

༡༡། འདུལ་བའི་སྐྱོར་གྱི་ངིས་ལན་སོམ་ཉི་སེལ་

བའི་ཉིན་བྱེད་དང་། དབུ་པར་སྐྱོར་གྱི་

དོགས་འདི་དཔྱོད་ལྡན་རེ་སྐྱོང་

བཅས་བཞུགས།



དགེ་བཤེས་དཔལ་ལྡན་བྲགས་པ།

༄། འདུལ་བའི་སྐྱོར་གྱི་དྲིས་ལན་སོམ་ཉི་སེལ་བའི་  
ཉིན་བྱེད་དང་། དབུ་ཕར་སྐྱོར་གྱི་དོགས་འདི་  
དཔྱོད་ལྡན་རེ་སྐྱོང་བཅས་བཞུགས།

༄། གང་གི་མཁུན་དང་བཅེ་བའི་དཔལ་གྱི་འཕྲིན་ལས་འོད་གྱི་ཟེགས་  
མ་རེའང་། སྐྱོང་གསུམ་ཞོར་གྱིས་ཐུགས་པ་མེད་པའི་གསུམ་ལྡན་བཤེས་  
གཉེན་བཀའ་དྲིན་གྱིས། རིང་དུ་བསྐྱུངས་པའི་སྐལ་བཟང་བདག་ལ་  
གསུང་གི་གནང་བ་བསྩལ་དང་ལྟན། བྱམས་བཅེ་ཐུགས་རྗེའི་སྐྱོང་ནས་  
ནམ་ཡང་མི་འདོར་མཉེས་བཞིན་རྗེས་སུ་བྱུངས། ཞེས་གསོལ་འདེབས་  
སྩོན་དུ་བཏང་ནས། གང་སྐྱོང་བར་བྱ་བ་འདི་བཞིན་ར་ཡུལ་གཤིང་དགོན་  
དགེ་ལྡན་ལེགས་བཤད་སྤྱིང་གི་མཁན་རིན་པོ་ཆེ་ཡེ་ཤེས་རྒྱ་མཚོ་མཆོག་  
གིས། བཤེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པའི་གསུང་འདུལ་བ་ལུང་རིགས་  
ཉི་མའི་བཤད་ཁྲིད་གནང་སྐབས་སུ། དྲླགས་སྐྱོང་མཛད་པ་རྣམས་ཉིན་  
རེ་བཞིན་འཕྲིན་ཕྱན་བརྒྱུད་རྒྱ་གར་དུ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཆེན་པོ་  
དགེ་དཔལ་ལྡན་གྲགས་པ་མཆོག་ལ་ཁྱུས་ནས། གསུང་ལན་འཁྱོར་རིམ་  
བཞིན་མཁན་རིན་པོ་ཆེ་ཁོང་རང་ལ་ཁྱེད་གོས་ཚུལ་གསུངས་པ་ལྟར།  
གྲུས་པས་དེ་བཞིན་གང་ཤེས་ཅི་ལུས་བགྱིས་པར་ཐུགས་དབྱེས་ཚར་ཆེན་  
པོས་དེ་རྣམས་ཡིག་ཐོག་དུ་ཕབ་ཤོག་ཅེས་གསུངས་བྱུང་།

གུས་པས་དེ་ལྟར་བགྱིས་ཁྱལ་ཡང་དཀའ་གནད་དེ་རྣམས་ཇི་  
བཞིན་མ་འཁྱམས་པ་དང་། ཡར་མར་གོ་བརྟེན་ལེགས་པོར་མ་འབྲུད་པ་  
སོགས་བསྐྱར་བྱ་ཡང་ཡང་བྱས་པར། ཆད་ལྷག་བསྐྱར་བཅས་བསྒྲན་ཕྱི་  
སྒོ་གསུམ་དང་། གཞན་ཡང་བཞེད་ཚུལ་འདྲ་མིན་སྒྲོར་ཁ་སྒྲོང་དང་  
བཅས་པ་དྲིས་ལན་བསྒྱལ་གནད་བྱུང་བ་རྣམས། རང་གཞན་དོན་  
གཉེར་ཅན་འགའ་ལའང་ཚུང་ཟད་ཕན་རེས་མཁན་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་  
གི་བྱགས་དགོངས་ལྟར་འདུལ་གཞུང་གི་རིམ་པ་བཞིན་བསྐྱིག་པར་བྱའོ།

དྲི་བ་དང་པོ།

དྲི་བ། སོ་ཐར་མདོ་ལས། སངས་རྒྱལ་མི་འགྱུར་རབ་བྱུང་བ། སངས་རྒྱལ་  
མི་འགྱུར་རབ་བྱུང་བ། ཞེས་དང་། མཐུན་པའི་གཟེར་རྣོན་བརྒྱབ་པ་ཡི།  
མཐུན་པའི་གཟེར་རྣོན་བཏབ་པ་ཡི། ཞེས་དང་། དེས་པར་བྱས་ཤིང་  
དབང་པོ་བྱལ་བ་དག། དེས་པར་བྱས་ཤིང་དབང་པོ་བྱལ་བ་དག། ཅེས་  
ཆོག་ཚུང་ཟད་རེ་མི་འདྲ་བ་འདུག་པས་གང་དང་གང་དག་པར་འདོད་  
དགོས་ལགས།

ལན། དེ་ལ་འདིར་བཀའ་འདྲི་རྣམས་ལ་རིགས་པ་སྟེ་པའི་སྒོལ་  
བཟང་ལྟར་ཡིན་ཁྱལ། རང་གི་རྟོག་དཔྱད་མཐར་ཇི་ལྟར་ཤར་བ་རྣམས་  
གཅིགས་སྟེ་བྱས་ནས་བཀའ་ལན་གང་ཤེས་ཞུ་རྒྱུར། དེ་ཡང་སྟོབ་དཔོན་  
དྲི་མེད་བཤེས་གཉེན་གྱི་སོ་ཐར་མདོ་འགྲེལ་དུ། སངས་རྒྱལ་ཞེས་སྟོས་པ་

ནི་སངས་རྒྱས་ལས་སམ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཕྱིར་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ཞེས་བྱ་བར་  
སྐྱར་རོ།། མི་འགྱུར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ངེས་ཤིང་འཁྲུལ་བ་མེད་པ་སྟེ། ཞེས་  
གསུངས་པ་ལས་རབ་བྱུང་བ་ཞེས་པ་དག་པར་མངོན་པས། འདི་ལ་  
གཞན་པན་བྱམས་པའི་གོ་ཆའི་སོར་མདོ་མཆན་འགྲེལ་དུ། སངས་རྒྱས་  
བྱོན་པ་དང་མི་རུ་འགྱུར་བ་དང་རབ་ཏུ་བྱུང་བའོ།། ཞེས་བཀྲལ་བ་ནི་  
སྤམ་བཤད་ཙམ་དུ་སྤང་ངོ་།།

དེ་བཞིན་དུ་གོང་གི་སོ་ཐར་མདོ་འགྲེལ་ལས། དེ་ལ་ངེས་པར་  
བྱས་ཤིང་ཞེས་བྱ་བས་ནི་སྐྱུངས་པའི་ཡོན་ཏན་རྣམ་པར་དག་པ་བསྟེན་  
ཏེ། བསམ་པ་ངེས་པར་བྱས་ཤིང་མངོན་པར་བརྩོན་པ་བྱས་པའི་ཕྱིར་  
རོ། ཞེས་ངེས་པར་བྱས་པའི་གོ་དོན་དང་བཅས་པ་ཤིན་ཏུ་གསལ་བའི་  
ཕྱིར་བསྟོན་མི་རུས་ལ། དེས་ན་ལ་ལས་དེས་པར་བྱས་ཤིང་དབང་པོ་  
ཐུལ་བ་དག། ཅེས་སྒྲ་ལྷག་འདོན་ཞིང་། དེས་པ་ཞེས་པ་རང་བཞིན་  
བཟང་པོའམ་འཇམ་པོའི་དོན་དུ་འགྲེལ་བ་ནི་རྩ་བ་མ་དག་པ་ལ་འགྲེལ་  
བའང་དེ་བཞིན་བྱས་པར་མངོན་ལ། ཡང་དེ་ཉིད་ལས། གཟེར་རྗེན་བརྒྱ་  
པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འགྲུག་སྐབ་ཀྱི་ཁ་རྩལ་གྱི་གཟེར་བྱ་རྗེན་པོ་མང་པོ་  
དང་ཐུན་པ་འདྲ་བར། ཞེས་དང་། བརྒྱ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མང་པོ་མཚོན་  
པའི་ཚིག་ཡིན་གྱི་གངས་བརྒྱར་ངེས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། ཞེས་གསུངས་  
པའི་ཕྱིར་ན། དཔེ་འགའ་ཞིག་ཏུ་མཐུན་པའི་གཟེར་རྗེན་བརྒྱ་པ་ཡི།

ཞེས་པ་དང་། བཏམ་པ་ཡི་ཞེས་པ་རྣམས་ནི་ཕྱིས་ཀྱི་ཁྱེད་གཤམ་པ་རྣམས་  
ཀྱིས་རང་བཟོ་བགྱིས་པར་གསལ་ལོ།

ཡང་དེ་བཞིན་དུ་སོར་ཕྱོམ་འབོགས་ཆོག་སྒྲུང་གསལ་སྟོན་མེ་  
སོགས་སུ་རབ་བྱུང་བསྐྱབ་སྐབས་སུ། ལོ་བཅོ་ལྔ་མ་ལོན་པ་མ་ཡིན་ནམ།  
ལོ་བཅོ་ལྔ་ལོན་པ་བྱ་རོག་སྟོང་མི་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ནམ། བྱ་རོག་སྟོང་རྒྱས་  
ཀྱང་ལོ་བདུན་མ་ལོན་པ་མ་ཡིན་ནོ། ཞེས་དྲི་དགོས་ཚུལ་མདོ་རྩ་  
གསུངས་ཞེས་གསལ་ཡང་། མདོ་རྩ་རང་དུ་ནི། རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་ཕྱིར་ཉེ་  
བར་འོངས་པ་ལ་ལོ་བཅོ་ལྔ་ལོན་ནམ་ཞེས་དྲི་བར་བྱའོ། མ་ལོན་པ་བྱ་  
རོག་སྟོང་མི་རྒྱས་པ་དང་། རྒྱས་པ་ལ་བདུན་མ་ལོན་པ་རབ་ཏུ་དབྱུང་  
བར་མི་བྱའོ། ཞེས་གསལ་ལ། དེས་ན་འབོགས་ཆོག་དེ་དག་ཏུ་རྩ་གཞུང་  
གི་ཆོག་ཟིན་ལྟར་ནི་མ་བྱུང་ཡང་གང་ཡིན་དབྱེད་བྱར་སྒྲུང་ཞིང་། བྱ་  
རོག་སྟོང་རྒྱས་མི་རྒྱས་ཞེས་པའང་དགེ་འདུན་གྱི་སྡེར་ཞབས་ཁྱ་གང་  
ཡང་སྐྱབ་མི་རྒྱས་ན་དགེ་འདུན་གྱི་སྡེ་རྩལ་སོགས་ལ་འོངས་སྟོང་པ་ནི་  
དགོར་ཆེན་པོ་ཡིན་པས། མ་མཐར་ཡང་བྱ་རོག་སྟོང་པས་མཆོན་དགེ་  
འདུན་ལ་ཞབས་ཁྱ་རུང་ཟད་སྐྱབ་རྒྱས་མཐན་ཞིག་དགོས་པའི་དོན་ནོ།

དྲི་བ་གཉིས་པ།

དྲི་བ། སོ་ཐར་ཕྱོམ་པ་ཟག་བཅས་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་ངེ་ལྟར་ལགས།

ལན། གལ་ཏེ་སོ་ཐར་སྒྲོམ་པ་ཟག་བཅས་མ་ཡིན་ན་ཟག་མེད་དུ་  
འགྱུར་ལ། དེ་ལྟར་ན་ལམ་བདེན་ལས་མི་འདའ་བས་སོ་སོ་སྐྱེ་བའི་རྒྱད་  
ལ་སོ་ཐར་སྒྲོམ་པ་མེད་པར་འགྱུར་ལ། གཞན་ཡང་ཁམས་གསུམ་གང་  
རུང་གི་སས་བསྐྱུས་ལ་ཟག་བཅས་ལས་གཞན་དུ་མི་འཐད་པས། སོ་ཐར་  
སྒྲོམ་པ་འང་འདྲོད་པའི་སས་བསྐྱུས་པས་ཟག་བཅས་སོ། དེ་འདྲོད་པའི་  
སས་བསྐྱུས་ཡིན་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། རང་གི་ཚྲགས་པ་ན་ཡོད་པའི་  
འབྱུང་བ་རྣམས་འདྲོད་པའི་སས་བསྐྱུས་པས་སོ་ཞེས་བྱེ་སྤྱོད་དེ་ལྟར་  
འདྲོད་པ་ཡིན་ནམ་སྟམ་སོ།

དེ་བཞིན་དུ་དབྱུ་མ་ཐལ་འགྱུར་བའི་ལྷགས་ལ་བདག་མེད་  
སོགས་ལ་མཉམ་པར་བཞག་བཞིན་པའི་རྒྱད་ལ་སྒྲོམ་པ་གསུམ་ཀ་ཡོད་  
དམ་མེད། ཡོད་ན་དེ་ཟག་བཅས་ཟག་མེད་གང་ཡིན་དཔྱད་པར་བྱ་བ་  
ཡོད་ལ། ཁོ་བོས་བསམ་ན་འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་ཀྱི་ནང་ཚན་  
རྒྱལ་བྱིས་ཀྱི་ཡན་ལག་གཟུགས་ཅན་རྣམས་ཟག་མེད་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་དང་།  
ཐུར་ནས་རྒྱད་ལ་ལྷན་བཞིན་པའི་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་མིན་པའི་སོ་ཐར་  
སྒྲོམ་པ་ནི་ཟག་བཅས་སུ་འདྲོད་ཅིང་། སྒྲོམ་པ་སེམས་བྱུང་འདྲོད་པ་  
རྣམས་ཀྱིས་བར་ཆད་མེད་ལམ་པའི་རྒྱད་ལ་སྒྲོམ་པ་མངོན་འགྱུར་དུ་  
མེད་ཀྱང་སྒྲོམ་པ་དང་ལྷན་པ་ཡིན་པས་ཡོད་པའི་རིགས་སུ་གནས་པ་  
ཡིན་ཞེས་འདྲོད་པར་མངོན་ནོ།

## དྲི་བ་གསུམ་པ།

དྲི་བ། ཚེགས་ལྷ་མ་ཐོན་དུ་སོང་བའི་བསྟེན་རྫོགས་ཀྱི་ཐོམ་པ་གནང་  
སྐབས་གསང་སྟེ་སྟོན་པས་བར་ཆད་འདྲི་དུས་སུའང་ཁྱོད་ལྔར་རབ་དུ་་་་  
བྱང་བ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེས་འདྲི་བའི་དོན་གང་ལགས།

ལན། བསྟེན་ལ་རིམ་སྒོ་བ་ཕྱིར་དུ་བསྟེན་རྫོགས་ཀྱི་ཐོམ་པ་ཞུ་  
བའི་ཐོན་དུ་དགོ་ཚུལ་དང་རབ་བྱང་གི་ཐོམ་པ་ཞུ་དགོས་པ་བདེན་མོད།  
འོན་ཀྱང་བར་ཆད་འདྲི་སྐབས་ལྔར་རབ་དུ་བྱང་བ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེས་པ་  
དེ་སྦྱིར་རབ་དུ་བྱང་བ་ལ་གོ་རྒྱུ་མ་ཡིན་པར་ཐད་ཀར་གྱི་རབ་བྱང་ཐོམ་  
པ་གང་ཡིན་ལ་གོ་དགོས། དེས་ན་བསྟེན་རྫོགས་ཀྱི་ཐོམ་པ་གནང་སྐབས་  
ཁྱོད་ལྔར་རབ་དུ་བྱང་བ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེས་པ་ལྔར་བསྟེན་རྫོགས་ཀྱི་ཐོམ་  
པ་ཞུས་ཟིན་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེས་དྲི་བ་ཡིན་པར་མངོན་ཏེ། དེ་ཐོན་  
བསྟེན་རྫོགས་ཀྱི་ཐོམ་པ་ཞུས་ཟིན་ཅིང་དེ་དང་ཐུན་པ་ཞིག་གིས་བསྐྱར་  
དུ་ཞུ་ན་ཡང་ལས་མི་ཆགས་པས་གསར་བ་སྦྱེ་རྒྱུ་མེད་པའི་དབང་གིས་  
ཡིན་པར་སྤང་དོ།

## དྲི་བ་བཞི་པ།

དྲི་བ། ཡང་མཛོད་ལས། དང་པོའི་རྣམ་རིག་རྣམ་རིག་མིན། ཞེས་དང་།  
འཆལ་བའི་ཚུལ་གྱིས་མི་དགའི་གཟུགས། དེ་སྤྱང་ཚུལ་གྱིས་མི་རྣམ་

གཉིས་སོ། ཞེས་སོགས་གྲིས་སོ་ཐར་ཚྲོམ་པའི་ངོ་བོ་ལ་རྣམ་པར་རིག་  
བྱེད་དང་རིག་མེན་གཉིས་ཡོད་ཚུལ་བསྟན་པ་ཨི་ཡིན་ལགས།

ལན། སྦྱར་སོ་ཐར་ཚྲོམ་པ་ལ་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་དང་རིག་མེན་  
གཉིས་ཀའི་ངོ་བོར་ཡོད་པར་འདོད་པ་དང་། རིག་མེན་གྲིས་བྱབ་པར་  
འདོད་ཚུལ་གཉིས་གསལ་ཡང་། བཤེན་ཆེན་བསོད་ནམས་བྲགས་པ་  
མཆོག་གིས་ཕྱོགས་ཕྱི་མ་ཉིད་འཐད་པར་བཞེད་དེ། ཉིད་ཀྱི་འདུལ་བ་  
ལུང་རིགས་ཉི་མ་ལས། རང་ལུགས་སོ་ཐར་ཚྲོམ་པ་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་  
མ་ཡིན་པའི་གཟུགས་སྤྱ་བྱ་སྟེ། སྤར་བཤད་པའི་ལུང་རིགས་རྣམས་དང་།  
ཚྲོམ་གསུམ་རྣམ་གཞག་སོགས་མང་པོ་ཞིག་ལས་བྱབ་པའི་ཕྱིར། འདི་  
དང་མཐུན་པར་ཚྲོམ་གསུམ་རབ་དབྱེ་ལས། ཉན་ཐོས་ཚྲོམ་པ་རྣམ་རིག་  
མེན་། ལུས་ངག་ལས་ནི་སྟེ་བར་འདོད། ཅེས་དང་། ཉིད་ཀྱི་ཚྲོམ་གསུམ་  
ནོར་བུའི་བྱི་དོར་ལས་ཀྱང་། རང་ལུགས་ནི། སོ་ཐར་ཚྲོམ་པ་རིག་བྱེད་མ་  
ཡིན་པའི་གཟུགས་ཁོ་ནར་ངེས་པ་ཡིན་ཏེ། མཛོད་ལས། རྣམ་རིག་མེན་  
རྣམ་གསུམ་ཞེས་བྱ། ཚྲོམ་དང་ཚྲོམ་པ་མེན་གཞན་དང་། ཞེས་གསུངས་  
ཞེས་གསལ་བར་གསུངས་སོ།

དེས་ན་མཛོད་ལས། དང་པོའི་རྣམ་རིག་རྣམ་རིག་མེན། ཞེས་པ་  
དང་། དེ་སྟོང་ཚུལ་བྲིམས་རྣམ་གཉིས་སོ། ཞེས་པའི་དོན་ལ། དེ་ཉིད་  
ལས་། ཚུལ་བྲིམས་ལ་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་དང་རིག་བྱེད་མ་ཡིན་པ་



གཉིས་ཡོད་པར་བསྟན་ཀྱང་། རྩོམ་པ་ལ་དེ་གཉིས་ཡོད་པར་བསྟན་པར་  
གོ་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཚུལ་འཆལ་ལ་རྩོམ་མིན་གྱིས་མ་བྱལ་པ་  
བཞིན་དུ། ཚུལ་བྲིམས་ལ་འང་རྩོམ་པས་མ་བྱལ་པའི་ཕྱིར་ཏེ། བར་མའི་  
མི་དགོ་བ་དང་། བར་མའི་དགོ་བ་གཉིས་རིམ་པ་བཞིན་དུ། ཚུལ་འཆལ་  
དང་ཚུལ་བྲིམས་སུ་བཞག་དགོས་པའི་ཕྱིར་དང་། ཚུལ་བྲིམས་ལ་ལས་  
ལམ་གྱི་སྒྱུར་དངོས་མཚུག་གསུམ་མ་ཆང་བ་ཡོད། རྩོམ་པ་ལ་ལས་གྱི་  
དངོས་གཞི་དང་། དེས་བྲངས་པའི་མཚུག་གང་རུང་གིས་བྱལ་པའི་ཕྱིར།  
ཞེས་གསུངས་པ་སོགས་ལས་བཞེད་པ་གང་ཡིན་གསལ་བར་གོ་རུས་སོ།།

དེ་ཡང་རྒྱ་མཚན་དེ་དག་ལེགས་པར་ངེས་པའི་ཕྱིར་དོན་དེལ་  
ཏེ་བཤད་ན། དཔེར་ན། རྩོ་སེར་སོགས་རེ་རེ་ནས་བྲ་བོ་ཡིན་མི་ཟེར་ཡང་  
རྩོ་སེར་སོགས་ཁ་དོག་ཚོགས་པ་ལ་བྲ་བོ་འདྲོད་པ་བཞིན་དུ། སོ་ཐར་  
རྩོམ་པའང་སློག་གཅོད་སྤོང་བ་སོགས་ཡན་ལག་རེ་རེ་ནས་མི་འཛོག་  
པར་རྩ་བ་བཞི་ག་ཡན་ཆད་སྤོང་བའི་ཚོགས་པའི་སྤྱང་ནས་འཛོག་  
དགོས་ཏེ། དེ་ལྟར་མིན་ན། རྩ་ལྟངས་གང་བྱུང་བའི་དུས་སུ་རྩོམ་པ་རེ་  
བཏང་ཞིང་། གང་ཞིག་མ་བྱུང་བའི་ཆ་ནས་རྩོམ་ལྟན་དུ་འང་འགྱུར་བས་  
རྩོམ་ལྟན་དང་དེ་བཏང་བ་གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་སྐྱ་ཡོད་པར་འགྱུར་ལ།  
རྩ་བ་བཞི་ཡན་ཆད་སྤོང་བའི་ཚོགས་པའི་སྤྱང་ནས་གཟུགས་ཤིག་  
འཛོག་ནའང་། རྩམ་པར་རིག་བྱེད་མ་ཡིན་པའི་གཟུགས་ལས་གཞན་

རྣམ་པར་རིག་བྱེད་ཅིག་འཛིན་པར་དཀའ་ལྟོ། མཛོད་ལས། ལུས་རྣམ་  
རིག་བྱེད་དབྱིབས་སུ་འདོད། ཅེས་དང་། དག་རྣམ་རིག་བྱེད་ནི་དག་སྒྲ།  
ཞེས་དེ་གཉིས་ནི་མིག་ཤེས་ཀྱི་གཟུང་བྱ་དང་། རྣ་ཤེས་ཀྱི་མཉན་བྱར་  
གྱུར་པའི་སྐྱེ་མཆེད་སོ་སོ་བ་ཡིན་པས། དེ་འདྲ་བའི་རིག་བྱེད་ཀྱི་  
གཟུགས་ཤིག་སྒྲུལ་པར་ཅི་ལྟར་རིགས། གཞན་ཡང་། རྣམ་པར་རིག་བྱེད་  
དང་རིག་མིན་གཉིས་ངོ་བོ་ཐ་དད་དུ་འདོད་དགོས་པས། གང་ཟག་  
གཅིག་གི་རྒྱུ་ལ་དུས་གཅིག་ཏུ་དགེ་སྤྲོད་གི་སྒྲུལ་པ་གཉིས་ཡོད་པར་  
ལས་ལེན་དགོས་པར་འགྱུར་རོ།

མཛོད་ལས། དང་པོའི་རྣམ་རིག་རྣམ་རིག་མིན། ཞེས་དང་། དེ་  
སྤྲོད་ཚུལ་བྲིམས་རྣམ་གཉིས་སོ། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་མི་གཞོད་ཚུལ་ནི།  
གོང་གི་ཡིག་ཆའི་ལུང་ལས་ཀྱང་གསལ་ཞིང་། དེས་ན་སོ་སོར་སྒྲུལ་པ་  
སྐད་ཅིག་མ་དང་པོའི་དུས་ཀྱི་སྒྲུལ་མིན་ལས་སམ་སྒྲིག་པ་ལས་ཐར་པའི་  
རྣམ་པར་རིག་བྱེད་དང་རིག་མིན་གྱི་གཟུགས་གཉིས་ཀ་སོ་སོར་ཐར་པ་  
ཡིན་ཞེས་པའི་དོན་དུ་སྤངས་ལྟོ། དེ་ཡང་སོ་སོར་ཐར་པ་དང་། སོ་སོར་  
ཐར་པའི་སྒྲུལ་པ་ལ་སྐྱབ་པའི་ཡོད་པས། དང་པོའི་རྣམ་རིག་རྣམ་རིག་  
མིན་ཀྱི་ ཞེས་སོགས་ཀྱིས་རིམ་པ་བཞིན་དུ་སོ་སོར་ཐར་པ་ཡིན་ལ་སོ་སོར་  
ཐར་པའི་སྒྲུལ་པ་མིན་པ་དང་། སོ་སོར་ཐར་པའང་ཡིན་ལ་སོ་སོར་ཐར་  
པའི་སྒྲུལ་པའང་ཡིན་པའི་སྐྱབ་གཉིས་དངོས་སུ་བསྟན་ཅིང་། དེའི་ཤུགས་

ལ་སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་ཕན་ཆད་ཀྱི་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་དེ་སོ་སོར་ཐར་  
པ་དང་སོ་ཐར་སྒྲིམ་པ་གཉིས་ཀ་མིན་པ་དང་། སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་ཕན་  
ཆད་ཀྱི་སོ་ཐར་སྒྲིམ་པ་དེ་སོ་སོར་ཐར་པའི་སྒྲིམ་པ་ཡིན་ཀྱང་སོ་སོར་  
ཐར་པ་མིན་པར་བསྟན་ཚུལ་གོང་གི་གཞུང་དེར་རང་འགེལ་བྱངས་ཏེ་  
གསལ་བར་བསྟན་ཏོ།

