

ཕ་གོང་ས་མཆོག

ནང་ཆོས་དོ་རྫོད་མེས་ཀྱི་དབུ་ཡོན།

བཀའ་ལློན།

༼ཚཱ་ཤ༽



ཨ་གོང་ས་ཨ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་

མེད་བྱས་རིག་ལུང་ཆེན་མོའི་ཚུལ་ཤིག་ཁང་།

ལྷོང་ས་མཆོག

༡༡། ལྷོང་ལྷོང་ས་ལྷུབས་མཁོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ནས་བོད་
ཕྱག་ན་གཞོན་ནུས་ལ་ལྷུལ་བའི་ནང་ཆོས་རྩོད་མེན་
ཀྱི་དབལ་ཡོན་ཞེས་བྱ་བ་བཟུགས་སོ། །

བཀའ་སློབ།
༼ཆོས༽



ལྷོང་ལྷོང་།
༡༩༠
ལྷུབས་ལྷོང་།
༩༩

ལྷོང་ས་ལྷུབས་མཁོན་ཆེན་པོ་མཆོག

དེབ་ཡང་།

H_KLC203032

ནམ་རྒྱལ་གྲྭ་ཆོས་གི་ཤེས་ཡོན་ལྷན་ཆོག་ས་ཀྱི་ལར་གཞི་རབ་སོར་བཞག་ཡོད།

སེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཀྱིས་སློབ་རྩལ་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་བཅོས།

སེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོས་འབྲེམས་སྟེལ་བྱས།

༡༠༡༥ ལོའི་ཁྲི་ཕྲ་བར་ཚུམ་སློབ་བྱས།

དེབ་ཆད། 15x21

ཡིག་ཆད། 14

ཡིག་གངས། 235,127

ང་ཆོའི་དྲ་ཆིགས་ཀྱི་ཁ་བྱང་།

www.serajeyrigzodchenmo.org

ང་ཆོའི་ཡིག་སྒྲམ།

serajeyrigzodchenmo@gmail.com

གསལ་བཤད།

འགོང་ས་འཕྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་བཀའ་ཚིམ་དང་བཀའ་ཁྲིད་སོགས་དང་འགོང་
ས་མཆོག་དང་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་བྱ་གཞི་དེབ་ཁག །རང་རིགས་སྤྱན་རློན་ཀྱིས་སྤྱན་མོང་དུ་ལོངས་སྤྱོད་
བྱ་བ་ཆེད་རྒྱབ་ལ་བཞེས་བསྐྱར་དང་། དེབ་གཟུགས་གསར་བསྐྱིགས་བྱས་པ་མ་གཏོགས་མ་ཕྱི་རང་
སོར་བཞག་ཡོད་ལ། ལྷ་སློབ་པ་སོགས་བྱ་གཞི་དེབ་ནང་དུ་གསལ་བ་ལྟར་བོ།

༡༡། །ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༣ ལྷ་ ༥ ཚེས་ ༢༥ དང་ ༢༦ ཉིན་སྤྱི་ནོར་
ཡལོང་ས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ནས་བོད་ཕྱག་ན་
གཞོན་ནམས་ལ་ལེགས་བཤད་སྒྲོ་གསར་མིག་འབྱེད་
ཀྱི་བཀའ་བྲིད་སྦྱལ་བའི་ནང་ཚས་ངོ་སྤྱོད་
སེམས་ཀྱི་དབལ་ཡོན་ཞེས་བ་
བཞུགས་སོ། །

ཡིག་ཐོག་སབ་བསྐྱ་བ། རྣམ་གྲུ་ཐུབ་བསྟན་ཡར་འཕེལ།
ཡལོང་ས་མཆོག་གི་གསུང་འབྲས་ཕྱོགས་སྤྲིག་ཁང་།

ནང་ཆོས་དོ་སློང་སེམས་ཀྱི་དཔལ་ཡོན།

ལགོང་ས་མཆོག་གི་གསུང་འབྲུམ་སྤྱོད་གས་སྤྱི་གཤམ་ནས་དཔར་འགྲེམས་ཞུས།
བྱི་ལོ་ ༢༠༡༣ ལོར་བར་ཐངས་དང་པོར་བར་གྲངས་ ༢༠༠༠ ཐམ་བ་དཔར།

Gaden Phodrang Trust

All rights reserved

Complied, edited and published by

Gaden Phodrang Trust

www.dalailama.com

འགྲེལ་ཡུལ་ཞལ་བྱང་།

GADEN PHODRANG TRUST

Office of His Holiness the Dalai Lama

Thekchen Choeling P.o. McLeod Ganj,

Dharamsala, 176219 Distt Kangra, (H.P) India

Tel: +91-1892-221343-221210 fax +91-1892-221813

E-mail: ohhdi@dalailama.com / www.dalailama.com

ཕྱག་ཡེ་ལྷོ་པལྱོད།

མཆན་དཔེའི་མཛེས་སྒྱུ་སྟག་འཆེའི་ཕྱོགས་སུ་བཞད། །

འགག་མེད་གསུང་དབྱངས་འཛམ་གླིང་གྲོན་ལ་བྱུང།

བྱམས་བརྩེའི་ཐུགས་གྱིས་འགྲོ་གྲུན་གཏན་བཞེད་སངས།

འགོད་མཛད་བསྟན་འཛིན་གྱི་མཆོར་གྱིས་བྱུག་འཆ་ལ།

ཞེས་བསྟོད་ཕྱག་སྟོན་ཏེ་བཞུགས། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༠༥ ལོ་ནས་ལོ་ལྷན་གྱི་ནོར་ལགོང་ས་
 ལ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་ཤོད་རིགས་གཞི་བློ་སྤེལ་ཆ་མས་ལ་ནང་ཆོས་རོ་སྟོད་ཀྱི་
 རྒྱབས་ཆེན་མཛད་པ་མང་བསྐྱེད་ས་དང་སྤྱོད་སྤེལ་ལྟར། བཞུགས་སྐར་ཆ་སྟེང་ཤོད་ཁྱིམ་ཆོགས་
 ཁང་ཏེ་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༡༣ ལྷ་ ༤ ཆོས་ ༡༥ ནས་ཉིན་གཉིས་རིང་ཆ་སྟེང་ཤོད་ཕྱག་ཁྱིམ་སྟེ་དང་། ཆ་
 ས་ནང་ཆོས་རོ་སྟོད་ཆོགས་ཚུང་སྐབས་མོང་ནས་ཤེས་ཀྱི་གནང་བ་བཞིན་ནང་ཆོས་རོ་སྟོད་ཐང་ས་
 བཏུན་པ་སྟོན་སྟོལ་མཛད་སྐབས་ཀྱི་གར་ནང་གི་མཛོ་སྟོབ་ཁག་ ༥༩ དང་། ཕྱི་རྒྱལ་རྒྱལ་ཁབ་
 ཁག་ ༦ གི་མཛོ་སྟོབ་ ༡༡ བཅས་ཁྱོན་མཛོ་སྟོབ་ ༧༠ ཅས་ནས་སྟོབ་ཕྱག་ ༦༠༠ དང་། ཤོད་
 ཁྱིམ་སྟོབ་བྲ་ཁག་ནས་སྟོབ་ཕྱག་ ༡༡༡༡ ཤེས་རབ་དགའ་ཆེན་སྟོབ་སྤྱིད་གི་སྟོབ་མ་གྲངས་
 ༡༥༥ ཆ་ས་ནང་ཆོས་རོ་སྟོད་ཆོགས་ཚུང་གི་སྟོབ་མ་གྲངས་ ༩༥ དེ་མིན་བཞུགས་སྐར་ཆ་སྟེང་
 ཤོད་ཕྱག་ཁྱིམ་སྟེ་ཤེད་དུ་ལས་དགོ་ཆུན་དང་། གཞན་ཡང་ནང་ཆོས་རོ་སྟོད་གཉིས་ཅན་ཕྱི་གཞིན་
 སྟེས་དང་མང་ཆོགས་བཅས་ཁྱོན་ ༡༦༠༠ བཀལ་བ་བཅར་འབྱོར་ལྷུང་བ་རྣམས་ལ་ལགོང་ས་
 ལ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ཉིད་ཀྱིས་ཕྱགས་ཚེས་མཛད་པའི་ལེགས་པ་བཤད་སྟོན་གསར་
 མེག་འབྲེད་ཁྱིད་གཞིར་བཟུང་སྟེ་ནང་ཆོས་རོ་སྟོད་སྐུལ་ཡོད།

དེ་ཡང་ཐོག་མར་བོད་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཆོས་དང་རིག་གཞུང་གི་གལ་ཆེའི་རང་

བཞིན་ལས་དབུ་བཅུམས་ཏེ། ཡེགས་བཞད་སྒོ་གསར་མིག་འབྲེད་ནས་གསུངས་པའི་ཆོས་
བྱེད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་། ཚད་མའི་ལམ་ནས་གཏན་ལ་བབ་པའི་དཔལ་རྒྱ་ལེ་རྒྱའི་རིང་
ལུགས་ཤི་མ་མེད་པའི་བོད་བརྒྱད་ནང་བསྟན་གྱི་ཚད་འཛིན་འཕེར་བའི་འགྲོ་ལུགས་དང་། ལུས་
སེམས་ཀྱི་བདེ་ཐང་དང་འཕྲོད་བསྟེན་ལ་བརྟེན་ནས་ཀྱང་སེམས་ཅན་ལ་བྱམས་བཅུ་དང་། ཆེ་
སློག་ལ་སྤྱད་སྒྲིབ་བྱེད་དགོས་ཤིང་། ལྷག་པར་བདེ་བ་འདོད་ཅིང་སྤྱག་བསྐྱལ་གཏན་ནས་མི་
འདོད་པ་རང་གཞན་སྤྱོགས་ཀྱང་ནས་མཚུངས་པས་གང་སྐབས་ཀྱིས་དཔམར་ཟས་སྤངས་ཏེ་དཀར་
ཟས་བསྟེན་ཐབས་བྱ་གཤམ་ཆེ་ཚུལ་དང་། དེ་འབྲེལ་ནང་པའི་གཞུང་ནས་ཤལ་གནང་བཀག་ཡོད་
མེད་ཀྱི་སྐོར་བཀའ་སྤྲུལ།

དེ་བཞིན་ལུས་སེམས་གཉིས་ཀྱི་བདེ་སྤྱག་གི་ཁྱད་པར་དང་། ཕྱི་ལུས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་
ཐད་ཚན་རིག་གི་ཐོག་ནས་པན་ཐོགས་ཆེ་ཞིང་། ཕྱི་དངོས་པོའི་མ་སྤྱོད་སྤྱི་ཀྱི་ཐོག་ནས་དཀར་
ངལ་སེལ་ཐབས་གཙུག་ཆེ་བ་དང་། ཕྱི་ནང་གི་འཕྲོད་བསྟེན་གཉིས་ལས་ནང་སེམས་ཀྱི་འཕྲོད་
བསྟེན་གཤམ་གནད་ཆེ་བ་མ་ཟད། ནང་སེམས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ཐད་ནང་ཆོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་པན་
རྒྱལ་ཆེ་བར་བརྟེན་ནང་སེམས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ཐོག་ནང་ཆོས་དང་འབྲེལ་བའི་བྱམས་བཅུའི་
རིག་གཞུང་དང་། ཆོས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་མིའི་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་རིན་ཐང་གོང་འཕེལ་གཏོང་
ཐབས། ཡང་སྒོས་བྱམས་བཅུ་དང་། བྱང་བདེན། གཞན་པན་སོགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་འཕྲོད་བསྟེན་
བྱ་གཤམ་ཆེ་ཞིང་། བདེ་སྤྱིད་ཀྱི་འབྱུང་ཅ་བྱམས་བཅུ་ཡིན་སྐབས་བྱམས་བཅུའི་རང་བཞིན་ཀྱི་
བོད་ཀྱི་སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཆོས་རིག་ལ་སྒོལ་སྒྲོང་དང་། སྤང་སྒྲོལ། དར་སྤེལ་བཏང་སྟེ་བོད་
ཀྱི་ཆོས་རིག་གི་ཐོག་ནས་ཡངས་པའི་འཛམ་བུའི་གླིང་ལ་ཞབས་ཁུ་བསྐྱལ་རྒྱའི་གོ་སྐབས་དང་།
འོས་འགན། ཆ་རྒྱན་བཅས་ཐུན་ཡོད་ལ། དེ་མཚུངས་རིགས་ལམ་ཀྱི་ཐོག་ནས་སྒོལ་བྱིད་ཀྱི་
ཐབས་ལམ་གསར་གཏོད་མཛད་དེ་རིགས་ལམ་ཀྱི་ཐོག་ནས་ལེགས་སྦྱེས་འབྲུལ་ཐབས་
སོགས་ཀྱི་སྒྲ་ན་མེད་པའི་གསར་གཏོད་རང་བཞིན་གྱི་ལམ་སྟོན་བཀའ་སྤྲུལ་ཕེབས།

དེ་མཚུངས་ཕྱི་ནང་གི་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་བདག་གི་འོ་བོ་དང་། བདག་ལ་ཐོག་མཐའ་

ཡོད་མེད་ཀྱི་དྲི་བ་གསུམ་ལས་བཅས་ཏེ་སྤྱི་ནང་གི་བྱུང་མཐའི་ཐོག་ནས་ལན་འདེབས་བྱ་
ལུགས་དང་། ཤེས་བ་དང་ཤེས་པའི་རྒྱ་ཡི་རྣམ་གཞག དེ་འབྲེལ་ནང་ཆོས་དང་ཆེན་རིག་གི་
ཐོག་ནས་སྒྲུང་བ་ལས་ལོགས་སུ་ཤེས་བ་ཡོད་མེད་དང་། བག་ཆགས་དང་ལུས་ཀྱི་བྱུང་ཆའི་
ཁྱད་པར་དཔེ་དང་བཅས་པའི་ཐོག་ནས་ལོང་བར་མིག་གསར་དུ་འབྱིན་བ་ལྟ་བུའི་གསལ་
འབྲེལ་མཛད།

གཞན་ཡང་གཞི་བདེན་བ་གཉིས་ཀྱི་ངོས་འཛིན་ལས་འཕྲོས་ཏེ་སྤྱིང་ཉིད་ཀྱི་གོ་དོན་དང་
རྣམ་གྲངས། ལུང་ཁམས་སྟེ་མཆེད་ཀྱི་རྣམ་གཞག་སྐོར་ནས་བཀའ་ཁྲིད་མཛད་ཇེས་ཉིན་དང་
པོར་སློབ་སྤྲུག་རྣམས་ལ་ཐད་ཀར་བཀའ་འདྲི་བཀའ་ལན་གྱི་སྐལ་བཟང་གོ་སྐབས་སྤིན་མེད་
མཛད་པ་ལྟར། སློབ་མ་རྣམས་ནས་སུན་མོང་དང་སུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ལྟ་ངོས་འཛིན་ཚུལ་དང་།
བསང་གསོལ་དར་འཇུགས་སོགས་བན་བོན་གྱི་ཆོས་ལུགས་གང་གི་ལམ་སློལ་ཡིན་མིན།
སློབ་སྤྲུག་རྣམས་ནས་ཉིན་རེའི་འཆོ་བའི་ཁྲོད་རྒྱན་འདོན་བྱ་རྒྱུའི་ཞལ་འདོན་གང་ཞིག་བྱས་ན་
དགེ་མཚན་ཆེ་མིན། དེ་དང་འབྲེལ་ནས་རང་གཅེས་འཛིན་གྱི་རྒྱ་རྒྱུན་གང་ཡིན་ངོས་འཛིན་
དང་། རང་གཅེས་འཛིན་མེལ་བའི་ཐབས་ལམ་སྐོར་ཕྱ་ཞིང་ཞིབ་པའི་ལམ་སྟོན་གྱི་བཀའ་ལན་
ཡང་མཛད།

དེ་བཞིན་ཆོས་སྤྱིད་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་གོ་དོན་དང་། ཆོས་སྤྱིད་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་དགེ་སྟོན།
ཆེན་རིག་པས་ཤེས་བ་ལྟ་རགས་འདོད་མིན། ཆོས་རབ་ཏུ་རྣམ་འབྱེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་སྟེལ་ཐབས་
སྐོར་དང་། ལྷག་པར་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་བ་དཔག་འཇུག་གི་དུས་སྐབས་ལྟ་བུའི་ཐོག་ནས་འདས་
ཟིན་པ་དང་། སྐབས་བབ་ཀྱི་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པ་འདི་ཉིད་འཆེ་བ་མེད་པའི་དུས་རབས་
ཤིག་དང་། ཞི་བདེ་དང་ཕྱོས་མོལ་གྱི་དུས་རབས་ཤིག་སྐྱབ་དགོས་པ་མ་ཟད། དེ་ལྟར་བསྐྱབ་
པར་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་ན་གཞོན་གྱི་མི་རབས་རྣམས་ལ་ཆ་རྒྱུན་དང་ངོས་འགན་ཡོད་
ལུགས། ཡང་སྟོས་ང་ཆོ་ཆང་མས་འཕྲོ་བ་མི་གཅིག་གྱུར་ཡིན་པའི་འདུ་ཤེས་འཛིན་པའི་ཐོག་
ནས་ཡངས་པའི་འཛམ་བུའི་སྤྱིང་དང་། སྟེ་འཕྲོ་སྤྱི་ལ་འདི་ཕྱིར་སྐྱབ་པའི་ཞབས་ཞུ་སྐབ་དགོས་

བ་དང་། དེ་ལྟ་བུའི་ཞབས་ཀྱི་སྐབ་པ་པོ་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་མི་རབས་ཚུལ་ལ་དུས་
 རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་ནང་པའི་ཆ་རྒྱུན་དང་། སྤྱི་དང་ནང་གི་དཔལ་ཡོན་གཉིས་ཀ་ཆང་དགོས་
 པ། དེར་སྐབས་དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་རྒྱུ་ཅི་ཙམ་ཕྱིན་ཀྱང་ནང་སེམས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་སེལ་མི་ཐུབ་པ་
 མ་ཟད། གོ་ལ་འདིའི་ཐོག་གི་དང་བདེན་དང་བྱམས་བཅེས་ཐོངས་པའི་དཀའ་སྤྲུག་འདི་དག་
 ལས་གྲོལ་ཐབས་ལ་བྱམས་བཅེས་རིག་གཞུང་ལ་སློབ་སྦྱོང་དང་ཉམས་ལེན་བྱེད་དགོས་ཤིང་།
 བྱམས་བཅེས་རིག་གཞུང་གི་འབྲུང་ཁུངས་དཔལ་རྒྱ་ལེ་རྒྱའི་བཞེད་གཞུང་མི་མེད་པའི་བོད་
 བརྒྱུད་ནང་བསྟན་ཉམས་པ་སྤར་གསོ་དང་། མི་ཉམས་གོང་འཕེལ། བསྟན་པ་བཤད་སྐབ་འཁོར་
 ལོ་གསུམ་གྱི་ཐོག་ནས་འཛིན་སྦྱོང་སྤེལ་གསུམ་བྱེད་དགོས་ཤིང་། དེ་ལྟར་བཀའ་བསྟན་གྱི་
 གཞུང་ལ་ཐོས་བསམ་སློབ་གཉེར་བྱེད་དགོས་ན། བཀའ་བསྟན་གྱི་བརྗོད་བྱ་སྟོན་པ་ལ་འཕྲིག་
 རྟེན་གྱི་ཁམས་འདིར་གཞན་འགྲུལ་མ་མཆིས་པའི་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྤྱད་སྦྱོབ་དང་། སྦྱོང་སྦྱོང་
 སྤེལ་གསུམ་མཛད་དགོས་པ་མ་ཟད། དེ་འབྲེལ་ནང་པའི་ཆོས་རིག་གི་ལྟེ་གནས་སུ་གྱུར་པའི་
 དགོན་སྡེ་ཚུལ་ཀྱི་ལྷ་སྟོན་ཁག་སྤར་ལམ་དེབ་གསལ་ལྟར་མིན་པར་དུས་རབས་ལ་ཁ་ཕྱོགས་
 དགོས་པ་དང་། སྤྱི་ཆོགས་ལ་ཁ་ཕྱོགས་དགོས་པ། མ་འོངས་པར་ཁ་ཕྱོགས་ཏེ་དགོན་སྡེ་ཚུལ་
 སློབ་གཉེར་ཁང་དུ་སྦྱར་ཐབས་དང་། སློབ་གྲ་ཆེ་འབྲིང་རྒྱུད་གསུམ་གྱི་བོད་སྐད་གཞིན་སྤེལ་
 ཚུལ་འདབ་གཤོག་གཉིས་ལྟར་ལྟར་གནང་དེར་གཉིས་ཀའི་ཤེས་ཡོན་ཅན་ཡོང་ཐབས། དེ་
 མཚུངས་དེར་སྐབས་བཅན་བྱོལ་གྱི་དགོན་སྡེ་ཁག་གི་གྲ་རྒྱུན་ཡོང་ཁུངས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་གྱི་རྒྱ་
 རྒྱུན་རོས་འཛིན་དང་། དཀའ་ངལ་སེལ་ཐབས་རི་ཡོད། ཆོས་བྱེད་ཚུལ་ཀྱང་དུས་རབས་ཉེར་
 གཅིག་པའི་ནང་པ་ཞིག་དང་། བོད་མི་ཚུལ་ཀྱང་མཁས་བཙུན་བཟང་གསུམ་གྱི་ཁྱད་ཡོན་ལྟར་
 ཞིང་། དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་བོད་མིའི་འོས་ཆོས་སམ་ཆ་རྒྱུན་གང་དག་ཆང་དགོས་པ་
 དང་། ཆ་རྒྱུན་དེ་དག་ཆང་ཐབས་ལ་འབད་དགོས་པ་སོགས་ཀྱི་ཐོག་ལ་མྱད་དུ་བྱུང་བའི་ལེགས་
 བཤད་དང་། སྤུལ་དུ་བྱུང་བའི་གདམས་ངག་སྤུལ་ཡོད།

གཞན་ཡང་སྐྱེ་བ་སྐྱ་བྱེ་འདོད་མིན་གྱི་བཞེད་ལུགས་དང་། ལྷག་པར་སྐྱེ་བ་སྐྱ་བྱེ་འདོད་

པའི་སྐུ་བ་ཁྱེད་དཔེ་དང་བཅས་གསལ་བར་བཀའ་སྩལ་ཐོག་སྤྱི་བ་སྤྱི་འདོད་པའི་དགེ་མཚན་
དང་། དེ་ལྟར་མི་འདོད་ན་ཉེས་སྦྱོན་གང་དག་ཡོད་པ། འཛམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་གི་ནང་པའི་རྒྱལ་
ཁབ་ཁག་གི་ཆོས་བརྒྱད་དར་འཕེལ་གྱི་བྱུང་རབས་དང་། ནང་པའི་གྲངས་འཛོམས་ཇི་ཙམ་ཡོད་
པ། དེ་དག་གིས་ནང་ཆོས་ནས་གསུངས་པ་ལྟར་ལམ་བསྐབ་པ་གསུམ་གྱི་ཐུགས་དམ་ཉམས་
བཞེས་ཀྱི་སྒྲོར་དང་། ཡང་སྒྲོས་འཛམ་གླིང་གི་སྤྱི་ནོར་དང་། བོད་གངས་ཅན་གྲོངས་ཀྱི་གཅེས་
ནོར་དུ་གྱུར་པའི་ནང་ཆོས་འདི་ཉིད་འཆད་ཉན་དང་ཉམས་ཞིབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་བདག་གཅེས་ཁྱེད་
དགོས་པ་མ་ཟད། དེ་ཡང་ནང་པའི་ཁྱད་ཆོས་དང་ཆོས་ཀྱི་སྤྱིང་པོ་ཇི་ཡིན་ཏེ་གསུངས་པའི་ཐོག་ནས་
རང་རང་གི་མི་ཆེའི་ཐོག་དགོས་མཁོ་ཆེ་ཞིང་། བདེ་སྤྱིད་ཀྱི་ཙ་བ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་ལུགས་
སོགས་ངོས་འཛིན་ཐུབ་པའི་ཐོག་ནས་ལག་ལེན་བསྟར་དགོས་ཚུལ་བཅས་ཀྱི་ཐོག་བཀའ་སློབ་
ལམ་སྟོན་ཞིབ་རྒྱས་སུ་སྩལ་ཡོད།

མཐུག་ཆོག་ལྟ་བུར་བོད་ཐུག་སློབ་གཉེར་བ་རྣམས་ཀྱི་ཆོས་རབ་ཏུ་རྣམ་པར་འབྱེད་
པའི་ཤེས་རབ་གོང་དུ་སྒྲེལ་ཐབས་ལ་དམིགས་ནས་དམིགས་བསལ་གང་སྟོ་མའི་བསྟོད་སྐུ་བ་
དང་། ཨ་ར་བ་ཙའི་བསྐྱས་ལུང་བཅས་སྩལ་ཇིས། ལེགས་བཤད་སྟོ་གསར་མིག་འབྱེད་ཀྱི་
བཀའ་ཁྱིད་མཛད་འཕྲོས་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་གསུང་རབ་རྣམས་སྡེ་སྟོད་གསུམ་དུ་འདུ་ཚུལ་དང་།
སྡེ་སྟོད་གསུམ་དུ་འདོག་པའི་རྒྱ་མཚན། སྡེ་སྟོད་གསུམ་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་བསྐབ་པ་གསུམ་ཀྱི་དང་
པོ་ཚུལ་ཁྱིམས་ཀྱི་བསྐབ་པའི་རྣམ་གཞག་དང་། དེའི་ནང་གསེས་མི་དགེ་བཅུ་སྟོར་གི་ཚུལ་
ཁྱིམས་དང་། སོ་སོར་ཐར་པའི་ཚུལ་ཁྱིམས། བསྐབ་པ་གཉིས་བ་ཉིང་འཛིན་ཀྱི་བསྐབ་པའི་
རྣམ་གཞག་དང་། དེ་ལས་འཕྲོས་ཉེ་ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་གི་སྟོར། མཐུག་གི་ལམ་སྟོན་
བཀའ་སློབ་སྩལ་བ་རྣམས་རང་ཅག་བོད་འབངས་རྣམས་ནས་སྟོས་བ་སེལ་བའི་བདུན་ཅི་དང་།
ཆ་གདུང་སེལ་བའི་གྲིབ་བསེལ། ཐུན་བ་སེལ་བའི་སྟོན་མེ། མདོར་ན་རིན་ཐང་གཞལ་དུ་མེད་
པའི་ནོར་བུ་ཞིག་ཡིན་པ་སོགས་ཡིད་ཆེས་ངེས་ལྡན་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཉིན་འགྲངས་ཞག་ལྷན་ཀྱི་
དབང་དུ་མ་སོང་བར། ལག་ལེན་དངོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ལ་དབྱེས་པའི་མཚོད་སྤྱིན་དུ་སྟོ་

ཐུབ་པ་ཞིག་ཅེས་ཀྱང་གནང་སྟོང་མཛད་པར་འཆའ་ཞེས་ཞུ།

འདི་ལོའི་བཀའ་ཁྲིད་སྐབས་ལེགས་བཤད་སྟོ་གསར་མིག་འབྱེད་ཀྱི་ས་བཅད་དུག་པ་
གསུམ་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་མན་ཆད་དུས་ཡུན་གྱི་ཆ་ནས་ལེགས་བྱུང་མ་བྱུང་བར་བརྟེན་
རྗེས་ལོར་ཞིབ་བྱས་སུ་བཀའ་ཁྲིད་སྐབས་རྒྱུའི་ཞལ་བཞེས་སྤྱི་མིན་བྱུང་ཡང་། རྒྱ་ཆེའི་སྟོག་པ་
པོ་རྣམས་ནས་ལེགས་བཤད་སྟོ་གསར་མིག་འབྱེད་ཀྱི་གཞུང་ཚན་ཆ་ཚང་གཟིགས་བདེའི་སྐྱད་
དུ་འདི་ལོའི་བཀའ་ཁྲིད་ཀྱི་ནང་དུ་ལེགས་བཤད་སྟོ་གསར་མིག་བྱེད་ཀྱི་གཞུང་ཚན་ཆ་ཚང་
འབྲུག་འགོད་ཞུས་ཡོད་ལ། ལྷག་པར་ལེགས་བཤད་སྟོ་གསར་མིག་འབྱེད་ཀྱི་ཙུང་ལྷན་གཞུང་
ཆེན་མས་འདྲེས་མེད་གསལ་ཉོགས་ཡོང་སྐྱད་ཙུང་ཆེན་མས་ནག་ཤང་ཆེ་བ་འདི་ལྟ་བུ་བཅོས་
ཡོད་པ་མ་ཟད། སྐབས་ལ་ལར་གྲངས་འདྲེན་གསལ་ཁ་དགོས་རིགས་སོགས་ཞིབ་གནས་
མཐུན་ཉོགས་ཆེད་ཤད་གྲག་ནང་ཡིག་རྒྱུད་གི་ཐོག་ནས་འབྲུག་འགོད་ཞུས་ཡོད། ལྷག་པར་
བརྗོད་བྱའི་ནང་དོན་ལ་གཞིགས་ཏེ་ཞིབ་ཐོའི་དཀར་ཆག་ཀྱང་གསར་སྟོན་བཅོ་བཀོད་ཞུས་
ཡོད། བཀའ་སྟོབ་བྱ་བ་དེ་བའི་ཉིད་ཀྱི་ཐོག་རྣམ་བྱ་དགེ་བཤེས་འཇམ་དབྱངས་ཉི་མ་ལགས་
དང་། ཐོགས་བཟང་བསྟན་འཛིན་བསམ་བློ་ལགས་རྣམ་གཉིས་ནས་ཞུ་དག་གི་རོགས་མགོན་
གནང་བར་སྙིང་དུས་ནས་བྱུགས་རྗེ་བཀའ་ཕྱིན་ལྟ་མེད་དུ་ཆེ་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་བཅས། ཡིག་
འབེབས་དང་ཚོགས་སྒྲིག་པ་གྲུས་རྣམ་བྱ་བྱུབ་བསྟན་ཡར་འཕེལ་བས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༣ ལྷ་ ༡༡
ཆེས་ ༡༩ དགེ་བཅ།

དཀའ་ཆག

ཐོག་མའི་གྲེང་བཟོད།	i
ནང་ཆོས་རིམ་གྱི་དཔལ་ཡོན།	1
༡༽ བོད་ཀྱི་ཆོས་རིག་གི་གཤམ་ཆེད་རང་བཞིན།	1
༢༢༽ ལེགས་བཤད་སྒྲོགས་ར་མིག་འབྱེད་ཅེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།	5
དང་པོ། ཆོས་བྱེད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན།	5
༡༽ ལེགས་བཤད་སྒྲོགས་ར་མིག་འབྱེད་ཀྱི་མཆོད་བཟོད།	5
༢༽ ཆད་མས་གཏན་ལ་པབ་པའི་ནང་ཆོས་ཀྱི་འགྲོ་ལུགས།	7
༣༽ སྒོག་གཙོད་དང་དམར་ཟས་སྒྲུང་དོར་གྱི་སྐོར།	11
༤༽ ལུས་སེམས་ཀྱི་བདེ་སྤྱད་གི་ཁྱད་པར།	13
༥༽ བདེ་སྤྱིད་ཀྱི་འབྱུང་ཆ་ནི་བྱམས་བཅེ་ཡིན་ཚུ་ལ།	16
༦༽ ལྷ་མིའི་ཐེག་པ་དང་ཆངས་པའི་ཐེག་པ།	18
༧༽ ཆོས་བྱེད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན།	20
༨༽ ཆོས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་རིན་ཐང།	23
༩༽ བདག་ལ་ཐོག་མཐའ་ཡོད་མེད་ཀྱི་ལྟ་བའི་སྐོར།	28
༡༠༽ ཤེས་པ་དང་ཤེས་པའི་རྒྱ་ཡི་རྣམ་གཞག་སྐོར།	34
༡༡༽ སྒྲུང་བ་ལས་ལོགས་སུ་ཤེས་པ་ཡོད་མེད།	38
༡༢༽ བག་ཆགས་དང་ལུས་ཀྱི་བྱུང་ཆའི་ཁྱད་པར།	41
༡༣༽ སྐྱེ་བ་སྐྱེའི་སྐོར་དཔེ་དང་བཅས་པ།	43

གཉིས་པ། གཞི་བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་ངོས་འཛིན།	47
༡༽ ལྷོང་ཉིད་ཀྱི་གོ་དོན་དང་ནམ་གངས།	50
༢༽ སུང་ཁམས་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་ནམ་གཞག།	53
ཉིན་དང་པོའི་ཕྱི་བ་དང་དེའི་བཀའ་ལན།	57
༡༽ ཐུན་མོང་དང་ཐུན་མིན་གྱི་ལྷ་ངོས་འཛིན་ཚུལ།	57
༢༽ བསང་གསོལ་ལྟ་བུ་བན་བོན་གྱི་ལུགས་གང་ཡིན།	60
༣༽ ཞལ་འདོན་གང་ཞིག་བྱས་ན་དགེ་མཚན་ཆེ་མིན།	61
༤༽ རང་གཅེས་འཛིན་གྱི་རྒྱ་རྒྱེན་དང་སེལ་ཐབས།	64
༥༽ ཆོས་སྲིད་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་གོ་དོན་དང་དགེ་སྦྱོན།	66
༦༽ དམར་ཟས་སྤངས་ཏེ་དཀར་ཟས་བསྐྱེན་དགོས།	69
༧༽ ཆོན་རིག་པས་ཤེས་པ་ཐུག་རགས་འདོད་མིན།	72
༨༽ ཆོས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་བཟང་སྦྱོང་གི་རིན་ཐང་།	77
ཉིན་གཉིས་པའི་བཀའ་ཆོས།	82
༡༽ ཆོས་རབ་ཏུ་ནམ་འབྱེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་སྤེལ་ཐབས།	82
༢༽ དུས་རབས་ཉི་ཤུ་པ་དམག་འཁྲུག་གི་དུས་རབས།	84
༣༽ འཆེ་མེད་ཞི་བདེའི་དུས་རབས་སྐྱེན་ཐབས།	86
༤༽ མི་གཅིག་གླུ་རྒྱུ་གྱི་འདུ་ཤེས་དང་ལས་འགན།	90
༥༽ ཕྱི་ནང་དཔལ་ཡོན་གཉིས་ལྡན་ཞིག་དགོས་ཚུལ།	92
༦༽ རང་བདེན་དང་། སུང་ཁམ་གྱི་དགེ་སྦྱོན།	94
༧༽ བྱམས་བཅེའི་རིག་གཞུང་དང་། རིགས་ལམ་གྱི་ལེགས་སྦྱེས།	98

ང་། དཔལ་རྒྱ་ལེན་མེད་ཆོས་བརྒྱད་དང་། བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་.....	101
ཉ་། དགོན་སྡེ་ནམས་སྒོའ་གཉེར་ཁང་དུ་སྦྱར་ཐབས།	104
ཏ་། དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་བོད་མིའི་ཆ་རྒྱུ།	106
ཐ་། སྤྱི་བ་ལྷ་མིའི་འདོད་མེད་དང་། དེ་དག་གི་དགོ་སྤྱོད།	110
ད་། ཉང་པའི་རྒྱལ་ཁབ་དང་། ཉང་པ། ཉང་ཆོས།	111
ན་། ལྷ་རྒྱུན་གྱི་ཡོང་ཁུངས་དང་ཉང་ཆོས་འཛིན་སྐྱོང་།	114
པ་། བོད་མིའི་གཅེས་ཞུ་ལ་བདག་གཅེས་བྱ་གཤམ།	116
ཕ་། རི་རབ་ཡོད་མེད་དང་། མཐུལ་གྱི་ཕན་ཡོན།	118
བ་། འཛིག་རྟེན་དང་འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པ།	121
མ་། ཉང་པའི་ཁུང་ཆོས་དང་ཆོས་ཀྱི་སྤྱིང་པོ།	122
ཅ་། བདེ་སྤྱིད་ཀྱི་ཅ་བ་དང་ཆོས་ཀྱི་སྤྱིང་པོ།	125
ཆ་། ཤེས་རབ་སྦྱབ་སྒྲོར་གྱི་ཡན་ལག་བདུན་པ།	127
ཇ་། ཤེས་རབ་སྦྱབ་སྒྲོར་དངོས་གཞི།	129
མ་། ཨ་ར་པ་ཅའི་བརྒྱུས་ལུང་རམ་མི་བརྟེན་པའི་གཟུངས།	132
གསུམ་པ། སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་རབ་ནམས་སྡེ་སྟོང་གསུམ་དུ་འདུ་ཚུལ་དང་། སྡེ་སྟོང་གསུམ་དུ་འཛོག་པའི་རྒྱ་མཆོག་.....	136
༡། ཉང་པའི་གཞུང་ནས་ཤེས་པ་གནང་བཀའ་ཡོད་མེད།	138
༢། སྡེ་སྟོང་གསུམ་དུ་འཛོག་པའི་རྒྱ་མཆོག་.....	141
བཞེ་པ། སྡེ་སྟོང་གསུམ་གྱི་འཛོད་བྱ་བསྐབ་པ་གསུམ་གྱི་དང་པོ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐབ་པའི་སྟོང་།	145

༡༽ མེ་དགེ་བཅུ་སྟོང་གི་ཚུལ་ཁྲིམས།	145
༡༽ སྟོག་གཙོད།	147
༢༽ མ་ཁྱིན་ལེན།	148
༣༽ ལོག་གཡེམ།	148
༤༽ ལྷན།	149
༥༽ སྤྲུལ།	150
༦༽ ཆེན་ལྷན།	150
༧༽ རག་འབྲུག།	150
༨༽ བརྟམ་སེམས།	151
༩༽ གཞོད་སེམས།	151
༡༠༽ ལོག་ལྷ།	152
ཁ༽ སོ་སོར་ཐར་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས།	153
ལྷ་བ། གཉིས་པ་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་བསྐྱབ་པའི་སྟོན།	156
༡༽ ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་གི་སྟོན།	158
ཁ༽ མཐུག་གི་ལམ་སྟོན་བཀའ་སྟོན།	176
དུག་བ། གསུམ་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པའི་སྟོན།	177
བདུན་བ། བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལ་བརྟེན་ནས་ཉན་རང་གི་ལམ་བཟོད་ཚུལ།	183
བརྒྱད་བ། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལས་པར་བྱིན་ཐེག་པའི་སྟོན།	188
དབུ་བ། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལས་གསང་ལྷགས་ཀྱི་སྟོན།	191
བཅུ་བ། འབྲས་བུ་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་སྐྱབ་ཞེ་དང་ཡོན་ཏན་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་སྟོན།	194

བཅུ་གཅིག་	ཐོད་དུ་ཡོད་པའི་ནང་བ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ལུགས་ཁག་གི་གནས་ཚུལ་
མོད།204

ནང་ཆོས་རྩོམ་མཁས་ཀྱི་དབལ་ཡོན།

༡༽ རོད་ཀྱི་ཆོས་རིག་གི་གལ་ཆེན་རང་བཞིན།

ཆང་མར་བཟ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ཡོད། ཉེན་གཉིས་རིང་འདི་གར་ཆོས་འབྲེལ་བྱ་
ཟུ་དང་། ཁྱེད་ཀླམས་དེའི་དོན་དུ་ཡོང་བ་ལྟར་ཡོང་གོ་ཆོད་པ་ཞིག་བྱེད་དགོས།
དེར་བརྟེན་ཁྱེད་ཀླམས་འདི་གར་སྐྱེད་ཉན་པར་ཡོང་མེད་ལ། ལྟ་མོ་ལྟ་བར་ཡང་
ཡོང་མེད། འདིར་འཇམ་གླིང་འདིའི་སྟེང་གི་རིག་གཞུང་རྒྱུད་ལོས་ཤིག་དང་། ང་ཆོ་
བོད་པར་ཆ་མཆོན་ནའང་། འདས་པའི་ལོ་ངོ་སྟོང་ལྷག་ལྷག་གི་རིང་ལ་ང་ཆོའི་མེས་
པོ་ཀླམས་ཀྱིས་སྐྱེད་ལ་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་ཏེ་བསལ་པས་པའི་རིག་གཞུང་ཞིག་འཆད་
ཉན་བྱེད་པར་ཡོང་ཡོད།

སྐྱེད་འཇམ་གླིང་འདིའི་སྟེང་ཆོས་ལུགས་དང་རིག་གཞུང་རྒྱུད་པ་མང་དུ་
ཡོད་ཀྱང་། དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པ་འདིར་དགོས་མཁོ་དང་འབྲེལ་ཞིང་། སན་
ཐོགས་ཡོད་པ་ནི་སལ་ཆེར་བོད་དུ་ཡོད་པའི་སངས་རྒྱས་པའི་ལྟ་བུ་དང་། དེ་
དང་འབྲེལ་བའི་བོད་མིའི་གོམས་གཤེད་ཀླམས་ད་ལྟའི་འཇམ་གླིང་འདིའི་སྟེང་
འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཞིག་དང་། སན་ཐོགས་ཡོད་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དེ་ལྟ་བུའི་ལྟ་
བུ་དེ་ཡང་ཁྱེད་སྐྱེད་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། ཆོས་ལུགས་དང་ལྟ་བུ་གང་
ཞིག་ཡིན་རུང་། ལྷོགས་གཅིག་ནས་མིའི་རྣམ་དཔྱད་གོང་འཕེལ་བྱིན་པ་དང་།

ལྷག་པར་འབྲུལ་ཆས་གོང་འཕེལ་ཕྱིན་པའི་དབང་གིས། དཔེར་ན། འཛམ་གླིང་
སའི་གོ་ལ་སོགས་ལ་སྤར་ཆོད་དཔག་བྱས་པ་དེ་དག་དང་སྐབས་མིག་མཐོང་
ལག་ཟིན་གྱི་ཐོག་ནས་གཏན་འབེབས་བྱས་ཡོད། དེ་ཡང་སྤར་ཡོངས་སྤྱི་མ་
གྲགས་ཤིང་། མཐོང་ཐོས་མེད་པའི་རིགས་རྣམས་དང་སྐབས་གཞི་ནས་གསར་
དུ་ཤེས་རྟོགས་སྤྱབ་པ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད། འོན་ཀྱང་ནང་གི་བསམ་སྒྲོ་དང་འབྲེལ་
བ་དེ་དག་ནི་དང་སྐབས་འབྲུལ་ཆས་གྱི་ཐོག་ནས་རིག་པ་གསར་རྟོག་སྤྱབ་པ་ལྟ་
བུ་པལ་ཆེར་མེད།

དེར་བརྟེན་སྤར་རྒྱ་གར་དུ་ལོ་ངོ་སྟོང་ལྷག་གསུམ་རིང་སེམས་གྱི་ཡར་
རྒྱས་སྐྱོར་ལ་དོ་སྣང་ཉ་ཅང་ཆེན་པོ་བྱས་པའི་སྤྱི་ཆོགས་གྱི་མི་སྡེའི་ནང་འཛེན་
གྱི་ཆོས་ལུགས་དང་། སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ལུགས་གཉིས་དུས་རབས་གཅིག་
མཚུངས་ཐོག་བྱུང་ཡོད། སངས་རྒྱས་པས་དེའི་ཆེ་དེའི་དུས་རྒྱ་གར་འཕགས་
པའི་ཡུལ་དུ་ཡོད་པའི་ཆོས་བརྒྱད་དེ་དག་གི་ལེགས་ཆ་ཆ་ཆང་བཞེས་ཤིང་།
ལྷག་པར་སྐབས་རིགས་པའི་གནོད་པ་ཡོད་པའི་ལྟ་བུ་དེ་དག་བསྐྱར་བཅོས་
མཛད་པ་ལས་བྱུང་བའི་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་ལྟ་བུ་ཉ་ཅང་ཞིབ་
ཆགས་མཛད་པའི་ཐོག་ རེས་མཁུག་པཎ་གྲུབ་རྣམས་ཀྱིས་ཡང་ཡང་བརྟེན་ཤིང་།
བཅད་ནས་གཏན་འབེབས་གནང་ཡོད། དེ་ལྟར་མཛད་པ་པོ་ནི་དཔལ་རྒྱ་ལེ་རྒྱའི་
མཁས་པ་པཎ་གྲུབ་བརྒྱ་བདུན་ད་ལྟ་སྤྱི་ཐང་ཡོད་པ་འདི་དག་གཙོ་བོ་ཆགས་
ཡོད། གྲུབ་ཆེན་དེ་དག་གིས་གདམས་པ་མང་དུ་མཛད་ཡོད་ཀྱང་། ཅ་བ་པཎ་
གྲུབ་བརྒྱ་བདུན་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་མཁས་པའི་དབང་པོ་དེ་དག་གིས་སྒྲོམ་གཞི་

བཅིང་བ་དེ་དག་དང་། གྲེ་བྲག་ཏུ་གསང་སྤགས་ཀྱི་ཆོ་ག་དང་འབྲེལ་བའི་ལྷག་པའི་
ལྷ་གྲེ་བྲག་པ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ཉམས་ལེན་གྲེད་སྤངས་སྒྲོར་གསུངས་པ་གཙོ་ཆེ་ཞིང་།
དོ་ན་སོགས་ཀྱང་གྲུབ་ཆེན་རྣམས་ཀྱིས་གསུངས་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། གང་ལྟར་
ཡང་སྤྱིར་བཏགས་ལུང་གཙུག་ལག་སློབ་གྲུ་དེ་ནི་དེའི་ཆེ་དེའི་དུས་སྤྱུ་རྒྱ་གར་འཕགས་
ཡུལ་དུ་སྤྱན་གསལ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ལ། བོད་ལ་ཡོད་པའི་ནང་ཆོས་ཀྱང་དབལ་
རྒྱ་ལེ་རྒྱ་ནས་དར་བ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དེ་བཞིན་བོད་མིས་སྤར་ནས་བོད་དུ་ཡོད་
པའི་ཞང་ཁུང་བོན་གྱི་གཞུང་ལུགས་ནང་ཡོད་པའི་ལེགས་ཆ་ཡང་མཉམ་དུ་
ཉམས་ལེན་བྱས་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་སྟབས། བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་ནི་ཉ་ལམ་
འཛམ་གླིང་འདིའི་སྤྱིང་ཁུངས་དང་ལྷན་ཞིང་། རྒྱ་ཆེ་ལ་གཏིང་ཟབ་པ་བཅས་ད་ལྟ་
བོད་དང་འབྲེལ་ཡོད་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་རིག་གཞུང་ཞིག་ཆགས་ཡོད།

སྤྱིར་སློབ་གྲུ་ཁག་དེར་དུས་ཀྱི་སློབ་ཆེན་ཐོག་བསྐྱེད་བཞིན་ཡོད་ཀྱང་།
ནང་ཆོས་ནི་ང་ཆོ་བོད་ཀྱི་པ་མེས་ནས་ཡོད་པའི་གཅེས་ཞོར་ཆགས་ཡོད་པ་མ་
ཟད། ད་ལྟ་འཛམ་གླིང་འདིའི་སྤྱིང་པན་ཐོགས་གྲེད་སྤྱུབ་ཅིང་། རྒྱས་པ་ཡོད་པའི་
ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་རིག་གཞུང་ཞིག་ལ་ང་ཆོས་ལོ་ལྟར་བཞུགས་ཏེ་སྤྱིང་དང་རྒྱུད་གྲེད་བཞིན་
ཡོད།

ད་ལན་ཉིན་གངས་གཉིས་རིང་ཁྱེད་རང་ཆོས་སྤར་མ་ཐོས་པ་གསར་དུ་
ཐོས་པ་དང་། དེ་སྤར་ཐོས་ཀྱང་གོ་བ་ཡག་པོ་མ་ཆགས་པ་རྣམས་གསལ་པོ་
ཆགས་སྤྱུབ་པ། སྤར་མ་ཤེས་པ་ཞིག་གསར་དུ་ཤེས་པ། སྤར་གོ་བ་མ་ཆགས་
པ་དང་ཡང་ན་གོ་བ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པ་ལེན་པ་དེ་དག་རྒྱུད་གསལ་པོ་ཞིག་ཡོང་།

བའི་རེ་བ་ཡོད། གནས་ཚུལ་དེ་ལྟ་བུ་གོ་རྟོགས་བྱུང་བ་ནས་ཤེས་རྒྱ་ཆེ་རུ་
བཏང་བ་ཙམ་མིན་པར་རང་ཉིད་ཀྱི་མི་ཆེ་འོ་ནང་བསམ་སྒྲོག་གཏོང་སྟངས་ལ་ལམ་
སྟོན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེར་སྐྱབས་འཛམ་གླིང་འདིའི་སྟེང་ཕྱི་དངོས་སོ་དང་འབྲེལ་
བའི་ཤེས་ཡོན་སློབ་སྦྱོང་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་ཅེ་མོར་སོན་པ་ནས་ཀྱང་ནང་སེམས་
ཀྱི་དཀའ་ངལ་མང་དག་ཅིག་འབྲུད་བཞིན་ཡོད་པ་དེར་ཁག་མེད།

གང་ཡིན་ཞེ་ན། དེར་རབས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་ནི་ཕྱི་དངོས་སོ་ཡར་རྒྱས་གཙོ་
བོར་དམིགས་བཞག་ཆགས་ཡོད། དེས་ན་ད་ལྟ་ཡོད་བཞིན་པའི་འཛམ་གླིང་གི་
ཤེས་ཡོན་སློབ་གསལའི་ནང་ནང་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་རི་ལྟར་བྱས་ཏེ་བསྐྱབས་དགོས་
མིན་སྟོར་མེད། དེར་བརྟེན་ཁྱེད་རང་ཆོར་ནས་རྒྱན་དེར་དུས་ཤེས་ཡོན་ཀྱི་
གོམས་འཕྲིས་ཡོད་པ་དེ་དག་གཅིག་བྱས་མི་ཆེ་བདེ་སྦྱིད་ལྡན་པ་ཞིག་ཡོང་རྒྱུར་
འགན་ལེན་བྱེད་ཐུབ་རྒྱ་ཁག་སོ་ཡིན། དཔེར་ན། དེར་དུས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་ཅེ་མོར་
སོན་ནའང་ནང་གི་སེམས་པ་འབྲུགས་ནས་སྟོད་མཁན་མང་སོ་ཡོད། དེར་བརྟེན་
ང་ཆོས་ད་ལན་གོ་བསྐྱར་བྱེད་བཞིན་པ་འདི་དག་གིས། རང་ཉིད་ཀྱི་ཤེས་ཚད་
དང་ཆོས་ཀྱི་གོ་རྟོགས་གོང་མཐོར་བཏང་བ་ཙམ་དུ་མ་ཟད། རང་ཉིད་ཀྱི་མི་ཆེ་བདེ་
སྦྱིད་ལྡན་པ་ཞིག་སྦྱེལ་སྟངས་ལའང་ཉན་ཉན་པན་སོགས་ཡོང་རྒྱུ་འདི་རེ་བ་ཡོད།

ལེགས་བཤད་སྒྲོགས་ར་མིག་འབྱེད་ནི་ལྟར་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༦༠ ནང་གིས་པ་
ཞིག་དང་། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༣ ལྷ་ ༥ ཆེས་ ༩ ལ་པར་སྐྱབས་མེད་ས་དང་སོ་བྱས་པ་
ལྟར་ན་པལ་ཆེར་ལོ་ལྔ་བརྒྱ་ལྷག་ཕྱིན་པ་རེད། པལ་ཆེར་ལུང་ལྟར་སྒྲོག་བཞིན་
དུ་འབྲེལ་བཤད་སྟེར་བྱ་རེ་བྱས་ན་འགྲིགས་སྟུང་།

༡༡། །ཡིགས་བཞད་ལྷོ་གསར་མིག་འབྱེད་ཅེས་བྱ་བ་
བཞུགས་སོ། །

དང་ལོ། ཆོས་བྱེད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན།

༡༢། །ཡིགས་བཞད་ལྷོ་གསར་མིག་འབྱེད་ཀྱི་མཚན་བརྗོད།

༡༣། །ཆོས་རབ་ཏུ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་མཐར་ཐུག་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་ཕྱག་
འཆམ་ལོ། །ཞེས་མཚན་བརྗོད་དེ་ཉིད་ནི། ལྷོན་པ་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་དང་། མཚོག་
གསུམ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སོགས་ལ་ཕྱག་འཆམ་བ་དང་། དེ་བཞིན་སྙིང་རྩེ་
ཆེན་པོ་ལ་ཕྱག་འཆམ་བ་སོགས་མང་དུ་ཡོད། འོན་ཀྱང་འདིར། ལྷོ་གསར་མིག་
འབྱེད། ཅེས་བརྗོད་པ་ལྟར་མིང་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཆ་ནས་གཞོན་སྤྱེས་ལྷོ་གསར་པ་སྟོབ་
གཞི་མང་པོར་སྟོབ་གཉེར་བྱས་དང་བྱེད་བཞིན་པའི་ན་གཞོན་སྟོབ་ཕྱག་རྣམས་ཀྱི་
ཆེད་དུ་དམིགས་ནས་བསྐྱེགས་པ་ཞིག་ཡིན་སྟབས། ཆོས་རབ་ཏུ་རྣམ་འབྱེད་ཀྱི་
ཤེས་རབ་དེ་གཙོ་བོ་ཆགས་ཡོད། སོ་སོར་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་སྟེ། ང་ཆོའི་སྟོབ་

སྒྱིང་གང་ཞིག་ཡིན་ནའང་ནམ་རྒྱུན་རྗེ་བཙུན་འངས་དཔལ་དབྱངས་ལ་བསྟོད་པ།

གཞོན་ནུའི་ཆ་ལུགས་འཆང་བ་པོ། །

ཤེས་རབ་སྟོན་མེ་རབ་ཏུ་གསལ། །

འཛིག་རྟེན་གསུམ་གྱི་སྤྱན་སེལ་བ། །

འངས་དཔལ་དབྱངས་ལ་བྱག་འཆལ་ལོ། །

ཞེས་འཛིག་རྟེན་གྱི་སྤྱན་བ་སེལ་ཞེས་པའི་སྤྱན་བ་ནི་ནང་གི་སྤྱན་བ་ཡིན་
ཞིང་། དེ་ལྟ་བུའི་ནང་གི་སྤྱན་བ་སེལ་བ་ལ་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྒྲུང་བ་རྒྱས་པའི་ཐོག་
ནས་ནང་གི་སྤྱན་བ་སེལ་དགོས་པ་ལས། བྱ་ཐབས་གཞན་གྱི་ཐོག་ནས་སྤྱན་བ་
སེལ་ཐབས་ཤིག་མེད། དེས་ན་གཙོ་བོ་ཆོས་རབ་ཏུ་རྒྱས་འབྱེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་ནི་
མྱུང་དོར་གྱི་གནད་ཤིང་། མི་ཆེད་ལམ་སྟོན་བྱེད་མཁན་གཙོ་བོ་དེ་ཆགས་
ཡོད།

དེ་ལྟར་ཆོས་རབ་ཏུ་རྒྱས་འབྱེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་དེ་ཉིད་གལ་གནད་ཆེ་ཤོས་
ཤིག་ཡིན་སྟབས། ཆོས་རབ་ཏུ་རྒྱས་པར་འབྱེད་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་ནང་ནས་
མཐར་ཐུག་པ་ནི་སྤྱི་བ་པ་མཐའ་དག་སྤངས་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་མཁྱེན་པའི་ཡེ་
ཤེས་དེ་སོ་སོར་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་གོམས་པ་མཐར་ཐུག་པའི་གནས་
སྐབས་དེ་ཆགས་ཡོད། དེས་ན་ཆོས་རབ་ཏུ་རྒྱས་པར་འབྱེད་པའི་མཐར་ཐུག་པའི་
ཡེ་ཤེས་ལ་བྱག་འཆལ་ལོ། །ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན།

དེ་ལ་འདིར་སྟོན་པ་རྣམ་འདྲན་བཞི་པའི་བསྟན་པ་ལྟ་བུ་བྱག་བཙུང་
ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ལེ་ཏུའི་སྐབས་ཏེ་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་པ་རྩ་མཆོན་གྱི་བསྐལ་པའི་

དུས་འདིར་སྤྱི་དངོས་པོའི་རིག་གནས་འཕེལ་རྒྱས་བྱུང་བ་དང་འབྱུང་འགྱུར་
བཞིན། ནང་བསམ་པའི་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་དགོས་པ་ཤིན་ཏུ་གཤམ་
མཁོ་ཆེ་ཞིང་། ཞེས་པ་ལྟར་སྒོ་གསར་མིག་འབྱེད་འདི་ཉིད་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༤༠ ནང་
བྱིས་པ་ཞིག་ཡིན། འོན་ཀྱང་ད་དུང་ཡང་གནས་སྐབས་དེ་གའི་ཐོག་ཏུ་བསྐྱད་
ཡོད། དེར་སྐབས་འཛམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་འདས་པའི་ལོ་ངོ་ལྔ་བརྒྱ་ལྷག་གི་རིང་
ལ་མི་མང་པོ་ཞིག་དང་འབྲེལ་བ་བྱུང་ཞིང་། སྤར་གྱི་ཉམས་སྤྱོད་ཕྱོགས་བསྐྱོམས་
བྱེད་སྐབས་བསམ་སྒོ་ཡང་རྒྱས་མ་བྱིན་པའི་དབང་གིས་དཀའ་ངལ་འཕྲད་པ་
དང་། མི་མང་པོ་ཞིག་གིས་རང་ཉིད་ཀྱི་རེ་བ་བཅོལ་ས་དེ་དབལ་འབྱོར་ལོངས་
སྤྱོད་ཡང་རྒྱས་སུ་བྱིན་ཏེ་དཔུལ་མང་པོ་བྱུང་ན། དཀའ་ངལ་ཆང་མ་སེལ་ཐུབ་
སྟམ་པའི་བསམ་སྒོ་འཁོར་གྱི་ཡོད། དཔུལ་དང་དངོས་པོས་དཀའ་ངལ་སེལ་
ཞེས་པ་ནི། སྤྱི་དངོས་པོའི་མ་ཐུན་རྒྱུན་མ་འདར་བའི་དཀའ་ངལ་ནམས་སེལ་ཐུབ་
པ་ཅོམ་ལས། ནང་སེམས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་སེལ་ཐུབ་ཐབས་མེད་པ་ཏྱ་ཅང་གསལ་
པོ་ཡིན།

ཁ་ཤེ་ཆེད་མས་གཏན་ལ་ཕབ་པའི་ནང་ཆོས་ཀྱི་འགྲོ་ཁྱེད་ས།

དེ་ལ་ནང་དོན་རིག་པ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཚུལ་བསམ་པ་དང་
སྒོམ་པས་སྐྱབ་པ་ལ། ནང་དོན་རིག་པ་ནི་རིག་གནས་ཆེ་བ་ལྟ་དང་། རིག་གནས་
ཚུང་བ་ལྟ་གསུངས་པའི་ནང་གི་རིག་གནས་ཆེ་བ་ལྟ་ལས་ནང་དོན་རིག་པ་ནི་
གཙོ་བོ་ཆགས་ཡོད། སངས་རྒྱས་པའི་གཞུང་དང་། ལྷག་པར་དབལ་ལྷ་ལེན་ལེ་
ལྷག་སྒོལ་ལམ་བརྒྱད་པ་ལ་ནང་དོན་རིག་པ་དེ་ཡང་ཆེད་མའི་ལམ་ནས་གཏན་ལ་

ཕབ་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན། དེས་ན། རང་དོན་རིག་པར་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་ཐོག་ནས་འགྲོ་
དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་ན་ཆད་མ་དང་འབྲེལ་བ་གང་ཡང་མེད། འོན་ཀྱང་རང་དོན་
རིག་པ་ནི་བཙུགས་ལྡན་ཉིད་ཀྱིས།

དགེ་སློང་དག་གམ་མཁས་རྣམས་ཀྱིས། །

བསྐྱེད་པ་བཅད་བཅར་བའི་གསེར་བཞིན་དུ། །

ལེགས་པར་བརྟགས་ལ་ང་ཡི་བཀའ། །

སྒྲུང་བར་བྱ་ཡི་གུས་ཕྱིར་མིན། །

ཞེས་བའི་ཆོག་སྲུ་བཅད་པ་འདི་ཉིད་རྒྱ་ཡིག་ནང་ཡོད་འདུག་པས། ཀོ་
རི་ཡ་སོགས་ནང་བའི་ཡུལ་ལུང་མང་པོར་ལུང་འདི་རྒྱ་ས་མངའ་ཡོད། ལུང་འདིས་
བཙུགས་ལྡན་འདས་ཀྱི་རྗེས་འབྲང་དག་གིས་བཙུགས་ལྡན་འདས་ལ་དད་པ་དང་གུས་
པ་ཡོད་པ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ཏེ་བཙུགས་ལྡན་འདས་ཀྱིས་གང་ཞིག་གསུངས་པ་དེར་
ཡིད་ཆེས་བྱེད་མི་དགོས་ཤིང། ངས་བསྟན་པ་དེ་དག་རིགས་པ་དང་འགལ་མིན་
དབྱེད་ཅིང། དབྱེད་དོན་ཉམས་སྲུ་ལེན་བའི་ཉམས་སྲོང་གི་ཐོག་ནས་བྱུང་འབྲས་
ཐོན་པ་ཞིག་ཡོང་མིན་ལ་བརྟགས་ནས་ཡིད་ཆེས་འཕེར་ན། ངས་བསྟན་པ་དེར་ཡིད་
ཆེས་བྱེད་དགོས་ཞེས་གསུངས་པ་ནི་གདེང་སློབས་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན། འདི་ལྟ་
བུའི་གདེང་སློབས་མེད་ན་ངས་བསྟན་པ་དེར་དབྱེད་པ་བྱེད་མི་དགོས་པར་ཡིད་
ཆེས་བྱས་ན་ཆོག་ཅེས་གསུངས་དགོས་པ་ལྟ་བུ་ཡོང་གི་ཡོད།

ངོས་ནས་འཇམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་གི་ཆོས་ལུགས་གཞན་རྣམས་ལ་མ་གུས་
པ་བྱས་པ་གཏན་ནས་མིན་པར་ཆང་མར་ཁ་ཞེ་གཉིས་མེད་ཀྱིས་གུས་བཀུར་བྱེད་

བཞིན་ཡོད། ཆོས་ལུགས་པལ་མོ་ཆེད་ནང་དུ་ཆོས་ལུགས་རང་རང་གི་སྟོན་པས་
གང་ཞིག་གསུངས་པ་དེར་ཡིད་ཆེས་ཐོག་ནས་བྱིན་པ་ལས། དེ་ལ་ཐེ་ཆོས་ཀྱི་
ཐོག་ནས་དབྱེད་པ་བྱེད་པའི་ལམ་སྟོལ་མེད། སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ནང་བཅོམ་
ལྷན་འདས་ཉིད་ཀྱིས་དབྱེད་པ་བྱེད་དགོས་ཞེས་གསུངས་ཡོད། དེ་ལྟར་མགོན་པོ་
ལྷ་སྐུ་སོགས་ཀྱིས་དངོས་སུ་ལག་ལེན་གྱི་ཐོག་ནས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་བཀའ་
ལ་སྦྱ་རི་བཞིན་པར་ཁས་སྒྲུང་ཆོག་པ་གང་དག་ཡིན་པ་དང། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་
བཀའ་ཡིན་ནའང་། དུས་དང་གདུལ་བྱའི་ཁམས་དང་དབང་པོ་སོགས་ལ་དགོངས་
ནས་གསུངས་པའི་བཀའ་རྣམས་སྦྱ་རི་བཞིན་པར་ཁས་སྒྲུངས་ན་རིགས་པས་
གཞོད་པ་ཡོད་པ་དང་། དངོས་ཡོད་ཀྱི་གདུལ་བྱའི་ཁམས་མོས་དང་འཆོམ་པར་
གསུངས་པ་ཞིག་ཡིན་སྟབས། དེ་ནི་དགག་དགོས་གཉིས་དང་དེའི་ནང་ནས་
དགོས་པ་གཙོ་བོར་བྱས་ནས་གསུངས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ལས། སྦྱ་རི་བཞིན་པར་
ཁས་སྒྲུངས་ན་མི་འགྲིག་ཞེས་གསུངས་ཡོད། དེ་ནི་སྦྱིར་ནང་པ་སངས་རྒྱས་
པའི་ཆོས་དང་། ལྷག་པར་དཔལ་རྣམ་ལུ་ལེ་རྒྱའི་ཆོས་བརྒྱད་ཀྱི་འགྲོ་སྤངས་འདི་ཉ་ལས་
པ་ཞིག་རེད་འདུག

མདོར་ན། སངས་རྒྱས་པའི་ནང་དོན་རིག་པ་དེ་ཉིད་ཆོད་མའི་ལམ་ནས་
གཏན་ལ་ཐབ་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་ལ་ནང་པའི་ཡུལ་ལུང་མང་པོ་ཞིག་ཡོད། དེ་ཡང་
འབར་མ་དང་། ཐའེ་ལན་རྟེ། སྤེལ་རྒྱ་སོགས་པ་ལྷེའི་ཆོས་བརྒྱད་འཛིན་མཁན་
ཀྱི་ནང་པའི་ལུང་པ་དེ་དག་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ་རེད། སྤར་ངོས་རང་ཐའེ་ལན་
རྟེར་ཐེངས་ཁ་ཤས་འགྲོ་སྤྲོད་ཡོད་ཀྱང་། དུས་བྱིས་འགྲོ་བསྐྱོད་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་མེད།

ནང་པའི་ཡུལ་ལུང་དེ་དག་གི་མཁས་པ་དང་། དགེ་སློང་འདུལ་བ་འཛིན་པ་མང་
པོ་ཞིག་དང་ཐུག་འཕྲད་བྱེད་སྤྱོད་ཞིང་། དེ་དག་གི་ཁྲིད་དུ་དངོས་གནས་བསམ་
གྲིས་མི་ཁྲབ་པ་དང་པའི་སྤྱུ་ཁོང་གཡོ་དགོས་པ་དེ་འདྲའང་ཡོད། འོན་ཀྱང་དབུ་
ཚད་ཀྱི་གཞུང་རྒྱུ་མཁས་དར་སོ་མེད།

ལེགས་སྦྱར་གྱི་ཆོས་བརྒྱད་འཛིན་མཁན་རྒྱ་ནག་ཡིན་ཞིང་། རྒྱ་ནག་
བརྒྱད་ནས་ཀོ་རི་ཡ་དང་། མེ་ཉི་ནམ། ཉི་རྟོང་བཅས་ལེགས་སྦྱར་གྱི་ཆོས་བརྒྱད་
འཛིན་མཁན་ཆགས་ཡོད། དབུ་སེམས་ཀྱི་གཞུང་མང་པོ་ཞིག་དང་དབུ་སེམས་
ཀྱི་ལྷ་སྦྱབ་ཀྱང་ཡོད། སལ་ཆེར་ཆད་མའི་གཞུང་རྒྱ་ཆེན་པོ་དེ་ཅུ་མེད་པ་ལྷ་སུ་
ཞིག་འདུག ཆད་མའི་གཞུང་ནི་བོད་གངས་ཅན་གྱི་ལྷོངས་ལ་མཁན་ཆེན་ཞི་བ་
འཆོ་རང་ཉིད་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་ཆད་མའི་སྦྱེས་མཆོག་ཅིག་ཆགས་ཡོད།
ཁྲིད་གི་སློབ་མཁས་སྤྲས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ཀ་མ་ལ་ཤི་ལ་རྒྱུ་གཉིས་ཆོས་རྒྱལ་གྱི་སློང་
ལྷེ་ལུ་བཅོན་གྱིས་བོད་དུ་གདན་ཞུ་གནང་ཞིང་། སྤྱི་ཆེད་ལྷག་མ་རྒྱུ་མཁས་ཀྱང་བོད་
རང་དུ་བཏང་གནང་ཡོད། དེ་དག་གི་ཐུགས་བསྐྱེད་སློན་ལམ་དང་ལམ་སྟོན་
གནང་བ་ལྟར། ཞེ་ས་མ་ཁུས་ན་དགེ་ལྡན་རང་ཉིད་གཞུང་ལུགས་གང་ལ་ཐུགས་
སྤྱང་ཡོད་ཀྱང་། དེ་ལུགས་ཀྱིས་སློབ་མ་རྒྱུ་མཁས་ལ་ཕྱག་དཔེ་བྲིད་སྤྱངས་ཤིག་
གནང་ངེས་པས་དགེ་ལྡན་རྒྱུ་མཁས་ཀྱིས་ཀྱང་ལྷ་སྦྱབ་དང་། རང་དོན་རིག་པའི་
གཞུང་ལུགས་རྒྱུ་མཁས་ཀྱང་ཆད་མའི་གཞུང་དང་འབྲེལ་ནས་ལྷ་སུ་བའི་ལམ་སྟོན་
བཟང་པོ་ཞིག་བཏོད་ཡོད། དེས་ན། དེའི་ཚུལ་ཤེས་དགོས་པས། ཟབ་ཅིང་བརྒྱུང་
བའི་གཞུང་ཆེན་པོ་དག་བལྟ་བར་མི་ཁོམ་པའི་སྦྱེ་བོ་དག་གི་བསོད་ནམས་ཀྱི་

བགོ་སྒྲལ་དུ་ཆོས་རབ་དུ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྤྲང་བ་རྒྱས་པར་
བྱེད་པའི་བསྟན་བཅོས་ཆོག་ཉུང་གོ་བདེ་གཙོ་ཐོར་བྱས་པ་སྒྲོགས་ར་མིག་འབྱེད་
ཅེས་བྱ་བ་འདི་ཉིད་བཤད་པར་བྱའོ།

གཤེས་པ་གཙོ་བོ་དང་དམར་ཟས་ཐུང་དོར་གྱི་སྒྲོར།

དེ་ལ་འཕྲོ་བ་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་འདོད་པ་དང་། སྤྱག་བསྐྱལ་མི་འདོད་པ་
མཉམ་ཞིང་། དེ་ཡང་རང་རེ་ཤེས་རིག་བཟ་བའི་མི་ཅམ་མ་ཟད། རྒྱུ་ཞིང་གཏི་
སྤྱག་པ་ཐ་ན་སློག་ཆགས་འབྲུ་སྤྱན་སྤྲོ་མོ་ཡན་ཆད་ཀྱང་བདེ་བ་ཞིག་འདོད་པ་
དང་། སྤྱག་བསྐྱལ་སྤྲོ་མོ་ཡང་མི་འདོད་པ་ཤ་སྤྱག་ཡིན། དེས་ན་རང་གཞན་སྤྱ་
ཡིན་ཡང་བདེ་བ་འབྱུང་བ་དང་། སྤྱག་བསྐྱལ་མི་འབྱུང་བའི་ཐབས་ཤིག་བྱ་
དགོས། དེ་མིན་རང་ལ་བདེ་བ་ཞིག་བྱུང་ན་སྤྱམ་པ་དང་། སྤྱག་བསྐྱལ་དེ་མེད་ན་
ཅི་མ་རྒྱུང་སྤྱམ་པའི་རེ་འདོད་ཆེན་པོས་སྤྱག་ནས་བསྐྱེད་པ་ཅམ་གྱིས་བདེ་བ་
འབྱུང་བ་དང་། སྤྱག་བསྐྱལ་སེལ་མི་ཁུས་པས། བདེ་བ་གང་ལས་འབྱུང་བའི་རྒྱ་
སྤྱབ་པ་དང་། སྤྱག་བསྐྱལ་འབྱུང་བའི་གཞི་སྤོང་ཁུས་པ་ཞིག་དགོས།

ཕན་བ་བདེ་བའི་རྒྱ་སྤྱབ་བྱེད་དང་། གཞོད་པ་སྤྱག་བསྐྱལ་སྤོང་བའི་
ཐབས་ནི་ཆོས་ལ་བརྟེན་ནས་བསྐྱབས་པ་དང་འབྲུ་བ་ཐབས་ཚུལ་གཞན་ནི་ལྟར་
བྱས་ཀྱང་ཡང་དག་པ་དང་། མཐར་ཕྱིན་པ་སྤྱབ་མི་ཁུས། དེ་ལྟ་བུའི་བདེ་བ་སྤྱབ་
པ་དང་། སྤྱག་བསྐྱལ་སེལ་བ་སོགས་ནི་གོང་གསལ་བཞིན་དུ་འཕྲོ་དང་། ཐ་ན་
སློག་ཆགས་སློག་འབྲུང་ཚུན་ཆད་སྤྱག་བསྐྱལ་མི་འདོད་པ་དང་། བདེ་བ་འདོད་
པ་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པ་བསམ་སྒྲོ་ཞིབ་སྤྲོ་བཏང་ན་ཉ་ཅང་གསལ་པོ་ཡིན།

དེང་སྐབས་འཛམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་དུད་འགོ་སློག་ཆགས་ཀྱི་རིགས་ལ་སློག་ལྷན་
 གྱི་འདུ་ཤེས་དེ་ཙམ་མེད་པ་དང་། སློག་གི་འདུ་ཤེས་ཡོད་ཀྱང་དེར་བདེ་སྤྱད་
 གང་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་མེད་ལ་དོ་སྣང་གང་ཡང་མེད་པ་ལྟ་བུ་ཡོང་གི་ཡོད།
 དཔེར་ན། སུར་དཀྱིལ་རྩ་རམ་ས་ལར་ཡོང་སྐབས་རྩ་ས་ནས་པ་ཁང་གོ་རྟེ་ (Pathan-
 kot) བར་དང་། པ་ཁང་གོ་རྟེ་ནས་འཛམ་ལྷ་ (Jammu) བར་ཡར་མར་བསྐྱོད་སའི་
 ས་གནས་དེ་དག་ཏུ་བྱ་ཤིང་ཆོང་མཁན་ཉ་ཅང་ཉུང་ཤས་ལས་མེད། བར་སྐབས་
 དངོས་སོ་ཡར་རྒྱས་ཕྱིན་པའི་ཆ་ཤས་ལྟ་བུར་བྱ་གསོ་ཁང་ཉ་ཅང་མང་སོ་ཞིག་
 ཆགས་ཡོད། དཔེར་ན། པལ་ཆེར་ཟ་ཁང་རྒྱུང་དུ་རེ་རེའི་ཉེ་འཁྲིས་སུ་དབྱར་
 དགུན་སྟོན་དེ་ཕྱིད་མེད་པར་བྱ་དེ་ལྷགས་ཁའི་ནང་སྤྱགས་ནས་བཞག་པ་མཐོང་རྒྱ་
 ཡོད། དེ་དག་ནི་རྒྱ་ཆོད་འགའ་ཞིག་གི་ཆེ་ཆད་ཙམ་ལས་དེ་མེས་ཤི་རྒྱ་དང་། དེ་
 ལས་རིང་ན་ཉིན་མ་གཅིག་གཉིས་སྟོད་རྒྱ་ཡོད་ལས་ཆེ། དེ་མེས་གསོད་རྒྱུར་ངེས་
 པ་ཡིན། དེ་དག་ལ་སློག་གི་འདུ་ཤེས་ཉ་ལམ་མི་འདུག འཛམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་
 (piggery, fishery, poultry-farm) སག་གསོ་ཁང་དང་། ཉ་གསོ་ཁང་། བྱ་གསོ་
 ཁང་ལྟ་བུའི་སློག་ཆགས་དེ་དག་མིས་ཟ་རྒྱུའི་ཟས་རིགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་ཤིག་ལས།
 དེ་དག་ལ་སློག་ཡོད་པ་དང་། ང་ཆོ་ལྷར་སྤྱད་བསྐྱུལ་མི་འདོད་པ་དང་། བདེ་བ་
 འདོད་པའི་ཆོར་བ་ཡོད་པ་གཅིག་མཚུངས་རེད་སྟེ་མ་པའི་ངོས་འཛིན་གཏན་ནས་
 མི་འདུག དེ་དག་ནི་ཉ་ལས་པའི་ཐབས་སྟོ་པོ་རེད།

མ་གཞི་ང་ཆོ་བོད་ལའང་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་གྱི་སློག་ནས་བོད་པ་
 ཆང་མས་དཀར་སྟོང་བྱེད་བྱུབ་ཐབས་མེད་ལ། འཕྲོག་སའི་རིགས་མང་སོ་ཞིག་

དེ་སྤྱི་ལྟོས་འགྲུལ་ཞན་པའི་སྐབས་མདོར་ན་རྩལ་པ་ཡང་དགོན་པའི་གནས་
ཚུལ་ཡོད། དེར་བརྟེན་སློབ་ཆགས་ཀྱི་ཤ་མར་བྱུང་གསུམ་ལ་མ་བརྟེན་ཐབས་
མེད་ཡིན། འོན་ཀྱང་སློབ་གཙོད་པ་ནི་མི་རུང་བའི་བྱ་བ་ཞིག་ཡིན་པ་འཛོགས་པ་
ཆང་མས་ངོས་འཛིན་བྱེད་བཞིན་ཡོད། རང་ཉིད་འཆོ་ཐས་ཀྱི་ཆེད་སློབ་གཙོད་
པའི་སྐབས་སྤྱི་ལྟོས་ནང་མཆོད་མེ་ཕྱལ་བ་དང། རང་མི་ཆང་མས་མཆི་འབྲེན་པ།
སློབ་གཙོད་བཞིན་པའི་གནས་སྐབས་སུའང་མཆི་འབྲེན་པ་སོགས་བྱ་བ་དེ་མ་
རུང་བ་ཞིག་དང་། སྤྱི་ལྟོས་པའི་ལས་ཡིན་པ་ཤེས་པའི་ཐོག་ནས་བྱེད་བཞིན་ཡོད་
པས་ཅུང་བྲག་པ་ཡོད། དེ་མིན་སེམས་ཅན་གྱི་སློབ་ལ་བརྟེན་བའི་འདུ་ཤེས་གཏན་
ནས་མེད་པར་སློབ་གཙོད་པ་མང་ཆེ་བ་ཆགས་ཡོད།

འཇམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་གི་ཉ་རིགས་འགའ་ཞིག་གསོད་རྒྱ་ལྷགས་ཆེ་
བའི་དབང་གིས་ད་ཆ་རིགས་རྒྱུད་གཏོང་ལ་ཉེ་བའི་གནས་སུ་སྤེལ་ས་ཚུལ་བརྗོད་
བཞིན་ཡོད། དེ་རིགས་ནི་སེམས་ཅན་གཞན་ལ་སློབ་གྲི་འདུ་ཤེས་དང་། དེ་དག་
སྤྱི་ལྟོས་པའི་འདོད་པ་དང་། བདེ་བ་འདོད་པའི་འདུ་ཤེས་མེད་པར་བརྟེན་གནས་
ཚུལ་དེ་རིགས་ཡོང་གི་ཡོད།

