

分类号: H2    论文编号: 1074205010706001    密级: 公开

# 西北民族大学

## 研 究 生 学 位 论 文

论文题目 (藏文) དུས་རབས་བརྒྱུ་ཁ་ཅིག་པའི་ནང་དུ་བྱུང་པའི་བོད་གྲྭ་

ནལ་འབྱེད་བ་མི་ལ་རས་པར་དབྱེད་པ།

论文题目 (汉文) 十一世纪藏族瑜伽师米拉日巴研究

论文题目 (外文) Study on Milarhiba —A Tibetan yogi in the Eleventh century

培 养 单 位 西北民族大学藏语言文化学院

学 号 Y060770001

研 究 生 姓 名 更   尕

学 科 、 专 业 中国少数民族语言文学

研 究 方 向 藏族文学与藏传佛教

申 请 学 位 博士

导师姓名、职称 多  识    教授

论 文 工 作

起 止 年 月 2007 年 10 月至 2009 年 3 月

论文提交日期 2009 年 5 月

论文答辩日期 2009 年 5 月

学位授予日期 2009 年 5 月

校址: 甘肃省兰州市西北新村 1 号

## ནང་དོན་གནད་བསྟུས

འཛམ་གླིང་གི་མི་རིགས་གང་དང་གང་ཡིན་ནའང་། རང་རང་ལ་རིག་གནས་ཀྱི་བྱང་ཚུགས་ཤིག་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་ལ།  
བྱང་ཚུགས་དེ་དག་ཀྱང་རིག་གནས་ཀྱི་འཕེལ་འགྱུར་དང་བསྟན་ནས་བྱུང་བས། དུས་སྐབས་རེ་རེ་ལ་བྱང་ཚུགས་ཤིག་ཡོད་པ་བརྟན་  
མི་ལུས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་བོད་ལ་མཆོན་ནའང་། དུས་རབས་བསྟན་གཅིག་པ་ནི་ལོ་རྒྱུ་བ་མང་བོ་བྱོན་པ་དང་། ཆོས་བརྒྱད་མི་འདྲ་བ་  
ལ་བརྟེན་ནས་གྲུབ་མཐའ་མང་དུ་དར་མགོ་ཚུགས་པས། དེ་ནི་དུས་རབས་དེའི་བྱང་ཚུགས་ཤིག་དུ་རྒྱུ་ཞིང་། རྩི་བཅུན་མི་ལ་རས་པ་  
སྐབས་དེར་བྱོན་ཏེ། སྤྱབ་བརྒྱུད་ཀྱི་བརྟན་པ་ཉམས་སྒྲུབ་ངས་ནས་བོད་ཀྱི་ནང་བརྟན་ཆོས་ལུགས་བྱུང་གང་ལ་དུ་དར་བ་ལ་བྱར་  
བ་གྲུ་འདེགས་ཀྱི་རྒྱས་པ་མི་དམན་པ་ཐོན་པས། ཕྱིས་སྤྱད་ར་བའི་གྲུབ་མཐའ་རིས་མེད་ཀྱིས་བཀྱར་བའི་རྣལ་འབྱོར་བ་ཞིག་གོ། བྱི་  
བྲག་དུ་བཤད་ན། དེ་དུས་བཅན་པོའི་སྤྱད་དབང་ཐོར་ཞིག་དུ་སྤོང་ནས་ལོ་བརྒྱ་དང་ཉེ་ཤུ་ཙམ་ཡིན་ཞིང་། ཆབ་སྤྱང་ཉམས་ཆག་  
གི་དུས་སྐབས་ཤིག་ཡིན་ཀྱང་། མཁས་པ་སོ་སོས་རང་རང་གི་སེམས་ཤུགས་རྒྱ་ཆེན་པོ་གནད་བ་ལ་བརྟེན་ནས། དུས་སྐབས་དེའི་  
རིག་གནས་འཕེལ་རིམ་ཏེ། ཕྱགས་གཅིག་ནས་རང་རང་གི་ཆོས་བརྒྱུད་སོ་སོས་ཉམས་ལེན་བྱེད་སྤངས་ཀྱི་སྒྲུལ་གསར་དུ་གཏོད་  
པས། ནང་ཆོས་བོད་ཅན་དུ་འགྱུར་བའི་གོ་རིམ་དང་། ཕྱགས་གཅིག་ནས་རང་རང་གི་གྲུབ་མཐའ་བྱུང་གང་ལ་དུ་འགྲོ་བྱིར་ནང་  
བརྟན་བོད་དམངས་ཁྲོད་དུ་སྤེལ་བའི་དབུ་ཚུགས་པ་བྱུང་། དུས་རབས་དེའི་ཁོངས་སུ་རྩི་བཅུན་མི་ལའི་ཐུགས་སྟོབས་ནི་བོད་  
རང་གི་མི་གཤིས་དང་། ཉམས་མཁུར་དག་ནི་རྒྱ་གར་གྱི་དོ་ཉའི་སྤྱད་དང་མི་འདྲ་བར་བོད་ཀྱི་ཚུལ་རིག་གི་འགྱུར་ལུགས་ཤིག་སྟེ།  
དཔེ་མལ་ཆེ་བ་མི་རིགས་རང་གི་རང་བཞིན་ལྡན་པའི་བཅན་པོའི་དུས་ཀྱི་དམངས་སྤྱིའི་སྒྲུལ་བབ་བྱུང་ཞིང་། ལྷ་བ་ནང་ཆོས་སྟོན་  
པའི་ཚུལ་ཆུལ་ཞིག་དུ་འཕེལ་འགྱུར་བྱུང་། དེ་དག་ནི་བོད་ཀྱི་ཚུལ་རིག་དང་ཆོས་ལུགས་རིག་གནས་གང་གི་ཐད་ལ་ཉམས་ཞིབ་  
གནང་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན། མེད་དུ་མི་རུང་བའི་དཔྱད་གཞི་ཡིག་ཆ་ཞིག་ཡིན་པས། རྩི་བཅུན་མི་ལར་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་རྒྱ་ནི། ལམ་  
དགོས་གཏུགས་ཀྱི་གནད་དོན་ཞིག་གོ། དེའི་ཕྱིར། འདིའི་ཐད་ལ་སློབ་ཀྱིན་ནས་དཔྱད་ཞིབ་ཞིག་བྱེད་ཀྱིས་ན་ལེགས་པར་བསམས་ཏེ།  
ལེན་བརྒྱུད་དུ་དགར་ནས་བྲིས་ཡོད། དེ་དག་རེ་རེའི་དོན་བྲིས་ན།

ལེན་དང་པོར། ཞིབ་འཇུག་གི་དམིགས་ཡུལ་དང་དོན་སྤྱིང་དམིགས་སུ་བཀར་ནས་བརྗོད་ཅིང་། དེ་དངོས་འབྲེལ་ལག་ལེན་དུ་  
བསྟར་བའི་ཆེ་ན། སྤར་ཡོད་ཀྱི་དཔྱད་ཞིབ་འབྲས་བུ་དང་འབྲེལ་ཡོད་ཡིག་ཆ། དེའི་ཐད་དུ་གནས་པའི་གནད་དོན་དང་། དེ་དག་  
ཇི་ལྟར་ཐག་གཅོད་དགོས་ཚུལ་སོགས་གསལ་བོར་བརྗོད་ཡོད། ས་བཅད་འདི་ལོགས་སུ་དགར་བའི་རྒྱ་མཆན་ནི། ད་ལྟའི་བར་དུ་  
ང་ཚོའི་ལག་ཟེན་དང་མིག་མཐོང་དུ་བརྒྱུད་པ་ནི། དུས་རབས་བཅོ་ལྔ་བའི་ནང་། གཙང་རྫོབ་ཉེ་རུ་གསུམ་བསྐྱགས་པའི་རྩི་བཅུན་  
མི་ལའི་རྣམ་ཐར་ཐར་བ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ལམ་སྟོན་མཁུར་ཆེང་ས་ཞེས་པ་དེ་ཉིད་ལས། གཞན་པལ་ཆེར་མཇུག་དུ་མེད་  
པས། རྒྱ་བོད་དང་རྒྱ་སེར་ཀུན་གྱིས་དེ་ལ་ཉམས་ཞིབ་ལས་གཞན་ལ་ཞིབ་དཔྱད་བྱེད་པ་མ་མཐོང་བས། དེ་དག་གི་མཆན་བྱང་ཐར་  
ཆགས་དང་། གནད་དོན། རྒྱ་མཆན། ཤུལ་དུ་ལུས་པ་འབྱུང་འགྱུར་དཔྱད་ཞིབ་ཀྱི་དོན་རྣམས་གང་དང་གང་ཡོད་པ་གསལ་བོ་  
བརྗོད་ཡོད།

ལེའུ་གཉིས་པར། རྗེ་བཅུན་མི་ལ་རས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཏེ། ས་བཅད་འདི་ནི་ཚུམ་འདིའི་ནང་དུ་ཐོག་མར་བརྗོད་དགོས་པའི་གནད་དོན་ཞིག་ཡིན་ནའང་། རྣམ་ཐར་དུག་ཏུ་ལྷག་གི་ནང་དུ་བཞེད་ཚུལ་མང་དུ་བྱུང་བས་འབྲུན་ཐག་གཅོད་པ་ཤིན་ཏུ་དཀའ་ཡང་། ཚད་ལྡན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཆ་ཕན་ཚུན་ཞིབ་དུ་བཟུར་ཏེ། འབྲུངས་འདས་ལོ་ཚེ་གས་དང་དགུང་གྲངས་ཐད་གྱི་དོགས་དཔྱད། རུས་དང་མཚན། བྱིས་རྒྱུད་བྱུང་ཚུལ་དང་། བྱིས་རྒྱུད་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན། དེ་ལའང་ས་མིང་དང་མི་མིང་། ཡབ་ཡུམ་གྱི་ལོ་ཚེ་གས། མི་ལ་རས་པའི་གྲངས་རྒྱུན། མི་ལའི་རང་གཤིས་དང་། སྐབས་དེའི་སྤྱི་ཚོགས་ཁྲོད་དུ་གནས་པའི་དབང་ཁྲུལ། བོད་སྤྱི་ཚོགས་ཁྲོད་དུ་རྗེ་བཅུན་མི་ལའི་གོ་གནས་སྐོར་ལ་ཅི་ཅུས་ཀྱིས་དཔྱད་ཞིབ་བྱས་ཡོད།

ལེའུ་གསུམ་པར། རྗེ་བཅུན་མི་ལའི་ལོ་རྒྱུས་སྐོར་མཐའ་ལ་བརྟགས་པའི་རྗེས་སྤྱོད། རྗེ་བཅུན་མི་ལའི་བཅའ་སྐོར་ཚོས་གསལ་ཅན་ཏེ། མཁུར་མ་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་རྒྱ་རྒྱུན་སྐོར་ལུས་དུས་གནས་བབ་དང་ལོ་རྒྱུས་རྒྱབ་ལྗོངས་འབྲེལ་ནས་དཔྱད་བརྗོད་དང་། ལྷག་པར་དུ་མཁུར་དེ་དག་དོན་དམ་དོ་རྟའི་སྤྱི་མན་ཤན་ཤུགས་ཐེབས་ཡོད་མེད་དང་། བཅོན་པོའི་དུས་ཀྱི་མཁུར་གྱི་རྒྱུད་འཛིན་བྱས་པ་ཡོད་མེད་བཅས་ལ་སྐབས་སྐབས་སུ་མཐའ་དཔྱད་དང་བཅས་པ་བཞག་ཡོད།

ལེའུ་བཞི་བར། དུས་རབས་བརྒྱ་གཅིག་པ་དང་བརྒྱ་གཉིས་པའི་ནང་། རྗེ་བཅུན་མི་ལའི་མཁུར་དེ་ཇི་ལྟར་བྱུང་བ་དཔྱད་ཞིབ་བྱས་པའི་རྗེས་སྤྱོད། མཁུར་མ་དེ་དག་ནང་སྟན་གཞུང་མེ་ལོང་མ་དང་བྱི་ཚྭ་གྱིས་ཤན་ཤུགས་ཐེབས་ཡོད་མེད་དང་། དེ་དག་ཇི་ལྟར་ཕྱགས་བསྐྱེད་མཛད་ཚུལ་སྟོར་གྱི་དོགས་དཔྱད་འགོད་རྒྱ་ནི་ཉ་ཅང་གལ་ཆེ་བའི་གནས་ཤིག་ཏུ་མཐོང་། དེའི་ཕྱིར། འདིའི་ནང་དུ་མཁུར་འབྲུལ་མི་འདྲ་བ་དེ་བ་བཞི་ལྷག་གི་བྱུང་འཕེལ་དང་། དེ་དག་ཏུ་བཞག་པའི་མཁུར་མི་འདྲ་བས་མཁུར་མ་སྤྱིའི་དོགས་དཔྱད་དང་། བྱེ་བྲག་ཏུ་མཁུར་ལ་སྟན་ངག་མེ་ལོང་མའི་ཤན་ཤུགས་ཚུལ་དང་། བྱིས་སུ་དར་བའི་ཐ་སྟངས་འགའ་མཁུར་དུ་བྱུང་བ་དེ་དག་དམིགས་སྤྱུག་ནས་དཔྱད་བརྗོད་བྱས་ཡོད།

ལེའུ་ལྔ་བར། མཁུར་མའི་དོགས་དཔྱད་སྟོར་གྱི་དཔྱད་ཞིབ་བྱས་པའི་རྗེས་སྤྱོད། ལུས་དུ་ལུས་པའི་གནད་དོན་ཞིག་ནི། མི་ལ་རས་པའི་མཁུར་མའི་བརྗོད་བྱ་ཡང་སྤྱིང་ཅི་ཞིག་སྟོན་བཞིན་ཡོད་པ་དང་། དེའི་ནང་དུ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཡོངས་སུ་བསྟན་པའི་དགོས་པའམ་དེ་ལྟར་བསྟན་པའི་རྒྱ་མཚན་སྐོར་གས་དེའི་རིག་གནས་ཀྱི་འཕེལ་རིམ་ཏེ། དམངས་ཁྲོད་དུ་བཀའ་གདམས་དགེ་བཤེས་མང་པོས་ལས་འབྲས་ཀྱི་ལྟ་བ་གཙོ་བོ་གསུངས་པའི་སྐབས་དང་ཁེལ་བ་དང་། བཅའ་སྐོར་གྱི་ཆ་ནས་བཤད་པ་ཡིན་ན། བཀའ་གདམས་ལམ་རིམ་པ་གཙོ་བོ་བྱས་ཏེ། ལམ་སྟོན་གྱི་འབྲེལ་བ་འབྲེལ་བཤད་དང་། སློབ་སྦྱོང་གི་གཞུང་མང་པོ་བྱུང་བ་དང་དུས་མཐུན་པས་མཁུར་དུ་འང་ཐུན་མོང་ལམ་སྦྱངས་ཀྱི་སྟོར་མང་དུ་བྱུང་བ་སྐོར་དཔྱད་ཞིབ་བྱས་ཡོད།

ལེའུ་དྲུག་པར། ལེའུ་འདིའི་གོང་དུ། མཁུར་མ་ཇི་ལྟར་བྱུང་ཚུལ་དང་དོགས་དཔྱད། བརྗོད་བྱ་ཅི་སྟོན་པ་སྐོར་དཔྱད་ཞིབ་བྱས་པའི་མཁུག་ཏུ། ད་དུང་གནད་དོན་གལ་ཆེན་ཞིག་ལུས་ཡོད་པ་ནི། རྗེ་བཅུན་མི་ལའི་མཁུར་མའི་བྱུང་ཚོས་ཏེ། གཅིག་ནི་བྱིས་སུ་དར་བའི་སྟན་ངག་མེ་ལོང་མའི་ཤན་ཤུགས་ཡོངས་སུ་བྲལ་ཏེ། བོད་རང་གི་ཚུམ་གཤིས་དང་རྒྱ་རྒྱུས་གང་གི་ཆ་ནས་བོད་རང་གི་

ཚམས་ཉམས་དང་མཐུན་པ་དང། གཅིག་ནི་དེ་ཙམ་དུ་ཡང་མ་བློན་པར་ནང་བསྟན་བོད་ཅན་དུ་འཕྱར་པའི་གོ་རིམ་དང། ཟབ་་་་  
མའི་ཆོས་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་ནམས་དམངས་སྤྱུ་དང་སྦྲར་པའི་ལྷ་ར་མེད་གསར་གཏོང་གི་ཚམས་རིགས་ཤིག་ཡིན་པ་བརྗོད་ཡོད། དེ་ཉམས་  
བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཁོན་ཡང་དུས་རབས་བཅུ་གཅིག་པ་དང་བཅུ་གཉིས་པའི་ནང་དུ། བོད་ཀྱི་ཚམས་ལ་བརྒྱད་པ་ཆེན་པོ་གཉིས་ཡོད་  
དེ། གཅིག་ནི། བསྟན་པ་ལྷ་དར་གྱི་ཡིག་ཐོག་ཚམས་རིག་སྟེ། འཕྱར་ཚམས་མཇུག་དེའི་ཤན་ཤུགས་འོག་བྱུང་པའི་བོད་ཀྱི་མཁས་པས་་  
བཙམས་པའི་ཚམས་ཀྱི་བཞུར་རྒྱུན་རྒྱུད་འཛིན་བྱས་པའི་བཀའ་ཤད་མས་པའི་ཚམས་རིག་དང། གཅིག་ནི། བོད་བཅོམ་བོའི་དུས་སུ་་  
ཡིག་ཐོག་དུ་བཀོད་པའི་དམངས་ཁྲོད་ཚམས་རིག་སྟེ། རྩང་རྟོང་ཡིག་རྟིང་དུ་བྱུང་པའི་མཁུར་སྤྱུ་དེ་དག་ལ་ཟང་གཞི་བྱས་ཤིང།  
བརྗོད་བྱ་དམ་པའི་ཆོས་ལ་སྦྲར་པའི་མཁུར་མ་བྱུང་བ་གཉིས་ལས་ཕྱི་མ་ལ་དབྱེད་ཞིབ་བྱས་ཡོད།

## 内容摘要

世界上的任何民族,具有各自特点的文化背景,这些特点自开始形成以来随着时代的变迁在不同的时间里越来越呈现出丰富多彩、包罗万象、变化多端的景象。谈起西藏文化也便如此,十一世纪涌现出诸多学者并开始形成不同教派,米拉日巴——这位在佛教史上占有重要地位的人物出生和成长在这样的文化氛围中,他一生修行于大多西藏地区,为佛教在西藏的弘扬作出了卓越的贡献,得到了各个教派的充分肯定。具体说来,当时吐蕃王朝的覆灭已有近一百二十年,虽然吐蕃的统一政权早已不复存在,但众多佛学“勇士”踊跃进入了经论研究和著书立说的行列中,相继诞生了不同的教派并为之传唱,给佛教大面积地传入西藏和本土化起到了巨大作用。尤其是深明佛理,重于修道的米拉日巴拥有吃苦耐劳,善解人意,能说会道,思维敏捷等品行,他的每一首道歌深入浅出,以最普通的言语来道出最深刻的道理,既浅显易懂,又妙语如珠,说理合乎一切事物的客观自然规律,能让读者过目不忘,回味无穷。如果研究文学艺术与佛教文化,那么,有关米拉日巴的各种资料是不可或缺和富有价值的,倘若能够对米拉日巴进行比较深入的研究,将对了解佛教后宏期藏族语言、文学、地理、风俗人情等方面会有很大帮助,尤其有助于正确认识佛教对藏族文化的深远影响和两者结合的深刻意义。于是,本人从八个不同角度来进行了研究。其每章主要内容如下:

第一章:阐述研究目的和意义,有关研究方法和文献材料,存在的问题和如何解决问题等。之所以列出本章,主要目的在于说明以目前为止大多国内外学者所进行过的米拉日巴研究中使用的文献资料单一化而造成的片面性结论和主观化现象,介绍本论文所参考的有关米拉日巴的资料书目,不同资料中存在的问题和产生问题的原因所在,以及今后应研究的主要对象和建议等。

第二章:本章主要研究米拉日巴生逝年限和姓氏渊源、家族背景以及由此延伸的若干问题。如有关地名和人名的认识、父母生平、米拉日巴的死因和他的秉性、当时社会制度和米拉日巴在藏族社会中的地位等。

第三章:研究产生道歌的主客观原因和具体社会文化背景,米拉日巴道歌与印度道歌之间有无联系,米拉日巴道歌是否继承和发扬了吐蕃赞普时的道歌形式等。

第四章:研究十一、十二世纪产生的米拉日巴道歌的艺术表现手法是否受到了《诗镜》和后期文学作品的影响,民间的道歌整理者、整理过程、整理目的中存在的问题等。重点研究本文所介绍的40多部道歌本的由来和内容上存在的问题,以及某些后来的新概念出现在道歌之中的原因并由此推出结论等。

第五章:研究米拉日巴道歌的中心思想,道歌所阐明的菩提道次和当时许多噶当派大师在民间以因缘观来宣讲佛理的情况,《菩提道灯论》极其注释等之间所存在的直接或间接关系等。

第六章:较为彻底地研究米拉日巴道歌的内容和形式特点,即形式上不受《诗镜》的任何影响,而是在完全继承藏民族固有的艺术表现手法的基础上有所创新,佛教本土化的过程中首创了以道歌的形式来讲授佛学深理的手法等。藏族文学史上两大文学源流即传承佛经、译著形式的以噶当文学为代表的藏族学者作品和从吐蕃民间文学作品延伸的道歌。本章对后一种进行了研究。

总之,本论文严格遵守有关学术论文准则,避免出现任何未作说明的抄袭他人成果并据为己有的、败坏学术道德的不良现象,避免使用与本论文论旨无关紧要的长话、套话、空话甚至废话等。在实施研究前,本人走访了几乎所有米拉日巴生前所到之处,搜集了大量文献资料和口碑资料,为提高本论文的研究价值进行了科学有效的大量前期工作。在资料整理期间,对几十部不同版本的米拉日巴道歌集进行了比较和分析,罗列出米拉日巴的观点、传记《日月光明》等中所述的米拉日巴的爱憎忧愁和生前所到之处,有关米拉日巴在民间的传说、除了道歌之外,也对来自拉章扎西吉、康区德格印书馆、拉萨和定日等有关米拉日巴的不同版本的著作进行了细致的比较研究。我相信付出的这些辛劳保障了本论文的顺利完成,必将有益于将来的继续研究,发现更成熟的观点或见解。

关键词:米拉日巴 道歌 秉性 比较

## **Study on Milarhiba-A Tibetan Yogi in the Eleven century**

**Any nationality in the world has its own characteristics and cultural background, which has been varying with time, showing more colourful, more profound and more diverse manifestations. It is the same to Tibetan culture. In the 11<sup>th</sup> century, there appeared many scholars who divided Buddhism into different sects, in which Milarhiba, an outstanding with high status in the history of Buddhism, was born and grew up. He preached in most of Tibetan areas all his life, winning his fame among different sects for his great contribution to the spread of Buddhism in Tibet. Concretely speaking, groups of "intrepid knights" of Buddhism devoted themselves in the research work of Buddhism theories and writing books one hundred and twenty years later after the united regime of Tubo disintegrated, which led to different sects that insisted preaching their own doctrines and played an important role in the widely propagation of Buddhism and its localization in Tibet. Milarhiba, with qualities of perseverance, kindness, eloquence and cuteness, narrated his "Buddhist verses" in succinct yet profound words to illustrate a truth, which were easy to be understood for corresponding with objective natural laws and full of magnificent expressions so that the listeners and readers would remember them at a glance and recall them later. So the materials of and about Milarhiba were quite valuable and necessary for the study of literature, art and Buddhism. And if further research work were done on Milarhiba, it would surely be a great help to the understand Tibetan languages, literature, geography and customs during the period of "later spread of Buddhism", and especially, to make a right comprehension of the profound effect of Buddhism to Tibetan culture and the deep significance of their unity. This thesis demonstrates it from eight angles, and the main contents of each chapter are as follows:**

**Chapter One: Research aims and significance, methods and documents, existing problems and the corresponding resolutions are illustrated in this chapter, which aims to disclose the one-sidedness and subjective tendency caused by domestic and overseas scholars for using the same, limited documents until now, which also lists the names of the reference materials, present the questions of different materials and the reasons, and makes a suggestion of the research objects later and some proposals for it, etc.**

**Chapter Two: This chapter mainly focuses on the research of Milarhiba's birth and death, his family background and some other relative questions, such as the names of some places and characters, the life of Milarhiba's parents, the myth of Milarhiba's death and his personality, the then social systems and the status of Milarhiba in the Tibetan society.**

**Chapter Three: This chapter makes an analysis of the subjective and objective reasons about why the genre of "Buddhist verses" came into being and the social cultural background, whether there was any connection between "Milarhiba Buddhist Verses" and "Indian Buddhist**

**Verses", and whether "Milarhiba Buddhist Verses" inherited and developed the "Buddhist Verses" form during the Tubo regime.**

**Chapter Four: This chapter puts its research work on the question that whether the artistic methods used by Milarhiba in his "Buddhist Verses" had been influenced by "The Critical Theory on Verses"(《诗镜》) and the literature after that, and the questions resulting from the editor, process and his aim as well. It emphasizes the origin of more than 40 "Buddhist Verse" editions and their content problems-in which there appeared some new conceptions, and tries to make the conclusion.**

**Chapter Five: This chapter tries to elaborate the theme of Milarhiba's Buddhist Verses, its sequence for practice, the facts of preachments of many eminent monks of Gaju sect,the inter-relationship between "On Buddhism Practice" (《菩提道灯论》)and its notes.**

**Chapter Six: This chapter makes a thorough analysis on the content of Milarhiba's Buddhist Verses and the characteristics of its forms, that is, it wasn't influenced by ""The Critical Theory on Verses"(《诗镜》) at all, on the contrary, it got some innovation on the basis of completely inheriting the stereotyped artistic methods of Tibetans. The form of Buddhist Verses was originally created to announce Buddha Dharma during the process of Buddhism's localization.The two sources of Tibetan literature are as the following: Tibetan scholars' translation works which propagated Buddhist Scripture and belonged to Gadang literature, and Buddhist verses resulting from the folk literature of Tubo. This chapter takes the later one to be studied.**

**Chapters Seven and Eight: Such questions are to be discussed in these two chapters: the profound and long lasting effecting of Milarhiba's Buddhist Verses to the subsequent literature, the relations between Milarhiba's Buddhist Verses and those in the documents of Dunhuang, the common characteristics of Gesar and the Buddhist verses and the phenomenon that they draw lessons from each other.**

**In short, this thesis comply with the academic regulations strictly, avoiding any degraded phenomena such as plagiarism and other corrupted conducts and discarding using those meaningless, hollow and waste words. I visited almost all the places that had been reached by Milarhiba and collected a large amount of documents and oral materials and did much effective work to promote the value of this paper before I got down to work.I made a comparative analysis on dozens of different editions of Milarhiba's Buddhist Verses, listing the viewpoints of Milarhiba and his happiness, sorrows and places he had visited depicted**

**in the legend "Brightness of the Moon and the Sun"(《日月光明》), the legends about him in the folks. What is more, I made a comparative research in detail of the different editions about Milarhiba from Lazhangzaxiji, Dege press in Kang area, lasa and Dingri areas. I believe that my devoted efforts has guaranteed the completeness of this paper which will be a bit helpful to further study in the future, finding out more mature ideas or comments.**

**Keyword: Milarhiba, Buddhist verses, personality, comparison**



# དཀར་ཆག

སྒྲིང་གཞི། .....	1
ས་བཅད་དང་པོ། ཞིབ་འཇུག་གི་དམིགས་ཡུལ། .....	3
དང་པོ། དམིགས་ཡུལ་དང་དོན་སྟོང་། .....	3
གཉིས་པ། གནས་བབ་དང་འབྲེལ་ཡོད་ཡིག་ཆ། .....	7
ས་བཅད་གཉིས་པ། ལྷ་རྒྱལ། .....	14
དང་པོ། ལོ་ཆོག་སྐུ། .....	14
གཅིག་ འཁྲུངས་འདས་ལོ་ཆོག་གི་མཐའ་དཔྱད། .....	14
གཉིས། དགྲའ་གངས་ཐད་གི་མཐའ་དཔྱད། .....	23
གཉིས་པ། རུས་མཆོན། .....	42
གཅིག་ རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་རུས། .....	42
གཉིས། རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་མཆོན། .....	51
གསུམ་པ། བྱིམ་རྒྱུད། .....	55
གཅིག་ བྱིམ་རྒྱུད་གི་བྱུང་ཚུལ་དང་གནས་གཞིའི་ཤུལ། .....	55
གཉིས། བྱིམ་རྒྱུད་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་འགའ། .....	62
གསུམ། མི་ལ་རས་པ་གྲོངས་རྒྱུ། .....	74
བཞི། བྱིམ་རྒྱུད་གི་གཤེས་ཀ། .....	87
ལྔ། རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་དབང་ཁལ་གི་སྐོར། .....	97
དྲུག་ བོད་སྤྱི་ཆོག་སྐོར་ཁྲོད་ལྷ་མོ་ལའི་གོ་གནས། .....	101
ས་བཅད་གསུམ་པ། མཁུར་མ་བྱུང་བའི་རྒྱ་རྒྱུན། .....	110
དང་པོ། མཁུར་མ་བྱུང་བའི་རྒྱ། .....	110
གཅིག་ ངག་བདེ་ཞིང་སྤྱི་མཆོད་གཞི་ལྡན་པ། .....	110
གཉིས། ཉམས་རྒྱུ་གས་བརྗོད་པ། .....	119
གཉིས་པ། མཁུར་མ་བྱུང་བའི་རྒྱུ་བཤད་པ། .....	123
གཅིག་ སྤྱི་ཆོག་གི་གནས་བབ། .....	123

གཉིས། རྫོང་ལྷན་གྱི་གསུལ་བྱ་མེད་པ།.....	132
ས་བཅད་བཞི་བ། མི་ལ་རས་པའི་མགུར་མའི་དོགས་དཔྱད།.....	135
དང་པོ། མི་ལའི་མགུར་མ་སྤྱིའི་དོགས་དཔྱད།.....	135
གཉིས་པ། མགུར་མའི་དོགས་དཔྱད་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ།.....	147
གཅིག་ རྩམ་ཉམས་ལ་མེ་ལོང་མའི་ཤན་ཞུགས་པ།.....	147
གཉིས། རྫོང་བྱེད་ལ་ཐ་སྟངས་འགའི་ཤན་ཞུགས་པ།.....	161
གསུམ། མགུར་མ་ལས་ལུང་བསྟན་གྱི་རྒྱུ།.....	174
ས་བཅད་ལྔ་བ། མི་ལ་རས་པའི་མགུར་མའི་བརྗོད་བྱ།.....	178
དང་པོ། ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཡོངས་སུ་ཆང་མིན།.....	179
གཉིས་པ། ལམ་གྱི་རིམ་པ་རི་ལྟར་བསྟན་པ།.....	186
གཅིག་ ལམ་གྱི་རྩོན་འགྲོ་.....	186
གཉིས། རྩེས་བུ་ཆུང་དུ་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་ལ་སློབ་སྦྱངས་པ།.....	194
གསུམ། རྩེས་བུ་འབྲིང་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་ལ་སློབ་སྦྱངས་པ།.....	207
བཞི། རྩེས་བུ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལ་སློབ་སྦྱངས་པ།.....	220
ས་བཅད་དྲུག་པ། མི་ལ་རས་པའི་མགུར་མའི་བྱང་ཆོས།.....	237
དང་པོ། བོད་རང་གི་རྩམ་ཉམས་དང་མཐུན་པ།.....	237
གཅིག་ རྩམ་གཤེས་ཀྱི་ཆན་ས།.....	238
གཉིས། སྤྱི་ཚལ་གྱི་ཆན་ས།.....	245
གཉིས་པ། ཆོས་ཀྱི་རྟེན་པ་བསྐྱེས་པ།.....	276
གཅིག་ བྱང་བསྟན་བོད་ཅན་དུ་འགྱུར་བ།.....	277
གཉིས། གསར་དུ་གཏོང་པའི་ལམ་སྟོན།.....	286
དོན་སྦྱང་པ།.....	291
བྱུང་བཀོད།.....	294
བོད་ཡིག་གི་དཔྱད་གཞི་ཡིག་ཆ།.....	299



དུས་རབས་བཅུ་གཅིག་པའི་ནང་དུ་བྱོན་པའི་བོད་ཀྱི་ནལ་འབྱོར་བ་རྩེ་བཅུན་མི་ལ་  
རས་པར་དབྱང་པ།

སྒྲིང་གཞི།

རྩེ་བཅུན་མི་ལ་རས་པ་ (1040-1123) བློ་དུས་རབས་བཅུ་གཅིག་པ་དང་བཅུ་གཉིས་པའི་ནང་འཆོ་.....  
གཞིས་གནང་བའི་བོད་ཀྱི་སྐྱོན་ངག་པ་དང་བསམ་སྒྲོ་བ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། ཚུལ་རིག་གི་ཆ་ནས་བཤད་ན། རྩེ་བཅུན་  
ཀྱི་དོ་ཉའི་སྤྱད་དང་། སྒྲུ་མ་མར་བ་ལོ་སྤྱོད་བ་དང་། དེའི་བརྒྱུད་པ་དང་བཅས་པའི་མཁུར་འབྲུམ་དང་མི་འདྲ་  
བར། མི་རིགས་ཀྱི་བྱུང་ཆོས་དང་རང་བཞིན་མཆོན་ཀློང་པའི་ཚོམ་གྱི་སྒྱུ་རྩལ་ཞིག་གསར་དུ་གཏོད་པ་དང་།  
ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཆ་ནས་བཤད་ན། ཕྱི་དར་ནས་གསང་སྤྲུགས་བྱུང་གདལ་དུ་དར་བ་དང་བསྐྱོན་ནས། ཆོས་  
བརྒྱུད་མི་འདྲ་བའི་དབང་གིས་གདལ་བྱ་འཁྲིད་པའི་ཐབས་སུ་བྱུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ལྟ་བའི་ཉམས་ལེན་.....  
བྱེད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་བྱུང་བས། མདོ་སྤྲུགས་བྱུང་འབྲེལ་གྱི་གདམས་པ་ཉམས་ལེན་བྱེད་ཚུལ་ཐད། སྤྱབ་  
མཐའ་རེ་རེ་ལ་དཔེར་ན། གཙོད་དང་ལམ་འབྲས་སོགས་མདོ་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲིང་བོ་ཁོལ་དུ་བྱུང་བའི་གདམས་པ་  
བྱུང་བ་ལྟར། རྩེ་བཅུན་མི་ལས་ཀྱང་སྤྱབ་བརྒྱུད་ཀྱི་བསྟན་པ་ཉམས་སུ་སྒྲངས་ནས། དུག་ཆེན་གྱི་ལྟ་བ་གསར་  
དུ་གཏོད་པས་དེའི་རྩིས་འབྲངས་དང་བཅས་པ་ལ་ནམ་གངས་མང་བོ་ཞིག་དར་སྤེལ་བྱུང་བར་ངེས། དེའི་  
སྐབས་ཀྱིས་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་མངའ་ཁོངས་སུ་འདྲེལ་བསམ་སྒྲོ་བ་ཞིག་ཡིན་པར་བརྗོད་པ་ཅམ་མ་ཡིན་པར།  
ཁོང་གི་སྤྲུགས་སྤྱོད་དང་སྤྱོད་ལམ་དེ་ལམ་རིམ་གྱི་གཞུང་ནམས་སྤྱོད་དལ་འབྱོར་མཆོན་ཉིད་པ་སྟེ། མདོ་ན་  
མཐོའི་རྟེན་བྱུང་པར་བ་ནམ་སྤྱོད་ཡོན་ཏན་བརྒྱུད་ལྟར་ལས། ལུས་སེམས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཆེ་བའི་མཆོན་གཞིར་.....  
བགྲངས་ཡོད་ལ། ཆོ་གཅིག་ལ་ཉམས་ལེན་གཙང་སེང་བ་གནང་སྟེ། རྟོགས་པ་སྤོང་དུ་བརྗོད་པས་ནལ་.....  
འབྱོར་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནམ་ཐིག་ལྟ་བུ་བྱུར། དེའི་ཕྱིས་སུ་རྩེ་ཙོང་ཁ་བའི་བསྟན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཆོ་.....  
གཅིག་ལུས་གཅིག་ལ་སངས་རྒྱས་པར་གྲགས་པའི་དཔེན་སྒྲོ་བཟང་དོན་གྱུ་བྱེད་ཀྱི་ཞལ་ནས་ཀྱང་། རྩེ་དུས་  
ཀྱི་མིང་ལ་རས་པ་དང་། །ད་དུས་ཀྱི་སྤྱོད་བཟང་དོན་གྱུ་བ་ལ། །འཕྲལ་ཆས་ཀྱི་ཟས་གོས་མ་གཏོགས་པ། །ཁོར་  
དངོས་པོ་འཛིན་པས་དགོས་པ་མེད། །ཆོ་གཅིག་ལ་སངས་རྒྱས་བསྐྱབ་པ་ལ། །དེ་འདྲའི་སྤྱོད་ལ་ལེགས་  
གནས་ནས། །ཞེས་མིག་སྟོན་བྱེད་པའི་གཞི་གཅིག་སུ་བྱུང་བས། ཆོས་ལུགས་ཐད་དུ་འང་གོ་གནས་ངེས་ཅན་  
ཞིག་བཟུང་ཡོད་པ་རྟོགས་པར་བྱས།

དེ་དུས་ནང་བསྟན་བོད་ཅན་དུ་འགྱུར་བའི་གོ་རིམ་སྟེ། བཀའ་གདམས་པའི་དགེ་བཤེས་འབྲོམ་སྟོན་པ་

དང་། རྫོང་རྒྱུ་བ། བོ་རྟོ་བ་སོགས་ཀྱིས་དབུས་སྤྱོད་སྤྱོད་བཀའ་གདམས་གཞུང་རྒྱལ་ཉམས་ལེན་དང་། རྫོང་རྫོང་ལྷན་ཤེས་རབ་སོགས་ཀྱིས་ཆོད་མའི་འཆད་ཉན་དང་། ས་དམ་པ་སངས་རྒྱས་དང་། ལའོན་དཀོན་མཆོག་རྒྱལ་བོ་སོགས་ཀྱིས་གཙང་གི་སྤྱོད་སྤྱོད་དང་། མར་བ་ལོ་རྫོང་བ་སོགས་ཀྱིས་སྤྱོད་ལའི་སྤྱོད་སྤྱོད་གསང་སྤྱོད་སྤྱོད་མའི་གདམས་པའི་རྒྱུ་རྒྱུ་མ་ཆད་པར་སྤྱོད་པས། བྱང་བསྟན་བོད་ཅན་དུ་འགྱུར་བའི་དུས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཤིག་དབུ་ཚུགས་པ་བྱུང་། རྫོང་བསྟན་མི་ལ་ཞི་གནས་བཅའ་ཞི་བྱང་དུ། རྒྱལ་བསྟན་ཀྱི་བསྟན་པ་ཉམས་ལེན་མཐའ་འཁྱོལ་བ་གནང་སྟེ། དཀོན་པ་བདག་དུ་མ་བཟུང་བར་གནས་ངེས་མེད་དུ་སྤྱོད་གིས་གཟུན་འཛོལ་བ་ལྟར་ཕེབས་ནས་གདུལ་བྱའི་ཁམས་དང་མཐུན་པར། རྣམ་པ་དམངས་སྤྱོད་སྤྱོད་པའི་མཁུར་ལ་དཔེ་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ལ་ཞུས་ལས་འབྲས་སོགས་ཆོས་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་ལུན་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་པས། བྱང་བསྟན་བྱུང་གདུལ་དུ་དར་བ་ལ་སྤྱོད་མེད་ཀྱི་སྤྱོད་ཞིག་ཆགས་པ་བྱུང་།

## ས་བཅད་དང་པོ། ཞིབ་འཇུག་གི་དམིགས་ཡུལ།

### དང་པོ། དམིགས་ཡུལ་དང་དོན་སྟོང་།

ཇི་བཅུན་མི་ལ་རས་པ་ནི་ཀུན་གྱིས་མཁྱེན་གསལ་ལྟར། ཆོས་ལུགས་ཀྱི་མངའ་ཁོངས་སུ་སྒྲུབ་པ་ཉམས་ལེན་གྱི་བརྟན་པ་ཉམས་བཞེས་མཐའ་འཁྱོལ་གནང་ནས། བོད་རང་དབྱེ་གཅིག་ལུས་གཅིག་ལ་སངས་རྒྱས་པའི་ཚད་གཞི་འདྲིལ་སའི་གང་ཟག་ཅིག་ཡིན་པས། ཕྱིས་སུ་གྲུབ་མཐའ་རིས་མེད་ཀྱིས་བཀྲུ་བའི་ནལ་འབྱོར་བ་ཆེན་མོ་ཞིག་གོ། དེ་ཡང་། སྐབས་དེར་ཇི་བཅུན་མི་ལ་ཉུ་བུ་མཁས་པ་མ་བྱང་བ་མིན་ཏེ། དུས་རབས་བཅུ་གཅིག་པ་དང་བཅུ་གཉིས་པའི་ནང་དུ། རང་རེ་ལ་སྐད་གྲགས་ཆེ་བའི་མཁས་པ་གསང་བུ་དགོན་པ་འདེབས་པ་པོ་རྟོག་ལེགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་། གངས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་འདིར་བཤད་སྒྲུབ་གཉིས་ཀའི་.....བརྟན་པའི་བདག་པོ་གྱུར་བ་མར་བ་ལོ་རྒྱ་བ་ཆོས་ཀྱི་སློ་བྱོས་(1002—1085)། ཆོས་འཆད་པ་ལ་མཁས་པར་...གྲགས་པའི་དགེ་བཤེས་པོ་རྟོ་བ་(1027—1105)། བོད་དུ་ཚད་མའི་འཆད་ཉན་ཐོག་མར་དར་སྤེལ་མཛད་མཁན་རྟོག་སློ་ལུན་ཤེས་རབ་(1059—1109) དང་། ཤངས་པ་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་གྲུབ་མཐའ་སྤེལ་གཏོང་དེ། དགོན་པ་བརྒྱ་དང་བརྒྱུད་ལྷག་ཕྱག་བཏབ་ཅིང་། སྤྱི་ཆེ་སྤྱད་དུ་སློབ་མ་ཁྲི་བརྒྱུད་ཅན་བསྐྱེད་པའི་མཁས་པ་གྲུབ་པོ་རྣལ་འབྱོར་བ། རྩོ་བོ་ཨ་ཏི་ཤ་བོད་དུ་གདན་དྲངས་ནས་བཀའ་དྲིན་ཆེ་བས་སྐབས་དེར་བོད་...སྟོན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སློབ་དཔོན་དུ་འབོད་པའི་ནག་ཆོ་ལོ་རྒྱ་བ་(1011—1064)། དུགས་པོ་དབང་རྒྱལ་དང་། ར་ལོ་(1016—1198)། གཉན་ལོ་ཚད་མ་ནམ་ངེས་འགྲེལ་བཤད་བསྐྱར་མཁན་ཁྲུང་བོ་ཆོས་བཙོན། དོན་ཞགས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་ཆེ་བའི་བ་རི་ལོ་རྒྱ་བ་(1040—1111)། ཏིང་འཛིན་ཤིན་ཏུ་བརྟན་པའི་དགེ་བཤེས་སྤེལ་བྱུང་བ་(1042—1118)། དབུས་ཀྱི་ཉི་ཁྲ་བྱུང་གཅིག་ཏུ་གྲགས་པའི་ཤ་ར་བ་(1070—1141) དང་། དགེ་བཤེས་...སྤང་ཐང་བ་(1054—1123) གཉིས། དགོན་ལྗེའི་སློབ་གཉེར་སློབ་གསོའི་ཤིང་རྟའི་སྤེལ་འབྲེད་ལྷ་བ་ཆོས་ཀྱི་...མེད་གོ་(1109—1169) དཔལ་ལྷན་ས་སྐྱ་དགོན་ཕྱག་འདེབས་གནང་མཁན་འཁོན་དཀོན་མཆོག་རྒྱལ་པོ་(1034—1102) དང་། ལྷ་སྟོན་བཙོན་འགྲུས་གཡུང་དྲུང་(1011—1074) དང་། འབྲོམ་སྟོན་པ་རྒྱལ་བའི་འབྲུང་གནས་(1004—1064)། འགོས་ཁྲག་པ་ལྷས་བཅས་སོགས་འཆད་ཉན་སྤྱིར་བའི་སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་དང་། གཞུང་བསྐྱར་ཁུས་མཛད་པའི་ལོ་རྒྱ་བ། ཉམས་ལེན་ཆེ་གཅིག་ཏུ་གཞུང་བའི་ནལ་འབྱོར་བ་ཤིན་ཏུ་མང་པོ་བྱོན་ཏེ། རྩོ་བོ་རྩེ་ནས་བཀའ་གདམས་པར་བརྒྱུད་པའི་ལམ་རིམ་དང་། སློབ་སྦྱོང་གི་གདམས་པ་དང་། རྟོག་ལོ་ཡབ་སྲས་སོགས་ནས་བརྒྱུད་པའི་མཛོན་པ། སར་ཕྱིན། དབུ་ཚད་ཀྱི་གཞུང་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་བཤད་སྤེལ་

དང། མར་འགོས་སྐྱེས་ལས་བརྒྱད་པའི་གསང་འདུས། ར་འབྲོ་ཤོང་སྐྱེས་ལས་བརྒྱད་པའི་དུས་འཁོར། ས་  
 ཆེན་ཡབ་སྐུས་སྐྱེས་ལས་བརྒྱད་པའི་བདེ་མཆོག་དང། དགེས་རྟོག་དམར་གྱི་སྒྲ་མ་རྣམས་ལས་བརྒྱད་  
 པའི་གསང་བདག་འཁོར་ལོ་ཆེན་པོ་དང། ར་སྐྱོའང་གསུམ་ལས་བརྒྱད་པའི་དམར་ནག་འཛིགས་གསུམ་མོ་  
 གྱིས་མཆོན་རྒྱུ་སྟེ་བཞིའི་དབང་དང་རྒྱུད་ཀྱི་བཤད་པ་མན་ངག་མཐའ་ཡས་པའི་ཁྱད་སྒྲུབ་རྣམས་པལ་ཆེ་བ་  
 དེ་དུས་དར་བ་ཡིན་ཞིང། མཁས་བརྒྱའམ་མཁན་སློང་གི་གནས་བབ་དེའི་ནང་དུ་སྐབས་དེར་རྩེ་བཅུན་མི་ལ་ལ་  
 འཕྲིན་ལས་ཆེར་མ་རྒྱས་པར་མངོན་ཏེ། ཁོང་ལ་མར་བ་ལོ་སྤྲོ་བས་བདེ་དགེས་གསང་འདུས་དང་གདན་བཞི།  
 སངས་རྒྱས་ཐོད་པ། མ་རྒྱ་མ་ཡ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུད་དབང་སྒྲུབ་ཐབས་རིམ་པ་གཉིས་དང་བཅས་པ་སྟོང་པོ་དོན་  
 གྱི་སྐོར་རྣམས་མཐར་ཕྱིན་པ་གནང་ཡང། སྒྲུབ་བརྒྱུད་ཀྱི་བཀའ་བབས་པས་རྒྱུད་འཛིན་རྒྱས་ཀྱང་བཤད་མོད་  
 རྒྱུན་བདེ་མཆོག་ལས་མ་དར་བ་ལས་ ཀྱང་ཤེས་པར་ཅུས། རིམ་གྱིས་མགུར་མ་དང་སྟོན་ལམ་ཉམས་བཞེས་  
 མཛད་སྒྲིལ་དེས་བོད་ཁམས་ཁོར་མོ་ཡུག་དུ་མཁས་པ་གཞན་དང་གཞན་གྱི་མཛད་འཕྲིན་དང་སྟོན་གསུམ་  
 ལས་ཆད་དུ་བཀའ་བ་བྱུང་། ད་ལྟ་ཡིན་ནའང། རྩེ་བཅུན་ཞིང་དུ་གཤེགས་པ་ནས་ལོ་ངོ་བརྒྱ་བརྒྱད་ལྟ་  
 གིས་ཆོད་ནའང། ད་དུང་བོད་མི་རྣམས་ཀྱིས་མགུར་སྒྲུབ་བཞེངས་པའི་ཆོན་རྩེ་བཅུན་མི་ལ་བྲན་ཞིང། རྩེ་  
 བཅུན་མི་ལ་སློང་བའི་ཆོན་ཞ། ཁོང་གི་ཐུགས་སྟོབས་དང་དཀའ་སྤྱད། མགུར་མ་རྣམས་བྲན་འོངས། མགུར་  
 མ་དེ་དག་སྟོག་པའམ་གསན་པའི་ཆོན་གདུལ་བྱ་དང་པ་ཅན་དག་ལ་ནི། མིག་ལ་ཐུབ་མེད་ཀྱི་མཆི་མ་དང།  
 སེམས་ལ་བཟོད་མེད་ཀྱི་དང་པ་ཞིག་ངང་གིས་འཕྱར་འོངས་པ་མངོན་སུམ་དུ་གྱུ་ཅིང། སྤར་མཆོན་ཉིད་  
 ཀྱི་གྲ་ས་ཆེན་པོ་རྣམས་སུའང་རྣམ་ཐར་ལོ་རྒྱས་དང་མགུར་མ་མངལ་བའི་ཆོན་དགེ་བཤེས་འགའ་རེ་ནི་  
 རྩེ་བཅུན་གྱི་མི་འགྲུལ་པར་རི་ཁྲོད་དབེན་གནས་ལ་ཞེན་ཞིང་ཤོར་བའི་ཉེན་ཁ་བྱུང་བའི་སྐབས་ཀྱིས། རྩེ་བཅུན་  
 ཀྱི་མགུར་མ་དཔེ་གཟིགས་གནང་བར་བཀའ་བཏུན་དང་བཀའ་སྟོན་གནང་བའང་བྱུང་བར་གྲགས། ཡིན་  
 ནའང། དམངས་ཁྲོད་རང་དུ་ནི། ཤིན་སྟོན་གྱི་སྐབས་དག་དུ་དགོ་ཆོས་སུ་མགུར་དང་མ་ཁེ་བསྐྱལ་བ་ལ་  
 གཞིགས་ཆོ། བོད་ཀྱི་ཆོས་སྐལ་མ་ཁེ་ཡིག་རྒྱལ་དང་མཉམ་པའི་ཆད་དུ་བཞག་ཡོད་པར་རྩེ་སུ་དཔག་པར་  
 ཅུས་སོ། །

བོད་ལ་གསུང་རྩལ་རི་བོ་ལྟར་དཔང་མཐོ་ཞིང་གཏོས་ཆེ་བ་ཡིན་ནའང། རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་མགུར་མ་  
 དེས་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཆོགས་ལ་དེ་འདྲའི་ཤུགས་རྒྱུན་ཐེབས་པ་ཅི་ཡིན་པ་དང། མགུར་མ་དེ་དག་རྩེ་བཅུན་རང་  
 གིས་བཞེངས་པ་ཡིན་མིན་གྱི་དོགས་པ། ལམ་རིམ་གཞུང་རྣམས་སུ་རྩེ་བཅུན་གྱི་ཀྱན་སྟོན་ཆད་མཐོན་པོར་  
 བཅེ་བའི་རྒྱ་མཆོན། ཁོར་ཡུག་དེ་ལྟ་བུའི་ནང་རྩེ་བཅུན་ལ་སེམས་ཤུགས་དེ་འདྲ་བྱུང་བ་དང། དབེན་  
 གནས་འགྲུལ་པའི་རྒྱ་མཆོན། གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་ཉམས་བཞེས་གནང་མཁན་ཞིག་ཡིན་ནའང། མགུར་དུ་ཐུན་  
 མོང་ལམ་སྤངས་སྐོར་མང་དུ་གསུངས་པའི་རྒྱ་མཆོན། མགུར་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་ཕྱིས་སུ་རྩལ་རིག་དེ་

འདྲ་མང་དུ་བྱུང་བའི་རྒྱ་མཚན། མཁུར་ལའང་མཁུར་འབྲུམ་དུ་གྲགས་པ་མི་འདྲ་བ་བྱུང་བའི་རྒྱ་མཚན་མོ་  
 སྐྱེས་ཐེ་ཚེ་དང་དབྱེད་གཞི་མང་བོ་ཞིག་ད་ལྟ་སྤྱད་པ་མ་བཞུགས་པར་གནས་པས། འདི་དག  
 ཐར་ཆགས་སུ་དབྱེད་ཞིབ་བྱེད་ཅུས་ན་ལེགས་པར་སེམས་ཏེ། དབྱེད་གཞི་མང་བོ་ཞིག་ལ་དུ་མའི་རྩོན་ནས་  
 བསྐྱུ་བྱེད་དང་ཉར་ཆགས་བྱས་པ་ཡིན།

དེ་ལྟར་རྗེ་བཙུན་མི་ལ་རས་པའི་དབྱེད་ཞིབ་བརྒྱད། གཅིག་ནས། ཆེས་ནས་བཤད་ན། བོད་དང་། རྒྱ་  
 རག་རྒྱ་སེར་གྱི་ཡིག་རིགས་ལ་རྒྱས་ཡིག་ཆ་མང་བོ་ཞིག་གི་ནང་། གསལ་ཁ་མ་ཐོན་པ་རྣམས་ཐག་གཅོད་མོད་མོད་  
 བྱེད་ཅུས་པ་དང་། དེ་ཡང་། མཁུར་འབྲུམ་གཅིག་ཤར་མཚོན་ནའང་། ད་ལྟ་དངོས་སུ་ལག་དུ་སོན་པ་མཁུར་  
 འབྲུམ་ཅུང་མི་འདྲ་བ་ཁ་ཚང་བཞི་དང་། རྣམ་ཐར་སྤར་དཀར་ཆག་རྣམས་སུ་མི་གསལ་མང་བོ་ཞིག་ཉིད་མོད་  
 སོན་བྱུང་བས་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་གྱི་འཕོ་འགྱུར་ཏེ། ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་རྣམས་རྗེ་རྒྱས་རྗེ་ལེགས་དང་། བརྗོད་བྱ་ཐུན་  
 སུམ་ཚོགས་པའམ་ཐུན་མོང་སྤང་དོ་ལས་བརྒྱུ་ཏེ། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མཛད་པ་གཞིར་བཞག་པ་ཞིག་དུ་  
 འགྱུར་བའམ་ཁ་སྐོང་བ་ཤེས་པར་ཅུས་པ་དང་། རྒྱུགས་གཞན་ནས། སྤར་ཡོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡང་དག་མང་བོ་  
 ཞིག་དུས་ཀྱི་དབང་གིས་གྲུབ་མཐའི་རྒྱུགས་ཞེན་དུ་འགྱུར་བར་དོགས་ནས་བཟོ་བཅོས་དང་། ལ་ལ་ནི་མི་  
 ལའི་མཚན་སྟན་ལ་གཞོད་དུ་དོགས་ནས་རྗེ་ལེགས་སུ་བཅོས་པའང་ཡོད་པ་དང་། གཉིས་ནས། བྱེད་བྲག་དུ་  
 ཡིག་ཆ་དེ་དག་སྤྱི་ཕྱི་ཕན་ཚུན་བསྐྱར་བ་ལས། གང་ཡང་དག་དང་གང་བཟོ་བཅོས་ཀྱི་དབྱེད་པ་པལ་ཆེར་  
 དགར་བར་ཅུས་ཤིང་། དེའི་ཆུང་གཞིའི་སྟེང་། ད་གཞོད་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་བྱིམ་རྒྱུད་ཀྱི་བྱུང་འབེལ་དང་། ས་  
 མིང་མི་མིང་དང་། ལོ་ཆོགས། བྱིམ་རྒྱུད་ཀྱི་རང་གཤིས་དང་མི་ལའི་ཐུགས་གཤིས་ག་འདྲ་ཡིན་པ་ཉ་ལམ་ཅུང་  
 རྗེས་སུ་དཔྱད་པར་ཅུས་པ་དང་། གསུམ་ནས། རྣམ་ཐར་དང་མཁུར་འབྲུམ་མང་བོ་གྲུང་བསྐྱེགས་ཏེ་མོད་  
 བསྐྱར་ཆོ། མཁུར་མའི་འགྱུར་ལྡོག་དང་། རྗེ་ལྟར་དམངས་ཁྲོད་ནས་བསྐྱེད་ཀྱི་དང་། བསྐྱེད་ཐང་དུ་གནས་  
 པའི་གནད་དོན་མང་བོ་ཞིག་སྤྱད་པ་འབྱར་ན་འབྲས་བུ་ཐུགས་ལ་ཐོན་པ་དང་། བཞིན་ནས། རྣམ་ཐར་དེ་  
 དག་དུ་སྐབས་སྐབས་ཀྱི་གནས་བབ་རྣམས་གསལ་ཁ་བྱེ་བའི་ས་བོན་མི་ཉུང་བ་གནས་པས། རང་རེ་ཕྱི་  
 རབས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཕྱི་དར་གྱི་ལོ་རྒྱུས་སམ་དུས་བབ་ཞིབ་འཇུག་ལ་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་ཡིག་ཆ་མང་དུ་མོད་  
 ཡོད་པ་དང་། བྱུང་པར་དུ་དེ་དུས་བཀའ་གདམས་པ་ལ་འཆད་ཉན་རྒྱ་ཆེར་དར་བའི་སྤང་ཡིན་ཏེ། སྤྱི་ལོ་  
 1093 ལོར་རྒྱ་ལོ་ལྷན་ཤེས་རབ་ཀྱིས་སློབ་མ་དཔེ་འགྲེམས་པ་ཁྱི་གཉིས་དང་སུམ་སྟོང་ལྷག་ཙམ་ལ་ཆོས་རྒྱ་  
 ཆེར་གསུངས་པ་དང་། མཁས་གྲུབ་བྱུང་བོ་རྣམ་འབྱོར་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་དུ་སློབ་མ་ཁྱི་བརྒྱད་ཙམ་ཆོགས་པ་རྣམ་  
 ཐར་མང་བོའི་ནང་ཐོན་ཡོད་པ་དང་། དགེ་བཤེས་པོ་ཉོ་བའི་སྐབས་སུ་སློབ་མ་སྟོང་སུམ་བརྒྱ་ལྷག་འདུས་  
 པར་བཤད་པ་དང་། རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་གྲོགས་པོ་སྤྱི་ལྷན་བཞུགས་པ་སྟོང་སུམ་བརྒྱ་ལྷག་འདུས་པ་དང་།  
 དབུས་ཀྱི་ཉི་ཟླ་བྱུང་གཅིག་དུ་གྲགས་པའི་ཤ་ར་བ་ (1070—1141) དང་། དགེ་བཤེས་སྤང་ཐང་བ་



(1054—1123) གཉིས་ལས་སྒྲུ་མས་འདུས་པ་སྤྲུལ་སྤྲོད་ཅམ་དང། ཕྱི་མས་གྲུ་བ་ཉིས་སྤྲོད་ཅམ་གྱི་ཆོགས་པ་  
 བསྐྱུངས་པ་སོགས་ལས། ལུང་གི་འཆད་ཉན་ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པ་ཤེས་པར་རུས་པས། གནས་བབ་དེའི་ནང་  
 འཆད་ཉན་མ་གནང་བར་སྐྱབ་པ་ཁོ་ནར་གཞིལ་བར་སྤྱི་ཆོགས་སྤྲོད་གོ་གནས་མེད་པའི་བསྐྱོད་དང། རྗེ་ཙང་  
 ལ་བས་བཅམས་པའི་རྟོགས་བརྗོད་འདུན་ལེགས་མའི་ནང་དུའང། འདི་ན་རྗོགས་སངས་རྒྱས་སུ་བསྐྱོད་པ་  
 ལ། །ཟབ་མོ་རྗོ་རྗོ་ཐེག་དང་ཕར་ཕྱིན་དང། །རྣམ་པ་གཉིས་ཡོད་གསང་སྤྲུགས་ཕར་ཕྱིན་ལས། །ཤིན་ཏུ་  
 རྒྱད་པར་འཕགས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས། །ཉི་མ་ལྷ་བ་ལྟ་བུར་ཀུན་ཏུ་གྲགས། །ཆོག་དེ་བདེན་པའི་ཆོག་ཏུ་འདོད་  
 བཞིན་དུ། །ཟབ་མོའི་ཐེག་དེ་རི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཅེས། །འཆོལ་བར་མི་བྱེད་མཁས་པའི་ཁྱུང་འཛིན་པ། །དེ་  
 འདྲ་དེ་ཡང་ཤེས་རབ་ཅན་ཡིན་ན། །དེ་ལས་གཞན་པའི་དབང་བོ་རྩལ་བོ་གང་། །ཤིན་ཏུ་ཕྱད་དཀའ་གོང་  
 ན་མེད་པའི་ལས། །འདི་འདྲ་ཡལ་བར་འདྲོར་བ་ཀྱི་མའོ་མཆོར། །ཞེས་བཀའ་གདམས་པའི་སྐྱེ་ཆེན་པོ་.....  
 ཐོག་མར་གྲགས་པར་བྱེད་པའི་པོ་རྟོ་བ་ལྟ་བུར་ཟུར་ཟུར་མཛད་པ་དེ་ལ་གཞིགས་ཆོ། ལྷ་བ་གདམས་གོང་མ་  
 དག་གིས་གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་གདུལ་བྱ་མེད་པར་བསམས་ནས། གསང་བ་སྤྲུགས་ཀྱི་སྐོར་དམ་བསྐྱུགས་མཛད་  
 ཀྱང་། ཕྱིས་སུ་རྗོ་རྟོ་བ་ལྟ་བུ་ལའང་གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་སྐོར་རྣམ་དག་ཡིན་མིན་ཐད་ཐེ་ཆོས་བཞེས་པས།  
 འཁོར་སྤྲུལ་སྤྲོད་འདུས་པ་དག་ལའང་དེ་འདྲའི་དགོངས་པ་ཞིག་འབྱུངས་པ་གདོན་མི་ཟེེ། །དེའི་སྤྲུབས་  
 ཀྱིས་གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱབ་པ་ཉམས་ལེན་ལ་གཞིལ་བའི་རྗེ་བཙུན་མི་ལ་དེ་དུས་ཟུར་ཟུར་  
 དང་བཀའ་བཏུན་གནང་བའི་དགོན་སྡེ་ (ཇིང་བུ་རྒྱུན་གྱི་དགོངས་ལེན་རྣམ་ཐར་དུའང་ལ་ལར་ཡང་བྱུང་། ) ལ་ཤས་  
 ཆགས་ཡོད་པ་ལ་ངེས་པ་རུང་ཟད་རྟེན་པར་རུས། དེའི་སྤྲུབས་ཀྱིས་རྗེ་བཙུན་རང་གིས་ཀྱང་། མགུར་ལས།  
 བཀའ་གདམས་ཀྱི་བཙུན་རྒྱུང་སྤང་རྩོ་མགོ། །མིང་བཙུན་རྒྱུང་བྱས་ཀྱང་ལུས་བསྐྱུར་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་་་  
 ཡོད། གང་ལྟར། སྤྱབ་མཐའ་རང་རང་གི་ལྟ་བ་དང་གདམས་པ་བྱབ་གདལ་དུ་འགྲོ་བུ་མིན་ནི། ཆོས་བརྒྱད་  
 དེ་ཉིད་དར་སྤེལ་འགྲོ་བུ་མིན་ལ་རག་ལས་པས། སྐ་རིམ་དེའི་ནང་སྤྱབ་མཐའ་ཕན་ཚུན་བར་འགལ་བ་.....  
 བྱུང་བའི་ལྷ་གྲུ་ཞིག་འདུས་བཞིན་པ་ཤེས་པར་རུས་པ་དང། དུག་ནས། མགུར་དེ་དག་དོན་གྱིས་རྒྱ་རྒྱེན་གང་  
 ལས་བྱུང་བ་དང། གང་ལ་ཤུགས་རྒྱེན་ཆེ་བ་དང། མགུར་འདུམ་ཕན་ཚུན་གྱི་འདྲ་ས་དང་མི་འདྲ་ས་གང་་་  
 ཡིན་པ་བཅས་ཞིབ་བསྟར་བྱེད་པར་མཐུན་རྒྱེན་མི་ཉུང་བ་ཞིག་སྟེར་བསྐྱུན་རུས་པ་དང། རྒྱད་པར་དེ་  
 དག་ཞིབ་ཏུ་བསྟར་བ་ལས། མགུར་མ་ནི་བརྟན་པ་ཕྱི་དར་གྱི་དུས་སྟེ། ཆོས་རིག་གི་བརྒྱད་པ་ཆེན་པོ་གཉིས་  
 ལས། བཙན་པོའི་དུས་ཀྱི་མགུར་དང་དམངས་ཁྲོད་ཆོས་རིག་གི་རྣམ་པ་བེད་སྤྱད་དེ། བརྗོད་བྱ་ཆོས་ལ་སྐྱུར་  
 ཞིང་། མི་རིགས་རང་གི་རང་གཤིས་མ་བོར་བའི་བྱེད་ཆོས་འདུམ་དུ་བཀྲ་བའི་ཆོས་གཤིས་ཤིག་ཡིན་པ་དང།  
 བརྒྱད་པ་གཅིག་ནི། བཙན་པོའི་དུས་ཀྱི་འགྱུར་ཆོས་དང་དེའི་ཤན་ཤུགས་འོག་བྱུང་བའི་སྤར་ལས་གོ་སྤྲོ་  
 བར་སྐྱུར་བའི་བཀའ་གདམས་པའི་ཆོས་རིག་གི་བརྒྱད་པ་གཉིས་སོ། །རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་མགུར་མ་དེ་ནི་སྤར་

མ་དེ་ཡིན་པས། དེའི་བྱང་ཚུགས་དང་ཚུམ་རིག་དེས་བོད་ཀྱི་ཚུམ་རིག་འཕེལ་རིམ་དུ་བྱས་ཆེས་གཏན་འབྲལ་བཞག་  
ཡོད་པ་བཅས་སྒོ་དུ་མ་ནས་རྟོགས་པར་བྱེད་ཅུས་པས། འདི་ལ་ཞིབ་འཇུག་གི་དོན་སྤྱིར་ཆེས་ཆེར་ལྡན་པར་  
སེམས་ཏེ། སྤྱི་བའི་སྒྲོབས་པ་རྒྱས་པ་བྱུང་།

## གཉིས་པ། གནས་བབ་དང་འབྲེལ་ཡོད་ཡིག་ཆ།

ད་ལྟ་འཛམ་གླིང་དུ་ཆེ་བཅུན་མི་ལའི་སྐོར་ལ་ཞིབ་འཇུག་གི་མགོ་འབྲས་པའི་ཆོད་དུ་སྒྲུབ་པས། ཉེ་  
ཆར་ཕྱི་རྒྱལ་ནས་ཀྱང་། བོད་ཡུལ་ཁ་བ་ཅན་གྱི་སྒྲོང་ས་འདིར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་ཉི་ཟླ་ལྟར་  
དར་ཞིང་རྒྱས་པའི་སྐབས་དེར། མེ་ལ་ལྷན་མར་བྱངས་པ་ལྟ་བུ་ཆེ་བཅུན་མི་ལ་རས་པ་དེ་ཉིད་དུས་རབས་  
བཅུ་གཅིག་པའི་སྐབས་སུ་འཛིན་རྟེན་གྱི་ཁམས་འདིར་བྱོན། སྐྱེ་ཆེ་འདི་ཉིད་དུ་གཞན་དོན་ལམ་གྱི་རིམ་པ་  
མཐར་ཕྱིན་ནས་མདོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་པའི་རྣམ་ཐར་ལས་གཞོན་ལྷ་ཐོས་པ་དགའི་ལོ་རྒྱུས་རྩ་  
མཚར་སྒྲུབ་པའི་བདུན་ཅི་ཞེས་པ་སྟོན་བཅུན་ལུ་བྱུང་བ་ཞིག་རྣམ་ཐར་གྱི་སྟོན་ཆའི་ཚུལ་དུ་བཀྲམས་་་་  
ཡོད་པ་དང་། དེ་བཞིན་ཐེ་ལན་ནས་ཀྱང་སྟོན་བཅུན་ཞིག་བསྟན་པའི་གོ་ཐོས་བྱུང་། ཕྱི་རྒྱལ་དུ་ནི། དུ་ལན་གྱི་  
ཞིབ་འཇུག་པ་ཨེ་ཎེ་ཝེ་ན་དུ་ཏུ་ (Eva Van Dam) ཞེས་པའི་བུད་མེད་ཅིག་གིས་ལོ་རབས་བདུན་ཅུ་བའི་ནང་།  
བོད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་བ་མི་ལ་རས་པ་ (THE M GIC LIFE OF MIL REP , TIBESGRE T YOGI) ཞེས་པའི་བཅུན་  
རིས་དང་འབྲེལ་བའི་གསལ་བྱེད་ཡི་གེ་སྟགས་ཏེ། རྣམ་ཐར་ཁ་ཚང་སྟོན་པའི་དུས་དེབ་ ཅིག་དཔར་སྟན་  
གནང་འདུག ཕྱིས་སུ་ཉི་ཉོང་གི་མཁས་པ་རྒྱ་ཁ་རྩ་བ་ཞིན་ཡུས་ཆེས་ (中沢 新一) ལགས་ཀྱིས་དཔེ་དེབ་དེ་  
ཉི་ཡིག་དུ་བསྟར་ཏེ། དེབ་དེའི་མཇུག་དུ་མཐུ་སྒྲུང་ས་བ་ནས་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོ་ལྷགས་པ་ཞེས་པའི་རྩོད་བྱེད་ཀྱི་ཆོག་  
མདོར་ཞིང་བརྩོད་བྱེད་དོན་བསྟན་པའི་ལོ་རྒྱུས་རྣམ་ཐར་ཤོག་ལྷེ་བ་དུག་ཅུ་ཅིམ་བྲིས་ཡོད། རྒྱ་གར་དུ་འང་རི་ཁ་  
སྟོ་བསྟན་གྱིས་དེབ་དེ་དང་ཆ་འདྲ་བ་ཞིག་དཔར་སྟན་གནང་། དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས། འཛམ་གླིང་གི་ཆུ་  
ང་་་་བྱིས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཀྱང་པལ་ཆེར་བོད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་བ་འདི་ཉིད་རྒྱས་ཡོད་པར་གྱུར་བས། རིམ་གྱི་  
ས་ཉམས་ཞིབ་གནང་མཁན་ཡང་སྟོན་བཅས་ཀྱིས་རྩེ་མང་དུ་འགོ་བར་འདུག

དབྱེད་གཞི་ཡིག་ཆ་དེ་དག་ཀྱང་ཁག་ལྟ་བུ་འདུས་པ་ཡིན་ཏེ། **གཅིག་རྣམ་ཐར་གྱི་སྟོན།** འདི་ནི་ཆེ་བཅུན་  
མི་ལའི་རྣམ་ཐར་ཁོ་ན་ལ་བྱ་ཞིང་། དེ་ལ་ཆེ་བཅུན་རང་གི་དངོས་སྒྲོབ་རས་པ་བྱ་ཆེན་བཅུ་གཉིས་ཀྱིས་་་་  
བཅུམས་པར་གྲགས་པའི་ཆེ་བཅུན་མི་ལའི་རྣམ་ཐར། ཤོག་ལྷེ་བ་ཉིས་བརྒྱ་དང་སོ་གསུམ་ཡོད་པ་དང་། དེ་  
ནས་མཉམ་མེད་དུགས་པོ་ལྟ་རྩེས་བཅུམས་པའི་ཆེ་བཅུན་མི་ལའི་རྣམ་ཐར། འོད་དཔག་རྩོ་རྩེས་བཅུམས་  
པའི་དཔལ་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་ཐར་འགྱུར་འབྲུམ་བསམ་ཡས་ལྟ་ལྟའི་སྒྲ་དབྱངས། ཤོག་ལྷེ་བ་བརྒྱ་དང་དང་

བདུན། སྤང་པོ་ནམ་མཁའ་བསམ་འབྲུབ་ཀྱིས་བརྩམས་པའི་རྗེ་བཙུན་ཆེན་པོ་བཞད་པའི་རྗེ་ལ་གསལ་  
 བ་འདེབས་པའི་ཆོག་སྲུ་བཅད་པ་དང་པའི་མིག་འབྱེད་རྩ་མཆར་འོད་ཀྱི་སྤྱེད་པ། ཤོག་ལྗེ་བ་བདུན་དང་།  
 རྗེ་བཙུན་ཀྱན་དགའ་རིན་ཆེན་གྱི་གསུང་འབུམ་དུ་བཞུགས་པའི་རྗེ་བཙུན་མི་ལ་རས་པའི་ནམ་ཐར་དངོས་  
 གུབ་སྟེ་མ། ཤོག་ལྗེ་བ་བདུན་དང་། ལྷ་དམར་མཁའ་སྤྱོད་དབང་པོས་བརྩམས་པའི་ཆོས་ཀྱི་རྗེ་མངའ་བདག་  
 མིང་ལ་རས་ཆེན་གྱི་ནམ་པར་ཐར་བ་བྱིན་ཐུགས་སྤྱོད་པུང་། ཤོག་ལྗེ་བ་བརྒྱུད་ཅུ་དང་། གུང་ཐང་སྒྲ་མ་གཡུ་  
 གཤགས་པའི་གསུང་འབུམ་དུ་བཞུགས་པའི་སྤྲ་མ་མི་ལ་རས་པའི་ནམ་ཐར། ཤོག་ལྗེ་བ་དྲུག་དང་། ངན་རྩོད་་་་  
 རྟན་བརྒྱུད་དུ་བཞུགས་པའི་རྗེ་བཙུན་ཆེན་པོ་མི་ལའི་ནམ་ཐར། ཤོག་ལྗེ་བ་ཉེར་ལྔ་དང་། མགར་དཔོན་གྱི་  
 གསུང་འབུམ་དུ་བཞུགས་པའི་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་ནམ་ཐར། ཤོག་ལྗེ་བ་ཞེ་གཅིག་དང་། གཡུང་རྟན་ཞི་བྱེད་རི་  
 ཁྲོད་པས་བརྩམས་པའི་རྗེ་བཙུན་མི་ལ་རས་པའི་ནམ་ཐར་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྒྲོན་མེ་དང་། ཀམ་རང་བྱུང་རྩོ་  
 རྗེས་བརྩམས་པའི་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་ནམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ། གཙང་སྒྲོན་ཉེ་དུ་ཀས་བརྩམས་པའི་རྗེ་བཙུན་  
 མི་ལའི་ནམ་ཐར། རྗེ་བཙུན་མི་ལ་རང་གིས་བརྩམས་པར་གྲགས་པའི་ནམ་ཐར་གསང་བའི་མཁུར་དྲུག་དང་།  
 སངས་རྒྱས་ཆེན་པོས་བརྩམས་པའི་དཔལ་ལྷན་མི་ལ་བཞད་པའི་ནམ་ཐར། ཤོག་ལྗེ་བ་དྲུག་དང་། རྒྱལ་ཐང་  
 བ་རྩོ་རྗེས་བརྩམས་པའི་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་ནམ་པར་ཐར་བ། ཤོག་ལྗེ་བ་ཞེ་གཅིག་རྩོག་གཞུང་བཙོས་ཀྱི་རྩོ་  
 རྗེས་བརྩམས་པའི་སྤྲ་མ་མི་ལ་རས་ཆེན་གྱི་ནམ་ཐར། ཤོག་ལྗེ་བ་བཙུན་བཞི་དང་། ཀམ་མི་བསྐྱེད་རྩོ་རྗེས་་་  
 བརྩམས་པའི་རྗེ་མི་ལའི་ནམ་ཐར། ལ་སྟོད་པ་ཤེས་རབ་ཀྱིས་བརྩམས་པའི་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་ནམ་ཐར་སོགས་  
 ནམ་ཐར་བཙོ་བརྒྱུད་ལྷག་ཡོད་པ་དེ་དག་ནི། རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་སྐྱར་གྱི་ཡིག་ཆ་ཆེས་གལ་ཆེ་བ་དང་། ད་ལྟ་  
 པལ་ཆེ་བས་ཉམས་ཞིབ་མ་གནང་བའི་སྐྱར་ལྷག་བསྐྱེད་ཅུབ་ཐུབ་པ་བྱུང་།

**གནིས། ཆོས་འབྱུང་ཡིག་ཆ་འཛིན་ལ།** ད་ལྟ་དངོས་སུ་མངའ་དུ་ཡོད་པའི་བྱི་དར་གྱི་ལྷ་རྒྱས་ཡིག་ཆ་ཐོག་  
 མ་ཉང་ཉི་མ་འོད་ཟེར་གྱིས་བརྩམས་པའི་ཆོས་འབྱུང་མེ་ཏོག་སྟོང་པོ་སྤང་ཆེའི་བཙུན་དུའང་རྗེ་བཙུན་གྱི་ལྷ་  
 རྒྱས་མཛོད་ཙམ་བཞེད་ཡོད་པ་དང་། དེའི་བྱིས་སུ་ཉ་ཆག་ཆེ་དབང་རྒྱལ་གྱིས་བརྩམས་པའི་སྟོ་རྩོད་ཆོས་་  
 འབྱུང་། འགོས་ལོ་གཞོན་ཅུ་དཔལ་གྱི་དེབ་སྟོན། དཔལ་པོ་གཙུག་ལག་སྤྱེད་བའི་ཆོས་འབྱུང་མཁས་པའི་  
 དགའ་རྟོན་དང་། སུམ་པ་ཡེ་ཤེས་དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཆོས་འབྱུང་དཔག་བསམ་སྟོན་པ། དགེ་ཡེ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་  
 རྒྱ་བོད་ཆོས་འབྱུང་རིན་པོ་ཆེ། ལྷག་ཆང་དཔལ་འབྱོར་བཟང་བོའི་རྒྱལ་རབས་མང་བོའི་ལེགས་བཤད་ནམ་  
 གངས་ཡིད་འཛིན་ནོར་བུའི་སྤྱེད་པ། ཆལ་བ་ཀྱན་དགའ་རྩོ་རྗེའི་དེབ་ཐེར་དམར་བོ། འབྲུག་པ་པད་མ་  
 དཀར་བོའི་འབྲུག་པའི་ཆོས་འབྱུང་། འབྲི་གུང་བརྟན་འཛིན་པད་མའི་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་བརྩམས་པའི་འབྲི་  
 གུང་གདན་རབས་གསེར་སྤྱེད་། ལས་ཆེན་ཀྱན་དགའ་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་བརྩམས་པའི་བཀའ་གདམས་ཆོས་་  
 འབྱུང་། འབྲི་གུང་དཀོན་མཆོག་རྒྱ་མཆོའི་འབྲི་གུང་ཆོས་འབྱུང་། ལྷག་ལུང་ངག་དབང་ནམ་རྒྱལ་གྱིས་་་་་

བཅམས་པའི་བརྒྱད་པ་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུའི་རྟོགས་པ་རྩ་མཆར་རྒྱ་མཚོ། ཁྱེད་ཀྱི་མཆོད་ཀྱིས་བཅམས་པའི་  
དཔལ་མཉམ་མེད་མར་བ་བཀའ་བརྒྱད་ཀྱི་གྲུབ་པའི་མཐའ་ཆམ་པར་ངེས་པར་བྱེད་པ་མདོར་བསྟུས་སུ་  
བརྗོད་པ་དུགས་བརྒྱད་གྲུབ་པའི་མེ་ལོང་དང་། ཆོངས་གསར་སྒོ་གྲས་རིན་ཆེན་གྱིས་བཅམས་པའི་དཔལ་  
ལྷན་འབའ་རོམ་བཀའ་བརྒྱད་ཀྱི་ཆམ་ཐར་ཆོས་འབྱུང་མདོར་བསྟུས་གསལ་བྱེད་སྒྲིན་མེ་བཅས་ཆོས་འབྱུང་  
བཅོ་ལྷ་ལྷག་ཏུ་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་ཆམ་ཐར་མདོར་བསྟུས་རེ་བཀོད་ཡོད་ལ། ལ་ལ་ནི་དཔྱད་གཞིའི་རིན་ཐང་  
ཆེས་ཆེར་ལྷག་གཞན་ད་དུང་ཆོས་འབྱུང་མང་བོ་ཞིག་ཏུ་བཀོད་ཡོད་ཀྱང་། གྲགས་ཆེ་བ་ཆམས་ནི་དེ་ཙམ་  
ཡིན་ལ། རེ་རེའི་ནང་དུ་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་སྐོར་གྱི་ཡིག་ཆ་འདྲ་མིན་མང་དུ་འབྱུང་བས། དེ་དག་ནི་རྗེ་བཙུན་  
མི་ལའི་ཞིབ་འཇུག་ལ་ངེས་པར་བྱུང་ཉེ་དགོས་པའི་དཔྱད་གཞི་གལ་ཆེན་འབའ་ཞིག་གོ །

**གསུམ། སྒྲོ་བ་ཆམས་དང་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་ཡིག་ཆ་འདྲ་སྐོར།** རྒྱལ་བ་ཤོད་ཆོང་པའི་བཅམས་པའི་བརྒྱད་པ་  
ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་ལས་རྗེ་བཙུན་ངན་རྗེ་རས་པའི་ཆམ་ཐར་འབྲུལ་མེད་དང་། ཉེ་གནས་ལེགས་མངོས་  
དང་། བྱང་ཡེ། གསལ་བྱང་། དགོ་བཤེས་རྩི་གདན། སྒྲོ་བ་དཔོན་སྒྲོ་བ་པ། ལམས་རྩི་རྗེ་རྒྱལ་ཆམས་གྱིས་  
བཅམས་པའི་དུགས་པོ་ལྷ་རྗེའི་ཆམ་པར་ཐར་བའི་དབྱས་ཕྱགས། ཤོག་ལྷེ་བ་སོ་བརྒྱད་དང་། འབྲི་གྲང་ཆོས་  
མཛོད་དུ་བཞུགས་པའི་རྗེ་བཙུན་རས་རྒྱུད་རྩི་རྗེ་གྲགས་པའི་ཆམ་ཐར་ཆམ་མཁུན་ཐར་ལམ་གསལ་བའི་མེ་  
ལོང་ཡེ་ཤེས་སྣང་བ་དང་། འཇག་འབྱུང་རྒྱལ་བོས་བཅམས་པའི་མར་བ་ལོ་སྒྲོ་བའི་ཆམ་ཐར་མཐོང་བ་དོན་  
ཡོད་དང་། རྒྱལ་འབྱོར་བ་སངས་རྒྱས་དར་བོ་དང་རྒྱལ་ཐང་བ་བདེ་ཆེན་རྩི་རྗེས་བཅམས་པའི་ཤོད་ཆོང་བ་  
མགོན་པོ་རྩི་རྗེའི་ཆམ་ཐར། སངས་རྒྱས་ཆེན་པོས་བཅམས་པའི་སྒྲི་རྒྱུར་མར་བ་ལོ་སྒྲོ་བའི་ཆམ་ཐར། ཆོས་ཀྱི་  
སེང་གེ་དང་གང་བ་གཉིས་གྱིས་བཅམས་པའི་པ་དམ་པ་དང་མ་ཅིག་ལ་བསྒྲིན་གྱི་ཆམ་ཐར་དང་། རྒྱལ་བ་  
ཤོད་ཆོང་བས་བཅམས་པའི་གཙང་སྒྲིན་ཉེ་དུ་ཀ་ཕྱགས་ཐམས་ཅད་ལས་ཆམ་པར་རྒྱལ་བའི་ཆམ་ཐར་རྩི་རྗེ་  
ཐེག་པའི་གསལ་བྱེད་ཉེ་མའི་སྒྲིང་བོ་དང་། རྩ་ཡེ་ཤེས་སེང་གེས་བཅམས་པའི་རྩ་ལོ་སྒྲོ་བའི་ཆམ་ཐར།  
འབྲོམ་སྒྲིན་པ་རྒྱལ་བའི་འབྱུང་གནས་བཅས་གྱིས་བཅམས་པའི་རྩི་བོ་ཨ་ཉི་ཤའི་ཆམ་ཐར་སྒྲ་མའི་ཡོན་ཏན་  
ཆོས་ཀྱི་འབྱུང་གནས། རྩི་བོ་རྗེ་དཔལ་ལྷན་ཨ་ཉི་ཤས་བཅམས་པའི་བཀའ་གདམས་བུ་ཆོས་བཅས་ངེས་པར་  
དུ་དཔྱད་གཞི་འཛིན་དགོས་པའི་ཡིག་ཆ་བཙུག་ཅིག་དང་། གཞན་ད་དུང་ཀུའི་ཤོག་རིག་འཛིན་ཆེ་དབང་  
ནོར་བུས་བཅམས་པའི་རྒྱལ་བའི་བཙུན་པ་རིན་པོ་ཆེ་བྱང་ཕྱགས་སུ་འབྱུང་བའི་ཆ་ལག་བོད་རྗེ་ལྷ་བཙན་  
པོའི་གཞུང་རབས་ཆོག་ཏུ་དོན་གསལ་ཡིད་ཀྱི་མེ་ལོང་ཞིས་བྱ་བ་དང་། གྲང་ཐང་གི་དེབ་ཐེར་དྲངས་ཤེས་  
འཕྲུལ་གྱི་མེ་ལོང་། བོད་ཀྱི་རྒྱལ་རབས་གསེར་གྱི་ཕྱེད་བར་གྲགས་པ་ལས་མངའ་རིས་སྟོད་མར་ཡུལ་བདག་  
པོའི་དེབ་ཐེར་སོགས་གྲང་ཐང་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་ཡིག་ཆ་མང་བོ་ཞིག་འདུག་གོ །

བཞི དཔུང་ཚྭ་གྲི་སྐོར། ཉེ་རབས་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སུ་ཆེ་བཅུན་མི་ལའི་སྐོར་ལ་དམིགས་སུ་བཀར་ནས་  
 ཞིབ་འཇུག་བྱས་པ་ཕལ་ཆེར་མེད་པ་དང་། ཅུང་ཟད་ཡོད་པ་དག་ཀྱང་མི་ལ་རས་པའི་རུས་མཆོན་ཅན་དང་།  
 མཁུར་མ་ཞིབ་བསྟར་བཅས་ཀྱི་དཔུང་ཚྭ་ཕལ་ཆེར་བརྒྱུད་ལྷག་བྱུང་བ་ལས་གཞན་མེད། རྒྱ་ཡིག་ཏུ་མང་ཡོ་  
 སྟགས་ཀྱིས་བཅུམས་པའི་དཔུང་ཚྭ་བསྟོམས་པས་བཅོ་བརྒྱད་ལྷག་བྱུང་ཡོད་པ་དང་། བྱང་པར་དུ། ལིག་  
 ལིས་ཆན་དང་ཀྱང་ཉིན་ཅིས། མང་ཡིས་འོན་གསུམ་གྱིས་སྤྲུག་ལྷག་ཏུ་ཆེ་བཅུན་མི་ལའི་མཁུར་འབུམ་རྒྱ་ཡིག་  
 ཏུ་བསྟར་བ་དང་། མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་གིས་དཔར་དུ་བཏབ་པའི་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མཁུར་  
 གྱི་དབྱུར། མང་ཡོ་ལགས་ཀྱིས་བཅུམས་པའི་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མཁུར་གྱི་དཔུང་གཏམ་གྲགས་ཅན་དེ་མི་  
 ལུ་འེལ་གྱིས་བོད་ཡིག་ཏུ་བསྟར་ནས་དྲངས་ཡོད་པས། རྣམ་ཐར་བསྟར་ཚྭ་དང་དཔུང་བཟོད་དེ་དག་……  
 གིས་ཆེ་བཅུན་མི་ལ་རས་པར་རྒྱ་ནང་དུ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་པའི་མཐུན་ཁྱེན་ཆེན་པོ་བསྟུབས། ཕྱི་ཡིག་ཏུ།  
 གཙོ་བོ་ཉི་ཡིག་ཏུ་བཀོད་པ་ལྟར་ན། ས་ཐོའོ་ལུས་ཆེས་ལོ་ (佐藤 道郎) ཡིས་སྤྱི་ལོ་1994 ལོར། མཁུར་འབུམ་  
 གྱི་ས་བཅད་བརྒྱུད་པ་དང་བཅུ་བ། བཅུ་གཅིག་ ཉི་ཤུ་དང་ཉེར་གཅིག ཡང་ས་བཅད་བཅོ་བརྒྱད་པ་དང་  
 བཅུ་དགུ་བ། ཉི་ཤུ་བཅས་ལ་མཆོན་དང་བཅས་པ་བཀོད་དེ་སྤྱི་བསྟར་ཡོད་ལ། དེ་ནས་ཡང་གིས་ར་བྱུང་  
 བཟོད་སྟོན་དག་དང་ནང་བསྟན་ (《ケサル 叙事詩と仏教 ミラレバの視点から》日本西蔵学会会報  
 1994) ཞེས་པ་དང་། མི་ལ་རས་པའི་མཁུར་འབུམ་དུ་བྱུང་བའི་བྱུང་མེད་ཀྱི་གནད་དོན་ (《ミラレバ  
 のグループにおける婦人の問題》) དང་། མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་འབྱོར་གྱི་འཛིག་རྟེན་ (《ミラレバのヨー  
 ガの世界》) ། མི་ལ་རས་པའི་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་ (《ミラレバの真理観》) ། མི་ལ་རས་པའི་ཆོས་……………  
 བརྒྱུད་ (《ミラレバの接得法》) ། ཞེན་གོ་ཨེས་ཡུས་ཆེས་ (金子 英一) ཀྱིས་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་ཐར་གྱི་  
 འཕེལ་འགྱུར་ (《ミラレバ伝の変遷》) ། ཆེ་བཅུན་གྱི་ཕེབས་ལམ་དེད་དེ་སྟུབ་སྟུག་རྣམས་སུ་ལྟ་སྐོར་དུ་  
 ཕེབས་ཏེ། དེའི་ཐད་ཀྱི་ཟིན་ཐོ་འབྲི་བ་བོ་ཐོག་མ་ཡུས་ཐོ་ཞེན་རྟུས་ (伊藤 健司) ཀྱིས་བཅུམས་པའི་མི་ལ་……  
 རས་པའི་ཞབས་རྒྱུས་ (《チベットの聖なる谷へーミラレバの足跡》) ། ཡ་མ་སྤུ་ཆེས་ངོ་ཡུས་ཏའོ་ཡིས་  
 བཅུམས་པའི་བོད་ (《チベット》) ཅེས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཆ་སྟོན་སྤྲད་གཉིས་སུ་བྱས་པ་དེའི་ནང་དུ་འདྲ་  
 ཆེ་བཅུན་མི་ལའི་སྐོར་ཅུང་ཟད་འཁོད་འདུག ཕལ་ཆེར་ཆེ་བཅུན་མི་ལའི་སྐོར་ལ་ཐད་ཀར་དུ་དཔུང་པའི་  
 ཚྭ་འདི་ཅན་ལས་མ་མཆིས་ཀྱང་། འདི་དག་ལ་དཔུང་ཐབས་མི་འདྲ་བ་རང་བཞིན་གྱིས་ཆགས་ཡོད་པས།  
 ཟུར་ལྟ་བྱེད་པ་ལ་ཤིན་ཏུ་དགེ་བར་མཐོང་། ཕྱི་རྒྱལ་མཁས་པ་འདི་དག་གིས་བཅུམས་པའི་དཔུང་ཚྭ་དེ་  
 དག་ལ་དངོས་སུ་བརྟེན་པའི་ཆོན་། རང་རེ་རྣམས་ནི་ད་ལྟོ་འདྲུས་རབས་བཅོ་ལྔ་བའི་ནང་དུ་བསྐྱེགས་……  
 པའི་གཙང་སྟོན་ཉེ་དུ་ཀའི་མཁུར་འབུམ་གཞིར་བཟུང་བ་ལས་གཞན་ཡིག་ཆ་ཆེར་མི་བཅུལ་ལ། ཕྱི་རྒྱལ་བ་  
 རྣམས་ནི་དེ་ལས་ལྷག་ཏེ། དེའི་ཡར་སྟོན་དུ་བྱུང་བའི་ཀམ་རང་བྱུང་དོ་རྟེན་བསྐྱེགས་པའི་ཆེ་བཅུན་མི་ལའི་

ནམ་ཐར་མཛོད་ནག་མའི་སྐར་གྱི་གནད་དོན་འགའ་རེ་ལའང་དབྱེད་པ་བཏང་འདུག་པས། གློ་ཡུལ་ལས་་་་  
འདས་པའི་ཆོར་སྣང་ཞིག་དབང་མེད་དུ་སྐྱེན་པར་བྱེད།

**ལྷ། ཉམས་ལེན་སྐར་གྱི་གཞུང།** འདི་དམིགས་སུ་བཀར་དགོས་དོན་ནི། རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་སྐར་ལ་ཉམས་  
ཞིབ་མཛོད་མཁན་སུ་ཡིན་ནའང་། ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མཐའ་དག་དུ་རྗེ་བཙུན་མི་ལ་ལ་མགུར་འབུམ་ལས་་་་་་  
བཅམས་ཆོས་གཞན་མེད་པར་འདོད་པའི་རྟོག་པ་ཞིག་ཀྱང་ལ་འབུམས་ཡོད་ཀྱང་། དེ་ལྟ་མིན་པར་རྗེ་འཇིག་  
རྟེན་གསུམ་མགོན་གྱི་ཟབ་ཆོས་ཅ་བའི་ནང་། རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་རྒྱ་གར་གངས་ཀྱི་སང་གའི་དཀར་ཆག་ ལ་  
ལར་གཏུམ་མོའི་གདམས་ངག་ཟེར། ལ་ཕྱི་གངས་ཀྱི་འཕྲུལ་འཁོར་ཞེས་པའི་ཤོག་ལྗེ་བ་གཉིས་དང་། རས་་་་  
ཅུང་སྟན་བརྒྱུད་དུ། པོད་ཉི་བའི་ནང་སྟེང་སྟོན་མཉམ་གྱི་ཆོས་དུག་ཅེས་པ་དང་། ཨི་བའི་ནང་དུ་མཁའ་་་་  
འགྲོ་བརྟག་འབུམ་ཞེས་པ་དང་། འོད་ཀྱི་རིག་མའི་གདམས་པ། ཕྱག་ཆེན་ཡེ་ཤེས་གསལ་བྱེད། བར་དོའི་གློ་  
ཆོད་ཀྱི་གདམས་པ་བཅས་ཀྱི་སྒྱུར་བྱང་དུ་རྗེ་བཙུན་མི་ལས་སྒྱུར་བ་བཀོད་འདུག་པ་དང་། དྲིས་ལན་བཙོ་་་  
བརྒྱུད་མ་ཞེས་པ་དེའང་རྗེ་བཙུན་མི་ལས་སྒྱུར་བ་དང་། གཉེན་པོ་རིམ་པ་བདུན་གྱི་མགུར་ཞེས་པའང་རྗེ་་་  
བཙུན་མི་ལས་གསུངས་པ་དང་། ཡང་རས་ཅུང་སྟན་བརྒྱུད་ཀྱི་པོད་ཀྱི་བའི་ནང་། འོད་ཀྱི་ཕྱིང་བ། བཞད་་་  
པའི་དོ་རྗེས་གནད་། ངན་རྫོང་སྟོན་པས་བསྐྱེབས་པ་དང་། ཡིད་བཞིན་ནོར་བུའི་ཕྱིང་བ་དཔལ་ལྷན་བཞད་  
པའི་དོ་རྗེས་བཀྲ་ཤིས་ཆོ་རིང་མ་ལ་སོགས་ལྟ་མ་སྤྲིན་སྟེ་བརྒྱུད་ལ་དབང་ བཞི་རྗེས་སུ་བསྒྱུར་བ། ངན་རྫོང་  
སྟོན་པས་བྱས་པ། བར་དོ་བྱས་ལན་ལྟ་ཉིག་ཕྱིང་བ། བཞད་པའི་དོ་རྗེས་བཀྲ་ཤིས་ཆོ་རིང་མ་ལ་གནད་།  
ངན་རྫོང་སྟོན་པས་ཡི་གེར་བཀོད་ཡོད་པ་བཅས་ འདྲ་མིན་ཡིག་ཆ་ཐུང་དུ་བཅུ་གཅིག་ལྟ་མཆིས་པས། དེ  
དག་ལས་རྗེ་བཙུན་མི་ལས་ཡི་གེ་མཁྱེན་མིན་དང་། ནམ་ཐར་མཛོད་ནག་མའི་སྐར་ཆའི་ནང་དུའང་། སྟེན་མ་  
གྲོད་ལུག་དགོན་པ་རུ། །དོ་རྗེ་རྒྱལ་མཆོན་བཙུ་བས་བྲིས། །ཞེས་རྗེ་བཙུན་མི་ལ་རས་པས་བཅམས་པའི་ཆོག་  
རིས་ཐོན་ཡོད་པ་དང་། དེའི་ཕྱིས་སུ་བཅམས་པའི་གཙང་སྟོན་ཉི་ལྟ་ཀའི་ནམ་ཐར་དུའང་། དོ་རྗེ་ཆོག་ཀྱང་  
སོགས་རྒྱ་གཞུང་པོད་གཞུང་ནམས་དང་། ཟབ་བྲིད་ནམས་ལའང་དམིགས་པའི་ཙ་བ་ཙམ་ (བཅམས) རྗེ་་་་་  
བཙུན་ཆེན་པོས་ཡི་གེར་བཀོད་ནས་རྗེ་བཙུན་རས་ཅུང་བ་དང་། ངན་རྫོང་སྟོན་པ་དགས་པོ་རིན་པོ་ཆེ་་་་  
གསུམ་ལ་གནད་། སྟེས་མཆོག་དམ་པ་གསུམ་དེ་གསུམ་གྱིས་ཡིག་ཆ་ཐུང་ཟད་རེ་མཛོད་པས། རས་ཅུང་སྟན་  
རྒྱུ། ངན་རྫོང་སྟན་རྒྱུ། དགས་པོ་སྟན་རྒྱུ་དུ་གསོལ་ཞེས་བྱང་བས། འདི་དག་ལ་ངེས་པར་བརྟག་པར་བྱ་  
བའི་གནས་སོ། །

**དུག་ རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་ཐང་གའི་སྐར།** འདི་ཡང་ཟུར་དུ་འགོད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆོན་ནི། ཐང་གའང་  
རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་ལོ་རྒྱུས་ནམ་ཐར་མང་དུ་འཕེལ་བའམ་རྗེ་གསལ་དུ་འགྲོ་བ་དང་སྟན་དུ་སྒྱུ་ཙལ་འདྲ་མིན་

དར་བ་ཡིན་ཞིང་། རྟོན་གྱིས་བོད་མིའི་སེམས་ཁོངས་སུ་རྩེ་བཅུན་མི་ལ་མཆོག་མི་ནས་ལྟ་རུ་འགྱུར་བའི་.....  
 འཕེལ་རིམ་རྟོགས་པར་རྒྱས་པས། བྱིས་འབྱུང་འདིའི་ཐད་ལུ་མཐུད་དུ་དབྱེད་ཞིབ་བྱེད་ཆེད་ལྟན་ཐབས་སུ་  
 བཀོད་པ་ཞིག་ཡིན། ཐང་གའི་ཐད་དུ། རྩེ་བཅུན་རང་གི་ནམ་ཐར་དུ་འདིའི་རྟོན་གྱི་གསུང་གསལ་བོ་མེད་  
 ཅིང་། གཙང་རྩྭ་ནམ་ཐར་དུ། ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་བོ་རྟོན་ཡོད་རྟོགས་གཙང་རྩྭ་ཉེ་རུ་ཀ་ལ་རྩེ་མི་ལའི་ནམ་ཐར་  
 ཐར་བ་འདི་དང་མཐུན་པའི་ནམ་ཐར་ཐང་ཁ་གཅིག་ནས་འབྱོར་དབང་ཕྱག་གི་མཛད་ཡོང་འདུག་པ། འདི་  
 ཆོར་མ་ཕྱི་ དང་ཞལ་བཀོད་པ་གཅིག་ཅིས་ཀྱང་སྤང་ (གནང) དགོས་གསུངས་པ་ལྟར། བྱིས་སུ་རྩེ་མི་ལའི་.....  
 ནམ་ཐར་དང་མཐུན་པའི་ནམ་ཐར་ཐང་ཀ་དེ་ཉིད་སྤར་བོད་དུ་མ་གཤམས་ཤིང་། མི་དར་བར་འདུག་པས་དེ་  
 ཉིད་དར་ཞིང་རྒྱས་པ་ཞིག་ཕྱུང་ན་དགོངས་པ་ཐུགས་ལ་ཤར་ཏེ། ནམ་ཐར་ཐང་ཀའི་བྱིས་སྐྱེ་ཞིག་ཕྱུང་ཐང་  
 དང་སྟོ་བོ་སྐགས་རྟོད་ལ་མང་དུ་དར་བ་དང་། གཅིག་ཕྱག་རང་དུ་བཞུགས་ཏེ་ལ་རྟོད་རྟོ་ཕྱགས་སུ་དར་བར་  
 མཛད། གཅིག་རྒྱལ་བོ་རྟོན་ཡོད་རྟོགས་གསལ་བ་བཏབ་ཅིང་ཞལ་གྱིས་བཞེས་པ་ལྟར། དབུས་གཙང་.....  
 སྐགས་སྤང་ཕྱགས་ནམས་སུ་དར་བར་བཞེད་དེ། ཐུགས་སྤངས་བསོད་ནམས་བྱུང་པ་ལ་ནམ་ཐར་ཐང་ག་.....  
 བཞེངས་པའི་ཞལ་བཀོད་གནང་བར་བཤད་པ་ལས། དེ་དུས་ཅམ་ནས་ཐང་ག་དར་བར་སྟམ། དུས་བྱིས་སུ་  
 ཀམ་སྐྱེ་ཐང་བཅུ་བཅོས་དབྱིངས་རྩོམས་ (1604—16741) བཞེངས་པར་གཤམས་པའི་རྒྱ་ལུགས་ཀྱི་རྩུམ་ཚུན་  
 གྱི་ཐང་ག་ཞིག་དང་། ཡང་བཞེངས་པ་པོ་མི་ཤེས་ནའང་། དུས་རབས་བཅུ་དྲུག་དང་བཅུ་བདུན་གང་.....  
 རུང་ཞིག་དུ་བཞེངས་པར་གཤམས་པའི་རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་ནམ་ཐར་ཐང་ག་ཞིག་སྐྱེ་ལོ་<sup>2001</sup> ལོར་བོད་རྫོངས་མི་  
 དམངས་དཔེ་སྐྱེ་ཁང་གིས་དཔར་བའི་བོད་ཀྱི་རི་མོའི་ལ་རྒྱས་ཞེས་པ་སྟེ། འཇར་མན་གྱི་ད་མེ་མེ་ཁི་བོ་བོ་.....  
 གིས་བཅུམས་ཤིང་། འུང་བུན་པེན་སྐགས་ཀྱིས་བསྐྱར་བ་དེའི་ནང་བཞུགས་པས། དུས་རབས་བཅོ་ལྔ་ལས་  
 མས་སྟ། རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་ནམ་ཐར་ཐིང་དཔར་དུ་འགྲེམས་བྱུང་པ་ཕྱུང་བས། དེ་ནས་དར་བ་ཨེ་ཡིན་སྟམ་  
 མོ། །

### གསུམ་པ། བྱུང་ཁོངས་དང་གནད་དོན།

དེ་ལྟར་རྩེ་བཅུན་མི་ལ་དབྱེད་ཞིབ་བྱེད་རྒྱ་ནི་ལས་སྤྲོ་བོ་ཞིག་གཏན་ནས་མ་ཡིན་པར། བོད་ཀྱི་རིག་  
 གནས་དང་བསམ་སྟོ། ཚུལ་རིག་དང་རྒྱ་རྩལ་འཕེལ་འགྱུར་གྱི་བྱུང་རབས་དང་འབྲེལ་ཡོད་ཕྱིར། བྱུང་ཁོངས་  
 རྒྱ་ཆེ་ལ། རང་རྟོན་གཏིང་ཟབ་པའི་ལས་གཞི་ཞིག་ཡིན་པས། ལྷན་ལ་ལར་ཡིག་ཆ་འཆོལ་སྤྱད་དང་དབྱེད་  
 ཞིབ་ཁྲོད་དཀའ་ལས་མང་བོ་ཞིག་འཕྲད་ལ། ལྷན་ལ་ལར་ཕྱི་དར་གྱི་ལ་རྒྱས་དང་ནམ་ཐར་སྤྱིའི་དོགས་.....  
 དབྱེད་ལ་དགོ་མཆོན་ཆེ་བར་མཐོང་བའི་ཡིག་ཆ་རེ་འགའ་རྟོད་སྟན་བྱུང་ཆོ། དགའ་བ་དང་སྤྲོ་བཅེས་ཆེར་  
 རྒྱས། གང་ལྟར། དབྱེད་རྩོམ་འདིའི་ནང་དུ་བྱིས་རྒྱུད་རྟོན་དང་། རྩེ་བཅུན་རང་གི་ནམ་ཐར་ཐང་དུ་ལྟའི་

བར་དུ་ཐག་གསལ་པོར་མ་བཅད་པའི་གནད་དོན་མང་བོ་དང་། མཁུར་མ་བཅས་ཀྱི་དོགས་དཔྱད་སྒྲིབ་དུ་  
བཀོད་ནས། དེའི་མང་གཞིའི་སྟེང་རིམ་གྱིས་མཁུར་མ་དང་ཚྭ་རིག་གཞན་ཏེ། ཏུང་ཉོང་གི་མཁུར་དང་གེ  
སར་སྦྱང་ལ་ཞིབ་བསྟར་དང་། མཁུར་འབྲུམ་མི་འདྲ་བ་ལག་བཞི་སྟེ། རྣམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ་དང་རས་པ་བུ་  
ཆེན་བརྟུ་གཉིས་ཀྱིས་བཅམས་པའི་མཁུར་འབྲུམ་རྣམ་ཐར། འོད་དཔག་རྩོམ་བཅམས་པའི་མཁུར་འབྲུམ་  
ལྟ་ལཱི་སྒྲ་དབྱངས། གཙང་སྒྲིབ་ཏེ་རུ་ཀས་བསྒྲིགས་པའི་མཁུར་འབྲུམ། ད་དུང་གསང་བའི་མཁུར་བྱུག་.....  
སྐྱེས་ཀྱི་ཞིབ་བསྟར་དང་། དེ་ནས་རྩོམ་བཅུན་མི་ལཱི་བཅམས་ཆོས་ཡོངས་སུ་རྩོགས་པ་ལ་མཐའ་དཔྱད་.....  
དང་བཅས་པ་འགོད་པའི་འཆར་གཞི་ཡོད་ནའང་། ཐེངས་འདིར་ས་བཅད་ཀྱི་ལྷས་ཡོངས་སུ་རྩོགས་པ་ཁ་  
སྐོང་ཐུབ་མེད་མེས་ཀྱང་། དཔྱད་ཞིབ་བྱུང་ཁོངས་འདི་དག་གསལ་བོ་བཀོད་པ་ཡིན།

དེ་ཡང་། བྱེ་བྲག་བཤད་ན། བྱུང་ཁོངས་དེ་ཙམ་དུ་མ་ཟད་པར། རྣམ་ཐར་རྣམས་སུ་མི་ལ་རས་པ་སངས་  
རྒྱས་མེན་ཐད། ལ་ལར་ས་དང་པོ་ཐོབ་པར་བཤད་པ་སྐོག་འདྲུ་མེན་མང་དུ་ཐོན་པས། དེ་དག་གི་བཞེད་...  
ཚུལ་སོ་སོ་དོགས་དཔྱད་འགོད་རྒྱ་དང་གཅིག རྣམ་ཐར་དེ་དག་ཀྱང་པར་གཞི་གཅིག་མ་ཡིན་པར་ཨ་མདོ་  
དབྱས་གཙང་ཁམས་སོ་སོ་ནས་ཐོན་པས། ཆོག་རིས་མི་འདྲ་བ་སྐོག་ལ་ཞིབ་བསྟར་བྱེད་རྒྱ་དང་གཉིས།  
རྣམ་ཐར་དེ་དག་ལ་དཔྱད་ཞིབ་བྱེད་པའི་གོ་རིམ་ནང་། རྩོམ་བཅུན་མི་ལཱི་རང་གཤིས་སྐོག་དཔྱད་པ་.....  
གཏོང་རྒྱ་ནི། ཚྭ་འདིའི་རྒྱ་ཆ་གལ་ཆེན་ཞིག་ཏུ་མཐོང་བྱིན། དེའི་ཡན་ལག་ཏུ་རྣམ་ཐར་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་...  
སྒྲིབ་མ་རྣམས་སུ་བཤད་པའི་རྩོམ་བཅུན་གྱི་དགའ་བྱུགས་དང་། བདག་མེད་མ་སྐོག་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་  
དོན་མང་བོ་ཐག་གཙོད་བྱ་རྒྱ་དང་གསུམ། དེར་མ་ཟད་ད་དུང་རྩོམ་བཅུན་རང་གིས་ཐུགས་སྦྱང་གནང་སྟེ་  
བའི་གཞུང་ནི་རྣམ་ཐར་རྣམས་སུ་གསལ་བོར་བཀོད་མེད་པས། དེ་དག་དཔྱད་ཞིབ་བྱས་ཏེ། དེ་དག་གི་ལྟ་  
བ་དང་དེའི་བཛོད་དོན་ཅི་ཡིན་པ་སྐོག་གསལ་བོར་འགོད་པ་དང་བཞི། ཡང་རྣམ་ཐར་ལ་ལར་ཡོངས་སུ་  
མ་གྲགས་པའི་བཤད་རྒྱུན་ཏེ། དཔེར་ན། རྩོམ་བཅུན་མི་ལཱི་ཙོང་ཁ་རྒྱལ་བོས་གདན་དྲངས་ཏེ། ཨ་མདོ་ཐེབས་...  
ཚུལ་སྐོག་དང་། མཁུར་སྒྲ་དེ་དག་ཨ་མདོའི་མཁུར་དང་ཆ་འདྲ་བའི་རྒྱ་མཚན་བཅས་ཀྱི་མཐའ་ལ་བཟག་  
པ་དང་ལ། ད་དུང་རྩོམ་བཅུན་མི་ལཱི་བཞུགས་གནས་དང་། ཐེབས་བཞུད་ཀྱི་བསྐལ་ལམ་གང་དང་གང་  
བརྒྱད་པ་ཀུན་གྱིས་རྟོགས་སྒྲུབ་པའི་བྱིར་དུ། ས་ཁྲ་ཞིག་འགོད་རྒྱ་དང་བྱུག ཐེབས་ལམ་དེ་དག་ཏུ་དར་བའི་  
རྩོམ་བཅུན་མི་ལཱི་གཏམ་རྒྱུད་དང་བཅས་པ་བསྟུ་སྒྲིག་དང་དཔྱད་ཞིབ་བྱེད་པ་དང་བདུན་སྟེ། རྩོགས་བདུན་  
ཀྱི་བྱུང་ཁོངས་རྣམས་ཐེམ་པ་རིམ་བཞུགས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་འབྱུང་འགྱུར་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་རྒྱ་དེའོ། །

མདོར་ན། དཔྱད་ཞིབ་འདི་ལ་འཇུག་པའི་སྐབས་སུ་ལོ་རྒྱུས་རིག་པ་དང་མའི་རིགས་རིག་པ། ཆོས་.....  
ལྷགས་རིག་པ་བཅས་ཀྱི་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་ཐབས་གཙོ་བོ་བཟུང་ནས། དཀའ་གནད་རྣམས་ཆན་པོ་སོ་མེད་ཀྱི་



ཟས་ལྡན་པའི་དབང་དུ་མི་གཏོང་ཞིང་། སྤྲོ་བ་ནམས་སྤྲོ་མ་བཞིན་དུ་ཕྱགས་སུ་མི་འཕྱར་བར། རྟོན་གྱི་  
 འགངས་ཐོན་ཞིང་ཆགས་དམ་པ་དང་། གོ་རིམ་མི་འབྲུག་ཅིང་སྤྱི་འབྲེལ་ཆགས་པའི་ཚོམ་སྤྱུལ་བྱུང་པར་  
 བ་དག་ལ་མིག་སྟོན་དང་ཟུར་རྟོ་བྱས་ཏེ། རང་དང་སྐལ་མཉམ་ཀྱན་ལ་དགེ་ཞིང་། རང་ཡང་དགེ་བའི་བྱ་བ་  
 འདིའི་རྒྱན་ཆ་མེད་དུ་འཇུག་པར་འབད་པའི་སྒྲོ་སྟོབས་བསྐྱེད་བཞིན་མཆིས།

## ས་བཅད་གཉིས་པ། ལྷ་རྒྱལ།

### དང་པོ། ལྷ་ཆོགས།

#### གཅིག འབྲུངས་འདས་ལྷ་ཆོགས་ཀྱི་མཐའ་དཔྱད།

རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་སྐོར་དཔྱད་པ་ལ་ཐོག་མར་འབྲུངས་འདས་ཀྱི་ལྷ་ཆོགས་ངེས་དགོས་ཏེ། དེ་མ་ངེས་ན་  
 ཁོང་གི་སྐྱེ་ཆོག་གང་པོའི་ལྷ་རྒྱལ་ནམས་བཤད་ཐབས་མེད་ལ། དངོས་བརྒྱད་ཀྱི་སྒྲོ་བ་མ་ནམས་ཀྱིས་མཛད་པའི་  
 རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་ནམ་ཐར་དུ་འཁོད་པའི་ལོ་ཁམས་སོགས་ཀྱང་ཐག་གཅོད་མི་ལུས་པའི་བྱིར། དཔེར་ན།  
 སྤྲང་པོ་ནམ་མཁའ་བསམ་གྱུ་བ་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་ནམ་ཐར་གྱི་མཇུག་ཏུ། རྗེ་བཙུན་མུ་ངན་ལས་འདས་ནས་ལོ་  
 ལུས་བརྒྱ་དང་བརྒྱ་བ། ས་པོ་འབྲུག་གི་ལོ་ཆོ་འཕྲུལ་གྱི་སྒྲོ་བའི་ཡར་ཆེས་བརྒྱལ་གྱུ་བ་པར་སྐྱར་བར་འབྲང་  
 པ་དང་། ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས་རྗེ་བཙུན་ཆེན་པོ་གྲངས་ནས་ལོ་ཉིས་བརྒྱ་དང་དྲུག་ཅུ་ཆ་དགྲུ་སོང་བའི་དུས་  
 དང་། ཉི་ཟླ་འོད་ཟེར་མ་རྒྱས་བསྐྱས་གཉིས། མངའ་རིས་མང་ཡུལ་སྤྱིད་གྲང་གི་ཆེ་མོ་དང་པའི་རི་ཁྲོད་དུ་ཡི་  
 གེར་བཀོད་ཞེས་གསུངས་པ་སོགས་ཀྱང་གསལ་ཐག་མི་ཆོད་དོ། །དེ་ཡང་ད་ལྟའི་བར་དུ་གཅིག་ཆོད་མི་……

① «རྗེ་བཙུན་ཆེན་པོ་བཞད་པའི་རྗེ་རྗེ་ལགས་ལ་འདེབས་པའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་དང་པའི་མིག་འབྱེད་རྩ་ཆའི་འོད་ཀྱི་ཕྱེད་  
 བ་»«འབྲི་གུང་བཀའ་བརྒྱད་ཆོས་མཛོད་»གི་དཔེར་དཔྱད་པོ་དེ་ཏུ། P7a

② ཞི་བྱེད་རས་པས་བཅུ་མཁའ། «རྗེ་བཙུན་མི་ལ་རས་པའི་ནམ་ཐར་ཐར་བ་ཉི་ཟླ་འོད་ཟེར་སྒྲོན་མེ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་» དཔྱད་  
 ཚན་གྱིས་མ་P111b

ལུས་པ་ཡང་གཅིག་ནས། དངོས་སྒྲིབ་ཆམས་ཀྱིས་བྲིས་པའི་ཆམ་ཐར་མི་གསལ་བ་དང་། གཉིས་ནས། མར་  
 བ་ལོ་སྒྲིབ་པའི་ཆམ་ཐར་གྱི་རྟེན་འཛིངས་དེའོ། །དངོས་སྒྲིབ་ཆམས་ཀྱི་ཁྲིད་དུ། རྩི་བཅུན་མི་ལ་དང་འགྲོགས་  
 ཡུན་ཆེས་རིང་བའི་རས་ཆུང་བ་དོན་རྩི་གྲགས་ (1084—1161) པས་རྩི་བཅུན་གྱི་ཆམ་ཐར་ཞིག་བཆམས་ཡོད་  
 པར་གྲགས་ནང་། རང་རེའི་མཁས་པ་ཆམས་ཀྱིས་མངལ་བའི་ལོ་རྒྱུས་བསྟན་དུ་མེད་དོ། །དེའི་ཕ་ལ་ཆེར་  
 གཙང་སྦྱོན་ཏེ་རུ་ཀས་ (1452—1507) སྤྱི་ལོ་1488 ལོར་མངའ་བའི་ཆམ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕྱག་ཆེན་པོ་རྩི་བཅུན་  
 མི་ལ་རས་པའི་ཆམ་ཐར་ཐར་བ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ལམ་རྟོན་ཞེས་པའི་ཁྲུང་ས་རྟེན་ས་དེ་ཞེ་ཡིན་  
 རྟམ་སྟེ། དེའི་ནང་གི་བཞོན་པ་ཡོད་པ་སྤྱི་གསུང་གསུང་གསུང་པ་རྩི་བཅུན་མི་ལ་དང་རས་ཆུང་བ་པན་ཚུན་དྲི་བ་དྲིས་ལན་  
 གྱི་ཚུལ་དུ་བཆམས་ཡོད་པས་སོ། །ཆམ་ཐར་དེ་གཙང་སྦྱོན་ཏེ་རུ་ཀས་བཆམས་པའི་དུས་ནི་རྩི་བཅུན་ལ་  
 (1357—1419) ཞིང་དུ་གཤེགས་ནས་བཟང་བྱ་བདུན་བཅུ་འདས་པའི་དུས་ཏེ། སྤྱི་ལོ་1488 ལོར་བཆམས་  
 ཤིང་། རྩི་བཅུན་མི་ལ་འདས་ནས་ཀྱང་བཟང་བྱ་ལོ་བཞི་བརྒྱ་མ་ལོངས་ཅིམ་ནང་བཆམས་ཡོད་ཆོད་  
 འདུག གཙང་སྦྱོན་ཏེ་རུ་ཀས་རས་ཆུང་བས་མངའ་བའི་ཆམ་ཐར་དེ་ལ་བཞེན་ནས་བཆམས་པ་ཡིན་ན།  
 ཆམ་ཐར་དེར་ཡང་ལོ་ཆོགས་དང་རྩི་བཅུན་མི་ལའི་ལོ་རྒྱུས་དག་ནང་འགལ་དང་། ཡིད་རྟོན་མི་ལུས་པ་མང་  
 དུ་འདུག དེ་བཞིན་དུ་རྩི་བཅུན་མི་ལ་རས་པའི་དོན་རྩི་མཁྱེན་དུ་གསུངས་ཀྱིས་གསུང་རྒྱུ་ཐོར་བུའང་ཕ་ལ་ཆེར་  
 དེ་དང་འདྲའོ། །འདིར་ལོ་ཆོགས་མཐའ་དཔྱད་ཀྱི་སྒྲིབ་འགྲོར་དངོས་སྒྲིབ་དང་དམ་པ་གཞན་གྱི་ཞིབ་  
 འཇུག་གི་འབྲས་དུ་སྟེ། རྩི་བཅུན་གྱི་ཆམ་ཐར་ཆམས་འདིར་དྲངས་ན་ལེགས་པའི་རྩྭ་གསལ་མང་དུ་མཐོང་བས་  
 རེ་རེ་བཞིན་བཞོན་པར་བྱ་སྟེ། ཉི་མ་ལྟ་བུའི་སྒྲིབ་མ་མཉམ་མེད་དུ་གསུང་པོ་ལྟ་རྩི་ (1079—1153) ཡིས་བཆམས་  
 པའི་རྩི་བཅུན་མི་ལའི་ཆམ་ཐར་ནི་སྟེ་དགེ་ཤིང་དཔར་ཤོག་ཞེས་བདུན་ཅུ་ལས་མེད་པས་བསྐྱུས་དུ་གསུང་  
 ཤིང་། འཁྲུངས་འདས་ཀྱི་ལོ་ཆོགས་ཀྱང་མི་སྣང་བས་ཆམ་ཐར་དེས་དཀའ་བ་དང་། རན་རྩིང་རྟོན་པ་རྩི་བཅུན་  
 ས་ཏུ་སོགས་རས་པའི་བྱ་ཆེན་བཅུ་གཉིས་ཀྱིས་བཆམས་པའི་མི་ལ་རས་པའི་ཆམ་ཐར་ཀྱང་བཆམས་པ་  
 དངོས་ནི་དངོས་སྒྲིབ་རས་པ་བཅུ་གཉིས་ཡིན་པར་སྦྱར་བྱང་དུ་བཀོད་ནང་། དེའི་ནང་དུའང་། རྩི་བཅུན་  
 གྱི་ལོ་ཆོགས་སོགས་གསལ་བོར་མི་སྣང་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་འོད་དཔག་དོན་རྩི་བཆམས་པའི་དཔལ་མི་ལ་  
 རས་པའི་ཆམ་ཐར་འཁྱུར་འབྱུང་བས་མ་ལས་ལྟ་ལྟའི་སྒྲིབ་དབྱངས་སྤྱང་གསལ་བོ་བཀོད་མེད་པ་སོགས་ལ་  
 ཞིབ་དུ་བསམས་ཆོ། བཀའ་འབྱུང་པ་པལ་མོ་ཆེས་སྟོན་སྐུ་བ་གཙོར་འཛིན་པ་ལས། མཁས་པའི་བྱ་བ་ཆམ་  
 གསུམ་ལས་རྩི་བཅུན་པ་ཆེར་མི་གནང་ཞིང་། ཡིག་འདོག་གནང་བ་ཆམས་ཀྱང་ལོ་ཆོགས་རྩི་བཅུན་ཆེ་བར་མི་གནང་  
 བས་འདིའི་རྟོན་དཔྱད་པ་ལ་གནད་དོན་མང་པོ་ཞིག་རང་བཞིན་གྱིས་མཆིས།

དེའི་ཕྱིས་སུ་ཆོས་འབྱུང་ལོ་རྒྱུས་ནུས་སུ་འཁོད་པའི་ནུས་ཐར་ཐར་ཐོར་དག་མ་བཅེས་པར་ནུས་ཐར་  
 རྒྱང་རྒྱང་ཉི་ཤུ་ལྷག་བྱུང་ཡོད་དེ། མགར་དཔོན་གྱི་བཀའ་འབུམ་དུ་བཞུགས་པའི་རྗེ་མི་ལའི་ནུས་ཐར་དང་།  
 གུང་ཐང་སློམ་གཡུ་གཤམ་པའི་གསུང་འབུམ་ཀ་བར་བཞུགས་པའི་རྗེ་བཙུན་མར་བ་དང་མི་ལའི་ནུས་ཐར་  
 དང་། ངན་རྩོད་སྟན་བརྒྱད་དུ་བཞུགས་པའི་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་ནུས་ཐར་དང་། རྗེ་ཀུན་དགའ་རིན་ཆེན་གྱི་  
 གསུང་འབུམ་དུ་བཞུགས་པའི་རྗེ་བཙུན་མི་ལ་རས་པའི་ནུས་ཐར་དངོས་གྲུབ་སྟེ་མ་དང་། རས་པ་བྱ་ཆེན་  
 བཙུ་གཉིས་ཀྱིས་མཛད་པའི་མི་ལ་རས་པའི་ནུས་ཐར། སྤང་བོ་ནམ་མཁའ་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་མཛད་པའི་རྗེ་  
 བཙུན་ཆེན་པོ་བཞད་པ་རྩོ་རྗེ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་པའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའི་མིག་འབྱེད་རྩོ་མཆར་འོད་གྱི་  
 སྤང་བ་དང་། ལ་སྟོད་པ་ཤེས་རབ་ཀྱིས་མཛད་པའི་མི་ལའི་ནུས་ཐར་དང་། གཡུང་སྟོན་ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས་  
 བཅུམས་པའི་རྗེ་བཙུན་མི་ལ་རས་པའི་ནུས་ཐར་ཐར་བ་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྟོན་མེ་དང་། ཞུ་དམར་མཁའ་  
 སྟོད་དབང་པོས་(1350—1409) བཅུམས་པའི་ཆོས་གྱི་རྗེ་མངའ་བདག་མིད་ལ་རས་ཆེན་གྱི་ནུས་ཐར་ཐར་བ་  
 ཕྱིན་ཆུབས་སྟོན་ཕུང་དང་། རྟོག་གཞུང་བ་ཆོས་གྱི་རྩོ་རྗེས་བཅུམས་པའི་མི་ལ་རས་པའི་ནུས་ཐར་དང་།  
 གཙང་སྟོན་ཉི་ཤུ་ཀས་བསྒྲིགས་པའི་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་མགུར་འབུམ་དང་། ཀམ་རང་བྱུང་རྩོ་རྗེས་བསྒྲིགས་  
 པའི་རྗེ་མི་ལའི་ནུས་ཐར་དང་། སངས་རྒྱལ་ཆེན་པོས་བཅུམས་པའི་མི་ལ་བཞད་པའི་ནུས་ཐར་དང་། རྒྱལ་  
 ཐང་བ་བདེ་ཆེན་རྩོ་རྗེས་བཅུམས་པའི་མི་ལ་རས་པའི་ནུས་ཐར་བཅས་དང་། ཆོས་འབྱུང་ལོ་རྒྱུས་སུ་བཀོད་  
 ཡོད་པ་ནི། ཉང་རལ་ཉི་མ་འོད་ཟེར་(1136—1204) གྱིས་དུས་རབས་བཙུ་གཉིས་པའི་དུས་དཀྱིལ་དུ་  
 བཅུམས་པའི་ཆོས་འབྱུང་མེ་རྟོག་སྟོང་བོ་སྤང་ཆེའི་བཙུད་དང་། དེའི་ཕྱིས་སུ་ཆོས་པ་ཀུན་དགའ་རྩོ་  
 རྗེས་(1309—1364) སྟོ་ལོ་<sup>1346—1363</sup> ལོར་བཅུམས་པའི་དེབ་ཐེར་དམར་བོ་དང་། སྟག་ཆང་དཔལ་འབྱོར་  
 བཟང་པོས་སྟོ་ལོ་<sup>1434</sup> ལོར་བཅུམས་པའི་ཡིག་ཆང་མཁས་པ་དགའ་བྱེད་དམ་རྒྱལ་རབས་མང་པོའི་ལེགས་  
 བཤད་ནམ་གངས་ཡིད་འཛིན་ལོར་བྱའི་སྤང་བ་དང་། དཔོན་ཆང་ཆེ་རིང་དབང་རྒྱལ་གྱིས་སྟོ་ལོ་<sup>1446</sup> ལོར་  
 བཅུམས་པའི་སྟོ་རིང་ཆོས་འབྱུང་དང་། དག་ཡེ་ཚུལ་ཁྲིམས་སེང་གས་སྟོ་ལོ་<sup>1474</sup> ལོར་བཅུམས་པའི་རྒྱ་བོད་  
 ཆོས་འབྱུང་རིན་པོ་ཆེ་དང་། ཀུན་མཁྱེན་ཡེ་བཟང་རྩེ་བས་སྟོ་ལོ་<sup>1476—1478</sup> ལོར་བཅུམས་པའི་དེབ་སྟོན་  
 དང་། དཔལ་བོ་གཙུག་ལག་སྤང་བས་(1504—1566) སྟོ་ལོ་<sup>1514—1564</sup> ལོར་བཅུམས་པའི་ཆོས་འབྱུང་མཁས་  
 པའི་དགའ་སྟོན་དང་། འབྲུག་པ་པར་དཀར་བོས་(1527—1596) སྟོ་ལོ་<sup>1581</sup> ལོར་བཅུམས་པའི་འབྲུག་པའི་  
 ཆོས་འབྱུང་ བསྟན་པའི་པར་རྒྱས་པའི་ཉིན་བྱེད་དང་། སྟག་ལུང་གདན་རབས་བཙུ་བཙུན་པ་ཞབས་བྱུང་  
 དག་དབང་ནམ་རྒྱལ་(1571—1626) གྱིས་སྟོ་ལོ་<sup>1609</sup> ལོར་བཅུམས་པའི་སྟག་ལུང་ཆོས་འབྱུང་རྩོ་མཆར་རྒྱ་  
 མཆོད་དང་། ཀུམ་ཐོག་རིག་འཛིན་ཆེད་དབང་ལོར་བྱས་(1697—1755) སྟོ་ལོ་<sup>1742—1746</sup> ལོའི་བར་བཅུམས་པའི་  
 མར་མི་དྲུགས་པོ་རྩོ་བོ་རྗེ་ཡཔ་སྤྲས་སོགས་དམ་པ་འགའ་ཞིག་གི་ནུས་ཐར་ས་པོན་དུས་གྱི་ངེས་པ་བཙོད་པ་

དག་ལྟན་ཉིད་གསལ་དང་། ལུ་མ་པ་ཡེ་ཤེས་དཔལ་འབྱོར་ (1704—1788) གྱིས་སྤྱི་ལོ་<sup>1748</sup> ལོར་བཅམས་པའི་  
 ཆོས་འབྱུང་དཔག་བསམ་སྒྲིལ་པ་དང་། འབྲི་གྲུང་བསྟན་འཛིན་པ་སྤྲའི་རྒྱལ་མཆོན་ (1770— ? ) གྱིས་སྤྱི་ལོ་  
 1800—1803 ལོའི་བར་བཅམས་པའི་ངེས་དོན་བསྟན་པའི་སྤྲིང་པོ་འབྲི་གྲུང་བ་ཆེན་པོའི་གདན་རབས་ཆོས་  
 གྱི་བྱང་ཚུལ་གསེར་གྱི་ཕྱིང་བ་དང་། ཆངས་གསར་སྒོ་གྲོས་རིན་ཆེན་ (1915—1990) གྱིས་སྤྱི་ལོ་<sup>1985</sup> ལོར་  
 བཅམས་པའི་དཔལ་ལྷན་འབའ་རོམ་བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་ནམ་ཐར་ཆོས་འབྱུང་མདོར་བསྟུས་གསལ་བྱེད་སྒྲིལ་  
 མེད་དང་། ཁྱོ་ཁྱེ་ནམ་གྱིས་བཅམས་པའི་དཔལ་མཉམ་མེད་མར་བ་བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་གྲུབ་པའི་མཐའ་ནམ་  
 པར་ངེས་པར་བྱེད་པ་མདོར་བསྟུས་སུ་བརྗོད་པ་དྲགས་བརྒྱུད་གྲུབ་པའི་མེ་ལོང་དང་། འབྲི་གྲུང་བ་དཀོན་  
 མཆོག་རྒྱ་མཆོས་སྤྱི་ལོ་<sup>1998</sup> ལོར་བཅམས་པའི་འབྲི་གྲུང་ཆོས་འབྱུང་དང་། ལྷོ་བསྟན་འཛིན་ཉི་མས་བཅམས་  
 པའི་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་གསུང་མགྱུར་གཅིས་བཏུས་ངེས་དོན་གདམས་ངག་རྣམས་ཆོ་བཅས་བཅོ་ལྷ་ལྟག་བྱུང་  
 ཡོད་ལ། རྗེ་ནང་རྒྱ་ར་ན་ཐས་མཛད་པའི་མུང་ཡུལ་སྟོན་བར་གསུམ་གྱི་ངོ་མཚར་གཏམ་གྱི་ལེགས་བཤད་  
 མཁས་པའི་འཇུག་དོགས་དང་། བདུད་འཛོམས་འཛིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྗེ་རྗེས་སྤྱི་ལོ་<sup>1962</sup> ལོར་བཅམས་པའི་  
 བོད་སྐད་རབས་པ་གསང་སྟགས་སྤྲིང་མའི་ཆོས་འབྱུང་དང་། རྒྱལ་དབང་ལྷ་བ་ཆེན་མོས་ (1617—1682)  
 བཅམས་པའི་རང་ནམ་དུ་ཀྱུ་ལའི་གོས་བཟང་། ཐུའུ་བཀའ་ཆོས་ཀྱི་ཉི་མས་ (1737—1802) སྤྱི་ལོ་<sup>1801</sup> ལོར་  
 བཅམས་པའི་གྲུབ་མཐའ་ལེགས་བཤད་ཤེལ་དཀར་མེ་ལོང་སྟགས་སུ་རྗེ་བཙུན་གྱི་ནམ་ཐར་ཐོར་བྱ་ཡོད་པ་  
 ནམས་ནི་བཟང་གིས་མི་ལང་བས། འདིར་ཞིབ་ཏུ་བཀོད་པའི་ངལ་བ་མ་མཐོང་ངོ་། །

རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་ནམ་ཐར་དེ་འདྲ་མང་བོའི་ནང་། རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་ནམ་ཐར་སྐོར་ལ་དོགས་དཔྱད་……  
 རྩུང་ཅམ་བྱས་ཡོད་པ་ནི། འགོས་ལོ་གཞོན་ལུ་དཔལ་གྱིས་བཅམས་པའི་དེབ་ཐེར་སྒྲིལ་པོ་དང་། ཞི་བྱེད་རི……  
 ཁྲོད་པས་བཅམས་པའི་རྗེ་བཙུན་མི་ལ་རས་པའི་ནམ་ཐར་ཉི་ལྗེ་འོད་ཟེར་སྒྲིལ་མེ། ཀུ་ཐོག་རིག་འཛིན་ཆོ་  
 དབང་ལོར་བྱས་བཅམས་པའི་མར་མི་དྲགས་པོ་རྩོ་བོ་རྗེ་ཡབ་སྤྲས་སྟགས་དམ་པ་འགའ་ཞིག་གི་ནམ་ཐར་ས་  
 བོན་དུས་ཀྱི་ངེས་པ་བརྗོད་པ་དག་ལྟན་ཉིད་གསལ་དང་། ལུ་མ་པ་ཡེ་ཤེས་དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཆོས་འབྱུང་  
 དཔག་བསམ་སྒྲིལ་པ། རྒྱལ་དབང་ལྷ་བ་ཆེན་མོའི་རང་ནམ་ལ། འབྲི་གྲུང་དཀོན་མཆོག་རྒྱ་མཆོས་བཅམས་པའི་  
 འབྲི་གྲུང་ཆོས་འབྱུང་བཅས་དེབ་དྲུག་པོ་འདི་ཡིན་ཀྱང་། དེ་དག་ཏུ་འང་མཛད་པ་འགའ་ལ་དོགས་དཔྱད་  
 ཐན་བྱུང་དང་། ལོ་ཆོགས་ལ་དགག་སྐྱབ་ཐར་ཐོར་ལས་ནམ་ཐར་སྤྱི་ཁོག་དང་འབྲེལ་བའི་དཔྱད་པ་ཆེན་པོ་  
 ནི་བྱས་མེད། ཞི་བྱེད་རས་པས་རྗེ་མར་བའི་སྐོར་ལ། ལྷ་ནམ་འབྲུག་གི་སྒྲ་མ་གཟི་བརྗེད་རྒྱལ་མཆོན་པ་ལས་  
 མཁས་པ་བོད་གངས་ཅན་ཁྲོད་ན་མི་འདུག་སྟེ། ཉེན་འབྲེལ་ཅིག་གི་གནད་ཀྱིས་ངས་ཁྱེད་པ་མ་བྱུང་ལགས། རྗེ་  
 བཙུན་མི་དེ་ལ་རས་ཆེན་རང་གི་ནམ་ཐར་ལ། སྒྲ་མ་མཁས་བཙུན་གཟི་བརྗེད་རྒྱལ་མཆོན་པ་ལས་ཀྱང་། ང……

[illegible]

མར་བ་ལོ་རྩ་བའི་འབྲུངས་འདས

[illegible]

① ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་སའ་བརྒྱུམ་ལ། <<ལྷ་མར་ཉི་ལྷའི་འོད་ཟེར་སྒྲོན་ལ>>དུ་ཅན་གྱིས་ལ། P107b

འབྲུག་པ་ཕུ་རེ་གམ་རིའི་གདན་དྲུས་ཀྱི་ཆེས་	1021 ལྷགས་བྱ	1109 མེ་སྤང	89	
རྒྱུ་ལྷ་གཟིགས་རས་པ་	1024 ཤིང་བྱ	1107 མེ་ཕག	84	

བཀའ་བརྒྱུད་པའི་མེས་པོ་མར་བ་ལོ་རྩ་བའི་ལོ་ཆོགས་ལ་བཞེད་ཚུལ་བརྟུག་གིས་ཡོད་པ་ནམས་ཀུ་ཐོག་  
 ཆོ་དབང་རིག་འཛིན་གྱི་མར་མི་དྲགས་པོ་རྩོ་བོ་རྩེ་ཡབ་སྲས་སོགས་དམ་པ་འགའ་ཞིག་གི་ནམ་ཐར་ས་བོན་  
 དྲུས་ཀྱི་ངེས་པ་བརྗོད་པ་དག་ལྷན་ཉུང་གསལ་ལྟར་བཀོད་ཅིང་། དེའི་ནང་རྩོ་བོ་བཅུན་པའི་ལྷགས་སྤྱི་ལོ་<sup>962</sup>  
 ལོ་དང་། རྒྱུ་ལྷ་གཟིགས་རས་པའི་ལྷགས་སྤྱི་ལོ་<sup>1024</sup> ལོའི་བར་ལ་བཟང་བྱ་རེ་གསུམ་ཡོད་པ་དང་། འདི  
 ལ་བཞེན་ནས་རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་ལོ་ཆོགས་ཀྱང་འབྲུགས་པ་བྱུང་། བརྒྱ་ལ་རྩེ་བཅུན་མི་ལས་མར་བ་བཞེན་  
 དུས། མར་བ་དགྲུང་ལོ་གཞོད་བཞེས་པ་དང་། རྒྱ་གར་དུ་དྲུས་ནམ་དང་ཐེངས་གཞོད་ཕེབས་པ་སོགས་  
 བསྟན་ཆེས་ནམས་དང་མ་འགལ་བར་འབྲུན་ཐག་གསལ་བོ་ཆོད་པ་བྱུང་ན། ད་གཞོད་རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་ལོ་  
 ཆོགས་ཀྱང་ཉ་ལམ་ངེས་འགོ་བས་འདིར་བཞེད་ཚུལ་ནམས་མཐའ་དབྱེད་པར་བྱའོ། །

མཁས་པ་པལ་ཆེ་བས་ཆོད་མར་འཛིན་པའི་འགོས་ལོ་གཞོན་ཅུ་དཔལ་གྱི་དེབ་རྩོན་ལྟར་ན། མར་བ་ལོ་  
 རྩ་བ་ཐེངས་དང་པོ་རྒྱ་གར་དུ་ཕེབས་སྐབས། སྒྲིག་སྒྲུ་རྩོ་སྲས་ཀྱིས་རྫོང་བ་དང་། ཐེངས་གཉིས་པ་ཕེབས་  
 སྐབས་མར་བ་མགོ་ཡགས་ཀྱིས་རྫོངས་པ་མཛད། དགྲུང་ལོ་བཞི་བཅུ་ཙམ་གཉིས་སྟེང་བོད་དུ་ཕེབས་ཤིང་།  
 དུལ་ས་གཞུང་། ཐེངས་གསུམ་པ་ནི། མི་ཉི་ལྔ་བཞེད་པ་གསན་ནས་རྒྱ་གར་དུ་བྱོན། མར་བ་ལོ་རྩ་བ་  
 དགྲུང་ལོ་སོ་གཅིག་བཞེས་པའི་ཆོ། རྩོ་བོ་རྩེ་བོད་དུ་བྱོན་ཞེས་པའི་ལོ་ཆོགས་གལ་ཆེན་འདི་དག་གོ། ། སྤྱི་ལོ་  
<sup>1012</sup> ལོར་འབྲུངས་པ་འདི་གཞིར་བཅས་ཏེ། དགྲུང་ལོ་བཞི་བཅུ་ཙམ་གཉིས་སྟེང་བོད་དུ་ཕེབས་ཞེས་པ་འདི།  
 པལ་ཆེར་མར་བ་ལོ་རྩ་བའི་ནམ་ཐར་དུ། ལོ་བཞི་བཅུའི་བར་དུ་ཐོས་བསམ་བྱས། །ཞེས་ཐེངས་གཉིས་པ་  
 ཕེབས་དུས་སྐོར་གསུངས་པའི་མཁུར་དེ་ལ་ཁྱུངས་མཛད་ལ། མར་བ་ལོ་རྩ་བ་དགྲུང་ལོ་སོ་གཅིག་སྟེང་། རྩོ་བོ་  
 རྩེ་བོད་དུ་ཕེབས་པ་ཞེས་པ་འདི་རྩོ་བོ་ཆེན་པོའི་ནམ་ཐར་དང་ནག་ཆོ་ལོ་རྩ་བའི་ལམ་ཡིག་ལྟར་འབྲུལ་  
 མེད་པར་བཀོད། ཐེངས་གསུམ་པ་ཕེབས་དོན་རྣམས་པ་དེ་དྲུས་ཞིང་དུ་གཤེགས་པས་མི་ཉི་ལྔ་བཞེད་པ་  
 གསན་ནས་རྒྱ་གར་དུ་ཕེབས་ཞེས་རིགས་འདེད་ཀྱིས་བཀོད་པ་འདི་ནམས་ནི། རྩོན་ཆོད་མཁས་པ་སྲས་  
 ཀྱང་མ་ལུས་པའི་ལོ་ཆོགས་ཐད་གསར་དུ་བཏོད་པའི་རྩེ་བ་གསར་བ་ཞིག་ཡིན་བསམས་ནའང་། ཡང་ཞིབ་  
 དུ་བསམས་ཆོ། རྩོན་དུ་མ་མཆིས་ཏེ། ནམ་ཐར་རང་དུ། ཆོ་སུམ་ཆ་རྒྱ་གར་ཡུལ་དུ་བསྐྱལ། །ལོ་བཞི་བཅུའི་  
 བར་དུ་ཐོས་བསམ་བྱས། །དུས་ན་ཞིང་གདུག་པ་སྤུལ་གྱི་ལོ། །ཆོ་འབྲུལ་ཁྲ་ལྷ་བ་ལ། །མི་ལོ་བས་ལམ་ལ་

① ཁྲག་འབྲུང་རྒྱལ་བོས་བཙམས།《སྤྱི་བསྐྱར་མར་བ་ལོ་རྩ་བའི་ནམ་ཐར་མཐོང་བ་དོན་ཡོད་བཞུགས་སོ་》ཟི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་  
 སྤྱི་ཁྲོན་ཁང་།1984 P117



འདི་དེ་བྱས་པས་འབྲུངས་ལོ་ནི་ཞིབ་ཅིས་བྱས་ན་ཚུ་ཡོས་ཏེ། ཟ࿳་ལོ་<sup>1003</sup> ལོ་དང་། རགས་ཅིས་བྱས་ན་ཟ࿳་ལོ་<sup>1002</sup> ཞིལ། དེ་ལྟར་ན་གོང་དུ་བཀོད་པའི་མར་བལ་སྟོ་བའི་འབྲུངས་འདས་ཀྱི་ལོ་ཆོགས་ཐད་བཞེད་ཚུ་ལ་བཅུ་གཉིས་ཡོད་པའི་ནང་། འབྲུངས་ལོའི་ཐད་རྩེ་མཐའ་སྟུང་དབང་བོའི་བཞེད་ཚུ་ལ་ཏེ། ཟ࿳་ལོ་<sup>1002</sup> ལོ་དང་། འདས་ལོ་ནི་དགྲང་ལྷ་གྲ་བཞི་བཞེས་པ་སྟོ་རིང་ཆོས་འབྱུང་དུ་ཤིང་སྤང་སྟེ། ཟ࿳་ལོ་<sup>1085</sup> ལོར་གསུངས་པ་འདི་ལུང་རིགས་གང་གིས་ཀྱང་མི་གཞོད་དོ། །

ལོ་ན། རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་འབྲུངས་འདས་ཀྱི་ལོ་ཆོགས་གང་ཡིན་ཞེ་ན། ངན་རྩོད་སྟོན་པ་དང་གཙང་སྟོན་ཏེ་རུ་ཀའི་ནམ་ཐར། སྤང་བོ་ནམ་མཐའ་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་རྩེ་བཅུན་གྱི་གསལ་འདེབས་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་དང་པའི་མིག་འབྱེད་རོ་མཆར་འོད་ཀྱི་ཕྱེད་བ། རྩེ་རང་བྱུང་རྩོ་རྩེ་ནས་བརྒྱད་པའི་ནམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ་.....བཅས་སྟ། རབ་བྱུང་དང་པོའི་ཆུ་འབྲུག་སྟེ། ཟ࿳་ལོ་<sup>1052</sup> ལོར་འབྲུངས་ཤིང་། རབ་བྱུང་གཉིས་པའི་ཤིང་ཡོས་ཏེ། ཟ࿳་ལོ་<sup>1135</sup> ལོར་སྐྱ་གཤེགས། བཀའ་བརྒྱུད་བསོད་རྒྱལ་གྱིས་ཀྱང་ཆུ་ཕོ་འབྲུག་པར་མཛོད་འདུག་པར་.....གསུངས་། དེ་ལྟར་བཅིས་ན་འདྲ་གྲངས་གྲ་བཞི་བཞེགས། ཡང་ངམ་རྩོད་སྟོན་བརྒྱུད་དུ་བཞེགས་པའི་མི་ལའི་ནམ་ཐར་དུ། འབྲུངས་ལོ་མི་གསལ། འདས་ལོ་བྱ་སྟེ། དགྲང་གྲངས་གྲ་བཞི་བཞེགས་པར་གསུངས། རྩེ་ཀྱང་དགའ་རིན་ཆེན་གྱི་ནམ་ཐར་དངོས་གྲུབ་སྟེ་མར། འབྲུངས་ལོ་མི་གསལ། འདས་ལོ་ཡོས་ལོ་དང་། དགྲང་གྲངས་གྲ་བརྒྱུད་བཞེགས་པར་གསུངས། ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་རི་ཁྲོད་པས། འབྲུངས་ལོ་སྟག་ལོ་སྟེ། ཟ࿳་ལོ་<sup>1050</sup> ལོ་དང་། འདས་ལོ་བྱ་ལོ་སྟེ། ཟ࿳་ལོ་<sup>1129</sup> ལོར་ཞིལ། དགྲང་ལོ་གྲ་བཞིའི་སྟེང་གཤེགས་པར་བཞེད། རྩོ་ཆོག་ཆོད་བང་རྒྱལ་དང་། དག་ཡེ་ཚུ་ལ་ཁྲིམས་སེང་གེ་འགོས་ལོ་གཞོན་ལུ་དཔལ། མང་ཐོས་སྐྱ་སྐྱབ་རྒྱ་མཆོད་.....བཅུན་ཅིས་གསལ་བའི་ཉིན་བྱེད་སྟག་བསམ་རབ་དཀར། ཁང་དཀར་ཚུ་ལ་ཁྲིམས་སྐྱལ་བཟང་གི་ཆོད་མའི་ལོ་རྒྱུས། མཐའ་པོ་སྟེ་རྩོ་ཆོད་ནམ་གྱི་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་གྲུབ་མཐའ་བཅས་སུ་རབ་བྱུང་དང་པོའི་ལྷགས་འབྲུག་སྟེ། ཟ࿳་ལོ་<sup>1040</sup> ལོར་འབྲུངས་ཤིང་། རབ་བྱུང་གཉིས་པའི་ཆུ་ཕོ་ཡོས་ཏེ། ཟ࿳་ལོ་<sup>1123</sup> ལོར་གཤེགས། དགྲང་ལོ་གྲ་བཞི་བཞེགས་པར་གསུངས། ཕྱི་སྤྱིང་བའི་ཁྲོད་དུ་རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་ཞབས་རྩེས་དེད་པའི་ཉི་ཉོང་བ་ཡུས་ཐོ་ཁེན་རྩེས་ (伊藤健司) ལགས་ཀྱིས་འབྲུངས་ལོ་<sup>1053</sup> དང་། འདས་ལོ་<sup>1136</sup> ལོ་བཤད་པ་བཅས་བཞེད་ཚུ་ལ་མི་འབྲུ་བཞེ་ལག་དྲུག་ཙམ་བྱུང་ཡོད། དེའི་ནང་ཕན་ཚུན་གྱི་བར་ཁྱད་ལོ་བཅུ་གཉིས་བྱུང་འདུག གཙང་སྟོན་ཏེ་རུ་ཀས་འབྲུངས་པའི་ལོ་ནི་ཆུ་ཕོ་འབྲུག་གི་སྟོན་ཆ་ར་བའི་ཆོས་ཉེར་བརྒྱུད་དང་། གཤེགས་པའི་ལོ་ནི་དགྲང་ལོ་བརྒྱུད་ལུ་ཆ་བཞིར་ཐེབས་པ། ཤིང་ཕོ་ཡོས་ཀྱི་ལོའི་དགུན་ཆ་ཐ་རྒྱུད། རྩེ་མ་སྐྱག་ལ་བབ་པའི་ཆོས་

① མང་ཐོས་སྐྱ་སྐྱབ་རྒྱ་མཆོད་མཛོད། <<བཅུན་ཅིས་གསལ་བའི་ཉིན་བྱེད་སྟག་བསམ་རབ་དཀར>> བོད་སྡེ་མེད་མངའ་ས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 1988. P90

② 伊藤健司著<<ミラレバの足跡——チベットの聖なる谷へ>>地湧社 2000. P30



བཅུ་བཞི་ཉི་ཤར་ཏེ། དེ་ལས་འབྲངས་ལོ་རྒྱུ་འབྲུག་ནི་སྤྱི་ལོ་<sup>1052</sup> ལོ་དང་། ལོ་དེའི་སྟོན་རྒྱ་ར་བའི་ཆོས་ཉེར་  
 བརྒྱད་ནི་བོད་རྒྱ་ལ་བའི་ཆོས་ཉེར་བརྒྱད་དང་། འདས་ལོ་ཤིང་མོ་ཡོས་ནི་སྤྱི་ལོ་<sup>1135</sup> ལོ་དང་། དགུན་རྒྱ་ཐ་  
 རྒྱུ་གི་ཆོས་བཅུ་བཞི་ནི་བོད་རྒྱ་བཅུ་གཉིས་པའི་ཆོས་བཅུ་བཞིར་ཁེལ། དེ་དག་ལས་བཞེད་ཚུལ་ནམ་པར་  
 དག་པ་ནི། འགོས་ལོ་གཞོན་ཏུ་དཔལ་སྟགས་ཀྱི་བཞེད་ཚུལ་ཡིན་ཏེ། རྩི་བཅུན་འབྲངས་པའི་ལོ་ལ་མར་བ་  
 ལོ་རྒྱུ་བ་དགུང་ལོ་སྟོན་ཡིན་ཞིང་། རྩི་བཅུན་པོ་དེའི་ཕྱི་ལོ་བོད་དུ་ཕེབས་པའོ། །སྐབས་འདིར་ཁྲུང་ས་  
 རྟེན་ས་གཙོ་བོ་ནི། གཅིག་ནས་དུགས་པོ་ལྷ་རྩེ་དེ་ཉིད་རྩེ་བཅུན་མཇལ་བའི་ལོ་ནི་རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་དགུང་ལོ་  
 བདུན་ཅུ་ཙམ་གཅིག་ལ། དུགས་པོ་ལྷ་རྩེའི་རང་ལོ་སྟུང་ཅུ་ཙམ་གཉིས་པ་ལྷགས་པོ་སྟག་གི་ལོ་ཡིན། ཕྱིར་འབྲོན་  
 པའི་དུས་སྟུང་ལྷགས་མོ་ཡོས་བྱུང་ལོ། འབྲོན་ཁར་རྩེ་བཅུན་གྱི་གསུང་གིས་ལོ་བཅུ་གཉིས་ན་བྲིན་གྱི་རིལ་ཤོག་  
 ཅིག་ཅེས་གསུངས་པ་<sup>①</sup>འདི་ཡིན་ཏེ། མཉམ་མེད་དུགས་པོ་ལྷ་རྩེ་འབྲངས་པའི་ལོ་ནི། རབ་བྱུང་དང་པོའི་ས་  
 ལུག་སྟེ། སྤྱི་ལོ་<sup>1079</sup> ལོ་དང་། འདས་ལོ་<sup>1153</sup> ལོར་ཡིན་པ་ལོ་རྒྱུ་ཚད་ལྷན་ནམས་ཞལ་མཐུན་ནོ། །དེ་ལྟར་  
 བ་རྩེ་བཅུན་མི་ལོ་དགུང་གངས་དོན་གཅིག་པ་ནི། སྤྱི་ལོ་<sup>1110</sup> ལོ་སྟེ། དེ་དུས་དུགས་པོ་ལྷ་རྩེ་དགུང་ལོ་སོ་  
 གཉིས་དང་། ལོ་ལམས་ལྷགས་པོ་སྟག་ལོ་ཁེལ། ཕྱིར་དབུས་སྤྱི་ལོ་འབྲོན་པའི་ལོ་ནི་ལྷགས་མོ་ཡོས་ཏེ། སྤྱི་ལོ་<sup>1111</sup>  
 ལོ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ནས་བཅས་པའི་ལོ་བཅུ་གཉིས་ནི་རབ་བྱུང་གཉིས་པའི་རྒྱུ་མོ་ཡོས་ཏེ། སྤྱི་ལོ་<sup>1123</sup> ལོར་ཡིན་  
 པས། དེ་དུས་བྲིན་དུ་ཕེབས་དུས་རྩེ་བཅུན་ཞི་བར་གཤེགས་པ་སྟགས་ལ་བརྟགས་ཆོ། ལོ་ཆོགས་འདི་ཉིད་  
 འཐད་ལྷན་ཁོ་ནར་ངེས། འདི་ཉིད་གཞིར་བཅས་ཏེ་བཅེ་བ་ཡིན་ན། ལྷགས་གཞན་ནམས་ལོག་ལམ་དུ་གོལ་  
 བ་ཤ་སྟག་པོ། །རྩེ་བཅུན་མི་ལོ་སྟུང་གཤེགས་དུས་ཀྱི་ཉིན་ཞག་ཀྱང་གང་ལ་ཁེལ་བ་འབྲངས་འདས་ཀྱི་ལོ་ཆོགས་  
 བཞེན་དུ་བཞེད་ཚུལ་ཤིན་ཏུ་མང་སྟེ། བོད་རྒྱ་དང་རྟོར་རྒྱ་གང་གཞིར་བཟུང་ནས་བཅེ་བ་མི་ཤེས་<sup>②</sup>ཀྱང་།  
 དཔལ་བོ་གཙུག་ལག་ཕྱིར་བ་དང་། ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་ ལ། ཉ་ཆོག་ཆོ་དབང་རྒྱལ་གསུམ་གྱིས་རྟེན་རྒྱ་བའི་ཆོས་  
 བཅུ་བཞི་སྟེ། བོད་རྒྱ་དང་པོའི་ཆོས་བཅུ་བཞིར་བཞེད་པ་དང་། རྩི་བཅུན་མཇེད་ནག་མམ། དུས་དགུན་གྱི་

① འགོས་ལོས་བཙམས། «དེ་བ་ཐེར་སྟོན་པོ་» རྟོན་ཆ། ཟི་ཁོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། 1984. P545

② འབྲོག་མིས་ཡོངས་གྲགས་སྤྱི་བཅེ་སྟོན་པའི་རྒྱ་བ་བཅུ་གཉིས་ནི། བྱ་རྒྱ་བ་=རྒྱ་བ་དང་པོ། བྱི་རྒྱ་བ་=རྒྱ་བ་ གཉིས་ལ། བག་  
 རྒྱ་བ་=རྒྱ་བ་གསུམ་ལ། བྱི་རྒྱ་བ་=རྒྱ་བ་བཞི་ལ། ཁྲང་རྒྱ་བ་=རྒྱ་བ་ལྔ་ལ། ཉུག་རྒྱ་བ་=རྒྱ་བ་དྲུག་ལ། ཡོས་རྒྱ་བ་=རྒྱ་བ་བདུན་  
 ལ། འབྲུག་རྒྱ་བ་=རྒྱ་བ་བརྒྱད་ལ། སྤྱི་ལོ་རྒྱ་བ་=རྒྱ་བ་དགུ་ལ། ཉ་རྒྱ་བ་=རྒྱ་བ་བཅུ་ལ། ལྷག་རྒྱ་བ་=རྒྱ་བ་བཅུ་གཅིག་ རྩེ་ལོ་རྒྱ་བ་=  
 རྒྱ་བ་བཅུ་གཉིས་ཏེ། བཅེ་ལྷགས་འདི་ནི་ནམ་མཁའ་འོར་བུ་མཆོག་སྤྱི་ལོ་<sup>1953</sup> ལོར་ལམས་སྟོགས་ལྟེ་དགའི་ **བྱང་རྟོགས་བཅས་སྤྱི་**  
 བསྟོད་དེ། ཕྱིས་སྤྱི་བྲིན་བྱིས་སྤྱི་བཏབ་པ་བྱང་འབྲོག་ལམ་ཡིག་དུགས་ལ་ལ། རྟོར་རྒྱ་ལྟར་བཅས་པ་ཡིན་ན། རྒྱ་བ་དང་པོ་ནི་རིམ་  
 བཞེན་བྱི་བ། ཁྲང་། ཉུག་ཡོས་ འབྲུག་སྤྱི་ལ། ཉ། ལྷག་སྤྱི་ལ། བག་བཅས་ཡིན་པ་དུང་དཀར་རིན་པོ་ཆེའི་ཆོག་མཇེད་དུ་  
 གསུངས། བོད་རྒྱུ་ཆོག་མཇེད་དུ། དཔེར་ན། ཉ་རྒྱ་བ་ནི་བོད་རྒྱའི་དབང་དུ་བཏང་ན་རྒྱ་བ་དང་པོ་དང་། རྟོར་རྒྱའི་དབང་དུ་  
 བཏང་ན་རྒྱ་བ་ལྔ་བ་ཡིན་པར་བཞེད་པས། དེ་ལྟར་ན་བོད་རྒྱ་དང་པོ་ཉ་ནས་གཞིར་བཟུང་བ་དང་། རྟོར་རྒྱ་དང་པོ་ནི་སྟག་ནས་  
 མགོ་འཛིན་པ་རྩུབ་ཞིག་འབྲུག་པས་ད་དུང་དཔུང་པར་རིགས་སོ། །

ཟླ་བ་ལྷག་ཆེས་བཅོལ་ཤིང་། བོད་ཟླ་ལྷ་མ་བཅེས་ན་ཟླ་བ་དགུ་བར་ཁེལ་བས་དེ་མེན་པ་འདྲ་ཤིང་། བལ་ཆེར་ན་  
 དང་ལྷག་ཅེས་སྒྲ་ལོ་ར་བ་ལེམས། གཙང་སྒྲིན་ཉི་ཤུ་ཀས་དགུན་ཟླ་ཐ་ཆུང་གི་ཆེས་བཅུ་བཞི་ཤིང་། བོད་ཟླ་བཅུ་  
 གཉིས་པའི་ཆེས་བཅུ་བཞི་ལ་བཞེད་པ་བཅས་འདྲ་ཆུང་ཆེ་ལག་གསུམ་བྱང་ཡང་། ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས་དུས་  
 གྱི་མཆོད་པ་བྱེད་ན། ཉ་བ་ཟླ་བའི་ཡར་ཆེས་བཅུ་བཞི་ལ་ཡིན་པར་གསུངས་པ་འདི་ཁོང་གིས་དུས་མཆོད་  
 ཅེས་དམིགས་སུ་བབྱང་ཤིང་། རྣམ་ཐར་ལ་ཉམས་ཞིབ་མང་དུ་བྱས་ཡོད་པས་འདི་ཉིད་འཐད་ལུན་དུ་འཛིན་  
 པར་འོས་སོ། །གཉིས་ནས། ལོ་རྒྱུས་རྣམས་སུའང་། རྗེ་བཙུན་མི་ལ་མཆོག་བ་རི་ལོ་རྩ་བ་དང་དགུང་གྲངས་  
 མཐུན་ཞིང་། རྗེ་འུ་བྱར་བ་ཡེ་ཤེས་འབར་( 1042—1118 ) དང་ཡིད་གཙུགས་པ་ལ་གཞིགས་ནའང་། ལོ་གོང་  
 འོག་ཆེར་མེད་དམ་སྟེ། བཞེད་ཆུལ་འདི་ཡང་དག་པར་བསམས་པས་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ཞིབ་འཇུག་ཐད་  
 སྐད་གཤམ་ཆེ་བའི་ཉི་ཉོང་གི་མཁས་པ་ཡ་མ་སྤུ་ཆེས་རྩལ་ཡིས་ཉོའོ་ཡིས་བཙམས་པའི་བོད་ཅེས་པ་དང་།  
 སྤྱི་ཞབས་མང་ཡའོ་ལགས་ཀྱིས་བཙམས་པའི་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ལོ་རྒྱུས་དཔྱད་བརྗོད་ཐོག་སྤྱི་གསུམ་ཞེས་  
 པ་མོས་གསུངས་འདི་ཉིད་འཐད་ལུན་དུ་བཀོད་ཡོད།

## གཉིས། དགུང་གྲངས་ཐད་ཀྱི་མཐའ་དཔྱད

དེ་ལྟར་འབྲུངས་འདས་ཐག་བཅད་རྗེས། ད་ལྟའི་བར་དུ་ཐག་བཅད་མེད་པའི་གནད་དོན་ཞིག་ཤུལ་དུ་  
 ལུས་ཡོད་པ་ནི། རྗེ་བཙུན་མི་ལས་མཐུ་སྤྱངས་ནས་མར་བ་ལོ་རྩ་བ་མ་བཞེན་པའི་བར་གྱི་ལོ་ཉི་ཤུ་  
 (1057—1076) དང་། རྗེ་མར་བ་བཞེན་པ་ནས་བཅེས་པའི་ཞིང་དུ་གཤེགས་པའི་ བར་གྱི་བྱང་བྱ་བཞི་བཅུ་  
 ཞེ་བཅུན་(1077—1123 ) དེ་ཡིན། རྗེ་མའི་སྐར་ལ་དོགས་པ་ཡོང་དགོས་དོན་ཡང་། ཡར་སྤྱངས་ཀྱི་གཉགས་་་  
 གཡུང་སྟོན་ཁོ་རྒྱལ་གྱི་མདུན་དུ་ལོ་གཅིག་བཞུགས་པར་གསུངས་པ་སྟོ་རོང་ཆོས་འབྱུང་དང་དེ་བ་སྟོན་  
 གཉིས་ཡིན་ཞིང་། དེ་ནས་གཙང་གི་ལྷ་རྗེ་གཙུག་ཆུང་གི་སར་ཞག་བཅུ་བཞི་ནས་ཉགས་ཐོན་པ་གསུངས་  
 པ་དང་། གཡུང་སྟོན་ཁོ་རྒྱལ་གྱི་སར་ཞག་བཅུ་བཞི་ནས་ཉགས་ཐོན་པར་བཤད་ཡོད་པས་ཆེས་མང་ཡང་ལོ་  
 གཉིས་མ་གཉོགས་འགོར་མེད་པའི་བཟོ་འདྲ་བོ་དང་། དེ་ནས་ཉང་སྟོན་རྒྱང་རོའི་རོང་སྟོན་ལྷ་དགའི་སར་  
 རྗེ་གས་ཆེན་སྤྱངས་ནས་ལོ་ཅི་ཅམ་འགོར་བར་འགོས་ལོ་དང་དཔའ་བོ་གཙུག་ལག་ཕྱེད་བས་ཅི་ཡང་བཀོད་  
 མེད་ནའང་། ཞི་བྱེད་རས་པས་ལོ་གཅིག་ཅམ་འགོར་བར་བཤད་པ་འདི་གཅིག་ཕུ་ཅམ་སོ། །དེ་རྗེས་དགུང་  
 ལོ་སོ་བརྒྱད་ཉིང་མར་བ་ལོ་རྩ་བ་བཞེན་པར་བཤད་ནའང་། སྤྱི་ཞབས་མང་དཔྱད་པ་བྱེད་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན་

① 山口 瑞鳳著<<チベット>>東京大学出版会 1987. P28

② 王尧著<<西藏文史探微集>>中国藏学出版社 2005. P253

དེ་ལྟར་ཡོང་ཐབས་མེད་ཀྱང་། རྣམ་ཐར་མཁན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་གཅིག་ རྗེས་གཅིག་གིས་འབྲངས་ཏེ། ད་ལྟའི་  
བར་དུ་ཉམས་ཞིབ་ཅི་ཡང་མཛད་མེད། ཐ་ན་འདིའི་ཐད་དུ་བོད་རང་གི་ལོ་རྒྱུས་ལ་མཁས་པའི་བཀའ་  
བརྒྱུད་པའི་གྲུབ་མཐའ་འཛིན་པ་དཔའ་བོ་གཙུག་ལག་སྤེང་བའི་ཆོས་འབྱུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་དང་།  
འགོས་ལོ་གཞོན་ཅུ་དཔལ་གྱི་དེབ་སྟོན། ཕྱིས་སུ་བཅམས་པའི་བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་ཆོས་འབྱུང་སྟེ། མཁན་པོ་ཁྱི་  
རུ་ཆེ་རྣམས་ཀྱི་མར་བ་བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་གྲུབ་མཐའ་དྲགས་བརྒྱུད་གྲུབ་པའི་མེ་ལོང་བཅས་སུ་འང་ཆོག་ཟུར་  
ཅོམ་ཡང་སྤེང་མེད། གཙང་སྟོན་ཉེ་རུ་གས་རས་པ་ཞི་བའོད་ལ་གསུངས་པའི་མགྱར་དུ། མིང་ངོ་ཁྱོད་ཀྱིས་  
ཤེས་མ་ཤེས། མིང་ངོ་ཁྱོད་ཀྱིས་མ་ཤེས་ན། མིང་རང་མི་ལ་རས་པ་ཡིན། ཞྭ་བ་གྲུང་ཐང་སྤང་དུ་བཅད།  
སྟོབ་གཉེར་དབུས་གཙང་མཐེལ་དུ་བཅུས། ཁ་དགེས་སྟོན་རྩོག་མེས་དབུ་མཛད་པའི། རྩོད་སྟོན་ལྟ་  
དགའ་ཡན་ཆད་དུ། ལམ་དྲིན་ཅན་གྱི་སྐྱ་མ་བརྩ་ཅོམ་བཞུགས། ཁྱེས་རྣམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ་བཞིན་  
དྲངས་ཡོད་ཀྱང་། དེའི་ཐད་ལ་ལོ་ཆོགས་ནི་བཀོད་མེད། དེའི་སྟོན་དུ་བཅམས་པའི་དེབ་སྟོན་དུ་འང་། མགྱར་  
འདི་དམིགས་སུ་བཀར་ནས་ལྟ་མེད་པའི་གས་སུ་བཞག་ནས་དྲངས་ཡོད་ཀྱང་། རས་པ་བྱ་ཆེན་བརྩ་གཉིས་  
ཀྱིས་བཅམས་པར་གསུངས་པའི་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་དུ། ཞྭ་བ་གྲུང་ཐང་སྤང་དུ་བཅད། སྟོབ་གཉེར་  
དབུས་གཙང་གཉིས་སུ་བྱས། ཁ་དགེས་སྟོན་དང་ཆ་མའི་དབུ་མཛད་པའི། རྩོད་སྟོན་ལྟ་རྗེ་དགའ་ཡན་ཆད་  
ཀྱིས། དྲིན་ཅན་སྐྱ་མ་བརྩ་ཅོམ་ཡོད། ཁྱེས་སྐྱ་མ་བརྩ་ཞེས་པ་བརྒྱུད་ཡིན་ནམ་སྟམ་པས་རྗེས་འཇུག་ད་  
ཡིག་ཆད་པ་འདྲ། མཐར་ཐུག་ན་འདི་དག་ཁོ་ལ་དུ་མ་བྱུང་ཆོ། རྗེ་བཙུན་གྱི་དགྲུང་གྲངས་ཐག་གཅོད་མི་ལུས་  
པས་སོ། འོ་ན། རྩོད་དམ་དུ་སྟོབ་དཔོན་བརྩ་བོ་དེ་གང་དག་ཡིན་ཞེ་ན། འབྲི་གྲུང་དཀོན་མཆོག་རྒྱ་མཆོའི་  
བཞེད་ཚུལ་<sup>①</sup>ཕྱོགས་གཅིག་དུ་བསྐྱས་ཏེ་བཀོད་ན།

1. ལོ་རྒྱུ་བ་སྟོན་རྒྱུང་། འདིའི་མཐུན་ནས་སྟོན་དང་རྩོད་རྗེ་ལས་ཀྱི་རྩོད་རྗེའི་ལུགས། ཞི་མ་མོ་པག་མོ་སྟགས་  
གསན།
2. ཡར་ཁྱུང་གི་གཡུང་སྟོན་སྟོན་ཀྱིས། དེའི་མཐུན་ནས་མཐུ། གདམས་པའི་མིང་གསལ་བོར་བཀོད་མེད།  
བཞུགས་ཡུན་ལོ་གཅིག
3. ལྟ་རྗེ་གཞུབས་རྒྱུང་། དྲག་སྟགས་གཟུང་གདོང་དམར་ནག་བྱ་བ་བདུན་ཕྲག་གཉིས་ལས་རྟགས་ཐོན།

① གཙང་སྟོན་གྱིས་བསྟོགས། <<རྣམ་འབྱོར་དབང་ཕྱག་ཆེན་མོ་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་>>1981. P324—325  
② རས་པ་བྱ་ཆེན་བརྩ་གཉིས་ཀྱིས་བཅམས། <<རྗེ་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་ཐར་>>དབུ་ཅན་དང་དབུ་མེད་བསྐྱེས་པའི་བྲིས་མ་P119  
③ འབྲི་གྲུང་དཀོན་མཆོག་རྒྱ་མཆོས་བཅམས། <<འབྲི་གྲུང་ཆོས་འབྱུང་>>མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 2004. P257—258

མ་ཕུར་གཤེན་གསུམ་སྒྱུ་འཕུལ་དང་བཅས་པ་བསྐྱབས།

4. བྱང་སྟོང་རྒྱུ་མཁར་དུ་སྒྱུར་སྟོན་དབང་དེ། རྫོགས་ཆེན་སྤྱད་སྤྱ།

5. ཁོར་རེའི་ངབ་མི་བྱང་རྒྱུ་ཕྱལ་བོ། སྒྱུ་འཕུལ་གསང་བ་སྟོང་བོ། དཔལ་ཆེན་ཡང་དག་དང་བདུན་ཅི་  
གསན།

6. ཡར་འབྲོག་གི་དོར་མར་བ་འབྱུང་ངེ། མཐོ་བསྐྱབས།

7. གཙང་རོང་དུ་འབྲེ་སྟོན་ལྟ་དགལ། རྫོགས་པ་ཆེན་པོར་གསན་ཞེས་སྒྲིབ་དཔོན་བདུན་གྱི་མཆོན་ལས་  
བཀོད་མེད་པ་དེ་འབྲུག་པ་པད་མ་དཀར་བོའི་ཆོས་འབྱུང་བསྟན་པ་རྒྱས་པའི་ཉིན་བྱེད་ལ་ཁྱུངས་གཏུགས་  
ཏེ། དེ་ལས་རྩི་བཞིན་དངས་ཀྱང། མཁུར་དང་བསྐྱར་ན་ད་དུང་ཁྱུང་པར་ཅུང་བྱུང་འདུག།

ལ་སྟོང་པ་ཤེས་རབ་ཀྱིས་མཛད་པའི་རྩི་བཅུན་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་མ་རིག་ལྷན་སེལ་དུ།

1. ཡར་ལུང་གི་སྟར་གཡུང་ཅེ་ཁོ་རྒྱལ། བཞགས་གྱི་རྒྱལ་བོ་བྱི་ན་ཡ་ཀའི་སེར་བ་ཞུས། 2. ལུ་ལུང་བྱ་བའི་  
ལྟ་རྩི་ཡེ་ཤེས་གཟུངས་ལ་གཤེན་རྩི་སྟོར་ཞུས། 3. ཉ་ནག་གི་བོན་པོ་མཐུ་ཆེན་གཅིག་ལའང་ཞུས། ལོ་བརྒྱད་  
དུ་གནམ་སྟོ་མི་མཐོང་བར་བསྐྱབས། 4. ལུ་ལེ་བྱང་རྒྱུ་ཕྱལ་བོ་མདོ་སྒྱུ་འཕུལ་གསན། 5. ཉང་སྟོང་དཀྱིལ་  
སྟོན་དབང་ངེ་ལ་རྫོགས་ཆེན། 6. གཡུང་ཕུར་འབྲེ་སྟོན་ལ་རྫོགས་ཆེན། 7. ཡར་འབྲོག་པ་མར་བ་འབྱུང་ངེ་ལ་  
རྫོགས་ཆེན། 8. གཡུ་ཐོག་ལྟ་དགལ་བྱ་བ་ལ་རྫོགས་ཆེན་ཞུས་ཞེས་སྒྲིབ་དཔོན་བརྒྱད་གྱི་མཆོན་འབྱུང།

ང་རང་གི་ལག་དུ་སྟོན་པའི་རྣམ་ཐར་མཐའ་དག་གི་ནང་དུ་སྒྲིབ་དཔོན་པལ་ཆེ་བའི་མཆོན་བཀོད་ཡོད་  
པ་ནི། རྣམ་ཐར་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྟོན་མ་དེ་གཅིག་ཕུ་འདུག། རྣམ་ཐར་དེའི་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་  
གསུངས་པ་རྣམས་ཕྱགས་བསྐྱུས་བྱས་ཏེ་བཀོད་ན།

1. དཔོན་སྒྲིབ་རྟིང་མ་བན་རྟིང་དུ་སྒྲིག་སྒྲིབ།

2. དགོ་བཤེས་ཅ་པ་གྲགས་བསོད་གྱི་དུང་དུ། དབུ་མ་དང་ཆོད་མའི་རྒྱུ། མཁར་དཔོན་གྱི་གསུང་འབུམ་  
དུ་བཞུགས་པའི་རྩི་བཅུན་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་དུ་སྒྲིབ་མ་རྩིག་ཤེས་རབ་སྟོ་ལྷན་ཞེས་གསུངས་པ་གཞིགས་ན།  
རྩིག་སྟོ་ལྷན་ཤེས་རབ་ཀྱི་མདུན་ནས་ཆོད་མ་སྤྱངས་པ་ཨེ་ཡིན་བཞག།

3. གཉག་གཡུང་སྟོན་ཁོ་རྒྱལ་གྱི་དུང་དུ། སེར་བ་ཞག་ཉེར་གཅིག་ལ་བསྐྱབས། དེ་ནས་སྒྲར་ཞག་གསུམ།

4. གཙང་གཡས་ཅུ་ཉ་ནག་གི་བོན་པོའི་བྱང་དུ། དག་སྐྱེས་གཟའ་གདོང་དམར་ནག་དང་། ལུ་སྐྱེས་བོང་མ་ཁྲག་འཛུལ་ཞུས་པས་མ་གནང་བར་བཤད། རྩེ་བཅུན་ལ་གནང་བའི་གདམས་པའི་མིང་མི་གསལ་མཐུ་ཁྲ་བ་གཅིག་ལ་བསྐྱབས།

5. རྩེ་ལུ་ལུང་གི་རྩེ་ཡེ་ཤེས་གཟུངས་ཀྱི་བྱང་དུ། གཤིན་རྩེའི་སྐར་དང་གཟའ་གདོང་དམར་ནག་དང་། རྩེ་འགྱུར་གྱི་ཆོས་མང་བོ་ཞུས།

6. ཉང་སྟོང་ཁོ་རེ་ན་བམི་བྱང་ཚུབ་རྒྱལ་བའི་བྱང་དུ། རྩེ་འཕུལ་དང་རྩེ་འགྱུར་ཞུས།

7. ཉང་སྟོང་རྒྱན་མཁར་གྱི་གྱུར་སྟོན་དབང་ཕྱག་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་བྱང་དུ་རྩེ་གས་ཆེན་ཞུས།

8. ཡར་འབྲོག་སྐང་བུ་དོ་རུ་མར་བ་འབྱུང་གནས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བྱང་དུ། མདོ་སེམས་ཕྱགས་དང་མདོ་རྩེ་འཕུལ་ཞུས།

9. ཉང་སྟོང་ལུ་ལེ་དང་རྩེ་གཡུ་ཕུག་གི་དགོན་པ་གཉིས་སུ་བཞུགས་པའི་སྐྱ་མ་འདྲེ་སྟོན་ལྟ་དགའ་བ་དཔལ་བའི་བྱང་དུ། བཀའ་རྩེ་གས་པ་ཆེན་པོ་ཞུས། ཡོ་གཅིག་བཞུགས།

གོང་བཀོད་གྱི་ནམ་ཐར་དེའི་ནང་དུ་སྐབ་དཔོན་མཐའ་དག་གི་མཆོན་མི་གསལ་ནང་། པལ་ཆེ་བ་ཐོན་ཡོད་ལ། སྐབ་དཔོན་གཅིག་གི་མཆོན་མི་གསལ་བ་དེ་ནམ་ཐར་པན་ཚུན་བསྐྱར་བ་ལས་སྐྱ་རྒྱུ་ལོ་སྟོ་བ་ཞེ་ཡིན་སྟེ། ལོ་སྟོ་བ་འདི་བའི་ནམ་ཐར་ཞིབ་ཏུ་མ་རྟོག་ནའང་། ལྷ་མེས་ཀྱི་སྐབ་མ་བཞིའི་ཡ་གྲུལ་དུ་སྐྱ་ལེ་ཤེས་ཤེས་རབ་ཟེར་བ་ཞིག་བཞུགས་པས། བོད་ལྷགས་ཁྱི་སྟེ་ལོ་<sup>950</sup> འམ་ཡང་ན་སྟེ་ལོ་<sup>1010</sup> ལོར་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་དེ་ཞེན་ཅམ་བཞེན་པ་ཡིན་ནམ་སྟེ། འབྲུག་པ་པད་མ་དཀར་བོས་རྩེ་བཅུན་མི་ལས་སྐྱ་ལོ་.....བཞེན་པ་སྐྱ་ལོའི་བྱག་རྩོར་ལོ་རྒྱས་ལས་བྱང་ཞེས་གསུངས་<sup>①</sup>པས་བྱག་རྩོར་གྱི་ལོ་རྒྱས་དེ་མངལ་ཡོད་ཆོད་འདུག དེ་ལྟར་ན་སྐྱ་ལོ་སྟོ་བ་བསྐྱར་པས་མཁུར་འབུམ་དུ་སྐབ་དཔོན་བཅུ་གསུངས་པ་བདེན་ཤས་ཆེ་བར་མདོན་ཀྱང་། ཡིག་གཟུགས་དང་ཆོག་ཉམས་གང་ལ་བལྟས་ཀྱང་། ནམ་ཐར་སྐྱ་གས་རས་པ་བུ་ཆེན་བཅུ་.....གཉིས་ཀྱིས་བཅམས་པར་གྲགས་པའི་རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་ནམ་ཐར་དུ། སྐྱ་མ་བརྒྱུད་གསུངས་པ་དེ་ཡོངས་.....གྲགས་ཡིན་པར་སྟེ་ཞིང་། དེའི་ཕྱིས་སུ་བྱང་བའི་ནམ་ཐར་མདོད་ནག་མར་སྐྱ་མ་བཅུ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་གཙང་རྩེན་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་མཁུར་འབུམ་དུ་འདྲེ་སྟོན་ལྟ་དགའ་བ་ཞུས་པ་བཅུ་ཞེས་སྐྱ་མ་ལས་ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་ནམས་ཞིབ་ཆ་

① འབྲུག་པ་པད་མ་དཀར་བོས་བཅམས་།«ཆོས་འབྱུང་བསྟན་པའི་པར་རྒྱས་པའི་ཉིན་བྱེད» བོད་རྫོངས་བོད་ཡིག་དཔེ་རྙིང་དཔེ་སྟླན་ཁང་།1992 P354

གཏོང་པར་སེམས། ར་གྱུར་འབྱུང་ནམ་ཐར་འདི་དག་བཟུངས་པའི་དུས་ཀྱི་གོ་རིམ་རི་ལྟར་ཡིན་པའི་སྒྲུབ་  
བྱེད་དང་བཅས་པ་ནི། ས་བཅད་གཞན་དུ་སླེད་བར་བྱའོ། །

སྒྲིབ་དཔོན་འདི་དག་དུས་ལུན་གཙོ་བོ་བཞུགས་པ་རྣམས་ཐར་ལལ་ཆེ་བར་ས་འོག་གི་གཏེར་བཞུགས་མི་  
མངོན་ནའང་། འབྲུག་པ་པད་དཀར་གྱིས་སྒྲུ་མ་རེ་རེའི་རྩེ་ལོ་གཅིག་ཅུ་གཉིས་ཅུ་བཞུགས། ཡོངས་.....  
དྲིལ་ལོ་བཙོ་ལྷ་ཅུ་མཁའ་ཁེས་གསུངས་ཀྱང་། ཆོས་འབྱུང་དེའི་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་རྣམས་ཐར་ཐད། འབྲུངས་འདས་  
གྱི་ལོ་ཆོགས་བཀོད་མེད་པས། ཁོང་གི་བཞེད་ཚུལ་དངོས་དེ་ཐག་གཅོད་བྱེད་མི་ལུས་ནའང་། ཡོངས་གྲགས་  
གྱི་ལུགས་ལྟར་བཅོས་པ་ཡིན་ན། འདི་འང་ལོ་ཆོགས་ཐད་ཚུང་ཆད་སྒྲིབ་བྱུང་འདུག དེ་རྗེ་ལྟར་ཤེས་ཞིན་ན།  
རྗེ་བཙུན་མི་ལ་དགུང་ལོ་བཙོ་བརྒྱད་པ་ལ་དུས་གཅིང་དུ་མཐུ་སྒྲིབ་དུ་མི་ལྷ་ཅུ་མ་འགྲོགས་སུ་བྱོན་ཞེས་  
དགུང་ལོ་བཙོ་བརྒྱད་ཅུ་དུ་མཐུ་སྒྲུངས་པར་གསུངས་ཏེ། དེའི་ལྷོང་སྒྲུ་མ་རེ་རེའི་མདུན་བཞོམས་པའི་ལོ་  
བཙོ་ལྷ་ཅུ་མ་བཞུགས་བཞུགས་པ་ཡིན་ན། མཐར་དགུང་ལོ་སོ་གཉིས་ཡིན་པ་རང་བཞིན་གྱིས་ཁས་སྒྲུངས་  
པས་ཡོངས་གྲགས་གྱི་ལུགས་དང་འགལ་བས་ཁས་སྒྲུང་དུ་མི་རུང་ངོ་། །འབྲི་གུང་དཀོན་མཆོག་གྱུ་མཆོས་  
སྒྲིབ་དཔོན་གྱི་བཅི་ཚུལ་ཐད། འབྲུག་པ་པད་དཀར་གྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ཀྱང་། ལྷ་བས་འདིར་རང་གི་བཞེད་  
པ་ལྟེ། འབྲུངས་ལོ་ལྷགས་འབྲུག་དང་། མཐུ་སྒྲུངས་པར་ཕེབས་སྐབས་རྗེ་བཙུན་དགུང་ལོ་བཙོ་ལྷ། མར་བའི་  
ཞབས་བྱང་དུ་བྱོན་དུས་རྗེ་བཙུན་རང་ལོ་སོ་བརྒྱད་རྣམས་དང་འགལ་དོགས་ནས། ཡོངས་དྲིལ་ལོ་བཙོ་ལྷ་  
ཅུ་མ་བཞུགས་པ་མ་བཤད་པར་སྒྲུ་མ་རེ་རེའི་རྩེ་ལོ་གཅིག་གཉིས་ཅུ་མ་བཞུགས་ཞེས་རང་གི་ལྟ་བ་འགྲིག་  
འགྲིག་ལྟར་བཀོད་པ་ལ་ནང་འགལ་འདུག ང་རང་གི་དབྱེད་འབྲས་ལ་རྗེ་བཙུན་དགུང་ལོ་གསུམ་ལྟེ། ཟླ་ལོ་  
1042 ལོར་ཡབ་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཆོན་གཤེགས་རྗེས། དགུང་ལོ་བཙུན་ཅུ་མ་ནས་མ་ཟུང་ཆོད་དཀར་རྒྱུ་གྱི་ཕུ་བོ་  
ལྟེ། རྗེ་བཙུན་རང་གི་ཞང་བོ་དགེ་བཤེས་ཙ་བ་གྲགས་བསོད་དང་མཆོམས་རེ་སྒྲན་རྒྱུང་ལོ་རྒྱ་བའི་སར་ཡི་  
གེ་བསྐྱབས། དགུང་ལོ་བཙོ་ལྷ་ལྟེ། ཟླ་ལོ་<sup>1054</sup> ལྟེ། རོ་བོ་རྗེ་ཨ་ཏི་ཤ་ཞིང་དུ་ཕེབས་པའི་ལོ་འདིར། ལུས་གྱིས་  
ཨ་ཞང་དང་ཨ་ནེ་ལ་ཡབ་འདས་ཁར་བཙོལ་བའི་རྒྱ་ལོར་རྣམས་ཚུར་སྒྲོད་པའི་རེ་བ་ལུས་ཀྱང་། སྐར་ལས་  
སྟུག་ཆེན་པོ་ལྷུངས། དེ་དུས་སྟོག་ནི་མི་མཐུད་དུ་སྒྲིབ་པར་སྤང་ལྟེ། མི་ཐོད་གད་ཁ་བ་སྟོག་སྒྲིབ་དུས་ཆའི་  
མདའ་བྲ། སྟིད་སྟོན་གྱི་ཆང་ས་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱུང་བ་དེའི་གྲལ་དུ་ལ་སྒྲིབ་དཔོན་སྟུན་བྱངས་པའི་ཕྱག་ཁྱིལ་

① འབྲུག་པ་པད་མ་དཀར་པོས་བརྒྱུ་ཆོས་འབྱུང་བསྟན་པའི་བསྐྱུས་པའི་ཉིན་བུད་» བོད་མྱེངས་བོད་ཡིག་དཔེ་ཆིང་  
དཔེ་སྟན་ཁང་[1992. P357--358]

④ འབྲུག་པ་པད་མ་དཀར་བོས་བརྒྱུ་མ།《ཚོས་འབྱུང་བརྟན་པའི་པར་རྒྱས་པའི་ཉིན་མེད》ཐོད་རྒྱུངས་ཐོད་ཡིག་དཔེ་རྙིང་དཔེ་  
སྤྱོད་ཁང་།1992.P354—355

ཕྱིན་ཏེ་ཆང་གིས་བད་དེ་སྤྱུ་ལེན་ཞིང་འོངས་པ་མས་ཐལ་བ་གདོང་ལ་བཏབ་པའི་རྒྱ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས། མས་  
 ཅིག་སྤང་དང་ལེན་གྱི་དམ་བཅའ་མཛད་དེ། མཐུ་སློབ་པར་སོང་བ་མགྱུར་འབྲུམ་དུ་བཀོད་ལ། ལ་ལར་རིན་  
 རྒྱལ་པ་སྤང་བཟའ་ཆོ་ནམས་ཀྱིས་ནི། རྩེ་བཅུན་དང་པེ་ཏ་གར་མཐོང་ཡང་རྩོད་རྟེན་པར་བྱེད་ཅིང་། དཀར་  
 ལེགས་ལ་ཡང་རྩུང་ནི་མི་མོད་དེ། ལ་ངན་ཆོག་ངན་རྣམས་ཏེ། དེ་ནས་དགེ་བཤེས་པས་ཀྱང་ཐུགས་ཀྱིས་མི་མོད་  
 པས་དགྲུང་ལོ་བཅུ་བདུན་སྟེང་། དགེ་བཤེས་ཀྱི་ས་ནས་བྱིམ་དུ་བཏང་བར་བཤད་པ་ལ་ལ་བལྟས་པས་ཀྱང་།  
 དགྲུང་ལོ་བཅུ་བདུན་བར་ཡིག་བསྐབས་པ་ཤེས་ཀྱིས། ལ་ཅིག་ལ་སྒྲིག་སྒྲོབ་པ་གྲོང་ཆོག་བྲིན་པའི་ཆེད་ཡིན་  
 ཕྱིར། དེའི་སྤང་དུ་ལོ་བཅུ་ལྷག་ཅིག་དགོས་མི་དགོས་པའི་དོགས་པ་ཞིག་ཡོང་སྲིད་ནའང་། དེ་འདྲ་ཁོ་ན་  
 ཚམ་མིན་ཏེ། དགེ་བཤེས་གཤམ་བསོད་ཀྱི་དུང་དུ། དབྱུ་མ་དང་ཆོད་མ་སྤྱངས་པ་ལྟ་བུ་ཐར་དུ་འབྱུང་བ་  
 འདི་ནི་དབྱུང་དུ་མི་རུང་བའི་ཆོག་གནད་འགག་ཅིག་ཡིན་ཏེ། གཅིག་ནས་བྱིས་སུ་ལོ་སྟོན་ལ་ཆོད་མའི་ཆོད་  
 ལན་ལུལ་སྐབས། རི་ལྷར་གསུང་བ་གཙང་སྟོན་ཏེ་རུ་ཀས་མགྱུར་འབྲུམ་དུ་བཀོད་ཡོད་པས། སྒྲིག་ཤེས་པ་  
 ཚམ་དང་བྱང་པར་དུ་ཆོད་མ་དང་དབྱུ་མ་སྤྱངས་པ་སྟོན་དུ་མ་སོང་བ་ཞིག་གིས་ལན་དེ་ལྷར་འདེབས་པར་  
 ག་ལ་རུས་པ་དང་། གཉིས་ནས་བཙན་པོ་བྲིསྲོང་ལྟེ་བཙན་གྱི་དུས་སུ་མ་དགེ་བའི་སྒྲོ་གྲོས་ཀྱིས་ཆོད་མ་ནམ་  
 འགེལ་ཐོག་མར་བོད་དུ་བསྐྱར་ཞིང་། རབ་བྱུང་དང་པོའི་ནང་རྩོད་རྟེན་ཏེ་གཙོད་དུ་ཐེབས་ཏེ། དངོས་  
 སློབ་མང་དུ་བསྐྱངས་པའི་སྒྲོ་ནས་དབྱུ་མ་དང་ཆོད་མའི་འཆད་ཉན་ལྷར་ལས་རྒྱས་ཡོད་ཆོད་འདུག དཔེར་  
 བ། བཀའ་གདམས་པའི་སྟོན་པ་དཀའ་ལོ་རས་ལོ་ཤིང་ལོ་གསུམ་གྱིས་ཆོས་གཏམ་བྱས་ཤིང་། མཐར་རས་རྒྱ་  
 ང་བས་སྒྲ་མ་འདིས་མཐུ་མི་བྱེད་པས་མཐུ་འོང་བར་མི་སྣང་། ང་རྒྱ་གར་དུ་ངན་སྤྲུགས་འགའ་སློབ་པ་ལ་འགོ་  
 བས་བཀའ་གདམས་པའི་གྲ་ས་འདི་ཆོད་ནས་མེད་པ་ཞིག་བྱེད་དགོས་སྟུ་མ་དུ་བསམ་པའི་བབ་ལ་བརྟགས་  
 བ། སྐབས་དེ་དག་དུ་བཀའ་གདམས་པ་ལ་ཆོད་མ་ནམ་འགེལ་དར་བའི་སྤང་ཡིན་པ་ཤེས་ལ། རྩེ་བཅུན་  
 ཀྱིས་ཀྱང་ལོ་བཅུ་བདུན་བར་ཆོད་མ་སོགས་སྤྱངས་པར་བཤད་པ་ལྷུང་རིགས་གང་གིས་ཀྱང་གཞོད་པ་མི་  
 ཐེབས་སོ། །ལོ་རྒྱུས་ལ་ལར་ཆོད་མ་ཚམ་མ་ཡིན་པར་རིག་གནས་ལྷ་ལ་མཁས་པར་བཤད་ཡོད་དེ། མཁས་  
 དབང་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱིས་བཅུམས་པ་ཡིན་ཟེར་བའི་འཛམ་གླིང་རྒྱས་བཤད་ཅིག་ཏུ། སྤང་དར་གྱི་

① ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས་བཅུམས། <<རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་ནམ་ཐར་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྟོན་མ>> དབྱུ་ཅན་བྲིས་མ། P5b-6a  
 ② ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས་བཅུམས། <<རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་ནམ་ཐར་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྟོན་མ>> བྲིས་མ། P83b  
 ③ ཀམ་རང་བྱུང་རྩོད་རྟེན་བསྐྱེགས། <<ནམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ>> རྟོན་ཆ P158b—159a  
 ④ <<འཛམ་གླིང་རྒྱས་བཤད>> དེ་ནི་རྟན་རྩོད་རྟེན་གྱིས་སྤྱི་ལོ་2002 ལོར་བསྐྱེགས་བྱས་ཏེ། མཁས་དབང་དགེ་འདུན་ཆོས་  
 འཕེལ་གྱི་གསར་ཉིད་གསུང་རྩམ་གྱི་གསུ་བཞག་ཡོད་ནའང་། ལ་ཆོད་ནི་མེད། དོན་དངོས་སུ་འཛམ་གླིང་རྒྱས་བཤད་དེ་ནི་  
 མཁས་དབང་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་བཅུམས་པ་མ་ཡིན་པར་ཡེ་ཤུས་ཆོས་ལུགས་ཡིན་པའི་ཨ་རིའི་བུད་མེད་ཅིག་གིས་བྲིས་པ་  
 དང་། འབའ་ཐང་བསྐལ་བཟང་ཟེར་བ་ཞིག་གིས་སྤྱི་ལོ་1922 ལོར་དཔར་བསྐྱེད་བྱས་འདུག པར་ཉོར་ཁང་བྱམས་པ་བཟུན་དར་

སྐྱུ་མོ་བསམ་གྱི་རྒྱལ་མིང་བཟུང་ཡང་དེའི་སྐྱུ་མོ་དཔོན་ཁོ་མཆོན་གྱིས་རྒྱལ་མིང་བཟུང་སྟེ་སྐྱུ་མོ་ཡང་རྒྱ་  
གར་ནས་པརྟེན་རྟ་མ་པ་ལ་དང་མི་ལ་རས་པ་སོགས་རིག་པའི་གནས་ལྡེ་ལ་མཁས་པའི་སྤྲེལ་ནམས་གདན་  
དྲོང་སྟེ་བཀའ་འཁྱུར་དང་བསྟན་འཁྱུར་གཙོས་པའི་འབྲུམ་གསུང་རབ་ནས་ཐར་སྟོན་ཡིག་སྟན་ངག་ཅིས་  
རིག་རྒྱལ་རབ་གསེར་གྱི་མེ་ལོང་ཐུབ་པ་གསུང་འབྲུམ་སྟོན་(སྤྲེལ་ཡིན་ནམ་སྟེ།) བཅས་རྒྱ་གར་སྐད་བོད་སྐད་  
གྱིས་བོད་ཡུལ་ཀུན་དུ་བྱུང་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་བཤད་ཀྱང་། དེ་ལ་ཡིད་བརྟན་ཆེས་མི་རུང་སྟེ། གཅིག་ནས་རྒྱ་  
གར་ནས་གདན་དྲངས་ཚུལ་དང་། གཉིས་ནས་ལོ་རྒྱུ་བ་ཡིན་ཚུལ། གསུམ་ནས་སྟེ་དཔོན་ཁོ་བཅོན་ནས་  
དཔལ་འཁོར་བཅོན་གྱི་དུས་ཡིན་པར་བཤད་པ་ནམས་ནི། རྩེ་བཅུན་མི་ལ་རས་པའི་ལོ་རྒྱུས་དང་མཐུན་  
ཐབས་མེད་པས་སོ། །ཁ་ཅིག་གིས་ལོ་ཆོགས་ཐོད་གཏུགས་མ་ཐུས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་མང་གུང་བར་དུ་ཨར་  
རྒྱུས་ཟེར་བ་ཡང་ཡོད་པར་འདུག་སྟེ། རྩེ་བཅུན་གྱི་བྱ་བྱེད་གང་ལ་བསྟུན་པས་ཀྱང་དེ་འདྲ་ཡོང་ཐབས་  
མེད་པས་རྒྱ་ཁོ་ནར་སེམས།

རྩེ་བཅུན་དགུང་ལོ་བཙོ་བརྒྱད་སྟེང་མཐུ་སྤྱངས་པར་ཐེབས་ཏེ། གཡུང་སྟོན་སར་ལོ་གཅིག་བསྐྱང་ཅིང་།  
དགུང་ལོ་བཅུ་དག་སྟེ། སྤྱི་ལོ་<sup>1058</sup> ལོར་གཙང་གཡུས་རུ་རྟ་ནག་གི་བོན་པོའི་དྲུང་དུ་དྲག་སྤྲུགས་གཟའ་གདོང་  
དམར་ནག་ཅས་བྱ་བ་རྩྭ་ཤི་དང་པཌ་འགྲེལ་གྱི་གདམས་པ་བྲུས་ཤིང་། བདུན་སྤྲུག་གཉིས་ལས་རྟགས་ཐོན།  
པལ་ཆེར་ཞབས་ཏྲིག་དང་བཅས་པས་ལོ་བྱེད་འགོར་ཡོད་ཆོད་འདུག དེ་ནས་སྐར་གཡུང་སྟོན་སར་ཐེབས་  
ནས་སེར་བ་མཛུབ་ཁྲིད་གྱི་གདམས་པ་བྲུས། དྲག་སྤྲུགས་གཟའ་གདོང་དམར་ནག་གི་གདམས་པ་གནང་  
མཁན་དེའི་མཆོན་ལ། ལ་ལར་སྤྲེལ་གཞུགས་ཆུང་བ་དང་། ལ་ལར་གཙང་རོང་གི་ལྷ་རྩེ་སྤྲུགས་ཆུང་དང་།  
ལ་ལར་ལྷ་རྩེ་སྤྲེལ་ཆུང་དང་། གཙང་སྟོན་གྱིས་བཅུམས་པའི་མི་ལའི་ནམ་ཐར་དང་མགུར་འབྲུམ་གཉིས་སུ་  
གཞུགས་ཁུ་ལུང་པ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོད་དང་། འབྲུག་པ་པད་དཀར་གྱིས་ཁུ་ལུང་གི་ཡེ་ཤེས་གཟུངས་དང་།  
ན་མ་ཐར་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྟོན་མར་གཡུས་རུ་གཙང་རྟ་ནག་གི་བོན་པོ་ཞེས་མཆོན་མི་གསལ་བ་ཞིག་  
བཀོད་ཡོད་པ་བཅས་འབྲི་ཚུལ་དྲུག་ཙམ་བྱུང་ཡོད་ནའང་། སྤྱངས་བཙོལ་སའི་རྒྱ་མཆོན་སོགས་མཁས་པ་  
པལ་མོ་ཆེ་ལ་བསྟན་དུ་མེད་དོ། །དེ་ལས་གཞུགས་ཆུང་དང་སྤྲུགས་ཆུང་ནི་སྤྱི་དབང་གིས་འཁྱུར་བ་ཐེབས་

གྱིས་གསལ་བཤད་ཅིག་གིས་པ་དེའི་ནང་གསལ། འཛམ་ སྤྱིང་རྒྱས་བཤད་དེའི་ཐད་ཀྱི་དོགས་དཔྱད་ནི་བདག་གིས་གཞན་དུ་  
འགོད་ཅིས་ཡོད།

① ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས་བཅུམས། <<ནམ་ཐར་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྟོན་མ>> གྲིས་མ། p70a  
② འབྲུག་པ་པད་དཀར། <<ཆོས་འབྱུང་བསྟན་པའི་སྤྲེལ་རྒྱས་པའི་ཉིན་བྱེད>> བོད་སྤྱིངས་བོད་ཡིག་དཔེ་རྙིང་དཔེ་སྟུན་ཁང་།1992  
P355  
③ ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས་བཅུམས། <<ནམ་ཐར་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྟོན་མ>> དཔུ་ཅན་གྲིས་མ། p9b



པ་ཡིན་ཏེ། གཞུ་བས་ནི་རྒྱུ་ཉིད་གཏེར་ཡིག་རྒྱ་འབྱུང་བའི་རྒྱལ་ཕྱན་ནམས་དང་དེ་དག་གི་རྩི་བློན་གྱི་གསུ་  
 ལུ་ལུ་གཞུ་བས་ཀྱི་སྒྲིང་དགུའ་ན་རྩི་གཞུ་བས་རྩི་སྒྲིང་པ་ཞེས་གཙང་རྩི་གྱི་རྒྱལ་ཕྱན་ཞིག་གཏུའ་ཞི་  
 བཅན་པོའི་སྐབས་མངའ་འོག་རྒྱ་བཅུག་ཅིང་། ཕྱིས་སུ་དེ་ནས་བྱུང་བའི་མིའི་མིང་དུ་གཞུ་བས་ཞེས་རྒྱུ་མིང་  
 ཏུ་སྐྱུར་ཡོད། དཔེར་ན། འོ་ལྷེ་སྤྱི་རྒྱལ་བའི་སྐོན་པོ་ཆལ་ཆེན་རིམ་བྱུང་གི་གསུ་སུ་གཞུ་བས་ཞེས་དོ་རེ་མཐོང་པོ་  
 དང་། གཞུ་བས་ཞེས་དོག་རྩི་གཞུ་བས་མཉེན་ཏོ་རེ་དན་སྤང་དང་། གཞུ་བས་སྐོན་ཏོ་རེ་སྤང་བཅན་  
 བཅས་བཞི་བྱུང་ལ། སྤང་བཅན་སྐམ་པོའི་སྐབས་གཞུ་བས་སྤྱོད་རེ་གཞུ་བས་སྐོན་དང་། ཞི་འདུས་སྤང་གི་  
 སྐབས་གཞུ་བས་མང་ཉེན་བཞི་བཅན་དང་། ཞི་ལྷེ་གཞུ་བས་བཅན་གྱི་སྐབས་སུ་གཞུ་བས་ཁོ་མ་རེ་དང་གཞུ་བས་  
 ཞི་མཉེན་མོན་ཅན། གཞུ་བས་ཞི་སྤྱི་རྩི་རྩི་ཆུ་བཅས་སྤྱི་གཞུ་བས་ཏུ་མི་དགུ་འབྱུང་བ་ལས། ཐོག་མའི་ཆར་  
 གཞུ་བས་ཞེས་བྲིས་པ་ཡིན་ཞིང་། རྒྱུ་རབས་བཅུ་གཉིས་པའི་རྒྱུ་དཀྱིལ་དུ་བཅུ་མས་པའི་ཉང་རལ་ཉི་མ་  
 འོད་ཟེར་(1136—1204)ཀྱི་ཆོས་འབྱུང་དུ། གཞུ་བས་སངས་རྒྱུ་ཡེ་ཤེས་ལ་སྐབས་སངས་རྒྱུ་ཡེ་ཤེས་སུ་  
 བྲིས་ཡོད་པ་ལ་གཞིགས་ན། སྐབས་སུ་འབྲི་བ་ཡིག་ཆ་ཐོག་མ་འདི་ཡིན་པར་སྤྱང་། གཞུ་བས་ནས་སྐབས་སུ་  
 འབྱུར་བའང་། གཏགས་སྐོན་ལ་སྐབས་སྐོན་ལ། སྤྱི་སྐབས་ལ་འབྲས་པ་ལ་གཉིས་པ་དང་སྐོན་པ། གཏུའ་  
 བཅན་ལ་སྐོན་པ། སྤྱི་སྐབས་དང་དཀར་སྐོན་ཞེས་མིང་གཞི་འདྲ་བའི་ཆ་རྒྱུ་འོག་སྐོན་འབྱུག་དོར་ཏེ་ས་མགོ་  
 སྤྱི་བ་དང་། མཚམས་ལ་ལར་ཏུག་རུམ་པ་ལ་སྐབས་རུམ་པ། སྐོན་མོངས་པ་དང་ཉོན་མོངས་པ་ཞེས་པར་  
 འབྱུར་བ་དང་འདྲ་བར་སེམས་ཤིང་། གཞུ་བས་ཆེན་སངས་རྒྱུ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆ་པོ་ཡིན་པས་གཞུ་བས་ཆུང་སྟེ།  
 རས་པ་བྱ་ཆེན་བཅུ་གཉིས་ཀྱིས་མཛད་པའི་མི་ལའི་ནམ་ཐར་དུ། རྩི་གཞུ་བས་ཆུང་ཞེས་འབྱུང་ལ། རིམ་གྱིས་  
 སྐབས་ཆུང་དུ་འབྱུར་བར་སྟུམ། ཕྱིས་སྤྱི་རྩི་ཆུང་ཟེར་བ་ལ་འགོས་ལའི་དེ་བ་སྐོན་གཅིག་སུ་ཡིན་

① ཆུན་གཏུའ་ཤོང་དགོན་མཆོག་ཆོ་བརྟན་གྱིས་བཅུ་མས། «བོད་ཀྱི་བཟོ་རྒྱུ་ཆ་ཆེན་བདམས་བསྐྱེད་སྐུ་ཆོས་ཀྱི་ཆོག་དོན་  
 ཀུན་ནས་ཁྲིམ་བར་བྱས་པ་རབ་གསལ་མེ་ལོང་» ཀུན་སྤྱི་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། 2001 P3

② «རྩི་དགེ་བཟླ་འབྱུར་དཀར་ཆག» ཏུ། རྒྱ་འབྱུར་དང་བཀའ་བཅན་ནམ་མེ་བཅན་སྐུ་པའི་བོད་ཀྱི་མཁས་པ་ནམས་ཀྱིས་  
 མཛད་པའི་བཟླ་བཅོས་ཀྱི་གསུ་སྤྱི་ཆུང་གི་སྤྱི་འབྲེལ་སྐོར་བཟུང་ཏུ་བ་ལ་གཞུ་བས་སངས་རྒྱུ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མངོན་ཉིད་ཀྱི་འབྲེལ་བ།  
 ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་གཞུ་བས་སངས་རྒྱུ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་བསམ་གཏན་གྱི་འབྲེལ་བ་ཞེས་དཔེ་གཞུང་གཉིས་བཀོད་ཡོད་ལ། ཐོ་བྲང་  
 ཞི་བོད་ཀྱིས་སྤྱི་ལོ་<sup>1092</sup> ལོར་བཟངས་པའི་བཀའ་ཤོག་ཏུ། གཞུ་བས་སངས་རྒྱུ་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་མཛད་པའི་དཔལ་འབར་འཁོར་ལོ་  
 འི་རྒྱུ་ལ་སྐབས་རྒྱུ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དུ་གྲགས་པ་ཆེན་པོ་ནམ་མཁའ་ཆེ་ཡི་འབྲེལ་བ་རིག་པའི་ཉི་མ་ཞེས་ནམ་དག་མ་ཡིན་  
 པའི་གཞུང་དོན་གཉིས་དྲངས་པའི་གསུ་སྤྱི་བཞག་ཡོད།

③ «རྩི་བཟླ་མི་ལའི་ནམ་ཐར་» དམ་རྩིང་སྐོན་བཟུང་འབྲི་གུང་བཀའ་བཟུང་གསེར་ཕྱོང་གི་པོད་གུ P50

④ རས་པ་བྱ་ཆེན་བཅུ་གཉིས་ཀྱིས་བཅུ་མས། «མི་ལའི་ནམ་ཐར་» དཔེ་ཆ་དང་དཔེ་མེད་བསེས་མ། P5

⑤ འགོས་ལོས་བཅུ་མས། «དེ་བ་སྐོན་» ཟེ་ཁྲིན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། 1984. P141

འདུག འབྲུག་པ་པད་དཀར་གྱིས་མཁས་པ་གཞན་དང་མི་མཐུན་པར་རྟ་ནག་གི་བོན་པོ་འདི་དོད་དུ་ལུང་གི་ཡེ་ཤེས་གཟུངས་ཡིན་པར་བཀོད་པ་པལ་ཆེར་ནོར་བ་འདྲ། ཉི་ཟླ་འོད་ཟེར་སྒྲོན་མེར་གསུངས་པའི་རྟ་ནག་གི་བོན་པོ་ཞེས་པ་གྲུབ་མཐའ་བོན་པོ་ཡིན་ཞེས་པའི་དོན་ནི་མིན་པར་སེམས་ཏེ། བྲི་བརྒྱ་ཤིས་བཆེགས་པ་དཔལ་གྱི་དུས་གནུབས་སངས་རྒྱས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྤྲུལ་ཡེ་ཤེས་རྒྱ་མཚོ་ལ་ལྷ་རྩེ་རྩྱ་ཆུང་འབྲུངས་པར་དེབ་སྡོན་<sup>①</sup>དང་། ཆོས་འབྲུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་། གཏེར་སྟོན་བརྒྱ་ཆའི་རྣམ་ཐར་བེའུ་ལྷའི་ཕྱེང་བ་གསུམ་ཀར་བཤད་པས། ལྷ་རྩེ་རྩྱ་ཆུང་ནི་སྐབས་དེར་འཕྲིན་ལས་ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པའི་གནུབས་སངས་རྒྱས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོ་བའམ་དབོན་པོ་ཡིན་ཕྱིར། ཀུན་གྱིས་རྟ་ནག་གི་བོན་པོ་ཞེས་འབོད་པར་མངོན། རང་རེའི་ས་ཆ་མང་བོ་ཞིག་ཏུ་སྤྲོ་མའི་དེའི་དབོན་པོ་ལ་བོན་པོ་ཞེས་འབོད་པ་ད་ལྟ་འདྲ་ཡོད་པ་བཞིན་ནོ། །ཉང་ཉི་མ་འོད་ཟེར་གྱི་ཆོས་འབྲུང་དུ། རྒྱབས་སངས་རྒྱས་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་གཤིན་རྗེ་དམར་ནག་ལ་སྐགས་དྲག་སྤགས་རྣམས་བརྒྱད་པ་དག་ལ་གནང་བས། དེའི་རྒྱད་པ་དང་དེ་རྣམས་ལས་གྱུས་པའི་སློབ་མ་རྣམས་མཐུ་ཆལ་དང་ལྡན་པ་འབའ་ཞིག་ཡིན་པར་བཤད་པ་བདེན་ཤས་ཆེ་བར་མངོན། ཁ་ཅིག་གིས་གཟུང་གཏོང་དམར་ནག་གི་སྒྲོན་མཐུ་གཏོང་ཆུ་ལ་སྐགས་ནི་བོན་པོའི་གྲུབ་མཐའ་འཛིན་པ་རྣམས་ཀྱི་བྱ་བྱེད་དང་། ལྷགས་ངན་ཡིན་པས་དེ་འདྲ་བོད་བརྒྱད་ནང་བཟུན་ཆོས་ལྷགས་ཀྱི་ནང་དུ་མེད་པར་བསམས་ཏེ། གཞུང་དེ་བོན་པོའི་གཞུང་ཞིག་ལ་ངོས་བཟུང་བས། གེ་སར་སྤྲུང་དུ་འདྲ། སེར་བོ་རྟོར་གྱི་སྤྲ་མཚོད་སྤྲ་མ་གྱུ་རུ་གྲུ་གདུང་རྒྱུ་མ་ཆད་གཡུང་དུང་བོན། །ཡ་ལུའི་སྤྲ་མ་གྱུ་རུ་ཡིན། །མཐུ་གཟུང་གཏོང་དམར་ནག་གདམས་པ་ཤེས། །དྲག་སྤགས་རྩྱ་ཤི་པཎ་འགྲེལ་ཤེས། །འཁོར་ལོ་གནམ་ས་སྟོ་དཀྲུགས་ཤེས། །མནན་པ་ཁམས་གསུམ་གཉའ་གཞོན་ཤེས། །ཐོག་སེར་ནམ་མཁའ་མཚུ་བ་ཁྲིད་ཤེས། །མ་ཤི་གསོན་པོའི་སྤྲུག་གཅོད་ཤེས། །ཞེས་འབྲུང་ཡང་། སྐབས་ལ་ལར་སྤྲིང་དམག་གཟུང་བདུད་མངོན་པར་རྒྱགས། །བདུད་སྤྱ་བཅན་སེར་བོ་དཔུང་ལ་ཁྲིད། །ལྷ་ཆོས་སྦྲིང་དམར་ནག་གི་ར་འཁྲུབ། །ཅེས་གཟུང་གཏོང་དམར་ཆུར་སྤྲུགས་ནང་ཆོས་ལ་དད་པའི་སྤྲིང་གིས་བཞེན་པའི་བཟོ་འདྲ་བོ་དང་། རྒྱལ་དབང་ལྷ་བ་ཆེན་པོའི་གསུང་འབུམ་ཁ་བའི་ནང་། གཤིན་རྗེ་གཟུང་གཏོང་དམར་ནག་གི་ལག་ལེན་སྒྲོ་འབྱེད་ལྷེ་མིག་ཅེས་ཤོག་གངས་ལྷེབ་དུག་དང་། གཤིན་རྗེ་གཟུང་གཏོང་དམར་ནག་གི་ལས་བྱང་མ་ཡིག་དང་དུ་ཡིག་ཏུ་མི་གསལ་བའི་ཁ་སྐོང་བདུད་དཔུང་སྦྱང་ཆ་འདར་བའི་ང་རོ་ཞེས་

①འགོས་ལོས་བརྒྱམས།《དེབ་སྡོན》ཟི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སླུབ་ཁང་། 1984. P141  
 ② དཔལ་བོ་གཙུག་ལག་ཕྱེང་བས་བརྒྱམས། 《ཆོས་འབྲུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན》སྟོན་ཆ་1986. P614  
 ③འཇམ་མགོན་ཀོང་སྤུལ་སློབ་གྲྭ་མཐའ་ཡས་བརྒྱམས།《གཏེར་སྟོན་བརྒྱ་ཆའི་རྣམ་ཐར་བེའུ་ལྷའི་ཕྱེང་བ》P336  
 ④ ཉང་ཉི་མ་འོད་ཟེར་གྱིས་བརྒྱམས། 《ཆོས་འབྲུང་མེ་རྟག་སྦྱང་བོ་སྤྲུང་ཆའི་བཅུད》བོད་ལྗོངས་མི་དམངས་དཔེ་སླུབ་ཁང་། 1988. P483—484

⑤ 《རྟོར་སྤྲིང་གཡུལ་འགྲེད》མཚོ་སྒྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སླུབ་ཁང་། 1997. P437

ཤོག་གངས་ལྗེ་བ་བཅུ་གཉིས་ལོངས་པ་ཅམ་བཞུགས་ལ། དེ་བཞིན་ཡང་གོ་སར་རྒྱལ་པོའི་སྤྱང་དུའང་། བོན་  
 ཆོས་ཀྱི་ཁ་གཏད་དུ་ལངས་པའི་འབྲུ་དགའ་ལྗེ་ཆོས་རྒྱུད་ལེན་ནག་གིས་སྤངས་པའི་སྤྱ་ཞིག་ཀྱང་། སྤྱང་གོ་སར་  
 རྒྱལ་པོའི་སྤྱ་སྤྱང་ཡིན། །མཐུ་གཟའ་གདོང་དམར་ནག་འདྲོམ་ལ་འཇལ། །ཆལ་ཆེན་བྲག་དམར་ཁྱུང་དང་  
 འབྲ། །ཞེས་དང་། ང་དགའ་བདེ་རྩྱུ་ཤི་ཕཌ་འགྲེལ་ཡིན། །ཞེས་དང་། ཡང་འབྲི་སྒྲ་བདེ་ཆོས་རྒྱུད་ལེན་  
 ནག་རེད། །སྤྱགས་དྲག་པོ་རྩྱུ་ཤི་ཕཌགས་འགྲེལ་ལ། །ཉོར་ཤན་པའི་དུག་མཆོ་དགྲག་མི་རེད། །ཅེས་དང་།  
 མངའ་རིས་གསེར་རྩྱུང་དུའང་། འབྲུ་སྒྲ་བདེ་ཆོས་རྒྱུད་ལེན་ནག་གིས་བདུད་སྟོན་གྱང་གི་མི་ནག་མདུང་  
 སྤང་ཅན་ལ་བདུད་འདུལ་རྩྱུ་ཤི་ཕཌགས་འགྲེལ་གྱི་དག་ཏུ་ལ་དྲངས་ནས་སྤྱ་སྤངས་པ་ལ་གཞིགས་ཆོ། གཟའ་  
 གདོང་དམར་ནག་གི་གདམས་པ་འདི་སྒྲ་བདེ་ཆོས་རྒྱུད་ལེན་ནག་གི་སྤྱིར་ཆོས་ཤིག་ཡིན་ཆོད་འདུག དེ་ལྟར་  
 ཡིན་པའི་སྤྱབ་བྱེད་ཀྱང་མངའ་རིས་གསེར་སྤྱང་དུ་གསལ་བོར་མི་མདོན་ནའང་། སྤྱང་དེའི་མཁུག་ཅམ་དུ་  
 སངས་རྒྱལ་ཡེ་ཤེས་རྣམ་འཕྲུལ་དང་། །ཤེད་ཆེན་ཆལ་གྱི་ཡང་ཕུལ་ལ། །འབྲུ་སྒྲ་བདེ་ཆོས་རྒྱུད་ལེན་ནག་  
 རེད། །ཅེས་སྤྱབས་ཆེན་སངས་རྒྱལ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་འཕྲུལ་ཡིན་པ་སྟེ། དོན་གྱིས་གདམས་པ་འདི་སྤྱབས་  
 སངས་རྒྱལ་ཡེ་ཤེས་ནས་བརྒྱུད་པ་བསྟན་པའོ། །གང་ལྟར། གདམས་པ་དེ་དག་བྱི་དར་གྱི་སྤྱབས་ཅམ་དུ་  
 དར་བ་ལྟེ་ཆོས་འབྱུང་རྒྱས་རྒྱས་པའི་ནང་དུ། རྒྱ་གར་བ་ཞིག་གིས་བདུད་རོལ་བ་སྤྱ་གཅིག་བསྤྱབས་ནས་  
 བོད་དུ་ཡོང་སྟེ། སྤྱབས་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོ་ལ་ངན་སྤྱགས་ཀྱི་གདམས་པ་གནང་ཚུལ་གྱི་གཏམ་རྒྱུད་ཅིག་  
 བཏོད་པ་དེ་ལས་རྗེས་སྤྱད་པོག་པར་བྱས་སོ། །གཞུབས་ཁུ་ལུང་བ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོ་ཟེར་བ་འདི་ཡང་ནོར་  
 བ་འབྲས་ཀྱི། གཞུབས་སངས་རྒྱལ་ཡེ་ཤེས་ལ་སོ་ཡེ་ཤེས་དབང་ཕྱག་དང་། པ་གོར་སྟོན་ཆེན་འཕགས་པ། དན་  
 ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོ། སྤྱ་ལེགས་པའི་སྟོན་མ་བཅས་ཕྱགས་ཟིན་གྱི་སྤྱས་བཞི་དང་། ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོ་སྤྱས་ཀྱི་དམ་  
 བར་བགངས་པ་བཅས་སྤྱས་ལྟེ་ལས་བྱི་མ་འདི་ལ་འབྲུལ་བར་སྟུམ། དེ་ཡང་གསལ་བོར་བཤད་ན། གསང་  
 སྤྱགས་སྤྱ་འཇུར་རྟིང་མའི་སྟོལ་འཛིན་པའི་སྤྱབས་སངས་རྒྱལ་གྱིས་གཤིན་རྗེ་དམར་ནག་ལ་སྤྱགས་དྲག་  
 སྤྱགས་རྣམས་དང་། བསྐྱེད་རྩྱུགས་སྤྱབ་ཐབས་དང་། སེམས་ཕྱགས་ཆོས་རྒྱུད། ཉོར་ལྷ། བཟླ། ཅིས། གསོ་བ།  
 འཕྲུལ་འཁོར་རྣམས་སྤྱས་ཀྱི་མཆོག་ཁུ་ལུང་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོ་ལ་གནང་བའི་ལོ་རྒྱུས་ འདུག་པས། འདི་དང་  
 ཉོར་བ་ཡིན་ཞིང་། དེས་སྤྱས་ཡེ་ཤེས་རྒྱ་མཆོ་དང་། སྤྱས་པད་མ་དབང་རྒྱལ། དེས་ཆེན་པོ་འཇམ་དཔལ།  
 དེས་ཡེ་ཤེས་གཟུངས། སྤྱབས་རྩྱུ་ལ་ཕྱག་པར་བྱས་པ་དང་ལྟན་ཏེ། དེའི་རྒྱུད་པ་དང་། དེ་རྣམས་ལས་གྱེས་  
 པའི་སྟོབ་དུ་རྣམས་མཐུ་ཆལ་དང་ལྟན་པ་འབའ་ཞིག་ཡིན་པར་ད་ལྟ་ང་ཆོས་མཇལ་དུ་ཡོད་པའི་བྱི་དར་གྱི་

① <<ནོར་བློང་གཡུལ་འགྲེད>>མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟར་ཁང་།1997. P282  
 ② <<ནོར་བློང་གཡུལ་འགྲེད>>མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟར་ཁང་།1997. P283

ཡིག་ཆ་སྐུ་ལྷན་ཆོས་འབྲུང་མེ ཏྲུག་སྒྲིང་བོ་སྤྱང་ཕེའི་བཅུད་དུ་གསུངས་པས། རྗེ་བཙུན་གྱི་སྒྲུ་མ་ནི་ཁྱུ་ལྷང་  
ཡེ་ཤེས་གཞུངས་དང་ཁྱུ་ལྷང་བ་ཡོན་ཏན་བྱ་མཆོ་མ་ཡིན་པར་སངས་བྱུང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོ་བོ་རྣམས་རྒྱུ་འཕྲུ་  
རྗེ་རྒྱུ་རྒྱུང་ཡིན་པ་བདེན་ཤས་ཆེ་ཕྱིར། མཐུ་ཆ་ལ་དང་ལྷན་པ་འདི་ཉིད་རྗེ་བཙུན་མི་ལས་བསྟན་པ་བསྟན་མི་  
བྱས་སོ། །

དེས་ན། སྐབ་དཔོན་བཅུའི་མདུན་དུ་ལོ་ཉི་ལུ་སྟེ། རྩེ་བཅུན་དགུང་ལོ་བཙོ་བརྒྱད་བཞེས་པའི་སྐབས་ལ།  
 འབྲོམ་གྱིས་རྩེད་དཔོན་པ་བཏབ་པའི་ལོ་དེར་ད་ལྟའི་སྟེ་གདོང་རྩོད་ཁོངས་ཡར་སྐྱངས་གཉགས་གཡུང་  
 རྟོན་ཁོ་རྒྱལ་གྱི་མདུན་དུ་ཕེབས་ཤིང་། དགུང་ལོ་བཅུ་དགུ་སྟེ། སྟེ་ལོ་<sup>1058</sup> ལོའི་བར་བཞུགས། དེ་ནས་ད་ལྟའི་  
 རིན་སྐྱངས་རྩོད་ཁོངས་གཙང་རོང་གི་ལྷ་རྩེ་སྐབས་རྒྱུད་གི་སར་ལོ་གཅིག་ཙམ་བཞུགས་པར་ངེས་ཤིང་། དེ་  
 ནས་སྐྱང་ཐང་དུ་མཐུ་བཏང་བར་ཕེབས། པར་རྩེར་གྱི་དུས་ཡུན་བཙེ་བས་ལོ་གཅིག་དང་བྱེད་ཀ་ཙམ་  
 འགྲངས། དགུང་ལོ་ཉེར་གཅིག་ཙམ་སྟེ། སྟེ་ལོ་<sup>1060</sup> ལོར་ད་ལྟའི་རྒྱལ་རྩེ་རྩོད་ཁོངས་རོང་ཁུ་ལུང་གི་རྩེ་ཡེ་ཤེས་  
 གཟུངས་གྱི་མདུན་དུ་ཆོས་བསྐྱབས་པར་ཕེབས་ཤིང་། དེར་སྐབས་ཀྱི་ཆོས་མང་དུ་བྱས་པ་ལ་གཞིགས་ན།  
 ལོ་བཞི་ཙམ་སྟེ། སྟེ་ལོ་<sup>1064</sup> ལོའི་བར་བཞུགས་པར་སྟམ། དེ་ནས་ཉང་རྩོད་ཁོ་རེ་ན་བ་མི་བྱང་རྒྱལ་རྒྱལ་བའི་  
 རྒྱུད་དུ་ཕེབས་ནས། སྟེ་འབྲུལ་དང་སྐབས་ཀྱི་ཆོས་མང་དུ་བྱས། དེར་སྟེ་ལོ་<sup>1068</sup> ལོ་སྟེ། དགུང་ལོ་ཉེར་དགུ་བཞེས་པའི་  
 བར་ལོ་བཞི་ཙམ་བཞུགས་པར་མངོན། དེ་ནས་ཉང་རྩོད་རྒྱུ་མཁར་དུ་ལོ་གསུམ་དང་། ཡར་འབྲོག་དུ་ལོ་  
 གསུམ། རྩེ་བཅུན་དགུང་ལོ་སོ་དྲུག་བཞེས་པ་སྟེ་ལོ་<sup>1075</sup> ལོར་མུང་རྩོད་ཁུ་ལེ་དང་རོང་གཡུ་ཕུག་གཉིས་སུ་  
 བཞུགས་པའི་འདྲེ་རྟོན་ལྷ་དགའི་སར་ཕེབས་ཏེ། སྐར་ཡང་རྩོགས་ཆེན་བྱས། དེར་ལོ་གསུམ་ཙམ་བཞུགས།  
 དེར་རྩོགས་ཆེན་བྲིད་རྩེས་རི་བྲོད་དུ་བྱུང་དེ། སྐབས་པ་ཉམས་ལེན་མཛད་པས་བུ་མ་ཆོས་ལུང་དུ་མི་ལའི་  
 ཕུག་ཡོད་པར་རྩོད་དང་རྒྱ་ར་ན་ཐས་གསུངས། མུང་རྩོད་ལྷ་དགའ་ལ་དེ་བཞིན་སོགས་སུ་འབྲེ་རྟོན་ལྷ་དགའ་  
 ཟེར་ཡང་། ཞི་བྱེད་རི་བྲོད་པས་འབྲེ་རྟོན་ཞེས་པ་དག་པར་སེམས་ཏེ། ལོ་རྒྱུས་སུ་འང་མུང་རྩོད་འབྲེ་དང་ཁྱུང་  
 གིས་འཛིན། མུང་བར་རྩེད་(བཙད) ལོ་འཁྱེད་འཛིན། མུང་སྐྱད་ལྷེ་དང་དཔུལ་གྱིས་འཛིན་པར་གྲགས་པ་

④ ཉང་ཉེ་མ་འོད་ཟེར་གྱིས་བསྐྱམས། «ཚོས་འབྱུང་མེ་ཏྲ་གཉིས་པོ་སྒྲུང་མེད་པ་ལུང་» བོད་སྒྲུང་ས་མི་དམངས་དཔེ་སྟུག་ཁང་།

1988. P483-484

② ལ་ཚེགས་ལྟར་ན། སྤྱི་ལ་<sup>1057</sup> ལར་ཁེལ།

༩ ལུ་མ་ཆོས་ལུང་ནི་རྒྱལ་ཅེ་རྒྱང་ཅེ་ཆེན་ཞང་གི་དགའ་བཞིའི་གྲང་ཆོའི་ཉེ་ལད་བས་སུ་ཡོད། དེར་ལུ་མ་ལུ་རྒྱ་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད་པའི་ཆེན་མ་བཏགས། རྒྱ་ལདི་རྩེ་བཅུ་ཉི་ལམ་བཏོན་པར་བཤད།

④ རོན་ཏུ་ར་ན་ཐ། <<མུང་ཡུལ་སྟོང་སྤང་བར་གསུམ་གྱི་རོམ་ཆར་གཏམ་གྱི་ལེགས་བཤད་མཁས་པའི་འབྲུག་……རོགས>> བོད་  
སྤྱི་འཐུས་མི་དམངས་པེ་སྐྱོན་ཁང་<sup>[1983. P7—8]</sup>

དང་། བཀའ་ཐང་ལྗེ་ལྷའི་ནང་དུ་འདྲེ་ཡི་སྟོང་ལྗེ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པས་ཀྱང་ཤེས། དེ་ཡང་  
ཡིན་ཏེ། བོད་ཀྱི་ས་མིང་པལ་ཆེ་བ་ནི་ཐོག་མའི་མིང་ལས་སྐྱེ་འདྲེ་ཞིང་དོན་རྗེ་ལེགས་སུ་བཏང་བ་མང་དུ་ཡོད་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ནས་རང་ལོ་སྐབས་བརྒྱད་པ་སྟེ། བྱང་སྟོང་རི་ནང་དུ་མངའ་བདག་ཆེ་ལྷོ་མེ་འབྲུག་གི་ཆོས་  
འཁོར་བཅུ་གསུམ་པའི་ལོ་ཕྱི་མ་སྟེ་ལོ་<sup>1077</sup> ལོར་མར་བ་ལོ་སྟོ་བ་དང་མཇལ་བར་ཕེབས།

ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས་དགེ་བཤེས་ཆེ་བའི་བྱང་དུ་སྟོང་དུས་ན་ལོ་བདུན་པ། མཐུ་སྟོབ་དུས་ན་བཙོ་བརྒྱད་  
པ། མར་བ་འབྲུང་ཡེ་ཡར་བཅད་ལོ་ཉེར་བདུན་པ། སྐུ་མ་འདྲེ་སྟོན་ཏེ་དགའི་བྱང་དུ་ལོ་གཅིག་སོང་། མར་  
བའི་བྱང་དུ་མཇལ་དུས་ན་ལོ་ཉེར་བརྒྱད་པ་ཡིན་པར་གསུངས་ཤིང་། དེ་དག་གསལ་བོ་ཡོད་པའི་སྟོང་དུ།  
རྗེ་བཙུན་གྱི་ཡབ་གྲོངས་དུས་ན། ལོ་གསུམ་དང་ལྔ་བ་བཞི་བ་ཡིན། དེ་ནས་ཡུམ་གྱི་རྩེ་ལོ་བདུན་གྱི་བར་  
བཅུ་གསུམ། དགེ་བཤེས་ཙེ་བའི་བྱང་དུ་ལོ་བདུན་བཅུ་གསུམ། ཡང་ཡུམ་གྱི་རྩེ་ལོ་གསུམ་བཅུ་གསུམ། ལོ་བཙོ་  
བརྒྱད་པ་ལ་ཏ་ནག་དང་ཡར་ལུངས་སུ་བྱོན་ནས་མཐུ་མཛད་ཆེ་ལོ་བརྒྱད་བཅུ་གསུམ། འདྲེ་སྟོན་ལྷ་དགའ་དང་  
གཞན་སྐུ་མ་རྩམས་གྱི་བྱང་དུ་ལོ་གཅིག་བཅུ་གསུམ་ཞེས་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་རྩམ་ཐར་མང་བོའི་ནང་ནས་ལོ་  
ཆོག་ཐད་སྟེ། བསྐྱེད་ཐོག་མར་གནང་། རྩམ་ཐར་འདི་ཏ་ལམ་སྟེ་ལོ་<sup>1397</sup> ལོ་སྟེ། རྗེ་ཙོང་ཁ་བས་རྟེན་འབྲེལ་  
བསྟོད་པ་བཅུ་གསུམ་པའི་ལོར་མཛད་པ་ཡིན་པས། ལོ་རྒྱུས་རྒྱུང་སྤྱོད་ནང་། ཕྱིས་ཀྱི་མཁས་པ་པལ་ཆེ་བས་འདི་  
ཁྲུངས་སུ་བརྟེན་པའམ་དོགས་དཔྱད་བྱས་པ་བྱུང་མེད། འདིའི་ནང་བཤད་ཚུལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་མང་  
བོ་མཆིས་ཀྱང་། ལོ་ཆོག་ཐད་རྗེ་བཙུན་མི་ལ་དགྲུང་ལོ་ཉེར་བརྒྱད་སྟེ། མར་བ་ལོ་སྟོ་བ་བརྟེན་པར་  
གསུངས་པ་དེ་ཡིན། དགྲུང་ལོ་ཉེར་བརྒྱད་པ་ནི་སྟེ་ལོ་གང་ལ་ཁེལ་ཞེ་ན། རྩམ་ཐར་དེར་སྟག་ལོ་རྒྱུ་བ་བརྟེན་  
བའི་ཆོས་བརྟེན་བཞི་ལ་རྗེ་བཙུན་མི་ལ་འབྲུངས་པ་དང་། བྱའི་ལོ་ཏ་བ་རྒྱུ་བའི་ཆོས་བརྟེན་བཞི་ལ་རྗེ་བཙུན་  
གཤེགས། ཁྱོད་བསྐྱེད་ཐོག་དགྲུང་ལོ་གྲུ་བཞི་བཅུ་གསུམ་ཞེས་གསུངས་ཡོད་ནའང་། སྟག་ལོ་དེ་རབ་བྱུང་དང་པོའི་  
ས་སྟག་སྟེ། སྟེ་ལོ་<sup>1037</sup> ལོ་ཡིན་ཟེར་ན། རབ་བྱུང་གཉིས་པའི་ས་སྤང་སྟེ། སྟེ་ལོ་<sup>1109</sup> ལོར་དུགས་པོ་ལྷ་རྗེ་  
མཆོག་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་བྱང་དུ་ཕེབས་པའི་ལོར་རྗེ་བཙུན་མི་ལ་དགྲུང་ལོ་དགྲུང་ལོ་དོན་གསུམ་ཡིན་ཞིང་།  
དེ་ནས་བཅུ་གསུམ་པའི་དགྲུང་ལོ་གྲུ་བཞི་ནི། རབ་བྱུང་གཉིས་པའི་ས་པག་སྟེ། སྟེ་ལོ་<sup>1120</sup> ལོར་ཁེལ་བ་ལས་བྱའི་

༡ གུ་རུ་ཨོ་རྒྱལ་སྤྱི་བས་གཏེར་ནས་བཏོན། <<བཀའ་ཐང་ལྗེ་ལྷ་>>མི་རིགས་དཔེ་སྟར་ཁང་། 1986. P438

༢ མེ་པོ་འབྲུག་གི་ཆོས་འཁོར་ནི་སྟེ་ལོ་<sup>1076</sup> ལོར་བཅུ་གསུམ་པ་ཡིན་ཞིང་། འཆོག་པའི་གནས་མུང་སྟོང་ཡིན་པར་རྫོང་ཐུ་ར་ན་  
ཐས་གསུངས། དེར་དུགས་པོ་དབང་རྒྱལ་དང་རུ་ལོ། གཉན་ལོ། རྒྱུང་བོ་ཆོས་བཙོན། མང་འོར་བྱང་ལྷོ་རྩལ་ཤེས་རབ། བཙོན་ལ་བོ་  
ཆེ། རྟོག་སྒྲོ་ལྷན་ཤེས་རབ་སོགས་དབུས་གཙང་ཁམས་གསུམ་གྱི་རྟེན་འདི་ན་པ་ཆེན་པོ་རྩམས་བྱོན། ལོ་རྒྱུས་ལ་ལར་ཆོས་འཁོར་  
དེ་མངའ་རིས་མཐོ་ལྡིང་དགོན་དུ་བསྟུས་པར་ཡང་བཤད།

༣ ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས་བཅུ་གསུམ། <<རྩམ་ཐར་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྟོན་མ>> དབུ་ཅན་བྲིས་མ། P16a--16b

༤ ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས་བཅུ་གསུམ། <<རྩམ་ཐར་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྟོན་མ>> P70a

ལ་ལ་མེལ་བ་དང་། ཡང་ན། རབ་བྱང་དང་པོའི་ལྷགས་སྟག་སྟེ། སྟེ་ལོ་<sup>1050</sup> ལ་ཡིན་ཟེར་ན། དགུང་ལོ་གྱི་  
 བཞི་བའི་རབ་བྱང་གཉིས་པའི་ཆུ་སྐང་སྟེ། སྟེ་ལོ་<sup>1133</sup> ལོར་ལེལ་བ་ལས་བྱ་ལོར་མིན་པས། གང་ལའང་འགྲིག་  
 ཐབས་མེད་དོ། ཡིན་ནའང་། ཅུང་ཟད་ཀྱང་དཔུང་པ་གཏོང་མི་ཅུས་པ་མིན་ཏེ། རྣམ་ཐར་དེ་ལས། རྟན་  
 རྒྱུད་ཀྱི་དོན་ལ་སྦྱངས་པའི་གཟི་བཙུང་ཆུལ་མཆོན་པའི་གསུང་གིས་ཡང་ཡང་དུ་བསྐྱལ་བ་ཞེས་བསྐྱལ་མ་  
 བྱེད་མཁན་མང་དུ་བྱུང་བའི་གསུང་སྒྲ་མ་འདི་བ་བཏོད་ཡོད་ཀྱི། གཟི་བཙུང་ཆུལ་མཆོན་ཞུ་བ་འདི་ནི། རྟོ་  
 རོང་ཆོས་འབྱུང་དུ། ལུ་ལ་སྟེ་ནམ་པ། ལྷགས་ལོ་སྟག་ལ་འབྱུངས་ཤིང་། དགུང་ལོ་བདུན་ཅུ་དོན་གཅིག་པ་  
 ལྷགས་ལོ་བྱེད་པའི་ལོ་འཛིན་དུ་ཐེབས་པར་གསུངས་ལ་བཞེན་ནས། དུང་དཀར་སྟོ་བཟང་འཕྲིན་ལས་ཀྱིས་  
 རབ་བྱང་ལྔ་བའི་ལྷགས་སྟག་ལོ་སྟེ། སྟེ་ལོ་<sup>1290</sup> ལོར་བུ་སྟོན་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་དང་དུས་མཉམ་པར་  
 འབྱུངས་པར་བཏོད་ཀྱང་། དེ་མིན་པར་རབ་བྱང་གཅིག་གི་རྒྱུ་ཏེ། རབ་བྱང་དུག་པའི་ལྷགས་སྟག་ལོ་སྟེ།  
 ལོ་<sup>1350</sup> ལོར་འབྱུངས་ཤིང་། རབ་བྱང་བདུན་པའི་ལྷགས་བྱེད་ལོ་སྟེ། སྟེ་ལོ་<sup>1420</sup> ལོར་འཛིན་དུ་ཐེབས་པ་གོར་མ་  
 ཆག་དེ་ལྟར་བཅེས་པ་ཡིན་ན། རྩི་བཅུན་མི་ལ་མཆོག་སྟག་ལོ་སྟེ། སྟེ་ལོ་<sup>1050</sup> ལོར་འབྱུངས་ཤིང་། བྱ་ལོ་སྟེ།  
 སྟེ་ལོ་<sup>1129</sup> ལོར་འཛིན་དུ་ཐེབས་པ་ཤིས། རྣམ་ཐར་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྟོན་མ་དེ་ཉིད་བསྐྱལ་བ་པོའི་གསུང་སྒྲ་  
 སེ་དུ་བྱང་ཆུབ་ཆུལ་མཆོན་(1302--1364) ཀྱང་ཡོད་པས་ཤིས། དེས་ན། གཟི་བཙུང་ཆུལ་མཆོན་ནི། སྟེ་ལོ་  
 1350--1420 ལོའི་བར་གྱི་མེ་ཡིན་པས། རྣམ་ཐར་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྟོན་མ་ཡང་དེའི་བར་དུ་བཅུམས་པ་ཡིན་  
 ཞིང་། རྣམ་ཐར་དེར་རྩི་བཅུན་ཆོན་པོ་ཐུང་ན་ལས་འདས་ནས། ལོ་གངས་ཉིས་བརྒྱ་དང་དྲུག་བརྒྱ་ཙུ་ཙུ་  
 ཆུ་མོ་སྐང་གི་ལོར་བཅུམས་པར་བཤད་ཀྱི། དེའི་སྟབས་ཀྱིས་ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས་རྩི་བཅུན་མི་ལ་དགུང་ལོ་  
 ཉེར་བརྒྱད་པར་མར་བ་མཇལ་བར་གསུངས་པ་འདི་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་ལྷགས་དང་མཐུན་པར་ལོ་ཆོགས་ལོ་  
 བའི་འགྲིག་སྟེ། སྟེ་ལོ་<sup>1077</sup> ལེལ་ལོ་ཡིན་ནའང་། རྩི་བཅུན་དགུང་ལོ་རེ་གཅིག་བཞེས་པ་སྟེ། སྟེ་ལོ་<sup>1110</sup> ལོར་

① ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས་བཅུམས། <<རྣམ་ཐར་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྟོན་མ>>ཤིང་དཔལ། P100  
 ② དུང་དཀར་སྟོ་བཟང་འཕྲིན་ལས་ཀྱིས་བཅུམས། <<དུང་དཀར་ཆོག་མཛོད>> 2002 P1290  
 ③ ཆུ་མོ་སྐང་ནི། དེ་ལྟར་བཅེས་པ་ཡིན་ན། རབ་བྱང་དུག་པའི་ཆུ་སྐང་སྟེ། སྟེ་ལོ་<sup>1375</sup> ཡིན་ནོ། །དེ་ནས་ཡར་འདེད་བྱས་པའི་ལོ་ཉིས་  
 བརྒྱ་དང་དྲུག་ཅུ་ཙུ་ཙུ་ནི། སྟེ་ལོ་<sup>1107</sup> ལོ་སྟེ། ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་ལྷགས་སྟག་ལོ་ལོ་ཡིན་ན། རྩི་བཅུན་མི་ལ་དགུང་ལོ་དུག་ཅུ་རེ་  
 བརྒྱད་ཡིན་པས་འགྲིག་ཐབས་མེད་དོ། ། ང་རང་གི་བསམ་ཚུལ་ལ་དེ་ནི་ཆུ་སྐང་མ་ཡིན་པར་རབ་བྱང་བདུན་པའི་མེ་སྐང་ལོ་  
 (སྟེ་ལོ་<sup>1397</sup> ལོ་) ཡིན་ཏེ། དེ་ནས་ཡར་འདེད་བྱས་པའི་ལོ་ཉིས་བརྒྱ་དང་དྲུག་ཅུ་ཙུ་ཙུ་ནི། རབ་བྱང་གཉིས་པའི་སྟེ་ལོ་སྟེ། སྟེ་ལོ་<sup>1129</sup>  
 ལོར་ལེལ་བས་རྩི་བཅུན་གཤེགས་ལོ་བྱ་ཡིན་པའི་བཞེད་ཚུལ་ལའང་ཐོད་གཏུགས་ཅུས་སོ། །ཡང་དེ་ནས་ཡར་འདེད་བྱས་པའི་ལོ་  
 གྱི་བཞི་བའི་རབ་བྱང་དང་པོའི་མེ་ཁྱི་སྟེ། སྟེ་ལོ་<sup>1046</sup> ལོ་ཡིན་པས་སྟག་ལོ་མིན་ཀྱང་། རྣམ་ཐར་དེར་སྟག་ལོ་ཡིན་པ་ལ་ཐེ་ཆོམ་མེད་  
 ཅིང་། ཞག་གཅིག་ཆེས་གཉིས་གངས་ཀྱིས་དགུང་ལོ་བརྒྱད་བརྒྱ་བཞི་བཅུ་དུ་ལ་ཐེ་ཆོམ་མི་ཟ་བར་བྱེད་དོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལ་  
 བརྟགས་ན། བཅོན་ཆུགས་ཀྱིས་རབ་བྱང་དང་པོའི་ལྷགས་སྟག་སྟེ། སྟེ་ལོ་<sup>1050</sup> ལོ་འདེད་པར་སེམས།