གལ་ཏེ་མཛོད་ཀྱི་ལུང་དེ་དག་གིས་སོ་ཐར་སྒྲིམ་པ་ལ་རྣམ་པར་  
རིག་བྱེད་ཡོད་ཚུལ་བསྟན་པར་འདོད་ན། འདི་ལྟར་དྲགས་ཏེ། སོ་ཐར་  
སྒྲིམ་པ་སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་ཕན་ཆད་ལའང་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་མི་  
འདངས་པར་སྐད་ཅིག་དང་པོ་ཁོ་ན་ལ་དམིགས་བསལ་དུ་གསུངས་  
དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་འཇོལ་དགོས་སོ་སྟུང་ལ། དེས་ན་སྦྱར་  
སོར་ཐར་སྒྲིམ་པ་ལ་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་ཀྱི་གཟུགས་དང་བྱུང་པར་དུ་  
མངོན་གྱུར་མེད་པར་མ་ཟད། ཤིན་ཏུ་སྒྲིག་གྱུར་ཡིན་པས་བྱུང་པར་  
འདོད་དགོས་སོ་སྟུང་སྟེ་དབྱེད་པར་བྱའོ།

འོན་ཀྱང་འདིར་དབྱེད་གཞི་ཞིག་ལ། གོང་གསལ་འདུལ་བ་ལུང་  
རིགས་ཉི་མ་ལས་གོང་གི་མཛོད་ཀྱི་ལུང་དོན་འགེལ་སྐབས། རྒྱུན་མེད་དེ།  
ཡང་དག་པར་སྒྲངས་པའི་རིག་བྱེད་ཅེས་པ་སྦྱར་བའི་སྐབས་ལ་དགོངས་  
པའི་བྱིར། ཞེས་གསུངས་པར། རིག་བྱེད་རིག་མིན་གཉིས་ལས་རིག་བྱེད་  
བཤད་པ་སྦྱར་བའི་སྐབས་ལ་དགོངས་པ་ཡིན་ན། སྦྱར་བའི་སྐབས་ནས་

སྒྲུལ་མེན་ལས་སམ་ཐྱིག་པ་ལས་སོ་སོར་ཐར་ཟེན་པར་འདོད་དགོས་  
པས། དངོས་གཞི་སྐད་ཅིག་དང་པོ་རྣམ་པར་རིག་མེན་དང་དུས་མཉམ་  
པའི་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་དེ་སོ་སོར་ཐར་པ་མེན་པར་འགྱུར་ཏེ། སྦྱར་བའི་  
གནས་སྐབས་ནས་ཐྱིག་པ་ལས་སམ་སྒྲུལ་མེན་ལས་སོ་སོར་ཐར་ཟེན་  
པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་དུ་འདོད་དགོས་པ་གོང་གི་ཐུ་བཞི་འཛིག་ཚུལ་ཁྱད་ས་  
དང་བཅས་ཏེ་གསུངས་པ་ལས་གསལ་བའི་ཕྱིར་སྒྲུལ་དུ་དྲོགས་སོ།

གཞན་ཡང་འདིར་དྲོགས་གནས་ཤིག་ལ། གོང་གསལ་རང་  
འབྲེལ་དུ། སྒྲུལ་པ་ཡང་དག་པར་སྒྲངས་པའི་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་དང་།  
རྣམ་པར་རིག་བྱེད་མ་ཡིན་པ་དང་པོ་དག་ནི་སོ་སོར་ཐར་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ།  
དེས་ཐྱིག་པ་ལས་སོ་སོར་ཐར་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཐུང་བའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བའི་  
ཐ་ཆོག་གོ། སོ་སོར་ཐར་པའི་སྒྲུལ་པ་ཞེས་ཀྱང་བྱ་སྟེ། ལུས་དང་དག་སྒྲུལ་  
པའི་ཕྱིར་རོ། ལས་ཀྱི་ལམ་ཞེས་ཀྱང་བྱའོ། སྐད་ཅིག་མ་གཉིས་པ་ལ་  
སོགས་པ་ལ་ནི་སོ་སོར་ཐར་པའི་སྒྲུལ་པ་ཁོ་ན་ཡིན་གྱི་སོ་སོར་ཐར་པ་ནི་  
མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུངས་པའི་དང་པོ་དག་ནི་ཞེས་པ་དང་། སྐད་ཅིག་མ་  
གཉིས་པ་ལ་སོགས་པ་ཞེས་པའི་སྐད་ཅིག་མ་དེ་དག་བརྩེ་གཞི་དེ་གཅིག་  
ཡིན་ནམ་སོ་སོ་ཡིན་དཔྱད་བྱར་སྒྲུང་ངོ་།

དྲི་བ་ལྔ་པ།

དྲི་བ། རྩོམ་པ་གསུམ་རིམ་གྱིས་འོད་པའི་དགེ་སྤྱོད་གི་རྒྱུད་ཀྱི་རྣམ་པར་  
རིག་བྱེད་མ་ཡིན་པའི་རྩོམ་པ་དག་ནགས་ལ་མེ་མཆེད་དང་། རྡོང་ཅེ་  
སུམ་བརྟེགས་ལྟར་གནས་པར་གསུངས་པ་དེ་ཕན་ཚུན་གོ་ས་འགོགས་  
པའི་ཚུལ་དུ་གནས་པ་དང་གོ་ས་གཅིག་དུ་གནས་པ་གང་འདོད་དགོས་  
ལགས།

ལན། རྡོང་ཅེ་སུམ་བརྟེགས་ནི་ངོ་བོ་ཐ་དད་པའི་དཔེ་ཙམ་ཡིན་  
ལ། རྩོམ་པ་ནི་རྣམ་པར་རིག་མེན་ཡིན་པས་གཅིག་གཅིག་གི་གོ་སར་  
ཕན་ཚུན་འགོགས་པ་ནི་མེད་པར་འདོད་དགོས་པ་འདྲ། འོན་ཀྱང་རྩོམ་  
པ་ནགས་ལ་མེ་མཆེད་ལྟར་སྦྱི་གཙུག་ནས་རྟེན་མཐེལ་བར་དུ་བྱུང་བ་  
ཡིན་ན། དཔེར་ན། མཚུབ་མ་རེ་རེ་ལ་རྩོམ་པ་རེ་རེས་བྱུང་གིན་ཡོད་མེད་  
དང་། ཡན་ལག་རེ་རེར་རྩོམ་པ་ཆ་ཆང་རེ་ཡོད་མེད་སོགས་ནི་དབྱེད་  
པར་བྱ་དགོས་པ་ཞིག་དུ་སྤྱང་ངོ་།

དྲི་བ་དྲུག་པ།

དྲི་བ། རྩོམ་པ་ནི་གཟུགས་ཅན་ཡིན་པས་དེ་ངེས་འབྱུང་གི་བསམ་པས་  
ཟིན་ཚུལ་གང་ལགས།

ལན། རྩོམ་པ་དེ་ནི་ངེས་འབྱུང་གི་བསམ་པ་དེའི་སྟོབས་ཤུགས་  
ཀྱིས་སམ་དབང་གིས་བྱུང་བ་ཡིན་པས་དེས་ཟིན་པར་འཇོག་པ་ཡིན་ནོ་  
སྟམ་ལ། དེ་ཡང་དཔེར་ན་ལྷས་དང་ངག་གི་རྣམ་འགྱུར་བཟང་ངན་

ནུམས་གཟུགས་ཅན་ཡིན་ཡང་ཀུན་སྒྲོང་བཟང་ངན་གྱིས་བྱིན་པར་  
འཇོག་དགོས་པ་བཞིན་ལོ་སྟུམ།

ལར་ནས་འདི་ལས་འཕྲོས་ཏེ་དབྱེད་དགོས་པ་ཞིག་ལ། འདུལ་  
རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་དུ། ཟུང་ན་ལས་འདས་པའི་བསམ་པ་བརྟན་པོ་མེད་པར་  
སྒྲོམ་པ་མི་སྐྱེའོ་ཞེས་གསུངས་པ་སྟུང་། འདུལ་བ་ལུང་རིགས་ཉི་མར་ཡང་།  
སོར་ཐར་སྒྲོམ་པའི་རྒྱ་ལ་ངེས་འབྱུང་གི་བསམ་པ་བརྟན་པོ་མི་དགོས་  
པར་འདོད་པ་མི་འཐད་ཚུལ་དང་། དེ་རྒྱན་ཆགས་སུ་མེད་ཀྱང་དེ་  
བརྟན་པོར་སྐྱེ་བ་ཡོད་ཚུལ་གསུངས་པར་འདི་ལྟར་དྲོགས་ཏེ། དེ་འདྲའི་  
བརྟན་པོ་དེ་ངེས་འབྱུང་གི་བསམ་པ་མཚན་ཉིད་པར་འདོད་དགོས་  
མིན་གང་། དགོས་ན་དེ་ལ་ལམ་གཙོ་ནུམ་གསུམ་སོགས་ལས་གསུངས་པ་  
ལྟར་གྱི་དེ་སྐྱེ་བའི་ཆད་དེ་ཆང་བར་འདོད་དགོས་པས་བརྟན་པོ་ཡིན་  
ཀྱང་རྒྱན་ཆགས་སུ་མེད་ཚུལ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ལ་འདི་ལྟར་སྟུམ་སྟེ།  
དེ་ནི་གཞན་གྱི་ལད་མོའམ་གཡམ་རྒྱག་ཙམ་མིན་པར་ཞེ་ཤུགས་ནས་  
འདོད་པའི་བཅོས་མིན་གྱི་བསམ་པ་དེ་འདྲ་དེའང་འཕུལ་རྒྱུན་གཞན་  
གྱིས་བསྐྱར་མི་ཐུབ་ན་བརྟན་པོ་ཡིན་ཀྱང་། བཅོས་མིན་གྱི་ཚུང་བ་མ་  
ཐོབ་པས་བསྐྱེམ་མི་དགོས་པར་ངང་གིས་སྐྱེ་མ་ཐུབ་ན་བརྟན་པོ་རྒྱུན་  
ཆགས་པ་དང་དེ་མཚན་ཉིད་པ་མི་བཞེད་པ་ཨེ་ཡིན་སྟུམ། དེ་ལྟར་ཡང་  
སོར་ཐར་སྒྲོམ་པའི་རྒྱ་ལ་ངེས་འབྱུང་གི་བསམ་པ་དངོས་གནས་པ་མི་

དགོས་ན། བྱང་སྒྲིམ་མཁ་འབྲུག་སྒྲིམ་གྱི་རྒྱལ་བྱང་ཚུབ་སེམས་དངོས་  
གནས་པ་དགོས་ཚུལ་གསུངས་པ་སོགས་གང་ཡིན་དཔུང་བྱར་སྒྲུང་ངོ་།།

### དྲི་བ་བདུན་པ།

དྲི་བ། བྱེ་སྐྱེའི་ལྷགས་ལ་དག་བཙམ་པའི་རྒྱུད་ལ་ཡང་སྲིད་ལེན་པའི་  
ལས་དགེ་བའམ། མི་དགེ་བ་མ་ངེས་པ་དག་ནི་མེད་པ་མིན་མོད་ཀྱི་ཞེས་  
གསུངས་པར། ལ་ལས་མེད་པ་ཡིན་མོད་ཀྱི་ཞེས་འདོན་པ་བསྒྱུར་ལ། སྒོ་  
སྤྱིང་དགེ་བཤེས་ཚུལ་བློམས་ནས་རྒྱལ་མཆོག་གི་དྲིས་ལན་ལས། ལས་ལ་  
གཟུགས་ཅན་འདོད་པའི་བྱེ་སྐྱེའི་ལྷགས་ལ་མི་དགེ་བ་ལ་ཉོན་སྤྲིབ་ཀྱིས་  
མ་བྱུང་པར་གསུངས་པ་ནམས་ཇི་ལྟར་ལགས།

ལན། མེད་པ་ཡིན་མོད་ཀྱི་ཞེས་འདོན་པ་བསྒྱུར་ན། དེའི་ཆོག་  
འོག་མར་སྤྱ་རྒྱས་མེད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པ་དང་འབྲིག་དཀའ་ལ། ཡང་ཐལ་  
འབྱུར་བས་ཀྱང་ལས་ལ་གཟུགས་ཅན་ཡོད་པར་བཞེད་པས་དཔུང་  
དགོས་པར་སྒྲུང་ལ། གང་ལྟར་དག་བཙམ་པའི་རྒྱུད་ལ་མི་དགེ་བ་འཇོག་  
པ་ཤིན་ཏུ་དཀའོ།། འཆར་སྤང་ཙམ་ལ་བྱེ་སྐྱེས། དཔེར་ན། བཤས་ར་ལྟ་  
བུའི་ཁང་པ་ཞིག་བྱས་ནས་བྱིས་སུ་དེ་བེད་སྦྱོད་མ་གཏོང་ནའང་མཛོད་  
ཅར་དོན་ཆོ་ཚུ་བ་ཆད་པ་དང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོན་ཁང་པ་དེ་  
ཅ་ཞིག་མ་སོང་གི་བར་དུ་དེ་ལ་བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པ་འཕེལ་བར་

---

གསུངས་པ་ལྟར། འདི་ཡང་དེ་ལྟ་བུའི་དག་བཅོམ་འགའ་ཞིག་ལ་ཡོད་  
མིད་པས་དེ་འདྲར་བཞག་པ་ཡིན་ནམ་སྟམ་ལགས།

### དྲི་བ་བརྒྱད་པ།

དྲི་བ། འདུལ་བ་ལྷང་རིགས་ཉི་མ་ལས། དག་བཅོམ་པའི་རྒྱད་ལ་རྣམ་  
མཛན་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་གསུངས་ན། གཞུང་  
གཞན་ན་དག་བཅོམ་པ་དག་ལ་འང་དབུ་བསྐྱུང་བ་སོགས་ཡོད་པར་  
གསུངས་པ་ཇི་ལྟར་མི་འགའ་བ་ལགས།

ལན། དག་བཅོམ་པའི་རྒྱད་ལ་རྒྱ་མཐུན་དང་སྦྲེས་བུ་བྱེད་  
འབྲས་དེ་འདྲ་མ་གཏོགས། རྣམ་མཛན་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་མེད་ཅེས་སྔ་  
དགོས་པ་ཡིན་ནམ་སྟམ་ལགས།

### དྲི་བ་དགུ་པ།

དྲི་བ། གསོད་པ་ལ་ཞེ་སྤང་གིས་མཐར་ཕྱིན་དགོས་ན། བརྟེ་བས་ཀྱན་  
ནས་སྤོང་སྟེ་སྟོག་གཅོད་པ་དག་ལ་ཞེ་སྤང་གིས་མཐར་ཕྱིན་ཚུལ་གང་  
ལགས།

ལན། དེ་ནི་མཛོད་འགྲེལ་མངོན་པའི་རྒྱན་དུ། གསོད་པ་སྟོག་  
གཅོད་དང་གཞོད་སེམས་དང་ཚིག་རྒྱུ་པོ་གསུམ་ནི་སེམས་ཅན་ཡོངས་  
ཁུ་འདྲོར་བ་དང་། རྒྱུ་པའི་སེམས་མངོན་དུ་ཁྱུར་པའི་ཕྱིར་ཞེ་སྤང་



གིས་མཐར་ཕྱིན་པར་བྱེད་དོ། ཞེས་གསུངས་པ་དང་། མཚེ་རྒྱུ་དུ་  
གཞན་ཡང་སྒྲིང་རྩིས་ཀྱན་ནས་བསྐྱང་ནས་སློག་བཅད་ན། ཉན་ཐོས་ཀྱི་  
ལུགས་ཀྱིས་ནི་རབ་དུ་འབྱུག་བྱེད་སྒྲིང་རྩིས་དེ་དག་གི་ཡིན་ཡང་རྩིས་སྒྲིང་  
འབྱུག་བྱེད་གསོད་སེམས་དེ་མི་དག་གི་ཡིན་པས་སྒྲིག་པ་འབྱུང་སྟེ།  
གཏམ་གྱི་གཞི་ལས། དག་སྒྲིང་གིས་དག་བའི་སེམས་ཀྱིས་མ་སློག་དང་  
ཕྱལ་ན། བམ་པའི་ཉེས་པར་ཡང་འགྱུར་ལ། མཚམས་མེད་པའི་ལས་སྒྲིང་  
ཡང་འགྱུར་བ་ཡོད་དེ། ཞེས་གསུངས་པ་སོགས་ལས་ལེགས་པར་གོའོ་  
སྟམ་།

དེ་བཞིན་དུ་སློག་གཅོད་ལ་གནང་བ་ཡོད་པར་བཞིན་པའི་ཐེག་  
ཆེན་པའི་ལུགས་ལ་ཡང་རྒྱ་ཡི་ཀྱན་སྒྲིང་སྒྲིང་རྩིས་ཡིན་ཡང་། དུས་ཀྱི་ཀྱན་  
སྒྲིང་ལ་གཞོད་སེམས་སམ་རྩལ་སེམས་དགོས་ཚུལ་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་  
གཏིང་གང་མོར་གནས་ཀྱང་སྒྲིང་ཉི་འོད་ཀྱིས་དྲོད་པོ་གྱུར་བ་བཞིན་དུ།  
སྒྲིང་རྩིས་དབྱ་བཞགས་སྒྲོལ་བར་ལུགས་ལ་བརྩེ་བ་དང་སྒྲོལ་དུས་རྩལ་  
སེམས་དགོས་ཚུལ་མཁས་དབང་འགས་གསུངས་ཤིང་། དེ་ལྟར་བྱས་  
ཀྱང་གང་ཟག་བྱུང་འཕགས་རུས་ལྡན་དག་ལ་ཉེས་པ་མེད་ཚུལ་ནི།  
དཔེར་ན་གཤག་བཅོས་བྱེད་ཆོག་པའི་ལག་བྱེད་ཡོད་པ་ཞིག་ནས་ནད་  
པའི་གྲོད་པ་གཤག་ཀྱང་སྤིམས་ཐོག་ནས་དེ་ལ་ཉེས་པ་མེད་པ་ལྟར་རོ་  
སྟམ་མོ།

གཞན་ཡང་འདིར་འཕྲིན་དོན་དྲུག་སེལ་ཞིག་ལ། མངོན་  
 རྟོགས་བྱུང་དུ། ལས་མེད་ལ་སོགས་ལྟན་ཀ་ཡི། ཞེས་པའི་སྐབས་སུ་  
 གཉིད་ཀྱི་དུས་སུ་ལས་ལམ་རྫོགས་པ་ཡོད་མེད་དང་། སམ་པ་བྱང་ཡོད་  
 མེད་དབྱེད་པ་དེ་དག་ལ་མང་པོ་ཞིག་གིས་མི་བསད་པ་ཆེས་པ་ཅན་ལ་  
 སྤྱར་བར་སྤང་ཡང་། མདོ་རྩེར། ཆེ་ལམ་ནི་མེད་པ་དང་འདྲའོ། ཞེས་  
 དང་། རྩོམ་དུའང་། ཆེ་ལམ་ཁུ་བ་འབྲིན་པ་ལྟར་མེད་གསུངས། ཞེས་པ་  
 སོགས་ལས། ཆེ་ལམ་མམ་གཉིད་དུས་ཀྱི་དགེ་སྦྱང་ནི་བཅས་པའི་ཞིང་མ་  
 ཡིན་པས་དེའི་དུས་སུ་ཁུ་བ་འབྲིན་པ་དང་། བྱད་མེད་ལ་རེག་པ། འཁྲིག་  
 པ་སྦྱོད་པ། མི་གསོད་པ། རྩུན་སྦྱ་བ་སོགས་དོན་ལ་བྱས་ཀྱང་། ལས་ལམ་  
 དངོས་གཞི་མི་རྫོགས་ཤིང་སམ་པའང་མི་འབྱུང་ཚུལ་ནི་དེ་ལྟར་དུ་གོ་  
 དགོས་པར་སྤང་སྟེ། དེ་ལྟར་མིན་པར་དོན་ལ་སྤྱིའི་ཡང་སྟོག་མ་བཅད་  
 པར་དེ་འདྲ་ཆེས་པ་ཅན་ལ་ནི་སམ་པ་འབྱུང་མིན་གྱི་དྲུག་པའི་གནས་  
 མེད་དོ་སྟུམ་ལ། གཞན་ཡང་སྐབས་འདིའི་རྩོད་ལན་ལ། སར་བྱིན་སྦྱི་  
 དོན་དུ་ཡིད་ཀྱི་ལས་ལམ་རྫོགས་པ་ལ་དགོངས་པ་ཡིན་གྱི། ལུས་ངག་གི་  
 ལས་ལམ་རྫོགས་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཆེ་ལམ་ན་དབང་ཤེས་མེད་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལའང་འདི་ལྟར་དྲུག་ཏེ་རེག་བྱ་སྦྱོང་བའི་ལུས་  
 ཤེས་མེད་ན་ཁུ་བ་འབྲིན་པ་འོང་ཚུལ་དཀའ་བར་སྤང་ཞིང་། སྦྱིར་  
 བཤང་སྐབས་དེར་དབང་ཤེས་ཡོད་མེད་ཀྱང་དབྱེད་བྱར་སྤང་དོ།

## དྲི་བ་བརྒྱ་པ།

དྲི་བ། བཤཾ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གི་མཛོད་ཤེས་བྱ་རབ་གསལ་དུ། དེ་  
ལྟར་ན་འང་ཡོངས་རྫོགས་དག་བསྟེན་གྱིས་བསྟེན་གནས་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་ལེན་  
པར་མི་འོས་ཏེ། སྤངས་ན་པན་ཡོན་མེད་པར་མ་ཟད་སྒྲོམ་པ་ལྷ་མའི་  
གཏོང་རྒྱར་སོང་བའི་ཉེས་དམིགས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཅུ་བ་བཞི་ཉིན་ཞག་  
གཅིག་དུ་སྤོང་བར་མཛོས་པས་དེ་རིམ་གྱི་འཛོའི་བར་དུ་མི་སྤོང་བར་  
འཕངས་པའི་ཕྱིར་དང་། འདུལ་བར་ཡང་དག་སྤོང་གིས་དག་ཚུལ་དང་།  
དེས་དག་བསྟེན་དུ་ཁས་སྤངས་ན་བསྐྱབ་པ་འབྱུང་ཆོག་དུ་བཤད་པའི་  
ཕྱིར། ཞེས་དང་། དེ་ཉིད་ཀྱི་འདུལ་བ་ལྷང་རིགས་ཉི་མ་ལས་ཀྱང་།  
གནད་འདི་མ་གོ་བར་དག་བསྟེན་དང་དག་ཚུལ་གྱིས་བསྟེན་གནས་  
ལེན་པར་འདོད་པའི་གྲུབ་མཐའ་ངན་པ་དག་འབྱུང་ངོ་། ཞེས་པའི་རྒྱ་  
མཚན་ལ་དཔག་ན་ཐེག་ཆེན་གསོ་སྤྱོད་གི་སྒྲོམ་པའམ་གསོ་སྤྱོད་ཡན་  
ལག་བརྒྱད་པ་ལའང་མཚུངས་པར་དྲྭ་གས་པས་ཐེག་ཆེན་གསོ་སྤྱོད་  
སྤངས་ན་སྒྲོམ་པ་གོང་མ་གཏོང་རྒྱར་མི་འགྱུར་བའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་  
ལགས།

ལན། དེ་ནི་ཤིན་དུ་བདེན་ཏེ། བཤཾ་ཆེན་མཆོག་གིས་གསུངས་  
ཚུལ་འདི་བཞིན་མདོ་རྩར། བསྐྱབ་པ་འབྱུང་ཆོག་གི་སྐབས་སུ། བདག་  
བྱིས་པའམ། དག་ཚུལ་ལས་ཞེས་པའི་ཐད་ཀྱི་འགྲེལ་ཚུང་དུ། བདག་དག་

སྒྲིང་དུ་བྱངས་ཤིག་བྱས་ནའང་། དགེ་སྒྲིང་ལ་ཁྲིམས་ཉིས་བརྒྱ་ལྔ་བརྒྱ་  
 ཡོད་པ་ནས། ཁྲིམས་ཆེན་པོ་ནི་ཕུལ་བར་འགྱུར། ཞེས་གསུངས་པ་དང་  
 ཡང་མཐུན་པར་སྤང་ཞིང་། འདིའི་སྐོར་ཕན་པས་ལྷན་ནས་དྲྀགས་  
 དཔྱད་མང་དུ་བྲིས་ཡོད་ཀྱང་། ད་ལན་བཀའ་འདྲི་ལྷན་ཡང་སྒྱུར་གསལ་  
 བྱེད་ཀྱང་། ལས་ནས་དེང་ལྷང་རིགས་སྤྱོད་པར་ཁས་འཆེ་བཞིན་དུ་རང་  
 དང་གཞན་གྱི་གཞུང་ཞེས་ཕྱོགས་ཞེན་བྱ་གཞི་ཙམ་ལས་དེ་དག་དུ་  
 དགག་དགོས་ཀྱི་མཆོན་གང་གསུངས་ཡོད་མེད་བུར་ཙམ་ཡང་མི་ལྟ་བ་  
 མ་ཟད། དབང་ཟ་བའི་ལྷ་བ་ཅན་དག་གིས་ནི་རྩ་གཞུང་དང་འགལ་  
 ཞིང་། མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བ་དང་ཡང་འགལ་བཞིན་དུ་ལྷན་སྒྲིལ་ཡིན་  
 ཞེས་ཨ་འཐས་བྱེད་པ་ནམས་ཀྱི་སྟན་དུ་འགྲོ་དཀའ་བར་སྤང་ངོ་།།

འོན་ཀྱང་འདིའི་སྐོར་བཀའ་འདྲི་ལྷན་ཕྱོགས་ཙམ་ཁྱེད་ན། དེ་  
 ཡང་གོང་གི་དྲྀགས་དཔྱད་དེ་ལྷན་ལྷན་ནས་གསུང་མཁན་བྱང་འདུག་  
 རྟེན། དེ་དག་གི་ཚོད་ལན་གནད་བསྐྱུས་ཙམ་ཁྱེད་ན། རྒྱལ་མཆོག་ལྷ་པ་ཆེན་  
 པོའི་གསུང་ལས་ཆོག་ནམ་རྒྱལ་གསེར་མདོག་དུ། བོད་དཔར་དབྱུ་  
 ཕྱོགས་སུ་རབ་བྱུང་བསྟོན་སྐོར་ ༥༥-༦ མཇུག་ཕྱོགས་སུ་དགེ་བཞེན་  
 རྣམས་པ་ལེན་སྐོར་ ༡༥༧-༥ རབ་བྱུང་དག་གིས་ཐེག་ཆེན་གསོ་སྦྱོང་  
 བླངས་ན་རྣམས་པ་གཏོང་ཚུལ་འདོད་མཁན་པཎ་ཆེན་ཤུག་མཆོག་ལྷན་  
 དང་། པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་སོགས་ཡིན་ཚུལ་དང་། དེ་ཡང་

པཌ་ཆེན་ཤུག་མཆོག་ལྷན་གྱི་ལེགས་བཤད་གསེར་བུར་དུ། ཐེག་ཆེན་གསེས་སྤྱོད་ཡང་བྱིས་པ་ལས་རབ་བྱུང་གིས་སྤངས་ན་སྡོམ་པ་གཏོང་ཚུལ་བཤད་པ་སོགས་དང་། པཌ་ཆེན་བསོད་གྲགས་ཀྱིས་གོང་གསལ་འདུལ་ལུང་རྣམས་དྲངས་སོ།།