༣༥ བྱམས་སེམས་ཀྱི་བདེ་སྤྱི་ལྟོས་ཀྱི་བྱུང་བ་ར།

དེ་ལྟར་སློབ་ཆགས་ཡིན་ནོ་ཙོག་སྤྱི་ལྟོས་པའི་འདོད་པ་དང་། བདེ་བ་འདོད་
པ་གཅིག་མཚུངས་ཡིན། བྱུང་བར་གཅིག་རང་ཡོད་པ་ནི། རུང་འཛོལ་གྲག་གིས་
བདེ་བ་དང་སྤྱི་ལྟོས་པའི་གཙོ་བོ་ལུས་ཆོར་ལ་བརྟེན་པའི་བདེ་སྤྱི་ལྟོས་པ་ཉ་
ཅང་གསལ་པོ་ཡིན།

ཡིད་སྒྲོའི་སྤྲོད་ནས་རྣམ་རྟོག་ཐུན་ཆོག་གས་ཀྱི་དབང་ལས་དགའ་སྤྲུག་དང་
བདེ་སྤྲུག་ཡོང་གི་ཡོད་ཀྱང་དེ་ཙམ་གྱི་ཤུགས་ཆེན་པོ་མེད། སྤང་བའི་གནས་
སྤངས་ཀྱི་ཆ་ནས་བསམ་སྒྲོག་གཏོང་བའི་རྒྱས་པ་ཆེན་པོ་མེད། རུད་འགྲོའི་ནང་
རུའང་རིགས་འདྲ་མིན་སྒྲ་ཆོག་གས་ཞིག་ཡོད། མི་ལ་བསམ་སྒྲོག་གཏོང་བའི་རྒྱས་པ་
ཏ་ཅང་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན། ཇི་ཙམ་གྱི་བསམ་སྒྲོག་གཏོང་བའི་རྒྱས་
པ་ཡོད་པ་དེ་ཙམ་གྱིས་རེ་དོགས་མང་བ་དང་། དེ་བཞིན་འདས་པའི་ལོ་རྒྱུས་བྲན་
ནས་སེམས་ལ་ཆགས་སྤང་སྤྱེ་བ་དང་། མ་འོངས་འབྱུང་འབྱུང་གི་བསམ་སྒྲོ་
མང་པོ་ཞིག་འཁོར་ནས་རེ་དོགས་ཀྱི་དབང་ལས་སེམས་ལ་མ་སྤྱིད་པ་ཞིག་ཀྱང་
ཡོང་གི་ཡོད།

དེས་ན་སེམས་ཀྱི་ཐོག་ནས་དཀའ་ངལ་འཕྲད་པ་དེ་རུད་འགྲོ་ལ་ཤུགས་
ཅུང་ཞིང་མི་ལ་ཤུགས་ཆེ་བ་ཡོད། རུད་འགྲོ་རྣམས་ནི་ཐད་ཀ་ཐད་ཀའི་དངངས་
སྤྲུག་དང་། ཞེད་སྤང་སོགས་འཕྲལ་བྱ་གཞོད་པ་མེད་ན་ལྟོད་ལ་བབས་ནས་སྤོད་
ཀྱི་ཡོད། ང་ཆོ་མི་ལ་མཆོན་ན་ལྟོ་གོས་ཀྱི་མ་ཐུན་རྒྱུན་དང་། གཟུགས་གཞི་བདེ་
ཐང་ཡོད་ཀྱང་། སེམས་ལ་མ་སྤྱིད་པ་ཡོད་ན་ལུས་ལ་ནད་དང་ན་ཆ་མེད་ལ། ལྟོ་
གོས་ཀྱི་སྤྲུག་བསྐྱལ་བྱེད་དགོས་དོན་མེད། ལྷག་པར་གཉིས་དང་ཉེ་བྱུ་སྤྲན་སྤུམ་
ཆོག་གས་ཞིང་། རོར་འོངས་སྤྱོད་སྤྲན་སྤུམ་ཆོག་གས་པོ་ཡོད་ཀྱང་། སེམས་ཀྱི་སྤྲུག་
བསྐྱལ་གྱི་དབང་ལས་མ་སྤྱིད་པ་དང་། གཉིད་མི་ཁུག་པ་དང་། སེམས་འཁྲུག་པ་
སོགས་ཀྱི་དབང་ལས་སྤྱོད་སྤུམ་ཆོག་གས་ཀྱི་རིགས་བེད་སྤྱོད་བྱེད་པ་དང་། ཆང་རག་
ཆོད་མེད་འབྱུང་བ་སོགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་སེམས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་སེལ་བའི་ཐབས་

ལམ་གཞན་མ་རྟེན་པའི་སྐབས། ཕྱི་དངོས་པོའི་རྣམས་ཤིག་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་
ལ་ཞི་བདེ་ཡོང་བའི་འབད་བཅོམ་བྱེད་བཞིན་ཡོད། དེ་ནི་སེམས་འབྱུགས་པའི་
ཏྲགས་མཚན་ཡིན། སེམས་ནང་དངངས་སྒྲག་གཏན་ནས་མེད་པར་སེམས་ཞི་
བདེ་བག་ཐེབས་ཡོད་ན། ཟློས་རྩལ་བེད་སྤྱོད་བྱེད་དགོས་དོན་མེད་ལ། ཆང་
རག་ཆོད་མེད་འཕྱང་དགོས་དོན་ཡང་མེད།

དེར་བརྟེན་མིའི་སེམས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་ཞེས་བ་ནི། ལུས་ཀྱི་མ་སྐྱུན་རྒྱུ་
ཡོད་པ་གཅིག་ལུས་པན་ཐོགས་མེད་པ་ཏྲ་ཅང་གསལ་བོ་ཡིན། དེས་ན་དུད་
འགྲོའི་བདེ་སྤྱུག་དང་། མིའི་བདེ་སྤྱུག་གཉིས་པན་རྒྱུ་བསྐྱར་ན། གཙོ་བོ་ལུས་
ཆོར་ལ་བརྟེན་པའི་བདེ་སྤྱུག་ནི་དུད་འགྲོ་དང་མི་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་ཀྱང་། ཡིད་
སློང་ལ་བརྟེན་པའི་བདེ་སྤྱུག་དེ་མི་ལ་ཤྲགས་ཆེ་བ་ཡོད། དེ་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་
ལུས་ཀྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཐུག་པུ་ཡོད་ཀྱང་སེམས་ལ་ཞི་བདེ་ཡོད་ན་ལུས་ཀྱི་སྤྱུག་
བསྐྱེད་ཐེལ་གྱིས་གཞོན་སྐབ་ལ། སེམས་ནང་མ་སྤྱོད་པ་ཤྲགས་ཆེ་ཡོད་ན་ལུས་
ཀྱི་བདེ་བ་ཡོད་ཀྱང་། དེས་སེམས་ཀྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་དེ་ཐེལ་གྱིས་གཞོན་མི་སྐབ།
དེ་ནི་ཁྱེད་རང་ཆོའི་སློབ་གྲོགས་རྣམས་ལ་ལྟོས་དང་། ཁྱིམ་ཆང་འབྱོར་ལྷན་གྱི་
བྱ་སྤྱུག་ཡིན་ནའང་སེམས་འབྲལ་ཁོ་ན་བྱེད་མཁན་ཡོད་ལ། ཡང་སྤྱོད་སྤྱུག་ཞན་
ཅམ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ནའང་སྤང་བ་སྤྱོད་པོ་བྱས་ནས་སྤྱོད་མཁན་ཡོང་གི་ཡོད།
དེ་དག་ལ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་བ་དང་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ན། དངོས་ཡོད་ཀྱི་བདེ་སྤྱུག་
ཅེས་བ་དེ་མིའི་བདེ་སྤྱུག་ཤྲགས་ཆེ་བ་དེ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་སྤངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་
བདེ་སྤྱུག་ཡོང་བ་དེ་ཤྲགས་ཆེ་བ་དང་། ལུས་ཆོར་གྱི་བདེ་སྤྱུག་ནི་དེ་ཅམ་གྱི་

ནུས་པ་ཆེན་པོ་མེད་པ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད། དེས་ན་ལུས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐུལ་སེལ་
ནས་ལུས་ཀྱི་བདེ་བ་སྦྱབ་དགོས་ཀྱང་། སེམས་ཀྱི་བདེ་སྤྱག་དང་བསྐྱར་ན་ལུས་
ཀྱི་བདེ་སྤྱག་གལ་གནད་ཆུང་ཞིང་། གཙོ་བོ་སེམས་ཀྱི་བདེ་སྤྱག་བསྦྱབ་རྒྱ་དེ་
གལ་འགངས་ཆེ་བ་ཡོད།

ཅ ། བདེ་སྤྱིད་ཀྱི་འབྱུང་ཆ་ནི་བྱམས་བརྟེ་ཡིན་ཆུབ་ལ།

སྤྱིར་འཇམ་སྒྲིང་འདིའི་ཐོག་གི་ཡེ་ཤུ་དང་ཁ་ཆེའི་ཆོས། དེ་བཞིན་ཕྱི་རོལ་
ལུ་སྤྲེགས་པའི་ཆོས་ལུགས་པལ་མོ་ཆེ་ནང་པའི་གཞུང་ནས་ལྷ་མིའི་ཐེག་པ་དང་།
ཆངས་པའི་ཐེག་པ་ཞེས་གསུངས་པ་ལས། ལྷ་མིའི་ཐེག་པ་ཆགས་ཡོད། མིའི་མི་
ཆེར་བྱམས་བརྟེ་ཡོད་པ་དང་། བྱམས་བརྟེ་ལྷན་པའི་མི་ཞིག་ཡོང་ཐབས་ལ་གཙོ་
བོར་དམིགས་ནས་ཆོས་ལུགས་ཆང་མས་བྱམས་པ་དང་བརྟེ་བ་སོགས་གསུངས་
ཡོད། བྱམས་བརྟེ་ཞེས་པ་ནི་འབད་མེད་ལྷན་གྲུབ་ཏུ་ཡོང་བ་ཞིག་མིན་པར་འགལ་
རྒྱུ་ཡོད་པ་ཞིག་ཏུ་ཆོས་ལུགས་ཆང་མས་ངོས་འཛིན་གནད་ཡོད། བྱམས་བརྟེའི་
འགལ་རྒྱུ་ནི་ཞེ་སྤང་དང་འཁོན་འཛིན། རང་ཉིད་ཀྱི་བདེ་བ་ལ་ཆོག་མི་ཤེས་པ་
སོགས་ཀྱིས་བྱམས་བརྟེའི་ཉམས་ལེན་ལ་གཞོད་ཀྱི་ཡོད་པར་བརྟེན། དེའི་ཆེད་དུ་
དམིགས་ནས་བཟོད་པ་སྒྲོམ་པ་དང་། དེ་བཞིན་འཁོན་འཛིན་མི་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ་
བཟོད་བཞེས་སམ་དགོངས་ཡངས་ (Forgiveness) ཆོས་ལུགས་ཆང་མའི་ནང་དུ་
ཡོད། དེ་བཞིན་རང་ཉིད་ཀྱི་འདོད་ཇམ་ཆེན་པོ་བྱས་པའི་དབང་ལས་རྣམས་ཀྱི་ཡོང་
བར་བརྟེན་དེའི་གཉེན་པོར་ཆོག་ཤེས་ (Contentment) གསུངས་ཡོད། དངོས་
གནས་ཡེ་ཤུ་དང་། ཁ་ཆེ། ལུ་སྤྲེགས་པ་སོགས་ཀྱི་ཆོས་པ་མང་པོ་ཞིག་གིས་

འདྲིང་ཆུང་ཆོག་ཤེས་འཕགས་པའི་རིགས་བཞི་ལ་གནས་པ་དངོས་གནས་རེད་
འདུག ཟས་གོས་གནས་མལ་ངན་དོན་ཐོག་མི་ཆེ་བསྐྱལ་ནས་དེ་དག་གིས་ཆོག་
ཤེས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེ་བཞིན་ཆོས་ལུགས་ཆང་མས་རང་བྱིན་སྐྱེས་
སྤང་རྒྱ་གསུངས་ཡོད། དེས་ན་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་ཞེས་པ་ནི་བྱམས་བཅེའི་ཐོག་
ནས་ཡོང་བ་ནི་འགྲོ་བ་མིའི་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་ཉམས་སྤྲོང་གི་ཐོག་ནས་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་
སྟབས། ཆོས་ལུགས་གཙོ་ཆེ་བ་ཆང་མས་བྱམས་བཅེའི་སྐོར་གསུངས་ཡོད།

བྱམས་བཅེ་སྤེལ་བའི་ཐབས་ལམ་ནི། ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཁྲིད་ནས་ལྷ་མིའི་
ཐེག་པའི་ཆོས་ལུགས་རྣམས་ཀྱིས་དད་པའི་ཐོག་ནས་འཇིག་རྟེན་བཞུགས་པ་པོ་
ཏྲག་པ་རང་བྱུང་གི་སྐྱེས་བྱ་ཞིག་ཁས་སྤངས་ནས་ཏྲག་པ་རང་བྱུང་གི་སྐྱེས་བྱས་
ང་ཆོ་ཆང་མ་བཞུགས་པ་རེད་ཅེས་འདྲིང་བ་དང་། ཏྲག་པ་རང་བྱུང་གི་སྐྱེས་བྱ་དེའི་
ངོ་བོ་ནི། བྱམས་བཅེ་མཐའ་ཡས་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཀྱི་དཀོན་མཆོག་ཅིག་
ཡིན་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་དཀོན་མཆོག་དེས་ང་ཆོ་བཞུགས་པའམ་བཟོས་པ་རེད་ཅེས་
བརྗོད་སྐབས། སྤྲོད་མེད་བདག་ཉིད་ཅན་ཀྱི་ཏྲག་པ་རང་བྱུང་གི་སྐྱེས་བྱས་བཞུགས་
པ་ཡིན་སྟབས། ང་ཆོར་ཡང་སྤྲོད་མེད་ས་བོན་ནམ་དཀོན་མཆོག་གི་ཆ་ཤས་ཏེ།
ནང་པའི་གཞུང་ནས་ཁམས་བདེ་གཤེགས་སྤྲོད་པོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དེ་དང་
ཏ་ཅང་འབྲ་བའི་གོ་བ་ཞིག་ལེན་རྒྱ་ཡོད།

དཀོན་མཆོག་ནི་བྱམས་བཅེ་མཐའ་ཡས་པའི་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་ལ།
དེ་ལྟ་བུའི་དཀོན་མཆོག་གིས་ང་ཆོ་བཞུགས་པར་བརྟེན། རང་ཉིད་ལའང་དེའི་རུས་
པ་ཞིག་ཡོད་པ་དང་། དེའི་ཐོག་དཀོན་མཆོག་གིས་ལམ་སྟོན་གང་ཞིག་གནང་གི་

ཡོད་ཅེ་ན། བྱམས་བཅེས་སྒྲིམས་ཞེས་གསུངས། དེ་ནི་ཆོས་ལུགས་ཚང་མའི་ནང་
དུ་ཡོད། དེ་བཞིན་དགོན་མཆོག་ལ་ཅེ་གཅིག་པའི་དད་པས་བྱིད་ཀྱིས་སམ་བྱེན་
བསམ་བ་བྱེད་པའི་སྐབས་ང་དང་ང་ཞེས་པའི་སྒོ་དེ་ཉིད་ལྷགས་རེ་རྒྱུད་དུ་གཏོང་
གི་ཡོད། དེས་ན་འཛམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་གི་ལྷ་སྤྱབ་ཡོད་པའི་ཆོས་ལུགས་ཚང་
མས་མི་ལ་བན་ཐོགས་ཚུལ་འདི་ལྟར་ཡིན།

ཆ ཧེ ལྷ་མིའི་ཐེག་པ་དང་ཆ་ངས་པའི་ཐེག་པ།

ལྷ་མིའི་ཐེག་པ་ནི། གསོན་པའི་གནས་སྐབས་སུ་ཡག་པོ་བྱས་ཆེ་ཤིང་ནས་
ལྷ་ལུལ་དུ་སྐྱེ་བ་དང་། ཡག་པོ་མ་བྱས་ཆེ་ངན་འགྲོར་སྐྱེ་བ་ནི་ལྷ་མིའི་ཐེག་པ་ཞེས་
བ་དེ་ཡིན། ཆ་ངས་པའི་ཐེག་པ་ཞེས་བ་ནི། ལྷ་སྤྲེགས་པའི་ཆོས་བརྒྱུད་ལྷ་བྱ་ཞི་
གནས་དང་ལྷག་མཐོང་སྒོམ་རྒྱ་ཡོད་པ་རྣམས་ལ་ཆ་ངས་པའི་ཐེག་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་
ཉ་ཅང་གསལ་པོ་ཡིན། ལྷ་སྤྲེགས་པའི་ཆོས་རྒྱུད་འཛིན་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་སྒོམ་
བརྒྱབ་ནས་དངོས་གནས་སེམས་མི་རྟོག་པ་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་གནས་པ་སོགས་ཀྱི་
ཐོག་ནས་ཉིང་རེ་འཛིན་སྐྱབ་པ་དང་། དེང་སྐབས་ཡོད་མེད་བཅུད་གཅོད་བྱེད་
བཞིན་ཡོད་ཀྱང་གསལ་པོ་ཞིག་ཤེས་རྟོགས་མ་བྱུང་ཡང་། སྤར་ཉིང་རེ་འཛིན་
བསྐྱབས་ནས་ཐག་བཅས་ཀྱི་མཛོན་ཤེས་ཡོད་པ་ལྷ་བྱ་ཡོང་གི་ཡོད། དེང་སྐབས་
ངོས་ནས་དངོས་སུ་མཐོང་བར་སྤྲེགས་པ་རྩ་རྒྱུད་ཐིག་ལེ་དང་། གཏུམ་མའི་
ཉམས་ལེན་བྱས་ཏེ་ཉི་མ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱུད་ཀྱི་གངས་མཚམས་སོགས་སུ་ལུས་
གཅེར་བྱར་བསྐྱད་པ་དང་། ལ་ལ་འདོམས་རས་ཅམ་ཡང་མེད་བར་གནས་སྡོད་
བྱེད་བཞིན་ཡོད། དེ་དག་ལ་ནང་གི་གཏུམ་མའི་ཉམས་ལེན་གྱི་བདེ་ཤིང་ལྷགས་

ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ཏ་ཅང་གསལ་པོ་ཡིན།

ལུས་ཀྱིས་འབྲུལ་འཁོར་བྱེད་པ་ལྟ་བུ་ནི། རོས་ཀྱི་ཆོས་གྲོགས་སོ་ནི་རས་
རྩི་མི་ (Swami Ramdew) ཁོང་ནི་ལུས་རྩལ་ཏ་ལས་པའི་ཡག་པོ་འདུག དེ་ནི་
འཕྲོད་བསྟེན་དང་། ཉན་པའི་གཞུང་དུ་ན་རོ་ཆོས་རྒྱག་གི་ལུས་སྦྱོར་གི་འབྲུལ་
འཁོར་དང་གཅིག་མཚུངས་ཆགས་ཡོད། རོས་ནས་སྤར་སྟོ་རག་བྱུར་ (Gorakh
Pur) ཀྱི་གཡས་གཡོན་དུ་ཐུ་སྟེགས་པ་སྟགས་དང་འཕོ་བའི་ཉམས་ལེན། དེ་
བཞིན་གྲོང་འཇུག་གི་ཉམས་ལེན་ཡང་ཡོད་པ་དེ་དག་ནི་རྒྱུད་གི་ཉམས་ལེན་གྱི་
ཐོག་ནས་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་དག་ནི་ཕྱི་ནང་ཐུན་མོང་བ་རེད་འདུག

དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་ཀྱི་གནས་ཆ་དང་ཉིང་རེ་འཛིན་སྦྱབ་པ། སངས་
རྒྱུ་པའི་གཞུང་ནས་ལྷག་མཐོང་ལ་འཛིན་ཉེན་པའི་ལྷག་མཐོང་དང་། འཛིན་
ཉེན་ལས་འདས་པའི་ལྷག་མཐོང་ཞེས་གཉིས་སུ་བྱེ་བ་ལས། འཛིན་ཉེན་པའི་
ལྷག་མཐོང་ནི་ཞི་རགས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་ལམ་བསྐྱོམས་པ་སྟེ། རང་ས་ལ་
རགས་པར་བལྟས། ཁམས་གོང་མར་ཞི་བར་བལྟས་ནས་འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་
དང་འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་ལ་ཉེས་དམིགས་སུ་བལྟས། འདོད་པའི་འདོད་
ཆགས་ལ་མཐའ་གཅིག་རྒྱ་ཞེ་ལོག་ནས་འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་
ས་ཐོབ་རྒྱ་ཞིག་དམིགས་ལུལ་དུ་བཞག་ནས་ཞི་གནས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་དང་།
འཛིན་ཉེན་པའི་ལྷག་མཐོང་སྟོམ་པ་ལྟ་བུ་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་དག་ནི་ཆངས་པའི་
ཐོག་པ་ཞེས་པ་དེ་ཡིན། དེར་སྐབས་རྒྱ་གར་ནང་དུ་འབྱུང་བའི་རིགས་ཡོད་པ་ཡིན།
སྤར་ཡེ་ཤུའི་ཆོས་པའི་ནང་ཅེ་གཅིག་པའི་ཞི་གནས་སྟོམ་པ་ལྟ་བུ་ཡོད་སྟེ་འདུག

ཀྱང་བར་སྐབས་ཉ་ལམ་མེད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་འདུག།

དེ། ཆོས་བྱེད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན།

ཆོས་ཀྱི་སྤྲོད་ནས་ཆེ་འདི་དང་། སྤྱི་བ་ཕྱི་མ། དེའི་ཡང་ཕྱི་མ་སོགས་འདི་
ཕྱི་ཆེ་རབས་མང་པོའི་བདེ་བ་སྤྱེད་ཐུབ་ཅིང་། སྤྱག་བསྐྱེད་སེལ་བྱས། ཆེ་འདི་
ལ་མཆོན་ནའང་བདེ་བ་སྤྱེད་པ་དང་། སྤྱག་བསྐྱེད་སྤོང་བ་ལ་ཆོས་ལས་སྤྱག་
བར་མེད་པ་ནི། དཔེར་ན་ལུས་ལ་ན་ཆ་ཞིག་བྱུང་ན་ཡང་། ཆོས་ཀྱི་གནད་དོན་
རྟོགས་པ་དང་མ་རྟོགས་པ་གཉིས་ལ་ལུས་སེམས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཆེ་རྒྱུ་དང་དེ་
སེལ་བྱས་མིན་གྱི་ཁྱད་པར་འིན་ཏུ་ཆེ་སྟེ། ཆོས་ཀྱི་གནད་མ་རྟོགས་པ་དང་།
ཆོས་ཀྱི་བྱེན་རྒྱལས་ཀྱི་ཅི་གང་ཡང་མེད་པའི་མི་དེར་ལུས་ཀྱི་ནད་ཀྱི་ཆོར་བ་
དག་པོའི་སྤྲོད་དུ་སེམས་ལ་ནད་དེ་མི་བཟོད་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཆེན་པོ་ཞིག་གིས་
འོན་ནས་ལུས་སེམས་གཉིས་ཀ་བདེ་བའི་གོ་སྐབས་མེད་པར་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱིས་
མནར་བ་རེད།

ཆོས་ཀྱི་གནད་དོན་རྟོགས་པ་ཞིག་ཡིན་ན། ལུས་ལ་ན་ཆ་བྱུང་བ་དེ།
སྟོན་བསགས་སྤིག་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན་པ་དང་། འཁོར་བའི་རང་བཞིན་དུ་མཐོང་
ནས་ལས་བདག་གིར་བྱ་འདོད་ཀྱི་བསམ་པ་སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱག་བསྐྱེད་
དང་དུ་རྒྱངས་བས་ཡིད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་མི་འབྱུང་། དེ་མི་འབྱུང་བས་ཕྱི་ལུས་ཀྱི་
ནད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་དེ་ནང་བསམ་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཟེལ་གྱིས་མནན་ནས་སྤྱག་
བསྐྱེད་སེལ་བྱས་པ་འབྱུང་། དེའི་རྒྱ་མཚན་ལུས་སེམས་གཉིས་ཀྱི་ནད་ནས།
སེམས་དེ་ལུས་ལ་དབང་སྐྱུར་བའི་གཙོ་བོ་ལྟ་བུ་དང་། ལུས་དེ་སེམས་ཀྱི་དབང་

བསྐྱར་བྱ་ལྟ་བུར་གནས་པས་བདེ་སྤྱད་གི་ཆོར་བ་སེམས་ཀྱི་དེ་མཐུ་ཆེ་བ་ཡིན།
དེ་བཞིན་དུ། འགའ་ཞིག་གིས་སྤྱད་པོའི་བདེ་སླིད་ཅིག་འདོད་ནས་རྒྱ་
ཁོར་གསོག་སྤང་བྱེད་ཀྱང་། རྩོག་མར་ལུས་སེམས་ཀྱི་ངལ་བ་ཆེན་པོས་འབད་
བྱང་རེ་འདོད་ལྟར་བསགས་མི་རུས་པའི་སྤྱད་བསྐྱལ། བར་དུ་གཞན་གྱིས་
འཕྲོག་བ་དང་། བོར་སྒྲོར་འབྱུང་བ་དང་། རྒྱུད་ཐོས་སྤྱ་འགྲོ་བ་སོགས་ཀྱིས་
བསྐྱར་མི་རུས་པའི་སྤྱད་བསྐྱལ། ཐ་མར་ངེ་ལྟར་བྱས་ཀྱང་གཞན་གྱི་ཇུས་སྤྱ་
རྒྱར་ནས་རང་ཉིད་གཏན་འབྲལ་བྱེད་དགོས་པའི་སྤྱད་བསྐྱལ་སོགས་ནོར་
ཡོངས་སློད་ལ་བརྟེན་པའི་སྤྱད་བསྐྱལ་མཐའ་དག་ཀྱང་ཆོས་ཀྱི་གནད་དོན་མ་
རྟོགས་པས་ལན། དེ་རྟོགས་ན་རྒྱ་ཁོར་མཐའ་དག་རྩ་ཆའི་ཐིམ་བ་ལྟར་སྤྱོད་པོ་
མེད་པར་མཐོང་ནས་ངལ་བ་བརྒྱ་སྤྱད་གིས་གསོག་སྤང་དང་། མི་འདོད་བཞིན་
དུ་བྲལ་བ་བརྟེན་པའི་སྤྱད་བསྐྱལ་གང་ཡང་མི་འབྱུང།

དེ་བཞིན་དུ། རང་ལ་གཞན་གྱིས་འབྱ་སློད་དང་། སློ་ཞིང་གཤེ་བ་སོགས་
ཀྱི་ཆོག་མི་སྤྲོད་བ་སྤྲས་ཆེ་སྤྱོད་ལ་ཆོར་མ་བྱུག་བ་ལྟར་མི་བཟོད་པའི་སྤྱད་
བསྐྱལ་འབྱུང་བ་ཡང་། ཆོས་ཀྱི་གནད་དོན་རྟོགས་ན་དེ་ཐམས་ཅད་བྲག་ཅ་
བཞིན་དུ་སྤྱོད་པོ་མེད་པའི་རང་བཞིན་ཤེས་ནས་སེམས་མེད་བེམ་པོ་ལ་འབྱ་བ་
སོགས་བྱེད་པ་ལྟར་ཡིད་མི་བདེ་བའི་སྤྱད་བསྐྱལ་སྤྲ་མོའང་མི་འབྱུང་ཞིང་། དེ་
མཚུངས་ཆེ་འདིར་དག་མི་བྲལ་བའི་སྤྱད་བསྐྱལ། གཉེན་མི་འཁྱོར་བའི་སྤྱད་
བསྐྱལ། གཞན་རྒྱལ་ཞིང་རང་པམ་པའི་སྤྱད་བསྐྱལ་སོགས་མདོར་ན། རྟེན་དང་
མ་རྟེན། བདེ་དང་མི་བདེ་སོགས་ལ་བརྟེན་པའི་རེ་དོགས་དང་ལུས་སེམས་ཀྱི་

གཏུང་བ་ཅི་མཆིས་དང་། དེར་མ་ཟད་རྒྱལ་ཁབ་པན་ཚུན་འཁོན་ཅོད་ཀྱིས་
འཇིགས་དངངས་ཅན་གྱི་དཔག་འཇུག་བྱང་སྟེ་སྟེ་འགྲོ་གངས་མེད་ཀྱི་བདེ་སྦྱིད་
མིང་གི་ལྷག་མར་བཅོམ་ནས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཚུ་ལྟར་འཇུགས་པ་སོགས་མདོར་ན་
ཆེ་འདིར་སྤྱག་བསྐྱེད་ཆེ་ཚུང་གང་བྱང་བ་དེ་དག་ཀྱང་ཆོག་མ་ཤེས་པ་དང་།
ཤེས་ཀྱང་ལག་ལེན་དུ་མ་བསྟར་བའི་སྦྱོན་ཡིན།

ཆོས་ཤེས་ཤིང་བསྐྱབས་ན་སྤྱག་བསྐྱེད་དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱན་གཙོད་
བྱས། དེ་ལྟར་བྱས་ན་དེ་འབྲེེ་སྤྱག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་རྒྱལ་དང་། སེར་སྒྲ།
ཐག་དོག་དང་། ཆགས་སྤང་སྤོངས་གསུམ་སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་བྱང་བ་འབའ་
ཞིག་ཡིན་ཞིང་། ཆོས་ཀྱི་མཐུས་གཙོ་བོ་སེམས་ཀྱི་སྦྱོན་དེ་ནམས་ཞི་ཞིང་བསྐྱོག་
བ་ལ་བརྟེན་ནས། ཆོག་ཤེས་པ་དང་། རོ་ཆ་ཤེས་པ་དང་། ཁྲིལ་ཡོད་པ། བག་
ཡོད་པའི་བྱ་བ་བསྐྱབས་ཏེ་ལུས་སེམས་རྟག་ཏུ་ཞི་འཇམ་བདེ་བ་འབའ་ཞིག་
གིས་འདའ་བ་ལས་གཏུང་བ་མི་བཟོད་བ་མི་འབྱུང་བས་ཆེ་འདིར་བདེ་ཞིང་སྦྱིད་
པར་འདོད་ཅིང་སྤྱག་བསྐྱེད་མི་འདོད་ན་ཡང་ཆོས་ཀྱི་གནད་དོན་རྟོགས་པར་
བྱས་ནས་ལག་ལེན་དུ་བསྟར་བ་ཉིད་གལ་ཆེ།

ཞེས་པ་ལྟར་ཆེ་བྱེ་མའི་སྐྱད་ཆ་གང་ཡང་མེད་པར། ཆེ་འདི་ཁོ་ནའི་བདེ་
སྦྱིད་ལ་བསམ་སྟོག་གཏོང་མཁན་ཞིག་ཡིན་ནའང་གཙོ་བོ་སེམས་ཀྱི་བདེ་སྦྱིད་
སྐྱབ་ཐབས་ལ་བསམ་སྟོག་གཏོང་དགོས་ཤིང་། དེ་ནི་རང་ཉིད་ཆོས་ལ་དད་པ་མེད་
ཀྱང་། ཆོས་ཕྱོགས་ནས་བཤད་པའི་བྱམས་པ་དང་། བརྟེན་བ། བཟོད་པ། ཆོག་
ཤེས་སོགས་ཀྱིས་རང་ལ་པན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་དེ་བཤད་པ་རེད།

༩༽ ཆོས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་བཟང་ཕྱོད་ཀྱི་རིན་ཐང།

བར་སྐབས་ལོ་མང་རིང་ངོས་ནས་ཆོན་རིག་པ་མང་པོ་ཞིག་དང་མཉམ་དུ་
གོ་བསྟར་དང་བཞོ་སྒྲིང་རིམ་བར་བྱས་པའི་ཉམས་སྦྱོར་སྟོགས་བསྟོམས་ཀྱི་ད་
སྐབས། དེར་སྐབས་འཛམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་མི་འཕོར་དུང་ལྷུང་བདུན་ཅུ་ཙམ་
ཡོད་པའི་ཁྱོད། དེ་ཡང་ས་ཡ་དང་། རྩེ་བ། དུང་ལྷུང་། འཐེར་འབྲུམ་ཆུང་བ།
འཐེར་འབྲུམ་ཆེ་བ། དེར་གི་ཡོངས་གྲགས་བཅི་སྟོལ་ལྟར་ན་དུང་འལྷུང་བདུན་ཅུ་
ཙམ་ཡོད། ཡང་འགའ་ཞིག་གིས་ཀྱེ་བ་སྟོན་དང་། ལ་ལས་ས་ཡ་སྟོན་ལ་བཅི་
བའི་ལམ་སྟོལ་གཉིས་ཡོད་པ་ལས། གཞུང་ཕྱགས་ལྟར་བྱས་ན་ས་ཡ་སྟོན་དང་
ཀྱེ་བ་རྗེས་ལ་ཡིན། དེས་ན་ས་ཡ་བཅུ་ལ་ཀྱེ་བ་གཅིག་དང་། ས་ཡ་བརྒྱ་ལ་དུང་
ལྷུང་གཅིག་ ས་ཡ་སྟོང་ལ་དུང་ལྷུང་བཅུ་སྟེ་འཐེར་འབྲུམ་ཆུང་བ་གཅིག་ཡིན། དེ་
ལྟར་ང་ཚོ་ཐོད་པར་བཅི་སའི་དབལ་དངོས་དེ་ཙམ་མེད་པ་ལས། གཞུང་ཕྱགས་
ཁག་ཏུ་གངས་གནས་ཏུ་ག་ཅུ་བར་བཅི་རྒྱ་ཡོད། གངས་གནས་དུང་ལྷུང་ལས་
བཅུ་ལ་ཏེ་དུང་ལྷུང་བར་གངས་གནས་རྒྱང་པ་དགྲ་དང་། དེ་རྗེས་འཐེར་འབྲུམ་
ནས་བཟུང་སྟེ་འཐེར་འབྲུམ་ཆུང་བ་དང་། འཐེར་འབྲུམ་ཆེ་བ། ཁྲག་ཁྲིག་ཆུང་བ།
ཁྲག་ཁྲིག་ཆེ་བ། གཏམ་ཆུང་བ། གཏམ་ཆེ་བ། རམ་བཟམ་ཆུང་བ། རབ་བཟམ་
ཆེ་བ་སོགས་གངས་གནས་ཏུ་ག་ཅུ་བར་བཅི་རྒྱ་ཡོད།

མདོར་ན། དེར་སྐབས་འཛམ་གླིང་གི་མི་འཕོར་དུང་ལྷུང་བདུན་ཅུ་ཡོད་
པའི་ཁྱོད་ནས་དུང་ལྷུང་བཅུ་སྟེ་ག་ཙམ་ཡོངས་གྲགས་ཆོས་ལ་དད་པ་མེད་པར་
ངོས་འཛིན་ཀྱི་ད་བཞིན་ཡོད། ཟླ་ཤས་གོང་རྒྱ་གར་གྱི་ཆགས་པར་ཐོག་དེར་

སྐབས་འཛམ་གླིང་འདིའི་སྤྱི་ལོ་འབོར་དྲུང་ཕྱི་ལོ་བདུན་ཅུ་ཙམ་ཡོད་པའི་ནང་
དྲུང་ཕྱི་ལོ་བདུན་ཅུ་ལྟ་བུ་ཙམ་ནས་ཆོས་ལ་དད་པ་མེད་ཅེས་གསལ་པོར་བརྗོད་པའི་
གནས་ཚུལ་བཞིན་ཐོན་ཕྱིར་འདུག། དེས་ན་དྲུང་ཕྱི་ལོ་བདུན་ཅུ་ལྟ་བུ་ཡོད་པ་དེ་དག་
བདུན་ཆ་གཅིག་ཡོད་པས་སྤྱོད་པ་གཅིག་ནས་གྲངས་འབོར་ཆེན་པོ་ཡིན།
གཉིས་ནས་དེ་དག་གྲང་འགོ་བཅི་ཡིན་ཞིང་། སྤྱི་གཞུང་ལ་མི་འདོད་པ་དང་།
བདེ་བ་འདོད་པ་གཅིག་མཚུངས་ཡིན། དེས་ན་ཆོས་ལ་དད་པ་ཡོད་མཁན་
རྣམས་ཀྱི་ཁྱོད་དུ་བྱམས་བཅེ་སོགས་ལ་དངོས་སུ་དོ་སྣང་ཆེན་པོས་ལག་ལེན་
མི་བྱེད་མཁན་མང་པོ་ཞིག་ཡོད། ཆོས་དད་མེད་པ་རྣམས་ནི་དེ་བས་གྲང་སྤྱོད་
ཅི་དགོས། བྱམས་དང་བཅེ་བ་སོགས་ནི་ཆོས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ཀྱི་སྐད་ཆ་ཡིན་ལ།
ང་ཆོ་ཆོས་ལ་དད་པ་མེད་པས་བྱམས་བཅེ་དགོས་དོན་མེད་ཅེས་དོ་སྣང་མེད་
པར་ལུས་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལྟར་ལུས་པའི་འབྲས་བུར་མ་སྐྱེད་པའི་ཐོག་སྤྱོད་དགོས་
ཀྱི་ཡོད།

དེར་བརྟེན་ཆོས་ལ་དད་པ་ཡོད་མེད་ལ་མ་བཟོས་པར་བྱམས་བཅེ་དང་།
ཡ་རབས་བཟང་སྤྱོད་སོགས་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་མི་ཆེ་སྐྱེད་པོ་ཞིག་དགོས་ན་དེ་དག་
གྲང་དགོས་པ་དངོས་འཛིན་སྐབས་པ་ཞིག་བཟོ་རྒྱུ་ནི་ཉ་ཅང་གལ་གནད་ཆེན་པོ་
ཡིན། དེས་ན་དམིགས་བསལ་ཆོས་དད་དང་མ་འབྲེལ་བའི་མིའི་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་
རིན་ཐང་གོང་འཕེལ་གཏོང་རྒྱུ་ནི་ཉ་ཅང་གལ་གནད་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད། དེ་ལྟར་
སྐད་དུ། སེ་ཁོ་ལར་ཨི་ཐིག་ (Secular Ethic) ཅེས་པ་ནི་དམིགས་བསལ་ཆོས་
དད་མ་འབྲེལ་བའི་ཡ་རབས་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་སྐོར་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ནི་དམིགས་

བསལ་ཆོས་མེད་པའི་དོན་མིན་པར། དེ་ནི་ཆོས་ཚང་མའི་གཞི་རྩ་དེ་ཆགས་ཡོད།
ཆོས་དང་མ་འབྲེལ་པའི་མིའི་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་རྩ་བ་ནི་བྱམས་བཅེར་ཐུག་ཡོད།
བྱམས་བཅེ་ནི་མི་ལ་རང་ཆས་སུ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན།

དེ་ཡང་མི་ཚང་མ་ཨ་མ་ལས་སྐྱེས་ཤིང་། བ་མ་གཉིས་དང་ལྷག་པར་མ་
ཡི་བྱམས་བཅེའི་འཆོ་སྤྱོད་གི་འོག་ནས་འཆར་ལོངས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན། དེར་
བརྟེན་ང་ཚོའི་མི་ཚོའི་ཐོག་མ་འགོ་ཚུགས་པ་ནས་བཟུང་ལོ་ཤས་རིང་མ་ཡི་
བྱམས་བཅེ་ལ་མ་བརྟེན་པར་རང་མགོ་མི་ཐོན་ཞིང་། སྐབས་དེའི་ཆོར་བ་ནམས་
ང་ཚོའི་ཁྲག་གི་ནང་དུ་སེམས་ནས་མི་ཆེ་ཉིལ་པོའི་རིང་བྱམས་བཅེ་རི་ཅམ་གྱིས་
ཤུགས་ཆེ་བ་དང་། ཕྱི་ལོགས་ནས་ཚུར་བྱམས་བཅེ་ལྷན་པའི་བྲིས་ཚང་ཞིག་
ཡིན་ན་མི་ཚང་མ་སྤྱོད་པ་ཡོད། བྱམས་བཅེ་མེད་ན་བྲིས་ཚང་གི་རྒྱ་འབྱོར་དུང་
ལྷུང་མང་པོའི་བདག་པོ་ཡིན་ནའང་སྤྱོད་པ་གང་ཡང་མེད་པ་ཤེས་གསལ་ཡིན།

ངོས་ནས་ནམ་རྒྱུན་འདི་ལྟར་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། མི་འབྱོར་ལྷན་སེམས་མི་
སྤྱོད་པར་སྤྱོད་མཁན་ནམས་ལ་མཆོན་ན། ལག་པའི་མཇུ་བ་མོར་བ་ལམ་གྱི་སྤ་
བརྒྱབ་པའི་ཆོགས་ཁེབས་གྲོན་ནས་དེར་འོ་སྤར་ཡང་། བ་ལམ་གྱི་ཆོགས་ཁེབས་
གྱིས་སེམས་པ་སྤྱོད་ལས་དང་། རང་ཉིད་ལ་སེམས་གསོ་གཏོང་བ་ལྟ་བུ་གང་
ཡང་མེད། དེ་ལས་བྱི་དང་ཞིས་སྤྲུག་ལྟ་བུ་ཉར་ན་དེས་རང་ཉིད་མ་སྤྱོད་པའི་
སྐབས་སུ་དེ་དག་གི་གཤོང་ལ་བལྟས་ནས་བྱིལ་བྱིལ་བྱས་ན་ལྷེས་ལྷག་བྱེད་པ་
དང་། མཐུག་མ་དབྱུག་པ་སོགས་བྱམས་བཅེའི་ནམ་འགྱུར་སྟོན་ཀྱི་ཡོད། བྱི་
སྤར་པོའི་རིགས་གྱིས་ཅུང་ཟད་རེ་ཤེས་ཀྱི་མེད་དམ་སྟུམ། དཔེར་ན། བྱིན་བདག་

ལས་ཀ་སོགས་སུ་བྱིན་ནས་ནང་དུ་ལོག་སྐབས་སེམས་མ་སྐྱིད་པ་ཡོད་ན། བལ་
ཆེར་ཅུང་ཟད་རྗེ་རིག་གི་ཡོད་བཅོ་འདུག བཟུག་མ་དབྱུག་དབྱུག་བྱེད་པ་དང་།
ལྷེས་ལྷག་པ། སྐད་ཀྱང་ཅུང་ཅུང་རེ་རྒྱག་པ་སོགས་ནམ་འགྱུར་སྒྲ་ཆོགས་ཀྱི་
ཐོག་ནས་དམིགས་བསལ་གྱི་སེམས་གསོ་གཏོང་གི་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་དང་། ཡང་
སྐྱིན་བདག་རྒྱུད་ལངས་པ་ལྟ་བུའི་སྐབས་སུ་བྱིས་ཀྱང་གཡོལ་ནས་སྡོད་པ་ལྟ་བུ་
ཡོང་གི་འདུག བྱི་དང་ཞེ་མི་སོགས་དུད་འགྲོ་ཡིན་ནའང་། དེ་དག་ལ་བྱམས་
བཅེའི་ཆོར་བ་ཡོད། བར་ང་ཆོས་བྱམས་བཅེ་བྱས་ན་དེ་དག་གིས་ཀྱང་ཉ་ཅང་
དགའ་ལོ་བྱེད་པ་དང་། ང་ཆོ་མ་སྐྱིད་པའི་སྐབས་སུ་འདྲ་ཁོང་ཆོས་བྱམས་བཅེ་
བྱེད་ཤེས་ཀྱི་ཡོད། དེ་མིན་རྒྱ་ཁོར་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱིས་གང་ཡང་བྱེད་མི་སྟབས།

དེར་བརྟེན་བྱམས་བཅེ་ཞེས་པ་ནི་རང་བཞིན་ལྷན་སྐྱེས་ལ་ཡོད་པ་ཞིག་
ཡིན། ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་བྱམས་བཅེ་དེར་ཡང་རིགས་གཉིས་ཡོད། རོས་ནས་ནམ་
རྒྱན་འདི་ལྟར་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། སྤང་པོའི་བྱུང་ཆའི་ཐོག་ནས་རང་ཉིད་བྱམས་
བཅེའི་འོག་ནས་འཆར་ལོངས་བྱས་པར་བརྟེན་གང་ཟག་དེས་གཞན་ལའང་
བྱམས་བཅེ་བྱེད་པའི་རྣམས་པ་རང་ཆས་སུ་ཡོད་པ་ཞིག་དང་། གཉིས་ནས་མིའི་
སྤྱི་ཆོགས་སམ་མི་ནི་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་སེམས་ཅན་ཞིག་ཆགས་ཡོད།

སྤང་ཅི་གསོག་པ་པོའི་སྤང་མར་མཆོན་ན། མང་པོ་མཉམ་ཆོགས་ཀྱིས་
འཆོ་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་སྟབས། སྤང་མ་གཅིག་ཁེར་རྒྱུད་དུ་རང་མགོ་ཐོན་
ཐབས་མེད་པར་ཆང་མ་མཉམ་དུ་བ་ཐོག་འཆོ་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་དག་ལ་
ཆོས་དང་སློབ་སྦྱོང་མེད་ལ། བྱིས་དང་ཉན་ཉོགས་པ་སོགས་གང་ཡང་མེད་

ཀྱང་། ཆང་མ་མཉམ་རུབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་སྤང་ཆང་གསོག་པ་དང་། མེ་ཉྱལ་གི་
བཅུད་ལེན་པ་སོགས་ཆང་མས་ཁུར་མཉམ་ལེན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེ་དག་ནི་རང་
བཞིན་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན།

དེར་བརྟེན་འགྲོ་བ་མི་ལ་མཆོན་ནའང་། རང་བཞིན་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་བྱམས་
བཅེ་ཡོད་པ་དེ་གཞི་རྩར་བཞག་ནས། ང་ཆོའི་རྫོག་གྲག་ཅིག་ནི་ལོ་ན་གཞོན་པའི་
སྐབས་སུ་རང་ཉིད་ལ་གཞན་གྱིས་བྱམས་བཅེ་བྱེད་སྐབས་རང་ཉིད་ལ་ཆོར་བ་
ལྷགས་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ཞིག་དང་། བྱམས་བཅེའི་ཁོར་ལུག་མེད་ན་རང་མགོ་མི་
ཐོན་པའི་གནས་ཚུལ་ཉ་ཅང་གསལ་པོ་ཆགས་པ་དང་། རང་ལོ་བྱལ་བདུན་དང་།
བརྒྱད་དགུ་ཅུ་མ་ནས་སློབ་སྦྱང་བྱེད་འགོ་ཚུགས་སྐབས་ཉིན་རེ་བཞིན་དུ་འཆོ་
བའི་ནང་དུ་བྱམས་བཅེ་དང་དེ་ཅུ་མ་འབྲེལ་བ་མེད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་དང་། ལྷག་པར་
དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་ཁོ་ནར་བརྟེན་པའི་ཤེས་ཡོན་སློབ་སྐབས་བྱམས་བཅེའི་
སྐྱོར་ཆོག་གཅིག་མེད་སྐབས་ནོར་འཁྲལ་ཆེན་པོ་ཤོར་གྱི་ཡོད།

ཡང་ཆོས་དད་ཡོད་ན་ཆོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བྱམས་བཅེའི་སྐྱོར་གསུང་གི་
ཡོད་ཀྱང་། དམིགས་བསལ་ཆོས་དད་མེད་ན་བྱམས་བཅེའི་སྐྱོར་གང་ཡང་མེད་
པ་ལྟ་བུ་དང་། ཆོས་དད་འབྲེལ་བའི་བྱམས་བཅེའི་སྐྱོར་བརྗོད་སྐབས། དད་པ་
གཙོ་བོར་བྱས་ནས་བཤད་པ་ལས། བྱམས་བཅེས་མི་ལ་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པ་
དང་། དགོས་མཁོ་ཡོད་པ་དེ་དག་ནན་ཏན་དུ་འབྲེལ་བཤད་རྒྱག་གི་མེད། དེས་
ཀྱང་སྐྱོན་ཆེན་པོ་ཞིག་ལྷག་གི་ཡོད།

དེར་བརྟེན་མའི་སྤྱི་ཆོགས་ནང་ཚུང་དུའི་སྐབས་སུ་བྱམས་བཅེའི་ཆོར་བ་

རྒྱུ་ལོ་ཡོད་པ་དང་། ལོ་ན་སོན་པའི་སྐབས་སུ་བྱམས་བཅའི་ཆོར་བ་སྐྱེན་པོ་
ཡོད་པ་དེ་དག་རིམ་བཞིན་ཡལ་བ་ལྟ་བུ་ཆགས་པ་དང་། ཚུར་ངོས་སུ་དངོས་པོ་
ཁོ་ནར་དམིགས་པའི་ཤེས་ཡོན་སྤངས་པ་དང་། ཁོར་ཡུག་ཀྱང་དངོས་པོ་ཁོ་ནར་
བསམ་སྒོ་གཏོང་མཁན་ཞིག་གི་ཁོད་དུ་གནས་ནས་འགྲན་སེམས་དང་། འགྲན་
སེམས་དང་འབྲེལ་ནས་སྤྲུག་དོག་ཡོང་བ་དང་། སྤྲུག་དོག་གི་ཐོག་ནས་ཡིད་
ཆེས་མེད་པར་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་དོགས་པ་ནམ་ཉིག་བྱེད་པ་ལྟ་བུ་ཆགས་
སྐབས། མིའི་སྤྱི་ཆོགས་ཁོད་རྒྱུ་ནི་ཆོས་དང་། རྒྱུ་འཛིན་པའམ་སྐྱོབ་པ་ལ་
བརྟེན་པ་དང་། གང་ལས་སྐྱོབ་ཅིང་གང་ལས་འཛིན་པའི་གཞིར་དེར་ཆེ་འདིའི་
སྤྲུག་བསྐྱེད་དང་། དེ་བཞིན་སྤྱི་མ་དུ་ལུ་བའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ལྟ་བུ་ནི་ཡེ་ཤུའི་ཆོས་
ལའང་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན། ཆེ་འདིའི་དངངས་སྐྱག་ལས་ཅུང་ཟད་སྐྱོབ་པ་དང་། ཆེ་
སྤྱི་མའི་ངན་འགོ་ལས་བསྐྱབས་ནས་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་དང་། ལྟ་ལུ་དུ་སྐྱེ་
བ་སོགས་ཡེ་ཤུའི་ཆོས་ཀྱི་སྐྱོབ་ཚུལ་དང་འཛིན་སྤངས་དེ་ལྟར་ཡིན།

དེ་བཞིན་ཆངས་པའི་ཐེག་པ་ཡིན་ན། འདོད་པའི་ཉོན་མོངས་དང་། དེའི་
དབང་ལས་བྱུང་བའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་དེ་ལས་སྐྱོབ་པའམ་འཛིན་ནས་ཁམས་གོང་
མའི་བསམ་གཟུགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རྒྱུད་ལ་ཐོབ་པའི་སྐབས་དེ་ལས་རེ་ཞིག་ཐར་
བ་ཡིན། བྱང་པའི་གཞུང་ལྟར་ན། བདག་འཛིན་ཡོད་སྐབས་རེ་ཞིག་ཐར་བ་ལས་
གཏན་དུ་ཐར་བ་ཞིག་མིན་ཞེས་གསུངས་ཡོད།

༡༽ བདག་ལ་ཐོག་མཐའ་ཡོད་མེད་ཀྱི་རྣམ་པའི་སྒྲིང་།

ལོ་ཤས་གོང་ཁེ་ཏ་ཏའི་ (Canada) སིག་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་རྒྱུན་འཛིན་པ་

ཁག་གཅིག་ནས་བྱ་སྤྱིག་གནང་སྟེ་ཨམ་རི་སའི་ (Amritsar) སིག་གི་ལྷ་ཁང་དུ་
འཛེམ་སྤྱིང་ཆོས་ལུགས་ཆང་མའི་འཐུས་མི་ཡོད་པའི་ཆོག་ས་འདུའི་སྐབས་དེར་
སུ་མིའི་ (Sufi) མཁས་དབང་ཞིག་གིས། རི་བ་དང་པོར་བདག་ཅེས་བ་དེ་གང་
ཞིག་ཡིན་དང་། རི་བ་གཉིས་པར་བདག་ལ་ཐོག་མ་ཡོད་དམ་ཅེད། རི་བ་གསུམ་
པར་བདག་ལ་མཐའ་མ་ཡོད་དམ་ཅེད་དོན་ཆེན་གསུམ་གྱི་ཐོག་རི་བ་བཞོད་པ་
དང་། ཆོས་ལུགས་ཆང་མས་རི་བ་གསུམ་པོ་དེར་ལན་འཆོལ་བའམ་རྒྱག་གི་ཡོད་
ཅེས་གསུངས་བ་དེ་ཉ་ཅང་བསྐྱོམས་ཆེན་པོ་ཞིག་འདུག། དེ་ཡང་བདག་ཅེས་བ་དེ་
གང་ཞིག་ཡིན་ནམ་ཞེས་པའི་རི་བ་དེར། སངས་རྒྱས་བཙུམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས།

བདག་ཅེས་བྱ་བ་བདུད་ཀྱི་སེམས། །

དེ་ནི་ལྷ་བར་གྱུར་བ་ཡི། །

འདུ་བྱེད་ལུང་པོ་འདི་སྟོང་སྟེ། །

དེ་ལ་བདག་ནི་ཡོད་མ་ཡིན། །

ཞེས་བདག་ཅེད་པའི་ལྷ་བ་དེ་གསུངས་ཡོད། ལྷག་བསྐལ་བདེན་པའི་ཁྱད་
ཆོས་བཞི་གསུངས་སྐབས་མི་རྟག་པ་དང་། ལྷག་བསྐལ་བ། སྟོང་བ། བདག་ཅེད་
ཅེས་གསུངས་ཡོད།

དེ་བཞིན་ནང་པའི་གྲུབ་མཐའི་ཅ་བ་ལྷ་བྱ་ལྷ་བ་བཀའ་རྟགས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་
བཞི་སྟེ། འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་མི་རྟག་བ། ཟག་བཅས་ཐམས་ཅད་ལྷག་བསྐལ་
བ། ཆོས་ཐམས་ཅད་སྟོང་ཞིང་བདག་ཅེད་བ། ལྷ་དན་ལས་འདས་པ་ཞི་བ་ཞེས་
གསུངས་ཡོད། དེས་ན་བདག་ཅེས་བ་དེ་ཉིད་སྟོང་ལ་སྒྲུབ་བ་ལྷར་དང་། ལུང་པོ་

ལས་དོན་གཞན་པའི་བདག་མེད་ཅེས་གསུངས་ཡོད།

ནང་པ་སངས་རྒྱས་པ་མ་གཏོགས་འཛམ་གླིང་འདིའི་སྤྲེད་གི་ཕ་སྤྲེགས་
པའི་ཆོས་ལུགས་ཚང་མ་དང་། གཅེར་བུ་བ་ལྟ་བུ་འཛིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་མི་
འདོད་ཀྱང་རྟག་གཅིག་རང་དབང་པའི་བདག་འདོད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ཡང་ལུས་
སེམས་ལ་དབང་སྒྱུར་མཁན་གྱི་ཕུང་པོ་ལས་དོན་གཞན་པའི་བདག་འདོད་ཅིང་།
དེ་མཚུངས་ཡེ་ཤུ་དང་། ཁ་ཆེ། འཛེའུ་སོགས་ཚང་མས་བདག་འདོད་ཀྱི་ཡོད།
ནང་པ་གཅིག་ཕུས་བདག་ཅེས་པ་དེ་ཕུང་པོར་བརྟེན་པ་མ་གཏོགས་ཕུང་པོ་ལས་
དོན་གཞན་པའི་བདག་མེད་ཅེས་གསུངས་ཡོད།

དེས་ན་བདག་ཅེས་པ་གང་ཞིག་ཡིན་ནམ་ཞེས་པའི་བྲི་བར་ལན་འདེབས་
བྱེད་སྐྱངས་མི་འདྲ་གཉིས་ཆགས་ཡོད། དེ་དག་གིས་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་
དང་། སངས་རྒྱས་པ་མིན་པའི་ཆོས་ལུགས་ཚང་མས་བདག་ཏུ་འདོད་པར་
བརྟེན་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ལ་མི་འདྲ་བ་ནི་བདག་མེད་ཅེས་གསུངས་པ་དེ་
ཡིན།

བདག་ལ་ཐོག་མ་ཡོད་དམ་མེད་ཅེས་བྲི་བ་གཉིས་པའི་ལན་དུ། འཛིག་
རྟེན་བཀོད་པ་པོ་འདོད་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་འཛིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོས་བཀོད་པའི་
ཉིན་ནས་བརྒྱུད་བདག་ཐོག་མར་བྱུང་ཞིང་། ཡེ་ཤུའི་ཆོས་ལ་ཆ་མཆོན་ན། སྤྱི་བ་
སྤྱི་མ་མེད་ཅིང་ཆེ་འདི་ཐད་ཀར་འཛིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་དགོན་མཆོག་གིས་
བཀོད་པར་འདོད་པས། འཛིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོས་བཀོད་པའི་ཉིན་དེར་བདག་
ཀྱང་ཐོག་མར་བྱུབ་པར་བརྟེན། དེས་ན་བདག་ལ་ཐོག་མ་ཡོད་པ་ཆགས་ཡོད།

ཐུ་སྟེགས་པའི་གཞུང་ནང་འཛིན་རྟེན་བཞོད་པ་པོའི་སྐྱེས་བུ་འདོད་
མཁན་གཅིག་དང་། དེ་ལྟར་མི་འདོད་མཁན་གྱི་ལུགས་གཅིག་བཅས་གཉིས་
ཡོད་ལ། འཛིན་རྟེན་བཞོད་པ་པོ་འདོད་མཁན་གྱི་ནང་དུ་འདྲ་ཀླུ་ཞེས་ལས་རྒྱ་
འབྲས་ཁས་ལེན་ཞིང་། སྐྱེ་བ་སྔ་ཕྱི་འདོད་མཁན་ཞིག་ཡོད། ཐོག་མར་ཆངས་
པས་བཞོད་ཀྱང་། སྐྱེ་བ་རྒྱུད་ནས་འགྲོ་དགོས་པར་བརྟེན་ལས་བཟང་ངན་ལ་
བརྟེན་ནས་སྐྱེ་བ་བཟང་ངན་ཡོང་བ་ཐུ་སྟེགས་པའི་གཞུང་དུ་འདྲ་གསུང་གི་ཡོད།
སྐྱེ་བའི་ཐོག་མ་ཆེ་འདི་གཅིག་བུ་མིན་པར་ཆེ་རབས་མང་པོ་ཡོད་པར་འདོད་
ཀྱང་ཐོག་མ་དེ་ཉིད་འཛིན་རྟེན་བཞོད་པ་པོས་བཞོད་པར་འདོད་མཁན་ཞིག་
ཡོད།

གཞན་ཡང་གངས་ཅན་ལྷ་མེད་པ་དང་། གཅེར་བུ་དང་། ནང་པ་སངས་
རྒྱུ་པ་གསུམ་གྱིས་བདག་ལ་ཐོག་མ་མེད་ཅེས་གསུངས་ཡོད། གངས་ཅན་པའི་
འདོད་པ་ནི། ཁ་སྔོན་ཨག་རའི་ (Agra) ཉེ་འཁྲིས་སུ་ཐུ་སྟེགས་པའི་ཆོས་ཆོགས་
སུ་ངོས་རང་ཐེངས་གཅིག་སྟེབས་བྱུང་། དེའི་དབུ་ཁྲིད་སའོ་མི་རྟེན་ (Swami dev)
ཁོང་ཉིད་ཉ་ཅང་ཡོན་ཏན་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད་འདུག ཁོང་གིས་ལེགས་སྦྱར་གྱི་སྐད་
ཡིག་མཐུན་པ་མ་ཟད། མགོན་པོ་སྐུ་སྦྱབ་ཀྱི་གཞུང་ནས་ཀྱང་སྐྱེས་ལྷུག་
ཁོང་དང་དགཉིས་གོ་བསྐྱར་ཞུ་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་བྱུང་། ངོས་ནས་གངས་ཅན་ལྷ་
མེད་པས་བདག་ཤེས་རིག་གི་སྐྱེས་བུ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། བདག་ལ་ཐོག་མ་
འདོད་མིན་དང་། དེ་ཡང་ཤེས་བྱ་ཉིད་ལྟའི་ནང་གི་སྤྱི་གཙོ་པོ་ནི་རྣམ་འགྱུར་སྦྱུལ་
པ་པོ་དང་། རྣམ་འགྱུར་ཡོངས་སྟོན་པ་ནི་བདག་ཤེས་རིག་གི་སྐྱེས་བུ་དེ་ཡིན་

པས། དེས་ན་བདག་ཤེས་རིག་གི་སྦྲེས་བྱ་དེར་ཐོག་མ་དང་། མཐའ་མ་ཡོད་དམ་
མེད་ཀྱི་ཐོག་ལ་བཀའ་མོལ་བྱུང་བར་པལ་ཆེར་ཐོག་མ་མེད་པར་གསུང་གི་འདུག
མཐའ་མ་དེ་ཡང་ཐར་པའི་ས་ལ་གཙོ་བོས་སྦྱལ་བའི་རྣམ་འགྱུར་དེ་དག་ཀྱང་གཙོ་
བོའི་དབྱིངས་སུ་ཐིམ་ནས་འགགས་ཟིན་རྗེས་ཐར་པ་ཐོབ་མཁན་གྱི་བདག་ཤེས་
རིག་གི་སྦྲེས་བྱ་དེ་ཡོད་པ་ཞིག་གསུང་གི་འདུག

དེས་ན་འཛིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་མི་འདོད་མཁན་གྲངས་ཅན་ལྟ་བུས་པ་
དང་། གྲངས་ཅན་ལྟ་མེད་པ་གཉིས་ཡོད་པ་ལས། གྲངས་ཅན་ལྟ་མེད་པ་དང་།
གཅེར་བྱ་བ། ཉང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ལྟ་བུའི་བཅས་གསུམ་གྱིས་བདག་ལ་ཐོག་
མ་མེད་ཅེས་འདོད།

དེ་ཡང་བདག་ལ་མཐའ་མ་ཡོད་མེད་ཀྱི་འདོད་ཚུལ་ནི། ཡེ་ཤུའི་ཆོས་
ཀྱིས་སྦྲེ་བ་ཕྱི་མ་རྣམས་སུ་རིམ་བཞིན་དག་ཞིང་དུ་སྦྲེ་བ་དང་། ལ་ལ་དཔྱལ་བར་
སྦྲེས་པར་གསུང་གི་ཡོད་ལ། དག་ཞིང་དུ་སྦྲེས་རྗེས་མཐར་གང་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་
མིན་གསལ་པོ་དེ་ཙམ་མེད། སྔོན་ལོ་ཞིག་ཏུ་ངོས་རང་ཨི་ཏེ་ལིར་ཡོད་པའི་
སྐབས་ཞིག་ཏུ་ཡེ་ཤུའི་ཆོས་པ་ཏ་ཅང་ཡག་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་ཁོང་དང་ནང་
ཆགས་ཀྱིས་བཀའ་མོལ་བྱུང་བར། གལ་ཏེ་དཔྱལ་བར་ལྷུང་ན་དེ་ནས་ཐར་
ཐབས་ཡོད་མེད་དང་། ལྟ་ལུལ་དུ་སྦྲེས་པ་ཞིག་ཡིན་ན་ལྟ་ལུལ་དུ་གཏན་དུ་སྡོད་
མིན་དང་། གཞན་ཡང་དགོན་མཆོག་གི་ངོ་བོ་གང་ཞིག་ཡིན་མིན་སོགས་ལ་
བཀའ་མོལ་བྱུང་བར། ཁོང་གིས་ང་ཆོ་ཡེ་ཤུའི་གཞུང་ནང་དེ་ལྟའི་དབྱུད་པ་གང་
ཡང་མེད་ཅེས་གསུང་གི་འདུག་པས་གསལ་པོ་གང་ཡང་མི་འདུག

དེ་ལྟར་གྲངས་ཅན་པ་དང་གཅེར་བྱ་བས་ཐོག་མ་དང་མཐའ་མ་གཉིས་
མེད་པར་གསུངས་པ་དང་། གཙོ་བོ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་གཞུང་ལྟར་བྱས་ན།
བདག་ལ་ཐོག་མ་མེད་པར་གསུངས་ཤིང་། ཐོག་མ་མེད་པའི་རྒྱ་མཚན་དེ་ཡང་།
བདག་ཅེས་པ་ནི་ཤེས་པའི་རྒྱད་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། དེ་
ཡང་གཙོ་བོ་ནི་སྤང་བོ་བཞིའམ་སྤང་བོ་ལྔ་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཞིག་ཡིན།
གཟུགས་མེད་ཁམས་པར་མཚོན་ན། ཡོངས་གྲགས་གཟུགས་རགས་པའི་དབང་
དུ་བྱས་ན་སྤང་བོ་བཞི་ལས་གཟུགས་ཀྱི་སྤང་བོ་མེད་པར་གསུངས་ཡོད།
གཟུགས་ཀྱི་སྤང་བོ་ལའང་སྤགས་ཀྱི་གཞུང་དང་འབྲེལ་ནས་བཤད་ན་གཟུགས་
སྤང་རགས་གཉིས་ལས་གཟུགས་སྤང་མོ་ཡོད་དགོས་པ་ཡིན།

མདོར་ན་སྤང་བོ་བཞིའམ་ལྔ་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པར་བརྟེན་གཙོ་བོ་
གཟུགས་ཅན་ཀྱི་སྤང་བོར་ཐོག་མ་ཡོད་པ་ཡིན། སྐྱེ་བ་སྤྲ་མ་ནས་འདིར་འོང་བེད་
འདི་ནས་སྤྱི་མར་འགྲོ་མཁན་དེ་སྤང་བོ་ལྟག་མ་བཞིའི་ཐོག་ཏུ་བསམ་སྒོ་གཏོང་
དགོས་པ་ལས། གཟུགས་ཀྱི་སྤང་བོའི་ཐོག་ནས་བསམ་སྒོ་གཏོང་རྒྱ་ཞིག་མེད།
དཔེར་ན། མིའི་ལུས་ལ་ཆ་མཚོན་ན། ལུས་འདི་སྐྱེ་བ་སྤྲ་མ་ནས་འདིར་འོང་བེས་
སྤྲ་ཀྱང་མི་བརྗོད་པས་ནས་ཤེས་ཀྱི་སྤང་བོ་དང་འབྲེལ་ནས་འཆོ་བའི་སྤང་བོ་
དང་། འདུ་ཤེས་ཀྱི་སྤང་བོ། འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྤང་བོ་སོགས་སྟེབས་པ་ཞིག་ཡིན་པས།
གཙོ་བོ་ཤེས་པའི་རྒྱད་ལ་བརྟེན་ནས་བདག་ཅེས་བཏགས་པ་ཡིན། བདག་ཅེས་ཐ་
སྤྲ་བྱེད་སའི་གཞི་དེ་ཤེས་པའི་ཐོག་ནས་འཛོག་གི་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཤེས་པའི་
རྒྱད་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ཤེས་རྒྱུད་ཅེས་པའི་རྒྱུད་ནི་རྒྱུན་གྱི་

དོན་ཡིན། དེ་ཡང་།

རྒྱུད་ནི་རྒྱུན་ཞེས་བྱ་བར་གྲགས། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། རྒྱུད་ཅེས་པ་ནི་རྒྱུན་གྱི་དོན་ཡིན་ཞེས་གསུངས་
ཡོད། དེས་ན་ཤེས་པ་སྐྱད་ཅིག་སྲ་བྱི་རྒྱུན་མ་སྤྱད་ནས་ཡོང་བ་ཞིག་དང་། དེར་
བདག་ཏུ་འདོགས་པའི་གཞི་གཙོ་པོ་ནི་ཤེས་པའི་རྒྱུད་དེ་ཡིན་ལ། ཤེས་པའི་རྒྱུད་
ལ་བརྟེན་ནས་བདག་ཅེས་འདོགས་པ་ཡིན། དེས་ན་བདག་ལ་ཐོག་མ་ཡོད་མེད་ནི་
ཤེས་པའི་རྒྱུད་དེར་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་དགོས་པ་ཡིན།

དེ་ལྟར་ཤེས་པའི་རྒྱུད་ལ་ཐོག་མ་ཡོད་མེད་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་སྐབས། རྒྱུན་
ཅན་ཤེས་པ་དེ་སྐྱད་ཅིག་སྲ་མ་སྲ་མ་འགགས་ནས་སྐྱད་ཅིག་བྱི་མ་བྱི་མ་ཡོང་གི་
ཡོད། མདོར་ན་ཤེས་པ་སྐྱད་ཅིག་སྐྱད་ཅིག་གིས་འགྱུར་བྱེ་ཡོད་པ་ཤེས་གསལ་
ཡིན། དཔེར་ན། ང་ཚོར་སེམས་སྦྱིད་མ་སྦྱིད་དང་། ཡོ་ནམ་ཡོ་བསྟུད་དེ་སློབ་སྦྱོར་
བྱས་ཐེས་ཤེས་ཡོན་དེ་ལེགས་སུ་འགྲོ་བ་ནི་ཤེས་པར་འགྱུར་བ་འགྲོ་གི་ཡོད་པའི་
རྟགས་ཡིན། སྐབས་དེ་བྱམས་པ་དང་སྐབས་དེ་ཁོང་ཁོ་སྦྱེ་བ་སོགས་ཀྱང་ཤེས་
པར་འགྱུར་བ་འགྲོ་བ་ཞིན་པ་ཏ་ཅང་གསལ་པོ་ཡིན།

ཐ། ཤེས་པ་དང་ཤེས་པའི་རྒྱུ་ཡི་རྩ་མ་གཞན་གྲོལ།

འོ་ན་འགྱུར་བ་འགྲོ་བ་དེ་ཉིད་རྒྱ་རྒྱུན་གང་གིས་བྱས་སམ་ཞེ་ན། དེ་ནི་
རྒྱས་བྱས་པ་སྟེ། ཤེས་པ་འཛིག་པའི་བདག་ཉིད་ཏུ་ཡོད་པ་དེ་རྒྱས་བྱས་པ་དང་།
དངོས་པོ་ཡིན་ན་དེར་ཉེར་ལེན་དང་། ལྟན་ཅིག་བྱེད་རྒྱུ་གི་རྒྱ་གཉིས་ཡོད་

དགོས་པ་སྟེ། ཤེས་པའི་ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་ལ་བསམ་སྒྲོ་བཏང་ཆེ་དེར་ཐོག་མ་
འཛོག་རྒྱ་ཏ་ཅང་ཁག་པོ་ཡིན། གང་ཡིན་ཞེ་ན། ཤེས་པའི་ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་ལ་
གཟུགས་ཅན་ཞིག་བཞག་ན། ཤེས་པའི་རང་བཞིན་གསལ་རིག་ཅམ་གྱི་བདག་
ཉིད་དུ་མེད་པའི་རྒྱ་ཞིག་གིས་གསལ་རིག་གི་བདག་ཉིད་དང་། མྱོང་ཅམ་གྱི་
བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་ཤེས་པའི་རོ་བོར་འགྱུར་ཐུབ་ཐབས་མེད།

དེ་ཡང་ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་ཞེས་པ་ནི། འབྲས་བུའི་རོ་བོར་འགྱུར་མཁན་ཞིག་
དགོས་པ་ཡིན། དེས་ན་ཤེས་པའི་ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་ལ་ཤེས་པ་ཞིག་འཛོག་དགོས།
དཔེར་ན། མྱེའི་གཟུགས་ཅན་གྱི་དངོས་པོར་མཆོན་ན། གཟུགས་ཅན་དེའི་ཉེར་
ལེན་གྱི་རྒྱ་ལ་གཟུགས་ཅན་གྱི་ཆོས་ཤིག་དགོས་པ་ལས་ཤེས་པ་སྤེད་ཐུབ་
ཐབས་མེད། རྒྱ་མཆོན་དེ་ལྟར་ལ་བརྟེན་ནས་གང་ཟག་གང་ལ་བཏགས་པའི་
ཤེས་པའི་རྒྱ་ལ་ཐོག་མ་མེད་ལ། ཐོག་མ་བཞག་ན་འགལ་འདུ་མང་པོ་ཞིག་
ཡོང་བ་མ་ཟད་རིགས་པས་གཞོད་ཀྱི་ཡོད། དེས་ན་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་
པའི་བདག་ལའང་ཐོག་མ་མེད་ཅེས་གསུངས་ཡོད།

མཐའ་མ་ཡོད་མེད་ལ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་གྲུབ་མཐའ་བཞི་ལས། གྲེ་
བྲག་སྤྱོད་པའི་སྤྲེ་པ་འགལ་ཞིག་གིས་རིག་པ་རྒྱུད་ཆད་གསུངས་ཤིང་ཡོད། དེ་ལ་
གྲུབ་མཐའ་གོང་མ་དག་གིས་རིགས་པའི་གཞོད་བྱེད་མང་དུ་འཕངས་ཏེ་འདི་
ལྟར་འདོད་མི་ཤེས་པར་གསུངས་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཤེས་པའི་རྒྱ་ལ་ཐོག་མ་
དང་མཐའ་མ་གཉིས་ཀ་མེད་པས་ཤེས་པའི་རྒྱ་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་
བདག་ལའང་ཐོག་མ་དང་མཐའ་མ་མེད་ཅེས་གསུངས་ཡོད།

དེ་ལྟར་བྱས་པས་ཆོ་འདིར་བདེ་བ་ཙམ་གྱིས་མི་ཆོག་ཆོ་འདིའི་བདེ་བ་ནི་
ཇི་ཙམ་ཞིག་ཆོ་ཡང་མ་ཤི་ཚུན་ཆད་ཀྱི་བདེ་བ་ཙམ་ཞིག་ཡིན་པས་ཆོ་ཇི་ལྟར་
རིང་ཡང་ལོ་བརྒྱ་ལྟག་ཙམ་ལས་མི་འོང་བས་དེའི་ཡུན་གྱི་བདེ་བ་ཡིན་ཞིང་། ཆོ་
སྤྱི་མ་བཤུལ་ཐག་རིང་བས་དེའི་དོན་ཞིག་བསྐྱབ་དགོས་པས་ཆོ་རབས་སྤྱི་མ་
རྣམས་སྤྱི་བདེ་བ་འཛོལ་ཐབས་དང་། སྤྱི་བསྐྱེད་ཐབས་ཤིག་ལ་འབད་
དགོས།

དེ་ཡང་ཆོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་སྐྱབ་པ་མ་གཏོགས་བྱ་སྤྱོད་གཞན་ཞིག་གི་
ཐོག་ནས་སྐྱབ་ཐབས་གཏན་ནས་མེད། འདིར་སྐྱེ་བ་སྤྱི་མའི་དོན་སྐྱབ་དགོས་པ་
བཤད་སྐབས་ཆོས་མི་ཤེས་པའམ། བཟ་བྱ་ཤེས་ཀྱང་རྒྱ་མཚན་དེའི་སྤྱི་བ་པར་
མ་ཤེས་པ་འགའ་ཞིག་བསམ་པར། ད་ལྟའི་སེམས་འདི་ལྟས་ལ་བརྟེན་པ་ཙམ་
ལས། སྐྱེ་བ་སྤྱི་བ་རང་གིས་མངོན་སུམ་གྱིས་མ་མཐོང་བས་མེད་སྟམ་པ་ཡོང་
སྟེ། དེ་འབྲེལ་བསམ་ཚུལ་དེ་ནི། ཡོད་ན་མངོན་སུམ་གྱིས་མཐོང་དགོས་པར་
བསམ་པའམ། ཡང་ན། སེམས་ནི་ལྟས་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེ། ལྟས་ནི་འབྱུང་བ་
ཆེན་པོ་བཞི་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ཡིན་པས་སྐྱེ་བ་སྤྱི་མ་མེད་པ་དང་། འཆི་བའི་
ཆོ་ལྟས་ནི་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་བཞི་དང་། སེམས་ནི་ནམ་མཁའ་ལ་འཇུག་ལམ་བ་
ལྟར་འབྱུང་བས་སྐྱེ་བ་སྤྱི་མ་ཟེར་བ་མེད་སྟམ་པ་ཡིན། གློ་ལྟས་ལ་བརྟེན་པར་
འདོད་པའི་བསམ་ཚུལ་ལའང་། ཆད་དང་ཆད་གི་རྣམས་པ་སྤྱི་བ་ཁྱེད་གཉིས་བཞིན་
དུ་ཡིད་ལྟས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཡིན་པས་མ་པ་དང་། སྤྱོན་མེད་དེའི་འོད་བཞིན་
ཡིད་དེ་ལྟས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཡིན་པས་མ་པ་དང་། ཅིག་པ་དང་དེའི་རི་མོ་བཞིན་དུ་

ཡིད་དེ་ལུས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དུ་གྱུར་པར་བསམ་བ་སོགས་ཀྱིས་ཡང་སྙིང་ཆེ་འདིའི་
སྐྱེས་མ་ཐག་པའི་སེམས་དེ་རིགས་མ་ཐུན་སེམས་ལས་སྐྱེས་མི་དགོས་པར་
རིགས་མི་མ་ཐུན་པ་སེམས་མེད་ཀྱི་འབྱུང་བ་ལས་སྐྱེས་ཏེ། དཔེར་ན། ཆང་ལས་
མྱོས་མ་ཐུ་དང་མེ་ཤེས་ལས་མེ་སོགས་རྒྱ་ལས་འབྱས་ཏེ་མི་མ་ཐུན་པ་འབྱུང་བ་
ལྟར་བསམ་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་རྟོག་གི་བ་འགའ་ཞིག་གིས་སྤྲོས་མ་ལྷན་པོ་
དང་། ཆེར་མ་རྩོད་པ་དང་། མ་བུའི་མདོངས་བཟ་བ་སོགས་ལ་བྱེད་པོ་མེད་པ་
དང་། སེར་སྤྲོ་ཅན་སྤྲོ་བ་མི་བཏང་བ་ལྷག་པོར་གྱུར་པ་དང་། སྟོག་གཙོད་
མཁན་ཆེ་རིང་བ་སོགས་མཐོང་བས་རྒྱ་མཚན་ལྟར་སྤང་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱ་འབྱས་
མེད་པར་སྐྱེས་བ་དང་།

