཚུགས་ཀྱི་ཡོད། ང་ཚོས་སེམས་འཚབ་ཅི་ཙམ་བྱས་ན་སེམས་འཚབ་པའི་རྒྱ་མཚན་དེ་ཙམ་གྱིས་རྩེ་མང་ཡིན་ཞིང་།
མཐའ་མར་རང་ཉིད་རྟག་ཏུ་སེམས་སྒྲུག་ལས་མ་ཐར་པ་ཞིག་ཆགས་འགྲོ། དངངས་འཚབ་ཀྱི་སྒྲིབ་ངང་ཚུལ་འདི་
ཤུགས་ཆེ་བ་ཅི་ཙམ་སོང་ན། དེ་ཙམ་གྱིས་ང་ཚོས་དེར་ཁ་གཏད་གཅིག་མི་ཐུབ་པར་དེའི་སྟོབས་ཤུགས་ཆེ་བ་འགྲོ་
ངེས་ཡིན།

འོན་ཀྱང་། ང་ཚོས་ཞིབ་ཏུ་བསམ་གཞིག་བྱེད་སྐབས། སེམས་ཁྲལ་དངངས་འཚབ་ཏུ་འགྱུར་བའི་བརྒྱུད་
རིམ་འདིའི་རྩ་བ་བྱ་ལྟ་སྟངས་འོས་འཚམ་ཞིག་མེད་པའམ་གཞིགས་རྒྱ་དྲིག་མོ་ཞིག་ཡོད། གཞིགས་རྒྱ་དྲིག་མོ་དེའི་
དབང་གིས་ང་ཚོས་ཚོས་དང་བྱུང་བ་ཐམས་ཅད་རྒྱ་རྒྱུན་སྒྲུ་ཚོགས་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བའི་བདེན་པ་མ་མཐོང་
བར། སོ་སོའི་གནས་སྟངས་ཀྱི་ཆ་ཤས་གཅིག་དང་གཉིས་ཙམ་ལས་ང་ཚོར་སྤང་གི་མེད། སོ་སོའི་སྒྲུག་བསྐྱལ་ནི་
བྱིས་པ་ཡིན་དུས་ཉམས་སྤྱོད་སྒྲུག་པོ་བྱུང་བའི་རྒྱུན་དང་། སོ་སོའི་སྤྱི་ཚོགས་དང་དཔལ་འབྱོར་གྱི་གནས་སྟངས།
ཡང་ན་སོ་སོས་ཁྱུར་བའི་པམ་ཁ་གང་ཞིག་གི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཡིན་པར་སེམས་ཀྱི་ཡོད། འདི་ལྟར་བསམ་པའི་རྒྱ་
མཚན་གྱིས་སྒྲུག་བསྐྱལ་ལས་རྒྱལ་བའི་ཐབས་ཤིག་རྟེན་པའི་གོ་སྐབས་ཉུང་དུ་འགྲོ་བ་དང་། གལ་སྲིད་ང་ཚོ་སྒྲུག་
བསྐྱལ་དེ་ལས་རྒྱལ་མ་ཐུབ་ན། རེ་བ་ཡོངས་སུ་ཟད་པའི་ཉེན་ཁ་ཆབས་ཆེན་ཞིག་ཡོད། དེ་བས་ན་ང་ཚོས་སོ་སོའི་
གནས་སྟངས་ལ་ལྟ་སྟངས་འོས་འཚམ་ཞིག་འཛིན་པར་སྦྱོར་བ་བྱེད་པ་ནི། དངངས་འཚབ་ལས་རྒྱལ་ཐབས་ཀྱི་
གོམ་འགྲོས་དང་པོ་དེ་ཡིན།

ང་ཚོས་སྦྱོར་བརྒྱུད་དེ་ནི་ནུས་པ་འདྲ་མཉན་དུ་བྱེད་ཚོག་པ་དང་། ཕན་ནུས་ཆེས་ཆེ་བའི་བྱེད་ཐབས་ཤིག་
ནི། སོ་སོའི་དམིགས་པ་དེ་རང་སྤྱོད་དུ་མ་བཞག་པར་གཞན་གྱི་སྒྲུགས་སུ་གཏོང་བ་འདི་ཡིན་ཞིང་། ང་ཚོས་འདི་
ལྟར་བྱེད་ཐུབ་ན། སོ་སོའི་དཀའ་སྒྲུག་གི་ཤུགས་ཚད་རང་བཞིན་གྱིས་མར་ཉམས་འགྲོ། འདི་ནི་སོ་སོའི་དགོས་
མཁོ་ཡོངས་སུ་འདོར་དགོས་པའི་དོན་ཞིག་མ་ཡིན་པར། སོ་སོའི་དགོས་མཁོ་ཅི་འདྲ་ཁ་ཆ་དགོས་གཏུགས་ཡིན་
ཡང་། དེ་དང་ལྟན་དུ་གཞན་གྱི་དགོས་མཁོ་ཡང་ང་ཚོས་དྲན་པར་བྱེད་པ་དེ་ཡིན། འདི་ནི་ཕན་ནུས་ཆེ་བའི་བྱེད་
ཐབས་ཤིག་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན། འདི་ལྟར་གཞན་སེམས་ཉམས་ལེན་བྱེད་སྐབས། ང་ཚོའི་གདེང་སྟོབས་རང་
བཞིན་གྱིས་གོང་དུ་འཕེལ་ཞིང་། སེམས་ཁྲལ་དང་དངངས་འཚབ་རང་བཞིན་གྱིས་མར་ཉམས་པས་ཡིན། དོན་
དངོས་སུ་བརྗོད་ན། དེང་སྐབས་ཀྱི་འཚོ་བའི་ཆ་ཤས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཟེན་ཡོད་པའི་སེམས་ཀྱི་སྒྲུག་བསྐྱལ་ཏེ། རེ་ཟད་
དང་ཁེར་རྒྱུ་དུ་སྒྲུག་པའི་ཚོར་བ་ལྟ་བུ་པམ་ཆེ་བ་ནི། གཞན་སེམས་ཀྱིས་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་པའི་བྱ་སྦྱོད་ལ་
འཇུག་སྐབས་རང་ཤུགས་ཀྱིས་ཉུང་དུ་འགྲོ་བ་ང་ཚོས་མཐོང་ཐུབ། འདིས་དགེ་བ་ཡིན་ལུས་ཀྱི་ཕྱིའི་བྱ་སྦྱོད་ཙམ་
གྱིས་དངངས་འཚབ་ཉུང་འཕྲི་བྱེད་པར་ཅིའི་ཕྱིར་འདད་གི་མེད་པའི་རྒྱ་མཚན་སྟོན་གྱི་ཡོད་པར་སྟུག། སེམས་
པའི་གཏོང་དུ་རང་གི་འཕྲལ་གྱི་ཁེ་ཕན་དོན་དུ་གཉེར་བའི་ཀུན་སྤོང་ཞིག་བཟུང་ན། ང་ཚོས་རང་གི་སྒྲུག་བསྐྱལ་
གྱི་རྒྱ་རྒྱུན་ལ་ཁ་སྦྱོན་བྱེད་གྱི་ཡོད།

རང་གི་འཚོ་བ་སྤྱིལ་པོ་ལ་ཡིད་མ་ཚིམ་པ་དང་། ཡང་ན་སྒྲུག་བསྐྱལ་གྱིས་རང་ཉིད་ཡོངས་སུ་ཟེལ་གྱིས་
གཞོན་པའི་སྐབས་སུ་ང་ཚོས་ཅི་ཞིག་བྱེད་དགོས་སམ། འདི་ལྟ་བུའི་ཚོར་བ་ནི་ཡང་ནས་ཡང་དུ་ང་ཚོའི་འཚོ་བའི་
ནད་དུ་ཚད་གཞི་འདྲ་མཉན་ལ་འབྱུང་གི་ཡོད། ཚོར་བ་དེ་སྤྱི་སྐབས་ང་ཚོས་གང་ཐུབ་གྱིས་རང་གི་སྟོ་ཡར་འདེགས་
བྱེད་ཅིག་བཅལ་དགོས་པ་གལ་ཆེ་ཞིང་། ང་ཚོས་རང་གི་འཚོ་བའི་ནད་དུ་ཡོད་པའི་ལེགས་པའི་ཆ་ནུས་དྲན་
དགོས་ཏེ། དཔེར་ན། ང་ཚོར་མི་ཞིག་གིས་བརྟེ་སེམས་བཅངས་ཡོད་པ་དང་། ང་ཚོར་འཛིན་ཐང་ཁག་ཅིག་ཟུན་

པ། སློབ་སྦྱོང་ཡག་པོ་ཐོབ་ཡོད་པ། འཆོ་བའི་རྩ་བའི་དགོས་མཐོ་སྟོ་གོས་གནས་མལ་ཆང་ཡོད་པ། ད་དུང་འདས་
པའི་ནང་དུ་སོ་སོས་བྱ་བ་བཟང་པོ་ག་གེ་མོ་ཞིག་བྱས་ཡོད་མིན་པ་སོགས་ཡིན། དེའུ་ཁང་དོ་དམ་པ་ཞིག་གིས་
སྒྲོ་མོ་ཕྱི་ལ་གཡར་བའི་གངས་འབོར་རྒྱུ་ལའང་སྦྱོང་ཀ་ལེན་པ་རྩི་བཞིན། ང་ཆོས་སོ་སོའི་འཆོ་བའི་
ནང་གི་ལེགས་པའི་ཆ་སྒྲོ་མོ་ཞིག་ཡིན་ཅུང་རང་གི་བསམ་གཞིག་གི་ནང་དུ་བསྟུ་དགོས་ཤིང་། ང་ཆོས་འདི་ལྟར་
རང་གི་སློ་ཡར་འདེགས་བྱེད་ཅིག་མ་བཅལ་ན། རེ་བ་བཟད་པའི་ཆོར་ཤུགས་དེ་རྩི་ཆེར་འགོ་བའི་ཉེན་ཁ་ཆབས་
ཆེན་ཞིག་ཡོད་པ་དང་། ཆོར་ཤུགས་དེར་བརྟེན་ནས་རང་གིས་བྱ་བ་ལེགས་པོ་ཅི་ཡང་སྟུབ་མི་ཐུབ་པའི་འདུ་ཤེས་
ཤིག་འབྱུང་ཞིང་། མཚམས་འདིར་སྟེབས་དུས་རང་སྟོག་གཙོད་པ་ནི་གདམ་ཀ་ཁོ་ན་དེ་ཡིན་པར་སྤང་གི་རེད།

སྟོ་ཞུས་དང་རེ་བ་བཟད་པའི་གནས་སྟངས་ཕལ་ཆེ་བའི་ནང་། གང་ཟག་རང་གི་སེམས་པའི་འཛིན་སྟངས་
ཀྱི་ཆ་ནས་ཆོར་བ་དེའི་རིགས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་ལས། སོ་སོའི་ཡུལ་གྱི་གནས་སྟངས་དངོས་ནི་སྟུག་བསྟུལ་དེ་འབྱུང་
སའི་གཞི་ཞིག་མིན། གཞན་གྱི་མཉམ་འབྲེལ་ལ་མ་བརྟེན་པར་སོ་སོའི་སེམས་ཀྱི་དཀའ་སྟུག་དེ་སེལ་མི་ཐུབ་པ་
ཞིག་ཡིན་ན། གཞན་ལ་རེ་བ་ཞུ་བའི་གནད་དོན་ཞིག་རེད། འོན་ཀྱང་། གནས་སྟངས་ཁག་ཅིག་ནི་སེལ་བའི་རེ་བ་
ཅི་ཡང་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་མིན་པ་དང་། འདི་ལྟར་མཚོན་ན། ཆོས་ལུགས་ཤིག་ལ་དད་པ་བྱེད་པ་ནི། སོ་སོའི་
སེམས་གསོ་ཐབས་ཤིག་ཏུ་འགྱུར་ཆོག་ འོན་ཀྱང་། འདི་ནི་གནད་དོན་གཞན་ཞིག་རེད།

དགེ་བ་འཆོལ་སྟུབ་ཀྱི་ཀུན་སྦྱོང་ནང་ད་དུང་གཞན་ཅི་ཞིག་འདུས་ཡོད་དམ་ཞེ་ན། སྟོ་ཞུབ་རང་བཞིན་
ཀྱི་རྩ་འཛིན་ཞིག་ནི། མཐའ་ཅུ་སྟུང་བའམ་ཐལ་དྲགས་པའི་བྱ་སྦྱོང་ལ་གཡོལ་ཐབས་བྱེད་པ་འདི་ཡིན་ཞིང་། ཟས་
ཟ་བ་མང་དྲགས་པ་ནི་ཉུང་དྲགས་པ་དང་གཅིག་མཚུངས་ཀྱིས་ཉེན་ཁ་ཆེ་བ་རྩི་བཞིན། དགེ་བ་འཆོལ་སྟུབ་འདི་
ཡང་དེ་ལས་མ་འདས་པ་དང་། བྱ་བ་སྟུབ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་ཡང་ཆད་ལས་བསྟུལ་ན། འཆོ་བའི་འབྱུང་ཁུངས་ཤིག་
ཏུ་འགྱུར་མིན། དཔེར་ན། གནས་སྟངས་ལ་དཔག་པའི་བསམ་སྒྲོ་མ་བཟང་བར་སྦྱང་སྟོབས་ཆད་མེད་དུ་བསྦྱོང་ན་
སྟེན་ཏུགས་ཤིག་ཡིན། དོན་དངོས་སུ་བརྗོད་ན། བྱ་སྦྱོང་གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་ཐལ་དྲགས་ན། དགེ་བ་འཆོལ་སྟུབ་
ཀྱི་དམིགས་འདུན་གཙོ་བོ་སྟེ། ང་ཆོར་བ་སྟོབས་ཐབས་མེད་པར་སྟུག་བསྟུལ་བསྦྱོད་པའི་བྱུང་བ་དང་མི་གཞན་ལ།
སེམས་ཆོར་དྲག་པོའི་དབང་གིས་ཡ་ལན་སྟེར་བའི་ང་ཆོའི་གཤིས་རྒྱུད་ལ་སྟོམ་སྟོག་དང་ལེགས་བཅོས་བྱེད་པ་
འདིར་གཞོད་ཀྱི་ཡོད།

སྟོ་ལ་བཅོས་བསྟུར་བྱས་ནས་ང་ཆོའི་བྱ་སྦྱོང་རང་བཞིན་གྱིས་དགེ་སྦྱོང་དུ་འགོ་བར། དགེ་བ་འཆོལ་སྟུབ་
ནི་ང་ཆོས་རང་གི་ཉེན་རེའི་འཆོ་བའི་ལྟེ་བར་འཛིན་དགོས་པ་རྟོགས་སྟུ་ཡང་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན། འདིའི་རྒྱ་
མཚན་ནི། བྱམས་པ་དང་སྦྱིང་རྩེ། བཟོད་པ་དང་སྦྱིན་པ། ཁེངས་སྦྱང་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་པན་ཚུན་ཁ་སྐོང་
གི་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་པས་ཡིན་ཞིང་། ཉེན་མོངས་པའི་སེམས་ཆོར་ནི་དུངས་ནས་འབྱེན་དཀའ་བས། ང་ཆོས་
མི་དགེ་བའི་སེམས་བྱང་མ་སྦྱོས་པའི་སྟོན་ནས་དེ་ཆོའི་གཉེན་པོ་ཁག་ལ་གོམས་པ་བྱེད་དགོས། དཔེར་ན། སྦྱིན་
གཏོང་གི་སྟོ་སྦྱོང་སྤྱིང་བྱེད་པ་ནི། སོ་སོར་བདག་པའི་རྒྱ་ལོར་སོགས་ལ་གཅེས་འཛིན་དང་བདག་འཛིན་ཐལ་
དྲགས་པའི་སྟོ་ནས་སྤང་བའི་ང་ཆོའི་བྱ་སྦྱོང་གི་གཉེན་པོ་ཞིག་ཡིན་ལ། ང་ཆོས་རྒྱ་ལོར་ནམས་སྦྱིན་གཏོང་བྱས་ན་
རང་ཉིད་ལ་ཅི་ཞིག་སྟུག་སྟུ་ཡིན་ནམ་སྟུ་ནས་སེར་སྟེའི་སྟོ་ཆེ་ཅུ་འགོ་ཡང་། སྦྱིན་པ་ཉམས་ལེན་བྱས་ཆོ། སོ་སོའི་
སེར་སྟེའི་གཤིས་རྒྱུད་འདི་ལས་ང་ཆོ་རྒྱལ་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད།

སྒྱུ་གཏོང་ནི་ཆོས་ལུགས་ཆེན་པོ་ཁག་དང་། དཔལ་ཡོན་དར་བའི་སྒྱུ་ཆོགས་ཚང་མའི་ནང་དགེ་བ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱས་ཡོད། སྒྱུ་གཏོང་ཉམས་ལེན་གྱིས་རང་གཞན་གཉིས་ཀར་ཕན་པ་གསལ་པོ་ཡིན་ཞིང་། སྒྱུ་པ་ཐོབ་སའི་མི་ལ་མཆོན་ན། རང་གི་དགོས་མཐོ་བསྐངས་པའི་ཡོད་ཀྱི་བདེ་བ་ཞིག་འབྱུང་བ་དང་། སྒྱུ་གཏོང་བྱེད་མཁན་ལ་མཆོན་ནའང་། རང་གི་སྒྱུ་པར་བརྟེན་ནས་གཞན་གྱིས་བདེ་བ་སྦྱང་གི་ཡོད་པ་དེ་ལས་རང་ལའང་བདེ་བ་ཞིག་ཐོབ་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལྟ་ནའང་། སྒྱུ་གཏོང་ལ་རིགས་དང་ཚད་གཞི་འདྲ་མིན་ཡོད་པའང་ང་ཆོས་ཤེས་དགོས་ཤིང་། སོ་སའི་མིང་ཅམ་བསམ་པ་སྟེ། པ་རེ་ལ་པོས་ཚུར་མཐོང་ཆེན་དང་གུས་ཞབས། ད་དུང་ཅ་ཆེན་དང་ཡ་རབས་སུ་མཐོང་བའི་ཀུན་སྒྲོང་གིས་སྒྱུ་གཏོང་བྱས་ན། སོ་སའི་སྒྱུ་གཏོང་གི་ལས་ལ་སྟངས་སྟེན་གྱི་ཡོད། འདི་ལྟ་བུར་མཆོན་ན། ང་ཆོས་སྒྱུ་པ་ལས་རང་མཐོང་གོང་སྟེན་ཉམས་ལེན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེ་མཚུངས་སྒྱུ་པ་ཆེན་པོ་གཏོང་མཁན་ལ་སྒྱུ་པ་ཉུང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པའི་མི་ལས་སྟག་པའི་སྒྱུ་སེམས་མེད་པའང་ཡོད་ཆོག་པ་དང་། འདི་ཐམས་ཅད་སྒྱུ་མཁན་གྱི་ཀུན་སྒྲོང་དང་སྒྱུ་སྟངས་ལ་རག་ལས་ཡོད།

ཆབ་མཆོན་སྟབས་པ་ཞིག་མ་ཡིན་ཡང་། སོ་སའི་རུས་པ་དང་དུས་ཚོད་སྒྱུ་གཏོང་བྱེད་པ་འདིས་རྒྱ་དངོས་བྱེད་པ་ལས་སྟག་པའི་རིན་ཐང་གི་གནས་ཚད་ཅིག་སྟོན་པར་སྟམ། འདིར་ངོས་གྱི་སྒྲོ་ངོར་འཆར་བཞིན་པ་ནི། དབང་པོ་སྒྱུ་ཅན་དང་། བྱིས་མེད་དབུལ་པོངས། བཙོན་ཁང་གི་བཙོན་མ་དང་། བཙོན་མ་བྱས་སྦྱང་བ། ད་དུང་ཁེར་རྒྱུ་གི་ཆོར་བས་གདུང་གི་ཡོད་པ་སོགས་ལ་ཞབས་ཁུ་སྟབས་པ་འདི་ཡིན། ད་དུང་སྒྱུ་གཏོང་གི་རིགས་འདིའི་ནང་དགེ་ཆུན་ཆོས་རང་གི་ཤེས་བྱ་ཡོན་ཏན་རྣམས་སྟོ་མ་ཆོར་གནང་གི་ཡོད་པ་ལྟ་བུའང་འདུས་ཡོད། འོན་ཀྱང་། ངོས་གྱི་གོ་རྟོགས་ལ། སྒྱུ་པའི་རྣམ་པ་རིན་ཐང་ཆེ་ཤོས་ནི། གཞན་སེམས་ཀྱིས་ཀུན་ནས་བསྐངས་ཏེ་ཚུར་གང་ཞིག་ཐོབ་པའི་རེ་བ་དང་བསམ་སྟོ་མེད་པའི་སྟོ་ནས་སྒྱུ་གཏོང་བྱེད་པ་འདི་ཡིན། དེའི་རྒྱ་མཆན་ནི། ང་ཆོས་ཅི་ཅམ་རང་གི་དམིགས་པའི་བྱུང་ཁོངས་རྒྱ་སྟེད་བྱས་ཏེ། རང་གི་ཁེ་ཕན་ཅམ་མ་ཡིན་པར་གཞན་གྱི་ཁེ་ཕན་ཡང་ནང་དུ་བསྟུས་ན། དེ་ཅམ་གྱིས་ང་ཆོས་རང་གི་བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་ཅ་བ་བཏན་པོ་ཞིག་སྒྱུ་སྟབས་གྱི་ཡོད་པས་ཡིན།

ཁངས་སྒྱུ་ཅི་ཡོད་འགྱུར་འཆོལ་སྟེན་གི་ནང་དུ་དགོས་ངེས་ཤིག་ཡིན་པར་བརྟེན་ན། གདེང་སྟོབས་དགོས་ཚུལ་གྱི་སྒྲོར་ལ་ངོས་ཀྱིས་ཅི་ཞིག་བཤད་པ་དང་འགལ་བ་ཞིག་ཏུ་སྒྲུང་བྱེད་ཀྱང་། རང་མཐོང་གི་འདུ་ཤེས་ཤིག་གི་ངོས་ནས་བྱུང་ཁོང་ཚད་མ་ཡིན་པའི་གདེང་སྟོབས་དང་། རྒྱུ་སེམས་བར་ལ་བྱུང་པར་གསལ་པོ་ཞིག་ཡོད། རྒྱུ་སེམས་ནི་འབྱུལ་ཤེས་ཀྱི་འཛིན་སྟངས་ཤིག་གཞི་རྩ་བཟུང་ནས་བྱུང་བའི་རང་ཉིད་གལ་ཆེན་དུ་འཛིན་པའི་འདུ་ཤེས་ཐལ་དུགས་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་མཚུངས་སེམས་རྒྱུ་གི་རིགས་སུ་གཏོགས་པའི་ཁངས་སྒྱུ་རྣམ་མ་དང་། གདེང་སྟོབས་ཉམས་པ་གཉིས་ཀྱི་བར་ལའང་ང་ཆོས་བྱུང་པར་ཞིག་འབྱེད་དགོས། མི་མང་པོར་གོ་མོར་འབྱུང་གི་ཡོད་ནའང་། འདི་གཉིས་ནི་གཅིག་པ་ཞིག་ཡིན་མེད། གཙོ་བོ་གོ་མོར་འདིའི་སྒྱུ་གྱིས་དང་སངས་རྒྱལ་ཏུ་ཆོང་ལས་དང་ཆེད་ལས་པའི་ཁོར་ལུག་ཏུ་ཁངས་སྒྱུ་ནི། སེམས་ཀྱི་སྟོབས་ཤུགས་ཤིག་ལས་ཞན་ཆ་ཞིག་ཏུ་བརྟེན་བའི་སྟེན་དེ་བྱུང་བ་ཡིན་པར་སྟམ། ཁངས་སྒྱུ་ལ་དེང་དུས་ཀྱི་སྒྱུ་ཆོགས་ནང་ངོས་རང་གཞན་དུས་བོད་དུ་སྟེར་གྱི་ཡོད་པའི་གོ་གནས་དེ་སྟོང་གི་མེད་པ་གསལ་པོ་ཡིན་ཞིང་། དེ་དུས་བོད་དུ་ང་ཆོའི་རིག་གཞུང་དང་སྒྱུ་ཆོགས་གཉིས་ཀའི་ངོས་ནས་ཁངས་སྒྱུ་དར་འཕེལ་གྱི་གོགས་སུ་འགོ་བའི་ཁོར་ལུག་ཅིག་ཡོད་དེ། དགེ་བ་དོན་དུ་གཉེར་བའི་སེམས་པ་དང་ཡོངས་སུ་ཐ་དད་པའི་ཆེ་འདོད་ནི། བདག་འཛིན་གྱི་སྟོ་ཆེ་རྩ་གཏོང་བའི་རྒྱ་

ཀྱིན་དུ་འགྲོ་བའི་ངོས་འཛིན་བྱས་ཡོད། འོན་ཀྱང་། དེང་སང་གི་འཆོ་བར་མཚོན་ན། ཁེངས་སྤྱང་ནི་སྤར་ལས་
སྟག་པའི་གལ་ཆེན་ཞིག་ཆགས་ཡོད། ཚན་རིག་དང་འབྲུལ་ལས་དར་རྒྱས་ཀྱི་ཀྱིན་པས་ང་ཚོ་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་
ལ་ལམ་སྤྱང་ཅི་ཅམ་བྱུང་ན། ཁེངས་སྤྱང་ནི་དེ་ཅམ་གྱིས་སྤྱོད་ཆོགས་དང་མི་སྒྲེར་གཉིས་ཀས་གཅིས་འཛིན་བྱེད་
དགོས་པ་གལ་ཆེ་སྟེ། ང་ཚོའི་བྱུང་འབྲས་རི་ལྗང་ཆེ་ན། དེ་ཅམ་གྱིས་ང་ཚོ་ནི་ང་རྒྱལ་དང་ཁེངས་དྲེགས་ཀྱི་དབང་
དུ་འགྲོ་བའི་ཉེན་ཁ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད།

གཤེད་སྟོབས་དང་ཁེངས་སྤྱང་གོང་དུ་སྟེལ་བར་བཀོལ་བྱུང་བའི་ཐབས་ཤེས་ཤིག་ནི། རང་མཐོང་ཆེ་
དྲགས་པས་གཞན་པའི་འབྲུ་སྟོང་གི་ཡུལ་དུ་བྱུར་ཡོད་པ་ཚོར་བསམ་སྟོག་གཏོང་བྱ་འདི་ཡིན། རང་ལ་སྟེན་ཏྲགས་
ཀྱི་ནུས་པ་ཅི་འདྲ་བ་ཞིག་ཡོད་པ་སོ་སོས་མ་ཤེས་ཀྱང་། གཞན་གྱིས་གསལ་པོར་མཐོང་གི་ཡོད། འདི་ལྟར་བརྗོད་
པ་ནི། ང་ཚོས་གཞན་གྱི་བྱ་སྟོང་ལ་ལེགས་ཉེས་འབྱེད་བཞིན་སྟོང་དགོས་པ་མ་ཡིན་པར། རང་མཐོང་ཆེ་དྲགས་
པའི་སྟོང་ལྟ་བུ་ལས་བྱུང་བའི་མི་དགེ་བའི་མཚུག་འབྲས་ནུས་སོ་སོར་ཉིད་གྱིས་ཤེས་དགོས་པའི་དོན་ཡིན།
གཞན་གྱི་དཔེ་མཚོན་ལ་བསྟུན་ནས་མི་དགེ་བའི་སྟོས་ཁོ་ཚོ་གང་ཞིག་དུ་བསྐྱལ་ཡོད་པ་མཐོང་ན། ང་ཚོས་སྟོང་འི་
རིགས་ལ་གཡོལ་བའི་སེམས་ཐག་བརྟན་པོ་ཞིག་གཙོད་ཐུབ་པ་དང་། རྟོགས་གཅིག་ནས་བརྗོད་ན། ང་ཚོས་རང་
ཉིད་གྱིས་འཆོ་བ་མི་འདོད་པ་གཞིར་བཟུང་ནས་གཞན་ལ་འཆོ་བ་མི་བྱེད་པའི་རྩ་འཛིན་འདི་མགོ་མཚུག་
བསྟོགས་ཏེ། གཞན་གྱི་དགེ་བ་ལས་སྟོན་ནུས་མཐོང་སྟོན་པ་དང་། སོ་སོའི་སྟོན་ལས་གཞན་གྱི་སྟོན་ནུས་མཐོང་
སྟོན་པའི་བདེན་པ་འདི་བཀོལ་སྟོང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

འདིར་ངོས་གྱིས་ད་དུང་ཁ་སྟོན་ཞིག་བྱེད་དགོས་པ་ནི། ང་ཚོས་ཁེངས་སྤྱང་གི་འདུ་ཤེས་དེ་གཤེད་སྟོབས་
མེད་པ་དང་ནོར་མི་བྱུང་བར་མ་ཟད། རང་ཉིད་ཅི་ཡང་མིན་པའི་འདུ་ཤེས་དང་ཁེངས་སྤྱང་གི་བར་ལ་འབྲེལ་བ་
ཞིག་མེད་པ་འདི་ཡིན། རང་ཉིད་ཀྱི་རིན་ཐང་ངོས་འཛིན་ལེགས་པར་བྱེད་མ་ཐུབ་ན། ཏྲག་དུ་གཞོད་འཆོ་ཆེན་པོ་
ཞིག་ཡོད་དེ། སྟོང་བཏང་སྟོམས་དང་དགེ་བ་འཆོལ་སྤྱབ་ཀྱི་རྟོགས་ནས་རང་ཉིད་ནི་གཟུའ་རོ་ལྟ་བུར་བྱུར་ཡོད།
སྟོང་འཇུག་ལ་འདྲའི་ནང་དུ་ཐ་ན་རང་གིས་རང་ཉིད་ལ་འང་ཞེ་སྤང་འཛིན་སྟོང་གི་རེད། རང་རང་ལ་ཞེ་སྤང་
ལང་བའི་དོན་སྟོང་འདི་ནི། རུབ་རྟོགས་ཀྱི་སེམས་ཁམས་རིག་པ་སྤྱོད་པ་ལག་ཅིག་གིས་ངོས་ལ་ཐོག་མར་བཤད་
སྤངས་བྱེད་སྐབས། ངོས་གྱིས་དེ་ནི་འགལ་འདུ་ཞིག་དུ་མཐོང་བ་སྟེ། བདེ་བ་འདོད་ཅིང་སྟག་བསྐལ་མི་འདོད་
པའི་ང་ཚོའི་མཛོན་འདོད་ཀྱི་རྩ་དོན་དང་འགལ་བ་ཡིན་པར་སྟོམ་བྱུང་། འོན་ཏེ་མི་ཞིག་གིས་ཡུལ་དང་མཐུན་
པའི་ལྟ་སྤངས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་ཐམས་ཅད་བསྟགས་ན། རང་རང་ལ་ཞེ་སྤང་ལང་བའི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་ད་ལྟ་ངོས་གྱིས་
ཁས་ལེན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལྟ་ནའང་། ང་ཚོ་ཚང་མར་གཏུང་སེམས་མཉམ་བསྐྱེད་དང་། མ་མཐུང་ཡང་དགེ་བའི་
སེམས་བྱུང་ཅམ་བསྐྱེད་པའི་བཟང་སྟོང་ལ་འཇུག་པའི་རུས་པ་ཡོད་སྟབས། རང་ཉིད་ཅི་ཡང་མིན་ཞིང་། རང་ལ་
རིན་ཐང་གང་ཡང་མེད་པར་བསམ་པ་ནི་ནོར་འཁྲུལ་ཞིག་ཡིན།

རེ་བ་ཟད་པའི་སེམས་སྟག་དང་། རང་རང་ལ་ལང་བའི་ཞེ་སྤང་ལྟ་བུའི་སྟོང་ནུས་པ་ཐལ་དྲགས་པ་སྐྱེད་
བྱེད་ཀྱི་མཐོང་བྱ་དོག་མོ་ལ་གཡོལ་ཐབས་གཞན་ཞིག་ནི། གཞན་གྱི་ཕུན་ཚོགས་དང་ཡོན་ཏན་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་
བྱེད་པ་འདི་ཡིན་ཞིང་། ཉམས་ལེན་འདིའི་ཆ་ཤས་སུ་གཞན་ལ་བཙེ་བཀྱར་དང་། གང་དུ་འོས་འཚམ་ཡིན་པ་
དེར་བསྟོད་པ་བྱས་ནས་སེམས་ཤུགས་སྟེལ་བ་སོགས་ཀྱི་གོ་སྐབས་ཐམས་ཅད་དམ་འཛིན་བྱས་ན་པན་ཐོགས་ཆེ།
གལ་ཏེ་སོ་སོའི་བསྟོད་པ་དེ་སེམས་གཏོང་ནས་ཡོང་གི་མེད་པ་དང་། ཡང་ན་དེས་པ་རོལ་པོར་སྟོམ་སེམས་བསྐྱེད་

པར་སྒྲུལ་ན། དེ་ལྟར་མ་བྱས་ན་ལེགས་ཤིང་། གཞན་གྱིས་ང་ཚོར་བསྟོད་པ་བྱེད་སྐབས། དེ་ནི་ང་རྒྱལ་དང་ཁེངས་
དྲེགས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་དུ་འགོ་བཙུག་པར། རང་གི་ཡོན་ཏན་ལ་རྩིས་སུ་ཡི་རང་བྱེད་པའི་གཞན་གྱི་བྱ་སྟོད་ནང་
སྤྱོད་གཏོང་གནང་ཡོད་པ་ང་ཚོས་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཐུབ་དགོས།

གཞན་གྱི་ཚོར་བ་སྤང་མེད་དུ་བཏང་བ་དང་། ཡང་ན་སོ་སོའི་ཁེ་ཕན་དང་འདྲི་བའི་ཆེད་དུ་གཞན་གྱི་
བདེ་བ་དོར་བ་ལྟ་བུའི་ཐོག་ནས་རང་ཉིད་ལ་ཡིད་མི་བདེ་བའི་ཚོར་བ་འབྱུང་གི་ཡོད་པ་ལས་གྲོལ་བར། ང་ཚོས་
འགྲོད་སེམས་དང་འགྲོད་བཤགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་ཤིག་བསྐྱེད་ན་ཕན་ཐོགས་ཆེ་རྒྱུ་རེད། འོན་ཀྱང་། འདིར་སྒྲོག་པ་
པོ་ཚོས་ངོས་གྱིས་རང་གི་རྒྱབ་སྟོགས་པའི་སྟོགས་པོ་མང་པོ་ཞིག་གིས་སྤང་གི་ཡོད་པའི་འགྲོད་གདུང་དེ་ལེགས་
ཚུལ་འཆད་བཞིན་ཡོད་པར་བསམ་མི་རུང་། བོད་སྐད་དུ་དབྱེན་ཡིག་གི་ཆོག་ ‘guilt’ ཞེས་པ་འདི་ལ་སྐད་དོད་
ཏག་ཏག་ཅིག་མེད་པར་སྤང་བ་དང་། ཆོག་འདི་ནི་རྒྱབ་སྟོངས་ཀྱི་རིག་གཞུང་དང་འབྲེལ་ཆེ་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་
དེའི་ནང་དོན་ཆ་ཆང་བ་རྟོགས་ཡོད་སྟེ་པའི་གདེང་ཚད་ཅིག་ངོས་ལ་མེད་རུང་། བྱས་ཚར་བའི་བྱ་སྟོད་ངན་པ་
དང་འབྲེལ་བའི་སྟོ་ནས་སེམས་ཚོར་མི་བདེ་བ་ཞིག་སྐྱེ་བ་ནི་ཚོས་ཉིད་ལྟ་བུ་ཡིན་པར་སྤང་ཡང་། མཚམས་རེར་
སེམས་ཚོར་དེ་འགྲོད་གདུང་གི་ངོ་བོར་འགྱུར་བ་ནི་རང་གི་སྟོ་རྒྱལ་དུ་བཏང་བའི་རྟགས་ཤིག་ཡིན་ཞིང་། ང་
ཚོ་གཟུང་རོ་ལྟ་བུར་འགྱུར་རག་བར་དུ་འདས་ཟེན་པའི་འཆོ་བའི་བྱ་སྟོད་ཀྱི་ཐོག་ལ་གཏོང་འགྲོད་ཀྱིས་བསམ་སྟོ་
གཏོང་བ་འདི་ལ་དོན་སྤྱིང་ཅི་ཡང་མེད་པར་སྒྲུལ། གལ་ཏེ་རང་ཉིད་འཛིན་ཏེན་བཀོད་པ་པོ་ལ་དང་བ་བྱེད་
མཁན་ཞིག་ཡིན་ན། རང་གི་སྐྱབས་གནས་དང་བར་འདུམ་བྱེད་ཐབས་ཤིག་བཙུལ་དགོས་ཤིང་། རང་པའི་སྟོལ་
རྒྱན་ལ་མཚན་ན། ཕྱིར་བཙོས་ཀྱི་ཆོག་དང་ཉམས་ལེན་སྟོ་ཆོགས་ཤིག་ཡོད།

འོན་ཀྱང་། རང་ཉིད་ལ་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་དད་པ་ཅི་ཡང་མེད་ན། འདས་པའི་སྟོད་ངན་དང་འབྲེལ་བའི་
ཚོར་བ་ཡིད་མི་བདེ་བ་རྣམས་ཤེས་པར་བྱས་ནས་ངོས་ལེན་བྱེད་བཞིན། མི་དགེ་བའི་ལས་དེར་འགྲོད་བཤགས་ཀྱི་
འདུ་ཤེས་ཤིག་བསྐྱེད་དགོས། དེ་ལྟར་ནའང་། འགྲོད་བཤགས་བྱེད་པ་ཙམ་གྱི་མཚམས་སུ་འཛོག་པ་ལས། སེམས་
ཚོར་འདི་ཆེད་སེམས་ཀྱི་གཞི་བུ་བཀོལ་ནས་གཞན་ལ་ནམ་ཡང་འཆོ་བ་མི་བྱེད་པའི་སྟོ་ཐག་དང་། རང་གི་བྱ་
སྟོད་གཞན་གྱི་བདེ་བའི་དོན་དུ་འབྲུག་པའི་གཞན་སེམས་སོགས་བསྐྱེད་རྒྱ་གལ་ཆེ་ཞིང་། ད་དུང་སོ་སོའི་ལས་མི་
དགེ་བ་རྣམས་ཡིད་ཆེས་དང་བརྩེ་འཛོག་བྱེད་སའི་མི་ཞིག་ལ་དྲང་པོར་བརྟེན་ན་ཤིན་ཏུ་ཕན་པ་ཆེན་པོ་འབྱུང་
གི་ཡོད། འདི་དག་ལས་ཀྱང་གལ་ཆེ་བ་ཞིག་ནི། ང་ཚོས་ཇི་སྟེད་གཞན་སེམས་བསྐྱེད་པའི་རུས་པ་ལ་གཅེས་སྟོང་
བྱས་ན། དེ་སྟེད་བར་དུ་ཡིད་འགྱུར་གྱི་རུས་པ་འང་ང་ཚོར་ཡོད་པ་དྲན་པར་བྱེད་རྒྱུ་འདི་ཡིན། ང་ཚོས་རང་གིས་
བྱས་པའི་མི་དགེ་བའི་བྱ་བ་ཚབས་ཆེན་ཡིན་པ་སེམས་ཁོང་དུ་ངོས་ལེན་བྱས་ནས། འགྲོད་གདུང་གི་ཚོར་བ་དེར་
གདོང་ལེན་བྱེད་དགོས་པ་ལས། རེ་བ་ཐམས་ཅད་བརྟགས་ནས་ཅི་ཡང་མ་བྱས་ན་འགྲིག་གི་མེད་པ་དང་། འདིས་
སེམས་ཀྱི་ལྷག་བསྐྱེད་ཆེ་བུ་གཏོང་ངེས་རེད།

བོད་ཀྱི་གཏམ་དཔེ་ཞིག་སྟེ། དགེ་བ་སྐྱབས་པ་བོང་བུ་ཞིག་རི་ངོས་ཡར་འདེད་པ་དང་འདྲ་ལ། མི་དགེ་
བའི་ལས་བྱེད་པ་ཐུར་དུ་རྩོལ་བ་ལྟ་བུ་ཡིན། དེ་མཚུངས་ཉོན་མོངས་ནི་ཆར་བ་བཞིན་ཐོལ་བྱུང་དུ་སྐྱེས་ནས་
སའི་གོ་ལའི་འཐེན་ཤུགས་ཀྱི་རྩིས་སུ་བཞུར་བའི་རྒྱ་བོ་ལྟར་སྟོབས་ཤུགས་རྒྱས་པའི་བཤད་སྟོལ་ཡང་ཡོད། ང་ཚོའི་
ལྷག་བསྐྱེད་ཆེ་བུ་འགྲོ་བའི་རྒྱ་རྒྱུན་གཅིག་ནི། ཉོན་མོངས་པའི་དབང་དུ་འགྲོ་མི་རུང་བ་ང་ཚོས་རྟོགས་བཞིན་དུ་
དེ་ཚོའི་རྩིས་སུ་འགྲོ་བ་འདི་ཡིན་ཞིང་། དེའི་ཕྱིར་བྱབ་ཚུང་དོན་མེད་ཀྱི་བྱ་བའི་ངང་དུས་འདས་ནས་དོན་སྤྱིང་

ཅན་བསྐྱབ་པར་བྱེད་འགྲུངས་བྱེད་པ་མཚམས་འཇོག་དགོས་པ་དང་། རང་གི་སྒོ་ལ་བཅས་བསྐྱར་གཏོང་བ་ནི།
དཀའ་ཆོག་ཆེ་བྱུང་པའི་ལས་དོན་ཞིག་ཡིན་པ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་བྱེད་འགྲུངས་དང་གཡོལ་ཐབས་བྱེད་པ་
སོགས་ཀྱི་ང་ཚོའི་གོམས་གཤིས་དང་བག་ཆགས་ཀྱི་འཕེལ་ཕྱོགས་དེ་ཆར་གཅོད་བྱེད་དགོས། ལྷག་པར་དུ་ཆད་
མེད་པའི་གཞན་གྱི་ལྷག་བསྐྱེད་ནི་རང་གི་ལས་དོན་བྱེད་འགྲུངས་བྱེད་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་ཞིག་དུ་འཛིན་མི་རུང་ཞིང་།
སེམས་ཅན་ས་ཡ་མང་པོའི་དཀའ་ལྷག་ནི་རང་གི་ལྷག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ལས་སྤྱོད་རྒྱུ་ཞིག་དུ་མཐོང་དགོས།

ད་དུང་ང་ཚོས་བྱ་བ་ཞིག་བྱེད་དགོས་ཀྱང་མ་བྱས་པ་དེའང་མི་དགེ་བའི་ལས་ཤིག་ཡིན་པ་དེས་པར་དུ་
ངོས་འཛིན་བྱེད་དགོས་ཏེ། ཁོང་སྤྱོད་དང་། གཞོད་སེམས། ཡང་ན་ཕྱག་དྲིན་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུ་ཁྱིམ་བྱ་བ་ཞིག་མ་
བྱས་པ་ཡིན་ན། སེམས་པའི་གཏོང་གི་ཀུན་སྤོང་ནི་ཉོན་མོངས་པའི་སྒོ་ཞིག་ཡིན། འདི་ནི་བྱ་བ་དཀྱུས་མ་ཞིག་ལ་
མཚོན་ན་བདེན་པ་ཡིན་པ་ཐེ་བཞིན། སྤྱི་མང་རྒྱུ་འཛིང་ཆེ་བའི་གནས་སྤངས་ལའང་གཅིག་མཚུངས་ཤིག་ཡིན།
གལ་ཏེ་སྤྱོད་གས་རང་གི་རྒྱུང་མ་བསྐྱེད་ན་བསམ་པའི་ཀུན་སྤོང་ཞིག་བཟུང་སྟེ། རྒྱུང་མས་ལག་དུ་ལེན་གྲབས་བྱེད་
པའི་སྤྱི་མ་ཆ་བོ་ཡིན་པ་ཁོ་མོར་ཉོན་བརྒྱུ་མ་བརྒྱབས་ན། ཀུན་སྤོང་དེ་ནི་མི་དགེ་བ་ཞིག་ཡིན། འདི་ལས་ཐོག་སྟེ།
བྱེད་དགོས་པའི་བྱ་བ་མ་བྱས་པ་ནི་ལེ་ལོའི་དབང་གིས་གཙོ་བོར་བྱུང་བ་ཡིན་ན། གང་ཟག་དེའི་སྒོ་ལ་ཉོན་མོངས་
པས་དེ་ཙམ་ཤུགས་ཆེན་པོར་བསྐྱབས་མེད་པ་དང་། ཉོན་མོངས་པ་གཙོ་བོ་མ་ཡིན་པར་སྤྱོད་རྒྱུ་མེད་པའི་རྒྱུ་
གྱིས་དེ་ལྟར་བྱུང་བ་ཡིན་རུང་། མཚུག་འབྲས་ནི་ད་དུང་ཡང་ཉ་ཅང་ཆབས་ཆེན་ཞིག་ཡིན་ཆོག་དེ་བས་ན་ཉོན་
མོངས་པའི་སེམས་བྱུང་ལ་བྱིན་པའི་རང་གི་ཡ་ལན་ལ་བཀག་སྡོམ་བྱེད་པའི་ཆོད་སེམས་བརྟན་པོ་ཞིག་ཡོད་
དགོས་པ་ཐེ་བཞིན། ལེ་ལོའི་དབང་དུ་འགྲོ་བའི་ང་ཚོའི་གོམས་གཤིས་ལས་རྒྱལ་བའི་སྒོ་ཐག་ཀྱང་གཅིག་མཚུངས་
ཤིག་ཡོད་དགོས་པ་གལ་ཆེན་ཡིན།

འདི་ནི་དཀའ་ཆོག་མེད་པའི་ལས་དོན་ཞིག་མིན་ཞིང་། ཆོས་ལུགས་ལ་དད་པ་ཡོད་པའི་མི་ཚོས་རྟོགས་
དགོས་པ་ཞིག་སྟེ། ཡིད་འགྱུར་ནི་སྐད་ཅིག་ཉིད་ལ་བསྐྱེད་པའི་བྱིན་རྒྱབས་དང་དབང་ལུང་མན་ངག་མེད་པར་མ་
ཟད། རྒྱ་འབྱུལ་དང་གསང་བའི་རྒྱུ་ཐབས་དང་། ཡང་ན་གཟུངས་སྐྱགས་དང་ཆོ་ག་སོགས་ཀྱང་མེད་པ་ཡིན།
ཡིད་འགྱུར་ནི་སོ་ཕག་རེ་རེ་བརྟེན་ནས་ཁང་པ་ཞིག་བཞེངས་པ་དང་། ཡང་ན་བོད་པའི་བཤད་སྲོལ་ལ་ཐེགས་
པ་བསགས་པའི་རྒྱ་མཚོ་ཐེ་བཞིན་རིམ་པས་འབྱུང་དགོས་ཤིང་། ཉོན་མོངས་པའི་སེམས་ཆོར་ནི་ན་བ་དང་ཆ་བ་
དང་ཟད་པ་སོགས་ཀྱི་དབང་དུ་འགྲོ་བའི་ང་ཚོའི་ལུས་པོ་དང་མ་འདྲ་བར་ཆས་རྒྱ་མེད་པས། དེ་ཆོར་སྒོལ་འཛིང་
དང་གཏོང་ལེན་བྱེད་པ་ནི་སོ་སོའི་མི་ཆོ་སྤྱི་པོའི་འཐབ་རྩོད་ཅིག་ཡིན་པ་ང་ཚོས་ཤིས་རྒྱ་གལ་ཆེ། ལྷོག་པ་པོ་
ཆོས་ངོས་ཀྱིས་འདྲིར་སྤྱོད་གི་ཡོད་པ་ནི། གོ་རྟོགས་དང་ཤིས་རྟོགས་མང་དུ་བཅའ་དགོས་པ་ཙམ་ཡིན་པར་བསམ་
ནའང་མི་འགྲིག་པ་དང་། ཐ་ན་གོ་རྟོགས་དང་ཤིས་རྟོགས་དེ་ལྟ་བུ་ལས་འབྱུང་རུང་བའི་ཡིད་ཆེས་དེ་ཐེ་བརྟན་
དུ་གཏོང་བའི་གནད་དོན་ཞིག་ཀྱང་མིན། ང་ཚོས་འདྲིར་སྤྱོད་བཞིན་པ་ནི། དུན་རིང་གི་ཉམས་ལེན་དང་གོམས་
འདྲིས་ལ་བརྟེན་ནས་དགེ་སེམས་རྩོལ་མེད་རང་ཤུགས་ཀྱིས་འབྱུང་བར་བྱེད་རྒྱུ་འདི་ཡིན་ཞིང་། ང་ཚོས་གཞན་གྱི་
བདེ་ལྷག་ལ་ཁུར་ཅི་ཙམ་སྤངས་ན། དེ་ཙམ་གྱིས་ང་ཚོས་གཞན་གྱི་བདེ་བ་དོན་དུ་གཉེར་བ་ཆོགས་མེད་དུ་འགྲོ་བ་
དང་། དགོས་པའི་བརྩོན་འགྲུས་ལ་ང་ཚོས་ཅི་ཙམ་གོམས་འདྲིས་བྱས་ན། དེ་རྒྱུ་སྤྱོད་པའི་དཀའ་ཆོག་ཐེ་བརྟན་
དུ་སོང་ནས་མཐར་རང་གི་རང་བཞིན་གཉིས་པ་ལྟ་བུར་འགྱུར་བ་ལས། ཡིད་འགྱུར་ལ་རྒྱུར་ལམ་ཞིག་མེད་པ་
ཡིན།

དགེ་བ་འཛེལ་སྒྱུ་གི་ལས་ལ་འཇུག་པ་ནི་སྤྱ་གྲུ་ཞིག་སྐྱེད་མེད་བྱེད་པ་དང་འདྲ་ཞིང་། རྒྱ་རྒྱུ་མང་པོ་
ཞིག་དེའི་ནང་དུ་འདུས་ཡོད། ང་ཚོས་རང་གི་གོམས་གཤིས་དང་གཤིས་རྒྱུད་ལ་ལེགས་བཅས་བྱེད་པའི་ལས་གཞི་
འདིའི་ནང་། ལྷག་དུ་ཐོག་མའི་སྐབས་སུ་སྒོ་གྲོས་དང་ཐབས་ལ་མཁས་པར་བྱེད་དགོས་པ་དང་། ང་ཚོས་ད་དུང་
རང་གིས་ཅི་ཞིག་སྒྱུ་བྱུ་བའི་རེ་འདོད་ཀྱི་ཕྱོགས་ལ་འང་དངོས་ཡོད་དང་མཐུན་པའི་ལྷ་སྒྲུངས་ཤིག་འཛིན་
དགོས། ད་ལྟ་རང་ཉིད་ལ་ཡོད་པའི་གཤིས་རྒྱུད་ནི་དུས་ཡུན་རིང་པོ་ཞིག་ལ་གྲུབ་པ་ཡིན་པས། རང་གི་གོམས་
གཤིས་དེ་ཞག་གཅིག་གི་རིང་ལ་བསྒྱུར་མི་ཐུབ། ང་ཚོ་རིམ་གྱིས་མདུན་དུ་སྦྱོད་པ་དང་། སོ་སོའི་གཟིགས་རྒྱུ་
རིང་དུ་བཏང་ན་ལེགས། འཛིན་གྲུ་དང་པོ་ཡིན་པའི་སྤྱ་གྲུའི་མདུན་སྦྱོད་དེ་སྒྲོབ་མཐར་བྱིན་པ་ཞིག་དང་བསྒྱུར་
ནས་དབྱེད་ན་སྐྱོན་ཉགས་ཡིན་པ་བཞིན། སྒྲ་ན་མེད་པའི་ཚད་གཞིའི་ཐོག་ནས་རང་གི་སྦྱོད་པ་ལ་ཚད་འཇལ་
བྱེད་པའང་ནོར་འཁྲལ་ཞིག་ཡིན། དེའི་ཕྱིར་ཡུན་ཐུང་ཞིག་ལ་དུར་བཅོན་ཆེན་པོ་བྱེད་པ་དང་དེ་ནས་སྦྱོད་པ་
ལས། ཡིད་འགྱུར་གྱི་དོན་དུ་འབད་བཅོན་བྱེད་པ་ནི། ཉག་དུ་འབབ་རྒྱུ་གཅིག་པའི་ཆུ་པོ་བཞིན་ཚད་གཞི་
མ་ཉམ་པ་ཞིག་དགོས།

མི་ཚེ་ཉིལ་པོར་བསྒྱུ་བ་དགོས་པའི་ཡིད་འགྱུར་གྱི་ལས་དོན་འདི་རྒྱུན་འཁྱོངས་བྱེད་པར་ཕན་ཐབས་ཆེ་
བའི་བྱེད་ཐབས་གཅིག་ནི། སོ་སོའི་མདུན་སྦྱོད་དང་བསྒྱུར་འགྱུར་བྱེད་ཅུང་བའི་ཉིན་རེའི་ཉམས་ལེན་ཞིག་རྩ་
འཇུགས་བྱེད་རྒྱ་དེ་ཡིན། འདི་ནི་སྤྱིར་ཚོས་ལྷགས་ཁག་གིས་སྤེལ་བའི་དགེ་བ་སྒྱུ་བ་སྒྲུངས་ཤིག་ཡིན་ཡང་། ཚོས་
ལྷགས་ལ་དད་པ་མེད་མཁན་ཚོས་ལོ་སྟོང་ཤུག་མང་པོའི་རིང་འགོ་བ་མའི་རིགས་ལ་ཕན་བདེ་སྒྱུ་བའི་ཚོས་
ལྷགས་ཀྱི་བྱེད་ཐབས་དང་ལྟ་བུ་ལ་ཁག་ཅིག་བཀོལ་སྦྱོད་བྱེད་མི་ཚོག་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡང་མེད། ཞོགས་པར་གཉིད་
ལས་སད་མ་ཐག་དུ་སོ་སོའི་དགེ་སྦྱོད་ཀྱི་རིན་ཐང་གི་ཐོག་ལ་སྐར་མ་འགའི་རིང་བསམ་གཞིག་བྱས་ཏེ། གཞན་གྱི་
བདེ་སྒྱུ་ཁུར་དུ་ལེན་པའི་གཞན་སེམས་རང་གི་གོམས་གཤིས་ཤིག་དུ་འཇགས་པར་བྱེད་པ་ནི། ཚོས་ལྷགས་ལ་
དད་པ་ཡོད་མེད་ལ་མ་སྟོས་པར་ཉིན་དེ་འགོ་འཇུགས་སྒྲུངས་བཟང་པོ་ཞིག་ཡིན། དེ་མཚུངས་ཉིན་རེའི་མཇུག་དུ་
ཡིད་འགྱུར་གྱི་ལས་དོན་འདིའི་ཕྱོགས་ནས་ལམ་སྟོང་ཅི་ཞིག་བྱུང་ཡོད་པར་བསྐྱར་ཞིབ་བྱེད་ཅུ་ཞིག་བྱེད་པ་ནི།
ཉིན་དེ་མཇུག་བསྐྱེལ་སྒྲུངས་ལེགས་པོ་ཞིག་ཡིན། ཉམས་ལེན་གྱི་སྒྲིག་གཞི་འདི་ལྟ་བུ་ལ་རང་གཅེས་འཛིན་གྱི་སྦྱོད་
པར་མི་འཇུག་པའི་ང་ཚོའི་ཚད་སེམས་དེ་སྤྱ་བཏྲན་དུ་གཏོང་བའི་ཕན་ཐོགས་རྒྱ་ཆེན་ཞིག་ཡོད།

བསམ་ཚུལ་འདི་དག་ནི། དག་ཞིང་ངམ་སྤང་འདས་མ་ཡིན་པར་འགོ་བ་མའི་བདེ་སྦྱོད་འཛེལ་མཁན་གྱི་
སྒོག་པ་པོ་ཚོར་རྟོག་དྲ་ཆེ་ཞིང་སྒྱུ་བ་དཀའ་བ་ཞིག་དུ་སྤྲང་ན། ང་ཚོའི་འཛོལ་བའི་ནང་དུ་ཡིད་ཆོས་གྱི་བདེ་བ་ཆེ་
ཤོས་ནི། གཞན་སེམས་ཀྱིས་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་པའི་བྱ་སྦྱོད་ལས་འབྱུང་གི་ཡོད་པ་རང་ཉིད་ལ་དྲན་གསོ་བྱས་
ན་འང་ཕན་ཐོགས་ཆེ་བ་དང་། ད་དུང་ང་ཚོས་རང་ཉིད་ལ་གནས་རིམ་ཟབ་མོ་ཞིག་ནས་དྲན་གསོ་གཞན་ཞིག་
བཏང་ཆོ། འགོ་བ་མའི་རིགས་ཀྱི་འཚོ་གནས་དང་འབྲེལ་བའི་རྩ་བའི་དྲི་བ་སྟེ། རྒྱ་མཚན་ཅིའི་ཕྱིར་ང་ཚོ་འཇིག་
རྟེན་འདྲིར་ཡོང་བ་དང་། འདི་ནས་གང་ཞིག་དུ་འགོ་དགོས་མིན། འཇིག་རྟེན་ལ་ཐོག་མ་ཞིག་ཡོད་མེད་ལྟ་བུའི་
གནད་དོན་ལ་གྲུབ་མཐའི་སྟོབས་རྒྱུན་མ་འདྲ་བའི་ནང་ལན་ཡང་ཐ་དད་པ་རེ་ཡོད་ཀྱང་། སྤྱིན་གཏོང་གི་སེམས་པ་
ཆེ་བའི་དགེ་བའི་བྱ་སྦྱོད་ཀྱིས་སྤར་ལས་སྤྱག་པའི་ཞི་བདེ་བསྐྱུན་གྱི་ཡོད་པ་ནི། རང་སྟོབས་ཀྱིས་གྲུབ་པའི་བདེན་
པ་ཞིག་ཡིན་ལ། མི་དགེ་བའི་བྱ་སྦྱོད་ཀྱིས་མི་འདོད་པའི་མཇུག་འབྲས་བསྐྱུན་གྱི་ཡོད་པའང་གཅིག་མཚུངས་སུ་
གསལ་པོ་ཡིན། བདེ་བ་ནི་དགེ་བའི་རྒྱ་རྒྱུ་ལས་འབྱུང་བ་དང་། གལ་ཏེ་ང་ཚོས་དོན་དངོས་སུ་བདེ་བ་འདོད་ཀྱི་

ཡོད་ན། བདེ་བ་དེ་འཚོལ་སྟེག་བྱེད་པར་དགེ་བ་ཁོ་ན་བརྒྱད་ནས་བྱེད་དགོས་པ་དང་། འདི་ལས་གཞན་པའི་
བདེ་བ་རྒྱབ་ཐབས་ཤིག་མེད་ལ། བདེ་བའི་རྩ་བ་ཡིན་པའི་དགེ་བ་འཚོལ་རྒྱབ་ཀྱི་རྟེན་གཞི་ནི། གང་དོར་གྱི་སྒྲིག་
ཁྲིམས་ཡིན།

ལེའུ་བརྒྱད་པ།
སྙིང་རྩེས་ཀྱི་ནུས་བསྐྱེད་པའི་བཟང་སྤྱོད།

འཛམ་གླིང་གི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་སྔོན་རྒྱུ་ཆེན་པོ་ཆོང་མས་བྱམས་པ་དང་སྙིང་རྩེ་གོང་སྤེལ་བྱེད་པ་གལ་
ཆེན་པོར་འཛིན་པ་དོས་ཀྱིས་གོང་དུ་བརྗོད་ཡོད། རྣང་པའི་ལྷ་སྒྲུབ་ཀྱི་གཞུང་ལུགས་ནང་། སྙིང་རྩེ་ལ་གནས་རིམ་
འདྲ་མཉན་ཞིག་ཡོད་པར་བརྗོད་གནང་བ་དང་། ཅ་བའི་གནས་རིམ་དུ་སྙིང་རྩེ་ནི་གཞན་གྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ནང་
ཞུགས་ཤིང་། ཆོད་གཞི་ངེས་ཅན་ཞིག་ལ་སྤྱུག་བསྐྱེད་དེ་མཉམ་སྦྱོད་བྱེད་པའི་ང་ཆོའི་རུས་པ་སྟེ། གདུང་སེམས་
མཉམ་བསྐྱེད་ཀྱི་ངོ་བོ་ནས་གཙོ་བོར་རྟོགས་ཀྱི་ཡོད། འོན་ཀྱང་། རྣང་པ་དང་། གཅིག་བྱས་ན་ཆོས་ལུགས་གཞན་
ཀྱི་རྩེ་འབྲང་བ་ཆོས་ཀྱང་ཡིད་ཆེས་བྱེད་ཚུལ་ལ། གདུང་སེམས་མཉམ་བསྐྱེད་ཀྱི་རུས་པ་དེ་གོང་འཕེལ་དུ་བཏང་
ན། སྙིང་རྩེ་ནི་ཚོལ་མེད་དུ་འབྱུང་བར་མ་ཟད། བྱིའི་རྒྱུ་ལ་སྟོས་མི་དགོས་ཤིང་རིས་སུ་མ་ཆད་པར་ཡོངས་ལ་
བྱུང་བའི་གནས་རིམ་ཞིག་དུ་སྟོབ་ཐུབ་པ་སྟེ། རང་ལ་འཆོ་བ་བྱེད་མཁན་ཚུད་པའི་སེམས་ཅན་གཞན་ཆོང་མར་
འབྲེལ་ཐག་ཤིན་དུ་ཉེ་བའི་ཆོར་བ་འབྱུང་གི་ཡོད། འདི་ནི་རྣང་པའི་བསྐྱེད་བཅོས་རྣམས་སུ་སོ་སོའི་སྤྱུ་གུ་ཁོ་ནར་
བཅངས་པའི་ཨ་མའི་བརྩེ་བ་དང་འདྲ་མཚུངས་ཡིན་པར་གསུངས་ཡོད།

དེ་ལྟར་ནའང་། སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱེད་པའི་མཉམ་བཞག་གི་འདུ་ཤེས་འདི་ནི་བསྐྱེད་བྱ་
མཐར་ཐུག་ཅིག་མ་ཡིན་པར། ད་དུང་བྱམས་སེམས་རྒྱ་ཆེན་གཞན་ཞིག་གི་གནས་རིམ་ལ་སྦྱོད་བྱེད་ཀྱི་མཆོང་
སྟེགས་ཤིག་དུ་དོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། གདུང་སེམས་མཉམ་བསྐྱེད་ཀྱི་རུས་པ་ནི་ལྷན་སྐྱེས་ཡིན་པ་དང་། རིགས་
པ་འདྲེན་པའི་རུས་པ་འང་ལྷན་སྐྱེས་ཡིན་ཞིང་། སྙིང་རྩེ་ཡང་ཤེས་པ་འཕམ་སྟོའི་རང་བཞིན་ཡིན། དེར་བརྟེན་སྙིང་
རྩེ་གོང་འཕེལ་དུ་འགྲོ་བའི་རུས་པ་ནི། བརྟན་ཞིང་བར་ཆད་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ལས། བསྐྱེད་ན་ཟད་འགྲོ་བའི་
ཚུ་ལྟ་བུའི་ཐོན་ཁུངས་ཤིག་མིན། སྙིང་རྩེའི་རུས་པ་འདི་ལ་ང་ཆོའི་ལུས་པོའི་བྱ་འགུལ་གྱི་དོས་ནས་འབྲེལ་བརྗོད་
བྱེད་ཅུང་ཡང་། སྦྱོང་བརྟན་བྱས་ནས་མཐར་ཐུག་གི་ཆོད་གཞི་ལ་བསྟོབ་རྒྱ་ཡོད་པའི་མཆོང་སྤོང་ལྟ་བུའི་བྱ་
འགུལ་དང་ཐ་དད་པ་ཡིན། རང་གི་སྟོ་སྟོ་ཡོངས་སུ་བྱེས་ནས་གཞན་གྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་བའི་ཕྱོགས་ལ་ཆོར་ཤེས་ཆེ་རུ་
བཏང་ན། གཞན་གྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་སྤྱོད་མོ་ཞིག་གིས་ཀྱང་གཞན་དོན་དོན་གཉེར་གྱི་འདུ་ཤེས་དྲག་པོ་ཞིག་བསྐྱེད་པའི་
ཆོད་གཞི་ཞིག་དུ་སྙིང་རྩེ་དར་སྤེལ་བྱེད་ཆོག་པར་འདོད་ཀྱི་ཡོད། སྙིང་རྩེ་རྒྱུད་ལ་འཁྱུངས་ཡོད་མཁན་ཆོས་
གཞན་དོན་དོན་གཉེར་གྱི་སྟོ་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྱུག་བསྐྱེད་དང་། སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་གཉིས་
ལས་གྲོལ་བར་དཀའ་སྤྱད་སྟོས་བཏང་གིས་འགྲོ་དོན་མཛད་ཀྱི་ཡོད། བསྐྱེད་བྱ་མཐར་ཐུག་གི་གནས་རིམ་འདི་ལ་
བོད་རྒྱུད་དུ་སྙིང་རྩེ་ཆེན་པོ་ཟེར།

བཟང་སྤྱོད་དང་ཐུན་པའི་སྟོ་ནས་འཆོ་བ་དགེ་བ་ཞིག་བསྐྱེད་པ་ལ་མི་ཆོང་མར་ཆོས་ཀྱི་ཉམས་རྟོགས་
ཆོད་མཐོ་བོ་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་ངེས་པར་དུ་འཐོབ་དགོས་ཚུལ་དོས་ཀྱིས་བརྗོད་ཀྱི་མེད། སྙིང་རྩེ་ཆེན་པོ་ལ་འབྲེལ་
བརྗོད་བྱེད་དོན་ནི། སྙིང་རྩེ་ཆེན་པོ་འདི་དགེ་སྤྱོད་ཀྱི་སྟོན་འགྲོའི་ཆ་རྒྱུན་ཞིག་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་མ་ཡིན་
པར། སྙིང་རྩེའི་རིགས་པ་འདི་ཆོད་མཐོ་ཤོས་སུ་བཞག་ན། སེམས་བྱགས་སྟོབས་ཆེན་ཞིག་འབྱུང་ཐུབ་པར་སྟམ་

པས་ཡིན། ང་ཚོས་རང་གི་མངོན་འདོད་རྒྱན་འབྱེད་སྤྱད་ནས་སྤྱི་ཇེ་ཆེན་པོ་ཡིད་སྤོང་གི་ཡུལ་ཞིག་ཏུ་བསྐྱུང་
ན། དེས་སོ་སོའི་ལྷ་སྒྲངས་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་ཤུགས་རྒྱན་ཆེན་པོ་ཞིག་ཐེབས་པར་མ་ཟད། རང་དང་གཅིག་
མཚུངས་སུ་གཞན་གྱིས་བདེ་བ་འདོད་པ་དང་སྤྱད་བསྐྱེད་མི་འདོད་པའི་ངོས་འཛིན་དུས་མ་དེ་གཞི་ཅུ་བསྐྱུང་
ནས་ཕྱགས་ཞེན་དང་རང་གཅིས་འཛིན་ལ་རྟག་ཏུ་ཁ་གཏད་བྱེད་དགོས་པའི་དྲན་སྐུལ་ཡང་གཏོང་གི་རེད། ད་
དུང་ང་ཚོས་རང་དང་ཉེ་བ་ཚོ་ཁོ་ནར་བཟང་སྤྱོད་བསྟན་ན། འབྲེལ་ཐག་དེའི་ཕྱི་རོལ་ཏུ་ཡོད་མཁན་ཆོའི་ཕྱགས་
ལ་ང་ཚོས་འགན་མི་ཁྱར་བའི་ཉེན་ཁ་འབྱུང་བ་དང་། རང་ལ་ཅི་ཞིག་འཐོབ་པར་སྐྱམ་ནས་གཞན་ལ་སྤྱིན་གཏོང་
དང་སེམས་བཟང་བྱས་ན་འཐོབ་བྱ་ཉ་ལམ་ཅི་ཡང་མེད་པ་དང་། རང་མཐོང་ཆེ་ཅུ་གཏོང་བའི་འདོད་པས་ཀྱང་
ནས་བསྐྱངས་པའི་བྱ་སྤྱོད་ནི། ཕྱི་ཚུལ་ལ་སེམས་བཟང་གི་རྣམ་པ་ཇི་འདྲ་ཞིག་ཡོད་ཅུང་། ད་དུང་རང་གཅིས་
འཛིན་གྱི་ཉན་མོངས་པ་ཡིན་པ་དང་། རང་དང་འབྲེལ་ཐག་ཉེ་བའི་མི་ཚོར་སྤྱིན་གཏོང་གི་བྱ་བ་བྱེད་པ་དམིགས་
བསལ་ཅི་ཡང་མེན་པ་བཅས་ཀྱང་ང་ཚོར་དྲན་སྐུལ་གཏོང་གི་རེད། དེ་མཚུངས་སྤང་དོར་གྱི་རྒྱབ་རྟེན་ལ་གྲོགས་
པོ་དང་། བྱིས་མི་ཆོའི་ཕྱགས་སུ་རང་བཞིན་གྱིས་གཅིས་པའི་ཕྱགས་སྤང་གི་ཚོར་ཤེས་དེ་བཞག་ན། ཤིན་ཏུ་བརྟན་
པོ་མེད་པའང་ང་ཚོས་ཡིད་སྤོང་དེར་བརྟེན་ནས་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཐུབ།

རྒྱ་མཚན་ཅིའི་ཕྱིར་དེ་ལྷར་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། འབྲེལ་ཐག་ཉེ་བའི་མི་རྣམས་སོ་སོའི་རེ་འདུན་དང་ཇི་སྤྱིད་
མ་འགལ་བ་དེ་སྤྱིད་བར་དུ་ཡོད་ཆད་འགྲིག་པ་ཞིག་ཡིན་ཡང་། དེ་ལྷར་མ་བྱུང་ན་དེ་རིང་སྤྱི་བྱི་གྲོགས་པོ་
ཞིག་ཡིན་ཅུང་། སང་ཉེན་སོ་སོའི་དག་ཡར་འཁྱུར་བའི་གནས་སྤངས་ཀྱང་འབྱུང་གི་ཡོད། ང་ཚོས་གོང་དུ་མཐོང་
གསལ་ལྟར། ཐ་ན་སོ་སོའི་གྲོགས་པོ་ཉེ་བོ་ཞིག་ཡིན་ཡང་། རང་ཉིད་ཀྱིས་གཅིས་པའི་རེ་འདོད་འགྲུབ་པར་འགོག་
རྒྱུ་བྱས་ན། གྲོགས་པོ་དེར་སྤྱོད་པ་ངན་པ་སྟོན་པའི་གོམས་གཤིས་ཤིག་ང་ཚོར་ཡོད། འོན་ཀྱང་། སྤྱི་ཇེ་དང་།
ཕན་ཚུན་བརྩེ་བཀུར་གྱིས་རང་ཉིད་གཞན་དག་དང་འབྲེལ་སྤངས་ལ་རྟེན་གཞི་བརྟན་པོ་ཞིག་མཁོ་འདོན་བྱེད་གྱི་
ཡོད། གལ་ཏེ་རང་གི་བརྩེ་དུང་ནི་མཛོས་སྤྱད་ལྷ་བྱའི་ཕྱི་ཚུལ་གྱི་རྣམ་པ་ལ་གཙོ་བོར་བརྟེན་ནས་བྱུང་ན། ཕ་རོལ་
པོར་བཅངས་པའི་རང་གི་དུང་སེམས་དེ་རིམ་གྱིས་ཉམས་འགོ་བ་སྟེ། རང་གི་མཐོང་སྤང་ལ་མཛོས་པའི་ཕ་རོལ་
པོའི་ཡོན་ཏན་གྱི་ཉམས་ཤོར་བ་དང་། ཡང་ན་དེས་སོ་སོའི་འདོད་པ་ཆོམ་པར་བྱེད་མ་ཐུབ་ན། རང་གི་ཁྲ་བོ་མི་
གཅིག་ཡིན་ཅུང་ཕན་ཚུན་གྱི་འབྲེལ་བའི་ངོ་བོ་ལ་ཁྱད་པར་ཆེན་པོ་འབྱུང་གི་ཡོད། དེའི་ཕྱིར་ཕྱི་ཚུལ་གྱི་འགྲུག་
ཤུགས་ཅི་ལས་བྱུང་བའི་མཛོའ་འབྲེལ་ནི་ཕལ་ཆེར་རྒྱན་དུ་བརྟན་པོ་མིན། འོན་ཀྱང་། ང་ཚོས་རང་གི་སྤྱི་ཇེ་
གོང་འཕེལ་དུ་གཏོང་འགོ་ཚུགས་ན། གཞན་གྱི་ཕྱི་རྣམ་པ་དང་སྤྱོད་པ་གཉིས་ཀས་རང་གི་རྩ་བའི་བསམ་སྟོན་
འབྱེད་སོལ་ཤུགས་རྒྱུན་ཐེབས་ཁག་པོ་ཡིན།