དུགས་པོ་ལྷ་རྩེ་མངལ་བར་ཕེབས་ཤིང་། དེའི་རྩེས་ཀྱི་ལོ་བཅུ་གཉིས་པ་ན་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་ལུགས་ཏེ། རྩེ་བཅུན་གཤེགས་པའི་ལོར་<sup>①</sup>ཞི་བྱེད་རས་པའི་ལུགས་ལྟར་ན། རྩེ་བཅུན་ད་དུང་བཞུགས་ཡོད་པས་བཞེད་ཚུལ་འདི་ཁས་ལེན་ཐབས་བྲལ། དེའི་ཕྱིར། མར་བ་ལོ་རྩ་བ་མངལ་སྐབས། རྩེ་བཅུན་དགྲང་ལོ་སོ་བརྒྱད་པ་ཉི། རབ་བྱུང་དང་པོའི་མེ་སྐྱལ་ལོ་(སྟེ་ལོ་<sup>1077</sup>) ཡིན་པར་སྐྱབ་པ་འདི་ནི། སྤྱི་གང་དུའང་མི་འགལ་བའི་སྐྱབ་བྱེད་ཡང་དག་ཅིག་ཏུ་ཁོ་བོས་སེམས་སོ། །

མར་བ་ལོ་རྩ་བ་བཞེན་པ་ནས་ཞིང་དུ་གཤེགས་པའི་བར་ཀྱི་ལོ་ཞི་བདུན་ནི། རི་ལྟར་ཐག་གཅོད་བྱེད་སྟམ་ན། མར་བའི་བྱང་དུ། ལོ་ཅི་ཅམ་བཞུད་པའི་སྐར་ནི། མགུར་འབུམ་ལས། ལོ་དུག་ལྷ་མཐོང་བརྒྱད་དུ་བཞུད། <sup>②</sup>ཅེས་གསུངས་པ་འདི་ཉིད་ཡིན་པས། འདི་ལ་ནོར་བ་མེད་ནའང་། དེའི་ཉིང་ཞི་བྱེད་རས་པ་དང་རྟ་ཆོག་ཆོད་བང་རྒྱལ་གྱིས་རྩོག་གི་སར་ལོ་སྟེལ་བོ་གཅིག་དང་ལྷ་བ་ཁ་ཡར་བཅས་བཅེ་བས་ལོ་དགུ་བཞུངས་པའང་རྒྱ་མཚན་ཆེ་བར་མངོན། མཉམ་མེད་དུགས་པོ་ལྷ་རྩེས། ལྷ་མ་མར་བ་ལོ་ལྷ་བཞེན། སྐབ་རྒྱུད་ཀྱི་གདམས་ངག་རྩམས་ཁྲུས། དེ་ནས་རྩོག་ལོ་གཅིག་བཞེན་<sup>③</sup>པར་གསུངས་ཀྱང་། མགུར་དུ་གསུངས་པ་དང་འགལ་བས་ལོ་ཆོགས་ཐད་ཆད་སྟོན་ཡོད་ཀྱང་། ཞི་བྱེད་རས་པ་སྐགས་ཀྱིས་ལོ་དུག་ལྷ་མཐོང་བརྒྱད་ནི་མར་བ་ལོ་རྩ་བའི་ཞབས་བྱང་ཁོ་ནར་བཞུགས་པ་གསུངས་པ་འདི་ལས་ཀྱང་ཅུང་ཟད་ཤེས་ལུས་སོ། །དེ་ལྟར་བཅེས་པ་ཡིན་ན། རྩེ་བཅུན་མི་ལ་མཆོག་རབ་བྱུང་དང་པོའི་ཤིང་སྤང་ལོ་ཉི། སྟེ་ལོ་<sup>1085</sup> ལོའི་བར་བཞུགས་པར་ངས། སྟེ་ལོ་<sup>1085</sup> ལོར་གྲང་ཐང་རྒྱ་མཚན་ཆེ་ཉི། ད་ལྟའི་གཞིས་ཆེའི་ས་ཁུལ་སྤྱིད་གོང་རྩོད་གི་རྩོད་དཀར་གོང་བཟལ་གྱི་ཁོངས་རྩེ་ལུང་རྩིང་པར་ཕེབས། ལོ་དེར་སྟེ་བའི་གཉའ་ན་སྐྱབ་པ་ཉམས་ལེན་གྱི་རྒྱུ་ཐོག་མར་ཚུགས་པའི་གནས་སུ་གྲགས་པ་རྒྱུ་ཚུགས་སུ་གྲགས་ཏུ་མཆོམས་སུ་བཞུགས། རྩེ་ཐར་མཐོང་ནག་མར། དེར་ལྷ་བ་ལྷ་དང་ཞག་གཉིས་བསྐྱམ་པར་<sup>④</sup>བཤད། དེ་ནས་དགྲང་ལོ་ཞི་བདུན་ལོན་པ་རབ་བྱུང་དང་པོའི་ཤིང་ཕྱི་ཉི། སྟེ་ལོ་<sup>1085</sup> ལོར་བྲག་དཀར་རྟ་སོར་ཕེབས། དེ་དུས་མར་བ་ལོ་རྩ་བ་ཞི་བར་གཤེགས། གཞུང་འདིའི་བྱེད་པོ་བདག་ནི། སྟེ་ལོ་<sup>2007</sup> ལོའི་ལྷ་བ་བདུན་པ་དང་བརྒྱད་པའི་ནང་བྱང་སྐྱགས་ལི་ཡུལ་བརྒྱད་མངའ་རིས་དང་། དེ་ནས་རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་ས་ཡུལ་དང་བཞུགས་གནས་སྐགས་ལ་རྟོག་ཞིབ་བྱེད་པར་སོང་ཆུང་བས། བྲག་དཀར་རྟ་སོ་དེ་ནི་རྩོད་དཀར་གོང་བཟལ་གྱི་རྩོད་ཆོས་ཏེ། སྤྱིད་གོང་གཅོང་བོའི་འགུམ་རྒྱུད་ཀྱི་རི་

① ལོ་ཆོགས་ལྟར་ན། སྟེ་ལོ་<sup>1123</sup> ལོར་ཁེལ།  
 ② གཅོང་སྟོན་ཏེ་རུ་གས་བསྐྱིགས། «མི་ལ་རས་པའི་རྩམ་མགུར་» མཆོ་རྩོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་། 1981. P501  
 ③ དུགས་པོ་ལྷ་རྩེས་བཅུམས།«རྩེ་མར་བ་དང་རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་རྩམ་མར་»དུགས་པོའི་བཀའ་འབུམ་ ཤིང་དཔར། P3b  
 ④ «རྩམ་མར་མཐོང་ནག་མ»སྟོད་ཆP48b

ངོས་ཤིག་ཏུ་ཆགས་པའི་བྲག་ཕྱག་ཅིག་ཡིན། གཙང་པོའི་ཤིང་ཟམ་བཟལ་ཏེ། དེར་བསྐྱོད་ན་ཆུ་ཚོད་གཉིས་  
 ཅུ་མ་དགོས། རི་དེའི་གཡས་ཟུར་གྱི་མཐོ་སར་དབུ་མ་རྫོང་ཆགས་ལ། དེའི་འདབས་ཙམ་དུ་འབྲུག་པ་བཀའ་  
 བརྒྱད་པའི་བཙུན་མའི་དགོན་སྡེ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དེ་ནི་བཀའ་འཁྱུར་ལྟ་ཁང་དང་། ཆོགས་ཆེན་འདུ་ཁང་  
 བཅས་ལས་གྲུབ། ཆེན་པོ་རང་ནི་མེད། རི་དེའི་གཙང་པོའི་པ་རོལ་གྱི་རི་རྒྱུད་མཐོན་པོ་དེ་ནི་སྤྱིན་འབྲུག་གི་བ་  
 མ་རྫོང་དང་། བཙུན་མའི་དགོན་དེའི་ཆོགས་ཆེན་འདུ་ཁང་གི་གཤམ་གྱི་འཕྲེད་ངོས་སུ་ཁྱུང་ལུང་ཞེས་པའི་  
 བྲག་ཕྱག་རྒྱུད་རྒྱུད་ཞིག་ཡོད། ད་ལྟ་ཁང་བ་གསར་དུ་བརྒྱབ་པས་བྲག་ཕྱག་ཀྱང་ཁང་བའི་ནང་དུ་གཡོགས།  
 དེ་ནས་འཕྲེད་དུ་པར་སོང་། རྗེ་བཙུན་གྱི་སྐབས་ཆུ་ཡིན་ཟེར་བའི་ཆུ་མིག་དྲངས་མོ་ཞིག་གནས། དེའི་  
 འདབས་སུ་བབས་ཏེ། གཡས་སུ་འཕྲེད་བཅད་དེ་སོང་། རྗོ་རིང་པ་རྒྱུ་ཏའི་ནམ་ཐར་དུ་རྗོ་གཡམ་སོ་འདྲ་བ་  
 ཞེ་གཅིག་གི་ཕྱག་པ་ཞེས་གསུངས་པའི་བྲག་དཀར་རྩ་སོ་ཞེས་པའི་རྗོ་གཡམ་མ་མང་པོའི་གནས་ཏེ། པ་བོང་  
 དཀར་སོ་ཞིག་གི་འོག་ཏུ་བྲག་ཕྱག་ཅིག་ཡོད་པ་དེར་རྗེ་བཙུན་རང་ཉིད་ལོ་རྒྱུག་དང་ཁྱུང་ལུང་དུ་ལོ་གསུམ་  
 གླེ། བསྐྱེད་པས་ལོ་དགུ་རྗེ་བཙུན་དགུང་ལོ་དང་གསུམ་པ། པལ་ཆེར་རབ་བྱུང་གཉིས་པའི་ཆུ་སྤེལ་ལོ་གླེ།  
 སྤྱི་ལོ་<sup>1092</sup> ལོའི་བར་བཞུགས། དེར་ཟླ་ཤིན་ཏུ་མང་ཞིང་། ལན་འགར་བཤོད་དཀའ་བས་ལམ་བུ་བསྐྱར་ནས་  
 འགྲོ་དགོས་པའང་ཡོད་པས། རྣམ་མཁུར་དུ། བྲག་དཀར་གྱི་མདུན་ན་པར་ཕྱིན་པས་དེ་ན་ཉི་མ་དྲོ་བ། ཆུ་  
 བཟང་བ། ཟླ་མང་བ་སྤྱེས་པ། མཐོང་ཡེལ་ཆེ་བའི་གནས་དང་བསྐྱོམ་རང་ཞིག་འདུག་ཅེས་གསུངས་པ་ནི་  
 རང་བཞིན་བརྗོད་པ་ལོ་ནར་འདུག བྲག་དཀར་རྩ་སོར་བཞུགས་པའི་སྐབས་ཏེ། དགུང་ལོ་ཞེ་རྒྱུག་གི་དུས་  
 མར་བ་ལོ་རྒྱུ་བཞིང་དུ་གཤེགས། གཙང་སྤྱོན་གྱི་མི་ལའི་ནམ་ཐར་དང་མཁུར་འབུམ། རྣམ་ཐར་མཛོད་ནག་  
 མ་སོགས་སུ་ལོ་འདིར་རྗེ་མར་བཞིང་དུ་གཤེགས་པའི་ཆོག་སྐྱོས་ཙམ་ཡང་བྱུང་མེད།

དེའི་ཕྱིས་ཀྱི་ལོ་ཆོགས་ནམས་ནི། ད་ལྟའི་བར་དུ་མཁུར་པ་སུས་ཀྱང་བཀོད་མེད་ལ། མཁུར་མའི་ཕྱགས་  
 བསྐྱེགས་ནམས་སུ་འདྲ་། མཁུར་མ་དག་རིམ་ཅར་གྱིས་བཀོད་མེད་པར་འབྲུགས་པ་སྤེབས་ཏེ་བསྐྱེན་པས་ལོ་  
 ཆོགས་སོགས་ངེས་དཀའ་བར་འདུག དཔེར་ན། གཙང་སྤྱོན་ཉེ་རུ་ཀའི་མི་ལའི་ནམ་ཐར་དུ། ས་བཅད་……  
 ཆེན་པོ་གཉིས་དགར་བ་ལས་ཕྱི་མ་ནི་མཆོག་གྱུར་ཞི་བ་མུ་ངན་ལས་འདས་པའི་མཛད་པ་ཡིན་ཞིང་། དེ་  
 ལའང་ནང་གསེས་དགུ་རུ་དབྱེ་བ་དེའི་ཡ་གྲུལ་བརྒྱད་པ་ལའང་། མི་མ་ཡིན་ནམས་དམ་ལ་བཏགས་ཚུལ་  
 དང་། ཕྱགས་སུས་ནམས་དང་མཇལ་ཚུལ། ཁ་འཐོར་སྤྲོ་ཆོགས་བཅས་གསུམ་དུ་དབྱེ་བ་འདི་ལ་གཞིགས་ཆོ།

① <<རྗོ་རིང་པ་རྒྱུ་ཏའི་ནམ་ཐར>>  
 ② གཙང་སྤྱོན་ཉེ་རུ་ཀས་བསྐྱེགས། <<ནལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕྱག་ཆེན་མོའི་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་ནམ་ཐར>>P151—152  
 ③ ལོ་ཆོགས་ལྟར་ན། སྤྱི་ལོ་<sup>1085</sup> ལོར་ཞེས།



ནམ་ཐར་རིམ་ཅར་དུ་བཀོད་པ་མ་ཡིན་པར་སྐོར་ཆོ་དག་ཕྱགས་གཅིག་དུ་བསྟུ་དུབ་བྱས་ཡོད་ཕྱིར། ཐེབས་  
བཟུང་གྱི་རིམ་པ་ནམས་ངེས་བབྱང་མི་ལུས་ལ། ལོ་ཆོགས་ལ་དེ་བས་ཀྱང་དབྱད་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་གོ།  
ནམ་ཐར་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྟོན་མ་ཡང་སལ་ཆེར་དེ་དང་འབྲ་སྟེ། ལྷག་པར་དུ་བྱང་ཨ་འདར་ཆོ་ཁ་ལ་བྱོན་  
དུས་ན། བྱང་བྱང་ལ་ཆེབས་ནས་ཆོ་མཆོ་ལ་མར་སྟོན་པ་དང་། ཐར་ཅོང་ཁ་ལ་བྱོན་དུས་ཅོང་ཁའི་རྒྱལ་ཐོས་  
མེད་དཀར་མོའི་ཞོ་བྱངས་པ་སྟོགས་གསལ་བཤད་བྱེད་མི་ལུས་པའི་བྱུ་མོང་བའི་ནམ་ཐར་དང་འགལ་བ་  
ཅི་རིགས་ཀྱང་ཡོད་དོ།

1. རྣམ་ཐར་བྱིན་རྒྱལ་མ་སྒྲིན་ཕུང་ལྟར་བཀོད་ན། འབྲུངས་ཡུལ་ནས་བྲག་དཀར་རྩ་སོ་དཔལ་མོ་  
དཔལ་ཐང་། བྲག་དམར་སྒོ་མཐོན་སྒྲིང་ཕུག་ཉི་མཛོང་། ལིང་ངའི་བྲག (དཔལ་ནམ་མཁའ་ཛོང་། བྱང་རྒྱལ་.....  
ཛོང་། བྲག་དཀར་རྩ་སོ་བཅས་ལ་འཕེམས་བཞུགས།) སིང་རྩ་ལའི་ནགས། ཏུར་ཁྲོད་ ཆེན་པོ་སུ་ཡུ་རྩི་པ། ཁུ་ཕུག་.....  
དཔེན་པ། བྲག་སྒྱུ་རྩི་ཆོང་། ཕུག་རོན་ཕུག བྲག་དཀར་རྣམ་ གསུམ་དང་མང་ཡུལ་གྱི་བྲག ཟེའོག་.....  
ཕུག མཆོག་དཀར་བྲག སྒྲིམ་ཕུང་རྩ་མཁར། སྒྲེ་ནམ། རྩེ་བཅུན་ཕུག་པ། སྒྲེ་ནམ། སྒྲུན་ཕུང་རྩ་དཔར། དིན་  
གྱི་སྒོ་བདེ་ཕུག བོན་རིའི་སྒེ ལ་བྱེ་རྒྱུ་བཟངས། འཛོང་ཕུང་གི་བྲག་དམར་པོར་མཐོན། དིང་རི་མཁན་པའི་  
ཁྲོད། ཆོ་རྒྱལ་གྱི་སྒྲིབས་རི། རྒྱུ་མིག་དངུལ་འབུར། འོམ་རྒྱུང་དཔལ་གྱི་དགོན་པ། སྒྲེ་ནམ་མཁར་དམར། ཀོ་ར་  
ལ་ཐོག ཅོག་རོ་འབྲི་མཆོམས་གྱི་མཆོ་ལྷ་དེལ་རྒྱུང་། མི་ཤི་བྲག་གི་པ་བོང་རྩ་སྒྲ་ཅན། བལ་ཡུལ་མགོན་པོ་  
འབྲང་གི་ བྲག སྒྲེ་ནམ་དྲོད་ཕུག དིན་ཁག་སུམ་གྱི་རྒྱ་རྒྱུ་མིག དིན་གྱི་ལ་སའི་བྲག་ཕུག བྲག་དཀར་རྩ་  
སོ་ བྲག་དམར་ཆེན་པོ་ མོན་གྱི་རི། ལ་བྱེ་རྩུ་ལོན།

① <<ཉི་ལྔ་འི་འོད་ཟེར་སྒྲོན་མ་>>P53b

པ། ཤེལ་ཕུག་ནམ་མཁའ་ཚོང་། རྒྱང་འཕན་ནམ་མཁའ་ཚོང་། གྲོང་ཕུག་ བྲག་དམར་སྟོ་མཐོ་ནམ་མཁའ་ཚོང་། རྒྱང་ཐང་གི་ལིང་བ་བྲག་དམར། ཉི་མེ་ བིན་ཚུ་དབར།

3. རྣམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ་ལྟར་བཀོད་ན། འབྲུངས་ཡུལ་ནས་བྲག་དཀར་སྟོ་མཐོ་ན། རག་མའི་ནམ་མཁའ་ཚོང་། སྟོ་རི་སྟོ་མཐོ་ནམ་མཁའ་ཚོང་། ས་ཡུལ་གྱི་ཉེ་ས། བྲག་དམར་སྟོ་མཐོ་ རྒྱང་ཕུག་ཉེ་མཚོང་། རྣམ་མཁའ་ཚོང་། མཚོང་ལུང་ཚོང་། རྒྱང་ཕུག་ཉེ་མཚོང་། བྲག་རྒྱུ་རྩོ་རྩོ་ ཚོང་། ལ་ཕྱི་གངས་ཀྱི་ར་བ། རྟེ་ རྣམ་ཅར་མ། རྟེ་མོན་གྱི་རི་ཁོང་ཅིག རྟེ་བལ་གཉིས་ཀྱི་མཚོ་མས་ཁུ་བྱག་དབེན་པ་ཚོང་། སི་རྒྱལ་འི་ནགས་ཀ་ ཉི་ཤེལ་ཕུག་ མཚོག་དཀར་གྱི་བྲག་ རྒྱང་ཐང་གི་ བྲག་དམར་སྟོ་མཐོ་ན། བིན་གྱི་སྤོང་རྩེ་ཕུག་པ། རྒྱང་ ཕུག་ཉེ་མཚོང་། ལིང་བའི་བྲག་ བྲག་དམར་སྟོ་མཐོ་ན། བྲག་དཀར་ཏ་སོ་ རྟེ་ནམ། བྲག་དམར་མཚོང་ལུང་། དཔལ་མོ་དཔལ་ཐང་། མཚོང་ལུང་གི་བྲག་ སྟོ་རི་སྟོ་མཐོ་ནམ་མཁའ་ཚོང་། ལ་ཕྱི་གངས་ འོ་མ་ཚུང་དཔལ་ གྱི་ནགས་འདབས། བལ་བོའི་རྒྱང་དེའི་ཕུག་ རྟེ་ནམ་བྲོད་ཕུག་ རྒྱང་ཐང་གི་རྩ་ཆེའི་ཕུག་ རྟེ་ནམ་ཅར་མ། བིན། ཚུ་བར། དཔལ་གྱི་རྟག་ཚང་། རོ་མ་ལུང་གི་བྲག་ བིན་གྱི་སྟོ་བདེ་ཕུག་ རྟེ་ཤོང་རི་ མདའ་རྟེ་ཤོང་། སྤོང་རྩེ་བྲག་ཤིས་སྤང་། རྟེ་བྲག་མཁར་ཚུ། བིན་གྱི་ལ་སོ་རྟེ་མོ་ཕུག་ རྒྱང་ཐང་། རྟེ་དཀོང་ཚུང་སྟོ་མང་། སྟོ་བོ་ འི་མཚོ་བར། ཁ་ཆེའི་ཡུལ། རྟེ་ནམ། ཉི་མེ་ དཔལ་མོ་དཔལ་ཐང་། ལ་ཕྱི་གངས་ཀྱི་ར་བ། སྤོང་རྩེ་ཕུག་ ཅིག་ རོ་འབྲི་མཚོ་མས། དིང་མ་བིན། རྒྱལ་གྱི་ཆེ་བས་རི། ལ་སྟོང་རོ་མ་ལ་བྲ། རྟེ་ནམ། ལྷགས་རི་ཤོང་། དཔལ་མོ་ དཔལ་ཐང་། བྲག་དཀར་གྱི་ཆེ། བྲག་དམར། གྲོང་ཕུ་ལུང་། རྒྱལ་གྱི་ཆེ་བས་རི། ཡར་ལུང་མཛོ་ཐང་གི་ གཙུག་ལག་ཁང་། གཙང་། བིན་གྱི་སྤང་མ་ཕུག་ ཆེ་བརི། ཚུ་མིག་དངུལ་འབུམ། སྟོ་མ་ལུང་ཚུ་དབར། རྒྱང་ ཐང་སྟོ་སྟོ། རྒྱང་ཐང་ཡངས་པ་ཅན། མང་ཡུལ་རོང་། གཙང་རྟེ་ནམ། གཙང་དིང་རི་མཁར་དམར། གཙང་ རོང་བིན་གྱི་སྤོང་། ཚུ་དབར་གྱི་དབེན་གནས། བྲ་བོ་ལུང་། བྲག་དམར་སྟོ་མཐོ་ ཚུ་བར། རྟེ་ནམ། སྟོ་མ་ ལུང་ཚུ་བར། བིན་གྱི་བྲག་མཁར། ཅིག་རོང་འབྲི་མཚོ་མས། མཚོང་ལུང་རི་ཁོང་། བྲོད་ཕུག་ བྲག་

4. གཙང་རྩོན་ཉེ་རུ་ཀའི་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་ལྟར་བཀོད་ན། འབྲུངས་ཡུལ་ནས་རྒྱང་ཐང་གས་ཕུག་ བྲག་ དཀར་ཏ་སོ་ དཔལ་ལུང་ལ། དིང་རི། བིན། རྒྱང་ཕུག་ཉེ་མཚོང་། (མི་མ་ཡིན་དམ་ལ་བཏགས་ཚུ་ལ་ནི།) བྲག་ དམར་མཚོང་ལུང་། ལ་ཕྱི་ཚུ་བཟང་། ལ་ཕྱི་གནས་མཐེལ། མང་ཡུལ་གྱི་རི་བོ་དཔལ་འབར། བལ་ཡུལ་གྱི་ཡོ་ མོ་གངས་ར། རྒྱང་ཐང་། ལིང་བ་བྲག་ རི་བོ་དཔལ་འབར་གྱི་རག་མ་བྲང་ཚུ་ཚོང་། རྒྱང་ཕན་ནམ་མཁའ་ཚོང་། ཡོ་མོ་གངས་ར། སི་རྒྱལ་འི་ནགས་གསེབ་ ལྷག་ཕུག་ཁེང་གེ་ཚོང་། རྒྱང་ཐང་། (ལྷགས་སྤུ་རྣམས་དང་ མཇལ་བའི་ཚུ་ལ་ནི།) བྲག་རྒྱུ་རྩོ་རྩོ་ཚོང་། རྒྱང་ཐང་གི་ར་ལའི་ཕུ་བོ་འོག་ཕུག་ འོད་གསལ་ཕུག་ རག་མ་བྲང་ ཚུ་ཚོང་། གཉའ་ནང་གྲོང་ཕུག་ བྲང་ཏ་གོ་ལ། གཙུང་གི་གད་པ་སྟེ་གསུམ། ལ་སྟོང་རྒྱལ་གྱི་བྱི་ ཚུ་མིག་ དངུལ་འབུམ། གཙུང་ལུང་། ལ་ཕྱི་ གངས་ཉི་མེ། སྟོ་བོ་གོ་རི་ལ་ཐོག་ ཕུ་མངས་གྱི་རོང་འབྲི་ཆེའི་གངས་

[illegible]

① ཞི་བྱེད་རས་པས་བརྒྱུམས། <<རྒྱལ་ཁབ་ཉི་ལྔ་འི་འོད་ཟེར་སྒྲོན་མ་>>དཔྱ་ཅན་གྱིས་མ P16b

བཟུང་། ལས་མི་ནག་པ་ལ་ཆོས་ནག་སྒྲིག་ དེ་ཅམ་ན་ངའི་རྒྱུ་དང་པ་ཆད་པ་ཡིན་པར་ཞལ་ཆེམས་གནང་ཡོད་  
པ་ལ་གཞིགས་ན་འདྲ་། ས་ཆ་གཅིག་ཏུ་བཞུགས་པ་ནི་མ་ཡིན་པར་སྟག་གིས་གཟུན་ ཆོལ་བ་དང་འདྲ་བར་ས་  
གནས་མང་བོར་ཕེབས་ཡོད་པ་ནི་དེ་ལས་ཀྱང་ཤེས་སོ། །དེ་ལྟར་ང་རང་གི་བསམ་ཆོད་ལ།

གངས་མགུར་དུ། ཡང་སྟག་གི་ལོ་ཡི་ལོ་གཞུག་ལ། ། ཡོས་བུའི་ལོ་ཡི་ལོ་མགོ་ལ། །མ་རྒྱལ་རྒྱ་བའི་ཉ་རྒྱག་  
ལ། །ང་འཁོར་བའི་ཆོས་ལ་ཡིད་འབྱུང་ནས། །འབྲོག་ལ་ཕྱི་གངས་ཀྱི་ར་བ་དེར། །ཞེས་ལ་ཕྱི་གངས་དུ་.....  
བཞུགས་སྐབས། སྟག་དང་ཡོས་ལོ་ཡིན་པའི་ལོ་ཆོགས་ཤིག་དང་། རྒྱ་མོ་འབྲུག་གི་ལོ་དབྱར་རྒྱ་ར་བའི་ཡར་  
ངོ། དགུང་ཆོས་བརྒྱུད་ཀྱི་ནམ་གུང་ཡོལ་ཅ་ན། རྒྱ་བར་དུ་གདོན་ཆེན་པོ་བཅོ་བརྒྱད་ཀྱིས་གཙོ་བྱས་པའི་སྣང་  
མིན་གྱི་ལྷ་འདྲེས་ཆོ་འབྲུལ་བྱུང་བ་བཅས་ལོ་ཆོགས་བཞི་བཀོད་ཡོད་དོ། །འདི་ལྟར་བཅེས་པ་ཡིན་ན།  
འབྲོག་ལ་ཕྱི་གངས་དུ་བཞུགས་པའི་སྟག་ལོ་དང་ཡོས་ལོ་ནི། རིམ་བཞིན་སྟེ་ལོ་<sup>1110</sup> ལོ་དང་སྟེ་ལོ་<sup>1111</sup> ལོ་ཡིན་  
པ་ནོར་འབྲུལ་མེད་དེ། ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་ལུགས་ཏེ། མར་བ་ལོ་རྒྱ་བ་དགུང་ལོ་སོ་བརྒྱད་སྟེང་མཇལ་བའི་  
ལུགས་ལྟར་བཅེས་ན། མར་བ་ལོ་རྒྱ་བ་མཇལ་བའི་སྐབས་སྟེ་ལོ་<sup>1077</sup> ལོ་དང་། དེར་མགུར་འབྲུལ་དུ་གསུངས་  
པ་ནང་བཞིན་ལོ་རྒྱག་རྒྱ་མཐོང་བརྒྱུད་དུ་བསྐྱེད། རྟོག་གི་སར་ལོ་གཅིག་དང་རྒྱ་བ་ཁ་ཡར་བཅས་པ་ལ་ཆེར་  
སྟེ་ལོ་<sup>1085</sup> ལོར་ས་ཡུལ་དུ་ཕེབས་ཤིང་། དེ་ནས་ལོ་དགུ་ལ་བྲག་དཀར་རྩ་སོ་སོགས་སུ་བསྐྱོམས། ལོ་དགུ་  
ལོངས་པའི་ལོ་ནི་སྟེ་ལོ་<sup>1093</sup> ལོར་ཁེལ། དེ་ནས་མར་འདྲེན་བྱས་ན། ཤིང་ཡོས་ལོ་ནི་བར་གཤེགས་པའི་བར་  
གྱི་རྒྱ་མོ་འབྲུག་ནི། ལོ་<sup>1112</sup> ལོ་ཡིན་ཏེ། འདི་མ་གཏོགས་རྒྱ་འབྲུག་མེད་པ་དང་། གངས་མགུར་ནི་དེའི་རྩོན་  
དུ་གསུངས་ཤིང་། དེ་ནས་ཆོ་རིང་མཆེད་ལྷ་གཙོ་བྱས་པའི་སྣང་མིན་གྱི་ལྷ་འདྲེ་རྒྱ་འབྲུག་ལོར་དམ་དུ་  
བཏགས་པ་ཡིན་པས། གངས་མགུར་དུ་བཀོད་པའི་སྟག་ཡོས་ནི། ལོ་<sup>1110</sup> ལོ་དང་སྟེ་ལོ་<sup>1111</sup> ལོ་ལ་ཁེལ་བ་  
སུས་ཀྱང་བསྟོན་མི་ཐུས་པའི་ཕྱིར། ལ་ཅིག་གིས་རྒྱ་འབྲུག་རྗེས་དང་། སྟག་དང་ཡོས་ཀྱི་ལོ་དེ་རྩོན་དུ་བྱུང་བ་  
ཡིན་མོད། སྟག་ཡོས་ཡོད་ཆད་གོང་དུ་བཀོད་པའི་ལོ་ཆོགས་དེ་ཁོ་ན་ག་ནས་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་བདེན་མོད། ལོ་  
ལོ་<sup>1110</sup> ལོ་དང་སྟེ་ལོ་<sup>1111</sup> ལོ་ལས་ལོ་འཁོར་གཅིག་གི་རྒྱ་བའི་སྟག་དང་ཡོས་ནི་སྟེ་ལོ་<sup>1098</sup> ལོ་དང་། <sup>1099</sup> ལོར་  
ཁེལ་བས་དེ་དུས་རྗེ་བཙུན་བྲག་དཀར་རྩ་སོར་བཞུགས་པའི་སྐབས་ལ་ཁེལ་བས་འདི་ལྟར་གཏན་དུ་པཔ་པ་  
ལས་འོས་མེད་དོ། །

① ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས་བཙུངས། «ནམ་ཐར་ཉི་ལྱའི་འོད་ཟེར་སྟོན་མ»དབུ་ཅན་བྲིས་མ། p62a

གཉིས་པ། རུས་མཆོག།

གཅིག རྩེ་བཅུ་ན་མི་ལ་འེ་རུ་ས།

རྩེ་བཅུན་མི་ལ་དེ་རུས་ལ་མཁམས་པ་སོ་སོའི་བཞེད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་མང་དུ་མཆིས་ཤིང་། དེ་དག་གྲང་རུས་  
 རྩེ་ཕྱིའི་ཡིག་ཆ་འདྲ་མིན་ལ་བརྟེན་ནས་རིམ་གྱིས་བྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། ད་རྩེ་བཞུགས་པའི་ཆོས་འབྱུང་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་  
 ཆ་ནས་བཤད་པ་ཡིན་ན། རྩེ་བཅུན་མི་ལ་ཞེས་མཆན་དང་པོ་ཡིག་ཐོག་ཏུ་འགོད་པ་པོ་ནི། ཉང་ཉི་མ་འོང་  
 ཟེར་ (1124—1192) <sup>1322</sup> ཡིན་ཞིང་། དེའི་ཆོས་འབྱུང་དུ་རྩེ་བཅུན་ཆེན་པོ་མི་ལ་ཞེས་གསུངས་པ་དང་། དེ་ནས་  
 བུ་སྟོན་རིན་ཆེན་གྲུབ་ (1290—1364) ཀྱིས་སྟེ་ལོ་ <sup>1322</sup> ལོར་བཅུམས་པའི་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་བསྟན་པའི་  
 གསལ་བྱེད་ཆོས་ཀྱི་འབྱུང་གནས་གསུང་རབ་རིན་པོ་ཆའི་མཛོད་དུ། མི་ལ་རས་ཆེན་ཞེས་གསལ་བྱེད་ཡིག་  
 རྩུང་དུ་སྤང་། <sup>1363</sup> དེ་ནས་སྟེ་ལོ་ <sup>1363</sup> ལོར་བཅུམས་གྲུབ་གནང་བའི་དེབ་དམར་དུ། མི་ལ་རས་པའི་རིགས་ནི་  
 རྩུང་བོ་ཞེས་གསུངས་ལ། དེ་ནས་སྟེ་ལོ་ <sup>1434</sup> ལོར་བཅུམས་པའི་རྒྱལ་རབས་མང་བོའི་ལེགས་བཤད་རྣམ་  
 གངས་ཡིད་འཛིན་ནོར་བུའི་ཕྱང་བར་དེ་དང་འདྲ་བར་རིམ་བཞིན་བཏོད་ཡོད། དེའི་ཕྱིས་སུ་དཔོན་ཆོང་ཆོ་  
 རིང་དབང་རྒྱལ་གྱིས་སྟེ་ལོ་ <sup>1446</sup> ལོར་བཅུམས་པའི་སྟོ་རོང་ཆོས་འབྱུང་དུ། གཏུང་ཁྱུང་བོ། དེའི་ནང་ཆོན་མི་  
 ལ་ཞེས་དཔུད་གཞི་སྤྲུལ་རྣམས་ལས་རྩེ་གསལ་དུ་བཏང་། དེའི་ཕྱིས་སུ་སྟེ་ལོ་ <sup>1474</sup> ལོར་དགེ་ལེ་ཚུལ་ཁྲིམས་  
 བེང་གས་བཅུམས་པའི་རྒྱ་བོད་ཆོས་འབྱུང་རིན་པོ་ཆའི་ནང་དུ། གཏུང་རུས་ཁྱུང་བོ་ཡིན་ཟེར་བ་དང་།  
 གཉན་ཡིན་ཟེར་བ་གཉིས་འདུག་ཅེས་དཔུད་གཞིར་བྲངས་འདུག་སྟེ་ལོ་ <sup>1476</sup> ལོ་ནས་སྟེ་ལོ་ <sup>1478</sup> ལོའི་བར་  
 དུ་བཅུམས་པའི་དེབ་སྟོན་དང་། སྟེ་ལོ་ <sup>1514</sup> ལོ་ནས་སྟེ་ལོ་ <sup>1564</sup> ལོའི་བར་དུ་བཅུམས་པའི་ཆོས་འབྱུང་མཁམས་

① མཁས་མེད་བསམ་གཏན། <<མདའ་དང་འཕང་>>ལྷན་ཆ་<sup>P20</sup>གསལ། རྟོ་ཆའི་ནང་འབྲུངས་འདས་<sup>1124—1192</sup>ཞེས་བཀོད་  
པོད།

②《ཆས་འབྱུང་མཉམ་ཉིད་ཀྱི་པོ་རྒྱུད་མཉམ་ཉིད་པར་བཅུད་》བོད་རྒྱུང་མཉམ་ཉིད་པར་བཅུད་དཔེ་རྒྱུ་ཁང་། 1988. P492

⑥ ཉེ་ཤིང་གི་མཁས་པ་ས་ཤོ་ཐུས་ཚུས་ལོའོ་(佐藤道郎) ཡིས། མི་ལ་རས་པའི་ལྟ་བཞེས་པའི་དབུད་ཚེ་ལ་ནང་། ལུ་ཉྒྱེན་ཚེས་འབྱུང་ཏུ་  
མི་ལའི་སླ་མ་མང་བ་ལས་མི་ལའི་མཚན་ནི་མི་མཐོང་ཞེས་བཞོང་འདུག་པ་ནོར།

④ ཉེ་ཤིང་གི་མོ་ཐ་ནི་གཏུག་ལག་སྒྲིབ་ལྟ་ཆེན་མོའི་དཔེ་མཛོད་ཁང་དུ་བཞུགས་པའི་བྲིས་མ་ཤོག་གང་སེའུག་གི་བདག་ཉིད་  
ཅན་གྱ་པོ་ད་ཆོས་འཕུང་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ཉིད་འཛམ་གླིང་ནང་མེད་པའི་དཔེ་གཅིག་མ་ཡིན་སྟབས།  
ཤོགས་པོ་གཡུང་དུང་ཡུཅ་ཆོག་ས་མཁའི་ཡལ་སྒྲེལ་སོགས་ནས་དཔར་ཏེ། བདག་པ་དཔེ་གཅིག་བསྐྲར་གནང་གྲང་།

⑤ ཡོ་ཐ་ནི་གཙུག་ལག་སྒྲིབ་ཀྱ་ཚེན་མོ་འཛིན་འཇུག་ཁང་གི་བོད་ཡིག་ཡིག་ཆ་ཞིབ་འཇུག་ཚན་པ་ན་ནས་དབང། P48

པའི་དགའ་སྟོན་གཉིས་སུ་རྩོམ་ཆོས་འབྱུང་དང་འདྲ་བར་བཀོད་འདུག དེ་བཞིན་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་  
 མཁས་པ་འབྲུག་པ་པད་དཀར་གྱིས་སྟོལ་<sup>1581</sup> ལོར་བཅམས་པའི་འབྲུག་པའི་ཆོས་འབྱུང་དང་། སྟོལ་<sup>1748</sup>  
 ལོར་བཅམས་པའི་ཆོས་འབྱུང་དཔག་བསམ་སྟོན་པ་སོགས་ཕྱི་ཚམས་ཀྱན་ཏུ་འདྲེ་དང་འདྲ་བར་བཀོད་ཡོད།  
 རྣམ་ཐར་ཚོམ་རིག་གི་ཆ་ནས་བཤད་པ་ཡིན་ན། དམ་ཚིང་སྟོན་པ་སྟོ་ཏེ་ས་ཏུ་ལ་སོགས་པའི་རས་པ་བྱ་ཆེན་  
 བརྩ་གཉིས་ཀྱིས་བཅམས་པའི་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་དུ། གདུང་རུས་བྱུང་བོར་གསུངས་པ་<sup>①</sup>དང་།  
 དྲགས་པོ་ལྷ་རྩེས་བཅམས་པའི་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་དུ། གདུང་རུས་མི་ལར་<sup>②</sup>གསུངས། དངོས་སྟོབ་འདི་རྣམས་  
 ཀྱིས་བཅམས་པའི་རྣམ་ཐར་གྱི་སྤྱུ་གཞུག་མི་ཤེས་ནའང་། མི་ལ་དང་བྱུང་བོ་ཞེས་གཅིག་ཁྲུངས་གཅིག་ཏུ་  
 འདུ་བའི་གཏམ་ནི་མེད། དེའི་ཕྱིས་སུ་ལྷ་དམར་མཁའ་སྟོད་དབང་བོས་ (1350—1409) བཅམས་པའི་རྣམ་  
 ཐར་དུ་ལ་སྟོད་བྱང་གི་ཕྱོགས་ཀྱི་ཁྲུང་བ་སྟེ་བ་དང་། དེ་ལས་ཀྱང་གདུང་རུས་ནི་བྱུང་བོ་དང་། སལ་ཆེར་སྟོལ་  
 1397 ལོར་བཅམས་པའི་རྣམ་ཐར་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྟོན་མེད། གདུང་རུས་བཙུན་གྱི་ནང་ཚན་བེ་རི་  
 དང་། དེའི་ནང་ཚན་བྱུང་ཆ། བྱུང་ཆ་ལ་སྟོད་སྟོན་གཉིས་ལས་སྟོད་པ་སྟེ་བོའི་རྒྱུ། དེའི་ནང་ཚན་མི་ལ་ཡིན་  
 པར་གསུངས་པ་ཅི་རིགས་མཆིས་ནའང་། འདི་དག་ལ་ཞིབ་ཏུ་དཔྱད་པ་བྱས་པ་ད་ལྟའི་བར་དུ་མཇུག་ཏུ་  
 མེད་དོ། །

དེས་ན། མཁས་པ་སལ་ཆེ་བས་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་གདུང་ནི་བྱུང་བོ་དང་། མི་ལ་ཞེས་སོ་སོར་གསུངས་  
 པའི་ཁྲུངས་ཀྱང་། རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ཡིན་ཞིང་། སྤྱུ་གཞུག་དྲགས་པོ་ལྷ་རྩེ་  
 རྣམ་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་བྱུང་མཐའི་མཆོན་ལོགས་སུ་ཆགས་པ་ནས་བཟུང་། རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་ལ་དོ་  
 རྣམ་དང་ཉམས་ཞིབ་བྱེད་མཁན་མང་དུ་བྱུང་ཡོད། དེ་དག་ཀྱང་སྤྱི་ཚམས་ཀྱན་ལས་ཕྱི་ཚམས་རྣམས་ཞིབ་ཆ་.....  
 ཐོན་ཡོད་པས། ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྟོན་མར་གསུངས་པའི་གདུང་རུས་བཙུན་ལས་བེ་རི་དང་། དེའི་ནང་  
 ཚན་བྱུང་ཆ། བྱུང་ཆ་ལས་སྟོད་པ་སྟེ་བོའི་རྒྱུ། དེའི་ནང་ཚན་མི་ལ་ཞེས་པ་འདི་ཁྲུངས་དག་པར་སྟུམ། དེ་  
 ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། རུས་བྱུང་བོ་དག་ནི་རང་རེའི་གདོད་མའི་རིག་གནས་བོན་ལ་འབྲེལ་ཞིང་། ཞང་ཁྲུང་ཞེས་  
 པའི་མིང་གི་གདགས་གཞི་བྱུང་ལུང་ངམ་བྱུང་གི་ལུང་བ་ནས་བརྒྱུད་པའི་རིག་གནས་དེའི་སྟོལ་འཛིན་པ་  
 སལ་མོ་ཆེ་ལ་རུས་བྱུང་དུ་བྱས་ཏེ་མིང་ཞིག་དར་ཡོད་ཆོད་འདུག དེ་ལྟར་རུས་བྱུང་ལ་བཙུན་ལའི་རྒྱ་མཆོན་  
 ཡང་། བོན་གྱི་གཞུང་རྣམས་སུ་ལྷ་སྟུ་གཉན་གསུམ་དང་། རྒྱལ་གཤེན་འབངས་གསུམ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྟོལ་.....

<sup>①</sup>རས་པ་བྱ་ཆེན་བརྩ་གཉིས་ཀྱིས་བཅམས། <<རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་རྣམ་ཐར>>འིས་མ། P2

<sup>②</sup>དྲགས་པོ་ལྷ་རྩེས་བཅམས། <<མི་ལའི་རྣམ་ཐར>>ཤིང་དཔལ། P3a

<sup>③</sup>ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས་བཅམས། <<རྣམ་ཐར་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྟོན་མ>>འིས་མ། P3b-4a

ཕུག་ཀྱང་ཁྱེད་ཀྱི་ཆེད་ལ་བརྟེན་ཡོད་པར་བཤད་ཅིང་། ཁྱེད་དེ་ཉིད་ཐོག་མར་བབས་པའི་ལུང་བདེ་ཡང་ཁྱེད་ཀྱི་ལུང་དུ་མིང་འདྲིགས་པར་བཤད་ཀྱི། ཡུལ་དེ་ལ་བོད་སྐད་ཀྱི་བརྟེན་དུ་ཁྱེད་དང་། ཁོང་ཁྱེད་གི་སྐད་དུ་…… ཁྱེད་ཞེས་གྲགས་ལ། བྱིས་སུ་སྤོང་བཅོན་གྱིས་ཁོང་ཁྱེད་བཟའ་ལེ་ཐིག་སྒྲན་ཁབ་དུ་བཞེས་པ་ནས་ཁོང་པོ་ ཁྱེད་ལ་ཁོང་ཁྱེད་ཞེས་མིང་དུ་གྲུབ་པར་ནམ་མཁའ་འོར་བུས་གསུངས་པ་བདེན་ཤས་ཆེ་བར་མངོན་ཏེ། ཁྱེད་པོའི་རྒྱལ་རྒྱུད་ཤེལ་དཀར་མེ་ལོང་ཞེས་པའི་བོན་གཞུང་ཞིག་ཏུ། དེའི་མཆོན་བྱང་ལ་ཁོང་ཁྱེད་སྐད་དུ། ཁྱེད་ཞེས་ཐེ་རོ་དན་དུ་ནམས་དུ་ལེ་ཞེས་པ་ལ། བོད་སྐད་དུ། ཁྱེད་པོའི་རྒྱལ་རྒྱུད་ཤེལ་དཀར་མེ་ལོང་ཞེས་ ཁྱེད་གི་དོད་དུ་ཁྱེད་བྱིས་པ་དེ་ལས་ཀྱང་ཤེས་ཅུས་སོ། །དེའི་བརྒྱུད་པ་བྱི་མ་སྟེ། ཁྱེད་གི་ཆོ་བོ་ནམས་ལ་ཁྱེད་ ཆོར་གྲགས་པ་ཡིན་པེས་ཏེ། རྒྱལ་མའི་དེར་གསལ་བྱེད་ཀྱི་དཔེ་ཆས་གསལ་བོ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི། གེས་རྒྱུད་གི་ གསལ་སུ་ཁྱེད་ཆོ་སྒྲན་ལྟ་འདུལ་བའི་དུག་པོའི་གཡུལ་འབྲུག་ཅེས་པ་དེའོ། །སྤྱིར་དེའི་བརྗོད་བྱ་ཁྱེད་ཆོ་སྒྲན་ལྟ་ ཐོག་མའི་ཆོར་བོན་ལ་དང་ཅིང་། བྱིས་སུ་ནང་ཆོས་སུ་བསྐྱར་བ་བསྟན་ཡོད་པས་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་འཕེལ་ འགྱུར་དེ་དག་གི་མཆོན་བྱེད་ཅིག་སོ། །དེའི་ནང་གི་ཁྱེད་ཆོ་སྒྲན་ལྟ་ནི་བོན་གྱི་ལུགས་སྟོལ་རྒྱུན་འཛིན་བྱས་ ཡོད་པ་སྤྱིར་ལས་ཤེས་ཏེ། བོན་ལུགས་བསྟན་པའི་སྤྱིང་མ་ལ། ཤེལ་གྱི་བྱ་ཁྱེད་གཤོག་རིང་མཁྱེན། ཞེས་ དང་། གནམ་རིམ་པ་བརྟུགས་མ་ཡང་སྤྱིང་ནས། ལྟ་ཆེན་དབང་ཕུག་ཆེན་པོ་མཁྱེན། བར་སྤྱིང་བཞི་རྩེ་བོ་ ཉི་ཟླ་གསལ། ལ་གཞི་རྒྱུད་ནག་འབྲེལ་དབུས་སུ། རྟོག་བདག་བྱ་ཁྱེད་གཤོག་རིང་མཁྱེན། ཞེས་བཤད་པ་ ལས་ཤེས་ལ། བོན་ནམས་གྱིས་ཁྱེད་ཆེན་དེའི་སྤྱིང་ནམས་སྤྱིང་མར་བསྟེན་པ་ཡང་། ཁྱེད་པོའི་རྒྱལ་རྒྱུད་ལས། གཅེན་པ་ཁྱེད་ཆོད་ཐོག་ལ་འབར་བ་ཞིང་། ཁོང་ཁྱེད་ཕུག་པའི་ལྟ་སྐལ་ཉིད་དུ་བསྐྱོས། ཞེས་དང་། གཅུང་ བོ་ལྟ་སྤྱིང་སུ་ཁྱེད་བརྟན་པ་ཞིང་། ཁོང་ཁྱེད་སྐོ་བའི་ལྟ་སྐལ་མགོན་དུ་བཞུགས། ཞེས་བཤད་པའི་གཏམ་ རྒྱུད་དང་། སྤྱིར་དེའི་ནང་ཁྱེད་ཆོ་སྒྲན་ལྟ་བུ་ཁྱེད་ཆེན་ནི་སྤྱིང་བདག་གམ་སྤྱིང་མ་ཞིག་གི་ཚུལ་དུ་

① རྒྱུན་རབས་ཀྱི་དག་རྒྱུན་ལ། བོད་ཀྱི་རྒྱུན་རྒྱུད་པོའི་རིགས་ནམས་ཀྱི་མི་རྒྱུད་དང་པོ་ཁྱེད་གི་སྤོང་དཀར་བོ་དང་། བྱག་པོ། མེར་བོ་གསུམ་བྱང་བ་ལས། དཀར་བོ་མངའ་རིས་སུ་ཆགས་པ་ལས་མངའ་རིས་ཁྱེད་བོ་དང་། བྱག་པོ་གཙང་དུ་འཕུར་བ་ལས་ གཙང་སྤོང་གི་ཁྱེད་བོ། མེར་བོ་ཁམས་སུ་འཕུར་བ་ལས་ཁྱེད་བོ་མེར་ཆོ་ཞེས་བར་ཁམས་སོགས་ཀྱི་ཡུལ་མི་ནམས་བྱང་ཞེས་བཤད་ སྟེལ་ཡོད་པ་དུང་དཀར་སྤོང་བཟང་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་ཆོག་མཆོད་ཆེན་མོའི་ཤོག་ངོས་<sup>335</sup> རྟེན་བཞེད་ཡོད།

② ཚུམ་པ་པོ་མི་གསལ། «ཁྱེད་པོའི་རྒྱལ་རྒྱུད་ཤེལ་དཀར་མེ་ལོང་» ལེ་ཤུ་སྤྱུལ་སྤྱུ་གཤེན་རྒྱལ་བསྟན་གྱིས་པེ་ཅིན་ནང་བསྟན་སྟོབ་ རྒྱུད་དུ་བྲིས་པ་<sup>P38</sup>

③ «ཁོང་བོད་ལོ་རྒྱུས་ཉི་མའི་འོད་» གྲུང་གོའི་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་དཔེ་སྟུན་ཁང་། 1996. P40—41

④ གཙང་པ་དོན་གྲུབ་གྱིས་བསྒྲིགས། མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་། 1990. P64

⑤ ཚུམ་པ་པོ་མི་གསལ། «ཁྱེད་པོའི་རྒྱལ་རྒྱུད་ཤེལ་དཀར་མེ་ལོང་» ལེ་ཤུ་སྤྱུལ་སྤྱུ་གཤེན་རྒྱལ་བསྟན་གྱིས་པེ་ཅིན་ནང་བསྟན་སྟོབ་ རྒྱུད་དུ་བྲིས་པ་<sup>P42-43</sup>

བཞག་ཡོད་པ་དང་ཤིན་ཏུ་མཐུན་ནོ། འདི་ལྟར་རུས་ཁྱུང་ཆའི་ནང་ཆོན་གྱི་མི་ལ་ནི། གཙང་ལ་སྟོང་བྱང་གི་  
 བྱིམ་ཆང་གཅིག་ལས་མཆོད་ཅིང་། བྱིས་སུ་མི་ རྒྱུད་ཀྱི་ཤུལ་ཆད་པས་རྒྱུད་མང་པོ་ནི་འཕེལ་མེད་པར་མངོན་  
 དགོ་ཡི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱིས་རུས་གཉན་ཟེར་བའང་འདུག་པའི་ཟེར་སྒྲོས་ཙམ་དཔྱད་གཞིར་བཀོད་པ་ལས་རང་  
 ལུགས་སུ་བཀོད་པ་མིན་ཞིང་། ལོ་རྒྱུས་གཞན་ནམས་སུ་འདྲེ་འདྲེ་བཤད་རྒྱུ་མི་འདུག་པས་རས་རྒྱུང་  
 བའི་ རུས་གཉན་ཡིན་པ་ལ་ནོར་བ་ཨི་ཡིན་སྟམ་པས་བཤད་ཡམས་ཞིག་ཡིན་པ་གོར་མ་ཆག

མི་ལ་ཟེར་བ་ནི་ཡང་རྟེན་ཅི་ཞིག་ཡིན་པའི་སྐོར་ལ། བཞེད་ཚུལ་གཉིས་བྱང་ཡོད་དེ། གཅིག་ནི་གཙང་  
 རྒྱུན་ཉེ་རུ་ཀམ་དབུ་རུ་བྱང་ཕྱོགས་འབྲོག་སྡེ་ཆོན་པོ་ཞིག་གི་ཁོད་ནས་རུས་ཁྱུང་གོ། རིགས་སྤྲུགས་རྟེན་མ་  
 བའི་སྤྲུལ་མཛོ་སྤྲུས་ཤིག་གི་བྱ་རྒྱལ་འབྱོར་བ་ཡི་དམ་གྱི་རྩེས་སུ་བཟུང་བས་ངག་རྒྱས་པ་དང་ལྡན་པ་ཞིག་རྒྱལ་  
 ཁམས་ཀྱི་གནས་བསྐྱར་བ་དང་རྟེན་མཇལ་ལ་ཕྱིན་པས། གཙང་ལ་སྟོང་བྱང་གི་ཕྱོགས་གཙུང་བ་སྤྱི་ཞེས་བྱ་  
 བར་ཕྱག་ཕེབས་ཏེ། ཡུལ་དེར་འདྲེ་གདོན་འདུལ་བ་དང་། བྱིན་ལྷབས་བྱས་པས་རུས་པ་དང་ལྡན་ཕྱིར་ཕན་  
 པ་ཤིན་ཏུ་མང་བར་བྱང་ནས་གདུལ་བྱ་དང་འཕྲིན་ལས་ཆེ་བར་བྱང་སྟེ། མཆོན་ཁྱུང་པོ་རྩོ་སྤྲུས་སུ་གསལ་  
 རས་ལོ་འགའ་བཞུགས་པས། ཡུལ་དེར་ནད་གདོན་སོགས་རྒྱུན་ཅི་བྱང་ཡང་གདན་འདྲེན་པ་ཞིག་ཡོད་པ་  
 ལས། རམ་ཞིག་གི་ཆེ་ཡུལ་དེ་ན་སྤར་རྩོ་སྤྲུས་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་འོང་ཡེ་མ་རུས་པའི་གདོན་གཞན་སུ་གང་གིས་ཀྱང་  
 མི་ཐུབ་པའི་འཛིགས་སུ་རུང་བ་གཅིག་ཡོད་པ་དེ། མི་ཆང་ཞིག་ལ་ཞུགས་ནས་གདོན་དུ་བྱང་བ་ལ། སུ་གདན་  
 གྲངས་ཀྱང་མ་རུས་པའི་ཆེ། རྩོ་སྤྲུས་གདན་གྲངས་པ་ན། གདོན་ཞུགས་པའི་མི་དེས་ཁ་ནས་པ་པ་མི་ལ་མི་ལ་  
 ཞེས་ཡང་ཡང་ཟེར་ཞིང་འཛིགས་ཤིང་སྤྲུག་པའི་སྐད་དུ་མ་ཤོར། བྱིས་སུ་རྩོ་སྤྲུས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དང་ཆེ་བ་……  
 བརྗོད་པའི་ཆེད་དུ། མི་ཀྱན་གྱིས་རྩོ་སྤྲུས་ལ་མི་ལ་ཞེས་བརྗོད་པས་གདུང་གི་མཆོན་ལ་མི་ལར་གྲགས་ཞེས་……  
 བྱང་ཁྱུངས་དང་བཅས་པ་བཀོད་ཡོད། གཅིག་ནི་ཞི་བྱེད་རི་ཁོད་པས་ཁྱུང་ཆ་སྟོང་པའི་འབྲོག་པའི་མི་ཆང་  
 ཅིག་ལ་བྱ་རྒྱུང་མིང་ལ་ཅ་གས་ཟེན་པའི་ལྟས་ངན་ཅིག་སྤྲུས་པ་ལ། ཐོན་པོ་མཁའ་པ་ཞིག་ཐོས་ནས། ལྟས་ངན་  
 བསྐྱོག་པའི་མིང་ལ་ཆུ་སེལ་བྱས་པས་ལྟས་ངན་བསྐྱོག་ནས། བྱ་རྒྱུང་ཤ་ལུས་རྒྱལ་(རྒྱས་) རས་ལེགས་པོར་སོང་  
 བ་དང་། མིང་ཡང་མིང་ལ་གཡང་སྟོན་རྒྱལ་པོ་བྱ་བར་བཏགས་ཤིང་། དེའི་བརྒྱུད་པ་ཕྱི་མ་རྣམས་ལ་དེ་  
 ལྟར་བཏགས་པར་བཤད་ཏེ། དེ་ལྟར་ན། གོང་གི་གཏམ་རྒྱུད་འདི་གཉིས་ལ་དབྱེ་ཞིབ་བྱས་ཆོ། གནད་དོན་  
 གཉིས་གནས་ཏེ། གཅིག་ནི་འབྲི་ཚུལ་གྱི་ཆ་ནས་བཤད་ན། མི་ལ་སྟེ་གསང་སྤྲུགས་ རྟེན་མའི་བྱིམ་རྒྱུད་ཅིག་  
 ཏུ་སྤྲུས་པའི་རྩི་བཅུན་མི་ལའི་ཡབ་མེས་ཀྱི་རྩོ་སྤྲུས་ཞིག་གིས་བྱིམ་ཆང་གཞན་ཞིག་ཏུ་ཞུགས་པའི་གདོན་འདྲེ་

① གཙང་རྒྱུན་ཉེ་རུ་ཀམ་དབུགས། «རྒྱལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕྱག་ཆོན་པོ་རྩོ་བཅུན་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མཁུར་» བོད་ཐོད་སེམས་མི་  
 དམངས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། 1979. P11—12

② ཞི་བྱེད་རས་པས་བཅུམས། «ཉི་ཟླའི་འོད་ཟེར་སྒྲོན་མ་» 3b—4a



བདུལ་ཞིང་། གདོན་ཞུགས་པའི་མི་དེའི་ངག་ནས་མི་ལ་མི་ལ་ཞེས་ཤོར་བ་ལ་བརྟེན་ནས་མི་ལ་ཐོགས་ཚུལ་  
 དང་། གཅིག་ནི་མིང་ལ་སྟེ། བོན་པོ་ཞིག་གིས་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་ཡབ་མེས་ཀྱི་ཁྱིམ་རྒྱུད་དུ་སྟེན་པའི་བུ་རྒྱུད་.....  
 ཞིག་ལ་མིང་ལས་གཞི་དཔ་ཐེབས་པ་བསྒྲགས་སྟེ། དེའི་མིང་ལ་མིང་ལ་ཐོགས་པ་ནས་དར་བར་བཤད་ཚུལ་  
 བཅས་བཞེད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་ཆེ་ལག་གཉིས་ཕྱགས་བསྐྱེམས་བྱས་ཏེ་བཤད་ཡོད་པས། མི་ལའམ་མིང་ལ་ནི་ལ་  
 མཚན་གྱི་སྐད་དོད་དང་། གདོན་འདྲེ་ཞིག་གི་མིང་གཉིས་ལ་འཇུག་པའི་དོན་དེའོ། །འོ་ན། ཡ་མཚན་གྱི་དོན་  
 ལ་རྗེ་ལྟར་འཇུག་ཅེན། གོང་གི་གཏམ་རྒྱུད་དེ་ལ་གཞིར་བཅས་ནས་ཨ་མ་དོའི་ཕྱགས་ཀྱི་མི་པལ་མོ་ཆེའི་རྟོག་  
 རོར་མི་ལ་ཞེས་པ་ནི། གདོན་ཞུགས་པའི་མི་དེའི་ངག་ལས་མི་ཞིག་ཐོན་བྱུང་ཞེས་པར་བརྗོད་པའི་དོན་དུ་  
 བསམས་བཞིན་ཡོད་ནའང་། དེ་ལྟ་མིན་པར་ལྟ་སའི་སྐད་དུ་སྟེ་བོ་གཞན་གྱི་མཛད་སྦྱོང་སྐགས་ལ་ཏ་ལས་པ་  
 བྱུང་ཆོ། དེ་ལ་དཔེ་ལ་དཔེ་ལ་ཞེས་པར་བརྗོད་པ་བཞིན། གཅང་དང་ར་སྦྱང་གི་སྐད་དུ་མི་ལ་མི་ལ་ཞེས་  
 བརྗོད་དེ། གདོན་འདྲེ་ཞུགས་པའི་མི་དེས་རྗེ་སྤྱི་མཐོང་མ་ཐག་སྒྲགས་པའམ་ཏ་ལས་པས་མི་ལ་མི་ལ་ཞེས་  
 བརྗོད་པར་བཤད་དོ། །དེའི་སྐབས་ཀྱིས་མི་ལ་ཞེས་པ་ནི་མིའི་དོན་ནི་མིན་པས་དྲགས་པོ་ལྟ་རྗེས་བཅུམས་  
 པའི་རྗེ་མར་བ་དང་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་ཤོག་ལྡེབ་བདུན་ཅན་དང་། རས་པ་བྱ་ཆེན་བཙུན་གཉིས་ཀྱིས་  
 མཛད་པའི་རྗེ་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་ལག་བྲིས་དབུ་ཅན་ཤོག་ལྡེབ་གཉིས་བརྒྱ་དང་སོ་གསུམ་ཅན། ཉ་ཆག་ཆོ་  
 དབང་རྒྱལ་གྱི་སྟོ་རོང་ཆོས་འབྱུང་། སྤྱང་བོ་ནམ་མཁའ་རྒྱལ་མཚན་གྱི་རྗེ་བཙུན་བཞུང་པའི་དོན་རྗེ་ལ་གསལ་  
 བ་འདེབས་པའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་དང་པའི་མིག་འབྱེད་རོ་མཚར་འོད་ཀྱི་ཕྱེད་བ་ཤོག་ལྡེབ་བདུན་ཅན་  
 དང་། ལ་སྟོད་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་རྗེ་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་མ་རིག་སུན་སེལ་བྲིས་མ་ཤོག་ལྡེབ་བཙོ་བརྒྱད་ཅན། གྲང་  
 ཐང་སྤྱོད་མ་གཤམ་གྲགས་པའི་གསུང་འབུམ་ཀ་བའི་ནང་དུ་བཞུགས་པའི་རྗེ་བཙུན་མར་བ་དང་མི་ལའི་རྣམ་  
 ཐར། རྗེ་ཀུན་དགའ་རིན་ཆེན་གྱི་བཀའ་འབུམ་ཀ་བར་བཞུགས་པའི་རྗེ་བཙུན་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་ཐར་དངོ་  
 ས་གྲུབ་སྟེ་མ་ཤོག་ལྡེབ་དྲག་ཅན། ངམ་རྗོང་རས་པའི་སྟན་བརྒྱུད་དུ་བཞུགས་པའི་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་རྣམ་  
 ཐར་ཤོག་ལྡེབ་ཉེར་ལྔ་ཅན་སྐགས་སུ་མི་ལ་ཞེས་བྲིས་ཀྱང་། ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པ་དང་ལྷ་དམར་མཁའ་སྦྱོང་  
 དབང་བོ། མགར་དཔོན་གྱི་བཀའ་འབུམ་དུ་བཞུགས་པའི་རྗེ་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་ཤོག་ལྡེབ་ཞེ་གཅིག་ཅན། རྗེ་  
 རོང་ཁ་བའི་གསུང་འབུམ་ཏ་བ་སྟེ། ཟབ་ལམ་རྒྱ་རོ་ཆོས་དྲག་གི་སྟོན་མཁའ་འབྱོར་པའི་རིམ་པ་ཡིད་ཆེས་གསུམ་  
 ལྟན་དང་། ཀུན་མཁྱེན་འཇམ་དབྱངས་བཞུང་པ་སྦྱ་ཕྱེད་བཞི་བའི་གསུང་འབུམ་ང་བའི་ནང་དུ་བཞུགས་  
 པའི་རྗེ་མིང་ལའི་བསྟོད་པ། པཎ་ཆེན་སྟོ་བཟང་ཆོས་རྒྱུན་གྱི་གསུང་འབུམ་ཀ་བ་སྐགས་སུ་མིང་ལ་ཞེས་འབྲི་  
 བ་ནི། རྗེས་འཇུག་ད་ཡིག་ཡོད་མེད་ཅམ་ལས་དོན་གྱིས་གཅིག་ཡིན་ཏེ། རང་རེའི་སྐད་དུ་དུ་བ་འགྲོ་སའི་  
 ལུང་བུ་ལ་དུང་ལུང་དང་། དུ་བའམ་ཐ་མག་སྒྲགས་སྟོན་ལུག་མ་ལ་དུང་ལུག་དུ་བའི་ལུ་བ་ལ་དུང་ལུ། ཤོས་

① གང་དེ་སུན་གྱིས་གཙོ་འགན་བཞེས་ནས་ཚོམ་སྒྲིག་བྱས། «བོད་རྒྱལ་ཆོས་མཛད་ཆེན་མོ་»མི་རིགས་དཔེ་སྟར་ཁང་གིས་དཔལ་

དང་ལོ་མ་སོགས་ཀྱི་སྒྲིལ་བྱུང་པར་ཤོ་སྒྲུ་ལ་ཤོད་སྒྲུ། ལྷོ་བས་ཆུ་ཆེ་བ་ལ་ཤེད་མོང་དང་ཤེམོ། བཤང་བ་ལ་སྒྲུ་ཆ་དང་སྒྲུ་ཅ། རྒྱུ་མོ་ལ་པད་ཆེ་དང་པ་ཆོ། སྐད་ཅིག་ལ་དཔང་ལོའི་ཆོགས་གསུམ་གསལ་བར་སྐྱ་ཅིག་དང་། གཤིན་པོ་ལ་དམིགས་པའི་དགོ་ཆ་སྒྲུབ་པའི་ཆོས་ལ་ཤི་ཆོས་དང་ཤིད་ཆོས། དབྱར་དུས་ཆ་བ་ཆེ་བ་ལ་ཆད་པ་ཆེ་བ། ཡིད་རང་བ་ལ་ཡི་རང་བ། བསྟན་པ་སྤྲ་དར་གྱི་སྐབས་སུ་བཅུན་པ་དཔལ་དབྱངས་ཀྱིས་མཛད་པའི་ཐུགས་ཀྱི་སྒྲོན་མར། མིད་གངས་དུག་བཞི་གཉིས་སུ་གངས་ཞེས་མི་གངས་ལ་མིད་གངས་བཅས་གཞུང་དང་དག་ཡིག་ནམས་སུ་སྒྱར་བ་མང་དུ་མཐོང་བས། རྒྱ་བོད་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར་ཡང་མིད་ལ་ནི་མི་ལ་དང་མཆོངས་ཏེ། བོད་ཀྱི་རིགས་རྩས་རྙིང་བ་ཞིག་ཡིན་པར་གསུངས་ཡོད། མི་ལ་དང་མིད་ལ་ཟེར་བ་ལ་ཡིག་ཆ་ལ་ལར་ཉི་ལ་དང་ཉིད་ལ་ཞེས་མ་སྒྲུ་དེ་ཉིད་ཉི་ལ་ཡིག་ཏུ་འགྱུར་བའང་མཐོང་ངོ་། །

ད་སྤྱི་ལག་ཏུ་སོན་པའི་ཡིག་ཆ་ནམས་སུ་མི་ལའི་མཆོན་ཐོགས་དོན་གྱི་ཁྲུངས་བཤད་ཡོད་པ་ནི་ནམ་ཐར་དེ་གཉིས་མ་གཏོགས་མེད་པས། འདི་འཐད་དང་མི་འཐད་ཅེས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་བཤད་མི་ཐོད་ནའང་། རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་བྱིས་རྒྱུད་འདི་སྤར་བོན་ཆོས་ལ་དད་ཀྱང་། བྱིས་སུ་གསང་སྤགས་རྙིང་མའམ་བོན་ཆོས་གང་ཉམས་སུ་སྒྲངས་པ་མི་ཤེས་མོད། རྩེ་ཐར་པལ་ཆེ་བར་སྒྲོག་འདོན་དང་། ཆབ་གཏོར་དང་། ལྷ་བརྒྱུད་དང་། སྤྱི་གསོ་བ<sup>③</sup>། སེར་བསྐྱངས་བྱས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལ་གཞིགས་ན། རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་བྱིས་རྒྱུད་དུ་སྒྲེས་པའི་བུ་རྒྱུད་ལ་གདོན་འདྲེས་རྒྱུར་གཞོད་པ་མ་ཡིན་པར་གདོན་འདྲེས་འདུལ་བའི་བཟོ་འདྲ་བོ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པ་དང་། མི་ལ་ཐོགས་པའི་ཁྲུངས་ཀྱང་རྩས་ཀྱི་མཆོན་དུ་ཆགས་ཏེ། ངོ་མ་སོ་ལྟ་བུ་བྱས་པ་ལས་ཀྱང་གདོན་

1993. P1263

① ཆོ་ཏན་ཞབས་བྱུང་གིས་བཅུམས། «དག་ཡིག་ཐོན་མའི་དགོངས་རྒྱུན་» མཆོ་སྒྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་། 1957. P327

② ཀྱང་དབྱི་སྒྲུན་གྱིས་གཙོ་འགན་བཞེས་ནས་ཚོམ་སྒྲིག་བྱས། «བོད་རྒྱུ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོ་» 1993 མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་གིས་དཔར། P2098

③ སྤྱི་གསོ་བ་ཞེས་པའི་སྤྱི་ནི། སྤྱིར་སེའུ་ལྟེ་སོ་ལ་བྱ་ཞིང་། དེ་རི་ལྟར་འགྱུར་བ་ཡིན་ཞེ་ན། ཨེ་དང་ཨོ་ཞུགས་པའི་མིང་གཞི་རྒྱུད་བ་དང་འཕུལ་ཡིག་ཅན། མགོ་ཅན། བཅེགས་འདོགས་ཅན་གྱི་མཐར་རྒྱུད་འདི་རྟགས་ཏུ་ཡིག་སྒྱུར་ཆོ། མིང་གཞིའི་དབྱངས་དེ་ཉིད་རང་དང་འདྲ་བར་རིང་བོ་ལ་རིང་བོའི་ཆ་རྒྱུ་འགྱུར་ཏེ། དཔེར་ན། རྩོ་ལ་ཟེའུ། མཆོ་ལ་མཆོའུ། རྩོ་ལ་རྩེའུ། རྩོ་ལ་སྤེའུ། རྩོ་ལ་སྤེའུ་སོགས་ལས་ཤེས་ལ། སྐབས་འདིར་དེ་ལ་བྱ་བ་མ་ཡིན་པར་སེའུ་བཅུ་བའི་དག་ལྟར་ཞེས་པའི་བྱིས་པའི་ནད་སོགས་གསོ་བ་ལ་བྱའམ་སྤེམ། གོ་ཁོད་མཆོལ་བསང་ཞེས་པར། སྤྱི་གསོ་བའི་ལྟ་བསང་བསང་། ཞེས་གསུངས་པ་དེའི་མཆོན་དུ་ཆོག་འདིའི་ནད་དུ་བྱིས་པར་གཞོད་འཆོ་བྱེད་པའི་གདོན་རིགས་སྤེམ་པ་དེའི་འཆོ་བ་འགོག་ཐབས་བྱེད་པའི་ནད་དོན་འཁོད་འདུག་ཅེས་མཁར་རྩེའུ་བསང་གཏན་གྱིས་བོད་ཀྱི་ཡུལ་ལྷ་གསོལ་བ་དང་ཤུག་བསང་གཏོང་སྤེལ་སྐོར་སྤེང་བ་ཞེས་པའི་དབྱུད་ཚོམ་དུ་གསུངས་པ་དང་། དུང་དཀར་སྒོ་བཟང་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་ཆོག་མཛོད་དུ་འདྲ་། བོན་དང་སངས་རྒྱས་ཆོས་ལུགས་པ་གཉིས་ཀས་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་བྱེད་སྒོ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱིས་པ་རྒྱུད་རྒྱུ་ཆེ་རིང་བ་དང་། ནད་མེད་པ། ཤེས་རབ་བསྐྱེད་པ་སོགས་བྱ་བའི་ཐབས་ཤེས་ཤིག་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་ནམས་ཏེ་ལམ་མཐུན་ནོ། །

འདྲེ་པར་བརྒྱལ་བ་ལ་བྱས་རྗེས་ཞིག་བཞག་ཡོད་པ་འདྲ་བོ་ཞིག་གཏམ་རྒྱུད་དུ་སྒྲིབ་ས་ཡོད་པས། གཙང་སྒྲིབ་  
 གྱི་བཞེད་ཚུལ་དེ་འཐད་དམ་སྟམ་མོ། །ལར་མིང་ལ་ཞེས་པའི་གདོན་འདྲེ་དེ་ང་ཚོའི་རྟོག་རྩེ་ག་འདྲ་ཞིག་  
 ལ་ རོས་འཛིན་བྱེད་ཅེ་ན། ལ་ལས་གསལ་ཞེས་པའི་གཅན་གཟན་ཞིག་ཡིན་པར་བཤད་དེ། གཅན་གཟན་  
 དེས་བྱ་རྩི་མེད་པའི་གོ་སྐབས་དང་བསྐྱུན་ནས། ལུས་ལུང་ཀེར་གྱིས་ལངས་ཤིང་། རང་གི་རྩ་མ་མགོར་དགྲིས།  
 བྱིས་པའི་ཁྲོད་དུ་སྒྲིབ་ས་ཏེ་ཅེ་ཞིང་། མཐར་བྱིས་པ་ཁྲིད་དེ་མི་མེད་པའི་གནས་སུ་ཤ་ཁྲག་འཛིབ་པ་ཞིག་ཡིན་  
 པར་བཤད་པ་དང་། ལ་ལས་བྱིས་པ་ལ་གཞོན་པའི་གདོན་འདྲེ་སྐར་རིང་བ་ཞིག་ཡིན་པར་བཤད་པ་དང་།  
 གཙང་སྒྲིབ་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་རྩི་བཅུན་མི་ལའི་མཁུར་འབྱུང་དུ། གདོན་དེ་རང་བཞེན་པའི་མི་ཚང་ཞིག་ལ་  
 བབས་ནས། བྱུང་བོ་རྩི་སྐྱུ་བྱུང་ནས་སྐྱོག་ལ་བབ་པའི་སྐྱུ་གཏང་། མནའ་ཤོར་ཟེར་སོང་སྐད་ཅེས་བཀོད་  
 པ་ལ་གཞིགས་ཆོ། གདོན་དེ་རང་རེས་གཞི་བདག་བཞེན་པ་ལྟར་མཚོན་སྤྱོད་པ་བསྐྱུན་འདུག་པས།  
 གསལ་དང་འདྲ་བ་དེ་མིན་པར་ཡང་སེམས། ཏུང་ཏྲོང་ནས་ཐོན་པའི་གདོན་འདྲེའི་སྐྱོར་གྱི་ཡིག་ཆ་ཞིག་ཏུ།  
 མྱི་ལ་ཞེས་བྲིས་ཡོད་པར་སྐད། གཏམ་རྒྱུད་འདི་ནི་བོད་ཀྱི་ས་ཆ་རེ་གཉིས་ཅན་མ་ཡིན་པར་བོད་ཆོལ་ཁ་  
 གསུམ་དུ་དར་བྱལ་ཆེན་འདྲ་། ཡིག་ཐོག་ཏུ་བཀོད་པའི་དཔྱད་གཞི་ཡིག་ཆ་ནི་མེད། ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས་མིང་  
 ལ་ཅན་ཞེས་བཀོད་འདུག་པ་ལ་བསམ་པར་བྱ་བ་འདི་ཡོད་དེ། སྤྱི་བསྐྱོག་སྟེ། བྱིས་པར་གཞོན་པའི་གདོན་  
 འདྲེ་བསྐྱོག་པའི་ཆོ་ག་ཞིག་ལ་སྤྱི་བསྐྱོག་ཅན་བརྒྱ་གསུམ་ཞེས་བྱ་བ་ཆོ་བཟན་གྱིས་བཅུམས་ཟེར་བ་དང་།  
 བཟང་བོ་གྲགས་པས་སྤྱུལ་སྤྱུ་དངོས་བྱུ་བ་རྒྱལ་མཚན་ལ་གཏད་ནས་རིམ་པར་བརྒྱུད་ཟེར་བ་འདྲ་མིན་ཡོད་  
 པ་དེ་ཨ་མདོ་དགོན་ལུང་དགོན་པའི་ཆོགས་འདོན་ཏུ་འདྲེ་བཅུགས་ཡོད་ཅིང་། ཆོག་དེར་སྤྱི་བསྐྱོག་པའི་ཅན་  
 བརྒྱ་གསུམ་ཞེས་པའི་མིང་ལ་གཞིགས་ན། བྱ་ཆུང་ལ་གཞོན་པའི་གདོན་འདྲེ་ལ་སྤྱི་དང་། དེའི་སྤྱོད་ཐབས་ལ་  
 ཅན་འམ་འཁོར་ལོའི་ཆོ་ག་ཞིག་ཡོད་པའི་ཆ་ནས་མིང་ལ་ཅན་ཞེས་སྐྱར་བ་ཡང་སེམས་ཀྱང་། ཆངས་གསར་  
 སྒོ་སྤོས་རིན་ཆེན་(1915—1990) གྱིས་ཀྱང་ཡབ་མེས་ཀྱི་རིགས་ལ་མི་ལ་ཅ་ཏེ་བྱ་བའི་གདོན་བརྒྱལ་བའི་མིང་  
 རུས་ལ་ཆགས་སྐད་ཅེས་གསུངས་པས། ད་དུང་བཟག་པར་རིགས་ཏེ། ཨ་མདོའི་སྤྱོད་ཐབས་འདིར་དེ་ལ་མི་ལ་ཅ་  
 ཅི་ཞེས་བཤད་པ་ཡང་མི་ལ་ཅན་འམ་ཅི་ཅི་གང་རུང་ལས་སྤྱུ་འཁྱུར་བར་སེམས། ཨ་རིག་དགེ་བཤེས་ཆེན་  
 མོའི་ལམ་རིམ་ཟིན་བྲིས་སྤྱུང་དེ་ལྟར་བཀོད་ཡོད། དེའི་གདོན་པ་བསྐྱོག་པ་ལ་བཞེན་ནས་རུས་ཀྱི་མིང་ལ་  
 མི་ལ་ཞེས་ཐོགས་པ་གོར་མ་ཆག མིང་ལ་ཞེས་པ་ནི་སྤྱུ་རྩུར་ཆགས་པར་མདོན། རྣམ་ཐར་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་

① རྒྱལ་བཟོས་བཅུམས་། «གསུང་རབ་རྣམ་དག་ཚུའི་དྲི་མ་སེལ་བྱེད་ནིར་བྱ་གཞུང་ཀའི་ཆོག་དོན་ལ་དོགས་དཔྱད་སྟུན་སྒྲིབ་དུ་གསོ་  
 ལ་བཞོར་བྱ་གཞུང་ཀའི་བྱི་དོར་» «གསང་སྤྲུགས་སྤྱུ་འཁྱུར་ལ་བོད་དུ་ཚོད་པ་སྤྱིར་བྱུང་བ་རྣམས་ཀྱི་ལན་དུ་བརྒྱུད་པ་དེས་དོ་  
 བྱ་གྱི་འབྲུག་སྤྱུ་» སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། 1997. P363

② ཆངས་གསར་སྒོ་སྤོས་རིན་ཆེན་གྱིས་བཅུམས་། «དཔལ་ལྷན་འབའ་རྩམ་བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་རྣམ་ཐར་ཆོས་འབྱུང་མདོར་བསྐྱེས་་  
 གསལ་བྱེད་སྒྲིབ་མི་» མཆོ་སྒྲིབ་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། 2005. P87

སྒྲིབ་མར་རུས་འདི་ཡང་གདུང་རུས་བཅོ་བརྒྱད་ཀྱི་ནང་ཚན་པེ་རིའི་གས་ཤིག་ཏུ་བཞག་ནས་བཤད་ཀྱང་།  
 གདུང་རུས་བཅོ་བརྒྱད་ཅེས་པའི་བཅོ་བརྒྱད་གངས་ཅན་གྱི་རུས་ནི། བོད་ཀྱི་རུས་ཆེན་སྣ་འབྲུ་སྣ་སྣང་བཞིའི་  
 ཞང་བོར་འོས་པ་སྣོ་ལྟ་སྟེ་དཀར་བོའི་རིགས་བཅོ་བརྒྱད་དང་། ལྷོང་རུས་ཆེན་བཅོ་བརྒྱད་ཅེས་བཅོ་སྟོལ་  
 ཡོད་པ་ལས་གཞན་དུ་མ་མཐོང་ཞིང་། དེ་གཉིས་ཀའི་གས་སུ་བེ་རི་མེད་པས་པལ་ཆེར་སྐབས་འདིར་བཅོ་  
 བརྒྱད་ཀྱི་གངས་འདྲེན་རྒྱ་མ་ཡིན་པར་བཅོ་བརྒྱད་ཅེས་པ་བསམ་སྟོན་ཏུ་གསུམ་བཅོ་བརྒྱད་དང་། འཕོང་ལྷ་  
 བཅོ་བརྒྱད། ཏྲ་པོ་ཉིན་ལམ་བཅོ་བརྒྱད། མཆིལ་མ་མིད་ཐེངས་བཅོ་བརྒྱད། དམུ་གཤ་རིམ་པ་བཅོ་བརྒྱད།  
 གོས་ལིང་འཕེན་བཅོ་བརྒྱད། གཉིད་ཐུན་ཆེན་བཅོ་བརྒྱད། མཛོ་རྩ་ཁ་བཅོ་བརྒྱད་ཅེས་པས་མཆོན་མང་  
 བོའི་དོན་དུ་འབྲུག་སྟེ། གོ་སར་སྦྱང་གི་ནང་དུ་འདྲ་། རྟོད་ཐང་དཀར་ཚང་ཆེན་བཅོ་བརྒྱད་ཡོད། ། བྱ་རུའི་  
 ཏྲ་གཞིབ་བཅོ་བརྒྱད་ཡོད། །ཤར་ཆེན་གྲགས་ལམ་བཅོ་བརྒྱད་ཡོད། །དར་འཐག་ལས་གང་བཅོ་བརྒྱད་  
 ཡོད། །ཅེས་དང་། ཨ་མདོའི་དམངས་སྤྱིའི་ནང་དུ་འདྲ་། རྩ་ཁྲ་ཡག་བང་རིམ་བཅོ་བརྒྱད་ནས། །འབྲོང་རི་  
 དམར་འདུག་སའི་རྩ་ཞིག་ཡོད། །བོད་ཁྲ་རིང་འཕེན་ནི་གང་མང་ཡོད། །འབྲོང་མ་སོད་ད་རུང་རྩ་ན་  
 ཡོད། །ནགས་རྒྱ་རྩེང་བང་རིམ་བཅོ་བརྒྱད་ནས། །སྟག་དར་མ་འདུག་སའི་ནགས་ཤིག་ཡོད། །མདའ་ཐོང་  
 ལ་འཕེན་ནི་གང་མང་ཡོད། །སྟག་མ་སོད་ད་རུང་ནགས་ན་ཡོད། །ཕྱི་སྟོན་པ་བང་རིམ་བཅོ་བརྒྱད་ནས། །  
 ང་སྟུ་བ་འཁོར་སའི་གལ་ཞིག་ཡོད། །ཞང་ཨ་ཡང་འགྲགས་ནི་གང་མང་ཡོད། །སྟུ་མ་ཚར་ད་རུང་གལ་ན་  
 ཡོད། །ཅེས་འབྲུང་བ་དང་། ད་རུང་ཆོ་ཆེན་བཅོ་བརྒྱད་དང་སྟུ་སྟེང་དུ་འདྲ་མཉམ་རྒྱལ་ཁག་བཅོ་བརྒྱད་  
 དང་སྟག་རྩེང་ཤོག་ཆེན་བཅོ་བརྒྱད། གཞན་དུ་གཞན་མ་རིམ་པ་བཅོ་བརྒྱད་ཅེས་ཀྱང་འབྲུང་བས་ཤེས་སོ། །  
 རྩོན་གྱི་ཡིག་ཆ་དང་སྟུ་ནམས་སུ་བཅོ་བརྒྱད་ཀྱི་གངས་གནས་འདི་ཡ་མཚན་ཞིག་ཏུ་བཅོ་བས། དགོ་བཤེས་  
 བོ་རྟོ་བའི་དཔེ་ཆོས་རིན་ཆེན་སྤངས་པར་ཡང་སྟུ་མ་རི་ལྟར་བཞེན་པ་ལ་དཔེ་བཅོ་བརྒྱད་ཀྱིས་བཞུན་པ་  
 དང་། སྟག་ཚང་ལོ་རྩེ་བས་ཀྱང་རྩེ་ཚོང་ཁ་བའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་སྟགས་གསུང་རྩེ་མ་འགའ་ལ་བཞེན་ནས་  
 འགལ་བའི་ཁྲར་ཆེན་བཅོ་བརྒྱད་བཅིས་པ་ལྟ་བུའོ། །དེ་ལྟར་ན། གདུང་རུས་མང་བོའི་གས་ལས་བེ་རི་ཞེས་  
 པའི་དོན་ཡིན་ཀྱང་། དེ་འདྲའི་རུས་ཤིག་མེད་པས་ནོར་རོ་ཞེ་ན། མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཐག་གཅོད་བྱ་བ་མ་ཡིན་  
 པར་བསམ་པར་བྱ་བ་འདི་ཡོད་དེ། བེ་རི་ནི་རུས་སྣ་དང་དོན་གཅིག་སྟེ། རྩའི་ས་ཡིག་དང་ར་བཏགས་སོ་  
 སོར་བཞགས་པ་ལས་སྟུ་རའམ་བེ་རི་དོན་གྱིས་ཡོང་ཞིང་། རྩ་སྦྱང་གི་སྟངས་དུ་འདྲ་། རྩ་ལ་སྟུ་རིའམ་སྟུ་རི་ཞེས་  
 བརྗོད་པ་ལྟར། སྟག་གཟིག་ནོར་རྩེང་གི་སྦྱང་དུ་འདྲ་། བྱང་ཞང་ཁྲུང་ཐུ་ཏིག་རྩེང་དང་གཅིག །ཁ་ཆེག་ལུ་  
 རྩེང་དེ་དང་གཉིས། །སྟེར་ལུག་རྩེང་དེ་དང་གསུམ། །ཨ་བསེ་ཁབ་རྩེང་དེ་དང་བཞི། །དེ་བར་གྱི་རྩེང་ཕན་

① གཙོད་པ་དོན་འབྲུབ་དང་ཆབ་འགྲུག་དོ་རྩེ་ཆོ་རིང་གཉིས་ཀྱིས་བསྒྲིགས།《གོ་སར་སྦྱང》མི་རིགས་དཔེ་སྟར་ཁང་།

ཆེ་བཞི་ཡིན། ཞེས་སྒྲེ་ར་ཞེས་འཁོད་ཡོད་ལ། རིམ་གྱིས་སྒྲུའི་དབང་གིས་སྒྲེ་རེ་ཞེས་པའི་སྒྲུའི་ཕྱི་མ་ལ་  
 དབྱངས་ཨེ་ཡོད་པས། བརྗོད་པ་བདེ་བའི་དབང་གིས་སྒྲེ་ལའང་ཨེ་ཞུགས་པས་སྒྲེ་འམ་པེ་ཞེས་བརྗོད་པར་  
 དེས། དཔེར་ན། ར་སྒྲེ་ལ་རེ་སྒྲེ་དུ་བརྗོད་པ་བཞིན་ནོ། ། དེ་བས། ཞེ་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས་པེ་རི་ནང་གསེས་ཀྱི་  
 རྒྱང་ཞེས་པའང་ལོ་རྒྱུས་ནམས་སུ་སྒྲེ་ཞེས་བསེ་དང་རྒྱང་ནི་སྒྲུའི་ནང་ཆོན་ཞིག་ཏུ་བརྗོད་པ་དང་འགྲིག་  
 གོ། ཞེ་སར་སྒྲུང་གི་གས་སུ་འདྲེ་རི་ར་རྗོད་ཞེས་པའི་སྒྲུང་ཞིག་ཡོད་པ་དེའི་སྒྲེ་རིའང་པེ་རི་ལ་བྱ་ཞིང་། པེ་  
 ཡིག་གི་འོག་ཏུ་ཉ་སྒྲེ་ཐོན་པ་ནི། གནའ་བོའི་བོད་ཀྱི་འབྲེ་སྤངས་ཤིག་ཡིན་ཏེ། རྗོགས་སོ་ལ་རྗོགས་སྟོ་ཞེས་  
 གདངས་དག་མོ་ཐོན་པའི་ཆེད་དུ་ཉ་ཡིག་སྒྱུར་བར་གསུངས་པ་དང་འདྲ་བ་ལས་དོན་གཞན་ནི་མིན་ནོ། །  
 རས་པ་བྱ་ཆེན་བརྟུ་གཉིས་ཀྱིས་མཛད་པའི་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་ཐར་དུ། ཆོས་ལག་ལེན་རྒྱུད་ལ་མི་ལེལ་ན། །  
 ངས་ཤེས་སོ་བེར་ཡང་སྟོ་སྟོར་ཡིན། །<sup>①</sup>ཞེས་མགོ་སྟོར་ལ་སྟོ་སྟོར་དང་། ད་དུང་ལོ་སྟོ་དང་། རང་སྟོ་སྟོ་བོ།  
 དོན་སྟོ་རྒྱུང་ཞེས་མགོའི་ཆོབ་ཏུ་སྟོ་ཡིག་བྲིས་པ་ལ་གཞིགས་ཆོ། གདངས་དག་མོ་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་བྲིས་པ་ཡིན་  
 མིན་གྱང་མི་ཤེས་ཏེ། རྒྱབས་ཤིག་ཏུ་འདི་འདྲའི་འབྲེ་སྤྲོལ་ཞིག་དར་བར་མངོན། རྗོ་བརྟན་མི་ལའི་རུས་པེ་  
 རིའམ་སྒྲེ་རི། ཡང་ན་སྒྲེ་དང་། དེའི་ནང་ཆོན་གྱི་རྒྱང་ཞེས་པ་རྣམས་གནའ་སྤྱོད་མོར་བོན་ལ་དད་པ་སྒྱུང་  
 སྐགས་ལས་གྱང་ཤེས་སོ། །དེའི་ཕྱིར། རྗོ་བརྟན་མི་ལའི་བྲིམ་རྒྱུད་དེ་ནི་བོན་ལ་དད་པས། རྗོ་བརྟན་རང་གི་  
 མགྱར་དུ་འདྲ། བོན་གྱི་ཆོ་ག་ལ་སྒྱུར་བའི་མགྱར་མང་བོ་ཞིག་གཤེན་སྟོན་རས་པ་དང་མཇལ་བའི་སྟོར་དུ་  
 ཐོན་ཡོད་པས། བོན་གྱི་བྱག་ལེན་སྐགས་ལ་རྒྱུང་དུས་སྒྱུངས་སྤྱང་བ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་ཤིན་ཏུ་མཁས་པ་  
 མཐོང་བྱུག

རུས་པེ་རི་རྣམས་དུས་རབས་བརྟུ་བརྟན་པའི་བར་བོན་ལ་དད་པ་མ་ཉམས་པར་ཡོད་ཅིང་། རུས་དེ་  
 ལས་མཆེད་པའི་ཁམས་མདོ་སྟོད་སྤྱགས་སུ་འཕེལ་བའི་པེ་རི་རྒྱལ་བོ་ནི། ས་སྒྲུའི་རྒྱབས་ཡོན་རྒྱལ་རབས་དང་  
 འབྲེལ་བ་འཕྲུགས་མཁན་ས་གནས་ཀྱི་དཔོན་ཁག་གས་ཡིན་ཞིང་། དེའི་སྟོར་གྱི་ལོ་རྒྱུས་བྱུར་ཙམ་ས་སྒྲུའི་  
 གཤུང་རབས་སུ་བཀོད་ཡོད། བྲིས་སུ་སྐག་པོའི་སྟོབས་ཤུགས་ལ་བརྟེན་ནས་རང་གི་མངའ་ཐང་རྒྱ་ཆེར་  
 བཏང་བས། མིང་རྒྱལ་རབས་ཀྱི་རྒྱབས་སུ་ས་གནས་དཔོན་ཁག་ལས་སྟོབས་ཆེན་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཏེ། རང་གི་  
 དད་ལུལ་བོན་མ་གཏོགས་ཆོས་ལུགས་གྲུབ་མཐའ་གཞན་དག་དང་སྟོས་སུ་དགོ་ལུགས་པའི་གྲུབ་མཐའ་ལ་  
 རྣང་བ་ཞིག་བྱུང་། རྒྱལ་བ་པཎ་ཆེན་གཉིས་གྱང་རྒྱབས་དེར་གོང་པོར་བཙོན་དུ་བཀག་གཉེར་དང་དགོ་

① ཆོ་ཉན་ཞབས་དྲུང་གིས་བརྩམས། 《ཐོན་མིའི་ཞལ་ལུང་》 ཀན་སུའུ་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། 2005. P166  
 ② རས་པ་བྱ་ཆེན་བརྟུ་གཉིས་ཀྱིས་བརྩམས། 《རྗོ་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་ཐར་》P32  
 ③ ངག་དབང་ཀུན་དགའ་བསོད་ནམས་ཀྱིས་བརྩམས། 《ས་སྒྲུའི་གཤུང་རབས་ངོ་མཆར་བང་མཛོད་》མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།

དགོན་ཆམས་བཞིག་པ་སོགས་བྱས་ཀྱང་། དུས་ཡུན་ཅང་མ་འགོར་བར་གྱི་ཕྱི་ཉན་གྱིས་བེ་རི་དམག་དྲངས་ནས་བེ་རི་རྒྱལ་པོ་བསད་པས་སྟོབས་ཤུགས་ཉམས་སྐྱོད་ཀྱི་ལྷན་པོར་བཤད།

### གཉིས། རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་མཆོན།

རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་མཆོན་གྱི་སྐོར་ལའང་། བཞེད་ཚུལ་འདྲ་མིན་མང་དུ་མཆིས་ཏེ། ལ་ལར་ཐོས་པ་དགའ་དང་། ལ་ལར་མགོ་ཡགས། ལ་ལར་སྒྲིབ་མགོན་དུ་བཤད། རས་པ་བྱ་ཆེན་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་ནམ་ཐར་དང་འགོས་ལོའི་དེབ་སྟོན་སོགས་པལ་ཆེ་བར་མཆོན་ལ་ཐོས་པ་དགའ་ཞེས་བཀོད་ཀྱང་། འདྲོད་རྒྱལ་དང་རྩེ་སུ་གྲུབ་པའི་མིང་གང་ཡིན་པ་མི་གསལ་ནའང་། ཕྱིས་སུ་དེ་ལ་བཞེད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་ཆེ་ལག་གསུམ་ཙམ་བྱུང་འདུག གཅིག་ནི། གཙང་སྟོན་ཏེ་རུ་ཀས་བཆམས་པའི་མི་ལའི་ནམ་ཐར་དུ། ཡབ་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཆོན་བྱང་སྟག་ཆེ་ཏེ། ད་ལྟའི་ས་དགའ་རྫོང་གི་ཁོངས་སྟག་ཆེ་ཆུ་ཆོན་ཕྱོགས་སུ་ཆོང་གཉེར་བའི་སྐབས་སུ། བྱང་ཆོང་དཀར་རྒྱུན་ལ་བྱ་ཞིག་སྒྲིས་པའི་བརྟུང་འབྱོར་བས། ཐོས་པའི་གཏམ་ལ་དགའ་བ་བྱུང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་ཐོས་པ་དགའ་བཏགས་པར་བཤད་པ་དང་། གཉིས་ནི། སྤྱི་ལོ་<sup>1446</sup> ལོར་བཆམས་པའི་སྟོར་རྫོང་ཆོས་འབྱུང་དུ། རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་ཆུང་དུས་ཀྱི་མཆོན་དངོས་བཀོད་མེད་ནའང་། ཆུང་དུའི་དུས་ནས་སྤྱི་དང་སྤེབ་སྒྱུར་ལ་ཤིན་ཏུ་མཁས་པ། འཆོ་རྩེ་བའི་རྩེ་སུ་འབྱོན་ནས། ཕྱག་གི་འུར་རྩོད་དང་ན་བཟའ་ལ་སོགས་ལས་དྲངས་པའི་སྒྲུ་མཆོད་དཔག་ཏུ་མེད་པ་མཛད་པས། མཆོན་ཡང་ཐོས་པ་དགའ་ཞེས་ཡོངས་སུ་གྲགས་པར་བཤད་པ་དང་། གསུམ་ནི། པལ་ཆེར་སྤྱི་ལོ་<sup>1448</sup> ལོར་བཆམས་པའི་གསལ་འདེབས་ཆོགས་བཅད་དད་པའི་མིག་འབྱེད་རོ་མཛར་འོད་ཀྱི་ཤེང་བར། བཙོ་ལའི་ལོ་ལ་མི་ཐོད་གད་ཁ་ཞེས། །གྲགས་པའི་གནས་སུ་སྟོག་བྲིས་ཆོག་འཕྲིན་བསྐྱབ། །ཤེས་བྱའི་གནས་ཀྱན་འབད་མེད་མཁྱེན་པ་ལས། །ཐོས་པ་དགའ་ཞེས་གྲགས་ལ་གསལ་བ་འདེབས། །ཞེས་སྒྲ་མའི་མདུན་དུ་སྟོབ་གཉེར་ཤ་རུས་ཆོད་པ་མཛད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཐོགས་པར་བཤད་པ་བཅས་སོ། །

མཆོན་དེའི་རྒྱ་མཆོན་ལ་མཁས་པའི་གསུང་རྒྱུན་མི་འདྲ་བ་རེ་རེ་མཆིས་ནའང་། ཞིབ་ཏུ་དཔྱད་ཆོ། ཐོས་པ་དགའ་ཞེས་པ་ནི་ཆུང་དུས་ཀྱི་ཐོག་མའི་མིང་ཡིན་མིན་གྱི་བཞེད་ཚུལ་དེའོ། །སྤྱིར་ན་བྱ་ཞིག་སྒྲིས་ཕྱིན་ཆད་རང་རེའི་བོད་དུ་པ་མ་སུ་ཡིན་ནའང་། མི་དགའ་མཁན་སྤིང་མཐའ་ཙམ་ཡིན་པས། དགའ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཡིན་ཞེ་ན། བོད་ཀྱི་ཡུལ་སྤོལ་སྤྱོད་དེ་ལྟར་བཏགས་པའི་མིང་ཐོག་མའོ། །ཡིན་ནའང་། ཐོས་

① གཙང་སྟོན་ཏེ་རུ་ཀས་བཆམས་《མི་ལའི་ནམ་ཐར་》བོད་སྐད་མི་དམངས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 1979. P15

② ཏེ་ཆོག་ཆོད་བཅུ་གྱིས་བཆམས་《སྟོར་རྫོང་ཆོས་འབྱུང་》བོད་སྐད་མི་དམངས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 1979. P72—73

བ་དགའ་ཞེས་པའི་མཆན་ནི་འདི་ཁོ་ན་མ་ཡིན་པར་གེ་སར་སྤྱང་གི་འབྲུངས་སྐྱོར་དུ་འདྲ་། གེ་སར་གྱི་མཆན་  
 དུ་ཆགས་ཡོད་པ་དང་། ལྷ་སྤྱང་དུ་འདྲ་། དེ་ཕྱིར་རིག་འཛིན་ཐོས་པ་དགའ། །པོད་ཁམས་གདུལ་བྱ་སྤྱང་བ་  
 དང་། །རྩུ་འབྲས་རང་ངོ་སྤྱང་པ་དང་། །དཀོན་མཆོག་དབུ་འཕང་བསྟོད་པའི་བྱིར། །མ་ཐོག་ཁ་བ་ཅན་ལ་  
 ཕྱོན། །དཀར་སྤྱང་མགུལ་ལྷ་ཐོ་དོར་ནམས། །དག་ལྷ་མི་དང་མཉམ་ཆས་ཀྱིས། །མེར་མ་ལུས་དང་མཉམ་  
 འགྲོགས་ཀྱིས། །རྒྱབ་བཞེན་སྤོང་གྲོགས་མ་གཡེལ་མཛོད། །ལས་བཞིའི་འཕྲིན་ལས་ཁ་ལོ་བསྐྱར། །དམ་  
 ཆོག་མ་འདའ་ས་མ་ཡུ། །དེ་ནས་ལྷ་སྤྱང་ཐོས་པ་དགའ། །ཐབས་དང་ཐུགས་རྗེའི་རང་བཞིན་ལས། །བདེ་  
 ཆེན་ཕྱག་རྒྱའི་མཁའ་འགྲོ་དང་། །དམ་ཆོག་གྲོགས་དན་དཔའ་མོའི་ཆོགས། །སྟོན་རྗེས་སོ་སོར་མངག་  
 རྒྱུ་ཡོད། །<sup>①</sup>ཅེས་གསུངས་ལ། བདུད་ནག་པོ་སོགས་ཆམ་ལ་ཕབ་དགོས་པའི་པོ་ཉའི་གས་སུ་གཉན་སྤྱང་  
 ཐོས་པ་དགའ་<sup>②</sup>ཞེས་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་པ་ལ་གཞིགས་ཆོ། གནའ་བོའི་དུས་ནས་བོད་ལ་འདི་འདྲའི་མཆན་  
 འདྲགས་སྟེལ་ཞིག་ཡོད་པ་གོར་མ་ཆག་ལ། རྗེ་བཅུན་མི་ལ་དང་སྤྱོད་ཐོག་མཉམ་པའི་ལོ་རྒྱུ་བ་ཆ་བན་ཆོས་  
 འབར་( 1044---? ) དང་། ལོ་རྒྱུ་བ་ཤེས་སྟོན་བྱང་རྒྱུ་འབར། ལོ་རྒྱུ་བ་མ་ཆེངས་ཡོན་ཏན་འབར། ལོ་རྒྱུ་བ་  
 བར་སྟོན་ཐོས་པ་དགའ་བཞིས་དོ་ཏ་སྐྱོར་གསུམ་དང་། སྤུབ་སྐྱོར་རྗེ་བདུན། མི་ཁྱི་བའི་ཆོས་རྒྱུང་བཅུ་གསུམ་  
 དང་། རྗེ་རྗེ་པག་མོའི་སྤུབ་ཐབས་བརྒྱ་ཆ་ལ་སོགས་པ་བསྐྱར་བ་བོའི་གས་སུ་འདྲ་བར་སྟོན་ཐོས་པ་དགའ་ཞེ  
 ས་པའི་མཆན་<sup>③</sup>དང་དུས་རབས་བཅུ་གཅིག་པའི་དུས་མགོ་ཅམ་དུ་བ་རེག་ཐོས་པ་དགའ་ཞེས་ལོ་རྒྱུ་བ་ཞིག་  
 ཀྱང་འབྱུང་བས། རྩུ་མཆན་སོགས་འཆད་དུ་མེད་ཀྱང་། དེ་དུས་ནས་ཐོས་པ་དགའ་ཞེས་པའི་མིང་ནི་མང་  
 དུ་བྱུང་འདུག གནས་ཚུལ་དེ་འདྲ་ལ་བཞེན་ནས་ཐོས་པ་དགའ་ཞེས་པ་ནི་རྗེ་བཅུན་མི་ལའི་མཆན་དངོས་  
 མིན་པ་འདྲ་སྟེ། རྣམ་ཐར་འདིའི་ཐད་ལ་དྲོགས་དཔྱད་ཆེས་ཆེར་མཛད་ཡོད་པའི་ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས་ཀྱང་།  
 ལྷ་བོན་པ་ཁང་བོ་དགེ་བཤེས་ཅ་པ་རང་ལགས་སྐད། ལུས་ནི་སྤྱ་སྤྱང་བྱེད་མི་མཐོང་ན་དེ་ལ་དགའ་བས་པ་  
 མའི་ཆར་མི་ཆགས་པར་ཆེད་མོ་ལ་འགྲོ་ཞིང་ཁོ་རང་ཡང་སྤྱ་སྤྱང་ལེན་པ་ཅིག་བྱུང་བས་དེར་མིང་ཡང་ཐོས་  
 པ་དགའ་བྱ་བར་གྲགས་ཞེས་བཀོད་ཅིང་། འདི་ཡང་ཁོང་གི་སྒོ་དོར་བདེ་བས་བཤད་པ་མ་ཡིན་པར་ནམ་  
 ཐར་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྟོན་མའི་སྟོན་ཏེ། སྤྱི་ལོ་<sup>1397</sup> ལའི་ཡར་སྟོན་དུ་བཙམས་པའི་ནམ་ཐར་ཆེན་མོར་

<sup>①</sup> གེ་སར་སྤྱང་《ལྷ་སྤྱང》ཤིང་དཔར། ལུབ་བྱང་མི་རིགས་སྤྱོད་གཞན་མོའི་དཔེ་མཛོད་ཁང་དུ་བཞུགས། ཤོག་ཐེབ་དུག་ཏུ་རེ་  
 བཞི་བྱོན།<sup>P36</sup>  
<sup>②</sup> བོད་རྫོངས་སྤྱོད་ཆེ་གེ་སར་ཞིབ་འཇུག་ཁང་ནས་བསྒྲིགས།《ལྷ་སྤྱང་གཤམ་ཆེ་དགུ་སྐྱོར》(གྲགས་པས་བཤད་པའི་སྤྱང)མི་  
 རིགས་དཔེ་སྤྱོད་ཁང་།1998. P33  
<sup>③</sup> ཉང་ཉི་མ་འོད་ཟེར་གྱིས་བཙམས། 《ཆོས་འབྱུང་མེ་ཏོག་སྟོང་བོ་སྤྱང་ཆེའི་བཅུད》བོད་རྫོངས་མི་དམངས་དཔེ་སྤྱོད་ཁང་།1988.

གསལ་བ་ཁུངས་མཛད་ཡོད། དེའི་ཕྱིར། ཉ་ཆག་ཆོད་བང་རྒྱལ་གྱིས་གསུངས་པ་བཞིན་རྒྱུ་ལྟར་འཆོ་རྒྱུ་  
 པའི་སྐབས་ནས་བྱག་གི་འུར་རྡོ་དང་ན་བཟའ་མཆོད་དེ། ལྷ་བ་རྣམས་ལ་འབུལ་བ་འདེགས་པའི་ཚུལ་དང་།  
 རྩེ་བཅུན་རང་ཡང་གྲོ་བ་བདེ་བ་དང་། རྩེ་བཅུན་མར་བའི་མདུན་དུ་བཞུགས་དུས་སྟོབས་ལྷུང་བར་སྟོང་གྱི་  
 གྲང་ལྷ་སྟན་པའི་གྲགས་པ་བྱང་བ་སོགས་ལ་ཞིབ་དུ་བསམ་ཆོ། རྒྱུ་ལྟར་ལྷུ་འོ་སྟོར་ལ་མང་གཞི་འདིངས་པ་  
 རྣམ་ཐར་རྣམས་སུ་ཞིབ་དུ་མ་བཞེད་ཀྱང་། ཕྱིས་སུ་བཞེངས་པའི་མགུར་སོགས་ཀྱི་ནང་དོན་དང་། རྣམ་ཐར་  
 ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྟོན་མ་སོགས་སུ་ཐོས་པ་དགའ་ཅི་ལྟར་ཐོགས་ཚུལ་བཤད་པ་རྣམས་པན་ཚུན་གྲང་  
 བསྐྱེགས་པས། ཐོས་པ་དགའ་ཞེས་པ་ནི་ཕྱིས་སུ་ཐོགས་པར་ངེས་ཤེས་ཤིག་འདྲོངས་ཅུས་སོ། །གསལ་  
 འདེབས་ཆོགས་བཅད་དད་པའི་མིག་འབྱེད་རྡོ་མཆར་འོད་གྱི་ཕྱེད་བར། ཐོས་པ་དགའ་ཐོགས་དོན་གཞན་  
 དུ་བཀྲལ་ནའང་། ལྷགས་སུ་དགོ་བཤེས་ཚ་པའི་མདུན་དུ་བཞུགས་དུས་ཚམ་དུ་དེ་ལྟར་ཐོགས་པར་བཤད།  
 དེ་ལྟར་ན། ཤིན་ཏུ་འགྲིག་སྟེ། དགྲང་ལོ་བདུན་ཡས་མས་ཚམ་དུ་དགོ་བཤེས་ཚ་བའི་མདུན་དུ་བསྐྱལ་ཞིང་།  
 དེ་དུས་སྟོག་བསྐབ་པའི་ཞོར་དུ་བྱགས་རྩེ་སོགས་བྱས་པས་ཐོས་པ་དགའ་གྲགས་པས། མིང་དངོས་མིན་པའི་  
 གསལ་བྱེད་དུ་འགྲོ་བའོ། །

འོ་ན། ཐོས་པ་དགའ་ཞེས་པ་ཕྱིས་སུ་ཐོགས་པ་ཡིན་ན། རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་མཆོན་དངོས་ནི་ཅི་ཡིན་ཟེར་  
 བ། ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས་ལྷ་སྐྱབ་མགོན་དུ་གསུངས་པ་འདི་བདེན་ཤས་ཆེ་སྟེ། རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་མེས་པོ་མདོ་  
 སྟོན་སེང་གེས་གནས་གཞི་གྲང་ཐང་དུ་སྟོན་པའི་སྐབས་ཐོག་དེར་ཡང་། ལྷར་སྟོལ་བཞིན་བོན་གྱི་ཆོག་སྟེ།  
 ཆབ་གཏོར། ལྷ་བརྒྱུད་དང་། སེར་བསྐྱངས་བྱས་པར་རྣམ་ཐར་བྱིན་རྒྱལ་སྟོན་ཕུང་དུ་བཤད་པ་ལྟར། ལྷ་  
 བརྒྱུད་དམ་ལྷ་མཆོད་སྟེལ་བ་དང་། ཕྱིས་སུ་ནར་སོན་ཏེ། ལྷ་སྟོན་པའི་སྐབས་ཐོག་དུང་། དེ་བཞིན་དུ་  
 ལྷ་སྟོན་པའི་སྟོན་པ་དཔོན་ལྷ་བརྒྱུད་པ་ཞིག་གི་སར་ཆང་གསལ་ནས་ལྷ་ལེན་ཞིང་ལོག་འོངས་པས། མ་ཁྲོས་  
 པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་པ་བཅས་ལ་བཞགས་ནའང་། དེ་དུས་ལྷ་མཆོད་མཛད་བཞིན་པ་རྟོགས་ཅུས་སོ། །དེའི་  
 རྒྱུ་གྱིས་བུའི་མིང་ལའང་། ལྷ་སྐྱབ་མགོན་དུ་བཏགས་པར་བཤད་པ་འདི་རྒྱ་མཆོན་ངེས་ཅན་ཞིག་ ཡོད་  
 དམ་སྟེ། དེ་ལ་ལ་ཅིག་གིས་ལྷ་མཆོད་བྱས་ཀྱང་དེ་ནི་བོན་གྱི་ཆོག་ཡིན་མི་སྲིད་པ་དང་། ལྷ་པར་དུ་རྩེ་  
 བཅུན་གྱི་མཆོན་ནི་བོན་པོའི་ལྷགས་བཞིན་བཏགས་པ་གཏན་ནས་མིན་པར་བཤད་སྲིད་ཀྱང་། དེ་དུས་ཀྱི་  
 བོན་ལ་ལྷ་མཆོད་སོགས་མཛད་པའི་ཆོག་རྩེ་བཅུན་མི་ལ་རང་གི་གསུང་ལས་ཀྱང་ཤེས་ཏེ། བྱེད་གྱི་ལྷ་བ་

① ཞི་བྱེད་རས་པས་བཅུམས། «ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྟོན་མ» དབུ་ཅན་བྲིས་མ། P5  
 ② ཞི་བྱེད་རས་པས་བཅུམས། «ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྟོན་མ» དབུ་ཅན་བྲིས་མ། P15  
 ③ ལྷ་དམར་མ་ལའ་རྒྱུད་དབང་པོས་བཅུམས། «རྣམ་ཐར་བྱིན་རྒྱལ་སྟོན་ཕུང» དབུ་ཅན་བྲིས་མ། P2b  
 ④ འགོས་ལོ་གཞིན་ཏུ་དཔལ་གྱིས་བཅུམས། «དེ་བཞིན» སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟོན་ཁང་། 1984. P512



མཐའི་མཐའ་ཐུག་པ། རྟོན་པ་གཤེན་རབས་ཀྱིས་མཛད་པའི། ལྷ་འབྲུལ་དཀར་མོ་ལ་སོགས་ན། རིགས་  
 ལྷ་ལྷ་ཡི་དཀྱིལ་འཁོར་དུ། སངས་ནི་རྒྱ་བར་གྱུར་ཅིག་ལོ། ལྷ་ནི་དུང་འགྲོའི་གངས་སུ་བགྱོད། འདི་ལ་  
 བྱེད་ཅག་ལེགས་པར་སོམས། བྱེད་ལྷ་བ་དན་པར་ཞུགས་པ་ལ། འངས་མ་ཐོད་སེམས་ཀྱིས་ཆོག་འགའ་  
 ཤོར། ༡༥ ཞེས་ལྷ་ལ་བཞེན་ནས་སངས་རྒྱས་པར་བཤད་པ་མི་རིགས་པའི་རྒྱ་མཚན་མགུར་དུ་བཀོད་པས་ཤེས་  
 སོ། གནའ་སྤྱོད་མོར་བོན་ཅམ་དུ་མ་ཟད་བོད་སྤྱིའི་ལྷ་ལྷ་གཉན་གསུམ་ལ་མཛོད་པ་གེ་སར་སྤྱང་དུ་འབྱུང་སྟེ།  
 ལྷ་ཆེན་ཆངས་པ་དཀར་བོ་དང་། གཉན་རྩེ་གེར་མཛོད་དབང་གི་ལྷ། ལྷ་རྒྱལ་གཙུག་ལ་རིན་ཆེན་  
 རམས། རྟེན་རིང་སྤྱིང་དཀར་གྲོགས་ལ་བྱོན། ཞེས་འབྱུང་བ་དང་། འབྱུངས་སྤྱིང་དུ་གེ་སར་གྱིས་ཡུམ་འགོག་  
 བཟའ་ལ་སྤངས་པའི་སྤྱིའི་ནང་། རྒྱབ་ཁབ་དཀར་སྤྱིང་གི་སྤྱང་མ་ཡིན། རུ་བོ་སྤྱི་སྤྱི་འོད་རླང་ཡིན། འཁོར་ནི་སྤྱི་རིགས་གངས་མེད་ཡོད། མཛོད་ན་དཀར་གསུམ་ཟས་ ཀྱིས་མཛོད། ཅེས་བྱུང་བ་དང་།  
 མངའ་རིས་གསེར་རྫོང་དུ། ཆངས་པ་ལྷ་ནས་ཆས་འདྲ་དེ། རུ་བོ་དུང་སྤྱིང་དཀར་བོ་རེད། རྟེན་རིང་མི་  
 དམར་རྟ་དམར་ཅན། འབྲུག་ལོར་གསུམ་ཟངས་ལས་བྱུབ། གེར་འཛོལ་གཉན་ནས་ཆས་འདྲ་དེ། འགྲུ་གཉན་ཉམས་དམར་བོ་རེད། རྟེན་རིང་མི་རྫོན་རྫོན་ཅན། འབྲུག་ལོར་གསུམ་གཡུ་ལས་བྱུབ། འདྲུང་སྤྱིང་སྤྱི་ནས་ཆས་འདྲ་དེ། རུ་བོ་སྤྱི་སྤྱི་འོད་རླང་རེད། རྟེན་རིང་ཆེན་སྤྱང་མ་ནམ་གསུམ་རེད། ཅེས་  
 སྤྱང་མ་ནམ་གསུམ་དུ་བཤད་པ་དང་། ད་དུང་གེ་སར་གྱི་ཡུམ་འགོག་བཟའ་དང་། རྟེན་རིང་གི་ཡུམ་རྩང་ལྷ་མོ་སོགས་སྤྱིའི་བརྒྱུད་པ་ཡིན་པར་བཤད་པས་ཀྱང་ཤེས་སོ། །

ཐོས་པ་དགའ་ཞེས་པའི་མཚན་ནི་ཕྱིས་སུ་བཏགས་ཤིང་། ལྷ་སྤྱི་མགོན་ནི་མཚན་དངོས་ཡིན་པས།  
 རམ་ཐར་མཛོད་ནག་མའི་ནང་དུ་ད་དུང་མགོ་ཡགས་ཞེས་པའི་མིང་བྱུང་བ་དེ་ལ་རྒྱ་མཚན་མེད་དོ་སྟུམ་  
 བྱུང་། རམ་ཐར་དུ། ཕས་ངའི་བྱ་རྒྱུད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མགོ་ཡགས་པས་འདི་ལ་མགོ་ཡགས་སུ་མིང་ཐོགས་པ་  
 དང་། མས་ངའི་བྱ་འདི་ལ་ཆོས་བྱེད་གཅིག་འོང་བས་ཆོས་རྒྱུད་ཀྱི་མགོ་ཡགས་པ་ཡིན་པས་མགོ་ཡགས་སུ་……  
 ཐོགས་པར་བཤད་པ་རམ་ཐར་ཕལ་ཆེ་བར་མཐོང་རྒྱུ་མེད་ཀྱང་། སྤྱིང་མོ་མགོན་པོ་སྤྱིང་ནི་ལྷན་པས་པེ་ཏ་  
 དང་། ལ་ལར་གཅིས་མིང་པེ་ཏར་ཆགས་པས་པེ་ཏ་མགོན་པོ་སྤྱིང་དུ་གྲགས་པར་བཤད་པ་སོགས་ལ་ཞིབ་དུ་  
 བསམ་སྒོ་བཏང་ཆོ། མགོ་ཡགས་ཞེས་པ་འདི་ནི་རྩེ་བཙུན་མི་ལའི་རྒྱུད་དུས་ཀྱི་གཅིས་མིང་ཞིག་ཞེ་ཡིན་

① རྩེ་བཙུན་མི་ལ་རས་པ། «རྩེ་ཆེའི་མགུར་དུ་གསུང་རྒྱུན་ཐོར་བྱ་བ་འགའ་བཞུགས་» ཤིང་དཔེ། P94

② དཀོན་མཆོག་ཆོ་བཟུང་གིས་བསྒྲིགས། «རྩེ་རྒྱལ་རྒྱལ་འཛོལ་» གན་སུ་མི་རིགས་དཔེ་སྤྱོད་ཁང་། 1981. P37

③ གཞུང་འབྲུང་རྩོམ་སྒྲིག་པ། «རམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ་» རྟོན་ཆ། བོད་མཁའ་ལྷན་། P3

④ ཞི་བྱེད་རས་པས་བསྒྲིགས། «རམ་ཐར་ཉི་ཟླའི་འོད་ཟེར་སྒྲོན་མ་» དབུ་ཅན་བོད་མཁའ་ལྷན་། P4b

⑤ གཞུང་འབྲུང་རྩོམ་སྒྲིག་པ། «རམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ་» རྟོན་ཆ། བོད་མཁའ་ལྷན་། P15

བསམས་སོ། ། རྒྱལ་ཁབ་གཅིག་ནས་རྗེ་བཙུན་མི་ལ་བཞུགས་པའི་སྐབས་ཐོག་སྟེ། རྒྱལ་རབས་བཅུ་གཅིག་པ་  
 དང་བཅུ་གཉིས་པའི་ནང་། མར་བ་ལོ་སྤྱོད་པའི་དངོས་སྤྱོད་ཀྱི་གས་སྤྱོད་མར་བ་མགོ་ཡགས་ཞེས་པའི་མིང་ཅན་  
 འབྱུང་ལ། དབུས་གཙང་གི་རྒྱལ་ཁབ་སྤྱི་འདུའི་མིང་འདྲ་གས་སྤྱོད་ཡོད་པས་ཉ་ལས་དགོས་པ་ཞིག་ནི་མིན་ནོ།  
 ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས་མར་བའི་དངོས་སྤྱོད་དེ་ལ་འཕན་ཡུལ་གྱི་མར་བ་མགོན་གཡག་ཅེས་བྲིས་འདུག་ཀྱང་།  
 གླུ་རྒྱུ་ཆགས་པ་འདྲ། མིང་འདི་ཅན་དུ་ཡང་མ་ཟད། བྱིས་སྤྱོད་མར་བ་ལོ་སྤྱོད་བ་བཞེན་པའི་དུས། གླུ་མ་དེ་  
 ཉིད་ཀྱིས་མི་ལ་དོ་རྩེ་རྒྱལ་མཆོན་དུ་བཏགས་ཏེ་དགོ་བཞེན་གྱི་སྤྱོད་པ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བསྐྱེད་བྱ་  
 གནང་། དེ་ནས་བདེ་མཆོག་དུག་ཅུ་ཙ་གཉིས་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་རྒྱས་པ་བཞེངས་ནས་དབང་བསྐྱེད་པའི་  
 དཀྱིལ་འཁོར་སྟོན་པའི་ཆོ། གླུ་མ་དང་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ལྷས་མགྲིན་གཅིག་དུ་གསང་མཆོན་དཔལ་བཞད་  
 པའི་དོ་རྩེ་བཏགས་པར་གཙང་སྟོན་ཏེ་རྒྱ་ལས་བཅུ་མས་པའི་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་དང་མཁུར་འབྲུམ་  
 གཉིས་སྤྱོད་བཤད་དོ། །དེ་ནི་ཐུན་མོང་བའི་སྒོ་དོར་ཤོད་དཀའ་ནའང་། མར་རྒྱལ་གཉིས་ཀྱི་མཁུར་དུ་དབང་  
 རྒྱལ་པ་ལྷ་ཅན་ཐོབ་ཞིང་། མཆོན་དོ་རྩེ་རྒྱལ་མཆོན་དང་། གསང་མཆོན་དཔལ་ལྷན་བཞད་པ་དོ་རྩེ་  
 བཏགས་པ་ནི་རྣམ་ཐར་པལ་ཆེ་བར་གསུངས་པས་བདེན་པར་མངོན་ནོ། །རྣམ་ཐར་ལ་ལར་རྗེ་བཙུན་གྱི་  
 ཡལ་ལའང་ས་བཟང་བོ་ཐོས་པ་དགའ་བ་དེ། །ཞེས་པའི་མིང་ལ་འོར་ཏེ་བྲིས་པའང་ཡོད་ལ། སྐབས་ལ་ལར་  
 མཁུར་དུ་འང་། མཁུར་འབྲུམ་སྤྱི་འདུའི་སྤྱོད་པ་ལོ་གཉིས་ཀྱི་མཁུར་པ་ཟེར། །ཞེས་གསུངས་པ་ཡང་  
 བཞད་པའི་དོ་རྩེ་ཞེས་པའི་མིང་བསྐྱེད་པར་སེམས་སོ། །

## གསུམ་པ། བྱིས་རྒྱུད།

### གཅིག་བྱིས་རྒྱུད་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་དང་གནས་གཞིའི་ལུལ་

རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་བྱིས་རྒྱུད་འདི་དང་ཐོག་གནས་གཞན་ཞིག་ནས་ལ་སྟོན་བྱང་དུ་གནས་སྟོར་བར་རྣམ་  
 ཐར་ལ་ལར་བཤད་དེ། མཁུར་འབྲུམ་དུ་རིག་སྤྱོད་རྣམས་ཉིང་མ་བའི་གླུ་མ་རྩོ་སྤྱོད་ཤིག་གི་དུ་རྣམ་འབྱོར་བ་ཡི་  
 དམ་གྱིས་རྗེས་སུ་བཟུང་བས་སྤྱོད་ལུས་དང་ལྷན་པ་ཞིག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་གནས་བསྐྱོར་བ་དང་རྟེན་མཇུག་

ཁྱེ་བྱེད་རས་པས་བཅུ་མས། <<ཉི་ལྷའི་འོད་ཟེར་སྟོན་མ་>> བྲིས་མ། P16

ཁྱེ་བྱེད་རས་པས་བཅུ་མས། <<ཉི་ལྷའི་འོད་ཟེར་སྟོན་མ་>> བྲིས་མ། P20

ཁྱེ་རས་པ་བྱ་ཆེན་བཅུ་གཉིས་ཀྱིས་བཅུ་མས། <<རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་>> P18

ཁྱེ་རྩོ་སྤྱོད་ནི་དུ་རྩོ་དོ་ལགས་ཞེས་པའི་དོན་དང་འདྲ་ཞིང་། ཨ་མ་སྐད་དུ་ཨ་ཁུ་ཟེར་བ་དང་ཉ་ལས་དོན་འདྲ་བར་བཤད།

བ་ལ་ཕྱིན་པས། གཙང་ལ་སྟོང་བྱང་གི་སྒྱུགས་གཙང་བ་སྒྱིབ་ཞེས་བྱ་བར་ཕྱག་ལེབས་པར་གསུངས་པ་  
 དང་། རྣམ་ཐར་ཕྱིན་རྒྱལ་སྒྱིན་ཕུང་དུ། དེ་ལྟ་མིན་པར་ཡབ་མེས་ཀྱི་བྱང་ཁུངས་ཡུལ་ལ་སྟོང་བྱང་གི་  
 སྒྱུགས་ཀྱི་རུང་བ་སྒྱིབ་ཞེས་ལ་སྟོང་བྱང་ཡིན་པར་ཐག་བཅད་དེ་གསུངས་ཡོད། རྣམ་ཐར་རྣམས་སུ་མི་  
 ལའི་བྱིས་རྒྱུད་ཀྱི་མི་རྒྱུད་མང་པོ་ཡར་འདེད་བྱས་ཡོད་པ་ནི། རྣམ་ཐར་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྒྲོན་མེ་གཅིག་ཕུར་  
 འཁུམས། དེར་དང་པོ་མིང་ལ་གཡང་སྒྲོན་རྒྱལ་པོ། དེའི་བྱ་མིང་ལ་གཡུ་རུང་རྒྱལ། དེའི་བྱ་མི་ལ་བཀ་ཤེས་  
 རྒྱལ་ཏེ། མིང་ལའི་མི་རབས་གསུམ་པ་འདིའི་སྐབས་སུ་ལ་སྟོང་བྱང་གི་གཙང་བའི་འོག་སྒྱིད་པ་ཕྱག་རིང་དུ་  
 གནས་སྒྲིལ་ནས་བྱིས་ཐབ་བྱས། དེའི་བྱ་རྩི་རྩེ་རྒྱལ་པོ་སྟེ། མི་རབས་བཞི་བ་འདིའི་སྐབས་སུ་ཤོ་ཅེས་པས། ཆོ་  
 ལོ་པམ་ནས་ནོར་ཡོད་ཆོད་ཤོར། དེ་ནས་མངའ་རིས་གུང་ཐང་ད་ལྟའི་གཞིས་ཀ་ཅེའི་ཁོངས་སྒྱིད་གོང་རྒྱུང་  
 གི་ཙ་པ་ཉང་མི་ཅིག་དང་ཤག་པོ་བྱས་ནས། གུང་ཐང་དུ་བབས་ཤིང་། དེར་དགེ་བཤེས་ཙ་པ་གྲགས་པ་  
 བསོད་ནམས་ཀྱི་དཔོན་མོ་ཅིག་སྤངས་པ་ལ། དུ་ཙ་མིང་སྤིང་ལྟེན་པའི་བྱ་ཆེ་བའི་མིང་མིང་ལ་རིན་རྒྱལ་  
 དང་། རུང་བ་མིང་ལ་ཤེར་རྒྱལ། དུ་མོ་ཆེ་བ་སྒྲོན་སྒྱིད། དེ་འོག་སྒྲོན་རྒྱུང་། དེ་འོག་སྒྲོན་ནི་བཅས་སོ། ། བྱིས་  
 རྒྱུད་ཀྱིས་དེད་ན་འདི་དག་ནི་མི་རབས་ལྟ་བུ་ཡིན། རིན་རྒྱལ་ལ་སྤུ་རུང་ཞིག་རུང་མར་སྤངས་པ་ལ། དུ་དུག་  
 དང་དུ་མོ་གསུམ་སྟེ། མིང་སྤིང་དགུ་ཙམ་སྟེན། རྣམ་ཐར་གྱི་བབས་ལ་བརྟགས་ཆོ། དེ་དུས་མི་ལ་རིན་རྒྱལ་  
 འདིས་ལ་སྟོང་བྱང་གི་གོམས་སྤྲེལ་བཞིན་ལོགས་སུ་བྱིས་གསར་བ་ཞིག་ཕྱག་ཁང་བའི་ཤུལ་ཡང་གུང་ཐང་

① གཞིས་ཅེ་ངམ་རིང་རྒྱུང་ཁོངས།  
 ② གཙང་སྒྲོན་ཉི་ཤུ་གས་བསྒྲིགས། <<རྣམ་ཐར་གྱི་དབང་ཕྱག་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མཁུར>>མཆོ་སྒྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།  
 1981. P15  
 ③ ལྷ་དམར་མ་ལའ་སྟོང་དབང་པོས་བཅུམས། <<རྣམ་ཐར་ཕྱིན་རྒྱལ་སྒྱིན་ཕུང>> དབུ་མེད་བྲིས་མ། p2  
 ④ གུང་ཐང་ནི་མང་ཡུལ་གྱི་བྱེ་བྲག་ཅིག་ཡིན་ཏེ། གུང་ཐང་ལ་ཐོག་གངས་རི་རྩེ་ལྷ་བཙན་ནས་བལ་བོའི་ཡུལ་མཆོམས་ཏིང་མ་རི་  
 ཡན་ལ་མང་ཡུལ་དང་། དེའི་ནང་མཚན་རྟོ་ལུ་གུང་གསུམ་དུ་གྲགས་ལས། མཆོམས་ནས་རྩེ་ལྷ་བཙན་གྱི་རི་རྒྱུད་སྟག་བྱིར་ལ་ཡི་  
 བར་ལ་གུང་ཐང་གི་ཁྲོན་དུ་གྲགས།  
 ⑤ གཙང་སྒྲོན་ཉི་ཤུ་གས་བསྒྲིགས་པའི་རྣམ་མཁུར་དུ། དགེ་བཤེས་གྲགས་པ་བསོད་ནམས་ཞེས་པའི་མཆོན་མ་བྱང་ནའང་། རྩི་  
 བཙུན་མི་ལ་རས་པ་ལ་ཁང་བོ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི་ཤེས་ཏེ། དེ་ཉིད་དུ་ཁང་བོ་དང་མཛེས་སེའི་པ་མིང་སོགས་ངེད་ཀྱི་དཀར་མི་ཀྱེན་ཨ་  
 མའི་སེམས་གསོ་ཕྱིར་བསྐད་པར་རྣམ་མཁུར་གྱི་ཤོག་ངོས་<sup>26-27</sup> དུ་གསལ་བས་ཤེས།  
 ⑥ རྣམ་ཐར་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྒྲོན་མ་ལྟར་ན། མིང་ལ་རིན་རྒྱལ་དང་ཤེར་རྒྱལ་ལ་སྤུ་རུང་གཉིས་ལ་ད་ལྟའི་གནས་དེའི་ལྷགས་སྤྲེལ་  
 བཞིན་ཤུག་གཅིག་ཁྲོ་མང་གི་ལྷགས་སྤྲེལ་དུ་མ་སོང་བར་བྱིས་ཁ་སོ་སོ་བཟུང་བ་འདི་ནི། ལ་སྟོང་བྱང་གི་གོམས་སྤྲེལ་ཞིག་ཨ་ཡིན་  
 བསམས། གཙང་སྒྲོན་ཉི་ཤུ་གས་བསྒྲིགས་པའི་རྣམ་མཁུར་དུ། རེད་ཀྱི་རྒྱུད་པ་འདི་ལ་བྱ་རི་རེ་ལས་མི་འོང་བ་ཡིན་ཞེས་བཤད་རྒྱུ་  
 གཞིར་བཟུང་བས། མིང་ལ་རིན་རྒྱལ་དང་ཤེར་རྒྱལ་ཡང་སྤུ་རུང་མཆོད་མིན་པར་བཀོད་ཡོད་དེ། དེ་ཡང་ཁྱུང་བོ་རྩིས་དང་དུ་མོ་  
 ཞིག་གཉེན་བཞེབས་པ་ལས་སྤྲས་གཅིག་བྱུང་ཞིང་། དེའི་མཆོན་མི་གསལ། དེ་ལ་སྤྲས་གཉིས་བྱུང་བའི་ཆེ་བ་ལ་མི་ལ་མདོ་སྟོན་སེང་



ཡོད་དོ། །པལ་ཆེ་བས་འདི་དག་གི་གོ་རིམ་ནོར་བ་འདྲ། དེ་བཞིན་དུ་ཡབ་གཤེགས་པའི་རུས་རྗེ་བཅུན་གྱི་  
 ཡུམ་ལོ་ཉི་ཤུ་ཙུ་བཞི་བ་ཡིན་པས། ཨ་ཁུའི་བུའི་ཆུང་མ་བྱེད་དགོས་ཟེར་བར་གསུངས་ཀྱང་། དེ་རུས་གཡུག་  
 ས་ཡང་སངས་མེད་པས་ཐོད་རང་གི་ཡུལ་ཆོས་དང་འགལ་ཏེ། ལྷག་པར་དུ་རང་གི་གཙུང་འདས་ནས་ལོ་  
 གཅིག་ཀྱང་མ་ལོངས་པས་དེ་འདྲ་གཅེན་གྱིས་བཤད་མི་སྲིད་པས། གཙང་སྦྱོན་གྱི་ལོ་ཆོགས་སོགས་ཡིད་ཉོན་  
 དཀའ་འོ། །དེ་ཡང་གཙང་སྦྱོན་ཏེ་རུ་ཀས་ཁུངས་བཅོལ་སའི་རྣམ་ཐར་ནི་རྣམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ་ཡིན་པར་  
 དེས་ཏེ། འདི་ཙམ་མ་ཟད་བྱིམ་རྒྱུད་ཀྱི་ཐད་དུ་འདྲ། ཁྱུང་བོ་རྩོ་སྤྲུལ་ལ་སྤྲུལ་གཅིག་བྱུང་བའི་མིང་མི་གསལ་  
 བ་དང་། དེ་ལ་སྤྲུལ་གཉིས་བྱུང་བའི་ཆེ་བ་མདོ་སྦྱོན་སེང་གོ་དང་། ཆུང་བའི་མིང་མི་གསལ་། མདོ་སྦྱོན་སེང་གོ་  
 དེ་ལ་སྤྲུལ་རྩོ་རྗེ་སེང་གོ་བྱུང་ཞིང་། འདིའི་སྐབས་སུ་ཤོ་ལོའི་རྒྱུན་གྱིས་ཡུལ་ཕོངས་ལ་སྤྲུལ་བས་གུང་ཐང་དུ་  
 གནས་གཤིས་སྤྲོད། དེ་ལ་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཆོན་བྱུང་བ་རྣམས་མཛོད་ནག་མ་རི་བཞིན་བྲིས་འདུག་ཀྱང་། འདི་  
 ཡང་གོ་ཐོས་ཐར་ཐོར་ཙམ་ཡིག་ཐོག་དུ་བཀོད་པའི་བཟོ་ལྷ་ཁོ་ནར་སྤང་བས་ད་དུང་བཟླ་གདགས་སོ། །ཅིའི་  
 ཕྱིར་ཞེན། ཨ་ཁུ་ལ་རྣམ་ཐར་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྦྱོན་མར་རིན་རྒྱལ་དང་། དེ་བཞིན་དང་མཛོད་ནག་མར་གཡུ་  
 ང་རྒྱལ་ཞེས་བཀོད་པ་རྣམས་ཆོག་རིས་མི་འདྲ་བ་ཙམ་ལས་ཁུངས་དག་སྟེ། གཙང་སྦྱོན་གྱིས་བྱོགས་བསྐྱེགས་  
 མཛོད་པའི་མགུར་འབྲུམ་དུ། གཡུང་བྱུང་རྒྱལ་མཆོན་ཞེས་བཀོད་འདུག་པས། རྗེ་བཅུན་རང་གི་མགུར་  
 འབྲུམ་དུ་འདྲ། བྱིམ་མཆོས་ཨ་ཁུ་གཡུང་རྒྱལ་དེ། །རུས་དེང་སང་སྤང་བའི་དག་དང་སྤྲོད། །ཞེས་གསུངས་  
 པ་དང་། མཛོད་ནག་མར། བྱིམ་མཆོས་ཨ་ཁུ་གཡུང་དཔལ་དེ། །རུས་དེང་སང་སྤང་བའི་དག་ལྷར་སྤང་། །  
 ཞེས་གསུངས་པ་འདི་ལས་རྣམ་ཐར་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྦྱོན་མར་བཀོད་པའི་བྱིམ་རྒྱུད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་རྣམས་པལ་  
 ཆོར་ཡིད་ཉོན་རུང་བར་སེམས་སོ། །མཉམ་མེད་དུགས་པོ་ལྷ་རྗེས་ཡབ་སྤྲུལ་གཉིས་ལས་མེད་པས་ཤིན་དུ་  
 ཁས་ཉོན་ཏེ། དབུས་སུ་མཐུ་ཆོལ་དུ་བྱིན་པ་དང་། སྤང་གུང་ཐང་དུ་བྱོན་ཙམ་ལ་འདས་ནས་ལོ་མང་བོ་  
 སོང་འདུག་ཅེས་རྣམ་ཐར་གཞན་དང་མི་མཐུན་པར་ཡུམ་གྱི་ཆབ་དུ་ཡབ་འདས་པར་བྲིས་པ་ཆོག་སྤྱི་  
 གཉིས་སུ་འབྱུང་བས་དངོས་སྤྱོད་རང་ཉིད་ཀྱིས་བརྩམས་པ་ཡིན་མིན་ལ་དོགས་པ་བསྐྱེད་སྲིད། དེ་འདྲ་  
 རྣམ་ཐར་མཛོད་ནག་མར་ཡང་། ཁོང་རང་ཡུལ་དུ་སོང་ཙམ་ན། པའི་རུས་པ་ལ་བཅོལ་ཞེན་ནས་ཁང་བའི་  
 དུགས་སུ་འདུག་མའི་རུས་པ་ཁང་བའི་སྒོ་ཐེན་ན་སྐྱེ་ཁོ་ལོ་འདུག་པར་བཤད་བས། མགུར་དུ་འདྲ། བ་

① འགོས་ལོ་གཞོན་ཅུ་དཔལ་གྱིས་བརྩམས། <<དེ་བཞིན>>སྤྱི་ལོ་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། 1985. P511—512

② གཙང་སྦྱོན་གྱིས་བསྐྱེགས། <<རྣལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕྱག་ཆེན་པོ་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མགུར>>1981. P18

③ གཙང་སྦྱོན་གྱིས་བསྐྱེགས། <<མགུར་འབྲུམ>>མཆོ་སྦྱོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། 1981. P138

④ གཙང་སྦྱོན་གྱིས་བསྐྱེགས། <<མགུར་འབྲུམ>>1981. P58

⑤ དུགས་པོ་ལྷ་རྗེས་བརྩམས། <<རྗེ་མར་བ་དང་རྗེ་བཅུན་མི་ལའི་རྣམ་ཐར>>P3

⑥ ཀམ་རང་བྱུང་རྩོ་རྗེས་བསྐྱེགས། <<རྣམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ>>སྟོན་ཆ། P57a

བཟང་པོ་ཐོས་པ་མེད་པ་དེ། །དུས་དེང་སང་རུས་ཕྱེས་སྤྱོད་པ་གང་། །ཨ་མ་ཉང་ཟ་དཀར་རྒྱ་དེ། །དུས་དེང་  
 སང་རུས་རུས་པའི་ཆིང་ཁོག་ཅིག། །འདི་ཡང་མི་ཉག་སྒྱུ་མའི་དཔེ་གཅིག་རེད། །<sup>10</sup>ཅེས་གསུངས་པ་དང་།  
 རས་པ་བུ་ཆེན་བརྟུག་གིས་ཀྱི་ནམ་ཐར་དུའང་། ས་བཟང་པོ་ཐོས་པ་དགའ་བ་དེ། །དུས་དེང་སང་རུས་ཕྱེ་  
 སྤྱོད་གང་རེད། །<sup>11</sup>ཅེས་གསུངས་ཀྱང་། ཡབ་ནི་ཇེ་བཅུན་དགུང་ལོ་བདུན་བཞིས་པའི་སྐབས་སུ་འདས་པ་  
 ནམ་ཐར་དེ་ཉིད་ཀྱི་རང་ལྷགས་སུ་བཀོད་ཡོད་ལ། གདུང་ཡང་ད་ལྟ་རྒྱུ་འདི་ལྟར་གྱི་གདོང་ཁའི་གཉིད་ཀྱི་ཡོད་  
 པས། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བབས་དང་མི་མཐུན་པ་འདི་དག་རང་ལྷགས་སུ་ཁས་ལེན་དུ་མི་རུང་ངོ་། །

འབྲངས་ཡུལ་སྐྱུ་རྩ་ཆ་ཞེས་པ་ཐོག་མའི་ཆར་ད་ལྟའི་ཡུལ་གྱི་དེ་ཙམ་ལ་བྱ་བ་མ་ཡིན་པར་དེ་ལས་ཆེ་ཙམ་  
 དུ་ཡོད་དེ། དེའི་བྱེ་བྲག་དུ་གོ་རྟོག་ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གོ་རྟོག་ཞེས་པ་དངོས་གནས་གོ་རོང་སྟེ། རྒྱགས་  
 ཐམས་ཅད་རི་ཡིས་བསྐྱོར་བའི་ལུང་ཁྲུག་ཅིག་དུ་ཆགས་པས་དེ་ལྟར་ཐོགས་པ་དོན་དང་འབྲེལ་ལམ་སྟུང་།  
 ནམ་ཐར་སོགས་སུ་གཏོར་བཞིན་སྤྱོད་པས་མི་མཐོང་ཡང་། གནས་འདིར་སྤྱོད་པའ་ཐག་ཇེ་བཅུན་མི་ལ་རས་  
 པའི་མེས་པོ་རྩི་ཆུལ་བོས་ཤོ་བཅེས་པས་བྱིམ་རྒྱུད་མོངས་ལ་སྦྱར་ཞིང་། གཞན་བསྐྱིས་ཀྱི་དཔུལ་ལོའི་སྦྱིན་  
 ཚབ་ཀྱང་མ་སྤྱད་པར་གནས་འདི་འདྲ་ལུང་ཁོག་ཅིག་དུ་བྱོས་བྱོལ་དུ་ཐེབས་པ་ཨེ་ཡིན་སྟུང་པའི་དོགས་པ་  
 ཞིག་ངང་གིས་བསྐྱེད་ཡོད་། ཡུལ་འདི་རྫོང་དཀར་གྲོང་བཅས་ནས་སྦྱིད་གྲོང་རྒྱུ་དེ་དེ་ཅིང་། ལྟ་རྒྱགས་  
 སུ་ཆགས་པའི་འོར་མ་ཞེས་པའི་གྲོང་ཕྱེ་ནས་ལུང་མདོ་བརྒྱུད་དེ་བསྐྱོད་ཆོ། སྐྱུ་རྩ་ཆ་སྤྱོད་པའི་ཤིང་། ཉ་ལམ་  
 རྫོང་དཀར་ནས་གནས་དེའི་བར་ལ་ལེ་བར་བདུན་ཙམ་གྱིས་ཆོད། ས་ཆ་འདིའི་མདུན་རི་ལ་སྤྱོད་པ་དཀར་  
 ལྷིང་དང་། རྒྱུ་འདི་ལ་ཉིན་ལ་བྲག་གཞིང་། མདུན་རི་དང་འབྲེལ་བའི་རི་ནག་པོ་དེ་ལ་མཐུ་མང་ཟེར་གྲེ། སལ་  
 ཆེར་མཐུ་ཁང་ཟེར་བ་འདྲ། དེ་ནི་ཇེ་བཅུན་གྱིས་ཐོག་མར་ངན་སྤྱགས་ལ་བཞེན་ནས་སེར་བ་བཏང་བའི་  
 བྲག་ཕྱག་ཡིན་པར་བཤིང་། ཇེ་བཅུན་གྱིས་སེར་བ་བཏང་སྐབས་ཀྱི་སེར་རྩོད་དང་ཕྱིང་འབྲེལ་ཡིན་ཟེར་བའི་  
 རྩོད་གོར་མོ་ཆུང་ཆུང་རྒྱུ་འདི་རི་ཤིང་ནམས་སུ་ཤིན་དུ་མང་། གནས་དེའི་མི་ནམས་གྱིས་དེ་རང་གི་སྤྱོད་ལ་  
 བཏགས་གྲེ། མཚོན་སྤྱང་ལྟ་བུར་བཅི། འབྲངས་ཡུལ་ཚུར་རོལ་གྱི་བལ་མཐོ་ཆུ་དང་པ་རོལ་གྱི་རྩ་ཕུ་ཆུ་གཉིས་  
 ཀྱི་བར་གྱི་རི་དེ་ལ་སྤྱོད་པའི་གྲགས་གྲེ། སྤྱོད་རྩོད་དང་འདྲ་བའི་རི་དེའི་འདབས་ནས་ཆུ་གཉིས་འདྲེས་པས། ཆུ་  
 དེ་ལ་གཙང་བ་ལྟ་བུར་གྲགས། ཇེ་བཅུན་མི་ལའི་བྱིམ་གཞི་ཀ་བཞི་གདུང་བརྒྱུད་དེ་ནི་གཙང་བ་ལྟ་བུར་ཆུ་  
 རོལ་དང་། ཇེ་བཅུན་མི་ལའི་སྐབས་སུ་ཐོག་མ་རྒྱང་ཚུགས་སུ་གི་འདབས་སུ་ཡོད། ཀ་བཞི་གདུང་བརྒྱུད་  
 ཅན་གྱི་ཁང་བཞི་སྤྱད་པའི་ཡིག་ཆ་ནམས་སུ་འདི་འདྲའི་ཐ་སྙད་མི་འབྱུང་བས་སལ་ཆེར་བསྟན་པ་ཕྱི་དར་

<sup>10</sup> ཀམ་རང་བྱུང་རྩོད་ཆེས་བསྐྱིགས། <<ནམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ>> རྟོད་ཆ། P58a

<sup>11</sup> རས་པ་བུ་ཆེན་བརྟུག་གིས་ཀྱིས་བཅུམས། <<ཇེ་མི་ལའི་ནམ་ཐར>> P18

<sup>12</sup> ཀམ་རང་བྱུང་རྩོད་ཆེས་བསྐྱིགས། <<ནམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ>> རྟོད་ཆ། P3a

གྲི་དུས་ཙམ་ནས་ཕྱག་པོ་ནམས་ཀྱིས་ཐོག་མར་བཅིགས་ཤིང་། ཕྱིས་སུ་མཁས་པ་ནམས་ཀྱི་དངོས་སྒྲིབ་  
 འགན་ཁུ་མེད་པ་ནམས་ལ་ཐ་སྟངས་འདི་སྒྱུར་བའི་སྒྲིབ་ཡང་དར་བ་བྱུང་། དཔེར་ན། རྒྱ་འདུལ་བ་འཛིན་པ་  
 དབང་ཕྱག་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་སྒྲིབ་མ་མཆོག་ཏུ་གྱུར་བ་ཀ་བཞི་གཏུང་བརྒྱད་དང་། ལྷ་བཅུན་ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་  
 གཡུང་བྱུང་གིས་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ཁང་བདག་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་ལྷ་བཅུན་ལ་སྒྲིབ་མ་ཀ་བཞི་གཏུང་བརྒྱད་བྱུང་  
 བའི་ལྷ་རྒྱས་དང་། ཨོ་རྒྱལ་སྤྱི་བས་སྤྱི་ལོ་<sup>1285</sup> ལོར་གཏེར་ནས་བཞེས་པར་གྲགས་པའི་བཀའ་ཐང་སྡེ་ལྷའི་  
 ནང་། གཉལ་ལ་ཀ་བཞི་གཏུང་བྱུག་ཡོད་ཅེས་ས་གནས་དག་ལ་ངོས་བཟུང་བའང་བྱུང་འདུག རྗེ་བཅུན་མི་  
 ལའི་རྣམ་ཐར་མཛོད་ནག་མར། ཁང་བ་ཀ་བཞི་གཏུང་བྱུག་དེ། །བཟང་ན་ཤོང་ལ་བཙོང་ན་གིམ། །དུས་  
 དེང་སང་བྱེད་འགྲེལ་བྱེད་མ་འགྲེལ། །པ་ཁང་གི་ལོ་ཐག་དེ་ནས་ཆོད། །ཅེས་རྗེ་བཅུན་མི་ལའི་ཁང་བ་དེ་  
 ཀ་བཞི་གཏུང་བརྒྱད་མ་ཡིན་པར་ཀ་བཞི་གཏུང་བྱུག་ཏུ་གསུངས་ཀྱང་། རྣམ་ཐར་པལ་ཆེ་བ་དང་མི་མཐུན་  
 པས། རྩ་མ་ཉིད་འཐད་པར་སེམས་སོ། །རྗེ་བཅུན་མི་ལའི་འཁྲུངས་གཞིས་ཀ་བཞི་གཏུང་བརྒྱད་ཀྱི་ཤུལ་ནས་  
 ལོ་མ་པ་ཉི་ཤུ་ཙམ་གྱི་སར་ཞིང་འོར་མ་བྱུར་གསུམ་དང་། སྤེ་བུ་སྟན་ཆུང་ཞེས་པའི་ཞིང་ཡང་ངོས་འཛིན་བྱེད་  
 ཅུས། ད་ལྟ་འཁྲུངས་གཞིས་སུ་མཆོད་རྟེན་གྱི་རྗེས་ཤུལ་ཙམ་མ་གཏོགས་མེད། སྤྱི་ལོ་<sup>1976</sup> ལོ་ནས་ལོ་བྱུག་ཙམ་  
 ལྷག་ལ་སྤྱིད་གོང་དུ་ལས་བྱེད་བྱས་ཐྱོད་བའི་ཀྱང་ཡོན་རྒྱ་ཡིས་བྲིས་པའི་བེན་ཐོའི་ནང་། རྩ་ལུང་སྡེ་བའི་ལམ་  
 འགམ་དུ། རྫོ་ཟེགས་མས་བཞེངས་པའི་གནའ་བོའི་མཆོད་རྟེན་ཞིག་ཡོད་དེ། དགེ་བཤེས་སྟོབས་རྒྱས་མཆོད་  
 རྟེན་དུ་གྲགས་ཤིང་། ད་ལྟ་བང་འཛིན་གསུམ་ལྷག་ལུས། དེར་རྒྱུང་གིས་གནོད་སྦྱོར་ཆེན་པོ་ཐེབས། མཆོད་རྟེན་  
 དེ་ལ་ལོ་ངོ་བརྒྱད་བརྒྱའི་ལྷ་རྒྱས་ཡོད་ཅིང་། དེ་ནི་ཕྱིས་ཀྱི་མི་ནམས་ཀྱིས་མི་ལ་རས་པའི་རྗེས་བྲན་དུ་བཞེངས་  
 པའི་དག་རྒྱུན་ཡོད་པར་བཤད་ནའང་། རྗེ་བཅུན་མི་ལའི་བྱིམ་དེ་གང་དུ་ཡོད་པའང་བྲིས་མེད། <sup>2007</sup> ལོའི་  
 ཟླ་བ་བདུན་པའི་ནང་། ང་རང་བསྟོད་པའི་སྐབས་ཐོག་དེར། ལྷ་དེའི་མི་ནམས་ཀྱིས་རྗེ་བཅུན་མི་ལའི་  
 འཁྲུངས་ས་དེ་མཆོད་རྟེན་གྱི་ཤུལ་ཡིན་པར་བཟན་བྱུང་བས། དེ་ལ་བདེན་པའི་ཆ་ཤིན་ཏུ་མཆིས་ཏེ། རང་  
 རེའི་བོད་ཀྱིས་སྒྲིབ་བྱ་དམ་པ་འཁྲུངས་པའི་གནས་སུ་མཆོད་རྟེན་བཞེངས་པའི་ཕྱག་ལེན་ཡོད་ཅིང་། ད་ལྟ་  
 ལོ་རབས་བདུན་ཅུ་བའི་ནང་དང་མི་འདྲ་བར་མཆོད་རྟེན་གྱི་རྗེས་ཤུལ་ཙམ་མ་གཏོགས་མེད། མཆོད་རྟེན་  
 དེའི་སྡོན་དུ་ལྷ་ཁང་ཞིག་བཞེངས་ཡོད་པ་རང་གོལ་གྱིས་བྲིས་པའི་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་ཐར་གྱི་ཚྭ་པ་པོ་  
 རུས་པའི་རྒྱན་ཅན་ཞེས་པའི་དབྱུང་ཚྭ་ཞེས་པ་ཞིག་ཏུ། རྗེ་བཅུན་མི་ལའི་པ་ཡུལ་སྐྱུ་ལྷ་རྩ་རྩ་དགོན་ཆུང་

① རྫོ་ནང་ལྷ་རྩ་ན་ཐས་བཙམས། 《ལྷ་རྩ་ཆོས་འབྱུང་》 བོད་རྫོངས་མི་དམངས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། 1983. P161

② རྫོ་ནང་ལྷ་རྩ་ན་ཐས་བཙམས། 《ལྷ་རྩ་ཆོས་འབྱུང་》 བོད་རྫོངས་མི་དམངས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། 1983. P213

③ ཀམ་རང་བྱུང་རྫོ་རྗེས་བསྐྱེགས། 《རྗེ་བཅུན་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་མཛོད་ནག་མར་》 རྟོད་ཆ། P58b

④ 张永发《千年吉隆》中国藏学出版社2006. P148

ཞིག་ཡོད་ལ། དེ་ནི་རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་འབྲུངས་གཞིས་ཀྱི་ཤུལ་དུ་བཞེངས་པ་ཞིག་ཡིན་པར་རྣམས་ཐར་ཉི་མའི་  
 སྟིང་བོར་བཀོད་པ་ལུང་དྲངས་འདུག་ལ། སློ་མཐུན་གྱིས་མེས་ཀྱང་དཔུང་ཚྭ་དེ་གཞིར་བཟུང་ནས་ངེ་  
 བཞིན་བཤད་ཀྱང་། དེ་ལོར་བ་ཡིན་ཏེ། རྣམས་ཐར་ཉི་མའི་སྟིང་བོ་ནི་གཙང་སྦྱོན་ཉེ་དུ་ཀའི་རྣམས་ཐར་ཡིན་  
 ཞིང་། དེར་རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་འབྲུངས་ཡུལ་གྱི་སྤྲ་ཆ་ན། ལྷ་ཁང་དམར་ཆུང་བྱ་བ་དང་པོ་རྩེ་མི་ལ་རང་གི་ཨ་  
 བྲེལ་ཁང་ཤུལ་ལ། ཕྱིས་ལྷ་ཁང་བཅོས་ཤིང་། རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་སྦྱོན་ཆུབས་ཅན་ཞིག་ཡོད་པ་མཇུག་དུ་  
 ཐེབས་ཞེས་གཙང་སྦྱོན་གྱིས་མཇུག་སྟུང་བར་བཤད་པ་དེ་ཡིན་པས། དེ་ནི་རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་འབྲུངས་  
 གཞིས་ཀྱི་ཤུལ་ནི་མ་ཡིན་པར་ཨ་བྲེལ་ཁང་ཤུལ་ཡིན་པ་གསལ་བས་སོ། །དགེ་བཤེས་རྟོག་ཆུས་མཆོད་རྟེན་  
 ཟེར་བ་ལ་དཔགས་ན། མཆོད་རྟེན་དེ་བཞེངས་པ་པོ་ནི་དགེ་བཤེས་དེ་ཨ་ཡིན་སྟེ། འདི་བའི་རྣམས་ཐར་དང་  
 ལོ་རྒྱུས་ཀྱིས་བོན་མ་རྟེན་པས་བཤད་ཐབས་བྲལ། མ་ཡུལ་གྱི་གདུང་དེ་ནི། རྩེ་བཅུན་གྱི་རྣམས་ཐར་དུ་གསལ་  
 བོར་བཀོད་མེད་ནའང་། མཁུར་འབྲུམ་དུ། མ་ཆན་ཤི་བ་དང་སྤིང་མོ་འབྲུར་བས་ཁོ་ཐག་ཆོད་ནས། ཡིད་  
 ཤིན་ཏུ་སྦྱོ་བ་ཞིག་བྱུང་སྟེ། ཉི་མ་མ་ཐུབ་བར་སྒྲིག་ཅིག་ཏུ་བྱུང་བཤད། ཉི་མ་དམར་ཐག་ཆོད་པ་དང་ཡུལ་  
 དུ་ཕྱིན་ཏེ། མའི་རུས་པ་བཏུས། དཀོན་མཆོག་བཅེགས་པའི་གཞུང་ཁུར། དེ་ནས་སྒྲིག་སྟོབ་པའི་སྟོབ་དཔོན་  
 གྱི་སྐས་དེའི་མདུན་དུ་སོང་ནས་མཆོད་འདེབས་སྒྲུབ་དཀོན་བཅེགས་ཀྱི་མདོ་དེ་ཤུལ་བའི་ལོ་རྒྱུས་ལ་གཞིགས་  
 མོ། སྤར་མཐུ་མང་དུ་བཏང་བའི་རྒྱུན་གྱིས་ཡུལ་མིས་ཚུར་ཕྱོད་དུ་དོགས་ཤིང་། མའི་གདུང་ནི་ཡལ་གྱི་  
 གདུང་ལྟར་རྒྱབ་རིའི་སྟེང་དུ་མ་བཞག་པར་ལུང་བ་དེའི་ཕུ་སྟེ། གཞིས་ནང་མ་ཞེས་པའི་ལུང་ཕུག་ཏུ་བཞག་  
 ཡོད་པས་ཀྱང་ཤེས་སོ། །རྩེ་བཅུན་མི་ལས་སྤར་སེར་བ་བཏང་བའི་སྐབས་དེར། ཡུལ་དུ་ཐེབས་ཏེ། ལུང་  
 བའི་ཕུར་གཏང་འཇུག་མདའ་རུ་སེལ་འཇུག། ཡུལ་འདིར་སྔོན་མཁན་གྱི་མི་མེད་པ་ཞིག་བྱ་ཞེས་གསུངས་  
 པ་རྣམས་ཐར་དག་ཏུ་འབྱུང་བེད། ཕྱིས་སུ་བོད་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་རྟོག་དང་རྒྱུན་གང་ཡིན་མི་ཤེས་ཀྱང་། ལུང་བ་  
 འདི་དོག་པའི་ཐོག་ཤེད་སྐགས་རྒྱན་མ་ཆད་པས། ཞིང་ཕུགས་ཀྱི་ཐོན་སྐྱེད་ལ་གནོད་པ་ཆེན་པོ་ཐེབས་  
 ཕྱིར། ཟ࿳་ལོ་<sup>2004</sup> ལོར་རྒྱབ་རི་དང་འབྲེལ་བའི་ལ་བྲན་ལའི་པ་རོལ་གྱི་བུམ་པ་རིའི་འདབས་སུ་གནས་སྟོན།  
 སྤར་གྱི་གནས་དེ་ལ་ད་ལྟ་ཆ་ལུང་རྟིང་པ་དང་། བུམ་པ་རིའི་འདབས་དེ་ལ་ཆ་ལུང་གསར་བར་བཞོད་ཅིང་།  
 གནས་གཞི་མ་སྟོན་པའི་སྔོན་ཁྲིམ་ཆོད་བཅུ་དྲུག་ཡོད་ཀྱང་། ད་ལྟ་དུང་བྱིམ་ཉི་ཤུར་འཕོས། མི་གྲངས་བརྒྱ་

① 攘卓著。克珠琼佩译 <<“米拉日巴传”的作者—乳毕坚金>><<西藏民族学院学报>>1986-1

② 周炜<<米拉日巴传>>的语法特征及比较中国藏学出版社 2000. P61

③ ོན་ཆོད་བས་བཅུམས། <<གཙང་སྦྱོན་ཉེ་དུ་ཀ་སྒྱུགས་ཐམས་ཅད་ལས་རྣམས་པར་རྒྱལ་བའི་རྣམས་ཐར་རྩོམ་ཞེས་པའི་གསལ་བྱེད་  
 ཉི་མའི་སྟིང་བོ>>ཤིང་དཔར། P36-37

④ གཙང་སྦྱོན་ཉེ་དུ་ཀ་སྒྱུགས་བསྐྱེགས། <<མཁུར་འབྲུམ>>མཆོ་སྦྱོན་མི་རིགས་དཔེ་སྦྱོན་ཁང་། 1981. P132—135

⑤ ཀམ་རང་བྱུང་རྩོམ་བསྐྱེགས། <<རྣམས་ཐར་མཆོད་ནག་མ>>རྟོད་མ། P11a



དང་ཉི་ཤུ་ལྷག་ཡོད་པར་བཤད། བྱིས་སྤྱི་མཐུན་གཞི་མང་དུ་མི་འཕེལ་བར་མངོན་ཏེ། དུལ་འདིར་བོད་ཀྱི་ས་  
 ཆ་རེ་འགའི་གནད་འོ་འཕྲུག་སྒྲིལ་བཞིན་རང་བྱིས་ཀྱི་སྤྱན་རླབས་ལ་ཆུང་མ་གཅིག་མ་གཏོགས་མི་ལེན་  
 པའི་བྱིར་རོ། འཕྲུག་སྒྲིལ་འདི་ཅི་ལྟ་བུ་ཡིན་པའི་སྐོར་ནི། མེ་ཀེ་ཨར་ཟེ་ཏན་གྱིས་བཀྲ་ཤིས་ཆོ་རིང་གི་མི་ཆོ་  
 ལོ་རྒྱུས་ཟིན་ཐོ་བཀོད་པ་<sup>①</sup>ནང་གསལ་བས་དེ་ལས་ཤིས་པར་བྱའོ། གྲུབ་མཐའ་ནི་དགེ་འཕྲུག་སྤངས་དང་། སྤངས་མ་  
 རྒྱལ་པོ་སྤྱི་ལུ་ལྟོ་ལ། ད་ལྟ་གནས་གཞི་འདིར་འཕྲུག་སྐྱོང་སའི་རུ་བའི་གནས་སྤོང་ཅམ་ལས་ཁང་བ་མང་  
 ཆོ་བ་སྤོང་རེར་གནས། སྤྱབ་སྤྱུག་འོད་གསལ་སྤྱུག་ཀྱང་སྤེ་བ་འདིའི་སྤོང་ཅམ་དུ་གནས་ཀྱང་། རིའི་སྤོང་གི་  
 བྱེ་མ་མར་བསྐྱབས་པས་སྤྱབ་སྤྱུག་ཀྱང་བཅད་དེ། རྩེས་ཤུལ་ཅམ་མ་གཏོགས་མེད། ཆེས་ཐག་ཉེ་སའི་སྤྱབ་  
 སྤྱུག་ནི་འོད་གསལ་སྤྱུག་མ་ཡིན་པར་སྤྱབ་པ་ཉམས་ལེན་གྱི་རྐྱེད་ཚུགས་སའི་སྤྱབ་སྤྱུག་ཐོག་མ་རྐྱེད་ཚུགས་  
 སྤྱུག་ཅས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་ཙུང་རྟིང་པའི་རྒྱལ་རིའི་སྤོང་གི་ལུང་སྤུ་ཞིག་གི་སར་ཆགས། ཆེན་པོ་ཞིག་ནི་མ་  
 ཡིན་པར་ཁང་མིག་གུན་ཆུང་ཆུང་ཞིག་ཤོ། ། འདི་དག་ནི་ནམ་ཐར་ནམས་སྤྱུ་མངལ་དུ་མེད་པས་མཐོང་ཆོས་  
 སྤྱུ་རྒྱུར་བ་རི་བཞིན་དམིགས་སྤྱུ་བཀའ་ནས་མདོར་ཅམ་བཀོད་པའོ། །

## གཉིས། བྱིས་རྒྱུད་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་འགའ།

བྱིས་རྒྱུད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སྤངས་ཆོས་ད་དུང་རེས་པར་དུ་ཐག་གཅོད་བྱེད་དགོས་པ་བཞིན། དེ་ལས་དང་པོ་ནི།  
 གཙང་རྒྱུན་གྱིས་བྱིས་རྒྱུད་འདི་ནི་རིག་སྤྲུག་རྟིང་མ་བའི་རྩོ་སྤྲུས་ཤིག་རྒྱལ་ཁམས་སྤྱུ་གནས་བསྐྱར་དང་……  
 ཉེན་མངལ་ལ་ཕེབས་ཏེ། ལ་སྤོང་བྱང་དུ་གཞི་པབ་པར་བཤད་ཀྱང་། དེ་ལྟར་ན། མིང་ལའི་བརྒྱུད་པ་ནས་  
 ཡར་འདེད་བྱས་པའི་མི་རབས་ལྔ་བ་ནི། རྩོ་སྤྲུས་དེ་ཡིན་ལ། མི་རབས་གཅིག་ལ་ཆ་སྒྲིམས་ཀྱིས་ལོ་བཞི་བཅུ་  
 བྱས་པས་པལ་ཆེར་སྤྱང་དར་སྐྱབས་ཁེལ། གནས་བསྐྱར་དེ་དབུས་ནས་གཙང་ངམ་མངའ་རིས་དང་། ཡང་  
 བ་མངའ་རིས་ནས་དབུས་གཙང་གི་ས་ཆ་གང་རུང་ཞིག་ཡིན་རེས་པས། དེ་ལས་དབུས་ནས་མངའ་རིས་ཡིན་  
 ཟེར་ན། མངའ་རིས་སྤྱུ་དེ་དུས་གསང་སྤྲུག་རྟིང་མ་བའི་ཆོས་དར་བའི་སྤོང་མེད་དེ། སྤྱང་དར་གྱིས་སངས་  
 རྒྱུས་ཀྱི་བཟུན་པ་བསྐྱབས་རྩེས། དཔལ་ཆེན་ཆུ་བོ་རི་བཅུགས་པའི་མཁས་པ་མི་གསུམ་མངའ་རིས་སྤྱུ་བྱོས་  
 ཀྱང་། དེར་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བཟུན་པ་སྤེལ་མ་རུས་པར་གར་ལོག་བརྒྱུད་ཉོར་ཡུལ་དུ་བྱོས་པའི་ལོ་རྒྱུས་བྱང་  
 ཡོད་པ་དང་། མངའ་རིས་ནས་དབུས་གཙང་གང་རུང་དུ་ཕེབས་པ་ཡིན་ཟེར་ན། མངའ་རིས་སྤྱུ་དེ་དུས་ཆོས་

① དུལ་དེའི་སྤོང་ཐོན་བསྐྱེད་ནམས་ཀྱིས་བཤད། ལོ་ཉེར་དགུ་ཁོང་གི་སྤྱན་རླབས་པ་རྟོར་བྱ་དང་། དེའི་གྲོགས་པོ་བཟུན་འཛིན་  
 འགྱུར་མེད་གཉིས་ཀྱིས་ཙུང་ལུང་གསར་བ་ནས་ཙུང་རྟིང་བའི་བར་ནི་ཤན་བྱས་ཏེ། རོགས་སྐྱོར་མང་དུ་གནང་།

② 口述 扎西次仁 英文执笔 梅尔文·戈尔斯坦，威廉木·司本石初 中文译者 扬和晋《西藏是我家》中国藏学出版社2006. P5-6

དར་མེད་པའི་དབང་གིས་རྟོག་མཁུ་འགྲོ་མི་མྱོད་དོ། ། གལ་སྲིད་འགྲོ་བ་ཞིག་ཡིན་ན། མངའ་རིས་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་པའི་བོན་གྱི་ཆོས་མ་གཏོགས་མེད་པས། གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་མི་ལའི་བྱིས་རྒྱུད་འདི་བོན་དུ་བཤད་པ་དང་འགྲིག་གོ། །གཙང་སྒྲིན་གྱིས་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་གདུང་རྒྱུད་འདི་རིག་སྤྱོད་སྤྱོད་མ་བའི་སྒྲ་མཛོ་སྤྱོད་སྤྱོད་གི་བྱ་བྱུང་བོ་རྒྱས་ཞེས་པ་ལས་མཆེད་པར་བཤད་ཀྱང་། བྱིས་སྤྱོད་བཙུན་མི་ལའི་སྤྱོད་སྤྱོད་པར་མཛོ་ན།

ཡང་གཉིས་པ་ནི། བྱང་ཆོ་དཀར་རྒྱལ་དགུང་ལོ་ཉེར་བཞི་བཞེས་པའི་དུས། མི་ལ་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཆོན་དགུང་ལོ་ཉེར་གཅིག་དང་། རྗེ་བཙུན་དགུང་ལོ་བཞི་ཅུ་བཞེས་པ་ནས་ཐར་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྒྲོན་མེར་གསུངས་པ་རང་ལུགས་སྤྱོད་སྤྱོད་ནས་བཤད་ན། བྱང་ཆོ་དཀར་རྒྱལ་ནི། སྤྱི་ལོ་<sup>1020</sup> ལོར་འབྲུངས་ཤིང་། རྗེ་བཙུན་པ་ལྷལ་དུ་ཕེབས་སྐབས་མ་ཤིན་པོ་བརྒྱུད་ཅུ་མང་བར་གཙང་སྒྲིན་གྱིས་བཤད་པ་ལྟར་བཞེས་ན། སྤྱི་ལོ་<sup>1085</sup> ལོར་གྲུང་ཐང་སྐྱ་སྐྱ་ཆ་ཕེབས་ཤིང་། དེ་ནས་ཡར་བཞེས་པའི་ལོ་བརྒྱུད་པ་ནི་སྤྱི་ལོ་<sup>1077</sup> ལོར་ཁེལ་བས། དགུང་ལོ་དང་བརྒྱུད་བཞེས་པའི་ལོ་འདིར་གཤེགས་སམ་སྒྲུ་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྒྲོན་མེར། ཡར་ལྷུང་དང་ཉ་ནག་ན་ཡོད་དུས་མ་གཤེགས་པས་གཉག་དང་བོན་པོ་གཉིས་པོས་སེམས་གསོས་སྤྱོད་གཟུག་གཟུག་གནང་ནས་ཞལ་ཉ་མཛད་པར་ལྟུངས་པས། རྗེ་བཙུན་མར་བ་མཁུ་བའི་ལོ་རྒྱུ་དེ་དུས་ཕེབས་ལམ་དུ་སྒྲོབ་དཔོན་གཉིས་ཀྱིས་སེམས་གསོ་མཛད་པ་ཡིན་ནམ་སྒྲུ་པས་འདི་དག་ཉ་ལམ་དུས་འགྲིག་གོ། །ཡབ་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཆོན་ནི། སྤྱི་ལོ་<sup>1023</sup> ལོར་འབྲུངས་ཤིང་། དགུང་ལོ་ཉེར་གཅིག་བཞེས་པའི་ལོ་རྒྱུ་སྤྱི་ལོ་<sup>1043</sup> གཤེགས། དེ་ཉ་མགོན་པོ་སྤྱིད་ནི། རྗེ་བཙུན་ལས་དགུང་ལོ་གསུམ་གྱིས་རྒྱུང་བ་དེ་ལྟར་ན། སྤྱི་ལོ་<sup>1043</sup> ལོར་འབྲུངས་ཤིང་། རྗེ་བཙུན་མ་གྲོངས་པའི་ལོ་ལྔའི་གོང་ནས་གར་སོང་འདིར་སོང་མེད་དེ། ལུས་བྱེད་ནས་གཤེགས་པར་འདོད་པ་ལས། དགུང་ལོ་དོན་བདུན་བཞེས་པའི་ལོ་རྒྱུ་སྤྱི་ལོ་<sup>1119</sup> ལོར་པལ་ཆེར་གཤེགས། རས་པ་བྱ་ཆེན་བརྒྱ་གཉིས་ཀྱིས། སྤྱིང་མོ་དེ་ཉ་མཆོས་སྒྲོར་ཞུགས་པས། རང་བྱུང་གི་རྣལ་འབྱོར་མ་བཟང་བོ་ཞིག་བྱུང་སྟེ། རྗེ་བཙུན་ལ་སྤྱོད་དམན་གྱི་སྒྲོབ་མ་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱུད་ཡོད་པའི་ཡ་ཐོར་གྱུར་བ་ཞིག་གསུངས་པ་ལ་བརྟགས་ན། བྱིས་སྤྱོད་ཉམས་ལེན་ལ་གཞོལ་བའི་སྒྲོམ་ཆེན་མ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་བར་ཡང་སེམས་སོ། །

① གཙང་སྒྲིན་ཉེ་དུ་ཀས་བསྒྲིགས།《རྣལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕྱག་ཆེན་པོ་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མཁུར》མཆོ་སྒྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུབ་ཁང་།1981. P15

② གཙང་སྒྲིན་ཉེ་དུ་ཀས་བསྒྲིགས། 《མཁུར་འབུམ་》1981. P132

③ ཞི་བྱེད་རས་པས་བཅུམས། 《ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྒྲོན་མེར》 དབུ་ཅན་བྲིས་མ། P12

④ ཞི་བྱེད་རས་པས་བཅུམས། 《ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྒྲོན་མེར》དབུ་ཅན་བྲིས་མ། P62

⑤ རས་པ་བྱ་ཆེན་བརྒྱ་གཉིས་ཀྱིས་བཅུམས། 《རྗེ་བཙུན་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་ཐར་》 དབུ་ཅན་བྲིས་མ། P58

གསུམ་པ་ནི། ཡབ་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཆོན་གཤེགས་རྩེས། ལྷང་ཆ་དཀར་རྒྱན་སོགས་མ་སྤང་གསུམ་ལ་  
 དཀའ་ལས་མང་པོ་འབྱུང་རྒྱུ་གཙོ་བོ་ནི། རྣམ་ཐར་རྣམས་སུ་གསལ་བོ་བཤད་པ་མ་མཐོང་ཞིང་། གཅིག་  
 ནས་གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་མེས་པོ་རྩོམ་རྩལ་བོ་གཤེགས་རྩེས། རིན་རྒྱལ་ལ་བྱ་དང་བྱ་མོ་  
 མང་བས་རྒྱ་ཁྱོར་ལ་ཉལ་ཤ་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་པ་མའི་ཤུལ་གྱི་རྩོད་ཡོད་ཆད་ཤིང་རྒྱལ་ལ་བྱིན་པ་དེ་མ་  
 ལེགས་ཟེར་བའི་འཁོན་འཛིང་གི་གནད་དོན་ཞིག་ཡོད་པ་དང་། གཉིས་ནས། མི་ལ་ཤེས་རབ་རྒྱལ་  
 མཆོན་གཤེགས་ལ་ཉེ་བའི་སྐབས་སུ། དེ་ཉིད་ཀྱི་སེམས་སུ་ལྷང་ཆ་དཀར་རྒྱན་ལོན་གཞོན་པས། བྱིས་སུ་མི་  
 གཞན་དང་གཉེན་བསྐྱེད་ཆོ། རང་གི་ཤ་ཁྲག་ལས་ཆད་པའི་བྱ་སྤྲུག་གཉིས་མནར་བར་དོགས་ནས་རྒྱ་ཁྱོར་  
 རྣམས་སུ་བོ་དང་སྤྱོད་མེད་བཅོལ་ཞིང་། དུས་ལ་བབས་ཆོ་རྒྱ་ཁྱོར་རྣམས་སྤར་སྤྲོད་དགོས་པ་དང་། བརྒྱལ་མ་  
 སྤྲོད་ན་ཤི་དུར་ཁྲུང་ནང་ནས་བལྟའི་ཞེས་རང་གི་དུར་ས་ཡང་སྤེལ་བའི་རྒྱལ་རི་ཉིན་ཁ་བྲག་གསེང་ཞེས་པའི་  
 རི་དེའི་ཐོང་ཀ་ཞིག་ཏུ་བཞག་ཡོད་པ་ལ་གཞིགས་ཆོ། རྒྱ་ཁྱོར་དང་བྱ། བྱིས་ཐབ་བཅས་ལ་ཁ་ཆེམས་དང་།  
 སྤོང་མི་མང་བོ་ལ་འབའ་བཞག་སྟེ། ཆོ་ལས་འདས་པ་ནི་བསྟོན་མི་རུས་སོ། །བྱིས་སུ་ཤིང་རྒྱལ་འདས་ནས་ལོ་  
 བཞི་ལོན་པའི་དུས་ཏེ། དཀར་ལེགས་ལོ་ཉི་ཤུ་ཙམ་བདུན་ལོན་པ་དང་། སོ་གཉེན་མོ་གཉེན་ཆོགས་ནས་གོས་  
 བྱས་ནས། ད་ཡུགས་ས་ཡང་སངས་པས། དཀར་ལེགས་རིན་རྒྱལ་གྱི་བྱ་དང་དུས་ཅིག་སྤོང་དགོས་ཟེར་བ་

① ཞི་བྱེད་རས་པས་བཅུམས། <<ཉི་ལྷའི་འོད་ཟེར་སྒྲོན་མ་>> P4b

② གཙང་རྒྱུན་གྱིས་བསྒྲིགས་<<མཁུར་འབུམ་>>མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུལ་ཁང་། 1981. P22

③ རྣམ་ཐར་ཉི་ལྷའི་འོད་ཟེར་སྒྲོན་མ་ཡི་ཤོག་ངོས་<sup>5</sup> བའི་སྤྲོད་ལྷང་ཆ་དཀར་རྒྱན་དགྲུང་ལོ་ཉིན་བཞི་བའི་སྐབས་ཤེས་རབ་རྒྱལ་  
 མཆོན་གཤེགས་པ་ཡིན་པས། དགྲུང་ལོ་ཉིན་བདུན་སྤྲོད་ཡུགས་ས་སངས་པར་བཤད་པ་ལ་གཞིགས་ཆོ། གནད་པོའི་དུས་སུ་ཡུགས་  
 ས་སངས་པའམ་ཡང་ན་རང་གི་གཉེན་ཉི་དུ་ཤི་བ་ཡིན་ན། སྤྲུག་ལོ་བཞི་ཙམ་དུ་ཁྲུང་དགོས་པར་འདུག བོད་ཀྱི་གནད་པོའི་ལོ་  
 རྒྱུ་ཡིག་ཆ་ཏུང་ཉིང་ཡིག་རྟིང་དུ་འདུང་། བྱིས་བཅོན་སྤྱོད་<sup>649</sup> ལོར་དགྲུང་དུ་གཤེགས་པ་དང་། བཞི་ལོ་ལ་བབ་སྟེ། (སྤྱོད་<sup>651</sup>) །  
 བཅོན་པོ་ཉིན་ཀར་ན་བཞུགས་ཤིང་། བྱིང་བར། བཅོན་པོ་བྱིས་བྱིས་ཆོད་ཀྱི་མདད་བཏང་བར་ལོ་གཅིག་ཅེས་ལོ་གསུམ་པར་  
 འདས་མཆོད་སྐབས་པ་དང་། བྱི་འདུས་སྤོང་མང་བོ་རྩེའང་འབྱུག་ལོ་ལ་བབ་སྟེ། (སྤྱོད་<sup>704</sup>) ། དགྲུན་བཅོན་པོ་ཆབ་སྤྲིད་ལ་ལྷ་ལ་  
 གཤེགས་པ་ལས། དགྲུང་དུ་གཤེགས། ཉི་ལོ་ལ་བབ་སྟེ། (སྤྱོད་<sup>706</sup>) ། དགྲུན་བྱིང་བར་བཅོན་པོ་ཡབ་ཀྱི་མདད་བཏང་ཞེས་ལོ་  
 གསུམ་གྱི་རྩེས་མདད་བཏང་བ་དང་། བྱི་སྟེ་གཙུག་བཞུགས་ཀྱི་སྐབས་བྱ་གཞི་ལོ་ (སྤྱོད་<sup>721</sup>) ། ཡུམ་བཅོན་མ་ཉི་གཞི་དང་ས་པར་ལོ་ཆེག་  
 དང་། བཞི་ལོ་ལ་ (སྤྱོད་<sup>723</sup>) ། ཡུམ་བཅོན་མ་ཐོག་མདད་བཏང་ཞེས་ལོ་གསུམ་གྱི་རྩེས་དང་། ཡང་ཉི་ལོ་ལ་ (སྤྱོད་<sup>730</sup>) ། ལྷ་མ་ལྟ་  
 སྤངས་ནོངས། སྤྱེའི་ལོ་ལ་ (སྤྱོད་<sup>732</sup>) ། ལྷ་མ་ ལྷས་པངས་ཀྱི་མདད་བཏང་ཞེས་ལོ་གསུམ་གྱི་རྩེས་དང་། ཡང་ཡོས་བྱའི་ལོ་ལ་ (སྤྱོད་  
 ལོ་<sup>739</sup>) ། སྤས་ལྷས་བོད་དང་ཀིམ་ཤིང་ཁོང་ཙོ་ རོངས་པར་ལོ་ཆེག་ སྤྱུལ་གྱི་ལོ་ལ་ (སྤྱོད་<sup>741</sup>) བཅོན་པོ་སྤས་ལྷས་བོད་ལ། བཅོན་པོ་  
 ཁོང་ཙོ་གཉིས་ཀྱི་མདད་བཏང་བར་ལོ་གཅིག་ ཅེས་ལོ་གསུམ་གྱི་རྩེས་ནས་འདས་མཆོད་སྐབས་སྟེ། སྤྲུག་སངས་པར་བྱས་པ་ཤེས་  
 པས། རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་ཉི་ལྷའི་འོད་ཟེར་སྒྲོན་མར་གསུངས་པ་ཡང་། བྱི་དར་གྱི་རྩེས་ཙམ་དུ་གནད་པོའི་གོམས་སྤྱོད་དེ་  
 ཉིད་མ་རྟིང་བར་གནས་པ་ཤེས། ཁ་ཅིག་གིས་བཅོན་པོའི་དུས་སུ་ལོ་གསུམ་ཡིན་པ་ལས་ལོ་བཞི་མིན་པར་བཤད་ཀྱང་། དེ་ནི་ཞིབ་



བཏགས་ཡིན་པར་འཆར་མོད། དེ་ལྟ་མིན་ཏེ། རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་སྐབས་ཐོག་དེ་ནི་བོད་བཅན་པོའི་སྲིད་  
 དབང་ཐོབ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་བས། གཅིག་གྱུར་གྱི་རྒྱལ་ཁྲིམས་མེད་པ་དང་། ལྷག་པར་དུ་གྲུང་ཐང་དེ་བྱིས་སུ་རབ་  
 བྱུང་བཅུ་བའི་ལྷགས་པོ་སྤེལ་ཏེ། སྤྱི་ལོ་<sup>1620</sup> ལོར་གཙང་བ་རྒྱལ་བོའི་དཔུང་གིས་གྲུང་ཐང་གི་རྒྱལ་སྲིད་མ་  
 སླངས་པའི་བར། གྲུང་ཐང་དུ་རྒྱལ་རབས་ཉེར་གསུམ་<sup>①</sup> གྱོན་ཞིང་། རྒྱལ་རབས་ལྔ་བ་བཅན་ལྷེ་དང་དུག་པ་  
 འོད་ལྷེའི་དུས་སྤྱི་ རྩེ་བཅུན་ཆེན་པོ་མི་ལ་རས་པ་ཡང་གྲུབ་པ་བཞེས་ཏེ། ཟ་འོག་སྤྲུག་དུ་ཕེབས་པ་དང་དུས་  
 མཚུངས་པར་<sup>②</sup> གསུངས་པ་ལ་བཞགས་ན། འདི་ཙམ་དུ་རྩེ་བཅུན་མི་ལ་བྱུང་བ་ཡིན་ཡང་། སྐབས་དེར་ད་  
 དུང་རྒྱལ་བོ་ནམས་ལ་བཅན་པོའི་རྒྱལ་བརྒྱད་ཀྱི་མིང་ཙམ་མ་གཏོགས་དབང་ཤུགས་མེད་དེ། རྒྱལ་བོའི་  
 ཁབ་ཀྱང་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་མི་རྟེན་པའི་བྱིར། བྱིས་སུ་ཐབས་སྣ་ཆོགས་ལ་བཞེན་ནས་རྒྱལ་རབས་བཅུ་བ་  
 བཅུན་ལྷེའི་སྐབས། ཆོས་རྒྱལ་འགོ་མགོན་འཕགས་པའི་གཅེན་མོ་ཉི་འབུམ་ཁབ་དུ་བཞེས་ཏེ། དེ་ལ་སྤྲུལ་  
 ཆོས་རྒྱལ་འབུམ་ལྷེ་མགོན་(1253—1280) གྱོན། འདིའི་དུས་སྤྱི་སྤྱི་བའི་སྤྱི་བས་ཤུགས་རྒྱབ་དཔུང་དུ་བཞེན་  
 བས་གྲུང་ཐང་པལ་ཆེ་བ་དབང་དུ་བསྐྱུས་ཤིང་། རྒྱལ་བོའི་ཁབ་བཟ་ཤིས་ཁྱུང་རྫོང་དཀར་བོ་ཞེས་ད་ལྟའི་  
 རྫོང་དཀར་དུ་གྲགས་པ་བཞེས་ཤིང་། དེའི་ཞོར་དུ་བཅན་རྫོང་བཅུ་ལྷག་ལྷག་བཏབ། རྫོང་དཀར་གྱི་ཤུལ་ཆག་  
 ད་ལྟའང་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད། འདིའི་སྐར་རྒྱ་ཡིག་དུ་སྒྲིམ་ཐུན་ཏའོ་བེས་སྤྲུལ་གྱིས་ དཔུང་རྫོང་ཞིག་བྲིས་ཡོད་།  
 དེའི་སྐབས་ཀྱིས་རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་སྐབས་དེར་ས་གནས་ཀྱི་དཔོན་རྒྱུང་ནི་ཡོད་སྲིད་ཀྱང་། དེ་ལ་བསྐྱོག་ཞེས་  
 གི་དཔོན་པོ་གཞན་མེད་པས་ས་གནས་རང་དུ་རང་མགོ་རང་ཐོན་དང་། མི་ནམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཞིང་ས་རང་  
 གིས་ཆོང་གཉེར་བྱེད་ཆོག་པའི་དུས་སྐབས་སུ་སྤེལ་སྤོང་པ་ནམ་ཐར་དག་ལས་ཀྱང་ར་འཕྲོད་པས། ཁོར་  
 ཡུག་དེ་ལྟ་བུའི་ནང་རྩེ་བཅུན་མི་ལ་ལྟ་བུའི་བྱིམ་གཞི་ཉམ་རྒྱུང་ལ་བརྟམ་བཅས་དང་བཅན་གཞོན་བྱེད་པ་ནི་  
 སྤྱི་ཡུལ་ལས་འདས་པ་ཞིག་མིན་ལ། ནམ་ཐར་དུ་བཀོད་པ་དག་ཀྱང་རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་ལོ་རྒྱུས་ཁྱུང་པར་དུ་

① གྲུང་ཐང་གི་རྒྱལ་རབས་དང་པོ་འོད་དཔལ། གཉིས་པ་འོད་ཟེར་ལྷེ། གསུམ་པ་བདེ་རྒྱུད་ལྷེ། བཞི་བ་དབང་ལྷེ། ལྔ་བ་བཅན་ལྷེ།  
 དུག་པ་འོད་ལྷེ། བདུན་པ་དབང་ལྷེ། བརྒྱད་པ་སྐྱབས་ལྷེ། དགྲུ་བ་མགོན་ལྷེ། བཅུ་བ་བཅན་ལྷེ། བཅུ་གཅིག་པ་ཆོས་རྒྱལ་  
 འབུམ་ལྷེ་མགོན། བཅུ་གཉིས་པ་འོད་ཆེན་བཟང་། བཅུ་གསུམ་པ་ཆོས་རྒྱུང་ལྷེ། བཅུ་བཞི་བ་བཟ་ཤིས་ལྷེ། བཅོ་ལྔ་བ་སུན་ཆོགས་ལྷེ།  
 བཅུ་དྲུག་པ་བསོད་ནམས་ལྷེ། བཅུ་བདུན་པ་ལྷ་དབང་རྒྱལ་མཚན། བཅོ་བརྒྱད་པ་ནམ་རྒྱལ་ལྷེ། བཅུ་དགྲུག་པ་བསམ་ལྷེ། ཉི་ཤུ་བ་  
 ཀུན་དགའ་སློ་གྲོ། ཉེར་གཅིག་པ་ཀུན་དགའ་གྲགས། ཉེར་གཉིས་པ་བསམ་ལྷེ། ཉེར་གསུམ་པ་བསོད་དབང་ལྷེ་བཅས་སོ།

② ཀ་ཐོག་རིག་འཛིན་ཆོད་བང་ནོར་བུས་བཙམས། «བོད་རྩེ་བཅན་པོའི་གདུང་རབས་མངའ་རིས་སྤྲད་གྲུང་ཐང་དུ་རྩེ་ལྟར་  
 བྱུང་བའི་རྒྱལ་དེ་བཟེན་དྲངས་ཤེས་འབྲུལ་གྱི་མེ་ལོང་» «ཀ་ཐོག་རིག་འཛིན་ཆོད་བང་ནོར་བུའི་བཀའ་འབུམ་» སྤྲད་ཆ། གྲུང་  
 གོའི་བོད་རིག་པ་དཔེ་སྤྲུག་ཁང་། 2006. P63

③ 霍巍等著 《吉隆贡塘王城及卓玛拉康遗址的调查与阿里贡塘王国若干问题的初步探讨》《藏学研究论丛》西

གཏོང་ཚུལ་ཞིག་མེད་པ་མ་ཟིན་དུས་འགྱུར་ལ་དབྱེད་པས་རྟགས་ཅུས་སྟེ།

བཞི་བཅུ་ལྔ་པ་འཕྲུལ་མེད་དང་འབྲེལ་བའི་མེད་འགའ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། དེ་ལས་དང་པོ་ཡུལ་མེད་གི་  
སྐར་ལ། རྣམ་ཐར་ཉི་ལྔ་འོད་ཟེར་སྐོན་མེད། ལྷ་ལ་ཐར་རྒྱལ་ལྷ་ཡུལ་གྱི་ཆ་མཁར་དང་། གཙང་སྐོན་གྱིས་  
བསྐྱེད་པའི་མཁུར་འབུམ་དུ། མང་ཡུལ་གྱང་ཐང་རྒྱ་རྩ་ཆ་དང་། མཁུར་དུ། ཡུལ་ངན་ཆ་ཡི་ཀོ་རོན་ན།  
གཉེན་བཤེས་དགར་ལངས་མ་བུ་གསུམ། །སྐུ་ཕྱང་བེར་ཀས་གཏོར་བ་བཞིན། །ཞེས་ཆ་ཡི་ཀོ་རོན་དང་།  
རྣམ་ཐར་ཉིན་ལྔ་བས་སྐོན་ཕྱང་དུ། རྒྱ་རྩ་ཆ་ཡི་ཀོ་རོན་ཞེས་པ་སྟགས་འདྲ་མེད་མང་དུ་འབྱུང་ཡང་དོན་  
བསུས་ན། རྒྱ་རྩ་ཆ་དང་། རྒྱལ་པ། རྒྱ་ལྷ་ཚ་རོན། རྒྱ་རྩ་ཆ་ཡི་ཀོ་རོན་བཅས་བཞི་ཅུ་འདུས་སྟེ། །ཁ་ཅིག་གི་སྒོ་ལ་  
རྒྱ་རྩ་ཆ་ཞེས་པ་ནི་རྒྱ་ལྷ་སའི་དོན་ཏེ། རྒྱའི་དོན་ནི་ཅི་ཡང་མེད་པ་སྟེ། བྱིས་ཆང་དབུལ་བོ་དང་ལྷང་བ་རྩ་མེད་  
པ་ལ་རྒྱ་པམ་པོ་ཞེས་བརྗོད་པ་བཞིན། དབྱར་ཕྱང་དགུན་རིང་བའི་ལྷང་བ་དེ་ནི། ཡུལ་གྱི་གཞན་དང་བསུར་  
ན་ལྷ་མོར་རྒྱ་ལོག་གེར་འགྱུར་བ་ལ། རང་རེའི་སྐད་དུ་རྒྱ་ལྷ་སར་བརྗོད་པའི་སྐུ་ནས་རྒྱ་རྩ་ཆར་འགྱུར་བ་ཡིན་  
པར་བསམས་གྱང་། དེ་ནི་མེད་ཏེ། ཡུལ་དེའི་མི་རྣམས་ཀྱིས་རང་གི་གནས་གཞི་དེ་ལ་རྟ་རྩེར་བརྗོད་པ་འདི་  
ནི་ཆེས་གལ་ཆེ་བའི་དབྱེད་གཞིའི་གནས་ཤིག་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་རྟ་དང་རྒྱ་ནི་དོན་གཅིག་པས། རྒྱ་དམག་  
ཅེས་པ་རྟ་དམག་དང་། བོད་ཀྱི་སྐྱ་ཆེན་དང་དཔོན་ཆེན་སྟགས་དཔོན་གཡོག་ལས་ཆེན་ཆེ་ཆུང་མང་པོ་རྟ་  
བཞོན་ནས་མ་ཟིན་གྱི་འོ་རེམ་སྟེ། མདུན་ནས་དཀྱིལ་བར་ལས་ཆེན་ཆུང་རིམ་ནས་མ་ཟིན་གྱི་བྱས་ཏེ་འགོ་བ་དང་།  
དཀྱིལ་ནས་མཇུག་བར་གོ་གནས་མཐོ་དམན་གྱི་རིམ་པ་གཞིར་བཟུང་སྟེ། འགོ་བའི་སྒྲིལ་ཡོད་པ་དེ་ལ་ཞེ་  
སའི་ཆོག་དུ་ཆེབས་རྟགས་དང་། སྤྱིར་བཏང་དུ་རྒྱ་རྟགས་སུ་བརྗོད་པ་འདི་དག་ལ་བསམས་ཆོ། རྟ་རྩེ་དང་རྒྱ་  
རྩེ་དོན་གཅིག་དུ་འགོ་བ་ཤེས་ཅུས་ལ། རང་རེའི་སྐོན་གྱི་གོམས་སྒྲིལ་མཐའ་དག་གི་གཟུགས་བརྟན་ཏུ་བྱར་  
གནས་པའི་གོ་སར་སྐྱུང་དུ་འདྲ་། སྤྱིར་གོས་ཏོར་ལ་དམག་དྲངས་པའི་སྐབས་སུ། དེ་སྟེ་སྐོན་མ་དཀར་པོ་སྟེ།  
རྟ་དྲང་སེང་མདོག་དེ་ཆུ་བྱ་རེད། །དེ་རྗེས་བྱང་བའི་སེར་པོ་སྟེ། །རྟ་ངང་བ་མཁྱེད་པའི་གསེར་བྱ་རེད།  
། རྟ་ཁྲི་དཔོན་ཉི་འབུམ་དར་ཡག་རེད། །དེ་རྗེས་བྱང་བའི་ཁམ་པ་སྟེ། །རྟ་མི་རི་མཆོལ་རྟགས་འཆམ་ཤེས་  
རེད། །རྟ་ཁྲི་དཔོན་ཨ་ཁུ་དཔའ་སེང་རེད། །དེ་རྗེས་བྱང་བའི་སྐོན་པོ་སྟེ། །རྟ་ཆལ་ཆེན་དངོས་གྲུབ་ལྷེམ་  
པ་རེད། །དེ་རྗེས་བྱང་བའི་ནག་པོ་སྟེ། །རྟ་པོ་རྒྱུང་ནག་གདོང་གཙོད་རེད། །དེ་རྗེས་བྱང་བའི་སྐྱུག་གྲུ་སྟེ།  
། མཁྱེད་པ་སྐྱུག་གྲུ་ལྷེམ་ཤེས་རེད། །ཅེས་རྟ་དཀར་ནག་སྟགས་ལ་རྒྱ་ཞེས་སྐྱུར་བའི་བར་ལས་ཤེས་སྟེ། །དེས་  
ན། རྒྱ་རྩ་ཆ་ཞེས་པ་འདི་ནི་རྟ་རྩེ་རྩེ་དང་འདྲ་བའི་ལྷང་བ་དེའི་ཆའམ་ཕུ་དུ་གནས་སྟེ་བྱས་པའི་ཡུལ་གྲུ་ལ་  
གོ་བ་ལས་གཞན་ནི་མེད་ཞིང་། དེ་འདྲ་དཔེ་སྤངས་པ་རང་རེའི་ཡུལ་སྐད་དང་སྐྱུང་རབས་ཆེན་པོ་རྣམས་སུ་

① དུང་དཀར་སྒོ་བཟང་འཕྲིན་ལས་ཀྱིས་བཅུམས། «དུང་དཀར་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོ» གྲུང་གི་བོད་རིག་པ་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།

ལམ་འཕྲང་ན་ཇའི་ཉག་མ་འབྲ་བ་ཞེས་སྒྲུར་བ་མང་དུ་གནས་པའི་ཕྱིར་རོ། ཀོ་རོན་ནི་ཡུལ་དེའི་ལུང་ཁྲག་  
དེ་ཙམ་ལ་གོ་བར་སེམས། ད་ལྟ་ཙུང་དུ་གྲགས་པ་ཡང་རྒྱ་ཡིག་ཏུ་ 哲隆村 ཏུ་བཞིན། རྒྱལ་ལྷ་ནི་མཁས་དབང་  
དགེ་འདུན་ཚོས་འཕེལ་གྱིས་མཁས་ཉམས་སུ་བསྒྲེལ་ས་ཏེ་མན་ལུང་ལ་སྒྲོན་ལུང་དང་། གཡའ་མ་ལུང་ལ་  
ཡིད་སྒྲོན་ལུང་སོགས་སུ་བཅོས་པའང་ཡུལ་དེ་གཞན་གྱིས་ངོས་ཟིན་དཀའ་བ་སོགས་ཀྱི་སྒྲིན་ཡོད་པས་མི་  
ལྷགས་པར་གསུངས་པ་དང་འབྲ། ཙུང་ཀོ་རོན་ཞེས་པའི་རྩ་བའི་སྒྲུང་རྩ་དང་། ཀོ་རོན་ནི་ཡུལ་དེའི་བྱེ་བྲག་  
ཅིག་ཡིན་པར་སེམས་མོད། རོན་གྱིས་སྒྲུང་རྩ་བའི་ལུང་བའི་ཕུ་མདའ་བར་གསུམ་དང་། ཀོ་རོན་ནི་ཀོ་རོང་སྟེ་  
ས་ཆ་ལུང་ཁྲག་ཅན་ཏེ། ལུང་བའི་ཕུ་ཙམ་ལ་གོ་འཕྲུལ་མ། མགུར་འབུམ་དུ། རྒྱུད་དང་མ་འབྲེལ་ཉམས་ཐུང་  
དེ། ཀོ་མོག་ཆབ་ལྟར་མ་ཉེངས་སམ། ཞེས་ཀོ་མོག་ཀྱང་ཆུ་འབྱེལ་སའི་གནས་ཆུང་དུ་ལ་བྱའོ། །དེས་ན། ཀོ་  
རོན་གྱི་སྒྲིན་ནི་ཀོ་རོང་དུ་རི་ལྟར་འཕྱར་ཞིན། ཡུལ་སྐད་ལས་ལ་སྟོད་སྐད་ཀྱི་ཤན་ལྷགས་པ་ཡིན་ཞིང་། རྩེས་  
འབྲུག་གིང་སྒྲ་དེ་ན་ཡིག་ཏུ་འཕྱར་བ་དབེར་ན། རོ་འཕོང་ལ་རོ་འཕོན་དང་། རོང་ལ་རོན། ཉམས་ཐུང་ལ་  
ཉམས་ཐུན། སོང་ལ་སོན། སྦྱང་ལ་སྦྱན། རྒྱལ་འགོང་ལ་རྒྱལ་འགོན་དུ་བཞིན་པ་བྱང་རྩ་སྦྱང་དང་ནག་ཆུའི་  
སྐད་དུ་མང་བའི་ཕྱིར་རོ། །ད་ལྟ་གནས་གཞི་རྒྱུང་བ་དེ་ལ་རྩ་ལུང་རྒྱུང་བ་དང་། གསར་བ་ལ་རྩ་ལུང་གསར་  
བར་འབོད་དོ། །

① དགོའདུན་ཚཱ་འཕེལ་གྱིས་བཟུང་ནས། «རྒྱལ་ཁམས་རིག་པ་མ་བརྒྱུད་པའི་གཏམ་རྒྱུད་གསེར་གྱི་ཐང་མ» (《གསུང་ཚཱ་པོ་དང་པོ་》) བོད་ཚཱ་ངས་བོད་ཡིག་དཔེ་རྒྱུ་ཁང་། 1990. P63

③ ཀམ་རང་བྱུང་རྟོ་རྩེས་བསྒྲིགས། 《མཛོད་ནག་མར་》དབྱ་ཅན་གྲིས་མ། ལྷོ་དཀ P2

⑤ ཀམ་རང་ཕུང་རྫོ་རྗེས་བསྐྱེགས་«ནམ་ཐར་མངོད་ནག་མ»ཟླང་ཆ P69

ཕྱིགས་བསྐྱེགས་མ་བྱས་པའི་རྟགས་དང་། གཉིས་ནས་མཛོད་ནག་མའི་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་ཡང་ནམ་  
 ཐར་ཅིག་ན་ཞེས་ཡང་ཡང་ལུང་དྲངས་པ་ལ་གཞིགས་ཆེ། རྣམ་ཐར་བསྐྱེགས་པ་པོས་མགུར་འབྲུམ་ཕྱིགས་  
 གཅིག་དུ་བཀོད་པའི་ཆེ། ཕལ་ཆེར་རྣམ་ཐར་གཞན་དང་བསྐྱེས་ཏེ་འགལ་བ་བྱུང་བ་བསྟོན་མི་ཅུས་སོ། །དེ་  
 དག་གྲང་རྣམ་ཐར་མང་པོར་མི་ལ་རས་པ་ལ་བྱིས་སུ་ཐོགས་པའི་ཐོས་པ་དགའ་བཟེར་བ་དང་འབྲུལ་ལམ་སྟམ་  
 གྲང་། ཅུབ་བྱང་མི་རིགས་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་དཔེ་ མཛོད་ཁང་དུ་བཞུགས་པའི་སྟོན་པ་ཤེས་རབ་ཀྱིས་  
 བཅུམས་པའི་རྩེ་བཅུན་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་ཐར་མ་རིག་ཐུན་སེལ་ཞེས་པར། མི་ལའི་ཡབ་མི་ལ་ཐོས་སེལ་བྱ་བ་  
 ཅིག་སྟེན། མཚན་རང་ལ་ཤེར་རྒྱལ་བཟེར་ཞེས་གསུངས་པའི་བབ་ལ་བརྟགས་ན། དེ་འདྲའི་གཅེས་མིང་ཞིག་  
 གྲང་ཡོད་པས་རྣམ་ཐར་ལ་ལར་མཚན་སོ་སོ་འབྱུང་བ་ཡིན་ནམ་སྟམ་པས་བརྟག་པར་རིགས་སོ། །རྩེ་བཅུན་  
 གྱི་མ་ཡུམ་ལ་རྣམ་ཐར་ཉི་ལྔའི་འོད་བཟེར་སྟོན་མེར། ཉང་བཟའ་དཀར་ལེགས་དང་། ལྷོ་རོང་ཆོས་འབྱུང་དུ་  
 ཉང་བཟའ་དཀར་ལེགས་དང་། རས་པ་བྱ་ཆེན་བཅུ་གཉིས་ཀྱིས་བཅུམས་པའི་རྣམ་ཐར་དུ། ཉང་བཟའ་རྒྱན་  
 རྣམ་ཐར་བྱིན་རྒྱལ་སྟོན་པུང་དུ། ཉང་ཆོད་དཀར་རྒྱན་དང་། རྣམ་ཐར་མཛོད་ནག་མར། ཉང་བཟའ་རྒྱན་  
 འདྲ་མཚམས་རེ་མུང་བཟའ་དཀར་རྒྱན་། རྣམ་ཐར་དངོས་གྲུབ་ངག་གི་སྟེ་མར། ཡུམ་ཉང་ས་སྐར་རྒྱན་དང་།  
 རྒྱའི་ལུམ་བྱ་ཡོན་ཏན་བཟའ་བོས་མཛོད་པའི་མིང་ལ་དོ་རྩེ་རྒྱལ་མཚན་གྱི་རྣམ་ཐར་དུ། ཡུམ་འབྲོ་བ་དར་  
 འོད། མགར་དཔོན་གྱི་རྩེ་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་དུ། མུང་བཟའ་ལྷན་ལྷོ་ཞེས་འབྲི་ཚུལ་སྣ་ཆོགས་བྱུང་བ་ལས། ཉང་  
 ཟམས་ཉང་ས་ནི་སྤྱི་ལྷན་ཆེ་ཆུང་གིས་འགྱུར་ཞིང་། མུང་བཟའ་དང་ཉང་བཟའ་ནི། རོ་བོ་ལྷ་འབྲི་སྐར་བས་  
 མཛོད་པའི་བེའུ་བུམ་སྟོན་པོའི་འགྲེལ་བའི་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ། བཀའ་གདམས་དགེ་བཤེས་སྟུག་རུམ་  
 པ་ལ་སྟུག་རུམ་པ་ཞེས་མུ་དང་ཉ་གཅིག་དུ་སྦྱོར་བ་དང་། སྐར་རྒྱན་ནམ་དཀར་རྒྱན་ནི་སྐར་ཆེས་ལ་དཀར་  
 ཆེས་སུ་བཛོད་པ་ལྷར་སྐར་བུར་ཆགས་པ་ཡིན་ཞིང་། མུང་བཟའ་ལྷན་ལྷོ་དང་འབྲོ་བ་དར་འོད་ཅེས་པ་རང་བཟོ་ཁོ་  
 བ་སྟེ། རྣམ་ཐར་ཕལ་ཆེ་བར་མཇལ་དུ་མེད་དོ། །ཐ་སྟོན་འདི་དག་གི་ཁྲུངས་དངོས་ནི། མུང་བཟའ་སྟེ། རུས་  
 མུང་ལས་བྱུང་བའི་གཉེན་བསྐྱེགས་པའི་དུ་མོ་ལ་མུང་བཟའ་གྲགས་ཏེ། དཔེར་ན། བཟུན་པ་སྤྲ་དར་གྱི་དུས་  
 སུ་སྤྲོད་བཅོན་གྱི་བཅུན་མོ་ལི་ཐིག་སྟུན་ནི་ཡུལ་ཞང་ཞུང་ཡིན་པས་ཞང་ཞུང་བཟའ་དང་། རུ་ཡོད་བཟའ་ནི་  
 ཡུལ་མི་ཉག་ཡིན་པས་མི་ཉག་བཟའ། ཁྱི་སྤྲོད་ལྷོ་བཅོན་གྱི་བཅུན་མོ་རྒྱལ་མོ་བཅུན་ནི་མཚོ་སྟོན་ཤར་ཕྱིགས་

① ལ་སྟོན་པ་ཤེས་རབ་ཀྱིས་བཅུམས། <<རྩེ་བཅུན་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་ཐར་མ་རིག་ཐུན་སེལ>>ཤོག་ལྷེ་བ་བཅོ་བརྒྱད་བཞུགས།  
 དབུ་མེད།<sup>P1</sup>  
 ② ཀམ་རང་བྱུང་དོ་རྩེས་བསྐྱེགས། <<རྣམ་ཐར་མཛོད་ནག་མར>>དབུ་ཅན་ཐིག་མ། ལྟོད་ཆ།<sup>P3</sup>  
 ③ ཀམ་རང་བྱུང་དོ་རྩེས་བསྐྱེགས། <<རྣམ་ཐར་མཛོད་ནག་མར>>ལྟོད་ཆ།<sup>P4</sup>  
 ④ <<རྩེ་མི་ལའི་རྣམ་ཐར>>མགར་དཔོན་གྱི་བཀའ་འབུམ་<sup>P97</sup>



མཐའ་ཁུལ་དུ་གནས་པའི་འབྲོའི་རུས་རྒྱུད་ལས་བྱུང་བས་འབྲོ་བཟའ་ཞེས་པ་སྟགས་མང་ངོ། །མུང་དང་  
 ཉང་ཞེས་པའང་རུས་མུང་ལས་སྐྱེ་འགྱུར་བ་ཡིན་ལ། མུང་གི་རུས་སྟགས་མའི་འབྱུང་ཁུངས་ནི་གཙང་ཕྱོགས་  
 ཏེ། རྫོང་རྒྱ་ར་ན་ཐས་གཙང་མུང་སྟོང་གི་ཕུ་ཏ་པོ་གང་བཟང་ཞེས་པ། ཡབ་གནོད་ལྷན་གྱི་རྒྱལ་པོ་གང་བ་  
 བཟང་པོ། སྐུ་ལོ་རྒྱ་བཟང་པོ་གནས་པའི་གནས་སྟེ། སློབ་དཔོན་པད་མ་འབྱུང་གནས་ཆེ་འབངས་ཉི་ཤུ་  
 ཙ་ལྔ་དང་བཅས་པ་ཕེབས་ཏེ་ས་གནི་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས། དེའི་རུས་སྟེ་ལྷའི་དབང་པོ་བརྒྱ་བྱིན་གྱིས་ཤེལ་གྱི་  
 ལུམ་པ་བདུད་ཅིའི་གང་བ་ཞིག་བསྐྱམས་ནས་བྱོན་ཏེ། བདུད་ཅིའི་ལུམ་པ་སློབ་དཔོན་གྱི་ཕྱག་ཏུ་ལུམ་ནས་  
 ལྷའི་བདུད་ཅིའི་རྫོང་དུ་གསོལ་ཞུས་པ་དང་། སློབ་དཔོན་གྱིས་བདུད་ཅིའི་ལུམ་པ་ཟད་མི་ཤེས་པར་བྱིན་  
 གྱིས་བསྐྱབས། ཆེ་འབངས་ཉི་ཤུ་ཙ་ལྔ་ལ་ལུམ་པའི་བདུད་ཅི་སྟེས་ཏེ། རིགས་ཀྱི་ལྷའི་བདུད་ཅི་མུངས་པའི་  
 མུང་དང་། གངས་རི་འདི་ཡང་ལྷའི་བདུད་ཅིས་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་པས། དེ་དག་ཚུ་བོ་ཆེན་པོ་འདི་ལ་མུང་གི་  
 རྒྱུ་ཞེས་བྱའོ། །བདུད་ཅི་མུངས་པས་མུང་ཞེས་པ་ཡིད་ཆེས་ཤིང་ཁུངས་བཅུན་པའི་གནས་སྟེ་ལྷུར་བར་  
 གསུངས་ཀྱང་། དེ་ནི་དག་རྒྱུན་ཅམ་ལས་ལོ་རྒྱུས་དངོས་དང་མི་མཐུན་ཏེ། ཏུང་ཉོང་ཡིག་རྟིང་དུ་སྟོང་སིལ་  
 མའི་སྐབས་ཀྱི་རྒྱལ་རབས་སླེང་བའི་ནང་། ཡུལ་མུང་རོ་ཤམ་པོ་དང་། ཡུལ་མུང་ཡུལ་རྟ་གསུམ། དེ་དག་ཏུ་  
 སྟོན་པོ་ཆེ་མུང་ཅུན་སྒྲུང་རྒྱལ་དང་། སྟོན་པོ་མུང་དང་མུང་ནད་ཅེས་འབྱུང་བ་དང་། གི་གུམ་བཅན་པོའི་ལོ་  
 རྒྱུས་སླེང་སྐབས། སྟོན་པོ་ལོང་མ་དང་འཐབ་པའི་གནས་སྟེ་གསུམ་པ་མཁའ་མུང་རོ་ཤམ་པོ་དང་མུང་རོ་  
 ཐལ་བ་ཆའ་ཞེས་མིང་བྱུང་བ་སྟགས་ལ་བཟགས་ན། དེ་རུས་ནས་མུང་གི་ཐ་སྟོང་བྱུང་བ་དཔོག་པར་ལུས་  
 སོ། །དེའི་ཕྱིས་སུ་འང་། གནམ་རི་སྤྱང་བཅན་གྱི་རུས་ཟིང་པོ་ཆེ་མངའ་འོག་ཏུ་བསྐྱུས་པ་ལ་བྱས་ཆེས་ཆེ་བའི་  
 མུང་ཅིང་ཅུང་དང་། མུང་ལུ་གསེང་། མུང་སྟོན་ཏོ་རེ། སྤྱང་བཅན་གྱི་རིང་སུམ་པ་མཐའ་དག་དབང་དུ་  
 བསྐྱུས་པའི་སྟོན་ཆེན་པོ་མུང་མང་པོ་ཞང་སྤང་དང་། ཁྱི་ལྷེ་སྤྱང་བཅན་རིང་ཆོས་མི་འཇིག་ཕྱིར་ཆེ་སྟོན་

① མུང་པོ་འམ་ཉང་པོ་ཞེས་པའི་ས་ཆའི་ཁྱབ་ཁོངས་ནི་གོང་པོ་བ་ཡའི་གཤམ་གྱི་རྒྱ་མགོན་ནས་རྒྱ་བོ་འདི་བཞེན་ཡར་སྐྱུང་གཙང་  
 པོའི་ནང་འབབ་པའི་བར་གྱི་ས་ཆ་ནམས་ཡིན་པར་མཁའ་མེའུ་བསམ་གཏན་གྱི་མདའ་དང་འཕང་དུ་བཀོད་པའི་གོང་པོ་བོན་  
 རིའི་སྐར་དང་དེ་རྒྱུད་ཀྱི་གནའ་པོའི་ས་མིང་འགའ་ཞིག་ལ་དབྱེད་པ་ཞེས་པར་གསལ།

② རྩ་ལུང་ཐེལ་གྱི་སྐབས་གནས་ཆེན་པོ་དེའི་རྒྱལ་འོམ་ཐང་ནས་སྟག་མའི་བར་གྱི་གངས་རིའི་འབྲེང་བ་ལ་གནོད་ལྷན་ནོར་བུ་བཟང་  
 པོ་ཞེས་གསལ།

③ རྫོང་རྒྱ་ར་ན་ཐས་བཅུམས། 《མུང་ཡུལ་སྟོང་སྒྲུང་བར་གསུམ་གྱི་ངོ་མཆར་གཏམ་གྱི་ལེགས་བཤད་མཁས་པའི་འཇུག་  
 རོགས་》བོད་སྐད་སྤྱི་མཐུན་མི་དམངས་དཔེ་སྟར་ཁང་།1983. P2-4

④ སྟོན་པོ་ལོང་མ་གྱི་སྟོང་གནས། ས་གནས་ནི་དེང་སང་རྒྱལ་ཙེ་ཙེ་ཆེན་དུ་གསལ།

⑤ ཟན་གཏའ་གོང་དགོན་མཆོག་ཆོ་བཟན་གྱིས་བཅུམས། 《བོད་ཀྱི་བརྗོད་ཡིག་ཆ་ཆ་ཆེན་བདམས་བསྐྱེགས་ནམས་ཀྱི་ཆོག་  
 དོན་ཀུན་ནས་ཁྱོད་པར་བྱས་པ་རབ་གསལ་མེ་ལོང་》 ཀན་སུ་མི་རིགས་དཔེ་སྟར་ཁང་།2001. P15

མནས་བསྐྱུགས་པའི་བཀའ་གཅིགས་ཡིག་ཡང་། རྒྱལ་པོ་གི་བོ་སྤྱུལ་བའི་གས་སུ་མུང་བཅུན་ཁྱི་པོ་དང་།  
 ཆབ་སྲིད་ཀྱི་སྒྲོན་པོ་ཆེའི་བོ་སྤྱུལ་བའི་གས་སུ་བན་དེ་མུང་ཏིང་ངེ་འཛིན་དང་། ཟ་ལུག་གི་ལྟ་ཁང་བཞེངས་  
 པའི་ཉང་མཆོག་རབ་གཞོན་ལུ་དང་། འབྲུལ་སྐང་གི་ཤར་ཕྱོགས་སུ་ལྟ་ཁང་མེ་ཏུ་དང་། གཞན་རྒྱུད་གི་ལྟ་  
 ཁང་། རྒྱལ་པོ་སྤྱུལ་གི་ལྟ་ཁང་གསུམ་བཞེངས་པའི་ཉང་ཤུམ་གོ་ཆ། ལྷ་ཤོས་ལུ་དང་། གྲག་གི་ལྟ་ཁང་བཞེངས་  
 པའི་ཉང་ཤུམ་གོ་ཆའི་གཅེན་པོ་ཉང་ཏིང་འཛིན་བཟང་གོ་རྒྱལ་པོ་འཆད་ཀྱི་ལྟ་ཁང་བཞེངས་པའི་ཉང་ཕྱི་  
 ཏི་ཙོ་དང་། ལ་རག་ཡུལ་རྩེའི་ལྟ་ཁང་བཞེངས་པའི་ཉང་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་དང་། ལྷག་ཆལ་སྤྲོན་གྱི་ལྟ་ཁང་  
 བཞེངས་པའི་ཉང་མཆོག་ཚུལ་སྤྲོ་མའི་སྲིང་མོ་ཉང་བཟའ་མཆོག་གུས་དང་། བསྐྱུད་པ་བྱི་དར་གི་རུས་སུ་  
 འདུལ་བ་སྤྲོད་ལུགས་སུ་གསུམ་པའི་གས་སུ་ཉང་མཆོག་རིན་ཆེན་སྤྲོ་མ་དང་། སེམས་ཕྱོགས་ཨ་ཏིའི་བརྒྱུད་  
 ཚུལ་རུ་ཉང་ཆེན་ཉང་རྒྱུད་། བོད་རུ་གསང་སྤྲུགས་དོ་རྩེ་ཕུར་བའི་བཤད་བརྒྱུད་འཛིན་པའི་གས་སུ་མུང་  
 བའི་ཉང་ཤེས་རབ་མཆོག་དང་། རྩོགས་པ་ཆེན་པོའི་བརྒྱུད་འཛིན་ཁྲོད་རུ་མུང་བའི་ཉང་ཤེས་རབ་འབྱུང་  
 གནས་དང་། ཉང་དོ་རྩེ་སྤྲོད་གོ་ཉང་རི་ཁྲོད་པ་ཆེན་པོ་ཟག་མེད་ཀྱི་སྤྱོད་བཞེས་པ་འདར་སྤྲོན་དགོ་འདུག།  
 གུན་བྱེད་རྒྱལ་བོ་མ་རུ་དགུ་སྒྲོར་གི་བརྒྱུད་འཛིན་ཉང་སྤྲོན་པ་བ་སྤྲུགས་དང་། གཏེར་སྤྲོན་ཉང་རལ་ཉི་མ་  
 འོད་ཟེར་དང་། གཞུ་བས་སངས་རྒྱས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཐུགས་སྤྲུག་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོའི་སྤྱོད་མའི་གས་སུ་བསྐྱེད་  
 རྩོགས་གསུམ་ག་ལ་མཁས་པ་ཆོས་ལུང་གི་མུང་ཡེ་ཤེས་འབྱུང་གནས་ལྟ་དང་། མདོ་སྤྲོད་རེབ་གོང་གི་རོང་  
 འབྲོག་ཆོ་ལུའི་གས་སུ་འང་ཉང་ནས་ཆད་པའི་ཉང་ཞེས་པའི་སྤྱོད་བཞེས་ཡོད་པས། རུས་ཉང་ངམ་མུང་གི། སྤྱོད་  
 རྒྱས་སྤྲོད་སྤྲོད་གསུམ་ཆེ་ཞིང་། དར་བྱ་བ་ཆེ་བའི་རུས་ཤིག་གོ། དེ་ནས་སྤྲུགས་ཕྱོགས་ལ་མཁས་པ་འགྲོ་  
 མགོན་ཞབས་དཀར་བའི་དངོས་སྤྱོད་ཉང་སྤྲོད་མཛད་དོ་རྩེ་སྤྲོགས་བྱོན། བེའུ་པ་རྩི་ཏ་གསུམ་པ་སྤྲོན་ལམ་སྤྱོད་  
 སྤྲོས་ཀྱིས་གཤེན་གཉེན་འབངས་ལ་སྤྱོད་བཞེས་ཀྱི་དཔལ་གྱི་ཡོན་ཏན་དང་། ཉང་མཆོག་རབ་གཞོན་ལུ།  
 ཉང་ཤུམ་གོ་ཆ། ཉང་ཏིང་འཛིན་བཟང་གོ། ཉང་ཕྱི་ཏི་ཙོ། ཉང་ཏ་ཐུ་ག་ཏ། ཉང་མཆོག་མཆོག་ཚུལ་སྤྲོ་མའི་  
 སྲིང་མོ་ཉང་བཟའ་མཆོག་གུ་བཅས་དྲངས་པ་ལ་གཞིགས་ན། ཉང་རྩམས་ཀྱང་བོན་གྱི་རུས་ལ་གཏོགས་  
 སམ་སྤྲུལ།

མུང་དང་ཉང་གི་རུས་མི་གཅིག་སྤྲུལ་པའི་དོགས་པ་ཡོང་སྤྲོད་ཀྱང་། དེ་ལ་ཤེ་ཆོམ་ཟ་མི་དགོས་ཏེ། དཔེར་  
 བ། ལྷ་སའི་རྩ་རྒྱུང་སྤྲུགས་ཀྱི་ཡུལ་སྤྲོད་རུ། ཀོ་མོག་ལ་ཀོ་ཉོག་དང་། གཞན་ལྷལ་བ་ལ་ལྷལ་བ། རྒྱུང་རུ་ལ་རྒྱུང་

① ཡེ་ཤེས་འབྱུང་གནས་ཀྱི་བརྒྱུད་པ་པལ་ཆེར་ལ་རོང་ལུགས་ཞེས་ཟེར་ཞིང་། གདུང་རུས་ལས་བཏགས་ཏེ་མུང་ལུགས་ཞེས་གསུམ་  
 པར་དེབ་སྤྲོད་ཀྱི་ཤོག་ངོས་<sup>142</sup> ཉིང་གསལ།  
 ② བེའུ་པ་རྩི་ཏ་གསུམ་པ་སྤྲོན་ལམ་སྤྱོད་སྤྲོས་ཀྱིས་བཅུམས། «སྤྲོན་གྱི་གཏམ་མེ་ཏོག་ཐེང་བ» («བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དེབ་ཐེར་ལག་ལྷན་»)།  
 བོད་རྒྱུང་སྤྲོད་ཡིག་དཔེ་རྩིང་དཔེ་སྤྲུག་ཁང་ནས་བསྐྱུད། 1990. P27.