དེ་དག་གི་ལན་དུ། རྒྱལ་དབང་མཆོག་རང་ཉིད་ཀྱིས། ཐེག་ཆེན་ལྟར་ན་དགེ་བསྟེན་སྡོམ་པ་གཟུགས་ཅན་དང་ཐེག་ཆེན་གྱི་བསྟེན་གནས་ཤེས་པར་འདོད་པས་དེ་ཉིད་ལ་རབ་བྱུང་གི་ལན་མི་རིགས་པ་དང་རིགས་པའི་བྱུང་པར་ཡོད་ཚུལ་དང་། རྣམ་དབྱེ་དེ་ལྟར་མེད་ན་སང་ཉི་མ་མ་ཤར་བར་ཞེས་པའི་རྣམ་པས་ཁས་སྤང་གི་བསྐྱོག་ཆས་སོ་ཐར་གཏོང་ཉེན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་ཞེས་སོགས་གསུངས་སོ།།

འོན་ཀྱང་པཌ་ཆེན་རྣམ་གཉིས་ཀྱིས་ཉེན་ཞག་གཅིག་ཙམ་སྤོང་བར་ཁས་སྤངས་པས་ཇི་སྲིད་འཆོའི་བར་མི་སྤོང་བར་དོན་གྱིས་འཕངས་པས་ཉེན་ཞག་གཅིག་པའི་སྡོམ་པ་ཁས་སྤངས་ན་རབ་བྱུང་གི་སྡོམ་པ་གཏོང་ཚུལ་འདོད་པ་ལ། གོང་གི་བྱུང་པར་དེ་དག་གིས་ལན་ཐད་ཀར་འགོ་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ད་དུང་དབྱུང་བྱར་སྤང་ཞིང་། གོང་གི་འགྲེལ་རྒྱུ་དང་པཌ་ཆེན་རྣམ་གཉིས་ཀྱིས་གསུངས་ཚུལ་དེ་དག་ལ་ཐད་ཀར་ལན་དོན་མཐུན་གསལ་པོ་ཞིག་མ་བྱུང་ན། རྒྱལ་དབང་མཆོག་རང་ཉིད་ཀྱིས་དེ་ལྟར་མེད་ན་སང་ཉི་མ་མ་ཤར་བར་ཞེས་པའི་རྣམ་པས་སྡོམ་པ་

གཏོང་ཉེན་ཆེ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཐེག་ཆེན་གསོ་སྤྱོད་ལའང་མཚུངས་  
སོ་སྟམ་པའི་དོགས་པ་ད་དུང་ཚད་དཀའ་བར་སྤང་ངོ།།

ཁ་ཅིག་གསོ་སྤྱོད་གི་སྟོམ་པ་ལེན་པའི་ཆོ་གར་སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་གྱི་ཕྱིར་དང་། བན་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དང་། ཞེས་  
སོགས་གསལ་བ་ལྟར་དེ་ཉིད་ནི་གཞན་ལ་གཞོད་པ་སྤོང་བ་ཙམ་མིན་  
པར་ཕན་པར་བྱ་བའི་དོན་ཡིན་པས་བསྟེན་གནས་སྟོམ་པ་དང་མི་  
མཚུངས་ཟེར་ཡང་། དེ་ལ་ཀུན་སྤོང་ཇི་ལྟར་ཡང་གོང་དུ་སང་ཉི་མ་མ་  
གར་བར་ཞེས་པའི་རྒྱས་པས་སྟོམ་པ་གཏོང་ཉེན་ཆེ་ཚུལ་གསུངས་པ་  
སོགས་ལ་བྱགས་སྤང་གནང་དགོས་སམ་སྟམ། དེར་མ་ཟད་དགོ་ཚུལ་  
སྤོང་དག་གིས་ཀྱང་ཀུན་སྤོང་དེ་ལྟ་བུས་བསྟེན་གནས་ཀྱི་སྟོམ་པའང་  
ལེན་རིགས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། ལན་ཇི་ལྟར་འདེབས་དབྱེད་དགོས་  
པར་ཡང་སྤང་ངོ།།

དེ་ཡང་ཐེག་ཆེན་གསོ་སྤྱོད་གི་སྟོམ་པ་དེ་ཉིད་བསོད་ནམས་  
འབྲལ་གསོག་གི་དགོ་སྤོང་སྒྲབས་པོ་ཆེ་ཞིག་ཡིན་པར་མདོ་རྒྱུད་ཀྱི་  
ཁྱད་སྤྱོད་ལྟར་དུ་མ་ཡོད་ཚུལ་གསལ་ཡང་། དེ་ཉིད་དགོ་ཚུལ་སྤོང་  
དག་གིས་ཀྱང་ལེན་རིགས་པའི་ཁྱད་སྤྱོད་ཇི་ལྟར་ཡོད་སྟམ་ན། འདི་ལ་  
གོང་གི་རྣམ་རྒྱལ་གསེར་མདོག་དུ། སྟོན་སྒྲུབ་མདོ་ཆོག་ལས། འཇམ་  
དཔལ་གཞན་ཡང་འཁོར་གྱི་དགོ་སྤོང་དང་དགོ་སྤོང་མ་དང་དགོ་

བསྟེན་དང་དག་བསྟེན་མ་དག་དང་། གཞན་ཡང་དང་པའི་རིགས་ཀྱི་  
བྱུང་མ་རིགས་ཀྱི་བྱ་མོ་གང་དག་ཡན་ལག་བརྒྱད་དང་ལྔ་པའི་བསྟེན་  
གནས་ལ་གནས་ཏེ་ལོ་གཅིག་གམ་ཟླ་བ་གསུམ་དུ་བསྐྱབ་པའི་གཞི་  
རྣམས་འཛིན་ན་ཞེས་དང་། དེ་དང་མཚུངས་པའི་དོན་ཞགས་ཀྱི་མདོ་  
བཅས་དྲངས་པ་དང་། ཡང་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ཕྱང་པོའི་མདོ་ལས་ཀྱང་།  
རིགས་བརྒྱད་ཚོན་དུ་སོང་བ་ཡིས། ཉེན་བཞེན་དུ་ནི་གསོ་སྦྱང་ལྔ་དང་།  
འདི་ནི་ཚུལ་ཁྲིམས་རྣམ་དག་འགྱུར། ཞེས་གསུངས་པ་རྣམས་དྲངས་སོ།

དེ་ལྟར་ན་འང་གོང་གི་ཕྱོགས་སྡེ་དཔྱད་ལྔ་མཁས་དབང་དག་  
གིས་ནི་ཕྱང་དེར་དག་སྦྱང་དང་ཞེས་པ་ནས་དག་བསྟེན་མ་ཞེས་པ་ཡན་  
དང་། གཞན་ཡང་དང་པའི་རིགས་ཀྱི་བྱུང་མ་ཞེས་པ་མན་སོ་སོར་བྱེ་བ་  
ལ་བརྟགས་ན། སྡེ་མ་རྣམས་དག་བསྟེན་ཀྱི་སྒྲིམ་པ་ཡན་དང་ལྔ་པ་  
ཡིན་པས་ཡན་ལག་བརྒྱད་དང་ལྔ་པའི་བསྟེན་གནས་ལེན་མི་དགོས་  
ཤིང་། ཕྱི་མ་དེ་དག་གིས་ཀྱང་བསྟེན་གནས་ཀྱི་སྒྲིམ་པ་ལྔ་དང་ཏེ་གནས་  
པའི་དོན་ལོ་ཞེས་དང་། དོན་ཞགས་ཀྱི་མདོའི་འགྲེལ་བཤད་ཀྱང་དེ་  
བཞེན་དུ་བྱེད་དོ་སྟུམ་པས། ཕྱང་དེ་དག་གིས་ནི་ཁྲུངས་ཐུབ་པར་དཀའ་  
བར་སྤང་ལ། ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ཕྱང་པོའི་མདོ་ཞེས་པ་ནི་བཀའ་འཁྱུར་  
དཀའ་ཆག་འགར་ནི་རྟེན་རྒྱུ་མི་འདུག་པ་མ་ཟད། རྩེ་དགོ་བཀའ་འཁྱུར་  
དུ་ནི་དེ་འདྲའི་ཆོག་ཀྱང་མེད་པར་དེང་གི་འཕྲུལ་དེབ་དུ་གསལ་ཚུལ་

ཡང་ཐོས་ཤིང། གང་ལྟར་ད་དུང་རབ་བྱུང་དག་གི་དེ་ལྟར་ལེན་མི་རུང་  
བའི་རྒྱ་མཚན་གསུངས་པ་རྣམས་ལ་ལན་དོན་མཐུན་གང་ཡོད་དང་།  
ལེན་རུང་བའི་ཁྱངས་གསལ་པོ་ཅི་ཡོད་ཞིབ་འཚལ་གནང་ན་ལེགས་སོ་  
སྟམ་མོ།

དྲི་བ་བསུ་གཅིག་པ།

དྲི་བ། སྤར་པམ་པས་གོས་ཟེན་པ་ཞིག་ལ་བྱིས་དགོ་བསྟེན་གྱི་སྟོན་པ་  
བྱིན་ན་ཨི་འགྲིག་ལགས།

ལན། སྤྱིར་ན་འདིའི་རིགས་ལ་ཁྱངས་ལུང་སོགས་མེད་ན་པོ་  
ཚོད་བྱེད་མི་རུང་བས་བཤད་དཀའ་བར་འདུག་མོད། བསམ་ཚོད་ཅམ་  
ལ། དེ་ཡང་དུས་འཁོར་དབང་ཆེན་སྐབས་ལྟ་བུར་སྟོན་དམག་གི་ནང་  
དུ་ཁྱགས་སྟོང་མཐན་སྟོན་མིན་སྟེས་ཟེན་པ་སོགས་ལའང་སྟོན་པ་བསྟུལ་  
གནང་མཛད་པའི་ཕྱག་ལེན་འདུག་པས། པམ་པས་གོས་ཟེན་པ་རྣམས་  
ལའང་བྱིས་དགོ་བསྟེན་སྟོན་པ་བསྟུལ་ན་ཆོག་པ་ཡིན་ནམ་སྟམ་ལ། དེ་  
ཡང་། སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་སུ་ན་ཡ་ཤྲིས་མཛད་པའི། དགོ་བསྟེན་གྱི་སྟོན་  
པ་བརྒྱད་པའི་ཅ་འགྲེལ་དུ། མི་གསོད་པ་དང་དངོས་པོ་རྒྱ། ཡོངས་སུ་  
རྫོགས་དང་གཞན་བྱུང་མེད།། བདག་གིར་བྱེད་དང་བརྟུན་ཆོག་སྟེ།  
སྟོན་པ་ཉམས་པའི་རྒྱ་རྣམས་སོ།། སྟོན་པ་སྤར་ཡང་སྤང་བར་བྱ།། དེ་  
འདྲའི་གང་ཟག་ཉིད་ལའོ།། ཞེས་དང་། དེའི་འགྲེལ་བར། ཅི་སྟེ་དགོ་



བཞེན་འདི་བཞི་པོ་རྣམས་ལས་སྤྱང་བའི་ཚོས་གཅིག་བྱང་བས་པམ་པ་  
བྱང་བའི་དགེ་སྤྱོད་སྤྱོད་མ་ཡིན་པ་བཞིན་དུ། མཐོང་བའི་ཚོས་ལ་སྤྱར་  
ཡང་སྤྱོད་པ་ལེན་ནམ་མ་ཡིན། སྤྱོད་པ་སྤྱར་ཡང་སྤྱང་བར་བྱ། དེ་འདྲའི་  
གང་ཟག་ཉིད་ལས་སོ། དེ་ཏྲ་བྱ་ཏེ་ཐུར་བཤད་པའི་གང་ཟག་ཉིད་ལས་  
སོ། ཞེས་གསུངས་པ་འདི་བཞིན་བྱངས་སུ་མཛད་པ་ཡིན་ནོ་སྟུང་སོ།

ལར་ནས་སོ་ཐར་སྤྱོད་པ་མེད་ན་དབང་གནང་མི་རིགས་པ་ནི།  
རྒྱུད་མེ་བཞི་པོ་གང་རུང་གི་དབང་ཐོབ་པ་ལ་བྱང་སྤྱོད་ཐོབ་དགོས་  
ཤིང་། དེའི་རྟེན་བྱ་དཔར་ཅན་མི་ལ་ནི་སོ་ཐར་སྤྱོད་པ་རྟག་ཏུ་སྟེ་ཉིན་  
ཞག་གཅིག་ཙམ་མིན་པར་རྒྱན་དུ་ལྡན་པ་ཞིག་དགོས་པ་ནི། བྱང་ཚུབ་  
ལམ་སྤོན་ལས། སོ་སོར་ཐར་པ་རིགས་བདུན་གྱི། རྟག་ཏུ་སྤྱོད་གཞན་  
ལྡན་པ་ལ། བྱང་ཚུབ་སེམས་པའི་སྤྱོད་པ་ཡི། སྐལ་བ་ཡོད་ཀྱི་གཞན་དུ་  
མིན་ནོ། ཞེས་གསུངས་པ་དེ། བཤ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་མཆོག་  
གིས་རྟེན་བྱ་དཔར་ཅན་མི་ཡི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ཚུལ་གསུངས་པ་  
ལས་ལེགས་པར་གོའོ་སྟུང་ལགས།

### དྲི་བ་བརྒྱ་གཉིས་པ།

དྲི་བ། དགེ་བཞེན་སྤྱོད་པ་ལེན་དུས་ཐོག་མ་ནས་སྤྱོད་འགའ་དང་སྤྱོད་  
གཅིག་སྤྱང་སྤྱོད་པ་དགོས་སམ། དང་པོ་ཡན་ལག་ལྔ་ཆར་སྤྱང་བར་ཁས་  
སྤྱངས་ནས་བྱིས་སྤྱོད་གཅིག་སོགས་སྤྱང་བ་གང་ཡིན་ལགས།

ལན། འདི་ནི་བྱེ་མདོ་སྐྱེས་པ་ཞེད་ཚུལ་སོ་སོར་སྟེ། དེ་ཡང་བྱེ་  
སྐྱེས་འདོད་ཚུལ་ལ་མཛོད་ཅ་བ་ལས། ལྷ་གཅིག་སྟོན་སྐྱེས་ཅི་ལྟ་བུ། དེ་  
སྟེང་བ་ལ་འང་གསུངས་ཞེས་གྲག། ཅེས་ཟུར་བ་གནང་བ་ལྟར་ན་མདོ་སྟེ་  
བ་སྐྱེས་ཀྱིས་བཞེད་ཚུལ་དང་མི་འདྲ་བ་སོར་ཐར་སྟོམ་བ་ལ་གོང་ཞུས་  
ལྟར་མ་མཐའ་ཡང་སྟོང་བ་བཞི་ལྟན་དགོས་པ་ཡིན་པར་སྟངས་དོ།

དྲི་བ་བརྒྱ་གསུམ་པ།

དྲི་བ། འདུལ་བ་མདོར་བསྐྱེས་སྐབས་སུ་གང་ཟག་གིས་སྦྱོར་ཤེས་པ་  
དང་། མི་ཤེས་པའི་འདུལ་བ་མདོར་བསྐྱེས་ཞེས་གང་ཟག་གིས་སྦྱོར་  
ཤེས་མི་ཤེས་ལ་འབྲེལ་ཚུལ་འདྲ་མིན་འདུག་པས་ཅི་ལྟར་ལགས།

ལན། དེ་ཡང་རྒྱལ་ཚབ་རིན་པོ་ཆའི་རྒྱུད་སྒྲ་དར་རྒྱུ་ལས། གང་  
ཟག་དང་དགོ་འདུན་གཉིས་སུ་བྱེ་བའི་དགོ་འདུན་ལ་ནི་བཞི་ཡི་གངས་  
ཚང་དགོས་སོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། འདུལ་བའི་བྱེས་སུ་གང་ཟག་  
དང་དགོ་འདུན་ཞེས་པ་ནི་དེ་ལྟར་དུ་གོ་དགོས་ལ། དེས་ན་གང་ཟག་  
གིས་སྦྱོར་ཤེས་མི་ཤེས་ནི་གང་ཟག་དང་དགོ་འདུན་གཉིས་སུ་བྱེ་བའི་  
གང་ཟག་ཉེ་དགོ་སྟོང་བཞི་གངས་མ་ཚང་བ་ལ་གོ་དགོས་ཤིང་། དེ་དག་  
གིས་མདོར་བསྐྱེས་སྦྱོར་མི་ཐུབ་ཅིང་མི་ཤེས་པའི་རིགས་སུ་གཏོགས་པ་  
ཡིན་ན་དགོ་འདུན་གྱིས་སྦྱོར་དགོས་ཏེ། དཔེར་ན། རྩོ་བོའི་ཞལ་ནས་  
ངེད་རྒྱ་གར་ན་དོ་གལ་ཆེན་པོ་འཕྲེང་བ་སྟོ་བུར་བ་བྱུང་ན་སྟེ་སྟོང་།

འཇོན་པ་རྣམས་འཇོགས་ནས་ཟེ་སྟོང་གསུམ་ནས་མ་བཀག་གམ་ཟེ་  
སྟོང་གསུམ་དང་མི་འགལ་ལམ་ཞེས་གཏན་ལ་ཕབ་ནས་དེའི་སྟངས་དུ་  
འཇོག་པ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་འདི་བཞིན་ལམ་རིམ་ཆེ་ཆུང་གཉིས་སུ་  
བྱངས་པ་ལྟར་ཏེ། གང་ཟག་གིས་སྦྱོར་ཤེས་པ་དང་མི་ཤེས་པའི་ཚུལ་ནི་  
དེ་ལྟར་དུ་གོ་དགོས་པར་སེམས་སོ།

དྲི་བ་བརྩ་བཞི་པ།

དྲི་བ། རྩོན་ཆོག་སྐབས་སུ་མདོ་རྩ་བ་ལས། གན་རིམས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ཏེ་  
ཐལ་མོ་སྦྱོར། ཞེས་པའི་གན་རིམས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ཚུལ་དེ། གནས་དེར་  
གན་རིམས་གང་བཞུགས་ཐམས་ཅད་ལ་ཕྱག་འཆལ་དགོས་པ་ཨི་ཡིན་  
ལགས།

ལན། འདུལ་བ་མདོ་རྩ་བ་གནས་མལ་གྱི་གཞིའི་ཐད་དུ། གན་  
རིམས་བཞི་ལ་ཕྱག་འཆལ་ནས་ཐ་མལ་པའི་ཕྱོགས་སུ་བཟུང་པར་བྱའོ།  
ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལ་བརྟག་ན་གནས་དེར་གན་རིམས་གང་  
བཞུགས་ཐམས་ཅད་ལ་མ་ཡིན་པར་གྲལ་མགོར་བཞུགས་པའི་གན་  
རིམས་བཞི་ལ་ཕྱག་འཆལ་ན་འགྲིག་གམ་སྟུང་སྟེ། དེ་ལྟར་མིན་ན།  
གནས་དེར་གན་རིམས་སྟོང་ཕྱག་གཅིག་ཡོད་ན་ཐམས་ཅད་ལ་ཕྱག་  
འཆལ་དགོས་ན་ཤིན་ཏུ་དཀའ་སྟུང་སྟེ་དབྱེད་པར་བྱའོ།

དྲི་བ་བཙུ་ལ།

དྲི་བ། མདོ་ཙུང་གཤམ་པའི་འོག་ཏུ་ཡང་རུང་ངོ་།། ཞེས་པའི་དོན་ལ་  
འགྲེལ་ཚུལ་འདྲ་མཉན་འདུག་པས་ཇི་ལྟར་ལགས།

ལན། མདོ་འདི་རང་གཞུང་དུ་མི་བཞེད་ན་དེ་ལྟར་ལགས་མོད།  
རང་གཞུང་དུ་བྱས་ནས་རབ་དུ་བྱུང་བའི་འོག་ཏུ་སྐྱ་བྲེག་པ་སོགས་བྱེད་  
པའི་དོན་དུ་འགྲེལ་ན་ནི་བྱ་བའི་རིམ་པ་འགལ་བས་མི་འཐད་ལ། བཅ་  
ཆེན་མཆོག་གིས་ཀྱང་འདི་རང་གཞུང་དུ་བཞེད་ནས་ཞེས་གོང་གསལ་  
ལྟར་འགྲེལ་བར་དགག་པ་གནང་ཚུལ་ཡང་དེ་ལྟར་དུ་མངོན། འོན་ཀྱང་  
རང་གཞུང་དུ་བྱས་ན་འགྲེལ་ཚུལ་འདི་ལྟར་ཡོད་པར་སྒྲང་སྟེ། དགེ་བའི་  
བཤེས་གཞུན་མཁས་དབང་མཁན་བྱུང་འཇམ་དཔལ་བསམ་འཕེལ་  
མཆོག་གིས། དེ་ལ་མཁན་པོར་གསོལ་བའི་སྔོན་ནས་རབ་བྱུང་གི་རྟགས་  
ཆ་ལྷགས་ཅན་མཆོན་བརྟག་པའང་མི་དགོས་པ་ཞིག་གིས། རབ་དུ་བྱུང་  
བའི་བྱིར་མཁན་པོར་གསོལ་བ་བཏབ་པ་ན། དེ་ལ་སྐྱ་བྲེག་པ་སོགས་བྱ་  
མི་དགོས་པས། གསོལ་བའི་འོག་དེ་མ་ཐག་ཏུ་རབ་དུ་བྱུང་ན་རུང་  
བའང་ཡོད་ཅེས་འགྲེལ་ནའང་འགྲིགས་སམ་བརྟག་ཅེས་གསུངས། དེ་ནི་  
ཤིན་ཏུ་ལེགས་སོ་སྟུང་སྟེ། དེ་འདྲ་བ་ནི་མཐོང་ཆོས་སྤྱུ་མང་དུ་ཡོད་པར་  
མ་ཟད། གོ་མི་དགེ་བསྟེན་ཞེས་པ་རབ་བྱུང་གི་རྟགས་ཆ་ལྷགས་ཅན་  
འགའ་རེ་རྒྱ་གར་ནའང་ཡོད་འདུག་པ་དེ་དག་ལས་ཀྱང་རབ་དུ་བྱུང་བ་  
ཡོང་སྲིད་ན། དེ་དག་གིས་རབ་དུ་བྱུང་བའི་སྒྱུར་བ་ལ་སྤྱི་རྟགས་ཆ་

ལྷགས་དོར་ནས་བསྐྱར་དུ་བྱིས་པའི་རྟགས་ཆ་ལྷགས་སྤྲས་པ་ནི་མི་  
དགོས་ཤིང་། མཁན་པོར་གསེལ་བ་བཏབ་ཟིན་པའི་འོག་དུ་བྱ་དགོས་པ་  
གཞན་མེད་པས་དེ་མ་ཐག་རབ་དུ་བྱང་ན་འགྲིག་པར་སྤང་ལ། དེ་ལྟར་  
ཡང་། འགྲེལ་ཚུང་ཡོན་ཏན་འོད་མར། གསེལ་མ་ཐག་དུ་ཡང་ངོ་།  
མདོར་སྟག་མ་ལྟར་བྱ་བ་ནི་དགོ་འདུན་ལ་དྲིས་ནས་མཁན་པོར་ཡང་  
གསེལ་བའི་འོག་དང་སྐབས་འདི་གཉིས་གང་དུ་བྱས་ཀྱང་ཉེས་པ་མེད་  
དོ། ། ཞེས་གསུངས་པ་དང་ཡང་ཆེས་མཐུན་པར་སྤང་བའི་ཕྱིར་རོ་སྟམ་  
མོ། །

### དྲི་བ་བཅུ་དྲུག་པ།

དྲི་བ། དེང་སང་དགོ་སྤྱོད་བསྐྱབ་དུས་སྤྱང་བཟེད་གཅིག་གིས་ཆོག་པར་  
གནང་གིན་འདུག་པས། སྤྱང་བཟེད་གཅིག་ལ་ཐུན་མོང་གི་བྱིན་རླབས་  
མང་པོ་ཆགས་པ་ཞེ་ཡོད་ལགས།

ལན། བདེན་ཏེ། སྤྱང་བཟེད་བྱིན་གྱིས་བརླབ་དུས་གང་ཟག་རེ་  
རེའི་སྤྱང་བཟེད་དགོ་འདུན་ལ་བསྟན་ནས་དགོ་འདུན་གྱིས་མི་ཆེའས་  
མི་ཚུང་ངམ་ཞེས་བརྟགས་ནས་བྱིན་གྱི་བརླབ་དགོས་པས། དངོས་གནས་  
བྱས་ན་དགོ་སྤྱོད་བསྐྱབ་དུས་གང་ཟག་རེ་རེ་ལ་དགོས་སམ་སྟམ། འོན་  
ཀྱང་དེ་སྟོན་བོད་ལ་སྤྱང་བཟེད་དཀོན་པོ་ཆགས་ནས་གུ་ཡངས་ཀྱི་ཚུལ་  
གྱིས་སྤྱང་བཟེད་གཅིག་གིས་འཐུས་པར་བྱས་པ་ཡིན་ནམ་སྟམ་སྟེ།

དཔེར་ན། དེ་འདྲ་གཞན་ཡང་། དགག་དབྱེ་སྐབས་གང་ཟག་སོ་སོས་  
གང་ཟག་བཞག་པ་དང་། དངོས་པོ་བཞག་པ་མི་འདྲ་བའི་དབང་གིས་  
གང་ཟག་རེ་རེ་ལ་དགག་དབྱེ་བྱེད་དགོས་ཤིང་། གང་ཟག་གསུམ་རེར་  
བྱས་ནའང་འདྲི་དཔེ་མཐུན་པ་མ་གཏོགས་མི་མཐུན་པ་གསུམ་ལ་མི་  
རུང་ཡང་། དེང་སང་ཇི་ལྟར་ཡང་ཕྱག་ལེན་ལ་གསུམ་རེ་མཉམ་དུ་  
དགག་དབྱེ་མཛད་པ་སོགས་གྲུ་ཡངས་པའི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ནམ་  
སྟམ་ལགས།

### དྲི་བ་བཅུ་བདུན་པ།

དྲི་བ། ཕྱག་ལེན་ཁ་ཤས་ལ་དཔེར་ན་དག་སྤོང་བརྒྱ་ཡོད་ན་མཐར་དུས་  
གོ་ཚར་གཅིག་བཟོད་པ་དང་། ཁ་ཤས་ལ་བར་སྐབས་བར་སྐབས་སུ་དུས་  
གོ་བཟོད་ཀྱིན་ཡོད་ཚུལ་ཡང་གོ་ཐོས་བྱུང་བས་དེའི་ཚུལ་གང་ལགས།