གཞན་ཕྱགས་སུ་སྤྱིས་པའི་ང་ཚོའི་རྒྱན་ཐུན་གྱི་ཚོར་བ་ནི། གཞན་གྱི་གནས་སྤངས་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་
གི་ཡོད་པ་ལའང་སེམས་དང་། མི་ཕལ་ཆེ་བར་མཚོན་ན། དབང་པོ་སྤྱོན་ཅན་ཞིག་མཐོང་སྐབས། མི་དེའི་ཕྱགས་
སུ་གཏུང་སེམས་མཉམ་བསྐྱེད་གྱི་ཚོར་བ་ཞིག་འབྱུང་གི་ཡོད་ཅུང་། རང་ལས་སྟོབས་འབྱོར་ཆེ་བ་དང་། ཡང་ན་
ཡོན་ཏན་གྱིས་སྤྱད་པ། ཡང་ན་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་གལ་རིམ་མཐོ་བ་གང་ཅུང་ཞིག་ཡིན་ན། ང་ཚོས་འཕྲལ་དུ་སྤྱད་དོག་
དང་འགྲན་སེམས་སྤྱོད་གི་ཡོད། ཉན་མོངས་པའི་ཚོར་བ་འདི་ལྷ་བྱས་ང་ཚོར་བསྐྱེབས་ནས་རང་གཞན་གཅིག་པ་
ཡིན་པའི་རང་བཞིན་དེ་མཐོང་གི་མེད་ལ། བསོད་ནམས་དབང་ཐང་ཐུན་མེན་དང་། འབྲེལ་ཐག་རིང་མིན་

སོགས་ལ་མ་ལྟོས་པར། ཚང་མས་བདེ་བ་འདོད་ཅིང་སྤྱད་བསྐྱེལ་མི་འདོད་པ་ནི། རང་ཉིད་དང་གཅིག་མཚུངས་
ཡིན་པ་དང་ཚོས་བརྟེན་འགྲོ།

དང་ཚོས་རིས་སྤྱུ་ཆད་པའི་ཚོར་བ་འདི་དག་ལས་རྒྱལ་བའི་དུར་བཙོན་བྱེད་དགོས་ཤིང་། རང་གིས་དུང་
ཞེན་བྱེད་སའི་མི་རྣམས་ལ་སྤྱིར་རྗེ་དྲངས་མ་ཞིག་བསྐྱེད་པ་ནི། དུར་བཙོན་དེ་འགོ་འཇུགས་ས་འོས་འཚམ་ཞིག་
ཡིན་ཏེ། དང་ཚོའི་སྤྱོད་པས་གཞན་ལས་རང་དང་ཉེ་བའི་མི་ཚོར་ཤུགས་རྒྱུན་ཆེན་པོ་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་ལྟ་བུ། ཁོ་ཚོའི་
སྤྱོད་པས་དང་ཚོར་འགན་ཡང་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད། དེ་ལྟ་ནའང་། ཁོ་ཚོ་གཅིག་ཕུར་སྤྱོད་པས་ཞེན་བྱེད་པ་ལ་མཐར་
ཐུག་ན་རྒྱ་མཚན་མེད་པ་དང་ཚོས་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཐུབ་དགོས་པ་དང་། རང་གཞན་ཚང་མ་ན་ཆ་གཅིག་གི་འོག་
ནས་སྤྱད་བསྐྱེལ་སྤྱོད་ཞིང་། སྤྱན་པ་གཅིག་གི་གས་དུ་ཡོང་བའི་ནད་པ་བཅུ་དང་འདྲ་བར་གནས་སྤངས་གཅིག་
གི་ནད་དུ་སྤྱུང་ཡོད། ནད་པ་ཚང་མར་སྤྱན་བཅོས་གཅིག་མཚུངས་སྤྱེད་དགོས་ཀྱི་རེད། འོན་ཀྱང་། སྤྱོད་པ་པོ་
ཚོས་ངོས་ཀྱིས་འདིར་སྤྱོད་བཞིན་པའི་དོན་ནི། སྤང་མེད་ཀྱི་འདུ་ཤེས་ཤིག་དུ་ངོས་འཛིན་བྱས་ན་མི་འགྲིག་ལ། ད་
ཚོས་གཞན་ཚང་མའི་སྤྱོད་པས་སྤྱིར་རྗེ་རྒྱ་སྐྱོད་བྱེད་སྐབས་ཀྱི་དཀའ་ཁག་གཙོ་བོ་ནི། རང་དང་ཉེ་བའི་མི་ཚོར་
སྤྱོད་པའི་ཚོར་བའི་འབྲེལ་ཐག་ཟབ་མོ་དེ་རྒྱུན་འབྱེད་བྱེད་པ་འདི་ཡིན། ཆོག་གཞན་ཞིག་གིས་བརྟེན་ན། ངོས་
ཀྱིས་སྤྱོད་དོན་ནི་དང་ཚོས་གཞན་ཐམས་ཅད་ལ་སྤྱིར་རྗེ་བསྐྱེད་པའི་བརྒྱུད་རིམ་གྱི་ནད་། འདྲ་མཉམ་གྱི་འདུ་ཤེས་
ཤིག་གོང་འཕེལ་དུ་གཏོང་བ་སྟེ། སྤྱིར་རྗེ་ཆེན་པོའི་ས་བོན་འདེབས་སའི་ས་གཞི་མཉམ་པ་ཞིག་བཅོལ་དགོས་པ་
འདི་ཡིན།

མཉམ་བཞག་དེ་ལྟ་བུ་གཞིར་བཞག་གི་སྒོ་ནས་རང་གཞན་གྱི་འབྲེལ་བ་བྱུ་བ་ན། སོ་སའི་སྤྱིར་རྗེ་འདི་རང་
གི་སྤྱོད་པ་པོ་དང་ཉེ་འབྲེལ། རྒྱུ་མཐུན་ཁྱོད་གསལ་ཆེ་གོ་མོ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ཡང་ན་ཁོ་ཚོས་ག་གོ་མོ་ཞིག་
བྱས་པའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་དགོས་པ་ཞིག་ཆགས་མེད། དེ་ལས་སྤྱོད་སྟེ། རང་དང་གཅིག་མཚུངས་སྤྱེད་གཞན་
གྱིས་བདེ་བ་འདོད་པ་དང་། སྤྱད་བསྐྱེལ་མི་འདོད་པའི་བདེན་པ་གཞིར་བཞག་ནས་གཞན་ཐམས་ཅད་ལ་འབྲེལ་
ཐག་ཉེ་བའི་ཚོར་བ་ཞིག་བསྐྱེད་ཐུབ། དེ་ཡང་དང་ཚོ་ནི་གཞན་དག་གི་སེམས་སྤྱན་གྱི་རང་བཞིན་ཐོག་ནས་གཞན་
རྣམས་དང་འབྲེལ་བྱུ་བ་ཀྱི་རེད། འདི་ཡང་ཤིན་ཏུ་ཐོབ་དཀའ་ཞིང་མཐར་ཐུག་གི་སྒོ་ནས་ཡུལ་ཞིག་དུ་འཛིན་ཆོག་
པར་མ་ཟད། ངོས་ལ་མཚན་ན། འདི་ནི་པན་རྒྱུ་ཆེ་བའི་སེམས་ཤུགས་འཕེལ་སྤྱད་ཅིག་ཡིན།

ད་ལྟ་དང་ཚོས་སྤྱིར་རྗེ་དང་། སེམས་བཟང་པོ་བྱེད་པ་ལ་རང་གི་ཉིན་རེའི་འཆོ་བའི་ནད་དུ་བྱེད་ལས་ཅི་
ཞིག་ཡོད་པར་བསམ་གཞིག་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན་ཞིང་། སྤྱོད་པོ་ན་ཉིན་སྤྱིར་རྗེ་ལྟ་བུ་ནི་ཕྱི་ལོ་ལྟ་བུ་ལ་མ་ལྟོས་པར། ཚུལ་
མེད་རང་ཤུགས་སྤྱེད་འབྱུང་བའི་ཚད་གཞི་ཅུ་གོང་འཕེལ་གཏོང་བ་སོ་སའི་སྤྱོད་པོ་ལྟ་བུ་བཟུང་ན། རང་ཉིད་
ཀྱི་ཉིན་རེའི་བྱེད་སྒོ་དང་ཁེ་པན་གཞན་ཐམས་ཅད་འདོར་དགོས་པ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན་མིན་ལ། དོན་དངོས་སྤྱེད་
བརྟེན་ན། དེ་དག་ལ་འཇུག་ཐབས་ལེགས་ཤོས་ཤིག་སྟེ། སྤྱིར་རྗེ་འདི་རང་གི་ཁེ་པན་སྤྱོད་པའི་བརྒྱུད་རིམ་སྤྱོད་པོས་
དང་སྤྱན་པ་ཞིག་གི་བྱུ་བ་ཆ་ཡིན་པར་བརྟེན་ཆོག་གས་ཏེ་བདེ་བ་ནི་བྱམས་པ་དང་། བཟོད་པ། བཟོད་བསྐྱེད་
དགོངས་ཡངས་སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་བདེན་པ་དང་། གས་ཏེ་ངོས་ཀྱིས་གོང་དུ་གསལ་བ་ཤད་བྱས་པའི་
སྤྱིར་རྗེ་ནི། སྤྱོད་པོ་ན་ཉིན་འདི་དག་གི་འབྱུང་ཁུངས་དང་འབྲས་བུ་གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་བདེན་ན། དང་ཚོར་སྤྱིར་རྗེ་
ཅི་ཅམ་ཡོད་ན་དེ་ཅམ་གྱིས་སོ་སའི་བདེ་བའི་རྒྱ་ཚང་གི་ཡོད་པ་དང་། རྒྱ་མཚན་འདིའི་ཕྱིར་གཞན་སེམས་ཀྱི་
རྣམ་པ་ཅི་ཞིག་ཡིན་ཡང་འཕགས་པའི་ཡོན་ཏན་ཞིག་ཡིན་ཅུང་། སོ་སའི་སྤྱོད་ཀྱི་འཆོ་བ་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་

དོན་ཞིག་ཡིན་པར་བསམ་པ་ནི། ཕྱགས་རྒྱང་མ་མཐོང་བའི་ལྷ་ཚུལ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། སྤྱིང་རྩེ་ནི་སོ་སོའི་ལས་ཀའི་
ཁོར་ཕྱག་ཐེ་བའི་བྱ་འགུལ་གྱི་བྱ་བ་ཁོངས་ཚང་མར་འབྲེལ་ཡོད་ཅིག་ཡིན།

འོན་ཀྱང་། སྤྱིང་རྩེ་ནི་སོ་སོའི་ཆེད་ལས་ཀྱི་འཚོ་བ་ལ་འགོག་ཀྱིན་ཞིག་མ་ཡིན་ཅུང་། འབྲེལ་མེད་ཅིག་
ཡིན་པར་བསམ་པའི་ལྷ་ཚུལ་མི་མང་པོར་ཡོད་པར་སྤང་བ་དང་། ངོས་རང་གི་ལྷ་ཚུལ་ལ། སྤྱིང་རྩེ་ནི་འབྲེལ་ཡོད་
ཅིག་ཡིན་པར་མ་ཟད། སྤྱིང་ཡོན་ཏན་འདི་དང་བལ་ན་ང་ཚོའི་བྱ་སྤྱོད་ནི་གཏོར་བསྐྱུག་གི་རང་བཞིན་དུ་འགྱུར་
བའི་ཉེན་ཁའང་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད། འདི་ལྟར་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། གཞན་གྱི་བདེ་སྤྱུག་སྤང་མེད་དུ་བཏང་ན་
མཐར་གཞན་ལ་འཚོ་བའི་མཚུག་འབྲས་འབྱུང་ངེས་ཤིང་། ང་ཚོས་དགེ་བ་འཚོལ་སྤྱོད་དང་། མི་དགེ་བ་བཀག་
སྡོམ་བྱེད་པ་གཉིས་ཀར་དགོས་ངེས་ཡིན་པའི་རྟེན་གཞི་དང་ཀྱན་སྦྱོང་སྤྱིང་རྩེ་དོན་གཉེར་གྱི་སྒོ་ལ་བརྟེན་ནས་
རྟེན་གྱི་ཡོད་པས་ཡིན། ང་ཚོས་ཁ་ཡོད་ལག་ཡོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་སྤྱིང་རྩེའི་རིན་ཐང་ལ་ཡི་རང་དང་གདོང་འཛིག་
བྱེད་པ་འགོ་འཇུག་སྐབས། གཞན་ལ་བཟུང་བའི་རང་གི་ལྷ་སྤངས་རང་བཞིན་གྱིས་རྩེ་ལེགས་སུ་འགྲོ་ཞིང་།
འདི་གཅིག་ཕུས་ཀྱང་ང་ཚོའི་འཚོ་བའི་སྤྱོད་ལས་ཐོག་ལ་ཕྱགས་རྒྱང་ཆེན་པོ་ཞིག་ཐེབས་སུ་བསྟེ། དཔེར་ན། མགོ་
སྐྱར་གཏོང་བའི་བསམ་སྒོ་ཞིག་འཁོར་བའི་ཆོ་ན་གཞན་ལ་བཟུང་བའི་ང་ཚོའི་སྤྱིང་རྩེས་རང་གི་བསམ་སྒོ་དེ་རྒྱན་
འབྱོངས་བྱེད་པར་བཀག་འགོག་བྱེད་པ་དང་། ད་དུང་སོ་སོའི་ལས་ཀའི་འབྲས་སུ་གཞན་ལ་གཞོད་འཚོ་བསྐྱེད་
པའི་ཕྱགས་སུ་བཀོལ་བའི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པར་མཐོང་ན། སྤྱིང་རྩེས་ང་ཚོར་ལས་ཀ་དེ་སྦྱང་དུ་འཇུག་རྒྱ་མེད། ཡང་
རྟོག་འཆར་གྱི་དཔེ་མཚན་ཞིག་དངས་ན། ཆོན་རིག་པ་ཞིག་གིས་རང་གི་ཞིབ་འཇུག་ནི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་འབྱུང་
ཁུངས་ཤིག་དུ་མཐོང་ན། ཐ་ན་རང་གི་ཉམས་ཞིབ་ཀྱི་ལས་གཞི་དེ་འདྲོར་དགོས་ཀྱང་སྤྱིང་རྩེ་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་
ལྟར་བྱེད་སྤྱོད་ཀྱི་མེད།

སྤྱིང་རྩེའི་ཅུ་དོན་ལ་ང་ཚོས་བཙོན་ལེན་བྱེད་སྐབས་དཀའ་རྟོག་ཆེན་པོ་འབྱུང་གི་ཡོད། སོ་སོའི་ཞིབ་
འཇུག་གིས་བྲིད་པའི་ཕྱགས་སུ་སྤྱིང་རྩེའི་རྒྱན་གྱིས་སུ་མཐུད་ནས་འགྲོ་མ་སྤྱོད་པའི་ཆོན་རིག་པ་ཞིག་ལ་མཚན་ན།
དེས་ཆོན་རིག་པ་རང་ཉིད་དང་། རང་གི་བྱིས་ཆང་ལ་ཕྱགས་རྒྱང་ཆེན་པོ་ཞིག་ཐེབས་ངེས། དེ་མཚུངས་སྤྱི་ཚོགས་
སྤྱི་བྱ་དང་། སེམས་ནད་བཅས་ཐབས་དང་སྤྱན་བཅས་སོགས་ཏེ། གཞན་ལ་ལྷ་སྦྱོང་བྱེད་པའི་ཆེད་ལས་ཀྱི་ཚོགས་
ཁག་དུ་ཞུགས་པའི་མི་ཚོ་དང་། ཐ་ན་བྱིས་དུ་མི་ཞིག་ལ་ལྷ་སྦྱོང་བྱེད་མཁན་སོགས་ལ་མཚན་ནའང་། མཚམས་
རེར་སོ་སོའི་ལས་ཀའི་རྒྱན་གྱིས་ཡི་ཐང་ཆད་ནས་དཀའ་སྤྱུག་གིས་ཡོངས་སུ་བེལ་གྱིས་གཞོན་གྱི་ཡོད། རེ་བ་ཟད་
ཅིང་ཅི་བྱ་གཏོལ་བལ་གྱི་ཚོར་སྤང་དེ་ནི། རྒྱན་དུ་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་གདོང་ལ་བཅར་བ་དང་། མཚམས་རེར་པ་རོལ་
པོས་དྲིན་མི་ཤེས་པ་གཉིས་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་གི་ཡོད།

གཞན་ཡང་འཕྱལ་ཆས་ཤིག་དང་འདྲ་བར། སེམས་ཚོར་དང་ཕྱགས་འདུན་ཅི་ཡང་མེད་པར་བྱི་ཚུལ་
ཙམ་གྱི་སྒོ་ནས་སྤྱན་གཏོང་གི་བྱ་བ་སྤྱོད་པའི་མེའང་ཡོད་མི་ཡོད། འདི་ནི་ཅི་ཡང་མི་བྱེད་ལས་ལེགས་ཀྱང་། བྱེད་
སྤངས་འདི་ལ་སྤངས་འཛིན་མ་བྱས་པར་བཞག་ན། གཞན་གྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཚོར་མ་སྤྱོད་པའི་བག་ཆགས་ཤིག་
འཇགས་པའི་ཉེན་ཁ་ཡོད། ཅི་སྟེ་དེ་ལྟར་འབྱུང་གི་ཡོད་ན་སྐབས་ཤིག་ལ་ལས་ཀ་མཚམས་བཞག་ནས་རང་གི་
ཚོར་ལུས་བསྐྱར་དུ་སྦྱོང་བའི་ཐབས་ལ་བཙོན་དགོས། གང་ལྟར་ཡང་དཀའ་སྤྱུག་གིས་བེལ་གྱིས་མནན་ནས་རེ་བ་
ཟད་པའི་ཚོར་སྤང་འབྱུང་སྐབས། སེམས་ཚོར་འདི་ནི་དཀའ་ངལ་སེལ་ཐབས་ཤིག་མ་ཡིན་པར་མཐར་ཕྱག་གི་
པམ་ཉེས་ཤིག་ཡིན་པ་རང་ལ་དྲན་སྐུལ་བཏང་ན་པན་ཐོགས་ཆེ། ང་ཚོ་བོད་པའི་བཤད་སྟོལ་ཞིག་ལ། ཐག་པ་

ཐེངས་དགུ་ལ་ཆད་ཀྱང་ང་ཚོས་ངེས་པར་དུ་ཐེངས་བརྒྱ་ལ་མཐུན་དགོས་ཟེར། འདི་ལྟར་འབད་བཅོན་བྱས་ན།
ང་ཚོས་མཐའ་མར་པམ་ཁ་ཉོས་ཀྱང་འགྲོད་སེམས་ཅི་ཡང་སྤྱེ་མི་སྲིད། བསམ་སྒོ་འདི་དང་། གཞན་ལ་པན་ཐོགས་
པའི་རང་གི་ནུས་པ་ལེགས་པར་ངོས་ཟེན་པའི་གོ་རྟོགས་གཉིས་བྱུང་དུ་སྒྲེལ་ན། ང་ཚོས་སོ་སོའི་རེ་བ་དང་གདེང་
སློབས་སྒྲར་གསོ་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་རེད།

གཞན་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་ནང་དུ་ཞུགས་ན་ང་ཚོས་རང་ཐོག་ཏུ་སྤྱད་བསྐྱེད་སྒོན་གྱི་ཡོད་པ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་
ཏེ། སྒོན་ཡུལ་དུ་བཟུང་བའི་སྤྱིང་ཇེ་ཆེན་པོ་ལ་མི་ཁག་ཅིག་གིས་དགག་པ་རྒྱག་སྲིད། འདི་ནི་ཆོད་གཞི་ངེས་ཅན་
ཞིག་ལ་བདེན་པ་ཡིན་ཡང་། རང་ཉིད་ཀྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་སྒྱུར་བའི་སྒྱུར་བ་དང་། གཞན་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་མཉམ་སྦྱོད་
བྱས་པའི་བརྒྱན་རིམ་ནང་བྱུང་བའི་སྒྱུར་བའི་བར་ལ་བྱུང་ཆོས་ཀྱི་ཆ་ནས་བྱུང་པར་གལ་ཆེན་ཞིག་འབྱེད་རྒྱ་ཡོད།
རང་ཉིད་ཀྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་ལ་མཚོན་ན། དང་སྒྲུངས་ཀྱིས་བྱུང་བ་མིན་ན་བཅན་གཞོད་ཀྱི་སེམས་ཚར་ཞིག་ཡོད་དེ།
ཕྱི་རོལ་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་པའི་སྤྱང་བ་ཞིག་ཡོད། དེ་ལས་སྤྲོག་སྟེ། གཞན་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་མཉམ་སྦྱོད་བྱེད་པའི་སྒྱུར་
བ་ལ་མཚོན་ན། ནང་སེམས་ཀྱི་སློབས་ཤུགས་ཤིག་ཡིན་པའི་དང་སྒྲུངས་ཀྱི་སེམས་པ་ཞིག་ཡོད། དེར་བརྟེན་
སེམས་པ་དེར་བརྟེན་ནས་བྱུང་བའི་ཟང་ཟེང་གི་ཚོར་བས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་ལྟར་ང་ཚོ་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་
ཐུབ་ཀྱི་མེད།

ཕྱིའི་རྒྱུན་ལ་སྒོས་མི་དགོས་པའི་སྤྱིང་ཇེ་ཞིག་སྤྱིང་སྲིང་བྱེད་པའི་དོན་སྤྱི་འདི་ནི། ཐ་ན་སྒོན་ཡུལ་ཞིག་ཏུ་
འཛིན་རྒྱུའང་སྤྱ་བཀོང་བར་བྱེད་པ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། ངོས་རང་ཐེ་བའི་མི་མང་པོ་ཞིག་གིས་གཞན་གྱི་བདེ་སྤྱད་
རང་གི་བདེ་སྤྱད་དང་འདྲ་མཉམ་དུ་ཆོགས་མེད་པར་ལྟ་ཐུབ་པའི་གནས་རིམ་ཞིག་ལ་བསྐྱེད་པར་ངེས་པར་དུ་
འབད་བཅོན་བྱེད་དགོས་མོད། དཀའ་ཆོགས་ངེས་ང་ཚོར་བཀག་འགོག་བྱེད་དུ་འཇུག་མི་རུང་ཞིང་། སེམས་པ་
བཟང་པོ་རྣལ་མ་ཞིག་སྤྱིང་སྲིང་བྱེད་པའི་བརྒྱན་རིམ་ནང་། ང་ཚོ་ནི་འགོག་རྒྱུ་མང་པོར་འཕྲད་ངེས་ཀྱང་། དེ་
ལྟར་དུ་དཀའ་སྤྱད་བྱས་ན་རང་གི་བདེ་བའི་རྒྱ་རྣམས་ཆང་གི་ཡོད་པ་རྟོགས་པའི་སེམས་གསོ་ཆེན་པོ་ཞིག་ང་ཚོར་
ཡོད་པ་དང་། ངོས་ཀྱིས་གོང་དུ་བརྗོད་ཟིན་པ་ལྟར། ང་ཚོས་གཞན་ལ་པན་བདེ་བསྐྱེད་པའི་སེམས་པ་ཅི་ཙམ་
བསྐྱེད་ན། དེ་ཙམ་གྱིས་ང་ཚོའི་གདེང་སློབས་དང་སེམས་ཤུགས་ཇེ་ཆེར་གྱུར་ཏེ། ང་ཚོས་སྤྱར་ལས་སྤྱད་པའི་བདེ་
བ་དང་ཞི་བདེ་སྒྱུར་ཐུབ། གློག་པ་ཚོས་འདི་ལྟར་མ་མཐོང་ན། གཞན་ཐབས་ལམ་ཅི་ཞིག་གི་སྒོ་ནས་བདེ་བ་
བསྐྱེད་དགོས་པ་སོ་སོས་རང་ཉིད་ལ་དྲི་བ་བཀོད་ན་དགོས་པ་ཆེ་ཞིང་། ང་ཚོས་འཁོན་སེམས་དང་དྲག་སྦྱོད་ཀྱིས་
སྒོ་ནས་བསྐྱེད་དགོས་སམ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་ཡོངས་ཐབས་མེད་ལ། སྒོར་མོ་བཅའ་ནས་བསྐྱེད་དགོས་པ་ཡིན་ནམ་ཞེ་
ན། ཆོད་གཞི་ངེས་ཅན་ཞིག་ལ་དེ་ལྟར་བྱེད་ཆོག་ཀྱང་། སྒོར་མོས་ཡོད་ཆད་སྐྱབ་མི་ཐུབ། དེ་ལས་སྤྲོག་སྟེ། བདེ་བ་
ནི། གཞན་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་ལ་གདུང་སེམས་མཉམ་བསྐྱེད་དང་བྱམས་པ་སྒོམ་པ། ལྷག་ཏུ་སོ་སོའི་ཐོབ་ཐང་རྟོག་
རོལ་དུ་བཏང་ཡོད་པའམ། རང་ལས་དམན་པའི་མི་ཚོར་བཞུས་ནས་རང་ཉིད་ངོས་འཛིན་བྱེད་པ། ད་དུང་
གཞན་བདེ་བའི་ཆེད་དུ་རོགས་རམ་བཞི་བ་སོགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་འབྱུང་གི་ཡོད། ང་ཚོས་སེམས་པ་བཟང་པོ་དང་།
བྱམས་པ། སྤྱིང་ཇེ་སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་རང་དང་གཞན་གྱི་བར་ལ་གོ་རྟོགས་བརྟན་པོ་ཞིག་བཞེངས་བསྐྱེད་
ཐུབ་པ་དང་། འདི་ལྟར་ང་ཚོས་མཐུན་འགྲིག་དང་གཅིག་སྒྲིལ་ཡང་བརྟན་པོ་ཞིག་བསྐྱེད་ཆོག།

བྱམས་པ་དང་སྤྱིང་ཇེ་ནི་མཚོར་ཆས་ཤིག་མིན་ལ། འདི་གཉིས་ནི་ཕྱི་ནང་གི་ཞི་བདེའི་འབྱུང་ཁུངས་ཡིན་
པའི་ཆ་ནས་འགོ་བ་མའི་རིགས་ཀྱི་འབྱུང་འགྱུར་གྱི་གསོན་གནས་ལ་གཞི་རྒྱུ་རང་བཞིན་ཞིག་ཆགས་ཡོད།

ཕྱགས་གཅིག་ནས་བྱམས་པ་དང་སྤྱིང་རྗེ་ནི། སྦྱོང་པ་འཆེ་མེད་ཀྱི་ངོ་བོ་ཡིན་ཞིང་། ཕྱགས་གཞན་ནས་བྱམས་པ་
དང་སྤྱིང་རྗེ་ནི་ཆོས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་དེ། དགོངས་ཡངས་དང་བཟོད་པ་ལྟ་བུའི་དགེ་བ་རྣམས་ཀྱི་འབྱུང་
ཁུངས་ཅམ་དུ་མ་ཟད། ང་ཆོའི་ལས་དོན་དང་བྱ་བ་ལ་དོན་སྤྱིང་བྱིན་ནས་དེ་རྣམས་པན་བདེའི་ངོ་བོར་འགྲོ་རུ་
འཇུག་མཁན་ཡང་ཡིན། ཤེས་ཡོན་མཐོ་བོ་ཞིག་ཡོད་པའམ་རྒྱ་ལོར་གྱིས་བྱུག་པ་སོགས་ལ་ཏུ་ལས་དགོས་པ་ཅི་
ཡང་མེད་པ་དང་། གང་ཟག་རང་ལ་སེམས་པ་བཟང་བོ་ཞིག་ལྷན་ན། ད་གཟོད་ཡོན་ཏན་དེ་དག་ལ་རིན་ཐང་
ཡོད་ཀྱི་རེད།

སྤྱིང་རྗེའི་རྩ་དོན་འདི་སྤེལ་དགོས་པའི་དབྱུང་སྤྱིང་གི་ནང་ཏུ་ལའི་སྒྲ་མ་ནི་དངོས་ཡོད་ལག་ལེན་དང་
རིང་དུ་གྱུས་འདུག་ཅེས་ཟེར་མཁན་ཡོད་མིད་པ་དང་། ངོས་ཀྱིས་ཁོ་ཆོ་ལའང་སྐུལ་མ་བཏང་ནས་སྤྱིང་རྗེ་འདི་ལ་
ཆོད་ལྟ་བུར་པའི་འཕོད་སྐུལ་བྱེད་རྒྱ་ཡིན། ང་ཆོ་རང་གཅེས་འཛིན་གྱི་དོར་དོག་མོ་ལས་བཞུལ་ན། ང་ཆོའི་
སེམས་ལ་རྒྱས་ཤུགས་ཀྱིས་ཁེངས་ཤིང་། ཞི་བདེ་དང་སྦྱོར་བ་ལ་ཆོའི་རྒྱན་ལྷན་གྱི་གྲོགས་སུ་འགྱུར་བ་ཁོ་ཆོས་རྟོགས་
རྒྱ་རེད། སྤྱིང་རྗེ་དེས་བར་དུ་གཙོད་པའི་ལྷགས་རིའི་རིགས་ཐམས་ཅད་བཤིག་སྟེ། མཐའ་མར་རང་གི་བདེ་བ་
གཞན་གྱི་བདེ་སྤྱུག་དང་འབྲེལ་མེད་དུ་གནས་ཡོད་པའི་བསམ་སྒྲོལ་འཛོམས་ངེས་པར་མ་ཟད། ལྷང་དོར་གྱི་
རྣམ་གཞག་གི་ངོས་ནས་བཟོད་ན། གལ་ཆེ་ཤོས་ནི་བྱམས་པ་དང་སྤྱིང་རྗེ་སོགས་གང་དུ་ཡོད་ན། དེར་བཟང་སྦྱོང་
ཀྱང་རང་ཤུགས་སུ་འབྱུང་བ་འདི་ཡིན་ཞིང་། འདི་ལྟར་དགེ་སྦྱོང་ནི་སྤྱིང་རྗེའི་ཁོར་ལུག་ཅིག་གི་ནང་དང་དམ་
ཤུགས་ཀྱིས་འབྱུང་གི་ཡོད།

ལེའུ་དགུ་པ།
སྒྲུང་དོར་དང་། སྤྱུག་བསྐྱེལ།

ང་ཚོ་ཚང་མས་བདེ་བ་འདོད་པ་དང་། བདེ་བ་ངོ་མ་ནི་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེའི་ཁྱད་ཚུལ་དང་ཐུན་ཞིང་།
སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་དེ་གཞན་སེམས་ཀྱིས་ང་ཚོའི་སྤྱོད་པ་ཀུན་ནས་སྤོང་སྐབས་འབྱུང་བ་དང་། གཞན་སེམས་ཀྱིས་
ང་ཚོའི་སྤྱོད་པ་ཀུན་ནས་སྤོང་བ་དེ་ལ་ཡང་སྒྲུང་དོར་གྱི་སྤྱི་གཞི་སྤྲོས་ཤིག་གི་ངོས་ནས་ཉན་མོངས་པའི་སྤྱོད་ཚུལ་
ཁག་ལ་གདོང་ལེན་ལེགས་པར་བྱེད་དགོས་པ་བཅས་བསྟན་ཟེན། ངོས་ཀྱིས་ད་དུང་བདེ་བའི་འཚོལ་སྤྱོད་གི་ནང་
ང་ཚོས་ཚུལ་མཐུན་གྱི་སྤྱོད་ནས་རང་བཞིན་གྱིས་སྤྱུག་བསྐྱེལ་ལ་གཡོལ་ཐབས་འཚོལ་བའང་སྤྱོད་ཡོད། ད་ནི་ང་ཚོས་
རང་ཉིད་ལ་སྤྱུག་བསྐྱེལ་ལས་གྲོལ་འདོད་ཤུགས་དྲག་ཡོད་ཅུང་། རང་ཉིད་ཀྱི་གསོན་གནས་ཀྱི་ཉེ་བར་ཏྲག་ཏུ་
གནས་ཡོད་པའི་སྤྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་སྤྱོད་ལ་དབྱེད་པ་གཏོང་བ་ལྟ་ཡིན།

ན་བ་སོགས་ཀྱི་སྤྱུག་བསྐྱེལ་ནི་ཁ་འབྲལ་ཐབས་མེད་པའི་འཚོ་བའི་བདེན་པ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། ངོས་ཀྱིས་
རྒྱུན་དུ་འཛིག་གི་ཡོད་པའི་མཚན་ཉིད་གཞིར་བཞག་ན། སེམས་ཅན་ནི་ན་བ་དང་སྤྱུག་བསྐྱེལ་སྤྱོད་བའི་རྣམས་པ་
དང་ཐུན་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་མཚུངས་རང་གི་སྤྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་སྤྱོད་བར་བརྟེན་ནས་རང་ཉིད་གཞན་དང་འབྲེལ་གྱི་
ཡོད་པའང་ང་ཚོས་བརྗོད་ཆོག འདི་ལྟར་དེ་ནི་གདུང་སེམས་མཉམ་བསྐྱེད་ཀྱི་རྣམས་པའི་གཞིའང་ཆགས་ཡོད།
འོན་ཀྱང་། འདིའི་ཕ་རོལ་ཏུ་སྤྱུག་བསྐྱེལ་ནི་ཕན་ཚུན་འབྲེལ་བའི་རིགས་གཉིས་སུ་གཏོགས་པ་སྟེ། དམག་འབྲུག་
དང་། དབུལ་ཕོངས། དྲག་སྤྱོད། རྟ་ཉེས། ཐ་ན་ཡིག་སྤྱོད་དང་ནད་རིགས་ཁག་ཅིག་ལ་སོགས་པའི་སྤྱོད་ཚུལ་
ལས་བྱུང་ཞིང་། གཡོལ་ཐབས་ཡོད་པའི་སྤྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་རིགས་གཅིག་དང་། དེ་ནས་ན་བ་དང་ཆ་བ། འཆི་བ་ལྟ་
བུའི་སྤྱོད་ཚུལ་ལས་བྱུང་བའི་གཡོལ་ཐབས་མེད་པའི་སྤྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་རིགས་གཅིག་བཅས་ཡོད། ང་ཚོས་ད་བར་དུ་
འགྲོ་བ་མི་རང་ཉིད་ཀྱིས་བསྐྱེད་ཞིང་གཡོལ་ཐབས་ཡོད་པའི་སྤྱུག་བསྐྱེལ་གཙོ་བོར་སྤྱོད་ཡོད། གཤམ་དུ་ངོས་ཀྱིས་
གཡོལ་ཐབས་བྲལ་བའི་སྤྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་རིགས་ལ་ཞིབ་ཏུ་བཟུ་བྱ་ཡིན།

ང་ཚོའི་མི་ཆེ་ནང་སོ་སོར་འཕྲད་པའི་རྟོག་དྲ་དང་དཀའ་སྤྱུག་ནི། རང་བྱུང་གི་ཆག་སྤོང་དང་གཏན་ནས་
མི་མཚུངས་ཤིང་། ང་ཚོས་ཟ་མ་གསོག་འཛིག་བྱེད་པ་ལྟ་བུའི་ཉེན་གཡོལ་སྤོང་འགོག་ཙམ་ལ་བརྟེན་ནས་རང་
ཉིད་སྤྱང་མི་ཐུབ། དཔེར་ན། ན་ཚ་ལྟ་བུར་མཚན་ན། ང་ཚོས་ལྷན་སྦྲེལ་ཆེ་བ་དང་། ཡང་ན་ཟས་རིགས་ལེགས་
འདེམས་ཀྱིས་ལོངས་སུ་སྤྱད་ནས་རང་གི་ལྷན་པོའི་བདེ་ཐང་ལ་ཇི་ལྟར་གཅིས་སྤྱང་བྱས་ཀྱང་། མཐའ་མར་ང་
ཚོའི་ལྷན་པོ་ལ་འབྱུང་བཞིའི་རྟོག་དྲ་འབྱུང་ངེས་ཡིན། དེ་ལྟར་བྱུང་དུས་ང་ཚོའི་འཚོ་བའི་ནད་ལ་ཤུགས་རྒྱན་
ཆེན་པོ་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་དེ། ང་ཚོས་རང་གིས་བྱེད་འདོད་པ་རྣམས་སྐྱབ་མི་ཐུབ་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཡང་ན་རང་
ཉིད་འགྲོ་འདོད་སར་འགྲོ་མི་ཐུབ་པར་འགྱུར་སྟེན། མཚམས་རེར་དེའི་དབང་གིས་ཟ་འདོད་པའི་ཟས་ཀྱང་ཟ་མ་
ཐུབ་པར་བྱོ་བ་སྤྱུག་པའི་སྤྱོད་ཟ་དགོས་ཤིང་། ལྷག་ཏུ་འབྱུང་བཞིའི་ན་ཚ་ཆབས་ཆེན་ཞིག་ཡིན་ཆོ། ན་བྲུག་གི་
སྤོང་ན་ཉིན་དང་མཚན་འཁྱོལ་དཀའ་བར་གྱུར་ནས་འཆི་འདོད་པའི་བསམ་སྤོང་སྤྱོད་སྟེན།

ཤ་བ་ལ་མཚན་ན། ལང་ཚིའི་བཟེ་འོད་ཉམས་ནས་ཤས་འཁོགས་སུ་འགྱུར་བའི་ཚོས་ཉིད་ནི། ང་ཚོ་སྤྱི་པ་
པའི་ཉེན་ནས་བཟུང་རང་གི་གྲིབ་མ་བཞིན་དུ་གྲུབ་ཡོད། ཤས་རྟགས་སུ་རང་གི་མགོ་བོའི་སྒྲ་དང་སོ་རྣམས་མར་
སྤྱང་འགོ་བར་མ་ཟད། མིག་དང་ནའི་དབང་པོའི་རྣམ་པའང་ཉམས་ནས་མི་མཐོང་བ་དང་མི་གོ་བར་འགྱུར་
ཞིང་། སྤྱོད་དགའ་སའི་ཟས་ཀྱང་རང་གིས་འཇུ་མི་ཐུབ་པ་སོགས་མཐའ་མར་ང་ཚོས་སྤྱོད་གྱི་བྱུང་བ་གསལ་པོ་
རྣམས་དྲན་མི་ཐུབ་པ་དང་། ཐ་ན་རང་གི་ཉེ་འབྲེལ་རྣམས་ཀྱི་མིང་ཡང་དྲན་མི་ཐུབ། ང་ཚོ་ད་དུང་ཡུན་རིང་
པོར་གསོན་ན། དེ་ནི་ང་ཚོར་གཞན་གྱི་ལྟ་སྦྱོང་དགོས་པའི་དུས་སྐབས་གཙོ་བོ་ཞིག་ཡིན་ཡང་། མི་གཞན་ཚོ་ང་
ཚོའི་ཤས་འཁོགས་ཀྱི་ངང་ཚུལ་ལ་ཞེན་པའང་ལོག་སྤིང།

དེ་ནས་འཆི་བདག་ཡོང་བ་དང་། འཆི་བ་ནི་དེང་གི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ནང་འཛུལ་བྱའི་བརྗོད་གཞི་ཞིག་
ཆགས་ཡོད་པར་སྤང་། ཤི་བའི་རྗེས་སུ་ཅི་ཞིག་འབྱུང་མིན་ལ་མ་སྟོས་པར། མཐའ་མར་འཆི་བདག་ནི་གཤུངས་ཤིག་
ཞིག་དུ་མཐོང་ནས་ང་ཚོས་དེར་རེ་སྟོས་ཀྱང་བྱེད་སྤིང། ཡིན་ནའང་། ཤི་བའི་ཚོན་ང་ཚོ་ནི་རང་ཉིད་དུང་སའི་
ཉེ་འབྲེལ་དང་། རང་གིས་གཅིས་སུ་བཟུང་བའི་རྒྱ་ཚོར་སོགས་ཡོད་ཚད་དང་ཁ་བྲལ་ཡོད།

བསྐྱོག་ཐབས་མེད་པའི་སྤྱག་བསྐལ་གྱི་འབྲེལ་བརྗོད་ཐུང་ཐུང་འདི་ལ་ང་ཚོས་ད་དུང་སྤྱག་བསྐལ་གྱི་རིགས་
གཞན་ཞིག་ཁ་སྤོན་བྱེད་དགོས་ཤིང་། དེ་ནི་མི་འདོད་བཞིན་དུ་འཕྲད་པའི་ཆག་སྒྲོ་དང་རྒྱན་ངན་སོགས་ལས་
བྱུང་བའི་སྤྱག་བསྐལ་ཞིག་ཡིན། ང་ཚོར་མཁོ་བ་གང་ཞིག་གཞན་གྱིས་བྱེད་པའི་སྤྱག་བསྐལ་སྤྱིང་བ། དཔེར་ན།
ང་ཚོ་བོད་པ་སྤྱབས་བཅོལ་བ་ཚོས་སོ་སོའི་རྒྱལ་ཁབ་ཤར་བར་མ་ཟད། བཅོན་གཞོན་དྲག་པོའི་འོག་ནས་སོ་སོའི་
སྤྱན་ཉེ་སོགས་དང་ཁ་འབྲལ་དགོས་བྱུང་ཡོད། འདི་ནི་ང་ཚོས་གང་ཞིག་ཐོབ་པར་དུར་བཅོན་བྱས་ཀྱང་། རང་གི་
འདོད་ཐོག་དུ་མ་ཡོང་བའི་སྤྱག་བསྐལ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། ཞིང་ཁའི་ནང་དུ་ལས་ཀར་དུར་བཅོན་གྱིས་སྤེལ་བ་གཙོག་
གྲབས་བྱས་ཀྱང་། སྤོན་ཐོག་ལགས་པོ་མ་བྱུང་བ་དང་། ཚོང་ལས་ཤིག་གི་དོན་དུ་ཉེན་དང་མཚན་ལ་ལས་ཀ་བྱས་
ནའང་། སོ་སོའི་ཚོར་འབྲལ་མ་ཡིན་ཡང་ལས་སྟོང་མ་བྱུང་བ་ལྟ་བུ་ཡིན། སྤྱག་བསྐལ་འདིའི་རིགས་སུ་ད་དུང་
རྒྱན་ངན་ལ་གནས་དུས་གང་ཞིག་དུ་འཕྲད་མིན་ནམ་ཡང་ང་ཚོས་མི་ཤེས་པའི་མ་ངེས་པའི་སྤྱག་བསྐལ་ཡང་ཡོད་
པ་དང་། སྤྱག་བསྐལ་འདིས་དངངས་སྤྱག་སོགས་ཀྱི་ཚོར་བ་ཇི་ལྟར་བསྐྱེད་པ་ང་ཚོས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཉམས་སྦྱོང་
ལས་རྟོགས་ཐུབ། ང་ཚོས་གང་ཞིག་བསྐྱབ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྣམ་པ་ཉམས་པར་བྱེད་པའི་མི་ངོམས་པའི་སྤྱག་
བསྐལ་ཡང་ཡོད་པ་དང་། འདི་ནི་ཐ་ན་ང་ཚོས་གང་ལ་བཅོན་པ་དེ་ལེགས་པར་འགྲུབ་པའི་སྐབས་སུ་འང་འབྱུང་
གི་ཡོད། སྤྱག་བསྐལ་འདི་ལྟ་བུ་ནི་བདེ་བ་འདོད་ཅིང་སྤྱག་བསྐལ་མི་འདོད་པའི་འགོ་བ་མའི་ཉེན་རེའི་འཆོ་བའི་
ཆ་ཤས་ཤིག་ཡིན།

ད་དུང་སྤྱིར་བཏང་ང་ཚོས་བདེ་བར་འཛིན་པའི་རང་གི་སྦྱོང་བའང་སྤྱག་བསྐལ་གྱི་འབྱུང་ཁུངས་སུ་
འགྱུར་བ་དང་། སྦྱོང་བ་དེའི་རིགས་ཀྱིས་ཡིད་ཚིམ་གྱི་བདེ་བ་ཞིག་སྟེར་བར་སྤང་ཡང་དོན་དངོས་སུ་སྤྱོད་ཐུབ་ཀྱི་
མེད། སྤང་ཚུལ་འདི་ལ་ང་ཚོས་བདེ་བའི་སྐྱར་གྱི་དབྱུང་པའི་ནང་བཞུས་ཟེན་པ་ཡིན། ང་ཚོས་ཞིབ་དུ་བསམ་
གཞིག་བྱེད་སྐབས། སྦྱོང་བ་དེ་ལྟ་བུ་ནི་མངོན་གྱུར་གྱི་སྤྱག་བསྐལ་ལ་ཁ་གཏད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་བདེ་བ་ཞིག་གི་ངོ་བོར་
སྤང་ཞིང་། དཔེར་ན། ང་ཚོས་བཟའ་བཏུང་ལ་ལོངས་སྤྱད་ནས་བགྲེས་སྒྲིམ་སེལ་སྐབས་འབྱུང་གི་ཡོད་པ་ཇི་
བཞིན་ཡིན། ང་ཚོས་ཟས་ཁམ་གཅིག་དང་། གཉིས། གསུམ། བཞི་སོགས་རིམ་པས་ཟ་བཞིན་འདོད་ཡོན་གྱི་བདེ་
བ་འདི་སྦྱོང་གི་ཡོད། འོན་ཀྱང་། ལོངས་སྤྱོད་པ་པོ་དང་ཟས་ལ་འགྱུར་བ་ཅི་ཡང་མེད་ཀྱང་། སྤྱིར་དུ་ཡིག་ལོག་

གི་ཡོད་པ་དང་། གལ་སྲིད་ཟ་མཚམས་མ་བཞག་ན། དེས་མཐར་རང་ཉིད་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་རྒྱུ་རེད། འདི་ནི་
འཇིག་རྟེན་གྱི་བདེ་བ་པལ་ཆེ་བ་ཐལ་དྲགས་ན་ང་ཚོར་གཞོད་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་གཅིག་མཚུངས་ཤིག་ཡིན། དེ་ལྟ་
བས་ན། ང་ཚོར་དོན་དངོས་ཀྱི་བདེ་བ་ཞིག་འཛབ་དགོས་ཆོ། ཆོག་ཤེས་ནི་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ཞིག་ཡིན།

སྤྱག་བསྐལ་གྱི་རྣམ་པ་འདི་དག་ཚང་མར་རྩ་བའི་ཆ་ནས་གཡོལ་ཐབས་མེད་པ་དང་། རང་བྱུང་གི་འཆོ་
གནས་ཀྱི་བདེན་པ་ཞིག་ཡིན། སྐད་ཆ་འདི་ནི་མཐར་གཏུགས་ན་ང་ཚོས་སྤྱག་བསྐལ་འདི་དག་ལ་ཁ་གཏད་དུ་ཅི་
ཡང་བྱེད་རྒྱུ་མེད་པའི་དོན་དུ་བཟུང་ན་མི་འགྲིག་ཅིང་། ངོས་ཀྱིས་སྤྱག་བསྐལ་འདི་དག་སྒྲུབ་དོར་གྱི་སྒྲིག་ཁྲིམས་
དང་འབྲེལ་བ་མེད་པའང་བརྟེན་གྱི་མེད། རང་པ་དང་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་བོའི་བྱུང་མཐའ་སྤྱོད་པ་ཚོས་སྤྱག་བསྐལ་
ནི་ལས་ཀྱི་འབྲས་བྱུང་འདྲོད་པ་བདེན་ཡང་། ཤར་ཕྱོགས་པ་དང་རུབ་ཕྱོགས་པ་མང་པོ་ཞིག་གིས་སེམས་ཀྱི་ཡོད་
པར་སྒྲུབ་བ་ལྟར། ལས་ཀྱི་དོན་ནི་ང་ཚོས་སྤྱོད་བ་ཐམས་ཅད་སྟོན་མ་ནས་གཏན་ཁེལ་བྱས་ཡོད་པ་ཞིག་དུ་རྟོགས་
ན་ཡོངས་སུ་ནོར་ཡོད་པ་དང་། ལྷག་དུ་སོ་སོ་ནང་དུ་སྤྱོད་བའི་གནས་སྤངས་ལ་འགན་མི་ཁྱུང་བའི་རྒྱ་མཚན་དུ་
བཟུང་ན་དེ་ལས་ཀྱང་འགྲིག་གི་མེད།

ལས་སམ་ཀམ་ཞེས་པའི་ཐ་སྟངས་འདི་ནི། ཉེན་རེའི་རྒྱན་བཀོལ་གྱི་མིང་ཆོག་གི་གསུམ་ཚུད་ཡོད་སྟབས།
དེའི་དོན་སྦྱོལ་བཤད་སྤངས་བྱས་ན་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་པར་སྟེ། ཀམ་ཞེས་པ་ནི་བྱ་བའམ་ལས་ཀྱི་
དོན་ལ་འཇུག་པའི་ལེགས་སྤྱོད་ཀྱི་ཆོག་ཅིག་ཡིན་ཞིང་། འདིས་བྱ་འགྲུལ་གྱི་སྟོབས་ཤུགས་ཤིག་མཚོན་པ་དང་།
འབྱུང་འགྱུར་གྱི་བྱུང་བ་ཞིག་གི་མཇུག་འབྲས་ལ་ང་ཚོའི་བྱ་སྤྱོད་ཀྱིས་ཤུགས་རྒྱུན་ཐེབས་སུ་བ་པ་ཤུགས་སུ་རྟོན་གྱི་
ཡོད། ལས་ནི་རང་གི་མི་ཚེའི་བརྒྱུད་རིམ་སྤྱི་པོ་སྟོན་ཆད་ནས་བཀོད་སྒྲིག་བྱེད་པའི་སྟོན་མེད་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ལྟ་བུ་
ཞིག་ཡིན་པར་བསམ་མི་རུང་། སུས་ལས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། ལས་སྐྱེན་མཁན་ནི་ང་ཚོ་རང་ཉིད་ཡིན། ང་
ཚོས་ཅི་ཞིག་བསམ་པ་དང་། སྤྱོད་པ། འདྲོད་པ། བྱེད་པ་དང་མ་བྱས་པ་སོགས་ཀྱིས་ལས་བསྐྱེད་གྱི་ཡོད། དཔེར་ན།
ངོས་ཀྱིས་དཔེ་དེབ་འབྲི་བཞིན་པ་འདིས་བྱུང་བ་དང་གནས་སྤངས་གཞན་ལ་རྒྱ་རྒྱུན་བྱེད་པ་དང་། ངོས་ཀྱི་སྐད་
ཆས་སྟོག་པ་པོ་ཚེའི་སེམས་ནང་དུ་ཡ་ལན་ཞིག་སྟོང་གི་ཡོད། ང་ཚོས་བྱེད་པ་ཐམས་ཅད་ལ་རྒྱ་དང་འབྲས་བྱ་
ཡོད་ལ། ཉེན་རེའི་འཆོ་བའི་ནང་ང་ཚོས་ཟ་བའི་ཟས་དང་། ང་ཚོས་སྤྱོད་པའི་བྱ་བ། དེ་བཞིན་རང་སེམས་ཞི་སྟོང་
བག་ཐེབས་སུ་སྟོང་པ་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་ང་ཚོའི་བྱ་འགྲུལ་ལས་ལས་ཀྱི་རྩིས་བ་ཡིན་ཞིང་། ཀམ་ཞེས་པའི་
དོན་ནི་འདི་ཡིན། དེར་བརྟེན་རང་ཉིད་བསྟོན་དུ་མེད་པའི་སྤྱག་བསྐལ་ཞིག་ལ་འཕྲད་སྐབས། ང་ཚོར་བྱེད་ཐབས་
ཅི་ཡང་མེད་པར་བསམ་མི་རུང་། རྒྱུན་དུ་ཐམས་ཅད་ལས་ཀྱིས་བྱས་པའི་འབྲས་བྱ་ཡིན་ཞེས་བརྟེན་པ་ནི། འཆོ་
བའི་ནང་དུ་རང་ཉིད་རྣམས་མེད་ཅིག་ཡིན་པར་བརྟེན་པ་དང་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་ཞིང་། ཅི་སྟེ་དེ་ལྟར་ཡིན་ན།
རེ་བ་བཅོལ་སའི་གཞིའང་མེད་པ་དང་། ང་ཚོས་འཇིག་རྟེན་འདིའི་ཆོ་མཐའ་བསྐྱེད་པར་གསོལ་བ་བཏབ་ན་
ལེགས།

རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ལེགས་པར་རྟོགས་ན། ང་ཚོ་ནི་རྣམས་མེད་ཅིག་མ་ཡིན་ཞིང་། ང་ཚོས་རང་གི་སྤྱག་
བསྐལ་གྱི་སྤྱོད་བ་ལ་ཤུགས་རྒྱུན་ཆེན་པོ་ཞིག་ཐེབས་པར་བྱེད་ཆོག་ཀྱང་དང་། ན་བ། འཆི་བ་སོགས་ནི་བསྟོན་དུ་
མེད་པ་ཞིག་ཡིན་ཡང་། ཉེན་མོངས་པའི་སེམས་བྱུང་གི་མནར་གཅོད་ལ་མཚོན་ན། སྤྱག་བསྐལ་གྱི་སྤྱོད་བ་དེར་ང་
ཚོས་ཡ་ལན་ཇི་ལྟར་སྟོང་དགོས་མིན་གྱི་ཐད་ནས་ང་ཚོར་གདམ་ཀ་ཞིག་ཡོད། གལ་ཏེ་ང་ཚོར་འདྲོད་པ་ཡོད་ན།
ང་ཚོས་དཔྱེད་ཤེས་ཀྱི་རང་ཤུགས་ཆེ་བ་བཏང་ནས་ཚོར་འདུན་གྱི་གཟི་ཤུགས་ཉམས་པར་བྱེད་པའི་སྒོ་ནས་རང་

གི་ཡ་ལན་ལ་སྒྲངས་འཛིན་བྱེད་ཐུབ། ཡང་ན་ང་ཚོས་སོ་སོའི་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་སེམས་བྱུང་བཞིན་སྒྲོད་
ཆོག་འོན་ཀྱང་། དེ་ལྟར་སྒྲོད་དུས་ང་ཚོར་ཞེ་སྤྱན་སོགས་ཉོན་མོངས་པ་ལྟ་ཆོགས་སྐྱེས་ནས་རང་གི་སེམས་ཀྱི་ཞི་
བདེ་ཡོངས་སུ་ཉམས་ཀྱི་རེད། རྒྱག་བསྐྱེད་ལ་མི་དགེ་བའི་སྒོ་ནས་ཡ་ལན་སྒྲོད་པའི་རང་གི་གཤིས་རྒྱུད་བཀག་
སྒྲུལ་མ་བྱས་ན། དེ་ནི་མི་དགེ་བའི་རྟོག་པ་དང་སྤྱོད་ཆོར་གྱི་འབྱུང་ཁུངས་འཕར་མ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། འདི་ལྟར་
ང་ཚོའི་སེམས་ཁམས་ལ་རྒྱག་བསྐྱེད་གིས་ཐེབས་པའི་ཤུགས་རྒྱུན་དང་། སྒོ་སྒོ་བྱུང་བའི་སྒྲུང་དོར་གྱི་སྒྲིག་བྲིམས་
བར་ལ་འབྲེལ་བ་གསལ་པོ་ཞིག་གྲུབ་ཡོད།

རྒྱག་བསྐྱེད་ལ་བབྱང་བའི་ང་ཚོའི་རྩ་བའི་འདུ་ཤེས་ཀྱིས་སོ་སོའི་རྒྱག་བསྐྱེད་སྤྱོད་སྒྲངས་ལ་བྱུང་བར་བཙོ་
བ་སྟེ། འཆི་བར་ངེས་པའི་སྐྱོན་ནད་གཅིག་མཚུངས་ཤིག་པོ་ག་ནས་རྒྱག་བསྐྱེད་སྤྱོད་བཞིན་པའི་ནད་པ་གཉིས་ཀྱི་
བར་དུ་ཡོད་རུང་བའི་བྱུང་བར་ཞིག་ནི། ནད་པ་སོ་སོས་རང་གི་ནད་ལ་ལྟ་སྒྲངས་དེ་ཡིན་ཞིང་། གཅིག་གིས་རང་
གི་གནས་སྒྲངས་ངོས་ལེན་བྱེད་པར་མ་ཟད། རབ་བྱུང་ན་གནས་སྒྲངས་དེ་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོའི་སྟོབས་ཤུགས་
རྣམས་གོང་འཕེལ་གཏོང་བའི་གོ་སྐབས་ཤིག་ཏུ་བསྒྱུར་སྟེ། འོན་ཀྱང་། ཅིག་ཤོས་ཀྱིས་རང་གི་གནས་སྒྲངས་ལ་
འཛིགས་སྤང་དང་ཁོང་ཁྱོད་ཀྱི་སྒོ་ནས་ཡ་ལན་བྱེད་ནས་འབྱུང་འབྱུར་ལ་དངངས་འཆབ་བྱས་ན། ནད་པ་གཉིས་ཀྱི་
བར་ལ་འབྱུང་བཞིའི་གནས་རིམ་དུ་བྱུང་བའི་རྒྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཆ་ནས་བྱུང་བར་མེད་ཀྱང་། རྒྱག་བསྐྱེད་དེ་སྤྱོད་
ཚུལ་གྱི་ནད་དུ་ཉེ་བལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཤོར་ཡོད་པ་དང་། ནད་པ་བྱི་མས་འབྱུང་བཞིའི་རྒྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཐོག་ལ་ད་
དུང་སེམས་ཀྱི་དཀའ་རྒྱག་ཆེན་པོ་ཞིག་ཀྱང་སྤྱོད་གི་ཡོད།

འདིའི་བསྟན་དོན་ནི། རྒྱག་བསྐྱེད་ཀྱིས་ང་ཚོར་ཅི་ཅམ་གཞོད་མེན་དེ་གཙོ་བོ་རང་ཉིད་ལ་ཐུག་ཡོད་པ་
འདི་ཡིན་ཞིང་། དེའི་ཕྱིར་སོ་སོའི་རྒྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྤྱོད་བལ་ལྟ་སྒྲངས་འོས་འཚམ་ཞིག་འཛིན་རྒྱ་ཤིག་ཏུ་གཤམ་ཆེན་
ཡིན། ང་ཚོས་དཀའ་རྟོག་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་ལ་ཉེ་ས་ནས་བལྟས་ན། དེ་ནི་སོ་སོའི་མཐོང་རྒྱ་རྒྱལ་པོའི་ནད་དུ་ཁེངས་
ནས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཏུ་སྤང་ཡང་། ཐག་རིང་ནས་བལྟས་ཆོ། དཀའ་རྟོག་དེ་ནི་གཞན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཞིག་ཏུ་
རང་བཞིན་གྱིས་ང་ཚོར་སྤང་གི་ཡོད། དེ་བཤུགས་མ་འདི་ལྟ་བུས་ཀྱང་བྱུང་བར་ཆེན་པོ་ཞིག་སྐྱེན་སྐབས་སྟེ། སྐྱེ་
གདུང་གི་གཞི་ཡིན་པའི་གནས་སྒྲངས་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་དང་། ཐ་ན་ཆེས་ཆའི་ཆེན་པོའི་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་ཞིག་
ལའང་སྤྱགས་འདྲ་མེན་ནས་བལྟ་ཆོག་པའི་རྣམ་པ་གངས་མེད་ཅིག་ཡོད་པར་སྟོན་གྱི་ཡོད། དོན་དངོས་སུ་བརྒྱུད་
ན། ང་ཚོས་སྤྱགས་གང་ནས་བལྟས་ཀྱང་རྒྱག་པོ་ཡིན་པའི་གནས་སྒྲངས་ཤིག་འབྱུང་མི་སྲིད་པ་མེན་ཡང་ཉ་ཅང་
དཀོན་པོ་ཡིན།

སྤྱི་ཞིག་མ་གཏོགས་འབྱུང་ངེས་པའི་རྒྱུ་རྒྱུ་དང་ཆག་སྒོ་ལ་ང་ཚོ་འཕད་སྐབས། དཀའ་རྒྱག་དེ་བྱུང་
བ་གཞན་ཞིག་དང་བསྐྱར་བ་དང་། ཡང་ན་གཞན་ལ་བྱུང་སྤྱོད་བའི་གནས་སྒྲངས་གཅིག་མཚུངས་ཤིག་གམ་དེ་
ལས་རྒྱག་པོ་ཞིག་རང་གི་སྒོ་ལ་དུན་པར་བྱས་ན་པན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོད། ཅི་སྟེ་ང་ཚོས་རང་གི་སྒོ་ཅི་རང་ཐོག་ཏུ་
མ་བཞག་པར་གཞན་ལ་གཏད་ན། གང་ཞིག་ལས་གྲོལ་འགྲོ་བའི་ཚོར་སྤང་ཞིག་ང་ཚོར་སྐྱེ་རྒྱུ་རེད། རང་གི་སྤྱགས་
ལ་སེམས་བྱུང་བའི་མང་དུགས་པ་དང་། ཡང་ན་ཐལ་དུགས་པའི་རང་གཅེས་འཛིན་དང་བདག་འཛིན་ལ་རང་
གི་རྒྱག་བསྐྱེད་ཆེ་བྱེད་སྤྱོད་པའི་སྟོབས་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད། དེ་ལས་སྤྱི་ཞིག་སྟེ། ང་ཚོས་རང་གི་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་
གཞན་གྱི་རྒྱག་བསྐྱེད་དང་འབྲེལ་བའི་སྒོ་ནས་ལྟ་བུ་ན། ལྟོས་ས་ལྟོས་འཛིག་གིས་བརྒྱུད་ཆོ། དེ་ནི་ཉ་ཅང་བཟོད་
སྤགས་མེད་པ་ཞིག་མེན་པ་རིམ་པས་མཐོང་གི་རེད། གཞན་ཐམས་ཅད་དོར་ནས་རང་གི་དཀའ་རྒྱག་གཅིག་ཕྱི་

སྤྱི་དུ་དམིགས་པ་གཏོང་བར་སྒྲིམ་ན། དེ་ལྟར་རྒྱ་ཆེ་ས་ནས་ལྷ་སྐབས། ང་ཚོས་རང་གི་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་སྐབས་
བདེ་བོས་རྒྱན་འཁྱོངས་བྱེད་ཐུབ།

ངོས་རང་གི་ཉམས་སྤྱོད་ལ་གཞིགས་ན། བོད་དུ་ཡང་ཡང་འབྱུང་གིན་ཡོད་པའི་གནས་ཚུལ་ལྟག་པོ་དག་
ཐོས་སྐབས། འཕྲལ་དུ་བྱིན་པའི་ངོས་ཀྱི་ཡ་ལན་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་སྒྱུ་གདུང་གི་ཚོར་བ་དྲག་པོ་ཞིག་ཡིན་ཡང་།
གནས་ཚུལ་དེར་རྒྱབ་སྐྱོངས་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་ངོས་ནས་ལྷ་བཞིན། བྱམས་སེམས་དང་། རང་དབང་། བདེན་པ།
དྲང་བདེན་བཅས་ལ་ཚུགས་པའི་འགོ་བ་མའི་རིགས་ཀྱི་གཞི་རྒྱའི་ཞེ་འདོད་དེ་མཐའ་མཚུག་རྒྱལ་ངེས་ཡིན་པ་
རང་ཉིད་ལ་དྲན་སྐུལ་བྱས་ན། ངོས་ཀྱིས་ཚོར་བ་དེའི་རིགས་ལ་གདོང་ལེན་ལེགས་པར་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད། ཐ་ན་
གནས་ཚུལ་ལྟག་ཤོས་ཀྱི་རིགས་ཤིག་གསར་འགྱུར་བརྒྱུད་ལམ་ཁག་ནས་གོ་བ་ཚམ་གྱིས་ཀྱང་། རེ་བྲད་ཀྱི་ཁོང་
ཁྱོད་ཚོར་བ་ཞིག་ང་ཚོར་མཚམས་རེར་འབྱུང་བ་དང་། ཚོར་བ་དེ་ནི་སེམས་ཁམས་ལ་དུག་ལྷ་བྱ་སྟེ། འཁོན་
སེམས་རྒྱས་ཤིང་ཞེ་འདོད་ཀྱི་སྒྲོབས་ཤུགས་ཉམས་པའི་རྒྱ་ཞིག་ཡིན།

སེམས་ཀྱི་སྒྲོབས་ཤུགས་དང་ཤེས་རབ་གོང་འཕེལ་འགྲོ་བའི་དུས་ནི། རྒྱན་དུ་དཀའ་སྟེག་ཆེ་ཤོས་ཀྱི་
སྐབས་སུ་འབྱུང་གི་ཡོད་པ་རང་ཉིད་ལ་དྲན་གསོ་བྱས་ན་འང་རིན་ཐང་ཆེ་ཞིང་། འདྲིར་ཡང་ང་ཚོས་ལེགས་
ཚུགས་ཀྱི་བསམ་སྒྲུབ་འཁྱོང་འཁྱུར་སོའམ་འདུ་ཤེས་འཛིན་སྤངས་ཤིག་གོང་དུ་སྟེལ་དགོས་པའི་གལ་ཆེའི་རང་བཞིན་དེ་
མཐོང་ཐུབ་པ་དང་། འཛིན་སྤངས་ཆ་འགྲིག་པོ་ཞིག་བྱུང་ན། ང་ཚོས་ལྟག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྤྱོད་བར་བརྟེན་ནས་དངོས་
ཡོད་གནས་ལུགས་ལ་སོ་སོའི་མིག་རྒྱ་སྤྱོད་ཐུབ་ཀྱི་རེད། དཔེར་ན། རྒྱབས་བཅོལ་བ་ཞིག་གི་ཚུལ་དུ་འཚོ་བའི་ངོས་
རང་གི་ཉམས་སྤྱོད་ལ་བརྟེན་ནས་ངོས་ཀྱིས་སྤྱོད་བོད་དུ་རང་གི་འཚོ་བའི་ཆ་ཤས་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པའི་ལམ་
སྟོལ་སྤྱོད་ཚོགས་དགོས་ངེས་མིན་པ་རྟོགས་བྱུང་།

ང་ཚོས་ད་དུང་ལྟག་བསྐྱེད་ལ་བརྟེན་ནས་སོ་སོའི་གདེང་སྟོབས་དང་རང་བརྟེན་གོང་དུ་འཕེལ་ཞིང་། སོ་
སོའི་སྤྱོད་སྒྲོབས་ཆེ་བུ་འགྲོ་བའང་མཐོང་བ་དང་། བདེན་པ་འདི་ནི་རང་གི་ཉེ་འཁོར་གྱི་འཇིག་རྟེན་དུ་སོ་སོར་ཅི་
ཞིག་སྤང་བ་ལས་རྗེས་སུ་དཔོག་ཐུབ། དཔེར་ན། ང་ཚོའི་རྒྱབས་བཅོལ་བའི་སྤྱོད་ཚོགས་ནང་ཐོག་མ་ནས་བཅོན་
ཁྱོལ་དུ་འབྱོར་ནས་དཀའ་སྟེག་ཆེད་མེད་སྤངས་པའི་བོད་མི་སྤྱོད་ཞིག་ད་དུང་གསོན་ཡོད་པ་དང་། ངོས་ཀྱི་ངོ་
ཤེས་ཚོའི་ནང་ནས་ཁོ་ཚོ་ནི་སོ་སོའི་ལྟག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྤྱོད་བ་ལ་མ་སྒྲིམ་པར་སེམས་ཤུགས་དང་སྤྱོད་སེམས་ཆེན་
པོ་ཡོད་མཁན་རེད། དེ་ལས་ཐོག་སྟེ། ཕྱི་དངོས་པོའི་མཐུན་རྐྱེན་ཐམས་ཅད་ཆང་བའི་མི་ཁག་ཅིག་ལ་མཚོན་ན།
ཐ་ན་རྒྱུན་དུ་གང་འཚམ་གྱིས་རྒྱུང་དུ་ཡིན་པ་ཞིག་ལ་འཕྲད་ཀྱང་། རེ་བ་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་ནས་ཅི་བྱ་གཏོལ་
བལ་དུ་འགྱུར་གྱི་ཡོད། རྒྱ་ཁྱོར་གྱིས་ང་ཚོ་གཅེས་ལང་དུ་གཏོང་བའི་འགྲོ་སྟོལ་ཞིག་ཡོད་པ་དང་། ཕྱི་དངོས་པོའི་
མཐུན་རྐྱེན་ཅི་ཚམ་འབེལ་བོ་ཡིན་ཅུང་། སྤྱི་ཕྱི་ཁྱོད་ཀྱི་འགྲོ་སྟོལ་ཞིག་མ་གཏོགས་ཆང་མར་འཕྲད་ངེས་པའི་དཀའ་སྟེག་
ལ་དེ་ཚམ་གྱིས་གདོང་ལེན་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་མེད།

ད་ལྟ་ང་ཚོས་མི་ཞིག་དཀའ་སྟེག་བྱེད་བྱས་པ་ཞིག་ལ་འཕྲད་སྐབས་གདམ་ཀ་ཅི་ཞིག་ཡོད་པར་བསམ་
གཞིག་ཅིག་བྱེད་རྒྱ་ཡིན། ཚུགས་གཅིག་ནས་ང་ཚོས་དཀའ་སྟེག་དེས་རང་ཉིད་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་དུ་འཇུག་ཆོག་པ་
དང་། ཚུགས་གཞན་ནས་ང་ཚོས་དཀའ་སྟེག་དེ་སྤང་མེད་དུ་བཏང་ནས་སྤྱོད་སྤྱོད་དང་གུང་སང་ལ་འགྲོ་ཆོག་
གདམ་ཀ་གསུམ་པ་ནི་དཀའ་སྟེག་དེར་ཐད་ཀར་གདོང་གཏོང་བ་འདི་ཡིན་ཞིང་། འདི་ནི་ང་ཚོས་དེར་བརྟེན་
དཔུང་བྱས་ནས་དེའི་རྒྱ་རྒྱུན་འཚོལ་བཞིན་རི་ལྟར་བསལ་དགོས་པར་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་པའི་གདམ་ཀ་ཞིག་ཡིན།

གདམ་ཀ་གསུམ་པ་འདིས་ང་ཚོར་སྤྱག་བསྐྱེད་སྤྱག་མ་ཞིག་འཕྲུལ་དུ་སྤྱོད་མིང་ཀྱང་། གདམ་ཀ་གཞན་གཉིས་ལས་ལེགས་པ་གསལ་པོ་ཡིན་ཏེ། འཕྲུལ་དུ་སེལ་བའི་གོ་སྐབས་ཤིག་ཡོད་བཞིན་དུ་ང་ཚོས་དཀའ་སྤྱག་ལ་གཡོལ་བའམ། འོས་ལེན་མ་བྱས་པར་ཆང་དང་ཉལ་མ་སྤྱོད་པ་དང་། མ་ན་སྒྲིམ་དང་ཁ་ཏྲོན་གྱི་རིགས་གང་རུང་ཞིག་གཡོལ་ཐབས་སུ་བཀོལ་ན། དཀའ་སྤྱག་དེ་ནི་མུ་མཐུད་དུ་གནས་རྒྱ་རེད། བྱེད་སྤངས་འདི་ལྟ་བུ་ནི་དཀའ་སྤྱག་ལ་གཡོལ་ཐབས་ཅི་ལས་སེལ་ཐབས་ཤིག་མིན་ཞིང་། གོང་དུ་སྤྱོད་བ་ལྟར་དཀའ་སྤྱག་གི་ཐོག་དུ་སེམས་དང་སྤྱོད་ཚོར་གྱི་དཀའ་ངལ་འཕར་མ་མང་པོ་ཞིག་སྟེ། དངངས་འཛབ་དང་། འཇིགས་སྒྲག་དོགས་ཐོན་སོགས་གྱི་ཚོར་བ་འབྱུང་བའི་ཉེན་ཁ་ཡོད། དེ་འདྲའི་ཚོར་བས་མཐུག་མཐར་ཁོང་ཁྱོད་ཀྱི་གདུང་བསྐྱེད་ནས་རང་གཞན་གཉིས་ཀར་སྤྱག་བསྐྱེད་གྱི་རྒྱ་བསྐྱེད་རྒྱ་རེད།

ཕོ་བའི་ནང་དུ་མེ་མདའ་བརྒྱབ་པ་ལྟ་བུར་མཚོན་ན་ན་ཟུག་དྲག་པོ་ཡོད་པ་དང་། ང་ཚོས་ཅི་ཞིག་བྱེད་དགོས་སམ་ཞེ་ན། ཕོ་བར་གཤག་བཅོས་བྱས་ནས་མདེུ་དེ་ཕྱི་ལ་འདྲོན་དགོས་པ་སྤྱོད་མ་དགོས། གཤག་བཅོས་ཀྱིས་ན་ཟུག་སྤྱག་མ་བསྐྱེད་ཀྱང་། ང་ཚོས་དཀའ་བའི་ངང་ནས་དེ་འོས་ལེན་བྱས་ནས་དཀའ་སྤྱག་གཙོ་བོ་ལས་རྒྱལ་ཐབས་བྱེད་གྱི་ཡོད། དེ་མཚུངས་འཆི་བདག་ལས་ཐར་པར་གཉན་ནད་དང་། རླུ་རྩ་རྩ་ཆེན་པོའི་གཞོན་སྟོན་གྱི་དབང་གིས་སོ་སོའི་ཡན་ལག་ཅིག་གཙོན་དགོས་ཀྱང་། འཆི་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ལས་ཐར་པའི་དོན་དུ་ང་ཚོས་དཀའ་སྤྱག་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་འོས་ལེན་བྱེད་བྱས། སྤྱག་བསྐྱེད་ཆེན་པོ་ཞིག་སེལ་བྱས་ན། ང་ཚོས་དཀའ་སྤྱག་སྤྱག་མ་ལ་གདོང་ལེན་བྱེད་པ་འདི་ནི་སྤྱི་སྤྱོད་ཞིག་ཡིན་མོད་ཀྱང་། འདི་ལྟར་སེམས་ཐག་གཙོན་པ་ནི་རྒྱན་དུ་ལས་སྤྱོད་པོ་ཞིག་མིན་ཞིང་། འོས་རང་ལོ་དྲུག་བདུན་ཞིག་ཡིན་སྐབས། ལྟ་འབྱུང་སྟོན་འགོག་གི་ཁབ་བརྒྱབ་པ་དང་། དེའི་དུས་ངོས་ཀྱིས་ཁབ་བརྒྱབ་པའི་ན་ཟུག་ཇི་འདྲ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་པ་ཤེས་ཡོད་ཆོ། ལྟ་འབྱུང་བྱུང་བའི་ན་ཟུག་ལས་སྟོན་འགོག་གི་ཁབ་ཀྱི་ན་ཟུག་ཉུང་བའི་བསམ་སྟོབས་ཞིག་སྤྱི་ཞིག་གིས་ཀྱང་ངོས་ཀྱི་སེམས་ལ་འཛོག་བྱས་ཡོད་མི་མེད། ཁབ་དེའི་ན་ཟུག་ཉིན་བརྒྱ་ཅིན་ལ་གནས་ཤིང་། དེའི་རྒྱུ་གྱིས་ངོས་ལ་ད་དུང་ཡང་མ་ཤུལ་ཆེན་པོ་བཞི་ཡོད།