བྱ། ལ་སྐད་ལ་ལར་མིང་བོ་ལ་ཉིང་བོ། དག་ཡིག་ནམས་སུའང་། ཉལ་བྱི་ལ་མལ་བྱི། ཉལ་ཆས་ལ་མལ་ཆས་སུ།  
 གུས་ཆོག་སྒྱུར་བ་སོགས་ལ་བསམས་ནའང་། མ་དང་ཉ་ཡིག་སྐབས་འགར་བཞེ་བར་སྤང་བས། བསྟན་པ་བྱི་  
 དར་གྱི་དུས་ཅམ་ནས་མུང་ལ་ཉང་དུ་འབྲི་བ་རིམ་གྱིས་དར་བཤོ། །དེ་ཡང་ཡིན་ཏེ། མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་ད་ཉ་  
 བ་མ་བཞི་ནི་ཤིན་ཏུ་མོ་ཡིན་པས། སྒྲ་ཚྱལ་ཞུན་པས་ཕན་ཚུན་སྒྲ་བུར་ཆགས་པ་ཡིན་ཞིང་། ཉང་དང་མུང་གི་  
 སྒྲ་ཁོན་མ་ཡིན་པར། རས་པ་བྱ་ཆེན་བརྩ་གཉིས་ཀྱིས་བཅུམས་པའི་རྗེ་བཅུན་མི་ལའི་ནམ་ཐར་དུའང་། ཁྱོད་  
 རྒྱུད་པ་མ་ནོར་རྗེ་རྗེ་འཆང་། །གདམས་ངག་མ་ནོར་མཁའ་འགྲོའི་གསུངས། །བཀའ་བབས་མ་ནོར་དེ་(ཉི)  
 ལོ་བ། །བརྩུད་གྱི་བདུད་ཅི་མ་ནོར་ན་རོས་གསལ། །ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ་མར་བས་སྒྲུངས། །ཉིང་ལ་རས་ཆེན་  
 རྟོག་པ་ཤར། ༡༥ ཞེས་སྒྲ་མ་ཉི་སྤུལ་(སྤུ)བའི་ཞལ་ནས་རས་རྒྱུད་བ་ལ་གསུངས་པའི་མགུར་ལས། མིང་ལ་  
 རས་པ་ལ་ཉིང་ལ་རས་པ་ཞེས་བཀོད་པ་དང་། ཡང་སྐབས་ལ་ལར་རྗེ་སྒྱུད་པའི་ནམ་ཐར་བཞེན་པོ་མཚན་  
 ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་ཉི་ལ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཉིང་ཅེས་དང་། དཔལ་མི་ལ་རས་པའི་ནམ་ཐར་འགྱུར་འབྲུམ་བསམ་  
 ཡས་ལྟ་ལྟའི་སྒྲ་དབྱངས་སུའང་། དཔལ་ལྟན་ཉི་ལ་བཞད་པའི་རྗེ་རྗེ་ཞེས་འབྱུང་བས། མི་ལ་ཞེས་པ་ལ་ཉི་ལ་  
 ཞེས་དང་། མགུར་དུ་ད་པ་བསྟོ་བྱ་བསྟོ་བྱེས་པོ་བསྟོ། །ཡང་བྱེས་དེ་ལོ་བཟང་པོ་བསྟོ། །བྱེས་པོ་ན་རོ་བཤ་ཆེ  
 བ་བསྟོ། །ད་རང་ཉིང་ལ་རས་པ་བསྟོ། ༡༦ ཞེས་མ་ཡིག་གི་ཆབ་ཏུ་ཉ་ཡིག་སྒྱུར་བའང་ཡོད་དོ། །དེ་བས། མུང་  
 བཟའ་ལ་ཉང་བཟའ། དེ་ནས་མུང་བཟའ་མུང་ས་སོགས་སུ་སྒྲའི་དྲག་ཞན་དབང་གིས་འགྱུར་ ཞིང་།  
 དཀར་རྒྱུ་ལའང་སྐར་རྒྱུ་ཞེས་འབྱུང་བ་ནི་སྐར་ཅིས་ལ་དཀར་ཅིས་སུ་འབྲི་བ་དང་ཁྱད་མེད་པས། རོན་  
 དམ་དུ་གཙང་སྒྱུན་གྱིས་དཀར་མོ་རྒྱུ་ཞེས་པ་འདི་ནི། དཀར་མོ་ཆེན་མོ་ཞེས་པ་ལྟ་མོ་དབྱངས་ཅན་མ་  
 དང་། དཀར་མོ་ཉི་ཟླ་ཞེས་པའི་ལྷན་སྤྱང་གཉིས་ནི་ས་སྒྱུ་བའི་བསྟན་སྤྱལ་གནང་བའི་ལྟ་མོ་མིང་སྤྱང་གཉིས་  
 ཡིན་པས། ས་སྒྱུའི་གདུང་རབས་སུའང་། འཁོན་དཀོན་མཚོག་རྒྱལ་བའི་གཅེན་འཁོན་རོག་ཤེས་རབ་ཁྲིམས་  
 ཀྱིས་ཆོས་རྒྱུད་དཀར་མོ་ཉི་ཟླ་སོགས་མཛད་པས་རྒྱས་པ་ཐོན་པ་ཤ་སྟག་ཏུ་བཤད་པ་དང་། བྱེས་སུ་གསང་  
 རྒྱགས་རྟེན་མའི་ལྟ་རྟེན་སོགས་མཚོད་རྟེན་གསུམ་བཞེངས་པའི་འོག་ཏུ་བརྩུག་པས། ཆོས་རྒྱུད་གི་ཁྲ་སྟག་ལ་  
 བརྟེན་ནས་དཀར་མོ་ཉི་ཟླ་ལྷན་དུ་ལྱི་གཏོར་ཆོག་སོགས་ཉུང་ཤས་ཤིག་བཏོན་ནས་འཁོན་དཀོན་མཚོག་

① རས་པ་བྱ་ཆེན་བརྩ་གཉིས་ཀྱིས་བཅུམས་པའི་རྗེ་བཅུན་མི་ལ་རས་པའི་ནམ་ཐར་།།བྲིས་མP68-69  
 ② རས་པ་བྱ་ཆེན་བརྩ་གཉིས་ཀྱིས་བཅུམས་པའི་རྗེ་བཅུན་མི་ལ་རས་པའི་ནམ་ཐར་།།བྲིས་མP154  
 ③ འོད་དཔག་རྗེ་རྗེས་བཅུམས། གྲྭ་དཔལ་མི་ལ་རས་པའི་ནམ་ཐར་འགྱུར་འབྲུམ་བསམ་ཡས་ལྟ་ལྟའི་སྒྲ་དབྱངས་བཞུགས་རྟོ་དབྱ་  
 ཅན་བྲིས་མ་ཤོག་གངས་བརྒྱུད་དང་བདུན་ཕྱོག་P2  
 ④ རས་པ་བྱ་ཆེན་བརྩ་གཉིས་ཀྱིས་བཅུམས་པའི་རྗེ་བཅུན་མི་ལ་རས་པའི་ནམ་ཐར་།།དབྱ་ཅན་བྲིས་མP117  
 ⑤ གཙང་སྒྱུན་ཉི་ཤུ་ཀས་བསྒྲགས། གྲྭ་དཔལ་མི་ལ་རས་པའི་ནམ་ཐར་ཐར་བ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ལམ་རྟོན་།།བོད་  
 རྒྱུངས་མི་དམངས་དཔེ་སྟུང་ཁང་།1979. P14

རྒྱལ་པོར་གནང་བས། ཕྱིས་ཀྱི་གདུང་རྒྱུད་ནམས་ཀྱིས་ཀྱང་འདི་གཉིས་ཐུགས་དམ་དུ་མཛད་དེ། དུས་གཏོར་  
 མ་ཆག་པ་བྱུང་བར་གདུང་རབས་སུ་བཤད། གསང་སྤྲུལ་སྤྱིང་མའི་ཐུགས་རྒྱུན་གྱིས་བྱི་དར་གྱི་དུས་འདི་  
 ཅུམ་ནས་ཡི་དམ་དང་སྤྱང་མའི་མཆོན་མའི་མིང་དུ་འདྲིགས་པ་དར་བྱིར། དེ་འདྲ་བཏགས་པར་སེམས་ཀྱང་།  
 གེ་སར་སྤྱང་ལས་ལྟ་སྤྱིང་དུ། སྒྲོན་ལམ་ལ་ནས་ལྷ་བཙུགས། གཅེན་པོ་ཁྱོ་པོའི་སྤྱལ་བའི་ཉགས། གསེར་གྱི་  
 ལ་ནས་སྐར་རྒྱུན་བཀྲ་གྱུ་ཕྱིའི་སྒྲོན་འདན་མས་བྱེད་པའི་ཉགས། གེ་མཛོ་འཇའ་འཛོད་ཟུག་ལེ་དེ། ལ་  
 ཡཔ་གཉན་ནས་ཆད་པའི་ཉགས། མ་པམ་མཛོ་ལ་ཉེར་ཐག་འཁྲིགས། མ་ཡུམ་སྤྱུ་ནས་ཆད་པའི་ཉགས། །  
 ཞེས་གསེར་གྱི་ལ་ནས་སྐར་རྒྱུན་བཀྲ་བར་བཤད་པ་དང་། ཡང་སྤྱིད་པ་ཆགས་ལུགས་སུ། ཞལ་རས་བཙོ་ལྷའི་  
 ལྷ་བ་ལ། སྤྱིན་གྱིས་སྤྱིབ་དོན་ཅི་ལ་ཐུག། སྤྱུན་རས་སྤྱིང་གི་སྐར་རྒྱུན་ལ། འཁྲུག་དམར་གཡོ་དོན་ཅི་ལ་  
 ཐུག། དདུ་ལོ་གོང་གི་སྤྱི་སྤྱིན་ལ། སེར་བ་འཛུབ་དོན་ཅི་ལ་དམིགས། ཞེས་སྐར་མའི་མིང་དང་། ལ་ལར་  
 མར་གྱི་རྒྱུན་ལའང་དཀར་རྒྱུན་ཞེས་གྲགས་པ་གང་ལས་བཏགས་པ་ད་དུང་བཟླ་དགོས་ཤིང་། ཉི་ཏོང་བ་  
 ཡི་ཐོ་ཁེན་རིས་ལགས་ཀྱིས་བཅུམས་པའི་མི་ལ་རས་པའི་ཞབས་རྒྱུ་ཞེས་ཞེས་པར། མི་ལ་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཆོན་  
 ཀྱིས་ཉང་ས་ལུལ་གྱི་ཐུག་སྟོབས་ཆེ་བའི་སྐར་རྒྱུན་ནམ་ 白宝石 ཞེས་པ་མནའ་མར་བསུས་པར་བཤད་པ་ལས།  
 སྐར་རྒྱུན་ནི་རིན་པོ་ཆེ་དཀར་པོའི་མིང་དུ་བཀྲལ་བ་དེ་ནི་ནོར་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་འདྲའི་བཤད་ཚུལ་བོད་ལ་མི་  
 སྤྱང་བའི་བྱིར་རོ། །རས་པ་བྱ་ཆེན་བརྒྱ་གཉིས་ཀྱིས་མཛད་པའི་ནམ་ཐར་དུ། རྒྱུང་ཟ་དཔལ་འདྲེན་ཞེས་  
 མཆོམས་ལ་ལར་སྤྱང་མོ་ལ་བཙོད་པ་དང་། མཆོམས་ལ་ལར་ཨ་ནི་ལ་བཙོད་ཡོད། མཛོད་ནག་མ་དང་ནམ་  
 ཐར་བྱིན་ཐུབས་སྤྱིན་ཐུང་དུ། ཨ་ནི་བདུད་མོ་སྟག་འདྲེན་དང་། ཉི་ལྷའི་འོད་ཟེར་སྒྲོན་མེར། ཨ་ནི་སྒྲོན་སྤྱིད།  
 རྩེ་བཙུན་རང་གི་མགུར་འབུམ་དུ། ཨ་ནིའི་ལུས་ལ་བདུད་མོའི་སེམས། ཨ་ནིའི་ཁོ་ཐག་དེ་ནས་ཆོད། ཅེས་  
 འབྲུང་བ་དང་། ནམ་ཐར་ཉི་ལྷའི་འོད་ཟེར་སྒྲོན་མེར། སྤང་བོ་སྤྱོད་ཤོག་ཅིག་ཟེར། ཁྲུགས་ཤིང་སྒྲོན་ནས་  
 དེད་དུ་བྱུང་། ཨ་ནིའི་མིང་ཅན་བདུད་མོ་འདུག ཅེས་གསུངས་ཤིང་། གཙང་སྒྲོན་ཏེ་ཕུ་ཀས་རྩེ་བཙུན་གྱི་  
 ཨ་མས་ཨ་ནི་ལ་ རྒྱུང་ཆོང་དཔལ་འགན་དུ་མི་འདུག བདུད་མོ་སྟག་འགན་དུ་འདུག་བྱས་པས། ཨ་ནི་ལ་  
 བདུད་མོ་སྟག་འགན་དུ་མིང་ཆགས་པར་གསུངས་པའི་བབ་ལ་བཏགས་ན། མིང་དངོས་ནི་བདུད་མོ་སྟག་  
 འདྲེན་མ་ཡིན་པར་རྒྱུང་ཆོང་དཔལ་འགན་ནམ་སྒྲོན་སྤྱིད་གང་དུང་ཡིན་ཅེས་ཤིང་། དེ་ལས་རྒྱུང་ཆོང་དཔལ་  
 འགན་ཞེས་པ་ནི་བདུད་མོ་སྟག་འགན་བཏགས་པ་ལ་རྩེས་སུ་དཔག་སྟེ། འོ་ལ་ ཆོད་ཀྱིས་བཞོད་པ་ཡིན་ནམ་  
 སྟམ་མོ། །རས་པ་བྱ་ཆེན་བརྒྱ་གཉིས་ཀྱི་ནམ་ཐར་དུ། རྩེ་བཙུན་མི་ལའི་སྤྱང་མོ་རྒྱུང་ཟ་དཔལ་འདྲེན་དུ་

①伊藤健司 <<ミラレバの足跡>> 2000 地湧社 P86

②གཙང་སྒྲོན་ཏེ་ཕུ་ཀས་བསྒྲིགས། <<རྩེ་བཙུན་མི་ལའི་ནམ་ཐར་ཐར་བ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ལམ་སྟོན>> བོད་ཇུངས་མི་  
 དམངས་དཔེ་སྟུན་ཁང་། 1979. P17



བཅུན་གྱི་སྐྱུ་ལུས་བཏེག་ཅིང་ས་ལ་བདེན་པ་ས་དོ་གསལ་གསལ་བ་ཡིན་ལ། ཕྱིས་སུ་རྗེ་བཅུན་མི་ལ་  
 བཀོངས་པའི་རྒྱུ་ཡང་། རྣམ་ཐར་དེ་ཉིད་དུ། རྗེ་བཅུན་གྱི་སྐྱུ་ལུས་ས་ལ་བདེན་པ་དེ་རྗེ་ཐོས་གསན་ནས་  
 གྱོ་ཆེན་གྱི་མིག་བཏོན། གྱོ་ཆུང་བྱོས་པར་གཡང་ལ་འདྲིལ་ནས་ཤི་བ་ལ། རྗེ་བཅུན་ན་རེ་ངས་ནི་ཅི་ཡང་མ་  
 བྱས་ཏེ། ཆོས་སྦྱང་གི་བཀའ་ཆད་ཡིན་ནམ་གསུང་། ལ་ལ་ན་རེ་གྱོ་ཆུང་ལོང་བ་ཆོས་སྦྱར་ཞུགས་ནས། དུས་  
 ཕྱིས་རྗེ་བཅུན་ལ་དུག་དངས་མཁན་གྱི་དམ་ལོང་བཅག་སྟག་པ་ཡིན་ནམ་ཟེར་ཏེ། དེ་ལ་ཐེ་ཆོམ་བ་སྟེ། དེའི་  
 བར་ལོ་གངས་ཀྱང་སྟམ་བཅུ་སྟེ་ལྡ་ཅམ་སོང་འདུག་པ་དང་། གྱོ་ཆེན་ནི་རྗེ་བཅུན་རྒྱུང་འཕན་ནམ་མཁའ་  
 རྗེ་བཅུན་བཞུགས་དུས་ཞབས་ལ་གཏུགས་ཏེ། སྟོམ་བཟང་བོ་སྟེ་ནས་ཡོད་ཟེར་ལ། ཆག་སྟག་པའི་མིག་ནི་པ་  
 དུག་གི་རྗེ་ཐོས་བཏོན་པ་ཡིན་ཅིང་། དང་པོ་རང་ནས་མཁན་རྒྱུད་ཡིན་ལ། རྗེ་ཁྱུང་ཆོང་བ་དང་། ལྡ་རིག་ཤེས་  
 བྱའི་གནས་ལ་མ་ཆོངས་པ་ཆོས་རྗེ་ལོ་ཆོ་བའི་ཞལ་གསལ་ཡང་མི་འདུག་ལ། འདི་རང་མི་འཐད་ལ་འོན་ཀྱང་  
 མཁས་གྲུབ་རྣམས་ཀྱིས་ལེགས་པར་བརྟགས་པར་བྱ། ང་ནི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས་ནི་མེན་(མིན) པར་བྱེད་དོ་ཞེས་  
 ཡིན་མིན་གྱི་མཐའ་དབྱེད་དེ་དགག་སྒྲིབ་གནང་ཡོད་ཀྱང་། གང་ལྟར་རྣམ་ཐར་འདི་གཞིར་བཅས་པ་ཡིན་ན།  
 གྱོ་ཆེན་ནི་དགེ་བཤེས་དེ་ཉིད་མ་ཡིན་པར་སོས་ཏེ་སྟེ། གྱོ་ཆེན་དང་ཆག་སྟག་པ་གཉིས་ཀ་མིག་ལོང་དང་།  
 དེ་གཉིས་ཀ་རྗེ་བཅུན་གྱི་དངོས་སྟོབ་ཡིན་པས། གཞན་གྱིས་དེ་གཉིས་གཅིག་ཏུ་བྱེད་པ་ལ་གནོད་བྱེད་བཀོད་  
 ཡོད། ཡིན་ནའང་། ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པའི་རྣམ་ཐར་དུ་ནང་འགལ་རྒྱུ་བྱུང་ཡོད་དེ། ཆག་སྟག་པ་དང་པོ་ནས་  
 རྗེ་བཅུན་ལ་བསྐྱར་བ་བཏབ་པ་དང་། ཆག་སྟག་པ་ནི་རྗེ་བཅུན་རང་གི་མཁན་བརྒྱུད་ཡིན་པ། རྗེ་བཅུན་  
 ཀྱིས་ཆག་སྟག་པ་ལ་ལོང་བས་གཞན་ལ་རབ་བྱུང་ཕྱག་པ་མི་འཐད་ཚུལ་དང་། ལོང་བ་ཡིན་པ་པ་དུག་གི་རྗེ་  
 ཐོས་མིག་བཏོན་པ་དང་། ཆག་སྟག་པ་རང་བཞིན་གྱིས་ལོང་བ་ཡིན་ཚུལ་སྟགས་སོ། ། ཆག་སྟག་པ་རྗེ་  
 བཅུན་མི་ལའི་མཁན་བརྒྱུད་ཡིན་ཟེར་ན། རྗེ་བཅུན་མི་ལ་ནི་མར་བ་ལོ་སྟོ་བ་ལས་དགེ་བཤེས་ཀྱི་སྟོམ་པ་  
 མཐོས་པ་ལས། རབ་བྱུང་བསྐྱབ་པའི་ལོ་རྒྱུས་མེད་པས། མཁན་བརྒྱུད་མེད་དེ། མཁན་བརྒྱུད་ནི་རབ་བྱུང་  
 དང་བཤེན་རྗེ་གསུམ་གྱི་སྟོམ་པ་གནང་མཁན་གྱི་མཁན་པོའི་བརྒྱུད་པ་ལ་གོ་དགོས་པ་འདུལ་བའི་གཞུང་ལས་

① ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས་བཅུམས། <<རྗེ་བཅུན་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་ཐར་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྟོན་མ>>P30b-31a  
 ② རྒྱུང་ཕན་ནམ་མཁའ་རྗེ་མངའ་རིས་མང་ཡུལ་སྦྱིད་གྲོང་གི་གྲོ་ཐང་ཟེར་བའི་ལུང་བའི་རྒྱབ་འོད་དོས་སུ་ཡོད་པའི་རྗེ་  
 བཅུན་མི་ལ་རས་པའི་སྐྱུ་ལུག་ཅིག་ཡིན།  
 ③ ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས་བཅུམས། <<རྗེ་བཅུན་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་ཐར་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྟོན་མ>>P31a  
 ④ ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས་བཅུམས། <<རྗེ་བཅུན་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་ཐར་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྟོན་མ>>P89-90  
 ⑤ ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས་བཅུམས། <<རྗེ་བཅུན་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་ཐར་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྟོན་མ>>P90  
 ⑥ ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས་བཅུམས། <<རྗེ་བཅུན་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་ཐར་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྟོན་མ>>P89

ཤེས། གཉིས་ནི། རྩེ་བཅུན་གྱི་སྤྱུ་ལྷས་ས་ལ་བརྒྱབས་པ་དེ་རྩོམ་གསལ་ཏེ། གྲོ་ཆེན་གྱི་མིག་བཏོན་པ་ཡིན་ན།  
རྩོམ་དེ་ནི་གྲུང་ཐང་གི་རྒྱལ་རབས་ལྟ་བུ་བཅུན་ལྡེའམ་དྲུག་པ་འོད་ལྡེ་གང་རུང་ཞིག་ཡིན་པེས་ཏེ། བཅུན་  
ལྡེའི་དུས་སུ་རྩེ་བཅུན་མི་ལ་ཟ་འོག་ཕུག་དུ་ཕེབས་པ་དང་། སྤྱི་ཆོས་ལྷན་འོད་ལྡེའི་སྐབས་ལ་ཁེལ་བའི་ཕྱིར་  
རྟེན། ། དེའི་རྒྱུན་གྱིས་གྲོ་ཆེན་གྱི་མིག་བཏོན་པ་ཡིན་ན། རྩེ་བཅུན་གྱི་འཆོ་བ་ལ་དཀའ་ཁག་ཆེན་པོ་འཕྲད་  
པའི་དུས་དག་སྟེ། ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པ་རང་གིས་ཀྱང་རྩེ་བཅུན་མི་ལས་མཛེ་བོ་སྤང་ཆུན་གཅིག་གི་བའི་ཐུལ་  
དུལ་ཅིག་གྱོན་ནས་བྲག་དཀར་སྤྱོད་ཕེབས་པ་ནམ་ཐར་དུ་བཀོད་ཡོད་པས། སྐབས་དེ་དག་དུ་རྩོམ་འམ་  
རྒྱལ་བོ་སྤྲུལ་ཀྱང་སྤྱི་བདག་མི་མཛད་པ་ནི། སྒོ་ལུལ་དུ་ཤོད་དཀའ་བས་གྲོ་ཆེན་གྱི་མིག་བཏོན་ཞེས་པ་ལ་  
ཅུང་ཟད་ལུང་བརྒྱུད་ཀྱི་ཆེད་དུ་སྤྱོད་པ་ཡིན་ནམ་སྟེ།

པ་དྲུག་གི་རྩོམ་ལ་རྩོམ་འཛིན་པ་ནམ་ཐར་ནམས་སུ་མི་འབྱུང་ལ། པ་དྲུག་ནི་གཙང་ཕྱོགས་ཀྱི་དེར་  
རིའི་རྩོམ་ཕྱོགས་སུ་གནས་པའི་ལུལ་ཞིག་གི་མིང་ཡིན་ཞིང་། ས་གནས་དེའི་རྩོམ་ཕྱོགས་པའི་མིག་ཅིའི་……  
ཕྱིར་བཏོན་པ་ལང་བཀོད་མེད། གང་ལྟར་གྲོ་ཆེན་ནི་མིག་ལོང་བ་ཞིག་ཡིན་ཆོད་འདུག་སྟེ། ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་  
པའི་ཡར་སྤོན་ཏེ། ཀམ་རང་བྱུང་རྩོམ་འཛིན་ (1284-1339) རྩོན་དུ་ཆེག་བརྒྱད་ཡིན་ཞིང་། ཁོང་གི་རྩོམ་ཚམ་ནས་  
ཁྱབ་གདལ་དུ་དར་བའི་རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་ནམ་ཐར་མཛོད་ནག་མའི་ནང་དུ་འདྲུང་། ལན་ཅིག་སྟེ་རང་བའི་བྱི་  
ར་བ་མི་གསུམ་བྱུང་། ཁོང་གི་གསལ་ཆུང་ཅུང་ཟད་ཡོད་པ་དེ་ཕྱོགས། སྒྲིམ་ཆེན་པ་བཏེག་པ་ནས་བརྒྱབས་ན་  
བསོད་ནམས་ཆེ་བ་ཡིན་ཟེར་ནས་བཏེག་ཅིང་ས་ལ་བརྒྱབས། རྩེ་བཅུན་ནི་སེམས་ལ་སེམས་སྟོམས་པའི་ ཐུ་  
གས་རྩེ་དང་ལྡན་པས་འཁོན་དུ་འཛིན་པ་མེད་ཀྱང་རང་བཞིན་གྱིས་བཀའ་ཆད་བྱུང་སྟེ། རིང་བོ་མ་ཐོགས་  
པར་བྱི་ར་བ་དཔོན་དེ་མིས་བསད། གཡོག་གཉིས་ཀྱི་མིག་བཏོན་ཞེས་འབྱུང་བ་ལས། གྲོ་ཆེན་ཞེས་པའི་མིང་  
བཟུང་མེད་ནའང་། རྩེ་བཅུན་མི་ལ་ལ་བརྟན་པ་ཞིག་གི་མིག་ནི་ཕྱིས་སྤྱུ་ཆེན་གཞན་ཞིག་ལ་འཕྲད་དེ་བཏོན་  
པ་འདི་ལས་ཀྱང་ཤེས་ལ། བལ་ཆེར་སྤྱོད་<sup>1488</sup> ལོར་གཙང་སྤྱོན་གྱིས་བསྐྱེགས་པའི་མགུར་འབུམ་དུ་འདྲུང་། དེ་

① ཀུམ་ཐོག་རིག་འཛིན་ཆོད་བདེ་ལོར་བྱས་བཅུམས།《རྒྱལ་བརྟན་བྱུང་ཕྱོགས་སུ་འབྱུང་བའི་ཆ་ལག་བོད་རྩེ་ལྟ་བུ་པོ་འོད་གདུང་  
རབས་ཆོག་ཀྱང་དོན་གསལ་ཡིད་ཀྱི་མེ་ལོང་》(《ཀུམ་ཐོག་རིག་འཛིན་ཆོད་བདེ་ལོར་བྱས་བའི་བཀའ་འབུམ་》སྤྱད་ཆ) ཀྱང་གོའི་བོད་  
རིག་དཔེ་སྤྱོད་ཁང་།<sup>2006. P52</sup>

② རྩེ་རང་ནི་རྩེད་གྲོང་ཡིན་ཏེ། དེ་ལས་རྩེད་ཆེད་ནི། དབྱངས་ཡིད་ཡེ་སྟེ། རིང་ཐུང་གི་བྱུང་པར་ཚམ་མགོགས་མེད་པས།  
པན་ཚུན་འཁྱར་བ་མང་སྟེ། དཔེར་ན། དེང་སང་ལ་དེང་སང་། མིན་ལ་མིན། ཐེ་བ་ལ་ཐེ། འདི་ལ་འདི་ཞེས་པ་སྟོན་མཁས་སྤྲད་དང་  
དབྱས་སྤྲད་དུ་མང་དུ་འབྱུང་བ་དང་། གྲོང་ནི་རང་དུ་འཁྱར་བ་དཔེར་ན། སྤྲུལ་ར་སྟོན་གྱིས་ཤེས། འདིའི་ཐད་<sup>2007</sup> ལོར་བདག་  
གིས་ལུ་བྱང་མི་རིགས་སྒོ་བ་གྲུ་ཆེན་མོའི་རིག་གཞུང་དུས་དེབ་དུ་《བོད་ཀྱི་དབྱངས་བཞི་ལ་གསར་དུ་དབྱད་པ་》ཞེས་པའི་  
དབྱད་ཚོམ་ཞིག་བྲིས་ཡོད་པས་དེར་གཟིགས།

③ ཀམ་རང་བྱུང་རྩོམ་འཛིན་གསུམ། 《ནམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ་》སྟོད་ཆ། P71

བཞིན་ཆོག་རིས་འདྲ་བ་འབྱུང་བས་སོ། ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས་གཞན་གྱི་ཟེར་སྒྲིམ་ལས་གྲོ་ཆེན་དེ་ཅག་སྤྱག་པ་དང་གང་ཟག་གཅིག་ཡིན་ཚུལ་གྱིས་རྗེ་བཙུན་བཀྲོངས་པ་སྤྱགས་སྒྲུབ་ཏེ། མཐའ་དབྱེད་བྱས་པ་ལས་རང་ལྷགས་དངོས་ནི་མིན་པ་ནམ་ཐར་གྱི་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་བསྐྱར་བས་ཤེས་ལ། དེ་ནི་དོན་གྱིས་བཤད་ཡམས་ཤིག་ཡིན་པ་ལས་ནམ་ཐར་གང་དུ་འང་མི་འབྱུང་བྱིར། བདེན་པའི་ས་བོན་རྩལ་ཟད་ཅམ་ཡང་མེད་པར་སེམས།

ལྷགས་གཉིས་པ་ནི། ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས་རང་ལྷགས་སུ་བབྱུང་བའི་དགེ་བཤེས་ཟུ་ལོང་ཅག་སྤྱག་སྒྲོ་གྲོས་དབང་ཕྱག་ཅེས་པ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་ཐར་དུ། རིགས་ཆད་གྱི་གང་ཟག་དན་པ་རང་བཞིན་གྱི་ཟུ་ལོང་ཅག་སྤྱག་གི་མཁན་པོ་དེ་དང་པོ་ནས་ཁོ་རྗེ་བཙུན་ལ་མི་དད་ལ་བསྐྱར་བ་བཏབ་པ་ཅིག་ཡོད་པ་ལ། ཁོའི་འཁོར་ཆམས་གྱིས་ནན་མ་ཐེག་པར། ཉན་ཅིག་དབང་མེད་ཤ་མར་འདྲུའི་འོང་ནས། རྗེ་བཙུན་ལ་མཇལ་དུ་བྱུང་བ་དང་། ཁོས་ཆོས་གཏམ་ལུང་མ་བརྟན་ཁ་ཡར་བྱས་པ་ལ། རྗེ་བཙུན་གྱི་ཞལ་ནས། ལོང་བས་རབ་དུ་བྱུང་བའི་བསྐྱབ་པ་ཐོག་པ་དང་། སྤྱགས་ཕྱགས་གྱི་རྟེན་ལ་རབ་གནས་གྱི་ཆོག་བྱེད་པ་ནི། བཀའ་མདོ་རྒྱུད་ནས་གནང་བ་ལགས་པས། དགེ་བཤེས་པས་དེ་ལྟར་མ་མཛད་ན་འཐད་ཅམ་ཡིན་གསུངས་པ་སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་ལོག་ལྟར་ཐོ་སྒྲིམ་ནས་དགེ་བཤེས་དེའི་བྲིམས་འཕྲིག་བྱི་མོ་ཅིག་ལ་མཛོལ་བྱུང་བ་ཅིག་ཡོད་པས། དེ་ལ་ཤོག་བྱས་ནས། བཟའ་བཏུང་བཟང་པོ་བྱིན་ནས། རང་རེ་གཉིས་སྤར་ལུས་འབྲེལ་བྱས་པས། ཤ་ཐོབས་པའི་སྤྲིང་གཏམ་ཡིན་ཟེར་ནས་གཡུ་ཞིག་བྱིན་ཏེ། མཐར་རྗེ་བཙུན་ལ་དུག་དྲངས་པར་བཤད་པ་ལས། བྱིན་སྟོན་ནམ་པའི་དགེ་བཤེས་ཅག་སྤྱག་པ་དེ་ཡང་དགེ་བཤེས་གསུམ་ཅན་ཞིག་ཡིན་ཆོད་འདུག་སྟེ། རྣམ་ཐར་དེ་ཉིད་དུ། བྱིན་སྟོན་ནམ་གྱི་ས་ཆ་ན་མདོ་སྤགས་བཤེད་གསུམ་དང་། ཆོ་གཉན་བཙུན་གསུམ་ཐམས་ཅད་གྱིས་ང་ལ་གྲས་པ་མི་འདུད་པ་མེད་པ་ལ། མི་ལ་རས་པ་ཟེར་བའི་བྱི་གྲོག་འདིས་ང་ལ་ཆགས་སྤང་བྱེད་པར་འདུག་ལ། དགོས་པའི་དགོན་རྒྱུང་ཅིག་བབྱུང་ནས། འཁོར་སློབ་གྱི་སྦྱོང་རན་ནི་མེད། མི་དགོས་པའི་སྤྲུམ་དབྱངས་སྒོ་མ་གཞས་ཅིག་རྒྱུན་མི་འཆད་པ་འདིས། ང་སོ་མ་བསོད་པར་ན་བ་ན་བར་འདུག་པས། ང་ལ་གཏོགས་པའི་འཁོར་ཆམས་སོང་ཞེས་འཁོར་ཆམས་བསྐྱལ་ཏེ། རྗེ་བཙུན་མི་ལ་ལ་ཕྱག་འབེབས་བྱེད་པའི་ཤོམ་ཀྱང་བྱས་འདུག འདི་ལས་ཤེས་རྒྱས་པ་ཞིག་ནི། གཅིག་ནས་དགེ་བཤེས་ཅག་སྤྱག་པ་དེ་འཁོར་མང་བ་དང་། ཆོ་གཉན་བཙུན་གསུམ་ཐམས་ཅད་གྱིས་བསྟེན་བཀྱར་བྱེད་པས་ཁ་ཐོ་མཐོ་བ་བཅས་ལས་འཕྲིན་ལས་རྒྱས་པ་

ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས་བཅུམས། <<རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྒྲོན་མ>>P92  
 ② ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས་བཅུམས། <<རྗེ་བཙུན་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་ཐར་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྒྲོན་མ>>P90  
 ③ ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས་བཅུམས། <<རྗེ་བཙུན་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་ཐར་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྒྲོན་མ>>P90  
 ④ ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས་བཅུམས། <<རྗེ་བཙུན་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་ཐར་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྒྲོན་མ>>P90



ཞིག་ཡིན་ནམ་བསམས་སོ། །གཉིས་ནས་མདོ་སྒྲགས་བཤེད་གསུམ་ཞེས་པའི་བཤེད་ནི། རྒྱུ་པོ་དང་རྒྱུ་པོ།  
 བཅད་པོ་དང་བཅན་པོ་ཞེས་ཆེས་འབྲུག་པན་རྒྱུ་པོ་ལས་བཤེད་དང་གཤེན་གྱི་དེ་བཞིན་ནོ། །མདོ་  
 སྒྲགས་གཤེན་གསུམ་ཞེས་པའི་མིང་འདི་ད་ལྟ་བོན་རྣམས་ལ་གྲགས་མི་གྲགས་མི་ཤེས་ནའང་། བོན་པོ་རྣམས་  
 ལ་སྒྲོ་བཞི་མཛོད་ལྟ་ཞེས་པའི་ནང་། ཆབ་དཀར་དང་ཆབ་ནག འཕན་ཡུལ། དཔོན་གསལ། མཐོ་ཐོག་  
 བཅས་ལྟ་ལས། འཕན་ཡུལ་དང་ཆབ་དཀར་ནི་མདོ་སྒྲགས་ཀྱི་གཞུང་དང་། ཆབ་ནག་དང་དཔོན་གསལ་ནི་  
 གཏོ་དང་རྫོགས་ཆེན། ཕྱི་མ་མཐོ་ཐོག་མཛོད་ནི་འཛིག་རྟེན་ཆགས་ཚུལ་ཡིན་པས། ཆབ་ནག་དང་དཔོན་  
 གསལ་ལ་གཤེན་དུ་བཏགས་པ་ཞེ་ཡིན་སྟུང་པས། དེ་ལྟ་བུའི་གཞུང་ལ་མཁས་ཤིང་མཁས་པ་གཞན་གྱིས་  
 བརྟེན་བཀུར་བྱེད་པར་བཤད་པ་ལ་གཞིགས་ན། དགེ་བཤེས་ཆག་ཕུག་པ་དེ་བོན་པོ་ཞིག་ཡིན་པར་འདོད།  
 དེའི་ཤེས་བྱེད་གཙོ་བོ་ནི། དབང་མ་ཐོབ་པར་ལུང་ཉན་མི་ཆོག་པའི་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་གསང་བའི་མཁུར་རྩོ་  
 རྗེ་མཁུར་དུག་དང་། ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པའི་ཡར་སྡོད་དང་། ཀམ་རང་བྱུང་རྩོ་རྗེའི་སྟོན་དུ་སྤྲུལ་རིང་མོ་  
 ཞིག་ཏུ་སྟན་བརྒྱུད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་དར་བའི་རྣམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ་དང་། ངམ་རྩོད་སྟན་བརྒྱུད་དུ་བཞུགས་  
 པའི་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་རྣམ་ཐར། ཞུ་དམར་མཁའ་སྟོན་དབང་བོས་<sup>(1350—1409)</sup> བཅམས་པའི་རྗེ་བཙུན་མི་  
 ལའི་རྣམ་ཐར་བྱིན་ལྟུངས་སྤྱོད་པུང་། འོད་དཔག་རྩོ་རྗེས་བཅམས་པའི་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་། མགར་  
 དཔོན་གྱི་གསུང་འབུམ་དུ་བཞུགས་པའི་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་སོགས་སུ། སྤང་བ་མ་དག་པ་ལྟར་བྱས་ན། སྟེ་ནམ་  
 གྱི་བོན་པོ་ཞིག་གིས་མཛོ་མོ་ཞིག་ལ་གཡུ་གཅིག་རྩལ་པར་བྱིན་ནས་ཞོ་ཕོར་གང་ལ་དུག་བཏབ་ནས་འབྲེན་དུ་  
 བཅུག་ཅེས་རྣམ་ཐར་སྤེལ་རྣམས་སུ་སྤང་བ་མ་དག་པའི་སྤང་ངོ་འཕུལ་མོང་བའི་སྤང་ངོར་བོན་པོ་ཞིག་  
 གིས་སྤྲུང་དུག་ཕུལ་ཏེ། བཏོངས་པར་གསུངས་པ་འདི་བདེན་ཤས་ཆེ་བར་མདོན། རྣམ་ཐར་མཛོད་ནག་མར་  
 ཡང་། སྟེ་ནམ་གྱི་བོན་པོ་མཐིང་སྟོན་བྱང་འབར་བྱ་བས་དུག་དྲངས་པར་བཤད་པ་ཞེས་དང་། མི་ལ་བཞད་  
 པའི་རྩོ་རྗེའི་གསང་བའི་མཁུར་རྩོ་རྗེའི་ཆོག་རྒྱུ་རྩོ་རྗེ་ལྟ་བུའི་མིག་འབྱེད་དུ། སྟོན་པ་བྱང་འབར་གྱིས་དུ་  
 ག་ཐབས་གསུམ་གར་ཡང་རང་དབང་མེད་པར་ཆེས་དུས་མི་བྱེད་པས། སེམས་སྦྱོ་ཤི་མེད་པར་རྟོགས་པས་  
 འཆི་བདག་གི་བདུད་བཙོམ་མོ། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་། ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས། དགེ་བཤེས་ཚག་ཕུག་སྟོ་  
 སྟོས་དབང་ཕུག་ཅེས་གསུངས་པའི་བབ་ལ་བཏགས་ཆོ། སྟོན་པ་བྱང་འབར་རམ་བོན་པོ་མཐིང་སྟོན་བྱང་

① <<མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་ཐར་བསམ་ཡས་ལྟ་ལྟའི་སྒྲ་དབྱངས་>>དབུ་ཅན་བྲིས་མ་P152  
 ② ངམ་རྩོད་སྟན་བརྒྱུད་དུ་བཞུགས་པའི་<<རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་>>P72a  
 ③ ཀམ་རང་བྱུང་རྩོ་རྗེས་བསྐྱེགས། <<རྣམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ་>> སྤང་ཆ། P237  
 ④ <<མི་ལ་བཞད་པའི་རྩོ་རྗེའི་གསང་བའི་མཁུར་རྩོ་རྗེའི་ཆོག་རྒྱུ་རྩོ་རྗེ་ལྟ་བུའི་མིག་འབྱེད་>>འབྲི་གུང་བཀའ་བརྒྱུད་ཆོས་  
 མཛོད་དུ་བཞུགས་པའི་བོད་ཡི། རས་རྒྱུང་སྟན་བརྒྱུད་P21

འབར། སློགས་དབང་ཕྱག་བྱ་བས་དུག་དྲངས་ཏེ་བཀོངས་མ་རུས་པའམ་ཡང་ན། དུག་དྲངས་ཏེ་བཀོངས་  
པ་པོ་འདི་ཉིད་མཚན་མི་འདྲ་བ་ཅམ་ལས་བོན་པོ་ཡིན་པ་བཀོད་འདུག་གོ།

འོ་ན། ཁ་ཅིག་གིས་རྗེ་བཙུན་གྱི་ཉི་མ་ལྟ་བུའི་སློབ་མ་མཉམ་མེད་དུགས་པོ་ལྟ་རྒྱུ་ཡིས་བཅམས་པའི་རྗེ་  
བཙུན་མི་ལའི་ནམ་ཐར་དུ་དེ་དག་འབྱུང་དགོས་ཀྱང་། མི་འབྱུང་བ་ལ་བཏགས་ཆོ། ཕྱིས་སུ་གྲུབ་མཐའི་  
ཕྱོགས་ཞིན་གྱིས་ཤུན་ལྷགས་པ་བསྟོན་མི་རུས་ནའང་། སློབ་མོས་མ་དབྱེད་ན་བདེན་བདེན་འདྲ་སྤྲོད་  
ཀྱང་། རྣམ་ཐར་དེ་གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་དོགས་གནས་ཀྱང་ཁ་ཤས་ཡོད་ལ། བདག་གིས་མངལ་སྤྱིང་བའི་  
དཀར་ཆག་ཅིག་ཏུ། རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་ནམ་ཐར་དེ་དུགས་པོ་ལྟ་རྒྱུ་ཡིས་གསུང་འབུམ་གྱི་གསུ་སྟུང་མེད་པས་  
དེ་ལ་ཡིད་བཏན་མི་ཕེར་རོ། །དུས་རབས་བརྒྱ་བཞི་བའི་ནང་རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ (1357—1419) རྟོན་པའི་རྗེས་ཅམ་  
སྟེ། སྟེ་ལོ་<sup>1446</sup> བཅམས་པའི་བཀའ་བརྒྱུད་པ་རང་གི་ཆོས་འབྱུང་ཐོག་མ་ལྟོ་རོང་ཆོས་འབྱུང་དང་། སྟེ་ལོ་<sup>1476</sup>  
ལོར་བཅམས་པའི་དེབ་རྩོན་བཅས་སུ་གོང་དང་འདྲ་བར་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་གྲོང་ས་རྒྱུན་གསལ་བོ་མི་སྣང་  
ཞིང་། དེའི་ཕྱིས་སུ་སྟེ་ལོ་<sup>1488</sup> ལོར་གཙང་རྩོན་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་ནམ་མཁུར་དུ། དགོ་བཤེས་ཆགས་པ་བྱ་  
བའི་རྟོན་པ་ནོར་ཕུག་ལ་ཁ་དྲག་པ། སྤྱིན་པ་ནམས་ཆོགས་པའི་གལ་མགོར་འདུག་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེས་ཁོ་  
རང་དང་ལྷས་འབྲེལ་བའི་བྱད་མེད་ཅིག་ཡོད་པ་དེ་ལ་གཡུ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཕྱིན་ནས་གསོལ་ངན་ཞོ་ལ་སྐྱར་ཏེ་  
དྲངས་པར་གསུངས་པ་ལས། གཞན་ལྟར་བོན་པོ་ཞིག་ཡིན་ཆུང་དང་བསོད་ཟད། ཡང་ལ་ལར་སླ་མའི་ཕྱིན་  
རྒྱལས་གྱིས་ཡུལ་དུ་ནང་ཡམས་དཀོན་པས་ཁོ་ལ་ཟ་རྒྱུ་མ་བྱུང་བས། སྤྲིང་ན་ནས་དུག་དྲངས་པར་བཤད་པ་<sup>①</sup>  
སོགས་ཀྱི་ངན་སྒྲུས་ནམས་སྐབས་འདི་དག་ཏུ་ཆོག་ཟུར་ཅམ་ཡང་བོན་མེད་པས། རྣམ་ཐར་གྱི་འཕེལ་འགྱུར་  
འདི་དག་གིས་གྲུབ་མཐའ་པན་ཆུན་འགྲིག་མཐུན་དུ་དམིགས་ཏེ་བཀོད་པ་ལས། ལྟ་རྒྱུས་དོན་དངོས་ཅན་དུ་  
བསྐྱར་བ་ནི་གཏན་ནས་མིན་པར་སེམས།

དེ་ཡང་བྱེ་བྲག་དུ་བཤད་ན། བཏྲན་པ་རྩ་དར་གྱི་དུས་སུ་ཁྱི་སྤོང་ལྟེ་བཙུན་གྱིས་བོན་གྱི་བཏྲན་པ་  
བསྐྱབས་ཏེ། མཁས་པ་ནམས་ནི་པདྨ་བཀའི་ཐང་ཡིག་ལས། གཤེན་བོན་ནམས་ལ་ཁལ་དུ་བོང་བྱ་བྱིན། །  
བ་ལང་གསོན་མར་གཡུང་དུང་བོན་ནམས་བཀའ། །འབངས་གྱིས་གཙང་རྟོད་བྱེ་མ་གཡུང་དུང་བསྐྱལ། །  
ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། གཙང་ཕྱོགས་སུ་སྐྱེས་ཤིང་། དེའི་རྗེས་སུ་སྤང་དར་མའི་སྐབས་སུ་འང་སངས་རྒྱས་

① ཀམ་རང་བྱུང་རྗེ་རྗེས་བཅམས། <<རྣམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ>> (P238) རས་པ་བྱ་ཆེན་བརྒྱ་གཉིས་གྱིས་མཛོད་པའི་<<མི་ལའི་  
རྣམ་ཐར>> (P226) གཉིས་ཀར་གསལ།  
② བྱེ་མ་ལ་གཡུང་དུང་དང་ཆུ་མིག་བརྒྱུད་ཅུ་ཆ་གཉིས་ནི་གྱི་གུམ་བཙན་པོས་བོན་བསྐྱབས་སྐབས་བོན་གྱི་གྲུབ་ཐོབ་རྣམས་ཡུལ་  
གྱར་དུ་འགྲོ་སའི་ལུང་བ་ཞིག་ཡིན་པར་བོན་གྱི་བདལ་འབུམ་དུ་གསུངས་ཡོད། ཤར་རྩ་བཀྱ་ཤིས་རྒྱལ་མཚན་གྱི་ལེགས་བཤད་  
མཛོད་དུ་འདྲ། བྱེ་མ་ལ་གཡུང་དུང་ནི་གཙང་གི་རྟོད་ལ་ཡོད་པར་གསུངས།

ཆོས་ལུགས་ལ་ཆག་འཇིག་བྱང་བ་དང་བསྟན། བོན་ལའང་དེ་བཞིན་བྱང་སྟེ། མདོ་ཁམས་དང་གཙང་  
 རྒྱལ་ས་བཅས་སུ་གནས་གཞི་སྒྲོམ་བས། ཕྱི་དར་གྱི་སྐབས་ཙམ་དུ། མངའ་རིས་དང་གཙང་རྒྱལ་ས་བཅས་སུ་  
 བོན་གྱི་ལྷ་སྟེ་དང་མཁས་པ་མང་དུ་བྱང་བ་གོར་མ་ཆག། དེ་འདྲའི་གནས་བབ་ནང་། ལར་གཙང་རྒྱལ་  
 དང་སྟེ་ནམ་གྱི་མི་སྟེ་ནམས་དང་ཡང་མཁས་ཆུང་བས་རྩེ་བཅུན་མི་ལ་ལ་ཞབས་ཏོག་ཆེན་པོ་མ་བྱང་བར་  
 བཤད་པ་དངོས་གནས་འབྱུང་ངེས་ལ། དགེ་བཤེས་ཚུག་ཕུ་བའང་མདོ་སྐད་གསུམ་གསུམ་ལ་མཁས་ཞེས་  
 གསུངས་པ་བདེན་ཤས་ཆེ་བར་མངོན། རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་ཆོས་ཉམས་ལེན་དང་འཆད་སྤེལ་གྱི་གོ་རིམ་དུ་  
 བོན་དང་འགལ་བ་ལན་རེ་བྱང་བའམ་ཁ་ཅིག་ལ་ཐུགས་སྦྱོར་བྱང་ཡོད་པ་ནི་ནམ་ཐར་དང་མགུར་འབུམ་  
 དུ་གསལ་ཏེ། དཔེར་ན། ལྷ་རྩེ་བོན་ཆུང་དང་ཁྱོད་ཆོང་འབྲུག་ལྷ་རྩེ་འབྲུལ་གྱིས་བརྒྱལ་ཚུལ་དང་། རྩེ་བཅུན་

① གཙང་གི་གཤེན་ཆེན་སྐུ་དགས་(995—1035) སྟེ་ལོ་1017 ལོར་བོན་གཞུང་མཛད་ཐུག་དང་གཤམ་པ། ཁྱོད་དབང་ཆེན་སྐུ་གས་  
 གཏེར་ནས་བཞེས། དེའི་ཐུགས་སྐྱེས་གསུམ་སྟེ། བྱ་ཆེན་གྱིས་སྟེ་ལོ་1072 ལོར་གཙང་གལས་ཤུའི་རྒྱུད་དུ་རྩོགས་ཆེན་ཉམས་ལེན་  
 ཕྱིན་པའི་དབུ་ས་ཁ་དགོན་ཞེས་པ་བཏབ་པ་དང་། ལུ་ཡས་ལེགས་པོས་སྦྱིད་མཁར་རི་ཞིང་དགོན་ཕྱག་བཏབ། སྤྱི་ལོ་དཔལ་  
 མཆོག་གིས་དགོན་པ་སྐོས་བཞེངས་པའི་ལོ་རྒྱུས་མ་མཐོང་། ད་དུང་དུས་རབས་དེའི་ནང་ཆེན་མཁས་པ་དཔལ་ཆེན་གྱིས་མཆོན་  
 ཉིད་ཀྱི་དགོན་སྟེ་སྟོ་མོ་བཟང་རི་དགོན་ཞེས་པ་ཕྱག་བཏབ་ཡོད། ཐུབ་པོ་ཐོབ་ཆེན་མོ་དགོངས་མཛད་(1030—1096) གྱིས་བོན་གྱི་  
 གཞུང་ཨ་རྩོགས་སྟན་གསུམ་ལས་ཨ་ཁྱིད་ཐུན་མཆོམས་བརྒྱད་ཅུ་བཅུ་མས། གུ་རུ་རྩོན་ཅེ་(1136 ལོར་འབྲུངས།) ཡིས་མ་རྒྱུད་རྒྱུད་  
 གསུམ་གྱི་དཔེ་ཆ་ནམས་གཏེར་ནས་བཏོན་པ་སྐོས་བྱང་འདུག།

② རས་པ་བྱ་ཆེན་བརྟུ་གཉིས་གྱིས་བཅུ་མས། <<མི་ལ་རས་པའི་ནམ་ཐར>>ཐོས་མ། P28

③ ནམ་མཁའ་འོར་བུའི་སྤྱི་ལོ་ལྷུ་བོན་གསུམ་གྱི་གཏམ་དུ་དེར་ཆགས་སྤང་དབང་གིས་ཞབས་འདྲེན་གསོག་འདོད་ཀྱི་ཕྱིར་ཁོ་རང་  
 གི་སྒྲོབ་མ་རས་ཆུང་བ་བྱ་བ་དེ་ལ་རྩ་རྩོད་ཆུང་དུ་མིང་དུ་བཏགས་ནས། ཁོ་བོ་སྒྲོབ་དཔོན་གཉིས་གྱིས་གངས་རིན་པོ་ཆེའ་  
 ཞབས་འདྲེན་དང་། བདེན་པ་བྱང་གསོད་སྒྲུར་འདེབས་སྐོས་གྱིས་རྒྱལ་ཁམས་རྒྱན་གྱིས་བཀང་བར་བཤད་པ་(1994 ལོར་གྲུང་...  
 གོའི་བོད་རིག་པའི་དཔེ་སྟན་ཁང་གིས་དཔར་བའི་ནམ་མཁའ་འོར་བུའི་ གསུང་ཚོམ་རྒྱལ་སྐྱིལ་སྤྱི་ལོ་P427-428) རང་ལུགས་སུ་  
 བཟུང་ནང་། འབྲུག་པ་བསྐྱ་དཀར་པོས་སྟེ་ལོ་1581 ལོར་ བཅུ་མས་པའི་འབྲུག་པའི་ཆོས་འབྱུང་དུ། རྩེ་བཅུན་གངས་ཉི་མའི་  
 བར་དུ་བྱོན། དེར་བོན་པོ་མིང་སྤྱིང་བརྒྱལ། ལུས་པ་ཆེ་ཤོས། སྤྱིང་མོ་དེའང་བོན་རང་གི་ལོ་རྒྱུས་ལ། བསམ་ཡས་སུ་འབྲུངས་པ་ཙེ་  
 ས་བོན་མོ། སྤྱི་ལོ་ཆེ་དབང་རིག་ འཛིན་གྱི་ཡུལ་ཆེའི་རིག་འཛིན་བརྟེས་པ་དེ་ཡིན། ལྷ་རྩེ་བོན་ཆུང་དེའི་སྒྲོབ་མ་ཡིན་ཟེར། ལྷག་  
 ལ་མེ་འབར་གྱི་སྒྲུལ་བ་ཡིན་ཡང་ཟེར། མིང་བོ་རྩེ་འབྲུལ་གྱིས་བརྒྱལ་ཞེས་གསུངས་པ་(1992 ལོར་བོད་རྒྱུངས་བོད་ཡིག་དཔེ་རྒྱུང་  
 དཔེ་སྟན་ཁང་གིས་དཔར། P370) གསལ་བ་དང་། རྩེ་ཆོང་ཁ་བའི་ཡར་རྩོན་དུ་བཅུ་མས་པའི་ནམ་ཐར་ཉི་ཟླའི་འོད་ཟེར་སྒྲོན་མར་  
 ཡང་། བོན་པོ་མིང་སྤྱིང་བཏོན་པའི་ལོ་རྒྱུས་ནི་ནམ་ཐར་ཆེན་མོར་གསལ་ཞེས་བྲིས་མ་དེའི་ཤོག་ངོས་དུ་གཞུག་གསལ། སྐབས་...  
 འདིར་ཐུབ་མཐའི་རྒྱལ་སྤོན་གྱི་དབང་གིས་འགྲིག་མི་འགྲིག་གི་ཁ་ཆོན་གཙོད་པ་ནི་གཙོ་བོ་མ་ཡིན་པར། བཤད་རྒྱུན་དེ་དག་  
 ལས་བན་བོན་གྱི་འགལ་བ་སྒྲུར་ཡང་འབྲས་པའི་གནས་ཚུལ་མཆོན་ཐུབ་པོ། །དེ་ནི་བོད་རང་གི་ལོ་རྒྱུས་སུ་བཀོད་པ་ཁོ་ན་མ་ཡིན་  
 པར་མི་ལ་རས་པ་དང་སྟེན་པ་གཤེན་རབས་གཉིས་རྩེ་འབྲུལ་འབྲུག་ཏེ། མཐར་གཤེན་རབས་པམ་ནས་འཇང་རིགས་གྱི་གནས་སུ་  
 མེབས་པ་ད་ལྟ་གཏོ་བའི་ཆོས་ལུགས་གྱི་གཏོ་བ་རྒྱུས་ལ་གཤགས་པས། སྟེན་པ་གཤེན་རབས་ཡིན་མིན་ཆ་མི་འཇོལ་ནང་། གང་...  
 ཉིད་གཏམ་རྒྱུད་དག་རྒྱུན་དེ་ལས་རྩེ་བཅུན་མི་ལ་དང་བོན་པོ་ཞིག་འགལ་བ་བྱང་ནས་བོན་པོ་དེ་ཉིད་པམ་རྩེས། འཇང་རིགས་གྱི་

མི་ལ་རས་པའི་དོ་རྩེ་མཁུར་བྱུག་ཀྱི་ རྒྱ་གར་ཡུལ་དུ་ནང་བ་ཡི། ཤིན་ཏུ་མཁས་པའི་པལྟེན་ས། འབྲུག་  
 མེད་སྤྲུང་འཆོང་འདབས་སུ་བྱིན། འཇམ་སྤྲུང་ལངས་ནས་གོས་གྲོན་པས། རང་གི་གོས་དང་བུད་མེད་  
 གྱི། སྤྲུང་དཀྲིས་དག་ནི་རྩོད་བ་གྲོན། འཇམ་ལངས་རང་གནས་སྤེབས་ཅ་ན། ཤམ་ཐབས་ སྤྲོན་པོ་གྲོན་  
 མཐོང་ནས། རྟག་འདུན་ཀྱན་གྱིས་གནས་ནས་དབྱུང་། རྟེན་ཅི་མེད་གྱིས་བོད་དུ་འབྱུགས། གནས་  
 དབྱུང་བྱས་པའི་ངན་སྟོང་ལ། ལྷག་ཆོས་བརྩམས་ནས་བོན་མིང་བཏགས། རྟེན་ཆེ་སྟོང་གྱི་ས་སྟོན་  
 ལ། འབྲུ་ཆེན་ནག་པོ་སྟོབས་ལྡན་གྱིས། བསྐྱོད་པའི་བྱ་གཅིག་བུད་མེད་ནི། གཟུགས་བཟང་གཅིག་ལ་  
 བཅས་པའི་ཆོ། རྩ་མཆོག་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བར་བྱུང་། རྟེན་ལ་བརྟེན་ནས་མིང་ཡང་ནི། བྱེད་མི་བོད་ཞེས་སུ་  
 གསལ། རྟག་པོ་སྟོབས་ལྡན་བྱ་ཡིན་ཀྱང་། མ་ཡི་ཁྱོད་ཅེ་བོན་པོ་ཡིན། རྟེན་ལ་བརྟེན་ནས་བྱ་ཅེ་ཡང་། རྩ་  
 ཆེར་སྟོབས་བོན་ནི་ཤེས་པ་དང་། གཤེན་རབས་མི་བོད་ཞེས་སུ་གསལ། རྟེན་ཆེ་བོན་པོ་ཤམ་སྤོན་གྱི།

ཡུལ་དུ་ཐེབས་པ་བདེན་པའི་ས་བོན་གནས་པའི་ངག་རྒྱུན་དུ་གསལ་བའི་ཕྱིར་རོ།

① རྩ་མཁུར་འོ་རྩེ་ལོ་རྒྱུས་གཟི་ཡི་ཕྱིར་བར་། བོན་གཞུང་བྱམས་མ་ཟེར་བ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་འདས་ལོ་<sup>1500</sup> གྱི་ལོ་<sup>956</sup> བར་བྱུང་  
 བའི་ཁྲོམ་འབྲུག་ལྷ་ས་གཏེར་ནས་བཏོན་པར་གསལ་པར་བཤད་ (ལོར་གྲུང་གོའི་བོད་རིག་པའི་དཔེ་སྟླན་ཁང་གིས་དཔར་བའི་  
 རྩ་མཁུར་འོ་རྩེ་གསུང་ཆོས་སྟོན་བསྐྱེད་སྤྱོད་ 1994. P516) པ་ལས། གྱི་ལོ་<sup>956</sup> ལོ་ནི་ འབྲུངས་ལོ་ལ་ངེས་འཛིན་དགོས་པ་གང་  
 ཡིན་མི་ཤེས་ཀྱང་། རྩ་མཁུར་མཛོད་ནག་མའི་ནང་། རྩེ་བཅུན་མི་ལ་ཉི་མེར་ཐེབས་པའི་སྐབས་སུ་ཁྲོམ་འབྲུག་ལྷ་དང་གྲུབ་.....  
 རྟགས་འབྲན་ནས་མཁུར་མང་དུ་གསུངས་ (P21—22) པ་ལ་བརྟགས་ན། མཁས་དབང་རྩ་མཁུར་འོ་རྩེ་བྱུང་དེ་འབྲུངས་ལོ་བཀོད་  
 པ་ཡིན་ན་ལོ་ཆོག་དེ་ལོར་རམ་སྟེ། རྩེ་དགོད་དང་ཆབ་མཛོད་གཉིས་ཀར་ཁྲོམ་འབྲུག་པ་ཞེས་པ་ཞིག་ཡོད་པར་འབྲེལ་ཡོད་མི་སྟེ།  
 འགའི་བཤད་ནང་། དེ་དང་འབྲེལ་བ་ ཡོད་མིན་མི་ཤེས་ཏེ། རྩ་མཁུར་ཞིབ་ཏུ་མ་མཐོང་ངོ། རྟེན་ཉི་མེར་གངས་ལ་བྱོན་ནས་  
 གནས་ཀྱི་སྟོན་ཕྱིས་ཉི་ མེར་གངས་ལ་བདེ་མཆོག་འཁོར་ལོའི་ལྷ་ཆོག་ཞེས་གསལ་གསལ། གནས་དེ་ཉིད་སྤོན་པོ་ན་པོས་བདག་པོ་  
 བྱེད་པ་ལ། རྩེ་བཅུན་གྱིས་གནས་འདི་དེད་ནང་བ་སངས་རྒྱས་པའི་གནས་ཡིན། སྤོན་བཅོམ་ལྡན་འདས་དབྱུང་བཅོམ་པ་ལྟ་བུ་  
 འཁོར་དང་བཅས་པ་བྱོན་ནས་ཆོས་གསུང་བའི་གནས་ཡིན། གངས་འདི་བདེ་མཆོག་འཁོར་ལོའི་ཕོ་བྲང་ཡིན་གསུངས་པས། དེར་  
 ན་རོ་བོན་རྒྱུང་བུ་བའི་གྲུབ་ཐོབ་ཅིག་འདུག་པ་དེས། གནས་འདི་དེད་བོན་པོའི་སྟོན་པ་གཤེན་རབས་ཀྱིས་བྱིན་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་  
 གནས་ཡིན་ཅིང་། གངས་འདི་གོ་གོད་ཀྱི་ལྷ་ཞེས་ཡིན་པ་བཅས་གསུངས་ཡོད་པས། མཆོམས་ཅེ་ཁྲོམ་འབྲུག་ལྷ་དང་ན་རོ་བོན་...  
 རྒྱུང་གཉིས་མི་གཅིག་ཡིན་སྟེ་མཁུར་པའི་དོགས་པ་ཞིག་ཡོད་སྟེ། འབྲི་གྲུང་དགོན་མཆོག་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་འབྲི་གྲུང་ཆོས་འབྱུང་དུ། རྩེ་  
 བཅུན་མི་ལས་ན་རོ་བོན་རྒྱུང་བུ་ལ་བ་དེ་དང་སང་གི་བོན་བཅུན་འགས་འདི་ལས་མི་ལེན་པ་བྱེད་པ་ནི་དགོན་གྱི་ཞེས་འཁུར་  
 དང་། བོན་པོ་ཁ་ཅིག་གིས་ན་རོ་བོན་རྒྱུང་ཞེས་པ་བོན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་བོན་འབྱུང་གང་ནང་དེ་འབྲེལ་གྲུབ་ཐོབ་ཀྱི་མིང་ཟུར་ཅམ་  
 ཡང་རྟེན་དཀའ་བ་དང་རྒྱན་བཟོ་ཡིན་ཚུལ་དང་། དེའི་རྟེན་འོན་དུ་སྟབས་བྱེད་གཞན་འཆོལ་བ་མང་བས་གལ་ཏེ་དེ་གཉིས་མི་...  
 གཅིག་ཡིན་ན་ནི་དེ་འབྲེལ་པ་བཅུན་མི་དགོས་པར་སྟེ།

② དུང་དཀར་སྟོན་བཟང་འཕྲིན་ལས་ཀྱིས་རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་གསུང་མཁུར་ལ་སྟེ་ཁ་ཅིག་ཡོད། དེ་ཡང་མཁུར་འབྲུམ་ནང་མེད་པ་  
 དོ་རྩེ་མཁུར་བྱུག་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད་ཅིང་། དེ་སྟེ་གསང་སྟེན་གྱི་དབང་མཐོབ་ན་དོ་རྩེ་མཁུར་བྱུག་གི་ལུང་ཉན་ཆོག་གི་མེད་གསུ་  
 དས་དེའོ། <sup>2004</sup> ལོར་མི་རིགས་དཔེ་སྟླན་དཔེ་སྟླན་ཁང་གིས་དཔར་བའི་གྲུབ་མཐའི་སྟོན་གྱི་རྩ་མཁུར་ P600

གཤམ་པ་ཐོས་ནས་གཤེན་རབས་ཀྱིས། །བྱང་ལམ་བརྟུན་ནས་དེ་བྱང་བསྟེན་ས། །ཕྱི་རབས་བོན་གྱི་བྱང་  
 བྱང་ས་ནི། །ཤམ་སྟོན་གཤེན་རབས་གཉིས་ལ་ཐུག །མཐར་ཐུག་ལམ་ནི་བཤོད་བྱུར་ན། ། བོན་ཆོས་  
 གཉིས་ལ་བྱང་ཅི་ཡོད། །སྟམ་ན་རྩ་མཆོན་འདི་ལྟ་སྟེ། །བོན་གྱི་བྱང་བྱང་ས་ལོག་ཆོས་དང་། །ལྷ་དང་...  
 འབྱུང་བོ་སྟོབས་ལྡན་གྱིས། །བྱས་པས་མཐར་ཐུག་ལམ་མི་བཤོད། །བོན་ནི་ཤིན་ཏུ་སྤྲད་པའི་རིགས། །ཕྱི་  
 བྱང་གཉིས་ཀྱི་བྱང་པར་ནི། །སྐྱབས་གནས་དག་ལ་འཛོལ་བའོ། །ཞེས་ཟུར་བྱ་དང་འབྲུ་དམོན་མཛད་  
 ཡོད་པ་མ་ཟད། །སྟོན་པ་གཤེན་རབས་ཀྱང་སྤང་དར་གྱི་རྩེ་ཙམ་དུ་བྱང་བ་ཡིན་ཤིག་བྱས་འདུག་པ་འདི་  
 ཡང་ཞིབ་དུ་བཟླ་དགོས་ཏེ། འཇང་རིགས་ཀྱི་གཏོ་བའི་ལྷགས་སུ་གཏོ་བའི་ཁ་རྩུན་དང་། དམངས་ཁྲོད་  
 ལས་བྱུང་བའི་སྟོན་པ་གཤེན་རབས་དང་སངས་རྒྱས་མི་ལ་གཉིས་མཐུ་ཅུས་འགན་རྩེས། མཐར་སྟོན་པ་  
 གཤེན་རབས་པམ་ནས་འཇང་གི་རྩུ་དཀར་རྩུ་ནག་གི་ས་ཆར་ཐེབས་པའི་ལོ་རྒྱུས་དག་རྩུན་ཡོད་པ་དེ་ནི། རྩེ་  
 བཅུན་མི་ལ་དང་རྒྱ་རོ་བོན་རྩུང་གཉིས་གངས་ཏི་སེའི་བདག་པོ་སུས་བྱ་མིན་ཐད་འགན་རྩུང་བྱས་པའི་  
 གཏམ་རྩུང་ལ་སྐྱར་བ་ཡིན་ཡང་སེམས། གང་ལྟར། གཏམ་རྩུང་དེ་དག་དངོས་མིན་ཅི་རིགས་ཡིན་ནའང་།  
 སྐབས་དེ་དག་ཏུ་བན་བོན་གྱི་འགལ་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་ར་སྤྲོད་བྱེད་ཅུས་པ་འདི་ཙམ་དུ་མ་ཟད།  
 བཀའ་གདམས་བྱ་ཆོས་ལས་ཀྱང་། ལྟར་བཟང་དབང་ཐུག་གཤེན་རབས་ནི། །མི་ཤེས་གཞན་གྱི་སྒྲོ་  
 བཏགས་ཡིན། །བོན་དང་ལུ་སྟེགས་ཆོས་དག་ནི། །གཡོ་ཅན་ཆོག་བཞིན་ངོ་བོ་སྤྲོད་བྱེད། །དེ་ཡི་ཐུགས་ནི་  
 གཞན་བསྐྱེད་ཞིང་། །མཐུན་པ་འབྱེད་ཅིང་དག་དང་སྤྲོད། །ལུ་སྟེགས་བོན་ནི་དངོས་ཀྱི་བུ་ལྟར། །འཕམ་  
 དགའ་ཐུགས་སུ་ངན་འགྱོར་སྐྱར། །ཞེས་དང་། སངས་རྒྱས་ཆོས་ལྷགས་ཀྱི་འདས་མཆོད་ཀྱི་དཔེ་ཆ་ཞིག་ཏུ་  
 འང་། བོན། །མི་ནག་པོའི་གཞུང་། །སྤྲོད་ནག་པོའི་ལྷགས། །བོན་ཡས་འདྲོད་སྤྲང་། །ཞེས་དང་། ཆོས། །ལྟ་  
 ཆོས་དཀར་ བོའི་གཞུང་། །ཁྱི་དཀར་བོའི་ལྷགས། །ཤིང་དཀར་བོའི་ཆེས་(ཆོས་)ཞེས་བཤད་པས་ཀྱང་ཤེས་  
 སོ། །

① རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་གསུང་། <<རྩེ་བཅུན་མི་ལས་རས་པའི་མཁུར་རྩུག་སྟོགས་གསུང་རྩུན་ཐོར་བྱ་འགའ་བཞུགས་...སོ>>ཤིང་  
 དཔར།<sup>P59—60</sup>

② ལྟག་པ་ཆེ་རིང་གིས་བཅུམས།<<བོན་ལྷགས་དང་འཇང་རིགས་གཏོ་བའི་ཆོས་ལྷགས་ཀྱི་བྱང་ཆོས་དབྱེད་བསྐྱར>>མི་རིགས་དཔེ་  
 གྲླེན་ཁང་།<sup>2003. P99</sup>

③ རྩོ་བོ་རྩེ་ལ་ཏི་ཤས་བཅུམས།<<འབྲོམ་རྒྱལ་བའི་འབྱུང་གནས་ཀྱི་སྐྱེས་རབས་བཀའ་གདམས་བྱ་ཆོས་བཞུགས་སོ>>མཆོ་སྟོན་མི་  
 རིགས་དཔེ་སྐྱེན་ཁང་།<sup>1994. P346</sup>

④ མཁུར་ཆེན་བསམ་གཏན་གྱིས་བཅུམས།<<བོད་བཅན་པོའི་སྐབས་སུ་བོན་ནི་ཆོས་ལྷགས་ཤིག་ཡིན་པའི་སྐབས་བྱེད་སྐོར་རགས་  
 ཅམ་གྲེང་བ>>(<<མདའ་དང་འཕང>>སྟོན་ཆ) གྲུང་གོའི་བོད་རིག་པ་དཔེ་སྐྱེན་ཁང་།<sup>2007. P360-361</sup>



ལས་འབྲས་ཀྱི་ལྷ་བའི་ཐོག་ནས་གསལ་བཤད་ཅིག་མཛད་ཡོད་དེ། སངས་རྒྱུ་ཤུབ་པས་བདུད་མི་  
ནག་མདུང་ཐུང་ཅན་བསྐྱལ་བས། འབས་ལ་སེང་ལྗེ་གི་ཆོར་མ་བྱུག་པ་དང་། སྒྲིབ་དཔོན་སྒྲུ་སྒྲུབ་སྟེང་  
པོས། སྒྲུར་བའི་སྒྲིབ་ཅན་པས་ཁོང་གི་དབུ་གནང་དགོས་བྱུང་བ་ལ་སོགས་ཀྱི་གར་ན་ཡང་གཏམ་རྒྱུད་  
གངས་མེད་པ་རྣམས་འདུག་ཅིང་། བོད་ན་ཡང་ཆོས་རྗེ་ས་སྒྲུ་པཌ་ཆེན་གྱིས་རྗེ་དམ་པ་སངས་རྒྱུ་ལ་སྒྲུར་  
བ་ཞུས་པས། ཆོས་རྗེ་བའི་སྒྲུབ་འབྲིབས་ཅིང་། འཇམ་པའི་དབྱངས་དང་མཇལ་འཕྲོ་ཆད་པའི་གཏམ་རྒྱུད་  
དང་། མིད་ལ་རས་པས་སེར་བ་ཕབ་པས་ལོ་གངས་དེ་ཅོམ་ལ་གསོལ་རྒྱ་མ་བྱུང་ཞིང་། མཐུ་མཛད་ནས་མི་  
མང་པོ་བསང་པས་རྗེ་བཙུན་རང་ལ་དགེ་བཤེས་ལོང་བ་ཅན་ལུག་པས་དུག་བྲངས་པ་ལ་སོགས་པ་གཏམ་  
རྒྱུད་གངས་ལས་འདས་པ་དཔེ་བཞག་སྟེ། བཤད་པ་ལས་དངོས་སྒྲིབ་རྣམས་དང་ཆོས་པ་རྣམས་ཀྱིས་དང་  
ལེན་ཐུབ་པའི་གནས་ལུགས་ཤིག་བརྗོད་ཡོད་པས། རྗེ་བཙུན་གྲོངས་པ་ལ་དེ་བཞིན་དུ་བསམས་ཡོད་  
ནང་སེམས་སྟོ། །

① ཁི་བྱེད་རས་པས་བཅུམས།《ནམ་ཐར་ཉི་ལྔའི་འད་ཟེར་སྒྲིབ་མ》P118

དུག་དེ་རྗེ་བཅུན་མི་ལས་སྤངས་པ་འཕྲུག་པ་ལ་བརྟེན་ནས། རྒྱ་འབྲིལ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་ལ། རྗེ་མི་ནམས་  
 གྱིས་རྒྱ་འབྲིལ་འཕྲུང་བའི་གོམས་སྒོལ་གནས་པ་བཅས་ལས་བྱིན་སྤངས་མ་དེ་རྗེ་བ་འདི་ཡིན་པར་ཤེས་ཅུས།  
 དུག་དྲངས་པའི་གནས་འདིའི་མི་ནམས་ལ་ཤིན་ཏུ་ཡིད་ཆད་པའི་རྒྱུན་གྱིས་ནམ་ཐར་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྒྲོན་  
 མར་ཡང་། ཡོན་བདག་མོ་རྒྱལ་མོ་སྤྱིད་གྱིས། རྗེ་བཅུན་གྱི་སྤྱོད་ལ་ཕང་བ་གཏད་ནས་དུས་པས། དུ་སྒྲོབ་  
 གཞན་ནམས་དང་དུ་ཤིང་། རྗེ་བཅུན་གྲོངས་ས་རྒྱ་དབར་ན་མཛེད་དགོས་ཟེར་ནས་གསོལ་བ་བཏབས་ལ་  
 ལ་གཞིགས་ན། བྱིན་སྤངས་མ་ལས་རྒྱུང་དུ་བཞུགས་དེ་བལ་བོད་ཀྱི་ས་མཆོམས་དང་ཉེ་བ་རྒྱ་དབར་དུ་འགོ་  
 དགོས་པར་ལུས་པའོ། །འདི་ནི་སྤྱག་ཆེན་བཞི་སྟེ། ཉེ་སེ་རྒྱ་འབྲུལ་སྤྱག་དང་སྟེ་ནམ་གྲོད་པ་སྤྱག་ ལ་ཕྱི་  
 བདུད་འདུལ་སྤྱག་ རྒྱ་དབར་འབྲི་ལྷེ་སྤྱག་གི་གསལ་ལས་ཕྱི་མ་འདི་ཡིན་པས། ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས། རྗེ་བཅུན་  
 གྲོངས་པ་ནི་དཔལ་སྤུངས་ལུང་རྒྱ་དབར་ (རྒྱ་དབར་ཞེས་པ་ནི། རྒྱ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་ཆགས་པས་དེ་ལྟར་གྲགས་) གྱི་ཡང་  
 དཔེན་འབྲི་ལྷེ་སྤྱིད་སྤྱག་གི་གཡོན་ཟུར། ལྷའི་རྒྱལ་བོ་དུང་སྒྲའི་རྩ་བ་གཡོན་པའི་སྟེང་གི་རྩོད་པའི་ཆོས་ཁྲི་  
 དཀར་རྒྱུང་ལ་སྤྱུ་རྒྱུབ་གཏད་ནས་གྲོངས་པ་ཡིན་ཞེས་གསལ་བོར་གསུངས་པའི་གནས་འདིའོ། །དེང་སང་  
 བོད་རང་སྤྱི་ལོ་ལྔ་པའི་ལོ་རྒྱུད་ལྟར་དེ་རིམ་ལྔ་པའི་ལོ་རྒྱུད་ལྟར་དུ་བཞུགས་པ་ཡོད་པ་དེ་ཡིན་ནོ། །ཁ་ཅིག་གིས།  
 རྗེ་བཅུན་གྲོངས་པའི་གནས་ནི་ལ་ཕྱི་ལྷེ་ལ་ཕྱི་ཡིན་པར་བཤད་པ་དེ་འདྲ་། རྩམ་ཐར་ལ་ལར། དུར་གང་སྤྱང་  
 ལ་བྱིན་པ་དང་། ལྷ་ནམ་པ་མ་འཆམ་ནས། གཙོ་བོ་ནམས་གྲོས་བྱས་ཏེ། ཞག་གསུམ་གྱི་ཉིན་མོ་བྱིན་དང་། ལ་  
 ཕྱི་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་སྤྱང་བར་བྱས་ནས། སོ་སོར་གྲོས་པ་ལ། བྱིན་པས་ལམ་ནས་རྒྱུར་ལོག་ནས། དུར་བྱིན་དུ་  
 གདན་དྲངས་ནས་སོང་བ་ལ། ལྷ་ནམ་པས་ཆོར་དེ་ (ཉེ་དམག་སོགས་ཆེན་པོ་བྱས་ནས་འབྲུག་པ་ཆེན་པོ་ཡོང་  
 བར་འདུག་པ་ལ། རྗེ་བཅུན་སྤྱུ་གསུམ་དུ་སྤྱུལ་ཏེ། གཅིག་ནི་ལ་ཕྱི་བདུད་འདུལ་སྤྱག་དུ་སྤྱངས་པ་དང་།  
 གཅིག་ནི་བྱིན་སྤངས་མ་གདན་དྲངས་ནས་སྤྱངས་པ་དང་། གཅིག་ནི་རྒྱ་དབར་འབྲི་ལྷེ་ སྤྱག་དུ་སྤྱངས་པར་  
 གསུངས་ལ་བཤད་ཡམས་ཤིག་ལས་མཆེད་པ་ལས་དངོས་པོའི་གནས་ཆོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ནི་མིན་ཏེ། རྗེ་བཅུན་  
 མི་ལ་རས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལ་ཉམས་ཞིབ་གནང་སྟངས་ལས་དང་གུང་ཐང་གི་ལོ་རྒྱུས་ཚུལ་ལས་དང་སྤྱགས་  
 རྩམ་ཐར་གྱི་རིག་འཛིན་དམ་པ་ཀུམ་ཐོག་ཆོད་བང་ འོར་བུས་(1697—1755) ། ལ་ཕྱི་རྒྱ་དབར་དུ་རྗེ་བཅུན་ཆེན་

① གཡུང་སྟོན་ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས་བཅུམས། <<རྗེ་བཅུན་མི་ལ་རས་པའི་ནམ་ཐར་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྒྲོན་མ་>> དབུ་ཅན་བྲིས་མ།

② འབྲི་ལྷེ་སྤྱག་ནང་དུ་འཇུག་ནས་བརྟན་ཆོ། སྤྱག་པའི་ནང་དོས་ནས་ཞེང་ཆོད་དུ་མེད་གཉིས་ཙམ་གྱི་ཁོད་སྟོམས་པའི་བྲག་ལེབ་  
 ཅིག་རྒྱུར་བརྒྱུངས་ཡོད། སྤྱག་པའི་མིང་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ངེས་ཤེས་ཆེད་ཐུབ་ཅས་ཉི་ཉོད་བཟུས་ཐའོ་ཞེན་ལུས་ཀྱིས་མི་  
 ལའི་ཞབས་རྗེས་ཞེས་པར་བཤད།

③ ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས་བཅུམས། <<རྗེ་བཅུན་མི་ལའི་ནམ་ཐར་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྒྲོན་མ་>>P101

④ ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས་བཅུམས། <<རྗེ་བཅུན་མི་ལའི་ནམ་ཐར་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྒྲོན་མ་>>P98



པོ་མི་ལ་རས་པའི་སྐྱ་གདུང་ལ་བྱིན་གཉའ་ནང་བ་འབྲུག་ཚྭ་བྱས་པར་གསུངས་པ་འདི་ལས་ཀྱང་། རྗེ་བཙུན་ཞིང་དུ་གཤེགས་པའི་གནས་ནི་ཚུ་དབར་ཡིན་པ་ཤེས་ནུས་སོ། །འོ་རྒྱུས་འགའ་ཞིག་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྤང་ངོ་བཞིན་བཀོད་པས། གཞུང་འདིའི་བྱེད་པོ་རང་ཉིད་སྤྱི་ལོ་<sup>2007</sup> ལོའི་ལྷ་བརྒྱུད་པའི་ནང་རྗེ་བཙུན་གྱི་འབྲུངས་གཞིས་དང་བྲག་དཀར་རྩ་སོ། གྲོད་པ་ལུག་བཅས་ལ་རྟོག་ཞིབ་ཏུ་སྤང་བའི་ཆོ་བ། འགམ་ནས་ཡུལ་དེའི་ཆུན་པོ་ཞིག་གིས་ཀྱང་། རྗེ་བཙུན་ཞིང་དུ་ཕེབས་པའི་གནས་ནི་ལ་ཕྱི་ཡིན་པར་བཤད་ཀྱང་། རྟོན་དངོས་སུ་དེ་འདྲ་མིན་ཞིང་། གང་ལྟར། འབྲི་ཆེ་ལུག་ནས་ཞིང་དུ་གཤེགས་རྗེས། སྐྱ་གདུང་ལ་ཚྭ་གཞི་ཆེན་པོ་བྱུང་། སལ་ཆེར་གདུང་ཐལ་ཆ་བཞི་རུ་བཞོས་ནས། ཆ་གཅིག་ལ་སྐྱ་འདྲ་ཆུང་སེ་བ་ཞིག་བཞེངས་ནས་ལ་ཕྱི་གནས་ནང་དུ་བཞུགས་པ་ཡིན་ཏེ། ལ་ཕྱི་ལྷན་ཆེས་པས་སྟ་ནམ་བུ་ཤིས་སྤང་དུ་གདན་དྲངས་ནས་བཞུགས་པ་དེ་ཡིན་ལ། ཆ་གཅིག་ལ་སྐྱ་འདྲ་ཞིག་བཞེངས་ནས། སྟ་ལུང་ཆུ་དབར་དུ་བཞུགས་པ་དང་། ཆུ་དབར་གྱི་གསེར་འབུམ་དེ་ནི། དཔལ་ལག་མོ་གྲུབ་པ་རྗེ་རྗེ་རྒྱལ་བོས་ཞལ་ཆེམས་བཞག་ནས། སྤྲ་མ་སྐྱ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་འབྲི་གུང་བ་རིན་ཆེན་དཔལ་གྱིས་བཞེངས་པ་ཡིན་ཟེར། ཆ་གཅིག་དགེ་བཤེས་ཚག་ལུག་པས་གཞི་ལེན་བྱས་ནས། ཡོན་བདག་རྣམས་ཀྱིས་མྱིང་མ་བར་ཁང་གི་ལྟ་ཁང་དེ་བཞེངས་པ་ཡིན་གསུངས། དགེ་བཤེས་ཚག་ལུག་པ་རང་གི་ཕྱིག་བཤགས་ལ་སྐྱ་འབུམ་ཆེན་མོ་ཞིག་བཞེངས་འདུག ཆ་གཅིག་བྱ་སྟོབ་རྣམས་ཀྱིས་གདན་དྲངས་པར་བཤད་པ་ལས་ཕྱི་རབས་པ་རྣམས་དོན་དེ་འདྲ་ཞིག་ལ་འབྲུལ་ནས་སྐྱ་གཤེགས་པའི་གནས་ལ་ཕྱིར་ངོས་བཟུང་བར་ཡང་སེམས།

<sup>①</sup> <<ཀུམ་ཐོག་རིག་འཛིན་ཆོ་དབང་ལོ་རྒྱུ་ལྷན་ཐར་>> ( ཀུམ་ཐོག་རིག་འཛིན་ཆོ་དབང་ལོ་རྒྱུ་བཀའ་འབུམ་རྟོན་ཆ) ཀྱང་གོའི་བོད་རིག་པ་དཔེ་སྟུན་ཁང་།2006. P142

<sup>②</sup> དགེ་བཤེས་དེ་ཉིད་ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པའི་ལུགས་ལྟར་ན། རྗེ་བཙུན་གཤེགས་ནས་ཀྱང་དུས་ཡུན་རིང་མོ་ཞིག་ཏུ་བཞུགས་ཏེ། རང་གི་ཕྱིག་བཤགས་སུ་སྐྱ་འབུམ་བཞེངས་པར་བཤད་པ་དང་། ཆངས་གསར་སྟོགས་རིན་ཆེན་གྱིས་བཟུམས་པའི་འབའ་རྩམ་ཆོས་འབྲུང་གསལ་བྱེད་སྟོན་མེད། རྗེ་བཙུན་གྱིས་གསོལ་འདེབས་དང་བསྟོ་བ་སྟོན་ལམ་མཛད་ནས་བོན་པོ་མཛེ་མོ་གཉིས་ཀྱང་མཛོ་རིས་སུ་དྲངས་ཞེས་སྤྱི་ལོ་<sup>2005</sup> ལོར་མཆོ་རྟོག་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་གིས་དཔར་དུ་བསྐྱུད་པ་དེའི་ཤོག་ངོས་<sup>113</sup> དུ་གསལ་བས། རྗེ་བཙུན་ཞིང་དུ་མ་གཤེགས་པའི་རྟོན་དུ་འདས་པར་བཤད་པས་དཔྱད།

<sup>③</sup> ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས་བཟུམས་<<རྗེ་བཙུན་མེ་ལའི་རྣམ་ཐར་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྟོན་མ>>P102

<sup>④</sup> ལ་ཕྱི་ནི་སྤྱི་ལོ་<sup>1962</sup> ལོའི་ཡར་ཚེན་བར་བོད་ཀྱི་མངའ་ཁོངས་སུ་གཏོགས་ལ། སྤྱི་ལོ་<sup>1962</sup> ལོར་ཀྱང་གོའི་སྤྱི་གཞུང་གིས་མངའ་ཁོངས་བརྗེ་རེས་ཀྱི་ཆ་རྟེན་དུ། ལ་ཕྱི་དེ་བལ་བོའི་ཁོངས་སུ་སྤྱད་པས། དེ་ནས་བཟུང་ཆུ་དབར་དང་བྱིན་ནི་ཀྱང་གོའི་ཁོངས་ཀྱི་གཏོགས་དང་། ལ་ཕྱི་ནི་བལ་བོའི་མངའ་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པར་ཡུས་ཐའོ་ཞེན་རྩས་ཀྱིས་མི་ལ་རས་པའི་ཞབས་རྗེས་ཞེས་པའི་ཤོག་ངོས་<sup>31</sup> དུ་གསལ།

## བཞི བྱིས་རྒྱུད་ཀྱི་གཤེན་ཀློང་།

### ཀ བྱིས་རྒྱུད་ཀྱི་རང་གཤེན་ཀློང་།

རྒྱུད་པ་ནས་མི་རང་ག་བཞི་ག་དང་འབྲིང་བྱིས་སྐྱེ་མེད་བ། ཆེས་ནས་མི་རིགས་གང་ཞིག་ཡིན་ནའང་།  
དེ་ལ་རང་རང་གི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་གཤེན་ཀློང་ཞིག་ཡོད་དེས་པ་ཡིན་པས། ནང་གི་གཤེན་ཀློང་དེ་ནི་སེམས་  
ཀྱི་བདག་ཉིད་དུ་གྲུབ་ཕྱིན། གཞན་གྱི་མཐོང་བྱུང་མི་སྣ་ནའང་། ནང་གི་རྣམ་ཏྟག་གི་འཕྲོ་འདུ་ལས་བྱུང་  
བའི་བྱ་བྱེད་ཀྱི་རྣམ་པ་སྟེ། བྱི་ལུས་ངག་གི་ཀློང་དུ་ཤར་བ་ནི་ནང་སེམས་ཀྱི་གཟུགས་བརྟན་ཏེ་བྱ་ཡིན་  
ཕྱིན། དེས་གཤེན་ཀློང་རང་བཞིན་མཆོན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར། རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་བྱིས་རྒྱུད་ཀྱི་གཤེན་ཀློང་འདི་  
ཏེ་ལུ་ཞེས་མཛུབ་མོ་འཛུགས་སའི་གནས་སུ་མ་གྱུར་ནའང་། བྱིས་རྒྱུད་དེའི་བྱ་བྱེད་ལ་བརྟེན་ནས་གཤེན་  
ཀློང་ཏེ་ལུ་ཡིན་པ་རྩེ་བཅུན་རྒྱུད་ཟད་དཔོག་པར་རུས་སོ། །

ཐོད་རང་གི་ཆོས་འབྱུང་ལོ་རྒྱུས་དག་ཏུ་རང་རེའི་གཤེན་ཀློང་གི་དཔྱད་པ་རྒྱུད་ཟད་ཅམ་ཡང་སྟེང་  
མེད་ལ། བྱིས་སུ་བྱུང་བའི་རྣམ་ཐར་དག་ཏུ་འང་མཁས་པ་སོ་སོའི་རང་གཤེན་སམ་རང་གཤེན་དང་འབྲེལ་  
བའི་ཚུལ་གཤེན་བཅས་ལ་དཔྱད་པ་ཆུ་རུལ་ཅམ་ཡང་བྱུང་མེད་ཕྱིར། རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་དག་ཀྱང་  
དེ་ལས་མ་འདས་སོ། །ཡིན་ནའང་། ཐོད་སྤྱིའི་ཐུན་མོང་གི་གཤེན་ཀློང་དེ་ནི། རང་དང་མི་མཐུན་པའི་དག་  
དང་འཕྲད་དུས་དཔལ་ཏོག་བས་ཆེ་བའི་། ཉམས་རྒྱུད་ལུས་མེད་དང་འཕྲད་དུས་སྤྱིར་རྩེ་བཅུན་པའི་མི་རིགས་་་་  
ཤིག་སྟེ། མཐར་ཐུག་ན་དག་གཉེན་གང་ལའང་ཆགས་སྤང་གི་རུས་ཐོན་པ་ཞིག་ཡིན་པ་མངོན་སུམ་དུ་གྲུབ་  
བོ། །དེ་དག་ནི་ཐོད་ལ་དར་བའི་གཏམ་རྒྱུད་དང་ཉོར་སྤྱིར་གཡུལ་འགྱེད་སྐྱེས་ལས་མངོན་ལ། ལྷག་པར་  
དུ་བཟོད་བསྐྱེད་ཀྱི་རང་ཆེས་ཆེར་བརྟོག་པས་སྤྱང་འདིའི་རུས་བཞིའི་འགྱུར་བའི་ཁྲོད། བསྐྱེད་པ་ནས་  
བསྐྱེད་པའི་བར་སྔོན་ཚུགས་ཤིང་། རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་འཇིགས་པ་མཐའ་དག་ལས་རྒྱལ་བའི་སྤྱོད་པས་སེམས་  
དང་ཡིད་ཆེས། དཔལ་གདེངས་ཡོད་པའི་མི་རིགས་ཤིག་ཏུ་འཁྱུགས་ཕྱིན། ཁྱོད་དང་པམ་ཁ་འཕྲད་དུས་མགོ་  
མི་སྒྱར་བར་འགྲེལ་ས་ནས་སྤྱར་ལངས་རུས་པའི་མི་རིགས་ཤིག་དང་། ཁེ་དང་རྒྱལ་ཁ་འཕྲད་དུས་བསམ་་་་་་  
སྤྱིའི་འཕང་མི་མཐོ་བར་ཆེ་ནས་ཆེར་སྟོགས་པའི་མི་རིགས་ཤིག་ཡིན་པ་ནི་ཐོད་ཀྱི་རིག་གནས་དང་གོམས་་་་  
སྟེ། ཡུལ་ཆོས་སྐྱེས་ཀྱིས་བདེན་དབང་དང་ར་འཕྲོད། རྒྱུད་པར་དུ་འགལ་བྱེད་ཞིག་བྱུང་ནའང་དཔལ་མི་  
ལྷན་པར་ཐམས་ཅད་སྐྱོགས་སུ་འཁྱེད་པའི་ཐབས་ལ་མཁས་ཏེ། རྩེ་བཅུན་པ་ནི་པ་ཚན་དག་ལངས་པའི་རྒྱུན་  
ཀྱིས་འཁོར་བ་ལ་ཐུགས་སྤྱད་སྟེ། རྒྱ་གར་དུ་ཆོས་འཆོལ་བར་བཞུད་པ་དང་། ཁོང་གི་དངོས་སྤྱོད་རྩེ་བཅུན་མི་  
ལའང་པ་ཚན་ལ་མཐུ་བྱས་པའི་སྤིག་པ་ལ་འགྱེད་ནས་ཆོས་ལ་གཤེན་པ་དང་། རྩེ་བཅུན་པ་བཅུན་མོ་སྤྱོད་

བཅས་གཤེགས་པའི་རྒྱུ་ཁྱིམ་འཁོར་བ་ལ་ཐུགས་ཕུང་སྟེ། ཐར་བར་གཤེགས་པ་དང་། རྩེ་དུས་གསུམ་མཁོ་  
 མཁུན་པ་རྒྱུ་མ་གཞན་གྱིས་སྟོགས་པ་ལ་མཐུ་མཛད་པས་སྟེག་པ་ལ་འགྱུར་ནས་བསྟན་པ་ལ་འཇུག་པའི་  
 རྣམ་ཐར་སོགས་ཡོད་ལ། གེ་སར་སྦྱང་གི་ལྟ་སྤྱོད་དུའང་། རྒྱ་སྤྱོད་དུས་ཡུན་སྤྱོད་པ་དགུ་ཙམ་འབྲུགས་ཏེ།  
 མཐར་བུ་མོ་རྒྱ་བཟའ་ལྟ་དཀར་སྤྱོད་དུ་བསུས་པ་དང་། ཡང་རྩོད་སྤྱོད་ལོ་ངོ་གསུམ་དུ་འབྲུགས་ནས་རྩོད་ཆ་  
 ལྟ་མོ་སྤྱོད་ལ་བསུས་ཏེ། རྒྱལ་ཁ་སྤངས་པའི་གཏམ་རྒྱུད་དེ་དག་ཀྱང་། གནའ་ནས་བོད་རང་ཉིད་ཐབས་  
 མཁས་ཡིན་པ་བསྟན་ལ། རང་རེའི་རྒྱལ་བའི་མཆོན་མ་གསུམ་གྱི་གཏམ་རྒྱུད་དུའང་། རྟོག་ཆགས་གསུམ་ནི་  
 མཐུན་ཐབས་མེད་པའི་དག་བོ་ཡིན་པ་དུང་དང་རྒྱ་སྤྱོད་གཉིས་དང་། ཉ་དང་སྟམ། སེང་གེ་དང་ལྷུང་བཅས་  
 ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། གེ་སར་སྦྱང་དུའང་། དམའ་རྒྱ་མཆོད་རྒྱ་སྤྱོད་དུགས་ལེན་ལ། །དུང་གཡས་འབྱེལ་མིན་  
 པ་སྤྱད་མེད། ༡༠ ཅས་བསྟན་ལ། བུ་ཞིག་དུང་དང་རྒྱ་སྤྱོད་འདུས་པ་ལས་བྱུང་བའི་སྤྱུ་གྲུ་ལུས་པོ་དུང་ལ་  
 མགོ་དང་མཇུག་མ་རྒྱ་སྤྱོད་ཡིན་པ་ཞིག་དང་། ཉ་དང་སྟམ་འདུས་པའི་སྤྱུ་གྲུ་ལུས་པོ་སྟམ་ལ་མགོ་བོ་ཉ་ཡིན་  
 པ། ལྷུང་དང་སེང་གེ་འདུས་པའི་སྤྱུ་གྲུ་ལུས་པོ་སེང་གེ་ལ་གཤོག་པ་ཡོད་པ་དང་མགོ་བོ་ལྷུང་ཡིན་པ་བཅས་  
 བྱུང་བ་ལས། མཐུན་ཐབས་མེད་པ་དག་གོགས་སྤྱུ་འབྲུགས་ནས་མཐུན་སྦྱར་བྱས་པའི་གཏམ་རྒྱུད་ཡོད་པས།  
 བོད་ལ་གདོད་མའི་དུས་ནས་དེ་འདྲའི་སྟེན་སྣང་ཞིང་། དེའི་དཔེ་མཆོན་ཆེས་མཛོམས་པ་ཞིག་ནི། གེ་སར་སྦྱང་  
 དུ་འགོག་སྤྱོད་འབྲུགས་ནས་སྤྱོད་སྟེན་པ་ཆོས་རྒྱལ་བཀོད་ནས་འོངས་པ་དང་། འགོག་ཡུལ་ཡུགས་ཐང་གང་  
 བྱས་པའི་མི་མཐུན་པའི་དག་རྒྱ་འབྱུར་ཡང་། བྱིས་སྤྱུ་འགོག་བཟའ་སྤྱོད་དུ་ལྷུས་ཏེ། དེ་ལ་སྟེགས་བཞེ་ལས་  
 རྒྱལ་བའི་གེ་སར་རྒྱལ་བོ་འབྲུངས་པ་ནི་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་གཏམ་རྒྱུད་དེ་དང་། གནའ་བོའི་བོད་མའི་བསམ་  
 པའི་འབྱེར་སོ་ཞིག་རྟོགས་ཅུས་པ་བཞིན་ནོ། །སྤྱོད་བཅན་གྱི་སྐབས་ཐོག་དེར་ཞང་ཞུང་རྒྱལ་པོ་དང་རྒྱ་  
 བཀ་ལ་གཉེན་འབྲེལ་གྱི་ལམ་ནས་མཛོད་འབྲེལ་བྱས་པའང་རིག་གནས་ཀྱི་ཤན་ལྷགས་ཨེ་ཡིན་བསམས་  
 སོ། །དེ་འདྲའི་འདུ་ཤེས་འཛིན་སྤངས་ཀྱི་ཆང་གཞི་ལ་བརྟེན་ནས་བྱིས་སྤྱུ་ནང་བསྟན་ཆོས་ལུགས་བོད་དུ་  
 དར་བའི་གོ་རིམ་དུའང་། རྒྱལ་སྤྱོད་དུས་རྒྱུ་སྤྱོད་ཐོགས་མེད་ཀྱི་རྒྱལ་སྤྱོད་ལག་ལེན་སོ་བདུན་མར། ལྷུག་བསྐལ་  
 ལྟ་ཆོགས་མི་ལམ་བུ་ཤི་ལྟར། །འབྲུལ་སྤྱོད་བདེན་པར་བཟུང་བས་ཨ་ཐང་ཆད། །དེ་བྱིས་མི་མཐུན་རྒྱུན་དང་  
 སྤྱད་པའི་ཆོ། །འབྲུལ་བར་ལྟ་བ་རྒྱལ་སྤྱོད་ལག་ལེན་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་། བཅོམ་སྟོན་སྤྱོད་བཟུང་ཆོས་  
 རྒྱུན་གྱིས་ཀྱང་མདོ་སྟེགས་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་གཅིག་ཏུ་བསྟུས་པའི་སྤྱོད་མཆོད་དུའང་། ལྷོད་བཅུད་སྟེག་པའི་འབྲས་  
 དུས་ཡོངས་གང་སྟེ། །མི་འདོད་སྟེག་བསྐལ་ཆར་ལྟར་བབས་ཀྱང་ཀྱང་། །ལས་ངན་འབྲས་བུ་ཟད་པའི་  
 རྒྱུར་མཐོང་ནས། རྒྱུན་ངན་ལམ་དུ་ལོངས་པར་བྱིན་གྱིས་རྒྱོབས། །ཞེས་སྟེ་རྒྱ་ནང་འཆིའི་སྟེག་བསྐལ་གྱི་རྒྱུན་

④ མཆོ་སྟོན་ཞིང་ཆེན་དམངས་ཁྲོད་རིག་ཆལ་ཞིབ་འཇུག་ཆོགས་པས་འཆོལ་བསྟུ་བྱས།《རྟོར་སྤྱོད་གཡུལ་འབྱེད་》སྤྱད་ཆ། མཆོ་  
 སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་གིས་དཔར།1997. P227

ངན་གང་བྱང་ཡང་། གྲོགས་སུ་འབྱེད་བར་ནང་བསྟན་གྱི་གཞུང་ལུགས་དང་འབྲེལ་ནས་གསུངས་ཡོད།  
 རིག་གནས་ཀྱི་མང་འདི་དག་ལ་བརྟེན་ནས་གནམ་གྱིས་ས་བཀའ་པ་ལྟ་བུའི་བོད་ཀྱི་མཁས་པ་མང་བོས་ག  
 ཐང་རུས་ཟད་བར་དུ་ཐུགས་སྦྱོང་མཛད་ནས་འཛམ་གླིང་གི་རིག་གནས་འཕེལ་རིམ་དུ་ནང་སེམས་ཀྱི་.....  
 བཅོས་བསྐྱར་ཐད་ལ་མད་དུ་བྱང་བའི་མཛད་རྗེས་བསུབ་ཐབས་མེད་པ་བཞག་པ་ནི། ཕྱི་ཁོར་ཡུག་དང་  
 དཔུང་བ་གཤིབ་དུ་བརྟན་བ་ལས་བྱང་བའི་སྟོང་སྟོབས་དང་དཔལ་གདེངས་འབའ་ཞིག་ཡིན་ལ། མཐར་  
 ཐུག་ན་མི་རིགས་ཤིག་གི་གཞུག་མར་གནས་པའི་གཤིས་ཀ་མཆོན་ནོ། །

རྗེ་བཙུན་མི་ལ་རས་པའི་བྱིམ་རྒྱུད་ཀྱི་གཤིས་ཀ་དེའང་བོད་མི་རིགས་འདིའི་བྱང་ཆོས་རི་བཞེན་གནས་  
 བའང་། རྣམ་ཐར་རྣམས་སུ་དམིགས་སུ་བཤད་མེད་ཅིང་། བྱིམ་རྒྱུད་ཀྱི་དར་རྒྱུད་དེ། མི་རབས་སྤྲ་མཁེག་དུ་  
 མེད་ལ་ཅན་འཕམ་མི་ལ་ཅི་ཅིས་གནོད་པ་བསྐྱོད་པའི་གཏམ་རྒྱུད་དང་། བྱིས་སུ་དོ་རྗེ་རྒྱལ་བོ་ཞེས་པའི་དུས་སྤྱི་  
 ཤོ་ཅེས་པས་ཆོ་ལོ་ཕམ་ནས་ནོར་ཡོད་ཆོད་ཤོར་ནས་མངའ་རིས་གྲུང་ཐང་དུ་གནས་སྤོར་ཞིང་། དེར་སྒྲིག་  
 འདོན་པ་དང་ཆབ་གཏོར། ལྷ་བརྒྱུད་སེར་སྲུང་སྐགས་བྱས་ཏེ། རྟེན་པའི་ཟས་ནོར་ཅུང་ཟད་བྱང་བ་རྣམས་  
 ཆོད་བྱས། ཅི་ཞིག་ལྟར་ན་ཐུག་པོར་གྱུར་བ་སྐགས་དར་རྒྱུད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་བརྒྱུད་རིམ་ནང་། བྱིམ་རྒྱུད་འདིའི་  
 དཔལ་མི་ཞུམ་པའི་སྟོབས་སེམས་དེ་ལས་མི་གཤིས་ག་འདྲ་ཡིན་པ་ཅུང་ཟད་རྟོགས་ཐུབ་བམ་སྟུལ། དེ་ལྟར་  
 བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཆོན་ཅི་ཡིན་ཞེ་ན། དུས་རབས་དགུ་བ་ལྟེ། སྤྱི་ལོ་<sup>842</sup> ལོར་སྤང་དར་མ་བཀོངས་རྗེས། ཡུམ་  
 བརྟན་དང་འོད་སྲུངས་གཉིས་ཀྱིས་ཕན་ཚུན་ལོ་ཉི་ཤུ་ཅུ་བདུན་རིང་ནང་འབྲུག་བྱས་ཤིང་འབྲུན་ཐག་མ་.....  
 ཆོད་གོང་། སྤྱི་ལོ་<sup>869</sup> ལོར་མདོ་ཁམས་སུ་དབས་ཁོ་གཞེར་ལེགས་སྟོང་དང་། དེ་རྗེས་དབུ་རུ་དབས་ལོ་ལོ་.....  
 ཅུང་། ལྟོ་ཁ་དང་དུགས་པོ། ཀོང་པོ་བཅས་སུ་མཆིམས་ཀོང་མི་དུག་དང་ཤུང་པུ་སྟག་ཅེ་གཉགས་ཀྱིས་སྤྲོ་.....  
 བྲིད་པ་སྐགས་གྱེན་ལྷག་རབ་དང་རིམ་པ་མང་དུ་བྱུང་། སྤྱི་ལོ་<sup>877</sup> ལོར་ཞོལ་འབྲུག་བསྟན་ཅས་སྤྲོ་བྲིད་དེ་  
 ཕྱིང་བ་སྟག་ཅེ་སྤངས་ཤིང་། བཅོན་པོའི་བང་སྐགཏོར། དཔལ་འཁོར་བཅོན་ཡང་དེ་དུས་ཅམ་དུ་གཅོང་གི་  
 གྲོམ་པ་ལྟ་ཅེར་བཀོངས་པས་དེའི་སྤྲུལ་ཉི་མ་མགོན་མངའ་རིས་ཕྱོགས་སུ་བྲོས། རྗེ་གཟར་དེ་ནི་དབུས་གཅོང་  
 ཁོ་ན་ཅམ་དུ་བྱང་བ་མ་ཡིན་པར་གཞི་རྒྱ་ཤིན་དུ་ཆེ་སྟེ། མཆོ་སྟོན་དང་ཀན་སུའུ་ཕྱོགས་སུ་སྟོན་པོ་ཁྲུང་རེ་  
 དང་ཞང་ དེ་ལི་གཉིས་ཀྱི་འབྲུགས་ཆོད་དང་། ཏུང་རྟོང་གི་ཕྱོགས་སུ་གང་དབྱི་ཁའོ་ཡེ་འོས་ལངས་སྐགས་  
 གྱེན་ལྷག་སྤྲ་གཞུག་དུ་འབྱུང་བས། བོད་སེལ་བྱར་ཐོར་ཞིང་། དཔལ་འབྱོར་སྐགས་ཉམས་རྒྱུད་དུ་གྱུར་བས།  
 མི་རྣམས་ཀྱི་འཆོ་བ་ལ་དཀའ་ཁག་ཆེས་ཆེར་བྱུང་། རྗེ་བཙུན་མི་ལ་མ་འབྲུངས་པའི་སྟོན་གྱི་སྤྱི་ཆོགས་ནི་ཕལ་  
 ཆེར་དེ་འདྲའི་གནས་སུ་གྱུར་བས། ཡལ་མས་ཀྱི་རིང་བྱིམ་ཆོང་དར་རྒྱུད་ཅི་རིགས་བྱང་ན་ཡང་། ཁོར་ཡུག་དེ་

① སྤུ་སྤེན་ཆོན་གྱིས་བཅུམས། ཟླ་བ་ཆོ་རིང་གིས་བསྐྱར།《ཁ་བ་རི་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཡིད་དགའ་འཕྲིང་བ་》སྤེན་མི་རིགས་དཔེ་  
 གླུ་ཁང་།1988. P39

ཉུང་བུའི་ནང་སེམས་ཤུགས་མ་ཆག་པར་འཆོ་བའི་བཙོན་སེམས་དང་ཡར་ཐོན་གྱི་བསམ་སྒྲུབ་དེས་བྱིས་ཆུང་གི་  
གཤེས་ཀྱི་དངོས་དེ་མཆོན་པར་བྱེད་དོ། །

རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་པའི་ཕྱོགས་ཀྱི་བརྒྱུད་པ་ནམས་ནམས་ཐར་དག་ཏུ་གསལ་བོར་བཀོད་མེད་པས། འདི་  
ཅུམ་ལས་བཤད་མ་ཐོད་ནའང་། སྒྲིབ་དཔོན་སྤྱི་སྒྲིབ་ཀྱི་ཤེས་རབ་སྣང་བུ་ལས། བ་ཡི་སྒྱུད་པ་མ་མཐོང་  
ཡང་། །བྱ་ལྷོ་རྗེས་སུ་འཇུག་བྱེད་དེ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྗེ་བཙུན་གྱི་རང་གཤེས་ལས་ཤེས་པས། མང་ཏུ་  
སྒྲིབ་མི་དགོས་ཤིང་། མའི་ལོ་རྒྱུས་ནི་རྩང་གསལ་བས་དེའི་གཤེས་ཀྱི་ཅི་ཉུང་ཡིན་ཞེ་ན། གཙང་སྒྱུན་གྱིས་  
རང་གཤེས་ཐད། བུ་མོ་གཟུགས་མཛེས་ལ་མི་ཆོས་མེར་བ། དག་གཉེན་གང་ལའང་ཆགས་སྣང་གི་རུས་ཐོན་  
པར་གསུངས་པ་བདེན་པར་མངོན་ཏེ། ཁྱོ་བོ་གཤེས་པའི་རྗེས་སུ། མ་སྤྲད་གསུམ་སྟུག་རིར་ཤི་ལ་ཁད་ཏུ་  
ཐུག་རུས་ཀྱང་། ས་སྒྱུ་ལགས་བཤད་ལས། བ་རོལ་ཅི་ནས་གཞོམ་འདོད་ན། །རང་གི་ཡོན་ཏན་འབད་པས་  
སྒྲིབ། །དག་བོ་གསོད་པར་འདོད་པ་ནམས། །མཆོན་ཆ་འབད་ནས་སྒྲིབ་ལ་ཉོས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། རྗེ་  
བཙུན་ གྲོག་སྒྲིབ་པར་བཏང་བ་དང་། ཕྱིས་སུ་སྟུག་དེ་ལས་མང་ཏུ་བྱུང་བ་ལ་བཞེན་ནས་རང་གི་ནོར་ཞིང་  
བྲེ་བུ་ཉན་ཆུང་གི་བྱེད་ཅུམ་བཅོང་། ཉེ་ཏུ་ནམས་ལ་སྤོངས་ཞིག་ཀྱང་བྱས་ཏེ། མཐུ་སྒྲིབ་པར་མངགས། དེ་  
རུས་གདོང་མཆིམས་གང་བའི་ཏུ་དག་གིས་ཁྱེ་ཅག་མ་སྤྲད་ཀྱི་ལས་སྒྲིབ་ལ་ཉོས་ལ། ཡུལ་ཏུ་མཐུའི་རྟགས་  
ཐོན་དགོས་ཤིང་། ཁོང་ཆོའི་མཐུ་དང་ཁྱེ་ཅག་གི་མཐུ་མི་འདྲའོ། །ཁོང་ཆོ་གཅེས་སྟུག་རང་དགའ་རྒྱགས་  
པའི་མཐུ་ཡིན་ཏེ། ཁྱེ་ཅག་མ་སྤྲད་སྟུག་ཐུག་པའི་མཐུ་ཡིན་པས་སྤྲིང་རུས་སྒྲེད་གོས་ཚུལ། གལ་ཏེ་བྱུ་ཁྱོད་  
གྱིས་ཡུལ་ཏུ་མཐུའི་རྟགས་མ་ཐོན་པར་ལོག་བྱུང་ན། དུ་མ་ཆུན་མོ་ཁྱོད་རང་གི་མདུན་ཏུ་སྤྲེབས་ནས་ཤི་  
འདོད་པ་སོགས་སེམས་ཀྱི་འཆར་ཚུལ་དྲང་བོར་བརྗོད་པ་དང་། ཕྱིས་སུ་མཐུའི་རྟགས་དངོས་སུ་ཐོན་པའི་  
སྐབས་སུ། དགའ་སྤྲོ་ཆེས་ཆེར་སྟེ། བོད་ཀྱི་གནའ་བོའི་ལུགས་སྒྲིབ་ཀྱི་མཆོན་འཕྱར་བ་བཞེན་ཏུ་  
དབྱུག་པ་རིང་བོ་ཞིག་གི་ཆེ་ལ་གོས་རྩལ་བསྒྱུན་ཏེ་ཕྱར་བའི་ནམ་འགྱུར་དང་། དེ་ཅུམ་གྱིས་ཀྱང་ཡིད་མ་  
ཆོམ་པར་ཞིང་བྲེ་བུ་ཉན་ཆུང་གི་བྱེད་ཅུམ་ལས་པ་དེ་ཡང་བཅོངས་ནས་ནམ་འགྱུར་བ་དོན་འབྱུང་ཤེས་རབ་

① <<ནམ་འགྱུར་དབང་བྱུག་ཆེན་པོ་མི་ལ་རས་པའི་ནམ་མཁུར་>>མཆོ་སྒྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།1981. P18

② ལམས་སྒྲིབ་པ་ལྟར་འཛིན་ཆོས་ཀྱི་ཉིམས། ད་ལྟ་བོད་ཡུལ་གྱི་རྒྱལ་མཆོན་ནམས་ནི་རྒྱ་ནག་ལུགས་ཀྱི་ནམ་པ་ལྟར་བྱས་པ་མང་  
ཡང་། རྒྱ་གར་བ་ནམས་དབྱུག་པའི་ཆེ་མོ་ལ་དར་བཏགས་ནས་འཕྱར་བ་ཅུམ་ལ་རྒྱལ་མཆོན་ཏུ་གྲགས་པ་ཞེས་བོད་སྤྱོད་མི་  
དམངས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་གིས་སྤྱི་ལོ་1986 ལོར་དཔར་བའི་རྒྱན་གྱི་བཟུན་བཅོས་དབྱངས་ཅན་དག་གི་རོལ་མཆོའི་ཤོག་ངོས་274 ཉིང་  
གསུངས་ཀྱང་། དེ་འདྲ་མིན་པར་དེའི་ཡར་སྒྲོན་ཏེ། རུས་རབས་བཅུ་གཅིག་པའི་ནང་ནས་བོད་ལ་རྒྱལ་མཆོན་འཕྱར་བའི་ལུགས་  
སྒྲིབ་ཡོད་པ་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་ནམ་ཐར་ལས་རྟོགས་པར་བྱས།

བྱ་བ་བརྒྱད་ནས་རྒྱགས་བསྐྱར་ཞིང་། ད་དུང་མེར་བརྒྱུ་རིམ་དགུ་ཟེར་བཞིག་སོབ་དགོས་པའི་བར་དང་།  
 ཞིར་དུ་བཅོན་པོའི་དུས་སུ་སྤོང་བཅོན་ལ་སངས་ཀྱིས་བསྐྱར་བ་བཞིན་རྒྱགས་ཆད་ན་ལུང་བ་ཁ་བྱང་དུ་  
 བརྟུ་བ། སྤྱིན་ནག་པོ་སྤིང་ཞིང་། སྐར་མ་སྤྱིན་དུག་འཆར་བའི་འོག་ན་རང་རེའི་ཉེ་ཆོན་གྱིང་བ་བདུན་ཡོད་  
 པས། དེ་ནས་རྒྱགས་ཅི་འདོད་ཡོང་བ་ཡོད་པས་ལོང་ཞེས་པའི་ཡི་གེའི་དོན་སྤྲས་ཏེ། ལྷུ་དང་ཆ་འདྲ་བ་  
 ཞིག་བསྐྱར་བ་སྤོས་གསལ་གཞིགས་ཆེ། ལུ་པོའི་རྩྭགས་ཀྱིས་སྤྲུག་ངེ་ལྟར་བཏང་བ་ཡང་དངོས་ལྷགས་གང་  
 དུང་ནས་རྟོགས་ལ། མོ་རང་ཡང་ངེ་ལྟར་སྤྲུག་བསྐྱེལ་འབྲུང་པ་དེ་བཞིན་དུ་སྤྲ་མི་བཀོང་བ་སྟེ། ས་སྐྱུ་ལེགས་  
 བཤད་ལས། མེ་ནི་ཐུར་དུ་ཁ་བརྟན་གྱང་། ཁེ་ལྷེ་ཤེན་དུ་འབར་བ་མཐོང་། ཁྱེས་གསུངས་པ་བཞིན་སོ་སྟེས་  
 རབ་ཆེན་སོ་ཞིག་གི་དཔའ་གདངས་དང་ལྷན་པའི་རང་གཤིས་མངའ་ཞིང་། མཁས་པ་ཤིན་དུ་རྒྱད་  
 བའང་། ཁྲོ་བ་བཞིན་དུ་ཡར་ངོ་འབྱུང་། བཅོན་རར་འཁོད་པའི་སྒོན་སོ་མགར། རྗེས་སུ་ཀྱན་ལས་རྒྱལ་  
 ཞེས་གྲགས། ཁྱེས་ཕྱིས་སུ་དགོ་ལྷན་ལེགས་བཤད་དུ་གསུངས་པ་ངེ་ལྟ་བ་བཞིན་བྱུང་ངོ་། །

⑩ ཞི་བྱེད་རི་ཁྱོད་པས་བརྩམས། <<ནམ་ཐར་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྟོན་མ>> P10

༥ རྩུབ་དང་ཆའབ་པ་འདི་དག་ནི་མཱ་པོ་དང་དེ་འཇག་གནས་ཤིག་སྟེ། གེས་རྒྱུད་ལས་ཀྱི་སྤྱིང་དུ་འདྲ། ཀྱི་ཁྱིམ་ཐར་བུ་  
མོ་སྟེན་བདུན་གྱིས་སྤྱིང་གེས་རྒྱལ་པོ་ཀྱ་ནག་པོ་ཆོས་ལ་འགྲོད་པར་སྐྱེལ་བའི་ཆེ། ཡལ་མེད་རྫོན་མ་གྱི་སྤྱིང་ག་དགོས། ། ཡུམ་  
འགག་བཟའ་མ་གྱི་སྤྱིང་ཁྱལ་དགོས། ། སྲ་འབྲུག་མོ་མ་ཤི་ཨ་འབྲས་དགོས། ། ལུ་ཤེད་ཆེན་བརྒྱུ་ཡི་དཔུང་ག་དགོས། ། ་དེ་ཤི་ལེ་མི་.....  
ཆོག་གསོན་ལེད་གོས། ། མདའ་སྟེན་པོ་བརྒྱུ་ཡི་འཐེབ་ཅེ་དགོས། ་དེ་ཤི་ལེ་མི་ཆོག་གསོན་ལེད་གོས། ། ལུ་མཁས་པ་བརྒྱུ་ཡི་ལྷ་ཅེ་  
དགོས། ་དེ་ཤི་ལེ་མི་ཆོག་གསོན་ལེད་གོས། ། ལུ་ཡག་པ་བརྒྱུ་ཡི་གདོད་ལྷགས་དགོས། ་དེ་ཤི་ལེ་མི་ཆོག་གསོན་ལེད་གོས། ། ཏྲ་འདོ་  
བ་བརྒྱུ་ཡི་སྟག་བཞི་དགོས། ་དེ་ཤི་ལེ་མི་ཆོག་གསོན་ལེད་གོས། ་ཞེས་འཕྲིན་ཞིག་བསྐྱར་བ་ལ། སྤྱིང་གི་མི་རྣམས་ཀྱིས་དཔུང་པ་  
བཏང་ཡང་མ་གོ་བའི་གནས་སྐབས་སྟེ། མཐར་འབྲུག་མོས་ཏེ་གོ་སྟེ། ཡལ་མེད་རྫོན་གྱི་སྤྱིང་ག་དང་ཡུམ་འགག་བཟའི་སྤྱིང་.....  
ཁྱལ་སྲ་འབྲུག་མོའི་ཨ་འབྲས་གསོན་པོ་བཅས་ཀྱིས་སྤྱིང་གེས་རྒྱུད་རོས་སྟེན་ཀྱ་ནག་པོ་འདུལ་བར་ཐེབས་དགོས་པར་བརྟེན་བསྟན་  
པ་དང་། ལུ་ཤེད་ཆེན་བརྒྱུ་ཡི་དཔུང་ག་གསོན་པོས་འབྲུད་གཤམ་བའི་ཆོས་སྐྱོར་ལེར་ནག་ཐེབས་དགོས་པའི་བརྟེན་བསྟན་པ་དང་།  
མདའ་སྟེན་པོ་བརྒྱུ་ཡི་འཐེབ་ཅེ་གསོན་པོས་རྫོན་འདན་མ་ཐེབས་དགོས་པའི་བརྟེན་དང་། ལུ་མཁས་པ་བརྒྱུ་ཡི་ལྷ་ཅེ་གསོན་པོས་མི་  
ཆུང་ཁ་བའི་ཐེབས་དགོས་པའི་བརྟེན་དང་། ལུ་ཡག་པ་བརྒྱུ་ཡི་གདོད་ལྷགས་གསོན་པོས་ལུ་ཡག་ཆང་བའི་དོ་ལུག་ཐེབས་དགོས་  
པའི་བརྟེན་དང་། ཏྲ་འདོ་བ་བརྒྱུ་ཡི་སྟག་བཞི་གསོན་པོས་གདོད་བཅོན་གཤམ་བའི་རྩེའུ་རྫོན་ཐེབས་དགོས་པའི་བརྟེན་བསྟན་པའོ། །

འབོགས་པ་བྱས་པས། བྱིད་རང་མ་བསད་པས་ཆོག་མོད་ཟེར་ནས་མ་སྟེར་བར་གསུངས་པ་ལ་བརྟགས་ན།  
 ཁ་ཅིག་གིས་མ་མུང་ཆ་དཀར་རྒྱ་གྱི་རང་གཤིས་ནི་དག་གཉེན་ལ་ཆགས་སྤང་གི་རུས་ཐོན་པ་ཞིག་མིན་པར་  
 སེམས་མོད། དེ་ལྟ་མིན་ཏེ། རྣམ་ཐར་འདི་ནི་གཞན་དང་མི་མཐུན་པས་འགོས་ལ་གཞོན་ཏུ་དཔལ་གྱིས་  
 བཅོས་མ་མང་བོ་མཐོང་བའི་གསུམ་ཡིན་སྟེ། ཆོས་འབྱུང་ལ་རྒྱས་ནས་སུ་འདི་ཟུར་ཅམ་ཡང་སྤོང་  
 མེད་པས་ཀྱང་ཤེས་ལ། མུང་ཆ་དཀར་རྒྱ་རང་ཉིད་ཀྱིས་མོ་ལ་ཉེར་བཞིན་སྟེ། ཤར་རྒྱལ་འདྲ་བའི་སྟེས་  
 པ་ཤིན་པ་བྱུང་དང་བྱུ་མོ་མི་སྐྱོང་བར་ད་ཆེ་འདི་ལ་སྟེས་པ་གཞན་དང་སྟོད་རི་ཟེར་ནས་མནའ་བསྐྱལ་ཏེ། རིན་  
 རྒྱལ་གྱི་བྱུ་དང་གཉེན་མ་བསྐྱེགས་པ་རྣམ་ཐར་པལ་ཆེ་བར་འབྱུང་བ་དང་། ཕྱིས་སུ་རྗེ་བཙུན་མི་ལ་ལོན་  
 བདག་མོ་ལེགས་གསལ་འབུམ་གྱིས་དེད་བྱད་མེད་བྱ་བ་འདི་ཉོན་མོངས་པ་ཤས་ཆེ་བ་ཡིན་ཏེ། རྗེ་བཙུན་གྱི་  
 དུམ་དེ་ཡེ་ཤེས་གྱི་མཁའ་འགྲོ་མ་རང་ཡིན་པར་གདའ་ཞུས་པས། མིད་ལའི་ཞལ་ནས་ཡེ་ཤེས་གྱི་མཁའ་འགྲོ་  
 མ་ནི་ཆ་མེད་དེ། སྐྱེད་པོ་སོས་ཀའི་བོང་རེང་འདྲ་བ་ལྟ་ཅིག་བཞག་ནས། གནའ་མ་ཡུགས་ས་མོ་ལ་ཉེར་བཞི་  
 མ་ཁ་ན་སོ་མ་ བརྗེས་མ་ཅིག་ཉལ་རོགས་དུས་མོ་ལ་བྱས་པ་དེ་ངའི་མ་ཅོམ་དུ་མི་འདུག་གམ་གསུངས་པ་  
 འདི་བདེན་ཤས་ཆེ་བར་མཛོན་ཏེ། མོ་རང་གི་སྤྱོད་པས་སེམས་དང་འཇིག་རྟེན་གྱི་བྱ་བ་ལ་བྱི་ཐག་རིང་བའི་ཆ་  
 ཐམས་ཅད་ནས་ཤེས་པར་ལུས་སོ། །

### ལ རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་རང་གཤིས།

ས་སྐྱ་ལེགས་བཤད་དུ། པལ་ཆེར་བྱ་ཆའི་སྟོང་པ་ནི། རིགས་རྒྱུད་ཟུ་མའི་རྗེས་སུ་འབྱང་། ལྷ་བྱག་ཕྱ་གྱུ་  
 ཕྱེལ་ཁྲ་རུ། འགྲོ་བ་བརྒྱ་ལམ་སྲིད་པ་ཅོམ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། རྗེ་བཙུན་གྱི་པ་མ་ལ་དེ་འདྲའི་སེམས་  
 སྤྱགས་དང་རང་གཤིས་ཁྱད་དུ་འཕགས་པ་མངའ་བས། བྱ་ལའང་རིགས་འདྲའི་རྒྱུན་ནམ་སྤྱགས་སྟོབས་མཛད་  
 དུ་བྱུང་བ་ཡིན་ལ། མཐར་ཐུག་ན། རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་སྤྱགས་སྟོབས་དེ་ནི་བོད་རང་གི་མི་གཤིས་ངོ་མ་མཆོན་  
 བྱེད་གྱི་དཔེ་གཅིག་དུས་འཁུམས་ཏེ། ཆོས་སྲིད་གྱི་བྱ་བ་གདའ་དུ་བསྐྱོར་ནའང་། མཐའ་འཁྱོལ་ཞིང་སྤྱགས་  
 རྒྱུང་རིང་བས། ལ་རྒྱས་ལ་ལར་ལྷགས་གྱི་མི་ལ་ཟངས་གྱི་སྟིང་ཡོད་པར་བསྐྱགས་བརྗོད་གནང་བ་བཞིན་  
 བོ། །

དོན་གྱིས་ཀྱང་དེ་འདྲ་ཡིན་པ་སྤྱགས་བཞིན་ཤེས་ཏེ། གཅིག་ནས་སྐྱ་ཆེ་སྟོང་དུ་པ་ཤི་བས་མ་སྤྱང་.....  
 གསུམ་གྱི་རྒྱ་ལོར་འཕྲོག་སྤྱག་བསྐལ་ཆད་མེད་པ་མུངས་ཀྱང་། སེམས་གྱི་བག་མ་ཁུམ་པར་དེ་དུས་རྗེ་བཙུན་

ཱ འཕྱི་ཁྱད་བཀའ་བརྒྱུད་ཆོས་མཛོད། བོད་ཀྱི་དབྱེད་སྟེན་བརྒྱུད་གྱི་སྟོང་ཆ་<sup>49b</sup>  
 ཱ «དེ་བཟེར་སྟོན་པོ» (སྟོང་ཆ་སེའོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 1984. P518  
 ཱ ཞི་བྱེད་རི་ཁྱོད་པས་བསྐྱེད་སྤྱོད་ «རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་ཉི་ཟླའི་འོད་ཟེར་སྟོན་མ་» བྲིས་མ། P8

གྱིས་སྤྱུ་ལེན། བེ་ཏས་ཡས་ལེན། ལམ་ཟན་འདྲ་སྤངས། མས་བཀལ་ཐགས་བྱེད་ཅིང་། གོས་མེད་ཟས་མེད་ལ་  
 ཆེ་ཡེ་མ་བྱེད་པའི་ཁར། ལྷ་བོའི་བྱ་གས་ཀྱིས་བརྟུངས་ཤིང་། མ་སྦྱང་གསུམ་ཀར་ལམ་ཀ་ན་ཁྲག་ཅ་རེ་བཞུར་  
 བའི་གནས་ཚུལ་བྱང་ཡོད་པ་དང་། གཉིས་ནས་སེམས་དཔའ་བ་ནམས་ཀྱིས་གཡུལ་དུ་ཁྲག་བཞུར་བ་  
 མཐོང་ཆོ། དཔའ་ངར་ཆེར་བསྐྱེད་པ་བཞིན། ཇི་ལྟར་སྤྱུག་བསྐྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་སེམས་ཤུགས་མ་ཉམས་  
 པར་མའི་གསུང་ནམས་སྤྱུག་བཞིན་གཅེས་སུ་བཟུང་སྟེ། གཉག་ཉོན་དང་ལྷ་རྩེ་བསྐྱེད་ཆུང་གི་མཐུན་དུ་  
 བཅར་ནས་མཐུ་ཉགས་ཐོན་པ་བསྐྱབས་ཏེ། ལྷ་བོའི་བྱ་གས་ལ་མཐུ་བཏང་བའི་གནས་ཚུལ་དང་། གསུམ་  
 ནས་ཕྱིས་སུ་སྤར་བྱས་ཀྱི་ལས་ལ་འགྱུར་ནས་ཆོས་རྣལ་མ་ཞིག་བསྐྱབ་ཕྱིར་མར་བ་ལོ་རྒྱ་བའི་མཐུན་དུ། སྤྱི་  
 ཏའི་བརྟུག་པ་གཉིས་པའི་རབ་བྱེད་དང་པོ་ལས། བདག་གི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། ཁྲོ་དང་ལྷན་པས་  
 སྤྲུམ་དབུ་ལ། ཏེ་རིང་ཚུན་ཆད་བདག་བར་དུ། ཁྲོད་ལ་བདག་ནི་འབྲུལ་ལགས་ཞེས། ཏེ་ལྟར་ཁྱེ་བ་  
 བྱས་གྱུར་བས། ཞེས་གསུངས་པའི་ཆོས་ཀྱི་དོན་མཐིལ་དུ་བཟུང་ནས། ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་སྤུལ་ཏེ།  
 བཀའ་བཞིན་ཤར་མཁར་སྦྱུམ་པོ་དང་། ལྷ་མཁར་སོག་ཀ་ཅུབ་མཁར་སྦྱུ་གམ། བྱང་མཁར་གྱུ་གསུམ། མདོ་  
 བྱམས་ཀ་བ་སོ་དྲུག་ཅན་བཅེགས་ཤིང་། དེ་དག་ཐེབས་བཞི་བཅེགས། ཐེབས་བཞི་བཞིག་སྐྱབས་དེར་  
 མཁར་དེ་ཅམ་བཅེགས་པ་ལ་རྩོལ་ག་མགོ་ཅམ་ཅིག་གམ། འདམ་པ་ཁེམ་གང་ཅམ་མམ། ཤིང་ལག་ངར་ཅམ་  
 འཛིག་པའི་བྱ་གས་ནི་མེད་པས་སྤྱི་བྱུ་མ་མ་རོ་ཆེན་པོ་གསུམ་བྱང་ནའང་། ད་དུང་སྤུལ་ཁང་བྱས་ཏེ་དོ་ཁྲར་  
 བ་དང་། ནང་ཅུབ་དུ་རོ་མའི་ཆུ་ལེན་ཡོས་བཏགས་བྱས་པར་མ་ཟད། དུམ་བདག་མེད་མའི་བཞོན་འཛོལ་བའི་  
 ཞབས་སྟེགས་མཛད་པ་ཡང་གྲངས་ལས་འདས། དེ་དག་ཀྱང་ཆོས་ཁོ་ནས་ཆེད་དུ་བྱས་པ་མ་གཏོགས། ཟས་  
 གོས་ཀྱི་ཆེད་ནི་མེད་ཏེ། སྤྱི་གཞུག་བསྐྱེད་ཆོས་མའི་བྱ་གས་རྣལ་ལྷ་བོས་པར་བཤད་པས་ཤེས་སོ། །  
 སྐབས་དེ་དག་དུ་ལུས་ཀྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཅམ་མ་ཡིན་པར་སེམས་སུ་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་བྱ་བྱེད་ཀྱིས་འགོ་ས་དཔུལ་བ་མི་  
 ན་པ་མེད་པས། ཤིན་དུ་འཛིགས་ཤིང་འགྱུར་པ་རབ་དུ་ཁོ་ལ་ཏེ། གདམ་ཀ་ཆོས་བདམས་ཀྱང་ད་དུང་ཆོས་ཀྱི་  
 ཕྱིར་མི་འདོད་པའི་ལས་སྤྲོ་ཆོགས་ཏེ། ལྷ་ལ་ཡག་པས་མར་བའི་འབྲུལ་སྐྱེལ་བཅོམ་པས་བཀའ་བཞིན་སེར་བ་

① སྤྱིར་ཡས་ཞེས་པ་ནི་ནད་པའམ་ཆེན་སེལ་བྱ་ཡུལ་གྱི་མི་བྱ་གས་སོགས་ཀྱི་འདྲ་བརྟན་བཟོས་ཏེ། སྤྱི་ཆབ་ཀྱི་སྤྱད་མར་བཏང་བ་  
 ལ་ཟེར་ཞིང་། སྐབས་འདིར་གཞས་ཡིན་ནམ་སྟམ།

② ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས་བཅུམས། <<ནམ་ཐར་ཉི་ཟླའི་འོད་ཟེར་སྒྲོན་མ་>>P6--7

③ ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས་བཅུམས། <<ནམ་ཐར་ཉི་ཟླའི་འོད་ཟེར་སྒྲོན་མ་>>P16-17

④ ལྷ་དམར་མཁའ་རྫོད་དབང་བོས་བཅུམས། <<ཆོས་ཀྱི་རྩེ་མའང་བདག་མེད་ལ་རས་ཆེན་གྱི་ནམ་ཐར་བྱིན་ལྟམས་སྦྱིན་  
 བྱང>>P12b

⑤ ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས་བཅུམས། <<ནམ་ཐར་ཉི་ཟླའི་འོད་ཟེར་སྒྲོན་མ་>>ཁྱིམ་མ། 15b



དང་། རྟོག་གི་གནས་ལྷན་རྒྱུ་ཆུང་པ་ལ་མོ་ཆེས་ཁྱེད་པས་རྟོག་གི་བཀའ་དང་དུ་སྒྲིངས་ནས་སེར་བ་  
 སེམས་ཀྱང་། ཆོས་མ་གནང་བ་དང་། དེ་ནས་མེས་སྟོན་སོགས་ཀྱིས་གསང་འདུས་སོགས་ཀྱི་དབང་ལྷ་བའི་  
 སྐབས་སུའང་། དབང་ཁྲལ་མེད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་གཙུག་རྒྱུ་དང་བཅས་པའི་སྟོན་ལན་དུག་ཅེས་སྟོར་  
 བཏོན་ཏེ་ཐུགས་གཅིག་པའི་གནས་ཚུལ་རབ་དང་རིམ་པ་བྱུང་ཡང་སེམས་ཤུགས་མ་ཉམས་པ་ལ་གཞིགས་  
 ཆེ། ད་ལྟའི་མི་སུས་ཀྱང་སྒྲོ་ཡུལ་དུ་མི་ཤོང་ཞིང་། ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས་ཀྱང་དཔལ་ལྡན་བཞད་པ་རྟོ་རྟེན་སྟེང་  
 རུས་དང་། དཀའ་སྤྱད་འདི་དཔན་ཅ་ན། རུས་ད་ལྟའི་ཆོས་པ་སལ་ཆེར་ནི་འཆི་འཕྱིས་པ་རང་ཡིན་པར་  
 གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །བཞི་ནས་ཕྱིར་རང་ཡུལ་དུ་ལོག་ནས་མ་ནི་ཤི། སྤང་མོ་ནི་འབྲུམ་ས། ཁང་བ་ནི་རལ།  
 གཉེན་ཉེ་དུ་སུས་ཀྱང་བདག་མེད་ཀྱི་མི་མེད་དུ་གྱུར་ཀྱང་། བྲག་དཀར་རྩ་སོ་སོགས་སུ་རྩེ་གཅིག་དུ་སྐྱབ་པ་  
 ཉམས་ལེན་བྱས་ཏེ། ཤ་ཟད་རུས་ཟད་དུ་གྱུར་བ་ལ་སྤྱིང་མོས་མཐོང་དུ་ས། མིག་གཏིང་དུ་སྤྱང་བ། རུས་པ་  
 ཐམས་ཅད་སྒྲུང་དུ་ཐོན་པ། མདོག་སྟོ་ལ་ཤ་རིད་པ། ཤ་རུས་བྲལ་དུ་ཆ་བའི་བགས་པ་ལ་བ་སྤྱོ་སྟོ་བེད་དེ་བ་  
 སྐྱེས་པ། སྤྱ་ཡེགས་ལ་འཛིགས་པ། ཡན་ལག་རྒྱམས་འཆག་ལ་ཁད་པ་དེ་མཐོང་ནས། ཐོག་མར་འདྲེ་ཡིན་པ་  
 འདྲ་སྟམ་འཛིགས་པ་ལས། རྟོ་རྟེན་གསུམ་འཆི་རུ་ཆ་བ་འདུག་ཟེར་ནས་ཐོ་ཆོས་ཟོས་ཏེ། ཁྱེད་མི་ཡིན་ནམ་  
 འདྲེ་ཡིན་ཟེར། ང་མི་ལ་ཐོས་པ་དག་འཁྱེད་བྱས་པས་སྒྲུང་དོ་ཤེས་པ་བྱུང་བས། མི་གཞན་གྱི་ཆོས་ལུགས་ནི་  
 ལུས་བདེ་ལ་སེམས་ཀྱང་བདེ་བ་ཅིག་ཡོང་གིན་འདུག་པ་ལ། མིང་པོའི་སྤང་ཆོས་སྤྱག་ཆོས་འདི་འདྲ་ཅིག་  
 ཡོང་བ་ཡང་། ལུས་མནར་སེམས་མནར་བའི་སྤང་ཆོས་གཅིག་ཟེར་ནས་དུ་ཡིན་སོང་བའི་ལྷ་རྒྱས་འདུག་  
 པས། དེ་འདྲའི་ཆོད་དུ་སྐྱེབས་པའི་བར་དང་། དོན་གྱིས་ཆེ་འདིར་ལམ་བཟོད་པ་ཞིག་མ་བྱུང་ན། འགྲོ་ས་  
 དཔུལ་བ་མིན་པ་མེད་པས། ཆེ་གཅིག་ལ་སངས་རྒྱ་བའི་ལམ་ལ་ལུས་སྒྲིག་ཐེད་ལ་བོར་ཏེ། རང་གི་ལུས་སེམས་  
 བཏོལ་བྱུང་བྱུང་དུ་དཀའ་བ་སྤྱད་པ་སོགས་ལས་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་བྱི་ཐག་རིང་བའི་ཐུགས་སྟོབས་དང་།  
 ཐུགས་སྟོབས་དེ་ལས་རྩེ་བཅུན་གྱི་མི་གཤིས་བརྟན་ཚུགས་དང་། བྱ་བ་ཅི་དུག་གང་ལ་འཕྲད་ཀྱང་དཔལ་  
 ཞིང་མགོ་མི་སྒྲར་བ་གསལ་བོར་ཤེས་ནུས་སོ། །

① ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས་བརྒྱལ་ན། <<ནམ་ཐར་ཉི་ལྔ་འི་འོད་ཟེར་སྒྲོན་མ་>> གྲིས་མ། P18



ལུས་འབྲེལ་དང་། ཡང་ན་ལྷག་གཡེམ་བྱེད་འདོད་ཀྱི་བསམ་སྒྲིག་བསམ་པའི་དགུ་ལའང་ཤར་མི་སྲིད་པ་  
 བྱིན་གསུང་དག་ལ་བརྟེན་ནས་རྗེས་སུ་དཔོག་པར་བྱས་སོ། ། ཁ་ཅིག་གིས་དེ་ལྟར་བརྗོད་པའི་གཞི་ནི། མི་  
 རང་ག་བ་ཞིག་གི་སྒོ་རོ་དང་བསྐྱར་ནས་རྟོག་བཟོའི་ཚུལ་དུ་བཤད་པ་ལས། གཞི་འཛིན་ས་ནི་ཅི་ཡང་མེད་  
 པར་སྟུང་།

དེ་ལྟར་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་ཕྱགས་སྟོབས་དང་རང་གཤིས་ནི། རྣམ་ཐར་གྱི་དངོས་ཤུགས་གང་རུང་ནས་  
 བྱད་དུ་འཕགས་ཚུལ་སྟོན་པ་པལ་ཆེ་བ་ཡིད་རྟོན་རུང་བའི་གནས་སུ་མཐོང་ཞིང་། བཀའ་བརྒྱུད་པའི་གྲུབ་  
 མཐའ་རྣམས་སུའང་། མི་ལའི་སྤྱིང་རུས་དང་གདམས་ངག་སྒྲུལ་པོ་བའི་རོ་བོའི་གད་དཔ། ཀམ་བའི་རྒྱང་་་་  
 སེམས་དབྱེར་མེད། ཞང་གི་ལམ་མཆོག་མཐར་ཐུག་འབའ་རོམ་པའི་བསྐྱེད་འཕྲོག་སེབ་ལམ། ཕག་གྱའི་གསང་  
 རྒྱགས། རྟག་ལུང་བའི་རྣམ་ཐར་སོ་དག། འབྲི་གུང་བའི་སྒྲོམ་གསུམ་གནད་གཅིག་གཙང་པ་རྒྱ་རས་གྱི་རྟེན་  
 འབྲེལ་དང་རྩ་སྟེངས། ལོ་རྒྱུད་ཀྱི་མིས་གྲུས་དང་ཞེན་ལྷག་ཅེས་བཀའ་བརྒྱུད་པ་ལ་ནང་གསེས་རོ་བོ་གཅིག་  
 ལ་སྟོན་པ་ཐ་དད་ཀྱི་མཆོན་གཞིའི་གྲས་སུ་མི་ལའི་སྤྱིང་རུས་ཞེས་བགྲངས་ལ། དེ་ལྟར་བགྲངས་པའི་རྒྱ་  
 མཆོན་ཡང་། འཛིག་རྟེན་གྱི་བྱ་བ་གང་དང་གང་ཞིག་བསྐྱབ་ནའང་། མིའི་ལུས་རྟེན་ཅན་གྱིས་མི་ཆོག་པར་  
 མངོན་མཐོའི་རྟེན་བྱུང་པར་བ་རྣམ་སྤྲིན་ཡོན་ཏན་བརྒྱུད་ལྡན་ཞིག་འཕྲོག་དགོས་ཏེ། རྗེ་ཅོང་ཁ་བས། ལམ་  
 མཆོག་སྐྱབ་ལ་མཆོན་ཉིད་ཆང་བའི་རྟེན། ཁ་རྟེན་བར་དུ་ས་ཆོད་མི་འོང་བས། གྲེ་ཡི་མ་ཆང་མེད་པའི་རྒྱ་  
 ལ་བསྐྱབ། ཁྱེས་གསུངས་ཤིང་། དེའི་བྱེད་ཐབས་ཀྱི་ལུས་སེམས་ཀྱི་སྟོབས་ཆེ་བ་ལ་རྗེ་པོ་ལ་བའི་ལམ་རིམ་  
 དུ་ལུས་སེམས་ཀྱི་སྟོབས་ཆེ་བ་ལ་རྗེ་བཙུན་མི་ལ་རྟེ། ལུས་སྟོབས་ཆེ་བས་དཀའ་ཆོགས་ཆེན་པོས་སྐྱབ་དགོས་  
 པའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱང་དཀའ་སྤྱད་ཀྱིས་སྐྱབ་བྱས་ཤིང་། སེམས་སྟོབས་ཆེ་བས་རང་གཞན་གྱི་དོན་གང་ལའང་  
 མི་སྒྲི་ཞིང་སྒྲོ་ཤུགས་ཆེ་ལ་བརྟེན་པས་སོ་སོར་རྟོག་པའི་སྟོབས་ཐོབ་ནས་མངོན་ཤེས་ལྷུར་དུ་འཆར་བའི་རྒྱ་  
 བྱེད་པ་སོགས་འབྱུང་ཞེས་རྗེ་བཙུན་མི་ལ་མཆོན་གཞི་བཞག་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། ། དེ་ལྟར་རྗེ་བཙུན་མི་ལ་ལ་  
 ལུས་སེམས་ཀྱི་སྟོབས་རང་ག་བ་ཞིག་ནི་མ་ཡིན་པར་སྟོབས་ཆེས་ཆེར་ལྡན་པས་བོད་གངས་ཅན་དུ་ཆོད་གཞི་  
 འཛིག་ཅིང་། རྗེ་བཙུན་མི་ལ་རང་གིས་ཀྱང་། འཛོམ་བུ་སྤྱིང་གི་མི་གཅིག་ལ་ང་བས་སོ་རྟོག་པ་དང་འདུན་མ་  
 ལེགས་པ་མེད་པར་གསུངས་ལ། དེས་པ་དོན་གྱིས་ཀྱང་དེ་འདྲ་ཡིན་པས། རྣམ་འགྲོ་མགོན་འཕགས་པ་རྟོར་

① ཐུབ་བཀའ་ཆོས་ཀྱི་རྟེན་སྐྱབས་ཆེ་བས་སྐྱབ་པ་ལེགས་པ་ཤད་ཀྱི་ལུང་སྟོན་པ་ལེགས་པ་ཤད་ཤེལ་གྱི་མེ་མང་  
 >> ཀན་སུ་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་། 1984. P138  
 ② ཡོངས་འཛིན་ཁྱིམ་བློ་བཟང་ཡེ་ཤེས་བསྟན་འཛིན་གྱིས་བཅུམས། <<ལམ་རིམ་རྣམ་གྲོལ་ལག་བཅངས་>> སེ་ར་ཐེག་ཆེན་སྤྱིང་།  
 2006. P335  
 ③ གཙང་རྒྱུན་ཉེ་རུ་ཀས་བསྐྱགས། <<རྣམ་འགྲོར་གྱི་དབང་ཕྱག་ཆེན་པོ་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མཁུར་>> མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་

མེ་ཆེན་ཉན་གྱིས་གདན་པ་བྱས་ཏེ། སྔ་བྱང་དུ་བྱོན་པའི་ཆོ་ནམས་། རྒྱལ་པོས་ཁྱོད་བོད་ཡུལ་དུ་ཕོ་རྒྱུད་པ་སུ་  
བྱུང་གསུངས་པ་ལ། ཕོ་རྒྱུད་པོ་མི་ལ་རས་པ་ཞེས་བྱ་བ་བྱུང་གསུངས་པས་དེ་ཅི་ཡིན་གསུངས། ཆོ་རྒྱུད་ལ་  
དབྱ་བ་དུལ། ཆོ་གཞུག་ལ་ཆོས་བྱས་བྱུང་བ་ཐོབ་པ་ལགས་ཞེས་བོད་དུ་བྱུང་བའི་ཕོ་རྒྱུད་པོ་གཅིག་པུ་ཡིན་  
པ་ཐག་བཅད་དེ་ཉོར་གྱི་རྒྱལ་པོ་ལ་ཞུས་པ་བཞིན་ནོ། །དེའི་བྱིས་སྤྱོད་ཀྱི་པམ་ཆེན་སྐྱེ་ལེན་ཞེས་བྱ་བ་ཉན་  
པེབས་དུས། ཉེན་ཅིག་གོང་མ་རིན་པོ་ཆེས། བྱིང་ཆོའི་བོད་ལ་སྤར་ཕོ་རྒྱུད་པོ་སུ་བྱུང་འདུག་ ཅེས་བཀའ་  
པེབས་པ་ལ། ཁོང་གིས་རྗེ་བཙུན་མི་ལ་རས་པ་ཟེར་བའི་ཕོ་རྒྱུད་པོ་བྱུང་འདུག་ཞུས། ཁོས་དང་པོ་མཐུ་བརྒྱབ་  
ནས་མི་སྐྱེ་མ་ཙུ་སོ་ལྷ་བསད། སེར་བ་ཕབ་ནས་ལོ་ཉོག་ཐམས་ཅད་བཅོམ། བྱ་བྱི་བྱ་བྱི་བགྱངས་ལས་འདས་  
པ་བསད་པ་ལ་འགྱོད་ནས་ཆོས་བྱས། ཐོག་མར་རྗེ་མོ་བྱུག་མར་བ་ལོ་རྩ་བཞེན་དུས་སྐྱེས་མཁར་དགུ་ཐོག་  
བཅེགས། རྒྱལ་ལ་སྐལ་བ་གསུམ་ཐོན་རག་བར་དུ་ས་རྩོ་ཁུར་ནས་བཅེགས་བྱུང་བ་དང་སྐྱེན་བརྒྱུད་ཀྱི་  
གདམས་པ་གནང་། དེ་ནས་བྱུག་དཀར་ཉ་སོའི་དབེན་གནས་སུ་མོ་ལོ་དུག་གི་བར་དུ་བྱ་ལ་དཀའ་བ་སྤྱད།  
ཤ་བཟང་པགས་པ་ལ་སྤྱ་རྩོ་ཞོ་ལ་ལེ་སྤྱོད་རག་བར་དུ་སྤྱིང་རུས་བསྐྱེད་ནས་བསྐྱོམས་པས། རིང་པོ་མི་ཐོགས་  
པར་ཆོ་གཅིག་ལུས་གཅིག་པོ་ལ་མཆོག་གི་དངོས་བྱུང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པ་སོགས་ཞུས་པས། གོང་  
མས་ཀྱང་བྱུག་ཐལ་མོ་སྤྱར་ནས། འོ་དེ་ཕོ་རྒྱུད་པོ་བྱུང་འདུག་གསུངས་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག་པ་ བདེན་མིན་མི་  
ཤེས་ཀྱང་། འགྲོ་མགོན་ཞབས་དཀར་བས་གསུངས་ཡོད་པས་བདེན་ན་རིམ་གྱིས་མི་རིགས་གཞན་ལ་བོད་  
ཀྱི་ཕོ་རྒྱུད་ཅེས་ངོ་མ་སྟོན་པུ་ཞིག་དར། དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་རང་གཤེས་ལས་བྱུང་ཞིང་།  
རང་གཤེས་མཆོན་བྱེད་ཀྱི་གནམ་ཐིག་ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ། །

## ལ། རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་དབང་ཁྲལ་གྱི་སྒྲིབ་པ།

རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་ནམ་ཐར་ནང་སྤྱོད་མ་སོ་སོར་འབུལ་བའི་དབང་ཁྲལ་དང་མངལ་ཉེན་གྱི་སྒྲིབ་པ་ལུང་མི་  
མཐུན་པ་བྱུང་ནམས་། དེ་དུས་དབང་ཁྲལ་མང་པོ་འབུལ་དགོས་པ་ནི་སྐབས་དེའི་ཡུལ་ཆོས་འབའ་ཤིག་མིན་

ཁང་།1981. P156

① དག་དབང་ཀྱན་དགའ་བསོད་ནམས་ཀྱིས་བཅུམས། <<ས་རྒྱ་གདུང་རབས་ངོ་མཚར་བང་མཛོད་>> མི་རིགས་དཔེ་སྤྱོད་ཁང་།

P151

② ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས་བཅུམས་པའི་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་ནམ་ཐར་གྱི་ཤོག་ངོས་བཅུ་བར་ལྷ་བྱི་གཉིས་ལ་སྤྱོད་པ་རང་ཡང་བཞི་བཅུ་  
ཞེ་གཅིག་ཙམ་ཤི་ལ། སྤྱིར་གོང་གིས་བཅུ་བདུན་གྱི་སྒྲིབ་པ་ཟེར།

③ སྤྱང་ལུང་སྤྱུལ་མིང་བྱུང་བདག་གྲོང་ཡངས་དང་སངས་རྒྱས་རིན་ཆེན་གཉིས་ཀྱིས་བཅུམས། <<ཞབས་དཀར་བའི་ནམ་ཐར་.....

བྱུང་ཚུལ་སྤྱོད་ཉན་པའི་ལྷགས་ཀྱི་>> (སྤྱང་ཆ) མཆོ་རྒྱུན་མི་རིགས་དཔེ་སྤྱོད་ཁང་།1986. P449

པར་སངས་རྒྱུ་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་བྱུག་ལེན་ཞིག་སྟེ། དུས་སྐབས་དེར་དེའི་ཐད་ལ་གཅིགས་སུ་འཛིན་དགོས་  
 རྟེན་གཙོ་བོ་ནི། ཕྱི་དར་གྱི་རྒྱུ་ཚམ་ནས་སྡོན་གྱི་སྒྲིལ་ལས་འདས་ཏེ། གསང་སྤྲུགས་ཆེས་ཆེར་དར། དེ་ནི་  
 བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ལ་ཞིབ་འཇུག་གནང་མཁན་ཆང་མས་མཁུན་གསལ་ལྟར། བསྟན་པ་སྤྲུག་དར་གྱི་དུས་སུ་  
 གསང་བ་སྤྲུགས་ཀྱི་སྤྲུགས་ནི་སྤྲུག་བཞེད་དུ་འདྲ། པད་མ་འབྱུང་གནས་ཀྱིས་ཕུར་བའི་སྤྲུབ་ཐབས་ཀྱི་ཆོས་  
 གསུངས་པ་ལུང། དེ་མེན་གྱི་ཆོས་ཤིག་སྤེལ་བའི་སྤྲུབ་བྱེད་འཛིག་དཀའ་ལ། སྤྲུལ་བམ་གཉིས་སུ་འདྲ།  
 གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་རྒྱུ་རྣམས་གསང་བར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། རྫོང་དུ་མ་ཡུར་བ་རྣམས་ལ་བཤད་ཅིང་བསྟན་དུ་མི་  
 རུང་ལ། ཕྱི་ཆད་གཟུངས་སྤྲུགས་དང་རྒྱུ་སྤྲུགས་བཀའ་བསྟུལ་ཏེ། བསྟུར་དུ་བཅུག་པ་མ་གཏོགས་པ།  
 སྤྲུགས་ཀྱི་རྒྱུ་དང་སྤྲུགས་ཀྱི་ཆོག་ཕུ་ཞིང་བསྟུར་དུ་མི་གནང་བ་སོགས་གསུངས་པས། དཀར་ཆག་ལུན་  
 དཀར་མའི་ནང་དུ་འདྲ་གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་སྐར་ཏུ་ལམ་མཐོང་དཀོན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར། བསྟན་པ་སྤྲུག་དར་གྱི་དུས་  
 སུ་གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་སྐར་ཆེས་ཆེར་དར་མེད་པ་འདྲ། ཕྱིས་སུ་སྤྲུང་དར་གྱི་བསྟན་པ་བསྟུངས་རྒྱུ་དེ་བསྟུར་  
 ཞིང་སྤེལ་མི་ཆོག་པར་རྒྱས་བཏབ་པའི་གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་གཞུང་རྣམས་འདྲི་ཉེན་གསུང་ཉམས་ལེན་བྱེད་པའི་  
 སྐབས་སུ་ཐོབ་པས། དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱིས་སྤྲུང་དར་མས་ཆོས་སྤྲུབ་ཆེའདྲ། བོད་དུ་ཁྱིམ་པ་རྣམས་  
 ཀྱིས་གསང་སྤྲུགས་མ་ཉམས་པར་བྱས་ཏེ་གནས་པ་བཞིན་རྒྱ་གར་ལ་ཡང་གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་བསྟན་པ་ནི་ཆ་  
 མེད་དུ་འཛིག་པའི་རྒྱ་མི་འདུག་པར་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟར་དར་བ་དེའང་རྒྱ་རྒྱུན་དུ་མ་ཡོད་དེ།  
 གཅིག་ནས་བོད་བཅན་པོའི་སྤྱི་དབང་ཐོར་ཞིག་ཏུ་ཡུར་བ་ལ་བརྟེན་ནས་གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་གཞུང་བསྟུར་  
 ཆོག་དང་མི་ཆོག་པའི་གཏན་འབེབས་ལས་ཁུངས་ཆོས་ཀྱི་འདུན་ས་ཞིས་པ་དང་། དེ་དག་གི་བཀའ་བཅད་  
 མཐའ་དག་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པར་ཡུར་བས་གསང་སྤྲུགས་དར་བའི་ཕྱིའི་མཐུན་རྒྱུན་ཞིག་བསྟུན་པ་  
 དང་། གཉིས་ནས་ལ་ལ་ཞིག་གིས་རྒྱུད་སྤེའི་དགོངས་པ་མ་ཤེས་པར་སྤྲིང་བཞིན་དུ་བཟུང་སྟེ། ཆིང་ཆོས་ལོག་  
 རྒྱུད་སྤྲུག་ཆོགས་བྱེད་པས། བོད་ཀྱི་མཁས་པ་པལ་ཆེ་བ་ཐེ་ཆོས་དུ་ཡུར་བ་ལ་བརྟེན་ནས། གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་  
 གཞུང་ལ་སྤྲོས་གཉེན་དང་དོགས་དཔྱད་བྱེད་མཁན་སོགས་བྱུང་། དཔེར་ན། ཐོ་བྲང་ཞི་བ་འོད་ཀྱིས་བྲིས་  
 པའི་བཀའ་ཤོག་ཏུ་རང་རེའི་བོད་ཀྱིས་བརྩམས་པའི་གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་བདུན་ཅུ་ལྟག་བཀག་  
 ཅིང་། དེའི་ཕྱིས་སུ་འདྲ། ཐ་ན་རྒྱུ་བཅུན་མི་ལས་མར་བ་ལོ་སྤྱོད་བཟོག་མར་མཇུག་དུས་རྒྱུ་ཆོགས་ཆེན་གྱི་པོ་ཏི་  
 ཞིག་མཆོད་ཁང་དུ་བྱིར་འོང་བ་ལ། མར་བ་ལོ་སྤྱོད་བས་ཀྱང་བཀའ་ཆད་ལུང་བརྩམ་དེ་འདྲ་ཡར་མ་བྱིས། དའི་  
 བཀའ་ཆད་ལུང་ཆོད་དྲི་མ་མེད་པ་རྣམས་ལ་ཆམས་ (ཆམ) པ་ཡོངས་གསུང་ནས་འཛིག་ཏུ་མ་བཅུག་པའི་ལོ་  
 རྒྱུས་དང་། བཀའ་གདམས་པའི་དགེ་བཤེས་ཆེན་མོ་རྗེ་པོ་ཏི་བས་ (1027—1105) ཀྱང་གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་གཞུང་

① <<རྒྱལ་ཁམས་རིག་པས་བསྐྱར་བའི་གཏན་རྒྱུད་གསེར་གྱི་ཐང་མ>>དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་གསུང་རྩིས་དེབ་གཉིས་པ། བོད་  
 རྫོངས་བོད་ཡིག་དཔེ་རྙིང་དཔེ་སྟུན་ཁང་། 1994. P180

འདི་ལ་ཐེ་ཆོམ་ཟས་པས་ཆོག་འགའ་གསུངས་པ་ལ་ཕྱིས་སུ་རྗེ་ཙོང་ཁ་བས་རང་གི་རྟོགས་བརྗོད་དུ། འདི་ན་  
 རྗོགས་སངས་རྒྱས་སུ་བགྲོད་པ་ལ། ཟབ་མོ་དོ་རྗེ་ཐེག་དང་པར་ཕྱིན་ཐེག་། རྣམ་པ་གཉིས་ཡོད་གསང་སྤགས་  
 པར་ཕྱིན་ལས། ཤིན་ཏུ་བྱུང་པར་འཕགས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས། ཉི་མ་ལྷ་བ་ལྟ་བུར་ཀུན་ཏུ་ཤགས། ཆོག་དེ་  
 བདེན་པའི་ཆོག་ཏུ་འདོད་བཞིན་དུ། ཟབ་མོའི་ཐེག་དེ་རི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཅེས། འཆོལ་བར་མི་བྱེད་མཁས་  
 པའི་ཁུར་འཛིན་པ། ཉེ་འདྲ་དེ་ཡང་ཤེས་རབ་ཅན་ཡིན་ན། ཉེ་ལས་གཞན་པའི་དབང་པོ་རྒྱལ་པོ་  
 གང་། ཤིན་ཏུ་ཕྱད་དཀའ་གོང་ན་མེད་པའི་ལམ། འདི་འདྲ་ཡལ་བར་འདོར་བ་ཀྱི་མཐོ་མཆར། ཞེས་  
 རྗེ་པོ་རྟོ་བ་ཕྱགས་སྤྱུ་བྱས་ཏེ། རྗེ་ཙོང་ཁ་བའི་གསུང་འབུམ་གང་དུ་འང་མཐོང་དགོན་པའི་ཆོག་བཅན་པོ་འམ་  
 བཀའ་བཀྲོན་གནང་འདུག དེ་ལྟར་མཁས་པ་མང་པོས་བོད་དུ་དར་བའི་གསང་སྤགས་ཀྱི་ཆོས་འདི་རྣམ་  
 དག་ཡིན་མིན་ལ་དག་ཐེར་དང་ཉམས་ཞིབ་མཛད་ཆེད། དེ་དུས་མངའ་རིས་རྒྱལ་བོ་ལྟ་བུ་མ་ཡེ་ཤེས་འོད་  
 ཀྱིས་བོད་ནས་ཐོག་མར་ལོ་ཆེན་རིན་བཟང་སོགས་རྒྱ་གར་དུ་མངགས་ཤིང་། དེ་དག་གིས་རྒྱ་གར་གྱི་མཁས་  
 པ་ཤགས་ཆེན་རྣམས་རྒྱས་ཡོད་པའི་རྗེས་སུ། སྤྱི་ལོ་<sup>1040</sup> ལོར་རྒྱ་གར་ནས་རྗོ་བོ་རྗེ་བོད་དུ་ལྷུས་ སྤྱུ་རྒྱལ་བས་  
 དེ་དག་ཏུ་སྤྱི་མའི་ཉམས་ཐོང་ལ་བརྟེན་ནས་གསང་སྤགས་ཀྱི་གཞུང་རྣམས་ཁོ་བསྐྱགས་མི་བྱའིང་། རེ་  
 གཉིས་ལ་གནང་དགོས་པ་བྱུང་ནའང་། མ་བརྟགས་པར་གང་དུང་ལ་དབང་བསྐྱར་བ་ཉེས་དམིགས་ཆེ་བར་  
 གཟིགས་ནས་བཤད་རྒྱུ་དོ་རྗེ་ཐེག་དང་པར་ལས། ལོ་ནི་བཅུ་གཉིས་བར་དུ་བརྟག་ཅེས་སྤྱི་ལོ་ལྔ་པ་མེས་ན་  
 ཡུན་རིང་བོར་བརྟག་པར་གསུངས་པ་ལྟར་དང་། སྤང་ཆོས་གནང་བའི་སྐབས་སུ་འང་རང་གི་དམ་ཆོག་གི་  
 སྒྲིབ་དཔོན་ལ་སྤྱི་ལོ་བརྟག་པར་གཉིས་པའི་རབ་བྱེད་དང་པོ་ལས། རང་གི་ཆུང་མ་བུ་མོ་དང་། བཟ་པོ་  
 བཟ་མོ་སྤིང་མོ་ཉིད། བྱུག་འཆལ་ནས་ནི་དབུལ་བར་བྱ། བདག་གི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། ཁྲོད་དང་  
 ལུན་པས་སྤྲུམ་པར་དབུལ། ཉེ་རིང་ཚུན་ཆད་བདག་བཟ་དུ། ཁྲོད་ལ་བདག་ནི་འབུལ་ལགས་ཞེས། ཉེ་ལྟར་  
 ལུ་བ་བྱས་ཀྱང་བས། ཞེས་གསུངས་པ་སོགས་ཏེ། སྤྲུམ་སྒྲིབ་མ་ཡུན་རིང་དུ་བརྟག་པ་དང་། བརྟག་ནས་  
 ཆོས་གནང་བའི་སྐབས་སུ། གསང་སྤགས་ཀྱི་བརྟན་པ་ལ་ལྟག་པར་གཅེས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཤིན་ཏུ་གཟབ་སྟེ།  
 འབུལ་བ་ལ་སོགས་པ་མཛད་ན། གང་དྲན་དྲན་དུ་གནང་མི་འདུག་སྟེ། དཔེར་ན། རྗོགས་རྗེ་མར་བ་ལ་  
 བརྟེན་དྲིལ་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་ལྷུས་པས། དའི་སྟན་དྲིལ་ལྷུ་ན་འབུལ་བ་དགོས་གསུངས་པས། འབུལ་བ་  
 ནོར་ཐམས་ཅད་དེད་ནས་འོངས་པས་སྤུལ་བ་ལ། འབུལ་བ་ཆུང་གསུང་གསུངས་པ་ལ། སྤྲུམ་ལགས་དའི་  
 ཞོལ་མོ་ཁྱན་མོ་ནོར་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཕྱི་མོ་ཅིག་ཡོད་པ་མ་ཐོན་ལགས་ལྷུས་པས་འོ་ན་དའི་སྟན་དྲིལ་ཡང་ཆོས་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཕྱི་མོ་ཡིན་པས་ཐེབས་ཅིག་མི་ཐོན་གསུངས་པས་ཞོལ་མོ་ཐག་ཁྲིད་བྱས་པའི་འོད་སྟེ། ད་

① རྗེ་ཙོང་ཁ་བས་བརྒྱུས། «སྤྲུམ་ལྟ་བུ་བའི་རྣམ་པ་ཤད་སྒྲིབ་མའི་རེ་བ་ཀུན་སྐོང་»མཆོ་སྟན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།  
 ( གསུང་ཙོམ་པོ་དག ) 2000. P248-249

འོངས་པ་རང་གིས་ཆོག་ ང་ལ་ཞུ་མོ་འདིས་བྱེད་རྒྱ་མེད་སྟེ། ཆོས་ཀྱི་ཆེ་བ་མེད་ན་ཆོས་ཤི་བ་ཡིན་ཞེས་  
 པའི་གཏམ་རྒྱུད་ཅིག་དང་། རྗེ་བཙུན་མི་ལས་མར་བ་ལ་མངལ་རྟེན་འབྲུལ་བའི་སྐབས་སུ་མར་བས་མངལ་  
 རྟེན་ཡིན་ན་ཆེ་བ་དང་། འབྲུལ་བ་ཡིན་ན་རྒྱུད་གསུངས་ཤིང་། ལན་ཅིག་མི་མང་པོས་དབང་བསྐྱར་ཞུ་དུས་  
 རྗེ་བཙུན་མི་ལས་མར་བ་སྐྱེད་ཅིག་དང་། སྤྱི་མོག་དཔོན་སྤྱོད་ཀྱིས་ཀྱེ་རྩོད་ཀྱི་དབང་མོ་ཆེ་ཞུ་དུས། མར་ཕྱིལ་  
 གཅིག་སྐྱེས་བུ་གོས་ལྗང་བ་གསུམ། རྩོད་ཀྱི་མཆོར་སྟོན་དབང་ངེ་དཔོན་སྤྱོད་ཀྱིས་བདེ་མཆོག་འཁོར་ལོའི་  
 དབང་ཞུ་དུས། གཤམ་སྐྱེས་ལུ་ཡང་སྒྲིག་ནས་ཡུམ་གྱིས་གནང་བ་ཤེས་ཏེ། སྒྲོ་བཏོན་པ་སྐྱེས་དང་། མཐར་  
 ཐབས་ཟད་ནས་རྩོག་གི་སར་བསྐྱོད་པའི་སྐབས་སུ་འདྲ་། ན་རོ་བ་ཆེན་པོའི་རྒྱན་དུག་དང་། ཐུགས་དམ་པ་དང་  
 མའི་ཕྱིང་བ་རྩོག་པོ་གསུམ། དབུ་སྒྲ་ཐུག་མཁར་ན་བཟའ་ན་མས་བསྐྱར་ནས་ཆོས་ཞུ་བ་སྐྱེས་ལ་ཞིབ་ཏུ་  
 གཞིགས་ཆོ། འབྲུལ་བ་མེད་ན་ཆོས་མི་གནང་བའི་སྤྱིལ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་ན་འདྲ་། རྩོད་ཀྱིས་དེ་ལྟ་མ་  
 ཡིན་པར་ནམ་ཐར་དུ། རྗེ་མར་བས་སྤེལ་རྒྱུ་ལག་ངར་ཙམ་ཞིག་བཅིགས་པ་ལ། ངས་རྒྱ་གར་ནས་དཀའ་  
 བ་མང་བོ་སྐྱེད་པའི་ཆོས་ཟབ་མོ་ཐོབ་དུ་རེ་བ་གདའ་སྟེ། དེ་འདྲ་ཐོབ་པ་མིན། ངའི་སྤྱིལ་ཆེན་པོ་ན་རོ་བ་དེས་  
 དཀའ་བ་ཆེན་པོ་བཅུ་གཉིས་སྐྱེད་དེ། དེ་ཡང་ཤི་སྟོག་ལ་ཐུག་པ་བཅུ་གཉིས་བྱས་པ་ཡིན། བྱོད་དེ་རྩ་ཤིབ་ལ་  
 ཐུག་པ་ལན་གཅིག་ཀྱང་མ་བྱུང་། ཡུས་མ་ཆེ་གསུངས་པས། གསང་སྤྱགས་ཀྱི་ཆོས་རྩ་ཆེ་བ་སྟེ། རྗེ་ཙོང་ཁ་  
 བས། འདི་ན་རྩོགས་སངས་རྒྱས་སུ་བཤོད་པ་ལ། །ཟབ་མོ་རྩོ་རྗེ་ཐེག་དང་པར་བྱིན་ཐེག་ །ནམ་པ་གཉིས་  
 ཡོད་གསང་སྤྱགས་པར་བྱིན་ལས། །ཤིན་ཏུ་བྱང་པར་འཕགས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས། །ཉི་མ་རྩ་བ་ལྟ་བུར་ཀུན་ཏུ་  
 བྲགས། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཆེ་བ་འབྱིན་པ་ནི་བསྟོན་དུ་མེད་དོ། །

དབང་ཁྲལ་དེ་ནི་རྗེ་བཙུན་མི་ལས་མར་བ་ལ་སྤྱོད་པ་ལ་འབྲུལ་བ་འདི་གཅིག་ཤུ་མིན་ཏེ། རྩོ་བོ་རྗེ་ཨ་ཏི་ག་  
 ཡར་སྐྱུང་ཐང་བོ་ཆེར་གདན་དྲངས་ཏེ། རྩོ་སྟོན་གྱིས་རྩོ་བོ་ཉིད་ལ་གསེར་སྤང་འགའ་སྐྱིས་པ་དང་འབྲེས་པ་  
 གསེར་སྤང་བརྒྱ་ལྟ་བུ་བྱེད་དང་། དེ་ནས་ཡེར་བ་ལྟ་རི་སྟེང་བོའི་མགུལ་དུ་འབྲོམ་གྱིས་རྩོ་བོ་ལ་གསེར་ཞོ་དགུ་  
 དགུ་ལ་སྤང་རེ་རེ་བཅིས་པའི་གསེར་སྤང་བརྒྱ་ཙམ་བརྒྱད། ཏ་ཉི་ཤུ་ཙམ་གཅིག་ རྩོད་བཅུ་གཅིག་ བེར་གཉིས།  
 གཡི་སྐྱུང་བཞི། ཁྲལ་བཞི། དེལ་སྐྱོགས་གཉིས་ལ་སྐྱེས་པ། སྤྱི་མོག་གི་གཞོང་བ་ཅིག་གིས་མཐའ་བརྟེན་  
 པའི་རྩོར་སྐྱེད་ཙམ་བརྒྱ་ཙམ་བརྒྱད་ལྟ་ཏེ། བོད་ཡུལ་དུ་ཉི་མ་གཅིག་ལ་དེ་ལས་ཞབས་ཏོག་ཆེ་བ་བྱས་པ་མེད་  
 གསུངས་པས། དེ་དུས་ནས་དར་སྤྱོད་ཆེ་བ་ཤེས་ཏུས། དེ་དག་ཀྱང་དེ་དུས་ཆོས་གང་ཞུ་བ་དང་བྱང་པར་དུ་

① རས་པ་བྱ་ཆེན་བཅུ་གཉིས་ཀྱིས་བཙམས། «རྗེ་མི་ལ་རས་པའི་ནམ་ཐར་»དབུ་ཅན་དབུ་མེད་བྲིས་མ།P12  
 ② གམ་རང་བྱུང་རྩོ་རྗེས་བསྐྱེགས། «ནམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ་» རྟོད་ཆ། དབུ་མེད་བྲིས་མ།P24b-25a  
 ③ འབྲོམ་སྟོན་པ་རྒྱལ་བའི་འབྲུང་གནས་ཀྱིས་བཙམས། «རྩོ་བོ་རྗེ་དཔལ་ལྷན་ཨ་ཏི་གའི་ནམ་ཐར་བཀའ་གདམས་པ་ཆོས་»མཆོ་  
 རྩོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱེད་ཁང་།1993. P169

གསང་ལྷགས་ཀྱི་གདམས་པ་ཞུ་བའི་སྐབས་སུ་ད་ལྟའི་དུས་དང་འདྲ་བ་མ་ཡིན་པར་ཆོས་རྒྱལ་ཆེ་བ་བསྟན་པ་  
ལས་འདྲོད་ཡོན་འགྲགས་པའི་ཆེད་ནི་མིན་ནོ། །བོད་དུ་ན་གཞོན་མང་བོ་ཞིག་གིས་རང་རེའི་ཆོས་ལུགས་ནི་  
བཟུ་གཞོག་གྲལ་རིམ་དང་འདྲ་སེ་འདུག་པའི་རྟོག་པ་རབ་ཏུ་གཡོ་ཡང་། དེ་ནི་སྐབས་དེའི་གནས་བབས་  
དང་རིག་གནས་ཀྱི་འཕེལ་འགྱུར་མ་ཤིས་པ་ཁོ་ན་ལས་བྱུང་ངོ་། །

## དུག་བོད་སྤྱི་ཚོགས་ཁྱེད་དུ་རྩི་བཅུན་མི་ལའི་གོ་གནས་

རྩི་བཅུན་མི་ལ་བཞུགས་པའི་སྐབས་ཐོག་དེ་ནི། བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་རྟོག་འདྲིའི་ཆེ་བའི་དུས་སྐབས་ཤིག་  
སྟེ། བཅན་པོའི་སྲིད་དབང་ཐོར་ཞིག་ཏུ་གྱུར་བའི་རྒྱུན་གྱིས་མགོ་ན་དཔོན་མེད་ཅིང་། འོག་ན་ཁྲིམས་མེད་  
པར་གྱུར་བས། མང་ན་དམག་དྲངས་ཤིང་། ཉུང་ན་མཐུ་གཏོང་བའི་ཡུལ་ཆོས་ཤིག་དར། གནས་བབས་དེ་  
དང་བསྟན་ནས་རྒྱ་གར་དང་བལ་པོའི་ཕྱོགས་ནས། ལུ་སྟེགས་དང་། རྒྱ་བའི་ཆ་ལུགས་ཅན། ཆོས་ལྷན་སྐྱ་  
བ་མང་དུ་བྱུང་བས། ཆོས་དང་ཆོས་མ་ཡིན་པའི་ནམ་དུ་ལ་སྤྱོད་པའི་སྐབས་ཤིག་བྱུང་། རྩི་བཅུན་རང་  
གི་མཁུར་དུ་འང་། ད་ལྟ་དམ་ཆོས་དར་ལགས་ཀྱང་། ཆོས་འདྲུ་མིན་མང་བོས་བསྐྱེད་བསྐྱེད་བྱས། །ཞེས་  
གསུངས་པའོ། །དེའི་སྐབས་ཀྱིས་མར་བ་ལོ་རྒྱུ་བས་རྩི་བཅུན་མི་ལ་ལ་བདེ་དབྱིས་གསང་འདུས། གདན་བཞུ་  
སངས་རྒྱས་ཐོད་པ། མ་རྒྱ་ལ་ནམས་ཀྱི་རྒྱུད་དབང་སྐབས་ཐབས་རིམ་པ་གཉིས་དང་བཅས་པ་སྟེང་བོ་དོན་  
ཀྱི་སྐོར་ནམས་མཐར་ཕྱིན་གནང་ཡང་། བཤད་རྒྱུ་བདེ་མཆོག་ལས་མ་དར་བ་དེ་ཡང་མཐར་ཐུག་ན།  
སྐབས་དེར་གསང་ལྷགས་ཀྱི་བསྟན་པ་ཉམས་ལེན་བྱེད་མཁན་ནམ་རྒྱུད་རུང་མང་དུ་མེད་པ་ཤིས་ལ། ཕྱོགས་  
གཞན་ཞིག་ནས་སྐབས་ཐོག་དེར་རྩི་བཅུན་མི་ལའི་འཕྲིན་ལས་ཆེས་ཆེར་མ་རྒྱས་པ་ཤིས་ལུགས་

① ཕྱིས་སུ་བྱུང་བའི་རྟོག་ཆོད་བས་བཅུམས་པའི་གཙང་རྒྱུན་ཉེ་རུ་ཀའི་ནམ་ཐར་དུ་འང་། སྤྱ་རངས་པའི་དཔོན་བཅུན་རྟོན་གྲགས་  
བྱ་བས་རྩི་ཡི་བཀའ་དང་རྩི་ལ་མ་བཅིས་པར་སྟོ་བོ་རྒྱལ་བོ་ལ་ཞབས་འདེན་དང་། རྩི་བྱུ་བོ་བཅོད་པོ་ལ་ཡང་མི་འཛམ་པའི་སྐྱར་  
བ་མང་བོ་བཏབ། མང་ན་དམག་གྲོངས་ཉུང་ན་མཐུ་ཐོང་ཞེས་ཁུའི་ཆེན་པོ་བོར་བར་ནམ་ཐར་དེའི་ཤིང་དཔར་ཤོག་ངོས་གོ་  
གསུམ་སྟེང་བཤད་ཡོད་པས། གནའ་ནས་དེ་འདྲའི་བཤད་རྒྱུན་ཞིག་ཡོད་ཆོད་འདུག།

② རེ་འུ་པ་རྟེན་གྲགས་པ་རྩི་ལམ་སྟོ་གོས་ཀྱིས་བཅུམས། «རྩི་བྱི་གཏམ་མེ་ཉོག་ཐོང་བ» (《བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དེ་བཟེངས་ལག་ལུ་  
>>> བོད་རྒྱུངས་བོད་ཡིག་དཔེ་རྒྱུ་ཁང་ནས་བསྐྱུན། 1990. P49

③ གཙང་རྒྱུན་ཉེ་རུ་ཀའི་བཅུམས་《རྣལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ལྷག་ཆེན་པོ་མི་ལ་རས་པའི་ནམ་མཁུར་》མཆོ་རྩི་མི་རིགས་དཔེ་རྒྱུན་  
ཁང་། 1981. P786

④ འབྲུག་པ་པད་མ་དཀར་བོས་བཅུམས། «འབྲུག་པའི་ཆོས་འབྱུང་» བོད་རྒྱུངས་བོད་ཡིག་དཔེ་རྒྱུ་ཁང་།



དེ་ཡང་། སྐབས་དེར་གསང་སྔགས་ཀྱི་སྒྲིབ་རུང་དང་ཉམས་ལེན་བྱེད་མཁན་ཀྱང་བ་ཇོ་པོ་ཆེའི་ནམ་ཐར་ལས་ཀྱང་ཤེས་ཏེ། ཇོ་པོ་ལ་སྒྲིབ་བྱང་དུ་ཐོན་ཏེ། མདོག་གི་ཆ་སྒར་བྱོན་ནས་གང་ཟག་གཅིག་གིས་ཅིག་ཅར་འཇུག་པའི་ངོར། ཇོ་ཉ་ལྷས་ནས་གསུངས་པ་ལ། བོད་དུ་འདི་མི་ལེགས་ལྷས་ནས་བཀའ་བསྐྱམས་པས། ཇོ་པོ་ལས་ནས་གསང་སྔགས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་དང་། ཇོ་ཉ་ཇོ་ཆེའི་སྤྱལ་སྔགས་པ་ཡང་བཤད་དབང་མེད། རྟེན་འབྲེགས་འདྲའི་ཡང་མེད་ན། ཁོ་པོ་བོད་དུ་འོངས་པ་ལ་དོན་མ་མཆིས་གསུངས་ནས་འབྲོམ་ལ་འཁང་ར་མཛད་ཀྱང་། ཕྱིས་སུ་གནས་ཚུལ་སྔགས་ཇི་བཞིན་མཁྱེན་པས། ཁོ་དཔྱལ་བ་འགྲོ་མ་དགོས་པ་འབྲོམ་གྱི་བཀའ་དྲིན་ཡིན་གསུངས་ཤིང་། པོ་ཏྲ་བའི་དཔེ་ཆས་སུ་འདྲ་བོད་ན་མི་འདུག་ཅེས་པའི་འགྲེལ་བའི་ཐད་དུ། ཇོ་པོའི་ལས་ནས། ཁྱོད་བོད་ལ་གསང་སྔགས་བསྟན་པའི་སྒྲིབ་མེད། སྒྲིབ་ཡོད་ཀྱང་སྔགས་ཀྱི་སྒྲིབ་མཆོན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་བོད་ན་མི་འདུག་ཅེས་གསུངས་ཡོད། དེའི་ཕྱིར། ཇོ་པོས་ཆོག་མཆོག་སུ་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་གསུངས་པ་དང་། སྒྲིབ་ཆོས་སུ་དགོ་བཤེས་ཡོལ་སྤྱོད་མཆོད་ལ་སྔགས་པ་ལ་གྱི་ཡའི་སྤྱབ་ཐབས་མང་དུ་གསུངས་པ་ནམ་ཐར་དུ་བྱུང་བ་ལ་བརྟགས་པས་ཀྱང་། སྐབས་དེའི་སྤྱོད་ཆོག་གི་གནས་བབ་ཇི་འདྲ་ཡིན་པ་ཉ་ལམ་རྟོགས་ལ། དུས་དེར་གསང་བ་སྔགས་ཀྱི་སྒྲིབ་དམ་བསྐྱེད་ཆེ་བར་མཛད་པའི་ཁྱེད་གྱིས་ཕྱིས་སུ་རྟེན་མི་ལས་ཀྱང་དུགས་པོ་ལྟ་རྟེན་ལ་བོད་ཀྱི་སྒྲིབ་ལ་འདྲེ་ལྷགས་ཨ་ཏི་ཤ་གསང་སྔགས་འཆད་དུ་མ་བཅུག་པས་མི་མང་པོ་འཕྲུང་ཞེས་འབྲོམ་ལ་བྱུར་བ་མཛད་པ་ལས་ཀྱང་སྐབས་དེའི་གནས་ཚུལ་ནམ་ཐར་དོས་ཤུགས་གང་རུང་

① ཇོ་པོ་ཆེའི་ལས་ནས་པལ་ཆེན་པོའི་རྟེན་ཅིག་གཟུགས་སམ་གསུང་བ་ལ། དགོ་བཤེས་སྟོན་པས་སྒྲིབ་པ་ཇོ་པོ་ཆེའི་ཐར་བྲུ། བོད་དུ་འདི་མི་ལེགས་ལགས་ལྷས་པ་ཇོ་པོའི་ནམ་ཐར་སྒྲིབ་པའི་ཡོན་ཏན་ཆོས་ཀྱི་འབྲུང་གནས་སུ་གསུངས།

② འབྲོམ་སྟོན་པ་ཀྱལ་བའི་འབྲུང་གནས་སྔགས་ཀྱིས་བཅུམས། <<ཇོ་པོ་ཆེ་ལྟ་གཅིག་དཔལ་ལྡན་ཨ་ཏི་ཤའི་ནམ་ཐར་སྒྲིབ་པའི་ཡོན་ཏན་ཆོས་ཀྱི་འབྲུང་གནས་སྔགས་བཀའ་གདམས་རིན་པོ་ཆེའི་སྤྱེགས་བམ།>>མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྤྱོད་ཁང་། 1993. P179

③ ཇོ་པོ་ཏྲ་བ་དང་བཅུན་པ་ཤེས་རབ་རྟོ་རྟེས་མཛད། <<དཔེ་ཆོས་དང་དཔེ་ཆོས་རིན་ཆེན་སྤངས་པ་>> <<གངས་ཅན་རིག་བརྒྱའི་སྒྲིབ་འབྲེད་ལྟེ་མིག་>> བོད་17 ) མི་རིགས་དཔེ་སྤྱོད་ཁང་། 1991. P326

④ ཡོལ་ཆོས་དབང་དང་། ཡོལ་བྱང་སྤྱོད། ཡོལ་ཐོག་འབེབས་གསུམ་ལ་ཡོལ་མཆོད་གསུམ་དུ་གྲགས་ཤིང་། ཤུགས་རྟེན་ཆེན་པོའི་ཀོས་སྐར་ལ་ཡོལ་ཆོས་དབང་ལས་མཁས་པ་མེད་གསུངས། ཡོལ་ལ་བརྟེན་ནས་ཤུགས་རྟེན་ཆེན་པོ་གཙོ་འཁོར་གསུམ་གྱི་གདམས་པ་མང་དུ་འཕེལ་ལ། ཁྱེད་མཁྱེན་པའི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱབ་ཐབས་དེ་ལྟ་བུ་བཙུལ་ཁྲིམས་ཀྱིས་བཀའ་བསྐྱེད་ཀྱང་ཆུབ་འོད། འབྲོམ་ཀྱལ་བའི་འབྲུང་གནས་སྔགས་ཀྱིས་ལྷས་ཀྱང་མ་གནང་ཞེ། ཡོལ་ཆོས་དབང་ལ་གནང་ངོ། ཡོལ་སྤྱོད་རྟེན་ཆེན་པོས་འདི་སྤྱོད་རྟེན་ཆེན་པོ་ལྟ་གསུངས། གཞན་ཡང་སྤྱོད་རས་གཟིགས་ཕྱི་ནང་གསང་གསུམ་གྱི་སྤྱབ་ཐབས་སྔགས་གནང་བས་ཁོང་ནམ་པས་ལས་འཁངས་ཆེན་པོ་མཛད་པ་རྟོན་ཏུ་རྟེན་ཐས་མཛད་པའི་ཕྱང་ཡལ་སྒྲིབ་སྤྱོད་བར་གསུམ་གྱི་ངོ་མཆོར་གཏམ་གྱི་ལེགས་བཤད་མཁས་པའི་འཇུག་ངོགས་ཀྱི་ཤོག་ངོས་119 རུ་གསུངས།

⑤ དཔལ་པོ་གཙུག་ལག་ཤིང་བས་བཅུམས། <<དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱར་བ་ནམ་ཐར་གྱི་བྱུང་བ་གསལ་བར་བྱེད་པ་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་>> མི་རིགས་དཔེ་སྤྱོད་ཁང་། 1986. P792

ནས་རྟོགས་པར་བྱས། འོན་ཀྱང་། སངས་རྒྱལ་ཆོས་ལུགས་ཉག་པ་བའི་སྐབས་ཉིད་དུ། ཆོས་རྒྱལ་དཀོན་པོ་...  
 རྣམས་མ་སྒྲིལ་བ་ལ་བྱུང་བ་མཛད་པ་ལས། གསང་སྔགས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་ཁྲིམ་བསྐྱགས་བྱེད་དགོས་པའི་དོན་  
 ཅི་མེད་པར་སེམས་ཏེ། རྩེ་བཅུན་རང་གིས་ལོ་རྟོན་ལ་གསུངས་པའི་མཁུར་དུའང་། གདམས་ངག་རྣམས་  
 བཟང་ལྷག་རྒྱ་ལ། སྐལ་མེད་མེད་ལ་སྟེར་བ་ཕངས། ཁྲིམ་དང་། རྣལ་འབྱོར་ཉམས་དབྱངས་ཟབ་མོ་དེ། །  
 མང་པོའི་ཆོགས་སུ་ལེན་པ་ཕངས། །ཁྲིམ་གསུངས་པ་དང་། ཡང་རས་རྒྱུང་བ་ལ་གསུངས་པའི་མཁུར་དུ།  
 རྣམས་དཔྱད་གདམས་ངག་སྒྲིལ་བ་ཕངས། །ཉམས་ཐྱོང་སྤྱུ་ལེན་པ་ཕངས། །རྣལ་འབྱོར་གྲོང་དུ་འབྱུངས་པ་  
 ཕངས། །དེ་ལ་ཕངས་པ་རྣམས་གསུམ་མཛོད། །ཅེས་དམ་པ་རྣམས་ཡིད་ཕངས་དགོས་པའི་བྱ་བ་གསུམ་གྱི་  
 ཡ་གྲུལ་དུ་བཞག་ཡོད་པ་དང་། ཡང་རས་རྒྱུང་བ་ལ་བོད་དུ་གྲུབ་ཐོབ་ཉུང་བའི་གསལ་བྱེད་དུ་གསུངས་པའི་  
 མཁུར་དུ། རྣལ་འབྱོར་བ་ཡི་ལུས་དང་གཅིག །གསང་སྔགས་ཐབས་ཀྱི་ལམ་དང་གཉིས། །ཉམས་སུ་ཐྱོང་  
 བའི་འབྲས་བུ་གསུམ། །འདི་གསུམ་སྤྲུལ་ན་རྩི་མཚར་ཆེ། །འདི་གསུམ་སྤྲུལ་ན་དག་ཉུང་སྟེ། །འདི་གསུམ་...  
 སྤྱིང་པ་ཉུང་བར་གདལ། །དེ་ཕྱིར་བོད་ན་གྲུབ་ཐོབ་ཉུང་། །ཁྲིམ་གསུངས་པ་ལས་ཤེས་ལུས་སོ། །ལྷག་པར་  
 དུ་སྐབས་དེའི་བོད་ཀྱི་མཁས་པ་པལ་མོ་ཆེའི་བྱ་བྱེད་རྣམས་ལས་ཀྱང་ཅུང་ཟད་ཤེས་ལུས་ཏེ། བོད་ཀྱི་བསྟན་  
 པའི་དག་ཐེར་གྱི་སྤྱད་དུ་གདན་དྲངས་པ་ལྟར། རྩི་བོ་རྩེ་ཐོག་མར་མངའ་རིས་དང་དེ་ནས་རིམ་གྱིས་ཁྱེད་  
 གྱིས་ཐང་བོ་ཆེ་གདན་དྲངས་ཀྱང་། ཁྱེད་ཀྱི་ཁོང་རང་ལྟ་སྤྲངས་སུ་བཞུགས་ཏེ། རྩི་བོ་ཀྱི་མི་བྱ་བ་གངས་སུ་  
 བཞུགས་དགོས་པ་ཡིན་ཟེར་ནས་འདྲི་པ་བཞིན་ཞབས་ཏོག་མ་བྱས་པས། རྩི་བོའི་ཞལ་ནས། ཁྱེད་སུམ་  
 ཅུ་ཆ་གསུམ་གྱི་ཁོངས་སྤྱོད་ལྟ་བུ། ཁོ་བོ་ནི་ཤེ་ཏུ་རི་ལྟ་བུ་གསུང་པ་ལས། སྐབས་དེར་བོད་རྩི་བོ་མཁས་པ་  
 ཡིན་ཟེར་བ་འདི་དག་གིས་ཀྱང་རྒྱ་གར་ནས་གདན་དྲངས་པའི་པཱི་ཏ་ལ་བསྟེན་བཀུར་ཆེས་ཆེར་བྱས་མེད་  
 པ་ལ་གཞིགས་ན། རང་མིས་རང་གི་མཁས་པ་ལ་ལྟ་སྤྲངས་ཅི་ལྟར་འདྲིན་པ་ཏུ་ལམ་རྩེས་སུ་དཔག་པར་བྱས་  
 སོ། །དེའི་སྐབས་ཀྱིས་ཆོས་བདེན་པ་མི་བྲིན་རྒྱུ་པ་བྲིན་པའི་དུས་སྐབས་ཤིག་གི་ནང་། རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་གོ་  
 གནས་འདི་ཅམ་དུ་གདའ་ཁྲིམ་སྤྱིང་ཐབས་བྲལ་བ་ཞིག་སོ། །སྐབས་དེར་འཕྲིན་ལས་ཆེས་ཆེར་མ་རྒྱས་པ་  
 རྣམས་ཐར་དག་ལས་ཀྱང་ཤེས་ཏེ། གཙང་རྩིན་གྱིས་བཙམས་པའི་རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་རྣམས་ཐར་དུ། ཁྱི་ར་བ་  
 འགའ་ཡིས་རྩེ་བཅུན་ལ་ཁྱོད་ཀྱི་རྩི་གོས་འདི་ལ་གཟུགས་བརྟན་དང་ཁ་ཐབས་འདི་ལས་བྱུང་དོགས་མི་  
 འདུག ཅོ་རང་མ་སྟེས། མི་གཡོག་བྱས་དུང་རྩི་འགྲངས་ལ་གོས་དྲོ་བ་ཡོད་། འཛམ་དུ་སྤྱིང་གི་མི་གཅིག་ལ་

① གཙང་རྩིན་ཉེ་དུ་གས་བསྐྱིགས།《མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མཁུར》མཚོ་རྩིན་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 1981. P553  
 ② གཙང་རྩིན་ཉེ་དུ་གས་བསྐྱིགས།《མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མཁུར》མཚོ་རྩིན་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 1981. P560  
 ③ གཙང་རྩིན་ཉེ་དུ་གས་བསྐྱིགས།《མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མཁུར》མཚོ་རྩིན་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 1981. P680  
 ④ རྩི་བོ་རྩེ་ཐོག་གསུང་།《བཀའ་གདམས་པ་ཆོས》མཚོ་རྩིན་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 1993. P170-171

ཁྱོད་ལས་སྐྱུག་པ་དང་སྤྱིང་རྩེ་བ་མེ་ཡོང་ཟེར་བ་དང་། ཕྱིས་སུ་བཀའ་གདམས་པའི་དགེ་བཤེས་སྟོན་པ་  
 དགའ་ལོ་བྱ་བ་བྱུང་ནས་རྩེ་བཅུན་གྱི་དབུ་ལོ་ནས་བཟུང་སྟེ། སྐྱུག་པའི་སྐྱུག་ནས་མདའི་བར་དུ། ཞལ་དུ་  
 ཐལ་བ་བརྗོད་སྟེ། (འདི་ནི་གནའ་བོའི་བོད་ཀྱི་གོམས་སྒྲིལ་ཞིག་ཡིན་པས། འབྲུངས་སྤྱིང་དུ་འང་རྩོུ་འདི་ལ་ཐལ་མདོག་བྱས་ན་  
 དག་ལྟའི་ངོ་སོ་གནོད་པས་མི་རུང་། སྤྱིང་དཀར་གྱི་ཁྱིམ་དང་མི་འགལ་ཆེད་ཆམ་པ་ནས་གྱི་ཐལ་བ་ཡིན་པས་ཆམ་སྤར་བརྒྱ་ཡིས་  
 འདེད་རྒྱ་གྱིས་ཞེས་བྱུང་བ་དང་འདྲ། ) ཤིང་དབྱུག་པ་དེས་བྲིམ་ཡག་བྱས་པས་ཁོ་ཡང་ཐང་ཆད། རྩེ་བཅུན་ཡང་  
 ཐང་ཆད་ཅིང་སྐྱུ་ལུས་ན་ཆོས་གང་། དེ་ཉིན་མགོ་གཏུམས་མཛུགས་གཏུམས་ནས་བཞུགས་པ་དང་། ལོ་སྟོན་  
 གྱིས་དྲིས་པའི་ཆོས་སྐྱེད་ཀྱི་ལན་མེད་པར་སྤང་མི་ཤེས་པའི་ཁ་སྐད་ཆེན་པོ་བྱེད་པའི་ཐོག་པོ་ལོག་ཆོས་མཁན་  
 གཅིག་གིས་ཡུལ་གྱི་བཅུད་ཆོ་ཡང་བསྐྱུས་ཟེར་ནས་ཐལ་བ་སྤྱོད་མའི་ཞལ་དུ་བཏབ་པ་སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་  
 རས་རྒྱུང་བ་སྤྱིང་ན་ནས་རྒྱ་གར་དུ་མཐུ་སྤྱོད་པ་ལ་འགྲོ་ཟེར་ནས་ཆས་པ་འདྲ་དང་། རྒྱ་གར་དུ་ངན་སྤྲུགས་  
 འགའ་སྤྱོད་པ་ལ་འགྲོ་ནས་བཀའ་གདམས་པའི་གྲུ་ས་འདི་ཅུད་ནས་མེད་པ་ཞིག་བྱེད་དགོས་སྟུང་དུ་བསམ་  
 པའི་སྐྱུག་རྣམས་ཤར་བ་དང་། དེ་དུས་རྩེ་བཅུན་ལ་ཆད་ལྟ་བུ་ཡིན་ཟེར་ཤིན་ཏུ་སྤང་བའི་སྤྲེད་གོན་ཞིག་ཡོད་པ་  
 དེར། སུ་སྤྱོད་ན་མས་ཀྱིས་ཁྱེ་བ་ཅི་སྤུལ་རུང་མ་གསན་པར་ཆོག་པས་ཁང་གི་སྒྲོ་ཕྱོད་པས། ཁོང་ནས་པས་  
 མཐོང་སྟེ་ཀུན་འདུས་ནས། རྩེ་བཅུན་ལ་བརྟེན་འཆོག་མང་པོ་བྱས་པའི་མཐར། རང་དུ་བྱིད་ནས་ཀ་བ་ལ་  
 བཀྱིགས་ནས་བཞག་པའི་ལོ་རྒྱུས་དེ། ས་ཆ་གང་ཡིན་པ་གཙང་སྟོན་གྱིས་བསྐྱིགས་པའི་མཁུར་འབུམ་དུ་ས་  
 འོག་གི་གཏེར་བཞེན་སྤྲས་ན་འདྲ་། རྣམ་ཐར་མཛོད་ནག་མར། རིང་བུ་རྒྱན་གྱི་མི་རྣམས་ཀྱིས་བཀྱིག་ཅིང་  
 བརྟུང་བ་འདྲ་དང་། ད་དུང་བྲིན་ཁ་གསུམ་གྱི་ཆུ་མིག་པ་རྣམས་ཀྱིས་ལྷགས་བརྒྱབ་ནས་བཙོན་ཁང་དུ་བཅུག་  
 པར་བཤད་པ་སོགས་ལ་ཞིབ་དུ་བསམ་སྟོན་བཏང་ཆོ། སྐལ་ཤེད་འདི་སྤྱི་ཆོག་ནང་རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་གོ་གནས་  
 ཅི་འདྲ་ཡིན་པ་བཤད་མ་དགོས་པ་ཞིག་གོ།

འོ་ན། ཕྱིས་སུ་རྩེ་བཅུན་མི་ལ་རས་པ་དེ་ཉིད་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཆོག་སྟེང་སྟོན་གྲགས་ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པ་ཅི་ཡིན་

① རུས་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བཅུམས། 《རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་མཛོད་ནག་མར་བཤད་ཐམས་ཅད་མཁུར་པའི་ལམ་སྟོན་》བོད་ལྗོངས་མི་  
 དམངས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། 1979. P120-121

② ཀམ་རང་བྱུང་དོ་རྩེས་བསྐྱིགས། 《རྣམ་ཐར་མཛོད་ནག་མར་》སྟོན་ཆ། P168

③ ཀམ་རང་བྱུང་དོ་རྩེས་བསྐྱིགས། 《རྣམ་ཐར་མཛོད་ནག་མར་》སྟོན་ཆ། P159

④ རུས་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བཅུམས། 《རྣམ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕུག་ཆེན་པོ་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མཁུར་》མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་  
 ཁང་། 1981. P672

⑤ ཀམ་རང་བྱུང་དོ་རྩེས་བསྐྱིགས། 《རྣམ་ཐར་མཛོད་ནག་མར་》སྟོན་ཆ། P39

⑥ ཀམ་རང་བྱུང་དོ་རྩེས་བསྐྱིགས། 《རྣམ་ཐར་མཛོད་ནག་མར་》སྟོན་ཆ། P38

ཟེར་ན། གཙོ་པོ་ནི་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་དག་ཡིན་ལ། རྣམ་ཐར་གྱི་སྡུག་ལྷན་གསལ་པོར་མི་ངེས་  
 བཤང་། ཐོག་མ་ནི་པལ་ཆེར་དུས་རབས་བཅུ་གཉིས་པའི་ནང་དུགས་པོ་ལྷ་རྗེ་དང་རས་པ་བྱ་ཆེན་བཅུ་  
 གཉིས་ཀྱིས་བཅུམས་པའི་རྣམ་ཐར་འདི་གཉིས་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཉང་ཆོས་འབྱུང་དུའང་། སྐུ་  
 བརྒྱད་ཀྱི་གདམས་པའི་བཀའ་བབས་སྟུ། རྗེ་བཙུན་གྱི་དངོས་སྤྱོད་གཏུ་བྱང་བ་རྣམས་སྟུགས་བསྟུས་ཀྱིས་  
 བྲངས་ཏེ། རྗེ་བཙུན་ལ་རྗེ་བཙུན་ཆེན་པོ་ཞེས་བསྟགས་བརྗོད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་འཁོད་ཡོད། དུས་རབས་བཅུ་  
 གསུམ་པའི་ནང་འགྲོ་མགོན་འཕགས་པ་ (1235—1280) སོག་ཡུལ་དུ་ཐེབས་ཏེ། སེ་ཆེན་ལ་མི་ལ་རས་པ་ནི་  
 བོད་ཀྱི་ཕོ་སྐོད་ཡིན་པར་གསུངས་པ་ལ་གཞིགས་ན། རྗེ་བཙུན་གྱི་རྣམ་ཐར་པལ་ཆེར་ཀུན་ལ་གྲགས་ཡོད་  
 པར་འདུག དེའི་རྗེས་ཚལ་དུ་ཀམ་རང་བྱུང་དོ་རྗེའི་ (1284—1339) སྐབས། གཅིག་བརྒྱད་ཀྱི་ལུགས་སུ་སྤང་  
 བའི་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ་དེ་ཀོང་པོ་ཅེ་ལ་སྤང་གི་མཛོད་ནག་ཏུ་བཞུགས་པ་ལ། མ་ཕྱི་  
 བྱས་ནས་དང་ལྷན་རྣམས་ཀྱིས་མང་དུ་བཞེངས་པས་ཐམས་ཅད་དུ་དར་ཞིང་། མགུར་འབུམ་གྱི་བརྗོད་བྱ་  
 དམ་པའི་ཆོས་དང་བོད་ཀྱི་དམངས་གཞས་བྱུང་དུ་འབྲེལ་བའི་གསར་གཏོད་ཀྱི་སྟུག་བདེ་བོའམ་སངས་  
 རྒྱལ་ཆོས་ལུགས་དེ་ཉིད་བོད་རིགས་ཅན་དུ་འགྱུར་བའི་མགོ་ཚུགས་ཏེ། ཆོག་སྟན་མོ་རྗེ་བཙུན་མགུར་མ་ཞེས་  
 གྲགས་པ་ཐང་མར་བཅུ་ལ། ལྷག་པར་དུ་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་སྤྱོད་པ་དེས། བོད་སྤྱི་ཆོགས་ཁྲིད་སྟོན་དང་མི་  
 འདྲ་བར་སློ་ཡུལ་ལས་འགོངས་པའི་ཤན་ལྷན་ཆེན་པོ་ཐེབས་པས། བོད་ཀྱི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཁྲིད་དུ་གོ་  
 གནས་བྱུང་དུ་འཕགས་པ་ཐོབ། རང་གྲོལ་གྱིས་བཅུམས་པའི་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་ཐར་གྱི་ཚུལ་པ་པོ་གཙང་  
 སྟོན་ཏེ་རུ་ཀ་ཞེས་པར། གལ་ཏེ་གཙང་སྟོན་ཏེ་རུ་ཀ་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་ཐར་བཅུམས་མེད་ཆོ། མི་ལ་རས་  
 པ་ལ་དེ་འདྲའི་ཆོས་མཐོ་བའི་མཆོན་སྟན་དང་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་གོ་གནས་མེད་པར་བཤད་ཡོད་ཀྱང་། དེ་ལྟ་མིན་  
 པར་དུས་རབས་བཙུ་བའི་ཡར་སྟོན་དུ་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་མང་དུ་བཞུགས་པ་ལས་ཤེས་པས།  
 དཔེ་གཞུང་དེ་དག་ཞིབ་དུ་མ་མཇུག་པའི་སྟོན་ཁོ་ནར་སྤང་དོ། །

རྣམ་ཐར་བྱུང་བ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་རྗེ་ཙོང་ཁ་བའི་ (1357—1419) སྐབས་ནས་བཟུང་། ཤིང་དཔར་བོད་  
 དུ་དར་རྒྱས། རང་རེའི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་མཛོད་པ་ཀུན་ལས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་བ་གསུང་གི་མཛོད་པ་ཡིག་  
 འཛོག་མཛོད་པའི་སློལ་སྤར་ལས་དར་བ་དང་བསྟན་ནས། དུས་རབས་བཙུ་བའི་ནང་རྗེ་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་  
 ཡང་གཅིག་འཕྲོ་གཅིག་མཐུད་དེ་འགྲེལ་སྟེལ་བྱུང་བ་བྱུང་། དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་རྗེ་མི་ལ་ལ་རྒྱས་མེད་པ་  
 རྣམ་ཡོད་པ་དང་། ཡོད་པ་ནས་མིག་སྟོན་བྱེད་ཅིང་། སྐབ་མཐའ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཁས་ལེན་པའི་སྟེས་བྱ་ཞིག་  
 ཏུ་གྱུར། དཔེར་ན། རྗེ་ཙོང་ཁ་བས་ཟབ་ལམ་རྒྱ་རོ་ཆོས་དུག་གི་འཁྲིད་དུ། ཐེག་པ་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་སྟོན་དུ་  
 འགྲོ་དགོས་པ་དང་། ལམ་དེ་ལ་སྦྱངས་པའི་རིམ་པ། བསྐྱེད་རིམ་རྗེ་ལྟར་བསྟོན་ཚུལ། རྗེ་གས་རིམ་གྱི་གཞི་

① 攘卓著 克珠群佩 译<<米拉日巴>>的作者——乳毕坚金<<西藏民族学院学报>>1986 第1 期P42

དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་སྐབས་བདེན་གཉིས་ཀྱི་ནམ་བཞག་ཅི་འདྲ་ཞིག་དགོས་ཚུལ། སྒྲིག་དབུ་མར་ཞུགས་གནས་ཐིམ་གསུམ་བྱེད་ཚུལ། བར་དོ་སྒྲུ་མ་བསྐྱོམ་ཚུལ་སོགས་ཀྱི་ཐད་དུ་ལམ་འདིའི་ནལ་འབྱོར་བ་ཆེན་མོ་མིང་ལ་ཞེས་ཆེ་བཅུན་གྱི་མཁུར་ཁུངས་སུ་དྲངས་ལ། རྗེ་ཙོང་ཁ་བའི་བཏུན་པ་ལ་བཞེན་ནས་ཆོ་དེར་བྱང་འཇུག་གི་གོ་འཕང་བཞེས་པའི་ཆོད་གཞི་འདོག་བྱེད་དཔེན་ས་སྒོ་བཟང་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་ཀྱང་། སྔོན་དུས་ཀྱི་མིང་ལ་རས་པ་དང་། །ད་དུས་ཀྱི་སྒོ་བཟང་དོན་གྲུབ་ལ། །འཕྲལ་ཆས་ཀྱི་ཟས་གོས་མ་གཏོགས་པ། །ཁོར་དངོས་པོ་འདོན་པས་དགོས་པ་མེད། །ཆོ་གཅིག་ལ་སངས་རྒྱས་བསྐྱབ་པ་ལ། །དེ་འདྲའི་སྦྱོང་ལ་ལེགས་གནས་ནས། །ཆགས་སྤང་སྤངས་པའི་དཔེན་གནས་ས། །དལ་འབྱོར་ལ་སྤྱིང་བོ་ལེན་པར་ཤོག །ཅེས་མིག་སྟོས་བཅས་པ་དང་། རྒྱལ་མཆོག་སྐལ་བཟང་རྒྱ་མཆོས་རྗེ་མི་ལར་བཞེན་པའི་ཐུན་དུག་གི་ཉམས་ལེན་དང་འབྲེལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། པཎ་ཆེན་སྒོ་བཟང་ཆོས་རྒྱན་གྱིས་གྲུབ་པའི་དབང་ཕྱག་མིང་ལ་ལ་བཞེན་པའི་ནལ་འབྱོར་དང་། ཨ་ཁུང་སྒྲུལ་སྒྲུང་ག་དབང་མཁུན་རབ་བཟང་བོས་རྗེ་མི་ལ་བཞུད་པའི་དོ་རྗེ་ལ་བཞེན་པའི་སྒྲ་མའི་ནལ་འབྱོར་དང་། ཞང་ཁུང་ཆོས་དབང་གྲགས་པས་ནལ་འབྱོར་དབང་ཕྱག་མི་ལ་བཞུད་པའི་དོ་རྗེས་རས་རྒྱུད་དོར་གྲགས་ལ་གདམས་པའི་གསང་བའི་མཁུར་དུག་གི་དབང་བཤད་པ་སོགས་བཅུ་མས། སྤྱིར་སྒྲ་མའི་ནལ་འབྱོར་ཞེས་པ་རང་གི་བསྐྱོམ་རྒྱའི་ལྷ་གང་ཡིན་པ་དེ་དང་རང་གི་སྒྲ་མ་གཉིས་དོ་བོ་དབྱེར་མེད་དུ་བསྐྱོམ་པར་གསུངས་ཀྱང་། སྐབས་འདིར་རང་གི་བསྐྱོམ་བྱའི་སྒྲ་མ་དེ་དང་རྗེ་བཅུན་མི་ལ་གཉིས་དོ་བོ་དབྱེར་མེད་དུ་བསྐྱོམས་ཏེ། མཐར་ཐུག་ན་རྗེ་བཅུན་མི་ལ་མཆོག་ཀྱན་གྱི་སྤང་དོར་སྤེལ་གཉིས་དག་པའི་སངས་རྒྱས་དངོས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་བཞག་ནས་ཉམས་ལེན་མཛད་པའི་སྒྲིལ་བྱང་བས། གཙང་སྦྱོན་ཏེ་རུ་ཀས་རྗེ་བཅུན་གཞན་(བཞན) པ་དོ་རྗེའི་ནམ་པར་ཐར་བ་ལ་མཛད་པ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་སྒོ་ནས་བསྟོད་པའི་གསུང་ཚུ་མ་མཛད་པ་དང་། འབྲི་བྱང་བ་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པའི་རྗེ་བཅུན་བཞན་པ་དོ་རྗེ་ལ་བསྟོད་པ་ཡིད་ཀྱི་ཤིང་རྩ་སོགས་བཅུ་མས། དེ་དག་གི་ཤུགས་ལ་བཞེན་ནས་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་གྲུབ་མཐའི་རྗེས་འབྲངས་པ་ནམས་བཤད་

① རྗེ་ཙོང་ཁ་བས་བཅུ་མས་«ཟབ་ལམ་ན་རོའི་ཆོས་དུག་གི་སྒོ་ནས་འབྲིད་པའི་རིམ་པ་ཡིད་ཆོས་གསུམ་ལྷན་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ» ( བོད་ཏ ) མཆོ་སྔོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། 1999. P227

② གསུང་འབུམ་པོད་དང་། ཤོག་ལྗེ་བ་བདུན་བཞུགས།

③ གསུང་འབུམ་པོད་ཀ ཤོག་ལྗེ་བ་བཙོ་བརྒྱུད་བཞུགས།

④ གསུང་འབུམ་པོད་ཀ ཤོག་ལྗེ་བ་བཙོ་ལྷ་བཞུགས།

⑤ གསུང་འབུམ་པོད་ཅ ཤོག་ལྗེ་བ་བཅུ་གཅིག་བཞུགས།

⑥ རྒྱལ་བཞོད་ཆོང་བས་བཅུ་མས་ «གཙང་སྦྱོན་ཏེ་རུ་ཀ་ཕྱགས་ཐམས་ཅད་ལས་ནམ་པར་རྒྱལ་བའི་ནམ་ཐར་དོ་རྗེ་ཐེག་པའི་གསལ་བྱེད་ཏེ་མའི་སྤྱིང་བོ» ཤིང་དཔལ་P37

མི་དགོས་པར་བོད་ཀྱི་གྲུབ་མཐའ་རིས་མེད་ཀྱིས་བྱུང་བ་དཔལ་དུ་བཀྱར་བ་བྱུང་བས། དགོ་ལྷགས་པ་ལ་མཆོན་  
 བ། ཞང་ཞུང་ཆོས་དབང་གྲགས་པས་རྗེ་བཙུན་མི་ལ་རས་པར་བསྟོད་པ་ཀ་ལ་མིང་ཀའི་སྐད་དབྱངས་དང་། བ་  
 སོ་ཆོས་ཀྱི་དབང་བྱུག་གིས་མི་ལ་རྗེར་བསྟོད་པ། ཀུན་མཁྱེན་འཇམ་དབྱངས་བཞད་པ་སྐྱ་ཕྱེད་བཞི་བ་སྐལ་  
 བཟང་ཕྱབ་བསྟན་དབང་བྱུག་<sup>①</sup> (1856—1916) གིས་རྗེ་མིད་ལའི་བསྟོད་པ། དགོ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱིས་རྒྱ་  
 ཀར་ནས་དབྱིན་ཡིག་གི་ལམ་ནས་བཅུམས་པའི་མི་ལ་རས་པའི་བསྟོད་པ། ལྷ་སྟོན་ཡེ་ཤེས་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱིས་  
 རྗེ་བཙུན་མི་ལ་རས་པའི་བསྟོད་པ་སྟན་ངག་ཕུལ་དུ་བྱུང་བ་ཞིག་བཅུམས་<sup>②</sup> པ་སོགས་དར། ། དེ་ལྟར་སྤྱི་  
 ཆོགས་ཀྱི་མཐོ་རིམ་མི་སྤྱིར་སྟོད་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་གོ་གནས་རྗེ་མཐོར་འགྲོ་བ་དང་བསྟན་ནས་འབངས་  
 དཀྱིས་མ་ཆུམས་ཀྱང་དེའི་རྗེས་སུ་འབྱངས་ཏེ། རྗེ་བཙུན་མི་ལ་ལ་དད་ཞེན་ཆེ་བར་སང་བས་རྗེ་བཙུན་མི་  
 ལའི་ཐང་ག་ཡང་བཞེངས་མགོ་ཚུགས་པ་ཡིན་ཏེ། གཙང་རྩོན་གྱི་ཆུ་ཐར་དུ། ཆུ་ཐར་ཐང་སྐྱའི་བྱིས་སྐྱ་  
 ཅིག་གྲང་ཐང་དང་སྒོ་པོ་སོགས་སྟོད་ལ་གནང་སྟེ་མང་དུ་དར་ཞིང་། གཅིག་བྱུག་རང་དུ་བཞུགས་ཏེ་ལ་སྟོད་  
 རྟོ་བྱུགས་སུ་མང་དུ་དར་བར་མཛད། གཅིག་རྒྱལ་པོ་དོན་ཡོད་དོ་རྗེས་གསལ་བ་བཏབ་ཅིང་ཞལ་གྱིས་བཞེས་  
 པ་ལྟར། དབུས་གཙང་སོགས་སྤྲད་བྱུགས་ཆུམས་སུ་དར་བར་བཞེད་དེ། ཐུགས་སྒྲུབ་བསྟོད་ནམས་གྲུབ་པ་ལ་  
 ཆུ་ཐར་བཞེངས་པའི་ཞལ་བཀོད་བྱས་ཚུལ་<sup>③</sup> དང་། ད་དུང་དིང་རི་སྤང་འཁོར་དུ་དཔོན་ནེ་གྲགས་དཔལ་  
 བྱ་བའི་ལྷ་བཟོ་བ་ལྷེ་སྐྱ་དང་རི་མོ་གཉིས་ཀ་མཁས་པའི་ཕུལ་དུ་བྱིན་པས་སྐུལ་བའི་བཟོ་བར་གྲགས་པ་ཞིག་  
 ལ་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་སྐྱ་འདྲ་བརྒྱ་དང་བརྒྱད་བཞེངས་སུ་བཅུག་པའི་<sup>④</sup> ལོ་རྒྱུས་ཆུམས་གསལ་བས། སྐབས་དེ་

① ཀུན་མཁྱེན་སྐྱ་ཕྱེད་བཞི་བའི་དུས་སྤྱི་བྱང་བཀྱ་ཤེས་འབྱེལ་དུ་གཙང་རྩོན་གྱིས་བསྐྱེགས་པའི་མཁུར་འབུམ་དང་ཆུ་ཐར་  
 གཉིས་ཀ་ཤིང་པར་དུ་བཏབ་ཅིང་། ལུང་རྟོགས་རྒྱ་མཆོ་དང་དཀོན་མཆོག་རྒྱ་མཆོ་གཉིས་ཀྱིས་ཞུ་དག་དང་། ཀུན་མཁྱེན་མཆོག་  
 རས་པར་བྱང་སྟོན་ཆོག་བཅུམས་འདུག་ཁོང་གི་ཆུ་ཐར་དུ། དཀྱང་ལོང་བཞི་བཞེས་པའི་དུས་སྤྱི་ དབུས་གཙང་ས་རྒྱ་ཅན་རི་དིང་  
 རི་སྤྲིད་གོང་བྲག་དཀར་རྩ་སྤུ་ཐངས་ཏེ་སེ་མི་ཕམ་གཡུ་མཆོ་སོགས་སུ་གནས་མཛུལ་དང་དགོ་འདུན་གྱི་སྟེ་ཆང་མར་བསྟན་  
 བཀྱར་རྟེན་བྱང་འཕགས་ཆུམས་ཀྱི་སྤྱན་རླུང་མཆོད་སྤྱོད་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་བསྟར་བར་བྱེམ་<sup>1998</sup> ལོར་ཀན་སུའུ་མི་རིགས་  
 དཔེ་སྟན་ཁང་གིས་དཔར་བའི་རྒྱ་ཞབས་དུང་གི་གསུང་འབུམ་དུ་བཞུགས་པའི་ཀུན་མཁྱེན་སྐྱ་ཕྱེད་བཞི་བའི་ཆུ་ཐར་དུ་གསུངས་  
 པས། རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་མཁུར་འབུམ་དང་ཆུ་ཐར་དེ་དུས་གདན་དྲངས་པར་སེམས་སོ།

② བསྟོད་པ་ཞང་ཞུང་ཆོས་དབང་གྲགས་པས་བཅུམས་པའི་མི་ལ་རས་པའི་བསྟོད་པ་དང་རྗེ་བཞིན་འདུག

③ འདི་པོར་བཞུག་བྱུང་བས་མ་བྱི་མེད

④ རྒྱལ་བཀོད་ཆང་བས་བཅུམས། <<གཙང་རྩོན་ཏེ་རུ་ཀ་བྱུགས་ཐམས་ཅད་ལས་ཆུ་ཐར་ལའི་ཆུ་ཐར་རྩོ་རྗེ་ཐེག་པའི་  
 གསལ་བྱེད་ཏེ་མའི་སྟོང་པོ>>ཤིང་དཔར P80

⑤ རྒྱལ་བཀོད་ཆང་བས་བཅུམས། <<གཙང་རྩོན་ཏེ་རུ་ཀ་བྱུགས་ཐམས་ཅད་ལས་ཆུ་ཐར་ལའི་ཆུ་ཐར་རྩོ་རྗེ་ཐེག་པའི་  
 གསལ་བྱེད་ཏེ་མའི་སྟོང་པོ>>ཤིང་དཔར P82

ནས་བཟུང་ཆེ་བཅུན་མི་ལའི་མཆོན་སྟན་དཔངས་ཁྲིད་བར་དུ་སྤར་ལས་ཆེས་ཆེར་རྒྱས་པ་བྱུང་།

དེ་འདྲའི་ཆང་གཞིའི་སྟེང་། བཀའ་བརྒྱད་པའི་གྲུབ་མཐའ་འཛིན་པ་ནམས་ཀྱིས་གཙང་སྦྱོན་ཏེ་རུ་ཀ་  
དང་། གཙང་བ་རྒྱ་རས་ཀྱི་སྒྲིབ་མ་ལོ་རས་པ་སོགས་ཆེ་མི་ལའི་སྟེ་ཕྱིང་དུ་ངོས་འཛིན་གཅིག་པུ་མ་ཡིན་པར་  
བོད་ཀྱི་གྲུབ་མཐའ་ཡོངས་དང་ས་ཁོངས་ཀྱིས་དེད་ན། ཆོལ་ཁ་གསུམ་ཀྱི་བོད་མི་ཡོངས་ཀྱིས་བཅི་འཛིན་བྱེད་  
པའི་གནས་ཤིག་ཏུ་ཁྱེད་བསམ་དགོ་ལུགས་པ་ལ་མཆོན་ནའང་། མཁས་གྲུབ་འགའ་རེའི་སྟེ་ཕྱིང་ཆེ་བཅུན་མི་  
ལར་འདེད་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག དཔེར་ན། ཆེ་གསེར་ཁང་བས། མདོ་སྤང་གི་ཕྱགས་འདིར་བཟུན་འཛིན་གྱི་  
སྒྲིབ་བྱ་དམ་པ་བྱུང་ཆད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ནས་ཕྱག་རྒྱུ་རོང་བོ་ཆོས་པ་ཆད་དང་སྐལ་ལྷན་རྒྱ་མཆོ་གཉིས་  
ལས་ལྷག་པ་མེད་པར་གསུངས་པའི་གས་ཀྱི་རོང་བོ་ཆོས་པ་ཆད་དམ་གྲུབ་ཆེན་ཆོས་པ་རིན་པོ་ཆེ་སྟོ་བཟང་  
བཟུན་པའི་རྒྱལ་མཆོན་མཆོག་ནི་མི་ལ་བཞད་པའི་རྩོམ་སོགས་ཀྱི་སྟེ་ཕྱིང་དུ་དམ་པ་དེའི་རྣམ་ཐར་དང་མདོ་  
སྤང་ཆོས་འབྱུང་བཅས་སུ་གསུངས་ཤིང་། འདི་བས་མི་ལའི་མཁུར་འབྱུང་གཟིགས་པས་ཐུགས་དད་འབྱུངས་  
པའི་རྒྱུ་ཀྱིས་ཆེ་བཅུན་ཞལ་གཟིགས་ཚུལ་དང་། གཤེགས་པའི་སྐབས་ཀྱང་ཆེ་བཅུན་མི་ལའི་སྟེ་ཕྱིངས་དང་  
བཅས་ཏེ་གཤེགས་ཚུལ་བཤད་ཡོད་པ་དང་། མདོ་སྤང་གི་སྒྲུབ་པའི་ཤིང་རྩ་ཆེན་པོར་གྲགས་པ་ཡབ་རྩེ་  
སྐལ་ལྷན་རྒྱ་མཆོ་ལའང་ལོ་རྒྱུས་ལ་ལར་མི་ལ་གཉིས་པ་དང་། ཁོང་གི་ཐུགས་དམ་གྱི་རྟེན་མི་ལ་རས་པའི་སྟེ་  
གསུང་འབྱོན་མ་ཞིག་ཡིན་པ་བཤད་ཡོད། ལྷག་པར་དུ་ཨ་མདོའི་ཕྱགས་འདིར། ཡབ་རྩེ་སྐལ་ལྷན་རྒྱ་མཆོའི་  
དངོས་སྒྲིབ་འབེམས་རབ་མཆོག་ལྷན་གྱིས་སྟེ་ཕྱིང་ལོ་<sup>1678</sup> ལོར་རང་གི་སྒྲིབ་པའི་ཐུགས་དམ་རྟེན་དེ་ནང་བཞུགས་  
ཀྱི་རྩེ་མི་ལའི་སྟེ་ཕྱིང་ཆེན་པོ་ཞིག་བཞེངས་ཤིང་། རྩེ་མི་ལའི་རྣམ་སྒྲུལ་དུ་གྲགས་པ་སྟོ་བཟང་དར་རྒྱས་སམ་  
ཆོས་དབྱིངས་རྩོམ་ཆེ་མཆོན་གཞན་དུ་སྒྲིབ་ཆེ་བཅུན་པས་སྟེ་ཕྱིང་ལོ་<sup>1777</sup> ལོར་སྤར་གྱི་སྟེ་ཕྱིང་ཆེན་པོ་བསྟེད་  
ནས། ལྟོ་བྲག་དགུ་ཐོག་ལ་དཔེ་སྤངས་ཏེ། གཙོས་མཁར་དགུ་ཐོག་ཅས་པའི་ལྷ་ཁང་ཆེན་པོ་ཞིག་གསར་དུ་  
བཞེངས་པ་དང་། ཆེ་བཅུན་མི་ལའི་རྣམ་ཐུར་གྱི་ལུང་ཡང་དབྱུས་གཙང་ཅམ་མ་ཡིན་པར་ཨ་མདོའི་ཕྱགས་  
སྟུང་དར་ཞིང་། ཨ་རོལ་སྟེ་ཕྱིང་དང་པོ་ཨ་རོལ་གྲགས་པ་རྒྱ་མཆོ་ལྷ་རམས་བཏང་རྒྱུ་ལྟོ་བྲག་གི་མཁན་  
པོ་བསྐོས་ཏེ། སྟོ་བོ་ལུང་དུ་མི་ལའི་རྣམ་ཐུར་ལུང་གནང་བ་དང་། དེའི་སྒྲུལ་སྟེ་ཕྱིང་ཆེན་པོ་ཞིག་རྒྱ་མཆོ་

① རྟེ་སྟོ་བཟང་བཟུན་པའི་རྒྱལ་མཆོན་དང་སྟོ་བཟང་བཟུན་པ་རྒྱ་མཆོས་བཅས་ས། «ཆེ་གསེར་ཁང་བ་སྟོ་བཟང་བཟུན་འཛིན་རྒྱ་  
མཆོའི་རྣམ་ཐར» མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 1996. P33

② ཐུག་སྟོན་པ་བཟུན་པ་རབ་རྒྱས་ཀྱིས་བཅས་ས། «མདོ་སྤང་ཆོས་འབྱུང་» ཀན་སྤུ་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 1982. P305

③ ལྷ་དཔལ་དགོ་འདུན་བཟུན་འཛིན་རྒྱ་མཆོས་བཅས་ས། «ཡོངས་རྫོགས་བཟུན་པའི་མངའ་བདག་བཀའ་དྲིན་མཉམ་མེད་ཆེ་  
བཅུན་སྟོ་བཟང་ལུང་རིགས་རྒྱ་མཆོ་དཔལ་བཟང་བོའི་ཞལ་སྤར་གྱི་རྣམ་ཐར་མདོ་ཅམ་བཞེད་པ་དང་ལྷན་ན་བའི་བཅུད་……  
ལེན» ཤིང་དཔར P6

ལའང་ནམ་མཁུར་གྱི་ལུང་ཡོད་པ་ནམ་ཐར་<sup>①</sup>དུ་གསལ། འབས་དཀར་ཚོགས་དྲུག་རང་གྲོལ་མཚོག་ཀྱང་གཡོ་  
 རུའི་ཕྱོགས་ཨེ་རིག་པའི་འབྱུང་གནས་སུ་ཕེབས་ཏེ། ཚོས་རྒྱལ་ཆེན་པོ་ལྷ་རྒྱ་རི་ཡའ་སྤྲས་ལ་ཆེ་མི་ལའི་ནམ་  
 མཁུར་གྱི་ལུང་ཕུལ་བ་སོགས་ནམ་ཐར་དུ་འབྱུང་<sup>②</sup>བ་སོགས་ལས། ཆེ་བཅུན་མི་ལའི་མཚན་རྟན་དེ་བོད་ཀྱི་རྟ་  
 རུབ་ཁྲལ་ནས་བྱང་ཤར་བར་དུ་རྒྱས་པ་ཤེས་པར་རུས་སོ། །

མདོར་ན། ཉི་མའི་དཀྱིལ་འཁོར་འཕགས་པ་དང་ལྷན་དུ། ཉི་མའི་འོད་ཟེར་སྤར་མོས་མི་ཁེབས་པར་.....  
 ཕྱོགས་སུ་འཕྲོས་པ་བཞིན། ཆེ་བཅུན་མི་ལ་བཞུགས་པའི་སྐབས་ཐོག་དེར། ཁོང་ལ་ངན་སྤྲས་དང་གནོད་པ་  
 བྱེད་མཁན་མང་དུ་བྱུང་ནའང་། ཕྱིས་སུ་ནམ་ཐར་བྱང་བ་དང་བརྟན་ནས། ཁོང་གི་ལྷས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་  
 སྒྱུད་ལམ་མཐའ་དག་ཀུན་གྱི་ཡིད་ལ་གཟུགས་བརྟན་བཞིན་ཤར་ནས་དང་ཅིང་གྲུས་པའི་གསོལ་འདེབས་  
 དང་། རྒྱ་བརྟན་དང་ལྷ་ཁང་བཞེངས་པས་མཚན་བོད་སྤྱི་ཚོགས་ཁྲོད་ཆེ་བཅུན་མི་ལའི་གོ་གནས་སྤར་ལས་  
 འཕས་བ་དངོས་ཤུགས་གང་རུང་ནས་རྟོགས་པར་རུས་སོ། །

<sup>①</sup>གོང་དང་མཚུངས། P44

<sup>②</sup> འབས་དཀར་ཚོགས་དྲུག་རང་གྲོལ་གྱི་རང་ནམ། <<འབས་དཀར་པའི་ནམ་ཐར་རེ་སྐོང་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་བསམ་འཕེལ་  
 དབང་གི་རྒྱལ་བོ>>1985 མཚོ་སྔོན་མི་རིགས་དཔེ་སླུག་ཁང་། P525



## ས་བཅད་གསུམ་པ། མགུར་མ་བྱང་བའི་རྒྱ་རྒྱུན།

### དང་པོ། མགུར་མ་བྱང་བའི་རྒྱ།

### གཅིག་ ངག་བདེ་ཞིང་སྤྱི་མང་གཞི་ལྟན་པ།

བོད་གངས་ཅན་དུ་སྟན་པའི་ཚད་དུ་བཅུས་ཏེ། ཆོག་སྟན་མོ་མེ་བཅུན་མགུར་མ་ཞེས་ཀྱན་ལ་གསལ་  
ནའང་། ད་ལྟའི་བར་དུ་བོད་ཀྱི་ཞིབ་འཇུག་པ་པལ་ཆེ་བས་དེ་གྲུབ་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་གྱི་སྐོར་ལ་དམིགས་སུ་བཀར་  
ཏིང་བྱུང་པ་ནི་བཏང་མེད། རྒྱ་ནག་དུའང་སྤྱུ་ཞབས་བང་ཡའོ་ལགས་ཀྱིས་མེ་བཅུན་མི་ལ་ནི་བོད་ཀྱི་སྟན་  
ངག་པ་ཆེན་པོ་བཞིའི་གསལ་སྤྱོད་ལ་ཞུས་ཅུང་སྤྱོད་ཡོད་ནའང་། འདིའི་ཐད་ལ་དབྱེད་བཞིན་གནང་།  
མེད། དེ་ནི་གཙོ་བོ་མེ་བཅུན་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་པལ་ཆེ་བར་གྱེ་བ་བདེ་བར་གསུངས་པ་ཅམ་ལས་སྤྱོད་བྱེད་  
གཞན་བཀོད་མེད་པའི་སྤྱོད་ཀྱིས་ཡིན་ཞིང་། ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པ་ནི་རྣམ་ཐར་མཛད་པ་པོ་མཁས་པ་མང་།  
བོད་ཀྱི་གསལ་སྤྱོད་མེ་བཅུན་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་སྐོར་ལ་ཕྱོགས་གང་ཐད་ནས་དབྱེད་བཞིན་གནང་མཁན་གཅིག་  
ལུང་འཁུམས། ཁོང་རང་གིས་ཀྱང་བརྟགས་གཞིག་ལེགས་པར་བྱས་པ་ནི། དཔེར་ན་མངའ་མཁན་གི་མིག་  
གཤམ། ལབ་མིག་དུ་སྤྱད་པ་འཛུང་པ་བཞིན་ནམ། རི་ལ་བྱག་པ་ཤོ་བའམ། ཤན་པ་ཆོ་པ་འཁུང་པ་འམ། རྒྱ་ཅིས་  
པ་གལ་ཆེ་བཀྲམ་ནས་དུ་ཡག་ཅི་བ་བཞིན་བྱས་པ་ཡིན་ཞེས་ཞལ་པོ་ཡང་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་སྒྲིགས་  
ཡོད། དེའི་ནང་དུ་གཙང་མུང་སྟོང་པ་སྤྱུ་མཁན་སྟོང་ཅེ་སྟོང་མར་བ་ལ་བྱག་པ་ཅི་རྒྱལ་བོན་པོའི་སྤྱོད་ལ་སྤྱོད་  
པ་བསྐྱབས་ཚུལ་ཀྱང་བཀོད་དེ། རོན་གྱིས་ངག་བདེ་བའི་ཐོག་སྤྱོད་དེ་དང་དེའི་ཡར་སྤྱོད་གྱི་དམངས་སྤྱོད་

① མི་ལས་རས་པ། ས་སྤྱོད་པ་རྒྱུ་ཏེ། རྒྱ་ཅིང་ཁ་གྲུ་ཚངས་དབྱངས་རྒྱ་མཚོ།

② 王尧著 <<藏族四大诗人(密勒日巴, 萨迦班智达, 宗喀巴, 仓央嘉措)合论>><<西藏文史探微集>>中国藏学出版

社2005. P367

③ ཞི་བྱེད་རས་པས་བཅུམས། <<རྣམ་ཐར་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྒྲོན་མ>>P106

མང་པོའི་མང་གཞི་ཡོད་པ་གསུངས་འདུག

རྗེ་བཙུན་མི་ལ་ཆུང་དུས་ནས་གྲོ་བ་བདེ་བ་ཡང་རྣམ་ཐར་སོགས་སུ་གསུངས་པ་རིམ་བཞིན་ཡིན་ཏེ། རྟོན་དབྱས་གཙང་ནས་བྱོན་པའི་ཆོད་ཆང་བ་མགོན་པོ་དོན་རྗེ་དང་། སྤང་མདོ་ཁམས་ནས་བྱོན་པའི་ཡབ་རྗེ་སྐལ་ལྷན་རྒྱ་མཚོ་དང་ཞབས་དཀར་ཆོགས་དྲུག་རང་གྲོལ་གྱི་མགུར་སོགས་ཀྱང་། རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་མགུར་བཞིན་བཞེངས་པ་པོ་རང་ཉིད་གྲོ་བ་བདེ་བའི་རྒྱུ་གྱིས་བྱུང་བ་མ་གཏོགས་ཤུ་ཆོགས་ནན་བཙུར་གྱིས་བྱུང་བ་ཞིག་མིན་ལ། རྗེ་བཙུན་གྱི་རྣམ་མགུར་དུའང་། ཅའི་མདའ་བྲ། རྒྱུད་སྟོན་གྱི་ཆང་ས་ཆེན་པོ་བྱུང་བ་དེའི་གཤམ་དབུ་ལ་སྤྲོབ་དཔོན་སྤྱན་དྲངས་པའི་བྱག་བྱེ་ལ་ང་ཡང་བྱིན། དེར་ཆང་མང་བ་དང་སྤྲོབ་དཔོན་ལ་ཟུར་ནས་ཀྱང་ཆང་འདྲེན་མང་རབ་བྱུང་བ་ཀུན་ནས་བདུངས་པས་བཟེ་བེར་སོང་ཡོད་པ་ལ། སྤྲོབ་དཔོན་གྱིས་ང་ལ་སྦྱོར་མ་རྣམས་བསྐྱར་ཏེ་སྟོན་ལ་བརྒྱུད་པས། ཆང་གིས་བཟེ་བེར་དང་། དེའི་ཉིན་སྤྱུ་ལེན་མཁན་རྣམས་ལ་སེམས་འཕྲོས་ནས། སྤྱུ་ལེན་སྦྱང་འདོད་པ་ཞིག་བྱུང་བ་དང་། གྲོ་བ་བདེ་མོ་ཞིག་ཡོད་པས། སྤྱུ་ལེན་ཁོང་འོངས་པའི་ལོ་རྒྱུས་དང་། དྲག་དཀར་རྟ་སོ་སོགས་སུ་བཞུགས་པའི་སྐབས་སུའང་། ཐོལ་བྱུང་གི་མགུར་བཞེངས་པས། བྱིར་བ་འགའ་དང་ལམ་འགྲོ་བ་སོགས་གྱིས་རྣལ་འབྱོར་བ་བྱོད་ལ་སྤྱུ་ལེན་པའི་སྐད་སྟོན་མོ་འདུག་པར་བཤད་པ་དང་། བྱུང་པར་དུ་ཐོས་པ་དགའ་ཞེས་བྱ་བའི་མིང་ཡང་གཙང་སྟོན་གྱི་རྣམ་མགུར་དུ། ལྟ་དང་སྤྲམས་མཚན་གསལ་བ། །བཞད་པ་དོན་རྗེ་ཟེར་རམ། །ཡབ་དང་ཡུམ་གྱིས་མཚན་གསལ་བ། །མི་ལ་ཐོས་དགའ་མེ་ཟེར་རམ། །རྒྱལ་ཁམས་ཡོངས་གྱིས་མཚན་གསལ་བ། །བྲུབ་ཐོབ་རས་པ་མེ་ཟེར་རམ། །ཞེས་ཡབ་ཡུམ་གྱིས་མཚན་གསལ་བར་གསུངས་ཀྱང་། སྤྱི་ལོ་<sup>1446</sup> ལོར་བཅུམས་པའི་རྟ་རོང་ཆོས་འབྱུང་དུ། ཆུང་དུས་ནས་སྤྱི་དང་སྤེལ་སྦྱོར་ལ་ཤིན་ཏུ་མཁས་པ། འཆོ་རྗེ་བའི་རྗེས་སུ་བྱོན་ནས། བྱག་གི་འུར་དོད་དང་ན་བཟའ་ལ་.....སོགས་ལས་དྲངས་པའི་སྤྱུ་མཚོད་དཔག་ཏུ་མེད་པ་མཛད་པས། མཚན་ཡང་ཐོས་པ་དགའ་ཞེས་ཡོངས་སུ་.....གྲགས་པར་བཤད་པ་ཤིན་ཏུ་བདེན་དེས་ཏེ། མར་བ་ལོ་རྩ་བ་ཐོག་མར་མཇལ་བའི་སྐབས་སུ། རྟ་གོས་གཞན་ནས་འཆོལ་ཟེར་བ་ལྟར། རྟ་བྲག་ཕུ་མདའ་ནས་སྤྲངས་ཤིང་བསོད་སྟོམས་མཛད། དེ་དུས་མི་ལ་.....ཐོས་པ་དགའ་བྱ་བ་དེ་ཆོ་སྟོད་ལ་མི་ཆོ་སྤྱུ་ལ་བསྐྱལ་བས་སྤྱུ་ལ་མཁས་པ་སྟན་པ་དང་གྲོ་འགྱུར་འདྲེན་པ་ལ་འདྲ་བ་མེད། ངའི་སྤྱུ་སྐད་ཐོས་པས་པོ་མོ་ཆེན་གཞོན་ཐམས་ཅད་ཡིད་དགའ་སིང་སིང་འོང་བས། ཐོས་པ་དགའ་ཟེར་བའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་དེ་ཡིན་པ་དང་། གཟན་བསོད་སྟོམས་བྱས་པས་ནས་ཁལ་ཉི་ཤུ་རྟེད་པའི་ཁལ་བདུན་གྱིས་ཟངས་ལུང་བཞི་བ་གཅིག་ཉོས་པའི་བཤད་རྒྱུ་ཡོད་པ་སོགས་ལས་ཀྱང་ཤེས་སོ། །ད་དུང་

① གཙང་སྟོན་ཉི་ཤུ་གས་བསྐྱིགས། <<རྣལ་འབྱོར་གྱི་དབང་བྱག་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མགུར>>མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་གིས་དཔར།1981. P29

② རྣམ་ཐར་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྟོན་མར། ལན་ཅིག་རྟོ་བྲག་ལྷགས་ཡུལ་དུ་འགྱོད་ཅིག་བྱུང་བ་ལ། མིང་ལས་ཀྱང་བྱོན་པས། མི་.....