ལན། འདུལ་བ་ནང་ལྟར་བྱས་ན་དུས་གོའང་དག་སྤོང་གསུམ་  
རེ་མཚམས་སུ་བཟོད་དགོས་པ་འདྲ། དེ་ཡང་འདུལ་བའི་ལྷགས་ལ་ཕྱག་  
བྱ་བའི་ཡུལ་ལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དང་། བསྐྱབ་པ་ཆན་པ་གཉིས་སུ་  
ངེས་པ་དང་། བསྐྱེན་བཀུར་གྱི་གནས་དང་གནས་མ་ཡིན་པ་ཤེས་པའི་  
ཆེད་སོགས་ཀྱི་དགོས་པ་མང་པོ་ཡོད་པར་མངོན་ལ། འོན་ཀྱང་དེང་སང་  
ཕྱག་ལེན་ལ་དུས་གོ་མཉམ་དུ་བཟོད་པ་མ་གཏོགས་གསུམ་རེ་མཚམས་  
སུ་བཟོད་ཀྱིན་མེད། དེས་ན་སྐྱབ་ཐངས་གཅིག་པ་དག་སྤོང་ཅི་ཡོད་གྲལ་

ལ་སུ་མཐོགས་མ་གཏོགས་ཀྱི་གཞིན་གོ་རིམ་མེད་ཀྱང་། སྐབ་ཐེངས་ལྔ་  
ཕྱི་ཁ་ཁར་སོང་ན་གྲལ་སོགས་ཀྱི་གཞིན་གོ་རིམ་ཡང་དེ་ལྟར་དུ་བྱ་  
དགོས་སོ་སྟམ་ལགས།

### དྲི་བ་བཙུང་བ།

དྲི་བ། འདྲལ་བ་ལྷང་རིགས་ཉི་མ་ལས། ཉི་མ་བརྒྱད་ཆ་ཤར་བ་དང་།  
བཞི་ཆ་ཤར་བའི་དོན་ལ་ཁ་ཅིག་ ཉི་མའི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་བརྒྱད་ཆ་  
དང་། བཞི་ཆ་ལ་དབྱེ་བ་མི་རིགས་ཏེ། ཉི་མ་སྤྱིན་ལ་སོགས་པས་བསྐྱེབས་  
པའི་ཆོ་དུས་ཀྱི་བྱང་པར་མི་ཤེས་པའི་སྒྲིན་ཡོད་པའི་བྱིར་དང་། ནམ་  
མཁའི་བརྒྱད་ཆ་དང་བཞི་ཆ་ལ་བྱང་པའི་བྱིར། ཞེས་ཉི་མའི་བརྒྱད་ཆ་  
ནམ་མཁའི་བརྒྱད་ཆ་དང་བཞི་ཆའི་བྱང་པར་བྱེ་ཚུལ་གང་ལགས།

ལན། འདི་སྤྱིན་མ་ནས་བདག་ལའང་དྲོགས་པ་བྱུང་ཡང་གསལ་  
པོ་ཞུ་བྱུ་མེད། འོན་ཀྱང་ཉི་མ་ལ་ཆ་བགོས་ན་ཉི་མ་སྤྱིན་པས་བསྐྱེབས་  
ནས་མི་མཐོང་བར་གྱུར་པའི་ཆོ་ཉིན་མཚན་གྱི་ཆ་དབྱེ་མི་ཤེས་པར་  
འགྱུར་ལ། ནམ་མཁའི་ཆ་ལ་བཞག་ན་ནམ་མཁའ་སྤྱིན་པས་བསྐྱེབས་  
ནའང་ལྔ་དྲོ་དང་བྱི་དྲོ། ཉིན་དང་མཚན་གྱི་ཆ་ནས་ཆ་བགོ་ཚུལ་ཞིག་  
ཡོད་པ་ཨེ་ཡིན་ནམ་སྟམ་ལགས།

### དྲི་བ་བཙུང་བ།

དྲི་བ། ཡང་ཕྱག་ལེན་ཁ་ཤས་ལ་དགོ་ཚུལ་བསྐྱབ་སྐབས་སུ། དཔེར་ན།

གང་ཟག་བཅུ་ཡོད་ན་བཅུ་དང་། ཉི་ཤུ་ཡོད་ན་ཉི་ཤུ་ལྟར་དུ་བསྒྲུབ་  
གནང་གིན་འདུག་པས་དེ་ལྟར་བྱས་ན་འགྲིག་ལགས་སམ།

ལན། འདི་ནི་དྲྀགས་གཞི་འགངས་ཆེ་ཞིང་བརྗོད་མི་ཤོད་པ་ལྟ་  
བྱ་སྤང་ཡང་། ལྟོན་པ་མཆོག་གིས། ལེགས་པར་བརྟགས་ལ་ང་ཡི་བཀའ།  
སྤང་བར་བྱ་ཡི་གུས་བྱིར་མིན། ཞེས་གསུངས་པ་དང་། འདུལ་གཞུང་  
དུའང་དགག་སྒྲུབ་གནང་གསུམ་གྱི་བཅས་པ་དང་། རྩོན་བཅས་རྗེས་  
བཅས་དེ་ལ་རྒྱ་མཚན་དོར་མ་དོར་སོགས་གྱི་སྒོ་ནས་ལེགས་པར་དབྱང་  
དེ་སྤང་སྤང་བྱ་དགོས་ཚུལ་གསལ་བ་ལྟར། ད་ལན་བཀའ་འདི་ལྟར་  
དྲྀགས་སྤང་བྱང་ཚུལ་ཕྱན་ཅིམ་ཞུས་ན། དེ་ལྟར་མི་རུང་བར་འདོད་པ་  
དང་རུང་བར་འདོད་པའི་སྒོལ་གཞིས་བྱང་བར་སྤང་ལ། དེ་ལ་སྤྲུམ་  
དག་གིས་ནི། མདོ་རྩུ་དུ་མ་མཁན་པོ་གཅིག་པ་གསུམ་མན་ཆད་ཆོག་  
གཅིག་གིས་བསྟེན་པར་རྫོགས་པར་བྱར་རུང་དོ་ཞེས་གསུངས་པར།  
གསུམ་མན་ཆད་ཅེས་པས་གསུམ་རེ་ལྟར་གཅིག་དུ་བསྒྲུབ་རུང་ལ་དེ་  
ལས་ལྟག་བཞི་ལ་སོགས་པ་ལྟར་དུ་བསྒྲུབ་མི་རུང་བར་བཟོན་ལ། བཞི་  
ལ་སོགས་པར་དེ་ལྟར་བསྒྲུབ་ན། མདོ་རྩུ་ལས་ཆོག་སྐབས་སུ་ཆོགས་  
གྱིས་ཆོགས་ལ་མི་བྱའོ་ཞེས་པའི་དོན་གོང་གསལ་དུ། དུ་མ་མཁན་པོ་  
གཅིག་པ་སོགས་གྱི་རང་འབྲེལ་དུ་དགོ་སྤོང་བསྒྲུབ་དུས་གསུམ་ལས་  
མང་བ་དུས་མཉམ་དུ་བསྒྲུབ་ན། ཆོགས་སུ་ལོངས་པས་ཆོགས་སུ་ལོངས་



པའི་ལས་བྱ་བར་འགྱུར་བས་དགེ་འདུན་གྱི་དབྱེན་དུ་འགྱུར་ཚུལ་  
གསུངས་པས་གོ་ཚུལ་སྟེ་བར་སྤང་ངོ་།།

དེ་ལ་ལན་དུ་ཁ་ཅིག་གིས་མདོ་རྩེ་དེ་ལྟར་གསུངས་པ་ནི། ལས་  
ཚོག་གིས་དགེ་སྦྱོང་བསྐྱབ་པ་ལ་གོ་དགོས་པ་ཡིན་གྱི། དགེ་བསྐྱེན་ལྟར་  
དགེ་ཚུལ་ནི་ལས་ཚོག་གིས་སྐྱབ་པ་མིན་པས་གསུམ་ལས་མང་བ་ཡང་  
སྟན་ཅིག་ཏུ་བསྐྱབ་ཅུང་ངོ་ཞེས་འདོད་པར་མངོན་ལ། ཡང་གཞན་དག་  
གིས་ནི་དགེ་ཚུལ་མ་ཟད་དགེ་སྦྱོང་ཡང་བཞི་ལ་སོགས་པ་ལའང་མཁན་  
པོ་གཅིག་གིས་ལས་ཚོག་གཅིག་གིས་སྐྱབ་ཅུང་བར་བསྟན་ཏེ། དེ་ཡང་  
གོང་གསལ་མདོ་ཚོག་དེས་རབ་བྱུང་དུ་མ་སྟན་ཅིག་ཏུ་དགེ་སྦྱོང་བསྐྱབ་  
སར་སླེབས་དུས་མཁན་པོ་དུ་མས་ལས་ཚོག་ཐ་དད་པས་གསུམ་རེ་  
མཉམ་དུ་སྐྱབ་ཚོག་པར་མ་ཟད། མཁན་པོ་གཅིག་གིས་ལས་ཚོག་གཅིག་  
གིས་ཀྱང་གསུམ་མན་ཆད་དེ་གསུམ་ལས་མང་བ་སྟན་ཅིག་ཏུ་བསྐྱེན་  
པར་རྫོགས་ཅུང་ཞེས་བསྟན་ལ། ལར་ནས་གསུམ་མན་ཆད་དམ་ཡན་  
ཆད་གང་ཡིན་ཡང་དབྱད་བྱར་སྤང་ཞིང་། ཚོགས་ཀྱིས་ཚོགས་ཀྱི་ལས་མི་  
བྱ་ཞེས་པ་ནི་དགེ་སྦྱོང་བཞི་ཚོགས་ན་གང་ཟག་དང་དགེ་འདུན་གཉིས་  
སྟེ་བའི་དགེ་འདུན་དུ་འགྱུར་ལ་དགེ་འདུན་གྱིས་དགེ་འདུན་ལ་ལས་  
ཚོག་བྱས་ན་དགེ་འདུན་དུ་འགྱུར་ཉེན་ཡོད་ཀྱང་དགེ་ཚུལ་ལ་དེ་འདྲའི་

དྲུགས་པའི་གནས་མེད་པས་དེ་ནི་གནོད་བྱེད་དུ་མི་འགྱུར་ཚུལ་བཟོད་  
པར་སྒྲུང་ངོ་།།

དེ་ཡང་སྤར་ནས་མདོ་རྩུབ་གསལ་བའི་འོག་དུ་ཡང་རུང་ངོ་  
ཞེས་པ་རང་གཞུང་དུ་བཞེད་མིན་སོགས་དང་། གཞན་ཡང་ཚིག་འདྲ་  
མིན་འགའ་གཞུང་དུ་གསལ་ཡང་ཡིག་ནོར་ཡིན་མིན་བཅས་ལའང་  
དབྱད་པ་མང་དུ་བྱུང་བར་ལྟར། འདི་དག་ལས་གང་ལ་རྒྱ་མཚན་ཡང་  
དག་ཡོད་མེད་ལེགས་པར་བརྟག་དགོས་སོ་སྟུམ་ལ། གང་ལྟར་འདིར་  
ལས་གུལ་ལ་དབང་བ་དང་ཚོགས་སུ་ལོངས་མ་ལོངས་བཅི་གཞི་དེ་དག་  
སྤོང་ཉིད་ལ་གོ་དགོས་ཚུལ་བཤད་པ་དེ་བཞིན་བྱུང་ན། དག་ཚུལ་སྤོང་  
ནམས་ཀྱིས་ཕྱིར་བཅོས་བྱ་དུས་ལྟར། དུས་གོ་བཟོད་སྐབས་དང་། དག་  
ཚུལ་གྱིས་ཡང་དག་འབྱུང་དུས་སོགས་ལའང་དེ་བཞིན་བྱ་ན་མི་འགྲིག་  
པའི་རྒྱ་མཚན་མེད་ཅིང་། དེར་མ་ཟད་གསོ་སྤྱོད་སྐབས་འགར་དག་སྤོང་  
ཉུང་དུ་ལས་མེད་པར་དག་ཚུལ་ཤིན་དུ་མང་བའི་སྐབས། ཡང་དག་  
འབྱུང་སྐབས་དུས་ཚོད་ཀྱིས་དཀའ་ངལ་ཆེན་པོ་དེ་ལས་ཀྱང་ལེགས་  
པར་གྲོལ་བར་འགྱུར་རོ་སྟུམ་མོ།།

དྲི་བ་ཉི་ཤུ་བ།

དྲི་བ། དགོན་པ་ལ་ལའི་ནང་སྤྲ་ཆེན་ནམ་པས་དག་སྤོང་སྐབས་དུས་  
གནས་བརྟན་བགེས་སོང་ཡན་ཆད་ཀྱིས་སྐལ་བ་བཟང་བཟང་གིས་.....

བསྐྱར་དུ་སྐྱབ་ཀྱིན་ཡོད་པ་དང་། ཡང་ལ་ལས་སྤར་དགེ་སྤྱོད་བསྐྱབས་  
ཟིན་ནའང་སྤུ་མར་དྲོགས་པ་འཇམ། སྐྱབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་ལྟ་བུའི་  
མདུན་དུ་སྐྱབ་འདོད་ཀྱིས་ཡང་བསྐྱར་སྐྱབ་ཀྱིན་ཡོད་ཚུལ་ཡང་འདུག་  
པས། དེ་ལྟ་ན་བར་ཆད་དྲི་བའི་སྐབས་ཀྱི་དྲིས་ལན་ལ། བྱོད་སྤར་རབ་  
དུ་བྱང་བ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེས་པ་ཐད་ཀ་ཐད་ཀའི་རབ་བྱང་གི་སྒྲུལ་པ་ལ་  
གོ་དགོས་ཚུལ་གསུངས་པ་ནམས་དང་། བསྐྱར་དུ་བསྐྱབ་རྒྱ་ཡོད་མེད་  
བཅས་ཟི་ལྟར་ལགས།

ལན། སྤར་པམ་པས་གོས་མེད་པ་ཞིག་ལ་རྒྱུན་ངན་གྱི་དབང་  
གིས་སྒྲུལ་པ་མ་ཕུལ་ཐབས་མེད་བྱང་ན། ཕུལ་ནས་ཕྱིས་སུ་བསྐྱར་དུ་བྱ་  
རྒྱ་ཡོད་པ་འདྲ། དེ་མིན་པའི་སྤར་པམ་པས་གོས་ཟིན་པ་ཞིག་གིས་ནི་ཅ་  
བའི་པམ་ཉེས་དེ་མ་དག་པར་ཕྱིས་སྒྲུལ་པ་སྐྱར་དུ་སྐྱབ་ཀྱང་མི་སྐྱེའོ་  
སྙམ་ཏེ། གཞན་དུ་ན། དགེ་སྤྱོད་སྒྲུལ་པ་ལ་དེ་བསྐྱབ་ན་མི་སྐྱེ་ལ། སྒྲུལ་  
པ་སྐྱོན་ཅན་དེ་ཕུལ་ནས་བསྐྱབ་ན་སྐྱེ་བར་འདོད་ན་ནི། སྤར་སྐྱེ་དེ་ཉེས་  
མེད་ཡིན་པས་པམ་པ་འཆབ་མེད་གོས་རིགས་ལ་སྒྲོབ་པ་བྱིན་དགོས་  
དོན་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ། འཆབ་མེད་བྱང་ཡང་འཕལ་དུ་དེ་ལྟར་སྐྱར་  
བསྐྱབ་ཆོག་པས། བསྐྱབ་པ་བྱིན་ནས་དམན་སྤྱོད་ཁྱེད་དང་དུ་ལེན་དགོས་  
པའི་རྒྱ་མཚན་མེད་པའི་ཕྱིར་སྙམ་དུ་དྲོགས་སོ།

འདི་འོ་སྐྱོར་གྱི་དྲུག་པ་གཅིད་ཅིག་སྐར་མཁམ་དབང་མེར་སྐྱད་  
ཀྱལ་རོང་མཁན་ཟུར་དག་དབང་ཐེག་མཆོག་རིན་པོ་ཆེ་ལ་བཀའ་འདྲི་  
ཞུས་པར། ཁོང་རང་གིས་པམ་པ་འཆབ་བཅས་འཆབ་མེད་གང་གིས་  
གོས་ནའང་ཕྱིས་སྒྲོམ་པ་བསྐྱར་དུ་བསྐྱབ་སྐྱེ་མེད་དེ། མདོ་རྩུར་པམ་པར་  
འབྱར་བ་བཞི་ལས་ལྷུང་བ་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་བྱང་བ་མ་ཡིན་ནམ་  
ཞེས་དང་། འདི་ལ་སྐྱེ་བའི་ཆོས་ཉིད་མེད་པ་ཡང་འདྲའོ་ཞེས་དེ་སྐྱེ་བའི་  
བར་ཆད་དུ་འཛོག་པའི་ཕྱིར་དང་། དེ་ཡང་དངོས་པོ་གཙོ་ཆེ་བ་ལས་  
འདྲུ་ཤེས་གཙོ་ཆེ་བ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བཀའ་གནང་བྱུང་། འདི་ནི་གོང་དུ་  
དྲི་བ་བཅུ་གཅིག་པར་དག་སྒོང་ལ་པམ་པ་བྱང་ན་སྐྱར་དུ་སྐྱབ་མི་རུང་  
ཚུལ་དང་། དག་བསྟེན་ལ་ཙ་ལྷུང་བྱང་ན་སྐྱར་དུ་སྐྱབ་རུང་བའི་བྱང་  
པར་གསུངས་པ་དང་ཡང་ལེགས་པ་མཐུན་པར་སྒྲུང་ངོ།

གང་ལྟར་སྐར་པམ་པས་སྒྲོམ་པ་ཉམས་མེད་མཁན་ཞིག་གིས་  
སྐལ་བཟང་གིས་བསྐྱར་དུ་བསྐྱབ་ན་ནི། སྐར་གྱི་སྒྲོམ་པ་མི་གཏོང་ཡང་  
སྒྲོམ་པ་གསར་དུ་ཐོབ་པ་མེད་དེ། སྐར་རབ་དུ་བྱང་བ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེས་  
གསར་དུ་སྐྱེ་བའི་བར་ཆད་དུ་འཛོག་པ་སྐར་བཤད་ཟེན་པ་ལྟར་ལ། དེས་  
ན་འདིས་སྐར་སྒྲོམ་པ་གང་ཞུས་ཟེན་པ་དེ་དང་ཐུན་བཞིན་དུ་ཡང་སྐྱར་  
ལེན་ན་དེ་སྐྱར་སྐྱེ་བའི་བར་ཆད་དུ་བཤད་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་སྐར་མ་ལ་གཞོད་  
པར་མ་གསུངས་སོ་སྟེ། དེ་ལྟར་ཡང་འདུལ་བ་ལྷུང་རིགས་ཉི་མ་ལས།

འཆབ་མེད་བྱང་ན་ཕྱོམ་པ་སྒངས་པས་སྐྱེ་ཞིང་ཐིག་པ་བཤགས་པས་  
འདག་པར་འཆད་པ་ཡིན་ལོ། ། ཞེས་སོགས་ཀྱི་དོན་ལའང་ཅུང་ཟད་  
དབྱེད་དགོས་པར་སྒྲུང་ངོ། །

དེ་ཡང་མདོ་ཐེ་པའི་ལུགས་ལ་པམ་པས་ཕྱོམ་པ་གཏོང་ཞིང་  
འཆབ་སེམས་དེའི་ཡན་ལག་དྲུ་དགོས་པར་འདོད། འཆབ་སེམས་མེད་  
པར་པམ་པའི་མཐར་ཐུག་གི་ཡན་ལག་གྲུབ་པའི་རིགས་ནུས་ལ་  
བསྐྱབ་པ་སྐྱེན་ཏེ་ཇི་མིན་འཆོའི་བར་སྐྱེད་དགོས། བསམ་བཞིན་དུ་མ་  
ཡིན་པར་དབང་མེད་དུ་པམ་པའི་མཐར་ཐུག་གི་ཡན་ལག་གྲུབ་རིགས་  
ཡིན་ན་ཉེས་ཆབས་ཆེ་བའི་སྐྱོན་ཅན་གྱི་ཕྱོམ་པ་དེ་ལུས་ཏེ། སྐར་སྒང་ན་  
སྐྱེ་བར་འདོད་པར་སྒྲུང་ལ། བྱེ་སྐྱས་འཆབ་མེད་ལ་བསྐྱབ་པ་སྐྱེན་དགོས་  
ཚུལ་དེ་དང་། དེས་ཕྱོམ་པ་སྐྱར་སྒང་ན་སྐྱེ་བར་འདོད་ཚུལ་གཉིས་ནི་  
གྲུབ་མཐས་འདོད་ཚུལ་ཅུ་ཞེ་ཡིན་སྟུང་ལོ། །

དྲི་བ་ཉེར་གཅིག་པ།

དྲི་བ། ལོ་ལྔ་ལོན་ཞིང་སྟན་ཅིག་སྐྱར་བ་ཐ་མ་དང་ལྔ་ན་ན་གནས་མ་  
བཅས་པར་སྒྲོངས་སྐྱར་འགྲོ་བར་བྱའོ། ། ཞེས་པའི་མདོ་ཆོག་འདི་ངས་  
བཟུང་དང་། མཆོན་དོན་དུ་འགྲེལ་ཚུལ་འདྲ་མིན་འདུག་པས་ཇི་སྟར་  
ལགས།

ལན། སྤུང་རང་གི་བསམ་ཚུལ་གཙོ་བོར་བྱས་ཏེ་སྤྲོ་ན། དེས་  
བཟུང་དུ་བཞེད་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་མདོ་ཚིག་འདིས་ལྷ་སྤྱགས་ཐ་མ་འདི་  
ཉིད་ལ་དམིགས་བསལ་དུ་སོར་ཐར་མདོ་རྒྱས་པ་སློ་ལ་ཐོན་པ་ཡན་ལག་  
ཏུ་དགོས་པར་སྟོན་པའི་ཤུགས་ལ་སྡེ་སྟོང་གསུམ་ཤེས་ཀྱི་ལྷ་པ་སོགས་ལ་  
དེ་དག་སློ་ལ་ཐོན་པ་མི་དགོས་པར་ཤུགས་ལ་གོ་དགོས་མིན་བརྟག་  
དགོས་སོ།།

ཐ་མ་དེ་ཉིད་ལྷན་ན་ནི། གནས་ཀྱི་སྒྲ་མ་ལྷན་དུ་མེད་ཅིང་སོར་  
མདོ་སོགས་ཀྱི་དཔེ་ཆའང་མེད་པའི་ཡུལ་དུ་སླེབས་ཀྱང་། ཟླ་བ་བྱེད་  
བྱེད་དུ་སོ་སོར་ཐར་པའི་མདོ་འདོན་ཏེ་གསོ་སྦྱང་བྱ་བའི་དགོས་དོན་  
གཙོ་བོ་དེ་ཉིད་རང་སྟོབས་ཀྱིས་བསྐྱབ་ཅུས་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཡིན་  
ཚུལ་སྤྲོ་བ་ཨེ་ཡིན་སྟེ། དེ་ལྟར་ཡིན་ན་དེ་ལ་འདྲ་འབྲེལ་གང་ཡང་མེད་  
ཚུལ་བརྗོད་དཀའོ་སེམས། འོན་ཀྱང་སྡེ་སྟོང་གསུམ་ཤེས་སོགས་ཀྱི་ཆང་  
ཇི་ལྟར་འཛོག་དགོས་ཚུལ་དཀའ་བས་ལེགས་པར་དབྱེད་དགོས་པར་  
ཡང་སྤྲོད་ངོ་།།

### དྲི་བ་ཉེར་གཉིས་པ།

དྲི་བ། དུད་འགོ་གསོད་པའི་ལྷུང་བྱེད་གོས་པའི་དགེ་སྟོང་གི་རྒྱུད་ཀྱི་  
ཚུལ་བྲིམས་དེ་ཚུལ་བྲིམས་རྣམ་དག་བཞག་ན་ཨེ་འགྲིག་ལགས།

ལན། དཔེར་ན། མི་ཤེས་པ་ལྟང་བ་འབྱུང་བའི་སྒོ་ཞེས་པ་ལྟར་  
རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་ཡིན་པར་མ་ཤེས་པའི་དབང་གིས་དེ་དག་  
དགོ་བ་འབྱུར་སྒྲུལ་ནས། ན་ཟུག་དྲག་པོས་མནར་བའི་དུད་འགོ་འཆི་  
བར་ངེས་པ་འདི་གསོན་པ་ལས་འཆི་བ་དགའ་སྒྲུལ་པ་དང་། ཡང་མང་  
པོའི་སྒོག་སྒྱིབ་པའི་ཆེད་དུ་ཉུང་བ་གསོད་པ་ལྟ་བུ་མི་ཤེས་པའི་དབང་  
གིས་དུད་འགོ་གསོད་པའི་ལྟང་བྱེད་དང་། ཡང་གཞན་གྱིས་རྗེས་འདེད་  
ནས་གསོད་པར་དྲོགས་པའི་རི་དྲགས་ལྟ་བུ་མཐོང་ཡང་མ་མཐོང་ཞེས་  
ཤེས་བཞིན་གྱི་རྩུན་སྒྲུས་པའི་ལྟང་བ་ལྟ་བུས་གོས་ཀྱང་ངེས་ཚུལ་ཁྲིམས་  
རྣམ་དག་མ་ཡིན་པར་མི་འབྱུར་ཏེ། དེ་རྣམ་དག་ལ་ཕམ་པས་མ་གོས་  
ཤིང་རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་ལ་དེར་ཤེས་ཤིང་འཛེམ་པ་ཞིག་གིས་  
ཆོག་པའི་ཕྱིར་རོ་སྒྲུལ། དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ན་ཚུལ་ཁྲིམས་རྣམ་དག་གི་དོན་  
ལ་རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བས་མ་གོས་པ་ཅམ་སྒྱུར་བས་འགྲིག་པར་  
འབྱུར་རོ་སྒྲུལ་དུ་དྲོགས་སོ།

དྲི་བ་ཉེར་གསུམ་པ།

དྲི་བ། དཔེར་ན། དགོ་སྒྲོང་ལ་ཁང་པའི་ནང་གི་སྲིད་དུ་ཁྲི་བཙོ་བརྒྱད།  
ཁིང་དུ་བྱ་བྱེད་དང་བརྩ་གཅིག་ཡོད་པ་ཆད་ཡིན་ལ། དེ་ལས་སྟག་པ་  
ཆད་སྟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དགོ་སྒྲོང་གང་ཟག་གཉིས་ཀྱིས་སྒྲུན་མོང་བའི་  
ཁང་པ་གཅིག་ལས་ན། ཁང་པ་གཅིག་རེའི་ཆད་བཟླམས་པའི་ཉིས་.....