སོ་སོའི་དཀའ་སྤྱག་ལ་ཐད་ཀར་གདོང་གཏོང་པ་ནི་མཚམས་རེར་སྤྱོད་བཀོང་བར་བྱེད་པ་ཞིག་དུ་མཐོང་ན། ང་ཚོའི་རྒྱན་ཐུན་གྱི་སྤྱོད་སྤྱང་གི་བྱུང་ཁོངས་སུ་ཏྲག་པ་ཡིན་པའི་ཚོས་ཤིག་ཡེ་ནས་མེད་པ་དུན་པར་བྱས་ན་ཕན་ཐོགས་ཆེ་ཞིང་། ཚོས་ཐམས་ཅད་འཇིག་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཡིན། སྤྱོད་ཐོན་པའི་དངོས་ཡོད་གནས་ལྷགས་གྱི་ངོ་བོ་ཇི་བཞིན། སྤྱག་བསྐྱེད་དང་བདེ་བའི་སྤྱོད་བ་གང་ཞིག་ཡིན་རུང་རྒྱ་གཅིག་ལས་བྱུང་བ་ཞིག་མེད་པ་དང་། ཚོས་ཐམས་ཅད་རྒྱ་དང་རྒྱུན་གྲངས་མེད་ཚོགས་ནས་འབྱུང་གི་ཡོད། དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ཆོ་བདེ་བར་འཛིན་པའི་ཡུལ་ཞིག་དང་འཕྲད་མ་ཐག་ང་ཚོར་རང་ཤུགས་ཀྱིས་བདེ་ཚོར་འབྱུང་བ་དང་། མི་བདེ་བར་འཛིན་པའི་ཡུལ་ཞིག་དང་འཕྲད་མ་ཐག་ང་ཚོར་རང་ཤུགས་ཀྱིས་སྤྱག་བསྐྱེད་སྤྱོད་དགོས་ཤིང་། ད་དུང་བདེ་བ་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་གྱི་རྒྱ་རྒྱུན་ནི་ཚོགས་མེད་དུ་ངོས་འཛིན་བྱས་ཏེ། ང་ཚོའི་མི་ཆོ་ནད་བདེ་སྤྱག་གི་རྟོག་འཛིན་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་མི་མེད། དེ་བཞིན་ང་ཚོ་ཡུལ་དང་གང་ཟག་གི་རིགས་གཅིག་ལ་ཆགས་པ་དང་། གཞན་དག་ལ་འཁོན་སེམས་བརྒྱང་ནས་གཡོལ་འདྲོད་པ་ཡང་རིགས་པ་དང་མི་མཐུན་པ་ཞིག་མིན། འོན་ཀྱང་། དངོས་ཡོད་གནས་ལྷགས་ནི་དེ་ལྟར་མ་རེད།

ངོས་རང་ལ་མཆོན་ན། རྒྱ་གར་གྱི་སློབ་དཔོན་རྒྱལ་སྐྱེས་ཞི་བ་ལྷ་ས་བཟུན་པའི་ཐུག་བཟུལ་སྐོར་གྱི་གླང་
དོར་གྱི་རྣམ་གཞག་དེ་པན་ཐོགས་ཆེ་ཞིང་། དཀའ་ཐུག་གི་རིགས་ཅི་ཞིག་ལ་འཕྲད་ཀྱང་ང་ཚོས་རང་ཉིད་དེ་ཚོའི་
དབང་ཤུགས་ཀྱི་འོག་ཏུ་འགོ་རྩ་མི་འཇུག་པ་ནི་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པར་གསུངས་ཡོད། གལ་སྲིད་སོང་བ་ཡིན་ན་
དཀའ་ཐུག་གིས་ང་ཚོ་ཡོངས་སུ་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པའི་ཉེན་ཁ་ཆེན་པོ་ཡོད། དེ་ལས་རང་གི་རྣམ་དཔྱད་བཅུ་ལྔ་
ནས་དཀའ་ཐུག་གི་ངོ་བོའི་རང་བཞིན་ལ་བརྟག་དཔྱད་གཏོང་དགོས་ཤིང་། གལ་ཏེ་ང་ཚོས་ཐབས་ཤེས་གང་རུང་
ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་སེལ་ཐུབ་པ་ཞིག་ཡིན་པར་མཐོང་ཆོ། སེམས་ཁྲལ་དང་དངངས་འཆབ་བྱེད་དགོས་པའི་རྒྱ་
མཆོན་མེད་ལ། རང་གི་རྣམ་ཤུགས་ཡོད་ཚད་ཐབས་ལམ་དེ་འཛོལ་སྟུབ་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་བཀོལ་བ་ནི་རིགས་པ་དང་
མཐུན་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་ལས་ཐོག་ཟླ། དཀའ་ཐུག་གི་ངོ་བོའི་རང་བཞིན་ནི་རྣོག་འཛིང་ཆེ་ཞིང་སེལ་ཐབས་ཤིག་
མེད་པར་མཐོང་ན། སེམས་ཁྲལ་བྱེད་པ་ལ་དགོས་པ་ཅི་ཡང་མེད་ལ། གལ་ཏེ་གནས་སྟངས་དེར་ཅི་ཞིག་གིས་ཀྱང་
འཁྱུར་བ་གཏོང་མི་ཐུབ་ན། སེམས་ཁྲལ་གྱིས་དེ་ཐུག་ཏུ་གཏོང་གི་ཡོད། རྒྱལ་སྐྱེས་ཞི་བ་ལྷ་ས་བཟུན་པའི་བྱེད་
ཐབས་འདི་ནི། རིགས་པའི་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་བཟུན་བཅོས་ཤིག་གི་ནང་ཏུ་ཡོད་པའི་སྡེ་མང་རྣོག་འཛིང་ཆེ་བའི་
བསམ་གཞིག་གི་ཕྱིང་བའི་མཇུག་ཐོམ་དེ་ལས་ལོགས་སུ་བཀོད་ན། དཀྱུས་མ་ཞིག་ཏུ་སྒྲུབ་ཡང་། བྱེད་ཐབས་
འདིའི་མཆོར་ཐུག་ནི་སློབ་མེད་དཀྱུས་མའི་ངང་ནས་བྱུང་ཡོད་པ་དང་། སུ་ཞིག་གིས་ཀྱང་བྱེད་ཐབས་འདིའི་རྒྱན་
འཇགས་ཀྱི་གོ་རྟོགས་ལ་དགག་པ་བྱེད་མི་སྲིད།

ཐུག་བཟུལ་ལ་དོན་དངོས་ཀྱི་དགོས་དམིགས་ཅི་ཞིག་ཡོད་པ་ང་ཚོས་འདིར་བསམ་གཞིག་བྱེད་རྒྱ་མིན་
ཡང་། ཐུག་བཟུལ་གྱི་ཁྱེད་བས་གཞན་གྱིས་ཅི་ཞིག་ཁྱེད་གི་ཡོད་པ་ང་ཚོར་དྲན་སྐུལ་བྱེད་པ་དང་། ཕྱོགས་འདི་
ནས་བརྗོད་ན། ཐུག་བཟུལ་ནི་རང་ཉིད་གཞན་དག་གི་ཐུག་བཟུལ་གྱི་རྒྱ་རྩ་འགོ་བར་བཀག་སྡོམ་བྱེད་པ་དང་།
སྤྱིང་རྒྱའི་ཉམས་ལེན་སོགས་ལ་འཇུག་པའི་སྐུལ་མ་རྟོབས་ཤུགས་དང་ཕན་པ་ཞིག་ཡིན། དཔེ་མཆོན་གཞན་ཞིག་
ཟླ། ང་ཚོའི་རྒྱལ་ཁབ་བཅོན་བཟུང་བྱས་རྗེས་མནར་གཅོད་སོགས་ཁྱེད་བཞིན་བཅོན་ཁང་ཏུ་ལོ་ཉི་ཤུའི་ལྷན་ཅིག་
ལ་སྤྱོད་དགོས་བྱུང་བའི་བོད་ཀྱི་མཐུན་དབང་ཉམས་ལེན་པ་ཆེན་མོ་ཞིག་ཡོད་ལ། བཅོན་བྱོལ་ཏུ་འབྱོར་བའི་ཁོང་
གི་སློབ་མ་ཁག་ཅིག་གིས་ངོས་ལ་བརྗོད་པ་ལྟར་ན། བཅོན་ཁང་ནང་བྱིས་ཤིང་གསང་བའི་སློ་ནས་བྱི་རྒྱུར་ཡོང་
བའི་འཕྲིན་ཡིག་ཏུ་བྱམས་པ་དང་སྤྱིང་རྒྱའི་སྐོར་ལ་ཁོ་ཚོས་སྤོང་ཏུ་མཐོང་མ་ཁྱེད་བའི་གདམས་པ་ཟབ་མོ་མང་
པོ་ཡོད་འདུག རྒྱན་ངན་ནི་ཁོང་ཁྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་ལུས་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་ཡིན་ཡང་། ཚོས་ཀྱི་ཉམས་རྟོགས་རྒྱས་པའི་རྒྱ་
ཞིག་ཏུ་འགོ་བའི་རྣམ་པའང་དེར་གཅིག་མཚུངས་སུ་ཡོད་པ་དང་། དེ་གཉིས་གང་ཞིག་ཏུ་འགོ་མིན་ནི་ང་ཚོའི་ཡ་
ལན་ལ་གཙོ་བོར་ཐུག་ཡོད།

ལེའུ་བཅུ་པ།
ཤེས་རབ་ཀྱི་དགོས་པ།

སྒྲིལ་ཡོན་ཏན་རྣམས་གོང་འཕེལ་གཏོང་བའི་དགོས་པ་སྤྱད་ལ་དབྱེད་པའི་ནང་། ངོས་ཀྱིས་སྒྲིག་བྲིས་ས་
དགོས་ཚུལ་གྱི་སྒྲིལ་མང་པོ་བཅུ་ཡོད། རང་དོན་སྒྲུབ་པ་གལ་གནད་དང་དོན་ཆེན་དུ་འཛིན་པ་ནི། རིག་གཞུང་
གི་ཆ་ཤས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་པའི་དེང་སང་གི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ངོས་ནས་བཟུང་ཆོ། ངོས་ཀྱི་སྤྱད་ཆ་དེ་ནི་བཤད་
སྤངས་སྤྱིང་པ་དང་། ཐ་ན་འོས་འཚམ་མེན་པ་ཞིག་ཏུ་སྤང་བྱེད་ཀྱང་། ངོས་ཀྱི་ལྟ་ཚུལ་ལ། སྒྲིག་བྲིས་ས་ལ་ལྟ་
སྤངས་མི་ལགས་པ་བཟུང་བའི་རྒྱ་མཚན་ནི། ཐ་སྤྱད་འདྲིའི་ངོ་གདོང་གི་གོ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་གཙོ་བོར་བྱུང་བ་
ཞིག་ཡིན་ཏེ། མི་ཚོས་སྒྲིག་བྲིས་ས་ཞེས་པ་ནི་སོ་སོའི་ཞེ་འདོད་དང་མི་མཐུན་པའི་སྒོ་ནས་གང་ཞིག་རང་ཐོག་ཏུ་
བཅན་བོར་བཞག་པ་ཞིག་ལ་གོ་བ་ལེན་གྱི་ཡོད། དེ་བས་ན་སྤང་དོར་གྱི་སྒྲིག་བྲིས་ནི། དེའི་ཕན་ཡོན་ཐམས་
ཅད་ངོས་འཛིན་གྱིས་རང་གི་ངང་གིས་དང་དུ་སྤངས་པའི་ཀུན་སྤྱོད་ཀྱི་འཇུག་ཐོག་གི་འགོ་ལྷགས་ཤིག་ལ་གོ་
དགོས་ཞེས་བསྒྲུར་དུ་བཅོད་ན་རིན་ཐང་ཆེ་བར་སྟེ། འདི་ནི་ང་ཚོར་རྒྱས་མངའ་ཅི་ཡང་མེད་པའི་དོན་སྤྱི་ཞིག་
མེན་ཞིང་། ང་ཚོའི་འབྱུང་བའི་འཕྲོད་བསྟེན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ན། སྒྲིག་བྲིས་ས་ངོས་ལེན་བྱེད་
པར་ང་ཚོས་འཛིན་ཐོན་བྱེད་གི་མེད། ཐ་ན་ཟ་འདོད་སྤྱི་ཡང་སྟན་པས་ལམ་སྟོན་གནད་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ང་
ཚོས་རང་ལ་གཞོད་པའི་ཟས་མི་ཟ་བ་དང་། རང་ལ་ཕན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཟ་བ་ཡིན། ཐོག་མའི་སྐབས་སུ་ཐ་ན་
རང་ཁྱུར་བྱས་པའི་སྒྲིག་བྲིས་ས་ལ་བརྟེན་བྱེད་པར་ཡང་དཀའ་སྟེ། དང་སྤྱད་དུས་བྱེད་དགོས་པ་བདེན་ཡང་།
འབད་བཅོན་སྤྱོད་མེད་དུ་ལག་ལེན་དང་གོམས་འདྲིས་བྱས་ན་དཀའ་ཆོག་ས་དེ་རིམ་པས་ཇེ་ཉུང་དུ་འགོ་ངེས་
ཡིན། འདི་ནི་རྒྱལ་ཁྱུ་ཞིག་ཁ་ཕྱོགས་གཞན་ཞིག་ལ་བསྐྱོར་བ་དང་ཅུང་མཚུངས་ཤིང་། ཐོག་མར་ང་ཚོས་རྒྱ་ཁྱུ་
བསྐྱོར་ནས་དེའི་རྒྱ་ཕྱགས་བརྟེན་དགོས་པ་དང་། དེ་ནས་རྒྱ་ཁྱུ་འདི་ནང་དུ་རྒྱལ་ཁྱུ་དེ་བསྐྱོར་སྐབས་། ང་ཚོས་སྤང་
ཡང་འདི་དང་དེར་ལེགས་བཅས་བྱེད་དགོས་སྤྱོད། འོན་ཀྱང་། རྒྱལ་ཁྱུ་དེའི་བཅུར་རྒྱུ་གྱི་ཁ་ཕྱོགས་གསར་པ་སྤྱོད་
བཏན་དུ་གྱུར་ན། ང་ཚོས་འདོད་པའི་ཁ་ཕྱོགས་སུ་བདེ་སྟགས་ངང་བཅུར་རྒྱ་རེད།

སྤང་དོར་གྱི་སྒྲིག་བྲིས་ས་མེད་དུ་མི་ཅུང་བའི་རྒྱ་མཚན་ནི། ང་ཚོས་དེར་བརྟེན་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་བདེ་
བའི་ཐོབ་ཐང་དང་། གཞན་གྱི་ཐོབ་ཐང་བར་དུ་འབྱུང་ངེས་པའི་འགུན་ཚོད་ལ་བར་འདུམ་བྱེད་སྟབས་ཀྱི་ཡོད།
རང་གི་བདེ་བ་ཆེས་གལ་ཆེན་དུ་བཟུང་ནས་གཞན་གྱི་སྟུག་བསྐྱེད་ལ་ཅི་ཡང་མི་སྟུང་པའི་མི་ནི་རྟག་ཏུ་ཡོད་
ནའང་། དེ་ནི་སྟུག་རྒྱུང་མ་བསམ་པའི་བྱ་སྤྱོད་ཅིག་ཡིན་ཞིང་། གཞན་ལ་འཚོ་བའི་རྒྱ་རྒྱུན་ལས་མི་སུ་ཞིག་
ལའང་དོན་དངོས་ཀྱི་ཁེ་ཕན་ཞིག་ཐོབ་གི་མེད། གཞན་གྱི་ཐོབ་ཐང་དོན་རྩལ་དུ་བཏང་ནས་ཐོབ་པའི་འཕྲལ་གྱི་
ཁེ་ཕན་གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་འཕྲལ་སེལ་ཅམ་ཡིན། གཞན་ལ་གཞོད་པའམ། གཞན་གྱི་བདེ་སྤྱོད་དང་ཞི་བདེ་
དྲེད་གས་པའི་རྒྱུ་གྱིས་སྟུག་སུ་ང་ཚོར་དངངས་འཚབ་འབྱུང་ཞིང་། ང་ཚོའི་བྱ་སྤྱོད་ལ་རང་གཞན་གཉིས་ཀར་
ཐེབས་པའི་སྟུག་རྒྱུན་ཞིག་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས། སྤང་དོར་གྱི་སྒྲིག་བྲིས་ས་མེད་ན་མཐའ་མ་རང་གི་སྒོ་ལ་
དངངས་འཚབ་སྤྱེས་ནས་ཟང་ཟང་གི་ཚོར་བ་ཞིག་སྤྱོད་གི་རེད། དེ་ལས་སྟོན་སྟེ། དཀའ་ཆོག་ལ་མ་འཛིན་པར་

ཉོན་མོངས་པའི་སེམས་བྱང་ཁག་ལ་བྱེན་པའི་རང་གི་ཡ་ལན་དེ་སྒང་དོར་གྱི་སྒྲིག་སྒྲིམས་ལ་སྦྱར་ན། ལུགས་སྤང་
ཆོས་མྱང་དགོས་པའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ནི་རང་གཅེས་འཛིན་གྱི་བྱ་སྤྱོད་ཁག་གིས་བསྐྱེད་པའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ལས་ཆེས་ཆུང་
བ་ང་ཆོའི་སྤྱོད་བྱུང་ཡིན།

སྒང་དོར་གྱི་སྒྲིག་སྒྲིམས་ནི་བཀག་སྒྲོམ་ཙམ་གྱི་ངོ་བོ་ནས་གྲུབ་པ་ཞིག་མིན་པ་སྤྱར་ཡང་བཟོད་ན་པན་
སྒྲུབ་ཆེ་ཞིང་། དགེ་བ་འཆོལ་སྦྱབ་ཀྱང་སྒྲིག་སྒྲིམས་དེའི་གྲུབ་ཆ་ཞིག་ཡིན། བྱམས་པ་དང་། སྤྱིང་། བཟོད་པ།
བཟོད་བསྐྱར། དགོངས་ཡངས་བཅས་ནི་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་སྒྲོའི་ཡོན་ཏན་ཁག་ཅིག་ཡིན་ཞིང་། ཡོན་ཏན་འདི་
དག་ང་ཆོའི་འཆོ་བའི་ནང་དུ་ཡོད་སྐབས། ང་ཆོའི་བྱ་བྱེད་ཐམས་ཅད་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་བྱིམ་གཞི་རྩིས་པོར་
པན་པའི་ལས་ཤིག་ཏུ་འགྱུར་བ་དང་། ཐ་ན་ང་ཆོའི་ཉེན་རེའི་ལས་ཀ་སྟེ། བྱིམ་དུ་སྤྱ་གུར་ལྟ་སྤྱོད་དང་། བཟོ་སྒྲུ་
ཞིག་ཏུ་ལས་ཀ་བྱེད་པ། ཡང་ན་དགེ་ཞུན་དང་། ཆོང་པ། བྱིམས་ཚོད་པ། སྤྲོན་པ་སོགས་ཆེད་ལས་གང་རུང་ཞིག་
གི་སྒོ་ནས་སྤྱི་ཚོགས་ལ་འབས་ཞུ་སྦྱབ་པ་གང་ཞིག་ཡིན་རུང་། ང་ཆོའི་བྱ་སྤྱོད་ཀྱིས་སྤྲོན་མོང་གི་བདེ་སྤྱོད་ལ་
མཐུན་སྤྱོད་སྤྱོད་གྱི་ཡོད། ང་ཆོའི་འཆོ་གནས་ལ་དོན་སྤྱོད་དང་རིན་ཐང་སྤྱོད་པའི་ཡོན་ཏན་དེ་དག་ནི་སྒང་དོར་
གྱི་སྒྲིག་སྒྲིམས་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་གི་ཡོད་སྐབས། ང་ཆོས་བཙོན་འགྲུས་དང་སྤྱོད་སེམས་ཀྱི་ངང་ནས་སྒང་དོར་གྱི་
སྒྲིག་སྒྲིམས་དེ་དང་དུ་ལེན་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན།

སྒང་དོར་གྱི་སྒྲིག་སྒྲིམས་འདི་ནི་རང་གཞན་གྱི་འབྲེལ་བའི་ནང་དུ་རི་ལྟར་བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་དགོས་པར་
མ་བཟུམ་གོང་། ང་ཆོས་དགེ་སྤྱོད་ནི་འཆོ་བ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་ནས་འཛིན་པ་ལ་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཞིག་ཡོད་པར་
བསྐྱར་ཞིབ་ཅིག་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན། ང་ཆོས་མཐོང་གསལ་ལྟར། དངོས་ཡོད་གནས་ལུགས་ནི་སྟེ་མང་རྒྱུག་འཛིང་གི་
རང་བཞིན་ཞིག་ཡིན་ཏེ། བྱ་སྤྱོད་བྱེད་པ་ཞིག་ལ་མཚན་ནའང་། རང་སྤྱོད་ནས་ལེགས་ཉེས་གང་ཞིག་ཡིན་པ་
བཟོད་པར་དཀའ་ཆོགས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བྱེད། བཟང་སྤྱོད་ནི་རང་ངོས་ནས་ལེགས་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ང་
ཆོས་དོར་འཇུག་པར་བཙོན་པ་མིན། རང་གིས་བདེ་བ་འདོད་ཅིང་སྤྲུག་བསྐྱེད་མི་འདོད་པ་རིམ་བཞིན། གཞན་
གྱིས་ཀྱང་བདེ་བ་འདོད་ཅིང་སྤྲུག་བསྐྱེད་མི་འདོད་པ་ང་ཆོས་ངོས་འཛིན་བྱས་པའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་
བཟང་སྤྱོད་ལ་འཇུག་གི་ཡོད། དེ་བས་ན་གང་ཟག་ཅིག་གི་བདེ་སྤྱོད་གི་སྤྱོད་པའི་གནད་དོན་དང་ཁ་བྲལ་ཡང་།
དོན་གྱི་སྤྱོད་པོ་ཡོད་པའི་དགེ་སྤྱོད་ཀྱི་སྒྲིག་སྒྲིམས་ཤིག་ང་ཆོས་ཡོད་ལ་འཆར་ཁག་པོ་ཡིན།

དེ་ལྟར་ཡིན་མོད་ཀྱང་། ང་ཆོས་ད་དུང་ཡིན་ལུགས་ངོ་ཐོག་གི་རིག་པ་གཞིར་བཞག་ནས་དྲི་བ་ཁག་པོ་སྟེ་
ཆོགས་ཤིག་འདྲི་བར་འདོད་ཆེ། སྒང་དོར་གྱི་དབྱུད་པ་འདི་ནི་རྒྱུག་འཛིང་ཆེན་ཆེན་ཆེ་བྱེད་འགྲོ་རྒྱུ་རེད། ང་ཆོས་
ཚུགས་གང་ནས་བཟུམ་ཀྱང་། སྒང་དོར་གྱི་ཉམས་ལེན་ནི་གཏན་ཆོགས་ཀྱི་སྦྱབ་ངག་ཙམ་གྱི་གནས་རིམ་ལ་སྟེལ་
མི་སྤྱབ་པ་བདེན་ཡང་། མཐའ་མཇུག་ང་ཆོ་སྤྱར་ཡང་བདེ་སྤྱོད་གི་སྤྱོད་པ་དང་འབྲེལ་བའི་རྩ་བའི་གནད་དོན་
ཁག་ལ་ཁ་སྤྱོད་དགོས་ཀྱི་ཡོད། རྒྱ་མཚན་ཅིའི་བྱེད་པ་ནི་ང་ཆོར་བཟང་ཞིང་། སྤྲུག་བསྐྱེད་ནི་ང་ཆོར་མི་
ལེགས་པ་ཡིན་ནམ། དྲི་བ་འདི་ལ་སལ་ཆེར་ཡོངས་འདུས་ཀྱི་ལན་ཞིག་ཡོད་མི་སྟེད། འོན་ཀྱང་། བཟང་བ་དང་དེ་
ལས་བཟང་བ་གཉིས་ལས་བྱེ་མ་ང་ཆོས་འདེམས་པ་ལྟར། སྤྲུག་བསྐྱེད་ལས་བདེ་བ་འདོད་པ་ནི་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་
ཀྱི་རང་གཤིས་སྤྱུ་གྲུབ་ཡོད་ལ། འདི་ནི་ང་ཆོའི་མཐོང་ཆོས་ཤིག་ཡིན། ང་ཆོས་རང་བཞིན་གྱིས་བདེ་བ་འདོད་ཅིང་
སྤྲུག་བསྐྱེད་འདོད་ཀྱི་མེད་པ་དང་། འདི་ལྟར་ཡིན་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ལྷ་ཚུགས་ཀྱིས་དྲིས་ན། འདི་ནི་ཆོས་

ཉིད་ཅིག་ཡིན་ཟེར་བ་དང་། ཡང་ན་འཇིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་ལས་ལེན་མཁན་ཞིག་ལ་མཆོན་ན། དཀོན་མཆོག་གིས་ང་ཚོ་དེ་ལྟར་དུ་བཅོས་པ་རེད་ཅེས་བརྗོད་རྒྱུ་ལས་གཞན་མ་མཆིས།

བྱ་སྤྱོད་ངེས་ཅན་ཞིག་གི་དགོངས་པ་ལ་བསམ་གཞིགས་བྱས་ན། དེ་ནི་རྒྱ་རྒྱུན་མང་པོ་ཞིག་ལ་ཇི་ལྟར་བརྟེན་ཡོད་པ་ང་ཚོས་མཐོང་ཐུབ་པ་དང་། དུས་དང་རྒྱུན་ནི་གནད་དོན་དེ་དང་འབྲེལ་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་ལ། དེ་མཚུངས་བྱེད་པ་པོ་ལ་རང་དབང་ཡོད་མེད་དེའང་འབྲེལ་ཡོད་ཅིག་ཡིན། རང་ལ་འདོད་པ་མེད་བཞིན་དུ་བཅན་གཞོན་འོག་བྱེད་དགོས་བྱུང་བའི་མི་དགེ་བའི་ལས་དང་། རང་དབང་ཆ་ཚད་ཡོད་པའི་སློན་ནས་བྱས་པའི་མི་དགེ་བའི་ལས་གཉིས་ལས་བྱི་མ་ནི་ཆོབས་ཆེན་ཞིག་ཡིན། དེ་བཞིན་མི་དགེ་བའི་ལས་གཅིག་བྱེད་པ་དང་། ཡང་ན་འགྲོད་སེམས་མེད་པར་མི་དགེ་བའི་ལས་ཤིག་ཡང་ཡང་བྱེད་པ་གཉིས་ལས་བྱི་མ་ནི་ཐུ་མར་སྟོས་ན་ཤིན་ཏུ་ཆོབས་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པར་བསམ་ཆོག། ང་ཚོས་ད་དུང་ལས་ཤིག་གི་རྒྱབ་ལོགས་ཀྱི་ཀུན་སྨོང་དང་། དེའི་འདུས་དོན་ལའང་ངེས་པར་དུ་བརྟེན་དགོས་ཤིང་། གནད་དོན་ཆེས་གལ་ཆེ་ཤོས་ནི་ལས་ཤིག་ལ་འཇུག་སྐབས་བྱེད་པོ་རང་ཉིད་ཀྱི་སེམས་པའི་ཀུན་སྨོང་དེ་ཡིན། དེ་ཡང་སྤྱིར་བཏང་དུ་བརྗོད་ན། ཀུན་སྨོང་དེ་ང་ཚོའི་བཀོད་འདོམས་ཀྱི་འོག་དུ་ཡོད་པས་ཡིན་ཞིང་། ཀུན་སྨོང་གིས་ང་ཚོའི་བྱ་སྤྱོད་ནི་དགེ་སྤྱོད་ཅིག་དུ་འགྲོ་མེན་གཙོ་བོར་ཐག་གཅོད་ཀྱི་ཡོད། ང་ཚོས་མཐོང་གསལ་ལྟར། ང་ཚོའི་དམིགས་འདུན་ལ་རང་གཅེས་འཛིན་དང་། ཞེ་ཐུང་། བསྐྱ་སེམས་སོགས་ཀྱི་ལྷན་ལྷགས་ན། ང་ཚོའི་སྤྱོད་པ་ལ་ཕན་བདེ་བསྐྱུན་པའི་བྱི་ཚུལ་གྱི་རྣམ་པ་ཇི་ལྟར་ཆེ་ཡང་། སྤྱོད་པ་དེ་ཚོའི་མཐར་གཏུགས་ཀྱི་ལྷགས་རྒྱུན་ནི་རང་གཞན་གཉིས་ཀར་ལེགས་པའི་ཆ་དང་ལུན་པ་ཞིག་མིན།

དེ་ལྟར་ནའང་། སྤང་དོར་གྱི་གདམ་ཀ་རྒྱུག་འཛིང་ཅན་ཞིག་ལ་འཕྲད་སྐབས། ང་ཚོས་འཆོབ་པ་མེད་པའི་རྩ་འཛིན་འདི་ཇི་ལྟར་བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་དགོས་སམ། དེ་འདྲའི་སྐབས་སུ་ང་ཚོས་རང་གི་རྣམ་དཔྱད་དང་འཆར་སྤང་གི་རྣམ་པ་བཀོལ་དགོས་ཤིང་། རུས་པ་འདི་ནི་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་ཐོན་ཁུངས་རིན་ཐང་འཇལ་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་པར་མ་ཟད། འགྲོ་བ་མི་དུད་འགྲོ་དང་ཐ་དད་པ་ཡིན་པར་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་གཙོ་བོ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་པ་ངོས་ཀྱིས་བརྗོད་ཡོད། མི་དགེ་བའི་སྤྱོད་ཆོར་གྱིས་རུས་པ་དེར་གཏོར་བཞག་ཇི་ལྟར་བྱེད་པ་དང་། སྤྱི་བཟུལ་ལ་གདོང་ལེན་བྱེད་པར་རུས་པ་དེ་ཇི་འདྲ་གལ་ཆེན་ཡིན་པ་སོགས་ལ་ང་ཚོས་བརྟེན་ཟིན། དགེ་སྤྱོད་ཉམས་ལེན་གྱི་ཕྱོགས་ནས་བརྗོད་ན། ང་ཚོས་རང་གི་རྣམ་དཔྱད་ལ་བརྟེན་ནས་འཕམ་ལ་སྤྱུགས་ཀྱི་ཕན་བདེ་གཉིས་ལ་ཁྱད་པར་འབྱེད་ཐུབ་པར་མ་ཟད། སོ་སོས་བྱེད་ཐུབ་པའི་བྱ་བའི་བརྒྱུད་རིམ་ཐ་དད་པ་ཚོའི་དགེ་མི་དགའི་རིན་ཐང་ཐག་གཅོད་དང་། བྱ་བ་དེ་ཆོ་ལས་འབྱུང་སྤྱོད་པའི་མཇུག་འབྲས་ལ་དབྱེད་པ་བྱས་ཏེ། སྤྱུགས་རྒྱུད་གི་དམིགས་དོན་ཆེད་འཕམ་ལ་སེལ་གྱི་འདོད་དོན་ཡང་སྨོང་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད། རྒྱུག་འཛིང་ཆེ་བའི་སྤང་དོར་གྱི་གདམ་ཀ་ཞིག་ལ་མཆོན་ན། ང་ཚོས་དེའི་གནས་སྤངས་ཀྱི་ཆ་ཐམས་ཅད་ལ་བསམ་གཞིགས་བྱེད་དགོས་པ་དང་། བསམ་གཞིགས་བྱེད་སྐབས་འདི་ལ་ནང་པའི་གཞུང་དུ་གསུངས་པའི་ཐབས་ཤེས་བྱུང་འབྲེལ་ལུན་དགོས། དེ་ཡང་ཐབས་ཞེས་པ་ནི་ང་ཚོས་རང་གི་བྱ་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་སྤྱོད་རྒྱུན་ཀུན་སྨོང་དུ་འཇུག་པར་བྱེད་པ་དང་། ཤེས་ནི་ཤེས་རབ་སྟེ། ང་ཚོས་འཆོབ་པ་མེད་པའི་རྩ་འཛིན་དེ་མིག་སྤར་ཡོད་པའི་གནས་སྤངས་ལ་བསྐྱུན་ཐབས་བྱེད་བཞིན། འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་ཐམས་ཅད་ལ་ཡ་ལན་སྟེར་བའི་ང་ཚོའི་རྣམ་དཔྱད་ཡིན། ཤེས་རབ་ནི་ལེགས་ཉེས་ལེགས་པར་འབྱེད་པའི་རྣམ་དཔྱད་སྟོན་ཤོས་དང་ལུན་པ་ཞིག་དུ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཆོག།

ཤེས་རབ་ནི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ལྷ་བ་གཙོ་བོར་བཟུང་མེད་དུས་ལྷག་ཏུ་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། ང་ཆོས་ཤེས་རབ་ལ་བརྟེན་ནས་སོ་སོའི་ལྷ་སྒྲངས་ལ་བརྟག་དབྱེད་གཏོང་བ་དང་། རང་གི་སྒྲོ་རྒྱ་དོག་ཡོད་མེད་ལ་ཅུད་གཙོད་བྱེད་དགོས་ཏེ། སོ་སོའི་བསམ་གཞིག་གི་ནང་དུ་གནས་སྒྲངས་ཤིག་གི་སྤྱོད་མ་ཞིག་ཡོད་དམ། ཡང་ན་ང་ཆོས་དེའི་བྱེད་བྱ་པའི་ཆ་རྣམས་ལ་བསམ་གཞིག་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་དམ། ང་ཆོས་ལྷ་སྒྲངས་ནི་འཕྲུལ་སྤྲུགས་གང་ཞིག་ལ་སྤྲུགས་ཡོད་དམ། ང་ཆོས་གཟིགས་རྒྱུ་རིང་པོར་ལྷ་བཞིན་ཡོད་དམ། ང་ཆོས་གཟིགས་རྒྱུ་ནི་གསལ་པོ་ཡིན་ནམ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ངོས་ནས་བཤད་ན། རང་གི་ཀུན་སྒྲོང་ནི་སྤྱི་རྗེ་ལྷ་མེད་ཅིག་གི་ངོ་བོ་ཡིན་ནམ། ཡང་ན་ང་ཆོས་སྤྱི་རྗེ་ནི་རང་གི་ནང་མི་དང་། གྲོགས་པོ། རང་དང་ཉེ་བར་འཛིན་པའི་མི་ཆོས་སྤྲུགས་སུ་སྤྱང་ཡོད་དམ། རྟོག་པ་དང་སྤྱོད་ཆོར་གྱི་རང་བཞིན་རྟོགས་པར་ང་ཆོས་བསམ་གཞིག་བྱེད་དགོས་པ་ཇི་བཞིན། འདྲིར་ཡང་ང་ཆོས་བསམ་གཞིག་དང་བསམ་གཞིག་བྱེད་དགོས།

འོན་ཀྱང་། གནས་དུས་ཐམས་ཅད་དུ་འདི་ལྟར་བསམ་གཞིག་བྱེད་པའི་དུས་ཆོད་རྒྱན་དུ་མེད་པ་དང་། མཚམས་རེར་ང་ཆོས་འཕྲུལ་དུ་བྱ་བ་ཞིག་བྱེད་པའམ་སྤྱོད་པ་ཞིག་སྟོན་དགོས་སྟབས། རང་གི་བྱ་སྤྱོད་ནི་དགེ་སྤྱོད་དང་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་ངོ་བོར་འགོ་བར་ང་ཆོས་རྒྱན་དུ་རང་གི་སྒྲོའི་ཡོན་ཏན་རྣམས་གོང་དུ་སྤེལ་རྒྱ་ཆེས་གལ་ཆེན་ཡིན་ཞིང་། ང་ཆོས་བྱ་སྤྱོད་ནི་ཅི་ཅམ་གྱིས་རང་ཆས་སུ་བྱུང་ན། དེ་ཅམ་གྱིས་བྱ་སྤྱོད་དེ་ཆོས་སོ་སོའི་གཤིས་རྒྱུད་དང་གོམས་འདྲིས་མཚོན་སྟབས་པ་དང་། ཅི་སྟེང་ཆོས་སེམས་རྒྱུད་དགེ་བ་ཅན་མ་ཡིན་ན། སོ་སོའི་བྱ་སྤྱོད་ཀྱང་གཞོན་འཛེ་ཅན་དུ་འགྱུར་བར་གཏོག་མི་ཟ། ངོས་ཀྱི་ལྷ་ཚུལ་ལ། རང་གི་ཡོན་ཏན་རྣམས་གོང་འཕེལ་གཏོང་བ་དང་ཆབས་ཅིག་ཉན་རེའི་འཛོལ་འདྲི་ནང་རང་ལ་ལམ་སྟོན་བྱེད་པའི་རྩ་བའི་སྤང་དོར་གྱི་བསྐབ་བྱ་སྟོར་ཞིག་ཡོད་ན་པན་ཐོགས་ཆེ་ཞིང་། དེས་རང་ལ་གོམས་གཤིས་བཟང་པོ་ཞིག་འཇགས་པར་རམ་འདེགས་བྱེད་ངེས་ཡིན། དེ་ལྟར་འདྲ་། བསྐབ་བྱ་དེ་ཆོ་ནི་སྤྱོད་ལམ་གྱི་བཅས་བྲིམས་ཤིག་ཡིན་པར་བསམ་པ་ལས། གཞན་དོན་དོན་གཉེར་གྱི་སེམས་པ་རང་གི་སྒྲོ་ངོར་རྟག་དུ་འཛིན་དགོས་པའི་དུན་སྐུལ་ཞིག་ཏུ་བཀོལ་ན་ལེགས་པར་སྟམ།

བསྐབ་བྱ་དེ་ལྷ་བའི་འདུས་དོན་གྱི་ཆ་ལ་བསམ་གཞིག་ཅིག་བྱས་ན། མི་ཆོས་གཙོ་བོར་བཟུང་བའི་ལྷ་བྱུབ་ཀྱི་སྒོལ་རྒྱན་ལག་གི་ཆ་ཤས་ཆེན་པོ་ཞིག་དང་། འཇམ་སྤང་གི་ཆོས་ལུགས་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་བཟུན་པའི་རྩ་བའི་སྤང་དོར་གྱི་གདམས་ངག་དེ་དག་ལས་ལྷག་ཅིག་ང་ཆོས་རྟེན་དཀའ་རྒྱ་མེད། ཡིན་ལུགས་ངོ་ཐོག་གི་ལྷ་ཚུལ་མི་མཐུན་པ་ཡོད་ཀྱང་། སྒོལ་རྒྱན་དེ་རྣམས་ཀྱི་བར་ལ་མོས་མཐུན་མངོན་གསལ་ཞིག་ཡོད་པར་སྤང་སྟེ། སྒོག་གཙོད་པ་དང་། མ་བྱིན་པར་ལེན་པ། རྒྱན་སྦྱ་བ། མི་ཆངས་པར་སྤྱོད་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་མི་དགེ་བ་ཡིན་པ་ཆང་མས་མོས་མཐུན་གནང་ཞིང་། ད་དུང་ཀུན་སྒྲོང་གི་ཆ་ནས་བརྗོད་ན། སྒོལ་རྒྱན་ཆང་མས་ཞེ་སྤང་དང་། ང་རྒྱལ། ཞེན་ཆགས། སྤག་དོག་རུ་སེམས། ཆགས་སྟེད། མི་རིགས་དབྱེ་འབྱེད་རིང་ལུགས་ལྷ་བའི་འཛོལ་ལྷ་བ་སོགས་སྤང་དགོས་པའི་མོས་མཐུན་ཡང་གནང་གི་ཡོད།

སྟབས་བདེ་ཞིང་རྒྱས་པ་ཆེ་བའི་སྦྱོར་འགོག་ཡོད་པའི་ད་ལྟའི་དུས་འདྲིར་ཡང་ཡོག་གཡེམ་སྟོམ་པའི་བསྐབ་བྱ་འདི་ད་དུང་དགོས་ངེས་ཡིན་ནམ་སྟམ་མཁན་ཡོད་སྟེད། འགོ་བ་མི་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ང་ཆོས་ཡིད་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་སྤྱོད་དང་གཟུགས་སོགས་ཀྱི་ཡུལ་ལ་འཛོར་བ་དང་། ཡུལ་དེ་དག་རེ་རེ་ལའང་ང་ཆོས་དཀའ་སྤྲུག་སྤྱོད་བར་བྱེད་པའི་རྒྱས་པ་ཡོད་ལ། ལྷག་ཏུ་འཁྲིག་སྤྱོད་ཀྱི་འགྲུགས་ཤུགས་ནང་དབང་པོ་རྩ་བོ་འདུས་ཡོད་པས། འདྲོད་སེམས་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཞིག་འཁྲིག་སྤྱོད་ཀྱི་འགྲུག་ཤུགས་དང་ལྷན་དུ་འབྱུང་སྐབས། ང་ཆོས་རྟོག་དྲ་ཆེན་པོ་

འབྱུང་བར་བྱེད་པའི་རྒྱ་རྒྱུ་ཚད་གི་ཡོད། བདེན་པ་འདི་ནི་ཚོས་ལྷགས་ཆེན་པོ་ཁག་གིས་སྤེལ་བའི་ཚངས་སྦྱོར་
སྤང་བའི་བསྐབ་བྱའི་ནང་དུ་ངོས་འཛིན་གནང་ཡོད་པར་སྐམ་ཁིང་། མ་མཐའ་ཡང་ནང་པའི་སྤེལ་རྒྱུ་དུ་བསྐབ་
ཁྲིམས་དེ་ཚོས་ཆགས་སྤེད་ཀྱིས་རང་སེམས་ཡོངས་སུ་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པའི་དྲན་སྐུལ་གཏོང་བ་དང་། དེ་འདྲའི་
ཆགས་སྤེད་ཆེ་རུ་སོང་ན་མཐར་དགོ་བའི་བྱ་བ་སྐྱབ་པའི་རྒྱས་པའང་རྒྱུ་དུ་འགྲོ་ངེས་ཡིན། འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་དཔེ་
མཚོན་ཞིག་སྟེ། རང་གི་བཟའ་ཟླ་ལས་གཞན་པའི་མི་ཞིག་ལ་ལྷས་འབྲེལ་བྱེད་པའི་གནས་སྤངས་ལ་མཚོན་ན། སོ་
སོའི་བྱ་སྦྱོར་ཀྱིས་རང་ཉིད་གཅིག་ཕུ་མ་ཡིན་པར་གཞན་ལ་འང་ཤུགས་རྒྱུ་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་ལྟ་བུ། གང་ཟག་
གསུམ་པའི་ཚོར་བ་ལ་བསམ་སྒོ་གཏོང་དགོས་པ་དང་། སྤྱིར་བཟའ་ཚང་གི་འབྲེལ་བ་ལ་ཡིད་ཆེས་སྒོ་གཏད་ཡོད་
དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་མི་གཞན་ཞིག་ལ་ལྷས་འབྲེལ་བྱེད་པའི་བྱ་སྦྱོར་དེ་ནི། སོ་སོའི་བཟའ་ཟླར་འཆོ་བ་ཅན་
དུ་འགྱུར་བར་མ་ཟད། དེའི་རྒྱུ་གྱིས་བཟའ་ཚང་བར་ལ་འགལ་བ་བྱུང་བས་སྤྱ་གྲུ་ཚོར་ཡང་བག་ཆགས་ངན་པ་
འཛིན་གི་ཡོད། བཟའ་ཟླའི་འབྲེལ་བ་ལེགས་པོ་མེད་པ་དང་། ཡང་ན་བཟའ་ཚང་འཐོར་བ་གཉིས་ཀའི་པམ་ཉེས་
ལྷན་མཁན་གཙོ་བོ་ནི། ཁྲིམ་ཚང་དེའི་སྤྱ་གྲུ་ཚོ་ཡིན་པ་དང་ལྷ་ཡོངས་ཁྱབ་དུ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ལོག་གཤམ་
བྱེད་མཁན་རང་ལ་མཚོན་ནའང་། མི་དགོ་བའི་སྦྱོར་པ་དེ་ལས་སོ་སོའི་རང་མཐོང་རིམ་གྱིས་ཉམས་པར་བྱེད་
པའི་ཤུགས་རྒྱུ་འབྱུང་བ་དང་། ད་དུང་བཟའ་ཟླར་དྲང་སོ་མ་བྱས་པར་བརྟེན་ནས་མི་དགོ་བ་ཚབས་ཆེན་ཡིན་
པའི་བྱ་སྦྱོར་སྤྱ་ཚོགས་འབྱུང་སྤྲི་ཅིང་། དེ་ཚོའི་ནང་ནས་རྒྱུ་བཤད་པ་དང་མགོ་སྐོར་གཏོང་བ་ནི་ཡང་ཤོས་ཀྱི་
རིགས་ཡིན། མི་འདོད་བཞིན་དུ་མངལ་ཆགས་པ་ཡིན་ན། བྱ་ཐབས་བྲལ་བའི་པ་མ་ཚོས་མངལ་འབྲེན་གྱི་ལས་ལ་
བཅོན་རྒྱ་ཡོད།

ང་ཚོས་འདི་ལྟར་བསམ་གཞིག་བྱེད་སྐབས། ལོག་གཤམ་ལས་བྱུང་བའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་བདེ་བ་ནི། བྱ་
སྦྱོར་དེའི་རིགས་ཀྱིས་རང་གཞན་གཉིས་ཀར་ཤུགས་རྒྱུ་ངན་པ་ཐེབས་པའི་མཚུག་འབྲས་དང་བསྐྱར་ན་རིན་
ཐང་ཅི་ཡང་མེད་པ་མངོན་གསལ་ཡིན། དེར་བརྟེན་ལོག་གཤམ་སྤྲོམ་པའི་བསྐབ་ཁྲིམས་ཀྱིས་རང་ཉིད་ཀྱི་རང་
དབང་ལ་ཚད་བཀག་བྱེད་པར་མཐོང་བ་ལས། བསྐབ་ཁྲིམས་དེ་ནི་སྦྱོར་པ་འདིའི་རིགས་ཀྱིས་རང་གཞན་གཉིས་
ཀའི་བདེ་བ་ལ་ཐད་ཀར་ཤུགས་རྒྱུ་ཐེབས་པའི་རྒྱུ་འཇགས་གོ་ཤེས་ཀྱི་དྲན་སྐུལ་ཞིག་དུ་མཐོང་ན་ལེགས།

འདི་ལྟར་བརྗོད་ན། བསྐབ་ཁྲིམས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་ནི་སོ་སོའི་ཤེས་རབ་ལས་ཀྱང་གལ་ཆེན་དུ་འཛིན་
དགོས་པ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན་མིན་ཁིང་། སྤང་དོར་གྱི་རྣམ་གཞག་གི་ངོས་ནས་བརྗོད་ན། དགོ་སྦྱོར་དམ་བཟང་སྦྱོར་
ནི་འཆོ་བ་མེད་པའི་རྩ་འཛིན་བཀོལ་སྦྱོར་བྱེད་པར་བརྟེན་ཡོད། དེ་ལྟ་ནའང་། བསྐབ་ཁྲིམས་ཤིག་བཅི་མེད་དུ་
གཏོང་བའི་བྱ་སྦྱོར་ལ་འཇུག་དགོས་པའི་གནས་སྤངས་ཀྱང་འབྱུང་ངེས་ཁིང་། དེ་འདྲའི་གནས་སྤངས་ནང་ང་
ཚོས་སྤུགས་སུ་བྱ་སྦྱོར་གང་ཞིག་འཆོ་མེད་ཡིན་པ་རང་གི་རྣམ་དཔྱོད་བཀོལ་ནས་ཐག་གཅོད་བྱེད་དགོས། དཔེར་
ན། ལག་ལ་གྱི་ཐོགས་ཤིང་འཆོ་བ་བྱེད་བསམ་པའི་རྣམ་པ་མངོན་སུམ་དུ་ཡོད་པའི་མི་སྐོར་ཞིག་གིས་མི་གཅིག་
འདད་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། ང་ཚོས་འགྲོ་བཞིན་པའི་མི་དེ་སྤང་ལམ་ཞིག་དུ་བྲོས་ནས་སོང་བ་མཐོང་ཁིང་། དེ་ནས་
འདད་མཁན་ཞིག་ང་ཚོ་ཡོད་སར་ཡོང་ནས་མི་དེ་གང་དུ་བྲོས་ཡོད་མེད་དྲིས་པར་ཆ་བཞག་ན། ཕྱིགས་གཅིག་
ནས་ང་ཚོས་རྒྱུ་བཤད་ནས་གཞན་གྱི་ཡིད་ཆེས་ལ་ཕོག་སྤྱག་གཏོང་འདོད་མེད་པ་དང་། ཕྱིགས་གཞན་ནས་ང་
ཚོས་དྲང་པོར་བཤད་ན། འགྲོ་བ་མི་ཞིག་ལ་སྐམ་སྦྱོར་ཆ་བས་ཆེན་དང་། ཐ་ན་སྤྱི་འཆོར་པའི་ཉེན་ཁའང་འབྱུང་
གི་རེད། ང་ཚོས་ཅི་ཞིག་བྱས་ཀྱང་། མི་དགོ་བའི་ལས་ཀྱི་ངོ་བོར་འགྲོ་ངེས་ཡིན་པར་སྐམ་ཁིང་། གནས་སྤངས་འདི་

འདྲའི་ནང་དུ་མི་ཞིག་འཆོ་བ་ལས་སྒྲིབ་པའི་དོན་ཆེན་ཞིག་སྐྱབ་ཀྱི་ཡོད་ལྟ་བུ། ང་ཚོས་ཁོ་མཐོང་མ་བྱུང་དང་།
ཡང་ན་ཁ་གསལ་མེད་པར་སྤང་ལམ་གཞན་ཞིག་གི་ནང་དུ་སོང་ཡོད་པར་བརྟུན་ན་འོས་འཚམ་ཡིན་ངེས། ང་
ཚོས་གནས་སྟངས་སྒྲིལ་བསམ་གཞིག་བྱེད་བཞིན་རྒྱུ་དང་བདེན་པ་བཤད་པའི་ཕན་ཡོན་བསྐྱར་ཏེ། ཟླའི་ཆ་
ནས་གང་ཞིག་ལ་འཆོ་བ་བྱུང་བ་དེ་ངེས་པར་དུ་བྱེད་དགོས། ཆོག་གཞན་ཞིག་གིས་བརྟུན་ན། བྱ་སྟོང་ཅིག་གི་
དགེ་བའི་རིན་ཐང་ནི། དུལ་དུས་དང་གནས་སྟངས། ད་དུང་ད་ལྟ་དང་འབྲུང་འཁྱུར་གཉིས་ཀའི་ངོས་ནས་
བསམ་པའི་གཞན་དག་གི་བདེ་བ་སྦྱི་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲིལ་འཛིག་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན། གནས་སྟངས་གཅིག་གི་
ནང་བྱ་སྟོང་ཅིག་བཟང་སྟོང་ཅིག་དུ་མཐོང་ཡང་། དུལ་དུས་དང་གནས་སྟངས་གཞན་ཞིག་གི་ནང་དེ་ལྟར་དུ་མི་
སྤང་བའང་ཡོད་ཟིན།

གཞན་གྱི་སྟོང་ཅན་ལ་ང་ཚོས་ཅི་ཞིག་བྱེད་དགོས་སམ། མི་གཞན་གྱིས་ང་ཚོའི་མཐོང་སྤང་ལ་མི་དགེ་བ་
ཡིན་པའི་བྱ་སྟོང་སྟོན་སྐབས་ང་ཚོས་ཅི་ཞིག་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན་ནམ། ང་ཚོས་ཐོག་མར་དུན་དགོས་པ་ཞིག་སྟེ།
བྱ་ནང་གི་རྒྱུན་ཐམས་ཅད་སྤྲོ་བ་ཉེན་ཏུ་མ་རྟོགས་བར་དུ་གཞན་གྱི་བྱ་བ་དང་སྟོང་པའི་སྤང་དོར་གྱི་འདུས་དོན་
སྐོར་ལ་ངེས་གཏུན་ཞིག་བརྟུན་ཆོག་པའི་གོ་རྟོགས་ཆད་ལྡན་ཞིག་ང་ཚོར་མེད་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་ནའང་། གཞན་
གྱིས་བྱས་པའི་བྱ་སྟོང་གྱི་རྣམ་པ་ནི་མི་དགེ་བ་ཡིན་པ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་བྱུང་བའི་གནས་སྟངས་ཀྱང་ཡོད་ཆོག་
འོན་ཀྱང་། དེ་ནི་རྟག་དུ་འབྱུང་གི་མེད་པ་དང་། རྒྱ་མཚན་དེའི་ཕྱིར་རང་སྟོན་གཅིག་ཤེས་ཀྱང་། གཞན་སྟོན་
སྟོང་ཕྱག་ཤེས་པར་སྟོས་ནའང་བེད་སྟོང་ཆེ་སྟེ། རང་ཉིད་ཀྱི་སྟོན་ཞིག་ཡིན་ན་ང་ཚོས་དེར་ལེགས་བཅས་བྱེད་ཆོག་

དེ་ལྟར་ཡིན་ཅུང་གང་ཟག་ཅིག་དང་། གང་ཟག་དེས་བྱས་པའི་བྱ་སྟོང་བྱེ་ཐག་པའི་བར་ལ་བྱུང་བར་
གལ་ཆེན་ཞིག་འབྱེད་བཞིན། གང་ཟག་དེའི་ཁ་གཏད་དུ་ལངས་ན་འོས་འཚམ་ཡིན་པའི་གནས་སྟངས་ལའང་ང་
ཚོ་འཕྲད་རྒྱ་རེད། ཉེན་རེའི་འཆོ་བའི་ནང་དུ་གོགས་པོ་དང་ངོ་ཤེས་ཀྱི་རེ་འདོད་བཞིན་ང་ཚོས་གང་ལ་གང་
འཚམ་གྱིས་བསྐྱར་ཁོང་། དེ་ལྟར་བསྐྱར་ཐུབ་པའི་རྣམ་པ་ནི་ཡོན་ཏན་ཞིག་དུ་མཐོང་གི་ཡོད་ཅུང་། སོ་སོའི་ཁེ་
ཕན་སྤང་ཁོང་གཞན་གྱི་བདེ་སྐྱབས་སྤང་མེད་དུ་བསྐྱར་བ་སོགས་མི་དགེ་བའི་ལས་བྱེད་མཁན་ཚོ་དང་འགྲོགས་ན།
ང་ཚོ་ནི་སེམས་ཀྱི་གཏད་སོ་བོར་བའི་ཉེན་ཁ་ལ་འཕྲད་རྒྱ་རེད། གཏད་སོ་བསྐྱར་པའི་རྒྱུ་གྱིས་གཞན་ལ་
གོགས་བྱེད་པའི་ང་ཚོའི་རྣམ་པའང་ཉམ་དམས་སུ་འགྲོ་ངེས་རེད། ང་ཚོ་བོད་པ་ཚོར་གཏམ་དཔེ་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་
ཡོད་དེ། ང་ཚོ་གསེར་གྱི་རི་བོའི་སྟེང་དུ་བཞུད་ན། ང་ཚོའི་སྟེང་དུ་གསེར་འགོས་པ་དང་། ཐལ་བའི་ནང་དུ་
བཞུད་ན་ང་ཚོར་ཐལ་བ་འགོས་རྒྱ་རེད། མི་དེའི་རིགས་དང་ཐག་རིང་དུ་གནས་ན་བཟང་ཡང་འབྲེལ་བ་གཏུན་
དུ་གཙོད་མི་ཅུང་། དོན་དངོས་སུ་བརྟུན་ན། ཁོ་ཚོས་བྱ་སྟོང་དེའི་རིགས་སྟོན་པར་བཀག་འགོག་བྱེད་པའི་གོ་
སྐབས་འོས་འཚམ་ཡང་ང་ཚོར་མཚམས་རེར་ཡོད་པ་དང་། དེ་ལྟར་བྱེད་སྐབས་རང་གི་ཀུན་སྤྱོད་གཙང་ཁོང་བྱེད་
ཐབས་འཆོ་བ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་དགོས་ཤིང་། འདིར་ཡང་སྟེང་རྩེ་དང་ཤེས་རབ་ནི་ཅ་འཛིན་གཙོ་བོ་ཞིག་ཡིན།

འདི་ནི་སྦྱི་ཆོགས་ཀྱི་གནས་རིམ་དུ་ང་ཚོར་འཕྲད་པའི་སྤང་དོར་གྱི་གདམ་ཀའི་དཀའ་རྒྱུ་དང་། ལྷག་
དུ་དང་དུས་ཀྱི་ཆོན་རིག་དང་འཕྲུལ་ལས་ཀྱིས་སྤྱོད་བའི་དཀའ་ཁག་ཆེ་བའི་དྲི་བ་ཚོར་མཚན་ནའང་བདེན་པ་
ཞིག་ཡིན། དཔེར་ན། གསོ་རིག་གི་བྱུང་ཁོངས་སུ་ལོ་འགའི་གོང་དུ་བཅས་ཐབས་ཀྱི་རེ་བ་མེད་པའི་ནད་རིགས་
ཤིག་ཡིན་ཡང་། ཁ་སང་དེ་རིང་ནད་པ་དེའི་རིགས་ཀྱི་ཆོ་ཆད་རིང་དུ་སྤང་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད། འདི་ནི་བདེ་བ་ཆེན་པོ་
ཞིག་གི་འབྱུང་གནས་ཤིག་ཡིན་ཡང་། ལྷ་སྟོང་གི་ཆོད་གཞི་དང་འབྲེལ་བའི་སྤང་ཁོང་སྤང་དོར་སྤང་དོར་

གྱི་གནད་དོན་ཡང་འབྱུང་གི་ཡོད། ངོས་ཀྱི་ལྷ་ཚུལ་ལ། གནད་དོན་དེ་དག་གི་སྐོར་ལ་སྤྱི་ཁྱབ་ཀྱི་སྤྱི་མཐོང་ཤིག་
བཅོ་ཐབས་མེད་པ་དང་། སྤྱི་ཚེ་དང་ཤེས་རབ་གཞི་ལ་བརྩམ་ནས་ང་ཚོས་བསམ་གཞིག་བྱེད་དགོས་པའི་འགལ་
འདྲའི་གནད་དོན་སྒྲ་ཚོགས་ཤིག་ཡོད་མིན། ནད་པའི་ཚབ་ཏུ་དཀའ་ཁག་ཆེ་བའི་ཐག་གཅོད་ཅིག་བྱེད་དགོས་ན།
ཚུགས་ཐམས་ཅད་རང་གི་བསམ་གཞིག་གི་ནང་ངེས་པར་དུ་བསྐྱེད་དགོས་པར་མ་ཟད། ང་ཚོས་རང་གི་བསམ་
གཞིག་གི་ནང་དུ་ནད་པ་སོ་སོའི་གནས་སྤངས་ལ་བཞུགས་ནས་ཅི་ཞིག་བསྐྱེད་དགོས་པ་ལའང་ཁྱེད་པར་ཡོད་པ་ཤེས་
དགོས། དཔེར་ན། གལ་སྲིད་ན་ཆ་གཉན་འཕྲང་གི་རང་བཞིན་ཡིན་ཅུང་སྒྲོ་ནས་དུ་བབས་ཡོད་པའི་ནད་པ་ཞིག་
གི་ཆོས་ཀྱི་རིང་དུ་སྤྱིང་གི་ཡོད་ན། ནད་པ་དེར་འགོ་བཅིལ་ནས་ཇི་ལྟར་སྤྱོད་བཤད་ཅི་ལྟར་སེམས་པའི་གོ་
སྐབས་ཤིག་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལས་ཐོག་སྟེ། ཐབས་སྒྲ་ཚོགས་བཀོལ་ནས་ཆོས་ཀྱི་རིང་དུ་བསྤངས་པའི་རྒྱ་
མཚན་གྱིས་ནད་པས་ལུས་སེམས་ཀྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཡོད་མེད་ལ་ང་ཚོས་ངེས་པར་དུ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་དགོས་
པ་དང་། སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཡོད་མེད་འདི་ཉིད་ནི་གནད་དོན་དེ་ཐག་གཅོད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་གཅོ་བོ་ཞིག་མིན། ལུས་
པོ་ཤི་ཡང་ནམ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུན་ནི་ལུ་མཐུད་ནས་གནས་པར་ཡོད་ཆེས་བྱེད་མཁན་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས། ངོས་ཀྱིས་
འགོ་བཅིལ་ལུས་ཉེན་འདྲའི་ཐོག་ནས་མི་ཞིག་གིས་སྤྱུག་བསྐྱེད་སྤངས་ན་ལེགས་པོ་ཡིན་པར་འདོད་པ་དང་། མ་
མཐའ་ཡང་མི་དེར་གཞན་གྱི་ལྷ་སྤྱོད་དང་བྱམས་སྤྱོད་ཐོབ་ཀྱི་ཡོད། ཅི་སྟེ་དེ་ལྟར་དུ་ཆོས་ཀྱི་སྤྱིང་བ་ལས་འཆི་
ལམ་བདམས་ན། གང་ཟག་དེས་ནམ་པ་གཞན་ཞིག་གི་ངོ་བོ་ནས་སྤྱུག་བསྐྱེད་སྤངས་ཀྱི་ཡོད།

གལ་ཏེ་ནད་པ་ལ་ཆོར་ཤེས་མེད་པས། ཐག་གཅོད་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་དུ་ཞུགས་མ་ཐུབ་ན། འདི་ནི་ད་
དུང་དཀའ་སྤྱོད་གཞན་ཞིག་ཡིན་ཏེ། བསམ་གཞིག་བྱ་དགོས་པའི་གནད་དོན་མང་པོ་ཡོད་པའི་ཁར། ད་དུང་
ཁྱིམ་ཚང་གི་རེ་འདོད་དང་། ཆོས་ཀྱི་རིང་དུ་བསྤྱིང་བ་དེས་ཁོ་ཆོ་དང་གཞན་དག་ལ་དཀའ་སྤྱོད་ཆེན་པོ་བཅོ་བ་
སོགས་ཀྱི་གནད་དོན་ཡང་ཡོད། དཔེར་ན། ཆོས་ཀྱི་གཅིག་གི་རྒྱུན་བསྤྱིང་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་གཞན་མང་པོ་ཞིག་
ལ་པན་སྤྱིང་པའི་ལས་དོན་གྱི་ཚུགས་སུ་མ་དངུལ་གཏོང་མ་ཐུབ་པ་ཡོད་མིན། འོན་ཀྱང་། སྤྱི་ཁྱབ་རང་བཞིན་གྱི་
རྩ་འཛིན་ཞིག་ཡོད་ན། དེ་ནི་ང་ཚོས་ཆོས་ཀྱི་རྩ་ཆའི་རང་བཞིན་ངོས་འཛིན་བྱས་ཏེ། ཏུས་ལ་བབ་ནས་འཆི་
བཞིན་པའི་མི་དེ་ཞི་བདེ་བག་ཐེབས་ཀྱི་ངང་ནས་ང་ཚོ་དང་ཁ་འབྲལ་དུ་འཇུག་རྒྱ་འདི་ཡིན།

རིགས་རྒྱུན་དང་སྤྱིས་དངོས་འབྲལ་ལས་ལྷ་བུའི་ཁྱབ་ཁོངས་ཀྱི་ཞིབ་འཇུག་ལ་མཚན་ན། ཆོས་ཀྱི་མང་པོ་
ཉེན་ཁའི་གནས་སུ་བསྐྱལ་སྤྱིང་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་འཆི་བ་མེད་པའི་རྩ་འཛིན་ནི་ལྷག་ཏུ་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན།
ཞིབ་འཇུག་དེ་ལྷ་བུའི་ཀྱན་སྦྱང་ནི་ཁེ་བཟང་དང་སྟན་གྲགས་འཐོབ་རྒྱ་ཅམ་ཡིན་པ་དང་། ཡང་ན་དགོས་
དམིགས་ཅི་ཡང་མེད་པའི་ཞིབ་འཇུག་ཅིག་ཡིན་ན། དེའི་རིགས་ཀྱིས་ང་ཚོ་གང་ཞིག་ལ་བསྐྱལ་མེན་ཐེ་ཆོམ་ཞིག་
ཡིན། ངོས་ཀྱིས་འདིར་ལུས་པོའི་ཁྱེད་ཆོས་ཏེ། པོ་མོ་དང་། ཐ་ན་སྤྱོད་མིག་གི་ཁ་དོག་སོགས་ལ་སྤངས་འཛིན་
བྱེད་པའི་བྱེད་ཐབས་དར་བཞིན་པ་དེ་ཆོར་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་གི་ཡོད། བྱེད་ཐབས་དེའི་རིགས་ནི་པ་མའི་ཚུགས་
སྤྱིང་གི་ཆོར་བ་བེད་སྤྱད་ནས་ཆོང་ལས་ཀྱི་ངོ་བོར་བསྐྱར་ཆོག་པ་དང་། ངོས་ཀྱིས་འདིར་བརྗོད་དགོས་པ་ཞིག་སྟེ།
རིགས་རྒྱུན་ཆོན་རིག་གི་ཞིབ་འཇུག་ཆོད་ལྷ་ཐམས་ཅད་ལ་མཛོན་གསལ་དུ་ཁ་གཏད་བྱེད་རྒྱ་དཀའ་ཡང་། ཁྱབ་
ཁོངས་འདི་ནི་གནད་འགག་ཤིག་ཏུ་ཆེ་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་འབྲེལ་ཡོད་ནམས་ཀྱིས་ངེས་པར་དུ་གཟབ་ནན་དང་
ཁོངས་སྤྱིང་གི་འདྲ་ཤེས་ཐབས་མོ་ཞིག་གི་སྒྲོ་ནས་མཐུན་སྦྱོད་བྱེད་དགོས། ཆོན་རིག་པ་ཚོས་ལྷག་ཏུ་རང་གི་ཞིབ་
འཇུག་དང་ཉམས་ཞིབ་ལོག་སྤྱོད་བྱེད་པའི་ཉེན་ཁའང་ཆོན་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་ངེས་པར་དུ་ཤེས་དགོས། སོ་སོའི་ཞིབ་

འཇུག་གི་ཤུགས་སྒྲིལ་ནི་ཉ་ཅང་རྒྱ་ཆེ་བ་ཡིད་ལ་བབུང་སྟེ། སྤང་རྗེས་ཀྱི་ནས་བསྐྱངས་པའི་བསམ་སྒྲོ་ཞིག་རང་
ལ་ལྟན་པར་ཁག་ཐེག་བྱེད་རྒྱ་གཤམ་ཆེན་ནང་གི་དོན་ཆེན་ཞིག་ཡིན། གཤམ་ཏེ་ཞིབ་འཇུག་དེ་ལྟ་བུའི་གཞི་རྩ་ཡོད་
པའི་སྤྱི་བྱུང་གི་རྩ་འཛིན་ནི་བཀོལ་སྤྱོད་ཅམ་གྱི་བསམ་སྒྲོ་ཞིག་སྟེ། བཀོལ་སྤྱོད་མེད་པར་བསམ་པ་ནམས་བཀོལ་
སྤྱོད་ཆེ་བ་ནམས་གྱི་དོན་དུ་བྱིས་མཐུན་གྱི་སྒྲོ་ནས་བེད་སྤྱོད་བྱེད་རྒྱ་ཅམ་ཡིན་ན། ང་ཚོས་རང་བཞིན་གྱིས་ཐུ་
མའི་གས་སུ་གཏོགས་པའི་མི་ཚོའི་ཐོབ་ཐང་བྱི་མའི་གས་སུ་གཏོགས་པའི་ཐོབ་ཐང་ལས་དམའ་སར་འཛིན་རྒྱ་
རེད། བཀོལ་སྤྱོད་ཆེ་མེན་གྱི་ངོ་བོའི་ཐོག་ནས་མི་ཞིག་གི་ཐོབ་ཐང་ལ་རྟོག་རྩལ་གཏོང་བ་ནི་ཡེ་ནས་དྲང་བདེན་
མེན་ཞིང་། འདི་ནི་ཉེན་ལ་ཆེ་ཞིང་ཤུད་སྤོང་བའི་དཀའ་གནས་ཀྱི་བཤོད་ལམ་ཞིག་ཡིན།

ཉེ་ཆར་ངོས་ཀྱིས་སྟེ་སྟེ་སེ་བརྟན་འཕྲིན་ནང་རིགས་རྒྱ་clone བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་པའི་དངོས་བྱུང་གཞི་
འཛིན་གྱི་སྒྲོག་བརྟན་ཞིག་མཐོང་བྱུང་། སྒྲོག་ཁྲུང་ལ་བརྟེན་ནས་བཅོས་པའི་འགྲུལ་རིས་དེའི་ནང་། ཆོན་རིག་པ་
སྒྲོར་ཞིག་གིས་བྱེད་ཀ་མའི་གཟུགས་ཅན་ཡིན་ཞིང་། མིག་ཆེན་པོ་དང་འགྲོ་བ་མའི་བྱུང་ཆོས་གཞན་ཁག་ཅིག་
མངོན་གསལ་དུ་ལྟན་པའི་སེམས་ཅན་རྒྱུང་ཅིའམ་གཟེབ་དུའི་ནང་དུ་ཡོད་པ་ཞིག་གི་ཐོག་ལ་ལས་ཀ་བྱེད་ཀྱི་
འདུག འདི་ནི་ད་ལྟའི་ཆ་ལ་འཆར་སྤང་ཅམ་ཡིན་མེད་ཀྱང་། ཁོ་ཚོས་འགྲུལ་བཞེད་བྱས་པ་ལྟར་ན། སེམས་ཅན་
འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་བཅོ་སྒྲུན་བྱེད་ཐུབ་པའི་དུས་ཤིག་འཆར་སྤིང་བ་དང་། དེའི་དུས་སེམས་ཅན་འདིའི་རིགས་སྤྱོད་
སྟེལ་བྱས་ཏེ། ཁོ་ཚོའི་དོན་ལྟ་སྤྱོད་དུག་ལ་སོགས་པའི་ལུས་སྤང་གི་ཆ་ཤས་ནམས། ‘ཆ་ཤས་ལྟག་མའི་གཤག་
བཅོས་ནང་ང་ཚོ་འགྲོ་བ་མའི་རིགས་ཀྱི་དོན་དུ་བཀོལ་བྱང་བར་བཞེད་སོང་། ངོས་རང་འདི་ལ་ཐད་དེ་ཞེན་པ་
ལྷག་པ་དང་། འདི་ནི་ངོ་མའི་སྤྱི་གཡའ་བ་ཞིག་རེད། འདི་ནི་ཐལ་དུགས་པའི་ཆོན་རིག་གི་ལས་དོན་ཞིག་མ་ཡིན་
ནམ། འགྲོ་བ་མའི་རིགས་ཀྱི་ལན་ཡག་དང་ཉིང་ལག་བརྩེ་བའི་དོན་དུ་སེམས་ཅན་ཞིག་བཅོ་སྒྲུན་བྱེད་པའི་བསམ་
སྒྲོ་འདིས་ངོས་ལ་ཞེན་ལྷག་གི་ཆོར་བ་དུག་པོ་ཞིག་བསྐྱངས་བྱུང་། ངོས་རང་འདི་འདྲའི་འབྱུང་འགྱུར་གྱི་བསམ་
སྒྲོ་ལ་ཞེན་པ་ལྷག་པ་རྩེ་བཞིན། འགྲོ་བ་མའི་རིགས་ཀྱི་མངལ་གནས་ནང་དུ་འདུས་ཡོད་པའི་ཞིབ་འཇུག་ཆོད་
ལྟའི་ཕྱགས་ལའང་ཞེན་པ་ལྷག་གི་ཡོད།

འོན་ཀྱང་། ཆོན་རིག་པ་རང་ཉིད་ཀྱིས་སོ་སོའི་བྱ་འགྲུལ་ལ་སྤངས་འཛིན་མ་བྱས་ན། ང་ཚོས་སྤང་ཚུལ་
འདི་ལྟ་བུ་བཀག་འགོག་རྩེ་ལྟར་བྱེད་དགོས་པ་མི་ཤེས་ཤིང་། བྱིས་ལུགས་གཏན་ལ་འབབས་པ་དང་། ཡང་ན་
ང་ཚོར་རྒྱལ་སྤྱིའི་སྤང་དོར་གྱི་བཅའ་བྱིས་ཤིག་ཡོད་ཆོག མ་གཞི་འདི་གཉིས་ནི་ང་ཚོར་ཡོད་ན་ལེགས་པོ་ཡིན་
མོད། གཤམ་སྤྱོད་ཆོན་རིག་པ་རང་ཉིད་ལ་རང་གིས་ཅི་ཞིག་བྱེད་བཞིན་པ་ནི་ཚུལ་མཐུན་མེན་ཞིང་། གཏོར་བརྟག་
དང་མི་དགེ་བ་ཆབས་ཆེན་ཞིག་ཡིན་མེན་གྱི་འདུ་ཤེས་མེད་ན། ཡིད་མི་བདེ་བར་བྱེད་པའི་ལས་དོན་འདི་ལྟ་བུ་
འགོག་པའི་གོ་སྐབས་ཤིག་ང་ཚོར་པལ་ཆེར་ཡོད་མི་སྲིད།