སྒྲུབ་བརྒྱུད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་དར་བའི་ནམ་ཐར་ཆེན་མོ་མངོན་དག་མའི་ནང་དུའང་། དེའི་དུས་སྐུ་ར་ཡི་ལག་དུ་  
 ཐོགས་པའི་ལུང་རྡོ་འདི། ཁྲོམ་ཐག་ཁྲོམ་གཅིག་ཡིན་ན་དགའ་བ་ལ། ཡང་དག་འཇུར་མེད་གཅིག་ཡིན་ན་  
 སྲིད་པ་ལ། ར་ཡི་རྒྱབ་དུ་སྒྱུར་པའི་གོ་ཅོག་འདི། རས་གོས་བ་གཅིག་ཡིན་ན་དགའ་བ་ལ། ཡང་དག་  
 འཇུར་མེད་གཅིག་ཡིན་ན་སྲིད་པ་ལ། ཁེས་པ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱབ་པ་ལ་ཡིད་སྤྲོན་པའི་སྐྱུ་མཆིད་དཔག་དུ་  
 མེད་པ་མེན་ཅིང་། སྤྱིའི་སྤེབ་སྦྱོར་དང་གཏམ་རྒྱུད་སོགས་ལ་ཤིན་དུ་ནས་མཁས་ལ། སྦྱང་མང་པོ་ཤེས་པ་  
 ཡང་ཉང་བྲན་དང་འཕང་ར་ཐམས་ཅད་དུ་བྱེད་པས་ཀྱན་དགའ་ནས། མི་ལ་ཐོས་པ་དགར་མིང་བཏགས་  
 པར་བཤད་པས། རྒྱུད་དུས་ནས་དག་བདེ་ཞིང་སྐྱུ་ལ་མཁས་པ་ལྟ་བུ་སྤྲོས་པ་ལྟར་རོ། །

[illegible]

གནས་ལུགས་གཏན་ནས་མེད་པ་མིན་མོད། རྣམ་ཐར་དེ་དག་ཏུ་བཀོད་པའི་མགུར་མ་ཁ་ཤས་དོགས་གཞིར་  
 གནས་ནའང་། ཕལ་ཆེ་བ་ཡིད་རྟོན་ཏུང་བས་དེ་དག་གཞིར་བཟུང་སྟེ། དབྱང་དགོས་པ་ལས་གཞན་དུ་.....  
 དབྱང་གཞི་མེད་ལ། རྗེ་བཙུན་མ་ཟད། དུས་རབས་བཅུ་གཉིས་པའི་ནང་དུ་བྱོན་པའི་རྒྱུ་རྒྱུ་ཆ་ཆ་བ་མགོ་པོ་  
 རྗེ་མེད་མགུར་དུ་འདྲེ། འཇིག་རྟེན་འདི་ཆུ་པོའི་གཉེར་མ་དང་འདྲ། གཅིག་མ་སངས་པར་གཅིག་གིས་.....  
 སྟེ་བ། འདི་རྒྱབ་ཏུ་བསྐྱར་ན་ལེགས་པར་གོ། འཇིག་རྟེན་དང་སྟོ་གཏང་ཅིག་མི་བྱེད་རི། དབྱངས་མཆོད་  
 པར་འབྲུལ་ལོ་སྤྲོ་མ་དཀོན་མཆོག་གསུམ། སྤྲོ་ཆོགས་སུ་རོལ་ཅིག་མཁའ་འགྲོའི་ཆོགས། རྟེན་བར་ཆད་.....  
 སེལ་ཅིག་བསྟན་སྲུང་ནམས། བཀྲ་ཤིས་པར་བྱོན་ཅིག་ལྷ་མི་ཆོ། བཀྲ་ཤིས་ཆོས་ཕུན་དུ་མཇུག་བའི་སྟོན་  
 ལམ་འདེབས། ཞེས་གསུངས་པ་ལས་ཀྱང་། མགུར་དེ་དག་རང་གཞན་གང་གིས་བྲིས་ཏེ་བཞག་པ་མ་ཡིན་  
 པར་ཐོལ་བྱུང་དུ་བརྗོད་ཞིང་། ཆོག་གོང་འོག་གི་དབྱངས་རྟ་མཉམ་པས་ངག་ལས་ཀྱིར་བཞི་ཤེས་ལུས་ལ།  
 འདི་ལ་བརྟེན་ནས་གོ་བ་བདེ་བའང་ཤེས་ལུས་པའི་ཕྱིར་རོ། རྗེ་བཙུན་མི་ལ་རང་གི་མགུར་དུ་འདྲེ། ད་ལྟ་  
 རྟོགས་མ་ལྟ་བུའི་དུས་སུ་སྟེ་བས། མི་རྣམས་སྟོ་བྱུར་སྟོན་པ་འགྱུར་ལྟོག་མང་། སེལ་ལ་བརྟན་པ་ཐོབ་  
 པའི་གོ་སྐབས་གང་ཡེ། ཐོག་མེད་དུས་ཀྱི་བག་ཆགས་གོ་མས་ཆོས་པས། ཆོ་འདིའི་འདོད་ཡོན་ཉེ་རིང་  
 ཆགས་སྣང་གི། མི་དགའི་ལས་ལ་རྒྱན་དུ་སྟོན་བཞིན་དུ། དགེ་སྤྱི་སྤང་དོར་བྱེད་པའི་གོ་སྐབས་གང་ཡེ།  
 སོ་སོ་སྟེ་པོའི་སྤང་མ་འོར་འདོད་ལ། སྤང་རེ་ཙམ་གྱི་ཁྲིད་ཆོས་ཉན་ལོ་བྱས། ཁ་ནས་སྟོང་སྟོང་འདོན་  
 ཞིང་ཞི་གནས་ཀྱི། ཉམས་སྦྱང་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པའི་སྟོན་ཆོས་གང་ཡེ། རྗེ་ཆོགས་བཅད་གཅིག་གི་རྗེས་  
 སུ་གང་ཡེ་ཞེས་དབྱངས་ཀྱི་ཉམས་དང་། རྗེ་བཙུན་གྱི་མགུར་འབྲུལ་རྣམས་སུ། ཞེ་མེད་ཀྱི་སྟོན་བྱ་མ་བྱས་  
 བ། བསྟེན་བཀྲར་བསྐྱབས་ཀྱིས་ག་ལ་ལང་། ཆོག་ཤེས་འཕྲུལ་བྱེད་མ་བྱས་བ། འོར་རྩལ་གསོག་གིས་ག་  
 ལ་ལང་། བརྗོད་མེད་ཀྱི་དོན་གཅིག་མ་རྟོགས་བ། ཡིག་ནག་བྲིས་པས་ག་ལ་ལང་། རྟེན་ངན་གྲོགས་སུ་མ་  
 ཤེས་བ། སྤྱི་བསྐྱེད་སྤངས་ཀྱིས་ག་ལ་ལང་། སྤྱི་བསྐྱེད་ལམ་དུ་མ་འོངས་བ། གཉེན་པོ་བསྟེན་གྱིས་ག་  
 ལ་ལང་། རྗེ་ཆོས་དང་། མི་བདག་གི་སྤང་མ་བཞུགས་པ་དེ། མཆོན་གསོལ་ན་མར་བ་ལོ་སྟོ་བེར། དུས་ད་ལྟ་  
 མཇུག་ན་དགའ་བ་ལ། ད་ལྟ་མཇུག་སྟེད་པ་ལ། ས་སྟོར་ཐག་རིང་ཡང་མཇུག་སྟེད་འདོད། ལམ་.....  
 བཟོད་པར་དགའ་ཡང་མཇུག་སྟེད་འདོད། ཤོ་མོ་ལར་ཡང་སྤང་མ་བྱན་པར་བྱུང་། བསམ་ཤིང་རྗེ་བཙུན་  
 བྱན་པར་བྱུང་། ཡུམ་སངས་རྒྱས་སྟེད་བྱེད་བདག་མེད་མ། དུས་ད་ལྟ་བཞུགས་ན་དགའ་བ་ལ། ད་ལྟ་  
 བཞུགས་ན་སྟེད་པ་ལ། མི་ལ་བྱག་རྟེན་མེད་ཀྱང་མཇུག་སྟེད་འདོད། འབྲུལ་རྒྱ་མེད་ཀྱང་མཇུག་སྟེད་འདོད་  
 ད། ཤོ་མོ་ལར་ཡང་སྤང་མ་བྱན་པར་བྱུང་། བསམ་ཤིང་རྗེ་བཙུན་བྱན་པ་ཅིག་བྱུང་། དབང་ཟབ་མོ་བརྟེན་

① རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་གསུང་། <<རྗེ་མེད་མགུར་དུག>> P118  
 ② གཙང་སྟོན་ཉེ་ཅུ་ཀས་བསྒྲིགས། <<རྣམ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕུག་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མགུར>> 1981. P375

དབང་བཞི་དེ། །དུས་ད་ལྟ་བསྐྱར་ན་དགའ་བ་ལ། །ང་འབྲུལ་བ་ཡོ་བྱད་རྩེ་ཡང་ཁྱེད་འདྲོད། །འཆོ་  
 བ་དགའ་ཡང་ཁྱེད་ཅིག་ལགས་ཏེ། །ཤོ་མོ་ལར་ཡང་སྒྲ་མ་བྲན་པར་བྱང་། །ཁྱེས་པ་སོགས་ལས་ག་ལ་  
 ལང་སྟེ། ཨ་མ་དོ་བ་ནམས་ཀྱི་སྒྲ་ཆོག་ཏུ་བྱིས་སུ་རིམ་གྱིས་དབྱངས་རྟ་འགྱུར་བ་གྱུ་ལང་ལང་ཁྱེས་པ་དང་། ཤོ་  
 མོ་ལར་ཡང་སྐབས་དེའི་དབྱངས་རྟ་ཞིག་ཡིན་པའི་དང་། གཞན་སྟོགས་ནས་སྤྲོད་བ་མ་ཡིན་ཏེ། །བྱིད་  
 རྒྱུ་མས་བསྐྱོད་ནམས་གསོག་པ་ཡི། །ཕྱིར་དུ་དགེ་བའི་བསྐྱེད་མ་ཡིན། །དང་ལྟ་ལྟ་ལྟ་བསྐྱོད་ནམས་  
 སོགས། །འབྱོར་ལྟ་ལྟ་ལྟ་བསྐྱོད་པ་ཐོངས། །ལས་ཅན་འདུག་ན་ལྟ་ཆོས་ཀྱིས། །གོ་ན་རིན་ཆེན་གསེར་  
 བས་དགའ། །མ་གོ་ན་བའི་ཆོར་མ་ཡིན། །ཁྱེས་གོ་སར་སྤྲོད་དང་འདྲ་བར་ཁ་ཏའི་ཚུལ་དུ་ལེན་པའི་སྒྲ་  
 དང་། །ཁྱིད་འཛིག་ཏེན་འདི་ཡི་སོ་ནམས་མཁན། །ང་སྟེ་བ་གཏན་གྱི་སོ་ནམས་མཁན། །སྟོན་ཐོག་སུ་མང་བ་ལྟ་  
 ཡང་བ་ལྟ། །ནམས་སུགས་སུ་སྤྲོད་འགན་ཡང་འགན། །དེ་སྤྲོད་བ་དཔེ་དུ་བྲས་པ་ཡིན། །སོ་ནམས་སྤྲོ་  
 སྤྲོད་པ་ཡིན་ཁྱེས་ངམ་རྒྱུད་སྤྲོད་པ་ལ་རང་གཞན་བསྐྱར་བའི་སྟོན་ནམས་མཁན་དུ་བཞེངས་པ་སོགས་ལས་  
 བོད་ཀྱི་དམངས་སྤྲོད་འདྲ་བར་བཞེད་བའི་ལ། །ཆོག་མཛོས་པས་དག་ལས་གྱུར་བ་ཤེས་ཅུས་སོ། །ལྟག་  
 པར་དུ། །ངམ་རྒྱུད་སྤྲོད་པ་དང་མཇུག་བའི་སྟོར་དུ། །ཆོ་འདིའི་སོ་འདྲོད་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཡིག་ནག་ལ་བལྟས་པའི་  
 ཆོག་རིགས་ཀྱི་སྟོན་སྤྲོད་པ་ནམས་ལམ་ལོག་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ཁྱེས་ཡིག་ནག་ལ་བལྟ་བ་དང་འབྲི་བར་མི་  
 དགེས་པས་ཡིག་ནག་ཅེས་པའི་སྟོན་ཆོག་འདི་ཡང་སྤྲོད་པ་ལ་གཞིལ་བའི་བཀའ་བརྒྱུད་དམ་པ་འདི་ནམས་  
 ཀྱི་རིང་ལ་བྱང་བར་སྟམ་སྟེ། །གཙང་སྟོན་ཏེ་དུ་གའི་ནམས་མཁན་དུ། །ཡིག་ནག་ཅེས་པའི་ཐ་སྟོན་ཐེངས་དགུ་  
 ལྟག་བྱང་བ་ལས། །རྩི་བཅུན་མི་ལའི་ཡར་སྤྲོད་ཀྱི་ཡིག་ཆ་དང་ནམས་སུ་མི་འབྱུང་བའི་བྱིར། །བཀའ་གདམས་ལུ་  
 ཆོས་སུ་འདྲ་། །ཆས་ཆས་ཤི་ཤིར་ཡིག་ནག་གཅིག་ལུས་ཅི་བཞིན་ཅེས་ཡིག་ནག་ཅེས་པའི་མིང་བྱང་  
 འདུག །ནམས་ཐར་མཛོད་ནག་མར་འབྱུང་བའི་རྩི་བཅུན་མི་ལའི་རང་སེམས་གྲོས་འདེབས་ཀྱི་མཁན་ཞིག་  
 ཏུ་འདྲ། །བཞེད་མེད་ཀྱི་དོན་ལ་མི་ལྟ་བར་ནི། །དང་དུང་ཡིག་ནག་གི་དཔེ་ཆ་ཞིག་བསོགས་པ། །བྱིན་བྱིས་  
 མཁན་ཁྱིད་ལ་དགོས་པ་གཅིག་ལགས་སོ། །དང་དུང་སྤྲོད་བ་དཔེ་ཆ་མ་ཤར་བ་འདུག་པ། །དང་མཐོ་བསམ་  
 ཞིག་ཐོང་ལ་སྤྲོད་ལུས་ཤིག་སྤྲོད་དང་། །ཅེས་གསུངས་པ་ལས། །ཡིག་ནག་ཅེས་པའི་ཐ་སྟོན་མང་བོ་མི་འབྱུང་  
 བའང་། །བསྟོན་པའི་དོན་ལ་མི་བསྟོན་པར་ཡིག་ནག་གི་དཔེ་ཆར་བཅིས་སུ་མི་བྱེད་པའི་ནམས་འགྱུར་སོགས་  
 ཀྱིས་བྱིས་ཀྱི་མཁན་པ་ལ་ལྟ་མཁན་དེ་དག་ཡིག་བྱིས་ཏེ། །དག་ཏུ་གྱུར་བ་ནི་མིན་པ་ཤེས་སྟོན། །

① གཟུང་བྱང་དོ་རྩིས་བསྐྱོགས། «ནམས་ཐར་མཛོད་ནག་མ» རྟོད་ཆ། P85-86  
 ② རྩི་བཅུན་མི་ལའི་གསུང་། «དོ་རྩི་མཁན་དུག» P121  
 ③ རོ་པོ་རྩི་ཏེ་ཤས་གསུངས། «འབྲོམ་སྟོན་པ་རྒྱལ་བའི་འབྱུང་གནས་ཀྱི་སྟེན་རབས་བཀའ་གདམས་ལུ་ཆོས་ལུ་ཉི་ཤུ་བ་བཞུ་  
 གས་སོ། » མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 1993. P582

རྩེ་བཅུན་མི་ལ་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་ངག་བདེ་བའི་ཐོག་སྤྱི་མང་གཞིའང་རྩེ་ལྟར་ཡོད་ཚུལ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ནུམས་་་  
 དུས་ཡུན་རིང་མོ་ཞིག་དུ་སྤྱི་མང་དོན་མ་བྱས་པར་ལུས་པ་བྱས་སུ་ཞི་བྱེད་རས་པས་བྱོགས་གཅིག་དུ་  
 བསྒྲིགས་པ་ཡིན་ཏེ། ཁོང་གིས་བཅུམས་པའི་རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་ནུམ་ཐར་དུ། དང་པོ་བདག་གིས་ནི་དེ་འདྲ་ལ་  
 དགོས་པ་མེད་བསམ་ནས་དོན་དུ་མ་གཉེར་བ་ལགས་ཏེ། དུས་ཕྱིས་སྤྲོ་མ་གཟི་བརྩེད་རྒྱལ་མཆོན་པ་  
 (1350-1420) དང་སྤྲོ་མ་སྒྲིམ་མཆོག་ཆེན་པོ་མ་ཁེ་བ། རྩེ་ལ་སྟོང་པ་མཁས་གྲུབ་ཆེན་པོ་དེ་དང་། ཁོང་ནུམ་པའི་  
 ཞལ་ནས། རྩེ་བཅུན་མི་དེ་ལ་རས་ཆེན་གྱི་ནུམ་ཐར་ལ། དེ་ནུམས་མེད་ཐབས་མེད་པ་ཡིན་གསུངས་ནས།  
 དེར་དང་དུ་སྤྲངས་པ་ཡིན་གསུངས་པས་ཤེས་ལ། སྤྱི་མང་གཞི་འདིངས་པའི་སྤྲང་དུ། གཙང་མུང་སྟོང་པ་  
 སྤྲོ་མ་ལན་སྟོང་ཅེ་སྟོང་མར་བ་ལ་བསྐྱབས་པ་ཡིན་ལ། གང་བསྐྱབས་ན། སྤྲིད་པ་བ་སྤུལ་ཁྲུང་གསུམ་གྱི་ཁོགས་  
 སུབས་སྟེང་ལྷ་སྤྱིང་གི་ཅག་ཅེ་དགུ་སྟོར་དང་། བར་གཉན་སྤྱིང་གི་དར་དཀར་ཆག་སྟོར་དང་། འོག་སྤྱིང་གི་  
 སྤྲུལ་ནག་འབྱུལ་བ་དང་། ཉོང་ཅེ་སྟོང་མར་གྱི་ཁ་བྱེ་ནས་སྤྲུལ་འགས་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་སྤྲངས་ཟེར་ཡང་།  
 མིང་ལ་ཐོས་པ་དགས་བསྐྱབས་ཆོད་ལ། རྩེ་རྩེ་དོལ་ཁྲུལ་ཆོས་པ་རབ་བྱུང་གི་སྤྱི། རག་ཤམ་ར་སྤྲུགས་པའི་སྤྱི།  
 སྤྲུག་པ་ཅེ་རྒྱལ་བོན་བོའི་སྤྱི། སྤྲུ་བཀྲ་ཆེན་པོ་རྒྱལ་པའི་སྤྱི། བྱིད་བསྐྱེད་དེར་བྱུང་ཆོང་བའི་སྤྱི། ལྷག་གཡག་  
 མེད་གསུམ་བུ་ཆོའི་སྤྱི། བྲག་གར་ཆོད་སྤྲུག་བུ་མོའི་སྤྱི། ཟུ་ཟག་ཏམ་ཆན་ཆོན་གྱི་སྤྱི། སྤུལ་ཁྲུང་དགུ་འཁྲུར་  
 ར་རྩེའི་སྤྱི། གར་བུན་གར་ཆོད་ལོང་བའི་སྤྱི། ལྷག་ཁྲུང་སྤྲོ་ཆོད་བྱིམ་པའི་སྤྱི། ལུང་གསུམ་བཞི་མདོ་རྒྱན་མའི་  
 སྤྱི། ཀྱ་ཟི་རྟོང་ཕན་སྤྱིད་པའི་སྤྱི། དེ་བཞིན་དུ། ཞུ་ཤ་སྟོར་གྱི་སྤྱི་དང་། ཉ་སྤྲུམ་སྤྱི་དང་། མ་རྩེ་ཆོང་གསུམ་  
 དང་། བྲ་གཤེན་གོ་བོའི་སྟོང་ཅིས་དང་། སྟོང་གྲོ་མའི་སྤྱི་ཅིས་དང་། སོ་གསར་བའི་གཤེད་དགུ་བསྟོར་དང་། མོ་  
 གསར་བའི་ལམ་བརྒྱ་བཅུ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་རྒྱུང་རིམ་པ་བཙོ་བརྒྱད་གྱི་སྟེང་ནས་སྤྲུལ་ལེན་པ་དང་། འོག་  
 གསེར་གྱི་ས་གཞི་ནས་ངག་འབོད་པ་དང་། བར་རྒྱལ་ཁམས་ཡངས་པ་ནས་ཆོགས་བཅད་པ་དང་། དེ་ལ་་་་་་  
 སོགས་པའི་སྤྱི་བྱེ་བྲག་ནུམས་དང་། སྤྲང་གི་ལོ་རྒྱུས་ནི། མི་རོ་གསེར་སྤྲང་དང་། སྤྲུ་གའི་མདོ་སྤྲངས་དང་།  
 མཆོལ་བའི་སྤུལ་སྤྲང་དང་། ལུགས་གྱི་སྤྱི་བོ་གསོ་ཐེག་དང་། རིགས་ཐེགས་དང་བཅས་པ་ཡོངས་སུ་བསྐྱབས་  
 པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག་པེ། དེ་ལས་ལྷ་སྤྱིང་ཅག་ཅེ་དགུ་སྟོར་ནི་གོ་སར་སྤྲང་གི་གས་གྱི་ལྷ་སྤྱིང་གཤེད་དགུ་སྟོར་  
 གླ་དང་། དེའི་ནང་དུ་གོ་སར་ནི་གཉན་གར་མདོ་དེ་གྱི་བུ་ཡིན་ཚུལ་ཡོད་བཤད་ཅིང་། བར་གཉན་གྱི་ཡུལ་ལ་

① ཞི་བྱེད་རས་པས་བཅུམས། <<ནུམ་ཐར་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྟོན་མ>>P122  
 ② ཞི་བྱེད་རས་པས་བཅུམས། <<ནུམ་ཐར་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྟོན་མ>>P120-121  
 ③ གཤེད་དགུ་སྟོར་ནི་སྤྲུམ་ཐོའི་དོན་ནི་མ་ཡིན་པར་གོ་སར་དེ་ཉིད་ལྷ་སྤྱིང་དུ་བཞུགས་པའི་སྤྲུལ་སྤྱིང་ལ་ལྷ་སྤྲུམ་བུ་རྟོག་  
 དཀར་པོ་ཞེས་བྱ་ལ། དེ་དུས་ལྷ་སྤྲུམ་གཉན་གསུམ་གྲོས་བྲས་ནས་མི་ཡུལ་དུ་བདུད་རིགས་འདུལ་མི་ལ་ལྷ་སྤྲུམ་དེ་ཉིད་མངགས་པར་  
 གྲོས་འཆམ་ནའང་། ལྷ་སྤྲུམ་ནི་སྟོང་ཅིག་ཉིད་དུ་སྟོང་གངས་རི་སངས་རྒྱས་མགོན་པོ་མི་འབྲུགས་པའི་གནས་ཡུལ་དུ་སོང་ནས་  
 གཤེད་པས། གཤེད་དང་པོ་དེ་ཡིན་ཟེར་བ་དང་། གཉིས་པ་འཇམ་པའི་དབྱངས་གྱི་རྒྱུང་བཟེད་དུ་སྤྲུམ་པ་དང་། གསུམ་པ་དམ་ཆེན་

གཉན་ལུས་སྒངས་ནས་དགྲ་ལོ་བརྒྱ་ཙམ་བཟུགས་པས་གཉན་སྒྲིང་དར་དཀར་ཆག་སྒྲིལ་པའི་སྒྲིང་(རྒྱ་གར་རྒྱ་ལམ་ས་ལའི་དཀར་ཆག་ནང་གཉན་ལུས་ཞེས་པའི་སྒྲིང་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ཨེ་ཡིན་སྟེ།) དང་། ལྷའི་ལུས་ཏུ་དགྲ་ལོ་རྒྱག་ཅུ་མ་ཟིན་ཙམ་གནས་པས་སྒྲིང་སྒྲུལ་ནག་འབྲིལ་བ་ཞེས་པའི་སྒྲིང་(རྒྱ་གར་རྒྱ་ལམ་ས་ལའི་དཀར་ཆག་ནང་སྒྲུལ་ལམ་ཞེས་པའི་སྒྲིང་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ཨེ་ཡིན་སྟེ།) སྟགས་དེ་རྒྱས་ཡོད་པའི་གེ་སར་སྒྲིང་དང་འབྲ་བ་མང་བོ་བསྐབས་པར་སེམས། ཉིང་ཅེ་སྒྲིང་མར་ནི་སྒྲིང་སྒྲིབ་དཔོན་ཡིན་ཏེ། དེའི་ངག་ལས་སྒྲིང་མཁས་སྒྲིང་མཁས་མང་བོ་སྒྲིངས་པ་ཡིན་པས་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ལ། སངས་རྒྱལ་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་གཞུང་ཏུ་ཆོས་ལུང་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་ཞེས་དང་། འབྲུང་ཁིང་། ཡིག་རྟེང་ཏུ་གསས་མཁར་བརྒྱ་ཁྲི་བཞི་སྟོང་ཞེས་དང་། སྟག་ལི་ཁྲི་རྟེན་ཏུ་བཞོད་པའི་ཨོ་རྒྱལ་བསམ་གཉན་སྒྲིང་པའི་གཉེར་ལུང་ལས་ཀྱང་། རྩེ་སངས་རྒྱལ་མཁྱེད་ལུང་ལ་དེས། ཆོས་ཀྱི་སྒྲིལ་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་གསུངས། བཀའ་བརྒྱད་བརྟན་པའི་ཉི་མ་ནི། ལུང་ཆེན་ཐོས་པ་དགའ་ཞེས་ཟེར། རྩེ་དེ་ཡི་ཞལ་གསུང་ངེ་སྟེད་ཀྱན། མཁུར་ཆོགས་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་འདུ་འཛམ་སྒྲིང་གེ་སར་རྒྱལ་བོ་དེས། ལྷ་སྒྲིང་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་གསུངས་ཞེས་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་ཏུ་མ་བྱུང་བས་མཆོན་མང་པོའི་དོན་ཏུ་འཇུག་སྟེ། རབ་བྱུང་གི་སྤྱི་དང་ལྷགས་པའི་སྤྱི། བོན་པོའི་སྤྱི། རག་སྤྱི། ཆོང་བའི་སྤྱི། རུ་ཆོའི་སྤྱི། རུ་མོའི་སྤྱི། བན་ཆོན་གྱི་སྤྱི། ར་ཆོའི་སྤྱི། ཡང་བའི་སྤྱི། བྲིམ་པའི་སྤྱི། ཀུན་མའི་སྤྱི། རྒྱིད་པའི་སྤྱི། ར་དང་པ་སྟགས་རི་རྟགས་སྒྲིང་གྱི་སྤྱི། ཅ་དང་སྒྲའི་སྒྲིང་གྱི་སྤྱི། མ་ལྷ་ཆིང་གསུམ་སྟེ། དལུ་བོན་དང་ལྷ་བོན།

① <<ལྷ་སྒྲིང་གཤམ་ཚེ་དགུ་སྒྲོར>>1998 མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུར་ཁང་། P8

⑤ བ་ཚེབ་པ་སངས་དབང་འབྱུང་དང་སྐུ་རྩྭ་རྩེ་མིང་བསྒྲིགས།《གནག་རབས》《གཏམ་ལུམ་དགའ་ཐང་འབྲུམ་པ་ཆེ  
ནས་གསར་དུ་རྟེན་པའི་ཐོག་ཀྱི་གནའ་དཔེ་བདམས་བསྒྲིགས།》 བོད་ཚྭ་ངས་བོད་ཡིག་དཔེ་རྟེན་དཔེ་སྐྱུ་ཁང་།2007. P10

ཅེས་བོན་ནམ་གླུ་རྒྱུ་བོན་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲུ། བྱ་གཤེན་གྱི་བོད་རྩོམས་དང་། རྟོང་གྱ་མེད་སྒྲུ་ཅེས་དང་། ས་  
གསར་བའི་གཤེན་ཅེ་དགུ་བསྐྱོར་དང་། མོ་གསར་བའི་ལམ་བརྒྱ་བརྩུ་ཞེ། འདི་བཞི་པོ་གང་ཡིན་མི་ཤེས། དགུ་  
ང་རིམ་པ་བཙོ་བརྒྱད་ལ་དཔེ་སྒྱུར་བའི་སྒྲུ་དང་། འོག་གསལ་གྱི་ས་གཞི་ལ་དཔེ་སྒྱུར་བའི་སྒྲུ། བར་རྒྱལ་  
ཁམས་ཡངས་པ་ནས་ཆོགས་སྒྲུ་བཙད་བའི་སྒྲུ་སོགས་མང་ཏུ་སྒྱུར་ས་པ་ཤེས་ཅུས་སོ། །

དེ་དུས་སྐུ་མང་པོ་ནི་དར་ངེས་ཏེ། བཅན་པོའི་དུས་སུ་གྲུ་བ་དང་མ་འབྲུང་གནས་དང་། རྩ་ལམ་རྩོ་རྩོ་  
 བདུད་འཛོམས་དང་། མཆོམས་ཀྱི་ཤུག་པ་རྩ་དང་། ཤུད་བུ་དཔལ་གྱི་མེང་གོ་བཞིས་སྐུ་མི་འདྲ་བ་བཞི་བྲངས་  
 ལ་སྐྱགས་སྐུ་རྩེ་བཞི་དང་། ཁྱི་སྒོང་རྩེ་བཅན་གྱིས་དགའ་སྐྱབས་ཀྱི་ལུ་ལྷན་པོའི་སྐུ་བྲངས་པ་ལ་དགའ་སྐུ་  
 བུ་ལྷན་པོ་དང་། མིའི་སྐུ་ལ་ལྷ་ཉེ། གཞེས་ཀྱི་སྤྱིང་བཞི་སྤྱིང་ཕན་དང་བཅས་པ་དཔེ་བཞེད་དེ་ལེན་པ་གྱིས་  
 པོའི་སྐུ་དང་། ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་བདུན་པོ་གསུག་མོའི་སྐུ། བཀ་ཤིས་རྩལ་བརྒྱད་དཔེར་ལེན་པ་བཀ་མའི་སྐུ།  
 གཅང་ཆབ་མེ་རྟོག་གི་བརྒྱད་གསལ་ཁུ་ཞང་གི་སྐུ་བཅས་ཡོད་ལ། སྐུ་ལ་སྐུ་རིས་བརྒྱ་གསལ་ཉེ། གསན་པ་  
 དུང་གི་སྐུ་ཚུ་སྤྱི་བཞེད་པ། གནས་པ་ཚུ་མཆོའི་སྐུ་ཚུ་པོ་བཞིའི་སྐུ། གཟིགས་པ་ཉི་ལྔའི་སྐུ་གཟུང་སྐྱར་  
 དཔག་ཆད་རྒྱུད་གསལ། ཟ་ར་ཆགས་ཀྱི་སྐུ་འཕམ་སྐྱར་སྐྱོན་ཡོན། བ་དན་མཛེས་པའི་སྐུ་སྐྱེམས་མཆོག་  
 ཉམས་དགའ། འཕན་གདུགས་གཟིངས་ཀྱི་གི་སྐུ་ཤུ་ཆོ་སྐྱོག་ཉལ། མན་རྩ་ར་བའི་སྐུ་ལ་རབས་སྐྱེམས་  
 གསལ། བ་རྒྱུད་ཅམ་པོ་ཁའི་སྐུ་པོ་ཀྱི་དང་མོ་ཀྱི་དར་ན་ལའི་སྐུ་མི་སྐྱོག་སྐུ། ལྷ་མོ་ཉའི་སྐུ་གཞན་སུ་  
 འདོན། མེ་རྟོག་པད་མའི་སྐུ་མཛེ་འཕུན་ཡིད་འཕྱོག་བྱུང་རབས་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱུད་འཕྱོག་གི་སྐུ་འདི་ཕྱིའི་  
 བྱ་ར། ཚུ་རྟོག་གཞེས་སྤའི་སྐུ་ཅང་ཤེས་ཀྱི་རྟོ་རབས་དང་བཅས་སོ། ལྷའི་སྐུ་ལ་དགུ་ཉེ། ས་ཡོལ་པད་མ། བར་  
 ཡོལ་ལན་འདེབས། སྐུ་ཐེ་བུ་ཉེ་སུ་འདུ། བྱམས་ཁར་ལ། ཟུར་མེད། ལྷམ་པོ། སྤྱིང་རེ་རི་བཅས་ཡོད་པར་  
 བཤད་པ་ལ་གཞིགས་ན། ལྷ་མི་སྐུ་གསལ་གྱི་སྐུ་ཞེས་སྐུ་རིགས་མི་འདྲ་བ་མང་དུ་དར་ཡོད་ཆོད་འདུག་  
 དེའི་ཕྱིས་སུ་འདྲ། དེ་ལ་དཔེ་རྣམས་ཏེ། འགྱུར་མའི་སྤྱིང་འདུན་ཆེན་མོ་ཞེས་པའི་དཔེ་རྣམས་ཞིག་ཡོད་པ་དེའི་  
 བར་དུ་བཀའ་ཐང་གི་བཤད་སྐུ་ལྟར། སྤྱིར་དབྱངས་ལེན་པ་ལ་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་ཅིག་གཤའ་ནའང་།  
 རབ་བྱུང་བཅུན་པ་རྣམས་ལ་མདོ་རྩེའི་ཆོས་དབྱངས། སྐྱགས་འཆང་བ་རྣམས་ལ་བདེ་སྦྱར་གྱིས་(གྱི)  
 དབྱངས། བསྐྱོག་སྤངས་པ་(སྐྱོག་སྤང་བ) རྣམས་ལ་སྐྱོག་དབྱངས་རིང་མོ། སྐྱེ་(སྐྱེས) མཆོག་རྣལ་འབྱོར་བ་  
 རྣམས་ལ་ལྷ་བ་བདེན་ཆོག་གིས་དབྱངས་ལེན། དེ་ལ་དང་པོ། རྒྱུད་པ་ཁུང་གིས་(ཁུངས་ཀྱི) དབྱངས། དཀའ་  
 བ་སྤྱད་པ་རྣམས་ཐར་གྱི་དབྱངས། སྐྱོ་ཤས་སྐྱེས་པ་ཉམས་ཀྱིས་(གྱི) དབྱངས། རྟོག་(རྟོགས་) པ་ཤར་བ་མཐར་

① གཅིག་ཆད།

② འདི་ལའང་གཅིག་ཆད།

<sup>⑤</sup> ལྷ་ཁུ་ཨུ་ཁུ་སྒྲིང་བས་སྒྲིང་<sup>1285</sup> ལོར་གཏེར་ནས་བཏོན། <<བཀའ་ཐང་རྩེ་ལྗང་>>མི་རིགས་དཔེ་སློབ་ཁང་<sup>1986</sup>. P233--238



རྒྱག་གིས་(གི)དབྱངས། རྣམ་པ་བཞི་རུ་འདུས་པར་གདའ་སྟེ། དེ་ལ་མངོན་འབྱུང་གིས་(སྟོན་བྱུང་གི)ལ་  
 རྒྱས་ནི་གྲུབ་ཐོབ་གོང་མ་རྣམས་ཀྱིས་(ཀྱི)འགྱུར་མ་གསུངས་པ་ལ། བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་པ་ཅིག་གདའ་སྟེ།  
 ཆོས་སྐྱོད་རྩི་ཆེ་འཆང་ཆེན་པོས་གསུངས་པ་ལ། ཡང་དག་དོན་གྱིས་(ཀྱི)འགྱུར་དུ་གསུངས། གསང་བའི་བདག་  
 པོ་བྱུག་ན་རྩི་ཆེ་གསུངས་པ་ལ། ལྷ་མོ་བཅུ་གཅིག་གིས་(གི)འགྱུར་དུ་གསུངས། བཅ་ཟེ་ཆེན་པོ་ས་ར་ཏམ་  
 གསུང་བ་ལ། དཔའ་བོ་ཡིས་(ཡི)བྱུགས་སྐྱུ་གསུངས། ཏེ་ལ་པས་གསུངས་པ་ལ། ཆོག་བཞི་ཆོག་སྐྱུང་གིས་(ཀྱི)  
 འགྱུར་དུ་གསུངས། ན་རོ་བས་གསུངས་པ་ལ། ལྷ་ལན་རྟོག་ཚད་གིས་(ཀྱི)འགྱུར་དུ་གསུངས། མར་བ་ལོ་རྩེ་བ་  
 ཆེན་པོས་གསུངས་པ་ལ། དཀའ་བ་ཁོངས་སྐྱུང་པའི་འགྱུར་དུ་གསུངས། རྩི་བཅུན་(ཀྱི)གྱིས་རྒྱལ་བོ་མི་ལ་  
 རས་པས་གསུངས་པ་ལ། ལྷས་སྤྱིད་བཅུ་དུ་ཁོལ་བའི་འགྱུར་དུ་གསུངས། དག་པོ་ལྷར་རྩིས་གསུངས་པ་ལ།  
 སྐྱུ་གསུམ་རོ་སྟོང་གིས་(ཀྱི)འགྱུར་དུ་གསུངས། བདེ་གཤེགས་པག་མོ་གྲུབ་པས་གསུངས་པ་ལ། ལྷ་སྒོམ་སྟོང་  
 གསུམ་གྱིས་(ཀྱི)འགྱུར་དུ་གསུངས། གྲུབ་ཐོབ་གིས་(ཀྱི)རྒྱལ་བོ་སྤྱིང་ཆེན་རས་པས་གསུངས་པ་ལ། ལྷ་བ་ཕུག་  
 ཐག་ཆོད་པའི་འགྱུར་དུ་གསུངས། རྩང་བ་རྒྱ་རས་པས་གསུངས་པ་ལ། གང་ཤར་ཕྱོགས་མེད་གིས་(ཀྱི)  
 འགྱུར་དུ་གསུངས། དྱིན་ཅན་རྩ་བའི་སྤྲུལ་སྐྱུངས་པ་ལ། མ་རིག་ལུན་པ་སེལ་བྱེད་སངས་རྒྱས་ལག་དུ་  
 གཏད་པའི་འགྱུར་མང་དུ་གསུངས་པ་གདའ་སྟེ། དེ་རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས། རྩི་བཅུན་ལ་དབྱངས་ཀྱིས་(ཀྱི)མཆོ་  
 བརྟེན་ལ། སྤྱིང་རས་ལ་དབྱངས་ཀྱིས་(ཀྱི)བཀའ་བབ། ཆོས་རྩི་ལྷ་སྒྲིང་བ་ལ་དབྱངས་ཀྱིས་(ཀྱི)བྱིན་ཆགས།  
 གྲུབ་ཐོབ་རྩང་བ་རྒྱ་རས་ལ་དབྱངས་ཀྱིས་(ཀྱི)ཐོག་མཁུར། ལྷ་རྩི་དགེ་བ་འབྱུང་མེད་དང་། མ་ཅིག་ལ་བྱི་སྟོན་  
 མ་དང་། ལྷ་ར་ས་འོད་དེ་འབྱུང་དང་གསུམ་ལ། དབྱངས་ཀྱི་མེ་ཏོག་འབྱུངས་པར་གདའ་ཞེས་འབྱུང་ཞིང་།  
 གང་ལྟར། རྩིན་གྱི་ཡུལ་ཆོས་མང་པོ་ལ་སྐྱུངས་པ་རྩིན་དུ་བཏང་བ་དང་། མིག་རྟོས་བྱས་པ་ནི་གོར་མ་ཆག

རྩི་བཅུན་གྱིས་སྐྱུངས་པའི་སྐྱུའི་དེ་ཡང་ཆོས་བརྒྱད་བཞིན་དུ་བརྒྱད་པ་ཡོད་པ་བཤད་ཡོད་དེ། དེ་ལྟར་སྐྱུ་  
 བཅུན་གསུམ་ནས། རྩིན་པ་འཛོད་དེ། ཨ་ཆགས་རྩིན་མོ། གཉན་ཅིག་རོ་མ་སངས་ཁོང་འབྲུལ། ཞང་ཨ་ལྷག་  
 འཆོལ་བའི་སྐྱུ་མོ་ཐང་བར་མི་རྩུང་དགའ་སྟེ། འངང་མོ་མི་ཟན་ཟེར། གེ་སར་པ་འབྲུལ་གྱི་ཉི་མ། རྩི་རྒྱལ་  
 བཅོན་པོའི་ཀྱན་ཆོད། ཨ་རོག་ཨ་སྐྱབས་སྐྱུ་འབྱུལ། འབམ་ཟ་སྐྱུའི་མཆོ་མོ། དར་ཨ་དཔལ་གྱི་སྐྱེ་ཆ་ཡེ་རམ།  
 སྤྱིང་མཁར་སྐྱོས་མཁར་གཉན་པོ་མ་ར། ག་ཐོར་རྒྱུང་གི་འཕྲང་བ། ཅང་བྱང་རྟོད་ཀྱི་རོང་ཅེ་སྟོང་མར་བ།  
 རྒྱུང་བོ་མིད་ལ་ཐོས་པ་དགའ། དེའི་སྐྱུ་ཡིག་རྣམས་རྩི་བྱུག་ན་བཞུགས་པ་ལྷགས་ཡུལ་པ་རྩི་མོ་ཅིག་ལ་  
 འདུག་པ། དེས་རྩི་རྒྱུང་ཆང་བ། དེས་མ་ཅིག་ཨོང་ཅོ། མར་རྩིན་ཚུལ་འབྱུང་། ལྷར་སྟོམ་ཞིག་པོ་དང་གསུམ་  
 ཁར་ལ་གནང་། དེ་གསུམ་ཀས་ཆོས་རྩི་ཞང་པ་ཐ་ཆེན་ལ། དེས་རྩི་རྩི་ལ། དེས་འགྲོ་མགོན་བསོད་རྒྱལ། དྱིན་

① «འགྱུར་མའི་རྩིང་འདུན་ཆེམ་»ཆོས་པ་པོ་མི་ཤེས། འོད་དཔག་རྩི་རྩི་གསུང་འབྱུང་གི་མགོར་བཞག་ཡོད། དེ་ལྟར་ཅན་གྱིས་པ།  
 ཐོག་ལྗོངས་བཞི་བྱེད།

ཅན་རས་མ་ཚས་ཇི་བདེ་ལེགས་རིན་ཆེན། བེ་དཔོན་གཉིས་ཀས་སྒྲ་མ་གཟི་བཞིན་རྒྱལ་མཚན། སྒྲ་མ་སྒྲེས་  
 མཚན་ཆེན་པོ་མ་ཉི་བ། རྒྱ་ཡིག་སྤྲོད་ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པ། ལྷོ་བྲག་ན་འགྲོ་མགོན་ཆང་བ་རྒྱ་རས་པ་དང་།  
 ཚས་ཇི་ཚོད་ཆང་བ་དང་། ཚས་ཇི་ལོ་རས་པ་དང་། སྤྲོད་དཔོན་གསུམ་ཀས་རྟེན་ནས། གྲུབ་ཐོབ་མེ་ལོང་རྩི་ཇི་  
 དང་། སྤྲོད་ལྷན་སེང་གོ་དང་། གྲུབ་ཐོབ་ལྷ་རྒྱན་པ་དང་། དབུ་མཛད་བྲག་ཤིས་དཔལ་དང་། དེ་ནས་རིམ་  
 གྱིས་རྒྱུད་པ་ཅིག་ཀྱང་འདུག ཇི་ལྟར་ཆང་བས་ཁམས་པ་དར་མ་དཔལ། དེས་འདུལ་དཀར་བ། སྒྲ་མ་རྩི་  
 བ། ཡང་ཇི་ལྟར་ཆང་བ། ཇི་བཅུན་མངའ་རིགས་པ། ཡེ་ཤེས་གྲགས་པ། དེས་ཞིག་པོ་རྩི་ཇི་དཔལ། དེས་རྩིག་  
 རབ་འོད་ཟེར། དེས་གྲུབ་ཐོབ་ལྷ་རྒྱན་པ། དེས་ཚས་ཇི་ཀྱན་དགའ་དོན་འབྱུང་། དེས་ཇི་ལྷོད་པ་དང་།  
 མཁས་བཅུན་བསོད་འོད་དང་། སྒྲ་མ་སྒྲེས་དང་། དེ་ནས་ལ་གནང་བར་འདུག་པར་བརྒྱུད་པ་དང་  
 བཅས་པ་དེད་དེ་བཤད་འདུག དེ་ལས་བརྒྱུད་པ་ཐོག་མ་དེ་ནི་ཕྱད་ལུ་བཅུན་གསུམ་སྟེ། བོན་གྱི་ལྷ་རྒྱས་  
 རྣམས་སུ་འབྱུང་བའི་ཕྱ་དུ་གཅུག་གསུམ་ཡིན་ཏེ། ལྟར་སྤོ་རྒྱལ་རྒྱུད་ཤེས་དཀར་མེ་ལོང་དུ། སྤྲོད་པའི་རྒྱལ་  
 རབས་གང་ལ་གྲོལ་ནས། ཐབས་ཆེན་སྤྲོད་པ་སྤེ་བཅུད་ཐུང་། ཡེ་སྤོན་འཕུལ་གྱི་རྒྱལ་བོ་དང་རྒྱལ་འཕུལ་མ་  
 མོ་བཤོས་པས། ཕྱ་དུ་གཅུག་གསུམ་སྤྲོད་པ་སྤྲོད་ཅེས་པས་ཆེ་བ་ཕྱ་ཇི་སྤོན་པོ། དེ་འོག་དུ་ཇི་བཅུན་པོ།  
 རྒྱུད་བ་གཅུག་ཇི་འོག་སྤོད་གསུམ་ཡིན་པར་གསུངས་པ་ལ་ཡར་འདེད་བྱས་ཡོད་ཀྱང་། བདེན་མི་བདེན་  
 ཅི་འདྲ་ཡིན་ནའང་། དོན་གྱིས་གནང་ནས་བརྒྱུད་པའི་བོད་གྱི་སྤོལ་རྒྱུན་དམངས་སྤྱི་མང་བོ་སྤྱངས་པ་གསལ་  
 བཤད་བྱས། དེ་ལྟ་བུའི་སྤྲོད་མང་གཞི་དང་ལྷག་པར་དུ་སྤོལ་རྒྱུན་གྱི་དམངས་སྤྱི་ལ་བྱང་རྒྱུ་ཡོད་པ་ནི།  
 མཁུར་མའི་ཚོམ་ཆལ་སོགས་ཀྱིས་ཀྱང་རྟོགས་སོ། །

### གཉིས། ཉམས་རྟོགས་བརྩོལ་བ།

འོ་ན། ཇི་བཅུན་མི་ལ་ལ་གྲོ་བ་བདེ་བ་ཅམ་དང་སྤྲོད་མང་གཞི་ཡོད་པ་ཅམ་གྱིས། བོད་ཁམས་ཡོངས་སུ་  
 བརྩོད་བྱ་རྩོད་བྱེད་གང་གི་ཆ་ནས་སྤར་ལས་ལྟར་དུ་འཕགས་ཤིང་། ལྷན་པའི་ཆོད་དུ་བགང་བའི་མཁུར་མ་  
 དེ་བྱང་བ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དེ་ཁོ་ན་མ་ཡིན་ཏེ། ཇི་མི་ལས་ཐོག་མར་སྤྱག་བསྐལ་གྱི་བདེན་པ་སྤུལ་དུ་ཕྱིན་པ་  
 ཐུགས་ཉམས་སུ་བཞེས་ཏེ། དེས་འབྱུང་རྒྱ་ཆེན་པོས་བསྐྱལ་བ་ལ་བརྟེན་ནས། ཕྱི་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་  
 མང་བོ་བསམ་སྦྱར་གཉིས་ཀས་བསྟེན་ཏེ། བར་དུ་ཉམས་རྟོགས་སྤྲོད་པ་རྣམས་སྤྱི་ཕྱིར་བ་ཡིན་ཏེ། མཁུར་  
 ལས་ཀྱང་། མི་ལ་རས་པའི་སྤོལ་བསྐྱར་ལ། །འཛིག་རྟེན་བྱ་བ་གཏོང་བ་དེ། །འོ་འདྲོད་གྲགས་འདྲོད་མ་ཡིན་  
 ཏེ། །ཞེན་པ་ལོག་པའི་རང་རྟོགས་ཡིན། །ཐམས་ཅད་གྲོལ་བའི་རྣལ་འབྱོར་བ། །དབེན་གནས་རི་ཁྲོད་  
 །འགྲིམ་པ་དེ། །འབྲུལ་གྱིས་དོགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །ཐར་ལམ་བཤོད་པའི་རྣམ་ཐར་ཡིན། །སྤོལ་ལྷན་དང་པ་  
 ཅན་རྣམས་ལ། །གདམས་ངག་སྤྱི་ལེན་པ་དེ། །བྱ་རྒྱ་མེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །རྒྱུད་པ་འདི་ཡི་ཕྱག་སྤོལ་.....

ཡིན། ཁྱེད་ཀྱི་གཞུང་མང་པོ་སྤངས་ཏེ། ཉམས་ཉལ་གྱི་ཡོན་ཏན་སྒྲིལ་པ་ནམས་རང་གི་སྤྱང་བའི་.....  
 ཉེང་ནས་གདུལ་བྱ་གཞན་ལ་འཁྲིད་པའི་ཐབས་སྒྲུ་སྤྱུ་སྤངས་པ་ཡིན་ཞིང་། ཉམས་ཉལ་དེའང་སྤྱུ་སྤྱུ་.....  
 གྱུར་བ་རྒྱ་ཁར་དུ་དར་བའི་དོ་ཉའི་སྤྱུ་ལ་དཔེ་སྒྲིལ་པ་ཡིན་ཏེ། རྩེ་བཅུན་རང་གི་རྒྱུད་པ་སྟེ། སྤྱུ་མ་མེ་ཏི་བ་  
 དང་པཎ་ཆེན་ན་རོ་བ། མར་བ་ལོ་སྤྱོ་བ་སོགས་ལ་དེ་འདྲའི་བྱ་སྤྱུ་ལོད་པར་རྩེ་བཅུན་མི་ལ་རང་གིས་.....  
 གསུངས་པ་དེ་ཡིན། དེ་ཡང་ཡིན་ཏེ། འོད་དཔག་རྩི་རྩེས་མཛད་པའི་ནལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕྱག་དཔལ་ལྡན་  
 ཏི་ལོ་བའི་ནལ་ཐར་མཁུར་འབྱུང་གྲུབ་པའི་གཏམ་བཟང་ཆངས་པའི་དབྱངས་དང་། གྲུབ་པའི་དབང་ཕྱག་  
 དཔལ་ལྡན་ན་རོ་བའི་ནལ་ཐར་དཔག་བསམ་གྱི་དགའ་ཚལ་ཆོས་ཀྱི་སྤྱུ་དབྱངས། མངའ་བདག་མར་བ་ལོ་སྤྱོ་  
 བའི་ནལ་ཐར་མཁུར་འབྱུང་བདེ་ཆེན་འབྱུག་སྤྱུ་ལའི་སྤྱུ་དབྱངས་ཞེས་པ་སོགས་མཛལ་ན་རྩིགས་པར་.....  
 ལུས་སོ། །

དེ་དུས་རྒྱ་གར་ནས་བོད་དུ་གྲུབ་ཆེན་ས་ར་ཉམས་མཛད་པའི་རྒྱལ་བོ་དོ་ཉ་དང་བཅུན་མོ་དོ་ཉར་གྲགས་  
 པའི་དོ་ཉ་མཛོད་ཅེས་བྱ་བ་སྤྱོད་པའི་སྤྱུ་དང་མི་ཟད་པའི་གཏེར་མཛོད་མན་ངག་གི་སྤྱུ། གསལ་བྱེད་སྤྱུ་སྤྱུ་  
 ར་བཞི་ལ་སྤྱུར་ཏེ་སྤྱོན་པ་ཀ་ཁའི་དོ་ཉ་དང་རང་འགྲེལ་ཀ་ཁའི་དོ་ཉའི་བཤད་པ། དོ་ཉ་སྤྱུ་མཛོད་འཆི་མེད་  
 རྩི་རྩེའི་སྤྱུ་དང་གསུང་གི་མཛོད་འཛམ་དབྱངས་རྩི་རྩེའི་སྤྱུ། ཐུགས་ཀྱི་མཛོད་སྤྱུ་མེད་རྩི་རྩེའི་སྤྱུ། ལྷ་བསྐྱེལ་.....  
 སྤྱོད་པ་འབྲས་བུའི་དོ་ཉའི་སྤྱུ། སྤྱོད་དཔོན་ནག་པོ་བ་ནས་བརྒྱུད་པ་སྤྱོད་དཔོན་ས་ར་ཉམས་མཛད་པའི་.....  
 དབྱིད་ཀྱི་ཐེག་ལེ་དོ་ཉ་མཛོད་ཀྱི་སྤྱུ། བལ་བོ་སྤྱུ་མེད་བདེ་ཆེན་གྱིས་མཛད་པའི་དམངས་དོ་ཉ་དང་། བཅུན་  
 མོ་དོ་ཉ། རྒྱལ་བོ་དོ་ཉ། དོ་ཉ་མཛོད་ཅེས་བྱ་བ་སྤྱོད་པའི་སྤྱུ་འགྲེལ་བ་དོན་གྱི་སྤྱོན་མེ་བྱ་བ། བྱ་གཞུ་ཆེན་པོ་  
 རྩི་རྩེའི་སྤྱུ་བརྒྱ་བརྒྱུད་གསང་བའི་སྤྱོན་མ་དཔལ་ཤ་བ་རི་དབང་ཕྱག་དང་། མཁའ་འགྲོ་མ་ལེ་ཤེས་ཀྱི་སྤྱུ་ན་  
 དང་། བད་མའི་སྤྱུ་གཉིས་ནམས་ཀྱིས་སྤྱོད་པའི་དོན་མཁུར་དུ་བཞེས་པ། སྤྱོད་དཔོན་ཨ་མ་རྩུ་ཏྲི་བས་  
 མཛད་པ་དོ་ཉ་མཛོད་ཀྱི་སྤྱོད་པོ་དོན་གྱི་སྤྱུ་འགྲེལ་བ། སྤྱོད་དཔོན་ཆེན་པོ་རྩུ་རོ་བའི་རྩི་རྩེའི་སྤྱུ། མ་རྩུ་ལོ་  
 ག་རྩུ་རོ་བའི་རྩི་རྩེའི་སྤྱུ། ཡང་རྩི་རྩེའི་སྤྱུ། སྤྱོད་དཔོན་ནག་པོ་ཞབས་ཀྱི་རྩི་རྩེའི་སྤྱུ། ཐུནྟི་དེ་མས་མཛད་པའི་ལྷན་  
 ཅིག་སྤྱུ་པའི་སྤྱུ། སྤྱོད་དཔོན་ལྷ་ཡི་བས་མཛད་པའི་རང་བཞིན་གྱི་དོ་ཉ་མཛོད་ཀྱི་སྤྱུ་ལྷ་བ། རྩི་རྩེའི་སྤྱུ་སྤྱུ་  
 བའི་སྤྱུ། སྤྱོད་དཔོན་བེ་རྩུ་བས་མཛད་པའི་ལས་ཀྱི་གཏུ་མའི་དོ་ཉ་མཛོད་ཀྱི་སྤྱུ། སྤྱོད་དཔོན་ཀ་ན་རི་ནས་  
 བརྒྱུད་པ་ཐ་གནས་མཛད་པའི་དོ་ཉ་མཛོད་ཀྱི་དེ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱུ། སྤྱོད་དཔོན་ཀླ་མ་ལྷ་ལ་ནས་བརྒྱུད་པ་སྤྱོད་པོ་.....  
 དཔོན་ཀོ་ཀླ་ནས་མཛད་པའི་སྤྱོད་པའི་དོ་ཉ་མཛོད་ཀྱི་སྤྱུ། སྤྱོད་དཔོན་རྩུ་དེས་མཛད་པའི་ལྷན་ཅིག་སྤྱུ་  
 དགའི་དོ་ཉ་མཛོད་ཀྱི་སྤྱུ་ལྷ་བ། སྤྱོད་དཔོན་རྩུ་མ་པས་མཛད་པའི་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་ལྷ་བའི་སྤྱུ། སྤྱོད་  
 དཔོན་ནག་པོ་བ་ནས་བརྒྱུད་པའི་སྤྱོད་དཔོན་མ་ཉི་པས་མཛད་པའི་རྒྱུད་གི་དེ་ཉིད་ཀྱི་དོ་ཉའི་སྤྱུ། ཨ་མ་རྩུ་ཏྲི་  
 གཉིས་མེད་རྩི་རྩེས་མཛད་པའི་རྩི་རྩེའི་སྤྱུ། སྤྱུ་མ་མེ་ཏི་བའི་སྤྱུ། ས་ར་ཉའི་སྤྱུ། ཡང་ས་ར་ཉའི་སྤྱུ། བེ་རྩུ་

བྱད་པའི་རྡོ་རྗེའི་སྤྱུ། ཀམ་པའི་སྤྱུ། རྗེ་བཅུན་ཉི་མེ་རྩོུ་ན་མཛད་པའི་རྡོ་རྗེའི་སྤྱུ། རྗེ་བཅུན་ཉི་མེ་རྩོུ་ན་འཛིན་པའི་སྤྱུ།  
 རྩ་ནས་ཀྱི་སྤྱུ། ཡང་སྤྱུ་གཅིག་གཞུ་རིའི་སྤྱུ། མ་ཉི་ཙེ་ཉིའི་སྤྱུ། ཡང་སྤྱུ་གཅིག་སྤྱུ་རྩྱ་དཔའ་བོ་ནམ་པར་སྤང་  
 མཛད་ཀྱི་སྤྱུ། བ་རོ་པཱེ་ཉིའི་སྤྱུ། རྩོ་བ་དཔོན་ལུ་ཡི་བའི་སྤྱུ། རྡོ་སྤྱི་བའི་སྤྱུ། བི་རུ་བའི་སྤྱུ། ལ་བ་པའི་སྤྱུ། མ་རྩ་  
 སྤྱུ་ཁ་ཉིའི་སྤྱུ། རྩ་ལ་འབྱོར་བ་སྤྱུ་ས་རའི་སྤྱུ། སྤྱུ་སྤྱུ་བའི་སྤྱུ། དེ་བི་ཀླར་སྤྱི་རྩོུ་ན་འཛིན་པའི་སྤྱུ། སྤྱུ་སྤྱུ་ལ་འབྱོར་བ་  
 དང་བཅས་པས་དོ་ཉིའི་སྤྱུ་དང་གཅིག་ལྟ་གཤོད་ཡིག་དུ་འགྱུར་ཡོད་པ་སྤྱེད་གཤེའི་བཅུན་འགྱུར་ཀྱི་པོད་ཞི་བ་  
 དང་ཟི་པའི་ནང་བཞུགས་པ་དེ་ཡིན་ཞིང་། དེའི་གས་སྤྱུ་རྗེ་བཅུན་མི་ལ་རང་གི་སྤྱུ་བཞུད་སྤྱོད་དཔོན་ཆེན་པོ་  
 རྩོུ་རོ་བའི་སྤྱུ་གསུམ་ལྟ་ག་དང་། སྤྱུ་མ་མེ་ཉི་བའི་སྤྱུ་གཅིག་བཞུགས་པས། རྗེ་བཅུན་མི་ལའི་རྒྱུད་པ་དང་  
 བཅས་པ་ལ་དེ་འདྲའི་ཕྱག་སྤྱོད་ཡོད་པ་ངས་ས་རུང་ཟད་འདྲོངས་པར་རུས་ཏེ། རྗེ་བཅུན་རང་གིས་ཀྱང་།  
 རྩོད་ལྟ་དང་པ་ཅན་ནམས་ལ། ཀམ་མས་དག་སྤྱུ་རུ་ལེན་པ་དེ། བྱ་རྒྱ་མེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱུད་པ་འདི་ཡི་  
 ཕྱག་སྤྱོད་ཡིན། ༡༥ ཞེས་ཅེ་བཞུད་སྤྱུ་མ་རྩམས་ཀྱི་ཕྱག་ལེན་ཡིན་པར་གསུངས་ལ། དེ་ཡང་མཐར་ཐུག་ན་ནང་  
 བཅས་ཀྱི་རྩོགས་པ་བཤོལ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱང་བས། མཐུར་དུ་འང་། ཁ་ནས་སྤྱུ་རྩུང་ལེན་པ་དེ། ཉམས་་་་  
 རྩོགས་ཁོང་ནས་ཤར་བ་ཡིན། ༡༦ ཞེས་ཉམས་རྩོགས་བཤོལ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་ལེན་པ་མ་གཏོགས་གཞན་མིན་  
 པར་བརྟེན་པ་བཞིན་ནོ། །

① གཙང་རྩོན་ཉེ་འཁོར་གསལ་བསྟུན་ཀྱི་དབང་ཕྱག་ཆེན་པོ་མི་ལ་རས་པའི་ནམ་མཁུར་»མཆོ་རྩོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་  
[ཁང]1981. P449

ཆལ་སྒྲིང་། རི་དྲགས་སྒྲུ་ཆོགས་བང་ཆལ་སྒྲིང་། ཞེས་མཆོང་ལུང་གི་གནས་བརྟེན་དང་། གངས་འདི་བྱེད་  
 གྱིས་ཤེས་མ་ཤེས། གངས་འདི་བྱེད་གྱིས་མ་ཤེས་ན། རྩ་སྒྲན་བཟླ་ཤིས་ཆེ་རིང་ཡིན། རྟེན་པ་ཡན་ཆད་ཅེ་  
 མོ་མཐོ། ཟུར་གསུམ་དུང་གི་བཤོས་བཟང་འདྲ། མགུལ་ཆུ་དངུལ་གྱི་དྲ་བ་ལ། ཉི་འོད་འཆར་བ་གཞན་  
 པས་སྒ། ཅོད་པན་ཤེལ་གྱི་ཟུར་ཕུང་ལ། རྒྱན་དུ་སྤྲོད་དཀར་ལྗོངས་པ་ཡིན། རྟེན་པ་མན་ཆད་མང་གཞི་  
 ལ། བ་བུན་སྒྱི་བུན་རྒྱན་དུ་འཐེབས། ཆར་མི་དྲག་དལ་བུ་རྟག་དུ་འབབ། འཇའ་འོད་མཆོད་སྤྲོད་རྟག་  
 དུ་འཆར། དེ་ཕྱགས་གྱི་ཆ་གཡང་འཛོམས་པའི་རྟགས། རི་དྲགས་མང་བོ་རྒྱན་དུ་འཁོར། མེ་རྟག་སྒང་  
 རྒྱན་ཆོན་ཆོགས་བཟླ། སྤྲོད་རུས་པ་དེ་རྣམས་དེལ་སྒྱེ། ཞེས་གངས་མཐོན་མཐོང་རྒྱལ་མོར་བརྟེན་པ་  
 དང་། དབུས་རི་བོ་མཆོག་རབ་མཆོད་རྟེན་ལ། རྩོ་བྱེད་འོད་གསལ་བ། འཇའ་སྤྲིང་ནམ་མཁའི་རྒྱན་  
 དུ་ཆེ། རི་གཉའ་ཤིང་འཛིན་གྱི་གོང་རོལ་ན། ཉི་ཟླ་ཟུང་གཅིག་འོད་གསལ་བ། སྤྲིང་གཞི་ཡོངས་གྱི་རྒྱན་  
 དུ་ཆེ། སྒྲ་བྱང་ཆུབ་སེམས་གྱི་རྩུ་འཕུལ་གྱིས། བཅའ་མཁའི་མཐོངས་ནས་ཆར་བབས་པ། དོག་མོས་ཡི་.....  
 རྒྱན་དུ་ཆེ། བྱི་རྒྱ་མཆོ་ཆུ་ཡི་རྒྱངས་པ་ལས། བར་སྤང་ཡོངས་ལ་རྩོ་སྤྲོད་བྱུང་། རྩོ་སྤྲོད་བར་སྤང་གི་རྒྱན་  
 དུ་ཆེ། འབྲུང་བ་དྲོད་གཤེར་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་གྱིས། དབྱར་སྤང་རིའི་མགས་ལ་འཇའ་ཆོན་འདྲ། འཇའ་  
 ཆོན་སྤང་རིའི་རྒྱན་དུ་ཆེ། ཞེས་རང་བྱུང་ཁམས་གྱི་སྤང་བརྟན་ཞིབ་འབྲི་འདི་དག་གིས་ཉམས་རྟོགས་གྱི་  
 ཡོན་ཏན་ཅི་ཞིག་མཆོན་ཞེས་དྲི་བར་ཐེ་ཆོམ་མེད་མོད། མགུར་འདི་དག་ལས་རྗེ་བཅུན་མི་ལའི་ཉམས་  
 རྟོགས་གྱི་ཡོན་ཏན་འདི་རྟོན་པ་ཡིན་ཞེས་མཐའ་གཅིག་དུ་བཤད་མི་ཤོད་ནའང་། རང་རིའི་མཁས་པ་  
 རྣམས་གྱིས་རང་བྱུང་ཁམས་གྱི་རྣམ་པ་ཞིབ་འབྲི་དང་། བྱང་པར་དུ་མགུར་འབུམ་དུ་བྱུང་བའི་བྱིའི་ཁར་  
 ཡུག་གི་རྣམ་པ་ཞིབ་བཞུད་གྱི་ཆོན་པ་དེས་མགུར་འབུམ་ཁྲོད་དུ་ཆོམ་རིག་གི་རྣམ་པ་ཆེས་ཆེར་མཛོན་ཞིང་།  
 མགུར་སྤྱུ་ལ་མེ་རིགས་རང་གི་བྱང་ཆོས་འབུར་དུ་ཐོན་ཡོད། དེ་ཅིའི་བྱིར་ཞེན། གཅིག་ནས་རྗེ་བཅུན་མི་ལས་  
 གསུངས་པའི་བྱི་ཁར་ཡུག་གི་རྣམ་པ་དེ་ནི་རྒྱ་ནག་གི་རི་ཆུའི་སྟན་དག་ལྟར། གང་ཤུར་ཤུར་དང་ཁེར་རྒྱང་།  
 སྒྲོ་བའི་རྣམ་པ་མེད་པར་འོས་མཐུན་དང་སྦྱིད་སྤང་། དགའ་སྦྱོའི་ཁེངས་ཤིང་། ལུབ་སྤྱོགས་པའི་ཆོས་ལུགས་  
 པ་རྣམས་དང་འདྲ་བར་བྱི་ཁར་ཡུག་ལ་སྤུག་སྤང་ཤར་བ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པ་བཅས་ནི། རང་གི་ཉམས་རྟོགས་གྱི་  
 མཆོན་བྱེད་ཅིག་དུ་ངོས་འཛིན་བྱ་འོས་ལ། གཉིས་ནས་གནས་བརྟེན་དེ་དག་ཀྱང་གང་དུན་དུན་དུ་བརྟེན་པ་  
 མ་ཡིན་པར་བྱི་ཁར་ཡུག་གི་མཛོས་པ་དང་རང་ཉིད་ལ་མཆོག་དམན་མེད་པར་གཞི་གཅིག་དུ་བཞག་ཡོད་དེ།

① གཙང་རྒྱན་ཉི་ཤུ་གསུམ་བསྒྲིགས།《རྣལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕུག་ཆོན་པོ་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མགུར》>1981. P200

② གཙང་རྒྱན་ཉི་ཤུ་གསུམ་བསྒྲིགས།《རྣལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕུག་ཆོན་པོ་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མགུར》>1981. P695

③ P208

④ 王尧著 <<藏族四大诗人(密勒日巴, 萨迦班智达, 宗喀巴, 仓央嘉措)合论>><<西藏文史探微集>> 中国藏学出版社 2005. P385—386

མཁུར་དུ། དེ་འདྲའི་བྲག་དམར་མཆོང་ལུང་ན། །བྱ་དང་བྱེའུ་གཤོག་ཆལ་སྤྱོད། །རི་དྲགས་སྒྲུ་ཆོགས་བང་  
 ཆལ་སྤྱོད། །ང་མི་ལ་རས་པ་ཉམས་ཆལ་སྤྱོད། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་། ལུབ་མ་དྲོས་མཆོ་ལས་ཆར་བབས་  
 པས། །སྟོ་འཛམ་བུ་སྤིང་གི་ཆེ་ཤིང་རྒྱས། །སྟེ་འགྲོ་ཡོངས་ཀྱི་རྒྱན་དུ་ཆེ། །ང་ནལ་འབྱོར་རི་ཁྲོད་འཛིན་པ་  
 ལ། །སེམས་སྟོང་ཉིད་བསྟོམས་པའི་རུས་མཐུ་ཡིས། །འདྲེ་གཞོད་སྤྱོད་པོ་མའི་ཆོ་འཕྲུལ་བྱུང་། །ཆོ་འཕྲུལ་  
 རལ་འབྱོར་ཀྱི་རྒྱན་དུ་ཆེ། །ཞེས་དཔེ་དཔེ་ཅན་འདྲ་བར་བཟོད་དེ། ཕྱི་ཁོར་ཡུག་གི་མཛེས་པ་དང་རང་ཉིད་  
 གཅིག་ཏུ་འདྲེས་པ་ཉྱ་བུའི་དགའ་སྤང་བྱུང་ཡོད། དེའི་སྟབས་ཀྱིས་མི་མེད་ལུང་སྟོང་དུ་གནས་ནའང་། རྗེ་  
 བརྟན་མི་ལས་ང་ཡང་འཁོར་ལོ་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་བོ་ཆེན་པོ་ཡིན། ང་ལས་སྤྱོད་པ་དང་བཅན་ཕྱག་འཛོམས་  
 པའི་རྒྱལ་བོ་མེད་པར་གསུངས་པས། ཕྱི་ཁོར་ཡུག་གི་དར་རྒྱུད་དང་མཛེས་ཚྭ་གསལ་ཅད་རང་ཉིད་ལ་  
 དཔེར་སྤངས་ཡོད་པ་ནི་ཉམས་རྟོགས་ཏེ། རང་གི་ཉམས་སྤྱོད་དང་རྟོགས་པའི་ཡོན་ཏན་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་  
 བའོ། །

## གཉིས་པ། མཁུར་མ་བྱུང་བའི་རྒྱན་བཤད་པ།

### གཅིག་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་གནས་བབ།

#### ཀ མཐུ་གཏོང་བ།

བརྟན་པ་ཕྱི་དར་ཀྱི་བཞེད་ཚུལ་ལ། བོད་ཀྱི་ཆོས་འབྱུང་རྣམས་སུ་བཞེད་པ་ཆེ་ལག་བཞི་བྱུང་ཡོད་  
 བའང་། དགེ་བསྟེན་ཆོས་འཕེལ་ལམ་ཡོངས་གྲགས་སུ་འབྲོམ་སྟོན་པ་རྒྱལ་བའི་འབྱུང་གནས་ཀྱིས་རབ་བྱུང་  
 མ་ཚུགས་གོང་གིས་སྟག་ལོ་སྟེ། སྤྱི་ལོ་<sup>978</sup> ལོར་དབུས་གཙང་གི་མི་བཅུས་སྤྱོད་ཀྱི་མདུན་ནས་སྟོན་པ་སྤངས་  
 པ་དེ་ནས་བཟུང་བརྟན་པ་ཕྱི་དར་དུ་བཞེད་དོ། །ལུགས་འདི་གཞིར་བཟུང་སྟེ། ས་སྟག་ལོ་ནས་བཅིས་པའི་  
 བགང་བྱ་རེ་གསུམ་པ་ནི། མི་ལ་རས་པ་འཛིག་རྟེན་དུ་བྱོན་པའི་ལོ་ཡིན་པས་ཐོག་མར་ངེས་དགོས་པ་ཞིག་

① གཙང་རྒྱུན་ཉེ་དུ་ཀས་བསྒྲིགས། <<རལ་འབྱོར་ཀྱི་དབང་ཕྱག་ཆེན་པོ་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མཁུར>> 1981. P446

② 1 དུ་སྟོན་གྱིས་ཚུ་མོ་བྱ་སྟེ། སྤྱི་ལོ་<sup>972</sup> ལོ་ལ་སྤྱོད་ཀྱིས་བསྟེན་རྗེས་ཀྱི་སྟོན་པ་བཞེས་པ་ནས་བཞེད། 2 དཔལ་བོ་གཙུག་ལག་……  
 བྲོང་བས་ཚུ་མོ་སྤང་སྟེ། སྤྱི་ལོ་<sup>953</sup> ལོར་དབུས་གཙང་གི་མི་བཅུས་སྤྱོད་ཀྱིས་ཆུ་མེས་ཆུ་མེས་ཤེས་རབ་དང་མཐན་བུ་བྱ་མེར་དང་  
 བཅས་པ་མོན་མཐར་འབྲས་བུ་ཕེབས་པ་དེ་ནས་བཞེད། 3 ལོ་ལ་པ་པ་ཆེན་དང་མང་ཐོས་སྤྱོད་རྒྱ་རྒྱུ་རྒྱ་མཆོས་དབུས་གཙང་གི་……  
 མི་འཕྲུག་གིས་ཁམས་སུ་སྟོན་པ་སྤངས་པའི་ས་མོ་བྱ་སྟེ། སྤྱི་ལོ་<sup>949</sup> ལོར་ཕྱི་དར་དུ་བཞེད། 4 འབྲོམ་གྱིས་ས་སྟག་སྟེ། སྤྱི་ལོ་……  
<sup>977</sup> ལོར་དབུས་གཙང་གི་མི་བཅུས་སྤྱོད་ཀྱི་མདུན་ནས་སྟོན་པ་སྤངས་པ་དེ་ནས་བཞེད།

གོ ། མི་ལས་རས་པ་བཞུགས་པའི་སྐབས་དེ་ནི། སྤྱི་ཚུགས་ཏ་ཅང་རྟོག་འཛིང་ཆེ་ཞིང་མཐོ་དམན་བར་.....  
གསུམ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མི་དགེ་བའི་ལས་འདྲ་འདྲ་དུ་སྒྲུབ་པའི་དུས་ཤིག་ཡིན་པ་གོར་མ་ཆག

ལྷ་རྒྱལ་གྱི་ཆ་ནས་གཞིགས་ན། མི་ལ་རས་པ་བཞུགས་པའི་དུས་ནི་ཏ་ཅང་རྟོག་འཛིང་ཆེ་བ་ལ་ཡ་མཚར་  
ཞིང་ཏ་ལས་དགོས་པ་ཅི་ཡང་མི་འདུག་སྟུག། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། བོད་རྒྱལ་སྤང་དར་མ་བཀོད་ས་པའི་རྗེས་སྤྱ  
བཅུན་མོ་ཆེ་ཆུང་གཉིས་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་རུས་འབྲོ་དང་བ་ལངས་ཏེ། ལོ་ངོ་དུ་མའི་རིང་གི་འབྲུག་རྩོད་ཀྱིས་  
འབངས་ནམས་སྟོགས་སྤྱུག་གིས་མནར་བས་ཀྱིན་ལོག་རབ་དང་རིམ་པ་བྱུང་། དེ་འདྲའི་གནས་བབ་ནང་  
བཅུན་པོའི་བང་སོ་ནམས་བྱས་ཤིང་། དུལ་སྟོལ་ནམ་པར་དག་པ་སྤར་ལས་ཉམས་དམས་སུ་གྱུར། ལྷག་པར་  
དུ། ལྷ་ལྷ་མ་ཡེ་ཤེས་འོད་སྟགས་ཀྱི་སྐབས་སྤྱ། བོད་དུ་ཆོས་སྤྱིད་ཀྱི་ཁྲིམས་ཉམས་ཡོད་པའི་གོ་སྐབས་དང་...  
བསྐྱེད་ནས། བོད་ཀྱི་གསེར་ལ་ཆེས་ཆེན་པོར་འཛིན་པའི་རྒྱ་གར་བ་སྟགས་ཏེ། ཕྱི་ཕྱོགས་ནས་ལུ་སྟེགས་པ་.....  
ནམས་བྱབ་ཐོབ་ཡིན་ཁུལ་གྱིས་བོད་དུ་སྤེབས་ནས་ཆོས་ལོག་མང་དུ་བསྐྱེད་པས། མཐར་འགྲོག་དགོས་པའི་  
ཆོད་དུ་སྤེབས་པ་སྤྱི་ལོ་<sup>1282</sup> ལོར་བཅུམས་པར་གྲགས་པའི་ནེ་འུ་པ་རྟེན་གྲགས་པ་སྟོན་ལམ་སྟོ་གོས་ཀྱི་སྟོན་གྱི་  
གཏམ་མེ་རྟོག་སྤོང་བར་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་ལ། དེའི་དཔེ་མཆོན་ཆེས་ལེགས་པ་ཞིག་ནི། རྗེ་བཅུན་རང་གི་  
ནམ་ཐར་དུ་འང་། རས་ཆུང་བས་བཀའ་གདམས་པའི་སྟོན་པ་འདི་ནམས་ཀྱིས་འཕངས་པའི་དྲི་བ་ལ་རྗེ་  
བཅུན་གྱིས་ལན་མ་ཐེབས་ན་མི་མང་ནང་དུ་ངོ་ཆོ་བར་འདུག་པས། ད་རྒྱ་གར་ཡུལ་དུ་ཆོས་ལུ་རུ་འགྲོ་བར་  
ལུས་པས། མཐར་དགོངས་པ་ཁྲོལ་ནས་རྒྱ་གར་དུ་ཐེབས་ཤིང་། ཕྱིར་བོད་དུ་ལོག་སྐབས། ལུ་སྟེགས་ཀྱི་སྟོན་  
པ་ཞིག་གི་མདུན་ནས་མཐུ་ཞག་བདུན་མ་དང་། གཏད་སྟེལ་བ་དང་། སེར་བ་འབེབས་པ་དང་། སྤྱི་ལམ་པ་  
དང་། གཤམ་སྟོག་གཟེར་ལ་སྟགས་པའི་དན་སྟགས་མང་བ་ཞིག་བསྐྱབ་ནས་ཡོང་བ་ལ། ཕྱིས་སུ་མཆོང་ལུང་  
བཀའ་དུ་རྗེ་བཅུན་གྱིས་ལུ་སྟེགས་ཀྱི་དན་སྟགས་ནམས་མེ་ལ་བསྟེགས་པར་གཞིགས་ན། མཐུ་པ་མེ་ཆེ་བ་རྒྱ་  
གར་དང་བལ་པོའི་ཕྱོགས་ནས་བོད་དུ་དར་བ་ཤིས་ལུས་སོ། སྤྱི་ལོ་<sup>985</sup> ལོ་ལས་མས་སུ་བཅུམས་པའི་འདྲོད་  
པའི་ལྷ་ལྷ་མ་ཡེ་ཤེས་འོད་ཀྱིས་བརྒྱུད་པའི་སྟགས་ལོག་སུན་འབྱེན་གྱི་བཀའ་ཤོག་ནང་དུ་འང་། ད་ལྟ་ལས་  
ཟད་རྒྱལ་བོའི་ཁྲིམས་ཉམས་པས། རྗེས་ཆེན་མིང་བཏགས་ཆོས་ལོག་བོད་དུ་དར། །ལྟ་བུ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་  
སར་ཐོགས་པ། ཆོས་པར་མིང་བཏགས་སྟགས་ལོག་བོད་དུ་དར། །དེ་ཡིས་རྒྱལ་ཁམས་སུ་རྟེ་འདི་ལྟར་

① རས་པ་དུ་ཆེན་བཅུ་གཉིས་ཀྱིས་བཅུམས།《རྗེ་བཅུན་མི་ལ་རས་པའི་ནམ་ཐར》བྲིས་མ།<sup>p74</sup>

② རས་པ་དུ་ཆེན་བཅུ་གཉིས་ཀྱིས་བཅུམས།《རྗེ་བཅུན་མི་ལ་རས་པའི་ནམ་ཐར》བྲིས་མ།<sup>p82</sup>

③ མཁར་ཆེའུ་བསམ་གཏན་གྱི་གསུང་རྩོམ་ཕྱོགས་བསྟེན། བདེ་ཁང་བསྐྱོད་ནམས་ཆོས་རྒྱལ་གྱིས་བསྐྱར།《ལྷ་ལྷ་མ་ཡེ་ཤེས་འོད་  
ཀྱི་བཀའ་ཤོག་ལ་དཔྱད་པ》《མདའ་དང་འཕང》སྟོན་ཆ། གྲུང་གོའི་བོད་རིག་དཔེ་སྟེན་ཁང་།<sup>2007 P50</sup>

གྱུར། སྒྲོལ་བ་དར་བས་མི་རིགས་འཛོལ་བར་འབྲེལ། སྒྲུབ་སྒྱུ་བ་དར་བས་ནད་པའི་འཚོ་སྤོང་ཆད། །  
 བཅ་སྒྱུ་བ་དར་བས་དུར་སའི་མཚོད་པ་སྟོང་། སྤོང་པོ་ཤ་བ་མཚོད་པས་མི་ནད་ཕྱགས་ནད་བྱུང་། མེ་  
 བསུར་དུད་པ་བཏང་བས་ཡུལ་གྱི་སྤ་སྒྲུ་འཕང་། ཇེ་ལྷར་སྒྱུད་པ་ཐེག་ཆེན་ཡིན་ནམ་ཅི། ཞེས་སྐབས་དེའི་  
 བྱ་བྱེད་ལ་བཟོད་མ་ཅུས་པར་ངའོ་སྟམ་པའི་དུས་ཀྱི་སྤྱི་ཆེན་ཆེན་མས་ཀྱི་སྟན་དུ་གསོལ་དགོས་པ་བྱུང་། སྤྱི་  
 པའི་རྒྱ་ཚད་མེད་པ་དེ་དག་སྤར་བས་གསལ་པས། འབྲས་བུ་སྤྱི་ཆོགས་རྟོག་དྲ་ཅན་དུ་འགྱུར་བའི་དུག་ནད་དེ་  
 རིམ་གྱིས་འཕེལ་ཏེ། མི་ལ་རས་པའི་དུས་སུ་སྤྱི་ཆོགས་སྤྱི་ཆེན་ཆེན་འབྲས་ཀྱི་དེའི་སྤྱབས་ཀྱིས་སྐབས་དེའི་  
 ཡར་སྤོང་ཅམ་དུ། རྒྱ་གར་ནས་སྤྱི་གཅིག་རྩི་བོ་རྩེ་ཨ་ཏི་ཤ་གདན་དྲངས་ཏེ། ལས་འབྲས་ཀྱི་རྩམ་བཞག་གཙོ་  
 བྱས་ནས་བསྟན་པ་ལ་དག་ཐེར་མད་དུ་བྱུང་བ་མཛད་པ་རང་དེའི་ཆོས་འབྱུང་ལོ་རྒྱུས་རྩམས་སུ་གསལ་བ་  
 བཞིན་ཡིན་ནམ་ཅི། ས་གནས་འགར་ད་དུང་སྤར་གྱི་དུག་རྒྱན་དེའི་ཉམས་པར་སོན་གནས་པ་རྩེ་བཅུན་མི་  
 ལ་རས་པའི་རྩམ་ཐར་དག་ལས་ཀྱང་རྟོགས་ཅུས།

དེ་བས། བསྟན་པ་སྤར་གྱི་དུས་ནས་བཟུང་། བོད་རང་ལ་རྩམ་ཐར་དང་བསྟོད་ཚོམ་རི་སྟེང་ཅིག་བྱུང་  
 བ་རྩམས་ནི། གནས་བབ་རེ་དེའི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཚང་གི་ཞིབ་ཆ་ཁོ་ནར་ངེས་པས། མི་ལ་རས་པའི་རྩམ་ཐར་.....  
 རྩམས་སུ་འདྲ། དང་པོ་དགའ་ཆེད་དུ་མཐུ་བསྐབས་པ་ནི། སྐབས་དེར་རིམ་གྱིས་བྱུང་བའི་ཡུལ་ཆོས་ཤིག་དུ་  
 གྱུར་ཡོད་དེ། རྩེ་བཅུན་མི་ལ་དང་སྤྱི་ཐོག་མ་ཉམས་པའི་ར་ལོ་སྤྱོ་བས་(1016—?) ཀྱང་མཐུ་མང་དུ་བཏང་ནས་  
 བྱང་རྒྱུ་མེམས་དཔའ་བཅུ་གསུམ་བཀོངས་པའི་ལོ་རྒྱུས་དང་། ཇོ་ལ་གྱི་མཚུར་སྟོན་དབང་དེ་དང་། བྱབ་.....  
 ཆེན་སྤྱིང་རས་པ་སོགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་རྩམས་སུ་མཐུ་བཏང་བའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག་པས། དེའི་ཤན་ཤུགས་ཀྱིས་གེ་  
 སར་སྤྱང་གི་མི་ཅུབ་དར་རྫོང་སོགས་སུ་འདྲ་གཏོང་ཚུལ་འབྱུང་། དེ་ལས་ཤང་ཤང་སྤོང་རྫོང་དུ། ཤང་  
 ཤང་གི་རྒྱལ་སྟོན་རྩམས་ཀྱིས་སྤྱིང་ལ་དག་གཞོན་འཕེན་བྱེད། སེ་བའི་ཨ་ཐེ་རྩོ་འགྲོག་དང་། མ་ཞེ་རལ་བ་  
 ཐད་དཀར་སོགས་ཨ་མཚོད་བདུན་གྱིས། སེ་བའི་མེ་ཐུན་འབར་བ་དེ་སྤྱིང་སྤར་ལ་རྫོང་རྒྱ་བྱས་པས། གསེར་

① «རྩམ་ཐར་མཛོད་ནག་མའི་» སྤྱང་ཆའི་ཤོག་ངོས་གོ་གཉིས་སྟེང་། མདོ་རྒྱུད་གཉིས་ཀྱི་དྲང་དོན་ལ། ཇེ་ཤོངས་པ་ཚུལ་བཞིན་  
 མ་རྟོགས་ཤིང་། སྒྲོས་པའི་རྟོག་པ་མ་ཟད་པས། ཁོག་པའི་བརྒྱལ་ཞུགས་མེ་བྱ་ཞིང་། སྒྱུར་སྒྲོལ་ལམ་དུ་མི་འབྱེད་འཛོལ། ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལས། སྒྲོས་པ་རྟོག་པ་མ་ཟད་པ་སྟེ། མཐོང་ལམ་མཐོབ་པར་དེ་འདྲ་.....བྱེད་མི་འདྲེད་བར་བསྟན་པ་ལས། མཐའ་གཅིག་  
 དུ་ནོར་འབྱུལ་ཡིན་པ་གསུངས་མེད། དེ་ནི་རྟོང་མ་བ་རྩམས་ཀྱིས་ཉམས་ལེན་བྱེད་པའི་རྩལ་འབྱོར་སྤྱི་ཆེན་གྱི་གཞུང་གསུང་ཐེ་སྟེ།  
 རྒྱུད་གསང་བ་སྤྱིང་ཐོའི་ལེའུ་བཅུ་གཅིག་པའི་ནང་། སྒྱུར་བ་དང་སྒྲོལ་བ། ཆོགས་བཅས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་བྱ་སྤངས་བསྟན་པ་དེ་ལ་  
 དགོངས་སམ་སྟམ། དཔེ་ཆ་དེ་.....དུས་གསུམ་བཅུ་གསུམ་པའི་སྐབས་སུ་བསམ་ཡས་ནས་གཞུང་དེའི་ལེགས་སྤྱར་སྤྱང་གྱི་མ་དཔེ་དེ་  
 བཅོམ་ལྷན་རིག་རལ་གྱིས་རྟོང་ཅིང་། ནང་དོན་ལག་ཅིག་ཐར་ལོ་ཉི་མ་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་དུས་རབས་བཅུ་བཞི་བའི་ནད་བསྐྱར་  
 གནད་མཛད་པས། བྱིས་སྤྱི་ཆོད་པ་དེ་སྤྱིང་འཇགས་སུ་གྱུར་བར་བཤད།



གྱི་བཙོ་ཐིག་ལ་འབར་བྱེད་རྒྱས་དགུ་ཞུ་བ་ཞུས་པའི་དྲངས་མ། སྒྲུང་ཤད་དམར་པོའི་རྩ་སྐབ་ཏུ་སྒྲགས་<sup>①</sup>  
 བྱས། ལུ་སྒྲིགས་མཁྱེགས་བྱེད་ནག་པོ་དང་། ཞང་ཞུང་མ་ལ་འབར་བ་སྐྱེགས་དཔྱ་སྒྲགས་ཀྱིས་བསྐྱེད་ནས། ཉི་  
 མ་དགོང་མོར་གཟུང་མོད་རྒྱ་བའི་དུས་ཐེབས་དང་བསྐྱེད་ཏེ། སྤྱིང་སྒྲར་གྱི་ཕྱོགས་སུ་འཕེན་རྒྱ་ཁྲིག་གོར་.....  
 བྱས་པའི་དུས་སྒྲ། སྤྱིང་སྒྲེན་ནས་ཀྱང་མོར་བུ་དག་འདུལ་གཙོ་བྱས་པའི་སྤྱིང་གི་སྐབ་སྒྲགས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་  
 དེ་ལ་དེ་བསྐྱེད་གྱི་དྲག་སྒྲགས་བསྒྲས་ཤིང་། དམོད་ཆོག་གནམ་ས་གང་བ་ཞིག་སྒྲོག་པ། དེ་ཡང་ས་གཞི་གཡོ་  
 ཞིང་རི་བོ་འགུལ་བ། བར་སྒྲང་ནས་སྒྲ་གྲགས། བཅ་མཁའ་དམར་འོད་ཀྱིས་ཁེབ་སྒྲེ་འུར་སྒྲ་ཆེན་པོ་དང་  
 བཅས། ཤང་ཤང་གིས་འཕངས་པའི་མེ་ཞུན་དེ་བྱང་ཕྱོགས་ཀྱི་ནམ་མཁའ་ནས་བང་བ་ཅམ་དུ་འཁར་ཞིང་གྱི་  
 ལེ་ལེ་བྱང་སྒྲེ་རྒྱུ་ཆེ་ཆེ་རྒྱུ་མཐིང་། མཐིང་སྒྲོ་ཤོད་གཡས་རི་བྲག་དམར་གྱི་ཆོད་ཅམ་དུ་ཐུར་ནས། སྒར་སྤྱིང་སྒྲར་.....  
 ཡོད་པའི་ས་དེར་སྤེབས་ཉི་བ་ཅམ་ན། སྤྱིང་གི་སྒྲགས་པ་ནམ་གསུམ་གྱིས་མཐུ་ལན་སྒྲོག་ཅིང་། སྒྲུང་འཁོར་  
 བསྒྲམས་པའི་སྒྲོབས་ཀྱིས། མེ་ཞུན་དེ་བར་སྒྲང་ནས་འཐོར་ཞིང་། བྱེད་དེ་འོལ་མདའ་གཡེལ་ཐང་ལ་སྒྲུང་.....  
 ཞེས་པའི་གཏམ་རྒྱུད་དག་ལས། བན་ཚུན་ལ་མཐུ་བཏང་བ་དང་མཐུ་བྱིར་སྒྲོག་པའི་དཔྱ་སྒྲགས་མང་བོ་ཞིག་  
 བོད་ལ་དར་ཡོད་པ་རྒྱུ་སྒྲ་དཔོག་པར་བྱས་སོ། །

ལ་ཅིག་གིས། རྒྱུ་བཙུན་མི་ལ་རས་པ་ཁོ་ནས་མཐུ་སྒྲུངས་པ་ལ་གཞིགས་ཏེ། སྐབས་དེའི་སྤྱི་ཆོགས་ཡོངས་  
 སུ་རྒྱུ་སྒྲགས་པ་དེ་འདྲར་སྐབ་བེར་ན། རྒྱ་མཚན་མེད་པར་སྒྲ་ཡང་། བཟགས་པར་བྱ་བ་འདི་ཡོད་དེ། གཅིག་  
 བྱས། ཡར་ལུངས་སྒྲོར་བོ་གྲོང་གི་སྒྲམ་གཞུ་བས་རྒྱུང་བའི་མདུན་དུ། རྒྱུ་བཙུན་མི་ལ་མཐུ་སྒྲོབ་པར་འགྲོ་བའི་  
 ཆོ། རྒྱུ་བཙུན་མི་ལ་གཅིག་ཤུ་མ་ཡིན་པར་མངའ་རིས་དོལ་ནས་ཡིན་ཟེར་བའི་གཅིས་སྐྱུག་ལྟ་དབྱས་གཙང་  
 གི་ཕྱོགས་ལ་ཆོས་དང་མཐུ་སྒྲོབ་ཏུ་འགྲོ་བ་ཡིན་ཟེར་སྤེབས་བྱུང་བ་མི་ལའི་ནམ་མཁུར་ལས་བྱུང་<sup>②</sup>བ་དང་།  
 གཉིས་ནས། རྒྱུ་བཙུན་མི་ལ་མཚོག་སྒྲ་མ་གཉག་གཡུང་སྒྲོན་ཁོ་རྒྱལ་གྱི་མདུན་དུ་སྤེབས་རྒྱུ་སྒྲམ་དེ་ཉིད་...  
 ཀྱིས་དའི་མཐུ་འདི་ལ་སྒྲོད་མངའ་རིས་སྒྲོར་གསུམ་ནས་གསེར་གཡུ་བརྒྱ་འབུལ་སྒྲོད་འབུལ། སྒྲུང་མདོ་  
 འམས་སྒྲུང་གསུམ་ནས་ང་སིགས་དང་གོས་དར་བརྒྱ་འབུལ་སྒྲོད་འབུལ། བར་དབྱས་གཙང་དུ་བཞེན་ནས་.....  
 རྒྱམ་སྐྱུག་དང་མར་ནས་བརྒྱ་འབུལ་སྒྲོད་འབུལ། བྱར་དྲགས་ཀོང་གསུམ་ནས་མཛོ་རྟ་དང་གནག་ལུག་བརྒྱ་  
 འབུལ་སྒྲོད་འབུལ་བྱུང་སྟེ། ལུས་དག་ཡིད་གསུམ་འབུལ་ཟེར་བ་ཁྱོད་ལས་མ་བྱུང་ཞེས་གསུངས་<sup>③</sup>པས། བོད་

① གཡམ་རྩ་གཡོན་མ་ཞིག་གི་ནང་དུ་མནན་གཏད་གྱི་རྒྱས་རྒྱུས་བཅུག་སྟེ། དག་པོར་མནན་གཏད་བྱེད་པའི་དྲག་པོའི་ལས་སྒྲོར་  
 གྱི་ཆོག་ཞིག་ལ་གཡམ་རྩ་དག་ཆོས་ཞེས་པ་དེ་དང་འདྲ།

② གཙང་སྒྲོན་ཉི་ཤུ་ཀས་བསྒྲིགས། <<རྒྱལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕྱུག་ཆེན་པོ་མི་ལ་རས་པའི་ནམ་མཁུར>>མཚོ་སྒྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་  
 ཁང་། 1981. P31

③ གཙང་སྒྲོན་ཉི་ཤུ་ཀས་བསྒྲིགས། <<རྒྱལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕྱུག་ཆེན་པོ་མི་ལ་རས་པའི་ནམ་མཁུར>>མཚོ་སྒྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་

ཚུལ་ལྟ་བུ་ལས་བརྒྱུ་འབྲུལ་སྤྱོད་འབྲུལ་དེ་བཤད་དཀའ་ནའང་། རྣམ་ཐར་མཛོད་ནག་མའི་ནང་དུ།  
 སྤྱོད་མངའ་རིས་ཀྱི་ས་ཆ་ནས་གསེར་སྤང་བརྒྱུ་འབྲུལ་དང་སྤྱོད་བྱེད་པ་བྱུང་བའི་ལྷ་རྒྱལ་ཙམ་ལས་གཞན་ནི་  
 བཀོད་མེད་པས། མཐུ་ནི་མངའ་རིས་རྒྱགས་སུ་ཤུགས་ཆེ་བར་ཡང་སེམས་མོད། རྗེ་བཙུན་མི་ལས་གཙང་.....  
 རྒྱགས་ཀྱི་རིན་སྤངས་ས་ཁུལ་དང་ཡར་ལུངས་སྟོ་ཁ་སྤེལ་དོད་བཅས་སུ་མཐུ་སློབ་པར་སོང་བ་ལ་བརྟགས་ན།  
 དེ་དུས་བོད་ཀྱི་ས་རྒྱགས་པལ་ཆེ་བ་མཐུ་དར་ཆེ་བར་མངོན། དེ་དག་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་དུ་བཀོད་  
 པ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་ཁོང་གི་ཆོས་ཀྱོགས་ཏེ། པ་རྒྱུད་གསང་བ་འདུས་པའི་དབང་དང་རྒྱུད་ཀྱི་བཤད་པ་སྤེལ་  
 མཁན་དོལ་གྱི་མཆུར་སྟོན་དབང་དེ་ཡང་མར་བ་ལོ་སྤྱོད་བའི་དུང་དུ་དང་ཐོག་ཆོས་སློབ་པར་སོང་བའི་ཆོ།  
 མར་བའི་ཞལ་ནས། རྒྱུད་མཐུ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཡིན་པར་འདུག་པས། ངའི་པ་སྤུན་མར་བ་མོན་ནག་བྱ་བ་འདི་  
 ང་ལ་ཤིན་ཏུ་གནོད་པར་ཡོད་པས། རྒྱུད་ཀྱིས་མཐུ་གིས། མཐུ་བྱུང་ན་གཟོད་ཆོས་སྟེར་བེར་བས། མཆུར་གྱིས་  
 གླ་བ་གཅིག་ཏུ་མཆོམས་བཅད། མཐུའི་རྟགས་བྱུང་པར་ཅན་བྱུང་ནས། གླ་བ་ཆེ་གོ་མའི་གནམ་སྤྱོད་ལ་ཁོ་  
 འཆི་བར་ཡོད་པས་དུས་འདེབས་ཞུས། ཕྱིས་སུ་དུས་ལྟར་འཆི་བ་སླ་མ་མར་བ་མཉེས་ནས་ཆོས་ལྷོ་འདྲ་བ་  
 གནང་བར་གསུངས་པས། སྤྱི་ཆོགས་དེའི་ནང་མཐུ་ནི་འབྲུལ་བ་བརྒྱུ་འབྲུལ་སྤྱོད་འབྲུལ་ལས་བྱིན་པའི་རྩ་  
 ཆེ་བའི་ཆོས་ཤིག་ཡིན་པ་ཤེས་ཅུས། གསུམ་ནས། གོམས་སྒྲོལ་དེ་འདྲ་མི་འབྱུང་བའང་མི་བྲིད་དེ། ལྷ་སླ་མ་ཡེ་  
 ཤེས་འོད་ཀྱིས་བརྒྱུད་པའི་སྤྲུགས་ལྟ་བུ་སྤུན་འབྲུན་གྱི་བཀའ་ཤོག་ཏུ་འདྲ། ཁོ་དང་སྟན་གྲགས་སྤྱི་བྱེད་  
 སྤུན་པོ་ཤ་ཟ་མཆོད་པ་དང་མེ་བསྐར་དུང་པ་བཏང་བ་རྣམས་ལ་བཀའ་བཀྱོན་གནང་བ་དང་སྒྲོལ་དེ་དག་རྗེ་  
 བཙུན་མི་ལའི་དུས་སུ་འདྲ། ད་དུང་མ་ཉམས་པར་ཡོད་པ་གསེན་སྟོན་རས་པ་དང་མཇལ་བའི་སྟོར་དུ། ཐོན་  
 པོ་ལ་མཆོག་ཏུ་མོས་པ་ཞིག་ནད་དུག་པོ་ཞིག་གིས་བྲིན་པའི་ཆོ། ཁོའི་བྱ་གཅིག་མོ་འདེབས་སུ་བྱིན་པའི་མོ་  
 ལུང་ལ་ཁོའི་སྤྱང་དུ་གཡག་བརྒྱུ་ར་བརྒྱུ་ལྷག་བརྒྱ་རྣམས་བསང་ནས་སྟོན་མོ་དང་ཐོན་ཆོག་བྱས། ཤ་རྣམས་  
 རིམ་གྱོ་ལ་བཀྱོན་དུག་བེར་བ་བརྗོད་ཡོད་པས། དེའི་རྒྱན་རྗེ་བཙུན་མི་ལ་རས་པའི་སྐབས་ཐོག་བར་དུ་ཡོད་  
 པ་གསལ་བཤད་བྱེད་ཅུས་ལ། རྗེ་བཙུན་མི་ལ་རང་གི་མགུར་དུ་འདྲ། མཆོན་ལྷན་གྱི་རིག་མ་མ་གཏོགས་པ། །  
 ལས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་སྟོན་ཨང་། །ཤལ་མ་རི་ལ་འཛོལ་ཉེན་གདའ། །སྤྱོད་རྗེ་ཆེན་པོས་ཀུན་བསྐྱངས་ནས། །ཡི་  
 དམ་གསལ་བའི་ཉིང་འཛིན་གྱིས། །བསྟན་པའི་སྤྱི་དོན་མ་ལགས་པའི། །མཐུ་དང་ངན་སྤྲུགས་མ་སྤྱི་བ་

[ཁང་]1981. P35-36

① འགོས་ལོ་གཞིན་ཅུ་དཔལ་གྱིས་བཅུམས།《དེ་བཟེར་སྟོན་པོ་》(སྤྱད་ཆ)སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་[ཁང་]1984. P501

②གཙང་སྟོན་ཉེ་རུ་ཀས་བསྒྲིགས།《རྣལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕྱག་ཆེན་པོ་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མགུར་》མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་

[ཁང་]1981. P401

ཡང་། །ཞེས་གཤམ་པོ་ཆེ་ལ་ནུ་ཏུ་གྱི་ཚུ་ལ་དུ་གསུངས་པའི་ཆོག་དེའི་དངོས་ཤུགས་ལ་བརྟེན་ནས་ཀྱང་།  
སྐབས་དེའི་གནས་ཚུལ་ནུས་རྟོགས་ལུས་སམ་སྟེ།

དེས་ན། དུས་སྐབས་དེར་མཐུ་སྤངས་པ་རྗེ་བཅུན་མི་ལ་ཁོ་ན་མ་ཡིན་ལ། རང་གི་བུ་མཐུ་སྤོབ་པར་  
མངགས་པའང་མུང་ཚད་ཀར་རྒྱན་གཅིག་ཤུ་མེན་ཏེ། རྣམ་ཐར་ལས། ཁོང་ཆོ་གཅེས་ཤུག་རང་དགའ་རྒྱགས་  
པའི་མཐུ་ཡིན་པར་འདུག་ཅེས་གསུངས་པའི་བབ་ལ་བརྟགས་ན། འཇིག་རྟེན་གྱི་སྟན་ཀྱགས་དང་ཆོས་ནོར་  
སྤྱབ་ཕྱིར་ཡིན་པས། རོ་རྒྱས་ཆོས་འབྱུང་དུ་འང་། སྤྲ་མའི་ཆ་བྱང་ཅན། འཇིག་རྟེན་པའི་ལྟ་རེ་ཅམ་བསྐྱབས་  
ནས། སངས་རྒྱས་ཡིན་གྱུ་བ་ཐོབ་ཡིན་ཟེར་ཞིང་། ཆོས་དང་འདྲེས་པའི་རླུང་གྱིས་མི་མང་པོའི་མགོ་བསྐྱར་བ་  
མང་དུ་འབྱུང་བ་ཤེས་ལ། མཐར་རྗེ་བཅུན་རང་གིས་ཀྱང་། དམ་ཆོས་ཐང་མར་བཤལ་བ་ལ། སྤྱིག་པ་བབ་  
ཅོལ་དུ་བྱེད་པ་ཤིན་ཏུ་སྤྲིན། །ཞེས་པ་དང་། ཆོག་སྟན་ཀྱགས་སྤྱི་མའི་རང་སྤྱུ་ལ། །ཞེ་ངན་གཤམ་དུ་འཇིན་པ་  
ཤིན་ཏུ་སྤྲིན། །ཐང་དག་མེ་རྟོག་བཞིན་དུ་ཡལ་རྒྱུ་ལ། །འཐབ་མོས་རང་སྤྱིག་སྤྱིལ་བ་ཤིན་ཏུ་སྤྲིན། །ཞེས་.....  
སེམས་ཀྱི་བཅོས་མིན་སྤྱིང་གཏམ་སྤྱིག་པར་གསུངས་དགོས་པ་བྱུང་། གནས་བབ་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་  
རང་མི་རང་ལ་ཡི་ཆད་ཅིང་། སྤྱི་བོ་པལ་ཆེ་བའི་བྱ་བྱེད་ལ་བལྟས་ཏེ། ས་སེར་ཁྲོད་ཀྱི་གསེར་རྩྭ་རེ་གཉིས་  
ཀྱང་ས་ལ་བསྐྱེས་པ་བཞིན། སྐབས་ཐོག་དེར་བཞུགས་པའི་ངེས་དོན་གྱི་མཁས་གྲུབ་འགའ་རེའང་སྤྱི་ཆོགས་  
སྤྱིང་ཐོབ་དང་གོ་གནས་མེད་པར་གྱུར་བས། དངོས་བརྒྱུད་ཅི་རིགས་ནས་མཁས་པ་དང་གྲུབ་ཐོབ་རྣམས་  
གནས་བབ་དང་ཁ་བྲལ་ཏེ། མི་མེད་ལུང་སྟོང་ངམ་རི་ཁྲོད་ལ་སྟེགས་འདྲིད་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་ཅིག་བསྐྱེན་འདུག་  
གོ །

### ཁ ཡུལ་གྱུག་ཞན་ལ་སྤོན་པ།

རྗེ་བཅུན་གྱི་དུས་སྐབས་སུ་སྤེལ་ས་དུས། བྱ་བྱེད་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱིས་ཡབ་མེས་ཀྱི་སྤྱིལ་བཟང་པོ་ནི་རང་གིས་  
བཅོམ་ཞིང་། འཆོ་བའི་མཐུན་རྒྱུན་ནི་རིམ་གྱིས་འགྲིབ་པས་སྤྱི་བོ་པལ་ཆེ་བ་ག་བྱེད་འདི་བྱེད་མེད་པའི་ཉམ་  
ངའི་གནས་སུ་གྱུར། དེ་ལས་སྤྱི་བོ་ཁ་ཤས་ཀྱིས་སྤོབ་དཔོན་དམ་པ་དག་བརྟེན་ནས་ཆོས་རྣམ་དག་སྤྱིབ་.....  
བཞིན་ཡོད་ནའང་། རང་སྤྱིགས་རྒྱལ་ན་དགའ་ཞིང་། གཞན་སྤྱིགས་པམ་ན་དགའ་བ། ཁོང་དུ་འཆངས་པའི་  
སྤྱིར་བ་ནོར་ཅི་གསོག་དང་སྟན་ཀྱགས་ཅི་ཐོབ་བྱེད་པའི་ཆོས་པར་མིང་བརྟགས་པ་མང་བའི་སྤྱིབས་ཀྱིས།

①གཙང་སྤྱིན་ཏེ་ཅུ་ཀས་བསྒྲིགས། <<ནལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕུག་ཆེན་པོ་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མཁུར>>མཆོ་སྤྱིན་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་

ཁང་1981. P699

② གཙང་སྤྱིན་ཏེ་ཅུ་ཀས་བསྒྲིགས། <<ནལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕུག་ཆེན་པོ་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མཁུར>>མཆོ་སྤྱིན་མི་རིགས་དཔེ་

སྟེན་ཁང་1981. P143

མི་ལམ་ཆེ་བས་ཆེས་སྒྲུ་མ་བཟུང་སྟེ། དཔེར་ན། རྗེ་བཅུ་ལྷ་མི་ལ་མཆོག་སྐྱེ་སྐྱེར་མར་བའི་མདུན་དུ་བྱོན་པའི་  
 ཆོ། ལྟ་བུ་གི་མདའ་ནས་མི་འཕྲད་ཆོད་ལ་སྐྱེས་མཆོག་མར་བ་ལོ་སྤྱོད་པ་གང་ན་བཞུགས་ཞེས་འདྲི་ཞིང་བྱིན་  
 པས། རྒྱས་ཡོད་ཟེར་བ་ཞིག་ཀྱང་མ་བྱུང་ལ། སྤོ་བོ་ལྷང་མཐོང་བའི་ལ་ཁར་སྐྱེ་བས་པའི་ཆོ། མི་ཞིག་བྱུང་བ་ལ་  
 རྒྱར་ལྟར་དྲིས་པས། མར་བ་ཟེར་བ་ནི་ཡོད། རྐྱེས་མཆོག་མར་བ་ལོ་སྤྱོད་པ་ཟེར་བ་ནི་མེད་པར་བརྟེན་བྱུང་བ་  
 གཙང་སྐྱོན་གྱིས་བསྐྱིགས་པའི་མཁུར་འབྲུམ་དུ་གསུངས་པ་བདེན་ཤས་ཆེ་སྟེ། རྣམ་ཐར་མཛོད་ན་ག་མའི་  
 བར་དུ་འང་ལྟ་བུ་གི་མར་བའི་དུང་དུ་ཆོས་ལུ་བར་འགྲོ་བས་གར་བཞུགས་ཞེ་ཤེས་ལུས་པས། སྐྱེས་ཀྱང་དོ་མི་  
 ཤེས་འདུག སྤྱི་ཡོན་ཨང་ཟེར། གཅིག་ན་ལེ། ཨ་ཁུ་སྒོ་སྒོས་ན་ནིང་རྒྱ་གར་ན་སོང་བ་དེ་ལ་ཟེར་བ་ཞི་ཡིན་ཟེར་  
 བར་གསུངས་པ་དང་། རྗེ་བཅུ་ལྷ་མི་ལ་འང་སྐབས་ཐོག་དེར་མ་ཁས་པ་དང་ས་གནས་རང་གི་མཆོད་གནས་  
 ཡིན་ཟེར་བ་དག་གིས་ངན་སྒྲིས་དང་གཙང་རྩུང་བྱས་པ་རྣམ་ཐར་དག་ལས་འབྱུང་བ་དང་། ལྟ་གཅིག་རྗོ་བོ་  
 རྗེ་ཨ་ཏི་ཤ་ཡང་བོད་དུ་ཕེབས་དུས་མ་ཁས་པ་སྐྱེད་གསལ་ཅན་ཁ་ཤས་ཀྱིས་རི་ལྟར་བསྐྱེན་ཚུལ་བཀའ་  
 གདམས་ཆོས་འབྱུང་རྣམས་ལས་ལྷག་པར་བརྟེན་ཡོད་པ་བཞིན་ནོ། །

① གེ་སར་སྒྲུང་གི་ «ལྷ་སྒྲིང་གཤམ་ཅེ་དགུ་སྐྱོར་» ལྷ་མིའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཚུགས་པའི་འོ་དགུ་པའི་ཐབས་སུ་ལྷ་ལྷ་གཉན་གསུམ་འདུས་ཏེ། དགུ་པོ་འདུལ་སྐལ་ཡོད་པ་སུ་ཡིན་པའི་ཐད་ཀྱིས་བྱེད་པའི་ཆེ། ལྷ་ཆེན་ཆོངས་པ་དཀར་པོས་དཔེ་ལྷ་ལྷ་གཙོ་... ཡའི་ནང་གི་ལྷ་ཡི་ལུ་རྟོག་དཀར་པོ་ཞེས་སུ་བྲགས་པ་དེ་སྔོ་གསོད་པའི་བཤན་པ། བྱི་རྟོ་འདྲན་པའི་སྒྲ་མ། སངས་རྒྱས་རྟོང་གི་པོ་ཉ། རྒྱ་པོད་གཉིས་ཀྱི་ནོར་བདག་གཉན་པ་གཉིས་ཀྱི་ཀ་བ། བདུད་ནག་པོ་འདུལ་བའི་དཔལ་པོ། རྩོམ་ལུས་པ་ཆེ་བས་རྒྱ་ཆོའི་ནང་ལ་མེ་འབྲད། བྲག་དམར་དཀྱིལ་པ་རྟ་རྒྱགས། ཁབ་ཆེའི་རྟེང་ལ་བྱོ་ཤིང། ལྷ་འཇག་མའི་རྟེང་ལ་དཀྱིལ་དཀྱུང་བྱས་ནས་..... བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་སྐུ་མངོན་སུམ་ཡིན་པས། ལྷ་སྐས་ལུ་རྟོག་དཀར་པོ་མངགས་ན་དགའ་ཞེས་གེ་སར་གྱི་སྐྱེ་བ་རྟོག་དཀར་པོ་ལྷ་ལྷ་པ་དུ་བཞུགས་པའི་སྐབས་སུ་ལྷ་འཇག་མའི་རྟེང་དུ་བཞུགས་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐུ་མངོན་སུམ་ཡིན་པར་བཤད་ཡོད་ལ་... བརྟགས་ཆེ། ལྷའི་རྟེང་དུ་བཞུགས་པ་ལ་མཆོན་དང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐུ་ལ་བཡིན་པ་བཤད་ཡོད་མི་དགས་དཔེ་སྐྱོན་ཁང་། 1998. P10

འཕུལ་སྐྱེས་ལ་བྱང་པར་མེད་ནའང་། རྒྱ་བོད་གྲུབ་ཐོབ་གཉིས་ཀྱི་འབྲུངས་ཡུལ་བཟང་ངན་ཆེ་བའི་སྐབས་  
 ཀྱིས་གནས་ཚུལ་དེ་འདྲ་བྱུང་བར་གསུངས་པ་ཆོས་ཀྱི་སེང་གེ་བྱ་བས་རབ་བྱུང་བཙུ་བའི་ཟེལ་གནོན་གྱི་ལ་  
 རྟེན་གྱི་ལ་<sup>1906</sup> ལོར་བཅམས་པའི་པ་དམ་པའི་ནམ་ཐར་དུའང་རིམ་བཞིན་བྱུང་བས། ཡུལ་གྲུ་བྱང་པར་དུ་  
 འཕགས་པར་བསམས་པ་དེ། རྒྱ་གར་དུ་སྟོན་པ་བཙུག་ལྟ་བུ་འདས་བྱོན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བཤད་པ་མ་མོད་.....  
 གཏོགས་རྒྱ་མཆོན་གཞན་ཅི་ཡང་མེད་ཀྱང་། རང་གི་ལུས་རྟེན་རྟེན་པའི་ཡུལ་གྲུ་དེ་ཉིད་ལའང་མཐར་མཆོང་  
 དང་སྐྱུག་སྒྲུང་འབའ་ཞིག་ཤར་དགོས་པ་བྱུང་། བཤད་རྒྱུན་གཞན་ཞིག་ཡོད་པ་ནི། རྒྱ་གར་གྱི་ནམ་འབྱོར་བ་  
 དང་རྒྱ་འཕུལ་ཅིག་འགྲན་ཕྱིར། དེ་ཡང་ནང་པར་ནམ་ལངས་པ་དེ་ལ། ལ་ཐོག་ལ་སྟོན་མའི་ལ་ཁར་ལ་སྟེན་  
 གང་སྟེ་དགོས་གསུང་། རྒྱ་བཙུན་གྱིས་དེ་བཞིན་བྱེད་པར་ཁུ་ཞེས་ཞལ་གྱིས་བཞེས། ནང་པར་ནམ་ལངས་  
 པ་དང་། རྒྱ་བཙུན་རྒྱ་འཕུལ་གྱིས་ནམ་མཁའ་ལ་འཕྱར་ནས་བྱོན་པས། རྒྱ་རྒྱུང་ལ་མངའ་བཞེས་པའི་སྟོབས་  
 ཀྱིས་སྟོན་དུ་མེད་པ་ཚུལ་དང་། དམ་པ་རྩ་འཇག་མ་གཅིག་གི་སྟེང་ན་དཀྱིལ་དཀྱུང་བཅས་ནས་བཞུགས་  
 འདུག་པ་དང་། རྒྱ་བཙུན་རྩ་འཇག་གཅིག་ཆུལ་བ་བརྒྱད་དུ་བཏང་བ་ཅིག་(ཞིག)གི་སྟེང་ན་དཀྱིལ་གྲུང་  
 བཅས་ནས་འདུག་པས། དམ་པ་སངས་རྒྱས་རྩ་མཆོར་སྟེས་ནས་སྐྱོན་ཟེལ་མེད་དུ་ཟེལ་བ་སྟོན་མེད་སྟེ་ཆུལ་  
 དང་། དམ་པ་འཁོར་ནམས་ཀྱི་ནང་དུ་བྱིན་ཅ་ན། མཐའི་རྒྱ་མཆོའི་པ་རི་ན། ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་  
 དེ་མཐོང་བ་མི་ལ་དེད་གཉིས་ཀས་མཐོང་སྟེ། ངས་ཁོང་གི་ལག་ན་བཞག་ན་ཐུབ་པར་འདུག། ཁོང་གིས་རྩང་  
 མི་ཐུབ་པར་འདུག་གསུང་སྟེ། མི་ལ་འཁོར་ནམས་ཀྱི་ནང་དུ་བྱིན་ཅ་ན། དེ་རིང་རྒྱ་གར་གྱི་དམ་པ་དང་  
 མཇལ། དུས་གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་མ་ལུས་ཤིང་མ་ལུས་པ་མེད་པ་དེ། མཐོང་བ་དེད་གཉིས་  
 ཀས་མཐོང་སྟེ། ངས་ཁོང་གི་མདུན་དུ་བཀོད་ན་ཐུབ་པར་འདུག། ཁོང་གིས་རྩང་མི་ཐུབ་པར་འདུག་གསུང་  
 ཆུལ་བཅས་གཏམ་རྒྱུད་གསུམ་ནམ་ཐར་མཛོད་ནས་མའི་ནང་བསྐྱེད་ཡོད་པ་རྩང་མི་འདྲ་ནའང་། གཙང་  
 རྒྱུན་གྱིས་བྱིས་སུ་དེ་ཉིད་དག་པར་བསམས་ཏེ་བྲངས་ཡོད། དེ་ལ་དེད་དུས་ཀྱི་མཁས་པ་ནམ་མཁའ་ལོ་རྒྱུ་  
 དུས་ཡུལ་བྱང་པར་ཅན་དུ་བསམས་པ་དེ། རྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐུགས་རྗེ་དང་བྱིན་རྒྱལ་ལ་བསམས་པ་  
 ལས་རྒྱ་མཆོན་གཞན་ཡོད་ཐབས་ཡོག་མ་རེད། འཇིག་རྟེན་སྤྱི་དབང་དུ་བྱས་ན། རྒྱ་གར་དང་བོད་ཀྱི་ས་  
 མཆོམས་ཤིག་ཡོད་པར་ངེས་ནའང་། རྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐུགས་རྗེ་དང་བྱིན་རྒྱལ་ལ་ས་མཆོམས་ཤིག་  
 ཡོད་ཐབས་རྩ་བ་ནས་མེད་པ་ཡིན་ཅང་། དགོས་པ་དང་རྒྱ་མཆོན་གང་ཡང་མེད་པའི་ལབ་ཉོག་དེ་ཆོས་དགོ

གི་ཐོང་དུ་དཀྱིལ་གྲུང་མཛོད་ནས་བཞུགས་འདུག་པ་དང་། རྒྱ་བཙུན་གྱིས་རྩ་འཇག་མ་གཅིག་ཆུལ་བ་བརྒྱད་དུ་བཏང་བས། ཡ་...  
 གཅིག་གི་སྟེང་དུ་དཀྱིལ་དཀྱུང་མཛོད་ནས་བཞུགས་པ་དང་། དམ་པ་སངས་རྒྱས་རྩ་མཆོར་སྟེས་ཞེས་ཤིག་རྩ་<sup>109</sup> དུ་གསུངས་  
 པས་གཙང་རྒྱུན་གྱིས་བསྐྱེད་པ་དང་འགལ་བས་བཟྣག།

① ཆོས་ཀྱི་སེང་གེས་བཅམས། «ཐུབ་པའི་དབང་ཐུག་རྒྱ་བཙུན་དམ་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ནམ་ཐར་ཐར་བ་དངོས་ཐུབ་འོད་སྟོང་  
 འབར་བའི་ཉིམ་» (《པ་དམ་པ་དང་མ་ཅིག་ལ་བསྟོན་གྱི་ནམ་ཐར་》) མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱེད་ཁང་། 1992. P105

ས་པ་དང་རྒྱ་མཚན་ཆེན་པོ་ཡོད་པའི་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ལ་ཉམས་ཆག་བཏང་ན། ཚ་བ་ནས་འགྲིག་གི་ཡོག་མ་  
 རེད་<sup>①</sup>ཅེས་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་དང་མཐུན་པར་གསུངས་འདུག་ནའང་། སྐབས་དེ་དག་ཏུ་ཡུལ་གྱི་རྒྱ་  
 གར་སོགས་ལ་ཡིད་སྤོང་གནན་པས་ནོན་མི་རུས་པ་ཞིག་སྐྱེས་འདུག དེའི་སྐབས་ཀྱིས་ཕྱིས་སུ་བྱུང་བའི་སྟན་  
 དག་ནམས་སུ་མངའ་ས་པ་ཐམས་ཅད་རྒྱ་གར་གྱི་རི་རྒྱུ་ལ་དཔེ་བཞག་པ་ལས་བོད་ཀྱི་རི་རྒྱུ་སོགས་ལ་དཔེ་  
 བླངས་པ་དང་བསྟོན་པ་ཤིན་ཏུ་ཉུང་ལ། རྗེ་བཙུན་གྱི་ཕྱིས་སུ་སྒྲོང་ཆེན་རབ་འབྱམས་པ་དྲི་མེད་འོད་ཟེར་  
 (1308—1363) ཀྱི་པོ་ཏ་ལ་ཀུན་ཏུ་དགའ་བའི་གཏམ་ཞེས་བྱ་བར་གྲགས་པའི་བཙུན་སྐྱུང་དེའི་ནང་དུ་འདྲ་  
 བོད་ཀྱི་བསམ་ཡས་ནས་རྒྱ་གར་སྟོ་ཕྱོགས་སུ་ཆགས་པའི་འཕགས་པ་སྐུན་རས་གཟིགས་ཀྱི་པོ་བྱང་དུ་སྐྱེབས་  
 ར་ས་ཆོས་ཉན་པའི་སྒྲོས་བསྐྱངས་ཤིག་བཀོད་འདུག་པའང་རྒྱ་རྒྱུ་མེད་པར་སྟོ་རྟོ་ལ་དུ་བྱུང་བའི་སྐྱུང་ཞིག་  
 ཀྱང་མིན་པར་སེམས་སོ། །

དེ་ལྟ་བུའི་གནས་ཚུལ་མང་དུ་བྱུང་བས་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་སྐབས་སུ། རས་རྒྱུང་བའི་མཁུར་ལ་ལར། བོད་  
 རྒྱན་པོའི་གོང་ཁྱེད་<sup>②</sup>ཞེས་པའི་ཐ་སྟངས་ཐོན་ཡོད་པ་དང་། དེའི་རྗེས་ཐོགས་ཚུལ་དུ་ས་པཎ་(1182—1251) ཀྱིས་  
 ཀྱང་བོད་ཀྱི་ཡུལ་ཁྲ་སྟོ་ལས་རུང་ཟད་བརྟུ་འབྱོར་བ། མཁས་པ་དང་མི་མཁས་པའི་ནམ་པར་དབྱེ་བམི་ཤེས་  
 པ། ཆོག་དང་ཆོག་གི་རྒྱན་ལ་སྟོ་ལ་མི་ཕྱོགས་པ། མི་མཁས་ཤིང་སྤྱི་བརྟོན་ལ་ད་རྒྱལ་དུ་འཛིན་པ། གསེར་དང་  
 ར་གན་མི་ཕྱེད་པ། རང་ཉིད་རྒྱན་པས་ཆོག་པར་འཛིན་པ་ཞེས་མཁས་པ་དང་རྒྱན་པོའི་བྱུང་པར་མི་ཤེས་པ་  
 སོགས་ལ་ཐུགས་ཤིན་ཏུ་སྟོ་བ་བྱུང་བ་ཞེས་སྟོར་སྟོ་ཆོགས་ཀྱི་མེ་ཏོག་རྒྱུན་པོ་ལས་ཤེས་པ་དང་། ཐར་ལོ་ཉི་མ་  
 རྒྱལ་མཚན་གྱིས་ཀྱང་། རྗེ་དགོ་བཙུན་འཁྱུར་ཁྱོད་དུ་བཞུགས་པའི་ཉི་ལུང་བསྐྱར་བ་ཉི་ལུང་པའི་འགྲེལ་བ་……  
 སྟོ་བ་དཔོན་ཆེན་པོ་ཅན་དྲ་གོ་མིས་མཛད་པའི་འཁྱུར་བྱང་དུ། སྟོ་སོགས་ཤེས་བྱའི་ཆོས་ནི་པལ་ཆེ་བ། སྟོས་  
 པ་གཞན་དུ་སྐྱུངས་པས་འདིར་མཁས་ཀྱང་། བོད་ཡུལ་ཕྱིས་པའི་ནང་དུ་བདག་སྟོས་པས། མཁས་པའི་  
 མཁས་པ་ཡིན་པར་སྟེས་ཤེས་ཀྱི། ཞེས་སྟོ་སོགས་ལ་མཁས་པར་ཐུགས་སྦྱང་མཛད་ཀྱང་སྟོ་མ་མང་པོ་……  
 མཐུན་དུ་མི་བསྟེན་ཞིང་། སྟོ་བ་བརྒྱད་སྟེལ་མི་རུས་པ་ལ་འཁང་ར་མཛད་ཡོད་པ་དང་། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་  
 ཤོད་དཔང་ནམ་གཉིས་ཞེས་རིག་གནས་ལ་མཛད་རྗེས་ཆེ་བར་གྲགས་པ་དེའི་ཡུལ་དཔང་སྟོ་གོས་བཟན་  
 པས་(1276—1342) ཀྱང་། རྗེ་དགོ་བཙུན་འཁྱུར་དུ་བཞུགས་པའི་ཀ་<sup>車</sup>བའི་མདྲོའི་འཁྱུར་བྱང་དུ། འོན་ཀྱང་  
 དེང་དུས་གངས་ཅན་འདིར། ཁྱོན་པའི་རུས་སྐལ་རང་གནས་བཞིན། ཁྱོ་རྒྱུང་རང་གི་སྟོ་རུས་ཀྱིས། ཆེར་  
 འོམས་ནམས་ཀྱིས་བརྟན་པའི་གནས། ཞེས་བོད་དུ་མཁས་པར་སྟོ་མ་པ་མང་བ་དང་། དེ་དག་གིས་ངེས་པ་

① ར་མཁུར་འོར་བུས་བཅུམས་།《ལོ་རྒྱུས་གཟི་ཡི་ཤིང་བ་》(ར་མཁུར་འོར་བུའི་གསུང་རྩིས་ཕྱོགས་བསྐྱེགས་) ཀྱང་གོའི་བོད་ཀྱི་  
 ཤེས་རིག་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།1994. P501

② རས་པ་བྱ་ཆེན་བཙུག་ཉིས་ཀྱིས་བཅུམས་།《རྗེ་བཙུན་མི་ལ་རས་པའི་ནམ་པར་》བྲིས་མ་P74

དོན་གྱི་མཁས་པ་ནམས་མཆོད་གནས་སུ་བཀྱར་བ་པར་ཞོག བརྟམ་པའི་ཡུལ་དུ་གྱུར་བ་རང་བཞིན་བརྗོད་  
པའི་ལམ་ནས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་པས། དེ་འདྲའི་གནས་བབ་དང་ཁོར་ཡུག་ཏུ་སྒར་རྗེ་བཅུན་མི་ལས་ཀྱང་  
འཁོར་ཆོགས་མི་བསྐྱེད་པར་རི་ཁྲོད་འགྲེལ་མ་ཤིང་། ཉམས་སྦྱང་འོ་དོད་སྒྲུབ་ལེན་དགོས་པ་བྱུང་།

མགོན་ཆོས་སྲིད་ཀྱི་བདག་པོ་དང་སྤང་ན་མངའ་འབངས་ཀྱི་ཐུགས་མཐུན་འཛིན་པ་ལ་.....  
བཞེན་ནས་སྤྱི་ཚོགས་དེའི་ནང་དུ་སྤྲུགས་དང་མཐུ་སྤྱངས་མཁན་མང་དུ་དར་བ་དང་། དེའི་གོ་གནས་སྤྱི་  
ཚོགས་ཀྱི་འཕམ་བས། མཉེན་མའི་རིགས་ལ་སྤང་བའི་ནམ་ཐར་དཔྱད་དུས་ཀྱི་ཆུང་ཡན་བཞིན་སྤང་བ་བྱང་།  
གནས་བབ་དེའི་ནང་དུ་སྤྲོད་ལུགས་ཀྱི་གཏུལ་བྱ་འབྱུང་ཐབས་མེད་ལ། རྩེ་བཙུན་མི་ལ་བཞེན་པའི་སྒོ་བ་མཁའ་  
ཁྱུང་བ་གནས་ལུགས་དང་མཐུན་པ་ཞིག་གོ། རྟེན་ཡང་ཡིན་ཏེ། མཁུར་ཚན་ལ་བརྒྱ་ལྷག་གི་ནང་། དྲིང་རིར་ན་  
ཆུང་མ་འགའ་ལ་གསུངས་པའི་མཁུར་དང་བྱིན་གཏུལ་ནང་དུ་གཤེན་རྩོར་མོར་གསུངས་པའི་མཁུར་། བྱིན་  
ཀྱི་ལ་ཟེ་དགོན་པའི་ཐག་ཉེ་སར་སྐྱེ་པོ་པལ་མོ་ཆེ་འདུས་པའི་ཆང་ས་ཞིག་ཀྱི་གསུངས་པའི་མཁུར་ཏེ། དཔྱད་  
གཞིའི་རིན་ཐང་ཆེས་ཆེར་ལུགས་པའི་མཁུར་ཚན་གསུམ་ལས། སྐུ་བས་དེའི་གནས་བབ་དང་ལྷག་པར་དུ་.....  
གཏུལ་བྱ་ཁྱུང་བ་ཤེས་ཀྱིས་པའི་བྱིན། དེ་དག་ལས། དུས་དཔྱད་བསྐྱེད་པའི་སྤྲིགས་མ་ལ། །ཐུག་པ་ཡི་དམ་ལྟ་  
བཞིན་མཆོད། །ཐོག་པོ་རིན་ཆེན་གསེར་ལས་བྱིན། །ཆོས་པ་ལམ་ཁའི་རྩོད་བཞིན་བསྐྱུར། །མ་རིག་སེམས་  
ཅན་སྤྲིང་རེ་རྩེ། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་། ཡང་དམ་ཆོས་ཐང་མར་བརྒྱལ་བ་ལ། །སྤྲིག་པ་བབ་ཅིལ་དུ་.....  
བྱེད་པ་ཤིན་ཏུ་སྤྲིན། །དཀའ་ཡང་ཐོབ་པའི་དལ་འབྱོར་ལུས་པོ་འདི། །མི་ཆེ་སྤོང་ཟད་ལ་སྐྱེལ་བ་ཤིན་ཏུ་.....  
སྤྲིན། །ཁོང་ཁྱོད་གྱུང་ར་ཞིག་པའི་དུར་ཁྲོད་དུ། །དུས་ཀྱི་ཀྱུ་སྤྲོད་པ་ཤིན་ཏུ་སྤྲིན། །བཟའ་མི་ཆོང་འདུས་  
མགོན་པོ་ལྟ་བུ་ལ། །དཔྱད་ཤགས་འཐབ་མོ་བྱེད་པ་ཤིན་ཏུ་སྤྲིན། །ཆོག་སྟོན་གསལ་སྤྱི་མའི་རང་སྤྱོད་ལ། །ཞེ་  
དཔྱད་གལ་དུ་འཛིན་པ་ཤིན་ཏུ་སྤྲིན། །སྤང་དག་མེ་ཉོག་བཞིན་དུ་ཡལ་རྒྱུ་ལ། །འཐབ་མོས་རང་སྤྱོད་སྐྱེལ་བ་  
ཤིན་ཏུ་སྤྲིན། །ཞེས་པ་དང་། ཡང་དགོན་མཆོག་གསུམ་པོ་འདི་རི་རྒྱལ་ལྷན་པོ་ཞིག་ལགས་སམ། རྟེན་སྤྲུགས་

© གཙང་རྒྱུན་ཉེ་རུ་ཀམ་བརྩམས། <ནལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ལྷག་ཆེན་པོ་མི་ལ་རལ་བའི་...ནལ་མཁྱེར> མཆོ་རྒྱལ་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་  
 ཁང་1981P170

གཙང་ཆུ་ཉེ་འདྲེ་གས་བཅའ་སྒྲོ་ཞུ་འཕྲོ་ལྷི་དབང་ལྷ་གཞེན་པོ་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མཁུར་༥༥ མཆོ་རྒྱ་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་  
ཁང་། 1981. P226

ཀྱང་ཁྱེད་པ་མི་གདའ་ལགས་པ། །དམ་ཆོག་འདི་ལ་ཁའི་བྱ་སྒྲིལ་ལགས་སམ། །དེ་སྤྱི་ཀྱང་སྤྱང་པ་མི་  
གདའ་ལགས་པ། །དམ་ཆོས་འདུལ་བ་འདི་ལམ་ཁའི་མཛེ་རྩ་ལགས་སམ། །དེ་ལ་སྤྱ་ཡང་འཇུ་བ་མི་གདའ་  
ལགས་པ། །སྟན་འཛོལ་གྱུ་གྱི་སྟེང་ན་ཆེར་མ་ཡོད་དམ། །སྟན་ཆེན་ཆོ་སྟན་ཐོག་ཏུ་མི་ཚུགས་གདའ་བ། །  
འདུལ་ཁྲིམས་འདི་འབད་པ་དོན་མེད་ལགས་སམ། །རབ་བྱུང་བཅུན་པ་ཆོ་འདུལ་ཁྲིམས་མི་བསྐྱུང་གདའ་  
བ། །གནས་རི་ཁྲོད་ན་རྟོར་བན་གྱི་རྟག་པ་ཡོད་དམ། །སྟན་ཆེན་ཆོ་གྲང་ཡུལ་འགྲིམ་ཁེང་གདའ་བ། །བར་  
དོའི་གནས་ན་སྟེ་སྟོ་ཞན་ནམ། ༡༠ །ཞེས་སེམས་ཅན་མགོ་བསྐྱར་ཁེང་གྲུབ་ཐོབ་ཏུ་བརྟུ་བའི་ཁྲམ་པ་རྣམས་ནི།  
ཡི་དམ་གྱི་ལྷ་ལྷར་བཀྱར་ཁེང་མཆོད་ལ། ཆོས་པ་རྣམས་ནི་ཆོས་དང་གདམས་ངག་མི་ཁྱེད་པ་ལམ་ཁའི་རྩ་  
བཞིན་བསྐྱར་བས། མི་བཟང་བོ་མི་བྲིན་ངན་པ་བྲིན་ཏེ། སྤྱི་པ་བབ་ཅོལ་དང་འཐབ་མོ་རྒྱན་མི་ཆད་པ་  
བྱུང་། མཐར་གཏུགས་ཏེ་བཤད་ན། བསྟན་པའི་འཇུག་སྟོ་སྐྱབས་འགོ་དང་དམ་ཆོག་ བསྟན་པའི་སྟོག་ཤིང་  
འདུལ་བ་རྣམས་སྤྱི་ཀྱང་མི་བསྐྱུང་བར་ལམ་ཁའི་མཛེ་རྩ་བཞིན་ཏུ་བསྐྱར་བས། སྟོང་དང་མི་ཆོགས་འདུས་  
པའི་ཁྲོད་ཏུ་ཆོས་བརྒྱད་སྐྱབ་པར་རྒྱགས་པ་མང་ཏུ་འཕེལ།

རྒྱ་མཚན་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་ཡུལ་གྱི་སྟེ་བོ་རྣམས་ལ་ལྷག་པར་མཁོ་བའི་གསེར་  
སྤང་བརྒྱ་འཇུར་སྟོང་འཇུར་གྱིས་ཀྱང་མི་ཁྲུགས་པའི་གདམས་པ་བྱུང་པར་བ་རྩེ་བཅུན་མི་ལ་རང་ལ་ཐོབ་་་་  
ཡོད་ནའང་། བོད་རང་ཏུ་སྟོན་ལྷན་གྱི་གདུལ་བྱ་མི་རྟེན་པའི་ཆོད་ཏུ་སྐྱེབས། དེ་བས། སྟོབ་དཔོན་མར་བ་  
མཆོག་གིས་རྩེ་བཅུན་མི་ལ་ལག་ཡལ་ཁྲོད་གངས་ཁྲོད་ཏུ་སྟོན་པར་བསྐྱུལ་བའང་ཆོས་པ་བརྟན་ཤིང་། སྟོན་  
ལྷན་གྱི་གདུལ་བྱ་མེད་པའི་དུས་ངན་གྱི་ཐུན་པ་འཕེབས་པར་གཞིགས་ནས་རི་ཁྲོད་འགྲིམ་དགོས་པར་་་་་  
གསུངས་པ་ཞེ་ཡིན་སྟམ། འདི་ལྷ་བུའི་ལོ་རྒྱུས་བོད་རང་ཏུ་མ་ཟད། ཉི་ཏོང་གི་ལོ་རྒྱུས་སྟེང་ཡང་བྱུང་ཡོད་དེ།  
དཔེར་ན། སྤྱི་ལོ་<sup>1192</sup> ལོར་ཁ་མ་ཁུ་ལ་སྲིད་གཞུང་(鎌倉幕府) བྱུང་བ་ནས་སྤྱི་ལོ་<sup>1603</sup> ལོར་གསར་ཏུ་བཅུགས་  
པའི་ཞེ་རྩེ་སྲིད་གཞུང་(江戸幕府) བར་གྱི་པལ་ཆེར་ལོ་རྩེ་བཞི་བརྒྱ་ལྷག་གི་རིང་། ཟིང་འཇུག་དང་དུས་འཇུ  
ར་རབ་དང་རིམ་པར་བྱུང་བས། དུས་སྐབས་དེ་དག་ཏུ་བྱོན་པའི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་མི་རྟག་པའི་ལྷ་བ་་་་་  
གཞིར་བཅས་པའི་ཚུམ་རིག་མང་ཏུ་བཅུམས། སྟེ་བོ་ཁ་ཤས་ཤིག་གནས་བབ་གྱི་སྟེ་ཆོགས་དེ་ལ་ངེས་འབྱུང་  
སྟེས་ཏེ། རི་ཁྲོད་དང་ནགས་གསེང་ཏུ་བྱོན་ནས་སྤྱ་ལའང་བརྗོད་ཀྱང་པན་ཅུས་མེད་པའི་རང་གི་ཁྱོད་བ་  
དང་སྤྱག་སྤྱ་འགའ་བཅུམས་དགོས་པ་བྱུང་། ཆེས་གྲགས་ཆེ་བའི་སྤྱ་བ་ནི། ཁོ་མོ་རྩོ་ཆོའོ་མེས་(鳴長明) ལགས་  
གྱི་ཁང་རྒྱུང་ནང་གི་བྲིན་ཐོ་དང་། ཡོ་ཁྱུས་རྩ་ཁེན་ཁོའོ་(吉田兼好) ལགས་ཀྱི་ཁོ་མོ་ལོང་གིས་གཡེང་བའི་རྩ་ལྷ་

⑩གཙང་སྟོན་ཉེ་ཏུ་གས་བཅུམས། <རྩལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕྱག་ཆེན་པོ་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མཁུར> མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་  
ཁང་། 1981. P693



བུའོ། ཉི་ཉོང་གི་མཁས་པ་དེ་དག་ལའང་། རྗེ་བཙུན་མི་ལ་དང་འདྲ་བར་བུན་མོང་གི་བསམ་སྒོ་ཞིག་བྱང་...  
ཡོད་པ་ནི། སྤྱི་ཚུགས་དང་གནས་བབ་ཀྱིས་བསྐྱེད་པ་མ་གཏོགས། རྒྱ་རྒྱུན་གཞན་ནི་གང་ཡང་མིན་ནོ། །

མདོར་ན། རྗེ་བཙུན་མི་ལ་རས་པ་ནི། ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་གྲེ་བ་བདེ་ཞིང་། ཉམས་རྟོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་སྐྱོང་དུ་  
བརྗོད་པས་མགུར་བཞེངས་པའི་རྒྱ་བྱང་པར་བ་འདྲིམས་པ་དང་། བྱང་པར་དུ་སྐབས་དེའི་སྤྱི་ཚུགས་ཀྱི་  
གནས་བབ་རྟོག་འདྲིའི་ཆེ་བ་སྟེ། སྤྱགས་གཅིག་ནས་མཐུ་གཏོང་བའི་ཡུལ་ཆོས་རྒྱ་བྱང་དུ་དར་བས་སྤྱི་ཚུགས་  
ནང་པན་ཚུན་འཐབ་ཚད་ང་དྲག་དུ་ཐུར་བ་དང་། སྤྱགས་གཅིག་ནས་ཡུན་རིང་གི་འབྲུག་ལོང་གིས་འཆོ་  
བའི་ཐོན་སྐྱེད་ཉམས་རྒྱུད་དུ་བཏང་བ་སོགས་ཀྱིས་དངོས་ཤུགས་གང་དུང་ནས་ཆོས་པར་བརྟུན་ཏེ། གཡོ་སྒྱུ་  
ཁྲུམ་གསུམ་གྱིས་སྤྱི་ཚུགས་ཁ་ལོ་བསྐྱར་བ་བྱུང་། དུས་སྐབས་དེའི་ནང་རྗེ་བཙུན་མི་ལས་གནས་བབ་དེ་  
བཅོས་ཐབས་མེད་ལ་གདུལ་བྱའང་འབྱུང་ཐབས་མེད་པས། མཐར་འཁྱོལ་འགྲིམས་ནས་རས་པ་རེ་གཉིས་  
ལ་སེམས་ཀྱི་སྒྱུ་རྩེད་དང་འཆར་རྩེད་འབའ་ཞིག་སྤར་ལས་ཀྱང་སྒྱུ་རུ་གྱུར་བའི་རྒྱུ་དུ་ཐུར། རྒྱ་རྒྱུན་དེ་དག་  
གིས་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་མགུར་མ་བྱུང་བའི་མཐུན་རྒྱུན་བསྐྱེད་པའོ། །

## ས་བཅད་བཞི་བ། མི་ལ་རས་པའི་མགུར་མའི་དྲིལ་སྒྲིལ་དཔྱད།

### དང་པོ། མི་ལ་འཁྱར་མ་སྤྱིའི་དྲིལ་སྒྲིལ་དཔྱད།

སྤྱིར་རྗེ་བཅུན་མི་ལ་རས་པའི་མགུར་མའི་སྐོར་ལ་བོད་རང་དུ་དཔྱད་འཛིག་བྱེད་མཁན་ཐོག་མ་ནི། ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པ་ཡིན་ཏེ། ཁོང་གིས་སྤྱི་ལོ་<sup>1397</sup> ལོར་བཅུམས་པའི་མིང་ལའི་ནམ་ཐར་དུ། མིང་ལ་རས་ཆེན་གྱི་ནམ་ཐར་ཡིག་ཤེས་བཞུགས་པ་རང་ཡང་། བཟུང་དང་ཉི་ཤུ་ཆ་བདུན་ཅུ་མ་ཐོང་ཤིང་། མ་སྤྱི་བྱིན་ཅན་དེའི་བྱང་ན་རྗེ་བཅུན་མིང་ལ་རས་ཆེན་གྱི་མགུར་ནམས་ཐོབ། དེ་ནས་ལོ་ངོ་གསུམ་པའི་དུས་ན་རིམ་པ་བཞིན་དུ་སྤྱི་མ་རི་པ་དགོན་རྒྱལ་བ་དང་། སྤྱི་མ་ལྷ་སྟོང་རི་དཔོན་ལ་སོགས་པ་སྤྱི་མ་སོག་ཉིས་ཅུ་མ་གྱི་མཆོན་བྱངས་ཏེ། དེ་དག་གི་མཉུན་དུ་ནམ་ཐར་དང་མགུར་འབྱུང་ནམས་ལྷས་ཤིང་། ཀམ་དང་ལྷ་སྟོང་གི་རིན་པོ་ཆེ་ནམས་དང་། མཁན་སྤྱི་བ་རི་དགོན་ལ་སོགས་དགོན་འདུན་དང་བཅས་པ་གསུང་སྤྱི་མ་ཞིབ་མོ་རང་བྱས་པ་ལགས་ཏེ། བདག་ཅག་རང་ཞིབ་པར་འདུག་ཅེས་རྒྱས་ཏེ་ཅང་ཆེ་བར་བཤད། དེའི་ཕྱིར། ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་ནམས་གྱི་ཐོག་མ་དེ་རྗེ་མར་བའི་བྱང་དུ། རྗེ་མི་བསྟོད་ཀྱི་ངོ་བོ་ཐུགས་རྗེ་ཅན། སྤྱི་མ་ལན་ཅིག་ཡུལ་དུ་གཏོང་བར་བྱ། ཞུ་མ་ལུས་གྱི་སྒྲིལ་བྱེད། འཛིག་གམ་མི་འཛིག་ལྟ་དུ་འགྲོ། ཞིས་པ་དེ་ཡིན་པ་དང་། དེ་ནས་སྤྱི་མ་ལོ་ཙཱ་ཅན་གྱི་ཡང་མེད། ཞིས་པ་དང་། དེ་ནས་དགོན་བཤེས་ཅ་པ་ལ་གསུངས་པའི་སྟོང་ཉིད་ལུང་ཡངས་མ་སོགས་ཡིན་པར་བྱངས་ལ། མགུར་གྱི་ཞབས་ནི་སྤྱི་མ་བའི་དཔལ་མོ་བཟླ་ཤིས་ཆོད་བང་རིག་འཛིན་མའི་ཕོ་བྲང་། འབྲོག་སྤྱན་ལུང་ཆུ་དབར་གྱི་ཡང་དབེན་དུ། འཁོར་ལོ་སྤྱི་མ་རྒྱལ་མ་གསུངས་པ་དེ་ཡིན་པར་ཁ་ཆོན་བཅད་དེ་..... གསུངས་ཡོད་པས། དེའི་ཡར་སྟོན་དུ་མགུར་གྱི་ཐད་ལ་དེ་འདྲའི་དྲིལ་སྒྲིལ་དཔྱད་བྱེད་མཁན་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། ཡིན་ནའང་། དེའི་ནང་དུ་འདྲ་མགུར་གྱི་ཐད་དུ་ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པ་རང་གིས་གཟིགས་རྟོག་བྱེད་ཐྱོད་པའི་ནམ་ཐར་ཆེན་མོ་དང་འདྲ་མི་འདྲའི་ཆོག་རིས་ཅུ་ཡང་བཞུགས་མེད་པས། དེའི་ཕྱིས་སུ་མགུར་མ་.....

① ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས་བཅུམས་། <<རྗེ་བཅུན་མི་ལའི་ནམ་ཐར་ཉི་ཤུ་ཆ་བདུན་ཅུ་མ་ཐོང་སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་སྤྱི་མ>> བྱིས་མ། P100

② ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས་བཅུམས་། <<རྗེ་བཅུན་མི་ལའི་ནམ་ཐར་ཉི་ཤུ་ཆ་བདུན་ཅུ་མ་ཐོང་སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་སྤྱི་མ>> བྱིས་མ། P56

དམིགས་སུ་བཟུང་ནས་དཔུང་བཞིན་བྱེད་མཁན་གཅིག་ཕུ་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་གྱི་དཔུང་ཚོམ་དུ་འདྲེན། གཙང་རྒྱུ་  
 བ་ཉེ་རུ་ཀམས་སྤྱི་ལོ་<sup>1488</sup> ལོར་བསྐྱེད་པའི་ཆེ་བཅུན་མི་ལའི་མཁུར་འབུམ་དུ། མཁུར་རིང་ཐུང་བསྐྱེད་པས་  
<sup>384</sup> ཡོད་པ་དང་། དེ་ལས་མཁུར་<sup>62</sup> བློ་ཆེ་བཅུན་རང་གིས་བཅུམས་པ་མ་ཡིན་པར་ཆེ་བཅུན་གྱི་བྱ་སྒྲུབ་  
 སྐབས་ཀྱིས་སྤངས་པ་ཅན་མས་གཞིར་བཟུང་ནས། དཔུང་བཞིན་གནང་བ་ལས། ཀམ་དུས་གསུམ་མཁུན་པ་  
 (1110--1193) བཅུང་བྱེད་ཅིང་། ཀམ་རང་བྱུང་དོ་ཆེའི་(1284--1339) བར་སྟན་བཅུང་གི་ཚུལ་དུ་དར་བའི་  
 རྣམ་ཐར་ཆེན་མོ་མཛོད་ནག་མའི་ནང་། མཁུར་ཆོན་ལྷ་བཅུ་ལྟ་དང་། ཆེ་བཅུན་མི་ལ་རང་གི་སྒྲུབ་པ་རས་  
 པ་བྱ་ཆེན་བཅུ་གཉིས་ཀྱིས་བཅུམས་པར་གྲགས་པའི་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་ཐར་ནང་དུ་འདྲེན། མཁུར་ཆོན་སུམ་  
 བཅུ་ལྟ་ཡོད་པ་དང་། འོད་དཔག་དོ་ཆེས་བཅུམས་པའི་དཔལ་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་ཐར་འབུར་འབུམ་  
 བསམ་ཡས་ལྷ་ལའི་སྤྱོད་བྱེད་སྤྱོད་ཆེ་བཅུན་རང་གི་གསུང་དོ་ཆེ་མཁུར་དུག་རྣམས་ལ་དོགས་དཔྱད་ཅན་  
 ཡང་བཀོད་མེད་པས། བོད་གྱི་ཚོམ་རིག་ལོ་རྒྱུས་རྣམས་སྤྱོད་ཆེ་བཅུན་རང་གི་སྤྱོད་ཆེ་བཅུན་རང་གི་སྤྱོད་ཆེ་བཅུན་  
 མཁུར་ཆོན་པོ་བཞི་ལ་བྱུང་བའི་དཔུང་པ་ནི་བཏང་མེད།

འོ་ན། ང་རང་གི་ལག་ཏུ་ཆེ་བཅུན་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་ཉི་ཤུ་ལྟ་གི་ནང་སྤྱི་པ་པོ་མི་འདྲ་བ་རྣམས་མཁུར་  
 ཆོན་པོ་བཞི་ཚུད་ཅིང་། དེ་དག་ཏུ་བཀོད་པའི་མཁུར་ལའང་བར་བྱུང་ཆེ་ཅན་བྱུང་ཡོད་པས། རྒྱ་མཚན་ཅི་  
 ཡིན་སྟུང་ན། མཁུར་འབུམ་རེ་རེའི་ནང་རྒྱ་མཚན་གསལ་བོ་བཤད་མེད་ནའང་། མཛོད་ནག་མར་ཆེ་བཅུན་  
 མི་ལ་རས་པ་ཞིང་དུ་མ་ཐེབས་པའི་ལོ་གཉིས་ཀྱི་ཡར་སྤོམ་ཏེ། དགུང་ལོ་བཅུད་ཅུ་གཉིས་པ་རྩ་མོ་སྤངས་གི་  
 ལོ་<sup>4</sup>ལ། ངམ་ཚོང་རས་པ་དང་རས་པ་ཞི་བ་འོད་གཉིས་ཀྱིས་རྣམ་ཐར་གསུང་འབུམ་གཅིག་སྤྱི་པར་ཡང་  
 ཡང་བྱས་མཐར། ཞལ་གྱིས་བཞེས་ཏེ། སྤོམ་ངས་བསྐྱབ་པ་བྱས་པའི་གནས་རྣམས་སུ་ཤིང་ཤུན་དང་ཏ་ལའི་  
 ལོ་མ་རྣམས་སུ་དམ་དུ་མ་བྱས་ནས་ཡོད། སལ་ཆེར་ཆེ་རིང་མ་དང་ངམ་ཚོང་རས་པ་དང་། བྱེད་རྣམས་ལ་  
 གསལ་གསུངས་པ་དང་། རས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བྱུགས་བྱུགས་ནས་ཀྱང་བསྐྱེད་ཆོགས་འཁོར་གོང་དུ་བཀྲ་ཤིས་

① དོན་གྲུབ་རྒྱལ་གྱིས་བཅུམས་།།མཁུར་སྤྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་བྱུང་ཚུལ་།།མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།།1985. P161  
 ② དཔེ་རྙིང་འདི་བོད་རྫོང་སྤྱོད་ཆེ་ཆོད་མང་མཁུར་ཁབ་ཀྱི་གྲང་བཞི་གི་ཕྱག་ནས་གཡར་བོ་གནང་།  
 ③ 1. རེབ་གོང་བ་དགེ་འདུན་རབ་གསལ་གྱིས་བཅུམས་།།བོད་གྱི་ཚོམ་རིག་གི་བྱུང་བ་བཞིན་པ་རབ་གསལ་མེ་ལོང་།།2003 ཀན་  
 སུལ་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།2. རྒྱ་ཡི་བཀྲ་སྤྱོད་སྐབས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པས་།།བོད་གྱི་ཚོམ་རིག་ལོ་རྒྱུས་སྤྱོད་ཆེ་བཅུན་ལ་བཟང་མིག་སྤོམ་།།2002 མཚོ་  
 སྤོམ་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།3. ལྷ་རྒྱལ་ཆེ་རིང་གིས་བཅུམས་།།བོད་གྱི་ཚོམ་རིག་གི་བྱུང་འཕེལ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་བྱུང་ཚུལ་རིག་  
 འཛིན་བྱེད་པའི་རོལ་མཚོ་།།2006 མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་། 4.  
 ④ རྣམ་ཐར་འདིའི་ལུགས་ལྟར་ན། འབྲུངས་ལོ་<sup>1052</sup> ལོ་སྟེ་ཆུ་མོ་འབུག་ཡིན་པར་གསུངས་ཤིང་། དེ་ནས་བཅིས་པའི་བཟང་བྱ་གྱི་  
 གཉིས་པ་རྩ་མོ་སྤངས་ནི་སྤྱི་ལོ་<sup>1133</sup> ལོར་ཞེས།

ཆོ་རིང་མ་ལ་ཡང་ཞུས། རས་པ་བྱ་ཆེན་ནམས་ཀྱི་ཐུགས་ལ་ཡོད་པ་ནམས་དང་། མ་འཛོལ་པ་ནམས་ཟེ་……  
 བཅུན་ཉིད་ཀྱིས་ཁ་བསྐྱང་ཞིང་། རྣམ་ཐར་གྱིས་ཚུལ་དང་བསྐྱེགས་ནས་ལུང་དང་བཅས་པ་མཛད། དཔེ་དེ་  
 ཉིད་རས་ཚུང་བས་ལོ་རྒྱུ་གདན་དྲངས། དེ་ནས་ཀམ་སྐྱ་ཕྱིང་དང་པོ་ཆོས་ཟེ་དུས་གསུམ་མཁུན་པ་  
 (1110—1193) ལོ་རྒྱུ་གྱུ་ཉེ། རས་ཚུང་བ་ལ་ལུང་གསན་ཞིང་། བྱག་དཔེ་བཤུས་ནས་མཚུར་ཕུར་གདན་  
 དྲངས། དེ་ལ་འགྲོ་མགོན་རས་ཆེན་པས་གསན། དེ་ལ་པོ་མ་རག་པས་གསན། དེ་ལ་ཀམ་སྐྱ་ཕྱིང་གཉིས་པ་  
 ཀམ་བག་ཤིས་ (1204—1283) གསན། དེ་ལ་ལུ་རྒྱ་པས་གསན། དེ་ལ་རྒྱལ་བ་གཡུང་སྟོན་པས་གསན། དེ་ལ་  
 ཀམ་སྐྱ་ཕྱིང་བཞི་བ་རོལ་བའི་རྡོ་རྗེས་ (1340—1383) གསན། དེ་ལ་མཁའ་སྐྱོད་དབང་པོས་གསན། དེ་ལ་ཀ་  
 བཞི་རིག་པའི་རལ་གྱིས་གསན། དེ་ལ་ཀམ་སྐྱ་ཕྱིང་དུག་པ་ཆོས་ཟེ་མཐོང་བ་དོན་ལྡན་ (1416—1453) པས་  
 གསན། དེ་ལ་དུང་རིན་ཆེན་རྡོ་རྗེས་གསན། དེ་ལ་རིན་པོ་ཆེ་ར་སྤྲི་ལྟ་ཉུས་གསན། དེ་ལ་ཡན་ཆད་ནི་གཅིག་རྒྱུད་  
 ཀྱི་ལུགས་སུ་གདའ། ཐུགས་བཅའ་འདི་ཉིད་ཀམ་སྐྱ་ཕྱིང་གསུམ་པ་ཆོས་ཟེ་རང་བྱུང་རྡོ་རྗེས་ (1284—1339)  
 གདན་དྲངས་ནས། རྒྱུ་ལོ་ཆེ་ལ་སྐྱང་གི་མཛོད་ནག་ནང་དུ་བཞུགས་པ་ལ། ཆོས་ཟེ་མཐོང་བ་དོན་ལྡན་པ་  
 (1416—1453) ནང་སོ་ཀྱང་དགའ་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་གདན་འདྲན་བྱས་པའི་དུས་སུ། མཛོད་ནག་ནང་ནས་  
 མཁུར་འབྲུམ་འདི་ཡང་དྲངས་ནས་རྟོ་རྒྱུད་འདིར་ཐེབས། དེ་ལ་མ་བྱེ་བྱས་ནས་དད་ལྡན་ནམས་ཀྱིས་མང་དུ་  
 བཞེངས་པས་དར་ཞིང་རྒྱས་པ་ཡིན་པར་བཤད་ཡོད་པས། བལ་ཆེར་བྱུང་གདའ་དུ་གྱུར་བའི་དུས་ནི། དུས་  
 རབས་བཅོ་ལྔ་བའི་ནང་སྟེ། ཀམ་སྐྱ་ཕྱིང་དུག་པ་ཆོས་ཟེ་མཐོང་བ་དོན་ལྡན་གྱི་སྐུ་བས་ཡིན་པར་མངོན། ཡིན་  
 བཤད་ཀྱི་འདུང་། འདིའི་རྗེས་ཅིམ་དུ་ཐུགས་བསྐྱེགས་མཛད་པའི་གཙང་སྟོན་གྱི་མཁུར་འབྲུམ་དང་བསྐྱར་ན། མཁུར་  
 ཀྱི་གྲངས་ཆད་ཐད་ཉེ་བཀ་ཆེན་པོ་བྱུང་ཡོད་པས། དེ་གཉིས་ལས་ཡང་དག་གང་ཡིན་པ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་  
 བཤད་མི་ཤོད་ནའང་། མཁུར་འབྲུམ་འདི་རྣམ་དག་མ་ཡིན་པར་སུས་ཀྱང་བཤད་མི་ཤོད་དོ། །འདིའི་ནང་  
 རྣམ་ཐར་ཉི་ཤུ་ལྟ་གི་ནང་བཀོད་མེད་པའི་མཁུར་འབྲུམ་གྱུ་བཅུལ་གྱི་གོ་རིམ་རྣམས་ཐུགས་གསུམ་དུ་  
 བསྐྱེད་ནས་ཟེ་བཅུན་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་ལོ་རྒྱུས་ཁྲོད་ཐོག་མར་བསྟན་ཡོད་དེ། གཅིག་ནས། ཀམ་སྐྱ་ཕྱིང་ན་  
 རིམ་ལ་སྟན་བརྒྱུད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་དར་བ་དང་། གཉིས་ནས། ཟེ་བཅུན་མི་ལ་ཞལ་བཞུགས་པའི་དུས་ནས་མཁུར་  
 ཁག་ཅིག་ཤིང་ཤུན་དང་ཉ་ལའི་ལོ་མར་གྱིས་པར་བཤད་ཡོད་པ་དང་། གསུམ་ནས་ཟེ་བཅུན་མི་ལ་ཞིང་དུ་མ་  
 ཐེབས་པའི་ལོ་གཉིས་ཀྱི་ཡར་ཐོན་དུ་མཁུར་འབྲུམ་ཐུགས་བསྐྱེགས་བྱེད་མགོ་བཙུགས་ཤིང་། དེ་ནས་རས་པ་  
 རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱེད་ཡོད་པར་བཤད་པ་དེའོ། །

དེས་ན། དང་པོ་སྟན་བརྒྱུད་དུ་སྤེལ་བ་པོ་ཀམ་སྐྱ་ཕྱིང་དང་པོ་དུས་གསུམ་མཁུན་པ་ (1110—1193) བློ་  
 རས་ཚུང་བ་དང་ཟེ་མཉམ་མེད་དུགས་པོ་ལྟ་ཟེ་གཉིས་ཀའི་དངོས་སྟོབ་གྱུ་བ་ཐོབ་དབུ་སེ་གཤམ་པ་དེ་ཡིན་

① ཀམ་རང་བྱུང་རྡོ་རྗེས་བསྐྱེགས། <<རྣམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ>>སྤྲང་ཆ། P155—156



མཁུར་ཚུ་གསེར་གྱི་ཕྱེང་བ་ཞེས། །དོན་ལྡན་ཕྱིར་ན་མཆོན་དུ་གསོལ། །འདི་བྲིས་བསོད་ནམས་གང་ཐོབ་  
 དེས། །འགྲོ་ཀླན་བར་དོར་གྲོལ་གྱི་ཅིག །ཅེས་བཀོད་ཡོད་པ་དང་། ཡང་སྡེངས་གྱི་བདག་མོ་བཟླ་ཤིས་ཆོ་  
 རིང་མ་གཉིས་གྱི་ཁྱུས་ལན་མཁུར་དུ་བཞེས་པ་བདེ་སྟོང་ཡེ་ཤེས་སློན་གྱི་ཕྱེང་བ་ཞེས་བྱ་བ་སྟུང་པ་པོ་ཨ་ཙན་  
 བོ་རྟེ་རྩ་ཇ་དང་རས་པ་ཞི་བ་འོད་གཉིས་ཡིན་པར་གལ་བོ་ཆེ་ལ་ནན་ཏན་གྱི་ཚུལ་དུ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་མཆོན་  
 གསལ་བོ་བཀོད་ཡོད་པ་དང་། ས་ལེ་འོད་གྱི་སྒྲར་དུ། རྗེ་བཙུན་གྱི་སྲས་རྣམས་གྱི་སྲིང་བཞིའི་ཡ་བར་གྱུར་  
 བའི་ལོ་རྒྱུས་ངམ་རྫོང་སྟོན་པ་བྱང་ཆུབ་རྒྱལ་བོས་མི་བརྟེན་པའི་གཟུངས་སུ་ཡི་གེར་བཀོད་པ་དང་། ལ་ཐོར་  
 རྩ་ཆོགས་གྱི་མཐུག་དུ་འང་། ཐུགས་སྲས་རྣམས་ཀྱིས་མི་བརྟེན་པའི་གཟུངས་སུ་བཟུང་ཞིང་ཡི་གེར་བཀོད་པ་  
 མི་ཡུལ་ན་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་པལ་ཆེར་འདིར་འདུས་པ་ཡིན་ཞེས་གསལ་འདེབས་ཐེངས་དུག་འབྱུང་བས།  
 ཐོག་མར་མཁུར་ཐར་ཐོར་རྣམས་ཕྱོགས་གཅིག་དུ་བསྟུས། དེ་ནས་རྣམ་ཐར་ལོ་རྒྱུས་དང་མཐུན་པའི་སྟོན་སྲས་  
 མཁུར་མ་ཕྱོགས་བསྒྲིགས་མཛད་པ་ཡིན་ནམ་སྟེ།

གཉིས་པ། མཛོད་ནག་མར་རྗེ་བཙུན་མི་ལ་བཞུགས་པའི་སྐབས་ཐོག་ནས་མཁུར་དེ་དག་ཤིང་ཤུན་དང་  
 ཏ་ལའི་ལོ་མར་བྲིས་པ་ཡོད་ཟེར་བ་ཡང་། རྒྱུ་བོ་པལ་ཆེ་བ་ལ་དོགས་པ་འབྱུང་ངེས་ཏེ། གཅིག་ནས་རྗེ་བཙུན་  
 མི་ལ་རང་ལ་རྩམ་པ་ཚམ་ཡང་མ་འགྱུར་བ་ཟུར་ཆོད་ལ་བརྟེན་ནས་དཀའ་བ་སྦྱང་ཚུལ་རྣམ་ཐར་པལ་ཆེ་བར་  
 འབྱུང་བ་དང་། གཉིས་ནས་འཆོ་བ་ངན་ངོན་དེ་འདྲའི་གནས་བབ་ནང་སུ་ཞིག་གིས་སྟག་ཆའི་མཐུན་ཆུན་  
 གནང་བ་དང་། རྣམ་ཐར་དུ་རྗེ་བཙུན་རང་ཡང་ཡི་གེ་ནག་པོ་བཟླ་བ་ལ་སྟན་སྟངས་དང་། དེ་ལ་བྱར་བྱ་བྱས་  
 ཡོད་ལ། ངམ་རྫོང་རས་པ་ལའང་ཆོ་འདིའི་ལོ་འདྲོད་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཡིག་ནག་ལ་བཟླས་པའི་ཆོག་རིགས་གྱི་ལྟ་  
 སྟོན་སྟོན་པ་རྣམས་ལམ་ལོག་པར་འབྱུར་བ་ཡིན་ཅེས་མཁུར་གསུངས་པ་ལ་གཞིགས་ན། དེའི་ཡར་སྟོན་  
 ཚམ་དུ་དགེ་བཤེས་ཐུག་དར་ལ་སོགས་པ་བོད་སྟོན་ཁ་ཅིག་གིས། རྩ་བོའི་སྐྱ་སྐྱེ་ལྷ་མ་ངེ་ལྟར་བཞེས་པ་དང་།  
 ཕྱི་མ་གང་དུ་འབྱུང་བ་དང་། འཛང་ངེ་ལྟར་རྒྱ་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཤིག་ཡི་གེ་འབྲི་བར་ཁྱུས་པས། རྩ་བོའི་ཞལ་ནས།  
 ཁྱོད་ཀྱིས་གཙུག་ཏྲར་འདོན་མ་ཁྱོད་ངམ་གསུངས། ཁྱོད་ལགས་ཁྱུས་པས། གཙུག་ཏྲར་ནས། གཙང་དོ། སུར་  
 སུས་གདབ་བོ། བྱ་བ་བགེགས་ལ་རུས་པ་མེད་པར་བྱས་པ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་བཀའ་དང་སྒྲ་མའི་མན་ངག་

① གཙང་སྟོན་གྱིས་བསྒྲིགས། «མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མཁུར»མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།1981P616  
 ② གཙང་སྟོན་གྱིས་བསྒྲིགས། «མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མཁུར»མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།1981. P520-521  
 ③ གཙང་སྟོན་གྱིས་བསྒྲིགས། «མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མཁུར»མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།1981. P577  
 ④ གཙང་སྟོན་གྱིས་བསྒྲིགས། «མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མཁུར»མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།1981. P812  
 ⑤ རྒྱལ་བཀོད་ཆང་བས་བཅུམས།«བརྒྱུད་པ་ཡིད་བཞིན་ལོར་བྱ་ལས་རྗེ་བཙུན་ངམ་རྫོང་རས་པའི་རྣམ་ཐར་འབྲུལ་མེད་  
 བཞུགས་སོ་»( «ངམ་རྫོང་སྟོན་བརྒྱུད་འབྲི་གུང་བཀའ་བརྒྱུད་ཆོས་མཛོད»པོད་དུ )P3

ལ་ཆོག་གི་ཕུར་བྱས་བཏབ་པས་བྱིན་རྒྱལ་མ་ཉམས་འགྲོ་བ་ཡིན། དེ་བས་ན་ཆོག་ཟིན་པ་དང་དོན་གོ་བར་བྱ་བའི་ཡིག་རྒྱུ་བའི་འོས་མ་ཡིན་གསུངས་པའི་བྱུག་སྒྲུལ་ཞིག་བོད་དུ་དར་ཡོད་པས། དེ་འདྲའི་གནས་བབ་ནང་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་མཁུར་ཡི་གེ་འབྲི་བ་ནི་འབྲུང་ཐབས་མེད་པས། དེའི་བྱིས་སུ་རྒྱལ་མཆོག་ལྷ་བ་ཆེན་མོའི་ནམ་ཐར་དུ་འདྲ། རྗེ་བཙུན་མི་ལར་ཆམ་པ་ཅམ་ཡང་མ་འབྱོར་བར་ཟླ་ཆོད་ཀྱི་དཀའ་ཐུབ་ལ་བཞེན་ནས་གཅིག་ཕུར་བཞུགས་པའི་དུས་ཀྱི་གསུང་མཁུར་ནམས་ཡི་གེར་འཁོད་འདུག་པའི་སྐྱེ་ཤོག་སམ་ཁ་ལྟ་བུ་གི་འདྲི་བའི་ཚོལ་བ་སྤྲོས་བྱས་ཆུ་བོད་ཀྱི་མཁས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནམ་ཐར་གྱི་ཆོག་ལ་འགལ་འདུ་ཡོད་པ་ཤིན་ཏུ་མང་བ་བཞུན་པ་བདེན་ཤས་ཆེ་བར་མངོན། སུམ་པ་ཡེ་ཤེས་དཔལ་འབྱོར་གྱིས་ལྷ་བ་ཆེན་མོས་གསུངས་པ་དེ་དག་དཔེ་ལྟར་སྣང་དུ་བཀོད་ཀྱི་འགྲིག་འགྲིག་ལྟར་བཤད་པ་དང་། རྗེ་འཇིགས་མེད་རིགས་པའི་སློ་བྱོས་མཆོག་གིས་རང་རེ་སློ་དམན་པ་ནམས་ཀྱིས་འདྲི་ནི་ཆོས་ནམ་དག་དང་འདྲི་ནི་ནམ་དག་མིན་ཞེས་ཁ་ཆོན་གཙོད་མི་རིགས་པར་གསུངས་ཀྱང་། ལོ་རྒྱུས་ལ་སོགས་པ་ནི་ཐུན་མོང་བའི་དོར་གཙོར་འཛིན་དགོས་པ་ལས་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྣང་དོ་ལྟར་འཆད་མི་རུང་སྟེ། ཁ་ཅིག་གི་སྣང་དོ་དེ་ཀུན་ལ་རིགས་འགྲུལ་མི་རུང་དོ། །འདྲི་འདྲའི་བཤད་རྒྱུ་བོད་ཅམ་དུ་མ་ཟད། སུར་རྒྱ་གར་ལའང་བྱུང་ཡོད་དེ། རྒྱ་གར་གྱི་རྒྱལ་འབྱོར་བ་ཆེན་པོ་རྒྱལ་སྤྲུལ་ཞི་བ་ལྟས་མདོ་བཏུས་དང་བསྐྱབ་བཏུས་གང་ཁང་གི་སྐར་ཁུང་ན་ཤིང་ཐུན་ལ་པ་རྟེན་ཏེ་ཡིག་ཡི་མཁས་བྲིས་ཡོད་པར་གསུངས་པས། བྱིས་སུ་དེ་ནས་སྤངས་པའི་བཤད་རྒྱུ་དར་ཀྱང་། རྒྱ་གར་བ་ནམས་ནི་ལོ་རྒྱུས་ལ་གཅིག་མཆོད་མི་གནང་བས་དོགས་དཔྱད་ཅམ་མི་བྱེད་པར་རང་སོར་བཞག་ཡོད།

གསུམ་པ། རྗེ་བཙུན་མི་ལ་ཞིང་དུ་མ་ཐེབས་པའི་ལོ་གཉིས་ཀྱི་ཡར་ཐུན་དུ་མཁུར་འབུམ་བྱོགས་བསྐྱེགས་བྱས་པ་ཡིན་ཟེར་ན། མཁུར་འབུམ་མི་འདྲ་བ་ཆེ་ལག་བཞི་བྱང་དོན་མེད་ཅེས་དོགས་པ་ཞིག་རང་བཞིན་..... བྱིས་ཡོང་ལ། རྟོག་སྟེ་བཤད་ན། རྗེ་བཙུན་གྱི་དུས་སུ་མཁུར་འབུམ་བྱོགས་བསྐྱེགས་མ་གནང་བའི་སྐབས་ཀྱིས།

① ལས་ཆེན་ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་བཙུངས།《བཀའ་གདམས་ཀྱི་ནམ་པར་ཐར་བ་བཀའ་གདམས་ཆོས་འབྱུང་གསལ་བའི་སློན་མེ》བོད་ལྗོངས་མི་དམངས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།2003. P163

② དག་དབང་སློ་བཟང་རྒྱ་མཆོས་བཙུངས། 《ཟ་ཏོར་གྱི་བན་དེ་དག་དབང་སློ་བཟང་རྒྱ་མཆོའི་འདྲི་སྣང་འབྲུལ་བའི་རྣམ་ཐང་རྟོགས་བརྗོད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་བཀོད་པ་དུ་ཀུ་ལའི་གོས་བཟང་》སྐྱེགས་བམ་གཉིས་པ། བོད་ལྗོངས་མི་དམངས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།1991. P266

③ 《ཆོས་འབྱུང་དཔག་བསམ་ཐུན་པ》ཀན་སུའུ་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།1992. P518

④ ཆོ་ཏན་འཐབས་དུང་རྗེ་བཙུན་འཇིགས་མེད་རིགས་པའི་སློ་བྱོས་མཆོག་གིས་མཛད་ཀྱི་《དཔྱད་ལྡན་ཆོ་རིང་རྟོ་རྟེན་ལ་དྲི་བའི་དོན་ཆན་བཙུའི་ལན་གདབ་པ》(གསུང་འབུམ་སྐྱེགས་བམ་དུག་པ)མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།2007. P97-99

བྱིས་སྐྱུ་ལ་པོ་སྐྱོ་བྱུང་བ་ངེས་ཤེས་ཏེ་ད་ལྟོ་ལ་ཁ་ཅིག་གིས་མཁུར་མ་ཁྲིའི་གཅིག་ཅེས་མཐོང་བ་<sup>①</sup>  
 དང་། ཀམ་པའི་ཞལ་ནས། རྩེ་བཅུན་ཆེན་པོའི་གསུང་མཁུར་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེགས་པ་བརྒྱ་ཙུ་གཟིགས་  
 པའི་ནང་ནས་ཀྱང་། འདི་མང་ཤོས་སྐྱུ་འདུག་གསུང་ནས་ཆོས་ཀྱི་རྩེ་རང་བྱུང་དོན་རྩེ་ཉིད་ཀྱིས་ཕྱག་སྤྲིས་  
 མཛད་པས། བྱུངས་བཅུན་ཅིང་ཕྱགས་ཆེས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའི་མཛོད་ནག་མ་ཞེས་བྱ་བ་དང་མཁུར་འབྲུམ་  
 རིགས་མི་གཅིག་པ་བརྒྱ་བདུན་བསགས་ནས། སྐང་ཐང་དཔལ་གྱི་གཙུག་ལག་ཁང་ཆེན་མོར་ལེགས་པར་  
 བསྐྱབས་ཟེར་བ་དང་། རྩེ་བཅུན་གྱི་ནུམ་ཐར་རིགས་མི་གཅིག་པ་བརྒྱ་དང་ཉི་ཤུ་ཙུ་བདུན་གཟིགས་ནས།  
 ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེགས་པ་ཡིན་ཟེར་བ་དང་། དེ་ནུམ་ཐར་གཅིག་ཏུ་བསྐྱབས་པ་ལ་གཞན་ཡང་རྩེ་བཅུན་  
 གྱི་མཁུར་མའི་ཆོག་ཏེ་ཆོད་ཀྱིས་ཁ་བསྐྱང་ནས་ལེགས་པར་བསྐྱབ་པ་བཅས་ལ་རྩེ་སྐྱུ་དཔོག་ཆོ།  
 མཁུར་འབྲུམ་ཆེན་པོར་གྲགས་པ་མཛོད་ནག་མའི་མཁུག་ཚོམ་ཏུ་འདྲུང་། ཕྱོགས་བསྐྱེགས་ཐད་སྐབས་ལ་ལར་  
 རས་ཚུང་བ་ནས་སྟན་བརྒྱུད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་དར་བ་དང་། མཚམས་ལ་ལར་ཆོས་རྩེ་རང་བྱུང་དོན་རྩེ་ཉིད་ཀྱིས་ནུམ་  
 ཐར་བརྒྱ་དང་ཉི་ཤུ་ནས་ཕྱོགས་བསྐྱེགས་མཛད་པར་བཤད་པ་སོགས་ཅི་རིགས་མཆིས་པས། ཡིད་རྟོན་པེར་  
 དཀའ་བ་ཞིག་གོ། །ནུམ་ཐར་ལ་ལར་མཁུར་མ་ཁྲི་འབྲུམ་ལྟག་ཡོད་ནའང་། དེ་ནི་ལ་ལ་ལྟའི་གནས་དང་། ལ་  
 ལ་ལྟའི་གནས་སྐྱུ་ཡོད་པར་བཤད་ཡོད་པ་འདི་དག་ཀྱང་རྒྱ་གར་གྱི་བཤད་སྟེལ་རང་ལ་ལད་སྒྲིལ་བྱས་པ་ཁོ་  
 བ་ཡིན་ཏེ། ཀྱན་དཀའ་བོས་བཀའ་བསྐྱུ་དང་པོའི་སྐབས་སྐྱུ་བཅོམ་ལྟན་འདས་ཀྱིས་མདོ་སྟེ་གང་དག་སྐྱུའི་  
 གནས་སྐྱུ་བཤད་པ་དག་ཀྱང་ཡོད། གང་དག་སྐྱུའི་གནས་སྐྱུ་བཤད་པ་དག་ཀྱང་ཡོད། གང་དག་བདག་ལ་  
 མཛོད་སྐྱུ་དུ་བཤད་པ་དག་ཀྱང་ཡོད་དེ། གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱུད་དེ་འོངས་པ་གང་དག་དེ་བཞིན་དུ་  
 ཐོས་ནས་བཟུང་བ་དང་། འདི་སྟར་ཐོས་པ་ཐམས་ཅད་བཤད་པར་བྱའོ་སྟུམ་དུ་བསམ་པ་དང་ཞེས་ལུང་  
 དྲངས་པ་འདུག་པ་བཞིན་ཡིན་པས་ཡིད་བརྟན་མི་རུང་ཞིང་། རོན་གྱིས་རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་མཁུར་མ་དག་ནི།  
 སྟན་བརྒྱུད་ཆེན་པོ་གཉིས་སྐྱུ་གྲགས་པ་རས་ཚུང་བ་དང་། དམ་ཚུང་རས་པ་གཉིས་ལས་བརྒྱུད་པ་ཐེ་ཆོམ་  
 མེད་དེ། རས་ཚུང་བ་ཉིད་ལ་དངོས་ཀྱི་སྒྲིབ་མ་དབང་རྫོགས་ཤིང་ཡེ་ཤེས་དངོས་ཟིན་པ་བརྒྱ་གཉིས། དབང་  
 རྫོགས་པ་གཅིག་དང་ཕྱགས་སྤྲིས་བརྒྱ་གསུམ། དེ་ལས་ལོ་བྱི་མགོ་བ། གཙང་བ་སུམ་པ། བུར་སྒྲིལ་ནག་པོ།  
 ཟང་རི་རས་པ། བྱུང་ཆོད་བ་ནུམ་མ་འཕྲིན་ལས་ཆོ། བྱུང་ཆོད་བ་ནས་མ་གཅིག་ཡོང་ཐོང་། དེས་ཞང་ལོ་

① ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས་བཅུམས། «མི་ལ་རས་པའི་ནུམ་ཐར་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྒྲོན་མ་» བྲིས་མ། p57

② ཀམ་རང་བྱུང་དོན་རྩེ་བསྐྱེགས། «ནུམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ་» བྲིས་མ། p251--252

③ ཁང་དཀར་ཚུལ་ཁྲིམས་སྐལ་བཟང་གིས་བཅུམས། «ཚུར་མཐོང་སྟེ་པོ་སྐྱུ་ཚུལ་མ་བཅོས་ལྟག་པོར་བཀོད་པའི་རྒྱ་གར་གྱི་ནང་  
 པའི་སྐྱུ་སྐྱབས་ཆོས་འབྱུང་ལེགས་བཤད་དཀའ་གནད་མཐུད་འགོལ་» (ཁང་དཀར་ཚུལ་ཁྲིམས་སྐལ་བཟང་གི་གསུང་ཚུམ་ཕྱོགས་  
 བསྐྱེགས། གྲུང་གོའི་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་དཔེ་སྟུན་ཁང་གིས་བསྐྱབ། 1999. p86



གྲུབ་པ་དཔལ་ལོགས་ལ་བརྒྱད་དེ་རས་རྩལ་སྟན་བརྒྱད་དར་བ་དང་། ངམ་རྩོད་སྟོན་པ་བོ་རྟེ་རྩེ་ལེས་བྱ་  
 བ་མི་བརྟེན་པའི་གཞུངས་ཐོབ་ནས། རྩེ་བཅུན་ཆེན་པོ་མི་ལ་རས་པའི་གསུང་སྒྲིས་བཀའི་བསྟུ་བ་མཛད་པས་  
 སེམས་ཅན་ལ་ཕན་བཏགས་ཤིང་། དེ་ལས་གྲུང་ཐང་རས་པ་དང་། རྩེ་པོ་བ་ལུང་བ་སོགས་ལ་བརྒྱད་པ་དང་།  
 ཡང་ངམ་རྩོད་པའི་སྒྲིབ་མ་དཔྱལ་བ་གསུང་བཅད། དེ་ནས་རིམ་པས་དམར་བྱ་བྲག་པ་གཞོན་ཅུ་ཤེས་རབ།  
 འབྲོམ་སྟོན་རིན་ཆེན་ཤེས་རབ་སོགས་ལ་བརྒྱད་དེ་ངམ་རྩོད་སྟོན་བརྒྱད་དར་བས། དེ་དུས་མགུར་གྱི་  
 རྩུགས་ཀྱང་ཡིག་རྩལ་དུ་བཀོད་པ་དེ་ནི། ངམ་རྩོད་རས་པའི་སྟན་བརྒྱད་དུ་བཞུགས་པའི་རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་  
 རྣམ་ཐར་ཤོག་ངོས་<sup>49</sup> ཅམ་ལོངས་པ་དེ་ངམ་རྩོད་རས་པ་རང་ལས་བརྒྱད་པ་ཡིན་ངེས་ཀྱང་། ཕྱིས་སུ་གཞན་  
 གྱིས་ཡིག་ཤར་བཀོད་པས་སྒྱུར་བྱང་དུ་མཆོན་ཡང་བཀོད་མེད་པ་ལ་གཞིགས་ཆེ། མགུར་འབྲུམ་དུ་བསྒྲིགས་པ་  
 བྱི་རྩེ་བཅུན་མི་ལ་སྒྲིག་ཤེགས་པའི་རྩེ་བཅུན་ཡིན་པ་ཤེས་ཅུས་སོ། །རས་རྩལ་བའི་སྟན་བརྒྱད་མཐའ་དག་གི་  
 དཀར་ཆག་ནི་འབྲི་གྲུང་བཀའ་བརྒྱད་ཆོས་མཛོད་ཀྱི་པོད་སི་བའི་ནང་དཀར་ཆག་ཀྱན་གསལ་མེ་ལོང་ངམ་  
 མཐོང་བས་དད་སྟེ་ཞེས་པར་གསལ་བ་དེ་ཡིན་ཀྱང་། དེའི་ནང་རྩེ་བཅུན་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་ཐར་གྱི་སྐོར་མི་  
 བཞུགས་ནའང་། རྣམ་ཐར་མང་བོར་རས་རྩལ་བ་དང་རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་ཁ་ཏའི་ཚུལ་དུ་བྲིས་ཡོད་པ་ལ་  
 གཞིགས་ཆེ། སལ་ཆེར་རས་རྩལ་བ་ནས་བརྒྱད་པའི་རྣམ་ཐར་ཕྱིས་སུ་མཁས་པ་གཞན་ཞིག་གིས་ཡིག་ཐོག་དུ་  
 བཀོད་དེ། སྒྱུར་བྱང་དུ་རང་གི་མཆོན་བཀོད་པར་ཡང་སེམས། འདི་ནི་གང་དྲན་དྲན་དུ་འཆད་པ་མ་ཡིན་  
 པར་གནས་ཚུལ་དེ་ཞིབ་དུ་རྩལ་གཙོད་གཏོང་དགོས་པ་ཡིན་ན། དེ་ནི་རྣམ་ཐར་ཉི་ཤུ་ལྷག་གི་ནང་གཙང་  
 སྟོན་ཉི་ཤུ་གས་བཅུ་མས་པ་དེ་མ་གཏོགས་མེད་པས་གཙང་སྟོན་ཡིན་ཡང་སེམས་པས་བཟག་པར་རིགས་  
 སོ། །དེ་འདྲའི་དཔེ་བོད་ལ་མི་སྲིད་ཟེར་ན། རྩལ་བའི་བཀའ་ལའང་བསྐྱེས་བསྐྱེད་དང་སྒྲུབ་སྒྲུབ་སོགས་ཀྱི་  
 མཆོན་ནས་སྒྲིས་ཏེ། དགག་ཅུས་<sup>50</sup>ན། གཞན་དག་ནི་སྒྲིས་མ་དགོས་ལ། བཟུན་པ་ཕྱི་དར་གྱི་སྐབས་དེ་དག་ཀྱི་  
 རྩུགས་པས་བཟུན་འཆོས་ཚུལ། རྩུན་གྱིས་མདོ་ཚུལ། བོད་པས་རྩུད་ཚོམ་ཟེར་བའི་དཔེ་སྟེ། ཚོམ་པ་རང་  
 གིས་བཅུ་མས། མཆོན་བྱང་མཁས་པའི་མཆོན་བཀོད་པ་དར་བས། དེ་འདྲ་འབྲུང་མི་སྲིད་པ་ནི་མིན་ནོ། །

① རྟག་ལུང་དག་དབང་རྣམ་རྩལ་གྱིས་བཅུ་མས། «བརྒྱད་པ་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུའི་རྟགས་པ་བརྩོད་པ་ངོ་མཆར་རྩུ་མཆོ» བོད་.....  
 རྩོད་སྟོན་བོད་ཡིག་དཔེ་རྙིང་དཔེ་སྟུན་ཁང་། 1992. P678

② རྩལ་བརྩོད་ཆང་བས་བཅུ་མས། «བརྒྱད་པ་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་ལས་རྩེ་བཅུན་ངམ་རྩོད་རས་པའི་རྣམ་ཐར་འབྲུལ་མེད» P6

③ རྟག་ལུང་དག་དབང་རྣམ་རྩལ་གྱིས་བཅུ་མས། «བརྒྱད་པ་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུའི་རྟགས་པ་བརྩོད་པ་ངོ་མཆར་རྩུ་མཆོ» བོད་.....  
 རྩོད་སྟོན་བོད་ཡིག་དཔེ་རྙིང་དཔེ་སྟུན་ཁང་། 1992. P678

④ སྒྲུབ་པ་ཡི་ཤེས་དཔལ་འབྱོར་གྱིས་བཅུ་མས། «ཆོས་འབྱུང་དཔག་བསམ་རྩོན་པ་» གན་སུའུ་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།

མདོར་ན། རྩོམ་མཁུངས་ལཱ་ལུགས་པའི་སྐབས་ཐོག་དེར་སྟོན་བརྒྱུད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་མགུར་མ་འགའ་རེ་ཡོད་  
 སྲིད་ནའང་། མགུར་འབྲུམ་ཡོངས་སུ་སྟོགས་བསྟེན་གྱིས་མེད་དེ། གཅིག་ནས། དེ་དུས་བསྟན་བཅོས་ཚུལ་  
 པའི་སྒྲིམ་པ་ཆེར་མེད་པ་རྩོམ་མཁུངས་ལཱ་ལུགས་ཐོག་མཉམ་ཞིང་། རྩོམ་མཁུངས་ལཱ་ལུགས་ཐོག་མཉམ་པའི་  
 གྲགས་པོ་<sup>①</sup>བཀའ་གདམས་དགེ་བཤེས་སྒྲུ་བྱུར་བ་ཡི་ཤེས་འབར་(1042—1118) དང་། གཉལ་མི་བསམ་  
 གཏན། སྟོན་སྒྲུ་ཚུལ་ཁྲིམས་འབར་(1038—1103)། བ་རི་ལོ་སྟོ་བ་རིན་ཆེན་གྲགས་(1040—1111)། མར་བ་དོ་  
 བ་ཆོས་ཀྱི་དབང་ཕྱུག་(1042—?)། དགེ་བཤེས་སྤང་ཐང་བ་དོ་རྩོམ་གེ་(1054—1123)། དེ་ཉིད་ཀྱི་སྒྲིམ་པ་  
 ཡར་ལུང་ལྷགས་ཞིང་བ། བ་ཡགས་འདུལ་འཛིན། ལུང་མོ་མདོ་སྟེ། ཞང་བཅུན་ཆུང་། འགར་ཞང་ཞུང་བ། མ་  
 ཐང་བ། ཉེ་མལ་བ། ཤ་བོ་སྤང་བ་པསྒྲ་བྱུང་ཆུབ་བཅས་དང་། དགེ་བཤེས་ཁམས་པ་ལུང་བ་(1085—1175)།  
 མར་ཡུལ་སྟོ་ལྷན་དང་། དགེ་བཤེས་སྟུག་རུམ་པ་(1042—)། ལྷགས་རི་གོང་བ། པ་ཆབ་ལོ་སྟོ་བ་ཉི་མ་  
 གྲགས་(1055—?)། ཕྱག་ཁྲི་མཆོག་རྩོམ་སྟོ་ལྷན་ཤེས་རབ་(1059—1109)། རུ་ལོ་སྟོ་བ་(1016—?)། འཁོན་  
 དཀོན་མཆོག་རྒྱལ་བོ་(1034—1102)། དགེ་བཤེས་དོལ་བུ་ཤེས་རབ་རྒྱ་མཆོན། དགེ་བཤེས་ཤར་བ་ཡོན་ཏན་  
 གྲགས་པ་(1070—1141)། དགེ་བཤེས་བྱ་ཡུལ་བ་(1075—1138) བཅས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ནམ་ཐར་ཐར་ཐོར་ནམས་  
 མཇལ་བས་ཤེས་ལ། ལྷག་པར་དུ་མར་བའི་སྒྲིམ་པ་གཞུང་བཤད་ཆུ་བོའི་བཀའ་བབས་རྩོག་ཆོས་སྟུང་  
 རྩོམ་(1036—1102) དང་། བོད་ཀྱི་ལོ་སྟོ་བའི་ནང་ནས་བསྐྱར་གཞུང་མང་ཤོས་དང་མཁས་ཤོས་སུ་གྱུར་བ་རྩོག་  
 སྟོ་ལྷན་ཤེས་རབ་དང་། དབུ་མའི་འཆད་ཉན་སྟེལ་བ་བོ་པ་ཆབ་ལོ་སྟོ་བ་དང་། དཔལ་དོ་རྩོམ་འཇིགས་བྱེད་ཀྱི་  
 དབང་དང་གདམས་པ་སྟེལ་བ་བོ་སྟོན་གྲགས་ཆེ་བའི་རུ་ལོ་སྟོ་བ་སོགས་མཁས་པ་པལ་ཆེ་བ་ལ་གསུང་ཚུལ་  
 ཆེར་མེད་པར། གསང་སྟགས་སྟོར་ཀྱི་གཞུང་འགྱུར་བ་དང་འགྱུར་བཅོས་མཛད་པ་ཤུགས་ཆེ་བ་ལ་གཞིགས་  
 བ། དེ་དུས་བོད་ཀྱི་སྒྲིམ་པ་གསའི་འཕེལ་རིམ་དེ་ལོ་སྟོ་བའི་དབུང་སྟེ་དང་། འགྱུར་ཚུལ་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་པའི་  
 དུས་སྐབས་ཤིག་ཡིན་པས། ཁོར་ཡུག་དེའི་ནང་སུ་ཞིག་གིས་མགུར་མའམ་སྤྱི་ཕྱགས་ལ་གཅིགས་སུ་འཛིན།  
 དེ་བས། འཕགས་པ་དོན་ཡོད་ཞགས་པའི་སྟིང་བོའི་མདོ་ལ་སོགས་པ་བོད་ཡིག་ཏུ་བསྐྱར་མཁན་ཀྱི་ལོ་སྟོ་བ་  
 དོན་ཞགས་ཀྱི་སྟོར་ལ་འཕྲིན་ལས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའི་འཁོན་དཀོན་མཆོག་རྒྱལ་བོའི་སྒྲིམ་པ་བ་རི་ལོ་སྟོ་བ་ལྟ་བུར་

① སྒྲུ་བྱུར་བ་རྩོམ་མཁུངས་ལཱ་ལུགས་ཐོག་མཉམ་པའི་སྐབས་ཐོག་དེར་སྟོན་བརྒྱུད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་མགུར་མ་འགའ་རེ་ཡོད་  
 འབྲུང་གསལ་བའི་སྟོན་མ་། བོད་ཆོངས་མི་དམངས་དཔེ་སྟེང་ཁང་གིས་དཔར་བའི་ཤོག་ངོས་<sup>236</sup> དང་། འབྲི་གུང་བཀའ་བརྒྱུད་  
 ཆོས་མཛོད་ཀྱི་བོད་གྲུ་བའི་ཤོག་ངོས་<sup>70</sup> གླེ། ངམ་རྩོང་སྟོན་བརྒྱུད་དུ་བཞུགས་པའི་རྩོམ་མཁུངས་ལཱ་ལུགས་ཐོག་མཉམ་  
 རྩོམ་ཐར་ཉེ་མའི་འདྲ་བའི་སྟོན་མར། ཞང་སྟེ་བྱུར་བ་དང་རྩོམ་མཁུངས་ལཱ་ལུགས་ཐོག་མཉམ་པའི་སྐབས་ཐོག་དེར་སྟོན་བརྒྱུད་  
 གྲགས་པོ་ཡིན་པས། གསུང་ཡིག་དང་སྟེང་ཁྲུང་ལུང་མར་སྐྱར་རེ་མོས་མཛད་དེ། སྒྲིམ་སྟེ་བྱུར་བས། ར་ཤོང་བེ་སྐལ་ཡང་བསྐྱར་  
 བ་ཡིན། ལར་ཡང་རྩོམ་མཁུངས་ལཱ་ལུགས་ཐོག་མཉམ་པའི་སྐབས་ཐོག་དེར་སྟོན་བརྒྱུད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་མགུར་མ་འགའ་རེ་ཡོད་  
 རྩོམ་ཐར་སྐྱར་བ་ཡིན་ཟེ། སྒྲིམ་ཞང་སྟེ་བྱུར་བ་དེ་ཀར་དང་ཀར་ཀར་ལ་མཉེས་པ་ཡིན་ཟེ།

མཆོན་ནའང་། སྐབས་དེར་འཕྱིན་ལས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཆེ་བཅུན་གྱི་ནམ་ཐར་ལས་ཀྱང་ཤེས་ཏེ། སྤང་མོ་སྤང་དུ་  
 སང་བའི་ལམ་ཁ་ན། སྤང་བ་རི་ལྗོངས་བ་བྱ་བ་ལོངས་སྤྱོད་དང་ཐབ་ཀ་དང་རྟ་དང་བེར་ཕུལ་དང་། གདུགས་  
 སྐར་ཁིང་ཆོས་གསུང་བའི་ཆོགས་གཡུ་དུ་སང་བས། མིའི་ཆོས་པ་འདི་འདྲ་བ་ཅིག་ཡོད་པ་ཡིན། ངའི་མིང་པོ་  
 ཆེ་མ་བྱེད་པའི་ཆོས་པས་ཅི་འོང་བསམ་པ་བྱུང་ནས་ཕུ་རྒྱལ་མདའ་རྒྱལ་བས་པས་རུ་བའི་མཆོར་མལ་དུ་བལ་  
 དུམ་དང་། ཁྱི་སྤྱ་ར་བལ་ནམས་ལ་བྱས་པའི་སྐམ་བུ་སྤྱོད་ཅིག་ཐོན་པ་བྱིར་ནས་ཆེ་བཅུན་ལ་ཕུལ་ཏེ། མིའི་  
 ཆོས་པ་སྤང་བ་རི་ལྗོངས་འདྲ་བ་ཅིག་དགོས་པ་ཡིན། མིང་པོའི་ཆོས་འདིས་ཅང་མི་འོང་བས། སྐམ་བུ་འདི་ལ་  
 གོས་ཤིག་གིས་དང་། སྤང་བ་རི་བའི་ཉེ་གནས་ལ་ཁུས་པའི་གཏམ་རྒྱུད་ཡོད་པ་བཅས་ལ་བརྟགས་པས་ཀྱང་  
 གནས་བབ་ཇི་འདྲ་ཡིན་པ་ཅུང་ཟད་རིགས་འདེད་བྱེད་ཅུས་སོ། གཉིས་ནས། མཛོད་ནག་མའི་བཞེད་པ་  
 བཞིན་མགུར་འབྲམ་དངོས་སུ་བྱུགས་བསྐྱེད་བྱ་ཆེད། རས་པ་བྱ་ཆེན་ནམས་ཀྱི་ཐུགས་ལ་ཡོད་པ་ནམས་དང་།  
 མ་འཆོབ་པ་ནམས་ཆེ་བཅུན་ཉིད་ཀྱིས་ཁ་བསྐྱང་ཁིང་། རམ་ཐར་གྱིས་ཚུལ་དང་བསྐྱེད་ནས་ལུང་གནང་བ་  
 ཞིག་ཡིན་ན། བྱིས་སུ་མགུར་གྱི་གོ་རིམ་འཁྲུག་པ་དང་གངས་ཆད་མི་འདྲ་བ། ཆོག་རིས་མི་འདྲ་བ་བཅས་ནི་  
 ཡོང་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་གོ། ཆེ་བཅུན་གྱི་རྒྱུ་ཚམ་ནས་སྟོན་བརྒྱུད་དུ་དར་བ་ནམས་ཤོག་ཤོག་དུ་བཀོད་དེ།  
 རམ་ཐར་མང་དུ་མཐོང་བ་འམ་འདྲ་མི་འདྲ་མང་དུ་ཡོད་པའི་སྐབས་ཀྱིས་དུས་རབས་བཙོ་ལྷ་བའི་ནང་ཤིང་  
 དཔར་དར་བའི་གོ་སྐབས་བྱུང་བ་དང་བསྐྱེད་ནས་གཙང་སྟོན་ཉེ་རུ་ཀས་སྤར་ཡང་དག་ཐེར་བྱ་བྱིར། གངས་  
 ཅན་གྱི་སྤྱངས་འདི་ན་ཆེ་བཅུན་བཞེད་པ་རྩོམ་རིམ་ནམ་ཐར་དང་མགུར་འབྲམ་ཡང་དག་འདུག་ནའང་།  
 མགུར་མ་རེ་རེའི་བྱིར་ཡང་མངའ་རིས། དབུས་གཙང་། དུགས་པོ། ཀོང་པོ་ཆུན་ནས་དཀའ་བ་དུ་མས་སྤུལ་  
 ཁིང་བསྐྱེད་ནས་སྤར་དུ་གཞིངས་(བཞིངས) པར་དགོངས་པའི་ངང་ནས། དབྱར་དེ་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་མྱོན་བྱུར་  
 བྱུགས་ལ་ཕེབས། སྤར་མཁན་སྐགས་སྤར་གྱི་ཡོ་བྱད་རགས་པ་ནམས་སྟོན་ཐོན་མཛད། སྟོན་སྤར་ཤིང་ནམས་  
 སྤྱད་ཅིང་དེ་ནས་སྤར་གྱི་ཆ་རྒྱུན་ལ་དགོངས་ནས། འབུལ་སྤྱད་དང་བསོད་སྟོམས་མཛད། དེའི་སྐོས་ནས་ན་  
 འདུམ་ཤེལ་ཕུག་དུ་སྤྱོད་ཀྱང་འདུས་ཤིང་སྤར་ནམས་གཞིངས་(བཞིངས) པའི་དབུ་ཚུགས་པར་བཤད་<sup>①</sup>  
 པའོ། །

དེ་ཡང་། སྤར་རས་རྒྱུང་བ་དང་ངམ་རྩོད་རས་པ་གཉིས་ཀྱིས་བཀའ་བསྐྱེད་བ་མཛད་དེ། རྟན་བརྒྱུད་ཁག་

① ཀམ་རང་བྱུང་རྩོམ་སྐྱེགས། «རམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ»སྟོན་ཆ། བྱིས་མ། P68

② གཙང་སྟོན་ཉེ་རུ་ཀས་བཅམས།«རྣལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕྱུག་ཆེན་པོ་མི་ལ་རས་པའི་རམ་མགུར»མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་  
 ཁང་།1981. P874

③ རྩོད་ཆང་བ་མགོན་པོ་རྩོམ་སྐྱེགས།«གཙང་སྟོན་ཉེ་རུ་ཀ་བྱུགས་ཐམས་ཅད་ལས་རམ་པར་རྒྱལ་བའི་རམ་ཐར་རྩོམ་ཐེག་  
 པའི་གསལ་བྱེད་ཉི་མའི་སྤྱིང་པོ»P67—69

གཉིས་སུ་དར་བ་ལ་བརྟེན་ནས་བརྒྱུད་པ་སོ་སོའི་ནམ་ཐར་མང་དུ་བརྩམས་ངེས་ཤིང་། དེ་དག་ཀྱང་ནམ་ཐར་གྱི་སྤྱོད་ཁོག་འདྲ་ན་འདྲ་། ནང་གསེས་སུ་བྱུང་པར་ཅུང་ཡོད་པས་བྱིས་སུ་གཙང་སྦྱོན་གྱིས་སྒྲ་མ་གང་ལའང་མ་བརྟེན་པར་གསར་དུ་བརྩམས་པ་མ་ཡིན་པར་དེ་དག་གཞིར་བཅས་ནས་མང་པོ་ཁ་མཐུན་པ་..... ནམས་རང་ལུགས་སུ་བཀོད་ནས་དགག་བཞག་ཅི་ཡང་མ་བྱས་པར་ཕྱོགས་སུ་བཀྲམས་པ་ཡིན་ནམ་ལྟམ། དེ་ལྟར་རས་ཅུང་བ་དང་ངམ་རྩོང་རས་པས་བསྟུས་པ་ནམས་ནི་བཀའ་བསྟུ་དང་པོ་ལྟ་བུ་དང་། གཙང་སྦྱོན་..... བྱིས་བསྟུས་པ་ནི་བཀའ་བསྟུ་གཉིས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཆོད་འདུག དེ་འདྲ་ཡིན་ངེས་ཏེ། དཔེར་ན། རྟོན་པ་བཅོམ་ལུན་འདས་ཀྱིས་གསུངས་པའི་སྡེ་རྫོང་མཐའ་དག་ཀྱང་རྟོན་པ་ཞལ་བཞུགས་པའི་དུས་སྟེ། ཉན་ཐོས་ནམས་ཀྱིས་ཕྱོགས་བསྒྲིགས་མ་གནང་བའི་རྒྱུན་གྱིས་བྱིས་སུ་ཉན་ཐོས་འོད་སྤང་ཆེན་པོས་དབུ་འཁྲིད་དེ་རྒྱལ་བོའི་ཁབ་ཏུ་དག་བཅོམ་པ་ནམས་དཔང་བོར་གདན་ཞུ་བྱས་པའི་དབུས་སྟེ། ཀུན་དགའ་བོ་སོགས་ཀྱིས་སངས་... རྒྱས་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཞལ་སྒྲ་ནས་བཀའ་བསྟུ་ལ་བའི་མདོ་སྡེའི་རྩ་བ་དང་འདུལ་བའི་རྩ་བ་ཚམ་ཞིག་བསྟུས་པས་བཀའ་བསྟུ་བ་དང་པོ་དང་། སངས་རྒྱས་འདས་རྗེས་ལོ་བརྒྱ་ཙམ་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཉིས་པ་ཡོད་པར་གསུངས་པ་ནམས་ཀྱང་ཉིས་མེད་དུ་འགྱུར་ཐུབ་ཟེར་ནས་རུང་བ་མ་ཡིན་པའི་གཞི་བཅུ་ཟེར་བའི་སྟེལ་གསར་ཏུ་གཏོད་པས། དེ་དག་པ་བྱེད་མཁན་གྱི་གསུ་གནས་བཟན་མང་པོ་ཡོད་པའི་རྒྱུན་གྱིས་རུང་མེན་ཕྱོགས་བརྒྱུད་མཁན་ནམས་པམ་པར་བྱས་ཏེ། དག་ཐེར་མཛད་པ་ལ་བཀའ་བསྟུ་གཉིས་པར་གྲགས། དེའི་... བྱིས་སུའང་བཀའ་བསྟུ་བ་གསུམ་པ་བྱུང་བ་བཅས་ལ་གཞིགས་ན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་དངོས་སྟོབ་ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པ་དེ་དག་གིས་ཀྱང་བཀའ་བསྟུ་གསུ་བསྒྲིགས་མཛད་པའི་སྐབས་སྟེ། དཀའ་ཁག་མང་པོ་ཞིག་ལ་ཐུག་པས་ཐེངས་གཅིག་མ་ཡིན་པར་ཐེངས་གསུམ་དུ་དག་བསྒྲིགས་བྱེད་དགོས་པ་བྱུང་ཡོད་པ་བཞིན་ནོ། །

གསུམ་ནས། རྟོན་བརྒྱུད་ཕྱོགས་གཉིས་སུ་བྱིས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ནམ་མཁུར་མང་དུ་ཡོད་པར་བདེན་ཤས་ཆེ་བར་མཛད་ཏེ། དེའི་ཤེས་བྱེད་ཅིག་ནི། རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་མོས་ (1357—1419) ཟབ་ལམ་རྒྱ་རྩི་ཆོས་དུག་གི་འཁྲིད་དུ། འཆི་བའི་འོད་གསལ་ཆོས་ཀྱི་སྦྱེ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡིན་པ་ལ་ཡིན་པར་དོ་ཤེས་དགོས། །དེ་དོ་ཤེས་པར་བྱེད་པ་ལ་དེ་ལྟར་སྒྲ་མ་དམ་པས་དོ་སྣང་པ། གནས་ལུགས་ལྟ་བུའི་དོན་གོ་བ་དང་། མཆོན་བྱེད་ལམ་གྱི་འོད་གསལ་སྤང་འཆལ་ལོ། །རྗེ་མིད་ལའི་གསུང་ལུང་དྲངས་འདུག་པ་དང་། ཡང་དེ་ཉིད་དུ། རྗེ་བཙུན་མིད་ལས་ཀྱང་། བར་དོ་འཕྲང་སྒྲོལ་གྱི་གདམས་ངག་གིས་འཁྲིད་པ་ན། ཐོག་མར་སྐབས་འགོ་དང་སྒྲོན་འཇུག་གི་སེམས་བསྐྱེད་དུ་བཅུག་ཅིང་། དེའི་ཆོ་ཡང་ཕུང་སྒྲ་ཤོག་གིས་འདྲེན། མཛོ་སྒྲེལ་གཡང་ལ་ལྷུང་བ་དང་། བན་

① རྗེ་ཙོང་ཁ་བས་བརྩམས། «ཟབ་ལམ་རྒྱ་རྩི་ཆོས་དུག་གི་སྒྲོན་པའི་འཁྲིད་པའི་རིམ་པ་ཡིད་ཆེས་གསུམ་ལུན་» (《རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོའི་གསུང་འབུམ་ཏུ་ ཐ》) མཆོ་སྦྱོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱེད་ཁང་། 1999. P264

ཡོན་རེ་མཐོང་བ་ཙམ་གྱིས་ཞུགས་ན་ཕུང་གི་སྒྲ་འདྲེན་དུ་གསུངས་པ་ན་མས་ཇེ་ཙོང་ཁ་བ་ཞིང་དུ་གཤེགས་  
 པའི་རྗེས་ཏེ། ཀམ་སྐྱ་ཐེང་དུག་པ་ཆོས་ཇེ་མཐོང་བ་དོན་ལྟན་ (1416—1453) གྱི་སྐབས་མ་ཕྱི་བྱས་ནས་མང་དུ་  
 བཞེངས་པའི་རྣམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ་དང་། དུས་རབས་བཙོ་ལྷ་བའི་ནང་སྟེ། སལ་ཆེར་སྟེ་ལྷ་<sup>1488</sup> ལོར་  
 དཔར་དུ་བཏོན་པའི་གཙང་སྟོན་ཉི་ཤུ་ཀས་ཇེ་མི་ལའི་རྣམ་མཁུར་བཅས་སུ་མངལ་དུ་མེད་ལ། དབུས་གཙང་  
 མངའ་རིས་གང་དུ་འང་ཕེབས་སྟུང་བའི་ཞབས་དཀར་ཆོགས་དུག་རང་གྲོལ་ (1781—1851) གྱིས་ཀྱང་བྱིས་སུ་  
 བཅུམས་པའི་ཆོས་བཤད་གཞན་པན་ཉི་མར་ཡང་། ཇེ་མི་ལའི་ཞལ་ནས། གྲོང་ཡུལ་དུ་ལོངས་སྟོང་ལ་བྱུང་  
 རྒྱལ་དུ་སྟོང་ཆེ་བརྒྱ་འབུལ་བ་བས། རི་སྟོང་དུ་དཀའ་བ་སྟོང་ཆེ་ཟན་ཆང་རེ་བསོད་ནམས་ཆེ་བར་འདུག་  
 རྣམ་པ་བྱུང་གསུངས་པ་དང་། ཡང་བྲག་ལ་བསྐྱམས་པའི་བསྐྱམ་ཆེན་དང་། །འཆོ་བ་སྦྱར་བའི་ཡོན་བདག་  
 གཉིས། །སངས་མཉམ་པོར་རྒྱ་བའི་ཉེན་འབྲེལ་ཡོད། །ཅེས་ལུང་དྲངས་པ་དང་། ཇེ་དཔལ་སྤུལ་གྱིས་ཞལ་  
 ལུང་དུ། ཇེ་མི་ལའི་ཞལ་ནས། ཡེ་ཤེས་པའི་ལྷ་འཛིག་ཉེན་པའི་སྲུང་སྦྱོབ་ལ་སྦྱན་འདྲེན་པ་དེ་རྒྱལ་པོ་ཁྱི་ཐོག་  
 རས་པ་ལྟེ་བྱགས་དར་གྱི་ལས་བཙོལ་བ་དང་འདྲ་གསུངས་པ་དང་། སྟོན་ཇེ་བཙུན་མི་ལ་དགོན་ལྗེ་ཞིག་དུ་  
 ཕྱོན་ནས་མཆོན་གྱ་ཁང་ཞིག་གི་སྒྲོར་གཟིམས་བསྐྱད་པས། དེ་ན་གྲུ་བ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་མཆོན་མོ་ཉལ་ནས་  
 སང་ཉེན་བ་ཞིག་བཤའ་རྒྱ་ཡོད་པ་དེའི་གྲོ་བཙོང་ཐབས་ལ་བསམ་སྟོབ་བྱང་། མགོ་དེས་འདི་ཁྱེད་ལག་པ་  
 དེའི་སོག་པ་ལ་འདི་རི། དཔུང་བ་ལ་འདི་རི། ལག་ངར་ལ་འདི་རི་སོགས་བ་དེའི་བྱི་ནང་ཐམས་ཅད་ལ་ཆོང་  
 ཅིས་བྱང་བས། གཉིད་ཐུན་གཅིག་ཀྱང་གཉིད་ལོང་མ་བྱུང་བར་མཆུག་མ་མ་གཏོགས་ཐམས་ཅད་ལ་  
 འདང་ཕོག་སྐབས་ནས་ལངས། དེར་ཁོ་རང་འཕལ་དུ་ལངས་ནས་ཆོས་སྟོང་དང་གཏོར་མ་གཏོང་བ་སོགས་  
 བྱེད། ཇེ་བཙུན་ད་དུང་ཡང་གཟིམས་ནས་བཞུགས་པས་ཁོ་འོངས་ནས་བྱེད་ཆོས་པར་སྟོམ་པ་ལ། ཆོས་སྟོང་  
 དང་བསྐྱུས་བརྗོད་སོགས་གང་ཡང་བྱེད་མི་རུས་པར་ད་དུང་ཡང་ཉལ་ནས་སྟོང་པ་ཟེར་འཕྱ་བར་བྱེད་པ་ལ།  
 ཇེ་བཙུན་གྱི་ཞལ་ནས། ང་དུས་ཉིག་ཏུ་དེ་ལྟར་གཉིད་འདུག་པ་ཞིག་མིན་ཀྱང་མདང་སུམ་ང་རང་ལ་བ་ཞིག་  
 བཤའ་རྒྱ་ཡོད་པ་དེ་བཙོང་ཐབས་ལ་བསམ་སྟོབ་གཏོང་གིན་བསྐྱད་པས་གཉིད་ལོང་མ་བྱུང་བར། ད་ནང་  
 གཉིད་དུ་ཤོར་བར་འདུག་གསུངས་པས་ཁོའི་མཆོང་ལ་ཕོག་ནས་སོང་བར་གསུངས་པ་དང་། མཐོང་ལམ་གྱི་  
 བདེན་པ་མ་མཐོང་བར། །གཤིན་པོ་ལ་འཕོ་བ་མ་འདེབས་ཤིག །ཅེས་དང་། ལྷོ་ཁ་ནས་བྱས་ལ་སྦྱིན་པ་

① ཇེ་ཙོང་ཁ་བས་བཅུམས་《ཟབ་ལམ་རྒྱ་རོའི་ཆོས་དུག་གི་སྒྲ་ནས་འབྲིང་པའི་རིམ་པ་ཡིད་ཆེས་གསུམ་ལྟན》《ཇེ་ཙོང་ཁ་བ་  
 ཆེན་པོའི་གསུང་འབུམ་ཏ་ ཐ》》མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་1999. P213  
 ② ཞབས་དཀར་བས་བཅུམས་《ཆོས་བཤད་གཞན་པན་ཉི་མ》》ཀན་སུའུ་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་1997. P131  
 ③ ཇེ་དཔལ་སྤུལ་གྱིས་བཅུམས་《རྗོགས་པ་ཆེན་པོ་སྟོང་ཆེན་སྟིང་ཐིག་གི་སྟོན་འགྲོའི་བྲིད་ཡིག་ཀྱན་བཟང་སྒྲ་མའི་ཞལ་ལུང་》  
 མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་2005. P250

ཐོངས་ཞེས་དང་། སྤྱི་གཤམ་པས་ཨེ་འདག་སྒྲམ་པ་ན། །དག་བ་དྲན་ན་འདག་པ་ཡིན། །ཞེས་དང་།  
 ཟོས་མ་ཟོས་དམར་ཆུང་བྱེད་ལ་ཤེས་ཞེས་དང་། མི་སྟོགས་པ་ལ་ཟན་གྱི་བས་མི་ཆོག་ཟ་དགོས་པ་ལྟར། །ཆོས་  
 ཤེས་པས་མི་པན་ཉམས་སུ་སྤང་དགོས་ཞེས་དང་། སྦྱིར་རྒྱལ་བ་མི་ཡི་དབང་པོ་དེས། །ཆོས་ནམས་ཆོས་བརྒྱ  
 ད་འཛམས་ཕྱིར་གསུངས། །ད་ལྟ་མཁས་པར་སྒྲོམ་པ་ནམས། །ཆོས་བརྒྱད་ཆེ་བ་མ་སོང་ངམ། །རྒྱལ་བས་  
 ཚུལ་ཁྲིམས་སྤྱང་བ་དེ། །འཛིག་ཉེན་བྱ་བ་སྤང་ཕྱིར་གསུངས། །ད་ལྟ་འཛིག་སྤྱང་བཅུན་པ་ནམས། །བྱ་  
 བཞག་མང་དུ་མ་སོང་ངམ། །སྟོན་དུས་དྲང་སྤང་ཆ་ལུགས་དེ། །ཉེ་དུའི་འབྲེལ་ཐག་བཅད་ཕྱིར་གསུངས། །  
 ད་ལྟ་འཛིག་དྲང་སྤང་ཆ་ལུགས་ནམས། །དོ་སྤྱང་ཆེ་བ་མ་སོང་ངམ། །མདོར་ན་འཆི་བ་མ་དྲན་པའི། །དམ་ཆོས་  
 ཅི་བྱེད་གྱི་ནར་གདའ། །ཞེས་གསུངས་པ་ནམས་མཁུར་འབྲུམ་གང་དུ་འང་མཇལ་དུ་མེད་པས། རྣམ་ཐར་  
 གཞན་ཡོད་པ་རྗེས་སུ་དཔོག་ཅུས་པ་དང་། དེ་འདྲ་ཆོག་རིས་མི་འདྲ་བ་དང་གངས་ཆད་མི་འདྲ་བ་མང་བའི་  
 རྟལས་ཀྱིས་གཅིག་ནས། བཀའ་བརྒྱད་པའི་མཁས་པ་ནམས་ཀྱིས་སྟན་བརྒྱད་དང་། དེ་ཡིག་ཐོག་ཏུ་བཞོད་  
 པ་ནམས་ཕྱོགས་བསྒྲིགས་བྱེད་དགོས་པའི་སྐབས་ལ་གཏུགས་པ་དང་། གཉིས་ནས་དུས་རབས་བརྒྱ་བཞི་བ་  
 ནས་བཟུང་གིང་དཔར་ལག་ཆལ་བོད་དུ་དར་བའི་རྒྱུ་གྱིས་མཐུན་རྒྱུ་ཞིག་འཛམས་ཡོད་པས་སོ། །

### གཉིས་པ། མཁུར་མའི་དྲགས་དཔྱད་བྱེད་བྱུང་བཤད་པ།

#### གཅིག་ རྩོམ་ཉམས་ལ་མེ་ལོང་མའི་ཤན་ཞུགས་པ།

རྗེ་བཅུན་མི་ལ་རས་པའི་མཁུར་མ་ནི་བོད་ཀྱི་དམངས་ཁྲོད་རྩོམ་རིག་གི་རྩོམ་ཉམས་དང་ཆོས་ཀྱི་ལྟ་བ་  
 ལྟན་དུ་བསྐྱེས་པའི་རྩོམ་ཆལ་ཡན་གར་བ་ཞིག་སྟེ། རང་བཞིན་གྱིས་ངག་ལས་གྱུར་ཞིང་ཆོས་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་  
 ལྟན་པའི་རྩོམ་རིག་ཅིག་ཏུ་ངེས་པས་བོད་ཀྱི་རྩོམ་རིག་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་གསར་གཏོད་ཅིག་ཏུ་བགྲངས་འོས་པ་  
 ཞིག་སོ། །ཡིན་ནའང་། དཔྱད་ཞིབ་བྱས་ཆོ། དུས་རབས་བརྒྱ་གཅིག་པའི་ནང་དང་དུས་རབས་བརྒྱ་གཉིས་  
 པའི་མགོར་བྱང་བའི་རྩོམ་རིག་འདི་ལ། རྗེ་བཅུན་མི་ལ་ཞིང་དུ་གཤེགས་པ་ནས་བཅིས་པའི་བགྲང་བྱ་བརྒྱ་  
 དང་ང་ལྟ་བའི་རྗེས་ཏེ། སྤྱི་ལོ་<sup>1277</sup> ལོར་འགྲོ་མགོན་འཕགས་པའི་བཀའ་བཞིན་ལོ་རྒྱུ་བ་ཤོད་སྟོན་དོ་རྗེ་རྒྱལ་  
 མཆན་གྱིས་བོད་ཡིག་ཏུ་ཆ་ཆང་བསྐྱར་བའི་སྟན་ངག་མེ་ལོང་མ་དང་། ཕྱིས་སུ་བྱང་བའི་བརྟུ་གསར་བ་  
 འགའི་ཤན་ཞུགས་ཐེབས་པ་མཐོང་བྲིད་པ་ནི། མཁུར་འབྲུམ་དེ་ཉིད་རྗེ་བཅུན་མི་ལའི་དུས་སུ་ཕྱགས་  
 བསྒྲིགས་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པར་ཕྱིས་སུ་ཕྱོགས་བསྒྲིགས་མཛད་པའི་གོ་རིམ་དུ་བྱ་སྟོབ་ནམས་ཀྱིས་གསར་  
 བརྒྱག་དང་། མཁུར་མ་བཅོས་མ་ཡིན་པའི་སྐབས་བྱེད་ཡང་དག་ཅིག་སོ། །དེ་དག་ལ་ད་ལྟ་བའི་བར་དུ་རང་

རེའི་མཁས་པ་སྤྱི་ཁྱེད་ཉམས་ཞིབ་མཛད་མེད་པས། ཚུལ་བྱུང་ལོ་རྒྱུས་རྣམས་སྤྱི་ཚད་མཉམ་གྱིས་ལེན་  
 ཞིང་། ཁ་ཅིག་གིས་དེ་ལ་དམིགས་ཏེ་མཉམ་གྱིས་འདྲི་བའི་ཉེན་ཁའང་འབྱུང་གིས་པས། འདིའི་ཐད་ལ་ཡིན་  
 མིན་གྱི་དབྱེ་བ་གསལ་པོ་ཞིག་མ་བྱུང་ན། གཅིག་ནས་མཁུར་མའི་ཁྱད་ཆོས་དངོས་གནས་པ་དེ་ངེས་དཀའ་  
 བ་དང་། གཉིས་ནས་མཁུར་མའི་འཕེལ་རིམ་དེ་རྟོགས་དཀའ་བས། དཔྱད་པར་བྱ་བ་ནི་ཆེས་གནད་དམ་མོ་  
 ཞིག་ཏུ་འཁུམས་སོ། །

## ༡ དཔེ་རྒྱུན་གྱི་སྒྲིབ་པ།

སྤྱིར་འཛམ་གྲུ་གླིང་གི་མི་རིགས་གང་ལའང་དཔེ་རྒྱུན་གྱི་དབྱེ་བ་མི་འདྲ་བ་ཅུ་ལས་དཔེ་རྒྱུན་རང་ནི་  
 ཡོད་ངེས་པ་ཡིན་ཏེ། རྟོན་གང་ཞིག་གསལ་བར་བྱེད་པའི་སྤྱད་དུ་དཔེ་ཞིག་བཀོད་ཅིང་། མཚོན་བྱེད་ཀྱི་དཔེ་  
 དེའང་གང་དཔྱད་དཔྱད་དུ་བཀོད་པ་མ་ཡིན་པར་དེ་ལ་ཡོན་ཏན་ནམ་ཁྱད་ཆོས་རིམ་འདྲ་ཡོད་པ་དེ་ལྟར་མཚོན་  
 བྱ་རྟོན་གྱི་དཔེ་ཅན་ལའང་དེ་འདྲར་ཡོད་པའམ་འདྲ་མཚུངས་སུ་བརྗོད་དེ། ཉམས་དང་བཅས་པའི་སྒྲིབ་ནས་  
 གོ་སླབ་བརྗོད་པའི་ཆོག་གི་སྒྱུ་རྒྱུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་སོ། །འོད་དུ་སྟོན་པ་མེ་ལང་མ་དར་རྒྱུ་དཔེ་རྒྱུན་གྱི་  
 དབྱེ་བ་མི་འདྲ་བ་སོ་གཉིས་ཅུ་འབྲི་སྒྲིབ་བྱུང་སྟེ། རང་རེའི་ཡིག་ཐོག་ཚུལ་རིག་གི་སྒྱུ་རྒྱུ་སྤྱི་ལས་ཚད་  
 མཐོ་བོར་བྱིན་པ་སྤྱི་ཕྱིར་དུས་ཡུན་བསྐར་བས་ཤེས་ཅུས་སོ། །དེའི་ཡར་སྔོན་གྱི་རང་རེའི་ཚུལ་རིག་གི་སྒྱུ་  
 ཚད་དངོས་གནས་པ་དེ་ག་འདྲ་ཡིན་པ་བཏགས་དགོས་ན། ཏུང་ཉོང་ནས་ཐོན་པའི་མཁུར་དང་། མོ་ཆོག་རྩི་  
 རིང་གི་ཡིག་ཀྱི་དང་། བསྟན་པ་སྤྱི་དང་དང་བྱི་དར་དུས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་དག་གིས་བཅུམས་པའི་སྤྱི་ཚུལ་གྱི་ཤན་  
 རྟགས་ཆེ་བའི་འཕྲིན་ཡིག་དང་། བརྗོད་བྱུང་། བསྟོད་ཚུལ། འགྲེལ་བཤད། བསྟོད་བུ་ཡང་གཅིག་དངས་ན་  
 རྗོད་བཅུན་མི་ལའི་མཁུར་ལས་མེད་ལ། དེ་དག་ལས་ཏུང་ཉོང་ནས་བྱུང་པ་རྣམས་ནི་ས་འོག་དུ་དུས་ཡུན་རིང་  
 མོ་ཞིག་ལ་གཉིད་དུ་ཡུར་བས་སྤྱི་ཞིག་གིས་ཀྱང་ཉ་ལམ་བཟོ་བཅོས་ཐེབས་མེད་ཀྱང་། རྗོད་བཅུན་མི་ལའི་  
 མཁུར་ནི་དག་ཐོག་བརྒྱུད་དེ་སྟོན་བརྒྱུད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་དར་ཞིང་། དེ་ནས་ཡིག་ཐོག་དུ་ཕབ་པ་དང་། དུས་  
 རབས་བརྒྱབ་ཞིབ་སྟེ། རྗོད་ཅིང་ཁ་བའི་སྐབས་ཐོག་ནས་ཤིང་དཔར་ལག་རྒྱུ་བོད་དུ་དར་སྤེལ་བྱུང་རྗེས།  
 ཤིང་དཔར་དུ་སྤེལ་ཏེ་འགྲེམ་སྤེལ་གནད་ཡོད་པས། གོ་རིམ་དེ་དག་ཁྲོད་བཟོ་བཅོས་དང་ཁ་སྟོན་བརྒྱབ་ཡོད་  
 པ་ཆོག་ཉམས་འགའ་ལས་ཀྱང་ཤེས་ཅུས་སོ། །

དཔེར་ན། ཆེ་རིང་མཆོད་ལྷས་བྱོད་ལྷལ་བ་དང་ལྷས་ལན་གྱི་རིམ་པར། འཛམ་གླིང་སྟོང་པོ་རྒྱ་གར་.....

① བསྟན་འགྱུར་གྱི་དུམ་པ་ཙོ་པའི་ནང་བཞགས་པའི་བཅུན་པ་ཆེན་པོ་དཔལ་དབྱངས་ཀྱིས་མཛད་པའི་བོད་རྗེ་འབངས་ཡོངས་  
 ལ་སྤྱི་ལས་པ་གཅེས་པ་བསྐྱེད་པའི་འཕྲིན་ཡིག་

② སྤྱི་ཚུལ་དགོངས་པ་རབ་གསལ་གྱི་མདོ་མཚོད་དང་ཆོས་ཀྱི་སྤྱི་ཚུལ་པའི་བསྟོད་

ཡུལ། གཙུག་ལག་ཁང་ཆེན་པོ་གྲ་ལ། རིག་པའི་འབྲུང་གནས་དེ་ཉིད་ཀྱི། བྱང་སྒོ་སྤང་བའི་པལྗེ་ཏ། མི་  
 ཡི་སེང་གོ་འགན་ལྷ་མེད། རྒྱལ་བ་དན་པའི་སྤང་འགེམས་ཕྱིར། བྱང་སྒོ་བས་པོ་ཆེ་ཡི་དཔེ་དང་.....  
 མཚུངས། ཁྱེས་བྱང་སྒོ་སྤང་བའི་པལྗེ་ཏ་ཡིས་རྒྱལ་བ་དན་པ་འཛུམས་པ་ནི། སེང་གོ་ཡིས་རི་དྲགས་དང་  
 གཅན་གཟན་གཞན་ནམས་ཀྱི་སྤང་པ་འགེམས་པའམ་བཅོམ་པའི་གཟུགས་སུ་བཀོད་ནས། བྱང་སྒོ་བས་.....  
 ཆེན་པོ་འདྲ་བའི་དཔེ་རུ་བཀོད་པ་ལྟ་བུ་ནི། རྟན་ངག་མེ་ལོང་མ་བོད་རུ་མ་དར་བའི་སྒྲོན་རུ་རང་རེའི་བོད་  
 ལ་དེ་འདྲའི་བཤད་སྒྲུབ་མི་སྤང་སྟེ། རྟན་ངག་མེ་ལོང་མ་བོད་རུ་དར་རྗེས། མེ་ལོང་མ་རང་རུ་སེང་གོ་ཁྱེས་  
 པའི་ཐ་སྤང་མི་འབྲུང་ནའང་། རྟན་ངག་གི་གཞུང་དང་བརྟན་བཅོས་གཞན་ལས་སེང་གོ་ལ་བསྟོན་པ་དར་  
 སྒྲུབ་ཆེ་བ་ལ་ལུང་སྒྲུབ་བྱས་ཏེ་བྱུང་བ་མ་གཏོགས། བོད་རང་ལ་ནི་དེ་འདྲའི་སྒྲུབ་མེད་དེ། གཅིག་ནས། དཔེ་  
 ཅན་དེ་ལ་བྱུང་ཆོས་སམ་ཡོན་ཏན་འགའ་རེ་ཡོད་པ་དེ། དཔེ་ལའང་བྱུང་ཆོས་དེ་དག་ཡོད་པ་སྒྲུབ་རམ་...  
 རྟོན་སྒྲུབ་གང་རུང་གི་སྒོ་ནས་དཔེ་ཅན་དེ་དཔེ་དང་མཚུངས་པར་བརྗོད་པ་སྟེ། མཚུག་ཏུ་མཚུངས་པ་གསལ་  
 བྱེད་ཀྱི་སྒྲུབ་དོན་སུ་ཡོད་པའི་དཔེ་རྒྱན་གྱི་ནང་གསེས་བཅུ་བཞི་བ་སྒྲུབ་རྒྱན་དང་འདྲ་སེ་བ་འདི་འདྲ་བོད་  
 ཀྱི་གཞུང་བོའི་མཁུར་དང་དམངས་སྤྱིའི་ནང་མཐོང་མི་ལུས་ལ། འཛུམ་སྤྱིང་གི་བྱུང་བརྗོད་རྟན་ངག་རིང་...  
 གསལ་གསུང་སྒྲུབ་གི་ནང་རུ་འཇུག་པུ་མེད་དོ། གཉིས་ནས། གོང་རུ་བརྗོད་པ་ལྟར་དེ་འདྲ་ཟེར་དགོས་  
 པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་རང་རེའི་བོད་ཀྱིས་རྒྱལ་བ་དན་པ་འཛུམས་པའི་དཔལ་བོའི་མཚན་བྱེད་ལ་སྟག་བཀོད་  
 པ་མ་གཏོགས། སེང་གོ་ནི་མཐོང་རུ་མེད་ལ། བཀའ་གདམས་དགོ་བཤེས་རྗེ་པོ་ཏེ་བས། ལམ་གྱི་རིམ་པ་སྟེ།  
 སངས་རྒྱུ་ཀྱི་དགོངས་པ་ནམས་བོད་ལ་བྱུང་གང་ལ་རུ་སྟེལ་ཕྱིར། དེས་སྒྲུབ་དང་གོ་བདེ་བར་དམིགས་ཏེ།  
 པལ་ཆེ་བ་བོད་རང་རུ་གསལ་པའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་དཔེ་<sup>663</sup> ལྟག་ལམ་རིམ་གྱི་གཞུང་དང་སྒྲུབ་པའི་ནང་། བྱང་  
 ཅེས་པའི་དཔེ་གཅིག་བྱུང་བ་དེའི་འགྲེལ་བའི་ཐད། དཔེར་ན་བྱང་སྒོ་བས་པོ་ཆེ་བཞིས་རྒྱབ་སྤང་ནས་ཕྱོགས་  
 བཞིར་མདའ་འཕངས་པ་དེ་དག་མི་གཅིག་གིས་རུས་གཅིག་ལ་བར་སྤང་ནས་ཟིན་ཅིང་ལོངས་ན། དེ་.....  
 མཚུགས་སམ་མི་མཚུགས་ན་ཤིན་ཏུ་མཚུགས་ཏེ། དེ་བས་ཀྱང་ས་ལ་རྒྱ་བའི་ཡི་དྲགས་མཚུགས། དེ་བས་ཀྱང་  
 བཅུ་མཁའ་ལ་རྒྱ་བའི་ཡི་དྲགས་མཚུགས། དེ་བས་ཀྱང་ཉི་མ་དང་ལྷ་བ་མཚུགས་ཞེས་དེ་དག་མཚན་གཞི་  
 བཀོད་ཡོད་པ་ལས་སེང་གོ་བཀོད་མེད་པ་དང་། ཏུང་ཉིང་ཡིག་རྟིང་རུ་འང་། རྒྱལ་བོ་དང་སྒྲོན་པོའི་མཚན་ཏེ།  
 རྟག་བྱ་སྟ་གཟིགས་དང་། ཟིང་པོ་རྗེ་རྟག་སྒྱུ་པོ། སྤང་བཅོན་སྤམ་པོའི་སྐབས་ཆ་བ་རྟག་པོ་རྗེ་མེས་སྤང་། བྱི་  
 འདུས་སྤང་སྐབས་ཀྱི་སྒྲོན་པོ་རྗེ་གསལ་མང་ཞམ་རྟག་ཆ་བ། རྟག་སྤྱོད་ལོང་ཡོད། བྱི་ལྷ་གཙུག་བཅོན་སྐབས་ཀྱི་

① གཙང་རྒྱུན་ཏེ་རུ་གསལ་བསྟུགས། «རྒྱལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕྱག་ཆེན་པོ་མི་ལ་རས་པའི་...རྩམ་མཁུར» མཚོ་སྒྲོན་མི་རིགས་དཔེ་  
 སྒྱུན་ཁང་། 1981. P507  
 ② ལྷ་སྒོ་མཚོང་བ་ཤེས་རབ་རྟོག་རྟེན་བཅུ་མཁའ་། «དཔེ་ཆོས་རིན་པོ་ཆེ་སྤངས་པའི་འབུམ་འགྲེལ» (གངས་ཅན་རིགས་བརྒྱའི་སྒོ་  
 འབྱེད་ལྷ་མིག་དེབ་གངས་བཅུ་བདུན་པ་) མི་རིགས་དཔེ་སྒྱུན་ཁང་། 1991. P61



གློན་པོ་ཁྱིམ་བཟང་སྟག་ཚ་བ། གཞུ་བས་ཁྱི་སུམ་རྩེ་སྟག་ཚ་བ། གློན་ཁྱི་སྟག་ཚ་བ་དང་། ཞལ་རྩི་རིང་གི་རོས་སུ  
 སྟག་སྟུ་ལྷ་ཁོང་། ཞང་སྟག་ཚ་བ། གློན་སྟུ་བཟང་སྟག་སྟང་། ཁྱི་ལྷེ་སྟང་བཅན་གྱི་གློན་པོ་རྟོང་གློན་སྟག་  
 སྟེབས། སྟག་ཚ་བ། འབྲིང་ཡས་གློན་སྟག་ཟ། ཞ་སྟག་ཚན་སྟག་ལོང་། ཞང་མཆིམས་སྟག་བཞེར་རྒྱལ་སྟེབས།  
 འབྲོ་སྟག་བཞེར་པ་བ་ལ་སྟང་། དབའས་རྒྱལ་རྟོ་རེ་སྟག་སྟ། ཞང་འབྲོ་སྟག་བཅན་པོ་ཁྱི་གཙུག་ལྷེ་བཅན་གྱི་  
 སྐབས་སུ་བཙུགས་པའི་དཔོན་ཞང་མོ་ལ་བའི་རྩི་རིང་དུ། ཆེས་པ་ཆེན་པོ་རྟེན་སྟག་ཐིགས་མཁོ་ལོ་ལ།  
 བཀའི་འཕྱིན་གློན་བཅན་ཀ་གློན་སྟག་བཞེར་ཉ་བ་ཀེན། མཆུར་སྤུའི་རྩི་རིང་གི་རོས་སུའང་། ཞང་ཆེས་པོ་དང་  
 སྟག་བཟང་ཉ་སྟོན། ཁྱིམ་ཡིག་གི་སྟོར་དུའང་། ཁྱི་ཡིག་གློན་སྟག་སུམ་སྟག་ལེགས། རྟོ་རྟོག་གློན་སྟུ་བཟང་  
 སྟག་སྟེས་སྟགས་ཀྱི་མཆོན་ཟུར་དུ་སྟག་འབྱུང་བ་ལས་མེད་གེ་མིང་ཅན་ནི་གཅིག་ཀྱང་མི་འབྱུང་ལ། སྟང་  
 བཅན་གྱི་དུས་སུ་དཔའ་བོའི་ཁྱེན་ནམ་མཆོན་ཉགས་དུག་གི་གས་སུ་གྱུང་དང་སྟག་གི་སྟོག་པ་དང་། དཔའ་  
 ཆོན་དུག་དུ་སྟག་སྟོང་སྟག་སྟང་གནང་སྟེ་དར་བས། ཁྱི་སྟང་ལྷེ་བཅན་གྱི་སྐབས་སུ་འབངས་ཀྱི་ནང་ན་  
 དཔའ་བོའི་མཆོན་མར་སྟག་གི་ཐོག་དུ་སྟུལ་བ་དང་། གཡུལ་དུ་དཔའ་བ་ལ་སྟག་གི་ཟེར་ཆེན་ཟེར་ཆུང་  
 གནང་སྟེ་དར་ཡོད་པ་སྟགས་ལས། སྟག་ནི་རང་རེའི་བོད་ཀྱིས་གཅན་གཅན་གྱི་རྒྱལ་བོ་དང་དཔའ་བོའི་  
 མཆོན་བྱེད་དུ་གནང་བ་ཤེས་ལ། ཁྱུང་བོ་སྤང་ཟད་ཀྱིས་མོན་ཀའི་ནི་སྟག་ཆེག་པ། །སྟག་བཀྱམ་ནི་བྱ་ཆེའི་  
 བཀྱམ། ཀྱུང་བཀྱམ་ནི་བྱ་དུ་ཤུལ། སྟེ་ལྷ་ནི་ལྷེ་རྟེན་སྟུལ་ད། ཁྱེས་མགུར་དང་། བཅན་མོ་སང་མ་ཀར་  
 ཀྱིས། སྟག་ནི་ཤ་བཏགས་ཤིང་། ཀལས་སུ་ནི་མ་ཡོ་ཤིག་ཀལ་ལོན་དུ་ནི་མ་རྩལ་ཆེག་ཁྱེས་མགུར་དང་། ཁྱི་  
 འདུས་སྟང་གས་ཀྱང་། མོན་ཀའི་ནི་སྟག་ཆེག་པའ། བྱ་ལྷེངས་ནི་ཕྱིག་བཟ། བསྟོགས་ཀྱང་ནི་སྟུ་ཕྱི་  
 ལངས། ཁྱེས་པའི་མགུར་དང་། ཁེ་ཆད་རྒྱལ་རྟོ་རེ་མདོ་སྟང་གས། དུ་སྤུར་ནི་བསར་ང་བ། ཁོར་ཁྱིམ་ནི་  
 སྟུན་དུ་ཆུང་། རིས་བཀྱའ་ནི་བསར་ང་བ། མོན་ཀའི་ནི་སྟག་ཆེག་པ། བཅན་ཏེ་ནི་ཕྱི་མཁས་པ། རྒྱ་དུག་  
 ནི་དགུང་མཐའི་རྩེ། ཁྱེས་མགུར་དུ་བཞེངས་པ་བཅས་ལས་བཅན་པོའི་སྐབས་ཀྱི་དམངས་སྤུའི་ནང་  
 དུའང་། སྟག་དཔེ་དུ་བཀོད་པ་མང་བ་ལས། མེད་གེ་ནི་ཆེག་གཅིག་ཀྱང་མི་འབྱུང་ངོ་། ། སྟག་ནི་བོད་དུ་  
 དཔའ་བོའི་མཆོན་དོན་དུ་བྱེད་པས། གཞོན་སྟེས་སམ་དཔའ་བོ་རྣམས་ལ་སྟག་ཤར་དུ་གྲགས་ཤིང་། ས་སྟུ་  
 པ་རྩེ་ཉག་བཙུམས་པའི་ལེགས་བཤད་འབྲུལ་གྱི་དྲ་བ་ལས་ཀྱང་། རྒྱལ་ཁྱིམས་གསེར་གྱི་གཉའ་ཤིང་ཆག་གཙོ་  
 བོ་གོས་ཀྱི་རྒྱ་མཆོ་སྐམས། དཔའ་བོ་སྟག་གི་རེ་མོ་ཡལ། མོ་བཙུན་ངོ་ཆའི་གཡང་ལུག་དུང་ཅེས་གསུངས་པ་  
 དང་། མེ་ཆུང་དུ་འབར་ཆ་བ་ལ་མེ་སྟག་དང་། སྟངས་པ་འདུལ་ཞིང་སྟོག་པ་གསོད་པའི་སྟེ་སྟུན་ཁྱིམ་ལ་སྟག་  
 ཤ་དང་། ལུས་བསྟེད་པ་ལ་སྟག་སྟེད་དང་། དུས་རབས་བཙུ་གཉིས་པའི་སྐབས་སུ་བཙུམས་གནང་མཛད་  
 པའི་བེའུ་བུམ་སྟོན་པོར། མདོ་ཁམས་སུ་བྱད་མེད་ཅིག་ལ་ཁྱོད་སྟེད་པར་འདུག་གམ་དེས་པའི་ལན་དུ། སྟག་

རལ་ཅན་ཅིག་གཡས་ན་བཟ། གཡོ་ཁྱུར་ཅན་ཅིག་གཡོན་ན་བཟ། གཡུ་བྱལ་ཅན་ཅིག་དབུས་ན་བཟ། དེ་  
 ལྟ་བུ་ཅིག་མཐོང་ཅ་ན། ཁོ་མོ་མི་སྤྱི་སྤྱོད་སྤྱུག་གམ་དགོངས། ཐུག་རིས་ཅན་ཅིག་གཡས་ན་བཟ། རྒྱ་རིས་  
 ཅན་ཅིག་གཡོན་ན་བཟ། ཐུག་རིས་ཅན་ཅིག་དབུས་ན་བཟ། དེ་ལྟ་བུ་ཅིག་མཐོང་ཅ་ན། ཁོ་མོ་མི་སྤྱི་  
 སྤྱོད་གམ་དགོངས། ཁྱེས་སྤྱུ་ཞིག་བྱངས་པའི་ནང་སྤྱུ་རལ་ཅན་ནི་བྱུ་ལ་གོ་བ་འཁོད་ཡོད་པ་དང་། གནའ་  
 དུས་གཡུལ་བྱུ་ཤི་བའི་སྤྱུ་ཤར་དེ་དག་གི་དུར་ས་ལ་ཡང་། ཐང་ཡིག་གསར་མར་ལིག་ཡོན་ཏིན་(刘元鼎) གྱུ་  
 བ་རྟོད་དུ་བརྟོད་སྐབས་སྟོ་ཁའི་ས་ཁུལ་དུ་བང་སོ་མཐོང་བའི་གནས་ཚུལ་བཞོད་པ་ལས། ཡར་སྤྱང་གཙང་  
 བོའི་སྟོ་རུབ་ནི། ས་ཁོད་སྟོ་མས་ཤིང་བརྒྱད་ཆེ་ལ། ཡུལ་སྤྱངས་ཀྱང་རྣམ་པར་མངོས། གཙང་བོའི་འགྲམ་  
 གཉིས་སུ་འོས་བྱུ་ཤིང་གིས་ཁེངས་ཤིང་། དེ་སྟེད་དུ་བྱུག་པ་སྟེས་འདུག་པ་དང་དེ་ཞབས་སུ་བང་སོ་མང་བོ་  
 འདུག བང་སོའི་ལོགས་སུ་ས་ཁང་བཅིགས་པ་ཆོས་དམར་བོར་བསྐྱར་ཡོད་ལ། གྱང་ངོས་ན་སྤྱུ་དཀར་བོ་  
 ཞིག་བྱིས་འདུག དེ་གར་སྤྱུ་པ་རྣམས་ནི་མི་ཆེན་དང་གཡུལ་དུ་དཔའ་བ་རྣམས་ཀྱི་གདུང་རེད། ཁོང་ཏ་  
 རྣམས་འཆོ་བའི་སྐབས་སུ་སྤྱུ་པགས་གྱོན་ཞིང་། འདས་པའི་རྩེས་སུ་སྤྱུ་གི་གཟུགས་བརྟན་རི་མོར་བྱིས་ཏེ་  
 དཔའ་བོའི་ཉགས་སུ་ངོམ་པ་འདྲ་ཞེས་འབྱུང་བས། དཔའ་བོ་དེ་དག་གི་བང་སོ་ལའང་སྤྱུ་གི་རི་མོ་བྱིས་  
 ཏེ། རྩེ་བྱན་ནམ་དཔའ་བོ་མཆོན་བྱེད་དུ་བཞོད་ཡོད་པ་དང་། རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་སྤྱོད་མའི་གས་སུ་རས་པ་  
 རྩོ་རྩེ་དབང་བྱུག་ཅེས་པའང་དུས་སྤྱུ་ཡིན་པས་མཆོམས་ལ་ལར་ཉེ་བའི་སྤྱུ་སྤྱུ་སྟོམ་རས་པ་རྩོ་རྩེ་དབང་  
 བྱུག་ཅེས་ཀྱང་འབྱུང་ངོ་། རྩེ་བཅུན་མི་ལ་དང་དུས་ཐོག་མཉམ་པའི་དགེ་བཤེས་པོ་ཏྲོ་བས་ཀྱང་། སྤྱུ་དང་  
 སེང་གེ་ཞེས་པ་དང་། སེང་གེ་བསད་འདྲ་ཞེས་པའི་གསལ་བྱེད་ཀྱི་དཔེ་གཉིས་ཅམ་བཞོད་ཡོད་ནའང་། སྤྱུ་  
 མ་དེ་ནི་ཆོས་སྟོར་ཁྱུགས་ནས་སྤེ་བ་རེའི་ཆ་བཟུང་ནས་འཐབ་པ་ནི། སྤྱུ་དང་སེང་གེ་ལྟར་སོང་བ་ཞེས་

① བྱུ

② མནའ་མ

③ ཆ་པོ

④ བྱུ

⑤ མནའ་མ

⑥ ཆ་པོ

⑦ ལྟ་འབྲི་སྐང་བས་མཛད། «བེའུ་བུམ་སྟོན་པོ» (གངས་ཅན་རིགས་བརྒྱའི་སྟོ་འབྱེད་ལྟེ་མིག་དཔེ་བརྒྱུག་པ) མི་རིགས་དཔེ་  
 སྤྱུ་ཁང་། 1991. P286

⑧ རོན་བྱུ་བརྒྱལ་དང་ཁིན་ཆེན་དབྱིན་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱར། «ཐང་ཡིག་གསར་རྟིང་ལས་བྱུང་བའི་བོད་ཆེན་པོའི་སྤྱི་ལུགས་» མི་  
 རིགས་དཔེ་སྤྱུ་ཁང་། 1983. P104

⑨ རྩེ་སྟོམ་རྩོང་བ་ཤེས་རབ་རྩོ་རྩེ་མཛད། «ཆོས་རིན་པོ་ཆེ་སྤྱངས་པའི་འབུམ་འགྲེལ་» («གངས་ཅན་རིག་བརྒྱའི་སྟོ་འབྱེད་ལྟེ་»

སྟག་སེང་པན་ཚུན་མི་འཆམ་པའི་དཔེ་བསྟན་པ་ཅམ་དང་། ཕྱི་མ་ནི་སེང་གེ་ཡི་དམ་བཅན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་བོ་  
 བའོ། །དེའི་འབྲེལ་བའི་ཐད་དུ་ཕྱི་མ་ཚན་ཆེ་མ་ཕྱིད་ཁ་ཅིག་ཆ་ལུགས་རབ་དུ་བྱུང་བ་ལ་སོགས་པ་བྱས་ནས་  
 རྒྱལ་ཁབ་སྤྱི་གཞི་ཐོག་ཁྲུང་གསུམ་བསལ་འཛུལ་བསྟུང་འཕྲོག་གི་ལས་སྣ་ཆོག་ཀྱི་ཕྱི་ཅིང་། གཞན་ནམས་  
 རྒྱལ་འབྲེལ་པ་དང་ཕྱི་མའི་བཅུན་པ་སྟོ་དུག་ཅན་འདིས་མི་འཇིགས་པ་རྒྱུ་དུ་འཕངས་པས། འོ་སྐལ་དེའི་  
 རིགས་ཀྱི་ཆར་གཏོགས་པ་ཅམ་ཡང་བྱར་མི་གཏུབ་ཅེས་གསུངས་པ་ལས། སྐལ་བ་དན་པའི་སྐད་པ་འགེམས་  
 པ་དང་། གུང་སྟོབས་ཆེ་བའི་བཤད་སྒྲོས་ནི་རང་རེ་ལ་ངེས་ཆ་མེད་པས། རྩ་བྱའི་ཆོག་གང་གི་ནང་དུ་འང་  
 ཐོན་མེད་དོ། །

དེའི་ཕྱིར། མཁས་དབང་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱིས་ཀྱང་། རེ་རྒྱུ་འདི་རྒྱ་གར་གྱི་སྲོག་ཆགས་སུ་སེང་་་  
 གཤེས། འདིའི་མིང་ཡང་རྒྱ་གར་གྱི་སྐད་ཟུར་ཆག་པ་ཅམ་ཡིན་གྱི། རང་རེའི་ཡུལ་ན་ཐོག་མ་ནས་ཡོད་པའི་་་  
 སྲོག་ཆགས། ཉ་ལུག་ཁྱི་པག་སོགས་ལ་བོད་སྐད་རང་རྒྱ་བའི་མིང་ཡོད་པ་དེ་འདྲ་ཡང་འདི་ལ་མེད་ཅེས་་་  
 གསུངས་པ་བདེན་པ་མངོན་སུམ་དུ་གནས་པའི་གསུང་དུ་སྤང་ཞིང་། དག་ཡིག་ནམས་སུ་འང་རེ་རྒྱུ་ཞི་་་་་་་་་  
 ལེགས་སྤྱོད་ཀྱི་སྐད་དེ། ལེགས་སྤྱོད་ཀྱི་སྐད་ཟུར་ཆག་པ་ཡིན་ལ། འདི་རྒྱུ་དུ་ཡང་རེ་ཞེས་བཅེགས་མ་བྱེད་  
 པ་ནི་སྐད་ལ་རིགས་བསྒྲེས་པར་བཤད་པ་ལྟར་ཡིན་ནོ། །ཐ་སྐད་འདི་བོད་ལ་གནའ་ནས་ཡོད་པ་ཞིག་མིན་  
 པས། རང་རེའི་གནའ་བོའི་བོད་མིང་དུ་འང་རྒྱགས་མི་ཆེ་ཞིང་། རྒྱས་ཀྱང་དེ་འདྲ་མི་ཆེ་བའི་སྟབས་ཀྱིས་་་་་  
 སེང་གེ་ལ་དཔེ་སྤངས་ཏེ་གཏམ་རྒྱུད་དང་སྤྱི་སོགས་ཀྱང་ཡིག་ཆ་རྒྱུང་བ་ནམས་སུ་མི་འབྱུང་ངོ་། །ཡིན་  
 བའང་། སེང་གེ་ཞེས་པའི་ཐ་སྐད་ནི་བཅན་པའི་དུས་སུ་མེད་ཟེར་མི་རུང་སྟེ། སྤྱི་ལོ་<sup>1285</sup>ལོར་ལྷ་རྒྱུ་གླིང་  
 བས་གཏེར་ནས་བཏོན་པའི་བཀའ་ཐང་ཕྱི་ལོ་ལྷོ་ལོ་ནང་། སྟོང་ཕྱི་ལོ་དམག་ཉ་དབྱེད་པའི་སྐབས། རྒྱ་བོད་  
 འཐབ་དུས་དུ་བཞིའི་དམག་དཔོན་ལ། །རུ་ལག་དམག་དཔོན་འབྲོ་རྒྱལ་སེང་གེ་ཡིན། །རུ་རྒྱ་དང་བ་འཕུལ་  
 དམར་ཡིན། །རུ་དར་སེང་གེ་དཀར་བོ་གནམ་བསྐྱེད་ཐོགས། །ཞེས་དང་། ཡང་གཡས་རུ་སྤྱད་ཀྱི་དམག་  
 དཔོན་ནི། །འགོས་ཁྱི་བསྟོན་དཔལ་མོ། །རུ་རྒྱ་ནི་སྟོན་བོ་གཡུག་གཤོག། །རུ་དར་ནི་སེང་གེ་གོང་བཟ། །  
 ཞེས་དང་། དབུ་རུ་སྤྱད་ཀྱི་དམག་དཔོན་ནི། །སྐས་སྐྱེས་བཟང་སྟག་སྤང་ཡིན། །རུ་རྒྱ་ནི་མཆོའ་ལུ་གཟིག་  
 རིས། །རུ་དར་ནི་སེང་གེ་གོང་ནག་ཅེས་དང་། གཡོ་རུ་སྟོན་ཀྱི་དམག་དཔོན་ནི། །ལྷང་སྟག་བཟང་གཡུ་

མིག་ཅེས་བྱ་བ་བཞུགས་»དེབ་བཅུ་བདུན་པ། མི་རིགས་དཔེ་སྟར་ཁང་།1991. P250-251

① མཁས་དབང་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱིས་མཛད་།«རི་བོ་ཉི་མ་ལ་ཡའི་བསྟན་བཅོས་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ»(དགེ་འདུན་ཆོས་  
 འཕེལ་གྱི་གསུང་ཚུལ་ དེབ་གཉིས་པ། བོད་རྫོང་ས་བོད་ཡིག་དཔེ་རྒྱུན་ཁང་།1990. P384

② དུང་དཀར་སྟོ་བཟང་འཕྲིན་ལས་ཀྱིས་བརྒྱུ་ཞེས་།«ལོ་ཆོག་ས་དྲུང་ས་ཤེལ་མེ་ལོང་»(དུང་དཀར་ཆོག་མཛོད་)ཀྱང་གོའི་བོད་རིག་  
 པ་དཔེ་སྟར་ཁང་།2002. P2292

བཟླ་བྱ་བ་ཡིན། རུ་ཏྲ་ནི་སྐྱེག་གི་བྱ་མཆོཅིག རུ་དར་ནི་སང་གེ་ཁ་སྤྱོད། ཁེས་རུ་ལག་དང་གཡས་རུ་  
དབུ་རུ་དང་གཡོ་རུ་བཅས་ཀྱི་རུ་དར་ནི་རྒྱ་གར་རིག་གནས་ཀྱི་ཤན་ཤུགས་ཏེ། བླམ་སུ་འཛིགས་པ་མེད་  
པར་གནས་པའི་སང་གེ་དེ་ཉིད་བྱིས་ཡོད་པ་ལ་གཞིགས་ན། སྤོང་བཅོན་གྱི་སྐབས་ནས་ལྷ་སའི་གཙུག་ལག་  
ཁང་གི་ལྷ་མ་རྩེ་པད་འབྱར་དང་། སྤོ་རྒྱན་སོགས་ལ་སང་གེའི་གདོང་དང་གཟུགས་སོགས་བརྟེན་པ་རྒྱ་གར་  
རིག་གནས་ཀྱི་ཤན་ཤུགས་ཐོག་མར་ཐེབས་པ་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་གར་བ་རྒྱལ་མ་ནི་སང་གེ་ལ་ཆེས་ཆེར་བརྩེ་བས་ཡི་  
དམ་གྱི་ལྷ་མང་པོའི་བཞོན་པའང་སང་གེ་དང་། ལྷོན་པའི་སྐྱེས་རབས་སུའང་སང་གེའི་ཤར་རྩའི་རབས་  
དངས་པའི་བྱུར་རོ། རིག་གནས་དེའི་ཤན་ཤུགས་ཀྱིས་བསྟན་པ་སྤྲ་དར་གྱི་དུས་སུ་ཡི་ཤེས་སྤེས་བསྐྱར་བའི་  
འཕགས་པ་རྒྱ་ཆེར་རོལ་བའི་མདོ་སོགས་སུའང་སང་གེ་ཞེས་པའི་མིང་མང་དུ་བྱུང་ཡོད་ལ། བྱུར་པའི་དུས་  
སུ་ཞ་ལུ་ཆོས་སྤྱོད་བཟང་པོས་<sup>(1441--1527)</sup> རྒྱ་གར་གྱི་སྟན་ངག་མཁན་པོ་པའླི་ཏྲ་དཔལ་ལྷན་དཔལ་འཛིན་  
སྤེ་ཡིས་མཛད་པའི་མདོན་བཟློང་གྱི་བསྟན་བཅོས་སྤྱ་ཆོགས་གསལ་བའམ་མིང་གཞན་ལུ་ཏིག་སྤོང་བ་ཞེས་  
པ་བསྐྱར་བའི་ནང་དུའང་། སང་གེའི་མདོན་བཟློང་མི་འདྲ་བ་ཉེར་དགུ་དངས་ཡོད། བསྟན་བཅོས་དེ་དག་  
ཏུ་དེ་ལྟར་འབྱུང་མོད་ཀྱང་། སང་གེའི་དཔེ་བཞུགས་པའམ་བརྟེན་སྐྱར་བ་ནི། རང་རེའི་མཁས་པས་བཟུམས་  
པའི་སྟན་ངག་རྒྱལ་སུ་མེད་པས། བྱུང་པར་དུ་རྩེ་བཅོན་མི་ལའི་མགུར་དང་སྐབས་དེའི་དམངས་ཁྲོད་ཀྱི་  
སྤའི་ནང་དུ་བྱུང་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་ཤོ། ཁོ་ན་གེ་སར་སྤྱོད་དུ་བྱུང་བ་མིན་ནམ་ཞེ་ན། ཉོར་སྤོང་གཡུལ་  
འགེད་དུ་བྱུང་སྟན་རྒྱལ་མོ་དེ་ཉིད་སང་གེ་དཀར་མོ་ཞིག་ལ་བཅིབས་པར་བཤད་པ་དག་ལས་བྱིས་སུ་རྒྱ་གར་  
གྱི་ལུགས་སྒོལ་གྱིས་ཤན་ཤུགས་པ་རྟོགས་སྤྱོད། །

① གཙང་རྩོན་ཉེ་ལྷག་ས་འཁྱིལ་གྱི་དབང་ཕྱུག་ཆེན་པོ་མི་ལ་རས་པའི་རྩམ་མཁུང་། མཆོ་རྩོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུག་  
ཁང་། 1981. P593

ལྷན་པའི་དམངས་སྤྱི་མང་གཞིའི་རྒྱུ་རྐྱེན་ལྟར་བཅའ་ཁྲིམས་པའི་མཁུར་གྱི་ནང་དུ་བྱུང་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་གོ། དེའི་  
 རྒྱ་མཚན་གཙོ་བོ་ནི། སྐབས་དེ་དག་དུ་རང་རེའི་བོད་ལ་པད་མ་ལ་སྐོས་པའི་མིང་མེད་པར་ཟེར་བ་མ་ཡིན་  
 པར། དཔེ་རྒྱན་དུ་བཀོལ་བ་ནི་བརྗོད་བྱའི་དོན་དེའི་མཚོན་དོན་གསལ་བར་བྱེད་པའི་སྤྲད་དང་ཚིག་ཉམས་  
 མཛེས་བྱེད་དུ་སྦྱར་བ་ཡིན་ཅི་ན། དཔེ་དེ་དག་བོད་ལ་དར་ཏེ་འདྲིས་ཆེ་དགོས་ཀྱང་། གཅིག་ནས་པད་མ་  
 སྐོས་ཀྱི་མིང་རང་རྒྱ་བ་དེ་འདྲ་བོད་ལ་མེད་པ་དང་། གཉིས་ནས་རྒྱ་གར་གྱི་བཀའ་དང་བསྟན་བཅས་མང་  
 བོ་བོད་དུ་བསྒྱུར་བའི་གོ་རིམ་ནང་། མིང་དེ་དག་བོད་དུ་དར་ཡོད་ནའང་། མཁས་པ་རྣམས་མ་གཏོགས་བོད་  
 མི་པལ་ཆེ་བ་ལ་རྒྱས་མི་ཆེ་བ་དང་། གསུམ་ནས་སྤར་ཆོས་གཞུང་མང་བོ་བོད་དུ་བསྒྱུར་བའི་རྒྱུ་ལྟར་  
 ཐད་ཀར་དམངས་ཁྲོད་དུ་ཆོས་བྱབ་གདལ་དུ་དར་མེད་ཅིང་། རྒྱ་བཅུན་མི་ལའི་དུས་སྐབས་དེ་ནི་ནང་ཆོས་  
 དམངས་ཁྲོད་དུ་དར་བ་དང་། ནང་བསྟན་གྱི་གཞུང་ལུགས་དེ་ཉིད་བོད་རིགས་ཅན་དུ་འགྱུར་བའི་དུས་  
 སྐབས་ཤིག་དབུ་ཚུགས་པ་ཡིན་ཕྱིར། དེ་དུས་གོ་སྤྲོད་བར་ཆོས་སྤེལ་བའི་གོ་རིམ་དུ་རྒྱ་གར་གྱི་ཡུལ་ཆོས་བཞིན་  
 དཔེ་མེ་ཏོག་པད་མ་སྐོས་ལ་སྦྱར་བ་ལ་དགོས་པ་མི་སྤང་ངོ་། །དོན་གྱིས་མཁུར་མ་འདི་དག་བྱིས་སུ་གཙང་  
 རྒྱུན་གྱིས་བཟོ་བཅས་གནང་བ་གང་ཡིན་མི་ཤེས་ཀྱང་། དུས་རབས་བཙོ་ལྷ་བ་ནས་བཟུང་བོད་ཀྱི་ཚུལ་ཆལ་  
 ཡར་རྒྱས་ཕྱིན་པའི་དུས་སྐབས་ནང་ལྷན་ཞུགས་པར་མཛོན། དེ་ལྟར་བཤད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་  
 འུངས་གཏུགས་ས་གཅིག་ནི། རྒྱ་བཅུན་མི་ལ་མཚོག་གི་དངོས་སྤྱོད་རས་པ་བྱ་ཆེན་བཅུ་གཉིས་ཀྱིས་མཛད་  
 པའི་རྒྱ་བཅུན་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་དང་། ཆོས་རྒྱུ་དུས་གསུམ་མཁུན་པ་<sup>(1110—1193)</sup> ནས་སྟན་བཅུད་ཀྱི་  
 ཚུལ་དུ་དར་བའི་རྒྱ་བཅུན་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་མཛོད་ནས་མ་གཉིས་ཀར་ཡང་། མཁུར་དེ་དག་མཛལ་དུ་མེད་  
 པས་ཤིས་སོ། །

## ལ གཞུགས་རྒྱུ་གྱི་སྐོར་

གཞུགས་རྒྱུ་ནི་འཛམ་གླིང་གི་མི་རིགས་གང་ཡིན་ནའང་། ཚུལ་རིག་སྒྱུ་ཆལ་གྱི་འཕེལ་རྒྱས་ཆེར་སོན་  
 པའི་དུས་སུ་བྱུང་བ་བཞིན། བོད་ལའང་ཐོག་མ་ནས་ཡོད་པ་ཞིག་མིན་པར་ངེས་ཏེ། ཡིག་ཐོག་ཚུལ་རིག་གི་  
 འཕེལ་འགྱུར་དང་བསྟན་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་གོ། འཛམ་གླིང་གི་སྟན་གཞུང་ཆེན་མོ་མེ་ལོང་མའི་ནང་དུ་འདྲ་  
 དོན་རྒྱུ་གྱི་ནང་གསེས་སུ་ཐོག་མར་རང་བཞིན་བརྗོད་པའི་རྒྱུ་བཞི་ག་དང་། དེ་ནས་དཔེ་རྒྱུ་སྐོར་གཉིས་  
 ཏེ། དཔེ་དང་དཔེ་ཅན་གཉིས་འདྲ་བའམ་མཚུངས་པ་ཆོག་གསལ་དུ་ཐོན་ཞིང་། དཔེ་ཡི་རྣམ་འགྱུར་མི་འདྲ་  
 བ་ཆོས་དཔེ་ནས་རིམ་ཅར་དང་། དེ་ནས་ཡང་དཔེ་དང་དཔེ་ཅན་གཉིས་ཐ་དད་དུ་སྤང་བ་མིན་པ་སྟེ། སྐོར་  
 སོར་མ་བྱེ་བར་ཐད་ཀར་དཔེ་ཅན་དེ་དཔེའི་གཞུགས་སུ་བཀོད་པའི་རྒྱུ་ཉི་ཤུ་ལས་ཐོག་མར་བསྒྲིམ་པའི་  
 གཞུགས་ཅན་ནས་གོ་རིམ་བཞིན་བྱུང་བ་ནི། སྟན་ངག་གི་རྒྱུ་སྤངས་བདེ་བའམ་ངེས་སྤྱོད་པ་རྣམས་སྟོན་དུ་

བསྟན་པ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་ཚུམ་རིག་སྒྱུ་རྒྱལ་གྱི་འཕེལ་རིམ་ལྟར་རིམ་ཅར་དུ་བསྟན་པ་ཞིག་གོ། དེའི་ཕྱིར།  
 དཔེ་རྒྱན་དར་བའི་མང་གཞིའི་སྟེང་། གཟུགས་རྒྱན་ནམས་དར་བའི་དུང་ཉོང་ཡིག་རྟིང་དུ་བྱུང་བའི་ཐོད་  
 གྱི་ཐོག་མའི་མགུར་དང་། དམངས་ཁྲོད་དུ་དར་བའི་ཨ་ཆགས་ཆགས་དགུ་ དེ་ནས་གོ་སར་གྱི་སྤྱང་སྟགས་  
 དང་། དེའི་ཕྱིས་སུ་སྟན་པ་ག་མེ་ལང་མའི་ཤུགས་སྟེན་འོག་བྱུང་བའི་ཚུམ་རིག་པན་ཚུན་བསྐྱར་བས་ཤེས་  
 སོ། །