འགྱུར་གྱི་ཚད་དུ་བྱེད་ཆོག་གས།

ལན། དེ་ཚོའི་གྲས་ནི་དང་སང་སྤྱི་སྒྲེར་ཚང་མར་འདུལ་བ་ལྟར་  
ཕྱག་ལེན་གནང་མཁན་དགོན་པོ་ཡིན། དེས་ན་པཌ་ཆེན་རིན་པོ་ཆའི་  
གསུང་ལས་བསྟོ་ཁང་བསྟེན་ཚུལ་སོགས་དང་སང་ཕྱག་ལེན་ལ་མེད་པ་  
ནམས་བསྐྱུས་ནས་བཤད་པ་མཛད་མེད་པ་ལྟར་རོ་སྒྲུལ་ལགས།

དྲི་བ་ཉེར་བཞི་པ།

དྲི་བ། དང་སང་ལ་ལས་དགེ་སྦྲང་ལ་བྲིམས་ཉིས་བརྒྱ་ལྔ་བརྒྱ་ཙུ་གཉིས་  
ལས་ཙུ་གསུམ་མེད་དེ། དགེ་འདུན་དབྱེན་གྱི་ལྷག་མ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ།  
ལྷས་བྱིན་ནི་སྤང་གཞི་ཡིན་པས་ལྷུང་བ་མེད་ལ། རྗེས་ནས་སྤང་གོས་  
མ་སྤྱང་ཞིང་གོས་རྒྱུའང་མེད་དོ། ཞེས་ཟེར་བ་ལྟར་འདོད་ན་ཨེ་འཐད་  
ལགས།

ལན། དེ་ལ་ལྟར་ནས་དྲྀགས་དཔྱོད་བྱེད་སྤྱང་ཞིང་། ཁོ་བོས་  
བསམ་ན། བྲིམས་ཉིས་བརྒྱ་ལྔ་བརྒྱ་ཙུ་གསུམ་ཡོད་ཀྱང་། ལྷུང་བ་ཉིས་  
བརྒྱ་ལྔ་བརྒྱ་ཙུ་གསུམ་ཡོད་དགོས་པའི་ངེས་པ་མེད་དེ། གཞན་དུ་ན་  
དགེ་འདུན་དབྱེན་གྱི་ལྷག་མ་མེད་ན་དེ་རྗེས་སྤྱགས་ཀྱང་འཛོག་མི་ཐུབ་  
པས་བྲིམས་ཉིས་བརྒྱ་ལྔ་བརྒྱ་ཙུ་གཉིས་ཀྱང་མེད་པར་འགྱུར་ལ། འོན་  
ཀྱང་དགེ་སྦྲང་མཁས་པ་དག་གིས་དགེ་འདུན་གྱི་སྤྱི་ཆེན་པོའི་ནང་  
འདུལ་བ་དང་མི་མཐུན་པར་གོ་བཞིན་དུ་པན་ཚུན་དཀྲུགས་ནས་དུམ་



---

བྱ་བ་དང་སྟེ་ཕྱོགས་གཉིས་བྱས་པ་ལྟ་བུ་ཡང་དབྱེན་གྱི་སྟག་མའི་རྗེས་  
མཐུན་འགྱུར་བ་ཡོད་དམ་སྟེ།

དྲི་བ་ཉེར་ལྔ་པ།

དྲི་བ། མདོ་རྩ་བ་ལས། ཉིན་མཚན་གྱི་དང་པོ་མ་ཡིན་པ་ལ་ཐ་མ་མ་ཡིན་  
པ་མེད་པ་ཉིད་དོ། ཞེས་པའི་དོན་ལ་འགྲེལ་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་ཞིག་  
འདུག་པས་དེའི་དོན་རིམ་ལྟར་ལགས།

ལན། དེ་ཡང་མདོ་འདི་ཞག་གངས་དང་པོ་དང་ཐ་མ་ལ་དྲོགས་  
གཙུག་སོ་སོར་འདོད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་བྱུང་ཡང་། འདིར་རང་གི་བསམ་  
ཚོད་ལ་འདི་ནི་ཁྱེ་ལྟ་བུ་སྤྱིར་བསྟན་དུ། གཞན་ལས་སྦྱོར་པ་ནི་རང་གི་འགོ་  
བ་ཉིད་མ་ཡིན་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། འདིར་ཐ་མ་མ་ཡིན་  
པ་མེད་པ་ཉིད་དོ་ཞེས་པ་དེ་ཡང་དེ་ལྟར་དུ་གོ་སྟེ། དཔེར་ན་གོས་ཞག་  
བཅུ་འཆང་སྤང་གི་ལྷང་བ་ལྟ་བུར་མཚོན་ན། ཆོས་གཅིག་གི་ཉིན་མཐའ་  
འདས་ཞིང་མཚན་མཐའ་མ་འདས་གོང་ཅམ་ཡན་ཆད་ལ་གོས་ཤིག་  
རྟེན་ནས་བྱིན་གྱིས་མ་བསྐྱབས་པར་ཆོས་བཅུའི་མཚན་མཐའ་འདས་པ་  
དེ་ལ། ཁ་ཅིག་གིས་ད་དུང་གོས་ཞག་བཅུ་འཆང་བའི་ལྷང་བ་མི་འབྱུང་  
སྟེ། ཆོས་བཅུའི་མཚན་མོ་མཐའི་སྐད་ཅིག་མ་འདས་ནའང་ཞག་བཅུ་  
ཚང་བ་ལ་ད་དུང་ཆོས་བཅུ་གཅིག་གི་མཚན་མཐའ་འདས་པ་ལ་སྟོས་

དགོས་ཏེ། ཆོས་གཅིག་གི་མཚན་མཐའ་མ་འདས་གོང་ཙམ་ཡན་ཆད་  
རྟེན་པ་དེ་ལ་ཆོས་དེའི་ཞག་གཅིག་ཏུ་བརྩི་མེད་མོ་ཞེས་ཟེར་རོ།

དེ་ལ་རང་ལྷགས་ནི། མདོར་བསྡུས་ཏེ་འཆད་ན་ཆོས་ཆད་སྟག་  
མེད་ཅིང་ཡན་ལག་གཞན་ཆད་གི་དབང་དུ་བྱས་ནས་ཉིན་མཚན་གྱི་  
དང་པོ་མ་ཡིན་པ་ལ་སྟེ་ཆོས་གཅིག་གི་མཚན་མཐའ་མ་འདས་ཙམ་ལ་  
རྟེན་པའི་གོས་དེ་ལ་ཆོས་བརྩུ་པའི་མཚན་མོ་མཐའི་སྐད་ཅིག་མ་འདས་  
པའམ་བརྩུ་གཅིག་གི་སྐུ་རེངས་ཤར་བ་ན། ཞག་བརྩུ་འཆང་སྤང་གི་ཐ་  
མ་མཐར་ཐུག་མ་ཡིན་པ་མེད་པ་སྟེ་ཐ་མ་ཡིན་པར་གྲུབ་པས་ཁྱབ་པའི་  
ཕྱིར་ཞེས་པའི་དོན་དུ་གོ་སྟེ། དེའི་ཐད་ཀྱི་རང་འགྲེལ་ལས། འདིར་ལྷང་  
ནི། འཆང་བའམ་བསྐྱབ་པའི་གཞི་ལས་དགེ་སྦྱོང་གི་ཆོས་གཅིག་ལ་ཆོས་  
གོས་རྟེན་དམ། ཆོས་ལྔ་ལ་རྩུང་བཅོད་རྟེན་ན་ཞེས་གསུངས་པས། ཆོས་  
འདིའི་དང་པོ་ཐུན་ཚོད་ངེས་པར་མ་སྦྱོས་པར་ཆོས་བརྩུ་གཅིག་ཉིན་  
པར་སྐུ་རེ་ཤར་ན་སྤང་བའི་རྩུང་བྱེད་དུ་འགྱུར་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ན་  
ཞེས་གསུངས་པས། དེ་སྟེ་བས་ན་འདི་ཞག་གྲངས་དང་པོ་དང་ཐ་མ་  
གཉིས་ཀ་ལ་དྲོགས་པ་གཅོད་པ་ཡིན་ན་སྟེ། ཞག་གྲངས་བརྩི་ཚུལ་  
ལ་དེ་འདྲའི་དྲོགས་པའང་བྱུང་བ་ཡོང་ངེས་ལ། དེ་འདྲའི་དྲོགས་པ་དེ་  
མདོ་ཆོག་འདིས་བསལ་བ་ཡིན་པར་སྤང་རོ།

## དྲི་བ་ཉེར་བྱུག་པ།

དྲི་བ། བཤམ་ཆེན་མཆོག་གི་གསུང་འདུལ་བ་སྤང་ལྷུང་གི་ཐད་དུ། གང་  
ཟག་བྱུང་པར་ཅན་གྱིས་སྤང་འབྲལ་གཏང་མི་དགོས་ཚུལ་གསུངས་པ་  
དང་། སྐབས་འདིའི་གང་ཟག་བྱུང་པར་ཅན་དང་བྱུང་པར་ཅན་མིན་  
པའི་ངོས་འཛིན་ཡོད་དེ། སྤང་ལྷུང་ཕྱིར་བཅོས་བྱེད་པའི་ཆོ་དངོས་པོ་མ་  
སྤངས་པར་དགོས་པའི་གཅིག་གི་དྲུང་དུ་བཤགས་པས་འདག་པའི་དགོ་  
སྤང་དེ་དང་པོ་དང་། སྤང་ལྷུང་ཕྱིར་བཅོས་བྱེད་པའི་ཆོ་དངོས་པོ་སྤང་  
དགོས་པའི་དགོས་པའི་གཅིག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
ན། བྱུང་པར་ཅན་དང་དེའི་དོན་འཛིན་ཚུལ་དེ་གཉིས་ཀྱི་བྱུང་པར་གོ་  
དཀའ་བས་དེའི་ཚུལ་གང་ལགས།

ལན། དེ་ལྟར་ལགས་ཀྱང་། གོང་གི་གསུངས་འདུལ་བ་དེ་བ་  
གཟུགས་སུ། ཕྱིར་བཅོས་སྐབས་སུ་དགོས་པའི་བྱུང་པར་ཅན་གྱིས་ལྷག་མ་  
ཕྱིར་བཅོས་ཚུལ་དང་། དེ་མ་ཡིན་པའི་ལྷག་མ་ཕྱིར་བཅོས་ཚུལ་གཉིས་  
ཡོད་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་ཡོད་དེ། མདོར། ངོ་ཆ་དང་ལྡན་པ་དང་། མདོ་ཐེ་  
འཛིན་པ་དང་། འདུལ་བ་འཛིན་པ་དང་། མ་མོ་འཛིན་པ་དང་། ཤེས་  
པས་ནི་གཅིག་གི་མདུན་དུ་བཤགས་པས་དགོས་པའི་མདུན་ལྷག་མ་ལས་སྤང་  
ངོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལས། སྤོ་མགུ་དབྱུང་གསུམ་སྤྱད་མི་དགོས་པར་  
དགོས་པའི་གཅིག་གི་མདུན་དུ་མིང་རིགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་བཤགས་པས་

འདག་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པ་དེས་གང་ཟག་གམ་དགོ་  
སྒྲིང་བྱང་པར་ཅན་གྱི་དོན་དེ་ལེགས་པར་གོའོ་སྟེ། འདི་ལྟར་ན་གཞུང་  
ཆེན་བཀའ་པོད་ལྔ་ལ་སྒྲིབ་གཉེར་ཚུལ་བཞིན་གནང་མཁན་དགོ་འདུན་  
པ་རྣམས་ལ་དོན་དེ་ཚང་མ་ཚང་བརྟགས་ཏེ། ཚང་ན་དེ་དག་གིས་ཕྱིར་  
བཅོས་བྱ་ཚུལ་ཡང་དེ་བཞིན་བགྱིས་ན་འགྲིགས་པ་ཨེ་ཡིན་སྟེ་སྟེ་  
དབྱེད་པར་བྱའོ།།

### དྲི་བ་ཉེར་བདུན་པ།

དྲི་བ། སངས་རྒྱས་དང་ཚས་མུང་འདས་ལ་ཕུལ་བ་ནི་དེ་དག་ལ་དབང་  
བས་གཞན་གྱི་ལོངས་སྤྱད་དུ་མི་རུང་། ཞེས་པའི་སྐབས་ནས་བཟུན་པའི་  
ཚས་མུང་འདས་ལ་ཕུལ་བ་དང་། བྱང་རྟོགས་གྱི་ཚས་ལ་ཕུལ་ཚུལ་ཇི་  
ལྟར་ལགས།

ལན། སངས་རྒྱས་དང་ཚས་མུང་འདས་ཞེས་པ་ནི་སངས་རྒྱས་  
གྱི་སྐུ་བརྟན་དང་མཆོད་རྟེན་ལ་ཕུལ་བའི་རྩིས་རིན་པོ་ཆེ་སོགས་ལ་གོ་  
དགོས་པ་འདྲ་སྟེ། མདོ་ཅར་དགོ་འདུན་གྱིས་དགོ་སྒྲིང་ནད་པའི་ཆེད་དུ་  
ཐབས་གཞན་མ་བྱུང་ན་རྟེན་དེ་དག་ལ་ཕུལ་བ་ལས་སྤངས་ནས་ཀྱང་  
གཏོང་ཚུགས་པ་དམིགས་བསལ་དུ་གསུངས་པས་གོའོ་སྟེ། བྱང་རྟོགས་  
གྱི་ཚས་ཞེས་པ་ནི་བྱང་རྟོགས་གྱི་བཟུན་པ་འཛིན་སྐྱོང་སྟེལ་བར་མཇོང་

པའི་སྐྱེས་བུ་དང་། དགོ་འདུན་གྱི་སྤེལ་ཕུལ་བ་ལ་འཛིག་པ་ཡིན་ལོ་སྐྱེས་  
ལགས་།

དྲི་བ་ཉེར་བརྒྱད་པ།

དྲི་བ། དགོ་སྤོང་གིས་རང་ལ་ཆོས་གོས་སྐྱེས་སྐྱུར་ཡོད་བཞིན་དུ་སྐྱོ་ཆོས་  
གྱིས་རས་སྟེབ་ཅམ་ལ་གོས་བྱིན་ཆུབས་བྱས་ནས་སྤོ་ལ་འདྲོགས་མཁན་  
འདུག་པས། དེས་ཆོས་གོས་འབལ་ལྟུང་གི་ལྟུང་བ་མི་འབྱུང་བར་ཨེ་པན་  
ལགས་།

ལན། ཆོས་གོས་སྐྱེས་སྐྱུར་འཆོམ་བྱེད་གྱི་རྒྱ་ཆ་མ་ཆང་ན། འཁོར་  
གསུམ་ཁེབས་པའི་གོས་ལ་བྱིན་གྱི་བཟུང་བ་པ་ཡིན་མོད། ཐོག་མར་བྱིན་  
གྱིས་བཟུང་བ་དུས་ནས་ཆོ་ག་ལས་འཆོམ་བྱེད་མ་རྟེན་བར་དུ་ཞེས་བྱིན་  
ཆུབས་བྱེད་དགོས་པས། བྱིས་འཆོམ་བྱེད་ཡོད་ནས་མ་འཆོམ་པའམ་  
བཅོམས་ཀྱང་བྱིན་ཆུབས་མ་བྱས་པར་སྐྱོ་ཆོས་གྱིས་རས་སྟེབ་ཅམ་ལ་  
བྱིན་ཆུབས་བྱས་པ་ནི་མི་འགྲིགས་པ་ཡིན་ལོ་སྐྱེས་།

དྲི་བ་ཉེར་དགུ་པ།

དྲི་བ། རང་གི་རྒྱུད་གནས་སུ་ཆོས་གོས་སྐྱེས་སྐྱུར་སྐྱེས་དུ་སྐྱུགས་ནས་ཟླ་  
རྒྱབ་ནས་བཞག་ན་བྱིན་ཆུབས་འཛིག་པར་བཤད་མཁན་འདུག་པས་ངེ་  
ལྟར་ལགས་།

ལན། དེ་ནི་དེ་འདྲའི་བསྐྱེལ་སྤོང་གཞན་ལའང་མཚུངས་པར་

སྒྲུང་བས། དེའི་ཐད་ཀྱི་ཆོས་གོས་འབྲལ་ལྷུང་གི་ལྷུང་བའི་རྣམ་གཞག་  
གསུངས་པ་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་འདིའི་མཚམས་གཅིག་པ་དང་ཐ་དད་  
སྒྲོར་ཞིབ་གསལ་གསུངས་པ་སོགས་ལ་གཟིགས་རྟོག་གནང་ན་ལེགས་  
པར་མཐུན་པར་འགྲུར་རོ་སྟམ་ལགས་སོ།

དྲི་བ་སུམ་ཅུ་བ།

དྲི་བ། འཁོར་གསུམ་ཁེབས་པའི་དོན་ཇི་ལྟར་ལགས།

ལན། འཁོར་གསུམ་ནི་གོར་གོར་གསུམ་ལ་གོ དེ་ནི་ཕྱས་མ་  
གཉིས་དང་ཉེ་བ་གསུམ་མོ། དེས་ན་འཁོར་གསུམ་ཁེབས་པ་ནི། ཕྱས་མ་  
གཉིས་དང་ཉེ་བ་གསུམ་ཁེབས་པ་ཞིག་གོ། དེ་ཡང་རྒྱབ་མདུན་གཉིས་  
ནས་ཁེབས་པ་མ་གཏོགས་མདུན་ཕྱས་མ་ཡན་ཆད་དང་ཉེ་བ་མན་ཆད་  
ཁེབས་པ་ཞིག་ལ་མི་འཇོག་པ་འདྲའོ།

དྲི་བ་སོ་གཅིག་བ།

དྲི་བ། གསོ་སྦྱང་བཅུ་བཞི་བ་ཆོས་གང་ལ་བྱ་དགོས་མིན་ཐད་འགྲེལ་  
ཚུལ་མང་པོ་ཞིག་འདུག་པས་དེའི་ཚུལ་གང་ལགས།

ལན། མདོར་བསྟན་དེ་བཤད་ན། བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་སྟོབ་  
དཔོན་ཡོན་ཏན་འོད་ཀྱིས། འདུལ་བ་མདོ་རྩ་བར། གསོ་སྦྱང་བྱའོ། ཟླ་བ་  
བྱེད་བྱེད་ཀྱི་ཆོས་བཙུ་ལའོ་ཞེས་དང་། གཞན་ཡང་མདོ་རྩའི་རང་  
འགྲེལ་དུ། ཟླ་བ་རོ་དེའི་ཆོས་གངས་གང་ལ་མཐར་ཐུག་པ་དེར་དགོ་

འདུན་གྱི་གསོ་སྦྱང་བརྩ་བཞི་པ་ལགས་ཏེ། ཞེས་སོགས་དང་། ལས་བརྩ་  
པར། དབྱར་ཟླ་གསུམ་དང་དགུན་ཟླ་གསུམ་ནི་ར་བ་ཐ་ཆུང་མར་གྱི་ངོ་  
བཙེ་ཕ་མི་སྤུབ་པས་ར་བ་དང་ཐ་ཆུང་གི་གནམ་སྟོང་བཞི་གསོ་སྦྱང་  
བརྩ་བཞི་པ་ཡིན་ལ། སྟོན་ཟླ་གསུམ་དང་དབྱིད་ཟླ་གསུམ་གྱི་ནི་འབྲིང་  
པོར་མར་གྱི་ངོ་བཙེ་ཕ་མི་སྤུབ་པས་འབྲིང་པོའི་གནམ་སྟོང་གཉིས་གསོ་  
སྦྱང་བརྩ་བཞི་པ་ཡིན་ལོ། ཞེས་གསུངས།

གཞན་ཡང་སྟོབ་དཔོན་དྲི་མེད་བཤེས་གཉེན་གྱི། སོ་ཐར་མདོ་  
འབྲེལ་བམ་པོ་ཕ་བརྩ་པར། དེ་དག་ཆོས་གངས་གྱི་ཡང་དག་པ་ལས་  
སྟོན་ན་ནི་ཐམས་ཅད་གསོ་སྦྱང་བཙེ་ཕ་པ་ཡིན་ལོ། ཞེས་དང་། སྟོན་  
དཔོན་ཆོས་གྱི་བཤེས་གཉེན་གྱིས་འདུལ་བ་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་དུ། ཟླ་བ་ཕྱེད་  
ཕྱེད་གྱི་ཆོས་བཙེ་ཕ་ལའོ་ཞེས་བྱ་བ་སྤྲས་ཏེ། ཆོས་བཙེ་ཕ་ཞེས་སྟོན་པས་  
བརྩ་བཞིའི་གསོ་སྦྱང་ཡང་བསྐྱས་པར་རིག་པར་བྱ་སྟེ། འདི་ལྟར་ཆོས་  
གཅིག་ནས་བཙེ་ཕའི་བར་གྱི་ཉི་མ་གང་ཡང་རྩང་བ་ལས་ཉི་མ་གཅིག་  
ཆད་པས་སྤྱིར་ཞག་བརྩ་བཞི་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འཇིག་རྟེན་པའི་དབང་དུ་  
བྱས་ནས་བཙེ་ཕ་ཕན་འདས་ཀྱིས་ཀྱང་སོ་སོར་ཐར་པའི་མདོ་ལས་གསོ་  
སྦྱང་བརྩ་བཞི་པ་ཞེས་གསུངས་པར་ཟད་ཀྱི། དངོས་སུ་ན་ཟླ་བའི་ངོ་དེའི་  
ཆོས་གངས་གང་ལ་ཉི་མ་གཅིག་ཆད་པ་དེ་ཉིད་ས་སྟོང་དུ་དོར་བར་  
ཟད་ཀྱི་གསོ་སྦྱང་གི་ཉི་མ་འདི་ཉིད་ལ་ཉི་མ་ཆད་པ་ཡིན་པས་གསོ་སྦྱང་

བཙུ་བཞི་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཉི་མ་དེ་ཉིད་ཆོས་བཙུ་ལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་  
ཞེས་གསུངས་པ་སོགས་ཀྱིས་གོཏོ།

དེ་ཡང་རྩ་བ་ཕྱིད་ཕྱིད་ཀྱི་ཆོས་བཙུ་ལ་ཉ་སྟོང་གང་རུང་  
དང་། རྩ་བ་ངོ་དེའི་ཆོས་གངས་གང་ལ་མཐར་ཐུག་པ་དེར་དགོ་འདུན་  
གྱི་གསོ་སྦྱང་བཙུ་བཞི་པ་ལས་ཏེ། ཞེས་སོགས་དང་། ཐམས་ཅད་བཙུ་ལ་  
པ་ཡིན་ན་ཞེས་པས་གསོ་སྦྱང་བཙུ་ལ་རྣམས་ཆོས་ཞག་བཙུ་ལ་ཉིན་  
བྱ་དགོས་པར་མ་ཟད་གསོ་སྦྱང་བཙུ་བཞི་པ་རྣམས་ཀྱང་མར་ངོའི་ཆོས་  
བཙུ་ལ་པའམ་གནམ་སྟོང་ཉིན་བྱ་དགོས་པ་དང་། ཉི་མ་དེ་ཉིད་ཆོས་  
བཙུ་ལ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་པས་ཀྱང་བཙུ་བཞི་པ་གསོ་སྦྱང་བྱ་བའི་  
དུས་དེ་ཉིད་ཀྱང་མར་ངོའི་ཆོས་བཙུ་ལ་གནམ་སྟོང་ཉིད་དང་བཞུན་  
དགོས་ཚུལ་གསུངས་པ་ཡིན་པས། དུས་འབྲེལ་གསོ་སྦྱང་གང་ཡིན་ངེས་  
པར་རྩ་བ་ཉ་སྟོང་གང་རུང་ལ་འཁེལ་དགོས་པར་སྒོ་གཟུ་བོར་གནས་དེ་  
དབྱེད་ན་གོང་གསལ་ལུང་དེ་དག་གིས་ལེགས་པར་གོ་རུས་སོ་སྟུམ།

འོ་ན་ཅིའི་ཕྱིར་འདི་ལ་བཙུ་བཞི་པའི་གསོ་སྦྱང་ཞེས་བྱ་ཞེ་ན།  
དེ་ནི་ཆོས་ཞག་དང་ཉིན་ཞག་གི་བྱེད་པར་དང་། དེ་གཉིས་གཅིག་གིས་  
དོད་ཐུབ་མི་ཐུབ་ཀྱི་བྱེད་པར་གྱི་དབང་གིས་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་རྩ་བའི་  
དཀར་ཆ་འཁེལ་འབྲིབ་ལ་ཆ་སྟུམ་ཅུར་བྱེ་བའི་ཆ་དང་སོ་ནས་ཡུད་ཅུ་  
སྟུམ་ཅུའི་ཚན་པ་རེ་དང་ཐད་ཀར་སྦྱར་ཏེ་འགོ་བ་ན། བར་སྐབས་སུ་



ཡུད་ཅམ་སུམ་ཅུའི་ཚན་པ་དེས་སྒྲ་བའི་དཀར་ཆ་འཕེལ་འགྲིབ་ཀྱི་ཆ་  
རེའི་རྗེས་རིེ་བཞིན་མ་ཟེན་པའི་དབང་གིས་སྒྲ་བ་གཉིས་རྗེས་པའི་  
གནམ་སྟོང་གི་དུས་དེར་སྒྲ་བའི་དཀར་ཆ་འཕེལ་འགྲིབ་ཀྱི་ཆ་བཙུ་  
ཚན་པ་བཞི་རྗེས་པས་ཆོས་ཞག་དུག་ཅུ་ཐམ་པ་ཚང་ཡང་། ཡུད་ཅམ་  
སུམ་ཅུ་ཚན་པ་ལྔ་བཅུ་དང་དགུ་ཅམ་ལས་མ་རྗེས་པས་སྒྲ་བ་གཉིས་རེ་  
རྗེས་པས་མཚམས་སུ་ཉིན་ཞག་གཅིག་རེ་ཅམ་གྱིས་བྱུང་པར་འགྲོ་ལ། དེས་  
ན་ཆོས་ཞག་དུག་ཅུ་ཐམ་པས་ཉིན་ཞག་དང་དགུ་ཅམ་ལས་མ་ལོན་པས་  
ཆོས་ཞག་གིས་ཉིན་ཞག་གི་དོད་མི་ཐུབ་པ་ཡིན་ནོ།

འདི་ལའང་ཞག་གྲངས་ཉུང་བས་ཆོས་གྲངས་མང་བའི་རྗེས་མ་  
ཟེན་པས་ཉིན་ཞག་གིས་ཆོས་ཞག་གི་དོད་མ་ཐུབ་ཅེས་བརྗོད་སྟོན་ཡང་  
ཡོད་པར་གསལ་ལ། འདུལ་བ་མདོ་རྩ་བར། ཉིན་ཞག་གཅིག་གིས་མི་  
ཆོག་པར་བྱའོ་ཞེས་གསལ་བ་ལྟར་ན་ཕྱི་མ་འདི་ཉིད་དེ་དང་མཐུན་པར་  
སྤང་ལ། དེ་ཡང་སྒྲ་བ་གཉིས་ཀྱི་རིང་ལ་ཆོས་ཆད་ལྷག་རིེ་ལྷར་བྱུང་ཡང་།  
སྒྲ་བ་གཉིས་རེའི་མཚམས་སུ་ཉིན་ཞག་གཅིག་རེ་ཉེ་བཤུ་འགྲོ་བས། ལོ་  
གཅིག་ལ་ཉིན་ཞག་དུག་གི་བྱུང་པར་འགྲོ་བའི་ཚུལ་དང་དེའི་སྒྲ་བཞོལ་  
འདོན་ཚུལ་འདི་ཅམ་ལ་ནི་འདུལ་རྩིས་དང་སྐར་རྩིས་གཉིས་ཀ་མཐུན་  
ཡང་། དེ་གཉིས་ལ་བྱུང་པར་ཅུང་ཟད་ཡོད་དོ།