ཡང་སྙིང་སེམས་འཇུག་པ་འགའ་ཞིག་གིས་མདོན་ཤེས་ཀྱིས་བརྟགས་ནས་
ཆེ་སྤྲོ་མར་སེར་སྤྲོ་ཅན་ཆེ་ཆེ་བྱི་མར་འབྱོར་ལྡན་ཀྱི་བྱིས་དུ་སྐྱེས་པར་མཐོང་
བས། སྐྱེ་བ་སྤྲོ་བྱི་ཡོད་ཀྱང་ལས་འབྱས་མེད་པར་སྐྱེས་བ་དང་། ཡང་འགའ་ཤས་
ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་བརྟེན་ནས་བསམ་གཟུགས་ཐོབ་པ་ན་ཐར་པའི་འདུ་ཤེས་སྐྱེས།
དེ་ལས་ཉམས་པའི་ཆེ་སྤྲོ་སྐྱེ་བ་ལེན་དགོས་པར་མཐོང་བ་ན་ཐར་པ་མེད་དོ་སྤྲོ་
ཞིང་དེ་ལྟར་སྐྱེས་བ་སོགས་སྤྲོ་ཆོགས་ཡོད་ཀྱང་། སྐྱེ་བ་སྤྲོ་བྱི་རེས་པར་ཡོད་དེ། དེའི་
རྒྱ་མཚན་ཡང་། ལོ་སྟོན་མ་དང་དེའི་ཡང་སྟོན་མ་སོགས་སྤར་བྱིས་པའི་གནས་
སྐབས་ཚུན་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་ནམས་ད་ལྟའང་བྲན་དུ་ཡོད་པ་འདིས་ད་ལྟ་ལོ་ན་སོན་
པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་རིག་པ་འདིའི་རྒྱན་སྤྲོ་མར་རིག་པ་ཞིག་ཡོད་པ་མདོན་སུ་
བྱིས་བྱུབ་པ་ལྟར། ཆེ་འདིའི་རིག་པའི་ནང་གི་ཐོག་མ་དེའང་རྒྱ་མེད་ལས་མི་སྐྱེ་

ཞིང་། ཉག་པ་ལས་ཀྱང་མི་སྤྱེ། ཉེར་ལེན་རིགས་མི་མཐུན་པའི་སེམས་མེད་བཅས་
པོ་ལས་ཀྱང་མི་སྤྱེ་བས་ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་རིགས་མཐུན་པ་ཞིག་ལས་ངེས་པར་སྤྱེ་
དགོས།

དེ། བླན་པ་ལས་ལོགས་སུ་ཤེས་པ་ཡོད་ཅིང།

སེམས་ཞེས་པ་ནི་ལྷན་པའི་རྒྱས་པ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་གནང་མཁན་མང་
པོ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད། ཆོན་རིག་པ་དག་གི་ནང་དུ་འདྲེ་སྤྱེ་བའི་རྣམ་གཞག་
གང་འཆམ་ཤེས་རྟོགས་ཡོང་སྐབས་ཤེས་པ་འདི་ཉིད་ལྷན་པའི་རྒྱས་པ་ཞིག་ལས།
ལྷན་པ་ལས་ལོགས་སུ་ཤེས་པ་མེད་ཅེས་སྤྱིར་བཏང་གི་མཐོང་ཚུལ་འདི་ལྟ་བུ་
ཞིག་ཡོད།

རྒྱས་རབས་ཉི་ཤུ་པའི་སྤྱད་ཆ་ནས་ལྟ་ཚུལ་འདིར་འགྱུར་བ་འགྲོ་བ་ཕྱིན་
ཉི་དང་སྐབས་ཆོན་རིག་པའི་ཁྱོད་ནས་སློབ་གཟུ་བོར་གནས་པ་མང་པོས་ལྷན་པ་
ལས་ལོགས་སུ་ཤེས་པ་ཡོད་པ་དང་། ཤེས་པ་སྤྱ་རགས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ཕྱེ་
སྐབས་ཤེས་པ་རགས་པ་རྣམས་ལུས་སམ་ལྷན་པར་བརྟེན་ཡོད་ཀྱང་། ཤེས་པ་
སྤྱ་མའི་ངོ་བོར་གྱུར་སྐབས་ལྷན་པར་འགྱུལ་བ་སྦྱོད་བྱེད་མཁན་གཞན་ཞིག་ཡོད་
པ་དང་། ཤེས་པ་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་ཐམས་པ་ལྷན་པར་བརྟེན་པ་མ་ཡིན་པ་ཞིག་དེར་
སྐབས་ཐེ་ཆོས་ཀྱི་ཐོག་ཏུ་བསྐྱད་དེ་དོ་སྤང་དང་ཉམས་ཞིབ་བྱེད་བཞིན་ཡོད།

གཙུག་པོ་ནི་སློམ་རྒྱག་པ་དང་། འཇན་པ་ཉེར་བཞག་བསྟེན་པ་སོགས་ཀྱི་
ཐོག་ནས་ཤེས་པར་འགྱུར་བ་གཏོང་སྐབས་དངོས་སུ་ལྷན་པར་འགྱུར་བ་འགྲོ་བ་
ཞིག་མཐོང་གི་ཡོད། དེས་ན་ལྷན་པ་ལས་ལོགས་སུ་གསལ་རིག་གི་རང་བཞིན་

ཅན་གྱི་ཤེས་པ་ཞིག་པལ་ཆེར་ཡོད་པ་ལ་ཐག་ཉེ་ཞིང་། དེ་ལྟར་ཁས་སྦངས་ན་
འགལ་འདུ་ཅུང་བ་དང་། དེ་ལྟར་ཁས་མ་སྦངས་ན་འགལ་འདུ་མང་པོ་ཞིག་ཡོང་
བ་སོགས་དེར་སྐབས་མཐོང་ཚུལ་ལ་འགྱུར་བ་འགྲོ་བ་ཞིན་ཡོད།

དེ་འདྲའི་རིགས་མཐུན་ཚུལ་ནི། སེམས་དེ་ཉིད་ཡིད་སྒོ་གསལ་རིག་གི་
ཆ་ཞིག་ཡིན་པས་དེ་དང་འདྲ་བའི་གསལ་རིག་གི་ཆ་ཞིག་སྡོན་དུ་སོང་བ་ཡིན།
དེ་འདྲའི་རིག་པ་སྤྱི་མ་དེ་སྤྱི་བ་སྤྱི་མའི་རྟེན་ལ་སྤྱི་བ་ལས་འོས་མེད། དེ་མིན་
འབྱུང་ལུས་ཁོ་ནས་སེམས་ཀྱི་ཉིང་ལེན་བྱེད་ན། ཤི་བའི་ལུས་ལ་སེམས་ཡོད་
པར་འགྱུར་བ་དང་། ལུས་འཕེལ་འགྲིབ་བྱེད་པ་ན། ཤེས་རིག་ངེས་ཅན་དུ་འཕེལ་
འགྲིབ་བྱེད་པར་འགྱུར་བ་སོགས་ཀྱི་སྒྲིན་ཡོད། སེམས་ཀྱི་ཉིང་ལེན་གྱི་རྒྱ་ཞེས་
པ་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོར་འགྱུར་རུང་ཞིག་ལ་ཟེར་བ་སྟེ། འབྱུང་བའི་ལུས་ཀྱིས་
སེམས་ཀྱི་འཕེལ་འགྲིབ་ལྷན་མའི་ལྷན་ཅིག་བྱེད་པའི་རྒྱུན་ཅས་བྱེད་པ་ཡོད་ཀྱང་།
དེས་ཉིང་ལེན་གཏན་ནས་བྱེད་མི་སྲིད།

དེས་ན། སེམས་མ་ཡིན་པ་ཞིག་སེམས་སུ་འགྱུར་བ་དང་། སེམས་
སེམས་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་བ་ནི་གཏན་ནས་མེད། དེ་ལ་འགའ་ཞིག་གིས་དེ་
འགྱུར་བ་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཆན་དུ། ཕྱི་རོལ་གྱི་དངོས་པོའི་འགྱུར་ལྷོག་འགའ་ཞིག་
དཔེར་བཞག་སྲིད་ཀྱང་། གཟུགས་མེད་པའི་སེམས་ཀྱི་འགྱུར་ལྷོག་བྱེད་ཚུལ་
དང་། གཟུགས་ཅན་གྱི་དངོས་པོའི་འགྱུར་ལྷོག་མི་འདྲ་ཞིང་། གཟུགས་མེད་ཡིད་
སྒོ་འདི་ནི་དཔེར་ན། ཉམ་མཁའ་མ་ཡིན་པ་ཞིག་ཉམ་མཁའི་ངོ་བོར་སོང་བ་དང་།
ཉམ་མཁའ་ཉིད་ཉམ་མཁའ་མ་ཡིན་པའི་ངོ་བོར་འགྱུར་རྒྱ་མེད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་རེད།

དེས་ན་ད་ལྟའི་གཟུགས་ཅན་ལུས་དང་། གཟུགས་མེད་སེམས་གཉིས་ཀྱི་
ནང་ནས་ལུས་ཀྱི་ཉེར་ལེན་པ་མའི་ཁུ་ཁྲག་གིས་བྱས་ནས་བྱུང་བ་ཡིན་ཡང་།
སེམས་ཀྱི་ཉེར་ལེན་པ་མའི་སེམས་དེས་ནམ་ཡང་བྱེད་ཐབས་མེད་པ་ནི། དཔེར་
ན། བ་མ་ཤེས་རབ་ཅན་ཤེས་བྱ་རིག་གནས་ལ་རྗེ་ལྟར་མཁས་ཀྱང་བྱ་སྟེན་
སྐྱགས་སྟེ་སྤིང་བ་འདི་དག་གིས་ཤེས་བྱུང་བ་ལྟར་ཡིན་པས། བ་མའི་ལུས་
སེམས་ཀྱི་ཆ་གང་ཡང་བྱའི་ཆེ་འདིའི་སེམས་ཀྱི་རོ་བོར་འབྱུང་བ་མེད།

དེས་ན་གནས་ཚུལ་དངོས་ནི། སྟེ་བ་སྔ་མ་ནས་ཡོང་བའི་སེམས་དེས་
སེམས་ཀྱི་ཉེར་ལེན་དང་། ད་ལྟའི་བ་མའི་ཁུ་ཁྲག་གིས་ལུས་ཀྱི་ཉེར་ལེན་བྱས། དེ་
གཉིས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་དེ་ཆེ་རབས་སྔ་མའི་ལས་ཤིག་གིས་བསྐྱབས་ནས་ཆེ་འདིའི་
ལུས་སེམས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་བྱུང་བ་རེད། དེའི་དབང་གིས་བྱིས་བ་སྟེས་མ་ཐག་པ་
དང་། བེལ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱང་སྔར་སྟེ་བ་གཞན་ཏུ་ཟས་ཟ་བ་དང་། ཆགས་
སྔར་སོགས་ལ་གོམས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་སྟེས་མ་ཐག་པ་ནས་ཟས་ཟ་བ་དང་། མའི་
བྱ་ཞོ་འཁྱུང་བ་སོགས་བསྐྱབ་མི་དགོས་པ་དེ་དག་ལ་འཇུག་པའང་ཡིད་ཀྱི་སྟེང་ཏུ་
སྔ་མའི་བག་ཆགས་ཤིག་ཡོད་པའི་རྒྱུ་ཀྱིས་ཡིན། སྟོབ་དཔོན་མ་ཉི་ཅི་ཏུས།

སྟོ་ཡི་མཐུ་སྟོབས་བསལ་བ་མེད་པ་དང་། །

དབང་པོ་རྣམས་ཀྱང་སྟུན་པའི་རང་བཞིན་ཅན། །

བཅས་མ་ཐག་ཏུ་སྐྱས་ཀྱང་མ་བསྟན་པར། །

ཁ་ཟས་ཟ་བར་རྩོལ་བར་བྱེད་པ་དང་། །

བྱ་ཞོ་འཁྱུང་བར་རྩོལ་བ་བྱེད་པ་ཡང་། །

དེ་དག་ཆེ་རབས་གཞན་ལ་གོམས་པའི་མཐུས། །

ཞེས་གསུངས།

ན། བག་ཆགས་དང་ཕྱུས་ཀྱི་བྱུ་བ་ཆའི་བྱུ་བ་ར།

འདིར་ཞིབ་ཆ་ཅུང་ཟད་བྱ་རྒྱ་མེད་དམ་སྟེ། བག་ཆགས་གཅིག་ལུས་ཞེ་
ཡིན་སྟེ། གང་ལྟར་ལུས་ཀྱི་བྱུ་བ་ཆའི་སྟེང་ནས་ཡོད་པ་སྟེ། འདི་སྟོང་སྟོང་
དཔོན་ལེགས་སྟེ་གིས་བྱུང་གསུངས་ཡོད། འདིར་ངོས་རང་ཐེ་ཆོམ་ཟག་འདུག
ར་ཆོའི་ཁྱོད་ནས་སྟེ་བ་སྟོན་མར་འབྱ་དམར་གྱི་རིགས་སྟེ་བ་སྟེངས་པ་མར་
པོ་ཞིག་ཡོད་པེས་པེད། སྟོན་གྱི་སྟེ་བ་བཅུ་ཟག་དང་། བཅུ་ཟག་འབྱ་དམར་གྱི་
རིགས་སྟེ་བ་སྟེངས་པ་ཞིག་མི་ཆེ་འདིར་འདམ་བག་ཟ་བ་ལྟ་བུ་པལ་ཆེར་
མེད། དེ་ནི་ལུས་ཐ་དད་ཡིན།

དེ་བཞིན་སྟེ་དང་ཞེ་མི་ལྟ་བུར་མཆོན་ན། དེ་དག་གི་ནང་ནས་སྟེ་བ་
སྟོན་མ་རི་དྲགས་སྟེ་བ་མར་པོ་ཞིག་ཡོད་པེས་མ་ཟད། སྟེ་གཞིག་ལ་སོགས་
པས་རི་དྲགས་བསད་པའི་ལས་ཀྱིས་སྟེ་བ་རྗེས་མ་རི་དྲགས་སྟེ་བ་ཉན་ཉན་
ཡོང་བ་སྟེ། སྟེ་བ་སྟེ་མ་སྟེ་གི་ལུས་སྟེ་ས་ཤིང་། སྟེ་བ་རྗེས་མ་རི་དྲགས་ཀྱི་
ལུས་སྟེངས་པ་དེ་ཉིད་སྟེ་བ་སྟོན་མའི་བག་ཆགས་ཀྱིས་སྟེ་བ་འདིར་ཤ་རིགས་
ཟ་བ་དང་། ཡང་སྟེ་བ་སྟོན་མ་རི་དྲགས་སྟེ་ས་ཤིང་སྟེ་བ་ཕྱི་མ་སྟེ་གཞིག་གི་
ལུས་སྟེངས་པ་ཞིག་ཡིན་ན་སྟེ་བ་སྟོན་མའི་བག་ཆགས་ཀྱིས་རྩ་ཟ་བ་མི་སྟོད་པ་
ལྟ་བུ་ཡིན།

གཞན་ཡང་ཞི་མིར་ཆ་མཆོན་ནའང། ཞི་མིར་བྱས་སྟོབས་དེ་ཅམ་མེད་
ཀྱང་། དེས་པར་ཅི་ཅི་བསད་ནས་ཟ་བ་ལས། མིས་བགས་སྤྲད་ནས་མྱོད་པ་རྒྱག་
ཡོད་ཀྱང་། ལྷམ་ལྷེ་ལྷ་མོ་ཞིག་ལས་མ་བྱུང་བྱུང་བསད་ནས་ཟ་བ་ལྟ་བུ་བྱེད་ཀྱི་
ཡོད། ཞི་མི་མཁྲིས་པ་ན་བའི་སྐབས་རྩ་ཅུང་ཟད་རེ་ཟ་བ་ལས། བམ་རྒྱན་རྩ་ཟ་
སྟོལ་མེད། དེས་ན་ཞི་མིའི་སྐྱེ་བ་སྡོན་མ་དེ་ཉིད་ཞི་མི་ཡིན་པའི་ཁྲབ་པ་ཡོད་པ་
གཏན་ནས་བརྗོད་མི་ཐུབ་པ་ཡིན།

ང་ཆོ་མི་ལ་ཆ་མཆོན་ནའང་། འབྲོག་པ་ཤ་ཟ་མཁན་དེ་རྣམས་སྐྱེ་བ་སྡོན་
མ་སྡོ་ཟས་བརྟེན་མཁན་གྱི་རི་དྲགས་ལ་ནམ་ཡང་སྐྱེ་སྤྱོད་མེད་ཅེས་གཏན་ནས་
བརྗོད་མི་ཐུབ། དེ་དག་ནི་ལུས་ཀྱི་གྲུབ་ཆའི་སྟེང་ནས་ཡིན་པ་གསལ་པོ་ཡིན།
དཔེར་ན་ང་ཆོའི་གཟུགས་པོས་ཁ་གྲགས་ཀྱི་ཡོད། ཁ་ལག་སོ་བ་དང་མཁྲིས་
པར་གཞོད་མཁན་ཞིག་དང་འཕྲད་ན་ཁ་ལག་དེ་ཉིད་ཁའི་ནང་སྐྱེ་བས་མ་ཐག་
གཟུགས་པོའི་གྲུབ་ཆ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་དང་དུ་མི་ལེན་པར་ལམ་སང་ཟ་འདོད་མེད་
པ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་ལྟར་ སྤང་པོའི་གྲུབ་ཆའི་སྟེང་ནས་ཀྱང་རྣམ་འགྱུར་འདྲ་
མིན་ཐོན་པ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད།

དེ་ལྟ་བུའི་སྤང་པོ་རྒྱངས་པ་དེ་ལས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཏ་ཅང་གསལ་པོ་
ཡིན། སྐྱེ་གནས་བཟང་ངན་གང་ཞིག་ཏུ་འགྲོ་མིན་ནི་སེམས་སྟེང་གི་བག་ཆགས་
ཀྱི་ཐོག་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་ལ། བག་ཆགས་ཞེས་པ་དེར་ཡང་བསམ་སྒྲོ་ཞིབ་ཟ་
བཏང་ན། པལ་ཆེར་ཐལ་འགྱུར་བའི་གཞུང་ནས་གསུངས་པའི་ཞིག་པ་ཞེས་པ་སྟེ།
དབྱ་མ་འཇུག་པ་ལས།

ལ་ལར་ལས་འགགས་ཡུན་རིང་ལོན་ལས་ཀྱང་། །

འབྲས་བྱ་ཡང་དག་འབྱུང་བ་རིག་པར་གྱིས། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཞིག་པའི་ཞིག་པ་དང་། ཞིག་པའི་རྒྱུ་གྱི་འབྲས་
བྱ་འཕེན་པ་སོགས་ནི་གོ་བ་ཏ་ཅང་ཟབ་པོ་ཞིག་རེད་འདུག འདིག་པ་རྒྱ་ཡིས་
སྐྱེས་པས་ན། འདིག་པ་བྱུང་བའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཞིག་པ་དེ་རྒྱས་སྐྱེས་པ་ཡིན་
པས། ཞིག་པའི་རྒྱུ་གྱི་ཐོག་ནས་འབྲས་བྱ་བཟང་ངན་སྣ་ཆོགས་ཡོང་བ་ནི་ཏ་ཅང་
གསལ་པོ་ཡིན། བག་ཆགས་ཞེས་པ་ལྟན་མིན་འདུ་བྱེད་རེད་ཅེས་བརྗོད་པ་ནི་དེ་
ཙམ་གསལ་པོ་མེད། དེ་ལྟ་བུའི་སྐོན་ནས་འབྲས་བྱ་སྐྱེས་ཞེས་བརྗོད་ན་ཅུང་ཟད་སྐོ་
ལ་ཤར་མི་བདེ་བ་ཡོད། དེ་ལས་ལས་ཞིག་པའི་ཞིག་པའི་རྒྱུ་གྱིས་འབྲས་བྱ་དེ་
སྐྱེས་པ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་ན་དེར་གོ་རྒྱུ་ཞིག་ཡོད།

པ། སྐྱེ་བ་སྤྱི་བྱེད་ཀྱི་སྐྱོར་དཔེ་དང་བཅས་པ།

སྐྱེ་བ་སྤྱི་བྱེད་མཛོན་སྤྱོད་ཀྱིས་མ་མཛོང་བས་མེད་བསམ་བཤེས་མི་རུང་སྟེ།
རང་གིས་མ་མཛོང་བ་ཙམ་གྱིས་མེད་པ་ཡིན་པར་འདོག་མི་ལུས་ཏེ། ལུས་རབས་
སྟོན་མའི་མེས་པོ་དག་གིས་མཛོང་ཐོས་མ་བྱུང་བའི་རིག་གསུང་གི་ཐུགས་འབྲུལ་
གྱིས་སྤྱི་ནང་གི་གནས་ཚུལ་མང་པོ་ཞིག་གསུང་དུ་མཛོང་ཐོས་འབྱུང་བཞིན་པ་
འདིས་ཤེས་ཐུབ།

དེ་བཞིན་དུ་སྐྱེ་བ་སྤྱི་བྱེད་ཡང་ཆོས་ཀྱི་སྟེང་ནས་སྒྲོམ་སྒྲོམ་གྱི་ཉིང་རེ་
འདྲིན་གྱི་ཆད་མཐོན་པོར་སྐྱེ་བས་པ་དང་། དེ་མིན་ཡང་སྤྱི་མའི་བག་ཆགས་ཀྱིས་

སྐྱེ་བ་སྔ་མའི་གནས་ཚུལ་དྲན་པའི་མི་མང་པོ་ཡོད།

ངོས་ནས་དེ་བའདི་བྲིས་ཟེན་པའི་རྗེས་སུ་སྤེལ་ ༡༩༧༠ ཙམ་དུ་བ་ཁེ་ཡ་
ལའི་ (Patiala) བྲིས་ཚང་ཞིག་ཏུ་སྐབས་དེར་ལོ་ན་དྲུག་བདུན་ལ་སོན་པའི་བུ་མོ་
སྐྱེ་བ་སྔ་མ་ཉ་ཅང་གསལ་པོར་དྲན་མཁན་ཞིག་བྱང་བ་དང་། དེ་རྗེས་ཀན་ཕུར་
(Kanpur) ཞེས་པའི་ས་གནས་སུ་ལོ་ན་བཞི་ལ་སོན་པའི་བུ་མོ་སྐྱེ་བ་སྔ་མ་ཉ་
ཅང་གསལ་པོར་དྲན་མཁན་ཞིག་ཀྱང་བྱང་ཡོད། དེ་བཞིན་ང་ཚོ་བོད་པའི་བུ་སྐྱལ་གི་
ནང་དུ་འང་སྐྱེ་བ་སྔ་མ་དྲན་མཁན་དེ་རིགས་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་དག་རིམ་བཞིན་ཆེ་
འདིའི་ཕྱང་ཁམས་སྐྱེ་མཆེད་རྣམས་ཤྱགས་རྩེ་ཆེར་འགོ་སྐབས་སྔ་མའི་དྲན་པའི་
ཤྱལ་དེ་རྣམས་རིམ་བཞིན་ཤྱགས་རྩེ་ཆུང་དུ་འགོ་བ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་
ཞིག་འདུག།

ཡང་གཞི་ནས་སེམས་སྤྲ་བའི་རྒྱས་བ་དེ་ཉིད་ཤྱགས་ཆེར་གཏོང་ཐབས་
ལ་སྒོམ་རྒྱག་པ་སོགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཉིང་དེ་འཛིན་གནད་ལ་འཁེལ་བ་ཞིག་བྱང་
ན་སྔར་གྱི་སྐྱེ་བའི་རིགས་དྲན་པའི་རིགས་བྱང་བའི་ངའི་ངོ་ཤེས་འགའ་ཞིག་ཀྱང་
ཡོད། དེ་དག་ནི་དྲན་རྒྱ་ཡོད་པའི་དབང་གིས་དྲན་པ་ཡིན། ལྷག་བར་སེམས་སྤྲ་
བ་ཞེས་བ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི། བར་སྐབས་སྐྱགས་དམ་ལ་བཞུགས་མཁན་རྣམས་
ཀྱི་ཐོག་ནས་ཉ་ཅང་གསལ་པོ་རེད་འདུག། རྫོག་ཟུ་བོར་གནས་པའི་ཆོན་རིག་པ་
རྣམས་ཀྱིས་ད་པན་གྱི་ཆོན་རིག་གི་ཐོག་ནས་འབྲེལ་བ་ཤེད་རྒྱག་མི་སྤྱབ་པ་ཞིག་
རེད་ཅེས་བརྗོད་པ་དང་། དེའི་ཐོག་བར་ལམ་ནས་ཉམས་ཞིབ་བྱེད་འགོ་ཚུགས་
ཡོད།

མདོར་ན་ཤེས་པ་ལ་སྤྲ་རྒྱས་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དང་། སྐད་པའི་ནང་གི་ཁྲག་རྒྱ་བའི་བྱེད་ལས་འགགས་ཅིན་རྗེས་ཀྱི་སྐར་མ་གཅིག་གཉིས་ནང་སྐད་པ་ཤི་འགྲོ་གི་ཡོད། ཤེས་པ་དེ་སྐད་པ་ཁོ་ནར་བཞག་ན། སྐད་པའི་ནུས་པ་ཉམས་པའི་སྐབས་སུ་ཤེས་པ་དེ་ཡང་འགག་དགོས་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་ལུས་ཉིད་པ་མ་ཆགས་པར་གསོས་པར་གནས་པ་སྟེ། འདས་པའི་མོ་རོ་ལྷ་བརྒྱུད་གངས་ནང་འགའ་ཞིག་ཉིན་གངས་བཙོ་བརྒྱད་བརྒྱུད་སྤྱགས་དམ་དུ་བཞུགས་པ་དང་། བར་སྐབས་ནི་འུ་རྩི་ལན་རྟེའི་ (New Zealand) ནང་སྤྲ་མ་ཞིག་འདས་རྗེས་ཉིན་གངས་བརྒྱུད་སྤྱགས་དམ་དུ་བཞུགས་འདུག་ལ། ཡོངས་འཛིན་གླིང་རིན་པོ་ཆེ་དགོངས་པ་རྫོགས་རྗེས་སྤྱགས་དམ་ལ་ཉིན་བརྒྱུད་གསུམ་བཞུགས་པ་མ་ཟད། ཁྱི་རྒྱུད་རིན་པོ་ཆེ་སྟོ་བཟང་ཉི་མ་དགོངས་པ་རྫོགས་རྗེས་སྤྱགས་དམ་ལ་ཉིན་གངས་ཉི་ཤུ་ཙམ་གཅིག་བཞུགས་ཡོད། སྐབས་དེར་ཁྱི་རྒྱུད་རིན་པོ་ཆེའི་སྐྱེ་ལྷ་གི་དབུ་ཐོག་ཏུ་སྟོག་སྐད་མ་སྤྱད་ནས་བཞག་དབུ་བྱེད་སྐབས་ གཤེགས་ནས་ཉིན་བརྒྱུད་བརྒྱུད་ཙམ་བྱིན་རྗེས་འཕྲུལ་ཆས་ཀྱི་ནང་ནས་ཡུད་ཙམ་གྱིས་ཞགས་མི་འདྲ་བ་ཞིག་མཐོང་བ་ཞིག་བྱུང་ཡོད། དེ་ལ་ཆོན་རིག་གི་ཐོག་ནས་འགྲེལ་བཤད་གཏན་ནས་རྒྱག་མི་སྤྲོད་པ་ཞིག་ཡིན།

དེ་རྗེས་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་མཁན་གྱི་ཆོན་རིག་པ་དེ་དང་སྤྱག་འཕྲད་བྱུང་བར་ཁོང་ནས་དེ་ནི་ཁྱད་མཚར་ཞིག་འདུག དེའི་ཐོག་ད་པན་གྱི་ཆོན་རིག་གི་ཐོག་ནས་བརྗོད་མི་སྤྲོད་པའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་ཡིན་པས་དེའི་ཐོག་ད་དུང་སྤྱ་མ་སྤྱད་ཉམས་ཞིབ་བྱ་རྒྱུ་གལ་འགངས་ཆེན་པོ་རེད་འདུག་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་འདུག

ལུས་ཁོ་ནར་བརྟེན་པ་ཞིག་མིན་པར་ཤེས་པ་ལ་སྤྲ་རགས་མང་དུ་བྱེ་སྐྱབས།
ཤེས་པ་རགས་པ་རྣམས་ལུས་ལ་བརྟེན་པ་གསལ་པོ་ཡིན་ནའང། ཤེས་པ་སྤྲ་
མོའི་རིགས་རྣམས་བྱུང་དུ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ཉ་ཅང་གསལ་པོ་རེད། སྐྱེ་བ་སྤྲ་
མ་འབྲས་པའི་རིགས་རྣམས་ཀྱང་བག་ཆགས་སམ་དེའི་ཞིག་པའི་རྒྱན་གྱི་སྟེང་
ནས་འབྲས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་ལས། ལུས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཡོང་གི་མེད་པ་ཉ་ཅང་གསལ་
པོ་ཡིན། ལུས་ནི་གསར་བ་གསར་རྒྱུ་ཞིག་ཆགས་ཡོད།

སྤར་རྒྱ་གར་དུ་ནང་པའི་མཁས་པ་ཞིག་གིས། རྒྱུ་འཕེན་པ་ལ་ཅོད་
ཅིང་། ལྐབས་དེར་སྐྱེ་བ་སྤྲ་བྱེ་ཡོད་པ་མངོན་སུམ་དུ་ཤེས་ཆེད་རྒྱལ་པོ་སོགས་
དཔང་དུ་བཅུགས་ནས་གོངས་པའི་སྐྱེ་བ་སྤྲ་བ་དཔོན་ཅུ་གོ་མི་ཡིན་པའི་ལོ་
རྒྱུས་དང་། བོད་ལ་ཡང་རང་གི་སྐྱེ་བ་སྤྲ་མ་འབྲས་ནས་དེའི་དུས་ཀྱི་མི་དང་ཡོ་
བྱུང་སོགས་ངོ་ཤེས་བ། སྤོན་མའི་གནས་ཚུལ་བརྗོད་པ་སོགས་དུ་མ་བྱུང་བ་
རེད། དེས་ན་རང་རེ་ལ་སྐྱེ་བ་བྱེ་མ་ངེས་པར་ཡོད་པས་དེའི་དོན་ཞིག་ངེས་པར་
བསྐྱབ་དགོས།

དེ་སྐྱབ་ཚུལ་ནི། མོ་བཟང་པོའི་རྒྱན་གོམས་ནས་སྤོན་ཀུན་ཟད་དང་།
ཡོན་ཏན་ཀུན་ལྡན་ཞིག་འབྱུང་ཐབས་ལ་འབད་དགོས། དེ་འབྱུང་བའི་ཐབས་དེའང་
སྐྱེ་བ་སྤྲ་བྱེ་རྒྱན་བསྐྱུད་ནས་ལམ་བཟང་པོ་ལ་གོམས་པར་བྱེད་པའམ། ཡང་ན་
ཐབས་ཐབ་མོ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་ཆེ་འདི་རང་ལའང་འཁོར་བར་སྐྱེ་འཆི་བྱེད་མི་
དགོས་པའི་འཁོར་བའི་རྒྱན་གཅོད་ལུས་པ་ཞིག་བྱ་དགོས་སོ། །

གཉིས་པ། གཞི་བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་ངོས་འཛིན།

ཅ་བ་ནང་པ་སངས་རྒྱལ་པའི་ཆོས་དང་། སྤྱིར་ལྷ་སྟེགས་པའི་ཆོས་
ལུགས་སྤྱུང་དོན་དམ་བདེན་པ་དང་། ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་བཅས་བདེན་གཉིས་
ཀྱི་ཐ་སྙད་ཐོན་གྱི་ཡོད། དེ་ལ་ཆོས་རབ་ཏུ་རྣམ་འབྱེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་དབྱེད་
པའི་སྐབས་སྤང་ཚུལ་ཁོ་ན་མེན་པར་གནས་ཚུལ་གཞན་ཞིག་ཡོད་པ་སྟེ། དཔེར་
ན། ཡེ་ཤུའི་ཆོས་པའི་ནང་ཐ་སྙད་འདི་ལྟར་སྦྱོར་གྱི་མེད་ཀྱང་སྦྱོར་སྟབས་པ་ཞིག་
ཡིན། སྤང་ཚུལ་ལ་མཐོང་བའི་སྟོན་བཅུད་རྣམས་ཐད་ཀར་ཆོན་རིག་པ་དག་གིས་
མཐོང་བ་ལྟར་རྒྱ་རྒྱུན་གྱིས་བྱས་པ་དང་། དོན་གྱི་གནས་ཚུལ་དེ་འཛིན་ཉེན་
བཞོན་པ་ཐོས་བཞོན་པ་རེད་ཅེས་བདེན་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བཞག་ཆོག་པ་ཞིག་
ཡིན། དཔེར་ན། ཆོན་རིག་པས་སྤྱིར་བཏང་ཉམས་ཞིབ་བྱེད་པ་རྣམས་མཐོང་
ཆོས་གཅིག་བྱར་ཆ་འཛོག་མི་བྱེད་པར་དེའི་ཡིན་ཚུལ་གང་ཞིག་ཡིན་མིན་ལ་
བརྟག་ཞིབ་བྱེད་བཞིན་ཡོད། དཔེར་ན། མེ་ཏོག་ཅིག་ལ་མཆོན་ན། མཐོང་ཆོས་
སྤྱོད་པའི་མེ་ཏོག་ཅིག་ལ་ཆ་འཛོག་མི་བྱེད་པར་མེ་ཏོག་གི་དབྱིབས་དང་། ཁ་
དོག་འཕེལ་འགྱིབ་བྱེད་ཚུལ་སོགས་ཀྱི་རྒྱ་དང་རྒྱུན་གང་དང་གང་ཞིག་ཡིན་མིན་
རིམ་དེད་ཀྱིས་བཅུད་ཞིབ་བྱེད་སྐབས་མཐར་རྩལ་སྤྲོད་པ་སྟབས་ཀྱི་ཡོད། དེ་ཡང་
པར་རིམ་པར་གཏུགས་སྐབས་ཀོག་ཅེས་བརྗོད་པ་དེའི་ཐོག་ལ་སྟབས་ཀྱི་ཡོད། དེ་
ལྟར་གཟུགས་ཅན་གྱི་ཆོས་རྣམས་པར་རིམ་པར་གཏུགས་སྐབས་མཐར་ཆོས་
གཞི་དེ་ཉིད་རྩལ་ཏ་ཅང་སྤྲོ་མོ་ཞིག་དང་། དེ་ཡང་འོད་ཟེངས་ལྟ་བུའི་རྩལ་སྤྲོ་
ཞིག་ནས་བྱུང་བར་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། དེ་རིགས་སྤང་ཚུལ་ཅིམ་ལ་ཆ་འཛོག་མི་བྱེད་

པར། རོན་གྱི་ཡིན་ལུགས་ལ་བརྟགས་ནས་ཡིན་ཚུལ་ཞིག་བརྗོད་གྱི་ཡོད། དེ་
ལྟར་བདེན་པ་གཉིས་གྱི་ཐ་སྙད་ཀྱང་སྒྲོར་ཆོག་པ་ཡིན། དེ་བཞིན་ནང་པ་སངས་
རྒྱུ་པའི་གཞུང་ལ་མཆོན་ན། བྱུང་མཐའ་བཞི་ཀས་བདེན་པ་གཉིས་གྱི་རྣམ་
གཞག་གསུངས་ཡོད། འདི་ནི་དབྱ་མའི་གཞུང་ལུགས་གཞིར་བཞག་བྱས་ཡོད།

༥ དེ་ལའང་། གཞི་བདེན་པ་གཉིས་གཏན་ལ་འབབས། ལམ་ཐབས་ཤེས་
གཉིས་ཉམས་སུ་ལོན། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲས་བུ་སྐྱུ་གཉིས་ཐོབ་ཚུལ་གྱི་རྣམ་
གཞག་ཤེས་དགོས། དེ་ལ་དང་པོ་གཏན་ལ་དབབ་བྱའི་གཞི་བདེན་གཉིས་གྱི་རྣམ་
གཞག་དེ་རིམ་འབྲུ་ཡིན་ཞེས། ཡབ་སྲས་མཇུག་བའི་མདོ་ལས།

འཇིག་རྟེན་མཁྱེན་པས་གཞན་ལ་མ་གསན་པར། །

བདེན་པ་འདི་གཉིས་ཉིད་གྱིས་སྟོན་པར་མཛད། །

གང་ཞིག་ཀྱན་རྫོབ་དེ་བཞིན་དོན་དམ་སྟེ། །

བདེན་པ་གསུམ་པ་གང་ཡང་མ་མཆིས་སོ། །ཞེས་དང་།

དེ་བཞིན་ནུ་གླུ་ནའི་ ། མགོན་པོ་སྐྱུ་སྐྱབ་ ། གསུང་སྐུ་ལ་བརྒྱ་ ། ཅ་བ་
ཤེས་རབ་ལས། ། ལས་ཀྱང་།

སངས་རྒྱུ་རྣམས་གྱིས་ཆོས་བསྟན་པ། །

བདེན་པ་གཉིས་ལ་ཡང་དག་བརྟེན། །

འཇིག་རྟེན་ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པ་དང་། །

དམ་པའི་དོན་གྱི་བདེན་པའོ། །

ཞེས་གསུངས། དབྱེ་གཞི་ཤེས་བྱ་ལ་བྱས་ཏེ། དེར་དབྱེ་ན་ཀུན་རྫོབ་
བདེན་པ་དང་། དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་གཉིས་ཡོད་ཅིང་། གཞི་དེ་དོན་དམ་བདེན་
པ་ཡིན་པར་ཡོངས་སུ་བྱུང་ན། ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་ཡིན་པ་རྣམས་བཅད་ལ་ཞེགས་
པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཀུན་རྫོབ་ལ་སྦྱར་ནའང་དེ་ལྟར་ཡིན་པས་བདེན་པ་གཉིས་སོ་
དེ་པན་ཚུན་སྤངས་པའི་འགལ་བ་ཡིན། ཞེས་པ་ནི་ཕུང་གསུམ་པ་བདེན་གཉིས་
གང་དུ་ཡང་མ་གཏོགས་པ་ཞིག་མེད་ཅིང་། ཡོད་ན་བདེན་གཉིས་གང་རུང་ཡིན་
དགོས་པ་ཡིན། བདེན་གཉིས་གང་རུང་གཅིག་མེད་ནའང་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་
དེར་མི་འདུ་ཞིང་། དེ་གཉིས་གང་ཡང་མ་ཡིན་པའི་བདེན་པ་གསུམ་པ་སོགས་
ཀྱང་མེད་པས་གངས་ངེས་ཚུལ་དེ་ཕུང་སོ་གསུམ་པ་སེལ་བའི་གངས་ངེས་ཡིན།
བདེན་པ་གཉིས་སོ་དེ་ངོ་སོ་ཅམ་ཡང་མི་གཅིག་པའི་ཐ་དད་ཡིན་ན་སྒྲིན་བཞི་ཡོད་
དེ། གཟུགས་བདེན་པར་མེད་པ་གཟུགས་ཀྱི་གནས་ལུགས་མིན་པར་འགྱུར་བའི་
སྒྲིན། གཟུགས་བདེན་པ་མེད་པ་རྟོགས་ཀྱང་དེའི་མཆན་འཛིན་ཟེལ་གྱིས་མི་
གཞོན་པར་འགྱུར་བའི་སྒྲིན། རྣལ་འབྱོར་པས་ལམ་གོང་མ་བསྐྱོམ་པ་དོན་མེད་
པར་འགྱུར་བའི་སྒྲིན། སངས་རྒྱུས་གྱིས་ཀྱང་མཆན་འཛིན་གྱི་འཆིང་བ་དང་།
གནས་ངན་ལེན་གྱི་འི་མ་མཐའ་དག་མ་སྤངས་པར་འགྱུར་བའི་སྒྲིན་བཅས་ཡོད།

དེ་གཉིས་ལྟོག་པ་ཅམ་ཡང་སོ་སོར་འབྱེད་རྒྱ་མེད་པའི་གཅིག་ཡིན་ན་
སྒྲིན་བཞི་ཡོད་དེ། ཀུན་རྫོབ་འཁྲལ་བའི་རང་བཞིན་ལས་ཉོན་གཉིས་སྤོང་བ་
བཞིན་དུ་དོན་དམ་ཆོས་ཉིད་ཀྱང་སྤོང་བར་འགྱུར་བའི་སྒྲིན་དང་། ཀུན་རྫོབ་ལྟར་
དོན་དམ་ལའང་མི་འདྲ་བའི་རྣམ་པ་དུ་མ་ཡོད་པར་འགྱུར་བའི་སྒྲིན་དང་། སོ་སོ་

སྐྱེ་བོས་ཀྱང་དོན་དམ་པ་མདོན་སྲུང་དུ་རྟོགས་ཅུས་པར་འགྱུར་བའི་སྐྱོན། སོ་སྐྱེ་
ཡིན་བཞིན་དུ་སྤྱི་བ་པ་ཐམས་ཅད་སྤངས་པ་དང་། སངས་རྒྱས་པར་ཐལ་བའི་སྐྱོན་
བཅས་ཡོད་པས་བདེན་པ་གཉིས་པོ་དེ་ངོ་བོ་གཅིག་ལ་ལྗོགས་པ་ཐད་ཡིན།

༡༩ ལྟོང་ཉིད་ཀྱི་གོ་དོན་དང་ནམ་གྲངས།

ཤེས་རབ་སྣང་པོའི་ནང་འཆར་ཅན་འདོན་བཞིན་པའི་གཟུགས་སྟོང་
པའོ། ལྟོང་པ་ཉིད་གཟུགས་སོ། །གཟུགས་ལས་སྟོང་པ་ཉིད་གཞན་མ་ཡིན།
སྟོང་པ་ཉིད་ལས་ཀྱང་གཟུགས་གཞན་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ནི་བདེན་
གཉིས་ངོ་བོ་གཅིག་ལ་ལྗོགས་པ་ཐད་གསུང་གི་ཡོད།

དབྱུ་མ་པའི་ལུགས་ཀྱི་བདེན་གཉིས་ཀྱི་ངོ་བོ་རི་ལྟར་འཛོག་དགོས་སམ་
ཞེ་ན། དོན་དམ་ལ་དཔྱད་པའི་རིགས་ཤེས་ཀྱི་སྒྲིའི་དངོས་ཀྱི་རྟོག་དོན་ནི་དོན་
དམ་བདེན་པ་དང་། འཛིག་རྟོག་པའི་བརྒྱུ་མ་ཐ་སྣང་པ་ལ་འཇུག་པའི་སྒྲིའི་ཐ་
སྣང་པའི་སྒྲིའམ་སྒྲིའི་ཐ་སྣང་པ་ཡིན་ལ། ཞེས་པ་ལྟར། མདོར་ན་མ་བརྟག་མ་
དབྱུང་པའི་རང་ནས་བཞག་པའི་ཀུན་རྫོབ་པའི་རྣམ་གྲངས་མང་པོ་ཞིག་འཛོག་གི་
ཡོད་ལ། བརྟགས་ཤིང་དབྱུང་ནས་རྟོག་པའི་ངོ་བོ་དེར་དོན་དམ་ཞེས་བརྟོག་ཀྱི་
ཡོད། དོན་དམ་པ་ཞེས་པ་སྤྱི་ཉིད་སྐྱད་ལ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་
ནི་དམ་པ་དང་། མཆོག་སོགས་ལ་འཇུག་ ཡུལ་ཞེས་པ་དོན་ལ་འཇུག་སྤྱོད་པ་
པ་བདེན་པ་དང་རྟོག་པ་སོགས་ལ་འཇུག་པ་ལས་སྐྱབས་འདིར་དོན་ཞེས་པ་རང་
དོན་གཞན་དོན་ཟེར་བ་ལྟ་བུའི་དགོས་དོན་ལ་མི་བྱེད་པར་ཡོ་ཤེས་དམ་པའི་
སྒྲིའི་ཤེས་པར་བྱ་བའི་དོན་དང་། མདོར་ན་མཐར་ཐུག་དཔྱད་པའི་རིག་ཤེས་ལ་

ཡེ་ཤེས་དམ་པ་གསུངས་ཡོད།

དེས་ན། བཏག་པར་བྱ་བའི་དོན་དང་། རྟེན་པའི་དོན་ཡིན་པས་དོན་དང་།
དེ་འབྲའི་དོན་ཡང་ཡིན་ལ་དོན་གྱི་མཆོག་དང་དམ་པ་ཡང་ཡིན་པས་ན་དོན་དམ་
པ་དང་། གྲུན་རྩོམ་རྩུན་པ་སྤར་སྤར་ཚུལ་དང་གནས་ཚུལ་མི་མ་སྤྱན་པ་མ་ཡིན་
པར་སྤར་ཚུལ་དང་གནས་ཚུལ་མ་སྤྱན་པར་གནས་པས་ན། ཞེས་དོན་དམ་བདེན་
པ་ངེས་པའི་སློ་དེས་དོན་དམ་བདེན་པ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་ངེས་པའི་ངེས་ངོ་ལ་གྲུན་རྩོམ་
ཆོས་ཅན་གྱི་སྤར་བ་འགགས་པ་དེ་གསུང་གི་ཡོད། བདེན་པ་སྟེ་དོན་དམ་པའི་
བདེན་པ་ཞེས་ཟེར་བ་ཡིན། དོན་དམ་བདེན་པ་ལ་དབྱེ་ན། སློབ་དཔོན་ཅུ་གྲུ་གྱི་
ཉིས། ཁྲི་བ་བྲགས་པས་མཛད་པའི་དབྱུ་མ་འཇུག་པ་ལས།

བདག་མེད་འདི་ནི་འགྲོ་བ་རྣམ་གྲོལ་གྱིས། །
ཆོས་དང་གང་ཟག་དབྱེ་བས་རྣམ་གཉིས་གསུངས། །
དེ་གྱིར་སྟོན་པས་སྤར་ཡང་འདི་ཉིད་ནི། །
གདུལ་བྱ་རྣམས་ལ་བྱེ་སྟེ་རྣམ་མང་གསུངས། །

སྟོས་དང་བཅས་པར་སྟོང་བ་ཉིད། །
བཙུ་བྱག་བཤད་ནས་མདོར་བསྟུས་ཏེ། །
སྤར་ཡང་བཞིར་བཤད་དེ་དག་ནི། །
ཐེག་ཆེན་དུ་ཡང་བཞེད་པ་ཡིན། །

ཞེས་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་དང་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་གཉིས་དང་། དེ་དག་

ལ་ཡང་རྒྱས་པར་བྱེན་དངོས་པོ་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། དངོས་པོ་མེད་པ་སྟོང་པ་ཉིད་
དང་། རང་བཞིན་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། གཞན་གྱི་དངོས་པོ་སྟོང་པ་ཉིད་དེ་སྟོང་ཉིད་
བཞི་དང་། རང་སྟོང་པ་ཉིད་སོགས་བཅུ་དྲུག་དང་། སྟོང་པ་ཉིད་བཙུ་བརྒྱད་དང་།
སྟོང་པ་ཉིད་ཉི་ཤུ་སོགས་ཡོད། དེ་དག་སྟོང་པ་འདི་དོ་མོ་དང་། དགག་བྱ་གང་གིས་
སྟོང་པ་སོགས་གཅིག་མཚུངས་ཡིན། དགག་བྱས་སྟོང་པ་འདི་སྟོང་གཞི་མི་འདྲ་བ་
ཡོད་པར་བརྟེན། སྟོང་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་དབྱེ་ལ་འང་མི་འདྲ་བ་བཞག་ཡོད།

སྟོང་ཉིད་ཅེས་བརྗོད་སྐབས། གཞི་གཅིག་དོ་མོ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུབ་པ་མེད་པར་
བརྟེན་གཞི་དེའི་སྟོང་དུ་དོ་མོ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུབ་པས་སྟོང་པ་འདི་རང་བཞིན་ཞིག་ཡོད་པ་
དེ་ལ་སྟོང་ཉིད་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། མདོར་ན་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་པ་ནི། ཆོས་ཅན་
དང་མ་འདྲེས་པའི་སྟོང་ཉིད་ཡན་གར་བ་ཞིག་འཛོག་སྟུབ་ཐབས་མེད། སྟོང་པ་ཉིད་
ཀྱིས་སྐྱབ་བྱེད་དེ་ཉིད་ཀྱང་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཡིན་ཞེས་སྐྱབ་བྱེད་བཀོད་པས་
ན། བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་ཆོས་ཤིག་གི་ཐོག་ནས་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་པའི་དོ་མོ་
ཞིག་འཛོག་དགོས་པ་ཡིན། དེས་ན་ཆོས་ཅན་མི་འདྲ་བའི་ཆ་ནས་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་
གངས་མང་པོ་གསུངས་པ་ཡིན། དེའི་ནང་དུ་སྟོང་ཉིད་རང་ཉིད་ཀྱང་ཚུད་ཡོད།
སྟོང་པ་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་གསུངས་སྐབས། སྟོང་ཉིད་རང་ཉིད་ཀྱང་སྟོང་གཞི་
ཆོས་ཅན་ལ་བཞག་ནས་དེའི་བརྟག་དོན་བཙུ་བ་ན་ཉིད་རྒྱ་མེད་པ་ཞིག་དང་། དེ་
བཞིན་ཐར་པ་སྟོང་གཞི་ཆོས་ཅན་ལ་བཞག་ནས། དེའི་སྟེང་གི་ཆོས་ཉིད་འཛོག་པ་
ལྟ་བུ་ཡོང་གི་ཡོད། དེས་ན་སྟོང་ཉིད་ཉི་ཤུའི་ནང་དུ་སྟོང་གཞི་ཆོས་ཅན་དོན་དམ་
བདེན་པ་ཡིན་པ་འགའ་ཞིག་ཡོད་ཚུལ་གསུང་གི་ཡོད།

ཁ། རྒྱུ་ཁམས་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་ནམ་གཞན།

ཀྱན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་བཞི་སྟོང་བའི་ཉིད་མ་ཡིན་པའི་རིམ་སྒྲིབ་པའི་ཆོས་མཐའ་
དག་ལ་ཟེར་བ་ཡིན། དེ་ལ་ཡང་དབྱེ་བ་རྒྱས་པར་བྱེན། བ་སྐྱེ་བརྒྱས་ ། ས་ཡི་ཅ་
ལག་སློབ་དཔོན་དབྱེག་གཉིན། ། མཛད་པའི་ཨ་ཞི་རྣམ་ཀཾ་ ། མཛོན་བ་
མཛོད། ། ལས།

སྤངས་དང་སྐྱེ་སྒྲིབ་རིགས་ཀྱི་དོན།

སྤང་པོ་སྐྱེ་མཆེད་ཁམས་རྣམས་ཡིན།

ཞེས་སྤང་པོ་ལྟ་དང་། སྐྱེ་མཆེད་བརྒྱ་གཉིས། ཁམས་བཙུང་བརྒྱད་སོགས་
ཡོད་ལ། སྤང་པོ་ལྟའི་ནང་གི་དང་པོ་གཟུགས་སྤང་ལ། མིག་དབང་སོགས་ནང་གི་
དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་བ་ལྟ་དང་། ཕྱིའི་གཟུགས་སྐྱེ་རིམ་རྒྱ་བཙས་ལྟ་དང་
བརྒྱ། རྣམ་པར་རིག་བྱེད་མ་ཡིན་པའི་གཟུགས་དང་བརྒྱ་གཉིས་ཀྱི་གཟུགས་ཀྱི་
སྤང་པོ་ཡིན།

གཉིས་པ་ཆོར་བའི་སྤང་པོ་ནི། ཆོར་བ་བདེ་སྤྱད་བཏང་སྟོམས་གསུམ།
གསུམ་པ་འདུ་ཤེས་ཀྱི་སྤང་པོ་ལ་རྟོག་བཙས་དང་རྟོག་མེད་ཀྱི་འདུ་ཤེས་གཉིས།
དེ་རེ་རེ་ལ་འང་ཆུང་དུ་དང་། རྒྱ་ཆེན་པོ་དང་། ཆད་མེད་པ་དང་གསུམ་རེ་ཡོད།
བཞི་པ་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྤང་པོ་ལ། མཆུངས་ལྡན་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྤང་པོ་ནི། ཆོར་བ་
དང་འདུ་ཤེས་མ་གཏོགས་པའི་སེམས་བྱང་ཐམས་ཅད་དང་། མཆུངས་ལྡན་མ་
ཡིན་པའི་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྤང་པོ་ནི་ལྡན་མིན་འདུ་བྱེད་བརྒྱ་བཞི་ལ་སོགས་པ་ཡིན།

ལྟ་བ་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་སྤང་པོ་ནི། མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནས་ཡིད་ཀྱི་

རྣམ་པར་ཤེས་པའི་བར་དུག་ལ་བྱེད། ཅེས་པ་ནི་མངོན་པ་མངོན་དང་། དབྱ་པར་
གྱི་གཞུང་ནས་རྣམ་ཤེས་ཚོགས་དུག་གསུངས་ཡོད། རྣམ་རིག་པས་རྣམ་ཤེས་
ཚོགས་བརྒྱད་དང་། དེ་མིན་སྤྲུགས་གྱི་གཞུང་དང་རྫོགས་ཆེན་གྱི་གཞུང་ལུགས་
བཅས་ནས་རྣམ་ཤེས་ཚོགས་བརྒྱད་ཅེས་གསུངས་པ་རྣམས་ནི་པལ་ཆེར་
སྤྲུགས་སྐྱེམ་མེད་དང་འབྲེལ་བའི་རྣམ་ཤེས་ཚོགས་བརྒྱད་འཛོག་ཚུལ་ཞིག་ཡོད་
པ་དེ་དང་བསྟུན་ནས་གསུང་གི་ཡོད། རྣམ་ཤེས་བརྒྱད་ཅེས་པའི་མིང་ཐོན་ཆད་
སེམས་ཙམ་པའི་གཞུང་ནས་གསུངས་པའི་རྣམ་ཤེས་ཚོགས་བརྒྱད་ལ་ངོས་
འཛིན་ན་གོ་ལོག་ཐེབས་ཉེན་ཡོད། དེ་བཞིན་ཀུན་གཞི་དང་། ཉོན་ཡིད་དག་ཀྱང་
སེམས་ཙམ་པའི་གཞུང་ནས་གསུངས་པ་ལྟར་གྱི་མིང་གི་དག་སྟེབ་སོགས་
མཚུངས་ཀྱང་དོན་ལ་འཛོག་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་ཡོད་པ་རྣམས་ཀྱང་ཤེས་དགོས་པ་
ཞིག་ཡིན།

གཉིས་པ་སྐྱེ་མཆེད་བཅུ་གཉིས་ལ་ནང་གི་སྐྱེ་མཆེད་དུག་ནི། མིག་གི་
དབང་པོ། རྣ་བའི་དབང་པོ། སྒྲིའི་དབང་པོ། ལྷུའི་དབང་པོ། ལུས་ཀྱི་དབང་པོ།
ཡིད་ཀྱི་དབང་པོ་དང་དུག་སྤྱིའི་སྐྱེ་མཆེད་དུག་ནི། གཟུགས་སྐྱེ་བྱེད་རྒྱུ་གྲ་
ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་དང་དུག་ཡིན། མིག་གི་དབང་པོ་དང་མིག་གི་སྐྱེ་མཆེད་དོན་
གཅིག་གཟུགས་སྤང་དང་གཟུགས་གཉིས་དོན་གཅིག་ཀྱང་། གཟུགས་ཀྱི་སྐྱེ་
མཆེད་དང་གཟུགས་གཉིས་དོན་མི་གཅིག་

གཟུགས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་ནི། མིག་ཤེས་ཀྱི་བརྒྱུད་བྱེད་ཁོ་ན་སྟེ་ཁ་དོག་དང་
དབྱེབས་ལྟ་བུ། སྤྱི་དང་སྤྱིའི་སྐྱེ་མཆེད་དང་། རྣ་ཤེས་ཀྱི་མཉན་བྱ་གསུམ་དོན་

གཅིག་ཡིན་ལ། དེ་བཞིན་རྒྱུ་དང་། རྒྱུ་དང་། རེག་བྱ་ལ་ཡང་འདྲ། བྱི་ནང་གི་སྦྱེ་
མཆེད་དང་པོ་ལྟ་ནི་སྦྱེ་མཆེད་གཟུགས་ཅན་པ་ཡིན། སེམས་ཡིད་རྣམ་ཤེས་
གསུམ་དོན་གཅིག་པས་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སོགས་གཙུག་པོ་སེམས་གང་
ཡིན་ཐམས་ཅད་ཡིད་ཀྱི་སྦྱེ་མཆེད་ཡིན། རྣམ་མཁའ་དང་སྟོང་ཉིད་སོགས་འདུས་
མ་བྱས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་ཆོས་ཀྱི་སྦྱེ་མཆེད་ཡིན། སེམས་ཡིད་རྣམ་ཤེས་རྣམས་
སྐབས་རེ་དོན་གཅིག་མིང་གི་རྣམས་གྲངས་སྟུགས་སྟངས་པ་དང་། རེགས་འགའ་
ཞིག་ཏུ་སྐྱད་ཅིག་ལྟ་བུ་ཕྱི་ལོ་ཐོག་ནས་སེམས་སྤྲ་རགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་གསུངས་པ་
དང་། ཡང་སྟགས་ཀྱི་གཞུང་ནས་སེམས་ཡིད་རྣམ་ཤེས་ཞེས་ངོ་བོ་མི་འདྲ་བར་
བཞག་པ་སོགས་ཀྱང་ཡོད།

ཁམས་བཙུག་ནི་མིག་སོགས་རྟེན་དབང་པོའི་ཁམས་བྱུག་མིག་གི་
རྣམ་པར་ཤེས་པ་སོགས་བརྟེན་པ་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་བྱུག་གཟུགས་སྤྱི་
སོགས་དམིགས་པ་ལྟུང་གི་ཁམས་བྱུག་དང་བཙུག་ཡོད། མདོར་ན། འདུས་
བྱས་ཐམས་ཅད་སྤང་པོ་ལྟ་བུ་འདུས། ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་སྦྱེ་མཆེད་བཅུ་
གཉིས་ཀྱི་ནང་དུ་འདུ་ཤིང་། ཁམས་བཙུག་ཀྱི་ནང་དུ་ཡང་འདུ་བས་བདེན་
གཉིས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྦྱེ་མཆེད་བཅུ་གཉིས་དང་ཁམས་བཙུག་ཀྱི་ནང་
དུ་འདུ། ཁམས་ཀྱི་དབྱེ་བ་རྒྱས་པར་བྱེན་བྱུག་ཅུ་རེ་གཉིས་སོགས་ཡོད། མདོར་
ན་དེ་དག་གི་ངོ་བོ་དང་། བྱེད་ལས། དབྱེ་བ་དང་། སྤང་བྱ་ཡིན་མིན་སོགས་ཀྱི་
ཁྱད་པར་རྣམས་ཤེས་པར་བྱ་དགོས་པས་དེ་ལྟ་བུའི་མཁས་བྱའི་དངོས་པོ་བྱུག་
ལ་མཁས་པར་བྱས་ནས་སྤང་དོར་གྱི་གནས་རྣམས་ཤེས་པར་བྱས་ཏེ་སྟུག་

བསྐྱེལ་ཐམས་ཅད་ལས་གཏན་དུ་བྲལ་བའི་ཐར་བའི་བདེ་བ་ཐོབ་པར་བྱེད་
དགོས།

ལྷ་མོ་དབྱངས་ཅན་མ་རང་གི་ཞིང་ཁམས་སུ་རྒྱལ་མོ་བཞིན་བཞུགས་པ་ལྷ་བྱ་
ཞིག་མིན་ལ། དེ་བཞིན་རྗེ་བཙུན་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ཀྱང་རང་གི་མོ་བྱང་དུ་
བཞུགས་འཇགས་གནང་བཞིན་པ་ཞིག་ཀྱང་མིན། སྤར་བོད་དུ་སྐྱེ་མ་ཞིག་གིས་
བཀའ་ཆོས་གནང་སྐབས། སློབ་མ་ཞིག་གིས་ར་ཆོས་ཏ་ཅང་ཙ་ཆེན་དུ་བཅི་བའི་
སངས་རྒྱས་ཞེས་པ་དེ་གང་དུ་ཡོད་ཅེས་བྲིས་པར། སྐྱེ་མ་དེ་ཉིད་དཔེ་ཆ་དེ་ཅུ་
མི་ཤེས་མཁན་ཞིག་ཡིན་སྐབས། ཅུང་ཟད་བསམ་སློབ་བཏང་རྗེས། མཚུབ་མོ་
གནམ་ལ་བཙུགས་ནས། སངས་རྒྱས་ཞེས་པ་དེ་མི་མངོན་ནམ་མཁའ་དབྱིངས་
ཤིག་ན། ཤེལ་གྱི་ཁང་བའི་ནང་འོད་འཆར་བཞིན་བཞུགས་ཡོད་ཅེས་བརྗོད་པའི་
ལོ་རྒྱུས་ཡོད།

དེ་བཞིན་ར་ཆོ་པལ་མོ་ཆེས་ཡི་དམ་དང་། ལྷག་པའི་ལྷ་སོགས་ནི་རང་རང་
ལ་རྒྱལ་ཁམས་རེ་རེ་ཡོད་པ་དང་། གྲུ་ལུའི་ཁུལ་སོགས་སུ་ལྷ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་
དེ་ལྷ་བྱ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་ན་ཙ་ཙ་ནས་ནོར་ཡོད། འཇིགས་བྱེད་གྱི་བདག་
བསྐྱེད་ལས།

འཇམ་དཔལ་མཁའ་ལས་བྱུང་བའི་གསེར་མདོག་ཅན། །

འཇམ་དཔལ་ཐུགས་ལ་ཆོས་ཀྱན་རང་བཞིན་གསལ། །

འཇམ་དཔལ་གསུང་གི་དབང་ཐུག་འཇམ་དཔལ་དབྱངས། །

འཇམ་དཔལ་བདག་ནི་རེ་བའི་སེམས་གྱིས་འདུད། །

ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་དང་། དེ་བཞིན་དུ།

གཉིས་མེད་བྱ་མོང་མ་ཡིན་ཁྲབ་པའི་སྒྲ།
ཀྱན་ལ་སྟོམས་མཛད་རྒྱལ་བ་ཀྱན་གྱི་ཡབ།
ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་བྱུར་རྒྱལ་བ་ཀྱན་གྱི་ཡུམ།
ཡེ་ཤེས་སེམས་དབལ་རྒྱལ་བ་ཀྱན་གྱི་སྲས།

ཞེས་གསུངས་ཡོད། མདོར་ན། ལྷ་དེ་དག་སྒྲགས་ཀྱི་གཞུང་ནས་ཐོན་ཞིང་།
སྒྲགས་ཀྱི་གཞུང་ནས་འབྲས་བྱ་ལམ་བྱེད་གསུང་གི་ཡོད། འབྲས་བྱ་ལམ་བྱེད་
བྱེད་ལུགས་ཀྱང་ཆགས་སྤང་ལམ་བྱེད་གསུངས་ཏེ། ཆགས་སྤང་ལམ་བྱེད་སྐབས་
དེ་དང་རྗེས་སུ་མ་བྱུན་པར་ལྷ་སྐྱའི་རྣམ་པའམ་ལྷ་སྐྱའི་གཟུགས་བརྟན་ཞིག་སྟོན་
དགོས་པ་ལས། དགེ་སྦྱོང་གི་རྣམ་ཐོན་ཞིག་བསྟོན་པ་ཏེ་ཁྲིམ་པ་དང་། ཆགས་པ་
ལྷ་བྱ་ནི་སྦྱོར་བའི་པོ་གཏན་ནས་མེད། དེས་ན་སྟོན་པ་པོ་རང་རང་གི་ཁམས་མོས་
དང་མ་བྱུན་པའི་གཟུགས་སྐྱེ་འབད་མེད་སྐྱོན་བྱུང་ཏུ་ཤར་བ་དང་། སངས་རྒྱས་
བཙུན་ལྷན་འདས་སྐྱེ་བཞིའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཏུ་གདུལ་བྱའི་སྤང་ཐོར་ཁམས་མོས་
དང་འཆོམ་པའི་སྤང་བ་ཤར་བ་ཞིག་ཡིན།

དེས་ན་གཟུགས་སྐྱེ་གཞན་རྒྱུད་ཀྱིས་འདུས་པ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་པ་དེ་ལ་
ཡང་བསམ་སྟོན་གཏོང་ས་ཞིག་ཡོད། དེས་ན་བྱེད་རང་གི་བསམ་ཚུལ་ནི། སངས་
རྒྱས་པའི་ལྷ་མོ་དབྱངས་ཅན་མ་ལྷ་བྱ་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ནང་ཏུ་ཡོད་པ་ཞིག་
ཆགས་ཡོང་བས་ན། དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་གཙོ་བོས་བྱང་ཁམས་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་རྣམ་
པར་ཤར་བ་ཞིག་སྟོན་པ་པོ་རང་ཉིད་ལ་ལྷ་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་གི་རྣམ་པ་ཤར་ནས།
དེ་ལྟར་ཤར་བ་ལྟར་བསྟོན་པ་པོ་རང་ཉིད་ལ་མན་ཐོགས་ཡོད་པ་ཞིག་

ཡིན་པ་ལས། ལྷ་ཟུར་དུ་ཡོད་པ་ཞིག་དེ་ཉིད་ཐུ་སྟེགས་པས་གསོལ་བ་དང་།
ནང་པས་ཀྱང་གསོལ་བ་ལྟ་བུའི་ཐུན་མོང་བ་དེ་རིགས་ཡོད་ས་རེད།

དེ་བཞིན་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་པ་ཞིག་གིས་ཡེ་ཤུའི་སྟོན་པར་ཆ་
མཆོན་ནའང་། ཐ་མལ་པ་ཞིག་རེད་ཅེས་པལ་ཆེར་བརྗོད་མི་ཐུབ་པ་ཡིན། ཁོང་
གིས་ནང་ཆོས་གསུང་གི་མེད་ཀྱང་། གང་ཟག་དེ་ལྟ་བུ་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་
ཀྱི་སྒྲུལ་པའི་རོལ་གང་ཡིན་པ་ལྟ་བུ་པལ་ཆེར་བརྗོད་ཐུབ་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་ལྟར་
མིན་ན་སོ་སྐྱེ་ཐ་མལ་པ་ཞིག་གིས་ལོ་རྒྱུད་སྟོང་ལྷག་མང་པོའི་རིང་ལ་མི་འབོར་ས་
ལ་མང་པོར་པན་ཐོགས་འདི་ལྟར་ཡོང་ཐུབ་པ་ཏ་ཅང་ཁག་པོ་ཡིན། དེ་ནི་བསོད་
ནམས་དང་སྟོན་ལམ་གྱི་མཐུ་ཏ་ཅང་ཆེན་པོ་ཞིག་གིས་ཡིན་པ་ལས། དེ་ལྟར་
མེད་ན་ཏ་ཅང་ཁག་པོ་ཡིན། དེས་ན་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྒྲུལ་པ་ལྟ་བུ་
ཡོང་སྟེན་པ་ཏན་ཏན་རེད། དེས་ན་ལྷ་སྐྱེ་འབྲུ་མིན་མང་པོ་ཞིག་ཡོང་བའི་རྒྱ་མཆོན་
འདི་ལྟར་ཡིན་སྟེ།

ཁ། བསའ་གསོལ་ལྟ་བུ་བན་བོན་གྱི་ལྷགས་གང་ཡིན།

བཀའ་ལན། བོད་ཀྱི་ལག་ལེན་ཐོག་དར་བྱུང་ཆེ་བའི་བསང་གཏོང་བ་དང་། ཞལ་འདོན་བཏོན་པ།
གཏོར་མ་འཕེན་པ། དར་ལྗོག་འཇུགས་པ་སོགས་བོན་པོའི་ལྷགས་དང་ནང་བའི་
ལྷགས་གང་ཞིག་ཡིན་ནམ།

བཀའ་ལན། བོད་དུ་ནང་ཆོས་དར་རྒྱས་བོད་དུ་སྤར་ཡོད་ཞང་ཞུང་བོན་ལྷགས་ཀྱི་
རི་མཐོ་སོགས་སུ་བསང་གཏོང་བ་དང་། དར་ལྗོག་འཇུགས་པ། ལྷ་

གཡང་འགྲུག་པ། གཡང་སྐྱབ་བྱེད་པ་སོགས་ནི་པལ་ཆེར་བོན་པོའི་
གཞུང་ནས་ཚུར་བྲངས་པ་ཞིག་ཡིན། བོན་ལ་ཐེག་པ་རིམ་པ་མང་དུ་
ཡོད་པ་ལས། དེའི་ནང་དུ་གཏོ་བྱ་རྒྱ་སོགས་མང་པོ་ཞིག་ཡོད། དེ་ནི་
ང་ཆོས་སེམས་ཅན་ལ་འབྲལ་སེལ་ཞི་སོགས་ཀྱི་ལས་སྐྱབ་པར་པན་
ཐོགས་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་སྟབས། དེ་དག་བོན་པོའི་གཞུང་དུ་ཡོད་པ་
ལྟར་མཉམ་དུ་ལག་ལེན་བསྟར་བ་ཞིག་མིན་ནམ་སྟུན།

དེ་མིན་བཀའ་འགྲུར་དང་བསྟན་འགྲུར་ལ་མཆོན་ན། བྱ་རྒྱུད་ཀྱི་ནང་དུ་
ནོར་ལྷ་ཡོད་པ་ལས་གཡང་སྐྱབ་ཀྱི་ཆོ་ག་རྒྱས་པོ་དང་། ཉམ་རྒྱན་གཡང་སྐྱབ་
སྐབས་ལག་ཏུ་མདའ་དར་འབྱེར་བ་དང་། ལུག་གི་ལག་པས་བསྐྱོར་བ་བྱེད་པ་
ལྟ་བུ་ནི་ང་ཆོ་བོད་ཀྱི་གནའ་རབས་ཀྱི་ལུགས་སློལ་ཡིན་པ་ལས། ནང་པའི་གཞུང་
ལུགས་ཁག་ཏུ་པལ་ཆེར་མེད།

ག། ཞལ་འདོན་གང་ཞིག་བྱས་ན་དགེ་མཆོན་ཆེ་མིན།

བཀའ་འདྲི། སློབ་སྤྲུག་རྣམས་ནས་རྒྱན་གྱི་ཞལ་འདོན་ཅུ་མིན་པར། ཕྱི་རོ་ཉལ་ཁར་འདོན་
རྒྱུར་ཞལ་འདོན་བྱུང་དུའི་རིགས་གང་ཞིག་ལེགས་པ་ཡོད་མེད་བཀའ་སློབ་ལམ་
སྟོན་ཞིག་གནང་རོགས།

བཀའ་ལན། འདོན་པ་ལ་སྟབས་འདོན་པ་ལྟ་བུ་བྱས་ན། ལུ་སྟེགས་པའི་ཆོས་པ་
རྣམས་ལ་མཆོན་ན་ལེགས་སྐྱར་སྐྱད་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཏ་ཅང་མང་པོ་
ཞིག་འདོན་རྒྱ་ཡོད།

དོན་གྱི་ཀླད་པོ་ཆེག་གི་འཁར་བ་ལ། །

བརྟེན་ཕྱིར།

ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་ཁ་ནས་ཆེག་འདོན་མིན་རྗེ་ལྟར་ཡང་། ནང་དོན་
ཡིད་ལ་བློ་དགོས་ཤིང་། རོས་རང་ལ་ཆ་མཆོན་ན། ཞོགས་པ་གཉིད་བསད་ས་
ཐག་ཏུ།

གང་གི་སྤྱགས་བརྟེན་ཉེར་བཟུང་ནས། །

ལྟ་བ་ཐམས་ཅད་སྤངས་པའི་ཕྱིར། །

དམ་པའི་ཆོས་ནི་སྟོན་མཛད་པ། །

གོ་ཉམ་དེ་ལ་བྱུག་འཆལ་ལོ། །

ཞེས་པའི་ཆེགས་སུ་བཅད་པ་འདི་ཉིད་ཡིད་ལ་བློ་བ་ལྟར་ངག་ནས་ཀྱང་
འདོན་བཞིན་ཡོད། དེ་དང་ཆབས་ཅིག

གང་གི་སྤྱགས་བརྟེན་ཉེར་བཟུང་ནས། །

ཞེས་བ་ལྟར། སྤྱགས་རྗེ་ཆེན་པོས་རྩ་བ་བྱས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་
ཐོག་ལ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་བ་དང་།

ལྟ་བ་ཐམས་ཅད་སྤངས་པའི་ཕྱིར། །

དམ་པའི་ཆོས་ནི་སྟོན་མཛད་པའི། །

ཞེས་བ་ལྟར། ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་ལྟ་བ་སྟོང་བ་དང་། ཆེགས་བཅད་འདིས་

གཙོ་བོ་རྟེན་འབྲུང་གི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བསྟན་པ་ལྟར་ཡིད་ལ་བྱས་པ་སོགས་
བསམ་སྒྲོལ་པའི་ལྟར་གཏོང་བཞིན་ཡོད། ཆོག་པ་བཅད་པའི་ཉིད་ཀྱི་ནུས་པ་འདོན་
སྤྲེལ་གོང་ཞུས་ལྟར་དོན་དག་རྣམས་ཀྱང་སྒྲོ་ཁོར་ཤར་བ་ཞིག་གྱེད་དགོས།

གང་གིས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྲུང་། །

འགག་པ་མེད་པ་སྐྱེ་མེད་པ། །

ཆད་པ་མེད་པ་རྟག་མེད་པ། །

འོང་བ་མེད་པ་འགྲོ་མེད་པ། །

ཐ་དད་དོན་མིན་དོན་གཅིག་མིན། །

སྒྲོས་པ་ཉིད་ཞི་ཞི་བསྟན་པ། །

རྩོགས་པའི་སངས་རྒྱས་སྤྲེལ་སྤྲེལ་གྱི། །

དམ་པ་དེ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །

ཞེས་པའི་ཆོག་བཅད་རྣམས་བཏོན་ནས་སངས་རྒྱས་བཙུགས་པའི་ལྟར་
གིས་རྟེན་འབྲུང་གི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རང་དབང་གི་སྒྲོ་ནས་འདོམས་པར་མཛད་པ་དང་།
རྟེན་འབྲུང་ཞེས་པ་གང་ཞིག་ཡིན་པ་རྣམས་བསམ་སྒྲོལ་པའི་ལྟར་གྱེད་
དགོས། ཞལ་འདོན་འདོན་མཁན་གྱི་ང་ཞེས་པ་དེ་བཞིན་ནས་བཏགས་པ་ཙམ་
ལས། སྒྲོ་ལ་འཆར་བ་ལྟར་སྤང་པོར་དབང་སྤྱུང་མཁན་གྱི་སྤང་པོ་ལས་དོན་གཞན་
པའི་བདག་མེད་པ་མ་ཟད། སྤང་པོའི་གསེབ་ནས་སྤང་པོར་དབང་སྤྱུང་མཁན་གྱི་
མཆན་གཞིའི་བདག་ཀྱང་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པ་རྣམས་སྒྲོ་ཁོར་ཤར་བ་བྱས་ནས་

བསམ་སྒོ་གཏོང་དགོས་པ་ཡིན།

དགོང་མོ་ཉལ་ཁར་ཡང་ལྔ་ལྔ་བསམ་སྒོ་བཏང་བ་རྣམས་ལ་བྲན་གསོ་བྱེད་
པ་དང་། དེ་རིང་གི་ཉི་མ་འདི་ཉིད་རང་ཉིད་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་བཙུག་ལྡན་འདས་ཀྱི་
དགོངས་པ་དང་མ་ཐུན་པ་བྱས་ཡོད་མེད་དང་། སངས་རྒྱས་བཙུག་ལྡན་འདས་
ཀྱིས་གསུངས་པའི་ལྟ་སྟོན་གཉིས་ལས་ལྟ་བུ་ཉེན་འབྱུང་དང་། སྟོན་པ་འཆེ་བ་
མེད་པ་གཉིས་གསུངས་པ་དང་མ་ཐུན་པར་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཉིན་མ་དེ་བསྐྱེད་ཡོད་
མེད་ཀྱི་ཐོག་ལ་བསམ་སྒོ་བཏང་ན། འདོན་པ་ངེས་པར་དུ་འདོན་དགོས་དོན་མེད།

༨༽ རང་གཅེས་འཛིན་གྱི་རྒྱ་རྒྱུན་དང་སེལ་ཐབས།

བཀའ་ཤི། རང་གཅེས་འཛིན་ཞེས་པ་རྒྱ་རྒྱུན་གང་གི་ཐོག་ནས་ཡོང་བ་དང་། དེ་རི་ལྟར་བྱས་ཏེ་
སེལ་དགོས་སམ།

བཀའ་ལན། རང་གཅེས་འཛིན་ཡོང་བ་ནི་གཞིའམ་རྒྱུན་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཡོང་
བཞིན་ཡོད། བདག་ཏུ་འཛིན་པའི་སྒོས་གཞི་རྩ་བྱས་ནས་རང་གཅེས་
པར་འཛིན་པའི་གཅེས་འཛིན་ཡོང་བ་གཅིག་ཡོད། དེ་ནི་བདག་མེད་
པའི་སྣང་ཉིད་མཐོང་བ་དང་། བདག་མེད་པའི་སྣང་ཉིད་ལ་གོ་བ་
ཆགས་ནས་སྣང་ཉིད་ལ་བསམ་བྱུང་གི་ངེས་པ་གང་འཆཛིན་བྱུང་ན།
དེ་ལྟ་བུའི་བདག་ཏུ་འཛིན་པས་གཞི་རྩ་བྱས་པའི་གཅེས་འཛིན་དེ་
ཤུགས་རྒྱུང་དུ་འགྲོ་བ་ཡིན།

འོན་ཀྱང་སྒོ་ཤུགས་མེད་པར་ནམ་མཁའ་མཐོའི་མཐོ་གཏུགས་པའི་སེམས་

ཅན་ཞེས་བརྗོད་སྐབས་སྒོ་འོང་མ་གཤོང་བར་རང་ཉིད་གཅིག་ལ་ཐར་བ་དང་
ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་ན་སྐྱམ་པའི་བསམ་སྒོ་འཁོར་བ་ཞིག་ཡོང་
བ་ཡིན། བདེན་འཛིན་ལ་བརྟེན་པ་མིན་པ་དང་། བདེན་འཛིན་དང་མ་འདྲེས་པ་དེ་
རིགས་ཡོང་བ་ཡིན། དེ་ནི་ཉན་རང་དག་བཙུམ་པའི་རྒྱུད་ལའང་དེ་ལྟའི་སྒོ་གྱ་
དོག་པོས་རང་ཉིད་ཁོ་ནར་བསམ་སྒོ་གཏོང་བའི་རང་གཅེས་འཛིན་གྱི་སྒོ་ཞིག་
ཡོང་ཆོག་པ་ཡིན།