ཡིན་ནའང་། བཙན་པོ་དུས་སྐབས་མཐུག་གིས་བའི་རྗེས་སུ་རིག་གནས་ཕྱོགས་གང་ཐད་ནས་སྤྱར་ཡང་  
 ཉམས་གསོ་མཛད་པའི་དུས་ཡུན་ནང་། ཐོད་རང་གི་ཁྱད་ཆོས་ལྟར་བཅམས་པའི་བཅམས་ཆོས་ཐོག་མ་རྗེ་  
 བཙན་མི་ལའི་མགུར་གྱི་ནང་དུ་འདྲ་གཟུགས་རྒྱན་གྱི་སྒྱུར་སྤངས་ཆོས་ཡ་མཛན་དང་། རྒྱ་གར་ཚུམ་རིག་གི་  
 ཤན་ཤུགས་དངོས་གནས་པ་ཡིན་པ་དང་དམ་ཤུགས་ཀྱིས་རྟོགས་སྤྱོད་པ་འགའ་ཞིག་འབྱུང་བའི། དེའི་ཡར་  
 སྔོན་དུ་བྱུང་བའི་བསྐྱར་ཚུམ་གྱི་ཤན་ཤུགས་པ་ཁོ་ན་མ་ཡིན་པར་ཕྱིས་བྱུང་གི་སྒྱེ་བོ་དག་གིས་བཟོ་བཅོས་  
 བརྒྱབ་པ་བསྟན་མི་ལུས་སོ། །དཔེར་ན། ཆོ་འབྲུལ་རྩལ་གྱི་ར་རི་ལ། །ང་རྣལ་འབྱོར་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་མཛན་ཞིག། །  
 ①ཞེས་ཁ་འཐོར་སྒྲ་ཆོགས་གྱི་སྒྲོར་ལས་བྱ་སྒྲོབ་དང་ཉ་མའི་ཁྱུས་ལན་གྱི་སྒྲོར་དུ་གསུངས་པ་དང་། འཆར་ག་  
 འོད་གྱི་བྱ་བ་ཡིས། །སྒྲོ་གོས་པ་སྒྲོ་འདབ་རྒྱས་ཤིང་། །ཆད་མེད་བཞི་ལྷན་ཟེའུ་འབྲུའི་ཆོགས། །དེ་རིང་ཉིད་  
 དུ་འབྲུང་བར་མཛོད། །ཅེས་དང་། ཡང་རིག་པའི་ཚུ་སྒྲ་རྟོག་པ་དྲུངས། །འོད་གསལ་གྱི་ཉི་མ་སྤྱོད་དང་  
 བུལ། །མ་རིག་ཐུན་པ་མཐའ་ནས་སངས། །ཆོངས་པའི་མགོ་འཁོར་ཡལ་ནས་ཐལ། །ཞེས་དང་། ཡང་རྗེ་  
 འགུན་གྱི་དོ་མེད་བཀའ་དྲིན་ཅན། །སྒྲ་སྒྱུར་མར་བ་ལོ་རྩྱ་དེ། །དག་པ་ལོངས་སྤྱེའི་ཚུལ་དུ་བཞུགས། །ཁོང་  
 ཤུགས་རྗེ་སྤྱོད་བུལ་སྒྲ་བ་ལས། །དྲི་མེད་དཀར་པོའི་འོད་འཕྲོས་པས། །གདུལ་བྱའི་སྟིང་གི་ཀྲ་ལུ་ད། །  
 མཛེས་པའི་མེ་རྟོག་ཁ་ཕྱེ་ནས། །རྟོགས་པའི་ཟེའུ་འབྲུ་གཡོ་བར་བྱེད། །དེ་མཐོང་དམ་འཛིག་རྟོན་མིག་  
 བསྐྱར་མ། །མ་མཐོང་སྤྱོད་པ་ཆེ་བའི་ཕྱིར། །ཞེས་དང་། སྒྲ་སྒྱུར་ལོ་རྩྱ་ཆེན་པོ་ཡི། །མཛེས་པའི་ཚུ་སྤྱོད་ཟེའུ་  
 འབྲུ་ཅན། །ཕྱག་མཐེལ་མགོ་ལ་རིག་མཛད་དེ། །དབང་བསྐྱར་རྒྱུད་བཤད་གདམས་དག་གིས། །སྤྱོད་ཅིང་  
 སྟོལ་མཛད་སྐལ་བ་ཅན། །སྤྱོད་པ་མཐའ་ཕྱིན་རས་པ་རྗེ། །དཔལ་ལྷན་བཞད་པའི་ཞབས་ལ་འདུད། །དེ་  
 རྗེས་མཛེས་མས་ཁྱུས་པའི་ལན། །འབྲང་སྒྲོལ་གནད་གྱི་བར་དོ་ལ། །མི་འགྱུར་གསལ་བྱེད་ཆོག་གི་

① གཙང་སྟོན་ཉེ་དུ་གས་བསྒྲིགས།《རྣལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕྱག་ཆེན་པོ་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མགུར》མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་  
 ཁང་།1981. P685  
 ② གཙང་སྟོན་གྱིས་བསྒྲིགས།《རྣམ་མགུར》མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་། 1981. P469  
 ③ གཙང་སྟོན་གྱིས་བསྒྲིགས།《རྣམ་མགུར》མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་། 1981. P466  
 ④ གཙང་སྟོན་གྱིས་བསྒྲིགས།《རྣམ་མགུར》མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་། 1981. P477

གཟུངས། ཁྲི་དཔལ་དྲལ་པ་གསེམ་ཕྱིར་བཀོད། ཁྲི་ཐེ་སྒྲོ་བ་མ་ཆམས་ཀྱིས་ཟིན་བྱས་སུ་བཀོད་པ་བཤད་པ་  
 དང་། ཡང་རྒྱ་གཞི་སྤྱི་ཆོགས་འདུས་པའི་དབུས། ཁག་ན་རིག་སྤྱོད་དབྱེར་མེད་མེད་གཤེ་གྲི། སྤྱིད་པའི་  
 སྤྱི་ཆོག་སྤངས་པ་སྤྲོ་དང་། སྤྱི་ཆོགས་རྟོགས་པའི་སྤྱི་བཤམ་བ། འོད་གསལ་ཉི་ཟླའི་དགྲིལ་འཁོར་ལ། ས་  
 སྤམ་རྩེ་བཅུན་བཞུགས་པ་དེ། སྤྱི་བཤམ་བས་མི་ངོམས་གཟི་མདངས་ཅན། འཁྲལ་ལྗང་དེ་ལྟན་ནི་ཤིན་ཏུ་  
 མཛེས། ཁྲི་ཐེ་སྒྲོ་བ་མ་ཆམས་ཆོ་རིང་མཆེད་ལུས་དྲོད་ཉུལ་བ་དང་ཞུས་ལན་གྱི་རིམ་པའི་ཐད་དུ་བྱུང་བ་དང་།  
 ཡང་རྩེ་བཅུད་ཀྱི་ཐུགས་རྩེའི་དགྲིལ་འཁོར་ལས། བྱིན་རྒྱལས་གྱི་ཆོ་བེར་འཕྲོས་པ་ཡིས། བདག་སྤྱོད་པད་  
 མོ་ལ་བྱེ་སྤྱོད། ཉམས་རྟོགས་གྱི་དྲི་བསྐྱུང་འཕྲོ་བ་འདི། ཁྲི་ཐེ་སྒྲོ་བ་ཉམས་རྟོགས་གྱི་སྤྱི་བཤམ་པའི་སྤྱོད་དུ་  
 བྱུང་བ་དེ་དག་ལས། ཆོ་འཕུལ་རྩལ་གྱི་ར་རི་ཐེས་གཟུགས་ཅན་འཕར་མ་དང་། འཆར་ཀ་འོད་ནི་དྲོད་བ་དང་།  
 སྤྱོད་ཀྱིས་ནི་པད་མོ་འདབ་མ་རྒྱས་པ་དང་། ཆད་མེད་བཞི་ལྟན་ནི་བེའུ་འཕྱུའི་ཆོགས་དང་། རིག་པ་ནི་ཆུ་སྤྱོད་  
 དང་། འོད་གསལ་ནི་ཉི་མ་སྤྱི་དང་བཤམ་བ། མ་རིག་ནི་སྤྱོད་པ། ཐུགས་རྩེ་ནི་སྤྱོད་བ་དང་། གདུལ་བྱའི་  
 ཐེམས་ནི་ཀྱུ་སྤྱོད། རྟོགས་པ་ནི་བེའུ་འཕྱུ་དང་། ཐུག་མཐེལ་མཛེས་པ་ནི་ཆུ་སྤྱོད་བེའུ་འཕྱུ་དང་། དེས་མགོ་ལ་  
 རིག་པ་དང་། སྤྱིད་པའི་སྤྱི་ཆོག་སྤངས་པ་ནི་པད་མ་དང་། འོད་གསལ་ནི་ཉི་ཟླའི་དགྲིལ་འཁོར་། བྱིན་རྒྱལས་ནི་  
 ཆོ་བེར། རང་གི་སྤྱོད་ནི་པད་མོ། ཉམས་རྟོགས་ནི་དྲི་བསྐྱུང་དང་། རས་པ་དར་མ་དབང་སྤྱི་ལ་གསུངས་པའི་  
 བསྐྱུར་དུ། མ་རིག་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཆོན། རིགས་དྲུག་འཁོར་བའི་ཆོང་སྤྱི་གཤོག་བདོག་སྤྱི་གསུམ་གྱི་སྤྱོད་མ་  
 བཤམ་བ། སྤྱི་གསུམ་གྱི་རྩལ་སྤྱོད་སྤྱོད་བར་དེས། ཁྲི་ཐེ་སྒྲོ་བ་མ་ཆམས་ཆོ་རིང་མཆེད་ལུས་དྲོད་ཉུལ་བ་དང་ཞུས་ལན་གྱི་རིམ་པར། ད་རིས་སྤྱོད་  
 དཔོན་ཁྲོད་ཀྱི་མཐུས། བྱུང་རྒྱུ་ཐེམས་གྱི་གཟིངས་བཅས་ནས། འཛིགས་ཤིང་ལྟ་བའི་རྒྱུང་ལྷག་དང་། འདྲོད་ཡོན་གཡོ་བ་སྤྱི་ཆོན་མའི་སྤྱོད་། འཕས་གྱི་ཆུ་སྤྱོད་འཆོ་བ་ལས། མི་འཛིགས་བདེ་བས་བསྐྱུར་བས་ནས་  
 ཀྱང་། ས་རྩལ་སྤྱོད་པ་ནི་བེའུ་འཕྱུ་འི་སྤྱོད་། སྤྱི་ཆོགས་རིན་ཆེན་ས་གཞི་ལ། འཕམ་རིང་དུ་བ་པའི་ཆོང་བ་  
 ཆམས། འཕམ་སྤངས་དལ་བར་གཉིད་ལྷག་ཅིང་། ཅི་བསམ་དགོས་འདྲོད་ལེན་པར་ཞུ། ཁྲི་ཐེ་སྤྱོད་ཀྱི་  
 ཐེམས་དེ་ཉིད་སྤྱི་གཟིངས་དང་། འཛིག་ལྟ་བའི་རྒྱུང་ལྷག་ འདྲོད་ཡོན་ནི་སྤྱི་ཆོན་མའི་སྤྱོད་དང་། རས་རྒྱུང་བ་ལ་

②གཙང་རྫོན་གྱིས་བསྒྲིགས།《ལྷམ་མགུར་》མཆོད་རྫོན་མི་དཀའ་ས་དཔེ་རྒྱུ་ཁང་། 1981.510-511

<sup>④</sup>གཙང་རྫོན་གྱིས་བསྒྲིགས།《རྩམ་མཁར》མཆོད་རྟེན་མི་དགས་དཔེ་སྐྱུ་ཁང་།1981.P373

རིག་པ་ལྷག་འདེབས་ཀྱི་མགུར་དུ། ཆོས་འབྲས་བུའི་རྒྱལ་པོ་རིན་ཆེན་སྤྲིང་། །བྱ་རིག་པའི་ཆོང་ཕྱག་ཆོང་  
ཞིག་འདྲོན། ཆོང་ཕྱག་མེལ་ཆོམ་ཞན་ཅིག་། བརྒྱལ་མེལ་ཆོམ་པ་ན། ཆོས་ཉིད་ཀྱི་ནོར་བུ་འཆར་ཉེན་  
གང་ལ། །བྱ་རས་རྩུང་སྤྲའི་བཀའ་ལ་ཉོན། །ཞེས་ཆོས་འབྲས་བུའི་རྒྱལ་པོ་ནི་རིན་ཆེན་སྤྲིང་སྟགས་སུ་  
གཟུགས་སུ་བཀོད་པ་འདི་དག་ནི། ལྷན་ངག་མེ་ལང་མའི་ལྷགས་ལྟར། གཟུགས་རྒྱན་དུ་སྦྱར་བ་ཅམ་གྱིས་  
མགུར་བཅོས་མར་བཤད་པ་ནི་མིན་ཏེ། རྒྱ་གར་གྱི་ཡུལ་ཆོས་སམ་ཚམ་སྤངས་དང་ཆོས་འདྲ་བའི་སྟབས་ཀྱིས་  
ཡིན་ནོ། །

ཆོ་འབྲུལ་དེ་རྩུན་དང་། རྩུན་དེ་ར་རི་སྟེ། དྲི་མའམ་དེག་པ་ནག་པོ་དང་། འོད་དེ་བའི་གཟུགས་སུ་  
བཀོད་པ་འདི་དག་ནི། རང་རེའི་བོད་ཀྱི་ཚམ་སྤངས་ཤིག་མིན་ལ། ད་དུང་རྩུ་ཟླ་དང་རྩུ་སྟེན་སྟགས་ཀྱང་  
དམངས་ཁྲོད་ཚུམ་རིག་མང་གཞི་བྱས་པའི་མགུར་མ་འདི་དག་གི་ནང་དེ་དུས་ཡོང་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་མོ། །  
ཁ་ཅིག་གིས། གཅིག་ནས་འདི་དག་ནི་རྒྱ་གར་གྱི་ཚམ་རིག་མང་བོ་སྟེ། བལྟན་འཇུག་ཁྲོད་དུ་བཞུགས་པའི་  
སློབ་དཔོན་མཐོ་བཙུན་གྲུབ་རྗེས་མཛད་ཅིང་། ལོ་རྒྱུ་བ་དཔལ་བཅེགས་རྒྱུ་ཉམས་བཞུར་བའི་བྱད་པར་  
འཕགས་བསྟོད་དང་། ལོ་ཆེན་རིན་བཟང་གིས་བཞུར་བའི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་དབང་ཕྱག་ཆེན་པོའི་  
བསྟོད་པ་དང་། ལྷ་ལས་ཕུལ་བྱུང་གི་བསྟོད་པ། དགོ་སྤྲོད་ཉི་མ་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་བཞུར་བའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
བསྟོད་པ་དང་། ཡེ་ཤེས་རྗེས་བཞུར་བའི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲུལ་གནས་པའི་ཡོན་ཏན་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ལ་བསྟོད་པ་  
དང་། དགོ་སྤྲོད་ཤུག་འོད་ཀྱིས་བཞུར་བའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་བསྟོད་པ་སྟགས་བསྟོད་ཚུམ་གཅིག་ཕུ་དུག་རུ་  
གཉིས་བྱུང་ཡོད་པ་དང་། འཕྱིན་ཡིག་གི་སྐོར་དུ་བལྟན་བཅོས་ཆེ་རྒྱུ་སྟབས་བརྒྱུད་ལྟག་དང་། ད་དུང་ལྷགས་ཀྱི་  
བལྟན་བཅོས་ཀྱི་སྐོར་དུ། ལྷ་ཆེན་གྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་དཔལ་བཅེགས་ཀྱིས་བཞུར་བའི་སློབ་དཔོན་གྲུབ་ཀྱིས་མཛད་  
པའི་ཤེས་རབ་བརྒྱུ་བ་སྟགས་བལྟན་བཅོས་བཅོ་བརྒྱུད་ལྟག་འབྱུང་བ་དང་། གཞན་དབུ་མའི་སྐོར་དུ་ཆོགས་  
བཅད་ཀྱི་ལམ་ནས་མཛད་པའི་རྒྱལ་སྤྲུལ་ཞི་བ་ལྟའི་སྤྱོད་འཇུག་སྟགས་བོད་དུ་བཞུར་བའི་ཤན་ལྷགས་འོག་  
འབྱུང་ངེས་པ་དང་། གཉིས་ནས་རྗེ་བཙུན་རང་གི་དངོས་སློབ་རས་པ་བུ་ཆེན་བརྩ་གཉིས་ཀྱིས་བཙམས་པའི་  
མགུར་དུ་འང་གཟུགས་རྒྱན་དེ་དག་བྱུང་ཡོད་པས། མངོན་སུམ་ལ་བསྟོན་འདིངས་པ་ཁོ་ནའོ་ཞེས་སྤྲིང་  
ནའང་། རྩར་རྒྱ་གར་གྱི་བཞུར་གཞུང་ནང་བྱུང་བའི་སྟབས་ཀྱིས་དེའི་ཕྱིས་སུ་བྱུང་བའི་རྗེ་བཙུན་མེ་ལའི་  
མགུར་དུ་འང་འབྱུང་དགོས་པའི་རིགས་འདི་དང་འདི་ལ། ཞིབ་ཏུ་མ་དཔྱད་ན་བདེན་བདེན་འདྲ་ནའང་།  
མ་གྲུར་མ་གསུངས་པའི་ཡུལ་ནི་བོད་ཀྱི་དམངས་ཁྲོད་དམ་ཉན་མཁན་པལ་མོ་ཆེ་ནི་ཡིག་རྩེངས་པ་ཡིན་  
ཕྱིར། མགུར་མ་པལ་ཆེ་བ་བོད་རང་གི་བྱད་ཆོས་ལྟན་པའི་ངག་ཐོག་ཚུམ་རིག་གི་ལམ་ནས་ཚུམ་དགོས་ཤིང་།

①གཙང་རྩྱུན་གྱིས་བསྒྲིགས།《ནམ་མགུར་》མཆོ་རྒྱུན་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་།1981. P541



དེ་ལྟར་བཅམས་པའང་བསྟན་མི་ལུས་པས། རྒྱ་གར་གྱི་མཁས་པས་བཅམས་པའི་བསྟན་བཅོས་ནམས་དང་  
 གཏན་ནས་མི་འདྲའོ། །ཡང་རས་པ་བྱ་ཆེན་བཅུ་གཉིས་ཀྱིས་བཅམས་པའི་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་ཆམ་ཐར་ནི།  
 ཉ་ལམ་དུས་རབས་བཅུ་གཉིས་པའི་ནང་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་གསུང་བགྲོས་རིམ་གྱི་བཞིན་བྱ་སྟོབ་ནམས་ཀྱིས་ཡིག་  
 ཐོག་ཏུ་བཀོད་པ་ཡིན་པས། དེ་ལ་འོས་མིན་གྱི་བསྟན་འདིངས་པ་གཏན་ནས་མི་རིགས་སོ་ཞེ་ན། དེ་ལ་བསམ་  
 པར་བྱ་བ་འདི་ཡོད་དེ། གཅིག་ནས་བྱི་དར་གྱི་དུས་ནས་ཆམ་ཐར་འབྲི་སྒྲིལ་ཆེར་མི་སྣང་སྟེ། བྱི་དར་བསྟན་  
 པའི་མེས་པོ་སྤྲུལ་ཆེན་པོ་དགོངས་པ་རབ་གསལ་ (892—?) དང་། བསྟན་པའི་དག་ཐེར་ལ་སྒྲུ་སྟོག་ཐེང་དུ་བོར་  
 བའི་ལྷ་སྤྲུལ་ཡེ་ཤེས་འོད། བཀའ་བརྒྱུད་པའི་མེས་པོ་མར་བ་ལོ་རྩེ་བ། ཐོད་ཀྱི་ལོ་རྩེ་བའི་ནང་ནས་གཞུང་  
 བསྐྱར་མང་ཤོས་དང་མཁས་ཤོས་རྒྱ་ལྡན་ཤེས་རབ་ (1059—1109) སོགས་ལ་ཆམ་ཐར་བྱུང་མེད་ལ། བྱི་  
 དར་ལ་བཀའ་དྲིན་ཆེ་བའི་ལོ་རྩེ་བ་ཆེན་པོ་རིན་ཆེན་བཟང་པོ་ (958—1055) ལ་ཁོང་གི་དངོས་སྟོབ་ཁྲི་ཐང་བ་  
 རྟོན་མཛད་པའི་ཆམ་ཐར་དང་། བཀའ་གདམས་བསྟན་པའི་མེས་པོ་འབྲོམ་རྟོན་པའི་ (1004—1064) རྒྱུས་  
 རབས་སམ་ཆམ་ཐར་ལ་རྩོ་བོ་ཨ་ཏི་ཤས་གསུངས་པའི་བཀའ་གདམས་སྟེགས་བཅ་གཉིས་ལས་བྱ་ཆོས་ཡིན་  
 བའང་། བཀའ་གདམས་སྟེགས་བཅ་དེ་ཉིད་ཆམ་དག་མིན་པར་གསུངས་པའི་བཤད་རྒྱུན་ནི། སྤར་རྒྱལ་བ་  
 དགོ་འདུན་གྲུབ་ལ་མཁས་གྲུབ་ཤེར་རྒྱུན་པས་ཁྱེ་བ་བོ་མཛད་དེ་བཀའ་གདམས་སྟེགས་བཅ་གསུངས།  
 རྟོབས་ལྡན་འོད་ཟེར་གྱིས་སྟེགས་བཅ་འདི་ལ་ཆོས་མིན་ལྷ་མཁན་འདུག་པ་རིམ་ལྡོག་ལྟས་པས། ཆོས་  
 ཡིན་མིན་ཆ་མེད་ཅེས་དམ་པ་དེའི་ཆམ་ཐར་དུ་བྱུང་བ་མ་ཟད། དེའི་བྱིས་སྤྱུང་རྒྱལ་དབང་ལྷ་བ་ཆེན་  
 མོའི་རང་ཆམ་དུ། རྩོ་བོ་ཡབ་སྲས་ཀྱི་ཆམ་ཐར་བཀའ་གདམས་སྟེགས་བཅ་དང་ལམ་ཡིག་ན་གསུངས་པ་  
 དངོས་འགལ་ལ་སོང་བ་དུ་མ་ཡོད་ཅེས་དང་། ས་དགོ་བཀའ་གསུམ་གྱིས་ཆོད་མར་འཛིན་པའི་བཀའ་  
 གདམས་སྟེགས་བཅ་ཡང་ལྷ་བ་སྐྱ་སྐྱེའི་རམ་བཏེག་ནས་བྲག་སྒོ་རབ་འབྱམས་པས་བོད་ལྗང་དང་ཆོས་ལོག་ཏུ་  
 སྒྲུབ་ཞེས་བཤད་ཚུལ་མང་བ་ནམས་སྟེགས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱུས་ཡོད་པའི་ནང་། བཀའ་གདམས་སྟེགས་བཅ་ལ་  
 འོགས་སྤྱོད་བྱས་ཡོད་ལ། འོགས་སྤྱོད་གི་གཞི་དེ་ཉིད་གང་ཡིན་གསལ་བོ་མི་སྣང་ནའང་། འོགས་སྤྱོད་དེ་ཉིད་  
 རང་ག་བཞིག་ནི་མ་ཡིན་པར་རྩོ་བོ་རྗེས་བཅམས་པའི་ཆོས་མིན་པའམ་ཡང་ན་ཆོས་ཆམ་དག་ཅིག་མིན་པའི་  
 རྟོང་ནས། རྒྱལ་དབང་སྐྱ་ཐེང་དང་པོ་དགོ་འདུན་གྲུབ་ལའང་དེ་དུས་དངོས་སྟོབ་ཞིག་གིས་འོགས་འདྲི་བྱས་  
 ཡོད་ཀྱང་། དེ་ལ་ཆ་མེད་པ་ལས་ལན་གཞན་ནི་ཅི་ཡང་གནང་མེད་པས། འབྲོམ་གྱི་རྒྱུས་རབས་དེ་དག་ཀྱང་  
 བྱིས་སྤྱུ་གཞན་གྱིས་ལྟ་བུ་པའི་རྒྱུན་གྱིས་དེ་འདྲ་ཟེར་བཞེ་ཡིན་སྟེ། གཉིས་ནས་དེ་དུས་རྗེ་བཙུན་མི་  
 ལ་ལ་ཆམ་ཐར་ཡོད་དུ་ཟད་ནའང་། ཆམ་ཐར་དེ་ཉིད་ལ་བྱིས་སྤྱུ་ལྟ་བུ་མེད་པ་སྤྱད་པ་བཤད་མི་ཐོད་

① རྟེན་སྤྱོད་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཆོས་མཛད་། «དགའ་ལྡན་ཆོས་འབྱུང་བེད་རྒྱུ་མེར་བོ» ཀྱང་གོའི་ཐོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་དཔེ་སྟན་ཁང་།

དོ། །ལྷག་པར་དུ་བསྟན་པ་བྱི་དར་གྱི་སྐབས་ཙམ་ནས་བཟུང་། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སྟེང་། བོད་ཀྱིས་རྒྱ་མཚོ་མ་  
 ཞེས་པའི་བཤད་རྒྱུ་ཏེ། དོན་གྱིས་བཙོས་མའམ་ལྷན་བཅུག་པའི་མགོ་བརྩམས་ཤིང་། དེའི་མཚོན་བྱེད་ཅིག  
 བོ། གཏེར་མ་བྱུང་བ་དེའོ། ། དཔེར་ན། བོན་གྱི་ཡིག་ཆ་རྟིང་བ་རྣམས་ཀྱང་། གཤེན་ཆེན་སྟུང་གས་  
 (996-1035) ཏུས་རབས་བཅུ་གཅིག་པ་ནས་བཟུང་། གཏེར་ནས་བཞེས་པའི་དབུ་ཚུགས་པ་དང་། བསྐྱ་  
 བཀའ་ཐང་དང་བཀའ་ཐང་སྡེ་ལྷ་ཡང་ཨོ་རྒྱུ་སྤིང་བས་ཤེལ་བྲག་དང་བསམ་ཡས་གཙུག་ལག་ཁང་ནས་  
 གཏེར་དུ་བཞེས་ཀྱང་། ཐང་ཡིག་སྡེ་ལྷར་སྡེ་བ་སྡེའུ་གདོང་བ་སོགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་། ཐ་བཞེད་ཞབས་  
 བཏགས་པ་ཡང་ཏུས་རབས་བཅུ་གཅིག་པའི་མཇུག་དུ་བཏོན་ཏེ། དེའི་ནང་ལྷ་སྤྲེལ་མ་ཡེ་ཤེས་འོད་དང་བྱང་  
 རྒྱུ་འོད། ལོ་ཆེན་རིན་བཟང་གི་ལོ་རྒྱུས་སོགས་བཅུག་ཡོད་པས། གཏེར་ནས་རྫོགས་པར་བཏོན་པའི་མཇུག་  
 གྲུབ་པ་ནི་ཤིན་དུ་འབྱི་མོད། དཔེ་བྱིངས་དེ་གནའ་ཏུས་ཤིག་གི་ཡིན་པར་ཤེ་ཚོམ་མེད་མེད་པར་གསུངས་པ་  
 བཞིན། རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་ལའང་རིགས་འདྲའི་རྒྱུ་རྣུང་བར་ངེས། དེ་ལྟར་བྱུང་བ་སྦྱོར་བ་རང་ག་བ་  
 རྣམས་ཀྱི་སྒོ་ཡུལ་དུ་མི་ཤོང་བའང་མིན་ཏེ། བོད་འདིར་དེ་ལྟ་བུ་མ་ཟད། རྒྱལ་བའི་བཀའ་ལའང་བསྐྱེས་  
 བསྐྱེད་དང་སྟུ་སྟུབ་སོགས་ཀྱི་མཚན་ནས་སྒྲིལ་ཏེ་དགག་ཏུས་ན་ཡིག་ཆ་དང་དག་དང་སྒྲུལ་པའི་ཏུས་སྟུ་སྟུས་  
 པའི་བཀའ་ཆེན་གསུམ་རྩི་བོ་རྗེས་བཏོན་པ་སོགས་ལའང་ལྷན་གཞུག་པོད་པ་ལྟ་ཅི་ཞེས་མཁས་པ་རྣམས་  
 ཀྱིས་མང་དུ་དབྱེད་མ་དགོས་པར་ཐད་ཀར་གསུངས་པོད་ལ། དེས་དོན་དུ་འང་དེ་འདྲ་ཡིན་པ་ཡིག་ཆ་དེ་  
 དག་དངོས་སྟུ་མཇུག་བས་ཤེས་པ་བཞིན་ནོ། །གསུམ་ནས། བོད་དམངས་ཁྲོད་ཀྱི་གནས་བབ་ཡིག་ཆོངས་  
 མང་བ་སྟེ། དཔེར་ན། བྱི་དར་ལ་བཀའ་དྲིན་ཆེ་བའི་མར་བ་ལོ་རྒྱུ་བ་དེ་ཉིད་རྗེ་བཙུན་མི་ལ་རས་པ་མཇུག་  
 བར་ཐེབས་སྐབས། ས་གནས་གཞན་དུ་ནི་པལ་ཆེ་བས་མི་ཤེས་ཤིང་། ལྟོ་བྲག་གི་མདའ་ནས་མི་འཕྲད་ཆོད་ལ་  
 རྒྱེས་མཚོག་མར་བ་ལོ་རྒྱུ་བ་གང་ན་བཞུགས་ཞེས་འདྲི་ཞིང་བྱིན་པས། རྒྱུས་ཡོད་ཟེར་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་བྱུང་།  
 སྔོ་བོ་ལུང་མཐོང་བའི་ལ་ཁར་སྐྱེབས་པའི་ཏུས་སྟུ་སྟུར་ལྟར་དྲིས་པས། མར་བ་ཟེར་བ་ནི་ཡོད། རྒྱེས་མཚོག་  
 མར་བ་ལོ་རྒྱུ་ཟེར་བ་ནི་མེད། དུ་རྒྱུང་དར་མ་མདོ་སྟེན་ཀྱང་། འོ་ངེད་ཀྱི་པ་རྩོལ་ཟེར་བ་ཡིན་པ་འདྲ། དེ་ཡིན་  
 བ་རྒྱ་གར་ནས་པོ་ཏི་ཕྱ་ལ་རིང་བ་མང་བོ་འཁྱོས་མ་ལ་བཀའ་ནས་འོངས་པ་ཞིག་ཡོད་ཅེས་སྟུས་པས། ལོ་རྒྱུ་  
 བ་ཆེན་པོ་དེ་ལྟ་བུའང་རང་གི་བྱ་མ་གཏོགས་མི་ཤེས་པའི་ཆོད་དུ་གནས་པ་དང་། འབྲོམ་རྟོན་པ་དེ་ཉིད་ཀྱང་  
 རྩོ་བོ་ཨ་ཏི་ཤ་ཤས་བརྩམས་པའི་རྒྱེས་རབས་སྟུ་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་སྟུལ་བ་ཡིན་པར་བཤད་ནའང་། རྩོ་བོ་ཨ་ཏི་ཤ་

① དགོ་འདུན་ཚོས་འཕེལ་གྱིས་བརྩམས། «རྒྱལ་ཁབ་ས་རིག་པས་བསྐྱར་བའི་གཏམ་རྒྱུད་གསེར་གྱི་ཐང་མ» (སྤྲིང་ཆ) ། དགོ་འདུན་  
 ཚོས་འཕེལ་གྱི་གསུང་ཚོམ་ དེ་བ་གཉིས་པ་ བོད་སྤྱིངས་བོད་ཡིག་དཔེ་རྟིང་དཔེ་སྟུན་ཁང་། 1990. P87  
 ② ཏུས་པ་ཡེ་ཤེས་དཔལ་འབྱོར་གྱིས་བརྩམས། «ཚོས་འབྱུང་དཔག་བསམ་སྟོན་པ» ། གན་སྟུ་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།  
 1992. P304-305

གཤེགས་རྗེས། བང་སྟོན་གྱིས་འབྲོམ་སྟོན་པས་ཀྱང་ལོ་རྒྱུ་གོ་མཚན། ཚས་ཟབ་མོ་མང་པོ་ཞིག་གི་གཤེགས་བྱས།  
 རྒྱལ་འབྱོར་བ་འདི་ཀྱན་ཀྱང་རྟ་རྩི་དང་ཡོས་འཐག་ཡིན། ཐོང་རང་གར་འགྲོར་ཐོང་ཞེས་དགེ་བཤེས་སྟོན་  
 པ་དཔོན་གཡོག་འབྱོན་པའི་དུས་སྟེ། རྩོ་བོའི་ཁྱི་གསུམ་ཤིང་། སྤྲོ་དཀར་ནག་གཉིས་ཁྱེད། ཉམས་མ་དགའ་  
 ཉིང་དེ་བ་ཅིག་ལ་ཐོ་རེ་ལོ་དེ་བྱོན་པའི་ནམ་ཐར་དང་ལོ་རྒྱུས་ནམས་ལ་གཞིགས་ཆོ། གནས་བབ་ག་འདྲ་ཡིན་  
 པ་ཤེས་ལ། དེའི་ཕྱིས་སྤྱང་ས་སྐྱུ་པ་རྩི་ཉ་ཀྱན་དགའ་བྱལ་མཚན་ (1182—1251) གྱིས་བོད་ཀྱི་ཡུལ་ལྷ་སྟོ་ལས་  
 རུང་ཟད་བརྗེ་འབྱོར་བ་ཞེས་སྤེལ་སྒྱུར་སྤྲོ་ཆོགས་མི་ཉོག་ཆུན་པོར་གསུངས་པ་སོགས་ལས། བོད་རང་དུ་ཡིག་  
 ཚོངས་པ་མང་དུ་གནས་པའི་གནས་བབ་འོག་ལྷགས་སྒྱུ་བོ་གནང་ཡོད་པས། སུ་ཞིག་གིས་རིག་གནས་དང་  
 སྟོན་དག་གི་རྒྱན་ལ་མཚར་བར་བཞི། བོད་འདི་སྟོན་དག་ལ་སྟོ་ཁ་མི་ཕྱགས་པ་དང་། ཚོག་དང་ཚོག་གི་རྒྱན་  
 ལ་སྟོ་ཁ་མི་ཕྱགས་པ་ཞེས་དུས་རབས་བརྒྱ་གསུམ་པའི་ནང་ས་སྐྱུ་པ་རྩི་ཉ་ཀྱན་དགའ་བྱལ་མཚན་གྱིས་བཀའ་  
 བཀྲོན་གནང་ཡོད་པ་ལས་ཀྱང་ཤེས་པས། ཚོག་རྒྱན་ལ་སྟོ་ཁ་མི་ཕྱགས་པ་འཕམ་མི་དགའ་བའི་གནས་བབ་  
 བྱང་། མཐུར་དུ་བཞེངས་པའི་སྐབས་སུ་རྒྱན་ལ་སོགས་ལ་བཀོལ་བ་ནི་གདུལ་བྱའི་གནས་ཚུལ་དང་མི་  
 མཐུན་པས་གསུངས་མི་སྲིད་པ་ཞིག་གོ །

ལ་ཅིག་གིས། འོ་ན། བོད་ལ་གཟུགས་རྒྱན་ལ་སོགས་པ་མི་དར་བ་ཨེ་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་ནི་མིན་ཏེ། གཟུགས་  
 རྒྱན་སོགས་ནི་སྟོན་དག་མེ་ལོང་མ་བོད་དུ་མ་བསྐྱར་བའི་སྟོན་ནས་བོད་མིས་བཟུམས་པའི་ཡིག་ཐོག་ཚུར་  
 རིག་དང་བསྐྱར་གཞུང་མང་བོའི་ཁྲིད་དུ་འབྱུང་སྟེ། རྩོག་ལོ་ཆེན་པོའི་སྟོ་ལྡན་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཆ་སྟོན་ཤེས་  
 རབ་གཤེགས་ལ་སོགས་པ་ཙོང་ལ་རུ་གསུམ་གྱི་དགེ་འདུན་ལ་སྤྱིངས་པ་ཡི་གེ་བདུད་རྩི་ཤིག་ལེན། བཤེས་  
 གཉེན་སྤྱིན་ལས་ལེགས་བྱུང་མང་དུ་ཐོས་པ་ཡི། ཆར་རྒྱན་བསེལ་བས་ཉོན་མོངས་གདུང་བ་ཞི་བྱེད་.....  
 ཀྱིས། བཤད་གཤེགས་སྤྱིང་བོའི་ས་བོན་རབ་དུ་བསྐྱར་བྱས་ནས། སངས་རྒྱལ་ཡོན་ཏན་ཕུན་ཚོགས་ལོ་རྟོག་  
 རབ་རྒྱས་བྱ། ཞེས་བཤེས་གཉེན་སྤྱིན་དང་། མང་དུ་ཐོས་པ་ཆར་རྒྱན། བཤད་གཤེགས་སྤྱིང་བོ་ས་བོན།  
 སངས་རྒྱལ་གྱི་ཡོན་ཏན་ཕུན་ཚོགས་ལོ་རྟོག་བཅས་སུ་གཟུགས་སུ་བཀོད་པ་དང་། ཡང་དེ་ཉིད་དུ། རྟོན་.....  
 རྩམས་རིགས་པའི་སྟོ་བས་ཀྱིས་རྩམ་འགར་གནས་འདོད་དང་། འདུས་བྱས་ལམ་འདས་དེ་ཉིད་ཚད་མ་.....  
 དེས་འཛིན་པ། གཉིས་ཀ་དངོས་འཛིན་གདོན་ཆེན་མི་ཟད་ཁར་སོང་ནས། ལྷ་བའི་མཆེ་བ་རྟོན་པོས་.....  
 གསུམ་དུ་ཟེན་པ་ཡིན། ཞེས་དངོས་འཛིན་གདོན་ཆེན་གྱི་ཁ་དང་། ལྷ་བ་མཆེ་བ་རྟོན་པོའི་གཟུགས་སུ་.....  
 བཀོད་ཡོད་པ་དང་། རྩོག་སྟོ་ལྡན་ཤེས་རབ་ཀྱིས་བསྐྱར་བའི་སྟོན་འཕུག་དུའང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་སྟོན་.....  
 ཤིང་རྟག་པར་ཡང་། འབྲས་དུ་འབྱིན་པས་མི་ཟད་འཕེལ་བར་འགྱུར། ཞེས་དང་། འགྲོ་བའི་ཉོན་མོངས་  
 གདུང་སེལ་བའི། སེམས་ཀྱི་སྟོན་བ་ཤར་བ་ཡིན། འགྲོ་བའི་མི་ཤེས་རབ་རིབ་དག འདུས་འབྱིན་ཉི་མ་ཆེན་  
 པོ་ཡིན། འདམ་ཆོས་འོ་མ་བསྐྱབས་པ་ལས། མར་གྱི་ཉིང་ཁུ་བྱུང་བ་ཡིན། ཞེས་སེམས་སྟོན་བ་དང་། དམ་.....

ཚུལ་ལྟར་དང་། ཡང་དེ་ཉིད་དུ། སེམས་ཀྱི་སྒྲུང་ཆེན་མཆོག་ལ། ཆོས་ལ་སེམས་པ་འཛིན་ཀྱི་ཆེན་ལ། རྒྱུ་ལྟར་  
 བཏགས་པ་མི་འཆོར་བར། རྒྱུ་ལྟར་འབད་པ་ཀྱན་གྱིས་བཏགས། ཅེས་སེམས་སྒྲུང་ཆེན་དང་། ཆོས་ལ་.....  
 སེམས་པ་ཀྱི་ཆེན་དང་། ཡང་དེ་ཉིད་དུ། དེ་བཞིན་གང་ལ་སེམས་ཆགས་ནས། ཞེ་སྤང་མེ་མེ་མཆེད་ཀྱི་  
 བ། བསོད་ནམས་ཆོག་པར་དོགས་པ་ཡིས། རྒྱུ་ལྟར་དེ་ཡི་མཛད་ལ་དོར། ཞེས་ཞེ་སྤང་མེ་ཡི་གཟུགས་སུ་  
 བཀོད་པ་སོགས་མཐའ་ཡས་སོ། རྒྱུ་ལྟར་ཁ་ཅིག་གིས། གཅིག་ནས་གཞུང་དེ་དག་གི་མཛད་པ་པོ་རྣམས་  
 བྱི་རྒྱ་གར་དུ་ལོ་མང་བོར་སྒྲིབ་གཉེར་བྱེད་མཁས་རྒྱ་གར་ཚུལ་རིག་གི་ཤན་ཞུགས་པ་དང་། གཉིས་ནས་  
 མཐའ་པ་དེ་དག་གིས་བསྐྱར་བའི་གཞུང་རྣམས་བྱི་རྒྱ་གར་གྱི་རིག་གནས་འབའ་ཞིག་ཡིན་པས། དེས་ཤན་  
 ཞུགས་ཐེབས་པ་ལས་བོད་རང་ལ་གཟུགས་རྒྱ་སོགས་མི་དར་བ་བཤད་པ་ནི། ཆོས་ཆོགས་སུ་དབྱུང་མི་རུང་  
 བ་སྟེ། རང་རེའི་ཚུལ་རིག་སྒྱུ་ཆལ་ཐད་རྒྱས་མེད་པའི་གཏམ་ཁོ་ནའོ། གཟུགས་རྒྱ་བྱི་དཔེ་རྒྱ་དར་བའི་  
 རང་གཞིའི་སྟེང་། གནའ་ནས་བོད་ལ་དར་ཡོད་པར་ངེས་ཤིང་། དེ་ལྟ་བུའི་ཚུལ་གྱི་སྒྱུ་ཆལ་སྤར་དུས་བོད་  
 ལ་ཡོད་པས། རྒྱ་གཞུང་ནང་ཡོད་པ་བཞིན་ལོ་རྒྱུ་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་གནས་བབ་དང་བསྐྱོན་ནས་བསྐྱར་བ་  
 ལས། བོད་ཀྱི་ཚུལ་རིག་སྒྱུ་ཆལ་དང་མི་མཐུན་པ་ཞིག་བསྐྱར་མི་སྲིད་པ་ཞིག་གོ། རྒྱུ་ལྟར་གྱིས་བསྐྱོན་  
 འགྱུར་བྱེད་དུ་བཞུགས་པའི་བྱི་དར་གྱི་བོད་ཚུལ་ཐོག་མ་སྒྲུ་ཆེན་དགོངས་པ་རབ་གསལ་གྱིས་མཛད་པའི་.....  
 ཆོས་ཀྱི་སྐྱེན་པའི་བསྟོན་བར། སྐྱེས་མཆོག་དམ་པ་ཐུགས་རྗེ་མངའ་རྣམས་ཀྱིས། བཙུན་འགྲུས་དྲག་པོའི་མེ་  
 ཆེན་སྤར་ནས་སྟུ། རྒྱ་ལྟར་ལྟེ་ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོ་ཡིས། འོག་མིན་སྐྱོན་རྣམས་སྤར་དུ་བསལ་ནས་ཀྱང་། རྒྱ་  
 ཀྱན་གྱིས་མཐུན་པར་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པར་ཤོག། ཅེས་བཙུན་འགྲུས་ཆེན་པོ་དེ་ཉིད་མེ་ཆེན་གྱི་གཟུགས་སུ་  
 བཀོད་པ་སོགས་ལས་ཀྱང་ལས་སྤོར་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་པ་བཞིན་ནོ། རྒྱ་ཀྱང་། སྐབས་འདིར་བཤད་བྱའི་  
 གཙོ་བོ་ནི། གཟུགས་རྒྱ་སོགས་བོད་ལ་གདོད་མ་ནས་དར་བའི་དག་ཐོག་ཚུལ་རིག་ཁོད། རྒྱ་འབྲམས་སུ་  
 གནས་ནའང་། རྒྱ་གར་གྱི་ཆོས་གཞུང་བོད་དུ་དར་བ་ཅུ་མ་ཡིན་པར་སྟན་གཞུང་མེ་ལོང་མ་བོད་དུ་དར་  
 རྒྱུ་ལྟར་། རྒྱ་གར་གྱི་རྒྱ་ཆུ་རི་གསུམ་ལ་སྐྱར་བའི་འབྲི་སྒྲིལ་ལམ་དེ་དག་གཟུགས་སུ་བཀོད་པའི་ཚུལ་གྱི་སྒྱུ་ཆལ་  
 བྱི་ བྱིས་སུ་རིམ་གྱིས་བོད་དུ་དར་བ་ལས། དུས་རབས་བརྒྱ་གཅིག་པ་དང་བརྒྱ་གཉིས་པའི་མཐུར་མའི་ནང་  
 ཐོན་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་གོ།

## གཉིས། རྒྱ་ལྟར་ལ་ཐ་སྐྱོད་འགའི་ཤན་ཞུགས་པ།

ཚུལ་རིག་གི་ཐ་སྐྱོད་ནི་དུས་ཀྱི་འགྱུར་བ་དང་བསྐྱོན་ནས་འཕེལ་འགྱུར་བྱུང་ཞིང་། དུས་སྐབས་སོ་སོའི་

① «བསྐྱོན་འགྱུར» རྒྱ་ཆོགས་ ༩ ཉེ་གྲང་གི་བོད་རིག་པ་དཔེ་སྐྱེན་ཁང་། 2005. P1745—1746

མཚན་རིག་གི་ཁྱད་ཆོས་ཕྱེ་བྲག་པ་ཞིག་ནི། མཚན་དེའི་ཐ་སྙད་ལས་མངོན་བཞིན་ཡོད། དཔེར་ན། རྩི་བཅུན་མི་  
 ལ་རས་པའི་མགུར་མ་ནི་དོན་དམ་ཡུལ་སྐད་གང་གི་ལམ་ནས་གསུངས་པ་རང་རེའི་ཕྱི་རབས་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
 འབྲུན་ཐག་མི་ཆོད་ནའང་། གང་ལྟར་འཆོ་གཞིས་གནང་བའི་དུས་སྐབས་དེའི་ཁྱད་ཆོས་ཡོད་པ་བསྟན་མི་  
 ཅུས་ཏེ། དུས་རབས་བཅོ་ལྔ་པའི་མཐུག་ཏུ། གཙང་སྟོན་ཏེ་བུ་ཀ་སངས་རྒྱས་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་སྟོང་མངའ་  
 རིས་པའི་སྐད་དུ་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་ཐར་དང་རས་རྒྱུད་པའི་རྣམ་ཐར་བཅའ་སྟོན་པ་འདི་ནི། རྩི་བཅུན་མི་  
 ལ་དང་དངོས་སྟོབ་རས་རྒྱུད་བ་གཉིས་ཀྱིས་མགུར་གསུངས་པའི་སྐད་ཀྱང་ལ་སྟོང་དམ་མངའ་རིས་ཀྱི་སྐད་  
 ཡིན་པས། ལྷ་སྟོབ་བྱུང་གི་ཡུལ་སྐད་དང་བསྟན་ནས་བཅའ་སྟོན་པ་གོར་མ་ཆག དེ་ཡང་དག་ཐོག་གི་མཚན་རིག་  
 གམ་མགུར་ཡིན་པའི་སྟབས་ཀྱིས་ལ་སྐད་དུ་བཅའ་སྟོན་པའི་དོན་མ་ཡིན་པར་དུས་རབས་བཅུ་གཅིག་པ་དང་  
 བཅུ་གཉིས་པའི་ནང་། དེ་དང་འབྲེལ་བར་དགེ་བཤེས་པོ་ཏྲོ་བས་འཕན་པོའི་སྐད་ཀྱིས་བཅའ་སྟོན་པའི་བེའུ་བུམ་  
 རྩིན་པོ་དང་དཔེ་ཆོས་སོགས་བྱུང་ཡོད་པ་འདི་དག་ཀྱང་། ཡུལ་དུས་གནས་བབ་ཀྱི་གདུལ་བྱ་ལ་དམིགས་པ་  
 ཡིན་སྲིད་ནའང་། རྒྱ་རྒྱུན་གཙོ་བོ་ཞིག་ནི། སྐབས་དེར་བོད་མིས་བཅའ་སྟོན་པའི་བསྟན་བཅོས་ཁྲོད། ཡུལ་སྐད་  
 གཙོ་བོར་བཟུང་བའི་དུས་སྐབས་ཤིག་དང་། དེ་འབྲེལ་སྟོབ་གསོ་ཤུགས་དྲག་པ་རྒྱུད་ཟད་རྩིས་སུ་རྒྱུད་ཟད་  
 དཔོག་པར་ཅུས། དེའི་རྒྱ་རྒྱུན་ཀྱང་། བོད་ཀྱི་ལ་རྒྱས་ཐོག་བཀས་བཅད་བར་བ་སྟེ། དུས་རབས་དགུ་བའི་  
 མགོར་རྒྱལ་བོ་ཁྱི་རལ་བ་ཅན་གྱི་དུས་སུ་ལོ་རྒྱུ་བ་སྐབས་དཔལ་བཅེགས་དང་། ཅོག་རྩི་རྒྱལ་མཆོན། ཞང་  
 ཡེ་ཤེས་རྟེ་སོགས་མང་དུ་བྱུང་བ་དེ་དག་གིས་སྐབས་དེའི་ཡུལ་སྐད་དང་བསྟན་ནས་བོད་ཡིག་དག་ཆ་ལ་  
 བཅོས་བསྒྱུར་བྱས་ནས་གཏན་འབེབས་བཅོས་པའི་ཤུགས་རྒྱུན་ལས་བྱུང་བ་བསྟན་མི་ཅུས་སོ། །དེའི་སྟབས་  
 ཀྱིས་དུས་རབས་མང་བོ་ཞིག་གི་ནང་། བོད་ཀྱི་མཚན་རིག་རེ་འགའ་ལ་ཡུལ་སྐད་ཤུགས་ཆེ་བ་དེ་ཡང་དུས་  
 སྐབས་དེའི་ཁྱད་ཆོས་མཆོན་ཞིང་། ཁྱད་ཆོས་དེ་དག་ངེས་པའི་ཆ་ང་གཞིའི་སྟེང་། རྩི་བཅུན་མི་ལའི་མགུར་  
 མའི་རྩི་བྱེད་ཐད་ལའང་། ཕྱིས་བྱུང་གི་ཐ་སྙད་འགའི་ཤན་ལྷགས་ཆེ་བ་ལ་སྟོན་ཏེ། མགུར་མ་བཅོས་མ་  
 འགའ་རེ་ཡོད་པ་རྒྱུད་ཟད་ངེས་པ་རྟོག་པར་འགྱུར་རོ། །

## ༧ རྩི་བཅུན་མི་ལའི་མགུར་བ་དང་འབྲེལ་བའི་མིང་བཟ།

རྩི་བཅུན་མི་ལའི་མགུར་མའི་ནང་དུ། ཚེ་ཤིང་གི་མིང་མང་བོ་ཞིག་བྱུང་ཡོད་ནའང་། དེའི་ནང་རྒྱ་གར་  
 མཚན་རིག་གི་ཤན་ཤུགས་ཐེབས་པ་ཤེས་སྒྲ་བ་ཞིག་ནི་གོང་དུ་བརྗོད་པ་ལྟར། མེ་ཏོག་པར་དང་ཀླ་ལུང་ཏ་.....

① དུང་དཀར་སྟོབ་བཟང་འཕྲིན་ལས་ཀྱིས་བཅའ་སྟོན་པ་སྐད་ཡིག་དང་སྟོབ་གསོ་། (མཁས་དབང་དུང་དཀར་སྟོབ་བཟང་འཕྲིན་ལས་  
 ཀྱི་གསུང་འབུམ་ བོད་ཇ) མེ་ཏོག་པར་སྟེན་ཁང་། 2004. P277

② དུང་དཀར་སྟོབ་བཟང་འཕྲིན་ལས་ཀྱིས་བཅའ་སྟོན་པ་སྐད་ཡིག་དང་སྟོབ་གསོ་། >P321

སྐྱུ་ལྷ་ལ་ དེ་དག་ནི་པོ་དང་རང་གི་བྱ་རྒྱུ་ཆོས་དམིགས་སུ་བཟུང་ཞིང་། ལ་སྐྱེད་གཞིར་བཅས་ཏེ་དམངས་  
 བལ་བ་རྒྱུ་ལ་གོ་སློབ་པར་གསུངས་པའི་མཁུར་གྱི་ནང་ཐོན་པ་ནི་ཆོས་སློབ་ལ་ལས་འདས་པ་ཞིག་གོ །  
 དཔེར་ན། གཙང་སྒྲིན་ཏེ་རུ་གས་བསྐྱེད་པའི་མཁུར་འབུམ་དུ། རྩེ་འགན་གྱི་དོ་མེད་བཀའ་དྲིན་ཅན། སྒྲ་  
 སྒྲར་མར་བ་ལོ་སྒྲ་དེ། །དག་པ་ལོངས་སྒྲུའི་ཚུལ་དུ་བཞུགས། །ཁོང་ཕྱགས་རྩེ་སྒྲིན་བལ་ལྷ་བ་ལས། །དྲི་མེད་  
 དཀར་པོའི་འོད་འཕྲོས་པས། །གདུལ་བྱའི་སྒྲིང་གི་ཀྲ་ལུ་ད། །མཛེས་པའི་མེ་ཏྲོག་ལ་ཕྱེ་ནས། །རྟོགས་  
 པའི་ཟེའུ་འབྲུག་ལོ་བར་བྱེད། །མ་མཐོང་སྒྲིབ་པ་ཆེ་བའི་ཕྱིར། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་། ཡང་རྩེ་བཙུན་མི་  
 ལས་གསུངས་ཤིང་། དམ་རྩོད་སྒྲིན་པས་ཡི་གེ་བཞེབས་པར་གྲགས་པའི་སྒྲིན་རྒྱུད་མ་གྲགས་སྒྲིར་གསུམ་ལས་  
 རིན་པོ་ཆེ་འོད་གྱི་ཕྱེད་བར། །ཁོང་སྒྲིན་བལ་ཕྱགས་རྩེའི་ཉི་ཟེར་གྱི། །དྲི་མ་མེད་པའི་འོད་འཕྲོས་པས། །  
 གདུལ་བྱའི་སྒྲིང་གི་ཀྲ་ལུ་ད། །མཛེས་པའི་མེ་ཏྲོག་ལ་ཕྱེ་ནས། །རྟོགས་པའི་ཟེའུ་འབྲུག་ལོ་བར་བྱེད། །དེ་  
 མཐོང་དམ་འཛིག་རྟོན་མིག་བསྐྱར་མ། །ཞེས་གོང་དང་ཆོག་རིས་ཅུང་མི་འདྲ་སྟེ། ཕྱི་མ་སྒྲིན་བརྒྱུད་དུ་.....  
 གྲགས་པ་འདིར་ཉི་ཟེར་གྱི་འོད་འཕྲོས་པས་ཀྲ་ལུ་དའི་མེ་ཏྲོག་ལ་ཕྱེ་བ་དང་། རས་པ་བྲུ་ཆེན་བཙུག་ཉིས་  
 དང་གཙང་སྒྲིན་གྱི་མཁུར་འབུམ་དུ། ལྷ་བ་ལས་འོད་འཕྲོས་པས་ཀྲ་ལུ་དའི་མེ་ཏྲོག་གི་ལ་ཕྱེ་བར་བཤད་པ་  
 བཅས་ལས། རྒྱ་གར་གྱི་མེ་ཏྲོག་དེ་དག་ཀྱང་དོན་གྱིས་ཉི་མ་དང་ལྷ་བའི་འོད་གང་གིས་ལ་ཕྱེ་བ་ཡང་རྒྱས་  
 མེད་ལ། སྐབས་ལ་ལར་གདུལ་བྱའི་བསྒྲོ་ལ་ཕྱེ་ནས། །རྩེ་བྱེད་གྱི་ཕྱགས་རྩེའི་ཉི་མ་ཡི། །འཆར་གའོད་གྱི་དྲ་  
 བ་ཡིས། །སྒྲོ་གྲས་པས་འོད་བརྒྱས་ཤིང་། །ཆོད་མེད་བཞི་ལྷན་ཟེའུ་འབྲུའི་ཆོགས། །དེ་རིང་ཉིད་དུ་འབྲུང་  
 བར་མཛོད། །ཅེས་དང་། དད་པའི་ཆ་བ་རབ་བཟན་ཅིང་། །འདུན་པའི་དྲོད་གཤེར་གྱིས་བསྐྱེད་ས་  
 པའི། །ཡིད་བྱུང་སེམས་ཀྱི་བསྒྲོ་ནམས། །སྒྲོ་གྲས་འོད་གྱིས་ལ་ཕྱེ་ནས། །གཏོང་ཐོད་དྲི་བཟང་འབྲུལ་  
 བཞིན་དུ། །ཡིད་ཀྱི་བྱུང་བའི་སྒྲོས་གར་མཁན། །དེས་འབྲུང་ཆོག་གི་སྒྲིབ་བྱེད་ས་ཀྱིས། །སྒྲིན་པའི་དར་  
 དེར་སྒྲོགས་པ་བྱེད། །སྒྲིང་ནས་བསྐྱབ་པ་བྱེད་པ་ན། །པ་ཡུལ་བདུད་གྱི་བཙོན་ར་ཡིན། །ཐོད་པར་རྒྱབ་  
 ཏུ་བསྐྱར་ཡང་འཆོལ། །ཞེས་པས་འོད་གྱིས་ལ་ཕྱེ་ནས་དྲི་བཟང་འབྲུལ། བྱུང་བ་འཁོར། སྒྲིན་དར་དེར་  
 སྒྲོགས་པར་བཤད་པ་འདི་དག་ལས། རྒྱ་གར་ཚོམ་རིག་གི་ཚོམ་སྤངས་དང་རྒྱན་སྒྲུར་སྤངས་སྐྱེད་གང་ཐད་  
 ནས་ཤན་ཕྱགས་ཐེབས་པ་དངོས་སུ་དབྱེད་མི་དགོས་པར་ཐད་ཀར་ཐག་གཅོད་ཅུས་པ་ཤ་སྟག་འབྲུང་བ་  
 འདི་དག་ཀྱང་། དམངས་ཁྲོད་དུ་ཆོས་སྤེལ་ཞིང་། སྤེལ་བ་གོ་སློབ་པའི་ཆེད་དུ་གསུངས་པའི་མཁུར་དུ་མི་སྒྲུར་  
 བ་ནི་བསམ་མི་དགོས་པར་ཀུན་གྱིས་རྟོགས་སློབ་ཞིག་གོ །བྱུང་པར་དུ་རྒྱ་གར་ཚོམ་རིག་གི་ཤན་ཕྱགས་ཆེ

① <<རས་རྒྱུད་སྒྲིན་བརྒྱུད་ལས་རིན་པོ་ཆེ་འོད་གྱི་ཕྱེད་བ>> <<འབྲི་གུང་བཀའ་བརྒྱུད་ཆོས་མཛོད་ ཐོད་ཀྱ>>P2  
 ② རྩེ་བཙུན་མི་ལ་རས་པས་བསྐྱེད་སྟེ། <<རྩེ་བཙུན་མི་ལ་རས་པའི་རྩི་རྩེའི་མཁུར་དུ་གསུངས་རྒྱན་ཐོར་བུ་བ་འགའ་བཞུགས>>ཤིང་  
 དཔལ། P85 ཤོག་དོས་བརྒྱུད་དང་ཉིར་བཙུན་བྱོན།

བའི་སྒྲོན་པ་དེ་དག་པལ་ཆེ་བ་ནི་མཁུར་འབྲུམ་གྱི་ཆེ་རིང་མཆེད་ལྡན་དྲོད་ལུལ་བ་དང་ཁྱེད་ལ་འབྲུམ་ལ་བྱ་རིམ་  
 པར་བྱང་བ་ཡིན་ལ། རྗེ་བཙུན་མི་ལ་ནས་བརྒྱད་པའི་ཆེ་རིང་མཆེད་ལྡན་གདམས་དག་གི་རྩ་བའང་སྒྲུལ་སྒྲུ་  
 ཤག་ཆེན་པོས་གཏིར་དཔེ་ཁོང་ལ་དངོས་སུ་གནང་བ་གཏིར་འབྱུང་ཁྱེད་མ་རྒྱུས་ལས་བཤད་པས།  
 གཏིར་ཡིག་གཞན་དང་འདྲ་བར་སྙད་ཁྱེད་ལོད་པས། རྗེ་ཙོང་ཁ་བས་ཀྱང་། ཁྱེད་པར་དུ་གཏིར་ནས་  
 བཏོན་པ་ཡིན་ཟེར་བའི་ཆོས་དྲུག་གི་མན་ངག་མང་པོ་འདུག་པ་ལ་ནི་ཡིད་བརྟན་ཡོད་སྟུང་པ་མི་སྤང་ཞེས་  
 གཏིར་ནས་བཞེས་པ་པལ་ཆེར་ལ་ཐུགས་རྩིས་མི་ཆེ་བ་དེ་ལས་ཀྱང་ཅུང་ཟད་ངེས་པ་རྟེན་པར་ཁུས་སོ། །

སྤྱིར་མི་རིགས་གཞན་གྱི་དཔེ་ཞིག་ཡིག་ཐོག་ཏུ་དར་བ་ཅན་མ་ཡིན་པར་དམངས་ཁྲོད་བར་དུ་དར་  
 དགོས་ན། རིག་གནས་དེ་བྱུང་གདུལ་དུ་གྱུར་བ་ལ་བརྟེན་ནས་རིམ་གྱིས་དར་བ་ལས། སྒྲིབ་དུ་དར་མི་ཁུས་  
 ལ། ཁྱི་ལྡོ་སྤྱོད་བཅན་ནམ་མཁུ་ཏིག་བཅན་པོའི་དུས་སུ་འདོན་སྤེལ་གནང་བའི་ཡིག་སྒྲུར་གྱི་རྩ་འཛིན་ཡིག་ཆ་  
 སྒྲ་སྒྲུར་བཅའ་པོ་གཉིས་པར། ཡུལ་དང་། སེམས་ཅན་དང་། མེ་ཏོག་དང་། རྩ་ཤིང་ལ་སོགས་པའི་མིང་བསྒྲུར་  
 བ་ཡིད་གོལ་ཞིང་ཆོག་མི་བདེ་བ་དང་། འོལ་ཕྱིར་བསྒྲུར་དུ་རུང་བ་དོན་དུ་དེ་ལྟར་ཡིན་ནམ་མ་ཡིན་གཏོལ་  
 མེད་པ་རྒྱུས་ལ། མགོ་ལ་ཡུལ་ཞེས་མེ་ཏོག་ཅེས་པ་ལ་སོགས་པ་གང་ལ་བྱ་བའི་མིང་གཅིག་སྒྲ་ཐབས་སུ་  
 རྩོན་ལ་རྒྱ་གར་སྐད་སོན་ཞོག་ཅིག་ཅེས་ཐག་བཅད་པ་བཞིན། མིང་ཆོག་གསར་བ་དེ་དག་སྐད་སོན་བཞག་  
 པ་ཁོ་ན་མ་ཡིན་པར་དེའི་མགོ་ལ་མེ་ཏོག་ཅེས་ཆོག་སྒྲ་ཐབས་སུ་བསྒྲན་ནས་ཆོས་གཞུང་དང་འབྲེལ་ཏེ། བོད་  
 དུ་དར་ཡོད་ནའང་། དམངས་པལ་བ་པར་ཞོག་རྒྱལ་བོའི་ཕོ་བྲང་ནང་དུ་འང་ཕྱིའི་རིག་གནས་དེ་དག་  
 དང་ལེན་བྱེད་མིན་ཐད་ཁྱི་ལྡོ་སྤྱོད་བཅན་བར་འགལ་བ་ཅི་འདྲ་བྱུང་བ་དང་། དེ་ནས་ཡང་བཀའ་གཅིགས་  
 རྒྱུ་སྒྲུ་ཆོས་མི་ཁུབ་པའི་ཕྱིར་དུ་བཅན་པོ་རྒྱུས་ཀྱིས་བཀའ་གསུང་ག་འདྲ་གནང་ཡོད་པ་ལྟར་སྙད་  
 མེད་རྒྱུས་སུ་འབྱུང་བས་ཤེས་ལ། སྤང་དར་ནས་བཟུང་ཆོས་བསྐྱབས་ཏེ། དུས་ཡུན་རིང་མོ་ཞིག་ཏུ་ཆོས་  
 ཉམས་ལེན་བྱེད་མཁན་མ་བྱུང་བས། དོན་གྱིས་བོད་དམངས་ཁྲོད་བར་དུ་ཆོས་རྒྱལ་མ་ཞིག་དར་མེད། དེའི་  
 སྒྲུབ་བྱེད་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་ནི་བཅན་པོའི་དུས་ཀྱི་དག་ཐོག་རྩོམ་རིག་འགའ་ཤས་ཡིག་ཐོག་ཏུ་བཀོད་པའི་ནང་།  
 ཆོས་ཀྱི་ལྟ་བུ་མི་འབྲས་པ་དེའོ། །དེ་དུས་ཆོས་གཞུང་མང་དུ་བསྒྲུར་བ་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱ་གར་གྱི་རྩོམ་རིག་སྒྲུ་  
 ཅལ་དེ་དག་ཀྱང་ཆུ་སྒྲིབས་པ་དང་སྙན་དུ་ཉ་མོ་སྒྲིབས་པ་བཞིན་ཐོན་ཡོད་ནའང་། དུས་ཡུན་བྱུང་བྱུང་ནང་  
 བོད་གྱིས་དང་ལེན་བྱེད་མ་ཁུས་པར་ལུས་ཡོད། དེའི་ཕྱིར། དུས་རབས་བརྒྱ་གཅིག་པའི་ནང་། རྒྱ་གར་རྩོམ་

① འཇམ་མགོན་ཀོང་སྒྲུལ་སྒྲོ་བློ་མཁུ་མཐའ་ཡས་ཀྱིས་བཅུམས།《དཔལ་ལྷན་འགྱུར་རྟེན་མའི་གཏིར་སྟོན་བརྒྱ་ཆའི་ནམ་ཐར་བེ་རྒྱུ་འི་  
 བྲེང་བ་》2004 ལོར་ཨོ་ཏེ་ཡཱ་ནའི་ཆོས་པར་ཁང་ནས་དཔར། P169

② རྗེ་ཙོང་ཁ་བས་བཅུམས།《ཟབ་ལམ་ནུ་རྩི་ཆོས་དྲུག་གི་སྟོན་པའི་ཆོས་པའི་དཔེ་ཆོས་གསུམ་ལུན་》(རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་  
 པོའི་གསུང་འབྲུམ་ཏ ཐ) མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྒྲུབ་ཁང་། 1999. P278

རིག་གི་ཤན་ཤུགས་འོག་སྒོ་བྱར་མཁུར་དུ་བཞེངས་ནས་དམངས་ཁྲོད་བར་བྱས་གདལ་དུ་མི་འགྲོ་བ་ནི་སྤྱི་  
 གུང་ཤེས་རྒྱས་པ་ཞིག་གོ། ཡིན་ནའང་། མཁུར་མའི་ནང་དུ་ཆོས་ཀྱི་ལྟ་བ་འདྲེས་པ་ནི། རྒྱ་གར་གྱི་རིག་  
 གནས་བོད་དམངས་ཁྲོད་བར་དུ་དར་བའི་མཚོན་རྟགས་ཤིག་མིན་ནམ་ཞེ་ན། དེ་ནི་མིན་ཏེ། ཆོས་ལུགས་  
 དམངས་ཁྲོད་དུ་དར་བའི་མགོ་ཚུགས་པ་དང་བོད་རིགས་ཅན་དུ་འགྱུར་བའི་གོམ་འགྲོས་ཤིག་ཡིན་པ་ལས་  
 རྒྱ་གདལ་དུ་སོང་བ་ཞིག་ནི་མིན་ནོ། ། དེའི་སྟབས་ཀྱིས་རྒྱ་གར་བ་རྒྱལ་ཁྱིམ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་དཔེ་.....  
 འགོ་བས་སའི་མེ་རྟོག་དེ་དག་གུང་བོད་རང་གི་དམངས་ཁྲོད་དུ་ལམ་སང་དར་མི་རུས་པ་ཞིག་གོ། །ཁ་ཅིག་...  
 གིས་བོད་ཀྱང་རྒྱ་གར་དང་འདྲ་བར་ཚོམ་རིག་གི་རྒྱ་ཆལ་གྱ་ལོམ་པའི་མི་རིགས་ཤིག་ཡིན་ཟེ། གནའ་ནས་  
 གཟུགས་རྒྱན་སྟགས་དར་ཡོད་པ་སྤྱི་ཀྱང་བསྟོན་འདིངས་མི་རུས་ལ། བྱིས་སུ་རང་རེའི་ཚོམ་རིག་ཁྲོད་དུ་  
 དཔེ་གཟུགས་གཉིས་ཀའི་རྒྱན་གྱི་ཐད་དུ་རྒྱ་གར་གྱི་པད་མ་དང་ཀྱ་ལུང་ཏ་སྟགས་ནི་ཤན་ཤུགས་ཐེབས་སྤྱི་  
 བས། དུས་རབས་བརྒྱ་གཉིས་པའི་ནང་ཅིའི་བྱིར་བོད་ཀྱི་ཚོམ་རིག་ནང་མི་ཐོན་ཏེ། ཐོན་ངེས་པར་བཤད་.....  
 སྲིད་ནའང་། དམངས་ཁྲོད་ཚོམ་རིག་གི་བྱུང་ཆོས་གཅིག་ནི་བོད་རང་གི་དཔེ་རྒྱན་བཀོལ་བ་དེ་ཡིན་པས།  
 བོད་ལ་མེད་པའི་ཆོས་དེ་དག་གི་མིང་ནི་བཀོལ་མི་སྲིད་པ་ཞིག་སྟེ། ད་ལྟ་ཡིན་ནའང་། རྒྱ་གར་གྱི་ཆོས་གཞུང་  
 མང་བོ་བོད་དུ་དར་ནས་ལོ་ངོ་སྟོང་ལྷག་ལྟག་འགོར་ཡོད་ཀྱང་། རང་རེའི་དམངས་ཁྲོད་ཚོམ་རིག་དུ་ཀྱ་ལུང་  
 ཏ་དང་པད་མ་སྟགས་དཔེ་གཟུགས་གཉིས་ཀར་སྤྱར་བ་པལ་ཆེར་མཐོང་དུ་མེད་པས། དུས་རབས་བརྒྱ་...  
 གཉིས་པའི་ནང་དུ་རྩི་བཅུན་མི་ལས་དམངས་ཁྲོད་ཚོམ་རིག་གི་མང་གཞིའི་སྟེང་གསུངས་པའི་མཁུར་མའི་  
 རང་ཡོང་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་གོ། བོད་ལ་སྤར་ཆེ་ཤིང་དེ་དག་གུང་མེད་པ་མིང་རང་རྒྱ་བ་མེད་པས་ཤེས་ལ།  
 དུས་རབས་བརྒྱ་གཉིས་པའི་ནང་དུ། རྩི་བཅུན་ཏེ་ཤ་བོད་དུ་ཐེབས་ཏེ། སྤར་རྒྱན་འདི་ལྟན་ལའི་རྒྱ་རུ་འདུག་པ་  
 ལ། བོད་གང་བས་ཁ་མ་བྱེ་བར་འདུག་མེ་རྟོག་ཤང་ཤང་ནི་རྒྱ་གར་ན་མེད། ཡོད་ན་ངས་གསེར་འཇལ་རུས་  
 གསུངས་པ་ལས། སྤར་རྒྱན་མེ་རྟོག་ནི་ལྟན་ལའི་རྒྱ་རུ་འདུག་ནའང་། དངོས་གནས་པ་མེད་པར་གསུངས་...  
 ཡོད་པ་བཞིན་ནོ། །

དམངས་ཁྲོད་དུ་ཡང་རིགས་ལག་ནོ་བཙོ་ལའི་ཁྲོ་བ་རེད། ཆོག་བཤད་ནོ་རྩི་བཅུན་མཁུར་མ་རེད་ཅེས་  
 བོད་ཀྱི་ཚོམ་རིག་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་ཆོག་སྟན་མའི་གནམ་ཐིག་དུ་འཛོག་པ་བྱུང་བ་འདི་ཡང་། མཐར་ཐུག་སྟེ་  
 བཤད་ན། བོད་རང་གི་ལྷ་ཆོས་དང་མཐུན་པའི་དཔེ་རྒྱན་དང་གཟུགས་རྒྱན་ཤ་སྟག་བཀོལ་བ་ལས་བྱུང་བ་  
 མ་གཏོགས། མཁུར་མའི་ནང་དུ་རྒྱ་གར་གྱི་ཚོམ་གཤིས་མངོན་པ་ལས་བྱུང་བ་གཏན་ནས་མིན་ཞིང་། བྱུང་  
 པར་དུ་བོད་རང་གི་གནས་བབ་དང་མཐུན་པའི་སྒོ་ནས་ཞིང་རི་ལྟར་བསྟུ་ཚུལ་དང་། ཆང་རི་ལྟར་བཙག་...

① ལས་ཆེན་ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་བརྒྱུ་སྤྲོད་། <<བཀའ་གདམས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་བཀའ་གདམས་ཆོས་འབྱུང་གསལ་བའི་སྒོན་མེ  
 >> བོད་མྱེངས་མི་དམངས་དཔེ་སྟུན་ཁང་། 2003. P191



ཚུལ་ ཏྲ་བྱོན་ཚུལ་ ལྷ་མ་ རྒྱུ་ལ་ ཞིང་ཚོ་ཚུལ་ གཞུ། འོ་མ་བཞོན་ཚུལ་ ཆོ་ལོ་དང་སྤྱ། བོན་གྱི་ཆོ་ག་སོགས་  
 དང་སྤྱར་བའི་རྒྱན་སྤྱན་སྤྱུ་ཆོགས་པ་ཞིག་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་བྱུང་བ་ལས་མགུར་དངོས་ནི། བོད་  
 རང་གི་དམངས་ཁྲོད་ཚུམ་རིག་དང་བསྐྱེད་ཏེ་སྤྱར་བ་མ་གཏོགས། ལྷོ་བྱོགས་རྒྱ་གར་བའི་སྤྱན་དག་གི་ཤན་  
 རྒྱགས་ཐེབས་མེད་པ་ངས་ཤེས་རུང་ཟད་ཉིད་པར་བྱས། འོ་ན། ཁ་ཅིག་གིས། རྒྱ་གར་གྱི་ཆེ་ཤིང་གི་མིང་.....  
 རྒྱམས་ཐོག་མར་ཆོས་གཞུང་དུ་བྱུང་བ་ལ་བརྟེན་ནས། བོད་རང་གི་མཁས་པས་བཙུངས་པའི་བསྐྱེད་བཙོས་  
 ཁྲོད་དུའང་དར་ཡོད་དེ། དཔེར་ན། བསྐྱེད་པ་སྤྱད་ཏེ་དུས་སུ་བཙུན་པ་དཔལ་དབྱངས་ཀྱིས་མཛད་པའི་  
 རྒྱགས་ཀྱི་སྒྲོན་མར། ལྷང་དོར་གཉིས་སུ་མེད་པ་ལ། དག་དང་མ་དག་རིས་མེད་པས། ཐེག་པ་ཀུན་གྱི་ཡང་  
 ཅེ་སྟེ། འདམ་སྤྱེས་པད་མ་ཇི་བཞིན་ནོ། ཞེས་འབྱུང་བས་ཤེས་སོ་བེར་ན། དེ་ནི་ཡིག་ཐོག་ཚུམ་རིག་ཁྲོད་  
 དུ་རྒྱ་གར་གྱི་ཡུལ་ཆོས་ལ་དཔེ་སྒྲོས་པ་ཚམས་ལས། དམངས་ཁྲོད་ཚུམ་རིག་དུ་དར་བ་བསྐྱེད་མེད་ཏེ། དཔེར་  
 ཅན། རྩ་མ་ཤིང་གཏམ་རྒྱུད་ནི་བསྐྱེད་པ་སྤྱད་ཏེ་དུས་སུ་བོད་ལ་ཡིག་ཐོག་དུ་བསྐྱེད་ཡོད་ནའང་། བོད་  
 དམངས་ཁྲོད་དུ་དར་བ་བསྐྱེད་མེད་ཏེ་བཞིན་ནོ། དེ་དུང་འཛམ་གླིང་གི་བྱུང་བཙོན་སྤྱན་དག་རིང་གས་  
 གོ་སར་སྤྱང་གི་ཏྲ་རྒྱགས་རྒྱལ་འཛོག་དུའང་། ཞབས་མེན་ལྷ་འོད་རྒྱས་པ་ཡིས། ལྷིང་དཀར་མཐོང་སྒྲོན་  
 ཀུན་དའི་ཆོལ། རྒྱས་པར་མཛོད་ཅིག་མེད་ཆེན་ཅེ། གང་སྤྱུ་གསེར་གྱི་རི་དབང་ལ། མཚམས་སྤྱོད་  
 གཞོན་ཏུ་འབྱུང་བ་བཞིན། གོ་མཚོན་མདངས་དང་མེད་ཆེན་ཡི། གཟེ་བྱིན་འབྲལ་མེད་གོ་སར་ཅེ། འི་  
 ཡིད་འཕྲོག་ལྷ་ན་སྤྱུག་པ་དང་། གང་སྤྱོད་འབྲལ་བ་ལས། ཡན་བདེ་བྱུ་ཆར་ཏྲ་འཛོལ། མཉེན་  
 ལྷག་ལས་གྱི་འཁྲི་ཤིང་ཅེར། མཚར་སྤྱུག་བཞིན་གྱི་ཡུལ་ལོང་། ཟུར་མིག་བྱུང་བའི་འཕུར་ལྷིང་ཅན། འི་  
 ཁྲོད་ལ་འབྲལ་ལོ་མེད་ཆེན་ཅེ། སྤྱན་འབྱུར་ཀ་ལ་ཕིན་འི་དབྱངས། རང་གི་འདྲིང་པ་བྱིར་གསལ་  
 བའི། བདེ་ཆེན་བདུད་ཅི་ཕྱོས་པའི་དག འི་ལ་འབྲལ་ལོ་གོ་སར་ལགས། ཞེས་ལྷ་འོད་ཀྱིས་ཀུན་  
 དའི་ཆོལ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་སོགས་ཀྱང་། རྒྱ་གར་ནས་བོད་དུ་བསྐྱེད་བའི་ཚུམ་རིག་སྤྱུ་ཆལ་མང་བོ་རིམ་  
 ཀྱིས་དར་བ་དང་། ལྷག་པར་དུ་བྱི་དར་གྱི་རྩིས་ཚུམ་ནས་མེ་ལོང་མའི་ཤན་རྒྱགས་ཐེབས་པར་བརྟེན། བོད་གྱི་  
 གནའ་བོའི་བྱུང་བཙོན་སྤྱན་དག་གོ་སར་སྤྱང་ལའང་འདི་ལྟ་བུའི་ཆོག་གི་སྤྱུ་ཆལ་ཐད་འབྱུར་བ་རུང་ཟད་  
 བྱུང་། དེའི་སྤྱུ་བྱེད་ཆོས་ཡང་དག་པ་ཞིག་ནི། བྱི་དར་གྱི་དུས་ནས་བོན་ལ་དགག་པའི་ལྷ་བཙུངས་ཆེར་དར་  
 བ་དང་བསྐྱེད་ནས། གོ་སར་སྤྱང་གི་ནང་དུའང་བོན་ནི་དགག་བྱོགས་ལས་བཟང་བྱོགས་སུ་ཐོན་མེད་པས།  
 དུས་འབྱུར་གནས་བབ་དང་བསྐྱེད་ནས་རྫོང་བྱེད་ཆོག་གི་བྱོགས་ནི་བཤད་མ་དགོས་པར་བཙོན་བྱའི་དོན་  
 གྱི་ཐད་དུའང་བཙོས་སྤྱར་དང་བཙོ་བཙོས་བྱས་ཡོད་པ་ལྟ་བུའོ། དེ་དང་ཆེ་འདྲ་བར་ཅེ་བཙུན་མི་ལ་རས་

① <<བསྐྱེད་འབྱུར>>སྤྱུ་ཆོགས་ ༩ ཏྲ་གྲུ་གྱི་བོད་རིག་པ་དཔེ་སྤྱུན་ཁང་།2005. P945

② <<ཏྲ་རྒྱགས་རྒྱལ་འཛོག>>ཀུན་སུ་མི་རིགས་དཔེ་སྤྱུན་ཁང་།1981. P248-249

པའི་ནམ་ཐར་དང་མགུར་འབྲུམ་ལའང་ཆོག་གི་ཐད། ཕྱིས་སུ་སྟན་ངག་འཕེལ་འགྱུར་དང་བསྟན་ནས་བཟོ་  
བཅོས་བསྐྱབ་ཡོད་པ་ཅུང་ཟད་རིགས་འདེད་བྱེད་ལུས་སོ། །

ལྷག་པར་དུ་རྗེ་བཙུན་མི་ལ་དང་དུས་ཐོག་མཉམ་པའི་དགེ་བཤེས་པོ་ཏི་བའི་<sup>(1027--1105)</sup> དུས་སྟུ། རྒྱལ་  
བའི་བཀའ་དང་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་འཆད་ཉན་རྒྱ་ཆེར་བསྐྱངས་པ་ལ་བརྟེན་ནས། འཕན་ཡུལ་དུ་བཀའ་  
གདམས་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་མང་པོ་འབྱུངས་ཀྱིས་འདུས་ཤིང་། དམ་པ་དེ་དག་ལ་བཀའ་དང་བསྟན་  
བཅོས་ཁྲོད་ཀྱི་དཔེ་ལ་ལ་དམིགས་སུ་བཀར་ནས་འགྲེལ་བཤད་བྱེད་སྤྲད། ཁོང་གིས་བཅུམས་པའི་དཔེ་ཆོས་  
རིན་ཆེན་སྤྲངས་པར། འདམ་ཇུབ་པསྒྲ་དང་འདམ་སྒྲིས་བཞིན་ཞེས་ཆེ་ཤིང་རིགས་ཀྱི་དཔེ་ཆོས་གཉིས་  
དམིགས་སུ་བཀར་ནས་མཆོམས་སྦྱར་བྱས་ཤིང་། རྩ་མ་དེའི་འགྲེལ་བའི་ཐད་དུ། དཔེར་ན་མེ་ཏྲག་པསྒྲ་ས་  
གཙང་ནས་མི་སྒྲི་འདམ་ཇུབ་ལས་སྒྲི་བ་ལྟར། འོད་སྤང་གིས་ཞུས་པ་ལས། དཔེར་ན་ལུང་བཅས་འདམ་ཇུབ་  
ཁུ་ལས་ནི། །པསྒྲ་སྒྲི་ཡི་ཐང་ལས་ནམ་ཡང་མིན། །དེ་བཞིན་ཉོན་མོངས་ལྷག་ལྷན་སྒྲི་བོ་ལས། །རྒྱལ་སྤྲས་  
ནམས་ཀྱི་རྒྱལ་བའི་ཆོས་ནམས་སྒྲི། །ཞེས་པ་ལུང་དྲངས་པ་དང་། ཕྱི་མ་དེའི་ཐད་དུ། དཔེར་ན་མེ་ཏྲག་པསྒྲ་  
འདམ་ན་སྒྲིས་ཀྱང་འདམ་ཀྱི་སྒྲིན་གྱིས་མ་གོས་པ་ལྟར། ས་ལ་གནས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་འདྲོད་པའི་  
ཡོན་ཏན་ལ་ཉོན་མོངས་པ་དང་བྲལ་བ་ལ་ལ་ནི་སེམས་ཅན་འཁོར་བ་ནས་དྲང་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར། བྱ་དང་  
རྒྱང་མ་དང་། རྒྱལ་སྤྲིད་ལ་སོགས་པ་འདྲོད་པའི་ཡོན་ཏན་ལ་སྦྱོད་ཅིང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་པ་ཡང་ཡོད་<sup>①</sup>  
ཅེས་རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་ཁྲོད་ཀྱི་དཔེ་ནམས་བོད་རང་གི་གཏམ་རྒྱུད་མང་བོའི་ནང་བསྐྱེས་ཏེ། མཆོམས་  
སྦྱར་བྱས་པའི་ནམ་པ་འདི་ནི། བོད་རང་གི་ཡིག་ཐོག་དུ་བཅུམས་པའི་བསྟན་བཅོས་ནང་། རྒྱ་གར་གྱི་དཔེ་  
ནམས་ཐོག་མར་ངོ་སྤྲོད་ཀྱི་ལྷ་ལྷ་འབྲུམ་པ་ཡིན་པས། སྐབས་དེར་རྗེ་བཙུན་མི་ལས་དམངས་ཁྲོད་དུ་ཆོས་  
གསུངས་པའི་སྐབས་སྟུ། དེ་དག་སྒོ་བྱར་དུ་བེད་སྤྱོད་བྱེད་མི་སྤྲིད་པ་ཞིག་གོ། །

## ཁ བྱང་ཕྱགས་སོག་པོ་དང་འགྲེལ་བའི་མིང་བཟ།

རྗེ་བཙུན་མི་ལ་རས་པའི་མགུར་མ་ལ་དུས་རབས་བཅུ་གཉིས་པའི་རྗེས་ཀྱི་ཚུམ་ཉམས་ཀྱིས་ཤན་.....  
ཤུགས་ཐེབས་ཡོད་པ་མ་ཟད། དེའི་ཕྱིས་སུ་གྲུབ་པའི་མི་རིགས་གཞན་དང་འགྲེལ་ཡོད་ཀྱི་མིང་སོགས་ཀྱང་  
མགུར་དུ་ཐོན་ཡོད་པས། མགུར་ལ་སྤང་ཞུགས་པའི་མངོན་ཏྲགས་ཤིག་ཡིན་ཏེ། མེ་བན་རས་པ་མཇུལ་བའི་  
སྐར་དུ། ཁ་ཟ་འདྲོད་ཆོགས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་དེ། །ཁྲལ་འུ་ལག་སྤྱད་པའི་ཉོར་འདྲ་འདྲ། །དེ་ཞེ་འདྲ་དགེ་བའི་

① བཙུན་པ་ཤེས་རབ་རྒྱུ་རྗེས་བཅུམས་།《ཆོས་རིན་པོ་ཆེ་སྤྲངས་པའི་འབྲུམ་འགྲེལ་》མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་།1991. P205

② བཙུན་པ་ཤེས་རབ་རྒྱུ་རྗེས་བཅུམས་།《ཆོས་རིན་པོ་ཆེ་སྤྲངས་པའི་འབྲུམ་འགྲེལ་》མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་།1991. P235

བཤེས་རང་སྐྱེས་། ཁྱེས་དང་། ཡང་རས་པ་ཞི་བོ་དང་གྱི་སྐྱོར་དུ། ང་མདོ་དུག་སྐྱེད་ལ་བཏགས་ཅོན། །  
 ཉོར་ཡན་པ་ཇག་ལ་ཆས་པ་འདྲ། ལྷང་དག་ཡིས་མཐོང་ན་སྒྲིང་འདར། ཁྱེས་དང་། ཆོག་གིས་སྒྲིས་  
 པའི་སྒྲིན་པ་དེ། རྩོད་དུས་ཁྲམ་པ་སྒྲིན་སྒྲིན་བྱེད། ལམ་དུས་དྲེད་མས་ལམ་ལམ་བྱེད། ཉལ་དུས་མི་ཆེན་  
 ཉལ་ཉལ་བྱེད། འགོ་དུས་ཉོར་འདྲ་འགོ་འགོ་བྱེད། ཁྱེས་པ་རྣམས་ལས། ཉོར་འདྲ་འདྲ་དང་། འུ་ལག་  
 ཅས་པའི་མིང་ངོ་། །

སྤྱིར་ཉོར་ཁྱེས་པའི་ཐ་སྙད་འདི་ནི། བསྟན་པ་སྤྱད་རྒྱུ་དུས་སུ་བོད་ཀྱི་ཡིག་ཆ་རྣམས་སུ་ཐོན་  
 མེད་ལ། རྩི་བཅུན་མི་ལ་རས་པ་གཤེགས་པའི་རྩིས་སྒྲ། ད་ལྟ་ང་ཆོས་མཁའ་དུ་ཡོད་པའི་བསྟན་པ་བྱེད་རྒྱུ་  
 ཡིག་ཆ་ཐོག་མ་སྟེ། ཉང་རལ་ཉི་མ་འོད་ཟེར་<sup>(1136—1204)</sup> གྱིས་དུས་རབས་བཅུ་གཉིས་པའི་དུས་དཀྱིལ་དུ་  
 བརྒྱུས་པའི་ཆོས་འབྱུང་མེ་ཏོག་སྤྱིང་བོ་སྤང་ཆེའི་བཅུད་དུ། རྒྱ་གར། བལ་བོ། ལི་ཡུལ་ཐེན། སྤལ་བྱ་ཤ།  
 དམང་ཁང་ཁུང་། ཉོར་ཡུལ། སྤལ་ཡུལ། ཡུ་གུར། ཀ་མི་ལོག་ལ་སོགས་པ་འཛམ་གླིང་གི་རྒྱ་མོ་བྱི་བྱི་ཅན།  
 མ་རུངས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མགོ་བཤེགས་ནས་དེ་ཐམས་ཅད་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་བོ་མངའ་བདག་རལ་བ་ཅན་གྱིས་  
 མངའ་འོག་ཏུ་བསྐྱེད་ཁྱེས་བཀོད་པའི་ནང་། ཉོར་ཡུལ་ཁྱེས་པའི་མིང་ཐོག་མར་ཐོན་ཡོད། ཁ་ཅིག་གི་སྒྲོ་ངོར་  
 དེ་མི་འཐད་དེ། བསྐྱ་བཀའ་ཐང་དུ། ཡུམ་བཙན་འོད་སྤངས་ཁྱེས་བྱ་འབྲུག་པ་འབྱུང་། དེ་ཆེ་འདྲེ་ཡི་སྤུལ་  
 བས་སྐྱེས་རྟེན་ནས་ཀྱང་རབས་བརྒྱ་དང་བཅུ་ལྷག་སོང་ཅོན་ཅེ། ཉོར་ཡུལ་གནམ་ཐེའུ་དཀར་བོའི་རྒྱལ་  
 བོ་འོང་། བོད་ཁམས་ཐམས་ཅད་ཉོར་གྱི་མངའ་འོག་འབྱུག་ཉོར་གྱི་མོ་ལྷ་གནམ་ལྷ་བྱང་ཆུབ་ཡིན་ཅེ། རྒྱལ་བོ་  
 ཤིང་བྱ་ཅན་ནི་སྤྱན་དྲངས་ནས་ཀྱང་དེ་ལ་གཏད་ན་གཙུག་ལག་ཁང་མི་འཇིག་ལྷ་ཉོར་ཉོར་གྱི་སྒྲིམ་གྱ་བཙོམ་པ་  
 ཅེ། དེ་ཉོར་གྱི་ཅའི་བྱི་ལ་འབྲངས་ནས་འོང་། ཁྱེས་གསུངས་པ་དེ་དག་ཏུ་ཉོར་ཁྱེས་པའི་མིང་བྱུང་བ་མ་

① གཙང་སྒྲིན་ཉེ་དུ་གས་བསྐྱེགས། <<རྣལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕུག་ཆེན་པོ་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མཁུར>>མཆོ་སྒྲིན་མི་ རིགས་དཔེ་  
 སྤྱན་ཁང་།1981. P319  
 ② གཙང་སྒྲིན་ཉེ་དུ་གས་བསྐྱེགས་<<རྣལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕུག་ཆེན་པོ་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མཁུར>>P335  
 ③ གཙང་སྒྲིན་ཉེ་དུ་གས་བསྐྱེགས་<<རྣལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕུག་ཆེན་པོ་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མཁུར>>P351  
 ④ མཛོད་ནག་མའི་སྟོང་ཆ་<sup>(P269)</sup> དང་། རས་པ་བྱ་ཆེན་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་དུའང་། ཁྲལ་འུ་ལག་སྤྱད་པའི་ཉོར་འདྲ་འདྲ་  
 (P113) ཁྱེས་འབྱུང་།  
 ⑤ ཉོར་ཁྱེས་པའི་ཐ་སྙད་འདི་ནི་ཁ་ཅིག་གིས་ངོ་བོ་རྩིས་ཉི་ཤ་སོགས་འབྲངས་སའི་གནས་ཟེ་ཉོར་ཁྱེས་པའི་ཡུལ་གྱའི་མིང་ལས་  
 མཆོད་པར་བཤད་ནའང་། དེ་ནི་མིན་ཏེ། རྒྱ་གར་རང་སྐྱེད་དུ་ཉོར་ཁྱེས་པའི་སྤྱུ་མ་ཡིན་པར་ཉོད་ང་ར་ཡིག་སོས་ཕལ་ཉི་འདོན་  
 པས་ཟེ་ཉོར་ར་གས་པ་ལས་ཟེ་ཉོར་ནི་མིན་ནོ། །  
 ⑥ <<བསྐྱ་བཀའ་ཐང>>སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྤྱན་ཁང་།P384-385

ཟད། བཀའ་ཐང་ལྗེ་ལྟ་ཡང་། གཙུག་ལག་རྒྱལ་བོ་གདུག་པ་སྤུལ་ལྟར་འབྲིལ། ཁོས་ཀྱི་རྒྱལ་བོ་ཁྱི་ལ་སྤྱང་  
 ལྟར་འཇབ། ཁོར་ཀྱི་རྒྱལ་བོ་བྱེའུ་ལ་ཁ་ལྟར་འཇུག། ཁོར་ཀྱི་རྒྱལ་བོ་ཤིང་ལ་སྤུལ་ལྟར་འཇབ། ཁྱེས་ཡིག་  
 ཐོག་ཏུ་བཀོད་ཡོད་པ་འདི་དག་ལས་ཤེས་ལུས་པས། དེ་ལས་ལེན་དུ་མི་རུང་ན། མངོན་སུམ་ལ་བརྟུན་.....  
 འདིངས་པ་ཁོ་ནའོ་ཁྱེས་སྤྲིད་ནའང་། དེ་ལ་དབྱེད་པར་བྱ་བ་འདི་ཡོད་དེ། གཅིག་ནས། ཡིག་ཆ་དེ་དག་...  
 ཏུང་དཀར་སྒོ་བཟང་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་བཞེད་ཚུལ་ལྟར་ན། དུས་རབས་བརྟུགས་པ་སྟེ། སྤྱི་ལོ་<sup>1285</sup> ལོར་ཡར་  
 རྩེ་ཨོ་རྒྱུན་སྤྱིང་བས་བསམ་ཡས་གཙུག་ལག་ཁང་ནས་གཏིར་ནས་བཏོན་པས། ཕྱིས་སུ་བྱང་པའི་ཡིག་ཆ་ཡིན་  
 པ་དང་། གཉིས་ནས། ཡིག་ཆ་དེ་དག་གི་མ་གཞི་ཡང་དག་པ་ཞིག་ཡིན་སྤྲིད་ནའང་། དེའི་ནང་ཕྱོགས་བཞིའི་  
 དག་ཅུམས་བོད་ཀྱི་དག་སྐལ་ཡིན། རྒྱ་ནག་རྒྱལ་བོ་བོད་ལ་སྤྱང་ལྟར་འཇབ། རྒྱ་གར་རྒྱལ་བོ་བོད་ལ་སྤུལ་  
 ལྟར་འབྲིལ། ཁྱི་བྱིས་རྒྱལ་བོ་བོད་ལ་ཁ་ལྟར་གདུག། ཁྱེ་སར་རྒྱལ་བོ་བོད་ལ་ཏ་ལྟར་འཇབ། ཁྱེས་ཆོག་  
 རྩེ་ཕྱི་མི་མཐུན་པ་སྟེ། གོང་དུ་ཏོར་ཀྱི་རྒྱལ་བོ་ཤིང་ལ་སྤུལ་ལྟར་འཇབ་ཁྱེས་འབྱུང་བ་དང་། འདིར་གེ་སར་  
 རྒྱལ་བོ་བོད་ལ་ཏ་ལྟར་འཇབ་ཁྱེས་གེ་སར་དང་ཏོར་ཁྱེས་པའི་མིང་ཡང་དཔེ་གཞུང་གཅིག་གི་ནང་པན་ཚུན་  
 བརྩེ་ཡོད་པ་སོགས་ལས་ཡིད་རྟོན་ལེར་དཀའ་བ་ཞིག་གོ། གསུམ་ནས། ཕྱིས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཅུམས་སུ་གེ་སར་  
 དང་ཏོར་ཁྱེས་པ་འདི་ནི། བཅན་པོའི་དུས་ཀྱི་ཡིག་ཆ་སྟེ། ཏུང་ཏོང་ཡིག་རྟིང་ཅུམས་སུ་དུ་གྲུ་དང་སོག་དག་  
 ཟེར་བ་དེ་ཅུམས་ལ་ངོས་འཛིན་དགོས་པར་སྤང་བས། དེའི་ཆབ་དུ་ཏོར་ཁྱེས་པའི་མིང་ཞིག་ཡོད་དོན་མེད་  
 དོ། ཁྱུང་པར་དུ་བརྟུན་པ་སྤྲུང་དུ་ཏུས་སུ་རང་རེ་ཅུམས་ཏོར་ཀྱི་མངའ་ཁོག་དུ་ལྷུང་བའི་སྒྲིམ་མེད་ལ།  
 བོད་སིལ་བྱར་ཐོར་བའི་དུས་སྐབས་ཏེ། དུས་རབས་བརྟུགས་པའི་ཡས་མས་སུ། ཏོར་ཀྱིས་བོད་ལ་འུ་ལག་  
 བསྟུ་བ་པར་ཟད་དབང་དུ་འང་བསྟུས་མེད་པས། རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་མགུར་མའི་ནང་ཆོག་འདི་དག་ཡོང་  
 ཐབས་མེད་པ་ཞིག་གོ། གནའ་བོའི་ཡིག་རྟིང་ཏུན་ཏོང་གཏིར་ཡིག་ལས། བྱང་ཕྱོགས་ན་བཞུགས་པའི་རྒྱལ་  
 བོའི་རབས་སུ་ཏོར་ཀྱི་རྒྱལ་བོ་ཁྱེས་པའི་ཐ་སྟངས་འདི་བྱང་ཡོད་པ་དང་། དགེ་བཤེས་པོ་ཏོ་བའི་<sup>(1027—1105)</sup>  
 ཡང་སྒྲིབ་རྩོ་བོ་ལྟ་འབྲི་སྒྲིབ་བས་མཛད་པའི་བེའུ་བུམ་སྤོན་པོའི་འགྲེལ་བར། བྱང་ན་ཏོར་ཡོད་ཅུམ་མིན་པ་  
 རྟིང་ནས་ཐར་བ་བསྟུབ་པར་འདོད་པ་ཅུམས་ཀྱིས་སྤྱོད་པ་འདི་ལྟར་བྱེད་དགོས་ཏེ། རྒྱེས་པའི་ཡུལ་མ་སྤངས་  
 ན་བག་ཅུམ་ལ་བརྟེན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་སྟེ་བས་ཆོས་ཉམས་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་པས་སྤངས་དགོས་ཁྱེས་  
 གསུངས་པའི་ནང་ཐ་སྟངས་འདི་ཐོན་ཡོད་པ་ཅི་ཡིན་ཞེ་ན། ཏུང་ཏོང་ཡིག་ཆ་ཅུམས་ནི་སྤྱི་ལོ་<sup>1035</sup> ལོའི་ནང་  
 གཏིར་དུ་སྤྲས་པར་གཤགས་པས་དུས་རབས་བརྟུགས་པའི་ནང་ཐ་སྟངས་འདི་ཐོན་ཡོད་པར་བསམས། ཆོས་  
 འབྱུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་སོགས་སུ། བྱང་ཕྱོགས་ཏོར་དང་ཡུ་གུར་ནས། ཁྱིམས་དང་ལས་ཀྱི་དཔེ་  
 ཅུམས་ལེན། ཁྱེས་ཕྱིས་སུ་གསུངས་པ་དེ་དག་ཞིབ་འཇུག་པ་ལ་ལས་པལ་ཆེར་གྱུ་གྱུ་ཡིན་པའི་སྒྲིབ་བྱེད་དུ་

① ཨོ་རྒྱུན་གཏིར་བདག་སྤྱིང་བས་གཏིར་ནས་བཏོན།《བཀའ་ཐང་ལྗེ་ལྟ་ཡང་།》1986 མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་གིས་དཔར།P444-445)

བཀོད་ཡོད་པ་འདི་བདེན་ཤས་ཆེ་ཞེ། ཉང་རལ་ཆས་འབྱུང་དུ་འང་རྟོག་ཡུལ་དང་སྐོན་པོ། ཡུ་གུར། ལི་ཡུལ་  
 ཞེས་སོ་སོར་གསུངས་ཡོད་པས་སོ། སྤྱིང་སྤྱང་རྟོག་སྤྱིང་གཡུལ་འབྱེད་དུ། སྐོན་པོ་ནི་གཞན་ཞིག་དང་། སྐོན་  
 ལི་ཁྱི་རྩ་རྩོང་དུ་འང་རྟོག་ནི་གཞན་ཞིག་ཏུ་བསྐྱེད་ཡོད་ལ། འབྲུངས་སྤྱིང་དུ་འང་། སྐོན་གཞིག་ལོར་དང་རྟོག་  
 སྐོན་དང་། ཁྱི་རྩ་རྩོང་དང་མཐའ་མེད་བྱང་། རྒྱ་གམ་ས་ཡི་འདུས་མདོ་ཡིན། ཞེས་རྟོག་དང་སྐོན་པོ་སོ་  
 སོར་བཤད། སྤྱི་མཐུན་ལིས་ཁི་ཡུས་ཏེ་དང་རྩ་ཆེ་རིང་པ་ལིས་ཏེ་གྲིས་ཡུ་གུར་(回鹘) དང་རྟོག་གཞིས་གཅིག་ཏུ་  
 བཤད་པས་དཔྱད། ད་དུང་རྟོག་ཁང་དང་རྟོག་ཁོང་འཇ་རྟོག་ཀོང་གསལ་པ། རྟོག་ཁུང་། རྟོག་ཉིང་། རྟོག་  
 འབྲུ་རྩོག་དུག རྟོག་སྒྲ། རྟོག་ཁ་སྒྲེ་བཞེ། རྟོག་སྒྲེ་ཞེས་པའི་མིང་འདི་དག་ཀྱང་ཕྱིས་སུ་དར་བ་ལས་བོད་  
 རང་ལ་སྤྲད་ཀྱི་དུས་ནས་ཡོད་པ་ཞིག་ནི་མིན་ནོ། །

རྟོག་འབྲུ་འབྲུ་ཞེས་པ་ནི། ཆེན་པོའི་བཀའ་དཔྱད་ཁུལ་སྤྱད་པའི་མངག་གཞུག་པའི་མིང་དུ་བཤད་པས།  
 ཆོག་འདི་དེ་བས་ཀྱང་བྱུང་བ་འབྱི་ཞེ། རྟོག་གིས་བོད་དབང་བསྐྱར་བའི་རྩེས་སུ། ཁུལ་འུ་ལག་བསྐྱུ་མཐུན་  
 དེ་ལ་རྟོག་འབྲུ་འཇ་པོ་ཉ་ཞེས་པར་གསལ་པའི་ཕྱིར། ལྷ་སྐབ་པ་དབང་ཕུག་བདེ་ལུག་གི་སྤྱི་དོན་རྒྱལ་  
 རབས་སུ་འང་། རྟོག་འབྲུ་ཞེས་པ་ནི་སྐོན་པོའི་ལུགས་ལ་ཁྱིམ་ལྷོག་སྐོན་པོ་ཆུ་འཛིན་མེད་པར་སེམས་ལ་གང་  
 དུན་ཞིག་བྱེད་གྱི་ཡོད་པ་དེ་ལ་ཟེར་བར་གསལ་བཤད་གནང་ཡོད་པས། དེ་འབྲུ་ཡིན་ན་དམན་ཆོག་ཅིག་……  
 ཀྱང་འབྲེས་པ་ཤེས་ཅུས། རྒྱ་ནག་གི་ཡིག་ཆ་རྣམས་སུ་གནའ་དུས་ཀྱང་གོའི་བྱང་ཕྱོགས་ཀྱི་མི་རིགས་རྣམས་  
 ལ་ཏུ་འུ་(胡) དང་། ཏུ་བ་ཕྱོགས་པ་རྣམས་ལ་ཆང་(羌) ཞེས་འབོད་ཀྱང་། རང་རེའི་ཡིག་ཆ་རྣམས་སུ་དེ་འབྲུའི་  
 འབོད་སྐོལ་དར་མེད་པ་ཏུང་རྟོག་ཡིག་རྟིང་ལས་ཤེས། ཏུན་རྟོག་ཡིག་ཆ་<sup>P. 2762</sup> ཡི་རྒྱལ་ཏུ་བོད་རྒྱ་ཤན་སྐྱར་  
 དུ་བཀོད་པ་དེར། སྐོན་པོ་དང་ལྷག་ཉིས་ཤན་སྐྱར་དུ་བཀོད་ཡོད་པས། བསྐྱེད་པ་སྤྲད་ཀྱི་དུས་སུ་རྒྱ་ནག་པ་  
 རྣམས་ཀྱིས་ཏུ་འུ་(胡) ཞེས་པ་མི་རིགས་མང་པོ་ལ་སྐྱར་བ་དེར། རང་རེའི་བོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྐོན་པོར་……  
 འབོད་དེ། རྒྱལ་པོ་ཁྱི་སྤྱིང་ལྷེ་བཙན་གྱི་དུས་སུ་བཙན་པ་ཆེན་པོ་དཔལ་དབྱངས་ཀྱིས་བོད་རྩེ་འབངས་ལ་  
 གདམས་པ་ལས། སྐོན་པོ་རྣམས་ནི་བཙན་ཀྱིས་འབྲེག ཁུང་འགྲོ་པལ་ནི་ལས་ཀྱིས་འབྲེག ཁུང་འབྲུན་……  
 རྣམས་ནི་ཡོན་ཏན་གྱིས། འབྲེག་པ་ཡིན་ན་གང་ཕྱིར་བྲེགས། ཞེས་པའི་ནང་། སྐོན་པོ་ཞེས་པའི་མིང་……

① བདམ་ཀུན་གྲོལ་གྱིས་བསྐྱེད་སྐྱེད་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ལ་རགས་ཙམ་དཔྱད་པ། >>2008. 4<<བོད་ལྗོངས་ཞིབ་  
 འཇུག >>P17--30  
 ② 李克郁著<<“霍尔”杂谈 >><<青海民族研究>>1998. 3  
 ③ 纳·才仁巴力著<<“霍尔”语源浅议>><<青海民族研究>>2000. 1. P90—92  
 ④ བཙན་པ་དཔལ་དབྱངས་ཀྱིས་བསྐྱེད་སྐྱེད་སྐྱེད་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ལ་རགས་ཙམ་དཔྱད་པ། >>2004<<བོད་རིག་པ་དཔེ་སྐྱེད་ཁང་།>>P626

བྱང་ལ། སྤང་དར་གྱིས་བསྟན་པ་བསྟུབས་པའི་སྐབས་སུ། ཞང་རྩྭ་ནི་སྤོ་མ་དཔལ་ཆེན་དགའི་གས་སུ།  
 སྤོ་མ་དཔལ་གྱི་ཡེ་ཤེས་ཞེས་པ་དང་། གསང་སྐགས་དྲེ་ཕུར་བ་བརྒྱད་པའི་མཁས་པའི་གས་སུའང་།  
 རྟོན་རབ་བྱུང་བ་ཡིན་པའི་སྤོ་མ་དཔལ་གྱི་དབང་བྱུག་དང་། གཉགས་ལ་ཆེན་པོའི་སྤོ་མ་དྲེ་ཕུར་བ་  
 ལས་དངོས་གྲུབ་བཞེས་པའི་གྲུབ་ཆེན་སྤོ་མ་དཔལ་བཅས་བྱུང་བ་ལ་གཞིགས་ན། མཁས་པ་དེ་དག་གི་  
 སྤོ་མ་དཔལ་དང་སྤོ་མ་དཔའི་བརྒྱད་པ་གང་རུང་ཞིག་ཡིན་པར་སྤང་སྟེ། གྲུབ་ཆེན་སྤོ་མ་དཔལ་ནི་སྤོ་མ་དཔལ་  
 སྤོ་མ་དཔལ་འབྲེང་པ་དེ་འབྲེང་རིགས་རྒྱུད་ཡིན་པར་འཇམ་མགོན་ཀོང་སྤུལ་སློབ་པ་མཐའ་ཡས་ཀྱིས་གསུངས་  
 ཡོད། དེའི་སྐབས་ཀྱིས་ཕྱིས་སུ་བོད་དུ་སྤོ་མ་དཔལ་ལ་རྟོན་ཞེས་དམིགས་བསལ་གྱི་འབྲེང་སྤོ་མ་ཞིག་བྱུང་  
 ཡོད་པ་དེ་ལ། བསྟན་པ་སྤང་དར་གྱི་དུས་སུ་སྤོ་མ་དཔའི་མིང་ལས་འབྲེང་སྤོ་མ་གཞན་ནི་བྱུང་མེད་དོ། །ཁ་  
 ཅིག་གིས་འདི་ལ་གཞོན་བྱེད་གཏོང་སྟེ་དེ། སྤིང་སྤྱང་གི་རྟོན་སྤིང་གཡུལ་འབྱེད་ནི་སྤོ་མ་ལི་ཁྱི་རྩྭ་རྩྭ་གི་  
 སྤོ་མ་དུ་བྱུང་བས། ཐོག་མར་རྟོན་དང་། དེ་ནས་སྤོ་མ་དཔའི་མིང་བརྟེན་འདི་བྱུང་བར་བསམ་ངེས་ནའང་།  
 སྤྱང་གི་གོ་རིམ་གྱི་སྤིང་ནས་དེ་ལྟར་ཡིན་མོད། བོད་རང་ལ་ཐོག་མར་སྤོ་མ་དཔའི་མིང་དང་། དེ་ནས་  
 སྤོ་མ་དཔའི་རིགས་མང་དུ་བྱུང་བ་ལས། གྲུང་དཀར་དང་གྲུང་མེར་ལ་རྟོན་དང་། གྲུང་ནག་དེ་ལ་སྤོ་མ་དཔའི་  
 བརྟེན་པ་ཡིན་ནམ་སྟེ། གང་ལྟར། སྤིང་སྤྱང་འདི་དག་གི་དར་གྱི་དུས་ནས་དར་བ་ཡིན་ཤས་ཆེ་སྟེ། སྤོ་མ་ལི་  
 ཁྱི་རྩྭ་རྩྭ་དུ་རིག་འཛིན་ཞོད་གྱི་ལྷོ་ལྷོ་ཅན་གྱིས་གོ་སར་རྒྱལ་བོའི་རྩམ་ཐར་བྲི་བ་དང་། ཨོ་རྒྱལ་བསམ་  
 གཏན་སྤིང་བའི་གཏེར་ལུང་ལས། དས་གཏེར་གྱི་ཐོག་མར་སྤྱང་སྤྱུ་ཕབ་པར་བཤད་པ་གྱི་དར་གྱི་དུས་ཡིན་  
 པ་ཤེས་པར་ནུས་སོ། །ཕྱི་དར་གྱི་དུས་ནས་བཟུང་། རྟོན་ཞེས་པའི་འབྲེང་སྤོ་མ་ཞིག་བྱུང་བའི་རྒྱ་མཚན་  
 སྤོ་མ་ལས་མང་པོ་ལ་བསྟན་དུ་མེད་ནའང་། པལ་ཆེར་སྤྱི་ལོ་<sup>1240</sup> ལོར་བཅུམས་པར་གྲགས་པའི་སྤོ་མ་དཔའི་  
 གསང་ཡིག་(《蒙古秘史》) དུའང་། བོད་ཀྱི་མིང་ཐོག་མར་ཐོན་ཞིང་། སྤོ་མ་དཔའི་པ་སི་ཟེར་བ་ཞིག་གིས་རྒྱ་  
 གར་གྱི་དམག་དཔོན་གཉིས་པམ་པར་བཏང་སྟེ། ས་མཚམས་ནས་མི་སེར་དང་རྩ་མོང་མང་པོ་འཕྲོག་པ་  
 བཤད་ཡོད་པས། བཅན་གྱིས་བཟུང་བའི་མི་སེར་གྱི་སྤྱོད་དུ་བོད་མི་ཡོད་ངེས་པར་བཤད་པ་དེ་ཡང་བདེན་  
 ཤས་ཆེ་བར་མངོན། དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། སྤྱི་ལོ་<sup>1179</sup> ལོར་རིང་གེར་རྒྱལ་བོས་སྤོ་མ་དཔའི་ཡུལ་ལ་དབང་བསྟུར་

① རྩང་ཉི་མ་འོད་ཟེར་གྱིས་བཅུམས་《ཆོས་འབྱུང་མེ་ཏོག་སྟིང་པོ་སྤྱང་ཆེའི་བཅུད》>1988 བོད་ལྗོངས་མི་དམངས་དཔེ་སྟར་ཁང་  
 བས་བསྟན།<sup>P438</sup>

② རྩང་ཉི་མ་འོད་ཟེར་གྱིས་བཅུམས་《ཆོས་འབྱུང་མེ་ཏོག་སྟིང་པོ་སྤྱང་ཆེའི་བཅུད》>1988 བོད་ལྗོངས་མི་དམངས་དཔེ་སྟར་ཁང་  
 བས་བསྟན།<sup>P486</sup>

③ འཇམ་མགོན་ཀོང་སྤུལ་སློབ་པ་མཐའ་ཡས་ཀྱིས་བཅུམས་《དཔལ་སྤང་དར་རྟོན་མའི་གཏེར་རྟོན་བརྒྱ་ཆའི་རྩམ་ཐར་བུ་རྩྭ་ལི་  
 ཐེང་བ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས》> P85

④ 乌力吉巴雅尔著<<蒙藏文化关系研究>>中国藏学出版社 2004..P3

ནས་ཀྱལ་པོ་བྱས་ཤིང་། དེ་ནས་ཀྱ་ནག་གི་ཅིན་ཀྱལ་རབས། ཀྱ་མེར། མི་ཉག་ལ་སོགས་པ་དབང་དུ་བསྐྱར་  
 ཞིང་། སྤྱི་ལོ་<sup>1239</sup> ལོར་བོད་ཀྱི་སྐྱབ་དང་། འབྲི་བྱང་གི་ཚལ་གྱི་གཡའ་བཟང་གི་སྐྱུ་ལུང་བ་བཅས་ཀྱིས་  
 ཡོན་ཀྱལ་རབས་ཀྱི་ཀྱལ་པོ་དང་ཀྱལ་སྤྱུ་སོ་སོར་མགོ་བཏགས་པ་སོགས་བྱུང་ཡོད་པས། དེ་དུས་ནས་བོད་  
 ལ་འཛིགས་སྐྱལ་བྱུང་བ་ཤེས་ལ། ལྷག་པར་དུ་སྤྱི་ལོ་<sup>1227</sup> ལོར་ཇིང་གེར་ཀྱལ་པོ་འདས་པའི་གཏམ་དེ་བོད་  
 རྒྱལ་སྤྱི་ཐོས་ཏེ། བོད་པས་འདབ་ཅོར་ལོ་འགའ་ཤས་ལ་མ་སྤྲད་པས། གོ་དན་ཁྲུང་ཁྲོས་ཏེ་སྤྱི་ལོ་<sup>1240</sup> ལོར་  
 དམག་དཔོན་ལོ་ཅི་དང་། རོར་ཐའི་འོག་ལ་སོག་དམག་ཁྲི་ཆོ་གསུམ་བཏང་། ར་སྤྲིང་དང་། ཀྱལ་ལྷ་ཁང་  
 སོགས་མེར་བསྐྱེད་སྤྱི་ལོ་སྟོན་སོགས་བཅུན་པ་ལྟ་བུར་བསད་པ་<sup>1244</sup> ལོར་ལྷ་ས་  
 བས་ཏྲུ་ཡུལ་དུ་མ་ཐེབས་པའི་གོང་ནས་བོད་དང་སོག་པོ་དབར་འབྲེལ་བ་རྒྱུན་ལྷན་མིན་པ་ཞིག་བྱུང་ཡོད་  
 པ་གོ་སར་སྤྲུང་གི་ནང་དུ་འདྲུང་། སྤྲིང་དང་སོག་པོ་འབྲུག་པའི་སོག་པོ་ལི་ཁྲི་རྩ་རྒྱུ་ཞེས་པ་ཞིག་ཡོད་པས་ཀྱང་  
 ཟུར་ཅམ་ཤེས་སོ། །རྟོར་སྤྲིང་གཡུལ་འབྲུང་དུ་འདྲུང་ཤན་པ་མེ་རུ་ཅེས་སྤངས་པའི་སྤྱི་ལོ་ནང་དུ། དས་རྟ་ཁ་  
 དབུས་གཙང་རྩོད་ལ་བསྐྱོར། རྩོད་དབུས་གཙང་གཉིས་ཀྱི་ཆོས་ར་ནས། རྟ་གསེར་ལྷ་ཅན་ལ་དགུ་བརྒྱ་  
 བསད། རྩོད་དབུས་གཙང་ཆོས་རྒྱུང་གཉན་བར་ཟེར། རྟ་ཉན་ཆོས་རྒྱུང་བཅན་གྱིས་མ་ཐུབ་ཤོར། །  
 ཞེས་བྱུང་བའང་ལོ་རྒྱུས་དེ་དག་གཞིར་བཅས་པ་འདྲ། དེ་ལ་ཁ་ཅིག་གིས། གཅིག་ནས་དེ་དུས་ནས་རྟོར་ཞེས་  
 པའི་མིང་བྱུང་ཡོད་པ་དང་། གཉིས་ནས། ས་པའ་རྟོར་ཡུལ་དུ་མ་ཐེབས་པའི་ཡར་སྤོན་ནས། བོད་ཀྱིས་རྟོར་  
 ལ་འདབ་ཅོར་འབུལ་བ་ཡིག་ཆ་དང་བྱུང་བས། རྩོད་བཅུན་མི་ལའི་སྐབས་ནས་ཁྲུང་ལྷ་ལག་བསྐྱུ་བའི་རྟོར་  
 འདྲ་འདྲ་ཞེས་པའི་རྟོར་འདྲ་དང་འདྲ་ལག་ཞེས་པའི་ཐ་སྟོང་དེ་ནི་བྱུང་ཡོད་ཟེར་ན། རྟོར་ཞེས་པའི་མིང་  
 བོ་གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་དང་། རྟོར་འདྲ་འདྲ་དང་འདྲ་ལག་ཞེས་པའི་མིང་ནི། ས་སྐྱུ་པའ་ཆེན་གྱི་སྤོན་ནས་  
 བྱུང་ཡོད་པ་དམ་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་བོད་ཀྱི་དབུས་གཙང་ཁམས་གསུམ་གྱི་ཡོན་བདག་དང་། མི་སྡེ་རྣམས་ལ་  
 སྤྲིངས་པའི་འཕྲིན་ཡིག་ཏུ་གསལ་མོད། འོན་ཀྱང་། མིང་ཆོག་དེ་དག་ཆོས་སྤྲུལ་འདྲ། རྩོད་བཅུན་མི་ལ་རས་པ་  
 (1040—1123) ཞིང་དུ་གཤེགས་པ་ནས་བཅེས་པའི་བཟང་བྱ་བཞི་བཅུ་ཅམ་གྱི་རྩིས་ཏེ། སྤྱི་ལོ་<sup>1162</sup> ལོར་ཇིང་  
 གེར་ཀྱལ་པོ་འབྲུངས་པ་ཡིན་པས། དེ་ལས་ཡར་འདེད་བྱེད་མི་ལུས་ཏེ། དེའི་རིང་ནས་བོད་ཅམ་དུ་མ་ཟད་ཉི་  
 འབྲེལ་བྱིམ་མཆོས་དག་ལ་རིམ་གྱིས་སྟོབས་ཤུགས་སུ་འཇུག་བྱས་ཤིང་། མཐའ་མར་རྟོར་འདྲའམ་པོ་ཉ་  
 བརྒྱད་ནས་འདྲུག་གམ་འདབ་ཅོར་བསྐྱུས་པ་ཡིག་ཆ་ཀྱང་ཏུ་གསལ་བས། རྩོད་བཅུན་མི་ལའི་དུས་སུ་ཐ་སྟོང་  
 འདི་དག་ཡོང་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ལོ་ཆོགས་སྤྱི་བསྐྱུར་བས་རྟོགས་པར་ལུས་སོ། །བྱང་པར་དུ་རྟོར་  
 སྤྲིང་གཡུལ་འབྲུང་དེའི་ནང་། རྟོར་གྱིས་ཆ་དེ་ནི་རང་གི་ཡུལ་ལྷ་སྤྲང་མ་ལ་མཆོད་པའི་གོམས་སྤྱལ་ཞིག་ཡོད་

① ལྷ་སྐབ་པ་དབང་ཕྱག་བདེ་ལྷན་གྱིས་བཅུམས།《སྤྲིང་དོན་ཀྱལ་རབས་》སྤྲིགས་བཅུ་གཉིས་པ། གངས་ཅན་སྤྱི་ལོ་ནང་དཔེ་  
 ཆོགས་2002. P269

ནའང་། མ་ཁི་བཏོན་ན་འཕྱ་སྤོང་བྱེད་སྟེ། །འཕྲེང་བ་བཟུང་ན་ནམ་ཉིད་བྱེད་སྟེ། །བསྐྱར་བ་བྱས་ན་ལྷ་ཡུལ་  
འཁོར་སྟེ། །འཁོར་ལོ་བསྐྱར་ན་ཞེན་པ་ལོག་སྟེ། །ཞེས་དང་། དེ་དུས་སྤྱིང་ནང་དུ་བྱི་པར་བཞིག་སྟེ་རེ་གཡུག་  
བཞིན་ཡོད། བྱང་ཚུར་བཞིག་སྟེ་འཕྱ་ཚུང་རྩོད་བཞིན་ཡོད་ཅེས་མགོ་འདྲགས་པ་དེ་ལ་བཞེན་ནས། རྟོད་  
དབུས་གཙང་གཉིས་ཀྱི་ཆོས་ར་ནས་དབུ་གསེར་ལྷ་ཅན་དགུ་བརྒྱ་བསད་པ་དང་། མཐར་གེ་སར་རྒྱལ་པོས་  
དབང་བསྐྱར་དེ་མངའ་འོག་དུ་བརྟུག་པར་བཤད་པ་སོགས་ལ་གཞིགས་ན། ས་པའ་དང་འགྲོ་མགོན་  
འཕགས་པའི་སྐུ་རིང་གི་ནམ་ཐར་ལ་རྟོག་བཏགས་ཀྱིས་སྐྱར་བ་མིན་ནམ་སེམས་པས། རྟོར་དེ་སོག་པོ་གོ་  
དགོས་པའི་དུས་ཀྱང་དེ་དུས་ཨེ་ཡིན་སྟེ།

དེས་ན། ལུ་ལག་(ulag-a) ཅེས་པ་འདི་ཡང་ཨ་རག་ཅེས་པའི་མིང་སོགས་དང་འབྲེལ་བར་ཐོག་མའི་ཆར་  
བོད་རང་སྐད་ཅིག་མིན་ཏེ། རྟོར་ལ་འབྲེལ་འདྲིས་དང་། དེ་ནས་བྱིས་སུ་བོད་ནམས་མངའ་འོག་དུ་བརྟུག་  
པའི་རྗེས་སྟེ། དེའི་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་མིང་བརྒྱ་མང་བོ་ཞིག་བོད་ལ་རིམ་གྱིས་དར་བས། གེ་སར་སྐྱབ་དུང་ལུ་  
ལག་ཅེས་པའི་ཐ་སྙད་འདི་མི་འབྱུང་སྟེ། རྟོར་སྤྱིང་གཡུལ་འབྱེད་དུ་དབྱ་བསྐྱེད་ལྷ་ཡུལ་རིང་འཇལ་བ་  
དགོན། ཞེས་བྱུང་བ་དང་། འོ་ན་རྟོད་པ་གཡོན་ལ་བཏགས་པའི་ཆེ། རྟོར་འབྲས་པོར་ཁྲུག་བཏགས་པ་  
འབྲེལ་ཞེས་འབྱུང་བ་ནི། བྱིས་སུ་ཤན་ཐེབས་པར་སེམས་སོ། རྟོར་ལ་དེའི་ནང་དུ་དུང་རྟོར་འབྲས་དང་། ཡག་  
ལུ་མིན་དབང་གི་སྐབས་སུ་ཏ་སི་དུ་བྱང་ཚུབ་རྒྱལ་མཆོན་(1302—1364) ཀྱིས་ཞལ་ལྷེ་བཙུ་ལྷ་ཞེས་པའི་  
ནང་། རྟོར་འབྲས་ཟེ་རྟོར་གི་ཞལ་ལྷེ་ཞེས་པ་དང་། སོག་རིགས་ཀྱི་རྟོར་ལ་རྒྱས་ཡོད་པའི་རྗེས་སྟེ། གར་ལོག་  
པའི་དམག་ལ་ཡང་རྟོད་རྟོར་དུ་བཏགས་པ་ལྟ་བུ་བྱུང་གསུངས་པ་བདེན་ཤས་ཆེ་སྟེ། ལྷ་ཐོག་རིག་འཛིན་ཆེ་  
དབང་ལོར་བུའི་ནམ་ཐར་དུང་། ལ་དྲགས་རྒྱལ་པོ་ཁྲུ་དཔོན་ནང་འབྲུགས་ཏེ། རྟོད་རྟོར་དུ་རྟུག་པའི་དམག་  
གི་དཔུང་ཆེན་པོ་དྲག་དུ་གཡོ་བ་བཤད་པའི་བྱིར། དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཞིབ་དུ་དབྱད་ན། བྱི་དར་  
སྐབས་སུ་བྱུང་བའི་རྟོར་ཞེས་པའི་མིང་དེ་ཡང་ཐོག་མའི་ཆར་སོག་ལྷུལ་ལ་མི་བྱ་བ་ཉང་རལ་ཆོས་འབྱུང་དུ།  
སོག་ལྷུལ་དང་རྟོར་ལྷུལ་ཞེས་སོ་སོ་བཀར་བས་ཤེས་ལ། དེ་ནས་དུས་ལྷན་ཅུང་འདས་རྗེས། རང་རེའི་ཡིག་  
ཆ་ནམས་སུ་སོག་པོ་ལ་རྟོར་ཞེས་པའི་མིང་བྱུང་བ་ལ་གཞིགས་ན། ཆོག་ངོས་ནས་རྒྱ་མཆོན་སོགས་བཤད་དུ་  
མེད་ནའང་། དེས་བོད་ལ་ལུ་ལག་བསྐྱེད་ཤིང་། མགོ་མི་སྐྱར་བ་ནམས་བཏོན་ལ་པལ་པས། སོག་པོས་གནས་  
གཞི་བཟུང་བའི་གནས་དང་དེའི་བརྒྱུད་པ་དང་བཅས་པ་ལ་བྱིས་སུ་རྟོར་བ་ཞེས་པར་འབོད་པ་དང་། རིག་

① དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱིས་བརྒྱུ་སྟེ། «རྒྱལ་ཁབ་རིག་པས་བསྐྱར་བའི་གཏམ་རྒྱུད་གསེར་གྱི་ཐང་མ» སྤྱི་ཆ དགེ་འདུན་  
ཆོས་འཕེལ་གྱི་གསུང་ཆོས་དེབ་གཉིས་པ། བོད་རྒྱུང་ས་བོད་ཡིག་དཔེ་རྙིང་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། 1994. P92  
② «ལྷ་ཐོག་རིག་འཛིན་ཆེ་དབང་ལོར་བུའི་ནམ་ཐར་» «ལྷ་ཐོག་རིག་འཛིན་ཆེ་དབང་ལོར་བུའི་བཀའ་འབུམ་» (རྟོད་ཆ) 2006  
ཀྱང་གོ་འོ་བོད་རིག་པ་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། P110



འཛིན་འཛིགས་མེད་སྤྱིང་བས་ (1729—1798) བཅའ་ས་པའི་དམངས་ལ་སྤྱིངས་པའི་གཏམ་དཔེ་དོན་འབྲེལ་  
 བ་ཞེས་པར་ཡང་། རྒྱལ་པོ་ཕྱི་ལྷོ་ཕྱོད་ཕྱེད་པ་དང་། རྒྱལ་པོ་སྐྱོག་བཅུ་ཟ་བ་དང་། རྟོར་འབྲུལ་འཁོར་  
 འཐག་པ་གསུམ། མངའ་ཞབས་འཛིག་པའི་ཐོ་བར་མཆུངས། ཞེས་ཅོར་འབྲུ་སྟེ། སྐྱོག་པོའི་དབྱ་ཁལ་  
 བསྐྱ་བའི་འུ་ལག་པས་རང་གི་ཡུལ་འཁོར་སྐྱོག་ལ་གཏད་པ་དེ་ནི། རང་གི་སྤྱིང་དབང་འཛིག་ཕྱེད་ཀྱི་ཐོ་བ་  
 དང་འབྲུ་བར་བཀོད་པ་དང་། ཀུ་ཐོག་རིག་འཛིན་ཆོད་བང་ནོར་བུའི་གསུང་མགུར་དུ། རྒྱ་འབྲས་དམ་ཆོག་  
 རྒྱལ་ས་ཅམ་གོན་ཡང་། རྒྱུད་ལ་མ་འབྱོར་གོ་བྱོར་སྤྱུལ་བྱེད་འདྲ། མཆོན་ཉིད་ལྷན་པའི་སྒྲ་མ་ཡུན་བཞེན་  
 ཡང་། ཆོས་བཞིན་མ་རྟོགས་སྟེ་བའི་ཅོར་འབྲུ་འདྲ། ཞེས་དེ་ལྟར་དམན་ཆོག་དང་བུར་ཟ་མཛད་པ་སོ་  
 གས་ལས། མིང་འདི་དག་ཐོག་མ་ནས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་དབང་སྐྱུར་གྱི་གོ་རིམ་ནང་རིམ་གྱིས་བྱུང་བ་ཡིན་  
 པས། རྗེ་བཅུན་མི་ལའི་མགུར་དུ་འདྲ། ཁ་ཟ་འདོད་ཆོགས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་དེ། ཁྲལ་འུ་ལག་བསྐྱ་བའི་ཅོར་  
 འབྲུ་འདྲ། ཞེས་པ་སོགས་ཀྱང་བྱིས་ཀྱི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་མགུར་ལ་བཟོ་བཅོས་བྱས་པའི་རྟོགས་མཆོན་  
 ཞིག་ཏུ་མཛོད་ནོ། །

ཡང་ལ་ལ་ཞིག་གིས། དམ་པ་སྐམ་པོའི་སྐོར་དུ། དྲགས་པོ་ལྷ་རྗེ་ཐོག་མར་རྗེ་བཅུན་མི་ལ་རས་པ་མཇལ་  
 དུ་བྱོན་པའི་སྐབས་སུ། སྤང་བོ་ཞིག་གིས་ལམ་སྤྲ་བཀྱིས་ཏེ། བྱང་སྟོད་ཅིས་གནས་གསར་དུ་ཕེབས་པས།  
 སྤང་བོ་ན་བའི་ཚུལ་བཞུན་ཏེ། ད་འདི་ཡན་ལ་ང་ལ་ཡང་རྒྱས་ཞིབ་པོ་མེད། དགོན་པ་ས་སྐྱ་བུ་བཞུད་ཟེར་བ་  
 འདི་ཡང་བྱིས་སུ་བཅུག་པར་བཤད་དེ། དེ་དུས་ས་སྐྱ་དགོན་བཏབ་མེད་པར་འདོད་ནའང་། དེ་ནི་མིན་ཏེ།  
 འཁོན་དགོན་མཆོག་རྒྱལ་པོ་ (1034—1102) དང་རྗེ་བཅུན་མི་ལ་རས་པ་ནི་དུས་ཐོག་གཅིག་གི་མི་ཡིན་ཞིང་།  
 ས་སྐྱ་དགོན་པ་དེ་ནི། སྤྱི་ལོ་<sup>1073</sup> ལོར་བཏབ་པ་ནས་བཅེས་པའི་བགྲངས་བྱ་སོ་བདུན་འགོར་བའི་ལོ་སྟེ། སྤྱི་ལོ་  
<sup>1109</sup> ལོར་མཉམ་མེད་དྲགས་པོ་ལྷ་རྗེ་ (1079—1153) མཆོག་རྗེ་བཅུན་མི་ལ་རས་པ་མཇལ་བར་ཕེབས་དུས།  
 གཙང་ཕྱགས་སུ་ས་སྐྱ་དགོན་ཆགས་ཡོད་པ་ལོ་ཆོགས་ཐད་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་འགལ་བས། དེ་ནི་སྤྱི་བུ་ཕྱེད་དུ་  
 མི་རུང་བ་ཞར་བྱུང་དུ་སྤྱོད་པ་ཅམ་མོ། །

### གསུམ། མགུར་མ་ལས་ལུང་བཞུན་གྱི་སྐོར།

སྤྱིར་ནང་བ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ལུགས་བོད་དུ་དར་རྒྱས། ལུང་བཞུན་འབྲས་པའི་གསུང་རབ་ཇི་སྟེད་  
 ཅིག་བོད་དུ་བཞུར་ཏེ། བཞུན་པ་སྤྲ་དར་གྱི་དུས་སུ། འགོས་ཆོས་འབྲུབ་ཀྱིས་བཞུར་བའི་ལང་ཀར་གཤེགས་  
 པའི་མདོ་དང་། ལོ་སྤྱོད་བའི་ཤེས་སྟེས་བཞུར་བའི་སྟིང་རྟེན་པ་དང་མ་དགའ་བོའི་མདོ་དང་། ལོ་སྤྱོད་བའི་དཔལ་……  
 འབྱོར་གྱིས་བཞུར་བའི་ལུང་ཕྱན་ཆོགས། དུས་རབས་བཅུ་གཅིག་པའི་ནང་ལོ་སྤྱོད་བའི་ཤུགས་སྤྱོད་གྲོས་ཀྱིས་བཞུར་

བའི་འཇམ་དཔལ་ཚ་རྒྱུད་སྐྱེས་ཡིན་ལ། འཇམ་དཔལ་ཚ་རྒྱུད་དུ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དང་འདས་ནས། །  
 ལ་ནི་བཞི་བརྒྱ་ལྷན་པ་ན། །དག་སྤྲོད་ལྷ་ཞེས་དེ་འབོད་བྱུང་། །ཅེས་ལྷ་སྤྲོད་དང་། ཐོགས་མེད་ཞེས་བྱའི་  
 དག་སྤྲོད་ནི། །བཟླ་བ་བཅོས་དེ་ཉིད་དོན་ལ་མཁས། །ཞེས་པ་སྐྱེས་སྤྲོད་དཔོན་ཐོགས་མེད་སྐྱེས་དང་།  
 རྟེན་རྗེ་པད་དཀར་དུ། དག་བཟླ་བ་ཆོས་འཕེལ་ཞེས་བྱ་བ་རྩ་འཕུལ་དང་ལྷན་པ་ཞིག་འབྱུང་ཞེས་པ་བཀའ་  
 གདམས་པའི་གྲུབ་མཐའི་སྤྲེལ་འབྱེད་འབྲོམ་སྟོན་པ་རྒྱལ་བའི་འབྱུང་གནས་དང་། ཀུན་དགའ་བོ་དང་འདས་  
 བས་མ་འོངས་པའི་དུས་ན། བྱང་ཕྱོགས་ཀྱི་རྒྱུད་དུ་དག་སྤྲོད་ཅེས་བྱ་བ། རྟོན་གྱི་རྒྱལ་བ་ལ་ལྷག་པར་བྱ་བ་  
 བྱས་པ། སངས་རྒྱལ་བརྒྱ་རྟེན་མང་བོ་ལ་བཟླ་བ་གྲུར་བ་ཞེས་འབྱུང་བ་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་བཟླ་བ་  
 ཕྱོགས་མཐར་སྒེལ་བའི་མཉམ་མེད་དུགས་པོ་ལྷ་རྗེ་དང་། ལུང་ཕུན་ཆོགས་སུ་བཟླ་བའི་གཏད་རབས་  
 བདུན་སྐྱེས་ལུང་བཟླ་བ་ཕྱིས་ཀྱི་དམ་པ་མང་བོས་དོན་འཛིན་དང་ཡིད་ཆེས་བྱེད་ཅིང་། དེ་འདྲའི་ཤན་  
 རྒྱགས་ལ་བརྟེན་ནས། དུས་རབས་བརྒྱ་གཅིག་པ་དང་བརྒྱ་གཉིས་པའི་ནང་། སྤྲོད་དཔོན་པད་མའི་ལུང་  
 བཟླ་བ་དུ་དོན་འཛིན་བྱེད་པའི་གཏེར་མ་མང་བོ་ཞིག་ཐོན་པ་དང་། བཀའ་གདམས་སྒྲིགས་བཅས་ལས་  
 འབྲོམ་གྱི་སྒྲིམ་རབས་ཡུལ་གྱི་གཡུ་ལྷ་རྒྱལ་བུ་དང་པ་བརྟན་པར་སྒྲིམ་སྒྲེབ་བ་བཞེས་པའི་ལེའུ་ནང་དུའང་།  
 དཔལ་གྱི་རྩ་སྤྲོད་བཞེངས་པའི་ཆོ། །འདི་བཞིན་བདག་ལ་གྲས་བྱེད་ཅིང་། །བག་ཆགས་བཟང་བག་ཆགས་  
 བཟང་། །རབ་དུ་འཕྲོད་དེ་ཆོས་ལ་དཀར། །དཔེར་ན་བལ་ལ་བལ་ཆགས་པས། །བྱིང་བའི་ཐ་སྙད་འདྲིགས་  
 པ་བཞིན། །བྱིང་དཀར་བ་བར་ཁྱོད་གྲགས་ཏེ། །མཐོན་པོའི་ཆེན་དག་བར་སྦྱོད། །དཀོན་མཆོག་གསུམ་  
 དང་མི་འབྲལ་བར། །ཡུལ་གྱི་ལྷ་རྒྱུ་སྒྲིམ་བོས་མཆོད། །ཅེས་འབྲོམ་སྟོན་པ་དེ་ཉིད་སྒྲེ་རབས་ལྷ་མ་ཞིག་  
 དུ་རྒྱ་གར་དུ་འབྱུངས་པའི་སྐབས་སུ་རྩ་སྤྲོད་གི་སྤྲང་མ་དག་བཟླ་བྱེད་དཀར་བ་ལུང་བཟླ་བ་སྐྱེས་ལུང་  
 བཟླ་བ་མཐའ་ཡས་པ་བྱུང་། དེའི་ཕྱིས་སུ་འཇམ་དཔལ་ཚ་རྒྱུད་དུ། གངས་ཅན་རི་ཡི་ནང་གནས་པ་ཞེས་པ་  
 སྐྱེས་ཀྱང་བོད་ཀྱི་བཙན་པོ་རྣམས་ཀྱི་ལུང་བཟླ་བ་དཔའ་བོ་གཙུག་ལག་ཕྱེད་བ་དང་། འགོས་ལོ་གཞོན་  
 ལུ་དཔལ་གྱིས་སྦྱར་ཏེ། ལུང་བཟླ་བ་དུ་དོན་པ་ཅི་རིགས་ཀྱང་བྱུང་ཡོད། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སུ་དེ་འདྲ་མང་དུ་  
 བྱུང་བས། གེ་སར་སྤྲང་དུའང་འཛིན་སྤྲང་གེ་སར་ལ་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་སྒྲན་ཨ་ནི་གྲང་སྒྲན་རྒྱལ་  
 མོས་ལུང་བཟླ་བ་ཅི་རིགས་གནང་བ་བཤད་ཡོད།

དེ་འདྲའི་ཤན་རྒྱགས་འོག ཕྱི་དར་གྱི་དུས་ཚམས་ནས་མཁས་པ་སོ་སོའི་རྣམས་ཐར་དུ། སྒྲེ་བྲེང་གོང་མ་  
 རྣམས་ཆོས་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་རྒྱ་གར་གྱི་གནས་ཤིག་དུ་སྒྲེབ་བ་བཞེས་ཐོང་བ་དང་། ཡང་ན་རྟོན་པའི་གསུང་  
 རབ་ཁྱོད་ཀྱི་ལུང་བཟླ་བ་ཞིག་དང་། ཡང་ན་དམ་པ་གཞན་ཞིག་གི་ལུང་བཟླ་བ་དང་སྦྱར་ནས་བྱུང་བ་བཞིན།

① རྩོམ་ཨ་ཏི་ཤས་མཛད། «བུ་ཆོས་ཉི་ཤུ་ཆ་གཉིས» «རྩོམ་རྗེ་ཨ་ཏི་ཤེ་གསུང་འབུམ» གྲུང་གོའི་བོད་རིག་པ་དཔེ་སྟར་ཁང་།

རྩེ་བཅུན་མི་ལ་ལང་པ་ཐ་ཆེན་རྒྱ་རྩ་བས་ལུང་བཏུན་གནང་བ་བཤད་ཡོད་དེ། རྩེ་མཁུར་ལས། རྩེ་བཅུན་  
 མི་ལ་རས་པ་ལ་མི་ལམ་དུ་བྱད་མེད་ཅིག་གིས་འཕོ་བ་གྲོང་འབྲུག་གི་གདམས་ངག་དེ་མི་འདུག་པས་ཁྱེས་.....  
 ཤིག་གསུངས་པ་ལ་བཞེན་ནས། མར་བ་ལོ་ལྷ་བར་ཁྱེས་ཀྱང་། ཁོང་ལ་གདམས་པ་དེ་མི་འདུག་པས་སྒྲིབ་  
 བཤེས་ཀྱང་རྒྱ་རྩ་བའི་བྱང་དུ་ཕེབས་ཤིང་། དེ་དུས་རྒྱ་རྩ་བ་སྒྲིབ་གཤེགས་པ་དང་ཐུག་སྟེ། ལོ་ལ་མ་ལྟོས་པར་  
 འཆོལ་སྟམ་ཞེན་འབྲེལ་མང་བོ་བསྐྱེགས་པས་མཇུག་པའི་ལུང་བཏུན་ཁོ་ན་ཐོབ་སྟེ། རྩེ་གས་གསེབ་ཞིག་དུ་  
 མཇུག་པ་བདག་ལ་སྒྲོབ་མ་ཐོས་པ་དག་འཁྱེད་བྱ་བ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ལ་མཁུར་འགྲོའི་ལུང་བཏུན་བྱང་ནས་  
 ཁྱེད་འོངས་པ་ལགས་ཁྱེས་པས། རྩེ་མཁུར་ཆེ། བོད་ལུན་ནག་གི་སྒྲིང་ན་སྒྲིབ་བྱ་གངས་ལ་ཉི་མ་ཤར་བ་འདྲ་  
 བ་ཡང་ཡོད་འདུག་གསུངས། ཐུག་གཉིས་སྒྲིབ་བོར་ཐལ་མོ་སྒྲུར་ཏེ། བྱང་ཕྱགས་ལུན་པའི་སྒྲིབ་ལུང་ན། །  
 གངས་ལ་ཉི་མ་ཤར་འདྲ་བའི། ཐོས་པ་དག་འཁྱེད་བྱ་བ་ཡི། སྒྲིབ་བྱ་དེ་ལ་ཐུག་འཆོལ་ལོ། ཞིས་གསུང་  
 ཞིང་སྒྲིབ་བཅུམས་ཏེ། དུ་གྲུག་གྲུག་པ་ལན་གསུམ་མཛད་པས། རྩེ་གར་གྱི་རི་དང་ཆེ་ཤིང་རྩེ་གས་ཀྱང་བོད་  
 གྱི་ཕྱགས་ལ་མགོ་གྲུག་གྲུག་ལན་གསུམ་བྱང་ཞིས་བཏུན་འཛིན་གྱི་སྒྲིབ་བྱ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་ལུང་དུ་བཏུན་  
 པས། ཐུས་སྒྲིབ་གདམས་ངག་འདི་རྩེ་གས་པ་ལ་རྩེ་བོ་རྒྱ་རྩ་བས་བྱོད་ལ་ཉེར་དགོས་པའི་ལུང་བཏུན་ཡོད་པས་  
 ཐུན་པ་ཡིན་ཞིས་གསལ་བོར་གསུངས་ཡོད་པ་དེ་ཡིན།

དེ་ལྟར་ན། གཙང་སྒྲིབ་དང་འདྲ་བར་མཁུར་པ་ལ་ཅིག་གིས་རྩེ་མཁུར་དུ་ལྟད་བཅུག་པའི་སྒྲིབ་བྱང་  
 ཡང་དག་ཅིག་ཡིན་ཏེ། གཅིག་ནས་ཆུ་ཕོ་འབྲུག་གི་ལོ་ལ་རྩེ་བཅུན་འབྲུངས་པ་གཙང་སྒྲིབ་རང་གི་ལུགས་  
 དང་། གཉིས་ནས། ལུགས་འབྲུག་གི་ལོ་རྒྱུ་རྩ་བ་ཞིང་དུ་གཤེགས་པ་མར་བའི་རྩེ་མར་དང་། བཀའ་  
 གདམས་ཆོས་འབྲུང་བཅས་སྒྲིབ་གསལ་ཞིང་། གདུང་རྩི་བོས་གདན་དྲངས་ཏེ། ད་ལྟ་ཉེ་ཐང་གི་མཆོད་སྤོང་ན་  
 ཡོད་པར་གསུངས་པ་བཅས་ལ་བརྟགས་ན། ལོ་དེར་པ་ཐ་ཆེན་རྒྱ་རྩ་བ་གཤེགས་ནས་རྩི་བོས་གདུང་ཡོངས་  
 སྒྲིབ་པ་མི་མེད་ནའང་། གདུང་ཞེན་ཞིག་བསྐྱེད་ཡོང་བར་ངས། དེ་དུས་ལམ་ཁར་མར་བ་ལོ་ལྷ་བར་ཁྱེས་

① གཙང་སྒྲིབ་ཉེ་དུ་གས་བསྐྱེགས། «རྩེ་མཁུར་གྱི་དབང་ཕྱག་ཆེན་པོ་མི་ལ་རས་པའི་རྩེ་མཁུར་» མཆོ་སྒྲིབ་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་  
 ཁང་། 1981. P105-107

② གཙང་སྒྲིབ་ཉེ་དུ་གས་བསྐྱེགས། «རྩེ་མཁུར་གྱི་དབང་ཕྱག་ཆེན་པོ་མི་ལ་རས་པའི་རྩེ་མཁུར་» མཆོ་སྒྲིབ་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་  
 ཁང་། 1981. P119

③ ལྷ་ལོ་1052 ལོ།

④ ལྷ་ལོ་1040 ལོ།

⑤ ལས་ཆེན་ཀུན་དག་ཀྱང་ལུས་མཆོན་གྱིས་བརྩམས། «བཀའ་གདམས་ཀྱི་རྩེ་མར་བཀའ་གདམས་ཆོས་འབྲུང་གསལ་བའི་སྒྲིབ་མི་  
 » བོད་སྐད་མི་དམངས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། 2003. P81

གར་དུ་ཐེངས་ཕྱི་མ་ཐེངས་པ་མངལ་བས་པ་ཆ་ཆེན་ནི་བར་གཤེགས་ཚུལ་དང་། ཁོང་གི་ལོ་རྒྱུ་འགྲོ་དགོས་  
 པའི་བཀའ་གནང་ནང་དང་། རྫོང་པོའི་ཐུགས་བཞེད་མ་བསྐྱངས་པ་ལོ་རྒྱུ་ཆེད་ལྡན་དག་དུ་འབྱུང་བ་དང་།  
 གསུམ་ནས། གཙང་སྒྲིན་གྱིས་ཀྱང་མར་བ་ལོ་རྒྱུ་བ་དེ་དུས་ཐེངས་སྐབས། རྒྱ་རོ་བ་གཤེགས་པ་དང་། ཐེངས་  
 རྒྱུན་རྒྱུ་རྒྱུ་ཐེངས་མི་ལ་རས་པ་ཡིན་ཚུལ་བཅས་ནི། ལོ་ཆོགས་གཅིག་དུ་མི་ལེལ་ཏེ། དེ་དུས་རྒྱུ་རྒྱུ་ཐེངས་  
 པའི་ལོ་དེར་པ་ཆ་ཆེན་རྒྱ་རོ་བ་གཤེགས་པ་དང་། མར་བ་ལོ་རྒྱུ་བ་ཐེངས་ཕྱི་མ་རྒྱ་གར་དུ་ཐེངས་པ་ཡིན་པས།  
 མར་བ་ལོ་རྒྱུ་བས་རྒྱུ་རྒྱུ་ཐེངས་མི་ལའི་གནས་ཚུལ་ལྟས་པ་ལ་བཞེད་ནས། རྒྱུ་རྒྱུ་ཐེངས་ལ་མ་འོངས་ལུང་བསྟན་གྱི་  
 རྒྱུ་ནས་བསྟོད་པ་ཞིག་མཛད་པ་བཅས་ནི། སུས་ཀྱང་ཡིད་ཆེས་ཐེར་དཀའ་བ་ཞིག་གོ། རྫོང་གིས་ནམ་མཁུར་  
 རྒྱུ་སྐྱེས་ཕྱི་ལོ་ཆོགས་སོགས་ལ་ཞིབ་དུ་མ་དཔྱད་པར་སྒྲོ་རོར་གང་དུ་བཞུགས་པ་ཐོབ་པའི་  
 དན་ཉགས་ཡང་དག་ཅིག་གོ།

ནམ་མཁུར་མཛོད་ནག་མ་ནི་གཙང་སྒྲིན་གྱི་ནམ་མཁུར་དང་མི་འདྲ་སྟེ། དེར་རྒྱུ་ཐེངས་པ་ལོ་རྒྱུ་བས་མཐར་  
 ཐེངས་ལམ་གྱི་གདམ་ངག་མང་བོ་བྱིན་ནས་ཐམས་ཅད་རྫོགས་པར་བྱས་ནས། རྒྱུ་རྒྱུ་ཐེངས་པ་ལ་ལེ་ཤེས་གྱི་རྒྱུ་  
 མས་སྐྱེས་ན་རོ་བ་ཆེན་པོ་ལུང་བསྟན། དཔལ་ན་རོ་བ་ལ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཐེངས་པ་ཆེན་པོས་ཁོ་བོ་ལུང་བསྟན་པ་ཡིན། ཁོ་  
 བོ་ལ་ཡང་དཔལ་ན་རོ་བ་ཆེན་པོས་གདུལ་བྱ་རྒྱུ་རྒྱུ་དང་ལྡན་པ་ཁྱོད་ལུང་བསྟན་པ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པས།  
 དངོས་བརྒྱུད་གྱི་སྐྱེས་མའི་ནམས་ཀྱིས་ལུང་བསྟན་གནང་བར་བཤད་ཡོད། རྒྱུ་ཐེངས་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྒྲིན་  
 མེར་ཡང་། རིགས་ལྷ་བྱ་འཕྱར་ཆོས་ཉིད་རྒྱུད་། འཁོར་ལོས་བསྐྱར་རྒྱུ་ལ་རིན་ཆེན་འཛིན། མི་རྒྱུད་ནམ་  
 མཁའི་པ་རྒྱུ་འདྲ། སྐྱེས་རྒྱུ་ཆུ་བོའི་གཞུང་དང་མཆུངས། བོད་ཀྱི་མར་སྒྲིན་ལོ་རྒྱུ་བ། ཁྱོད་འདི་ལྟ་མ་  
 འདུག་པོད་དུ་སོང་། རྫོང་ས་ཁ་བ་ཅན་གྱི་བྱང་ཕྱོགས་ན། ཐོས་པ་དགའ་བའི་རྫོང་ལྡན་ཡོད་གསུངས་  
 བས། རྒྱུ་རྒྱུ་ཐེངས་མི་ལ་ལུང་བསྟན་པར་བཀོད་ཡོད། གང་ལྟར། འདི་དག་ལས་ཀྱང་ནམ་མཁུར་ཐད།  
 མཁའ་པ་སོ་སོའི་བཞེད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་མང་དུ་མཆོས་པ་དང་། ཕྱིས་ཀྱི་མཁའ་པ་དག་གིས་ལྟ་བུའི་ཐེངས་པའི་  
 མཆོན་ཉགས་ཞིག་གོ།

① གམ་རང་བྱུང་རྫོང་རྒྱུ་སྐྱེས་ཀྱི་སྐད་ཆ། རྫོང་ཆ། དབུ་ཅན་བྲིས་ལ། P33

② ཞི་བྱེད་རི་ཁྱོད་པས་བཅུམས། རྫོང་ཐེངས་ཉི་ལྔའི་འོད་ཟེར་སྒྲིན་མ། དབུ་ཅན་བྲིས་ལ། P65

## ས་བཅད་ལྔ་བ། མི་ལ་རས་པའི་མགུར་མའི་བརྗོད་བྱ།

སྤྱིར་རྗེ་བཙུན་མི་ལ་རས་པའི་མགུར་མ་ནི། བོད་རང་དབང་སངས་རྒྱས་ཆོས་ལུགས་བྱབ་གདལ་དུ་འགྲོ་བའི་གོ་རིམ་སྟེ། མཐོ་རིམ་མི་སྣ་ཁོ་ན་མ་ཡིན་པར་བོད་དམངས་ཁྲོད་བར་དུ་དར་བའི་དུས་མཚམས་མཚོན་པའི་ཚུལ་རིག་ཐོག་མའོ། །དེ་ལྟར་དམངས་ཁྲོད་དུ་ཆོས་ལུགས་དར་ཞིང་སྤེལ་བའི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་། བོད་རང་གི་དམངས་སྤྱུ་དང་སྤྱི་ནས་གོ་སྤྱོད་བའི་ལམ་ནས་སྤེལ་བ་ཚུལ་མ་ཡིན་པར་སྣོད་ལྡན་གྱི་སྒྲོ་བ་མ་དེ་དག་ལ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་མཐའ་དག་དང་། མཚམས་རེ་གསུལ་བྱའི་སྒྲོ་ཚོད་དང་བསྐྱུན་ནས་ཆོས་གྱི་འགངས་ནུས་གསུངས་ཡོད་པ་བསྟན་མི་ལུས་སོ། །དེར་གཅིག་ནས་བོད་རང་དབང་སངས་རྒྱས་ཆོས་ལུགས་བྱབ་གདལ་དུ་རྗེ་ལྟར་བྱིན་པའི་ལོ་རྒྱུས་དང་། གཉིས་ནས་ཆོས་གྱི་དོན་ནུས་བོད་རང་གི་བྱུང་ཆོས་ལྡན་པའི་དམངས་སྤྱུ་དང་སྤྱི་བའི་ལམ་སྤེལ་ཞིག་ཐོག་མར་གསར་དུ་གཏོད། དོན་གྱིས་ཆོས་ཉམས་སྤྱེ་ལེན་པའི་རིམ་པ་ནུས་གསུངས་བྱའི་དགའ་སྤྱོད་དང་བསྐྱུན་པ་སྟེ། ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་བོད་རང་གི་དཔེ་དང་སྤྱི་ནས་གོ་སྤྱོད་བར་སྟོན་པའི་ལམ་རིམ་གྱི་གཞུང་ཐོག་མའོ་ཞེས་བརྗོད་ཀྱང་འགལ་བ་རུང་ཟད་ཀྱང་མེད་དོ། །དེ་བས། འདི་ལ་ངས་པར་དཔྱད་དགོས་པར་འདུག་ནའང་། ད་ལྟའི་བར་དུ་འདིའི་ཐད་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་པ་ཆེར་མ་མཐོང་..... ཞིང་། སྤྱི་ལོ་<sup>1993</sup> ལོར་སྟོ་འབྲོང་སྤུལ་བསྟན་འཛིན་ཉི་མའམ་དགོན་མཚོག་བསྟན་འཛིན་འཕྲིན་ལས་མཚོག་ནས་གངས་ཅན་གྲུབ་པའི་དབང་ཕུག་རྗེ་མི་ལ་རས་པའི་ཟབ་གསང་རྩི་རྗེའི་མགུར་འབྲུམ་ལས་ཉམས་ལེན་ལམ་གྱི་རིམ་པ་དང་སྤྱི་བའི་གདམས་ཟབ་གཅིས་བཏུས་ངས་དོན་གདམས་ངག་རོལ་མཚོ་ཞེས་པར། མགུར་བརྒྱ་དང་བརྒྱ་གཅིག་ལྟ་བུ་སྤེལ་ནས་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ནུས་གོ་རིམ་བཞིན་བསྐྱུན་ཡོད་པ་ནི། རང་... རེའི་བོད་གྱིས་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་གསུང་མགུར་ཁོ་ལ་དུ་ཕུང་ནས་ལམ་རིམ་དང་སྤྱི་བའི་གཞུང་ཐོག་མ་ཡིན་པས། རྗེས་སུ་ཡི་རང་བའི་གནས་སུ་འཁུམས་ནའང་། དམ་པ་དེས་བཅུམས་པའི་ནང་། རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་མགུར་ནུས་མགུར་འབྲུམ་ལས་ཐར་ཆགས་སུ་བཀོད་པ་ལས། ལྟ་བའི་ཐད་དུ་དོགས་གཅོད་དང་མགུར་གཞན་ནུས་གདལ་དུ་བསྐྱུ་དགོས་ཚུལ། རྗེ་བཙུན་མི་ལས་མགུར་ནུས་ལམ་རིམ་དང་མཐུན་པར་གསུངས་

པའི་རྒྱ་མཚན་སྐད་ཀྱི་ཉམས་ཞིབ་བཀྲིས་མེད་པས། འདིའི་སྐོར་ལ་ཕྱར་བ་གྲུ་འདེགས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་སྤར་ཡང་  
དབྱེད་པ་ལ།

### དང་པོ། ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཡོངས་སྤྲོད་མེད།

སྤྱིར་ལམ་རིམ་ཞེས་པ་ནི། བརྟན་པའི་རིམ་པ་དང་འཇུག་འགྲེལ་ཡིན་ཞིང་། དེའི་དོན་བརྟན་ན་ཞིག་……  
སྤྲོད་སྤྱོད་བཞུགས་ཞེས་པར་འདུས་ཕྱིར། ཆེ་ས་ནས་བཤད་ན། རྟོན་པའི་མདོ་རྒྱུད་ཀྱི་གསུང་རབ་ཐམས་  
ཅད་དང་། དེ་དག་གི་དགོངས་འགྲེལ་བྱམས་ཆོས་སྡེ་ལྟ་བུར་། ཐོགས་མེད་ཀྱི་ས་སྡེ་ལྟ། ལྷ་སྐྱབ་ཀྱི་རིགས་……  
ཆོགས་དུག ཞི་བ་ལྟའི་སྤྱོད་འཇུག་སྐད་ཀྱི་ལམ་རིམ་ཡིན་ཀྱང་། སྤྱི་ལྟ་བུ་པོ་བྱམས་པ་ནས་ཐོགས་མེད་  
དང་། དེ་ནས་རིམ་པར་བརྒྱུད་དེ་སྤྲོད་པ་གསེར་སྤྱོད་པའི་བར་ནི་རྒྱ་ཆེན་སྤྱོད་པའི་རྒྱུད་དམ་པར་ཕྱིན་དུག་གི་  
ཉམས་ལེན་དང་། སྤྱོད་དཔོན་སྤྱོད་ཀྱིས་དབུ་མ་རིགས་ཆོགས་དུག་སྐད་ཀྱི་ཐོགས་མེད་པ་ནས་རིག་པའི་ཁྱུ་བྱག་  
གི་བར་དུ་ཟབ་མོ་ལྟ་བརྒྱུད་དམ་སྤྱོད་ཉིད་ཀྱི་རིམ་པ་གཙོ་བོ་བྱས་པའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་སོ་སོར་སྤྲོད་ནས་དང་། ཨ་  
ཏི་ཤས་བོད་དུ་བརྟན་པ་དག་ཐེར་གྱི་སྤྱོད་དུ་ལྟ་སྤྱོད་བརྒྱུད་པའི་ཚུ་བོ་གཅིག་འདྲེས་ཀྱིས་རྒྱལ་བའི་གསུང་  
རབ་ཡོངས་རྒྱུགས་ཀྱི་གནད་ཤོག་དུ་གསུམ་གྱི་ནང་དུ་ཤིལ་གྱིས་དེལ་བ་བྱང་ཚུབ་ལམ་སྤྱོད་མཛད་པ་ནས་  
བཟུང་། ད་ལྟའི་བར་ལམ་རིམ་ཞེས་ནང་བརྟན་དར་ཆེ་བའི་ཡུལ་གྲུ་ཀྱན་ལ་མིང་འདོགས་ཀྱི་ཐ་སྤྱོད་སྐད་ཀྱི་  
སྤྱོད་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་གནད་ཤོག་དུ་གསུམ་གྱི་ནང་དུ་ཤིལ་གྱིས་དེལ་བ་བྱང་ཚུབ་ལམ་སྤྱོད་མཛད་པ་ནས་  
བཟུང་། རྒྱ་གར་རང་ལ་ནི་ཉམས་ལེན་གྱི་སྐབས་མ་གཏོགས། ཟུར་དུ་མདོ་སྤྲེལ་བྱུང་འབྲེལ་གྱི་གཞུང་འདི་  
ཡིན་ཞེས་བོད་དུ་འགྱུར་བའི་གསུང་རབ་བརྟན་བཅས་གང་དུ་འདུལ་མེད་པས། ཤར་ཕྱིན་མདོ་སྤྲེལ་ལས། རྒྱལ་  
བ་འདས་དང་མ་ཕྱོན་ད་ལྟར་གང་བཞུགས་པ། ཀྱུན་ལམ་པ་རྩལ་ཕྱིན་པ་འདི་ཡིན་གཞན་མ་ཡིན། ཞེས་  
ལམ་རིམ་ཞེས་པའི་མཚན་གྱི་ཁྱད་པར་འདི་ཡིན་པར་གསུངས་པ་ལས་ཀྱང་། རྩོམ་པའི་ཡུལ་སྤྱོད་དེ་འདྲའི་  
བརྟན་བཅས་མི་སྤྱོད་པ་ཤེས་ཅུས་སོ། ཡིན་ནའང་། སྤྱོད་ཀྱི་གནད་མས་པའི་ཕྱོགས་ལ་རྩོམ་པའི་སྤྱོད་པ་  
རྒྱུ་ཉམས་མཛད་པའི་སྤྱོད་པ་མཚན་ཆ་འཁོར་ལོ་དང་། མ་བྱ་དུག་འཛུགས། བྱམས་པའི་ནུལ་འབྱོར་གྱི་གྱུར་  
སྤྱོད་རྩོམ་པའི་སྤྱོད་ཀྱི་གསེར་སྤྱོད་པའི་སེམས་དཔའི་རིམ་པ་དང་། རྟོག་པ་འབྱུར་འཛུགས་ལ་སྐད་ཀྱི་གནད་མས་  
དག་བཀོད་པ་ནམས་བཞུགས་ཀྱང་། དེའི་ནང་གསུང་རབ་ཀྱི་གནད་དེ། མདོ་སྤྲེལ་བྱུང་འབྲེལ་བའི་

① ཡོངས་འཛིན་གྱི་བྱང་སྤྱོད་པ་ལ་ཤེས་བརྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོས་མཛད། ལམ་རིམ་རྣམས་སྤྱོད་ལས་བཅངས། སེ་ར་ཐོག་ཆེན་སྤྱོད་ཀྱི་

2006. P19

② པ་བོད་ཁ་བ་བྱམས་པ་བརྟན་འཛིན་འཕྲིན་ལས་ཀྱིས་བཅུམས།《ལམ་གཙོའི་ཟབ་ཁྲིད་ཀྱི་ཐུན་ཀྱིས་ལམ་བཟང་སྤྱོད་འབྱེད་》《  
རྩོམ་པ་མཚན་པོས་མཛད་པའི་ཞལ་འདོན་ལས་གི་འགྲེལ་བ་འགྲེལ་ཞིག་ཕྱོགས་བཞེབས་བཞུགས་སོ་སོར་གཙུག་ནང་བརྟན་  
དཔེ་རྒྱུ་འཛུགས་བསྐྱུད་ཀྱིས་སྤྱོད་ཀྱི་ལམ་པ་》P45

ལམ་རིམ་གྱི་བརྒྱུད་ཀྱི་ཡོངས་སུ་རྒྱུགས་པ་མི་འདུས་པས། ལམ་སྒྲོན་བརྒྱུགས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་དུས་དེའི་.....  
 དགོངས་འགྲེལ་ལ་གྱུ་ལུང་བ་སྒྲོ་བྱས་འབྱུང་གནས་ཀྱིས་བསྟན་རིམ་ཆེན་མོ་མཛད་པ་བཅས་ལས། བྱང་ཆུབ་  
 ལམ་གྱི་སྒྲོན་མེའི་གཞུང་ལ་འཆད་ཉན་རྒྱ་ཆེར་དར་ཡོད་པར་མངོན། དེའི་ཕྱིས་སུ་རྩེ་མི་ལའི་དངོས་སྒྲོབ་ཉི་  
 མ་ལྟ་བུའི་སྒྲོབ་མ་མཉམ་མེད་དུ་གས་པོ་ལྟ་རྩེ་གྲང་དམ་ཆོས་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་ཐར་བ་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་  
 ཞེས་ལམ་རིམ་གྱི་གཞུང་སྟེ། བཀའ་ཕྱག་རྒྱ་པོ་གཉིས་འདྲེས་ཀྱི་རིང་ལུགས་གསར་སུ་གཏོང་ཅིང་། དེའི་ནང་  
 བྱང་ཆུབ་ལམ་སྒྲོན་ཁྱུངས་སུ་མཛད་དེ་ལུང་དྲངས་པ་དང་། རྩེ་པོ་རྟོ་བས་(1027—1105) ལམ་རིམ་གསུངས་པ་  
 རྣམས་དགེ་བཤེས་ཡ་གང་པའམ་དོལ་པ་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་ཕྱགས་བསྐྱེགས་མཛད་པའི་དོན་གྱི་ལམ་  
 རིམ་བཅུ་བྱམ་སྒྲོན་པོ་དང་། དེའི་འགྲེལ་བ་རྩོ་བོ་ལྟ་འབྲི་སྤང་བས་མཛད་པ་དང་། དགེ་བཤེས་པོ་རྟོ་བའི་  
 གསུང་རྒྱན་དཔེ་ལམ་རིམ་དཔེ་ཆོས་རིན་ཆེན་སྤངས་པ་། དགེ་བཤེས་སྤང་ཐང་བས་(1054—1123) དམིགས་  
 པའི་རིམ་པ་བརྒྱུད་དུ་མཛད་པ་ལ་སྒྲོ་སྒྲུང་ཆོག་བརྒྱུད་མ་དང་། ཤ་བོ་སྤང་བས་གདམས་པ་འདྲེས་མར་ཡི་  
 གེར་བཀོད་པས་ཤ་བོ་སྤང་བའི་སྒྲོ་སྒྲུང་ངམ་བཅུ་བྱམ་ཁྲ་བོ། བྱ་འཆད་ཀ་བས་མཛད་པའི་སྒྲོ་སྒྲུང་དོན་  
 བདུན་ལ། བྱང་སེམས་གཞོན་ལྷ་རྒྱལ་མཆོག་པའི་སྒྲོ་སྒྲུང་ཆེན་མོ། རམ་པ་ལྟ་སྤངས་པའི་སྒྲོ་སྒྲུང་། བྱང་  
 སེམས་རྩ་སྤང་བས་མཛད་པའི་སྒྲོན་བརྒྱུད་ཆེན་མོ། སྤར་ཐང་བ་མཉམ་མེད་སངས་རྒྱས་སྒྲོམ་པས་མཛད་  
 པའི་སྒྲོ་སྒྲུང་ཆོགས་བཤད་ལ། ཁམས་པ་ལུང་བའི་སྒྲོ་སྒྲུང་ཐུན་བརྒྱུད་མ་སྟགས་དང་། དགེ་བཤེས་ནག་ཆོ་ལ་  
 རྩོ་བའི་སྒྲོབ་མ་ལག་སོར་བས་ལུ་ཤང་རྩོར་གྱིས་ལུ་ཐུའི་བྱ་འདུལ་འཛིན་དང་། རོག་འཆིང་རུ་བ། གནམ་  
 པར་བ་ཆེན་པོ། ལྷ་ལྡན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཟིན་བྲིས་མཛད་པས། ལམ་གྱི་རིམ་པ་རྒྱས་བསྐྱུས་ཅུང་མི་འདྲ་བ་བཞི་  
 བྱང་བ་དང་། རྣལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕྱག་དགོན་པ་བ་ལས་བརྒྱུད་པའི་སྤེལ་བྱར་བ་དང་། ཀ་མ་བའི་ལམ་རི  
 མ་དང་། དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་རྩེ་བཅུན་མི་ལ་རས་པའི་གྲགས་པོ་སྤེལ་བྱར་བས་དགེ་མཛོས་བྱང་ཆུབ་ལ་  
 གསུངས་ཤིང་། དེའི་སྒྲོབ་མ་སྒྲོན་ལམ་གྲགས་ཀྱིས་མཛད་པའི་ལམ་རིམ། དཀར་བོ་ཆེན་པོའི་ལམ་རིམ། ཡང་  
 སྤེལ་བྱར་བས་དཀྱུར་སྒྲོམ་ཆེན་པོ་ལ་གསུངས་ཤིང་། དེས་སངས་རྒྱས་དཔོན་ལ་བརྒྱུད་པའི་ལམ་རིམ་པོད་  
 བཞི་མ་དང་། པོད་གཉིས་མ་དང་། སངས་རྒྱས་དཔོན་གྱི་སྒྲོབ་མ་རྟོགས་ལྡན་བཟང་མོ་བ་དང་། ལྷ་འཕྲང་བོ་  
 བ་གཉིས་ཀྱི་ལམ་རིམ་སྟགས་ལམ་སྒྲོན་གྱི་གཞུང་སྟེག་ཤིང་དུ་བྱས་ནས་བྱི་རབས་པ་རྣམས་ཀྱིས་གོ་བདེ་བྱིར།  
 སྐབས་དེའི་སྒྲོན་པའམ་དགེ་བཤེས་རང་རང་གི་ལྷོང་བ་དང་། བོད་རང་གི་དཔེ་སྟེ་ཆོགས་སྐྱར་བའི་ལམ་

① མཉམ་མེད་དུ་གས་པོ་ལྟ་རྩེ་ཡབ་སྐུས་རྣམས་ཀྱིས་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཉིད་གཞིར་བཟུང་ནས། རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་གཏུམ་མོ་ལ་སྟགས་  
 པའི་ཐབས་ལམ་ཐུགས་ཉམས་སུ་བཞེས་པར་མཛད་པས་བཀའ་ཕྱག་རྒྱ་པོ་གཉིས་འདྲེས་སུ་གྲགས་སོ། །

② ཐོག་མར་གྲབ་པས་བསྐྱེགས་པ་ནི་བསྐྱུས་པ་དང་། ཐུག་དཀར་བས་དེ་གཞིར་བཅས་ནས་ཁོང་རང་ཉིད་ཀྱིས་དགེ་བཤེས་ལ་  
 གསན་པའི་དཔེ་ཡང་མང་དུ་བསྟན་ཏེ་བསྐྱེགས་པ་ནི་རྒྱས་པ་དང་། ལྷ་སྒྲོམ་རྩོད་བས་སྤུ་མ་གཉིས་ལས་གོ་བདེ་བའི་འབྲིང་བོ་ཞིག་  
 མཛད་དེ། དེ་ལ་དཔེ་ཆོས་རིན་ཆེན་སྤངས་པ་ཞེས་བྱའོ། །

རིམ་གྱི་འཆད་སྒོལ་ཞིག་རིམ་གྱིས་མགོ་འབྲས་པར་སྒྲུབ། འོན་ཀྱང་དུས་རབས་བརྒྱ་གཅིག་པ་དང་བརྒྱ་  
 གཉིས་པའི་ནང་བོད་དུ་སྤྲོ་ན་མེད་པའི་ལམ་རིམ་གྱི་ཉམས་ལེན་གཅིག་ཆེན་མཛད་པའི་སྐབས་ཀྱིས་  
 སངས་རྒྱལ་དཔོན་སྟན་གྱི་ཞལ་ནས་ཀྱང་། དེས་ན་རང་ཅག་བཀའ་གདམས་པ། རྒྱལ་སྤྱི་བཤད་པ་ལམ་  
 རིམ་ཡིན། རྒྱལ་ཁྱུ་འཁྲིད་དང་བསྐྱོམ་པ་ཡང་། ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཁོ་ན་ཡིན། བོ་རྟ་བ་ནས་བརྒྱད་པ་  
 རྣམས། བོ་རྟ་བཤད་བྱེད་པ་ཡང་། ལམ་རིམ་སྒྲིམ་པ་བཤད་པ་ཡིན། ཤུལ་སྤྱི་བའི་སྒྲིམ་པ་ཡང་། ལམ་  
 གྱི་རིམ་པའི་ལེ་ལག་ཡིན། རྒྱུས་བྱ་གསུམ་དང་རིམ་གྱིས་པ། དེ་རྣམས་ཐམས་ཅད་ལམ་རིམ་ཡིན། ལོ་  
 མོག་པའི་གདམས་ངག་ཅི་ཡང་མེད། འདི་བས་ལྷག་པའི་གདམས་ངག་དེ། དུས་གསུམ་སངས་རྒྱལ་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱི། རིང་ལའང་མ་བྱུང་སྐྱོན་སྤྲུག་སྤྲུག་པ། ཁོང་གིས་བསྐྱོམས་ནས་ཉམས་སུ་ཁྱོང་། དེས་ཤེས་  
 རྒྱུས་པས་དེ་ལྟར་འོང་། འོ་ཅིས་མ་བསྐྱོམས་ཉམས་ཁྱོང་མེད། དེས་པའི་ཤེས་པ་མ་ཐོབ་པས། འདི་བས་  
 ལྷག་པའི་གདམས་ངག་ཅིག ཅི་ཡང་བྱ་རང་མི་དགོས་ཤིང་། རྒྱུ་བྱ་མི་དགོས་ལ་འུར་དུ། སངས་རྒྱ་  
 བ་ཡི་གདམས་ངག་ཅིག ག་ཤེད་ཅིག་ན་ཡོད་སྟུང་། དེ་ལྟ་བུ་མེད་རྒྱུས་བྱ་ཀྱན། བཀའ་གདམས་དག་  
 བཤེས་གོང་མ་རྣམས། འདི་ལ་ཐུགས་དམ་མཛད་པས་ན། དངོས་གྲུབ་ཐོབ་ནས་བདེ་བར་གཤེགས། འུ་  
 ཅག་ད་ལྟ་ལམ་རིམ་ལ། རྒྱུ་བྱ་མ་ཐོབ་གསང་སྤྲུགས་སམ། མཐོ་མཐོ་བོ་ལ་དགའ་དགའ་བྱེད། རྒྱུ་  
 པ་མ་ཐོབ་དེས་ལན་པས། དེས་ན་རབ་དུ་བྱུང་བ་རྣམས། ལམ་ལ་རིམ་པ་ཨེན་རེ་སྒྲིམས། འདི་ལ་སོ་ཞིག་  
 མ་ཐེབས་ན། རྒྱལ་པ་བཟང་བོ་འོངས་ཐབས་མེད། འདི་བསྐྱོམས་རྒྱུད་ལ་རྒྱུས་པ་ན། རྒྱལ་པ་སྒྲིམ་ཆེན་  
 དག་བཤེས་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཞིག་འོང་བས། རྟག་དུ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་སྒྲིམས། ཞེས་གསུ་  
 ངས་པ་ལས་ཀྱང་གསལ་བོར་རྟོགས་ལུས་སོ། །

གང་ལྟར། རྩོ་བོ་རྩེ་ལ་ཉི་ཤ་བོད་དུ་ཕེབས་ནས་མདོ་སྤྲུག་རྒྱུད་འབྲེལ་གྱི་ཕྱག་སྒྲིལ་ཏེ། ཕྱི་འདུལ་བ།  
 རྣང་བྱང་སེམས། གསང་བ་གསང་སྤྲུགས་བཅས་སྟན་ཐོག་གཅིག་དུ་ཉམས་བཞེས་གནང་བའི་ཡིག་ཆ་ལམ་  
 རིམ་གྱི་གཞུང་ཐོག་མར་མཛད་པ་ལ་བརྟེན་ནས། སྤྲོ་འགའ་ཞིག་འདུལ་བ་ལ་མོས་སྒྲིམ་སྤྲུགས་བྱུང་དུ་  
 གསོད། འགའ་ཞིག་སྤྲུགས་ལ་མོས་སྒྲིམ་འདུལ་བ་བྱུང་དུ་གསོད། མདོ་སྤྲུག་ཆ་གྲང་ལྟར་ལ་འགའ་དུ་སོང་  
 བ་དག་ཐེར་མཛད་པས། བོད་སྤྱི་ཚོགས་སྤྱི་སངས་རྒྱལ་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་དགོངས་པ་མཐར་ཐུག་ཉམས་སུ་  
 ལེན་པ་བྱུང་། དེ་འདྲ་ལ་བརྟེན་ནས་རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་མཁུར་མའི་ནང་དུ་འོང་། ལམ་རིམ་གྱི་མིང་འདོགས་  
 དངོས་སུ་མ་བྱུང་ཡང་། དངོས་སྒྲིམ་རྣམས་ལ་དལ་འབྱོར་རྟེན་དཀའ་བ་སོགས་རི་རྟེན་བརྟན་པ་ནི། འོན་  
 ཀྱང་དེའི་ཤན་ཐུགས་ལས་བྱུང་བ་ནི་བརྟན་མི་ལུས་ཏེ། དེའི་ཡར་སྤྱོད་དུ་བོད་ལ་དེ་འདྲའི་བརྟན་བཅོས་གྱི་

①ལས་ཆེན་ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་བརྒྱུ་སྤྲུག་པ།《བཀའ་གདམས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཐར་བ་བཀའ་གདམས་གསལ་བའི་སྒྲིམ་མེ》བོད་  
 རྫོང་སེ་དམངས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།2003. P8-9



སྤྲུལ་མི་སྣ་དང་བའི་ཕྱིར་དོ། །ཉལ་པར་དུ་བཀའ་གདམས་གོང་མ་ནམས་ཀྱིས་ལམ་སྟོན་ནི་འཇམ་བུ་སྤྱིང་གི་  
 བསྟན་བཅས་ཆེན་པོ་ཞེས་ཆེས་ཆེར་མཛད་པ་དེ་ཡང་རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་ཀྱི་འགངས་འདུས་ཤིང་གོ་  
 རིམ་གསལ་བས། བན་རྒྱབས་རྒྱ་ཆེན་པོ་བྱང་བའི་རྒྱུན་གྱིས་ཡིན་ཞིང་། དེའི་འཕྲིན་ལས་ཐོད་དུ་རྒྱ་ཆེར་རྒྱས་  
 པའི་ནང་། རྗེ་བཙུན་མི་ལ་རས་པས་ཀྱང་ལམ་རིམ་གྱི་གཞུང་དེའི་བཙུང་བྱ་དག་དཔེ་ཆས་རིན་ཆེན་སྤངས་  
 པ་བཞིན་དཔེ་ཤ་ཉལ་ཏུ་སྦྱར་བའང་མ་ཡིན། བཙུང་དོན་ཐད་ཀར་བཤད་པའང་མ་ཡིན་པར་དམངས་སྤྱི་  
 དང་འབྲེལ་ནས་ཐོད་དམངས་ཁྲོད་དུ་བྱུང་གདལ་དུ་སྤེལ་བར་སེམས་སོ། །ལམ་རིམ་གྱི་ལྷགས་རྒྱུན་དེ་འདྲ་  
 ཐེབས་མི་སྤྱིང་ཟེར་ན། ལྷགས་དེ་དུས་ལར་ཟད། དེའི་རྗེས་ཅམ་དུ་རང་རེའི་སྤྱི་ཆོགས་སྟེང་། ལམ་རིམ་གྱི་  
 སྤྱི་བ་གསལ་ལམ་སྟོན་གྱི་བརྒྱུད་པ་གསུམ་དུ་འཕེལ་རྒྱས་བྱུང་སྟེ། ལམ་རིམ་གཞུང་ཆེན་མོའི་སྟེང་ནས་  
 འཆད་པ་པོ་ཏྲོ་བ་ནས་ཤར་བ་ལ་བརྒྱུད་པའི་བཀའ་གདམས་གཞུང་བ་དང་། དེ་ནས་ཅུང་བསྐྱས་པའི་ལམ་  
 རིམ་བསྟན་རིམ་དང་སྦྱར་ནས་འཆད་པ་དགོན་པ་བ་ནས་སྤུ་ཟུར་བར་བརྒྱུད་པ་བཀའ་གདམས་ལམ་  
 རིམ་པ་དང་། ཉེན་འབྲེལ་སྟེང་པོའི་ཁྲིད་སྟགས་སྤྲུལ་མའི་མན་ངག་དང་སྦྱར་ནས་འཆད་པ་སྦྱོན་སྦྲུལ་བ་ནས་བྱ་  
 ཡུལ་བ་ལ་བརྒྱུད་པའི་བཀའ་གདམས་མན་ངག་པ་བཅས་ཁག་གསུམ་དུ་དར་ཞིང་། དུས་རབས་བརྒྱ་བཞི་  
 བའི་ནང་། རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་མོས་ (1357—1419) ལམ་སྟོན་བཤད་བྱ་ཆ་བའི་གཞུང་དང་། དེའི་སྟེང་མན་ངག་  
 དུ་མས་ཁ་བསྐྱངས་ཏེ། བཀའ་གདམས་གོང་མའི་ལམ་རིམ་དུ་མེད་པའི་ཟབ་བྱུང་མང་དུ་བསྟན་ནས་བྱང་  
 རྒྱུ་ལམ་ རིམ་ཆེན་མོ་མཛད་ནས་བརྒྱུད་པ་གསུམ་གྱི་རྒྱ་པོ་གཅིག་འདྲེས་སུ་གྱུར། བྱང་པར་དུ་གཞུང་དེ་  
 ཉིད་དུ་བྱང་རྒྱུ་ལམ་སྟོན་ཏེ། མདོ་སྔགས་གཉིས་ཀའི་གནད་བསྐྱས་ནས་སྟོན་པས་བཙུང་བྱ་ཡོངས་སུ་  
 རྒྱུགས་པ་དང་། སེམས་འདུལ་བའི་རིམ་པ་གཙོ་བོ་བྱས་པས་ལག་ཏུ་སྤྱང་བདེ་བ་དང་། ཤིང་ཏྲ་ཆེན་པོ་གཉི་  
 ས་གྱི་ལྷགས་ལ་མཁས་པའི་སྤྲུལ་མ་གཉིས་ཀྱི་གདམས་པས་བརྒྱན་པས་ལྷགས་གཞན་ལས་བྱང་པར་དུ་  
 འཕགས་པར་བྱུང་ཆོས་གསུམ་དུ་བསྐྱས་ནས་སྤྱིར་ལས་རྒྱ་ཆེར་བསྟན་ཞིང་། དེ་ནས་ལམ་རིམ་ཆེན་མོའི་སྤྱི་  
 བཤད་སྟགས་དོར་ནས་སྟེང་པོ་བསྐྱས་པ་ལམ་རིམ་རྒྱུང་དུ་དང་། གཞུང་དེ་དག་ལ་བཞེན་ནས་རྒྱལ་དབང་  
 བསོད་ནམས་རྒྱ་མཆོས་ལམ་རིམ་གསེར་ཞུན་མ་དང་། དེའི་འབྲེལ་བ་ལ་ལྷ་བ་ཆེན་པོས་ལམ་རིམ་འཇམ་  
 དཔལ་ཞལ་ལུང་དང་། བཅའ་ཆེན་སྟོ་བཟང་ཆོས་རྒྱན་གྱིས་བདེ་ལམ། དེའི་འབྲེལ་བ་ལྷ་བུར་རྗེ་བཙུན་སྟོ་  
 བཟང་ཡེ་ཤེས་གྱིས་ལྷུང་ལམ་མཛད། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེ་འབྲིང་རྒྱུད་བ་ཉམས་མཁྱུར་བཅས་གསུམ་དང་།  
 དེའི་སྟེང་དྲགས་པོ་དག་དབང་ གྲགས་པའི་ལེགས་གསུང་ཉིང་ཁུ་བསྟན་པས་ལམ་རིམ་ཁྲིད་ཆེན་བརྒྱུད་དུ་  
 གྲགས་པ་བྱུང་ཞིང་། དེ་ནས་སྦྱབས་རྗེ་པ་ཐོང་ཁ་བའི་གསུང་རྒྱུན་ཡོངས་འཛིན་ཁྲི་བྱང་རིན་པོ་ཆེས་ཟེན་  
 གིས་སུ་བཏབ་པ་ལམ་རིམ་རྣམ་གྲོལ་ལག་བཅངས་དང་། ལྷ་དམར་པ་རྟེན་མཛད་པའི་བྱང་རྒྱུ་བདེ་ལམ་  
 གྱི་ཁྲིད་དམིགས་སྦྱང་རྒྱུ་ཤིན་ཏུ་གསལ་བར་བཀོད་པ་དགོ་ལེགས་འོད་སྣང་འབྱེད་པའི་ཉིན་བྱེད་དང་། ཁ་

སྒྲིབ་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་མཆོས་མཛད་པའི་ཞུ་དམར་ལམ་རིམ་གྱི་ཟིན་བྲིས་ལམ་བཟང་གསལ་བའི་དཔལ་སྟེར།  
 ཨ་རོལ་ལུང་རྟོགས་བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་མཛད་པའི་བྱང་ཆུབ་བདེ་ལམ་གྱི་དམིགས་ཀྱི་འཆར་  
 འོད་ཀྱི་དྲ་བ་སྣ་བའི་ཉི་ཟླའི་སྣང་བ་སྟོ་ལུན་སེལ་བའི་རྒྱལ། ཡོངས་འཛིན་སྟོ་བཟང་དཔལ་ལྷན་གྱི་གསུང་  
 རྒྱུན་བཞིན་མར་ནང་འཇིགས་མེད་དམ་ཆོས་ཀྱི་མཆོས་མཛད་པའི་ལམ་རིམ་བཟུང་བྱང་ཆེན་མོ། ཆོ་ཏན་  
 ཞབས་བྱུང་གིས་མཛད་པའི་ལམ་རིམ་བཟུང་བྱང་། རྩེ་ལམ་རིམ་པས་མཛད་པའི་ལམ་རིམ་གྱི་ཟིན་བྲིས་  
 མཁས་པའི་ཡིད་འཕྲོག་རྩེ་ཤར་གདོང་སྟོ་བཟང་བཤད་སྟུབ་ཀྱི་མཆོས་མཛད་པའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོའི་བཤད་  
 བྱིང་སྟོ་བཟང་རྒྱལ་བའི་དགོངས་རྒྱུན་སྟེགས་བྱུང་བ་ལས་བོད་ཀྱི་དགེ་ལུགས་པའི་གྲ་ས་ཆེན་པོ་རྣམས་སུ་  
 དར་བྱུང་བྱུང་བ་དང་། རྟེན་མ་བ་ལ་མཆོན་ནའང་། རྩེ་དཔལ་སྟུབ་འཇིགས་མེད་ཆོས་ཀྱི་དབང་བོས་  
 (1808-1887) ཀུན་བཟང་སྤྲ་མའི་ཞལ་ལུང་སྟགས་ལམ་རིམ་གྱི་གཞུང་མང་དུ་བྱུང་ངོ་། །

རིག་གནས་ཀྱི་ཤུགས་རྒྱུན་དེ་འདྲའི་འོག ལམ་རིམ་གྱི་གཞུང་མང་དུ་བྱུང་བའི་ནང་། བོད་ལ་ཤུགས་་་་  
 རྒྱུན་ཆེས་ཆེ་བཞིག་ནི་རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་མགུར་མའི་ལམ་རིམ་ཁོ་ནའོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། དེར་ལམ་རིམ་གྱི་  
 གཞུང་དོན་ཁོ་ན་བསྟན་པ་མ་ཡིན་པར་བརྗོད་བྱ་དེ་དག་བོད་རང་གི་རང་བཞིན་ནམ་གོ་མས་སྟོལ་དང་།  
 དཔེ་སྟོན་ཆོགས་སྟུར་བའི་སྟོན་པ་བསྟན་པས། གོ་སྤྲོད་དང་། ཆོག་སྟན་པ་སྟགས་ཀྱི་བྱང་ཆོས་སྤྲོད་མེད་པ་་་་  
 ལུན་ནོ། །འདི་ལ་ཁ་ཅིག་གིས། མགུར་མའི་ནང་དུ་མདོ་སྟགས་ཀྱི་ལམ་ཡོངས་སུ་རྩེགས་པ་མི་འདུས་ཏེ། རྩེ་  
 བཅུན་མི་ལ་ཁོང་རང་སྟགས་ལམ་ཁོ་ན་ལ་ཞུགས་ནས་ཆོ་གཅིག་ལ་སངས་རྒྱས་ལ་པས་མདོ་སྟགས་ཀྱི་ཉམས་  
 ལེན་ནམ་ཐུན་མོང་ལམ་སྟུངས་སྟོན་དུ་སོང་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཟེར་ཡང་། དེ་ནི་གཏན་ནས་མིན་ཏེ། རྩེ་མི་  
 ལས་ཀྱང་མར་བ་ལོ་སྟོ་བའི་དུང་ནས་ཐུན་མོང་ལམ་སྟུངས་མཛད་དེ་རྟོགས་པ་སྟེས་པའི་མགུར་མང་བོ་ཡོད།  
 དེར་མ་ཟད་གསང་སྟགས་ཀྱི་སྟུར་བྱང་ལམ་རིམ་གྱིས་འདོན་དགོས་པས། སྟགས་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་ཆོ་  
 གཅིག་ལ་སངས་རྒྱས་པ་དེའང་དོན་གྱིས་ཐུན་མོང་ལམ་སྟུངས་སྟོན་དུ་སོང་བའི་རྟོགས་སོ། །དེའི་ཕྱིར། རྩེ་  
 བཅུན་མི་ལ་རས་པས་མདོ་སྟགས་བྱུང་འབྲེལ་གྱི་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་ཉམས་བཞེས་དང་། གདུལ་བྱ་སོ་སོ་  
 ལའང་རང་གི་ཉམས་རྟོགས་རིམ་ལྡོག་བཞིན་གསུངས་ཤིང་། ཉམས་བཞེས་གཙོ་བོའང་ལམ་རིམ་ལ་གནང་བ་  
 དོགས་པ་སྟེ་མི་དགོས་ཏེ། གཅིག་ནས། ཤེས་བྱེད་དུ་མགུར་ཡོངས་རྩེགས་དངས་མི་དགོས་པར་རྩེ་བཅུན་མི་  
 ལ་ཉིད་གྱིས་ཆོ་རིང་མཆེད་ལུས་དྲོད་ཀྱིས་བ་དང་ཞུས་ལན་གྱི་རིམ་པར། དགོ་དང་མི་དགོའི་ལས་རྣམས་  
 ལ། །རྒྱ་འབྲས་དག་པར་མ་བསམས་ན། །ངན་སོང་སྟུག་བསྟུལ་མི་བཟོད་པས། །ཕྲ་ཞིང་ཕྲ་བའི་རྣམ་སྟོན་

ཁྱེ་ཤེས་པོད་རྣམས་ཀྱིས་ཆོ་གཅིག་ལ་འཛང་རྒྱ་བཞེད་ཞུས་པར། ཆོ་གཅིག་ལ་འཛང་རྒྱ་བཞེད། ལུས་གཅིག་ལ་འཛང་རྒྱ་  
 བཞེད་ཅེས་གསུངས།

ཁྱེ་ཡོངས་འཛིན་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བྱང་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཆོས་བཙུངས། <<ལམ་རིམ་རྣམ་གྲོལ་ལག་བཅངས་>>2006. P231

ལ། བག་ཡོད་དུ་བས་ཟིན་ཡང་འཆ་ལ། ཁེས་སྒྲིལ་བྱ་ཆུང་དུ་འཛོམས་སྐྱོར་དང་། འདྲི་ཡོན་སྒྲིལ་དུ་མ་  
 བཏུས་ཤིང་། ཁེན་པ་ནང་ནས་མ་ལོག་ན། འཁོར་བའི་བཙོན་ར་མི་སྒྲོལ་བས། ཐམས་ཅད་སྒྱུ་མར་ཤེས་  
 པའི་སྒྲོལ། ཀྱུན་འབྱུང་གཉེན་པོ་བཞེན་ཡང་འཆ་ལ། ཁེས་སྒྲིལ་བྱ་འབྲིང་གི་ཆོས་སྐྱོར་དང་། འགྲོ་དུག་  
 རིན་ཅན་པ་མ་ལ། བྱས་པ་རིན་དུ་མི་གཞོན། ཐེག་པ་དམན་པར་གོལ་བའི་སྒྲིལ། ཇེ་ཕྱིར་བཅེ་བ་ཆེན་  
 པོ་ཡིས། བྱང་ཆུབ་སེམས་ལ་བསྐྱབ་ཀྱང་འཆ་ལ། ཁེས་སྒྲིལ་བྱ་ཆེན་པོའི་ཆོས་སྐྱོར་མཁུར་གཅིག་གི་ནང་  
 དུ་ལམ་གྱི་སྒྲོལ་བསྐྱབ་ནས་བཏུན་པ་འདི་དང་། གཉེས་ནས་རྗེ་བཙུན་མར་བའི་མདུན་ནས་ཆོས་གྱི་ཕྱིར་  
 དཀའ་བ་མང་དུ་སྤྱད་ཅིང་། གདམས་པ་ནམས་མཛོས་ཏེ། མཐར་ཉྑལ་འབྱུང་དུ་བའི་ནང་། ལམ་རིམ་  
 ལ་རི་ལྟར་ཉམས་སུ་སྤང་བ་རིམ་པར་བྱ་བ་འདི་ཡང་མར་བ་ལོ་རྒྱུ་བའི་མདུན་ནས་ཐུན་མོང་ལམ་སྤྱངས་  
 ནས་སྒྲོ་རི་ལྟར་སྤྱངས་པ་ནམས་སྤྱར་ཉྑལ་འབྱུང་དུ་བྱུ་བ་ཡིན་པས། མཁུར་གྱི་ནང་དུ་འང་ལམ་རིམ་ཁ་  
 ཆང་འདུས་པ་ཡིན་ཏེ། ཉམས་ལེན་ལམ་རིམ་གནང་བཞིན་ཡོད་པས་གདུལ་བྱ་སོ་སོལ་གསུངས་པའི་སྐབས་  
 སུའང་རང་གི་སྤྱོད་བ་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། ཇེ་ཉིད་མཁུར་འབྱུང་ལས། ཐུགས་ཆོས་ཉིད་འགྱུར་བ་མེད་  
 པའི་ངང་ནས་སྒྲིལ་ཆུང་ཞིག་གསན་དུ་གསོལ། ཐོག་མར་མ་རིག་པའི་རྒྱུན་གྱིས་འདུ་བྱེད་ལ་སོགས་པའི་རྟེན་  
 འབྲེལ་བཅུ་གཉིས་གྱིས་བསྐྱབ་པའི་ལུས། རྣམ་སྤྲིན་གསུམ་རྣམས་བཅས་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་འཛིན་པ་དང་  
 བཅས་པ་འདི་བསོད་ནམས་ཅན་ཐར་བ་འདྲིང་པ་རྣམས་ཀྱི་དལ་འབྱོར་ལུས་ཀྱི་གྲུ་ཆེན། ལས་ངན་ཅན་ཐེག་  
 པ་གསོག་པ་རྣམས་ཀྱི་ངན་འགྱོར་འབྲིང་པའི་སྤྱོད་ལྟར་ལར་འགྲོ་མར་འགྲོའི་ས་མཆོམས། མདུན་མ་གཏན་  
 ལེགས་དང་གཏན་ཉེས་ཀྱི་ཁེ་ཉེན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའི་དུས་ཀྱིས་པ་ཞིག་ཡིན་པར་གོ་ཞིང་། དེ་ཡང་འཁོར་བའི་རྒྱ་  
 མཆོ་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་འབྱུང་གནས་ཤིན་ཏུ་ཐར་དཀའ་བ་འདི་ལ། ད་ལན་རྗེ་འགྲོ་བའི་དེད་དཔོན་བྱེད་ཀྱི་  
 མཐུ་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲོལ་དུ་རེ་བྱེད་པ་ལ། ཐོག་མར་སྤྲོ་མ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་ཀྱིས་ནས་བསྐྱབ་བྱ་  
 ཆུལ་བཞིན་དུ་སྒྲོལ་པ་དང་། དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་བདེ་ལེགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྱུང་གནས་སྤྲོ་མ་ཡིན་པར་  
 འདུག་པས། ཅི་གསུང་དང་དུ་ལེན་ཞིང་དམ་ཆོག་མ་ཉམས་པར་བྱེད་པ་འདི་གལ་ཆེ་བའི་གནད་ཀྱི་དང་པོ་  
 ཡིན་པར་གོ་ལགས། དེ་རྗེས་དལ་འབྱོར་རྟེན་དཀའ་དང་། འཆི་བ་མི་རྟག་པ། ལས་རྒྱ་འབྲས་འཁོར་བའི་  
 ཉེས་དམིགས་རྣམས་དྲག་ཏུ་བསམས་པས་སྒྲོ་རང་དབང་མེད་པར་འཁུལ་ཞེས་པའི་སྒྲིལ་བྱ་ཆུང་དུ་དང་  
 ཐུན་མོང་བའི་ལམ་གྱི་སྒྲོལ་འགྲོ་དང་བཅས་པ་བཏུན་པ་དང་། དེ་ནས་འཁོར་བ་ལས་ཐར་བར་འདྲིང་པའི་  
 བསམ་པས་རྟེན་སོ་སོ་ཐར་བའི་སྒྲོལ་པ་གང་ཡང་བྱུང་བ་ཞིག་ལ་བརྟེན་དགོས་ཏེ། རྟེན་ས་གཞི་དང་འདྲ་བ་  
 བརྟེན་ནས་ཐེག་པ་རིམ་གྱིས་འཛིན་ཅིང་ཁས་སྤངས་པའི་བསྐྱབ་བྱ་མིག་འབྲས་ལྟར་བསྐྱུང་བ་དང་། གལ་ཏེ་  
 ཉམས་ན་ཕྱིར་འཛོམས་པ་ཞེས་པའི་བར་ནི་སྒྲིལ་བྱ་འབྲིང་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་བཏུན་པ་ཡིན་ལ། ཁ་ཅིག་  
 གིས་སྐབས་འདིར་སྒྲིལ་བྱ་འབྲིང་གི་བསྐྱབ་པ་ནི་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ཡིན་ཀྱང་། སྐབས་འདིར་ཆུལ་ཁེམས་ཀྱི་

བསྐྱབ་པ་མ་གཏོགས་མ་བཟུན་པས། རྟོགས་འབྱུང་འདི་ལ་ཆད་སྟོན་དུ་མི་འགྱུར་རམ་ཞེ་ན། སྟོན་མེད་དེ།  
 རྟོགས་བྱ་འབྲིང་གི་བསྐྱབ་བྱ་ནི། ལྷག་པའི་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ཡིན་པས་རྟོགས་བྱ་ཆེན་པོའི་ཆོས་སྐྱར་མི་འབྲིང་ན་  
 སྐབས་འདིར་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ཀ་འཆད་དགོས། འོན་ཀྱང་། རྟོགས་བྱ་འབྲིང་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་འབྲིང་  
 པ་ལས། འབྲིང་གི་དངོས་ལ་འབྲིང་པ་མིན་པས། ཏིང་ངེ་འཛིན་དང་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་གཉིས་རྟོགས་བྱ་  
 ཆེན་པའི་ཞི་ལྷག་གི་སྐབས་སུ་འཆད་པས། འདིར་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ཆལ་དུ་བཏོན་ནས་འཆད་པའི་  
 ཕྱག་བཞེས་ཡོད་པ་སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་ཐོན་འདུག རང་ཞི་བདེ་དོན་དུ་གཉེར་བ་ཐེག་པ་དམན་པར་  
 གོལ་བས། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཁོར་བ་མཐའ་དག་ལས་སྒྲོལ་བར་འདོད་པས་བྱང་ཚུབ་དུ་སེམས་  
 བསྐྱེད་ནས། བྱམས་དང་སྤྱིང་རྩེས་ཅི་བྱེད་ཐམས་ཅད་གཞན་དོན་དུ་བསྡོམ་བ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་  
 པར་གོལགས། ཉན་རང་གི་ལམ་སྤངས་ནས། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་དུ་འཇུག་པ་ལ་ལྟ་བ་ནམ་དག་གིས་གཞི་  
 བཟུང་ནས་སླ་མེད་རྩི་རྩེ་ཐེག་པའི་ལམ་དུ་འཇུག་ཏེ། དེ་ཡང་ལྟ་བ་ནམ་དག་རྟོགས་པར་བྱེད་པ་ལ། སླ་མ་  
 མཚན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་གིས། དབང་བཞི་ནམ་པར་དག་པའི་ཆོག་ཆང་ཞིང་མ་ཞོར་བ་ལ་བརྟེན་འབྲུང་  
 པའི་ཐབས་ཤེས་དང་ལྡན་པ་ཞིག་དགོས། དབང་ཞེས་པ་ཟབ་མོ་ལྟ་བ་ལ་དབང་བས། ད་གཞི་དེ་རིམ་པ་  
 བཞིན་སྒྲུབ་པ་སྟོགས་ཀྱི་བར་ནི། རྟོགས་བྱ་ཆེན་པོའི་ལམ་ཀྱི་རིམ་པ་ལ་སྒྲོ་སྒྲིང་བ་ཡིན་པས། ལམ་ཁ་ཆང་ལ་  
 སྤྱངས་པ་མཐིལ་དུ་མཛད་པ་རྟོགས་འབྱུང་འདི་ལས་དངོས་སུ་ཤེས་པར་བྱས་སོ། །སྐབས་འདིར་མི་ཁ་ཅིག་  
 གི་སྒྲོ་དོར། མགུར་འབྱུང་ནི་བྱིས་སུ་བྱོགས་བསྐྱེགས་མཛད་པས་མགུར་བཅོས་མ་ལ་ལ་བཞིན་རྟོགས་འབྱུང་  
 དེ་ཡང་ལྟ་ཞུགས་པའི་དོགས་པ་འབྱུང་གིད་ནའང་། དེ་ལ་རས་པ་བྱ་ཆེན་བཅུ་གཉིས་ཀྱིས་མཛད་པའི་མི་  
 ལ་རས་པའི་ནམ་ཐར་དང་ཀམ་རང་བྱུང་རྩི་རྩེ་ནས་བརྒྱད་པའི་རྩི་རྩེ་མི་ལའི་ནམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ་  
 གཉིས་ཀར་རྟོགས་འབྱུང་འདི་མི་འབྱུང་ཡང་། བཀའ་བརྒྱུད་པ་ནམས་ཀྱིས་གཅེས་མཛོད་དེ། མགུར་འབྱུང་  
 ནང་མེད་པ་རྩི་རྩེ་མགུར་བྱག་ཅེས་པ་གསང་སྟགས་ཀྱི་དབང་མ་ཐོབ་ན། རྩི་རྩེ་མགུར་བྱག་གི་ལུང་ཉན་མི་  
 ཆོག་པའི་བཀའ་བྱ་མཛད་པ་དེའི་ནང་དུ་འདྲ། རྟོགས་འབྱུང་འདི་དངོས་སུ་ཡོད་པས། ཡིད་ཆེས་བྱ་འོས་  
 པར་བསམས་སོ། །

① ཡོངས་འཛིན་གྱི་བྱང་སྒོ་བཟང་ཡེ་ཤེས་བཟུན་འཛིན་བྱ་མཆོས་བཅུ་མས།《ལམ་རིམ་ནམ་གྲོལ་ལག་བཅངས་》སེ་ར་ཐེག་ཆེན་  
 གྲིང་།2006. P391

② གཙང་སྟོན་ཉེ་དུ་ཀས་བསྐྱེགས།《ནལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕྱག་དམ་པ་རྩི་རྩེ་མི་ལ་རས་པའི་ནམ་ཐར་ཐར་བ། ཐར་བ་དང་  
 ཐམས་ཅད་འབྲེན་པའི་ལམ་རྟོན་མགུར་ཆིངས་》མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།1981 P101—104

③ 《རྩི་རྩེ་མི་ལ་རས་པའི་རྩི་རྩེ་མགུར་བྱག་སྟགས་གསུང་རྒྱན་ཐོར་བྱ་བ་འགའ་བཞུགས་》 P3-5

## གཉིས་པ། ལམ་གྱི་རིམ་པ་དེ་ལྟར་བསྟན་པ།

### གཅིག ལམ་གྱི་སྟོན་འགྲོ་

#### ༡ ལམ་གྱི་རྩ་བ་བཤེས་གཉེན་བསྟན་ཚུལ།

དལ་འབྱོར་གྱི་མི་ལུས་རིན་པོ་ཆེ་ཐོབ་པ་ནས་མཐར་མཇུག་གི་གོ་འཕང་འཐོབ་པའི་བར་གྱི་རྟོགས་པའི་ཉམས་སྦྱང་མཐའ་དག་མགོ་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་བསྟན་ཚུལ་ལ་རག་ལས་པས། ཐོག་མར་འདི་ལ་……  
སྤངས་དགོས་པ་སྒྲིལ་བུ་གྱི་སྤྱི་སྒྲིལ་ཡིན་ནོ། དེའི་དོན་དམིགས་སུ་བབྱང་ནས་རྩི་ཆོང་ཁ་བས་ལམ་གྱི་  
རྩ་བ་ཞེས་ས་བཅད་དུ་བྱངས་པ་ཉམས་ལེན་གྱི་གནད་ཆེན་པོ་འདུག་པར་གསུངས་། དེའི་ཕྱིར། མཁུར་……  
དུའང་། ཡར་མཐོ་རིས་ཐར་བའི་བདེ་བ་དང་གཅིག ཁར་ངན་སོང་གསུམ་གྱི་སྒྲིལ་བསྐྱེད་དང་གཉིས།  
བར་གར་སྐྱེ་རང་དབང་མེད་པ་དང་གསུམ། གསུམ་དེ་གསུམ་འཛོམས་པའི་དུས་ཆོད་ན། ཞལ་བྱི་ཆོས་དང་  
འཁོན་པའི་ཞེ་གནག་མ། བྱོད་ལྟ་རྟོག་རང་གི་སེམས་ལ་ཐོངས། བྱེད་ན་དམ་པའི་ལྷ་ཆོས་གྱིས། བསྟེན་  
ན་མཆོན་ལྡན་སྒྲུ་མ་ཉིན། བྱོད་དང་པོ་བྱིམ་ལ་བཏང་དུས་ན། འདི་འདྲ་མ་ཞིག་ཨེ་བྱང་སྐྱེས། སྤྱི་……  
ལྡང་བའི་སྤྱི་མ་དང་གཅིག དགོང་མོ་ཉལ་བའི་ཕྱི་མ་དང་གཉིས། ཟིན་པ་མེད་པའི་བྱ་ལས་དང་གསུམ།  
གསུམ་དེ་གསུམ་འཛོམས་པའི་དུས་ཆོད་ན། ཞལ་བྱི་སྤྱི་ལྟ་མེད་པའི་བྲན་ཁོལ་མ། བྱོད་ལྟ་རྟོག་རང་གི་……  
སེམས་ལ་ཐོངས། བྱེད་ན་དམ་པའི་ལྷ་ཆོས་གྱིས། བསྟེན་ན་མཆོན་ལྡན་སྒྲུ་མ་ཉིན། དེ་ནས་འདི་འདྲ་ཨེ་  
བྱང་སྐྱེས། གལ་པོ་ཆེ་ཡི་བཟའ་དཔོན་དང་གཅིག མེད་ཀྱང་དགོས་པའི་ཁྲལ་སྤྱང་དང་གཉིས། མེད་  
མི་རུང་གི་བྱ་ཆ་དང་གསུམ། གསུམ་དེ་གསུམ་འཛོམས་པའི་དུས་ཆོད་ན། ཞལ་བྱི་གལ་ཆུང་རང་ལ་  
དགོས་པའི་སྒྲལ་མེད་མ། བྱོད་ལྟ་རྟོག་རང་གི་སེམས་ལ་ཐོངས། བྱེད་ན་དམ་པའི་ལྷ་ཆོས་གྱིས། བསྟེན་  
ན་མཆོན་ལྡན་སྒྲུ་མ་ཉིན། དེ་རྩིས་འདི་འདྲ་ཨེ་བྱང་སྐྱེས། ཐོབ་ན་བརྟུ་བའི་རྟུ་མ་དང་གཅིག མ་  
ཐོབ་འཕྲོག་པའི་རྟུ་མ་དང་གཉིས། ཤི་ཆས་མེད་པའི་འབྲུག་པ་དང་གསུམ། གསུམ་དེ་གསུམ་འཛོམས་  
པའི་དུས་ཆོད་ན། ཞལ་བྱི་དག་ཕྱགས་ནས་ལངས་པའི་མེ་རིག་མ། བྱོད་ལྟ་རྟོག་རང་གི་སེམས་ལ་ཐོངས།  
བྱེད་ན་དམ་པའི་ལྷ་ཆོས་གྱིས། བསྟེན་ན་མཆོན་ལྡན་སྒྲུ་མ་ཉིན། དེ་རྩིས་འདི་འདྲ་ཨེ་བྱང་སྐྱེས།

① ལམ་རིམ་རྣམས་ཀྱི་ལག་བཅངས་གྱི་ཤོག་ངོས་<sup>91</sup> ཉིང་གསལ། གུང་ཐང་བསྟན་པའི་སྟོན་མེས་རྩི་ཆོང་ཁ་བས་ས་བཅད་དེ་ལྟར་  
བྱངས་པ་ལས་ཁོང་འཛམ་པའི་དབྱངས་གྱི་སྤྱི་སྒྲིལ་བ་ཡིན་པར་རྟོགས་པར་གསུངས་པས། སྟོན་གྱི་དམ་པ་མང་པོས་བསྟན་པ་རྒྱ་ཆེར་  
མཛད་ཡོད།

མིའི་བྱ་མའི་ངོ་འཛིན་དང་གཅིག་། རང་གི་བྱ་ཆའི་ཆོག་སྒྲགས་དང་གཉིས། ཆེ་ཡུག་མང་བོའི་ཚོ་ལ་དང་  
གསུམ། གསུམ་དེ་གསུམ་འཛོམས་པའི་དུས་ཚོད་ན། ཞལ་བྱི་བཟོད་པ་སྒྲིམ་པའི་ན་ཐེག་ཅན། ཁྱོད་ལྟ་  
རྟོག་རང་གི་སེམས་ལ་ཐོངས། བྱེད་ན་དམ་པའི་ལྷ་ཆོས་ཀྱིས། བཞེན་ན་མཆོན་ལུན་སྒྲ་མ་ཞེན། དེ་  
རྗེས་འདི་འདྲ་ཨེ་བྱུང་སེམས། བརྟེན་ཕུར་འདོན་པའི་ལུང་ལུགས་དང་གཅིག་། བྱ་ལ་འཇབ་པའི་འགྲོ་  
ལུགས་དང་གཉིས། ས་དོ་ཆད་པའི་སྤྲོད་ལུགས་དང་གསུམ། གསུམ་དེ་གསུམ་འཛོམས་པའི་དུས་ཚོད་  
ན། ཞལ་བྱི་བྱུ་ལུས་རྒྱུད་པའི་ཡིད་པམ་མ། ཁྱོད་ལྟ་རྟོག་རང་གི་སེམས་ལ་ཐོངས། བྱེད་ན་དམ་པའི་ལྷ་  
ཆོས་ཀྱིས། བཞེན་ན་མཆོན་ལུན་སྒྲ་མ་ཞེན། དེ་རྗེས་འདི་འདྲ་ཨེ་བྱུང་སེམས། བྱི་པགས་པ་འདུས་པའི་  
གཉེན་མ་དང་གཅིག་། མང་ཤ་ཁྲག་ཟད་པའི་རུས་འཁོར་དང་གཉིས། བར་སླེན་སྐྱགས་འོན་ལོང་ཐོམ་  
ཡོར་དང་གསུམ། གསུམ་དེ་གསུམ་འཛོམས་པའི་དུས་ཚོད་ན། ཞལ་བྱི་མི་སྐྱུག་རྟོན་པའི་ཁྱོ་གཉེན་མ། ཁྱོད་ལྟ་  
རྟོག་རང་གི་སེམས་ལ་ཐོངས། བྱེད་ན་དམ་པའི་ལྷ་ཆོས་ཀྱིས། བཞེན་ན་མཆོན་ལུན་སྒྲ་མ་ཞེན། བྱེད་ལ་འདྲ་  
ཨེ་འདྲུག་སེམས། གྲང་ལ་ཉྒྱག་པའི་བཟའ་བཏུང་དང་གཅིག་། བྱི་ལ་ཐུལ་བའི་དུག་པོ་  
དང་གཉིས། པག་པོ་བཞི་སྟུར་གྱི་མལ་ས་དང་གསུམ། གསུམ་དེ་གསུམ་འཛོམས་པའི་དུས་ཚོད་ན། ཞལ་  
བྱི་མིས་འགོ་མ་བྱིས་འགོ་མ་གྱི་རྟོགས་ལུན་མ། བྱེད་ལྟ་རྟོག་རང་གི་སེམས་ལ་ཐོངས། བྱེད་ན་དམ་པའི་ལྷ་  
ཆོས་ཀྱིས། བཞེན་ན་མཆོན་ལུན་སྒྲ་མ་ཞེན། དེ་ནི་འདི་འདྲ་ཡོང་བས་སེམས། ཡར་མཐོ་རིས་དང་ཐར་  
བ་ནི་ཉེན་མོའི་སྐར་མ་བས་བཀོན། མར་འཁོར་བ་དང་ངན་སོང་ནི་ཤ་གཟུག་ཕན་པས་བྲིན། ད་ལྟ་ཡིད་  
པམ་བཅ་རིག་འགྲེས་དུས་འདིར། ཞལ་བྱི་འཆི་བྱོད་གདེང་ཆད་མེད་པའི་གནོད་ཅན་མ། ཁྱོད་ལྟ་རྟོག་རང་  
གི་སེམས་ལ་ཐོངས། བྱེད་ན་དམ་པའི་ལྷ་ཆོས་མཛོད། བཞེན་ན་མཆོན་ལུན་སྒྲ་མ་ཞེན། ཁེས་གཞོན་  
ཆན་དར་གསུམ་གནས་སྐབས་གང་དུ་འང་མཆོན་ལུན་སྒྲ་མ་ཞེན་དགོས་ཚུལ་དང་། ཆོ་འདིར་དམ་པའི་ཆོས་  
ཉམས་ལེན་དང་། དེ་ཉམས་སུ་སྒྲངས་པ་ལ་མཆོན་ལུན་གྱི་བཤེས་གཉེན་བཞེན་དགོས་པ་ཆོག་གི་འགངས་  
བསྐྱུས་ནས་གསུངས་ཡོད་པའི་བྱིར་རོ། །

### ༡.ཚུལ་ཇི་ལྟར་བཞེན་ཚུལ།

དེ་ཡང་བསམ་པ་དང་སྦྱོར་བའི་སྒོ་ནས་བཞེན་དགོས་པས། མགུར་ལས། དུལ་ཡོན་ཏན་ཅན་གྱི་གཉན་  
ས་རི་ཁྲོད་ན། ཁྲ་མ་ལྟ་སྦྱོད་དང་ལུན་པའི་རིན་པོ་ཆེ། དེ་ལ་དང་ཅིང་གུས་པས་གསོལ་བ་འདེབས། འོན་  
མ་རོར་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ཀུན། ཁྲོ་ཆོད་ཅ་ན་ལྟ་བུའི་ཐོག་བཞེས་ཐོངས། སེམས་མཆོན་མ་རང་གྲོལ་འདི་  
ངོ་མཚར་ཆེ། སེམས་མ་བདེན་རོ་སྟོམས་ལུས་བྱ་གྱིས། དུལ་སྒྲ་ཆོགས་རང་གྲོལ་འདི་ངོ་མཚར་ཆེ། །

ཁེས་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བསྒྲིགས།《མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མགུར་》མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། 1981. P303--305

ཉམས་མི་དགའ་ན་ཉམས་ཅན་དང་གོ་བསྟར་མཛོད། གྲོགས་ཉམས་ཅན་གྱི་གོ་བསྟར་སེམས་ལ་ཕན། །  
 ཡིད་མ་ཆེས་ན་རྒྱལ་བའི་བཀའ་ལ་གཟིགས། བཀའ་བདེན་པའི་ཆོག་གིས་ངེས་ཤེས་བསྐྱེད། སྟིང་མི་  
 དགའ་ན་རྗེ་ལ་གསོལ་བ་ཐོབ། ཁ་སླ་མའི་བྱིན་རླབས་སེམས་ལ་ཕན། ། ལར་མི་དད་མེད་ཅིག་ལ་ཕར་  
 བཏུས་པས། གཞི་འཁོར་བའི་མལ་དུ་ལྷས་པོ་ཉལ། འུག་ལཱའི་སྤྲུལ་ལ་མགོ་བོ་གཏད། ཉོན་མོངས་ལུང་པ་  
 ཕྱགས་བརྩུར་འཕེན། ཉན་དེ་ལ་ཕན་པའི་སྤྲོད་པ་ཆོལ། སློ་གསུམ་མོས་གུས་ཀྱི་ཕྱག་རྟེན་ཐོངས། སློ་མའི་  
 སྤྲོད་པ་བཟང་དུག་ལ། སློ་གསུམ་གྱི་རོ་སྤྲོད་སྤྲོད་སྤྲོད་བཟང་། འུག་ལཱའི་ནད་ལས་གྲོལ་བར་ངེས། །  
 གཏང་རག་ཏུ་བསྐྱབ་པའི་མཆོད་པ་ལ། ཁྱེས་རང་གི་སེམས་མ་བདེ་བ་དང་། ཉམས་མི་དགའ་བ། ཡིད་  
 མ་ཆེས་པ། སྟིང་མི་དགའ་བ་ཀུན་སླ་མའི་བྱིན་རླབས་དང་མོས་གུས་ལ་རག་ལས་པས། ཉན་སེལ་བ་ལ་སྤྲོད་  
 པ་ཆོལ་བ་བཞིན། ཉོན་མོངས་ཀྱི་སྤྲོད་པའི་ཐབས་སྟོན་པ་ལ་སླ་མ་ལས་ལྷག་པ་གཞན་མེད་པས། བསམ་སྦྱར་  
 གྱི་མཆོད་པས་སྟེན་དགོས་ཏེ། རས་རྒྱུད་བ་ལ་གསུངས་པའི་མཁུར་དུའང་། ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་རབ་ལྷན་  
 པའི། འུག་གསུམ་སངས་རྒྱས་སླ་མ་དེ། ཆོས་སྐྱུ་རང་དུ་ཡིད་ཆེས་དགོས། སློ་ལ་ངེས་ཤེས་རྒྱུད་དམ་རས་  
 རྒྱུད་པ། ཞལ་ནས་གསུངས་པའི་གདམས་ངག་ལ། འུག་ལཱ་འཛོམས་པའི་སྤྲོད་པ་ཆོག་རྟེ། བདུད་ཅི་  
 རང་དུ་ཡིད་ཆེས་དགོས། སློ་ལ་ངེས་ཤེས་རྒྱུད་དམ་རས་རྒྱུད་པ། སློ་མའི་མཛོད་སྤྲོད་ནམ་ཐར་ལ། །  
 མཛོད་སྤྲོད་ལས་ནམས་བསྐྱབ་པ་ལ། སྤྲུལ་སྐྱུ་རང་དུ་ཡིད་ཆེས་དགོས། སློ་ལ་ངེས་ཤེས་རྒྱུད་དམ་རས་.....  
 རྒྱུད་པ། ཁྱེས་ནད་ལ་ཕན་པ་ལ་སྤྲོད་པ་བཏུན་དགོས་པ་བཞིན་ཕན་བདེ་ཐམས་ཅད་བསྐྱབ་པ་ལ་སླ་མ་  
 བཏུན་དགོས་ཚུལ་དང་། དེ་ཡང་བསམ་སྦྱར་གཉིས་ཀྱིས་བཏུན་དགོས་ཚུལ་གསུངས་པའོ། །

## ༡བཏུན་པའི་ཕན་ཡོན།

### (1) ཕན་བདེ་ཐམས་ཅད་སླ་མ་ལ་རག་ལས་པ།

རྗེ་རྒྱ་རོ་དང་མེ་ཤིས་བྱིན་བརླབས་པ། རྟོ་རྒྱུ་ཁྱེས་སུ་ན་བཞུགས་སོ་སྐད། ཁ་སླ་མའི་སྤྲོད་པ་རྒྱུད་ནས་  
 ཐོས། ལམ་དགའ་བ་སྤྲད་ནས་བྱུང་དུ་བྱིན། ཁ་སླ་མ་ཅན་དེ་ཡི་ཞབས་བྱུང་དུ། ཁོ་བོ་མི་ལ་རས་པ་དང་། །  
 ལ་དུག་སྒྲ་མཐོང་བརྒྱུད་དུ་བཞུད། སྤྲུལ་མཁར་དགུ་ཐོག་བྱུམས་དང་བཅས། དེ་ནམས་ང་ཡིས་སངས་  
 ཀྱིས་བཞིགས། ཁ་སླ་མ་ཅན་དེས་ཀྱང་ཐུགས་རྗེས་བཟུང་། རྟོ་བའི་མཐར་ཐུག་ཕྱག་རྒྱ་ཆེ། གནས་ལུགས་

① རུས་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བསྐྱགས། <<རྣལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ལྷུག་མི་ལ་རས་པའི་ནམ་མཁུར>>མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟར་ཁང་།

② རས་པ་ལུ་ཆེན་བརྒྱ་གཉིས་ཀྱིས་བརྩམས། <<རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་ནམ་ཐར>>དབུ་ཅན་དང་དབུ་མེད་བསྐྱེས་མ། P105

ཟབ་མོའི་དོ་སྤྲོད་དང་། ཁབས་ལམ་རྒྱ་རོའོས་ཀྱི་དང་། སྤྲོད་ལམ་དབང་གི་རྒྱ་རྒྱ་དང་། དཔལ་ལྷན་  
 རྒྱ་རོའི་བྱ་ལེན་ལ། ཡིད་ཆེས་ཞལ་གདམས་བཅས་པར་གནང་། འདས་ཀྱང་ལེ་ལོ་མ་བཅུས་པར། ཆོ་  
 འདི་སྤོས་བཏང་བསྐྱོམས་པ་ལས། གཏན་གྱི་སྤྱི་མགོ་དེ་ནས་ཚུགས། ཞེས་གསུངས་པའོ། དེའི་ཕྱིར།  
 ལྷ་རྩེ་གཡང་དེ་ལ་གསུངས་པའི་མགུར་དུ་འདྲ་། སྤྲོད་ལམ་སྤྲོད་དང་བདུད་ཚི་འདྲ། གང་བསྟེན་བསྟེན་པ་  
 རྣམས་རྒྱལ་ནས་གདལ། ཞེས་དང་། ཚ་སྤྱ་རས་པ་ལ་གསུངས་པའི་མགུར་དུ། སྤྲོད་ལམ་སྤྲོད་པ་  
 ལ། འཁོར་འདས་སྤྱི་ལ་མ་ཟེར་བ་ཡིན། ཞེས་སྤྲོད་ལ་བསྟེན་ནས་ཕན་པ་དང་བདེ་བ་མ་ལུས་འབྱུང་བ་  
 གསུངས་པའོ།

## (2) དངོས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་སྤྲོད་ལ་རག་ལས་པ།

ཕྱག་དོག་གི་ཚིང་པ་རྩུ་འབྲུལ་དང་ཅུས་པས་བསྐྱོག་པའི་སྒྲིབ་དུ། མགུར་ལས། མི་བདག་གི་སྤྲོད་ལམ་རྩེ་  
 བསྟེན་དེ། འདས་ལུས་རྣམས་དག་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་། རྒྱུང་ལྷ་དག་པ་སང་གའི་གྲི། རྩེ་ལྷ་དག་པ་པད་མའི་  
 གདན། ཁམས་ལྷ་དག་པ་ཉི་ལྷའི་གདན། སེམས་ཉིང་སྤྲོད་བ་སྤྲོད་མའི་སྤྱ། ཡེ་ཤེས་ལུས་ཅན་རྩེ་རྩེ་  
 འཆང་། མཛོན་ཤེས་བྱ་ལྷན་ཉི་ལོ་བ། རྩུ་འབྲུལ་དུ་བ་རྒྱ་རོ་བ། བཀའ་དྲིན་མཉམ་མེད་མར་བའི་སྤྱ། འ  
 འབྲུལ་མེད་སྤྱི་བའི་རྒྱ་དུ་བཞུགས། བྱོད་མོས་གྲུས་མིག་གིས་བརྟ་ཤེས་ན། རྩེ་རྩེ་འཆང་དང་གཉིས་སུ་  
 མེད། དང་གྲུས་ཀྱིས་གསོལ་བ་འདེབས་ཤེས་ན། ཐུགས་རྩེའི་སྤྲོད་ལམ་འདྲུས་པ་ལས། བྱིན་རྒྱལ་གྱི་  
 སྤྲོད་ཆར་རྒྱུ་མི་འཆད། ཉམས་ལེན་གྱིས་མཆོད་པ་འབྲུལ་ཤེས་ན། དངོས་གྲུབ་ཀྱི་གཏེར་ཁ་ཐམས་ཅད་  
 འབྱུང་། ཞེས་ཆོ་འདི་ཕྱིའི་ཕན་པ་དང་བདེ་བ་ཅུ་མ་ཡིན་པར་ཅི་འདོད་འདོད་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་རང་ལ་  
 ཐོབ་པར་གསུངས།

## (3) སྤྲོད་ལམ་པའི་ཕན་ཡོན།

དམ་ཚིག་བཀོད་པའི་རྒྱུད་དུ། མཚན་དང་དཔེ་བྱད་འབར་བའི་ལྷ། བསྐྱེད་པ་འབྲུལ་དུ་བསྐྱོམ་པ་  
 བས། སྤྲོད་ལམ་སྤྲོད་ཅིག་དུན་པ་མཚོག་ ཅེས་དང་། དཔུང་བཟང་གིས་ཞུས་པའི་རྒྱུད་དུ་འདྲ། སྤྲོད་ལམ་གང་  
 ཞིག་འཆི་བའི་ཆོ། སྤྲོད་ལམ་སྤྲོད་ཅིག་དུན་གྱི་ན། འཕོ་བ་རྣམས་ཀྱི་མཚོག་ཏུ་འབྱུར། སྤྲོད་ལམ་དེ་ནི་མཛོན་  
 སངས་རྒྱ། ཞེས་གསུངས་པས། ཚུལ་བཞིན་བསྟེན་ན་བྱིན་རྒྱལ་མཐའ་དག་དང་དངོས་གྲུབ་མཐའ་དག་  
 སྤྲོད་ལམ་བསྟེན་ནས་འབྱུང་བ་མ་ཟད། མོས་གྲུས་དང་དུན་ན་ཕན་ཡོན་རྒྱ་ཆེན་པོ་འབྱུང་བ་ཡིན་པས། སྤྲོད་ལམ་  
 དུན་བྱ་གི་མགུར་དུ་འདྲ། ཕ་དུན་པས་གདུང་སེལ་མར་བའི་ཞབས། སྤྲོད་ལམ་དུངས་ཐལ་ལོ་མར་བ་

འབྲུལ་པའི་རྒྱུ་ཅན་གྱིས་བཅུམས་མི་ལ་རས་པའི་རྣམས་མགུར་མཆོ་སྤྲོད་མི་རིགས་དཔེ་སྤྲོད་ཁང་། P536





སྤྱིར་དལ་འབྱོར་གྱི་རྟེན་ཐོབ་པ་ལ། ཚུལ་ཁྲིམས་ནམ་པར་དག་པས་གཞི་བཟུང། སྤྱིན་སྐྱེས་ཀྱིས་གྲོགས་  
 བྱས། སྤྱོན་ལམ་དྲི་མ་མེད་པས་མཆོམས་སྦྱར་བའི་རྒྱ་དུ་མ་ཚང་དགོས་པ་ཡིན་པས། ཤིན་ཏུ་རྟེན་དཀའ་ལ།  
 དེའི་དོན་ཡང་ལམ་རིམ་གྱི་གཞུང་མང་པོར་རྒྱ་དང་ངོ་བོ། དཔེ་གསུམ་གྱི་སྒོ་ནས་རྟེན་དཀའ་ཚུལ་མང་དུ་  
 གསུངས་ཡོད་པས་གསལ་བྱེད་གྱི་སྒྲིས་པ་མང་དུ་བྱེད་མི་དགོས་ནའང་། གོ་བྱེད་གྱི་དཔེ་དེ་ནི། བཤེས་སྤངས་  
 ལས། རྒྱ་མཆོ་གཅིག་གནས་གཉའ་ཤིང་བྱ་ག་དང་། རུས་སྤལ་ཕྲད་པ་བས་ཀྱང་དུང་འགྲོ་ལས། ཁྱི་ཉིད་ཆེས་  
 ཐོབ་དཀའ་བས་མི་དབང་གིས། །དམ་ཆོས་སྤྱད་པས་དེ་འབྲས་མཆོས་པར་མཛོད། །ཅེས་གསུངས་པ་སྟེ།  
 རུས་སྤལ་དེ་ཉག་ཏུ་མཆོའི་སྟེང་དུ་འོངས་ན་སྤྲུལ་ཤིག་ལ་གསེར་གྱི་གཉའ་ཤིང་དང་འཕྲད་པ་སྤིང་གྱང་།  
 དེ་ལྟ་མིན་པར་ལོ་བརྒྱ་བརྒྱ་ན་ལན་རེ་ཅམ་ལས་མི་རྒྱ། གཉའ་ཤིང་ཡང་རྒྱ་མཆོའི་ནང་ཉག་ཏུ་གཡེངས་པ་...  
 ཞིག་མིན་པས། དཔེ་དེ་བཞིན་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལས་རྒྱ་མཆོ་ནི་འཁོར་བའི་གནས་དང་། རུས་སྤལ་ནི་རང་ཉིད།  
 ལོང་བ་ནི་མ་རིག་པ། གཉའ་ཤིང་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བརྟན་པ་དང་སྦྱར་ཚུལ་ཆེ་གཅིག་ལ་བྱུང་འཇུག་གི་གོ་  
 འཕང་གི་བརྟེས་པའི་རྩིས་ལང་དག་ལེགས་རྒྱ་མཆོའི་གསུང་རྒྱན་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར། མཁུར་དུ། མི་ཁོམ་  
 བརྒྱད་པོ་སྤངས་པ་ཡི། །དལ་འབྱོར་ཐོབ་པའི་མི་ལུས་དཀའ། །ཆོ་འདིའི་བདེ་སྦྱིད་སྒོས་བཏང་ནས། །དལ་  
 འབྱོར་སྟིང་པོ་ལེན་པ་དཀའ། །འཁོར་བའི་ཆོས་ཀྱི་སྦྱོན་མཐོང་ནས། །ཟུང་ན་འདས་པ་སྦྱབ་པ་དཀའ། །  
 བརྒྱལ་དམ་ཆོས་སྦྱབ་ནའང་། །མཐུན་རྒྱུན་ནམ་དག་འཛོམས་པ་དཀའ། །ལུང་རིགས་མན་ངག་ལུན་པ་ཡི། །  
 ཐུགས་རྩི་ལུན་པའི་སྒྲ་མ་དཀའ། །དང་པ་སྦྱོང་ལ་མེད་པ་ཡི། །ཉམས་ལེན་ལུས་པའི་སྒྲ་མ་དཀའ། །  
 འཇིགས་དང་འཆོ་བ་སྤངས་པ་ཡི། །ལུན་སུམ་ཆོགས་པའི་དགོན་པ་དཀའ། །ལྟ་སྦྱོང་གྲུབ་མཐའ་མཐུན་པ་  
 ཡི། །བསམ་སྦྱོར་གཅིག་པའི་གྲོགས་པོ་དཀའ། །ན་དང་ཆོ་བ་སྤངས་པ་ཡི། །བཀོལ་དུ་བརྟུབ་པའི་ལུས་པོ་  
 དཀའ། །དེ་ནམས་ཐམས་ཅད་འཛོམས་ན་ཡང་། །ཆེ་གཅིག་ཉམས་སུ་ལེན་པ་དཀའ། །འདི་ནི་དཀའ་བའི་  
 ཆོས་དགུ་སྟེ། །དཀའ་ཡང་དཀའ་ཉི་སྤྱད་ཀྱང་འཚོལ། །ཞེས་དལ་འབྱོར་གྱི་ལུས་རྟེན་ལེན་པར་དཀའ་བ་མ་  
 ཟད། ལུས་རྟེན་དེ་ལྟ་བུ་ཐོབ་ནས་ཀྱང་དུང་དཀའ་བ་དགུ་ཡོད་ཚུལ་ལམ་རིམ་གྱི་གཞུང་གཞན་དུ་མ་ཐོན་  
 པ་སྦྱོ་བཞེས་སུ་བཀོད་པ་དེ་ལས། དལ་བའི་རྟེན་ཐོབ་པ་ཅམ་མ་ཡིན་པར་ཐོབ་ནས་ཀྱང་འགལ་རྒྱུན་མང་  
 བས། ད་ལྟ་མཐུན་རྒྱུན་འཛོམས་པའི་རྟེན་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཆོ་འདིར་སྟིང་པོ་ལེན་ཕྱིར་སྦྱིར་བསྐྱལ་བ་དང་།  
 བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་ན། ཡང་ས་ལེ་འོད་ཀྱི་སྒྲོར་དུ། མཁུར་ལས། དཔལ་འཁོར་ལོ་སྦྱར་རྒྱལ་སྤལ་བའི་སྦྱ། །དྲིན་  
 ཅན་མར་བའི་ཞབས་ལ་འདུད། །ཡ་ཀི་དགའ་ལུན་ལྟ་ཡུལ་གྱི། །ཡོངས་འདུ་ཆལ་གྱི་སོ་བྲང་ན། །བྲག་  
 མདངས་དྲི་བསུང་ལུན་པ་ཡི། །ལྟ་ཡི་མེ་ཉླ་ལོ་མཚར་ཅན། །དེ་སྦྱང་མ་པལ་གྱིས་མི་རྟེན་གདའ། །བརྒྱལ་  
 རྟེན་ཀྱང་བརྟུང་མི་ལོངས། །འཛམ་གླིང་རི་རྒྱལ་ལྟོ་ཕྱགས་ན། །ཐིག་སྦྱིབ་བག་ཆགས་ཀུན་འཁུང་པའི། །  
 ཡན་ལག་བརྒྱད་ལུན་སྤྲུལ་གྱི་རྩིང་། །དེ་འདབ་ཆགས་པལ་གྱིས་མི་རྟེན་གདའ། །བརྒྱལ་རྟེན་ཀྱང་དེར་མི་

གནས། རྡོ་རྗེ་གདན་གྱི་བྱང་ཕྱོགས་ན། འདྲུ་བའི་ནད་ནམས་སེལ་བྱེད་པའི། ཅན་དན་སྦྲུན་གྱི་སྤྱོད་པོ་  
 དེ། མི་ཚད་ནད་ཅན་གྱིས་མི་རྟེན་གདའ། བརྒྱ་ལ་རྟེན་ཀྱང་ལེན་མི་ཤེས། བྱང་ཕྱོགས་ཁ་བ་ཅན་གྱི་.....  
 དུལ། བལ་པོ་དང་གཉིས་གྱི་སོ་མཚམས་ན། འགྲོ་བ་ཉམ་ཐག་ནམས་གྱི་མགོན། རང་བྱུང་མ་ཏི་བཟང་པོ་  
 བཞུགས། རྡོ་རྒྱལ་མེད་ནམས་དང་མི་མཇལ་གདའ། བརྒྱ་ལ་མཇལ་ཡང་དད་པ་མེད། མཐའ་མེད་འཁོར་  
 བའི་རྒྱ་མཚོ་འདིར། གདེང་མེད་ཉམ་ཐག་འགྲོ་བ་ནམས། རན་སོང་གསུམ་གྱི་གནས་སུ་འབྱུངས། གཤམ་  
 ཏི་དལ་འབྱོར་ཐོབ་སྤྲིད་ནའང་། འཕྲོ་མཐུད་བསོད་ནམས་གསོག་མི་ཅུས། བརྒྱ་ལ་བསགས་ཀྱང་རྫོམ་  
 པས་བྱེད། ཉིན་མོའི་སྐར་མ་ལྟ་བུ་ཡི། དལ་འབྱོར་མི་ལུས་ཐོབ་ནས་ཀྱང་། བདེ་ནས་བདེ་བར་འགྲོ་བའི་  
 ལམ། རམ་ཚོས་ལམ་དུ་འཇུག་པ་མེད། བརྒྱ་ལ་ཚོས་སྒྲོལ་ཞུགས་ན་ཡང་། རམ་ཚོས་ཚུལ་བཞིན་བསུང་  
 བ་ཉུང་། བཟུང་བཅུན་གཅིག་གི་བཀའ་དྲིན་ལས། རྣང་བ་ཐམས་ཅད་གསེར་དུ་ཡོད། རྟོད་ཀྱི་སྤྱིང་རྟེན་  
 ང་མི་འདོད། ལྷ་དཔེ་ལྷ་དོན་དང་དུག་པོ་དེས། རད་ཅན་ཉ་མའི་སྤྱུ་ལན་མཛོད། རྟོད་དུ་ཉར་གྱི་དད་པ་  
 སློབ་པ་ཡིན། རྟག་ཏུ་འཇུག་མེད་ཡོང་བ་དཀའ། རྡོ་བས་བུ་མོ་ལོག་པ་འཐད། བཅས་ཕྱགས་སྒྲོ་རྩེ་ཚོས་ལ་  
 གཏོད། བསྐྱོས་པའི་གཏན་གྱི་གས་ལྟ་བཞིན་ལུང་། ལན་ཆགས་དུ་ལ་བྱེད་དོར་གྱིས། ས་མཁར་མཐོན་པོའི་  
 ཞིག་རལ་གསོས། བཤོས་ཞིང་རེམ་པ་མཐའ་ནས་ཐུལ། བཏྲོས་པའི་ཕྱགས་ལྷག་བཞིན་སྦྱོངས། ཡར་  
 ལ་སྒྲུ་མ་དཀོན་མཆོག་མཆོད། མར་ལ་སྤྱུག་པོངས་བྱམས་པས་སྦྱོངས། བར་དུ་གྲོས་སྤྱུག་ཞབས་ཏྲིག་.....  
 གྱིས། ཡུལ་མི་བྱིམ་མཆོས་ཀྱན་དང་སྤྱུན། ཆཀ་པོ་ང་ལ་གསོལ་བ་ཐོབ། བཅས་ཕྱགས་ཚོས་དང་མཇལ་བར་  
 སྦྱོན། ཁྱེས་གསུངས་པ་དང་། ད་དུང་ཆ་ཕུ་རས་པ་དང་མཇལ་བའི་སྐར་དུ། འོ་སྐལ་འགྲོ་བ་འཇིག་རྟེན་  
 པ། རྒྱུ་ཆ་ན་འཛིན་ཆུ་བོས་འབྱེད། ཆུ་བོ་འདི་བས་བྱི་མ་ཆེ། ལྷ་གཟིངས་ཆགས་སུ་རྒྱུད་ལགས་སམ། །  
 བདུད་དང་སྤྱིན་པོ་གཤེན་རྗེ་ཡི། འཇིགས་པ་འདི་བས་བྱི་མ་ཆེ། རྒྱུལ་མཆགས་སུ་རྒྱུད་ལགས་སམ། །  
 འདོད་ཆགས་ཞེ་སྤང་གཏི་ལྷག་གི། ཞེན་འཁྲིས་འདི་བས་བྱི་མ་ཆེ། གཉེན་པོ་ཆགས་སུ་རྒྱུད་ལགས་  
 སམ། ཁམས་གསུམ་འཁོར་བའི་ཡུལ་བོ་ཆེ། བཤུལ་ཐག་འདི་བས་བྱི་མ་རིང་། རྒྱགས་བྱེ་བྱུགས་སུ་རྒྱུད་  
 ལགས་སམ། མ་རྒྱུད་དམ་པའི་ལྟ་ཚོས་མཛོད། ཅེས་འཇིག་རྟེན་བྱི་མ་བསམས་ཏེ། དམ་པའི་ཚོས་ལ་  
 བརྟེན་ནས་དལ་བའི་རྟེན་ལ་སྤྱིང་བོ་ལེན་དགོས་ཚུལ་དང་། ཡང་མགུར་དུ། ཨང་ཀེ་ཉ་མ་དཔལ་དར་  
 འབུམ། གསོན་དང་ཕྱག་ལོ་དད་པ་ཅན། ཆོ་འདི་བས་བྱི་མ་བཤུལ་ཐག་རིང་། རྒྱགས་བྱེ་བྱུགས་སུ་རྒྱུད་  
 ལགས་སམ། རྒྱགས་བྱེ་བྱུགས་སུ་མ་རྒྱུད་ན། རྒྱུན་པ་ཡིན་པས་གཏོང་ཡང་འཚལ། རྟག་སེར་སྒྲ་ཟེར་བའི་  
 འགག་བྱི་མཁན། འདིས་པན་པར་བཟུང་ཡང་གཞོད་པ་བསྐྱུལ། སེར་སྒྲ་དག་བོ་ཡིན་པར་ཤེས་ལགས་  
 སམ། ཤེས་ན་རྒྱབ་དུ་བསྐྱར་ལ་ཐོངས། ཨང་ཀེ་ཉ་མ་དཔལ་དར་འབུམ། ཆོ་འདི་བས་བྱི་མ་ལུན་པ་ནག།

① རུས་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བཅུམས། <<མི་ལ་རས་པའི་ནམ་མགུར>>མཚོ་སྒྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 1981. P567-569

སྒོན་མེ་གཤམ་སྤྲུལ་ཆུང་ལགས་སམ། སྒོན་མེ་གཤམ་སྤྲུལ་ཆུང་ན། འོད་གསལ་ཡིན་པས་སྒོམ་ཡང་འཚལ། །  
 དག་གཉི་ལྷག་ཟེར་བའི་རྩ་མཐུན། འདིས་པན་པར་བཟུང་ཡང་གཞོད་པ་བསྐྱལ། གཉི་ལྷག་དག་པོ་  
 ཡིན་པར་ཤེས་ལགས་སམ། ཤེས་ན་རྒྱབ་ཏུ་བསྐྱར་ལ་ཐོངས། ཡང་ཀེ་ཉ་མ་དཔལ་དར་འབུམ། ཆོའདི་  
 བས་ཕྱི་མ་འཇིགས་པ་ཆེ། སྒྲིལ་མ་གཤམ་སྤྲུལ་ཆུང་ལགས་སམ། སྒྲིལ་མ་གཤམ་སྤྲུལ་ཆུང་ན། ལྟ་ཆོས་ཡིན་  
 པས་བྱེད་ཀྱང་འཚལ། ། དག་ཉེ་འབྲེལ་ཟེར་བའི་བཤོལ་འདེབས་མཐུན། འདིས་པན་པར་བཟུང་ཡང་  
 གཞོད་པ་བསྐྱལ། ཉེ་འབྲེལ་དག་པོ་ཡིན་པར་ཤེས་ལགས་སམ། ཤེས་ན་རྒྱབ་ཏུ་བསྐྱར་ལ་ཐོངས། ཡང་  
 ཀེ་ཉ་མ་དཔལ་དར་འབུམ། ཆོའདི་བས་ཕྱི་མ་ལམ་འཕྲང་རིང་། ཁྱ་པོ་ཆོགས་སྤྲུལ་ཆུང་ལགས་སམ། ཁྱ་པོ་  
 ཆོགས་སྤྲུལ་ཆུང་ན། བཙུན་འགྲུས་ཡིན་པས་ཚོམ་ཡང་འཚལ། དག་ལེ་ལོ་ཟེར་བའི་བསྐྱེད་པ་མཐུན། །  
 འདིས་པན་པར་བཟུང་ཡང་གཞོད་པ་བསྐྱལ། ལེ་ལོ་དག་པོ་ཡིན་པར་ཤེས་ལགས་སམ། ཤེས་ན་རྒྱབ་ཏུ་  
 བསྐྱར་ལ་ཐོངས། ཁྱེས་དལ་བའི་རྟེན་ཐོབ་ནས་ཀྱང་སྤྲོད་པོ་ལེན་པ་ལ། དེའི་འགལ་རྒྱུན་ད་ལྟ་ནས་སྤོངས་  
 དགོས་ཚུལ་དུ་ཞིབ་ཏུ་བསྟན་པའོ། །