དེ་ཡང་སྐར་ཅིས་པས་ཞིབ་ཅིས་བྱས་པ་ལྟར་ན། ཉིན་ཞག་  
གཅིག་ཆད་པ་དེ་ཟླ་བ་གཉིས་རིང་སྐབས་བབ་དེར་བཏོན་པ་ཤི། དཔེར་  
ན་ཏྲར་ཟླ་དང་པོའི་ཆོས་གཅིག་ནས་ཏྲར་ཟླ་གཉིས་པའི་གནམ་སྟོང་གི་  
བར་ལྟ་བུ་ལ་ཆ་མཆོན་ན། དེའི་རིང་བར་སྐབས་སུའང་ཟླ་བའི་དཀར་  
ཆ་འཕེལ་འབྱིབ་མཁུར་བུལ་ཡོང་གི་དུས་ལ། དེའི་དབང་གིས་ཆོས་ཞག་དང་  
ཉིན་ཞག་གཉིས་པན་ཚུན་དོད་ཐུབ་མིན་ཅི་རིགས་སུ་འགྱུར་སྟབས་  
ཆོས་གྲངས་ཆད་ལྟག་བཏོན་པ་ཡིན་པར་མངོན་པོ།

དེ་ལྟར་འགྱུར་བཞིན་དུའང་མཐར་ཉིན་ཞག་བུལ་ཞིང་ཆོས་  
ཞག་མཁུར་བར་གྱུར་པས་ཟླ་བ་གཉིས་རྫོགས་པའི་གནམ་སྟོང་གི་དུས་སུ་  
ཉིན་ཞག་ང་དགུ་ལས་མ་ཕྱིན་ལ། དེའི་དུས་ཟླ་བའི་དཀར་ཆ་འཕེལ་  
འབྱིབ་ཀྱི་ཆ་བཙུ་ཆེན་པ་བཞི་རྫོགས་པས་ཆོས་ཞག་ནི་དུག་ཅུ་ཐམ་  
པ་དངོས་གནས་ལ་ཕྱིན་ཟིན་ཀྱང་། དེའི་བར་སྐབས་སུ་ཆོས་གྲངས་གང་  
རུང་ཞིག་སྐབས་བསྐྱུན་ཆོས་གྲངས་གཞན་ཞིག་དང་བསྒྲུལ་བ་ཆོས་  
བྱས་པས་ཆོས་གྲངས་དེ་ཆད་ཅིས་བརྗོད་པ་ཅི་ལས་དོན་ལ་ཟླ་བ་  
གཉིས་རྫོགས་དུས་སུ་བར་དེར་ཡུད་ཅིང་ཆད་པ་རིམ་གྱིས་བསགས་ཏེ་  
ཡུད་ཅིང་སུམ་ཅུ་ཐམ་པ་ཆད་པས་ཉིན་ཞག་གཅིག་ཆད་པ་ཡིན་ཀྱང་།  
ཆོས་ཞག་ནི་བསྒྲུལ་བ་དང་བསྐྱུར་བ་ལས་རྩ་ཆད་དུ་གྱུར་མེད་པས་  
དུག་ཅུ་ཆད་པ་ཡིན་པར་སྤང་ཞིང་ཚུལ་འདི་གོ་བ་ཤིན་ཏུ་གཤམ་ཆོད།

དེ་ནས་འཕགས་ཚིས་བྱས་པས་མཐར་ཆོས་ཞག་ཀྱང་དངོས་སུ་  
གངས་ང་དགུ་ཙམ་དུ་བགང་ལ། དེ་ཡང་ཟླ་བའི་དཀར་ཆ་འཕེལ་འགྲིབ་  
ཆོས་ཟུར་བའི་དུས་ཆོས་ཞག་ལྔ་མ་རྫོགས་ནས་བྱི་མའི་དུས་སླེབས་ཟིན་  
ཀྱང་ཉིན་ཞག་ལྔ་མ་མ་རྫོགས་པས་ཆོས་གངས་གཅིག་ཆད་པ་དང་། ཟླ་  
བའི་དཀར་ཆ་འཕེལ་འགྲིབ་ཆོས་བྱལ་བའི་དུས་ཉིན་ཞག་ལྔ་མ་རྫོགས་  
ནས་བྱི་མའི་དུས་སླེབས་ཟིན་ཀྱང་ཆོས་ཞག་ལྔ་མ་མ་རྫོགས་པས་ཆོས་  
གངས་གཅིག་ལྷག་པར་འཛོག་ཅིང་། དེ་ཡང་ཟླ་བ་ལྔ་མ་ལ་ཆོས་གངས་  
ཆད་ལྷག་མེད་པའམ་ཆད་ལྷག་མཉམ་པ་བྱུང་ན་ཟླ་བ་བྱི་མ་ལ་ཆོས་  
གངས་གཅིག་པལ་ཆེར་རྩ་ཆད་དུ་བཅིས་པ་དང་། དེ་ལས་ཐོག་པའི་  
ཚུལ་ཅི་རིགས་སུ་འབྱུང་བར་གསལ་ཞིང་། དེའི་དབང་གིས་ཟླ་ལྷག་  
བརྟོན་པར་འདོད་པ་ཡིན་པར་གསལ་ལོ།

འདུལ་ཚིས་པའི་ལྷགས་ལྟར་ན། ཉིན་ཞག་གཅིག་ཆད་པ་དེ་ཟླ་  
བ་གཉིས་རྫོགས་མཚམས་སུ་བརྟོན་པ་ཡིན་ན། དཔེར་ན། ཉོར་ཟླ་བཅུ་  
པའི་ཆོས་གཅིག་ཉིན་ནས་ཡུད་ཙམ་བྱེད་ཙམ་རེ་ཉིན་ཞག་གི་ཆོས་ཞག་  
གི་རྗེས་མ་ཟིན་པ་དེ་བཞིན་ཉིན་ལྟར་བཅིས་པས་ཉོར་ཟླ་བཅུ་པའི་ཆོས་  
བཙེ་ལྔ་ཉིན་ཡུད་ཙམ་བདུན་དང་བྱེད་དང་། དེའི་གནམ་སྟོང་ཉིན་  
ཡུད་ཙམ་བཙེ་ལྔ་དང་། ཉོར་ཟླ་བཅུ་གཅིག་པའི་ཆོས་བཙེ་ལྔ་ཉིན་ཡུད་  
ཙམ་ཉེར་གཉིས་དང་བྱེད་དང་། དེའི་གནམ་སྟོང་ཉིན་ཡུད་ཙམ་སུམ་ཅུ་

ཐམ་པས་ཉེ་བཟུང་ལྟར་སྟབས། ཉིན་ཞག་ཆ་ཆང་བ་ཞིག་གིས་བྱང་པར་  
སོང་ཟིན་པས། དེའི་ཉིན་བཅུ་བཞི་གསེས་སྟོང་འོང་ཞིང་། ཏྲུ་ཆེན་བཅུ་  
གཅིག་པའི་ཉའི་ཉིན་ཡུད་ཙམ་ཉེར་གཉིས་ལྟག་ཙམ་ལས་བྱང་པར་མ་  
སོང་བས་བཅུ་བཞི་གསེས་སྟོང་མི་འོང་ལ། དེས་ན་དེར་བཙུག་གསེས་སྟོང་  
བྱུང་གོས་ཤིང་། དེའི་ཉིན་གསེས་སྟོང་བཙུག་པ་བྱས་པའི་ཕྱི་ཉིན་ནས་  
བཅིས་ཉེ་ཏྲུ་ཆེན་བཅུ་གཅིག་པའི་གནམ་སྟོང་ཉིན་ཆེན་བའི་ནག་ཆའམ་  
འབྲིབ་ཆ་བཙུག་པས་ཆོས་ཞག་བཙུག་པ་ཡིན་ཀྱང་། ཡུད་ཙམ་  
ལུས་ཅུ་ཆོན་པ་དང་ཡུད་ཙམ་ལས་མ་སོང་བས་ཞག་མི་བྱུང་བ་སྟེ། ཉིན་  
ཞག་གི་དབང་དུ་བྱས་པའི་བཅུ་བཞི་པ་ཡིན་པས། དེའི་ཉིན་གྱི་དུས་  
འབྲེལ་གསེས་སྟོང་དེ་ལ་གསེས་སྟོང་བཅུ་བཞི་པའམ་མི་བྱུང་བའི་གསེས་སྟོང་  
ཞེས་བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི་དེ་ལྟར་རོ།

དེས་ན་ལོ་གཅིག་གི་གསེས་སྟོང་བཅུ་བཞི་པ་ནི། ཏྲུ་ཆེན་དང་པོ་  
དང་། གསུམ་པ། ལྷ་པ། བདུན་པ། དགུ་པ། བཅུ་གཅིག་པ་བཅས་ཀྱི་མར་  
དོའི་ཆོས་བཙུག་པའམ་གནམ་སྟོང་ལ་འཁེལ་ཞིང་། དེ་ཡང་ལོ་གཅིག་གི་  
གསེས་སྟོང་དང་པོ་དེ་ཏྲུ་ཆེན་བཅུ་པའི་ཆོས་བཙུག་པ་ལ་མགོ་བཙུགས་པའི་  
དབང་གིས་བྱང་བ་ཡིན་ཚུལ་འདི་དག་ལེགས་པར་ཤེས་ན་གསེས་སྟོང་  
བཅུ་བཞི་པ་ཞེས་པ་དེ་ཉིད་ཇི་ལྟར་ཡོང་ཚུལ་དང་། དེའང་ཆེན་པོ་གང་

བྱང་དང་ཆ་ལ་མི་ཡོང་བར་ཡ་ཡི་གནས་སྟངས་ཁོ་ན་ལ་ཡོང་བའི་རྒྱ་  
མཚན་རྣམས་ལེགས་པར་ཤེས་པར་འགྱུར་རོ་སྟེ།

འོ་ན་ཉེན་ཞག་གཅིག་ཆ་ཚད་ཆད་པ་སྒྲ་བ་གཉིས་རེའི་མཐར་  
གནས་སྟངས་ཁོ་ན་ལས་མི་འབྱུང་ཚུལ་དེ་ལྟར་ཡིན་ན། སྐར་ཅིས་པས་དེ་  
ལྟར་མ་ངེས་པར་སྐབས་སྐབས་སུ་ཆད་ལྷག་བརྟོན་པ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན།  
དེའི་ཚུལ་སྒྲོར་འཆར་བདེ་བར་བརྗོད་ན། དཔེར་ན། རྒྱུ་ལོ་ལྟེ་ཞིག་  
ས་གནས་ངེས་ཅན་ཞིག་ཏུ་སྒྲ་བ་གཉིས་ཀྱི་རིང་ཉེན་ལྟར་ཤུ་དྲུ་ཆུ་  
ཚོད་བརྒྱད་པ་དང་དགུ་པའི་བར་ཆུ་ཚོད་གཅིག་རེ་མཚམས་སུ་སྐྱབས་  
ཐངས་རེ་དང་ཆུ་ཚོད་གཅིག་རེ་འགོ་བ་མཉམ་པ་སྐྱབས་ཐུབ་པ་དགོས་  
རྒྱ་བྱས་པར། བར་སྐབས་དེར་སྐར་མ་འགའ་རེ་ཤུ་བྱེ་ཤོར་བཞིན་ཡང་།  
མཐར་དེ་ལྟར་མ་སྐྱབས་པ་བྱེ་བ་དེ་བསགས་པའི་སྒྲ་བ་གཉིས་སོང་  
མཚམས་སུ་སྐར་མ་དྲུག་ཅུ་ཐམ་པ་བྱེ་སོང་བས། སྐྱབས་པ་དྲུག་ཅུ་ཐམ་  
པ་སོང་ཡང་ཆུ་ཚོད་ཤུ་བརྒྱ་དགུ་ལས་མ་སོང་བ་ཞིག་འོང་བ་ཡོད་པ་  
ལྟར་ལ། དེ་ཡང་ཆུ་ཚོད་གཅིག་ཆད་འགོ་བ་དེ་སྐར་ཅིས་པས་བར་  
སྐབས་སུ་བཅིས་པ་དང་། འདུལ་ཅིས་པས་མཐར་བཅིས་པའི་ཚུལ་དཔེ་  
འདིའི་སྒོ་ནས་ལེགས་པར་མཚོན་ཐུབ་པར་སྒྲུང་རོ་།

མདོར་བསྡུས་ན་མདོ་རྩ་བར། གསོ་སྦྱང་བྱའོ། རྒྲ་བ་བྱེད་བྱེད་ཀྱི་  
ཆོས་བཅོ་ལྔ་ལའོ། ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ཉིད་ཆོས་ཞག་ཉེན་ཞག་གཉིས་

ཐུ་ཕྱེ་བའི་ཆོས་ཞག་ཁོ་ནའི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་པར་མཁས་དབང་  
ཀུན་ལལ་ལེགས་པར་མཐུན་པ་ལྟར། དགོས་པ་རྒྱ་མཚན་ཡང་དོན་  
མཐུན་ལེགས་པར་སྤྲ་རྒྱ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། ། ཤེས་རབ་ཡོད་ན་སྒོ་གཟུ་  
བོར་གནས་ཏེ་ལེགས་པར་སོམས་དང་། མང་དུ་སྒྲོས་མི་དགོས་པར་རྒྱ་  
མཚན་ཡང་དག་འདི་གཅིག་ཕུས་བསྐྱབ་བྱ་དེ་ལེགས་པར་བྱུང་ཅུས་  
པར་སེམས་སོ།

དེས་ན་དུས་འབྲེལ་གསོ་སྦྱང་གང་ཡིན་ཐམས་ཅད་ཞག་གངས་  
ཁོ་ན་ལ་བརྩིས་པ་དང་། གསོ་སྦྱང་བཅོ་ལྔ་པ་ཆོས་གངས་དང་། བཅུ་  
བཞི་པ་ཞག་གངས་ཁོ་ན་བརྩིས་པའི་ལུགས་སྟལ་རྣམས་ལྟང་རིགས་  
འདི་དག་གིས་ལེགས་པར་ལེགས་པར་འགྱུར་ལ། འདིའི་སྐྱོར་བཅས་པ་  
དེ་ལྟར་མཇོང་པའི་དགག་དགོས་རྒྱ་མཚན་སོགས་མཁས་དབང་ལྔ་མ་  
རྣམས་ཀྱིས་ངེ་ལྟར་གསུངས་ཡོད་པ་རྣམས་རྒྱས་པར་ཤེས་འདོད་ན་ཁོ་  
བོས་བྲིས་པའི་གཞི་གསུམ་གྱི་དུས་ཚིགས་ལ་དཔྱད་པའི་ལེགས་བཤད་  
ལྟང་རིགས་དག་འཛུལ་དུ་གཟིགས་པར་ཁྱེད་ལོ།

དྲི་བ་སོ་གཉིས་པ།

དྲི་བ། གཞིའི་འཆང་བབྱང་གི་ཚད་སོགས་ཐུ་གསུངས་འདུག་པས་  
འཆང་བབྱང་ཞེས་པ་གཞིའི་སྐྱེད་ཉག་ལས་གཞན་འཇུ་ས་ལུ་བ་ལྟ་བུ་  
ཞིག་ཡོད་པ་ལ་གོ་དགོས་པ་ཨི་ཡིན་ལགས།

---

ལན། འཆང་བབྱང་ནི་གཞིའི་འོག་ལ་ལག་པས་གབྱང་ས་ཡུ་བ་  
ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་གནང་རྒྱུ་མ་ཡིན་པར། གཞི་རང་གི་སྐྱེད་པ་  
ཉག་ཉག་ཡོད་པ་དེ་ལ་གོ་རྒྱུ་ཡིན་ནམ་སྟམ་ལགས།

དྲི་བ་སོ་གསུམ་པ།

དྲི་བ། འདུལ་བ་ལྟང་རིགས་ཉི་མ་ལས། ལས་ལ་ཚིག་པའི་མཚམས་ཡིན་  
ནོ། ། ཞེས་གསུངས་པ་དེ། དཔེར་ན། གསོ་སྦྱང་གང་དུ་འཛོགས་སའི་  
གཙུག་ལག་ཁང་གི་ཚིག་པ་ལྟ་བུ་ལས་བྱ་སའི་མཚམས་ལ་བཞག་ན་ཨེ་  
འགྲིག་ལགས།

ལན། དེ་བཞིན་འགྲིག་པ་ཡིན་ནམ་སྟམ་པ་ལས་བྱངས་ཞིབ་  
གསལ་ཞུ་བྱུང་མ་སོང་། གང་ལྟར་ལྟང་དེས་ལས་བྱ་སར་ཚིག་པས་བར་  
ཆོད་ཡོད་ན་མཚམས་ཐ་དད་དུ་འགྱུར་བར་བསྟན་པར་སྤང་ལགས།

དྲི་བ་སོ་བཞི་པ།

དྲི་བ། དབྱར་གནས་པར་གནས་ལ་སློ་མཐུན་བྱས་ནས། དེའི་ནང་གསོ་  
སྦྱང་ལའང་གནས་ལ་སློ་མཐུན་བྱ་དགོས་པ་ལྟར། དབྱར་ནང་དུ་གནས་  
ལ་སློ་མཐུན་བྱ་དགོས་པ་ལྟར། དེ་ལྟར་ན་ལས་རང་རང་སྐབས་སྤར་སློ་  
མཐུན་བྱས་པ་དང་མ་འབྲེལ་བ་ཞེས་གསུངས་པ་དང་མི་འགལ་ཚུལ་ངེ་  
ལྟར་ལགས།

---

ལན། དེ་ནི་ལས་ལ་བྱབ་ཆེ་ཆུང་གི་བྱང་པར་ཡོད་པས་གང་བྱ་  
ཐུའི་ལས་མི་གཅིག་ལ། དེས་ན་ཕྱར་སྒོ་མཐུན་བྱས་པ་དང་མ་འབྲེལ་བ་  
ཞེས་པའང་རང་རང་ལས་གང་བྱ་སའི་གནས་ལ་ཕྱར་སྒོ་མཐུན་མ་བྱས་  
པ་ཞིག་དགོས་པར་བསྟན་ནམ་སྟམ་ལགས།

དྲི་བ་སོ་ལྔ་པ།

དྲི་བ། དབྱར་བདག་པ་རང་ཉིད་ཀྱིས་དབྱར་བྱིན་ཆེན་པོས་བྱས་ནས་  
མཆོམས་ཀྱི་ཕྱི་རོལ་དུ་བྱིན་ཆོག་མེན་ངེ་ལྟར་ལགས།

ལན། དབྱར་བདག་པ་གཅིག་ལས་མེད་ཀྱང་དགོ་སྒོར་གཞན་  
བཞུགས་ཡོད་ན་དེར་དགྲུང་བདུན་ཅུ་མ་བྱིན་ཆེན་པོས་བྱས་ཏེ་མཆོམས་ཀྱི་  
ཕྱི་རོལ་དུ་འགོ་ཆོག་པར་སྒྲུང་ལགས།

དྲི་བ་སོ་དྲུག་པ།

དྲི་བ། དེང་སང་ཆོས་ལྡེ་ལ་ལར་སྐྱེར་དགོན་པའི་ནང་དུ་བྱད་མེད་  
བཟུང་ཆོག་ཀྱང་། དམིགས་བསལ་དབྱར་ནང་བྱད་མེད་ཅ་བ་ནས་ཡོང་  
མི་ཆོག་པ་གནང་གིན་འདུག་པས། དེ་ལ་ཆད་ལྷན་གྱི་ཁྱེད་ཅེ་འདྲ་  
ཡོད་དམ་ལགས།

ལན། འདི་ལ་ཁྱེད་ཅེ་འདྲ་ཡོད་མེད་ལྟ་བུ་མེད། འོན་ཀྱང་  
དགོ་འདུན་གྱི་ནང་སྤྱིམས་ཟེར་བ་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་པར་སྒྲུང་ལ། དེ་ཡང་  
འདུལ་ལྷགས་ལ་གང་ཟག་དང་དགོ་འདུན་གཉིས་སུ་བྱེ་བའི་དགོ་



---

འདུན་ལ་བཞི་ཡན་ཆད་གྱིས་མདོ་བཟུས་སྒྱུར་ནས་བྲིམས་སུ་བྱས་པ་  
ཞིག་ལས་གང་དྲན་བྱས་ན་འགྲིགས་པ་མེན་ཅོ་སྟུང་མོ།

དྲི་བ་སོ་བདུན་པ།

དྲི་བ།   དེང་སང་ཁ་ཤས་ཀྱིས་དབྱར་ཁས་སྦངས་རྗེས་སྐྱེན་དབང་གིས་  
སྒྲེར་སོ་སོ་ནས་སྒོ་བྱར་དགག་དབྱེ་བྱས་ནས་འགྲོ་མཁན་ཡང་འདུག་  
པས།   དེ་འདྲ་བྱས་ཆོག་གམ་དགེ་འདུན་སྤྱིས་སྒོ་བྱར་དགག་དབྱེ་བྱེད་  
པ་ལ་སྟོས་དགོས་སམ་ལགས།

ལན།   གང་ཟག་སྒྲེར་སོ་སོ་དབྱར་གནས་ནས་མ་འགྲོ་ཐབས་མེད་  
ལྟ་བུ་བྱུང་ན། དགེ་འདུན་ལ་ཁྱས་ནས་དགེ་འདུན་གྱིས་གནང་བའི་ཚུལ་  
དུ་ལས་བྱས་ཏེ་སྒོ་བྱར་དགག་དབྱེ་བཟུང་བ་ཡིན་ལ།   དེ་ཡང་བྱིན་རྒྱལས་  
ནི་ནམ་རྒྱུན་དབྱར་བྱིན་རྒྱལས་ལྟ་བུས་ཞག་བཞི་བརྒྱ་ཙམ་བྱིན་གྱིས་  
བརྒྱབ་ཚུལ་ཞིག་མཆོ་རྒྱུ་ཏུ་གསལ་ཡང་།   སྤྱི་སྒྲེར་གྱི་བྱུང་པར་ཡོད་  
མེད་དབྱེད་བྱར་སྤང་ལགས།

དྲི་བ་སོ་བརྒྱད་པ།

དྲི་བ།   དེང་སང་ཡང་ལ་ལས་ཐོག་མར་རང་གི་དགོན་པ་ལྟ་བུའི་ནང་  
དབྱར་ཁས་སྦངས་ནས།   དེའི་རྗེས་དགོན་པ་གཞན་ཞིག་ཏུ་དབྱར་ཞག་  
ལྟག་མ་ནུམས་བཟུང་དེ་དེར་དགག་དབྱེ་བྱེད་མཁན་ཡང་འདུག་པས་  
དེ་ལྟར་བྱེད་བྱང་ལགས་སམ།

---

ལན། དེ་ལྟར་དབྱར་ཁས་ལེན་ས་དང་བསྐྱང་ས་སོ་སོར་བྱེད་ན་  
མི་རུང་བར་སེམས་ཏེ། དབྱར་ཁས་ལེན་པའི་སྐབས་སུ་བདག་གི་དབྱར་  
གྱི་གནས་ནི་འདི་ལགས་སོ།། ཞེས་སོགས་ལས་གོ་རྣམས་སོ་སྟུང་ལགས།

དྲི་བ་སོ་དགུ་པ།

དྲི་བ། དགག་དབྱེ་ཉིན་སོ་སོར་ཐར་པ་འདོན་པ་ཡིས། ཞེས་པ་མི་འདོན་  
མཁན་རིགས་ཤིག་འདུག་པས་དེ་རི་ལྟར་ལགས།

ལན། མདོ་རྩེ་གསེ་སྤྱང་བྱའོ།། ཟླ་བ་བྱེད་བྱེད་ཀྱི་ཆོས་བཅོ་ལྔ་  
ལའོ།། སོ་སོར་ཐར་པའི་མདོ་འདོན་པས་སོ།། དགག་དབྱེ་བྱས་ནས་འདི་  
མ་གྲུབ་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ།། ཞེས་དགག་དབྱེ་ཉིན་སོ་སོར་ཐར་པའི་མདོ་  
འདོན་མི་དགོས་ཚུལ་གསུངས་པས་ཆོགས་བཅད་དེ་ཡང་འདོན་མི་  
དགོས་སོ་སྟུང་ལགས།

དྲི་བ་བཞི་བརྒྱ་པ།

དྲི་བ། འདུལ་བ་ལྷང་རིགས་ཉི་མ་ལས། ཆོས་ལྡན་གྱི་དོན་དུ་མཆོམས་ཀྱི་  
བྱི་རོལ་དུ་བྱིན་པའི་ཉི་མ་དེ་ཉིན་ལ་མཆོམས་ནང་དུ་འོངས་ཀྱང་བྱིན་  
གྱིས་བསྐྱབས་དགོས་པར་བཤད་དོ།། ཞེས་གསུངས་པ་ཅུ་མ་གཏོགས་  
བཤད་མཁན་སུ་ཡིན་གསལ་པོ་མི་འདུག་པས། དེ་ལྟར་གཞུང་གང་ལས་  
བཤད་པར་གསུངས་གནང་ཡོད་པར་བྱ།

ལན། དེ་ནི་འདུལ་འཇོན་གྱི་བསྐྱབ་བྱ་ཆེན་མོ་ལས། དགོ་སྤོང་  
མའི་རྣམ་འབྱེད་གྱི་མདོ་རྩའི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་དུ། ཉེ་མ་དེ་ཉིད་ལ་ཕྱིར་  
འོང་ཡང་བྱིན་གྱིས་མ་བརྒྱབས་ནས། དང་པོར་བྱི་རོལ་དུ་འགོ་བའི་ལམ་  
དུ་ཞུགས་པའི་ཆོ་སྦྱར་བའི་ཉེས་བྱས་དང་། རྒྱུ་གཤམ་ལས་འདས་ན་  
དགོ་སྤོང་མ་ལ་ལྷུང་བྱེད་དང་། དགོ་སྤོང་དང་དགོ་ཚུལ་ལ་རིམ་པ་  
བཞིན་བཤགས་བྱ་དང་བཟུམ་བྱའི་ཉེས་བྱས་སྦྱེད་པར་གསུངས་སོ།  
ཞེས་པ་འདི་ཉིད་ཡིན་པར་སེམས་སོ།

འོན་ཀྱང་འདི་ཉིད་ལའང་དབྱད་པར་བྱ་བ་ཡོད་དེ། འདུལ་བ་  
མདོ་རྩ་བ་ལས། བྱིན་གྱིས་མ་བརྒྱབས་པར་མཆོམས་གྱི་བྱི་རོལ་དུ་རྒྱ་  
རེངས་འཆར་བར་མི་བྱའོ། ཞེས་པའི་ཐད་གྱི་རང་འབྲེལ་དུ། རྒྱ་རེངས་  
ལས་དུས་ལྔར་མཆོམས་གྱི་བྱི་རོལ་དུ་འདའ་བར་བྱེད་ན་པ་ལ་ནི་ཉེས་  
བ་མེད་དེ། དེ་ལྟ་ཡང་སྒྲུལ་ཏེ་འགོ་ན་དེ་ཡང་གནས་པར་མི་བྱའོ་ཞེས་  
གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། ཞེས་དབྱར་གྱི་ནང་དུ་དོན་མེད་དམ་བཤག་མེད་  
གྱི་རང་དགར་མཆོམས་གྱི་བྱི་རོལ་དུ་སོང་ན་དགོ་ཚུལ་སྤོང་པའི་རིགས་  
ལའང་ཉེས་བྱས་སྦྱེད་པར་གསུངས་པ་ཅུམ་ལས། ཆོས་ལྡན་གྱི་དོན་དུ་  
མཆོམས་ལས་འདས་ཏེ་འགོ་བ་ཅུམ་ལ་ནི་དབྱར་བྱིན་རྒྱབས་བྱ་དགོས་  
པ་གསལ་བར་མ་གསུངས་ལ། མདོ་རྩ་རང་ལས་ཀྱང་། བྱིན་གྱིས་མ་  
བརྒྱབས་པར་མཆོམས་གྱི་བྱི་རོལ་དུ་འགོ་བ་མི་བྱའོ་ཞེས་གསུངས་དགོས་