དུད་འགྲོ་གསོན་གཤག་སྟེ། ཆོན་རིག་གི་ཤེས་རྟོགས་གོང་འཕེལ་དུ་གཏོང་བའི་ཐབས་སུ་དུད་འགྲོ་ལྟ་
ཆོགས་ལ་མནར་གཅོད་ཆོད་མེད་བཏང་རྗེས་གསོད་ཀྱི་ཡོད་པའི་གནད་དོན་གྱི་སྒྲོར་ལ་ང་ཚོས་རྩེ་ལྟར་བྱེད་རྒྱ་
ཡིན་ནམ། རང་པ་ཞིག་ལ་མཚོན་ན། ལག་ལེན་འདིའི་རིགས་ནི་གཅིག་མཚུངས་སུ་སྤྱི་གཡའ་བ་ཞིག་ཡིན་པ་ངོས་
ཀྱིས་འདྲོར་བཞེད་འདྲོད་བྱུང་། ངོས་ཀྱི་རེ་བ་ཁོ་ན་ནི་སྒྲོག་ཁྲུང་གྱི་འཕྲུལ་ལས་ལ་འཕེལ་རྒྱས་མཁྱོགས་པོར་བྱུང་
སྟེ། ཆོན་རིག་གི་ཉམས་ཞིབ་ནང་དུད་འགྲོར་ཞིབ་འཇུག་ཆོད་ལྟ་བུའི་དགོས་པ་རྩེ་བྱུང་དུ་འགྲོ་རྒྱ་འདི་ཡིན། དེང་
དུས་ཀྱི་སྤྱི་ཆོགས་ནང་དགེ་མཚན་ཆེ་བའི་འཕེལ་རྒྱས་ཤིག་ནི། འགྲོ་བ་མའི་རིགས་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་གི་གཤམ་ཆེའི་རང་

བཞིན་ལ་མཐོང་ཆེན་བྱེད་པ་རྒྱ་རྗེ་ཆེར་སོང་བ་དང་ཆབས་ཅིག་དུད་འགྲོའི་རིགས་ལ་འང་ཐུགས་ཁུར་བྱེད་པའི་
མི་གངས་རྗེ་མང་དུ་འགྲོ་བཞིན་པ་འདི་རེད། དཔེར་ན། བཟོ་གྲའི་ཐུགས་ལས་ནི་མི་ཆོས་ལས་འདས་པ་ཞིག་ཡིན་
པའི་ངོས་འཛིན་ཆེ་ཅུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། དེ་བཞིན་ཤ་ཟ་བ་རྗེ་ཉུང་དང་ཤ་མེད་ཀྱི་ཟས་ལ་སྤྱོད་པར་དང་བ་བྱེད་
མཁན་ཡང་འཕེལ་བཞིན་ཡོད་པར་སྒྲུལ། ངོས་ཀྱིས་འདི་ལ་དགའ་བསུ་བྱེད་རྒྱ་ཡིན་ཞིང་། ངོས་ཀྱི་རེ་བ་ལ་མ་
འོངས་པར་ཐུགས་ཁུར་འདི་ཡོངས་ཁྱབ་དུ་གྱུར་ཏེ། མཚོ་ནང་གི་འབྲུ་སྒྲིན་སྤྲ་མོའི་རིགས་ཀྱང་ནང་དུ་འདུ་རྒྱ་དེ་
ཡིན།

འདིར་ངོས་ཀྱིས་ཉེན་བརྒྱའི་ཆོག་ཅིག་བརྗོད་ན། འགྲོ་བ་མི་དང་དུད་འགྲོའི་ཆེ་སྟོག་སྤྱང་སྟོབ་ཀྱི་བྱ་
གཞག་ནི་རྒྱབས་ཆེན་གྱི་ལས་དོན་ཞིག་ཡིན་ཡང་། གང་ཞིག་དྲང་བདེན་མ་ཡིན་པ་ཤེས་པའི་ཆོར་བའི་དབང་དུ་
སོང་བ་ཐལ་དུགས་ནས་གཞན་གྱི་ཐོབ་ཐང་ལ་རྟོག་རྟེན་བཏང་ན་མི་འགྲིག་པ་དང་། སོ་སོའི་སྟོན་ཡུལ་ལ་ཕྱོགས་
པའི་འཆོལ་སྟེག་གི་ནང་ང་ཆོས་རང་ཉིད་ལ་ཤེས་རབ་དང་ཐུན་པར་བྱེད་དགོས།

སྤྱོད་ལམ་གྱི་ཁྱབ་ཁོངས་སུ་ནམ་དཔྱད་བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་པའི་ནང་། ང་ཆོས་རང་ཉིད་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་དང་དེ་
ཆོའི་ཀུན་སྤྱོད་གཉིས་ཀར་འགན་ཁུར་བའང་འདུས་ཡོད། དགེ་མི་དགེ་ལ་མ་ལྟོས་པར་ང་ཆོས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཀུན་
སྤྱོད་ལ་འགན་མ་ཁུར་ན། གཞོད་འཆོ་འབྱུང་བའི་ཉེན་ཁ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད། ང་ཆོས་མཐོང་གསལ་ལྟར། མི་དགེ་
བའི་ཚུང་ཆོར་ནི་སྤྱོད་ངན་གྱི་འབྱུང་གཞི་ཡིན་ཞིང་། སྤྱོད་ངན་རེ་རེས་ང་ཆོའི་ཉེ་འབྲེལ་ཅན་དུ་མ་ཟད། ཐོགས་
པོ་དང་ལས་རོགས། སྤྱི་ཆོགས་དང་མཐར་འཇུག་སྤྱི་ལ་གཞོད་རྒྱ་རེད།

ས་བཅད་གསུམ་པ།
སྒང་དོར་གྱི་རྣམ་གཞག་དང་། སྤྱི་ཚུགས།

ལེའུ་བཅུ་གཅིག་པ།
སྤྱི་སེམས།

ང་ཚོའི་བྱ་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་ལ་སྤྱི་བྱ་བ་ཀྱི་ཆ་ཞིག་ཡོད་པ་དོས་ཀྱིས་ཡིད་ཆེས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ལ། སྒང་དོར་གྱི་སྤྱི་གཞི་ཐམས་ཅད་། དགེ་བའི་སྤྱོད་པ། སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་བཅས་ནི། དོན་སྤྱིང་ཐུན་པའི་བདེ་སྤྱོད་ཀྱི་འཚོ་བའི་ཆ་ཤས་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ཞིག་ཡིན། ད་ལྟ་ང་ཚོས་ལྟ་ཚུལ་འདི་ལ་རྒྱ་ཆེ་བའི་སྤྱི་ཚུགས་དང་འབྲེལ་བའི་སྒོ་ནས་བསམ་གཞིག་བྱ་རྒྱུ་ཡིན།

འདས་པའི་དུས་སུ་བྱིས་ཚང་དང་། རྒྱུ་མེ་ཆུང་དུ་རྣམས་པན་ཚུན་ལ་མ་བརྟེན་པར་རང་རང་སར་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཡོད། གལ་ཏེ་ཁོ་ཚོས་རང་གི་བྱིས་མཚོས་ཀྱི་བདེ་སྤྱོད་ལ་སྤྱུགས་ཁུར་བྱས་ཡོད་ན་ཏེ་ཅང་ལེགས་མོད་ཀྱང་། སྤྱི་མར་ཁུར་སེམས་དེའི་རིགས་མེད་ན་འང་མི་རྣམས་ལེགས་པར་གསོན་སྐབས་ཀྱི་ཡོད། འོན་ཀྱང་། ད་ལྟ་ང་ཚོའི་གནས་སྐབས་ནི་དེ་འདྲ་ཞིག་གཏན་ནས་མིན་ཞིང་། དེང་དུས་ཀྱི་དངོས་ཡོད་གནས་ལུགས་ནི་ཏེ་ཅང་སྤྱི་མང་རྟོག་འཛིང་ཆེ་བ་དང་། མ་མཐའ་ཡང་སྤྱི་དངོས་པོའི་གནས་རིམ་དུ་ང་ཚོ་པན་ཚུན་ལ་དམ་པོར་འབྲེལ་ཡོད་པ་མངོན་གསལ་ཡིན་པས་ལྟ་སྐབས་ཁུར་པར་བ་ཞིག་དགོས་ངེས་རེད། དེང་དུས་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་རིག་པ་ནི་དོན་ཐོག་ལ་འབབས་པའི་དབུ་མཚོ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། སའི་གོ་ལའི་སྤྱུགས་གཅིག་དུ་མ་དངུལ་གྱི་ཁྲོམ་ར་དེར་ན། སྤྱུགས་གཞན་དུ་ཡོད་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་གི་དཔལ་འབྱོར་ལ་ཐད་ཀར་སྤྱུགས་སྤྱོད་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད། དེ་མཚུངས་འབྲུལ་ལས་ཀྱི་སྐབས་འབྲས་ནི་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བས། ང་ཚོའི་བྱ་འགུལ་གྱིས་རང་བྱུང་ཁོར་ཕུག་ལ་མངོན་གསལ་དུ་སྤྱུགས་སྤྱོད་ཐེབས་པ་དང་། འགོ་བའི་རིགས་ཀྱི་མི་འཕོར་ཆེན་པོར་གཞིགས་ཆོ། ང་ཚོས་གཞན་གྱི་བདེ་སྤྱོད་སྒྲུབ་མེད་དུ་སྦྱར་མི་སྐབས་པོ་ཡིན། དོན་དངོས་སུ་བརྗོད་ན། གཅིག་ལ་གཅིག་རྟེན་གྱི་འབྲེལ་བ་འདི་ནི་ཆེས་དམ་པོ་ཡིན་པས། སོ་སོའི་ཁེ་ཕན་བསྐྱང་ན་གཞན་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་ཕན་པ་སྦྱབ་ཀྱི་ཡོད། དཔེར་ན། བྱིས་ཚང་གཉིས་ཀྱིས་ཆུའི་འབྱུང་ཁུངས་གཅིག་མཉམ་སྤྱོད་བྱེད་སྐབས། ཆུ་དེ་འབག་བཙོག་དུ་མི་འགྱུར་བའི་འགན་ལེན་བྱས་ན་གཉིས་ཀར་ཕན་རྒྱུ་རེད།

ད་ལྟའི་འཛམ་གླིང་གི་གཅིག་ལ་གཅིག་རྟེན་གྱི་རང་བཞིན་འདིའི་སྤྱོད་པས་སྤྱི་སེམས་གོང་དུ་སྤྱེལ་དགོས་པ་ནི་ཁ་ཆ་དགོས་གཏུགས་ཤིག་ཡིན། སྤྱི་སེམས་ཞེས་པའི་བོད་སྐད་ཀྱི་ཚིག་འདི་ལ་དབྱིན་སྐད་དུ་སྐད་དོད་ཡང་དག་ཅིག་མེད་པ་དང་། སྤྱི་ཞེས་པ་ནི་ཀུན་བྱུང་དང་། སེམས་ཞེས་པ་ནི་ཤེས་པ་ཞིག་ལ་གོ་ཆོག་ བོད་སྐད་ཀྱི་ཐ་སྙད་འདི་ལ་འགན་ཁུར་གྱི་དོན་ཞིག་མངོན་སུམ་མ་ཡིན་པར་སྤྱུགས་སུ་སྐབས་ཡོད། འོན་ཀྱང་། གཞན་གྱི་བདེ་སྤྱོད་ལ་ཁུར་སེམས་བབྱང་ནས་ང་ཚོས་སྤྱི་སེམས་བསྐྱེད་དགོས་ཚུལ་བརྗོད་སྐབས། དཔེར་ན། འཛམ་གླིང་གི་ས་ཆ་འདྲ་

མིན་དུ་དམག་འབྱུག་དང་། ཐན་པ་སོགས་འབྱུང་གི་ཡོད་པར་མི་རེ་རེ་ནས་ཐད་ཀར་རྒྱུན་བྱས་ཡོད་པའི་རྒྱ་
མཚན་གྱིས་འགན་འཁུར་དགོས་པའི་སྐད་ཆ་ཞིག་མིན། ནང་པའི་ཉམས་ལེན་ནང་འཛིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་དུ་
ཡོད་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་གཉེར་བའི་འགན་ཁུར་ཞིག་རང་ལ་ཡོད་པ་དང་ཆོས་རྒྱུན་དུ་བྱན་གསོ་
བྱེད་པ་བདེན་པ་ཡིན། དེ་མཚུངས་འཛིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་ཁས་ལེན་མཁན་ཆོས་སོ་སོའི་སྐྱབས་གནས་ལ་དང་པ་
བྱེད་པའི་ཆ་ཤས་གཅིག་ནི། ཁོང་གིས་བསྐྱུན་པའི་སེམས་ཅན་ཚང་མར་འགན་ཞིག་འཁུར་དགོས་པ་འདི་ཡིན།
འོན་ཀྱང་། ལེ་དབར་སྟོང་ཕྱག་བཅུའི་པ་རོལ་དུ་ཡོད་པའི་གྲོང་གསེབ་ཅིག་གི་དབུལ་ཕོངས་ཀྱི་གནས་སྟངས་ནི་
དང་ཆོས་སོ་སོའི་རྒྱས་པའི་བྱུང་ཁོངས་ལས་འདས་ཡོད་པ་གསལ་པོ་ཡིན་པས། གྱུ་སེམས་ཀྱི་གོ་དོན་ནི། ཉེས་སྦྱོར་
ངོས་ལེན་གྱི་འདུ་ཤེས་ཤིག་ལས། སོ་སོའི་སློ་རང་གཅེས་འཛིན་གྱི་དབང་དུ་འགྲོ་བུ་མ་བཅུག་པར་གཞན་གྱི་བདེ་
སྲུག་གི་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱོར་རྒྱུ་འདི་ཡིན། སྲུག་བསྐྱེད་མི་འདོད་པ་དང་བདེ་བ་འདོད་པ་རང་ཉིད་དང་གཅིག་
མཚུངས་ཡིན་ཞིང་། རང་ཉིད་ཀྱི་བྱ་སྦྱོད་ཐམས་ཅད་ལ་ཀུན་བྱུང་གི་ཆ་ཞིག་ཡོད་པར་མཐོང་བ་སོགས་ལས་སྐྱབ་
པའི་གྱུ་སེམས་ཤིག་གོང་འཕེལ་དུ་གཏོང་བ་ནི། གཞན་ལ་ཕན་འདོགས་པའི་གོ་སྐབས་ཤིག་མཐོང་ན། རང་
གཅེས་འཛིན་གྱི་ཁེ་ཕན་ཚུང་དུ་དོར་ནས་གཞན་དོན་དང་དུ་ལེན་པའི་འདུ་ཤེས་ཤིག་སྐྱེད་སྤང་བྱེད་པའི་བསམ་
སློབ་འབྱེད་སོ་ཞིག་ཡིན། དང་ཆོས་རང་གི་རྒྱས་པའི་བྱུང་ཁོངས་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་ཅི་ཞིག་འབྱུང་བཞིན་པར་སེམས་
ཁུར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ནའང་། དང་ཆོས་དེ་ནི་རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་ཆ་ཤས་ཤིག་དུ་བཅིས་ནས་རང་ཉིད་ཀྱིས་གང་རྒྱས་པ་
དེར་དམིགས་པ་གཏོང་གི་ཡོད།

གྱུ་སེམས་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་བསྐྱེད་པའི་ཕན་ཡོན་གལ་ཆེ་ཤོས་ནི། རང་གི་ཉེ་འབྲེལ་གཅིག་ཕུ་མ་ཡིན་པར་
སེམས་ཅན་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བདེ་སྲུག་ཀྱང་དང་ཆོས་ཚོར་སྐྱབ་པ་དེ་ཡིན་ལ། སྲུག་བསྐྱེད་ཆེ་ཤོས་སྤྱིང་གི་ཡོད་
པའི་འགྲོ་བ་མའི་བྱིས་གཞི་ཆེན་པོའི་ནང་མི་རྣམས་ལ་སྐྱག་དུ་སེམས་ཁུར་བྱེད་དགོས་པ་མཐོང་བ་དང་། འགྲོ་བ་
མའི་རིགས་ཀྱི་སྤྱན་རླུང་བར་ལ་འགལ་རྒྱུ་སྟོང་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་བསྐྱོད་དགོས་པ་ངོས་འཛིན་བྱེད་སྐྱབ་ཅིང་། ད་
ཆོས་ད་དུང་ཆོག་ཤེས་ཀྱི་གལ་ཆེའི་རང་བཞིན་དེའང་རྟོགས་སྐྱབ་ཀྱི་རེད།

རང་གི་བྱ་སྦྱོད་ལ་ཡོད་པའི་ཀུན་བྱུང་གི་ཆ་དེ་དང་། གཞན་གྱི་བདེ་སྲུག་གཉིས་སྤང་མེད་དུ་བཏང་ན།
དང་ཆོས་རང་གི་ཁེ་ཕན་ནི་གཞན་གྱི་ཁེ་ཕན་དང་ཁ་ཁ་ཡིན་པ་རང་ཤུགས་ཀྱིས་མཐོང་གི་རེད། དེ་བས་ན་ད་ལྟ་ད་
ཆོས་འགྲོ་བ་མའི་རིགས་ཀྱི་བྱིས་གཞི་ཆེན་པོ་ནི། གཅིག་པ་ཡིན་པའི་རྩ་བའི་རང་བཞིན་ལ་བཟུ་རྒྱུ་ཡིན་ཞིང་།
གཅིག་པ་ཡིན་པའི་དོན་གྱི་འདིའི་འགལ་བར་ཐུར་པའི་བྱུང་ཆོས་གངས་མེད་ཅིག་ཡོད་པ་རྣམས་ལ་མཚུབ་སྟོན་
བྱེད་རྒྱ་སྤྲོད། ཆོས་ལུགས་དང་སྐད་ཡིག་འཆོ་བའི་གོམས་སྟོན་དང་རིག་གཞུང་སོགས་ཀྱི་བྱུང་པར་རྣམས་ཡིན།
འོན་ཀྱང་། དང་ཆོས་ཕྱི་ཚུལ་གྱི་བྱུང་པར་འདི་རྣམས་ནན་ཏན་དུ་བཟུང་ནས་ཕན་ཚུན་གྱི་བར་ལ་ཟུ་ཚུགས་ཀྱིས་
དབྱེ་འབྱེད་བྱས་ན། རང་གཞན་གཉིས་ཀར་བསྐྱོད་ཐབས་མེད་པར་སྲུག་བསྐྱེད་འཕར་མ་འབྱུང་གི་རེད། དབྱེ་
འབྱེད་དེ་ལྟ་བུ་ལ་དོན་སྟེང་ཅི་ཡང་མེད་པ་དང་། དང་ཆོས་འགྲོ་བ་མའི་རིགས་ལ་དཀའ་རྒྱུག་འདང་ངེས་པ་ཞིག་
ཡོད་དེ། དང་ཆོས་ཚང་མ་འཆི་བ་དང་རྒྱ་བ་དང་ན་བ་སོགས་ལ་འཕྲད་དགོས་ཤིང་། དེ་བཞིན་ཡིད་མི་ངོམས་པའི་
ཆོར་བ་ལ་རྒྱུན་དུ་འཕྲད་པ་དང་། སྲུག་བསྐྱེད་འདི་དག་ལས་དང་ཆོས་གཡོལ་མི་སྐྱབ། དང་ཆོར་སྲུག་བསྐྱེད་དེ་དག་
གིས་འདང་གི་མེད་དམ། ད་དུང་ཕྱིའི་བགས་པའི་ཁ་དོག་དང་། བསམ་སློབ་གཏོང་སྟངས་ཐ་དང་པ་ཡིན་པ་སོགས་
གཞིར་བཞག་ནས་དཀའ་རྒྱུག་སྐྱག་མ་བསྐྱུན་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཞིག་ཡིན་ནམ།

དངོས་ཡོད་གནས་ལུགས་འདི་ཚོར་བསམ་གཞིག་བྱས་ན། སྤང་དོར་གྱི་རྣམ་གཞག་དང་། དགོས་མཐོ་གཉིས་ཀའི་ཆ་ནས་ང་ཚོར་ཡ་ལན་གཅིག་མཚུངས་ཤིག་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་མཐོང་བྱུང་། གཞན་གྱི་དགོས་མཐོ་དང་ཐོབ་ཐང་སྤང་མེད་དུ་བསྐྱར་བའི་རང་གི་གཤིས་ཀ་ལས་སྒོལ་བར། ང་ཚོས་རང་ཉིད་ལ་རྩ་བའི་ཆ་ནས་ང་ཚོ་ཚང་མ་གཅིག་པ་ཡིན་པ་མངོན་སུམ་དུ་གྱུབ་ཡོད་པའི་དྲན་སྐུལ་རྒྱན་དུ་གཏོང་དགོས་ངེས་ཡིན་ཞིང་། ངོས་རང་ནི་བོད་ནས་ཡོང་ཡོད་ཀྱང་། དཔེ་དཔེ་འདྲིའི་སྒྲིག་པ་པོ་པལ་ཆེ་བ་ནི་བོད་པ་ཡིན་མི་སྤྲོད། གལ་ཏེ་ང་རང་སྒྲིག་པ་པོ་རེ་རེར་ཐུག་ནས་ཁོ་ཚོར་བཞུགས་ཆོ། བྱི་ཚུལ་གྱི་རྣམ་པའི་ཆ་ནས་ཁོ་ཚོར་ཡོད་པའི་བྱང་ཚས་ནི་ངོས་ཀྱི་བྱིའི་རྣམ་པ་དང་ཐ་དད་ཡིན་ངེས། གལ་ཏེ་ངོས་ཀྱིས་བྱི་ཚུལ་གྱི་བྱང་པར་དེ་དག་གི་ཐོག་ལ་རང་གི་སྒྲི་ཅེ་བསྐྱིམ་ན། བྱང་པར་དེ་དག་ད་དུང་ཆེ་ཅུ་སོང་ནས་གལ་ཆེན་གྱི་རང་བཞིན་དུ་འགྱུར་བ་དང་། དེའི་མཚུག་འབྲས་སུ་ང་ཚོའི་བར་ཐག་རིང་དུ་འགྲོ་བ་ལས་ཉེ་ཅུ་འགྲོ་མི་སྤྲོད། དེ་ལས་སྒྲིག་སྒྲི། ངོས་ཀྱིས་སྒྲིག་པ་པོ་རེ་རེ་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་རིགས་དང་གཅིག་པ་སྒྲི། འགྲོ་བ་མི་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་རང་ཉིད་དང་འདྲ་བར་གཞན་དག་ལ་འང་སྤྲ་གཅིག་དང་། མིག་གཉིས་སོགས་གཅིག་མཚུངས་སུ་ཡོད་ཅིང་། ཁ་དོག་དང་གདོང་གི་བཟོ་དབྱིབས་ཀྱི་བྱང་པར་སྤང་མེད་དུ་བཏང་ན། བར་ཐག་རིང་བའི་འདུ་ཤེས་དེ་ནི་རང་ཆས་སུ་ཡལ་འགྲོ་བ་དང་། ང་ཚོ་ཚང་མ་མའི་རིགས་ཀྱི་ཤ་ཁྲག་གཅིག་མཚུངས་ཤིག་ལས་གྱུབ་ཡོད་པར་མ་ཟད། རང་གིས་བདེ་བ་འདོད་ཅིང་སྤྲུག་བསྐྲུལ་མི་འདོད་པ་ཇི་བཞིན། གཞན་དག་ལ་འང་འདོད་པ་གཅིག་མཚུངས་སུ་ཡོད་པ་ངོས་ཀྱིས་མཐོང་བྱུང་ཅིང་། ངོས་འཛིན་འདྲིའི་ཐོག་ནས་ངོས་ཀྱིས་གཞན་དག་གི་ཕྱོགས་སུ་སེམས་པ་བཟང་པོ་ཞིག་རང་གི་ངང་གིས་འཛིན་པ་དང་། གཞན་གྱི་བདེ་སྤྲུག་ལ་སེམས་ཁུར་བྱེད་པ་ནི་པལ་ཆེར་རང་ཤུགས་ཀྱིས་འབྱུང་གི་རེད།

དེ་ལྟ་ནའང་། མི་པལ་ཆེ་བས་སོ་སོའི་རིགས་ཀྱི་ནང་ཁོངས་སུ་གཅིག་སྒྲིལ་དང་། ཕན་ཚུན་གྱི་བདེ་སྤྲུག་ལ་ཐུགས་ཁུར་དགོས་པར་ཁས་ལེན་བྱེད་འདོད་ཡོད་ཅུང་། འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་གཞན་དག་སྤང་མེད་དུ་བསྐྱར་བའི་རང་གཤིས་ཤིག་ཡོད་པར་སྤང་། འདི་ལྟར་བྱེད་པའི་རྒྱུ་ཀྱིས་ང་ཚོས་རྒྱལ་སྤྱིའི་དངོས་ཡོད་གནས་ལུགས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཅིམ་དུ་མ་ཟད། སོ་སོའི་གནས་སྤངས་ཀྱི་དངོས་ཡོད་གནས་ལུགས་ཀྱང་སྤང་མེད་དུ་གཏོང་གི་ཡོད། གལ་སྤྲོད་ཆོགས་པ་གཅིག་དང་། མི་རིགས་གཅིག་ཡང་ན་རྒྱལ་ཁབ་གཅིག་ལ་མཚོན་ན། སོ་སོའི་ས་མཚམས་ཀྱི་ནང་ཁོངས་སུ་གཞན་ལ་བརྟེན་མ་དགོས་པར་མཐུན་རྒྱུན་ཡོད་ཚད་ཚང་ཞིང་། མང་ཆོགས་ཀྱི་ཡིད་ཆོམ་པ་དང་རེ་འདོད་ཐམས་ཅད་འགྱུར་གྱི་ཡོད་ན། བྱིའི་ཕྱོགས་ཀྱི་མི་རྣམས་ལོགས་སུ་འབྱེད་པ་ནི་རྒྱ་མཚན་དང་མཐུན་པ་ཞིག་ཡིན་པར་པལ་ཆེར་ཚིད་སྐྱབ་བྱེད་ཆོག་ཀྱང་། དེ་ལྟར་ཡོང་ཐབས་མེད་པ་དང་། དེང་དུས་ཀྱི་འཛམ་གླིང་ནི་ཆོགས་ལྗེ་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་གི་ཁེ་ཕན་དེ་སོ་སོའི་མངའ་ཁོངས་ལས་བརྒལ་མེད་པར་སེམས་མི་སྐྱབ་པའི་དུས་སྐབས་ཤིག་ལ་སྒྲེབས་ཡོད།

དེ་བས་ན་ནི་བདེ་དང་ཕན་པའི་མཉམ་འཛིན་རྒྱུ་འཁྱེད་བྱེད་པར། ང་ཚོས་ཅིས་ཀྱང་ཆོག་ཤེས་གོང་འཕེལ་དུ་གཏོང་དགོས་པ་དང་། ཆོག་ཤེས་མེད་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ནམ་ཡང་སྒྲོང་མི་སྐྱབ་པའི་ཐོབ་འདོད་ཀྱི་ཉམ་སེམས་འབྱུང་གི་ཡོད། གལ་སྤྲོད་མི་སོ་སོས་ཅི་ཞིག་འཛོལ་སྐྱབ་བྱེད་པ་ནི། བཟོད་པ་ལྟ་བུ་རང་བཞིན་གྱིས་མཐའ་མེད་ཅིག་ཡིན་ན། ཆོག་ཤེས་ལྟ་བུའི་ཡོན་ཏན་ལ་དགོས་པ་ཡོད་མི་སྤྲོད། བཟོད་པའི་སྒྲི་ཅེ་ཅིམ་མཐོར་འདེགས་བྱས་ན། ང་ཚོས་དེ་ཅིམ་གྱིས་བཟོད་བསྐྱན་བྱེད་བྱུང་པ་དང་། དེའི་བྱིར་སྒྲིའི་ཡོན་ཏན་གྱི་ངོས་ནས་བརྗོད་ན། ཆོག་ཤེས་ནི་དགོས་ངེས་ཤིག་མིན་ཏེ། སྤྲིད་ཡོན་ཏན་གང་ཞིག་ལ་ཆོག་ཤེས་བྱེད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་

ཅི་ཡང་མེད། འོན་ཀྱང་། ང་ཚོས་འཚོལ་སྐྱབ་བྱེད་པ་ནི་མཐའ་ཅན་གྱི་རང་བཞིན་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ང་ཚོར་
ཚོག་ཤེས་མེད་ན། ང་ཚོའི་འཚོལ་སྐྱབ་ལ་ལེགས་འགྲུབ་བྱུང་ཡང་། སོ་སོའི་འདོད་པ་བསྐང་མ་ཐུབ་པའི་ཉེན་ཁ་
ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད། རྒྱ་ཁོར་འཚོལ་བའི་འདོད་པར་མཚོན་ན། གལ་ཏེ་མི་གཅིག་གིས་ཐབས་གང་རུང་ཞིག་ལ་
བརྟེན་ནས་རྒྱལ་ཁབ་གཅིག་གི་དབལ་འབྱོར་ཐམས་ཅད་རང་གི་དབང་དུ་བསྡུས་ཀྱང་། མི་དེས་ད་དུང་རྒྱལ་ཁབ་
གཞན་གྱི་རྒྱ་ཁོར་ཡང་རང་ལ་ཇི་ལྟར་འཐོབ་དགོས་པར་སྒྲུལ་སྤྱོད་ཅིང་། མཐའ་ཅན་ཡིན་པ་གང་ཞིག་འདོད་
པའི་སློན་ནི་ནམ་ཡང་ངོམས་པར་བྱེད་མི་ཐུབ། དེ་ལས་ཐོག་ཟླ། ང་ཚོས་ཚོག་ཤེས་གོང་འཕེལ་གཏོང་སྐབས། ང་
ཚོར་ནམ་ཡང་སློ་ཐམ་དང་ཞུམ་པ་འབྱུང་གི་མེད།

ཚོག་ཤེས་དང་བྲལ་བའི་རུམ་སེམས་ཀྱིས་སྐྱོལ་འཛིང་རང་བཞིན་གྱི་འགྲན་སེམས་དང་ཕྱག་དྲོག་ལ་
འབྱུང་རྒྱུ་བྱེད་བཞིན། ཐལ་དྲགས་པའི་དངོས་གཙོའི་རིང་ལུགས་ཀྱི་འཚོ་བའི་གོམས་སྒོལ་ཞིག་བསྐྱེད་པར་
གྲོགས་བྱེད་གྱི་ཡོད། མི་ལེགས་པའི་འཚོ་བའི་རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུ་ནི། སྤྱི་ཚོགས་དེའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པའི་མི་རྣམས་
ལ་སྐྱག་བསྐུལ་སྐྱོན་པའི་ནད་རིགས་ཐམས་ཅད་འབྱུང་སའི་གཞི་རྩ་འགྱུར་བ་དང་། དཀའ་རྒྱུ་འདི་ནི་རུམ་
སེམས་དང་ཕྱག་དྲོག་ལ་ཁར་བྱུང་གི་ཤུགས་རྒྱུ་ཞིག་མེད་ན། སྤྱི་ཚོགས་དེ་གཅིག་པུའི་གནད་དོན་ཞིག་ཡིན་པར་
བརྗོད་ཆོག འོན་ཀྱང་། དངོས་ཡོད་གནས་ལུགས་ནི་དེ་ལྟར་མིན་པ་དང་། ལྷག་ཏུ་ཚོག་ཤེས་མེད་པ་ནི་རང་བྱུང་
ཁོར་ལུག་ལ་ཐེབས་པའི་གཞོན་འཛའི་འབྱུང་ཁུངས་ཡིན་པས། གཞན་རྣམས་ལ་འཚོ་བའི་རྒྱ་རྩ་འགོ་རྒྱ་རེད།
གཞན་རྣམས་སུ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། གཙོ་བོ་ཉམ་ཆུང་དང་དབུལ་ཕོངས་ཀྱི་རིགས་རྣམས་ཡིན་ཞིང་། རྒྱ་ཁོར་ལོངས་
སྤྱོད་འཛུམས་པའི་ཕྱག་པོ་ཚོས་སོ་སོའི་སྤྱོད་གནས་སྤོང་ཏེ། དཔེར་ན། ཁོར་ལུག་གི་འབག་བཙོག་ཆད་མཐོ་བོ་ལྟ་
བུར་གཡོལ་ཐུབ་ཀྱང་། ཉམ་ཐག་གི་བྱིས་ཆང་ཆོ་གནས་གཞན་ཞིག་ཏུ་སློ་ཐུབ་ཀྱི་མ་རེད།

དེ་མཚུངས་ཉམ་ཐག་གི་རྒྱལ་ཁབ་ཚོར་ཡང་དཀའ་ངལ་སེལ་ཐབས་ཀྱི་ཆ་རྒྱུ་མི་ཆང་བས། རྒྱལ་ཁབ་དེ་
ཚོའི་མི་དམངས་ཀྱིས་སྟོབས་འབྱོར་ཕྱག་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཚོའི་ཐལ་དྲགས་པའི་འཛད་སྤྱོད་དང་། སོ་སོའི་རྒྱལ་ཁབ་
ཀྱི་ཡར་རྒྱས་མ་སོང་བའི་འཕུལ་ལས་ལས་བྱུང་བའི་འབག་བཙོག་གཉིས་ཀའི་སྐྱག་བསྐུལ་སྤྱོད་དགོས། སྤྱི་ཚོགས་
དེ་དག་གི་འབྱུང་འགྱུར་གྱི་མི་རབས་ཚོས་ཀྱང་སྐྱག་བསྐུལ་འདི་སྤྱང་དགོས་པར་མ་ཟད། མཐར་ཐུག་ན་ང་ཚོས་
ཀྱང་སྐྱག་བསྐུལ་དེ་སྤྱང་དགོས་རྒྱ་རེད། ཇི་ལྟར་ཞེ་ན། ང་ཚོ་ནི་འཛམ་གླིང་འདིའི་སྤྱིང་དུ་འཚོ་དགོས་པ་དང་།
གལ་ཏེ་ང་ཚོས་གཞན་ལ་འང་གཅིག་མཚུངས་སུ་ཡོད་པའི་སྐྱག་བསྐུལ་མི་འདོད་པ་དང་། བདེ་བ་འདོད་པའི་ཐོབ་
ཐང་དེར་བཅི་འཛིག་བྱེད་བཞིན། རང་གི་བྱ་སྤྱོད་ལ་བཙོས་བསྐྱར་མ་བྱས་ན། རིང་པོར་མི་འགོར་བར་ང་ཚོས་བྱ་
སྤྱོད་དེ་ཚོའི་མཚུག་འབྲས་ངན་པ་རྣམས་མཐོང་འགོ་ཚུགས་རྒྱ་རེད། དཔེར་ན། རྒྱངས་འཁོར་འཕར་མ་ཐེར་
འབུམ་གཉིས་ཀྱི་འབག་བཙོག་ལ་སོམས་དང་། འབག་བཙོག་དེས་ང་ཚོ་ཆང་མར་ཤུགས་རྒྱུན་ཐེབས་ངེས་ཡིན།
དེ་བས་ན་ཚོག་ཤེས་ནི་སྤང་དོར་གྱི་གནད་དོན་ཅི་མ་མིན་པ་དང་། ཅི་ཟླ་ང་ཚོས་རང་གི་སྐྱག་བསྐུལ་གྱི་སྤྱོད་བལ་
ལ་སྟོན་བྱེད་འདོད་མེད་ན། ཚོག་ཤེས་ནི་མེད་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་ཡིན།

འདི་ནི་དབལ་འབྱོར་གྱི་འཕེལ་རྒྱས་ཏྲག་ཏུ་གཙོ་གནད་དུ་འཛིན་པའི་རིག་གཞུང་ལ་དྲོགས་སྤྱོད་བྱེད་
དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། ངོས་ཀྱི་ལྟ་ཚུལ་ལ། དེ་འབྲའི་རིག་གཞུང་གིས་ཚོག་མི་ཤེས་པ་བསྐྱེད་ནས་
སྤྱི་ཚོགས་དང་། ཁོར་ལུག་གི་དཀའ་རྒྱུ་མང་པོའི་འབྱུང་རྒྱུ་བྱེད་གྱི་ཡོད། ད་དུང་བྱེད་དོས་པའི་ཡར་རྒྱས་
གཅིག་པུའི་དོན་དུ་སྟོས་གཏོང་བྱེད་པའི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་། ང་ཚོས་རྒྱ་ཆེ་བའི་སྤྱི་ཚོགས་དང་འབྲེལ་བའི་ཤུགས་

བཟུན་གྱི་གནད་དོན་ནམས་སྤང་མེད་དུ་གཏོང་གི་ཡོད། འདི་ནི་སྤྲུལ་ཡང་འཛམ་གླིང་དང་པོ་དང་གསུམ་པ།
བྱང་དང་མྱོ། ཡར་རྒྱས་ཕྱིན་ཟིན་པ་དང་མ་སོང་བ། ལྷག་པོ་དང་དབུལ་བོ། སྤྱི་ལམ་གྱི་ཆ་ནས་འགྲིག་མི་འགྲིག་
སོགས་ཀྱི་བྱང་པར་ཅམ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་ཕྱོགས་ཁག་གཉིས་ཀར་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་ཞིག་ཡིན། ཡིན་ནའང་།
ཕྱོགས་གཅིག་ནས་འདྲ་མཉམ་མ་ཡིན་པའི་གནས་སྤངས་དེའང་མི་ཚང་མར་དཀའ་རྒྱུ་གི་འབྱུང་ཁུངས་ཤིག་
ཆགས་ཡོད་པ་ནི་ཅུང་མངོན་གྱུར་རེད། དཔེར་ན། ཡོ་རོབ་ནི་འཛམ་གླིང་གི་པོ་མི་གྲངས་བརྒྱ་ཆའི་བརྒྱ་ལས་
ཉུང་བའི་གནས་ཡུལ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་འཛམ་གླིང་གི་པོ་མི་ནས་ཆད་པར་དཔལ་འབྱོར་འཕེལ་རྒྱས་བྱེད་
པའི་ལྷ་ཚུལ་ཡོངས་བྱུང་དེ་ནི། རིགས་པ་དང་མཐུན་པ་ཞིག་ཡིན། འོན་ཀྱང་། འཛམ་གླིང་ནི་ཡོ་རོབ་ལས་ལྷ་
མང་པོས་ཆེ་བ་དང་། ས་ཆ་གཞན་ན་མི་ནམས་སྤོགས་ཤི་ཐེབས་པ་ནི་བདེན་པ་ཞིག་ཡིན། འདྲ་མཉམ་ཡེ་ནས་
མེད་པའི་གནས་སྤངས་འདིའི་རིགས་ཡོད་སར་མི་ཚང་མར་ཐད་ཀར་མ་ཡིན་ཡང་མཁུག་འབྲས་ངན་པ་གཅིག་
མཚུངས་སུ་འབྱུང་བ་དང་། དབུལ་སོངས་ཀྱི་ཤུགས་རྒྱུ་ནི་ལྷག་པོ་ཆོའི་ཉིན་རེའི་འཆོ་བའི་ནང་དུ་འང་སྐབས་
ཡོད། དོགས་སྤང་བྱ་རའི་པར་ཆས་དང་། སྤུ་ཁུང་ཐོག་གི་སྤང་སྤྱོད་ཀྱི་ལྷགས་ཉེང་ནམས་མཐོང་ན། སོ་སའི་
བདེ་འཇགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་དེའང་ཅུང་ཅམ་མར་ཉམ་ངས་རེད།

སྤྱི་སེམས་ཀྱིས་ང་ཚོར་དུང་པོའི་རྩ་དོན་ལ་ཆོད་སེམས་འཆང་དུ་འཇུག་པ་དང་། ངོས་ཀྱི་བརྗོད་དོན་ཅི་
ཞིག་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དུང་པོ་དང་དུང་པོ་མ་ཡིན་པའི་སྒྲོར་ལ་ང་ཚོས་དངོས་ཡོད་གནས་ལྷགས་དང་ཕྱིའི་སྤང་
ཚུལ་བར་གྱི་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་བྱུང་ཞིང་། མཚམས་རེར་དེ་གཉིས་མཐུན་ཡང་རྒྱན་དུ་དེ་
གཉིས་ཆ་མཐུན་གྱི་དོ་བོ་ནས་འབྱུང་གི་མེད། ངོས་ཀྱི་གོ་རྟོགས་ལ། དངོས་ཡོད་གནས་ལྷགས་དང་ཕྱིའི་སྤང་ཚུལ་
གཉིས་ཆ་མཐུན་ན་དུང་པོ་ཡིན་པ་དང་། དེར་བརྟེན་ང་ཚོའི་བྱ་སྤྱོད་ནི་གང་ཞིག་ཡིན་པར་སྤང་བ་དེ་བཞིན་
ཡིན་ན་ང་ཚོ་དུང་པོ་ཡིན་མོད། ང་ཚོས་སྤྱི་ཚུལ་དུ་གང་ཞིག་ཡིན་ཁུལ་བཟུན་ཡང་། དོན་དངོས་སུ་ང་ཚོ་གཞན་
ཞིག་ཡིན་ན། མི་ནམས་ཀྱིས་ང་ཚོར་དོགས་ཐོན་བྱས་ནས་འཇིགས་སྤང་སྤྱོད་བྱེད། འཇིགས་སྤང་ནི་ང་ཚོ་ཆང་
མས་མི་འདོད་པའི་ཆོར་བ་ཞིག་ཡིན། དེ་ལས་ཐོག་སྟེ། རང་གི་བྱིས་མཚོས་དང་འབྲེལ་འདྲིས་ཀྱི་བྱ་འགུལ་ནང་།
ང་ཚོའི་སྤྱི་བསམ་སྤྱོར་གསུམ་ཐམས་ཅད་ལ་ལྷག་བསམ་དང་ཁ་གསང་ཁོག་ཡངས་ལྡན་ན། མི་ནམས་ང་ཚོར་
འཇིགས་སྤང་སྤྱོད་གོས་དོན་མེད། འདི་ནི་མི་སྤྱོད་དང་ཚོགས་སྤྱོད་གཉིས་ཀར་བདེན་པ་ཡིན་པ་གཅིག་མཚུངས་
ཤིག་ཡིན། ང་ཚོས་ད་དུང་བྱ་གཞག་དུང་པོའི་རིན་ཐང་རྟོགས་ན། རང་ཉིད་སྤྱོད་གོས་མཁོ་དང་ཚོགས་སྤྱོད་
སྤྱོད་གོས་མཁོའི་བར་ལ་མཐར་གཏུགས་ན་བྱང་པར་ཞིག་མེད་པའི་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཐུབ་ཅིང་། ཚོགས་སྤྱོད་ཞིག་
ལ་མཚོན་ན་མི་གྲངས་མང་ཡང་། ཁོ་ཚོའི་འདོད་པ་དང་། ཐོབ་ཐང་། བསྐྱེད་ཀྱི་འོག་དུ་འཆུད་མི་འདོད་པ་
སོགས་ནི་རང་ཉིད་ལ་ཡོད་པ་དང་གཅིག་མཚུངས་ཡིན། དེའི་ཕྱིར་ང་ཚོས་དུང་པོ་བྱས་ན། ང་ཚོས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་
གོ་མོར་དང་། དོགས་ཐོན། འཇིགས་སྤང་སོགས་ཀྱི་ཆད་གཞི་རྩེ་ཉུང་དུ་གཏོང་བར་རམ་འདེགས་བྱེད་པ་དང་།
ང་ཚོས་ཚུང་དུ་ཞིག་ཡིན་ཡང་གལ་ཆེན་གྱི་བྱེད་སྤངས་ཤིག་གི་ལམ་ནས་བདེ་ཞིང་སྤྱོད་པའི་འཛམ་གླིང་ལ་དེ་
ལྟར་མཐུན་རྒྱུ་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད།

དུང་བདེན་གྱི་གནད་དོན་ཡང་སྤྱི་སེམས་དང་དུང་སེམས་ལ་འབྲེལ་བ་དམ་པོ་ཡོད་པ་དང་། ང་ཚོས་
དུང་བདེན་མེད་པ་མཐོང་ན་ཡོད་པའི་ཐབས་ལ་འབད་དགོས་པ་ནི་དུང་བདེན་སྤང་བའི་ཆ་ཤས་ཤིག་ཡིན། དེ་
ལྟར་དུ་འབད་བ་བྱེད་མ་ཐུབ་ན། རང་ཉིད་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་ངན་པ་ཞིག་ཡིན་པར་མི་སྤྱོད་ཡང་། དེ་ནི་མི་རུང་

བ་ཞིག་ཡིན་ཆོག་སྟེ། ང་ཚོས་བཤད་དགོས་པ་གང་ཞིག་བཤད་པར་འཛུགས་ཐོན་བྱེད་པ་ནི་རང་གཅེས་འཛིན་ལས་
བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་ན་མི་འགྲིག་གཤམ་སྤྲོད་དང་བདེན་མིན་པ་ལ་བྱིན་པའི་སོ་སོའི་ཡ་ལན་ནི། བདག་གིས་ཁ་གསལ་
པོར་བཙུགས་ན་ང་ལ་ཅི་ཞིག་འབྱུང་རྒྱུ་ཡིན་ནམ་དང་། མི་རྣམས་ང་ལ་དགའ་རྒྱུ་མ་རེད་ལྟ་བུའི་བསམ་སྒྲུབ་དོན་
ནས་བྱུང་བ་ཡིན་ན། ཟླ་དོར་གྱི་རྣམ་གཞག་དང་འགལ་ཡོད་དེ། ང་ཚོས་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཅི་ཡང་མ་བཤད་པ་
དེའི་ཤུགས་བསྟན་གྱི་མཁུག་འབྲས་ལ་འགན་ཁུར་གྱི་མེད་པ་རེད། ཡ་ལན་འདི་ལྟ་བུ་ནི་སྤྲུག་བསྐྲུན་དང་བྲལ་
ཞིང་བདེ་བ་འདོད་པའི་ཐོབ་ཐང་གཞན་ལ་འང་གཅིག་མཚུངས་སུ་ཡོད་པའི་བདེན་པ་དེའི་དོན་ནས་བསྟན་
ནའང་འོས་འཚམ་ཞིག་མིན། ཡ་ལན་དེ་ནི་ད་དུང་མི་ཚོས་གང་ཞིག་སོ་སོའི་རྒྱུ་ཡིན་ཟེར་བ་དང་། ཡང་ན་
གང་ཞིག་སོ་སོའི་ནང་ཁོངས་ཀྱི་གནད་དོན་ཡིན་པར་བཙུགས་ཀྱང་གཅིག་མཚུངས་སུ་ཚུལ་མཐུན་མིན་ཞིང་།
གནས་སྟངས་དེ་འདྲའི་ནང་ང་ཚོས་བཙུགས་དགོས་པ་གང་ཞིག་བཤད་པ་ནི་རང་གི་འཁན་འབྲེ་ཞིག་ཡིན་པར་མ་
ཟད། འདི་ལས་ཀྱང་གལ་ཆེ་བ་ཞིག་ལ་དེ་ལྟར་དུ་བཤད་པ་ནི་གཞན་ལ་རྟོགས་རམ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་གྱི་ཡོད།

སྤྱིར་དུང་པོ་འདི་ལྟ་བུ་ནི་རྒྱུ་དུ་འབྱུང་དགའ་ཞིང་། ང་ཚོས་ཁ་ཡོད་ལག་ཡོད་བྱེད་དགོས་པར་བཙུགས་
ནས་དོན་ལ་དགག་པ་རྒྱག་ཆོག་སྟེ། ང་ཚོའི་གནས་སྟངས་ཀྱིས་སོ་སོའི་འགན་འབྲེ་དང་མཐུན་པའི་སྒོ་ནས་རྟག་
ཏུ་ལས་ལ་འཁུག་པར་འགོག་རྒྱུ་བྱེད་པ་དང་། གཤམ་སྤྲོད་དང་བདེན་མིན་པ་ཞིག་མཐོང་སྐབས་ཁ་གསལ་པོར་
བཙུགས་ཆོ། དཔེར་ན། རང་ཉིད་ཀྱི་བྱིས་ཚང་ལ་གནོད་འཚེ་འབྱུང་བ་ལྟ་བུ་རེད། ང་ཚོས་ཉིན་རེའི་སོ་སོའི་འཚེ་
བའི་དངོས་ཡོད་གནས་ལུགས་ལ་གདོང་ལེན་བྱེད་དགོས་ཀྱང་། ང་ཚོར་གཟིགས་རྒྱུ་རིང་བའི་ལྟ་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་
དགོས་པ་དང་། ང་ཚོས་རང་གི་དགོས་མཁོ་ལ་གཞན་གྱི་དགོས་མཁོའི་དོན་ནས་དབྱེད་པ་གཏོང་བ་དང་། བྱས་
པ་དང་མ་བྱས་པའི་སོ་སོའི་བྱ་སྤྱོད་ཀྱིས་ལུགས་སུ་གཞན་ལ་ཤུགས་རྒྱུན་ཅི་ཞིག་ཐེབས་སྤྲོད་པར་བསམ་གཞིག་
དེས་པར་དུ་བྱེད་ཐུབ་དགོས། སོ་སོའི་བྱིས་ཚང་ལ་སེམས་ཁུར་བྱེད་མཁན་ཚོར་སྒྲིན་བཙུགས་བྱེད་པ་ནི་ལས་སྒྲུབ་
ཞིག་མིན་ཡང་། མཚམས་རེར་སྤྱི་ཚོགས་སྤྱི་ལ་ཕན་བདེ་བསྐྱབ་པར་ཉན་ཁ་བརྒྱུད་དགོས་དེས་རེད།

གཞན་ཐམས་ཅད་ལ་སེམས་ཁུར་བྱེད་པ་ནི། གང་ཟག་སོ་སོ་དང་། སྤྱི་ཚོགས་གཉིས་ཀའི་དོན་ནས་ང་
ཚོས་རང་གི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཁོངས་མི་རེ་རེ་ལ་འང་ལྟ་སྦྱོང་གི་འགན་ཞིག་ཁུར་ཡོད་པའི་དོན་ཡིན་ཞིང་། འགན་ཁུར་
དེ་ནི་མི་སོ་སོའི་ལུས་པོའི་རྣམ་པ་དང་། ཡང་ན་བསམ་གཞིག་གི་རྣམ་པའི་བྱུང་པར་ལ་སྒྲིན་མེད་ཅིག་ཡིན་དགོས།
རང་ཉིད་དང་འདྲ་བར་ཁོ་ཚོར་ཡང་སྤྲུག་བསྐྲུན་དང་བྲལ་ཞིང་བདེ་བ་འདོད་པའི་ཐོབ་ཐང་གཅིག་མཚུངས་སུ་
ཡོད། དེ་བས་ན་འཚེ་བས་མནར་བའི་མི་རྣམས་དོག་ཁྲིས་ཤིག་ཡིན་པ་ལྟར་རྒྱུང་རིང་དུ་འཛིན་པའི་སེམས་པ་
ཞིག་རང་ཉིད་ལ་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་ཡོད་མི་རུང་ཞིང་། ར་ཚ་སྟག་པའམ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་མཐའ་ལ་སྤྱང་ཡོད་མཁན་ཚོ་
ལ་འང་ང་ཚོས་གཅིག་མཚུངས་སུ་འགན་འཁུར་དགོས་པ་དང་། གཤམ་ཏེ་ང་ཚོས་འགན་མ་ཁུར་བར་ཁོ་ཚོ་ཕར་
དེད་ན། སྤྲུག་བསྐྲུན་གྱི་སྤྱིང་དུ་སྤྲུག་བསྐྲུན་བརྟེན་གྱི་ཡོད། ང་ཚོ་ནི་ཁོ་ཚོའི་གནས་སྟངས་དེའི་ནང་དུ་ཡོད་ན། ང་
ཚོས་གཞན་གྱི་རྟོགས་རམ་ལ་རེ་སྒྲིན་བྱེད་དེས་ཡིན། དེའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ང་ཚོས་ན་ཚ་ལ་སྟགས་པའི་སྤྲུག་བསྐྲུན་
གྱིས་མནར་བའི་མི་ཚོར་སྤྱང་སྒྲིབ་མེད་ཅིང་། བསྐྱར་འཛིག་བྱས་ཡོད་པའི་རེ་ཟད་ཀྱི་ཚོར་བ་མི་འབྱུང་བའི་ཁག་
ཐག་བྱེད་དགོས། དོན་གྱི་ལྟ་ཚུལ་ལ། མི་དེའི་རྟོགས་ལ་བསྟན་པའི་ང་ཚོའི་བྱམས་བརྟེན་ནི། གང་ཟག་སྤྱིར་དུ་སྤྱི་
ཚོགས་གཉིས་ཀའི་ཡ་རབས་སྤྱོད་བཟང་གི་ཚད་ཐིག་ལྟ་བུ་ཡིན།

སྒྲིག་པ་པོ་ཚས་ངོས་ཀྱིས་སྤྱོད་བཞིན་པའི་སྤྱི་སེམས་འདི་ནི། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་དངོས་ཡོད་དང་གཏན་ནས་མི་
མཐུན་པར་མཐོང་སྤྲོད་ཀྱང་། འདི་ནི་ངོས་རང་རྒྱུ་ཕྱགས་སུ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༧༣ ལོར་ཐོག་མར་སོང་བ་ནས་བཟུང་
མང་ཚོགས་ལ་བརྗོད་པའི་བདག་གི་བསམ་སྒྲུབ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། སྐབས་དེ་དུས་མི་མང་པོས་སྤྱི་སེམས་འདི་ལྟ་བུ་ལ་
དོགས་ཐོན་བྱས་པ་དང་། དེ་མཚུངས་འཛམ་གླིང་གི་ཞི་བདེ་ལ་དང་བ་བྱེད་མཁན་ཡང་དགོན་པོ་རེད། ཡིན་
ནའང་། ད་ལྟ་བསམ་སྒྲུབ་འདི་དག་ལ་ཡ་ལན་ལེགས་པར་སྤྱོད་མཁན་ཇེ་མང་དུ་འགྲོ་བཞིན་པ་དང་། འདི་ནི་ངོས་
རང་ལ་མཚོན་ན་གདངས་སྤྱོད་འབྱུང་སའི་གཞི་ཞིག་ཡིན།

དོན་དངོས་སུ་བརྗོད་ན། དུས་རབས་ཉི་ཤུ་པའི་ནང་དུ་མིའི་རིགས་ཀྱིས་རང་གི་བསམ་ཡུལ་ལས་འདས་
པའི་བྱུང་བ་མང་པོ་མཉམས་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ང་ཚོ་ནི་ཅུང་ཙམ་བསམ་ཤེས་ཅན་དུ་གྱུར་ཡོད་པར་སྟེ། ལོ་
རབས་ལྔ་བརྒྱ་དང་དྲུག་ཅུའི་ནང་དང་། ས་ཆ་ཁག་ཅིག་ཏུ་ཉེ་བའི་ཆ་ལའང་ཚོད་རྒྱུ་ནི་མཐར་གཏུགས་ན་
དམག་འཐབ་ཀྱི་ལམ་ནས་བསལ་དགོས་པར་བསམ་ཡོད་ནའང་། ད་ལྟ་ལྟུང་འདི་འཛམ་གླིང་ནི་མི་ཉུང་ཤོས་
ཤིག་ལས་མེད། དུས་རབས་ཉི་ཤུ་པའི་མགོ་སྟོན་དུ་མི་མང་པོར་སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་གི་འཕེལ་རྒྱས་དང་མཐུན་སྦྲེལ་ནི།
སྤྱི་གཤིས་སྤྱོད་འདོམས་བཅན་པའི་འོག་ཏུ་འཚོ་སྤྱོད་བྱེད་དགོས་པའི་ཡོད་ཆས་ཡོད་ཀྱང་། སྤྲོད་དབང་
གཅིག་སྤྱད་རིང་ལུགས་ཀྱི་ཕམ་ཉེས་དང་། དེའི་རྒྱུ་ལུགས་ཀྱི་ཡོལ་བ་ཞེས་པ་སྟེ། ཡོ་རོབ་ཀྱི་རྒྱུ་ཕྱགས་དང་
དམར་པོའི་རིང་ལུགས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་གི་ས་མཚམས་དམ་པོ་དེ་མེད་པར་གྱུར་པ་སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་ཡིད་
ཆས་དེའང་སྤྱོད་ཟད་དུ་སོང་ཡོད། དབང་ལུགས་དག་པོས་བཅན་བཞག་བྱས་པའི་སྤྱི་ཚོགས་དང་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་
སྤྱི་གཤིས་ལྟུགས་ནི། ཡུན་རིང་པོར་མི་བརྟན་པ་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སུ་གསལ་པོ་ཆགས་ཡོད།

ད་དུང་ཚན་རིག་དང་ཚས་གཉིས་ནི་མཐུན་ཐབས་མེད་པའི་ལྟ་ཚུལ་དེའང་ལྔ་བཞིན་མཁྱེགས་པོར་
གནས་མེད་པ་དང་། ལྟ་ཚུལ་འདི་ནི་ནང་པ་མང་པོས་ཀྱང་གཅིག་མཚུངས་སུ་བཟུང་ཡོད། ད་ལྟ་དངོས་ཡོད་
གནས་ལུགས་དང་འབྲེལ་བའི་ཚན་རིག་གི་ཤེས་རྟོགས་ཇེ་ཟབ་དུ་སོང་བ་དང་ཆབས་ཅིག་ཚན་རིག་དང་ཚས་
གཉིས་མཐུན་ཐབས་མེད་པའི་ལྟ་ཚུལ་དེ་ལའང་འགྱུར་བ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། འགྱུར་ཚུགས་དེའི་རྒྱུ་ཕྱགས་མི་ཚོས་
ངོས་ཀྱིས་ནང་གི་འཛིག་རྟེན་ཞེས་བརྗོད་པའི་ཕྱགས་སུ་དང་བ་བྱེད་པ་ཇེ་མང་དུ་འགྲོ་འགོ་ཚུགས་ཤིང་། ནང་གི་
འཛིག་རྟེན་ཞེས་པ་ནི་སེམས་དང་བསམ་པ་དང་། ཡང་ན་སྒྲ་སྟོག་དང་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་བྱེད་ལས་དང་སྒྲུལ་
ལུགས་སོགས་ལ་གོ་དགོས། གཞན་ཡང་ཁོར་ལུག་སྤྱད་སྤྱོད་ཀྱི་འདུ་ཤེས་དེའང་འཛམ་གླིང་གང་སར་དར་ཁྱབ་དུ་
འགྲོ་བཞིན་པ་ཡིན་ཞིང་། གང་ཟག་སྤེལ་དང་ཐ་ན་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་ཡིན་ཡང་། སོ་སོའི་དཀའ་ངལ་ཡོད་ཆད་རང་
ངོས་ནས་སེལ་མི་ཐུབ་པ་དང་། ང་ཚོར་ཕན་ཚུན་དགོས་པའི་ངོས་འཛིན་ཆེ་བུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། ངོས་ཀྱི་ལྟ་ཚུལ་
ལ། འདི་ཚོ་ཚང་མ་སེམས་ལུགས་སྤེལ་བྱེད་ཀྱི་འཕེལ་རྒྱས་ཤིག་ཡིན་ཞིང་། འཛམ་གླིང་གི་ཕྱོགས་ཀུན་ལ་ལུགས་
རྒྱུན་ཆེན་པོ་ཞིག་ཐེབས་ཀྱི་རེད། ད་དུང་ངོས་ཀྱི་གདངས་སྤྱོད་འབྱུང་སའི་ཡུལ་གཞན་ཞིག་ནི། དོན་དངོས་སུ་
ལག་བརྟར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་མེད་ལ་མ་ལྟོས་པར། འགྲིག་མཐུན་ཀྱི་སེམས་པའི་སྤྱོད་ན་འཆོ་མེད་ཞི་བའི་ལམ་ནས་
ཚོད་རྒྱུ་ལ་འདུམ་ཐབས་བཅས་དགོས་པའི་ངོས་འཛིན་གསལ་པོ་ཞིག་བྱུང་ཡོད་པ་འདི་ཡིན། ང་ཚོས་གོང་དུ་
སྤྱོད་པ་ལྟར། འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་ནི་ཀུན་ཁྱབ་ཀྱི་རང་བཞིན་དང་། ད་དུང་ཚང་མར་གལ་ཆེན་ཡིན་པའི་
གནས་ཏེ། ཚས་ལུགས་ཀྱི་སྟོལ་རྒྱུན་ལྟར་མཚན་ནའང་། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་རང་བཞིན་དགོས་པའི་ངོས་འཛིན་དར་
ཁྱབ་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། འདི་ནི་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་བྱིས་གཞི་དེ་ཉིད་སྤྱི་ཚོགས་ཅན་ཡིན་པར་ངོས་བཟུང་།

བའི་མཐོང་རྒྱ་ཀྱ་ཡངས་ཤིག་དགོས་པའི་མཚན་དོན་ཞིག་ཡིན་པར་སྟེ། དེའི་ཕྱིར་ལྟ་བུ་དང་ཚོས་ལྟགས།
མཐུན་སྦྱོད་དང་འཕེལ་རྒྱས། ཡང་ན་དཔལ་འབྱོར་སོགས་ཀྱི་མིང་བྱུང་ནས་གང་ཟག་སྒྲེར་དང་། མི་རིགས་གཅིག
ཡང་ན་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་ལ་སྤྱད་བསྐྱེད་གྱིས་མནར་དུ་འབྱུག་གི་ཡོད་ཀྱང་། གཉེན་གཤོག་སྤྱི་མཐུན་ཚོར་རེ་བའི་
འདུ་ཤེས་གསར་པ་ཞིག་འབྱུང་གི་ཡོད། མཐུན་འབྲེག་དང་ཞི་བདེ་ངོ་མ་ཞིག་བསྐྱེད་པར་དཀའ་ཚུགས་ཆེན་པོ་
ཡོད་ངེས་ནའང་། ང་ཚོར་དེ་སྐབས་པའི་ལུས་པ་ཡོད་པ་དང་། ཞི་བདེ་དང་མཐུན་འབྲེག་དེའི་རྩ་བ་ནི། ང་ཚོ་རེ་
རེ་ནས་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱོད་ལ་འགན་ཁུར་བའི་འདུ་ཤེས་ཤིག་བསྐྱེད་དགོས་པ་འདི་ཡིན།

ལེའུ་བཙུ་གཉིས་པ།
ཚོད་སེམས་ཀྱི་ཚད་གཞི།

གཞན་གྱི་ཕྱོགས་ལ་སྤྱི་སེམས་གོང་འཕེལ་དུ་གཏོང་བར་བརྟེན་ནས་ང་ཚོས་རང་ཉིད་ཀྱིས་སྒོན་པའི་
བྱམས་སེམས་དང་སྤྱི་རྒྱུ་ཆེས་ཁེངས་པའི་འཛམ་གླིང་དེ་བསྐྱུན་པའི་འགོ་འཛུགས་ཚོགས་ཀྱིས་སྤྱི་སེམས་དར་
སྤེལ་བྱེད་དགོས་ཚུལ་སྤྱི་བཞིན་པ་འདི་ལ་སྒོག་པ་པོ་ཚོས་མོས་མཐུན་བྱེད་མིན་གང་ལྟར་ཡང་། གལ་ཏེ་དངོས་
ཡོད་གནས་ལུགས་ཀྱི་ངོ་བོ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རང་བཞིན་ཡིན་སྟབས། ང་ཚོས་རང་གཞན་གྱི་བར་ལ་རྒྱན་དུ་འབྱེད་
པའི་བྱེད་བར་ལ་སྒོ་འདྲེགས་ཀྱི་ཆ་ངེས་ཅན་ཞིག་ཡོད་པ་བདེན་པ་དང་། གལ་སྲིད་རྒྱ་མཚན་དེའི་ཕྱིར་ང་ཚོའི་
དམིགས་ལུལ་ནི་སོ་སོའི་སྤྱི་རྒྱུ་ཆེ་དེ་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་རྒྱ་སྤྱོད་བྱེད་པ་འདི་ཡིན་པར་ངོས་ཀྱིས་བརྟེན་
པ་འབྲིག་ཡོད་ན། དགོ་སྤྱོད་ཀྱང་ནང་དུ་འདུས་པའི་སྤྱི་རྒྱུ་ཆེ་ནི། གང་ཟག་སྐར་དང་སྤྱི་ཚོགས་གཉིས་ཀའི་སྤྱོད་
པའི་གཞི་མ་ཡིན་པའི་མཚུགས་སྤྱི་མ་ཁེངས་ཀྱི་མེད་ཡིན། འདི་ལྟར་བརྟེན་དོན་ནི། མི་ཚང་མས་ད་ལྟོ་སོ་
སོའི་འཚོ་བའི་གོམས་སྒོལ་ཐམས་ཅད་དོར་ནས་བསམ་སྒོ་གཏོང་སྟངས་དང་། ཡང་ན་སྤྱི་གཞི་སྤྱི་མས་གསར་པ་ཞིག་
དང་དུ་ལེན་དགོས་པ་དེ་མིན་ཞིང་། དེ་ལས་ཐུག་སྟེ། སོ་སོའི་ཉིན་རེའི་འཚོ་བ་ལ་རྒྱན་འབྲེངས་བྱེད་བཞིན་སྤྱི་
རྒྱུ་ཆེ་དང་བདེ་སྤྱོད་སྤར་ལས་ཆེ་བའི་མི་ཞིག་དུ་འགྱུར་བྱེད་པ་དང་། འགྱུར་བར་བརྟེན་ཆོག་པ་ངོས་ཀྱིས་བརྟེན་གྱི་
ཡོད། འདི་ལྟར་སེམས་པ་རྩེ་བཟང་དང་སྤྱི་རྒྱུ་ཆེ་རྩེ་ཆེར་སོང་བར་བརྟེན་ནས་ང་ཚོས་སྤྱི་ཚོགས་ལ་ཕན་བདེ་གལ་
ཆེན་ཞིག་སྐྱབ་བྱེད།

བྱ་བ་དཀྱིལ་མ་ཞིག་བྱས་ནས་དཀའ་ལས་རྒྱག་བཞིན་པའི་མི་ཞིག་གི་ལས་ཀ་ནི། དཔེར་ན། སྤྱན་པ་དང་
དགོ་ཆུ། སྤྱ་པ་དང་བཙུན་མ་ལྟ་བུའི་ལས་ཀ་རྩི་བཞིན་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་བདེ་སྤྱོད་ལ་གཅིག་མཚུངས་སུ་འབྲེལ་བ་
ཡོད་པ་དང་། འགྲོ་བ་མའི་ལས་ཀ་ཐམས་ཅད་ལ་སྐྱབས་ཆེན་དང་བཟང་པོར་འགྱུར་བའི་ལུས་པ་ཡོད། རང་ཉིད་
ཀྱི་ལས་ཀ་ནི་གཞན་གྱི་ཆེད་དུ་ཡིན་པར་བྱས་སྤྱོད་བཞིན་ཀྱན་སྤོང་བཟང་པོ་ཞིག་གི་སྒོ་ནས་བྱས་ན། སྤྱི་
ཚོགས་སྤྱི་ལ་ཕན་ངེས་ཡིན། འོན་ཀྱང་། གཞན་གྱི་བདེ་སྤྱོད་དང་ཚོར་བ་ལ་འགན་མ་ཁུར་ན། ང་ཚོའི་བྱ་འགུལ་
ནམས་ཆུད་ཐོས་སུ་འགྲོ་བ་དང་། འགྲོ་བ་མའི་གཞི་རྩའི་ཚོར་བ་དང་ཁ་བྲལ་ན། ཚོས་ལུགས་དང་། ཆབ་སྲིད་
དཔལ་འབྱོར་ལས་ལུགས་སོགས་ལ་དྲི་མས་སྤྱག་གི་ཡོད། འདི་དག་གིས་འགྲོ་བ་མའི་རིགས་ལ་ཕན་བདེ་བསྐྱབ་པ་
ལས་གཏོར་བཅོམ་བྱེད་གྱི་རེད།

དེ་ལྟར་བས་ན་ང་ཚོས་སྤྱི་སེམས་གོང་འཕེལ་གཏོང་དགོས་པར་མ་ཟད། རང་ཉིད་ནི་ད་དུང་འགན་ཁུར་
པའི་མི་ཞིག་ཀྱང་བྱེད་དགོས། ང་ཚོས་རང་གི་ལྷ་བ་ནམས་ལག་ལེན་དུ་མ་བཏབ་ན། དེ་ནམས་ནི་བསམ་སྒོ་ཙམ་
གྱི་ངོས་ནས་ལྷག་ཡོད། དེ་བས་ན་ཆབ་སྲིད་པ་ཞིག་ལ་མཚོན་ན། རང་ཚུགས་དང་བྱང་བདེན་ཡོད་པའི་སྒོ་ནས་
རང་གི་ལས་དོན་ལ་བརྟེན་པ་ནི་འོས་འགན་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། ཚོང་ལས་གཉེར་མཁན་ཞིག་ལ་མཚོན་ན། ལས་

གཞི་གང་གི་ནང་དུ་འང་གཞན་གྱི་དགོས་མཁོ་ལ་བསམ་སྒྲིག་ཏོང་དགོས་པ་འོས་འགན་ཞིག་ཡིན། བྱིས་མ་ཚོར་མཚན་ན། དྲང་བདེན་གྱི་ཆེད་དུ་སོ་སོའི་རུས་པ་ཡོད་ཚད་བཀོལ་བ་ནི་འོས་འགན་ཞིག་ཡིན།

ང་ཚོས་སྤྱི་སེམས་ཀྱི་ལྟ་བུ་ལ་ཆོད་སེམས་བཅངས་ན། དེས་སོ་སོའི་སྤྱོད་པ་ལ་བཅས་བསྐྱར་རྗེས་ལྟེན་པ་གསལ་པོར་བརྟེན་དཀའ་བྱིན། ངོས་ཀྱི་བསམ་སྒྲིག་ནང་དུ་ཆོད་སེམས་ཀྱི་གནས་ཚད་བྱེ་བྲག་པ་འདི་ཁོ་ན་ཡིན་ཟེར་བ་ཞིག་མེད། ངོས་ཀྱི་རེ་བ་ཡོད་ཚད་ནི་འདིར་ཅི་ཞིག་བྱིས་ཡོད་པ་དེ་སྟོན་པ་པོ་ཚོས་གོ་རྒྱུ་ཅན་ཞིག་ཏུ་མཐོང་ན། སོ་སོའི་ཉེན་རེའི་འཆོ་བའི་ནང་དུ་རང་གི་བྱ་སྤྱོད་ལ་སྤྱིང་རྗེས་ཡོད་པར་བརྩོན་པ་དང་། གཞན་སེམས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་སོ་སོས་གང་བྱེད་ཐུབ་པ་དེ་གཞན་གྱི་ཆེད་དུ་སྐྱབ་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། རྒྱ་འཇག་བཞིན་པའི་སྤྱག་མཚུ་ཞིག་མཐོང་ན་འགྲོ་མཚམས་བཞག་ནས་དེའི་ཁ་རྒྱག་པ་དང་། སྟོན་སྟོན་ཞིག་དགོས་མེད་དུ་སྤྱད་ཡོད་པ་མཐོང་ན་གསོད་པ། ཆོས་ལུགས་ལ་དད་པ་ཡོད་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན། སང་ཉེན་ཆོས་ལུགས་གཞན་ཞིག་གི་རྗེས་འབྲང་བ་ཞིག་ལ་སྤྱག་ན། ཁོ་ལ་འང་རང་གིས་འདོད་པའི་བརྟེན་བཀྲར་གཅིག་མཚུངས་ཤིག་སྟོན་པ། ཆོན་རིག་པ་ཞིག་ཡིན་ན། རང་གིས་སྐྱབ་བཞིན་པའི་ཞིབ་འཇུག་གིས་གཞན་ལ་གཞོད་སྤྱོད་པར་མཐོང་ཆོ། གཞན་སེམས་ཀྱི་ངང་ནས་ཞིབ་འཇུག་དེ་རྒྱན་འཁྱོངས་མི་བྱེད་པ། མདོར་ན་སོ་སོ་རང་ཉིད་ཀྱི་རུས་པ་དང་། གནས་སྤངས་ཀྱི་ཆོད་བཀག་དང་བསྐྱོན་ནས་རང་གིས་གང་ཐུབ་པ་དེ་བསྐྱབ་པ་འདི་ཡིན་ཞིང་། འདི་ལས་སྤྱག་པའི་ཆོད་སེམས་ཤིག་དགོས་ཚུལ་ངོས་ཀྱིས་སྤང་གི་མེད། གལ་ཏེ་ཉེན་ཞིག་ལ་བྱེད་ཀྱིས་རང་གི་བྱ་སྤྱོད་ནི་གཞན་དག་དང་བསྐྱར་ན་སྤྱིང་རྗེ་ཆེ་བར་མཐོང་ཆོ། དེ་ནི་ཉལ་ས་དགོས་པ་ཞིག་མ་རེད། དེ་མཚུངས་ངོས་ཀྱིས་བརྟེན་པ་འདི་དག་ནི་པན་ཐོགས་ཅན་ཞིག་ཏུ་མ་མཐོང་ན་འང་གནད་འགག་ཅིག་མིན་ཞིང་། གལ་ཆེ་བ་ནི་ང་ཚོས་གཞན་ལ་ཅི་ཞིག་བསྐྱབ་པ་དང་། སྟོས་གཏོང་ཅི་ཞིག་བྱེད་པ་གང་ཞིག་ཡིན་ཅུང་། བྱ་སྤྱོད་དེའི་རིགས་ཀྱི་པན་ཡོན་ཤེས་ནས་རང་གི་ངང་གིས་དེ་ལྟར་བྱེད་པའི་གཤེས་ཀ་ཞིག་འཇགས་དགོས་པ་འདི་ཡིན།