## ༢ སྤྲོད་པོ་ཇི་ལྟར་ལེན་པའི་ཚུལ།

དལ་བའི་རྟེན་ལ་སྤྲོད་པོ་ལེན་པ་ལེན་གྱི་ཚད་ཀྱང་སྤྲོས་བྱ་གསུམ་གྱི་ལམ་ལ་སྤྲོ་བྱུངས་ནས་ཐོང་བ་ཐོན་  
 མ་ཐོན་ལ་རག་ལས་ཕྱིར། དེའི་ཚུལ་ནི་རིམ་གྱིས་གསུངས་ཡོད་དེ། སྤྲོས་བྱ་ཆུང་དུ་འོས་པས་འདིར་གཙོ་བོ་མ་  
 གོར་ལམ་སྤྲོན་བཤེས་གཉེན་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྟན་པ་དང་གཅིག དལ་འབྱོར་དོན་ཆེད་དཀའ་འཇིགས་  
 བ་བསམ་པ་དང་གཉིས། ཆ་གྲང་བཀྲེས་སོགས་ངན་འགྲོའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་བྱན་པ་དང་བཞི། སྤྲོབས་སྤྲོ་འགོ་  
 ཞིང་ཕྱི་སྤྲོད་དགོ་བ་བསྐྱེད་པ་དང་བཞི་བཅས་ཡིན་པ་དང་། འབྲིང་གི་སྤྲོབས་སྤྲོ་བྱེད་ཀྱི་བྱུག་འཁོར་  
 བའི་ཉེས་དམིགས་བསམས་ཤིང་། ལྷག་པའི་བསྐྱེད་གསུམ་ཚུལ་བཞིན་ཉམས་སྤྲོལ་པ་དང་། སྤྲོས་བྱ་ཆེན་  
 པོའི་ལམ་གྱི་སྤྲོབས་འདིར། མར་ཤེས་དྲིན་དྲན་དྲིན་གཙོ་བོ་ཕྱམས་སྤྲོད་བསྐྱོམ་པ་དང་། ལྷག་བསམ་སེམས་  
 བསྐྱེད་སྤྲོན་འཇུག་ཆོགས་བཟུང་བ་དང་། ཐུན་མོང་ཕྱིན་དུག་ཐུན་མེན་དབང་བསྐྱར་མཐོས་པ་དང་།  
 མཚན་བཅས་མཚན་མེད་རིམ་གཉིས་ནལ་འབྱོར་བསྐྱུངས་པ་དང་བཅས་ཡིན་པས། རིམ་གྱིས་གསུངས་པ་  
 བསྟན་པར་བྱའོ། འོ་ན་སྤྲོད་པོ་ལེན་པ་ལ་ཚུལ་ཇི་ལྟར་འབད་པར་གསུངས་ཡོད་ཅིན། ཡོན་བདག་མོ་ཞིག་  
 ལ་གསུངས་པའི་མགྲར་ལས། ཇི་སྐྱེས་ནས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། སྤྲོས་བཀའ་དྲིན་ཅན་གྱིས་བསྐྱབ་ཏུ་  
 གསོལ། མི་བྱེད་གྱིས་བལྟས་པས་དལ་དལ་འདྲ། ཁང་རང་གིས་བལྟས་པས་བྲེལ་བྲེལ་འདྲ། ཁང་སྤྱོད་

ཁྱེས་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བཙུགས། «རྣལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕྱག་ཆེན་པོ་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མཁུར་» མཆོ་སྤྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟན་

མཐའ་བྲལ་གྱི་ཐང་ཁ་དུ། །བསམ་གཏན་མཁར་སྤེ་བཅིགས་བཅིགས་ནས། །ས་མཁར་ཅིག་པ་དེ་དང་མ་  
ཁོམ། །ཆོས་ཉིད་སྤྲོད་བའི་བྱང་ཐང་དུ། །ཉོན་མོངས་ཐུགས་བརྒྱལ་བརྒྱལ་ནས། །པ་ཞིང་མྱོད་པ་དེར་དང་  
མ་ཁོམ། །བརྗོད་བྲལ་གཉིས་མེད་སྤོང་མཆོམས་སྟུ། །དགྲ་ངར་འཛིན་འགོང་བོ་བརྒྱལ་བརྒྱལ་ནས། །དགྲ་  
སྤང་བ་འདུལ་བ་དེར་དང་མ་ཁོམ། །སེམས་ཉིད་གཉིས་མེད་གཞལ་ཡས་སྟུ། །ཉམས་ལེན་བག་མར་བཀུག་  
བཀུག་ནས། །ཁྱིམ་སོ་འཛིན་པ་དེར་དང་མ་ཁོམ། །རང་ལུས་རྒྱལ་བའི་དགྲིལ་འཁོར་དུ། །བྱ་རིག་པའི་ཁྱེའུ་  
རྒྱུ་གསོས་གསོས་ནས། །བྱ་སྐབས་བཤལ་གསོ་བ་དེར་དང་མ་ཁོམ། །བྱང་ཁོག་ཀུན་དགའ་ར་བ་དུ། །ཐོས་  
བསམ་དཀོར་ནོར་བསོགས་བསོགས་ནས། །ནོར་རྒྱས་གསོག་པ་དེར་མ་ཁོམ། །ཆོས་སྤྱུ་འཕྱར་མེད་རི་བོ་  
ལ། །རང་རིག་ཏྲ་མོད་བསྐྱངས་བསྐྱངས་ནས། །གནག་ལུག་སྦྱོང་བར་དང་མ་ཁོམ། །ཤ་རུས་གཉིས་གྱི་  
འཛིན་པ་ལ། །རྒྱན་གྲུབ་མཆོད་ཉེན་བཅིགས་བཅིགས་ནས། །ཆ་ཆ་འདེབས་པར་དང་མ་ཁོམ། །བྱར་  
གསུམ་སྤྲིང་གི་དབུ་ཅེ་དུ། །འོད་གསལ་ཁྱུ་མར་བཏེག་བཏེག་ནས། །ལྷ་ཁྱུགས་འབུལ་བར་དང་མ་  
ཁོམ། །བདེ་སྤྲོད་དབྱེར་མེད་མཆོད་ཁང་དུ། །མཉམ་གཞག་སེམས་གྱི་ཐང་སྤྱུ་ལ། །འཕྱར་མེད་ཆོགས་  
མཆོད་ལུལ་ལུལ་ནས། །མཆོད་པ་འབུལ་བར་དང་མ་ཁོམ། །སེམས་ཉིད་རྣམ་དག་རྒྱ་ཤོག་ལ། །ཞེན་མེད་ཡི་  
གེབ་ཏབ་བཏབ་ནས། །ཟིན་ཟིན་འབྲི་བར་དང་མ་ཁོམ། །སྤྲོད་བཏེག་གྱི་ཐོད་ཐོར་དུ། །དུག་གསུམ་དུག་  
ལྷ་གྲུབ་གྲུབ་ནས། །གཏད་སེར་སྤྱུ་བ་པར་དང་མ་ཁོམ། །གདུང་སེམས་གཉིས་སྤོང་མཆོམས་སྟུ། །གཉེན་  
འགོ་དུག་སེམས་ཅན་བསྐྱངས་བསྐྱངས་ནས། །ཉེ་འབྲེལ་སྦྱོང་བར་དང་མ་ཁོམ། །པ་སྤྱོད་རྣམས་གྱི་སྤྱན་སྤྱོ་  
དུ། །གདམས་ངག་རྒྱུད་ལ་བཀལ་བཀལ་ནས། །ཐ་མལ་སྦྱོང་འགྲོས་དང་མ་ཁོམ། །གནས་རི་ཁོད་དབེན་  
པའི་ས་ཕྱོགས་སྟུ། །སྤྲིང་བོ་བྱང་རྒྱུ་བསྐྱབས་བསྐྱབས་ནས། །གཏི་ལུག་གཉིད་དུ་དང་མ་ཁོམ། །ཁ་བྱར་  
གསུམ་དུང་གི་སྒོ་མོ་ནས། །གདམས་ངག་དབྱངས་སྤྲངས་སྤྲངས་ནས། །ཁོང་གཏམ་ལབ་པར་དང་མ་  
ཁོམ། །ཁྱེས་བསམ་གཏན་ནམ་ཏིང་དེ་འཛིན་ལ་གཞོལ་ཞིང་། །དེ་ཡང་ཉོན་མོངས་འདུལ་བའི་ཐབས་དང་།  
ཉོན་མོངས་འདུལ་བ་ལ་ཉམས་ལེན་གནད་ཆེ་ཆུལ། ཉམས་ལེན་དེ་ཡང་ཐོས་བསམ་ལ་བཏེན་པ་སོགས་གྱི་སྒོ་  
ནས་སྤྲིང་བོར་ལེན་ཆུལ་བསྟན་པའོ། །

གཉིས་སྤྱུ་བྱུང་དུ་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་པ།

༡ འཛིག་ཉེན་ཕྱི་མ་དོན་གཉེར་གྱི་སྤྱོད་པ།

༡ འཛིག་ཉེན་སྤྱོད་པ།

ཁྱེས་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བཅུམས། <<མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མཁུར>>མཆོ་སྤྱོད་མི་རིགས་དཔེ་སྤྱོད་ཁང་། 1981. P690—691

འཆིབ་ཆེས་སུ་བྱན་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་མི་རང་ག་བ་ནམས་ལ་འཆིབ་འོང་སྐྱམ་མེད་པར་ལེ་ལོ་དང་  
བག་མེད་དུ་འདུང་བས། དགེ་བར་མི་གཞིལ་ཞིང་། དགེ་བ་ལ་སློ་ནལ་མ་སྟེ་དགོས་ན། འཆིབ་བྱན་པ་  
གདམས་ངག་གི་མཚན་སྟེ། ཇི་ལྟར་བྱན་ཚུལ་ཡང་རང་འཆིབ་འོ་ཆོ་ལོངས་སྟོང་། གཉེན་ཉེ་དུ་སྐྱོན་  
མངའ་ཐང་སྤྱན་ཚེགས་གང་གིས་མི་ཕན་ཞིང་། ཐ་ན་ལྟན་ཅིག་ཏུ་འགྲོགས་པའི་ལུས་འདིས་ཀྱང་མི་ཕན་  
པར་རང་ཉིད་གཅིག་ཏུ་འགྲོ་དགོས་པ་ཤ་སྟག་ཏུ་འདུག་པར་བསམས་ན། གཞན་དོན་ལ་འབད་པ་འབྱུང་  
བས། རྗེ་མི་ལས། ལར་ཐམས་ཅད་བཞག་ནས་འགྲོ་བ་ལ། །དུས་ད་ལྟ་བཞག་ན་དོན་ཅན་ལགས། །ཞེས་་་  
གསུངས་པ་དང་། ཀྱ་ཐང་གི་སློབ་མ་འགའ་ལ་གསུངས་པའི་མགྱར་ལས། རྒྱ་མ་ལུས་ཀྱི་ཁང་རུལ་ལ། །ཞག་  
དང་བ་མའི་ཆར་བ་བབས། །ལོ་དང་ལྷ་བའི་ཐིགས་པས་གདུངས། །རྒྱ་ལུས་ཀྱི་ཁང་རུལ་དེས་པར་་་་་་་་་་་  
འཇིག །འཆིབ་ཏེ་ཀྱི་ཐིགས་ཚགས་བྱེད་རེ་རན། །དཔེ་ནི་ཉི་མས་གྲིབ་སོ་བཞིན། །པར་པར་བྱོས་ཀྱང་ཚུར་  
ཚུར་སྟེན། །བྱོས་པས་ཐར་བ་ངས་མ་མཐོང་། །ཞེས་འཆིབ་ཆེས་སུ་བྱན་ཏེ། ཆོས་ཉམས་སུ་ལེན་པར་བསྐྱལ་  
བཤོ། །

### (1)འཆིབ་བྱན་པའི་ཕན་ཡོན།

འཆིབ་དེ་ལྟར་བྱན་པ་ཅུ་མ་ཡིན་པར་དེ་ལ་དེས་ཤེས་ཤིག་ཐོབ་པ་ལ་འཆིབ་བྱན་པའི་ཕན་ཡོན་  
བསམས་དགོས་པ་ཡིན་ཕྱིར། ས་ལེ་འོང་གི་མགྱར་ལས། ཆོ་མི་ཉག་ལྷ་ཁའི་བེལ་བ་འདྲ། །དེ་ཞག་དང་བ་  
མས་མ་ཆོར་འཛད། །གང་དུ་གནས་ཀྱང་མི་འཆིབ་འོ། །ས་ཕྱོགས་གང་ན་འང་མེད་པར་གོ །བདག་ལ་དེས་  
པར་འཆིབ་དགོས་ཤིང་། །ཤི་ནས་གར་སྟེ་རང་དབང་མེད། །དན་སོང་སྟག་བསྐལ་བསམས་ཅོ་ན། །སྟག་  
བསྐལ་ཕྱོང་སྟམ་ཤིན་ཏུ་འཇིགས། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་། ཀྱ་ཐང་གི་སློབ་མ་འགའ་ལ་གསུངས་པའི་མགྱར་  
ལས། ཆོས་པ་འཆིབ་མཐོང་ཅོ་ན། །དགེ་ལ་བསྐྱལ་བའི་སློབ་དཔོན་ཡིན། །དེ་ལ་དགའ་སློ་ཅི་འདུག་བཟླ་  
ཡང་བཟླ། །ཞིག་ཅན་འཆིབ་མཐོང་ཅོ་ན། །དགེ་ཞིག་སྟོན་པའི་སློབ་དཔོན་ཡིན། །དེ་ལ་འགྱུར་པ་ཅི་  
འདུག་བཟླ་ཡང་བཟླ། །བྱུག་པོ་འཆིབ་མཐོང་ཅོ་ན། །ཁོར་དྲག་པོར་སྟོན་པའི་སློབ་དཔོན་ཡིན། །དེ་ལ་  
གཏོང་པོ་ཅི་འདུག་བཟླ་ཡང་བཟླ། །ཆན་པ་འཆིབ་མཐོང་ཅོ་ན། །ཆོ་མི་ཉག་སྟོན་པའི་སློབ་དཔོན་  
ཡིན། །དེ་ལ་སྟོ་ཤས་ཅི་འདུག་བཟླ་ཡང་བཟླ། །གཞོན་པ་འཆིབ་མཐོང་ཅོ་ན། །ཆོ་ལོང་མེད་སྟོན་པའི་སློབ་  
དཔོན་ཡིན། །སྐྱབ་ལ་བཙོན་འགྲུས་ཅི་འདུག་བཟླ་ཡང་བཟླ། །ཞེས་འཆིབ་བྱན་པ་སྐྱོན་ལས་དགེ་ལ་  
བསྐྱལ་བ་ངང་གིས་འབྱུང་བས། དེ་ལ་གོམས་པ་གལ་ཆེ་བར་སྟོན་པཤོ། །

### (2)འཆིབ་མ་བྱན་པའི་ཉེས་དམིགས།

གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར། འཆི་བ་མ་དྲན་པས་འཆི་བ་དྲན་པའི་ཕན་ཡོན་མི་མཐོང་ཞིང་། དེ་མ་མཐོང་བས་  
 དྲན་འཇུ་དང་ཚོད་བག་ཤུགས་ཀྱིས་འབྱུང་སྟེ། མི་དག་གི་བའི་ལས་བསགས་པ་སྐྱེས་ཉེས་དམིགས་མང་དུ་  
 འབྱུང་བས། རས་རྒྱུང་བ་ལ་གསུངས་པའི་མཁུར་དུ། ཨེ་མ་འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་ནམས། །ལས་ངན་གྱིས་  
 བསྐྱེབས་པས་ལུན་པ་ནག་ཁྱེད་ཀྱི་ཁྱེད་མ་མང་ལ་ཚོད། །བསམ་གཏན་གྱི་ཉོན་ལྟ་འཆོར་ལས་ཆེ། །  
 ཡེངས་མེད་གྱི་མེལ་ཆེ་བྱེད་རེ་རན། །མི་ཕྱིག་ཅན་ལ་འཆི་བ་ཡོང་སྟུམ་མེད། །དེད་རས་རྒྱུང་གཉིས་ལ་བྱི་  
 གངས་ལ་གཤེགས། །འཁོར་བའི་རྒྱུན་ནི་ལམ་འཕྲང་རིང་། །དུག་ལཱ་ཇག་པ་འཚུབ་ལ་ཚོད། །བྱ་རིག་པའི་  
 བྱེད་རྒྱུ་འཛིན་ལས་ཆེ། །ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐྱེལ་མ་འཆོར་རེ་རན། །མི་ཕྱིག་ཅན་ལ་འཆི་བ་ཡོང་སྟུམ་མེད། །རང་  
 རེ་རས་རྒྱུང་གཉིས་ལ་བྱི་གངས་ལ་གཤེགས། །སྦྱོན་གྱི་རེ་བོ་དཔངས་རེ་མཐོ། །ཉོན་མོངས་ཀྱི་རྩོད་པ་བྱི་རེ་  
 ཆོ། །ཉིང་འཛིན་གྱི་རེ་དུགས་གསོད་ལས་ཆེ། །ཡང་དག་གི་མཐའ་ལ་འགྲོ་རེ་རན། །མི་ཕྱིག་ཅན་ལ་འཆི་བ་  
 ཡོང་སྟུམ་མེད། །རང་རེ་རས་རྒྱུང་གཉིས་ལ་བྱི་གངས་ལ་གཤེགས། །སྦྱ་མ་ལུས་ཀྱི་ཁང་རྩལ་ལ། །ཞག་དང་  
 ཟུང་མའི་ཆར་བ་བབས། །ལོ་དང་ལྷ་བའི་ཐིགས་པས་བརྒྱུངས། །སྦྱ་མའི་ཁང་རྩལ་འཛིག་ལས་ཆེ། །འཆི་བྱོད་  
 ཀྱི་ཐིགས་ཆགས་བྱེད་རེ་རན། །མི་ཕྱིག་ཅན་ལ་འཆི་བ་ཡོང་སྟུམ་མེད། །རང་རེ་རས་རྒྱུང་གཉིས་ལ་བྱི་  
 གངས་ལ་གཤེགས། །འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོ་གཏིང་རེ་ཟུ། །རིག་པའི་བྱེད་རྒྱུ་རྒྱལ་རེ་རན། །འབྲུལ་བའི་ཐ་  
 ལ་གཡེང་ལས་ཆེ། །གཉིས་མེད་ཀྱི་སྤིང་དུ་འགྲོ་རེ་རན། །མི་ཕྱིག་ཅན་ལ་འཆི་བ་ཡོང་སྟུམ་མེད། །རང་རེ་  
 རས་རྒྱུང་གཉིས་ལ་བྱི་གངས་ལ་གཤེགས། །འཁྲིག་ཆགས་ཀྱི་ཞེ་ཐང་ཡངས་ལ་ཆེ། །བྱི་ཐང་གྱི་འདམ་མ་  
 རྩལ་གཏིང་རེ་ཟུ། །དེས་འབྱུང་གི་སྤང་བོ་བྱེད་ལས་ཆེ། །ཐར་བའི་སྦྱོར་ས་སྟེག་རེ་རན། །མི་ཕྱིག་ཅན་ལ་  
 འཆི་བ་ཡོང་སྟུམ་མེད། །རང་རེ་རས་རྒྱུང་གཉིས་ལ་བྱི་གངས་ལ་གཤེགས། །ཐེག་དམན་གྱི་ལྟ་སྦྱོར་གཡང་ས་  
 ཆེ། །སྦྱོར་མན་གྱི་བྱིས་པ་བྱ་བྱེད་མང་། །རིགས་དུག་གི་གཡང་ལ་ལྷང་ལས་ཆེ། །མི་ཕྱིག་ཅན་ལ་འཆི་བ་ཡོང་  
 སྟུམ་མེད། །རང་རེ་རས་རྒྱུང་གཉིས་ལ་བྱི་གངས་ལ་གཤེགས། །ཞེས་འཆི་བ་མ་དྲན་པའི་སྟབས་ཀྱིས་འཆི་  
 བ་ཡོང་སྟུམ་མེད་པར་བསམས་ཤིང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཕྱི་སྦྱོད་བག་མེད་དུ་ཉམས་སུ་བྱུངས་པས། འཆི་བ་  
 བྱོད་ཐིགས་ཆགས་མའི་སྐོར་དུ། ཨེ་མ་འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་ནམས། །ཐར་བའི་ལམ་ལ་ཡར་རྟོང་དང་། །  
 ཨ་ཅ་མ་ཕྱིག་ཅན་སྟིང་རེ་རྩེ། །ལས་རེ་རྫོངས་མི་ལུས་ཀྱི་ལོང་བ་ལ། །ཞེ་རེ་པངས་སེམས་ཅན་གསོད་ལུགས་  
 ལ། །གྱོད་རེ་ཆེ་རང་མགོ་འོ་སྐོར་ལུགས་ལ། །རྩལ་རེ་དུག་ས་མའི་འཆི་ལུགས་ལ། །རི་ལྟར་བྱེད་ཕྱིག་ཤི་མ་  
 རྩལ་ལུགས་ལ། །ཅི་རེ་བྱེད་ཁྲག་གི་མང་ལུགས་ལ། །ཅི་ཅམ་རྟོགས་ཤི་ཟུང་ལུགས་ལ། །གང་ནས་བསམས་  
 རྒྱང་བའི་འབྲུལ་ལུགས་ལ། །ཕྱིག་རེ་ཆེ་སྟིང་རྩེ་མེད་ལུགས་ལ། །ཅི་ཅམ་བསྐྱེབས་རྫོངས་པའི་གཏི་ལུགས་

འབྲུལ་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བཟུམས། «རྣམ་འགྱུར་གྱི་དབང་ལྷན་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མཁུར» མཚོ་སྡོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱེད་ཁང་།

ལ། ཅི་རེ་བྱེད་ཐིག་པའི་བསོད་ནམས་ལ། རྒྱལ་ཡིས་སྤྱོད་འདོད་པས་གདུང་ལུགས་ལ། ཀའ་གིས་བྱས་ཚུལ་  
 ལུགས་ཀྱི་ངན་པ་ལ། རྒྱལ་རེ་དྲག་སྤྱོད་བའི་སྤྱེ་ལུགས་ལ། ཅི་རང་བྱེད་ཐིག་ཅན་བཟུལ་ལུགས་ལ། བྱི་མ་སྐད་  
 ཅིག་མི་དྲན་པའི། མི་འདྲ་མཐོང་ན་ང་རེ་འཇིགས། ཐིག་སྤྱོད་ནམས་དྲན་ཞིང་སྤང་བ་འབྲུག། རས་རྒྱུང་  
 བ་ལྟ་ཆོས་ཨེ་དྲན་ཨང་། དྲན་ན་སྤྱོད་ཤས་ཀྱི་སྤྱིང་རྒྱུང་ལྡང་། སྤྱོད་ན་རེ་ཁྲོད་ཀྱི་གནས་སུ་གཤེགས། །  
 བསམ་ན་སྤྱི་མའི་བཀའ་དྲིན་སྐམས། འཕྲོ་ན་ཐིག་སྤྱོད་ཅ་ནས་བྲོས། ཀའོ་ང་ན་འཇིག་རྟེན་གྱི་བྱ་བ་.....  
 ཐོངས། འཇིན་ན་སྤྱོད་པའི་དམ་བཅའ་བྱུངས། ཤེས་ན་མི་ཆེ་ཆོས་ལ་སྤྱོད། ཅིས་འཆི་བ་མ་དྲན་པས་  
 ལས་འབྲས་ལ་སྤང་དོར་མི་བྱེད་ཅིང་། དེའི་རྒྱུན་གྱིས་གཞན་གྱི་སྤྱོད་གཅོད། དེའི་ཤ་ཟས། བྲག་འཁྱུང་བ་.....  
 སྐྱེས་སྤྱིང་རྒྱུང་མེད་ཅིང་། ཐིག་པའི་ལས་ལ་འཇོམ་མེད་དུ་ལོངས་སུ་སྤྱོད་པ་ངང་གིས་འབྱུང་བའི་ཉེས་.....  
 དམིགས་དེ་དག་བསྟན་པའོ། །

### (3) འཆི་བ་ཇི་ལྟར་དྲན་ཚུལ།

སྤྱིར་འཆི་བ་ཇི་ལྟར་དྲན་ཚུལ་ལ། འཆི་བ་དགུ་སྟུགས་སུ་བསྒྲམ་པ་དང་། འཆི་བའི་ནམས་པ་བསྒྲམ་པ་ཞེས་  
 རྒྱུ་ལོད་དུ་མ་གྲགས་པ་རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་མོའི་གསུང་ལས་བྱུང་བའི་མན་ངག་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡང་འཆི་བ་  
 དགུ་སྟུགས་ནི། ཚ་བ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ངེས་པར་འཆི་བ་ལ་རྒྱ་མཚན་གསུམ་སྟེ། འཆི་བ་དག་ངེས་པར་.....  
 འོང་ལ་རྒྱུན་གང་གིས་ཀྱང་བསྒྲིག་དུ་མེད་པ། ཆེ་ལ་བསྐྱོན་པ་མེད་ཅིང་འབྲིད་བྱེད་བར་མ་ཆད་དུ་ཡོད་པར་  
 བསམ་པ་དང་། གསོན་པའི་ཆེ་ཡང་ཆོས་བྱ་ལོང་མེད་པར་ངེས་པར་འཆི་བ་བཅས་སོ། ཀའི་ཉེས་པ་ནམས་འཆི་  
 ངེས་མེད་བསམ་པ་ལའང་རྒྱ་མཚན་གསུམ་སྟེ། སྤྱིར་འཇོམ་བྱ་སྤྱིང་བ་དང་སྤྱོད་སྤྱིགས་དུས་ཀྱི་ཆེ་ལ་ངེས་པ་  
 མེད་པ། འཆི་རྒྱུན་མང་ཞིང་གསོན་རྒྱུན་ཀྱང་བ། ལུས་ཤིན་དུ་ཉམ་རྒྱུང་བས་ཀྱང་ནམས་འཆི་ངེས་པ་མེད་པ།  
 གསུམ་པ་ལའང་རྒྱ་མཚན་གསུམ་སྟེ། འོར་གྱིས་མི་པན་པ་དང་། བཤེས་གཉེན་གྱིས་མི་པན་པ། ལུས་ཀྱིས་  
 ཀྱང་མི་པན་པ་བཅས་སོ། འོན་ཀྱང་ཚ་བ་གསུམ་ལ་རྒྱ་མཚན་དགུའི་སྤྱོད་ནས་བསམས་པ་ཞིག་ཡིན་ནོ། །  
 མཐུར་དུ་མིང་འདོགས་སོ་སོ་མ་བྱུང་ནའང་། བརྗོད་བྱ་ཡོངས་སུ་བསྟན་ཡོད་དེ། མཐུར་ལས། ཁྱོད་ད་ལྟ་  
 མཐར་ཁང་ཞོལ་བྱིས་དུ་འཇོམས་པ་དེ་དགའ་སྟེ། རང་གི་ཅ་ན་རང་ཤུལ་སྤྱོད་ནས་འགྲོ་བ་དེ་དྲན་ནོ། །  
 ཁྱོད་ད་ལྟ་ཁ་དྲག་དཔུང་པར་འཇོམས་པ་དེ་དགའ་སྟེ། རང་གི་ཅ་ན་མགོན་མེད་སྤྱོད་མེད་དུ་འགྲོ་བ་དེ་  
 དྲན་ནོ། ཁྱོད་ད་ལྟ་པ་ཆོན་ཉེ་འཁོར་དུ་མང་བ་དེ་དགའ་སྟེ། རང་གི་ཅ་ན་གཉེན་བཤེས་ཀྱན་དང་འབྲལ་  
 བ་དེ་དྲན་ནོ། ། ཁྱོད་ད་ལྟ་གཡོག་འཁོར་དུ་འོར་དུ་འཇོམས་པ་དེ་དགའ་སྟེ། རང་གི་ཅ་ན་འོར་མེད་ལག་  
 རྟོང་གཅེར་དུ་འགྲོ་བ་དེ་དྲན་ནོ། ཁྱོད་ད་ལྟ་ཤིང་དཔའ་ཚལ་འཇོམས་པ་དེ་དགའ་སྟེ། རང་གི་ཅ་ན་  
 གཟུགས་པོ་གསུམ་ཉེ་བ་བྱེད་པ་དེ་དྲན་ནོ། ཁྱོད་ད་ལྟ་དབང་བོ་དང་ཤ་ཁྲག་གསལ་བ་དེ་དགའ་སྟེ། རང་



གི་ཅ་ན་རིག་པ་རང་དབང་མེད་པ་དེ་དབྱ་བེ། ཁྱོད་ད་ལྟ་ཁ་ཟས་ཞིམ་མངར་འཛོམས་པ་དེ་དགའ་སྟེ།  
 རང་འཆི་ཅ་ན་དང་ཁར་ཚུ་ལས་མི་འགྲོ་བ་དེ་དབྱ་བེ། ཁངས་དེ་ཀུན་དབྱ་ནས་ལྟ་ཆོས་བྱས། འཛིག་ཉེན་  
 གྱི་ལངས་སྦྱང་མེད་པས་བདེ། དབྱ་བེ་བརྒྱད་ཀྱི་སྦྱང་བྱངས་འདི། གཙང་ག་ར་ཁ་ཆེའི་མགོན་ཁང་དུ།  
 རྣལ་འབྱོར་མི་ལ་ང་ཡིས་སྤངས། ཉམས་དགེ་བསྐྱལ་གྱི་གསལ་འདེབས་དེ་ལ་གྱིས། ཁྱེས་འཆི་བ་དབྱ་  
 ཚུ་ལ་ཉ། འདུག་གནས་ཁང་གྱི་མ་འཛོམས་ཡང་གི་ཆེ་ཤུལ་སྟོང་དང་། དབང་ཁ་དུག་འཛོམས་ཀྱང་གི་ཆེ་  
 མགོན་མེད་སྐྱབས་མེད་དང་། ཤ་ཉེ་འབྲེལ་མང་ཡང་གི་ཆེ་གཉེན་བཤེས་ཀུན་དང་འབྲལ་བ། གཡོག་འཁོར་  
 འབངས་མང་ཡང་གི་ཆེ་ལག་སྟོང་དང་། ཤེད་དཔའ་ཚལ་འཛོམས་ཀྱང་གི་ཆེ་ལུས་སུམ་ཉེབ་དང་། གཟུགས་  
 ལང་ཆོ་འཛོམས་ཀྱང་གི་ཆེ་རིག་པ་རང་དབང་དུ་མེད་པ། ཟས་ཞིམ་མངར་འཛོམས་ཀྱང་གི་ཆེ་དང་ཁར་ཚུ་  
 ལས་མི་འགྲོ་བ་བཅས་དབྱ་བེ་བདུན་དུ་བསྐྱུས་ནས་འཆི་བ་དབྱ་ཚུ་ལ་དང་། ཡང་རས་པ་ཞི་བ་འོད་ཀྱི་སྐྱར་  
 དུ། མགུར་ལས། འོ་ན་སྟག་ཤར་འཕུལ་གྱི་རྒྱ། ཆེ་འདི་ཀུན་མི་ཉག་སྦྱ་མ་ཅོམ། འཆི་བདག་གི་གཤིན་རྗེ་  
 སྤེབ་ཅོ་ན། ཁྱེད་ཕྱག་པོས་ནོར་གྱིས་སྤྱོད་མེད། འདཔའ་བོས་རལ་ཁ་སྤྲད་ས་མེད། ལྷ་ར་མ་ལ་བློས་བྱེད་ས་  
 མེད། འུས་དེ་འུས་ཅོ་ན་ཤ་རེ་གཡལ། འང་དེ་གསལ་འཛིགས་ནས་བཅོན་ས་བཟུང་། ཁྱེས་གསུངས་པ་དང་།  
 གཤེན་རྟོག་མོ་དང་ལེགས་སེ་འབྱུང་བཟའ་མི་གཉིས་ལ་གསུངས་པའི་མགུར་དུ། འོ་ན་ཡོན་བདག་ངས་  
 འབྱུང་ཅན། འཆི་བའི་སྟག་བསུལ་སྦྱི་རེ་བུན། ལན་ཅིག་འཆི་བ་བྱུང་བའི་ཆེ། གཤིན་རྗེའི་སོ་ཉས་ཟེན་  
 པ་ན། ཕྱག་པོའི་ནོར་གྱིས་བསྐྱུས་ས་མེད། འདཔའ་བོས་རལ་ཁ་སྤྲད་ས་མེད། མཇངས་མས་བསྐྱུ་བྱིད་བྱ་ས་  
 མེད། མཁས་པས་ལོ་རྒྱུས་བཀོལ་ས་མེད། སྤངས་པས་ཁུ་བ་བྱ་ས་མེད། འདྲ་པས་བསྟོན་ཉི་ལ་བྱ་ས་  
 མེད། ལྷ་ར་མས་ལོ་རྒྱུས་བྱ་ས་མེད། ཡན་ལག་ཆ་རྣམས་མཐའ་ནས་བསྐྱུས། ཡན་ཚུན་རི་བོས་མནན་པ་  
 འདྲ། འདཔའ་བོའི་ཡུལ་རྣམས་ཐམས་ཅད་བསྐྱུས། ཡན་དུ་རེ་བའི་སྤྲན་པས་བོར། སྦྱོབ་དུ་རེ་བའི་མོ་བོན་  
 བོས། བསྟོན་སྤྱོད་བྱས་པའི་ལྟ་སྤང་ཡར། བཟང་དང་གཏམ་ལ་ལན་མི་ཐེབས། འདུགས་ཕྱི་ནང་འགྱུ་བ་མ་  
 ཆད་ནའང་། ལུས་ལ་གི་ཤའི་དྲི་མ་ཆགས། འོད་མེ་སྟག་ཅོམ་དེ་མཐའ་ནས་སྤྲད། ལལ་གཟའ་དང་སྐར་  
 མ་བཅི། ལལ་སྟག་བསུལ་འོ་དོད་འབོད། ལལ་ཟས་དང་ནོར་ལ་བསྐྱོམ། རང་གིས་བསོགས་པ་གཞན་  
 གྱིས་སྦྱོང། ཁེམས་བཅེ་བ་མང་ཡང་གཅིག་ཤུར་འགྲོ། སྟོགས་བཟང་བོ་ཡོད་ཀྱང་སྦྱག་བོ་ཉ། གཅེས་པའི་

① རུས་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བཅུམས། <<རྣལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕྱག་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མགུར>>མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།

1981. P315—316

② དབྱ་བེ་བརྒྱད་ཟེར་ཀྱང་། མགུར་དུ་དབྱ་བེ་བདུན་མ་གཏོགས་མེད་དོ།

③ རུས་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བཅུམས། <<རྣལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕྱག་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མགུར>>མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།

1981. P338

ལུས་པོ་སྤྲུལ་བལྟ་བུ་ལྟས། ལུང་པོ་རྒྱུ་དུ་བསྐྱར་ནས་བློས། ཁེར་བསྐྱེགས་རྒྱུ་བཅུག་དོང་དུ་བསྐྱར། །  
 མེད་པ་ཟེན་ཆེ་ཁོ་ཐག་ཆོད། རྟེན་བཟོད་པར་འདུག་གམ་དང་པ་ཅན། རྟེན་གསུང་འབྱུང་བ་ཆད་པའི་ནངས་  
 པར་དེ། འཛམ་གླིང་ནོར་གྱིས་གང་ན་ཡང་། བདག་ལ་པན་པ་མི་འདུག་པས། ཁེར་སྣ་ཅན་ཆོ་ཅི་སེམས་  
 བ། བྱམས་པའི་གཉེན་གྱིས་མཐའ་བསྐྱར་ཡང་། བན་པ་སྐད་ཅིག་སྐྱབ་ཐབས་མེད། ཐམས་ཅད་  
 འབྲལ་བ་མཐོང་ཅན། བཅེ་གདུང་ཅན་ཆོ་ཅི་བྱེད་ཡང་། རྟེན་འདྲའི་དུས་གཅིག་བྱུང་ཅན། རྟེན་པའི་ལྟ་  
 ཆོས་མ་ལགས་པ། ། གང་གིས་པན་པ་ཡོད་པ་མིན། འཆི་དུས་མི་འཁྱོད་ཅམ་རེ་དགོས། འཆི་ཁར་མི་  
 འཆོར་ཅམ་རེ་མེད། ལྟེས་དང་། ལྟ་རྟེན་གཡང་དེ་ལ་གསུངས་པའི་མགུར་དུ། འཆི་བདག་ཉི་མའི་གྲིབ་ས་  
 འདྲ། བཀག་པས་ཁེགས་པ་ངས་མ་མཐོང་། རྟེན་འདྲའི་དུས་གཅིག་བྱུང་ཅན། རྟེན་པའི་ཆོས་ཤིག་མ་  
 ལགས་པ། ཁགོན་སྐྱབས་བྱེད་མཁན་ལོགས་ན་མེད། རྟེན་གཡོལ་དུ་མེད་པའི་འཆི་བའི་རྣམ་པ་བསྟན་ཏེ།  
 དེ་ལ་རི་ལྟར་གདམ་ཀ་བྱེད་དགོས་ཚུལ་ལམ་རི་ལྟར་བྲན་ཚུལ་གསུངས་པའོ། །

## ༢ གིན་པ་ལྟར་འགྲོ་བ་ལྟར་སྐྱབ་ན་ཅི་ཚུག་བྱེད་བསམས་པ།

### (1) ངན་འགྲོ་འགྲོ་བར་ཐག་ཆོད་ཚུལ་བསམས་པ།

འཆི་བ་མ་བསམས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་མི་དགེ་བ་བག་མེད་དུ་སྦྱོང་པས། ངན་འགྲོ་འགྲོ་བར་གསུངས་པ་  
 བློ་ལ་ལྟས་པའི་མགུར་དུ། འཛིག་རྟེན་འཁོར་བ་ལས་ཀྱིས་དུབ། འབགས་ན་ཐར་བའི་སྒྲིག་རྩ་  
 གཅོད། སྐྱེ་བོའི་སོན་མེད་ཤིག་པའི་ལས། སྦྱང་ན་ངན་སོང་སྤྱད་བསྐྱུལ་ཕྱོང་། ཉེ་དུའི་གདུང་སེམས་བདུད་  
 གྱི་མཁར། བཅེགས་ན་མེ་འོབས་ནང་དུ་ཚུད། ཟས་ནོར་གྱི་གསོག་འཛོག་མི་ཡི་ནོར། བསོགས་ཆད་དག་  
 བོའི་རྒྱགས་བྱེད་པ། སྦྱོང་འདོད་ཀྱི་རྩ་ཆ་བཅོན་དུག་གི་རྒྱ། འཐུངས་ན་ཐར་བའི་སྒྲིག་རྩ་གཅོད། ལ་  
 བེད་ཁེང་རིན་པོ་ལྷའི་རྒྱུ། བློས་ན་ཡི་དུགས་ཀྱི་གནས་སྤྱོད། ལྟེས་འཆི་བ་མ་བསམས་པས་འདོད་་་་  
 ཡོན་ལ་ཁེན་ཆགས་ངང་གིས་འབྱུང་ཁེང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ངན་འགྲོ་འགྲོ་བར་གསུངས་པའོ། །

### (2) ངན་འགྲོ་སོང་ན་སྤྱད་བསྐྱུལ་བཟོད་སྤྱགས་མེད་ལྟགས་བསམས་པ།

#### ① དཔྱལ་བའི་སྤྱད་བསྐྱུལ་

མི་དགེ་བའི་རྒྱ་ཆེ་འདིར་འབད་མེད་དུ་བསགས་ན། ཆེ་རབས་བྱི་མ་རྣམས་སྤྱང་ན་འགྲོ་ལྟར་བ་ཆོས་་་་་་

① ལུས་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བསྐྱེགས། <<མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མགུར་>>མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 1981. P707708

② ལུས་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བསྐྱེགས། <<མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མགུར་>>མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 1981. P147-148

ཉིད་ཡིན་ཞིང་། ངན་འགྲོ་དེ་ཡང་རྩིས་ཡིན་ཞེ་ན། རྒྱུ་དབར་དུ་ཞི་བ་འོད་ལ་གསུངས་པའི་མགུར་དུ།  
 སྐབས་སྐྱམ་ན་ཆུ་མས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། ངན་འགྲོའི་འཇིགས་པ་སེལ་བར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། ཤལ་ལྷག་  
 ཟས་སུ་ཟ་བྱེད་ཅིང་། གསོད་གཙོད་ལས་སུ་སོང་བ་ནམས། ཁོ་དམུལ་བརྒྱུད་དུ་སྲིག་པར་བྱེད། རྩི་ཡང་  
 དགེ་བ་མ་བརྟེན་ན། ཤར་བའི་དུས་ནི་སྲིད་པར་འདུག ཟས་སུ་མི་ཟས་ཟ་བྱེད་ཅིང་། རང་ཟས་ལྷག་  
 མར་འཛིན་སེམས་པས། བཅོམ་ཞིང་འཕྲོག་འཛོམས་བརྒྱབ་པ་ནམས། གང་དམུལ་བརྒྱུད་དུ་སྐྱེ་བར་  
 འདུག ཆོས་ལ་ལོག་ཏུ་མ་སྐྱེས་ན། ཤར་བའི་གནས་སྐབས་བཤད་པར་འདུག རྟོན་མཆོག་ཡིད་ལ་.....  
 དན་སྲིད་ན། ཉན་དན་དུས་ན་ཤར་དུས་མེད། ལས་ངན་ཡང་ཡང་སྐྱུད་སྐྱུད་པས། སྲིག་སེམས་ལོག་པའི་  
 ལས་དབང་གིས། རང་ཉིད་བདེ་བར་འདོད་པའི་བྱིར། སྤུ་མ་སྒྲོབ་དཔོན་གསོད་བྱེད་ཅིང་། རྟོན་  
 མཆོག་དཀོར་ནོར་འཕྲོག་བྱེད་དང་། སྐར་བ་ལོག་པའི་ཆོག་ལྷེ་སྐྱེ། ཆོས་ལ་བདེན་པ་མེད་ཟེར་བ། འ  
 མནར་མེད་དམུལ་བར་སྲིག་པར་བྱེད། འདི་ལ་ཤར་དུས་དཀའ་འཁོག་གིས། སྤྱུ་བསམས་ཤིང་སྤྱིང་རྒྱུང་.....  
 ལྷང་བར་ཡོང་། སྒྲོ་ཆོས་ལ་གཏོད་ལ་འབྱུངས་ལ་སྒྲོམས། ཞེས་གསོད་གཙོད་ཀྱི་ལས་སོགས་ཀྱིས་ཁོ་དམུལ་  
 བརྒྱུད་དང་། བཅོམ་ཞིང་འཕྲོག་འཛོམས་བརྒྱབ་པ་ནམས་གང་དམུལ་ བྱུད་པར་དུ་སྤང་དང་སྐྱུ་མ་གསོད་པ་  
 དང་། རྟོན་མཆོག་གི་ནོར་འཕྲོག་པ་དང་ཆོས་ལ་བསྐྱར་བ་འདེབས་པ་ནམས་མནར་མེད་དུ་སྐྱེ་བར་  
 གསུངས་སོ། །

### རྩི་དྲགས་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་

དུ་སྒྲོབ་ནམས་ལ་སྒྲོ་བ་བསྐྱེད་པ་བཀོད་པ་སྐྱེའི་རྒྱུ་འཕྱུལ་བརྟན་པའི་སྐོར་དུ། རྩི་སྐྱུ་མ་ནམས་ལ་སྐྱུག་  
 འཛུལ་སོ། ངན་འགྲོའི་འཇིགས་པ་སེལ་བར་སྐྱུགས་རྩིས་བྱུངས། རྩིལ་བ་རང་སྲིག་གཙོད་སྒྲོ་བས། འ  
 འཇིགས་ཤིང་བྱོས་པས་ཤར་ཤབས་མེད། རྩི་དྲགས་སྤང་བ་དགྲར་ལངས་པས། གང་ལ་འགྲོ་དང་གང་ལ་  
 སྐབས། སྤྱད་འགྲོ་གཅིག་ལ་གཅིག་ཟ་བས། སྤྱུ་ཡི་ལེ་ལན་སུ་ལ་ཚོད། བྱུད་པར་རྩི་དྲགས་སྐྱུག་བསྐྱེལ་  
 དེ། བསམ་ངན་སེར་སྤྱ་ཅན་གྱིས་ལན། ཡོད་དུས་དགེ་བ་མི་ཤེས་ཤིང་། འཕྱུངས་པས་རང་གིས་ཟ་མི་.....  
 སོད། གཞན་ལ་སྤྱར་བ་མི་སྲིད་ཅིང་། ཡང་ཡང་སྤྱ་ཞིང་གསོག་པ་ཡིས། བྱི་བ་བཞིན་དུ་ཆོག་ཤེས་མེད། འ  
 རང་གིས་སྐྱུག་གསོག་གཞན་གྱིས་སྤྱོད། འཆི་དུས་སེར་སྤྱའི་སྤང་བས་འཆི། བར་དོར་རྩི་དྲགས་སྤང་བ་  
 སྐྱེ། སྤང་ལོག་ལས་ཀྱིས་བཀའ་སྒྲོམ་སྤྱོད། གཞན་གྱིས་ལོངས་སྤྱོད་སྤྱོད་མཐོང་ན། རྩི་ལ་སེར་སྤྱ་སྐྱུག་.....  
 སེམས་སྐྱེ། རྩི་ཡི་ལས་ཀྱིས་ཡང་ཡང་ལྷུང་། རྩི་སྤྱད་དུས་ཅན་གྱི་སྤྱོད་ཆེན་གྱིས། རྩི་དྲགས་སྐྱུག་བསྐྱེལ་རྒྱུ་  
 འབྲས་ནམས། མི་བྱིང་ལ་སྤྱུ་རྒྱུངས་པ་ཡིན། འདིར་བཞུགས་རས་པ་དུ་སྒྲོབ་ནམས། གཏམ་གྱི་བར་

གྱིས་ལ་སྒྲིལ་ཡུན་སྤྱིངས། ཁྱེད་མེད་སྣ་དང་ཆོག་ཤེས་མི་མངའ་བ་སོགས་ཀྱིས་ཡི་དྲགས་ཀྱི་གནས་སུ་སྐྱེ་བར་གསུངས་སོ། །

### ③ དུད་འགྲོའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ།

ཞི་བ་འོད་ལ་གསུངས་པའི་མཁུར་དུ། རྗེ་སླ་མ་ནམས་ལ་བྱག་འཆའ་ལོ། འཛན་འགྲོའི་འཇིགས་པ་སེལ་བར་ཐུགས་རྗེས་བྱུངས། དུད་འགྲོའི་ཤེས་གཏི་ཐུག་པ། ལྷན་པོ་ཕལ་ཆེར་དུད་འགྲོའི་རྒྱ། ཁ་རིག་ལས་ངན་རྩས་པ་ཡིས། ཆོས་ལ་བདེན་པར་མ་རྟོགས་ཤིང་། འགོ་ཁྲིག་བཟང་ངན་མ་བྱེད་པས། བྱམ་བྱམ་ལས་ལ་མི་ཆེ་བད། བརྟག་དང་རྟོག་དཔྱད་མི་ཤེས་ཤིང་། ཏ་རེ་ཡང་བཞིན་སྐྱུགས་སྦྱོང་མང་། འགོ་དང་ཁྲིག་པ་མི་ཤེས་པས། རྩོན་པ་བཞིན་དུ་ཕུང་ཉེ་སྦྱོང་། འདུགས་དབྱང་དབང་པོ་མ་སྐྱེས་པ། འདྲེ་ལ་བཟང་བོ་ཡིན་ཞེས་འབྲུལ། ལམ་མི་ཤེས་ཁྲིག་པ་གསོད་གཅོད་ནམས། གཅན་གཟན་དུད་འགྲོར་སྐྱེ་བར་མཆི། བསམ་པ་རྣམས་པའི་སྐྱེ་བོ་ནམས། བསམ་ཐུགས་དུད་འགྲོར་སྐྱེ་ཉེ་མཆི། ལམ་དུད་འགྲོའི་ནམ་སྐྱོན་ལས་མ་ནམས་ལ། བཤད་པས་ལང་ཐབས་མི་གངའ་བས། མགོ་བོ་ཁྱུག་ལ་སེམས་ཅལ་སྦྱོངས། ཁྱེད་ཆོས་ཀྱི་སྒྲིལ་བྱུགས་མ་བྱུགས་ཅི་རིགས་ཡིན་ནའང་། ལས་འབྲས་སྤང་དོར་སོགས་ལ་མི་དཔྱད་པར་དུས་ཀྱན་གཏི་ཐུག་གི་དབང་གིས་འདའ་བའམ་ལྷན་པོ་ཕལ་ཆེ་བ་ནི་དུད་འགྲོའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་དགོས་པར་གསུངས་སོ། །

༥ འཇིག་རྟེན་གྱི་མ་བདེ་བའི་ཐབས་བརྟེན་པ།

༡ བརྟན་པ་ལ་འཇུག་པའི་སྒྲིལ་བས་འགྲོ་བྱུངས་པ།

(1) སྐྱུག་འགྲོ་གཤམ་ཆེ་བའི་རྒྱ་མཆོན།

དལ་འགྱུར་གྱི་སྤྱིང་བོ་ལེན་པ་ལ་ཐོག་མར་འཆི་བ་དྲན་དགོས་ཀྱང་། དེ་ཡང་མ་དྲན། མ་བསྐྱམས་པས་ཕན་ཡོན་དང་ཉེས་དམིགས་མི་ཤེས་པར་སྤང་དོར་གྱི་གནས་ལ་ནམ་དཔྱེ་མེད་པར་འཇུག་པས་ངན་འགྲོ་མེད་ལྟར་བ་ཆོས་ཉིད་ཡིན་པ་སྒྲིལ་དུ་བརྟན་ཏེ། དེ་དག་གི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་སོས་གསུངས་ཤིང་། དེ་ལས་བསྐྱེད་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་མི་འདོད་པར་བདེ་བ་འདོད་པ་ཡིན་ན། འཇིག་རྟེན་གྱི་མ་བདེ་བའི་ཐབས་བརྟེན་དགོས་ཤིང་།

① དུས་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བཟུམས། མི་ལ་རས་པའི་ནམ་མཁུར། མཆོ་སྒྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། P806-807

② དུས་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བཟུམས། <<ནལ་འགྱུར་གྱི་དབང་ཐུག་མི་ལ་རས་པའི་ནམ་མཁུར>>མཆོ་སྒྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།

དེ་ཡང་སྐྱབས་འགོ་གཤམ་ཆེ་བས། བྱི་ར་རས་པ་དང་མངལ་བའི་སྐྱོར་དུ། སངས་རྒྱལ་ཆོས་དང་དགེ་འདུན་གསུམ། །དེ་གསུམ་མི་ལའི་སྐྱབས་གནས་ཡིན། །སྐྱབས་གནས་འདི་གསུམ་གྱིས་ཡོང་ན་རས་པའི་བྱི་ལ་..... ཤོག །ཅིས་བསྟན་པ་ལ་འདུག་པའི་སྐྱོར་སྐྱབས་འགོ་ཡིན་པར་བསྟན་པ་དང་། གཤམ་ཆེ་བ་ནི་རས་རྒྱུད་བ་དང་མངལ་བའི་སྐྱོར་དུ། མགུར་ལས། ང་སངས་རྒྱལ་གྱི་པ་མེས་བཟང་དང་གཅིག །དམ་ཆོས་གྱི་ཞལ་ངོ་རགས་དང་གཉིས། །དགེ་འདུན་གྱི་ཆ་ཞང་དར་དང་གསུམ། །ཆོས་སྦྱང་གི་སྟ་ཟུར་དཔའ་དང་བཞི། །དེ་བཞི་..... བསྐྱེབས་པའི་སྲིད་ལྷ་དེ། །ནམ་གཞག་གཏན་གྱི་སྲིད་ལྷ་ཡིན། །ཁྱེད་འཛིག་ཉེན་པའི་གཉེན་གྱིས་བསྐྱེད་བསྐྱེད་འདྲ། །གནས་སྐྱབས་གྱི་ཟ་གྲགས་དེ་བོར་ལ་ཐོངས། །ཞེས་དང་། བྲག་སྐྱོད་རྩེ་རྩེ་དེ་གི་སྐྱོར་ཆོ་བྱི་མར། །རྩེ་ལྷ་མ་ནམས་ལ་ཕྱག་འཆོལ་ལོ། །སངས་རྒྱལ་ཆོས་དང་དགེ་འདུན་གསུམ། །འདི་གསུམ་གྱི་སྐྱབས་གནས་ལགས། །མི་དེད་ཀྱང་ཁོང་ལ་སྐྱབས་པས་འཆོངས། །ཁྱེད་ཀྱང་ཁོང་ལ་སྐྱབས་ན་ལེགས། །ལྷ་མ་ཡི་དམ་མཁའ་འགོ་གསུམ། །འདི་གསུམ་ནང་གི་སྐྱབས་གནས་ལགས། །དེད་ཀྱང་ཁོང་ལ་སྐྱབས་པས་འཆོངས། །ཁྱེད་ཀྱང་ཁོང་ལ་སྐྱབས་ན་ལེགས། །ཚ་དང་རྒྱུད་དང་ཐིག་ལེ་གསུམ། །འདི་གསུམ་གསང་བའི་སྐྱབས་གནས་ལགས། །དེད་ཀྱང་ཁོང་ལ་སྐྱབས་པས་འཆོངས། །ཁྱེད་ཀྱང་ཁོང་ལ་སྐྱབས་ན་ལེགས། །སྤང་དང་..... རྟོང་དང་དབྱེར་མེད་གསུམ། །འདི་གསུམ་དོན་གྱི་སྐྱབས་གནས་ལགས། །དེད་ཀྱང་ཁོང་ལ་སྐྱབས་པས་འཆོངས། །ཁྱེད་ཀྱང་ཁོང་ལ་སྐྱབས་ན་ལེགས། །ཁྱེད་གཏན་གྱི་སྐྱབས་བསྐྱེད་སྐྱོབ་པ་ཡི། །སྐྱབས་གནས་འདི་ལ་མ་སྐྱབས་ན། །སྐྱེ་མ་ལུས་གྱི་ཁང་རུལ་ལ། །ཞག་དང་ཟ་མའི་ཆར་བ་བབས། །ལོ་དང་ལྷ་བའི་ཐིགས་པས་གདུངས། །སྐྱེ་ལུས་གྱི་ཁང་རུལ་ངས་པར་འཛིག །འཆི་བྱོད་གྱི་ཐིགས་ཆགས་བྱེད་རེ་རན། །ཞེས་སྐྱབས་འགོ་དེ་ལའང་བྱི་ནང་གསང་གསུམ་གྱི་སྐྱབས་འགོ་གསུམ་དུ་དབྱེ་ཞིང་། དེ་དག་ལ་སྐྱབས་སུ་མ་སོང་ན། རང་གི་འདུག་སའི་ཁང་བ་རུལ་བ་བཞིན་དུ་སྤྱིང་བོ་མེད་པར་གསུངས་སོ། །

## (2) གཤམ་ཆེན་གྱི་སྐྱབས་འགོ་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཚུལ།

དེ་ལྟར་སྟོན་པ་ཆོད་མཁའ་ཆོད་མའི་སྐྱེས་བུ་དེ་འདྲ་ལ་སྐྱབས་འགོ་ནལ་མ་སྐྱེས་པ་ཡིན་ན། དེས་བསྟན་པའི་ཆོས་གྱི་བསྐྱོད་བ་བཞིན་དུ་མི་བྱེད་པའི་ཐབས་མེད་ཅིང་། མིན་ན་གཏན་དུ་སྐྱབས་བསྐྱེད་པ་ལས་མི་འདའ་ལོ། །དེ་ལ་ངས་པ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཉིད་བྱིན་ཆད། དཀར་ནག་ལས་འབྲས་ལ་སྤང་དོར་ཚུལ་བཞིན་མི་བྱེད་པའི་ཐབས་མེད་ལ། འོན་ཏེ་ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་མ་ཆོས་ན་དེ་བྱེད་པ་མི་འོང་བས། །འདི་བྱི་གཏན་དུ་བདེ་བ་..... འདོད་ཅིང་། སྐྱབས་བསྐྱེད་མི་འདོད་ན་དེའི་ཆ་བ་ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆོས་པའི་ཐབས་ལ་ཡོད་དགུའི་ཆལ་.....

འདྲུས་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བསྒྲིགས། <<རྣམ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕྱག་ཆེན་པོ་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མཁུར>>མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་

གྱིས་འབྲངས་དགོས་པས། གངས་མགུར་དུ། ཞེ་སྤང་ཆེན་དཔུལ་བའི་སྒྲིག། འདྲོད་ཆགས་ཆེན་མི་ཡི་.....  
 སྒྲིག། སྤྲག་དྲིག་ཆེན་ལྟ་མིན་སྒྲིག། འ་རྒྱལ་ཆེན་ལྟ་ཡི་སྒྲིག། འདི་མི་ཐར་འཆིང་བའི་སྒྲིག་དྲུག་ལགས། །  
 ཡང་དད་པ་ཆེན་ཐར་བའི་ལམ། མཁའ་བརྩན་བརྟེན་ན་ཐར་བའི་ལམ། འཇམ་ཆེག་གཙང་ན་ཐར་བའི་  
 ལམ། འི་ཁྲོད་འགྲིམ་ན་ཐར་བའི་ལམ། གཅིག་ཤུར་སྟོད་ན་ཐར་བའི་ལམ། སྦྱབ་པ་བྱེད་ན་ཐར་བའི་  
 ལམ། འདི་ཐབས་གྱིས་འགྲོལ་བའི་ལམ་དྲུག་ལགས། ཞེས་སྦྱབ་པ་དང་དགག་པའི་བསྐྱབ་བྱ་གང་ཡིན་པ་  
 གསལ་བོར་གསུངས་པའོ། །

## འབདེ་ལེགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཙ་བ་ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་བསྐྱེད་པ།

### (1) ལས་འབྲས་སེམས་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆོན།

རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་མོས། ལས་འབྲས་བསམས་པས་བག་མེད་གནས་ལས་ལྡོག། ཅེས་གསུངས་པ་དང་།  
 རྗེ་མི་ལས་ཀྱང་། རྒྱ་འབྲས་རགས་པ་ཙམ་ལའང་ཡིད་མཆེས་པའི་རྟགས་ནར་མར་བསྟན་ནིང་། རྟོང་ཉིད་ཀྱི་  
 བཤད་པ་ལུང་རིགས་དང་མཐུན་མཐུན་མོ་མང་བོ་བྱས་ཅུང་། རྟོང་ཉིད་དེ་བས་ཀྱང་ཕྱ་བས་གོ་བ་དང་ཡིད་  
 ཆེས་པ་དགའ། རྟོང་ཉིད་ལ་ཡིད་ཆེས་ནིང་རྟོང་ཉིད་རང་རྒྱ་འབྲས་བྱ་ཤར་བ་གོ་ནས། རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་འདྲོར་  
 ལེན་ཞིག་སྤོང་དགོ་སྦྱབ་ལ་རང་བཙོན་དུ་འགོ་བཙུག་ཞིང་། ཆོས་ཀྱན་གྱི་ཙ་བ་རྒྱ་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་པ་འདི་  
 ཡིན་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་པས། མཁའ་འགྲོ་མ་མང་བོར་གསུངས་པའི་མགུར་དུ། རྒྱ་འབྲས་ཡིད་ཆེས་བརྟེན་  
 པ་འདི། འདད་པ་པལ་གྱིས་དོ་རྒྱ་མིན། ཞེས་གསུངས་ཤིང་། ལས་འབྲས་ལ་ངེས་པའམ་ཡིད་ཆེས་བརྟེན་པོ་  
 ཉིད་ཆོ། དགོ་སྦྱོར་གྱི་མཐུན་ཆེན་མཆོག་ཏུ་ཡུར་བ་ཐོབ་ཤི། སྤིག་པ་བག་མེད་ཀྱི་གནས་ལས་ལྡོག་པས་ཅི་བྱས་  
 ཆོས་དང་བདེ་བ་ཁོ་ན་འབྱུང་བྱིར། ལ་ཕྱི་རྒྱ་བཟང་གི་སྐོར་དུ། མགུར་ལས་ཀྱང་། བན་ངེས་པའི་དམ་ཆོས་མི་  
 བྱེད་ན། འཕྲལ་སོན་མ་རེམ་ཡང་སྤྲུག་ལས་ཡིན། ལས་རྒྱ་འབྲས་ཞིབ་ཏུ་མི་རྟོག་ན། ཆོག་ཁ་ཏེ་ཆེ་ཡང་སྒྲོན་  
 པ་ཡིན། ཆོག་དོན་ལག་ཏུ་མི་ལེན་ན། འཕྲལ་བཤད་ལོ་བྱས་ཀྱང་ཁམ་པ་ཡིན། ལས་མི་དགོ་སྤངས་ན་  
 ངང་གིས་འབྲུབ། ལས་དགོ་བ་བསྐྱབས་ན་ཤུགས་ལ་འབྲུབ། འཇགས་གཅིག་ལ་དྲིལ་ཞིང་ཉམས་སུ་ལོ་  
 ངས། ཆོག་མང་བོ་བཤད་པས་པན་པ་རྒྱུང་། འདྲོད་དེ་བཞིན་ཉམས་སུ་ལེན་འཆོལ་ལོ། ཞེས་གསུངས་པ་  
 དང་། རྒྱ་འབྲས་ཡིད་ཆེས་བརྟེན་པ་འདི། འདད་པ་པལ་གྱིས་དོ་རྒྱ་མིན། ཞེས་གསུངས་པ་ཤུགས་ཉམས་སུ་  
 བསྟར་བས། རས་རྒྱུང་བ་དང་མཇལ་བའི་སྐོར་དུ། བདག་ཉིད་དང་འབྲེལ་ཐག་བཅད་པས་བདེ། ལ་ཡུལ་

འབྲས་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བསྒྲིགས། <<ནལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕྱག་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མགུར>>མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱེན་ཁང་།

གྱི་ཞེན་པ་སྤངས་པས་བདེ། །ཡུལ་སྡེའི་གཉེར་ཁ་མེད་པས་བདེ། །དགེ་འདུན་གྱི་རྩལ་ལ་མ་འབགས་བདེ། །  
 ཁང་ཁྱིམ་བདག་རྒྱུ་མ་བཟུང་བདེ། །འདི་ལ་འདི་དགོས་མེད་པས་བདེ། །འབགས་པའི་འོ་རྩལ་ཕྱག་པས་  
 བདེ། །འཚོ་སྤྱོད་གི་སྤྱུག་བསྐྱེད་མེད་པས་བདེ། །ཁོར་སྤྱོད་གྱི་དོགས་པ་མེད་པས་བདེ། །ཟད་པའི་འཛིགས་  
 པ་མེད་པས་བདེ། །སེམས་གྱི་ཕུ་ཐག་ཚད་པས་བདེ། །ཡོན་བདག་གི་དོས་བཟུང་མེད་པས་བདེ། །སྦྱོར་ལ་  
 སུན་པ་མེད་པས་བདེ། །ཚུལ་འཚོས་མ་བྱས་སྤྱོད་པས་བདེ། །ཅི་བྱས་ཚས་སུ་སོང་བས་བདེ། །འགྲོ་འདོད་  
 ངལ་དུ་བ་མེད་པས་བདེ། །གསོད་གཅོད་འཛིགས་པ་མེད་པས་བདེ། །རྒྱ་འཕྲོག་འཛིགས་པ་བྲལ་བས་  
 བདེ། །དགེ་སྦྱོར་གྱི་མཐུན་ཁྱེན་བྱུང་བས་བདེ། །སྤྱི་པའི་ལས་ནམས་སྤངས་པས་བདེ། །བསོད་ནམས་གྱི་  
 ལས་ལ་འབད་པས་བདེ། །ཞེ་སྤང་གཞོད་སེམས་བྲལ་བས་བདེ། །ང་རྒྱལ་ཕྱག་དོག་སྤངས་པས་བདེ། །  
 ཚོས་བརྒྱུད་སྦྱོར་དུ་མཐོང་བས་བདེ། །དེ་ཡང་བཏང་སྟོམས་བཞག་པས་བདེ། །སེམས་གྱིས་སེམས་ལ་  
 བཏུས་པས་བདེ། །དེ་ཡང་རེ་དོགས་མེད་པས་བདེ། །འཛིན་མེད་འོད་གསལ་གློང་ན་བདེ། །མི་རྟོག་ཡེ་ཤེས་  
 དབྱིངས་ན་བདེ། །ཤུགས་འབྱུང་གཞུག་མའི་ངང་དུ་བདེ། །ཚོགས་རྒྱུག་རང་སར་བཞག་པས་བདེ། །སྒོ་  
 ལའི་རྣམ་ཤེས་གསལ་བས་བདེ། །ཡིད་གྱི་འགྲོ་འོང་ཆད་པས་བདེ། །བདག་ལ་བདེན་ལུགས་མང་བར་  
 གདལ། །རྣལ་འབྱོར་རང་གི་སྦྱིད་སྒྲ་ཡིན། །སྦྱིད་པ་གཞན་ལ་ང་མི་སྟོན། །ཤི་ཡང་བདེ་ཉེ་སྤྱུག་མ་བྱས། །  
 གསོན་ཡང་བདེ་ཉེ་དགེ་སྦྱོར་འཕེལ། །ཞེས་ལས་འབྲས་བསམས་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཡོན་ཏན་དང་། ཡང་  
 མཁུར་དུ། བྱ་ཁྱེད་ཆུང་ཉོན་དང་དང་པ་ཅན། །སྦྱིར་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བའི་པ་ཡུལ་འདིར། །གཏི་མུག་  
 གི་མུན་པ་སྤྲུག་རུམ་འཐེབས། །འདོད་ཆགས་གྱི་ཉེའུ་ཐང་འདམ་རྩལ་ཆེ། །ཕྱག་དོག་གི་གམ་ཐང་ཆེར་མ་  
 རྩལ། །ཞེ་སྤང་གི་ཁྱི་ཚོད་ཟུག་ཅིང་བ། །ང་རྒྱལ་གྱི་བྲག་རི་མཐོ་ལ་གཟུར། །ང་རྩལ་བཞེ་ལས་ཕྱིར་བཞུལ་  
 བས། །བདེ་ཆེན་གྱི་ཐང་ལ་འགྲོ་ཡང་འཚལ། །རྒྱ་མི་རྟག་སྦྱར་མའི་ཁ་ཤ་དང་། །འཁོར་བ་སྒོ་ལོག་གི་ཀོ་མཐེལ་  
 གཉིས། །ལས་རྒྱ་འབྲས་ཡིད་ཆེས་གྱིས་མཚམས་སྦྱར་ནས། །ཡུལ་འདོད་ཡོན་སྤྱོད་ཆོགས་གྱི་སྒོ་བྲན་ལ། །རང་  
 རྣང་ཞེན་མེད་གྱི་ཟབ་སྦྱང་དང་། །སྦྱབ་པ་ཉམས་ལེན་གྱི་རྟག་འབྱར་གདབ། །གནད་བཅིངས་པ་གསུམ་གྱི་  
 ཆབ་མས་མནན། །དེ་རྣལ་འབྱོར་ང་ཡི་རྒྱ་ལྷན་ཡིན། །མི་ཁྱོད་གྱི་འབྱར་མ་ང་མི་འདོད། །ཡོན་བདག་རང་  
 འགྲོ་སའི་ཁྱིམ་དུ་བཞུད། །ཅེས་ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་བསྦྱིད་ལ་ཚོས་ཉམས་སུ་ལེན་པར་བསྐྱལ་བའི་  
 མཁུར་མ་མང་དུ་ཡོད་དོ། །

## (2) ལས་འབྲས་ཇི་ལྟར་སེམས་པའི་ཚུལ།

① རུས་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བསྒྲིགས། <<རྣལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕྱག་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མཁུར>>མཚོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟར་ཁང་།

རྒྱུ་ལམ་རིམ་གྱི་གཞུང་ནམས་སྤྲུལ་ལས་འབྲས་རིམ་སེམས་པའི་ཚུལ་ལ། རྒྱལ་པོ་བཞིའི་སྒོ་ནས་ཉེ་  
 ལས་ངེས་པའི་ཚུལ། འཕེལ་ཆེ་བའི་ཚུལ། མ་བྱས་པ་དང་མི་ཡུན་པའི་ཚུལ། བྱས་པ་ཚུད་མི་བ་བའི་ཚུལ་ལོ། །  
 འཕེལ་ཆེ་བ་དེ་ལའང་ངོ་བོའི་སྒོ་ནས་འཕེལ་བ། བསམ་པའི་སྒོ་ནས་འཕེལ་བ། ཞིང་གི་སྒོ་ནས་འཕེལ་བ།  
 ཉེན་གྱི་སྒོ་ནས་འཕེལ་བ། ཏུས་གྱི་སྒོ་ནས་འཕེལ་བ། གཞིའི་སྒོ་ནས་འཕེལ་བ་བཅས་སྤྱིའི་ཆ་ནས་བརྗོད་པ་  
 དང་། ཏུས་གྱི་སྒོ་ནས་འཕེལ་བ་དང་ཞིང་ཁམས་གྱི་སྒོ་ནས་འཕེལ་བ་ནི། བྱང་པར་གྱི་ཆ་ནས་བརྗོད་པ་ཏུ་མ་  
 ཡོད་དོ། །དེ་དག་མཐུར་འབུམ་ཏུ་འདི་དང་འདིའོ་ཞེས་དགར་མི་དགོས་ནའང་། ཏུས་ནམ་ཏུའང་ལས་  
 འབྲས་ལ་གཡོ་ཐབས་མེད་པ་བྱི་ར་རས་པ་དང་མཇལ་བའི་སྐོར་ཏུ། རྗེ་སྟོ་བྲག་མར་བའི་ཞབས་ལ་འདུད། །  
 སེམས་ཅན་སྤྱག་བསྐལ་ཞི་བར་བྱིན་གྱིས་སྐྱབས། བྱོད་སེམས་ཅན་ཤ་བའི་ལུས་ལ་ཆེར་མའི་མགོ། །ཤ་ལུས་  
 ཆེར་མགོ་མི་ལའི་སྤྱུ་ལ་ཉོན། །ཕྱི་སྤང་བའི་ལྷལ་ལ་བྲོས་བྲོས་ནས། །འབྲུལ་སྤང་མ་རིག་པའི་ནང་ནས་ཐར་  
 ཏུ་མེད། །ཕྱི་ལུས་སེམས་སྤངས་གྱིས་མི་སྤྲོངས་གྱིས། །འབྲུལ་སྤང་མ་རིག་སྤྲོང་བའི་ཏུས་ལ་བབ། །ལས་  
 ཅན་སྤྱིན་བདེན་པ་མཁྱོགས་དྲགས་པས། །ཕྱི་སྤྱུ་ལུས་བྲོས་པས་ག་ལ་ཐར། །འབྲོན་ནང་གི་སེམས་ཉིང་  
 བྲོས། །སེམས་ཉིང་བྱང་ཆུབ་གནས་སྤྱོདས། །གཞན་བྲོས་པས་ཐར་འདྲིང་འབྲུལ་བ་ཡིན། །སེམས་འབྲུལ་  
 བ་ཤིགས་ལ་འདི་རུ་སྤོང། །ད་ལྟ་བྱོད་གྱི་སྤང་བ་ལ། །འཆི་བ་སྤྱིང་ནས་མ་བཟོད་པས། །རི་པ་རིའི་ལྷགས་  
 ཅན་ཐར་ཏུ་རེ། །ཚུ་རིའི་ལྷགས་ལ་ཟིན་གྱིས་དྲིགས། །རེ་དྲིགས་ངང་ནས་འཁོར་བར་འབྱམས། །ཞེས་  
 དང་། །ཡང་མཐུར་ལས། རྗེ་སྟོ་བྲག་མར་བའི་ཞབས་ལ་འདུད། །སེམས་ཅན་ཞེ་སྤང་ཞི་བར་བྱིན་གྱིས་  
 སྐྱབས། །འགོ་བཟུང་ལུས་ལ་སྤྱང་གིའི་གདོང་། །ཕྱི་ལུས་སྤྱང་གདོང་མི་ལའི་སྤྱུ་ལ་ཉོན། །བྱོད་སྤང་བ་གང་  
 བྱུང་དགར་ལངས་པས། །ཞེ་སྤང་བསམ་ངན་ཡིད་ལ་འབྲུག། །སྤིག་ཅན་བྱིའི་ལུས་སྤྱུ་སྤྱུས། །སྤྱག་བསྐལ་  
 རྟོགས་པའི་ངང་ལ་སྤོང། །ཉོན་མོངས་ཟུག་ཏུ་ཞི་ཏུ་མེད། །ནང་རང་སེམས་བབྱང་བས་མ་ཟིན་ན། །ཕྱི་  
 གཞན་ལུས་བབྱང་བས་ཅི་ལ་ཐན། །འཛིན་ན་རང་སེམས་འཛིན་པའི་ཏུས་ལ་བབ། །སེམས་ཞེ་སྤང་སྤྲོངས་  
 ལ་འདི་རུ་སྤོང། །ད་ལྟ་བྱོད་གྱི་སྤང་བ་ལ། །ཉོན་མོངས་ཞེ་སྤང་མ་བཟོད་པས། །རི་པ་རིའི་ལྷགས་ནས་  
 ཐོར་གྱིས་དྲིགས། །ཚུ་རིའི་ལྷགས་ལ་ཟིན་ཏུ་རེ། །ཞེས་གསུངས་པ་ནམས་ནི། ལས་ངེས་པའི་ཚུལ་ལ་ངེས་པ་  
 རྟེན་དགོས་པར་གསུངས་པའོ། །

### (3) བསམས་ནས་འཇུག་ཞུགས་བྱ་ཚུལ།

① ཏུས་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བསྒྲིགས། <<ནལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕྱག་མི་ལ་རས་པའི་ནམ་མཁུར>>མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།

1981. P431-432

② ཏུས་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བསྒྲིགས། <<ནལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕྱག་མི་ལ་རས་པའི་ནམ་མཁུར>>མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།

1981. P432-433



འཇུག་ལྷོག་བྱ་ཚུལ་འདི་ལ་དངོས་དང་འཕྲོས་དོན་གཉིས་སུ་འདུས་ཏེ། དངོས་ནི་དེ་ལྟར་ལས་ངེས་པ་  
 དང་འཕེལ་ཆེ་བའི་ཕྱིར་དགོས་ཤིག་ཤིང་མ་ཙམ་ཡང་སྒྲུང་དོར་མ་ནོར་བར་བྱ་དགོས་ལ། དེ་ཡང་དགོས་ཤིག་ལ་  
 འཇུག་པའི་སྒོ་ནི། ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་དུ་ངེས་པས། མི་དགོས་བཅུ་དྲུག་ཞིང་དགོས་བ་བཅུ་ལ་འཇུག་པའི་ལས་  
 ལ་འབད་དགོས་ཏེ། མི་དགོས་བཅུ་སྒྲིང་གི་ཚུལ་ཁྲིམས་ནི་མངོན་མཐོ་ངེས་ལེགས་ཀྱི་གཞི་དམ་པར་.....  
 བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་རྟེ། འཕྲོས་དོན་ནི་སྟོབས་བཞི་སྟེ། ཉེན་གྱི་སྟོབས་དང་། རྣམ་པར་སྤྱོད་འབྱེད་པའི་.....  
 སྟོབས། གཉེན་པོ་ཀུན་ཏུ་སྦྱོང་པའི་སྟོབས། ཉེས་པ་ལས་སྤར་སྟོབས་པའི་སྟོབས་བཅས་ཀྱིས་སྤྲིན་པ་སྦྱོང་ཚུལ་  
 དང་། རྣམ་སྤྱོད་ཀྱི་ཉེན་བསྐྱབ་ཚུལ་ལོ། འདི་ཕྱིར། རས་རྒྱུང་མ་དང་མཇུག་པའི་སྐོར་དུ། མི་དགོས་བཅུ་ལ་  
 མི་འཛོམས་པའི། ཚུལ་ཁྲིམས་ཡོད་ཅེས་མ་སྤྲུག་ཞིག་སྤར་བ་སོང་རྒྱ་དུ་འགྲོ་ཉེན་ཡོད། རང་སེམས་གཤམ་སྒྱུ་  
 མ་སྤངས་པའི། རྣམ་ཆོག་བསྐྱེད་ཞེས་མ་བརྗོད་ཅིག་ རྩོམ་ཆེ་དཔུལ་བར་འགྲོ་ཉེན་གང་ལ། ཞེས་དགོས་ཤིག་  
 ལ་འཇུག་ལྷོག་བྱ་དགོས་ཚུལ་གསུངས་པ་དང་། སུ་སྟོབ་རྣམས་ཀྱི་ཁྱེད་ལན་གྱི་སྐོར་དུ། སྤམ་མཉམ་མེད་  
 ཉེན་ཏུ་སྦྱི་བོར་བཞུགས་ཤིག་ འཁོར་བ་འདི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ཞིག་ལགས་སམ། ཅི་ཅམ་བཅུས་ཀྱང་མི་  
 ཟད་གང་ལ། རྟོན་མཆོག་གསུམ་པོ་འདི་རི་རྒྱལ་ལྷན་པོ་ཞིག་ལགས་སམ། རྟེ་སྤྱོད་ཀྱང་སྤྱོད་བ་མི་  
 གང་ལ་ལགས་པ། རྣམ་ཆོག་འདི་ལ་ཁའི་བྱ་སྟོབ་ཞིག་ལགས་སམ། རྟེ་སྤྱོད་ཀྱང་སྤྱོད་བ་མི་གང་ལ་ལགས་  
 པ། རྣམ་ཆོས་འདུལ་བ་འདི་ལམ་ཁའི་མཛོ་རོ་ལགས་སམ། རྟེ་ལ་སུ་ཡང་འཇུ་བ་མི་གང་ལ་ལགས་པ། རྟེ་  
 ལྷན་འབྲེལ་གྱི་སྟེང་ན་ཆེར་མ་ཡོད་དམ། རྟེ་ལྷན་ཆེན་ཆོ་སྟོན་ཐོག་ཏུ་མི་ཚུགས་གང་ལ། འདུལ་ཁྲིམས་  
 འདི་འབད་པ་དོན་མེད་ལགས་སམ། རབ་བྱུང་བཅུན་པ་ཆོ་འདུལ་ཁྲིམས་མི་བསྐྱེད་གང་ལ། གནས་རི་  
 ཁྲོད་ན་ཉོར་བན་གྱི་རྒྱལ་པ་ཡོད་དམ། རྟེ་ལྷན་ཆེན་ཆོ་སྟོན་ཡུལ་འགྲུལ་ཞིང་གང་ལ། བར་དོའི་གནས་ན་  
 རྟེ་སྟོན་ཞེས་ནམ། ཉེ་མཆོ་ཕྱི་བདར་རེ་མ་ཞིང་གང་ལ། ཆོ་ཕྱི་མའི་ཡུལ་ན་སྤམ་རིན་ཆེའམ། ཡུལ་བཅུན་  
 མ་ཆོ་སྤམ་ཐགས་རེ་མ་ཞིང་གང་ལ། འཁོར་བ་འདི་སྦྱངས་ཀྱིས་དོགས་པ་ལགས་སམ། རྟེ་བཅུན་མེད་  
 སུ་སྟོབ་རེ་མ་ཞིང་གང་ལ། ཆོ་ཕྱི་མའི་ཡུལ་ན་བཟའ་བུ་ཡོད་དམ། ཡོན་བདག་པོ་མོ་ཆོ་སྟོན་པ་མི་  
 གཏོང་གང་ལ། ཡུ་གི་དགའ་ལྷན་གྱི་ལྷ་ཡུལ་ན་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཡོད་དམ། རྟེ་དུ་འགྲོ་མི་ཆོ་ལུང་ཞིང་གང་  
 ལ། མ་གི་དཔུལ་བའི་ཡུལ་ན་བདེ་སྦྱིང་ལྷན་ནམ། རབ་བྱུང་པ་ཆོ་སྤྱོད་ཐོབ་བྱེད་ཅིང་གང་ལ། ལྷོག་  
 བསྐྱེད་དང་ངན་སོང་འདི་སྤྲིན་པའི་འབྲས་སུ་ལགས་སོ། སྤྲིན་སྦྱང་དགོས་པའི་ལས་ལ་འབད་པ་རང་མཛོད་  
 དང་། འཆི་ཁར་མི་འགྱུར་ཅིང་སྟོབ་བདེ་ཐོབ་ནས་ཡོང་རྟེ། རྟེ་ཞེས་ལྷོག་སྤྲིན་ནས་བསྐྱེད་བྱ་དང་།  
 ལྷོགས་ནས་རབ་བྱུང་བ་དང་བྱིས་པ་སུ་ཡིན་ཀྱང་ཚུལ་ཁྲིམས་བསྐྱེད་དགོས་ཚུལ་གང་མས་པའོ།

༡ རུས་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བཙུགས། མིལ་རས་པའི་རྣམ་ཐག་ལམ་ཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། P693-694

མདོར་ན། སྐྱེས་བུ་རྒྱུ་ལྟར་འདྲིས་པ་ལྟར་། ངན་སྤང་གི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱིས་མཁར་ཚུལ་ལ་འཛིགས་སྐྱེས་  
 སྐྱེས་ཤིང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་དཀོན་མཆོག་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ་བའི་སྒྲིལ་གྱིས་དཀོན་པ་ཡིན་པས། འཆི་བ་དྲན།  
 ངན་སྤང་བསམས་པའི་སྒྲིལ་མ་ནས་སྐྱབས་པའི་རྒྱུ་ལ་ལྟན་དགོས་པ་ཡིན་མོད་ཀྱང་། དཀོན་མཆོག་ལ་  
 སྐྱབས་སུ་སྤང་བས་པའི་འགྲོའི་སྐྱེ་བ་ལན་རེ་ལན་གཉིས་ཅིན་བསྐྱོད་པར་ངེས་ཀྱང་། ངན་སྤང་ལས་གཏན་  
 ཏུ་ཐར་བ་མ་ཡིན་པས། ངན་འགྲོ་མི་འགྲོ་བའི་གདེང་ཐོབ་པ་ལ་སྐྱབས་སུ་སྤང་བ་ཅིན་མ་ཡིན་པར་སྐྱབས་  
 འགྲོའི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་འབད་དགོས་སོ། །དེ་ནི་སྟོན་པ་དེས་བཏུན་པའི་པའི་པའི་སྐྱབས་སུ་སྤང་བའི་སྐྱབས་དངོས་  
 ཏེ་ཆོས་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་ལས་འབྲས་ཀྱི་སྤང་དོར་བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་པས། རྗེ་པ་ཐོང་ཁ་བས་ཀྱང་སྐྱབས་འགྲོའི་  
 བསྐྱབ་བྱའི་གཙོ་བོ་ཡང་ལས་འབྲས་ལ་སྤང་དོར་བྱེད་པ་འདི་ཡིན་པར་གསུངས་པ་ལྟར། གོ་རིམ་འདི་དག་  
 བཏུན་པའི་གནད་དམ་ནི་ངེས་པར་རྟོགས་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །དོན་གྱིས་སྐྱེས་བུ་རྒྱུ་ལྟར་འདྲིས་པའི་སྐྱེས་  
 ཆེ་འདིའི་སྤང་ཤས་ཏེ། རང་ཆེ་འདི་ལ་སུ་ལས་ལྟན་པའི་སྟོ་གོས་སྟན་གྲགས་སོགས་ཐུན་ཐུན་ཆོག་པ་ཞིག་  
 བྱུང་ན་སྟུང་ཆེ་འདིའི་བདེ་སྦྱིད་དང་ཁེ་གྲགས་འདོད་པ་ལྟན་པ་ཡིན་པས། རས་པ་ཞི་བ་འོད་ལ་གསུངས་  
 པའི་མཁུར་དུ། རྒྱ་མི་རྟག་སྐྱེ་མའི་ཁ་ཤ་དང་། འཁོར་བ་སྒྲིལ་གྱི་གོ་མཐེལ་གཉིས། ལས་རྒྱ་འབྲས་ཡིད་  
 ཆེས་ཀྱིས་མཆོམས་སྐྱར་ནས། ཡུལ་འདོད་ཡོན་སྒྲིལ་གྱི་སྒྲིལ་ལ། རང་སྤང་ཞེན་མེད་ཀྱི་ཐབས་སྤང་  
 དང་། སྐྱབ་པ་ཉམས་ལེན་གྱི་རྒྱ་འབྲས་གདུག་པ། གནད་བཅིངས་པ་གསུམ་གྱི་ཆབ་མས་མནན། དེ་ནས་  
 འཁྱོར་ང་ཡི་རྒྱ་ལྟན་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་ལས་ཀྱང་། ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་པས་མཆོམས་སྐྱར་ནས་  
 འཁོར་བ་མི་རྟག་པ་དང་། འཁོར་བ་དེ་ལས་སྒྲིལ་གྱི་འདུན་པ་ལྟན་པ་དྲག་ཅིག་འབྱུང་བ་བཏུན་པ་ལོ། །

### གསུམ། སྐྱེས་བུ་འབྲིང་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་ལ་སྒྲིལ་བ་ལ།

#### ག། གང་འཁོར་བ་སྐྱུག་བདེན་གྱི་ཉེས་དམིགས་བསམས་པ།

##### ༡ སྐྱུག་བདེན་ཤེས་བྱར་གསུངས་པའི་རྒྱ་མཆོན།

འཁོར་བ་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཏུ་མ་ཤེས་ན་དེ་ལས་ཐར་འདོད་མི་སྐྱེ། ཐར་འདོད་མེད་ན་ཐར་ལམ་མི་བསྐྱབ། དེ་  
 མ་བསྐྱབས་ན་རང་བཞིན་གྱིས་མི་ཐར་བས། དེ་ལ་དགོངས་ནས་སྐྱུག་བསྐྱེད་བདེན་པ་ཐོག་མར་བཏུན་པ་  
 ཡིན་ལ། མཁུར་དུའང་། སྐྱེས་མཆོག་མར་བའི་ཞབས་ལ་འདུད། སྤང་མཛོན་ཞེན་སྟོན་པར་བྱིན་གྱིས་

① པ་ཐོང་ཁ་བ་བྱམས་པ་བཏུན་འཛིན་འཕྲིན་ལས་ཀྱིས་བཙུངས། «ལམ་གཙོའི་ཐབས་ཀྱི་ཐོན་ཐོས་ལམ་བཟང་སྒྲིལ་འབྱེད་»  
 «རྗེ་ཐོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས་མཛད་པའི་རྒྱན་མཐོའི་ཞལ་འདོན་ལག་གི་འབྲེལ་བ་འགའ་ཞིག་ཕྱགས་.....བསྐྱེད་པས་བཞུགས་སོ།» སེར་  
 གཙུག་ནང་བཏུན་དཔེ་རྟོག་འཛོལ་བསྐྱེད་ཕྱགས་སྤྱོད་ལང་། P64

ཁྲི་མ་གྲེ་མ་གྲེ་རུ་དྲ་གྲེ་ལྷང་། ། འཁོར་བའི་ཆོས་ལ་སྒོ་གཏང་བྱེད་པ་ནམས། ། བསམས་ཤིང་  
 བསམས་ཤིང་ཡི་མུག་ཡང་ཡང་ལྷང་། ། སྤྱད་ཅིང་སྤྱད་ཅིང་སྤྱུག་བསྐལ་གཏིང་ནས་འབྲུག། བསྐྱར་ཞིང་  
 བསྐྱར་ཞིང་འཁོར་བའི་གཏིང་ལ་འཕེན། ། འདི་འདྲའི་སྤིང་རྒྱུང་ལས་ཀྱིས་ཟིན་པ་ནམས། ། ཅུག་བྱེད་ཅུག་  
 བྱེད་ཆོས་ལས་དྲག་པ་མེད། ། རྗེ་མི་བསྐྱེད་ཀྱི་རོ་བོ་རྗེ་མེ་འཆང་། ། སྤང་རི་ཁྲོད་ཐུབ་པར་བྱིན་གྱིས་  
 ཁྲོབས། ། མི་རྟག་སྐྱུ་མའི་གྲོང་བྱེད་ན། ། རྒྱལ་རིངས་ཀྱི་མགོན་པོ་སྤིང་རྒྱུང་ལངས། ། དུལ་ལ་མཆོན་ཅན་གྱང་  
 ཐང་གི་སྐྱོར་ལུང་ལ། ། རྟོར་ལུག་ནམས་བར་འཁྱུགས་སྐྱེ། ། རྟུག་དེང་སང་འབྱུང་བོས་བདག་ཏུ་བབྱུང་། །  
 འདི་ཡང་མི་རྟག་སྐྱུ་མའི་དཔེ། ། དཔེ་འདིས་ཀྱང་རྣལ་འབྱོར་ང་སྐྱབ་པ་བྱེད། ། ཆང་མང་ཀ་བཞི་གདུང་  
 བརྒྱད་དེ། ། རྟུག་དེང་སང་མེད་གེའི་ལ་མགལ་འདྲ། ། མཁར་ཟུར་བཞི་ལྷགས་བརྒྱད་ཆེ་དང་དགུ། ། རྟུག་  
 དེང་སང་བོང་བུའི་རྣ་བ་འདྲ། ། འདི་ཡང་མི་རྟག་སྐྱུ་མའི་དཔེ། ། དཔེ་འདིས་ཀྱང་རྣལ་འབྱོར་ང་སྐྱབ་པ་  
 བྱེད། ། བཤོས་ཞིང་འོར་མ་གྲུག་སུམ་དེ། ། རྟུག་དེང་སང་འཇག་མའི་ཡུལ་དུ་སོང་། ། གཉེན་ཉེ་བ་ལ་སྐྱུན་རེ་  
 བ་ནམས། ། རྟུག་དེང་སང་དག་པོར་དམག་ཏུ་ལངས། ། འདི་ཡང་མི་རྟག་སྐྱུ་མའི་དཔེ། ། དཔེ་འདིས་ཀྱང་  
 རྣལ་འབྱོར་ང་སྐྱབ་པ་བྱེད། ། པ་བཟང་མི་ལ་ཤར་རྒྱལ་དེ། ། རྟུག་དེང་སང་བུང་བའི་རྗེས་ཀྱང་མེད། ། ཞ་མ་  
 མུང་ཆང་དཀར་རྒྱན་དེ། ། རྟུག་དེང་སང་རུས་ཀྱང་ཁོག་པ་ཞིག ། འདི་ཡང་མི་རྟག་སྐྱུ་མའི་དཔེ། ། དཔེ་འདིས་  
 ཀྱང་རྣལ་འབྱོར་ང་སྐྱབ་པ་བྱེད། ། ལྷ་མཆོད་དཀོན་མཆོག་ལྷ་འབུམ་དེ། ། རྟུག་དེང་སང་མི་ཡི་གཤོག་པོ་  
 བྱེད། ། དམ་ཆོས་དཀོན་མཆོག་བརྟེན་པ་དེ། ། རྟུག་དེང་སང་བྱ་བྱེད་ཆང་སྟན་བྱེད། ། འདི་ཡང་མི་རྟག་སྐྱུ་  
 མའི་དཔེ། ། དཔེ་འདིས་ཀྱང་རྣལ་འབྱོར་ང་སྐྱབ་པ་བྱེད། ། བྱིམ་མཆོས་ཨ་ཁུ་གཡུང་རྒྱལ་དེ། ། རྟུག་དེང་  
 སང་ལྷང་བའི་དག་དང་སྤོང་། ། སྤིང་མོ་པེ་ཏ་མགོན་སྤྱིད་དེ། ། གར་སང་རྗེས་འགྲོའི་གཏང་ས་མེད། ། འདི་  
 ཡང་མི་རྟག་སྐྱུ་མའི་དཔེ། ། དཔེ་འདིས་ཀྱང་རྣལ་འབྱོར་ང་སྐྱབ་པ་བྱེད། ། ཅེས་དང་། ། ཨ་ནེ་ལ་བཞེངས་  
 པའི་མགུར་དུ། པ་ཡུལ་བཙོན་རར་སླེབས་པའི་ཆོ། ། བརྟེ་བའི་མ་དང་གཏན་བྲལ་བྱུང་། ། སྤིང་མོ་སྤྱུག་གིས་  
 ས་མཐར་འབྲམས། ། ང་སྐྱོ་ཤས་སྤིང་རྒྱུང་ཁོང་ནས་ལངས། ། ངེད་མ་བུ་གསུམ་གྱི་སྤྱུག་བསྐལ་འདི། །  
 བྱེད་གཉེན་བཤེས་བསྐྱོས་ནས་མ་བཙོལ་ལམ། ། བཟོད་སྤྲུགས་མེད་པའི་སྤྱུག་བསྐལ་དེས། ། དམ་ཆོས་སྐྱབ་  
 པའི་གསལ་འདེབས་བྱུང་། ། ཞེས་དང་། ། གངས་མགུར་དུ། རྗེ་རྩོ་བྲག་མར་བའི་ཞབས་ལ་འདུད། ། བྱེད་  
 འདིར་ཆོགས་ཀྱི་ཡོན་བདག་པོ་མོ་ནམས། ། ང་རྣལ་འབྱོར་མི་ལ་རས་པ་ལ། ། འབྱུར་མེད་ཀྱི་དད་པ་གཏིང་  
 ནས་སྤྱེས། ། ཁ་ཞེ་མེད་པས་གསོལ་བ་ཐོབ། ། གཞི་གཅིག་ཏུ་རྒྱན་དུ་བཞུགས་ཀྱང་ལ། ། འཕྲལ་མཉམ་དུ་  
 འགྲོགས་པས་སྤང་བ་སུ། ། མིག་འདྲེས་ཆེན་གཤེས་ཀྱིས་བརྟུས། ། འགྲོགས་ཡུལ་རིང་ན་རེ་འཁང་མང་། །  
 ། གཤེས་ངན་འཐབ་མོས་དམ་ཆོག་དུ་གྲུག ། གྲོགས་ངན་གྱིས་དགོས་པ་བཟང་པོ་སྤྲད། ། གཙོ་འདུན་གྱི་ལ་

གཟུགས་ལས་ངན་གསོག་ ཡིན་མིན་ཁ་རྟོགས་དག་པོ་འཁོར། རྒྱུགས་ཆའི་གཡོ་ལྷ་ཕྱིན་པ་ཆེ། འདྲ་ཟས་ཁ་  
 ལན་བསམ་ངན་འབྱུག་ གཤེན་ཟས་ཀྱི་རོ་དོམ་ཐེག་ཐབས་མེད། བྱེད་མི་ནག་གི་སྤྲོ་མཆོད་ཤིན་ཏུ་ལོད། །  
 འགྲོགས་ཀྱིན་བརྟས་ན་ཡི་ལུག་ལྷང་། ཆོང་མང་གི་དཔོན་པོ་འཆི་ཁར་སྟུག་ ཇེ་བས་རི་ཁྲོད་ན་ལ་འབྱོར་  
 བ། རྒྱོད་ལུལ་དུ་ལུས་ན་གྱོད་རེ་ཆེ། །ཞེས་འཁོར་བའི་རང་གཤེས་སམ་སྟུག་་་བསྐལ་གྱི་བདེན་པ་རྟོགས་  
 ནས་དེ་ལས་ཐར་འདོད་ཀྱི་སྒོ་བཙོས་མིན་འབྱུངས་པ་བརྟན་པའོ། །

## འཕྱག་བསྐལ་གྱི་ཤེས་བྱེད་མི་རྟག་ཅིང་མི་བརྟན་པའི་སྟུག་བསྐལ་བསམས་པ།

### (1) དག་གཉེན་མི་རྟག་པ།

འཁོར་བའི་སྟུག་བསྐལ་ཤེས་བྱེད་ལ་མི་རྟག་པ་ལས་གཞན་མེད་པས། དེ་དག་དེས་པར་བྱེད་པ་ཤིན་ཏུ་  
 གལ་ཆེ་བྱེད། མགུར་ལས། གཉེན་ཉེ་བ་པ་སྟུན་རེ་བ་ནམས། འུས་དེང་སང་དག་པོར་དམག་ཏུ་ལངས། །  
 ཞེས་དང་། རག་མའི་སྐྱོར་དུ། གྲགས་དང་པོ་ལྟ་མོ་བཞད་ཁ་མ། བལྟ་བའི་གདོང་ལ་ཆོག་རྒྱ་མེད། བར་དུ་  
 སྲིན་པོ་རོ་མིག་མ། ཡར་གཅིག་ལ་བ་ན་ཚུར་གཉིས་སྒྲོལ། སྒྲུ་ལ་འཆང་ན་སྦྱིད་པར་འབྱ། འདུག་པ་་་་་  
 བརྒྱབ་ན་གཟར་བུ་འབྱར། ཤ་མར་བ་ཆན་སོ་མེད་མ། སྲིན་མོའི་སྤང་མིག་སེམས་ལ་གཟན། བདུད་མོའི་  
 འཐབ་ལ་སྤངས་པ་ཡིན། བྱེད་ཀྱི་གཞོན་གྲགས་ང་མི་འདོད། ཅེས་གསུངས་པ་དང་། བུ་དང་པོ་ལྟ་བུ་་་་  
 ཡིད་འོང་པོ། སྤྲིང་བརྗེ་བའི་སེམས་ལ་བཟོད་སྒྲགས་མེད། བར་དུ་བུ་ལོན་འདེད་དྲག་པོ། ཐམས་ཅད་་་  
 བྱིན་ཡང་མགུ་དུས་མེད། མི་ཡི་བུ་མོ་ནང་དུ་བརྟུག་ འྲིན་ཅན་པ་མ་བྱི་རུ་སྤྱད། སྤྲུལ་བོས་ཀྱང་ལན་  
 མི་རྟེན། མ་ཡིས་བོས་ཀྱང་ཨང་མི་འབྱུགས། ཤ་མར་བྱིམ་མཆོས་སྤྲིང་རིང་པོ། འབྲམ་པའི་ཁ་ཆོས་བྱས་པས་  
 སྤྱད། རང་སྦྱོས་ཀྱི་དག་པོ་སེམས་ལ་གཟན། འཁོར་བའི་བཤལ་ཐག་སྤངས་པ་ཡིན། འཇིག་རྟེན་གྱི་བུ་  
 ཆོང་འདོད། ཅེས་དང་། བུ་མོ་དང་པོ་ལྟ་སྟུག་འཛུམ་ཁ་མོ། ཁོར་གང་དམར་འབྱོར་བའི་དབང་མོ་ཆེ། །  
 བར་དུ་ལན་ཆགས་འཁོར་མེད་མ། སྤྲུལ་དངོས་སུ་བསྤངས་ནས་འབྱེད། མ་ལ་སྐྱོག་ཏུ་བརྟུག་ནས་་་་  
 འབྱེད། བྱིན་པ་རོ་སར་མི་བྱེད་པ། འྲིན་ཅན་པ་མའི་སྤྲིང་རྒྱུང་སྤྲིང་། ཤ་མར་གྱི་མོ་གདོང་དམར་  
 མ། ཞེགས་ན་གཞན་གྱི་དཔལ་སྦྱིད་མ། ཉེས་ན་རང་གི་བྱར་སྤྱད་མ། སྤྱང་བྱེད་ཀྱི་གྱི་མོ་སེམས་ལ་  
 གཟན། སངས་མེད་ཀྱི་ལྷ་ངན་སྤངས་པ་ཡིན། ཞེས་དང་། གཉེན་དང་པོ་སྤྱད་དགའ་མཐོང་འཛུམ་པོ། །

① རུས་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བསྒྲིགས།《མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མགུར་》མཆོ་སྒྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།1981. P227

② རུས་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བསྒྲིགས།《མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མགུར་》མཆོ་སྒྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།1981. P137

③ རུས་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བསྒྲིགས།《མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མགུར་》མཆོ་སྒྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།1981. P287

འདིར་བྱོན་དང་འདིར་བཞུགས་ཀྱིས་ལུང་བ་འགོངས། ། བར་དུ་གཙང་གི་ཟས་ལན་ཅན། ། སར་གཅིག་ལན་དུ་ཚུར་གཅིག་སྟེར། ། ཐ་མར་ཆགས་སྒང་གི་འགྲོད་གཞི་ཅན། ། ལྷག་འགྲོས་ཀྱི་གྲོད་ཚ་སེམས་ལ་གཟན། ། སྦྱིད་ཆེའི་ཟ་གྲོགས་དེ་སྤངས་པ་ཡིན། ། འཇིག་རྟེན་གྱི་ཉེ་དུང་མི་འདོད། ། ཅིས་གསུངས་པ་དང་། རས་པ་དར་མ་དབང་ཕྱག་དང་མཇལ་བའི་སྐྱོར་དུའང་། མཁུར་ལས། ངས་དག་འཁོར་བ་འདི་ལ་ཕར་བལྟས་པས། ། དང་པོ་འཁོར་བ་ཉམས་དགའ་པོ། ། བར་དུ་སྤང་བ་ཁྲིད་མཁས་པོ། ། ཐ་མ་བདུད་ཀྱི་བཙོན་རར་གོ། ། ངས་དེས་ཀྱང་འཁོར་བ་སྤངས་པ་ལགས། ། དེ་ནས་གྲོགས་ལ་ཕར་བལྟས་པས། ། གྲོགས་དང་པོ་ལྷ་མོ་འཇུག་ཁ་མོ། ། བར་དུ་མི་མོ་སྒོ་གཏུམ་མོ། ། ཐ་མར་བདུད་ཀྱི་ཨང་མི་ཁྲུགས། ། དེས་ཀྱང་གཏན་གྲོགས་སྤངས་པ་ལགས། ། དེ་ནས་བུ་ལ་ཕར་བལྟས་པས། ། བུ་དང་པོ་ལྷ་ལྷག་འཇུག་ཁ་པོ། ། བར་དུ་བྱིམ་མཆོས་སྒྲིང་རིང་པོ། ། ཐ་མར་དག་པོ་ལན་ཆགས་ཅན། ། དེས་ཀྱང་བུ་ཆ་སྤངས་པ་ལགས། ། དེ་ནས་ནོར་ལ་ཕར་བལྟས་པས། ། དང་པོ་ནོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ། ། བར་དུ་མེད་ཐབས་མེད་པ་བྱུང་། ། ཐ་མར་སྤང་མའི་སྤང་ཆེ་འདྲ། ། དེས་ཀྱང་ནོར་ཇུས་སྤངས་པ་ལགས། ། དེ་ལ་སེམས་ལ་ལྷ་ཆོས་མཛོད། ། ཆོས་ལ་སེམས་ལ་སྦྱིན་པ་ཐོངས། ། འཆི་ཁར་མི་འགྲོད་ཅན་རེ་མཛོད། ། ཅིས་དང་། ས་ལེ་འོད་ཀྱི་སྐྱོར་དུ། མཁུར་ལས། ལས་ངན་བྱིམ་ཐབ་བྱེད་དོ་ཞེས། ། འཁོར་བའི་གཡོས་སྦྱོར་བྱས་ཅན། ། ས་མ་དྲིན་ཅན་རྒྱབ་དུ་བོར། ། རང་གཉའ་དྲིན་མེད་མི་ལ་བསྐྱལ། ། ངན་སོང་གསུམ་གྱི་འགྲམ་གཞི་བཏིང་། ། མཐོ་རིས་ཐར་བའི་སྤྲོད་པོ་བསྐྱལ། ། ས་མའི་ཟས་ནོར་ཁུར་ནས་སྤྱ། ། དོན་མེད་མི་ཡི་གཡོག་ལ་བཙོན། ། འཁོར་བར་མཆོང་བའི་གཉའ་གྲོགས་དེ། ། དང་པོ་ལྷ་བུ་འཇུག་བག་ཅན། ། བར་དུ་བདུད་པོ་ངོ་ནག་པོ། ། ཐ་མར་སྤང་བུ་རྩྱང་སྟོང་ཅན། ། བསམས་ཤིང་སྦྱོ་བ་ནང་ནས་སྟེས། ། དེས་ན་བུ་མོ་ལྷ་ཆོས་བྱེད། ། གྲོགས་སུ་དོ་རྩེ་སྦྱོན་དང་འགྲོགས། ། དེ་ནས་ལུས་ལ་སྟེས་པའི་བྲ། ། བསོད་ནམས་ལྷན་པ་རེ་རེ་ལ། ། ལས་ཅན་རེ་ཅན་བྱང་བའང་སྟིད། ། སེམས་ཆེར་ལན་ཆགས་འདིད་མཁན་དེ། ། དང་པོ་ལུས་ཀྱི་མཛངས་འཕྲོག་པོ། ། བར་དུ་ཁ་ཡི་ཟས་འཕྲོག་པོ། ། ཐ་མར་ལག་གི་ནོར་འཕྲོག་པོ། ། བསམས་ཤིང་སྦྱོ་བ་ནང་ནས་སྟེས། ། དེས་ན་བུ་མོ་ལྷ་ཆོས་བྱེད། ། ཅིས་དང་། གཉའ་ནང་གི་ཉ་མ་རྩམས་ལ་མཇུག་གི་ཞལ་གདམས་གནང་བའི་མཁུར་དུ། གཉེན་རི་དྲགས་བཞིན་དུ་འགྲོགས་འགྲོགས་ཀྱང་། ། རྒྱུ་རྒྱུ་པ་བཞིན་དུ་སྟེབ་ཅིང་འདུག ། རྒྱབས་རྒྱབས་སུ་མ་ཡེངས་པའི་བྱ་རེ་མཛོད། ། བུ་སྟོང་བཞིན་དུ་གསོས་གསོས་ཀྱང་། ། རྒྱུ་ལམ་དོ་བཞིན་དུ་སྤྲད་ཅིང་འདུག ། རྒྱབས་རྒྱབས་སུ་མ་ཡེངས་པའི་བྱ་རེ་མཛོད། ། ཅིས་དང་། འགྲོགས་མ་བུ་བཞིན་དུ་བཟང་བཟང་ཡང་། ། རྒྱུ་དག་གཉེན་བཞིན་དུ་འཐབ་ཅིང་འདུག ། རྒྱབས་རྒྱབས་སུ་སེམས་ཅན་ལ་སྟོང་རེ་རྩེ། ། ཞེས་གསུངས་པ་སོགས་ལས་བུ་དང་བུ་མོ།

① རུས་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བསྒྲིགས། <<མི་ལ་རས་པའི་རྩམ་མཁུར>>མཆོ་སྒྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 1981. P287-289

② རུས་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བསྒྲིགས། <<མི་ལ་རས་པའི་རྩམ་མཁུར>>མཆོ་སྒྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 1981. P772-773

གཉེན་གང་ལའང་རྟག་རྒྱ་མེད་པར་སྦྱག་བསྡུལ་གྱི་རང་བཞིན་འབའ་ཞིག་ཡིན་པ་རང་གི་མྱོང་བའི་སྤྲོད་  
ནས་གསུངས་པའོ། །གཞན་ཨ་ནེ་ཁྲེལ་འདེབས་ཀྱི་སྤྱི་ཡང་འདིའི་ཁོངས་སུ་བསྡུས་ཆོག་པའོ། །

## (2) མཐོན་མནལ་ཡིད་བརྟན་མེད་པ།

མཐོན་མཐོ་ལྷ་མིའི་གོ་འཕང་ཞེས་ཡ་མཚན་ཞིག་ཏུ་བཅིན་འདང་། དེ་ལའང་ཡིད་བརྟན་མི་རུང་སྟེ། ཅུ་  
དབར་དུ་ཞིབ་འོད་ལ་གསུངས་པའི་མགུར་ལས། རྗེ་བཀའ་དྲིན་ཅན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །ཕྱིན་རྒྱབས་་་་  
སེམས་ཅན་ཡོངས་ལ་བྱལ། །འཇིག་རྟེན་ལྷ་དང་མི་ཡི་བདེ་བ་ཡང་། །གཡེང་ནི་ལྷ་གཡལ་བཞིན་དུ་ཆེ་ཞིང་  
འདུག །སྐད་ནི་གཡུ་འབྲུག་བཞིན་དུ་ཆེར་བསྐྱགས་ཀྱང་། །དེ་ལ་སྤྲིང་བོ་མི་འདུག་སྟེ། །གཟུགས་མེད་སྟེ་  
མཆེད་ལུ་བཞིན། །བཟང་ངན་ཡིད་ལ་མི་དྲན་ཞིང་། །འདུ་ཤེས་སྤྱགས་པས་ཆོར་བ་མེད། །དེང་སང་  
དབང་བོ་བརྒྱལ་བ་བཞིན། །བསྐལ་བ་མང་བོར་གངས་བཅིས་ཀྱང་། །སྐད་ཅིག་ཅམ་གཅིག་མ་རྟོགས་  
པའོ། །དེ་ལ་སྤྲིང་བོ་ཡེ་མ་མཆིས། །ལྷ་དུས་བསམ་ངན་སྦྱེས་ནས་ལྷ་དང་། །དེ་ཡི་རྒྱ་རྒྱུན་གནས་ལུགས་  
ནི། །སྤོང་ལྷ་ལ་ལྷ་སྐམ་པོས་བྱུང་། །གཟུགས་ཁམས་གནས་རིགས་བརྒྱ་བདུན་ཀྱང་། །གཙང་མ་རིགས་ལྷ་  
དང་པོ་དང་། །འོག་མ་བརྒྱ་གཉིས་ལྷ་དང་བ་ཡང་། །རྒྱ་འབྲས་བསོད་ནམས་མ་ཟད་པར། །དེ་ཡི་རྒྱ་རྒྱུན་ནམ་  
སྤེན་ཡང་། །སྤྱོད་ཆ་ཅན་གྱི་དགེ་བ་དང་། །ཞེ་འཇིགས་ཅན་གྱི་སྒྲིམ་ཆེན་དང་། །ཆོས་བརྒྱད་བསྐྱོགས་  
པའི་ཆོས་སྤྱོད་ནམས། །ཁས་ལེན་སྤྱས་ཀྱང་སེམས་མ་དག །ས་བོན་བག་ཆགས་ལུས་པ་དེས། །ཡུན་རིང་  
སོང་ཆེ་བསམ་ངན་སྦྱེས། །བསམ་ངན་སྦྱེས་དུས་བསོད་ནམས་ཟད། །བསོད་ནམས་ཟད་པས་ལྷ་ར་དུ་་་་་་  
ལྷ་དང་། །ལྷ་དང་བྱེད་ལྷ་ཡི་སྦྱག་བསྡུལ་ལ། །ཞིབ་དུ་བཤད་ན་སྤང་བ་འབྲུག །དེ་གོ་བར་མཛོད་ལ་སྒྲིམ་ཡུན་་་  
སྤྲིངས། །ཞེས་མཐོ་ས་མཐོན་མཐོན་ལྷ་མིའི་གོ་འཕང་རེ་ཞིག་ཐོབ་ནའང་། །དེ་ལ་ཆ་འཛོག་ཅི་ཡང་མེད་པར་  
ནམ་ཞིག་ངན་འགོར་ལྷ་དང་བར་གསུངས་སོ། །

## (3) དབྱུལ་ཕྱུག་ལ་ངས་པ་མེད་པ།

རས་པ་ཞིབ་འོད་དང་མཇལ་བའི་མགུར་ལས། བུ་ཡོན་བདག་ཉོན་ཅིག་པ་དྲིན་ཅན། །སྤྱིར་རྒྱལ་ཁམས་  
ཡངས་པའི་ས་སྤྱོད་སྤྱུགས་སྤྱུ། །བཤུལ་ཐག་རིང་བོའི་རྣལ་འབྱོར་འབྲུམས། །ཤོང་བྱིར་མཐུག་པོའི་སྤང་སྒོ་རུ། །  
འཆོ་བ་བྱ་འཆོལ་ཁམ་གཟན་བསྐྱངས། །ཟས་ཞིམ་མངར་གྱི་ཞིམ་པ་ལོག་ནས་གདའ། །ལར་ཟང་ཟིང་གི་ནོ་

ཱུས་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བསྐྱོགས།《མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མགུར་》མཆོ་སྤྱོད་མི་རིགས་དཔེ་སྤྱོད་ཁང་།1981. P803

ར་ལ་ཚོག་ཤེས་མེད། འོར་བསྟགས་ཤིང་ལུས་པ་མཐོང་ཅ་ན། བྱིད་ཕྱག་པོའི་ནོར་ལ་སྒྲོན་རྒྱ་མེད། འང་  
 ཚོག་ཤེས་རྒྱལ་པོའི་དཀོར་མཛོད་ན། ལྷན་བརྒྱད་ཀྱི་ནོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ། ཉམས་སྲུ་མྱོང་བའི་ཕྱ་བཀོད་  
 དེ། འབྲུག་པ་བརྟེན་མེད་ཀྱི་བྱི་དོར་བྱས། ལྷན་བཞིའི་ནལ་འབྱོར་མིག་ལ་བརྒྱས། ཁེམས་རིག་པ་བྱེའུ་  
 རྒྱུ་གི་རྒྱན་དུ་མཛོལ། མི་ཁྱོད་ཀྱི་སྒྲི་གཡུ་ང་མི་འདོད། འབྲུག་ནི་སྦྱིད་དོ་ལམ་དུ་འབྱུགས། ཁེམས་འཛིག་  
 རྒྱན་རྒྱ་ནོར་མི་རྟག་པའི་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་པས། དེ་ལ་བརྟེན་པའི་དབུལ་ཕྱག་ལའང་ངེས་པ་གཏན་ནས་  
 མེད་པར་སྟུག་བསྐྱེད་ཀྱི་དོ་བོ་ཡིན་པར་གསུངས་པའོ། །

#### (4) འཕྲལ་གྱི་བདེ་སྟུག་ལ་ཡིད་བརྟན་མེད་པ།

གཏུའ་ནང་པའི་ཉ་མ་ནམས་ལ་མཚུག་གི་ཞལ་གདམས་གསུངས་པའི་སྐོར་དུ། རྒྱིད་ཉི་མ་བཞིན་དུ་ལྡེས་  
 ལྡེས་ཀྱང་། སྟུག་རྒྱུ་དམར་བཞིན་དུ་འཛུབ་ཅིང་འདུག སྐལ་བས་སྐལ་བས་སྲུ་མ་ལུས་པ་ལ་སྦྱོན་རེ་ཐོངས། །  
 ཁེས་གསུངས་པ་དང་། དིང་རིར་སྒྲོག་མོ་ལ་འགྲོ་བའི་ན་རྒྱུ་རྒྱན་གོས་འབྱོར་མོ་འགའ་ལ་གསུངས་པའི་  
 མགུར་ལས། རྩེ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བཀའ་དྲིན་ཅན། བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས་ཤིག་མར་བའི་ཞབས། ཁེམས་  
 ཅན་ལས་ངན་མནར་བ་ནམས། རང་མིན་གཞན་ལ་མཐོང་བ་རྒྱུད། ལས་ངན་བུ་མོ་བྱིས་ལ་དད། རྣང་  
 ངན་རང་ཅེས་མེ་ལྟར་འབར། ཁེམས་ཅན་བསམ་བསྟན་སྦྱིང་རེ་རྩེ། འུས་ངན་བསྐལ་བའི་སྟིགས་མ་  
 ལ། འབྲུག་པ་ཡིད་མ་ལྟ་བཞིན་མཛོད། འོག་པོ་རིན་ཆེན་གསེར་ལས་དཀོན། ཆོས་པ་ལམ་ཁའི་དོ་བཞིན་  
 བསྟུར། ཁ་རིག་ཁེམས་ཅན་སྦྱིང་རེ་རྩེ། འབྲུག་བུ་མོ་འབྱོར་མོ་སྦྱོན་ནམས་དང་། འང་གུང་ཐང་གི་མི་ལ་  
 རས་པ་གཉིས། ཁེས་ཀྱང་ཕར་ཁྲེལ་ཚུར་ཁྲེལ་ཡིན། རྟིང་ཡང་ཕར་བརྟེན་ཚུར་བརྟེན་ཡིན། རྟིང་རྩེའི་གདུང་  
 ཁ་བྱས་པ་ལ། ཁ་ལུགས་སྲུ་རྒྱལ་ལྟ་ཡང་ལྟ། ཁེས་བུ་མོ་དེ་དག་གིས་རྩེ་བཙན་མི་ལ་དཀའ་ཐུབ་ཀྱིས་གདུ་  
 ངས་པའི་ལུས་དེ་མཐོང་ནས་སྦྱིང་རྩེ་ཟེར་བ་དང་། འདི་འདྲའི་ལུས་ནམ་ཡང་སྦྱོབ་པར་མ་གྱུར་ཅིག་ཟེར་བས།  
 འཕྲལ་གྱི་བདེ་སྟུག་ལ་ཡིད་བརྟན་མེད་པར་གསུངས་པའོ། །

#### (5) ལང་ཚོ་ལ་ཡིད་བརྟན་མེད་པ།

དགྲ་གཉེན་དང་མཐོ་དམན། དབུལ་ཕྱག་ འཕྲལ་གྱི་བདེ་སྟུག་སྟགས་ལ་ངེས་པ་མེད་པར་སྟུག་བསྐྱེད་ཀྱི་  
 རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་ནའང་། རང་གི་ལང་ཚོ་ནི་དེ་ལྟ་མིན་པར་རང་གི་ལུས་ལ་དབང་བས་ཡིད་བརྟན་མེད་  
 པ་ག་ནས་ཡིན་ཟེར་ན། ཆོ་རིང་མཆོད་ལྷས་དྲོད་ཀྱལ་བ་དང་འབྲུག་ལན་གྱི་རིམ་པར། མགུར་ལས། ཤར་ཁྲི་  
 གདུགས་ཉི་མའི་འོག་ཤེད་ན། སྦྱོན་ལྟ་རི་བཀྲ་ཤེས་ཅེ་མཐོ་བ། བྱང་མགོ་ཤེས་གྱི་ཟུར་ཕུད་ལ། འཕམ་

① རུས་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བསྟུགས། <<མི་ལ་རས་པའི་ནམ་མཁུར>>མཆོ་སྦྱོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་། 1981. P334

ཐག་གསེར་གྱི་འོད་འཕྲོ་ཞིང་། རྟོན་སྤྱོད་དཀར་མེད་གི་མགོ་ལྷོག་ལ། རྒྱུད་འཇའ་ཚོན་རྣ་ལཱ་ཆ་ག་  
 བཏབ། བར་གཡའ་སྤང་གཡུ་ཡི་སྤྱོད་བྱུགས་ལ། འ་བུན་སྤྱོད་བུན་འཐིབས་པ་དེ། གངས་མཐོན་མཐིང་་་་  
 རྒྱལ་མོ་མ་ལགས་སམ། གངས་དེ་ལ་ཕོ་བྲང་རྟེན་བཅས་པ། བྲུང་མེད་ལུས་ལ་ཡ་མཚན་ཅན། མོ་བཅུན་  
 རྒྱལ་མོ་བཞིན་བཟང་མ། ཡིད་འཕྲོག་སྟན་པའི་སྤྱོད་ལེན་ཞིང་། མཚར་སྤྱུག་འོད་དུ་ཆགས་པ་དེ། རྒྱན་  
 བཟླ་ཤིས་ཆོ་རིང་མ་ལགས་སམ། རྟོན་ད་རེས་འཇིགས་ཤིང་སྤྱུག་པ་མུང་། ཡུས་ཁོང་ནས་རྩལ་བ་ཤིན་ཏུ་  
 བདེན། ལུས་ལ་འབྱུང་བཞིན་ནད་ཀྱིས་གཟིར། ཁེམས་ལ་སྤྱུག་བསྐྱེད་བཟོད་ཐབས་མེད། དབྱུགས་ན་  
 བུན་ཉ་བུར་ཡལ་ལ་ཁད། རྟོག་མི་རྟག་གཡོ་བ་དེའུ་ཆད་ཅན། དེ་སྟོན་ཆད་ལས་ངན་བསགས་པའི་  
 ཕྱིར། ད་ཉ་རྣམ་སྤྱོད་དེ་ཉར་མུང་། ད་ངན་སྤྱོད་འདི་ལས་མ་ལོག་ན། འ་རག་དབྱལ་བ་དེ་ལས་  
 འཇིགས། དུས་ད་རེས་མ་ཤི་ཐོ་ལེ་རྒྱལ། རྟོན་དད་པའི་ས་བོན་གཡོས་པ་ལ། མིངས་ཀྱང་སྤྱིང་རྩེས་ཀྱན་  
 རས་བསྐྱངས། གསང་སྤྱུགས་བདེན་པའི་བྱིན་རྒྱལས་ཀྱིས། འཆི་བདག་བདུད་ཀྱི་མགོ་ལོ་བསྐྱོར། ལས་ཀྱི་  
 གཤིན་རྩེའི་ཁ་ནས་འཕྲོག། ལྟས་ངན་ཕྱིག་པ་གཡང་དུ་བསྐྱེད། རྟེན་ངན་བར་ཆད་ཆོ་རུ་བསྐྱེད། ཞེས་  
 འབྱུང་བ་དང་། གཉའ་ནང་གི་ཉ་མ་རྣམས་ལ་གསུངས་པའི་མཁུག་གི་ཞལ་གདམས་སྤྱ། ཞེས་འགྲོ་བ་འཇིག་  
 རྟེན་པ། ལུས་གཡུ་ལྗང་བཞིན་དུ་བསྐྱངས་བསྐྱངས་ཀྱང་། རྟེན་སྤོང་ཐན་བཞིན་དུ་འགྲེལ་ཞིང་འདུག །  
 སྐབས་སྐབས་སྤྱུ་མ་ཡེངས་པའི་བྱ་ར་རེ་མཛོད། ཅེས་དང་། བྱང་མེ་རྟོག་བཞིན་དུ་ལེགས་ལེགས་ཀྱང་། །  
 རྟེན་མེར་བ་བཞིན་དུ་འགྲེལ་ཞིང་འདུག སྐབས་སྐབས་སྤྱུ་མི་རྟག་སྤྱོད་ཤས་རེ་སྤྱོད། ཅེས་དང་། དཔལ་  
 དར་འབྱུང་དང་མཇལ་བའི་མཁུར་དུ། བརྟོན་ཕུར་འདོན་པའི་ལྗང་ལུགས་དང་གཅིག བྱ་ལ་འཇལ་བའི་  
 འགྲོ་ལུགས་དང་གཅིག། ས་དོ་ཆད་པའི་སྤོང་ལུགས་དང་གསུམ། གསུམ་དེ་གསུམ་འཛོམས་པའི་དུས་  
 ཚོད་ན། ཞེས་ཕྱི་སྤྱོད་ལུས་རྒྱུད་པའི་ཡིད་པམ་མ། རྟོན་ཉ་རྟོག་རང་གི་སེམས་ལ་ཐོངས། བྱེད་ན་དམ་པའི་  
 ལྟ་ཆོས་ཀྱིས། བཞེན་ན་མཚན་ལུན་སྤྱོད་ཉེན། དེ་རྩེས་འདི་འདྲ་ཞི་བྱུང་སྟེས། བྱི་པགས་པ་འདུས་  
 པའི་གཉེར་མ་དང་གཅིག རང་ཤ་ཁྲག་ཟད་པའི་དུས་འཐོར་དང་གཉིས། བར་སྤོན་སྤྱུགས་འོན་ལྟར་  
 ཐོམ་ཡོར་དང་གསུམ། གསུམ་དེ་གསུམ་འཛོམས་པའི་དུས་ཚོད་ན། ཞེས་ཕྱི་མེས་སྤྱུག་སྟོན་པའི་ཁྲོ་གཉེར་  
 མ། རྟོན་ཉ་རྟོག་རང་གི་སེམས་ལ་ཐོངས། བྱེད་ན་དམ་པའི་ལྟ་ཆོས་ཀྱིས། བཞེན་ན་མཚན་ལུན་སྤྱོད་  
 ཉེན། ད་ཉ་འདི་འདྲ་ཞི་འདུག་སྟེས། ། ཞེས་ལུས་ལང་ཆོ་གང་ལའང་ཡིད་བརྟན་མེད་པ་དངོས་ལྱགས་  
 གང་དུང་ནས་གསུངས་པའོ། །

(6) སྤྱིད་པའི་ཕུན་ཚོགས་ལ་ཡིད་བརྟན་མེད་པ།

ཁྱེས་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བསྒྲིགས།《མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མཁུར་》མཚོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྤྱུན་ཁང་། 1981. P304



མང་ཡུལ་སྤྱི་ཤོད་དུ་རབས་ཆད་བཟའ་མི་གཉིས་ལ་གསུངས་པའི་མགུར་ལས། ཡུལ་དང་པོ་ཉམས་  
 དགའ་སྤྱི་ཤོད་པོ། ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་འབྲང་པའི་སེག་དར་ཡིན། བར་དུ་ཚོ་སྐོར་ལྟུང་། ལ་  
 བོན་པར་བཏབ་ཚུར་མི་འབྱུང་། ཡུལ་ངན་ལུ་གའི་ཤོད་ཁྱེད་དེ། མགོན་མེད་དྲི་ཟའི་གནས་དང་འབྲ།  
 ཐ་མར་བསྐྱར་ནས་འགོ་རྒྱ་ཡིན། རྟིག་གསོག་གི་གནས་ཁང་སེམས་ལ་གཟན། གནས་སྐབས་ཀྱི་བཅོན་  
 རྒྱུ་དང་མི་འདྲི། ཁྱེད་ཀྱི་བུ་དྲོད་པའི་བྱེད། ཁྱེད་དང་། རྩོམ་དང་། རྩོམ་དང་པོ་བདག་སྤྱི་ཤོད་གཞན་སྤོང་པོ། ཅི་  
 ཅུ་ཡོད་ཀྱང་ཆོག་ཤེས་མེད། བར་དུ་སེར་སྐའི་མཉུན་པས་འཆིང་། དགོ་བའི་ཕྱགས་སུ་གཏོང་མི་ཤོད།  
 དག་འདྲེ་གཉིས་ཀྱི་གཡལ་མོ་ཡིན། རང་གིས་བསོགས་པ་མི་ཡིས་སྤྱོད། ཐ་མར་སྤྱི་ཤོད་དུ་འོང་།  
 དག་པོའི་ཞོར་གཉིས་སེམས་ལ་གཟན། འཁོར་བའི་བསྐྱར་ཅོ་སྐྱེད་པ་ཡིན། བདུད་ཀྱི་མགོ་སྐྱར་དེ་པའི་  
 འདྲི། ཁྱེད་དང་། ཡང་རས་པ་ཞི་བ་འོད་དང་མཇལ་བའི་སྐྱར་དུ། ད་ཡང་དག་དོན་ལ་གཏུགས་ཅོན།  
 བུ་ལྟ་ཆོས་སྤྱི་ཤོད་ནས་བྱ་བསམས་ན། རྒྱུ་པ་ཞིག་གཏོང་ནས་སྤྱི་ཤོད་ན། ཆོ་འདི་ལ་བྱི་མིག་མི་བཟླ་ན།  
 བདེན་པར་ང་ཕྱིར་འབྲང་བ་ན། གཉེན་ཆེན་བདུད་ཀྱི་བཤོལ་འདེབས་ཡིན། བདེན་ནོ་མ་སྐྱེད་འཁྱི་བ་  
 ཆོད། ཟས་ནོར་བདུད་ཀྱི་སྐོར་ཡིན། འདྲིས་ཤིང་ངན་ནོ་འཛིན་ཆགས་སྤྱོད་སྤྱོད། འདྲི་ཡོན་བདུད་ཀྱི་  
 ཞགས་པ་ཡིན། འཆིང་བར་ངས་སོ་ཞེན་པ་ཐོངས། གཞོན་གྲགས་བདུད་ཀྱི་བུ་མོ་ཡིན། བསྐྱར་བར་ངས་སོ་  
 ཁོང་ཟིན་གྱིས། སྤྱི་ཤོད་ཀྱི་བཅོན་ར་ཡིན། ཐར་བར་དཀའ་འོ་ལྷུང་དུ་བྱོས། ལར་ཐམས་ཅད་  
 བཞག་ནས་འགོ་དགོས་ཏེ། རྩས་ད་ལྟ་བཞག་ན་དོན་ཆེན་ལགས། སྤྱི་ཤོད་པོར་ཅིས་ཀྱང་འགྲེལ།  
 རྩས་ད་ལྟ་ཞེན་འབྲེལ་བསྐྱེད་ན་ལགས། སེམས་ཀྱི་བྱ་ཆོད་ཅིས་ཀྱང་འཕུར། རྩས་ད་ལྟ་ནམ་འཕང་  
 བཅད་ན་ལགས། མི་ང་ཟེར་དེ་ཆོ་ཉན་སྤྱོད་ན། བུ་ཁྱོད་ལ་ལྟ་ཆོས་སྤྱི་ཤོད་པ་ཡོད། འཇུག་སྤྱོད་དབང་དང་  
 ཕྱིན་ལྟུང་བྱ། ཟབ་མོ་སྤྱོད་བརྒྱུད་ཀྱི་གདམས་པ་སྤྱོད། བུ་ཁྱོད་ཀྱི་ལམ་སྤྱོད་ཅི་ཏེ་མཆི། རྩས་འབྱོར་ང་  
 ཡང་སྤྱོད་བསྤྱོད། ཁྱེད་ཀྱི་སེམས་ལ་དེ་ལྟར་ཞོག ཅིས་འཁོར་བ་ལ་ངས་འབྱུང་མ་སྤྱོད་ན། གཉེན་ཆེན།  
 ཟས་ནོར། འདྲི་ཡོན། གཞོན་གྲགས། སྤྱི་ཤོད་སྤྱོད་སྤྱོད་པའི་ཕྱིན་ཆོགས་གང་འཛོམས་ཀྱང་། དེ་དག་  
 ཐམས་ཅད་རང་གི་བདུད་ལས་མ་འདས་པས། སྤྱི་ཤོད་མ་ཆེ་བཅུན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ངང་། སྤྱི་ཤོད་གཉིས་པོ་  
 མཆོད་གནས་ཀྱི་ཞེན། སྤྱི་ཤོད་པོར་ཆད་འཁོར་བའི་རྒྱ། བདག་དེས་ཀྱང་ཉེ་དུ་སྤངས་པ་ལགས། རང་  
 ཉིད་གཅིག་ཕུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ངང་། ཆོས་མཐུན་གྲགས་པོ་དག་སྤྱོད་ཀྱི་ཞེན། གསུམ་བཞི་པོ་ཆད་ལོང་  
 གཏམ་གྱི་རྒྱ། བདག་དེས་ཀྱང་གཅིག་ཕུར་བསྐྱར་པ་གཅིག་ལགས། གདམས་ངག་ཆོག་གཅིག་སངས་རྒྱས་  
 ཀྱི་ངང་། གསལ་འདེབས་བེའུ་བུམ་དག་སྤྱོད་ཀྱི་ཞེན། རྩས་སྤྱོད་པོ་ང་རྒྱལ་གྱི་རྒྱ། བདག་དེས་ཀྱང་

① རྩས་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བསྐྱེད་སྤྱོད་པའི་རྩས་པའི་རྩམ་མགུར་མཆོ་སྤྱོད་མི་དགས་དཔེ་སྤྱོད་ཁང་། 1981. P286-287

② རྩས་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བསྐྱེད་སྤྱོད་པའི་རྩས་པའི་རྩམ་མགུར་མཆོ་སྤྱོད་མི་དགས་དཔེ་སྤྱོད་ཁང་། 1981. P289

ཟིན་ཟིན་སྤངས་པ་གཅིག་ལགས། རི་ཁྲོད་དགོན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་དང་། འཛོལ་བ་བྱ་འཛོལ་དགོས་ཀྱི་  
 ཉེན། རྩམ་ཡོ་བྱད་མང་པོ་ཆགས་པའི་རྒྱ། བདག་དེས་ཀྱང་པ་ཡུལ་སྤངས་པ་གཅིག་ལགས། རྒྱལ་  
 ལམས་སྤྱགས་མེད་སངས་རྒྱས་ཀྱི་དང་། འད་ལྡན་གྱི་བསོད་སྟོན་དགོས་ཀྱི་ཉེན། འཁོར་གཡོག་མང་  
 བོ་ཉོན་མོངས་ཀྱི་རྒྱ། བདག་དེས་ཀྱང་འཁོར་གཡོག་སྤངས་པ་གཅིག་ལགས། ཞེས་འདོད་ཡོན་མཐའ་  
 དག་སྤངས་དགོས་པར་གསུངས་པ་དང་། སྤངས་ནས་ཀྱང་ངེ་ལྟར་བྱ་ཚུལ་ནི། རས་རྒྱུད་མ་དང་མཇལ་  
 བའི་སྐོར་དུ། པ་མཚན་ལྡན་སྤྲོ་མ་རིན་པོ་ཆེ། གཅེར་བུའི་ལུས་ལ་གཟི་མཛད་ས་ཅན། བརྒྱལ་ལྷགས་སྤྱོད་  
 པས་གཞན་དོན་མཛད། རྩི་བཅུན་རས་པའི་ཞབས་ལ་འདུད། འདི་འདིར་འཛོགས་བུ་མོ་སྤྲོ་ལྡན་གྱི་ཆོ་  
 འདིར་སྐྱེ་བ་དམན་ལགས་ཀྱང་། བྱང་རྒྱུ་སེམས་ལ་ཕོ་མོ་མེད། འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་བསམས་པ་  
 ཡིན། འདྲེན་སྤྱད་སྤྱད་ཁྱུ་ཁྱུ་ཁྱུ་ཁྱུ་པོ་ཡིས། སྤྲོ་མའི་བཀའ་བཞིན་བསྐྱབ་པར་བཞི། པ་ཡུལ་བདུད་ཀྱི་  
 བཅོན་ར་དེ། རྟག་ཏུ་སྤངས་ནས་རི་ཁྲོད་འགྲིམ། གཉེན་ཚན་བདུད་ཀྱི་བཤོལ་འདེབས་དེ། རྟག་ཏུ་  
 སྤངས་ནས་སྤྲོ་མ་བཞེད། ཟས་ལོར་བདུད་ཀྱི་བསྐྱེད་དེ། རྟག་ཏུ་སྤངས་ནས་དཀའ་ཐུབ་བཞི། འདུས་  
 སྤྱག་ཆེན་པོར་སྤངས་ནས་ཀྱང་། གཏུམ་མོའི་བདེ་དོད་སྤྲོ་བར་བཞི། ཁྲོད་ཡུལ་དགའ་གོགས་སྤངས་  
 བས་ཀྱང་། མི་མེད་ལུང་སྟོང་འགྲིམ་པར་བཞི། འཇིག་རྟེན་ཆོས་བརྒྱད་སྤངས་ནས་ཀྱང་། སྐོ་གསུམ་  
 དམན་ཆ་གཟུང་བར་བཞི། ཆོ་འདིའི་རྟག་ཆེས་སྤངས་ནས་ཀྱང་། བཅ་འཆི་དེས་མེད་བསྐྱེད་པར་བཞི། ཞེས་  
 དང་། ས་ལེ་འོད་ཀྱི་སྐོར་དུ། སྤྲོ་མ་སྤྲོ་མ་པའི་བྱེད་རྒྱུ་གསོ། གཞུག་ལག་ཁང་དང་མགོན་ཁང་  
 སོགས། བཞེགས་པ་དོན་ཡོད་རེ་ཅུ་ཞེས། འཁོར་བའི་བཅོན་དོང་ས་མཁར་དེ། འད་པོ་སེམས་ལ་སྤྱག་  
 བསྐྱེད་བསྐྱེད། བར་དུ་ལུས་ལ་དལ་དུ་བསྐྱེད། ཐ་མར་ཞིག་རལ་ཕུང་ལ་བཏང་། བསམས་ཤིང་སྐྱོ་བ་  
 བ་ནས་སྤྲོས། འདི་ན་བུ་མོ་ལྷ་ཆོས་བྱེད། འཇིག་མེད་བསམ་གཏན་མཁར་བུ་ཆེན། བདེ་གཤེགས་  
 གསུང་རབ་སྤྱད་གཞུགས་དང་། འད་ལྡན་དགོས་ཀྱི་མ་གཏོགས་པའི། བཤོས་ཞིང་ལས་རྣམས་དོན་མེད་  
 ཡིན། འད་པོར་ཐང་སྟོང་ས་ལ་འཛིང་། བསམས་ཤིང་སྐྱོ་བ་ནས་སྤྲོས། འདི་ན་བུ་མོ་ལྷ་ཆོས་བྱེད། ཞིང་  
 རྒྱུ་རང་རྒྱུ་ཐ་ཆོད་འདུལ། གལ་ཏེ་སེམས་བསྐྱེད་བསམ་པ་ཡིས། ཟིན་ན་བསོད་ནམས་ཡོང་བའང་  
 སྲིད། མ་ཟིན་ནོར་གྱི་འདུ་ཤེས་ཀྱིས། བྱུགས་ལྷག་བསྐྱེད་བ་སྤྲོ་མའི་ལས། འད་པོར་བརྒྱུ་བ་སེམས་  
 འདོད་པས་སྤྲུལ། བར་དུ་རྒྱལ་སྤྱག་དོག་འཕེལ། ཐ་མར་དག་པོའི་གཡལ་པོ་བྱས། བསམས་ཤིང་སྐྱོ་  
 བ་ནས་སྤྲོས། འདི་ན་བུ་མོ་ལྷ་ཆོས་བྱེད། ཞེས་དང་། གཏུམ་ནང་གི་ཉ་མ་རྣམས་ལ་མཇུག་གི་ཞལ་  
 གདམས་སྤྱ། ལོར་སྤང་ཆེ་བཞིན་དུ་བསོགས་བསོགས་ཀྱང་། རྟེན་བཅོ་བཞིན་དུ་ཡོང་ཞིང་འདུག རྟེན་བཅོ་

① ལུས་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བསྐྱེད། «མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མཁུར» མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 1981. P352  
 ② ལུས་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བསྐྱེད། «མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མཁུར» མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 1981. P570-571

སྐབས་སུ་མ་ཡེངས་པའི་བྱ་ར་རེ་མཛོད། །མཚར་དར་ཁྱེས་བཞིན་དུ་ཕུར་ཕུར་ཀྱང་། །ཁྱེན་འཇའ་ཚོན་  
བཞིན་དུ་ཡང་ཞིང་འདུག །སྐབས་སྐབས་སུ་མ་ཡེངས་པའི་བྱ་ར་རེ་མཛོད། །ཅེས་ཏེ་འདྲའི་མི་ཉག་པ་ལ་  
བསམས་ནས་སྒྲུང་དོར་བྱ་ཚུལ་གསལ་བོར་གསུངས་པའོ། །

### (7) སྤྱིར་འཇིག་རྟེན་མི་ཉག་ཅིང་ཡིད་བརྟན་མེད་པ།

མཁར་ཚུང་རས་པ་དང་མཇལ་བའི་སྐོར་དུ། རྩེ་བཅུན་གྱིས་ཐམས་ཅད་མི་ཉག་པ་ཡིན་པས་ཚོས་གྱིས་་་  
ཤིག་ཅེས་མི་ཉག་པ་དཔེ་བརྒྱད་དུ་བསྟུས་ནས་གསུངས་ཡོད་དེ། མཁུར་ལས། བྱིད་འདྲིར་བྱོན་དང་ལྷན་བྱ་  
སྟོབ་ནམས། །ནན་ཏར་ལྟ་ཚོས་བཞིད་མི་བཞིད། །དད་པ་གཏིང་ནས་སྟེས་མ་སྟེས། །སྟིང་ནས་ལྟ་ཚོས་་་  
བཞིད་བསམས་ན། །དད་པ་འཁྱར་སྟོག་མི་བདོག་ན། །དཔེ་དེ་ཀྱན་རྩོམ་གྱི་འཁོར་ལོས་མཚོན། །དོན་དེ་  
རང་གི་སེམས་ལ་དྲིས། །ཕྱི་སྒྲུང་བ་དཔེ་བྱ་བསྟན་མ་བསྟན། །སྒྲུང་བ་དཔེ་བྱ་བསྟན་ཅ་ན། །གསེར་ལོ་ཐང་  
དཀར་དེ་དང་གཅིག །གཡུ་ལོ་མེ་རྟོག་དེ་དང་གཉིས། །ཕུ་ཡི་ཤེའུ་དེ་དང་གསུམ། །མདའ་ཡི་འབྲས་རྒྱག་་་  
ལེགས་དང་བཞི། །ཟ་འོག་ཁྱིགས་སེ་དེ་དང་ལྔ། །ཞོར་བྱ་རིན་ཆེན་དེ་དང་དྲུག །ཆོས་གསུམ་ཁྲ་བ་དེ་དང་  
བདུན། །མི་བྱ་རིན་ཆེན་དེ་དང་བརྒྱད། །རྩོན་ཆད་ཆོག་ལ་བསྐྱར་མ་ཕྱིར། །སྤྱུ་དེ་ཡི་ཕྱི་རྩེས་མ་སྒྲོས་ན། །  
ཆོག་དེས་དོན་གྱི་བཟང་མི་ཁྲོལ། །ཆོག་དེ་དོན་དང་འབྱོར་ཅ་ན། །གསེར་ལོ་ཐང་དཀར་དགུང་དུ་ཡལ། །  
དེས་ཀྱང་སྤྱུ་མའི་དཔེ་གཅིག་མཚོན། །དེ་ཡང་མི་ཉག་ཚུལ་དུ་གདའ། །དོན་དེ་ལ་སོམས་ལ་ལྟ་ཚོས་་་་་་་་་་་  
མཛོད། །གཡུ་ལོ་མེ་རྟོག་སད་གྱིས་བྱིར། །དེས་ཀྱང་སྤྱུ་མའི་དཔེ་གཅིག་མཚོན། །དེ་ཡང་མི་ཉག་ཚུལ་དུ་  
གདའ། །དོན་དེ་ལ་སོམས་ལ་ལྟ་ཚོས་མཛོད། །ཕུ་ཡི་ཤེའུ་ཚུང་མདའ་ཡིས་བསད། །དེས་ཀྱང་མི་ཉག་སྤྱུ་  
མའི་དཔེ་གཅིག་མཚོན། །དེ་ཡང་མི་ཉག་ཚུལ་དུ་གདའ། །དོན་དེ་ལ་སོམས་ལ་ལྟ་ཚོས་མཛོད། །མདའ་ཡི་  
འབྲས་རྒྱག་ཐོར་བས་བཟས། །དེས་ཀྱང་སྤྱུ་མའི་དཔེ་གཅིག་མཚོན། །དེ་ཡང་མི་ཉག་ཚུལ་དུ་གདའ། །  
དོན་དེ་ལ་སོམས་ལ་ལྟ་ཚོས་མཛོད། །ཟ་འོག་ཁྱིགས་སེ་གཞོང་གིས་དྲས། །དེས་ཀྱང་སྤྱུ་མའི་དཔེ་གཅིག་  
མཚོན། །དེ་ཡང་མི་ཉག་ཚུལ་དུ་གདའ། །དོན་དེ་ལ་སོམས་ལ་ལྟ་ཚོས་མཛོད། །ཞོར་བྱ་རིན་ཆེན་རྟེན་ནས་  
སྟོར། །དེས་ཀྱང་སྤྱུ་མའི་དཔེ་གཅིག་མཚོན། །དེ་ཡང་མི་ཉག་ཚུལ་དུ་གདའ། །དོན་དེ་ལ་སོམས་ལ་ལྟ་ཚོས་  
མཛོད། །ཆོས་གསུམ་ཁྲ་བ་ཤར་ནས་ཀས། །དེས་ཀྱང་སྤྱུ་མའི་དཔེ་གཅིག་མཚོན། །དེ་ཡང་མི་ཉག་ཚུལ་དུ་  
གདའ། །དོན་དེ་ལ་སོམས་ལ་ལྟ་ཚོས་མཛོད། །མི་བྱ་རིན་ཆེན་སྟེས་ནས་ཤི། །དེས་ཀྱང་སྤྱུ་མའི་དཔེ་གཅིག་  
མཚོན། །དེ་ཡང་མི་ཉག་ཚུལ་དུ་གདའ། །དོན་དེ་ལ་སོམས་ལ་ལྟ་ཚོས་མཛོད། །དོ་མཚར་ཅན་གྱི་དཔེ་  
བརྒྱད་པོ། །བྱིད་སྟེལ་མི་ནམས་ཀྱི་ཕྱག་ལེན་མཛོད། །ལམ་བྱ་བའི་ལས་ལ་ཟེན་མཐའ་མེད། །གང་དགར་

ཱུས་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བསྒྲིགས། <<མི་ལ་རས་པའི་ནམ་མཁུར>>མཚོ་སྔན་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 1981. P772

ཞོག་ལ་ལྟ་ཆོས་མཛོད། ཁོང་ཡོད་སྐྱམ་ལ་མི་ཆོ་བད། འཆི་བ་ན་མ་ཡོད་ཆ་མེད་པས། འོན་ཏེ་ལ་སོམས་  
 ལ་ལྟ་ཆོས་མཛོད། ཁྱེས་དང་། བྱི་ར་རས་པ་དང་མཇལ་བའི་སྐོར་དུ། མགུར་ལས། འོན་ཏེ་དང་གསོན་  
 དང་བྱི་ར་བ། འབྲུག་ལུ་སྐྱ་ཆེ་ཡང་སྟོང་སྒྲིལ། འཇལ་ཁ་དྲོག་ལེགས་ཀྱང་ཡལ་ནས་འགྲོ། འཇིག་རྟེན་  
 ཉམས་སྲུ་དགའ་ཡང་མི་ལམ་ཅམ། འདྲོད་ཡོན་བདེ་བ་ཆེ་ཡང་ཕྱིག་པའི་རྒྱ། འདུས་བྱས་རྟག་རྟག་འདྲ་  
 ཡང་སྐྱར་དུ་འཇིག། རྒྱས་ཁ་སང་ཡོད་པ་དེ་རིང་མེད། མི་ན་ནིང་ཡོད་པ་ད་ལོ་ཤི། གྲོགས་བཟང་བོ་ཡོད་  
 པ་དག་རུ་ལྷང་། བཟུང་པ་པར་བོས་པ་དུག་དུ་འགྲོ། འོན་ཏེ་བཟང་བོས་བསྐྱངས་པ་ཁ་ཁྱོད་ཆེ། ཕྱིག་རང་  
 གིས་བྱས་པ་རང་ལ་གཞོད། བྱོད་མགོ་བརྒྱའི་ནང་ནས་རང་མགོ་གཅེས། བྱུག་སོར་མོ་བརྩུ་ལ་གང་བཅད་  
 ཆོ། བཟུང་མང་ནང་ནས་རང་ཉིད་གཅེས། རང་མགོ་འདྲོན་པའི་དུས་ལ་བབ། ཆོ་འདི་མི་རྟག་སྐྱར་དུ་  
 འཆི། ཆོས་ལ་ཕྱི་བཤོལ་བྱར་མི་རུང་། བཅེ་བའི་གཉེན་གྱིས་འཁོར་བར་འཕེན། སླེ་མ་བརྟེན་པའི་དུས་  
 ལ་བབ། ཆོ་འདི་རུ་བདེ་ལ་ཕྱི་མར་སྦྱིད། ཅིས་གསུངས་པའོ། །

### ཁ མཐར་འཁོར་བ་ལ་ངེས་འབྱུང་སྒྲུའོ་ལ།

སྒྲིམ་དུ་འབྲིང་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་འདྲིར་འཁོར་བ་སྦྱི་དང་བྱེ་བྲག་རིགས་དུག་སོ་སོའི་སྐྱུག་བསྐལ་  
 བསམས་ཤིང་། དེ་ནས་དེའི་རྒྱ་ཀུན་འབྱུང་འཁོར་བའི་འཇུག་རིམ་ལ་སྒོ་སྤྱངས་ཏེ། ངེས་འབྱུང་བཅོས་མ་མ་  
 ཡིན་པ་ཞིག་སྒྲེད་གོས་པས། རྗེ་ཙོང་ཁ་བས་ཀྱང་། ཡོན་ཏན་གཞིར་གྱུར་མ་ལས། སྤྱད་པས་མི་དོམས་སྐྱུག་  
 བསྐལ་ཀུན་གྱི་སྒོ། ཡིད་བརྟན་མི་རུང་གི་དཔེ་ཕུན་ཆོགས་ཀྱི། ཉིས་དམིགས་རིག་ནས་ཐར་བའི་བདེ་བ་  
 ལ། འོན་ཏེ་གཉེན་ཆེན་པོ་སྦྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་སྒོ་བས། ཞེས་སྐབས་འདྲིར་ངེས་འབྱུང་དགོས་པར་བརྟན་ལ།  
 ངེས་འབྱུང་དེ་སྒྲིམ་པའི་ཆད་ནི། ལམ་གཙོ་རྣམས་གསུམ་ལས། དེ་ལྟར་གོམས་པས་འཁོར་བའི་ཕུན་ཆོགས་ལ། །  
 ཡིད་སྦྱོན་སྐད་ཅིག་ཅམ་ཡང་མི་སྦྱེ་ཞིང་། ཉིན་མཆོན་ཀུན་དུ་ཐར་བ་དོན་གཉེན་སྒོ། བྱུང་ན་དེ་ཆོ་ངེས་  
 འབྱུང་སྒྲིམ་པ་ལགས། ཞེས་གསུངས་པས། རས་པ་དོན་རྗེ་དབང་བྱུག་གི་སྐོར་དུ་འདྲ། མགུར་ལས། ཞེན་པ་  
 རང་ནས་ལྷག་ཅ་ན། ཁོར་རྒྱས་ཟེར་བ་རྩུབ་དུ་གདལ། ཞེས་དང་། ཁོ་ཁོམ་རྒྱལ་བོས་མཆོད་ཅིང་ཆོ་རིང་  
 མས་སྐགས་བརྟ་བྱིར་སྐྱུལ་བའི་སྐོར་དུ། རྗེ་སླེ་མའི་བཀའ་དྲིན་མི་འཁོར་བས། འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་མ་ཟད་  
 པར། འོན་ཏེ་ལན་སྐྱབ་པས་འཇལ་བ་དེ། རྗེ་བརྟན་མོངས་པ་མ་ལགས་ཏེ། བྱུང་བྱོབ་ཀུན་གྱི་སྒྲིང་ཆོག་.....  
 ཡིན། བྱང་ཁའི་རྒྱང་རྒྱང་ཁ་དཀར་དེ། ཤི་ཡང་མགོ་འཕང་མི་དམའ་བ། ཐར་ལ་རེ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། འི་  
 དུགས་རྣམས་ཀྱི་དཔལ་འཕྲོ་ཡིན། རྩུབ་ཀྱི་སེང་ལྷུང་དཀར་མོ་དེ། བྱང་ཡང་གངས་དང་མི་འབྲལ་བ། །  
 འགྲོ་ས་མེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། བྱོལ་སོང་རྒྱལ་བོའི་དཔལ་འཕྲོ་ཡིན། ཤར་གྱི་བྱ་རྒྱལ་རྒྱུད་པོ་དེ། གཤོག་སྒྲོ་

འདུས་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བསྒྲིགས། «མི་ལ་རས་པའི་རྣམས་མགུར་»མཆོ་སྦྱོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། 1981. P367-368

ཐང་གཞུང་པ་དེ། རྒྱུང་གིས་དྲིལ་པ་མ་ལགས་ཏེ། རྣམ་འཕང་གཅིང་པ་དཔལ་ཚུལ་ཡིན། མི་ལ་  
 རས་པའི་སྒྲིམ་བསྐྱེད་ལ། འཇིག་རྟེན་བྱ་བ་གཏོང་བ་དེ། རྣམ་འདྲིང་གྲགས་འདྲིང་མ་ཡིན་ཏེ། ཞེན་པ་  
 ལྷག་པའི་རང་རྟགས་ཡིན། རམས་ཅད་གྲོལ་བའི་རྣལ་འབྱོར་པ། དབེན་གནས་རི་ཁྲོད་འགྲིམ་པ་དེ། འབྲུལ་གྱིས་དྲིལ་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱུ་ཐོབ་སྤྱི་ཡི་རྣམ་ཐར་ཡིན། འདིར་ཆོགས་ལྷ་བ་བྱ་སྤྱོད་ལ། བཀའ་  
 ཁྲིམས་སྒྲུ་མཆོམས་དམ་པ་དེ། མི་དཔོན་འདྲིང་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཐར་ལམ་བཤོད་པའི་རྣམ་ཐར་ཡིན། ༡༡  
 ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། དེས་འབྲུང་ཆོད་དང་ལྷན་པ་རྒྱུས་ཕྱིན་ཆོད་ཞེན་ཆགས་ཀྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་དང་  
 བྲལ་བ་ཡིན་པས། མཁུར་ལས་ཀྱང་། རྗེ་སྤྱོད་མ་རྣམས་ལ་ཕྱག་འཆོལ་ལོ། དང་མི་ལ་རས་པ་ཞེས་བྱ་ཡིན། དེང་  
 སང་ནོར་ལ་འདྲིང་པ་མེད། ཟུང་བྱིང་ཆོགས་སུ་མི་འཆོལ་ཏེ། དང་པོ་གསོག་སྤྱུག་སྤྱུག་བསྐྱེད་མེད། བར་  
 དུ་སྤྱང་སྤྱོད་སྤྱུག་བསྐྱེད་མེད། ཐར་མར་ཆགས་ཞེན་སྤྱུག་བསྐྱེད་མེད། ལར་དུ་མེད་ཅིང་མེད་དེ་ལེགས། འདིང་  
 སང་གཉེན་གྲོགས་ཀྱི་འདྲིང་པ་མེད། བྱམས་སྤྱུག་འཁོར་དུ་མ་འཆོལ་ཏེ། དང་པོ་སེམས་འཛིན་སྤྱུག་  
 བསྐྱེད་བྲལ། བར་དུ་ལ་ལན་སྤྱུག་བསྐྱེད་བྲལ། ཐར་མར་འབྲལ་བའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་མེད། བྱམས་སྤྱུག་ལེགས་  
 པོ་མེད་དེ་ལེགས། དེང་སང་ཁེ་གྲགས་མི་འདྲིང་པས། གཏམ་སྟན་ཐོས་སུ་མ་འཆོལ་ཏེ། དང་པོ་སྦྱོལ་  
 སྤྱུག་སྤྱུག་བསྐྱེད་བྲལ། བར་དུ་འཆགས་ཀའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་མེད། ཐར་མར་ཉམས་ཀྱི་དྲིལ་པ་མེད། གཏམ་  
 སྟན་ལེགས་པོ་མེད་དེ་བདེ། དེང་སང་ཡུལ་ལ་འདྲིང་པ་མེད། རྣོད་ས་དེས་སུ་མ་འཆོལ་ཏེ། དང་པོ་  
 ཕྱགས་འཛིན་སྤྱུག་བསྐྱེད་མེད། བར་དུ་ཡུལ་མེད་སྤྱུག་བསྐྱེད་མེད། ཐར་མར་རྩ་སྤྱུག་བསྐྱེད་མེད། རྣོད་  
 ས་དེས་པ་མེད་དེ་ལེགས། ༡༢ ཞེས་གསུངས་པས། དེས་འབྲུང་ཆོད་མ་ཞིག་རྒྱུད་ལ་རྒྱུས་ཕྱིན་ཆོད་ཆེ་  
 འདིའི་ཞེན་པ་ཉིང་ནས་ལྷག་པས། དེ་ཏ་ལ་གསུངས་པའི་མཁུར་ལས། རྗེ་སྤྱོད་མའི་སྤྱོད་པ་གསོལ་བ་འདེབས། རྒྱང་  
 རི་ཁྲོད་ཟིན་པར་ཕྱིན་གྱིས་སྒོབས། དང་རྒྱུད་པ་གཉེན་གྱིས་མ་ཆོར་ཞིང་། སྤྱུག་པ་དབྱ་ཡིས་མ་ཆོར་  
 བར། རི་ཁྲོད་འདི་དུ་འཆི་རུས་ན། རྣལ་འབྱོར་བསམ་པ་རྫོགས་པ་ཡིན། རྣམ་པ་གྲོགས་གྱིས་མ་ཆོར་  
 ཞིང་། རྣམ་པ་སྤང་མས་མ་ཆོར་བར། རི་ཁྲོད་འདི་དུ་འཆི་རུས་ན། རྣལ་འབྱོར་བསམ་པ་རྫོགས་པ་ཡིན། རྣམ་  
 པ་འཇིག་པ་ཆོར་ཞིང་། རྣམ་པ་སྤྱུག་པ་མཐོང་བར། རི་ཁྲོད་འདི་དུ་འཆི་རུས་ན། རྣལ་འབྱོར་  
 བསམ་པ་རྫོགས་པ་ཡིན། རྣམ་པ་སྤང་མས་འཇིག་པ་དང་། རྣམ་པ་སྤྱུག་པ་འཇིག་པ་དང་། རི་ཁྲོད་འདི་དུ་  
 འཆི་རུས་ན། རྣལ་འབྱོར་བསམ་པ་རྫོགས་པ་ཡིན། དང་རྒྱུད་པ་མེད་པ་དང་། རྣམ་པ་སྤྱུག་པ་མེད་པ་  
 བར། རི་ཁྲོད་འདི་དུ་འཆི་རུས་ན། རྣལ་འབྱོར་བསམ་པ་རྫོགས་པ་ཡིན། རྣམ་པ་སྤང་མས་མེད་པ་དང་། རྣམ་  
 པ་སྤྱུག་པ་མེད་པ་དང་། རི་ཁྲོད་འདི་དུ་འཆི་རུས་ན། རྣལ་འབྱོར་བསམ་པ་རྫོགས་པ་ཡིན། དང་གར་སང་

༡༡ རུས་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བསྒྲིགས། <<མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མཁུར>>མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 1981. P449  
 ༡༢ རུས་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བསྒྲིགས། <<མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མཁུར>>མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 1981. P444\_445

འདྲི་མི་མེད་པ་དང་། འདྲིར་སོང་གཏང་སོ་མེད་པ་རྒྱ། རི་ཁྲོད་འདི་རུ་འཆི་བྱས་ན། རྒྱལ་འབྱོར་བསམ་  
པ་རྫོགས་པ་ཡིན། མི་མེད་ལུང་བའི་བྲག་ཕྱག་ཏུ། སྤང་པོ་འཆི་བའི་སྟོན་ལམ་འདི། འགྲོ་བའི་དོན་དུ་  
ཐེབས་པར་ཤོག །<sup>①</sup>ཅེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །

### ག འཁོར་བ་དེ་ལས་ཐར་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་བསྟན་པ།

ངེས་འབྱུང་སྐྱེས་པ་ཅམ་གྱིས་མི་ཆོག་པར་བསམ་པ་དེས་ཟིན་པའི་སྟོན་སྟུང་ལྟུང་གི་བསྐྱབ་པ་  
ཉམས་སུ་བསྟར་དགོས་པས། རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་མོས། རྣམ་དག་བསམ་པ་དེ་ཡིས་བྱངས་པ་ཡི། འབྲན་དང་  
ཤེས་བཞིན་བག་ཡོད་ཆེན་པོ་ཡིས། བསྟན་པའི་ཚ་བ་སོ་སོར་ཐར་བ་ལ། སྤྱབ་པ་སྟོང་པོར་བྱེད་པར་བྱིན་  
གྱིས་སྟོབས། བློས་གསུངས་ལ། དེ་ལྟ་བུ་ལ་སྟོབས་བྱེད་པ་ལ་བྲག་བཅས་སྤྱིད་པའི་ཕུན་ཆོགས་གང་ལའང་མ་  
ཆགས་པར་བྲག་མེད་བདེ་བ་ཅི་ཐོབ་ལྟ་དགོས་ལ། དེའང་ལམ་བདག་མེད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཤེས་  
རབ་ཁོ་ནས་མ་གཏོགས་ཐབས་གཞན་གྱིས་མི་ཐོབ་པས། དེ་རྒྱུད་ལ་ཅི་སྟོར་ལྟ་དགོས་ཤིང་། དེའི་རྟེན་དུ་ཉིང་  
འཛིན་བརྟན་པོ་ཞིག་འཆོལ་དགོས་ལ། ཉིང་འཛིན་དེ་སྐྱེ་མི་སྐྱེའང་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལས་ཆུལ་བྲིམས་གྱི་  
བསྐྱབ་པ་ལ་རག་ལས་པས་ཐོག་མར་ཆུལ་བྲིམས་ཅི་བྱས་གྱིས་སྤྱང་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། རྟོན་གྱིས་སྐྱེས་པ་  
འབྲིང་གིས་བྱི་མའི་སྤང་ཤས་ཏེ། རང་བྱི་མར་ཆངས་པ་བརྒྱ་བྱིན་དང་འཁོར་སྐྱར་ལྟ་བུའི་ལུས་ལོངས་སྤྱོད་  
སོགས་གནས་དང་ཡོ་བྱད་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའི་བདེ་སྐྱོད་བཟང་པོ་ཞིག་བྱང་ན་སྟམ་པ་ནི། བྱི་མའི་སྤང་  
ཤས་ཡིན་ཞིང་། གྲུབ་སྒྲིང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱ་རྒྱུའི་བསམ་སྟོན་མེད་པར། དག་ཞིང་དུ་སྐྱེས་ན་སྤྱག་བསྐྱེལ་མི་  
ཐོང་བས་རང་སྐྱོད་པ་འོང་སྟམ་པ་ཆོ་ཡང་ཡར་དེད་ན་པལ་ཆར་བྱི་མའི་སྤང་ཤས་གྱི་དབང་དུ་འགྲོ་བས།  
འཁོར་བ་སྐྱེད་སྤྱག་བསྐྱེལ་དང་། མི་རྟག་པ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ངེས་འབྱུང་སྐྱེད་གོས་ཆུལ་དང་། དེ་ཅམ་གྱིས་  
མི་ཆོག་པར་མ་རིག་པའི་གཉེན་པོ་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བ་ལ་ཆུལ་བྲིམས་གྱི་བསྐྱབ་པ་  
སྟོན་དུ་འགྲོ་དགོས་པས། དེ་དག་རིམ་ཅར་གྱིས་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། ལ་སྟོན་དགེ་འདུན་ལ་གསུངས་པའི་  
མཁུར་ལས། པ་སྤྱོད་རྣམས་ལ་བྱག་འཆོལ་ལོ། ཞེས་གསོན་དང་སྟོན་ཆེན་རྣམས། རྩ་བ་སོ་ཐར་ཆུལ་  
བྲིམས་དེ། བསྟན་པའི་ཁང་ཆེན་ག་བ་ལགས། ཡོ་མེད་དང་བྱང་པོར་སྤངས་ཤིག་ཨང་། འཆད་ཉན་  
གཉིས་ཀྱི་ལུང་རིགས་དེ། བསྟན་པ་ནོར་བུའི་བྱི་དོར་ལགས། འོག་རྟོག་གཡའ་དང་སྟོལ་ཅིག་ཨང་། བསྐྱབ་པ་  
གསུམ་གྱི་ཉམས་ལེན་དེ། སངས་རྒྱུ་བསྟན་པའི་གཉེན་གཅིག་ལགས། གཉེན་དེ་དག་རུ་མ་  
ལངས་ཨང་། ལུང་རིགས་བཞོ་སྤོང་ཐེག་ཆེན་དེ། བྱིར་སྟོལ་སྟུན་པའི་ལྷན་འགུལ་ཡིན། མི་ནག་སྤང་བ་  
སྐྱར་ཅིག་ཨང་། བློས་དང་། ཡང་དེ་དག་ཉམས་ལེན་གྱི་སྐབས་སུ། སྤྱི་མི་རྟོག་དམ་ཆོག་སྤངས། གསུང་

<sup>①</sup>ཕུས་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བསྒྲིགས།《མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མཁུར་》མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།1981. P161-162

གི་སྤྱད་པ་མ་ཉི་སྤྱད་སྟེ། བྱགས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་སྤྱེ་མེད་ཉོས། ཁྱེད་གསུངས་པ་དང་། ཉམས་ལེན་གྱི་གནད་  
མ་ཤེས་ན། མགུར་ལས། ད་ཐར་བྱས་པས་ཐར་མི་ལུས། ཁ་གྲོལ་དར་མཐུད་སྤྱོད་ཅིང་དམ། ཁ་རྟོགས་  
དལུས་ལོང་ཐང་ལ་འབྱམས། སོ་ཐར་མེད་ན་ངེས་འབྱུང་མེད། བྱང་སེམས་མེད་ན་གཞན་དོན་མེད། །  
གསང་སྤྱགས་མེད་ན་དོ་སྤྱོད་མེད། ཆོས་བརྒྱད་ཆོ་འདིའི་གཡལ་མོ་ཡིན། འདྲོད་པ་དགེ་འཛོམས་སེར་བ་  
ཡིན། གཡོ་སྐྱུ་འཁོར་བའི་བཙོན་ར་ཡིན། རྟོག་པ་བྱུང་ན་གཟུང་འཛིན་ཡིན། སྤྱུས་པས་ཐ་སྙད་རྗེས་མི་  
ཆོད། ཆགས་ན་འཁོར་བར་འཆིང་བའི་རྩ། བརྒྱད་པ་མེད་ན་བཀའ་ཆད་ཡིན། དམ་ཆོག་མེད་ན་  
གཤེན་རྗེ་ཡིན། མི་མཐུན་དག་ཀུན་སྤེལ་མ་ཡིན། གཞི་རྩ་བྱུང་ན་སྤང་བྲང་ཡིན། སྦྱོ་བ་བྱུང་ན་ངོས་  
འཛིན་ཡིན། རྟོགས་པ་བྱུང་ན་ཡིད་སྤོབ་ཡིན། དོན་ཉོན་མི་ལུས་དོན་མེད་ཡིན། ཁྱེད་གསུངས་པ་  
དང་། ལྷ་རྗེ་གཡང་ངེ་ལ་གསུངས་པའི་མགུར་དུ། དམ་ཆོག་སོ་བའི་མཁར་དང་འདྲ། ཀྱང་བསྐྱུངས་  
བསྐྱུངས་པ་རྣམས་རྒྱལ་ནས་གདའ། ལས་དགེ་སྤྱི་གསུང་པའི་འཁོར་ལོ་འདྲ། སྤྱོམ་འཆོལ་མཁན་རྣམས་  
ཕམ་ནས་གདའ། ཁྱེད་གསུངས་པའོ། དེ་རྩ་བའི་སྤྱོམ་གསུམ་གྱི་ཡོན་ཏན་གོང་དུ་འཕེལ་བར་བྱེད་པའི་  
ཐབས་ནི། བསྐྱུབ་བྱ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལམ་གནད་དམ་པ་ཕར་བྱིན་དུག་ལ་བསྐྱུབ་དགོས་ཤིང་། དེ་ཡང་སྤོབ་  
འགྲ་སེམས་བསྐྱེད་དང་། དེ་ནས་སྤྱོད་པ་ལ་བསྐྱུབ་དགོས་པས་རིམ་གྱིས་བསྐྱུབ་ཡོད་དོ། །

ག རྟེན་ཆེན་ལམ་གྱི་འདུགས་སྒྲིམ་པ་བསྐྱེད་ལ་སྒྲིབ་ཚུལ་

གྲུ་ཆུང་འབྲིང་གི་ཐུག་མོང་བའི་ལམ་གྱི་སྐབས་སྟེ། རེས་འབྲུང་གི་བསམ་པས་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས།  
 ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ལ་འབད་པས་རང་གཅིག་སྤུས་ཐར་བའི་གོ་འཕང་ཙམ་དང་འཁོར་བ་ལས་ཚྭ་  
 ཙམ་འབྱུང་ཡང་། དེ་ཙམ་གྱིས་མི་ཆོག་སྟེ། ད་དུང་སྤང་བྱ་ཐམས་ཅད་མ་སྤངས། འཛོལ་བྱ་ཐམས་ཅད་.....  
 ཡོངས་སུ་མ་རྫོགས་པས་རང་གཞན་གྱི་དོན་ཉི་ཆོ་བ་ལས་མི་འབྱུང་བས། ཐེག་ཆེན་ལ་འཇུག་དགོས་ཤིང་། དེ་  
 ཡང་སྟོན་འཇུག་ལས། འགྲོ་བར་འདྲོད་དང་འགྲོ་བ་ཡི། ཁྱེ་བྲག་རི་ལྟར་ཤེས་པ་ལྟར། ཁྲིམས་གསུངས་པ་  
 བཞིན། འགྲོ་བར་འདྲོད་པ་ཙམ་གྱིས་མི་ཆོག་པར་རེས་པར་འགྲོ་དགོས་པ་ལྟར། སེམས་བསྐྱེད་པ་ཙམ་གྱིས་  
 མི་ཆོག་པར་རྒྱལ་སྤྱི་སྟོན་པ་ལ་སྒྲིབ་དགོས་སོ། །དེ་ཡང་རྒྱལ་བའི་སྐྱེ་གཟུགས་གཉིས་ཐོབ་པར་བྱེད་པ་  
 ལ་བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་གཉིས་བྱུང་འབྲེལ་དུ་གསོག་ཅིང་། ཐབས་ཤེས་ཡམ་བུལ་བ་ལ་སྒྲིབ་

དགོས་ཏེ། དེའི་ཐབས་ནི་མར་ཕྱིན་དང་པོ་ལྟ་དང་། ཤེས་རབ་ནི་མར་ཕྱིན་ཐ་མ་ལྟག་མཐོང་དུ་འདུ་བས་.....  
 རིམ་གྱིས་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །

༢༼ལྷན་པ་གྱི་སྤྱད་པ་སྤྱི་ལས་སྤྱོད་པ།

(1) རང་རྒྱུད་སྒྲིབ་བྱེད་པར་བྱེད་ཀྱི་ལ་སྒྲིབ་ཚུལ།

[illegible]

① ལུས་པའི་སྐྱེ་ཅན་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་སྐྱེ་ཅན་ལྟར་། མཆོག་ལོ་མེད་ཀྱི་འཇིགས་དཔེ་། ལྷན་ཁང་། 1981. P272



གཟུགས་ཀྱིས་ཅི་ལ་ཕན། ཉོན་མོངས་དུག་སྒྲུལ་མི་གསོད་པར། ཡེ་ཤེས་འདོད་པ་ལྷག་ལྟ་ཡིན། ཁྱེས་  
 འགལ་བྱེད་བརྟན་ཞིང་། ཚུལ་རི་ལྟར་བསྐྱེམས་ཚུལ་ནི། ས་ལེ་འོད་ཀྱི་སྐར་དུ། དུས་དང་ནམ་པ་ཐམས་ཅད་  
 དུ། མི་ཟད་སྤྱོད་པའི་རྒྱགས་ཕྱེ་སྒྲུབས། ཚུལ་ཁྲིམས་མངོས་པའི་རྒྱན་ལ་གཞོབས། བཟོད་པའི་གཡང་ལུ  
 གས་སྒྲུགས་ལ་གྱོན། བཙོན་འགྲུས་རྩ་འབྲུལ་ཏ་ལ་ཞོན། བསམ་གཏན་འཕགས་པའི་གྲོང་དུ་སྒྲུགས། ཤེས་  
 རབ་ལོར་གྱིས་ཕྱག་པར་མཛོད། ཅེས་གསུངས་པ་དང་། གལ་ཆེ་ཚུལ་ནི། ལོ་སྟོན་དགེ་འདུན་ལ་གསུངས་  
 པའི་མཁུར་དུ། ཆོག་རང་མཁས་པ་མི་ཤེས་ཤིང་། བཤད་རའི་མཁན་པོ་ཡིན་ཡང་མིན། མིན་ཡང་ད་རེས་  
 ལུ་མཁན་བཟང་། འོན་པར་ཕྱིན་དུག་ལ་ཆོས་ཀྱན་འདུས། སྤྱིན་པ་རྒྱལ་བོའི་ཆོས་ལུགས་ཡིན། བདོག་པ་  
 ཅི་ཡོད་སྤྱོད་པས་ན། མངོན་མཐོ་ལྟ་བུ་སྤྱིན་འཛོམས། ཆོས་མཛད་ནམས་ཀྱི་གཡེང་བའི་རྒྱ། ཚུལ་  
 ཁྲིམས་ཐར་བའི་སྤྱི་སྐྱེས་ཡིན། སངས་རྒྱུ་བརྟན་པར་ལུགས་པ་ཡི། སྤྱོད་བཅུ་ཀྱན་ལ་མེད་ཐབས་མེད། བརྟན་པ་  
 སྤྱངས་ཤིག་འདིར་བལྟགས་ནམས། བཟོད་པ་དྲང་སྲོང་ཁྱད་ཆོས་ཡིན། རྒྱུ་ཐུབ་པའི་རྩེས་  
 འབྲངས་ནས། ཀྱན་གྱིས་གྱོན་པར་དཀའ་བའི་གོས། བཟོད་པའི་གཡང་ལུགས་ལེགས་པར་གྱོན། བཙོན་  
 འགྲུས་ཐར་བའི་ཉེ་ལམ་ཡིན། འདམ་ཆོས་སྤྱི་ལ་དགོས་པའི་ལམ། འདྲི་དང་བྲལ་ན་རེ་ཐག་འཆད། བཙོན་  
 འགྲུས་ཏ་ལ་ཞོན་ན་ཡོང་། ཆོས་བཞི་པོ་འདི་དག་བསོད་ནམས་ཆོགས། ལྷ་བཏགས་ཀྱན་ལ་མེད་ཐབས་  
 མེད། འདྲི་ཡེ་ཤེས་ཕྱོགས་ཀྱི་ཆོས། བསམ་གཏན་ཆོགས་གཉིས་སོ་མཆོམས་ཡིན། སོ་མཆོམས་དག་ཏུ་  
 སྟོན་དགོས་པས། གཡེང་བ་བྱུང་ན་སྤྱང་བའི་ཐབས། ཆོགས་གཉིས་ཀྱན་ལ་སྦྱར་ཡང་འཚལ། ཁྱེས་  
 གསུངས་པ་དང་། ཡང་པར་ཕྱིན་བཅུ་དེས་བཅུ་ལ་སྦྱར་བ་ཡིན་ཏེ། ས་དང་པོ་ལ་སྤྱོད་པའི་ཕར་  
 ཕྱིན་གྱི་ཆོད་མཐོ་བ་དང་། ས་གཉིས་པར་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ཕར་ཕྱིན་དང་། ས་གསུམ་པར་བཟོད་པའི་ཕར་ཕྱིན་  
 དང་། ས་བཞི་བར་བཙོན་འགྲུས་ཀྱི་ཕར་ཕྱིན་དང་། ས་ལྔ་བར་བསམ་གཏན་ཀྱི་ཕར་ཕྱིན་དང་། ས་དྲུག་པར་  
 ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕར་ཕྱིན་དང་། ས་བདུན་པར་ཐབས་མཁས་ཀྱི་ཕར་ཕྱིན་དང་། ས་བརྒྱད་པར་སྟོན་ལམ་ཀྱི་ཕར་  
 ཕྱིན་དང་། ས་དགུ་བར་སྟོབས་ཀྱི་ཕར་ཕྱིན་དང་། ས་བཅུ་བར་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཕར་ཕྱིན་ཆོད་མཐོ་བར་སྤྱོད་པས་  
 པས། ཕར་ཕྱིན་དུག་སྤྱོད་ཕར་ཕྱིན་བཞི་བརྟན་ནས་ས་བཅུ་བར་ཉམས་ལེན་བྱེད་ཚུལ་ཀྱང་། མཁུར་ལས།  
 ད་བདག་འཛིན་སྤངས་པའི་པ་རོལ་ན། སྤྱིན་པ་བྱ་བ་ལྷགས་ན་མེད། གཡོ་སྒྱུ་སྤངས་པའི་པ་རོལ་ན། ཚུལ་  
 ཁྲིམས་བྱ་བ་ལྷགས་ན་མེད། འོན་ལ་མི་སྐྱེས་པ་རོལ་ན། བཟོད་པ་བྱ་བ་ལྷགས་ན་མེད། ཉམས་ལེན་  
 འབྲལ་མེད་པ་རོལ་ན། བཙོན་འགྲུས་བྱ་བ་ལྷགས་ན་མེད། འང་ལ་གནས་པའི་པ་རོལ་ན། བསམ་གཏན་

① དུས་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བསྒྲིགས།《མི་ལ་རས་པའི་ནམ་མཁུར་》མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་།1981. P546---547  
 ② དུས་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བསྒྲིགས།《མི་ལ་རས་པའི་ནམ་མཁུར་》མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་།1981. P573  
 ③ དུས་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བསྒྲིགས།《མི་ལ་རས་པའི་ནམ་མཁུར་》མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་།1981. P662--663

བྱ་བ་ལྟགས་ན་མེད། གནས་ལུགས་རྟོགས་པའི་ས་རྩལ་ན། ཤེས་རབ་བྱ་བ་ལྟགས་ན་མེད། བྱས་ཚད་  
 ཚྲིགས་ཀྱི་ས་རྩལ་ན། ཐབས་ཞེས་བྱ་བ་ལྟགས་ན་མེད། བདུད་བཞི་བཅོམ་པའི་ས་རྩལ་ན། རྟོགས་ཞེས་  
 བྱ་བ་ལྟགས་ན་མེད། རྟོག་གཉིས་གྲུབ་པའི་ས་རྩལ་ན། རྟོག་ལམ་བྱ་བ་ལྟགས་ན་མེད། རྟོག་མོངས་རང་  
 མཚང་རིག་པ་ན། ཡེ་ཤེས་བྱ་བ་ལྟགས་ན་མེད། རྟོག་ཉམས་སྲུ་ལེན་ན་དེ་ལྟར་ཡིན། ལྟེན་གསུངས་  
 པལོ།

ཡང་ང་དང་པའི་ས་གཞི་བཟན་དང་གཅིག ། བཅོན་འགྲུས་ཀྱི་ཆེག་པ་མཐོ་དང་གཉིས། བསམ་  
 གཏན་གྱི་ཁྱད་ཞེང་ཆེ་དང་གསུམ། ཤེས་རབ་ཀྱི་བད་འབྱར་ལེགས་དང་བཞི། རྟོག་བཞི་བསྐྱེད་པའི་  
 མཁར་སྤེ་དེ། བསམ་ཞིག་གཏན་གྱི་མཁར་སྤེ་ཡིན། བྱེད་འཇིག་རྟོན་པའི་མཁར་གྱིས་བསྐྱེད་བསྐྱེད། །  
 བདུད་ཀྱི་བཅོན་ར་བོར་ལ་ཐོངས། ལྟེན་བདུད་ཀྱི་བཅོན་རའམ་འཁོར་བ་འཆིང་བྱེད་ཀྱི་མ་རིག་པ་སྤྲངས་  
 པ་ལ། བར་བྱེད་བྱེད་མ་གཉིས་ཏེ། བསམ་གཏན་དང་ཤེས་རབ་དགོས་ཚུལ་བྱུང་པར་དུ་བྱས་ཏེ་བཟུང་ཡོད།

## ② བྱད་པར་དུ་ཕར་བྱེད་བྱེད་མ་གཉིས་ལ་སྒྲུབ་ཚུལ།

### ① བསམ་གཏན་གྱི་དོ་བཞི་གནས་ལ་སྒྲུབ་ཚུལ།

མགུར་ལས། དཔལ་རྒྱ་རོ་མེད་ཀྱི་བྱེད་བསྐྱེད་པ། རྟོག་སྒྲུབ་མར་བའི་ཞབས་ལ་འདུད། ཆོས་ཁ་ལ་  
 བྱེད་པའི་རྟོག་ཆེན་ཆོ། ཆོས་བཤད་པའི་མཁུན་རྒྱ་ཆེན་ཡང་། ལུས་བཅའ་རིག་རྟོན་དང་འབྲལ་དུས་སུ། །  
 ཁ་བཤད་ཀྱི་ཆོས་བཤད་ནམ་མཁའ་དེངས། འོད་གསལ་གྱི་འཆར་སྒོ་ལུན་པས་བསྐྱེད་སྐྱེད། འཆི་ཁའི་ཆོས་  
 སྒྲུ་འཇིགས་སྒྲག་དུ་སོང་། རྟོག་སྒྲུབ་ལ་མེ་ཆེ་སྒྲུངས་ན་ཡང་། ལུས་བཅའ་རིག་འབྲལ་ཁར་མ་ཕན་ནོ། ཞི་  
 གནས་བསྐྱེད་པའི་རྟོག་ཆེན་ཀུན། ཉམས་ཀྱི་ངར་འདོན་གསལ་སྤང་ལ། ལྷག་མཐོང་དུ་འཇིག་པའི་སྒོ་  
 བདེ་ནོ། འཆི་ཁར་ཆོས་སྒྲུབ་ལྷག་མཐོང་ལ། འོད་གསལ་མ་བྱུ་མ་འཕྲོད་པར། སྤྲོ་བསྐྱེད་མཁའ་ཞི་གནས་  
 ཀྱིས་འཆི་ཁར་མ་ཕན་ཞིང་། སྤྲོ་དུད་འགྲོའི་རྒྱ་རུ་སོང་ལགས་སམ། བྱུ་དགོ་བསྐྱེད་སྐྱེད་མཚོག་ཚུར་ལ་  
 ཉོན། ལུས་གནད་མཉམ་པར་བཞག་དུས་སུ། རྟོག་མེད་སྤང་བ་འགགས་པ་དེ། ཞི་གནས་ལྟེང་བོ་བྱ་བ་  
 ཡིན། རྟོག་ཤེས་ཀྱིས་ངར་འདོན་བྱས་པའི་ཆོ། ཁར་མེ་ལྟར་རང་གསལ་ལྷག་གོ་བ། མེ་རྟོག་ལྟར་རང་  
 དྲངས་གསལ་ལོ་བ། མིག་ནམ་མཁའ་དྲངས་པར་བལྟས་པ་བཞིན། རིག་རྟོག་ཆེན་ནེ་ཡེར་རེ་བ། རྟོག་  
 མེད་གསལ་ཞིང་དྲངས་པ་དེ། ཞི་གནས་ཉམས་ཀྱི་སྤང་བ་ཡིན། ཞེས་ཞི་གནས་དངོས་དང་དེ་བསྐྱེད་མས་

① ལུས་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བསྐྱེད་ཀྱིས་ལྷོ་ལ་རས་པའི་རྣམ་མགུར་། མཚོ་སྒོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་། 1981. P548

② ལུས་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བསྐྱེད་ཀྱིས་ལྷོ་ལ་རས་པའི་རྣམ་མགུར་། མཚོ་སྒོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་། 1981. P276

པའི་ཉམས་སྒྲུབ་དང་བཅས་པའི་འགངས་བསྟུས་ནས་གསལ་བོར་གསུངས།

## ཨེས་རབ་ཀྱི་ངོ་བོ་ལྷག་མཐོང་ལ་སློབ་ཚུལ།

རག་མའི་སྒྲིབ་ཕྱི་མའི་མཁུར་དུ། རྟོག་མེད་གསལ་ཞིང་དྲངས་པ་དེ། ཁྱི་གནས་ཉམས་ཀྱི་སྒྲུབ་བ་  
ཡིན། ཉམས་སྒྲུབ་བ་དེ་ནམས་གཞིར་བཞག་ནས། རྩི་དཀོན་མཆོག་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་བཞིན་དུ། རྩི་  
ཆོས་ཐོས་བསམ་གྱི་ཕུ་ཐག་བཅད་ནས་ནི། བདག་མེད་གོ་ཡུལ་གྱི་སོར་རྟོག་ལྷག་མཐོང་ལ། ཁྱི་གནས་ངར་  
འདོན་གྱི་སྟོག་ཐག་བཟང་བོ་བཏགས། བྱམས་དང་སྤྱིང་ཟེའི་སྦྱིས་བྱ་སྟོབས་ལྡན་གྱིས། གཞན་པ་མ་མཐོང་  
སེམས་བསྐྱེད་གྱི་ཆལ་སྟོབས་དྲག་པོ་ཡིས། སྦྱོན་ལམ་ནམ་དག་གིས་གྱེན་དུ་དྲངས་པ་ལས། མཐོང་ལམ་  
ནམ་པར་དག་པས་མཛོན་སུམ་དུ། རྟོག་དག་མཐོང་མེད་གྱི་ལྷག་མཐོང་རྟོགས་ཏེ་མཆོ། སློབ་པའི་དོགས་གྱི་  
རང་མཆོང་དེ་དུས་རིག། མ་ཕྱིན་པར་སངས་རྒྱས་གྱི་ས་རུ་སྦྱིབས། མ་བཏུས་པར་ཆོས་སྐྱེད་དུས་  
མཐོང་། མ་བསྐྱབས་པར་འདུན་མ་ལྷན་གྱིས་བྱུང། བྱ་དགེ་བསྟེན་སེམས་ལ་དེ་ལྟར་ཞོག། ཅེས་ལྷག་  
མཐོང་གི་ངོ་བོ་དང་། རྟོན་པ་ཤུག་གྱུན་ཟུ་ཆེས་སུ་བཟུང་བའི་མཁུར་དུ། སྦྱིས་བྱ་སྟོབས་ལྡན་དམ་པ་རྟམས། ཆོ་  
འདི་སྦྱ་བྱེད་ཡིན་པ་ཆ་མེད་དམ། འོངས་སྦྱིད་སྦྱ་མ་ཡིན་པ་ཆ་མེད་དམ། འཁོར་བ་ཞིབ་ཡིན་པ་ཆ་མེད་  
དམ། བདེ་བ་མི་ལམ་ཡིན་པ་ཆ་མེད་དམ། བསྟོད་སྦྱང་བྲག་ཆ་ཡིན་པ་ཆ་མེད་དམ། རྣང་བ་སེམས་ཉིད་  
ཡིན་པ་ཆ་མེད་དམ། རང་སེམས་སངས་རྒྱས་ཡིན་པ་ཆ་མེད་དམ། སངས་རྒྱས་ཆོས་སྦྱ་ཡིན་པ་ཆ་མེད་  
དམ། ཆོས་སྦྱ་ཆོས་ཉིད་ཡིན་པ་ཆ་མེད་དམ། རྟོགས་ན་ཅི་རྣང་སེམས་སུ་འདུས། སེམས་ལ་ཉིན་དང་  
མཆོན་དུ་སྟོས། སེམས་ལ་བཏུས་པས་མཐོང་བ་མེད། མཐོང་བ་མེད་པའི་ངང་ལ་ཞོག། ང་ཉིད་ཕྱག་རྒྱ་  
ཆེན་པོ་ལ། རང་བཞིན་ལྷག་པ་བསམ་དུ་མེད། ཤེས་པ་མི་བཟུང་ངང་ལ་བཞག། མཉམ་བཞག་ཟེས་  
ཐོབ་དབྱེར་མེད་པས། བསྟོམ་པའི་རིམ་པ་བདག་ལ་མེད། རི་ལྟར་རྣང་ཡང་ངོ་བོས་སྟོང་། དྲན་པས་  
བཟུང་དང་མ་བཟུང་མེད། མ་སྦྱིས་པ་ཡི་རོ་ཁྱོད་བས། རྟོག་མཐོང་སྟོམ་པ་རྟོགས་པ་ཡིས། ལས་གྱི་ཕྱག་  
རྒྱ་བསྟོམ་པ་དང་། རྩ་རྒྱུད་ཐིག་ལེ་བསྟོམ་པ་དང་། རྟོགས་བསྐྱེད་པ་དང་ལྷ་སྟོམ་དང་། ཆོངས་པའི་  
གནས་གཞི་བསྟོམ་ལ་སོགས། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་འབྲུག་ཐབས་ཅན། རྟོག་མཐོང་དུ་བསྟོམས་པས་  
ཀྱང་། ཆགས་སྣང་རྩ་བ་མི་སྦྱོངས་གྱིས། རྣང་བ་རང་གི་སེམས་ཉིད་ལགས། སེམས་ཉིད་སྟོང་བར་ཤེས་  
པར་གྱིས། རྟོགས་པ་ཉམས་དང་མ་བྲལ་ན། རྩི་ལྷེས་མཆོད་སོགས་དགེ་བའི་ཆོགས། ཞེས་  
གསུངས་པ་དང་། ཡང་མཁུར་དུ། རྣང་བའི་མཆོན་ཉིད་སྦྱེ་བ་མེད། སྦྱེ་བ་བྱུང་ན་དངོས་འཛིན་ཡིན། རྩི་  
འཁོར་བའི་མཆོན་ཉིད་གཞི་རྩ་བཤ། གཞི་རྩ་བྱུང་ན་ནམ་རྟོག་ཡིན། སེམས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ཟུང་དུ་

འདུས་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བསྒྲིགས།《མི་ལ་རས་པའི་རྟམ་མཁུར་》མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱེད་ཁང་།1981. P297

འཇུག །སྤྱིགས་ཆ་བྱང་ན་ཞེ་འདོད་ཡིན། །སླ་མའི་མཚན་ཉིད་རྒྱད་པར་ལྟ། །རང་བཟོ་བྱེད་ན་ཚོངས་  
 པ་ཡིན། །སེམས་ཉིད་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུ་ལ། །ཟུང་རྟོག་སྟོ་སྤྱིན་ལྟ་བུས་བསྐྱབས། །མཚན་ལྟ་སླ་མའི་མན་  
 ངག་འདི། །འབྱུང་བ་སྤྱི་སེར་གྱི་ཚུལ་དུ་གདུ། །རྟོག་པ་རང་ཡང་འོད་གསལ་དང་། །ཉམས་ཐྱོད་ཉི་ཟླ་ལྟ་  
 བུ་ཤར། །སྤྱིགས་བརྒྱ་དུས་གསུམ་མེད་པར་གསལ། །ངོས་བཟུང་མེད་པས་བརྗོད་བྲལ་དང་། །ངེས་ཤེས་  
 གཟུང་སྐར་ལྟ་བུ་ཤར། །གང་ཤར་དུས་ན་བདེ་བ་ཆེ། །རང་བཞིན་སྤྱོད་བྲལ་ཆོས་ཀྱི་སྤྱ། །ཆོགས་དུག་སྤྱིན་  
 རྣང་རྟོང་བའི་ངང་། །འབད་མེད་ཤུགས་འབྱུང་ཟག་མེད་འདི། །རང་བཞིན་ལྷག་པའི་ངང་ཞིག་ལ། །  
 འཛིན་མེད་ཡེ་ཤེས་རྒྱུ་པར་གནས། །འབྲལ་མེད་སྤྱུ་གསུམ་ངོ་མཚར་ཆེ། །ཞེས་ལྷག་མཐོང་ངེ་ལྟ་  
 བསྐྱེད་ཚུལ་དང་། སྤྱོད་དེའི་སྤྱིན་སེལ་བསྟན་པའོ། །

## ལ བྱད་པར་དུ་རྟོ་རྟེ་ཐེག་པ་ལ་སྤྱོད་ཚུལ།

### ༡ རྟོན་འགྲོ

#### (1) རྟོ་རྟེ་སྤྱོད་པོན་མཚན་ཉིད་དང་ལྟན་པ་བསྟན་དགོས་ཚུལ།

མཁུར་ལས། ཤེས་རྒྱུད་ཕྱི་ནས་མཚན་པའི་ཕྱི་ལྟོ་སླ་མ། །རིག་རྒྱུད་ནང་ནས་རྟོན་པ་ནང་གི་སླ་མ། །དོན་  
 རྒྱུད་སེམས་ལ་རྟོན་པ་དོན་གྱི་སླ་མ། །སླ་མ་དེ་གསུམ་དང་ལྟན་པའི་རྣལ་འབྱོར་བ་ལགས་ཏེ། །སླ་མ་དེ་……  
 གསུམ་ལ་དད་པའི་ཉ་མ་འབྲེལ་དུ་དམ། །ཞེས་གསུངས།

#### (2) སྤྱིན་བྱེད་ཀྱི་དབང་འཕྲོ་བ་པ་གལ་ཆེ་ཚུལ།

རྟོ་མར་བའི་རྒྱུད་སྤེའི་བརྒྱུད་འཛིན་མེས་རྟོན་དང་རྟོན་ལ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་ཀྱི་ལུགས་ལའང་གསང་སྤྱོད་ཀྱི་  
 ལམ་རིམ་པ་གཉིས་སྟོན་པ་ལ་དབང་བཞི་རྟོགས་པར་བསྐྱར་བ་དགོས་པར་བཞེད་ལ། རྟོ་བཅུན་མེད་ལས་  
 ཀྱང་། སྟོན་པོ་བ་དང་མཇལ་ནས་ལམ་འདི་ལ་འཁྲིད་པའི་རྟོན་དུ། རྟོན་གྱིས་དབང་ཐོབ་བམ་གསུངས་པས།  
 སྟོན་པོ་བས། ཟངས་དཀར་གྱི་སྟོན་མ་མར་ཡུལ་སྟོན་ལྟན་ལ་ཐོབ་ཅེས་བྱས་པའི་རྟོན་སྤྱིད་མཇུང་ཅིང་། དེ་  
 བཞིན་དུ་ཁོང་ལ་གདམས་ངག་བྱས་པ་ན། བ་རི་ལོ་རྩེ་བ་ལ་དབང་བྱས་ལ་ཤོག་གསུངས་པ་འདྲ་དང་། རས་པ་ཞི་  
 བ་འོད་གྱིས་རྟོ་བཅུན་སྟོན་ལུང་ཆུ་བར་ན་བཞུགས་པའི་དུས་སྤྱོད་མཇུང་ལ་བའི་ཆེ། འབྲལ་བ་སྟོན་པ་རི་ལོ་རྩེ་  
 བར་སྤུལ་ལ་དབང་བསྐྱར་བྱས་ཤིག་ཅེས་རྟོ་བཅུན་གྱིས་ངོ་ཆེན་བྱ་ཡི་གསུང་ནས་ལོ་རྩེ་བ་དང་སྤྱོད་དེ་ནས་

① གཙང་རྟོན་གྱིས་བསྐྱོགས། «རྣལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ལྷག་ཆེན་པོ་མེས་པའི་རྣམ་མཁུར་» མཆོ་རྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་།

1981. P300

② རྟོ་ཅོང་ཁ་བས་བརྟམས། «ཟབ་ལམ་རྒྱ་རོའི་ཆོས་དུག་གི་སྟོན་པ་འཁྲིད་པའི་རིམ་པ་ཡིད་ཆེས་གསུམ་ལྟན་» རྟོ་ཅོང་ཁ་བའི་གསུང་  
 འབྲལ་པོད་ཏ་པ་མཆོ་རྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 1999. P216

སྐྱུ་མ་པ་རི་ལོ་སྤྱོད་པས། རྣམ་ཀླུ་ཆེད་བང་། རྟོན་ཞགས། བདེ་མཆོག་རྗེ་བཅུན་མ། ཀྱུ་རུ་ཀྱུ་ལེ་ལྷ་མོའི་སྐྱོར་  
 རྣམས་གནང་ནས། ཕྱིར་ལོག་ནས་རྗེ་བཅུན་གྱི་དྲུང་དུ་ན་རོའི་ཆོས་དྲུག་སྐགས་གསལ་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག་  
 པ་དང་། རས་པ་བྱ་ཆེན་བཅུ་གཉིས་ཀྱིས་བཆུམས་པར་གྲགས་པའི་རྗེ་བཅུན་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་ཉུང་ཆོག་  
 རིས་ཅམ་མ་གཏོགས་དེ་འདྲ་འབྱུང་ངོ་། །གསང་ཆེན་བཤད་པ་དང་སྒྲུལ་པའི་སྒྲོན་དུ་བྱུང་བ་དབང་རྣམ་  
 དག་ཐོབ་ལ་རག་ལས་པས། དབང་ནི་དངོས་གྲུབ་ཀྱན་གྱི་ཆ་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་མེད་ན་རྒྱུད་དོན་ཤེས་ནས་ལམ་ལ་  
 ཅི་ཅམ་འབད་ཀྱང་དངོས་གྲུབ་ཁྱད་པར་ཅན་ཐོབ་མི་སྲིད་ལ། དེ་མ་ཐོབ་པར་དངོས་གྲུབ་ཕྱོགས་ཐོབ་ཀྱང་  
 དཔོན་སྒྲོབ་གཉིས་ཀྱི་དཔྱུལ་བར་འགྱུའོ། །དབང་བསྐྱར་བའང་བདེ་མཆོག་ཆ་རྒྱུད་ལས། རྣམས་པས་དཀྱིལ་  
 འཁོར་མ་མཐོང་བར། གང་ཞིག་རྣལ་འབྱོར་པ་ཉིད་འདོད། ཁལ་འལ་ཁུ་ཚུར་གྱིས་རྟོག་དང་། རྣིག་རྒྱུའི་  
 རྒྱུ་མཐོང་དང་མཚུངས། ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །དེས་ན། སྐྱུ་མ་མཆོན་ཉིད་དང་ལྷན་པའི་མདུན་དུ།  
 ཆོས་ཁྱུ་པའི་སྒྲོན་དུ་དབང་རིམ་ལྷན་ཁྱུ་ཟེར་ན། མགུར་དུ། བུམ་པ་སྤྱི་ཐོག་དུ་འཛོག་པ་བྱི་ཡི་དབང་། །རང་  
 ལུས་ལྷ་སྐྱར་སྒྲོན་པ་ནང་གི་དབང་། ཞེས་ཉིད་རང་རོ་སྒྲོན་པ་དོན་གྱི་དབང་། །དབང་དེ་གསུམ་དང་  
 ལྷན་པའི་རྣལ་འབྱོར་བ་ལགས་ཏེ། །དབང་དེ་གསུམ་ཁྱུ་པའི་ཉ་མ་འདྲ་ཡོད་དམ། ཞེས་གསུངས་པ་ལས་  
 གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་འཇུག་སྒྲོད་དབང་གལ་ཆེ་བར་བསྟན་པའོ། །

(1) གྲུ་ཕྱེད་ཀྱི་ཁྲིད་ཐོབ་པ་གལ་ཆེ་ལྟ་ལ།

དབང་ཁྱུས་ཉིད་རིག་པ་ལམ་དུ་འཇུག་པ་ལ་དོན་གྱི་ཁྲིད་གལ་ཆེ་བས། ཁྲིད་རིམ་ལྷན་ཁྱུ་ཞེ་ན། མགུར་ལས།  
 ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་ཕྱེད་པ་བྱི་ཡི་ཁྲིད། རིག་པ་རྟོ་རུས་སྒྲོན་པ་ནང་གི་ཁྲིད། །ཉམས་རྟོགས་འདུ་འབྲལ་  
 མེད་པ་དོན་གྱི་ཁྲིད། ཁྲིད་དེ་གསུམ་དང་ལྷན་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་ལགས་ཏེ། ཁྲིད་དེ་གསུམ་ཁྱུ་པའི་ཉ་མ་  
 འདྲ་ཡོད་དམ། ཞེས་ཁྲིད་གལ་ཆེ་བར་བསྟན་པའོ། །

འདྲོས་གཞི་རིམ་གཉིས་ལ་སྒྲོབ་ཚུལ།

(1) བསྐྱེད་རིམ་བསྒྲོམ་ཚུལ།

ཕྱག་དོག་གི་ཚོད་པ་རྩུ་འཕྲུལ་དང་རྒྱས་པས་བསྐྱོག་པའི་སྐྱོར་དུ། མགུར་ལས། བདག་གིས་བསྐྱེད་རིམ་  
 བསྒྲོམས་ཅོད་ན། །ལུས་སྤང་སྟོང་བར་སྤང་འཇའ་ཆོན་འདྲ། །དེ་ལ་དོས་བཟུང་མེད་པས་སྲིད་པ་ཟད། །དག་  
 གྲག་སྟོང་ལུང་སྟོང་གི་བྲག་ཆ་འདྲ། །དེ་ལ་བཟང་ངན་མེད་པས་སྤང་དོར་ཟད། །ཞེས་གསུངས་པ་སྟོང་ཉི་ལྔའི་

① ཀམ་རང་བྱུང་དོ་རྟེན་བསྐྱེགས་《རྣམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ》སྤྱད་ཆ། བྲིས་མ། P58-59  
 ② རས་པ་བྱ་ཆེན་བཅུ་གཉིས་ཀྱིས་བཆུམས་《རྗེ་བཅུན་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་ཐར་》དབུ་ཅན་དབུ་མེད་བསྐྱེས་པའི་བྲིས་མ། ཤོག་  
 རོས་233 ཕྱོག་P128  
 ③ རུས་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བསྐྱེགས་《མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་ཐར་མགུར་》མཆོ་སྒྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། 1981. P307



བོ་འཛིན་པ་འཁོར་བའི་ཆུ། གསལ་ལ་འཛིན་མེད་རང་རིག་དེ། ལྷུན་གྲུབ་ཡིན་པར་ངོ་ཤེས་ན། ཆེ་  
 གཅིག་མཐའ་རུ་བྱིན་པ་ཡིན། རྒྱུ་འབྱུག་ཟེར་ཞིང་མཚན་བཅས་བསྟོན། རྒྱ་འབྲས་ཟེར་ཞིང་ལྷག་འཆ་  
 བསྟུབ། རྫོང་ས་པ་ཀུན་འབྱུང་བསྟོན་པ་ལ། ཆེ་གཅིག་ནལ་འབྱོར་ཁོ་ལ་མེད། གསལ་ལ་འཛིན་མེད་  
 རང་སེམས་དེ། རྫོང་འབྲས་བའི་བའི་སྟོང་བོ་ཅན། རོ་བོ་མཁའ་ལྟར་གསལ་ཅན། རྫོང་འབྲས་མཐའ་རུ་བྱིན་  
 པ་ཡིན། རྫོང་མེད་ཟེར་ཞིང་རྫོང་པ་མང་། བརྫོང་མེད་ཟེར་ཞིང་ཐ་སྟངས་མང་། རྫོང་ས་པ་ངར་འཛིན་  
 བསྟོན་པ་ལ། རྫོང་འབྲས་ཀྱི་ནལ་འབྱོར་ཁོ་ལ་མེད། རྫོང་སྟངས་གཉིས་མེད་ཆོས་སྤྲུལ། འཁོར་འདས་.....  
 གཅིག་དུ་ཉམས་སུ་སྦྱང་། སངས་རྒྱས་སེམས་ཅན་འདྲེས་པ་ན། རོ་གཅིག་མཐའ་རུ་བྱིན་པ་ཡིན། རོ་  
 གཅིག་ཟེར་ཞིང་དུ་མར་སྤྲ། ཉག་གཅིག་ཟེར་ཞིང་ཐུན་དུ་གཅོད། རྫོང་ས་པ་ཡི་ཡང་རྫོང་ས་པ་ལས། རོ་  
 གཅིག་ནལ་འབྱོར་ཁོ་ལ་མེད། རྫོང་སྟངས་ལེ་ཤེས་སྟོང་བོ་ཅན། ལྷུན་གྲུབ་རྒྱ་འབྲས་གཉིས་སུ་མེད། རྫོང་  
 གསལ་རང་ལ་ཆང་ཅན། རྫོང་མེད་མཐའ་རུ་བྱིན་པ་ཡིན། རྫོང་མེད་ཟེར་ཞིང་ཡིད་ལ་བྱེད། རོ་དགས་ལ་  
 ཟེར་ཞིང་གཉི་ལྷག་བསྟོན་ས། རྫོང་ས་པ་ཁ་བརྟ་སྤྲུལ་ལ། རྫོང་མེད་ཀྱི་ནལ་འབྱོར་ཁོ་ལ་མེད། ཅེས་  
 གསུངས་པ་དང་། དེའི་ས་མཚམས་ནི། རྫོང་ཆང་རས་པས་ས་དང་བོ་མོས་སྦྱོད། གཉིས་པ་མཐོང་ལམ།  
 གསུམ་པ་ས་གཉིས་པ་དང་བདུན་པའི་བར། བཞི་བ་དག་ས་སོགས་ཀྱི་ངོ་བོར་བཞེད་དོ། །

### ③ རྫོང་སྟངས་ཀྱི་ཉམས་སུ་སྦྱང་ལྟ་

ཁོ་ཁོས་རྒྱལ་བོས་མཆོད་ཅིང་ཆོ་རིང་མས་སྤྲུགས་བརྟ་བྱིར་བྱུལ་བའི་སྟོར་དུ། མགུར་ལས། མེ་ཏོག་སྤྲ་.....  
 ཆོགས་སྟེ་བའི་ཡུལ། ཤིང་ནམས་གར་སྟབས་བྱེད་པའི་ཁྲོད། བྱ་སྐད་སྤྲ་ཆོགས་སྟོན་པའི་སྤྲིང་། རྫོང་སྟངས་  
 ཡང་ཆལ་སྦྱང་བའི་ས། དེ་ལྟ་བུ་ཡིད་བཅོན་གནས་སུ། གཅིག་ཕུར་རི་ཁྲོད་འགྲིམས་པས་བདེ། རྫོང་སྟངས་.....  
 བོར་བསྟོན་པས་བདེ། གུལ་མོའི་བདེ་དྲོད་རང་འབར་བདེ། རྫོང་སྟངས་ཆོས་བརྒྱུད་རང་སྟོན་བདེ། མི་  
 ལམ་འབྲུལ་བ་རང་སངས་བདེ། རོ་དགས་ལ་མ་རིག་ཐུན་བྲལ་བདེ། འཕོ་བ་མ་བསྟོན་སངས་རྒྱས་  
 བདེ། བར་དོ་གཅིག་ཆོད་འོང་ན་བདེ། ཟག་མེད་བདེ་ཆེན་དབྱིངས་ན་བདེ། རོ་དེ་ལྟར་བདེ་བའི་ས་  
 ཆན་ལ། ཤིང་ཐོག་ཞིམ་མངར་ཆ་རྒྱས་ཡོད། རྫོང་སྟངས་དྲོད་ཆ་རྒྱས་ཡོད། རོ་དེ་ལ་སོམས་ལ་གོ་བ་  
 ཡོངས། རྫོང་སྟངས་

### ② རྫོང་སྟངས་མཚན་མེད་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་ཁྲིད་རིམ།

### ① ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་དོ་སྟོན།

ཆོ་རིང་མཆོད་ལྷས་དྲོད་ལུལ་བ་དང་ལྷས་ལན་གྱི་རིམ་པར། མགུར་ལས། ལྟ་བའི་ཡང་ཆེ་ཕྱག་རྒྱ་ཆེ། །  
 མཐའ་བྲལ་གཉུག་མའི་དོན་རྟོགས་ཤིང་། ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་རབ་རྫོགས་ཏེ། རྫོང་སྟངས་ཀུན་གྱིས་མ་

① རུས་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བསྟོགས། <<མི་ལ་རས་པའི་ནམ་མགུར>>མཚོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་། 1981. P447-448

གོས་པ། །བདེ་གསེགས་སྤུལ་བ་མི་གཟུགས་ཅན། །སྤྱི་མཆོག་མར་བས་འདི་སྐད་གསུང་། །ཕྱི་སྣང་བ་ཇི་  
 ལྟར་སྣང་ལགས་ཀྱང་། །མ་རྟོགས་དུས་ན་འབྲུལ་སྣང་སྟེ། །ཡུལ་གྱི་ཞེན་པས་འཆིང་བར་བྱེད། །རྟོགས་པ་  
 རྣམས་ལ་སྦྱ་མར་སྣང་། །ཡུལ་སྣང་སེམས་ཀྱི་གྲོགས་སུ་འཆར། །མཐར་ཐུག་དོན་ལ་སྣང་མ་ཅུང་། །སྤྱི་མེད་  
 ཆོས་སྐྱར་དག་གོ་གསུང་། །ནང་འགྲུ་བ་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་འདི། །མ་རྟོགས་དུས་ན་མ་རིག་པ། །ལས་ཉོན་  
 མོངས་ཀྱན་གྱི་གཞི་ཅ་ཡིན། །རྟོགས་ན་རང་རིག་ཡེ་ཤེས་ཏེ། །དཀར་པོའི་ཡོན་ཏན་རྣམས་པར་འབྱུང་། །  
 མཐར་ཐུག་དོན་ལ་ཡེ་ཤེས་མེད། །ཆོས་རྣམས་ཟད་སར་སྦྱུལ་ལོ་གསུང་། །ཉེར་ལེན་གཟུགས་ཀྱི་ཕུང་བོ་  
 འདི། །མ་རྟོགས་དུས་ན་འབྱུང་བཞིའི་ལྷས། །ན་ཆ་སྤྱུག་བསྐལ་དེ་ལས་འབྱུང་། །རྟོགས་ན་ལྷ་སྦྱ་བྱུང་འཇུག་  
 སྟེ། །ཤ་མལ་ཞེན་པ་བསྐྱོག་པར་བྱེད། །མཐར་ཐུག་དོན་ལ་ལྷས་མེད་དེ། །སྤྱི་བྲལ་མཁའ་ལྟར་དག་གོ་  
 གསུང་། །གདོན་གདོད་སྤྱི་བོ་མོའི་སྣང་བ་འདི། །མ་རྟོགས་དུས་ན་བདུད་ཡིན་ཏེ། །མཐོ་མཆོམས་བར་དུ་  
 གཙོད་པར་བྱེད། །རྟོགས་ན་བགེགས་རྣམས་ཆོས་སྦྱང་སྟེ། །སྤྱི་ཆོགས་དངོས་གྲུབ་བྱེད་ལས་འབྱུང་། །མཐར་  
 ཐུག་དོན་ལ་ལྷ་འདྲེ་མེད། །རྣམ་རྟོག་ཟད་སར་སྦྱུལ་ལོ་གསུང་། །སྤྱིར་ཐེག་པའི་མཐར་ཐུག་གསང་སྤྲུགས་  
 ཀྱི། །རྣལ་འབྱོར་སྤྱི་མེད་རྒྱུད་ལས་ཀྱང་། །ཁམས་འདུས་ཅ་ཡི་རྟེན་འབྲེལ་གྱིས། །ཕྱི་རོལ་འདྲེ་གཟུགས་  
 མཐོང་བར་གསུངས། །དེ་རང་སྣང་རྒྱུ་དུ་མ་ཤེས་ཤིང་། །བདེན་ལོ་སྤྱི་མ་ཤིན་ཏུ་ཆོངས། །ད་སྔོན་ཆད་  
 ཆོངས་པས་མགོ་བོ་འཁོར། །མ་རིག་འབྲུལ་བའི་ཆད་དུ་ཞུགས། །པན་གདོད་ཀྱི་ལྷ་འདྲེ་བདེན་པར་.....  
 བཟུང་། །ད་གྲུབ་ཐོབ་རྗེ་ཡི་བཀའ་དྲིན་གྱིས། །འཁོར་འདས་དག་གསུབ་མེད་པར་གོ། །ཅི་སྣང་ཕྱག་རྒྱ་.....  
 ཆེན་པོར་ཤར། །འབྲུལ་བ་གཞི་མེད་དུ་རྟོགས་པ་དེས། །རིག་པའི་ཅུ་ཆེན་ཀྱི་པ་དྲུངས། །འོད་གསལ་གྱི་ཉི་  
 མ་སྤྱི་དང་བྲལ། །མ་རིག་ལྷན་པ་མཐའ་ནས་སངས། །ཆོངས་པའི་མགོ་འཁོར་ཡལ་ནས་ཐལ། །ཡིན་ལུ་  
 གས་ཤིག་ནང་ནས་འཆར་གྱིན་གདའ། །ལར་འདྲེར་འཛིན་གྱི་རྣམ་རྟོག་རིན་པོ་ཆེ། །གཞི་སྤྱི་མེད་ཀྱི་གསལ་  
 འདེབས་ངོ་མཆར་ཆེ། །ཞེས་གསུངས།

## ༢༢ ལྟ་བུ་ཐག་གཅོད་ཚུལ།

རྡོ་རྗེ་མགུར་ལས། བདག་ཏུ་འཛིན་པ་བསྐྱོག་པའི་ཕྱིར། །སྟོང་བ་རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་གསུངས། །ཞེས་  
 གང་ཟག་དང་ཆོས་ཀྱི་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་བསྐྱོག་པའི་ཕྱིར་དུ། །སངས་རྒྱས་ཀྱིས་སྟོང་བ་ཉིད་ཀྱི་ལྷ་བ་གཏན་  
 ལ་འབེབས་པར་གསུངས་སོ། །མིང་ཅམ་དང་བཏགས་ཅམ་གྱི་ཆོས་རྣམས་ལ་ཀྱན་རྒྱུ་ལྟར་དུ་རྒྱུན་པ་སྦྱ་མ་དང་  
 ཆེ་ལམ་ལྷ་བུའི་རྒྱ་འབྲས་ལ་དེས་པ་འདྲེན་ས་མེད་པར་སོང་ནས། །རང་ལུགས་ལ་དེ་དག་བྱེད་པ་མ་བདེན་ས་  
 གཞན་གྱི་འབྲུལ་ངོ་ཁོ་ན་ལ་སྤྱེལ་དགོས་པར་སོང་ན། །ཆད་པ་སྐྱར་འདེབས་ཀྱི་ལྷ་བ་མི་བཟད་པའི་གཡང་  
 སར་ལྷུང་བས། །རྟེན་འབྲེལ་སྦྱ་མ་ལྷ་བུའི་དེས་པ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བཞིག་དགོས་སོ། །བདེན་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་བཞག་

① དུས་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱིས་བསྒྲིགས། <<མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མགུར>>མཆོ་སྔོན་མི་རིགས་དཔེ་སྤྱད་ཁང་། 1981. P465—466



དེ་འདྲ་ཞིག་དགོས་པར་ཇི་བཅུན་མི་ལས་ཀྱང་། ཆོ་རིང་མཆོད་ལྷས་དྲོད་ལྱལ་བ་དང་ལྷས་ལན་གྱི་རིམ་པར།  
 མཁུར་དུ། བྱེད་སྒོ་དམན་ནམས་གྱི་བསམ་ངོ་དང་། །བསྐྱུན་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱན་མཁུན་གྱིས། །ཐམས་ཅད་  
 ཡོད་ཅེས་གསུངས་པ་ཡིན། །དོན་དམ་བདེན་པའི་དབང་དུ་ནི། །བགེགས་ལས་སངས་རྒྱས་ཉིད་ཀྱང་མེད། །  
 སྒྲིམ་པ་པོ་མེད་བསྒྲིམ་བྱ་མེད། །བཟང་བྱ་ས་དང་ལམ་རྟགས་མེད། ། འབྲས་བུ་སྦྲ་དང་ཡེ་ཤེས་མེད། །དེ་  
 ཕྱིར་ལྷ་དང་འདས་པ་མེད། །མིང་དང་ཆོག་གིས་བཏགས་པ་ཅོམ། །ཁམས་གསུམ་བརྟན་དང་གཡོ་བར་  
 བཅས། །གདོད་ནས་མ་གྲུབ་སྟེ་བ་མེད། །གཞི་མེད་ལྟན་ཅིག་སྟེས་པ་མེད། །ལས་དང་ལས་གྱི་ནམ་མེན་.....  
 མེད། །དེ་ཕྱིར་འཁོར་བའི་མིང་ཡང་མེད། །མཐར་ཐུག་དོན་ལ་དེ་ལྟར་གདའ། །ཞེས་དོན་དམ་པར་འཁོར་  
 འདས་གྱི་ཆོས་གང་ཡང་རྩལ་ཅོམ་ཡང་མ་གྲུབ་པར་གསུངས་ནས། །ཨེ་མ་སེམས་ཅན་མེད་ཀྱུར་ན། །དུས་  
 གསུམ་སངས་རྒྱས་ཅི་ལས་བྱུང་། །རྒྱ་མེད་འབྲས་བུ་མི་སྲིད་པས། །ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པའི་དབང་དུ་ནི། །  
 འཁོར་བ་དང་ནི་ལྷ་དང་འདས། །ཐམས་ཅད་ཡོད་ཅེས་སྐུ་བ་པས་གསུངས། །ཡོད་པ་དངོས་པོར་སྣང་བ་  
 དང་། །མེད་པ་སྟོང་བའི་ཆོས་ཉིད་གཉིས། །དོ་བོ་དབྱེར་མེད་རོ་གཅིག་པས། །རང་རིག་གཞན་རིག་ཡོད་  
 མིན་ཏེ། །ཐམས་ཅད་བྱུང་འདུག་ཡངས་པ་ཡིན། །དེ་ལྟར་རྟོགས་པའི་མཁས་པ་ཡིས། །རྣམ་ཤེས་མ་མཐོང་  
 ཡེ་ཤེས་མཐོང་། །སེམས་ཅན་མ་མཐོང་སངས་རྒྱས་མཐོང་། ། །ཆོས་ཅན་མ་མཐོང་ཆོས་ཉིད་མཐོང་། །ཞེས་  
 དོན་དམ་པར་འཁོར་འདས་གྱི་ཆོས་ནམས་གྱི་མིང་ཅོམ་ཡང་མ་གྲུབ་པ་དང་། །དེ་ལྟར་ཡིན་ཀྱང་ཀྱན་རྫོབ་ཏུ་  
 བྱི་སེམས་ཅན་གྱིས་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པ་ལ་སོགས་པ་འཁོར་འདས་གྱི་རྣམ་བཞག་ཀྱན་ཡོད་པ་དང་། །དེ་ཡང་  
 མིང་དང་ཆོག་གིས་བཏགས་པ་ཅོམ་ལ་འཛོག་པ་དང་། །དངོས་པོར་སྣང་བའི་རྟོན་འབྲེལ་དང་། །རང་གཞན་  
 གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་པའི་སྟོང་བ་གཉིས་དོ་བོ་གཅིག་ཏུ་གནས་པས། །སྣང་སྟོང་གཅིག་གིས་གཅིག་མ་དོར་བར་  
 གསུངས་པ་ནི་ལྷགས་འདིའི་སྒྲ་མ་གོང་མའི་བྱེད་ཆོས་ཞིག་ཏུ་སྣང་། །ཞེས་ཇི་ཅོང་ཁ་བ་ཆེན་མོས། །ཇི་བཅུན་མི་  
 ལའི་ལྟ་བ་དབྱུ་མ་ཐལ་འཁྱུར་བ་ཡིན་པར་ཟབ་ལམ་རྒྱ་རོའི་ཆོས་དུག་གི་ཁྲིད་རིམ་དུ་གསུངས་པ་ལ་བརྟེན་  
 བས་དེའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ཏེ། །སྤུ་བཀུན་ཆོས་གྱི་ཉི་མས་ཀྱང་། །དེ་ལྷང་འདྲེན་མཛད་ལ། །ཕྱིས་སུ་དུང་  
 དཀར་སྒོ་བཟང་འཕྲིན་ལས་གྱི་གྲུབ་མཐར་ཡང་དྲངས་འདུག་གོ།

### ②③སྒྲིམ་པས་ཐག་གཅོད་ཚུལ།

སྒྲིམ་པའི་སྐབས་སུ་ལྷགས་འདི་ལ་རྣལ་འབྱོར་བཞིའི་སྒོ་ནས་བསྒྲིམ་དགོས་པས། ཐག་སྒྲུ་དོ་རྗེ་རྫོང་དུ་.....