དེས་ན་རང་གཅེས་ལ་ཉོན་མོངས་ཅན་ཡིན་མིན་གཉིས་བཞག་ཆོག་པ་
ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་རང་གཅེས་འཛིན་ནི་བདག་མེད་བསྐྱེམས་ནས་སེལ་རྒྱ་ཞིག་
སལ་ཆེར་མེད། དེ་ནི་གཞན་གཅེས་འཛིན་གྱི་སྒོ་སྤངས་ནས་འགྲོ་དགོས་པ་དང་།
གལ་གནད་ཆེ་གོས་ནི་སྤྲོད་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བུས་རྟོགས་བྱེད་ལུགས་ནི་དེ་མ་ཟད་རྒྱང་
ཡིན་པ་དང་། ལྷག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཙ་བ་ཉོན་མོངས་ཀྱིས་བྱེད་པ། ཉོན་མོངས་ཀྱི་ཙ་བ་
དེ་ཡང་གཉི་ལྷག་བདེན་འཛིན་གྱིས་བྱེད་པ། གཉི་ལྷག་བདེན་འཛིན་ལ་གཉེན་པོ་
སྟོབས་ལྡན་སྤྲོད་ཉིད་ཉོགས་པའི་ལྟ་བ་ཡིན་པ་ནམས་བསམ་སྒོར་འཁོར་སྐབས་
གཉི་ལྷག་བདེན་འཛིན་དེ་ཉིད་རྒྱས་པ་ཇི་ཙམ་ཆེ་ཡང་། དེ་ལ་གཉེན་པོ་སྟོབས་
ལྡན་ཡོད་པ་དང་། སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ལ་ཞུགས་མེད་པ་སོགས་བསམ་སྒོར་
འཁོར་ན་རང་གིས་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་དོན་དུ་གཉེར་བའི་སྒོ་སྟེ་བ་དང་། གཞན་ནམས་
ཀྱང་བྱང་ཆུབ་ལ་འགོད་འདོད་ཀྱི་སྒོ་སྟེ་བ་ཞིག་ཡོང་རྒྱ་ཡོད་པར་གསུངས་ཡོད།

ང་ཆོས་བསམ་སྒོ་ཞིག་བཏང་ནའང་། སྤྲོད་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བུས་ཐོགས་བྱས་
ནས་གཙོ་བོ་སྟོབ་འདོད་ཀྱི་སྤྲོད་ཇི་སྟེ་བ་དང་། བྱང་ཆུབ་དོན་གཉེར་གྱི་སྒོ་ཡང་

དེའི་ཐོག་ནས་ཡོང་བ། གཞན་རྣམས་བྱང་ཆུབ་ལ་འགོད་འདོད་ཀྱི་སྒོ་ཡང་དེའི་
ཐོག་ནས་ཡོང་བ་བཅས་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བུ་རོགས་བྱེད་ལུགས་འདི་ལྟར་ཡིན།

དེས་ན་རང་གཅེས་འཛིན་གྱི་གཉེན་པོ་བསྟེན་སྐྱེའི་གཙོ་བོ་ནི། གཞན་
གཅེས་འཛིན་ལ་བསམ་སྒོ་གཏོང་སྐྱེ་དེ་ཡིན། དེ་ཡང་རང་གཅེས་འཛིན་གྱི་སྒྲིན་
དང་། གཞན་གཅེས་འཛིན་གྱི་ཡོན་ཏན་ལ་བསམ་སྒོ་བཏང་བ་སྟེ། གཅེས་འཛིན་
གཉིས་ཀྱི་སྒྲིན་དང་ཡོན་ཏན་མཐོང་བའི་ཐོག་ནས་རང་ཉིད་ཁེ་འདོད་བ་ཡིན་
སྟབས། གཞན་གཅེས་འཛིན་བསམ་སྒོ་བཏང་ན་རང་ཉིད་ལ་ཁེ་ཡོང་བ་དང་།
རང་ལ་གྲོང་མི་འདོད་བར་བརྟེན་གཞན་གཅེས་འཛིན་གྱིས་རང་ཉིད་ལ་ཁེ་དང་།
རང་གཅེས་འཛིན་གྱིས་རང་ལ་གྲོང་རག་གི་ཡོད། ཁེ་གྲོང་དེ་དག་ལ་བསམ་སྒོ་
ཞིབ་སྒྲ་བཏང་ནས་འགྲོ་དགོས་བ་ཡིན།

ཅ ། ཆོས་སྲིད་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་གོ་དོན་དང་དགེ་སྦྱོན།

བཀའ་འདྲི། དེང་སྐབས་བོད་ནང་ཆོས་སྲིད་ཟུང་འབྲེལ་ཐོག་ཚོད་སྒྲིང་ཅུང་ཟད་ཡོང་བཞིན་བར་
བརྟེན་ལ་གོང་ས་པ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ནས་ཆོས་སྲིད་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་གོ་
དོན་དང་། དེའི་དགེ་སྦྱོན་ཐོག་ལས་སྟོན་གྱི་བཀའ་སློབ་ཅིག་གནང་རོགས་ཞུ།
བཀའ་ལན། ཆོས་སྲིད་ཟུང་འབྲེལ་ལ་གོ་བ་གཉིས་ཡོད། ལྷན་སྐྱེས་པས་མོ་ཆེས་
ཆོས་སྲིད་ཟུང་འབྲེལ་ཞེས་བ་ནི། སྐྱེ་མ་གཅིག་གིས་ཆབ་སྲིད་
ལུགས་འགན་འཁུར་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན། དེ་ལ་བསམ་སྒོ་བཏང་ན།
དགའ་ལྡན་པོ་བྱང་ངམ་ལ་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེས་ལུགས་གཉིས་ཀྱི་

འགན་འཁེར་བ་དེའི་མཐུག་རྫོགས་ཟིན་པ་མ་ཟད། ཕྱིན་ཆད་ཀྱང་
ཡོང་ཐབས་མེད། དེས་ན་ཆོས་སྤྱད་ཟུང་འབྲེལ་ཞེས་བ་དེ་མེད་པ་
ཆགས་ཟིན་པ་རེད།

ཡང་ཆོས་སྤྱད་ཟུང་འབྲེལ་ཞེས་པའི་གོ་བ་གཞན་ཞིག་ནི། ཆབ་སྤྱད་ཀྱི་
པོ་རང་ཉིད་ཀྱི་སེམས་ནང་ཡ་རབས་སྤྱོད་བཟང་དང་། བྱང་བདེན་སོགས་ཆོས་
མཐུན་གྱི་བསམ་སྒྲོ་དང་ཀུན་སྤྱོད་ཡོད་པ་ཞིག་ལ་བསམ་སྒྲོ་བཏང་ན། ཆོས་སྤྱད་
ཟུང་འབྲེལ་ཞེས་བ་དེ་དུས་ནས་དུ་ཡང་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན། འཛམ་གླིང་འདིའི་
ཐོག་གི་ཆབ་སྤྱད་པ་སྐྱུག་རྒྱུ་ཤོད་མཁན་དང་། གཞན་བདེ་ཁ་ལ་འཁེར་ནས་
རང་བདེ་ཁོ་ན་སྐྱབ་མཁན་དེ་དག་ལ་ཡ་རབས་ཀྱི་བསམ་སྒྲོ་མེད་ལ། བྱང་བདེན་
དེ་བས་མི་བྱེད་སྐབས་འཛམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་གི་འགན་འཁུར་མཁན་གྱིས་མི་
མང་ཕྱང་ལ་སྤྱོད་བ་དེ་ཆོས་ཕྱོགས་ཀྱི་ཡ་རབས་བསམ་སྒྲོ་མེད་པའི་སྤྱོད་གྱིས་
ཡིན། དེའི་ཆ་ནས་བསམ་སྒྲོ་བཏང་ན་ཆོས་སྤྱད་ཟུང་འབྲེལ་ངེས་པར་དུ་དགོས་
པ་ཡིན།

ལྷག་པར་དུ་བོད་ལ་ཆ་མཆོན་ན། ང་ཆོ་ལོ་ངོ་སྤྱོད་ལྷག་གཅིག་ལྷག་ཙམ་
རིང་བོད་སིལ་བྱུང་བྱུར་རྗེས་ཆབ་སྤྱད་ཀྱི་ལུས་པ་ཉམས་ཟིན་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་
བོད་མི་རིགས་ཀྱི་ལྷ་བ་དང་ལར་ཞེན་སྤེབས་པའི་ཅ་བ་ནི་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་ལ་
ཐུག་ཡོད། དེས་ན་ཆབ་སྤྱད་ཀྱི་ཐོག་ནས་བཤད་ན། རོས་རང་སྐྱེས་ཡུལ་གྱི་ཨ་
མ་དོར་ཆ་མཆོན་ན་རྒྱ་སྤེ་བྱས་ནས་གནས་ཡོད་ལ། དེ་བཞིན་ཁམས་ཁུལ་གྱི་རྒྱ་
སྤེའི་ས་ཆ་ནམས་རྒྱ་མའི་ཆབ་སྤྱད་ཀྱི་འཛིན་སྐྱོང་འོག་དུ་གནས་ཡོད་པ་ལས།

བོད་གཞུང་དགའ་ལྷན་པོ་བྲང་གི་འོག་ཏུ་བསྐྱད་མེད། འོན་ཀྱང་བོད་མི་རིགས་
ཀྱི་ལྷ་གྲུབ་དང་། བོད་མི་རིགས་ཀྱི་ལར་ཞེན་བཅས་ལ་མཆོན་ནའང་། སྲར་རྒྱ་སྤེ་
ཡིན་པའི་མདོ་སྟོང་སྤྲད་ཀྱི་ས་ཆར་གནས་པ་རྣམས་དེར་སྐྱབས་མི་རིགས་ཀྱི་ལྷ་
གྲུབ་དང་། མི་རིགས་ཀྱི་ལར་ཞེན་ཏེ་ལས་པ་ཞིག་ཡོད། དེ་དག་གང་ལས་བྱུང་
ཞེ་ན། དགའ་ལྷན་པོ་བྲང་བཀའ་བློན་ཆེན་པོ་ཡིན་པའི་དབང་གིས་བྱེད་ཀྱི་མེད།

མདོར་ན། བོད་མི་རིགས་ཀྱི་ཆོས་དང་རིག་གཞུང་གི་ཐོག་ནས་འཛིན་ཀྱི་
ཡོད། དེ་ནི་ར་ཆོའི་མི་རིགས་ཀྱི་འཐབ་ཚོད་བྱེད་པ་ལའང་གལ་གནད་ཆེན་པོ་
ཆགས་ཡོད། མི་རིགས་སྤྱི་དང་མི་སྐྱེར་པ་རང་ཉིད་ལའང་ཁེ་ཕན་ཐོབ་ཀྱི་ཡོད།
དེ་ལྟར་ཆོས་སྲིད་བྱུང་འབྲེལ་ལ་གོ་བ་གཉིས་ཡོད་ལ། རོས་ནས་བྱི་རྒྱལ་ཁག་ཏུ་
རྟག་ཏུ་བརྗོད་ཐུས་ལྟར། ཆོས་ཀྱི་ལྟེ་གནས་དང་། སྲིད་ཀྱི་ལྟེ་གནས་གཉིས་རེས་
པར་དུ་ཐ་དད་བཅོ་དགོས་ཞེས་རྟག་ཏུ་བརྗོད་ཐུས་ཡིན། སྐྱེར་པའི་ཐོག་ནས་
བཅིས་ན་ཆོས་སྲིད་བྱུང་འབྲེལ་དགོས་པ་དང་། སྤྱིག་འཇུགས་ཀྱི་ཆ་ནས་ཆོས་
སྲིད་གཉིས་ཐ་དད་དུ་དགོས་པ་ཡིན། རོས་ནས་དགོངས་པ་ཁྱུ་དགོས་པའི་རྒྱ་
མཆན་གཙོ་བོ་འདིར་བྱུག་ཡོད། ཆོས་ཕྱོགས་ཀྱི་མིས་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་འགན་འཁུར་
བ་ནི་དུས་ཚོད་ཡོལ་བེན་པ་ཞིག་ཡིན། སྲར་དེའི་ཆེ་དེའི་དུས་པན་ཐོགས་ཡོང་
གི་ཡོད་ཤས་ཆེ། འོན་ཀྱང་ད་ལྟ་དུས་ཚོད་གསར་པ་ཞིག་ཏུ་སྐྱེབས་སྐྱབས་སྲར་
ཀྱི་དུས་ཚོད་དང་འགོ་ལུགས་རྣམས་འདས་བེན་པ་ཡིན།

ཆ། དཔལ་ཟུང་སྤྱད་ཏེ་དཀར་ཟས་བསྟེན་དགོས།

བཀའ་ལན། རྒྱ་གར་དུ་གནས་སྟོན་པོད་མིའི་ཁྱོད་དཔལ་ཟུང་བསྟེན་མཁན་རྗེ་མང་དུ་འགྲོ་
བཞིན་པའི་མཐོང་ཚུལ་ཞིག་ཡོང་གི་འདུག་པས། དེའི་ཐད་ཡགོང་ས་མཆོག་ནས་
ལས་སྟོན་བཀའ་སློབ་ཅིག་གནང་རོགས་ཞུ།

བཀའ་ལན། ང་ཆོས་ངེས་པར་དཀར་ཟས་ལ་དོ་སྤངས་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་དང་།
དཀར་སྟོང་བྱེད་མཁན་མང་དུ་གཏོང་ཐབས་བྱ་རྒྱུ་ནི་ཉ་ཅང་གལ་
འགངས་ཆེན་པོ་རེད། སྤར་བོད་གཞུང་གི་མཛད་སྟོལ་ཁག་ཏུ་གསལ་
སྟོན་གཏོང་སྐབས་ཤིང་འབའ་ཞིག་ཡིན། དེ་ནི་ངོས་རང་ལོ་བརྩ་
གསུམ་བརྩ་བཞིའི་སྐབས་མེད་པར་བཞོས་པ་ཡིན། གཞུང་གི་མཛད་
སྟོལ་སྟོན་མོ་ཡོངས་རྫོགས་དཀར་ཟས་བཞོས་ཡོད། རྒྱ་གར་དུ་
སླེབས་རྗེས་ཀྱང་ཐོག་མར་བྱེ་ལོ་ ༡༩༤༥ ལོ་ནས་ཁྲ་འཁྱིལ་ལུ་ཅམ་
རིང་ངོས་རང་ཤིང་སྤངས་ནས་དཀར་ཟས་བསྟེན་པ་ཡིན། དེ་རྗེས་
མཁྱིས་ནད་གྱིས་མནར་ཏེ་གཟུགས་པོ་དང་། མིག་མཚུ་བ་མེད་སེན་
མོ་དང་བཅས་པ་ཡོངས་རྫོགས་སེར་པོར་གྱུར་སྐབས། བོད་ལྷགས་
དང་བྱེ་ལུགས་ཀྱི་སྟོན་པ་གཉིས་ཀས་དེ་སྟེའི་དཔལ་ཟུང་རང་
འཇགས་བྱས་ལ་ལེགས་ཚུལ་བརྟེན་གྱི་འདུག།

དེ་ལྟར་རང་གི་ངོས་ནས་བདུན་ལྷག་གཅིག་ནང་ཐེངས་རེ་གཉིས་དཔལ་
ཟས་དང་། དེ་ཡང་དམིགས་ཤིང་ཞུས་པ་གཞུང་ལྷགས་ཁག་ནས་ཉེས་དམིགས་ཆེ་
བར་གསུངས་པ་དང་། བོད་མིའི་ལྷགས་སྟོལ་ལའང་མེད་སྟབས་མཐོང་ཐོས་

དོགས་གསུམ་གྱི་ཤ་སྤང་རྒྱ་ཡག་པོ་ཞིག་འདུག་པས་ངོས་ནས་དེ་ལྟར་སྤང་སྤང་
བྱས་པ་ཡིན།

ཚུར་ངོས་སུ་འདས་པའི་ལོ་བཙོ་ལྷ་ཉི་ཤུ་ཅམ་རིང་སེ་འབྲས་དགའ་
གསུམ་གྱིས་མཆོན་པའི་བཤད་བྲ་ཆེ་ཁག་གི་སྤྱི་ཐབ་ཆང་མ་དཀར་ཟས་སུ་
བསྐྱར་བ་དང་། སྐར་བ་རང་ཉིད་དཀར་ཟས་བསྟེན་རྒྱ་ཁག་པོ་ཡིན། དེས་ན་བྱེད་
རང་གིས་བརྗོད་པ་དེ་བདེན་པ་རེད། གདན་ས་ཁག་གི་སྤྱི་ཐབ་དཀར་ཟས་ཡིན་
སྟབས། གདན་ས་ཁག་གི་ཉེ་འབྲེས་སུ་མོག་མོག་ཆོང་མཁན་རྣམས་ཉ་ཅང་བྲིན་
པོ་འདུག་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་འདུག་ ཆང་མས་དཀར་ཟས་བསྟེན་རྒྱ་ཁག་པོ་ཡིན།
སྤང་ཐོག་མར་གདན་ས་ཁག་ཏུ་དགེ་བཤེས་དམ་འཛོག་གི་གཏོང་སྒྲིའི་སྐབས་
སྤང་ཤ་ཡོད་སའི་ས་ཁུལ་ཁག་གི་ཤ་ཁང་དུ་ཤ་མངགས་སྐབས་བ་སྤང་བ་ཅུ་
གངས་གསོད་ཀྱི་ཡོད་ཚུལ་གྱི་སྐད་ཆ་བྱུང་ཡོད། དུས་ཤུས་གཏོང་སྒོ་ཁག་སྒོས་
ཅི། སྤྱི་ཐབ་ཡན་ཆད་དཀར་ཟས་སུ་བསྐྱར་ཡོད། དེ་བཞིན་སྒོ་བ་བྲ་ཁག་མང་པོ་
ཞིག་ཀྱང་དཀར་ཟས་བསྟེན་རྒྱ་བཟོས་ཡོད།

གཞན་ཡང་སྤྱི་རྒྱལ་ཁག་ཏུ་ཡོད་པའི་ཆོས་ཆོགས་ཁག་ངོས་རང་དང་
འབྲེལ་ཡོད་པལ་མོ་ཆེར་ངོས་ནས་ཆོས་ཆོགས་ཀྱི་སྐར་བ་རང་ངོས་ནས་ཤ་
སྤང་བྱལ་ན་ལྟ་རབ་དང་། ཤ་སྤང་མ་བྱལ་ཀྱང་གནས་ཚུལ་ཐ་དད་ཡིན། སྤྱི་པའི་
ཐོག་ནས་དམར་ཟས་སྤངས་ནས་དཀར་ཟས་བསྟེན་ན་ཡག་པོ་ཡོད་ཅེས་ཉག་ཏུ་
འབོད་སྐུལ་བྱེད་སྟུང་ཡིན། དཀར་ཟས་བསྟེན་རྒྱ་ནི་ལུས་པོའི་འཕྲོད་བསྟེན་ལ་
པན་ཐོགས་ཡོད་པ་དང་། ལྷག་པར་འཛམ་གླིང་འདྲིའི་ཐོག་སེམས་ཅན་གྱི་ཆེ་

སྒོག་ལ་བཟླས་མེད་དང། སེམས་ཅན་ལ་སྒྲིབ་རྗེ་མེད་པའི་བྱེད་ཚུལ་འདི་རིགས་
ཏ་ལས་པའི་ཐབས་སྒྲིབ་པོ་རེད་འདུག། ཁོང་ཡུག་ལའང་སྤྲག་གཙོག་གི་གནོད་
སྒྲིབ་ཆེ་ཞིང། དེ་བཞིན་ནང་རིགས་འདྲ་མིན་ཡོང་བ་སོགས་གནོད་སྒྲིབ་ཡོད།
ཁྱེད་རང་གིས་སྒྲོབས་པ་མཐོན་པོའི་ཐོག་ནས་མི་ཆང་མ་དཀར་སྒྲིབ་བྱེད་དགོས་
ཞེས་པའི་ཏ་ཅང་ཁག་པོ་ཡིན། སྒྲིབ་པ་རྣམས་རང་ཉིད་ཀྱི་རང་དབང་ཡིན་པས་
ཆང་མ་དཀར་ཟས་བསྟེན་རྒྱ་ཏ་ཅང་ཁག་པོ་ཡིན།

ངོས་རང་གི་ངོ་ཤེས་འགའ་ཞིག་གིས་དམར་ཟས་སྤངས་ནས་གང་
འཆམ་སོང་རྗེས་མི་བདེ་བ་ཆགས་པ་དང། དེ་བཞིན་ངོ་ཤེས་རྒྱ་རིགས་ཤིག་
ཡོད་པ་ཁོང་རང་རྒྱུ་དེ་སྤྲབས་ནས་དཀར་ཟས་བསྟེན་མཁན་ཞིག་ཡིན་པས་
གཟུགས་པོ་ཏ་ཅང་སྒྲིབ་པོ་ཡོད། ཁོང་རང་བསྟན་པའི་བྱ་བ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པས།
ཁྱེད་རང་གི་མི་ཆེ་དེ་ཡུན་རིང་ཙམ་སྒྲིབ་སྤྲོད་ནས་བསྟེན་པར་བྱ་བ་བྱེད་སྤྲོད་པ་
དང། གཤམ་པ་དང་རང་ཉིད་ཀྱི་མི་ཆེ་སྤྲོད་སྤྲོད་བྱས་ཏེ་གཟུགས་པོ་ཏ་ཅང་སྒྲིབ་
པོ་བྱས་ཏེ་བསྟན་པ་གཉིས་ལྷེ་ཡང་འཇལ་ན་ཡག་པོ་ཡོད་ཅེས་ངོས་ནས་བསམ་
འཆར་བཟོད་རྒྱ་བྱུང། ཁོང་རང་གིས་སེམས་ཅན་མི་གསོད་པ་མ་ཟད། གཞན་
ལའང་གསོད་རོགས་ཞེས་མི་བཟོད་པས། ཁྱོམ་ལ་དམར་ཟས་འབེལ་པོ་ཡོད་ན་
ཟ་བ་དང། མེད་ན་མེད་པའི་ཐོག་ཏུ་འགྲོ་བ་ལས། ང་གཟ་དགོས་ཞེས་ནམ་ཡང་
མི་བཟོད་པ་བཅས་ཀྱི་ཐོག་ཏུ་བསྒྲོད་ན་འགྲིགས་ཞེས་བཟོད་རྒྱ་བྱུང་ལ། རྗེས་སུ་
ཁོང་ནས་འཆམ་རེ་གཟུ་འཐུང་བ་དང། བྱ་གཤི་ཐང་སོགས་འཐུང་བར་བརྟེན་
གཟུགས་པོ་ཏ་ཅང་ཡག་པོ་གསོས་ནས་བདེ་ཅུ་ཕྱིན་འདུག། ངོས་ནས་སྤྲབས་

དེར་བྱིས་ཤུ་འབྱུང་སྐབས་དེས་པར་དུ་སེམས་ཅན་དེ་ཉིད་བླ་པའི་ཐོག་
ནས་སྒྲོན་ལམ་རྒྱག་པ་དང་། སེམས་ཅན་དེའི་བླ་པ་པོ་གསུམ་གྱི་རྒྱ་གཡ་
ཆེན་པོ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་རྒྱ་བྱུང་། བྱིས་རང་གི་བསམ་ཚུལ་དེ་ཉ་ཅང་ཡག་པོ་
རེད།

མདོར་ན། ར་ཆོ་ཆང་མས་གང་ཐུབ་ཀྱིས་དཀར་ཟས་ལ་དང་དོད་བྱ་རྒྱ་
གཡ་ཆེན་པོ་རེད་འདུག ཡང་རང་ཉིད་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་སོགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་དང་།
ཤེས་པ་འབེལ་པོ་ཡོད་ས་ཞིག་ཡིན་ན་ཟེ་བ་དང་། དཀོན་སའི་ཡུལ་གྱི་ལྷ་བྱུང་
སྤོང་གང་ཐུབ་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན།

༤༽ ཆེན་རིག་པས་ཤེས་པ་ཕྲག་རགས་འདོད་མིན།

བཀའ་འདྲི། ཨ་གོ་ས་མཆོག་ནས་ཁྲད་པ་ལས་ལོགས་སུ་ཤེས་པ་ཡོད་ཚུལ་བཀའ་གནང་སོང་
བས། ནམ་རྒྱུན་གྲས་པའི་མཐོང་ཐོས་བློ་གསུམ་ལྟར་ན། ཆེན་རིག་པ་སྟན་
ཐགས་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་ནང་པས་འདོད་པ་ལྟར་གྱི་ཤེས་པ་ཕྲ་རགས་ཀྱི་རྣམ་
གཞག་འདོད་ཀྱི་ཨེ་ཡོད་སྟུང་། གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་འདོད་ན་ཤེས་པ་རགས་པ་རྣམས་
འདོད་ཚུལ་རྗེ་ལྟར་ཡིན་ནས།

བཀའ་ལན། གྲུ་ལོ་ ༡༩༢༩ ལོར་ཇོས་རང་མོ་སོ་ཁོར་ (Moscow) སྤེབས་ཤིང་།
སྐབས་དེར་ཨུ་རུ་སུའི་ཆེན་རིག་པ་འགའ་ཞིག་དང་ཐུག་འཕྲད་བྱུང་
བར། ཨུ་རུ་སུའི་ཆེན་རིག་པ་མཁས་དབང་སྟན་ཐགས་ཅན་ཞིག་
ཡོད་པ་ཁོང་གིས་བྲི་ལ་བཟླ་དབྱེད་བྱས་ཤིང་། དེ་ཡང་བྲི་སྟེ་སྟེར་

སྐབས་ཉིང་ཉིང་བརྟུང་སྟེ་ཁྱི་སྟོ་སྟེར་བ་སོགས་ཀྱི་བྱ་ཐབས་སྟུང་བ་
དང་། རྗེས་སུ་ཁ་ལག་མེད་ཀྱང་ཉིང་ཉིང་རྟུང་སྐབས་ཁྱིའི་ཁ་ནས་
མཆིལ་མ་དོན་བ་ལྟ་བུ་བྱུང་ཡོད།

དེ་ལྟར་བརྟག་དབྱེད་བྱེད་མཁན་གྱི་ཆོན་རིག་བ་སྟན་གྲགས་ཅན་དེ་དང་
སྟངས་ཆ་བྱུང་བར། སྟོ་ལྗེའི་ཤེས་པའི་སྟོར་དང་། ལྷག་པར་ཡིད་སྟོ་ཞེས་བརྗོད་
སྐབས། དེ་ནི་ཆོས་ཀྱི་སྟངས་ཆ་རེད་ཅེས་ལམ་སངས་དགག་བ་བརྒྱབ་སོང་། ཁོང་
གིས་ཡིད་སྟོ་ཞེས་བ་དེ་རྣམ་ཤེས་སམ་དབྱིན་སྟངས་ཐོག་སོལ་ (Soul) ཞེས་བ་
དེར་གོ་བ་ལེན་བ་ཡིན་འདུག ཆོན་རིག་བས་རྣམ་ཤེས་སམ་སོལ་ (Soul) ཞེས་བ་
དེ་ཁས་ལེན་མི་བྱེད་པས་དེར་ཁག་མེད།

ཡང་སྤར་ཨ་རིར་ཆོན་རིག་གི་ཆོགས་འདུ་ཞིག་གི་སྐབས་སུ་ཐོག་མར་
ང་ཆོ་ཆོགས་འདུ་འཆོགས་སྐབས། ཆོན་རིག་བ་སྟངས་གྲགས་ཅན་གྱི་ཨ་ཅག་
གཅིག་ཡོད། ཐོག་མར་ང་ཆོ་འཆོགས་པའི་སྐབས་སུ་ཁོང་གི་རྣམ་འགྱུར་ལ་ཆོན་
རིག་བ་དང་། རྒྱ་ལའི་ལྷ་མ་ནང་བ་ཡིན་སྟབས། ནང་བ་དང་མཉམ་དུ་སྟངས་ཆ་
མོད་སའི་གཞི་གང་ཞིག་ཡོད་བ་དང་། ཁྱེལ་བགད་དང་མ་རངས་བ་ལྟ་བུའི་རྣམ་
འགྱུར་ཞིག་སྟོན་གྱི་འདུག དེ་རྗེས་ནང་པའི་འགྲོ་སྟངས་དང་བཅས་པའི་སྟངས་ཆ་
བྱུང་བར། ནང་པས་འཛིག་རྟེན་བཀོད་བ་པོ་མི་འདོད་བ་དང་། དེ་བཞིན་སྤར་པོ་
ལས་དོན་གཞན་པའི་བདག་ཀྱང་མི་འདོད་བར། ཐམས་ཅད་རྩ་རྩེན་ལ་བརྟེན་
ནས་བྱུང་ཚུལ་བརྗོད་སྐབས་ཨ་ཅག་དེས་དོ་སྤྲོད་གསར་བ་ཞིག་བྱས་ཏེ། རྒྱ་ལའི་
ལྷ་མས་བརྗོད་བཞིན་པའི་ཆོས་དེ་གཞན་དང་མི་འདྲ་བ་ཞིག་འདུག་ཅེས་བརྗོད་

བ་དང་། རྗེས་སུ་དོ་སྤངས་ལྷན་ཆེ་བྱས་ཏེ་ཚོགས་འདུའི་གསོལ་ཇའི་བར་གསེང་ཚུན་ཆད་ལའང་སྐད་སྦྱར་བྱུང་བུ་བསྟན་སྦྱོན་པའི་སར་ཡོང་སྟེ་གནད་དོན་འདི་དང་འདིའི་སྐོར་ལ་ནང་པས་གང་ཞིག་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད་མེད་དང་། འགྲེལ་བཤད་བྱེད་ལུགས་ཅི་ལྟར་ཡིན་མིན་སྐད་ཆ་བྲིས་པ་སོགས་བྱུང་འདུག།

སྤྱར་པལ་མོ་ཆེས་ཁྲད་པ་ལས་ལོགས་སུ་སེམས་སམ་ཤེས་པ་མེད་པར་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། བར་སྐབས་གཞིན་ས་ཆན་རིག་པའི་ཁོང་ནས་སྤྱད་པ་ལས་སོགས་སུ་སེམས་སམ་ཤེས་པ་ཡོད་པ་ངོས་འཛིན་བྱེད་བཞིན་ཡོད། ལྷག་པར་གོང་ཁྱེད་ལྟར་ཤུར་ཤེས་པ་ལ་སྦྱོང་བརྒྱུད་སྤྱད་ནས་སྤྱད་པར་དངོས་སུ་འགྱུར་བ་འགྲོ་བ་དང་། སེམས་ལ་སྦྱོང་བརྒྱུད་སྤྱད་ནས་མིའི་སེམས་སྦྱིད་དུ་གཏོང་བ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཁྲག་གཤེད་དང་། སྦྱིང་ནད་ཉུང་དུ་འགྲོ་བ་དངོས་སུ་མཐོང་སྟེ་དོ་སྤངས་ལྷན་ཆེ་བྱེད་བཞིན་ཡོད།

འདི་ལོ་འབྲས་སྤྱངས་སུ་ཆན་རིག་ཚོགས་འདུ་འཚོགས་སྐབས་ཆན་རིག་པ་སློལ་གས་ཤིག་ཡོད་པ་ཁོང་གིས། ཚོགས་འདུའི་སར་ཁོང་རང་ནང་པ་མིན་ལ་ཆོས་པ་ཡང་མིན། འོན་ཀྱང་སྟེ་བ་སྤྱིར་ཡིད་ཆེས་ཡོད་ཅེས་ཆང་མ་ཡོད་སར་བཤད་སོང་། དེ་བཞིན་ཉེ་ཆར་པོ་ཁི་ལན་ཏིར་ (Portland) ཚོགས་འདུ་ཞིག་འཚོགས་པའི་སྐབས་སྤྱད་པ་ (Cuba) ནས་ཡིན་པའི་སློལ་གས་ཡོད་པ་ཁོང་གིས་འགྲེལ་བཤད་གནང་བ་ལྟར་ན། ཡོ་རོབ་རྒྱ་ནང་པ་བརྒྱ་ཆ་གཅིག་ལས་མེད་པས་ཏ་ཅང་ཉུང་ཉུང་ཡིན། འོན་ཀྱང་སྟེ་བ་སྤྱི་བྱེད་འདོད་མཁན་བརྒྱ་ཆ་ཉེ་ལྷག་གངས་ཤིག་ཡོད་ཚུལ་བཤད་སོང་། དེས་ན་སྟེ་བ་སྤྱི་བྱེད་ཞེས་པའི་ཤེས་པའི་རྒྱན་

ཀྱི་ཐོག་ནས་བསམ་སྒྲོག་ཏེ་རྒྱ་ལས། ལུས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བསམ་སྒྲོག་ཏེ་ས་
ཞིག་མེད། དེ་ལྟར་དེང་སྐབས་ལྟ་སྟངས་ལ་འགྱུར་བ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། དེ་བཞིན་
ཆེན་རིག་པ་རྣམས་ཀྱི་ཁྲིད་དུ་ཡང་འགྱུར་བ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད།

སྤར་དེང་དུས་ཆེན་རིག་ཅེས་བརྗོད་སྐབས། སར་བརྟག་དབྱེད་བྱེད་པ་
དང་། དེ་ཡང་གང་ཟག་གསུམ་པ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་བརྟག་དབྱེད་བྱ་རྒྱུ་ཡོད། མི་
གཅིག་གི་ཉིད་པ་དེ་རང་ལ་ཆ་འཛོག་མི་བྱེད་པར་གང་ཟག་གཉིས་གསུམ་གྱིས་
བརྟག་དབྱེད་བྱས་ཏེ་མ་ཐུན་སྤར་དུ་བྱུབ་སྐབས། དེ་ལྟར་ཡིན་པར་ཐག་གཅོད་
བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེས་ན། ནང་སེམས་ཀྱི་སྤྱོད་བ་ནི་སྤྱོད་བ་པོ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཁ་ནས་
འགྲེལ་བཤད་བརྒྱབ་པ་དེར་ཆ་འཛོག་བྱེད་དགོས་པ་ལས། དེ་ལ་གང་ཟག་
གསུམ་པ་ཞིག་གིས་ཞིབ་འཇུག་བྱ་རྒྱུ་ཁག་པོ་ཡིན། ནང་གི་སྤྱོད་བ་འདི་རིགས་
ལ་སྤྱིར་བཏང་ཆེན་རིག་གིས་བརྟག་དབྱེད་བྱས་པ་ལྟ་བུས་ཡོང་ཐབས་མེད།

གཉིས་ནས་ད་ལྟ་བརྟག་དབྱེད་བྱས་པ་རྣམས་འབྲུལ་ཆས་ཁོ་ནའི་ཐོག་
ནས་བརྟག་དབྱེད་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པས། མིག་གིས་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཞིག་དང་།
ཅིས་དང་ཆད་རྒྱག་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། ཤེས་པ་ཞེས་པ་ནི་བརྟག་
གཅོད་བྱེད་ལུལ་གྱི་གཞི་དེ་ཉིད་མི་འབྲུལ་བ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། ད་བར་སེམས་
མེད་ལེས་པོའི་ཆོས་རྒྱལ་སྤར་བ་ཅིག་གི་ཐོག་ཏུ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པའི་བྱེད་
ཐབས་འདི་ཁོ་ནའི་ཐོག་ནས་ནང་སེམས་ཀྱི་ཐོག་ལ་བརྟག་དབྱེད་བྱས་ན་ཡོང་
ཐབས་མེད་ལ། ཉིད་རྒྱུ་གཏན་ནས་མེད། གཟུགས་ཅན་ཁོ་ནའི་ཐོག་ནས་བསམ་
སྒྲོག་བཏང་བ་ལྟ་བུ་མིན་པར་ལྟ་སྟངས་གཞི་རྒྱ་ཆེ་རུ་བཏང་དགོས་པ་ཡིན།

མ་གཞི་ཆོན་རིག་པ་དག་གིས་དུས་ཚོད་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་བཞིན་ཡོད།
 དུས་ཚོད་ཅེས་པ་དེ་ (Absolute or Relative) ལྷོས་བཅས་དང་། ལྷོས་མེད་རང་
 རྒྱ་བ་ཞིག་རེད་ཅེས་བརྗོད་ཚུལ་གཉིས་ཡོད། དུས་ཚོད་ནི་ཤེས་པ་མིན་ནའང་།
 བཅས་པོ་རེད་ཅེས་བརྗོད་མི་ཐུབ་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་ནི་ཡུལ་ལས་གཞི་གཅིག་ལ་
 སྐར་ནས་འདས་པ་དང་། མ་འོངས་པ་བརྗེ་བ་ལས། དུས་ཚོད་རང་ཉིད་གང་ཞིག་
 ཡིན་མིན་བརྗོད་མི་ཐུབ་པ་ཞིག་ཡིན། དེའི་ཐོག་སྐར་ནས་བརྟག་དབྱེད་བྱེད་
 བཞིན་ཡོད། དུས་ཚོད་ཤེས་པ་མིན་ལ། དེ་ལ་ཆད་རིམ་ལྡན་འཇུག་མིན་ངོས་ནས་
 མི་ཤེས། དེར་སྐབས་ཆོན་རིག་པས་བརྟག་དབྱེད་བྱེད་ཡུལ་རིམ་བཞིན་གཞི་རྒྱ་
 རེ་ཆེར་འགོ་བཞིན་ཡོད། དེ་ཡང་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་ནང་དུ་ཆོན་རིག་
 པས་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་ཡུལ་གཞི་རྒྱ་རེ་ཆེར་ཕྱིན་ཏེ་ཕྱི་ཡི་དངོས་པོ་ཅམ་མིན་པར།
 ནང་སེམས་ཀྱི་ཐོག་ལ་བརྟག་དབྱེད་བྱ་རྒྱ་དེ་ཡང་གཉིད་རེ་ཟབ་དང་། གཞི་རྒྱ་རེ་
 ཆེར་འགོ་གི་རེད་ཅེས་ངོས་ནས་རྟག་ཏུ་བརྗོད་བཞིན་ཡོད།

དེ་ལྟར་བྱུང་ན་དེར་རབས་ཆོན་རིག་ཅེས་པ་དེ་མ་ལག་ཆ་ཆང་བ་ཞིག་ཏུ་
 བྱུང་པ་ཡིན། དེ་མིན་ད་བར་ཕྱི་ཡི་གཟུགས་ཅན་ཁོ་ནར་བརྟག་དབྱེད་བྱེད་
 མཁན་ཞིག་ཡིན་སྐབས་ཆ་ལག་ཆང་བ་ཞིག་ཆགས་མེད། དེ་ཡང་ཆོན་རིག་པ་
 རང་ཉིད་ཀྱིས་པར་ཕྱིའི་དངོས་པོར་བརྟག་དབྱེད་བྱས་པ་ལས། ཆོན་རིག་པ་རང་
 ཉིད་ཀྱིས་རང་ལ་བརྟག་དབྱེད་བྱེད་ཀྱི་མེད། བདེ་སྐྱབས་ཆོན་རིག་པ་རང་ཉིད་
 ཀྱིས་མྱོང་བ་ལས། བརྟག་དབྱེད་བྱེད་ཡུལ་དེས་གང་ཡང་མྱོང་གི་མེད། བདེ་
 སྐྱབས་ཅེས་པ་དེ་ཉིད་ཆོར་བ་ཞིག་དང་ཤེས་པ་ཞིག་ཡིན་སྐབས། དེའི་ཐོག་བསམ་

སྒྲོ་མི་གཏོང་ཐབས་མེད་ཡིན། ད་བར་པར་ཡུལ་ལ་བཅུད་གཅོད་བྱས་ནས་བསམ་
སྒྲོ་གཏོང་གི་ཡོད་ཀྱང། དེར་སྐབས་དེར་འགྱུར་བ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་ལ། མ་འོངས་
པར་འགྱུར་བ་ཤུགས་ཆེ་འགྲོ་རྒྱུར་ངེས་པ་ཡིན།

༩༽ ཆོས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་བཟང་སྲོད་ཀྱི་རིན་ཐང་།

བཀའ་འདྲི། རོག་མར་བཟ་གིས་བདེ་ལེགས་ཀྱི་འཆམས་འདྲི་དང་བཅས་བཀའ་འདྲི་ཞུ་རྒྱུ།
འཛམ་གླིང་འདིའི་རོག་ཆོས་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱེད་མཁན་དང་། དེ་ལྟར་ཡིད་ཆེས་མི་
བྱེད་མཁན་ཡང་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པའི་བར་མི་མ་ཐུན་པའི་དཀའ་ངལ་ཤུགས་ཆེ་
ཡོད་པ་རྣམས་སེལ་ཐབས་དང་། ལྷག་པར་འཛམ་གླིང་ཞི་བདེ་དང་། འཆམ་མ་ཐུན་
ཡོང་བར་ཐབས་ལམ་གང་ཞིག་བསྟེན་ན་དགེ་མཚན་ཆེ་བ་དང་། མ་འོངས་པའི་
གཞོན་སྐྱེས་རྣམས་ཀྱིས་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་འབད་བརྩོན་བྱེད་དགོས་སམ།

བཀའ་ལན། བོད་དུ་ཆོས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་བཟང་སྲོད་ཀྱི་རིན་ཐང་སྐོར་བརྗོད་པ་
ལྟར། ཆོས་དང་མེད་པ་རྣམས་ཀྱིས་བདེ་སྤྱག་སྤྱོད་བཞིན་པ་མ་ཟད་
བདེ་བ་འདོད་པ་ཀྱི་ཡོད། ད་བར་དོ་སྤང་མ་བྱུང་བ་ལས་སེམས་ཀྱི་
བདེ་སྤྱག་ཀྱང་གཅིག་མཚུངས་ཡོད། ཆོས་པ་རྣམས་ལ་ཆ་མཚོན་
ནའང་། ཆོས་བྱེད་མཁན་མང་པོ་ཞིག་ལྷ་ཁང་ནང་ཆོས་དད་ཡོད་ལུལ་
ཀྱིས་མིག་བརྩམས་ནས་དད་པ་བྱེད་ཅིང་སྒྲོན་ལམ་རྒྱག་པ་དང་། ལྷ་
ཁང་གི་བྱི་རོལ་དུ་སྐྱེབས་སྐབས་དོ་སྤང་མེད་པའི་རིགས་ཏུ་ཅང་མང་
པོ་ཡོད། ཅ་བ་བྱམས་བཅེ་དང་། བཟོད་པ་སོགས་ལ་སེམས་ཀྱི་
གཏོང་ནས་ཡིད་ཆེས་མེད་སྤྱབས། ཆོས་ཞེས་བ་དེ་འདོན་པ་བཏོན་

བ་དང་། སློན་ལམ་རྒྱག་པ་ལྟ་བུར་ངོས་འཛིན་གྱི་ཡོད། དེས་ན་ཆོས་
 པའི་ནང་དུ་འདྲ་སྐྱབས་རྩལ་ཤོད་མཁན་མང་པོ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད།
 ཆོས་པ་ཡིན་ཞེས་ཆོས་པའི་མིང་འབྲེར་ནས་གཞན་ལ་རྩལ་ཤོད་པ་
 དང་། མགོ་སྐྱོར་གཏོང་བ། ལུས་ཆོད་ཤོད་པ། དབང་ཡོད་ཤོད་པ།
 བཅོན་གཤམ་བྱེད་པ་ལྟ་བུ་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་དག་ནི་སེམས་གཏིང་
 ལ་ཡ་རབས་བཟང་སྤྱོད་ལ་ཡིད་ཆེས་མེད་པའི་ཉགས་ཡིན།

ཆོས་པ་དངོས་གནས་སེམས་གཏིང་ནས་ཆོས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མཐོང་སྟེ། དོན་
 གཉིད་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་ཉམས་ལེན་བྱེད་མཁན་ཞིག་མ་བྱུང་ན། ཆོས་དེ་ཡང་ཁ་
 གཏིང་མི་མཚུངས་པ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་བཞིན་ཡོད། དཔེར་ན། ངོས་རང་ལ་མཚོན་ན།
 ཆོས་པའི་མིང་འབྲེར་ཏེ་ཁ་ནས་བྱམས་བཅེ་དང་། གཞན་གཅེས་འཛིན་སོགས་
 བརྗོད་པ་དང་། ནང་ལྟར་ན་རང་དོན་ཁོ་ན་བསམ་སྒོ་བཏང་ནས་བསྟན་ན། ར་རང་
 གི་གཏམ་དང་སྙན་གྲགས། རྗོར་ལོངས་སྤྱོད་ལ་སྙན་གྲགས་སྒོ་བཏང་ནས་བསྟན་
 ན་དེ་ནི་རྩལ་ཡིན། ཁ་ནས་གཞན་གཅེས་འཛིན་དང་བྱམས་བཅེ་འཛིན་སྐྱོར་བརྗོད་
 ཅིང་། སེམས་གཏིང་ནས་རང་གཅེས་འཛིན་གྱི་གོང་བུ་ལྟར་བསྟན་ན་རྩལ་བཤད་པ་
 དང་། ཁ་གཏིང་མི་མཚུངས་པ་ཞིག་ཡིན། དབྱིན་སྐད་དུ་ཏེ་པོ་ཁོ་སི་ (Hypocrisy)
 ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། ཆོས་ཞེས་པ་དེ་ཡག་པོ་ཞིག་དང་། སེམས་ཀྱི་གཏིང་ནས་ཡིད་
 ཆེས་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་ཁ་ཞེ་གཉིས་མེད་ཀྱིས་ཉམས་ལེན་མ་བྱས་ན། ཆོས་ཀྱིས་
 ཚུལ་འཆོས་ཏེ། དབྱིན་སྐད་དུ་ཏེ་པོ་ཁོ་སིས་ (Hypocrisy) སྒོ་བཀྱི་ཡོད་པས་ཡག་
 པོ་གཏན་ནས་མེད།

དེས་ན་གཞི་རྩའི་ཡ་རབས་སྒྲིང་བཟང་ཞེས་པ་དེར་ཡིད་ཆེས་དང་།
དངོས་གནས་ཁེ་བན་ཡོད་པ་ཞིག་དང་། ཡིད་ཆེས་ཞེས་པ་དེ་ཡང་རྒྱ་མཚན་ལ་
བསམ་སྒྲོག་ཏོང་བ་དང་། ཁེ་བན་མཐོང་བའི་ཐོག་ནས་ཡིད་ཆེས་བྱེད་དགོས་པ་
ལས། སྒྲ་མས་བཀའ་གནང་གི་འདུག་ཅེས་བརྗོད་པ་ལྟ་བུ་གཏན་ནས་མིན། སྒྲ་
མ་དེ་ཡང་ཚད་ལྡན་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན། ང་ཆོ་བོད་པའི་སྒྲ་མ་རྣམས་པའི་ནང་དུ་
གཞན་ལ་ཆགས་སྤང་སྒྲེལ་གྱི་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་དེ་རིགས་ཡོང་བཞིན་འདུག ཉེ་
ཆར་རྒྱ་གར་གར་ཕྱོགས་བོད་པའི་གཞིས་ཆགས་སུ་ཡོད་པའི་སྒྲ་མ་ཞིག་གིས་
མི་དམངས་ལ་ཁལ་བསྐྱལ་བ་སོགས་གང་བྱུང་བྱེད་གྱི་འདུག་ཅེས། ཆོས་རིག་
ལས་ཁུངས་སུ་ཡི་གེ་ཞིག་ཀྱང་འབྱོར་འདུག གཟབ་གཟབ་མ་བྱས་ན་དེ་རིགས་
ཡོང་བཞིན་འདུག སྒྲ་སྒྲུལ་གྱི་མིང་འབྲེར་ནས། སྤྱི་ཆོགས་ནང་བཟུ་གཞོག་
གཏོང་བ་ལྟ་བུ་བྱུང་ན་ཏུ་ཅང་ཐབས་སྒྲོ་པོ་ཡིན། གྲུང་ཁུན་པ་རྣམས་ཀྱིས་བརྗོད་
པ་ལྟར། སྤང་ངོས་རང་སོག་ཡུལ་དུ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ལོར་ཐངས་དང་པོ་བསྒྲིང་
སྐབས་འབྲེམས་སྟོན་ཁང་ཞིག་ཏུ་བྲལ་ཆས་གྲོན་པའི་བྲལ་པ་ཁ་ཏུ་ཅང་ཆེན་པོ་
གདངས་ཤིང་། དེའི་ཁ་ནང་མི་མང་པོ་ཞིག་བསྒྲིང་བཞིན་པའི་རི་མོ་ཞིག་
བཀའ་སྤྱོད་འདུག སྒྲ་མ་དང་བྲལ་པས་ཁ་གདངས་ནས་མི་དམངས་དང་སྤྱི་ཆོགས་
ལ་བཟུ་གཞོག་གཏོང་བཞིན་པ་དེ་སྟོན་གྱི་ཡོད། ངོས་རང་སྒྲ་མ་ཡིན་སྐབས་རི་
མོ་དེའི་ཉེ་འཁྲིས་སུ་འབྱོར་སྐབས་འབྲེལ་བ་ཤད་རྒྱག་མཁན་དེ་ཡང་ཅུང་ཟད་
འཆར་པོ་ཞིག་བྱུང་སོང་། ངོས་ནས་འཆར་དགོས་དོན་མེད། དེ་ནི་དངོས་ཡོད་
གནས་ཚུལ་ཡིན་པ་དང་། དངོས་གནས་ཆོས་པ་ཡག་པོ་ཞིག་མ་བྱས་ན་བཟུ་

གཞིག་དངོས་གནས་གཏོང་གི་ཡོད་ཅེས་བརྗོད་རྒྱ་བྱུང་། དེས་ན་ཆོས་ཞེས་པ་
དེ་སེམས་གཏིང་ནས་ཡིད་ཆེས་ཡོད་པ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན།

ཆོས་དད་མེད་མཁན་རྣམས་ལ་སྦྱེ་བ་སྡུ་བྱི་དང་། བར་བ་དང་བམས་ཅད་
མཁྱེན་པའི་གོ་འཕང་སོགས་བརྗོད་དགོས་དོན་མེད། མི་ཆེ་འདི་ཉིད་ཁ་ཡོད་
ལག་ཡོད་ཀྱི་ཡ་རབས་སྦྱོད་བཟང་བྱས་ན་ཁེ་ཕན་ཆེ་བ་ལས། ཆགས་སྣང་གི་
གཞན་དབང་དུ་བསྡད་ན་ཁེ་ཕན་གང་ཡང་མེད། དེང་སྐབས་འཛམ་གླིང་འདིའི་
ཐོག་གི་རྟོག་ཟླ་བཟོ་མཁན་དེ་དག་ལ་ལྟོས་དང་ཤེས་གསལ་ཡིན།

དཔེ་མཆོན་གསལ་ཤོས་ཤིག་ནི། སེ་རི་ཡའི་གཞུང་འཛིན་མི་སྣ་རྣམས་
ལ་ལྟོས་དང་། ཨ་ཅི་མི་ཏུ་ཅང་མང་པོ་ཞིག་གསོད་ཀྱི་འདུག དེ་ལ་འཛམ་གླིང་མི་
ཀུན་གྱིས་འབྲུ་སྟོད་བྱེད་བཞིན་ཡོད་ལ། འཕྲལ་སེལ་གྱི་རྒྱལ་ཁ་ཞིག་ཐོབ་ཀྱང་
ཏུ་ལས་རྒྱ་གང་ཡང་མེད། ཁོང་ཆོ་རུང་ཉིད་ཤི་ནས་རུས་པར་རྩ་བརྒྱབ་པའི་
མཆོམས་སུ་ཡང་དེའི་ཆེ་དེའི་དུས་སུ་མི་སྤྱད་ཅག་ཏུ་ལས་པ་ཞིག་བྱུང་བ་རེད་
ཅེས་འཛམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་མིང་ངན་པ་ཞིག་གནས་རྒྱ་ཡིན། རང་ཉིད་ཉོན་
མོངས་དང་། ཆགས་སྣང་ཁོ་ནའི་གཞན་དབང་དུ་བཏང་བར་བརྟེན་མའི་སྟོག་ལ་
གཏན་ནས་རིན་ཐང་མི་བརྩི་བ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད།

དེ་བཞིན་བར་སྐབས་འབར་མའི་གནས་ཚུལ་ལ་ཆ་བཞག་ན། དངོས་
ཡོད་གནས་ཚུལ་ཇི་ཡིན་ཞེས་སྒྲ་མི་ཤེས་ཀྱང་། ཆགས་པར་ནང་ཐོན་པ་ལྟར་ན་
ནང་པའི་དགེ་སྟོང་འགའ་ཞིག་གིས་ཁ་ཆེའི་རིགས་ལ་གཏོར་བཅོམ་བརྟུ་
གསེག་བཏང་བའི་གནས་ཚུལ་ཐོན་ཡོད། དེ་རྗེས་ངོས་ནས་ནང་པའི་དགེ་འདུན་

བ་ནམས་ལ་དཀའ་ངལ་དེ་རིགས་འབྲད་སྐབས་སངས་རྒྱས་བཙུག་ལྟན་འདས་
ཀྱི་ཞལ་རས་སྒོམས་རོགས་གནང་ཞེས་འབོད་སྐྱལ་བྱས་བ་ཡིན། བཙུག་ལྟན་
འདས་ཀྱི་རྗེས་འབྲང་ཡིན་ཞིང་། ལུས་ལ་གྲ་ཆས་བསྐྱབས་ཡོད། འོན་ཀྱང་
སེམས་བསྐྱབས་འབྲལ་དེར་ཆགས་སྒྲུབ་ཁོ་ནའི་གཞན་དབང་དུ་བྱིན་ན་ཉ་ཅང་
ཁག་པོ་ཡོད། མ་མཐའ་སངས་རྒྱས་བཙུག་ལྟན་འདས་སྐྱུ་དངོས་པོ་བས་པའི་
དབང་དུ་བཏང་ན། ཁ་ཆེ་དེ་དག་ལ་སྤྱང་སྒྲོབ་གནང་གི་རེད་ཅེས་བརྗོད་རྒྱ་བྱུང་།
ཆོས་དད་མི་འབྲ་ཡང་འགྲོ་བ་མི་ཡིན་པ་དང་། རང་ཆོས་ནམ་རྒྱུན་མར་གྱུར་
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཅེས་བརྗོད་པ་ལྟར་གཅིག་མཚུངས་ཆགས་ཡོད། དེས་ན་
རང་ཆོས་ཆོས་བསྐྱབས་དག་པོ་ཞིག་ཡོང་བ་ལའང་ཆོས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་བཟང་
སྒྲོད་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་དགོས་རྒྱ་ཉ་ཅང་གལ་གནད་ཆེན་པོ་ཡིན། ཆོས་དད་མེད་པ་
ནམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཡ་རབས་བཟང་སྒྲོད་ཡོང་བ་ལ་ཆོས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་བཟང་
སྒྲོད་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་དགོས་རྒྱ་གལ་གནད་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད།

ཉིན་གཉིས་པའི་བཀའ་ཆོས།

༡༽ ཆོས་རབ་ཏུ་ནམ་འབྱེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་སྒྲིལ་ཐབས།

ཆང་མར་བཀ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ཡོད། ཁྱེད་རང་ཆོ་ཆང་མ་སྒྲོབ་སྒྲོད་བྱེད་
བཞིན་པ་ཤིས་ལྟག་རེད། གང་ལྟར་མི་ཆེ་འི་ནང་ཆོས་རབ་ཏུ་ནམ་འབྱེད་ཀྱི་ཤེས་
རབ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་སྐབས། ཆོས་རབ་ཏུ་ནམ་འབྱེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་གོང་ནས་
གོང་དུ་འཕེལ་བའི་རྒྱ་གཙོ་པོ་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་ཐོས་བྱང་གི་ཤེས་རབ་ཅན་ལ་མི་
འཛོག་པར་བསམ་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་ལ་ཡང་ཡང་བསམ་སྒྲོ་བ་ཉར་སྟེ་བསམ་བྱུང་
གི་ཤེས་རབ་བསྐྱེད་རྒྱུར་འབད་བཅོམ་ཆེ་ཅན་བྱེད་དགོས་ལ། དེ་ཡང་ཆོས་རབ་
ཏུ་ནམ་འབྱེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་གོང་འཕེལ་ཡོང་ཐབས་གཙོ་པོ་དེའི་ཐོག་ནས་བྱེད་
དགོས།

དེ་དང་ཆབས་ཅིག་རང་ཆོ་སྤྲུགས་གཅིག་ནས་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་པ་
དང་། ཡང་སྒྲོས་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོས་ནང་བྱམས་འཇམ་དབྱངས་སོགས་ས་བརྩའི་
སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་པ་སྟེ། དཔེར་ན། བཛོལ་རྟོགས་རྒྱན་
གྱི་མཐར་གྱི་སྒྲོར་པའི་ནང་། ལྷ་རྗེས་སུ་བྱ་བ་ཞེས་པ་ལྟར། ལྷ་ལེ་རྒྱའི་ཅིག་
ལྷལ་ནས་རྗེ་བཙུན་སྒྲོལ་མ་དང་། འཕགས་པ་སྐུན་རས་གཟིགས་ཀྱི་སྐུ་བརྙན་
ཉིད་སོན་བྱུང་ཡོད། སྤྱིར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཐེག་པའི་ནང་དུ་འང་ཡོད།
གསང་སྤགས་རྟོ་རྗེ་ཐེག་པའི་ཆོས་འཁོར་ནང་ལྷ་སྐུའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་

དཔལ་དེ་རིགས་བསྐྱབས་ནས་དེའི་གཟུངས་སྒྲགས་དང་། གཙོ་བོ་སྒྲོམ་རྒྱལ་
པའི་ཐོག་ནས་ཤེས་རབ་གོང་ནས་གོང་དུ་སྐྱེལ་བའི་ཐབས་ཤེས་གཅིག་ཡོད།
སྟོན་གྱི་རྒྱ་གར་མཁས་པ་མང་པོས་ཆོས་རབ་ཏུ་རྒྱུ་འབྱེད་གྱི་ཤེས་རབ་གཙོ་
བོ་རྗེ་བཙུན་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་བཙུན་ནས་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བའི་ལོ་
རྒྱུས་ཡོངས་གྲགས་སུ་ཡོད། དེ་བཞིན་བོད་གངས་ཅན་སྤྲོངས་ཀྱི་ས་དགེ་བཀའ་
རྩིང་རིས་སུ་མ་ཆད་པའི་མཁས་པའི་དབང་བོ་མང་པོས་ཀྱང་རྗེ་བཙུན་འཇམ་
དབྱངས་བསྐྱབས་ནས་ཤེས་རབ་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་ཡོད།

ངོས་རང་ལ་ཆ་མཆོན་ན། རྒྱུད་དུས་ནས་རྗེ་བཙུན་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་
ཀྱི་བསྟོད་པ་གང་སྒྲོམ་འདོན་རྒྱུ་མཆོན་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་རྒྱུད་སྟེ་འབྲེལ་བའི་གྱི་
ཐོག་ནས་ངོས་རང་གིས་དངོས་སུ་རྗེ་བཙུན་འཇམ་དབྱངས་སྐྱབས་སྐྱབས། ཉམས་
སྟོང་གི་ཐོག་ནས་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བ་ལྟར་ན། ཤེས་རབ་གོང་ནས་གོང་དུ་
འཕེལ་རྒྱུར་ཉན་ཉན་པན་ཐོགས་ཡོང་གི་འདུག དེར་བརྟེན་དེ་རིང་འདིར་བྱེད་
རང་ཆོར་རྗེ་བཙུན་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་སྐྱབས་ཐབས་ཀྱི་བྱིན་རྒྱལ་ཤིག་བྱས་
ན་བསམས་པ་བྲན་བྱང།

རྒྱུད་སྟེ་རང་རང་དང་འབྲེལ་བའི་འཇམ་དབྱངས་སྐྱབས་ཐབས་མང་དུ་ཡོད་
ལ། དེ་རིང་འདིར་སྤྱིར་བཏང་བྱ་རྒྱུ་དང་འབྲེལ་བ་དང་། དེ་ཡང་གང་སྒྲོམ་མའི་
བསྟོད་སྐྱབ་ཅེས་པ་འདི་སྐབས་བདེ་ཤོས་ཡིན་སྐབས་གང་སྒྲོམ་མའི་བསྟོད་སྐྱབ་
ཅིག་བྱེད་དགོས་སྟུང་བྱང། གང་སྒྲོམ་མའི་བསྟོད་སྐྱབ་བྱེད་པ་ལ། ལྷ་མ་རང་ཉིད་
ཀྱིས་བྱིན་རྒྱལ་སྐྱེད་སྐྱེད་ནས་དེ་རྗེས་སྒྲོབ་མ་རྒྱལ་ལ་འབྱེན་དགོས་པར་

བརྟེན། རོས་ནས་བསྐྱབ་བཞག་སྐར་མ་བཙེ་ལྷ་ཙམ་འགོར་རྒྱུར་དེའི་རིང་ཉགས་གསལ་གཏོང་རྒྱུ་དང། སློབ་མ་བྱིངས་རྣམས་ནས་ཨ་ར་པ་ཙེ་སྐྱ་ཤུགས་རྒྱུར་བྱའི་ཐོག་ནས་གངས་གསོག་བྱེད་དགོས།

ཁ། རྩས་རབས་ཉི་ཤུ་བ་དམག་འཁྲུག་གི་རྩས་རབས།

རོས་ནས་ནམ་རྒྱུན་འཛམ་གླིང་གང་སར་མི་སུ་ཞིག་སྐྱབ་འཕྲད་བྱུང་ཡང་འདི་ལྟར་འགྲེལ་བཟོད་བྱེད་བཞིན་ཡོད། ར་ཆོ་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་ནང་དུ་སླེབས་ཡོད་ཅིང། དུས་རབས་ཉི་ཤུ་བ་དེ་ར་ཆོའི་མི་རབས་ཀྱི་དུས་རབས་དང། དེ་ཡང་ལོ་ན་ལྷ་བཅུ་དྲུག་ཅུར་སོན་བ་ཡན་ཆད་རྣམས་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་པའི་མི་ཆགས་ཡོད། བྱེད་རང་ཆོ་ལོ་ན་སུམ་ཅུ་མན་རྣམས་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་མི་རབས་སུ་བཞག་ཆོག་པ་ཡིན། དེས་ན་འདས་ཟིན་པའི་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་བ་དེ་ར་ཆོའི་དུས་རབས་ཆགས་ཡོད།

དུས་རབས་ཉི་ཤུ་པའི་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༣༥ ལོར་རོས་རང་སྐྱེས་པ་རེད། སྐབས་དེར་རྒྱ་ནག་ལ་ཉི་ཉོང་གི་དམག་འཁྲུག་འགོ་རྒྱགས་ལ་ཉེ་ཡོད། དེ་མེས་རིང་པོར་མི་ཐོགས་པར་འཛམ་གླིང་དམག་ཆེན་གཉིས་པ་བྱུང་ཞིང། ཡོ་རོབ་ལ་ཆ་མཆོན་ནའང་ན་ཇིའི་ (Nazi) ཤུགས་རྒྱུན་རིམ་པར་སླེབས་བཞིན་ཡོད། དེ་མེས་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༣༩ དང་ ༡༩༣༩ སྐབས་ལ་དམག་ཆེན་གཉིས་པ་ལངས་ཏེ་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༤༤ བར་དམག་འཁྲུག་རང་གནས་ཏེ་སྐབས་དེར་མི་ཉ་ཅང་མང་པོ་ཞིག་བསད་ཡོད། དེ་བཞིན་རྒྱ་ནག་རང་ལ་ཆ་མཆོན་ན། ནང་འཁྲུག་བྱུང་སྟེ་མི་ཉ་ཅང་

མང་པོ་ཞིག་གི་ཆུས་བྱང་ཡོད།

དེ་རྗེས་ཀོ་རི་ཡའི་ (Korea) དམག་འཁྲུག་བྱུང་བ་དང་། སྐབས་དེར་ཡང་མི་ཉ་
ཅང་མང་པོ་ཞིག་གི་སྤྱོད་བྱུང་ཞིང་། སྐབས་དེའི་དམག་དཔོན་ཁམ་ཐེ་རུ་ཡི་མངའ་ལོག་
གི་དམག་དབུང་གིས་མི་སློག་ལ་ཕངས་མེད་བྱས་ཐོག་ ཚུར་ངོས་དེར་ཨ་རིས་གོ་
མཚོན་ཉ་ལས་པ་བཅད་སྤྱོད་བྱས་བ་དང་། ཕར་ངོས་དེར་རྒྱ་མིའི་དམག་དབུང་དང་
ཟླང་དམག་ཅེས་བ་དེས་ཀྱང་མི་སློག་ལ་ཕངས་མེད་བྱས་ཏེ་དམག་དབུང་རྒྱ་མཚོའི་
ཆུབས་ལྟར་གཅིག་མཚུག་གཉིས་མཐུད་ (& Wave after wave) མི་བཏང་སྟེ་ཉ་ལས་
པ་བསད་ཡོད།

དེ་ནས་ཨི་ཏི་ནམ་ (Vietnam) ཀྱི་དམག་འཁྲུག་བྱུང་སྟེ། སྐབས་དེར་ཡང་མི་
ཉ་ལས་པ་བསད་ཆུས་བྱུང་ཞིང་། དེ་རྗེས་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པ་འགོ་ཚུགས་
སྐབས་ཨབ་ལྷ་ནི་སི་ཐན་ (Afghanistan) དང་། དེ་བཞིན་ཨི་རག་ (Iraq) གི་རྩྭ་གྲ་
དེ་དག་ཀྱང་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་པའི་མིའི་བསམ་ཚུལ་ལ་མཐའ་མའི་ཐག་གཅོད་དག་
པོས་བྱེད་དགོས་བ་དང་། འཆེ་བ་ལ་བརྟེན་ན་རང་རྒྱལ་གཞན་པམ་ཡོང་བར་ཡིད་
ཆེས་དང་། གོམས་གཤེས་ ལྟ་ཚུལ་འཛིན་ནས་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པ་འགོ་ཚུགས་
སྐབས་ཀྱང་། ས་གནས་སོ་སོར་དམག་འཁྲུག་བརྒྱབ་སྟེ་མི་གསོད་སོགས་ཀྱི་གནས་
ཚུལ་བྱུང་ཡོད། དེ་ལྟར་ཉ་ལས་དགོས་པའི་འཆེ་བ་བྱས་པའི་བྱུབ་འབྲས་ལ་འཛུམ་
མྱིང་འདི་ཞི་བདེ་ལྷིང་འཇགས་དང་། ཚུང་ཐད་བདེ་སྤྱིད་མང་བ་སོགས་བྱུབ་འབྲས་ལྟ་
སོ་འཛུམ་སོ་ཡོད་པ་གཅིག་ཀྱང་བྱུང་མེད།

ག། འཆེ་མེད་ཞི་བདེ་ཉི་དྲུས་རབས་སྐྱབས་ཐབས།

བརྗོད་མ་ཐག་པ་ལྟར་སྤར་གྱི་བག་ཆགས་ཀྱིས་ད་ལྟ་འདྲི་བྱ་བ་དང་འཆེ་
བའི་ནང་དུ་སྤོང་དགོས་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དེར་བརྟེན་འདས་པའི་ཉམས་སྤོང་
སྤྱགས་བསྐྱེད་ཀྱི་དུས་སྐབས། འཆེ་བ་བྱས་ནས་འཛམ་གླིང་ཐོག་བདེ་སྤྱིད་སྐྱབ་
སྐབས་ཐབས་གཏན་ནས་མེད། སྤར་ཡུལ་ཆོ་དང་ཡུལ་ཆོ་བྱས་ཏེ་རང་རང་སོ་སོར་
རང་ཁ་རང་ག་སེའི་གནས་སྤངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་དགྲ་དང་གཉེན་ཞེས་དབྱེ་མཆམས་
བྱེ་སྟེ་དགྲ་པོ་དེ་གཏོར་བཅོམ་བྱས་ན་རང་ཉིད་ལ་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་པ་ལྟ་བུ་ཡོད་ཀྱང་།
ད་ལྟའི་འཛམ་གླིང་གི་གནས་སྤངས་དེ་ལྟར་མིན། དེ་ཡང་འཛམ་གླིང་གི་དཔལ་
འབྱོར་དང་། འཛམ་གླིང་གི་ཁོར་ཡུག་སོགས་ལ་རྒྱལ་མཆམས་ཀྱི་དབྱེ་བ་གང་
ཡང་མེད་པར་འཛམ་གླིང་འདི་ཉིད་བདེ་སྐྱབས་ལེགས་ཉེས་གཅིག་གྱུར་ཐོག་འགྲོ་
བཞིན་ཡོད།

དུས་ཆོད་འདི་ལྟ་བུའི་ཐོག་དུ་སྐྱབས་སྐྱབས་ར་ཆོ་དང་ཁོར་ཆོ་ཞེས་ནམ་
དབྱེ་འབྲེད་རྒྱ་དེ་ཅམ་སྟག་མེད། འཛམ་གླིང་ཁྱོན་ཡོངས་ལ་ར་ཆོ་དང་ཁྱོད་ཆོ་
ཞེས་པའི་དབྱེ་མཆམས་གསལ་པོ་འབྲེད་པའི་དུས་ཆོད་དེ་ཡོལ་ཟེན་པ་ནི་དངོས་
ཡོད་གནས་ཚུལ་ཆགས་ཡོད། རང་སྤྱགས་དང་གཞན་སྤྱགས་ཀྱི་དབྱེ་མཆམས་
གསལ་པོར་བྱེ་བའི་འོག་ནས་དམག་འཁྲུག་ཡོང་གི་ཡོད། རང་སྤྱགས་དང་
གཞན་སྤྱགས་ཀྱི་དབྱེ་མཆམས་གསལ་པོ་མེད་པའི་གནས་སྤངས་ཐོག་སྐྱབས་
སྐབས་དམག་འཁྲུག་རྒྱག་དགོས་དོན་མེད།

དཔེར་ན། རང་ཉིད་ཀྱི་རྒྱུ་པར་ནད་གཞི་བྱུང་ན་ལག་པས་སྐྱོབ་དགོས་

བ་ལས། ཀླུ་ལག་གཉིས་ཐ་དད་རེད་ཅེས་སྤྲོད་ཐབས་མེད། དེ་བཞིན་འཛམ་
གླིང་ཡོངས་རྫོགས་མིའི་འགྲོ་བ་གཅིག་གྱུར་ཡིན་པ་དང་། དེའི་ཐོག་ནས་འཛམ་
གླིང་འདིའི་བདེ་སྤྱད་དང་། དཔལ་འབྱོར། ཁོར་ལྷག་སོགས་ཆང་མ་གཅིག་གྱུར་
ཆགས་ཡོད། དེས་ན་འཛམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་མི་འཁོར་བྱུང་སྤྱར་བདུན་ཅུ་སྟག་
ཅམ་ཡོད་པ་དེ་དག་གླིད་ན་གླིད་མཉམ་དང་། སྤྱད་ན་སྤྱད་མཉམ་བཅས་གླིད་
སྤྱད་མཉམ་སྤོང་ཐོག་འགྲོ་དགོས་པ་ལས། རང་དང་གཞན་ཞེས་སྟོགས་གཉིས་
བཟུང་བའི་དུས་ཚོད་དེ་ཡོལ་ཟེན་པ་ཡིན།

དེར་བརྟེན་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དཀའ་ངལ་ནམ་དུ་ཡང་ཡོང་ངེས་པ་ཡིན།
དཀའ་ངལ་འཕྲད་སྐབས་གོ་བསྐྱར་བྱས་ནས་སེལ་དགོས་པ་ཡིན། གོ་མཚོན་
འབྱེར་ནས་དཀའ་ངལ་སེལ་ཐབས་ཀྱི་བསམ་སྒྲོལ་རྩི་ཞེས་ལུས་ཡིན་ཞིང་། སུར་ས་
དམ་རྩ་སཱ་ (Saddam Hussain) ཀྱི་གནས་ཚུལ་བྱུང་སྐབས། འོས་རང་ཨི་རག་
(Iraq) གི་རྒྱལ་ས་སྒེག་ཏུ་བྱ་ (Baghdad) བྱིན་ཏེ་ས་དམ་རྩ་སཱ་དང་སྤྱད་
འཕྲད་བྱས་ན་པན་ཐོགས་མི་ཡོང་ངམ་ཞེས་སྐབས་དེར་འོས་ལ་ཡི་གེ་གཏོང་
མཁན་བྱུང་ཡང་དེ་ནི་མགོ་མ་ཚོས་བའི་སྐད་ཆ་ཞིག་ཡིན། འོས་རང་ཨི་རག་དང་
འབྲེལ་བ་གཏན་ནས་མེད། འབྲེལ་བ་གཏན་ནས་མེད་པའི་མི་ཞིག་འཐོམ་མེར་ཨི་
རག་རྩ་བྱིན་ན། གནམ་ཐང་དུ་སྤྲོལ་སྐབས་ཐོག་མར་ང་ཐོར་བ་གང་ཡང་མ་རག་
པའི་ཉེན་ཁ་ཡོད་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད།

འོན་ཀྱང་དེ་རྩིས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་བྱུང་སྐབས། སྐབས་དེར་འཛམ་གླིང་
རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱི་འཕྲུས་མི་དང་། ཡོ་རོབ་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་འཕྲུས་མི་ལྟ་བུ་བྱིན་ན་

ས་དམ་རྩ་སན་གྱི་བསམ་སྒྲུབ་ནང་དོགས་པ་ཟ་སྟེ། ཁ་ནས་འདི་ལྟར་བརྗོད་ཀྱི་
འདུག་ཀྱང་། བཅིས་ངན་གང་ཞིག་རྒྱག་གི་ཡོད་དམ་སྟུང་པའི་དོགས་པ་ཟ་སྟེད་
པས། རྒྱལ་ཁབ་སྲ་གཅིག་དང་འབྲེལ་བ་མེད་ཅིང་། ཆབ་སྟེན་གྱི་ཐོག་ནས་ཀྱང་
སྲ་གཅིག་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་འཛམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་ཞི་བདེའི་གཟེངས་
རྟགས་བཞེས་མཁན་དང་། དེ་བཞིན་ཆོན་རིག་པ་དང་ལྟ་བུའི་སྐྱེ་བ་རྒྱལ་ཁབ་སྲ་
གཅིག་གིས་ཆབ་མཆོན་མིན་པར་མིར་སྒྲེར་བ་རང་ཉིད་ཀྱིས་ལྷག་བསམ་ནུས་
དག་གིས་ཐོག་ནས་ས་དམ་རྩ་སན་དང་ཐུག་འཕྲད་ཀྱིས་དགོ་བཤད་སྟེག་
བཀོལ་གྱི་གྲོས་མོལ་བྱས་ན་སྟུང་བ་བྱུང་།

དཔལ་འཕུག་ལངས་ན་ས་དམ་རྩ་སན་པམ་རྒྱལ་ཁབ་ཁ་ཐོབ་ཐབས་
གཏན་ནས་མེད། དེ་ལྟར་པམ་རྒྱལ་ཡིན་པ་ཤེས་བཞིན་དེ་དཔལ་འཕུག་རྒྱག་
མཁན་སྲ་གཅིག་ཀྱང་མེད། ལྷག་པོ་དེ་རྒྱ་ཆ་བཤད་ཡོད་ཆེ་གཅིག་བྱས་ན་ཨི་
རག་ (Iraq) གི་དཔལ་འཕུག་དེ་ལས་གཡོལ་བྱུང་སྟེད་པ་ཞིག་མིན་ནམ་སྟུང་པ་
ངོས་རང་བློར་ཡོད། དེ་རྗེས་ཨི་རག་གི་གནས་ཚུལ་བྱུང་བ་རེད། དེ་ལྟ་བུའི་
དཀའ་ངལ་འཕྲད་སྐབས་ཆབ་སྟེན་གྱི་ཆོགས་པ་དང་འབྲེལ་བ་གང་ཡང་མེད་པའི་
འཛམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་གི་ཡ་རབས་བཟང་པོར་ཆད་འཛིན་བྱེད་པའི་མིའི་རིགས་
ཕྱིན་ནས་རྒྱ་ཆ་བཤད་ན་ཡག་པོ་ཡོང་གི་རེད་ཅེས་ངོས་གྱི་བསམ་འཆར་ཅིག་
ལྷི་མ་ཐུན་རྒྱལ་ཁབ་ (Czech Republic) གྱི་སྟེན་འཛིན་དམ་པ་ཁོང་ལ་རེ་འདུན་
བཏོན་པ་ཡིན། རེ་འདུན་འདོན་སྐབས་ལྷོ་ཨ་ཁི་རི་ཀ་འི་ (South Africa) སྟེན་
འཛིན་བྱུང་བ་ཤི་ཁི་ལག་ (De Klerk) ཡང་སྐབས་འདུག་པས་ཁོང་ལ་ཡང་བསམ་

འཆར་དེ་ལྟར་བརྟེན་རྒྱ་བྱུང་། སྐབས་ཤིག་ཆོག་པ་བྱུང་འདྲུག་མི་དགོས་
པར་ཅེག་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ (Forum 2000 Foundation) ཞེས་པའི་ཐེབས་
ཅུ་ཁང་ཞེས་པའི་ཆོག་པ་པོ་ཡོད་མཁུ་ནས་སྡོན་ལ་འགོ་འདྲུག་གསུམ་
ན་ཞེས་པའི་སྐད་ཆ་ཡང་བྱུང།

གང་ལྟར་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པ་འདི་དམག་འཁྲུག་རྒྱལ་རྒྱའི་ལྷ་ལྷུབ་
དེ་སེལ་ནས་དང་སྐབས་འགྱུར་བ་ཉ་ཅང་ཆེན་པོ་ཕྱིན་ཡོད། ཨ་རི་དང་། ཡུ་
རོ་བ། ཨ་ཤི་ཡ། ཐ་ན་རྒྱ་ནག་ལ་མཆོན་ནའང་འགྱུར་བ་ཆེན་པོ་འགོ་བཞེན་ཡོད།
དམག་དབྱུང་གི་བྲག་ཤུགས་ཁོ་ནས་དཀའ་ངལ་སེལ་ཐབས་མེད་པ་དང་། བྲག་
ཤུགས་ཐོག་ཕྱིན་ཆེ་མཐར་ཐུག་རང་གཞན་གཉིས་ལྷང་ཐོག་ཡོང་རྒྱ་ཡིན་པ་
གཞི་ནས་གོ་རྟོགས་གང་སར་སྤེལ་སྤྱོད་ཀྱི་འདུག དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པ་འདི་
བཞེན་ང་ཆོས་འཆེ་བ་མེད་པའི་དུས་རབས་ཤིག་བསྐྱེད་རྒྱུར་འབད་བཅོམ་ཆེ་
ཅོམ་བྱེད་དགོས། སྤྱིར་བཏང་འཆེ་བ་མེད་པའི་དུས་རབས་ཞེས་པ་དེར་རྟོག་ག་
མེད་པའི་དོན་མིན་པར། རྟོག་ག་ལུ་མཐུད་ཡོང་ངེས་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་རྟོག་ག་
ཡོང་སྐབས་གྲོས་མོལ་གྱི་ལམ་ནས་དཀའ་ངལ་སེལ་ཐབས་བྱེད་དགོས་ཞེས་
བརྟེན་གྱི་ཡོད།