ང་ཚོས་གསལ་པོ་བཟོ་དགོས་པ་ཞིག་ལ། ཨ་རིའི་ནང་དུ་ཨ་སྒོར་ཐེར་འབྲུམ་ཡོད་མཁན་གྱི་གངས་ཀ་ནི་ལོ་འགའ་ཤས་ཀྱི་རིང་ལ་བཅུ་བདུན་ནས་བཅུ་ལྔ་ཤིག་འགའ་ཤས་ལ་འཕེལ་ཡོད་པ་ཉི་མར་མི་ཞིག་གིས་ང་རང་ལ་བཤད་སོང་། ཡིན་ནའང་། དེ་དང་ཆབས་ཅིག་ཏུ་དབུལ་ཕོངས་ན་མས་དབུལ་ཕོངས་ཀྱི་གནས་སུ་སྤྱག་ཡོད་པ་དང་། ལག་ཅིག་ནི་སྤར་ལས་སྒྲི་བའི་དབུལ་ཕོངས་ཀྱི་གནས་སུ་སྤྱང་ཡོད། ངོས་ཀྱི་རྩ་ཚུལ་ལ། འདི་ནི་གཏན་ནས་འགྲིག་པ་ཞིག་མིན་པར་མ་ཟད། དཀའ་རྒྱུ་གི་འབྱུང་ཁུངས་ཤིག་ཏུ་འང་འགྱུར་སྤྱོད་ཀྱི་རེད། མང་ཚོགས་ས་ལ་མང་པོར་ཐ་ན་འཆོ་བའི་གཞི་རྒྱའི་དགོས་མཁོ་སྟེ། ལྟོ་གོས་དང་། གནས་མལ། སྟོབ་སྟོབ་། འཕྲོད་བཞེན་གྱི་མཐུན་ཤུན་སོགས་ཆོད་ལྡན་ཞིག་ཆང་མེད། རྒྱ་ནོར་བགོ་འབྲེམས་ལ་འདྲ་མཉམ་མེད་པ་འདི་ནི། མང་ཚོགས་ཀྱིས་འཁོན་འཛིན་བྱེད་སའི་ཡུལ་ཞིག་རེད། གལ་ཏེ་མི་ཆང་མར་རྩོ་གོས་ལོངས་སྤྱོད་འདྲང་ངེས་ཤིག་ཡོན་ན། མཆོར་ཆས་ཀྱི་འཆོ་བ་སྤྱུལ་སྤངས་ལ་དགའ་འོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཞིག་ཡོད་ཆོག དབུལ་ཕོངས་ཀྱི་གནས་སྤངས་དེ་ནི་སོ་སོས་བདམས་པ་ཞིག་ཡིན་ན། རང་གི་འདོད་པ་རྗེས་བཞིན་འཆོ་བའི་ཐོབ་ཐང་དེ་འདོར་དགོས་པར་བརྟེན་ན་མི་འགྲིག་པ་ཞིག་རེད། ཡིན་ཡང་། དེ་འདྲ་ཞིག་མིན་པ་དང་། ང་ཚོའི་འཇོམ་སྤྱོད་ཐོག་ལག་ཅིག་གིས་གང་སྟོགས་བསྐྱགས་ནས་ཟས་བཅའ་དགོས་ཤིང་། ལྷག་ཏུ་སྤྱ་གྲུ་མང་པོས་དེ་ལྟར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ལག་ཅིག་སྟོགས་ཤི་ཐེབས་པའི་གནས་སྤངས་ནང་སྤྱང་ཡོད་ཅུང་། ལག་ཅིག་གིས་ད་དུང་རྩོ་གོས་སྤྱག་མ་བེད་མེད་དུ་གཡུག་གི་ཡོད། དེའི་ཕྱིར་སྤྱག་པོ་ཚོས་དྲང་བདེན་གྱི་ལམ་ནས་ཐོབ་པའི་སོ་སོའི་སྒོར་མོ་བཀོལ་ནས་སྤྱུལ་བཞིན་པའི་མཆོར་ཆས་

གྱི་འཆོ་བ་ནི། རང་ངོས་ནས་ངན་པ་ཞིག་ཡིན་པར་ངོས་གྱིས་བརྟུན་མི་ཐུབ་ནའང་། འཆོ་བ་སྐྱེལ་སྤངས་དེ་ནི་
རིན་ཐང་མེད་པ་དང་ཆུད་ཐོས་ཡིན་པ་བརྟུན་འདོད་བྱུང་།

ད་དུང་ངོས་གྱིས་ཕྱག་པོ་ཆོའི་འཆོ་བ་སྐྱེལ་སྤངས་ནི་དོན་མེད་དུ་རྟོག་འཛིང་ཆེ་བར་མཐོང་གི་ཡོད།
ཤིན་ཏུ་སྟོབས་འབྱོར་ཆེ་བའི་བྱིས་ཚང་ཞིག་དུ་བསྐྱེད་སྤྱོད་བའི་ངོས་གྱི་ཤོགས་པོ་ཞིག་གིས་བརྟུན་པ་ལྟར་ན། ཁོ་
ཆོ་ཆུ་རྒྱལ་བར་འགོ་ཐངས་རེར་གྱོན་པ་རེ་སྤྱོད་ཅིང་། དེ་ནས་ཁོ་ཆོས་ཆུ་རྒྱུད་བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་ཐངས་རེ་ལ་གྱོན་
པ་དེ་བརྟུན་པོ་རྒྱག་པ་དང་། ཐ་ན་ཉེན་གཅིག་གི་ནང་དུ་ཆུ་རྒྱུད་ཐངས་འགའ་ལ་བཀོལ་སྤྱོད་བྱས་ཀྱང་དེ་ལྟར་
གཅིག་མཚུངས་ཤིག་བྱེད་གྱི་ཡོད་འདུག འདི་ནི་ཡ་མཚན་དགོས་ཤིང་། ཐ་ན་ཁྱད་མཚར་བ་ཞིག་ཀྱང་རེད།
འཆོ་བ་འདི་ལྟར་བསྐྱེལ་ན་མི་ཞིག་གི་བདེ་བ་དེ་རྗེས་འཕེལ་གྱི་ཡོད་པ་ངོས་གྱིས་རྟོགས་མི་ཐུབ་པ་དང་། ང་ཆོ་
འགོ་བ་མི་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ང་ཆོར་པོ་བ་གཅིག་ཁོ་ན་ལས་མེད་ལ། ང་ཆོས་ཟ་ཐུབ་ཆོད་ལའང་ཆོད་བཀག་ཅིག་
ཡོད། དེ་མཚུངས་ང་ཆོར་སོར་མོ་བརྟུ་ལས་མེད་པས་ང་ཆོས་སོར་གདུབ་བརྟུ་ཕྱག་ཅིག་གོན་མི་ཐུབ། གདམ་ཀའི་
སྐོར་ནས་ཆུ་མཚན་ཅི་ཞིག་བཤད་ཆུ་ཡོད་བྱུང་། ང་ཆོས་སོར་གདུབ་གཅིག་གོན་བཞིན་པའི་སྐབས། ལྷག་མ་
གཞན་ནམས་དགོས་དོན་མེད་པར་གྱུར་ནས་སྐམ་ཆུང་ཞིག་གི་ནང་བརྟུག་ཡོད། ངོས་གྱི་ལྟ་ཚུལ་ལ། ཆུ་རྟོར་
ལེགས་པར་བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་སྤངས་ནི། ཉེ་ཆར་ངོས་གྱིས་ཆུ་གར་གྱི་བྱིས་ཚང་ཕྱག་པོ་ཞིག་ལ་བརྟུན་པ་ལྟར་
གཞན་པར་གྱི་སྤྱོད་གཏོང་ཡིན་པ་དང་། བྱིས་ཚང་དེས་ངོས་ལ་དྲིས་པའི་ལན་དུ་ཤེས་ཡོན་སྟོབ་གསའི་ཕྱགས་སུ་
གཏོང་ཐུབ་ན་ལེགས་ཤོས་ཡིན་པར་བརྟུན་པ་ཡིན། འཛམ་གླིང་གི་འབྱུང་འགྱུར་ནི་ང་ཆོའི་སྤྱ་གྲུ་ཆོའི་ལག་དུ་
ཡོད་ལ། དེའི་ཕྱིར་ང་ཆོས་སྤྱིང་རྗེ་ལྟར་ཞིང་། དེར་བརྟེན་པའི་དྲང་བདེན་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་བསྐྱེད་འདོད་ན། སྤྱ་
གྲུ་ནམས་སེམས་སྤར་དང་འགན་སེམས་ཡོད་པའི་མི་ཞིག་དུ་བསྐྱུར་པའི་སྟོབ་གསོ་སྤྱོད་དགོས་ངེས་ཡིན། མི་ཞིག་
སྐྱེས་པ་ནས་བཟུང་ཕྱག་པོ་ཡིན་པ་དང་། ཡང་ན་ནམ་པ་གཞན་གི་སྟོན་སྐྱོད་པོར་གྱུར་པ་གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་།
མི་དེར་གཞན་ལ་པན་ཐོགས་པའི་གོ་སྐབས་ཏེ་ཅང་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད། གོ་སྐབས་འདི་ནི་བག་མེད་ལོངས་སྤྱོད་
གྱིས་ཆུད་འཛའ་བར་བྱེད་པ་ནི་འཕྲོ་བརྒྱུ་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད།

མཚར་ཆས་གྱི་སྟོན་སྐྱོད་འཆོ་བ་སྐྱེལ་བ་ནི་ཚུལ་མཐུན་མིན་པའི་ཆོར་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་ངོས་རང་ལ་ཡོད་པ་
དང་། དེའི་ཆུ་མཚན་གྱིས་མགོན་ཁང་ལེགས་པོ་ཞིག་གི་ནང་དུ་སྤྱོད་སྐབས། ཕྱི་རོལ་དུ་མི་མང་པོ་ལ་མཚོན་ན།
མཚན་མོ་དེ་བསྐྱེལ་བར་འདུག་སའི་གནས་མེད་པའི་སྐབས་སུའང་། རང་རོལ་དུ་མི་མང་པོ་ཞིག་གིས་ཟས་དང་
ཆང་ལ་འགོ་སོང་ཏེ་ལས་པའི་ཆེན་པོ་གཏོང་གི་ཡོད་པ་མཐོང་ན། ངོས་རང་གི་སྟོ་ཞི་སྤྱོད་དུ་གནས་ཐུབ་གྱི་མེད།
འདིའི་རྒྱུ་གྱིས་རང་ཉིད་ནི་བདེ་བ་འདོད་ཅིང་སྤྱག་བསྐྱེལ་མི་འདོད་པར་མ་ཟད། བདེ་བ་འཆོལ་བའི་ཐོབ་ཐང་
ཡང་གཅིག་མཚུངས་སུ་ཡོད་པའི་ཕྱག་པོ་དང་དབུལ་པོ་ལས་མ་འདྲ་བ་ཞིག་མིན་པའི་ཆོར་བ་ཤུགས་ཆེ་བུ་འགོ་
ཞིང་། དེར་བརྟེན་ཉེ་གམ་དུ་ངལ་རྩེལ་བ་ཆོས་རྩམ་སྟོན་ཁོས་སྐོར་བྱས་ན། རང་ཉིད་ཀྱང་ནང་དུ་ཞུགས་ངེས་
ཡིན་པའི་ཆོར་བ་འབྱུང་གི་ཡོད། འོན་ཀྱང་ འདི་ལྟར་རྟུན་མཐུན་གྱི་གང་ཟག་ངོས་རང་ཡང་མགོན་ཁང་དེའི་
ལོངས་སྤྱོད་སྤྱན་རྟོགས་རོལ་མཐུན་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ངོས་གྱིས་ད་དུང་ཁ་གསལ་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་ནི། ངོས་ལ་
མཁྱིག་མའི་ཆུ་ཆོད་གོང་ཆེན་འགའ་ཤས་ཡོད་པའང་བདེན་པ་ཡིན་ཞིང་། ཆུ་ཆོད་དེ་དག་བཙོང་བ་ཡིན་ན།
དབུལ་པོ་ཆོའི་ཆེད་དུ་ཁང་པ་འགའ་ཤས་བཙོ་ཐུབ་པའི་ཆོར་བ་མཚམས་རེར་བྱུང་ཡང་། ངོས་གྱིས་ད་དུང་དེ་
དག་མ་བཙོང་བར་སྟག་ཡོད། དེ་མཚུངས་དཀར་ཟས་ཁོ་ནར་བསྟེན་པ་ཡིན་ན། ངོས་གྱིས་དཔེ་སྟོན་ལེགས་པོ་

ཞིག་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པར་མ་ཟད། ཉེས་མེད་དུ་དེ་འགྲོའི་ཆོ་སྲོག་ཀྱང་སྐྱོབ་ཐུབ་མོད། ད་བར་དུ་ངོས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་
བྱས་མེད། དེར་བརྟེན་ངོས་ཀྱིས་རང་གི་ལྷ་བ་དང་ལག་ལེན་བར་ལ་སྒྲིགས་འགའ་ཞིག་ནས་ཉེ་བཟུང་ཤོར་ཡོད་པ་
ངོས་འཛིན་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ལྟར་ནའང་། མི་ཚང་མས་ཞིང་ལས་དབུལ་ཕོངས་ཀྱི་འཆོ་བ་བསྐྱུལ་ནས་བདག་ཉིད་
ཆེན་པོ་གླུ་རྟེན་ལྷ་བ་ཅག་ས་དགོས་པའི་ལྷ་རྒྱུལ་ཡང་ངོས་རང་ལ་མེད། དེ་འདྲའི་དཀའ་སྤྱད་སྒྲོས་གཏོང་ནི་ལ་
མཚན་ཆེ་ཞིང་ཡིད་སྤོན་འཆར་ས་ཞིག་ཡིན་ཡང་། ངོས་ཀྱིས་བརྗོད་འདོད་པའི་འབོད་ཆོག་ནི་‘ང་ཆོས་གང་ཐུབ་
ཀྱིས་’ཞེས་པ་འདི་ཡིན་ཞིང་། འདི་ནི་མཐའ་གཉིས་སུ་མ་སྤྱང་བ་ཞིག་ཡིན།

ལེབ་བརྒྱ་གསུམ་པ།
འགན་སྲུང་འཕར་མ།

ང་ཚོས་གཞན་ཐམས་ཅད་ལ་སེམས་ཁུར་བྱེད་པའི་སྤྱི་སེམས་བརྟན་པོ་ཞིག་བབྱང་ན། དེས་ང་ཚོའི་
 སྲིད་དོན་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྲིད་ཅུས་ལ་སྒྲོམ་གཞི་ཞིག་འདིང་གི་རེད། འདི་ལྟར་བརྗོད་དོན་ཡང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་
 དཀའ་ངལ་ཐམས་ཅད་གཞན་དོན་དོན་གཉེར་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱི་ལ་སྤྱོད་པའི་དོན་ཞིག་མིན། དེ་ལས་སྤྱི་
 ཞུ། ངོས་རང་གིས་སྒྲིག་པ་པོ་ཚོར་སྤྱི་བྱས་པའི་སྤྱི་རྒྱུ་ཞིག་འདི་འདྲུ་ཤིས་ཆེན་པོ་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་གིས་ང་ཚོའི་ཆབ་
 སྲིད་ལ་སྤྱི་ལ་མ་མ་བྱས་ན། ཆབ་སྲིད་ལ་སོགས་པའི་སྲིད་ཅུས་ཀྱིས་འགོ་བ་མའི་རིགས་སྤྱི་ལ་ཕན་པ་ལས་གཞོད་
 འཆོ་བྱེད་སྲིད་སྟུམ། ང་ཚོས་ད་ལྟ་དང་འབྱུང་འཁྱུར་གཉིས་ཀའི་ཆ་ནས་གཞན་ཐམས་ཅད་ལ་འགན་འཁུར་
 དགོས་ཞིང་། འགན་ཁུར་འདི་ངོས་འཛིན་བྱེད་པ་ལ་ང་ཚོས་ངེས་པར་དུ་ཁ་ཡོད་ལག་ཡོད་ཀྱིས་འབད་བརྩོན་
 བྱེད་དགོས། འབད་བརྩོན་འདི་ནི་ཐ་ན་སྤྱི་རྒྱུ་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་པའི་སྲིད་ཅུས་དང་། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཁེ་ཕན་ལྟ་
 བུ་ཞིག་གིས་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་པའི་སྲིད་ཅུས་ཀྱི་བར་ལ་དངོས་ཡོད་ཀྱི་བྱེད་པར་ཕན་བྱ་ལས་མེད་ཅུང་སྟོང་
 ཡངས་སུ་གཏོང་མི་ཉན།

སྒྲིང་རྩེ་དང་ཤེས་རབ། དག་པ་འཆོལ་སྐྱབ་དང་ནང་སེམས་ཀྱི་སྒྲིག་བྲིམས་བཅས་ཀྱི་ཐད་ལ་ཡོད་པའི་
ངོས་ཀྱི་ལྷ་ཚུལ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་ཁྱབ་ཏུ་ལག་བསྟར་བྱས་ན། འཛམ་སྐྱང་ནི་ཞི་བདེ་དང་བྱམས་སེམས་ཀྱིས་
ཁེངས་པའི་ས་ཆ་ཞིག་ཏུ་རང་ཆས་སུ་འགྱུར་ནའང་། དངོས་ཡོད་གནས་ལྷགས་ལ་བསྟར་ཆོ། ང་ཚོས་གང་ཟག་
མེད་དང་སྤྱི་ཚོགས་གཉིས་ཀའི་གནས་རིམ་ནས་དཀའ་ངལ་རྣམས་སེལ་ཐབས་བྱེད་དགོས་པ་མངོན་གསལ་ཡིན།
གང་ཟག་མེད་སོ་སོས་རང་ཉིད་ཀྱི་མི་དག་པའི་རྟོག་པ་དང་སྤྱོད་ཚུར་ལ་ཁ་གཏད་བྱེད་པའི་འབད་བརྩོན་བྱེད་པ་
དང་། རང་ལ་ཐད་ཀར་འབྲེལ་བ་ཡོད་མེད་ལ་མ་རྟོགས་པར་མི་གཞན་དག་རང་ཉིད་ཀྱི་སྒྲིང་རྩེའི་ཡུལ་ཏུ་བཟུང་ན།
འཛམ་སྐྱང་ལ་ལེགས་སྤྱོདས་ཀྱི་འགྱུར་ཤོག་འབྱུང་གི་རེད།

སྤྱི་ཚུགས་ཀྱི་གནས་ཡིན་ལ་མཚོན་ན། ང་ཚོས་སྤྱི་མཉམས་ཀྱི་སྐོར་ནས་གང་སྒྲིང་བ་རྣམས་གཞིར་བཞག་
ནས་བྱེ་བྲག་ཏུ་བསམ་གཞིག་བྱ་དགོས་པའི་གནད་དོན་ལག་ཅིག་ཡོད་པ་ནི། སློབ་གསོ་དང་། གསར་འགྱུར་
བརྒྱུད་ལམ། རང་བྱུང་གི་ཁོར་ལུག་སྤྱི་དོན་རིག་པ། དཔལ་འབྱོར་རིག་པ། ཞི་བདེ། གོ་མཚོན་བཀག་སྡོམ།
ཚོས་ལུགས་བར་གྱི་མཐུན་འབྲེལ་བཅས་ཡིན། འདི་དག་རེ་རེ་ལའང་ང་ཚོ་འཚོ་གཞིས་བྱེད་སའི་འཛམ་གླིང་
འདིའི་རྣམ་པ་བརྒྱར་པའི་ནང་དུ་བྱེད་ལས་གལ་ཆེན་རེ་ཡོད་པ་དང་། རོས་ཀྱིས་དེ་དག་ལ་རིམ་བཤ་དབྱེད་པ་
མདོར་བསྡུས་ཤིག་བཏང་ན་བསམ་བྱུང་།

ངེས་ཀྱིས་འདིར་སྒྲེང་འདོད་པའི་ལྷ་ཚུལ་ནི། ངེས་རང་སྒྲེང་གྱི་ཡིན་པ་ནས་ཏན་ཏུ་བརྗོད་རྒྱ་ཡིན་ཞིང་།
དེ་བཞིན་བསམ་གཞིགས་བྱ་སའི་ཡུལ་དེ་དག་གི་ཐོག་ལ་ཆེད་ལས་རང་བཞིན་གྱི་གོ་རྟོགས་མེད་མཁན་ཞིག་གི་ལྷ་
ཚུལ་ཡང་ཡིན། དེ་ལྷ་ནའང་། ངེས་ཀྱིས་གང་བཤད་པ་ལ་དགག་པ་རྒྱག་འོས་པར་མཐོང་ན། ཉུང་མཐའ་ཡང་
དེས་སྟོག་པ་པོ་ལ་བསམ་གཞིགས་གི་དུས་ཆོད་ཐུང་ཏུ་ཞིག་སྟེན་ཐུབ་པར་ཤོག ཆོས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རྣམས་དོན་དངོས་

སུ་མིང་རྒྱལ་གྱི་དོ་བོར་རྩེ་ལྷ་ར་བསྐྱར་དགོས་པའི་ཐོག་ལ་ལྷ་ཚུལ་གྱི་བྱང་པར་བྱང་ན་ཏེ་ལས་དགོས་པ་ཞིག་མ་
ཡིན་ཡང་། སྤང་རྩེ་ལྷ་བྱའི་གཞི་ཚུལ་ཆོས་ཀྱི་རིན་ཐང་དང་། སྤང་དོར་གྱི་སྒྲིག་བྲིས་ལ། དགོ་སྤྱད་བཅས་ཀྱི་དགོས་
མཁོ་ནི་ཚུད་སྤང་གི་གཞི་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་མི་སྲིད།

སློབ་གསོ་དང་བརྒྱད་ལམ།

རྒྱ་གར་ནང་བོད་པ་སྐྱབས་བཙལ་བ་ཆོའི་ཆེད་བཅུགས་པའི་སློབ་གྲྭ་ཞིག་ལ་ལྷ་སྐོར་དུ་འགྲོ་བ་དང་།
ཡང་ན་བྱི་རྒྱལ་ཞིག་ཏུ་སློབ་མའི་ཆོགས་ལ་སྤྲད་ཆ་བཤད་པ་གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་། ངོས་ཀྱིས་ལོ་ན་གཞོན་པའི་མི་
ཆོར་ཐུག་པར་དགའ་སྤང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ཁོ་ཆོ་ནི་དྲང་བདེན་དང་ཞི་བདེ་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་དགའ་ཆོར་ཆེ་ཞིང་།
དར་མ་ཆོ་ལས་གཞོན་པ་ཆོར་གྱི་ཡངས་ཆེ་ཞིང་མཁྱེགས་འཛིན་མ་ཡིན་པའི་བསམ་སྒྲོག་གཏོང་སྤངས་ཤིག་འདུག
ང་ཆོ་དར་མ་ཆོས་འགྱུར་ཐོག་ཅིག་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་རྟོགས་ཀྱང་། དོན་དངོས་སུ་ལག་བསྐྱར་བྱེད་པ་ནི་ཐེ་
ཆོམ་མེད་པར་དཀའ་ཆོགས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཏུ་མཐོང་གི་ཡོད། ན་གཞོན་རྣམས་ལ་ཐུག་འཕྲད་བྱེད་པ་འདིས་བྱིས་པ་
རྣམས་ཀྱིས་འགྲོ་བ་མའི་རིགས་ཀྱི་རྩ་ཆེ་བའི་ཐོན་ཁུངས་ཤིག་གྲུབ་ཡོད་པ་རང་ཉིད་ལ་དཔྱད་སྐྱུལ་གཏོང་བ་དང་།
ཁོ་ཆོའི་སྤང་དོར་སྐོར་གྱི་ལྷ་ཚུལ་ནི་གཙོ་བོ་སོ་སོའི་འཆར་ལོངས་བྱེད་སྤངས་ལ་རག་ལས་ཡོད་ལྟ་བུ། ང་ཆོས་
འགན་ཁུར་དང་ཐུན་པའི་སློ་ནས་ཁོ་ཆོ་ལ་སློབ་གསོ་སྤྱད་རྒྱ་ནི་མེད་དུ་མི་བྱང་བ་ཞིག་ཡིན།

འགྲོ་བ་མའི་སློ་ནི་དཀའ་རྟོག་པལ་ཆེ་བའི་འབྱུང་ཁུངས་ཤིག་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལེགས་པར་བཀོད་འདོམས་
བྱས་ན། དཀའ་རྟོག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སེལ་ཐབས་ཀྱང་རང་བཞིན་གྱིས་ཆགས་ཡོད། སློབ་སྦྱང་ལག་བོ་ཞིག་ཐོབ་
ཀྱང་སེམས་བཟང་པོ་ཞིག་མེད་ན། ངོམས་པ་མེད་པའི་འདོད་སྤྱད་ལས་བྱུང་བའི་དངངས་འཛབ་དང་འཇིགས་
སྤང་གི་དབང་དུ་འགྲོ་བའི་ཉེན་ལ་ཆེ། འདིའི་རྒྱ་མཚན་ནི་བྱི་དངོས་པོའི་གོ་རྟོགས་དེ་ལྷ་བྱ་ནི། ཉོན་མོངས་པའི་
འབྱུང་ཁུངས་ཤིག་ཏུ་འགྱུར་སྐྱབས་པའི་ན། དེ་ལས་ཐོག་སྤྱོད་ཆོས་ཀྱི་རིན་ཐང་རྣམས་རྟོགས་པའི་གོ་རྟོགས་ཀྱིས་ཞི་
བདེ་བསྐྱུན་པ་དང་། གལ་ཏེ་ང་ཆོས་སྤང་རྩེ་དང་བལ་བའི་ཤེས་ཡོན་གཙོ་བོར་བཟུང་ནས་སོ་སོའི་བྱ་གྱི་སྤྱད་སྤྱིང་
བྱས་ན། ཁོ་ཆོས་རང་ལས་མཐོ་བ་ཆོར་ཕྱག་དོག་དང་། རང་དང་མཉམ་པ་ཆོར་འཁོན་འཛིན་གྱི་འགྲམ་སེམས།
རང་ལས་དམའ་བ་ཆོར་མཐོང་རྒྱུ་སོགས་ཀྱི་སེམས་ཆོར་འདྲེས་མ་ཞིག་པལ་ཆེར་འཛིན་མི་སྲིད། ཉོན་མོངས་
པའི་བསམ་སྒྲོག་འདི་འདྲས་འདོད་སྤྱད་དང་། སྒྲོམ་སེམས། རང་ཆོད་མི་ཟེན་པ་སོགས་ལ་འབྱུང་རྒྱུན་བྱས་ནས་
བདེ་བ་བསྐྱུག་པར་བྱེད་ལ། ཤེས་ཡོན་ནི་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་ཡང་། དེ་ལས་ཀྱང་གལ་ཆེ་བ་ནི་ཤེས་ཡོན་དེ་གང་
གི་ཕྱོགས་སུ་བཀོལ་སྤྱད་བྱེད་མིན་འདི་ཡིན་པ་དང་། འདི་ནི་ཤེས་ཡོན་བཀོལ་སྤྱད་བྱེད་མཁན་གྱི་སེམས་ལ་རག་
ལས་ཡོད།

སློབ་གསོ་ནི་དམིགས་འདུན་དོག་མོ་རྣམས་སྐྱབས་ཐབས་ཀྱི་ལག་རྩལ་དང་། ཤེས་ཡོན་བརྒྱད་སྤྱད་བྱེད་
པའི་གནད་དོན་ཅི་མ་ཡིན་པར། སྤྱ་སྤྱ་ལ་གཞན་གྱི་ཐོབ་ཐང་དང་དགོས་མཁོའི་ཕྱོགས་སུ་མིག་རྒྱ་བསྐྱེད་དུ་
འཇུག་པའང་ཤེས་ཡོན་སློབ་གསོའི་ཆ་ཤས་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་དགོས། ང་ཆོས་སྤྱ་གྱི་ཆོར་སོ་སོའི་བྱ་སྤྱད་ལ་ཀུན་
བྱུང་གྱི་ཆ་ཞིག་ཡོད་པ་ངས་པར་དུ་སྟོན་དགོས་ཤིང་། ཁོ་ཆོར་ལྷན་སྐྱེས་སུ་ཡོད་པའི་གདུང་སེམས་མཉམ་བསྐྱེད་
ཀྱི་ཆོར་ཤེས་དེ་གཞི་རྒྱ་བཞག་ནས་ཤེས་ཡོན་གྱི་ཁང་བརྟེན་བཞེངས་པའི་ཐབས་ཤིག་ང་ཆོས་བཙལ་དགོས་ཀྱི་

ལྷ་གྲུ་ཚཱོས་པ་བར་སྤྱོད་གྱི་སྒྲོར་ལ་ཅི་ཞིག་སྤྱོད་པ་དེ་ཐོག་མར་ལག་ལེན་བྱེད་དུ་འབྲུག་དགོས་པ་ནི་བརྗོད་
མི་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་ཁིང་། འདིའི་ཐད་ལ་དགེ་མཉན་ཚཱོར་དམིགས་བསལ་གྱི་འགན་ཁུར་ཞིག་ཡོད། ཁོ་ཚཱོས་རང་

ཉིད་ཀྱི་སྤྱོད་པ་བརྒྱུད་ནས་སྤྱ་གྲུ་ཚོར་སོ་སོའི་མི་ཚོ་ཕྱི་ལ་པོར་བཟང་སྤྱོད་དེ་དག་བརྗེད་དུ་མི་འཇུག་པར་བྱེད་
དགོས། དག་གཞན་རང་ཉིད་ཀྱི་སྤྱོད་ལམ་ལ་རྩ་འཛིན་དང་སྒྲིག་སྒྲིམས་ལྡན་ཞིང་སྤྱིར་རྗེ་ཅན་ཡིན་ན། དེའི་རིན་
ཐང་ནི་སྤྱ་གྲུའི་སྒོ་ལ་བརྟན་པོར་འཇགས་པ་དང་། དེ་ཡང་དག་གཞན་ཚོས་ཀྱན་སྤོང་བཟང་པོ་ཞིག་གི་སྒོ་ནས་
བསྐབས་པའི་སྤོང་ཚན་ནི་སྤོང་མ་ཚོའི་སེམས་གཏིང་དུ་འཇགས་སྤྱུང་གི་ཡོད། འདི་ནི་ངོས་རང་གི་ཉམས་སྤྱོད་
ཞིག་ཡིན་ཏེ། བྱིས་པ་ཡིན་དུས་ངོས་ནི་ལེ་ལོ་ཅན་ཞིག་ཡིན་ཡང་། རང་གི་ཡོངས་འཛིན་ཚོའི་སྤྱགས་ཁུར་དང་
བྱམས་སེམས་མཐོང་བའི་སྐབས། ཁོང་ཚོས་གང་ཞིག་བསྐབས་གནང་བ་དེའང་རང་གི་སེམས་སྤྱད་ཀྱང་ཚོགས་
མེད་པར་འཇགས་གི་ཡོད། ཁོང་ཚོའི་ནང་གི་གཅིག་ཁོང་སྒོ་ལངས་པ་ལྟ་བུའི་སྐབས་སྤྱད་ལྟར་བྱུང་མེད།

སྤོང་གསའི་སྒྲིག་གཞིའི་ཆ་ཤས་བྱེ་བྲག་པ་སོ་སོར་མཚོན་ན། ཚེད་ལས་མཐས་པ་ཞིག་གི་ཉམས་ཞིབ་ཀྱི་
ཡུལ་ཡིན་པས། ངོས་ཀྱིས་འདྲིར་བསམ་ཚུལ་འགའ་ལས་བརྗེད་རྒྱ་མིན། དང་པོ་འགྲོ་བ་མའི་གཞི་རྒྱའི་རིན་ཐང་
གི་གལ་ཆའི་རང་བཞིན་དེ་སྤོང་མ་ཚོས་རྟོགས་པར་བྱེད་པར། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་དཀའ་རྒྱུ་ནམས་སྤོང་དོར་གི་གནད་
དོན་དང་། ཡང་ན་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་གནད་དོན་ཅིམ་གྱི་ངོ་བོ་ནས་བརྗེད་ན་མི་ལགས་ཤིང་། དེ་དག་ནི་ང་ཚོའི་
འབྲུང་འབྱུར་གྱི་གསོན་གནས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་སྤོང་མ་ཚོར་ནན་པོར་བརྗེད་རྒྱ་གལ་ཆེན་ཡིན།
འདི་ལྟར་བྱས་ན་སྤོང་མ་ཚོས་འགྲོ་བ་མའི་རིགས་ཀྱི་འབྲུང་འབྱུར་ནི་སོ་སོའི་ལག་པའི་ནང་དུ་ཡོད་པ་རྟོགས་རྒྱ་
རེད། གཉིས་པ་བཟོ་སྤྱོད་ནི་འཛིན་གྲུའི་ནང་དུ་བྱིད་སྤོང་པར་མ་ཟད། འབྲིད་དགོས་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་ཞིང་།
སྤོང་མ་ཚོར་ཚིང་རྟོག་གི་གནད་དོན་ཞིག་བརྗེད་དེ། ཁོ་ཚོས་དེའི་སྒྲོལ་ལ་བཟོ་སྤྱོད་བྱེད་དུ་འཇུག་པ་ནི། ཚིང་
རྟོག་གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་འཚོ་མེད་ཞི་བའི་ལམ་ནས་བསྐྱམ་དགོས་པའི་རྩ་ཚུལ་ལ་ངོ་སྤྱོད་ལགས་པར་བྱེད་ཐབས་
ཤིག་ཡིན། སྤོང་གྲ་ཁག་གིས་བཟོ་སྤྱོད་ནི་གཅིགས་ཆེན་དུ་བཟུང་ན། དེས་བྱིས་ཆང་གི་འཚོ་བའི་ཐོག་ལའང་
ལགས་སྤྱགས་ནས་ཤུགས་སྤྱོད་ཐེབས་སྤོང་སྒྲུལ། བཟོ་སྤྱོད་གི་རིན་ཐང་ཤས་པའི་སྤྱ་གྲུ་ཞིག་གིས་སོ་སོའི་པ་མ་
གཉིས་ཀྱིས་ཁ་ཚིང་རྒྱག་གི་ཡོད་པ་མཐོང་ན། མ་རེད། འདི་ལྟར་བྱེད་མི་དགོས། བྱིད་གཉིས་ཀྱིས་པན་ཚུན་ལ་
སྤྱད་ཆ་བཤད་ནས་གོས་བསྐྱར་གྱི་ལམ་ནས་དོན་དག་ཐག་གཅོད་བྱེད་ཆོག་ཅེས་སོ་སོའི་པ་མ་ལ་སྐུལ་མ་གཏོང་གི་
རེད།

མཐའ་མར་ང་ཚོས་སྤོང་གྲུའི་སྤོང་ཚན་གྱི་སྒྲིག་གཞིའི་ནང་དུ་གཞན་ཚོ་ངན་སྤྱགས་ནས་སྤོང་བའི་སྤྱོད་
གཞི་གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་ངོས་པར་དུ་མེད་པར་གཏོང་དགོས། ལོ་རྒྱུས་བྱིད་པ་ལྟ་བུར་མཚོན་ན། རྒྱལ་ཁབ་གཞན་
དང་མི་རིགས་གཞན་ལ་འཁོན་སེམས་དང་། རང་ལྷགས་མཁྲེགས་འཛིན་དང་མི་རིགས་དབྱེ་འབྱེད་སྤྱོད་འབྲུང་
གི་ཡོད་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ནི་འཛམ་གླིང་སྤོང་དུ་ཡོད་པེས་རེད། འདི་ནི་མི་ལགས་པ་ཞིག་ཡིན་ལ། འགྲོ་བ་མའི་
རིགས་ཀྱི་སྤྱོད་བདེ་སྤྱོད་ལ་པན་ཅི་ཡང་མི་ཐོགས་པ་དང་། བྱིད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་དང་ང་ཡི་རྒྱལ་ཁབ། བྱིད་ཀྱི་ཚོས་
ལྷགས་དང་ང་ཡི་ཚོས་ལྷགས་ལྟ་བུའི་བར་གྱི་བྱིད་པར་ནི་གཙོ་གནད་ཅིག་མ་ཡིན་པར། བསམ་གཞིག་པལ་བའི་
ཁོངས་སྤྱད་གཏོགས་པ་ང་ཚོས་སྤྱ་གྲུ་ཚོར་ལྟར་ལས་ལྟག་ཅིག་སྤོང་སྤོང་བྱེད་དགོས། འཐེན་འབྱེད་དེ་དག་དོར་ནས་ང་
ཚོས་སོ་སོའི་བདེ་སྤྱོད་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་དང་གཞན་གྱི་བདེ་སྤྱོད་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་གཉིས་ནི། སྤྱི་ཚོད་དོ་མཉམ་པའི་གོ་
རྟོགས་ཤིག་ངོས་པར་དུ་སྤེལ་དགོས། འདི་ལྟར་བརྗེད་པ་ནི། ང་ཚོས་སྤྱ་གྲུ་ཚོར་སྤོང་གསོ་སྤྱོད་ནས་སོ་སོ་སྤྱོད་སའི་
རིག་གཞན་དང་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་སྤོང་རྒྱུན་འདྲིར་དུ་འཇུག་དགོས་པའི་དོན་ཞིག་མིན། དེ་ལས་སྤྱོད་སྤྱོད། འདི་དག་ཆུང་
གཞི་རུ་འཛིན་པ་ནི་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། སྤྱ་གྲུ་ཚོས་སོ་སོའི་རྒྱལ་ཁབ་དང་། ཚོས་ལྷགས། རིག་གཞན་སྤྱོད་སྤྱོད་

ལ་དུང་བ་བྱེད་པ་ནི་ལེགས་ཀྱང་། དུང་སེམས་འདི་ནི་གུ་དོག་པོའི་རྒྱལ་གཅེས་རིང་ལུགས་དང་། མི་རིགས་རིང་ལུགས། ཆོས་ལུགས་ཀྱི་འཐེན་འཁྱེར་སོགས་ཀྱི་ངོ་བོར་འགྱུར་བའི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་དང་ཆོས་དེས་པར་དུ་རྟོགས་དགོས། བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་སྟན་ཆེ་ནི་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་དཔེ་མཆོན་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། རུབ་ཕྱོགས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་ཏེ་ཅང་ཆད་མཐོ་བོ་ཞིག་ཡོད་ཅུང་། ཁོང་ནི་རྒྱ་གར་གྱི་རིག་གཞུང་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའི་ཤུལ་འོར་དང་ནམ་ཡང་ཁ་བྲལ་མེད།

ཞི་བདེ་ལྷན་ཞིང་། ལྷན་ལས་ཟེ་ལེགས་ཡིན་པའི་འཛམ་གླིང་ཞིག་བསྐྱེད་པའི་དཀོན་མཆོད་སྟེག་གི་ནང་། གལ་སྲིད་དཀོན་ལག་ཏུ་སྟོན་པའི་རྒྱས་ཤུགས་ཆེ་ཤོས་ཀྱི་གོ་མཆོན་གཅིག་སྟོབ་གསོ་ཡིན་ན། རྒྱ་བྱུང་གི་གསར་འགྱུར་བརྒྱུད་ལམ་ནི་དེ་འདྲའི་གོ་མཆོན་གཞན་ཞིག་རེད། སྲིད་དོན་གྱི་མི་སྣ་སུ་ཞིག་ཡིན་ཡང་ཁོ་ཆོས་རང་ཉིད་ནི་སྟོན་ཆོགས་ཀྱི་ནང་དུ་དབང་ཤུགས་ཡོད་མཁན་གཅིག་པུ་དེ་མིན་པ་རྟོགས་ཀྱི་ཡོད། གསར་ཤོག་དང་དཔེ་དབུ་ཅམ་དུ་མ་ཟད། སྟོག་འཕྲིན་དང་། བརྟན་འཕྲིན། སྟོག་བརྟན་སོགས་ལའང་གང་ཟག་སྒྲེར་སོ་སོའི་སྟོག་ལ་ཤུགས་རྒྱུན་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི། ལོ་ངོ་བརྒྱ་ཕྱག་གཅིག་གི་སྟོན་གྱི་བསམ་ཡུལ་ལས་འདས་པ་ཞིག་རེད། དབང་ཤུགས་དེས་བརྒྱུད་ལམ་གྱི་བྱུང་ཁོར་སུ་ལས་ཀ་བྱེད་མཁན་ཆོར་འགན་ཁུར་ཆེན་པོ་ཞིག་སྟོན་ཡོད་པར་མ་ཟད། བརྒྱུད་ལམ་སྟོན་མཁན་དཀོན་པའི་ལའང་འགན་ཁུར་ཆེན་པོ་རེ་སྟོན་ཀྱི་ཡོད། དཀོན་པའི་འོས་འགན་དང་བྱེད་ལས་ཤིག་ཡོད་པ་དང་། དཀོན་པའི་བརྒྱུད་ལམ་གྱི་མདུན་དུ་རྒྱས་ཤུགས་མེད་མཁན་ཞིག་མིན་ཏེ། མ་མཐའ་ཡང་ཁ་ལོ་སྐྱར་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུད་འཛིན་ནི་དཀོན་པའི་ལག་ཏུ་ཡོད།

འདི་ནི་ཆོར་བའི་མངར་སྐྱར་མེད་པའི་ལམ་ནས་གནས་ཚུལ་སྟོག་པ་དང་། ཡང་ན་དགའ་སྟོ་ཆགས་ལྷང་བྲལ་བའི་སྟོག་བརྟན་སོགས་སྟོན་དགོས་པའི་དོན་ཞིག་མིན། དེ་ལས་སྟོག་སྟེ། ངོས་ཀྱིས་རྟོག་ཞིབ་ཀྱི་གསར་འགོད་ལས་རིགས་ཀྱི་ཁོངས་སུ་འབྱུང་གི་ཡོད་པའི་བརྒྱུད་ལམ་གྱི་ཐེ་གཏོགས་ལ་ཡི་རང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། གཞུང་གི་ལས་བྱེད་པ་ཆང་མས་སོ་སོའི་འགན་ཐམས་ཅད་དུང་བོར་མི་སྐྱབ་པ་དང་། དེར་བརྟེན་གསར་འགོད་པ་ཆོས་སོ་སོའི་སྣ་ནི་སྤང་ཆེན་གྱི་སྣ་ཞགས་ལྷར་གས་གང་དུ་བསྐངས་ནས་ཉེས་སྟོན་ཕྱིར་འདོན་བྱེད་དགོས་པ་ཚུལ་མཐུན་ཡིན། དཀོན་པའི་མཆོན་སྟན་ཆེ་བའི་མི་ཆོར་ཕྱིའི་བརྗེད་ཉམས་ཀྱི་རྒྱབ་ཏུ་སྐས་པའི་ནམ་པ་གཞན་ཞིག་ཡོད་མེད་ཤེས་དགོས་ཤིང་། གང་ཟག་འདི་ལྟ་བུའི་ཕྱིའི་ནམ་པ་དང་ནང་གི་འཆོ་བ་གཉིས་ཀྱི་བར་ལ་བྱུང་པར་ཡོད་མི་ཅུང་བ་དང་། མ་གཞི་མི་ནི་གཅིག་རེད། བྱུང་པར་དེ་འདྲ་ཡོད་ན་ཁོ་ཆོན་དཀོན་སྟོན་གཏོད་བྱེད་ས་ཞིག་ཆགས་མེད། འོན་ཀྱང་། དེ་དང་ཆབས་ཅིག་རྟོག་ཞིབ་ཀྱི་གསར་འགོད་པ་ཆོས་ཀྱན་སྤྲོད་དུ་པ་ཞིག་བཟུང་ནས་ཉེས་སྟོན་མི་འཆོལ་རྒྱ་ནི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་ལ། ཕྱོགས་རིས་བྱས་ནས་གཞན་གྱི་སྟོབ་ཐང་ལ་བརྟེ་འཛིག་མ་བྱས་ན། རྟོག་ཞིབ་ཀྱི་གསར་འགོད་ལའང་ལྷད་ཞུགས་རྒྱ་རེད།

བརྒྱུད་ལམ་གྱིས་དག་སྟོན་དང་འབྲིག་སྟོན་གཙོ་བོར་འཛིན་ཀྱི་ཡོད་པའི་གནད་དོན་ལ་མཆོན་ན། དཀོན་པའི་བསམ་གཞིག་བྱ་དགོས་པའི་ཡུལ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད། ཐོག་མར་ལྷ་མཁན་མང་ཆོགས་ཀྱིས་ལྷད་མོ་འདྲིའི་རིགས་ཀྱིས་སྤྲོད་པའི་ཆོར་བ་ལ་དགའ་སྐྱང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་གསལ་བོ་ཡིན་ཞིང་། གཉིས་པ་མངོན་གསལ་དོད་པོའི་འབྲིག་སྟོན་དང་དག་སྟོན་ཡོད་པའི་ལྷད་མོ་འདྲིའི་རིགས་བཟོ་མཁན་ཆོར་འཆོ་བ་བྱེད་པའི་སེམས་པ་ཞིག་པལ་ཆེར་མེད་པ་དང་། ཁོ་ཆོན་ཀྱན་སྤྲོད་ནི་ཆོང་ལས་ཅམ་ཡིན་གྱི་རེད། ལྷད་མོ་འདྲིའི་རིགས་རང་ངོས་ནས་ཡག་སྟུག་གང་ཞིག་ཡིན་མིན་དེ་ནི། དགོ་བ་ཡིན་པའི་ཤུགས་རྒྱུན་ཞིག་དེ་ཆོར་ཡོད་མེད་ཀྱི་གནད་དོན་ལས་གལ་

ཕྱང་ཞིག་ཡིན་པར་སྒྲུལ། གལ་ཏེ་དྲག་སྤྱོད་མང་པོ་ཡོད་པའི་སློབ་བརྟན་ཞིག་ལ་བལྟས་ནས་ལྷ་མཁན་རང་ཉིད་
ཀྱི་རྒྱུད་ལ་སྤྱོད་རྗེས་སྤྱོད་བཞིན་ན། དྲག་སྤྱོད་བཟན་པ་དེ་ནི་འགྲིག་པ་ཞིག་ཡིན་ཡང་། དྲག་སྤྱོད་ཀྱི་སློབ་བརྟན་
མང་པོར་བལྟས་པའི་རྒྱུ་ཁྱེད་སྤྱོད་ཀྱི་ཆོར་བ་སྤྱོད་བཞིན་ན་མི་འགྲིག་པ་དང་། སེམས་པ་དེ་ལྷར་མཐེགས་
པོར་གྱུར་ན་ཉེན་ཁ་ཆེ་ཞིང་། གཏུང་སེམས་མཉམ་བསྐྱེད་ཀྱི་ཆོར་ཤེས་དེ་བརྟག་རྒྱ་རེད།

བརྒྱུད་ལམ་གྱིས་འགོ་བ་མའི་རིགས་ཀྱི་མི་ལེགས་པའི་ཆ་རྒྱུས་གཙོ་བོར་བཟུང་བ་མང་དྲགས་ན། དྲག་
སྤྱོད་དང་གཏུག་རྒྱུ་ལ་འགོ་བ་མའི་རིགས་ཀྱི་གཤེས་ཀྱི་གཙོ་བོ་ཞིག་ཡིན་པའི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་རྒྱ་རེད། རོས་ཀྱི་
ལྷ་ཚུལ་ལ། འདུ་ཤེས་དེ་ནི་ནོར་འཁྲལ་ཞིག་ཡིན། དྲག་སྤྱོད་གསར་འགྱུར་དུ་བཅིས་པ་འདིས་འདུ་ཤེས་དེའི་ཚྭ་
སྒྲིགས་བདེན་པ་ཡིན་པར་སྟོན་ཀྱི་ཡོད། གསར་འགྱུར་ལེགས་པ་ནི་མང་དྲགས་པས་གསར་འགྱུར་ཞིག་ཏུ་མི་
འགྱུར་བ་དང་། དུས་ཚོད་གང་རུང་ཞིག་གི་ནང་དུ་འང་འཛམ་གླིང་གང་སར་བྱམས་སེམས་ཆེ་བའི་བྱ་སྤྱོད་ས་ཡ་
བརྒྱ་ཕྱག་མང་པོ་འབྱུང་གི་ཡོད་པར་སོམས་དང་། དེ་དང་དུས་མཉམ་དུ་དྲག་སྤྱོད་ཀྱང་མང་པོ་ཞིག་འབྱུང་གི་
ཡོད་པ་སྤྱི་མི་དགོས་ནའང་། བྱ་སྤྱོད་དེ་གཉིས་ཀྱི་གངས་ཀྱི་ལ་ཁྱད་པར་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད། དེའི་ཕྱིར་བརྒྱུད་ལམ་
ལ་སྤྱོད་དོར་གྱི་འགན་ཁུར་ཞིག་ཡོད་དགོས་ན། བདེན་པ་དགྲུས་མ་འདི་ལ་བསམ་གཞིག་བྱེད་དགོས།

བརྒྱུད་ལམ་ལ་སྤྱངས་འཛིན་བྱེད་དགོས་པ་མངོན་གསལ་ཡིན་ཞིང་། ས་མ་ཆོས་སོ་སོའི་ཕྱ་གྲུ་ལ་སྤྱད་མོ་
ལ་ཤས་བཟུ་བྱ་འཇུག་གི་མེད་པ་ནི། ང་ཆོས་གནས་སྤངས་དང་བསྐྱུན་ནས་ལེགས་ཉེས་ཀྱི་ཁྱད་པར་འབྱེད་བཞིན་
པའི་དྲགས་མཚན་ཞིག་ཡིན་མོད། བྱམས་ལུགས་ཀྱི་རོས་ནས་སྤངས་འཛིན་དེ་ལྷ་བྱ་དགོས་མིན་ཐག་གཅོད་རྒྱ་
ལས་སྤྱོད་པོ་མིན་ཞིང་། སྤྱོད་དོར་གྱི་གནད་དོན་གཞན་དག་དང་འདྲ་བར། སྤྱི་གྲིམས་ནི་རང་དོས་ནས་ཡོང་ན་
ཕན་ལུས་ཆེན་པོ་ཡོད། གཅིག་བྱས་ན། བརྒྱུད་ལམ་སྤྱོད་ཆོག་གིས་ང་ཆོར་བའི་རྒྱ་ཆ་རྒྱུས་བཟང་པོ་ཡིན་
པའི་ཁག་ཐེག་བྱེད་སྤངས་ལེགས་ཤོས་ནི། ཕྱ་གྲུ་ཆོར་སྤྱོད་གསོ་སྤྱོད་པའི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་དུ་ཡོད་དེ། ང་ཆོས་ཁོ་
ཆོར་སྤྱོད་གསོ་སྤྱོད་ནས་སོ་སོའི་འགན་ཁུར་ཤེས་པར་བྱས་ན། ཁོ་ཆོ་བརྒྱུད་ལམ་གྱི་ལས་རིགས་སུ་ཞུགས་སྐབས་
སྤྱོད་དོར་གྱི་སྤྱི་གྲིམས་ཤིག་རང་ཤུགས་སུ་འབྱུང་གི་རེད།

བརྒྱུད་ལམ་ཁག་གིས་སྤྱོད་རྗེས་ཆ་དོན་དང་སྟོན་སེམས་གོང་འཕེལ་དུ་གཏོང་བའི་རེ་བ་བཟུང་ན་ཕལ་
ཆེར་མང་དྲགས་ཡོད་ཅུང་། བརྒྱུད་ལམ་གྱི་ལས་རིགས་སུ་ཞུགས་པའི་མི་ཆོས་མ་མཐའ་ཡང་སོ་སོའི་ལས་གཞི་ལ་
ཤུགས་རྒྱུན་དུ་བཞུགས་པ་ཞིག་ཡོད་མིན་པར་མཐོང་སྐབས་གཟུབ་ནན་བྱེད་པའི་རེ་བ་ང་ཆོས་བཟུང་ཆོག་ བརྒྱུད་ལམ་
དུ་མི་རིགས་དབྱེ་འབྱེད་ཀྱི་དྲག་སྤྱོད་ལྷ་བྱའི་མི་དགེ་བའི་བྱ་སྤྱོད་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་བྱེད་པའི་རྒྱ་ཆ་ཡོད་མི་ཅུང་བ་
དང་། འདིའི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཅི་ཞིག་དགོས་མིན་རོས་ཀྱིས་བརྗོད་མི་ཐུབ་ཅིང་། གཅིག་བྱས་ན། ང་ཆོས་སློབ་བརྟན་
དང་གསར་འགྱུར་གྱི་རྒྱ་ཆ་སྤྱོད་མཁན་གྱི་མི་དང་། ལྷ་མཁན། ཉན་མཁན། སློབ་མཁན་སོགས་ལ་ཐད་ཀར་
འབྲེལ་བ་བྱེད་ཐབས་ཤིག་ཆེད་མིད།

རང་བྱུང་གི་འཛམ་གླིང་།

སྤྱོད་གསོ་དང་བརྒྱུད་ལམ་གཉིས་ཀར་འོས་འགན་ཁྱད་པར་བ་ཞིག་ཡོད་ན། དེ་ནི་རང་བྱུང་གི་ཁོར་ཕུག་
གི་ཐོག་ལ་ཡོད་དགོས་པར་སྒྲུལ། འོས་འགན་འདི་ནི་འགོ་བ་མའི་རིགས་ཀྱི་གསོན་གནས་ལ་འབྲེལ་བ་གཙོ་བོ་

ཡོད་པ་ལས། ལེགས་ཉེས་དགེ་ཐུག་གི་གནད་དོན་དང་འབྲེལ་བ་དེ་ཙམ་མེད། རང་བྱུང་གི་འཇམ་སྒྲིང་ནི་ང་ཚོའི་
བྱིས་གཞི་ཡིན་ཞིང་། གནས་བྱིན་སྒྲུབས་ཅན་དང་འགངས་ཆེན་ཞིག་ཡིན་དགོས་པའི་ངེས་པ་མེད་པ་དང་། དེ་ནི་
ང་ཚོ་འཆོས་ཙམ་ཡིན། དེའི་ཕྱིར་རང་བྱུང་གི་འཇམ་སྒྲིང་ལ་བདག་སྤྱོད་བྱེད་པ་ནི་ང་ཚོ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཁེ་ཕན་
ཡིན་ཞིང་། འདི་ནི་རྒྱན་འཇགས་ཀྱི་གོ་ཤེས་ཤིག་ཡིན། ཉེ་ཆར་ང་ཚོའི་མི་འབོར་དང་། ཚན་རིག་དང་འཕུལ་
ལས་ཀྱི་རྒྱས་སྒྲོབས་གཉིས་ཆེ་བུ་སོང་ནས་རང་བྱུང་ཁམས་ལ་ཐད་ཀར་ཤྲགས་རྒྱན་ཐེབས་སྟབས་ཀྱི་ཡོད། ཚིག་
གཞན་ཞིག་གིས་བརྗོད་ན། ད་ལྟ་བར་དུ་སྤྱོད་ཀྱི་འཛིན་མས་ང་ཚོའི་བྱིས་ཚང་གི་ར་ལང་ཆ་ལང་གི་གོམས་གཤིས་
རྣམས་ལ་བཟོད་བསྐྱོད་བྱེད་སྟབས་ཡོད་ཀྱང་། ད་ནི་ཁོ་མོས་ང་ཚོའི་བྱ་སྤྱོད་རྣམས་ཁྱ་སེམ་པོར་ངོས་ལེན་བྱེད་མི་
སྟབས་པའི་དུས་སྐབས་སུ་སྒྲེབས་འདུག ཁོར་ཡུག་ཉམས་ཆག་ལས་བྱུང་བའི་དཀའ་རྒྱུ་ནི་འགན་མ་ཁུར་བའི་ང་
ཚོའི་བྱ་སྤྱོད་ལ་འཛིན་མས་བྱིན་པའི་ཡ་ལན་ཞིག་ཡིན་པར་བསམ་ཆོག་པ་དང་། འཛིན་མས་ཐ་ན་ཁོ་མོའི་བཟོད་
བསྐྱོད་ཡངས་པོ་ལའང་ཆད་བཀག་ཅིག་ཡོད་པའི་ཉེན་བརྟུན་གཏོང་གི་ཡོད།

ཁོར་ཡུག་དང་འབྲེལ་སྒྲུངས་ཀྱི་ཆ་ནས་ང་ཚོས་རང་ཉིད་ལ་ཆོད་འཛིན་བྱེད་མ་སྟབས་པའི་མཁུག་འབྲས་
ནི། ད་ལྟའི་བོད་དུ་གསལ་པོ་ཡིན་པ་ཞིག་གཞན་གང་ནའང་མཐོང་དཀའ་བ་དང་། ང་རང་བྱིས་པ་ཡིན་དུས་ཀྱི་
བོད་ནི་རི་སྒྲེས་སྟོག་ཆགས་ཀྱི་ལྷ་ཡུལ་ལྟ་བུ་ཡིན་པར་བཤད་ན་འཁྱོག་བརྗོད་ཅིག་མིན་ཞིང་། དེའི་སྐོར་ལ་དུས་
རབས་འདིའི་མགོ་སྟོད་དུ་བོད་ལ་འགོ་སྟོང་མཐན་གྱི་འགྲུལ་བ་ཆང་མས་འགྲུལ་བརྗོད་བྱས་ཡོད། ལོ་རྟག་མི་སྒྲེ་
བའི་ཡུལ་ལྱང་དུ་མ་གཏོགས་རི་དྲགས་གཤོར་བ་མི་བྱེད་པ་དང་། དོན་དངོས་སུ་བརྗོད་ན། མིང་གཞུང་གི་ལས་
བྱེད་པ་ཆོས་ལོ་རེར་རི་སྒྲེས་སྟོག་ཆགས་སུང་སྒྲོབ་བྱེད་དགོས་པའི་བཀའ་བྱུང་ཏེ། མི་ཆེ་ཆུང་སུ་ཞིག་གིས་ཀྱང་རི་
སྒྲུང་ཆུ་སྒྲུང་གི་སྟོག་ཆགས་ལ་འཆོ་བ་དང་གཏུག་རྒྱབ་བྱེད་མི་ཆོག་པར་སྒྲོག་པ་ནི་གོམས་སྟོལ་ཞིག་ཏུ་སྒྱུར་ཡོད།
ཡིན་ཡང་། ཅི་ཅི་དང་སྤྱང་གི་གཉེས་བཀའ་བྱུང་གི་སྤྱང་སྒྲོབ་དེའི་འོག་ཏུ་ཆོད་ཀྱི་མེད།

ངོས་རང་ན་གཞོན་ཡིན་དུས་ལྷ་སའི་བྱི་རོལ་ཏུ་འགོ་སྐབས། སྟོག་ཆགས་ཀྱི་རིགས་སྒྲ་ཆོགས་མཐོང་རྒྱ་
ཡོད་པ་དང་། ངོས་རང་ལོ་བཞིའི་ཐོག་གཞུང་འབྲེལ་གྱིས་ཏཱ་ལའི་སླ་མའི་ཡང་མིང་སྤྱི་དུ་ངོས་འཛིན་བྱེད་སྐབས།
རང་ཉིད་སྒྲིས་ས་བོད་ཀྱི་ཤར་ཕྱོགས་སྟག་མཆོར་ནས་ལྷ་སའི་བར་ལ་སླ་བ་གསུམ་རིང་བསྐྱོད་པའི་དུན་འཛིན་
གཙོ་བོ་ནི། ལམ་བར་དུ་རི་སྒྲེས་སྟོག་ཆགས་སྒྲ་ཆོགས་ལ་ང་ཚོ་སྟག་པ་འདི་ཡིན་ཞིང་། རྒྱང་དང་འབྲོང་གི་ཁྱ་
ཆོགས་ཆེན་པོ་ཡངས་པའི་རྒྱ་ཐང་དུ་བྱུང་བ་དང་། མཆོམས་རེར་དགོ་བ་དང་། ཤ་བ། གཙོད་སྟགས་ཀྱི་ཁྱ་ཆོགས་
འོད་ལྷམ་ལྷམ་དུ་འགོ་ཞིང་། ད་དུང་རྒྱ་ཐང་ཉིང་དུ་ཆེད་འཛོལ་དགའ་བའི་ཨ་བྲ་དང་། རི་རྩེར་ཆགས་པའི་
དགོན་པའི་ཡང་རྩེ་བུ་འཕུར་ཞིང་བརྗོད་ཉམས་ཆེ་བའི་གོ་བོ། ངང་པའི་བྱ་ཆོགས་སྟོགས་ཀྱང་ངོས་ཀྱིས་མཐོང་
བྱུང་། སྐབས་རེར་མཆོན་མོའི་དུས་སུ་འཕག་པའི་སྐད་ཀྱང་གོ་རྒྱུ་འདུག

ཐ་ན་ལྷ་སའི་ནང་དུ་འང་མི་ཞིག་ལ་རང་ཉིད་རང་བྱུང་ཁམས་དང་ཁ་བལ་ཡོད་པའི་ཆོར་སྤང་ཞིག་མི་
སྟེར་བ་དང་། ཏཱ་ལའི་སླ་མའི་སྐྱ་ཐོང་རིམ་བྱོན་གྱི་དཔྱན་དུས་བཞུགས་གནས་པོ་བྲང་པོ་ཏཱ་ལའི་ཡང་རྩེར་ཡོད་
པའི་གཟིམ་ཁང་གི་ནང་ནས་ངོས་ཀྱིས་རྩིག་སྟབས་སུ་ཆང་བཞག་ཡོད་པའི་སྤྱང་ཀ་མཆུ་དམར་གྱི་རྣམ་འཕྲུལ་ལ་
ཞིབ་ཏུ་བལྟས་ནས་དུས་ཆོད་གངས་མེད་བསྐྱུལ་བྱོང་། དབྱར་དུས་ཀྱི་པོ་བྲང་ནོར་བུ་སྒྲིང་གའི་རྒྱབ་ཕྱོགས་ཀྱི་ན་
ཐང་དུ་མཆོམས་རེར་བྱང་བྱང་ཡང་མཐོང་རྒྱ་ཡོད་ཅིང་། ངོས་ཀྱིས་བྱང་བྱང་ནི་བརྗོད་ཉམས་མཆོར་སྟག་གི་
དཔེ་མཆོན་ཡང་དག་ཅིག་ཡིན་པར་སེམས་ཀྱི་ཡོད། ད་དུང་བོད་དུ་ཡོད་པའི་སྟོག་ཆགས་གཞན་ནི། དོམ་དང་མ་

མོ། སྤྱང་གི་གཟིགས་དེ་བཞིན་ཞིང་བ་ཚོས་མཐོང་ན་འཇིགས་སྤང་སྤོང་བའི་གཡི་སྟགས་ཡིན་ལ། ངོས་ཁྲ་ནི་བོད་
དང་རྒྱ་ནག་གི་ས་མཚམས་སུ་ཡོད་པ་དང་། གཤེས་རྒྱུ་འཇམ་པའི་ངོ་གདོང་ཅན་གྱི་དོམ་གྱི་རིགས་ཤིག་ཡིན།

ཡིད་སྦྱོང་གོས་པ་ཞིག་ལ། ད་ལྟ་རི་སྐྱེས་སྟོག་ཆགས་མང་པོ་མཐོང་རྒྱ་མེད་པ་དང་། འདི་ནི་ཕྱོགས་
གཅིག་ནས་གཤོར་བ་བྱེད་པའི་རྒྱུན་ཡིན་ཡང་། གཙོ་བོར་རང་བྱུང་གི་གནས་ལུས་མེད་པས་རེད། བོད་བཙན་
བཟུང་བྱས་པའི་དུས་རབས་ལྟེན་ཀའི་རྗེས་སུ་སྤོང་ཡོད་པའི་གནས་ལུས་གྱི་ཆ་ཤས་རྒྱུང་བྱ་ཞིག་ལས་སྟག་མེད།
ལོ་སྟམ་རྒྱུ་དང་བཞི་བཟུང་རྗེས་སུ་བོད་དུ་ཉི་འབྲེལ་ལ་ཐུག་འཕྲད་འགོ་མཐའ་ཚང་མས་རི་སྐྱེས་སྟོག་ཆགས་མེད་
པར་གྱུར་པ་ནི་ཉ་ལས་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་ཚུལ་གཅིག་མཚུངས་སུ་བརྗོད་ཀྱི་འདུག། སྤོང་མར་རི་སྐྱེས་སྟོག་ཆགས་
གྲོང་གསེབ་གྱི་ཉི་འདབས་སུ་ཡོད་གི་ཡོད་ནའང་། ད་ལྟ་གང་དུ་འང་མཐོང་རྒྱ་མེད་པར་གྱུར་འདུག།

དེ་མཚུངས་སྟོ་མི་བདེ་བའི་གཞི་གཞན་ཞིག་ནི། བོད་ཀྱི་ཤིང་ནགས་ལ་རྩ་གཏོར་བྱས་ཡོད་པ་དེ་ཡིན་
ཞིང་། སྤོང་མར་རི་མགོར་ཤིང་ནགས་ཀྱིས་འཐེབས་ཡོད་ནའང་། ད་ལྟ་བོད་དུ་འགོ་མཐའ་ཚོས་རི་རྩ་མས་ནི་གྲ་
པའི་མགོ་བཞིན་གཙང་མར་བཞར་ཡོད་པ་བརྗོད་ཀྱི་འདུག། དེ་ཅིན་དུ་ཡོད་པའི་རྒྱ་ནག་གཞུང་གིས་རྒྱ་ནག་གི་
རྒྱབ་ཕྱོགས་གཙོས་པའི་ས་ཁུལ་གཞན་ལ་རྩ་ལྷག་ཆབས་ཆེན་འབྱུང་གི་ཡོད་པ་ནི། ཕྱོགས་གཅིག་ནས་བོད་ཀྱི་ཤིང་
ནགས་ལ་གཏོར་བཙོས་ཐེབས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་ཡིན་པར་ངོས་ལེན་བྱས་ཡོད་ཅུང་། བོད་ཤར་ཕྱོགས་ནས་རྒྱ་ནག་གི་
ནང་དུ་ཉིན་མཚན་མེད་པར་རྒྱུངས་འཁོར་མང་པོས་སྤོང་མ་དུང་ནས་འགོ་བ་ནི་ངོས་ཀྱིས་རྒྱུན་དུ་གོ་བའི་སྐད་ཆ་
ཞིག་ཡིན། འདི་ནི་བོད་ས་རི་ལྷང་ཡིན་ཞིང་། གནམ་གཤེས་གང་མི་ཡིན་པར་བསམ་ན་སྟག་ཏུ་ཡིད་སྦྱོང་གོས་པ་
ཞིག་ཡིན་ཏེ། ཤིང་ནགས་བསྐྱར་འཛུགས་བྱེད་པར་ཡུན་རིང་པོར་ལྟ་རྟོག་དང་གཅིས་སྤྱང་བྱེད་དགོས་རྒྱུ་རེད།
འོན་ཀྱང་། འདིའི་ཐད་ལ་རྒྱ་ནག་སྤྱི་དགའ་གི་ཕྱོགས་ནས་འགན་ལེན་བཞིན་པའི་བདེན་དཔང་ཅི་ཡང་མི་
འདུག།

ངོས་ཀྱིས་འདི་ལྟར་བརྗོད་པ་ནི། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ནང་དུ་ང་ཚོ་བོད་པ་ཚོས་བསམ་བཞིན་དུ་རང་བྱུང་ཁོར་
ལུག་ལ་སྤྱང་སྦྱོབ་བྱས་ཡོད་པའི་དོན་ཞིག་མིན་ཞིང་། ང་ཚོ་ནི་སྐྱེ་ཁམས་སྤྱང་སྦྱོབ་བྱེད་མཐའ་མིན་པ་དང་།
འབག་བཙོག་ཅིས་པའི་བསམ་སྟོན་ཞིག་ང་ཚོར་པལ་ཆེར་བྱུང་སྤྱང་མེད། ཁོར་ལུག་སྤྱང་སྦྱོབ་ཀྱི་ཕྱོགས་ནས་བརྗོད་
ན། ང་ཚོ་གཅིས་ལང་དུ་ཤོར་ཡོད་དེ། ང་ཚོ་བོད་པ་ནི་རི་རྒྱ་གཙང་མས་ཁེངས་ཤིང་། མཐའ་དབུགས་དྲངས་པའི་
སྐམ་ས་ཤིན་ཏུ་ཡངས་པོ་ཞིག་ཏུ་གནས་པའི་མི་འཕྲོད་རྒྱུ་ཞིག་ཡིན། གཙང་སྤྱི་ཕྱོགས་ལ་བཙོས་སྟངས་མེད་
པའི་བསམ་སྟོན་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་བཟུང་ནས་བཙན་བྱོལ་དུ་ཡོང་སྐབས། དཔེར་ན། འཕྱང་མི་ཅུང་བའི་རྒྱུ་རྒྱ་ཡོད་པ་
ཤེས་པས་ཉ་ལས་དགོས་བྱུང་ཡོད། ང་ཚོས་ཅི་ཞིག་བྱས་ཀྱང་། འཛིན་མས་སོ་སོའི་བྱ་སྤྱུ་ཁོ་ན་དེ་ཡིན་པ་ལྟར་ང་
ཚོའི་བྱ་སྤྱུ་ལ་བཟོད་བསྐྱར་བྱས་སྟབས། ང་ཚོར་གཙང་སྤྱི་འཕྲོད་བཞེན་གྱི་ཕྱོགས་ལ་གོ་རྟོགས་ཚད་ལོངས་པ་
ཞིག་མེད་ཅིང་། མི་ཚོས་ཅི་མི་སྟམ་པར་སྤང་ལམ་དུ་ཁ་ལྷུད་གཡུག་པ་དང་། ཡང་ན་སྟབས་འབྱུང་གྱི་ཡོད། འདི་
ལྟར་བཤད་ན་ངོས་ཀྱིས་ལོ་ན་རྒྱས་པའི་ཁམས་པའི་སྤྱི་སྤྱང་བ་ཞིག་བྱན་གྱི་འདུག། ཁོ་ནི་རྒྱ་རམ་ས་ལའང་ཡོད་པའི་
ངོས་ཀྱི་གཟིམ་ཁང་ལ་ཉག་ཏུ་སྒྲོར་བ་རྒྱག་གི་ཡོང་བ་དང་། མ་གཞི་ཁོ་ནི་སྤོང་ཅན་ཞིག་ཡིན་པའི་ཁར། ད་
དུང་ཁོའི་ལག་ཏུ་ཐོགས་པའི་བདུག་སྟོས་ཀྱིས་ཁོའི་སྤོང་ཅན་དེ་རྗེས་ཏུ་གཏོང་གི་ཡོད། དེའི་ཕྱིར་གྲུ་ཁ་རེ་རེར་
འགོ་མཚམས་བཞག་ནས་ལུང་པ་ཤུགས་དྲག་པོས་འབྱེན་པ་དང་། སྐབས་རེར་ངོས་ཀྱིས་ཁོ་ནི་གསེལ་བ་སྟོན་ལམ་
འདེབས་པ་ལས་ལུང་པ་གཡུག་གི་ཡོང་བ་མིན་ནམ་སྟམ་གྱི་ཡོད།

བཅན་བྱེད་ཀྱི་ཐོག་མར་འབྱོར་བ་ནས་བཟུང་ངོས་ཀྱིས་ཁོར་ཡུག་གི་གནད་དོན་གྱི་ཐད་ལ་དོ་སྣང་ཆེན་པོ་བྱས་ཤིང་། བཅན་བྱེད་བོད་གཞུང་གིས་ང་ཚོ་ནི་འཁོས་དམན་ཉམ་ཆུང་གི་གོ་ལ་འདྲིའི་ཐོག་སྤྱོད་མཁན་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ང་ཚོར་འགན་ཁུར་ཡོད་པ་སྟོན་ཐུག་ཆོར་ལམ་སྟོན་བྱེད་པར་ལྷག་ཏུ་དོ་སྣང་སྤྱད་ཡོད། ངོས་རང་ལ་གོ་སྐབས་ཤིག་ཐོབ་ན། བརྗོད་གཞི་འདྲིའི་སྐོར་ལ་སྐད་ཆ་བཤད་པར་ངོས་ཀྱིས་འཛུལ་ཐོན་བྱེད་ཀྱི་མེད་པ་དང་། ལྷག་པར་དུ་ངོས་ཀྱིས་རྒྱན་དུ་ང་ཚོའི་བྱ་སྤྱོད་ཀྱིས་ཁོར་ཡུག་ལ་ཤུགས་རྒྱུན་ཐེབས་ནས་གཞན་ལ་གནོད་འཚེ་བྱེད་མིན་པ་ནན་ཏན་དུ་སྒྲིང་གི་ཡོད། ཡིན་ཡང་། ཤུགས་རྒྱུན་ཐེབས་ཚུལ་དེ་མཆོམས་རེར་མཐོང་དཀའ་སྟེ། དཔེར་ན། རྒྱལ་ཚལ་གཙོད་གཏུབ་ཀྱིས་སའི་གོ་ལའི་གནམ་གཤིས་ཀྱི་སྒྲིག་གཞིའི་ཐོག་ལ་ཤུགས་རྒྱུན་ཅི་ཞིག་ཐེབས་པ་ཕར་ཞོག ཐ་ན་ས་གནས་དེའི་ས་ཆ་དང་ཆར་རྒྱན་ལའང་ཤུགས་རྒྱུན་ཅི་ཞིག་ཐེབས་མིན་ང་ཚོས་བརྗོད་དཀའ། གསལ་པོ་ཡིན་པ་གཅིག་ནི་ང་ཚོ་འགྲོ་བ་མའི་རིགས་ལ་འཇམ་སྒྲིང་གི་དུལ་ལྡན་པ་འདི་ལ་གཏོར་བསྐྱུག་བྱེད་པའི་ལུས་པ་ཡོད་པ་དེ་ཡིན་ཞིང་། འདབ་ཆགས་ལ་ལུས་པ་དེ་ལྟ་བུ་མེད་པ་དང་། དེ་བཞིན་འབྲུ་སྒྲིབ་དང་འོ་འཐུང་སྟོག་ཆགས་གང་ལའང་ཡོད་མི་སྲིད། འོན་ཀྱང་། ང་ཚོར་སའི་གོ་ལར་གཏོར་བཅོམ་བྱེད་པའི་ལུས་པ་ཡོད་ན། དེ་སྤངས་སྟོབ་བྱེད་པའི་ལུས་པའང་ང་ཚོར་ཡོད་དགོས་ངེས་རེད།