① ཇི་ཅོང་ཁ་བས་བརྒྱམས། <<ཟབ་ལམ་རྒྱ་རོའི་ཆོས་དུག་གི་སྒོ་ནས་འཁྲིད་པའི་རིམ་པ་ཡིད་ཆེས་གསུམ་ལྟན་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ  
 >> གསུང་ཚོམ་པོད་ཏ་པ།མཆོ་སྒོ་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།1999. P227

② སྤུ་བཀུན་ཆོས་གྱི་ཉི་མས་བརྒྱམས། <<གྲུབ་མཐའ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཁྲུངས་དང་འདྲོད་ཚུལ་སྟོན་པ་ལེགས་བཤད་ཤེས་གྱི་མེ་ལོང་  
 >> ཀུན་སུ་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།1984. P141





ཞོག་གཞི་མེད་རི་བོ་ལྟ་བུར་ཞོག་པའི་མེད་པ་ཡིན། ཉམས་ཀྱི་འཆར་ལུགས་གོ་ལགས་  
 སམ། ཉམས་ཀྱི་འཆར་ལུགས་མ་གོན། ཁྱི་གདུགས་རྩལ་གྱིས་ཐུན་པ་སངས། རྣམ་རྟོག་གཞན་དུ་སྤངས་  
 པ་མེད། གཞི་མེད་མི་ལམ་ལྟ་བུར་འཆར། འཛིན་མེད་ཚུ་ལྟ་བུར་འཆར། དངོས་མེད་འཇའ་ཚོན་ལྟ་  
 བུར་འཆར། རྟོགས་མེད་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུར་འཆར། ཉམས་ཀྱི་བཅོས་ཐབས་གོ་ལགས་སམ། ཉམས་ཀྱི་  
 བཅོས་ཐབས་མ་གོན། སྦྱི་སེར་ཆེ་ཡང་བར་སྤང་ངང་། ཁ་སྐྱབས་ཆེ་ཡང་རྒྱ་མཚོའི་ངང་། རྩོམ་སྤྱོད་མཐུག་  
 ཀྱང་ནམ་མཁའི་ངང་། ཤེས་པ་འཕྲོ་ཡང་སྦྱི་མེད་ངང་། རིག་པ་སྤང་དུ་འཇུག་པ་ལ། རྣམ་ཤེས་རྒྱུད་ཞོན་  
 གདམས་པ་ཐོངས། རྣམ་རྟོག་རྒྱུད་བྱུང་བ་ལ། རྒྱུན་མ་ངོས་འཛིན་གདམས་ངག་ཐོངས། ཤེས་པ་  
 ལུལ་ཕྱིར་ཤོར་བ་ལ། བྱ་རྒྱུ་གཟིངས་སུ་གདམས་ངག་ཐོངས། སྦྱོང་པའི་སྦྱང་ཐབས་གོ་ལགས་སམ། སྦྱོང་  
 པའི་སྦྱང་ཐབས་མ་གོན། ཁེང་ཆེན་འབྱིང་བ་བཞིན་དུ་སྦྱང། འདམ་སྦྱོང་པ་མ་བཞིན་དུ་སྦྱང། སྤང་  
 ཆེན་སྦྱོན་པ་བཞིན་དུ་སྦྱང། ཤེས་གོང་ཕྱིས་པ་བཞིན་དུ་སྦྱང། འབྲས་དུ་འཆར་ལུགས་གོ་ལགས་  
 སམ། འབྲས་དུ་འཆར་ལུགས་མ་གོན། མི་རྟོག་པ་ལས་ཆོས་སྦྱུང་འབྱུང་། བདེ་བ་ཉིད་ལས་ལོངས་སྦྱུ་  
 འབྱུང་། གསལ་བ་ལས་ནི་སྦྱུལ་སྦྱུང་འབྱུང་། གཉུག་མས་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་སྦྱུ་ མིང་ལ་མཁའ་པའི་སྦྱུ་བཞི་  
 ཡོད། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་གཞི་བཞེད། ལྟ་བ་སྦྱོང་པ་ཉམས་ཐོང་གསུམ། བཅོས་ཐབས་སྦྱོང་པ་འབྲས་དུ་  
 ཇུག རྣལ་འབྱོར་ཉམས་ལ་ཤར་ནས་སྤངས། བྱིད་ཀྱང་དེ་ལྟར་ཉམས་སུ་ལོངས། ཞེས་གསུངས་པ་དང་།  
 ཡང་རམ་ལྗོངས་ལྟ་བུ་བཞུགས་སྐབས། རས་རྒྱུད་བ་དང་འབྲི་སྦྱོང་རས་པ་གཉིས་ལ་གསུངས་པའི་མགུར་  
 ལས། ཉམས་དགའ་ལོ་ཐ་སྦྱང་བཤམ་བས་སྦྱིད། རྩི་རིན་ཅན་གྱི་སྤྲུལ་གཙུག་ན་བཞུགས། འབྲལ་མེད་ཀྱི་  
 རྟོགས་པ་རྒྱུད་ལ་ཤར། བྱོད་དཔྱོད་འཕམས་ཅན་གྱི་སྦྱོན་སྦྱོང་གཉིས། ཉེར་ལེན་ནང་ནས་མ་འཕྲོད་ན། ཀྱུ་  
 ཙོ་བྱེད་པ་དང་རྒྱལ་ཡིན། ལམ་སྦྱོར་འདོགས་ནང་ནས་ཆོད་པ་ལ། མཐའ་བཤམ་གྱི་ལྟ་བུ་མི་ཟེར་རམ། ལྟང་  
 རིགས་དང་འབྲལ་བཞིག་རྒྱུད་དུ་ཆེ། རྣམ་རྟོག་ཆོས་སྦྱར་ཐིམ་པ་ལ། རང་བྱུང་གི་སྦྱོང་པ་མི་ཟེར་རམ། ཉམས་  
 ཐོང་དང་འབྲལ་བཞིག་རྒྱུད་དུ་ཆེ། ཆོགས་དུག་རང་སར་དག་པ་ལ། རོ་སྦྱོངས་ཀྱི་སྦྱོང་པ་མི་ཟེར་  
 རམ། སུས་ཆོད་དང་འབྲལ་བཞིག་རྒྱུད་དུ་ཆེ། བདེ་སྦྱོང་གི་ཉམས་ཐོང་སྦྱོང་པ་ལ། རྟོན་བརྒྱུད་ཀྱི་  
 གདམས་ངག་མི་ཟེར་རམ། དབང་བཞི་དང་འབྲལ་བཞིག་རྒྱུད་དུ་ཆེ། རྩོད་ཉིད་ཀྱི་གསལ་སྤང་བྱེད་པ་  
 ལ། སམ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་མི་ཟེར་རམ། ལམ་རྟོགས་དང་འབྲལ་བཞིག་རྒྱུད་དུ་ཆེ། རང་སེམས་ཟད་སར་  
 སྦྱོལ་བ་ལ། ཆོ་གཅིག་གི་སངས་རྒྱས་མི་ཟེར་རམ། སྦྱོང་བཞི་དང་འབྲལ་བཞིག་རྒྱུད་དུ་ཆེ། ལྟང་རིགས་  
 དང་མན་ངག་ལྡན་པ་ལ། བརྒྱུད་ལྡན་གྱི་སྤྲུལ་མི་ཟེར་རམ། ཐུགས་རྩི་དང་འབྲལ་བཞིག་རྒྱུད་དུ་ཆེ།  
 དད་ལྡན་སྦྱིང་རྩི་ཆེ་བ་ལ། རྩོད་ལྡན་གྱི་སྦྱོང་པ་མི་ཟེར་རམ། རོས་གུས་དང་འབྲལ་བཞིག་རྒྱུད་དུ་ཆེ།  
 ལམ་སེམས་ཐག་ལྟ་བུ་གཙོད་པ་ཡིན། ཉམས་སུ་སྦྱོང་པས་ལེན་པ་ཡིན། སྦྱོང་པ་མཐའ་དུ་འདོན་པ་

ཡིན། ཁའོན་ཏུ་སྒྲིབ་ཞིབ་ཀྱི་དཔལ་ཡིན། འབྲས་བུ་སེམས་སུ་འདོད་པ་ཡིན། ཐམས་ཅད་གཅིག་ཏུ་རྟོགས་པ་  
 ཡིན། ཞེས་དང་། ཡང་སེམས་སྒྲུབ་རས་པ་ལ་གསུངས་པའི་མགུར་ལས། རྗེ་བྱིན་རྒྱལ་མ་ཅན་ལ་བྱག་འཆའ་  
 ལོ། ལྟ་བུའི་བྱང་འཇུག་སྒོ་རེ་བདེ། སྒྲོམ་པའི་བྱང་འཇུག་ཉམས་རེ་དགལ། སྦྱོང་པའི་བྱང་འཇུག་དང་རེ་  
 སྒོ། བྱང་འཇུག་གསུམ་པོ་དོ་མཆོར་ཆེ། ལྟ་བུའི་བྱང་འཇུག་མ་ཤེས་ན། ལྷང་སྤྱི་ཆོས་སྐྱར་ག་ལ་ཤེས། ལྟ་  
 སྒྲོམ་པའི་བྱང་འཇུག་མ་ཤེས་ན། ལྷག་བསྐལ་རྒྱན་ཏུ་ཅི་ལ་འཆར། སྦྱོང་པའི་བྱང་འཇུག་མ་ཤེས་ན། ཞེན་  
 པ་རང་ལོག་ག་ལ་ཡོང་། འཕྲོ་བྱུག་འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་དང་། བྱ་དན་འདས་པའི་ཡེ་ཤེས་གཉིས། ལྟ་  
 དབྱེར་མེད་དང་ཏུ་དོ་བོ་གཅིག་ ལྟ་བུའི་བྱང་འཇུག་དེ་ལ་མཛོད། ལྷ་ཆོགས་སྤང་བའི་དཀར་དམར་  
 དང་། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་གཉིས། དབྱེར་མེད་ཆོས་སྐྱར་དོ་བོ་གཅིག་ སྒྲོམ་པའི་བྱང་འཇུག་དེ་  
 ལ་མཛོད། རྒྱ་ལྷ་བཞིན་ཏུ་ཀྱན་ལ་བྱུང། འཇའ་ཆོན་བཞིན་ཏུ་དོས་བབྱང་མེད། ཁར་མེད་འོད་བཞིན་  
 གསལ་ལ་བྱངས། སྦྱོང་པའི་བྱང་འཇུག་དེ་ལ་མཛོད། རྟེན་སེམས་ཅན་ཀྱན་ལ་ཡོད། རྟེན་བྱང་འཇུག་  
 རྣམ་གསུམ་ལགས། གཉིས་སུ་མེད་པའི་ལྟ་བུའི་དོན། ཡིངས་སུ་མེད་པའི་སྒྲོམ་པའི་དོན། བྱང་ཏུ་འཇུག་  
 པ་སྦྱོང་པའི་དོན། རྟེན་གསུམ་དབྱེར་མེད་འབྲས་བུའི་དོན། འབྲུག་གི་ཉམས་ལེན་དེ་ལ་མཛོད། ཅེས་  
 གསུངས་པ་དང་། རས་རྒྱུད་བལ་གནད་བའི་གསུང་གི་ཐ་མ་སྟོང་བོ་གནད་བྱུག་གི་མགུར་ལས། བྱ་སྟོང་དང་  
 འབྲ་བའི་རས་རྒྱུད་བ། ཁ་ཆེས་གདམས་དག་སྐྱུ་འདི་ཉོན། ཁམས་གསུམ་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཆོན། ལྷ་  
 ལུས་ཀྱི་ཕུང་པོ་སྤྲིག་པོ་ཆེ། ལྷ་གོས་ཀྱི་ཞེན་པ་བསྐྱབས་བསྐྱབས་ནས། འཇིག་རྟེན་བྱ་བ་ཐོངས་དུས་མེད། ལྟ་  
 འཇིག་རྟེན་བྱ་བ་ཐོངས་ཤིག་རས་རྒྱུད་བ། ལྷ་མ་ལུས་ཀྱི་གྲོང་ཁྱེར་ན། རང་སེམས་དངོས་མེད་སྤྲིག་པོ་  
 ཆེ། ལུས་ཤུགས་གི་རྗེས་སུ་འབྲངས་འབྲངས་ནས། ཆོས་ཉིད་དོན་ལ་རྟོགས་དུས་མེད། སེམས་བརྩར་ཤ་  
 ཆོད་ཅིག་རས་རྒྱུད་བ། བཅའ་རིག་གཉིས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆོམས་ན། རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་སྤྲིག་པོ་ཆེ། ལྷ་བྱུར་གྱི་རྒྱུན་  
 ཁ་འགྲིམས་འགྲིམས་ནས། རྒྱེ་མེད་ཀྱི་དོན་ལ་རྟོགས་དུས་མེད། རྒྱེ་མེད་བཅོན་ས་བྱངས་ཤིག་རས་རྒྱུད་  
 བ། ཆོ་འདི་བྱི་གཉིས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆོམས་ན། བར་དོའི་རྣམ་ཤེས་སྤྲིག་པོ་ཆེ། ལུས་མེད་ལུས་དང་འགྲོགས་  
 འགྲོགས་ནས། གནས་ལུགས་དོན་ལ་རྟོགས་དུས་མེད། གནས་ལུགས་གཏན་ལ་ཐོབ་ཅིག་རས་རྒྱུད་བ། རིགས་  
 བྱུག་འཇུག་བའི་གྲོང་ཁྱེར་ན། ལས་དན་སྤྲིག་སྤྲིབ་ཆོན་པོ་ཆེ། ཆགས་སྤང་རྗེས་སུ་འབྲངས་  
 འབྲངས་ནས། མཉམ་པ་ཉིད་ལ་རྟོགས་དུས་མེད། ཆགས་སྤང་སྤྱོད་ཤིག་རས་རྒྱུད་བ། མི་མའོན་ནམ་  
 མཁའི་དབྱིངས་ཤིག་ན། རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱུ་ལས་རྒྱུན་མཁའ། དྲང་དོན་གྱི་བསྐྱེད་བྱིང་གསུངས་  
 གསུངས་ནས། རེས་པའི་དོན་ལ་རྟོགས་དུས་མེད། ཐ་སྟོང་སྤྱོད་ཤིག་རས་རྒྱུད་བ། ལྷ་མ་ཡི་དམ་  
 མཁའ་འགྲོ་གསུམ། གཅིག་ཏུ་དྲིལ་ལ་གསོལ་བ་ཐོབ། ལྟ་བུ་སྒྲོམ་པ་སྦྱོང་པ་གསུམ། གཅིག་ཏུ་དྲིལ་ལ་  
 འདྲིས་སུ་རྒྱུག རྟེན་གདམས་དག་ཀྱན་གྱི་ཐ་མ་ཡིན། ཁ་ཆེས་ཀྱན་གྱི་མཇུག་མ་ཡིན། དོན་དེ་ལས་མེད་དོ

རས་རྒྱུ་བ། །དེ་ཉམས་སྤྱོད་ས་ཤིག་རས་རྒྱུ་བ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །འདིའི་ནང་དུ་ཉམས་ལེན་གྱི་  
གནད་ཡོངས་སྤྱོད་ས་ཤིག་གྱུང་ཐང་བསྟན་པའི་སྒྲིལ་མེས་འགྲེལ་བ་གྲུབ་པའི་དགོངས་ཀྱི་བྱ་བ་ཞིག་  
བཅུམས་ཡོད། །

མདོར་ན། མགུར་འབྲུག་དུ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཡོངས་སྤྱོད་ས་ཤིག་པ་ལས་དཔེར་མཆོད་ཅམ་དངས་པ་ཡིན་པ་  
ཀྱང་། དེ་ལས་མགུར་ཁག་ཅིག་ནི། གསལ་འདེབས་དང་། བཟ་ཤིས་སྒྲིལ་ལམ་གྱི་སྒྲིལ་དང་། ཁག་ཅིག་ནི་  
གནས་བསྟོན། ཁག་ཅིག་ནི་ཐུན་མོང་ལམ་སྤྱོད་ས་ཤིག་དང་དེའི་ཡན་ལག་ནམས་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། མི་  
ཉག་པ་དང་། རིགས་བྱུག་གི་སྤྱུག་བསྐྱེད། གོང་ཆོས་སམ་ཆོས་བརྒྱུད་ཀྱིས་འབགས་པའི་སྒྲིལ་ཆེན་པ་གཞན་ལ་  
བྱུར་བ་དང་། གཤུལ་བྱ་ནམས་ལ་གནད་བའི་བསྐྱེད་བྱའི་སྒྲིལ་དང་། མགུར་ཁག་ཅིག་ནི། གློའི་རུས་ཆོད་  
དང་བསྟན་ནས་སྒྲིལ་ཏེ་ཉིད་ཀྱི་ཉམ་པ་དོ་མ་འཁྲིད་ཐབས་སྤྱོད་ས་ཤིག་ལ་ཉམ་པ་སྤྱོད་ས་ཤིག་གི་ཉམ་པ་  
པའི་ཡུལ་དུ་བྱུང་བའི་གྲུབ་ཐོབ་པའི་ཆེ་ཞེས་ཐོག་མའི་ཉམ་པ་ལ་ཉམ་པ་འདིའི་སྒྲིལ་ཆེན་ལྟགས་ཏེ། སྤྱུག་སྤྱོད་ས་ཤིག་གི་  
སྤྱོད་ས་ཤིག་ལམ་སྤྱོད་ས་ཤིག་པ་ནས་དབྱུང་མཆོད་པོར་གྱུར་བ་མང་དུ་ཡོད་པས་གྲུབ་ཆེན་འགའ་ཞིག་གིས་དོ་ཉ་  
རྩོམ་སྤྱོད་ས་ཤིག་གི་ཉམ་པ་ཞིག་གསུངས་པ་འགའ་ཅི་ཡང་ཉམ་པ་འདི་དང་སྤྱོད་ས་ཤིག་པ་མང་བར་ཡོད།  
ཐོད་ཀྱི་བཀའ་བརྒྱུད་གོང་མ་ནམས་ཀྱིས་ཉམ་པ་ཞིག་ལ་ཉམ་པ་འདི་དང་སྤྱོད་ས་ཤིག་པ་མང་བར་ཡོད།  
འདིའི་སྒྲིལ་དབྱུང་མའི་འཁྲིད་པའི་ལྟགས་ཡིན་པས། དཔེར་ན། གཤེན་སྒྲིལ་རས་པ་ལ་གསུངས་པའི་མགུར་  
དུའང་། མ་དང་ཡུལ་ལ་མཆོད་གསལ་བ། ཞེས་པ་བཅོས་པ་སྤྱོད་ས་ཤིག་ལ། དེ་གཉིས་སྤྱོད་ས་ཤིག་ལ་  
ལས། འབྲུག་ཉེན་འབྲེལ་བཅུ་གཉིས་བྱུང་། འབྲུག་ཉེན་འབྲེལ་བཅུ་གཉིས་བྱུང་། འབྲུག་ཉེན་འབྲེལ་བཅུ་གཉིས་བྱུང་།  
བྱུང་། འབྲུག་ཉེན་འབྲེལ་བཅུ་གཉིས་བྱུང་། ཞེས་པ་དང་། ལིང་བ་བྲག་སྤྱོད་ས་ཤིག་ལ་གསུངས་པའི་མགུར་དུ།  
འབྲུག་དང་སྤྱོད་ས་ཤིག་གསུམ། བྱུང་ཡང་ནམ་མཁའ་རང་ལས་བྱུང་། བྱུང་ཡང་ནམ་མཁའ་རང་ལ་  
ཐིམ། འཇའ་དང་ན་བྱུན་ལྟག་ན་གསུམ། བྱུང་ཡང་བར་སྤྱོད་ས་ཤིག་ལས་བྱུང་། བྱུང་ཡང་བར་སྤྱོད་ས་ཤིག་  
ལ་ཐིམ། ཆེ་བཅུད་དང་ལོ་རྒྱུ་འབྲས་བྱུང་གསུམ། བྱུང་ཡང་ས་གཞི་རང་ལས་བྱུང་། བྱུང་ཡང་ས་གཞི་  
རང་ལ་ཐིམ། ཉམས་ཆོས་ལོ་རྒྱུ་འབྲས་བྱུང་གསུམ། བྱུང་ཡང་རི་བོ་རང་ལས་བྱུང་། བྱུང་ཡང་རི་བོ་རང་  
ལ་ཐིམ། རྒྱུང་དང་རྒྱུང་རྒྱུང་རྒྱུང་གསུམ། བྱུང་ཡང་རྒྱུང་རྒྱུང་རྒྱུང་ལས་བྱུང་། བྱུང་ཡང་རྒྱུང་རྒྱུང་  
ལ་ཐིམ། བཀ་ཆགས་དང་ཞེན་ཆགས་འཛིན་ཆགས་གསུམ། བྱུང་ཡང་ཀྱན་གཞི་རང་ལས་བྱུང་། བྱུང་ཡང་ཀྱན་གཞི་

① གྱུང་ཐང་བསྟན་པའི་སྒྲིལ་མེས་བཅུམས་།།ཆེ་བཅུན་མི་ལའི་ཞལ་གདམས་ཀྱི་འགྲེལ་བ་གྲུབ་པའི་དགོངས་ཀྱི་བྱ་བ་ཞིག་  
བསྟན་པའི་སྒྲིལ་མེས་གསུང་འབྲུག་པོད་།།P306—313  
② ཐུའུ་བཀའ་ཆོས་ཀྱི་ཉམས་བཅུམས་།།ཐུའུ་བཀའ་རྩོམ་སྤྱོད་ས་ཤིག་ལ་ཉམ་པ་འདིའི་སྒྲིལ་ཆེན་ལྟགས་ཀྱི་ཉམ་པ་ཞིག་  
མེད་པས་བཟང་པོའི་ནམ་ཐར་མདོ་ཅམ་བཞེད་པ་དགེ་ལུན་བསྟན་པའི་མཛེས་ཀྱི་ཀྱན་སྤྱོད་ས་ཤིག་ལ་ཉམ་པ་འདིའི་སྒྲིལ་ཆེན་ལྟགས་ཀྱི་ཉམ་པ་ཞིག་

ཡང་ཀུན་གཞི་རང་ལ་ཐིམ། །ཞེས་པ་ནམས་སེམས་ཙམ་པའི་ལྟ་བ་དང་ཆ་འདྲ་བ་མང་བོ་དང་། རྣལ་  
 འབྱུང་བཞིའི་ངོ་སྤྲོད་ཀྱི་མཁུར་དེ་དག་ལའང་དབུ་སེམས་ཀྱི་ལྟ་བའི་བཤད་པ་ཅི་རིགས་སྣང་ངོ་། །ཡང་  
 མཁུར་ནམས་སྟུ། པ་མའི་རྩ་རྒྱུན་གྱི་ནས་ཤར། །རང་ཀུན་གཞིའི་ནམ་ཤེས་ནང་ནས་ཤར། །བར་དུ་མི་ལུས་  
 གཙང་མ་ཐོབ། །ཞེས་ཀུན་གཞིའི་ཐ་སྟངས་མང་དུ་བྱུང་ནའང་། དེ་དག་ཐམས་ཅད་སེམས་ཙམ་པའི་འདོད་  
 ཚུལ་ལྟར་གྱི་ཀུན་གཞི་ལ་གོ་བ་མིན་ཏེ། ཆོག་སྤྱིའི་དོན་ལ་བརྟགས་པས་ཤེས་ཅུས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡིད་ཀྱི་  
 རྣམ་ཤེས་ལ་མིང་ཀུན་གཞི་ནམ་ཤེས་སུ་བཏགས་པ་སྟགས་ཀྱི་གཞུང་ལ་མང་དུ་འབྱུང་བར་སྣང་བས། དོན་  
 ལ་དབྱད་པར་བྱའི་ཀུན་གཞི་ནམ་ཤེས་ཞེས་གསུངས་པ་ཙམ་གྱིས་ཡིད་ཀྱི་ནམ་ཤེས་ལས་ངོ་བོ་ཐ་དད་པའི་  
 ཀུན་གཞི་ནམ་ཤེས་སུ་གཞན་ནས་འབྱུང་བ་ལ་གཟུང་བར་མི་བྱ་བར་གསུངས་པ་དང་། བརྟན་པ་སྤངས་ཀྱི་  
 ལོ་སྤྱོད་ལེ་ཤེས་སྤེས་ཀྱང་། ཀུན་གཞི་ནི་མིང་གཅིག་ཏུ་ན་སེམས་ཞེས་ཀྱང་བྱ་སྟེ། དགོ་བ་དང་མི་དགོ་བ་དང་།  
 ལུང་མ་བརྟན་པའི་བག་ཆགས་སོགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་  
 གསུངས་པ་མཐའ་དག་སེམས་ཙམ་པའི་ལྟ་བ་སྟོན་པར་འབྲུལ་མི་རུང་ངོ་། །མཁུར་ཁག་ཅིག་ནི། ལམ་གྱི་རིམ་  
 པ་ཁ་ཆང་མཁུར་གཅིག་ཏུ་སྟོན་པ་མང་དུ་འབྱུང་ནའང་། ཆོག་ཆོགས་ལ་འཇིགས་ནས་ཐར་ཆགས་སུ་བཀོད་  
 མ་ཅུས་སོ། །གང་ལྟར། ཐོད་རང་དུ་དཔེ་སྟོན་པ་ལ་མཁས་པའི་རྩེ་བཅུན་མི་ལ་རས་པས་གསུངས་པའི་  
 མཁུར་གྱི་བརྗོད་བྱ་མཐའ་དག་གིས་ལམ་རིམ་གྱི་བརྗོད་བྱ་ཁ་ཆང་ཞིག་བརྟན་ཡོད་ནའང་། དེ་ལ་ཉམས་  
 ཞིབ་དང་དོ་སྣང་བྱེད་པ་མ་མཐོང་བས་རང་ཅུས་ཀྱིས་ཅུང་ཟད་དབྱད་པའི་ཡུལ་དུ་བྱས་པའོ། །

① རྩེ་ཙོང་ཁ་བས་བཙུགས། «དཔལ་འཁོར་ལོ་བདེ་མཆོག་རིམ་པ་ལྟའི་བཤད་པ་སྟགས་པའི་དོན་ལྟ་བའི་མིག་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་  
 བཞུགས་སོ།» ཐོད་ཐ་བ། མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟོན་ཁང་གིས་དཔར། 1999. P496  
 ② ཡེ་ཤེས་སྤེས་བཙུགས། «བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་འགྲེལ་བ་བཞིའི་དོན་བསྟུས་ནས་བརྗོད་བྱ་དུ་བྱས་པ་བཞུགས་སོ།» P586

ས་བཅད་དུག་པ། མི་ལ་རས་པའི་མགུར་མའི་བྱང་ཆོས།

### དང་པོ། བོད་རང་གི་ཚུམ་ཉམས་དང་མཐུན་པ།

བོད་རང་གི་ཚུམ་ཉམས་དང་མཐུན་མི་མཐུན་དེ་ཡང་མཐར་ཐུག་ན། མི་རིགས་ཀྱི་རང་བཞིན་དང་……  
མཐུན་མི་མཐུན་ལ་ཟེར་བ་ཡིན་ཏེ། བོད་མི་རིགས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཟེར་བ་ནི། བོད་མི་རིགས་ཀྱི་གོམས་གཤིས་  
དང་མཐུན་པ་དེ་ཡིན་<sup>①</sup>པས། ཚུམ་རིག་ལ་མི་རིགས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡོད་པ་དེ་ནི། ཚུམ་རིག་ལ་མི་རིགས་དེའི་  
ཚུམ་ཉམས་ཡོད་པའོ། །ཚུམ་ཉམས་དེའང་། ཚུམ་གཤིས་དང་དེ་འབྲུར་དུ་བཏོད་པའི་སྐྱུ་རྒྱུ་ལ་གཉིས་ཀས་  
མཚོན་བཞིན་ཡོད་པས། རྗེ་བཙུན་མི་ལ་རས་པའི་མགུར་མའི་ནང་། དེ་དག་གིས་རྒྱས་པ་ཇི་ལྟར་ཐོན་ཡོད་……  
ཟེར་ན། མགུར་འབྲུམ་ལ་ཉམས་ཞིབ་བྱེད་མཁན་ནམས་ཀྱིས་གསལ་བོར་བཤད་པ་མི་སྣང་ལ། བྱང་པར་དུ་  
ལོ་རབས་བརྒྱུ་ཅུ་འུ་བཅའ་བཅའ་པའི་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་གྱི་བོད་ཀྱི་མགུར་སྤྱད་འཕེལ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་བྱང་  
ཆོས་བསྟུས་པར་སྟོན་པ་རིག་པའི་བྱེད་ཀྱི་ནམ་པར་ཅེན་པའི་སྐྱེད་ཆའ་ཞེས་པར་ཡང་བྱེད་བྱ་ཏུ་བཀོད་མེད་  
དོ། །གསལ་བོར་བཤད་ན། ད་ལྟའི་བར་དུ་འདྲི་སྐྱོར་ལ་ཉམས་ཞིབ་བགྱིས་པ་མཐའ་དག་གིས་རྗེ་བཙུན་མི་  
ལ་རས་པ་འཚོ་གཞིས་གནང་བའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་སྤྲོད་དང་། མགུར་འབྲུམ་གྱི་ལོ་རྒྱུས། མི་ལ་རས་  
པའི་མགུར་གྱི་བསམ་སྒྲུབ་རང་བཞིན། སྐྱུ་རྒྱུ་གྱི་རང་བཞིན། མགུར་མ་གཞན་དང་ཞིབ་བསྟར་བཅས་……  
ཕྱོགས་ལྔ་ལ་མདོར་ཅན་མ་གཏོགས། སྐབས་དེར་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཉིད། སློ་ཡུལ་ལས་འདས་པའི་ཚུམ་ཉམས་  
དེ་འདྲ་ཞིག་ཆོས་དང་འདྲིས་ནས་ཐོན་པ་ཉི། བོད་ཀྱི་ཚུམ་རིག་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་འགྱུར་ཁྱུག་ངེས་ཅན་ཞིག་……  
མཚོན་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་། མགུར་སྤྱད་འཕེལ་བྱང་ཆོས་སོགས་ལ་སྤྲོད་ཀྱང་ཉམས་ཞིབ་བགྱིས་མེད་པས།  
འདིར་ཅུང་ཟད་སྟོན་བར་བྱ་བ་ལ།

<sup>①</sup> དུང་དཀར་སློབ་ཐོབ་འཕྲིན་ལས་ཀྱིས་བཅུམས་།།གྲུབ་མཐའི་སྐྱོར་གྱི་ནམ་བཤད་།།།མཁས་དབང་དུང་དཀར་སློབ་ཐོབ་  
འཕྲིན་ལས་ཀྱི་གསུང་འབྲུམ་།།བོད་ག་བཅི་རིགས་དཔེ་སྟན་ཁང་།2004. P545



## གཅིག རྩོམ་གཤིས་ཀྱི་ཆ་ནས་

སྟན་ངག་མེ་ལོང་མ་མ་དར་བའི་ཡར་སྟོན་དུ་བོད་ལ་རྒྱ་གར་གྱི་ལུགས་སྒྲིལ་ཏེ། དེ་ལྟའི་ཆོགས་བཅད་……  
 སྟོར་བ་ལ། །བེན་རྒྱ་དང་ཁྲ་ཏ་བའི། ཆོག་གི་སྟོར་ཚུལ་ནམ་པ་གཉིས། །འཕགས་པའི་ཡུལ་གྱི་མཁས་ལ་……  
 གཤམ། །ཞེས་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་སྟེང་ནས་ཁ་སྟོད་པ་དང་དམ་པའི་ལུགས་ཞེས་ཞིབ་ཆ་ཆེར་མེད་ན་འདྲ་།  
 བསྟན་པ་སྤྲ་དར་གྱི་མགུར་མ་དང་། དེ་ནས་བཀའ་གདམས་པའི་ཚོམ་རིག་པ་ལ་ཆེ་བ་དང་། རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་  
 མགུར་མ་བཅས་ནི། བོད་ཀྱི་དམངས་ཁྲིད་ཚོམ་རིག་ལ་དཔེ་དང་མིག་སྟོན་བྱས་ཏེ། གོ་སླ་བ་དམིགས་སུ་……  
 བཟུང་བའི་ཚོམ་རིག་ཤ་སྟག་ཡིན་པས། རྩོམ་གཤིས་ཀྱི་ཆ་ནས་བཤད་ན། ཁ་སྟོད་པའི་རང་བཞིན་ཅན་ནོ། །  
 དེ་ལྟར་གོ་སླ་བ་དམིགས་སུ་བཟུང་དགོས་དོན་གཙོ་བོ་ནི། གཅིག་ནས་དེ་དུས་རང་རའི་བོད་ལ་སྟན་ངག་གི་  
 གཞུང་ཞིག་མེད་པའི་རྒྱུ་དང་། གཉིས་ནས་ཆོས་ལུགས་གསར་དུ་དར་བའམ་བསྐྱར་དར་གྱི་སྐབས་དང་……  
 ཞེས་བས། ཆོས་ཀྱི་དོན་ནམས་གོ་སླ་བའི་སྟོན་ནས་བརྗོད་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དཔེར་ན། དེ་དུས་ཆོས་ཀྱི་  
 དོན་ནམས་གོ་སླ་བར་སྟོན་པའི་གཞུང་ནི། རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་མགུར་མ་ཁོ་ན་མ་ཡིན་པར་བཀའ་གདམས་པའི་  
 དགོ་བཤེས་པོ་རྟོ་བའི་ (1027—1105) དཔེ་ཆོས་རིན་ཆེན་སྤངས་པ་སྟེ། ལམ་རིམ་གྱི་བརྗོད་བྱ་ནམས་དཔེ་  
 འབའ་ཞིག་སྐྱར་ནས་གསུངས་པ་དང་། བཀའ་བརྒྱུད་པ་ལའང་། རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་མགུར་དུ། ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་  
 པོ་ལྟ་བུའི་རྩེ་དང་། ཞེས་སྟགས་ཕྱག་ཆེན་གྱི་སྒྲ་སྟོན་ཅམ་འབྱུང་བ་ལ་བརྟེན་ནས། ཕྱིས་སུ་ཁ་རྩེ་གསལ་དུ་  
 བཏང་བ་ནི་མཉམ་མེད་དུགས་པོ་ལྟ་རྩེ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ནས་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་འཁྲིད་ལུགས་ཀྱི་ནམ་གངས་  
 མང་དུ་མཛད་འདུག་སྟེ། དཔེར་ན་རྩེ་སྟག་པོ་བ་ (1079—1153) བེ་ལྟ་ཅིག་སྟེས་སྟོར་དང་། འབྲི་གུང་འཛིག་  
 རྟེན་མགོན་པོས་ (1143—1217) བེ་ལྟ་ལྟ། གཙང་བ་རྒྱ་རས་པ་ (1161—1211) སྟགས་ཀྱིས་ཁྲིད་ཆེན་བརྒྱུད། ར་  
 རྟོམས་སྟོར་དུག་འཛིན་ཆོས་བདུན་སྟགས་བྱང་ཡོད་ལ། སྐབས་མཐའ་ལའང་དུགས་པོ་ལྟ་རྩེ་རང་ནས་ཐད་ཀར་  
 བརྒྱུད་དེ་གདུལ་བྱ་འཁྲིད་ཐབས་སུ་ཉམས་ལེན་མི་འདྲ་བ་ཆེ་བཞི་དང་། སྟོབ་མ་ཡང་སྟོབ་ནམས་ལས་བརྒྱུད་  
 པ་ལ་རྒྱུད་བརྒྱུད་དུ་གཤམ་པ་བཅས་ལ་གཞིགས་ན་འདྲ་། སངས་རྒྱས་ཆོས་ལུགས་སྟེ་དང་ཁྲུང་པར་དུ་སྐབས་  
 མཐའ་རང་རང་གི་ཉམས་སུ་སྤང་བའི་ལྟ་བ་ནམས་གོ་སླ་བ་དང་འབྲེལ་བ་འབྲེལ་བཤད་དར་བའི་དུས་ལ་……  
 ཞེས་བས། རྩེ་བཅུན་མི་ལས་ཀྱང་གང་གསུངས་གདུལ་བའི་རྒྱུད་ཆོད་དང་བསྟན་ནས་ཆོག་གོ་དཀའ་བ་……  
 སྟགས་མ་ཡིན་པར་དཔེ་རྩོམ་ཆོགས་དང་དམངས་ཁྲིད་ཀྱི་དབྱངས་རྟ་དང་སྐྱར་ནས་གསུངས་པ་བསྟོན་མི་ལུས་

① ས་པཎ་གྱིས་བཅུམས།《མཁས་པ་ནམས་འཇུག་པའི་སྟོན་ཞེས་བྱ་བའི་བསྟན་བཅོས》མི་རིགས་དཔེ་སྟླན་ཁང་།1981. P46

② ར་རྟོམས་སྟོར་དུག་འཛིན་ཆོས་བཤུང་བས་གཏེར་དུ་སྟེན་པར་གཤམ་གྱིང་། ཕྱིས་སུ་གཙང་བ་རྒྱ་རས་ཀྱིས་ཅ་རའི་གནས་སྟོན་ཕྱི་སྟེ།  
 གཏེར་ནས་བཏོན་པར་བཤད།

སྒྲི ༡

དེའི་ཕྱིར། བསྟན་པ་ཕྱི་དར་གྱི་བོད་ཚོམ་ཐོག་མ་སྒྲ་ཆེན་དགོངས་པ་རབ་གསལ་གྱིས་མཛད་པའི་བསྟན་  
འགྱུར་ཁྲིད་དུ་བཞུགས་པའི་ཆོས་གྱི་སྒྱུན་པའི་བསྟོན་བ་དང་། མདོ་མཛོད་<sup>①</sup>དང་། འབྲོམ་སྟོན་རྒྱལ་བའི་འབྲུང་  
གནས་གྱིས་བཅམས་པའི་ཐོ་བསྟོན་སྐུ་ལྷ་བ་སོགས་ལ་རྒྱ་གར་སྟན་དག་གི་ཤན་ཤུགས་རྒྱུང་ཟད་ཐེབས་ཡོད་  
ནའང་། དེ་དུས་བཅམས་པའི་བསྟན་བཅོས་པ་ལ་ཆེ་བ་གོ་སྒྲ་བར་གཞིལ་ཡོད་པ་ནི། དུས་རབས་དེའི་ཚོམ་  
རིག་སྒྱུའི་ཚོམ་གཤིས་ཤིག་ཏུ་གྱུ་བ། དེ་ལྟ་བུའི་ཚོམ་གཤིས་དེའི་གསལ་སྤྱད་ཀྱི་བྱ་བ་ཏུ་བཤད་པ་ཡིན་ན། རྒྱ་  
གར་ནས་བོད་དུ་བསྐྱུར་བའི་བསྟན་བཅོས་སམ་རྒྱ་གར་ཚོམ་རིག་གི་ཤན་ཤུགས་རྒྱུང་ཟད་ཡོད་པ་དང་རྒྱུང་  
ཟད་ལས་མེད་པའི་ཚོམ་གཤིས་གཉིས་སུ་དབྱེ་ཆོག རྩ་མ་ནི་བོད་རང་གིས་བཅམས་པའི་བསྟན་བཅོས་ཏེ།  
སྡེ་དགེ་བསྟན་འགྱུར་དུ་མཛོན་བྱང་ཐེབས་པ་བསྟན་བཅོས་ཆེ་ཆུང་ད་དུག་ལྟ་འབྲུང་བ་དང་། སྤྱི་ལོ་<sup>1092</sup>  
ལོར་བཟང་ས་པའི་པོ་བྲང་ནི་བ་འོད་ཀྱི་བཀའ་ཤོག་ཏུ། དེ་སྟོན་བོད་མིའི་བཅམས་པའི་བསྟན་བཅོས་གྱི་  
མཛོན་ཐོ་བདུན་རུ་དོན་གཉིས་ཅམ་བྱངས་པ་རྣམས་དང་། བཀའ་གདམས་པའི་ཚོམ་རིག་དང་། ཕྱི་མ་ནི་རྩེ་  
བཅུན་མི་ལའི་མགྱར་རོ། །

ཁ་ཅིག་གིས། སྟན་དག་མེ་ལོང་མ་བོད་དུ་མ་བསྐྱུར་བའི་ཡར་སྟོན་དུ། རང་རེའི་བོད་ཚོམ་རྣམས་ལ་རྒྱ་  
གར་བའི་ཚོམ་རིག་གིས་ཤན་ཐེབས་མི་སྲིད་དེ། སྟན་དག་མེ་ལོང་མ་ནི། ཤོད་སྟོན་རྩོ་རྩེ་རྒྱལ་མཛོན་གྱིས་སྤྱི་  
ལོ་<sup>1270</sup> ལོར་བོད་ཡིག་ཏུ་བསྐྱུར་བས་སོ་ཟེར་ནའང་། དེ་ལ་བྱུང་པ་མེད་དེ། དཔེར་ན། འགོ་མགོན་གྱིས་སྤྱི་ལོ་  
<sup>1259</sup> ལོར་བཅམས་པའི་བསྟོན་དབྱངས་རྒྱ་མཚོ་སྟན་དངགས་རིན་པོ་ཆའི་རྒྱན་རྣམ་པར་བཀྲ་བ་ཞེས་པ་  
དང་། སྤྱི་ལོ་<sup>1260</sup> ལོར་བཅམས་པའི་ཡི་གེའི་མཁོ་ལ་སྤེལ་བའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་ཞེས་པའི་སྐྱ་རྒྱན་གྱི་ཚོམ་སྤྱངས་  
ཆེས་ཆུང་དུ་བྱུང་བ་རྣམས་དང་། བཀའ་གདམས་བློ་ཆོས་ལས། སྤྱིང་ཁྱེར་སྐྱ་ལྟན་དུ། དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་  
པ་ཁྱེད་པད་མར་སྐྱ་སྐྱེ་བ་བཞེས་པའི་ལེན་ལས། ཐོག་མེད་འཁོར་བའི་ཐོག་མ་འདིར། རྒྱལ་བས་གྱིས་མ་དུལ་  
རྒྱལ་བས་མཆོག་ལ། སྤྱིག་ཅན་བདེ་བ་སྤྱག་བསྐྱེལ་བས། སེམས་ཅན་ལྟས་བདུད་སེམས་ལྟག་འཆོལ། ཁྱེ་མ་  
དུ་མ་གཅིག་དུར་འཁོར། རྟོག་མེན་རྟོག་ཏུ་གྲོལ་མ་ཡིས། ལས་དན་ལས་བཟང་མི་ཡི་ལྟས། ཐོབ་དགའ་  
ཐོབ་དུས་ཁྱེད་གྱིས་བཟུང་། ཞེས་རབ་ཏུ་བསྐྱེལ་ཤིང་གསོལ་བས། བ་སུ་བན་རྒྱའི་ཞལ་ནས། གཟུགས་  
མེད་གཟུགས་གྱི་རི་བོང་ན། འདོམ་མེད་འདོམ་པ་བཅོ་བརྒྱད་པས། ཁང་མེད་ང་ལ་བརྟུངས་ཡིས་ཏེ། །

① སྐུ་པ་པལྟེ་ཉས་སྒྲ་ཆེན་གྱིས་མཛད་པའི་མདོ་མཛོད་བྱ་བ་དེ་ཐོས་གཟིགས་ནས་བོད་གྱིས་འདི་ལྟ་བུ་གསལ་ཤིས་པལྟེ་ཉས་  
མཛད་པ་ཞིག་སྤྱང་གསུངས་ནས་མཉེས་སྒྲིད་དང་བསྟོན་བའང་ཤིན་ཏུ་བཟང་བོ་ཞིག་སྤྱང་རོ་ཞེས་སྤྱི་ལོ་<sup>1992</sup> ལོར་ཀན་སུ་མི་  
རིགས་དཔེ་སྐྱུ་ཁང་གིས་དཔར་བའི་ཆོས་འབྲུང་དཔག་བསམ་སྟོན་བཟང་གི་ཤོག་ངོས་<sup>357</sup> ཏུ་གསལ།

② སྤྱི་ལོ་<sup>1240</sup> ཡས་མས་སུ་འབྲུངས། འདས་ལོ་མ་དེས།



ཤན་ཤུགས་ཡིན་པར་བསྟོན་མི་ལུས་སོ། །བཀའ་གདམས་ཚུལ་རིག་འདི་དག་ལ་དྲི་བ་ཤུགས་ལྡན་ཡོད་ནའང་།  
སྐབས་འདིར་བཤད་བྱའི་དོན་མིན་ཞིང་། གང་ལྟར། སལ་ཆེ་བས་བཀའ་གདམས་སྒྲུལ་བའི་སྒྲེགས་བཅའ་ཞེས་  
རྩ་བོ་ཡབ་སྲས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་སྟོན་པའི་གཞུང་ཚད་མར་བྱེད་པས་ཟུར་ཙམ་དྲངས་པའོ། །

རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་མཁུར་མ་ནི། རྒྱ་གར་ཚུལ་རིག་གི་ཤན་ཤུགས་རྩལ་ཟད་འདྲེས་ཟེར་དོན་ཡང་། ཞོང་དུ་  
བཤད་པ་ལྟར་ཆོག་རིས་ཙམ་མ་ཡིན་པར་བརྗོད་བྱའི་ཐད། ཚུལ་ཡོངས་སུ་རྒྱུགས་པ་རྒྱ་གར་གྱི་ཚུལ་སྟངས་་་  
མིན་ཀྱང་། སྐབས་སྐབས་སུ་རྒྱ་གར་བའི་ཤན་རྩལ་ཟད་ཐེབས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་ཞིབ་ཆ་སྟེ་བ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན།  
རས་པ་དར་མ་དབང་ཕྱག་དང་མཇལ་བའི་སྐྱར་དུ། མ་རིག་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོ་ན། རིགས་དུག་འཁོར་བའི་  
ཆོང་ཕྱག་བདོག་ རྒྱ་གསུམ་གྱི་གྲུ་དང་མ་བྲལ་ན། རྒྱག་བསྐལ་གྱི་བྲོ་སྐྱོང་སྒྲོལ་བར་ངེས། ཞེས་རྒྱ་མཚོའི་  
ནང་དུ་ཆོང་ཕྱག་དག་གིས་ནོར་དུ་ལེན་པར་སོང་བ་ལ། སྒྲ་སྒྲོན་མ་ཞུགས་པའམ་གྲུ་དང་མ་བྲལ་བ་ཡིན་ན་་་  
དུས་ལས་མི་བཟུལ་བར་འཕྱར་བའི་བྲོ་སྐྱོང་མང་བོ་ལས་ཐར་བར་བརྗོད་པ་དང་། ཆེ་རིང་མཆེད་ལུས་དྲོད་་་  
ཉལ་བ་དང་ཞུས་ལན་གྱི་རིམ་པར། དེ་རིམ་སྟེ་དཔོན་བྱེད་ཀྱི་མཐུས། བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་གཟིངས་བཅས་  
ནས། འཇིགས་ཤིང་ཉྱ་བའི་རྒྱང་ལོག་དང་། ། འདྲོད་ཡོན་གཡོ་བ་སྤྱོད་མོའི་སྤྱིང་། ལས་ཀྱི་ཆུ་སྤྱོད་འཆོ་  
བ་ལས། མི་འཇིགས་བདེ་བས་བསྐྱབས་ནས་ཀྱང་། ལམ་མཐར་སོན་པ་ནོར་བུའི་སྤྱིང་། རྩ་ཆོགས་རིན་ཆེན་  
ས་གཞི་ལ། ལམ་རིང་དུ་བ་པའི་ཆོང་བ་རྣམས། འལ་བསོས་དལ་བར་གཉིད་ལོག་ཅིང་། ཅི་བསམ་་་་་  
དགོས་འདྲོད་ལེན་པར་བྱ། ཞེས་གཟིངས་ལ་བཞེན་ནས་རྒྱང་ལོག་དང་། སྤྱོད་མོའི་སྤྱིང་། ཆུ་སྤྱོད་ཀྱི་་་་་་་  
འཇིགས་པ་ལས་རྣམ་པར་བཟུལ་ནས་ནོར་བུའི་སྤྱིང་དུ་སྤྱོད་པར་དང་། དེ་ནས་རིན་པོ་ཆེས་གང་བའི་ས་  
གཞི་ལ་ངལ་གསོས་པར་བརྗོད་པ་དང་། དུག་དོག་གི་ཚོད་པ་རྩུ་འཕྱུལ་དང་རུས་པས་བསྐྱོག་པའི་སྐྱར་དུ།  
ཆོས་འབྲས་བུའི་རྒྱལ་བོ་རིན་ཆེན་སྤྱིང་། བྱ་རིག་པའི་ཆོང་ཕྱག་ཆོང་ཞིག་འདྲོན། ཆོང་ཕྱག་མེམ་ཆེ་མ་ཞན་  
ཅིག བརྒྱལ་མེམ་ཆེ་ཞན་པ་ན། ཆོས་ཉིད་ཀྱི་ནོར་བུ་འཆོར་ཉེན་གདའ། ཞེས་རིན་ཆེན་སྤྱིང་ནས་ཆོང་  
ཕྱག་གིས་ནོར་བུ་རིན་པོ་ཆེའི་ཆོང་ཞིག་འདྲོན་པ་ལ་མེམ་ཆེ་མ་བྱས་ཆོ། བཅའ་ཞིག་རྒྱུན་པོའི་ལག་ཏུ་ཤོར་ཉེན་  
གདའ་བ་སོགས་དཔེ་བཀོད་པ་འདི་ནི། རྒྱ་གར་གྱི་ཐ་སྟངས་ཀྱིས་ཤན་མ་ཞུགས་ནའང་། དཔེ་འདི་ནི་མཚོ་  
མཐའ་འབྲེལ་བའི་རྒྱ་གར་མི་རིགས་རྣམས་ཀྱི་ཡུལ་ཆོས་ཤིག་ཡིན་པས། ནང་བསྟན་གྱི་གཞུང་མང་བོ་བསྐྱར་  
བ་དང་བྱད་པར་དུ། དོ་ཉའི་སྒྲ་སྟེ། མཁུར་གྱི་སྐྱར་དང་། ཉེ་ལོ་བའི་མཁུར་འབྲུམ་འདྲུང་། མར་བ་ལོ་རྩེ་བའི་  
མཁུར་འབྲུམ་སོགས་དངོས་བརྒྱད་ཀྱི་སྒྲ་མ་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་མཁུར་མ་བྱང་བ་དང་བསྟན་ནས་རང་རེའི་་་་

① འོད་དཔག་དོ་རྗེས་བཅུམས། «རྣལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕྱག་དཔལ་ལྷན་ཉེ་ལོ་བའི་རྣམ་ཐར་འཁུར་འབྲུམ་གྲུབ་པའི་གཏམ་  
བཟང་» དེ་ལྟར་ཅན་གྱིས་ན། དཔེ་ཆའདི་ནི་བོད་རྫོང་ས་ལྷ་ཆེ་རྫོང་མང་མཁར་ཁབ་ཏུ་གྲོང་བ་ཞིག་གི་ལག་ནས་གཡུང་བོ་གནང་།  
② འོད་དཔག་དོ་རྗེས་བཅུམས། «མངའ་བདག་མར་བ་ལོ་རྩེ་ལོ་རྣམ་ཐར་འཁུར་འབྲུམ་བདེ་ཆེན་འབྲུག་སྐྱ་སྟན་པའི་སྐྱ་དབྱ

བོད་ཀྱིས་བརྒྱུ་མཁུ་པའི་ཚུལ་རིག་ཏུ་ཤུན་ཞུགས་ཐེབས་པའོ། །

འོ་ན། རྗེ་བཙུན་མི་ལའ་རས་པའི་མགུར་མའི་ཚུལ་གཤིས་དངོས་དེ་གང་ཡིན་ཟེར་ན། ཚུལ་པ་པོ་རང་ཉིད་  
ཀྱི་རང་གཤིས་མཚོན་ཞིང་། གསར་ཚུལ་གྱི་ཉམས་ཐྱོང་ཡུན་རིང་བསགས་པའི་ནང་། ཚུལ་ཡིག་སྐད་ཆས་ཕྱིར་  
མངོན་པའི་སྐྱུ་ཆུལ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་འདིའི་ཞེས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་སྟོན་མི་ལུས་ནའང་། མགུར་མ་སྤྱིའི་གྲུབ་  
ཚུལ་དང་བརྗོད་བྱ་རྗོད་བྱེད་གཉིས་ཀའི་ཆ་ནས་མཚོན་པ་ལས་ཆོག་རེ་གཉིས་ཀྱིས་མཚོན་ཐུབ་པ་ཞིག་ནི་.....  
མིན་ནོ། ། རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་མགུར་སྤྱིའི་ཚུལ་གཤིས་དེའི་ནང་དུ། གདོད་མ་ནས་དར་བའི་བོད་རང་གི་རང་  
བཞིན་དང་། ཚུལ་གཤིས་དངོས་མཚོན་པའི་དམངས་སྤྱོད་དང་། དེ་ནས་ཏུང་ཏོང་བརྗོད་ཏེ་དུ་བྱུང་བའི་སྤྱོད་  
དར་དུས་ཀྱི་མགུར་སྤྱིའི་རྒྱུ་འཛིན་དང་། བོད་ཀྱི་དམངས་སྤྱོད་ཚུལ་རིག་འཕེལ་རྒྱས་དང་དེའི་མཚོན་བྱེད་  
ཅིག་ཡིན་པ་མ་ཟད། དཔེ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་གསུངས་པ་ནང་བཞིན། རྒྱ་བོ་གང་ག་  
ལ་སོགས་པ་མ་ཡིན་པར་པལ་ཆེ་བ་བོད་རང་གི་དཔེ་ཤུགས་སྤྱིར་ཡོད་དེ། དཔེར་ན། བྱ་རྒྱུད་ལ་སྤྱིར་བའི་  
མགུར་དང་། ཞིང་རི་ལྟར་བསྐྱུ་ཚུལ། ཆང་བཅག་ཚུལ། ཞིང་འབྲེག་དང་། ཏྲ་བྱོན་ཚུལ། ལྷ་མ་བཟོ་ཚུལ། རྒྱུང་  
མ་དང་སྤྱར་བ། རྩོ་ཚུལ་དང་སྤྱར་བ། གཞུ་དང་སྤྱར་བ། འོ་མ་བཞོ་ཚུལ། ཆོ་ལ་ཆེ་བ་དང་སྤྱར་བ། སྤྱོད་ལ་སྤྱིར་  
བ། བྱིས་ཀྱི་འཁོར་གཡོག་ལ་སྤྱིར་བའི་མགུར། ཐབ་གཞོབ་ཤོར་ན་བྱིས་ལྷ་མི་དགུས་པའི་དཔེ་དང་སྤྱར་བ།  
མཁར་སྤེ་རི་ལྟར་བཅིགས་ཚུལ། ཏྲ་རྒྱུགས་ཚུལ། རྗེ་བོ་ལ་སྤྱིར་བ། ཀེའུ་ཆེ་དང་སྤྱར་བ། རྒྱུ་སྤྱིད་རྩ་བ་དུན་  
ལ་སྤྱིར་བ་སོགས་བོད་རང་གི་བྱུང་ཆོས་མཚོན་པ་ཤུགས་ཏུ་འདུག་གོ། དེའི་ཕྱིར། བོད་རང་གི་ཡུལ་སྤོལ་དང་  
སྤྱིར་བའི་ཚུལ་གཤིས་ཤིག་འཆོལ་དགོས་ན། རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་མགུར་མ་ལས་གཞན་མེད་པས། མཁུ་པ་.....  
ནམས་ཀྱིས་ཉམས་ཞིབ་མ་མཛད་པའི་ཡར་སྤྱོད་ནས་དམངས་སྤྱོད་དུ། རོགས་ཡག་ནོ་བཅོ་ལྷའི་ལྷ་བ་དང་།  
ཆོག་ཡག་ནོ་རྗེ་བཙུན་མགུར་མ་ཞེས་ཚུལ་གཤིས་ཁ་རྩོད་པའམ་གོ་སྤྱོད་པའི་ཆོག་གི་སྐྱུ་ཆུལ་སྤྱོད་མ་མཆིས་པ་  
ཐག་བཅད་འདུག དོན་དམ་དུའང་དེ་འདྲ་ཡིན་ཏེ། གཤེན་སྒྲོམ་རས་པ་དང་མཇལ་བའི་སྐྱོར་དུ། བདེ་  
གསལ་ཏིང་འཛིན་གྱི་ཟ་ཆུ་ཞིམ། བྱས་པ་ཤེས་བཞིན་བྱིན་དུ་གཤོ། །ད་སོས་ནས་ཕྱགས་མེད་ཀྱི་གཏང་རག་  
གཏོང་། །བྱ་རིག་པའི་བྱེད་ཆུང་བང་ཆེན་གཏོང་། །ཆོས་རྒྱུགས་པ་ཆེན་པོའི་རི་བོ་ནས། ཉམས་འབྲལ་མེད་  
སྤྱོད་བའི་རྗེ་བོ་ལ། ཐེག་པ་རིམ་དགུའི་གཡག་ཅིག་འདོན། །རྒྱུད་སྤེ་བཞི་ཡི་ལྷག་ཅིག་འདོན། །སྤེ་རྩོད་  
གསུམ་གྱི་ར་ཞིག་འདོན། །མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་ཐང་ཐོག་དུ། །སྤྱོད་ཆོགས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མགོན་པོ་གསོག། །སྤོང་བ་...  
ཉིད་ཀྱི་འབྲང་རྒྱས་ལ། །ཐོས་བསམ་མར་གྱིས་ཞལ་ཞལ་བྱས། །རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཐའ་དར་བཙུགས། །  
གཏང་རག་ཀྱན་ལ་བྱབ་པར་གཏོང་། །སྤྱོད་མ་མཁུ་པའི་མ་མོ་ལ། །མོས་གསུང་དད་གསུམ་གྱི་ཐོད་ཅིག་.....  
བཅིངས། །བཀའ་ལྟང་ཟབ་མོའི་བོན་པོ་ལ། །ཐབས་ཤེས་གཉིས་ཀྱི་རྟ་པོ་བསྐྱོན། །བོན་སྤྱོད་ཀྱན་བཟང་གི་པོ་

ངས་>>དཔུ་ཅན་གྱིས་མ། དཔེ་ཆ་འདི་ནི་བོད་རྒྱུངས་རྩ་རྒྱུ་ཆེ་རྒྱུ་ཆེ་མང་མཁུ་པ་ལས་ཏུ་གྲོང་བཞིག་གི་བྱིས་ཏུ་བཞུགས།

ལྟ་ལ། ཐེག་པ་རིམ་དགུའི་གཡག་གིས་གསོལ། ལོངས་སྤྱོད་རིགས་ལཱའི་དག་ལྟ་ལ། རྒྱུད་ལྡེ་བཞི་ཡི་ལྷག་ལྟ་  
 གིས་གསོལ། སྤྱུལ་སྤྱོད་བདེ་གཤེགས་སྒྲིག་ལྟ་ལ། རྩེ་སྒྲོང་གསུམ་གྱི་ར་ཡིས་གསོལ། འབྱུང་བ་སེལ་བའི་མོ་  
 སྒྲན་ལ། ཁོང་མེད་བཞི་ཡི་འབྲང་རྒྱས་འབུལ། དེ་ལྟར་གསོལ་མཆོད་ལེགས་པར་བྱས། གཏང་རག་གི་  
 ལེའུ་སྟེ་དྲུག་པའོ། ཁོང་གི་ར་ལྷག་གཡག་གསུམ་པོ། བོན་ཉིད་ཡངས་པའི་ར་མོ་ཆེ། ཤན་པ་ཀུན་མཁྱེན་  
 ཡི་ཤེས་ཀྱིས། ཤེས་རབ་རྣམས་པོའི་རལ་གྱི་བདར། ཆོགས་ལམ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲིག་ཁུང་ཕྱེ། སྦྱིབ་གཉིས་འཛིན་  
 པའི་སྒྲིག་ཅ་བཅད། རྣམ་རྟོག་གྱི་ཡི་བགས་པ་བཤུས། མཛད་རྒྱུད་དགོངས་པས་གཟུག་ཏུ་ཕྱལ། ལྷང་  
 དང་རིགས་པས་ལྟ་བུ་བསིལ། མན་ངག་སྟ་གིས་དུམ་བུར་བཅད། བོན་ཅན་སྣ་ཆོགས་ཤ་ལྟ་རྣམས། །  
 བོན་ཉིད་ཡངས་པའི་སྒྲོང་དུ་སྒྲུག། སྤྱོད་གསུམ་ལྟན་གྱི་བསྐྱེད་པ་བཅུགས། ཁོང་མེད་བཞི་ཡི་མེ་ཞིག་སྤྱུར། །  
 ཉམས་རྟོགས་མཐའ་དུ་ཕྱིན་པར་བཅོས། མཉམ་རྩིས་ལུང་འཇུག་ཕྱར་བར་བཏོན། བོན་ཉིད་ཡངས་པའི་  
 ཁང་བཟང་དུ། རིགས་དྲུག་འབྲུལ་བའི་གོང་ཁྱེར་ནས། སྣ་ཆོགས་ཁྲོམ་གྱི་མགོན་ཞིག་བསོགས། ཞེས་ལྟ་  
 རྩེ་གསུམ་པ་ཆེན་པོ་འི་ལྟར་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་དང་། བོན་སྤྱོད་ཀུན་ཏུ་བཟང་བོ་པོ་ལྟ་དང་། ལོངས་སྤྱོད་རིགས་ལྟ་  
 དག་ལྟ་དང་། སྤྱུལ་སྤྱོད་བདེ་གཤེགས་སྒྲིག་ལྟ་བཅས་ཀྱི་གཟུགས་སུ་བཀོད་ནས། བོན་སྤྱོད་ཀུན་ཏུ་བཟང་བོའི་  
 སྒྲོར་བོན་གྱི་ཐེག་པ་རིམ་དགུ་དང་། ལོངས་སྤྱོད་རིགས་ལཱའི་སྒྲོར་རྒྱུད་ལྡེ་བཞི། སྤྱུལ་སྤྱོད་བདེ་གཤེགས་ཀྱི་སྒྲོར་ལྡེ་  
 སྒྲོང་བཞི་དུ་བསྟན་ཡོད་པས། རྒྱུད་ལྡེ་བཞི་སོགས་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱལ་བ་རིགས་ལཱའི་སྒྲོར་  
 སོགས་ཤེས་དགོས་ཞིང་། བཟོད་དོན་དེ་རྣམས་གནའ་བོའི་བོད་ཀྱི་ཡུལ་ཆོས་དང་སྤྱོད་ནས་པོ་ལྟ་ལ་  
 གཡག་ དག་ལྟ་ལ་ལྷག་དང་། སྒྲིག་ལྟ་ལ་ར་མཆོད་ཚུལ་སོགས་སྤྱོད་ནས་བསྟན་པས། དཔེ་སྤྱོད་སྤྱངས་མི་བདེ་  
 བ་དང་མི་འབྱོར་བ་གཏན་ནས་མེད་པར་ཉམས་སུ་བསྟན་སྤྱོད་ཆོགས་པ་ཐོན་པ་དང་། ཡོལ་མོ་གངས་སུ་བཞུགས་  
 པའི་སྐལ་བས་སྤྱ། མོན་ཡུལ་གྱི་བན་དེ་གཞོན་ཏུ་མ་ལུ་ཅམ་ཆོས་ཁུང་བྱང་བ་ལ་གསུངས་པའི་མཁུར་དུ། བྲག་  
 དམར་གྱི་བྱ་རྒྱལ་ཆོད་པོ་དེ། ཆོད་གཤོག་སྒྲོ་ནམ་མཁའི་དབྱིངས་སུ་བརྒྱུད། ཆོད་གཡང་ལ་ལྷང་དོགས་མ་  
 ཡིན་ཏེ། རྣམ་འཕང་གཅོད་པ་དཔའ་ཚུལ་ཡིན། མ་གཅི་བོ་རྒྱ་མཆོལ། འཇུག་ལྟ་ཉམས་ཡང་ཆལ་ལྟ་  
 སྤྱོད། ཉེ་འཁྱབས་ཀྱིས་དོགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ལྷས་འཇུག་འཇུག་པ་དཔའ་ཚུལ་ཡིན། མོན་རི་ཤིང་གི་ཡལ་  
 ག་ལ། སྤྱོད་སྤྱོད་ཡང་ཆལ་སྤྱོད་བ་དེ། སྤྱོད་འགྲེལ་གྱིས་དོགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རྩེད་སྤྱོད་པ་རང་གཤིས་  
 ཡིན། ཤིང་གསེབ་ནགས་ཀྱི་ཤིང་ཁང་ན། རྒྱ་སྟག་ཁྲ་བོས་ཡང་ཆལ་སྤྱོད། སྟག་འཇིགས་ཀྱིས་དོགས་པ་  
 མ་ཡིན་ཏེ། ཆལ་གྱིས་དྲེགས་པའི་རང་གཤིས་ཡིན། སིང་གཡལ་ཡིན་གསེབ་ན། མི་ལ་རས་པས་སྤོང་  
 ཉིད་སྒྲོམ། སྒྲོམ་ཤོར་གྱིས་དོགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྒྲོམ་ཡུན་དུ་བསྐྱོད་པ་དཔའ་ཚུལ་ཡིན། ཞེས་དཔེ་མང་བོ་  
 སྤོན་དུ་བསྟན་ནས་དཔེ་ཅན་རྩིས་སྤོན་པའི་བོད་ཀྱི་དམངས་ཁྲོད་སྤྱོད་གཞས་ཀྱི་ཆོས་སྤངས་དང་། བོད་རང་  
 གི་དཔེ་དང་སྤྱོད་བསྟན་དམངས་པ་ལ་ཀུན་གྱིས་གོ་བདེ་ཞིང་། སྟན་ཆ་ལྟན་པ་དང་། དེ་ཅམ་དུ་མ་ཟད་ཆོམ་

གྲིད་ངོས་ཤུགས་གང་རུང་ནས་ཆེ་བཅུན་མི་ལ་རས་པའི་ཤུགས་སྟོབས་དང་སྟོབས་པ་ཅི་འདྲ་ཡིན་པ་རྟོགས་  
 ལུས་སོ། །ཡང་ལ་ལ་ཞིག་གོང་དང་འདྲ་བའི་དཔེ་སྟགས་ལ་སྦྱར་མེད་ནའང་། བོད་རང་གི་གོམས་སྒོལ་དང་  
 གནས་བབ་རྩི་ལྟ་བུ་ཡིན་པ་གསུངས་ཡོད་དེ། རག་མའི་སྐྱར་བྱི་མར། རབས་ཆད་བཟའ་མི་གཉིས་འདུག་པ་  
 ལ་གསུངས་པའི་མཁུར་ལས། གྲགས་དང་པོ་ལྟ་མོ་བཞད་ཁ་མ། །བཟ་བའི་གདོང་ལ་ཆོག་རྒྱ་མེད། །བར་དུ་  
 སྲིན་པོ་རོ་མིག་མ། །པར་གཅིག་ལ་བ་ན་ཆུར་གཉིས་ཆོལ། །སྒྲ་ལ་འཆང་ན་སྦྱིད་པར་འབྱ། །དབྱུག་པ་བཟུབ་  
 ན་གཟར་བུ་འཕྱར། །ཐ་མར་བ་ཆན་སོ་མེད་མ། །སྲིན་མོའི་སྤང་མིག་སེམས་ལ་གཟན། །བདུད་མོའི་འཐབ་  
 ལ་སྤངས་པ་ཡིན། །བྱེད་ཀྱི་གཞོན་གྲོགས་ང་མི་འདོད། །ཅེས་གསུངས་པ་སྟགས་ཀྱང་། བོད་རང་གི་སྦྱི་  
 ཆོགས་ཀྱི་གནས་བབ་མཆོན་པའི་སྤང་བརྟན་རང་བཞིན་གྱི་ཚུམ་ཞིག་ཡིན་པས། མཁུར་མ་འདི་དག་ལས་ཆེ་  
 བཅུན་མི་ལ་རས་པའི་ཚུམ་གཤིས་དངོས་ཏེ། གོ་སྤྲོད་གནས་བབ་དང་འབྲེལ་བའི་དཔེ་སྟགས་སྦྱར་བས་  
 ཉམས་ཐོན་པ་ཡོད་པ་རྟོགས་སྟེ། །

ཡང་ཁ་ཅིག་གིས། གོ་སྤྲོད་བོད་རང་གི་ཡུལ་ཆོས་དང་འབྲེལ་བའི་དཔེ་སྟགས་སྦྱར་བས་ཉམས་ཐོན་  
 པ་ཆེ་བཅུན་མི་ལ་རས་པའི་མཁུར་མའི་ཚུམ་གཤིས་ཤིག་ཏུ་ངོས་བཟུང་བ་ཡིན་ན། དགོ་ཤུགས་པ་ལ་མཆོན་  
 ནའང་། མཁུར་གྲུབ་རྗེའི་ཆོག་ལྷག་རྗེ་རིན་པོ་ཆེ་དང་མི་མཉམ་ཡང་། ཆོགས་བཅད་པལ་ཆེར་མཉམ་པ་དང་།  
 རྒྱལ་དབང་སྐལ་བཟང་རྒྱ་མཆོ་རྟན་དག་ལ་མཁུར་ ལྷང་སྦྱ་དོ་རྗེ་འཆང་ཏ་ཅང་སྤངས་པའི་ཤུགས་ཀྱིས་རྟན་  
 དག་ལ་མཁུར་ པཎ་ཆེན་ཐམས་ཅད་མཁུན་པ་དཔལ་ལྷན་ཡེ་ཤེས་ཏ་ཅང་ཤུགས་རབ་ཆེ་བའི་ཤུགས་ཀྱིས་  
 རྟན་དག་ལེགས་ཞེས་གྲང་ཐང་བརྟན་པའི་སྟོན་མེས་གསུངས་པ་བཞིན་དང་། ད་དུང་ཞང་ཞུང་ཆོས་དབང་  
 ཤུགས་པ། གྲང་ཐང་བརྟན་པའི་སྟོན་མེ། ཡོངས་འཛིན་སྟོ་བཟང་དཔལ་ལྷན། རྩོ་སྤྲོད་དགོ་བཤེས་ཤེས་རབ་  
 རྒྱ་མཆོ། དགོ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་སྟགས་ཀྱི་རྟན་དག་ལའང་བྱུང་ཆོས་དེ་དག་ལྷན་པས་བྱབ་པ་མེད་དོ་ཞེ་ན།  
 དཔེར་ན། ལུ་རམ་གྱི་རོ་ལྟ་བུ་མངར་བ་ཡིན་ནའང་། མངར་བ་དེ་ལའང་། མངར་བའི་མངར་བ་དང་། མངར་  
 བའི་སྦྱར་བ། མངར་བའི་ཆོ་བ། མངར་བའི་ལན་ཆོ་བ། མངར་བའི་ཁ་བ། མངར་བའི་སྐྱ་བ་བཅས་སུ་དབྱེ་  
 རུང་བ་ལྟར། ཚུམ་གཤིས་ཀྱང་དེ་ལས་མ་འདས་པས་དེ་ལྟར་བཤད་པ་སྟོན་མི་སྤང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར།  
 རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་དང་། རྗེ་བཅུན་མི་ལ་རས་པ་གཉིས་ཀྱི་ཚུམ་གོ་སྤྲོད་བ་དང་རྟན་ཞིང་ཡིད་ཆེན་པ་བསམ་སྟོ་བཏང་  
 ན་ཉམས་འཆར་བ་ཞིག་ཡིན་ནའང་། རྒྱ་གར་དུ་རྗེས་ཁྲིད་ཀྱི་སྒྲ་རྒྱན་སྦྱར་བ་ལ་མཆོག་ཏུ་གྱུར་བ་རྩ་ར་མི་  
 དང་། བོད་དུ་སྒྲ་རྒྱན་སྦྱར་ཚུལ་གྱི་ཐད་ནས་རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ལྟ་བུ་མ་བྱུང་ཞིང་། རྒྱ་གར་དུ་མཛེས་པའི་དཔེ་སྟོན་  
 པ་ལ་མཆོག་ཏུ་གྱུར་བ་ནག་མོ་ཁོལ་དང་། བོད་དུ་དཔེ་སྟོན་པ་ལ་མཁུར་པ་ཆེ་བཅུན་མི་ལ་རས་པ་ལྟ་བུ་མ་  
 བྱུང་བར་བཤད་པར་འོས། ཆོག་ཉམས་བཏོད་ཚུལ་གྱི་ཆན་མཁུར་པ་རང་རང་ལ་བྱུང་ཆོས་ཐུན་མོང་མ་

① དབལ་མང་པལྟེན་བཅུམས།《གྲང་ཐང་བརྟན་པའི་སྟོན་མེའི་ནམ་ཐར་》།གན་སྤྱུ་མི་རིགས་དཔེ་སྟན་ཁང་།1987. P78-79

ཡིན་པ་ཞིག་ཡོད་པས་ཚུལ་གཤིས་ཀྱང་ཐ་དད་དུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བས། མཐར་ཐུག་ན་རྗེ་བཙུན་མི་  
ལའི་མགུར་མ་ནི། རང་བཞིན་བརྗོད་པ་དང་དཔེ་སྣ་ཆོགས་སྒྲེལ་ཏེ། ཉམས་འདོན་སྤངས་ཐད་སྡན་མེད་པའི་  
བོད་རང་གི་བྱང་ཆོས་འབྱུང་དུ་ཐོན་ཞིང་། བརྗོད་བྱ་ལ་ཟབ་མོ་ཆོས་ཀྱི་ལས་འབྲས་ལས་བརྩམས་པའི་ལམ་  
ཀྱི་རིམ་པ་སྟོན་པའི་ཚུལ་གཤིས་བྱང་པར་བ་ཞིག་ཡིན་པས། བོད་ཆོལ་ཁ་གསུམ་ལ་བྱབ་ཅིང་ཤིང་སྟོན་གང་  
གི་དུས་སྤྱི་འདུག་པ་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་རིག་ཅིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད།

## གཉིས། སྐྱུ་རྩལ་གྱི་ཆན་གདུག

ཚུལ་གཤིས་སྤུལ་དུ་བྱུང་བ་ཞིག་གྲུབ་པའི་རྒྱུ་གཙོ་བོ་ནི། ཚུལ་དེའི་སྐྱུ་རྩལ་ལ་རག་ལས་ཤིང་། སྐྱུ་རྩལ་  
དེའང་ཚུལ་པ་པོའི་རང་གཤིས་དང་ཉམས་སྦྱང་ལས་བྱུང་བ་ཞིག་ཤོ། །ལོ་རབས་བརྒྱུད་ཅུ་བའི་ནང་འདིའི་  
ཐད་ལ་ཉམས་ཞིབ་གནང་མཁན་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་གྱིས། མགུར་གྱི་སྐྱུ་རྩལ་རང་བཞིན་ལ། དཔེ་ལ་བརྟེན་ནས་  
དཔེ་ཅན་གོ་བར་བྱེད་པ་དང་། རྟོག་པ་འཆར་ཡན་རིང་ལུགས་ཀྱི་རྣམ་པ་དང་ཟབ་མོ་ཆོས་ཀྱི་སྟོན་བ་གཉིས་……  
ཟུང་དུ་སྒྲེལ་བ། རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་ཡུལ་སྤྱོད་ས་བཀོད་པ། ཕྱི་ལུས་ཀྱི་རྣམ་པ་བཀོད་པ། མི་ལ་རས་པའི་……  
མགུར་སྤྱིའི་རྗེས་བྱེད་ཆོག་གི་བྱང་ཆོས་ཏེ། སྟོན་ཞིང་གོ་བདེ་བ་དང་། ཡུལ་སྤྱོད་དང་གྲོང་ཆོག་གིས་མ་གོས་  
པར་སལ་སྐད་སྤྱིར་བཏང་བས་བརྩམས་པ་བཅས་སྟུགས་ལྟ་ནས་སྟུགས་བརྗོད་མས་གནང་འདུག་པ་དང་།  
ཡང་ལ་ལར་སྐྱུ་རྩལ་གྱི་གྲུབ་འབྲས་ཐད། ཆོག་རྒྱན་སྦྱར་སྤངས་ཏེ། ཆོག་རྒྱན་དུ་མ་ཞིག་བཀོལ་ཞིང་། ཐུན་……  
མོང་མ་ཡིན་པའི་ཆོག་རྒྱན་སྦྱར་སྤངས་ཤིག་ཡོད་པ་ནི། མདོ་སྨད་ཀྱི་སྤྱི་ལས་བྱུང་བའི་མཆོན་ཐབས་སམ་དཔེ་  
སྟོན་དུ་སོང་ཞིང་། དཔེ་ཅན་རྗེས་སུ་ཐོན་པ་དང་། ཆོག་གི་སྤེབ་སྦྱར་ཏེ། ཤོ་ལོ་ཀ་རེ་ཆོག་རྒྱང་དུ་ཆོང་དགོས་  
པ་གཏན་འཁེལ་ནན་མོ་ཞིག་མེད་པ། ཐོལ་བྱུང་དུ་སྤངས་ཤིང་མགུར་རྟ་ལ་བརྒྱན་པ་བཅས་སྟུགས་གསུམ་  
ནས་སྤྱི་བརྗོད་མས་བྱས་ཡོད་པ་དག་ཀྱང་། གནད་དུ་ཐོན་མེད་དེ། མི་ལ་རས་པའི་མགུར་ལ་མཆོན་ན། རང་……  
བྱུང་ཁམས་ཀྱི་ཡུལ་སྤྱོད་ས་བཀོད་པ་དང་། ཕྱི་ལུས་ཀྱི་རྣམ་པ་བཀོད་པ་དག་ནི། རྣང་བརྟན་གསོན་ཉམས་……  
ལྟན་པས་དགའ་སྦྱོར་ཆགས་སྤང་གི་ཀྱན་སྦྱོང་ཞིག་ངང་གིས་སྤྱིར་བཏང་སྤྱད་དུ་ཡིན་པས། ཕྱིའི་ཁོར་ཡུག་དང་……  
ལུས་ཀྱི་རྣམ་པ་དེ་ཁོ་ན་ལ་སྐྱུ་རྩལ་རང་བཞིན་ཞིག་ཡོད་པ་ག་ནས་ཡིན། ད་དུང་ནང་སེམས་ཀྱི་འགྱུར་བ་  
མཆོན་པའི་མགུར་སྤྱི་མང་བོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་དག་ལའང་སྐྱུ་རྩལ་བྱང་པར་དུ་མཆིས་སོ། །དཔེ་ལ་བརྟེན་ནས་  
དཔེ་ཅན་གོ་བར་བྱེད་པ་དེའང་དམངས་ཁྲོད་ཚུལ་རིག་གི་ཚུལ་སྤངས་དང་མཐུན་ཞིང་། དོན་གྱིས་དམངས་  
སྤྱི་ལ་མང་གཞི་བྱས་པ་མཆོན་པས། མགུར་སྤྱིའི་བྱང་ཆོས་ཤིག་ཡིན་ནའང་། དབྱེད་པ་ཆོས་རགས་ཏེ། དཔེ་

① རྒྱ་ཡེ་བཀྲ་སྟོན་སྟུགས་ཀྱིས་བརྩམས། «བོད་ཀྱི་ཚུལ་རིག་བྱུང་འཕེལ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་སྐོར་ལ་ཟུང་མིག་སྟོན» མཆོད་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་



ཅན་སྟོན་དུ་སོང་ཞིང་དཔེ་རྒྱུ་སྟོན་པའང་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ་ལས། རྒྱུ་  
 རས་པ་ཆེན་པོ་དེས་ནགས་ཆལ་དགོན་པར་འོང་གསལ་སྟོན་ཞིང་གཟུང་པའི་ཉམས་ལ། ལྟ་སྟོན་སྦྱོང་པ་  
 འབྲས་བུ་དཔེ་དོན་དང་བཅས་པ་ཐུགས་ལ་ཤར་ནས་གསུངས་པའི་མཁུར་དུ། གསོན་དང་དགོངས་དང་  
 བཞུགས་པ་རྣམས། །དྲན་མེད་སྟོང་བའི་རང་བཞིན་འདི། །ཕྱི་ནང་སྣང་སྤྲིད་ཀྱན་ལ་བྱུང། །དཔེ་ནི་ས་གནི་  
 ལྟ་བུའོ། །སྟེ་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་འདི། །ལུན་ལ་སྟོན་མེ་བཏེག་པ་འདྲ། །དཔེ་ནི་ཁྲི་གདུགས་ལྟ་  
 བུའོ། །དུས་གསུམ་ཡིད་ལ་མ་བྱས་པར། །སྟོ་འདས་ལྟ་བུ་འགྱུར་མེད་འདི། །དཔེ་ནི་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུའོ། །  
 འདི་གསུམ་ལྟ་བུའི་དཔེ་རུ་གོ། །དྲན་མེད་གཉིས་ཀྱི་སྐུ་མཆོམས་ན། །སྟེ་བམེད་པའི་སྟོན་ཆེན་བཞུགས། །  
 དཔེ་ནི་བར་སྣང་ལྟ་བུའོ། །སེམས་ཉིད་རྒྱ་མཆོ་འདྲ་བ་ལ། །ཆོགས་དུག་ཤེས་པ་ཉར་པར་ཐལ། །དཔེ་ནི་བུ་  
 རྩེད་ལྟ་བུའོ། །སྣང་བ་བཀག་དང་མ་བཀག་མེད། །ཅིར་ཡང་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་ཡལ། །དཔེ་ནི་ནམ་མཁའ་  
 ལྟ་བུའོ། །འདི་གསུམ་སྟོན་པའི་དཔེ་རུ་གོ། །ནགས་ལ་མེ་མེ་མཆོད་པ་བཞིན། །ཅིར་ཡང་སྟོང་བ་ཉིད་ཀྱི་  
 གོགས། །དཔེ་ནི་འཇའ་ཆོན་ལྟ་བུའོ། །ཞིང་ལ་ཆུ་ལྷང་བསྟན་པ་བཞིན། །འདྲོད་ཡོན་ཞེན་མེད་རྒྱན་དུ་ཆེ། །  
 དཔེ་ནི་འདམ་སྟེས་མེ་ཏྲ་ག་བཞིན། །མཐའ་དབུས་བྲལ་བའི་ནམ་མཁའ་ལ། །ཆོགས་དུག་ཐུགས་འཕྲད་  
 ཤེས་པས། །སྟེ་ཆོགས་སྣང་ཡང་གཅོད་རྒྱ་མེད། །དཔེ་ནི་རྒྱན་མཛོད་ཤེས་འདྲ། །འདི་གསུམ་སྦྱོང་པའི་དཔེ་  
 རུ་གོ། །ཞེས་དཔེ་ཅན་སྟོན་དང་དཔེ་རྒྱུ་སྟོན་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྟོག་པ་འཆར་ཡན་རིང་ལུགས་ཀྱི་  
 རྣམ་པ་དང་ཟབ་མོ་ཆོས་ཀྱི་ལྟ་བུ་བྱུང་དུ་འབྲེལ་བར་བཞོང་པ་འདི་ཡང་ཤིན་ཏུ་ཆེད་སྟེ། དངོས་ཡོད་རིང་  
 ལུགས་དང་ཟབ་མོ་ཆོས་ཀྱི་ལྟ་བུ་བྱུང་དུ་འབྲེལ་བ་མཁུར་དུ་ཆེས་མང་བའི་ཕྱིར། རྟོགས་གཅིག་ནས་རྟོག་པ་  
 འཆར་ཡན་རིང་ལུགས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཡིན་པར་བཤད་པ་སྟེ། ཡང་དབྱིད་གསུམ་སོས་ཀའི་ལྷ་བ་ལ། །བོད་མི་  
 རེས་ཞིང་རེ་མོ་ཙ་ན། །རྣལ་འབྱོར་ང་ཡང་ཞིང་ཅིག་སྟོ། །གཞི་ཉོན་མོངས་ཐ་བའི་ཞིང་ས་ལ། །སྟོན་འགྲོ་  
 དད་པའི་ལུང་ཅིག་བཀའ་སྤྲུལ། །བདུད་ཅི་ལྷ་ཡི་ལྷན་གྱིས་སྤངས། །སྟོ་དང་ལུན་པའི་ཞིང་མཁན་གྱིས། །  
 འཁྲལ་རྟོག་མེད་པའི་ས་བོན་བཏབ། །གཉིས་མེད་སྤང་བོ་དོར་སྤེབས་ནས། །ཤེས་རབ་ལུན་པའི་ཐོང་བཤལ་  
 བཏགས། །དམ་ཆོག་ལུན་པས་སྤྲིང་དེ། །ཡེངས་པ་མེད་པའི་ཐོང་བཅུགས་ནས། །བཙོན་འགྲུས་ལྷུང་བོའི་  
 ལུགས་བཅུག་པས། །ཐ་བ་སྤང་མེད་དེ་མཆོ། །བྱང་ཆུབ་ལྷུ་གུ་ཐོན་ཏེ་མཆོ། །འབྲས་བུ་དུས་སྟོན་ཏེ་  
 མཆོ། །ཁྱོད་འཇིག་རྟེན་འདི་ཡི་བསོད་ནམས་མཁན། །ང་སྟེ་བ་གཏན་གྱི་སྐུ་ནམ་མཁན། །སྟོན་ཐོག་སུ་  
 མང་བལྟ་ཡང་བལྟ། །ནམ་ཆས་སུ་སྦྱོང་འགན་ཡང་འགན། །ཞེས་བཀོད་པ་འདི་ནི། མ་འོངས་ལུགས་

① ཀམ་རང་བྱུང་རྩོམ་སྒྲིགས། «རྒྱུ་བཅུན་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ» སྤྲད་ཆ། ཤིང་དཔར། p96-97

② དོན་གྲུབ་རྒྱལ་གྱིས་བཅུམས། «བོད་ཀྱི་མཁུར་སྤྱུ་བྱུང་འབྲེལ་གྱི་ལྟ་རྒྱས་དང་བྱུང་ཆོས་བསྟུས་པར་སྟོན་པ་རིག་པའི་ཁྱེད་རྣམ་  
 པར་ཆེན་པའི་སྦྱོང་ཆལ» མི་རིགས་དཔེ་སྟར་ཁང་། 1985. P177-178

བསམ་ལ་སྟེགས་པའི་ཆ་ནས་འཆར་ཡན་རིང་ལུགས་ཀྱི་ནམ་པར་བརྗོད་རིགས་ནའང་། འཆར་ཡན་རིང་ལུགས་ཀྱི་ཚཱ་སྒངས་ནི་འདྲ་བརྗོད་ལ་བརྟེན་དགོས་པས་མགུར་མའི་ནང་དེའི་ཚཱ་སྒངས་ཡོད་པ་བྲབ་པ་མ་དེས་སྟེ། གཞན་ཁ་ཅིག་གིས་ཆོག་རྒྱུ་ལ་གཏན་འཁེལ་ནན་མོ་མེད་པར་བཤད་པ་སོགས་ཀྱང་། མགུར་སྤྱིའི་སྒྱུ་ཆ་ལ་མཆོན་ཐབས་ཀྱི་ཡན་ལག་ཅིག་ལས། བྱང་ཆོས་གཙོ་བོ་མེན་པས་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པའི་དགོས་པ་མེད་དོ། །ཡུལ་སྐད་དང་གྲོང་སྐད་ཀྱིས་མ་གོས་པར་བཤད་པ་དེ་ཡང་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཐག་གཅོད་བྱ་མི་ལུས་ཏེ། གཙང་སྒྱུན་གྱིས་རྩི་བཅུན་མི་ལའི་ནམ་ཐར་དེ་ནི་གཙང་ལ་སྟོང་སྐད་ཀྱིས་བཅུམས་པའི་མཆོན་གཞི་འཛིག་ལ། མགུར་འབྲུམ་བསྐྱེགས་པ་ཐོང་གཙང་སྒྱུན་ཡིན་པས། ལ་སྟོང་སྐད་ཀྱི་ཤན་ལུགས་ཐེབས་ཡོད་པར་མངོན། འོ་ན། རྩི་བཅུན་མི་ལའི་མགུར་མའི་ཚཱ་གཤེས་བྱང་ཏུ་གཏོད་པའི་སྒྱུ་ཆ་ལ་དེ་གང་ཡིན་ཟེར་ན། བརྗོད་པར་བྱ་གྲུ།

## ༡ དཔེ་སྒྱུར་སྒྲུངས་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པ།

### ༡ བོད་རང་གི་ཡུལ་ཆོས་དང་སྒྱུར་བའི་དཔེ།

རྩི་བཅུན་མི་ལ་རས་པ་ནི་གོང་དུ་བརྗོད་པ་ལྟར་དམངས་སྤྱོད་མང་བོར་བསྐྱབས་ཐོབ་བ་དང་། བོད་རང་གི་ཡུལ་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་རྒྱས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བས་ཡུལ་ཆོས་དང་འབྲེལ་བའི་མགུར་མང་དུ་འབྱུང་གྲུ། དཔེར་ན། ཆང་སྤྱིའི་སྐར་དུ། མགུར་ལས། སྤྱི་གསུང་ལུགས་ཀྱི་སྤྱི་དབུ་བཅུགས། རྟོང་བ་ཉིད་ཀྱི་ཟངས་ནང་དུ། འདུ་མ་མོ་དང་པའི་ནས་ཤིག་སྤྱུགས། འདྲ་པ་སྤྱི་རྩི་ཆུ་ཞིག་སྤྱུགས། ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོའི་མེ་ཞིག་སྤྱུགས། མཐའ་དབུས་མེད་པར་ཆན་དུ་བཅོས། མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་ཐང་དཀྱིལ་དུ། བཏེ་བ་ཆེན་པོའི་ཕུར་བར་བརྒྱུ་གཤམས་ངག་དམ་པའི་ཕབས་ཤིག་བཏབ། ཆང་མེད་བཞི་ཡི་མལ་དུ་ཉལ། འདྲ་མ་རོ་གཅིག་སྤྱུགས་དུ་ལངས། འདྲ་བྱེད་རྩི་མའི་ནང་དུ་སྤྱུགས། ཐབས་ཤེས་གཉིས་སྤྱོད་པར་བསེངས། ཡེ་ཤེས་ལྡེ་ཡི་ཆང་དུ་ངར། འདྲོད་དགུ་འབྱུང་བའི་ཐེམ་ཁུང་ནས། ཟག་མེད་བདུད་རྩིའི་ཆང་བཅགས་པས། རྒྱུ་ལ་ནམ་དག་ཉེ་རུ་ག། རེག་ལ་སྤྱོད་པའི་ཉེ་རུ་ག། འདྲོད་རྩི་ལ་འབྱོར་ཆང་འབྱུང་གྲུ། འདྲ་བོ་ཆོས་སྤྱི་གསལ་ལ་དག། གཉིས་པ་ལོངས་སྤྱི་རྩི་གསལ་སངས་རྒྱས། གསུམ་པ་སྤྱི་སྤྱི་ཅི་ཡང་སྤྱི་རྩི་ཆང་མེད་པའི་སེངས་པོ་ལ། རྒྱལ་ལྷན་བདུད་རྩིའི་འབྱུང་གྲུ་མཆོ། ཞེས་བོད་དམངས་ཁྲོད་དུ་ཆང་བཅག་ཚུལ་ལ་སྤྱི་བའི་དཔེ་དང་། རས་པ་དར་མ་དབང་ཕྱག་དང་མཇལ་བའི་སྐར་དུ། ང་ལ་ཡབ་གཅིག་ཀྱང་ཏུ་བཟང་བོ་ཡོད། ཡུམ་ཞིག་འགོ་བ་བཟང་མོ་ཡོད། སྤྱི་བོ་ཐོས་པའི་རྒྱལ་བོ་ཡོད། ཞུ་ནི་སྤྱི་གསལ་སྤྱི་མེ་ཡོད། སྤྱི་མོ་དང་པའི་ལྷན་མེ་ཡོད། སྤྱི་གསུང་ཤིག་རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་ཡོད། སྤྱི་གཅིག་རིག་པའི་བྱེད་ཆུང་ཡོད། དཔེ་ཆ་སྤྱི་གཉིས་བཞག་ཡོད། རྩི་མོ་ནམ་ཤེས་རྒྱུང་ཞོན་ཡོད། ཡོན་བདག་དབུས་གཙང་རུ་བཞི་ཡོད། འདྲ་རང་མཆོད་ཉེན་དཀར་ཆུང་ཡིན། འདྲ་སྤྱི་ཆང་དབྱངས་ལ་བསྐྱར་མ་ཐོབ། འདྲ་རེས་ཆོག་ལ་

གསལ་ཞིག་འདེབས། ཁང་ཡབ་ཞིག་ཀྱང་ཏུ་བཟང་བོ་དེས། ལྷ་སྒྲོམ་སྒྲོམ་སྒྲོམ་གྱི་ལྷ་ལ། འཛིག་རྟེན་  
 གྱི་སྒྲུང་བ་འཆར་མ་མུང་། ཡུམ་ཞིག་འགྲོ་བ་བཟང་མོ་དེས། གདམས་ངག་ལྷོ་ལྷོ་བ་ལ། ཉམས་ལེན་  
 གྱི་ལྷ་གེ་ཡོང་མ་མུང་། སྤྱོད་ཐོས་པའི་རྒྱལ་བོ་དེས། ཐབས་ཤེས་རལ་གྱི་ལག་ཏུ་གཏད། ཆོས་བྱི་ནང་སྒྲོ་  
 འདྲིགས་བཅད་ནས་བཞག། ཞལ་ཞལ་གསལ་སྒྲོན་མེ་ཡིས། རང་སེམས་མེ་ལོང་བྱིས་ནས་བཏྲན། བག་  
 ཆགས་གཡའ་ཡིས་གོས་མ་མུང་། སྲིང་མོ་དང་པའི་ལྷ་མེ་དེས། སེར་སྒྲུའི་མདུད་པ་བཀྲོལ་བ་ཡིས། རྣལ་འབྱོར་ལ་ཞོར་ཟུག་ཡོད་ཀྱང་མེད། ཡོད་ཀྱང་སྤྱུག་བཅོར་བྱེད་མ་མུང་། བྱོན་ཤིག་རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་  
 དང་། གཉིས་སུ་མེད་པར་འགྲོགས་པ་ལ། གཤེས་ངན་གྱི་སྤྱུག་འཐབ་བྱེད་མ་མུང་། སྤྱུག་ཅིག་རིག་པའི་  
 བྱེད་ཆུང་གིས། རྒྱལ་བའི་གདུང་རྒྱུད་འཛིན་པ་ལ། རྣལ་བཤམ་གྱི་བྱ་ཆ་གསོ་མ་མུང་། དཔེ་ཆ་སྒྲུང་  
 སྲིད་གཞིར་བཞག་དེས། མཆོན་པའི་གྲུལ་སྒྲོན་པ་ལ། ཡིག་ནག་དཔེ་ལ་ལྷ་མ་མུང་། རྟ་པོ་རྣམ་ཤེས་  
 རྒྱུད་ཞོན་དེས། གང་འདྲིང་གནས་སུ་སྒྱེལ་བ་ལ། འཁྲུག་ཆགས་རྟ་ལ་ཞོན་མ་མུང་། ཡོན་བདག་དབུས་  
 གཙང་རུ་བཞེད་དེས། འཆོ་བ་དུས་སུ་སྒྱུར་བ་ལ། བྱེ་རྒྱལ་ལག་བཅོར་བྱེད་མ་མུང་། རང་མཆོད་པ་  
 དཀོན་མཆོག་མཆོད་པ་ཡིན། བཏྲན་པ་སྤྲུལ་བཏྲན་པ་ཡིན། དཀར་བཙུན་ལ་དཀར་བཙུན་པ་ཡིན། རྒྱུང་  
 བཏྲན་མོངས་རྒྱུད་པ་ཡིན། རང་དེ་བྱིར་མཆོད་རྟེན་དཀར་རྒྱུད་ཡིན། ལྷེས་ཡབ་ཡུམ་སྤྱོད་པོ་ཞལ་ཞལ་མོ་  
 བྱོན་དང་། སྤྱུང་དཔེ་ཆ་པར་རྒྱུར་འགྲོ་བ་ལ་རྟ། ཡོན་བདག་བཅས་འཁོར་གཡོག་ཡོངས་སུ་རྒྱུགས་པ་ལ་  
 སྒྱུར་བའི་མཁུར་དང་། ཡང་གཤེན་སྒྲོམ་རས་པ་དང་མངལ་བའི་སྒྲོར་དུ། མཁུར་ལས། འཁོར་བ་ཐོག་མ་མེད་  
 པ་ནས། འཁོར་འདས་མོ་ཡི་གཞི་གཅིག་ཏུ། ཁྲོ་མ་རིག་འབྲུལ་བའི་ཐབས་ཅིག་ཤོར། དག་སྒྲུང་ཆོག་པའི་  
 གཞི་བཅིག་ཤོར། ཆགས་སྒྲུང་གཉིས་ཀྱི་དཔེ་ཞིག་ཤོར། ཐབས་གཞིལ་དཔེ་དེས་སྒྱེན་བསྐྱངས་པས། ཡེ་ཤེས་  
 གྱི་པོ་ལྷ་གནས་དུ་ཡར། བདེ་ཆེན་གྱི་ཡུལ་ལྷ་གྲེས་ནས་མེད། རང་རིག་གི་དག་ལྷ་ལོག་ནས་མེད། ལྷ་དེ་  
 གསུམ་གྲེས་པའི་རང་བཞིན་གྱིས། འདྲེ་མི་གཞོད་བྱ་བའི་དགུ་གཅིག་གཞོད། ཅེས་ཐབས་ལ་གཞི་བཤོར་བ་  
 དང་ཆགས་སྒྲུང་གཉིས་ལ་བཞེན་ནས་མི་གསོད་ཀྱི་དཔེ་ཤོར་བཙུན་པ་ཡིན་ན། གསོད་པ་པོ་རང་ཉིད་མི་གཙང་བས་  
 པོ་ལྷ་དང་ཡུལ་ལྷ། དག་ལྷ་སྤྲུལ་མི་འཁོར་བར་རང་བཞིན་གྱིས་གྲེས་པས། དཔེ་དང་ཐབས་གཞི་བཤོར་ལ་ཤིན་ཏུ་  
 འཛིན་ཤིང་། བོན་གྱི་གཞུང་མདོ་དྲི་མེད་གཟི་བཞིན་དུ་འདྲུང་། མི་གཙང་བ་དགུ་སྟེ། དཔེ་དང་ལྷུག་ ལྷུག་  
 བཅོག་ ཐབས་ ལྷས་ དཀྱི་ བྱུར། ཡུག་ ཐབས་འཁོན་བཅས་དགུ་བྱངས་པ་ལས་དཔེ་དང་ཐབས་འཁོན་ནམ་  
 གཞི་བཤོར་ལ་གནའ་ནས་མི་གཙང་བ་ཞིག་ཏུ་བསྒྱུར་བའདི་ལས་ཀྱང་ཤེས་སོ། དེ་ནི་བོན་གྱི་བྱུང་མཐའི་སྒྲུབ་ཆོས་  
 ཤིག་མིན་ཏེ། གནའ་བོའི་བོད་ཀྱི་ཡུལ་ཆོས་ཤིག་ཡིན་པས་བོན་གྱི་ཆོས་སུ་འདྲུང་བཙུན་ལ། བོད་བྱིངས་  
 གྱིས་གནའ་ནས་ཐབས་གཞི་བཤོར་ལ་འཛིན་པ་ནི་བཤད་མ་དགོས་པར་ཐ་ན། བྱིམ་དེའི་མི་ལ་ནད་བྱུང་བའི་

① གཙང་རྒྱུན་ཉེ་རུ་གསལ་བསྐྱེགས། «མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མཁུར» མཆོ་སྒྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟར་ཁང་། 1981. P370-371

ཆོའང་། བྱིས་ལྟ་དང་ཐབ་ལྟ་ལ་མཐོལ་གྱིས་ཤོར་གྱིས་དྲིགས་ཏེ། ཐག་རིང་དུ་བསྐྱལ་བའི་གོམས་སྒྲིལ་ཞིག་  
 ཡོད་པ་གཡུ་ཐོག་རྒྱིང་མ་ཡོན་ཏན་མགོན་པོའི་རྣམ་ཐར་དུའང་འབྱུང་བས་ཤེས་སོ། ། དེའི་ཕྱིར། རྩེ་བཅུན་  
 མི་ལས་གདོད་མའི་བོད་ཀྱི་འདུ་ཤེས་འཛིན་སྤངས་དེ་རིགས་ལ་སྐྱར་བ་དང་། རས་པ་ཞི་བ་འོད་དང་མངལ་  
 བའི་སྐྱར་དུ། མགུར་ལས། ང་རྣམ་ཤེས་རྒྱུད་གི་ཏ་པོ་ལ། ཁམ་ཉམ་བཞག་ངར་གྱིས་གཟེངས་བསྟོད་དེ། རྩེས་  
 ཐོབ་སྐྱེ་མའི་གཡང་ཤུན་དང་། རང་རིག་གསལ་བའི་སྐྱེ་བསྟན། གཟེར་དམིགས་པ་གསུམ་གྱི་སྒྲིལ་  
 མནན། སྐོག་གཉིས་མན་ངག་གི་གོང་མེད་བཅུག། སྐོག་ཚལ་རྒྱུད་གི་སྤྲུལ་མགོ་ལ། རུས་ལྷ་ཙེ་གསུམ་གྱི་སྒྲིལ་  
 འབྱུག་ཅན། རྣང་ཞི་བ་ཐ་སྐབས་ཀྱི་འབྱར་མགོ་བཏབ། འབྱུལ་འཁོར་ལུས་ཀྱི་ཁ་བསྐྱར་ཏེ། ཉམས་ཆུ་བོ་  
 རྒྱུན་གྱི་ལྷག་གིས་བྲབ། རྩེ་དབུ་མའི་ཐང་ལ་དུས་ཐོག་ཆོད། རེས་དང་། རྣམ་ཐར་མཛོད་ནག་མར་ཡང་།  
 ཐབས་ཤེས་གཉིས་ཀྱི་སྐྱེ་སྟན་ལ། མི་འཇུར་བཏན་པོའི་སྒྲིལ་བཞུག། གདམས་ངག་ཟབ་མའི་ཤ་ཐག་བཟ།  
 ལ། རམིགས་པ་བཟང་པོའི་སྤྲུལ་སྐྱེ་འཛུག། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཡོབ་ཆེན་གཞོན། བཙུན་འབྱུག་དུག་པོའི་  
 ལྷགས་ཀྱིས་བྲབ། རོན་པ་རིག་པའི་བྱེད་ཆུང་གིས་ཞོན། རེ་ལ་རྒྱུ་ཆ་འདི་ལྟར་འདྲིག། ཐོས་བསམ་ཨ་  
 རྒྱུ་མགོ་ལ་གྱོན། རྒྱུ་ཅན་སྒྲུ་མའི་ཐོད་ཀ་འཛུག། ལྟ་བའི་མདུང་རིང་ལག་ཏུ་ཐོགས། སྐོམ་པའི་ཁྲབ་  
 རྟོད་ལུས་ལ་གྱོན། སྐྱོད་པའི་རལ་གྱི་སྒྲིལ་ཐོགས། ཁེས་ཏ་ལ་གཡང་ཤུན་དང་སྐྱེ་བསྟན། སྐྱོད་དང་གོང་  
 མེད་བཞུགས། སྤྲུལ་གྱིས་ཁ་བསྐྱར་ཞིང་། ལྷགས་ཀྱིས་བྲབ་སྟེ་བྱོན་ཚུལ་དང་། ཡང་ཞེན་མེད་དང་པའི་ཤེམ་  
 ཡིས། རམ་ཆོག་གཙང་མའི་ལག་པ་བཟུས། ཐབས་ཤེས་གཉིས་ཀྱི་བཞོག་སྐྱེགས་སྤྱ། ཁེམས་ཉིད་རིན་ཆེན་  
 བ་མོ་བཞོ། རྣམ་དག་གཉུག་མའི་སྐོམ་ཆེན་ལ། ཟག་མེད་བདེ་ཆེན་གྱི་འོ་མ་འདྲེན། སྐྱོས་མེད་ཆོས་ཉིད་  
 ཀྱི་ཁལ་དུ་གསོལ། ཆགས་མེད་ལོངས་སྐྱོད་ཀྱི་འབྱར་གྱི་གསོལ། ཁེས་འོ་མ་བཞོ་ཚུལ་ལ་སྐྱར་བ་དང་།  
 གཞན་རང་རེའི་ཡུལ་དུ་གནས་པའི་བྱ་ཆོད་དང་། ཞིང་རི་ལྟར་བསྐྱེ་ཚུལ། ཆང་བཅག་ཚུལ། ལྷམ་དང་གཞུ།  
 རྒྱུང་མ་དང་ཆོལ། སྐྱོད་མཁར་སྤྱེ། ཆས་གོས་དང་སྤྱེ་གཡུ། ལྟག་དང་ཁྲུང་། ཤ་བ་དང་། ཉ། ཐོག་བུ་སྐགས་  
 རི་ལྟར་བཙོ་ཚུལ་དཔེ་དང་སྐྱར་བས། དཔེ་དོན་ལྟ་འབྱོར་ཞིང་། གསོན་ཉམས་ལུག་པ་ཤ་ལྟག་ཏུ་འདུག་འདི་  
 དག་ནི་རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་མགུར་སྤྱའི་བྱུང་ཆོས་གཙོ་བོ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། བོད་ཀྱི་དམངས་ཁྲོད་ཚོམ་རིག་དེ་  
 བཟོད་བྱ་གོང་ཆོས་ལས་འདས་ཏེ། དཔེ་རྣམས་བོད་རང་གི་བྱུང་ཆོས་རྒྱུན་འཛིན་སྐོས་ཆོས་ཀྱི་བཟོད་བྱ་ཟབ་  
 མོ་རྟོན་པའི་རྣམ་པ་གསར་བའི་བྱུགས་སུ་འཕེལ་རྒྱས་སོང་བའི་མཆོན་ཏྲགས་གཙོ་བོ་ཞིག་གོ།

## ༡ དཔེར་བྱ་

① གཙང་རྒྱུན་ཏེ་རུ་ཀས་བསྐྱགས། <<མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མགུར>>མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱེན་ཁང་། 1981. P327

\* ཀམ་རང་བྱུང་རྩི་རྩེས་བསྐྱགས། <<རྣམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ>>སྤྱི་ཆ་ P41-42

② རས་པ་བུ་ཆེན་བཅུ་གཉིས་ཀྱིས་བཙུགས། <<རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་རྣམ་ཐར>>གྲིས་ལ། ཐོག་ལྗེ་བ 233 བཞུགས། P58-59

དཔེ་ཆུན་ནི་མི་རིགས་གང་དང་གང་ཡིན་ནའང་། མི་རིགས་དེའི་སྒྲན་དག་གི་ཉམས་འགྱུར་མཆོན་པའི་  
 ཐོག་མའི་ནུས་པ་ཞིག་སྟེ། བརྗོད་པར་བྱ་བའི་དཔེ་ཆན་དེའི་དོན་གོ་བར་བྱེད་པའམ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་  
 སྤང་དུ་སྦྱོར་བའི་ཆོག་ཆུན་ཞིག་ཡིན་ལ། གེ་སར་སྤང་དུ་འང་སྤྱོད་རིང་ཆོག་གི་དཔེ་ཆན་ཅན་ཞེས་དཔེ་ཆན་  
 གྱི་མིང་ཡང་བྱུང་ཞིང་། རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་མགུར་མའི་ཁྲོད་དུ་བྱུང་བའི་དཔེ་ཆན་གྱི་རིགས་པལ་ཆེ་བ་བོད་  
 རང་གི་གདོད་མ་ནས་དར་བའི་དག་ཐོག་ཚུལ་རིག་གི་བྱུང་ཆོས་ཆུན་འཛིན་དང་སྟིང་བཅུད་བསྐྱུས་ཡོད་  
 པའོ། །དེའི་ཕྱིར། འདིའི་སྐོར་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་དགོས་ནའང་། ཚུལ་བྱུང་ལོ་རྒྱུས་པལ་ཆེ་བར་དཔེ་སྟོན་  
 དང་དཔེ་ཆན་རྗེས་སུ་སྟོན་པའི་དཔེ་ཞིག་མ་གཏོགས་བཞོད་མེད་པས། མགུར་སྤྱིའི་བྱུང་ཆོས་ཡོངས་སུ་.....  
 རྗེས་པ་ཤེས་ཐབས་མེད་པས་དབྱུང་པར་བྱའོ། །

(1) དཔེ་མང་བོ་སྟོན་དུ་སྤང་ཞིང་དཔེ་ཆན་རྗེས་སུ་སྟོན་པའི་ཆུན་

ལིང་བ་བྲག་སྤྱོད་མོའི་སྐོར་དུ། མགུར་ལས། ཡ་གི་དགུང་སྟོན་གྱི་དཀྱིལ་ཞིག་ན། །ཉི་ཟླ་བྱུང་གཅིག་  
 གཡང་ཆགས་པ། །དེ་ངོ་མཚར་ལྟ་ཡི་གཞུང་ལས་ཁང་། །འོད་ཟེར་སྟེ་འགྲོའི་དཔལ་དུ་ཤར། །ལས་སུ་སྤྱིང་  
 བཞི་བསྐོར་བ་ལ། །གཟུང་བྱུང་འཇུག་དག་རུ་མ་ལྡང་ཅིག །ཤར་ཅེ་མཐོན་ཤེལ་གྱི་གངས་རི་ལ། །དར་.....  
 སང་དཀར་མོའི་གཡང་ཆགས་པ། །དེ་བྱུང་སང་བཞོད་པའི་རྒྱལ་བོ་ཡིན། །ཆེ་ཉགས་སུ་གོད་གྱི་ཤ་མི་བ། །  
 །སང་གཡང་སྟོན་བྱུང་ལ་འབབ་པའི་ཆོ། །བྱུང་དག་རུ་མ་ལྡང་ཅིག །སྟོན་གས་མའི་གསེབ་གྱི་ལྗང་ཁང་  
 དུ། །སྟག་མོ་རི་ཁྲོའི་གཡང་ཆགས་པ། །དེ་གཅན་གཟན་ཡོངས་གྱི་གུད་པ་ཡིན། །དཔལ་ཉགས་སུ་རང་གི་  
 སྟག་མི་པངས། །སང་དོག་མོའི་འཕྲང་ལ་འགྲིམས་པའི་ཆོ། །ས་མདའ་དག་རུ་མ་ལྡང་ཅིག །རྒྱུ་མ་པམ་  
 གཡུ་མཆོ་མེར་བ་ལ། །སྟོད་ཀར་ཉ་ཡི་གཡང་ཆགས་པ། །དེ་འབྱུང་བ་ཆུ་ཡི་གར་མཁན་ཡིན། །ཡ་མཚན་དུ་  
 གསེར་མིག་འབྱེལ་བཡོད། །སང་འདོད་ཡོན་ཟས་ཕྱིར་འབྲང་བའི་ཆོ། །ལྷགས་ཀྱི་དག་རུ་མ་ལྡང་ཅིག །  
 བྱུང་གི་བྲག་དམར་བསམ་ཡས་ལ། །བྱ་རྒྱལ་ཞོད་པོའི་གཡང་ཆགས་པ། །དེ་འདབ་ཆགས་བྱ་ཡི་བྱུང་སྤྱོད་  
 ཡིན། །ངོ་མཚར་གཞན་གྱི་སྟག་མི་གཅོད། །སང་རི་གསུམ་ཅེ་ལ་གཟན་འཆོལ་ཆོ། །ཐག་རྟེ་དག་རུ་མ་ལྡང་  
 ཅིག །བྲག་ཞོད་ཆང་ཅན་གྱི་ལིང་བ་ལ། །མི་ལ་རས་པའི་གཡང་ཆགས་པ། །འདི་རང་གཞན་དོན་གཉིས་  
 སྐབ་མཁན་ཡིན། །བདེན་ཉགས་སུ་ཆོ་འདི་སྟོན་བཏང་སྟེ། །རྒྱ་བྱང་ཆུ་མཆོག་དུ་སེམས་བསྐྱེད་ནས། །  
 དུས་ཆོ་གཅིག་ལུས་གཅིག་འདི་ཉིད་ཀྱིས། །ཅེ་གཅིག་སངས་རྒྱུ་སྐབ་པ་ལ། །ཁྲོད་བྲག་སྤྱོད་དག་རུ་མ་  
 ལྡང་ཅིག །ཅེས་ཉི་ཟླ་ལ་གཟུང་དང་། དར་སང་ལ་བྱུང་ལྟ། །སྟག་ལ་ས་མདའ། །ཉ་ལ་ལྷགས་ཀྱི་བཅས་ཀྱིས་  
 མི་གཞོད་པར་བསྐྱེལ་བའི་དཔེ་དུ་མ་སྟོན་དུ་བསྟན་ནས། དཔེ་ཆན་མི་ལ་རས་པ་རང་ཉིད་ལ་བྲག་སྤྱོད་མོའི་

འདི་ལྟར་པའི་ཆུན་ཅན་གྱིས་བསྒྲིགས། «རྣལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ལྷག་མི་ལ་རས་པའི་ནུས་མགུར» མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟོན་ཁང་།

གནོད་པ་མི་བྱ་བར་བསྐྱེད་པའི་བོད་རང་གི་དཔེ་རྒྱུན་གྱི་སྤྱུ་ཅིག་གོ། དཔེ་འདི་གཅིག་དུ་མ་ཡིན་པར་གཞན་དུ་དང་། མི་མ་ཡིན་གྱིས་མཐོ་མཆོམས་པ་དམ་ལ་བཏགས་པའི་སྐྱར་ལས་མི་ལ་ཤིང་ཐུན་གྱི་སྐྱར་དུ་མགུར་ལས། མིང་དག་ང་རང་མི་ཟེར་ཏེ། ང་ནི་དར་སངས་དཀར་མོའི་བུ། ཞུ་མའི་མངལ་ནས་ཆུ་མ་གསུམ་རྩོགས། སྤྱུ་གུའི་ལོ་ལ་ཆང་ལ་ཉལ། ཐོང་བའི་ལོ་ལ་ཆང་སྟོ་བསྐྱེད་ས། ངར་མའི་ལོ་ལ་གངས་སྟོང་འགྲིམས། ང་གངས་བུ་སྤྱུ་འཆུ་བས་རུང་ཡམིང་། བྲག་གཡང་ས་ཆེ་རུང་བག་མི་ཆོ། མིང་དག་ང་རང་མི་ཟེར་ཏེ། ང་ནི་བྱ་རྒྱལ་ཁྲུང་གི་བུ། སྐྱོང་འོ་ནང་ནས་གཤོག་སྟོ་རྒྱས། སྤྱུ་གུའི་ལོ་ལ་ཆང་དུ་ཉལ། ཐོང་བའི་ལོ་ལ་ཆང་སྟོ་བསྐྱེད་ས། ཁྲུང་ཆེན་དར་མའི་ལོ་ལ་ནམ་འཕང་བཅད། ང་གནམ་ཁ་ཞིང་ཆེ་རུང་ཡམིང་། ས་ལུང་སྤྱལ་དྲིག་རུང་བག་མི་ཆོ། མིང་དག་ང་རང་མི་ཟེར་ཏེ། ང་ནི་ཉ་ཆེན་ཡོར་མོའི་བུ། ཞུ་མའི་མངལ་ནས་གསེར་མིག་འབྱེལ། སྤྱུ་གུའི་ལོ་ལ་ཆང་དུ་ཉལ། ཐོང་བའི་ལོ་ལ་ཁྲུ་ལྷ་རྩེ་བསྐྱེད་ས། ཉ་ཆེན་དར་མའི་ལོ་ལ་མཆོ་མཐའ་བསྐྱར། ང་མཆོ་བ་སྐྱབས་ཆེ་རུང་ཡམིང་། འོ་ལ་ལྷགས་ཀྱི་མང་རུང་བག་མི་ཆོ། མིང་དག་ང་རང་མི་ཟེར་ཏེ། ང་ནི་བཀའ་བརྒྱུད་སྤྱུ་མའི་སྤྱུ་ཞུ་མའི་མངལ་ནས་དད་པ་སྤྱེས། སྤྱུ་གུའི་ལོ་ལ་ཆོས་སྐྱོར་ལྷགས། ཐོང་བའི་ལོ་ལ་སྟོ་བ་གཉེར་བྱས། སྐྱོམ་ཆེན་དར་མའི་ལོ་ལ་རི་ཁྲོད་འགྲིམས། ང་འདྲེ་གདུག་རྒྱུ་བཅེ་རུང་ཡམིང་། གདོན་ཆོ་འཕྲུལ་མང་རུང་བག་མི་ཆོ། ཞེས་གངས་སངས་དཀར་མོ་རྒྱུད་བུ་ལྷག་འཆུ་བ་ལ་ཡམིང་བ་དང་། བྱ་རྒྱལ་ཁྲུང་ཆེན་གནམ་ཁ་ཞིང་དང་ས་ཆོ་དྲིག་རུང་གང་ལའང་ཡམིང་བ་དང་། ཉ་ཆེན་ཡོར་མོ་མཆོ་བ་སྐྱབས་ཆེ་བ་དང་འོ་ལ་ལྷགས་ཀྱི་གང་ལ་ཡམིང་བ་བཞིན་དུ། དཔེ་མང་གོ་སྟོན་དུ་བསྟན་ནས་དཔེ་ཅན་མི་ལ་རས་པ་རང་ཉིད་འདྲེ་གདུག་རྒྱུ་བཅེ་བ་དང་གདོན་ཆོ་འཕྲུལ་ཆེ་བ་ལ་མི་སྤྱུ་པ་མཆུངས་ཆོས་སྤྱུར་ཡོད་དོ། འདི་ཡང་བོད་ཀྱི་གནའ་བོའི་སྤྱུ་ཆོག་གི་ཉམས་ལ་རྒྱུ་འཛིན་བྱས་ཡོད་དེ། དཔེར་ན། རྒྱུང་དུ་འང་ང་ལ་རྒྱུད་བྱ་རྒྱལ་ཁྲུང་གི་རྒྱུད། རྒྱུང་སྐྱོང་འོ་ནང་ནས་གཤོག་དུག་རྒྱས། ང་གུང་ནམ་འཕང་གཤོག་ཆུ་ལ་རབ་རྩོགས་པའི། གདུང་འབུམ་པའི་དག་ལྷ་ཆེ་རྒྱལ་ཡིན། ཞེས་པ་དང་། ཞུ་མའི་ལྷ་ལ་དར་བའི་དམངས་སྤྱུ་ལས་ཀྱང་། ཐོ་རོག་ནག་རྒྱུང་ཁྲུང་གི་ཁྲུང་། ཁྲུང་གི་རྒྱུད་ལ་རྒྱས་རྒྱུ་མེད། རྒྱས་རུང་ཁྲུང་ཐོག་མའོ་རྒྱུ་མེད། འདྲོ་རིག་ཏུ་བོ་རྒྱུད་གི་རྒྱུད། རྒྱུད་གི་རྒྱུད་ལ་རྒྱས་རྒྱུ་མེད། རྒྱས་རུང་གོ་མ་པ་འཆོལ་རྒྱུ་མེད། ས་བཟང་བུ་ཆ་སྤྱིད་པའི་རྒྱུད། སྤྱིད་པའི་བུ་ལ་རྒྱས་རྒྱུ་མེད། རྒྱས་རུང་གཏམ་ལ་འཆུག་རྒྱུ་མེད། ཅིས་པ་དང་འདྲ་བར་དཔེ་དུ་མ་སྟོན་དུ་སོང་ཞིང་། དཔེ་ཅན་རྩིས་སྤྱུ་བསྟན་པ་དང་མཆུངས་སོ། །

## (2) དཔེ་ཅན་སྟོན་སོང་དང་དཔེ་གཅིག་གིས་གསལ་བར་བྱེད་པའི་རྒྱུ་

ནམ་ཐར་མཛོད་ནག་མར། ཐོ་རབ་གཅིག་ལ་ཆོས་ཤིག་དགོས། ཐོ་རབ་ཤིག་ལ་ཆོས་མེད་ན། གངས་

① གཙང་སྟོན་ཉེ་དུ་ཀས་བསྒྲིགས།《མི་ལ་རས་པའི་ནམ་ཐར་མར》མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།1981. P201-202

ལྟོད་མེད་གོ་དཀར་མོ་འདྲ། །ཁོ་ལ་ཤི་བའི་དུས་ཤིག་བྱུང་ཙམ་ན། །དཔའ་ཚལ་ཆེ་ཡང་དོན་གོ་ཆུང་། །ཕོ་ལ་  
 འབྲིང་ཅིག་ལ་ཆོས་ཤིག་དགོས། །ཕོ་འབྲིང་ཅིག་ལ་ཆོས་མེད་ན། །སྤེ་བའི་སྤང་བུ་རོལ་ཞུགས་འདྲ། །ཁོ་ལ་  
 ཤི་བའི་དུས་ཤིག་བྱུང་ཙམ་ན། །རོལ་ཆེ་སྤངས་ཀྱང་དོན་གོ་ཆུང་། །ཕོ་ཐ་མ་ཅིག་ལ་ཆོས་ཤིག་དགོས། །ཕོ་ཐ་  
 མ་ཞིག་ཆོས་མེད་ན། །ཆོང་བའི་བུ་ཆུང་ལ་མ་ཞུགས་འདྲ། །ཁོ་ལ་ཤི་བའི་དུས་ཤིག་བྱུང་ཙམ་ན། །སྤྱུག་བསྐྱུན་  
 ཆེ་ཡང་དོན་གོ་ཆུང་། །དེས་ཀྱང་གདམས་ངག་ལེའུ་གཅིག་ཐལ། །ད་རུང་གདམས་ངག་དབྱངས་སུ་.....  
 ལེན། །ཁོ་རབ་ཅིག་ལ་ཆོས་མེད་ན། །ཆ་བྱས་མདངས་ལ་ལྟ་དང་འདྲ། །ཁོ་ལ་ཤི་བའི་དུས་ཤིག་བྱུང་ཙམ་  
 ན། །ཁ་དོག་ལེགས་ཀྱང་དོན་གོ་ཆུང་། །ཁོ་འབྲིང་ཞིག་ལ་ཆོས་ཤིག་དགོས། །ཁོ་འབྲིང་ཞིག་ལ་ཆོས་མེད་  
 ན། །ཚིག་གསེབ་ཀྱི་བྱི་བ་ཆང་ཉལ་འདྲ། །ཁོ་ལ་ཤི་བའི་དུས་ཤིག་བྱུང་ཙམ་ན། །གསོག་འཛིག་རེ་མ་ཡང་དོན་  
 གོ་ཆུང་། །ཁོ་ཐ་མ་ཞིག་ལ་ཆོས་ཤིག་དགོས། །ཁོ་ཐ་མ་ཞིག་ལ་ཆོས་མེད་ན། །སློ་རྒྱལ་གྱི་བྱི་མོ་ཆང་མ་འདྲ། །  
 །ཞེས་དཔེ་ཅན་ཕོ་མོ་རབ་འབྲིང་ཐ་གསུམ་ལ་ཆོས་ཤིག་མེད་ན་གདམས་མེད་དཀར་མོ་དང་སྤང་བུ་རོལ་ཞུགས།  
 ཆོང་བའི་བུ་ཆུང་ལ་མ་ཞུགས་དང་། །ཆ་བྱས་མདངས་ལ་ལྟ་བུ། །བྱི་བ་ཆང་ཉལ། །སློ་རྒྱལ་གྱི་བྱི་མོ་འདྲ་བར་  
 གསུངས་པ་དང་། །བོད་ཀྱི་བརྗོད་སྐད་རབ་འབྲིང་ཐ་གསུམ་ལ་སྤྱུར་ཏེ་བསྐྱར་བ་འདི་ནི། །རང་རེའི་ཐུན་མོང་མ་  
 ཡིན་པའི་ཚོམ་སྤངས་ཤིག་ཡིན་པས། །སྤིང་སྤྱང་དུ་འང་དཔོན་ལ་རབ་འབྲིང་ཐ་མ་གསུམ། །རབ་ཀྱིས་ཁམས་  
 གསུམ་བདེ་ལ་འགོད། །འབྲིང་གིས་རང་སྤེམ་ཐའ་ནས་སྤྱོད། །ཐ་མས་རང་མགོ་མི་ལ་བཙོང་། །ཞེས་མང་  
 དུ་འབྱུང་ངོ་། །དཔེ་ཅན་སྟོན་དུ་བསྟན་པ་འདི་ཅུ་ཡང་མ་ཡིན་པར་ད་དུང་། །མཁུར་ལས། །འཁོར་བ་སྦྱིད་  
 མེད་ཀྱི་བཙོན་ཁང་དུ། །སྦྱིད་དུ་རེ་ནས་སྤྱུག་བསྐྱུན་སྤྱངས། །ཡུན་རིང་གི་ནད་པ་གཙོང་ཅན་བཞིན། །  
 །སྤྱངས་ནས་འཆི་བ་ཡི་རེ་ལུག། །ཆོག་ཤེས་མེད་པའི་ནོར་རྩལ་ལ། །འདྲོད་པའི་དབང་གིས་གསོག་འཛིག་.....  
 བྱེད། །སྤང་མས་སྤང་ཆེ་གསོག་པ་བཞིན། །གཞན་གྱིས་སྦྱོད་པས་ཡི་རེ་ལུག། །མཁུ་མེད་བུ་ཙུ་ཉེ་འབྲེལ་  
 ལ། །ཕོངས་པ་མེད་པའི་ཟས་ནོར་སྦྱིན། །རྒྱ་མཚོ་ལ་ས་བོན་བཏབ་པ་བཞིན། །འབྲས་བུ་མེད་པས་ཡི་རེ་  
 ལུག། །ཐུལ་བ་མེད་པའི་དག་སྤང་ལ། །ཞེ་སྤང་བསྦྱེད་ཅིང་རང་རྒྱུད་བསྐྱེད། །མེད་གོ་ཆུ་དུ་ཤི་བ་  
 བཞིན། །དབྱལ་བར་སྤང་བས་ཡི་རེ་ལུག། །ལྟོས་པ་མེད་པའི་ལྟ་འདྲེལ། །ཟས་སྤྱད་གཏོར་ཞིང་གསོལ་བ་  
 འདེབས། །དབྱར་ཁའི་ཆུ་མིག་རྩོལ་བ་བཞིན། །དགོས་རན་མེད་པས་ཡི་རེ་ལུག། །ནུ་སྦྱོར་ལུར་ཙུ་ལུར་  
 དུས་སྟ། །བར་དོའི་འཕྲང་ལ་འགོ་ཙམ་ན། །འཇིགས་པའི་སྦྱེལ་མས་ཤོར་བ་བཞིན། །མགོན་སྤྱུབས་མེད་  
 པས་ཡི་རེ་ལུག། །འཆི་བདག་བདུད་དང་འཕྲད་ཙམ་ན། །ལས་ཀྱི་གཤིན་རྗེའི་ཞགས་པས་ཐེབ། །ལུས་  
 ཅན་མཚོང་ཅན་སྤང་བ་བཞིན། །ཐར་ཐབས་མེད་པས་ཡི་རེ་ལུག། །ཅས་དཔེ་ཅན་འཁོར་བ་དང་། །གསོག་  
 འཛིག་གསོག་འཛིག་དེའང་ཉེ་འབྲེལ་ལ་སྦྱིན། །དག་ལ་ཞེ་སྤང་། །འཇིག་རྟེན་བདེ་སྤྱུག་གི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ལྟ་

① གཟུང་བྱུང་རྟོག་པོ་བསྐྱེད། «ནུ་ཐར་མཚོ་དཀར་མོ་» སྤྱད་ཆ། དབྱ་ཅན་བྲིས་ལ། p36-37

འདྲེན་བཅོལ་ཞིང་གསོལ་བ་འདེབས་པ། མཐར་ཆུ་སྒྲིབ་ཀྱིས་བར་དོ་འཕྲང་ལ་འགྲེམས་པ། ལས་ཀྱིས་གཤིན་རྗེ་དང་འཕྲང་པ་བཅས་སྡོན་རྩ་བཏུན་ནས། ཡུན་རིང་གི་ནད་པ་དང་། སྤང་མས་སྤང་ཆེ་གསོག་པ། རྒྱ་མཚོ་ལ་ས་བོན་བཏབ་པ། སང་གེ་རྒྱ་རྩ་ཤིབ། དབྱར་ཁའི་རྒྱ་མིག་རྒྱུ་བ། འཇིགས་པའི་སྒྲེལ་མ། ལུས་ཅན་མཚོང་ཅན་འཕྲང་པ་བཅས་སུ་དཔེ་བཀོད་དེ། བརྗོད་དོན་གོ་བདེ་བ་དང་ཡིད་འཁུལ་བ་འདི་འདྲ་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་རྩ་མང་རྩ་མཆིས་སོ། །སྟན་ངག་མེ་ལོང་མ་ལྟར་ན། དཔེ་འདི་དག་ཆོས་དཔེ་དང་འདྲ་སེ་འདུག།

### (3) དཔེ་ཅན་སྡོན་སང་དང་དཔེ་དམིགས་སུ་དགར་བའི་རྒྱན།

མཁུར་ལས། གསོན་དང་དགོངས་དང་བཞུགས་པ་རྣམས། །དྲན་མེད་སྟོང་བའི་རང་བཞིན་འདི། །ཕྱི་ནང་སྤང་སྤིང་ཀུན་ལ་བྱབ། །དཔེ་ནི་ས་གནི་ལྟ་བུའོ། །སྒྲིམ་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་འདི། །ཐུན་ལ་སྡོན་མེ་བཏགས་པ་འདྲ། །དཔེ་ནི་ཁྱེད་ཀྱི་ལྟ་བུའོ། །རྣམ་གསུམ་ཡིད་ལ་མ་བྱས་པར། །སྒྲོ་འདས་ལྟ་བུ་འགྱུར་མེད་འདི། །དཔེ་ནི་ནུ་མཐའ་ལྟ་བུའོ། །འདི་གསུམ་ལྟ་བུའི་དཔེ་རུ་གོ། །དྲན་མེད་གཉིས་ཀྱི་སོ་མཚམས་ན། །སྒྲིམ་བམེད་པའི་སྒྲིམ་ཆེན་བཞུགས། །དཔེ་ནི་བར་སྤང་ལྟ་བུའོ། །སེམས་ཉིད་རྒྱ་མཚོ་འདྲ་བ་ལ། །ཆོགས་རྒྱག་ཤེས་པ་ཉེད་པོར་ཐལ། །དཔེ་ནི་བྱ་རྒྱུང་ལྟ་བུའོ། །སྤང་བ་བཀག་དང་མ་བཀག་མེད། །ཅིར་ཡང་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་ཡལ། །དཔེ་ནི་ནུ་མཐའ་ལྟ་བུའོ། །འདི་གསུམ་སྒྲིམ་པའི་དཔེ་རུ་གོ། །ནགས་ལ་མེ་སྒྲེ་མཆེད་པ་བཞིན། །ཅིར་ཡང་སྟོང་བ་ཉིད་ཀྱི་གྲགས། །དཔེ་ནི་འཇའ་ཆོན་ལྟ་བུའོ། །ཞིང་ལ་རྒྱ་ལུང་བཏུན་པ་མེད་པ་བཞིན། །འདྲོད་ཡོན་ཞེན་མེད་རྒྱན་རྩ་ཆེ། །དཔེ་ནི་འདམ་སྒྲེས་མེ་རྟོག་བཞིན། །མཐའ་དབུས་བྲལ་ཞིང་ནུ་མཐའ་ལ། །ཆོགས་རྒྱག་ཐུགས་འཕྲང་དོ་ཤེས་པས། །སྒྲིམ་ཆོགས་སྤང་ཡང་གཅོད་རྒྱ་མེད། །དཔེ་ནི་རྒྱན་མ་རོ་ཤེས་འདྲ། །འདི་གསུམ་སྒྲིམ་པའི་དཔེ་རུ་གོ། །ཞེས་བདེན་གྲུབ་ཀྱིས་སྟོང་བ་དང་། །དེ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ། །ལྟ་བུ་འགྱུར་མེད་གསུམ་དང་། །སྒྲིམ་ཆེན་དང་ཆོགས་རྒྱག་ཤེས་པ། །སྤང་བ་ཐམས་ཅད་ཆོས་མེད་པ་དབྱིངས་སུ་ཐིམ་པ་གསུམ་དང་། །ཅིར་སྤང་སྟོང་བ་ཉིད་དང་ཞེན་མེད། །ཆོགས་རྒྱག་དོ་ཤེས་པ་གསུམ་བཅས་ནི། །དཔེར་ན། །ཁྱེད་ཀྱི་ལྟ་བུ་སྒྲིམ་ཆེན་དཔེ་རྒྱན་གཞན་དང་མེ་འདྲ་བར་དམིགས་སུ་བཀར་ནས་རྟོན་པས། །འདི་ཡང་བོད་ཀྱི་གནའ་བོའི་དམངས་སྤྱོད་ལས་ཆགས་འཛིན་སྒྲིལ་གྱི་རྣམ་པ་ཞིག་རྒྱན་འཛིན་བྱས་པ་སྟེ། །ཨ་མ་དོ་དམངས་སྤྱོད་ལས། །སང་གེ་གངས་ལ་འགྱིང་འདྲ་བོ། །གཡུ་རལ་ཕྲག་ལ་འཕངས་འདྲ་བོ། །དཔེ་བཞག་ན་པ་དང་ཨ་ཁུ་རེད། །རྒྱ་ལྷག་ནགས་ལ་མཚོངས་འདྲ་བོ། །ཐིག་ལེ་རྒྱབ་ལ་བབས་འདྲ་བོ། །དཔེ་བཞག་ན་སྟན་དང་ན་རྩ་རེད། །ཁུ་བྱག་ནགས་ན་གྲགས་འདྲ་བོ། །གསུང་སྟན་དབྱངས་ལ་བཀྱག་འདྲ་བོ། །དཔེ་བཞག་ན་མ་དང་སྤྱོད་མོ་རེད། །ཞེས་འབྲུང་བ་དང་ཆོག་རིས་ཅམ་མ་གཏོགས་ཁྱད་པར་མེད་དོ། །

① ཀམ་རང་བྱུང་དོ་རྗེས་བསྐྱེད་སྒྲིགས། <<རྣམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ>>སྤྲང་ཆ། P96-97



#### (4) དཔེ་སྒྲིག་སྐད་དང་དཔེ་ཅན་རྣམས་སྒྲིག་པའི་རྒྱུ།

མགུར་ལས། མི་བཅོན་ཅན་དོང་ནས་ཐར་བ་བཞིན། །པ་ཡུལ་སྤངས་པའི་ནལ་འབྱོར་བདེ། །རྟ་བཟང་ལ་  
སྒྲིག་དང་བྲལ་བ་བཞིན། །གཟུང་འཛིན་གྲོལ་བའི་ནལ་འབྱོར་བདེ། །རི་དྲགས་མས་པ་སྣོད་པ་བཞིན། །  
གཅིག་ཕུར་གནས་པའི་ནལ་འབྱོར་བདེ། །བྱ་ཚོད་ནམ་འཕང་གཅོད་པ་བཞིན། །རྟ་བ་ཐག་ཚད་ནལ་འབྱོར་  
བདེ། །མཁའ་ལ་རྒྱ་བའི་སྒྲིབ་པའི་བཞིན། །ཐོགས་རྒྱུ་མེད་པའི་ནལ་འབྱོར་བདེ། །གཡང་དཀར་སྒྲིབ་པའི་  
ལྷག་རྩི་བཞིན། །ཉམས་སྤྱོད་སྒྲིབ་པའི་ནལ་འབྱོར་བདེ། །དབུས་ཀྱི་རི་རྒྱལ་སྤྱོད་པོ་བཞིན། །འཕོ་འགྱུར་ལ་  
མེད་པའི་ནལ་འབྱོར་བདེ། །རྒྱ་བོ་ཆེན་པོའི་གཞུང་བཞིན་དུ། །ཉམས་སྤྱོད་ཆད་མེད་པའི་ནལ་འབྱོར་  
བདེ། །དུར་ཁྲོད་ནང་གི་མི་རྩི་བཞིན། །བྱ་བ་ཐེངས་པའི་ནལ་འབྱོར་བདེ། །རྒྱ་མཚོའི་ནང་གི་རྩི་བསྐྱར་  
བཞིན། །ཕྱིར་མི་ལྷོག་པའི་ནལ་འབྱོར་བདེ། །མཁའ་ལ་ཤར་བའི་ཉི་མ་བཞིན། །འོད་གསལ་ཤར་བའི་ནལ་  
འབྱོར་བདེ། །ཏ་ལའི་མོ་མ་བཅད་པ་བཞིན། །སྒྲིབ་པའི་ནལ་འབྱོར་བདེ། །ཁྲིམ་གསུངས་ལ། ཡང་  
མགུར་དུ། ཤེལ་སྒྲིབ་རྟ་བུའི་སེམས་ཉིད་འདི། །སྒྲིབ་པའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་དང་བྲལ། །བཟུང་བས་མི་བྲིན་  
བཟང་མི་འགྲོ། །སྐར་མདའ་རྟ་བུའི་སྤྱོད་པ་འདི། །མ་དད་བསལ་ཕྱིར་བྱས་པ་ཡིན། །ད་ཡང་སྤྱོད་པ་མི་བྱེད་  
དོ། །ཅེས་གསུངས་སོ། །

#### (5) དཔེ་དང་བསྐྱར་པའི་རྒྱུ།

མགུར་ལས། སེམས་ཉིད་འདི་ལ་དཔེ་མ་རྟེན། །སེམས་ཉིད་འདི་ལ་དཔེ་རྟེན་དུ། །ནམ་མཁའ་འདི་ལ་  
དཔེ་མ་བརྟུབ། །ནམ་མཁའ་འདི་ལ་དཔེ་བརྟུབ་རྒྱུས། །ནམ་མཁའ་རིག་མེད་སྒྲིབ་བ་ཡིན། །སེམས་ཉིད་ལ་  
རིག་བཅས་སྒྲིབ་བ་ཡིན། །སྒྲིབ་བ་ཅམ་དུ་མཉམ་ལགས་ཀྱང་། །མཉམ་ལ་མི་མཉམ་བྱུང་པར་ཆེ། །རི་བོ་  
འདི་ལ་དཔེ་མ་བརྟུབ། །རི་བོ་འདི་ལ་དཔེ་བརྟུབ་རྒྱུས། །རི་བོ་ས་རྩོའི་ཕུང་བོ་ཡིན། །སེམས་ཉིད་ས་རྩོའི་  
ཕུང་བོ་མིན། །འཕོ་འགྱུར་མེད་པར་མཉམ་ལགས་ཀྱང་། །མཉམ་ལ་མི་མཉམ་བྱུང་པར་ཆེ། །གཙང་ཆབ་  
འདི་ལ་དཔེ་མ་བརྟུབ། །གཙང་ཆབ་འདི་ལ་དཔེ་བརྟུབ་རྒྱུས། །གཙང་ཆབ་རྒྱུ་ཕྱན་འདུས་པ་ཡིན། །སེམས་  
ཉིད་རྒྱུ་ཕྱན་འདུས་པ་མིན། །རྒྱུ་ཆད་མེད་པར་མཉམ་ལགས་ཀྱང་། །མཉམ་ལ་མི་མཉམ་བྱུང་པར་ཆེ། །ཉི་  
ཟླ་འདི་ལ་དཔེ་མ་བརྟུབ། །ཉི་ཟླ་འདི་ལ་དཔེ་བརྟུབ་རྒྱུས། །ཉི་ཟླ་དངོས་པོར་གསལ་བ་ཡིན། །སེམས་ཉིད་  
དངོས་པོར་གསལ་བ་མིན། །གསལ་བ་ཅམ་དུ་མཉམ་ལགས་ཀྱང་། །མཉམ་ལ་མི་མཉམ་བྱུང་པར་ཆེ། །སྒྲིབ་  
བཅེར་འདི་ལ་དཔེ་མ་བརྟུབ། །སྒྲིབ་བཅེར་འདི་ལ་དཔེ་བརྟུབ་རྒྱུས། །སྒྲིབ་བཅེར་འབྱུང་བ་གཡོས་པ་ཡིན། །  
སེམས་ཉིད་འབྱུང་བ་གཡོས་པ་མིན། །དོས་བཟུང་མེད་པར་མཉམ་ལགས་ཀྱང་། །མཉམ་ལ་མི་མཉམ་བྱུང་  
པར་ཆེ། །བྱིད་འཚོགས་པའི་མི་ལ་དཔེ་མ་བརྟུབ། །འཚོགས་པའི་མི་ལ་དཔེ་བརྟུབ་རྒྱུས། །འཚོགས་པ་

① ཀམ་རང་བྱུང་དོན་རྒྱུགས། <<ནམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ>>སྤྱི་ཚུལ་གྱི་སྐུ་མཁའ་ P22

འདྲ་འཇོག་ཡོང་བ་ཡིན། ཁ་རྒྱུ་འཕྱོར་བ་བཏང་བ་ཡིན། མི་རུ་སྒྲིལ་པ་མཉམ་ལགས་ཀྱང་། མཉམ་ལ་མི་མཉམ་བྱུང་པར་ཆེ། ཁྱེས་དཔེ་ཅན་དེ་དཔེ་དང་བསྐྱར་བ་ལས། དཔེ་དཔེ་པར་བརྗོད་པ་ཡིན་པས། ཉན་པ་གཉེ་མེད་མཉེ་སྒྲིལ་པའི་དཔེ་དང་འདྲ་བར་སེམས་ན་འདྲ་། བརྗོད་ཚུལ་གྱི་ཆ་ནས་མི་འདྲ་བས་ཞིབ་ཏུ་དབྱེ་བ་ཡིན་ལ། རྟོག་གིས་ཐོང་རང་གི་དཔེ་མངས་ཁྲོད་ཚོམ་རིག་གི་སྒྱུ་ཆ་ལ་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཞིག་སྟེ། གེ་སར་སྒྲིལ་དུ་འདྲ་། སྒྲིལ་སྒྲ་དུར་ཤན་པའི་དབྱང་ཆོགས་དེ། རྟོག་དན་ནགས་ལ་དཔེར་བཞག་ན། ཁ་དག་ས་དཔེར་བོ་མེད་དཔེ། རྟགས་ཆེན་མེ་ཡིས་བསྐྱེད་པའདྲ་བཟོ། ཁྱེས་དཔེ་བསྐྱར་བའི་རིགས་འདྲ་མིན་མང་དུ་བྱུང་ཡོད་དོ། །

### (6) དཔེ་མིག་སྒྲིལ་སྒྲིལ་བཞིན་པའི་ཀྱན།

རྟོག་རྗོད་སྒྲིལ་པ་ལ་གསུངས་པའི་མཁུར་ལས། གངས་སྒྲིལ་གྱི་སེང་ལྷམ་དཀར་མོ་དེ། མེད་ལྷག་གི་.....རིགས་སྒྲིལ་སྒྲིལ་ནས། བེལ་བུའི་ནང་དུ་ཅི་ལ་སྒྲིལ། གངས་དཀར་གྱི་ཆེ་ལ་གཤེགས་ཏེ་མཆི། རྟོག་འདྲའི་སྒྲིལ་འགྲོས་ཤིག་མ་བྱས་ན། མི་ལུས་ཐོབ་པ་དོན་རེ་ཆུང་། གངས་མང་གི་རྟོག་ཆེན་ཆུང་རེ་ཐོས། བྲག་སྒྲིལ་གྱི་ཐང་དཀར་ཆོད་པོ་དེ། ཆོད་ལྷག་གི་རིགས་སྒྲིལ་སྒྲིལ་ནས། བྲེལ་ཡི་ནང་དུ་ཅི་ལ་སྒྲིལ། བྲག་དཀར་གྱི་ཆེ་ལ་གཤེགས་ཏེ་མཆི། རྟོག་འདྲའི་སྒྲིལ་འགྲོས་ཤིག་མ་བྱས་ན། མི་ལུས་ཐོབ་པ་དོན་རེ་.....ཆུང་། གངས་མང་གི་རྟོག་ཆེན་ཆུང་རེ་ཐོས། རྟགས་ཆེན་ལ་གསུངས་པའི་རི་བྲག་དེ། ལྷག་ལྷག་གི་རིགས་སྒྲིལ་སྒྲིལ་ནས། རྟོག་འདྲའི་ནང་དུ་ཅི་ལ་སྒྲིལ། རྟགས་ཆེན་གྱི་དབྱས་དེར་གཤེགས་ཏེ་མཆི། རྟོག་འདྲའི་སྒྲིལ་འགྲོས་ཤིག་མ་བྱས་ན། མི་ལུས་ཐོབ་པ་དོན་རེ་ཆུང་། གངས་མང་གི་རྟོག་ཆེན་ཆུང་རེ་ཐོས། ཆབ་གྱི་ཉ་མོ་གསེར་མིག་དེ། ཉ་ཆེན་རིགས་སྒྲིལ་སྒྲིལ་ནས། རྟོག་འདྲའི་ནང་དུ་ཅི་ལ་སྒྲིལ། རྟོག་ཆེན་འདྲའི་ནང་དུ་གཤེགས་ཏེ་མཆི། རྟོག་འདྲའི་སྒྲིལ་འགྲོས་ཤིག་མ་བྱས་ན། མི་ལུས་ཐོབ་པ་དོན་རེ་ཆུང་། ཁྱེས་འབྱུང་དོ། །

### (7) དཔེ་མཉམ་སྒྲིལ་གྱི་ཀྱན།

མཁུར་ལས། མི་འོ་སྒྲིལ་མ་རིག་པའི་ལུན་པ་འདྲ་སྟེ། ལ་སྒྲིལ་མ་འདི་སྒྲིལ་གསལ་སྒྲིལ་མེ་འདྲ་བས། ལུན་པ་སངས་པར་འདོད་ན་སྒྲིལ་བཞེན། མི་འོ་སྒྲིལ་ལུལ་རིང་མཁོན་པོ་འདྲ་སྟེ། ལ་སྒྲིལ་མ་འདི་ལ་གྲགས་ཀྱི་སྒྲིལ་མ་འདྲ་བས། འཇིགས་པ་ལ་ཐར་བར་འདོད་ན་སྒྲིལ་བཞེན། མི་འོ་སྒྲིལ་ནང་པ་ཉམ་ཐག་འདྲ་སྟེ། ལ་སྒྲིལ་མ་འདི་འཆོ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲིལ་པ་འདྲ་བས། རྟོག་སྒྲིལ་པར་འདོད་ན་སྒྲིལ་བཞེན། མི་འོ་སྒྲིལ་ཆབ་ལའི་མཁོན་པོ་འདྲ་སྟེ། ལ་སྒྲིལ་མ་འདི་མཉམ་པ་ཐུབ་ཐོབ་འདྲ་བས། ཆབ་སྒྲིལ་བར་འདོད་ན་སྒྲིལ་བཞེན། །

① གཟུང་བྱུང་དོ་རྟོག་པ་སྒྲིགས། <<རྟོག་པ་ལུན་མི་ལའི་རྟོག་ཐར་མཆོད་ནག་མ་>>དབུ་ཅན་བྲིས་མཁྲིན་ཆ། P100-101

② གཟུང་བྱུང་དོ་རྟོག་པ་སྒྲིགས། <<རྟོག་པ་ལུན་མི་ལའི་རྟོག་ཐར་མཆོད་ནག་མ་>>དབུ་ཅན་བྲིས་མཁྲིན་ཆ། P20

མི་འོ་སྐལ་ཚོང་འདུས་མགོན་པོ་འདྲ་སྟེ། །པ་སྒྲ་མ་འདི་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་འདྲ་བས། །ཚོང་ལེགས་པར་  
 འདོད་ན་སྒྲ་མ་བསྟེན། །མི་འོ་སྐལ་ཚུན་བལ་ལྷ་གུ་འདྲ་སྟེ། །པ་སྒྲ་མ་འདི་སྒྲ་ཆར་ཟེམ་བུ་འདྲ་བས། །  
 འབྲས་ལེགས་པར་འདོད་ན་སྒྲ་མ་བསྟེན། །ཞེས་དཔེ་ཅན་འོ་སྐལ་དང་སྒྲ་མ་གཉིས་ལ་དཔེ་མཉམ་པར་.....  
 ཟུར་བ་ལྟར་ཏེ། རོན་གྱིས་དཔེ་ལ་བརྟེན་ནས་བརྗོད་དོན་གསལ་བོར་སྟོན་པའི་ཆོག་གི་སྒྲ་ཆལ་བྱད་པར་བ་  
 ཞིག་ཡིན་ནོ། །སྟོན་དག་མེ་ལོང་མའི་ལུགས་ལྟར་ན། མཚུངས་སྒྱུར་གྱི་དཔེ་དང་ཆོག་མཉམ་གཏོད་ཚུལ་གྱི་ཆ  
 རས་གཏན་ནས་མི་འདྲ་བས། རྒྱ་གར་རང་དུ་མི་དར་བའི་བོད་རང་གི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་དམངས་ཁྲིད་  
 ཟུ་གཞས་ལས་བྱུང་བའི་ཚོམ་ཆལ་ཞིག་ཡིན་པ་གོར་མ་ཆག

### (8) དཔེ་གཞུང་པའི་རྒྱན།

མགུར་ལས། ཁྱོད་ནམ་མཁའ་འདི་ལ་དཔེ་ལོང་ལ། །མཐའ་དདུས་མེད་པའི་སྒྲ་ཅིག་གིས། །ཉི་ཟླ་འདི་ལ་  
 དཔེ་ལོང་ལ། །གསལ་འགྲིལ་མེད་པའི་སྒྲ་ཅིག་གིས། །རི་བོ་འདི་ལ་དཔེ་ལོང་ལ། །གཡོ་འགྲལ་མེད་པའི་  
 སྒྲ་ཅིག་གིས། །རྒྱ་མཚོ་འདི་ལ་དཔེ་ལོང་ལ། །རྒྱ་བས་མེད་པའི་སྒྲ་ཅིག་གིས། །རྒྱ་བོ་འདི་ལ་དཔེ་ལོང་  
 ལ། །རྒྱ་ཆད་མེད་པའི་སྒྲ་ཅིག་གིས། །རང་སེམས་འདི་ལ་དཔེ་ལོང་ལ། །རྒྱ་རྟོག་མེད་པའི་སྒྲ་ཅིག་...  
 གིས། །ཞེས་དཔེ་ཅན་སྒྲ་དེ་ཉིད་དཔེ་ཆ་དུ་གཞུང་ནས་ཉམས་སྲུ་ལེན་པར་བསྐྱལ་བའི་རྒྱན་ཐུན་མོང་མ་  
 ཡིན་པ་ཞིག་གོ།

### (9) དཔེ་དམིགས་སྒྲ་སྟོན་པའི་རྒྱན།

མགུར་ལས། གདམས་དག་ལྷགས་པ་སྒྲུབ་བསྐྱས་འདྲ། །སྒྲ་མ་མཁའ་པ་བརྟེན་ན་ལེགས། །ཉམས་སྒྱུར་.....  
 ཐུན་པ་སྒྲ་ཤར་འདྲ། །རྒྱ་བོའི་རྒྱན་བཞིན་བསྒྲུབ་ན་ལེགས། །ཞེས་དང་། མི་ཀུན་གྱིས་མི་ལུས་མི་ལུས་.....  
 ཟེར། །མི་ལུས་སྒྲ་ཆེའི་ཟེམ་བུ་འདྲ། །སྒྲ་རྩོ་ཆགས་ཀྱང་ཕྱི་རྩོ་འཇིགས། །ཆགས་འཇིགས་དེ་མཐོང་བས་སྒྲ་  
 མ་བདེ། །ཆགས་འཇིགས་མེད་པའི་སེམས་ལ་སྟོས། །ཡང་སྟོས་ཡང་སྟོས་སེམས་ལ་སྟོས། །ལྟ་རྟོག་རང་གི་...  
 སེམས་ལ་གྱིས། །བསམ་མཐོ་རང་གི་སེམས་ལ་ཐོང་། །མི་ཀུན་གྱིས་མི་ཆོ་མི་ཆོ་ཟེར། །མི་ཆོ་བྲག་ལ་རྒྱུ་འབབ་  
 འདྲ། །ཆོ་དར་ཅིག་འགྱིང་ལོང་མི་གདའ་ན། །ཆོ་འགྱིང་ལོང་མེད་པས་སྒྲ་མ་བདེ། །འགྲོ་འོང་མེད་པའི་.....  
 སེམས་ལ་སྟོས། །ཡང་སྟོས་ཡང་སྟོས་སེམས་ལ་སྟོས། །ལྟ་རྟོག་རང་གི་སེམས་ལ་གྱིས། །བསམ་མཐོ་རང་གི་.....  
 སེམས་ལ་ཐོང་། །མི་ཀུན་གྱིས་ནོར་ཇས་ནོར་ཇས་ཟེར། །ནོར་ཇས་སྒྲུང་མའི་ཆེ་གསོག་འདྲ། །ནོར་བདག་  
 པོས་བསགས་པ་གཞན་གྱིས་སྒྱུད། །བདག་བསོགས་གཞན་སྒྱུད་སྒྲོ་མ་བདེ། །ཡང་སྟོས་ཡང་སྟོས་སེམས་ལ་

① གཟུར་བྱུང་དོ་རྟེན་བསྐྱགས། «རྟེན་ཐུན་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ» སྒྲུང་ཆ། དཔུ་ཅན་བེས་མ P105  
 ② གཟུར་བྱུང་དོ་རྟེན་བསྐྱགས། «རྟེན་ཐུན་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ» སྒྲུང་ཆ། དཔུ་ཅན་བེས་མ P66  
 ③ གཟུར་བྱུང་དོ་རྟེན་བསྐྱགས། «རྟེན་ཐུན་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ» སྒྲུང་ཆ། དཔུ་ཅན་བེས་མ P161

ལྷོ་མ། ལྷོ་ལྷོ་ག་རང་གི་སེམས་ལ་གྱིས། བསམ་མཛོ་རང་གི་སེམས་ལ་བློང་། ལྷོ་མ་གསུངས་པ་འདི་ཡང་  
མང་དུ་མི་འབྱུང་ནའང་། དཔེ་རྒྱུ་གཞན་དང་མི་འདྲ་བར་ཆོག་གི་རྒྱ་རྩལ་བྱད་པར་བ་ཞིག་མཆིས་པས་  
དཔེ་བྱངས་པའོ། །

མདོར་ན། ལྷན་ངག་མེ་ལང་མའི་གཞུང་དུ་ཤོ་ལོ་ཀ་བརྒྱ་དང་དང་བྱག་བཟན་པའི་ནང་། བོད་རང་གི་རྒྱུན་ལ་སོགས་པ་མ་བཟན་པ་མང་དུ་གནས་ཤིང་། ལྷན་གཞུང་རང་དུའང་། གཟུགས་ཅན་དཔེ་ཡི་རྣམ་རྟོག་.....  
རྣམས། །མཐའ་ཡོད་མ་ཡིན་དེ་ལ་ཕྱིར། །སློ་ལྷན་རྣམས་ཀྱིས་སྟོགས་ཅོམ་བཟན། །ཁ་བརྗོད་རྩེས་སྲུང་པག་པར་གྱིས། །ཁྱེས་རྩེས་སྲུབ་ཟུང་ནའང་། །རང་རེའི་མཁས་པ་སལ་ཆེ་བས་འདིའི་ཐད་དུ་ཐུགས་ཁུར་ཆེར་མ་མཛད་པའི་རྒྱེན་གྱིས། ས་རྒྱ་པའ་ཆེན་གྱིས་ཀྱང་སྤེལ་སྦྱར་སྣ་ཆོགས་མེ་རྟོག་ཚུན་པོ་ལས། ཆོག་དང་ཆོག་གི་རྒྱུན་ལ་སློ་ཁམ་སྟོགས་པ། མི་མཁས་ཤིང་སྤྱི་བརྟོན་ལ་དང་རྒྱལ་དུ་འཛིན་པ་ཁྱེས་བཀའ་བརྟུན་གནད་ཡོད་ལ། མཁས་འཇུག་དུའང་། མེ་ལང་མ་ཐར་ཐོར་ཅོམ་བརྒྱར་རྟེ། དེའི་མཇུག་བྱང་དུ། རྒྱ་གར་ལ་ལྷན་ངག་.....  
གཅིགས་ཆེ་ཡང་། བོད་ལྷན་ངག་གི་ཚུལ་ལ་སློ་མི་འཇུག་པས། སློས་པ་དེ་ཅོམ་ཞིག་ལས་རེ་ཞིག་བཞག་ཅིས་འཁང་ར་མཛད་པ་སོགས་ལས་ཤེས་ལ། ཡང་སྟོགས་གཞན་ཞིག་ནས་བཤད་ན། ས་པའ་རང་ཉིད་གྱིས་ལྷན་ངག་ལ་དེ་འདྲ་མཐོང་ཆེན་ཆེར་མཛད་ནའང་། རྒྱ་གར་གྱི་མཁས་གྲུབ་མང་བོའི་ལྷན་ངག་གི་སྦྱར་སྦྲངས་དང་ལྷན་གཞུང་ཀྱང་གྱི་མེ་ལང་ལྟ་བུར་གྱུར་བའི་དུངས་ལྷན་གཞུང་དུ་མེད་པའི་བོད་རང་གི་ལྷན་ངག་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་རྩི་བཅུན་མགུར་མ་སོགས་ལ་ཉམས་ཞིབ་གྱི་གསུང་སྒྲོས་ཅོམ་ཡང་མེད་ལ། ལྷག་པར་དུ་མཁས་འཇུག་གྱ། དཔེ་ཡི་རྒྱན་རྣམས་སལ་ཆེར་ནི། །རང་གི་ཆོས་དང་མཐུན་པར་སྦྱར། །དཔེ་དོན་འབྲེལ་བར་མ་གྱུར་ན། ལྷན་ངག་མཁན་གྱིས་སྦྱང་པ་སྤྱིང་། །ཅིས་དཔེ་ཡི་རྒྱན་སལ་ཆེར་རང་གི་བྱང་ཆོས་སམ་དཔེ་ཅན་དང་མཐུན་པར་སྦྱར་དགོས་པ་ལས། དཔེ་སལ་ཆེ་བ་རང་གི་ཡུལ་ཆོས་དང་འབྲེལ་བ་དང་། ཞོམས་སྟོལ་དང་འབྲེལ་བར་སྦྱར་དགོས་པ་མ་གསུངས་ཤིང་། དཔེ་རྒྱན་སྦྱར་སྦྲངས་ཀྱི་ཆོགས་བཅད་དེ་ལའང་སྦྱོན་འཇུག་སྟེ། དཔེ་རྒྱན་སལ་ཆེ་བ་རང་གི་དོན་ནམ་བྱ་བྱང་ཆོས་དང་མཐུན་པར་སྦྱར་དགོས་པ་ལས། སལ་ཆེ་བ་མ་ཡིན་པ་ལ་ལ་ཞིག་དེ་ལྟར་སྦྱར་མི་དགོས་པ་ཆོག་ཐུགས་ལས་གོ་བའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་ན། དཔེ་རྒྱན་དུ་དཔེ་དོན་འབྲེལ་མི་དགོས་པ་ཁ་ཤས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེ་འདྲ་ཙ་བ་ནས་མི་སྤྱིད་པས་ཆོག་སྦྱོན་ཤ་སྟག་གོ། །གང་ལྟར། རྒྱབས་དེ་དུས་ནས་བཟུང་། །རང་རེ་སལ་ཆེ་བ་ཨག་གསར་ཆེ་བའི་སྟབས་ཀྱིས་རང་གི་བྱང་ཆོས་རྣམས་མཐོང་ཆེན་ཆེར་མ་བྱས་པས། ས་མེས་ཀྱི་རང་ག་ཤིས་མཆོན་པའི་ཆོག་རྒྱན་མང་བོ་ཞིག་དང་གིས་བོར།

① ཀུན་རང་ཡུང་རྩོམ་པ་སྒྲིག་པ་། «རྩོམ་ཅུ་ལྷི་ལའི་རྩུམ་ཐར་མཛོད་ཀྱི་གསལ་» སྒྲིག་ཅུ་ དགུ་ཙམ་གྱིས་མ་P35

② ལ་པའི་གྱིས་བཅུམས་༼ལམས་པ་ལ་འཇུག་པའི་སྒོ་༽མི་རིགས་དཔེ་སྐད་ཁང་གིས་དཔར། 1981. P74

⑤ བ་པཏྱ་གེས་བརྒྱུམས་༼མཁས་པ་ལ་འདྲུག་པའི་སྒྲོ་༽མི་རིགས་དཔེ་སྐད་ཁང་གིས་དཔར། 1981. P39-40

ཕྱིན་པ་དེ་བའི་རིག་གནས་གསར་བ་ལ་སྒྲིམ་འདུག་པས་མཁས་པ་ལ་ཅིག་ཡིད་པམ་ཞིག་བྱང་ཡོད་ཆོད་  
 འདུག དེའི་ཕྱིས་སྤྱན་དང་བསྟན་གྱི་ཤུགས་ཆེ་བ་སོང་བ་དང་བསྟན་ནས་དགེ་ལུགས་པའི་མཁས་པ་རྣམས་  
 མ་གཏོགས་མཁས་པ་པལ་ཆེ་བས་ཐ་སྐད་རིག་གནས་ལ་མཐོང་ཆུང་བྱེད་ཅིང་། ཏུས་ཕྱིས་ཅམ་ཏུ་དབྱས་  
 གཙང་གཉིས་པ་མདོ་སྤྲད་སྤྲུང་བཟུ་ཤིས་འབྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་སྤྲད་ཟུ་ཆོང་གི་གདན་རབས་རྩི་བཟང་མཆོག་  
 ཟུབ་ཀྱིས་ཀྱང་། ཐ་སྐད་རིག་གནས་འདི་ལ་ཉ་ཅང་ཞེན་པའི་དགོས་པ་མེད་གསུངས་ཏེ། ཇི་སྟེད་རྣམ་པར་  
 འབྱེད་པའི་སྒྲོ་བྱོམ་མངའ། ཐུན་མོང་རིག་གནས་གནམ་རུ་སྤྲུང་བ་ཡི། རྒྱུད་ཏུ་བཀྱག་ནས་རྣམ་དཔྱད་ལུས་  
 རྟོགས་ཀྱིས། གང་ཏུ་འཕེན་པའི་ཉེས་ཅན་འཕེན་དེ་གང་། ཞེས་བསྒྲུལ་བ་སོགས་ལས། རང་རེའི་བོད་ཀྱི་  
 ཆོག་རྒྱན་པར་ཞོག ཐ་སྐད་རིག་གནས་ལ་དོ་སྣང་བྱས་པ་ཉུང་བར་གྱུར་བ་ཤིས་པར་ཅུས། གནས་ཚུལ་དེ་  
 དག་ལ་བརྟེན་ནས་བོད་རང་གི་ཚོམ་གཤིས་ཤིག་ངང་གིས་བོར་བས། དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱིས་ཀྱང་། རང་  
 རེའི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་དཔྱད་ཀྱི་འཆར་ཚུལ། ཚོམ་པའི་སྒྲིག་སྤངས། ཆས་དང་། ཆོག་སོགས་སྒྲོ་གསུམ་  
 ཀྱི་བྱེད་པ་ཐམས་ཅད་ལ་ཉིལ་ལ་ཉིལ་མར་གྱི་ཚུལ་ཏུ་རྒྱ་གར་བའི་ཤན་གྱིས་བྱུང་ནས་ཡོད་ཅིང་། ཐ་ན་ཆོགས་  
 བཅད་ཏུ་མ་རེའི་ནང་ཏུ་དཔེ་འགའ་ཞིག་རྟོན་དགོས་ཆེ་འདྲ་རྒྱ་གར་གྱི་རྒྱ་བོ་རི་རྩེ་ངས་མེ་ཏོག་སོགས་ཀྱི་མིང་  
 ཁོ་ན་འོངས་པ། དཔེར་ན། འབྲིགས་བྱེད་རི་བོ་བཞེན་ཏུ་བརྩེད་པའི་སྤྱ། གང་གའི་རྒྱན་ལྟར་དག་ཅིང་དེ་  
 མེད་གསུང་། ཞེས་སྤྱར་ཆེ་ཆོགས་བཅད་ལེགས་པ་ཞིག་ཏུ་བགྱང་བྱང་བ་དང་། མ་རྒྱལ་སྤྱོད་ར་བཞེན་ཏུ་  
 བརྩེད་པའི་སྤྱ། མ་རྒྱལ་བཞེན་ཏུ་རྒྱན་ཆད་མེད་པའི་གསུང་། ཞེས་སྤྱར་ཆེ་ཆོག་གི་ཐོག་མ་སྤྱ་མཚུངས་སུ་  
 སོང་བ་སོགས་མེ་ལེགས་པ་མི་འདུག་ནའང་བཞད་གང་སྤྱང་བའི་ཉམས་སུ་འགྱུར་བ་སོགས་ཡིན་ཞེས་སྤྱི་  
 རྒྱགས་ཞིག་འདོན་ཡོད། ད་ལྟ་ཡིན་འདྲ། རྟན་ངག་གི་རྒྱན་འཛིན་དང་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་སྐོར་དང་གོ་སར་སྤྱང་  
 ལས་བྱང་བའི་ངང་ཚུལ་རྟོན་པའི་རྒྱན་གསར་ཏུ་བསྟན་དགོས་པར་འཛེར་ནའང་། རྩི་བཅུན་མི་ལའི་མགུར་  
 མ་ལས་བྱང་བའི་བོད་རང་གི་ཚོམ་སྤངས་དང་རྒྱན་སྤྱར་སྤངས་སོགས་ལ་དམིགས་སྤྱག་སྟེ། དཔྱད་བརྗོད་  
 གནད་བཞི་མ་བྱང་བས། རྟན་གཞུང་ཏུ་མ་བྱང་བའི་བོད་རང་གི་བྱང་ཆོས་མཆོན་པའི་དཔེ་རྒྱན་གྱི་སྐོར་ལ་  
 རིགས་དགུ་རུ་དབྱེ་ཞིང་། ད་ཏུང་རི་བྲག་དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོ་འདྲ། རྒྱལ་རི་ལྷའི་སྟོང་འདྲ། མཐུན་རི་  
 མ་ཡི་པང་དང་འདྲ། ཞེས་པའི་མཚུངས་པའི་དཔེ་སོགས་མཐའ་ཡས་པས་ཡོད་ཆོད་བརྗོད་མི་ཅུས་པས་དཔེ་  
 ཅམ་བསྟན་པའོ། །

## ༧ གཞུགས་རྒྱན་གྱི་དཔེ་དོན་འབྱོར་ཞིང་བབ་ཆགས་པ།

གཞུགས་རྒྱན་ནི་མི་རིགས་གང་དང་གང་ཡིན་ནའང་། ཐོག་མར་དཔེ་རྒྱན་གྱི་མང་གཞིའི་སྟེང་འཕེལ་.....  
 རྒྱས་བྱང་བའི་ཆོག་གི་སྤྱ་རྩལ་ཞིག་ཡིན་ལ། དོན་བསྐྱུས་ཏེ་བཤད་ན། མཚུངས་གསལ་གྱི་སྤྱ་སོགས་མེད་པར་  
 ཐད་ཀར་དཔེ་དོན་གཉིས་འབྲེལ་ཆགས་པར་སྤྱར་ཏེ། ཆོག་ཉམས་གཏོད་ཚུལ་གྱི་རྒྱན་མཆོག་ཏུ་གྱུར་བ་ཞིག་

གོ རྒྱལ་ཡོད་ཆེ་བཅུན་མི་ལའི་མཁུར་མའི་ཁྲིད་དུ་གོ་གནས་ངེས་ཅན་ཞིག་བཟུང་ཡོད་ཀྱང་། འདིའི་  
ཐད་ལ་ཉམས་ཞིབ་མཛད་པ་ན་མས་ཀྱིས་གཟུགས་རྒྱུ་གྱི་སྐོར་ཟུར་ཅམ་ཡང་སློང་མེད་པས་དབྱད་པར་.....  
བྱུང་། །

### (1) མཐའ་དག་གཟུགས་ཅན་གྱི་རྒྱལ།

མཁུར་ལས། ཐུགས་རྗེས་བསིལ་བའི་སྤྱན་དབྱང་ལས། བྱིན་ལྟུང་བུ་ཅིའི་ཆར་བབ་པས། གཤུལ་  
དཀའ་ཉོན་མོངས་ཐ་བའི་རྒྱ། རབ་ཏུ་ཞི་ཞིང་བཟུན་ཀྱུར་བས། སླེ་མེད་ཐེག་པ་མཆོག་གི་སེམས། རིན་...  
ཆེན་ལྷ་གུ་བསྐྱེད་དུ་གསོལ། ཞེས་འབྱུང་བ་དང་། ཡང་མཁུར་ལས། ཆེ་མི་རྟག་ཀུན་སྤྱོད་གི་བང་ཆེན་  
བཏང་། སླེ་མ་མཁུངས་པའི་མོ་མ་ཞིག་བཀུག། དང་པ་བརྟན་པོའི་གདན་ཅིག་བཏིང་། མོས་ཤིང་གུས་པའི་  
སྤྱེམ་ཞིག་དྲོང་། སློ་ཆོས་ལ་མོས་པའི་མོ་ནས་སྤངས། བྱུ་དོན་ཟབ་མོའི་མོ་ཞིག་བྱས། སླེ་མ་མཁུངས་པའི་  
མོ་མ་ཡི། འབྱུང་བ་བཞི་ཡི་གལ་ཅེ་བཀུག། རྟེན་འབྲེལ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་ལོ་སྐོར་བཅུ་གཉིས། རྟེན་མེས་ཆོགས་  
བཟུང་པར་ཀ་བཞེབས། ཐེག་པ་རིམ་དགུའི་སྤྱོད་བ་བསྐྱར། དགོ་སྤྱི་གཉིས་ཀྱི་དག་གོགས་འཐབ། ཞེས་  
དང་། ཡང་ཆོས་རྒྱུགས་པ་ཆེན་པོའི་རི་བོ་ནས། ཉམས་འབྲེལ་མེད་སྤྱོད་བའི་གནག་རྗེ་ལ། ཐེག་པ་རིམ་  
དགུའི་གནག་ཅིག་འདོན། རྒྱུད་ལྷེ་བཞིའི་ལྷག་ཅིག་འདོན། རྗེ་སྤྱོད་གསུམ་གྱི་ར་ཅིག་འདོན། མཉམ་པ་  
ཉིད་ཀྱི་ཁང་ཐོག་ཏུ། རྟེན་ཆོགས་ལེ་ཤེས་ཀྱི་མགོན་པོ་བསོགས། སྤྱོད་བ་ཉིད་ཀྱི་འབྲང་རྒྱས་ལ། ཐོས་  
བསམ་མར་གྱིས་ཞལ་ཞལ་བྱས། རང་བྱུང་ལེ་ཤེས་ཀྱི་མདའ་དར་བཅུ་གས། གཏང་རག་ཀུན་ལ་བྱུང་པར་  
གཏོང་། སླེ་མ་མཁུངས་པའི་མོ་མ་ལ། མོས་གུས་དང་གསུམ་གྱི་ཐོད་ཅིག་བཅིང་། བཀའ་ལྷང་ཟབ་མོའི་  
བོན་པོ་ལ། ཐབས་ཤེས་གཉིས་ཀྱི་རྟ་པོ་བསྐྱོན། བོན་སྤྱུ་ཀུན་བཟང་གི་པོ་ལྷ་ལ། ཐེག་པ་རིམ་དགུའི་  
གཡག་གིས་གསོལ། འཇངས་སྤྱེའི་རིགས་ལྷའི་དག་ལྷ་ལ། རྒྱུད་ལྷེ་བཞིའི་ལྷག་གིས་གསོལ། སྤྱུལ་སྤྱེ་བདེ་  
གཤེགས་ཀྱི་སྤྱོད་ལྷ་ལ། རྗེ་སྤྱོད་གསུམ་གྱི་ར་ཡིས་གསོལ། འབྱུང་བ་སེལ་བའི་མོ་སྤྱན་ལ། ཆོད་མེད་བཞི་  
ཡི་འབྲང་རྒྱས་གསོལ། ཞེས་མཐའ་དག་གཟུགས་ཅན་མཐའ་ཡས་པ་བྱུང་དོ། སྤྱིང་སྤྱུང་དུ་འང་། དཔོན་གི་  
སར་ཁྲི་གཤུགས་དགུང་ན་འཁོར། དཔའ་རྒྱ་ཆོད་དུ་ཆེ་གཡས་ན་གསལ། བྱུ་རོང་ཆ་སྤྱན་དུག་གཡོན་ན་  
བཀྲ། སྤྱིང་དཔའ་རྒྱལ་སྐར་ཆོགས་མཐའ་ནས་རྒྱས། རྟོར་འཛད་མེད་ལྷ་སྤྱན་ཕུག་མོ་ཡིན། ལྷ་སྤྱང་མ་  
རྒྱུ་དུག་འཁོར་འཁོར་ཡིན། ཞེས་མང་དུ་བྱུང་།

### (2) རྟོན་གཞན་འཕེན་པའི་གཟུགས་ཅན་གྱི་རྒྱལ།

མཁུར་ལས། ང་སྤྱོད་མཐའ་བྲལ་ཁང་བ་རུ། བསམ་གཏན་མཁར་བོད་བཅིག་བཅིག་ནས། སེམས་ལས་  
ཅིག་པར་ངེད་མཁོན། ཆོས་ཉིད་སྤྱོད་བའི་བྱང་ཐང་དུ། ཉོན་མོངས་ཐོག་འདུལ་འདུལ་ནས། ལ་ཞིང་

① ཀམ་རང་བྱུང་དོ་རྗེས་བསྐྱོགས་«རྟེན་མཐའ་མཛོད་ནག་མ»་སྤྱད་ཆ། དབུ་ཅན་གྱིས་མ་P123

མཛོད་པར་དེད་མ་ཁོམ། བརྗོད་བྲལ་གཉིས་མེད་སོ་མཚམས་སྟ། དབྱ་ངར་འཛིན་འགོང་བོ་འདུལ་འདུལ་  
 བས། དབྱ་སྤང་འདུལ་བ་དེད་མ་ཁོམ། ཁེམས་གཉིས་སུ་མེད་པའི་གཞལ་ཡས་སྟ། ཉམས་ལེན་བག་མར་  
 འགྲུགས་འགྲུགས་ནས། བྱིམ་སོ་འཛིན་པ་དེད་མ་ཁོམ། མཐའ་ཤེས་གཉིས་ཀྱི་པང་པ་བྲ། འབྲེག་པའི་  
 བྱེའུ་ཆུང་གསོས་གསོས་ནས། ལྷ་བ་བཤལ་འཆོ་བ་དེད་མ་ཁོམ། བྱང་ཁོག་ཀྱན་དགའ་ར་བ་བྲ། ཤོས་  
 བསམ་དཀོར་ནོར་གསོག་གསོག་ནས། ལྷ་མའི་ནོར་རྩས་གསོག་མ་ཁོམ། ཆོས་སྤྱུ་འགྱུར་མེད་རི་བོ་ལ། །  
 རང་རིག་ཉ་མོད་བསྐྱང་བསྐྱང་ནས། གནག་ལུག་སྦྱང་བ་དེད་མ་ཁོམ། ཤ་རུས་གཉིས་ཀྱི་འཛིན་པ་ལ། །  
 ལྷན་གྲུབ་མཆོད་ཉེན་བཅིག་བཅིག་ནས། ཆོ་ཆོ་འདེབས་པ་དེད་མ་ཁོམ། ཟུར་གསུམ་སྟོང་གི་དབུས་ཅེ་  
 བྲ། ཁེམས་འོད་གསལ་ལྷན་མར་འདེག་འདེག་ནས། ལྷ་ལྷན་འདུལ་བར་དེད་མ་ཁོམ། བདེ་སྟོང་དབྱེར་  
 མེད་མཆོད་ཁང་བྲ། མཉམ་བཞག་སེམས་ཀྱི་ཐང་སྤྱུ་ལ། འགྱུར་མེད་ཆོགས་མཆོད་སྤུལ་སྤུལ་ནས། །  
 མཆོད་པ་འདུལ་བ་དེད་མ་ཁོམ། ཁེམས་ཉིད་རྣམ་དག་རྒྱ་ཤོག་ལ། ཁེན་མེད་ཡི་གེ་འདེབས་འདེབས་  
 བས། ཟིན་བྲིས་བྲི་བ་དེད་མ་ཁོམ། སྟོང་བ་ཉིད་ཀྱི་ཐོད་ཐོར་བྲ། དབྱ་དུག་ལྷ་དུག་གསུམ་བྱབ་བྱབ་  
 བས། གཏང་སེར་བསྐྱབ་པ་དེད་མ་ཁོམ། ཁེས་དང་། ཡང་ན། མགུར་ལས། གནས་ཆོས་སྤྱུ་བདེ་ཆེན་སྤང་  
 ཀལངས་པ་དེད། གཞི་འགྱུར་མེད་རེལ་ལུག་བསྐྱང་བསྐྱང་ནས། རེལ་ལུག་བསྐྱང་བའི་ལོང་མ་བྱང་། །  
 རེལ་ལུག་བསྐྱང་མཁན་ལགས་སེ་འབྱམ་མེས་མཛོད། རངས་བྱམས་དང་སྟོང་རྗེའི་ཨ་མ་དེས། གཞུག་མ་ངོ་  
 སྟོང་བྱ་ཆུང་བསྐྱང་བསྐྱང་ནས། འབྲུ་ཆུང་སྤྱུ་བཤལ་འབྲིད་པའི་ལོང་མ་བྱང་། ལྷ་བ་བཤལ་འབྲིད་མཁན་  
 ལགས་སེ་འབྱམ་མེས་མཛོད། རངས་སྒོམ་མ་འགྱུར་ཀྱི་རི་བོ་བཏན་པ་ལ། འབྲན་པ་ཡེངས་མེད་ཀྱི་ཆོ་ཆོ་བཏབ་  
 བཏབ་ནས། ཆོ་ཆོ་འབྲི་འབྲི་བྱེད་པའི་ལོང་མ་བྱང་། ཆོ་ཆོ་འབྲི་འབྲི་བྱེད་མཁན་ལགས་སེ་འབྱམ་མེས་  
 མཛོད། རངས་བྱང་ཁོག་སྟོང་ཀྱི་མཆོད་ཁང་བྲ། སྒོམ་འོད་གསལ་མར་མེ་སྤུལ་སྤུལ་ནས། རངས་དཀར་སྟོང་  
 བྲ་དཀྱི་བའི་ལོང་མ་བྱང་། རངས་དཀར་སྟོང་བྲ་དཀྱི་མཁན་ལགས་སེ་འབྱམ་མེས་མཛོད། རངས་སྤྱུ་མ་ལུས་ཀྱི་  
 ཁང་ཆུན་ལ། འགག་ངན་ལོང་གི་ས་རྩོ་ཕྱགས་ཕྱགས་ནས། ཁང་བ་ཕྱག་བརྟུར་བྱེད་པའི་ལོང་མ་བྱང་། །  
 ཁང་བ་ཕྱགས་བརྟུར་བྱེད་མཁན་ལགས་སེ་འབྱམ་མེས་མཛོད། རངས་རྩ་ཆོགས་སྲིད་པའི་སྤྱད་ཆ་ལ། ལྷ་  
 མའི་རྩལ་སྤྱང་བྱས་བྱས་ནས། ཤོར་སྤེར་འབྲུ་བའི་ལོང་མ་བྱང་། ལྷ་དཔ་འབྲུ་མཁན་ལགས་སེ་འབྱམ་མེས་  
 མཛོད། ཅེས་ཆོག་རྒྱུ་ལྷ་མ་གཉིས་གཟུགས་རྒྱན་དུ་སྤེལ་ནས། དེ་ལ་བཏེན་ནས་དོན་གཞན་ས་མཁར་  
 བཅིགས་པ་སོགས་ཀྱི་ཁོམ་པའམ་ལོང་མ་བྱང་བ་བཀོད་པའོ། འདི་ཡང་མེ་ལོང་མའི་གཟུགས་རྒྱན་ཉི་ཤུའི་  
 གང་གི་གས་ཀྱང་མེན་པས། ཐོད་རང་གི་སྟོལ་རྒྱན་དམངས་སྤྱུ་ལས་བྱང་བ་གོར་མ་ཆག ཆོམ་ཉམས་འདི་

① གམ་རང་བྱང་རྩོ་རྩེས་བསྒྲིགས་《རྣམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ》སྤྱད་ཆ། དབུ་ཅན་བྲིས་མ་P8-9

② གམ་རང་བྱང་རྩོ་རྩེས་བསྒྲིགས་《རྣམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ》སྤྱད་ཆ། དབུ་ཅན་བྲིས་མ་P70

དང་རིགས་འདྲ་སྤྱི་ཐུང་འབྱུང་སྟེ། དཔེར་ན། མཚོང་ལྟ་སྤྱི་ལ་བྲོས་བྲོས་ནས། རྒྱ་ལམ་རིང་མོ་  
འདོམ་གྱིས་འཇུག། རྟོགས་ཆེན་སྤྱི་ཐུང་དེད་དེད་ནས། ཁ་ནག་གད་པ་ཆད་ནས་ཐལ། ཞེས་དང་།  
ཉོར་ཐུས་སྤར་སྤྱ་བྲངས་བྲངས་ནས། འདྲ་ལུང་ན་ཐག་བཅད་ནས་ཐལ། རྒྱར་སྒྲོར་སྤྱ་བྱུང་བསྐྱུངས་.....  
བསྐྱུངས་ནས། འབྲུག་མིག་འབྲས་ཡར་ནས་ཐལ། ཉོར་སྤེ་སྤྱི་ཐུང་བསད་བསད་ནས། མགོ་མེད་ལྟ་  
ཐང་བཀང་ནས་ཐལ། ཞེས་མང་དུ་འབྱུང་ངོ་། །

### (3) གསལ་བྱེད་ཀྱི་གཟུགས་རྒྱན།

མགུར་ལས། ང་ལ་པ་སྐལ་དུ་བླ་མ་དམ་པ་ཡོད། པ་ཡུལ་དུ་རྒྱལ་ཁམས་སྤྱོད་མེད་ཡོད། པ་ཐོར་དུ་དམ་  
པའི་ལྟ་ཆོས་ཡོད། པ་བཟང་བོའི་བྱ་ཆ་སྦྱིད་མོར་ཡོད། ང་མི་ལ་མཁའ་སྦྱོད་གནས་སུ་འགྲོ། ང་ལ་མ་སྐལ་  
དུ་མ་དང་མཁའ་འགྲོ་ཡོད། མ་ཟས་སུ་བདུད་ཅི་ནམ་ལྟ་ཡོད། མ་བང་དུ་ཆོས་ཉིད་ཡངས་པ་ཡོད། མ་  
བཟང་མོའི་བྱ་ཆ་སྦྱིད་མོར་ཡོད། ང་མི་ལ་མཁའ་སྦྱོད་གནས་སུ་འགྲོ། དག་དུག་ལཱི་ཇག་པ་བྱུང་ན། །  
དམག་དཔོན་དུ་ཆོས་སྦྱོང་སྤང་མ་ཡོད། ཤོ་ཆ་དུ་བྱམས་པ་ཆེན་པོ་ཡོད། དམག་དཔོན་བཟང་བོ་དཔལ་  
ལགས་པས། ང་མི་ལ་མཁའ་སྦྱོད་གནས་སུ་འགྲོ། ཞེས་གསུངས་པ་དང་། ཡང་མགུར་ལས། རང་ལུས་རི་  
བོའི་དགོན་པ་དུ། བྱང་ཁོག་སྦྱོང་གི་མཚོང་ཁང་ཡོད། རྒྱར་གསུམ་སྤྱི་གི་བྱར་ཅེ་ན། ཁེམས་ཀྱི་རྟ་ཆོད་  
རྒྱང་ལྟར་འགྱུ། རྟ་འཛིན་ན་ཞགས་པ་གང་གིས་འཛིན། བརྟོད་ན་ཕུར་བ་གང་ལ་བརྟོད། རྟོགས་ན་  
གཟན་དུ་ཅི་ཞིག་སྟེར། རྟོམ་ན་རྟོམ་ཆུ་གང་ཞིག་བྲུད། འབྲུག་ན་ར་བ་གང་ལ་འཇུད། རྟ་འཛིན་ན་  
གཉིས་མེད་ཞགས་པས་འཛིན། བརྟོད་ན་ཉིང་འཛིན་ཕུར་བས་བརྟོད། རྟོགས་ན་བླ་མའི་གདམས་ངག་  
སྟེར། རྟོམ་ན་བྲན་པའི་ཆུ་རྒྱུད། འབྲུག་ན་སྦྱོང་ཉིད་ཀྱི་ར་བར་འཇུད། ཁེམས་གསུངས་པ་འདི་དག་ནི།  
གནའ་བོའི་དམངས་སྤྱིའི་ཉམས་ངང་གིས་ཐོན་པ་སྟེ། སྤམ་གཟུགས་རྒྱན་དུ་བཀོད་པ་དང་། ཕྱི་མ་གསལ་  
བྱེད་དུ་སྦྱར་ཡོད་པ་ལོ། །

མདོར་ན། གཟུགས་རྒྱན་གྱི་ཐད། རང་རེ་པོ་མེད་པས་རྒྱ་གར་ནས་བྱུང་བར་འདོད་པའི་ལྟ་རྟོག་ཅིག་ཡོད་  
དེ། བརྟན་པ་སྤར་གྱི་དུས་སུ་བསྐྱར་བའི་སྦྱོང་འཇུག་སྟེན་པ་གཞུང་མང་བོར་གཟུགས་.....  
རྒྱན་སྐབས་སྐབས་སུ་འབྱུང་བའང་། ལོ་སྤྱོད་བ་ནམས་ཀྱིས་རྒྱ་གར་སྐད་རང་དུ་གནས་པ་དེ་བཞིན་བསྐྱར་བར་  
འདོད་པ་ལས། བསྐྱར་བའི་གཞུང་དེ་ཉིད་བསྐྱར་བའི་སྐབས་སུ་བོད་རང་གི་བྱུང་ཆོས་དང་མཐུན་པར་.....  
བསྐྱར་བའམ་དེ་དག་དུ་བྱུང་བའི་གཟུགས་རྒྱན་དག་ཀྱང་བོད་རང་ལ་གནའ་ནས་ཡོད་པར་འདོད་པ་ལྟར་  
བའི་ཕྱིར་དོ། དེའི་ཕྱིར། ཕྱིས་སུ་སྟན་ངག་མེ་ལོང་མ་བོད་དུ་དར་རྒྱས། ཐམས་ཅད་རྒྱ་གར་ལ་དཔེ་བཞུགས་  
ལས་རང་རེ་ལ་ཆོག་གི་སྦྱོར་ཆུང་དེ་དག་ཡོད་པ་གཅིག་མེད་མ་མཛད་པས། དཔེར་ན། མེ་ལོང་མར་གཟུགས་

① གཞུང་འབྲུག་རྒྱ་རྒྱུ་བསྐྱོགས་«རྟམ་ཐར་འཛིན་ནག་མ»དུ་ཅན་བྲིས་མ། P29



རྒྱ་ཉི་ཤུ་བཀོད་པ་དེ་ནི་ཕྱགས་ཙམ་བརྗོད་པ་ཡིན་པས། རང་གི་སྒོ་ལ་བརྟེན་ནས་ད་དུང་ཁ་སྐྱོན་ཡང་སྒྲིན་  
 བྱེད་ཆོག་སྟེ། དེའི་ཐད་དུ། སྒོ་ལྡན་ནམས་ཀྱིས་ཕྱགས་ཙམ་བརྟེན། །མ་བརྗོད་རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱ། །ཞེས་  
 གསུངས་ཡོད་ནའང་། མཁས་པ་པལ་ཆེ་བས་མེ་ལོང་མའི་ལུགས་ཀྱིས་བརྗོད་པའི་བརྟེན་བཙས་སུ་བཙལ་  
 བ་མ་གཏོགས། བོད་རང་གི་ཚཱ་སྤངས་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་མཁུར་སྤྱིའི་ནང་འཆོལ་བ་མ་མཐོང་སྟེ། དཔེར་  
 བ། །ལམས་སྤུལ་བརྟེན་འཛིན་ཆོས་ཀྱི་ཉི་མས། དཔག་བསམ་འཁྲི་ཤིང་གི་ཐམས་ཅད་སྒོལ་གྱི་རྟགས་བརྗོད་  
 ཡལ་འདབ་བྱ། སུལ་ཕྱིན་ཁྱད་པར་གྲགས་པ་ནི། །གཉིས་ཉིད་བཟང་བོའི་སྒྲིབ་པ་ལ། སྦྱིན་པས་ལག་བརྟན་  
 འཛིག་རྟེན་ན། །ཁྱོད་དང་མཐོ་བརྟན་སྤང་འདིའོ། །ཞེས་སྒྱུར་རྒྱུ་གྱི་ཟླ་བོ་དངོས་པོའི་དཔེ་དང་། ཡང་.....  
 སྤྱིའི་གཞིན་ཅུའི་རྟགས་བརྗོད་ཡལ་འདབ་བྱ། བཞིན་རས་མཛེས་ཤིང་སྦྱུན་ཡངས་པ། །ཟླ་བ་ཉ་དང་པད་ཅ་  
 དག །འཕྲོགས་པ་བཞིན་དུ་བདེ་སྟེར་བའི། །རྒྱལ་བ་དེར་ནི་མཐོང་བར་ལུས། །ཅེས་དང་། རྟག་ཤོད་པ་  
 ཆོས་དབང་གྲགས་པས་རྗེ་མི་ལའི་བརྟེན་པར། འཕོང་སྦྱིན་དགའ་བྱེད་མདའ་ཡིས་འབོད་སྒྲོགས་ཀྱི། །རི་  
 དུགས་མཆོག་དེ་བཟུང་བར་མ་ཅུས་ཀྱང་། །ཁྱོད་ཀྱི་སྟིང་སྟོབས་མཆོན་ཆས་ཉོན་མོངས་ཀྱི། །དག་དེ་སྤྲང་  
 ཅིག་གཅིག་ལ་ཐལ་བར་བརྟན། །ཅེས་པ་ཉ་བུ་མི་མཐུན་པའི་དཔེ་དང་། ཟུར་མཁར་བའི་འཕྱིན་ཡིག་མཛའ་  
 བོའི་རྒྱུ་དུ། རྟགས་དང་མཆོ་འབྲམ་ནམས་སུ་རྒྱ་བའི་ཆོ། །རྒྱ་སྟེས་མཐའ་དག་ཀྱང་ཁྱུ་རྒྱས་བྱེད་པ། །ཉིན་  
 མོ་ས་ལ་རྒྱ་བའི་ཟླ་འོད་འདིས། །བདག་གི་ལུས་ཀྱང་གེ་ལ་ཤ་བཞིན་བྱས། །ཞེས་པ་སྒྲིན་མེད་པའི་དཔེར་  
 བཤད་པ་ཉ་བུ་ཞེས་དཔེ་གསུམ་བརྟེན་པའི་ལུས་མཛའ་པ་བཅས་ལས་ཤེས་སོ། །དེའི་ཕྱིར། བོད་རང་གི་  
 ཚཱ་གཤེས་གང་ཐད་ནས་སྤུན་སུམ་ཆོགས་པ་དང་རྒྱུ་འཛིན་དར་སྤུལ་གཏོང་དགོས་ན། རང་རེའི་མཁུར་  
 སྤྱིའི་ནང་དུ་ཐོན་པའི་གཟུགས་རྒྱུ་གྱི་སྒྲོར་འདི་དག་ལའང་ཉམས་ཞིབ་ངེས་པར་བྱེད་དགོས་པས། འདིར་  
 བོད་རང་གི་ཁྱད་ཆོས་མཆོན་པའི་རྒྱུ་གསུམ་ཙམ་བཀོད་པའོ། །

### ག སྒྲ་རྒྱུ་ཉམས་ཐོན་ཞིང་ཡིད་འཁུལ་བ།

སྒྲ་རྒྱུ་ནི་ཆོག་སྒྱུར་སྤེབ་སྤངས་ཐད་གོམས་འདྲིས་ཆེས་ཆེར་ཕྱིན་པའི་ཚོམ་གྱི་སྒྱུ་ཅལ་ཞིག་ཡིན་པས། རང་  
 རེ་བོད་ལའང་རྒྱ་གར་གྱི་མི་རིགས་དང་འདྲ་བར་གནའ་ནས་དར་ཡོད་པ་གཏོན་མི་ཟ་སྟེ། སྒྲིན་དུས་བོད་ཀྱི་  
 ཚུལ་ལུགས་ལ་མཁས་པར་བགྲང་བ་ནམས་ནི། སྒྲ་བརྗོད་གཙུག་ལྷན་གྱིས་གཏམ་རིང་བོ་དཔེ་སྒྲ་ཆོགས་དང་སྤུལ་  
 ཉི་ལ་བ་ཅུས་པ་དག་ཡིན། བརྗོད་ཐབས་ཡིན་ལུས་མང་བོ་ཞིག་སྒྲ་བ་ལ་དགའ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་པས། ཆོག་གི་

① ལམས་སྤུལ་བརྟེན་འཛིན་ཆོས་ཀྱི་ཉི་མས་བརྗོད་སྟེ། རྒྱུ་གྱི་བརྟེན་བཙས་དབྱངས་ཅན་དག་གི་རྣམ་མཆོ །>> བོད་རྫོང་ས་མི  
 དམངས་དཔེ་སྒྲན་ཁང་གིས་བསྐྱུན། 1986. P234-235  
 ② དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱིས་བརྗོད་སྟེ། རྒྱལ་ལམས་རིག་པས་བསྐྱར་བའི་གཏམ་རྒྱུད་གསེར་གྱི་ཐང་མ །>> སྤྲད་ཆ་ལོད་གཉིས་  
 པ། བོད་རྫོང་ས་བོད་ཡིག་དཔེ་རྒྱུན་ཁང་། 1990. P77

རྒྱུ་ལྟར་དང་། སྒྲིལ་སྒྲིལ་ཆ་གང་ཐད་ནས་གཅིག་ཆེན་འཛིན་ཞིང་། དེ་ལ་བྱང་བ་ནམས་ནི་མཁས་པའི་  
 ཚད་གཞི་འཛིན་པའི་ཡུལ་ཆོས་ཞིག་ཡོད་ཀྱིས། དེ་ལྟ་བུའི་ཁོར་ཡུག་ཏུ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་པ་བསྟོན་མི་  
 ལུས་སོ། །འོ་ན། སྒྲུབ་ཏུ་སྒྲུབ་ནས་ཞིག་ནས་དར་བ་ཡིན་ཞེ་ན། ཡིག་ཆ་ནམས་སུ་གསལ་བོ་བཀོད་མེད་  
 བཤང་། བསྟན་པ་སྒྲུབ་ཏུ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཐོན་མི་སྟོན་པས་སྤང་བཅན་ལ་སྤུལ་བའི་སྒྲུབ་བྱ་དཀའ་བ་ནམས་  
 དང་། དེ་ནས་བྱི་དར་གྱི་ཏུས་རྒྱ་སྒྲོ་ལྡན་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཀ་མད་སུམ་ཅུ་ལ་སྒྱུར་བའི་སྒྲུབ་བྱ། བཀའ་གདམས་  
 བ་ཆོས་དང་བྱ་ཆོས་ནམས་སུ་བཀོད་པའི་སྒྲུབ་བྱ། དེ་ནས་འགྲོ་མགོན་འཕགས་པའི་ཡི་གེའི་མ་མོ་ལ་སྤེལ་  
 བའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་དང་། བསྟོན་དབྱངས་སྒྲུབ་མཆོ་སྟན་དངགས་ཅིན་པོ་ཆེའི་སྒྲུབ་ནམས་པར་བཀའ་བཞེས་པ་  
 སྒྲུབ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་གྱི་སྒྲུབ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཏུ་བྱང་བ་ཡོད་པ་ནམས་སྟན་དག་མེ་ལོང་མ་བོད་ཏུ་མ་བསྒྱུར་བའི་  
 ཡར་སྟོན་གྱི་ཡིག་ཐོག་ཏུ་བཀོད་པའི་ཡིག་ཆ་ནམས་ཡིན་ལ། དེ་ཏུས་ཡིག་ཐོག་ཏུ་བཀོད་མེད་པའི་དམངས་  
 ཁྲིའི་ཚོམ་རིག་དག་ཏུ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཆོགས་པ་ཡོད་པ་ནི་བསྟོན་མི་ལུས་སོ། །དེའི་ཤེས་བྱེད་ཅི་ཡིན་ཞེ་ན།  
 རྒྱུ་བཅུན་མི་ལའི་མགུར་སྒྲུ་སྟེ། དམངས་སྒྲུའི་མང་གཞིའི་སྟེང་འཕེལ་རྒྱས་བྱུང་བའི་མགུར་སྒྲུའི་ནང་བོད་  
 རང་གི་སྒྲུབ་མང་ཏུ་ཐོན་ཡོད་པའི་བྱིར་རོ། །ད་ལྟོ་བར་ཏུ་མགུར་སྒྲུའི་ཆོག་གི་སྒྲུ་ཅལ་ཞིག་སྟེ། སྒྲུབ་གྱི་  
 སྐྱར་ལ་སྒྲུས་ཀྱང་ཉམས་ཞིབ་མཛད་མེད་པས། འདིར་རྒྱུ་བྱེད་གྱི་ཆོག་མདོར་ཞིང་། བརྒྱུད་བྱེད་དོན་  
 བསྒྲུས་པའི་སྟོན་ནས་ཅུང་ཅམ་དབྱེད་པ་ལ།

(1) གྲངས་སྒྲུབ།

① རིམ་ཅར་སྟོན་པའི་གྲངས་སྒྲུབ།

མགུར་ལས། གསེར་ལོ་ཐང་དཀར་དེ་དང་གཅིག །གཡུ་ལོ་མེ་ཉླ་དེ་དང་གཉིས། །སྤུ་ཡི་ཤེལ་ཆུང་དེ་  
 དང་གསུམ། །མདའ་ཡི་འབྲས་དྲུག་དེ་དང་བཞི། །ཟེ་འག་ཉིག་སེ་དེ་དང་ལ། །ཁོར་བུ་རིན་ཆེན་དེ་དང་.....  
 དྲུག ཆོས་གསུམ་ཟླ་བ་དེ་དང་བདུན། །མི་བུ་རིན་ཆེན་དེ་དང་བརྒྱད། །སྟོན་ཆད་སྒྲུ་ལ་བསྒྱུར་མ་ཞུང་། །  
 སྒྲུ་དེ་བྱིར་ལ་མ་ལོག་ན། ཆོག་དེས་དོན་གྱིས་བརྒྱ་མི་འབྱོར། ཆོག་དེ་དོན་ལ་སྒྱུར་ཅམ་ན། །གསེར་ལོ་ཐང་  
 དཀར་དཀྱང་ཏུ་ཡལ། །དེས་ཀྱང་སྒྲུ་མའི་དཔེ་ཞིག་མཆོན། །དེ་ཡང་མི་ཉག་ཚུལ་ཏུ་གདའ། །དོན་དེ་ལ་  
 སྟོན་ལ་ལྟ་ཆོས་མཛོད། །གཡུ་ལོ་མེ་ཉླ་སང་གིས་བྱིར། །དེས་ཀྱང་སྒྲུ་མའི་དཔེ་ཞིག་མཆོན། །དེ་ཡང་མི་  
 ཉག་ཚུལ་ཏུ་གདའ། །དོན་དེ་ལ་སྟོན་ལ་ལྟ་ཆོས་མཛོད། །སྤུ་ཡི་ཤེལ་ཆུང་མདའ་ཡིས་བསང། །དེས་ཀྱང་སྒྲུ་  
 མའི་དཔེ་ཞིག་མཆོན། །དེ་ཡང་མི་ཉག་ཚུལ་ཏུ་གདའ། །དོན་དེ་ལ་སྟོན་ལ་ལྟ་ཆོས་མཛོད། །མདའ་ཡི་  
 འབྲས་དྲུག་ཟླ་བ་གྱིས་བརྒྱས། །དེས་ཀྱང་སྒྲུ་མའི་དཔེ་ཞིག་མཆོན། །དེ་ཡང་མི་ཉག་ཚུལ་ཏུ་གདའ། །དོན་  
 དེ་ལ་སྟོན་ལ་ལྟ་ཆོས་མཛོད། །ཟེ་འག་ཉིག་སེ་གཟུང་གིས་དྲས། །དེས་ཀྱང་སྒྲུ་མའི་དཔེ་ཞིག་མཆོན། །དེ་  
 ཡང་མི་ཉག་ཚུལ་ཏུ་གདའ། །དོན་དེ་ལ་སྟོན་ལ་ལྟ་ཆོས་མཛོད། །ཁོར་བུ་རིན་ཆེན་རྟེན་ནས་སྟོར། །

དེས་ཀྱང་སྒྱུ་མའི་དཔེ་ཞིག་མཆོན། རྟེན་ལང་མི་རྟག་ཚུལ་དུ་གདའ། རྟོན་དེ་ལ་སྐྱོན་ལ་ལྟ་ཆོས་མཛོད། ཆོས་གསུམ་རྒྱ་བ་ཤར་ནས་ཐལ། དེས་ཀྱང་སྒྱུ་མའི་དཔེ་ཞིག་མཆོན། རྟེན་ལང་མི་རྟག་ཚུལ་དུ་གདའ། རྟོན་དེ་ལ་སྐྱོན་ལ་ལྟ་ཆོས་མཛོད། མི་བྱ་རིན་ཆེན་སྒྲེས་ནས་འཆི། དེས་ཀྱང་སྒྱུ་མའི་དཔེ་ཞིག་མཆོན། རྟེན་ལང་མི་རྟག་ཚུལ་དུ་གདའ། རྟོན་དེ་ལ་སྐྱོན་ལ་ལྟ་ཆོས་མཛོད། ཅེས་དང་། ཡང་ལ་ལར། ལྷ་དང་བ་ལ་ཞེན་པ་ལྷག་པ་དང་གཅིག འཁོར་བ་ལ་སྒྲིབ་བ་སྒྲེས་པ་དང་གཅིག ཡིན་མིན་གྱི་སྒྲིབ་འདྲེས་ཆོད་པ་དང་གསུམ། གདམས་ངག་གི་རང་ངོ་ཤེས་པ་དང་བཞི། རང་ནལ་འཕྱོར་བའི་མཐར་ཐུག་གཏུགས་སྒྲིབ་ལ་བྱེད། བྱེད་འཛིག་རྟེན་གྱི་བྱ་བ་དེ་འཁོར་བའི་རྒྱ། བན་རབ་བྱུང་ནམས་ཀྱིས་ཐེ་འབྲུགས་བྱེད། རྒྱགས་པ་ནམས་ཀྱིས་ང་རྒྱལ་བྱེད། ཉམ་ནམས་ནི་ཤལ་ཤལ་བྱེད། འཛིག་རྟེན་གྱི་བྱ་བ་དེ་འཁོར་བའི་རྒྱ། ཞེས་གྲངས་ནམས་རིམ་ཅར་དུ་སྟོན་པའི་མཁུར་མང་དུ་མཆིས་པ་དེ་དག་ནི་དམངས་སྤྱི་རྒྱུད་འཛིན་བྱས་པ་བསྟོན་མི་ལུས་ཏེ། སྤྱིང་སྤྱི་ལུ་ཤ་ལན་ལོན་དང་གཅིག སྒྲིབ་རྒྱ་ཆའི་ཡང་ལན་ལོན་དང་གཅིག ལྷ་རྟེན་གསུམ་རང་ཡུལ་འདྲེན་དང་གསུམ། རྟོར་རྒྱ་ལོན་སྤྱིང་ལ་འདྲེན་དང་བཞི། རྟེན་ལང་རྒྱ་ཆ་དག་ཞིང་འདེམ་དང་ལྷ། སེམས་དགའ་བའི་དཔོན་སྟོན་འཛོམས་དང་དུག རྟེན་སྤྱིང་སྤྱི་ལུ་ཤ་ལན་ལོན་མི་ཡིན། ཞེས་མང་དུ་འབྱུང་བས་ཤེས།

### ༩ རྟོན་བསྐྱུ་བའི་གྲངས་རྒྱུ་

མཁུར་ལས། གཅིག་ཏུ་གསང་སྒྲགས་ཐབས་ལམ་ཆེ། གཉིས་སུ་སྒྲ་མའི་གདམས་ངག་ཆེ། གསུམ་དུ་རང་ཉིད་སྒྲིམ་བསྐྱུ་ཆེ། འདི་ནི་ཆེ་བ་ནམ་གསུམ་ལགས། གཅིག་ཏུ་སྒྲིག་ཚུལ་གནད་དུ་ཚུད། གཉིས་སུ་སེམས་ཉིད་སྒྲིང་དུ་ཚུད། གསུམ་དུ་ཆོས་ལ་ནང་བྱ་ཚུད། འདི་ནི་ཆུང་བ་ནམ་གསུམ་ལགས། གཅིག་ཏུ་སྒྲ་མའི་གདམས་ངག་གྲུབ། གཉིས་སུ་རང་གི་སེམས་དོན་གྲུབ། གསུམ་དུ་འགྲོ་བའི་བྱ་དོན་གྲུབ། འདི་ནི་གྲུབ་པ་ནམ་གསུམ་ལགས། ཞེས་པ་སྐོར་དང་། གཅིག་ཏུ་སྒྲ་མའི་ཞབས་ཏྲིག་དགོས། གཉིས་སུ་སྒྲ་མའི་གདམས་ངག་དགོས། གསུམ་དུ་སྒྲིམ་ལ་བསྐྱུ་ཚུགས་དགོས། འདི་ནི་དགོས་པ་ནམ་གསུམ་ལགས། ཞེས་པ་དང་། ཡང་དུ་གཅིག་ཏུ་གསང་སྒྲགས་ཐབས་ལམ་ཆེ། གཉིས་སུ་སྒྲ་མའི་གདམས་ངག་ཆེ། གསུམ་དུ་རང་གི་ཤེས་རབ་ཆེ། རྟེན་ལང་མི་རྟག་ཚུལ་མཛོད། རྟོན་ལ་སྐྱོན་ལ་ལྟ་ཆོས་ཀྱིས་རིམ་ཅར་དུ་སྟོན་པ་ལོན་མ་ཡིན་པར་རྟོན་བསྐྱུ་བའི་སྟོན་པ་བཞིན་པས་སོ། འདི་དག་ཀྱང་དམངས་སྤྱི་རྒྱུད་གཞི་

① གཟུང་བྱུང་དོ་རྟེན་བསྐྱུ་གསུམ་ <<ནམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ>>སྟོན་ཆP134

② གཟུང་བྱུང་དོ་རྟེན་བསྐྱུ་གསུམ་ <<ནམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ>>སྟོན་ཆP19

③ གཟུང་བྱུང་དོ་རྟེན་བསྐྱུ་གསུམ་ <<ནམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ>>སྟོན་ཆP45

④ གཟུང་བྱུང་དོ་རྟེན་བསྐྱུ་གསུམ་ <<ནམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ>>སྟོན་ཆP169

སྟེང་བྱང་བས། སྤྱིང་སྤྱིང་དུའང་། སྤྱིང་པ་ཁ་གཙང་དེ་དང་གཅིག ། སྤྱིང་པ་ཁ་གཙང་སྤྱིང་དེ་དང་གཅིག །  
བདུད་མཁར་ས་མེད་དེ་དང་གསུམ། །དེ་གསུམ་ཤོ་ཡི་རྟིང་མ་ཡིན། །ཞེས་པ་སྟགས་བྱང་།

### ③དུས་རྟོག་པའི་གྲངས་རྒྱུ།

མཁར་ལས། ཡར་མཐོ་རིས་ཐར་བའི་བདེ་བ་དང་གཅིག །མར་ངན་སྤང་གསུམ་གྱི་སྤྱིང་བསྐལ་དང་.....  
གཅིག །བར་གར་འགྲོ་རང་དབང་མི་ཆེ་བ་དང་གསུམ། །གསུམ་དེ་སྤྱིང་འཛོམ་པའི་དུས་ཚོད་ན། །ཨ་ཕྱི་  
ཆོས་དང་འཁོན་པའི་སྤྱིང་མེད་མ་དེ་མིན་ནམ། །ལྟ་རྟོག་གཅིག་རང་གི་སེམས་ལ་ཐོང་དང་། །ད་རུང་ལྟ་  
རྟོག་གཅིག་རང་གི་སེམས་ལ་ཐོང་དང་། །ནང་རུབ་སྤྱི་ཕྱི་སྤྱི་ཟུག་ཟར་དང་གཅིག །བྱ་ལོན་འཁོར་མེད་གྱི་  
གཏན་གཤོག་དང་གཅིག །བར་མཁུ་བ་མེད་པའི་དྲུང་དང་གསུམ། །གསུམ་དེ་སྤྱིང་འཛོམ་པའི་དུས་  
ཚོད་ན། །ཨ་ཕྱི་རང་པམ་ལེན་པའི་ངེས་ཤེས་ཅན་དེ་མིན་ནམ། །ལྟ་རྟོག་གཅིག་རང་གི་སེམས་ལ་ཐོང་  
དང་། །ད་རུང་ལྟ་རྟོག་གཅིག་རང་གི་སེམས་ལ་ཐོང་དང་། །ཞེས་པ་སྟགས་དང་། ཡར་མཁུ་ལས། ཡར་  
མཐོ་རིས་ཐར་བའི་ལམ་པོ་དེ་དང་གཅིག །མར་ངན་སྤང་གསུམ་གྱི་གཡང་ས་དེ་དང་གཅིག །བར་རང་  
ཉིང་གར་སྤྱི་མེས་དེ་དང་གསུམ། །གསུམ་དེ་གསུམ་འཛོམ་པའི་དུས་ཚོད་ན། །ཨ་མ་ཁྱོད་ཆོས་དང་  
འཁོན་པའི་ཆོས་འཁོན་མ་གཅིག་མ་ལགས་སམ། །ཁྱོད་ལྟ་རྟོགས་ཤིག་རང་གི་སེམས་ལ་ཐོང་དང་། །པ་  
མིང་བྱག་པོའི་གས་རྒྱན་བཟང་དང་གཅིག །ན་སྟག་ཞོན་པས་ཤུག་ལེགས་དང་གཅིག །གཞན་གྱིས་ངོ་  
སྤང་བསྟོད་ར་ཆེ་དང་གསུམ། །གསུམ་དེ་གསུམ་འཛོམ་པའི་དུས་ཚོད་དེ་ན། །ཨ་མ་ནམ་ལྟ་ཡང་ཡེངས་ལ་  
མི་ཆེ་སྤང་ཟད་མ་དེ་མ་ལགས་སམ། །ཁྱོད་ལྟ་རྟོགས་ཤིག་རང་གི་སེམས་ལ་ཐོང་དང་། །མེད་ཁ་མེད་པའི་  
མི་བདག་དེ་དང་གཅིག །ཤ་ལ་ཆད་པའི་བྱ་ཆ་དེ་དང་གཅིག །མི་བྱེད་ཁ་མེད་གྱི་སྟེན་མ་དེ་དང་  
གསུམ། །གསུམ་དེ་གསུམ་འཛོམ་པའི་དུས་ཚོད་དེ་ན། །ཨ་མ་གཤོག་ལ་ཀས་པའི་སྤྱི་མེད་མ་དེ་མ་ལགས་  
སམ། །ཁྱོད་ལྟ་རྟོགས་ཤིག་རང་གི་སེམས་ལ་ཐོང་དང་། །ནང་རུབ་སྤྱི་ཕྱི་སྤྱི་ཟུག་ཟར་དེ་དང་གཅིག །  
མཁུ་བ་མེད་པའི་ཐབ་ཀ་གཏོང་དང་གཅིག །འཁོར་དུས་མེད་པའི་ཁྱུང་དེ་དང་གསུམ། །གསུམ་དེ་  
གསུམ་འཛོམ་པའི་དུས་ཚོད་ན། །ཨ་མ་ཆེ་འདིར་བྱས་པ་དོན་མེད་མ་དེ་མ་ལགས་སམ། །ཞེས་པ་སྟགས་  
ཀྱིས་གྲངས་རྒྱུ་དང་དོན་བསྐྱུ་བ་ཅན་མ་ཡིན་པར་གྲངས་རྒྱུ་དེ་དང་འབྲེལ་ནས་དུས་ངེས་ཅན་ཞིག་རྟོག་  
པའོ། །འདི་དག་གྲང་དམངས་སྤྱི་ཆད་གཞིའི་སྟེང་བྱང་བས། གེ་སར་སྤྱིང་ལས་ཏྱིར་སྤྱིང་གཡུལ་འགྱེད་དུ།  
རྟོག་གི་ལིང་མགོ་འཕང་མཐོ་དང་གཅིག །སྤྱི་གསེར་སྤྱི་རི་མོ་ཁྲ་དང་གཅིག །དེ་ལ་སྤྱི་རྒྱུང་བན་དམར་ལག་  
དང་གསུམ། །ཡང་དེ་གསུམ་འཛོམ་པའི་དུས་ཚོད་ལ། །ཁྱུ་དགོན་སྤྱི་འདུས་ཆོགས་ངེ་མང་ཡིན། །ཞེས་

①ཀམ་རང་བྱང་དོན་རྟོགས་བསྐྱུགས། <<ནམ་ཐར་མཛོད་ནགས་>>དབུ་ཅན་ཐོག་མའི་སྤྱིང་ཆ P30

②ཀམ་རང་བྱང་དོན་རྟོགས་བསྐྱུགས། <<ནམ་ཐར་མཛོད་ནགས་>>དབུ་ཅན་ཐོག་མའི་སྤྱིང་ཆ P61

དང་། སྤང་ལ་གོང་ཐོག་ལམ་དང་གཅིག །སྒྲ་རི་དར་རྒྱུད་ལམ་དང་གཉིས། །ཁྱེ་མ་སྒྲིང་ཤོང་གཞུང་དང་  
གསུམ། །དེ་གསུམ་འཛོམ་པའི་འདུས་མདྲོ་རེད། །ཅེས་པ་སོགས་མང་དུ་བྱུང་ངོ་། །

#### ④རྒྱ་རྒྱུན་གྱི་གངས་རྒྱལ།

མགུར་ལས། ཉག་ཆག་གི་ལུས་འདི་སྐྱེ་བ་དམན་པ་དང་གཅིག །བདུད་མོའི་རིགས་འདི་སེར་སྣ་ཆེ་བ་དང་  
གཉིས། །འཛིན་པའི་སེམས་འདི་ལྷ་ཆེ་བ་དང་གསུམ། །ཆ་དེ་གསུམ་མཐོང་ཞིང་སྐྱོ་བ་སྐྱེས། །སྐྱོ་བ་  
སྐྱེས་ཀྱང་ཆོས་མ་དུན། །ཆོས་དུན་ཅམ་ནས་བྱིས་ནས་གདལ། །ཆོས་གདམས་ངག་ཐུགས་ལ་འདྲིག་པར་  
ཞུ། །ནང་ལྷ་མོ་ལོང་བའི་ཟར་མོ་ཆེ་དང་གཅིག །ལུ་བ་བྱི་མོ་ཉལ་བའི་མཆུག་སྤུང་མ་དང་གཉིས། །ཆེ་  
ཡང་ཡེངས་ལ་མི་ཆེ་འགྲོ་བ་དང་གསུམ། །ཆ་དེ་གསུམ་མཐོང་ཞིང་སྐྱོ་བ་སྐྱེས། །སྐྱོ་བ་སྐྱེས་ཀྱང་ཆོས་མ་  
དུན། །ཆོས་དུན་ཅམ་ནས་འབྱིས་ནས་གདལ། །ཆོས་གདམས་ངག་ཐུགས་ལ་འདྲིག་པར་ཞུ། །སྐྱེ་འབྲས་  
ལེགས་པོ་དེ་ཆས་ནས་འགྲོ་བ་དང་གཅིག །འཁོར་བའི་བྱིམ་ཐབ་འདི་དགོས་ཆ་མང་བ་དང་གཉིས། །  
གཏན་གྲགས་ངན་པའི་བརྒྱུད་ཐག་མེད་པ་དང་གསུམ། །ཆ་དེ་གསུམ་མཐོང་ཞིང་སྐྱོ་བ་སྐྱེས། །སྐྱོ་བ་སྐྱེས་  
ཀྱང་ཆོས་མ་དུན། །ཆོས་དུན་ཅམ་ནས་བྱིས་ནས་གདལ། །ཆོས་གདམས་ངག་ཐུགས་ལ་འདྲིག་པར་ཞུ། །  
ལྷ་བ་མཐོ་ཡང་སྤྱོད་པ་ཅིང་བ་དང་གཅིག །ཁ་ལྷ་མཐོ་ཡང་ཉམས་ལེན་ཞན་པ་དང་གཉིས། །ཉག་ཆག་གི་  
སྒྲི་འདི་བྱ་བྱེད་མང་བ་དང་གསུམ། །ཆ་དེ་གསུམ་མཐོང་ཞིང་སྐྱོ་བ་སྐྱེས། །སྐྱོ་བ་སྐྱེས་ཀྱང་ཆོས་མ་དུན། །  
ཆོས་དུན་ཅམ་ནས་འབྱིས་ནས་གདལ། །ཆོས་གདམས་ངག་ཐུགས་ལ་འདྲིག་པར་ཞུ། །ཞེས་པ་སོགས་  
ལས་རྒྱ་རྒྱུན་དུ་མ་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱོ་བ་སྐྱེས་པ་གངས་རྒྱལ་གྱི་སྒྲོ་ནས་སྟོན་པའོ། །

#### ⑤སྤྲུལ་པའི་གངས་རྒྱལ།

མགུར་ལས། སྐྱེ་བ་དང་བར་བ་གྲོས་འདེབས་གསུམ། །ཕྱོགས་རིས་ཟུག་ཏུ་སྐྱེ་བའི་རྒྱ། །ཕྱོགས་མེད་རང་  
ས་འཛིན་འདྲོད་ན། །གཉེར་མེད་སྐྱགས་པ་མཁྱེན་ལགས་སམ། །པ་ཡུལ་དང་ནོར་ལྷས་གཉེན་འབྲེལ་.....  
གསུམ། །ཁམས་གསུམ་འཁོར་བར་འཆིང་བའི་རྒྱ། །སྤྱག་བཟུལ་རྒྱ་བོ་སྐྱེལ་འདྲོད་ན། །འབྲི་བ་ཅང་གཅོད་  
མཁྱེན་ལགས་སམ། །རང་འདྲོད་དང་གཡོ་སྐྱེ་ཕོ་ལ་ཕོག་གསུམ། །ངན་སོང་གསུམ་དུ་ལྷུང་བའི་རྒྱ། །མཐོ་  
རིས་ཐར་ལམ་ཐོབ་འདྲོད་ན། །རང་སེམས་དྲང་པོར་མཁྱེན་ལགས་སམ། །བཤད་པ་བཤད་ཉན་བསྒྲིག་.....  
སྤོང་གསུམ། །ང་རྒྱལ་ཕྱག་དོག་སྐྱེ་བའི་རྒྱ། །དམ་ཆོས་ཉམས་སུ་ལེན་འདྲོད་ན། །དམན་ས་འཛིན་པ་  
མཁྱེན་ལགས་སམ། །ཞེས་པ་སོགས་དང་། ཡང་དད་དང་མཁས་དང་བཙུན་དང་གསུམ། །འདི་གསུམ་.....  
སེམས་ཀྱི་སྒྲིག་ཤིང་ལགས། །བཙུག་ན་བརྟན་ལ་འཛིག་ན་བདེ། །སྒྲིག་ཤིང་མཛོད་ན་དེ་ལ་མཛོད། །ཆགས་  
མེད་སྤང་མེད་སྤོངས་མེད་གསུམ། །འདི་གསུམ་སེམས་ཀྱི་གོ་ཆ་ལགས། །ཁྱོན་ན་ཡང་ལ་མཛོན་ཁར་གྲ། །

①ཀམ་རང་བྱུང་དོ་རྗེས་བསྐྱེགས།《ནམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ་》སྤྱད་ཆ P65-66

གོ་ཆ་མཛད་ན་དེ་ལ་མཛོད། །སྒྲིམ་དང་བཙོན་དང་བསྐྱུ་ཚུགས་གསུམ། །འདི་གསུམ་སེམས་ཀྱི་རྟ་མོ་  
ལགས། །སྒྲིམ་ན་ཐར་ལ་བདས་ན་ཟེན། །རྟ་མོ་མཛད་ན་དེ་ལ་མཛོད། །ཁྱེས་གསུངས་པ་སོགས་ལས།  
བརྗོད་པར་བྱ་བའི་གངས་ཀ་ཁ་ཚང་ཆོག་ངོས་སུ་ཐོན་མེད་པར། ཆོག་གི་སྤེལ་སྦྱར་ལ་དམིགས་ནས་སྤྲས་  
པའམ་མི་མཛོན་པའི་རྒྱན་ཞིག་གོ། །འདི་འདྲ་སྦྱང་ལས་ཉོར་སྤིང་གཡུལ་འགྱུར་དུ་འང་། དཔེར་ན། ཤོ་དང་་་་  
མིག་མངས་རྒྱལ་སྒྲིམ་གསུམ། །མི་དལ་སྦྱོར་བ་སྦྱིད་རོགས་རེད། །ཁྱེས་ཆོག་ཉམས་འདྲ་བ་མང་དུ་བྱུང་བས་  
ཤེས་སོ། །

### ⑥འདྲ་བའི་གངས་རྒྱན།

མགྲུར་ལས། སྤྲུམ་དང་གདམ་དག་སྒྲོབ་མ་གསུམ། །སྤྲིང་རུས་དང་སྦྱག་བསྐྱུ་དང་པ་གསུམ། །ཤེས་རབ་  
དང་སྤྲིང་རྗེ་མི་གཞི་གསུམ། །འདི་ནམས་རྒྱུན་གྱི་ལམ་མཁུ་ཡིན། །ཁྱེས་དང་། ཡང་ལྟ་བུ་འདི་ལ་གཟེར་  
གསུམ་གདལ། །སྒྲིམ་པ་འདི་ལ་གཟེར་གསུམ་གདལ། །སྦྱོད་པ་འདི་ལ་གཟེར་གསུམ་གདལ། །ཁྱེས་དང་།  
འདི་རུ་དཔོན་སྒྲོབ་ལྟ་བུ་འབྱུགས་པ། །ཡེ་ཤེས་ལྟ་ཡི་དབྱངས་ལེན་པས། །སྦྱུལ་བ་སྦྱུལ་འོ་མ་ཆོག། །རྩ་ཡོན་པོ་  
ལྟ་བུ་རྒྱུད་གིས་བསྐྱོད་། །རྒྱུད་ལོག་པ་ལྟ་བུ་ལམ་དུ་བསང་། །ཁམས་སྤྲིགས་མ་ལྟ་བུ་མེ་ལ་བསྐྱེད། །སེམས་་་་  
དུག་ཆེན་ལྟ་ཡི་སྤོང་བོ་འགྲུལ། །ཁྱེས་སོགས་ཡིན་ལ། །འདི་ནི་ཆོག་རྒྱུད་གཅིག་གི་ནང་དུ་གངས་ཀ་ཐོན་པ་དེ་  
ཆོག་རྒྱུད་ཕྱི་མ་ནམས་སུ་འང་དེ་འདྲ་རིགས་མཐུན་འབྱུང་ཞིང་། གནའ་ནས་བོད་ལ་འདི་འདྲ་ཡོད་པ་ནི།  
དཔེར་ན། གཏམ་རྒྱུད་དུ། གཅིག་མ་ཐུབ་སྤོང་ལ་འགྲན། །གཅིག་མ་ཤེས་བརྒྱ་བཤད་འདོད། །ཁྱེས་པས་ཤེས་  
ལ། ཉོར་སྤིང་གཡུལ་འགྱུར་དུ་འང་། ཤར་སྒོ་ཆེན་འགྲམ་ནས་བརྒྱ་ཆོ་གཅིག། །སྒོ་སྒོ་ཆེན་འགྲམ་ནས་བརྒྱ་ཆོ་  
གཅིག། །རུབ་སྒོ་ཆེན་འགྲམ་ནས་བརྒྱ་ཆོ་གཅིག། །བྱང་སྒོ་ཆེན་འགྲམ་ནས་བརྒྱ་ཆོ་གཅིག། །ཁྱེས་འབྱུང་། །སྦྱ་་་་  
རྒྱུན་ལ་མཁུ་པ་རྗེ་ཙོང་ཁ་བས་ཀྱང་། །འཕགས་པ་རྟག་དུ་དུའི་རྟོགས་བརྗོད་དུ། །སྦྱ་གསུམ་དཀྱིལ་འཁོར་  
རབ་རྒྱས་པ། །དུག་གསུམ་ཐུན་པའི་ཆོགས་འཛོམས་ཤིང་། །ཤེས་གསུམ་པད་མའི་ཆོལ་སྦྱིང་བ། །མཁུ་  
གསུམ་ཉི་མའི་དབང་ཐུག་བཞུགས། །ཁྱེས་གསུངས་པ་འདི་ཡང་སྤར་ཡོད་བོད་ཀྱི་གངས་རྒྱན་གྱི་རྩང་གཞིའི་  
སྤོང་བྱུང་བ་གོར་མ་ཆག །ཁ་ཅིག་གིས། གངས་ཀྱི་སྦྱ་རྒྱན་འདི་ལྟ་བུ་གཟུགས་རྒྱན་དང་བསེས་ནས་རྩོམ་་་་  
འགྲོས་ཤིག་སྤེབས་པར་བྱས་པ་དེ་ནི། བལ་ཆེར་རྗེ་ཙོང་ཁ་བས་གསར་གཏོད་བྱས་པའི་རྩོམ་རིགས་ཤིག་ཡིན་  
ཁྱེས་བཤད་ཀྱང་། གོང་གི་མགྲུར་སྦྱུལ་མཛུལ་ཆོ། །རྗེ་ཙོང་ཁ་བའི་ཡར་སྤོན་ནས་དེ་འདྲ་དར་ཡོད་པ་ཤེས་

①ཀམ་རང་བྱུང་དོ་རྩེས་བསྐྱིགས།《ནམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ》>>སྟོད་ཆP123-124

②ཀམ་རང་བྱུང་དོ་རྩེས་བསྐྱིགས།《ནམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ》>>སྟོད་ཆP122

③ཀམ་རང་བྱུང་དོ་རྩེས་བསྐྱིགས།《ནམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ》>>སྟོད་ཆP121

④ རེབ་གོང་བདག་འདུན་རབ་གསལ་གྱིས་བརྩམས།《བོད་ཀྱི་རྩོམ་རིག་གི་བྱུང་བ་བརྗོད་པ་རབ་གསལ་མེ་ལོང་》>>2003 ཀན་སུ་

པར་རྒྱལ། ལ་ཅིག་གི་རྟོག་རྒྱུ་དེ་ནི་གཞུགས་རྒྱུ་དང་བསྐྱེད་པའི་མེད་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ། གཞི་སྒྲིང་ཉིད་ཀྱི་.....  
 ལུང་བ་ཡངས་པ་དང་གཅིག་ལ། བཀའ་རྒྱུད་ཀྱི་ལམ་འཕྲང་བའི་དང་གཉིས། ཉམས་སྦྱང་གི་རྒྱ་མེད་འཛིན་  
 དང་གསུམ། དེ་གསུམ་འཛིན་པའི་ལུང་བ་ལ། དག་འཛིན་རྟོག་གི་ས་གཡོས་མ་བྱུང་ན། ཆོ་ཕྱི་མའི་ལུང་  
 བ་འདི་རྩལ་བཟང་། ཞེས་གངས་རྒྱུད་དེ་ཉིད་གཞུགས་རྒྱུ་དང་བསྐྱེད་པ་ཡོད་ལ། ད་དུང་རྩལ་དང་ས་མ་  
 ལྷ་ཡི་ཨ་མ་དེ། རྒྱུད་དང་ས་མ་ལྷ་ཡི་པ་དང་ཕྲད། ལམས་དང་ས་མ་ལྷ་ཡི་སྐྱེས་བུ་ལ། སེམས་དང་ས་མ་ལྷ་  
 ཡི་རང་ལམ་མཐོང་། ཞེས་གསུངས་པ་འདི་ལས་ཀྱང་རྟོགས་སྒྲུའོ། །

མདོར་ན། གངས་རྒྱུད་འདི་ནི་རྒྱ་གར་ལའང་དར་བའི་ཚུལ་གྱི་རྒྱ་རྒྱུ་ཆུང་ཞིག་ཡིན་པས། བསྟན་འགྲུལ་གྱི་  
 བསྟན་ཆོགས་པོད་ཀྱི་བར་བསྟན་པ་སྤྲ་དར་གྱི་དུས་སུ་ལོ་རྒྱུ་བ་བན་དེ་དཔལ་གྱི་རྒྱུན་པོས་བསྐྱར་བའི་སྒྲིབ་  
 དཔོན་མ་ཉི་ཅེ་ཉའི་གཅིག་ལས་འཕྲོས་པའི་བསྟན་པར། ཆོས་གཅིག་ལ་ནི་མདོན་དགེས་ཤིང་། ཉགས་སུ་  
 གཅིག་དུར་བཞུགས་པ་དང་། འཛིན་རྟོག་རྩམས་ཀྱི་མིག་གཅིག་གྱུར། འཛིན་རྟོག་མིག་གཅིག་ཕྱག་འཛུལ་  
 ལོ། ཀླང་གཉིས་རྩམས་ཀྱི་མཆོག་གྱུར་བ། བདེན་པ་གཉིས་ནི་རྩམ་པར་བསྐྱོམས། གྲོགས་གཉིས་པ་ནི་མི་  
 མངའ་བ། གཉིས་མེད་གསུང་ལ་ཕྱག་འཛུལ་ལོ། ཉིང་འཛིན་གསུམ་དང་ལྷན་པ་དང་། དཀོན་མཆོག་  
 གསུམ་པོ་མ་མཉམ་ཞིང་། སྤྱུག་བསྐྱེད་གསུམ་གྱི་རྒྱ་ལས་བཟུལ། འཛིན་རྟོག་གསུམ་འཛོམས་ཕྱག་འཛུལ་ལོ། །  
 བསྟན་པ་རྩམ་པ་བཞི་པོ་དང་། བསམ་གཏན་བཞི་ཡི་རྩམ་པ་ཅན། སྦྱོར་བ་བཞི་དང་རྩམ་བྲལ་བ། །  
 བདེན་བཞི་མཁུལ་ལ་ཕྱག་འཛུལ་ལོ། ཞེས་གངས་གནས་བརྩའི་བར་དུ་སྤེལ་ཡོད་པ་དེ་ནི། རྒྱ་གར་ནས་.....  
 པོད་དུ་བསྐྱར་བའི་བསྟན་བཅོས་ནང་ཐོག་མར་བྱུང་བའི་གངས་རྒྱུད་ཡིན་ཞིང་། དེའི་ཕྱིས་སུ་ལོ་ཆེན་རིན་  
 བཟང་གིས་བསྐྱར་ཞིང་། ཤོང་སྟོན་སྒྲོ་སྒྲོས་བཟན་པས་འགྲུལ་བཅོས་མཛད་པའི་འཇམ་དཔལ་མཆོན་བརྗོད་  
 དུའང་། ས་རོལ་ཕྱིན་བརྩམས་པ་སྟེ། ས་རོལ་ཕྱིན་པ་བརྩུ་ལ་གནས། ས་རོལ་ཕྱིན་བརྩུ་དག་པ་སྟེ། ས་.....  
 རོལ་ཕྱིན་པ་བརྩུ་ཡི་རྒྱུ་ལ། མགོན་པོ་ས་བརྩུའི་དབང་ཕྱག་སྟེ། ས་བརྩུ་ལ་ནི་གནས་པ་པོ། ཤེས་བརྩུ་རྩམ་  
 དག་བདག་ཉིད་ཅན། ཤེས་བརྩུ་རྩམ་པར་འཆང་བ་པོ། རྩམ་པ་བརྩུ་པོ་དོན་བརྩུའི་དོན། ཞེས་གངས་  
 བརྩུ་གནས་ལ་སྦྱར་བའང་འབྱུང་། པོད་ལ་ནི་ཐད་ཀར་དུ་དེའི་ཤན་ཞུགས་ཡོད་མེད་བརྗོད་མི་རུས་ཏེ། ཡིག་  
 ཐོག་ཚུལ་རིག་དུ་གངས་གནས་ལ་སྦྱར་བའི་ཚུལ་མང་པོ་མཐོང་དུ་མེད་དོ། རྗེ་བཙུན་གྱི་མགྱུར་དུའང་།  
 དཔེར་ན། རྟེན་དང་ས་མ་ལྷ་ཡིས་གང་བས་བདེ། འོག་མཛེས་མ་ལྷ་ཡི་འོད་ཀྱི་བདེ། བར་འཁོར་ལོ་ལྷ་ཡི་  
 རང་སྟོན་བདེ། རྩལ་རྒྱུད་ལྷའི་རྒྱུ་ལས་བདེ། ལམས་ལྷ་རྩལ་ཡི་དཀྱིལ་འཁོར་བདེ། ཞེས་གངས་གནས་ལྷ་  
 ལ་སྦྱར་བ་འབྱུང་ལ། དེ་དག་ཀྱང་ཨང་གངས་གཙོ་བོར་བཟུང་བ་ལས་ཆོག་སྤྱིའི་གོ་རིམ་མི་འདྲའོ། ཕྱིས་  
 སུ་ཨ་མདོ་བ་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱིས། དེ་བཟེང་དཀར་བོའི་སྤང་བཅན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་སྤྱིང་བའི་ཐད་དུ་ ཆོ་

གཅིག་ཡུན་ལ་ཕན་པའི་མི་ཚོས་དང་། འོན་ཀྱིས་འབྲས་བུ་སྒྲུབ་པའི་ལྷ་ཚོས་ཏེ། འུས་གསུམ་ཀུན་ཏུ་བདེ་  
དགའི་དཔལ་སྦྱིན་པའི། རྩེ་བཞིའི་ནོར་གྱིས་བོད་ཁམས་བྱུག་པར་མངོན། །ཅེས་གསུངས་པ་ནམས་ནི།  
བོད་རང་གི་ཚོམ་སྤངས་དེ་དག་ལ་དཔེ་སྟོན་པ་ལས་བྱུང་བར་སེམས་སོ། འདི་ཕྱིར། རང་རེའི་གངས་རྒྱན་  
གྱི་ཚོམ་སྤངས་དག་ནི་དམངས་ཁྲོད་ཚོམ་རིག་དང་རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་མགུར་མ་ནམས་སུ་སྤར་བཞིན་གནས་  
པས། དེ་དག་ལ་ངེས་པར་ཉམས་ཞིབ་དང་དོ་སྣང་བྱས་ཏེ། འབྲུང་འཁྱུར་རང་རེའི་རྒྱན་སྒྲིམ་སྤངས་སོགས་  
རྒྱུ་འཛིན་དང་སྤར་ལས་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པར་བྱ་དགོས་སོ། །

## ② ཟུང་ལྡན་གྱི་རྒྱན།

### ① ཀླང་བདེད་པོ་དང་གསུམ་པའི་མཐའ་ན་ཡོད་ཅིང་། ཕྱི་མ་གཉིས་གྱི་ཚོག་བསྐྱར་བའི་ཟུང་ ལྡན།

མགུར་ལས། རྩོན་རྒྱལ་ཁམས་ཡོངས་སུ་འབྲུམ་འབྲུམ་ནས། འདྲ་ལྡན་བསྐྱར་གནས་སུ་བདེ། རྩོན་  
སེམས་འཛིན་སྣ་ཚོགས་བྱས་བྱས་ནས། འདྲ་ལྡན་ཤེས་པ་སྒྲིང་པས་བདེ། རྩོན་བསམ་གཏན་ཐུན་དུ་གཙོད་  
གཙོད་ནས། འདྲ་ལྡན་གསུམ་འབྲལ་མེད་བདེ། རྩོན་ས་ཡུལ་ཁོ་ན་བསྐྱགས་བསྐྱགས་ནས། འདྲ་ལྡན་གཞུག་  
མའི་གཏན་ཡུལ་བདེ། རྩོན་ཉེ་དུ་ཁོང་ལ་ཆགས་ཆགས་ནས། འདྲ་ལྡན་གྲོགས་སུ་བདེ། རྩོན་འཆི་  
བའོ་ནས་འཇིགས་འཇིགས་ནས། འདྲ་ལྡན་འཆི་མེད་པས་བདེ། རྩོན་འཁོར་བར་འབྲུམ་གྱིས་དྲོགས་དྲོ་  
གས་ནས། འདྲ་ལྡན་འཁོར་བའི་གཞི་ལ་བྲལ་བས་བདེ། །ཞེས་དང་། ཡང་རྩེ་གསུམ་གྲོགས་དང་འགྲོགས་  
འགྲོགས་ནས། རྩེ་ལ་མ་ངང་གིས་བརྩེད་དེ་ཐལ། བེ་ཆ་རྣམས་པོ་འཛིན་འཛིན་ནས། བྱིས་མཚོས་ངང་  
གིས་བརྩེད་དེ་ཐལ། གཅིག་ཤུར་རི་ཁྲོད་འགྲིམ་འགྲིམ་ནས། ཁྲོད་ཡུལ་ངང་གིས་བརྩེད་དེ་ཐལ། རྟག་  
ཏུ་བག་ཡངས་སྒྲོད་སྒྲོད་ནས། འོ་ཆ་ངང་གིས་བརྩེད་དེ་ཐལ། འདོན་མེད་གཡོག་མེད་བསྐྱར་བསྐྱར་  
ནས། ཞེས་ངང་གིས་བརྩེད་དེ་ཐལ། །ཞེས་གསུངས་པ་མཐའ་ཡས་སོ། འདི་དག་ནི་རྩོན་གཞུང་མི་  
མོང་མར་བྱུང་བའི་ཟུང་ལྡན་དང་ཡང་མི་འདྲ་བར་བོད་རང་གི་རྒྱན་ཤ་སྟག་ཅིག་ཡིན་ལ། སྤང་དུ་འདྲ།  
རྟོར་སྤེ་སྤིང་དུས་བསད་བསད་ནས། མགོ་མེད་ལྷ་ཐང་བཀའ་ནས་ཐལ། འདྲའ་རྒྱལ་ཐོད་གཏུག་བྱས་བྱས་  
ནས། རྟོར་སེར་ཡི་ལྷ་གསྐྱེས་ནས་ཐལ། ཞེས་མང་དུ་འབྱུང་།

### ② ཀླང་བ་བཞི་གའི་མཐའ་ན་ཡོད་པའི་ཟུང་ལྡན།

མགུར་ལས། རྩོད་དུས་ཁྲུམ་པས་བསྐྱོན་བསྐྱོན་འདྲ། ལམ་དུས་དྲིད་མས་ལབ་ལབ་བྱེད། ཉལ་དུས་མི་

① དགེ་འདུན་ཚོས་འཕེལ་གྱིས་བརྒྱུམས།《དེབ་ཐེར་དཀར་པོ་》བོད་སྐད་སྐད་ཐོད་ཡིག་དཔེ་རྒྱུ་དཔེ་རྒྱུ་ཁང་།1990. P273

② ཀམ་རང་བྱུང་དོ་རྩེས་བསྐྱེགས།《རྩེ་ཐང་མར་མཛོད་ནག་མ་》སྤྲད་ཆ། P97

③ ཀམ་རང་བྱུང་དོ་རྩེས་བསྐྱེགས།《རྩེ་ཐང་མར་མཛོད་ནག་མ་》སྤྲད་ཆ། P36



ཆེན་ཉལ་ཉལ་བྱེད། །འགྲོ་དུས་ཉོར་འདྲ་འགྲིམ་འགྲིམ་བྱེད། །ཅེས་པ་ནམས་སྐབས་སྐབས་སུ་བྱུང་བ་  
མང་། ཉོར་སྒྲིང་གཡུལ་ལ་འགྱེད་དུའང་། དགྲུང་ཡེན་ས་སྒྲུང་ཆར་འབབ་འབབ་ཀྱིས། །ས་དྲོག་མོའི་ལོ་ཐོག་  
ཆོམ་ཆོམ་ཀྱིས། །དབྱར་རྩོན་མོའི་ཁུ་བྱུག་གྲག་གྲག་ཀྱིས། །ཞེས་མང་དུ་བྱུང་ངོ་། །

### ④རྒྱལ་པོ་ཞེས་པའི་མཐའ་ན་ཡོད་པ་བར་ཆོད་པའི་བྱུང་ལྡན།

མགུར་ལས། རྒྱུད་སྡེ་མི་ཤེས་ཆོགས་འཁོར་དགའ། །གྲུབ་མཐའ་མི་ཤེས་ལྟ་བུ་དགའ། །རྒྱས་པ་མ་ཐོན་སྒྱུད་  
པ་དགའ། །བརྒྱུད་པ་མི་ལྡན་གདམས་ངག་དགའ། །སྒྲོམ་བསྐྱབ་མ་བྱས་དངོས་གྲུབ་དགའ། །སྒྲིགས་ཆ་མ་  
སྒྲུངས་ནལ་འབྱོར་བདེ། །ཉོན་མོངས་མ་སྒྲུངས་ཆོས་པ་དགའ། །རྒྱ་ལ་མ་བརྟེན་འབྲས་བུ་དགའ། །ཁྲན་  
ལ་མ་བརྟེན་མེ་ཉོག་དགའ། །གནད་ལ་མ་ཐོག་སེམས་འཛིན་དགའ། །ཞེས་དང་། བརྒྱུད་པ་དོ་རྩེ་འཆང་  
ཆོན་སྒྲི། །པ་སྒྲི་བུ་སྒྲི་མེས་པོ་སྒྲི། །ཡང་མེས་ཉེ་ལོ་ཤེས་རབ་སྒྲི། །ཞེས་གསུངས་པ་སོགས་མཐའ་ཡས་ལ།  
རང་རེའི་སྒྲུང་རབས་ཆོན་མོ་ནམས་སུའང་། བར་གསུམ་རྒྱུ་མ་ཞིང་གི་རི། །ཞིང་ལ་གཤོལ་ཤར་བཏོད་པའི་  
རི། །ཤར་ཆེ་དགྲུང་ལ་མཉམ་པའི་རི། །འབྲུ་དྲུག་ཡོ་ཡག་འབྲུངས་པའི་རི། །འབྲུ་རྩ་རི་རྩར་སྒྲུངས་པའི་  
རི། །མདའ་གསུམ་ཚན་དན་ནགས་ཀྱི་རི། །ནགས་ལ་སྒྲག་མོ་འཁོར་བའི་རི། །སྒྲག་ལ་འཕྱོམ་དྲུག་རྒྱས་པའི་  
རི། །སྒྲེར་ཆགས་ཟེལ་གྱིས་གནོན་པའི་རི། །ཞེས་མང་དུ་འབྱུང་།

### ④རྒྱལ་པོ་ཞེས་པའི་ཐོག་མ་ལ་ཡོད་པའི་བར་ཆོད་ཀྱི་བྱུང་ལྡན།

མགུར་ལས། རོ་མི་ཆ་བ་ལ་རོ་ཆ་བྱེད། །རོ་ཆའི་བྱ་ཡང་པང་དུ་སྒྲང་། །རོ་ཆའི་བྱ་མོ་རིན་གྱིས་ཉོས། །རོ་  
ཆའི་ལས་ལ་ཐོད་པ་བཀལ། །ཞེས་གསུངས་པ་འདི་ཡང་རང་རེ་ལ་དར་བའི་ཚོམ་སྒྲུངས་ཤིག་ཡིན་པས།  
སྒྲུང་དུའང་། སྒྲན་བུ་མོ་རབ་འབྲིང་ཐ་གསུམ་ཡོད། །སྒྲན་འགའ་རེ་པ་མའི་སྒྲོག་འཛིན་རེད། །སྒྲན་འགའ་  
རེ་པ་མའི་སྒྲོག་གཙོང་ཡིན། །སྒྲན་འགའ་རེ་པ་མའི་ལན་ཆགས་ཡིན། །ཞེས་པ་སོགས་ཀྱང་བྱུང་།

མདོར་ན། སྒྲན་གཞུང་དུ་བརྟན་པའི་བྱུང་ལྡན་གྱི་རྒྱུ་པལ་ཆེ་བ་བོད་ཡིག་ཏུ་ཇི་བཞིན་མི་ཐོན་ཞིང་།  
ཐོན་པ་འགའ་རེའང་དཔེར་ན། དབྱངས་ཅན་དཀྱེས་སྒྲུར། ཤེས་རབ་ནམ་པར་རྒྱས་མཛད་པ། །ངག་གི་  
དབང་ཕྱག་འཇམ་དཔལ་དབྱངས། །མི་ཤེས་ཐུན་པ་ཞི་མཛད་པའི། །ངག་གི་དབང་ཕྱག་འཇམ་དཔལ་  
དབྱངས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་བོད་ལ་མི་འབྱོར་བ་ཡེ་མེད་ནའང་། ཞིབ་དུ་བསམས་ཆོ། ཆོག་རང་བྱུང་  
དུ་བརྒྱུ་བའི་ཉམས་ནི་མེད་པར། སྒྲོ་བྱར་དུ་ཆོག་མཆོམས་བཅད་པའི་སྒྲུང་བ་སྟེར་ལ། དེ་ལས་ཀྱང་བྱུང་.....

①རྒྱལ་པོ་ཞེས་པའི་ཐོག་མ་ལ་ཡོད་པའི་བར་ཆོད་ནགས་མ །སྒྲུང་ཆP60

②རྒྱལ་པོ་ཞེས་པའི་ཐོག་མ་ལ་ཡོད་པའི་བར་ཆོད་ནགས་མ །སྒྲུང་ཆP96

③རྒྱལ་པོ་ཞེས་པའི་ཐོག་མ་ལ་ཡོད་པའི་བར་ཆོད་ནགས་མ །སྒྲུང་ཆP212

④རྒྱལ་པོ་ཞེས་པའི་ཐོག་མ་ལ་ཡོད་པའི་བར་ཆོད་ནགས་མ །སྒྲུང་ཆP83

ལྷན་གྱི་ཉམས་དངོས་སུ་ཐོན་ཡོད་པ་ནི། རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་མགུར་ལས། ང་དང་པོ་རྩེ་དང་མངལ་བ་དེ། རྩོ་མཆར་ཡོངས་ཀྱི་ཆེ་ཤོས་ཡིན། ཀའ་དམས་ངག་སྟན་རྒྱུད་ཐོབ་པ་དེ། རྩོ་མཆར་ཡོངས་ཀྱི་ཆེ་ཤོས་ཡིན། །  
 འཇིག་རྟེན་བྱ་བ་བཏང་བ་དེ། རྩོ་མཆར་ཡོངས་ཀྱི་ཆེ་ཤོས་ཡིན། རི་ཁྲོད་དབུག་པར་བྱས་པ་དེ། རྩོ་མཆར་ཡོངས་ཀྱི་ཆེ་ཤོས་ཡིན། རྩེ་བཅུན་ཡོན་ཏན་སྟེས་པ་དེ། རྩོ་མཆར་ཡོངས་ཀྱི་ཆེ་ཤོས་ཡིན། ཀའ་དམས་ལྷན་སྟེན་བསྐྱེད་པ་དེ། རྩོ་མཆར་ཡོངས་ཀྱི་ཆེ་ཤོས་ཡིན། ཁེས་ཆོག་རྒྱུ་གཉིས་པ་དང་བཞི་བ་བསྟུན་པའི་བྱུང་ལྷན་གྱི་རྒྱུ་གཉིས་པ་ལས། རྒྱ་གར་གྱི་སྟན་གཞུང་ཁོ་ན་ལ་ལའ་རྩོས་བྱེད་མི་དགོས་པར་བོད་རང་གི་ཁྲུང་ཆོས་ཡོངས་སུ་རྩོགས་ཤིང་། རང་བྱུང་དུ་བརྩོམ་བའི་ཉམས་ཐོན་ཡོད་པ་འདི་དག་མང་དུ་གནས་ནའང་། སྟུག་ཀྱང་གཅིགས་སུ་མ་བཟུང་བས་རང་གི་ཆོག་ཉམས་གཏོད་ཚུལ་ཞིག་ངང་གིས་བོར་འདུག་པ་འདི་འདྲ་མང་དུ་གནས་པས་རྒྱུད་འཛིན་བྱེད་དགོས་སོ། །

### ③ རྩེས་བྲིད་ཀྱི་སྒྲ་རྒྱུན།

མགུར་ལས། ཐིག་ནི་མུ་ངན་འདས་པའི་ལམ། ལེ་ནི་རྩོ་མུང་མེད་པ་ཡིན། ལས་ནི་རྩམ་པ་སྣ་ཆོགས་ལ། ཀྱི་ནི་རྩོ་སྟུང་འཆོམས་སྟུང་ཅིང་། བྱུག་ནི་དམ་དང་དེ་དུ་མངལ། རྒྱ་ནི་འཁོར་འདས་གཉིས་སུ་མེད། ལས་ནི་གང་དང་གང་བྱེད་དོ། རྩོ་ཡི་གྲགས་ནི་ཀྱི་ཡི་སྟུབ། བྱུག་ནི་བདེ་སྟོང་དབྱེར་མེད་ལ། མི་འདའི་བྱེར་ན་རྒྱ་ཡིན་ནོ། ། ཁེས་ཐིག་ལེ་ལས་ཀྱི་བྱུག་རྒྱ་དང་ལས་ཀྱི་བྱུག་རྒྱ་ཁེས་ཆོག་རེ་རེ་བསྟན་པ་དང་། བྱུག་ནི་གཉིས་མེད་ཡེ་ཤེས་ཏེ། རྒྱ་ནི་འཁོར་བའི་རྩོན་མ་གོས། ཆེན་པོ་བྱུང་དུ་འཇུག་པ་སྟེ། རྩོ་རྟོགས་བྱ་ག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཡིན། ། ཁེས་བྱུག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་ཆོག་གཅིག་གི་རྩེས་སུ་གཅིག་བྲིད་དེ་བསྟན་པ་རྩམས་མེ་ལོང་མའི་རང་གཞུང་དུ་རྒྱུན་འདི་ཁེས་ངོས་བཟུང་མི་སྣང་ནའང་། མེ་ལོང་མའི་ལེའུ་དང་པོའི་ནང་དུ། རྩེས་བྲིད་ལ་རྒྱུ་བ་ལ་བསྟོར་བའི་རྩེས་བྲིད། ཆོག་ལ་བསྟོར་བའི་རྩེས་བྲིད། རིང་བར་ཐོས་པའི་རྩེས་བྲིད། ཤར་བའོ་ནའི་འདྲོད་པའི་རྩེས་བྲིད་བཅས་བཞི་དུ་དབྱེ་ནའང་། དེ་དག་ཐམས་ཅད་བོད་ལ་ཆེར་མི་འབྱོར་བས། བདག་གིས་ནི་བོད་རང་དུ་དར་བའི་རང་གི་སྒྲ་མ་དང་གྲགས་སྟགས་ཀྱི་མཆོན་ཆོགས་བཅད་གཅིག་གི་ནང་ཐོན་པ་དེ་ལ་རྩེས་བྲིད་ཅེས་གསར་དུ་མིང་བཏགས་ཤིང་། དེ་ཡང་མགུར་མའི་རྩོམ་སྟངས་འདི་དག་ལས་བྱུང་བར་མཛོན།

### ང། རང་བཞིན་བརྩོན་པའི་རྒྱུན།

རང་བཞིན་བརྩོན་པའི་རྒྱུན་ནི་མི་རིགས་གང་ལ་མཆོན་ནའང་། རྩོམ་རིག་འཕེལ་རིམ་གྱི་ཐོག་མའི་རྩམ་པ་ཞིག་དང་། གཟུགས་བརྟན་ཞིབ་འབྲི་ལ་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་སྒྲ་ཆལ་ཞིག་གོ། རྟན་གཞུང་མེ་ལོང་མའི་ནང་།

① གཟུར་བྱུང་དོ་རྩེས་བསྟུགས། «རྩམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ» >> སྤྲིད་ཆ P146

② གཟུར་བྱུང་དོ་རྩེས་བསྟུགས། «རྩམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ» >> སྤྲིད་ཆ P92

དུ འདི་ལ་རིགས་བྱ་བ་ཡོན་ཏན་རྣམས་ཞེས་བྱེད་བྱ་བ་བཞི་དག་པ་ཡིན་ལ། བོད་དུ་འདྲ་ཚུལ་ཆུལ་དེ་  
 དག་མེད་པ་ཆ་བ་ནས་མིན་ཏེ། དཔེར་ན། བྲག་དམར་གྱི་བྱ་རྒྱལ་ཁོད་པོ་དེ། ཁོད་གཤོག་སྒྲོ་ནམ་མཁའི་  
 དབྱིངས་སུ་བརྒྱུང་། ཁོད་གཡང་ལ་ལྷུང་དོགས་མ་ཡིན་ཏེ། འཛམ་འཕང་གཙོད་པ་དཔལ་ཚུལ་ཡིན། །  
 ཞེས་པ་ཡོན་ཏན་རང་བཞིན་བརྗོད་པ་དང་། ང་ནི་བཀའ་བརྒྱུད་སྤྲུལ་མའི་སྤྲུལ། ཞལ་མའི་མངལ་ནས་དང་པ་  
 རྒྱུས། ལྷུག་གྲུའི་ལོ་ལ་ཆོས་སྒྲོལ་ཞུགས། ཁོད་བའི་ལོ་ལ་སྒྲོལ་གཉེར་བྱས། སྒྲོལ་ཆེན་དར་མའི་ལོ་ལ་རི་  
 ཁོད་འགྲུལ་སྤྲུལ། ཞེས་བྱ་བ་རང་བཞིན་བརྗོད་པ་དང་། ངའི་ལག་ན་བཟུང་བའི་སྤྲུལ་མའི་འདི། འདྲ་པོ་རྒྱ་  
 བྲག་ལོགས་ལ་རྒྱུས། བར་དུ་རྒྱ་རྩོད་གྲག་པས་བརྒྱས། བཟ་མ་ཤ་འབྲེང་མཉེན་ལ་དྲགས། འོངས་ནི་སྒྲོ་ལ་  
 མོན་ནས་འོངས། ཞེས་པ་རྣམས་རང་བཞིན་བརྗོད་པའི་རྒྱལ་སྤྲུལ་མའི་སྤྲུལ་མའི་ཐོན་ཡོད་པས་ཤེས།  
 འདི་དག་ནི་ངོ་བོའི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་ཞིང་། སྤྲུལ་བརྗོད་རིགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་བ་ཡིན་ན། མང་དུ་འབྱུང་བས་དེ་  
 དག་ཀྱང་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་མགྱུར་མ་ལ་ཚོམ་གྱི་རྒྱ་ཆུལ་ཁྱད་པར་བཞིག་བསྐྱུན་ཡོད་པས་དཔྱད་པར་བྱའོ། །

### ཁ)བསྐྱེད་པའི་རྒྱལ་

མགྱུར་ལས། ཁྱོད་རང་གི་ལུས་ལ་ཚུར་སྒྲོས་ལ། སྤྲུལ་འདྲོད་མེད་པའི་སྒྲོམ་ཅིག་གིས། འདྲ་གི་དག་ལ་  
 ཚུར་སྒྲོས་ལ། སྤྲུལ་འདྲོད་མེད་པའི་སྒྲོམ་ཅིག་གིས། འདྲ་གི་སེམས་ལ་ཚུར་སྒྲོས་ལ། རྣམ་རྟོག་མེད་པའི་  
 སྒྲོམ་ཅིག་གིས། ལུས་དག་ཡིད་གསུམ་མ་ཡེངས་ལ། སྒྲོམ་རྒྱ་མེད་པའི་སྒྲོམ་ཅིག་གིས། ཞེས་སྒྲོས་འཛིག་  
 གིས་བསྐྱེད་པ་དང་། ཡང་གྲུ་ཡུལ་གྱི་སྤྲིང་པོ་ཆོས་ཉིད་དབྱིངས་ལ་བྱུང་། ཤོགས་ཀྱི་སྤྲིང་པོ་བདེ་གཤེགས་  
 བཀའ་ལ་དྲིས། སྤྲོ་ལུག་སྤྲིང་གསུམ་དམ་པའི་ཆོས་ལ་གཏོད། མཁྱོན་གྱི་སྤྲིང་པོ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་པོ་  
 མཆོད། སྤྲུལ་པའི་སྤྲིང་པོ་སྤྲུལ་དམ་པ་བཞེན། འདྲ་གྱི་སྤྲིང་པོ་དུག་ལྷ་ཁོང་ནས་བྱུང་། སྤྲུལ་གྱི་སྤྲིང་པོ་  
 ཤེས་རབ་རྣམ་གསུམ་ཆོང་། འབྲུ་ཡི་སྤྲིང་པོ་སེམས་ལ་དང་པ་རྒྱུས། སྤྲོ་རོགས་སྤྲིང་པོ་ཡི་དམ་ལྷ་ལ་འབྱོར། །  
 རྩོད་གྱི་སྤྲིང་པོ་འཕགས་པའི་རྩོད་བརྒྱན་སྤྲུལ། སོ་ནམ་སྤྲིང་པོ་དགེ་བཅུ་དང་དུ་ལོང་། ཟས་གྱི་སྤྲིང་པོ་  
 ཉིང་འཛིན་དམ་པ་གསོལ། ཞེས་ཐད་ཀར་བསྐྱེད་པ་དང་། ཁྱོད་གཞིན་ཅུ་རབ་དུ་བྱུང་དུས་སྤྲུལ། འདྲ་.....  
 ཅིས་དང་རང་འདྲོད་མ་ཆེ་ཞིག་ཆེན་དགེ་ལྷིག་རྣམས་སྤྲུལ། སྤྲུལ་ན་དཔལ་འགྱུར་ལྷུང་བར་འབྱུར། སྤྲུལ་  
 མའི་ཞབས་ཏོག་བྱེད་དུས་སྤྲུལ། འདྲ་བྱས་དང་ཁོང་ཡུས་མ་ཆེ་ཞིག་ཆེན་དཔོན་པོ་དང་རེ་ཆོད་འཛིན། །  
 འཛིན་ལ་ན་བསམ་པའི་དོན་མི་འབྲུག། སྤྲོམ་པ་དམ་ཆོག་སྤྲུལ་དུས་སྤྲུལ། མི་ནག་གོང་དུ་མ་ཉལ་ཅིག་ཉལ་  
 བ་མིག་སྒྲོལ་དཔལ་སྤྲུལ། སྤྲུལ་ན་དམ་ཆོག་སྤྲོམ་པ་འཛོར། ཞེས་པ་སོགས་དང་། སེམས་མ་སྤྲོམ་སྤྲོམ་རང་  
 སར་ཞོག། སྤྲོམ་ན་དོན་མེད་རྣམ་རྟོག་དྲན། མ་ཡེངས་མ་ཡེངས་དྲན་པ་བཞེན། ཡེངས་ན་དགེ་སྤྲུལ་.....