དེར་བརྟེན་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པ་འདི་གྲོས་མོལ་གྱི་དུས་རབས་
དང་། ཞི་བདེའི་དུས་རབས། འཆེ་བ་མེད་པའི་དུས་རབས་ཤིག་བཟོ་དགོས་ལ།
ཅུ་བ་ཐུག་ས་གཉིས་པན་གྱི་ཐོག་ཏུ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་དགོས། གཉིས་པན་ཡོང་
དགོས་ན་པ་རོལ་པོར་གྲུས་ཞབས་དང་བཅེ་བ་བྱེད་དགོས་པ་ལས། རང་རྒྱལ་

གཞན་པས་གྱི་བསམ་སྒོ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་གནས་ན་གྲོས་མོལ་ཡོང་ཐབས་མེད།
གཉིས་པན་གྱི་བསམ་སྒོ་འཁོར་བར་གཞན་ལ་གྲུས་བཀྱར་དང་བཅེ་བ་བྱེད་
དགོས། དེར་བརྟེན་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་འཛམ་གླིང་འདི་འཆེ་བ་མེད་
པའི་དུས་རབས་ཤིག་བཟོ་དགོས་ཆེ། མཐར་གཏུགས་ན་དུས་རབས་ཉེར་
གཅིག་པ་འདི་སྤྱིར་རྗེ་ཅན་གྱི་དུས་རབས་ཤིག་བཟོ་དགོས་པ་དེ་རྩ་བ་ཆགས་
ཡོད། བྱེད་རང་ཆོ་བོད་རིགས་གཞོན་སྐྱེས་ཆོར་ཆ་བཞག་ན། འཛམ་གླིང་འདིའི་
ནང་གི་མི་གངས་དུང་ལྷུང་བདུན་ཅུའི་ནང་དུ་བྱེད་རང་ཆོ་ཡང་ཚུད་ཡོད།

༣༥ མི་གཅིག་གྱུར་གྱི་འདུ་ཤེས་དང་ལས་འགན།

ངོས་གྱིས་དུས་ཉག་ཏུ་འཛམ་གླིང་གང་སར་མི་སྣ་ཐུག་སྐབས་ངོས་རང་
ནང་བ་ཡིན་བསམས་པའི་བསམ་སྒོ་འབྱེད་ནས་སྐད་ཆ་བཤད་ན་དེ་བཞུགས་ཆོད་
ཟིན་པ་དང་། ངོས་རང་བོད་བ་ཡིན་བསམས་པའི་བསམ་སྒོ་འཁོར་ནའང་དེ་བཞུགས་
མཆམས་ཆོད་ཅིང་། དེ་བཞིན་ངོས་རང་ལྟ་ལའི་སྒྲ་མ་ཡིན་བསམས་པ་བྱན་
ནའང་དེ་བཞུགས་མཆམས་ཆོད་པ་ཡིན། མི་ཁྱིམ་མང་པོར་སྐད་ཆ་ཤོད་སྐབས་ངོས་
རང་ལུས་གྱི་བྱུང་ཚུལ་དང་། སེམས་གྱི་ཆོར་བ་ཆང་མ་བྱེད་རང་ཆོ་དང་གཅིག་
མཚུངས་རེད་ཅེས་བརྗོད་གྱི་ཡོད།

རང་ཆོ་ཆང་མ་འཛམ་གླིང་འདིའི་ནང་གི་འགྲོ་བ་མི་དུང་ལྷུང་བདུན་ཅུ་ཡོད་
པའི་ནང་གི་ཆ་ཤས་ཆགས་ཡོད། དུང་ལྷུང་བདུན་ཅུ་སྤྱིད་ཅིང་བདེ་བ་ཞིག་བྱུང་
ན་རང་ཆོ་ཡང་སྤྱིད་པོ་ཡོང་ངེས་ཡིན་ལ། དུང་ལྷུང་བདུན་ཅུ་དེ་དག་དམག་འཁྲུག་

དང་། བཅན་དབང་། ལུ་ཆོད་སོགས་ཀྱི་འག་རྩ་བྱེན་ན་ང་ཆོར་ཡང་བདེ་སྤྱིད་
ཡོང་ཐབས་མེད།

སྒྲིག་པར་དུ་བོད་ཀྱི་བདེ་སྤྱིད་ལ་ཆ་བཞག་ན་རྒྱ་ནག་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད།
རྒྱ་ནག་ནང་ཇི་ཅམ་གྱིས་བྱམས་བཅེ་དང་མཛའ་མ་ཐུན་སོགས་ཁ་ནས་བརྗོད་པ་
ལྟར་ལག་ལེན་ངོ་མཉམ་ཐོག་ལ་བྱེན་ན། བོད་ཀྱི་དཀའ་ངལ་སེལ་རྒྱུར་ངེས་པ་
ཡིན། དེར་བརྟེན་ང་ཆོའི་ངོས་ནས་ཀྱང་མཛའ་མ་ཐུན་གྱི་རྒྱུ་འབྲས་སྒོ་གཏོང་
དགོས་པ་ལས། རང་རྒྱལ་གཞན་པམ་གྱི་བསམ་སྒོ་གཏོང་བ་དང་། རང་རང་པད་
པད་བྱས་པས་བྱུ་བྲུས་སོན་རྒྱུ་པལ་ཆེར་ཁག་པོ་རེད།

འཛམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་མི་ཐུག་སྐབས་ངོས་ཀྱིས་དུས་རྒྱུ་རྩ་ང་ཆོས་
དག་དང་གཉེན་ཞེས་དབྱེ་མཆོམས་བྱེན་པ་འཐབ་ཅོད་བྱས་ན་དཀའ་ངལ་སེལ་
མི་ཐུབ་ཅིང་། འཛམ་གླིང་གི་མི་འཕོར་དུང་ལྷུར་བདུན་ཅུ་ཡོད་པ་ནམས་གཅིག་
ལྷུར་ཡིན་པའི་འདུ་ཤེས་འོག་ནས་དཀའ་ངལ་སེལ་ཐབས་བྱེད་དགོས་ཞེས་
བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། ངོས་ཀྱིས་སྐད་ཆ་འོད་སྐབས་མི་ཁྲི་ལྔ་མང་པོར་བརྗོད་ཀྱི་
ཡོད་སྟབས། མི་རེ་བྱང་གང་ཡིན་མི་ཤེས་ཀྱང་ནམ་འགྱུར་ལ་ལྟ་སྐབས་ཆང་
མས་ཏ་ཅང་དགའ་པོ་བྱེད་ཀྱི་འདུག།

ཁྱེད་རང་ཆོར་ཆ་བཞག་ན། ལྷོགས་གཅིག་ནས་འཛམ་གླིང་འདིའི་ནང་
གི་མི་དུང་ལྷུར་བདུན་ཅུའི་ནང་གི་ཆ་ཤས་ཤིག་ཡིན་པ་མ་ཟད། ཁྱེད་རང་ཆོ་
དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་མི་རབས་ཤིག་ཆགས་ཡོད། ང་ཆོའི་མི་ཐོག་རྫོགས་
འབྲེ་གི་ཡོད། ངོས་རང་སྐར་ལ་ཆ་བཞག་ན། ལོ་བཅོ་ལྔ་ཉི་ཤུ་ཅམ་གྱི་རྗེས་ནས་

འཆི་འགྲོ་གི་རེད། བྱེད་རང་ཚོ་གཞི་ནས་མི་ཆེ་སྐྱེལ་དགོས་ཤིང་། བྱེད་རང་ཚོ་
སློབ་སྦྱང་ཐོན་ནས་མི་ཆེ་དངོས་གཞི་སྐྱེལ་སྐྱབས་སོ་སོའི་མཛེར་པའི་ཐོག་
འགན་ཞིག་འབྲེར་ཏེ་ཆེ་ས་ནས་འཛམ་གླིང་སྤྱི་ལ་ཞབས་འདེགས་སྐྱབ་སྐྱབ་པ་
ཞིག་བྱེད་དགོས། ང་ཚོ་ཆང་མའི་ཁ་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་
བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ལྗན་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་བརྗོད་གྱི་ཡོད། དེ་ལྟར་བརྗོད་པ་ལྟར་
ཁ་ཡོད་ལག་ཡོད་གྱིས་རང་ཉིད་གནས་སའི་འཛམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་གི་མི་རྣམས་
ལ་ཕན་ཐོགས་བྱེད་སྐབར་ན་འགྲིག་པ་རེད། གང་ན་ཐོག་ལ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་
ཅེས་བརྗོད་ཀྱང་། ལག་ལེན་དངོས་གྱི་ཐོག་ཏུ་སྐྱབས་སྐྱབས་རང་ཉིད་གཅིག་
དུའི་དོན་ཏུ་བསམ་སྒོ་བཏང་ན་རྒྱུན་ཡིན་པས་ཡག་པོ་གཏན་ནས་མེད། དེར་
བརྟེན་བྱེད་རང་ཚོས་ང་ཚོ་བོད་པ་ཡིན་ཞེས་འཛམ་གླིང་འདི་དང་འབྲེལ་བ་མེད་
པ་ལྟ་བུའི་བསམ་སྒོ་གཏོང་རྒྱ་མེད། ང་ཚོ་འཛམ་གླིང་འདིའི་ནང་གི་མི་དུང་ལྷུར་
བདུན་ཅུའི་ཆ་ཤས་ཤིག་རེད།

ཅ ༡ ཕྱི་ནང་དབའ་ཡོན་གཉིས་ལྡན་ཞིག་དགོས་སྐྱེལ།

བྱེ་བྲག་ཏུ་བོད་མིར་ཆ་མཆོན་ན། བྱེད་རང་ཚོ་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་
པའི་བོད་པའི་མི་རབས་ཤིག་ཆགས་ཡོད། མ་འོངས་པའི་བོད་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་
ཆགས་མིན་དེ་བྱེད་རང་ཚོའི་ལག་ཏུ་ཡོད། མ་འོངས་པའི་དུས་རབས་ཉེར་
གཅིག་པའི་བོད་དེ་ཡག་པོ་ཞིག་ཡོང་དགོས་ན། ཕྱི་དངོས་པོའི་འཇུགས་སྐྱབ་གྱི་
ཡར་རྒྱས་དགོས་ཀྱང་། གཙོ་བོ་ནང་བསམ་སྒོའི་ཡར་རྒྱས་ཤིག་དེས་བར་དུ་

དགོས་པ་ཡིན། ད་ལྟའི་འཛམ་གླིང་འདིར་བྱི་དངོས་པོའི་ཡར་རྒྱས་ཀྱིས་པོངས་
མེད་ཀྱང་ནང་བསམ་སྒྲའི་ཡར་རྒྱས་ཀྱིས་པོངས་ཡོད། སོ་ནམ་གྲོང་པའི་དཔེ་ལ་
སྟོན། །ཞེས་པ་ལྟར། འཛམ་གླིང་ནང་ཡར་རྒྱས་བྱིན་པའི་ལུང་པ་དེ་དག་ནང་
བསམ་སྒྲའི་ཡར་རྒྱས་ཀྱིས་པོངས་པ་ང་ཚོས་མཐོང་སྐབས། ང་ཚོར་བསམ་སྒྲའི་
ཡར་རྒྱས་ཀྱིས་མ་པོངས་པ་ཞིག་བྱེད་དགོས་ལ། དེ་ལྟར་བྱ་རྒྱུའི་རྒྱ་ཆ་གཙོ་བོ་
དེ་བྱམས་བརྩེར་བྱག་ཡོད།

སྤྱིར་ཆོས་ལུགས་གཙོ་ཆེ་བ་ཆང་མས་བྱམས་བརྩེ་གསུང་གི་ཡོད་ལ།
ཡང་སྒྲོས་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ནས་བྱམས་བརྩེ་ཞེས་པ་དེ་མི་ཁོ་ན་མིན་པར་
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་བྱེད་དགོས་པ་གསུངས་ཡོད། དེ་ཡང་དགོན་མཆོག་
གིས་བཀའ་དང་། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་དགོངས་པ་རེད་ཅེས་བརྗོད་པ་ལྟ་བུ་
མིན་པར་ཞིག་སེན་ར་སྟོད་ཀྱིས་རྒྱ་མཚན་དཔྱིས་བྱིན་པ་བཀོད་ནས་རང་
གཅེས་འཛིན་གྱི་སྟོན་དང་། གཞན་གཅེས་འཛིན་གྱི་སྟན་ཡོད། དེ་བཞིན་ཞེ་སྤང་
གི་ཉེས་དམིགས་དང་། བྱམས་པའི་པན་ཡོན་སོགས་གསུངས་ཡོད།

དེང་སྐབས་སྤྲན་པའི་ཆན་རིག་པས་བརྟག་དབྱེད་བྱས་པའི་བྱུང་དོན་དུ་
བྱམས་བརྩེའི་བསམ་སྒྲའོ་ཡོད་ན་གཞུགས་པོ་བདེ་བ་དང་། ཡང་ཡང་ཁོང་ཁྱོད་དང་
ཕྱག་དོག་ཐོག་གནས་ན་གཞུགས་པོར་གནོད་སྐྱོན་ཆེན་པོ་ཡོད་ཚུལ་བརྗོད་ཀྱི་
འདུག ང་ཚོས་རྒྱ་མཚན་མང་དག་ཅིག་བགྲངས་ཏེ་སེམས་པ་བཟང་པོ་དང་བྲང་
པོ་བྱེད་དགོས་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། རོས་ཀྱིས་ན་ནིང་ཨ་རིའི་ཆན་རིག་པ་ཞིག་
གིས་ཚུལ་ཡིག་གིས་པ་ཞིག་མཐོང་བའི་ནང་མི་རྒྱུན་ཡང་ཡང་ཤོད་མཁན་དེའི་

སེམས་ནང་གཞོན་ལྷགས་ཆེན་པོ་ཡོད་ཅེས་བཀོད་འདུག་པ་དེ་བདེན་པ་རེད།

ངོས་རང་དེ་སྡོན་པོད་དུ་རྒྱ་མི་མཉམ་དུ་སྡོད་སྐབས་རྩལ་ཐན་བུ་ཤོད་
དགོས་ཀྱི་འདུག རྒྱ་མི་དང་ཐུག་ནས་སྐད་ཆ་ཤོད་སྐབས་འགོ་སྡོད་སྡོན་ཆེ་བ་
མེད་ཀྱང། གང་འཆམ་སོང་རྗེས་རྒྱ་མིས་ངོས་ལ་དོགས་པ་བྱེད་རྒྱ་དང་། མཐའ་
མ་ངོས་རང་ཐུག་པར་ཡོང་སྐབས་ཁོང་ཆོའི་ཨམ་སྐག་ནང་མེ་མདའ་བྲལ་མེད་
འབྱེད་ནས་ཐུག་འཕམ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། སྐབས་དེ་དུས་རྩལ་ཐན་བུ་ཤོད་དགོས་ཀྱི་
འདུག སེམས་ལ་མ་བབས་ཀྱང་ཉ་ཅང་ཡག་པོ་འདུག་ཅེས་བརྗོད་དགོས་ཀྱི་
འདུག འོན་ཀྱང་སེམས་ཀྱི་བྱར་ལ་རྩལ་དེ་དག་ག་དུས་རྩལ་རྒྱུ་བ་བཞོལ་ཡོང་སྐྱམ་
སྟེ་མ་སྦྱིད་པ་ཡོང་གི་འདུག བྱེད་རང་ཆོ་སྟོབ་སྐྱག་ནང་ཁལ་རྩལ་ཐན་བུ་རེ་ཤོད་
མཁན་ཉན་ཉན་ཡོང་གི་རེད། རྩལ་ཐན་བུ་བཤད་རྗེས་རའི་རྩལ་རྒྱུ་བ་ག་དུས་དོལ་
ཡོང་བསམ་པ་ལྟ་བུ་བྲན་གྱི་འདུག་གམ། རྩལ་ཤོད་མ་དགོས་པ་བྱུང་ན་ཡག་
ཤོས་རེད། བྱང་པོ་བྱང་བཞག་དང་ཁ་རི་ཁ་ཐུག་བྱས་ཏེ་ཐན་བུ་རྒྱུངས་ལངས་ཏེ་
རྒྱག་རེས་ཤོར་ཡང་རྒྱག་རེས་བརྒྱབ་སྟེ་རྒྱུངས་སངས་རྗེས་འཆམ་པོ་བྱེད་
དགོས། དེ་ལྟར་བྱས་ན་སེམས་པ་སྦྱིད་པ་ཡོད། དེ་མིན་སེམས་ནང་ཁོང་ཁོ་
དང་། དོགས་པ་ཟ་ནའང་ཁ་ནས་གད་མོ་བགད་པ་སོགས་འདྲ་ཆགས་ཐོག་བསྟན་
ཀྱང་སྦྱིད་པ་གཉན་ནས་མེད།

ཆ། བྱང་བདེན་དང་། ཀྱང་བྲན་གྱི་དགེ་སྦྱོན།

བྱི་ལོ་༡༩༥༩ ཟླ་ ༩ པའི་ནང་ངོས་རང་རྒྱ་གར་དུ་སྐྱབས་ཤིང་། དེ་ནས་

བཟུང་རྒྱལ་བཤད་མི་དགོས་པའི་བཅེངས་བཤོལ་ཐོབ་བྱུང་ཞེས་སྤྱིར་བཏང་ངོས་
ཀྱིས་རྒྱ་མི་སྤྱག་སྐབས་བཟོད་ཀྱི་ཡོད། བྱང་པོ་བྱང་བཞག་དང་ཁ་རི་ཁ་སྤྱག་ངང་
ནས་ང་ཆོ་མི་གཅིག་གྱུར་ཡིན་བསམས་པ་བྱེད་དགོས། ངོས་ཀྱིས་ནམ་རྒྱལ་མི་
གཅིག་ལ་སྐད་ཆ་བཤད་པ་དང་། མི་ཁྱིལ་མང་པོར་སྐད་ཆ་བཤད་པ་དེ་དག་
རང་ཉིད་ཀྱི་ངོས་ནས་གཅིག་པ་ཡིན་བསམས་པ་ལས། དེ་རིང་ངོས་ནས་མི་སྣང་
སྤྱག་དང་ཁྱི་སྤྱག་ལ་སྐད་ཆ་འོད་དགོས་སྐྱམ་སྤྱེ་དམིགས་བསལ་གྱི་བྲ་སྤྱིག་
གང་ཡང་བྱེད་ཀྱི་མེད། གང་ཞིག་བྱ་བ་དེ་འོད་པ་དང་། ཅེད་མོ་དང་བསྐྱལ་
བཤེག་སྤོང་བཞིན་དུ་བཟོད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལྟར་བྱས་ན་སེམས་སྦྱིད་པ་འདུག དེ་
ཡང་ངོས་རང་གི་ཉམས་སྤོང་ཐོག་ནས་རང་ཉིད་གལ་ཆེན་པོ་དང་། ཅ་ཆེན་པོ་ཇི་
ཅམ་བྱས་པ་དེའི་ཆོད་ཀྱིས་སེམས་ནང་དངངས་སྐྱག་དང་མ་བདེ་བའི་གཞོན་
ལྷགས་སྤེལས་པ་དང་། བྱང་པོ་བྱང་བཞག་དང་བྱི་གསལ་ནང་གསལ་བྱས་ན།
རང་ཉིད་ཀྱི་སེམས་ནང་བཅེངས་པ་ལྟ་བུ་མི་བདེ་བའི་རིགས་དང་། དེ་བཞིན་
སེམས་ལ་དངངས་སྐྱག་ཀྱང་ཡོང་གི་མི་འདུག དེར་བརྟེན་ཐང་ཆད་རྒྱུར་ཡང་
ཁྱད་པར་ཆེན་པོ་འདུག

གོང་ཞུས་ལྟར་རྒྱ་མི་དང་བྱི་རྒྱལ་གྱི་དཔོན་རིགས་སྤྱག་འཕྲད་བྱེད་
སྐབས། སྐད་ཆ་གསང་པོ་དེ་ཅམ་མི་བྱེད་པར་རྒྱུག་པོའི་ཐོག་སྤྲོད་
སྐབས་སྐར་མ་གཅིག་གཉིས་ཡིན་ནའང་དཀའ་ལས་ཁག་སྤྲང་དང་། ད་ཆར་ན་
ཡག་པོ་ཡོང་བ་འདུག་བསམ་པ་ཡོང་གི་འདུག མི་དང་མི་སྤྱག་པའི་ནམ་འགྱུར་
ཞིག་དང་ཆོར་བ་ཞིག་ཡོད་ན། དཀའ་ལས་ཁག་སྤྲང་མི་ཡོང་བ་སོགས་ཀྱི་དགོ་

མཚན་ཡོད།

ཨ་རིའི་སྲིད་འཛིན་བྱུང་བ་སྤྱི་ལུ་ལྟ་བུར་མཚོན་ན་མི་ཡི་རིམ་པའི་ཐོག་ནས་བཤད་ན་མི་ཉ་ཅང་ཡག་པོ་ཞིག་རེད་འདུག ཁ་རི་ཁ་སྤྱག་སྤྱི་གསལ་ནང་གསལ་ལམ་སང་འབྲིས་ཚོག་ཚོག་ལྟ་བུ་ཉ་ཅང་ཡག་པོ་ཞིག་ཡོད། ཡང་དཔོན་རིགས་འགའ་ཞིག་སྐམ་པོ་དང་སྐམ་པོ་བྱེད་སྐབས་དེ་དག་ལ་ཁྱད་པར་ཡོད། ལྷག་པོ་བྱས་ནས་སྡོད་སྐབས་ཚུ་ཆོད་གཉིས་གསུམ་མཉམ་དུ་བསྐྱད་ཀྱང་སེམས་ནང་ཆ་འོབ་འོབ་ཀྱི་སྤང་བ་ལྟ་བུ་གང་ཡང་མེད།

དེར་བརྟེན་རང་ཉིད་སྐར་ཀྱི་མི་ཆེ་སྤྱེལ་རྒྱུར་ཡང་ཡ་རབས་ཀྱི་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པ་དང་། ཡ་རབས་ཀྱི་ཆ་རྒྱུན་གཙོ་བོ་ནི་བྱང་བདེན་ཡིན། བྱང་བདེན་ཡོང་བར་གཞན་ལ་དོགས་པ་ནམ་རྟོག་མི་བྱེད་པར་ཡིད་ཆེས་སྒོས་འགའ་བྱེད་དགོས། སྤྱི་གསལ་ནང་གསལ་བྱས་ན་ཕན་ཚུན་ཡིད་ཆེས་སྤེབས་ཤིང་། མི་ཡ་རབས་ཀྱི་གསུ་སྤྱུ་ཚུད་པ་ཡིན། ཡང་རྒྱན་ཤོད་པ་དང་། སྤྱབ་ཆོད་གཏོང་བ། མགོ་བདེ་བྱ་འབྲུལ་བྱས་ན་མི་མ་རབས་ཆགས་པ་དང་། མཐའ་མ་རང་ཉིད་ཀྱང་སྤྱིད་པ་གང་ཡང་མེད།

ཁྱི་དང་ཞི་མིར་མཚོན་ནའང་། མ་རབས་བྱས་ན་དེ་དག་གིས་དགའ་པོ་མི་བྱེད་ལ། ཡ་རབས་དང་བྱམས་པོ་བྱས་ན་དེ་དག་གིས་ཀྱང་དགའ་པོ་བྱེད་པ་ཆོས་ཉིད་ཡིན། ཡ་རབས་དང་མ་རབས་ཞེས་པ་ནི་ཆོས་ཀྱི་སྐྱད་ཆ་མིན་པར་རང་ཉིད་ཀྱི་མི་ཆེ་བདེ་སྤྱད་ལྟར་པ་ཞིག་དང་། རང་ཉིད་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་སྡོད་རིང་ཡ་རབས་བྱེད་དགོས་པ་དང་། ཡ་རབས་བྱས་ན་ཕན་ཚུན་འཆམ་མཐུན་

ཡོང་བ་དང་། གུན་དང་གྲོགས་པོ་ཆགས་ཏེ་དངོས་གནས་མི་ཆེ་སྤྱིད་པ་ཡོང་བ་
ཡིན།

རང་ཉིད་ཀྱི་བདེ་སྤྱུག་གཞན་ལ་བརྟེན་ཡོད་ཅིང་། བརྟེན་སའི་ཡུལ་དེར་
དོགས་པ་བྱས་ནས་བསྐྱད་ན་སྤྱིད་པོ་ཡོང་བ་བས་མེད། གྲུང་ཁན་རིང་ལུགས་ཀྱི་
སྤྱོན་ཆེ་ལོས་དེ་རང་རེད། མ་ཁེ་སི་རིང་ལུགས་རང་ལ་ཆ་མཚོན་ན་དངོས་
གནས་ཡག་པོ་ཡོད། མའོ་ཅེ་ཏུང་སོགས་ཀྱི་ཐོག་མའི་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་སྐྱངས་
དང་། དཀའ་ལས་རྒྱག་སྐྱངས་སོགས་དངོས་གནས་ཡག་པོ་ཡོད། སྐབས་དེར་
ངོས་རང་ཡིད་དབང་འཕྲོགས་ནས་སྤྱི་ཆོགས་རིང་ལུགས་ལ་ད་ལྟའང་ཡིད་ཆེས་
བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༩-༡༩༥༥ ལོར་པེ་ཅིང་རང་ལ་ཁྲ་བ་ལྷ་བྱུག་ཅམ་བསྐྱད་པ་
དང་། དེ་རྗེས་ཀྱི་ཁྲ་གས་རིང་ལྷ་སྒོར་དུ་བསྐྱོད་ཅིང་། སྐབས་དེར་སྤྱི་ཆོགས་
རིང་ལུགས་ཀྱི་ལྷ་སྤྱོད་ནི་དངོས་གནས་སྤྱི་སེམས་དང་། གཞན་པན་ཀྱི་བསམ་
སྒྲོའི་ཐོག་ནས་ཡོང་བ་ཞིག་དང་། མ་ཅའི་རིང་ལུགས་ཞེས་པ་ནི། རང་ཉིད་ཀྱི་ཁེ་
པན་དང་དུལ་ཀྱི་ཐོག་ཏུ་འགྲོ་བ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དེར་བརྟེན་སྤྱི་ཆོགས་རིང་
ལུགས་ལ་ཡིད་དབང་འཕྲོགས་ནས་པེ་ཅིང་དུ་ཡོད་སྐབས་ངོས་རང་གྲུང་ཁན་
ཏང་ལ་འཇུག་ཀྱི་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་པར་ལམ་སངས་མེད་མེལ་འཇུག་བྱ་རྒྱུ་མེད་ཅེས་
བརྗོད་ཀྱི་འདུག སྐབས་དེའི་རྒྱ་ནག་གི་ལས་བྱེད་པའི་གས་ནམས་ལ་མའོན་
ཤེས་ཡོད་པ་ལྷ་བྱ་རེད་འདུག སྐབས་དེར་གྲུང་ཁན་ཏང་ནང་འཇུག་ཀྱང་རྗེས་སུ་
གྲུང་ཁན་ཏང་ཏ་ཅང་བརྩོག་པ་ཆགས་རྒྱུ་ཡིན་པ་ཐག་ཆོད་པ་ཡིན། དེ་རྗེས་གྲུང་

ཁོ་ཉང་ནས་དོན་མ་ཤེས་པར་སྡོད་དགོས་པའི་ཉེན་ཁ་ཡོད།

འོན་ཀྱང་ཐོག་མའི་ལྷག་བསམ་དང་། གསར་བརྗེའི་བསམ་སྒྲོ་འབྱེད་ནས་དངོས་གནས་རང་དོན་མི་སེམས་པར་ལྷག་བསམ་རྣམ་དག་གིས་གཙོ་བོ་མང་ཆོག་ས་དང་། དེའི་ནང་ནས་དབྱེ་ཤིངས་ངལ་རྩལ་མི་དམངས་དང་། སྤྱག་བོ་དང་བཤུ་གཞོག་སྤྱོད་མཁན་དེ་དག་ལ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་གི་ཡོད། དེ་ནི་སྐབས་ཆེན་ཞིག་ཡིན། འོན་ཀྱང་དེ་རྗེས་རིམ་བཞིན་རྗེ་ཞན་རྗེ་སྤྱག་ཏུ་བྱིན་པ་མ་ཟད། མཐའ་མ་རང་གཅེས་འཛིན་དང་། རང་བདེ་དོན་གཉིས། རང་གི་དབང་ཆ་དང་དཔལ་འབྱོར། རང་ཉིད་ཀྱི་མིང་དང་ཁེ་དབང་འབའ་ཞིག་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་སྐབས་རུལ་འགོ་གི་ཡོད། གང་ལྟར་གྲུང་ཁོང་གི་ཙ་བའི་བསམ་སྒྲོ་དེ་མར་ཁེ་སིའི་ལྷ་བའི་ཐོག་ནས་བཤད་ན་དངོས་གནས་ཡག་པོ་ཡོད།

དེ། བྱམས་བཞེད་རི་རི་ག་གཞུང་དང་། རིགས་ལམ་གྱི་ཡེ་གས་སྦྱིས།

གང་ལྟར་ཁྱེད་རང་ཆོ་མི་སེམས་བཟང་ཅན་ཞིག་དང་། ཡ་རབས་བཟང་སྡོད་ལྷན་པ་ཞིག་ལྟར་ན། རང་ཉིད་སྒྲེར་ལ་བན་བ་དང་། བོད་མི་རིགས་སྤྱི་ལའང་ཁ་སང་ཁྱས་པ་ལྟར། བོད་ལ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་དར་བ་ནས་བཟུང་བྱམས་བཅེ་ཞེས་པའི་ལྷ་སྤྱབ་དེ་ཉིད་ཁྱབ་བཤལ་དུ་བྱིན་རྗེས་སལ་ཆེར་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་གོམས་གཤེས་ལའང་འགྱུར་བ་བྱིན་ཡོད། སལ་ཆེར་ར་ཆོ་བོད་པའི་སྤུ་གྲུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཞིག་ཡིན་ནའང་། འབྲུ་ཞིག་བསད་ཀྱང་ཉེས་པ་ཡོད་ཅེས་སྟོག་གཙོད་ལ་འཛེས་པ་དང་། དེ་ལྟ་བུའི་བག་ཆགས་མེད་པའི་མི་གན་བ་རྣམས་ནི་ཁ་སང་

ཞུས་པ་ལྟར་བྱ་དེ་སོགས་ལ་བརྟེན་པ་གཏན་ནས་མེད་པ་ལྟ་བུ་ཏུ་ཅང་ཐབས་སྒྲི་
པོ་ཞིག་འདུག དེ་དག་ལ་ཟས་རིགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་ལས་ཆེ་སྒོག་གི་རིན་ཐང་
དང་། སྤྱིང་རྗེའི་བསམ་པ་གཏན་ནས་མེད། ང་ཆོ་བོད་པ་ཞིག་ཡིན་ན་འགྲུལ་
བསྒྲིང་བྱེད་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན་སྤྱིང་རྗེ་ཞེས་བརྗོད་སྒོལ་ཡོད།

དེས་ན་ངོས་ནས་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་འདི་བྱམས་བརྟེན་རིག་གཞུང་ཞིག་
རེད་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། བྱམས་བརྟེན་རིག་གཞུང་ཡིན་སྟབས། འཆོ་བ་མེད་
པའི་རིག་གཞུང་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དངོས་གནས་འཛམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་
དམིགས་དཔེ་སྟོན་སྟབས་པ་ཞིག་དང་། བན་ཐོགས་བྱེད་སྟབས་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད།

དེས་ན་སློབ་མ་ཁྱེད་རང་ཆོའི་མི་ཆེ་དེ་བཟང་པོ་ཞིག་བསྐྱུལ་ན་བོད་མི་
རིགས་ཀྱི་ཞབས་འདེགས་སྟབས་སྟབས་པ་ཞིག་དང་། བོད་མི་རིགས་ཀྱི་རིག་གནས་
དང་པོ་མས་གཤེས་བཟང་པོ་རྣམས་ཀྱང་འཛམ་གླིང་ཐོག་སྟོན་སྟབས་པ། གཞན་ལ་
དམིགས་དཔེ་བསྟན་ནས་འཛམ་གླིང་གཞན་དང་གཞན་ལ་འང་རིམ་བཞིན་དེའི་
དམིགས་སྟོས་ཡོང་སྟབས་པའི་རེ་བ་ཡོད།

སྤྱི་ཤེས་རིག་ཆོགས་ཆེན་འཆོགས་སྐབས་ང་ཆོའི་ཤེས་ཡོན་སློབ་
སྒྲིང་སྒྲིང་ཐབས་དང་། རིགས་ལམ་སློབ་གཉེར་གྱི་ལམ་སློབ་རྣམས་རིམ་བཞིན་
འཛམ་གླིང་སྤྱིའི་སློབ་སྒྲིང་གི་ནང་དུ་ལེགས་སྦྱེས་སྟབས་སྟབས་པའི་རེ་བ་ཡོད་ཅེས་
བརྗོད་རྒྱ་བྱུང་ལ། སྤྱི་ལོ་ཆོན་རིག་ཆོགས་འདུའི་སྐབས་སུ་འང་ཆོན་རིག་པ་ཞིག་
གིས་ཁྱེད་རང་ཆོའི་སློབ་སྒྲིང་སྒྲིང་སྤྱངས་དེ་རྒྱ་མཚན་བཞོད་ཅིང་། རིགས་ལམ་
ཀྱི་ཐོག་ནས་སློབ་སྒྲིང་སྒྲིང་བ་རྣམས་འཛམ་གླིང་གི་སློབ་ཆོན་གཞན་གྱི་ནང་དུ་

འཁྲེང་ཐུབ་ཀྱི་མ་རེད་དམ་ཞེས་སྐད་ཆ་དེས་བྱུང་། ཁོང་ཚན་རིག་པ་ཤེས་ཡོན་
ཅན་ཞིག་ཡིན་པས། དེ་དག་ལ་གཞི་ནས་དོ་སྣང་ཡོང་གི་འདུག།

དེ་བཞིན་འདི་ལོར་འབྲས་སྤྱངས་སུ་ཚན་རིག་ཚོགས་འདུའི་སྐབས་ཚན་
རིག་པ་བཅུ་གངས་ཤིག་ཡོད་པའི་ཁོད་ནས་སྤར་ཚན་རིག་ཚོགས་འདུར་ཡོང་
མྱོང་མེད་པའི་ཨ་རི་ནས་ཡིན་པའི་ཚན་རིག་པ་གསར་པ་ཞིག་ཡོད་ལ། ཚན་
རིག་ཚོགས་འདུའི་སྐབས་འཇར་དགུན་ཚོས་ཀྱི་ཉིན་མཐའ་མ་འཁེལ་ཞིང་། ཚོས་
རར་ཚན་རིག་པ་རྣམས་ལྟ་སྐོར་ལ་འབྲིད་པ་དང་། རེས་སུ་ང་ཚོ་ཐུག་འཕྲད་བྱུང་
སྐབས་ཚན་རིག་པ་རྣམས་དབྱིངས་འཕར་བ་དང་། ཉགས་གསལ་གཏོང་ལུགས་
དང་། ཉགས་གསལ་གྱི་ནང་དོན་སྐད་སྒྱུར་གྱིས་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་རེས་ཀྱི་ཆེ་ལ་
གཏོང་ཐབས་བ་དང་། དེ་ཡང་རིགས་པའི་ལམ་ནས་བརྟུན་ཤིང་མཁས་པ་སོགས་ཏ་
ཅང་ཡག་པོ་འདུག་ཅེས་དགའ་མོས་ཆེན་པོ་བྱེད་པ་མ་ཟད། ཚན་རིག་པ་རྣམས་
ཡིད་དབང་ཡོངས་སུ་འཕྲོགས་འདུག། སྤྱིར་བཏང་གི་སློབ་གྲྭ་ཞིག་ཏུ་བསྐྱོད་ན་
སློབ་སྦྱོང་ཡག་པོ་དང་། ཚགས་ཚུད་པོ་འདུག་ཅེས་པ་དེ་ཙམ་བརྗོད་པ་ཞིག་
ལས། དམིགས་བསལ་གྱི་བསྐྱོད་བསྐྱུགས་བྱ་རྒྱ་མེད་ཀྱང་། བྲ་སའི་གནས་ཚུལ་
ཤེས་རྟོགས་བྱུང་རེས་ཏ་ལས་པའི་དགའ་མོས་བྱེད་ཀྱི་འདུག། དེ་རེས་ང་ཚོ་ཚན་
རིག་ཚོགས་འདུ་འཚོགས་སྐབས། ཚན་རིག་པའི་ཁོད་དུ་གཟུགས་པོ་རིང་པོ་
ཞིག་ཡོད་པ་ཁོང་གིས། ཚན་རིག་པ་ནང་ཁུལ་དུ་བཟོ་སྐྱེད་བྱེད་སྐབས་ཀྱང་
ཉགས་གསལ་གཏོང་སྤངས་ལ་དབྱིངས་བཞུགས་པ་དང་། ཉམས་དང་བཅས་ཏེ་
ལག་པ་བརྟུན་ནས་བཟོ་སྐྱེད་བྱེད་ཀྱི་འདུག། ཚན་རིག་པ་དེ་དག་གིས་ཏ་ཅང་

དགའ་མོས་བྱེད་ཀྱི་འདུག་པས། དེ་དག་ནི་ང་ཆོ་བོད་པའི་གཟི་བུ་ཡིན།

༩༽ དཔལ་ལྷ་ལེ་ཐུའི་ཆོས་བརྒྱད་དང་། བོད་ཀྱི་རྣམ་ཡིག་

ཡང་རི་མོ་དང་ལོ་རྒྱུས་འབྲེམ་ཁན་ལོ་ཤིང་རིགས་ཤིང་ཡོན་ཅན་ཞིག་
ཡོད་པ་ཁོང་ཐེངས་ཁ་ཤས་སྤྱད་སྤྱོད་ཡོད་ཅིང། ཁོང་རང་ཉིད་བཙོན་ཁང་ནང་
དུས་ཡུན་གང་འཆམ་བསྐྱོད་སྤྱོད་བཞིན་འདུག་པེ། ཐེངས་གཅིག་ང་གཉིས་ཆ་སར་
སྤྱད་འཕྲད་ཆེད་ཁོང་རང་རྒྱ་གར་དུ་སླེབས་ཤིང། སྐབས་དེར་བཤའ་བྲུ་ཁག་གི་
སློབ་གཉེར་བྱེད་སྐབས་མཐོང་མོས་བྱུང་སྟེ། ལྷ་ལེ་ཐུ་མས་བོད་གངས་ཅན་གྱི་
ཆོས་དེ་དབལ་ལྷ་ལེ་ཐུའི་ཆོས་བརྒྱད་དེ་མེ་འོ་སྤྱོད་ལྷ་ག་རིང་འཆད་ཅོད་ཅོམ་གསུམ་གྱི་ཐོག་
ནས་འཛིན་སྤྱོད་སློབ་གསུམ་བྱེད་ལུགས་ད་ལན་དངོས་སུ་མཐོང་བྱུང་ཞེས་
བརྗོད་ཀྱི་འདུག ང་ཚོའི་སློབ་གཉེར་བྱེད་སྐབས་ལ་ཁོང་ཚོའི་རིགས་མང་པོ་ཞིག་
ཏུ་ལས་འགྲོ་གི་འདུག

དགེ་བཤེས་དམ་བཅའ་བཞག་པར་ལོ་ངོ་ཉི་ཤུ་ལྷ་ག་རིང་གཞུང་ལུགས་
ཁག་ལ་སློབ་གཉེར་བྱེད་དགོས་པ་དང་། སྤར་བོད་དུ་བྲུ་ཆོག་མཆོད་པོ་ཡིན་
སྐབས་ལོ་ངོ་སྤུམ་ཅུ་ལྷ་ག་ཅམ་རིང་སློབ་གཉེར་བྱེད་སློབ་ཡོད་ལ། དེར་སྐབས་
ཀྱང་ལོ་ངོ་ཉི་ཤུ་ཅ་གངས་རིང་སློབ་གཉེར་བྱེད་བཞིན་ཡོད། དཔེར་ན་ལ་དྲགས་
སོགས་ནས་ཡོང་བའི་བྲུ་རྒྱུན་པལ་མོ་ཆེ་རྣམས་ཀྱང་ལོ་ངོ་ཉི་ཤུ་གཉིས་དང་ཉི་ཤུ་
གསུམ་ཅམ་རིང་སློབ་གཉེར་བྱས་པ་ཤིག་སྤྱད་པེ་འདུག དུས་ཡུན་དེ་དག་རིང་

མགོ་ཁ་དོག་དཀར་དམར་ནས་བཟུང་མཐུག་མཛོད་འདུལ་བར་འདི་ལྟར་དུ་སློབ་གཉེར་བྱས་ནས་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། དེར་བརྟེན་སློབ་གཟུ་བོར་གནས་པའི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་དམིགས་བསལ་གྱི་དོ་སྣང་དང་ཉ་ཅང་དགའ་མོས་བྱེད་བཞིན་འདུག དེ་ནི་ང་ཚོ་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་སློབས་པ་སྐྱེ་འོས་པ་ཞིག་རེད་འདུག

སློབ་སྦྱང་དེ་དག་ཀྱང་བོད་སྐད་ཀྱི་ཐོག་ནས་བྱེད་བཞིན་པ་སྟེ། སྐད་སྐད་ཀྱི་ཆོ་ག་གཏོང་སྐབས་ལེགས་སྦྱར་གྱི་སྐད་རེ་རྒྱང་ཡོད་པ་ལས། དེ་མིན་བོད་སྐད་ཁོ་ནའི་ཐོག་ནས་རང་མགོ་ཡོངས་སུ་ཐོན་ནས་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། དེར་སྐབས་ནང་ཆོས་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་མཁན་གྱི་ཕྱི་རྒྱལ་ལུལ་གྱུ་ཁག་གི་མི་རིགས་རྣམས་ནས་བོད་ཡིག་དང་བོད་སྐད་ལ་དོ་སྣང་ཆེན་པོ་བྱེད་བཞིན་ཡོད། དེ་ནི་བར་སྐབས་བྱུང་བ་ཞིག་མིན་པར་མཁས་པའི་རིགས་རྣམས་ལོ་ངོ་བཞི་བཅུ་ལྔ་བཅུའི་གོང་ནས་དོ་སྣང་བྱེད་པ་དང་། དེ་ཡང་དཔེ་ཆ་སྦྱར་མཁན་རྣམས་ནང་པའི་བསྟན་བཅོས་རྒྱ་ཡིག་ཏུ་བསྒྱུར་བ་དང་། བོད་ཡིག་ཏུ་བསྒྱུར་བ་པན་ཚུན་བསྒྱུར་ཆེ་བོད་ཡིག་ཐོག་བསྒྱུར་བ་རྣམས་གོ་བ་གསལ་ཞིང་། ལེགས་སྦྱར་གྱི་གཞུང་དང་མཐུན་པ། སྦྱར་གཞན་ལས་ལེགས་པ་འདུག་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་འདུག དཔེར་ན། ཤེས་རབ་སྙིང་པོར་མཆོན་ན། རྒྱ་གར་ནས་རྒྱ་ནག་ཏུ་དར་བ་དང་། རྒྱ་ནག་བརྒྱུད་ནས་ཉི་ཨོང་དང་། ཞོ་རི་ཡ། ཨི་ཏི་ནམ་སོགས་སུ་དར་བྱུང་བྱུང་ཞིང་། དེ་དག་ཆང་མས་ཤེས་རབ་སྙིང་པོ་འདོན་བཞིན་ཡོད། རྒྱ་ཡིག་གི་ཐོག་ཏུ་ཡོད་པའི་ཤེས་རབ་སྙིང་པོ་དེར། བྱུང་པོ་ལྔ་པོ་དེ་དག་ཀྱང་རང་བཞིན་གྱིས་སྦྱོང་བ་རྣམས་པར་ལྟོ། །ཞེས་པའི་ཀྱང་སྒྲ་དེ་མེད། བོད་ཡིག་གི་ཤེས་རབ་སྙིང་པོར། བྱུང་པོ་

ལྷ་པོ་དེ་དག་ཀྱང་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་བ་རྣམ་པར་ལྟོལ། ཞེས་པའི་ཀྱང་སྐྱ་དེ་
ཡོད། ལེགས་སྦྱར་གྱི་རྩ་བའི་གཞུང་གི་ནང་དུ་འདྲ་ཀྱང་སྐྱ་དེ་ཡོད། རྒྱ་ཡིག་གི་
ནང་དུ་ཀྱང་སྐྱ་མེད་སྦྲུབས། དེ་སྤྱོད་ལོ་རྒྱུད་སྦྲུག་གི་གོང་རོལ་ནས་བོད་དུ་ནང་
ཆོས་མ་དར་བའི་སྤྱོད་ལོ་ནས་རྒྱ་ནག་ལ་ནང་ཆོས་དར་ཐོན་པས། སལ་ཆེར་ལོ་
རྒྱུད་སྦྲུག་གཉིས་ཙམ་གྱི་གོང་ནས་རྒྱ་ནག་ལ་ནང་ཆོས་དར་ཡོད་པ་བརྗོད་
ཆོག་པ་ཡིན། སྤང་པོ་ལྷ་པོ་དེ་དག་ཀྱང་། ཞེས་པའི་ཀྱང་སྐྱ་མེད་པར་སྤང་པོ་ལྷ་
པོ་དེ་དག་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་བ་རྣམ་པར་ལྟོལ་ཞེས་དེ་རང་འདོན་ནས་ལོ་རྒྱུད་
སྟོང་སྦྲུག་རིང་བསྟན་ཡོད། ཀྱང་སྐྱའི་ཆོག་དེ་གཞན་འགག་ཏུ་ཅང་ཆེན་པོ་
ཆགས་ཡོད། སྤང་པོ་ལྷ་པོ་དེ་དག་ཀྱང་། ཞེས་བརྗོད་སྐབས་སྤྱོད་པ་གཅིག་ནས་
གང་ཟག་རང་བཞིན་གྱིས་མ་སྤྱབ་པ་མ་ཟད། གང་ཟག་གང་དུ་འདོགས་པའི་གཞི་
སྤང་སོགས་ཀྱང་རང་བཞིན་གྱིས་མ་སྤྱབ་པ་རེད་ཅེས་གོ་ཡོང་གི་ཡོད།

ཡང་གོ་དོན་གཞན་ཞིག་སྟེ། འཁོར་ལོའི་དང་པོའི་སྐབས་སུ་གང་ཟག་
བདག་མེད་གསུངས་པ་ལས་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་གསུངས་མེད། འཁོར་ལོ་དང་
པོའི་སྐབས་སུ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་གསུངས་པ་མ་ཟད། འཁོར་ལོ་བར་པའི་
སྐབས་སུ་སྤང་པོ་ལྷ་པོ་དེ་དག་ཀྱང་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པར་གསུང་གི་ཡོད་
ཅེས་པའི་ཆོག་དེར་རྒྱས་པ་ཏུ་ཅང་ཆེན་པོ་ཡོད། དེ་ལྟ་སྤྱི་རྒྱས་པ་ཡོད་པའི་
ཀྱང་སྐྱའི་ཆོག་དེ་བོད་ཡིག་ནང་དུ་མ་གཏོགས་རྒྱ་ཡིག་གི་ཤེས་རབ་སྟོང་པའི་
ནང་མེད། འདི་ལྟར་དབྱེད་ཞིབ་དང་བསམ་སྒྲོལ་བཏང་ན་ཡིག་འབྲུག་གཅིག་ཡིན་
ནའང་། དོན་གྱི་ཆ་ལ་བྱུང་པར་ཏུ་ཅང་ཆེན་པོ་ཡོད།

དེས་ན་ང་ཚོ་བོད་སྐད་ཐོག་བསྐྱར་བའི་གཞུང་ལུགས་རྣམས་ཏ་ཅང་གཉིང་ཟབ་པོ་སོགས་དངོས་གནས་ཏ་ལས་དགོས་པ་ཞིག་རེད། དེ་ནི་ང་ཚོ་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་སློབས་པ་བྱེད་ལོས་པ་ཞིག་དང་། རང་ཉིད་ཀྱི་སྐད་འདི་ལྟ་བུའི་སྐྱུ་ལོ་ཡོད་པ་མཆོན་སྐབ་པ་ཞིག་ཡིན། བོད་པའི་ཆོས་དང་རིག་གཞུང་ལ་དོ་སྣང་དེ་ཅམ་མེད་ན། བོད་རིགས་ཡིན་ཀྱང་དབྱིན་ཇི་ཁོ་ནར་དབྱིངས་བཞུགས་པ་དང་། དབྱིན་ཇིའི་དེབ་ནང་ཡོད་པ་རྣམས་ལ་ངོ་མཆར་སྐྱེས་པ་ལས། རང་གི་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཐོག་ཡོད་པའི་གཞུང་བཟང་ལ་དོ་སྣང་མ་བྱས་པར། དེར་སྐབས་རྒྱ་བོགས་པའི་ཤེས་ཡོན་ཅན་དང་། ཆོན་རིག་པ་སྟན་འགས་ཅན་གྱི་ཁྱོད་ནས་ཀྱང་དོ་སྣང་བྱེད་པའི་རིག་གཞུང་རྣམས་རིན་ཐང་ལ་མི་བརྩི་བར་རྗེས་ལུས་ལྟ་བུར་ངོས་འཛིན་བྱེད་བཞིན་ཡོད། དེར་ཁག་མེད།

༡༽ དགོན་ལྷེ་རྣམས་སློབ་གཉེར་ཁང་ཏུ་སྐྱར་བའས།

ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ཆོས་ཞེས་བརྗོད་སྐབས་ཞབས་བརྟན་སྐབ་པ་དང་། འདོན་པ་བརྟན་པ། སྐྱུ་ལོས་ཤིག་ནི་རྩ་བ་དུང། སྐབ་དགོལ། འཆམ་འཁྲབ་པ་ལྟ་བུ་དང་། འཆམ་གྱི་འབག་ཀྱང་ནི་འུ་ཇི་ལ་ན་ཇི་ (New Zealand) དང་། ཨོ་སི་གི་ལི་ཡ། (Australia) དེ་བཞིན་ཨིན་ཏུ་ནི་ཤི་ཡ། (Indonesia) ཨམ་ཕི་རི་ཀ་ (Africa) སོགས་སུ་འདྲུང་མཆར་དེ་རིགས་གྲོན་པ་ལྟ་བུ་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་བཞིན་ང་ཚོའི་འབག་རྣམས་ཀྱང་དེ་དག་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་མི་སྲིད་པ་ཨེ་ཡིན་སྟེ། དེ་རིགས་ནི་གཞི་བརྗོད་ཆེ་བ་ལྟ་བུ་གང་ཡང་མེད།

དཔལ་རྒྱ་ལེ་རྒྱའི་གཙུག་ལག་ཁང་ཆེན་པོའི་ནང་འཆམ་འཁབ་པ་ལྟ་བུ་སྒོ་
རོར་གཏན་ནས་འཆར་གྱི་མི་འདུག དེ་ཡང་དཔལ་རྒྱ་ལེ་རྒྱའི་མགོན་པོ་སྐུ་སྐྱབ་
སོགས་བཞུགས་གྲལ་བསྐྱེགས་ནས་མགོན་པོ་སྐུ་སྐྱབ་ཀྱིས་ཁ་མ་རུ་དཀོལ་བ་
དང་། ཡུ་དེ་བས་སྐྱབ་དཀོལ། སྒོ་བ་དཔོན་སངས་རྒྱལ་བསྐྱངས་ཀྱིས་རྩ་ཆེན་
པོ་ཞིག་བརྟུང་བ་ལྟ་བུ་སྒོ་རོར་གཏན་ནས་འཆར་གྱི་མི་འདུག

པོད་ཀྱི་དཔོན་པ་ཞེས་བརྗོད་སྐབས། རྩ་ཆེན་བརྟུང་བའི་ལྷིང་སྒྲ་དང་
བཅས་པའི་རྣམ་པ་ཞིག་སྒོ་རོར་འཆར་གྱི་ཡོད། དེ་ནི་ཡག་ཏུགས་ཡིན་མིན་ལ་
བསམ་སྒོ་བཏང་ན། གཟབ་གཟབ་མ་བྱས་ན་ནི་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་སྐྱབས་ཀྱི་ཡོད།
སྒྲ་ལོ་ངོས་ནས་ལ་དྲགས་སུ་དེའི་སྒྲོར་བརྗོད་རྒྱ་བྱུང་། དཔོན་པ་རྣམས་ཀྱིས་རི་
ལྷོང་བྱེད་དགོས་སམ་ཞེ་ན། དཔོན་པ་ཞེས་པའི་མིང་ཆོག་འདི་མིའི་རྣ་བར་ཐོས་
མ་ཐག་དེ་ནི་སྒོ་བ་གཉེར་ཁང་ཡིན་བསམ་པ་སྒོ་རོར་འཆར་བ་ཞིག་དགོས་པ་
ལས། དཔོན་པ་ཞེས་བརྗོད་མ་ཐག་སྒོ་རོར་དགེ་འདུན་པ་གང་འཆམ་ཞིག་
ཆོགས་འཆོགས་པ་དང་། མང་འབྱེད་བཞེས་པ་དང་། ཞལ་འདོན་གནང་ནས་
བཞུགས་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ང་ཆོའི་སྒོ་རོར་འཆར་གྱི་ཡོད།

པོན་ཀྱང་། འབྲས་སྐྱངས་ཞེས་བརྗོད་སྐབས་ལམ་སེང་སྒོ་བ་གཉེར་ཁང་
ཞིག་ཡིན་པ་སྒོ་རོར་འཆར་གྱི་ཡོད། དེ་བཞིན་གདན་ས་སེ་འབྲས་དགའ་གསུམ་
ཀྱིས་མཆོན་བཤད་བྲལ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་མིང་ཐོས་མ་ཐག་སྒོ་བ་གཉེར་ཁང་ཡིན་པ་
ཞིག་སྒོ་རོར་འཆར་གྱི་ཡོད། དེས་སུ་མ་ཆད་པའི་དཔོན་སྡེ་འམ་ཆོས་སྐྱར་ཁག་
ཆང་མ་སྒོ་བ་གཉེར་ཡོད་པ་ཞིག་དང་། དེམ་བཞིན་སྐྱེ་ཆོགས་ཐོག་དཔོན་པ་དེ་

དང་དེའི་མིང་ཐོས་མ་ཐག་དེ་ནི་སློབ་གཉེར་ཁང་ཞིག་ཡིན་སྟེ་ཕ་དང་། དངོས་གནས་སློབ་གཉེར་བྱ་འདོད་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ན་དེ་དག་ལ་འགྲོ་དགོས་བསམ་པ་ཞིག་སློང་ར་འཆར་བྱུང་པ་ཞིག་བཟོ་དགོས་པ་ཡིན། ཆང་མ་ང་རང་ཆོས་འབྱས་ཤོར་དུ་བཏང་ཡོད། ར་ཆོས་ཆེ་ས་རྣམས་ཁག་པོ་ཡིན་སྟེ་སྐབས་སྤང་མེད་དུ་འདོག་པ་དང་། རྩེ་རིགས་རྣམས་ཀྱང་འདིག་ཉེན་ཆོས་བརྒྱད་འབྲས་པ་དང་། གསེར་གྱི་དུང་མཐོང་སྤྱོད་མེད་པ་ལས། རྒྱ་འབྲོར་རྩེ་ཐད་ཡོད་ཆེ་གསེར་གྱི་རྒྱ་སྤྱིང་དང་རྒྱ་དུང་བཟོ་བ། གཞན་ཡང་མཆོད་རྩིས་རྩིག་པོ་རྒྱག་པ་སོགས་ནི་རྒྱ་རོམ་བྱེད་ས་ཞིག་ཀྱང་ཆགས་ཡོད། རོན་དངོས་རོམ་རྒྱུ་རྒྱ་ནི།

དད་པའི་ཞོར་དང་ཐོས་པའི་ཞོར། །

ཁྲིལ་ཡོད་རོ་ཆ་ཤེས་པའི་ཞོར། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། འཕགས་པའི་ཞོར་བདུན་རང་གི་གཤེས་རྒྱུད་ལ་ཡོད་དགོས་པ་དང་། འཕགས་པའི་ཞོར་བདུན་ཡོད་ན་དངོས་གནས་སྤྱག་པོ་ཡིན། སྤྱིར་བཏང་གི་ཆ་ནས་ཤེས་ཡོན་ཆད་མཐོན་པོ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ན་སྤྱག་པོ་ཡིན་ལ། ཤེས་ཡོན་གང་ཡང་མེད་པར་གཞུང་ཁྱེད་ཀྱི་ཁག་ནས་གསུངས་པ་ལྟར། བོང་བུའི་སྐྱེ་ལ་གསེར་གྱི་རོམ་རོམ་བཏགས་པ་ལྟ་བུ་ཆགས་ན་སྤྱིང་པོ་གང་ཡང་མེད།

༡༽ རྒྱས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་བོད་མིའི་ཆ་རྒྱུན།

དེས་ན་ཁྱེད་རང་ཆོས་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་བོད་པ་ཆད་ལྡན་ཞིག་ཡོང་བ་ལ་ཡ་རབས་སྤྱོད་བཟང་དང་། དང་པོ་དང་བཞག་བྱེད་དགོས་མ་ཟད། དེ་

དག་ཀྱང་པ་མས་བརྗོད་ཀྱི་འདུག་ཅེས་ལམ་སྲོལ་དང་གོམས་གཤིས་ཁོ་ནའི་
དབང་དུ་མ་སོང་བར་རྒྱ་མཁོན་ལ་ཁུངས་བཏུགས་ནས་ཚན་རིག་དང་འབྲེལ་བའི་
ཐོག་ནས་འབྲེལ་བརྗོད་བྱ་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཞིག་བྱུང་ན། དུས་རབས་གཉེར་གཅིག་པའི་
ནང་བོད་པའི་རིག་གཞུང་དེ་ཡང་རྒྱ་མཁོན་ལྡན་ཞིང་། གཟི་བརྗིད་ལྡན་པའི་ཐོག་
ནས་འཛིན་སྐྱོང་དང་བདག་ཉེར་བྱེད་ཐུབ་པ་ལས། དེ་མིན་ཏེ་ཅང་ཁག་པོ་ཡིན།

ང་ཆོ་རྒྱ་གར་དུ་འབྱོར་ནས་ལོ་ངོ་ལྔ་བཅུ་ར་བཞི་ཙམ་ཕྱིན་པའི་རིང་ལ་
ཐོག་མར་ཆོས་དང་རིག་གཞུང་ལ་དོ་སྣང་དེ་ཙམ་མེད་པ་ལྟ་བུ་དང་། རྒྱབས་དེར་
ང་ཆོས་རུས་པ་གཙོ་བོ་དེར་དུས་ཀྱི་སློབ་སྦྱོང་སྦྱོད་རྒྱའི་ཐོག་ལ་རིག་པ་
བསྐྱེམས་ཡོད། དེ་དང་ཆབས་ཅིག་སློབ་གྲྭ་ཁག་ཏུ་ཆོས་དགེ་བཅུགས་ཡོད།
དཔེར་ན་དོལ་རྒྱལ་རྗེས་འབྲང་བས་བསད་པ་རིགས་ལམ་སྲོབ་གཉེར་ཁང་གི་
ལྷན་སློབ་མང་རྒྱ་མཁོན་ལྟ་བུ་མ་སྟེ་རིམ་ཆོས་དགེ་ཡིན་ཞིང་། རྒྱབས་དེར་ངོས་
རང་མ་སྟེ་རིང་འབྱོར་རྒྱབས་སློབ་བླུག་རྣམས་ཀྱིས་ཉགས་གསལ་བཏང་སྟེ་ཏེ་
ཅང་ཡག་པོ་འདུག་ ལམ་སྲོལ་དེ་སྟེ་མ་སྟེད་གནས་སྟབས་ཡོད་ཆེ་ལོ་ངོ་ལྔ་བཅུ་ལྷག་
ཕྱིན་རྗེས་དེར་རྒྱབས་གང་འཆོམ་ཀྱི་བྱུང་འབྲས་མི་འདྲ་བ་ཞིག་ཐོན་ངེས་པ་ཡིན་
ནའང་། སློབ་གྲའི་འགོ་ཁྲིད་རྣམས་ཀྱིས་དོ་སྣང་མེད་པ་དང་། དེ་བཞིན་ཆོས་
དགེ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་སྟན་རག་སྟེ་ཉགས་སློབ་ཁྲིད་བྱེད་པ་དང་། སངས་རྒྱས་
ཆོས་ཆོགས་མ་འདོན་སྟངས་སློབ་པ། དེ་དག་གི་བསམ་བློ་སློམ་བྱ་ལྟ་བུ་ཁྲིད་པ་
ལས། ཅ་བའི་ནང་ཆོས་ཀྱི་གཞི་བདེན་གཉིས་ལས་བཅུམས་ཏེ་བདེན་བཞིའི་
རྣམ་གཞག་དང་། མཆོག་གསུམ་རིམ་སྦྱོད་བྱ་རྒྱུ་སོགས་མེད་པར་འདི་སྟངས་དུ་ཕྱིན་

ཡོད། ད་ནི་ཆང་མ་ཆང་བ་རེད། ཏུས་ཆོད་འབྱས་ཤོར་དུ་བྱིན་པ་རྣམས་བསྐྱར་
ལོག་བྱ་རྒྱ་མེད་པས་བྱ་ཐབས་ཟད་པ་རེད། ད་ཏུང་འདི་ལྟར་དུ་བྱིན་ན་ཉེན་ཁ་ཏ་
ཅང་ཆེན་པོ་ཡིན།

མདོར་ན། བོད་མི་རིགས་ཀྱི་རྣམ་པ་མཆོན་པའི་ཆ་རྒྱུན་གཙོ་བོ་གཅིག་
ནི་ནང་པའི་ལྷ་སྤྱོད་གཉིས་ཡིན། རོས་ནས་ནམ་རྒྱུན་བརྗོད་བཞིན་པ་ལྟར་ལྷ་བ་
ཉེན་འབྱུང་དང་། སྤྱོད་པ་འཆོ་བ་མེད་པ་གཉིས་ནི་ཏ་ཅང་གལ་འགངས་ཆེན་པོ་
ཡིན། རང་ཉིད་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ལྷ་སྤྱོད་གཉིས་ཀྱི་འཆོ་བ་དང་ལྡན་པའི་
ཐོག་ནས་མི་ཆེ་བསྐྱལ་ན་རང་ཉིད་སྤྱིད་པ་དང་། སྤྱི་ཆོགས་ལ་ཕན་པ། བོད་མི་
རིགས་ཀྱི་རྣམ་པ་རྒྱུན་འཛིན་བྱ་རྒྱུར་ཡང་ཕན་ཐོགས་ཡོད། དེ་དག་གལ་གནད་
ཆེ་བས་ཁྱེད་རང་ཆོའི་སེམས་སུ་བཅངས་དགོས། འདི་གཅིག་བརྗོད་འདོད་བྱུང།

རོས་ནས་ཀྱུ་རེ་དང་བཅས་ཉེ་བྱི་རྒྱལ་ཁག་གི་གཞོན་སྤྱེས་རྣམས་ལ་འདི་
ལྟར་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། གཞོན་སྤྱེས་རྣམས་ལ་གོ་སྐྱབས་ཡོད་པ་དང་། ཏུས་རབས་
ཉེར་གཅིག་པ་ནས་ལོ་ངོ་བཅུ་གསུམ་འདས་ཟིན་པ་ལས་འཕྲོས་ལོ་བརྒྱད་ཅུ་གྲ་
བདུན་ཡོང་རྒྱར་བསྐྱད་ཡོད། ཏུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་ཏུས་མཐུག་ཏུ་སྤྱེབས་
སྐབས། འཛམ་གླིང་འདི་མི་འདྲ་བ་ཞིག་ཡོང་བ་བྱེད་དགོས་ལ། དེ་ལྟར་ཡོང་
སྤྱིད་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། དེར་བརྟེན་སྐབས་དེར་ང་ཆོ་ལི་འགྲོ་གི་རེད། གཞོན་
སྤྱེས་རྣམས་ཀྱིས་ད་ལྟ་ནས་ཤུགས་རྒྱག་དགོས་ཞེས་བརྗོད་རྒྱ་བྱུང་།

ཡེ་ཤུའི་ཆོས་པ་རྣམས་གཅིག་བྱས་ན་ལྷ་ཡུལ་དུ་སྤྱེ་སྤྱིད་པ་དང་། ལྷ་
ཡུལ་དུ་སྤྱེས་ན་སྐབས་དེར་ལྷ་ཡུལ་ནས་འཛམ་གླིང་ཐོག་ཏུས་རབས་ཉེར་

གཅིག་པའི་མི་རྣམས་ཀྱིས་ངེ་ལྟར་བྱེད་མིན་ལ་མང་ལྟ་གི་ཡིན། ཉེ་ཆར་ཨོ་སེ་གི་
 མི་ཡུལ་ (Australia) རྟེན་ཨོ་བཅས་ཏེ། གཅིག་བྱས་ན་ (Hell) ཉལ་ནས་དགོངས་
 བ་ཞུས་ཏེ་འཛམ་གླིང་ཐོག་ཡོང་སྟེ་གང་ཞིག་བྱེད་མིན་ལ་ལྟ་བར་ཡོང་གི་ཡིན་
 ཞེས་བརྗོད་རྒྱ་བྱུང་།

སྐབས་དེར་རྟི་གི་འགྲོ་གི་རེད། དེར་བརྟེན་ངས་མཐོང་གི་མ་རེད། རོ་
ཡང་ར་ཆོའི་བསམ་སྒྲོ་དེ་འཆར་ཅན་ཁོ་ནར་མ་བཟུང་བར་བསམ་སྒྲོ་ཆུ་སྐྱེད་
ནས་ཤོང་ཁྱས་ལྟར། ར་ཆོ་ཤོད་པ་ཁོ་ནར་བསམ་སྒྲོ་བཏང་ནས་མི་སྒྲོད་བར་ཤོད་
བ་འཇམ་གྱིར་འདིའི་སྐོག་ཡོད་སྟབས། འབྲུལ་དུ་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཆུ་དཀར་ནག་
གཉིས་ཡིན། དེ་གཉིས་ལ་ར་ཆོས་ལེགས་སྐྱེས་འབྲུལ་སྐབ་བ་ནམས་ཇི་ལྟར་
བྱས་ཏེ་འབྲུལ་ཐབས་དང་། དེ་ཡར་ཆོས་སྤྲུགས་སྐྱེལ་བ་དར་ཆོས་སྤྲུགས་
བཟུར་སྒྲུའི་སྐྱད་ཆ་མིན་པར་བཟང་པོའི་སྒྲོད་པ་ནམས་གཞན་ལ་མིག་དཔེ་སྟོན་
སྐབ་བ་ཞིག་དང་། མཉམ་དུ་ལོངས་སྤྱོད་ལྟེན་སྐབ་བ་ཞིག་བྱ་ཆུ་དེ་ཏ་ཅང་གལ་
གནད་ཆེན་པོ་ཡིན། དེ་ལྟར་ཡོང་ཐབས་ལ་ར་ཆོ་འདིར་ཆོགས་པ་རེད། དེར་
དུས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་ཁོ་ནས་འགྲིགས་ཀྱི་ཡོད་ཆེ། སློབ་ལྟར་སྤྱར་བ་ཞིན་སློབ་སྤྱོད་
བྱས་ན་སྟོན་གང་ཡང་མེད།

ཟ࿃་ལོ་ ༢༠༠༢ ནས་བཟུང་ཆེད་མངགས་འགོ་སོང་བཏང་སྟེ་མཉམ་ཐུབ་
 གྱིང་པའི་དགོས་དོན་གཙོ་བོ་ནི། དེ་ལྟ་བུའི་ཐོད་མི་ཡ་རབས་སྟོན་བཟང་ཅན་
 ཞིག་ཡོང་ཐབས་དང་། དེ་ཡང་རྒྱ་མཚན་གཤམ་གྱིང་། མཉམས་ལ་ངེས་བ་ཐོབ་
 པའི་ཐོག་ནས་མི་ཡ་རབས་སྟོན་བཟང་ཡོང་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་ཁྱེད་རང་ཆོ་དང་གོ་

བསྐྱར་བྱ་རྒྱུར་དམིགས་ནས། ཐོག་མར་བསམ་སྒྲིལ་རྒྱ་ཆ་ཞིག་སྒྲིང་གི་ཡོད་པས།
ཁྱེད་རང་ཚོའི་སེམས་ལ་ངེས་པ་བྱ་རྒྱུ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན།

ཟ ༡ རྒྱ་བ་ལྷ་ཕྱི་འདོད་མིན་དང་། དེ་དག་གི་དགེ་སྒྲོན།

མཐའ་གཅིག་ཏུ་རྒྱ་བ་ལྷ་ཕྱི་ཁས་ལེན་མིན་སོགས་ནི་རང་ཉིད་གིས་
བསམ་སྒྲོ་གཏོང་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན། བྱང་པའི་གཞི་རྩའི་ཆ་ནས་བརྗོད་ན་དེ་
དག་ཉ་ཅང་གལ་གནད་ཆེན་པོ་ཡིན། རྒྱ་བ་ལྷ་ཕྱི་ཁས་ལེན་ཞིང་ཡིད་ཆེས་
མེད་མཁན་རྣམས་མཐར་གཏུགས་ན་རང་ཤེད་དང་། རང་ལྟ་མཆོག་འཛིན་གིས་
ང་ཡིད་ཆེས་མེད་ཅེས་པ་དེ་རང་ཡིན་པ་ལས། རྒྱ་བ་ལྷ་ཕྱི་མེད་པའི་སྐྱབ་བྱེད་
བཀོད་སྐྱབ་པ་ཞིག་གཏན་ནས་མེད། ཚན་རིག་པ་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་མཐོང་གི་མི་
འདུག་ཅེས་བརྗོད་གི་ཡོད།

ལྷ་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༥ ཙམ་ལ་ཉིན་ཞིག་རྒྱ་མིའི་དམག་སྤྱི་པན་མིན་ཟེར་བ་
ར་ཐུག་འབྲུད་བྱེད་པར་སླེབས་ཤིང་། སྐབས་དེར་ར་ཚོ་སྐད་ཆ་བཤད་ནས་
བསྐྱད་པ་དང་། དུས་ཚོད་ལྟོད་ལྟོད་ཅིག་བྱུང་བས་ངོས་ནས་མི་ཞེས་པ་གང་འདྲ་
ཞིག་ལ་བརྗོད་གི་ཡོད་དམ་ཞེས་དྲིས་པར། ར་ཚོ་ལྟར་ན་སྤྱི་ལེས་དོན་གོ་བ་མིའི་
མཆན་ཉིད་ལྟ་བུ་བརྗོད་རྒྱ་ཡོད་ཀྱང་། ཁོང་ལ་དེ་ལྟར་གང་ཡང་བརྗོད་རྒྱ་མི་
འདུག ཡང་རྒྱ་བ་ལྷ་ཕྱི་ཡོད་དམ་ཞེས་དྲིས་པར། རྒྱ་བ་ལྷ་ཕྱི་མེད་ཅེས་བརྗོད་གི་
འདུག རྒྱ་མཆན་གང་ཡིན་དྲིས་པར་མཐོང་རྒྱ་མེད་ཅེས་བརྗོད་གི་འདུག འོ་ན་
ཡོད་ཆེ་ཐམས་ཅད་མཐོང་དགོས་སམ་ཞེས་དྲིས་པར། དེ་ཡང་མི་དགོས་ཞེས་

བརྗོད་ཀྱི་འདུག་པས་ཁོ་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱི་སྤོ་ཚང་མ་ལུགས་ཚར་སོང་། མ་
མཐོང་ན་མེད་པས་བྱབ་པར་ཐལ། ཞེས་བརྗོད་སྐབས་ཁོ་པས་དེར་ལན་འདེབས་
བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་མེད་ལ། ཡོད་ན་ཐམས་ཅད་མཐོང་དགོས་པར་ཐལ། ཞེས་བརྗོད་
སྐབས་མཐོང་མི་དགོས་ཞེས་བརྗོད་སྐབས་བྱབ་པ་མེད་པ་ཆགས་ཟིན་པ་ཡིན།

དེར་བརྟེན་པལ་མོ་ཆེས་སྐྱེ་བ་སྲ་བྱི་མེད་ཅེས་བ་ནི། ཁ་སང་བརྗོད་པ་
ལྟར། དེར་སྐབས་ཡོ་རོབ་ནང་མི་བརྒྱ་ཆ་ཉི་ཤུ་ཅ་གངས་ཀྱིས་སྐྱེ་བ་སྲ་བྱི་ཡོད་
པར་ཁས་ལེན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། བསམ་སྒོ་རིམ་པར་བཏང་བ་དང་། ཡ་མཚན་གྱི་
རིགས་བྱུང་སྐབས་འགྲེལ་བཤད་བྱ་རྒྱུར། སྐྱེ་བ་སྲ་བྱི་ཁས་ལེན་ན་འགྲེལ་
བཤད་བྱ་རྒྱུ་ཡོད་ལ། དེ་ལྟར་ཁས་མི་ལེན་ན་འགྲེལ་བཤད་བྱ་རྒྱུ་གང་ཡང་མེད།
འཇེན་གྱི་ཆོས་ལུགས་གཅིག་ཤུའི་ཐོག་ནས་འགྲེལ་བཤད་བྱ་རྒྱུ་ཉ་ཅང་ཁག་པོ་
ཡིན། དེ་ནི་སྐྱེ་བཤད་ཅམ་ཡིན།

དེ། ནང་བའི་རྒྱལ་ཁབ་དང་། ནང་བ། ནང་ཆོས།

ནང་བ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ལ་བ་ལྷའི་དང་། ལེགས་སྦྱར་གྱི་ཆོས་
གཉིས་ཡོད་པ་ལས། བ་ལྷའི་ཆོས་བརྒྱད་འཛིན་མཁན་ཐའེ་ལན་ཇི་དང་། འབར་
མ་སོགས་སྲུ་འདུལ་བའི་ཉམས་བཞེས་ཉ་ཅང་ཡག་པོ་ཡོད། སྤེ་བ་མི་འདྲ་བའི་
ཐོག་ནས་དངོས་བཅད་ཀྱི་ལྷུང་བའི་གངས་ཀར་ཅུང་ཟད་མི་འདྲ་བ་རེ་ཡོད་པ་
ལས། དེ་མིན་ཉ་ཅང་ཡག་པོ་ཡོད།

དེ་མིན་ལེགས་སྦྱར་གྱི་ཆོས་བརྒྱད་ལ་མཚོན་ན། ཐོག་མར་རྒྱ་གར་ནས་

ཆུ་ནག་ཏུ་ནང་བ་དང་། ཆུ་ནག་ནས་བཟུང་སྟེ་ཏུ་ཅང་ཆུ་ཆེན་པོར་དར་བྱས་ཐུང་
ཡོད། དེར་སྐབས་ལོ་ངོ་གསུམ་ཅུ་མ་གྱི་གོང་དུ་ཆུ་ནག་པེ་ཅིང་སློབ་ཟུ་ཆེན་མོ་
ཞིག་གིས། ཆུ་ནག་ཏུ་ནང་བ་ཇི་ཅུ་ཡོད་མེད་ཉམས་ཞིབ་བྱས་པའི་བྱུང་དོན་
ལྟར་ན། ཆུ་ནག་ཏུ་ནང་བ་ས་ཡ་སུམ་བརྒྱ་ཅུ་ཅམ་ཡོད་ལུགས་འཁོད་འདུག ང་ཚོ་
བོད་མི་ས་ཡ་དུག་ཡིན། ཆུ་མི་ས་ཡ་སུམ་བརྒྱ་ཅུ་ཅམ་ནང་བ་ཆགས་ཡོད། ཉེ་ཆར་
ཆུ་རིགས་མཁས་དབང་ཁག་ཅིག་ཐུག་འཕྲད་ཐུང་བས། མཁས་པ་དེ་དག་གིས་
བརྗོད་བ་ལྟར་ན། དེར་སྐབས་ཆུ་ནག་ཏུ་ནང་བ་ས་ཡ་བཞི་བརྒྱ་ཅུ་ཅམ་ཡོད་ཚུལ་
བརྗོད་གི་འདུག གང་ལྟར་དངོས་ཡོད་གི་གནས་ཚུལ་ལ་སྦྱིར་སངས་རྒྱས་པའི་
ཆོས་ཀྱིས་མཆོད་རྟིང་བཞི་ཙ་གཏོར་བཏང་བའི་སྐབས། ཙ་མེད་བཟོ་མཁན་གྱི་
རྒྱལ་ཁབ་དེའི་ནང་དེར་སྐབས་ནང་བ་གངས་འབོར་མང་ཤོས་ཆགས་ཡོད།

ཆུ་གར་ནི་ཐོག་མའི་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་ཡིན་ལ།
དཔལ་རྒྱ་ལེ་རྒྱའི་མཁས་བྱུང་ཆེན་པོ་དེ་དག་གིས་པ་ཡུལ་ཆང་མ་ཆུ་གར་ཡིན།
འོན་ཀྱང་ཆུ་གར་ནང་ནང་བ་དེ་ཅུ་མང་པོ་མེད། ས་ཡ་ཉིས་བརྒྱ་ཡང་པལ་ཆེར་
འོངས་པ་མེད། དེས་ན་ཆུ་ནག་ནི་ནང་བ་མང་ཤོས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་དེ་ཆགས་ཡོད།
སྦྱིར་བཏང་ཉི་ཉོར་བ་ཆང་མ་ནང་བ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་གི་ཡོད། གང་ལྟར་ཆུ་ནག་
ནི་ནང་བ་ས་ཡ་བཞི་བརྒྱ་ལྟག་ཅུ་ཅམ་ཡོད་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད།

ད་དུང་དེར་སྐབས་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ལ་ཆུ་ནག་སྐམ་ས་ཆེན་པོ་
ནས་བདུན་ཕྲག་རེ་རེའི་ནང་མི་བརྒྱ་གངས་ངོས་རང་ཐུག་འཕྲད་བྱེད་པར་ཡོང་
བཞིན་ཡོད། ང་ཚོ་ཐུག་འཕྲད་ཡོང་སྐབས་དེ་དག་པལ་མོ་ཆེས་མིག་ཙ་གཏོར་