རང་བྱུང་ཁམས་ལ་གནོད་འཚེ་མེད་པའི་སྐོར་ནས་ཐོན་སྐྱོད་ཀྱི་བྱེད་ཐབས་འཚོལ་དགོས་པ་ནི་ཁ་ཆ་དགོས་གཏུགས་ཤིག་ཡིན་ཞིང་། ང་ཚོས་ཤིང་ནགས་ལྟ་བུའི་ཆད་བཀག་ཅན་གྱི་རང་བྱུང་གི་ཐོན་འཕུངས་རྣམས་བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་པ་ཇི་ཉུང་དུ་གཏོང་ཐབས་འཚོལ་བར་འབད་བཅོན་བྱེད་དགོས། ངོས་རང་ནི་བྱུང་ཁོངས་འདྲིའི་ཆེད་ལས་མཁས་པ་ཞིག་མིན་པས། འདི་ཇི་ལྟར་བྱ་དགོས་པའི་བསམ་ཚུལ་འདོན་མི་ཐུབ་མོད། དགོས་ངེས་ཀྱི་ཆེད་སེམས་ཡོད་ན་ང་ཚོས་དེ་སྐུབ་ཐུབ་ངེས་ཡིན། དཔེར་ན། ངོས་རང་སི་ཁོད་ཀྱི་ཉོམ་དུ་འགྲོ་སྐབས་ཤིག་ལ་གོང་ཁྱེར་དེ་བརྒྱུད་ནས་བཞུར་བའི་རྒྱ་བོའི་ནང་དུ་ལོ་མང་པོའི་རྩིས་སུ་ཉ་རྣམས་སྤར་ཡང་ཡོང་གི་ཡོད་པའི་གནས་ཚུལ་གོ་བྱུང་། བཟོ་ལས་ཐོན་སྐྱོད་ལས་བྱུང་བའི་འབག་བཅོག་གི་རྒྱུན་པས་ཉེ་ཆར་བར་དུ་རྒྱ་བོ་དེའི་ནང་དུ་ཉ་རྣམས་མེད་པར་སྐྱར་ཡོད། དེ་ལྟ་བུར་། ཡར་རྒྱས་དེ་ནི་ས་གནས་ཀྱི་བཟོ་བྲལ་རྣམས་སྒོ་བརྒྱབ་པའི་འབྲས་བུ་ཞིག་མ་རེད། དེ་མཚུངས་འཇར་མན་དུ་འགྲོ་སྐབས་ཤིག་ལའང་། ཁོར་ཡུག་ལ་འབག་བཅོག་མི་བཟོ་བའི་བཟོ་ལས་ཐོན་སྐྱོད་ཀྱི་རྣམ་པ་གསར་ཐོན་ཞིག་ངོས་ལ་བསྟན་བྱུང་། དེའི་ཕྱིར་བཟོ་ལས་ཐོན་སྐྱོད་མཆོམས་འཛིག་བྱེད་མི་དགོས་པར། རང་བྱུང་གི་འཛིག་རྟེན་ལ་གནོད་སྐྱོན་བྱེད་པ་ཇི་ཉུང་དུ་གཏོང་བའི་ཐབས་ཤེས་ཡོད་པ་གསལ་པོ་རེད།

ངོས་ཀྱི་སྐད་ཆ་འདྲིའི་དོན་ནི། དཀའ་རྒྱུག་ཐམས་ཅད་ལས་རྒྱལ་བར་ང་ཚོས་འཕུལ་ལས་ལ་བརྟེན་དགོས་པ་དེ་མིན་པ་མ་ཟད། འཕུལ་ལས་ཡར་རྒྱས་སུ་སོང་ན་དཀའ་རྒྱུག་རྣམས་རང་ཆས་སུ་བསལ་འགྲོ་བའི་རེ་བའི་སྒོར་ནས་ང་ཚོས་ཁོར་ཡུག་ལ་གཏོར་བཅོམ་བྱེད་པའི་བྱ་སྤྱོད་རྣམས་རྒྱུན་འབྱོར་བྱེད་དགོས་པའི་དོན་ཡང་མིན། དེ་ལས་སྟོན་སྟེ། རང་བྱུང་ཁོར་ཡུག་ལ་བཟོ་བཅོས་བྱེད་མི་དགོས་པ་དང་། བཟོ་བཅོས་བྱེད་དགོས་ས་ནི་ང་ཚོའི་བྱ་སྤྱོད་ཡིན། སའི་གོ་ལའི་ཆ་དོད་ཆེ་བུ་འགྲོ་བཞིན་པ་དེ་ལྟ་བུས་རྒྱུན་བྱས་ནས་འབྱུང་ལ་ཉེ་བའི་རང་བྱུང་གི་ཆགས་སྒོ་ཆབས་ཆེན་ཞིག་ལ་མཆོན་ན། བཟོ་བཅོས་ནི་ཐ་ན་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་ངོས་ནས་ཀྱང་ཡོད་མི་སྲིད་པ་དང་། དེ་འདྲའི་བཟོ་བཅོས་ནི་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་ངོས་ནས་ཡོད་ཆོག་པའི་དབང་དུ་བཏང་ཡང་། གཞི་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་སྐོར་ནས་ལག་བསྟར་བྱེད་དགོས་པས་ང་ཚོས་སྐུབ་ཐུབ་མིན་གྱི་དྲི་བ་ཞིག་ད་དུང་ལྷག་ཡོད། རང་བྱུང་གི་ཐོན་

ཁྱུངས་ཤིག་སྒྲུབ་གསོ་བྱེད་པ་ལྟ་བུར་མཚོན་ན་འགྲོ་གྲོན་ཅི་ཙམ་གཏོང་དགོས་སམ། ངོས་ཀྱི་ཚད་དཔག་ལྟར་ན།
འགྲོ་གྲོན་དེ་ནི་ཏུ་ཅང་ཆེ་བས་ལས་གཞི་དེ་ལྟ་བུ་ལག་བཟུར་བྱེད་པར་བཀག་སྡོམ་ཆུ་ཚོན་པོ་ཞིག་བཟོ་རྒྱུ་རེད། བཀྲེས་
སྒྲིམ་སེལ་བའི་རོགས་རམ་གྱི་ལས་དོན་ལྟ་བུར་མཚོན་ནའང་། མ་དངུལ་གྱིས་མ་འདང་བར་བརྟེན་ནས་སྒྲུབ་སྒྲུབ་
པའི་ལས་ཀ་མང་པོ་ཞིག་བྱེད་མ་སྒྲུབ་པར་སྒྲུག་ཡོད། དེའི་ཕྱིར་དགོས་ངེས་ཀྱི་མ་དངུལ་འཚོལ་སྒྲུབ་ཚུལ་བཤད་
ཀྱང་། ལྷང་དོར་གྱི་རྣམ་གཞག་གི་ངོས་ནས་བརྗོད་ན། མི་འདང་ས་ནི་ཆེས་མང་བས་སྐད་ཆ་དེ་བདེན་པ་ཞིག་ཏུ་
འགྱུར་མི་སྲིད། ས་ཆ་གཞན་ན་མི་ཚོར་ཕོ་བ་འགྲངས་ཚད་པ་ཞིག་ཀྱང་ཟ་རྒྱ་མེད་སྐབས། བཟོ་ལས་ཅན་དུ་གྱུར་
པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཚོས་ད་དུང་སོ་སོའི་གཏོར་བཅོམ་གྱི་བྱ་སྤྱོད་རྣམས་རྒྱན་འཁྱེད་བྱེད་ཆེད་མ་དངུལ་འབོར་ཆེན་
གཏོང་བ་ནི་གཏན་དུ་མི་ཅུང་བ་ཞིག་རེད།

གནད་དོན་འདི་དག་གིས་ང་ཚོས་སོ་སོའི་བྱ་སྤྱོད་ལ་ཡོད་པའི་ཀུན་ཁུབ་ཀྱི་ཆ་དེ་ངོས་འཛིན་བྱས་ནས་
རང་གིས་རང་ལ་ཚོད་འཛིན་བྱེད་དགོས་པ་སྟོན་གྱི་ཡོད། ཚོད་འཛིན་དེ་ནི་དགོས་ངེས་ཤིག་ཡིན་པ་ང་ཚོས་རང་
རིགས་འཕེལ་བསྐྱེད་ལ་བསམ་གཞིག་བྱེད་སྐབས་རང་བཞིན་གྱིས་གསལ་དུ་འགྲོ་བ་དང་། ཆོས་ལུགས་ཆེན་པོ་
ཁག་གི་ལྟ་བུ་ལ། འགྲོ་བ་མི་ཅི་ཙམ་མང་ན་དེ་ཙམ་གྱིས་ལེགས་ཤིང་། ཚོན་རིག་གི་ཞིབ་འཇུག་ཁག་ཅིག་གིས་ད་
ནས་མར་ཆེས་པའི་དུས་རབས་གཅིག་གི་ནང་སྟོ་བུར་དུ་མི་འབོར་ཇེ་ཉུང་ལ་འགྲོ་བ་སྟོན་གྱི་ཡོད་པ་སོགས་བདེན་
ཡང་། ང་ཚོས་ད་དུང་མི་འབོར་གྱི་གནད་དོན་འདི་སྤང་མེད་དུ་བསྒྱུར་མི་ཅུང་། ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་
ངོས་ཀྱིས་གནད་དོན་འདིའི་ཐད་ལ་སྤང་སྤོང་བྱེད་པ་ནི་གཅིག་བྱས་ན་ཚུལ་མཐུན་ཞིག་མིན་ཡང་། ངོས་ཀྱི་ལྟ་
ཚུལ་ལ། འཆར་ཐུན་བྱ་སྐྱེ་ནི་གལ་ཆེན་ཞིག་རེད། འདིར་ངོས་ཀྱིས་པ་མ་ཚོས་སྤྱ་གྲུ་བསྐྱེད་མི་ཆོག་པར་བརྗོད་གྱི་
མེད་པ་དང་། འགྲོ་བ་མིའི་ཆེ་སློག་ནི་རིན་ཐང་འཇལ་ཐབས་བྲལ་བའི་ཐོན་ཁུངས་ཤིག་ཡིན་ཞིང་། གཉེན་སྲིག་
བྱས་ཡོད་པའི་བཟའ་ཚང་ཚོས་རྒྱ་མཚན་གལ་ཆེན་གཞན་ཞིག་མེད་ན་སྤྱ་གྲུ་བསྐྱེད་དགོས། འགན་ཁུར་མེད་པར་
སོ་སོའི་མི་ཆེ་ཉིལ་པོ་གང་འདོད་དུ་བསྒྱུལ་འདོད་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་སྤྱ་གྲུ་མི་བསྐྱེད་པ་ནི་ནོར་འཁྲལ་ཞིག་ཡིན།
འོན་ཀྱང་། པ་མ་ཚོར་ང་ཚོའི་མི་འབོར་གྱིས་རང་བྱུང་གི་ཁོར་ཡུག་ལ་ཤུགས་རྒྱུན་ཅི་ཞིག་ཐེབས་བཞིན་པའི་ཐོག་
ལའང་བསམ་གཞིག་བྱེད་དགོས་པའི་འོས་འགན་ཞིག་ཡོད་པ་དང་། འདི་ནི་དེང་གི་འཕུལ་ལས་ཀྱི་ཤུགས་རྒྱུན་རྒྱ་
མཚན་དུ་བྱས་ན་སྒྲུག་དུ་བདེན་པར་གྱུར་ཡོད།

ཡིད་སེམས་དགའ་བ་ཞིག་ལ། ང་ཚོ་འཚོ་སའི་སའི་གོ་ལ་འདི་ལ་བདེ་ཐང་ཡོང་བའི་ཁག་ཐེག་བྱེད་པར།
ལྷང་དོར་གྱི་རྣམ་གཞག་གི་གལ་ཆེའི་རང་བཞིན་དེ་ངོས་འཛིན་བྱེད་མཁན་ཇེ་མང་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། རྒྱ་
མཚན་དེའི་ཕྱིར་རང་བྱུང་གི་ཆག་སྟོ་ཆབས་ཆེན་རྣམས་སྟོན་སྒྲུབ་པའི་རེ་བ་ངོས་རང་ལ་ཡོད་པ་དང་། འགྲོ་བ་
མིའི་བྱ་འགུལ་གྱིས་སའི་གོ་ལའི་སྤེང་དུ་ཐེབས་པའི་ཤུགས་རྒྱུན་ལ་ང་ཚོས་ཉེ་ཆར་བར་དུ་བསམ་སྟོ་བཀྲང་མེད་
ནའང་། ད་ལྟ་འདི་ནི་འགན་ཁུར་གཙོ་བོ་ཞིག་ཏུ་བཟུང་བའི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཆོགས་པའང་ཡོད། ང་ཚོས་འབྲིན་རྩལ་
བྱེད་བཞིན་པའི་མཁའ་དབུགས་དང་། འཕྲུང་བཞིན་པའི་རྒྱ་ཆེ་སློག་གི་རྣམ་པ་བྱུང་པར་བས་ཡ་མང་པོ་བརྟེན་
པའི་རྒྱ་མཚན་དང་ནགས་ཆལ། ཉེན་རེའི་གནམ་གཤིས་ཀྱི་སྲིག་གཞི་ལ་ཁ་ལོ་སྒྱུར་མཁན་གྱི་ནམ་ལྗེའི་འགྱུར་འགྲོས་
བཅས་ནི། རྒྱལ་ཁབ་སོ་སོའི་མཐའ་མཚམས་ལས་འདས་ཡོད་པ་དང་། བདེན་པ་འདི་ནི་ང་ཚོའི་རེ་བའི་འབྲུང་
གཞི་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། རྒྱལ་ཁབ་གང་ཞིག་ཡིན་ཅུང་། སྟོབས་འབྱོར་ཆེ་མེན་དང་དབུལ་ཕོངས་ཡིན་མིན་ལ་མ་སྟོས་
པར། རང་བྱུང་ཁོར་ཡུག་གཅིས་སྤང་བྱེད་པའི་ལས་དོན་གྱི་ནང་དུ་ཞུགས་དགོས་ངེས་ཡིན།

གང་ཟག་སྒྲིལ་ཞིག་ལ་མཚན་ན། རང་བྱུང་ཁོར་ཡུག་ལ་སྤང་ཆུང་བྱས་པ་ལས་བྱུང་བའི་དཀའ་རྒྱུ་ནི།
ང་ཚོ་ཚང་མར་འགན་ཁུར་ཞིག་ཡོད་པའི་སྐུལ་མ་བཅན་པོ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། མི་གཅིག་གི་བྱ་སྤྱོད་ལ་ཤུགས་སྒྲིན་
ཆེན་པོ་ཞིག་མེད་པར་སྤང་ཡང་། མི་ས་ཡང་མང་པོའི་བྱ་སྤྱོད་ཀྱི་ནུས་པ་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱས་ན་ཤུགས་སྒྲིན་
ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་ངེས་ཡིན། དེར་བརྟེན་བཟོ་ལས་ཀྱི་ངོས་ནས་ཡར་རྒྱས་སྤྱོད་ཅིན་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་ཏུ་འཚོ་
བའི་མི་ཚོས་སོ་སོའི་འཚོ་བ་སྐྱེལ་སྤངས་ལ་བཅས་བསྐྱར་བྱེད་པའི་བསམ་སྒྲོ་ནན་མོ་གཏོང་དགོས་ཤིང་། འདི་
ཡང་སྤང་དོར་གྱི་རྣམ་གཞག་གི་གནད་དོན་ཞིག་མིན། འཛམ་གླིང་གི་ས་ཆ་གཞན་དུ་འཚོ་བའི་མི་ཚོར་ཡང་སོ་
སོའི་འཚོ་བའི་ཚད་གཞི་མཐོར་འདེགས་བྱེད་པའི་ཐོབ་ཐང་གཅིག་མཚུངས་སུ་ཡོད་པ་ནི། ཕྱག་པོ་ཚོས་སོ་སོའི་
འཚོ་བ་སྐྱེལ་སྤངས་རྒྱན་འཁྱོངས་བྱེད་པར་སྒྲོས་ན་གཤམ་ཆེ་ཞིང་། གཤམ་ཏེ་འཚོ་བའི་ཚད་གཞི་མཐོར་འདེགས་བྱེད་
པ་དེ་ནི། རང་བྱུང་གི་འཛམ་གླིང་ལ་བཅས་ཐབས་བྲལ་བའི་གཞོན་སྤྱོད་མེད་པའི་ལམ་ནས་བསྐྱབ་དགོས་ན།
འབྱོར་ཕན་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཚོས་དཔེ་སྟོན་ཞིག་ངེས་པར་དུ་བྱེད་དགོས་ཤིང་། དེ་ལྟར་མ་བྱས་ན། སའི་གོ་ལ་དང་།
འཚོ་བའི་ཚད་གཞི་ཉག་ཏུ་མཐོར་འདེགས་བྱེད་བཞིན་པའི་འགྲོ་བ་མའི་རིགས་གཉིས་ཀས་སྒོས་གཏོང་ཆས་ཆེན་
པོ་ཞིག་བྱེད་དགོས་སྒྱུ་རེད།

མིང་དོན་དང་། དཔལ་འབྱོར་གྱི་ལམ་ལུགས།

འདས་པའི་ལོ་ལྔ་བརྒྱའི་རིང་འཛམ་གླིང་གི་དཔལ་འབྱོར་ལ་ཉ་ལས་དགོས་པའི་འཕེལ་རྒྱས་བྱུང་ཡོད།
དེའི་འབྲས་བུར་བསམ་ཡུལ་ལས་འདས་པའི་འཚོ་བའི་ཚད་གཞི་མཐོ་པོ་ཞིག་རྟེན་ཡོད་ཀྱང་། དེ་ནི་མི་གངས་
ཉུང་དུ་ཞིག་གི་སྤྱོད་ཡུལ་ལས་འདས་མེད། པལ་ཆེར་འཛམ་གླིང་གི་མི་གངས་བྱེད་ཀ་ཞིག་ལ་མཚན་ན། དབུལ་
པོངས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་ཆབས་ཆེན་ཡོད་དེ། ཟས་དང་སྤྱོད་གནས། ད་དུང་སྤྱོད་བཅས་སོགས་འདང་ངེས་ཤིག་མེད།
ང་ཚོ་རང་ཉིད་ཀྱི་གཞི་ཅའི་དྲང་བདེན་གྱི་འདུ་ཤེས་དེས་ང་ཚོ་ནི་ད་ལྟའི་གནས་སྤངས་འདི་ལ་འདོད་པ་ཆོས་མི་
ཐུབ་པ་སྟོན་གྱི་ཡོད། ཅི་སྟེ་ང་ཚོས་ད་ལྟའི་འགྲོ་སྤངས་འདི་རྒྱན་འཁྱོངས་བྱས་ན། ལོ་ལྔ་བརྒྱ་དང་། ཡང་ན་དུས་
རབས་གཅིག་གི་རྗེས་འཛམ་གླིང་གི་དབུལ་པོངས་རྩ་མེད་དུ་གཏོང་ཐུབ་པར་སྤང་ཆོ། ང་ཚོས་སོ་སོའི་བྱ་སྤྱོད་ལ་
བཅས་བསྐྱར་བྱེད་མི་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཞིག་ཡོད། འོན་ཀྱང་། དེ་ལྟར་འབྱུང་མི་མིང་པ་གསལ་པོ་རེད་སྟེ།

ངོས་ཀྱིས་དཔལ་འབྱོར་ལམ་ལུགས་ཀྱི་སྒྲིལ་ལ་མང་པོ་ཞིག་ཤེས་གྱི་མེད་ཅུང་། ཕྱག་པོ་ཚོའི་རྒྱ་མོར་ནི་
ཉམ་ཐག་ཆོ་སྤང་མེད་དུ་བསྐྱར་བ་དང་། ལྷག་ཏུ་རྒྱལ་སྤྱིའི་བྱ་ལོན་སོགས་བརྒྱད་ནས་གསོག་འཛིག་བྱེད་གྱི་ཡོད་
པའི་མཚུགས་སྒྲིལ་ཞིག་མི་འཛིག་ཀ་མེད་རེད། འདི་ལྟར་བརྗོད་པ་ནི། ཡར་རྒྱས་མ་སོང་བའི་རྒྱལ་ཁབ་ཚོར་སོ་སོའི་
དཀའ་རྒྱུ་ལ་འགན་ཁུར་མེད་པའི་དོན་ཞིག་མིན་ཞིང་། ང་ཚོས་སྤྱི་ཚོགས་དང་དཔལ་འབྱོར་གྱི་གྲོང་གུང་ཐམས་
ཅད་ཆབ་མིང་པ་དང་། གཞུང་གི་ལས་བྱེད་ཚོར་ཁག་དཀྱིས་བྱེད་མི་ཅུང་། ཐ་ན་རྩ་འཛུགས་བརྟན་པོར་བྱས་
ཡོད་པའི་དམངས་གཙོའི་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་གི་ནང་དུ་འདྲ་། ཆབ་མིང་པ་ཚོས་རང་ཉིད་འདེམས་སྒྲོ་བྱས་ན་ཅི་ཞིག་
བྱེད་རྒྱ་ཡིན་པའི་སྒྲིལ་ལ་འདྲ་ཤོབ་དང་། སྐབས་མི་ཐུབ་པའི་དམ་བཅའ་འཛིག་པ་ལྟ་བུ་བྱེད་པ་ནི་རྒྱུ་ཕན་ཞིག་
ཡིན། ཡིན་ནའང་། ཆབ་མིང་པ་འདིའི་རིགས་ནི་ནམ་མཁའ་ནས་མར་ལུང་བ་ཞིག་མིན་ཞིང་། རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་གི་
ཆབ་མིང་པ་རྣམས་སྒྲིག་ཟ་བུལ་སྤངས་ཆགས་ཡོད་ན། དེའི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་བཟང་སྤྱོད་དང་དགོ་སྤྱོད་ཀྱིས་མ་འདང་།

བ་དང་། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཆ་ཤས་ཡིན་པའི་གང་ཟག་སོ་སོས་སྒྲུང་དོར་དང་ལྡན་པའི་སྒོ་ནས་སྤྱོད་ལམ་སྟོན་གྱི་མེད།
གནས་སྒྲུངས་འདི་འདྲའི་འོག་འདེམས་སྒོ་བྱེད་མཁན་ཚོས་ཆབ་སྲིད་པ་ཚོར་སྟོན་བརྗོད་བྱེད་པ་ནི་ཡོངས་སུ་དྲང་
བདེན་ཞིག་མ་རེད། དེ་ལས་ཐོག་ཞུ། མང་ཚོགས་ལ་ནང་སེམས་ཀྱི་རིན་ཐང་རྣམས་ལྡན་ཞིང་། ཁོ་ཚོས་གཞན་
སེམས་ཀྱིས་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་པའི་སྒོ་ནས་སྒྲུང་དོར་གྱི་སྒྲིག་སྒྲིམས་སོ་སོའི་འཆོ་བའི་ནང་དུ་ལག་ལེན་བྱེད་གྱི་
ཡོད་ན། སྤྱི་ཚོགས་དེས་བསྐྱར་པའི་ཆབ་སྲིད་པ་ཚོས་ཀྱང་རང་བཞིན་གྱིས་རིན་ཐང་དེ་ཚོར་བརྩི་འཛིག་བྱེད་རྒྱ་
རེད། དེའི་ཕྱིར་གདུང་སེམས་མཉམ་བསྐྱེད་གཞིར་བཞག་གི་སྒོ་ནས་གཞན་ལ་ལྟ་སྦྱོང་དང་བརྩི་བཀྱར་བྱེད་པ་
གཅིགས་ཆེན་དུ་འཛིན་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་བསྐྱར་པར། ང་ཚོ་རེ་རེ་ལའང་འོས་འགན་ཞིག་ཡོད་པ་ཡིན།

འགྲོ་བ་མིའི་བྱ་གཞན་གཞན་དག་དང་འདྲ་བར། དཔལ་འབྱོར་ལམ་ལུགས་ཀྱི་སྲིད་ཁྲིམས་ལག་བསྟར་བྱེད་
ཕྱོགས་ལ་མཚན་ནའང་། སྤྱི་སེམས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་ཤིག་ངེས་པར་དུ་དགོས། དེ་ལྟ་ནའང་། འདིར་ངོས་ཀྱིས་ཁས་
ལེན་དགོས་པ་ཞིག་ལ། ཚོང་ལས་ཀྱི་བྱུང་ཁོངས་སུ་ཚོས་ཀྱི་རིན་ཐང་རྣམས་བཀོལ་སྤྱོད་རིམ་བྱེད་དགོས་པའི་
ཐང་ལ་ཁ་ཡོད་ལག་ཡོད་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་འདོན་རྒྱ་ཅུང་དཀའ་ཞིང་། འདིའི་རྒྱ་མཚན་ནི་ཚོང་ལས་ཀྱི་བྱུང་ཁོངས་
སུ་འགན་ཅོད་ལ་བྱེད་ལས་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡོད་པས་ཡིན། དེ་བས་ན་གདུང་སེམས་མཉམ་བསྐྱེད་དང་ཁོ་བཟང་
བར་གྱི་འབྲེལ་བ་ནི་འཁོས་ཞན་པ་ཞིག་ཡིན། འོན་ཀྱང་། ངོས་ཀྱིས་ད་དུང་དོན་སྤྱིང་ལྡན་པའི་འགན་ཅོད་འབྱུང་
མི་ཆོག་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡང་མི་མཐོང་བ་དང་། ཚོང་ལས་སུ་ཞུགས་པའི་མི་ཚོར་ཀུན་སྨོང་བཟང་པོ་ཞིག་དགོས་
པ་གལ་ཆེན་ཡིན་ཞིང་། གཞན་ལ་བཟུ་གཞོག་དང་། ཡང་ན་གཏོར་བཅོམ་བྱེད་པའི་སེམས་པ་བཟུང་ན། མཆུག་
འབྲས་ནི་མི་ལེགས་པ་ཡིན་ངེས་མོད། འགན་ཅོད་དེ་ནི་སྤྱི་གཏོང་གི་སྒོ་ནས་བྱེད་ཀྱི་སྨོང་བཟང་པོ་ཞིག་གི་ངང་
ནས་བྱུང་བ་ཡིན་ན། མཆུག་འབྲས་ནི་གཅིག་པམ་གཅིག་རྒྱལ་ཡིན་ཡང་། པམ་མཁན་ལའང་སྤྱུག་བསྐྱེད་དང་
གཞོད་འཆོ་ཆེན་པོ་ཞིག་འབྱུང་གི་མ་རེད།

ཚོང་ལས་ཀྱི་དངོས་ཡོད་གནས་ལུགས་ཀྱི་རྒྱུན་པས་ཁོ་བཟང་ལས་མི་གཙོ་བོ་འཛིན་པ་ནི། དོན་དངོས་སུ་
འབྱུང་ཐབས་མེད་པར་བརྗོད་ནས་ངོས་རང་གི་ལྟ་ཚུལ་ལ་དགག་པ་རྒྱག་ཆོག་མོད། ང་ཚོས་ངོས་པར་དུ་དྲན་
དགོས་པ་ཞིག་ནི། འཛམ་གླིང་གི་བཙོ་ལས་དང་ཚོང་ལས་གཉེར་མཁན་ཚོ་ཡང་འགྲོ་བ་མི་ཞིག་ཡིན་པ་འདི་ཡིན་
ཞིང་། ཐ་ན་གཞན་གྱི་བདེ་སྤྱུག་ལ་ཚོར་ཤེས་མེད་མཁན་ཚོས་ཀྱང་མཆུག་འབྲས་ལ་སྟོས་མེད་དུ་ཁོ་བཟང་བཅའ་
ན་མི་འགྲིག་པ་ཁས་ལེན་གྱི་ཡོད། དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ན། ཉལ་ཐའི་རིགས་ཚོང་འབྲེམ་བྱེད་པ་ནི་ནག་ཉེས་ཤིག་དུ་
བརྩི་དགོས་དོན་མེད། དེ་བས་ན་སྤྱི་ཡང་ང་ཚོས་སོ་སོའི་སྤྱིང་རྩིའི་ངོ་བོ་དེ་གོང་འཕེལ་གཏོང་དགོས་ཤིང་། ངོ་
བོ་དེ་ཅི་ཙམ་གོང་འཕེལ་བཏང་ན། ཚོང་ལས་ཀྱི་བྱ་གཞན་ལ་དེ་ཙམ་གྱིས་འགྲོ་བ་མིའི་གཞི་རྩའི་རིན་ཐང་གི་
བྱུང་ཚོས་ལྡན་རྒྱ་རེད།

དེ་ལས་ཐོག་ཞུ། ང་ཚོས་རང་ངོས་ནས་རིན་ཐང་དེ་རྣམས་སྤང་མེད་དུ་བསྐྱར་ན། ཚོང་ལས་ཀྱི་བྱ་གཞན་
གི་ནང་དུ་རིན་ཐང་དེ་རྣམས་གནས་མི་ཐུབ་ཅིང་། ངོས་ཀྱིས་སྤང་གཞི་འདི་ནི་སེམས་གཙོ་སྤྱོད་པའི་འཆར་ཡན་
ཞིག་མིན་ཞིང་། འགྲོ་བ་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དགོ་མཚན་ལྡན་པའི་འཕེལ་རྒྱས་མང་པོ་ཞིག་སྤྱིང་རྩི་ལ་བརྟེན་ནས་
བྱུང་བ་ཡིན་པ་ལོ་རྒྱས་ཀྱིས་བདེན་དཔང་བྱེད་ཆོག་དཔེར་ན། དཔེ་གཞི་ཚོང་ལས་རྩི་མེད་དུ་བཏང་བའི་ལོ་
རྒྱས་ལ་སོམས་དང་གསལ་པོར་རྟོགས་ཐུབ། གལ་ཏེ་འགྲོ་བ་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འཕེལ་འགྱུར་ལ་བལྟས་ཆོ། ལེགས་
ཕྱོགས་ཀྱི་འགྱུར་ཐོག་ཅིག་འབྱུང་བར་གཞིགས་རྒྱུ་རིང་པོ་ཞིག་དགོས་པ་ང་ཚོས་མཐོང་ཞིང་། གཞིགས་རྒྱུ་

རིང་བའི་སྒྲོན་སེམས་ནི་མདུན་སྒྲོད་ཀྱི་སྒྲོབས་ཤུགས་ཤིག་ཡིན། བདེན་པ་འདི་སྤང་མེད་དུ་བཏང་སྟེ། མིང་དོན་
རིག་པ་དང་། དཔལ་འབྱོར་ལམ་ལུགས་ཀྱི་ནང་འཕམ་དུ་གང་ཞིག་ཁ་ཡོད་ལག་ཡོད་ཡིན་པ་དེ་བྱེད་དགོས་པར་
བརྗོད་པ་ནི་ནོར་འཁྲུལ་ཆབས་ཆེན་ཞིག་ཡིན།

དཔལ་འབྱོར་གྱི་གནས་སྤངས་ལ་ཁྱད་པར་ཆེན་པོ་ཤོར་བའི་དཀའ་ངལ་གྱིས་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་བྱིས་
གཞི་ཉིལ་པོ་ལ་དཀའ་སྟག་ཆབས་ཆེན་ཞིག་སྤྲོད་ཀྱི་ཡོད་ཅུང་། སྤྱོད་ལོ་གསར་པ་ཞིག་འགོ་ཚུགས་གྲབས་ཡོད་
པའི་སྐབས་འདིར། ལེགས་སྤྱོད་ནས་རེ་བ་འཛིན་པའི་རྒྱ་མཚན་མང་པོ་ཞིག་ཡོད། དུས་རབས་ཉི་ཤུ་པའི་དཀྱིལ་
དང་མགོ་སྤྲོད་དུ་མིང་དོན་དང་དཔལ་འབྱོར་གྱི་སྒྲོབས་ཤུགས་ནི། བདེན་པ་ལས་ཀྱང་གལ་ཆེན་དུ་འཛིན་པའི་སྤྱི་
ཁྱབ་ཀྱི་བསམ་སྒྲུབ་ཞིག་ཡོད་ནའང་། ད་ལྟོ་བསམ་ཚུལ་འདི་ལ་འཇུག་བ་འབྱུང་གི་ཡོད་པར་སྤང་ཁྲིད་། ཐ་ན་
སྒྲོབས་འབྱོར་མངའ་ཐང་ཆེ་བའི་རྒྱལ་ཁབ་ཆོས་ཀྱང་འགྲོ་བ་མིའི་གཞི་རྒྱུ་རྩེ་རིན་ཐང་ནམས་སྤང་མེད་དུ་བསྐྱར་
བའི་དགོས་པ་རྒྱ་མཚན་མཐོང་གི་མེད། རྒྱལ་སྤྱིའི་འབྲེལ་བའི་ནང་དུ་འང་བཟང་སྤྲོད་བཀོལ་ས་ཡོད་པའི་དོན་སྤྱི་
ཞིག་དར་ཁྱབ་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། དོན་སྤྱིར་ཐུན་པའི་བྱ་གཞུག་གི་དོ་བོར་སྐྱར་སྤྱོད་མིན་ལ་མ་སྒྲིབ་པར། མ་
མཐའ་ཡང་ཆབ་སྲིད་པ་ཆོའི་ཁྲོད་དུ་སྤྱིར་རྗེ་དང་། འཆོ་མེད་ཞི་བ། བར་འདུམ་ལྟ་བུ་ནི་རྒྱན་བཀོལ་སྐད་བདའི་
ཆ་ཤས་ཤིག་དུ་སྐྱར་ཡོད། འདི་ནི་པན་ཐོགས་ཆེ་བའི་འཕེལ་སྤྱོད་ཤིག་ཡིན། ད་དུང་ངོས་རང་གི་ཉམས་སྦྱང་
གཞིར་བཞག་ན། སྤྱིའི་རྒྱལ་ཁབ་དུ་འགྲོ་སྐབས་ངོས་རང་ལ་ཞི་བདེ་དང་སྤྱིར་རྗེའི་སྐོར་ནས་མཚམས་རེར་མང་
ཆོགས་སྤྱོད་སྟག་བཞུལ་བ་ལ་གཏམ་བཤད་བྱེད་པའི་རེ་སྐུལ་བྱེད་པ་དང་། བརྗོད་གཞི་འདི་དག་གིས་ལོ་བཞི་
བཅུ་དང་ལྔ་བཅུའི་གོང་དུ་མི་མང་པོ་ཞིག་བཀྲུག་སྤྱོད་ཀྱི་མ་རེད། འཕེལ་སྤྱོད་འདི་དང་འདི་ལྟ་བུས་སྤྱིའི་
ཆ་ནས་ང་ཆོ་འགྲོ་བ་མིས་དྲང་བདེན་དང་བདེན་པ་ལྟ་བུའི་གཞི་རྒྱུ་རྩེ་རིན་ཐང་ལ་དབང་ཆ་ཆེན་པོ་ཞིག་སྤྲོད་
པ་སྟོན་གྱི་ཡོད།

ད་དུང་འཛམ་གླིང་གི་དཔལ་འབྱོར་ཅི་ཙམ་འཕེལ་རྒྱས་བྱུང་ན། དེ་ཙམ་གྱིས་རྒྱལ་སྤྱིའི་དཔལ་འབྱོར་
ལམ་ལུགས་ནི་མངོན་གསལ་དོད་པོས་གཅིག་ལ་གཅིག་རྟེན་དུ་འཇུག་བའི་བདེན་པ་འདི་ཡང་ངོས་ཀྱིས་རེ་བའི་
ཡུལ་ཞིག་དུ་བཟུང་ཡོད། འཕེལ་རྒྱས་དེའི་རྟེན་གྱིས་རྒྱལ་ཁབ་ཆོང་མ་པན་ཚུན་ལ་བརྟེན་དགོས་པ་དང་། དེང་
དུས་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་ལའང་རང་བྱུང་གི་ཁོར་ཡུག་དང་འདྲ་བར་ས་མཚམས་མེད་པར་སྐྱར་ཡོད། ཐ་ན་པན་ཚུན་
ལ་འཁོར་སེམས་མངོན་གསལ་དུ་བཟུང་ཡོད་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཆོས་ཀྱང་འཛམ་གླིང་གི་ཐོན་ཁུངས་རྒྱུ་ལེན་སྤྲོད་
བྱེད་པར་མཉམ་འབྲེལ་བྱེད་དགོས་ཤིང་། དཔེར་ན། མཚམས་རེར་རྒྱལ་ཁབ་དེའི་རིགས་ཀྱིས་རྒྱ་བོ་གཅིག་ལ་
བརྟེན་དགོས་པའང་ཡོད། དཔལ་འབྱོར་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་དེ་ཅི་ཙམ་རེ་ཟབ་དུ་སོང་ན། མིང་དོན་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་
དེའང་རེ་ཟབ་དུ་འགྲོ་ངེས་ཡིན། རྒྱ་མཚན་འདིའི་ཐོག་ནས་ཆོང་ལས་ལག་སྟེལ་གྱི་ཆོགས་པ་རྒྱུང་དུ་ཞིག་ཁོངས་
གཏོགས་རྒྱལ་ཁབ་གངས་གནས་གཉིས་ལས་བཞུལ་བའི་མཐུན་སྤྱོད་གཅིག་སྤྱིལ་གྱི་དོ་བོར་སྐྱར་པའི་ཡོ་རོབ་
མནའ་འབྲེལ་མཐུན་ཆོགས་བྱུང་ཡོད། དེ་མཚུངས་ང་ཆོས་འཛམ་གླིང་གི་ཡུལ་གྱི་གཞན་དག་ན་འཕེལ་རྒྱས་དེ་
ཙམ་མ་སོང་བའི་མཉམ་འབྲེལ་མཐུན་ཆོགས་མཐོང་རྒྱ་ཡོད་པའི་དཔེ་མཚོན་གསུམ་དྲངས་ན། ཨེ་ཤ་ཡའི་ཨྱོ་ཤར་
རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མཐུན་ཆོགས་དང་། ཨ་ཏུ་ཤི་རི་ཀ་གཅིག་སྤྱིལ་ཆོགས་པ། རྩོམ་ཕྱི་འདྲན་རྒྱལ་ཁབ་མཐུན་ཆོགས་
བཅས་ཡིན། མཐུན་ཆོགས་འདི་དག་རེ་རེ་ཡང་ཐུན་མོང་གི་བདེ་སྟག་གི་དོན་དུ་གཅིག་སྤྱིལ་བྱེད་པའི་འགྲོ་བ་
མིའི་ཞེ་འདོད་ཀྱི་བདེན་དཔང་དང་། རྒྱན་རིང་པོའི་འགྲོ་བ་མིའི་སྤྱི་ཆོགས་འཕེལ་འཇུག་གྱི་མཚན་བྱེད་ཅིག་ཡིན།

ང་ཚོ་འགྲོ་བ་མི་ནི་ཚོ་ཁག་ཚུང་དུ་ཞིག་གི་ངོ་བོ་ནས་མདུན་སྐྱོད་བྱས་ཏེ། གྲོང་རྒྱལ་དང་རྒྱལ་ཁབ་གྱི་ངོ་བོར་གྱུར་
ཅིང་། ད་ནི་ས་ཆ་དང་། རིག་གཞུང་། མི་རིགས་སོགས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ལས་བརྒལ་ནས། ཁོངས་མི་ཡ་ས་བརྒྱ་ཕྱག་
མང་པོ་ཡོད་པའི་མཐུན་ཕྱགས་མཉམ་འབྲེལ་གྱི་ངོ་བོར་གྱུར་ཡོད། འཕེལ་ཕྱོགས་འདི་ནི་མཐུན་དུ་འབྱུང་རྒྱ་
ཡིན་པ་དང་། འབྱུང་དགོས་ངེས་ཤིག་ཀྱང་རེད།

དེ་ལྟར་ནའང་། སྤེད་དོན་དང་དཔལ་འབྱོར་གྱི་མཐུན་འབྲེལ་རྒྱ་ཁྱབ་དུ་དར་བ་དང་དུས་མཉམ་དུ་མི་
རིགས་དང་། སྐད་ཡིག་ ཆོས་ལུགས་དང་རིག་གཞུང་སོགས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ནམས་སྤྲ་བརྟན་དུ་གཏོང་དགོས་པའི་
མངོན་འདོད་གསལ་པོ་ཞིག་ཀྱང་འབྱུང་གི་ཡོད་ལ། མཚམས་རེར་མངོན་འདོད་དེ་ནི་རྒྱལ་ཁབ་གྱི་ངོ་བོའི་འདུ་
ཤེས་ཉམས་པའི་རྒྱུ་ལྷན་དུ་གྲག་པོའི་ལམ་ནས་འབྱུང་གི་ཡོད། ཕྱོགས་གཅིག་ནས་རྒྱལ་ཁབ་སོ་སོའི་མཐའ་
མཚམས་ལས་བརྒལ་བའི་མཉམ་འབྲེལ་ཆོགས་ཁག་གི་ཕྱོགས་སུ་འཕེལ་འགྱུར་དང་། ཕྱོགས་གཞན་ནས་ས་གནས་
གྱི་རང་བཞིན་སྲུང་འདོད་པའི་ང་ཚོའི་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་བག་ཆགས་བར་གྱི་འགལ་འདུ་ལྟར་སྤང་དེར་ང་ཚོས་ཇི་ལྟར་
གདོང་ལེན་བྱ་དགོས་སམ། དོན་དངོས་སུ་བརྗོད་ན། དེ་གཉིས་ཀྱི་བར་ལ་འགལ་བ་ཞིག་ངེས་པར་དུ་ཡོད་མི་
དགོས་ཤིང་། མངའ་སྲུང་གི་ཆོགས་ལྷེ་ཁག་ནི་ཆོང་ལས་དང་། སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་སྤྲོད་ཅུས། བདེ་སྲུང་བཀོད་སྡོམ་
སོགས་ཀྱི་འོག་ནས་གཅིག་སྒྲིལ་བྱས་ཡོད་ཅུང་། མི་རིགས་དང་། རིག་གཞུང་། ཆོས་ལུགས་སོགས་ཀྱི་རང་སྐྱོང་གི་
ཆོགས་ལྷེ་སྤྱི་མང་ཡོད་ཆོག་པ་ང་ཚོས་སློ་འཆར་བྱས། ཆོགས་ལྷེ་སྤྱི་ལ་ཁྱབ་ཅིང་འགྲོ་བ་མིའི་གཞི་རྒྱའི་ཐོང་
ཐང་སྲུང་བའི་ཁྲིམས་ལུགས་ཀྱི་སྒྲིག་འཇུགས་ཤིག་ཡོད་ཆོག་པ་དང་། དེ་འདྲའི་བཅའ་ཁྲིམས་ཀྱི་འོག་ནས་ཆོགས་
ལྷེ་བྱེ་བྲག་པ་ནམས་ཀྱིས་སོ་སོའི་འདོད་པ་ལྟར་དུ་འཆོ་བའི་བྱ་གཞག་སྒྲུབ་ཆོག་ཀྱང་། མཐུན་ཆོགས་ཀྱི་ཙུ་
འཇུགས་ནི་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་པན་བདེ་དེ་མཉམ་འབྲེལ་ལ་བརྟེན་ན་རྒྱ་ཆེན་སྒྲུབ་སྒྲུབ་པའི་ངོས་འཛིན་གཞིར་བཞག་
ནས་རང་ཆས་སུ་ཡོང་རྒྱ་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། བཅན་ཐབས་ཀྱིས་ཙུ་འཇུགས་བྱེད་མི་ཅུང་། འདི་ལྟར་སྤྱོད་
ལོ་གསར་པའི་དཀའ་ཆོགས་ནི། འགྲོ་བ་མིའི་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་ངོ་བོ་ངོས་འཛིན་དང་། ཆང་མའི་ཐོབ་ཐང་ལ་བརྟེན་
འཛིན་བྱེད་པའི་རྒྱལ་སྤྱིའམ་མཉམ་འབྲེལ་གྱི་ཆོགས་ལྷེ་ཞིག་ཙུ་འཇུགས་བྱེད་རྒྱ་འདི་ཡིན།

ལེའུ་བརྩ་བཞི་པ།
ཞི་བདེ་དང་། གོ་མཚན་བཀག་སྡོམ།

སྐྱ་ནག་གི་མགོ་བྱིན་མའོ་ཅེ་དྲུང་གིས་མེ་མདའི་ཁ་ལས་སྤྱིད་དབང་ཐོན་ཞེས་བརྗོད་ཡོད་པ་ལྟར།
དྲག་སྤྱོད་ཀྱིས་འབྲལ་གྱི་དམིགས་འདུན་ངེས་ཅན་ཞིག་སྐྱབ་ཐབ་ནའང་། དུན་དུ་བརྟན་པའི་འབྲས་བུ་ཞིག་སྐྱོན་
མི་ཐུབ་པ་གསལ་བོ་ཡིན། འགོ་བ་མའི་ལོ་རྒྱུས་ལ་བཞག་ཆོ། ཞི་བདེ་དང་། དྲང་བདེན། རང་དབང་སྐོས་ལ་
སྤྱོད་པའི་དྲུང་སེམས་ནི། བཅོན་གཞོན་དང་གདུག་རྩལ་ལས་མཐའ་མར་རྟག་ཏུ་རྒྱལ་ཡོད་པ་མཐོང་ཐུབ། རྒྱ་
མཚན་དེའི་ཕྱིར་ངོས་ནི་འཆོ་མེད་ཞི་བ་ལ་ཡིད་ཆེས་བརྟན་པོ་བྱེད་མཁན་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། དྲག་སྤྱོད་ཀྱིས་དྲག་
སྤྱོད་སྤྱོད་པ་དང་། དྲག་སྤྱོད་ནི་སྐྱག་བཟུལ་ཁོ་ནའི་འབྲུང་ཁུངས་ཡིན། བརྟག་པ་མཐར་བཟུང་གིས་བརྗོད་ན།
གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་འཁྲུག་ཚོད་ཅིག་འགོག་པར་ཐོག་མའི་སྐབས་སུ་དམག་དཔུང་དང་གོ་མཚན་ཁོ་ནར་བརྟེན་ནས་
བར་འདུམ་བྱེད་དགོས་པའི་གནས་སྤངས་ཤིག་ཡོད་ཅིང་ཀྱང་། བསམ་གཞིག་བྱེད་ལྟངས་འདི་ལ་དཀའ་རྒྱུ་
ཅིག་ཡོད་དེ། ང་ཚོས་དྲག་སྤྱོད་ཀྱི་མཚན་འབྲས་ལ་སྤོང་དཔག་བྱེད་ཐུབ་ཅིང་ཀྱང་། དེ་ལྟར་བྱེད་པར་ཉ་ཅང་
ཁག་པོ་ཡིན་པར་མ་ཟད། ཐོག་མའི་སྐབས་སུ་སྤོང་དཔག་དེ་བདེན་པ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་མིན་ཡང་གསལ་བོར་རྟོགས་
མི་ཐུབ། ངེས་ཤེས་དེ་ནི་ང་ཚོས་ཕྱི་མིག་གིས་ལྟ་སྐབས་འབྲུང་བ་དང་། ང་ཚོས་ཁག་ཐག་བྱེད་ཐུབ་པ་ཁོ་ན་ནི།
དྲག་སྤྱོད་ཡོད་སར་བསྐྱོད་ཏུ་མེད་པའི་སྐྱག་བཟུལ་རྟག་ཏུ་འབྲུང་བ་འདི་ཡིན།

མི་ཁག་ཅིག་གིས་ཏཱ་ལའི་སླ་མས་འཆོ་མེད་ཞི་བར་བཟུང་བའི་ཡིད་ཆེས་ནི་བཟུགས་པའི་ཡུལ་ཞིག་ཡིན་
ཡང་། དེ་ནི་དོན་དངོས་སུ་ཁ་ཡོད་ལག་ཡོད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཞིག་མ་རེད་ཅེས་བརྗོད་ཅིང་། འོན་ཀྱང་། དོན་
དངོས་སུ་བརྗོད་ན། འཁྲུག་ཚོད་ཀྱིས་ནམ་ཡང་དྲག་སྤྱོད་ལ་འབྲུང་རྒྱུ་བྱེད་པའི་འགོ་བ་མའི་དཀའ་རྒྱུ་རྣམས་
སེལ་ཐུབ་པར་བསམས་ན་བྱལ་ཆུང་ཡིན།

ངོས་ཀྱི་ལྟ་རྒྱུལ་ལ། མི་མང་པོ་ཞིག་གིས་འཆོ་མེད་ཞི་བ་ནི་ཁ་ཡོད་ལག་ཡོད་ཀྱི་རང་བཞིན་མིན་པར་
བརྗོད་དགོས་དོན་གཙོ་བོ་དེ། འཆོ་མེད་ཞི་བའི་བྱ་གཞག་གིས་རང་ཉིད་སྤྱ་བཀོང་བར་བྱས་ནས་སེམས་ལྷགས་
ཉམས་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་རེད། གང་ལྟར་ཡང་སྤོང་དུས་མི་ཞིག་གིས་སོ་སོའི་ཡུལ་ལྟང་དང་། ཐ་ན་གོང་སྤྱོད་
ནང་དུ་ཞི་བདེ་ཡོད་པའི་སྤོང་པ་བྱས་ན་འདྲང་གི་ཡོད་ཀྱང་། ད་ལྟ་ང་ཚོས་འཛམ་གླིང་གི་ཞི་བདེའི་སྐོར་ལ་
བསམ་གཞིག་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད། འདི་ནི་ཚུལ་མཐུན་ཞིག་ཡིན་ཏེ། འགོ་བ་མའི་རིགས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ངོ་བོ་
ནི་ད་ལྟ་ཤིན་ཏུ་མངོན་གྱུར་ཡིན་ཞིང་། དོན་སྤྱིར་ཅན་གྱི་ཞི་བདེ་ཞིག་སྤོང་དགོས་ན་ང་ཚོས་འཛམ་གླིང་གི་ཞི་
བདེ་སྤོང་དགོས་པ་དང་། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༠ ནང་དུ་འཛམ་གླིང་གི་ཡུལ་སྐུ་མང་པོར་བྱུང་བའི་གསར་བརྗེའི་རྣམ་པ་
གཙོ་བོ་ནི་འཆོ་མེད་ཞི་བ་ཡིན།

རེ་བས་ཁེངས་པའི་དང་དུས་ཀྱི་རྣམ་པ་གཙོ་བོ་ནི། རྒྱལ་སྤྱིའི་ཞི་བདེ་ལས་འགལ་བྱུང་བ་འདི་ཡིན་ཞིང་།
གལ་ཏེ་ཞི་བདེའི་སྐོར་ལ་གང་དམག་གི་རྗེས་སུ་གོ་ཐོས་བྱས་པ་ཇི་བཞིན། དེང་སང་གོ་རྒྱ་ཐོས་རྒྱ་མེད་པར་གྱུར་
ཡོད་ན། དེ་ནི་ཞི་བདེ་སྐྱགས་འདུན་དུ་བཟུང་བའི་སྤོང་སེམས་དེ་སྤྱི་བྱུང་གི་ཆོར་ཤེས་ལ་ཐེམ་ཡོད་པས་ཡིན་ཅིང་།

དེ་ལྟར་ནའང་། ངོས་ཀྱིས་ཞི་བདེ་ཞེས་བརྗོད་པའི་གོ་དོན་ནི་ཅི་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། དམག་འབྲུག་ནི་འགྲོད་པའི་གཞི་ཞིག་ཡིན་ཡང་། འགྲོ་བ་མིའི་རང་བྱུང་གི་བྱ་སྤྱོད་ཅིག་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡང་མེད་དམ་ཞེ་ན། ང་ཚོས་འདྲི་དམག་འབྲུག་དང་བྲལ་བ་ཙམ་གྱིས་ཞི་བདེ་དང་། གཞན་གྱི་ལྷ་ཚུལ་དང་ཐོབ་ཐང་ལ་བརྗོད་བསྐྱེད་དང་བརྩོ་འཛིག་བྱེད་པའི་ཕན་ཚུན་གྱི་གོ་རྟོགས་སོགས་ཀྱི་རྒྱུན་པས་བདེ་འཇགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་ཟབ་མོ་ཞིག་ལས་བྱུང་བའི་ཞི་བདེའི་བར་ལ་ཁྱད་པར་ཞིག་འབྱེད་དགོས། ཞི་བདེ་བྱི་མ་འདི་ནི་ལོ་རབས་བཞི་དང་ཕྱེད་ཀའི་རིང་། གང་དམག་གི་སྐབས་སུ་ཡོ་རོབ་ཏུ་བྱུང་བའི་ཞི་བདེ་དང་གཅིག་པ་མེན་ཞིང་། ཞི་བདེ་དེའི་རྟེན་གཞི་ཅུ་ཕྱུགས་གཉིས་ཀས་ཕན་ཚུན་འཛིམས་སྤྱབ་ངེས་ཡིན་པའི་བསམ་སྒྲོ་བྱུང་མཚར་བ་ཞིག་དང་། དྲགས་ཐོན། འཛིགས་སྐྱག་སོགས་ཡོད། གང་དམག་གི་རྒྱུ་ཕར་གྱུར་པའི་ཞི་བདེ་དེ་ནི་བརྟན་བརྩིང་ཅན་ཞིག་ཡིན་མེན་ཞིང་། ཕྱུགས་གཉིས་གང་ཅུང་ལ་གོ་ནོར་ཚབས་ཆེན་ཞིག་བྱུང་ཡོད་ན། གཏོར་བཙམ་གྱི་མཁུག་འབྲས་ཆེན་པོ་ཞིག་བསྐྱེད་ཡོད་ངེས་རེད། ལྷག་ཏུ་ས་ཆ་ཁག་ཅིག་ཏུ་གོ་མཚན་གྱི་བདག་གཉེར་དེའང་སྤྱི་ལོ་འཇུགས་དང་ལྷན་པ་ཞིག་བྱུང་མེད་པ་ང་ཚོས་ཕྱིས་སུ་ཤེས་པའི་གོ་རྟོགས་ཀྱི་ངོས་ནས་ཕྱི་མིག་གིས་བལྟས་ཆོ། ང་ཚོ་གཏོར་བཙམ་ཚབས་ཆེན་ལས་ཐར་པ་འདི་ནི་ལྷས་མགོན་སྐབས་གནང་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན།

ཞི་བདེ་ནི་ང་ཚོ་ལ་ལྷོས་མེད་ཏུ་གྱུབ་པའི་ཆོས་ལྟ་མེན་ཞིང་། དམག་འབྲུག་ཀྱང་དེ་བཞིན་ཡིན། སྤང་དོན་གྱི་མགོ་བྱིད་དང་། སྤང་རྩས་བཟོ་མཁན། དམག་དཔུང་གི་སྤྱི་ཁྱབ་མགོ་གཙོ་ལྟ་བུའི་གང་ཟག་སྐར་པ་ངེས་ཅན་ཞིག་ལ་ཞི་བདེ་དང་འབྲེལ་བའི་འོས་འགན་ལྗེས་པོ་འཕར་མ་ཞིག་ཡོད་པ་བདེན་ཡང་། མི་འདི་ཆོ་ནི་གནམ་ནས་སྤྱེས་ནས་མར་ལྷུང་བ་ཞིག་མེན་ལ། ང་ཚོ་དང་འདྲ་བར་ཁོ་ཚོ་ཡང་སོ་སོའི་ཨ་མའི་འོ་མ་དང་བྱམས་སྤྱོད་གི་འོག་ནས་ནར་སོན་ཞིང་། ང་ཚོས་སྐར་སོ་སོ་ནས་བསྐྱེད་རོགས་བྱས་པའི་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་ནང་དུ་འཛར་ལོངས་བྱུང་བ་དང་། ང་ཚོའི་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་བྱིས་གཞི་ཆེན་པོའི་ནང་མི་ཡིན། འདི་ལྟར་འཛིན་སྤྱོད་གི་ཞི་བདེ་ནི་གང་ཟག་སོ་སོའི་སེམས་ནང་གི་ཞི་བདེ་ལ་བརྟེན་ཡོད་པ་དང་། ཞི་བདེ་དེ་ཡང་འགྲོ་བ་མིའི་གཞི་རྩའི་རིན་ཐང་རྒྱམས་གོང་འཕེལ་གཏོང་བཞིན། མི་དགོ་བའི་སེམས་བྱུང་ཁག་ལ་བྱིན་པའི་རང་གི་ཡ་ལན་ལ་སྤང་དོར་ལྷན་མེན་དེར་སྤྱག་ཡོད།

གལ་ཏེ་ཞི་བདེ་ངོ་མ་ནི་ཕན་ཚུན་གྱི་ཞེ་སྤང་དོ་མཉམ་པའི་གནས་སྤངས་འཛིག་སྤྱོད་པ་ལས་ལྷག་ཅིག་ཡིན་པ་དང་། གལ་ཏེ་ཞི་བདེ་ནི་མཐར་ཐུག་ན་ནང་གི་རྩྭ་རྩྭ་ཐམས་ཅད་བསལ་བའི་གནས་སྤངས་ཤིག་ལ་བརྟེན་དགོས་ན། དམག་འབྲུག་གི་སྐོར་ལ་ང་ཚོས་ཅི་ཞིག་བརྗོད་དགོས་པ་ཡིན་ནམ། དམག་དོན་གྱི་ལས་འགུལ་པལ་ཆེ་བའི་དམིགས་འདུན་ནི་ཞི་བདེ་ཡིན་ཡང་། དོན་དངོས་སུ་བརྗོད་ན་དམག་འབྲུག་ནི་ འགྲོ་བ་མིའི་ཆོ་སྤྱོད་འབྱུང་ཤིང་དུ་གྱུར་པའི་མེ་ཕུང་ལྟ་བུ་ཡིན་ཞིང་། དམག་འབྲུག་ཁྱབ་སྤངས་ཀྱི་ཆ་ནས་ཀྱང་མེ་དང་འདྲ་བ་སྟེ། དཔེར་ན། སྤྱན་མའི་ཡོ་གོ་སི་ལ་སྤེལ་ཡའི་ནང་གི་ཉེ་ཆར་གྱི་འབྲུག་རྩྭ་བྱུང་སྤངས་ལ་བལྟས་ཆོ། གནས་གཅིག་ཏུ་བྱུང་བའི་རྩྭ་རྩྭ་ལྟར་དུ་ཆེ་ཅུ་སོང་ནས་མངའ་བྲལ་ཡོངས་སུ་ཁྱབ་ཡོད་པ་མཐོང་བྱུང་། ད་དུང་དམག་འཐབ་སོ་སོར་མཚན་ནའང་། དམག་དཔོན་ཚོས་ས་ཁུལ་ཞིག་གི་དམག་དཔུང་འཁོས་ཞན་པར་མཐོང་ན་དམག་དཔུང་གཞན་ཞིག་དེའི་ཁ་སྤོར་དུ་གཏོང་གི་ཡོད། འདི་ནི་མི་གསོན་པོ་མེ་ཕུང་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་ནང་དུ་གཡུག་པ་དང་གཅིག་མཚུངས་ཤིག་ཡིན་ནའང་། ང་ཚོས་གོམས་འདྲིས་ཀྱི་དབང་གིས་དེ་སྤང་མེད་ཏུ་བསྐྱུར་བ་དང་། གཡུལ་འབྱེད་ཀྱི་ངོ་བོ་རྣལ་མ་ནི་གདུག་རྩལ་དང་སྤྱག་བསྐལ་ཡིན་པ་ངོས་འཛིན་བྱེད་སྤྱབ་ཀྱི་མེད།

ང་ཚོས་དམག་འཁྲུག་ནི་སྤྱི་ལཱ་ཞིག་དང་། ཐ་ན་མངོས་སྤྱད་དང་གཞི་བཞེད་ཅིག་ཏུ་མཐོང་བ་
འདི་སྤྱབས་མ་ལེགས་པའི་བདེན་པ་ཞིག་ཡིན། དམག་མིའི་རོལ་ཆའི་རུ་ཁག་གིས་རོལ་དབྱངས་དགོལ་བཞིན།
དམག་ལ་རྩིས་པོ་གྱུར་པའི་དམག་དབྱང་བསྐྱེད་ནས་མཐུན་ཏུ་བཟོད་པ་ནི་སྤྱད་ཏུ་སྤྱི་གྱུ་ཆོའི་ཡིད་དབང་
འགྲུག་བྱེད་ཅིག་ཡིན། ང་ཚོས་མི་གསོད་ཁྲག་སྤྱོད་ནི་སྤྱི་གཡའ་བ་ཞིག་ཏུ་མཐོང་གི་ཡོད་རུང་། གཡུལ་འགྲེད་ནི་
ནག་ཉེས་དང་འབྲེལ་བ་ཞིག་ཡོད་པར་མཐོང་གི་མེད། དེ་ལས་སྤྱོད་སྤྱོད་དམག་འཁྲུག་ནི་སོ་སོའི་རྒྱས་པ་དང་སྤྱོད་
སྤྱོད་མངོན་པའི་གོ་སྐབས་ཤིག་ཏུ་མཐོང་བ་དང་། དམག་འཁྲུག་གི་ནང་དུ་བསང་པའི་མིའི་གྲངས་ཀ་རྩི་ལྟར་
མང་ན། ང་ཚོས་དེ་ཙམ་གྱིས་གསོད་མཁན་དམག་མི་དེ་དབུག་པོ་ཡིན་པར་འདོད་ཀྱི་ཡོད། གོ་མཚན་ལ་མཚན་
ནའང་། བཀོལ་སྤྱོད་བྱས་ན་མི་གསོན་པོ་གསོད་ཀྱི་ཡོད་པ་སོགས་བཞེད་དེ། འཕྲུལ་ལས་མད་ཏུ་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་
པ་ལྟར་ང་ཚོས་དེའི་སྒྲོ་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། འོན་ཀྱང་། གོ་མཚན་གྱིས་བྱེད་ཀྱི་གྲགས་པ་དང་། ང་ཡི་
གྲགས་པོ། ང་ཚོའི་པ་མ་དང་། སྤྱི་ལཱ་མིང་མིང་། ཐ་ན་སྤྱོད་དང་དཔལ་གསོད་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད།

འདི་ལས་ཀྱང་ཡིད་སྤྱོད་དགོས་པའི་གནས་ཏེ། དེང་དུས་ཀྱི་དམག་འཁྲུག་ལ་མཚན་ན། དམག་འཁྲུག་སྤོང་
མཁན་ནི་གཡུལ་འགྲེད་ཀྱི་འཁྲུག་ཚོད་དང་ཐག་རིང་པོར་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད། དེ་དང་ཆབས་ཅིག་ཏུ་འཐབ་འཛིང་བ་
མ་ཡིན་མཁན་ལ་ཐེབས་པའི་དམག་འཁྲུག་གི་ཤུགས་སྤྱོད་ནི་སྤྱོད་ལས་ཐུབ་མང་པོར་ཆེ་རུ་བྱེད་ཡོད། དེང་དུས་
ཀྱི་འཁྲུག་ཚོད་ནང་དུ་སྤྱད་བསྐྱེད་སྤྱོད་མཁན་པལ་ཆེ་བ་ནི་ཉེས་པ་མེད་མཁན་ཏེ། འཐབ་འཛིང་བ་ཆོའི་བྱིས་
ཆང་དང་། འཁྲུག་ཚོད་དེ་དང་ཐད་ཀར་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་མང་ཚོགས་དགྲུས་མ་རྣམས་ཡིན། ཐ་ན་གཡུལ་
འགྲེད་རྩིས་པའི་རྩིས་སྤོང་དཔལ་འབྱོར་གྱི་དཀའ་ངལ་མ་བཅིས་རུང་། རྩིས་སྤྱོད་ཀྱི་གོ་མཚན་ལས་བྱུང་བའི་
དུག་རྩིས་དང་། སའི་ནང་དུ་སྤྱད་པའི་འབར་རྩིས་སོགས་ཀྱི་སྤྱོད་པས་སྤྱད་བསྐྱེད་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡུན་རིང་པོར་
འབྱུང་གི་ཡོད། དམག་འཁྲུག་གི་པམ་ཁ་སྤོང་མཁན་གཙོ་བོ་ནི། སྤྱོད་མེད་དང་། སྤྱི་གྱུ་ དེ་བཞིན་མི་རབས་ཆུན་
པ་ཆོ་ཡིན།

དེང་དུས་ཀྱི་དམག་འཁྲུག་གི་དངོས་ཡོད་གནས་ལྟགས་ནི། དེའི་ཆ་ཐམས་ཅད་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་ཅེད་མོ་དང་
འདྲ་མཚུངས་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད་པ་འདི་ཡིན་ཞིང་། གོ་མཚན་གྱི་རྒྱས་སྤྱོད་ལ་འཕེལ་བྱས་བྱུང་བ་ནི་དམག་དོན་དང་
འབྲེལ་བ་མེད་པའི་མི་ཆོའི་འཆར་སྤྱོད་ལའང་མི་ཤོང་བ་དང་། དེ་དག་གི་གཏོར་བཅོམ་གྱི་རྒྱས་པ་ནི་ཏ་ཅང་ཆེ་
བས། གཡུལ་འགྲེད་བྱེད་དགོས་པའི་སྤྱོད་མཚན་རྩིས་མང་ཡང་། དེའི་ཁ་གཏད་དུ་ཡོད་པའི་སྤྱོད་མཚན་ལ་དོ་སྤྱོད་
གཏན་ནས་ཡོང་མི་སྤྱོད། པལ་ཆེར་ང་ཚོས་གནའ་པོའི་དུས་ཀྱི་འཐབ་འཛིང་བྱེད་སྤྱོད་དེ་དཔལ་ལྡན་ཡིད་གཏད་
བ་ལ་བཟོད་པ་བསྐྱོར་ཆོག་ མ་མཐའ་ཡང་དེའི་དུས་མི་ཆོས་ཁ་དང་སྤྱོད་གཏུགས་ནས་འཐབ་འཛིང་བྱས་ཡོད།
སྤྱད་བསྐྱེད་བྱུང་ཡོད་པ་ནི་སྤྱོད་མི་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་ཡང་། དེ་དུས་དབང་འཛིན་པ་ཚོས་སོ་སོའི་དམག་དབྱང་
ཁོད་ནས་གཡུལ་ལ་ཞུགས་པ་ནི་སྤྱོད་སྤྱོད་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། གཡུལ་ཏེ་སྤྱོད་གཅིག་གི་དབང་འཛིན་པ་བསང་ན་
གཡུལ་འགྲེད་དེ་ཐག་ཆོད་ཡོད། འོན་ཀྱང་། འཕྲུལ་ལས་ཡར་བྱས་སྤྱོད་སྤྱོད་པ་དང་། དམག་སྤྱོད་ཆོ་གཡུལ་ས་དང་
བྱུང་ཐག་རིང་ལ་བྱེད་ཡོད་ལ། དེང་སང་ཁོ་ཆོ་ནི་གཡུལ་ས་ནས་ལེའུ་སྤོང་སྤྱོད་མང་པོས་ཆོད་པའི་ས་འོག་གི་
ཡིབ་ཁང་ཞིག་ཏུ་སྤྱོད་ཆོག དེའི་སྤྱོད་མཚན་གྱིས་གཡུལ་འགྲེད་ལ་ཞུགས་པར་ཐོག་མར་ཐག་གཅོད་བྱེད་མཁན་ཆོ་
ཆེད་དུ་བཅོལ་ནས་འགོ་བའི་རྒྱས་པ་ཡོད་པའི་མདུན་ཞིག་གསར་བཟོ་བྱེད་འོས་པར་སྤྱོད། ངོས་ཀྱི་སྤྱོད་ཆུལ་ལ། དེ་
འདྲ་ཞིག་བཟོས་ན་དྲང་བདེན་དང་མཐུན་ཞིང་། ཉེས་མེད་རྣམས་ལ་འཆོ་བ་མེད་པའི་ལམ་ནས་དམག་འཁྲུག་

སྤོང་མཐུན་ཆོ་རྒྱལ་མེད་དུ་བཟོ་བའི་གོ་མཚན་ཞིག་ལ་ངོས་ཀྱིས་གོང་གི་རྒྱ་མཚན་རྣམས་གཞིར་བཞག་ནས་དགའ་བསུ་བྱ་རྒྱུ་ཡིན།

གོ་མཚན་གྱི་དགོས་དམིགས་ནི་རང་ཕྱོགས་ལ་སྤང་སྦྱོར་དང་། གཞན་ཕྱོགས་ལ་སྤོང་འཛིང་བྱེད་ཆེད་ཡིན་ཡང་། དེའི་གཏོར་བརྒྱལ་གི་རྣམས་པ་ལ་གཞིགས་ན། གོ་མཚན་ནི་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ལ་གཏོར་བཅོམ་བྱེད་ཆེད་ཁོ་ནའི་དོན་དུ་གྲུབ་པ་ཞིག་ཡིན། ཞི་བདེ་ནི་གོ་མཚན་བཀག་སྡོམ་ཁོ་ནར་བརྟེན་ནས་འབྱུང་གི་ཡོད་པར་འདོད་རུང་། གོ་མཚན་རང་ངོས་ནས་མི་གསོད་ཁྲག་སྦྱོར་བྱེད་མི་སྤྱབ་པ་ང་ཚོས་ངོས་ལེན་བྱེད་དགོས་པ་དང་། གོ་མཚན་ནི་གསོད་པའི་དོན་དུ་བཟོས་ཡོད་རུང་ཇི་སྲིད་མཛོད་ཁང་ནང་དུ་གནས་པ་དེ་སྲིད་དུ་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ལ་དངོས་སུ་གནོད་སྦྱོར་བྱེད་མི་སྤྱབ། གང་ཟག་ཆེ་གེ་མོ་ཞིག་གིས་ལག་པས་མེ་ཤུགས་འཕྱར་མདའ་སྤོང་དགོས་པ་དང་། ཡང་ན་ལག་པ་ཞིག་གིས་མེ་མདའི་སྐྱམ་པ་འཐེན་ནས་མདའ་གཏོང་དགོས། ཚེས་པ་འདི་ཆོ་ནི་གདོན་འདྲེ་ཞིག་གི་མཐུ་དང་རྣམས་པས་བྱེད་མི་སྤྱབ་ཅིང་། འགྲོ་བ་མི་ཁོ་ནས་བྱེད་སྤྱབ་པ་ཞིག་ཡིན། དེའི་ཕྱིར་འཛམ་གླིང་ལ་ཞི་བདེ་བཅོས་མ་མ་ཡིན་པ་ཞིག་ཡོད་དགོས་ན། ང་ཚོས་གོ་མཚན་ཅན་དུ་མ་བཟོ་རྒྱུ་འཇུགས་བྱས་ཡོད་པའི་དམག་དོན་གྱི་སྒྲིག་འཇུགས་རྣམས་ཀྱང་རྩ་མེད་དུ་གཏོང་དགོས་ཏེ། གང་ཟག་སྒྲེར་པ་དུ་མས་དམག་དཔུང་གི་རྣམས་ཤུགས་བཀོལ་ནས་སོ་སོའི་ཞེ་འདོད་དེ་གཞན་གྱི་སྤྱིང་དུ་བཅན་པོར་འཛིག་པའི་ཕྱིའི་རྒྱུ་ཆ་སྐབས། ང་ཚོས་ཞི་བདེའི་དོན་སྤྱིང་ལ་ལོངས་སུ་སྦྱོང་སྤྱབ་ཀྱི་མ་རེད། དེ་མཚུངས་བཀའ་བྲུབ་ཀྱི་རྒྱུ་སྤྱིང་ལ་དང་བདེན་མེད་པའི་སྦྱོར་བ་བཅོན་པར་ཐེ་ཅོམ་སྤྱི་ཅན་ཡང་མེད་པའི་དམག་དཔུང་ལ་བརྟེན་ནས་གྲུབ་པའི་སྲིད་དབང་གཅིག་སྤྱད་རིང་ལུགས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཡོད་པ་ཇི་སྲིད་དུ་ང་ཚོས་ཞི་བདེ་ངོ་མ་ཞིག་ལོངས་སུ་སྦྱོང་མི་སྤྱབ། དྲང་བདེན་མེད་ན་བདེན་པའི་རྩ་བ་མེད་པ་དང་། བདེན་པ་མེད་ན་ཡུན་དུ་བརྟེན་པའི་ཞི་བདེ་ཞིག་ཡོད་ཐབས་མེད། ཅིའི་ཕྱིར་ཡོངས་ཐབས་མེད་པ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། ང་ཚོར་རང་ཕྱོགས་སུ་བདེན་པ་ཡོད་ན། གཡོ་ཚལ་མེད་པའི་གདེང་ཚིག་ཅིག་དེ་དང་ལྷན་དུ་འབྱུང་གི་ཡོད། དེ་ལས་སྒྲིག་སྟེ། བདེན་པ་མེད་ན་ང་ཚོར་རང་གི་དམིགས་ལུལ་དོག་མོ་རྣམས་སྤྱི་ཐབས་ཁོ་ན་ཞིག་ཡོད་པ་ནི་དབང་ཤུགས་བཀོལ་སྦྱོང་བྱེད་རྒྱུ་འདི་ཡིན། ཅི་སྟེ་བདེན་པ་ཅིས་མེད་དུ་བྱས་པའི་ཐག་གཅོད་ཅིག་ཡིན་ན། རྒྱལ་མཐུན་དང་པམ་མཐུན་གང་ཞིག་ཡིན་རུང་། ཆང་མར་དྲང་བདེན་གྱི་ཆོར་བ་ཞིག་མེད་པ་དང་། མི་དགེ་བའི་ཆོར་བ་དེས་དྲག་པོའི་དབང་ཤུགས་ལ་བརྟེན་ནས་གྲུབ་པའི་ཞི་བདེ་དེ་ཉམ་དམས་གཏོང་གི་རེད།