④ཀམ་རང་བྱུང་དོ་རྗེས་བསྐྱེད་པས། <<རྣམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ>>སྤྲུལ་ཆP98

⑤ཀམ་རང་བྱུང་དོ་རྗེས་བསྐྱེད་པས། <<རྣམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ>>སྤྲུལ་ཆP120-121

རྒྱུང་ལ་འཆོར། །མ་འགོ་མ་འགོ་ཉལ་ས་ནོན། །སོང་ན་གོམ་པ་དོང་དང་ཐུག། །མ་བསམ་མ་བསམ་མགོ་བོ་  
 བྱུག། །བསམ་ན་ལག་སྟོང་བྱལ་བར་འགོ། །མ་ཉལ་མ་ཉལ་དགེ་སྦྱར་མཛོད། །ཉལ་ན་བསམ་མེད་དུག་ལྟ་  
 བོན། །ཞེས་དགག་སྒྲ་ཆོག་རྒྱུ་ཤོག་མ་དང་བར་དུ་སྦྱར་བའི་བསྐྱལ་བ་མཐའ་ཡས་པ་རྣམས་སོ། །སྦྱང་  
 རྣམས་སྤྱུང་དཔེར་ན། །ཨ་མགར་ལྟ་མགར་གནས་མལ་ཆོས། །བདུད་མགོ་གནས་ལྷགས་ཐོ་བས་རྒྱུངས། །  
 །བདུད་སྟོང་འཆོར་མེད་སྐམ་པས་རྒྱུངས། །བདུད་དབྱགས་ཁོལ་མོའི་བརྒྱུད་ལ་ལོངས། །ཞེས་པ་སོགས་བྱུང་།

### མཆོད་དོན་གྱི་ཀླུ།

མགུར་ལས། ཆོས་ཉིད་དབྱིངས་ཀྱི་དགྱིལ་འཁོར་ན། །ཡེངས་པ་མེད་པར་ལྟ་བུ། །དོན་ཅོང་གིས་.....  
 དོགས་པ་མ་ལགས་ཏེ། །གནད་རང་ས་འཛིན་པ་ཡ་ཚུལ་ཡིན། །ནང་ཆོ་འཕྲུལ་ཉིང་འཛིན་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་  
 ལ། །གོགས་དང་གོལ་ས་འབྲུལ་བ་དེ། །ཆོས་སྦྱོར་ཅན་ཡིན་པ་མ་ལགས་ཏེ། །རྟགས་སྦྱར་དུ་ཐོན་པའི་ཁ་བོ་  
 ཡིན། །རང་ཤར་སྦྱོང་པའི་འགྱུར་འགྲོས་ལ། །མཐོན་དམན་རྣམས་འགྱུར་མང་བ་དེ། །སྒོ་གཉིས་སྤང་གི་.....  
 རྟོག་པ་མ་ལགས་ཏེ། །བརྩ་སྒྲ་ཆོགས་སྤྱང་བ་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན། །ལས་རྒྱ་འབྲས་འབྲས་བུ་སྒྲིན་པ་ལ། །  
 དགེ་སྤྱི་རང་གཟུགས་རྒྱུང་བ་དེ། །སྒོ་མ་གོལ་སར་སོང་བ་མ་ལགས་ཏེ། །རིག་སོ་སོར་གསལ་བའི་བདེན་  
 ཆོག་ཡིན། །སྒོ་རང་ཚུགས་ཐུབ་པའི་སྒོ་མཆོད་དེ། །འཛིན་རྟེན་ལ་ཁྲེད་པ་རྒྱུང་བ་དེ། །གཏམ་ཟེར་ལོའི་  
 གྲགས་སྒྲན་མ་ཡིན་ཏེ། །འཕྲུལ་ཞེན་པ་ལོག་པའི་དམ་ཆོག་ཡིན། །ཆོས་ཟབ་མོ་སྒོ་མ་པའི་རྣལ་འབྱོར་  
 ང། །རི་དང་བྲག་ལ་སྦྱོར་བ་དེ། །ཐོག་དང་ཐོ་ཙམ་ཡིན་ཏེ། །ཆེ་གཅིག་དུ་སྒོ་མ་པ་རང་འདོད་ཡིན། །རས་  
 པའི་སྦྱ་དབྱངས་མང་བོ་དེ། །ཡེངས་འདོད་ཀྱི་ཁ་ཁྲམ་མ་ཡིན་ཏེ། །སྦྱོང་གའི་ཡོན་བདག་དང་པ་ཅན། །  
 བན་པའི་སྟིང་གཏམ་སེམས་ལ་རྒྱུངས། །ཞེས་མཆོད་དོན་ངེས་པའི་གསུངས་པ་དང་། །ཡང་མགུར་ལས། སྒྲ་  
 མ་ཐོག་རྩ་བ་བཅད་པ་དེ། །འཁོར་བའི་གཞི་རྩ་བཅད་པའི་རྟགས། །སྒྲ་ཡ་ཐོག་རྩ་བ་བཅད་པ་དེ། །ཐེ་ཙམ་  
 གོལ་ས་བཅད་པའི་རྟགས། །སྒྲ་བྱ་དོ་ཆད་ལ་བོར་བ་དེ། །ཆོས་པའི་ཆད་དོ་བོར་བའི་རྟགས། །སྒྲ་རྒྱུད་  
 རྣམས་བཟང་ཞིང་མཉེན་པ་དེ། །གཞི་སེམས་བསྐྱེད་ཡེན་ས་བཟང་བའི་རྟགས། །སྒྲ་འཇམ་ཞིང་ཁ་དོག་ལེགས་  
 པ་དེ། །སེམས་གཏུག་མའི་དོན་ལ་སྦྱངས་པའི་རྟགས། །སྒྲ་བྱང་ཞིང་ལྷེན་བར་འདུག་པ་དེ། །དོན་མ་ནོར་  
 ཉམས་སྤྱུ་ལེན་པའི་རྟགས། །སྒྲ་ལུང་སྤུལ་མང་བར་དོད་པ་དེ། །བྱང་རྒྱུ་ལམ་སྒྲ་བཟོད་པའི་རྟགས། །སྒྲ་  
 དུམ་བུ་བཞི་རུ་འདུག་པ་དེ། །ཆོས་ཆད་མེད་བཞི་དང་ལུན་པའི་རྟགས། །སྒྲ་ཆོགས་པ་གསུམ་དུ་འདུག་པ་  
 དེ། །གཞི་ལམ་འབྲས་གསུམ་ཆད་པའི་རྟགས། །སྒྲ་ཁ་དོག་བསྐྱར་དུ་མེད་པ་དེ། །གཞི་ཆོས་ཉིད་བསྐྱར་བ་  
 མེད་པའི་རྟགས། །སྒྲ་སྦྱུམ་ལ་འདྲིལ་བར་འདུག་པ་དེ། །གཞི་ཆོས་ཉིད་སྦྱས་དང་བྲལ་བའི་རྟགས། །

① གཟུར་བྱང་དོན་རྒྱུགས་། <<རྣམ་ཐར་མཛོད་ནགས་>> རྟོན་ཆ P64

② གཟུར་བྱང་དོན་རྒྱུགས་། <<རྣམ་ཐར་མཛོད་ནགས་>> རྟོན་ཆ P120

ཞེས་ཆོས་དེའི་ནམ་པ་མཚོན་དོན་གཞན་ཞིག་ཡོད་པར་གསུངས་པའི་མཚོན་དོན་སྟོན་པའི་ཚུལ་སྤངས་  
མཐའ་ཡས་སོ། །འདི་དག་ཀྱང་དམངས་ཁྲིད་སྤྱུག་ཞེས་ལ་དཔེ་བྲངས་པས། མྱིང་སྤྱང་དུའང་། ལྷགས་ནག་  
བྱུར་གསུམ་བརྒྱན་པ་འདི། ཆོས་སྦྱོང་ལས་ལ་འབད་པའི་ཉགས། འདི་ལ་ཐོག་གིས་བརྒྱན་པ་འདི། རྣམ་སྤྱོད་  
ཐོག་དང་འདྲ་བའི་ཉགས། འཁྱུ་ལ་ཕུར་བས་བརྒྱན་པ་འདི། མཐུ་ཆལ་ཐོགས་པ་མེད་པའི་ཉགས། འབ་  
བྱང་མིག་དགུས་བརྒྱན་པ་འདི། དག་ལྟ་མཐུ་ཆལ་ཆེ་བའི་ཉགས། འདི་ལ་མགོན་བྱ་བཏགས་པ་འདི། ཁྱེར་  
མའི་མགོན་སྤྱབས་ཆེ་བའི་ཉགས། ཞེས་འབྱུང་བ་ནམས་སོ། །

### ལྟ་བུའི་བྱུག་

མགུར་ལས། རོ་སྟོམས་སྦྱོང་པ་སྤྲོན་མེད། ཆོས་བརྒྱད་ཆུ་བོས་མ་བྱེད་རམ། མཐའ་བལ་ལྟ་བུ་བྱུང་  
འཇུག་དེ། རྩ་བཞིའི་གཡང་ལ་མ་སྤྱང་རམ། སྒྲོམ་པ་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པ། མཚན་མའི་འཇུར་བྱས་མ་  
བཅིངས་སམ། བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཉིང་འཛིན་ནི། འདྲོད་པའི་ཞེན་པས་མ་བསྐྱུས་སམ། ལུས་དག་བྱིན་  
གྱིས་མ་སྒྲོབས་པར། མཚན་མའི་ཆོས་སྦྱོང་མ་བོར་རམ། སྤྱང་བ་སྤྲོམ་མར་ཤར་ཤར་རམ། རིག་པ་ཡན་  
པར་མ་ཤོར་རམ། གསང་སྤྱགས་བཟོའ་ཡི་སྟོན་པ་ལ། བཟོའ་དོན་མེད་པར་མ་བཤད་དམ། དམ་པའི་  
རིགས་རྒྱུད་དག་པ་ལ། རྩོན་དང་གཡོ་སྤྱུས་མ་བསྐྱུས་དམ། སྤྲོམ་དམ་པས་མ་གནང་བར། སྦྱོང་པ་རང་  
དགར་མ་སྤྱད་དམ། ཞེས་ཐད་ཀར་དྲི་བ་དང་། ཡང་མགུར་དུ། རྩོད་ད་ནང་འོང་བ་གང་ནས་འོང་། རྟོ་  
ཅུབ་འགོ་བ་གང་དུ་འགོ། རོ་བྱང་བཞེན་པ་གང་ན་ཡོད། རིགས་ཀྱི་སྡེ་ཆོན་གང་ལ་གཏོགས། དབང་  
བསྐྱུར་ལས་ནི་ཅི་དང་ཅི། དངོས་གྲུབ་ཅི་ལྟར་སྟེར་བར་ཅུས། མིང་དང་སྟོན་ཆད་གང་དུ་འཕྲད། གཏམ་  
སུ་ལ་ཐོས་སམ་ཅི་ལྟར་ཤེས། ཞེས་སྟོན་རྒྱུན་དམངས་སྤྱིའི་ནང་འབྱུང་བའི་དྲི་བ་དྲིས་ལན་གྱི་ཚུལ་ཚུལ་  
འདྲ་བ་འདི་དག་གིས་རྩི་བཅུན་མི་ལའི་མགུར་མ་ལ་གསོན་ཤུགས་སུན་སུམ་ཆོགས་པ་ཞིག་བསྐྱུན་ཡོད་  
པའོ། །

### ལྟ་བུའི་ནམ་པ་སྟོན་པའི་བྱུག་

མགུར་ལས། ཀླས་པའི་སྤྱུག་བསྐྱུལ་ཡི་ཆད་མང་། དྲང་བོར་སྤྱོད་པའི་རྟེན་པ་སྤྱོད། བརྟན་བོར་བཞག་  
པའི་གོམ་པ་འཁྱོར། སེམས་ཀྱི་ལོ་མ་སྤྱོད་ཡང་དཀར། དབང་བོའི་དྲངས་མ་མིག་ཀྱང་འགྲིབ། ཡན་ལག་  
གཙོ་བོ་མགོ་བོ་འཁོར། སྤྱོད་ཡི་རྒྱལ་བོ་ན་བའོན། མཐུར་ཆོས་ཁྲག་གི་རྒྱ་མཚོ་སྐྱེ། དབང་གི་བརྒྱུངས་  
ཤིང་རྣ་ཡང་ཞོལ། རུས་པའི་རྒྱལ་བོ་སྤྱོད་ཡང་བྱད། སྤྱོད་པའི་རྒྱལ་བོ་སྤྱོད་ཡང་དེག ཞེས་ཐད་ཀར་བཟོད་

① གཟུང་བྱུང་དོ་རྩིས་བསྐྱེགས། <<ནམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ>>སྤྱད་ཆP78-79

② གཟུང་བྱུང་དོ་རྩིས་བསྐྱེགས། <<ནམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ>>སྤྱད་ཆP122

③ གཟུང་བྱུང་དོ་རྩིས་བསྐྱེགས། <<ནམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ>>སྤྱད་ཆP75

པ་དང་། ཡང་ངའི་གནས་ལ་བཏུས་ན་རི་དང་འདྲ། མི་གཞན་གྱིས་མཐོང་ན་སྤྲིང་རྒྱང་ལྡང་། འདི་ཟས་  
ལ་བཏུས་ན་དུང་འགྲོ་འདྲ། མི་གཞན་གྱིས་མཐོང་ན་སྒྲུག་ཤོ་ལྟ། འདི་ལུས་ལ་བཏུས་ན་ཀེང་རུས་  
འདྲ། འདྲུ་སྤང་པོས་བཏུས་ན་མཆི་མ་འཆོར། འདི་སྦྱོང་པ་བཏུས་ན་སྦྱོན་པ་འདྲ། ཞེས་དཔེ་དང་  
འདྲེས་པར་བརྗོད་པ་ན་མས་དང་། སྤྲི་སྤྲི་མཐོན་ན་མ་མཐོང་། རྣམ་མཐོང་རྣམ་མཐོང་གི་རྣམ་མཐོང་།  
སྤྲིང་ན་སྤྲི་སྤྲི་སྤྲི་པོ་འཐེབ། འོག་ན་གཙང་ཆབ་སྤོན་མོ་འབབ། རྒྱབ་དུ་བྲག་དམར་ན་མ་མཐོང་།  
དབྱིངས། མཐུན་དུ་སྤོས་ཐང་མེ་རྟོག་བཟ། རྒྱར་ན་གཙན་གཙན་ངར་སྐད་སྒྲོགས། འོག་ན་བྱ་རྒྱལ་  
ཞོད་པོ་ལྷིང་། དུས་སྤྲི་སྤྲིང་ཆར་ཟིམ་བུ་འབབ། རྒྱན་དུ་བྲང་བས་རྒྱང་སྤྲི་ལེ། ཤ་རྒྱང་མ་བུས་ཅེ་སྤོ་  
རུངས། རྩོ་ག་མ་བུས་འགྱུར་སྐད་མང་། ལྟ་བུ་གོང་མོས་གསུང་སྤོན་ལེ། རྩོ་ཆབ་སེལ་མས་སྤོན་པ་  
བརྗོད། རེས་ཕྱི་ཁོར་ཡུག་གི་རྣམ་པ་ཅི་བཞིན་བརྗོད་པ་རྣམས་བཟང་གིས་མི་ཡང་ངོ་། །

### ༦) རང་གི་འགྱུར་བ་སྤོན་པའི་རྒྱན།

མགུར་ལས། རྩོ་ཆེན་ཨ་མོ་ལི་ཀའི་ཁྱི་སྤྲིང་ན། ཀའ་དེ་ཁྱི་སྤོན་ས་ལའི་པགས་སྤྲིང་ན། འདི་ན་སྤྲི་བཞུགས་  
སྤོ་མི་བཞུགས། འདི་ན་སྤྲི་སྤྲི་མར་བ་བཞུགས། དུས་ད་ལྟ་བཞུགས་ན་དགའ་བ་ལ། འདི་མོས་གསུང་  
ཡང་མཇལ་སྤྲིང་འདྲོད། ཀའ་དུང་སེམས་རྒྱང་ཡང་མཇལ་སྤྲིང་འདྲོད། འདི་བསམ་ཞིང་མཆོན་ལྟ་སྤོ་མ་  
དྲན། སྤོ་མ་ཞིང་མར་བ་ལོ་སྤོ་དྲན། ཡུམ་མ་ལས་སྤོ་པའི་བདག་མེད་མ། དུས་ད་ལྟ་བཞུགས་ན་  
དགའ་བ་ལ། སྤོ་སྤོ་ཐག་རིང་ཡང་མཇལ་སྤྲིང་འདྲོད། བསམ་ཞིང་བསམ་ཞིང་སྤོ་མ་དྲན། སྤོ་མ་ཞིང་  
མར་བ་ལོ་སྤོ་དྲན། ཞེས་རང་སེམས་ཀྱི་འགྱུར་བ་དང་། ཀའ་དེ་ཆོས་ཉམས་སྤྲིང་སྤོ་མ་ཉེ། རང་སེམས་སྤྲིང་  
བ་ག་འདྲ་ཐོན་པ་སོགས་མཐོང་ཡས་པ་རྣམས་སོ། །

མདོར་ན། རང་བཞིན་བརྗོད་པའི་རྒྱན་འདི་དག་གིས་རང་བཞིན་དུང་པོ་བརྗོད་པ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་རང་  
བཞིན་ལྷག་པོར་བརྗོད་ཚུལ་ལམ་ཚོམ་སྤྲིང་ས་མི་འདྲ་བའི་རྒྱན་གྱིས། མགུར་སྤྲི་ལ་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་ནས་སྤྲི་  
ཆལ་རང་བཞིན་ཉེ། བརྗོད་དོན་སྤྲིང་བརྗོད་དུ་ཐབ་ཅིང་། རྩོ་བྱེད་ཆོག་གི་སྤོ་ལེགས་ཤིང་གོ་སྤོ་བ། སྤོ་  
ཆ་ལྟ་པ་ཞིག་ངང་གིས་བསྤོན་ཡོད། དེ་ཡང་ཡིན་ཉེ། རང་བཞིན་བརྗོད་པའི་རྒྱན་གྱིས་ཐབས་སྤོ་ཆོགས་ལ་  
བརྗོད་ནས་བརྗོད་དོན་གསལ་བར་བྱེད་ཆོད། དོན་དེ་དག་གཟུགས་དང་དཔེ་དུ་བཀོད་པ་མ་ཡིན་པར་ཆོག་  
གི་ཉམས་འགྱུར་སྤོ་ཆོགས་ལ་བརྗོད་ནས་སྤོ་ཆལ་ཞིག་བཞེངས་སྤོན་བྱས་པ་བཞིན་དུ། དེ་དག་བཅིས་པའི་  
གོང་བཀོད་ཀྱི་རྒྱན་ཉེར་དགུ་པོ་ཡོངས་སྤོ་ཆོགས་པས་ཆོག་སྤོ་མོ་རྩོ་བཅུན་མགུར་མ་ཞེས་ཡོངས་སྤོ་གསུང་  
པའི་སྤོ་ཆལ་ཞིག་འབྱུང་དུ་གཏོད་ཡོད་དེ། དཔེར་ན། དཔེ་རྒྱན་དེ་དག་གིས་བརྗོད་དོན་གོ་བྱེད་དུ་དཔེ་  
དྲངས་པ་གཅིག་དུ་མ་ཡིན་པར་དེའི་ཚོམ་སྤྲིང་ས་དང་སྤོ་ཆལ་ཐབས་ལམ་འདྲ་མིན་ཉམས་སྤྲིང་ནས་ཚོམ་

① ཀའ་རང་བྱུང་རྩོ་ཆེས་བསྒྲིགས། <<རྣམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ>> རྩོད་ཆ་P66

གཤེས་འབྱུང་དུ་བཏོད་པ་དང་། གཞུགས་ཀྱི་དེ་དག་གིས་ཆོག་གི་སྒྱུ་རྩལ་ཁྱད་དུ་འདོན་ཕྱིར། ཐང་ཀར་  
 འོན་དེ་ཉིད་མཆོངས་ཆོས་འདྲ་བ་གཞུགས་སུ་སྦྱར་ནས། ཆོམ་རྩལ་མཛོམ་པར་སྤྲོས་ཡོད་པ་དང་། སྒྲ་ཀྱན་དེ་  
 དག་གིས་དམངས་སྤྱི་ཉམས་འགྱུར་སྒྲིག་ཤིང་དུ་བྱས་ཤིང་། གོ་དོན་འཇུག་བདེ་བའི་སྤྲད་དུ། གངས་ཀྱི་རིམ་  
 པ་འདྲ་མེན་སྦྱར་ནས་ཆོམ་གཤེས་ཤིག་སྒྱུ་རྩལ་དུ་པབ་པ་དང་། ད་དུང་སྐབས་སྐབས་སུ་འབྱུང་བའི་བྱང་  
 ལུ་གི་ཀྱན་དང་། ངང་ཚུལ་སྟོན་པའི་ཀྱན་ཏེ། དཔེར་ན། གཉིས་དབང་སྤྱུ་རྩལ་ཆེ་རེ་རེ། ཉམས་ལེན་  
 ཕྱིན་ཆུབས་ཐུལ་ལུ་ལྟ། བྱམས་པའི་རྒྱགས་གཏམ་ཤར་ར་ར། བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་བཞད་གད་ལྟག་གི་ལྟག །  
 ཉམས་ལེན་སྒྱགས་པ་ཆེལ་ལེ་ལེ། ཕྱིན་ཆུབས་ལུར་སྤྲི་རེ་རེ། ཁྱེས་དང་། བྲག་དམར་མཆོང་ལུང་ལུང་  
 གི་རྫོང་། རྟེང་ན་ལྟོ་སྤྱོད་ཁོར་མ་ཁོར། འོག་ན་གཙང་ཆབ་གྲུ་མ་གྲུ། བར་ན་གློད་པོ་ལང་མ་ལིང་། ཆེ་  
 ཤིང་རྩ་ཆོགས་བན་མ་བུན། རྩོན་ཤིང་གར་སྤྲོས་ཤིགས་སེ་ཤིགས། བྱང་བ་སྤྱུ་ལེན་ཁོར་རོ། མེ་ཏྲ་གྲི་  
 ངང་ཆེ་ལེ་ལེ། བྱ་རྩམས་སྐད་སྟན་གྱུ་རུ་རུ། ཁྱེས་དང་། རྩམ་དག་ཟུར་ཁ་འགྱུར་ཞིང་འགྲོ། གཡོ་སྒྱུ་འཆམ་  
 ལ་འབེབས་ཤིང་འགྲོ། རང་སེམས་དཔང་བོར་འཛོག་ཅིང་འགྲོ། རམ་ཆོག་འཆལ་ཏེ་ང་མི་འགྱུད། ཅེས་  
 པ་དང་། ཆོག་ཉམས་བསྐྱར་བའི་ཀྱན་ཏེ། ལས་རེ་རྫོངས་མི་ཡི་ལོད་པ་ལ། ཁེ་རེ་འཕོངས་སེམས་ཅན་གྱི་  
 བསད་ལུགས་ལ། ཁྱང་རེ་ཆེ་རང་ལོར་གྱི་མགོ་བོ་ལ། རྒྱག་རེ་སོང་ཤི་ཆེག་ལུགས་ལ། ཅི་རེ་བྱེད་ཁྲག་གི་  
 མང་ལུགས་ལ། ཅི་ཅམ་སྟོགས་ཤི་ཟ་ལུགས་ལ། ཅི་རེ་བྱེད་སྟིང་རྩེ་མེད་ལུགས་ལ། ཅི་ཅམ་ལས་སྤྱོད་  
 རྫོངས་པའི་གཏི་ལུགས་ལ། ཅི་རེ་བྱེད་ཁེ་སྤང་གི་སོན་མ་ལ། སྤྱི་གཅིར་འདོད་པའི་མང་ལུགས་ལ། ཁྱེས་  
 ལས་རེ་རྫོངས་དང་། ཁེ་རེ་འཕོངས། ཁྱང་རེ་ཆེ་ཁྱེས་པ་སྟགས་ཆོག་ཉམས་འདྲ་མེན་མང་དུ་བསྐྱར་བ་སྟགས་  
 མཐའ་ཡས་པ་རྩམས་ལས། གཙོ་ཆེ་བ་རྩམས་འདིར་དྲངས་པ་ཡིན་པས། དེ་དག་གིས་ཀྱང་ཐོག་མཐའ་བར་  
 གསུམ་དུ་རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་མགུར་མ་ལ་གསོན་ཉམས་རང་བཞིན་ལུན་པའི་སྒྱུ་རྩལ་ཞིག་བསྐྱར་པར་མ་ཟད།  
 བོད་ཀྱི་ཆོམ་རིག་སྒྱུ་རྩལ་ཁྱོད་ནམ་ཡང་རུབ་དུ་མེད་པའི་ཆོམ་གཤེས་དང་། ཆོམ་སྤངས་ཤིག་རྒྱུད་འཛིན་  
 དང་གསར་གཏོད་བྱས་པའོ། །

# གཉིས་པ། ཆོས་ཀྱི་རྩ་བ་བསྐྱེས་པ།

རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་མགུར་མའི་ནང་ཆོས་ཀྱི་རྩ་བ་བསྐྱེས་པ་ཞེས་པ་ནི། བོད་ཆོམ་དུ་ཆོས་ཀྱི་རྩ་བ་སྟོན་པའི་  
 གཞུང་ཐོག་མ་ཡིན་པར་བཤད་པ་མེན་ཏེ། གཅིག་ནས་བསྟན་པ་སྤྲད་དང་བྱི་དར་སྐབས་སུ་བྱུང་བའི་བོད་  
 ཆོམ་ཡོངས་སུ་ཆོས་ཀྱི་བརྗོད་བྱས་བྱུང་ཡོད་པ་དང་། གཉིས་ནས་རྒྱ་གར་གྱི་དོ་ཉའི་སྤྱི་བོད་འགྱུར་མ་དང་།  
 རྩེ་བཅུན་རང་གི་སྤྲོ་མ་མངའ་བདག་མར་བ་ལོ་སྤྱོད་པའི་རྩམ་ཐར་མགུར་འབྲུམ་རྩམས་སུ་ཆོས་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་  
 གཙོ་བོར་བསྟན་ཡོད་དེ། དཔེར་ན། ཁྲག་འཐུང་རྒྱལ་བོས་བཅམས་པའི་སྤྱོད་མར་བ་ལོ་སྤྱོད་པའི་རྩམ་ཐར་

མཐོང་བ་དོན་ཡོད་དང་། རྣམ་འགྱུར་བ་འོད་དཔག་དྲི་རྩེས་བཅམས་པའི་མར་བ་ལོ་སྤྱི་རྣམ་ཐར་འགྱུར་  
 འབྱམ་བདེ་ཆེན་འབྲུག་སྐྱ་སྟན་པའི་སྐྱ་དབྱངས་ཞེས་པ་སྐགས་ལས་ཤེས་ཅུས་པས་སྐག་མ་ནི་མིན་ནོ། །འོ་ན།  
 སྐབས་འདིའི་བརྗོད་དོན་གཙོ་བོ་ཅི་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། བོད་རང་གི་དམངས་སྤྱི་མང་གཞིའི་སྤྱི་བྱང་བའི་རྗེ་  
 བཅུན་མགྱུར་མ་དེ་ནི། ཏུང་ཉོང་ནས་བྱང་བའི་མགྱུར་མ་གཞན་དག་དང་མི་འདྲ་བར་བརྗོད་བྱ་ལ་ཆོས་ཀྱི་  
 ལྟ་བ་སྟོན་པ་སྐག་མར་བྱང་བས། གཅིག་ནས་བོད་དམངས་ཁྲོད་དུ་ཆོས་ལུགས་བྱ་བ་གདལ་དུ་འགྲོ་བའི་  
 མཆོན་བྱེད་དང་། གཉིས་ནས་དམངས་ཁྲོད་དུ་ཆོས་ལུགས་བྱ་བ་གདལ་དུ་སྤང་བ་དང་བསྟན་ནས། དམངས་  
 ཁྲོད་ནས་དར་བའི་དམངས་སྤྱིའི་བརྗོད་བྱ་ལ་འང་ཆོས་ཀྱི་ལྟ་བ་སྟོན་པའི་སྤྱུགས་སུ་འཕེལ་འགྱུར་བྱང་བ་  
 མཆོན་ཅུས་ཏེ། དེ་ལས་གཞན་དུ་དེའི་མཆོན་དཔེ་འོས་པ་མེད་པས། འདི་དག་ནི་མགྱུར་མའི་ཚྭ་རིག་གི་  
 བྱང་ཆོས་ཤིག་གོ །

### གཅིག་ནང་བསྟན་བོད་ཅན་དུ་འགྱུར་བ།

བསྟན་པ་སྐྱ་དར་གྱི་དུས་སྤངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་དབྱ་བ་རྟེན་ཤིང་། བོད་ཀྱི་བཅོན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་  
 ཆོས་ལ་དད་པས་བྱིས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་རྣམས་སུ་ཆོས་རྒྱལ་དང་ཆོས་རྒྱལ་མེས་དཔོན་རྣམ་གསུམ་ཞེས་པའི་མིང་  
 བྱང་བ་དེ་རང་བཟོ་གཏན་ནས་མིན་ཏེ། བྲི་སྤྱང་ལྷེ་བཅོན་གྱི་རིང་ཆོས་མི་བསྐྱབ་པའི་བྱིར་རྗེ་སྟོན་མནས་  
 བསྐྱགས་པའི་བཀའ་གཅིགས་དང་པོ་དང་། གཉིས་པ། བྲི་ལྷེ་སྤྱང་བཅོན་རིང་ཆོས་མི་འཇིག་ཕྱིར་རྗེ་སྟོན་  
 མནས་བསྐྱགས་པའི་བཀའ་གཅིགས་ཡི་གེ། རྒྱལ་སྤེལ་སྐར་ཆུང་ལྷ་ཁང་གི་རྩོམ་གྱི་ཡི་གེ་དང་། ཏུང་ཉོང་  
 གཏེར་ཡིག་ལས་བྱང་བའི་ལྷ་སྤྲུལ་བྲི་གཙུག་ལྷེ་བཅོན་དང་འུ་དུན་བཅུན་གྱི་སྤྱོད་ལ་བསྐྱོ་བའི་ཆོན་པ་  
 གཉིས་དང་། བཅོན་པོ་བྲི་གཙུག་ལྷེ་བཅོན་འཁོར་དང་བཅས་པས་སྟོན་ལམ་དུ་གསོལ་བའི་ཆོན་པ་གཅིག་  
 ལུལ་ལུལ་ལྟུང་གྱི་བཀའ་གཅིགས་བྲག་བཀོས་མ་དག་ལས་ཆོས་ཅི་ཅུས་ཀྱིས་སྤེལ་བ་ཤེས་ཀྱང་། སྤྱུགས་གཞན་  
 ཞིག་ནས་བཀའ་གཅིགས་རང་དུ། བཅོན་པོ་ཡབ་དབྱང་དུ་གཤེགས་ཀྱི་འོག་དུ་ཁང་སྟོན་ཁ་ཅིག་གིས་དུར་  
 འབྱམས་ཀྱི་སྟོ་ཞིག་ཕྱང་སྟེ། ཡབ་མེས་ཀྱི་རིང་ཚུན་དུ་ཆད། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་མཛད་མཛད་པ་ཡང་བཤིག་  
 གོ་ཞེས་འབྱུང་བ་སྐགས་ལས། སྤྱང་བཅོན་སྐམ་པོའི་དུས་ནས་རིམ་གྱིས་གཏན་དུ་ཡབ་པའི་ཁོད་སུམ་ཅུ་

① གཏེར་གོང་དགོན་མཆོག་ཆོ་བཅུན་གྱིས་བཅམས། « བོད་ཀྱི་བརྗོད་རྒྱུ་ཆ་ཆེན་བདམས་བསྐྱེགས་རྣམས་ཀྱི་ཆོག་དོན་ཀྱན་ནས་ཁྲོ་  
 ལ་བར་བྱས་པ་རབ་གསལ་མེ་ལོང་ » ཀན་སུ་མེ་རིགས་དཔེ་སྟར་ཁང་། 2001. P134

② ལྷེ་རྩོམ་གྱིས་བཅམས་པའི་ལྷེ་ཆོས་འབྱུང་དུ། རྒྱལ་བོ་བྲི་སྤྱང་ལྷེ་བཅོན་གྱི་སྤྱོད་ལ་སྟོན་པོ་མཆོས་ཀྱི་སྤྱོད་ལྷེ་ཐང་ལ་  
 འབར་སྐག་རྩེས་གཟུང་རྒྱལ་འགོང་ཞུ་མ་ཞུ་དང་གསུམ་གྱིས་ཆོས་བསྐྱབས་ཏེ། ཀླ་ཆུ་དང་འཁར་ཕྲག་བཤིག་བྱས་ཆོས་ལ་མི་  
 སྟོད་པའི་བཀའ་བྲིས་གྲིས་པར་བཤད། 1987 ལོར་བོད་རྒྱུང་མི་དམངས་དཔེ་སྟར་ཁང་གིས་དཔར་བའི་ཤོག་ངོས་<sup>121</sup> ཏུ་གསལ།



སྒྲུག་ལས། རྒྱལ་ཁམས་དཔེར་སྤངས་ཀྱི་ཁྱིམ་ལས་ཕྱི་བྲག་ཏུ་གྱུར་བ་རྒྱལ་ཁྱིམ་བཙུག་ལས། མི་མཛད་  
 པ་གསུམ་དུ་ལྟ་ཆོས་ནི་རྣམས་མེད་པའི་མི་བཤད། གསང་སྤྲུགས་རྣམས་འཛང་བྱ་བའི་རྒྱ་ཡིན་པས་ནོར་  
 དུ་མི་བཙོང་སྤྱོད་ལ་འཆང་བ་དང་། ཁྱིམ་ཆེན་བདུན་ལས་མ་ཕྱིན་པ་མི་ལེན་པའི་ཁྱིམ་སྤྱུ་དཀོན་མཆོག་  
 གི་ནོར་བརྒྱས་ན་བརྒྱ་འཇལ། རྒྱལ་བོའི་ནོར་ལ་བརྒྱད་རུ་འཇལ། འབངས་ཀྱི་ནོར་ལ་བརྒྱད་འཇལ་དུ་  
 བཅས་པ་དང་། མི་ཆོས་གཙང་མ་བརྒྱ་དུག་ཏུ། དཀོན་མཆོག་སྤྲུག་བཟུང་དང་ཅིང་གྲུས་པས་མཆོད། ལྟ་  
 ཆོས་དང་ཡིག་ལ་སློ་འཇུག་ཅིང་དོན་ཤེས་པར་བྱ་བ་དང་། ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཤིང་མི་དགེ་བ་འབའ་  
 ཞིག་ལ་འཛོམས་པ་དང་། ཕྲག་རྒྱ་དུག་ལས་ཆོས་རྟགས་ཀྱི་ཕྲག་རྒྱ་ལྟ་ཁང་། རྒྱུན་དུག་ལས་ཡ་རབས་ཀྱི་རྒྱུན་དུ་  
 ལྟ་ཆོས་ཞེས་རྒྱལ་ཁམས་དཔེར་སྤངས་ཀྱི་ཁྱིམ་ཏེ། དུལ་ལུང་སྤྱིའི་གོམས་སྤྱོད་བཟུང་བ་ལ་དཔེ་སྤངས་པའི་  
 ཁྱིམ་མང་དུ་བཅས་ཀྱང་། ཕྱིས་སྤྱོད་བྱང་ནང་གི་འགལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་ལག་ལེན་ཏུ་བརྟེན་མ་ལུས་པར་  
 བསྐྱབས་པ་བྱུང་ཡོད་ལ། ཁྱིམ་ཡིག་དེ་དག་ཀྱང་དོན་དངོས་སྤྱོད་འབྱུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་དུ། བྱང་  
 རྟགས་ཉོར་དང་ཡུ་གུར་ནས། ཁྱིམ་དང་ལས་ཀྱི་དཔེ་རྣམས་སྤངས། ཞེས་གསུངས་པ་འདི་ཡིན་པས།  
 རྒྱལ་ཁམས་སྤྱུ་གྲུ་སྤྲུག་ཀྱི་ཁྱིམ་རི་བཞིན་དུ་བཀོད་པ་མེད་ནའང་དཔེ་སྤངས་པ་བརྟེན་མི་ལུས་ཏེ། པད་མ་  
 ཀྱན་གྲོལ་གྱིས་བོད་དང་དུ་གྱུའི་འབྲེལ་བ་རྟགས་ཅན་དཔྱད་པ་ཞེས་པའི་དཔྱད་ཆོམ་དུ་འང་ཅུང་ཟད་སྤོང་  
 ཡོད་པ་དེ་ལས་རྟགས་པར་ལུས་སོ། །མཐར་ཐུག་ན། དེ་དུས་ཀྱན་སྦྱོང་གི་ཚད་གཞི་ཞིག་བཟོས་ཏེ། དམ་པའི་  
 ཆོས་ཀྱི་གོ་གནས་ཆེས་ཆེར་འདེགས་ནའང་། དེའི་ཕྱིས་སྤྱུང་བའི་བཙན་པོ་དག་གི་དུས་སྤྱུ་བན་བོན་གྱི་  
 འགལ་བ་སྤྲུག་ཀྱིས་ཆོས་དམངས་ཁྲོད་བར་དུ་བྱུང་གདལ་དུ་སྤང་མེད་པ་འདྲ་སྟེ། དམངས་བྱིངས་ནི་ཕར་  
 ཞོག་པོ་བྱང་ནང་གི་འང་སྟོན་ལ་ཅིག་གིས་ངོ་སྤྲོད་དང་འཕྲེལ་ལ་བརྟེན་ནས་ཆོས་བསྐྱབས་པའི་རྒྱུན་  
 གྱིས་སྤང་ཕྱིན་དེ་ལྟར་མི་འབྱུང་བའི་སྤང་དུ། བཀའ་གཅིགས་ཀྱི་ཡིག་རབ་དང་རིམ་པར་བཞག་པས་ཤེས་ལ།  
 རྟགས་གཅིག་ནས་ཀྱན་སྦྱོང་ཚད་གཞི་དེ་དག་དུས་ཡུག་སྤང་དུ་འོ་ནང་དངོས་སྤྱོད་ལག་ལེན་བརྟེན་པ་ལ་འགལ་  
 རྒྱུན་རྣམས་ཤིག་བྱུང་བ་ཅུང་ཟད་རྩིས་སྤྱོད་དཔོག་པར་ལུས།

དེའི་ཕྱིར། སྤང་བཙན་ནས་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་སྤྱོད་ཕྱེད་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་དར་མི་དར་དེ་དགེ་  
 འདུན་གྱི་སྤྱོད་ལ་རྟག་ལས་པས། དགེ་འདུན་གྱི་འདུས་སྤེམ་པས་ཆོས་ལུགས་བྱུང་གདལ་དུ་གཏོང་མ་ལུས་ཏེ།  
 པོ་བྱང་ནང་ཁྱལ་དུ་དེ་དུས་དཔྱི་ཚབ་སློ་བ་ཉེ་བས། གུམ་ན་མཆོད་ཕྱག་དར་ཏེ་བཅིག་པར་གནང་། །རྟ་ནི་  
 བརྒྱའ་དགུམ་པར་གནང་། ཞེས་སྟོག་གཅོད་རྒྱ་ཆེན་པོ་དར་བ་ཡིག་རྟེན་དུ་བྱུང་བས་ཀྱང་ཤེས་ལ། དེ་ནས་

① དུང་དཀར་སློ་བཟང་འཕྲིན་ལས་ཀྱིས་བཙུགས། «དུང་དཀར་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོ» ཀྱང་གོའི་བོད་རིག་པ་དཔེ་སྤྲུག་ཁང་།

2002. P651  
 ② <<བོད་རྒྱུང་ཞིབ་འཇུག>>2008. 4. P17-30

བཅིས་པའི་རྒྱལ་རབས་ལྷ་བ་ཁྲི་སྤྲོད་ལྷེ་བཅོན་གྱི་དུས་སྤྱ མཁན་ཆེན་བོ་རྟོ་ས་ཏུ་གདན་དྲངས་ནས་དགོ་  
 འདུན་གྱི་ལྷེ་དང་སྤྱུ་སྤྲོད་བཅུགས་ནས་ཆོས་གཞུང་བསྐྱར་གནང་མཛད་ནས་དང་། དེ་དུས་བཅུགས་པའི་  
 ཆོས་གྱི་མདུན་ས་དེས་ཆོད་འཛིན་དང་། སྤྱུ་སྤྲོད་བཅུ་གཉིས་ནང་གསུངས་པ་བཞིན་གསང་སྤྲུགས་གྱི་གཞུང་  
 གང་དུན་དུན་དུ་བསྐྱར་མི་ཆོག་པའི་རྒྱུན་གྱིས། དཀར་ཆག་ལྷན་དཀར་མ་དང་སྤྱ་བཞེད་བཅས་སྤྲུགས་དང་།  
 སྤྲུགས་གྱི་སྐོར་ཏུ་ལམ་མེད་ལ། སྤྱོད་དཔོན་པད་འབྱུང་གིས་ཕུར་བའི་སྤྱོད་ཐབས་གྱི་ཆོས་གསུངས་པ་ཕུད་དེ་  
 མིན་གྱི་ཆོས་ཤིག་གསུངས་པ་སྤྱ་བཞེད་དུ་འང་མཛུལ་དུ་མེད་པ་དང་། རྩུགས་གཞན་ཞིག་ནས། དེ་དུས་བན་  
 བོན་གྱི་འགལ་བའམ་ཕོ་བྲང་ནང་གི་འཐེན་འཁྱེར་ཆེ་བའི་སྤྲུགས་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་ཆོས་ལུགས་དར་སྤེལ་།  
 གཏོང་བའི་ཐད། སྤྱོ་ཁ་གཅིག་གོས་མ་བྱུང་བར་བེ་རྩ་ཅན་ལུ་ཆོ་བ་རྩོད་དུ་རྒྱུང་འབྱུང་བཏང་བ་དང་།  
 མཁན་ཆེན་བོ་རྟོ་ས་ཏུ་དང་སྤྱོད་དཔོན་པད་འབྱུང་གནས་གཉིས་བོད་དུ་ཐེབས་ཐེངས་དང་ཕོར་ཕྱིར་ལོག་  
 དགོས་བྱུང་བ་དང་། རྒྱ་ནག་གི་བཅུན་པ་ཏུ་ཤང་མ་ཏུ་ལ་ན་ཏུ་ཏོང་དུ་སྤྲུགས་པ། རྒྱ་གར་གྱི་མཁས་པ་ཀ་  
 མ་ལ་ལྷོ་ལ་བསམ་ཡས་སྤྱོ་བསྐྱར་སྤྲོད་དུ་སྤྱོད་གསོད་བྱས་པ་དང་། སྤྲུགས་དེ་དུས་གྱི་བོད་གྱི་བཅོན་པོ་ཁྲི་སྤྲོད་  
 ལྷེ་བཅོན་རང་ཉིད་ཀྱང་བསམ་ཡས་སྤྱོ་སྤྲོད་པ་སྤྱོས་མ་བཟོད་པར་སྤྱོ་ལོ་<sup>797</sup> ལོར་བྱུང་ཀར་ཐེབས་པ་མོ་གསལ་  
 དང་། སྤྱ་བཞེད་དུ་ལྷུང་ཆོ་རྩ་དཔོན་འཕང་ཐང་དགོ་རར་སྤྲུགས་པས་བོར་མདའ་འཕངས་པ་འཕོག་རྟེ་.....  
 གྲོངས་པར་<sup>80</sup>བཤད་པ་དང་། མེས་ཨག་ཆོམ་ཡར་འབྲོག་སྤྱོ་ཆོམ་ལ་དུ་ཆེབས་སྤྱོན་པས་གྲོངས་པ་དང་། དེ་ནས་  
 ཁྲི་སྤྲོད་ལྷེ་བཅོན་སྤྱོ་ནར་མ་སོན་པས། མ་ཞང་ཁོན་པ་སྤྱོས་ཀྱིས་ཆོ་འདིའི་རྒྱུན་བསྐྱོག་བོན་གྱིས་བྱ། ཆོས་སྤྱོ་  
 བྱེད་པ་ཕོ་རེད་དུ་མཐར་སྤྲུགས་ཅས་བཤད་<sup>81</sup>པའི་ཆོག་སྤྱོ་ལ་གཞིགས་ཆོ། རྟོག་འཛིང་གི་སྤྲུགས་ཤིག་བྱུང་  
 བ་དངོས་བརྒྱུད་ཅི་རིགས་ནས་རྟོགས་པར་ཅུས་སོ། །མཐར་ཐུག་རྟེ་བཤད་ན། འགལ་བ་དེ་དག་དང་མོས་།  
 ཤིག་ལ་འབྲེལ་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་དང་། དད་མོས་དེ་ཡང་ས་རྩུགས་ཤིག་ཏུ་འབྲེལ་ཏེ། མཐར་ཐང་དང་འབྲོའི་  
 དུས་རྒྱུད་དེ། མདོ་ཁམས་དང་དབུས་གཙང་གི་འགལ་བ་ཞིག་ཏུ་འཕེལ་འབྱུར་བྱུང་ཡོད་དམ་སྟེ། ཆོས་ལ་དོ་  
 རྩུང་བྱེད་མཁན་བཅོན་པོས་གྲུ་བ་རྩམས་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་འཛིན་སྦྱོང་སྤེལ་གསུམ་གནང་མཁན་ཡིན་པར་  
 བཅིས་ཏེ། གྲུ་བ་སྤྱོར་སོ་སོར་འབངས་མི་བྱིམ་གསུམ་རེ་གནང་ཞིང་། དེ་དག་གིས་དམག་ཁྲལ་དང་དཔུ་ཁྲལ་  
 འཇུག་མི་དགོས་པའི་སྤྲུགས་ཀྱིས་གྲུ་བའི་གྲངས་འབོར་རྩེ་མང་དུ་འཕེལ་བ་དང་ལྷན་དུ། དམག་གི་སྤྲུགས་  
 ཤུགས་ཟད་པའི་ཉེན་ཁ་དང་། གྲུ་བའི་ནང་ཁྲལ་དུ་འང་འདྲེ་མིན་མང་དུ་བྱུང་བས། རྩུགས་གཞན་ཞིག་ནས་

① མཁན་ཆེན་པས་མ་གཏན་གྱིས་བཅུམས།《རྩོགས་ཆེན་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་བྱུང་འཕེལ་ལོ་རྒྱུས་སྐོར་འཛུལ་ཞིབ་》《མདའ་དང་  
 འཕང་》རྟོན་ཆུག་གོའི་བོད་རིག་པ་དཔེ་སྤྲུག་ཁང་།2007. P150-151  
 ② སྤྲུགས་ལ་རྩུང་གིས་བཅུམས།《སྤྱ་བཞེད་》མི་རིགས་དཔེ་སྤྲུག་ཁང་གིས་བསྐྱུན།1980. P3  
 ③ སྤྲུགས་ལ་རྩུང་གིས་བཅུམས།《སྤྱ་བཞེད་》མི་རིགས་དཔེ་སྤྲུག་ཁང་གིས་བསྐྱུན།1980. P8

འགལ་བ་འབྱུང་བའི་མྱ་གཞིག་འབྲས་བཞིན་ཡོད་པའི་ཐོག་ ཁྱི་རལ་བ་ཅན་གྱི་དུས་སྐད་ལ་དོ་སྣང་ཆེར་མ་  
བྱས་པར་སྤར་ཡོད་ཀྱི་མཐུན་སྦྲེན་ལས་བཞུགས་ཏེ། གྲུ་བ་རེ་ལ་འབངས་མི་ཁྱིམ་བདུན་རེ་དང་། བཞུགས་  
གནས་དགོན་པ་དང་སྤྲ་ཁང་། འགའ་ཞིག་ལ་ས་ཁིང་དང་སེམས་ཅན། བཟ་གཡོག་བཅས་སྤྱད་པར་མ་ཟད།  
སྤྱི་མིག་དཔྱད་བཞུགས་ན་དེའི་མིག་འདྲིན་པ་དང་། སྤྱི་མཐུ་བ་བད་སྤྱད་ན་དེའི་མཐུ་བ་མོ་གཙོད་པ་སོགས་  
དམིགས་བསལ་ཐོབ་ཐང་འགའ་ཞིག་སྤྱད་པས་སྤར་ལས་འགལ་སྦྲེན་བཟོས་པའོ། །ལོ་རྒྱུས་ཆོས་འབྱུང་  
ནམས་སྟུ། དུས་སྐབས་དེའི་འགལ་བ་གཙོ་ཆེ་བ་ནམས་ཐར་ཆགས་སྐབས་འདྲེན་ཅིང་ཅིང་། མཐར་ཐུག་ཁྱི་  
རལ་བ་གོངས་ཤིང་། སྤང་དར་ཡང་དུས་ཡུན་གྱི་དུའི་ནང་ཆེའི་དུས་སྐབས་བ་མ་ཟད། བོད་བཙན་པོའི་  
སྤྱི་དབང་ཡང་ཁ་ཐོར་དགུ་ཐོར་དུ་གྱུར་བ་དེ་ནི་སྐབས་དེའི་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་ངོ་བོ་རྒྱུ་ཡིན་པ་ཉ་ལམ་མཆོ་  
ན་ཐུབ་པ་ཞིག་ཤོ། །དོན་གྱིས་བསྟན་པ་སྤར་དུ་སྤྱི་སྐད་ལ་ནང་བའི་བསྟན་པ་ཆེས་ཆེར་དར་བར་  
བཤད་ནའང་། ཐོ་བྱང་ནང་ཁྲུལ་གྱི་འགལ་བ་རབ་དང་རིམ་པར་བྱུང་བ་དེ་ནི། བོད་མིའི་བྱིངས་ཀྱི་གནས་  
ཚུལ་དང་བསྟན་ནས་བྱུང་བ་མ་གཏོགས། སྤྱི་ཆོགས་དང་ཐད་དེ་ཁ་བྲལ་བའི་སྤྱི་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་ནི་མིན་  
ནོ། །གནས་ཚུལ་དེ་དག་ལ་ཞིབ་ཏུ་གཞིགས་ཆོ། བསྟན་པ་སྤར་དུ་སྤྱི་སྐད་བོད་དམངས་ཁྲོད་བར་དུ་ནང་  
ཆོས་བྱུལ་གདལ་དུ་དར་བ་ཞིག་མ་བྱུང་བ་སྤྱི་ཡིས་ཅུང་ཟད་དཔོག་པར་ལུས་སོ། །

འོ་ན། ནང་བསྟན་བོད་ཅན་དུ་འགྱུར་བ་དང་དམངས་ཁྲོད་བར་དུ་དར་བའི་དུས་ནི་ནམ་ཡིན་ཞེ་ན།  
བོད་བཙན་པོའི་སྤྱི་དབང་ཐོར་ཞིག་ཏུ་སྤང་བའི་རྒྱུ་སྟེ། ཆོས་ཀྱི་འདུན་ས་ཞེས་པའི་ཆོས་དོན་ཆོགས་པ་……  
དེའང་གཞི་ནས་མཐུག་རྒྱུ་ལས་དབང་ཐོབ་མ་ཐོབ་ཀྱི་ནམ་དུ་ཕྱེ་མེད་པར་གསང་སྟགས་ཉམས་ལེན་བྱེད་  
མཁན་མང་དུ་བྱུང་བས། འཁོན་དགོན་མཆོག་རྒྱལ་བའི་ (1034--1102) ནམ་ཐར་དུ་འདྲ། ཉིན་ཞིག་འཕྲིའི་……  
ལུང་བར་སྟོན་མོ་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱུང་བའི་སྐབས་སྐབས་གཞིགས་མོར་བྱོན་སྐབས། སྟགས་པ་མང་བོས་དབང་ལྷག་  
མ་ཉི་ཤུ་ཙུ་བརྒྱད་ཀྱི་མགོ་བརྒྱན་གྱིན། ལྷག་མཆོན་མི་འདྲ་བ་རེ་བྱིར། མ་མོ་རལ་བ་ཅན་གྱིས་རྩ་སྟབས་དང་  
བཅས་འཆམ་བྱེད་པ་གཞིགས་ཏེ་གཅེན་ (འཁོན་རྟག་ཤེས་རབ་ཚུལ་ཁྲིམས་ལྟུ་ལ་ཁྲུས་པས། ད་ནི་གསང་སྟགས་  
འཆོལ་བ་བྱ་བ་ཡིན་པས་བྱིན་ཆད་གསང་སྟགས་གསར་མ་སྤོབ་གསུངས་ཚུལ་ནམ་ཐར་དུ་གསལ་བ་བཞིན་……  
ཡིན་ལ། བོད་ཀྱིས་རྒྱུད་རྩིས་ཀྱི་ནག་གིས་མདོ་རྩིས་ཞེས་པའི་རྩིད་པ་ཡམ་ཟུང་དེའང་དེ་དུས་དར་བ་སེམས་  
ཏེ། སོག་རྒྱུག་པ་སྤོ་གོས་རྒྱལ་མཆོན་ (1555--1624) ཀྱིས་ཞི་བ་འོད་ཀྱི་བཀའ་ཤོག་ལ་ལན་དུ་བརྗོད་པའི་ནང་།  
ཞི་བ་འོད་ཀྱིས་རྒྱུགས་པ་ཆེན་པོ་དང་རྟེན་མའི་རྒྱུད་ལ་སོགས་པ་འགའ་ཞིག་བཀག་གུང་རྟེན་མ་གཞན་……  
ནམས་མ་བཀག་གསར་རྟེན་གཉིས་ཀའི་ཁྲོད་ན་བཅམས་རྒྱུད་དང་འགྲེལ་བ་སྤྱད་སྟོར་ལ་སོགས་པ་བོད་……  
ཀྱིས་བྱས་པ་རྒྱ་གར་ལ་བསྟན་པ་ནམས་འགོག་པ་ཞེས་གསུངས་པས་ཤེས་སོ། །སྐབས་དེ་དུས་ཀྱི་མི་ཆེན་ལྷེ་

① སོག་རྒྱུག་པ་སྤོ་གོས་རྒྱལ་མཆོན་ཀྱིས་བཅམས་སྤྱད་སྟེ། «ཐོ་བྱང་ཞི་བ་འོད་ཀྱི་བཀའ་ཤོག་གི་ལན་དུ་བརྗོད་པ་» <<གསང་སྟགས་སྟེ་……  
280

བ་ནམས་ཀྱང་ཆོས་དེ་དག་ནམ་དག་ཡིན་མིན་གྱི་ཆོས་ཐོས་པས། དུས་རབས་བཅུ་གཅིག་པའི་ནང་སྟེ། སྤྱི་ལོ་  
 1041 ལོར་རྫོང་པ་ལྷོ་ཉི་ཤ་བོད་དུ་གདན་དྲངས་ཤིང་། ལོ་རྒྱུ་བདུན་པའི་ལ་མངའ་རིས་དང་དབུས་.....  
 ཕྱགས་གཉིས་སྤྱུ་ལས་འབྲས་ཀྱི་ཆོས་གཙོ་བོར་བྱས་པའི་འཆད་ཉན་དང་བསྐྱར་ཁྱུ་མཛད་དེ་བསྟན་པ་དག་  
 ཐེར་གནང་བས། ལོ་ཆེན་རིན་བཟང་(958—1055 ) དང་། ལུ་རྫོག་འབྲོམ་གསུམ། འགོས་ཁྱུག་པ་ལྷ་བཅས་།  
 མར་བ་ལོ་རྒྱུ་བ་སོགས་མཁས་པ་མང་དུ་བྱོན། སྤྱི་ལོ་<sup>1073</sup> ལོར་རྫོག་ལེགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་གསང་སྤྱི་  
 དགོན་པ་བཏབ་སྟེ། འཆད་ཉན་སྤེལ་བ་དང་། བོད་དུ་ཆོད་མའི་འཆད་ཉན་དང་བོར་དར་སྤེལ་མཛད་མཁན་  
 རྫོག་ལོ་རྒྱུ་བ་སྟོ་ལུན་ཤེས་རབ་(1059—1109) ཀྱང་གསང་སྤྱི་ཆོས་ཁྱུགས་མཛད་དེ་ཆོད་མའི་གཞུང་མང་བོ་  
 བོད་ཡིག་ཏུ་བསྐྱར། སྤྱི་ལོ་<sup>1076</sup> ལོར་མངའ་བདག་ཅེ་ལྷེས་བྱང་སྟོན་པ་སྣམ་རྫོང་གི་སྤྱི་འོག་ཏུ། མེ་པོ་འབྲུག་  
 གི་ཆོས་འཁོར་ཞེས་པ་བཅུ་གས་ཏེ། དབུས་གཙང་ཁམས་གསུམ་གྱི་སྟེ་སྟོན་འཛིན་པ་མང་བོར་བསྟེན་བཀྱར་  
 དང་བདག་ཀྱིན་སྟོན་མཛད་པ་མཛད། རྒྱ་གར་ནས་གདན་དྲངས་པའི་པ་ཆེན་ཞི་བ་བཟང་བོ་སོགས་དང་བོད་  
 གྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་ལྷན་འདུས་ཀྱིས་མདོ་སྟགས་ཀྱི་གཞུང་མང་བོ་བསྐྱར་ཁྱུ་ཆེར་སྤེལ་བས་བྱུ་མཐའ་མང་བོ་  
 དར་བའི་དབུ་ཚུགས་། རྫོང་བོད་དུ་ཐེབས་པ་ནས་བཟུང་། བྱང་ཆུབ་ལམ་སྟོན་སོགས་བཅུ་གས་ཏེ། མདོ་.....  
 སྟགས་བྱང་འབྲེལ་གྱི་ཆོས་ཞིག་བོད་དུ་སྤེལ་ནའང་། ད་དུང་སྟར་གྱི་ཤུགས་ཀྱིན་དན་པ་ལུས་ཡོད་པ་ནི། སྤྱི་ལོ་  
 1092 ལོར་བརྒྱུད་པའི་པོ་བྱང་ཞི་བ་འོད་ཀྱི་བཀའ་ཤོག་ལས་གསལ་བཤད་བྱེད་ལུས་ཏེ། བཀའ་ཤོག་རང་  
 དུ། གསང་སྟགས་ཀྱི་བཀའ་ལྟར་བཅོས་པའི་རྒྱུད་དང་། འབྲེལ་བ་དང་། སྐབ་ཐབས་སྟེ་བོད་དུ། རྒྱ་གར་  
 མའི་མིང་བཏགས་ཤིང་བོད་ཀྱིས་བྱས་པ་བསྟན་བཅོས་དོན་གཉིས་<sup>①</sup>བཀོད་ཡོད་པ་དེ་ལས་ཤེས་ལ། ཕྱགས་

འཇུར་ལ་བོད་དུ་ཆོད་པ་སྟེ་བྱང་བ་ནམས་ཀྱི་ལན་དུ་བརྫོད་པ་ཅེས་པ་དོན་གྱི་འབྲུག་སྟེ། སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་.....  
 གིས་དཔར།1997. P209

① རྫོག་ལོ་རྒྱུ་བ་སྟོ་ལུན་མཛད་པའི་《བྱང་ལུལ་སྟོན་སྟུང་བར་གསུམ་གྱི་དོ་མཆོར་གཏམ་གྱི་ལེགས་བཤད་མཁས་པའི་འཇུག་.....  
 རོགས》(བོད་རྒྱུད་མི་དམངས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།1983. P128) དེ་ལྟར་གསུངས་ཀྱང་། དུང་དཀར་སྟོ་བཟང་འཕྱིན་ལས་ཀྱི་ལོ་ཆོགས་  
 དྲངས་ཤེས་མེ་ལོང་དུ། ཆོས་འཁོར་དེ་མངའ་རིས་སྟུ་ཆོགས་པར་བཤད་པས་བཟག་(དེང་གི་རྟ་རྩའི་འོག་ཅམ)

② དུང་དཀར་སྟོ་བཟང་འཕྱིན་ལས་ཀྱིས་བཅུ་གས་《ཆོག་མཛོད》ཀྱང་གོའི་བོད་རིག་པ་དཔེ་སྟུན་ཁང་།2002. P759

③ མཁར་མེ་ལུ་བསམ་གཏན་གྱིས་བཅུ་གས་《པོ་བྱང་ཞི་བ་འོད་ཀྱི་བཀའ་ཤོག་ལ་དབྱེད་པ》(《མཛད་དང་འཕང》)སྟོན་  
 རྒྱུ་ཆ2007. P83) དང་། དུང་དཀར་སྟོ་བཟང་འཕྱིན་ལས་ཀྱིས་བཅུ་གས་པའི་ལོ་ཆོགས་དྲངས་ཤེས་མེ་ལོང་དུའང་ལོ་འདྲིར་འབྲེལ་ས་  
 སྤེལ་མཛད་པ་འཁོད་ཡོད།

④ 1. སྟར་གྱི་དུས་ཀྱི་ཕྱི་རྒྱུད་ནང་རྒྱུད་རྒྱུད་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཆེ་ཆུང་དམ་ཆུན་དམ་པ་ལ་སོགས་པ་ཆོག་ཆེ་ཕན་མང་དུ་ཡོད་པ་.....  
 རྣམས་དང་།2. སྤྱི་ལུལ་གྱི་རྒྱུད་བཅུ་གསུམ་པ་དང་བཅུ་དགུ་བ། བཞི་བཅུ་བ། བཅུ་དུ་བ། ལེུ་ལག་སོགས་པ་རྣམས་ནི་འདྲེས་  
 མར་སྟངས་།3. རྒྱུ་ལྷུ་འབྱུང་གནས་ལ་སོགས་ཀྱིས་བྱས་པའི་གསང་བ་སྟོང་བོའི་འབྲེལ་བ་སྟར་བཀའ་དང་།4. སྤྱི་ལུལ་བཅུ་དུ་  
 བའི་འབྲེལ་བ།5. མིག་བཅུ་དུག་པ་ལ་སོགས་པའི་འབྲེལ་བ་རྣམས་།6. རྫོང་ལས་རིམ་ལ་སོགས་པའི་སྐབ་ཐབས་རྣམས་དང་ཆོག་ཆེ་

གཞན་ནས་གསང་ཕྱགས་ཀྱི་ཆོས་བྱུང་གསལ་དང་། དེ་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་མཁན་མང་དུ་བྱུང་བ་ཤེས་པར་རུས་སོ། །

དེའི་ཕྱིར། སྔ་བྲང་ཞི་བ་འོད་ཀྱི་བཀའ་ཤོག་ནི། རྩོམ་གཤེགས་པའི་ལྟེ། སྤྱི་ལོ་<sup>1054</sup> ལ་ནས་བཅེས་པའི་བཟང་བྱ་ཞི་གཅིག་འགྲོ་བའི་ལོར་<sup>①</sup>སྤྲིངས་པ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡང་མཐར་ཐུག་ན། དེ་དུས་ཀྱི་མཁས་པ་ཁ་ཤས་ཀྱིས་བཅུམས་པའི་བསྟན་བཅོས་དག་ལ་མདོ་དང་རྒྱུད་ཀྱི་མིང་བཏགས་ཏེ་སྤེལ་བ་དེ་དག་ལ་བཅན་

---

ཕན་ནམས།<sup>7</sup> དར་ཇེ་དཔལ་གྱི་གྲགས་པས་བཅུམས་པའི་མདོ་ལྷ།<sup>8</sup> ཟུར་ཆེ་ཟུར་ཆུང་གིས་མཛད་པའི་མདོ་ལྷའི་འགྲེལ་བ།<sup>9</sup> འཁོར་ལྟོང་རྒྱུད་ཀྱི་གསལ་བ།<sup>10</sup> ཐེག་ཆེན་སྤྱོད་མ།<sup>11</sup> རྣལ་འབྱོར་ལམ་རིམ།<sup>12</sup> རྣལ་འབྱོར་མིག་གི་སྤྱོད་མ་ལ་སྤྲེལ་པའི་སྤྱབ་ཐབས་ཆ་འགྲེལ།<sup>13</sup> ལྷ་དཔལ་ལས་འདས་པ་ཆེ་རྒྱུད་།<sup>14</sup> ལུ་བའི་རྒྱུད་དང་ལུ་བྱུག་རྣམས་ལ།<sup>15</sup> ལུ་བྱུག་རྣམས་པའི་བཤད་རྒྱུད་ཀྱི་ལུ་ཡའི་ཏྲུ།<sup>16</sup> དཔོན་པ་ལུང་སྟོན།<sup>17</sup> གསང་བ་གཏེར་སྤྲེལ།<sup>18</sup> རྩོམ་གསལ་བཀོད།<sup>19</sup> གྲི་ལ་ཡ་ཏྲུ་ཆུང་དུ།<sup>20</sup> ཕྱི་ཏེ་རྒྱུད།<sup>21</sup> སྤྲེལ་མའི་ཁ་གདངས་<sup>22</sup> བཀོད་མའི་ཁ་གདངས་<sup>23</sup> གསང་ལུང་ཁ་གདངས་<sup>24</sup> འཕྲོ་བའི་ནག་རྣམས་ལ།<sup>25</sup> ཞེ་སྤང་སེམས་སྤྲེལ་པའི་རྒྱུད།<sup>26</sup> གསང་ཕྱགས་དུག་གི་རྒྱུད།<sup>27</sup> འཕྲོ་བའི་མཁན་དག་གི་རྒྱུད་ལ།<sup>28</sup> ཆགས་རྒྱུད།<sup>29</sup> གཤམ་ཆེའི་བསྟེལ།<sup>30</sup> གུ་བས་སངས་རྒྱུས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དཔལ་ལྷོ་བའི་རྒྱུད་ལ་སྤྲེལ་པ་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱལ་བོ་དུག་<sup>31</sup> བདུད་ཆེ་བམ་པོ་བརྒྱུད་པ་ལ་སྤྲེལ་པའི་སྤྱབ་ཐབས་ཀྱི་རྒྱུད།<sup>32</sup> གུ་བས་སངས་རྒྱུས་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་མཛད་པའི་རྩོགས་པ་ཆེན་པོ་ནམ་མཁའ་ཆེ་ཡི་འགྲེལ་བ་རིག་པའི་ཉི་མ་ལ་སྤྲེལ།<sup>33</sup> གཞོད་སྤྱོད་རྒྱུད་ཀྱི་<sup>34</sup> ལྷགས་ཕྱེ་འབར་བ།<sup>35</sup> བཀོད་པའི་རྒྱུད་དུ།<sup>36</sup> ལ་ཅུ་མ།<sup>37</sup> འདྲ་མེན་བོད་སྟོ་ལ་སྤྲེལ་པའི་ཆོག་<sup>38</sup> ལ་ཅུ་བུ་མ་ལ་མེ་ཏུས་བསྐྱར་བའི་སེམས་ཕྱགས་ཀྱི་རྒྱུད་དུ་བྱུང་བའི་ལེའུ་བཞི་བརྒྱ་ཞེ་གསུམ།<sup>39</sup> བྱང་རྒྱུད་ཀྱི་སེམས་བདེ་..... འབྲུམས་རིན་པོ་ཆེ།<sup>40</sup> ལྷ་བ་བལ་ནག་ལ་སྤྲེལ་པའི་འགྲེལ་བ་དང་། ས་བཅད་དང་། ཡིག་རྒྱུད་དང་བཅས་པ་དང་།<sup>41</sup> ཉར་རྒྱུད་ཀྱི་གངས་སྤྲེང་དང་ཤག་ཚུལ་གྱིས་བཅུམས་པའི་ཀུན་བྱེད་རྒྱལ་བོ།<sup>42</sup> མདོ་བརྒྱུད་གསང་བ།<sup>43</sup> ཡེ་ཤེས་གསང་བའི་འགྲེལ་བ་དང་ས་བཅད་དབང་བསྐྱར་སྤྱོད་ཚུལ་བཅས་ཀྱི་མན་དག་<sup>44</sup> སྤྲིད་པ་རྒྱུད་ལུང་ལ་སྤྲེལ།<sup>45</sup> མཐོ་རྒྱུད་ལུང་སྤྲེལ།<sup>46</sup> རྒྱལ་..... བའི་ཆོས་ལྷ་ལ་སྤྲེལ།<sup>47</sup> ལ་ཅུ་དམར་བོས་བྱས་པའི་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་ཐེག་ལའི་རྒྱུད།<sup>48</sup> གསང་ཆེན་ཐེག་ལ།<sup>49</sup> ཡེ་ཤེས་སྤྲིང་བའི་རྒྱུད།<sup>50</sup> ཆར་ཡང་རྣམ་གསུམ།<sup>51</sup> རིན་ཆེན་སྟེ་མ།<sup>52</sup> རིན་ཆེན་ཐེག་སྤྲེལ།<sup>53</sup> དབང་གི་མན་དག་<sup>54</sup> ལྷ་རྒྱ་ཏིས་མཛད་ཟེར་བའི་དབང་རིན་ཆེན་འཁོར་ལོ།<sup>55</sup> སྤྱོད་གསལ་གྱི་རི་ཀ་རྩ་བ་མ་དང་།<sup>56</sup> སྤྱབ་དཔོན་སྤྱའི་བྱང་རྒྱུད་ཀྱིས་མཛད་པའི་རིམ་..... ལྷའི་འགྲེལ་བ།<sup>57</sup> ཀུན་རིག་ཆ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཆོག་གསལ་མ་ལེའུ་ཉི་ཤུ་ཆ་བཞི་བའི་འགྲེལ་བ་དང་མན་དག་ དེའི་སྤྱབ་ཐབས།<sup>58</sup> སྤྲེལ་འབྲུང་ནམ་མཁའི་རྒྱུད་ཀྱི་འགྲེལ་བ་དང་བཤད་རྒྱུད།<sup>59</sup> རྒྱུད་དཔལ་གྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་བསྐྱར་གནང་མཛད་པའི་ཕྱག་ན་རྩོམ་གསལ་སྤྱོད་ཅན་གྱི་རྒྱུད་དང་འགྲེལ་བ། སྤྱབ་ཐབས།<sup>60</sup> པལྱེ་མེ་ཏི་བའི་ཆོས་ལེ་རིན་ཆེན་ཕྱེད་བ།<sup>61</sup> སྤྱབ་ཀྱིས་བཅུམས་པར་གྲགས་པའི་ཕྱག་རྒྱ་བཞི་བ།<sup>62</sup> ཕྱག་རྒྱ་ལྷ་བ།<sup>63</sup> དབང་རྣམ་པར་ངེས་པ་ཆ་འགྲེལ།<sup>64</sup> ཕྱག་རྒྱ་བཞི་བའི་མན་དག་<sup>65</sup> སེམས་འཛིན།<sup>66</sup> རྣལ་འབྱོར་མའི་བྱིན་རྒྱུབས།<sup>67</sup> རྩོམ་གསལ་མའི་བྱིན་རྒྱུབས།<sup>68</sup> མན་དག་གསེར་ཕྱེད་དོ་ཏོ་ཀོ་འའི་སྤྱལ་བསྐྱར་པ་དང་བལ་བོ་གྲི་སི་ཏའི་སྤྱལ་བསྐྱར་པ་ལ་སྤྲེལ་པ་དང་།<sup>69</sup> རྩོམ་འདུལ་ཀ་མ།<sup>70</sup> མི་གཡོ་བའི་ཕྱགས་ལ་བརྟེན་ནས་..... ཕྱག་ན་རྩོམ་གསལ་སྤྱབ་ཐབས།<sup>71</sup> གཞོད་སྤྱོད་ལྷག་ན་རྩོམ་གསལ་བརྟེན་ནས་བཅོམ་ལུན་འདས་ཕྱག་ན་རྩོམ་གསལ་སྤྱབ་ཐབས།<sup>72</sup> གཉན་ལ་ཅེ་ར་དཔལ་དབྱངས་ཀྱིས་བྱས་པའི་སྤྱོད་མ་དུག་

① སྤྱི་ལོ་<sup>1092</sup> ལོ

པོའི་གདུང་རྒྱུད་ཀྱི་མཆོན་སྟོན་བཟུང་བ་ཞིག་གི་མིང་ཐོག་ནས་ཞི་བ་འོད་ཀྱིས་སྟུན་འབྲེན་གནང་དགོས་པ་  
 བྱུང་བ་དང་། སྟུགས་གཅིག་ནས་རྒྱ་གར་གྱི་གཞུང་ཆོད་ལྷན་པོད་ཡིག་ཏུ་བསྐྱར་བ་སྟེ། དཔེར་ན། སྟོན་པ་མི་  
 བསྐྱེད་པའི་སྟེན་བྱ་དང་བསྟན་པ་ཐར་འདོད་ནམས་ཀྱི་འབྲུག་དོགས་སྒྲ་མེད་པར་སྐྱབ་པ་ཆོད་མ་ནམ་འགྲེལ་  
 ཀྱི་འགྲེལ་བ་དག་ལས། ཆོད་མ་ནམ་འགྲེལ་གྱི་རྒྱུ་གྱི་འགྲེལ་བ་ཤད་སྐྱབ་དཔོན་རྒྱལ་བ་ཅན་གྱི་ཞལ་སྤྲུལ་ནས་  
 མཛད་པ། བོད་ཀྱི་ལྷ་བཅོན་པོ་དགེ་སྦྲེད་ལྷ་སྒྲ་མ་ཞི་བ་འོད་ཀྱི་ཞལ་སྤྲུལ་ནས་དང་། སྟུགས་དམ་སའི་སྟིང་པོ་ཐོ་  
 ལིང་དཔལ་གྱི་དཔེ་མེད་སྟུན་གྱིས་གྲུབ་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་ཏུ་རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་དཔལ་བེ་ཀ་མ་ཤྱི་ལའི་  
 མཁས་པ་ཆེན་པོ་ཤྱི་ཤྱི་བེ་ཀ་མ་ཤྱི་ལའི་མཁས་པ་ཆེན་པོ་ཤྱི་ཤྱི་བེ་ཀ་ར་རྟེན་དང་། འདུལ་གྱི་ལོ་རྒྱུ་བཆེན་  
 པོ་མང་འོར་བྱང་རྒྱུ་ཤེས་རབ་ཀྱིས་བཅུ་པོ་དུག་ཅུ་བ་དེ་ཉིད་བསྐྱར་བ་བསྟན་འགྱུར་ཏུ་མཆོན་བྱང་ཐེབས་  
 པ་བསྟན་བཅོས་བདུན་ལྷག་བྱང་བ་དང་། ད་དུང་སྟུགས་གཅིག་ནས། རང་གིས་བསྐྱར་བ་ཅོམ་མ་ཡིན་  
 པར་གཞན་ལའང་རྒྱ་སྦྱར་སྦྱིན་བདག་གནང་ནས་ཆོད་མའི་གཞུང་གསུམ་ལྷག་བསྐྱར་ཡོད་པ་སོགས་ལ་……  
 གཞིགས་ཆོ། སྐབས་དེའི་བོད་ཀྱི་ཆོས་རྒྱུན་དང་ཉམས་ལེན་གྱི་འབྲུལ་སེལ་དུ་ཆོད་མའི་གཞུང་གི་རིགས་ལམ་  
 གལ་ཆེ་བར་མཐོང་ནས་བསྟན་པ་སྤྲུང་དར་ལས་ཀྱང་འཆད་ཚོད་ཚོམ་གྱི་ལམ་ནས་དར་སྤེལ་གནང་བའི་བཟོ་  
 ལྷ་བྱ་བྱང་ཡོད། དཔེར་ན། རྒྱ་ལོ་རྒྱུ་བ་སྤྲུང་ཤེས་རབ་མཆོག་ཀྱང་པོ་བྱང་ཞི་བ་འོད་དང་དུས་མཉམ་པའི་  
 མངའ་བདག་ཅེ་ལྷའི་བདག་རྒྱུན་ལ་བཞེན་ནས་རྒྱ་གར་པེབས་ཤིང་། སྤྱི་ལོ་<sup>1092</sup> ལོ་སྟེ། རང་ལོ་སོ་བཞིའི་

① ཞི་བ་འོད་ནི་དཔལ་འཁོར་བཅོན་གྱི་སྐུ་རྒྱུང་བ་སྦྱིད་ལྷེ་ཉི་མ་མགོན་ལ་སྐུ་སྦྱོང་གྱི་མགོན་གསུམ་དུ་གྲགས་པ་སྟེ། རིག་པ་……  
 མགོན། བཟླ་ཤིས་མགོན། ལྷེ་གཙུག་མགོན་གསུམ་ལས། བཟླ་ཤིས་མགོན་ལ་སྐུ་སྦྱོང་དེའམ་དྲང་སྦྱང་ལྷེ། ཡོངས་གྲགས་སུ་ལྷ་སྒྲ་མ་  
 ཡེ་ཤེས་འོད། འཁོར་ལེའམ་འཁོར་ལོའི་ལྷེ་ཞེས་སྐུ་གཉིས་བྱུང་། དྲང་སྦྱང་ལྷེ་ཡི་སྐུ་རྒྱ་གར་ཆོད་དེ་མར་ཆོ་གཉིས་བྱུང་།  
 རྒྱལ་སྤྱི་གཞུང་འཁོར་ལེ་གཏང་དེ། ཡེ་ཤེས་འདི་གསུམ་རབ་ཏུ་བྱུང་། འཁོར་ལེ་སྐུ་སྦྱོང་དེ་ལ་སྐུ་གསུམ་བྱུང་བ་ལས་  
 གཅིག་འོད་ལྷེ། གཞན་གཉིས་ཀྱི་བྱང་རྒྱུ་འོད་དང་ཞི་བ་འོད་ཡིན་ནམ་སེམས། འོད་ལྷའི་སྐུ་ཅེ་ལྷེ། འདི་རྗེ་བཅུན་མི་ལ་དང་……  
 དུས་མཉམ་ཞིང་། མེ་པོ་འབྲུག་གི་ཆོས་འཁོར་ཞེས་པ་བཅུ་གས། སྤྱི་གུ་འདི་ནི་ཀུ་ཐོག་རིག་འཛིན་ཆོད་བད་ནོར་བུའི་བཅུ་མས་  
 པའི་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་བྱང་སྟུགས་སུ་འབྱུང་བའི་ཆ་ལག་བོད་རྗེ་ལྷ་བཅོན་པོའི་གདུང་རབས་ཆོག་ཏུ་དོན་གསལ་……  
 ཡིད་ཀྱི་མེ་ལོང་ཞེས་པ་གཞིར་བཟུང་ནས་རང་གི་བབ་ཆོད་ཀྱིས་བཀོད།

② བཅུན་པ་ཚུལ་ཁྲིམས་རིན་ཆེན་གྱིས་བཅུ་མས། «ལྷེ་དགེ་བསྟན་འགྱུར་དཀར་ཆག» བོད་ལྗོངས་མི་དམངས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།

1985. P824

③ མཁར་ཆེའུ་བསམ་གཏན་གྱིས་པོ་བྱང་ཞི་བ་འོད་ཀྱི་བཀའ་ཤོག་ལ་དབྱེད་པ་ཞེས་པར་བསྟན་བཅོས་དུག་ཅོམ་གྲོག་ཡོད་པ་སྟེ།  
 དཔལ་རྗེ་རྗེ་འབྲེང་བའི་རྒྱུད་དང་། དཔལ་མཆོག་དང་པོའི་སྟུགས་ཀྱི་རྟོག་པའི་དུམ་བྲུ། ལྷན་ཅིག་སྟེན་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་གསུམ་  
 གསལ་བར་བྱེད་པ། དཔལ་མཆོག་དང་པོའི་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བསྐྱེད་པའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ། སྤྱིར་བཏང་བ་ཡང་  
 དག་པར་བསྐྱེད་པ་བཅས་སོ། །

④ དུང་དཀར་སྒོ་བཟང་འཕྲིན་ལས་ཀྱིས་བཅུ་མས། «ཆོག་མཛོད» ཀྱང་གོའི་བོད་རིག་པ་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། 2002. . P759

སྒྲིབ་པོ་དུ་ལོག་ནས། དེའི་ཕྱི་ལོར་སློབ་མ་དཔེ་འགྲེམས་པ་ཁྱི་གཉིས་དང་སྐུ་སྒྲིབ་ལྷག་ཙམ་ལ་རིགས་  
ལམ་ནས་བྱངས་པའི་ཕྱི་སྒྲིབ་ཀྱི་འཆད་ཉན་ཆེན་པོ་མཛད་པས། དུས་ཡུན་ཐུང་དུ་ལོ་བཅུ་དྲུག་ཙམ་གྱི་རིང་  
དུ་བྱུང་ཁྱི་དག་གིས་སྐབས་དེའི་བཅན་པོའི་བརྒྱུད་པ་མངའ་བདག་ཅེ་ལྷེ་དང་ཞི་བོ་འདྲིས་དངོས་ཤུགས་གང་  
ཚུལ་དེ་དག་གིས་སྐབས་དེའི་བཅན་པོའི་བརྒྱུད་པ་མངའ་བདག་ཅེ་ལྷེ་དང་ཞི་བོ་འདྲིས་དངོས་ཤུགས་གང་  
བྱང་ནས་ལུས་པ་མི་དམན་པ་ཐོན་པས། འགྱུར་བྱང་ལ་ལར། བོད་ཀྱི་དཔལ་ལྷ་བཅན་པོ། རིགས་གསུམ་  
མགོན་པོའི་སྤུལ་བ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་གདུང་བརྒྱད། མི་རྗེ་ལྷས་མཛད་པ། འཕྲུལ་གྱི་རྒྱལ་བོ་ཤུག་ཏེ་  
དགེ་སྦྲིང་ལྷ་སྤྲུལ་ཞི་བོ་འདྲིས་ཞལ་སྤྲེལ་ཞེས་དང་། རྗེ་བཅུན་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་དུའང་། འོད་གསལ་ལྷའི་  
གདུང་རྒྱུད་དྲི་མ་མེད་པ། བོད་ཁ་བ་ཅན་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཏུན་པ་དར་བར་བྱེད་པའི་ཆོས་རྒྱལ། མངའ་  
བདག་ཅེ་ལྷེ་འདྲེ་བ་ཡིན་ན་དགའ་མོད། ཆོ་འདིར་བོད་ལ་ཁ་ལོ་བརྒྱུར་བས་ཆོག་ཅེས་ཡིད་སྤོབ་དང་ཆེ་  
བརྟེན་མཛད་པ་དོན་དུ་གནས་པར་སེམས།

གནས་བབ་དེ་འདྲ་ཞིག་དུ་སྤྲེལས་པ་ཡང་ཐོག་མར་ལྷ་སྤྲུལ་ཁུ་དཔོན་གྱི་བཀའ་དྲིན་ལ་བརྟེན་ནས་རྩོ་  
བོ་ཨ་ཏི་ཤ་བོད་དུ་གདན་དྲངས་ནས་བཏུན་པ་དག་ཐེར་མཛད་ཅིང་། བར་དུ་མངའ་བདག་ཅེ་ལྷེ་དང་སོ་་་་  
བྱང་ཞི་བོ་འདྲིས་ལྷུ་གཉིས་ཀྱིས་བདག་རྒྱུན་གནང་བ་དང་། ཐ་མར་རྩོག་ལོ་ཡབ་སྐུ་སྤྲུལ་གྱི་བཀའ་དྲིན་  
ཀྱིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཏུན་པ་བོད་དུ་དར་བའི་མིང་ཙམ་མ་ཡིན་པར་འཆད་ཉན་ཐོས་བསམ་སྦྱོར་འདྲིམ་ཆོད་  
པའི་ཕྱག་བཞེས་སྤར་ལས་ཆེས་ཆེར་དར་བས་ནང་བཏུན་བོད་དུ་དར་བའི་མང་ཆེན་པོ་བཏིངས་པའོ། །  
འབྲོམ་སྟོན་པའི་སློབ་མའི་གཙོ་བོ་བཀའ་གདམས་པ་སྤྱུ་མཆོད་གསུམ་སྟེ། རྗེ་པོ་ཏི་བ་(1027—1105) དང་། སྤུ་  
ཆུང་བ་(1031—1106)། སྤུན་སྤུ་ཆུལ་ཁྱིམ་འབར་(1038—1103) དང་། རྗེ་ཕུ་བྱུར་བ་(1042—1118)། གཞུང་བ་  
སྤང་རི་ཐང་བ་(1054—1123) དང་། ཤར་བ་(1070—1141)། གདམས་ངག་པ་ལོ་བ་བྱ་ཡུལ་བ་(1075—1138)་  
དང་རྒྱ་མ་རིན་ཆེན་སྤང་བ་སོགས་ཀྱིས་ལམ་སྟོན་སྤྱོད་སོགས་ཀྱི་བཤད་སྐྱབ་དང་། གང་བ་ཤེལ། གཙང་  
འབྲི་ཀུན། མ་བྱང་བཙོན། ཞང་ཐང་སག་པ་བཅས་སུ་བཞིར་གྲགས་པ་དེའི་སྤྲུལ་པ་ཆོབ་ཉི་མ་གྲགས་  
(1055—?) ཀྱིས་ཐལ་འགྱུར་བའི་ལུགས་ཀྱི་དབུ་མ་དང་། རྒྱ་དང་བྱ་འདུལ་འཛིན་དང་། མཆོ་རྩ་བས་འདུལ་བ་  
དང་། གཉལ་ཤིག་གིས་པར་ཆད། རྩོག་ལྷ་དེ་བ་དང་བྱ་སྤང་བ་བསོད་ནམས་རིན་ཆེན་སོགས་ཀྱིས་འདུས་  
པ་དང་། སྤྲུལ་རྩོག་པ་ལོ་ཡབ་སྐུ་གྱིས་གྱུར་བཏུགས་སམ་གསུམ་དང་། ར་ཆོས་རིང་ཁྱ་ལོ་དཔུལ་ལོ་སྟོ་བོ་ལོ་རྩ་  
བ་སོགས་ཀྱིས་གཤེད་སྒྲིར་དུས་འཁོར་དང་། ས་སྤྱུ་བ་དཀར་བོ་རྣམ་གསུམ་སློབ་བརྒྱུད་དང་བཅས་པས་

① ལྷུ་ལོ་1093 ལོར་ཁེལ།  
② རྩོག་སྟོ་ལྷ་ཤེས་རབ་ཀྱིས་བརྒྱུར་བའི་ཆོད་མ་རྣམ་འགྲེལ་གྱི་རྒྱན་ཞེས་པའི་གཞུང་དེའི་འགྱུར་བྱང་དུ་གསལ།  
③ གཙང་རྒྱུན་ཉེ་དུ་གསལ་བསྐྱགས། «རྗེ་བཅུན་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་མགྱུར་» མཆོ་རྩུན་མི་རིགས་དཔེ་སྤྲུལ་ཁང་། 1981. P627

འབྲོག་མི་ལུགས་ཀྱི་གསུང་རབ་གྱུར་ཉམས་སམ་བདེ་མཆོག་སྐོར་སོགས་བྱུང་བས། བད་པའི་ཆོས་ལུགས་ཁྱབ་གདལ་དུ་དར་བ་དང་། དེ་དང་ཉན་དུ་ནང་བསྟན་བོད་ཅན་ཏེ། བོད་ཀྱི་བྱང་ཆོས་ལུགས་པའི་སྤྱུགས་སུ་འཕེལ་རྒྱས་དང་དར་སྤེལ་བྱུང་བའོ། །

གོ་རིམ་མང་བོ་ཞིག་བརྒྱད་པའི་མཐར་དུས་རབས་བརྒྱ་གཅིག་པ་དང་བརྒྱ་གཉིས་པའི་ནང་། སངས་རྒྱས་ཆོས་ལུགས་དམངས་ཁྲིད་དུ་དངོས་སུ་ཀང་ཚུགས་པ་བྱུང་། རི་ལྟར་ཚུགས་ཚུལ་ནི་རྟོག་ལོ་ཡབ་སྲས་དང་། བཀའ་གདམས་དགེ་བཤེས་སོགས་ཀྱིས་འཆད་ཉན་རྒྱ་ཆེར་སྤེལ་བ་ལས་བྱུང་ཞིང་། དཔེར་ན། དེ་དུས་ཁྱེད་ཀྱི་སྒྲོབ་མ་དུགས་པོ་དབང་བྱུང་ཆད་རྟེན་པར་གྲགས་པའི་བྱང་བོ་གྲགས་སེ་གཉིས་ཀྱིས་པོ་ཏ་ལ་དང་དམར་བོ་རེར་བསྐྱད་ནས་བཤད་འགན་བྱས་པའི་ཆུལ་དང་། རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་དུ་འདྲ། དེང་རིན་མེད་མ་བའི་ལོ་རྒྱུ་བ་ཁྱི་བཞུགས། གདུགས་སུ་ལ། དར་གྱི་ན་བཟའ་བཟང་བོ་གསོལ། སྤྱ་བྱ་སྒྲོབ་རྣམས་ཀྱིས་དུང་བྱས་པས། མི་མང་བོ་འདུས་ནས་མཐའ་བསྐོར། ར་ཆང་འདྲེན་ཞིང་འབུལ་བ་མང་བོ་བྱེད་ཅིང་འདུག་པ་མཐོང་བས། པེ་ཏའི་བསམ་པ་ལ། མི་གཞན་གྱི་ཆོས་པ་ལ་འདི་འདྲ་ཡོང་གིན་འདུག་སྟེ། ངའི་ཨ་ཁྱེད་ཆོས་འདི་རང་སྤྱུག་ལ་གཞན་གྱིས་བརྟན་པ། གཉན་ཆོན་རྣམས་དོ་ཆ་བ་ལས་མི་འདུག་ཅེས་འབྱུང་བའི་ཆོག་རིས་ལ་གཞིགས་ཆོ། སྤྱབ་པ་ཉམས་ལེན་བྱེད་མཁན་ཁྲིད་དུ་འདྲ་དེ་འདྲ་འགན་རྒྱུ་ཅིག་ཡོང་བ་ཤེས་བྱས་པས། དོན་གྱིས་ནང་བསྟན་བོད་དམངས་ཁྲིད་དུ་བྱུང་གདལ་དུ་འགྲོ་བ་ཤེས་ལ། གོ་རིམ་དེའི་ནང་རྗེ་བཙུན་མི་ལས་དམངས་སྤྱི་ཚོམ་ཉམས་དང་བསྟན་ནས་ཆོས་ཀྱི་དོན་མཐའ་དག་བོད་རང་གི་དཔེ་ཤ་སྟག་སྦྱར་ནས་གསུངས་པ་ཙམ་མ་ཡིན་པར། གནའ་བོའི་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་བོན་ཆོས་ཀྱི་ལྟ་བ་དང་འབྲེལ་ཏེ་གསུངས་པ་ནི། བད་བསྟན་བོད་ཀྱི་རང་བཞིན་ནམ་བོད་རང་གི་བྱང་ཆོས་ལུགས་པའི་སྤྱུགས་སུ་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་འབྲོ་བའི་ཉམས་མཆོན་ཞིག་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། མཁུར་དུ། གོང་དུ་དྲངས་པ་ལྟར་ཐབ་གཞིལ་དམེ་དེས་རྒྱུན་བསྐྱངས་པས། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཕོ་ལྷ་གནམ་དུ་ཡར། བདེ་ཆེན་གྱི་ཡུལ་ལྷ་གྲེས་ནས་མེད། རང་རིག་གི་དག་ལྷ་ལོག་ནས་མེད། ལྷ་དེ་གསུམ་གྱིས་པའི་རང་བཞིན་གྱིས། འདྲེ་མི་གནོད་བྱ་བའི་དགུ་གཅིག་གནོད། འཇིག་རྟེན་ཆོས་བརྒྱུད་ཀྱི་ལྷ་དན་གནོད། ལྷུག་བསྐལ་ཀུན་འབྱུང་གི་ཕུང་སྤྱི་གནོད། ཞེ་སྤང་མེ་འབར་གྱི་ཡ་བདུད་གནོད། འདྲོད་ཆགས་ཆུ་འབྲུག་གི་མ་བདུད་གནོད། གཤི་ལྷ་ལྷན་འཕེབས་ཀྱི་སྤྱ་བདུད་གནོད། ང་རྒྱལ་རྒྱུང་འཚུབ་ཀྱི་རྒྱལ་འགོང་གནོད། ཁྱེད་ཕོ་ལྷ་དང་ཡུལ་ལྷ། དག་ལྷ་རང་ལུས་ལས་གྲེས་ན། ཕུང་སྤྱི་དང་ཡ་བདུད། མ་བདུད། རྒྱལ་འགོང་གིས་གནོད་པར་འདྲོད་པའི་གདོད་མའི་ཡུལ་ཆོས་བོན་གྱི་ལྷ་བ་དང་སྦྱར་ནས་དམངས་ཁྲིད་ལ་ཐབས་

① ལུས་པ་ཡེ་ཤེས་དཔལ་འབྱོར་གྱིས་བརྒྱུགས་།《ཆོས་འབྱུང་དཔལ་བསམ་ཚུན་བཟང་》། གན་སྤྱུ་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།

1992. P378

② གཙང་རྒྱུན་ཏེ་རུ་ཀས་བསྒྲིགས།《རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་རྣམ་ཐུར་》མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།1981. P172

③ གཙང་རྒྱུན་ཏེ་རུ་ཀས་བསྒྲིགས།《རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་རྣམ་ཐུར་》མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།1981. P405-406



མཁམ་གྱིས་སྒྲུབ་ཡོད་པ་དང་། རྗེ་བཙུན་མི་ལ་དང་དུས་ཐོག་མཉམ་པའི་བཀའ་གདམས་པའི་དགེ་བཤེས་པོ་ཏྲོ་བས་  
 (1027—1105) ཀྱང་། དཔེ་ཆོས་རིན་ཆེན་སྤངས་པའི་ནང་། བལ་ཆེ་བ་བོད་རང་དུ་གྲགས་པའི་དཔེ་<sup>663</sup> ལྷག་སྦྱར་ཏེ་  
 གསུངས་པ་ནམས་མཆོན་བྱེད་འཛིག་འོས་པ་ཞིག་གོ། །དེའི་སྤྲེལ་གཞུག་ཏུ་འཆད་ཉན་དང་ཉམས་ལེན་གྱི་གདན་ས་  
 ཡང་། འབྲོག་མི་ལོ་རྒྱུ་བས་ (993—1074) སྤྱི་ལོ་<sup>1043</sup> ལོར་མང་མཁར་མུ་གུ་ལུང་གི་དགོན་པ་དང་། འབྲོམ་སྟོན་གྱིས་སྤྱི་  
 ལོ་<sup>1057</sup> ལོར་རྩ་སྤྱོད་དགོན་ཐོག་མར་བྱག་བཏབ་པ་དང་། དེ་ནས་བཅེས་པའི་བཟང་བྱ་བཙུ་བདུན་པ་སྟེ། སྤྱི་ལོ་<sup>1073</sup>  
 ལོར་འཁོན་དགོན་མཆོག་རྒྱལ་བོས་ (1034—1102) ས་སྦྱ་དགོན་པ་དང་། རྗེ་ག་ལེགས་པའི་ཤེས་རབ་གྱིས་གསང་ཕུ་  
 དགོན་པ་བཏབ། དེ་ནས་རིམ་གྱིས་དགེ་བཤེས་སྤྱང་རི་ཐང་བས་ (1054—1123) སྤྱི་ལོ་<sup>1093</sup> ལོར་སྤྱང་ཐང་དགོན་པ་  
 དང་། བ་དམ་པ་སངས་རྒྱས་གྱིས་སྤྱི་ལོ་<sup>1097</sup> ལོར་དིང་རི་སྤྱང་འཁོར་དགོན་དང་། སྤྱི་ལོ་<sup>1095</sup> ལོར་དགེ་བཤེས་སྤུན་སྡེ་  
 བས་ ( 1038--?) ལོ་དགོན་པ་དང་། དགེ་བཤེས་སྟོན་ལུང་བས་ (1032—1116 ) སྤྱི་ལོ་<sup>1103</sup> ལོར་བཙན་སྟོན་དགོན་དང་།  
 དགེ་བཤེས་སྤུལ་བུ་བས་སྤྱི་ལོ་<sup>1105</sup> ལོར་མལ་རྩོལ་འཆད་ཀར་དགོན་པ་གསར་མ་བྱག་བཏབ་པ་སོགས་གྱིས་ཆོས་  
 བརྒྱུད་གྲུབ་མཐའ་རང་རང་ལ་གདམས་པ་དང་བྱག་ལེན་མི་འདྲ་བ་མང་དུ་བྱུང་སྟེ། དཔེར་ན། བཀའ་གདམས་པའི་  
 ལྷ་བ་གཙོ་བོ་བདེན་གཉིས་ལུང། བཀའ་བརྒྱུད་པའི་ལྷ་བ་གཙོ་བོ་བྱག་ཆེན་གཞིར་བཞག་ལ། འབྲིང་ལུགས་རྗེ་སྐམ་པོ་  
 བས་ལྷན་ཅིག་སྟེས་སྦྱར་དང་། འབྲི་གུང་འཛིག་རྟེན་མགོན་པོས་ (1143—1217) ལུ་ལྷན། གཙང་བ་རྒྱ་  
 རས་ (1161—1211) སོགས་གྱིས་ཁྲིད་ཆེན་བརྒྱུད། རོ་སྟོམས་སྒྲོར་དུག་འདྲེམས་པ་དང་། རྟོར་བཟང་བས་དཀར་པོ་  
 ཆེག་ཐུབ་དང་། ཞི་བྱེད་པའི་གྲུབ་མཐའ་སྟོལ་གཏོད་པ་པོ་མ་ཅིག་ལ་བསྟོན་ལས་བརྒྱུད་པ་གཙོ། གཙོད་དེའང་མོ་  
 གཙོད་དང་མོ་གཙོད། ས་སྦྱ་བའི་ལམ་འབྲས་སམ་གསལ་སྟོང་འཛིན་མེད། རྗེ་ནང་བའི་ལྷ་བ་གསར་སུ་གཏོད་པ་པོ་  
 ཀུན་སྤངས་ཐུགས་རྗེ་བཙུན་འགྲུས་ (1243—1324) དང་ཁོང་གི་དངོས་སྟོབ་དོལ་བུ་བཤེས་རབ་རྒྱལ་མཆོན་ནམ་  
 གཉིས་གྱི་དབུ་མ་གཞན་སྟོང་བཅས་གསར་དུ་བཏོད་པ་ནས་ནང་བཟན་བོད་ཅན་དུ་འགྱུར་བར་འཕྱར་བ་གྲུ་  
 འདེགས་གྱི་རྒྱས་པ་མི་དམན་པ་ཐོན།

ཡིན་ནའང་། གནས་བབ་དེའི་ནང་དུ་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་མཁུར་མ་ནི། ཆོས་ལུགས་དང་ཚོམ་རིག་  
 གཉིས་ཀའི་ཆ་གང་ནས་གཞིགས་ནའང་། སངས་རྒྱས་ཆོས་ལུགས་བོད་ཅན་དུ་འགྱུར་བའི་གོ་རིམ་མཆོན་  
 པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཆ་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པའི་སྟབས་གྱིས། མཁུར་མའི་བྱུང་ཆོས་ཤིག་ཏུ་བཟངས་ནས་བཤད་  
 པ་ཡིན་ཏེ། རྟོན་ལའང་གནས་པ་མཁུར་འབྲུམ་མཇལ་བས་རྟོགས་པར་ལུས་སོ། །

## གཉིས། གསར་དུ་གཏོད་པའི་ལམ་སྟེན།

རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་མཁུར་ནི་བོད་རང་དུ་ཤིང་སྟོན་སོགས་གྱི་དུས་སུ། ཆོས་ལ་བསྐྱལ་བའི་གཞུང་ཞིག་དང་།  
 རང་རེའི་ཆོས་ཁ་གསུམ་དུ་སྟན་པའི་ཆད་དུ་འཛིན་ཞིང་། མཁུར་མ་ཀུན་ལས་མཆོག་ཏུ་བཙུག་པའི་ཆ་བ་ཡང་།

མཁུར་སྤྱ་གཞན་དང་མི་འདྲ་བར་ཐུན་མཛང་མ་ཡིན་པའི་བྱང་ཆོས་ཤིག་ཡོད་པ་རང་ཤུགས་ཀྱིས་ཤེས་པར་མོད་། ལ་ཅིག་གིས། རྟོ་ཉའི་ཆོས་སྐྱོར་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་དཔེ་ཆ་ནམས་དུས་རབས་བརྒྱ་གཅིག་པའི་ནང་ དུ་གཞི་ནས་བོད་ཡིག་ཏུ་བསྒྱུར་བའི་ཤན་ཤུགས་ཡིན་པར་སེམས་ཀྱང་། དེ་དང་མི་འདྲ་བ་རྟོ་ཉའི་སྤྱ་དེ་དག་ མངལ་བས་ཤེས་ལ། ལྷག་པར་དུ་བསྟན་འགྱུར་ཁྲོད་དུ་རྟོ་ཉའི་སྤྱ་དེ་དག་ལྷག་བོད་ཡིག་ཏུ་འགྱུར་ཡོད་པ་ རྟོ་ཉའི་བསྟན་འགྱུར་གྱི་བོད་ཞི་པ་དང་ཟེ་པའི་ནང་བཞུགས་པ་དེ་ཡིན་ཞིང་། དེའི་གས་སུ་ཆེ་བཅུན་མི་ལ་ རང་གི་སྤྱ་བརྒྱད་སྤྱོད་དཔོན་ཆེན་པོ་རྩ་རྩ་བའི་སྤྱ་གསུམ་ལྷག་དང་། སྤྱ་མ་མི་འི་བའི་སྤྱ་གཅིག་བཞུགས་པས། ཆེ་བཅུན་མི་ལའི་བརྒྱད་པ་དང་བཅས་པ་ལ་རང་གི་ཉམས་རྟོགས་སྤྱ་རྩུ་གྱེར་བའི་ཕྱག་སྒྲོལ་ཡོད་པ་ངས་པ་ ཅུང་ཟད་འདྲོངས་པར་ཅུས་ཏེ། ཆེ་བཅུན་རང་གིས་ཀྱང་། སྐད་ལུན་དང་པ་ཅན་ནམས་ལ། གདམས་ངག་ སྤྱ་རྩུ་ལེན་པ་དེ། བྱ་རྒྱ་མེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱུད་པ་འདི་ཡི་ཕྱག་སྒྲོལ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ཡིན་ བའང་། ཆེ་བཅུན་གྱི་གསུང་མཁུར་ནི་རྒྱ་གར་གྲུབ་ཆེན་ནམས་ཀྱི་རྟོ་ཉ་དང་། གནའ་བོའི་བོད་ཀྱི་མཁུར། བོད་དམངས་ཁྲོད་ཀྱི་སྤྱ་སྐོག་གི་སྤྱོད་བཅུད་སྤངས་པ་ལས་བྱུང་བས། བོད་ཀྱི་ཚོམ་རིག་ལོ་རྒྱུས་སྤྱོད་། གསར་དུ་བཏོད་པའི་ལམ་སྒྲོལ་ཞིག་ཡིན་ནོ། ཆེ་བཅུན་གྱི་མཁུར་དེ་དག་ལ་དམ་པ་གོང་མ་དག་གི་ཤན་ཤུགས་ ཤུགས་རྩ་བ་ནས་མེད་ཟེར་མི་རུང་སྟེ། དཔེར་ན། རྩ་རྩ་བས་ལུས་ལ། ལམས་གསུམ་ལོ་ཀའི་འཇིག་རྟེན་ན། བདེ་བ་འཕྲོག་བྱེད་ཆོམ་རྒྱན་གང་། རྒྱལ་བའི་སྤྱ་སྤྱུ་ལས་སྤངས་པའི། དམ་པ་ནམས་ཀྱི་རྟོར་དེ་གང་། ལྟ་དང་མའི་འཇིག་རྟེན་ན། རང་གིས་རང་ཉིད་བསྐྱས་པ་གང་། ཡང་ཏེ་ལོ་བས་ལན་གསུངས་ལ། ལམས་གསུམ་འཁོར་བའི་འཇིག་རྟེན་ན། བདེ་བ་འཕྲོག་བྱེད་ཆོམ་རྒྱན་ནི། རྒྱལ་བའི་སྤྱ་སྤྱུ་ལས་སྤངས་པའི། དམ་ པ་ནམས་ཀྱི་རྟོར་ཆེན་དེ། བསྐྱབ་གསུམ་བརྒྱན་(རྒྱན་ལུན་དམ་པའི་རྟོར། དེས་ན་ཚུལ་བྱིས་པ་དག་པར་ བསྐྱངས། ལྟ་དང་མའི་འཇིག་རྟེན་ན། རང་གིས་རང་ཉིད་བསྐྱས་པ་དེ། རྒྱལ་བྱིས་པ་དམ་ཆོག་ཉམས་ པ་ཡིན། དེས་ན་གཞན་པོ་དཔོན་ཤེས་བཞེན། ཞེས་གསུངས་པ་དག་ནི། ཆེ་བཅུན་མི་ལའི་མཁུར་དུ་སྤྱོད་ མ་ནམས་ཀྱིས་བཞོད་བྱ་དམ་པའི་ཆོས་དང་འབྲེལ་ཏེ། དྲི་བ་དྲིས་ལན་གྱི་ཚུལ་དུ་གསུངས་པ་ནམས་དང་འདྲ་ སེ་འདུག་པས། རྩ་བརྒྱད་སྤྱོད་མ་ནམས་ཀྱི་ཕྱག་ལེན་དེས་ཤན་ཤུགས་ཐེབས་མེད་པར་བཤད་མི་ཅུས་སོ། ཡིན་ནའང་། རྒྱ་གར་གྱི་རྟོ་ཉའི་སྤྱའི་ནང་དུ་ཆོས་ཀྱི་བཞོད་བྱ་འདུས་པ་འདྲ་བའང་། ཆོག་གི་སྤྱོད་སྤྱོད་ རྩུ་རྒྱུངས། ཉམས་བཏོད་ཚུལ་གང་གི་ཆ་ནས་མི་འདྲ་བས། མཁུར་མའི་སྤྱོད་འདུན་ཆེན་མོ་ཞེས་པའི་དཔེ་ རྟོ་ཉའི་སྤྱ་མ་ཞིག་ཏུ། དང་པོ་དབྱངས་ཀྱི་བྱུང་ཁུངས་ནམ་པ་གསུམ། ལེན་པ་ནམ་པ་བཞི། བྱུང་ཁུངས་ནམ་པ་

① འོད་དཔག་རྟོ་ཆེས་བཅུམས། <<རྒྱལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕྱག་ཏེ་ལོ་བའི་ནམ་ཐར་འགྱུར་འབྲུམ་གྲུབ་པའི་གཏམ་བཟང་ཆོངས་ པའི་སྤྱད་བྱངས་ >>དབུ་ཅན་བྲིས་མ་P31

གསུམ་ནི། རྩོམ་ཆེན་པོ་མར་བལྟ་བ་དང་། རྩོམ་ཆེན་གྱི་དབང་ཕྱག་མི་ལ་རས་པ་དང་། གྲུབ་ཐོབ་  
 གྱིས་(གྱི)་རྩལ་པོ་སྤྱིང་རས་པ་དང་གསུམ་ཡིན་པར་གདའ་ཞེས་དབྱངས་སམ་མགུར་གྱི་ཁྲུངས་བོད་དུ་དམ་  
 པ་དེ་གསུམ་ལས་བྱུང་བར་བཤད་པ་དང་། བྱད་པར་དུ་དཔེ་རྟོག་དེའི་ནང་དུ། རྩོམ་ཆེན་ལ་དབྱངས་གྱིས་  
 (གྱི)་མཆོ་བརྗེ་ལ། སྤྱིང་རས་པ་ལ་དབྱངས་གྱིས་(གྱི)་བཀའ་བབ། ཆོས་རྩེ་རེ་སྤྲང་བ་ལ་དབྱངས་གྱིས་(གྱི)་  
 ཕྱིན་ཆགས། གྲུབ་ཐོབ་ཚང་བ་རྩལ་ལ་དབྱངས་གྱིས་(གྱི)་ཐོག་མཁྱེར། ལྷ་རྩེ་དགེ་བ་འབྱུང་མེད་དང་། མ་མམ་  
 ཅིག་ལའགྱི་སྤྱོད་མ་དང་། ལྷང་ས་འོ་དེ་འབྱུང་དང་གསུམ་ལ། དབྱངས་གྱི་མེ་ཏྲོག་འབྱུངས་པར་གདའ་ཞེས་  
 རྩུག་དུ་བྲམ་ཟེ་སར་ཏ་སོགས་དང་། བོད་དུ་མར་བལྟ་བ་དང་། མཉམ་མེད་དུགས་པོ་ལྷ་རྩེ། བཀའ་མོ་  
 གྲུབ་པ། གཙང་བ་རྩལ་ལ་སོགས་མགུར་འབྱུང་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ནས། རྩོམ་ཆེན་མི་ལའི་མགུར་མང་  
 བས་མཆོ་བརྗེ་ལ་དང་། གྲུབ་ཆེན་སྤྱིང་རས་པའི་མགུར་ནི་བཀའ་བབས། ཆོས་རྩེ་རེ་སྤྲང་བ་ལ་མམ་  
 དབྱངས་སམ་མགུར་གྱི་ཕྱིན་ཆགས་པའམ་ཉམས་ཐོན་པ་དང་། གྲུབ་ཐོབ་གཙང་བ་རྩལ་གྱི་མགུར་ནི་ཆོག་  
 བཅན་པས་ཐོག་བྱེད་དང་འདྲ་བ་དང་། ལྷ་རྩེ་དགེ་བ་འབྱུང་སོགས་ཀྱི་མགུར་ནི་མེ་ཏྲོག་འབྱུངས་པ་དང་  
 འདྲ་བ་བཞི་བཅོས་པ་ནི། མགུར་གྱི་བྱུང་ཁྲུངས་གསལ་ལྟར་བྱུང་དུ་འཕགས་ཚུལ་བཞུན་པར་སེམས། དེ་  
 ཡང་མར་བལྟ་བའི་མགུར་ནི་རྩོམ་ཆེན་གྱི་མགུར་ལས་སྤྲུལ་མེད་དང་། ཉམས་འདྲོན་སྤྲུངས་སོགས་ཀྱི་ཐད་ནས།  
 རྩོམ་ཆེན་གྱི་མགུར་ལ་དོ་སྒྲུབ་མེད་པ་རྩེ། རྩོམ་ཆེན་གྱི་མགུར་ནི། དེ་དུས་བོད་ཀྱི་ཚུམ་རིག་གི་བརྒྱུད་པ་ཆེན་པོ་  
 གཉིས་ཀྱི་ཡ་གྲལ་ཡིན་ཏེ། བཞུན་པ་སྤྲུལ་དར་གྱི་དུས་སུ་ཡིག་ཐོག་དུ་བཀོད་པའི་གནའ་བོའི་བོད་ཀྱི་དམངས་  
 སྐྱུའམ་མགུར་ཏེ། དམངས་ཁྲོད་ཚུམ་རིག་གི་བྱུང་ཆོས་འཛིན་ལ། བརྒྱུད་པ་གཞན་ཞིག་ནི། བཞུན་པ་སྤྲུལ་དར་  
 གྱི་དུས་སུ་འགྱུར་བའི་ཚུམ་རིག་དང་དེའི་ཤན་ལྷགས་ཐེབས་པའི་བོད་ཀྱི་མཁས་པས་བཅུམས་པའི་ཡིག་ཐོག་  
 ཚུམ་རིག་གི་བཞུར་རྒྱུན་བཟུང་བའི་བཀའ་གདམས་པའི་ཚུམ་རིག་སོགས་ཡིན་པས། བརྒྱུད་པ་དེ་གཉིས་ནི་  
 དུས་རབས་བཅུ་གཅིག་པའི་ཚུམ་རིག་གི་བྱུང་ཆོས་ངོམ་ཞིང་། རང་རང་ལ་སྤྲུལ་ཡོད་ཀྱི་མང་གཞིའི་སྤྱིང་།  
 གསར་གཏོད་ཀྱི་ཆ་འགའ་མཆིས་པའོ། །ཞིབ་དུ་བཤད་ན། འདི་དག་ལ་ཕལ་ཆེ་བས་ཉམས་ཞིབ་བྱེད་མཁན་  
 ཆེར་མེད་ཅིང་། བཀའ་གདམས་པའི་ཚུམ་རིག་དེ་ནི། བོད་རྒྱལ་ཁྲི་རལ་ཅན་གྱི་དུས་སུ་བྱོན་པའི་འགོ་ཚུལ་  
 གྲུབ་གྱིས་བསྐྱུར་བའི་མཛུངས་སྤྱོད་ཞེས་བྱ་བའི་མདོ་དང་འཕགས་པ་ལེགས་ཉེས་ཀྱི་རྒྱ་འབྲས་བཞུན་པའི་  
 མདོ་སོགས་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་དང་། འགྱུར་ཚུམ་དེ་དག་གི་བྱུང་ཆོས་མངའ་བ་བཀའ་གདམས་སྤྱུལ་བའི་སྤྱོད་ས་  
 བམ་དུ་གྲགས་པའི་ས་ཆོས་དང་བྱ་ཆོས། བེའུ་བུམ་སྤྱོད་པོ་དང་དཔེ་ཆོས་རིན་ཆེན་སྤྲངས་པ་སོགས་མཛུངས་

① <<འགྱུར་མའི་སྤྱིང་འབྱུང་ཆེན་མོ>>དབུ་ཅན་བྲིས་མ P2  
 ② <<འགྱུར་མའི་སྤྱིང་འབྱུང་ཆེན་མོ>>དབུ་ཅན་བྲིས་མ P2  
 ③ སྤྱི་ལོ་1128—1188

བས་ཤེས་པར་ལུས་སོ། །

རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་མཁུར་ནི་ཕྱི་དར་ཚུལ་རིག་གི་བརྒྱུད་ཆེན་པོ་ཞིག་ཏུ་བགྲངས་པ་ནི། དེ་ལ་ཐུན་མིན་  
ཁྱད་ཆོས་ཤིག་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་རྒྱ་གར་ནས་དར་བའི་དོ་ཉའི་སྤྱུ་དང་འབྲ་བར་ཟབ་མོ་ཆོས་ཀྱི་དོན་  
སྟོན་པ་ཁོ་ན་ཡང་མིན་ལ། བཏུན་པ་སྤྲུང་དུས་ཀྱི་མཁུར་སྤྱུ་དང་འབྲ་བར་འཇིག་རྟེན་སྤྲིད་ཀྱི་བྱ་བ་འབའ་  
ཞིག་སྟོན་པའང་མ་ཡིན་པར། དམངས་སྤྱི་ཚུལ་སྤངས་དང་དོ་ཉའི་སྤྱུ་འདྲི་བརྗོད་བྱ་བ་དུ་འབྲེལ་བའི་  
གསར་གཏོད་ཀྱི་ཚུལ་གཤིས་ཤིག་ཡིན་ནོ། །དེ་དུས་གནམ་གྱི་ས་བཀའ་ལྷ་བུའི་མཁས་པའི་གྲས་ལས་སྤྲུག་  
མེད་པའི་ཚུལ་ཆུང་ཞིག་གསར་དུ་གཏོད་པ་དེའང་། གཅིག་ནས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་གནས་བབ་དང་། གཅིག་ནས་རྗེ་  
བཙུན་མི་ལ་རང་ཉིད་ལ་དམངས་སྤྱི་སྐོས་ཀྱི་ཆ་དང་གཞི་ཆེས་ཆེར་ལྷན་པ་དེ་ལ་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའོ། །མཁུར་  
སྤྱུ་དེ་དག་ཀྱང་གང་བྲན་བྲན་དུ་ལེན་པ་མ་ཡིན་པར། རོ་བོ་སྟོན་ཆེན་ཆོག་པའི་ས་ན་བཀའ་མདོ་རྒྱུད་ཀྱི་  
མཁུར་ལུང་རིགས་པའི་དབྱངས་ལེན་དགོས་པ་དང་། སྟོན་ཆེན་པོ་ཆོག་པའི་ས་ན། སེམས་ཉིད་རོ་སྤྲོད་ཀྱི་  
མཁུར། ཉམས་ཉིད་ངེ་འཇོན་ཀྱི་དབྱངས་ལེན་དགོས་པ་ཡིན། ལྷ་ལ་འབྱོར་ཆོག་པའི་ས་ན། རྒྱུན་དན་  
གྲོགས་སུ་ཤར་བའི་མཁུར། ལྷ་བ་ཁྱུང་ཆེན་ཀྱི་དབྱངས་ལེན་དགོས་པ་ཡིན། ཡོན་བདག་སོ་མོ་ཆོག་པའི་ས་  
ན། ཐོར་བ་སྤྲུང་པ་རིག་པ་ཆོས་དང་འབྲེལ་བའི་མཁུར། རང་དོན་དད་པ་སྦྱིད་པའི་དབྱངས་ལེན་དགོས་པ་  
ཡིན་པར་གདའ། དེའི་མཐར་ཐུག་གི་དམིགས་ལྷལ་ཡང་། བཀའ་མདོ་རྒྱུད་ཀྱི་བྱུང་ཁྱུང་སྤྱུ་ལེན་པ་  
དབྱངས་སུ་ལེན་པ། བཤད་པ་ཆོས་སུ་བཤད་པ། རོ་བོ་ཡེ་ཤེས་འཕྲོད། མཐར་ཐུག་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་དགོངས་པ་  
ཡོད་པ་དེ་ཡིན་པས། བཀའ་བརྒྱུད་པས་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་མཁུར་ཁོ་ན་མ་ཡིན་པར་དེའི་བརྒྱུད་པ་དང་  
བཅས་པའི་མཁུར་སྤྱུ་དག་ཅིས་ཆེ་ལ། ལེན་པའི་སྐབས་ཀྱང་ཕྱག་ལེན་ཡང་དག་ཞིག་དམ་པ་གོང་མ་རྣམས་  
ལ་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། དགས་ཕྱོགས་ནས་སྦྱིད་ས་ལ་སྤྲུག་སྤྱི་མི་ལེན་པ་དང་། སྤྲུག་ས་ལ་སྦྱིད་སྤྱི་མི་ལེན། ཆེས་  
ལ་རྒྱུད་སྤྱི་མི་ལེན་པ་དང་། རྒྱུད་ས་ལ་ཆེས་སྤྱི་མི་ལེན་པ། ཆོས་ལ་ཆང་སྤྱི་མི་ལེན་དང་། ཆང་ས་ལ་ཆོས་སྤྱི་  
མི་ལེན་པ། རྒྱུབ་ཕྱོགས་ནས་རྒྱུད་པ་ཁྱུངས་ཀྱི་དབྱངས་དང་། དཀའ་བ་སྤྲུང་པ་རྣམས་ཀྱི་དབྱངས། རྒྱུ་ཤས་  
རྒྱུས་པ་ཉམས་ཀྱི་དབྱངས། རྟོག་པ་ཤར་བ་མཐར་ཐུག་གི་དབྱངས་ལེན་དགོས་ཤིང་། དེའང་ཐབས་ལ་  
མཁས་པར་བྱ་དགོས་ཏེ། དགོ་བཤེས་ཆོག་པའི་ས་ན། མདོ་དབྱངས་ལེན་ཤེས་ན་མཁས་པ་དང་། ལྷ་  
འབྱོར་པ་ཆོག་པའི་ས་ན། ལྷ་བའི་བདེན་དབྱངས་ལེན་ཤེས་ན་མཁས་པ་དང་། སྟོན་ཆེན་པོ་ཆོག་པའི་ས་  
ན། བསྟོན་པའི་ཉམས་དབྱངས་ལེན་ཤེས་ན་མཁས་པ་དང་། མི་ལྷ་འདུས་མང་བོ་ཆོག་པ་ལ། ཟུག་ཙུམ་  
དུ་ལེན་ཤེས་ན་མཁས་པ་དང་། ཁྲོམ་ཟང་མ་ཟེང་མ་ལ་དབྱངས་སྐད་ཟང་མ་ཟེང་མ་ལ་སྐྱུ་རེ་སྐྱུ་རེའི་ལྷ་ལ་ཅ་  
ལ་ཅ་ལའི་ཆོག་བརྒྱུག་ནས་ལེན་ཤེས་ན་མཁས་པ་ཡིན། དེ་ཡང་དེ་ལྟར་མཁས་པ་ཅམ་མ་ཡིན་པར་ལེན་པའི་  
ཉམས་ཀྱང་ཐོན་དགོས་ཏེ། དཔེར་ན། སྤྱུ་ལུས་རི་རྒྱུ་ལྷན་པོ་འབྲ་བ་འདྲི་བརྗོད་རེ་ཆེ། ལྷ་བཟའ་སྤྱི་པན་  
ཅ་ལི་ག་མདུན་དུ་སྤྱུ་བ། ཕྱག་གཡོན་པས་འགྲམ་པ་རུང་ཞིང་སྦྱོར། སྤྱན་མིག་ཟར་མའི་མེ་ཏྲོག་འབྲ་བ་འདྲི།

① ཚུལ་པ་པོ་མ་དེས། <<མཁུར་གྱི་སྟོན་འདུན་ཆེན་མོ>>དབུ་ཅན་གྱིས་མ་p2

② སྟོན་ཆེན་པོ་ཆོག་པ་ཡིན་ནམ་སྟེ།

སྒྲ་ཆེ་ལ་ཕབ་པར་བྱ། ཆོམས་དཀར་བཞི་བརྒྱའི་མདངས་སྟོན། ལྷགས་བར་སྒྲ་གིས་སྟོག་འདྲ་བ་འདི།  
 བདེན་པའི་གཏམ་ཆོལ། གསུང་སྟན་ནི་ཙའི་མྱོང་སྒྲ་འདྲ་བ་འདི། སྟན་པའི་སྒྲ་སྟོགས་པ་དང་། དོན་གནད་  
 དུའང་ཁེལ་དགོས་ཏེ། སྟན་པའི་བྱང་ཉེར་འཇིག་སྟོམ་ཆེན་གྱི་ཐོགས་ཐོན། སྟོན་ཅན་ཆོགས་མཆོང་ལ་ཕོ་  
 ག་ཞེ་སྒྲ་ཅན་རང་ལ་ཁྲེལ། མོས་གྲས་ཅན་མཆོམ་ཤོར། ཤས་ར་མ་ནམས་རྒྱབ་ཤམས་ནས་འཐེན། སྟོན་མ་  
 རམས་གཅིག་དགོད་ཤོར། དུགས་ས་མོ་དུ་འཕྲོ་ཆོད། ཆོས་མེད་མ་སྟོང་རྒྱང་འཕྱུ། ཡིད་དགའ་མ་རྒྱར་མིག་  
 ལྟ། སྟོད་རྒྱང་མ་ཕྱི་ལ་འབྲང་བའི་རྒྱས་པ་ཐོན་དགོས་པ་དང་། ད་དུང་དབྱངས་གྱི་བདུད་དང་། ཇི་ལྟར་ཉན་  
 རྒྱལ་སྟོགས་མཁུར་མའི་སྟོང་ཐུན་དུ་བཤད་པ་ལ་གཞིགས་ན། རྩེ་བཙུན་མི་ལའི་མཁུར་ཏེ། གཤུལ་བྱ་ཡིད་  
 འགྲུགས་པའི་ཐབས་སུ་དམངས་སྤྱིའི་ནམ་པར་སྦྱར་ཞིང་། དོན་ཉམས་སུ་སྤངས་པའི་ཕྱིར་དུ་ཆོས་གྱི་བརྗོད་  
 བྱར་སྟོན་པའི་ལམ་སྟོལ་ཞིག་ཕྱི་བ་ནས་བརྒྱུད་། ལམ་སྟོལ་དེ་ཉིད་ལ་རྩེས་འབྲངས་བརྒྱུད་པ་དང་བཅས་  
 པས་མིག་སྟོས་དང་། དེ་ལ་དཔེ་སྟོས་ནས་བརྒྱུས་པའི་མཁུར་སྤྱི་མང་དུ་བྱུང་བ་ཅམ་མ་ཡིན་པར། ལེན་སྟོལ་  
 སྟོགས་སྒྲ་མེད་པའི་ཕྱག་ལེན་མང་བོ་ཞིག་བྱུང་ཡོད་ཆོད་འདུག།

ད་ལྟ་མཇལ་དུ་ཡོད་པའི་རྩེ་བཙུན་མི་ལའི་སྤྱི་འདྲ་ལ་ལར་འགྲམ་པ་སྟོར་ནས་མཁུར་བཞེངས་པའི་.....  
 གཟུགས་སུ་བྱས་པ་དེའང་། སྤར་བོད་གྱི་དམངས་ཁྲིད་ཡུལ་ཆོས་ཤིག་ཡིན་པས། རྩེ་བཙུན་གྱིས་མཁུར་.....  
 བཞེངས་པའི་ཉམས་འགྱུར་ག་འདྲ་ཡིན་མིན་ཡིག་ཆ་རམས་སུ་གསལ་ཁ་མ་བྱུང་ནའང་། མཁུར་གྱི་སྟོང་ཐུན་  
 ཞེས་པའི་དཔེ་རྟིང་དེའི་ནང་དུ། མིག་སྒྲ་ཆེ་ཕབ་པ་དང་། ཕྱག་གིས་འགྲམ་པ་སྟོར་དགོས་ཚུལ་སྟོགས་.....  
 གསུངས་པ་ལ་བརྟགས་ན། ཕལ་ཆེར་དེ་འདྲའི་ཕྱག་ལེན་ཞིག་མཁུར་བཞེངས་པ་པོ་རམས་ལ་དར་ཡོད་པར་  
 སེམས་ལ། དམངས་ཁྲིད་གྱི་རྣམ་པ་མཐུན་ཅི་ཐུབ་བྱས་པ་མཆོན་ནོ། །གང་ལྟར། ལམ་སྟོལ་དེ་བོད་དུ་དར་བ་  
 བྱས་བརྒྱུད་། ཕལ་ཆེར་ལོ་ངོ་སྟམ་བརྒྱ་ལྟ་ཏེ། ཤིང་དཔར་བོད་དུ་དར་བའི་དུས་རབས་བཙོ་ལྔ་བའི་དུས་...  
 སྟོད་བར་དུ་བཀའ་བརྒྱུད་པ་མ་གཏོགས་གྲུབ་མཐའ་གཞན་ལ་ཤུགས་སྟེན་ཆེར་མེད་པར་སྟམ་ལ། དེའི་  
 ཕྱིས་སུ་རྣམ་ཐར་མང་བོ་ཤིང་དཔར་དུ་བཏབ་པས། མཛད་པ་ཀུན་ལས་གསུང་གི་མཛད་པ་ཕྱོགས་སུ་དར་  
 ཞིང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ལམ་སྟོལ་དེ་ཉིད་མིག་སྟོས་བྱས་ཏེ་ས་དགེ་རྟིང་མ་ཀུན་ལ་ཆེད་དམིགས་གྱི་མཁུར་  
 འབྱུང་དང་། དེའི་གསུང་འདྲ་ལྟ་མཁུར་སྟོགས་དམིགས་བསལ་དུ་བཀར་བའི་རྩོམ་རིག་ཅིག་བྱུང་བའོ། །

① སྟོན་པའི་བྱིན་རྒྱལ་འཇུག་ཟེར་བ་ཡིན་ནམ་སྟན་པས་དཔྱད།

② ཁེལ།

དོན་ལྟོང་པ།

རྩེ་བཅུན་མི་ལ་ནི་བོད་ཀྱི་ཡོ་རྒྱུས་སྟེང་། ཐུགས་སྟོབས་ཆེ་བའི་སྐྱེས་ཀྱི་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་པས་ལྷགས་ཀྱི་  
 མི་ལ་ཟངས་ཀྱི་སྟོང་ཡོད་པར་བཤད་ལ། མར་བ་ལོ་སྤྱོད་བས་ཀྱང་། མི་ལ་རས་པའི་སྟོང་རུས་ལ། །སངས་.....  
 རྒྱས་བརྟན་པའི་སྒྲིག་ཤིང་ཡོད། །ཅེས་གསུངས་ཤིང་། རྩེ་བཅུན་རང་གིས་ཀྱང་། འཛམ་དབྱིངས་གི་མི་  
 གཅིག་ལ་ང་བས་ཕོ་ཆོད་པོ་དང་འདུན་མ་ལེགས་པ་མེད་ཅེས་གསུངས་ཡོད། བརྟན་པ་ཕྱི་དར་གྱི་དུས་སུ་  
 བོད་ལ་སྐྱེས་ཀྱི་ཆེན་པོ་འདི་འདྲ་ཞིག་བྱོན་པ་ཡང་། དོན་གྱིས་གནའ་བོའི་བོད་ཀྱི་མི་གཤིས་ཏེ། འགྲེལ་ས་  
 བས་སྒྲར་ལངས་རུས་པའི་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་རུས་ཤིང་། དེ་དངོས་འབྲེལ་ལག་ལེན་དུ་བརྟན་བའི་སྟོབས་.....  
 སེམས་མངའ་བའི་མི་རིགས་ཤིག་གི་རང་བཞིན་མཚོན་ལ། ཁོར་ཡུག་དེའི་ནང་། ཐབས་སྒྲུ་ཆོགས་དང་སྟོ་དུ་  
 མ་ནས་ཁ་ཐོར་དུ་གྱུར་བའི་མི་རིགས་འདིའི་རིག་གནས་དང་ནང་སེམས་ཀྱི་སྒྲུད་པ་ཡུག་གཅིག་དུ་སྒྲིལ་བའི་  
 སྤྱད་དུ་ སྐྱེ་གང་བོར་དམ་བཅའ་སྟོང་དུ་བཅངས་ནས་ཉམས་ལེན་དང་། དེ་ལས་ཐོབ་པའི་སྤྱོད་བཅིཾ་  
 བཟུང་ལ་བསྐྱལ་བའི་གང་ཟག་ཅིག་གོ། ཁལུར་དེ་དག་ཀྱང་རྒྱ་གར་གྱི་ལྷགས་སྟོལ་བཞིན། མི་བྱི་བ་ཆམ་པ་  
 ལྷ་སྟགས་མདོ་ལས་གསུང་བ་བཞིན། ལུང་འགངས་ཆེན་རིགས་ཡི་གེར་མི་བྱི་བ་དེ་སྟོན་རྒྱ་གར་ན་ཕྱི་ནང་  
 གཉིས་ཀའི་སྟོལ་དུ་ཡོད་འདུག་ལ། དུས་ཕྱིས་བར་དུ་ཡང་རི་སྐང་དུ་རང་གི་སེམས་ལ་བརྟམས་བརྟམས་ནས།  
 ཡིག་ནག་དཔེ་ལ་བརྟམ་སྟེང་། །ཞེས་པ་ལ་སྟགས་བ་བཞིན་རྣལ་འབྱོར་བ་ཆམས་སྟེགས་བམ་ལ་ཅུང་ཟད་  
 མི་དགེས་པ་ཡིན་པས། ཡི་གེ་མ་བཞོད་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཕྱིས་སུ་འཐད་དང་མི་འཐད་འབྱུང་སྲིད་ནའང་།  
 བཟུང་མ་དེ་དག་འབྱུང་བའི་རྒྱ་རྒྱུན་དང་ཡུལ་དུས་གནས་བབ་དེའི་ནང་དུ་ནང་བརྟན་བོད་ཅན་དུ་འགྱུར་  
 བའི་སྟོབས་ལ་ཞེལ་བས། རང་རང་གི་རྩ་བ་ཕྱག་ལེན་བྱེད་གང་ལ་དུ་སྟོལ་བ་དང་། གོ་རིམ་དེར་དམངས་སྤྱིའི་  
 རྣམ་པ་འཕམ་ཆོག་སྟན་མོ་ཉམས་སུ་བརྟན་ནས་གདུལ་བྱ་ཆོས་ཕྱོགས་སུ་རྒྱུར་འགྲུགས་རྒྱ་ནི། བསྟུ་བའི་དངོས་  
 པོ་བཞིའི་དགོངས་དོན་ཡང་ཡིན་ལ། སུན་ཐོགས་ཀྱང་འབྱུང་ངེས་པ་ཞིག་གོ།

གང་ལྟར། ཏུས་རབས་བརྒྱ་གཅིག་པ་དང་བརྒྱ་གཉིས་པའི་ནང་དུ། བཤད་པ་དང་སྐྱབ་པ་ཉམས་ལེན་གྱི་  
བརྟན་པ་གཅིག་ལ་གཅིག་འབྲམ་གྱི་ཚུལ་གྱིས་དར་བ་ལས། འཆད་ཉན་གྱི་ཆ་ནས་བཤད་ན། དབུ་པར་.....  
སོགས་གཞུང་ཆེན་གྱི་འཁྲིད་དང་། ཚད་མ་བསྟུས་གྲུའི་ཚུང་པ་ཤུགས་ཆེན་རྒྱས་པ་དང་། སྐྱབ་པ་ཉམས་ལེན་  
གྱི་ཆ་ནས་བཤད་ན། མདོ་སྤགས་བྱུང་དུ་འབྲེལ་བའི་ལམ་རིམ་གཙོ་བྱས་ཏེ་ཉམས་བཞེས་སྦྱང་བཞིན་ཡོད་  
པའི་ཏུས་རྒྱབས་ཤིག་གོ། །དེའི་སྟབས་ཀྱིས་སྐྱབ་བརྒྱུད་གྱི་བརྟན་པ་སྤེལ་བའི་གང་ཟག་ཅིག་ལ་མཆོན་ན།

① གཙང་ཕྱོད་ཉེ་དུ་གས་པའི་གས་«ལྷ་མགུར»མཆོད་ལྷ་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱེད་ཁང་ 1981.P127

② གཙང་ཕྱོད་ཏེ་རུ་གས་བཞི་གས། 《ཐམ་མཁུར་》མཆོ་སྒྲིབ་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱད་ཁང་། 1981. P156

<sup>⑤</sup> དགོའདྲུན་ཚེས་འབེལ་གྱིས་བརྒྱམས། «རྒྱལ་ཁམས་རིག་པས་བརྗོད་པའི་གངས་རྒྱུད་གཞིར་གྱི་ཐང་མ» (ལྷན་ཆ) བོད་ལྟྭ་ཡ  
བོད་ཡིག་དཔེ་རྙིང་དཔེ་སླན་ཁང་། 1990. P51

དེའི་དོན་ཅེ་གཅིག་ཏུ་གཞིལ་བ་དང་། ཚས་སྤེལ་བའི་སྐབས་ཀྱང་དེ་ལས་འདའ་བ་མེད་པས། མཁུར་གྱི་ནང་  
 ཏུ་འདུག་མོང་ལས་སྤངས་སྐྱོར་དང་སྤྲུགས་ཀྱི་སྐྱོར་མང་ཏུ་ཐོན་ཡོད། བརྗོད་བྱ་དེ་དག་ཀྱང་བོད་རང་གི་  
 པ་ཁྱིམ་ལས་བྱུང་བའི་དཔེ་སྣ་ཚོགས་དང་སྤྱར་ནས་གསུངས་པས། ཉན་ན་སྟན་ཞིང་བསམས་ན་ཡིད་འཁུལ་  
 བའི་དམངས་ཁྲིད་སྟན་དག་གི་སྒྱུ་རྩལ་ཚད་མཐོན་པོ་ཞིག་ཏུ་སྤྲོས་པས། དེའི་ཕྱིར། ཕྱིས་སུ་དེའི་ཤུགས་སྟེན་  
 གྱིས་གྲུབ་མཐའ་མང་བོའི་མཁས་པ་ནམས་ཀྱིས་རིས་མེད་ཏུ་དང་ཏུ་སྤངས་ཞིང་། མིག་ལྟོས་བྱས་ཏེ་ཚོམ་  
 མང་ཏུ་སྤྲོལ་བས། བོད་རང་གི་ཚོམ་རིག་གི་ལོ་རྒྱུས་སུ་ཤུགས་སྟེན་ལ་འདི་ལས་ཆེ་བ་མེད་ལ། འདི་ལས་བྱུང་  
 གནལ་ཏུ་གྱུར་བའང་མེད་དོ། །མཁུར་མའི་ཚོམ་རིག་དེ་དག་གིས་སྐབས་དེའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་གནས་བབ་དང་།  
 རིག་གནས་ཀྱི་འཕེལ་འགྱུར་སོགས་མཚོན་ཞིང་། མི་རིགས་ཤིག་གི་རིག་གནས་བང་མཛོད་ཁྲིད་ཏུ་འོད་ཏུ་  
 འཆར་བའི་ནོར་བུ་ཞིག་ཏུ་འཁུམས། དེ་བྲག་ཏུ་བཤད་ན། ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཚང་གིས་མི་རིགས་ཤིག་གི་དུས་  
 བབས་འགྱུར་སྟོན་དང་དེའི་རྒྱ་ཁྱོད། ཉམས་སྤྱོད་སྟོན་ལ། ཚོམ་རིག་གིས་ནི་མི་རིགས་དེའི་དུས་བབས་སོ་  
 སོའི་བསམ་པའི་འཁྱེར་སོ་དང་ཀྱན་སྦྱོར་གྱི་ཚད་གཞི་སྟོན་ཕྱིར། རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་མཁུར་མའི་ཚོམ་རིག་དག་  
 གིས་དུས་སྐབས་དེའི་བོད་ཀྱི་བསམ་སྒྲུབ་འཁྱེར་སོ་དང་རིག་གནས་ཀྱི་འཕེལ་སྤྱོད་ཀྱི་རྒྱ་ལ་ནས་སྤྱོད་  
 ཡང་རྗེ་ལྟར་གསོ་ཚུལ་དང་། དར་སྤེལ་བཏང་ཚུལ། དེ་ནས་བརྒྱུད་བཤད་སྤྱོད་འབྲེལ་གྱི་བསྟན་བཤད་ར་  
 ཚུལ། ཐ་སྟོན་རིག་གནས་སྤྱོད་གས་གང་ཐད་ནས་སྟོན་ཤིང་གི་འདབ་ལག་རྒྱས་པ་བཞིན་སྤྱོད་སུ་འཕེལ་བ་  
 སོགས་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་བཙུའི་མང་གཞིའི་རྒྱ་དེ་ནས་ཚུགས་པ་བྱུང་བས། མཁུར་མའི་བརྗོད་བྱ་  
 དམིགས་སྤྱུག་སྟེ། དཔུང་ཞིབ་དང་སྟོན་འདོན་བྱེད་རྒྱ་ནི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བར་མཐོང་།

དེའི་ཕྱིས་སུ། དུས་རབས་གཅིག་ཙམ་གྱི་གཞུག་ཏུ། སྟན་དག་མེ་ལོང་བོད་ཏུ་དར་ནས་ཚོམ་གྱི་སྒྱུ་རྩལ་སྤྲུ་  
 ན་མེད་པའི་མཐོར་འདེགས་བྱུང་བས། མཁས་པ་པལ་ཆེ་བ་དེའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་གསར་ཚོམ་གྱི་ལས་ལ་  
 ཞུགས་ཤིང་། དེ་ནས་རིམ་གྱིས་བོད་དམངས་ཁྲིད་ཀྱི་མཁུར་ལ་དོ་སྣང་དང་གཅིགས་ཆེན་ཆེར་མ་བྱས་པས།  
 པལ་ཆེར་རྒྱན་ཆད་ལ་ཉེ་ཞིང་། དུས་རབས་མང་བོ་ཞིག་ཏུ་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་མཁུར་མ་དང་འབྲེལ་བ་གཅིག་གི་  
 ཀྱང་མ་བྱུང་ལ། དུས་རབས་བཙོ་ལྷ་བའི་ཚུན་ཆད་ཏུ་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་ནམ་ཐར་སྣ་ཚོགས་ཤིང་དཔར་གྱི་  
 ལམ་ནས་འགྲེམས་སྤེལ་བྱུང་བས། རྗེ་བཙུན་གྱི་མཚན་སྟན་སྤྱོད་སུ་འབར་བ་བྱུང་ཡང་། ཚོམ་རྩལ་དེ་འདྲ་  
 བ་པལ་ཆེར་དཀོན་པར་སྤྲང་། རེ་གཉིས་བྱུང་བ་ནི་ཨ་མདོའི་སྤྱོད་སུ་ཤར་སྐལ་ལྡན་རྒྱ་མཚོའི་མཁུར་མ་  
 དང་། འབས་དཀར་ཚོགས་དྲུག་རང་གོ་ལ་གྱི་མཁུར་མ་དང་། ལམས་སྤྱོད་སུ་རྗེ་དཔལ་སྤྱུལ་གྱི་སྟན་ཚོམ་  
 དག་ཡིན་ཀྱང་། ཚོམ་གྱི་བོད་སྐད་ཆད་གང་གི་ཆ་ནས་དེ་ལས་འདའ་མེད་དོ། །དེའི་སྐབས་ཀྱིས་ཚོམ་རིག་གི་ཆ་  
 ཁོ་ནས་གཞིགས་ནའང་། མཁུར་མའི་ཚོམ་སྤངས་ཏེ། བོད་རང་གི་ཚོམ་དྲི་བོ་བའི་ཚོམ་གཤིས་ཤིག་པལ་ཆེར་  
 ངང་གིས་བོར་ཞིང་། དེ་ལ་ཅི་ཡང་མི་བསམ་པར་མི་རིགས་ཀྱི་རིག་གནས་ཁྱད་ཆོས་སྤྱོད་སུ་ཐམས་ཅད་ལས་  
 རྒྱུད་འཛིན་བྱེད་རྒྱ་ནི་ཉ་ཅང་ཁག་པོ་ཞིག་ལོ། །གནས་བབ་དེ་དག་ལ་དམིགས་ནས། རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་.....  
 མཁུར་མའི་སྐྱོར་ལ་ཅི་ལུས་ཀྱིས་དམིགས་སྤྱུག་སྟེ། དཔུང་བརྗོད་བྱས་ཤིང་རང་དང་སྐལ་ལྡན་གྱི་གོགས་པོ་  
 དང་མཁུན་ལྡན་དམ་པ་ནམས་ཀྱི་སྤྱོད་སྤྲུ་ལེགས་སྤྱོད་སུ་ཕུལ་བ་ལགས།

འདི་དག་མང་གཞི་བྱས་ཏེ་འབྱུང་འགྱུར་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་སྐྱོར་གྱི་ཞིབ་འཇུག་སྟེ། རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་.....

བཞེན་པའི་ཚས་སྐྱོད་གི་སྐྱོར་དང་། ཡིག་ཆ་ནམས་སུ་བྱུང་བའི་ཇི་བཅུན་མི་ལ་སངས་རྒྱལ་མེན་ཐང་གི་...  
 བཞེད་ཚུལ་དང་། མགུར་འབྲུམ་གྱི་པར་གཞི་སྟེ། ལྷ་ས་དང་སྟེ་དགེ། ཨ་མདོ་སྐྱ་བད་བཟ་ཤིས་འབྲིལ་དང་...  
 དིང་རི་དཔར་མ་བཅས་གྱི་ཞིབ་བསྟར་དང་། བོད་དམངས་ཁྲོད་དུ་དར་བའི་ཇི་བཅུན་མི་ལའི་གཏམ་རྒྱུད་  
 གྱི་སྐོར། ཇི་བཅུན་མི་ལའི་བཞུགས་གནས། ཐང་གའི་སྐོར། ཇི་བཅུན་མི་ལས་ཐུགས་སྦྱང་མཛད་པའི་གཞུང་  
 གི་སྐོར། མགུར་འབྲུམ་ཁག་མི་འདྲ་བ་བཞིའི་ཞིབ་བསྟར། མགུར་མ་མ་བཅེས་པའི་ཇི་བཅུན་མི་ལའི་.....  
 བཅུམས་ཚས་གྱི་སྐོར་སྟགས་ལུ་མཐུད་དུ་དཔུང་ཞིབ་བྱེད་རྒྱ་རེ་བ་དང་ཡིད་ཆེས་བྱེད་བཞིན་ཡོད།

ཁྱད་པར་དུ་དཔུང་ཚུལ་འདི་འབྲི་བའི་སྟེ་གཞུག་ཏུ་ཁོ་བོའི་སྒྲིབ་དཔོན་དམ་པ་ལྟོ་ཞི་རིན་པོ་ཆེ་མཆོ  
 ག་ནི་བོད་དང་བྱ། ཕྱི་སྤྱིང་གི་རིག་གནས་བཅས་ལ་མཁྱེན་རྒྱ་ཡངས་ཤིང་། བྱི་བྲག་ཏུ་རང་རེའི་རིག་གནས་  
 ཀྱན་ལ་མི་འཛིགས་པའི་སྒྲིབས་པ་གཟེངས་སུ་མཐོ་བས། དཔུང་བཙོང་གང་གི་སྐྱབས་སུ་འདྲ་རིགས་ལམ་གྱི་  
 བརྟར་ཤུལ་ཞིང་། འདུལ་བྱའི་སྒོ་དང་འཆོམས་པར་གསུང་མཁས་པས། དཔུང་ཚུལ་གྱི་སྒོ་སྒོ་ཆེན་པོ་གནང་  
 བ་མ་ཟད། དུས་དང་དུས་སུ་དཔུང་གཞི་ཡིག་ཆ་གལ་ཆེན་གནང་སྦྱོན་དང་དོ་སྦྱོར། གཡར་བོ་བྱུང་བས་  
 ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་བྱུང་། དེ་ཙམ་དུ་མ་ཟད། བོད་རིག་པའི་རིག་གནས་ཞིབ་འཇུག་གི་མངའ་ཁོངས་སུ་  
 འཛམ་གླིང་གི་ཡུལ་གྱུ་ཀྱན་ལ་གྲགས་པ་འབར་བའི་སྐྱེ་ཡོན་ཆེས་ཆེར་མངའ་ནའང་། ཉིན་མཆོན་གང་  
 དུའང་། དཔེ་གཟིགས་རྒྱ་ཆེར་གནང་བའི་ཐུགས་སྦྱབས་དང་བོད་གྱི་སྒྲིབ་གསའི་ཐད་ལ་ཐུགས་སྦྱར་གནང་  
 བའི་ནམ་ཐར་སྐྱ་ན་མེད་པ་བདག་གིར་བཞེས་པ་དེས་སྒྲིབ་མ་རང་ཉིད་ལ་སྒྲིབས་པ་དང་མི་ཆེ་འདིའི་ནང་  
 སྐྱ་ན་མེད་པའི་སྐྱལ་ལྷག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཐེབས་པས། བཀའ་རྒྱུན་ཤིན་ཏུ་མྱི། གཞན་ལས་ཀྱིས་འདུས་པའི་གྲོགས་  
 པོ་མང་བོས་ཀྱང་དངོས་ཤུགས་གང་རུང་ནས་རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་བར་བཀའ་རྒྱུན་ཆེ་བ་ལགས།



## བྱུང་བཤེད།

མཁུར་གྱི་སྒྲིང་འདུན་ཆེན་མོ་བཞུགས་སྡོམ་པ།

བཀའ་བརྒྱུད་ལྷ་མའི་ཐུགས་དགོངས་རྒྱུ་གས་པར་ཤོག།

སྒྱིར་དབྱངས་ལེན་པ་ལ་བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་པ་ཅིག་གདའ་ནའང་། རབ་བྱུང་བཅུན་པ་ནམས་ལ་མདོ་.....  
ཞེའི་ཆོས་དབྱིངས། ཐུགས་འཆང་པ་ནམས་ལ་བདེ་སྒྱིར་གྱིས་(གྱི) དབྱངས། བསྐྱེད་སྤངས་པ་(སྐྱེད་སྤང་བ)  
ནམས་ལ་སྒྲིག་དབྱངས་རིང་མོ། སྒྱེ་(སྒྱེས) མཆོག་ནལ་འབྱོར་བ་ནམས་ལ་ལྟ་བ་བདེན་ཆོག་གིས་དབྱངས་.....  
ལེན། དེ་ལ་དང་པོ། རྒྱུད་པ་ཁུང་གིས་(ཁུངས་གྱི) དབྱངས། དཀའ་བ་སྤུང་པ་ནམ་ཐར་གྱི་དབྱངས། སྒྱི་ཤས་  
སྒྱེས་པ་ཉམས་གྱིས་(གྱི) དབྱངས། རྟོག་(རྟོགས) པ་ཤར་བ་མཐར་ཐུག་གིས་(གི) དབྱངས། རྣམ་པ་བཞི་རུ་  
འདུས་པར་གདའ་སྟེ། དེ་ལ་མདོན་འབྱུང་གིས་(སྟོན་བྱུང་གི) ལ་རྒྱས་ནི་གྲུབ་ཐོབ་གོང་མ་ནམས་གྱིས་(གྱི)  
འགྲུར་མ་གསུངས་པ་ལ། བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་པ་ཅིག་གདའ་སྟེ། ཆོས་སྐུ་དོ་རྩེ་འཆང་ཆེན་པོས་གསུངས་པ་ལ།  
ཡང་དག་དོན་གྱིས་(གྱི) འགྲུར་རུ་གསུངས། གསང་བའི་བདག་པོ་ཐུག་ན་དོ་རྩེ་གསུངས་པ་ལ། ལྷ་མོ་བཅུ་  
གཅིག་གིས་(གི) འགྲུར་རུ་གསུངས། བྲམ་ཟེ་ཆེན་པོ་ས་ར་ཉས་གསུང་བ་ལ། དཔའ་བོ་ཡིས་(ཡི) ཐུགས་སྒྲུ་  
གསུངས། ཉེ་ལོ་པས་གསུངས་པ་ལ། ཆོག་བཞི་ཆོག་སྤྲད་གྱིས་(གྱི) འགྲུར་རུ་གསུངས། བ་རོ་བས་གསུངས་པ་  
ལ། ལྷ་ལན་རྟོག་ཆད་གྱིས་(གྱི) འགྲུར་རུ་གསུངས། མར་བ་ལོ་རྩ་བ་ཆེན་པོས་གསུངས་པ་ལ། དཀའ་བ་  
ཁོངས་སྤྲད་པའི་འགྲུར་རུ་གསུངས། རྩེ་བཅུན་གྱིས་(གྱི) རྒྱལ་བོ་མི་ལ་རས་པས་གསུངས་པ་ལ། ལྷས་མིང་  
བྲན་རུ་ཁོ་ལ་བའི་འགྲུར་རུ་གསུངས། དག་པོ་ལྷར་རྩེས་གསུངས་པ་ལ། སྐྱུ་གསུམ་དོ་སྦྱོང་གྱིས་(གྱི) འགྲུར་རུ་  
གསུངས། བདེ་གཤེགས་པག་མོ་གྲུབ་པས་གསུངས་པ་ལ། ལྷ་སྒྲོམ་སྦྱོང་གསུམ་གྱིས་(གྱི) འགྲུར་རུ་གསུངས།  
གྲུབ་ཐོབ་གྱིས་(གྱི) རྒྱལ་བོ་སྤྲིང་ཆེན་རས་པས་གསུངས་པ་ལ། ལྷ་བ་ཐུག་ཐག་ཆོད་པའི་འགྲུར་རུ་གསུངས།  
རྩང་བ་རྒྱ་རས་པས་གསུངས་པ་ལ། གང་ཤར་ཕྱོགས་མེད་གྱིས་(གྱི) འགྲུར་རུ་གསུངས། དིན་ཅན་རྩ་བའི་སྤྲ་  
མས་གསུངས་པ་ལ། མ་རིག་ཐུན་པ་སེལ་བྱེར་སངས་རྒྱས་ལག་རུ་གཏད་པའི་འགྲུར་མང་རུ་གསུངས་པ་  
གདའ་སྟེ། དེ་ནམས་གྱི་ནང་ནས། རྩེ་བཅུན་ལ་དབྱངས་གྱིས་(གྱི) མཆོ་བདོལ། སྤྲིང་རས་ལ་དབྱངས་གྱིས་(གྱི)  
བཀའ་བབ། ཆོས་རྩེ་རེའུ་སྤང་བ་ལ་དབྱངས་གྱིས་(གྱི) དྱིན་ཆགས། གྲུབ་ཐོབ་རྩང་བ་རྒྱ་རས་ལ་དབྱངས་.....  
གྱིས་(གྱི) ཐོག་མཁུར། ལྷ་རྩེ་དགོ་བ་འབུམ་མེད་དང་། མ་ཅིག་ལ་བ་གྱི་སྒྲིན་མ་དང་། ལྷང་ས་འོད་དེ་འབུམ་དང་  
གསུམ་ལ། དབྱངས་གྱི་མེ་རྟོག་འབྲུངས་པར་གདའ། དེ་ལ་དང་པོ་དབྱངས་གྱི་བྱང་ཁུང་ནམ་པ་གསུམ། ལེན་  
པ་ནམ་པ་བཞི། བྱང་ཁུངས་ནམ་པ་གསུམ་ནི། རྩེ་བཅུན་ཆེན་པོ་མར་བ་ལོ་རྩ་བ་དང་། རྣལ་འབྱོར་གྱི་དབང་  
ཐུག་མི་ལ་རས་པ་དང་། གྲུབ་ཐོབ་གྱིས་རྒྱལ་བོ་སྤྲིང་ཆེན་རས་པ་དང་གསུམ་ཡིན་པར་གདའ། ལེན་པ་ནམ་  
པ་བཞི་ནི། ལྱོ་བོ་(རྩོ་བོ) རྟོན་ཆེན་ཆོགས་པའི་ས་ན་བཀའ་མདོ་རྒྱུད་གྱིས་(གྱི) འགྲུར་ལུང་རིག་(རིགས) པའི་  
དབྱངས་ལེན་དགོས་པ་ཡིན། སྒྲོམ་ཆེན་ཆོགས་པའི་ས་ན། སེམས་ཉིད་དོ་སྦྱོང་གྱི་འགྲུར། ཉམས་ཉིད་དེ་

འཛིན་གྱི་དབྱངས་ལེན་དགོས་པ་ཡིན། རྣལ་འབྱོར་བ་ཚོགས་པའི་ས་ན། གྱེན་ངན་གྲོགས་སུ་ཤར་བའི་...  
 འགྲུ། ལྷ་བ་བྱུང་ཆེན་གྱིས་(གྱི)དབྱངས་ལེན་དགོས་པ་ཡིན། ཡོན་བདག་པོ་མོ་ཚོགས་པའི་ས་ན། ཐོར་བ་  
 བསྐྱེད་པ་རིག་པ་ཚོས་དང་འདྲེས་པའི་འགྲུ། རང་དོན་དང་པ་སྦྱིད་པའི་དབྱངས་ལེན་དགོས་པ་ཡིན་པར་  
 གདའ། མར་བ་ལོ་ཆ་བ་ཆེན་པོ་དེ་ཉིད་རྒྱ་གར་ནས་བོད་ཚུན་ཆོད་ལ་རྟོག་(རྟོགས)ཆོད་སྤྱིའི་(སྤྱི)བསམ་  
 གཏན་བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་པ་ཅིག་གསུངས། ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་ལ་འགྲུར་ཆེན་**བརྒྱད་དུ་འདུས་པ་ཡིན།** ལྷ་  
 མ་ལ་རྟོགས་པ་སྤུལ་བ། དབྱངས་རིང་ལྷ་(རྟོ)འབྱར་རའི་ཁོང་གྱུར་དང་ཅིག་ཆོས་ཀྱི་དཀའ་བ་སྤྱད་པ་ལྟ་  
 ངན་དུན་བྱེད་གྱིས་(གྱི)འགྲུར་དང་གཉིས། ཆོས་གྲོགས་ལ་བྱོན་སྦྱེམས་སུ་སྤུལ་བ། སེང་གོང་རོ་སྒྲོགས་  
 པའི་གྱར་(མགྱར)དང་གསུམ། བྱིང་སེང་བ་རྩ་ལྷགས་ཟེལ་བའི་འགྲུར་དང་བཞི། མཐོར་(ཐོར)བ་སྤུམ་  
 (བསྤུས)པ་རིག་པ་ཚོས་དང་འདྲེས་པའི་འགྲུར་དང་ལྷ། འབྲས་བུ་ཟད་སར་སྦྱོལ་བ་མི་འགྱུར་བའི་འགྲུར་  
 དང་དུག། རྩ་འཕྲུལ་ངོ་མཚར་ཆེ་བའི་འགྲུ། ཆོས་སྦྱོངས་གིས་(གྱི)ལྷགས་སྤྱད་དང་བདུན། ལྷགས་བཞི་བཙུང་  
 (ཙུང)བ་རྒྱུད་དང་གདམ་ངག་དང་འབྲེལ་བ། བདུད་ཅི་ཐིག་(ཐིགས)པའི་འགྲུར་དང་བརྒྱད་དུ་འདུས་པ་...  
 ཡིན། མི་ལའི་ཞལ་ནས། ང་མི་ཆུན་སྤྱ་རྒྱུང་ལེན་པ་འདི། མི་ལ་སྤྱིའི་བསྐྱར་མཛོད་ཡིན་གསུངས་ནས། ཆོ་རིང་  
 ལ་བསྐྱར་གསུམ། ལིང་བ་སྐྱར་གསུམ། གཡག་རུ་སྐྱར་གསུམ། འབྱོ་ལིང་(མཚོང་ལུང)ལ་སྐྱར་གསུམ། བྱི་ར་  
 ལ་སྐྱར་གསུམ། སྤུས་ལྷགས་(སྤུ)ལ་བསྐྱར་གསུམ། ལྷ་ག་ལ་སྐྱར་གསུམ། ལབ་བྱི་ལ་བསྐྱར་གསུམ། རས་པ་  
 ཞི་བ་འོད་གྱིས་བྱས་པ་ལ། ལྷ་ལ་ཉི་ཤུ་རྩ་བདུན་གསུངས་པར་གདའ། སྤྱིར་དབྱངས་ལེན་པ་ལ་དག་འདི་བ་  
 གཙོ་བཅག་ནས་ལེན་དགོས་པ་ཡིན། བྱི་དང་བྱིས་པ་ཐབས་པ་དབྱངས་ཀྱི་བདུད། ལ་རྒྱུང་མ་རྒྱུང་སྤྱི་ལེན་པ་  
 དབྱངས་ཀྱིས་(གྱི)བདུད། ཆུན་གྲོག་འདུག་ཚུག་(ཚུགས)མི་བཞུན་(བཞུན)པ་དབྱང་(དབྱངས)གི་(གྱི)བདུ  
 ད། མཁས་འདོད་གོང་དོན་བྱུང་ན་དབྱངས་ཀྱིས་(གྱི)བདུད། དབྱངས་ཀྱི་སྤྱོད་(དག)འདི་བ་ཆོ་ལྷགས་ནས་...  
 ལེན་དགོས་པ་ཡིན། ཉན་པ་རྣམ་པ་གསུམ་ལ། རབ་ཚོག་ལ་ཉན། འབྲིང་སྐད་ལ་ཉན། ཐ་མ་དབྱངས་མཁན་  
 གྱི་ཁ་ལ་ལྷ་བ་ཡིན་པར་གདའ། དེ་ལ་ངེད་རང་མཚོ་(ཚོ)རྩེ་བཙུན་མི་ལ་ཡིས་(ཡི)བྱ་རྒྱུད་ཡིན་པར་གདའ་  
 བས། གདམ་ངག་བདུད་ཅིའི་བཙུད་མ་ཉམས་པ། ཅིག་ཤར་འདུག་པའི་སྦྱོ་རོག་(རོགས) ཁོ་ལྷ་མི་ཚོགས་  
 ཉམས་དགའ། ཉམས་ཉིང་ངེ་འཛིན་བོགས་འདོན། མ་དང་མཁའ་འགོ་འདུས་ཤིང་། ལྷ་མ་མཉེས་པའི་བྱག་  
 བརྟེན་(རྟེན)། གྲོགས་པོ་འཇལ་(མཇལ)བའི་དགའ་བརྟགས་(རྟགས)། ལྷ་ས་འཇལ་(མཇལ)བའི་སྐར་མ།  
 རྒྱལ་ཁམས་བཤག་པའི་སྤྱ་རེ། རྩང་(གཙང)བོ་རྒྱལ་བའི་གྲ་སྤྱ། ཨ་མ་རྩོང་མོའི་ཆང་དྲིན། ཟད་པ་མེད་པའི་  
 བྱེ་རྒྱལ། དད་པ་འདྲེན་པའི་ལྷགས་ཀྱི་དུག་ལྷ་བྲག་(འདྲེག)པའི་ཐོ་ར། རྣམ་རྟོག་འཛོམ་(འཛོམས)པའི་ཐོ་  
 བ། བཀའ་མདོ་རྒྱུད་རྣམས་ཀྱི་བྱང་ཁུང་(ཁུངས)། ལེན་པ་དབྱངས་སུ་ལེན་པ། བཤད་པ་ཚོས་སུ་བཤད། ངོ་  
 བོ་ཡེ་ཤེས་སུ་འཕྱོད། མཐར་ཐུགས་(ཐུག)སངས་རྒྱས་པའི་དགོངས་པ་ཡོད་པར་གདའ། མདོན་འབྱུང་(སྤྱོན་  
 བྱུང)གིས་(གི)གྲུབ་ཐོབ་གོང་མ་རྣམས་ཀྱིས། རིའི་བྱ་བས། ལ་བུན་གོས་སུ་བྱོན། ལྷ་གོས་ལ་བྱོང་བསྐྱར།  
 གཡའ་རི་གང་(གངས)རི་རྣམས་སུ་སྤྱུབ་པ་བྱེད་པ་ལ། ཉམས་དང་རྟོག་(རྟོགས)པ་ཐམས་ཅད་ཆོས་གཞས་  
 སུ་གསུང་བ་ཡིན་པར་གདའ། ང་རྣལ་འབྱོར་པ་ཁ་གདང་བྱེད་པ་ལ། ལྷ་མ་ལ་གསོལ་བ་གཏབ་(འདེབས)  
 དགོས་པ་ཡིན། གསོལ་བ་མ་བཏབ་ན་བྱིན་བསྐབས་མི་འབྱུང་། ལུས་མ་དུས་ན་མས་མི་ལེན། རྩ་མ་གྲོས་...

(དོས་)ན་ལ་ལྷ་མི་འབྱུང་། ཤར་ནས་ཁྱི་གདུགས་གིས་ཉི་མ་མ་ཤར་ན། ལུབ་དུ་ཉ་པོའི་གང་ (གངས་)རི་མི་ལྷ།  
 བྱང་ནས་ཀྱི་ (སྒྱི)མེར་གྱི་རྒྱུང་མ་བྱུང་ན། ལྷོ་ན་བཙན་ལྷན་ (ཙན་དན) ཀྱིས་ (གྱི)ནགས་མི་འགུལ། གནམ་གྱི་  
 བྱང་ནས་འཆར་ (ཆར་) བ་མ་བབ་ན། ས་ལ་ཆེ་ཐོག་མི་འཁྲུངས། ཆོགས་མ་བསགས་ན། བསྐྱེབ་ (སྐྱེབ) པ་མི་  
 བྱང་། འཛིང་ (མཛིངས་) མས་མ་བཤད་ན། སྤྲོངས་ (སྤྲོངས་) པས་མི་གོ་ཁེང་གེད་ཀར་མོས་གཡུ་རལ་མ་སྤྲུག་  
 བ། བསྐྱེར་ (སྐྱེར) ཆགས་ཟིལ་གྱིས་མི་ནོན་པ་ཡིན་པར་གདའ། གསོལ་བ་བཏབ་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། གསོལ་བ་  
 རིང་ཕྱགས་སུ་འདེབས་པ་དང་། བྱང་ཕྱགས་སུ་འདེབས་པ་དང་། རྗེར་བུ་ལུགས་སུ་འདེབས་པ་དང་།  
 གསོལ་བ་འགྱུར་ལུགས་སུ་འདེབས་པ་དང་མང་དུ་གདའ་ནའང་། གསོལ་བ་རིང་ཕྱགས་སུ་འདེབས་པ་ནི།  
 ཆོས་སྤྱོད་རྗེ་འཆང་ཆེན་པོས་ནས་བཟུང་སྟེ། རང་དྲིན་ཅན་ཆ་བའི་སྒྲ་མ་ཡན་ཆོད། བཀའ་རྒྱུད་ཅི་འདུས་ལ་  
 གསོལ་བ་བཏབ་པ་ནི། གསོལ་བ་རིང་ཕྱགས་སུ་འདེབས་པ་ཡིན་པར་གདའ། གསོལ་བ་བྱང་ཕྱགས་སུ་  
 འདེབས་པ་ནི། སྤྱི་གཙུག་མཇའ་ (འཇའ) འོད་འཁྱེལ་བའི་སྤྲོངས་སུ་ (སྤྲོང་དུ) རང་དྲིན་ཅན་ཆ་བའི་སྒྲ་མ་ལ་  
 གསོལ་བ་ཕྱར་ཆུགས་སུ་གདའ་པ་ནི། གསོལ་བ་བྱངས་ཕྱགས་སུ་འདེབས་པ་ཡིན་པར་གདའ། གསོལ་བ་  
 རྗེར་བུ་ལུགས་སུ་བཏབ་པ་ནི། བསྐྱེད་ན་སྤྲོ་ཆེ་བ་གང་སྐར་ (གངས་དཀར་) རྒྱལ་པོ་ཉེ་ཅོ། བར་ན་ཁུང་  
 (ཁུངས་) བཙན་པ་ལ་བ་བྱི་དང་ཆུ་བར། སྤང་ན་འདུན་ (འགུན) ལྷ་བཙོད་ (ཙོད) པ་དང་བལ་བ། གནས་  
 མཆོག་དཔལ་གྱི་ཆ་ (ཅ) རིའི་ཞིང་སྤྲོང་མཁའ་འགྲོའི་ཆོགས་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་པ་ནི། གསོལ་བ་རྗེར་བུ་  
 ལུགས་སུ་འདེབས་པ་ཡིན་པར་གདའ། གསོལ་བ་འགྱུར་ལུགས་སུ་བཏབ་པ་ནི། མ་ནམ་མཁའ་མའི་རྒྱང་  
 འཕོད་དང་བཅས་ནས་འདེབས་པ་ཡིན་པར་གདའ། དེ་ལ་དང་པོ་གསོལ་བ་འདེབས་ན་བསྟོད་པ་དང་  
 བཅས་ནས་དབྱངས་གྱི་གཞི་བཟུང་། ལོ་རྒྱུས་གཏན་ཆོག་ (ཆོགས་) དང་བཅས་ནས་དབྱངས་གྱིས་ཁོག་  
 ལུག དུས་ཆོད་གནས་སྐབས་དང་སྐར་ནས་དབྱངས་གྱིས་མཆོམས་སྤྱར། བཀྲ་ཤིས་སྤོན་ལམ་དང་བཅས་  
 ནས་དབྱངས་གྱིས་ (གྱི) འཇུག་ (མཇུག) བསྐྱེལ་བའི་བ་ལེགས་པར་གདའ་སྟེ། གསོལ་བ་འདི་ལྟར་བཏབ་  
 པའི་རྒྱུ་ལ་འགྱུར་མ་ཅི་ལྟར་ཐེན་ (འཐེན) བ། སྤྱིང་ས་ལ་སྤྲུག་སྤྲུ་མི་ལེན། སྤྲུག་ས་ལ་སྤྱིང་སྤྲུ་མི་ལེན། ཆོས་  
 ལ་རྒྱུང་སྤྲུ་མི་ལེན། རྒྱུང་ས་ལ་ཆེ་སྤྲུ་མི་ལེན། ཆོས་ལ་ཆང་སྤྲུ་མི་ལེན། འཆང་ (ཆང) ས་ལས་ཆོས་སྤྲུ་མི་ལེན་པ་  
 འདི་དབྱངས་མཁའ་གྱི་དབྱེ་བ་བྱེ་བྱག་ཏུ་འབྱེད་ནས་ཐེན་དགོས་པ་ཡིན་པར་གདའ། དེ་ལ་དང་པོ་ལོ་རྒྱུས་  
 བསྟོན་ (གཏན) ཆོག་དང་མཐུན་པའི་དབྱངས། དགེ་བཤེས་ཆོགས་པའི་ས་ན། མདོ་དབྱངས་ལེན་ཤེས་ན་  
 མཁས་པ་ཡིན། ལྷ་འབྱོར་པ་ཆོགས་པའི་ས་ན། ལྷ་བའི་དབྱངས་ལེན་ཤེས་ན་མཁས་པ་ཡིན། སྤོམ་ཆེན་པ་  
 ཆོགས་པའི་ས་ན། བསྐྱེལ་པའི་ཉམས་དབྱངས་ལེན་ཤེས་ན་མཁས་པ་ཡིན། ཡོན་བདག་པོ་མོ་ཆོགས་པའི་ས་  
 བ། ལས་རྒྱ་འབྲས་བསྟན་ལ་འབེབས་པའི་དབྱངས་ལེན་ཤེས་ན་མཁས་པ་ཡིན། མི་སྣ་འདུས་མང་པོ་ཆོགས་  
 པ་ལ། ཟུག་ཆ་ཁུམ་ (སྤྲིང་སྤྲོབས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ནམ་སྤྲུམ་) དུ་ལེན་ཤེས་ན་མཁས་པ་ཡིན། ཁྲོམ་ཟང་མ་ཟིང་  
 མ་ལ་དབྱངས་སྐད་ཟང་མ་ཟིང་མ་ལ་སྐྱུ་རེ་སྐྱུ་རེའི་ལྷ་བ་ལ་ཅ་ལ་ཅའི་ཆོག་བཙུག་ནས་ལེན་ཤེས་ན་མཁས་  
 པ་ཡིན། དབྱངས་སྤང་བའི་རྗེས་ལ། བཀྲ་ཤིས་སྤོན་ལམ་དང་བཅས་ནས་ལེན་པ་ནི། ལེན་པ་པོ་སངས་རྒྱས་  
 ཞིང་། ཉན་པ་པོ་དགོས་འདོད་འབྱུང་བ་ཡིན་པར་གདའ། དེ་ལ་དང་པོ་དབྱངས་སྐད་བདེན་ཆོག་རིང་མོ་  
 འདི་ལེན་པར་བྱེད་པ་ལ། སྤྱི་ལུས་རི་རྒྱལ་ལྷན་པོ་འདྲ་བ་འདི་བཟིང་རེ་ཆེ། ན་བཟའ་ལྷའི་པན་ཅ་ལི་ཀ་

མདུན་དུ་སྤྱུག་ཕྱག་གཡོན་པས་འགམ་པ་ཅུང་(སྒྲོང་)ཞིང་སྒྲོར། སྤྱན་མིག་ཟར་མའི་མེ་ཏོག་འདྲ་བ་འདི།  
སྤར་ཆེ་ལ་ཕབ་པར་བྱ། ཆེམས་དཀར་བཞི་བཅུའི་མདངས་སྟོན། ལྷགས་བར་སྤང་གིས་སྒྲིག་འདྲ་བ་འདི།  
བདེན་པའི་སྟམ་ཆོལ་(གཏམ་ཆོལ།)། གསུང་སྟན་ནི་གཙའི་(ཙོ་སྒྲོང་སྒྲིང་འདྲ་བ་འདི། བརྟན་(སྟན་)པའི་སྒྲ་  
སྒྲིགས། བདག་གིས་དབྱངས་སྒྲིང་སྟམ་(གཏམ་)བསེལ་གས་(ཆོག་ལྷག་)མ་ཞེས་བྱ་བ། སྟན་པའི་བྱད་་་  
ཉར་འཛིག་(བྱིན་རྒྱབས་འཇུག་) སྒྲིམ་ཆེན་གྱིས་(ཀྱི་)བོག་ (བོགས་)ཐོན་(བཏོན།)། སྒྲིན་ཅན་ཆོགས་ཆངས་  
(མཆང་)ལ་ཕོག་ ཞེས་(ཞེ་)སྤང་ཅན་རང་ལ་ཁྲེལ། མོས་གས་ཅན་འཆེ་(མཆེ་)མ་ཤོར། ཤ་སར་མ་ནམས་རྒྱབ་  
ཤམ་(ཤམས་)ནས་ཤེན། ཤེན་མ་ནམས་ཅིག་(གཅིག་)དགོད་ཤོར། དུག་(དུགས་)ས་མོ་དུ་འཕྲོ་ཆོད། ཆོས་་་་་་  
མེད་མ་སྟིང་ལོང་(རྒྱང་)འཕྱུ་ཡིད་དགའ་མ་ཟུར་མིག་ཤ། སྒྲིང་རྒྱང་མ་ཕྱི་ལ་འབྱང་བྱ་བའི་དབྱངས་སྒྲིང་  
འདི་ལྟ་བུ་ཅིག་ཡོད་པ་ལགས་ཏེ། ལར་དཀར་ཆག་སྟོང་མདུན་ལ་སོང་ན། བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་བཞིན་གྱི་(གྱིས་)  
མི་ལངས་པ་ཅིག་ཡོད་པར་གདའ་སྟེ། ལྷགས་གྱིས་འགམ་པ་ལ་ཟངས་གྱིས་ལྷེ་བཅུག་ནས་བཤད་ནའང་མི་་་  
ཟེན་པ་ཡོད་དེ། མངས་ན་རྒྱལ་པོའི་སྟན་ལ་བཟན། ཉུང་ན་སྒྲོན་པོའི་གདའ་མི་འཁྲོལ་ཏེ། དེ་རིང་ཉི་མའི་་་་  
ཆོད་དང་སྒྱུར་ནས་བྱེད་པ་ལེགས་ཏེ། རྩེ་གོང་མ་ནམས་གྱིས་གསུངས་སྒྲིམ་གང་ཐེན་(འཐེན་)ཀྱང་སྐབས་  
འདི་དང་འདིར་སྒྱུར་བར་བྱའོ། །མི་ལྟ་ལྟ་མཁན་ཏུ། ལྷོ་མཁུར་ཐམས་ཅད་གྱི་ཕོག་མར་སྟོང་འདུན་(ཐུན་)  
འདི་བཤད་པ་གལ་ཆེའོ། ཞེས་བྱུང་བའོ། །

དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱིས་རྒྱ་གར་ནས་དབྱིན་ཡིག་གིས་སྒྱུར་བའི་ཇི་བཙུན་མི་ལའི་བསྟོན་པ།

Milarepa's Reply

Gendun Chopel

The earth and sky held counsel one night,  
and called their messengers from northern height.  
and came they, the storm fiends, the bleak and the cold,  
They, who the stormwinds in grim fingers hold.

They swept o'er the earth, and then they called forth  
That glist'ning maid from the far Polar North  
In white trailing robe, the Queen of the Snow  
and she sent her flutt'ring plumed children below.

and downward they flew in white, whirling showers,  
While in black masses hung threat'ning the sky.  
Some were large cruel sharp-stinging flowers  
Some pierced his chest with a fierce-cutting eye.

Thus stormfiends, anow and icy frost blending  
Came cold and sharply upon him descending  
On his half nude form these shapes did alight.  
and tried with his single thin garments to tight.

But Milarepa, the Snow-mountain's child  
Feared not their onslaughts, so cruel and wild  
Though they attacked him most fiercely and grlm.  
He only smiled-they had no power over him.

ཟུར་མཆན། སྤྱི་ལོ་༡༠༥༥ལོའི་སྤྱི་ཟླ་བཙུ་བའི་ནང་། ང་རང་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་ས་ཡུལ་ཞོ་འཕོང་དཔྱིའི་གྲོང་ཐེར་  
བསྟོན་ནས། ཁོང་གི་སྒྲིཛ་ཆེ་ཞེ། གཡུང་རུང་རྒུལ་ལ་དངོས་སུ་བཅར་འདྲི་བྱས། ཁོང་ནི་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་ཨ་ཅེ་སྒོ་མེ་ལྷ་བ་སྤྱི་  
ལོ་<sup>1983</sup> ལོར་གཤེགས་པ་དེའི་སྐུ་མོ་གཅིག་ཤུ་མཆོད་རྟེན་སྦྱིད་ཀྱི་སྐུ་སྡིན་ཞིང་། སྤྱིང་མོ་གཅིག་ཡོད་པའི་མིང་ལ་པད་མ་སྦྱིད་་་་  
ཟེར། ཁོང་ལ་དགེ་ཆོས་སྐོར་གྱི་ལོ་རྒྱུས་རུང་རྒྱས་ཆེ་བས། དགེ་ཆོས་ས་ཡུལ་དུ་བཞུགས་པའི་སྐབས་ནས་ཇི་བཙུན་མི་ལའི་སྒྲི་་་་་་  
བཞེངས་པར་དགའ་བ་ཨེ་ཡིན་ཞུ་བར། གཡལ་འཇ་བཀ་ཤིས་འབྱིལ་དུ་བཞུགས་པའི་སྐབས་སུ། དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱིས་སྒྲི་  
འདྲ་བཞེངས་ཏེ། མཐའ་སྐོར་དུ་ཅ་ལས་བཅོས་པའི་བྱག་པའི་ལོ་མ་དང་ཡལ་གཟུར་དུ་འབྱུང་བ་འདྲ་མེ་བཞེངས་པའི་གོ་ཐོས་་་་་  
བྱུང་ཞེས་བརྗོད་བྱུང་། དེ་བདེན་པར་འདོད་དེ། ཕྱིས་སུ་དམ་པ་ཁོང་གི་བྱག་སོར་ལས་ཐོན་པའི་ཇི་བཙུན་མི་ལ་བྲག་ལྷག་ཏུ་་་་་  
བཞུགས་ནས་མཁུར་མ་སྐྱངས་པའི་ནམ་པ་མཆོད་པའི་ནག་རིས་ཤིག་མཇལ་དུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལ་གཞིགས་ཆོ། རྒྱུང་དུས་

ནས་ཆེ་བཅུན་མི་ལ་ལ་དགའ་བའི་བག་ཆགས་ཤིག་རང་བཞིན་གྱིས་མངའ་བ་གདོན་མི་ཟ་བས། བྱིས་སུ་རྒྱ་གར་དུ་ཕེབས་ནས་  
དབྱིན་ཡིག་གི་ལམ་ནས་བསྟོད་པ་མཛད་པ་ཨེ་ཡིན་སྙམ་ཞིང་། ཚྱུ་མའདི་ནི་བོད་ཀྱི་ཚྱུ་རིག་ལ་རྒྱས་སུ་བོད་མིས་དབྱིན་ཡིག་དུ་་་་  
སྤུར་བའི་ཚྱུ་ཐོག་མའམ་ཆེ་བཅུན་མི་ལ་ལ་བསྟོད་པའི་ཚྱུ་ཡིག་ཐོག་མ་ཡིན་པས་འདིར་བཏོད་པའོ།

བོད་ཡིག་གི་དབྱུང་གཞི་ཡིག་ཆ།

ཆོས་འབྱུང་ལ་རྒྱལ་གྱི་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་

- [1] ཉང་རལ་ཉིམ་དེ་འོད་ཟེར་གྱིས་བཅུན། ཆོས་འབྲུང་སྤིང་བོ་མེ་ཏྲིག་སྒྲུབ་ཚེ་བཅུད། 【M】 བོད་མཛུ་ཁྲི་དཔངས་  
དཔེ་སྐྱུན་ཁང། 1987
- [2] རྩེ་དགོ་བཤེས་གྱིས་བཅུན། རྩེ་ཆོས་འབྲུང་རྒྱས་པ། 【M】 བོད་མཛུ་ཁྲི་དཔངས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང། 1987
- [3] བུ་སྟོན་རིན་ཆེན་གྲུབ་གྱིས་བཅུན། བདེ་བར་གཤེགས་པའི་བསྟན་པའི་གསལ་བྱེད་ཆོས་ཀྱི་འབྲུང་གནས་གསུང་  
རབ་རིན་པོ་ཆེའི་མཛོད། 【M】 གྲུང་གོའི་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་དཔེ་སྐྱུན་ཁང། 1991
- [4] རྩེ་རྫོགས་གྱིས་བཅུན། རྩེ་ཆོས་འབྲུང་། 【M】 བོད་མཛུ་ཁྲི་དཔངས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང། 1987
- [5] སུམ་པ་ཡེ་ཤེས་དཔལ་འབྱོར་གྱིས་བཅུན། ཆོས་འབྲུང་དཔལ་ག་བསམ་ཕྱོན་པ། ཀན་སུ་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང།  
【M】 1992
- [6] དཔལ་བོ་གཙུག་ལག་ཐེང་བས་བཅུན། ཆོས་འབྲུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན། མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང། 【M】 1986
- [7] ཉ་ཆོག་ཆོད་བང་རྒྱལ་གྱིས་བཅུན། རྩེ་རོང་ཆོས་འབྲུང་། 【M】 བོད་མཛུ་ཁྲི་དཔངས་བོད་ཡིག་དཔེ་སྐྱུན་ཁང། 1994
- [8] འཕྱོགས་པོ་གཞོན་ལུ་དཔལ་གྱིས་བཅུན། དེབ་ཐེར་སྟོན་པོ། 【M】 ཇི་ཨོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང། 1985
- [9] དགོ་ཡེ་ཚུལ་ཁྲིམས་གྱིས་བཅུན། རྒྱ་བོད་ཆོས་འབྲུང་རིན་པོ་ཆེ། 【M】 ཉི་ཏོང་ནས་དཔར། 2007
- [10] འབྲུག་པ་པད་མ་དཀར་བོས་བཅུན། འབྲུག་པའི་ཆོས་འབྲུང་། 【M】 བོད་མཛུ་ཁྲི་དཔངས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང། 1992
- [11] སྟག་ལུང་ངག་དབང་ནམ་རྒྱལ་གྱིས་བཅུན། སྟག་ལུང་ཆོས་འབྲུང་བརྒྱུད་པ་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུའི་ རྟོགས་པ་  
བརྗོད་པ་ངོ་མཆར་རྒྱ་མཚོ། 【M】 བོད་མཛུ་ཁྲི་དཔངས་བོད་ཡིག་དཔེ་སྐྱུན་ཁང། 1992
- [12] ཁང་དཀར་སྐལ་བཟང་ཚུལ་ཁྲིམས་གྱིས་བཅུན། ཚུར་མཐོང་སྟེ་བོར་སྤང་ཚུལ་མ་བཅོས་སྟག་པར་བཀོད་པའི་རྒྱ་  
གར་གྱི་ནང་པའི་རྟ་གྲུབ་ཆོས་འབྲུང་ལེགས་བཤད་དཀའ་གནད་མཐུད་གྲོལ། (དེབ་སྟོན་གསར་མ།) 【M】 གྲུང་གོའི་བོད་  
ཀྱི་ཤེས་རིག་དཔེ་སྐྱུན་ཁང། 1999
- [13] ཆོས་བཀུན་དགའ་རྟོ་ཆེས་བཅུན། དེབ་ཐེར་དཔར་པོ། 【M】 མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང། 1981
- [14] སྟག་ཆང་དཔལ་འབྱོར་བཟང་བོས་བཅུན། རྒྱ་བོད་ཡིག་ཆང་ཆེན་མོ། 【M】 སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང།

[15] ཁྲོ་བུ་ཆེ་ནུམ་གྱིས་བཅམ་སྒྲིག་དཔལ་མཉམ་མེད་མར་བ་བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་གྲུབ་པའི་མཐའ་ནུམ་པར་ངེས་པར་བྱེད་པ་  
མདོར་བསྟུན་སྒྲུབ་བྱེད་པ་དུགས་བརྒྱུད་གྲུབ་པའི་མེ་ལོང་། (གངས་ཅན་རིགས་བརྒྱའི་སྒོ་ འབྱེད་ལྗེ་མིག་དེབ་མེད་བཅུ་  
གསུམ་པ།) 【M】 མི་རིགས་དཔེ་སྤྲུལ་ཁང་། 1998

[16] སྤུ་བཀའ་སྒོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་ཉི་མས་བཅམ་སྒྲིག་གྲུབ་མཐའ་ཤེལ་དཀར་མེ་ལོང་། 【M】 ཀུན་སྤུ་མི་རིགས་དཔེ་སྤྲུལ་  
ཁང་། 1991

[17] དུང་དཀར་སྒོ་བཟང་འཕྱིན་ལས་ཀྱིས་བཅམ་སྒྲིག་གྲུབ་མཐའི་སྒྲོར་གྱི་ནུམ་བཤད། 【M】 མི་རིགས་དཔེ་སྤྲུལ་ཁང་།  
2004

[18] འབྲི་གུང་དཀོན་མཆོག་རྒྱ་མཆོས་བཅམ་སྒྲིག་འབྲི་གུང་ཆོས་འབྱུང་། 【M】 མི་རིགས་དཔེ་སྤྲུལ་ཁང་། 2004

[19] དཔལ་མང་པ་རྟེན་སྒྲིག་བཅམ་སྒྲིག་ རྒྱ་བོད་ཉེར་གསུམ་གྱི་ལྷ་རྒྱུས་ཉུང་དུར་བཞུགས་པའི་འབྲུག་པའི་འབབ་སྟེགས།  
【M】 མཆོ་སྒྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྤྲུལ་ཁང་། 1990

[20] ཨ་ཏི་ཤ་དང་འཕགས་པ་རྒྱ་སྤྲུལ་ སྒོ་བ་དཔོན་དཔལ་པོ་སྟགས་ཀྱིས་བཅམ་སྒྲིག་ རྒྱ་བོད་ཆོས་འབྱུང་བརྒྱ་ཅ། (གངས་  
ཅན་རིག་བརྒྱའི་སྒོ་འབྱེད་ལྗེ་མིག་དེབ་སྒྲུལ་ལུ་པ།) 【M】 མི་རིགས་དཔེ་སྤྲུལ་ཁང་། 2002

[21] ལས་ཆེན་ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་བཅམ་སྒྲིག་ བཀའ་གདམས་ཆོས་འབྱུང་གསལ་བའི་སྒྲོན་མ། 【M】 བོད་ལྗོངས་  
མི་དམངས་དཔེ་སྤྲུལ་ཁང་། 2003

### ནུམ་ཐར་གྱི་སྒྲོན་པ།

[22] ལ་སྟོད་ཤེས་རབ་ཀྱིས་བཅམ་སྒྲིག་ རྒྱ་བོད་ཆེན་པོའི་ནུམ་ཐར་མ་རིག་ལུན་སེལ། 【M】 དབུ་མེད་ བྲིས་མ།

[23] འོད་དཔག་རྩོམ་སྒྲིག་བཅམ་སྒྲིག་ དཔལ་རྩོམ་རྩོམ་གྱི་སྤྲུལ་སྒྲིག་ལྷ་སྤྲུལ་ལྷ་སྤྲུལ་གྱི་བཀོད་པ་ཀུན་ལྷ་སྤྲུལ་པའི་སྤྲུལ་དབྱངས།  
【M】 ཤོག་ལྷེ་བ་བཅུ་གསུམ་ཕྱོག་།

[24] འོད་དཔག་རྩོམ་སྒྲིག་བཅམ་སྒྲིག་ སྤྲུལ་པའི་དབང་ཕྱག་དཔལ་ལྷ་སྤྲུལ་རྩོམ་ཐར་དཔག་བསམ་གྱི་དགའ་ཆེལ་  
ཆོས་ཀྱི་སྤྲུལ་དབྱངས། 【M】 ཤོག་ལྷེ་བ་སྟག་ཉིས་ཕྱོག་།

[25] རྒྱལ་དབང་ལྷ་བས་བཅམ་སྒྲིག་ དག་དབང་སྒོ་བཟང་རྒྱ་མཆོའི་ནུམ་ཐར། 【M】 བོད་ལྗོངས་མི་རིགས་དཔེ་སྤྲུལ་  
ཁང་། 1989

[26] ཀུན་མཁྱེན་སྤྲུལ་མེད་བཞེ་བ་བསྐལ་བཟང་ཕྱག་དབང་ཕྱག་གིས་བཅམ་སྒྲིག་ སྤྲུལ་མར་པ་ལོ་ལྷ་བའི་ནུམ་ཐར།  
【M】 (གསུང་འབུམ་པོད་ཅ།) ཤིང་དཔར།

[27] ཀུན་མཁྱེན་སྤྲུལ་མེད་བཞེ་བ་བསྐལ་བཟང་ཕྱག་དབང་ཕྱག་གིས་བཅམ་སྒྲིག་ པཎ་ཆེན་རྒྱ་རྩོམ་ཐར། 【M】  
(གསུང་འབུམ་པོད་ཅ།) ཤིང་དཔར།

[28] སངས་རྒྱས་ཆེན་པོས་བཅམ་སྒྲིག་ སྤྲུལ་མར་པ་ལོ་ལྷ་བའི་ནུམ་ཐར། 【M】 ཤིང་དཔར།

[29] རྒྱལ་ཐང་བ་བདེ་ཆེན་རྩོམ་སྒྲིག་ རྒྱ་བོད་རིན་པོ་ཆེ་མར་བའི་ནུམ་ཐར། 【M】 ཤིང་དཔར།

[30] རྩོར་བྲང་ཨ་རྒྱུན་གྱིས་བཅམ་སྒྲིག་ མི་ལའི་ནུམ་ཐར་མདོར་བསྟུན་(གསུང་ཆོས་ཕྱོགས་བསྟུས།) 【M】 ཀྲུང་གོའི་བོད་  
རིག་པ་དཔེ་སྤྲུལ་ཁང་། 2006

[31] མཆོས་རྒྱལ་མཐའ་གྲགས་ཀྱིས་བཅམ་སྒྲིག་ རྒྱ་བོད་ཨ་ཏི་ཤ་ཤི་ནུམ་ཐར་རྒྱས་པ། 【M】 བཀའ་གདམས་གསུང་རབ།

[32] རས་པའི་བྱ་ཆེན་ནུམ་ཐར་གྱིས་བཅམ་སྒྲིག་ རྒྱ་བོད་མི་ལའི་ནུམ་ཐར། 【M】 བྲིས་མ། དབུ་ཅན་དང་དབུ་མེད་བསྟེན་  
པ།

- [33] ཀམ་རང་བྱུང་དོ་རྩེས་བསྒྲིགས། རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་ནམ་ཐར་མཛོད་ནག་མ་སྟོང་སྒྲིབ་གཉིས། 【M】 འབྲི་གྲུང་བཀའ་བརྒྱུད་ཆོས་མཛོད་དུ་བཞུགས། ཤིང་དཔར།
- [34] ཀའ་རང་སྟོན་ཉི་ཤུ་ཀའ་བཅུམས། མི་ལ་རས་པའི་ནམ་ཐར། 【M】 བོད་སྟོང་ས་མི་དམངས་དཔེ་སྟུན་ཁང་། 1979
- [35] ཆང་ས་གསར་སྟོ་གྲིས་རིན་ཆེན་གྱིས་བཅུམས། དཔལ་ལྷན་འབའ་རོམ་བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་ནམ་ཐར་ཆོས་འབྱུང་མདོར་བསྟུས་གསལ་བྱེད་སྟུན་ལ། 【M】 མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་། 2004
- [36] རྩེ་བཅུན་རས་རྩུང་དོ་རྩེ་གྲགས་པའི་ནམ་ཐར་ནམ་མཁུན་ཐར་ལམ་གསལ་བའི་མེ་ལོང་ཡེ་ཤེས་སྣང་བ། 【M】 འབྲི་གྲུང་བཀའ་བརྒྱུད་ཆོས་མཛོད་དུ་བཞུགས། ཤིང་དཔར།
- [37] རོ་བོ་རྩེ་དཔལ་ལྷན་ཨ་ཉི་ཤས་བཅུམས། བཀའ་གདམས་བུ་ཆོས། 【M】 མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་། 1994
- [38] འབྲོམ་སྟོན་པ་སྟགས་གྱིས་བཅུམས། བཀའ་གདམས་པ་ཆོས། 【M】 མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་། 1994
- [39] རྟག་འབྱུང་རྒྱལ་བོས་བཅུམས། མར་བ་ལོ་སྟོ་བའི་ནམ་ཐར་མཐོང་བ་དོན་ཡོད། 【M】 སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་། 1984
- [40] རོག་གཞུང་བ་ཆོས་ཀྱི་དོ་རྩེས་བཅུམས། སྤམ་མི་ལའི་རས་ཆེན་གྱི་ནམ་ཐར་ལགས་པ་གདའ་ལོ། 【M】 ཤིང་དཔར།
- [41] ལྷ་དམར་མཁའ་སྟོན་དབང་བོས་བཅུམས། ཆོས་ཀྱི་རྩེ་མངའ་བདག་མི་ལ་རས་ཆེན་གྱི་ནམ་ཐར་ཐར་བ་བྱིན་ལྟུངས་ཀྱི་སྟེན་ཕུབ། 【M】 ཤིང་དཔར།
- [42] དགེ་སྦྱང་ཞི་བྱེད་རི་ཁྲོད་པས་བཅུམས། རྩེ་བཅུན་མི་ལ་རས་པའི་ནམ་ཐར་ཉི་ལྗེའི་འོད་ཟེར་སྟོན་མ། 【M】 ཤིང་དཔར།
- [43] སངས་རྒྱས་ཆེན་པོས་བཅུམས། མི་ལ་བཞད་པའི་དོ་རྩེའི་ནམ་ཐར། 【M】 ཤིང་དཔར།
- [44] རྒྱལ་ཐང་བ་བདེ་ཆེན་དོ་རྩེས་བཅུམས། མི་ལ་རས་པའི་ནམ་ཐར། 【M】 ཤིང་དཔར།
- [45] སྤུང་ལུང་སྟུལ་མིང་བྱུང་བདག་སྟོང་ཡངས་དང་སངས་རྒྱས་རིན་ཆེན་གྱིས་བཅུམས། ཞབས་དཀར་པའི་ནམ་ཐར། 【M】 མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་། 1985
- [46] ཆོས་ཀྱི་མེད་གོ་དང་གང་བ་གཉིས་གྱིས་བཅུམས། བ་དམ་པ་དང་མ་ཅིག་ལ་བསྟོན་གྱི་ནམ་ཐར། 【M】 མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།
- [47] མཉམ་མེད་དུགས་པོ་ལྷ་རྩེས་བཅུམས། རྩེ་མར་བ་དང་མི་ལའི་ནམ་ཐར། 【M】 ཤོག་ལྷེ་བ་བདུན་ རྩོམ། ཤིང་དཔར།
- [48] ལུ་རྒྱན་སྤྱིང་པས་ཡར་སྤྱངས་ཤེས་ཀྱི་བྲག་ཕུག་ནས་བཏོན། བཀའ་ཐང་ལྷེ་ལྷ། མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་། 1997
- [49] རོ་བོ་རྩུན་གྱུབ་བཀྲ་ཤིས་དང་དར་མོ་སྟུན་རིམས་པ་སྟོ་བཟང་ཆོས་གྲགས་གྱིས་བཅུམས། གཡུ་ཐོག་གསར་རྟིང་གི་ནམ་ཐར། 【M】 མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་། 1982
- [50] དག་དབང་བྱང་རྩུབ་བསོད་ནམས་གྱིས་བཅུམས། རྩེ་སྟལ་ལྷན་རྒྱ་མཆོའི་ནམ་ཐར། 【M】 མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་། 1990
- [51] སྟེ་སྟོ་བཟང་བཏུན་པའི་རྒྱལ་མཆོན་དང་སྟོ་བཟང་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་བཅུམས། རྩེ་གསེར་ཁང་པ་སྟོ་བཟང་བཏུན་འཛིན་རྒྱ་མཆོའི་ནམ་ཐར། 【M】 མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་། 1996
- [52] རྣལ་འབྱོར་བ་སངས་རྒྱས་དར་པོ་དང་རྒྱལ་ཐང་བ་བདེ་ཆེན་དོ་རྩེས་བཅུམས། རྟོད་ཆང་བ་མགོན་པོ་དོ་རྩེའི་ནམ་ཐར། 【M】 མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་། 1992
- [53] རུ་ཡེ་ཤེས་མེད་གས་བཅུམས། རུ་ལོ་སྟོ་བའི་ནམ་ཐར། 【M】 མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་། 1989
- [54] ཐུའུ་བཀྲན་ཆོས་ཀྱི་ཉི་མས་བཅུམས། ཐུང་རྒྱ་རྣལ་བའི་དོ་རྩེའི་ནམ་ཐར། 【M】 ཀན་སུའུ་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།



[55] གུན་མཁུན་འཛིགས་མེད་དབང་པོས་བཅམས། གུན་མཁུན་འཇམ་དབྱངས་བཞད་པའི་ནམ་ཐར། 【M】 གན་སྤུ་མི་  
རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་། 1987

### སྐྱེའོགས་ཀྱི་སྒྲུབ་

[56] མཁན་ཆེན་ཚུལ་ཁྲིམས་སྒྲོ་གྲོས་ཀྱིས་བཅམས། ཇེས་དོན་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་ནམ་བཞག་བསྟན་པའི་སྟོན་མེ། 【M】  
མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་། 2006

[57] དོན་གྲུབ་རྒྱལ་གྱིས་བཅམས། མཁུར་སྤུའི་ལོ་རྒྱུས་དང་བྱང་ཆོས། 【M】 མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་། 1985

[58] ལྷ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕྱག་ཆེན་པོ་ཇེ་བཅུན་མི་ལ་རས་པའི་ནམ་ཐར་བསྟན་རིས་ངོ་

མཚར་དང་པའི་མེལ་དང་། མཆོ་སྟོན་ནང་བསྟན་རིག་གནས་ཞབས་འདེགས་ཁང་གིས་འགྲེམ་སྟེལ་བྱས།

[59] ཆོས་རག་གིས་བཅམས། སྟོན་མངའ་རིས་ཀྱི་དགོན་ལྗེའི་ལོ་རྒྱུས་དག་གསལ་མཐོང་བའི་མེལ་དང་། 【M】 བོད་ལྗོངས་  
མི་དམངས་དཔེ་སྟུན་ཁང་། 1999

[60] ཁང་དཀར་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱིས་བཅམས། རྒྱ་གར་ཚད་མ་རིག་པའི་ལྷ་གྲུབ་འཕེལ་རིམ་དང་ཚད་མ་རིག་པའི་ལོ་རྒྱུས།  
【M】 གངས་ལྗོངས་ནང་རིག་མཐུན་ཆོགས། 2004

[61] རེབ་གོང་བ་དགེ་འདུན་རབ་གསལ་གྱིས་བཅམས། བོད་ཀྱི་ཚུལ་རིག་གི་བྱུང་བ་བརྗོད་པ་རབ་གསལ་མེལ་དང་། 【M】  
ཀན་སྤུ་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་། 2003

[62] ཐགས་ལ་སྣང་། ཐ་བཞིན། 【M】 མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་། 1982

[63] བཤད་སྒྲུབ་དབང་ཕྱག་རྒྱལ་པོས་བཅམས། བསམ་ཡས་དཀར་ཆག་དང་པའི་སྒོ་འབྲེད། 【M】 བོད་ལྗོངས་བོད་  
ཡིག་དཔེ་རྒྱུ་དཔེ་སྟུན་ཁང་། 2000

[64] ལྷ་སྒྲུ་རྩལ་པའི་རྗེ་ཆེས་བཅམས། གྲུབ་མཐའ་ལུབ་བསྟན་ལྷན་པོའི་མཛེས་རྒྱ། 【M】 གྲུང་གོའི་བོད་རིག་པའི་  
དཔེ་སྟུན་ཁང་། 1989

[65] ཇེ་ལམ་རིམ་པས་བཅམས། ཕྱག་ཆེན་ཁྲིད་ཡིག་བསྟུས་པ་ཡིད་ཀྱི་ཐུན་སེལ། (གསུང་ཚུལ་བོད་གསུམ་པ།) 【M】 གན་  
སྤུ་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་། 1997

[66] དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱིས་བཅམས་པར་གྲགས། འཛམ་གླིང་རྒྱས་བཤད། (མཁས་དབང་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་  
ཀྱི་གསར་རྟེན་གསུང་ཚུལ།) 【M】 ཞང་ཀང་གི་ལིང་དཔེ་སྟུན་ཁང་། 2002

[67] དོན་གྲུབ་རྒྱལ་གྱིས་བཅམས། མི་ལ་རས་པའི་ནམ་ཐར་གྱི་ཚུལ་པ་པོའི་ལོ་རྒྱུས། (བོད་གསུམ་པ།) 【M】 མི་རིགས་  
དཔེ་སྟུན་ཁང་། 1997

[68] ཉོར་ཁང་བསོད་ནམས་དཔལ་འབར་གྱིས་བཅམས། བོད་ཀྱི་ཚུལ་རིག་རིག་གཞུང་གི་ཚུལ་འབྲི་སྟེལ་འཕེལ་རིམ་དང་  
བྱང་ཆོས་སྒྲོར་གྱི་བཤད་པ་མདོར་བསྟུས། (ཉོར་ཁང་བསོད་ནམས་དཔལ་འབར་གྱི་གསུང་ཚུལ་ཕྱགས་བསྒྲིགས།) 【M】  
གྲུང་གོའི་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་དཔེ་སྟུན་ཁང་། 1999

[69] མཁས་གྲུབ་ནོར་བཟང་རྒྱ་མཆོས་བཅམས། བཀའ་དགོངས་པ་གཅིག་སྟེབ། 【M】 ཤིང་དཔར།

[70] གྲུང་ཐང་བསྟན་པའི་སྟོན་མེས་བཅམས། ཇེ་བཅུན་མི་ལའི་ཞལ་གདམས་འགྲེལ་བའི་དགོངས་རྒྱ། 【M】 2006

[71] སོག་རྒྱུག་པ་སྒྲོ་གྲོས་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་བཅམས། གསང་སྟགས་མ་འབྱུར་ལ་བོད་དུ་ཚོད་པ་སྟེར་བྱུང་བ་ནམས་ཀྱི་  
ལན་དུ་བརྗོད་པ་ཇེས་པ་དོན་གྱི་འབྲུག་སྟེ། 【M】 སེ་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་། 1997

[72] སེར་ཇེ་བཅུན་ཚོས་ཀྱི་ཀྱལ་མཚན་གྱིས་བཅམས། གསུང་ལན་སྤྱི་བུ་དགོངས་ཀྱི། (དགག་ལན་ཕྱོགས་བསྒྲིགས།) 【M】 སེ་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 1997

[73] དབལ་མང་དགོན་མཚོག་ཀྱལ་མཚན་གྱིས་བཅམས། བདེན་གཏམ་སྤྱི་ཇེ་རོལ་མཚོ་ལས་བྱུང་བ་ས་རྟིང་བཀའ་བརྒྱུད་སྐུགས་ཀྱི་ཁྱད་པར་མགོ་སྒྲིམ་ཙམ་མུ་རྟིའི་རྒྱངས་འབོད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་བྱ་གཏོང་སྟན་སྟོན་བདུད་ཚིའི་བསང་གཏོར། (དགག་ལན་ཕྱོགས་བསྒྲིགས།) 【M】 སེ་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 1997

[74] ཀྱལ་སྤྱི་ཐོགས་མེད་རྟུགས་པས་བཅམས། ཕྱག་ཆེན་ལྷན་ཅིག་སྟེས་སྦྱོར་གྱི་ཁྲིད། 【M】 བཀའ་གདམས་གསུང་རབ།

[75] ཞང་སྟོན་བཟུན་པ་རྒྱ་མཚོས་བཅམས། མི་ལའི་མཁུར་གྱི་འབྲེལ་བ། 【M】 (ཞང་སྟོན་བཟུན་པ་རྒྱ་མཚོའི་གསུང་འབུམ་དུ་བཞུགས།) ཤིང་དཔར།

[76] འབྲི་གུང་བཟུན་འཛིན་པ་དམའི་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་བཅམས། འབྲི་གུང་གདན་རབས་གསེར་ཤེང་། 【M】 བོད་སྤྱི་ཇེ་བོད་བོད་ཡིག་དཔེ་རྟིང་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 1989

[77] ཇེ་པད་མ་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་བཅམས། དེས་དོན་བཟུན་པའི་སྤྱི་བོ་མགོན་པོ་འབྲི་གུང་བཞེན་པོའི་གདན་རབས་ཚོས་ཀྱི་བྱུང་ཚུལ་གསེར་གྱི་ཤེང་བ། འབྲི་གུང་བཀའ་བརྒྱུད་ཚོས་མཛོད་དུ་བཞུགས། (པོད་ཉེ) 【M】 ཤིང་དཔར།

[78] གོར་བས་པ་བསོད་ནམས་སེང་གེས་བཅམས། ལྷ་བའི་ཤན་འབྱེད་ཐོག་མཚོག་གནད་ཀྱི་རྒྱ་ཟེར། 【M】 ཤིང་དཔར།

[79] དག་དབང་ཀུན་དགའ་བསོད་ནམས་ཀྱིས་བཅམས། ས་སྤྱིའི་གདུང་རབས་ངོ་མཚར་བང་མཛོད། 【M】 མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 1986

[80] རྒྱ་སྟོན་ཀུན་དགའ་བཙོན་འབྲས་ཀྱི་སྤྱུར། ཞུ་ལོ་ལྷོ་བས་ལེགས་པར་འབྱུར། བྱལ་ཆེན་བརྒྱུད་བཅུའི་གསུང་སྒྲོས་དོན་གསལ་ཐོག་ལེ་དག་པའི་ཤེང་བ། ཤོག་ལྷེ་ཉེ་ཤུ་བྱོན།

[81] རྒྱ་སྟོན་ཀུན་དགའ་བཙོན་འབྲས་ཀྱི་སྤྱུར། ཞུ་ལོ་ལྷོ་བས་ལེགས་པར་འབྱུར། བྱལ་ཆེན་བརྒྱུད་བཅུ་ཙུའི་གསོལ་འདེབས། ཤོག་ལྷེ་བཅུ་དྲུག་བྱོན།

[82] ཇེ་ཚོང་ཁ་པས་བཅམས། ཟབ་ལམ་རྒྱ་རོའི་ཚོས་དྲུག་གི་སྟོན་མཁའ་ཁྲིད་པའི་རིམ་པ་ཡིད་ཆེས་གསུམ་ལྷན། (གསུང་འབུམ་པོད་ཉེ་བ།) 【M】 མཚོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 1999

[83] ཀུམ་ཐོག་རིག་འཛིན་ཆོད་བང་ནོར་བུས་བཅམས། ལྷ་ཇེ་མཉམ་མེད་རྒྱ་འོད་གཞོན་ལུས་བཀའ་བརྒྱུད་ཕྱག་ཆེན་གདམས་པ་ཅི་ཙམ་ནོད་པའི་རྟོགས་བཛོད་ལེགས་བཤད་རིན་ཆེན་འབྱུང་ཁུངས། (གསུང་ཚོམ་སྟོད་ཆ།) 【M】 གྲུང་གོའི་བོད་རིག་པའི་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 2006

[84] ཀུམ་ཐོག་རིག་འཛིན་ཆོད་བང་ནོར་བུས་བཅམས། ཀྱལ་བའི་བཟུན་པ་རིན་པོ་ཆེ་བྱང་ཕྱོགས་སུ་འབྱུང་བའི་ཆ་ལག་བོད་ཇེ་ལྷ་བཙན་པོའི་གདུང་རབས་ཚོག་ཀྱང་དོན་གསལ་ཡིད་ཀྱི་མེལ་ད། (ཀུམ་ཐོག་རིག་འཛིན་ཆོད་བང་ནོར་བུའི་བཀའ་འབུམ། སྤྲད་ཆ།) 【M】 གྲུང་གོའི་བོད་རིག་པ་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 2006

[85] ཀུམ་ཐོག་རིག་འཛིན་ཆོད་བང་ནོར་བུས་བཅམས། བོད་ཇེ་ལྷ་བཙན་པོའི་གདུང་རབས་མངའ་འི་(རིས) སྤྲད་གུང་ཐང་དུ་ཇེ་ལྷ་བྱུང་བའི་ཚུལ་དེབ་གཏོར་(ཐེར) དྲངས་ཤེལ་འབྲུལ་གྱི་མེལ་ད། (ཀུམ་ཐོག་རིག་འཛིན་ཆོད་བང་ནོར་བུའི་བཀའ་འབུམ། སྤྲད་ཆ།) 【M】 གྲུང་གོའི་བོད་རིག་པའི་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 2006

[86] ཀུམ་ཐོག་རིག་འཛིན་ཆོད་བང་ནོར་བུས་བཅམས། མར་མི་དྲུགས་པོ་ཇོ་པོ་ཇེ་ཡབ་སྤྱིས་སྐགས་དམ་པ་འགའ་ཞིག་གི་ཆམ་ཐར་ས་བོན་དུས་ཀྱི་དེས་པ་བཛོད་པ་དག་ལྷན་ཀྱང་གསལ། (ཀུམ་ཐོག་རིག་འཛིན་ཆོད་བང་ནོར་བུའི་བཀའ་འབུམ། སྤྲད་ཆ།) 【M】 གྲུང་གོའི་བོད་རིག་པའི་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 2006

[87] སྟན་དགོན་སྤྱལ་སྤྱུ་གསུང་རབ་པས་བཅམས། གསང་སྤྱགས་གསར་རྟིང་གི་ལྷ་བ་གཅིག་ཏུ་སྤྱུབ་པའི་དག་སྤང་ནོར་

བུའི་མེ་ལོང་། (སྟན་དགོན་སྤུལ་སྤྱུག་གསུང་རབ་པའི་གསུང་ཚྭ་གཅེས་བསྒྲིགས།) 【M】 མཚོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་།

1996

[88] རྟོ་ཞི་རིན་པོ་ཆེས་བཅམས། སྟན་ངག་སྒྲིན་གྱི་པོ་ཉའི་འགྲེལ་བ་ཀུན་དའི་ཟླ་བེད། 【M】 ཀན་སུ་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 2003

[89] དབལ་མང་པ་རྒྱུས་བཅམས། སྤྲ་བྱང་བཟ་ཤེས་འབྱེལ་གྱི་གདན་རབས་ལྟའི་རྩ་ཆེན། 【M】 ཀན་སུ་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 1987

[90] རྟོ་ཞི་རིན་པོ་ཆེས་བཅམས། སྟན་ཆོག་རིག་པའི་ཤེས་བྱ་གནས་བསྟུས་གྱི་བཤད་སྒྲུར་ཚྭ་རིག་འཇུག་སྟོ། 【M】 ཀན་སུ་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 2004

[91] ཡབ་རྩེ་སྤྲ་ལྟལ་ལུན་ཀྱ་མཚོས་བཅམས། རྩ་རྩོམ་དྲུག་གི་ཁྲིད་གྲུབ་པའི་མཛེས་ཀྱན། (གསུང་འབུམ་པོད་གསུམ་པ།) 【M】 ཀན་སུ་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 1999

[92] དགོ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱིས་བཅམས། རྒྱལ་ཁམས་རིག་པས་བསྐྱར་བའི་གཏམ་རྒྱུད་གསེར་གྱི་ཐང་མ། (གསུང་ཚྭ་པོད་དང་པོ་དང་གཉིས་པ།) 【M】 བོད་སྡེ་དང་པོ་དཔྱད་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 1994

[93] བཟ་ཤེས་ཉེམས་བསྒྲིགས། དམངས་སྟུ། 【C】

[94] དམངས་གཞས་ཕྱོགས་བསྒྲིགས། བོད་སྡེ་དང་པོ་དཔྱད་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 【C】

[95] མངའ་རིས་ས་ཁུལ་རིག་གནས་རྒྱུད་བསྒྲིགས་བརྟན་འཕྲིན་ཅུད་ཀྱིས་སྒྲིག་ཞབ་ཞུང་མིང་པའི་གོ་འཇུག། 【C】 བོད་སྡེ་དང་པོ་དཔྱད་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 1995

[96] འགོས་ཆོས་གྲུབ་ཀྱིས་བསྟུར། མཛངས་སྒྲུབ་ཞེས་བྱ་བའི་མདོ། མཚོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 1991

[97] རྒྱལ་བོ་ཁྲི་སྤྱོད་ལྟེ་བཅན་གྱིས་བཅམས། བཀའ་ཡང་དག་པའི་ཆོད་མ་ལས་མདོ་བཏུས་པ། (བསྟན་འཇུག་དེབ་བརྒྱ་དང་བཅོ་ལྔ་བ།) 【M】 གྲུང་གོའི་བོད་རིག་པ་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 2004

[98] ལྷོ་སེ་ཉམས་བཅམས། ཤེར་སྟོང་འགྲེལ་བ་ཐུགས་སུ་འགྲེལ་བ། (བསྟན་འཇུག་དེབ་བརྒྱ་དང་བཅོ་ལྔ་བ།) 【M】 གྲུང་གོའི་བོད་རིག་པ་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 2004

[99] བེ་རོ་ཅ་ནས་བཅམས། རིན་པོ་ཆེ་ཚོད་པའི་འཁོར་ལོ། (བསྟན་འཇུག་དེབ་བརྒྱ་དང་བཅོ་ལྔ་བ།) 【M】 གྲུང་གོའི་བོད་རིག་པ་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 2004

[100] བཅུན་པ་དཔལ་དབྱངས་ཀྱིས་བཅམས། གཅེས་པ་བསྟུས་པའི་འཕྲིན་ཡིག་བོད་རྩི་འབངས་ལ་བརྒྱུད་པ། (བསྟན་འཇུག་དེབ་བརྒྱ་དང་བཅོ་ལྔ་བ།) 【M】 གྲུང་གོའི་བོད་རིག་པ་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 2004

[101] སྤྲ་བ་དཔལ་བརྟེན་གྱིས་བཅམས། ལྟ་བའི་རིམ་པ་བཤད་པ། (བསྟན་འཇུག་དེབ་བརྒྱ་དང་བཅོ་ལྔ་བ།) 【M】 གྲུང་གོའི་བོད་རིག་པ་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 2004

[102] མཁན་པོ་དཔལ་བརྟེན་གྱིས་བཅམས། གསུང་རབ་རིན་པོ་ཆའི་གཏམ་རྒྱུད་དང་ཤུག་འེལ་རབས་རྒྱུད། (བསྟན་འཇུག་དེབ་བརྒྱ་དང་བཅོ་ལྔ་བ།) 【M】 གྲུང་གོའི་བོད་རིག་པ་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 2004

[103] རྒྱུང་དཀར་སྒོ་བཟང་འཕྲིན་ལས་ཀྱིས་བཅམས། ཆོས་དང་འཛིན་ཉེན་གཉིས་མཐུན་དང་མི་མཐུན་སྐྱོར་ལས་འཕྲོས་པའི་གཏམ་སྟེང་། (གསུང་ཚྭ་པོད་ཅ་བ།) 【M】 མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 2004

[104] རྒྱུང་དཀར་སྒོ་བཟང་འཕྲིན་ལས་ཀྱིས་བཅམས། བོད་ཀྱི་བཀའ་བཀོད་རྒྱུད་འཛིན་ཞིང་བཟ་ལམ་ལུགས་ཀྱི་འཕེལ་འཇུག་དང་སྤྲད་ཕྱིན་གྱི་ལས་དོན་སྐྱོར་སྟེང་། (གསུང་ཚྭ་པོད་ཅ་བ།) 【M】 མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 2004

[105] རྒྱུང་དཀར་སྒོ་བཟང་འཕྲིན་ལས་ཀྱིས་བཅམས། དབུ་མའི་སྐྱོར་གྱི་དོགས་གཅོད་སྣ་ཆོགས། (གསུང་ཚྭ་པོད་ཅ་བ།)

【M】མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 2004

[106] རོན་གྲུབ་ལྷ་རྒྱལ་གྱིས་བསྟར། ཕྱི་སྤྱིང་བས་བོན་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པའི་དཔུང་ཚོམ་བདམས་བསྟར། 【C】 གྲུང་གོ་འི་བོད་རིག་པ་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 2005

[107] མང་ཐོས་ལྷ་རྒྱུ་རྒྱ་མཆོས་བཅམས། བསྟན་ཆེས་གསལ་བའི་ཉིན་བྱེད། 【M】 བོད་ཚྱངས་མི་དམངས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 1987

[108] འབྲི་གུང་བསྟན་འཛིན་པད་མའི་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་བཅམས། འབྲི་གུང་གདན་རབས་གསེར་མེད། 【M】 བོད་ཚྱངས་བོད་ཡིག་དཔེ་རྙིང་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 1989

[109] རྩ་དཔལ་རྒྱལ་གྱིས་བཅམས། དཔལ་རྒྱལ་སྟན་ཚོམ་གཅིས་བསྟར། 【M】 སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 1992

[110] རོན་པ་ཏཱ་ར་ན་ཐས་བཅམས། བྱང་ཡུལ་སྟོང་སྤང་བར་གསུམ་གྱི་ངོ་མཆར་གཏམ་གྱི་ལེགས་བཤད་མཁས་པའི་འཇུག་རོགས། 【M】 བོད་ཚྱངས་མི་དམངས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 1983

[111] ཞང་ཞུང་ཆོས་དབང་གྲགས་པས་བཅམས། རྣལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕྱག་མིལ་བཞད་པའི་དོ་རྩེས་རས་རྩུང་རྩོར་བྲག་ལ་གདམས་པའི་གསང་བའི་མཁུར་དྲུག་གི་དབང་བཤད་པ། (གསུང་འབྲུམ་པོད་ཅུ་ཤོག་ལྗེ་བ་བཅུ་གཅིག་བྱོན།

[112] རྒྱལ་དབང་སྐལ་བཟང་རྒྱ་མཆོས་བཅམས། རྩེ་མིལ་ར་བཞེན་པའི་ཐུན་དྲུག་གི་ཉམས་ལེན་དང་འབྲེལ་བ། (གསུང་འབྲུམ་པོད་ཅུ་ཤོག་ལྗེ་བ་བཅུ་གཅིག་བྱོན།

[113] རྒྱལ་དབང་ལུ་བ་ཆེན་མོས་བཅམས། གཤིན་རྩེ་གཟའ་གདོང་དམར་ནག་གི་ལག་ལེན་སྒོ་འབྱེད་ལྗེ་མིག་(གསུང་འབྲུམ་པོད་ཅུ་ཤོག་ལྗེ་བ་བཅུ་གཅིག་བྱོན།

[114] རྒྱལ་དབང་ལུ་བ་ཆེན་མོས་བཅམས། གཤིན་རྩེ་གཟའ་གདོང་དམར་ནག་གི་ལས་བྱང་མ་ཡིག་དང་བྱ་ཡིག་ཏུ་མི་གསལ་བའི་ཁ་བྱང་བདུད་དཔུང་སྟོང་ཆ་འདར་བའི་ང་རོ། (གསུང་འབྲུམ་པོད་ཅུ་ཤོག་ལྗེ་བ་བཅུ་གཅིག་བྱོན།

[115] པཎ་ཆེན་སྒོ་བཟང་ཆོས་རྒྱལ་གྱིས་བཅམས། གྲུབ་པའི་དབང་ཕྱག་མིལ་ལ་བཞེན་པའི་རྣལ་འབྱོར་དང་རྣམ་ཐར་དུ་མ་རྒྱུད་པའི་གསུང་མཁུར་རྣམས། (གསུང་འབྲུམ་པོད་ལྷི།) ཤོག་ལྗེ་བ་བཅུ་གཅིག་བྱོན།

[116] ཨ་ཁུང་རྒྱལ་སྤྱང་ག་དབང་མཁུན་རབ་བཟང་པོས་བཅམས། རྩེ་མིལ་བཞད་པའི་དོ་རྩེས་རྩེ་མིལ་བཞེན་པའི་སྤྲུལ་མའི་རྣལ་འབྱོར། (གསུང་འབྲུམ་པོད་ཀ) ཤོག་ལྗེ་བ་བཅུ་གཅིག་བྱོན།

### སྤྱང་གི་སྒྲིབ་པ་

[117] ཉོར་སྤྱིང་གཡུལ་འབྱེད། མཆོ་རྒྱལ་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 1997

[118] ཏྲ་རྒྱལ་རྒྱལ་འཛོག་ ཀན་སུའུ་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 1981

[119] སྤག་པོ་ལེ་ཁྲིའི་རྟ་རྩོད། སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 1990

[120] མངའ་རིས་གསེར་རྩོད། སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 1981

[121] ཁྱུང་ཆ་སྟེན་ལུ་འདུལ་བའི་དྲག་པོའི་གཡུལ་འབྱེད། མཆོ་རྒྱལ་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 1990

[122] ལྷ་སྤྱིང་གལ་ཅེ་དགྲ་སྒྲིབ། མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 1998

[123] འབྲུངས་སྒྲིབ། ཀན་སུའུ་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 1981

[124] རྩེ་ར་ར་རྩོད། བོད་ཚྱངས་མི་དམངས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 2003

### ལམ་རིམ་གྱི་སྒྲིབ་པ་

[125] མ་ཉམ་མེད་དྲགས་པོ་ལྷ་རྩེས་བཅམས། ལམ་རིམ་ཐར་རྒྱན། 【M】 སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་། 2007

[126] ཉོག་ཀྲུའི་བཅེ་བཞག་གིས་བཅམས། ལམ་རིམ་ཆེན་མོའི་ཟེན་བྲིས་དམ་པའི་མན་ངག་ཐན་བདེའི་དཔལ་སྟེར། (ཨ་

- རིག་དགོ་བཤེས་ཆེན་མོ་ཡབ་སྐུ་གྱི་གསུང་འབུམ། 【M】 སེ་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། 2006
- [127] དགོ་བཤེས་པོ་རྟོ་བ་སྐོས་ཀྱིས་བཅུམས། བཀའ་གདམས་ཀྱི་མན་ངག་བེའུ་ཚྭ་ཆ་འགྲེལ། (གངས་ཅན་རིགས་བརྒྱའི་སློ་འབྲེད་ལྷེ་མིག་དེབ་གྲངས་བརྒྱ་དྲུག་པ།) 【M】 མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། 1991. 08. 05
- [128] རྩེ་ལམ་རིམ་པས་བཅུམས། ལམ་རིམ་བེན་བྲིས་མཁས་པའི་ཡིད་འཕྲོག་ (རྩེ་ལམ་རིམ་པའི་གསུང་འབུམ་པོད་དང་པོ།) 【M】 ཀན་སུ་ཁུ་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། 1997
- [129] ཁྱི་བྱང་རིན་པོ་ཆེས་བཅུམས། ལམ་རིམ་རྩམ་གྲུ་ལ་ལག་བཅངས། 【M】 སེ་ར་ཐེག་ཆེན་གླིང་། 2006
- [130] རྒྱལ་དབང་བསྐྱོད་ནམས་རྒྱ་མཆོས་བཅུམས། ལམ་རིམ་གསེར་ཁྱུ་མ། 【M】 ཤིང་དཔར།
- [131] པཎ་ཆེན་སློ་བཟང་ཆོས་རྒྱན་གྱིས་བཅུམས། བདེ་ལམ། 【M】 ཤིང་དཔར།
- [132] རྩེ་བཅུན་སློ་བཟང་ཡེ་ཤེས་གྱིས་བཅུམས། བདེ་ལམ་འགྲེལ་བ་ལྷུར་ལམ། 【M】 ཤིང་དཔར།
- [133] ལྷ་དམར་བསྐྱེད་སྐྱེས་བཅུམས། བྱང་ཆུབ་བདེ་ལམ་གྱི་ཁྲིད་དམིགས་སྦྱོར་ཆུལ་ཤིན་ཏུ་གསལ་བར་བཀོད་པ་དགོ་ལེགས་འོད་སྣང་འགྲེད་པའི་ཉིན་བྱེད། 【M】 ཤིང་དཔར།
- [134] ཁ་སྐང་འཕྲིན་ལས་རྒྱ་མཆོས་བཅུམས། ལྷ་དམར་ལམ་རིམ་གྱི་བེན་བྲིས་ལམ་བཟང་གསལ་བའི་དཔལ་ལྷེར། 【M】 ཤིང་དཔར།
- [135] ཨ་རོལ་ལུང་རྟོགས་བཏུན་པའི་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་བཅུམས། བྱང་ཆུབ་བདེ་ལམ་གྱི་དམིགས་ཁྲིད་རྩ་མཆར་འོད་གྱི་དྲ་བ་སློ་བའི་ཉི་ཟླའི་སྣང་བ་སློ་ལུན་སེལ་བའི་རྒྱལ། 【M】 ཤིང་དཔར།
- [136] མར་ནང་འཇིགས་མེད་དམ་ཆོས་རྒྱ་མཆོས་བཅུམས། ལམ་རིམ་བརྩེད་བྱང་ཆེན་མོ། 【M】 གྲུང་གོའི་བོད་རིག་པ་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། 2007
- [137] ཆོ་ཏན་འབས་བྱུང་གིས་བཅུམས། ལམ་རིམ་བརྩེད་བྱང་། (གསུང་འབུམ་པོད་)
- 【M】 མཆོ་སློན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།
- [138] རྩེ་ཤར་གདོང་སློ་བཟང་བཤད་སྐྱབ་རྒྱ་མཆོས་བཅུམས། ལམ་རིམ་ཆེན་མོའི་བཤད་ཁྲིད་སློ་བཟང་རྒྱལ་བའི་དགོངས་རྒྱལ། (གསུང་འབུམ་པོད་དང་པོ།) 【M】 མཆོ་སློན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། 1998
- [139] ཀེའུ་ཆང་འཇམ་དབྱངས་སློན་ལམ་གྱིས་བཅུམས། བྱང་ཆུབ་རིམ་གྱི་རིམ་པ་ཆུང་དུའི་བེན་བྲིས་སློ་གསལ་རྒྱ་མཆོའི་འཇུག་ངོགས། 【M】 སེར་གཙུག་ནང་བཏུན་དཔེ་རྟེན་འཆོལ་བ་ལྷུ་ཕྱགས་སྒྲིག་ཁང་།
- [140] རྩེ་ལམ་རིམ་པས་བཅུམས། ལམ་སློན་གྱི་འགྲེལ་བ་ཡིད་གྱི་སྒྲིགས་བྲ། (རྩེ་ལམ་རིམ་པའི་གསུང་འབུམ་པོད་དང་པོ།) 【M】 ཀན་སུ་ཁུ་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། 1997

### དཀར་ཆག་གི་སྐོར།

- [141] བཅུན་པ་ཆུལ་ཁྲིམས་རིན་ཆེན་གྱིས་བཅུམས། རྩེ་དགོ་བཏུན་འགྱུར་དཀར་ཆག་ བོད་ལྗངས་མི་དམངས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། 1985
- [142] སེ་རྒྱ་ཆོས་གྱི་འབྱུང་གནས་གྱིས་བཅུམས། རྩེ་དགོའི་བཀའ་འགྱུར་དཀར་ཆག་ སེ་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། 1988
- [143] གུན་མཁྱེན་འཇིགས་མེད་དབང་བོས་བཅུམས། ཅོ་ཞེའི་བཏུན་འགྱུར་དཀར་ཆག་ ཀན་སུ་ཁུ་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། 1986
- [144] དཀར་ཆག་འཕང་ཐང་མ། བོད་ལྗངས་རྟེན་རྩལ་བཤམས་མཛོད་ཁང་ནས་བསྒྲིགས། 2003

### དཔལ་ཆོས་ཀྱི་སྐོར།

- [145] རྣམ་མཁའ་འོ་རྩེ་བྱས་བཅའ་སྒྲིག་ཆོས་ཀྱི་འཕེལ་འགྲེལ་(རྣམ་མཁའ་འོ་རྩེ་བྱས་པའི་གསུང་ཆོས་ཀྱི་འཕེལ་འགྲེལ་བསྒྲིག་སྒྲིག་པ་)
- 【M】 གྲུང་ཤོ་འཛིན་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་དཔེ་སྟེན་ལང་། 1994
- [146] མཁའ་མེད་བསམ་གཏན་གྱིས་བཅའ་སྒྲིག་ ཅུས་རབས་བཅུ་བ་ནས་བཅུ་གསུམ་པའི་བར་གྱི་རྒྱུ་ཆོས་ཆེན་ལུགས་ཀྱི་གནས་བབ་ལ་དཔྱད་པ། 【M】 བོད་ཡུལ་ཞིབ་འཇུག་ 2003. 4
- [147] གུན་དགའ་དབང་ཕུག་ བཅོམ་ལུ་འདས་ཆེ་བཅུན་བཞད་པའི་དོ་རྩེ་ལ་བསྟོད་པའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་ཀ་ལ་ཕི་ཀླའི་སྒྲ་དབྱངས་ཀྱི་འགྲེལ་བ་ཆེ་བཅུན་དཔྱད་པའི་མཆོད་སྒྲིག་། 【J】 མཆོ་སྟོན་དགེ་ཐོན་སྒྲོ་བཞུགས་མི་རིགས་དགེ་ཐོན་སྒྲོ་བ་མིང་གི་རིག་གཞུང་ཅུས་དེབ། 2005. 2
- [148] ཤལ་བཞོད་ནམས། མི་ལའི་མཁུར་མ་དང་སྐལ་ལྷན་མཁུར་མ་གཉིས་བསྐྱར་ནས་དཔྱད་པ། 【J】 བོད་ཡུལ་ཞིབ་འཇུག་ 2006. 1
- [149] མཁའ་མེད་བསམ་གཏན་ཀྱིས་མཆོད་ཀྱིས་བཅའ་སྒྲིག་ དོན་གྲུབ་ལྟ་བུའི་གྱིས་བསྐྱར། ཅུས་རབས་བཅུ་བ་ནས་བཅུ་གསུམ་པའི་བར་གྱི་རྒྱུ་ཆོས་ཆེན་ལུགས་ཀྱི་གནས་བབ་ལ་དཔྱད་པ། 【M】 བོད་ཡུལ་ཞིབ་འཇུག་ 2003. 4
- [150] ཤལ་བཞོད་ནམས། ཆེ་བཅུན་མི་ལ་རས་པའི་མཁུར་འབྲུམ་ལ་ཆེ་མོད་ཅམ་དཔྱད་པ། 【J】 བོད་ཡུལ་ཞིབ་འཇུག་ 2005. 2
- [151] གཉལ་བཀྲ་ཤིས་ལུན་ཆོགས། དམངས་ཁྲོད་ཆོས་ཡིག་དང་མི་ལའི་ནམ་ཐར་བར་གྱི་འབྲེལ་བ་རགས་ཅམ་དཔྱད་པ། 【J】 གངས་རྒྱུ་ལུགས་རིག་གནས། 2006. 3
- [152] ཤལ་བཞོད་ཆེ། མི་ལའི་འགྱར་འབྲུམ་ལས་འཕྲོས་པའི་གནད་དོན་འགའ་གསར་དུ་སྤྱིང་བ། 【J】 བོད་ཀྱི་སྒྲོ་བ་གསོ། 2007. 1
- [153] བཞོད་སྒྲོ། མི་ལ་རས་པའི་ནམ་ཐར་དང་ཞབས་དཀར་པའི་ནམ་ཐར་གཉིས་བསྐྱར་ནས་རགས་ཅམ་དཔྱད་པ། 【J】 བོད་ཡུལ་ཞིབ་འཇུག་ 1990. 4
- [154] ཆོ་རིང་སྒྲོ་ལ། ཆེ་བཅུན་མི་ལ་རས་པའི་ནམ་ཐར་ལས། བྱང་ཆོད་དཀར་ཀྱན་ལ་རགས་ཅམ་དཔྱད་པ། 【J】 གངས་རྒྱུ་ལུགས་རིག་གནས། 2007. 2
- [155] སྐལ་ཤེས་རབ་བཟང་གི། ཆེ་བཅུན་མི་ལའི་གདུང་ཅུས་སྐར་ལ་དཔྱད་པ། བོད་ཡུལ་ཞིབ་འཇུག་ 2008. 4  
མཁུར་མའི་སྐར།
- [156] ཆེ་བཅུན་མི་ལ་རས་པས་བཅའ་སྒྲིག་ དོ་རྩེ་མཁུར་དུག་【M】 ཤིང་དཔར།
- [157] ཆེ་མི་ལའི་ནམ་མཁུར་འག་ཅིག་ འཕྲི་གྲང་བཀའ་བརྒྱུད་ཆོས་མཛོད་དུ་བཞུགས། (པོ་ད་ཏ) 【M】 ཤིང་དཔར།
- [158] ལྟོ་བཟུང་འཛིན་ཉི་མས་བཅའ་སྒྲིག་ ཆེ་བཅུན་མི་ལའི་གསུང་མཁུར་གཅིས་བསྐྱར་ངེས་དོན་གདམས་ངག་རྣམས་ཆོ། 【M】 2006
- [159] འོད་དཔག་དོ་རྩེས་བཅའ་སྒྲིག་ དཔལ་མི་ལ་རས་པའི་ནམ་ཐར་འགྱར་འབྲུམ་བསམ་ཡས་ལྟ་ལའི་སྒྲ་དབྱངས། 【M】 ཤོ་གཞུབ་བརྒྱུད་དང་བདུན་བྱོན།
- [160] འོད་དཔག་དོ་རྩེས་བཅའ་སྒྲིག་ སྒྲིས་བྱ་རས་རྒྱུད་བཞོ་རྩེ་གྲགས་ཀྱི་ནམ་ཐར་འགྱར་འབྲུམ་སྟེན་པའི་བ་དན་ཆོས་ཀྱི་སྒྲ་དབྱངས། 【M】 ཤོ་གཞུབ་སོ་དགུ་བྱོན།
- [161] འོད་དཔག་དོ་རྩེས་བཅའ་སྒྲིག་ དཔལ་དགས་པོ་སྒྲ་འོད་གཞོན་ཅུའི་ནམ་ཐར་འགྱར་འབྲུམ་འཛམ་གླིང་ཀྱན་ལྷ་གྲགས་པའི་སྒྲ་དབྱངས། 【M】 ཤོ་གཞུབ་བཞི་བཅུ་བྱོན།
- [162] འོད་དཔག་དོ་རྩེས་བཅའ་སྒྲིག་ དཔལ་ཕག་མོ་གྲུབ་པའི་ནམ་ཐར་འགྱར་འབྲུམ་གྲགས་པའི་སྒྲ་དབྱངས། 【M】 ཤོ་ག

ལྗེ་ཉེ་བརྒྱུད་བཞུགས།

[163] འོད་དཔག་དོ་རྩེས་བཅམས། གྲུབ་ཐོབ་སྒྲིང་རས་ཀྱི་ནམ་ཐར་འགྱུར་འབྲུམ་བསྐྱེས་པ་སེང་གཏི་སྒྲ་དབྱངས། 【M】 ཤོག་ལྗེ་ཉེ་བརྒྱུད་བཞུགས།

[164] འོད་དཔག་དོ་རྩེས་བཅམས། ཀའ་ང་པ་རྒྱས་རས་ཀྱི་ནམ་ཐར་འགྱུར་འབྲུམ་ཁྱུ་མཆོག་གི་སྒྲ་དབྱངས། 【M】 ཤོག་ལྗེ་བཙུན་བརྒྱུད་བཞུགས།

[165] འོད་དཔག་དོ་རྩེས་བཅམས། དཔལ་ལྷན་ཚོད་ཆངས་པའི་ནམ་ཐར་འགྱུར་འབྲུམ་རྒྱ་མཆོད་སྒྲ་དབྱངས། 【M】 ཤོག་ལྗེ་སོགས་ལྗེ་བརྒྱུད་བཞུགས།

[166] འོད་དཔག་དོ་རྩེས་བཅམས། རྒྱལ་བ་ཡང་དགོན་པའི་ནམ་ཐར་འགྱུར་འབྲུམ་ཀ་ལ་ཕིང་ཀའི་སྒྲ་དབྱངས། 【M】 ཤོག་ལྗེ་ཉེ་བརྒྱུད་བཞུགས།

[167] ཡབ་རྩེ་སྐལ་ལྷན་རྒྱ་མཆོས་བཅམས། ཡབ་རྩེ་སྐལ་ལྷན་རྒྱ་མཆོད་མཁུར་ལ། 【M】 ཀན་སུ་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱེན་ཁང་།

[168] ཞབས་དཀར་ཆོགས་དྲུག་རང་གོལ་གྱིས་བཅམས། མཁུར་འབྲུམ་(སྟོང་ཆ་སྟོང་ཆ) 【M】 མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱེན་ཁང་། 1987

[169] འོད་དཔག་དོ་རྩེས་བཅམས། རྣལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕྱག་དཔལ་ལྷན་ཉེ་ལོ་པའི་ནམ་ཐར་འགྱུར་འབྲུམ་གྲུབ་པའི་གཏམ་བཟང་ཆངས་པའི་དབྱངས། 【M】 ཤོག་ལྗེ་སོགས་ལྗེ་བརྒྱུད་བཞུགས།

[170] འོད་དཔག་དོ་རྩེས་བཅམས། མངའ་བདག་མར་པ་ལོ་སྟེའི་ནམ་ཐར་འགྱུར་འབྲུམ་བདེ་ཆེན་འབྲུག་སྐྱ་རྣམ་པའི་སྒྲ་དབྱངས། 【M】 ཤོག་ལྗེ་ལྗེ་ལྗེ་བརྒྱུད་བཞུགས།

[171] ཀའ་ང་སྟོན་ཉེ་རུ་ཀས་བསྐྱེགས། རྩེ་བཙུན་མི་ལ་རས་པའི་ནམ་ཐར་ལ། མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱེན་ཁང་། 1981

[172] ཚུམ་པ་པོ་མ་ངེས། འགྱུར་མའི་སྟོང་འབྲུན་ཆེན་ཆོ་མོ། ཤོག་ལྗེ་བཙུན་བརྒྱུད་བཞུགས།

### བསྟོད་ཚུལ་གྱི་སྒྲ་པ།

[173] ལྷ་མོ་ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་ཁྱིམ་གྱིས་བཅམས། མི་ལ་རས་པའི་བསྟོད་པ། འདྲིའི་མ་ཕྱི་བོར།

[174] འབྲི་གྲུང་བ་དོ་རྩེ་འཛིན་པ་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པས་བཅམས། རྩེ་བཙུན་བཞད་པའི་དོ་རྩེ་ལ་བསྟོད་པ་ཡིད་གྱི་ཤིང་ཀྱ།

[175] མཉམ་མེད་དྲུགས་པོ་ལྷ་རྩེས་བཅམས། རྩེ་བཙུན་མི་ལའི་བསྟོད་པ།

[176] ཀུན་མཁྱེན་འཇམ་དབྱངས་བཞད་པ་སྐྱེད་བཞེད་བཞེད་བས་བཅམས། རྩེ་མིང་ལའི་བསྟོད་པ།

[177] བསོད་གྲུང་དབང་ཆོས་ཀྱི་དབང་ཕྱག་གིས་བཅམས། མི་ལ་རྩེའི་བསྟོད་པ།

[178] དགོ་འབྲུན་ཆོས་འཕེལ་གྱིས་བཅམས། མི་ལ་རས་པའི་བསྟོད་པ། དབྱིན་ཡིག་ཏུ་བཅམས།

### (二) 汉文文献:

[1] 王森:《西藏佛教发展史略》【M】，中国社会科学出版社，1997年。

[2] 周炜:《米拉日巴传》的语法特征及比较【M】，中国藏学出版社，2000年。

[3] 措如次郎著，王世镇译注:《藏传佛教噶举派史略》【M】，宗教文化出版社，2002年。

[4] 索南才让:《西藏密教史》【M】，中国社会科学出版社，1998年。

[5] 刘立千:《藏传佛教各教派教义及密宗漫谈》【M】，民族出版社，1997年。

[6] 王志远:《西藏佛教诸派宗义》【M】，今日中国出版社，1995年。

[7] 张永发:《千年吉祥》【M】，中国藏学出版社，1995年。

[8] 褚俊杰、熊文彬、王维强、冯晓平著:《藏族》(民族知识丛书)【C】，民族出版社，1998

[9] 〈意〉图齐著，耿升译:《西藏宗教之旅》【M】，中国藏学出版社，2005年。

[10] 王尧:《诗人，圣者密勒日巴的自然雅趣与性瑜伽观》，藏族四大诗人(密勒日巴、萨迦班智达、宗喀巴、仓央嘉措)合

- 论《西藏文史探微学》 中国藏学出版社。2005
- [11] 多识仁波切:《佛教理论框架》【M】,甘肃民族出版社,2002年。
- [12] (美)伊丽莎白纳珀著,刘宇光译:《藏传佛教中观哲学》【M】,人民出版社,(附录2 噶举派八世噶玛巴 弥觉多杰与格鲁派的中观争论),2006年。
- [13] 最胜子编著:《喜马拉雅大成就者的故事》,民族出版社,2005年。
- [14] 王辅仁:《西藏佛教史略》【M】,青海民族出版社,1987年。
- [15] 于道泉等著:《藏族文学史》【M】,四川民族出版社,1985年。
- [16] 山口瑞凤、光岛督等著,许明银译:《西藏学与西藏佛学》【M】,台北文殊出版社,1985年。
- [17] 瑟尔吞博士(Dr. shelden. 今译谢尔顿)著,甘棠译,徐永昶校:《西藏民间故事》(2册),上海商务印书馆,1937、1939年。
- [18] (意大利)杜齐著,李有义、邓锐龄译:《西藏中世纪史》【M】,北京中国社科院民族所,1980年。
- [19] 石泰安著,耿升译:《西藏的文明》【M】,中国藏学出版社,2005年。
- [20] 周炜:《米拉日巴传》解读
- [21] 刘立千:《米拉日巴传》述评、《刘立千藏学著译文学集. 杂集》【C】,民族出版社,2000年。
- [22] 白玛王杰:《米拉日巴道歌》,佛教哲学思想初探《藏族哲学思想史论集》【M】,民族出版社,1991年。
- [23] 乌力吉巴雅尔:《蒙藏文化关系研究》【M】,中国藏学出版社,2004年。
- [24] 孙林:《藏族史学发展史纲要》【M】,中国藏学出版社,2006年。
- [25] 张澄基:《米拉日巴大师集》(上、中、下)【M】,民族出版社,2000年。
- [26] 张雪梅,秦伟:《米拉日巴传》中的经济社会与宗教社会【J】,西藏大学学报(第十九卷第1期),2004年3月。
- [27] (英)约翰·布洛菲尔德著,耿昇译:《西藏佛教密宗》【M】,中国藏学出版社,2005年。
- [28] 廖光耀:一个独具特色的文学形象——论《米拉日巴传》中的米拉日巴及其形象塑造【J】,西藏民族学院学报,1991年第3期。
- [29] 汤清琦:试析《米拉日巴传》中师徒间的供养问题【J】,西南民族学院学报,1994年第3期。
- [30] 何峰:《米拉日巴》成功的缘由【J】,青海社会科学,1990年第6期。
- [31] 陈立明:《米拉日巴传》与《颇罗鼐传》对比研究【J】,《西藏民族学院学报》社会科学版,1991年第4期(总第48期)
- [32] 曹娅丽:试论藏族仪式剧《米拉日巴劝化记》的流传及其对安多藏戏的影响【J】,青海民族研究,2003年第2期。
- [33] 刘凯:米拉日巴、贡保多吉听法及其他【J】,西北民族学院学报,1993年第2期。
- [34] 周炜:关于《米拉日巴传》形容词的研究和比较【J】,青海民族研究,1999年第3期。
- [35] 当增吉:真实让我走近你——解读《米拉日巴传》【J】,西藏研究,2005年第4期。
- [36] 冯晓平:《米拉日巴道歌》的美学分析【J】,中国藏学,1994年第4期。
- [37] 周炜:藏族助动词 yin 的功能及其比较——关于《米拉日巴传》判断动词的思考【J】,中央民族大学学报,2000年第6期。
- [38] 周炜:藏语话语研究——关于《米拉日巴传》两种衔接手段的分析【J】,中国藏学,2000年第3期。
- [39] 桑吉扎西、申秀逸:伟大的苦行僧·诗人米拉日巴尊者【J】,法音,2008年第10期。
- [40] 周炜:《米拉日巴传》的作格助词与动词的意味【J】,西藏研究,2000年第1期。
- [41] 桑杰坚参著,刘力千译:《米拉日巴传》【M】,四川人民出版社,1986年版。
- [42] 周炜:《米拉日巴》中 vbrel—sgra(VS)的组合关系及其比较【J】,西藏民族学院学报,2000年第1期。
- [43] 攘卓著,克珠群佩译:《米拉日巴传》的作者——乳毕坚金【J】,西藏民族学院学报,1986年第1期。
- [44] 张松操:从《玛尔巴译师传》和《米拉日巴传》看西藏早期封建农奴制社会形态【J】,西藏民族学院学报,1989年第3期。
- [45] (奥地利)希德嘎达·蒂姆巴格:珠峰周边地区格萨尔史诗的来龙去脉(格萨尔学集成)【M】,第4卷,甘肃民族出版社,1990年。



- [46] 王沂暖:《格萨尔王传》中四个疑难问题之我见(格萨尔学集成) 【M】,第5卷,甘肃民族出版社,1990年。
- [47] 王沂暖:《格萨尔王传》中的格萨尔(格萨尔学集成) 【M】,第3卷,甘肃民族出版社,1990年。
- [48] 克珠群佩:西藏佛教文学与佛教对藏族文学的影响,群佩学术论文集【M】,宗教文化出版社,2004年。
- [49] 石硕:《西藏文明东向发展史》【M】,四川人民出版社,1994年。
- [50] (澳大利亚) 乔治·德莱费斯著,苏发祥译:《藏传佛教认识论中的感觉与知觉》【M】,西藏人民出版社,2002年。
- [51] (日本) 西田龙雄著,周炜、王雁译:《藏语的变迁和文字》【M】,西藏人民出版社,2002年。
- [52] G.N. 罗、瑞奇著,迟钰骅译,《蒙古语中的藏语借词》【M】,西藏人民出版社,2002年。
- [53] (美) 巴伯若·尼姆里·阿吉兹, yao 胜德译:《藏边人家—关于三代定日人的真实记录》【M】,西藏人民出版社,2001年。
- [54] 班班多杰:《西藏佛教思想史纲》【M】,上海三联书店出版社,1993年。
- [55] (奥地利) 勒内·德·内贝斯基·沃杰科维茨著,谢继胜译:《西藏的神灵和古怪》【M】,西藏人民出版社,2000年。
- [56] (法) 石泰安著,耿昇译:西藏史诗与说唱艺人的研究【M】,西藏人民出版社,1993年。

### (三) 外文文献:

- [1] 金子英一:《ミラレバ伝の変遷》2003(インド文化と仏教思想の基調と展開)第一巻 2003 山喜房佛書林
- [2] 佐藤道郎:《ミラレバの仏教観》。人間観 ―一<十万歌謡>から<タクキヤ。ドルジェ村の章>の前後篇 (インド思想における人間観)1991 平楽寺書店
- [3] 佐藤道郎:《ミラレバのヨツガの世界》 1990 <岩手大学人文社会科学部紀要>
- [4] 佐藤道郎: 《ミラレバのグルブムにおける婦人の問題》 1991<岩手大学人文社会科学部紀要>
- [5] 佐藤道郎:《ミラレバの真理観》 1993 塚本啓祥教授還暦記念論文 集刊行会
- [6] 佐藤道郎:《ケサル叙事詩と仏教》 ミラレバの視点から 1994 日本西藏学会会報
- [7] 山口瑞鳳:《チベット》 東京大学出版会 1988
- [8] 山口瑞鳳:《チベット仏教思想史》 チベット仏教 1989 第一発行 岩波書店
- [9] 長尾雅人:《チベット仏教概観》 (チベット仏教) 1989 第一発行 岩波書店
- [10] 頼福本宏:《チベットの密教》 (チベット仏教) 1989 第一発行 岩波書店
- [11] 立川武蔵:《カギエ派》 (チベット仏教) 1989 第一発行 岩波書店
- [12] 袴谷憲昭:《チベットにおけるインド仏教の継承》 (チベット仏教) 1989 第一発行 岩波書店

སྤྱི་ཐོག་སྐབས་ཀྱི་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་འབྲས་ལ།

གཅིག་ དབྱེ་ཚོན་འགོད་སྤེལ་བྱས་པ།

1. བོད་ཀྱི་དབྱེ་བཞག་ལ་གསར་དུ་དབྱེ་བ། ཅུབ་བྱང་མི་རིགས་སློབ་ཤྱ་ཆེན་མོའི་རིག་གཞུང་དུས་དེབ། 2008. 2
2. རེབ་གོང་དང་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་མིང་འགའ་ལ་གསར་དུ་དབྱེ་བ། གྲུང་གོའི་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་ 2008. 4
3. བོད་ཀྱི་ཐུར་སྦྱང་ལས་བྱ་གཏོར་གྱི་སྐོར་ལ་ཞིབ་དུ་དབྱེ་བ། བོད་སྦྱང་ལ་ཞིབ་འཇུག་ 2009. 1
4. བོད་ཀྱི་སློབ་གསོ་སློང་བ། བོད་ཀྱི་སློབ་གསོ་ 2008. 4
5. བོད་ཀྱི་ཁྱིམ་སྡུག་སྤྱད་པ། བོད་སྦྱིབ་ཤད་ཀན་སྤྱུ་མི་རིགས་དཔེ་སྟླན་ཁང་། 2008
6. ཇོར་ནི་རིན་པོ་ཆའི་གསུང་བཤད་ཟིན་ཐོ། (སྟོན་སྒྲུབ་) སྤང་ཆར་ 2009. 1. 2
7. བོད་ཀྱི་སློབ་གསོའི་འཕེལ་འགྱུར་སྐོར་ལ་གསར་དུ་དབྱེ་བ། མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་སློབ་ཤྱ་ཆེན་མོའི་རིག་གཞུང་དུས་དེབ། 2009. 1
8. བོད་ཀྱི་ལྷ་ཆོག་སྤྱད་པ། བོད་སྦྱིབ་ཤད་ཀན་སྤྱུ་མི་རིགས་དཔེ་སྟླན་ཁང་། 2008
9. རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་རུས་དང་མཆོན་ལ་གསར་དུ་དབྱེ་བ། ཅུབ་བྱང་མི་རིགས་སློབ་ཤྱ་ཆེན་མོའི་རིག་གཞུང་དུས་དེབ།  
གཉིས། རིག་གཞུང་ཆོག་སྤྱད་པ།
1. 2006 ལོར་མཆོ་སྟོན་དུ་བསྐྱུས་པའི་ཆོད་མ་རིག་པའི་ཆོག་སྤྱད་པའི་བསྟོ་སློང་།

2. 2008 ལོར་ལན་གྱུ་རུ་བསྐྱུས་པའི་མི་རིགས་རྒྱུན་ཡིག་ཡིག་ཚགས་ཉམས་ཞིབ་བཤེ་སྒྲིལ་ཚོགས་འདུ།
3. 2008 ལོར་ལན་གྱུ་རུ་བསྐྱུས་པའི་རྒྱལ་གོའི་ཚད་མ་རིག་པའི་ཚོགས་འདུ།
4. 2008 ལོར་རྒྱལ་གྲོང་རྒྱུ་ཞིབ་འཇུག་སྒྲིལ་གིས་བསྐྱུས་པའི་རྒྱལ་གྲོང་རྒྱུ་འཇུག་བཅའ་ཤེས་ཀྱི་རིག་གནས་དཔྱད་སྒྲིལ་ཚོགས་འདུ།  
གསུམ། ལས་གཞི་བསྐྱབས་པ།
1. 2005—2009 ལོའི་བར་རྒྱལ་ཁབ་རིམ་པའི་སྒྲིལ་བསྐྱུས་སྒྲིལ་ཚད་ཚོགས་པའི་བྱ་བ་གཉེས།
2. 2008 ལོར་རྒྱལ་ཁབ་རིམ་པའི་སྒྲིལ་ཞིབ་ཚོགས་པའི་བྱ་བ་གཉེས།

## 关于学位论文使用授权的声明

本人在导师指导下所完成的论文及相关的作品，知识产权归属西北民族大学。本人完全了解西北民族大学有关保存、使用学位论文的规定，同意学校保存或向国家有关部门或机构送交论文的纸质版和电子版，允许论文被查阅和借阅；本人授权西北民族大学可以将本学位论文的全部或部分内 容编入有关数据库进行检索，可以采用任何复制手段保存和汇编本学位论文。本人离校后发表、使用学位论文或与该论文直接相关的学术论文或成果时，第一署名单位仍然为西北民族大学。

保密论文在解密后应遵守此规定。

论文作者签名：\_\_\_\_\_导师签名：\_\_\_\_\_日期：\_\_\_\_\_

## 原创性声明

本人郑重声明：本人所呈交的学位论文，是在导师的指导下独立进行研究所取得的成果。学位论文中凡引用他人已经发表或未发表的成果、数据、观点等，均已明确注明出处。除文中已经注明引用的内容外，不包含任何其他个人或集体已经发表或撰写过的科研成果。对本文的研究成果做出重要贡献的个人和集体，均已在文中以明确方式标明。

本声明的法律责任由本人承担。

论文作者签名：\_\_\_\_\_日期：\_\_\_\_\_