པ་ལས་མ་གསུངས་པར། བྱིན་གྱིས་མ་བཟུབས་པར་མཚམས་ཀྱི་ཕྱི་རོལ་  
ཏུ་སྐྱེ་རངས་འཆར་བར་མི་བྱའོ།། ཞེས་གསུངས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཀྱང་  
ལེགས་པར་གོ་ནུས་སོ་སྟེ།

དགེ་སྦྱང་མས་དེ་ལྟར་བྱིན་གྱིས་བཟུབ་དགོས་པར་གསུངས་  
པས་མདོར་བསྡུས་སྐུར་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ནའང་མི་རིགས་ཏེ། རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་  
ལས་པ་ལ་ཉེས་མེད་ཡིན་ཚུལ་གིན་ཏུ་གསལ་བར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ།།  
དེས་ན་འདུལ་བའི་བསྐྱབ་བྱ་ཆེན་མོར། མཚམས་ལས་འདའ་བ་ཙམ་  
ལའང་བྱིན་ཟུབས་བྱ་དགོས་ཚུལ་གསུངས་པ་ནི་ཐོག་མར་འགྲོ་བའི་ཆོ་  
སྐྱེ་རངས་མ་ཤར་ཚུན་ཆད་ཚུར་ལོག་བྱུང་མིན་མ་ངེས་པའི་དབང་ཏུ་  
བྱས་པ་ལ་དགོངས་པ་ཡིན་ནོ་སྟེ། གཞན་ཏུ་ན། དགོང་གཅིག་ལས་  
ཏུས་ཐུང་བའི་དབྱར་བྱིན་ཟུབས་བྱ་ཚུལ་སྟོན་པས་བཅས་པ་མེད་ཅིང་།  
མཚམས་ཀྱི་ཕྱི་རོལ་ཏུ་དགོང་གཅིག་ཙམ་ཡང་མི་བསྐྱད་པར་ངེས་  
བཞིན་ཏུ། དེ་ལྟར་སྟོན་ཚུལ་གྱིས་བྱིན་ཟུབས་བྱས་ན་བྱིན་ཟུབས་ཆགས་  
མིན་དང་རྒྱན་གྱི་ཕྱོགས་སུ་གཏོགས་པའི་ཉེས་པ་གཞན་སྐྱེ་མིན་སོགས་  
ཀྱང་བརྟག་དགོས་སོ།།

དེར་མ་ཟད། དེ་ཉིད་ལས། གོང་གསལ་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་གྱི་ལུང་  
དོན་ལ། མཚམས་ཀྱི་ཕྱི་རོལ་ཏུ་གནས་པས་དབྱར་ཁས་ལེན་ཞིག་པའི་  
ཉེས་པ་སྐྱེ་བ་མཚམས་ཀྱི་ཕྱི་རོལ་ཏུ་སྐྱེ་རངས་ཤར་བ་ལ་སྟོས་ཞེས་པའོ།།

ཞེས་གསུངས་འདུག་པས། ཡོངས་འཛིན་ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་མཚན་གྱི་གཞི་  
གསུམ་གསལ་བྱེད་དུ། དབྱར་རལ་པ་སྤང་བ་ནི། དབྱར་གནས་པར་ཁས་  
སྤངས་ནས་དགོས་མེད་དུ་མཚམས་གྱི་ཕྱི་རོལ་དུ་ཕྱིན་ནས་ཐོ་ཁྱདས་  
ལས་འདས་ན་དབྱར་རལ་བར་འགྱུར་བས་ཐོ་ཁྱདས་ལས་མི་འདའ་  
བའོ། ། ཞེས་གསུངས་པ་འདི་དག་ཀྱང་བསྐྱར་ཏེ་བཤོ་སྤོང་བྱ་དགོས་  
པར་སྒྲུང་ངོ་།

### དྲི་བ་ཞེ་གཅིག་པ།

དྲི་བ། དགག་དབྱེའི་ཐད་གྱི་མདོ་རྩ་བ་ལས། རང་གི་རྣམ་གང་ཡང་རུང་  
བ་ཐ་ན་ཁབ་ཅམ་གྱིས་ཀྱང་དགོ་འདུན་ལ་རྣམ་གྱི་དགག་དབྱེ་བརྩམ་  
པར་བྱ་སྟེ། ཞེས་རང་གི་ཞེས་འབྲེལ་སྒྲུ་དང་། རང་གིས་ཞེས་བྱེད་སྒྲུ་ཡོད་  
མེད་ཅི་རིགས་འདུག་པས་གང་དག་པར་འདོད་དགོས་ལགས།

ལན། རྣམ་གྱི་དགག་དབྱེ་ཞེས་པ་དབྱར་ནང་དུ་དགོ་འདུན་སྦྱི་  
ལ་ཟས་རིགས་ལས་གཞན་དབྱར་གྱི་རྟེན་པ་བྱུང་བ་རྣམས་དབྱར་ནང་  
དུ་གནས་པ་པོ་གང་ཟག་སོ་སོ་ལ་བཤོ་བ་ལ་བཟེར་བ་ཡིན་ཀྱང་། དེ་ལྟར་  
མིན་པར་དབྱར་གནས་པའི་དགོ་འདུན་པ་རང་རང་གི་རྣམ་ཁབ་ལ་  
སོགས་པ་དང་པོར་དགག་དབྱེ་བྱེད་པ་པོ་ལ་ཡར་ལུལ་ཏེ། བཙུན་པ་  
རྣམས་འདི་ལྟ་བུས་ཀྱང་དབྱར་གནས་པའི་དགོ་འདུན་ལ་དགག་དབྱེ་

བཀྱིད་རུང་ངོ་ཞེས་བརྗོད་པ་འདི་ནི། མདོ་ཙུང་པ་ལས། རང་གི་རྩལ་ཞེས་  
འབྲེལ་སྒྲུབ་ཆོག་དག་པ་ལ་བསམ་པར་མངོན་ནོ།།

རང་གིས་རྩལ་ཞེས་བྱེད་སྒྲུབ་ཡོད་པ་ལྟར་ན། དགག་དབྱེ་བྱེད་པ་  
པོར་བསྐྱོས་པའི་དགེ་སྦྱོང་རང་གིས་སྡོན་དུ་སྦྱིན་བདག་རྣམས་ཀྱིས་ལུལ་  
བའི་ཟས་རིགས་ལས་གཞན། དབྱར་རྟེན་གང་བྱུང་བ་རྣམས་བགོ་བ་  
དགག་ཡོད་པའི་རྩལ་དེ་ནས་རྟེན་ལུལ་སྦྱིན་བདག་རྣམས་ཀྱིས་བསོད་  
ནམས་བསག་ཕྱིར། ཁབ་ཙམ་ཡན་གྱི་རྩལ་རྣམས་དགེ་འདུན་ལ་བགོ་  
ནས་རྩལ་གྱི་དགག་དབྱེ་བྱེད་གོས་ཚུལ་གྱི་གོ་བ་འདི་བཞིན་བགྱིས་ན།  
སྐབས་དོན་གྱི་བྱ་བ་དེ་དང་ཡང་ལེགས་པར་མཐུན་པར་སྤང་བས་བྱེད་  
སྒྲུབ་ཡོད་པ་ཉིད་དག་པར་སེམས་སོ།།

དེ་ལྟར་ཡང་མདོ་ཙུང་རང་འབྲེལ་དུ། གང་ལ་ཞེ་ན་དེའི་ཕྱིར་དགེ་  
འདུན་ལ་ཞེས་པ་སྒྲོས་ཏེ། ཟན་པའི་མཐའ་ལོགས་སུ་འདུག་སྟེ་ཞེས་བྱ་  
བ་རྟོགས་པར་བྱའོ། ཞེས་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཀོང་སྤུལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་  
མཚོའི་གསུང་དུ་འང་། གཉིས་པ་ནི། དབྱར་བདག་པས་རྩལ་གྱི་དངོས་པོ་  
དར་རས་སམ་ཁབ་ཡན་གང་རུང་ཐོགས་ཏེ་ཕྱག་སོགས་མི་དགོས་པས་  
འབྲེང་བཞིན་པར། དགེ་འདུན་བཅུན་པ་རྣམས་གསན་དུ་གསོལ། རྩལ་  
འདི་ལྟ་བུས་ཀྱང་དབྱར་གནས་པའི་དགེ་འདུན་ལ་དགག་དབྱེ་བཀྱིད་  
རུང་ངམ། ཞེས་བརྗོད་པས། ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ལེགས་པར་རུང་ངོ་ཤིན་ཏུ་

བྱང་དོ། ཞེས་བཟློད། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ན། རྩིས་ཀྱི་དགག་དབྱེའི་  
ཆོག་དེའང་དགེ་འདུན་ཆོགས་པའི་དབྱས་སུ་སྤྱི་བྱ་བ་ཏུ་ལན་གཅིག་  
བཟློད་པ་དང་། དེ་ཡང་དགེ་འདུན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སྒྲན་ཅིག་ཏུ་ལན་  
འདེབས་པ་ལས། གང་ཟག་རེ་རེ་བཞིན་བཟློད་པ་དང་དེ་ལ་རེ་རེ་ནས་  
ལན་འདེབས་དགོས་ཚུལ་མ་གསུངས་པའི་ཕྱིར་སྒྲུལ་དུ་སེམས་ལ། དེར་  
མ་ཟད་ལྷུང་སྒྲིང་དགག་དབྱེ་དེ་ཡང་གང་ཟག་དང་དངོས་པོ་གང་ཇི་  
ལྟར་བཞག་མིན་འདྲ་བ་དང་མི་འདྲ་བར་གོ་བའི་སྒྲོ་ནས་དེ་བཞིན་  
སྒྲབས་གཅིག་ཏུ་བྱ་ན་མ་གཏོགས་འགྲིག་ཐབས་ཡོད་མེད་ཀྱང་བརྟག་  
དགོས་སོ་སྒྲུལ་མོ།

ཕྱིར་ན་དགག་དབྱེ་ཞེས་པ་ནི། དབྱར་ནང་དུ་དགེ་འདུན་  
འཁྲུགས་ཡོང་དང་། དབྱར་ཚུལ་རལ་བའི་རྒྱར་འབྱར་བའི་དགག་བྱའི་  
དབང་གིས་ལྷུང་བ་སྒྲིང་བྱ་དང་། དབྱར་གྱི་རྟེན་རྩིས་བགོ་བ་རྣམས་  
དགག་ཡོད་པ་དག་དབྱར་གནས་ཀྱི་ཐ་མའི་ཉིན་དེ་ལ་ལྷུར་དགག་པའི་  
བྱ་བ་དེ་དག་དབྱེ་ཞིང་བགྱི་བ་ལ་གོ་དགོས་པས། དེ་མཐུན་བྱས་ན་དགེ་  
འདུན་གྱི་འདུལ་ཁྲིམས་ཀྱང་དམ་དུ་འགོ་རྒྱུ་ལས། དབྱར་ནང་དུ་བག་  
མེད་གྱི་རྟེན་མོ་དང་སྒྲིང་ཁར་རང་དགར་སྒྲོ་སྒྱེད་གཏང་བ་སོགས་  
དགག་ཡོད་པ། དེ་དག་དབྱེ་ཞིང་སྒྲོད་པའི་དོན་ལྟ་བུ་ལ་གོ་རྒྱུ་ག་ལ་  
ཡིན། ལྷག་པར་དུ་བསྐབ་གསུམ་གྱི་ཉམས་བཞེས་བཟོན་པ་ཚུ་བའི་རྒྱར་

---

བཞིན་དུ་བསྟེན་དགོས་པ་གོ་རྒྱུ་ཡིན་ནོ་སྟུང་ལགས་སོ།། དག་ལེགས་  
འཕེལ།

ཨེ་མ་ངོ་མཚར་སྐལ་བ་བཟང་ངོ་ཞེས།།

རང་གི་ཡིད་ལ་སྟོབ་འཕེལ་བཞིན་དུ།།

འབད་པ་ལས་བྱུང་དགོ་ཚོགས་ཅི་མཆིས་པ།།

རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་རྒྱས་པའི་ཆེད་དུ་བཟོ།། ཞེས་པ་འདི་ནི་སྟེ་

ལོ་ ༢༠༡༤ ཟླ་ ༡ ཆེས་ ༢༠ ལྷག་ལོ་ཟླ་བ་ ༤ ཆེས་ ༤ ཆེས་འཁོར་དུས་ཆེན་ཉིན་དག་མིང་  
དགོན་མཚོག་རྒྱ་འབྲོད་པས་མགར་ཐར་བྱམས་པ་སྒྲིང་དུ་སྦྱར་བའོ།།



༥ དབྱ་པར་སྒོར་གྱི་དོགས་འདྲི་དཔྱད་ཐུན་རེ་སྒོར།

༥ བདག་གི་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་རིན་པོ་ཆེ་དགོ་དཔལ་ཐུན་གྲགས་  
བ་མཆོག་ལ་གྲུས་པར་དོགས་འཆར་འགའ་བྱུང་བ་རྣམས་སྐྱབ་པའི་  
མཆོད་སྤྱོན་གྱི་ཚུལ་དུ་བཀའ་འདྲི་བྱ་བ་ལགས་ན། སྤར་བཞིན་བྱགས་  
བརྩེ་ཆེན་པོས་གསུང་ལན་གང་གསལ་རེ་ཅིས་ཀྱང་བསྐྱལ་གནང་ཡོད་  
པར་བྱ།

དྲི་བ་དང་པོ།

དྲི་བ། རང་རིག་ཁས་མི་ལེན་པའི་གྲུབ་མཐའ་གོང་འོག་རྣམས་ཀྱིས་ངས་  
མཐོང་ངོ་སྟུམ་པའི་དྲན་པ་འདྲེན་ལྷགས་དེ་ཐལ་འགྱུར་བ་དང་  
མཚུངས་སམ། དེ་དག་གིས་སྤང་བ་ལ་ཆོད་མར་ཁས་ལེན་མི་ལེན་རི་  
ལྟར་ཡིན་ལགས།

ལན། རང་རིག་ཁས་མི་ལེན་པའི་མདོ་ཐེ་སྦྱོད་པའི་དབྱ་མ་རང་  
སྦྱད་པ་སོགས་མང་དག་ཅིག་ཡོད་ཀྱང་དེ་དག་གིས་དྲན་པ་འདྲེན་ཚུལ་  
ཐལ་འགྱུར་བ་དང་མི་མཚུངས་ཏེ། སྦྱོད་འཇུག་ལས། གལ་ཏེ་རང་རིག་  
ཡོད་མིན་ན།། རྣམ་ཤེས་དྲན་པ་རི་ལྟར་འགྱུར།། ཞེས་སེམས་ཅན་པས་  
དེ་ལྟར་ཚོད་ཚུལ་གསུངས་ཤིང་། དེ་ལ་ལན་དོན་མཐུན་ཐལ་འགྱུར་བ་  
མ་གཏོགས་གཞན་དག་ལ་རང་གི་གྲུབ་མཐའ་ནང་འགལ་གྱི་ཉེས་པ་

བབས་པས་ལན་མི་ཐེབས། ཐལ་འབྱུང་བས་ཤེས་པ་གང་ཡིན་རང་གི་  
སྤང་བ་ལ་ཚད་མར་འཛིག་པས་ཉེས་པ་དེ་དག་ལས་གྲོལ་བ་ཡིན་པར་  
མངོན་ནོ།

### དྲི་བ་གཉིས་པ།

དྲི་བ། ཉན་རང་གི་རྒྱུད་ཀྱི་བཏང་སྟོམས་དང་སྟིང་རྩེ་སོགས་ཐབས་ཀྱི་  
ཆ་རྣམས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་དམིགས་པ་མེད་པར་ཀུན་  
བཅུས་དཀའ་འབྲེལ་དང་རྒྱུད་སྡེ་སྡེ་རྣམ་ལས་གསུངས་པ་དེའི་རྒྱ་  
མཚན་རྩི་ལྟར་ལགས།

ལན། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་དམིགས་པ་མེད་ཟེར་བ་དེ་ཚད་  
མེད་བཞིའི་སྐབས་སུ་ཉན་རང་ལ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་དམིགས་  
པ་མེད་ཀྱང་སེམས་ཅན་ཚད་མེད་པ་ལ་དམིགས་པ་ཡོད་ཅེས་གསུང་  
ཚུལ་མང་བ་མ་ཟད། ཡིག་ཆ་སོགས་སུ་ཡང་ཉན་རང་གི་རྒྱུད་ལ་སྟིང་རྩེ་  
ཆེན་པོ་ཡོད་མེད་ལ་བཞེད་ཚུལ་མི་མཐུན་པ་མང་པོ་གསལ་ཡང་།  
མཁས་དབང་དགེ་ལམ་རིམ་པའི་གསུང་པོད་གསུམ་པར། ད་ལྟར་གྱི་  
སངས་རྒྱས་མངོན་སུམ་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་མདོར་ (༡༩) ཟེད་མེད་  
ཀྱི་བྱ་གཞན་ཡང་བྱམས་པ་དང་། སྟིང་རྩེ་ཡིན་ལ། བྱམས་པ་ཆེན་པོ་ཡང་  
མ་ཡིན། སྟིང་རྩེ་ཆེན་པོ་མ་ཡིན་པའང་ཡོད་དེ། བྱམས་པ་ཆེན་པོ་དང་  
སྟིང་རྩེ་ཆེན་པོ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་ཐམས་

ཅད་ལ་མེད་དོ། ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་ལ་ཡོད་པ་གང་ཡིན་པ་  
དེ་ནི་བྱམས་པ་དང་སྒྲིང་རྩེ་ཡིན་ཏེ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བར་  
གྱུར་ཅིག་ཅེས་བྱ་བ་འདི་ནི་བྱམས་པ་དང་སྒྲིང་རྩེ་ཡིན་གྱི། བྱམས་པ་  
ཆེན་པོ་དང་སྒྲིང་རྩེ་ཆེན་པོ་ནི་མ་ཡིན་མོ། ཞེས་བྲངས་པ་དང་། དེ་  
བཞིན་དུ་དབྱ་མ་དགོངས་པ་རབ་གསལ་ལས། འདིའི་སྒྲིང་རྩེ་གསུམ་ནི་  
དམིགས་པ་གསུམ་པོ་གང་ལ་དམིགས་ཀྱང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྱག་  
བསྐལ་མཐའ་དག་ལས་བསྐྱབ་པར་འདོད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་པས།  
ཉན་རང་གི་སྒྲིང་རྩེ་དང་བྱད་གིན་དུ་ཆེད། ཞེས་གསུངས་པ་སོགས་ལ་  
བརྟགས་ན། ཉན་རང་ལའང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་དམིགས་པའི་  
སྤྱག་བསྐལ་ལས་བྱལ་འདོད་ཀྱི་སྒྲིང་རྩེ་ཙམ་ཡོད་ཀྱང་དེ་ཐམས་ཅད་  
སྤྱག་བསྐལ་ལས་སྐྱོབ་པར་འདོད་པ་མེད་པས་སྒྲིང་རྩེ་ཆེན་པོ་མེད་པར་  
བཞེད་པར་མངོན་པས། གཙོ་བོ་དེ་ལ་མོས་པ་ཆེད།

དེ་ལྟར་ན་སྒྲིང་རྩེ་ཆེན་པོ་དང་སྤྱག་བསམ་གཉིས་བྱད་མེད་དུ་  
འགྱུར་རོ་སྟམ་ན། སྐྱོན་མེད་དེ། སྤྱག་བསམ་ལ་ནི་སྐྱོབ་པར་འདོད་པ་  
ཙམ་ལས་སྤྱག་པའི་བདག་གིས་བསྐྱབ་པར་བྱའོ་སྟམ་པའི་སྒྲོ་ཞིག་ལ་  
འཇོག་དགོས་པ་དང་། སྒྲིང་རྩེ་ཆེན་པོ་ལ་དེ་འདྲ་མི་དགོས་པའི་བྱད་  
པར་ཡོད་ཅེས་དེ་ལྟར་འདོད་དགོས་པ་ཨི་ཡིན་སྟམ་མོ།

## དྲི་བ་གསུམ་པ།

དྲི་བ། བསམ་གཏན་གཉིས་པ་ཡན་ཆད་ན་དེ་དག་གི་རྒྱད་ལ་རྟོག་  
དེའི་ཡོད་མེད་དང་། ཡོད་ན་དེ་དག་གི་ཡན་ལག་རྒྱ་མ་སོང་ཚུལ་  
དང་། དེ་ལ་ཆགས་པ་བྲལ་ཚུལ་རིམ་ལྔ་ཡིན་ནམ། མེད་ན་རང་ཡུལ་ལ་  
ཆིང་བའི་རྣམ་པར་འབྱུག་པ་སོགས་ཡོད་མེད་ལ་གསེར་འབྲེང་དུ་སས་  
བསྐྱས་ཚུལ་གྱིས་མེད་ཀྱང་ཀུན་རྒྱ་རྒྱ་བའི་ཚུལ་གྱིས་ཡོད་གསུངས་པ་དེ་  
རིམ་ལྔ་ཡིན་ནམ་ལགས།

ལན། བསམ་གཏན་གཉིས་པ་ཡན་ཆད་ན་རྟོག་དེའི་ཡོད་དེ།  
མཛོད་ལས། གཉིས་པ་སོགས་ན་ལྷས་མིག་དང་། རྣ་བའི་རྣམ་ཤེས་རྣམ་  
རིག་སྒྲིང་། གང་ཡིན་དེ་ནི་དང་པོར་གཏོགས། ཞེས་ལྷས་ངག་གི་རྣམ་  
རིག་སྒྲིང་མཁན་རྟོག་དེའི་ཡོད་པར་གསུངས་པས་རྟོག་དེའི་ཡོད་  
ཀྱང་སས་བསྐྱས་པ་མ་ཡིན་པར་འདོད་དགོས། རྟོག་དེའི་ཡོད་ལ་ཆགས་  
བྲལ་བྱེད་ཚུལ་ནི་བསམ་གཏན་དང་པོ་ལ་བསྟོན་ཏེ་གཡོ་བ་མིན་ཡང་  
བསམ་གཏན་གཉིས་པ་ལ་བསྟོན་ཏེ་གཡོ་བའི་རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར་། དེ་ལ་སྟོན་དུ་བསྐྱས་པའི་དབང་གིས་ཡིན་ལ། དེའི་ཕྱིར་དེར་དེ་  
ཡོད་ཀྱང་གཡར་བའི་ཅ་ལག་རྣམ་དེའི་སས་བསྐྱས་དང་ཡན་ལག་མ་  
ཡིན་པར་འདོད་པར་མངོན་ནོ།

## དྲི་བ་བཞི་པ།

དྲི་བ། སེམས་ཚམ་པའི་ལུགས་ལ་རྣལ་འབྱོར་སྦྱོང་པའི་དབུ་མ་རང་རྒྱུད་  
པས་ཕྱི་དོན་མེད་པར་རྟོགས་པ་དང་མ་རྟོགས་པ་གང་འདོད། ཕྱི་མ་  
ལྟར་ན་དེ་གཉིས་ཀྱི་ཕྱི་དོན་མེད་ཚུལ་སོ་སོར་འཇོག་ཚུལ་རིམ་ལྡོག་  
ནམ། རྣལ་འབྱོར་སྦྱོང་པའི་དབུ་མ་པའི་ལུགས་ལ་ཡང་སེམས་ཚམ་པས་  
ཕྱི་དོན་མེད་པ་མ་རྟོགས་པ་ཁས་ལེན་རྒྱུ་ཡིན་ནམ་གང་ལགས། ཡང་  
དགོངས་པ་རབ་གསལ་དུ། མཚར་ཞེས་པ་ནི་གསལ་བྱེད་པའི་བཞད་  
གང་དོ་ཞེས་པའི་དོན་གང་ལགས།

ལན། སེམས་ཚམ་པའི་ལུགས་གཞིར་བཞག་རྣལ་འབྱོར་སྦྱོང་པའི་  
དབུ་མ་རང་རྒྱུད་པས་གཟུགས་སོགས་ཕྱི་རོལ་དོན་དུ་མ་གྲུབ་པར་མ་  
རྟོགས་པར་འདོད་པར་སྤངསྟེ། དེ་རྟོགས་ན་རྟག་ཆད་ཀྱི་མཐའ་དང་  
བྲལ་བའི་གནས་ལུགས་རྟོགས་པར་འདོད་དགོས་ལ། དེས་དེ་གཟུགས་  
སོགས་བདེན་མེད་དུ་འདོད་པའི་ཆད་ལྟ་བར་འདོད་པས་སོ། དེ་གཉིས་  
ཀས་གཟུགས་སོགས་རྩལ་ཕྱན་ཆ་མེད་བསགས་ནས་གྲུབ་པ་མེད་པ་ཚམ་  
ལ་ཕྱི་རོལ་དོན་དུ་མེད་པར་འཇོག་པར་འདྲ་ཡང་། རང་ཤེས་པའི་  
བདག་ཉིད་དུ་བདེན་པར་གྲུབ་པ་དང་མ་གྲུབ་པར་འདོད་ཚུལ་ནི་མི་  
འདྲའོ།

རང་རྒྱུད་པ་དེས་སེམས་ཅམ་པ་དང་རང་རྒྱལ་གཉིས་ལྟ་བུ་མཆོངས་  
པར་བཞེད་པར་སྒྲུབ་པ་ལ། ཁ་ཅིག་གིས་དེ་ནི་མཚར་པོའི་ཞེས་བཞེད་  
གད་བྱེད་པ་ལ། རྣང་པས་རི་བོང་ཡོད། རྩ་ཡོད། རི་བོང་རྩ་མེད་ཅེས་  
སྒྲུབ་པ་ལ། ཕྱི་རོལ་གསལ་བྱེད་པས་བཞེད་གད་བྱེད་པ་ལྟར་རོ་ (འདི་ནྟམ་  
ངས་དེག་ཆེན་དུ་གསལ།) ཞེས་གསུངས་པའོ།

### དྲི་བ་ལྔ་པ།

དྲི་བ། མཐོང་ལམ་ལ་གནས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་འབྲས་གནས་ཁྱད་པར་  
ཅན་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་འཛོག་དགོས་སམ། ཕྱིར་འོང་འབྲས་གནས་  
ཁྱད་པར་ཅན་ལ་འདོད་ཉོན་བདུན་པ་མ་སྤངས་པར་འདོད་དགོས་  
པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ནམ་ལགས།