ང་ཚོ་རེ་རེ་ལའང་བཅོས་མ་མེད་པའི་ཞི་བདེ་ཞིག་གི་ཆ་རྒྱུན་བརྒྱན་པའི་འོས་འགན་རེ་ཡོད་པ་དང་། ང་ཚོས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་པའི་སེམས་བྱུང་ལ་གདོང་ལེན་བྱས་ནས་དགེ་བའི་ཡོན་ཏན་རྣམས་གོང་འཕེལ་དུ་གཏོང་བཞིན། རང་རྒྱུད་ཀྱི་དགྲ་པོའི་དཔུང་ཚོགས་འཛོམས་ཐབས་བྱས་ན། ང་ཚོས་རང་བཞིན་གྱིས་ཕྱིའི་གོ་མཚན་བཀག་སྡོམ་གྱི་ཕྱོགས་སུ་འགྲོ་བའི་རྒྱུ་རྒྱུབ་ཀྱི་ཡོད། འཛམ་གླིང་ལ་ཞི་བདེ་སྤྱད་མེད་ཅིག་ཡོད་དགོས་ན། དེ་ནི་ང་ཚོ་རེ་རེ་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་སེམས་འདུལ་སྦྱོང་བྱེད་པ་ཁོ་ནར་བརྟེན་ནས་ཡོང་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། ཉོན་མོངས་པའི་ཚུང་ཆོར་ནི་ཚིང་རྟོག་གི་སྒྲིག་རྒྱུ་ལྟ་ཡིན། ང་ཚོས་གཞན་གྱི་བདེ་སྤྱུག་ཤེས་པར་བྱས་ནས་གཞན་དག་གི་བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་རང་གི་ཐོབ་ཐང་དང་འདྲ་མཉམ་ཡིན་པ་ངོས་འཛིན་བྱེད་བཞིན། གཞན་ལ་སྤྱུག་བསྐལ་གྱི་རྒྱ་རུ་འགྲོ་བའི་ལས་ཅི་ཡང་མི་བསྐྱབ་པ་ནི་གལ་ཆེན་ནང་གི་དོན་ཆེན་ཞིག་ཡིན། འདིའི་ཐད་ནས་ང་ཚོར་རམ་འདགས་དགོས་ཆོ། དམག་འབྲུག་གིས་མནར་བའི་མི་ཚོས་སྤྱུག་བསྐལ་ཇི་ལྟར་ཚུང་གི་ཡོད་པའི་

ཐོག་ལ་བསམ་སྒོ་བཏང་ན་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོད། ངོས་རང་ལ་མཚོན་ན། ལོ་འགའི་གོང་དུ་ཉེ་རོ་ཤི་མར་སོང་བ་དེ་དཔྱད་པ་ཙམ་གྱིས་དམག་འབྲུག་གི་གདུག་རྩལ་ཡིད་ལ་སྤང་སྤང་དཔྱད་གི་འདུག ངོས་གྱིས་དེ་རུ་ཡོད་པའི་འབྲེལ་སྟོན་ཁང་དུ་རྩལ་ཕྱན་མཚོན་ཆ་གསུམ་མ་ཐག་དུ་བཤོད་མཚམས་བཞག་པའི་ཚུ་ཚོད་ཅིག་དང་། འབར་རྩས་དེའི་ཆ་ཤྱགས་གྱིས་ནང་གི་ཁབ་རྒྱམས་ཁྱུ་ནས་རྟོག་པོར་གྱུར་པའི་ཁབ་ཤུབས་ཤིག་མཐོང་བྱུང་།

དུས་ལྷན་སྤྱང་བྱ་ཞིག་གི་ནང་དམག་དཔུང་གི་རྩ་འཛུགས་མེད་པར་གཏོང་མི་སྤྱབ་པ་གསལ་པོ་ཡིན་ཞིང་། ང་ཚོས་རི་ལྷོ་འདོད་རུང་ཕྱོགས་ཁག་གཅིག་གིས་གོ་མཚོན་བཀག་སྡོམ་བྱེད་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་སྤྱབ་དཀའ་བ་དང་། གལ་སྲིད་ང་ཚོས་དམག་འབྲུག་ནི་འདས་པའི་བྱུང་བ་ཞིག་དུ་གྱུར་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་འབྱུང་བར་རེ་བ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ན། དམག་དོན་སྤྱི་འཛུགས་ཀྱི་མ་ལག་ཐམས་ཅད་རྩ་མེད་དུ་གཏོང་རྒྱ་ནི། ང་ཚོས་མཐར་སྤྱག་གི་དམིགས་ལུལ་ཞིག་དུ་འཛིན་དགོས། འོན་ཀྱང་། གོ་མཚོན་གྱི་རིགས་ཐམས་ཅད་རྩ་མེད་དུ་བཟོ་བའི་རེ་བ་འཛིན་པ་ནི་མཐོང་དགས་པ་གསལ་པོ་ཡིན་ཞིང་། ཐ་ན་ང་ཚོའི་ཁྱུ་རྒྱུར་ཡང་མཚོན་ཆའི་ཚུལ་དུ་བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་ཚོག་པ་དང་། གཞན་ལ་གཞོན་པ་བྱེད་པའི་རྒྱ་དྲ་བཟོ་མཁན་དང་། ཡང་ན་མོངས་ཞེན་གྱི་ཚོགས་ཁག་ནི་རྟག་དུ་ཡོད་ངེས་རེད། དེའི་ཕྱིར་རི་སྲིད་འགོ་བ་མའི་རིགས་ཡོད་པ་དེ་སྲིད་དུ་ང་ཚོར་མི་ངན་གྱི་རིགས་ལ་གཏོང་ལེན་བྱེད་ཐབས་ཤིག་དགོས་ངེས་ཡིན།

དེ་ལྟ་བུས་ན་ང་ཚོས་རིམ་གྱིས་གོ་མཚོན་བཀག་སྡོམ་བྱེད་པར་སྡེ་སྲིད་བྱེད་པའི་དམིགས་ལུལ་གསལ་པོ་ཁག་གཅིག་རྩ་འཛུགས་བྱེད་དགོས་ཤིང་། གོ་མཚོན་བཀག་སྡོམ་བྱེད་པའི་སྲིད་དོན་གྱི་མངོན་འདོད་ཅིག་ང་ཚོས་ངེས་པར་དུ་བསྐྱེད་དགོས། དམག་དཔུང་གི་སྤྱི་འཛུགས་རྩ་མེད་དུ་གཏོང་བའི་ཁ་ཡོད་ལག་ཡོད་ཀྱི་ལས་དོན་དེ་ལྟ་བུ་ནི། ང་ཚོས་གོ་མཚོན་བཀག་སྡོམ་ལ་ཆོད་སེམས་རྒྱ་ཆེན་ཞིག་བཟུང་བའི་ཁོར་ལུག་ཁོ་ནའི་ནང་དུ་མ་གཏོགས་འབྱུང་མི་སྤྱབ། གཏོར་གཤིག་རྒྱ་ཆེན་བྱེད་པའི་གོ་མཚོན་གྱི་རིགས་གཅིག་ཕུ་རྩ་མེད་དུ་གཏོང་དགོས་པ་ཙམ་གྱིས་བསམ་གཞིག་བྱས་ན་འང་འདད་གི་མེད་ལ། ང་ཚོས་ངེས་པར་དུ་སོ་སོའི་དམིགས་ལུལ་དང་མཐུན་པའི་རྒྱུན་རྒྱུས་བསྐྱེད་དགོས་ཤིང་། ད་ལྟ་སྤྱབ་ཟེན་པའི་ལས་དོན་རྒྱམས་གཞིར་བཞག་ནས་རྒྱུན་དེ་རྒྱམས་བསྐྱབ་པར་འབད་བཅོམ་བྱ་དགོས་པ་གསལ་པོ་ཡིན། གོ་མཚོན་གྱི་རིགས་ཁག་ཅིག་རྒྱ་བྱབ་དུ་འགོ་བར་བཀག་སྡོམ་དང་། མཚམས་རེར་རིགས་གཅིག་རྩ་མེད་དུ་གཏོང་ཆེད་ལོ་མང་པོའི་རིང་འབད་བཅོམ་བྱས་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཞིང་། ལོ་རབས་བདུན་ཅུ་དང་བརྒྱད་ཅུའི་ནང་། རུབ་ཕྱོགས་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་དང་ཁྱུ་རུ་སྤྱིའི་བར་ལ་མཚོན་ཆ་བཀག་སྡོམ་གྱི་གོས་ཆོད་ཟ་ལི་འི་ཞེས་པ་ཞིག་བྱུང་ཡོད། དེ་མཚུངས་རྒྱལ་ཁབ་མང་པོས་བརྩི་འཛིན་བྱེད་པའི་རྩལ་ཕྱན་མཚོན་ཆ་བཀག་འགོག་གི་ཆེད་སྟེ་དེའང་བྱུང་ནས་ལོ་མང་པོ་འདས་ཡོད། རྩལ་ཕྱན་མཚོན་ཆ་དར་བྱབ་དུ་སོང་ཡོད་རུང་། ཡོངས་སུ་བཀག་སྡོམ་བྱེད་དགོས་པའི་བསམ་སྒོ་དེ་ད་དུང་གསོན་ཡོད་པ་དང་། ད་དུང་ས་འོག་འབར་རྩས་བཀག་སྡོམ་བྱེད་པའི་ཕྱོགས་སུ་འང་སེམས་ཤྱགས་འཕེལ་བའི་མདུན་སྡོད་ཅིག་བྱུང་ཡོད་པ་དང་། དཔེ་དེབ་འདི་འབྲི་བཞིན་པའི་སྐབས་འདིར་འཛམ་གླིང་གི་རྒྱལ་ཁབ་མང་ཆེ་ཤོས་གྱིས་འབར་རྩས་དེའི་རིགས་བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་པ་མཚམས་འཛིན་པའི་གོས་མཐུན་ལ་མཚོན་རྟགས་བཀོད་ཡོད། ལས་གཞི་འདིའི་རིགས་གྱིས་ད་ལྟ་སོ་སོའི་དགོས་དམིགས་ཡོངས་སུ་སྤྱབ་སྤྱོད་བྱེད་པ་བདེན་ཡང་། ང་ཚོས་གཏོར་བཙོན་གྱི་གོ་མཚོན་རྒྱམས་འདོད་ཀྱི་མེད་པའི་ངོས་འཛིན་མཚོན་ཆ་ཡོད་པར་མ་ཟད། ཞིབ་དཔྱད་དང་འཚོ་འདོད་པའི་འགོ་བ་མའི་གཞི་

ཅའི་རེ་འདོད་ཀྱི་རང་མདངས་དེའང་སྟོན་གྱི་ཡོད། ལས་གཞི་དེ་དག་ནི་བཀོལ་སྤྱོད་ཆེ་ཞིང་ད་དུང་ཡར་རྒྱས་སུ་གཏོང་ཆོག་པའི་འགོ་འཇུགས་ས་ཞིག་ཡིན།

རྒྱལ་སྤྱིའི་དམག་དཔུང་སླེག་འཇུགས་ཅུ་མེད་གཏོང་བའི་དམིགས་ཡུལ་སྐྱབ་ཐབས་གཞན་ཞིག་ནི། ང་ཚོས་རིམ་པས་གོ་མཚོན་བཟོ་ལས་ཀྱི་མ་ལག་རྣམས་མེད་པར་གཏོང་རྒྱུ་འདི་ཡིན། ངོས་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་འདི་ནི་དོན་དངོས་སུ་སྐྱབ་མི་ཐུབ་ཅིང་། རིགས་པ་དང་བུལ་བའི་བསམ་སྒྲོ་ཞིག་ཏུ་མི་མང་པོས་མཐོང་སྲིད་དེ། ཕྱགས་ལག་ཆང་མས་མཉམ་གཅིག་ཏུ་དམག་དཔུང་སླེག་འཇུགས་ཅུ་མེད་བཟོ་བའི་མས་མཐུན་མ་བྱས་ན་སྟོང་བསམ་ཞིག་ཡིན་པར་བརྗོད་ནས་དགག་པ་རྒྱག་ཆོག ཁོ་ཚོས་ད་དུང་དེ་ནི་ནམ་ཡང་འབྱུང་མི་སྲིད་པ་དང་། དཔལ་འབྱོར་གྱི་རྒྱ་མཚན་ལའང་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་དགོས་པར་བརྗོད་རྒྱུ་རེད། འོན་ཀྱང་། གོ་མཚོན་བཀོལ་སྤྱོད་ལས་བྱུང་བའི་དག་སྤྱོད་ཀྱི་མཇུག་འབྲས་མྱོང་མཁན་ཆོའི་ངོས་ནས་གནད་དོན་འདི་ལ་བལྟས་ཆོ། དགག་བྱ་འདི་དག་ལས་རྒྱལ་དགོས་པའི་འོས་འགན་ཞིག་ང་ཚོར་ཡོད་པ་ངོས་ལེན་མི་བྱེད་ཀ་མེད་ལྟ་བུ་ཡིན་ཞིང་། ངོས་ཀྱིས་གོ་མཚོན་བཟོ་ལས་དང་། དེས་རྒྱ་རྒྱུན་བྱས་པའི་སྤྱུག་བསྐལ་ལ་བསམ་གཞིག་བྱེད་ཐེངས་རེར་རང་གི་དྲན་འཛིན་གྱི་ནང་དུ་ཨ་ཤི་མེ་རྩི་ཅུ་ཡོད་པའི་ན་རྩེ་འཆི་སྐར་དེ་འཁོར་ཡོང་གི་འདུག རང་ཉིད་དང་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པའི་འགོ་བཅི་སྟོང་ཕྱག་མང་པོ་མེར་སྲེག་གཏོང་ས་སྟེ། སྤྱུག་ཏུ་ང་ཚོ་འགོ་བཅིས་འབར་ཁྱེན་རྒྱ་དང་གཅིག་གི་ཆ་ཤུགས་ཀྱང་བཟོད་མི་ཐུབ་ནའང་། ཁོ་ཚོའི་ནང་ནས་མང་པོ་ཞིག་གསོན་སྲེག་བྱེད་སའི་ཐབ་མཐོང་སྐབས། འཛིན་ཐང་ཅན་གྱི་ལག་ཤེས་པ་ཚོས་གཟབ་ནན་དང་དོ་སྣང་ཆེན་པོའི་སྒོ་ནས་ཐབ་ཀྱི་སྒྲུ་ལག་དེ་ཆོ་བཟོས་པ་ཡིན་པའི་བསམ་སྒྲོས་ངོས་རང་ལ་བག་ཆགས་ཐབ་ཤོས་དེ་བཞག་བྱུང་། འཆར་འགོད་པ་ཚོས་འཆར་གཞིའི་རི་མོ་འབྲི་བཞིན། མི་འབར་སའི་སྤྱུག་སྟོང་གི་དབྱིབས་ལ་བསམ་གཞིག་དང་། དུང་ཁྱུང་གི་དཀྱུས་ཁེང་དང་རིང་ཐུང་ལ་ཆད་འཇལ་བྱེད་བཞིན་པ་ངོས་ཀྱིས་རང་གི་ཡིད་ནས་པལ་ཆེར་མཐོང་ཐུབ་པའི་ཆོར་སྣང་ཞིག་བྱུང་སོང་། ངོས་ཀྱིས་ད་དུང་འཆར་འགོད་དེ་གཞིར་བཞག་ནས་ཐབ་བཟོ་མཁན་གྱི་ལག་ཤེས་པ་ཚོའི་སྒྲོར་ལའང་བསམ་གཞིག་བྱས་ཤིང་། ལག་ཤེས་པ་གཞན་དང་འདྲ་བར་སོ་སོའི་བཟོ་རྩལ་གྱི་གྲུབ་འབྲས་ལ་བརྟེན་ནས་ཁོ་ཚོར་སྟོབས་པ་སྟེས་ཡོད་པས་རེད། དེ་ནས་བྱེད་སྟངས་འདི་ནི་དེང་དུས་ཀྱི་གོ་མཚོན་འཆར་འགོད་དང་། གོ་མཚོན་ཐོན་སྐྱེད་བྱེད་མཁན་ཆོའི་བྱེད་སྟངས་དང་གཅིག་པ་ཡིན་པའི་བསམ་སྒྲོ་ཡང་ངོས་རང་ལ་འཁོར་བྱུང་། ཁོ་ཚོས་ཀྱང་སོ་སོའི་སྤྱན་སྲིང་འགོ་བཅི་པ་མི་ཡ་ས་མང་པོ་མ་ཡིན་ཡང་། སྟོང་ཕྱག་མང་པོ་གསོད་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་ལམ་བསྐྱར་གྱི་ཡོད། འདི་ནི་ཡིད་མི་བདེ་བར་བྱེད་པའི་གནད་དོན་ཞིག་མ་ཡིན་ནམ།

གནད་དོན་འདི་ཡིད་ལ་བབྱང་ནས་ལས་ཀ་དེའི་རིགས་སུ་ཞུགས་པའི་གང་ཟག་ཚོས་སོ་སོའི་བྱ་སྤྱོད་དེ་དང་བདེན་དང་མཐུན་མིན་ལ་བསམ་གཞིག་བྱེད་དགོས། ཁོ་ཚོས་རང་ངོས་ནས་སོ་སོའི་ལས་ཀ་བསྐྱར་ན་དཀའ་སྤྱུག་མྱོང་བ་གདོན་མི་ཟ་ཞིང་། བཟོ་ལས་དེའི་རིགས་མཚམས་བཞག་ན། གོ་མཚོན་ཐོན་སྐྱེད་བྱེད་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་ལའང་གནོད་རྒྱུ་རེད། འོན་ཀྱང་། འདི་ནི་སྒྲོས་གཏོང་རིན་ཐང་དང་ཐུན་པ་ཞིག་མ་ཡིན་ནམ། གོ་མཚོན་ཐོན་སྐྱེད་བྱེད་པའི་བཟོ་གྲུས་གོ་མཚོན་མ་བསྐྱར་པར་ཐོན་རྩལ་གཞན་བསྐྱར་ནས་ལམ་སྟོང་བྱུང་བའི་དཔེ་མཚོན་ཡང་མང་པོ་ཡོད་པར་སྟམ། ད་དུང་དམག་དཔུང་གི་སླེག་འཇུགས་དོར་བའི་རྒྱལ་ཁབ་ཡོད་ཆོག་པའི་དཔེ་མཚོན་ཞིག་ནི་ཁོ་སི་ཏོ་རེ་ཁ་ཡིན་ཞིང་། རྒྱལ་ཁབ་འདིས་བྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ལོར་གོ་མཚོན་དང་དམག་དཔུང་

གི་སྒྲིག་འཇུགས་སྤངས་ཤིང་། བྱིས་མཚན་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་ལས་རྒྱལ་ཁབ་འདིའི་འཛོལ་བ་དང་། འཕྲོད་བསྟེན། སློབ་གསོ་སོགས་ཀྱི་ཚད་གཞི་ལ་ཉལ་ས་པའི་འབྲེལ་རྒྱས་བྱུང་ཡོད།

བརྟན་ཁིང་བདེ་འཇགས་ཡིན་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་གཅིག་ཕུར་གོ་མཚོན་ཕྱི་འདྲན་བྱེད་པའི་ཚད་འཛིན་བྱས་ན་པལ་ཆེར་དངོས་ཡོད་ཀྱི་གནས་སྤངས་དང་ཅུང་མཐུན་པའི་བཤད་སྤངས་ཤིག་ཡོད་མོད། སྐད་ཆ་འདི་ནི་ཕྱགས་རྒྱང་མ་མཐོང་བའི་ལྷ་ཚུལ་དོག་མ་ཞིག་ལས་འབྱུང་གི་ཡོད་པ་དང་། གོ་མཚོན་གྱི་ཚད་འཛིན་བྱེད་སྤངས་འདི་འགྲིག་མེད་པ་ནི། ལོ་རྒྱུས་ཀྱིས་ཐེངས་མང་པོར་ར་སྤྲོད་བྱས་ཡོད། བར་ཤན་མཚོ་ཁྲག་གི་ཉེ་རབས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ལ་ང་ཚོ་ཆང་མ་རྒྱས་མངའ་ཆེ་ཁིང་། ལོ་རབས་བདུན་ཅུའི་ནང་ལུབ་སྤྱོད་མཐུན་འབྲེལ་རྒྱལ་ཁབ་ཚོས་ལྷ་ཅུ་ལྷུའི་འཇིགས་སྐལ་ལ་ཁ་གཏད་དུ་ཨི་རན་གྱི་རྒྱལ་པོ་ལ་གོ་མཚོན་བཞགས་ཡོད། འོན་ཀྱང་། ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཁོར་ཕྱག་ལ་འགྱུར་སྒྲིག་བྱུང་ནས་ཨི་རན་རང་ཉིད་ནི་ལུབ་སྤྱོད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཚོའི་ཁེ་ཕན་ལ་དགག་བྱ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད་པར་མཐོང་སྟེ། ལུབ་སྤྱོད་མཐུན་འབྲེལ་རྒྱལ་ཁབ་ཚོས་ཨི་རན་གྱི་ཁ་གཏད་དུ་ཨི་རན་ལ་གོ་མཚོན་སྤྲད་མོད། སྐར་ཡང་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་རྒྱང་འཕྲོད་ལ་འཕོ་འགྱུར་བྱུང་ནས་ཁེ་ཕན་ཐིམ་ཅིང་། གོ་མཚོན་དེ་དག་ལུབ་སྤྱོད་ཀྱི་མནའ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་ལ་ཁ་གཏད་དུ་བཀོལ་སྤྲོད་བྱས་ཡོད། འདི་ལྟར་མཐའ་མའི་མཇུག་འབྲས་ནི། གོ་མཚོན་ཐོན་སྐྱེད་བྱེད་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཚོས་སོ་སོའི་ཚོང་ཤལ་ལ་དམག་འཁྲུག་རྒྱག་དགོས་བྱུང་བ་འདི་ཡིན་ལ། ཚོག་གཞན་ཞིག་གིས་བརྗོད་ན། གོ་མཚོན་ཚོང་སའི་ཚོང་ཤལ་བདེ་འཇགས་ཅན་ཞེས་པ་ཞིག་ཡོད་མི་སྟེ།

རྒྱལ་སྤྱིའི་གོ་མཚོན་བཀག་སྡོམ་དང་། དམག་དམུང་གི་སྒྲིག་འཇུགས་ཅ་གཏོར་བྱེད་པའི་ངོས་ཀྱི་རེ་འདོད་འདི་ནི། སློན་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཞིག་ཡིན་པ་སྟེ་མི་དགོས་ནའང་། ལེགས་སྤྱོད་ནས་རེ་བ་འཛིན་པ་འདི་ལ་རྒྱ་མཚན་མདོན་གསལ་ཁག་ཅིག་ཡོད། གཅིག་ནི་རྒྱལ་ཕྱན་མཚོན་ཆ་གཙོས་པའི་གཏོར་བསྐྱོད་གི་རུས་ཤུགས་ཆེ་བའི་གོ་མཚོན་གྱི་རིགས་ལ་མཚོན་ན། གོ་མཚོན་གྱི་རིགས་འདི་བེད་སྤྲོད་ཆེ་བའི་གནས་སྤངས་ཤིག་ང་ཚོའི་ཡོད་ལ་འཆར་དཀའ་བ་དང་། རྒྱལ་ཁབ་གང་གིས་ཀྱང་རྒྱལ་ཕྱན་མཚོན་ཆའི་དམག་འཁྲུག་ཅིག་འདོད་ཀྱི་མེད། གོ་མཚོན་གྱི་རིགས་འདི་སྐར་མོ་ཆུད་ཟོས་སུ་གཏོང་བྱེད་ཅིག་ཡིན་པ་གསལ་པོ་ཡིན་ཏེ། གོ་མཚོན་དེ་ཚོ་བཟོ་སྐྱུན་བྱེད་པར་འགྲོ་གོན་ཆེ་ཁིང་། བཀོལ་སྤྲོད་བྱེད་སའི་ཡུལ་ཞིག་པལ་ཆེར་མེད་པ་དང་། བརྟེན་འཇོག་བྱས་ནས་བདག་གཉེར་བྱེད་པ་ལའང་འགྲོ་གོན་འཕོར་ཆེན་གཏོང་དགོས་ཀྱི་ཡོད། འདི་ལྟར་བསམ་གཞིག་བྱས་ན། གོ་མཚོན་འདིའི་རིགས་ནི་ང་ཚོའི་ཐོན་ཁུངས་ཟད་བྱེད་ཅིག་ལས་ཅི་ཡང་མེད།

རྒྱ་མཚན་གཞན་ཞིག་ནི། རྒྱལ་ཁབ་སོ་སོའི་དཔལ་འབྱོར་གྱི་ལམ་ལུགས་བར་ལ་གཅིག་ལ་གཅིག་རྟེན་གྱི་འབྲེལ་བ་བརྟན་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་འདི་ཡིན། འབྲེལ་བ་དེའི་རྒྱུ་པས་རྒྱལ་ཁབ་སོ་སོ་གཅིག་ཕུའི་ཁེ་ཕན་དང་ཁེ་འདོད་ཀྱི་བསམ་སྟོལ་དོན་སྦྱང་རྩེ་ཆུང་དུ་འགྲོ་བའི་ཁོར་ཕྱག་ཅིག་འབྲུབ་བཞིན་ཡོད། དེའི་ཕྱིར་དམག་འཁྲུག་ཚོད་རྟོག་སེལ་ཐབས་ཤིག་ཏུ་མཐོང་བ་ནི། ཐེ་ཚོམ་མེད་པར་བསམ་སྟོལ་རྟོང་པ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་འགོ་ཚུགས་པ་དང་། འགྲོ་བ་མི་ཇི་སྟངས་གནས་པ་དེ་སྟངས་དུ་ཚོད་རྟོག་འབྱུང་བ་བདེན་ཁིང་། འགལ་བ་ནི་མཚན་རེར་འབྱུང་ངེས་ཡིན། འོན་ཀྱང་། དེང་དུས་ཀྱི་གོ་མཚོན་ལ་ཡོད་པའི་རུས་ཤུགས་ཀྱི་དངོས་ཡོད་གནས་སྤྱོད་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ན། ང་ཚོས་དཀྱིལ་སྤྲོད་མ་ཡིན་པའི་ཐབས་ལམ་གཞན་ཞིག་གི་སྟོན་ནས་འགལ་བ་རྣམས་སེལ་དགོས་པ་ཁ་ཆོད་གོས་གཏུགས་ཡིན། དེའི་ཕྱིར་བཟོ་སྐྱེད་ནི་བར་འདུམ་དང་འགྲིག་མཐུན་གྱི་སྒྲ་སྒྲིག་ལ་དགོས་ངེས་ཡིན་ཁིང་། འདི་ནི་ངོས་རང་གཅིག་ཕུས་བཟུང་བའི་སྟོང་བསམ་གྱི་རེ་བ་ཞིག་མིན། ཡོ་རོབ་མནའ་འབྲེལ་མཐུན་ཚོགས་ལྟར་རྒྱལ་

སྤྱི་མཐུན་དོན་གྱི་ཚུགས་ཁག་ཅན་དུ་འགྱུར་བའི་འཕེལ་ཕྱོགས་ཡོངས་ཁྲབ་ཅིག་ཡོད་པས། རྒྱལ་ཁབ་སོ་སོའི་
དམག་དཔུང་གི་སླེག་འཇུགས་ནི་དཔལ་འབྱོར་ལ་མི་པན་པ་མ་ཟད། དགོས་ངེས་ཤིག་ཀྱང་མིན་པའི་དུས་ཤིག་ང་
ཚོའི་བསམ་སློབ་ནང་དུ་འཁོར་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད། སོ་སོའི་ས་མཆོམས་གཅིག་ཤུར་སྤྱང་སློབ་བྱེད་པར་བསམ་པ་ལས་ས་
ཁོངས་གཅིག་གི་བདེ་འཇགས་ལ་བསམ་སློབ་གཏོང་བ་ནི་རྒྱ་མཚན་དང་ཕན་པར་མཐོང་རྒྱ་རེད། དོན་དངོས་སུ་
བརྗོད་ན། འདི་ནི་ད་ལྟ་ནས་འབྲུང་འགོ་ཚུགས་ཡོད་པ་དང་། ཚོད་ལྷའི་ངོ་བོ་ཡིན་མིན་ལ་མ་སྟོན་པར་ཡོ་རོབ་
ཀྱི་མཐའ་མཆོམས་སྤྱང་སློབ་ཀྱི་བདེ་སྤྱང་ཅུ་ཁག་ལས་ལྷག་པའི་གཅིག་སྤྱི་བྱེད་པའི་འཆར་གཞི་ཡོད། ད་
དུང་འཇར་མན་དང་ཉལ་རན་སི་གཉིས་ཀའི་དམག་དཔུང་གི་ཕྱེ་ཁག་ཅིག་ཐུབ་ནས་ལོ་བཅུ་ཙམ་སོང་ཡོད། འདི་
ལྟར་མ་མཐའ་ཡང་ཡོ་རོབ་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་ལ་མཚན་ན། ཡོ་རོབ་མནའ་འབྲེལ་ནི་ཚོང་འབྲེལ་ལ་བརྟེན་ནས་
འགོ་ཚུགས་པ་ཞིག་ཡིན་ཡང་། མཐའ་མར་ས་ཁོངས་ཀྱི་བདེ་འཇགས་ལ་འགན་ལེན་པའི་ཚོགས་ཕྱེ་ཞིག་དུ་འགྱུར་
ཅུང་བ་ང་ཚོའི་ཡོད་ལ་འཆར་ཐུབ། ཅི་སྟེ་ཡོ་རོབ་དུ་འདི་ལྟར་བྱུང་ཐུབ་ན། ད་ལྟ་དང་འབྲུང་འགྱུར་གྱི་རྒྱལ་སྤྱིའི་
ཚོང་འབྲེལ་ཚོགས་ཁག་གཞན་དག་གིས་ཀྱང་དེ་ལྟར་དུ་སྤྱབ་མི་ཐུབ་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡང་མེད།

ས་ཁོངས་ཀྱི་བདེ་འཇགས་སྤྱང་སློབ་ཀྱི་ཚོགས་ཁག་འདི་ལྟ་བུར་བརྟེན་ནས་སོ་སོ་གཅིག་ཤུར་ཁེ་པན་
བསམ་པའི་ད་ལྟའི་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་གི་གནས་སྟངས་ལས་བརྒལ་ནས་རྣམ་པ་དོག་མོ་ཞིག་གི་ངོ་བོ་ནས་ངོས་བཟུང་
མེད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཆེན་པོ་ཞིག་ང་ཚོས་རིམ་གྱིས་ངོས་ལེན་བྱེད་ཐུབ་སྟེ། དེས་ད་དུང་དམག་དཔུང་གི་སླེག་
འཇུགས་རྩ་སྟོང་དུ་གྱུར་པའི་འཛམ་གླིང་ཞིག་བསྐྱུན་པ་ལའང་གོགས་བྱེད་རྒྱ་རེད། འདི་ལྟ་བུའི་འབྲུང་འགྱུར་ནི་
རིམ་བསམ་འབྲུང་དགོས་ཤིང་། རྒྱལ་ཁབ་སོ་སོའི་དམག་དཔུང་གི་སླེག་འཇུགས་ནི་ས་ཁོངས་ཀྱི་བདེ་འཇགས་སྤྱང་
སློབ་ཀྱི་ཚོགས་ཁག་ལ་བསྐྱར་པ་དང་། རིམ་བསམ་དེ་ཚོ་ཡང་ཁ་གཏོར་ནས་རྒྱལ་སྤྱིའི་འཛིན་སྲོང་འོག་ཡོད་པའི་
ཉེན་རྟོག་པའི་ཅུ་ཁག་མ་གཏོགས་མེད་པར་གཏོང་དགོས། ཉེན་རྟོག་པའི་ཅུ་ཁག་དེ་ལྟ་བུའི་དགོས་དམིགས་གཙོ་
བ་ནི། དྲང་བདེན་དང་། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་བདེ་འཇགས། གོ་ལ་རྩིས་པོའི་འགྲོ་བ་མའི་ཐོབ་ཐང་སོགས་ལ་སྤྱང་སློབ་བྱ་
རྒྱ་འདི་རེད། ཡིན་ཡང་། ཅུ་ཁག་དེ་ལ་འགན་ཁུར་བྱེད་བྱུག་པ་སྤྱི་ཚོགས་ཡོད་ཅིང་། དབང་ཆ་བཙན་འཛོགས་བྱེད་
དུ་མི་འཇུག་རྒྱ་ནི་དཔེ་མཚན་ཞིག་ཡིན། འགན་ཁུར་རྣམས་ལག་བསྟར་བྱེད་ཕྱོགས་ལ་མཚན་ན། ཁྲིམས་ཀྱི་སླེག་
འཇུགས་ཀྱིས་ཐོག་མར་ཐག་གཅོད་བྱེད་དགོས་ཤིང་། ཕྱི་ཕྱོགས་དང་ནང་ཁོངས་སུ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ལྟ་བུ་མཐར་སྐྱེད་
ཞིག་འཛིན་པའི་ཚོགས་ཕྱེ་ལྟ་བུ་ཞིག་གིས་གོང་ཕྱེ་ཞིག་ལ་དྲག་པོའི་ལམ་ནས་འཛིགས་སྐྱལ་བྱེད་སྐབས། གོང་ཕྱེ་
དེས་ཉེན་རྟོག་པའི་ཅུ་ཁག་དེ་འབོད་ཚོག་གཞན་ཡང་དཔེར་ན། ཚོས་ལྷགས་སོགས་ཀྱིས་ལྟ་བུའི་འགལ་ཁྲར་
བརྟེན་ནས་བྱུང་བའི་ཚོད་རྟོག་གི་ནང་དུ་དྲག་སྤྱོད་འབྲུང་བའི་ཉེན་ཁ་ཆེ་ན། རྒྱལ་སྤྱིའི་ཚོགས་ཕྱེས་ཉེན་རྟོག་ཅུ་
ཁག་དེ་ཚོས་གནས་དེར་གཏོང་བ་སོགས་བྱེད་ཚོག་གི་རེད།

ང་ཚོ་ནི་ད་དུང་སློན་ཡུལ་ཡིན་པའི་འཛམ་གླིང་གི་སྤྱི་ཚོགས་འདི་ལྟ་བུར་རྒྱང་ཐང་རིང་བ་བདེན་ཡང་།
འདི་ལ་ཞིབ་དུ་བསམ་ན་ཐོག་མར་སྤང་བ་ཇི་བཞིན་གྱི་སྟོང་བསམ་ཞིག་མིན། ང་ཚོའི་མི་རབས་འདི་ནི་སྤྱི་ཚོགས་
དེ་དངོས་སུ་མཐོང་རིག་བར་དུ་གསོན་མི་ཐུབ་ནའང་། མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱིས་ཞི་བདེ་སྤྱང་སློབ་ཆེད་
དམག་མི་གང་སར་གཏོང་གི་ཡོད་པ་ང་ཚོས་རྒྱན་དུ་མཐོང་གི་ཡོད། གནས་སྟངས་ཁག་ཅིག་དུ་རྒྱལ་སྤྱིའི་དམག་
མི་འདི་ཚོ་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཚོར་ཐེ་གཏོགས་བྱེད་པར་བཀོལ་ན་དྲང་བདེན་ཡིན་པའི་མིས་མཐུན་ཡོད་
པའང་ང་ཚོའི་མཐོང་ཚོས་སུ་གྱུར་ཡོད།

ཡར་རྒྱས་ཀྱི་རྣམ་པ་འདི་དག་ད་དུང་མཐོང་འདེགས་བྱེད་པའི་ཐབས་ལམ་ཞིག་ཏུ་ངོས་གྱུས་ཞི་བདེ་
བསྟོན་གནས་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད་པ་དེའི་ཙུང་འཇུག་པ་ལ་འང་ང་ཚོས་བསམ་གཞིག་བྱེད་དགོས། འདིར་ངོས་གྱུ་
བསམ་སྒྲའི་ནང་དུ་ཡོད་པ་ནི། རྒྱལ་ཁབ་གཅིག་དང་དུ་མའི་ཆ་ཤས་གཅིག་དང་དུ་མ་གང་ཅང་ཞིག་ཟླ། ལྷག་ཏུ་
རྒྱལ་ཁབ་པན་ཚུན་ལ་དམག་དོན་གྱི་ཕྱོགས་ནས་གལ་ཆེན་ཡིན་པའི་ས་ཁུལ་དུ་དམག་དཔུང་མེད་པར་བཏང་
ནས་བདེ་འཇགས་དང་ཞི་བདེའི་གཤིན་ས་ཞིག་བསྐྱར་རྒྱ་འདི་ཡིན། ཞི་བདེ་བསྟོན་གནས་འདི་ལྟ་བུ་ནི་འཛམ་གླིང་
གི་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་ཚོར་རེ་བའི་ལམ་སྟོན་གྱི་སྟོན་མ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་ཞིང་། དམིགས་འདུན་འདི་ནི་མཐོང་ལྡན་པ་
ཞིག་ཡིན་ཡང་། འདི་ལྟ་བུ་སྟོན་དུས་བྱུང་སྟེང་མེད་པ་ཞིག་མིན། རྒྱལ་སྤྱི་དང་འཛིན་བྱས་ཤིང་། དམག་དཔུང་
གི་སྤྱིག་འཇུགས་མེད་པའི་ཞི་བདེའི་བསྟོན་གནས་ཤིག་འཛམ་གླིང་གི་སྟོན་མ་ཅི་ཡོད་པ་དང་། ཞི་བདེའི་བསྟོན་གནས་
འདི་ལྟ་བུ་མང་དུ་ཡོད་ཆོག་པར་རྗེས་འཇུག་ཡང་ངོས་རང་གཅིག་ཕྱ་མིན། ལྷ་ཅུ་སྤྱི་མེད་འཛིན་བྱར་པ་སྟོན་པ་
ཆ་ཉམས་ཀྱང་རྒྱ་ནག་དང་ལྷ་ཅུ་སྤྱི་ས་མཆོམས་སུ་དམག་དཔུང་མེད་པའི་ཞི་བདེ་བསྟོན་གནས་དགོས་ཚུལ་སྟེང་
ཡོད་ལ། ངོས་རང་གིས་ཀྱང་བོད་ནི་ཞི་བདེ་བསྟོན་གནས་ཤིག་ཏུ་བསྐྱར་དགོས་པའི་གྲོས་གཞི་བཏོན་ཡོད།

བོད་ཅམ་དུ་མ་ཟད་འཛམ་གླིང་གི་ས་ཆ་གཞན་ནའང་དམག་དཔུང་གི་སྤྱིག་འཇུགས་མེད་པའི་བསྟོན་
གནས་ཡོད་ན། བྱིས་མཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་རྣམས་ལ་པན་ཐོགས་ཡོད་པ་ནི་ང་ཚོའི་ཡོད་ལ་འཁོར་ཁག་པོ་ཞིག་མིན།
རྒྱ་གར་དང་རྒྱ་ནག་ནི་ད་དུང་ཡར་རྒྱས་སོང་མེད་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཡིན་པས། གལ་སྲིད་བོད་ནི་རྒྱལ་སྤྱི་དང་
འཛིན་བྱེད་པའི་ཞི་བདེ་བསྟོན་གནས་ཤིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད་ན། རྒྱལ་ཁབ་འདི་གཉིས་ཀས་ལ་རེའི་ཡོང་འབབ་ཀྱི་ཆ་
ཤས་ཆེན་པོ་ཞིག་མཐའ་མཆོམས་སུ་སྟོབ་ཆེད་གཏོང་མི་དགོས་ལ། སོ་སའི་མཐའ་མཆོམས་སུ་དམག་དཔུང་
འཁོར་ཆེན་ཞིག་འཛོག་མ་དགོས་ན། རྒྱ་བོས་ཆེ་ཞིང་འགན་ལྷིད་པའི་རྟོག་ཁྲིམ་ཆེན་པོ་ཞིག་མེད་པར་འགྱུར་
བའི་རྒྱལ་ཁབ་ནི་སྤྱི་ཆེན་ཆེང་མའི་སྟེང་དུ་ཡོད། དཔེར་ན། གཅིག་ནས་ཡོ་རོབ་ཀྱི་ལྷོ་བར་ཡོད་པ་དང་། གཉིས་
ནས་དུས་རབས་ཉེ་ལྷུ་པའི་དམག་ཆེན་གཉིས་ཀའི་ཉམས་སྟོང་ལ་གཞིགས་ན། འཇར་མན་ནི་ཞི་བདེ་བསྟོན་གནས་
ཤིག་ཏུ་འོས་འཆོམ་ཡིན་པ་ངོས་གྱུས་རྒྱན་དུ་སེམས་ཀྱི་ཡོད།

འདི་དག་གི་ནང་དུ་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ལ་བྱེད་ལས་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡོད་ལ། དེ་ཡང་རྒྱལ་སྤྱིའི་
གནད་དོན་རྣམས་སེལ་བར་བརྩོན་པའི་ཚོགས་པ་ནི་འདི་ཁོ་ན་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཆོན་གྱིས་མིན་ཏེ། ཉང་སྟེ་ཅུ་ཡོད་
པའི་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཁྲིམས་ཁང་དང་། རྒྱལ་སྤྱིའི་མ་དདུལ་ཐེབས་ཙུ་ཁང་། རྒྱལ་སྤྱིའི་དདུལ་ཁང་། ད་དུང་འཛིན་ནི་
ལའི་གྲོས་མཐུན་བཙུག་བཙུག་བྱེད་པར་ཏུར་ཐག་བྱེད་པའི་ཚོགས་སྡེ་གཞན་ཚོའི་ཙུ་དོན་ནི་དེ་ལས་ཀྱང་བསྐྱགས་
བྱའི་ཡུལ་ཞིག་ཡིན། འོན་ཀྱང་། ད་ལྟ་དང་། མ་འོངས་པའི་དུས་ཡུན་ངས་ཅན་ཞིག་ལ་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་
ནི། རྒྱལ་སྤྱིའི་ཚོགས་སྡེའི་ངོས་ནས་སྤྱི་ལྷན་འཐེན་པར་ལུས་ཤུགས་ཡོད་པའི་ཚོགས་པ་ཁོ་ན་དེ་ཡིན། མི་མང་པོ་
ཞིག་གིས་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱིས་ལུས་པ་འབྱེན་མི་ཐུབ་པར་བརྗོད་ནས་སྟོན་བརྗོད་བྱེད་པ་དང་། མཉམ་
འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱི་གྲོས་ཚོད་རྣམས་གཞན་གྱིས་སྤང་རྒྱུ་དང་ཡ་མེད་དུ་གཏོང་བ་རྒྱན་དུ་མཐོང་རྒྱ་ཡོད་པ་ནི་
བདེན་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་ལྟར་ནའང་། ཞན་སྟོན་འདི་དག་ལ་མ་སྟོན་པར་ཐོག་མར་བྱི་ལོ་ ༡༩༤༥ ལོར་ཙུ་དོན་ཅི་
ཞིག་མང་གཞིར་བཞག་ནས་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་བཙུགས་པ་དང་། དེ་ནས་བཟུང་ཚོགས་པ་འདིས་ད་བར་
དུ་ཅི་ཞིག་བསྐྱབས་ཡོད་པ་གཉིས་ཀའི་ཆ་ནས་ངོས་གྱུས་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ལ་གདངས་འཛོག་མཐོན་པོ་བྱེད་
ཀྱི་ཡོད། མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ནི་མི་ཁག་ཅིག་གིས་བརྗོད་པ་ལྟར་དབང་ཤུགས་མེད་པའི་སྤྱིག་འཇུགས་ཤིག་

ཡིན་མེད་ཤེས་འདོད་ན། དེས་གོད་ཆག་གི་ཉེན་ཆབས་ཆེ་བའི་གནས་སྐབས་ཞི་བར་བྱས་ནས་ཆོ་སྤྲུལ་ཅི་ཙམ་
ཞིག་བསྐྱབས་ཡོད་པ་གཅིག་ཤུར་ང་ཚོས་བསམ་སྒྲོ་བཏང་ན་འགྲིག་གི་རེད། ང་ཚོས་ད་དུང་དེའི་ཡན་ལག་གི་
ཚོགས་ཁག་ལྟེ། མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱི་བྱིས་པའི་ཐེབས་ཅུ་ཁང་དང་། མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱི་སྐྱབས་
བཅོལ་བའི་ལྷན་ཚོགས། འཛམ་གླིང་འཕྲོད་བསྟེན་ལྷན་ཚོགས། མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱི་རིག་གཞུང་དང་།
ཚན་རིག་སློབ་གསོའི་མཐུན་ཚོགས་བཅས་ཀྱི་ལས་དོན་རྒྱམས་ལའང་བསམ་སྒྲོ་ཞིག་གཏོང་དགོས། ཐ་ན་མཉམ་
འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་དང་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཚོགས་པ་གཞན་གྱི་ལས་གཞི་དང་སྤྱི་ཚུལ་ལ་སྒྲིན་ཆ་ཡོད་ཅིང་ཁ་ཕྱོགས་ནོར་
ཡོད་ནའང་། དེ་དག་གི་ལས་དོན་ལ་སྒྲུབ་འབྲས་སྐྱབས་ཆེན་ཞིག་བྱུང་ཡོད།

ངོས་ཀྱི་ལྷ་ཚུལ་ལ། ཉིང་ལག་ཡོད་ཚད་རྒྱས་ན་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ནི། འགྲོ་བ་མི་སྤྱིའི་རེ་འདོད་
སྐྱབ་པའི་ཚོགས་སྡེ་ཡང་དག་ཅིག་ཏུ་འགྱུར་རྒྱུ་རེད། ད་ལྟའི་ཆ་ལ་ང་ཚོའི་རེ་འདོད་ལགས་པར་སྐྱབ་མ་སྐྱབ་ཅུང་།
རྒྱལ་སྤྱིའི་ཚོར་ཤེས་ཤིག་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱི་ངོས་ནས་མངོན་གྱུར་ཆགས་ཡོད། རྒྱལ་སྤྱིའི་ཚོར་ཤེས་དེ་ནི་
བརྟེན་འབྲེལ་གྱི་གསར་བརྗེ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་རེད། ད་ལྟའི་ཆ་ལ་རྒྱལ་ཁབ་གཅིག་དང་གཉིས་ཀྱིས་སྡེ་
ཁྲིད་བྱེད་བཞིན་པའི་ལས་དོན་དེ་རྒྱམས་ལ་དཀའ་ཁག་ཆེན་པོ་ཡོད་ཀྱང་། འཛམ་གླིང་གི་ཡུལ་གྱུ་གངས་མེད་
ཅིག་ཏུ་བྱས་པ་ཆེན་པོ་ཐོན་གྱི་ཡོད་པ་ང་ཚོས་མཐོང་སྟབས། རྒྱལ་ཁབ་གཞན་ཚོས་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱི་
བཀའ་ཁྲབ་ལས་བྱུང་བའི་ཁྲིམས་མཐུན་གྱི་ལམ་ཁ་འཚོལ་གྱི་ཡོད་པའི་བདེན་པ་འདིས། རྒྱལ་སྤྱིའི་མང་མོས་
བརྒྱུད་ནས་བདེན་པ་དག་སྒྲུལ་བྱེད་དགོས་པའི་རེ་འདུན་ཞིག་མཚོན་གྱི་ཡོད། འདི་ནི་གཅིག་ལ་གཅིག་རྟེན་ཡིན་
པའི་འགྲོ་བ་མིའི་ཚོགས་སྡེ་གཅིག་ཡིན་པའི་འདུ་ཤེས་ཆེ་ཅུ་འགྲོ་བཞིན་པའི་རྟགས་མཚན་ཞིག་ཡིན།

ད་ལྟ་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ལ་ཡོད་པའི་ཞན་ཆ་བྱེ་བྲག་པ་གཅིག་ནི། དེའི་ནང་དུ་རྒྱལ་ཁབ་སོ་སོ་ལ་
སྤྱིངས་ཆ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་། རྒྱལ་ཁབ་ཁག་གི་འབངས་མི་རྒྱམས་ལ་རེ་བ་བྱས་པའི་སྤྱིངས་ཆ་ཞིག་མེད་པ་འདི་ཡིན།
དེ་བས་ན་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ལ་སོ་སོའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཁ་གཏང་དུ་བཤད་འདོད་པའི་མི་སེར་ཚོའི་བསམ་
ཚུལ་དང་ལེན་བྱེད་པའི་བརྒྱུད་རིམ་ཞིག་མེད། འདི་ལས་ཀྱང་ཆབས་ཆེ་བའི་ཞན་ཆ་གཞན་ཞིག་ནི། ད་ལྟ་ལག་
བསྟར་བྱེད་བཞིན་པའི་དགག་བྱའི་དབང་ཚད་ཀྱི་སྒྲིག་གཞི་དེ་ལ་སྟོབས་འགྱུར་མངའ་ཐང་ཆེ་བའི་རྒྱལ་ཁབ་ཚོས་
གཡོ་བྱས་ཀྱི་ལམ་ནས་སྤངས་འཛིན་བྱེད་སྟབས་པ་འདི་རེད། འདི་གཉིས་ནི་ཞན་ཆ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན།

འབངས་མི་སོ་སོས་བདེ་སྐྱབས་བཤད་ས་མེད་པའི་དཀའ་ངལ་འདི་ལ་མཚོན་ན། ང་ཚོས་རྩ་བའི་ཆ་ནས་
བྱེད་དགོས་པའི་ལགས་བཅོས་ཤིག་ལ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་དགོས་ཤིང་། རང་དབང་གི་ཁྲིམས་ཞིབ་དང་འཛིན་སྒྲིབ་
ཁྲིམས་བཟོ་ལྷན་ཚོགས་གསུམ་ནི་མང་གཙོ་བརྟན་པོར་འདེགས་བྱེད་ཀྱི་ཀ་བ་གསུམ་ཡིན་པ་རྩི་བཞིན། རྒྱལ་སྤྱིའི་
གནས་རིམ་དུ་འང་ང་ཚོར་རང་དབང་ཅན་གྱི་ཚོགས་སྡེ་ཞིག་དགོས། གཅིག་བྱས་ན། ལས་གཞི་འདི་བསྐྱབ་པར་
མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ནི་འོས་འཚམ་ཞིག་མ་རེད། རྟེན་རྒྱུ་རྩེ་ལའི་ནང་དུ་བསྐྱོང་ཚོགས་བྱས་པའི་སའི་གོ་ལའི་
གྲོས་མོལ་ལྟ་བུའི་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཚོགས་འདུའི་ཐོག་སྤྱིངས་གཞི་ནི་རྒྱལ་ཁབ་སོ་སོའི་མཐའ་མཚམས་ལས་བསྐལ་ཡོད་
ནའང་། རྒྱལ་ཁབ་ཁག་གི་སྐྱེ་ཁུངས་ཀྱིས་སོ་སོའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཁེ་སན་གཙོ་བོར་འཛིན་གྱི་ཡོད། དེ་ལས་ཐོག་ལྟེ།
རྒྱལ་སྤྱིའི་ཚོགས་ཐོག་ལ་ཞུགས་མཁན་ནི་སོ་སོ་རང་ངོས་ནས་ཡོང་བ་ཡིན་ན། འགྲོ་བ་མི་སྤྱིའི་བདེ་སྐྱབས་ལ་འགན་
ལེན་པའི་སེམས་པ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད། རྒྱལ་ཕྱན་མཚོན་ཆའི་དམག་འཁྲུག་འགོག་ཐབས་ཀྱི་རྒྱལ་སྤྱིའི་དངོས་
ལུགས་ཚན་རིག་པའི་མཐུན་ཚོགས་དང་། རང་ཉིད་ཐེ་བའི་ནོར་སྤེལ་ཞི་བདེ་གཞེངས་རྟགས་བཞེས་མཁན་སྐོར་

ཞིག་གིས་གོ་མཚན་ཚོར་འགྲུམ་བཞག་སྒྲིམ་གྱི་ལས་གཞི་སྒྲེལ་བཞིན་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། དེར་བརྟེན་ངོས་ཀྱིས་བསམ་
པར་སྤང་དོར་རིག་པའི་ངོས་ནས་འགྲོ་བ་མིའི་ལས་དོན་ལ་ལྟ་རྟོག་བྱེད་པ་འགན་གཙོ་བོར་བྱུང་བའི་ཚོགས་པ་
ཞིག་བཙུགས་ན་དོན་སྤང་ཆེ་ངེས་རེད། ང་ཚོས་ཚོགས་པ་དེ་ལ་མིང་ཡག་པོ་ཞིག་མ་རྟེན་བར་དུ་འཛུལ་སྤང་མི་
མང་གི་ལྟན་ཁང་ཟེར་ཚོགས་པ་དང་། ཚོགས་མི་ནི་ཆེད་ལས་ཀྱི་རྒྱུ་སྡུངས་འདྲ་མིན་ནས་ཡོང་བ་སྟེ། ཟུ་རྒྱལ་པ་
དང་། དུའལ་ཁང་དོ་དམ་པ། ཁོར་ཡུག་གཅེས་སྤང་བ། བྱིས་སྤང་བ། ལྷན་ངག་པ། མཁས་པ། ཚོས་ཡུགས་ཀྱི་
བསམ་སྒྲོ་བ། ཚུམ་པ་པོ། ད་དུང་འགྲོ་བ་མིའི་གཞི་རྒྱུ་རིན་ཐང་དང་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་དོན་དུ་ལས་ལ་བཙོན་ཞིང་
དྲང་བདེན་ཡིན་པར་གྲགས་པའི་མི་དགུས་མ་སོགས་ཡིན་ཚོགས་ཚོགས་པ་འདི་ལྟ་བུ་ལ་སྤྱོད་དོན་གྱི་དབང་ཆ་མེད་
པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་དེའི་བསྐྱགས་གཏམ་ནུམས་བྱིས་སྤྱུགས་ཀྱི་ངོས་ནས་བཙུང་བྱེད་མི་དགོས་ནའང་། ལྟ་
བྱུང་བྱེད་པ་ཞིག་དང་། ཡང་ན་རྒྱལ་ཁབ་གཅིག་དང་དུ་མ་ལ་འབྲེལ་བ་ཅི་ཡང་མེད་པའི་རང་དབང་གི་
ཚོགས་པ་ཡིན་སྟབས། དེའི་བསམ་གཞིག་ཁག་གིས་འཛུལ་སྤང་གི་སྤང་དོར་གྱི་འདུ་ཤེས་མཚན་ཞིང་། དེའི་ཕྱིར་
བསམ་གཞིག་དེ་ཚོར་སྤྱོད་ལས་སྤང་དོར་གྱི་དབང་ཆ་ལྡན་རྒྱ་རེད།

གྲོས་གཞི་འདི་དང་། ད་དུང་ངོས་ཀྱིས་དམག་དཔུང་རྩ་གཏོར་དང་། གོ་མཚན་བཞག་སྒྲིམ། མཉམ་
འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ལ་ལེགས་བཅས་བྱེད་དགོས་པ་བཅས་ཀྱི་སྐོར་ལ་གང་བཟོད་པ་ཐམས་ཅད་ནི། ཁ་ཡོད་ལག་
ཡོད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཞིག་མིན་པའོ། ཡང་ན་སྟབས་བདེ་དགས་པར་བཟོད་ནས་སྟོན་བཟོད་བྱེད་མཁན་མང་པོ་
ཡོད། ཡང་ན་ཁོ་ཚོས་དངོས་ཡོད་ཀྱི་འཛུལ་སྤང་དུ་དེ་ལྟར་སྤྱོད་མི་ཐུབ་པ་བཟོད་སྤྱོད་ཀྱི་རེད། འོན་ཀྱང་། ཤམ་
ཉེས་གཞན་ལ་ཁག་དཀྱིས་པ་དང་། ཡང་ན་གཞན་ལ་སྟོན་བཟོད་བྱེད་བཞིན་ཡོད་ཚེས་པར་སྤྱོད་པ་ལས། ང་ཚོས་
མ་མཐའ་ཡང་ལེགས་སྤྱོད་ནས་བསམ་ཚུལ་འདོན་དགོས་པ་མ་ཡིན་ནམ། རང་དབང་དང་། དྲང་བདེན། ཞི་
བདེ། བདེན་པ་བཅས་ལ་ཡོད་པའི་འགྲོ་བ་མིའི་དྲང་སེམས་ལ་བསམ་གཞིག་བྱས་ན། རི་ལེགས་ཡིན་ཞིང་སྤྱོད་རྩི་
རི་ཆེར་ཡིན་པའི་འཛུལ་སྤང་ཞིག་ང་ཚོས་སྟོན་ཐུབ་ཀྱི་རེད། ང་ཚོར་ལུས་པ་དེ་ཡོད་པ་དང་། གལ་སྤྱོད་སྒོལ་
གསའི་རམ་འདེགས་དང་། བརྒྱུད་ལམ་ལེགས་པར་བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་པ་སོགས་གཞི་རྩ་བཟུང་སྟེ། ང་ཚོས་སྤང་དོར་
གྱི་རྩ་དོན་དང་ལྡན་པའི་སྒོ་ནས་ངོས་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་དེ་དག་ཁག་ཅིག་བྱང་དུ་སྒྲེལ་ཐུབ་ན། གོ་མཚན་བཞག་སྒྲིམ་
དང་། དམག་དཔུང་རྩ་གཏོར་བྱེད་པ་ནི་ཚོད་རྟོག་གི་གཞི་རྩ་མི་འགྱུར་བའི་སྤྱོད་དོན་གྱི་ཁོར་ཡུག་ཅིག་འབྱུང་
ཞིང་། ཉེན་གཞི་འདི་ལྟ་བུའི་སྤང་ནས་ང་ཚོས་ཡུན་དུ་བརྟན་པའི་འཛུལ་སྤང་གི་ཞི་བདེ་ལ་གོགས་སྤྱོད་འགྲོ་བའི་
རྒྱུ་རྩམས་སྤྱོད་ཐུབ་ཀྱི་རེད།

ལེའུ་བཙེ་ལྷ་པ།
དེང་གི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་བྱེད་ལས།

ཚོས་ལྷགས་མཚམས་རེར་ཚྱོད་རྒྱུ་གི་འབྱུང་གཞི་ཆེན་པོ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད་པ་ནི། འགྲོ་བ་མིའི་ལོ་རྒྱུས་
ཀྱི་ཡིད་སྦྱོར་དགོས་པའི་བདེན་དོན་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། ཐ་ན་དེང་དུས་ཀྱང་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་ལྷ་བ་མཁྲེགས་འཛིན་དང་
ཞེ་སྤང་གི་རྒྱུན་པས་མི་གསོད་ཁྲག་སྦྱར་དང་། གྲོང་མེ་གཏོར་བཙོམ། སྤྱི་ཚོགས་བརྟན་བརྩིང་མེད་པར་བཟོ་བ་
སོགས་འབྱུང་གི་ཡོད། དེར་བརྟེན་མི་མང་པོས་སྤྱི་ཚོགས་ནང་གི་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་གོ་གནས་ལ་དོགས་སྤྱོད་བྱེད་པ་
ནི་ཡ་མཚན་དགོས་པ་ཞིག་མིན། འོན་ཀྱང་། ང་ཚོས་ཞིབ་ཏུ་བསམ་གཞིག་བྱེད་སྐབས། ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་མིང་ཐོག་
ནས་བྱང་བའི་ཚྱོད་རྒྱུ་ལ་འབྱུང་ཁུངས་གཙོ་བོ་གཉིས་ཡོད་པར་མཐོང་ཐུབ་ལ། ཚྱོད་རྒྱུ་གཅིག་གི་འབྱུང་
ཁུངས་ནི་ཚོས་ལྷགས་སྤྲུལ་མང་གི་རང་བཞིན་ཏེ། ཚོས་ལྷགས་པན་ཚུན་བར་ལ་གྲུབ་མཐའ་དང་རིག་གཞུང་། ད་
དུང་མངོན་གསལ་དོད་པོའི་ཉན་རེའི་འཆོ་བའི་གོམས་སྤྲུལ་སོགས་ཀྱི་ཁུང་པར་ཡོད་པ་འདི་དང་། དེ་ནས་ཆབ་
སྲིད་དང་དཔལ་འབྱོར་སོགས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་རྒྱུ་རྫུངས་དང་། ལྷག་ཏུ་སྤྱི་ལུགས་ཀྱི་གནས་ཤིང་དུ་
འབྱུང་གི་ཡོད་པའི་ཚྱོད་རྒྱུ་ཅིག་ཡོད། ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་མཐུན་འབྲེལ་ལ་བརྟེན་ནས་ང་ཚོ་ཚྱོད་རྒྱུ་ལྷ་མའི་
རིགས་ལས་རྒྱལ་ཐུབ་ཀྱང་། ཕྱི་མའི་རིགས་ལ་མཚོན་ན། སེལ་ཐབས་གཞན་ཞིག་ང་ཚོས་ངེས་པར་དུ་བཙེལ་
དགོས་ཤིང་། ཚོས་སྤྱི་གཉིས་སོ་སོར་བྱེས་ཏེ། ལྷག་ཏུ་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་གོ་གནས་དང་སྤྱི་གཞུང་གི་སྤྱི་ལུགས་
ཁག་གི་བར་ལ་ཁུད་པར་བྱས་ན། སྤྱི་ལུགས་ཀྱི་ངོས་ནས་འབྱུང་གི་ཡོད་པའི་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་ཚྱོད་རྒྱུ་རྗེ་ཉུང་
དུ་འགོ་རྒྱུ་རེད། གང་ལྟར་ཡང་ང་ཚོས་ལེའུ་འདྲིའི་ནང་དུ་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་མཐུན་འབྲེལ་ལ་གཙོ་བོར་བཟུ་རྒྱུ་ཡིན།

ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་མཐུན་འབྲེལ་ནི་ངོས་ཀྱིས་གོང་དུ་སྤྱོད་བའི་སྤྱི་སེམས་ཀྱི་ཆ་ཤས་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་ཞིང་།
ང་ཚོས་གནད་དོན་འདི་ལ་ཞིབ་ཏུ་བརྟག་དཔྱད་མ་བྱས་གོང་། དེང་དུས་ཀྱི་འཛམ་གླིང་གི་ནང་ཚོས་ལྷགས་ནི་
འབྲེལ་ཡོད་ཅིག་ཡིན་མིན་གྱི་དྲི་བ་ལ་བསམ་གཞིག་བྱས་ན་ཕལ་ཆེར་རེན་ཐང་ཆེ། མི་མང་པོས་ཚོས་ལྷགས་ནི་
འབྲེལ་ཡོད་ཅིག་མིན་པར་འདོད་པ་དང་། ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་དད་པ་ནི་བཟང་སྤྱོད་དང་བདེ་བ་གང་རུང་ལ་ངེས་
པར་དུ་དགོས་པའི་ཆ་རྒྱུན་ཞིག་མིན་པ་ངོས་ཀྱིས་བཟུན་ཡོད། ད་དུང་མི་ཞིག་གིས་ཚོས་ལྷགས་ལ་དད་པ་བྱེད་ཀྱི་
ཡོད་མེད་ལ་མ་ཉྩོས་པར། ཁེངས་སྦྱང་དང་བཟོད་པ། དགོངས་ཡངས་དང་སྦྱིང་རྗེ་སོགས་ཚོས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་
རྣམས་སྤང་མེད་དུ་བསྐྱར་མི་རུང་བའང་ངོས་ཀྱིས་བརྟོག་ཡོད། ཡང་འདྲིར་གསལ་པོར་བརྟོག་དགོས་པ་ཞིག་ནི།
ངོས་ཀྱི་ཡིད་ཆེས་ལ། གློའི་ཡོན་ཏན་འདི་དག་ནི་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་གཞིར་བཞག་ནས་བསྐྱབས་ན་འགྲུབ་
སྤྱོད་ཅིང་རྒྱས་པ་ཆེ་རྒྱུ་རེད། ད་དུང་ལྷག་བསམ་རྣམས་པར་དག་པའི་ལམ་ནས་ཚོས་ལྷགས་ཉམས་ལེན་བྱས་ན། རང་
ཉིད་ལ་ཕན་ཆེན་པོ་ཐོགས་པ་དང་། གོ་རྒྱུས་དང་ཉན་རེའི་ཉམས་ལེན་བྱུང་ཐུན་ཡིན་པའི་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་དད་
པ་ཡོད་མཁན་ཚོས་དེ་འདྲའི་དད་པ་མེད་མཁན་ཚོར་ཉྩོས་ན་རྒྱུན་ངན་ལ་ཆོགས་མེད་དུ་གདོང་ལེན་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་
ཡོད། དེའི་ཕྱིར་འགྲོ་བ་མི་ལ་ཕན་བདེ་སྐྱབ་པའི་རྒྱས་པ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཚོས་ལྷགས་ལ་ཡོད་པ་དང་། བཀོལ་སྤྱོད་
ལེགས་པར་བྱས་ན། ཚོས་ལྷགས་ནི་འགྲོ་བ་མིའི་བདེ་སྦྱོང་འཆོལ་སྤྱོད་གི་ནང་དུ་ཕན་རྒྱས་ཁུད་པར་ཅན་གྱི་ལག་

ཆ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། ལྷག་པར་དུ་གཞན་སེམས་དང་། སྒང་དོར་གྱི་སྒྲིག་སྒྲིམས་དགོས་པའི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་པར་
སྐུལ་སྒྲིང་བྱེད་པའི་འགན་ཁུར་གཙོ་བོ་ཞིག་ཆོས་ལུགས་ལ་ཡོད་ཆོག་

རྒྱ་མཚན་འདི་དག་གི་དོས་ནས་བལྟས་ཆོ། ཆོས་ལུགས་ནི་དེང་དུས་ཀྱི་འཛམ་གླིང་ལ་ད་དུང་འབྲེལ་ཡོད་
ཅིག་ཡིན། ལོ་འགའ་ཤས་ཀྱི་གོང་ཡོ་རོབ་ཀྱི་ཨ་ཕི་རི་བོའི་དར་གྱི་ནང་ནས་དྲོ་ཆས་སྦྱོད་པའི་དུས་སྐབས་ཀྱི་བཅ་
རོ་ཞིག་རྟེན་ཡོད། ལོ་སྟོང་ཕྱག་ལྷ་ཙམ་སོང་ཡོད་ནའང་། བཅ་རོ་དེ་ད་དུང་མ་རུལ་བར་བསྐྱེད་ཡོད་པར་མ་ཟད།
ཐ་ན་གྲོན་པ་པལ་ཆེ་བའང་རང་སོར་ལྷག་ཡོད། སྐབས་དེར་དོས་ཀྱིས་མི་འདི་སྒྲར་ཡང་གསོན་དུ་འཇུག་སྟབས་ན།
ཁོ་དང་ང་ཆོའི་བར་ལ་ཐུན་མོང་གི་ཆ་མང་པོ་ཞིག་ད་དུང་ཡོད་ཀྱི་རེད་སྟམ་བྱུང་། ཁོས་ཀྱང་སོ་སོའི་བྱིས་ཆང་
དང་ཉེ་འབྲེལ། ད་དུང་སོ་སོའི་འབྲུང་བཞིན་བདེ་ཐང་སོགས་ལ་སེམས་ཁུར་བྱས་ཡོད་པེས་རེད། རིག་གཞུང་
དང་གོ་བདེ་སྟོད་སྒངས་ཀྱི་ཆ་ནས་ཁྱད་པར་ཡོད་ཀྱང་། འགྲོ་བ་མའི་གཞི་རྩའི་གནས་རིམ་ཞིག་དུ་ང་ཆོས་པན་
ཚུན་གྱི་བར་ལ་འབྲེལ་སེམས་ཤིག་འཇུགས་སྟབས་པ་དང་། བདེ་བ་འདོད་ཅིང་སྟུག་བསྐལ་མི་འདོད་པའི་སྒོ་ནི། ཁོ་
དང་ང་ཆོར་གཅིག་མཚུངས་སུ་ཡོད་པེས། གལ་ཏེ་སྟོང་རྗེ་དང་བྱམས་པ་གོང་འཕེལ་དང་། སྟོད་ལམ་ལ་སྒྲང་དོར་
ལུན་པར་བྱེད་པ་སོགས་བརྒྱད་ནས་སྟུག་བསྐལ་ལས་རྒྱལ་བ་གཙོ་བོར་འཛིན་པའི་ཆོས་ལུགས་ཤིག་ཁོའི་དུས་
སྐབས་སུ་འབྲེལ་ཡོད་ཡིན་པར་མཐོང་སྟབས་ན། དེང་སང་དེ་འབྲེལ་ཡོད་མིན་པར་མཐོང་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་
ཡང་མེད་སྟམ། སྟོན་མར་དེང་དུས་ཀྱི་འཆོ་བའི་ཆ་རྒྱུན་རྣམས་མེད་སྟབས། འགྲོ་བ་མའི་སྟུག་བསྐལ་ནི་མངོན་
གསལ་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་རིན་ཐང་རྣམས་གསལ་པོ་ཡིན། དེ་ལྟ་ནའང་། ང་ཆོ་འགྲོ་བ་མིས་ད་དུང་
ཡང་ནང་སེམས་ཀྱི་ཉོན་མོངས་པའི་སྟུག་བསྐལ་སྟུང་གི་ཡོད་པ་དང་། ཆོས་ལུགས་ལ་ང་ཆོའི་སེམས་གསོ་བའི་
ལུས་པ་ཡོད་པ་འདོད་པར་མ་ཟད། སྟུག་བསྐལ་ལས་རྒྱལ་བར་ང་ཆོར་རོགས་རམ་ཡང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། རྒྱ་མཚན་
འདི་དག་གི་རྒྱུན་གྱིས་ཆོས་ལུགས་ནི་ད་དུང་འབྲེལ་ཡོད་ཅིག་ཡིན་པ་གསལ་པོ་ཡིན།

ཆོས་ལུགས་བར་གྱི་འཐེན་འབྱེར་བསལ་བར་དགོས་པེས་ཡིན་པའི་མཐུན་འབྲེལ་དེ་ང་ཆོས་ཇི་ལྟར་
བསྐྱེད་དགོས་པ་ཡིན་ནམ། མི་དགེ་བའི་རྟོག་པ་དང་སྟུང་ཆོར་ལ་བྱིན་པའི་སོ་སོའི་ཡ་ལན་ལ་སྒྲངས་འཛིན་བྱས་
ཏེ། སྟོའི་ཡོན་ཏན་རྣམས་གོང་འཕེལ་གཏོང་བའི་ཉམས་ལེན་ལ་ཞུགས་པའི་མི་ཞིག་ལ་གོ་རྟོགས་དགོས་པ་ཇི་
བཞིན། ཆོས་ལུགས་ཀྱི་འཐེན་འབྱེར་བསལ་བལ་འང་ང་ཆོས་གོ་རྟོགས་སྒྲེལ་དགོས་ཤིང་། དེ་ཡང་ཐོག་མར་ང་
ཆོས་འགོག་རྒྱུན་རྣམས་པེས་པར་དུ་དོས་འཛིན་བྱེད་དགོས་པ་དང་། དེ་ནས་ང་ཆོས་དེ་དག་ལས་རྒྱལ་བའི་
ཐབས་ལམ་འཆོལ་དགོས་པ་ཡིན།

ཆོས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་གྱི་འགོག་རྒྱུན་གཙོ་བོ་ནི། པལ་ཆེར་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་སྟོལ་རྒྱུན་གཞན་གྱི་རིན་
ཐང་མ་མཐོང་བ་འདི་ཡིན་ཞིང་། ལྷོས་ས་ལྷོས་འཛིག་གིས་བརྗོད་ན། ཉེ་ཆར་མ་གཏོགས་རིག་གཞུང་ཐ་དད་པའི་
བར་དང་། ཐ་ན་གྲོང་སྡེ་ཐ་དད་པའི་བར་ལའང་བདེ་འཕྲིན་གྱི་འགོས་དལ་བའམ་མེད་པ་ཡིན། དེའི་རྒྱ་མཚན་
གྱིས་ཆོས་ལུགས་གཞན་གྱི་རྗེས་འབྲང་བ་ཆོ་དང་བྱིས་མཆོས་སུ་བསྐྱེད་མེད་ཆོ། ཆོས་ལུགས་གཞན་གྱི་སྟོལ་རྒྱུན་ལ་
བརྩེ་འཛིག་བྱེད་པ་དགོས་པེས་ཤིག་ཆགས་མེད། འོན་ཀྱང་། ད་ལྟ་བསམ་སྟོན་གཏོང་སྒྲངས་འདི་ནི་འོས་འཆོས་
ཞིག་མིན་ཞིང་། གཅིག་ལ་གཅིག་རྟེན་ཡིན་པའི་འབྲེལ་བ་སྟེ་མང་རྒྱུ་འཛིང་ལས་བྱུང་བའི་དེང་གི་འཛམ་གླིང་
དུ། མི་རིགས་གཞན་དང་། རིག་གཞུང་གཞན། ད་དུང་ཆོས་ལུགས་གཞན་སོགས་ཡོད་པ་ང་ཆོས་དོས་འཛིན་མི་

བྱེད་ཀྱི་མེད་ཡིན་ལ། ང་ཚོར་འདྲོད་པ་ཡོད་མེད་ལ་མ་སྟོན་པར་ཚོས་ལྷགས་སྒྲ་ཚོགས་ཀྱི་རང་བཞིན་དེ་ང་ཚོ་
ཕལ་ཆེ་བས་སོ་སོའི་ཉེན་རེའི་འཚོ་བའི་ནང་དུ་སྒྱུར་གི་ཡོད།