བཞིན་འདུག ཉ་ལས་པའི་དང་པ་དང་དོ་སྤང་ཆེན་པོ་བྱེད་བཞིན་པ་མ་ཟད། དེ་
དག་གིས་ང་ཚོ་རྒྱ་ནག་གི་ནང་པ་རྣམས་མ་བཟེད་པ་བྱེད་རོགས་ཞེས་མིག་ཚུ་
བཏང་ནས་བརྗོད་ཀྱི་འདུག རོས་ནས་བྱེད་རྣམས་ནས་དུ་ཡང་བཟེད་ཀྱི་མ་རེད།
འོན་ཀྱང་རྒྱ་ནག་གཞུང་གིས་རོས་རང་བདུད་རེད་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། སྤར་རོས་
རང་ཨི་ཏཱ་ལིར་གསར་འགོད་མང་པོ་ཞིག་དང་ཐུག་འཕྲད་བྱུང་སྐབས། ཨི་ཏཱ་
ལིའི་གྲོང་ཁྱེར་མང་པོ་ཞིག་གི་སྤྱི་ཁྱབ་རྣམས་ཀྱང་མཉམ་དུ་གདན་ཁྲི་གནང་སྟེ་
མཉམ་དུ་བོག་གསར་འགོད་པ་ཐུག་འཕྲད་བྲམ་ཤིང་། གསར་འགོད་པས་
བརྗོད་པ་ལྟར། རོས་ནས་ཐེངས་དང་པོར་གོ་བོས་བྱུང་བ་ཞིག་ལ། རྒྱ་ནག་གིས་
དཔོན་རིགས་འགའ་ཞིག་གིས་ཏཱ་ལའི་ལྷ་མ་བདུད་རེད་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་འདུག་
པས་དེར་བསམ་ཚུལ་གང་ཞིག་ཡོད་ཅེས་བྲིས་པར། རོས་ནས་ཀྱང་ང་བདུད་
ཡིན། ར་ཅོ་ཡང་ཡོད་ཅེས་ཅེད་མོ་དང་བཅས་ལག་གིས་ར་ཅོའི་དབྱིབས་བཟོས་
ཏེ་བརྗོད་པར། རེས་སུ་པར་གྱི་ཐོག་ཏུ་འང་དེ་རང་ཐོན་འདུག

ཡང་ཉེ་ཆར་རྒྱ་རིགས་འགའ་ཞིག་ཐུག་འཕྲད་བྱུང་སྐབས། རོས་ནས་
ཅེད་མོ་དང་བཅས་ཏེ་བདུད་ཀྱི་ར་ཅོ་དེ་རིང་དུ་རིང་དུ་འགྲོ་གི་འདུག་ཅེས་བརྗོད་
པ་ཡིན། རྒྱ་ནག་གི་དཔོན་རིགས་ཀྱིས་རོས་རང་བདུད་རེད་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད་
པས། བདུད་རྒྱ་ནག་ཏུ་ལོག་ན་བདུད་ཀྱི་ཕོ་བྲང་དེ་བཙོན་ཁང་ཡིན་པ་ལས།
བདུད་ཀྱི་ཕོ་བྲང་ཡག་རྒྱ་གང་ཡང་མེད་པས། རོས་རང་འགྲོ་སྐབས་རྒྱ་ཉ་ཅང་ཁག་
པོ་རེད། རྒྱ་ནག་གཞུང་ལ་འགྱུར་བ་བྱུང་སྟེ། སྤྱིར་ཆོས་ཞེས་བརྗོད་ན་མི་རིགས་
ཀྱི་དབྱེ་བ་མེད་ལ། དུལ་ལུང་གི་རྣམ་དབྱེ་ཡང་མེད། སུ་ལ་པན་ཡང་པན་བདེ་

སྐྱབ་རྒྱ་ཞིག་ཡིན། རྒྱ་ནག་ལ་ཆ་མཆོན་ན་པ་མེས་ནས་ནང་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཡིན་
ལ། གང་ལྟར་འབྱུང་བ་དེ་ལྟར་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། དེས་ན་ང་ཚོས་ཀྱང་རང་ཉིད་ལ་
གནའ་རབས་ནས་ཡོད་པའི་བཟང་པོའི་ཡོན་ཏན་དེ་དག་ལ་སྤང་ཆུང་དང། སྡོད་
གཡེང་དུ་གཏོང་བ་ལྟ་བུ་གཏན་ནས་བྱ་རྒྱུ་མེད།

ན། རྒྱ་རྒྱུན་གྱི་ཡོང་ཁུངས་དང་ནང་ཆོས་འདི་ན་སྡོད་།

ང་ཚོའི་གདན་ས་ཁག་གི་རྒྱ་རྒྱུན་མང་ཆེ་བ་ཉི་མ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱད་དང་།
བོད་ནས་གསར་འབྱོར་ཡོང་བ་ཞིག་ཡིན་པ་ལས། རྒྱ་གར་ནང་དུ་སྐྱེས་ཤིང་
འཆར་ཡོངས་བྱུང་བ་དང་། ལྷག་པར་སློབ་ཤུལ་ཁག་ནས་ཐོན་པའི་བྱ་སྤྲུག་གདན་
སར་སློབ་གཉེར་བྱེད་མཁན་ཏུ་ཅང་ཅུང་ཅུང་ཡིན། བྱེད་ཀ་ང་རང་ཚོའི་སློབ་ཁྱིད་
བྱེད་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་མཆོམས་སྦྱོར་བྱེད་སྐྱེད་ས་མ་ཤེས་པ་དང་། གཉིས་ནས་
ཟླ་ས་ཟླ་ཆང་ཁག་གིས་འབྲེལ་མ་བྱུང་བྱེད་སྐྱེད་ས་སོགས་ལ་བསམ་མ་སློབ་གཏོང་
དགོས་ཞེས་སྤར་ནས་བརྗོད་ཐེན་པ་ཡིན།

གང་ལྟར་ཡང་སྤྱིང་བར་སྐྱབས་བོད་ནས་ཡོང་མཁན་རྗེ་ཅུང་དུ་བྱིན་
སྐྱབས། ཟླ་ཆང་འགའ་ཞིག་གི་འདྲིན་ཟླ་འོག་མའི་རིགས་སློབ་གཉེར་བ་ཅུང་ཅུང་
ཆགས་ནས་འདྲིན་ཟླ་སློབ་རྒྱུ་གི་ཡོད་ཆུ་ལ་གོ་ཐོས་བྱུང་། དེར་བརྟེན་དངོས་
གནས་བྱས་ན་རྒྱ་རྒྱུན་སློབ་སྤྲུག་བྱེད་རང་ཚོའི་ནང་ནས་ཡོང་དགོས་པ་ཞིག་
ཡིན། དེ་ཡང་ཐོག་མར་དེར་དུས་དང་མ་བྱུན་པའི་གཞི་རིམ་གྱི་སློབ་སྦྱོང་ཁག་
ཡོད་པ་ཞིག་བྱས་པའི་ཐོག་ཀྱི་རྗེས་རིགས་གཅིག་ཀྱང་འདྲིན་བྱས་ན་ཟླ་ས་ཁག་

ཏ་ཅང་ཡག་པོ་ཡོད། འོན་ཀྱང་མཐའ་གཅིག་ཏུ་རབ་ཏུ་བྱུང་དགོས་པའི་རྒྱ་
མཚན་མེད། བྱིས་པའི་རྟེན་གྱི་ཐོག་ནས་སློབ་སྦྱང་བྱེད་རྒྱ་དང་། འདི་ག་བཞུགས་
སྤར་རྟ་རམ་ས་ལར་མཆོན་ནའང་འགོ་བཙུགས་ཡོད། དེ་བཞིན་སློབ་བྲླུགས་ཏུ་
ཡང་སྦྱ་བོ་པོ་མོ་དབྱེར་མེད་ཀྱིས་སློབ་སྦྱང་བྱེད་བཞིན་པ་དང་། བཙུན་དགོན་
ཁག་ཏུ་ཡང་གཞུང་ཆེན་སློབ་སྦྱང་སྤྲད་ནས་འདི་ལོར་དགེ་བཤེས་མའི་རྒྱགས་
སྒྲོན་དུ་ཞུགས་མཁན་གང་འཆམ་ཞིག་ཀྱང་བྱུང་ཡོད། དེ་དག་གི་ཁྲིད་དུ་སློབ་
སྦྱང་ཏ་ཅང་ཡག་པོ་ཡོད་པ་དེ་འདྲའང་ཡོད། དེ་དག་ནི་འདས་པའི་ལོ་རྒྱུ་ཅུ་
བཞི་བཅུའི་འབྲས་བུ་དང་། བཤད་བྲླ་བཙུགས་ཏེ་སློབ་སྦྱང་སྤྲད་པའི་འབྲས་བུ་
ཡིན།

དེར་བརྟེན་བྱིས་པ་པོ་མའི་ནང་ནས་སློབ་སྦྱང་བྱ་རྒྱའི་མཐུན་ཀྱེན་ཐོན་བུ་
ཡོད་མཁས་ཡིན་ལ། དེའི་ཐོག་ལ་ད་དུང་ཡང་བསམ་སྒོ་གཏོང་དགོས་པ་ཞིག་
ཡིན། དེ་བཞིན་ལྷ་རྩ་ཏ་སྤར་གོ་སྐབས་ཡོད་ཀྱང་། ད་དུང་གོ་སྐབས་གསར་པ་
གང་ཞིག་སྦྱར་དགོས་མིན་ལའང་བསམ་སྒོ་གཏོང་དགོས་པ་ཞིག་དེད་འདུག།

མདོར་ན་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོས་རྒྱུད་ཏ་ཅང་རྒྱ་ཆེན་པོ་དང་། རྒྱ་ནག་ལའང་
ཏ་ཅང་འབྲགས་ཆེན་པོ་ཡོད། ང་ཆོ་བོད་པའང་དེའི་ཁྲུངས་ཡིན་ཞིང་། དེ་དག་གི་
ཁྲིད་ནས་ཐེག་པ་ཆེ་རྒྱུད་སྤྲུགས་དང་བཅས་པ་ཆ་ཆང་བ་དང་། ཆ་ཆང་ཞེས་པ་
དེ་ཡང་ཁྲུང་པ་དེའི་ནང་ཡོད་པ་ཙམ་མིན་པར་གང་ཐག་སྐར་པ་གཅིག་གིས་
སྤྲོན་ཐོག་གཅིག་གི་སྟེང་དུ་ཕྱི་སོ་ཐར་ཏེ་འདུལ་བའི་ཉམས་ལེན་ཆ་ཆང་ཡོད་པ་
ཞིག་དང་། ནང་བྱང་སེམས་དང་། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་སྤྱིན་དུག་གི་ཉམས་ལེན་

ནམས་ཀྱང་ཡོད་པ། གསང་བ་གསང་སྔགས་ཏེ་མཚན་བཅས་མཚན་མེད་ཀྱི་
ལམ་དང་། སྐྱེད་རྫོགས་ཀྱི་ལམ་དང་བཅས་པ་ཉམས་ལེན་བྱ་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཞིག་
དང་། དེ་ཡང་སྔ་འགྲུར་རྩིང་མའི་ཆོས་སྐད་ལྟར་བྱས་ན། ཐེག་པ་དེམ་པ་དགུ་ལྟེ།
ཀུན་འབྱུང་འདེན་པའི་ཐེག་པ་གསུམ་དང་། བཀའ་བསྟུ་རིག་བྱེད་ཀྱི་ཐེག་པ་
གསུམ། དབང་སྦྱར་ཐབས་ཀྱི་ཐེག་པ་གསུམ་བཅས་ཐེག་པ་དེམ་པ་དགུ་པོ་གང་
ཟག་གཅིག་གིས་སྟན་ཐོག་གཅིག་ལ་ཉམས་ལེན་བྱ་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཞིག་བཅས་བོད་
ཀྱི་བྱུག་ལེན་དུ་ཡོད་པའི་རིགས་ནི་བོད་པའི་གཅིས་ནོར་ཡིན་པ་མ་ཟད། འཛམ་
སྐྱིད་ནང་པ་ཆང་མར་ལམ་སྟོན་བྱེད་བྱུང་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད།

པ་༽ རོད་མིའི་གཅིས་ནོར་ལ་བདག་གཅིས་བྱ་གཤམ།

སྔར་ལོ་ཞིག་ལ་ཉི་ཉོང་གི་རྒྱལ་ས་ཀྲོག་ཡོ་ལ་སྐྱེབས་སྐབས་དེར་ཆོས་
བློགས་ཏེ་ཅང་མང་པོ་ཡོད་ལ། ནང་ཆགས་ཆགས་ཏེ་ཏེ་ཅང་ཡག་པོ་ཡོད། ཁོང་
ནམས་ཉི་ཉོང་གི་མཁས་པ་རེད་ལ་མཁན་པོ་འདྲ་རེད། བཟེས་སོང་ཏེ་ཅང་ཡག་
པོ་ཞིག་འདུག ཉིན་ཞིག་ང་ཆོ་ལྷོད་ལྷོད་བྱས་ནས་བསྐད་པའི་སྐབས་སུ། ཁོང་
གིས་ང་ཆོ་ཆང་མས་ཤེས་རབ་སྙིང་པོ་འདོན་ཀྱི་ཡོད་ཀྱང་དོན་དག་ཤེས་ཀྱི་
མེད། བྱེད་ནས་ཤེས་རབ་སྙིང་པོའི་ནང་དོན་འགྲེལ་བཤད་གནང་བ་ནམས་ཏེ་
ཅང་པན་ཐོགས་ཆེན་པོ་འདུག མ་འོངས་པར་སྔ་མ་སྐད་གོ་སྐབས་གང་དུ་ཡོད་
ཀྱང་འགྲེལ་བཤད་གནང་རོགས་བྱེད་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་འདུག སྤྱིར་བཏང་ཉི་ཉོང་
པ་ནམས་ཏེ་ཅང་སྐམ་པོ་ཡོད་ཀྱང་། ང་ཆོ་ནང་ཆགས་ཆགས་སྐབས་དངོས་

གནས་དང་མོ་དང་། ལྷག་བསམ་རྣམ་དག་གི་ཐོག་ནས་སྤང་ཆ་འདི་ལྟར་ཡོང་གི་
འདུག།

དེ་བཞིན་བོད་མིའི་ཁྱོད་དུའང་མ་ཤེས་ཀྱང་ཤེས་ཁུལ་གྱི་མཁན་ཡོང་
གི་ཡོད། སྤྱིར་བཏང་བཤད་སྲོལ་ལ་ཉི་ཉོང་གི་དཔོན་རིགས་རྣམས་དང་བཟོ་
སྒྲིང་དང་གོ་བསྐྱར་གྱི་སྐབས་སྤང་ཆ་གང་ཞིག་བཤད་ཀྱང་མགོ་འདོག་ཅས་
གྱིད་པ་ལས་ཡིན་མིན་གང་ཡིན་མི་ཤེས་པར་སྤྱོད་དགོས་པ་ཡོང་གི་ཡོད་ཚུ་
བརྗོད་སྲོལ་ཡོད།

དེས་ན་ང་ཆོར་ཡོད་པའི་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཆོས་དེ་ནི་དཔལ་རྒྱ་ལེ་རྒྱའི་ཆོས་
རྒྱུད་ཁུངས་གཏུགས་ས་ཞིག་ཡིན་པ་ལས། རྒློག་རྒློག་སྤྱད་སྤྱད་བྱས་ནས་བེའུ་
འབྲུམ་ལག་མཐིལ་ཅ་མ་ཞིག་བརྟན་པར་མཛོད། སྤས་པར་མཛོད་ཅེས་བརྗོད་པ་
ལྟ་བུ་གྱི་དགོས་དོན་མེད། དེ་ནི་ཉ་ཅང་གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཡིན། ཆེ་ས་
རྣམས་མེད་པར་བེའུ་འབྲུམ་རྩུང་བྱ་ཞིག་བརྟན་པར་མཛོད། སྤས་པར་མཛོད།
ཅེས་བརྗོད་པ་ལྟར་དེའི་ཐོག་ནས་མངོན་སུམ་སྟོན་མེད་ལ་བྱུང་ཉགས་སྟོན་བྱུང་
པ་ཞིག་ཡོད་ན་འགྲིགས། བྱུང་ཉགས་དང་མངོན་ཤེས་ལའང་མང་དུ་ཡོད་པ་སྟེ།
སྤང་གནས་ཡིད་ལ་གྱིད་པའི་ཐོག་ནས་མངོན་ཤེས་སྐྱབ་པ་ནི་སྟེ་སྟེགས་པ་
ལའང་ཡོད། བདེ་སྟོང་གི་ཉིང་རེ་འདྲིན་སྟེད་པའི་ཐོག་ནས་མངོན་ཤེས་སྐྱབ་པ་ནི་
ནང་པ་ལ་མ་གཏོགས་མེད། དེས་ན་མངོན་ཤེས་ལའང་རིགས་མང་པོ་ཞིག་ཡོད།
ལྟའི་མིག་གི་མངོན་ཤེས་དང་། ལྟའི་རྣ་བའི་མངོན་ཤེས། སྟོན་གནས་རྗེས་དྲན་
ཀྱི་མངོན་ཤེས། རྩུ་འབྲུལ་གྱི་མངོན་ཤེས། གཞན་སེམས་ཤེས་པའི་མངོན་ཤེས་

སོགས་མང་པོ་ཞིག་ཀྱང་ཡོད། དེ་རིགས་རང་གར་མོ་ཐིག་པོ་ཡོད་པ་དང་།
མདོན་ཤེས་ཐུན་བྱ་རེ་ཡོད་ཆུ་ཡོད་པ་ཅམ་ལ་ཏ་ལས་ཆུ་མེད། དེ་རིགས་སྐྱས་
དག་ལོས་ཇི་ཅམ་ཡོད་མེད་ལ་ཏན་ཏན་བསམ་སྒོ་གཏོང་དགོས་པ་ལས། ལྷན་པོ་
ཆུ་སྐྱ་གར་ཁིད་བྱ་ཆུ་མེད། དེ་ལྟར་རང་ལ་ཡོད་པའི་གཅེས་ལོར་རྣམས་བདག་པོ་
རྒྱག་ཆུ་དང་། བདག་པོ་བརྒྱབ་པ་ལ་ཐོག་མར་དེ་རྣམས་ཤེས་དགོས་པ་ཞིག་
ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་ཉམས་ལེན་དང་འཛིན་སྐྱོང་སྤེལ་གསུམ་གང་ཞིག་བྱས་ཀྱང་།
ཆོས་རབ་ཏུ་རྣམ་འབྱེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་དེ་ཏ་ཅང་གལ་གནད་ཆེན་པོ་ཡིན།

ཕ། ཇི་རབ་ཡོད་ཅིད་དང་། མཐུལ་གྱི་ཕན་ཡོན།

དེས་ན་ད་ལྟ་རྗེ་བཙུན་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ལ་བརྟེན་ནས་ཤེས་རབ་སྐྱབ་
སྐྱོར་འདིར་གང་སྒོ་མའི་བསྟོད་སྐྱབ་འདོན་ཆུ་ཡིན།

ས་གཞི་སྟོས་ཀྱིས་བྱུགས་ཤིང་མེ་ཏོག་བཟུམས། །

རི་རབ་སྤྱིང་བཞི་ཉི་ལྷས་བརྒྱན་པ་འདི། །

སངས་རྒྱས་ཞིང་ལ་དམིགས་ཏེ་ཕུལ་བ་ཡིས། །

འགྲོ་ཀུན་རྣམ་དག་ཞིང་ལ་སྟོད་པར་ཤོག།

ཨི་དམ་གྱ་བུ་རྩ་མཁུལ་ལ་ཀྱི་ནི་ཏ་ལྷ་སྤྱི། ཉིན་ཤས་རིང་སྤོན་ཅིས་
ཁང་བུ་བཟོ་སྤྱོད་ཆོགས་འདུ་འཆོགས་ཤིང་། དེའི་ཁྲོད་ཆོན་རིག་པ་གང་འཆམ་
ཞིག་ཀྱང་འདུག་ལ། ཨ་རི་དང་ཡོ་རོབ་ཁུལ་ནས་ཡོང་བའི་བྱི་རྒྱལ་བ་དང་། ང་
ཆོའི་དགེ་བ་ཤེས་དང་སྤྲན་པ་བཅས་བྱུག་འཕྲད་བྱུང་བར། དེའི་ཐོག་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་

གནས་ཚུལ་ཐོག་འོད་སྒྲུལ་རགས་ཅམ་བྱས་པ་དང་། དེ་རྗེས་སྤང་མིན་རིག་པ་
(Cosmology) ཅེས་བརྗོད་སྐབས་དེར་སྐབས་ཀྱི་ཆོན་རིག་གི་ཐོག་ནས་འབྲེལ་
བཤད་བྱེད་པ་རྣམས་མིག་གིས་མཐོང་ཞིང་། ལག་པས་འཛིན་རྒྱ་ཡོད་པའི་ཐོག་
ནས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། དེ་ནི་ང་ཚོས་ཁས་ལེན་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་ལ།
འཛམ་གླིང་རིལ་པོ་ཡིན་པ་རྣམས་མིག་མཐོང་ལག་ཟིན་གྱི་ཐོག་ནས་བརྗོད་ཀྱི་
ཡོད་པས། དེ་ལྟར་མིན་ཞེས་ང་ཚོས་བརྗོད་མི་ཐུབ་པ་མ་ཟད། འཛམ་གླིང་ལེབ་པོ་
ཡིན་པའི་དབྱས་སྤྱི་རི་རབ་ཡོད་པ་ཡང་བརྗོད་མི་ཐུབ་ཚུལ་བརྗོད་རྒྱ་བྱུང་། རོས་
ལ་ཆ་བཞག་ཀྱང་། འཛམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་ཏུ་རི་རབ་ཡོད་པར་ཡིད་ཆེས་མེད།
འོན་ཀྱང་རི་རབ་མེད་ན་མཆུལ་སྤུལ་བས་པན་ཡོན་མེད་པ་ལྟ་བུ་གཏན་ནས་མིན།

མཆུལ་སྤུལ་བ་ནི། བདག་གཞན་སྤུས་རག་ཡིད་གསུམ་ལོངས་སྤྱོད་དུས་
གསུམ་དགེ་ཆོགས་བཅས། ཞེས་པ་ལྟར། མདོར་ན། བདག་པོས་བཟུང་བ་དང་
མ་བཟུང་བའི་ཡིད་དུ་འོང་བའི་སྣོད་བཅུད་ཀྱི་བཀོད་པ་སློ་ཡིས་སྒྲངས་ནས་
འབྲུལ་གྱི་ཡོད། དེ་ནི་བསོད་ནམས་གསོག་པའི་དོན་ཡིན་པ་ལས། རོས་བར་
འཛམ་གླིང་ལེབ་པོའི་དབྱས་སྤྱི་རི་རབ་ཡོད་པའི་ཐོག་མཆུལ་སྤུལ་ནས་པན་
ཐོགས་ཡོད་པ་དང་། དེ་དག་མེད་ན་མཆུལ་སྤུལ་ནས་པན་ཐོགས་མེད་པ་ལྟ་བུའི་
དོན་མིན་ཞེས་བརྗོད་རྒྱ་བྱུང་། མཆུལ་རོས་ཀྱིས་འབྲུལ་གྱི་ཡོད་ཀྱང་རི་རབ་ལ་
ཡིད་ཆེས་མེད། ཉེ་ཆར་འབྲས་སྤྱངས་སྤྱི་མི་ཞིག་གིས་དེ་ནི་རི་རབ་མེད་པར་
བཅོས་ཆར་སོང་ཞེས་བརྗོད་འདུག ཆོན་རིག་པས་བཅའ་ནས་མ་རྟེན་པར་
བརྟེན་རོས་ནས་མེད་ཅེས་བརྗོད་པ་ལས། རི་རབ་རོས་ནས་མེད་པར་བཅོས་པ་

ཞིག་མིན། ང་ཚོའི་ཆད་མའི་གཞུང་དུ་འང་སྤང་རུང་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་
བཀོད་ཡོད། མི་སྤང་བ་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཅུང་ཟད་རྟོག་ག་ཆ་པོ་ཡོད།
སྤང་རུང་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་བཀོད་ནས་གཞན་པར་འགོག་གི་ཡོད། རང་
གི་ལུགས་བརྗོད་སྐབས་སྤང་རུང་མ་དམིགས་པའི་གཏན་ཆིགས་ཉག་ཉག་འགོ་
ས་ཞིག་ལ་འང་ཁྱ་ཚུགས་བརྒྱབ་ན། དེ་ནི་རང་ལྟ་མཆོག་འཛིན་བྱས་པ་དང་། རྒྱ་
གཟུ་བོར་མ་གནས་པ་ཞིག་ཡིན། སྤང་རུང་མ་དམིགས་པའི་གཏན་ཆིགས་ཀྱིས་
བ་རོལ་བོ་འགོག་པའི་སྐབས་རང་ལུགས་ལ་འང་རིགས་པ་དེས་གཞོད་ན་སྤྱི་
བཞིན་པར་ཁས་ཁྲུང་དུ་མི་རུང་བར་འཛོག་དགོས་པ་ལས། དེ་ནི་ང་ཚོའི་ལུགས་
ཡིན་ཞེས་ཁྱ་ཚུགས་བརྒྱབ་ན། རྗེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོས། རིགས་པ་དང་འགལ་
བའི་བྱུང་མཐའ་ཁས་ལེན་ལ་སྤྱི་བ་པོ་ཆད་མའི་སྐྱེས་བྱར་མི་རུང་བའི་ཕྱིར་
རོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཆོན་རིག་གི་ཐོག་ནས་དངོས་སུ་མིག་མཐོང་ལག་
ཟིན་ཡོད་པ་ཞིག་ཁས་མ་ཁྲུངས་ན་དེ་ནི་མདོན་སུམ་ལ་སྟོན་པ་ཡིན། མདོན་
སུམ་ལ་སྟོན་ན་སྤྱི་བ་པོ་ཆད་མའི་སྐྱེས་བྱར་རུང་བ་ཞིག་ཡོང་ཐབས་མེད། དེས་
ན་གནད་འགག་དང་། མཐུལ་འབྱུང་ཚུལ་དེ་ལྟར་ཡིན། འཛམ་གླིང་ལེབ་ལེབ་
དང་། དེའི་དབྱས་སུ་རི་རབ། ཉི་ཁྲ་གཉིས་ཀྱང་མཐོ་དམན་གཅིག་མཚུངས་ཐོག་
བསྐྱོར་བ་ཞིག་སྟོས་ས།

སྤང་རོས་རང་སྤན་རྟ་ར་གཞིས་ཆགས་སུ་སྐྱེབས་སྐབས་སྟོབ་ཆུང་ཞིག་
འགོ་འབྱེད་བྱས་ཤིང་། སྟོབ་ཆུང་དེ་གསར་པ་ཡིན་པས་ལྟ་སྟོར་དུ་ཡོང་རྟགས་
ཞེས་པ་ལྟར་སྐབས་དེར་སྟོབ་བྱུག་ནམས་ནས་ཆོན་རིག་གི་འབྲེམས་སྟོན་ཆུང་།

ཆུང་ཞིག་ཀྱང་བཅོས་འདུག དེ་དག་གི་ཁོད་དུ་ཉི་ཁྱེ་གཟུང་འཛིན་གྱི་ཚུལ་ཆུང་
ཆུང་ཡག་པོ་ཞིག་བཅོས་འདུག འགྲེལ་བཤད་རྒྱལ་མཁན་བྱ་མོ་ལོན་བདུན་
བརྒྱད་ལ་སོན་པ་ཞིག་འདུག་པ་དེས། ང་ཆོ་བོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཉི་འཛིན་དང་ཁྱེ་
འཛིན་ཡོང་སྐབས་ཁྱབ་འདུག་གིས་བཟས་པ་རེད་ཅེས་བརྗོད་པ་དེ་ལྟར་མིན།
ཁྱེ་བ་གཟུང་འཛིན་ཡོང་བ་དེ་ཁྱེ་བ་དང་ཉི་མའི་བར་འཇམ་སྒྲིང་ཆུང་བ་དང་། ཉི་
མ་གཟུང་འཛིན་ཡོང་སྐབས་འཇམ་སྒྲིང་དང་ཉི་མའི་བར་ཁྱེ་བ་ཆུང་བ་རྣམས་ཀྱི་
སྐོར་རྩེ་ཐག་གིས་འགྲེལ་བཤད་བྱས་ཤིང་། བྱ་མོ་དེ་དག་འཕོ་ཡོང་གི་རེད་
སྟེ་ནས་ངོས་ནས་ཀྱང་ཨ་ལེ་འདི་ལྟར་ཡིན་པ་རེད། ཅེས་བརྗོད་པ་ཡིན།

བ། འཛིན་གཉིན་དང་འཛིན་གཉིན་ལས་འདས་པ།

ཡན་ལག་བདུན་པ་ཆ་ཆང་འདོན་ན་མང་བས་མི་དགོས་ཤིང་། ཐོག་མར་
དགོས་པའི་དབང་གིས་ངོས་རང་རྗེ་བཙུན་འཇམ་དབུང་དབྱངས་ཨ་ར་པ་ཅ་ན་
རྒྱལ་གཡས་རལ་གྱི་དང་། གཡོན་སྒྲེགས་བཅ་བསྐྱམས་པ་ཞིག་དང་། ཡང་
ཁྱེ་ལྟེ་སྒྲེགས་བཅ་བསྐྱམས་པ། གོང་དུ་ངོས་ནས་མཐུན་བསྐྱེད་ལ་
བསྐྱེད་ཡོད་པས། ད་ལྟ་སྟོབ་མ་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲ་མ་མཐུན་བསྐྱེད་རྗེ་བཙུན་འཇམ་
དབུང་དབྱངས་ངོ་བོ་དབྱེར་མེད་དུ་བསྐྱུས་ནས། དགོས་པའི་དབང་གིས་ང་ཡང་
རྗེ་བཙུན་འཇམ་དབུང་དབྱངས་ཀྱིས་ངོ་བོར་ཡོད་པ་དེ་ཉིད་སྒོ་ངོར་འཆར་བ་
གྱེད་དགོས།

ཁ་སང་བྱི་བ་བྱུང་བ་ལྟར། སྤྱིར་བཏང་ལྟ་མོ་དབྱངས་ཅན་མ་སོགས་ལྟ་

ཡི་རིགས་རྣམས་འཇིག་རྟེན་པའི་ལྷ་དང་། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལྷ་བཅས་
སྡེ་ཆོན་གཉིས་སུ་བྲེ་དགོས་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ནང་དབང་ལྷ་
དེ་དང་དེའི་རྣལ་འབྱོར་བསྐྱེད་པ་ནས་ལྷ་དེ་དང་དེའི་རྩོམ་སངས་རྒྱས་སྐུ་བས་
ལྷ་དེ་དང་དེ་གང་ཟག་བྲེ་བྲག་པ་གཅིག་ཡོང་ཆོག་པ་དང་། ཡང་དཀྱིལ་འཁོར་
གྱི་ནང་དབང་པའི་ལྷ་མོ་དབྱངས་ཅན་མ་ལྟ་བུར་མཆོན་ན། དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་
གཙོ་བོའི་རྩོམ་པར་ཤར་བ་ཞིག་ལས། གང་ཟག་རྒྱུད་ཐ་དད་པ་ཆགས་མེད། དེ་
ལ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་སངས་རྒྱས་དང་སངས་རྒྱས་མ་ཡིན་པ་གཉིས་མི་མཉམ་པ་བྱ་
བཞི་པ། ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ཡིན། རྟེན་དང་བརྟེན་པ་ཡོངས་རྫོགས་གཙོ་བོའི་ཡེ་
ཤེས་ཀྱི་རྩོམ་པ་གཅིག་གིས་ཤར་བ་ཡིན་པས་མི་འདྲ་བ་སྣ་ཆོག་པ་ཡོད།

ནང་པའི་དབྱངས་ཅན་མ་བྲེ་བྲག་གཅིག་ཏུ་བཅིས་ན། དབྱངས་ཅན་མ་ལྟ་
བུ་སྐྱེགས་པའི་དབྱངས་ཅན་མ་ལའང་བཅི་བ་ལྟ་བུ་ཡོང་སྲིད་པ་ཡིན། དཔེར་
ན། རྒྱལ་བ་ཤུག་ཐུབ་པ་ཁྲབ་འཇུག་གི་འཇུག་པ་བཅུ་བཤད་པའི་ནང་གི་འཇུག་
པ་གཅིག་ལ་བཅིས་ཡོད། རང་རང་ལུགས་ཀྱི་མོས་པ་དང་མཐུན་པར་དེ་ལྟར་
ཡོང་ཆོག་པ་ཞིག་ཡིན་སྟེ།

མ། ཅེན་པའི་བྱད་ཆོས་དང་ཆོས་ཀྱི་སྒྲིབ་པོ།

ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་བྱད་ཆོས་མཐར་ཐུག་གཅིག་བཅིས་དགོས་ན།
སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་མཐར་ཐུག་སྐུ་བ་ཐུབ་པའི་ལམ་དེ་སངས་རྒྱས་པའི་
ཆོས་ཀྱི་གཙོ་བོ་དེ་ཆགས་ཡོད། ཐར་བ་སྐུ་བ་པའི་ཆོས་དེ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་

ཡིན་ནའང་ཆོས་ཀྱི་གཙོ་བོ་མིན། ཆོས་ཀྱི་གཙོ་བོ་ནི་སྤངས་རྟོགས་མཐར་ཕྱིན་
པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སངས་ཞེས་པའི་སྤངས་པ་མཐར་ཐུག་དང་། རྒྱས་ཞེས་པའི་
རྟོགས་པ་མཐར་ཐུག་གཉིས་སྐྱབ་ཐབས་ཀྱི་ཆོས་དེ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་
ཆོས་ཀྱི་གཙོ་བོ་དེ་ཆགས་ཡོད། དེ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། སྤང་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བ་དེ་ཐར་པ་
སྐྱབ་པ་ཞིག་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤངས་རྟོགས་སྐྱབ་པ་བཅས་ཀྱི་གཙོ་བོ་
གཅིག་ནི་སྤང་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བ་དེ་ཆགས་ཡོད།

སྤང་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བ་དེ་ཤེས་སྒྲིབ་ཀྱི་གཉེན་པོར་སྐྱེས་ཐུབ་པ་ནི་སྤང་ཉིད་
ཀྱི་ལྟ་བ་གཅིག་ཤུའི་ཐོག་ནས་ཡོང་ཐབས་མེད་པར་དེ་ཐབས་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་
སེམས་ཀྱིས་ཟིན་པ་ཞིག་དང་། སྒྲིན་སོགས་ཀྱི་གྲོགས་དང་བཅས་པའི་ཐོག་
ནས་ཤེས་སྒྲིབ་ཀྱི་གཉེན་པོར་སྐྱེས་ཀྱི་ཡོད། དེས་ན་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་ཞེས་པ་
དེ་ཉིད་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་སྐྱབ་པའི་ཐབས་གཙོ་བོ་དེ་ཆགས་ཡོད།

དེར་བརྟེན་ཁྲེད་རང་ཆོ་ཆང་མས་ནམ་མཁའི་མཐས་གཏུགས་པའི་
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རང་དང་རང་འབྲེལ་བ་སྐྱག་བསྐྱེལ་མི་འདོད་པ་དང་། བདེ་
བ་འདོད་པ་ཞིག་ལྟར་ཡིན་པས། རང་ཉིད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་ཁམས་བདེ་གཤེགས་སྤྱིང་
བོ་ཡོད་པ་ལྟར་དེ་དག་གི་རྒྱུད་ལ་འང་ཁམས་བདེ་གཤེགས་སྤྱིང་བོ་ཡོད་པས་
སངས་རྒྱས་སྐྱབ་རུང་ཡིན་ཅིང་། རང་ཉིད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་སངས་རྒྱས་སྐྱབ་རུང་དང་
ཐར་པ་ཐོབ་རུང་ཡིན་པ་ལྟར། རམ་མཁའི་མཐས་གཏུགས་པའི་འཁོར་བ་པའི་
སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱང་ཐར་པ་དང་། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་རུང་
ཡིན། དེ་ཡང་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པའི་ནང་གི་རྒྱ་

རྒྱུ་ཆ་ཡོད། འོན་ཀྱང་དེ་དག་ངོ་ཤེས་མིན་དང་། རང་ཉིད་ཀྱིས་ཉམས་ལེན་
བྱས་མིན་ལ་རག་ལུས་ཡོད།

རང་སྤྱིང་ལ་སྤྱིང་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བ་བསྟོམས་ན་སེམས་རྒྱུད་ཀྱི་བྱི་བ་ཟད་རུང་
ཡིན་པ་དང་། སེམས་རྒྱུད་ཀྱི་བྱི་བ་དག་སྐབ་བ་ཞིག་བསམ་སྒྲོར་འཁོར་སྐབས་
གཞན་སྤྱིང་ལའང་རང་རྒྱུད་ཀྱི་སྤོངས་པ་སེམས་ནས་ཤེས་རབ་ཀྱི་འོད་སྤངས་སྤྱེས་
པ། དེ་ཡང་ཐབས་ཀྱིས་ཟིན་པའི་སྤྱིང་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བ་སྤྱོད་དང་ལྟན་པ་རྣམས་ཀྱི་ན་
མཆོག་ལྟན་ཀྱི་སྤྱིང་ཉིད་དེ་ལྟ་བུ་བསྟོམས་ན། ཉམས་མཁའའི་མཐས་གཏུགས་པའི་
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤངས་ཏོགས་མཐར་ཕྱིན་པའི་སྒྲ་མེད་རྫོགས་བྱང་གི་གོ་
འཕང་སྐྱབ་རུང་ཡིན་པ་གཅིག་པ་ཡིན། མ་གཞི་རྒྱལ་བ་སྤྱས་དང་བཅས་པ་
རྣམས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་ཀྱི་དོན་མཛད་དང་མཛད་བཞིན་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་རང་
ཉིད་སྤྱིང་བ་ཞིག་གིས་ཀྱང་རང་ཉིད་འབྲལ་བྱ་ལས་དང་སྟོན་ལས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་
ཡོད་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་རང་ཉིད་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཇི་ཙམ་སྤྱ་བ་
ཐོབ་པའི་ཆོད་ཀྱིས་དེ་དག་ལའང་ཕན་ཐོགས་སྤྱ་བ་བྱེད་སྐབ་བ་ལྟ་བུའི་གནད་
ལག་གཏན་ཏན་ཡོད།

དེས་ན་ངེས་པའི་སྐྱབས་རང་དང་སྐྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་འབྲེལ་བ་ཐོགས་
པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་རང་ཉིད་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་ན་དེ་དག་ལ་
ཕན་པ་བྱུགས་ཆེ་བ་སྐྱབ་སྐབ་བ་ཞིག་དང་། རང་ཉིད་སངས་རྒྱས་གོ་འཕང་མ་
ཐོབ་ན། དེ་དག་རྒྱལ་བ་གཞན་ཀྱིས་མ་སྐྱབ་བ་ཞིག་རང་ཉིད་ཀྱིས་བྱེད་སྐབ་བ་དེ་
རང་ཉིད་ལ་གོ་སྐྱབས་དེ་མ་བྱུང་ན་གཞན་ལ་ཕན་བཤེས་སྐྱབ་པ་ལ་རུང་ཟད་འབྲས་

ཤོར་འགོ་བ་ལྟ་བུ་ཡོང་རྒྱུ་ཡོད། བསམ་སྒོ་ཞིབ་ཟ་བཏང་ན་དེ་ལྟར་ཡོང་གི་དཔ་
ཞིག་ཡིན།

དཔེར་ན། བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ཉག་ཏུ་བྱུང་རྒྱལ་བ་སྤྲས་དང་བཅས་
པ་དུ་མའི་ཞལ་གཟིགས་བྱུང་ཡོད། གདམས་ངག་ཁོང་རྣམ་པས་གནང་ན་
འགྲིགས། འོན་ཀྱང་རྒྱལ་བ་སྤྲས་དང་བཅས་པའི་ཞལ་གཟིགས་བྱུང་བས། བྱང་
དང་ལས་འབྲེལ་ཡོད་པ་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ཆོས་འཕགས་ཡིན་པས་བྱང་
རང་ཆོས་འཕགས་ཀྱི་བྱུང་དུ་རྒྱགས་ཞེས་ལུང་བསྟན་གནང་ཡོད། དེ་མིན་ཆོས་
འཕགས་ཀྱི་བྱུང་དུ་འགོ་དགོས་དོན་མེད་པར་ཁོང་རྣམ་པས་གདམས་པ་གནང་
ན་འགྲིགས། དེས་ན་ལས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཡོད་མེད་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཁྱད་པར་ཆེན་པོ་
ཡོད། དེ་དག་གི་ཐོག་ལ་བསམ་སྒོ་ཞིག་བཏང་ན། རང་ཉིད་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་
གོ་འཕང་ཐོབ་ཐུབ་ན། དེའི་ཆོད་ཀྱིས་སེམས་ཅན་ལ་རྒྱལ་བ་གཞན་གྱིས་མ་ཐུམ་
བ་ལྟ་བུའི་རིགས་འགའ་ཞིག་ལ་ངས་ཉན་ཉན་པན་ཐོགས་བྱེད་ཐུབ་པ་ཡོང་གི་
རེད་སྟེ་པ་དང་། མདོར་ན་མཐའ་ཡས་པའི་སེམས་ཅན་མཐའ་དག་གི་ཆེད་དུ་
སྤངས་ཉོགས་མཐར་ཕྱིན་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ལ་འགོད་པར་བྱ། དེའི་ཕྱིར་དུ་
བདག་གི་སྤངས་ཉོགས་མཐར་ཕྱིན་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་བྱའོ་
སྟེ་པའི་སྒོ་ཡག་པོ་ཞིག་སྐྱེད་དགོས།

ཙ་། བདེ་སྐྱིད་ཀྱི་རྩ་བ་དང་ཆོས་ཀྱི་རྩིང་པོ།

དེ་ལྟ་བུའི་བསམ་པ་སེམས་བསྐྱེད་བཟང་པོས་ཟེན་པ་ཞིག་བྱུང་ན། རང་

གཞན་གཉིས་ཀ་དང་། འདི་ཕྱི་གཉིས་ཀར་ཕན་བ་མ་ཟད། སེམས་སྦྱིད་བ་ལ་
ཕན་བ་དང་། སེམས་སྦྱིད་བ་བརྒྱད་ནས་ལུས་བདེ་བ་ལའང་ཕན་བ། མདོར་ན།
གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་རང་གཞན་དོན་གཉིས་གང་ལ་བཟུང་ཡོང་
སེམས་བ་བཟང་པོ་བྱེད་བ་ནི་དངོས་གནས་བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་ཅ་བ་ཆགས་ཡོད།
སེམས་བ་བཟང་པོ་མཐའ་ཡས་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རྣམས་མཐུན་ཀྱལ་
བའི་ས་ལ་འགོད་འདོད་ཀྱི་བསམ་བས་རང་ཉིད་ཀྱིས་རྣམས་མཐུན་དོན་དུ་གཉེར་
བའི་སློབ་འདུན་བ་གཉིས་ལྷན་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཞེས་པ་དེས་སྤྱིད་བ་འཁོར་
བ་དང་། ཞི་བ་མྱང་འདས་བཅས་འཁོར་འདས་གཉིས་ཀའི་ནང་གི་བཟང་པོས་
དང་། ཅ་ཆེ་པོས་ཞིག་བཅི་དགོས་བྱུང་ན། སལ་ཆེར་བདག་པས་གཞན་གཅེས་
པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཞེས་པ་དེ་ཡིན།

དེ་ལྟ་བུའི་སེམས་བསྦྱིད་དེ་ཡག་པོ་ཞིག་གསལ་བཏབ་སྟེ། རྣམས་མཐུན་
ཀྱལ་བའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་བྱའོ་སྟེ་སྟེ་པའི་སློབ་སྦྱོང་ནས། རྣམས་མཐུན་ཀྱལ་བའི་
གོ་འཕང་ཐོབ་པ་ལ་དེ་ལྟར་ཐོབ་པའི་རྒྱ་མ་ཆང་བ་མེད་པ། དེ་ཡང་ངོ་མོ་མ་ནོར་
ཞིང་། བྱངས་མ་ཆད་པ། ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་ལམ་ལ་སློབ་དགོས་པ་ཡིན། དེ་
ལྟར་ཡོང་བ་ལ་ཚུལ་དེ་ལྟར་ཤེས་དགོས་པ་ཡིན། ཤེས་པ་ལ་རང་རྒྱུད་ལ་ཆོས་
རབ་ཏུ་རྣམས་འབྱེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་དེ་ཉིད་མེད་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་ཏུ་སྦྱར་ཡོད།
གོང་ཁྲུས་ལྟར་ཐོས་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་དང་། དེ་ཡང་ཐོས་པ་ཅམ་གྱིས་རྒྱས་པ་
ཐོན་རྒྱུ་གང་ཡང་མེད། སྤྱིར་བཏང་གི་སློབ་ཆེན་ཞིག་ལ་མཆོན་ནའང་། དགེ་ཆུན་
ཀྱིས་བསྐྱབས་པ་དེ་དག་མ་བཟེད་པར་སེམས་ནང་ཉར་བ་གཅིག་ལུས་ཕན་

ཐོགས་མེད་ལ། དེ་བཞིན་དེ་བ་བསྐྱུགས་ནས་བཤུས་པ་གཅིག་ཤུས་ཀྱང་
འགྲིགས་ཐབས་མེད། བརྗོད་དོན་རྣམས་ལ་རང་ཉིད་ཀྱིས་བསམ་སྒོ་བཏང་
དབུད་པ་བྱས། དེ་བ་མང་པོའི་བརྗོད་དོན་གོ་བསྐྱར་བྱས་ཏེ་སེམས་ལ་ངེས་པ་
ཐོབ་པ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན། དེ་ལ་བསམ་བླུང་གི་ཤེས་རབ་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད།

སྤྱིར་བསམ་བླུང་གི་ཤེས་རབ་ཡིན་ན་རྗེས་དབག་ཁྱད་མ་ཡིན་པས་ཁྲབ་
པ་ཡོད་མེད་མི་ཤེས་ཀྱང་། བསམ་བླུང་གི་ཤེས་རབ་ངེས་པ་ཐོབ་པ་དེ་པལ་ཆེར་
རྗེས་དབག་ཁྱད་མ་ཡིན། དེས་ན་ཆོས་རབ་རྟུ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་བསམ་བླུང་
གི་ཤེས་རབ་མེད་ན་སྒྲོམ་བླུང་ཡོང་ཐབས་མེད་ལ། དད་པ་ཁོ་ནས་ལུས་པ་ཐོན་
ཐུབ་པ་ཏ་ཅང་ཁག་པོ་ཡིན། དེར་བརྟེན་སེམས་ནས་ངེས་པ་ཐོབ་པའི་ཐོག་ལ།
འདྲིས་ཤིང་གོམས་པར་བྱས་ན་སྒྲོམ་བླུང་གི་ཡོན་ཏན་སྤྱི་བ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད།
དེ་ལ་འདྲ་ཆོལ་བཅས་ཀྱི་སྤྱོད་བ་དང་། དེ་རྗེས་ཆོལ་མེད་ཀྱི་སྤྱོད་བ་ཡོང་བ་ཡིན།
དེ་དག་ཀྱང་གཞུང་སྤྱི་དང་མ་ཐུན་པའི་རྟོགས་པ་ཞིག་བླུང་ན་དངོས་གནས་སྒྲུབ་
མ་ཐུག་འཕེར་བའི་རྟོགས་པ་ཡིན་པ་ལས། དེ་མིན་རྗེ་རིན་པོ་ཆེས། གང་བླུང་གི་
སྤྱོད་པ་རེ་བྱས་ནས་རྟོགས་པའི་ཡོན་ཏན་དུ་མིང་བཏགས་པ་རེ་ཡོད་པས་མི་མན།
ཞེས་གསུངས་པ་དེ་བདེན་པ་ཡིན།

ཆེ། ཤེས་རབ་སྤྱོད་སྒྲོམ་གྱི་ཡན་ལག་བརྟན་པ།

ཡན་ལག་བརྟན་པ་འདོན་རྒྱུར། ཕྱག་འཆལ་བ་དང་མཆོད་ཅིང་བཤགས་
པ་དང་། །རྗེས་སུ་ཡི་རང་སྤྱུལ་ཞིང་གསོལ་བ་ཡིས། །དགོ་བ་རྩུང་ཟད་བདག་

གིས་ཅི་བསགས་པ། །ཐམས་ཅད་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཕྱིར་བསྐྱོད། ། ལན་
གསུམ། ད་ལྟ་འཇམ་དབྱངས་ཨ་ར་བ་ཙ་ན་ལ་གསལ་བའི་དབྱལ་བ་ནས་འོད་
ཟེར་འཕྲོས། སྤྱོད་པ་བཅུད་རྒྱལ་བ་སྤྲས་དང་བཅས་པ་ལ་མཆོད། མཆོད་པ་དེ་
ཡང་སྐྱབ་པའི་མཆོད་པ་ཡིན། ཉེར་སྤྱོད་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་དངོས་སུ་བཤམས་
པ་ནི་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་ཉེན་བྱེད་པ་ལས། གཙོ་བོ་ནི་ཡིད་སྦྱལ་གྱི་མཆོད་པ་ཡིན།

དེ་ཡང་སྐྱབ་པའི་མཆོད་པ་སྟེ། རང་གི་ལུས་རག་ཡིད་གསུམ་གྱི་སྟོན་ས་
དགེ་བ་བསགས་པ་རྣམས་མཆོད་རྫས་སུ་བསྐྱར་ནས་དབྱལ་རྒྱ་ཞིག་བྱང་ན་ཁ་
ཡོད་ལག་ཡོད་གྱི་མཆོད་པ་ཆགས་ཡོད། དེ་ཡང་སྤང་ལ་རང་བཞིན་མེད་པ་
བདེན་སྟོང་སྐྱ་མ་ལྟ་བུར་ཤེས་པར་བྱེད་པ་དང་། སྐབས་འདིར་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་
ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་སྐད་ཆ་གང་ཡང་མེད། བདེན་སྟོང་སྐྱ་མ་ལྟ་བུའི་རང་གི་སྟོ་
གསུམ་གྱི་དགེ་ཅེས་ལས་བྱུང་བའི་མཆོད་ཆོགས་སྤང་ལ་རང་བཞིན་མེད་པ་དེ་ལྟ་
བུར་ཤར་བ་བྱས་ཏེ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ལ་མཆོད། རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་
རྣམས་ཀྱི་འོད་ཟེར་དབྱལ་བར་འཕོག་པས་སྤྱགས་རྒྱུད་ཡོངས་སུ་སྐྱལ་ནས་འོད་
ཟེར་གྱི་རྣམ་པས་དབྱལ་བ་ནས་བྱུང་། སྟོབ་དཔོན་གྱི་དབྱལ་བར་ཐིམ། སྟོབ་
དཔོན་འཇམ་དབལ་དུ་གསལ་བ་ལ་མོས་བྱས་གདུང་བས་བསྟོད་པ་ཆར་གཅིག་
གམ་གསུམ་གྱིས་གསོལ་བ་བཏབ། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་གང་སྟོ་མ་ལན་
གཅིག་འདོན་ན་འགྲིགས། དེ་ཡང་སྤང་ལ་འཇམ་དབལ་དབྱངས་མཁྱེན་བསམ་པའི་
ཐོག་ནས་འདོན་དགོས་པ་ཡིན།

༥༽ སེམས་རབ་ལྷན་སྒྲིབ་དངོས་གཞི།

གང་གི་སྒོ་གྲོས་སྒྲིབ་གཉིས་སྒྲིབ་བྲལ་ཉི་ལྟར་ནས་དག་རབ་གསལ་
བས། ཁི་སྟེད་དོན་ཀྱན་རི་བཞེན་གཟེགས་ཕྱིར་ཉིད་ཀྱི་ཐུགས་ཀར་སྒྲེགས་བམ་
འདྲི། གང་དག་སྟེད་པའི་བཙོན་རར་མ་རིག་ཐུན་འཛོམས་སྟུག་བསྐྱལ་གྱིས་
བཟེར་བའི། འཕྲོ་ཆོགས་ཀྱན་ལ་བྱ་གཅིག་ལྟར་བཅེ་ཡན་ལག་དྲུག་ཅུང་
དབྱངས་ཐུན་གསུང་། འབྲུག་ལྟར་ཆེར་སྒྲོགས་ཉོན་མོངས་གཉིད་སྒྲོང་ལས་ཀྱི་
ཐུགས་སྒྲོག་འགྲོལ་མཛད་ཅིང།

མ་རིག་ཐུན་སེལ་སྟུག་བསྐྱལ་སྟུ་གྱ་རི་སྟེད་གཙང་མཛད་རལ་གྱི་
བསྐྱམས། གདོད་ནས་དག་ཅིང་ས་བཅུའི་མཐར་སོན་ཡོན་ཉན་ལུས་རྫོགས་
རྒྱལ་སྐས་བྱ་པོའི་སྒྱ། བཅུ་པ་བཅུ་དང་བཅུ་གཉིས་རྒྱན་སྐས་བདག་སྒྲོའི་ཐུན་
སེལ་འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་འདུད། །

ཅེས་གསལ་བ་བཏབ་པས། སྒྲོབ་དཔོན་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ལ་གསལ་
བའི་དབྱལ་བར་འོད་ཟེར་དཀར་པོའི་ཆོགས་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བྱུང་། སྒྲོབ་མ་
ནམས་ཀྱི་དབྱལ་བར་ཐིམ། དབྱལ་བར་ཐིམ་པས་ལུས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་བསགས་པའི་
ཕྱིག་སྒྲིབ་བྱང་ཞིང་། སྒྱ་ཡི་བྱིན་རྒྱབས་ཐམས་ཅད་འཇུག་པའི་མོས་པ་མཛོད།
དེ་ནས་སྒྲོབ་དཔོན་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་སྟུ་གསལ་བའི་མགྱིན་པ་ལས་འོད་
ཟེར་འགྲོས་ཏེ། རོས་རང་ལ་ཆ་བཞག་ན། རོས་རང་གི་དག་གི་སྒྲོ་ནས་གཞན་ལ་
པན་ཐོགས་བྱེད་བཞེན་ཡོད་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་དག་བའི་རྩ་བ་ཡོད་པ་ནམས་མཆོད་
རྩས་ཀྱི་ནམ་པར་བྱང་ནས་རྒྱལ་བ་སྐས་དང་བཅས་པ་ལ་མཆོད། རྒྱལ་བ་སྐས་

དང་བཅས་པའི་མགིན་པར་འཕོག་པས་ཐུགས་རྒྱུད་ཡོངས་སུ་བསྐྱལ་ནས་འོད་
ཟེར་གྱི་རྣམ་པས་མགིན་པ་ནས་བྱུང་། སློབ་དཔོན་གྱི་མགིན་པར་ཐེམ། མདོར་ན་
སངས་རྒྱལ་སྐུ་དང་བཅས་པའི་གསུང་གི་བྱིན་རྒྱལ་པས་ཐམས་ཅད་སློབ་དཔོན་
ལ་ཞུགས། དེ་ནས་སློབ་དཔོན་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ལ་གསལ་བ་ལ་དམིགས་
ནས་གསུང་གི་བྱིན་རྒྱལ་པ་དག་ལ་སྦྱལ་རོགས་གནང། སྤྱིར་སྐྱབས་ཐུགས་
ཀྱི་བྱིན་རྒྱལ་པ་སྤྱི་དང་། ལྷག་པར་གསུང་གི་བྱིན་རྒྱལ་པ་དག་ལ་སྦྱལ་རོགས་
གནང་བསམ་པའི་ཐོག་ནས་གསུང་གི་བྱིན་རྒྱལ་པ་གྱི་སྤྲད་དུ་བསྟོད་པ་ཆར་
གཅིག་འདོན་པ་ལ།

གང་གི་སློ་བོས་སྤྱི་བ་གཉིས་སྤྱི་བ་བྱུང་བ་ཉི་ལྟར་རྣམ་དག་རབ་གསལ་
བས། །རི་སྟེང་དོན་ཀྱན་རི་བཞིན་གཟིགས་སྤྱིར་ཉིད་ཀྱི་ཐུགས་ཀར་སྟེགས་བཅ་
འཛིན། །གང་དག་སྤྱི་བའི་བཙོན་རར་མ་རིག་སྟན་འཕྲོམས་སྐྱབས་བསྐྱལ་གྱིས་
བཟེར་བའི། །འགྲོ་ཆོགས་ཀྱན་ལ་བྱ་གཅིག་ལྟར་བཅེ་ཡན་ལག་བྱ་བ་ལྟེ་
དབྱངས་ལྟན་གསུང་། །འབྲུག་ལྟར་ཆེར་སྐྱོགས་ཉོན་མོངས་གཉིད་སློང་ལས་ཀྱི་
ལྷགས་སྐྱོག་འགྲོལ་མཛད་ཅིང་།

མ་རིག་སྟན་སེལ་སྐྱབས་བསྐྱལ་སྐྱབས་ཀྱི་རི་སྟེང་གཙོད་མཛད་རལ་གྱི་
བསྐྱམས། །གདོད་ནས་དག་ཅིང་ས་བཅུའི་མཐར་སོན་ཡོན་ཏན་ལུས་རྩོགས་
རྒྱལ་སྐུ་ཐུ་བོའི་སྐྱ། །བཅུ་སྐྱབས་བཅུ་དང་བཅུ་གཉིས་རྒྱན་སྐུ་པ་དག་སློའི་སྟན་
སེལ་འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་འདུད། །

དེ་ལྟར་གསལ་བ་བཏབ་པས་སློབ་དཔོན་འཇམ་དཔལ་དུ་གསལ་བའི་

མགིན་པ་ནས་འོད་ཟེར་དམར་པོའི་ཆོག་ས་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བྱུང་སྟེ། སློབ་མ་
རྣམས་ཀྱི་མགིན་པ་ལ་ཐེམ་བས་ངག་གི་སློན་ས་བསགས་པའི་སྤྲིག་སྤྲིབ་ཐམས་
ཅད་བྱང་ཞིང་། གསུང་གི་བྱིན་རྒྱལ་ས་ཐོབ་ནས་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་ངག་གི་སློ་
ནས་གཞན་དོན་རྒྱ་ཆེན་པོ་སྤྲོལ་པའི་སྤྲུལ་བ་ཅན་དུ་བྱས་སོ་སྟུམ་པ་བྱེད་དགོས།

དེ་རྗེས་སྤྲགས་ཀྱི་བྱིན་རྒྱལ་ས་འཇུག་པའི་དོན་དུ་སློབ་དཔོན་འཇམ་དཔལ་
དུ་གསལ་པའི་སྤྲགས་ཀ་ནས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ལ་མཆོད་
པ་བྱུལ། འོད་ཟེར་སྤྲགས་ཀར་འཕྲོག་པས་སྤྲགས་རྒྱུད་ཡོངས་སུ་བསྐྱལ་ནས་འོད་
ཟེར་གྱི་རྣམ་པ་སྤྲགས་ཀ་ནས་བྱུང་། སློབ་དཔོན་འཇམ་དཔལ་དུ་གསལ་པའི་སྤྲགས་
ཀར་ཐེས། སློབ་དཔོན་འཇམ་དཔལ་དུ་གསལ་པ་ལ་མོས་གུས་གདུང་བས་བསྟོད་པ་
ཆར་གཅིག་འདོན་པ་ལ།

གང་གི་སློ་ཤོས་སྤྲིབ་གཉིས་སྤྲིན་བྲལ་ཉི་ལྟར་རྣམ་དག་རབ་གསལ་
བས། །དེ་སྟེད་དོན་ཀྱན་དེ་བཞིན་གཟིགས་ཕྱིར་ཉིད་ཀྱི་སྤྲགས་ཀར་སྤྲགས་བམ་
འཛིན། །གང་དག་སྤྲིད་པའི་བཙོན་རར་མ་དེག་སྟན་འཕྲོམས་སྤྲག་བསྐྱལ་གྱིས་
བཟེར་བའི། །འཕྲོ་ཆོག་ས་ཀྱན་ལ་བྱ་གཅིག་ལྟར་བཅེ་ཡན་ལག་བྲལ་ཅུའི་
དབྱུངས་ལྟན་གསུང་། །འབྲུག་ལྟར་ཆེར་སྤྲོགས་ཉོན་མོངས་གཉིད་སློང་ལས་ཀྱི་
ལྷགས་སྤྲོག་འཕྲོལ་མཛད་ཅིང་།

མ་དེག་སྟན་སེལ་སྤྲག་བསྐྱལ་སྤྲུ་གུ་དེ་སྟེད་གཙོད་མཛད་རལ་གྱི་
བསྐྱམས། །གདོད་ནས་དག་ཅིང་ས་བཅུའི་མཐར་སོན་ཡོན་ཉན་ལུས་རྩོགས་
རྒྱལ་སྤྲས་སུ་པོའི་སྤྲ། །བཅུ་སྤྲག་བཅུ་དང་བཅུ་གཉིས་རྒྱན་སྤྲས་བདག་སྟོའི་སྟན་

སེལ་འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་འདུད།

ཅེས་གསལ་བཏབ་པས། སློབ་དཔོན་གྱི་སྤྱགས་ཀ་ནས་འོད་ཟེར་སྒྲོན་པོ་
དཔག་ཏུ་མེད་པ་བྱུང་། སློབ་པའི་སྤྱགས་ཀར་ཐེམ་པས་ཡིད་གྱི་སྒྲོན་པ་
བསགས་པའི་སྤྲིག་སྒྲིབ་ཐམས་ཅད་བྱང་ཞིང་། སྤྱགས་གྱི་བྱེན་རྒྱབས་གཙོ་པོ་
བཅེ་བའི་ཡོན་ཏན་ནམ་སྟིང་ཆེ་ཆེན་པོ་གཞི་ལ་བཞག་པའི་འདུན་པ་གཉིས་ལྟན་
གྱི་བྱང་རྒྱབ་གྱི་སེམས་དང་། དེ་ཐམས་ཅད་དབང་པོ་རྒྱོན་པོའི་དབང་དུ་བྱས་ན་
སྟོང་ཉིད་གྱི་ལྟ་བས་ཐོགས་བྱས་ནས་ཡོང་བ་ཞིག་ཡིན། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་
ཤེས་རབ་དང་། ཐབས་བྱམས་པ་དང་སྟིང་ཆེ་ཆེ་བར་གྱུར་པའི་བྱང་རྒྱབ་གྱི་
སེམས་སོགས་སྒྲ་མ་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་གྱི་སྤྱགས་རྒྱུད་གྱི་རྟོགས་པའི་ཡོན་
ཏན་ནམས་རང་ཉིད་ལ་བྱེན་རྒྱབས་ཞུགས་ནས་རང་གི་རྒྱུད་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་སྟོང་
ཉིད་རྟོགས་པའི་སྟོང་དང་། དེས་ཐོགས་བྱས་ནས་བྱམས་པ་དང་སྟིང་ཆེ་ཆེ་བར་
གྱུར་པའི་བྱང་རྒྱབ་གྱི་སེམས་རྒྱུད་ལ་སྦྲེས་པའི་སྐལ་བ་ཅན་དུ་བྱས་སོ་སྟུང་པའི་
མོས་པ་དང་། སྤྱགས་གྱི་བྱེན་རྒྱབས་མ་ལུས་པ་ཐོབ་སོང་སྟུང་པའི་མོས་པ་བྱེད་
དགོས།

ཕ་། ཨ་ར་པ་ཚའི་བཟླས་ཀྱང་དམ་མི་བརྟེན་པའི་གཞུངས།

དེ་ནས་སློབ་དཔོན་འཇམ་དབྱངས་ལ་གསལ་བའི་སྤྱགས་ཀར་འཁོར་ལོ་
དམར་སེར་ཅིབས་བྱག་པ་སྟེ། དེ་ནི་ནམ་རྒྱུན་གྱི་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་དེ་ཡིན་པ་
ལས་མཆོན་ཆའི་འཁོར་ལོ་མིན། དེ་ཡང་ཅིབས་བྱག་ལ་ཨོ་ཨ་ར་པ་ཅན་བཅས་

གསལ་བཏབ། དེ་ནས་ཨ་ར་པ་ཅའི་བསྐྱེད་ལུང་བྱེད་སྐབས། རྩ་མ་འཇམ་
 དཔལ་དབྱངས་སུ་གསལ་བའི་ཐུགས་ཀའི་སྒྲགས་འཁོར་ལས་འོད་ཟེར་བྱུང་སྟེ།
 ཨ་ར་པ་ཅའི་ཡིག་འབྲུ་སྒྲ་མའི་ཞལ་ནས་བྱུང་ཞིང། བྱེད་རང་ཆོ་དབང་ཐོབ་མེད་
 པ་ཞིག་ཡིན་ན། རང་ཉིད་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ལ་གསལ་བཏབ་མི་དགོས་ལ།
 རང་ཉིད་ཐ་མལ་པར་གསལ་བ་དེ་གའི་སྟོང་གར་སྒྲགས་འཁོར་ལ་ཐེམ་ནས་
 འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་གྱི་སྐྱེད་ལུང་ཐུགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་སྟེ་དང་། ལྷག་པར་
 མཁུན་པའི་ཡོན་ཏན་དང་། དེ་ཡང་ཤེས་རབ་ཆེ་བ་དང་། གསལ་བ། ལྷུང་བ།
 ཟབ་པའི་ཤེས་རབ་བཅས་དང་། དེ་བཞིན་འཆད་པའི་ཤེས་རབ་དང་། རྩོད་པའི་
 ཤེས་རབ། རྩོམ་པའི་ཤེས་རབ་སོགས་རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཤེས་རབ་གོང་ནས་གོང་དུ་
 འཕེལ་བའི་བྱིན་རྒྱལས་ཐོབ་སོང་སྟམ་པ་བྱེད་དགོས། ཨོ་ཨ་ར་པ་ཅ་ན་ནི། ཞེས་
 པ་ལན་གསུམ་རྗེས་བསྐྱོས་དང། དེ་རྗེས་མཉམ་དུ་སློང་ཞིག་བཟང་དགོས།
 དེ་རྗེས་རང་རང་གི་མིད་པའམ་མཁུན་པར་ཡི་གེ་རྩི་དམར་སེར་གཅིག་གསལ་
 བཏབ། ཡིག་མགོ་བྱེ་སྤྱག་ཏུ་གཏད་ནས་སློང་དུ་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་བསམ་སྟོ་
 བཏང་སྟེ་དེ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། རྒྱལ་བ་སྤྲས་དང་བཅས་པའི་སྐྱེད་ལུང་
 ཐུགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་སྟེ་དང་། ལྷག་པར་མི་བརྗོད་པ་སྟེ། ཡོན་ཏན་སྒྲ་གཅིག་ཤེས་
 པ་དེ་གཏན་ནས་མི་བརྗོད་པར་གནས་པའི་མི་བརྗོད་པའི་སྟོ་ཡི་རྒྱས་པ་ཞིག་
 ཡོད་པ་དེར་ཡོངས་གྲགས་མི་བརྗོད་པའི་གཟུངས་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལྟ་
 བུའི་མི་བརྗོད་པའི་གཟུངས་ཀྱི་བྱིན་རྒྱལས་དེ་ཡི་གེ་རྩི་ཡིག་གི་རྣམ་པར་ཚུར་
 བྱུང་ནས་བྱེད་རང་ཆོའི་མཁུན་པའི་རྩི་ཡིག་ལ་ཐེམ་སོང་སྟམ་པ་བྱེད་དགོས། དེ་

རྗེས་དབྱུགས་ཐེངས་གཅིག་ལ་རྗེ་ཡིག་བརྒྱ་ཅ་གཅིག་སྟེ། བརྒྱ་ཅ་དེ་ཡང་བཞི་
རེ་བྱས་ཏེ། རྗེ་རྗེ་རྗེ་རྗེ། ཞེས་ཉིད་ལྟ་ཕྱིན་ཆོ་བརྒྱ་ལོང་ཞིང་། སྐྱབས་འདིར་
དབྱུགས་ཡར་འཐེན་ནས་རྗེ་ཡིག་བརྒྱ་ཅ་གཅིག་བགྲངས་དགོས། ཨོ་ཨ་ར་བ་ཅ་
ན་རྗེ། ཞེས་པའི་རྗེ་ཡིག་རེ་རེ་མར་བྱུང་སྟེ་སྟོང་ཁའི་འཁོར་ལོའི་དབྱས་ཀྱི་རྗེ་
ཡིག་ལ་ཐེམ་ཞིང་། མཐར་རྗེ་ཞེས་བརྗོད་པའི་རྗེ་ཡིག་དེ་ཉིད་ཀྱང་དེ་ལ་ཐེམ་རྗེས་
མི་བརྗོད་པའི་གཞུངས་ཐོབ་སོང་སྟུང་བ་བྱེད་དགོས།

ཁ་སང་ང་ཆོ་སྐད་ཆ་བྱུང་བ་ལྟར། རོས་རང་རྒྱུད་དུའི་སྐྱབས་ཞོགས་པ་
ཡར་ལངས་མ་ཐག་སྐད་ཆ་མ་བཤད་གོང་དུ་གང་སློ་མ་འདོན་གྱི་ཡོད། དེར་
སྐྱབས་ཡར་མ་ལངས་གོང་ནས་སྐབ་དབང་གི་སྐྱ་གསུང་སྐགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བྲན་
པར་བྱས་ཤིང་། སྟོན་པ་སྐབ་པའི་དབང་པོའི་རྗེས་འབྲང་ནལ་མ་ཞིག་བྱེད་གྱི་
ཡིན་བསམ་པའི་སྟོན་ལམ་བརྒྱབ་ནས་དམ་བཅའ་བཞག། དེ་ནས་ལངས་རྗེས་
ཁྱས་དང་ལས་ཀ་བྱེད་བཞིན་དུ་གང་སློ་མ་འཕྲོ་གང་ཆེ་འདོན། དེ་རྗེས་ཨ་ར་བ་
ཅ་སྟེང་སྟོར་གཅིག་ཅུ་གྲངས་གསོག་བྱེད་སྐབ་ན་ལེགས། དེ་རྗེས་རྗེ་ཡིག་བརྒྱ་
ཅ་གཅིག་ཅུ་མ་འདོན། དེ་ལྟར་བྱས་ན་རྒྱ་བ་གཅིག་ཅུ་གྱི་རྗེས་སུ་བརྟག་དབྱུང་
བྱས་ན་ཉན་ཉན་རིག་པ་རེ་གསལ་དུ་འགྲོ་ངེས་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་ཉིན་རེ་བཞིན་དུ་
གང་སློ་མ་འདོན་ན་པན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོད། ཐོག་མར་བྱེད་རང་ཆོས་ཆོས་རབ་
ཏུ་ནུས་འབྱེད་གྱི་ཤེས་རབ་སྟེལ་རྒྱ་དེ་གལ་འགངས་ཆེ་ཤོས་ཆགས་ཡོད། དེ་
རྗེས་ནང་པའི་གཞུང་ལུགས་ཁག་ལ་ལྟ་རྒྱ་ཏ་ཅང་གལ་ཆེ་ལ། ནང་པའི་གཞུང་
ལ་སྟོབ་སྟོང་བྱ་རྒྱ་དེ་ནི་མ་ཤི་བར་ལྟ་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན།

སྒྲུབ་པ་ཆེན་མོ་བཟང་ཆོས་རྒྱན་སྒྲོབ་གཉེར་བྱུང་མཆོམས་སུ་དེ་སྒྲོབ་
གཉེར་བྱེད་དགོས་པ་མེད་དགོངས་པའི་ཆེ་རྗེ་བཙུན་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ལྟ་བུ་
ཉམས་ལ་ཤར་ནས།

ས་གསུམ་རྟེན་པའི་འབགས་པ་ཡང་། །

ཐོས་པས་ངོམས་པ་མེད་ལ་སྟོས། །

ཞེས་ས་གསུམ་པ་ཐོབ་པའི་འབགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ད་དུང་ཐོས་པ་
གནང་བཞིན་ཡོད་གསུངས་པ་ལུང་བསྟན་དུ་བྱུང་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད། དེ་ལྟར་ང་
རང་ཆོ་མ་ཤི་བར་དཔེ་ཆ་བསྟར་བྱ་གཤམ་འགངས་ཆེན་པོ་ཡིན།

ངོས་རང་ལ་ཆ་མཆོན་ན་ལོ་ ༥༩ གྱི་མཆོམས་སུ་སླེབས་ཀྱང་བར་སེང་
དང་། དུས་ཆོད་ཁོམ་པ་ཡོད་ཆད་ལ་བསྟན་འགྱུར་གྱི་གཞུང་ཁག་སྟོག་བཞིན་
ཡོད། དེ་དག་ཉ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་རེད་འདུག དེ་དག་གི་ཁྱད་སྤྲོད་གཉུགས་ས་མདོ་
ཡིན་ལ། དུས་ཆོད་ཡོད་སྐབས་མདོ་རྣམས་ཀྱང་སྟོག་བཞིན་ཡོད། མོད་ལ་ཡོད་
པ་རྣམས་བཀའ་བསྟན་གྱི་གདམས་ངག་སྟོང་པོ་བསྟུས་ནས་བསྟན་པ་ཞིག་ཡིན་
སྟབས། མོད་ཀྱི་མཁས་པས་མཛད་པའི་གདམས་ངག་རྣམས་སྟོན་པའི་ལྗེ་མིག་
གི་ཚུལ་དུ་བྱས་ནས་ཆེ་ས་གཞུང་ཆེན་མོ་རྣམས་ཡིན་པ་ལས། བེའུ་འབྲུམ་ལག་
མཐེམ་ཅམ་ཞིག་ལ་ཆོག་ཤིས་བྱས་ནས་སྟོན་བྱ་ཞིག་གཏན་ནས་མིན། འདི་ཡན་
གང་སྟོ་མའི་བསྟོན་སྒྲུབ་ཟིན་པ་ཡིན།

གསུམ་པ། སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་རབ་ནམས་ལྗེ་སྟོན་གསུམ་ཏུ་འབྲུ་ཚུལ་
དང་། ལྗེ་སྟོན་གསུམ་ཏུ་འདྲོག་པ་འི་རྒྱ་མཚན།

དེ་ཡང་རང་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པའི་སེམས་དང་། སེམས་བྱུང་ནམས་ཉོན་
མོངས་པའི་དབང་དུ་སོང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་འཁོར་བར་སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱི་འཁོར་ལོ་
རྒྱལ་མི་ཆད་དུ་སྤྱོད་ཞིང་འཁོར་བ་དང་། དེ་སྤངས་ན་ཐར་བ་ཐོབ་པ་ཡིན་པས་
གཙུག་པོ་རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཆགས་སོགས་ཉོན་མོངས་པ་འདུལ་དགོས། དེ་འདུལ་བའི་
ཐབས་སྟེ། སངས་རྒྱལ་བཙུག་པོ་ལྟ་བུ་འདས་ཀྱིས་ཆོས་ཀྱི་ཕྱང་པོ་བརྒྱུད་ཁི་བཞི་
སྟོང་གསུངས་ཡོད།

དེ་དག་བསྐྱེད་ན་གསུང་རབ་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས། དེ་དག་ཀྱང་མདོར་
བསྐྱེད་ན་ལྗེ་སྟོན་གསུམ་ཞེས་མདོ་སྟེང་སྟེ་སྟོན། འདུལ་བའི་སྟེ་སྟོན། མདོན་པའི་
སྟེ་སྟོན་གསུམ་གྱི་ནང་དུ་འདུ། དེ་ལྟར་སྟེ་སྟོན་གསུམ་འཛིག་པའི་རྒྱ་མཚན་
ལ་འདར། ལྷ་རྒྱལ་མི་ཁྲི་སྟེ་འདས་གསུམ་པ་བྱམས་པས་༽ མཛད་པའི་སྤྱི་ཉལ་ལྷ་ལྷ་རྒྱལ་
༽མདོ་སྟེ་རྒྱལ་༽ ལས།

སྟེ་སྟོན་དག་ནི་གསུམ་མཁ་གཉིས་ཀྱང་རུང་། །

བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་ན་རྒྱུ་ནི་དགྲུང་འདོད་དོ། །

ཞེས་སྤང་བྱ་ལ་བསྟོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གསུམ། བསྐྱེད་པ་ལ་བསྟོས་པའི་རྒྱ་
མཚན་གསུམ། ཤེས་བྱ་ལ་བསྟོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གསུམ་སྟེ་དགྲུ་ཡོད། དེའི་དང་
པོ་གསུམ་ནི་ཐེ་ཆོམ་དང་། ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་གཉིས། རང་གི་ལྟ་བ་མཆོག་ཏུ་
འཛིན་པའི་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་གསུམ་གྱི་གཉིན་པོར་རིམ་བཞིན། དང་པོའི་

གཉེན་པོར་མདོ་སྤེའི་སྤེ་སྟོང་། གཉེས་པའི་གཉེན་པོར་འདུལ་བའི་སྤེ་སྟོང་། གསུམ་
པའི་གཉེན་པོར་མདོན་པའི་སྤེ་སྟོང་གསུམ་གསུངས་པ། དེ་ཡང་མདོ་སྤེའི་སྤེ་སྟོང་
ཀྱི་སྐབས། སྤང་བོ་དང་། ཁམས་དང་། སྤྱེ་མཆེད་དང་། རྟེན་འབྲེལ་དང་། བདེན་བ་
བཞི་དང་ས་དང་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་སོགས་གཙོ་བོ་ཉིང་དེ་འཛིན་ཀྱི་བསྐྱབ་པའི་
སྟོར་ལེགས་པར་གཏན་ལ་པབ་སྟེ་རང་དང་སྤྱིའི་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་ཤེས་བྱའི་གནས་
དེ་དག་ལ་མཐའ་གཉིས་སུ་དོགས་པའི་ཐེ་ཆོམ་སེལ་བར་བྱེད་པས་མདོ་སྤེའི་སྤེ་
སྟོང་དེ་ཐེ་ཆོམ་ཉི་བའི་ཉོན་མོངས་ཀྱི་གཉེན་པོར་གསུངས།

འདུལ་བའི་སྤེ་སྟོང་སྐབས་མི་ཆངས་པར་སྟོང་བ་སོགས་དང་། ཟས་གོས་
གནས་མལ་བཟང་པོ་སོགས་བྱི་དང་ནང་གི་འདོད་པ་ལ་ཆགས་པ་སོགས་ཁ་ན་མ་
ཐོ་བའི་ཉེས་སྟོན་ཐམས་ཅད་ལ་འཇུག་པ་བཀག་པས་འདོད་པ་བསོད་སྟོམས་ཀྱི་
མཐའ་དང་། ཡང་དེས་འབྱུང་གི་ཚུལ་ཁྲིམས་རྣམ་པར་དག་པ་དང་ལྡན་ཅིང་རྟེན་པ་
སོགས་དཀའ་ཆེགས་དག་འབད་རྩོལ་གྱིས་བསྐྱབ་མི་དགོས་པ་དང་། དེ་ལ་
ལོངས་སྟོང་པའི་ཆེ་ཆགས་ཞེན་བླག་པོ་འགོག་ཏུ་ས་པའི་གཉེན་པོ་དང་ལྡན་པ་
རྣམས་ལ་གོས་དང་། ཁ་ཟས་དང་། ཁང་བ་སོགས་ཤིན་ཏུ་བཟང་པོར་ཡང་ལོངས་
སྟོང་པར་གནང་བས་ན། བདག་ཉིད་ངལ་ཞིང་དུ་བ་པ་ལ་སྟོར་བའི་མཐའ་གཉིས་
ཀྱི་གཉེན་པོ་བསྟན་པས་འདུལ་བའི་སྤེ་སྟོང་དེ་སྟོང་སྟོགས་ཀྱི་མཐའ་གཉིས་ལ་
སྟོར་བའི་ཉི་བའི་ཉོན་མོངས་པའི་གཉེན་པོར་གསུངས་ལ། དེའི་དོན་བྲིལ་ན། ཟས་
གོས་གནས་མལ་བཟང་པོ་ལ་ལོངས་སུ་སྤྱད་ཀྱང་ཆགས་པ་དང་། ང་རྒྱལ་དང་།
རྒྱགས་པ་སོགས་ཉོན་མོངས་པ་མི་སྤྱེད་ན་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་མེད་པར་སྟོང་བ་ཡིན་