ལན། བྱེ་བྲག་སྒྲུབ་པའི་ལུགས་ལ་ནི་མཐོང་ལམ་ལ་གནས་པའི་རྒྱན་  
ཞུགས་འབྲས་གནས་ཁྱད་པར་ཅན་མེད་པར་མངོན་ལ། རང་རྒྱུད་པའི་  
ལུགས་ལ་མཐོང་ལམ་རྗེས་སྐྱོབ་ཀྱི་སྐབས་སུ་འབྲས་བུ་རིམ་གྱིས་པ་དེ་  
ཆོས་ཟག་བཅས་ཀྱི་བར་ཆད་མེད་ལམ་དང་ཟག་མེད་ཀྱི་བར་ཆད་མེད་  
ལམ་གང་རུང་ལ་གནས་ནས་གོང་མའི་འབྲས་བུ་སྐྱོབ་ཕྱིར་དུ་བཙོན་པ་  
ཡོད་པས་དེ་དག་འབྲས་གནས་ཁྱད་པར་ཅན་དུ་བཞག་པ་ཡིན་ནོ།

ཕྱིར་འོང་འབྲས་གནས་ཁྱད་པར་ཅན་དེས་འདོད་ཉོན་བདུན་པ་མ་  
སྤངས་ཏེ་བདུན་པ་སྤངས་ན་གོང་མའི་འབྲས་བུ་སྐྱོབ་ཕྱིར་དུ་བཙོན་

པའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་དེ་བརྒྱད་པའི་དངོས་གཉེན་ཉིད་ལ་གནས་  
དགོས། དེས་ན་དེ་སྤངས་པའི་རྣམ་གྲོལ་ལམ་ཐོབ་ནས་དགུ་པ་ཙམ་ལས་  
མི་སྟག་པས་ཆེ་དེ་ལ་དགུ་པ་ཡང་གཏོང་མི་བ་བར་སྤང་བར་འགྱུར་ལ།  
དེ་སྤངས་ན་ཁམས་ལས་འདའ་དགོས། ཁམས་ལས་འདའ་ན་ཕྱིར་འོང་  
མི་འཐད་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཡིན་ནས་སྟམ་ཡང་འགྲིགས་མིན་འཆིམས་  
མཛོད་སོགས་ལ་གཟིགས་པར་གལ་ཆེའོ།

### དྲི་བ་དྲུག་པ།

དྲི་བ། ཆད་མེད་བཞིའི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་ཟུར་དུ་རིགས་གནས་སྒྲོས་པའི་  
དགོས་པ་གང་ཡིན་ནམ། ས་ཐོབ་ནས་སྟངས་རྗེ་དང་པོ་ཡོད་མེད་དེ་སྟོན་  
སེམས་ཁས་ལེན་མི་ལེན་ལ་ཐུག་ཚུལ་རི་ལྟར་ཡིན་ནམ་ལགས།

ལན། རིགས་གནས་འདིའི་གཅད་བྱ་བསྟུ་བྱ་གང་ཡིན་གསལ་བར་  
མ་མཐོང་ཡང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་དམིགས་པ་དང་སེམས་ཅན་  
ཆད་མེད་པ་ལ་དམིགས་པ་གཉིས་ཁྱད་ཕྱེ་བའི་དབང་དུ་བྱས་ན། སྟངས་  
རྗེ་ཆེན་པོ་དང་སྟངས་རྗེ་ཆད་མེད་གཉིས་ལ་ཐུ་བཞི་བསྒྲིགས་པའི་སྐབས་  
སུ་བྱང་འཕགས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་སྟངས་རྗེ་ཆེན་པོ་དེ་གཉིས་ཀ་ཡིན་པར་  
གསུངས་འདུག་པས། དེ་འདྲའི་སྟངས་རྗེ་དེས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་  
དམིགས་པས་སེམས་ཅན་ཆད་མེད་པ་ཙམ་ལ་དམིགས་པ་མ་ཡིན་ཡང་

སེམས་ཅན་ཆད་མེད་པ་ལ་དམིགས་པའི་རིགས་སུ་གནས་པ་ཡིན་ཞེས་  
གོ་དགོས་པ་ཡིན་ནམ་སྟེ།

ས་ཐོབ་ནས་སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་ཀྱང་དེ་རྟོགས་པའི་ཤེས་  
རབ་ཀྱིས་དངོས་སུ་མ་བེན་པའི་སྟོན་སེམས་ཡོད་པར་ཁས་ལེན་པའི་  
དབང་དུ་བྱས་ན། ས་ཐོབ་ནས་སྦྱིན་སོགས་པར་བྱིན་དུག་པོ་གང་གི་  
ཉམས་ལེན་གྱིས་དངོས་སུ་མ་བེན་པའི་སེམས་བསྐྱེད་ཡོད་པར་འདོད་པ་  
བཞིན། ས་ཐོབ་ནས་བདག་མེད་པ་དང་མི་རྟག་པ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་  
པའི་ཤེས་རབ་སོགས་གང་གིས་ཀྱང་དངོས་སུ་མ་བེན་པའི་སེམས་ཅན་  
ལ་དམིགས་པའི་སྟོང་རྗེ་ཞིག་འཛོག་ཆོག་པ་མཚུངས་པར་གོ་དགོས་པ་  
ཡིན་ནམ་སྟེ།

དྲི་བ་བདུན་པ།

དྲི་བ། རང་རྒྱུད་པའི་ལྷགས་ལ་སེམས་ཅན་པའི་རྒྱུད་ལ་ཀྱན་བཏགས་  
བདེན་མེད་དུ་འཛིན་པའི་རྟོག་པ་ཡོད་པ་མཐའ་དཔྱད་ལས་གསུངས་  
པ་དེ་རིམ་ཞིག་ཡིན་ནམ། རང་རྒྱུད་པའི་ལྷགས་ལ་ཐལ་འགྱུར་བས་  
བདེན་མེད་རྟོགས་མ་རྟོགས་རིམ་ལྡར་འདོད་པ་ཡིན་ལགས།

ལན། དེ་འདྲའི་རྟོག་པ་དེ་དོན་མཐུན་ཡིན་ཡང་ཞེན་ཡུལ་མ་  
རྟོགས་ཚུལ་ཡང་གསུངས་འདུག་པས། འདི་ནི་དོགས་གནས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་  
བ་ཞིག་ཏུ་སྒྲུང་བས་འདི་ཡིན་འདི་མིན་བརྗོད་དགའ་ལ། འོན་ཀྱང་



རང་གི་བསམ་ཚུངས་ལ། བསྐྱེད་པ་གསུང་སྤྱོད་དུས་སུ་ཡོད་མེད་གང་རུང་  
ལ་བདག་མེད་ཡིན་པས་བྱུང་བ་ཅེས་སྒྲུབ་ཞིང་བསམ་པ་ལྟ་བུ་དང་། བསྐྱེད་  
རྒྱུ་གསུང་བསྐྱེད་པའི་ཕྱི་ལོ་མ་གཞག་རྩེ་མོས་ང་ཡི་བྱ་འདི་དགོས་  
སྤྱོད་ཡིན་ཞེས་འཇིན་པའི་རྟོག་པ་སོགས་དོན་མཐུན་ཡིན་ཡང་སོ་སོའི་  
ཞེན་ཡུལ་མ་རྟོགས་པར་འདོད་དགོས་པ་ལྟར། སེམས་ཅན་པ་དབང་  
རྒྱལ་འགས་ཀྱང་ཀུན་བཏགས་བདེན་མེད་དུ་ཞུས་གྱིས་བཞེས་པ་ལྟེ་  
ཁས་ལེན་ཀྱང་། དེའི་ཞེན་ཡུལ་མ་རྟོགས་པར་སྒྲུབ་དགོས་པ་དེ་འདྲ་ཞིག་  
ལ་གསུངས་པ་ཞེ་ཡིན་སྟེ་ལ། དབང་རྩོན་རྣམས་གྱིས་ནི་ཀུན་བཏགས་  
བདེན་པར་མེད་དོ་སྟེ་མ་པའི་རྟོག་པ་དེ་རང་གི་འདོད་པ་ལྟར་གྱི་བདེན་  
མེད་དེ་ཉིད་འཇིན་ཅིང་དེའི་ཞེན་ཡུལ་ཡང་རྟོགས་པར་འདོད་དགོས་  
ལ། དེ་བཞིན་དུ་དབུ་མ་མཐའ་དཔྱོད་ཀྱི་མཐུག་དུ། གཟུང་འཇིན་རྩེས་  
ཐ་དད་དུ་མ་གྲུབ་པ་དེ་སེམས་ཅན་པས་རྟོགས་ཚུལ་གསུངས་པ་དེའང་  
གོང་གསལ་དང་སྤྱོད་པ་མཚུངས་སུ་གོ་དགོས་སོ་སྟེ་ཞེས་ཞིང་། ཚུལ་འདི་  
བཞིན་ཐལ་འགྱུར་བས་རང་རྒྱུད་པ་ལ་ཡང་དེ་ལྟར་བཞེད་པར་སྤང་  
ངོ།

གོང་དུ་སེམས་ཅན་པའི་འདོད་ཚུལ་བཤད་པ་ལྟར་རང་རྒྱུད་པས་  
ཀྱང་ཐལ་འགྱུར་བ་ཆད་ལྟ་བུར་བཞེད་པས་བདེན་མེད་རྟོགས་པར་མི་  
བཞེད་ལ། ཐལ་འགྱུར་བས་ཀྱང་རང་རྒྱུད་པ་རྣམས་བདེན་མེད་ཁས་

ལེན་པ་ཙམ་ལས་རྟོགས་པར་མི་བཞེད་ཅིང་། དེ་བཞིན་དུ་རྒྱང་འཕེན་  
བས་ཀྱང་སྐྱེ་བ་ཤ་ཕྱི་རང་བཞིན་མེད་པར་སྐྱ་བ་ཙམ་ལས་དེ་ལྟར་  
རྟོགས་པར་མི་བཞེད་དོ་སྟམ་མོ།

### དྲི་བ་བརྒྱད་པ།

དྲི་བ། གང་དུ་སྤང་བའི་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པ་དེ་གཟུགས་བརྟན་  
བདེན་མེད་དུ་སྐྱབ་པའི་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་ལ་འཇོག་ན། ཐལ་འགྱུར་བ་  
དང་མདོ་ཕྱེ་སྟོད་པའི་དབྱ་མ་རང་རྒྱད་པའི་ལྷགས་ལ་འཐད་ཀྱང་།  
རྣལ་འབྱོར་སྟོད་པའི་རང་རྒྱད་པའི་ལྷགས་ལ་མཐུན་དཔེ་དང་ཆོས་  
ཅན་གང་གི་སྟེང་དུ་དེ་རྟོགས་ན་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་དགོས་མི་དགོས་  
མཚུངས་སོ་སྟམ་ན་ངེ་ལྟར་ཡིན་ལགས།

ལན། འདི་ནི་གལ་འགངས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བར་སྤང་བས་བསམ་ཆོད་  
གསལ་བར་ཁྱ་ན། གང་དུ་སྤང་བའི་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པ་ཞེས་པ་དེ།  
ཐལ་རང་གཉིས་ཀའི་ལྷགས་ལ་ཁྱད་གཞི་དེ་ཉིད་སེམས་ཅན་ལ་སྤང་བ་  
ལྟར་དུ་མ་གྲུབ་པ་ལ་འཇོག་པ་དང་དེ་ལ་ཕྱ་རགས་གཉིས་ཡོད་ཚུལ་  
བཞེད་པའང་འདྲ་ཞིང་། ཟུ་གུ་བདེན་མེད་སྐྱབ་པའི་ཕྱི་རྟོགས་གཞི་  
དེ་སྤང་བ་ལྟར་དུ་མ་གྲུབ་པ་དེ་མཐུན་དཔེ་གཟུགས་བརྟན་གྱི་སྟེང་དུ་  
རྟོགས་ཀྱང་ཟུ་གུའི་སྟེང་དུ་མ་རྟོགས་པར་བཞེད་པའང་འདྲ་ལོ།

མི་འདྲ་བའི་བྱང་པར་ནི། ཐལ་འགྱུར་བས་དགག་བྱ་བདེན་གྱུ་བ་  
བཅ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་སྒྲིག་ཟླ་རང་བཞིན་གྱིས་ཏེ་རང་ཚུགས་སྐྱབ་པ་དེ་  
ཉིད་མཉམ་བཞག་ཡེ་ཤེས་མ་གཏོགས་སེམས་ཅན་གྱི་ཤེས་པ་དོན་  
མཐུན་དང་དོན་མི་མཐུན་ཀྱན་ལ་སྤང་བར་བཞེད་པས། གཞི་དེ་སྤང་བ་  
ལྟར་མ་གྱུ་བ་ཅེས་པ་དེ་ཀྱན་ལ་བཞག་ལ། རང་རྒྱུད་པ་གཉིས་ཀས་  
དགག་བྱ་བདེན་གྱུ་བ་དབང་ཤེས་ལ་མི་སྤང་བར་བཞེད་པ་འདྲ་ཡང་།  
ནལ་འཕྱོར་སྒྱུད་པའི་དབྱ་མ་རང་རྒྱུད་པས་གཉིས་སྤང་ཅན་གྱི་ཤེས་པ་  
ཀྱན་ལ་སྐྱེ་དོན་སྤང་ཞིང་། དེ་ལྟར་དུ་མ་གྱུ་བ་པར་བཞེད་ལ། མདོ་སྡེ་  
སྒྱུད་པའི་དབྱ་མ་རང་རྒྱུད་པས་རྟོག་པ་དང་། དབང་ཤེས་དོན་མཐུན་  
མ་གཏོགས་གཉིས་སྤང་ཅན་གྱི་རྟོག་མེད་ཀྱན་ལ་སྤང་བ་ལྟར་མ་གྱུ་བ་  
ཚུལ་རེ་ཡོད་པར་བཞེད་པར་སྤང་ངོ་།།

དེ་ལྟར་ན། ཐལ་རང་གཉིས་ཀས་དངོས་སྤྲ་དག་གིས་ཀྱང་བྱམ་པའི་  
སྤྲེང་དུ་དགག་བྱ་སྤྲ་མོ་དེ་ཞིགས་པར་བཞེད་དགོས་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་  
དག་གིས་གཞི་བྱམ་པ་དེ་བྱམ་འཛིན་རྟོག་པ་ལ་སྤང་བ་ལྟར་མ་གྱུ་བ་  
པར་རྟོགས་པར་བཞེད་དགོས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་དག་གིས་བྱམ་འཛིན་  
རྟོག་པ་དེ་འབྲུལ་ཤེས་སུ་འདོད་པ་ལྟར་དུ་རྟོགས་པར་ཡང་བཞེད་  
དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ་སྟུམ་ན། སྒྲིམ་མེད་དེ་ཐལ་རང་གཉིས་ཀས་དངོས་སྤྲ་  
བ་དག་གིས་ཀྱང་བྱམ་འཛིན་རྟོག་པ་ལ་བྱམ་པའི་དོན་སྤྲི་བྱམ་པར་སྤང་

བས་སྒྲུང་ཡུལ་དོན་སྤྱི་ལ་འབྱུང་བས་འབྱུང་ཤེས་སུ་འདོད་པར་བཞེད་  
གྱི། དེ་འབྱུང་ཡུལ་བུམ་པ་ལ་འབྱུང་བར་འདོད་པ་མི་བཞེད་དེ། གཞན་  
དུ་ན་དེ་དག་གིས་བུམ་འཛིན་རྟོག་པ་དེ་ལོག་ཤེས་སུ་འདོད་པར་བཞེད་  
དགོས་པར་འགྱུར་རོ།

དེ་ལ་དབྱུང་མ་ཐལ་འགྱུར་བས་རང་རྒྱུད་པ་དང་དངོས་སྤྱི་བ་  
རྣམས་ལ་བྱེད་ཅག་གིས་བུམ་འཛིན་རྟོག་པ་ལ་བུམ་པའི་དོན་སྤྱི་བུམ་  
པར་སྒྲུང་བས་སྒྲུང་ཡུལ་ལ་འབྱུང་བར་འདོད་ན། དེ་ལ་བུམ་པ་དེ་བུམ་  
པའི་དོན་སྤྱིར་སྒྲུང་བས་འབྱུང་ཡུལ་བུམ་པ་ལ་འང་འབྱུང་བར་སྤྱི་  
དགོས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་པའི་ཐལ་འགྱུར་ལ། བུམ་འཛིན་རྟོག་པ་བུམ་  
པ་རང་མཚན་སྒྲུང་བ་ལ་བཞུགས་ཏེ་མ་འབྱུང་བར་འདོད་པ་རྣམས་གྱི་  
ལྷགས་ལ་དེ་ལ་འབྱུང་ན་དེ་ལ་ཚད་མ་ཡིན་པ་འགལ་བར་འདོད་པ་  
དང་ནང་འགལ་སོང་བས། ལན་དོན་མཐུན་ཐེབས་པར་དཀའ་བར་  
མངོན་ནོ།

ཡང་ཁ་ཅིག་རྣམས་འབྱོར་སྤྱོད་པའི་རང་རྒྱུད་པའི་ལྷགས་ལ་སེམས་  
ཅམ་པས་ཀྱང་བུམ་པ་དེ་བུམ་འཛིན་རྟོག་པ་ལ་སྤྱི་རྒྱུ་དོན་དུ་གྲུབ་  
པར་སྒྲུང་བ་ལྟར་མ་གྲུབ་པར་རྟོགས་པར་འདོད་དགོས་པས་ཇི་སྐད་  
བཤད་པ་དེ་མི་འཐད་དོ་ཞེ་ན། ཉེས་པ་མེད་དེ། རང་རྒྱུད་པ་དེས་ཀྱང་  
སེམས་ཅམ་པས་བུམ་འཛིན་རྟོག་པ་དེ་བུམ་པ་སྤྱི་དོན་སྒྲུང་བའི་ཆ་ལ་

འབྲུལ་བར་འདོད་པར་སྒྲ་བ་ལས། གཞི་བྱམ་པ་ཁོ་རང་དེ་རང་མཚན་  
སྒྲ་བའི་ཆ་ལ་འབྲུལ་བར་འདོད་པར་མི་བཞེད་དེ། རང་བཞིན་གྱིས་  
གྲུབ་པར་སྒྲ་བའི་ཚུགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལྷགས་ལ་ཤེས་པ་གང་ཞིག་ལ་  
དངོས་པོ་གང་ཞིག་རང་མཚན་སྒྲ་བ་ལ་བསྟོས་ཏེ་འབྲུལ་བར་སོང་ན་  
སྟོ་དོན་མཐུན་དུ་འཛོག་མི་བྱུབ་པར་བཞེད་པར་གསུངས་པས་ཤེས་སོ།

ཡང་གཞན་དག་ན་ཅེ། དེ་ལྟར་ན་དབྱ་མ་པ་གཉིས་ཀས་སྒྱ་གྲུ་  
བདེན་མེད་བསྒྲུབ་པའི་ཕྱི་རྒྱལ་གྱིས་མཐུན་དཔེ་གཟུགས་བརྟན་སོགས་  
ཀྱི་སྟངས་དུ་འང་སྒྲ་བ་ལྟར་དུ་གྲུབ་པ་དེ་མ་ཁེགས་པར་བཞེད་དགོས་  
པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་ཉིད་བདེན་གྲུབ་སྒྲ་བའི་དེ་སྒྲ་བ་ལྟར་དུ་གྲུབ་པ་  
མ་ཁེགས་པར་བཞེད་དགོས་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། བདེན་མོད་ཀྱང་། དེའི་  
ཚུལ་ནི་འདི་ལྟར་ཏེ། དཔེ་དེ་འང་ཐལ་འགྱུར་བས་དབང་ཤེས་དང་རྟོག་  
པ་ལ་གཟུགས་བརྟན་དེ་ཆ་ཐམས་ཅད་ནས་བྱད་བཞིན་དུ་སྒྲ་བའི་དེ་  
དེ་ལྟར་དུ་མ་གྲུབ་ཚུལ་རགས་པ་གཅིག་དང་། དེ་ཆ་ཐམས་ཅད་ནས་  
བདེན་གྲུབ་སྒྲ་བ་ལྟར་མ་གྲུབ་ཚུལ་སྤྲོ་མོ་གཉིས་ཡོད་པར་བཞེད་པ་  
དང་། རང་རྒྱུད་པ་ནམས་ཀྱིས་ཀྱང་དཔེ་དེ་ཉིད་རྟོག་པ་ལ་གོང་ལྟར་  
སྒྲ་བའི་སྤྲོ་མོ་རགས་གཉིས་དང་། རྟོག་མེད་དོན་མི་མཐུན་ལ་སྒྲ་བའི་  
རགས་པ་དེ་ཡོད་ཚུལ་བཞེད་དོ།

[illegible]

ཡང་ལ་ལས། གང་དུ་སྤང་བའི་རང་བཞིན་གྱིས་སྤོང་བ་དེ་ཚོས་ཅན་  
 གྱི་སྤོང་དུ་སྤོང་ཉིད་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་སྐྱུ་གྱུ་ཡི་སྤོང་དུ་མཉམ་བཞག་ཡེ་  
 ཤེས་གྱིས་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་བྱས་ཏེ། བདེན་མེད་བསྐྱབ་པའི་  
 ཕྱིར་སྐྱེ་གྱིས་དེ་གཟུགས་བརྒྱན་གྱི་སྤོང་དུ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། འ་  
 བ། དེ་ཉིད་སྤ་མོ་དང་རགས་པ་གཉིས་ཀ་ཡིན་པར་ཐལ། སྐྱུ་གྱུ་དང་

གཟུགས་བརྟན་གྱི་སྤྲོད་དུ་རིམ་བཞིན་དེ་ལྟར་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེ་བཞིན་  
དུ་ཤེལ་གོང་དུངས་མ་དེ་ཆོས་ཅན། རྩོན་པོ་དང་། སེར་པོ་གཉིས་ཀྱི་ཡིན་  
པར་ཐལ། དེ་སོ་སོ་དང་སྟན་དུ་ཆོགས་ན་སོ་སོའི་མདྲག་དུ་འགྱུར་བའི་  
སྤྱིར་རོ་ཞེས་སྒྲ་ན་ལན་ཅི་ཡོད། དེས་ན་འདི་འདྲ་བ་རྣམས་ནི་རང་སྟོན་  
ལ་འབྲིས་པའི་ཆོས་ཅན་སྟོན་ཅན་ཞེས་པ་དེ་ཉིད་ཡིན་པར་སྤྲང་  
བས། གསར་བྱ་རྣམས་ཀྱིས་རིགས་ལམ་བྱང་བའི་ཡན་ལག་ཅུ་མ་ལས་  
དོན་གལ་ཆེ་བར་མི་སྤྲང་ངོ་།

དེས་ན་གོང་གསལ་ལྟར་དཔེ་དོན་མཚུངས་པར་སྤྱིར་བའི་སྤྲོད་ནས་  
ཚུལ་གསུམ་ལེགས་པར་གྲུབ་པའི་རྗེས་སུ་ཆོད་མ་གཞན་བརྒྱད་མི་  
དགོས་པར་བསྒྲུབ་བྱ་ལེགས་པར་རྟོགས་ཤིང་། དེའི་རྗེས་སུ་སྤྱིར་གྱི་  
མཐུན་དཔེ་སོགས་ཆོས་གཞན་ལའང་བདེན་པར་ཡོད་མེད་ལ་སྒྲོ་ཁ་  
སྟོགས་པ་ན་བདེན་མེད་སྒྲུབ་པའི་གཏན་ཆོགས་ཟུར་བ་བཀོད་མི་དགོས་  
པར་སྤྱིར་མའི་སྟོགས་བྱུང་དུན་པ་ཅུ་གྱིས་བདེན་གྲུབ་བམ་སྤྲང་བ་ལྟར་  
གྲུབ་པ་སྤྲོད་དེ་ཉིད་ཞེགས་པར་འགྱུར་བར་བཞེད་ཅིང་གསུངས་པ་  
ཡིན་པར་སྤྲང་ལགས་སོ།

འདི་ནི་ཡོངས་ཀྱི་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཆེན་པོ་དགོ་བཤེས་དཔལ་  
ལྷན་གྲགས་པ་མཆོག་ལ་གཞིས་བཞུགས་སྒྲོབ་མ་འདན་ཆོས་འཁོར་  
དགོན་པའི་དཔེ་བྲིད་གན་རྩ་སྟོད་དགོ་བཤེས་ལྷ་རམས་པ་ལུན་ཆོགས་

ནམ་གྲོལ་གྱིས་སྐར་འཕྲིན་བརྒྱད་བཀའ་འདྲི་བྱས་པའི་ལན་དུ། དགེ་  
རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་གསུང་ལན་གནང་བ་ནམས་ཕུན་སྨོབ་བྱ་སྟོ་  
བཟང་འཕྲིན་ལས་གྱིས་ཡིག་ཐོག་ཏུ་ཕབ་བྱས་བྱས་ཏེ། དགེ་རིན་པོ་ཆེར་  
སྤྱན་འབུལ་བྱས་ནས་མཐའ་དོན་དགེ་མཆོག་གི་ཐུགས་དཔྱད་ཞིབ་མོས་  
གཏན་ལ་ཕབས་པ་ཡིན་ལགས་ན། འདིས་ཀྱང་བསྟན་འགྲོལ་སྤོང་པའི་  
རྒྱ་ཅ་དགེ་བར་གྱུར་ཅིག།

### དཔར་བྱང་སྟོན་ཆོག

༄༅། །ནམ་གྲོལ་ཞི་བའི་རྒྱ་མཚོར་རོ་གཅིག་ཏུ། གཞོལ་བའི་མཐའ་ཡས་  
ཆོས་རྒྱལ་དལ་འབབ་སྤྱང་། ཆོག་གི་ཟེགས་མ་རེས་ཀྱང་དུག་གསུམ་གྱི།  
དྲི་མ་ཡོངས་འཁྱུད་ལེགས་བཤད་བདུད་ཚིའདི། པར་དུ་བསྐྱུན་པའི་  
ནམ་དཀར་ཕུང་པོའི་མཐུས། ཡང་དག་ཆོས་ཀྱི་སྟོ་མ་སྟོང་ཕྱག་བརྒྱ།  
གདངས་ཏེ་རྒྱུད་ལྗེའི་འགྲོ་བ་མ་ལུས་པ། དེས་ལེགས་མོར་བུའི་མཛོད་  
ལ་དབང་འབྱོར་ཤོག།། ཅས་པ་འདི་ཡང་ནང་བསྟན་གྱུ་མཐའ་རིས་མེད་ཀྱི་གསུང་  
རབ་དཔར་དུ་བསྐྱུན་དང་བསྐྱུན་འགྱུར་གང་ལའང་སྤྱར་ཆོག་པའི་དགེ་བཤེའི་སྟོན་ཆོག་ཏུ་  
ཤུག་ཏེ་དགེ་སྟོང་ཆོས་སྤྱོད་བ་དག་དབང་སྟོ་བཟང་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོས་སྤྱར་བའོ། །