ངོས་ཀྱི་ལྷ་ཚུལ་ལ། ཚིངས་པ་ལས་རྒྱལ་བྱེད་ཀྱི་གོ་རྟོགས་སྒྱུན་ཐབས་ལེགས་ཤོས་ཤིག་ནི། ཚོས་ལྷགས་
གཞན་གྱི་རྗེས་འབྲང་བ་ཚོ་དང་ལྷན་དུ་བཤོ་སྤྱོད་གནང་རྒྱུ་འདི་ཡིན་ཞིང་། བཤོ་སྤྱོད་དེ་ནི་རྣམས་པ་འདྲ་མིན་དུ་
འབྱུང་ཚོགས་པ་དང་། མཁས་པ་ཚོ་ཚོགས་ནས་ཚོས་ལྷགས་པན་ཚུན་གྱི་མཐུན་ཆ་སྤྱོད་བ་ལྷ་བྱ་ཡིན། འདི་ལས་
ཀྱང་གལ་ཆེ་བ་སྟེ། ཚོས་ལྷགས་བར་གྱི་མི་མཐུན་པའི་ཆ་རྣམས་སྤྱོད་ནས་རྟོགས་པར་བྱས་ན་པན་རྣམས་རྒྱ་ཆེར་
འབྱུང་གི་རེད། ད་དུང་ཚོས་ལྷགས་ཐ་དད་པར་གཏོགས་པའི་སྤྱིར་བཏང་གི་ཉམས་ལེན་པ་ཚོ་ལྷན་དུ་འཛུམས་
ནས་པན་ཚུན་གྱི་སྤྱོད་བ་བརྗེ་རེས་བྱས་ན་པན་པ་ཆེ་བ་དང་། འདི་ནི་ཚོས་ལྷགས་གཞན་གྱི་གསུང་རབ་ལ་རྗེས་
སྤྱོད་པའི་ཐབས་ལམ་ཕལ་ཆེར་པན་རྣམས་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ཡིན། ངོས་རང་ལ་མཚོན་ན། དཀའ་ཐབས་ཉམས་
ལེན་པ་སེ་སེ་ཤར་ཤན་གྱི་སྤྱོད་ཀྱི་གཏོགས་ཤིང་། འདས་ཟེན་པའི་ཁ་ཐ་ལེ་ཁེའི་གྲ་བ་ཐོ་མ་སེ་ལ་ཐུག་འབྲང་བྱས་པ་
དེ་ནི་སེམས་ཤུགས་སྤེལ་བྱེད་ཅིག་ཆགས་ཡོད། དེའི་རྒྱུ་ལྱིས་ངོས་རང་གི་སེམས་ཁོང་དུ་ཡེ་ཤུའི་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་
གསུང་རབ་ལ་གདང་འཛིག་ཆེན་པོ་ཞིག་སྟེན་བྱུང་། ད་དུང་མཚམས་རེར་ཐུན་མོང་གི་ལས་དོན་ཞིག་གི་དོན་དུ་
ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་དབྱ་ཁྱིད་རྣམས་འཛུམས་ནས་གསོལ་བ་སྟོན་ལམ་འདེབས་པ་ནི་བོད་སྤྱོད་ཆེ་བའི་ཚོར་སྣང་ཡང་
བྱུང་སོང་། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༤ ལོར་དབྱི་ཏུ་ལེའི་ས་ཆ་ཨ་སེ་སི་ཟེར་བར་འཛུམས་སྤྱོད་གི་ཚོས་ལྷགས་ཆེན་པོ་ཁག་གི་སྐྱེ་
ཚབ་ཚོ་འཛུམས་ནས་ཞི་བདེའི་དོན་དུ་སྟོན་ལམ་བསྐྱབ་པ་དེས། ལྷན་འཛུམས་དེའི་ནང་དུ་ཞུགས་མཁན་ཚོའི་ཞི་
བདེའི་ཚོད་སེམས་དང་ཆེག་སྦྱོལ་རྗེ་ལྷར་མཚོན་ཡོད་པ་དེའི་ཚོད་ཀྱིས་ཚོས་ལྷགས་སོ་སོའི་རྗེས་འབྲང་བ་ཚོར་
པན་ཐོགས་ཡོད།

ཚོས་ལྷགས་ཐ་དད་པའི་རྗེས་འབྲང་བ་རྣམས་མཉམ་དུ་གནས་མཇལ་ལ་འགོ་བའི་ཉམས་ལེན་དེའང་
པན་ཐོགས་ཤིན་དུ་ཆེ། ངོས་རང་གིས་ཀྱན་སྦྱོང་དེ་འདྲ་ཞིག་བཟུང་ནས་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༣ ལོར་ཉམས་ལེན་སེའི་ནང་
དུ་ཡོད་པའི་ལོར་ཁྱེད་དང་། ཨི་ཟེ་རལ་གྱི་ནང་དུ་ཡོད་ཅིང་འཛུམས་སྤྱོད་གི་ཚོས་ལྷགས་ཆེན་པོ་གསུམ་གྱིས་འགངས་
ཆེན་དུ་བརྩེ་བའི་གྲོང་ཁྱེར་འཛུམ་རོ་སེ་ལམ་ལ་སོང་བ་ཡིན། ངོས་ནི་ད་དུང་རྒྱ་གར་དང་ཕྱི་རྒྱལ་ཁག་དུ་ཉིན་རྒྱ་
དང་། ཁ་ཆེ། གཅེར་བྱ་བ། སེ་ཁེ་སོགས་ཀྱི་ལྷ་ཁང་འདྲ་མིན་དུ་མཇལ་བར་འགོ་སྤྱོད་། ཉེ་ཆར་ཡེ་ཤུའི་ཚོས་
ལྷགས་དང་ནང་བཟུན་གཉིས་ཀའི་ནང་ཡོད་པའི་སྟོན་གྱི་ཉམས་ལེན་ཐོག་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་བྱས་པའི་བཤོ་སྤྱོད་ཞིག་
གི་རྗེས། ནང་པའི་གནས་ཆ་ཆེན་དོ་རྗེ་གདན་གྱི་བྱང་ཆུབ་སྟོན་ཤིང་གི་འོག་དུ་སྟོན་ལམ་དང་། སྟོན་ ད་དུང་
བཤོ་སྤྱོད་བྱེད་པ་བཅས་ཀྱི་ལས་རིམ་ལྡན་ཞིང་། ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་སྟོན་རྒྱུན་གཉིས་ཀའི་ཉམས་ལེན་པ་མཉམ་ཞུགས་
གནང་བའི་ལོ་རྒྱུས་རང་བཞིན་གྱི་མཇལ་སྟོར་ཞིག་གི་ནང་དུ་འདྲུགས་སྤྱོད་།

བསམ་ཚུལ་བརྗེ་ལེན་འདི་ལྷ་བྱའི་ནང་། སྟོན་རྒྱུན་གཅིག་གི་རྗེས་འབྲང་བ་ཚོས་རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་ནི་
སོ་སོར་ཉིད་ལ་མཚོན་ན་རྗེ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་པ་རྗེ་བཞིན། ཚོས་ལྷགས་གཞན་གྱི་གསུང་རབ་ནི་དེའི་རྗེས་འབྲང་
བར་མཚོན་ནའང་། སྤང་དོར་གྱི་ལམ་སྟོན་དང་ཚོས་སེམས་ཀྱི་འབྱུང་གནས་ཤིག་ཡིན་པར་མཐོང་ཐུབ། ཐུབ་
མཐས་གཙོས་པའི་བྱེད་པར་གཞན་ཡོད་ཅུང་། འཛུམས་སྤྱོད་གི་ཚོས་ལྷགས་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་དགོས་དམིགས་ནི།
གང་ཟག་སྤྱོད་སོ་སོའི་ཡག་པོ་ཞིག་དུ་འབྱུང་བར་རམ་འདེགས་བྱེད་རྒྱུ་འདི་ཡིན་ཞིང་། ཚོས་ལྷགས་ཚང་མས་
བྱམས་པ་དང་། སྤྱོད་རྗེ། བཟོད་པ། དགོངས་ཡངས། ཁེངས་སྤྱོད་སོགས་གཙོགས་ཆེན་དུ་འཛིན་གྱི་ཡོད་ལ། སྤོའི་

ཡོན་ཏན་འདི་རྣམས་གོང་འཕེལ་གཏོང་བའི་རྣམས་པའང་ཆོས་ལུགས་ཚང་མར་ཡོད། ད་དུང་ཆོས་ལུགས་ཆེན་པོ་
ཁག་གི་སྔོན་པོ་དང་པོ་ཆོས་ནང་གི་ཡོན་ཏན་འདི་རྣམས་གོང་འཕེལ་དུ་བཏང་ནས་གཞན་སེམས་བསྐྱེད་ན།
མཐར་ཐུག་གི་བདེ་བ་རྒྱུད་པའི་དཔེ་མཚན་ཡང་མང་པོ་བསྟན་ཡོད། ཁོང་ཆོས་ཆེས་དཀྱིལ་མའི་ངང་ཚུལ་དུ་སོ་
སའི་འཆོ་བ་བསྐྱེད་ཡོད་པ་དང་། ཁོང་ཆོས་མེད་ཀྱི་ཆོས་གཙོ་བོ་ནི་གཞན་ལ་བཅངས་པའི་བྱམས་པ་དང་།
དགེ་བའི་ཀུན་སྤྱོད་ཡིན་ཞིང་། ཆོས་ལུགས་ཆེན་པོ་ཁག་གི་སྟོན་པ་ཆོས་གོང་མ་དང་རྒྱལ་པོ་དང་འབྲེལ་བར་མཚར་
ཆས་ཀྱི་འཆོ་བའི་ལོངས་སྤྱོད་ལ་རོལ་བ་ལས། དཀའ་སྟུག་ལ་མ་འཛེམ་པར་སྟུག་བསྐྱེད་ལ་ཁུ་དུ་ལྷངས་ནས་འགོ་
བ་མི་སྤྱི་ལ་པན་བདེ་སྤྱབ་པའི་ལས་ལ་གཞོལ་ཡོད། ཁོང་ཆོ་ཆང་མས་བྱམས་པ་དང་སྤྱིང་རྩེ་གོང་དུ་སྤེལ་ནས་རང་
གཅེས་འཛིན་གྱི་སྒོ་འདྲོར་དགོས་ཚུལ་ནན་ཏན་དུ་གསུངས་ཤིང་། ཁོང་ཆོ་རེ་རེ་ནས་ང་ཆོར་རང་གི་སྒོ་སྤྱོད་
དགོས་པའི་སྐྱལ་མ་གནང་ཡོད། འོན་ཀྱང་སྤྱི་བཤེད་ན། ང་ཆོར་དད་པ་ཡོད་མེད་ལ་མ་སྟོན་པར་ཁོང་ཆོ་ཆང་
མ་ང་ཆོས་གདོང་འཛིན་མཐོན་པོར་བྱེད་སའི་ལུལ་དུ་གྱུར་ཡོད།

ཆོས་ལུགས་གཞན་གྱི་རྩིས་འབྲང་བ་ཆོ་དང་སྟན་དུ་བཤོ་སྤྱོད་བྱེད་པ་དང་ཆབས་ཅིག་ ང་ཆོས་སོ་སའི་
ཆོས་ལུགས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་རྣམས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཉེན་རེའི་འཆོ་བའི་ནང་ངེས་པར་དུ་ལག་ལེན་ལ་འདེབས་དགོས། ང་
ཆོས་དགེ་སྤྱོད་དང་། བྱམས་པ། སྤྱིང་རྩེ་སོགས་ཀྱི་པན་ཡོན་ཐུངས་ན། ད་གཟོད་ང་ཆོས་གསུང་རབ་གཞན་གྱི་
རིན་ཐང་རྣམས་བདེ་སྟག་ངང་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཐུག། འོན་ཀྱང་། ཆོས་ཀྱི་པན་ཡོན་དེ་ཆོ་ང་ཆོས་སྤྱོད་བར། ངས་
འཛིན་ཉེན་བཀོད་པ་པོ་ལ་དད་པ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་དང་། ཡང་ན་ནང་བསྟན་དུ་ངས་སྤྱབས་གནས་ཁས་ལེན་གྱི་ཡོད་
ཟེར་བ་ལྟ་བུ་ལས་སྟག་ཅིག་ ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ནང་ཚུད་ཡོད་པ་ངེས་པར་དུ་ཤེས་དགོས་པ་ཡིན། དེ་
མཚུངས་ཆོས་ལུགས་སོ་སའི་མཚན་གནས་ལྟ་ཁང་ལྟ་བུར་ཆོས་མཇལ་དུ་འགོ་བ་ཅམ་གྱིས་མི་འགྲིག་པ་དང་།
གསུང་རབ་ཀྱི་དོན་རྣམས་གོ་རྟོགས་ཀྱི་གནས་རིམ་དུ་སྟག་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྒོ་ལ་སྦྱར་མ་སྤྱབ་ནའང་པན་ཐོགས་
ཐུན་བྱ་ཞིག་ལས་མེད་ལ། གོ་རྟོགས་དང་ལག་ལེན་མེད་པར་དད་པ་གཅིག་ཕུར་བཏེན་ནའང་རིན་ཐང་ཚུང་དུ་
ཞིག་ལས་ཡོད་མི་སྲིད། ངོས་ཀྱིས་བོད་པ་ཆོར་ལག་དུ་སྤྱོད་བ་བཟུང་བ་ཅམ་གྱིས་ཉམས་ལེན་པ་ངོ་མ་ཞིག་ཆགས་
མི་སྤྱབ་པ་རྒྱན་དུ་རྒྱུད་ཀྱི་ཡོད། ང་ཆོས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྒོ་སྤྱོད་བར་འབད་བཅོན་བྱས་ན། ད་གཟོད་ང་ཆོ་ནི་ཆོས་
ཉམས་ལེན་པ་ངོ་མ་ཞིག་དུ་འགྱུར་རྒྱུ་རེད།

ཆོས་ལུགས་འཐེན་འབྱེད་ཀྱི་འབྲུང་རྒྱུན་གཙོ་བོ་ཞིག་ནི། ཆོས་ལུགས་ཀྱི་རྩིས་འབྲང་བ་ཞིག་གིས་རང་གི་
ཆོས་ལུགས་ལ་འབྲེལ་བ་ལེགས་པོ་འཇུགས་མ་སྤྱབ་པའི་སྤངས་ཞེན་ཡིན་པར་ངོས་འཛིན་བྱས་ཆོ། ང་ཆོས་ཆོས་
ལུགས་སོ་སའི་ཉམས་ལེན་གྱི་གལ་ཆའི་རང་བཞིན་དེ་མཐོང་ཐུག། སོ་སའི་གསུང་རབ་ཀྱི་དོན་རྣམས་རང་ཉིད་ཀྱི་
འཆོ་བའི་སྤྱོད་དུ་སྦྱར་བ་ལས། ང་ཆོས་དེ་རྣམས་རང་གཅེས་འཛིན་གྱི་བསམ་སྒོ་རྣམས་མཐོར་འདེགས་བྱེད་པར་
བཀོལ་བའི་གོམས་གཤེས་ཤིག་ཡོད། ང་ཆོས་སོ་སའི་ཆོས་ལུགས་ནི་རང་ལ་བདག་པའི་དངོས་པོ་དང་། ཡང་ན་
རང་རིགས་གཞན་རིགས་ལས་ལོགས་སུ་འབྱེད་བྱེད་ཀྱི་མིང་ལྟ་བུ་ཡིན་པའི་འདུ་ཤེས་འཛིན་གྱི་ཡོད། འདི་ནི་ཕྱིན་
ཅི་ལོག་དུ་སོང་བ་ཞིག་མ་ཡིན་ནམ། ང་ཆོས་དེ་ལྟར་བསམ་ན། ཆོས་ལུགས་ཀྱི་བདུད་རྩི་དེ་རང་གི་སྒོའི་དུག་
རྣམས་སེལ་བར་བཀོལ་བ་ལས། རང་གི་སྒོའི་དུག་རྣམས་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་བདུད་རྩི་ལ་འགོས་པའི་ཉེན་ཁ་ཆེན་པོ་
ཞིག་ཡོད།

དེ་ལྟར་ནའང་། སྒྲུབ་གཞི་འདིས་ཚོས་ལྷགས་ཚང་མའི་ནང་དུ་ཡོད་པའི་གནད་དོན་གཞན་ཞིག་མཚོན་གྱི་
ཡོད། ངོས་ཀྱི་བརྗོད་དོན་ནི། ཚོས་ལྷགས་ཚང་མས་སོ་སོ་ནི་བདེན་པ་མཐར་ཐུག་གི་ཚོས་ལྷགས་ཁོ་ན་དེ་ཡིན་
པར་འདོད་པ་དང་། ང་ཚོས་དཀའ་རྒྱུག་འདི་ཇི་ལྟར་སེལ་དགོས་པ་ཡིན་ནམ། ཉམས་ལེན་པ་ཞིག་གི་ངོས་ནས་
བརྗོད་ན། སོ་སོའི་ཚོས་ལྷགས་ལ་དད་པ་ཅེ་གཅིག་དུ་ཡོད་དགོས་པ་ནི་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ཞིག་ཡིན། འདི་ལྟ་བུའི་
དད་པ་ནི་སོ་སོའི་ཚོས་ལྷགས་ཀྱིས་བསྟན་པའི་ལམ་དེ་བདེན་པ་ཁོ་ན་ཡིན་པའི་ཡིད་ཆེས་ལ་བརྟེན་དགོས་ཀྱི་ཡོད།
འོན་ཀྱང་། དེ་དང་ཆབས་ཅིག་དད་པ་ཅེ་གཅིག་པ་འདི་དང་། ཚོས་ལྷགས་ཚང་མས་རང་ཉིད་ནི་བདེན་པ་ཁོ་ན་
དེ་ཡིན་པར་སྟམ་པའི་འདོད་ཚུལ་བར་ལ་འདུམ་ཐབས་ཤིག་ང་ཚོས་ངེས་པར་དུ་བཅལ་དགོས་ཀྱི་ཡོད། ཁ་ཡོད་
ལག་ཡོད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་བརྗོད་ན། སོ་སོའི་ཚོས་ལྷགས་ལ་དད་པ་ཅེ་གཅིག་དུ་འཆང་བཞིན། ཚོས་ལྷགས་གཞན་གྱི་
གསུང་རབ་རྣམས་མ་མཐའ་ཡང་ཚད་མ་ཡིན་པར་ཁས་ལེན་བྱེད་ཐབས་ཤིག་ང་ཚོར་དགོས་ཤིང་། ཚོས་ལྷགས་
གཅིག་གི་ནང་དུ་ཡོད་པའི་ཡིན་ལྷགས་ངོ་ཐོག་གི་འདོད་ཚུལ་རྣམས་ཚད་མ་ཡིན་མིན་ནི། ཚོས་ལྷགས་དེའི་ནང་
ཁོངས་ཀྱི་གནད་དོན་ཞིག་ཡིན།

ངོས་རང་ལ་མཚོན་ན། ཚོས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བྱམས་པ་དང་སྤྱིང་རྩེ་ལྟ་བུ་གོང་འཕེལ་གཏོང་བའི་རང་གི་
འབད་བརྩོན་རྣམས་གཞི་འཛིག་སའི་སྒྲོམ་གཞི་རྣམས་ཕན་ཆེ་ཤོས་དེ་ནང་བསྟན་གྱིས་མཁོ་འདོན་བྱེད་པའི་ཡིད་
ཆེས་བརྟན་པོ་ཞིག་ཡོད། འདི་དང་ཆབས་ཅིག་ངོས་ཀྱིས་ཅིས་ཀྱང་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་ནི། ནང་བསྟན་
གྱིས་རང་གི་ཁམས་དང་མོས་པ། ད་དུང་རིག་གཞུང་གི་རྒྱབ་སྐྱོངས་བཅས་ལ་འཚམ་པའི་ལམ་ལུགས་ཤོས་དེ་
མཚོན་ཡོད་ཀྱང་། དཔེར་ན། ཡེ་ཤུའི་ཚོས་ལྷགས་ཀྱིས་རང་གི་རྗེས་འབྲང་བ་རྣམས་ལ་འང་ལམ་དེ་བཞིན་མཚོན་
ཡོད་པ་འདི་ཡིན། དེའི་ཕྱིར་ངོས་ཀྱིས་རང་གི་ཡིད་ཆེས་གཞིར་བཞག་ནས་ནང་བསྟན་ནི་ཚང་མར་ལམ་ལུགས་
ཤོས་དེ་ཡིན་པ་བརྗོད་མི་ཐུབ།

ངོས་ཀྱིས་རྒྱུན་དུ་ཚོས་ལྷགས་ནི་འགྲོ་བ་མའི་སེམས་ཁམས་ལ་སྟན་ལྟ་བུ་ཡིན་པའི་བསམ་སྒྲོག་གཏོང་གི་
ཡོད། གནས་སྤངས་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་གི་ནང་དུ་སྤང་བའི་གང་ཟག་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་ལ་འཚམ་མིན་དང་སྤྱོད་དགོས་
མིན་ལ་སྟེན་མེད་དུ་ང་ཚོས་སྟན་ཞིག་གི་ཕན་རུས་ཇི་འདྲ་ཡིན་པ་བརྗོད་མི་ཐུབ། ད་དུང་གྲུབ་ཆ་འདི་དང་དེ་
ཡོད་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་སྟན་ཞིག་ལུགས་ཚུལ་བཤད་ནའང་རིགས་པ་དང་མི་མཐུན་ཞིང་། གལ་ཏེ་ནད་པ་ལ་
དོན་དངོས་སུ་ཕན་མིན་གྱི་གནད་དོན་འདི་ཕྱི་རུ་ཕྱད་ན། སྟན་ཞིག་གི་དགོས་པ་ཆེ་ཚུལ་ཅི་ཅམ་བཤད་ཀྱང་གོ་
རྒྱ་ཅི་ཡང་མེད། ང་ཚོས་ནད་པ་བྱེ་བྲག་པ་དེའི་ན་ཆ་ལ་སྟན་འདི་ནི་ཕན་རུས་ཆེ་ཤོས་དེ་རེད་ཅེས་བརྗོད་དགོས།
དེ་མཚུངས་ཚོས་ལྷགས་མ་འདྲ་བའི་སྟེལ་རྒྱུན་ལ་མཚོན་ནའང་། ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་སྟེལ་རྒྱུན་འདི་ནི་གང་ཟག་བྱེ་
བྲག་པ་དེར་འཚམ་པོ་ཡིན་པར་བརྗོད་དགོས་པ་ལས། ལྟ་བུ་གཞིར་བཞག་གིས་ཚོས་ལྷགས་གཅིག་ཚོས་ལྷགས་
གཞན་ཞིག་ལས་ལུགས་ཚུལ་བསྒྲུབས་ན་ཕན་ཐོགས་ཅི་ཡང་མེད། གལ་ཆེ་བའི་གནད་དོན་ནི། ཚོས་ལྷགས་ཤིག་
གི་ཕན་རུས་དེ་གང་ཟག་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་གི་ངོས་ནས་འཛིག་དགོས་པ་འདི་ཡིན།

ཚོས་ལྷགས་ཚང་མས་སོ་སོ་ནི་བདེན་པ་ཁོ་ན་དེ་ཡིན་པའི་ཚོས་ལྷགས་ཤིག་ཡིན་པའི་འདོད་ཚུལ་འདི་
དང་། དོན་དངོས་སུ་ང་ཚོར་ཚོས་ལྷགས་མང་པོ་ཡོད་པའི་དངོས་ཡོད་གནས་ལྷགས་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་སྤང་བའི་
འགལ་ཁྲུ་དེ་སེལ་བར། གང་ཟག་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་ལ་མཚོན་ན། བདེན་པ་ཁོ་ན་དང་ཚོས་ལྷགས་ཁོ་ན་ཞིག་ཡོད་
རུང་བ་ངོས་ཀྱིས་སེམས་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལྟར་ནའང་། འགྲོ་བ་མའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ངོས་ནས་བསྟན་ཆོ། བདེན་པ་སྟེ་མང་

དང་ཆོས་ལུགས་ལྟ་མཁུ་གི་ལྟ་བུ་དེ་དང་ཆོས་ངེས་པར་དུ་ཁས་ལེན་བྱེད་དགོས། སྐར་ཡང་སྤྱོད་དཔེ་མཚན་དུ་
བྱངས་ན། ཉན་པ་བྱེད་ཐག་པ་ཞིག་གི་གནས་སྤངས་ལ་འཚམ་པའི་སྤྱོད་ནི་ནད་པ་དེར་མཚན་ན་སྤྱོད་ཁོ་ན་དེ་
ཆགས་ཡོད་ཀྱང་། འདིས་ནད་པ་གཞན་ལ་ཕན་པའི་སྤྱོད་གཞན་ཅི་ཡང་མེད་པར་སྤྱོད་མི་བྱེད།

ངོས་ཀྱི་ལྟ་ལྟུང་ལ། ཆོས་ལུགས་ཀྱི་སྤྱོད་རྒྱུ་འདྲ་མཉན་བར་དུ་གྲུབ་ཡོད་པའི་སྤྱོད་ཆོགས་ཀྱི་རང་བཞིན་དེ་
ནི་ཤིན་ཏུ་ལུས་སྤྱོད་ཆོགས་པ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིར། མཐར་གཏུགས་ན་ཆོས་ལུགས་ཚང་མ་གཅིག་ཡིན་པར་བརྟུན་
དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་མེད། ཡིན་ནའང་། སྤང་དོར་གྱི་རྣམ་གཞག་གཞིར་བཞག་ནས་བྱམས་པ་དང་སྤྱིང་རྩེ་མེད་
དུ་མི་བྱུང་བ་ཡིན་པ་ནན་གྱིས་གསུང་གི་ཡོད་པའི་ཆ་ནས་ཆོས་ལུགས་ཚང་མ་གཅིག་མཚུངས་ཤིག་ཡིན། འོན་
ཀྱང་། འདི་ནི་མཐར་གཏུགས་ན་ཆོས་ལུགས་ཚང་མ་གཅིག་པ་ཡིན་པའི་སྤྱོད་ཆ་ཞིག་མིན། དཔེར་ན། ཡེ་ཤུའི་
ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ནད་བཀོད་པ་པོས་འཇིག་རྟེན་འདི་ཐོག་མར་བཀོད་པ་དང་། ཉིན་རྒྱ་དང་ནད་བཟུན་དུ་འཇིག་
རྟེན་ལ་ཐོག་མ་ཞིག་མེད་པ་ལྟ་བུའི་ཡིན་ལུགས་ངོ་ཐོག་གི་འདོད་ཚུལ་ཐ་དད་པ་ཡིན་པའི་ཆ་ནས། པན་ཚུན་གྱི་
བར་དུ་ཡོད་པའི་ཁ་ཡོད་ལག་ཡོད་ཀྱི་མཚུངས་ཆོས་ལ་མ་སྟོས་པར་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་སྤྱོད་རྒྱུ་འདི་གཉིས་ཐ་དད་
པ་ཡིན། ལྟ་བུ་གྱི་འགལ་བ་འདི་ལྟ་བུ་ནི་ཆོས་ལུགས་ཉམས་ལེན་གྱི་གནས་རིམ་དང་པོའི་སྐབས་སུ་གལ་ཆེན་
ཞིག་མིན་ཡང་། ང་ཆོས་སྤྱོད་རྒྱུ་གང་བྱུང་ཞིག་གིས་བཟུན་པའི་ལམ་ལ་ཞུགས་ནས་མདུན་དུ་བསྐྱོད་པ་དང་།
མཚམས་ཤིག་དུ་འགལ་བ་དེ་རྣམས་ང་ཆོས་ཁས་ལེན་མི་བྱེད་ཀྱི་མེད་ཡིན། དཔེར་ན། ནད་བཟུན་དང་རྒྱ་གར་གྱི་
གནའ་བོའི་སྤྱོད་རྒྱུ་འདྲ་མཉན་དུ་ཡོད་པའི་སྤྱོད་བ་ལྟ་བུའི་རྣམ་གཞག་དང་། ཡེ་ཤུའི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཐར་པའི་རྣམ་
གཞག་གཉིས་འགལ་བ་ཞིག་དུ་མཐོང་ངེས་ཡིན། དེ་ལྟ་ནའང་། འདི་ནི་ཡིད་སྤྱོད་དགོས་པའི་ཡུལ་ཞིག་མིན་ཞིང་།
ཐ་ན་ནད་བཟུན་གྱི་ནད་དུ་འང་ཡིན་ལུགས་ངོ་ཐོག་གི་བདེན་པའི་གནས་རིམ་དུ་ཕན་ཚུན་དངོས་འགལ་ཡིན་
པའི་ལྟ་བུ་སྤྱོད་རྒྱུ་བྱུང་ཡོད། མ་མཐའ་ཡང་ལྟ་བུ་སྤྱོད་རྒྱུ་དེ་ཆོས་ང་ཆོར་ཆོས་ཀྱི་རིན་ཐང་གི་དར་རྒྱས་དང་།
སྤང་དོར་གྱི་རྣམ་གཞག་སོགས་རྟེན་སའི་སྤྱོད་གཞི་བྱུང་པར་བསྐྱོད་ཀྱི་ཡོད། འདིའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ངོས་ཀྱིས་
གཞན་ལས་བྱུང་དུ་འཕགས་པའི་འཛམ་གླིང་རང་བཞིན་གྱི་ཆོས་ལུགས་གསར་པ་ཞིག་དགོས་ཚུལ་སྤྱིང་གི་མེད་པ་
དང་། ཆོས་ལུགས་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་བྱུང་ཆོ། ད་ལྟའི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་སྤྱོད་རྒྱུ་འདྲ་མཉན་གྱི་རྣམ་པ་བྱུང་པར་བ་དེ་
རྣམས་བསྐྱེད་རྒྱུ་རེད།

མི་ཁག་ཅིག་གིས་ནད་པའི་སྤྱོད་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ནི། མཐར་གཏུགས་ན་འཇིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོའི་
དོན་སྤྱི་རྟོགས་ཐབས་ངེས་ཅན་ཞིག་དང་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པར་བསམ་པ་བདེན་ཡང་། འདོད་ཚུལ་འདི་ལ་
དཀའ་ངལ་འགའ་ཞིག་ཡོད་དེ། གཅིག་ནི་ང་ཆོས་ལྟ་བུ་དེ་ཆོར་འགྲེལ་བརྟུན་བྱེད་ཆོག་ཀྱང་། ལྟ་བུ་དེ་ཆོ་ཐོག་
མར་བྱུང་སའི་གསུང་རབ་ལ་ང་ཆོས་སོ་སོའི་འགྲེལ་བརྟུན་གྱི་གཞི་ཅི་ཅམ་ཞིག་བཅོལ་ཡོད་མེད་ཀྱི་གནད་དོན་
འདི་ཡིན། ནད་པའི་ཐོག་ཆེན་གྱི་སྤྱོད་གསུམ་སྟེ། ཆོས་སྤྱོད་དང་། ལོངས་སྤྱོད་དང་། སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་དོན་སྤྱོད་དང་། ཡེ་
ཤུའི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ནད་དུ་འཇིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་ནི། ཡབ་དང་། སྐུ་དམ་པའི་ཐུགས་བཅས་ཏེ། རོ་བོ་
གསུམ་འདུས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་པའི་ལྟ་ཚུལ་བར་ལ་ཁས་ལེན་དགོས་པའི་མཚུངས་ཆོས་ཁག་ཅིག་ཡོད།
འོན་ཀྱང་། འདི་ཆོ་གཞིར་བཞག་ནས་ནད་བཟུན་དང་ཡེ་ཤུའི་ཆོས་ལུགས་གཉིས་མཐར་གཏུགས་ན་གཅིག་པ་
ཡིན་པར་བརྟུན་ན་ཐལ་བྱགས་ཡོད་པར་སྟོམ། འདི་ནི་ང་ཆོ་བོད་པ་ཆོར་ཡོད་པའི་གནའ་བོའི་གཏམ་དཔེ་ཞིག་
སྟེ། གཤམ་མགོ་ལུག་ལ་མི་འབྱོར་ཟེར་བ་ལྟར་ཡིན།

དེ་ལས་ཐོག་ལྟེ། ཆོས་ལུགས་སོ་སོ་ལ་ལྟ་བུ་ཐ་དད་པ་རེ་ཡོད་ཀྱང་། ཆོས་ལུགས་ལྟ་མང་གི་འདུ་ཤེས་ནྟེ་མ་ཞིག་ང་ཆོས་ངེས་པར་དུ་གོང་འཕེལ་གཏོང་དགོས། འདི་ནི་ང་ཆོས་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་དེ་ཡོངས་ཁྱབ་ཀྱི་ཚད་ཅོན་ཞིག་ཡིན་པའི་གདེང་འཛིན་བརྟན་པོ་ཞིག་ཡོད་ན་ལྟག་དུ་བདེན་པ་ཡིན་ཞིང་། འདིའི་ཐད་ནས་འཛིན་སྒྲིབ་གི་ཆོས་ལུགས་ཁག་གི་གྲོས་ཚོགས་ཟེར་བ་ཞིག་བྱུང་ན་ཉ་ཅང་ལེགས་པར་མཐོང་། དེ་ཡང་གྲོས་ཚོགས་ཞེས་པའི་ཆོག་འདིས་དམངས་གཙོའི་འདུ་ཤེས་ཤིག་སྟོན་ཞིང་། ཆོས་ལུགས་ཁག་ཅེས་པའི་ཆོག་གིས་སྟོལ་རྒྱུན་སྟེ་མང་དགོས་པའི་ཚད་ཅོན་གྱི་གལ་ཆའི་རང་བཞིན་མཚོན་ཐུབ། གྲོས་ཚོགས་དེ་ལྟ་བུས་མཚོན་ཐུབ་པའི་ཆོས་ལུགས་སྟེ་མང་གི་འདུ་ཤེས་ནྟེ་མ་ལ་ཕན་ཡོན་ལྷན་ཆེན་ཞིག་ཡོད་ངེས་ཤིང་། ཕྱོགས་གཅིག་ནས་འདུ་ཤེས་དེས་ཆོས་ལུགས་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲིབ་ཞེན་མཁྲགས་འཛིན་གྱི་བྱ་སྤྱོད་ཐལ་དྲགས་པ་ནུས་སྒྲོག་ཐུབ་པ་དང་། ཕྱོགས་གཞན་ནས་དེས་བྱུང་མཐའ་ཐ་དད་པ་ནུས་གཅིག་གྱུར་བྱེད་འདོད་ཅིང་དགོས་པ་མེད་པའི་མངོན་འདོད་དྲག་པོ་དཔང་འགོག་ཐུབ།

ཆོས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་གྱི་གནད་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་ཆོས་ལུགས་བརྗེ་སྒྱུར་གྱི་སྒྲོར་ལའང་ངོས་ཀྱིས་འདིར་ཆོག་འགའ་བརྗོད་འདོད་བྱུང་། འདི་ནི་ཆོས་ནན་ཏན་དུ་འཛིན་དགོས་པའི་གནད་དོན་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ཆོས་ལུགས་བརྗེ་བོ་བྱས་པ་ཅམ་གྱིས་གང་ཟག་རང་ཉིད་ནི། བྱམས་པ་དང་སྤྱིང་རྩེ། དགེ་སྤྱོད་སོགས་རྩེ་མང་ཡིན་པའི་མི་ཞིག་དུ་འགྱུར་མི་ཐུབ་པ་ཤེས་དགོས་པ་གལ་ཆེ། སྤྱིར་བརྗོད་ན། ཆོས་ལུགས་བརྗེ་བ་ལས་སྤྱིང་རྩེ་ལྟ་བུའི་དགེ་བའི་སྒོ་སོགས་གོང་འཕེལ་གཏོང་བཞིན། རང་ཉིད་ལ་ལེགས་བཅོས་བྱེད་པར་འབད་བ་བྱས་ན་བཟང་གི་རེད། ཆོས་ལུགས་གཞན་གྱི་གོ་རྟོགས་དང་ཉམས་ལེན་ནི། སོ་སོའི་ཆོས་ལུགས་ལ་འབྲེལ་ཡོད་དང་བཀོལ་སྤྱོད་ཅི་ཅམ་ཡོད་པ་དེའི་ཚད་ཀྱིས་གཞན་ནས་གདམས་ངག་སྒྲངས་ན་རིན་ཐང་ཆེ་བ་དང་། གནས་སྒྲངས་ཁག་ཅིག་དུ་དེ་དག་སོ་སོའི་ཉམས་ལེན་གྱི་ཆ་ཤས་སུ་བསྒྱུར་ནའང་ལེགས་པོ་ཡིན། ཤེས་རྟོགས་དང་ཐུན་པའི་སྒོ་ནས་དེ་ལྟར་བྱེད་སྐབས། ང་ཆོས་རང་གི་ཆོས་ལུགས་ལ་ཆེ་གཅིག་དུ་དད་པ་རྒྱུན་འབྱེད་བྱེད་ཐུབ། འདི་ནི་ལེགས་པོ་ཞིག་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན། བྱེད་སྒྲུངས་འདི་ལ་མགོ་སྒྲིབ་པའི་ཉེན་ཁ་མེད་པར་མ་ཟད། ཆོས་ལུགས་སོ་སོ་ལ་འཚོ་བ་སྦྱེལ་སྒྲངས་ཀྱང་ཐ་དད་པ་རེ་ཡོད་པའི་ཕྱོགས་ནས་ཀྱང་སྒྲིབ་འབྱུང་རྒྱ་མ་རེད།

འགྲོ་བ་མི་སོ་སོའི་བར་ནའང་ཁྱད་པར་སྟོན་ཆོགས་ཤིག་མཐོང་རྒྱ་ཡོད་པ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་བལྟས་ཆོ། ཆོས་ལུགས་གཞན་ཞིག་གི་ནང་དུ་ཡོད་པའི་སྒྲིབ་དོར་དང་། ཆོས་ཀྱི་རིན་ཐང་གོང་འཕེལ་གཏོང་ཐབས་དེ་ཕན་རུས་ཆེ་བར་མཐོང་བའི་མི་རེ་འགའ་ནི། ཆོས་ལུགས་གཅིག་གི་རྩིས་འབྲང་བ་ས་ཡ་མང་པོའི་ཁྲོད་ནས་ཏྲག་དུ་ཡོད་ངེས་ཡིན། མི་ཁག་ཅིག་ལ་མཚོན་ན། ལས་འབྲས་དང་སྦྱེ་བ་ལྟ་བུའི་རྣམ་གཞག་ལྟ་བུས་འགན་ཁུར་གྱི་འདུ་ཤེས་ཤིག་གི་ངང་ནས་བྱམས་པ་དང་། སྤྱིང་རྩེ་བསྦྱེད་པའི་སེམས་པ་འབྱུང་བར་སྦྱལ་སྤོང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། གཞན་ཁག་ཅིག་ལ་མཚོན་ན། འཛིན་རྟེན་འདི་ལས་འདས་ཤིང་བྱམས་བཅའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་བཀོད་པ་པོ་ནི། ཆོས་ཀྱི་རིན་ཐང་རྣམས་ལ་རྩོད་ལེན་བྱེད་པའི་སྦྱལ་མ་ཞིག་དུ་མཐོང་གི་ཡོད། ཆོས་ལུགས་བརྗེ་བོ་རྒྱག་སྐབས་ང་ཆོས་རང་ཉིད་ལ་གཤམ་གསལ་ལྟར་འདྲི་གཅོད་བྱེད་རྒྱ་བརྗེད་མི་རུང་། ང་ནི་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་ཅིག་ལ་བརྟེན་ནས་ཆོས་ལུགས་གཞན་ལ་སེམས་པ་ཤོར་བ་ཡིན་ནམ། ཆོས་ལུགས་དེའི་ཆོ་ག་དང་རིག་གཞུང་གི་ཆ་རྣམས་ཀྱིས་ངའི་ཡིད་དབང་རབ་དུ་འཕྲོག་པ་མིན་ནམ། ཡང་ན་ངའི་སེམས་ཤོར་ས་ནི་ཆོས་ལུགས་གཞན་དེའི་སྤྱིང་བོ་ཡིན་ནམ། ང་རང་ཆོས་ལུགས་གསར་པ་དེའི་རྩིས་འབྱུག་པ་ཆགས་ན། ངའི་འགན་ཁུར་ནི་རྩེ་ལྟེ་དུ་འགྲོ་བ་ཡིན་ནམ། ངོས་

ཀྱིས་འདི་ལྟར་བརྗོད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། མཚམས་རེར་མི་ཚས་སོ་སོའི་རིག་གཞུང་གི་ཤུལ་ནོར་མ་ཡིན་པའི་
ཚས་ལྷགས་གཞན་ཞིག་གི་རྗེས་སུ་འབྲང་སྐབས། ཚས་ལྷགས་གསར་པ་དེ་གཏོགས་སའི་རིག་གཞུང་གི་བྱི་ཚུལ་
ཅམ་དང་དུ་ལེན་པ་ཅམ་ཡིན་ཞིང་། ཁོ་ཚོའི་ཉམས་ལེན་ནི་དེ་ཅམ་ལས་འདའ་ཡི་མེད།

ཅི་ལྟར་མི་ཞིག་གིས་ཚས་ལྷགས་གཞན་ཞིག་གི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་ལ་ཡུན་རིང་པོར་བསམ་གཞིག་ནན་མོ་
བྱས་ནས་ཐག་བཅད་ན། ཚས་ལྷགས་ཚང་མས་འགྲོ་བ་མའི་རིགས་ལ་དགེ་མཚན་ཆེ་བའི་ཕན་བདེ་ཆེན་པོ་ཞིག་
བསྐྱབས་དང་སྐྱབ་བཞིན་པ་ཡིད་དུ་བྱན་རྒྱ་ཏ་ཅང་གལ་ཆེ་བ་དང་། ཚས་ལྷགས་གཞན་ཞིག་དུ་ཞུགས་པའི་རྒྱ་
མཚན་གྱིས་མི་ཚས་རང་གི་སྒོན་མའི་ཚས་ལྷགས་ལ་སྒྲོན་བརྗོད་བྱེད་པའི་ཉེན་ཁ་ཆེ་ཞིང་། དེ་ལྟར་ཡོ་ནས་བྱེད་
མི་བྱང་། ཚས་ལྷགས་ཀྱི་སྒོལ་རྒྱན་དེས་མི་གཅིག་ལ་ཕན་མ་ཐོགས་པ་ནི། འགྲོ་བ་མའི་རིགས་ལ་ཕན་ཡོན་མེད་
པའི་དོན་ཞིག་མིན། དེ་ལས་ཐྲེག་ཤི། ཚས་ལྷགས་ཀྱི་སྒོལ་རྒྱན་གང་ཞིག་ཡིན་བྱང་། འདས་པའི་ནང་དུ་མི་ས་ཡ་
མང་པོའི་སློ་གཏད་བྱེད་ཡུལ་དུ་གྱུར་བ་དང་། ད་ལྟོ་འདྲེ་མི་ས་ཡ་མང་པོའི་སློ་སྒྲོབས་ཀྱི་འབྱུང་གནས་ཤིག་ཡིན་
པར་མ་ཟད། འབྱུང་འབྱུར་ལ་མཚོན་ནའང་། ཚས་ལྷགས་ཁག་གིས་བྱམས་པ་དང་སྤྱིང་རྗེའི་ལམ་ལ་ཞུགས་པར་
མི་ས་ཡ་མང་པོར་སྐྱལ་མ་བྱེད་རྒྱ་ཡིན་པ་གཏོན་མི་ཟ།

ང་ཚོས་རང་གི་སློལ་བྱན་དགོས་པའི་གནད་དོན་གལ་ཆེན་ཞིག་ཤི། མཐར་ཐུག་ན་ཚས་ལྷགས་ཀྱི་དགོས་
པ་ནི། བྱམས་པ་དང་། སྤྱིང་རྗེ། བཟོད་པ། ཁེངས་སྦྱང་། དགོངས་ཡངས། བཟོད་བསྐྱོན་སོགས་བསྐྱེད་པར་མཐུན་
འབྱུར་རོགས་རམ་བྱེད་རྒྱ་འདི་ཡིན་ཞིང་། གལ་ཏེ་ང་ཚོས་སློའི་ཡོན་ཏན་འདི་རྣམས་སྤང་མེད་དུ་བཏང་ན། ཚས་
ལྷགས་བརྗེས་པ་ཅམ་གྱིས་ཅི་ཡང་མི་ཕན། དེ་མཚུངས་ཐ་ན་ང་ཚོ་ནི་རང་གི་ཚས་ལྷགས་ལ་དད་པ་ཤུགས་བྲག་
པོ་བྱེད་མཁན་ཞིག་ཡིན་བྱང་། ཚས་ཀྱི་རིན་ཐང་འདི་རྣམས་སོ་སོའི་ཉེན་རེའི་འཆོ་བའི་ནང་དུ་ལག་བཟླར་མ་
བྱས་ན་དད་པ་དེས་ཅི་ཡང་ཕན་གྱི་མེད། འདི་ལྟ་བུའི་དད་པ་བྱེད་མཁན་ནི་གསོ་རིག་གི་བརྒྱམས་ཚས་སྒྲོག་གི་
ཡོད་ཀྱང་། སྤུན་པས་བཟླན་པའི་སྤུན་བཅོས་ལ་མི་བཟླན་པར་འཆི་ངེས་པའི་ནད་པ་དང་གཅིག་མཚུངས་ཤིག་
ཡིན།

གལ་ཏེ་ཚས་ལྷགས་ཉམས་ལེན་པ་ང་ཚོར་སྤྱིང་རྗེ་དང་བཟང་སྦྱོད་མ་ལུན་ན། ཚས་ལྷགས་ལ་དད་པ་
མེད་མཁན་ཚོར་ཡོན་ཏན་དེའི་རིགས་ལུན་པའི་རེ་བ་ང་ཚོས་རྗེ་ལྟར་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན་ནམ། ཅི་ལྟར་གོ་དོགས་
དང་ཕན་ཚུན་བརྩེ་འཛིག་གཞིར་བཞག་ལས་གྲུབ་པའི་ཚས་ལྷགས་ཀྱི་མཐུན་འབྲེལ་ཞིག་རྩ་འཛུགས་བྱེད་ཐུབ་ཆོ།
སྤྱི་ཚོགས་དང་སྤྱི་དོན་གྱི་བདེ་བ་དེན་དང་། གོ་མཚོན་བཀག་སྡོམ། ཞི་བདེ། ད་དུང་འགྲོ་བ་མའི་རིགས་སྤྱི་ལ་
ཤུགས་རྒྱུན་ཐེབས་པའི་རང་བྱུང་ཁོར་ཡུག་ ད་དུང་གནད་དོན་འདི་དང་འདི་ལྟ་བུ་གཞན་མང་པོའི་སྐྱོར་ལ་སྐྱེང་
སྤྱིང་བྱེད་པའི་དབང་ཆ་དང་ཕན་ཐུབས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཚས་ལྷགས་ལ་ལུན་རྒྱ་མེད། དེ་ལས་ཐྲེག་ཤི། ང་ཚོས་སོ་
སོའི་ཚས་ལྷགས་ཀྱི་གདམས་ངག་རྣམས་ཉམས་ལེན་མ་བྱས་ན། གཞན་གྱིས་ནམ་ཡང་ང་ཚོ་དོ་གལ་གཅིགས་ཆེན་
དུ་མི་འཛིན་པ་དང་། ཚས་ལྷགས་ཀྱི་སྒོལ་རྒྱན་གཞན་དག་དང་འབྲེལ་བ་བརྟན་པོ་ཞིག་བཙུགས་ནས་དཔེ་སྟོན་
ལེགས་པོ་ཞིག་བྱེད་རྒྱ་དེའང་སོ་སོའི་ཉེན་རེའི་ཉམས་ལེན་གྱི་ཆ་ཤས་ཤིག་ངེས་པར་དུ་ཡིན་དགོས།

འབོད་སྐལ་ཞིག

ང་ཚོ་དཔེ་དེབ་འདིའི་མཐའ་མའི་ཤོག་གངས་འགའི་མཚམས་སུ་སྟེབས་པ་འདི་ནི། སོ་སོའི་མི་ཚོའི་མི་
རྟག་པའི་རང་བཞིན་དུན་སྐལ་གཏོང་བྱེད་ཅིག་ཡིན། ཚོ་གཅིག་གི་དུས་ཡུན་ནི་སྤྱར་དུ་འདའ་བ་དང་། ང་ཚོའི་
ཉེན་མཐའ་མ་དེ་མགྲོགས་པོར་བསྟེན་རྒྱ་རེད། ལོ་ལྔ་བཅུའི་ནང་ལོག་ཏུ་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོ་བེར་བའི་ནང་པའི་
དགེ་སློང་ང་ཡང་དུན་འཛིན་ཅམ་དུ་འགྱུར་རྒྱ་ཡིན་ཞིང་། ཚོགས་འདི་དག་སྟོག་བཞིན་པའི་མི་གཅིག་ཀྱང་ད་ནས་
མར་ཆེས་པའི་དུས་རབས་གཅིག་གི་རྗེས་སུ་གསོན་ཐུབ་རྒྱ་ཁག་པོ་རེད། དུས་ནི་འགོག་རྒྱུ་ཅི་ཡང་མེད་པར་
རྟག་ཏུ་འདའ་བཞིན་པ་རེད། ང་ཚོས་ནོར་འབྲལ་ཞིག་བྱས་ཆོ། རྒྱ་ཚོད་ཕྱི་སྤྱར་བྱས་ནས་སྤར་ཡང་ཚོད་ལྟ་བུ་
མི་ཐུབ། ང་ཚོས་བསྟོ་ཐུབ་ཚད་ནི་ད་ལྟའི་དུས་འདི་ལགས་པར་བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་རྒྱ་དེ་ཡིན། ང་ཚོའི་ཉེན་མཐའ་
མ་དེ་སྟེབས་སྐབས། ཕྱི་མིག་གིས་བསྟན་ནས་སོ་སོའི་མི་ཚོ་ལ་དོན་སྤྱིང་ཐུན་ཞིང་གྲུབ་འབྲས་བྱང་ཡོད་པར་
མཐོང་ན། མ་མཐའ་ཡང་ང་ཚོ་ཡིད་བདེ་བའི་ངང་འགོ་ཚུགས་པ་དང་། དོན་སྤྱིང་དང་གྲུབ་འབྲས་བྱང་མེད་པར་
མཐོང་ན། ང་ཚོའི་ཡིད་སེམས་སྟོ་སྟེད་ཀྱི་རེད། འོན་ཀྱང་། གང་ཞིག་འབྱུང་དུ་འཇུག་མིན་ནི་ང་ཚོའི་ལག་པའི་
ནང་དུ་ཡོད།

ང་ཚོ་འཆི་བདག་གི་ཉེ་འགམ་དུ་འགོ་སྐབས། རང་ཉིད་ལ་འགྱོད་གདུང་མེད་པའི་ཁག་ཐག་བྱེད་པར་ང་
ཚོས་ད་ལྟ་ནས་གཞན་ལ་སྤྱིང་རྗེ་དང་རང་གི་བྱ་སྤྱོད་ལ་འགན་ཁུར་དགོས། དོན་དངོས་སུ་བརྗོད་ན། དེ་ལྟར་
བྱེད་པ་ནི་སོ་སོའི་ཁེ་ཕན་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་ལ། འདི་ནི་འབྱུང་འགྱུར་རང་ལ་ཕན་པའི་རྒྱ་མཚན་གཅིག་ལུས་མིན་
ཞིང་། ང་ཚོས་མཐོང་གསལ་ལྟར་སྤྱིང་རྗེས་ང་ཚོའི་མི་ཚོ་ལ་དོན་སྤྱིང་སྤྱིན་གྱི་ཡོད། སྤྱིང་རྗེ་ཕྱིན་དུ་བརྟན་པའི་
དགའ་བདེའི་འབྱུང་ཁུངས་དང་། གཞན་སེམས་སློང་བའི་གཞི་མའང་ཡིན། བདེན་པ་དང་། དྲང་བདེན། གཡོ་
སྤྱོད་མེད་པ། བྱམས་བརྟེ། བྱམས་སེམས་སོགས་གཞན་གྱི་ཕྱོགས་ལ་བསྐྱེད་ན། ང་ཚོས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཁེ་ཕན་སྤང་གི་
ཡོད། འདི་ནི་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་རྟོག་འཛིང་གི་གནད་དོན་ཞིག་མ་ཡིན་པར། སྤྱིར་བཏང་གི་གོ་ཤེས་ཀྱི་གནད་དོན་
ཞིག་ཡིན། གཞན་དག་གི་བདེ་སྤྱུག་ཁུར་དུ་ལེན་པའི་གཞན་སེམས་ནི། རིན་ཐང་ཐུན་པ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་གྲུབ་
ཡོད་པ་དང་། ང་ཚོའི་བདེ་སྤྱུག་ནི་གཞན་གྱི་བདེ་སྤྱུག་དང་འབྲལ་ཐབས་མེད་པར་འབྲེལ་ཡོད་པ་ཁས་མི་ལེན་
རང་ལེན་ཡིན། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱིས་སྤྱུག་བཟུལ་བྱུངས་ན། ང་ཚོས་ཀྱང་སྤྱུག་བཟུལ་སྤྱོད་དགོས་པ་ཡིན། ང་ཚོའི་སྒོ་ལ་
ཉོན་མོངས་ཀྱིས་ཅི་ཅམ་གདུང་ན། དེ་ཅམ་གྱིས་ང་ཚོས་སྤྱུག་བཟུལ་སྤྱོད་བའང་མངོན་གསལ་ཡིན་ཕྱིར། ང་ཚོས་
ཚོས་ལུགས་དང་། གྲུབ་མཐའ། ཐུན་མོང་གིས་ཁས་ལེན་པའི་ཤེས་རབ་སོགས་ཐམས་ཅད་འདོར་རུང་ཡང་།
བྱམས་པ་དང་སྤྱིང་རྗེ་སོགས་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་དངོས་ཡོད་གནས་ལུགས་ལས་ང་ཚོ་ཐར་ས་མེད་པ་ཡིན།

འདི་ནི་ངོས་རང་གི་ཚོས་ལུགས་ངོ་མ་དང་དད་པ་སྟོས་མེད་ཅིག་ཡིན། འདི་ལ་ནང་པ་དང་ཉེན་རྒྱའི་སྤྱོད་
ཁང་དང་། ཡེ་ཤུའི་སྤྱོད་ཁང་། ཁ་ཆེའི་སྤྱོད་ཁང་། འཛེའོ་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་སྤྱོད་ཁང་སོགས་མི་དགོས་པར་མ་ཟད། རྟོག་

འཛིང་གི་ལྷ་སྐབ་དང་། ཚེས་ལྷགས་ཀྱི་ལྷ་བ་ཡང་དགོས་དོན་མེད། རང་ཉིད་ཀྱི་སྒོ་ནི་ང་ཚོའི་ལྷ་ཁང་དང་། སྒྲིང་
ཇེ་ནི་ང་ཚོའི་སྐབ་མཐའ་ཡིན། ང་ཚོས་སྤྲིན་ལོན་མིན་ལ་མ་ལྟོས་པར་གཞན་ཐམས་ཅད་རང་གི་བྱམས་སྒྲིང་
ཇེ་འུལ་དུ་བཟུང་སྟེ། གཞན་དག་གི་ཐོབ་ཐང་དང་ཆེ་མཐོང་ལ་བརྩེ་འཇོག་བྱེད་དགོས། མཐར་གཏུགས་ན་ང་
ཚོར་མཐོ་ཚད་ནི་འདི་དག་ཡིན་ཞིང་། ང་ཚོས་རི་སྒྲིང་འདི་དག་རང་གི་ཉིན་རེའི་འཆོ་བའི་ནང་ཉམས་ལེན་བྱས་
ཏེ། གཞན་ལ་སྒྲིང་ཇེ་བསྐྱེད་ནས་བཟང་སྟོང་གི་འགན་ཁུར་ཞིག་གི་སྒྲིང་ནས་ལས་ལ་ཞུགས་ན། ང་ཚོས་ཅི་ཞིག་
སྤྲངས་ཡོད་མེད་དང་། སངས་རྒྱས་དང་འཇིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་གང་ལ་དད་མིན། ཡང་ན་ཚེས་ལྷགས་གཞན་
ཞིག་གི་རྗེས་སྤྲུའབྱང་བའམ། ཚེས་ལྷགས་ལ་གཏན་ནས་མི་དད་པ་གང་ཞིག་ཡིན་རུང་། ང་ཚོས་བདེ་བ་རྟེན་རྒྱ་
ཡིན་པ་གདོན་མི་བྲ།

འོ་ན་བདེ་བ་རྟེན་རྒྱ་དེ་འབྲེལ་སྟབས་བདེ་པོ་ཞིག་ཡིན་ན། ང་ཚོས་ཅིའི་ཕྱིར་བདེ་བའི་དོན་དུ་དཀའ་
སྤྲུག་མང་པོ་སྤྲང་དགོས་པ་ཡིན་ནམ། སྟབས་མ་ལགས་པར་ང་ཚོ་ཕལ་ཆེ་བས་རང་ཉིད་ནི་སྒྲིང་ཇེ་ཅན་ཞིག་ཡིན་
པར་སེམས་ཀྱི་ཡོད་ནའང་། ཕྱིར་བཏང་གི་གོ་ཤེས་ཀྱི་བདེན་པ་འདི་ནམས་ང་ཚོས་སྤང་མེད་དུ་གཏོང་གི་ཡོད།
དེ་ཡང་ང་ཚོས་སོ་སོའི་ཉོན་མོངས་ལ་ཁ་གཏད་གཅོག་པར་སྤང་རྒྱུ་བྱེད་པ་དང་། དུས་ཚིགས་ཀྱི་འགྱུར་འགྲོས་
ལ་བརྟེན་ནས་དབྱིད་ཀྱི་སྟེན་པ་ཐོབ་མེད་པར་ཁོང་ཁ་སྒོ་བའི་ཁོང་པ་དང་མི་འདྲ་བར། ང་ཚོས་དོན་སྒྲིང་
མེད་པའི་བྱ་བའི་ནང་དུ་དུས་ཚིག་མང་པོ་རྒྱུད་ཐོས་སྤྲུག་ཏོང་གི་ཡོད། ད་དུང་དོན་དངོས་སྤྲུག་ལ་ཆེན་པོ་
གང་ཞིག་མ་བསྐྱབས་པའི་འགྲོད་སེམས་སྤྲུ་ཅན་ཡང་ང་ཚོར་མེད་ནའང་། སྒོར་མོ་བསྐྱུག་པ་ལྟ་བུའི་དོན་རྒྱུད་གི་
བྱ་བའི་ཕྱོགས་ལ་ང་ཚོས་འགྲོད་གཏུང་དཀའ་པོ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ང་ཚོས་གཞན་གྱི་བདེ་བའི་ཕྱོགས་ལ་རམ་འདེགས་
བྱེད་པའི་གོ་སྐབས་དང་དུ་ལེན་པ་ལས། དབང་པོའི་བདེ་བ་ཅན་གང་སྤྲུབ་ཅི་སྤྲུབ་ཀྱིས་སྐྱབ་བཞིན་པ་དང་།
རང་ཉིད་ཐེལ་འཁུབ་ཆེ་བའི་རྒྱ་མཚན་ལྟ་བུའི་ཐོག་ནས་ང་ཚོས་གཞན་ཕྱོགས་ལ་བསམ་སྒོ་གཏོང་བར་གཞུང་གི་
ཡོད། ང་ཚོས་འདི་ནི་དེ་ལས་བཟང་བ་ཡིན་པར་སྟམ་སྟེ། ཅི་རྒྱུག་བཞིན་ཁ་པར་བཏང་ནས་ཡར་རྒྱུག་མར་རྒྱུག་
བྱེད་ལ། ང་ཚོས་བྱ་བ་ཞིག་སྐྱབ་བཞིན་ཡོད་རུང་། དེ་ལས་ཀྱང་ལགས་པ་ཞིག་འབྱུང་མི་ཡོང་ངམ་སྟམ་ནས་
སེམས་ཁུལ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། འདི་ལྟར་ང་ཚོས་འགྲོ་བ་མའི་སྒྲ་སྒྲོག་གི་གནས་རིམ་རྒྱུད་ཤོས་དང་དམའ་ཤོས་དེ་མ་
གཏོགས་བཀོལ་སྟོང་བྱེད་སྐབས་ཀྱི་མེད། ང་ཚོས་གཞན་གྱི་བདེ་སྤྲུག་ལ་དོ་སྤང་མ་སྤྲུད་ན། བསྐྱོག་དུ་མེད་པར་
གཞན་ལ་འཆོ་བ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ང་ཚོས་རང་ཉིད་ནི་སྤྲང་སྤྲང་འཛིན་པ་ཞིག་ཡིན་པར་སེམས་ཀྱི་ཡོད་ཀྱང་། སོ་
སོའི་རྣམས་པ་རྣམས་ང་ཚོས་རི་ལྟར་བཀོལ་སྟོང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པར་སེམས་དང་། ང་ཚོས་རྣམས་པ་དེ་ཚོ་བཀོལ་ནས་
ཡང་ཡང་རང་གི་བྱིས་མཚོས་ལ་མགོ་སྒྲོར་གཏོང་བ་དང་། གཞན་གྱི་བདེ་སྤྲུག་ལ་མ་བརྟེན་པར་རང་གི་ཁེ་ཕན་
སྐྱབ་ཀྱི་ཡོད། རང་གི་འདོད་ཐོག་དུ་མ་སོང་ན། ང་ཚོས་རང་ཉིད་འགྲིག་ཡོད་པའི་ཚོར་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱིར་ནས་
སོ་སོའི་དཀའ་ངལ་རྣམས་གཞན་ལ་ཁག་དཀྱིས་ཀྱི་ཡོད།

ཕྱིའི་དངོས་པོ་བསྐྱབ་གསོག་བྱས་ནས་ཡིད་གཏན་དུ་ཆོས་པའི་ཚོར་བ་ཞིག་ཡོང་མི་སྤྲུབ་པ་དང་། དེ་
མཚུངས་ང་ཚོར་གོགས་པོ་ཅི་ཅན་ཡོད་ཀྱང་། ཁོ་ཚོས་ང་ཚོར་བདེ་བ་སྤྲུན་མི་སྤྲུབ་ལ། དབང་པོའི་བདེ་བ་ཅན་
དོན་དུ་གཉེར་བ་ནི་སྤྲུག་བསྐྱུག་ཀྱི་སྟེ། གི་ཁའི་སྤྲང་དུ་བྱུག་པའི་སྤྲང་ཅི་ལྟ་བུ་ཡིན། འདི་ནི་ང་ཚོས་སོ་སོའི་
ལུས་པོར་བརྟེན་དགོས་པའི་དོན་ཞིག་མིན། དེ་ལས་སྤྲུག་སྟེ། ང་ཚོས་སོ་སོའི་ལུས་པོ་ལ་མ་བརྟེན་པར་རང་གཞན་
ལ་ཕན་བདེ་སྐྱབ་མི་སྤྲུབ་པ་དང་། ང་ཚོས་འཆོ་བར་འགྲོ་བའི་མཐའ་གཉིས་སྤྲུ་མ་སྤྲུང་བ་ཞིག་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད།

དོན་མེད་བྱུང་ཆུང་གི་བྱ་གཞག་ལ་སློ་ཅེ་བཏང་ནས་ང་ཚོས་གལ་ཆེན་དང་དོན་ཆེན་གང་ཡིན་པ་མཐོང་གི་མེད་པ་དང་། དེ་ལྟར་དུ་འཆོ་བ་བསྐྱེད་ནས་ང་ཚོར་བདེ་བ་དོ་མ་ཞིག་འབྱུང་གི་ཡོད་ན་གནས་ཚུལ་ཐ་དད་རེད། འོན་ཀྱང་། ང་ཚོར་བདེ་བ་འབྱུང་གི་མེད་པ་དང་། རབ་བྱུང་ན་དཀའ་ཕྱག་མང་པོ་མེད་པར་ང་ཚོ་འཆོ་བྱུང་པ་ཅུ་ཡིན། དུས་གང་ཞིག་ཏུ་ངེས་པར་འབྱུང་དགོས་པ་ཇི་བཞིན། དཀའ་ཕྱག་ཅིག་གིས་ང་ཚོར་འཇབ་སྒྲོལ་བྱེད་པའི་ཆོ་ན་ང་ཚོར་གྲ་སྒྲིག་ཅི་ཡང་མེད་པ་དང་། ང་ཚོས་དཀའ་ཕྱག་དེར་གདོང་ལེན་བྱེད་མ་ཐུབ་པར་སེམས་སྒྲི་ཞིང་ཡིད་ཕྱག་གི་ཡོད།

དེ་ལྟར་བས་ན་སྒྲིག་པ་པོ་བྱེད་ཀྱིས་རང་གི་མི་ཆེའི་ལྷག་མ་དེ་གང་ཐུབ་ཀྱིས་དོན་སྤྱིང་དང་ཐུན་པ་ཞིག་བྱེད་པར་བདག་གིས་ཐལ་མོ་གཉིས་སྐྱར་ནས་འབོད་སྐུལ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཅི་ཞིག་བྱེད་ཀྱིས་བྱེད་ཐུབ་ན། ཚས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ལ་བརྟེན་ནས་དོན་སྤྱིང་དེ་བསྐྱབ་རྒྱུ་ལ། ཉམས་ལེན་འདི་ལ་གསང་བ་སྒྲིག་གྱུར་གྱི་ཆ་ཅི་ཡང་མེད་པ་དོས་ཀྱིས་གསལ་པོར་བསྟན་ཡོད་པར་ཤོག གཞན་སེམས་བསྐྱེད་ནས་གཞན་དོན་དོན་གཉེར་བྱེད་རྒྱ་ཅུ་ཅུ་ཡིན་པ་དང་། བྱེད་ཀྱིས་རྒྱ་བསྐྱེད་ནས་ལྷག་བསམ་ནས་དག་གིས་ཉམས་ལེན་འདི་དང་དུ་ལེན་ཐུབ་ན། དེས་པས་རང་གི་གཤིས་རྒྱུད་དང་། བསམ་སྒྲུབ་འཛིན་སྟངས་ལ་ལེགས་ཕྱགས་ནས་འགྱུར་ཕྱོག་བྱུང་སྟེ། རང་གཅེས་འཛིན་གྱི་སེམས་ཁུར་དོག་མོ་ནུས་ཀྱི་དབང་དུ་འགྲོ་བ་ལས་གཞན་གྱི་ཕྱོགས་སུ་འགན་ཁུར་གྱི་སེམས་པ་ཆེན་པོ་ཞིག་སྐྱེད་ཐུབ་ལ། བྱེད་ཀྱིས་གཞན་སེམས་འདི་ལྟར་བསྐྱེད་པར་བརྟེན་ནས་ཞི་བདེ་དང་བདེ་བའང་རྟེན་རྒྱ་རེད།

ཐུག་དོག་དང་། གཞན་ལས་རྒྱལ་བའི་འདོད་པ་ནུས་སྤོངས་ལ། དེའི་ཆོབ་ཏུ་གཞན་ལ་ཕན་པའི་ལས་ལ་བརྩོན་ཅིག སེམས་བཟང་གི་སྤྱིང་སྒྲོབས་ཐུན་པའི་སྒྲོ་ནས་གཞན་དོན་ལ་གཞོལ་བར་གདོང་ཆོད་ཡོད་ན་ལས་སྤོང་འབྱུང་ངེས་ཡིན། གཞན་ལ་འཇུག་ཀྱིས་བསུ་བ་དང་། ཕྱོགས་རིས་མེད་པར་དྲང་པོ་བྱོས་ལ། མི་གཞན་ཆང་མ་རང་གི་གོགས་པོ་ཉེ་པོ་ཞིག་ཡིན་པའི་འདུ་ཤེས་འཛིན་རྒྱུ་ལ། ངོས་རང་ཏུ་ལའི་སྒྲ་མ་ཡིན་པ་དང་། ཡང་ན་བྱུང་འཕགས་ཀྱི་རྒྱས་སྒྲོབས་སོགས་ཡོད་པའི་མི་ཞིག་གི་ངོས་ནས་བདག་གིས་སྐད་ཆ་འདི་དག་བྱེད་ལ་རྒྱུ་ཀྱི་མེད་ཅིང་། ངོས་རང་ལ་དེ་འདྲའི་རྒྱས་སྒྲོབས་ཅི་ཡང་མེད་པ་དང་། བྱེད་དང་གཅིག་མཚུངས་སུ་བདེ་བ་འདོད་ཅིང་ཕྱག་བསྐྱེད་མི་འདོད་པའི་འགྲོ་བ་མི་ཞིག་གི་ངོས་ནས་བདག་གིས་འབོད་སྐུལ་གྱི་སྐད་ཆ་འདི་དག་རྒྱུ་ཀྱི་ཡོད།

རྒྱ་རྒྱུན་གང་ཞིག་གི་དབང་གིས་གཞན་ལ་ཕན་བདེ་སྐྱབ་མ་ཐུབ་ཆོ། མ་མཐའ་ཡང་གཞན་ལ་འཆོ་བའི་ལས་མ་བྱེད་རྒྱུ་ལ། རང་ཉིད་ནི་ལྟ་སྒྲོར་བ་ཞིག་ཡིན་པར་སེམས་དང་། མཁའ་དབྱིངས་ནས་མར་བལྟས་ན། སའི་གོ་ལ་ནི་དོ་གལ་མིན་པའི་རྒྱུ་གཟུགས་རྒྱུང་ཏུ་ཞིག་ཡིན་ཡང་མཛེས་ཕྱག་ཅིག་ཏུ་སྤང་གི་ཡོད་པ་ཇི་བཞིན། བྱེད་ཀྱིས་འཛམ་གླིང་ལ་བསམ་ཤེས་གཞོངས་དང་། གནས་འདིར་སྤྱོད་པའི་རིང་ལ་ང་ཚོས་གཞན་ལ་འཆོ་བ་བྱས་ན། ང་ཚོར་དོན་དངོས་སུ་ཅི་ཞིག་འཐོབ་རྒྱུ་ཡོད་དམ། ཉེ་འགམ་གྱི་གོང་ཕྱེ་ཞིག་ལ་ལྟ་སྒྲོར་དུ་སོང་བ་ལྟར། རང་སེམས་སྤྱོད་ལ་བབས་ནས་དགའ་བདེ་ལ་རོལ་བ་ནི། གཞན་ལ་འཆོ་བའི་སྦྱོར་བར་སྦྱོས་ན་ལེགས་པར་མ་ཟད། རྒྱ་མཚན་དང་མཐུན་པ་ཞིག་ཀྱང་མ་ཡིན་ནམ། དེར་བརྟེན་བྱེད་ཀྱིས་འཛམ་གླིང་གི་འདོད་རྒྱུ་ལ་ལོངས་སུ་སྦྱོང་པའི་ཁྱོད་ནས་དུས་ཆོད་ཅིག་རྟེན་ན། གཉའ་གཞོན་བྱས་ཡོད་པའི་མི་དང་། རྒྱ་རྒྱུན་གང་ཞིག་གིས་སོ་སོས་རང་ཉིད་སྤང་སྦྱོབ་མ་བྱས་པའང་བྱེད་མ་ཐུབ་མཁན་ཚོར་ཆེ་ཆུང་ལ་མ་སྦྱོས་པར་རྒྱུ་སྦྱོར་གྱི་འབད་པ་བྱེད་རྒྱུ་ལ། བྱེད་དང་དབྱལ་པོངས་ཀྱིས་མནར་ཞིང་། ཡིད་ལ་མི་ཕྱག་པའི་མི་སོགས་མཐོང་ན་ཁ་གཞན་ལ་མི་འཁོར་བ་

དང་། མི་དེའི་རིགས་ནི་རང་ལས་དམན་པ་ཡིན་པའི་བསམ་སྒྲོ་ནས་ཡང་མ་གཏོང་རོགས། ཅི་སྟེ་བྱེད་ཀྱིས་བྱེད་
ཐུབ་ན། རང་ཉིད་ནི་ཆེས་ཉམ་ཐག་པའི་སྤང་པོ་ཞིག་ལས་མཆོག་ཡིན་པ་མ་བསམ་རོགས། དུར་སའི་ནང་དུང་
ཆོ་ཆང་མ་གཅིག་མཚུངས་ཡིན།

གཞན་ལ་པན་བདེ་སྤྱབ་པའི་རང་ཉིད་ཀྱི་འཆོལ་སྟེག་གི་ནང་། རྩོམ་རང་ལ་སེམས་འགྲུལ་ཆེན་པོ་ཞིག་
སྤྱིན་བྱེད་ཀྱི་སྟོན་ལས་ཐུང་དུ་ཞིག་ཡོད་ལ། རྩོམ་ཀྱིས་སྟོན་ལས་དེའི་ཐོག་ནས་དཔེ་དབུ་འདྲིའི་མཇུག་བསྡུ་བྱ་
ཡིན།

བདག་ནི་མགོན་མེད་རྣམས་ཀྱི་མགོན།
ལམ་ཁྱུགས་རྣམས་ཀྱི་དེད་དཔོན་དང་།
བཀལ་འདོད་རྣམས་ཀྱི་བྱ་དང་ནི།
གཟེངས་དང་ཟམ་པ་ཉིད་དུ་གྱུར།

མར་མེ་འདོད་ལ་མར་མེ་དང་།
གནས་མལ་འདོད་ལ་གནས་མལ་དང་།
བདག་ནི་ལྷས་ཅན་བླ་འདོད་པ།
ཀྱན་གྱི་བླ་དུ་འགྱུར་བར་ཤོག།

གསལ་བཤད།

ཕན་གྱིས་བསྐྱར་བའི་དཔེ་དབུ་གཞན་རྣམས་སྟོན་འདོད་ཡོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་the.stepingstone@gmail.com སྟོན་འཕྲིན་ལ་བྱང་ཐོག་འབེལ་བ་གནང་རོགས།

༡ ལྷ་ཕྱན་གཅིག་ཁོ་ནའི་སྟེང་གི་འཇིག་རྟེན།

༢ སེམས་དང་ཆོ་སྤྲལ།

༣ ཤར་ནུབ་ཀྱི་སེམས་ཁམས་རིག་པའི་བཟོ་སྐྱེད།

༤ འཕྱང་དུ་ལྷས་པའི་སེམས་ཀྱི་གནས་བབ།

༥ གསར་བྱུང་དངོས་ལྱགས་དང་། འཇིག་རྟེན་ཆགས་རིག་

༦ གནའ་པོའི་ཤེས་རབ་དང་། དེང་གི་འཇིག་རྟེན།