བས་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གནང་བ་ཡིན་ལ། གཤམ་ཏེ་ཟས་ངན་རྩོད་དང་གོས་ཕྱག་
དར་ཁྲིད་པ་ལྟ་བུ་ལོངས་སྤྱད་ཀྱང་། དེ་ལ་ཆགས་པ་སོགས་འཕེལ་ན་ཁ་ན་མ་ཐོ་
བ་དང་བཅས་པར་སྤྱོད་པ་ཡིན་པས་དེ་ལྟ་བུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གནང་བ་མེད་པས་
བཀག་ལ། གཙོ་བོ་འདོད་ཆགས་སོགས་ནང་གི་ཉོན་མོངས་འཕེལ་མི་འཕེལ་ཅིང་
ལས་ཕྱིའི་དངོས་པོ་གཙོ་ཆེ་བ་མ་ཡིན།

༡༽ རང་བའི་གཞུང་ནས་ཤལ་གནང་བཀག་ཡོད་ཅིང།

ཁ་སང་ཤེལ་ལྷོ་ར་ལྷུས་པ་ལྟར། འདུལ་བའི་གཞུང་ནས་ཤལ་བྱེ་བྲག་ཕྱེ་
གནང་ཡོད། མིག་པ་གཅིག་པ་རྟ་ཤེལ་ལ་སོགས་པའི་ཤ་ཟ་མི་རུང་བ་དང་།
བཅད་པ་ལས་བྱུང་བ་མ་མིན་ནམ། ཞེས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཆེད་དུ་གཉེར་ནས་བསད་
པའི་ཤ་མིན་ནམ། ཞེས་སོགས་ཁྱི་བ་ཁྱིས་དགོས་པའི་རིགས་འགའ་ཞིག་ཡོད།
རང་ཉིད་ཀྱི་ཆེད་དུ་བསད་པ་ཡིན་ན་རྣམ་གསུམ་མ་དག་པའི་ཤ་ཡིན་པས་ཟ་མི་
ཆོག་པ་ཡིན། དེས་ན་འདུལ་བའི་གཞུང་ནས་སྤྱིར་ཤ་བཀག་མེད། དེས་ན་ཕྱི་
ལྟར་དང་། ཐའེ་ལན་རྒྱུ་། འབར་མ་སོགས་ཀྱི་དགོ་སྟོང་རྣམས་ཀྱིས་དམིགས་
བསལ་ཤ་མེད་གནང་གི་མེད། དེའི་སྟོང་ལ་སྤར་ལོ་སྤུམ་ཅུའི་གོང་དུ་ཕྱི་ལྟར་
དགོ་སྟོང་ཞིག་དང་ངོས་གཉིས་སྤྲད་ཆ་བྱུང་བར། ཁོང་གིས་ནང་པའི་དགོ་འདུན་
པའི་ཁྲིད་དུ་ཤ་ཡོད་ཤ་མེད་གཉིས་ཀྱི་ཡོད་པར་གསུངས།

རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ཞེ་ན། དགོ་སྟོང་བསོད་སྟོམས་ལ་ཕེབས་སྐབས་
དགོ་སྟོང་རང་ཉིད་ལ་ཐབས་ཤེས་གང་ཡང་མེད་པར་སྤར་ལྷུང་བཟེད་བསྐྱམས་
ནས་བསོད་སྟོམས་ལ་ཕེབས་སྟོལ་ཡོད་པ་སྟེ། ངོས་ནས་སྤར་ཐའེ་ལན་རྒྱུ་རྒྱུ་

བསྐྱོད་སྐབས་དག་སྤྱོད་རྣམས་དང་ལྷན་དུ་ཀར་བརྒྱུ་མར་ལྷུང་བཟེད་འབྱེད་
ནས་བསོད་སྟོམས་ལ་བསྐྱོད་སྤྱོད་ཡོད། དེའི་ལམ་སྟོལ་བཏོད་ནས་གནས་
མཆོག་དོ་རྩེ་གདན་གྱི་མཆོད་རྟེན་ལ་སྐྱོར་བར་བསྐྱོད་ཅིང་སྤྱགས་སོ་སོ་ནས་
བསོད་སྟོམས་འབྲུལ་མཁན་ཡོད་པ་བཅས་དེ་ལྟར་ཕྱིན་པ་རེད། དེར་བརྟེན་
བསོད་སྟོམས་སྤྱོད་སའི་བྲིམ་ཆང་དེ་ཉིད་ཤེས་སྤྱོད་སྟོམས་ལ་བསྟེན་མཁན་ཞིག་
ཡིན་ན་དེ་ག་ཟ་བ་དང་། དེ་བཞིན་བསོད་སྟོམས་སྤྱོད་སའི་བྲིམ་བདག་དེ་ཉིད་
དམར་ཟས་བསྟེན་མཁན་ཞིག་ཡིན་ནའང་དེ་ག་ཟ་བ་ལས། ང་དཀར་ཟས་ཡིན་
པར་བྲིམ་བདག་ལ་བཀའ་མངགས་བྱས་པ་ལྟ་བུས་ང་འདི་དང་འདི་མི་ཟ་བས་དེ་
མིན་འདི་དང་འདི་དགོས་ཞེས་བརྗོད་མི་ཆོག་པར་གང་ཞིག་རག་པ་དེ་ཉིད་ཟ་
སྟོལ་ཡོད།

ལྷུང་བཟེད་ཅེས་པའི་མིང་དེ་ཉིད་ཀྱང་སྤྱིན་བདག་གི་ལག་ནས་གང་ཞིག་
ལྷུང་བ་དེ་ཉིད་བཟེད་ནས་ཟ་བ་ལས། ང་ལ་འདི་དང་འདི་དགོས་ཞེས་བརྗོད་མི་
ཆོག་པ་ནི་འདུལ་བའི་འགྲོ་བུགས་རེད་ཅེས་གསུངས་ལྷུང་བ་དེ་བདེན་པ་རེད་
འདུག ཐེག་ཆེན་གྱི་སྤྱོད་ལྡན་གཤེགས་པའི་མདོའི་ནང་ཤེས་བཀའ་ཡོད།
དེས་ན་རྒྱ་ནག་དང་། ཉི་ཨོང་། ཨི་ཏི་ནམ་སོགས་སུ་མི་མང་སོ་ཞིག་དཀར་ཟས་
ལ་འོངས་སུ་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད། དེ་དག་གི་ཁུངས་ནི་མདོ་སྤྱོད་ལྡན་གཤེགས་པ་ལྟ་
བུ་ཐེག་ཆེན་གྱི་གཞུང་ལ་ཁུངས་བཅོལ་བས་ཉམས་ལེན་གནང་བཞིན་ཡོད།

དེ་སྐོར་ངོས་དང་ཁུ་བླ་མ་རིན་པོ་ཆེ་བསྟན་འཛིན་རྒྱལ་མཆོན་མཆོག་
དང་བཀའ་མོལ་བྱུང་བར། ཐེག་ཆེན་གྱི་གཞུང་འགའ་ཞིག་ཏུ་བཀག་པ་དང་།

གཞུང་ལ་ལར་བཀག་མེད་ཅེས་གསུངས་བྱུང་། དཔེར་ན། སློབ་དཔོན་མེགས་
ལྷན་འབྲེད་གྱིས་མཛད་པའི་དབུ་མ་སྒྲིང་པོ་ཐེག་ཆེན་གྱི་བསྟན་བཅོས་ཡིན་ནའང་།

དེ་ཆེ་དེ་ལ་གནོད་མེད་ཕྱིར། །

ཞེས་པའི་ལུང་འདྲེན་གནང་སྟེ། སློག་བཅད་ཟིན་པ་ཁྲོམ་དང་ཟ་ཁང་
སློགས་སུ་ཡོད་པ་རྣམས་ཡོངས་སུ་དྲན་དམིགས་ཤིང་ཆགས་མེད་ལ། དེའི་གནས་
སྐབས་སུ་སེམས་ཅན་གྱི་སློག་བཅད་ཟིན་པས། སེམས་ཅན་ལ་གནོད་པ་གང་
ཡང་མེད་ཅེས་གསུངས།

འོན་ཀྱང་ཤ་ཟ་མཁན་ཡོད་ན་ཆོང་མཁན་ཡོད་ལ། ཆོང་མཁན་ཡོད་ན་
སློག་གཅོད་མཁན་ཡོང་བ་བཅས་སུ་ཕྱི་རིམ་དེད་གནང་སྟེ་མཁས་བྱ་བ་རིན་པོ་
ཆའི་གསུང་ཞིག་ཏུ་དེ་ལྟར་དོགས་གཅོད་གནང་ཡོད། དེ་ལྟར་ནང་པའི་གཞུང་དུ་
གནང་ཞིང་། སྒྱིར་གནང་བཀག་གཉིས་ཀ་ཡོད།

དེ་མིན་གསང་སྟགས་ཀྱི་བྱ་རྒྱུད་དང་། སྒྲིད་རྒྱུད། རྣམ་འཁྱོར་རྒྱུད་
བཅས་ལ་དཀར་སྒྲིང་གཙང་མ་དགོས་ལ། རྣམ་འཁྱོར་ལྔ་མེད་ཀྱི་གཞུང་ནས་ཤི་
ལྷ་དང་། བདུད་ཅི་ལྷ་ཞེས་གསུངས་ཡོད། དེ་དག་སྤང་ཉོགས་སྤར་གསུམ་བྱས་
པ་ཞིག་ལས། རང་གར་ཤི་ལྷ་དང་བདུད་ཅི་ལྷ་ཞེས་མིང་བཏགས་པ་ཙམ་གྱིས་
ཡོང་ཐབས་མེད། དེས་ན་ནང་པའི་གཞུང་གི་འགྲོ་ལུགས་མང་དུ་གསུངས་པ་
རྣམས་ངས་པར་ཤེས་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན།

༡༽ རྩེ་སྒོད་གསུམ་རྒྱུ་འདྲི་ག་པ་ནི་རྒྱ་མཚན།

མངོན་པའི་རྩེ་སྒོད་ཀྱི་སྐབས། རང་སྤྱིའི་མཚན་ཉིད་ཅེས་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་
རང་གི་མཚན་ཉིད་དང་། མི་རྟག་པ་དང་། སྤྱག་བསྐལ་དང་། བདག་མེད་སོགས་
སྤྱིའི་མཚན་ཉིད་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་གསལ་བར་གཏན་ལ་བབ་པ་དེ་ལ་ཐོས་
བསམ་གྱིས་ཞུགས་ན་གཙང་བདེ་རྟག་བདག་སྟེ་སོག་ཞུགས་བཅུ་དྲུག་རྒྱ་འཛིན་
པའི་ལྟ་བ་མཚོག་རྒྱ་འཛིན་པའི་གཉེན་པོར་བཞད་པ་ཡིན།

རྒྱ་མཚན་བར་པ་གསུམ་ནི། བསྐྱབ་པ་གསུམ་བརྗོད་བྱར་བྱས་པའི་ཆ་
ནས་མདོ་སྤེའི་རྩེ་སྒོད། ཚུལ་ཁྲིམས་དང་གཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་བསྐྱབ་པ་གཉིས་
བསྐྱབ་པའི་བྱར་དུ་མངོན་པའི་རྩེ་སྒོད་དེ་རྒྱ་མཚན་དེ་གསུམ་ལ་བརྟེན་ནས་རྩེ་
སྒོད་གསུམ་བཞག།

དེ་ཡང་མདོ་སྤེའི་རྩེ་སྒོད་གྱིས་བསྐྱབ་པ་གསུམ་བརྗོད་བྱར་བྱེད་ཚུལ་ནི།
དེས་ཐེག་དམན་གྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་སོ་སོར་ཐར་པའི་སྒོམ་
བས་རྒྱུད་བསྐྱམས་པ་དང་། སྒྲོད་ཡུལ་དང་ཆོ་ག་ཡོངས་སུ་དག་པ་དང་། ཁ་ན་
མ་ཐོ་བ་སྤྲ་མོ་ཅམ་ལའང་འདྲིགས་པར་བལྟ་བའི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་། ཐེག་དམན་
གྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་བསམ་གཏན་དང་གཟུགས་མེད་ཀྱི་སྒྲོམས་འབྱུག་གི་ཉིང་
ངེ་འཛིན་དང་། ཐེག་དམན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་བདེན་བཞི་རིམ་ལྟ་བུ་བཞིན་དུ་
ཤེས་པའི་ལྷག་མཐོང་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་རྣམས་དང་། དེ་ཡང་བདེན་བཞི་
དང་། བྱང་སྟོགས་སོ་བདུན་སྒྲོམ་པ་སོགས་གཙོ་བོ་རང་སྟེང་དུ་བསམ་སྐབས་
ནི་ཐེག་དམན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་དེ་ཡིན་ལ། གཞན་སྟེང་དུ་བསམ་སྐབས་ཐེག་

ཆེན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་དེ་ཡིན། དེ་ནས་ལུས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་སྟོང་གཞིར་
བཞག་ནས་དེ་བདེན་སྟོང་དུ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་སྐབས་དོན་དམ་གྱི་སྒྲོ་སྟོང་ཚུལ་
ཞིག་གསུང་གི་ཡོད། དེས་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་ཉེས་སྟོང་སྒྲོམ་པ་
ལ་སོགས་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་། རྣམ་མཁའ་མངོན་དང་དབང་བར་འགྲོ་བ་ལ་
སོགས་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་བསྐྱབ་པ་དང་། དོན་དམ་པའི་གནས་ལུགས་
རྟོགས་པའི་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་སྐྱེ་ཐེག་པ་
གོང་འོག་གི་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ག་བརྗོད་བྱར་བྱས་ཏེ་བཤད།

འདུལ་བའི་སྡེ་སྟོང་གིས་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་། ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་བསྐྱབ་པ་
གཉིས་སྐྱབ་ཚུལ་ནི། དེས་སྒྲང་དོར་འཇུག་ལྷོག་གི་གནས་སྤྱི་ཅི་མ་ལོག་པར་
སྟོན་པས་དངོས་སུ་ཚུལ་ཁྲིམས་དག་པར་བྱེད་ཅིང་། དེ་ལྟར་ཚུལ་ཁྲིམས་དག་ན་
སེམས་ལ་གདུང་བ་དང་འགྲོད་པ་མེད་པར་འགྱུར་ལ། དེ་མེད་ན་ལུས་བག་
ཡངས་བའམ་ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་པ་ཐོབ་ལ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་ཀྱི་དགའ་བདེ་
འཕེལ་ཞིང་། དེའི་མཐུས་སེམས་ཅེ་གཅིག་ཏུ་གནས་པར་འགྱུར་བས་ན་འདུལ་
བའི་སྡེ་སྟོང་གིས་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་། ཉིང་རེ་འཛིན་གཉིས་སྐྱབ་པར་བྱེད།

མངོན་པའི་སྡེ་སྟོང་གིས་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་སྐྱབ་ཚུལ་ནི། དེས་ཆོས་
རྣམས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ལེགས་པར་སྤྱེ་ནས་གཏན་ལ་ཐབ་པའི་མཐུས། དེ་ལ་ཐོས་
པ་བྱས་པས་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་མ་རྟོར་བ་རིག་པའི་ཤེས་རབ་སྐྱེད་པར་
བྱེད་པས་ལྷག་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་སྐྱབ་པར་བྱེད་ཅིང་མངོན་སུམ་དུ་འཐོབ་
པར་བྱེད་པ་ཡིན།

རྒྱ་མཚན་ཐ་མ་གསུམ་ནི། ཆོས་དང་དོན་བཤད་པའི་ཕྱིར་དུ་མདོ་སྡེ་
དང་། ཆོས་དང་དོན་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པའི་ཆ་ནས་འདུལ་བ་དང་། ཆོས་དང་དོན་
འབྲེལ་བའི་གཏམ་ལ་མཁས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་མདོན་བ་སྟེ། དེ་ཡང་མདོ་སྡེ་ས་
ཆོས་དང་དོན་བཤད་ཚུལ་ནི། མིང་ཆིག་ཡི་གེའི་ཆོས་དང་། དེའི་བརྗོད་བྱ་ཕུང་
ཁམས་སྟེ་མཆེད་ལ་སོགས་པའི་དོན་དང་། ཡང་ན་ཕུང་ཁམས་ལ་སོགས་པའི་
ཆོས་དང་། དགོངས་ལྡེམ་དགོངས་བརྒྱད་ཀྱི་དོན་དང་། ཡང་ན་མཐོ་རིས་འཐོབ་
པར་བྱེད་པའི་ལམ་དགེ་བ་བཅུའི་ཆོས་དང་། དེས་ལེགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་འཐོབ་
པར་བྱེད་པའི་ལམ་བྱང་ཕྱོགས་སོ་བདུན་ཀྱི་དོན་རྣམས་རྒྱས་པར་འཆད་པའི་སྒོ་
ནས་ཆིག་དོན་ལ་འབྲེལ་བར་བྱེད།

འདུལ་བའི་སྡེ་སྤྲོད་ཀྱིས་ཆོས་དང་དོན་སྒྲུབ་ཚུལ་ནི། ཚུལ་ཁྲིམས་རྣམ་
པར་དག་པ་ལ་སྦྱར་བ་དང་། མི་གཙང་བ་སྟོམ་པ་ལ་སོགས་པ་བསྟན་པའི་སྒོ་
ནས་ཉོན་མོངས་པ་འདུལ་ཞིང་དེའི་མཐུ་ལས་ཕྱར་སྟོམ་པའི་ཆོས་དང་དོན་
རྣམས་ཤེས་པ་དང་། རྒྱད་ལ་མདོན་དུ་གྱུར་པའི་སྟོན་སྟོན་གསུམ་པར་འགྱུར་བས་
ན་ཆོས་དང་དོན་སྒྲུབ་པར་བྱེད། མདོན་པའི་སྡེ་སྤྲོད་ཀྱིས་ཆོས་དང་དོན་འབྲེལ་
བའི་གཏམ་ལ་མཁས་པར་འགྱུར་བ་ཡིན།

དེ་འདྲ་བའི་རྒྱ་མཚན་དགའའི་སྟོན་སྟོན་ཐེག་བ་གསུམ་ཀྱི་ཉམས་ལེན་
ཐབས་ཤེས་ཀྱི་གནད་སྟོན་པའི་རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་ཐམས་ཅད་སྡེ་སྤྲོད་གསུམ་
དུ་བསྐྱས་པ་ཡིན། སྡེ་སྤྲོད་གསུམ་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་ཐམས་ཅད་ཚུར་བསྐྱས་ན་ལྷག་
པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་དང་། ཉིང་རེ་འཛིན་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་དང་། ཤེས་རབ་

གྱི་བསྐྱབ་པ་གསུམ་གྱི་ཉམས་ལེན་དངོས་དང་ཡན་ལག་ཅི་རིགས་པར་འདྲ་
 ཞིང་། དེ་ཡང་སངས་རྒྱས་གྱིས་གསུངས་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་གྱིས་དངོས་བརྒྱད་
 གཉིས་ནས་རང་གཞན་ཐམས་ཅད་ལ་པན་པར་འགྱུར་བས་ལྷག་ཅིང་། བསྟན་པ་
 འདི་ལས་གཞན་སྤྱུགས་པ་སོགས་གྱིས་མེ་ལྷ་བསྟེན་པ་ལ་སོགས་པའི་དཀའ་
 ཐུབ་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་གྱིས་ནི་དངོས་དང་བརྒྱད་ནས་རང་དང་གཞན་གཏུང་
 བར་འགྱུར་བས་དམན་ལ། དེ་བཞིན་དུ་སངས་རྒྱས་གྱིས་གསུངས་པའི་ཉིང་རེ་
 འཛིན་ནི་ཉོན་མོངས་པ་དང་། རྣམ་རྟོག་གི་གཉེན་པོར་འགྲོ་བས་མཐོང་བའི་ཆོས་
 ལ་བདེ་བ་ཅམ་དུ་མ་ཟད་ཆེ་རབས་གཞན་དང་གཞན་དུའང་བདེ་བར་བྱེད་ཅིང་།
 ཐར་པའི་བདེ་བ་ལ་ཡང་འཐོབ་པར་བྱེད་པས་ལྷག་ལ། ཕྱི་རོལ་པ་སོགས་གྱི་ཉིང་
 རེ་འཛིན་ནི་སེམས་ཕྱི་རོལ་དུ་གཡེངས་པ་ལས་ལྷོག་པ་དང་། མཐོང་བའི་ཆོས་
 ལ་བདེ་བར་གནས་པ་དང་། འབྲས་བུ་རི་ཅམ་བཟང་ཡང་གཟུགས་དང་གཟུགས་
 མེད་གྱི་ལྷའི་གནས་སུ་སྐྱེ་བར་བྱེད་ཀྱས་པ་ཅམ་ལས་མེད་ཅིང་། ཉོན་མོངས་
 དང་རྣམ་རྟོག་གི་གཉེན་པོར་མི་འགྲོ་བས་དམན་པ་དང་། སངས་རྒྱས་གྱི་གསུང་
 རབ་ནས་བཤད་པའི་ཤེས་རབ་གྱིས་ནི་དངོས་སམ་བརྒྱད་པས་བདག་གཉིས་
 སུ་འཛིན་པའི་སྤྱི་བ་པ་མཐའ་དག་སེལ་བར་བྱེད་ཀྱས་པས་ལྷག་ལ། ཕྱི་རོལ་པ་
 སོགས་གྱིས་བཤད་པའི་ཤེས་རབ་གྱིས་ནི་གནས་ལུགས་མཐོང་བའི་སློ་ནས་
 འཁོར་བའི་རྩ་བ་གཅོད་མི་ཀྱས་པས་དམན་པ་སྟེ། རྒྱ་མཚན་དེ་དག་ལ་བརྟེན་
 ནས་སངས་རྒྱས་གྱིས་གསུངས་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་། ཉིང་རེ་འཛིན་དང་།
 ཤེས་རབ་ནི་གཞན་ལས་ལྷག་པ་ཡིན་པས་ལྷག་པའི་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ཞེས་ཟེར་བ་

ཡིན་ནོ།

བཞི་པ། ཟླ་ལྷོད་གསུམ་གྱི་བརྗོད་བྱ་བསྐབ་པ་གསུམ་གྱི་དང་པོ་རྩུལ་
ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐབ་པ་འདི་སྟོན།

འོ་ན་ལྷག་པའི་བསྐབ་པ་གསུམ་པོ་དེ་རི་འབྲ་ཞིག་ཡིན་སྟེ་མ་ན། དང་པོ་
ལྷག་པ་རྩུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐབ་པ་ནི། ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཞི་རྟེན་ཡིན་ཞིང་
སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པའི་ཉམས་ལེན་གྱི་སྤྱིང་པོ་བསྟུས་པ་ཞིག་ཡིན། ལྷ་གྲ་རྩ་
ནས་ ༼མགོན་པོ་ལྷ་སྟུབ་༽ མཛད་པའི་སྤྱི་དེ་ལེ་ཁ་ ༼བཞེས་སྤྱིང་༽ ལས།

ཁྲིམས་ནི་རྒྱ་དང་མི་རྒྱའི་ས་བཞིན་དུ། །

ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་གཞི་རྟེན་ལགས་པར་གསུངས། །

ཞེས་གསུངས། དེ་ལ་མི་དགེ་བརྩ་སྤྱོད་གི་རྩུལ་ཁྲིམས་གཞིར་བྱས་པའི་
རྩུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ནམ་གངས་མང་པོ་ཡོད་པ་བསྟུན། སོ་ཐར་གྱི་རྩུལ་ཁྲིམས། བྱང་
རྩུབ་སེམས་དཔའི་རྩུལ་ཁྲིམས། གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་རྩུལ་ཁྲིམས་གསུམ་གྱི་ནང་དུ་
འདུས་པ་རེད།

༡༽ མི་དགེ་བརྩ་སྤྱོད་གི་རྩུལ་ཁྲིམས།

དེ་ལ་མི་དགེ་བརྩ་སྤྱོད་གི་རྩུལ་ཁྲིམས་ཞེས་པ་ནི་མི་དགེ་བ་བརྩ་སྤྱོད་པའི་
ཁྲིམས་ཞིག་ལ་ཟེར་ཞིང་། ལྷ་རྩྱུ་བ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་ ༼སྟོབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་༽
མཛད་པའི་ཨ་རྟེན་མ་གྲོ་ཁ་ ༼མཛོན་པ་མཛོད།༽ ལས།

དེ་ལས་ཆེ་ལོང་བསྐྱས་ནས་ནི། །
དགེ་དང་མི་དགེ་ཅི་རིགས་པར། །
ལས་ཀྱི་ལམ་ནི་བརྩུང་གསུངས་སོ། །

ཞེས་གསུངས། མི་དགེ་བ་བརྩུ་ནི། ལུས་ཀྱི་སྒོ་ནས་སྒོག་གཅིད། མ་ཁྱིན་
ལེན། ལོག་གཡེམ་དང་གསུམ། དག་གི་སྒོ་ནས་རྩུབ། སྤ་མ། ཆོག་རྩུབ། དག་
འབྲུལ་དང་བཞི། ཡིད་ཀྱི་སྒོ་ནས་བརྩུ་བ་སེམས། གནོད་སེམས། ལོག་ལྟ་དང་
གསུམ་བཅས་སྒོ་གསུམ་ཀྱི་ལམ་ནས་བྱས་ཤིང་བསགས་པའི་ལས་ལམ་བརྩུ་
ཡོད།

དེ་དག་ནི་ར་ཆོ་རབ་བྱུང་ཡིན་མིན་རྒྱུ་ཡང་། ནང་བ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་
ཆད་ལ་མི་དགེ་བརྩུ་པོ་རྣམས་ཤེས་པར་བྱས་ནས་སྒོང་དགོས་པ་ཡིན། མི་དགེ་
བརྩུ་སྒོང་གི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཞེས་པ་ནི་ནང་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཐོག་མའི་རྒྱུ་གཞི་ལྟ་བུ་སྟེ།
དཔེར་ན། མཐའ་ཡི་འགོག་བདེན་སྐྱབ་པའི་རིམ་པ་དང་པོ་དེ་ལུས་དག་ཡིད་
གསུམ་ཀྱི་ཉེས་སྒྱུད་སྒྲོམ་པ་དེས་རྒྱུ་གཞི་ལྟ་བུ་སྐྱབ་ཀྱི་ཡོད། རིམ་བཞིན་ཉེས་
སྒྱུད་ཀྱན་ནས་སྒོང་བྱེད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་སྒྲོམ་པ་དང་། མཐར་ཉོན་མོངས་རྩ་བ་ནས་
སྒོང་བ་ཞིག་ཡིན། དེ་རྗེས་ཉོན་མོངས་ཀྱི་བག་ཆགས་སྒོང་བས་ན། དབྱ་མ་བཞི་
བརྒྱ་པ་ལས།

བསོད་ནམས་མིན་པ་དང་པོར་བརྒྲེག།

ཅས་གསུངས་པ་ལྟར། སྤྱག་བསྐྱེད་འབྱེད་ཀྱི་བསོད་ནམས་མིན་པའི་
ལས་རྣམས་དང་པོར་སྒྲོམ་པ་དང་།

བར་དུ་བདག་ནི་བསྐྱོག་པར་བྱེད། །

ཅེས་པས། ཉོན་མོངས་བསྐྱོག་པ་སྟེ། གཙོ་བོ་གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་
གཙོ་བོར་གསུངས་པའི་ཐོག་ནས་ཉོན་མོངས་བསྐྱོག་པ་དེ་ཡིན།

མཐའ་མར་ལྟ་ཞིག་ཀུན་བསྐྱོག་པ། །

ཞེས་པ་དེས། ལྟ་ངན་མཐའ་དག་དང་། གཙོ་བོ་ཉོན་མོངས་ཀྱིས་བཞག་
པའི་བག་ཆགས་ཀྱི་ཐོག་ཏུ་དགོངས་པ་བཞེས་ནས་གསུངས་ཡོད། དེས་ན།

༡༽ སྟོག་གཙོད།

སྟོག་གཙོད་ནི། ཡན་ལག་ལྔ་དང་ལྔན་པ་སྟེ་གཞི་རང་ལས་རྒྱུད་ཐ་དང་
པའི་སེམས་ཅན། བསམ་པ་དེར་འདུ་ཤེས་ཤིང་མ་འཁྲལ་བ། སྦྱོར་བ་དུག་
མཆོན་རིག་ལྷགས་སོགས་ཀྱིས་རང་གིས་གསོད་པའམ་གཞན་ལ་གསོད་དུ་
འབྱུག་པ། ཉོན་མོངས་ནི་འདོད་ཆགས། ཞེ་སྤང་། གཉི་ལྷག་གསུམ་སྟེ་དང་།
ཁྱད་པར་ཞེ་སྤང་། མཐར་ཐུག་ནི་གསལ་བྱ་དེ་རང་ཉིད་མ་ཤི་བའི་སྟོན་དུ་ཤི་བ།
དེ་ལྷན་ནི་སྟོག་གཙོད་ཀྱི་ལས་ལམ་རྫོགས་ལ། ཡན་ལག་ཅི་རིགས་མ་ཆང་ན་
ཉེས་པ་འབྱུང་ཡང་ལས་ལམ་མ་རྫོགས་པ་སྟེ་འདི་ཉིད་འོག་མ་རྣམས་ལའང་
ཤེས་དགོས།

འདི་ལ་དབྱེ་ན། ཤ་ལ་སྟེད་པ་ལྟ་བུ་འདོད་ཆགས་ཀྱི་སྟོན་སྟོག་གཙོད་
པ་དང་། འཁོན་ཞུགས་པ་ལྟ་བུ་ཞེ་སྤང་གི་སྟོན་སྟོག་གཙོད་པ་དང་། ལྷགས་
ཀྱི་མཆོད་སྦྱིན་ལྟ་བུ་གཉི་ལྷག་གི་སྟོན་སྟོག་གཙོད་པ་སྟེ་གསུམ། སྟོག་གཙོད་

གི་ནང་ནས་ཀྱང་དབྱ་བཅོམ་པ་དང་། རང་གི་སྒྲ་མ་དང་། བ་མ། དགེ་སྦྱོང་། བཅ་
ཟེ་སོགས་གི་སྟོག་གཅོད་པ་ལྟ་བུ་སྤྲིག་པ་ཤིན་ཏུ་ཆེ།

༡༥ མ་བྱིན་ལེན།

མ་བྱིན་ལེན་པ་ནི། གཞི་གཞན་གྱིས་བདག་གིར་བརྒྱང་བའི་རྣམ་དང་།
དགོན་མཆོག་ལ་བསྐྱོས་པའི་ཡོ་བྱད་སོགས་དང་། བསམ་པ་གཡོ་སྦྱུང་མེམས་
དང་མཐུ་དང་འཇབ་བྱས་ལེན་པར་འདོད་པའི་ཀུན་སྦྱོང་། སྦྱོར་བ་རང་རམ་
གཞན་ལ་བྱེད་ཏུ་འཇུག་པ། ཉོན་མོངས་དུག་གསུམ་སྦྱི་དང་། ཁྱད་པར་འདོད་
ཆགས། མཐར་ཐུག་ནི་རྣམ་དེ་དག་གནས་ནས་སྦྱོས་སམ་མ་སྦྱོས་ཀྱང་རང་ལ་
ཐོབ་སྟོ་སྦྱེས་པ། འདི་ལ་དབྱེ་ན་ཉེས་མེད་བཅོན་འཕྲོག་ལྟ་བུ་མཐུང་སྟོ་ནས་
བརྒྱས་པ། ཁང་པ་འབྲུགས་པ་ལྟ་བུ་འཇབ་བྱའི་སྟོ་ནས་བརྒྱས་པ། བྱེ་སྦྱང་ལོག་
པ་འཇུགས་པ་ལྟ་བུ་གཡོ་སྦྱུང་སྟོ་ནས་མ་བྱིན་པར་ལེན་པ་ལྟེ་གསུམ་ཡོད། མ་
བྱིན་ལེན་གི་ནང་ནས་དགོན་མཆོག་གི་རྣམ་རྒྱུ་བ་སྤྲིག་པ་ཤིན་ཏུ་ཆེ།

༡༦ ལོག་གཡེམ།

ལོག་གཡེམ་ནི། གཞི་གཞན་གྱིས་བདག་ཏུ་བརྒྱང་བའི་བྱད་མེད་དང་།
བདུན་བརྒྱད་ཚུན་གྱི་ཉེ་བུ། ཚུ་ལ་ཁྲིམས་སྤང་བའི་དགེ་སྦྱོང་མ་སོགས་བཟོད་བྱ་
མ་ཡིན་པ། རང་གི་རྒྱུང་མ་ཡིན་ཡང་དགོན་མཆོག་གི་ཉེན་བྱང་སོགས་གནས་
མ་ཡིན་པ། མངལ་སྟོ་མ་གཏོགས་པའི་ལམ་གཞན་ཉེ་ལམ་མ་ཡིན་པ། གསོ་
སྦྱོང་ལ་གནས་པ་དང་། སྤྱུམ་མ་སྒྲ་མཆོན་ལྡན་དུས་དང་། ཉོན་མོ་སོགས་དུས་

མ་ཡིན་པ་རྣམས་དང་། བསམ་པ་བཞེད་འདོད་ཀྱི་ཀུན་སྒྲོང་། སྒྲོར་བ་ལས་དེ་ལ་
ཚུམ་པ། ཉེན་མོངས་དུག་གསུམ་དང་ཁྲད་པར་འདོད་ཆགས། མཐར་ཐུག་གི་
དབང་པོ་གཉིས་རེག་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཆོར་བདེ་ཉམས་སུ་སྒྲོང་བ་ལ་སྐྱེད་པས་
བདག་གིར་བྱས་པ། འདི་ལ་དབྱེ་ན། མ་སྤིང་ལྟ་བུ་རིགས་ཀྱིས་སྤྱང་བ་ལ་ལོག་
པར་གཤེམ་པ། གཞན་གྱི་རྒྱུང་མ་ལྟ་བུ་བདག་པོས་སྤྱང་བ་ལ་ལོག་པར་གཤེམ་
པ། དགེ་སྒྲོང་མ་ལྟ་བུ་ཆོས་ཀྱིས་སྤྱང་བ་ལ་ལོག་པར་གཤེམ་པ་སྟེ་གསུམ།
འདོད་ལོག་གི་ནང་ནས་མ་ཡང་ཡིན་ལ་དག་བཙུག་མ་ཡང་ཡིན་པ་ཞིག་ལ་ལོག་
པར་སྒྲོད་པ་ལྟ་བུ་སྤྲིག་པ་ཤིན་ཏུ་ཆེ།

༡༽ རྒྱན།

རྒྱན་སྒྲོ་བ་ནི། གཞི་རང་ལས་ཐ་དད་པའི་གང་ཟག་ བསམ་པ་གཞན་སྒྲོ་
སེམས་ཀྱིས་མ་མཐོང་བ་ལ་མཐོང་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་སྒྲོ་འདོད་ཀྱི་ཀུན་སྒྲོང་། སྒྲོར་བ་
ནི་ལས་དེ་ལུས་ངག་གང་རུང་གི་རིག་བྱེད་དུ་ཐོན་པ། ཉེན་མོངས་དུག་གསུམ་
གང་རུང་གིས་རྫོགས་པ། མཐར་ཐུག་ནི་པ་རོལ་པོས་དོན་གོ་བ། འདིའི་སྒྲོར་བ་
ངག་གི་རིག་བྱེད་དམ་ངག་གི་བརྗོད་པ་ཁོ་ནར་མ་ངེས་ཏེ། ལུས་ཀྱི་བརྒྱལ་ས་
རྒྱན་དུ་འགྱུར་བ་ཡང་ཡོད། འདི་ལ་དབྱེ་ན། མིའི་ཆོས་སྒྲོ་མ་སྟེ་ཡོན་ཏན་གོང་མ་
མ་ཐོབ་པ་ཐོབ་ཚུལ་ལྟ་བུ་པམ་པའི་རྒྱན། བདག་གཞན་ལ་པན་གཤོད་སྦྱེལ་བའི་
རྒྱན་ཆེན་པོ། པན་གཤོད་མེད་པའི་རྒྱན་སྒྲོ་མ་སྟེ་གསུམ། རྒྱན་གྱི་ནང་ནས་སངས་
རྒྱུ་ལ་སྤྱང་བ་བཏབ་པ་དང་། སྒྲོ་མ་དང་། པ་མ་སོགས་དབུ་གཡོག་པ་སྤྲིག་པ་
ཤིན་ཏུ་ཆེ།

༥༽ བྲ་མ།

བྲ་མ་ནི། གཞི་པ་རོལ་པོ་མ་སྐྱུན་པ། བསམ་པ་དབྱེ་བར་འདོད་པ། སྦྱོར་བ་
ལས་དེ་ཚོ་མ་པ། ཉོན་མོངས་གསུམ་དང་བྱད་པར་ཞེ་སྤང་། མཐར་ཐུག་པ་རོལ་
པོས་དོན་གོ་བ། མི་མ་སྐྱུན་པ་སྐྱུམ་པར་ཚོམ་པ་སྦྱར་མི་བསྐྱུམ་པའི་བསམ་སྦྱོར་
བྱེད་པའང་འདིའི་ཁོངས་གཏོགས་ཡིན། འདི་ལ་དབྱེ་ན། མཛའ་བ་དངོས་སུ་
འབྱེད་པ་ལྟ་བུའི་བཅན་ལ། གཞོགས་སྦོང་བྱེད་ནས་དབྱེ་བ་ལྟ་བུ་གཞོགས་ལ།
ལྟོག་ཏུ་དབྱེན་བྱེད་པ་ལྟ་བུའི་ལྟོག་ལ་སྟེ་གསུམ། བྲ་མ་འི་ནང་ནས་ལྷ་སྦོལ་དང་
དགེ་འདུན་གྱི་དབྱེན་བྱེད་པ་སྟེ་གསུམ་པོ་ན་ཏུ་ཆེ།

༦༽ ཆིག་རྩུབ།

ཆིག་རྩུབ་ནི། གཞི་སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་དུ་གཏོགས་པ། བསམ་པ་མི་སྐྱུན་
པ་བརྗོད་འདོད་ཀྱི་ཀུན་སྦོང་། སྦྱོར་བ་དེར་བཅོན་པ། མཐར་ཐུག་དག་གི་ནམ་
པར་རིག་བྱེད་དུ་ཐོན་པ། ཉོན་མོངས་གསུམ་དང་བྱད་པར་ཞེ་སྤང་། འདི་ལ་དབྱེ་
ན། གཞན་ལ་དངོས་སུ་ངན་མཆང་སྦྱ་བ་ལྟ་བུ་དོར་རྩུབ་པ། གྲལ་ཀ་དང་བསེས་
ནས་གཞན་ལ་ཆིག་ངན་སྦྱ་བ་ལྟ་བུ་གཞོགས་ཏེ་རྩུབ་པ། གཞན་གྱི་དེའི་མཛའ་
བ་སོགས་ལ་ངན་མཆང་སྦྱ་བ་ལྟ་བུ་བརྒྱུད་ནས་རྩུབ་པ་དང་གསུམ། ཆིག་རྩུབ་གྱི་
ནང་ནས་པ་མཐའ་འཕགས་པ་ལ་ཆིག་རྩུབ་སྦྱ་བ་སྟེ་གསུམ་པོ་ན་ཏུ་ཆེ།

༧༽ དག་འབྲུལ།

དག་འབྲུལ་བ་ནི། གཞི་སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་དུ་གཏོགས་པ། བསམ་པ་

བག་མེད་པས་ཅལ་ཅལ་མང་པོ་སྤྱོད་ཀྱི་ཀུན་སྤོང་། སྤྱོད་བཞི་ཁ་གསལ་
དང་སྤྱོད་སོགས་བརྗོད་པར་ཚུལ་ལ། མཐར་ཐུག་དག་གི་རིག་བྱེད་དུ་སྒྲོན་པ། ཉོན་
མོངས་ནི་དུག་གསུམ་དང་བྱུང་པར་གཉི་ཐུག་འདི་ལ་དབྱེ་ན། ལྷ་སྟེགས་པའི་
བཞུས་རྗོད་ལྟ་བུ་ལོག་པའི་དག་ཀྱལ། བྲེ་མོའི་གཏམ་ལྟ་བུའི་འཛིག་རྟེན་པའི་
དག་ཀྱལ། སྤྱོད་མིན་ལ་ཆོས་འཆད་པ་ལྟ་བུ་བདེན་པའི་དག་ཀྱལ་ཉེ་གསུམ།
དག་ཀྱལ་གྱི་ནང་ནས་ཆོས་ཁོན་དོན་དུ་གཉེར་བ་རྣམས་གཡེང་བར་བྱེད་པ་སྟེགས་
པ་ཆེ།

༡༽ བརྟམ་སེམས།

བརྟམ་སེམས་ནི། གཞི་པ་རོལ་པོའི་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུ། བསམ་པ་གཞན་གྱི་
ཕུན་ཆོགས་དང་ཡོ་བྱེད་ལ་རེ་བ་དང་སྤོན་པའི་ཀུན་སྤོང་། སྤྱོད་བཞི་ཡང་ཡང་
སེམས་པ། ཉོན་མོངས་གསུམ་དང་བྱུང་པར་འདོད་ཆགས། མཐར་ཐུག་ནི་ལས་
དེ་ཡང་དང་ཡང་དུ་བྱེད་ཅིང་ཁྲེལ་དང་རོ་ཆ་དོར་ནས་གཉེན་པོ་མ་བསྟེན་པ།
འདི་ལ་དབྱེ་ན། རང་གི་ཆོ་རིགས་ལ་ཞེན་པ་ལྟ་བུ་བདག་གི་བ་ལ་བརྟམ་སེམས་
པ། པ་རོལ་པོའི་ཕུན་ཆོགས་ལ་ཆགས་པ་ལྟ་བུ་གཞན་གྱི་ལ་བརྟམ་སེམས་པ།
ས་འོག་གི་གཏེར་ལ་སྤོན་པ་ལྟ་བུ་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པ་ལ་བརྟམ་སེམས་པ་སྟེ་
གསུམ་ཡོད། བརྟམ་སེམས་ཀྱི་ནང་ནས་སྤོང་བ་པའི་རྟེན་པ་ལ་བརྟམ་སེམས་པ་
སྟེགས་པ་ཆེ།

༧༽ གཞོད་སེམས།

གཞོན་སེམས་ནི། གཞི་སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་དུ་གཏོགས་པ། བསམ་བ་
གསོད་བརྟེན་སོགས་གཞོད་པར་བྱེད་འདོད་ཀྱི་ཀུན་སྒྲོང་། སྦྱོར་བ་དེར་སེམས་
བཞིན་པའི་གནས་སྐབས། ཉོན་མོངས་གསུམ་དང་བྱུང་པར་ཞེ་སྒྲུང་། མཐར་
ཐུག་དེ་ལ་ཡོན་ཏན་དུ་བལྟ་ཞིང་གཉེན་པོ་བསྟེན་འདོད་མེད་པ། འདི་ལ་དབྱེ་ན།
གཡུལ་ངོ་སོགས་སུ་གཞན་གསོད་སེམས་ལྟ་བུ་ཞེ་སྒྲུང་གི་ཆ་ལས་བྱུང་བའི་
གཞོན་སེམས། འགྲན་ཆེ་སོགས་ལ་གཞོད་སེམས་ལྟ་བུ་སྤྲག་དོག་གི་ཆ་ལས་
བྱུང་བའི་གཞོན་སེམས། གཞོད་བྱེད་སྒྲར་འདུད་ཀྱང་མནར་སེམས་བ་ལྟ་བུ་
འཁོར་འཛིན་གྱི་ཆ་ལས་བྱུང་བའི་གཞོད་སེམས་ཏེ་གསུམ་ཡོད། གཞོད་སེམས་
ཀྱི་ནང་ནས་མཆོམས་མེད་པའི་ཀུན་སྒྲོང་གཞོད་སེམས་ལྟ་བུ་སྤྲིག་པ་ཤིན་ཏུ་ཆེ།

༡༠༥ འོག་ལྟ།

འོག་ལྟ་ནི། གཞི་དགེ་མི་དགའི་ཆོས་སོགས། བསམ་བ་ནི་དགེ་སྤྲིག་མེད་
པར་ལྟ་བ་དང་། རྒྱ་འབྲས་ཕྱིན་ཅི་འོག་ཏུ་ལྟ་བ་སོགས་ཀྱི་ཀུན་སྒྲོང་། སྦྱོར་བ་དེར་
ཡང་ཡང་སེམས་པའི་གནས་སྐབས། ཉོན་མོངས་གསུམ་དང་བྱུང་པར་གཏོ་
སྤྲུག་མཐར་ཐུག་དེར་ཐག་བཅད་ཅིང་གཉེན་པོ་མེད་པ། འདི་ལ་དབྱེ་ན། དགེ་སྤྲིག་
བདེ་སྤྲུག་གི་རྒྱུར་མི་འདོད་པ་ལྟ་བུ་ལས་འབྲས་ལ་འོག་ལྟ། ལམ་བདེན་ཉམས་སུ་
ཐྱངས་ཀྱང་འགོག་བདེན་ཐོབ་པར་མི་འདོད་པ་ལྟ་བུ་བདེན་པ་ལ་འོག་ལྟ། དཀོན་
མཆོག་ལ་སྐྱར་འདེབས་ལྟ་བུ་དཀོན་མཆོག་ལ་འོག་ལྟ་སྟེ་གསུམ་ཡོད། འོག་ལྟ་
ནི་ཡིད་ཀྱི་མི་དགེ་བའི་ནང་ནས་ལྷི་ཤོས་ཡིན། དེ་འདྲ་བའི་མི་དགེ་བ་ཅུ་སྟངས་པ་
ལ་མི་དགེ་བ་ཅུ་སྟངས་གི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཟེད།

༣༽ སོ་སོར་ཐར་བའི་ཚུལ་གྱི་མཁས།

སོ་སོར་ཐར་བའི་ཚུལ་གྱི་མཁས་ཞེས་པ་ནི། གང་ཟག་སོ་སོ་འཁོར་བའི་སྤྱག་
བསྐལ་ལས་ཐར་བར་བྱེད་པས་ན་སོ་སོ་ཐར་པ་ཞེས་བརྗོད་ཅིང་། དེའི་ངོ་བོ་ནི་
རང་ཉིད་ཞི་བ་དོན་གཉིད་ཀྱི་སྒོས་འདིགས་སྒྲིབ་དང་ལེགས་སྒྲོན་ཙམ་མ་ཡིན་
པར་འཁོར་བ་མཐའ་དག་ལས་ངེས་པར་འབྱུང་འདོད་ཀྱི་བསམ་པས་ཀྱན་ནས་
བསྐྱངས་ཏེ་ཁོད་པའི་ཚུལ་གྱི་མཁས། གཞན་གཞོན་གཞི་དང་བཅས་པ་སྒྲོང་བའི་
སེམས་པ་མཚུངས་ལྡན་དང་བཅས་པ་ཞིག་ལ་ཟེར། སོ་སོར་ཐར་བའི་ཚུལ་
གྱི་མཁས་ལ་ཉེན་གྱི་སྒོ་ནས་དབྱེ་ན། བ་སྤྱ་བརྒྱས། ༼དབྱིག་གཉིད་ཀྱིས།༽

སོ་སོར་ཐར་ཅེས་བྱ་ནམ་བརྒྱད། །

རྩས་སྤྱ་ནམ་པ་བཞི་ཡིན་ནོ། །

ཞེས་བསྟེན་གནས། དགེ་བསྟེན་པ་མ་གཉིས། དགེ་ཚུལ་པ་མ་གཉིས།
དགེ་སྒོལ་མ། དགེ་སྒོང་པ་མ་གཉིས་བཅས་ཀྱི་སྒྲོལ་པ་སྟེ་སོ་ཐར་གྱི་སྒྲོལ་པ་
རིགས་བརྒྱད་ཡོད། བསྟེན་གནས་ཀྱི་སྒྲོལ་པའི་བསྐྱུང་བྱ་བརྒྱད་དང་། དགེ་བསྟེན་
པ་མ་ལ་བསྐྱུང་བྱ་ལྟ་རེ། དགེ་ཚུལ་ལ་བསྐྱུང་བྱ་སྐྱངས་འདས་སོ་བྱུག་ རྒྱགས་
མ་སྤྱན་དང་བསྐྱུང་བྱའི་ཉེས་བྱས་སོགས་ཡོད། དགེ་སྒོལ་པ་ལ་དགེ་ཚུལ་གྱི་
བསྐྱུང་བྱ་ནམས་ཀྱི་སྟེང་དུ་རྩ་བའི་ཆོས་བྱུག་དང་། རྩས་མ་སྤྱན་གྱི་ཆོས་བྱུག་
བཅས་བརྒྱ་གཉིས་བསྐྱུང་དགོས། དགེ་སྒོང་པ་ལ་བསྐྱུང་བྱ་པམ་པ་བཞི། ལྷག་མ་
བརྒྱ་གསུམ། སྤང་ལྷུང་སུམ་བྱ། ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརྒྱ། སོར་བཤགས་

བཞི། ཉེས་བྱས་བརྒྱ་དང་བཅུ་གཉིས་བཅས་ཁྲིམས་ཉེས་བརྒྱ་ལྔ་བཅུ་ཅ་གསུམ་
ཡོད་པ་བསྟུང་དགོས།

དགེ་སྤྱོད་མ་ལ་བསྟུང་བྱ་པམ་པ་བརྒྱད། ལྷག་མ་ཉི་ཤུ། སྤང་ལྟུང་སོ་
གསུམ། ལྟུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་བརྒྱ་དང་བརྒྱད་ཅུ། སོར་བཤགས་བཅུ་གཅིག་
ཉེས་བྱས་བརྒྱ་དང་བཅུ་གཉིས་བཅས་ཁྲིམས་སུམ་བརྒྱ་དྲུག་ཅུ་ཅ་བཞི་ཡོད་པ་
བསྟུང་དགོས། སོ་ཐར་རིགས་བརྒྱད་གྱི་ནང་ནས་དང་པོ་བསྟེན་གནས་ནི། ཉིན་
ཞག་གཅིག་གི་མཐའ་ཅན་ཡིན་པས་ཉིན་གཅིག་བསྟུང་ན་འགྲིག་ཅིང་། དགེ་
བསྟེན་པ་མ་སོགས་ལྷག་མ་བདུན་ནི་རི་སྤྱོད་འཛོའི་མཐའ་ཅན་ཡིན་པས་མ་གཤི་
བར་དུ་བསྟུང་དགོས། དེ་འབྲེལ་སྟོམ་པ་འོད་པ་པོ་ཡང་། མཚམས་མེད་གྱི་ལས་
བྱས་པ་སོགས་སྟོམ་པ་སྦྱེ་བའི་བར་ཆད། རྒྱལ་པོ་དང་། ས་མས་མ་གནང་བ་
སོགས་གནས་པའི་བར་ཆད། བྱ་རོག་སྟོད་མི་རྩུས་པ་སོགས་ཁྲུང་བར་དུ་འགྱུར་
བའི་བར་ཆད། སྐྱ་སེར་ཅན་དང་ན་རྩུམ་སོགས་མཛེས་པའི་བར་ཆད་དེ། བར་
ཆད་དེ་དག་བྲལ་བ་ཞིག་དགོས་པ་མ་གཏོགས་རིགས་བཟང་ངན་དང་། དཔུལ་
ལྷག་གི་ཐ་སྟེད་མེད་བར་རང་གི་སྟོ་རྩུས་དང་བསྟེན་པའི་ལག་ལེན་སྟབ་ན་སྟོམ་
པ་འོད་ཆོག་པ་རེད།

སྟོམ་པ་མ་ཐོབ་པ་འཐོབ་པར་བྱེད་པའི་ཆོག་ལ་དཀའ་ཆེགས་ཆེན་པོ་མི་
དགོས་པ་སྟོན་གྱི་ཆོག་དང་། དཀའ་ཆེགས་ཆེན་པོའི་སྟོན་པ་བསྟུབ་དགོས་པ་
ད་ལྟར་གྱི་ཆོག་དང་གཉིས་ཡོད། ཐོབ་ཐེན་ནས་བསྟུང་བའི་ཚུལ་ལའང་། གང་
ཟག་གཞན་ལ་བསྟེན་ནས་བསྟུང་བ། བསམ་པ་དག་པའི་སྟོན་པ་བསྟུང་བ། མི་

མཐུན་སྤྱོད་གས་རྩོམ་པའི་སྒྲོན་པ་བསྐྱེད་པ། བསྐྱེད་པ་ཡོངས་སུ་སྤྱོད་པའི་སྒྲོན་པ་བསྐྱེད་པ། བདེ་བར་གནས་པའི་རྒྱུན་བསྐྱེད་པའི་སྒྲོན་པ་བསྐྱེད་པ་དང་ལྔ་ཡོད་པ་ལས།

དང་པོ་གང་ཟག་གཞན་ལ་བསྐྱེད་པ་བསྐྱེད་པ་ནི། མང་དུ་སྒྲོན་པའི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་གདམས་ངག་དང་། བརྩན་པའི་ཕྱག་ལེན་བཟང་པོའི་མིག་སྒྲོན་ལ་བརྟེན་པ་བསྐྱེད་པའི་ཁྱད་པར་རྩོགས་པ་མཆན་ཉིད་ཆང་པའི་གནས་ཀྱི་སྒྲོབ་དཔོན་ལ་བརྟེན་དགོས་པ་ཡིན།

གཉིས་པ་རང་གི་སྒྲོལ་པ་བསམ་པ་དག་པས་བསྐྱེད་པ་ནི། ལྷན་དོར་གྱི་གནས་ལ་སྒྲོབ་པའི་བཙོན་འབྲས། འཇུག་ཕྱོག་གི་གནས་ལ་གཟབ་པའི་བག་ཡོད། རང་གི་རྒྱད་ལ་བརྟག་ཅིང་དཔྱད་པའི་བླན་པ་དང་ཤེས་བཞིན། གཞན་ལ་བསྐྱེད་པ་བསྐྱེད་པ་རྩོམ་པའི་ཤིང་རང་ལ་བསྐྱེད་པ་ལྟོས་པས་ཁྱེད་པ་དང་མ་བྲལ་བའི་སྒྲོན་པ་བསྐྱེད་པ་དང་།

གསུམ་པ་མི་མཐུན་སྤྱོད་གས་རྩོམ་པས་བསྐྱེད་པ་ནི། སྒྲོན་པ་གཏོང་བའི་རྒྱ། ཉམས་པའི་རྒྱ། གནས་པའི་རྒྱ། སེམས་རབ་དུ་བྱེད་པ་ལ་གོགས་ཀྱི་དཔེ་པའི་རྒྱ་རྣམས་རྩོམ་པ་མདོར་ན་འདུལ་བའི་གཞུང་ལུགས་ལ་སྒྲོབ་ཅིང་སྒྲོན་པས་ཁྱེད་པའི་སྒྲོན་པ་བསྐྱེད་པ་དང་།

བཞི་པ་བསྐྱེད་པ་ཡོངས་སུ་སྤྱོད་པས་བསྐྱེད་པ་ནི། གསོ་སྤྱོད་དང་། དབྱར་གནས། དགག་དབྱེ་བཅས་གཞི་གསུམ་གྱི་ཕྱག་ལེན་ལ་བཙོན་པ་ཡིན། ལྔ་པ་བདེ་བར་གནས་པའི་རྒྱུན་བསྐྱེད་པས་བསྐྱེད་པ་ནི། གོས་ལ་བརྟེན་

པའི་ལྷུང་བ། དེ་བཞིན་དུ་ཟས་ལ་བརྟེན་བ་དང་། སྟོད་སྦྱང་ལ་བརྟེན་བ། གནས་
ལ་བརྟེན་བ་རྣམས་སྤངས་ཤིང་བསྐྱང་དགོས་བ་ཡིན། ཉེས་བ་འབྱུང་བའི་རྒྱའི་
གཙུག་པོ་ནི། ལྷུང་བ་འབྱུང་བའི་སྐོ་བཞི་ཞེས་བ། མི་ཤེས་བ་དང་། མ་གུས་བ་
དང་། བག་མེད་བ་དང་། ཉན་མོངས་བ་མང་བ་བཅས་ཀྱི་གཉེན་པོར་འདིར་
བཞག་པའི་བསྐྱབ་བ་བསྐྱང་བའི་ཐབས་ལྟ་བོ་བསྟེན་ནས་ཚུལ་ཁྲིམས་མིག་གི་
འབྲས་བུ་ལྷུང་བསྐྱང་བ་ལ་བཙོན་པར་བྱ་དགོས་བ་ཡིན།

དེ་ལྟར་སོ་ཐར་གྱི་སྟོམ་པ་ནི། ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་གི་སྤྱན་མོང་གི་ཚུལ་ཁྲིམས་
ཡིན་ཞིང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོམ་པ་དང་། གསང་སྤྲགས་ཀྱི་སྟོམ་པ་ནི་
ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཡིན། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོམ་པ་ནོད་ནས་
བསྐྱང་བྱ་ནི། ཅ་ལྷུང་བཙོ་བརྒྱད་དང་། ཉེས་བྱས་བཞི་བཅུ་ཞེ་དུག་ཡོད། གསང་
སྤྲགས་ཀྱི་སྟོམ་པ་ནོད་ནས་བསྐྱང་བྱ་ལ། ཅ་ལྷུང་བཅུ་བཞི་དང་། སྟོམ་པོ་བརྒྱད་
སོགས་རིགས་ལྟ་སྤྱི་དང་། སོ་སོའི་དམ་ཚིག་སྟོམ་པའི་རྣམ་གྲངས་མང་དུ་ཡོད།
སྟོམ་པ་དེ་གཉིས་ཀྱི་བསྐྱང་བྱའི་དབྱེ་བ་སོ་སོའི་ངོས་འཛིན་དང་། བསྐྱང་ཚུལ་
སོགས་ཆེས་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་བས་འདིར་མ་བཞོད།

ཟླ་བ། གཉིས་པ་ཉིང་འེ་འཇིན་གྱི་བསྐྱབ་པའི་སྟོར།

དེ་ཡང་ང་ཚོས་བསྟེན་གནས་སྤང་བ་དང་། དག་བསྟེན་སྐྱབ་བ། དག་
བསྟེན་ལའང་ཆངས་སྟོད་ཀྱི་དག་བསྟེན་དང་། ཡོངས་རྫོགས་དག་བསྟེན། དེ་
གཉིས་མ་བྱུང་བྱང་སྤྲ་གཅིག་སྟོད་བ་དང་། སྤྲ་འགའ་སྟོད་ལ། བལ་ཆེད་སྟོད་བ་

སོགས་ཡོད། མདོར་ན་སོ་ཐར་གྱི་བྲིས་པའི་ཚུལ་བྲིས་ས་ཤིག་ཡོད་ན། དེའི་ཐོག་
བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་སྒྲོམ་པ་དང། སྤྲགས་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་བཅས་བཟུང་བ་རྣམས་
སྒྲོབས་ཆེ་བ་ཡོང་གི་ཡོད། བྲིས་པ་དོན་གཉེར་ཅན་ཡིན་ན་དགེ་བ་སྒྲེན་སྒྲུབ་ཐུབ་
ན་ཤིན་ཏུ་ལེགས། ཡང་སྒྲིང་སྒྲོམ་པ་དེ་ལྟར་ཟུང་མིན་རི་ལྟར་ཡང་། མི་དགེ་བ་ཅུ་
སྒྲིང་གི་ཚུལ་བྲིས་ས་ནི་རེ་ཆོ་ནང་པ་ཆང་མས་སྤང་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་ལ། ལར་
ནས་མི་དགེ་བ་ཅུའི་ཁྲོད་ཀྱི་ལོག་ལྷ་ནི། རང་རང་སོ་སོའི་ཆོས་དང་འབྲེལ་བའི་
ལོག་ལྷའི་བྲད་པར་ཞིག་ཡོང་བ་ལས། དེ་མིན་ལུས་རག་ཡིད་གསུམ་གྱི་ལས་
རྣམས་པལ་མོ་ཆེ་ལུ་སྒྲེགས་པའི་ཚུལ་བྲིས་ས་ཀྱི་གཞུང་དང་། ཡེ་ཤུའི་ཆོས་པ་
རྣམས་ཀྱང་དེ་དག་སྤང་བ་ཞིན་ཡོད། ལུ་སྒྲེགས་པ་དང་ཡེ་ཤུའི་ཆོས་པའི་ནང་
ཆངས་སྒྲིད་ཡོད་པར་བརྟེན་མི་དགེ་བ་ཅུ་སྒྲིང་གི་ཚུལ་བྲིས་ས་ཞེས་པ་རྣམས་ཆོས་
ལུགས་གཙོ་ཆེ་བ་ཆང་མའི་ནང་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་འདུག། ལོག་ལྷ་རང་རང་གི་
ཆོས་ལུགས་དང་འབྲེལ་བ་བཤད་རྒྱ་ཞིག་ཡིན། དེས་ན།

ལྷག་པའི་བསྐྱབ་པ་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་གཉིས་པ་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་བསྐྱབ་
པ་ནི། སེམས་དགེ་བའི་དམིགས་པ་གང་རུང་ལ་མི་གཡོང་བར་ཅེ་གཅིག་ཏུ་
གནས་པ་དེ་ལ་ཉིང་དེ་འཛིན་ཟེར་བ་ཡིན། དེ་ཉིད་གོམས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་
བསམ་གཏན་དང་གཟུགས་མེད་ཀྱི་དངོས་གཞི་ཐོབ་ཅིང་། མཐར་གོམས་པ་
ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ན་བསམ་གཏན་གྱི་པར་ཕྱིན་ཏུ་འགྱུར་བ་ཡིན། དེ་ལ་ངོ་
བོའི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་ན། འཛིག་རྟེན་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་དང་། འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་
པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་གཉིས་ཡོད།

ཀ། ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་གི་སྐོར།

དེ་དག་འབྲུག་པ་ལ། རྒྱལ་སྐྱུ་ལྷོ་ཏེ་མས་ ཉེ་ཞི་བ་ལྷས་ ཉེ་མཛད་པའི་
ཅ་རྩ་ཨ་བ་རྩ་ར་ ཉེ་སྐྱོད་འཇུག་ ཉེ་ལས།

ཞི་གནས་རབ་ཏུ་ལྷན་པའི་ལྷག་མཐོང་གིས། །

ཉོན་མོངས་རྣམ་པར་འཛོམས་པར་ཤེས་བྱས་ནས། །

ཐོག་མར་ཞི་གནས་བཅའ་བྱ་དེ་ཡང་ནི། །

འཇིག་རྟེན་ཆགས་པ་མེད་ལ་མངོན་དགས་འབྲུག།

ཅེས་ཐོག་མར་ཞི་གནས་རྒྱད་ལ་སྦྱེས། དེ་ནས་ལྷག་མཐོང་རྒྱད་ལ་སྦྱེས།
དེ་ནས་ཞི་ལྷག་བྱང་འབྲེལ་གྱི་ཉིང་རེ་འཛིན་རྒྱད་ལ་སྦྱེ་དགོས། དེ་ཡང་ཐོག་མར་
ཞི་གནས་སྐྱོམ་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ཞི་ལྷག་
དངོས་སམ་རྩེ་ས་མཐུན་པའི་དབྱེད་འཛོག་གི་སྐྱོམ་གང་ཡང་རྩང་བའི་འབྲས་བྱ་
ཡིན། ཞི་གནས་བྱུ་ན་དབྱེད་སྐྱོམ་བྱེད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། རང་རང་སོ་སོའི་
དམིགས་པ་གང་ཡིན་ལ་སེམས་གཞན་ལ་མི་གཡོང་བར་འཇུག་པ་ཡིན་པས་དགེ་
སྦྱོར་གང་བྱས་ཀྱང་སྟོབས་ཆེ། ཞི་གནས་སྐྱོམ་པ་ལ། ལྷ་རྩ་མི་ཁྱིས་ ཉེ་འཕགས་
པ་བྱམས་པས་ ཉེ་མཛད་པའི་མཚུར་བེ་རྣམས་ ཉེ་དབྱས་མཐའ་ ཉེ་ ལས།

ཉེས་པ་ལྷ་སྐྱོང་འདུ་བྱེད་བརྒྱད། །

བསྟེན་པའི་རྒྱ་ལས་བྱང་བ་འོ། །

ཞེས་ཉེས་པའི་སྐྱོན་ལྷ་སྐྱོང་ཞིང་། གཉེན་པོ་འདུ་བྱེད་བརྒྱད་བསྟེན་དགོས།

ཉེས་བཟུ་ནི། དེ་ཉིད་ལས།

ལེ་ལོ་དང་ནི་གདམས་ངག་ནམས། །

བརྗེད་དང་བྱིང་དང་ཁྱོད་བ་དང་། །

འདུ་མི་བྱེད་དང་འདུ་བྱེད་དེ། །

འདི་དག་ཉེས་བཟུར་འདོད་དོ། །

ཞེས་ཉིང་དེ་འཇིན་སྒྲོམ་བ་སྒྲོ་བ་མེད་པའི་ལེ་ལོ་དང་གཅིག་གར་ལ་
དམིགས་པའི་ཉེན་དེ་ཉིད་བྱུང་ནས་སྒྲོར་བའི་བརྗེད་བ་དང་གཉིས། དམིགས་
ཉེན་མ་བརྗེད་ཀྱང་སེམས་བྱིང་ཁྱོད་གར་བྱང་གི་དབང་དུ་ཤོར་བ་དང་གསུམ།
དེའི་དབང་དུ་ཤོར་བ་ངོས་འཇིན་ཀྱང་དེ་སྒྲོང་བའི་གཉེན་པོ་མི་བསྟེན་ཞིང་འདུ་མི་
བྱེད་བ་དང་བཞི། བྱིང་ཁྱོད་ཀྱི་སྒྲོན་མེད་ཀྱང་ད་བྱང་དམིགས་བཟུང་གནད་དུ་མ་
བསྟེན་པར་བྱིང་ཁྱོད་ཀྱི་གཉེན་པོ་བསྟེན་ཞིང་འདུ་བྱེད་བ་སྟེ་ཉེས་བཟུ་པོ་འདི་
དག་སྤངས་ནས་བསྒྲོམ་དགོས། དེ་དག་སྤང་བྱེད་ཀྱི་གཉེན་པོ་འདུ་བྱེད་བརྒྱད་
བསྟེན་ཚུལ་ནི། དེ་ཉིད་ལས།

གནས་དང་དེ་ལ་གནས་བ་དང་། །

རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་ཉིད་དུ་ལོ། །

དམིགས་བཟུང་བརྗེད་པར་མ་གྱུར་དང་། །

བྱིང་དང་ཁྱོད་པ་ཉོགས་བ་དང་། །

དེ་སྤོང་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་དང་།

ཞི་ཆེ་རྣལ་དུ་འཇུག་པ་ལོ།

ཞེས་གསུངས། ཉེས་པ་ལྔ་འདི་དང་པོ་ལེ་ལོའི་གཉེན་པོར་བཞི་དང་། དེ་མིན་
རྣམས་ལ་རེ་རེ་ཡོད། དང་པོ་ལེ་ལོའི་གཉེན་པོ་བཞི་ནི། དང་པ་དང་། འདུན་པ་
དང་། བརྩོན་འགྲུས་དང་། ཤེན་སྦྱངས་བཞི་ཡིན། གཉེས་པ་བརྗེད་ངས་ཀྱི་གཉེན་
པོར་བྲན་པ་དང་། གསུམ་པ་བྱིང་མོད་ཀྱི་གཉེན་པོར་ཤེས་བཞིན་དང་། བཞི་པ་
འདུ་མི་བྱེད་ཀྱི་གཉེན་པོར་འདུ་བྱེད་སེམས་པ་དང་། ལྔ་པ་འདུ་བྱེད་པའི་གཉེན་
པོར་རྣལ་དུ་འཇོག་པའི་བཏང་སྟོམས་ཏེ་འདུ་བྱེད་བརྒྱད་བསྟེན་ནས་བསྟོམ་
དགོས། དེ་དག་ཀྱང་སེམས་གནས་དགྲར་བྱེད་པ་དང་། དེ་རྣམས་སྟོབས་བྱལ་གིས་
འགྲུབ་ལུགས་དང་། ཡིད་བྱེད་བཞིས་སྤུང་ཚུལ་རྣམས་ཤེས་ནས་བསྟོམ་ན་ཏིང་ངེ་
འཛིན་སྟོན་མེད་བདེ་ལྷག་ཏུ་འགྲུབ་པར་འགྱུར་བ་ཡིན། སེམས་གནས་དགྲ་ནི།
ལྷ་རྩ་མི་ཉིས་༼འཕགས་པ་བྱམས་པས་༽མཛད་པའི་སྤྱ་ཏུ་ལྷ་ལྷི་ཀླར་༼མདོ་སྡེ་
རྒྱན༽ལས།

དམིགས་པ་ལ་ནི་སེམས་གཏད་ནས།

དེའི་རྒྱན་རྣམ་པར་གཡེང་མི་བྱ།

རྣམ་གཡེང་སྤྱར་དུ་རྟོགས་བྱས་ནས།

དེ་ལ་སྦྲར་ནི་སྦྲན་པར་བྱ།

མོ་ལྷན་གོང་ནས་གོང་དུ་ཡང་།

སེམས་ནི་ནང་དུ་བསྐྱབ་བར་གྱ།
དེ་ནས་ཡོན་ཏན་མཐོང་བའི་བྱིར།
ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་སེམས་འདུལ་བ།

ནམ་གཤམ་ཉེས་པ་མཐོང་བའི་བྱིར།
དེ་ལ་མི་དགའ་ཞི་བར་གྱ།
ཆགས་སོགས་ཡིད་མི་བདེ་ལ་སོགས།
ལངས་པ་དེ་བཞིན་ཞི་བར་གྱ།

དེ་ནས་སྒྲོམ་བཙུན་ཅན་གྱིས་ནི།
སེམས་ལ་མཛོན་པར་འདུ་བྱེད་བཅས།
རང་གི་རང་གིས་འབྱུང་བ་འཛོལ།
དེ་གོམས་པ་ལས་འདུ་མི་བྱེད།

ཅེས་སེམས་འཛོག་པ། རྒྱུན་དུ་འཛོག་པ། སྒྲུན་ཏེ་འཛོག་པ། ཉེ་བར་འཛོག་
པ། དུལ་བར་བྱེད་པ། ཞི་བར་བྱེད་པ། རྣམ་པར་ཞི་བར་བྱེད་པ། ཅེ་གཅིག་ཏུ་བྱེད་
པ། མཉམ་པར་འཛོག་པ་དང་དགྱ།

སྟོབས་བྱུག་ནི། རྟོས་པའི་སྟོབས། བསམ་པའི་སྟོབས། དུན་པའི་སྟོབས།
ཤེས་བཞིན་གྱི་སྟོབས། བཙུན་འགྲུས་ཀྱི་སྟོབས། ཡོངས་སུ་འབྲིས་པའི་སྟོབས་
དང་བྱུག

ཡིད་བྱེད་བཞི་ནི། བསྐྱེམས་ཏེ་འབྱུག་པའི་ཡིད་བྱེད། ཆད་ཅིང་འབྱུག་

པའི་ཡིད་བྱེད། ཆད་མེད་དུ་འབྱུག་པའི་ཡིད་བྱེད། ཚེ་ལ་མེད་དུ་འབྱུག་པའི་ཡིད་བྱེད་དང་བཞི་ཡིན།

དེ་ཡང་ཐོག་མར་སྟོབས་དང་པོ་སེམས་དམིགས་པ་ལ་འཛིག་ཚུལ་གྱི་གདམས་ངག་ཐོས་པ་ཅན་གྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་སེམས་བྱི་རོལ་གྱི་ཡུལ་ལ་འཕྲོ་རུ་མ་བཅུག་པར་ནང་དུ་བསྐྱས་ནས་དམིགས་པ་ལ་གཏོད་པ་སེམས་གནས་དང་པོ་སེམས་འཛིག་པ་ཞེས་པ་འབྱུང་། དེའི་ཆེ་དམིགས་པ་ལ་སེམས་ཆེར་གནས་སུ་མི་བརྟལ་པར་ནམ་རྟོག་རི་གཟར་གྱི་འབབ་ཚུ་བཞིན་གཅིག་རྗེས་གཅིག་མཐུད་ལྟ་བུར་འོངས་པས། རྟོག་མང་དུ་སོང་ངམ་སྟམ་པ་རྟོག་མང་འོས་ཟིན་པའི་ཉམས་ཤིག་འོང་། འདི་ནི་སྤར་སེམས་ནང་དུ་མ་སྤྱོད་པས་འོས་མ་ཟིན་པ་ལ་འདི་དུས་བྲན་ཤེས་བསྟེན་པས་ལམ་ཆེན་གྱི་འབྲུལ་པ་ལ་རྟོག་དཔྱོད་ཞུགས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་པས་སྟོན་མིན།

དེ་ནས་རིམ་གྱིས་བསྐྱོམས་པས་སྟོབས་གཉིས་པ་བསམ་པའི་སྟོབས་གྱིས་སེམས་དམིགས་པ་ལ་བཞག་པ་དེའི་རྒྱན་ཡང་ཡང་བསམས་ནས་བསྐྱངས་པ་ལས་རྒྱན་ཅུང་ཟད་མཐུད་བྱས་པ་སེམས་གནས་གཉིས་པ་རྒྱན་དུ་འཛིག་པ་ཞེས་པ་འབྱུང་། དེའི་ཆེ་སྐབས་རེར་རྟོག་ཞི་ཞིང་། སྐབས་རེར་རྟོག་ཐོལ་ལེར་སྐྱེ་བའི་རྟོག་ངལ་གསོ་བའི་ཉམས་ཤིག་འོང་། སེམས་གནས་འདི་གཉིས་བྱིང་གོད་ཏེ་ཅང་མང་ཞིང་ཉིང་རེ་འཛིན་ཉུང་དུ་ལས་མི་འོང་ལ་སེམས་དམིགས་པར་གཏོད་པ་ལ་འབད་པས་སྐྱིམ་དགོས་པས་ཡིད་བྱེད་བཞིའི་ནང་ཆོན་དང་པོ་བསྐྱིམས་ཏེ་འབྱུག་པའི་སྐབས་ཡིན། དེ་ནས་སྟོབས་

གསུམ་པ་བྲན་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་རིམ་པ་བཞིན་སེམས་དམིགས་པ་ལས་གཞན་
དུ་གཡེང་སོང་ན་འབྲལ་དུ་ཤེས་ནས་སྤར་གྱི་དམིགས་པ་ལ་འཛིག་པ་སེམས་
གནས་གསུམ་པ་སྒྲན་ཏེ་འཛིག་པ་ཞེས་པ་འབྱུང་།

དེ་རྗེས་དང་པོ་ནས་བྲན་པའི་ཤུགས་བསྐྱེད་དེ་དམིགས་པ་ལས་ཡིད་
གཡེང་བར་མི་བྱེད་ཅིང་། སེམས་རང་བཞིན་གྱིས་རྒྱ་ཆེ་བ་ལས་ཡང་ཡང་
བསྐྱུས་ཏེ་སྤར་བར་བྱས་ནས་གོང་ནས་གོང་དུ་འཛིག་པའི་སེམས་གནས་བཞི་པ་
ཉི་བར་འཛིག་པ་ཞེས་པ་འབྱུང་། དེ་ནས་སྟོབས་བཞི་པ་ཤེས་བཞིན་གྱི་སྟོབས་
ཀྱིས་རྣམ་རྟོག་དང་ཉེ་ཉོན་གྱི་མཆན་མ་ལ་འཕྲོ་བའི་ཉེས་དམིགས་ཤེས་བཞིན་
གྱིས་རིག་ནས། དེ་གཉིས་ལ་འཕྲོར་མི་སྟེར་ཞིང་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་ཡོན་ཏན་
བསམས་ནས་དེ་ལ་དགའ་བ་སེམས་གནས་ལྲ་པ་དུལ་བར་བྱེད་པ་ཞེས་པ་དང་།
རྣམ་གཡེང་གི་ཉེས་དམིགས་ཤེས་བཞིན་གྱིས་རིག་ནས་ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་མི་
དགའ་བ་འགོག་པ་སེམས་གནས་དུག་པ་ཞི་བར་བྱེད་པ་ཞེས་པ་འབྱུང་།

དེ་ནས་སྟོབས་ལྲ་པ་བཙོན་འགྲུས་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་ཆགས་སེམས་དང་།
འཕྲོ་བ་དང་། བྱིང་རླུགས་སོགས་སྤར་སྤོང་སྤྱེས་མ་ཐག་དང་དུ་མི་ལེན་པར་ཚུལ་
བས་སྤང་བར་བྱེད་པ་སེམས་གནས་བདུན་པ་རྣམ་པར་ཞི་བར་བྱེད་པ་ཞེས་པ་
འབྱུང་། སེམས་གནས་གསུམ་པ་ནས་བདུན་པའི་བར་ལྲ་པོ་དེ་ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་
གནས་པ་ཤས་ཆེ་ཡང་བྱིང་ཁྱོད་ཀྱིས་བར་དུ་གཙོད་པས་ཆད་ཅིང་འཇུག་པའི་
ཡིད་བྱེད་ཀྱི་སྐབས་ཡིན། དེ་ནས་ཡང་བཙོན་འགྲུས་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་བྲན་ཤེས་
བསྟེན་ན་བྱིང་ཁྱོད་སོགས་མི་མཐུན་སྟོགས་ཀྱིས་ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་བར་དུ་གཙོད་

མི་རྒྱུས་པར་རྒྱན་ཆགས་སུ་སྒྲེ་བ་སེམས་གནས་བརྒྱད་པ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་བྱེད་པ་
ཞེས་པ་འབྱུང་། འདིའི་སྐབས་སུ་ཚུལ་བ་རྒྱན་པར་བསྟེན་ན་བྱིང་གོད་ཀྱིས་བར་
གཅོད་མི་རྒྱུས་པར་བྱུང་འོང་པོར་སྒྲོང་བྱུང་བས་ཆད་པ་མེད་པར་འཇུག་པའི་
ཡིད་བྱེད་ཀྱི་སྐབས་ཡིན།

དེ་ནས་རིམ་གྱིས་བསྐྱོམས་པས་སྟོབས་བྱག་པ་ཡོངས་སུ་འབྲིས་པའི་
སྟོབས་ཀྱིས་བྲན་ཤེས་བསྟེན་པའི་ཚུལ་བ་མི་དགོས་པར་དམིགས་པ་ལ་རང་
བྱུགས་ཀྱིས་འཇུག་པ་སེམས་གནས་དགུ་པ་མཉམ་པར་འདོག་པ་ཞེས་པ་
འབྱུང་། འདི་དུས་དཔེར་ན། དཔེ་ཆ་སོགས་འདོན་པ་ཤིན་ཏུ་གོམས་པའི་ཆེ་དང་
པོར་འདོན་པའི་ཀུན་སྒྲོང་བྱུང་ནས་འགོ་བརྩམས་པ་ན་བར་སྐབས་སུ་སེམས་
གཡོངས་ཀྱང་འདོན་པ་དེ་མི་ཆད་པར་ཚུལ་མེད་དུ་འོང་བ་ལྟར་དང་པོར་སེམས་
དམིགས་པ་ལ་གཏོད་པའི་བྲན་པས་ལན་གཅིག་མཉམ་པར་བཞག་ན་དེ་རྗེས་
བྲན་ཤེས་བསྟེན་མི་དགོས་པར་རང་བྱུགས་ཀྱིས་ཉིང་རེ་འཛིན་དེ་རྒྱན་མི་ཆད་
པར་ཡུན་རིང་པོའི་བར་དུ་འཁྲོངས་པ་འབྱུང་བས་ཚུལ་བ་མེད་པར་འཇུག་པའི་
ཡིད་བྱེད་ཀྱི་སྐབས་ཡིན།

དེ་ལྟ་བུའི་འབད་ཚུལ་མེད་པར་སེམས་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་རང་དུ་བྲིལ་བྲིལ་
འགོ་བའི་སེམས་གནས་དགུ་པ་དེ་ཞི་གནས་རྗེས་མ་ཐུན་པ་ཡིན། སྤར་ནས་ཤིན་
སྤངས་ཀྱི་ཆ་ཕྱ་མོ་ཡོད་པ་རིམ་གྱིས་གོང་དུ་འཕེལ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་
དགེ་བ་ལ་གང་འདོད་དུ་བཀོལ་དུ་མི་རུང་བའི་གནས་ངན་ལེན་ཞི་ནས་སེམས་
ཤིན་སྤངས་སྒྲེ། དེའི་མཐུས་ལུས་ཀྱི་གནས་ངན་ལེན་དང་བྲལ་ནས་རེག་བྱ་

ཆེས་ཡིད་དུ་འོང་བའི་རང་བཞིན་གྱི་ལུས་ཤིན་ཏུ་དང་སྐྱེས་པའི་ཆེ་ལུས་ལ་བདེ་
ཉམས་ཆེན་པོ་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་ལའང་དགའ་བདེའི་ཉམས་ལུས་དུ་
བྱུང་བ་འབྱུང་། དེའི་དུས་སེམས་དགའ་ཡལ་ཡལ་དེ་ཡང་རིམ་གྱིས་རྒྱུད་དུ་སོང་
ནས་སེམས་དམིགས་པ་ལ་བརྟེན་པར་གནས་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་དང་རྗེས་སུ་
མ་ཐུན་པའི་ཤིན་ཏུ་དང་སྐྱེས་མི་གཡོ་བ་ཐོབ་པ་དང་དུས་མཉམ་དུ་བསམ་གཏན་དང་
པོའི་ཉེར་བསྟོགས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་ཞི་གནས་སྒྲུབ་པ་ཡིན།

དེ་ལྟར་ཞི་གནས་མཆན་ཉིད་པ་གྲུབ་ནས་རིམ་གྱིས་སྒོ་གོམས་པ་ལས།
ཁམས་གསུམ་ས་དགའི་ ༼ཁམས་གསུམ་ནི། འདོད་པའི་ཁམས། གཟུགས་ཀྱི་
ཁམས། གཟུགས་མེད་ཀྱི་ཁམས་དང་གསུམ། ས་དགའི་ནི། འདོད་པའི་ས། བསམ་
གཏན་དང་དང་པོའི་ས། བསམ་གཏན་གཉིས་པའི་ས། བསམ་གཏན་གསུམ་པའི་
ས། བསམ་གཏན་བཞི་པའི་ས། གཟུགས་མེད་ནས་མཁའ་མཐའ་ཡས་ཀྱི་ས།
རྣམ་ཤེས་མཐའ་ཡས་ཀྱི་ས། ཅི་ཡང་མེད་པའི་ས། སྤྲིད་ཅེའི་ས་བཅས་དགའ་
ཡིན། ༽ ནང་ནས་འོག་མ་ལ་ཆགས་པ་དང་བྲལ་བའི་ཆེ་ས་གོང་མའི་དངོས་གཞི་
ཐོབ་ཅིང་། དེ་འདྲ་བའི་རྒྱ་སྟོམས་འཇུག་བསྟོམས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲས་བུ་
གཟུགས་གཟུགས་མེད་ཀྱི་ལྟར་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་ཞིང་། ཁམས་གསུམ་ནི་
དཔེ་ཆའི་ནང་དུ་ཡོད་ཅིང་། དེ་རིམ་སྐྱེ་བའོ་ས་སམ་ཞེ་ན། སེམས་སྤང་རགས་
ཀྱི་ཐོག་ནས་རྒྱ་མི་གཡོ་བའི་ལས་ཞེས་པ་དེ་ནི། འདོད་སེམས་ཞེས་པ་ནི་
སེམས་རགས་པ་དང་། དེ་ཡང་འདོད་པའི་ཉོན་མོངས་སྐྱེ་རྒྱུ་ཡོད་པ་རྣམས་ཡིན།
དེ་ནས་གཟུགས་མེད་ཁམས་སྐྱེབ་པ་ནི། མི་གཡོ་བའི་ལས་ཀྱི་ཐོག་ཉིང་རེ་འཛིན་

གྱི་རྒྱས་པ་དང་། དེ་ལ་འང་ནང་གསལ་གྱི་ཐ་རགས་མང་དུ་ཡོད་པ་བཅས་མཐར་
གཏུགས་ན་སྐབ་བྱེད་གྱི་རྒྱ་སྒོ་ཡི་སྟེང་ནས་ཐ་རགས་ཡོད་པར་བརྟེན། དེའི་
འབྲས་བུར་ཡངས་ཁམས་ཐ་རགས་ཡོད་པ་བཅས་པལ་ཆེར་བརྗོད་སྟབས་ཞིག་
ཡིན། དེ་ལ་ཐོག་མར་རྒྱ་སྟོམས་འཇུག་གི་བསམ་གཏན་སྟོམ་ཚུལ་ནི། ལྷན་ཆ་
ཨ་ས་རྒྱས་༼ཐོགས་མེད་༽མཇེད་པའི་ཨ་ཟླ་རྒྱས་ས་སྤྱི་ཙམ་༼རྩ་ཆ་མཛོན་པ་
ཀུན་ལས་བཏུས་༽ལས།

ཡིད་ལ་བྱེད་པ་བཏུན་གྱིས་བསམ་གཏན་དང་པོ་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་
སྟེ། ཡིད་ལ་བྱེད་པ་བཏུན་གང་ཞེ་ན། མཚན་ཉིད་རབ་རྟེན་རིག་པའི་ཡིད་ལ་བྱེད་
པ་དང་། མོས་པ་ལས་བྱུང་བ་དང་། རབ་རྟེན་དཔེན་པ་དང་། དགའ་བ་སྤྲད་པ་
དང་། དཔྱོད་པ་དང་། སྦྱར་བའི་མཐའ་དང་། སྦྱར་བའི་མཐའི་འབྲས་བུ་ཡིད་ལ་
བྱེད་པའོ། །ཞེས་བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་ལ་མཚན་ཉིད་སོ་སོ་རིག་
པ་ཡིད་བྱེད། མོས་པ་ཡིད་བྱེད། རབ་རྟེན་དཔེན་པ་ཡིད་བྱེད། དགའ་བ་སྤྲད་པ་
ཡིད་བྱེད། དཔྱོད་པ་ཡིད་བྱེད། སྦྱར་བའི་མཐའ་ཡི་ཡིད་བྱེད་དང་འཇུག་ཡོད། དང་
པོ་མཚན་ཉིད་སོ་སོ་རིག་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ཞེས་པ་ནི་ཁམས་འོག་མ་འདོད་པ་
ལ་སྟོན་ཅན་དང་། གོང་མ་བསམ་གཏན་དང་པོ་ལ་ཡོན་ཏན་ཅན་དུ་ཐོས་བསམ་
འདེས་མའི་སྟོན་ས་ཅིང་པོར་རྟོག་ཅིང་ཞིབ་མོར་དཔྱོད་པ་དང་། མོས་པ་ལས་
བྱུང་བའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ཞེས་པ་ནི་དེ་ཉིད་སྟོམ་བྱུང་གི་ངོ་བོར་སྦྱེས་པ་དང་།
དཔེན་པ་ལས་སྦྱེས་པའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ཞེས་པ་ནི་འདོད་ཉོན་མཛོན་གྱུར་བ་
ཆེན་པོ་སྟོར་གསུམ་༼འདོད་ཉོན་སྟོར་དགུ་ནི། འདོད་ཉོན་ཆེན་པོའི་ཆེན་པོ།

ཆེན་པོའི་འབྲིང་། ཆེན་པོའི་རྒྱུ་དུ་གསུམ་ནི་ཆེན་པོ་སྐོར་གསུམ། དེ་བཞིན་དུ་
འབྲིང་གི་ཆེན་པོ། འབྲིང་གི་འབྲིང་། འབྲིང་གི་རྒྱུ་དུ་སྟེ་འབྲིང་སྐོར་གསུམ།
རྒྱུ་དུ་ཆེན་པོ། རྒྱུ་དུ་ཆེན་པོ། རྒྱུ་དུ་རྒྱུ་དུ་གསུམ་ནི་རྒྱུ་དུ་སྐོར་
གསུམ་སྟེ་འདོད་ཉོན་སྐོར་དགུ་ཡོད། ༽

དེ་དག་ནི་དབུ་མ་པའི་ལུགས་ཀྱི་སྟོབ་དཔོན་གཙོ་བོ་དབལ་ལྷན་ཆེ་བ་
ཐགས་བས་ཐ་སྟད་དུ་རང་མཆོན་མི་བཞེད་པར་རང་བཞིན་མེད་པར་སྤྲ་བའི་
དབུ་མ་པས་གནས་ཚུལ་འཛོགས་སྐྱངས་ཤིན་ཏུ་ཐ་བས་དེ་ལ་མོངས་པའི་མ་རིག་
པ་ལའང་གྲུབ་མཐའ་ལོག་མ་རྣམས་ཀྱིས་སྟོ་དོན་མཐུན་ལ་འཛིན་པ་ཞིག་སྟེ། རང་
བཞིན་གྱིས་ཡོད་པར་སྤྲ་བའི་གྲུབ་མཐའ་སྤྲ་བ་རྣམས་ཀྱིས་རང་བཞིན་ཡོད་པར་
འཛིན་པ་དེ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་སྟོ་མིན་ཞེས་གསུངས་ཡོད། དེའི་དབང་གིས་ཉོན་
མོངས་ལ་འཛོགས་ཚུལ་མི་འབྲ་བ་ཡོད་པ་དང་། དེ་དག་གི་ཅ་བ་བདེན་འཛིན་ལ་
ཐུག་གི་ཡོད་སྟབས། འདོད་པའི་ཉོན་མོངས་སྐོར་དགུ་གསུངས་པ་རྣམས་ལ་ཞིབ་
ཆགས་ཀྱིས་བསམ་སྟོབ་ཏང་ནས་བཅད་གཙོད་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་
ཡོད།

གྱིས་དབེན་པ་སྟེ་སྤངས་པ་དང་། དགའ་བ་སྤྱད་པའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་
ཞེས་པ་ནི། འདོད་ཉོན་མངོན་གྱུར་བ་འབྲིང་གསུམ་ཡང་སྤངས་པ་དང་། དཔྱོད་
པ་ཡིད་ལ་མངོན་གྱུར་བ་འབྲིང་གསུམ་ཡང་སྤངས་པ་དང་། དཔྱོད་པ་ཡིད་ལ་
བྱེད་པ་ཞེས་པ་འདོད་ཉོན་རྒྱུ་དུ་སྐོར་གསུམ་གྱིས་ཀྱང་རྒྱུད་ལ་གོས་མ་གོས་
རྟོག་ཅིང་དཔྱོད་པ་དང་། སྟོར་བའི་མཐའ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ཞེས་པ་ནི་དེ་ལྟར་

དཔྱེད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་འདོད་ཉོན་པ་ཞིང་ཐ་བ་རྒྱུད་ཏུ་སྐྱོར་གསུམ་ཡང་གཉེན་
པོའི་སྟོབས་ཀྱིས་སྤངས་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་བྱུག་གིས་སྐྱོར་བའི་
མཐའི་འབྲས་བུ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ཞེས་བསམ་གཏན་དང་པོའི་དངོས་གཞི་འབྲུབ་
སྟེ། དེ་དག་ནི་ས་འོག་མ་ལ་སྐྱོན་ཅན་དང་རགས་པར་བལྟ་ཞིང་། ས་གོང་མ་ལ་
སྐྱོན་མེད་པ་དང་ཞི་བར་བལྟ་བའི་ཞི་རགས་རྣམས་པ་ཅན་ཏེ་འཇིག་རྟེན་པ་དང་
འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་སྟེན་མོང་བའི་མངོན་རྟོགས་ཡིན།

འཇིག་རྟེན་པ་གང་ཟག་གི་བདག་འདོད་མཁན་གྱི་སྤྱི་སྟེགས་པའི་ལྷག་
མཐོང་སྟོམ་པ་དེ་དག་ནི་འཇིག་རྟེན་པའི་ལྷག་མཐོང་ཞེས་པ་དེ་ཡིན། བདག་མེད་
ཀྱི་ལྷ་བའི་བྱུང་པར་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ཐར་པ་ཞེས་པ་ཡུལ་ཁམས་ལྷ་བྱུང་
མི་འཇིན་པར། ཐར་པ་ཞེས་པ་ནི།

ལས་དང་ཉོན་མོངས་ཟད་པའི་མཐར། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་ཟད་པའི་བྲལ་བ་དེར་ཐར་
པ་ཞེས་བརྗོད་པ་དང་། དེ་ཡང་གཙོ་བོ་སྟོང་པ་ཉིད་དམ་སེམས་སྟོང་གི་ཆོས་ཉིད་
ལ་གསུངས་ལྟར་གྱི་ཐར་པ་ངོས་ཟེན་ནས། དེ་ཐོབ་པའི་ཐབས་བདག་མེད་པའི་ལྷ་
བ་བསྟན་པའི་ལམ་རྣམས་འཇིག་རྟེན་དང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་སྟེན་
མོང་བའི་མངོན་རྟོགས་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན།

དེའང་རྟོག་དཔྱེད་གཉིས་གཉེན་པོའི་ཡན་ལག་དགའ་བདེ་གཉིས་པམ་ཡོན་
གྱི་ཡན་ལག་སེམས་ཅི་གཅིག་པ་གནས་ཀྱི་ཡན་ལག་སྟེ་ཡན་ལག་ལྔ་དང་ལྔན་པ་
ནི་བསམ་གཏན་དང་པོའི་དངོས་གཞི་ཡིན། དེ་ལ་རྟོག་དཔྱེད་གཉིས་ཀ་དང་ལྔན་པ་

ནི་དངོས་གཞི་ཅམ་པོ་དང་། རྟག་པ་མེད་ཅིང་དཔྱོད་པ་དང་བཅས་པ་དངོས་གཞི་
ཁྱད་པར་ཅན་དུ་བཞག། བསམ་གཏན་དང་པོ་ལ་སྒྲིན་ཅན་དང་། བསམ་གཏན་
གཉིས་པ་ལ་སྒྲིན་མེད་ཡོན་ཏན་ཅན་དུ་མཆན་ཉིད་སོ་སོ་རིག་པ་ཡིད་བྱེད་སོགས་
བསམ་གཏན་གཉིས་པའི་ཉེར་བསྟོགས་ལ་བརྟེན་ནས་བསམ་གཏན་དང་པོ་ལ་
འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་ཆེ་བསམ་གཏན་གཉིས་པའི་དངོས་གཞི་ཐོབ་པ་ཡིན།

བསམ་གཏན་གཉིས་པའི་དངོས་གཞི་ནི་རབ་ཏུ་དང་བ་སོགས་ཡན་ལག་
བཞི་དང་ལྡན་པ་སྟེ། དེའང་ནང་རབ་ཏུ་དང་བ་གཉིན་པོའི་ཡན་ལག་ ཉིང་རེ་
འཛིན་ལས་སྦྱེས་པའི་དགའ་བདེ་གཉིས་པན་ཡོན་གྱི་ཡན་ལག་ ཉིང་རེ་འཛིན་
གནས་ཀྱི་ཡན་ལག་ཡིན། འདིའི་ནང་རབ་ཏུ་དང་བ་ནི་རང་སའི་བླན་པ་ཤེས་
བཞིན་བཏང་སྟོམས་གསུམ་ལ་བྱེད། དེ་ཡང་ནང་གི་རྟག་པ་རབ་ཏུ་སྤངས་པས་
ནང་རབ་ཏུ་དང་བ་ཞེས་ཟེད།

བསམ་གཏན་གཉིས་པ་ལ་སྒྲིན་ཅན་དང་གསུམ་པ་ལ་ཡོན་ཏན་ཅན་དུ་
ཡིད་བྱེད་བྱ་གཉིས་དཔྱོད་པའི་ཉེར་བསྟོགས་ལ་བརྟེན་ནས་བསམ་གཏན་
གཉིས་པ་ལ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ན་བསམ་གཏན་གསུམ་པའི་དངོས་གཞི་
འཐོབ། བསམ་གཏན་གསུམ་པའི་དངོས་གཞི་ཡན་ལག་ལྔ་ལྡན་ཏེ། བླན་པ་ཤེས་
བཞིན་བཏང་སྟོམས་གསུམ་གཉིན་པོའི་ཡན་ལག་ དགའ་བ་སྤངས་པའི་བདེ་བ་
པན་ཡོན་གྱི་ཡན་ལག་ ཉིང་རེ་འཛིན་གནས་ཀྱི་ཡན་ལག་ཡིན། བསམ་གཏན་
གསུམ་པ་ལ་སྒྲིན་ཅན་དང་བསམ་གཏན་བཞི་པ་ལ་ཡོན་ཏན་ཅན་དུ་ཡིད་བྱེད་
བྱ་གཉིས་དཔྱོད་པའི་ཉེར་བསྟོགས་ལ་བརྟེན་ནས་བསམ་གཏན་གསུམ་པ་ལ་

འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ན་བསམ་གཏན་བཞི་པའི་དངོས་གཞི་ཐོབ། བསམ་
གཏན་བཞི་པའི་དངོས་གཞི་ཡན་ལག་བཞི་དང་ལྷན་པ་སྟེ། རྒྱ་བ་ཡང་དག་དང་
བཏང་སྟོམས་ཡང་དག་གཉིས་གཉེན་པོའི་ཡན་ལག་ ཚོར་བ་བཏང་སྟོམས་པན་
ཡོན་གྱི་ཡན་ལག་ ཉིང་རེ་འཛིན་གནས་གྱི་ཡན་ལག་གོ།

འདིར་རྒྱ་བ་ཡང་དག་ཅེས་བ་བསམ་གཏན་གྱི་སྟོན་བརྒྱད་གྱིས་ཡོངས་
སྤྱ་དག་པ་ཡིན་ཏེ། དེའང་བསམ་གཏན་དང་པོ་ལ་བཟོས་པའི་རྟོག་དཔྱད་མེ་ལྷ་བྱ་
གཉིས། གཉིས་པ་ལ་བཟོས་པའི་དབང་ཤེས་གྱི་འཁོར་དུ་བྱུང་བའི་ཚོར་བ་བདེ་
སྤྱག་གཉིས། གསུམ་པ་ལ་བཟོས་པའི་ཡིད་ཤེས་གྱི་འཁོར་དུ་བྱུང་བའི་ཡིད་བདེ་
མི་བདེ་གཉིས། བཞི་པ་ལ་བཟོས་པའི་དབྱུགས་དབྱུང་རྒྱབ་གཉིས་ཉེ་དེ་བརྒྱད་
གྱིས་ཡོངས་སྤྱ་དག་པ་ཡིན། བསམ་གཏན་གྱི་ཡན་ལག་དེ་དག་ཀྱང་མིང་གི་སྟོ་
ནས་བཙོ་བརྒྱད་དང་། རྩས་གྱི་སྟོ་ནས་བཅུ་གཅིག་ཡོད། ལྷ་རྒྱ་བ་སྤྱ་བརྒྱས་
༼སྟོ་བ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་༽ མཇེད་པའི་ཨ་ཟླ་རྣམས་ཀོ་ཁ་ ༼ཆོས་མངོན་པ་
མཛོད།༽ ལས།

དང་པོ་ལ་ལྷ་རྟོག་དཔྱད་དང་། །

དགའ་དང་བདེ་དང་ཉིང་འཛིན་རྣམས། །

གཉིས་པ་ལ་ནི་ཡན་ལག་བཞི། །

རབ་དང་དང་ནི་དགའ་བ་སོགས། །

གསུམ་པ་ལ་ལྷ་བཏང་སྟོམས་དང་། །

རྒྱ་དང་ཤེས་བཞིན་བདེ་དང་གནས། །

མཐའ་ན་བཞི་བྲན་བྲང་སྟོམས་དང་། །

རྣམས་སྤྱི་བཅུ་གཅིག་ ཅེས་གསུངས། བསམ་གཏན་གྱི་སྟོམས་འདུག་དེ་
དག་གི་འབྲས་བུ་སྟེ་བའི་བསམ་གཏན་ནི་བསམ་གཏན་དང་པོའི་དངོས་གཞི་ཆུང་
འབྲིང་ཆེ་གསུམ་བསྟོམས་བ་ལས་བསམ་གཏན་དང་པོའི་གནས་ཆངས་རིས་
སོགས་སྤྱི་བཅུ་བ་ནས། བསམ་གཏན་བཞི་བའི་དངོས་གཞི་ཆུང་འབྲིང་ཆེ་གསུམ་
བསྟོམས་བ་ལས་བསམ་གཏན་བཞི་བའི་གནས་སྤྱིན་མེད་སོགས་སྤྱི་བའི་བར་
བསམ་གཏན་སོ་སོའི་དངོས་གཞི་ཆུང་འབྲིང་ཆེན་པོ་མཐར་ཁྱེན་བ་ལས། སོ་སོའི་
གནས་ལ་རྣམ་སྤྱིན་གྱི་འབྲས་བུ་སོགས་སྟོང་སྟེ། དེའང་གནས་དེ་དང་དེར་སྟེས་
བའི་གཟུགས་སྤྱི་སྒྲིབ་བ་ནི་རྣམ་སྤྱིན་གྱི་འབྲས་བུ། སྟོམས་འདུག་གི་སེམས་
རྣམས་རྒྱ་མཐུན་གྱི་འབྲས་བུ། ཡུལ་གྱི་ཁོངས་སྟོང་དུ་སྒྲིབ་བ་ནི་བདག་པོའི་
འབྲས་བུ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་ནམ་མཁའ་མཐའ་ཡས། རྣམ་ཤེས་མཐའ་ཡས། ཅི་
ཡང་མེད། སྤིད་ཅེ་སྟེ་གཟུགས་མེད་སྟེ་མཆེད་ལྷ་བཞིར་ཡོད་བ་ལས། བསམ་
གཏན་བཞི་བའི་སེམས་ཐོབ་ལ་མ་ཉམས་བའི་སྟེང་དུ་གཟུགས་ལ་རེག་མཐོང་སྒྲིབ་
གསུམ་བཀག་སྟེ། ཆོས་ཐམས་ཅད་ནམ་མཁའ་ལྟར་མཐའ་ཡས་སོ་སྟམ་བ་སྟོམ་
བ་ཡོངས་སྤྱི་རྣམས་བ་ནམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་སྟེ་མཆེད་ཀྱི་སྟོམས་འདུག་དང་།
དེའི་སྟེང་དུ་ནམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་བ་དེ་ལྟར་རྣམ་བར་ཤེས་བ་ཡང་མཐའ་ཡས་
སོ་སྟམ་དུ་སྟོམ་བ་ཡོངས་སྤྱི་རྣམས་བ་ནམ་ཤེས་མཐའ་ཡས་སྟེ་མཆེད་ཀྱི་
སྟོམས་འདུག་དང་། དེ་གཉིས་ཀའང་མཆོན་མ་དང་བཅས་བར་མཐོང་ནས་གཟུང་
བར་བྱ་བ་ཅི་ཡང་མེད་དོ་སྟམ་དུ་སྟོམ་བ་ཡོངས་སྤྱི་རྣམས་བ་ཅི་ཡང་མེད་བའི་སྟེ་

མཆེད་ཀྱི་སྟོམས་འཇུག་དང་། དེ་གསུམ་གཤང་མཚན་མ་དང་བཅས་པར་མཐོང་ནས་འདྲ་ཤེས་རགས་པ་མེད་ཅིང་ཕྱ་བ་མེད་པ་མིན་ནོ་སྟམ་སྟོམ་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་འདྲ་ཤེས་མེད་འདྲ་ཤེས་མེད་མིན་གྱི་སྟོམས་འཇུག་གམ་སྤྱི་ཅེའི་སྟོམས་འཇུག་ཡིན།

གཟུགས་མེད་པའི་སྟོམས་འཇུག་དེ་དག་གི་འབྲས་བྱ་ནི། གཟུགས་མེད་ཁམས་ལ་གཟུགས་རགས་པས་ཕྱེ་བའི་གནས་ཐ་དད་པ་མེད་ཀྱང་མཚོག་དམན་དང་། ཆེ་རིང་ཐུང་དང་། གོང་འོག་ལ་སོགས་པའི་སྟོན་ཐ་དད་དུ་ཡོད་ཅིང་། གོང་ནས་གོང་དུ་ཉིང་དེ་འཛིན་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་རེ་བརྟན་དུ་གྱུར་པ་དང་། ཆེ་རིང་བ་སོགས་ཀྱི་སྟོན་མངོན་མཐོང་བདེ་འབྲས་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པ་ཡིན།

བསམ་གཏན་བཞིའི་དངོས་གཞི་རྣམས་ལ་བརྟེན་ནས་བྱམས་སོགས་ཆད་མེད་བཞི་དང་། འཛིག་རྟེན་པའི་མངོན་པར་ཤེས་པ་ལྟའི་མིག་དང་། ལྟའི་རྣ་བ་དང་། གཞན་གྱི་སེམས་ཤེས་པ་སྟོན་གནས་རྗེས་སུ་བྲན་པ་དང་། འཆི་འཕོ་དང་སྐྱེ་བ་ཤེས་པ་ལྟ་ནི་ཁམས་གོང་མ་གཉིས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གྱི་ཁྱད་པར་ཡིན། ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་ལམ་ལ་ཞུགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཐོག་མར་ཉིང་དེ་འཛིན་དེ་དག་དང་། ཡོན་ཏན་དེ་དག་བསྐྱེད་ནས། སྤར་གོང་མའི་ཁྱད་པར་བསྐྱབ་དགོས་པས་མངོན་ཤེས་ལ་སོགས་པ་ཡོན་ཏན་ཀྱན་གྱི་གཞིར་གྱུར་པ་དང་། ཁྱད་པར་བསམ་གཏན་བཞི་པའི་དངོས་གཞིའི་སེམས་ལ་བརྟེན་ནས་འདྲ་ཤེས་མེད་པའི་སྟོམས་འཇུག་དང་། སྤྱི་ཅེའི་དངོས་གཞིའི་སེམས་ལ་བརྟེན་ནས་འགོག་པའི་སྟོམས་འཇུག་སོགས་ཐོབ་པས། ཕྱི་རོལ་པ་དང་ནང་པ་གཉིས་ཀས་དོན་དུ་

གཉེར་བྱ་དང་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་ལ། རྒྱལ་བའི་བསྐྱབ་པ་རིམ་བར་འབྲུག་པ་རྣམས་
ཀྱི་སྒོན་འགྲོའི་ཆོས་ཀྱང་ཡིན་པས་དེ་ལྟར་ཤེས་ནས་གོམས་པའི་སྒྲོར་བ་ལ་
བསྐྱབ་དགོས།

ཞེས་པ་ལྟར། ཉིང་རེ་འཇིན་ཞེས་པ་དེ་ཏ་ཅང་གལ་གནད་ཆེན་པོ་ཡིན།
ཉིང་རེ་འཇིན་མེད་ན་འགྲུལ་བསྐྱོད་བྱ་རྒྱ་གང་ཡང་མེད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན། ཤེས་
རབ་སྦྱང་པོ་ལས། ག་ཏེ་ག་རེ་པ་ར་ག་ཏེ། ཞེས་པའི་ག་ཏེ་དང་པོ་ཆོག་པ་ལས་
དང་། སྐབས་དེར་སྒོམ་བྱུང་ཐོབ་པ་དང་མ་ཐོབ་པའི་སྐབས་གཉིས་ཀྱི་ཡོང་བ་ཡིན།
ག་ཏེ་གཉིས་པ་ནི་སྒྲོར་ལས་ཡིན། སྒྲོར་ལས་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཞི་གནས་མ་ཐོབ་ཐབས་
མེད་ཡིན། སྒྲོང་ཉིད་ཀྱི་རིམ་པའི་སྒོམ་བྱུང་ཐོབ་ནས་ག་ཏེ་ཞེས་པའི་ལས་གཉིས་
པ་སྒྲོར་ལས་ཐོབ་ཀྱི་ཡོད།

སྒྲོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་སྐབས་པ་ར་ག་ཏེ་ཞེས་པའི་མཐོང་
ལས་ཐོབ་ཅིང་། པ་ར་སམ་ག་ཏེ་ཞེས་བརྗོད་སྐབས། མཐོང་བེན་གོམས་པར་
བྱེད་པའི་སྒོམ་ལས་ཐོབ་པ་དང་། བོནྩེ་སྤྲུ་ཞེས་པའི་སྐབས་བྱང་ཆུབ་ཏུ་གཞི་
ཚུགས་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན། བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱིས་མ་བེན་བར་རང་དོན་ཐར་པ་
དོན་དུ་གཉེར་བ་ཅན་ཞིག་ཡིན་ན། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལས་ལྟ་དང་། རང་རྒྱལ་ཀྱི་ལས་
ལྟ་བཅས་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱིས་བེན་ན་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་ལས་ལྟ་བཅས་ལས་
ལྟ་གསུམ་བཅོ་ལྔ་ཞེས་གསུངས་པ་རྣམས་ཡོང་གི་ཡོད།

ད་ལྟའི་ར་ཆོའི་སེམས་རྒྱུད་ཀྱི་ཤེས་པ་འདིའི་སྟངས་ཀ་ལེར་སྒོ་ཅེ་
གཅིག་པ་སྐྱབ་པ་དང་། དེ་ཡང་འཇིན་ཤེས་ཀྱིས་སྒྲོབས་ལས་སྐྱབ་དགོས་ཤིང་།

བློན་པོས་སྐྱོང་རྒྱ་ནི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པའི་ཐོག་ནས་བློན་པོས་བག་དང་
ལྷན་པའི་མང་གཞི་ཚུགས་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན། དཔེར་ན། རོས་རང་ལ་ཆ་
མཆོན་ན། མི་ལམ་ཚུན་ཆད་དུ་ང་ལ་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་ཡིན་བསམ་པ་བློན་པོ་
སྐྱོང་ཡང་། ང་དག་སྐྱོང་ཡིན་བསམ་པ་བློན་ཀྱི་ཡོད། འདི་ལྟར་དུ་བློན་པོས་
བསྐྱོན་དགོས་པ་དང་། བློན་པོས་ཀྱི་ནུས་པ་རིམ་བཞིན་ཤུགས་རྒྱུ་ཆེར་འགྲོ་
སྐབས། དམིགས་ཏེན་བྱེ་བྲག་པ་གཅིག་བློན་པོས་ཅེ་གཅིག་ཏུ་བསྐྱུང་བ་དང་།
བྱིང་གོང་གི་སྐྱོན་སྐྱབས་མིན་པའི་བཞིན་གྱིས་བྱ་ར་བྱས། འདི་ལྟར་དུ་སེམས་
དམིགས་པ་ལ་ལྷན་ནེར་འཛོག་པ་རྣམས་བྱེད་དགོས།

འདི་དག་ནི་སྤྱི་ལོ་ལྷན་པ་ལ་འདྲ་ཡོད་པ་ཡིན། སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་
བྱེད་མཁན་ཞིག་ཡིན་ནའང་ཉིང་དེ་འཛིན་དེ་མེད་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་རེད་འདུག
མཇུག་སྐྱོང་བྱེད་མ་ཐུབ་པ་ལས། རོས་རང་ཚུང་དུ་འོ་སྐབས་ནས་ལྷ་སར་ཡོད་
སྐབས་ནས། དགོང་ཚོ་ཉལ་ཁར་ཅུང་ཟད་ཅོག་བྱུང་བསྐྱད་དེ་ཞི་གནས་སྒོམ་གྱི་
ཡོད། འོན་ཀྱང་ཁུངས་འབྲེལ་བ་བྱུང་མེད། དེ་ནི་ཉུང་མཐར་ཆེ་བ་འགའ་ཤས་
དང་། ལོ་གཅིག་ཙམ་རིང་གནས་དཔེན་པར་བསྐྱད་ནས་སྤུང་ཚུང་ལ་གྲངས་མང་
བ་བྱས་ཏེ་སྤུང་འཛིན་ནས་འགྲོ་དགོས་པ་ཡིན།

མདོར་ན། སྤུང་བཞིའི་རྣལ་འབྱོར་ལ་སྐྱོད་པ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྤྱིར་
བཏང་སྤུང་བཞི་དང་། དམིགས་སྤྱི་བཀར་ནས་སྒོམ་སྐབས་སྤུང་བསྐྱད་དང་བཅུ་
དྲུག་ལྟ་བུ་དང་། བཙོ་ལྷ་ཉི་ཤུ་ལྟ་བུ་ཡོད་པ་ཡིན། འདི་ལྟར་བྱས་ནས་སྐྱོང་
དགོས་པ་ཡིན། དེ་ཡང་བསྒོམས་ན་གོམས་རྒྱ་ཡོད་པ་ཞིག་རེད་འདུག

དེའི་རྩ་ཤེས་པའི་ཨ་རི་བ་ཞིག་ཡོད། ལོ་བཞི་བཅུ་ཙམ་སྤྱིན་ཟེན་ཅིང་།
གཙོ་བོ་གསང་བ་འདུས་པའི་རིམ་ལྔ་སྟོན་གྱི་ཡོད། བསྟུས་རིམ་གྱི་དམིགས་པ་
བྱེད་སྐབས་བསྟུས་རིམ་གང་འཆམ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་འདུག འོད་གསལ་
རྗེས་མ་ཐུན་བ་ཞིག་སྟེབས་པ་དང་། དེའི་ཐོག་ཏུ་རྩ་ཆོད་གསུམ་ཙམ་ཅེ་གཅིག་
ཏུ་སྤྲོད་ཐུབ་ཀྱི་འདུག དེ་ནི་མིག་མཐོང་ལག་ཟེན་རེད། ཁོང་མེད་པར་ཡོད་
མདོག་བྱེད་མཁན་དེ་རིགས་མིན་ལ། གསང་འདུས་ཀྱི་ལུས་དབེན་གྱི་ཐོག་ནས་
སྟོ་སྦྱངས་པ་དང་། དེ་བཞིན་དོར་བཞྱས་ཀྱི་སྟོ་ཡང་སྦྱོང་གི་ཡོད། ཉེ་འཆར་ཁོང་
དང་ཐུག་འབྲུང་བྱུང་བར། བསྟེ་བ་སྟོར་དགུ་ ༩ སད་དུས་སུ་སྦྱ་གསུམ་དང་བསྟེ་
བ། གཉིད་དུས་སུ་སྦྱ་གསུམ་དང་བསྟེ་བ། འཆི་དུས་སུ་སྦྱ་གསུམ་དང་བསྟེ་བ་
དང་དགུ་ཤོ། །དང་པོ་ལ་སད་དུས་ཀྱི་འོད་གསལ་ཆོས་སྦྱ་དང་བསྟེ་བ། སད་དུས་
ཀྱི་སྦྱ་ལུས་ལོངས་སྦྱ་དང་བསྟེ་བ། སད་དུས་ཀྱི་ལོངས་སྦྱ་ལས་ལངས་པ་སྦྱ་
སྦྱ་དང་བསྟེ་བ་དང་གསུམ། གཉིས་པ་ལ་གཉིད་དུས་ཀྱི་འོད་གསལ་ཆོས་སྦྱ་དང་
བསྟེ་བ། མི་ལམ་ལོངས་སྦྱ་དང་བསྟེ་བ། གཉིད་སད་པ་སྦྱ་སྦྱ་དང་བསྟེ་བ་དང་
གསུམ་མོ། །གསུམ་པ་ལ་འཆི་བ་འོད་གསལ་ཆོས་སྦྱ་དང་བསྟེ་བ། བར་དོ་
ལོངས་སྦྱ་དང་བསྟེ་བ། སྟེ་བ་སྦྱ་སྦྱ་དང་བསྟེ་བ་དང་གསུམ་མམ་མོ། །༩ བསྟོན་
དགོས་ཞེས་སྐད་ཆ་བྱུང་། དངོས་སུ་ཉམས་སྦྱོང་མི་འདྲ་བ་དེ་འདྲ་ཡོང་གི་འདུག

དེ་བཞིན་ཅེ་གཅིག་པའི་བསམ་གཏན་བསྟུབས་ནས་བསམ་གཏན་སྟོན་
སྐབས་རྩ་ཆོད་གསུམ་ཙམ་རིང་དམིགས་པ་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་སྤྲོད་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད།
ང་ཆོ་བོད་པའི་ཁྱོད་སྟོན་མཁན་དེ་ཙམ་མེད། སྤར་དགོ་བཤེས་ཤིག་ཡོད་པ་

ཁོང་གི་གནས་ཐོབ་པ་ལྟ་བུ་རེད། དེ་ལྟར་བསྐྱོམས་ན་ཡོང་རྒྱ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་
ནའང་ང་ཚོས་སྒོམ་གྱི་མེད།

ལྷག་པར་སྤྲུགས་གྱི་ཉམས་ལེན་བྱེད་སྐབས། ཐ་ན་བསྐྱེད་རིམ་སྒོམ་པ་
ཁོ་ནའི་སྟེང་ནས་སེམས་ཅེ་གཅིག་པ་སྐྱབ་གྱི་ཡོད། སེམས་ཅེ་གཅིག་པ་གང་
འཆམ་བྱུང་ན། ཅ་རྒྱུང་ཐིག་ལེ་ལ་དམིགས་པ་བྱེད་སྐབས་དམིགས་པ་བྱེ་བྲག་པ་
གཅིག་ལ་སྒོ་ལྷན་ནེར་སྟོད་པ་ཉིན་ཞག་གི་བྱུག་ཆ་འབྲོངས་ཞེས་པ་ལྟར་རྒྱ་ཆོད་
བཞི་ལྔ་སྟོད་ཐུབ་པ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན།

དེ་ལྟར་སྟོད་ཐུབ་པ་ཞིག་བྱུང་ན། ཅ་གནད་དེ་དག་གཏད་སྐབས་རྒྱུང་
དབྱ་མར་ཁྱེགས་གནས་ཐིམ་པ་བཅས། གོང་དུ་ཁྱེགས་པའི་ངའི་གྲོགས་པོ་དེ་རྒྱུང་
དབྱ་མར་ཁྱེགས་པ་དང་གནས་པ་གང་འཆམ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་མ་ཟད། ཐིམ་པའི་
འགོ་ཡང་ཅོམ་གྱི་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་འདུག དེ་ལྟར་བསྐྱོམས་ན་ཡོང་རྒྱ་ཞིག་འདུག
དུས་ཆོད་རྫོགས་པས་འདི་གང་བཞག་ན་སྟུམ། ཤེས་རབ་གྱི་བསྐྱབ་པ་མན་ཆད་
རྣམས་ལོ་རྒྱུས་མ་གྲ་རྒྱས་ཅོམ་བྱས་ན་འགྲིགས་པ་ཡིན།

ཁ ༡ མཆོག་གི་ལམ་སྟོན་བཀའ་སློབ།

ཡང་ལོ་རྒྱུས་མ་བར་ལོ་གཅིག་ཡོད་པ་དེའི་རིང་བྱེད་རང་ཚོས་སྒོབ་སྟོང་
ཏུར་ཐག་བྱེད་དགོས། འགྲོ་བ་མི་སྤྱི་དང་། བྱེ་བྲག་ཏུ་འཛམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་གི་
འགྲོ་བ་མི་དུང་ལྷུང་བདུན་ཅུ་ཅམ་ཡོད་པ་དང་། ཡང་སྒོས་ང་ཚོ་ཐོད་མི་ས་ཡ་
བྲག་ལ་བསམ་སྒོ་བཏང་སྟེ་དེ་དག་གི་དོན་ལ་མན་པའི་བསམ་པ་སྐྱེས་པ་དང་།
སྐབས་སུ་བབ་པ་བྱི་ནང་གི་ཤེས་ཡོན་གཉིས་ལྷན་ཞིག་དགོས་པ་དེ་ཏ་ཅང་

གལ་གནད་ཆེན་པོ་རེད། དེ་ལྟར་བྱུང་ན་བོད་སྤྱི་འཐབས་འདེགས་སྐབ་ཐུབ་པ་
དང་། ལང་གི་ཡོན་ཏན་མ་ཆང་ན་བོད་པའི་མཆན་ཉིད་མ་ཆང་བ་ཡིན། དེ་ཡང་
ལུས་པོ་བོད་པའི་ལུས་ཡིན་ནའང་། སེམས་པ་སྤྱི་རྒྱལ་བའི་སེམས་ལྟ་བུ་ཆགས་
ན་ཡག་པོ་གང་ཡང་མེད། སྤྱི་རྒྱལ་བ་རྣམས་ནི་ཁོ་རང་ཆོ་ད་བར་འདི་ལྟར་བྱ་
སྤྱོད་པ་རེད། ང་ཆོ་བོད་མིར་སྐད་ཡིག་ལོགས་སུ་སྤྱེ་བའི་རིག་གཞུང་ཞིག་ཡོད་
སྐབས། དེ་དག་ཆ་ཆང་བ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན། དུས་ཆོད་མི་འདུག་པས་ཐི་བ་
འིས་ལན་མི་དགོས་པ་བཅས་འདི་ཙམ་ཡིན་ཞེས་བཀའ་སྩལ་ཏོ། །

བྱུག་པ། གསུམ་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པའི་སྒོར།

སྤྱག་པའི་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ཀྱི་ནང་ནས་གསུམ་པ་སྤྱག་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་
བསྐྱབ་པ་ནི། བརྟགས་ཤིང་དབྱེད་པའི་སྒོ་ནས་ཆོས་རབ་བྱ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་
ནི་ཤེས་རབ་དང་། དེའི་གོམས་པ་རྩོགས་པ་ན་ཤེས་རབ་ཀྱི་པར་སྤྱན་བྱ་འབྱུང་
བ་ཡིན། དབྱེ་ན་གསུམ་ལས། རོན་དམ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ནི། བདག་མེད་
པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རོན་སྤྱི་འཐབས་རྟོགས་པ་འཕམ་མའོན་སུམ་བྱ་རྟོགས་པ་དང་།
ཀུན་རྩོད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ནི། རིག་པའི་གནས་ལྡ་ལ་མཁས་པའི་ཤེས་
རབ་དང་། སེམས་ཅན་དོན་བྱ་བ་རྟོགས་པའི་ཤེས་ནི། སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་
འདི་དང་སྤྱི་མའི་དོན་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་མེད་པར་སྐྱབ་ཚུལ་ཤེས་པ་ལ་བྱེད།

དེ་དག་གི་ནང་ནས་གཙོ་བོ་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་བསྐྱབ་
དགོས། བདག་མེད་པའི་དོན་འཛོག་ཚུལ་ལ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་བྱུང་མཐའ་

ནལ་འབྱོར་པ་ཡིས་བདག་ནི་འགོག་པར་བྱེད། །

ཅེས་སྲིད་ཞིའི་རྒྱད་པ་མ་ལུས་པའི་རྩ་བ་བདེན་པར་འཛིན་པའི་བདེན་
འཛིན་མ་རིག་པ་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་ཡིན་ལ། དེ་རྩུངས་ནས་འབྲིན་བྱེད་ནི་
དེ་དང་འཛིན་སྟངས་དངོས་སུ་འགལ་བ་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཁོ་ན་མ་
གཏོགས་གཞན་མེད། དེས་ན་སྣུལ་མཐོང་བྱུང་པར་ཅན་བདག་མེད་པའི་དོན་
རྟོགས་པའི་ཐབས་ལ་འབད་བཅོམ་བྱ་དགོས།

བདག་མེད་ལ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་དང་། ཚོས་ཀྱི་བདག་མེད་གཉིས་
ཡོད། དེའི་དང་པོ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ལེགས་པར་ངེས་ན། ཚོས་ཀྱི་བདག་
མེད་ངེས་སྒྲ་བས་ཐོག་མར་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་གཏན་ལ་འཁེབས་དགོས། དེ་
ཡང་ཨླ་རྩ་རྩ་ཤུ་ཉེ་ཅུ་ཉེ་ཙམ་མཛད་པའི་མཆོ་མཁུ་ཞུའི་ཀླ་ར་ལས།

178

ཡང་དག་པར་ནི་གཅིག་པ་དང་། །

དུ་མའི་དངོས་དང་བྲལ་བའི་བྱིད། །

རང་བཞིན་མེད་དེ་གཟུགས་བརྟན་བཞིན། །

ཞེས་གནད་བཞི་ཚང་བའི་གཅིག་དང་དུ་བྲལ་གྱི་གཏན་ཆོག་ས་བརྟན་པ་
གལ་ཆེ། གནད་བཞི་ནི། དགག་བྱ་ངེས་པའི་གནད། ཁུབ་པ་ངེས་པའི་གནད།
གཅིག་བྲལ་ངེས་པའི་གནད། དུ་བྲལ་ངེས་པའི་གནད་དང་བཞི་ཡིན། ལྷ་རྩེ་ཨ་
ཤུ་རྩེ་དེ་མས།

བརྟགས་པའི་དངོས་ལ་མ་རེག་པར། །དེ་ཡི་དངོས་མེད་འཛིན་མ་ཡིན། །

ཞེས་གསུངས། དེ་ཡང་བདག་མེད་པའི་དོན་བཅའ་བ་ལ་སྒོ་བདེན་འཛིན་
གྱི་འཛིན་ཚུལ་ལྟར་གྱི་དགག་བྱ་ངོས་ཟེན་པ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ། དགག་བྱ་རགས་
པ་ཅུ་མ་ལས་ཤུ་མོ་ངོས་མ་ཟེན་ན་དགག་བྱ་རགས་པ་ཅུ་མ་ཁེགས་པ་མ་
གཏོགས་དགག་བྱའི་ལྷག་འཕྲོ་ལུས་པའི་དབང་གིས་བདེན་འཛིན་ལ་གཞོད་མི་
ཐུབ་པར་སྒོ་འདོགས་གྱི་མཐར་ལྷུང་ལ། དགག་བྱ་ཐལ་ཆེས་ཏེ་རྣམ་ཤེས་ཆོག་ས་
དུག་གི་ལུས་དུ་གང་ཤར་ཐམས་ཅད་དགག་བྱར་བཟུང་ན་ཐ་སྟོད་གྱི་རྣམ་གཞག་
ལ་སྒྱུར་བ་འདེབས་པའི་མཐར་ལྷུང་བས་ཆད་ལྟའི་ཉེན་ཤིན་ཏུ་ཆེ། དེས་ན་རང་
འཛིན་ལྟན་སྐྱེས་གྱིས་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུབ་པར་འཛིན་ཚུལ་རི་འབྲུ་ཞིག་ཡིན་
སྟེ་དུ་ཞིབ་པར་བརྟགས་པས་ཤུང་པོའི་སྟེང་ནས་རང་ཞེས་ཚུགས་ཐུབ་ཏུ་བྱུབ་
པར་སྒྲིང་བ་ནི་རང་འཛིན་ལྟན་སྐྱེས་གྱི་འཛིན་ཚུལ་ཡིན་ལ། དེ་འབྲུགས་མེད་དུ་
ངོས་ཟེན་པ་ནི་གནད་དང་པོ་དགག་བྱ་ངེས་པའི་གནད་ཡིན།

ང་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་ན་རང་གི་གདགས་གཞིའི་ཕྱང་པོ་དང་ངོ་པོ་
གཅིག་དང་ཐ་དད་གང་རུང་དུ་བྱུང་དགོས་པ་མ་གཏོགས། དེ་གཉིས་གང་རུང་
མ་ཡིན་པའི་བྱུང་ལུགས་མེད་པར་ཐག་ཆོད་པ་ནི་གནད་གཉིས་པ་ཁྲུབ་པ་ངེས་
པའི་གནད་ཡིན།

བདག་དང་ཕྱང་པོ་གཉིས་བདེན་པའམ་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་པའི་ངོ་པོ་
གཅིག་ཡིན་ན་དེ་བྱེ་བ་གཏན་ནས་མེད་པའི་གཅིག་ཡིན་དགོས། དེ་གང་ཡིན་ཞེ་
ན། ངོ་པོ་གཅིག་ཏུ་གནས་ཀྱང་ལྷོག་པའམ་དེ་བྱེ་བ་ཐ་དད་པར་སྒྲུབ་པའི་གནས་
ཚུལ་དང་སྒྲུབ་ཚུལ་མི་མ་སྟུན་པ་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་རྩོམ་ཚུལ་ཡིན་པས་བདེན་པར་
བྱུང་ན། སྒྲུབ་ཚུལ་དང་གནས་ཚུལ་མི་མ་སྟུན་པ་དེ་འབྲེལ་ཡོང་མི་སྲིད་ཅིང་བདེན་
བྱུང་སྒྲུབ་པའི་ལྷོ་དེ་ལ་ཡུལ་གྱི་གནས་ཚུལ་རིམ་བུ་མ་ཐོང་སྒྲུབ་དགོས་པའི་
དབང་གིས་རེད། དེས་ན་བདག་དང་ཕྱང་པོ་གཉིས་བདེན་པའི་གཅིག་ཏུ་སོང་ན།
གང་ཐག་གཅིག་ལའང་ཕྱང་པོ་དུ་མ་ཡོད་པ་བཞིན་དུ་བདག་ཀྱང་མང་པོ་ཡོད་
པར་འགྱུར་པའི་སྐྱོན་དང་། བདག་གཅིག་ལས་མེད་པ་བཞིན་དུ་ཕྱང་པོ་ནམས་
ཀྱང་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་བ་དང་། ཕྱང་པོ་སྐྱེ་འཇིག་བྱེད་པ་བཞིན་དུ་བདག་ཀྱང་སྐྱེ་
འཇིག་བྱེད་པར་འགྱུར་པའི་སྐྱོན་ཡོད། དེ་ལྟར་རིགས་པ་དུ་མའི་སྐོ་ནས་དཔྱད་
པས་བདག་ཕྱང་གཉིས་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་པའི་གཅིག་ཏུ་མེད་པར་རྟོགས་པ་
ན་གནད་གསུམ་པ་གཅིག་བྲལ་ངེས་པའི་གནད་ཡིན།

བདག་དང་ཕྱང་པོ་གཉིས་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་པའི་ཐ་དད་ཡིན་ན་
རིགས་པས་དཔྱད་བཟོད་ཀྱི་ཐ་དད་ཡིན་དགོས་ལ། དེ་ལྟར་ན་ངོ་པོ་དང་རྩས་

སོགས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ཐ་དད་པའི་འབྲེལ་མེད་དོན་གཞན་ཞིག་ཡིན་
དགོས། གང་ཡིན་ཞེ་ན་ཐོག་པའི་སྒོ་ནས་ཐ་དད་ཀྱང་ངོ་བོའི་སྒོ་ནས་ཐ་མི་དད་
པ་ནི་རྩན་པའི་རྣམ་གཞག་ཡིན་པས་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་ན་དེ་མི་འཐད། དེ་
ལྟར་འབྲེལ་མེད་ཀྱང་ཐ་དད་ཡིན་ན། ལུང་པོ་ན་པ་དང་རྣམ་པ་དང་དོར་བ་
སོགས་བྱུང་བའི་ཆེ་བདག་ན་བ་དང་། རྒྱ་བ་སོགས་སྤྲི་མི་འབྱུང་བས་བདག་ལ་
ལུང་པོའི་མཆན་ཉིད་སྤྱེ་འཛིག་སོགས་མེད་པར་འབྱུང་བ་དང་། ལུང་པོ་ལྷ་པོ་སོ་
སོར་བསལ་བའི་ལྷལ་དུ་བདག་ལོགས་སྤྱོན་རྒྱ་ཡོད་པར་འབྱུང་བ་སོགས་ཀྱི་
སྤྱོན་འབྱུང་བས། བདག་ལུང་པོ་དང་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་བའི་ཐ་དད་མེད་པར་
ཐག་ཆོད་པ་ནི་གནད་བཞི་པ་དུ་བྲལ་ངེས་པའི་གནད་ཡིན།

དེ་ལྟར་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་བའི་གཅིག་དང་ཐ་དད་གང་དུའང་མ་བྱུང་
པར་རྟོགས་པ་དེ་བསྐྱབ་བྱ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པར་སྐྱབ་པའི་སྐྱབ་བྱེད་གཏན་
ཆིགས་རྟོགས་པའི་སྒོ་ཡིན་ལ། དེ་ལས་བསྐྱབ་བྱ་བདག་རང་བཞིན་མེད་པ་
རྟོགས་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། འགྲོ་ས་ལུང་པ་གཉིས་ལས་མེད་པ་ཞིག་ཏུ་བ་ལང་
བོར་བ་བཅའ་བས་ལུང་པ་གཉིས་ཀྱི་ཕྱ་མདའ་བར་གསུམ་གང་དུའང་མེད་པ་
མཐོང་ཙམ་ནས་བཅའ་རྒྱུའི་བ་ཡིད་ལ་བཞག་པ་དེ་མི་འདུག་གོ་སྟམ་པ་ལྟར་
གིས་སྤྱེ་བ་བཞིན། བདེན་འཛིན་ལ་དགག་བྱའི་སྤང་ཚུལ་དེ་སྤར་ནས་ངོས་བཟུང་
སྟེ་ཞེ་ལ་བཞག་བཞིན་པར་གཅིག་དང་དུ་བྲལ་གྱིས་དབྱེད་པའི་ཆེ་དུ་བྲལ་
རྟོགས་ཟེན་མ་ཐག་ཡིད་ངོར་འཇགས་པའི་དགག་བྱའི་བདག་དེ་མི་འདུག་སྟམ་
དུ་སྟོང་ཆས་གྱིས་སོང་བ་ན་གང་ཐག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་ཏེ་དབྱེ་མའི་ལྷ་བ་

ཉིད་པ་རེད།

ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་ནི། མདོ་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་རྒྱལ་པོ་ལས།

རི་ལྷར་ཁྱོད་ཀྱིས་བདག་གི་འདུ་ཤེས་ནི། །

ཤེས་པ་དེ་བཞིན་ཀུན་ལ་སྒོས་སྦྱར་བྲ། །

ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་དེ་ཡི་རོ་བོ་ཉིད། །

ཡོངས་སུ་དག་པ་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུ་ཡིན། །

ཞེས་གསུངས། སྤར་གང་ཟག་ལ་བཤད་པ་དང་མཚུངས་པར་གཞི་བྱས་པ་
ལྟ་བུ་ལ་མཚོན་ན། ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་རྒྱལ་རྣམས་སྤོ་བུ་མ་འདུས་པའི་ཆོག་གས་པ་
དང་། ལྷན་ཅིག་བྱེད་ཆེན་བཟོ་བའི་ལག་གི་འདུ་བྱེད་སོགས་རྒྱ་ཆེན་རྟེན་འབྲེལ་
མང་པོ་ཆོག་གས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ཙམ་མ་གཏོགས། དེ་དག་གང་ལའང་མི་
སྟོས་པའི་བྱས་པ་ཞིག་རང་བྱུང་རང་དབང་གི་རྒྱལ་བུ་བྱུང་བ་མེད། དེ་བཞིན་དུ་
ཆོས་གང་དང་གང་ཡང་རྒྱ་ཆེན་དང་། ཆ་ཤས་སོགས་རྟེན་འབྲེལ་སྟོས་བྱུང་བ་ཙམ་
ལས་གཞན་པའི་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་བ་མེད། དེ་ལྟར་མེད་བཞིན་དུ་ཡོད་པར་
སྤར་ཞིང་། སྤར་བ་ལྟར་འཛིན་རྒྱལ་དེ་ཆོས་ཀྱི་བདག་འཛིན་ཡིན། དེ་འདྲའི་སྒྲོའི་
འཛིན་རྒྱལ་དེ་རོས་ཟེན་པར་བྱས་ནས་གོང་དུ་སྒྲོས་པ་ལྟར་གྱི་དགག་བྱ་ངེས་པའི་
གནད་སོགས་གནད་བཞིའི་སྒྲོ་ནས་དབྱེད་པའི་མཐར་དེ་འདྲའི་སྒྲོའི་འཛིན་སྤངས་
ཀྱི་ཡུལ་དེ་ཉིད་སྟོང་ཆམ་གྱིས་ཞིག་ནས་རྟེན་འབྲེལ་ཆོག་གས་ཙམ་གྱི་མིང་རྒྱར་
བཏགས་ཡོད་ཙམ་ཞིག་ཏུ་སྒོ་ལ་ནམ་འཆར་བ་ན་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྟོགས་པ་
ཡིན། དེ་ལྟར་གང་ཟག་དང་ཆོས་གཉིས་རང་བཞིན་མེད་པ་ངེས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་

བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཙམ་གྱི་རྒྱ་འབྲས་བྱ་བྱེད་གྱི་རྣམ་གཞག་ལ་ངེས་པ་ལྷག་
པར་འབྲེན་པ་དང་། མིང་གིས་བཏགས་ཙམ་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་ངེས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་
རང་ངོས་ནས་སྟོང་པ་ལ་ངེས་པ་ཆབས་ཆེ་བ་བྱུང་ན་སྟོང་པ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་དོན་
དང་རྟེན་འབྲེལ་སྟོང་པ་འདི་དོན་དུ་ཤར་བ་ཞེས་སངས་རྒྱལ་གྱི་དགོངས་པ་སྒྲ་ན་
མེད་པ་འདི་ལྟ་བུ་ཡང་དག་པ་དེ་རིམ་བཞིན་རྟོགས་པ་ཡིན།

ཡང་དེ་འབྲས་པའི་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་ལ་ད་ལྟ་བུ་ཤར་མ་
ཐག་པའི་གཅིག་དང་དུ་བྲལ་གྱི་རིགས་པ་དེ་ཙམ་དུ་མ་ཟད། རིགས་པའི་རྣམ་
གངས་ལ་རྟོ་རྟེ་གཟེགས་པའི་གཏན་ཆིགས། ཡོད་མེད་སྐྱེ་འགོག་གི་གཏན་
ཆིགས། ལུ་བཞི་སྐྱེ་འགོག་གི་གཏན་ཆིགས། རྟེན་འབྲེལ་གྱི་གཏན་ཆིགས་
སོགས་ཤིན་ཏུ་མང་པོ་ཡོད། དེ་ལྟར་རིགས་པ་དུ་མའི་སྒྲོ་ནས་བདག་མེད་པའི་
དོན་ཟབ་མོ་སྟོང་པ་ཉིད་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་ངེས་པ་ན། དེ་ལ་དབྱུང་འཛོག་གི་
ཉམས་ལེན་གོང་ནས་གོང་མཐོར་སྐྱོང་བ་ནི་ལྷག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་
ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་ཡིན།

བདུན་པ། བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལ་བརྟེན་ནས་ཉན་རང་གི་ལམ་བཟོད་
རྒྱུ་ལ།

དེ་ལྟ་བུའི་ལྷག་པའི་བསྐྱབ་པ་གསུམ་གྱི་ཉམས་ལེན་ལ་བརྟེན་ནས་འགའ་
ཞིག་གིས་ཐེག་དམན་གྱི་ལམ་ལ་བཟོད་དེ་ཐར་པ་དམ་པ་ཉན་རང་དག་བཙུམ་པའི་
གོ་འཕང་འཛོལ་པར་བྱེད། འགའ་ཞིག་གིས་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ལ་བཟོད་

ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་འཛོལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན། ཐེག་དམན་ཉན་རང་གི་
ལམ་གཉིས་ཀྱི་དང་པོ་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་ལ། ཆོགས་ལམ། སྒྲོར་ལམ། བཟོང་ལམ།
སྒྲོམ་ལམ། མི་སྒྲོབ་ལམ་ལྟ་དང་། དེ་དག་ལ་རི་ལྟར་བཟོད་ཚུལ་ནི། སྤྱི་ཙམ་
ཀུན་མཁའ་དཔེ་སྐྱབས་འགོ་བདུན་ཅུ་པར།

དེ་ཕྱིར་ཐར་བའི་ཆ་ནས་ནི། །

བཅའ་ས་ཉེ་ཏྲག་ཏུ་དགེ་བ་ལ། །

ཉན་ཐོས་ཉིད་ཕྱིར་འབད་ན་ནི། །

རིམ་གྱིས་ཉམ་ཐོས་ཉིད་ཏུ་འགྱུར། །

ཞེས་ ༼འཁོར་བ་ཞེས་པ་ལས་ཉོན་གཉིས་ཀྱིས་དབང་གིས་སྤིང་ཅེ་ནས་
མནར་མེད་ཀྱི་བར་དུ་ལུས་སྒྲངས་ནས་རང་དབང་མེད་པར་འཁོར་བའི་ཐག་
བཅས་ཉར་ལེན་གྱི་ཕུང་པོའི་རྒྱན་གྱི་ཆ་ཞིག་ལ་ཟེར། ༽ འཁོར་བ་ན་སྤྱག་བསྐལ་
གསུམ་གྱིས་མནར་ཚུལ་རི་ལྟར་བ་བཞིན་ཉོན་གས་ནས་དེ་ལས་ཡིད་འབྱུང་སྟེ་རང་གི་
དོན་ཏུ་གཉེར་བའི་ཐར་བ་ལ་དོན་གཉེར་གྱི་སྒོ་བཙས་མ་མ་ཡིན་པ་ཞིག་སྟེས་
ནས་སྒྲོང་བ་ཐོན་པ་ན་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཆོགས་ལམ་དུ་ཞུགས་པ་ཡིན།

ཉན་ཐོས་ཆོགས་ལམ་ལ་ཆུང་འབྲིང་ཆེན་པོ་གསུམ་ཡོད་ཅིང་། དེ་དག་གི་
སྐབས་དེར་མི་སྤྱག་པ་སྒྲོམ་པ་དང་། དབྱགས་འབྱུང་རུ་བ་བྲན་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་
དང་། དན་པ་ཉར་གཞག་དང་། ཡང་དག་སྒྲོང་བ་དང་། རྩ་འབྲལ་གྱི་རྒྱུ་པ་སོགས་
སྒྲོམ་པའི་སྐབས་ཀྱིས། སྤྱག་བསྐལ་གཙང་བ་བདེ་བ་ཏྲག་པ་བདག་ཏུ་འཛིན་པའི་
འཛིན་པ་བྱིན་ཅི་ལོག་དང་། ཆགས་སྒྲུང་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ཟེལ་

གྱིས་མནན་བས། སྲིད་པ་འཁོར་བའི་དབལ་འབྱོར་མོངས་སྤྲོད་སོགས་གང་
ལའང་ཡིད་སྤོན་མི་སྤྱེ་བར་རྣམ་བུར་ཐར་བའི་ཕྱོགས་ལ་རྗེས་སུ་གཞོལ་བའི་ཡོན་
ཏན་དང་། སྤྱལ་བ་སོགས་གང་འདོད་དུ་བྱེད་ཀྱས་པ་དང་། མངོན་ཤེས་ལྡ་ཡང་ཅི་
རིགས་པར་ཡོད།

དེ་རྗེས་སྤྱོར་ལམ་གྱི་དུས་སུ་ཆོགས་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་གྱི་རིགས་ཐམས་
ཅད་སྤར་ལམ་ལྷག་པ་ཡོད་པ་མ་ཟད། སྤྱོར་ལམ་ལ། རྫོད། ཅེ་མོ། བཟོད་པ།
ཆོས་མཆོག་བཞི་ཡོད་པ་དེ་དག་སོ་སོའི་སྐབས་སུ་བདེན་པ་བཞིའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་
ལ་དམིགས་པའི་སྒྲོམ་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་བྱུང་པར་ཅན་རིམ་བཞིན་འཐོབ་བས།
མི་ཉག་སྤྱག་བསྐྱལ་སྤོང་བདག་མེད་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པའི་དོན་སྤྱི་ལ་གསལ་
སྤང་བྱུང་པར་ཅན་འབྱུང་བ་དང་། དབང་པོ་ལྡ་དང་སྤྱོད་པས་ལྡ་ཐོབ་པ་སོགས་
ཡོན་ཏན་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་བ་ཡོད།

སྤྱོར་ལམ་ཆོས་མཆོག་ནས་མཐོང་ལམ་དུ་འཕོས་པ་ན་བདེན་བཞིའི་རྣམ་
པ་བཅུ་དྲུག་གིས་བསྐྱུས་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་གཟིགས་པའི་སྤྱོད་པས་
གྱིས་ཁམས་གསུམ་གྱི་མཐོང་སྤང་ཉོན་མོངས་བརྒྱ་དང་བཅུ་གཉིས་ཐམས་ཅད་
གྱི་ས་བོན་བྱུངས་ནས་སྤྱང་བས་འཕགས་པའི་བྱུང་ཆོས་རྣམས་ཐོབ་པའི་རྒྱ་
མཚན་གྱིས་དོན་དམ་པའི་དགེ་འདུན་དཀོན་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་རེད།

མཐོང་ལམ་ཐོབ་ཟིན་ནས་ཉོན་མོངས་ལྷན་སྐྱེས་གྱི་ས་བོན་གཞོམ་པའི་
ཆེད་དུ་འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་ནི། ཡང་དག་པའི་ལྷ་བ། ཡང་དག་པའི་
རྟོག་པ། ཡང་དག་པའི་དག ཡང་དག་པའི་ལས་གྱི་མཐའ། ཡང་དག་པའི་འཆོ་

བཟོ་ཡང་དག་པའི་རྩལ་བ། ཡང་དག་པའི་བྲན་བ། ཡང་དག་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་
དང་བརྒྱད་ཡིན།

དེ་དག་གི་རོ་བོ་དང་བྱེད་ལས་ནི། ཡང་དག་པའི་ལྟ་བུ་ནི། མཉམ་བཞག་ཏུ་
བདེན་བཞིའི་ཆོས་ཉིད་འདི་ལྟར་རྟོགས་ཞེས་རྗེས་སྐྱོད་ཏུ་དཔྱད་པས་ཡོངས་
གཙུག་གི་སྒྲོ་ནས་ངེས་པའི་ལྟ་བུ་དང་། ཡང་དག་པའི་རྟོག་པ་ནི། ཟབ་དོན་རྗེ་ལྟར་
རྟོགས་པ་དེ་རྟགས་དང་གཏན་ཆེགས་གི་སྒྲོ་ནས་བརྟག་ཅིང་། དེ་དག་མདོའི་དོན་
རྗེ་ལྟར་འགོ་བ་གཞན་ལ་མཆོན་པའི་ཚུལ་གཏན་ལ་འབེབས་ཤིང་གོ་བར་བྱེད་པ་
དང་། ཡང་དག་པའི་དག་ནི། ཆོས་ཉིད་སྒྲོས་བྲལ་དེའི་རང་བཞིན་ཐ་སྙད་ཅམ་དུ་
ཆོག་གིས་མཆོན་པས་འཆད་ཅོད་ཅོམ་གསུམ་གི་སྒྲོ་ནས་གཞན་ལ་སྟོན་པས་ལྟ་
བ་རྣམས་དག་ཏུ་ཡིད་ཆེས་བར་བྱེད་ཅིང་། རྒྱ་སོགས་དག་པའི་དག་རྣམས་དག་དང་།
ཡང་དག་པའི་ལས་གི་མཐའ་ནི། སྟོད་ལམ་ཐམས་ཅད་ཆོས་དང་མི་མཐུན་པ་མེད་
ཅིང་ཆོས་དང་མཐུན་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་རྣམས་དག་ཏུ་ཡིད་ཆེས་བར་བྱེད་པའི་ལུས་
གི་ལས་དག་པ་དང་། ཡང་དག་པའི་འཆོ་བ་ནི། སྤྲེག་ཟས་ལོག་འཆོ་དང་མ་འདྲེས་
ཤིང་། ལུས་གི་ཚུལ་འཆོས་དང་། དག་གི་ཁ་གསལ་སོགས་དག་པས་འཆོ་བ་རྣམས་
དག་ཏུ་ཡིད་ཆེས་བར་བྱེད་པ་དང་། ཡང་དག་པའི་རྩལ་བ་ནི། མཐོང་བེན་ཆོས་
ཉིད་གི་དོན་ལ་ཡང་དང་ཡང་དུ་སྒྲོམ་པར་བྱེད་པས་སྒྲོམ་སྤང་ཉོན་མོངས་གི་གཉེན་
པོ་བྱེད། ཡང་དག་པའི་བྲན་བ་ནི། ཞི་ལྷག་གི་དམིགས་རྣམས་མི་བརྟེན་པར་འཛིན་
པས་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་བརྟེན་ངས་གི་གཉེན་པོ་བྱེད། ཡང་དག་པའི་ཉིང་རེ་
འཛིན་ནི། བྱིང་ཚོད་ལ་སོགས་པའི་སྟོན་མེད་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་བསྐྱབས་ཤིང་།

ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་ནས་མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་ཀྱི་གཉེན་པོ་
བྱེད་པ་ཡིན། དེ་དག་གྲང་བསྟུན་བཞིན་འདུ་སྟེ། ལྷན་མི་ཉིས་མཛད་པའི་མཆུགས་
བི་རྟག་ལས།

ཡོངས་སུ་གཙུག་དང་གོ་བྱེད་དང་། །

ནམ་གསུམ་གཞན་ཡིད་ཆེས་པར་བྱེད། །

མི་མཐུན་སྟོགས་ཀྱི་གཉེན་པོར་ནི། །

ལམ་གྱི་ཡན་ལག་དེ་བརྒྱད་དོ། །

ཞེས་གསུངས། ཡང་དག་པའི་ལྟ་བུ་ནི་ཡོངས་སུ་གཙུག་བྱེད། ཡང་དག་
པའི་རྟོག་པ་ནི་གོ་བྱེད་དང་། ཡང་དག་པའི་དག ལས་མཐའ། འཆོ་བ་གསུམ་
གཞན་ཡིད་ཆེས་པའི་ཡན་ལག་དང་། ལྷག་མ་གསུམ་གཉེན་པོའི་ཡན་ལག་ཡིན།

དེ་ལྟར་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་དོན་རྟོགས་ཐེན་སྟོམ་པར་བྱེད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་
སྟོམ་སྤང་ཉོན་མོངས་ཆེན་པོའི་དངོས་ཀྱི་གཉེན་པོ་སྟེས་པ་ན་སྟོམ་ལམ་ཐོབ། དེ་
ལ་སྤང་བྱ་རིམ་གྱི་མས་སྤོང་བ་དང་། ཅིག་ཅར་དུ་སྤོང་བ་གཉིས་ཡོད། སྤང་བྱ་
རིམ་གྱིས་སྤོང་བའི་དབང་དུ་བྱས་ན་འདིག་ཉེན་པའི་སྟོམ་སྤང་དུ་བྱུང་བའི་
འདོད་པའི་སས་བསྟུས་ཀྱི་སྟོམ་སྤང་ཉོན་མོངས་སྤོང་དགྲ་ཆེ་རིམ་གྱིས་སྤོང་བ་
ནས། སྤིང་ཅེའི་སྟོམ་སྤང་སྤོང་དགྲ་རིམ་བཞིན་སྤོང་བའི་བར་སྟོམ་སྤང་བརྒྱད་
ཙུ་བྱ་གཅིག་གི་དངོས་གཉེན་རྣམས་ཆུང་རིམ་ནས་རིམ་གྱིས་སྟེས་པའི་ཐ་མ་
སྟོམ་ལམ་རྫོ་རྩེ་རྩེ་ལུའི་ཉིང་རེ་འདྲིན་གྱིས་དངས་པའི་རྣམ་གྲོལ་ལམ་ཐོབ་པ་ན་
ཉན་ཐོས་མི་སྟོབ་ལམ་མམ་ཉན་ཐོས་དགྲ་བཙུམ་པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པ་རེད།

སྤང་བྱ་ཅིག་ཅར་བ་རྣམས་ཁམས་གསུམ་ས་དགའའི་སྒོམ་སྤང་ཉོན་མོངས་
ཆེན་པོའི་ཆེན་པོ་དགའ་དུས་མཉམ་དུ་སྤྲོད་ཞིང་། དེ་བཞིན་དུ་ཆེན་པོའི་འབྲིང་དགའ་
མཉམ་དུ་སྤྲོད་བ་ནས། རྒྱུ་དུའི་རྒྱུ་དུ་དགའ་མཉམ་དུ་སྤྲོད་བའི་བར་གྱི་ལམ་
བཟོད་དེ་དག་བཅོམ་བའི་གོ་འཕང་འཕོབ་བར་བྱེད་བ་ཡིན། ཐེག་དམན་རང་རྒྱལ་
གྱི་ལམ་ལ་ཡང་། ཅ་རྩ་གྲིའི་ས་མཇེད་པའི་སྐབས་འགོ་བདུན་ཅུ་བར།

གང་ཞིག་རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་འདོད། །
རང་རྒྱལ་བྱང་རྒྱལ་དོན་གཉེར་བས། །
བཙོན་བ་དེ་ཡང་རང་རྒྱལ་གྱི། །
བྱང་རྒྱལ་ཁོ་ན་དེས་འཕྲོབ་པོ། །

ཞེས་དོན་དུ་གཉེར་བའི་བྱང་རྒྱལ་མི་འདྲ་བ་དང་། བསོད་ནམས་བསྐྱལ་བ་
དུ་མར་བསགས་མི་བསགས་གྱི་བྱེད་བར་ལས་གཞན་ལམ་ལྔ་ཡོད་པ་སོགས་
བལ་ཆེར་ཉན་ཐོས་དང་འདྲའོ། །

བརྒྱད་པ། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལས་ལར་བྱིན་ཐེག་པ་འདི་སྒྲིབ།

ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་ནང་གསེས་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པའི་ཐེག་པ་དང་། གསང་
སྤྲུགས་དོ་རྗེ་ཐེག་པ་གཉིས་ཡོད་པའི་དང་པོ་པར་བྱིན་ཐེག་པའི་ལམ་ལའང་།
ཐེག་དམན་གྱི་ལམ་བཞིན་དུ། ཆོགས་ལམ་སོགས་ལྔ་ཡོད་ཅིང་། དེ་ཡང་སྤྲུག་
བསྐྱལ་གྱིས་མནར་ཞིང་བདེ་བས་པོངས་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་པན་
བདེ་སྐྱབ་པའི་ཁྱར་མཐའ་དག་རང་ཉིད་གྱིས་འབྲེར་བའི་བྱམས་པ་དང་། སྤྲོད་

གཏན་ནས་མི་བསྐྱེད་པ་དང་། སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཆོས་སྟོན་པའི་སེམས་སྦྱི་
བ་སོགས་དང་། འབྱུང་བཞིའི་གཞོན་པ་དང་། རད་གཞོན་སོགས་གཞོན་འཆའི་
རིགས་ཞི་བར་བྱེད་ཀྱས་པའི་བདེན་ཆོག་གྲུབ་པ་ལ་སོགས་པ་ཅེ་སྦྱོར་ཐོབ་པའི་
རྟགས་རྣམས་དང་། བྱང་སེམས་དབང་རྣོན་སྦྱོར་ལམ་གྱི་སྐྱབས་སུ་རྩོགས་པའི་
བྱང་ཆུབ་ལས་ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་རྟགས་ཐོབ་པ་རྣམས་ལ་ངོ་མཆར་བའི་ཡོན་
ཏན་བརྩོན་གྱིས་མི་ལང་བ་ཡོད།

དེ་ནས་སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་གཟིགས་པའི་ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་
ཆད་མེད་ལམ་གྱིས་ཁམས་གསུམ་གྱི་ཉོན་ཐྱིབ་ཀྱན་བརྟགས་བརྒྱ་དང་བརྒྱ་
གཉིས་དང་། ཞེས་ཐྱིབ་ཀྱན་བརྟགས་བརྒྱ་དང་བརྒྱད་གྱི་ས་བོན་ཅིག་ཅར་དུ་
སྦྱང་བར་བྱེད་ལ། དེ་འདྲའི་མཐོང་ལམ་ཐོབ་པའི་ཆེ་ལས་ཉོན་གྱི་གཞན་དབང་དུ་
གྱུར་པའི་སྦྱི་རྒྱ་ན་འཆའི་སྤྱག་བསྐྱེད་སོགས་སྤངས་པ་དང་། ཆོས་ཐམས་ཅད་
ལ་བདེ་བར་འགྲོ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་ཉིང་རེ་འཛིན་ཐོབ་པས་དུག་དང་མཆོན་དང་།
མེ་ལ་སོགས་པ་ཉམས་ང་བའི་རྒྱུ་ཅི་འདྲ་དང་འཕྲད་ཀྱང་བདེ་བ་ཁོ་ན་མ་
གཏོགས་སྤྱག་བསྐྱེད་གཏན་ནས་མི་འབྱུང་།

དེ་ནས་སྒོམ་ལམ་གྱིས་བསྐྱས་པའི་ས་དང་པོ་ནས་ས་བརྒྱུ་པའི་བར་
གྱིས་སྒོམ་སྤང་ཉོན་མོངས་བརྒྱ་དྲུག་དང་། སྒོམ་སྤང་ཞེས་ཐྱིབ་བརྒྱ་དང་བརྒྱད་
གྱི་ས་བོན་ཆེ་རིམ་ནས་རིམ་གྱིས་སྦྱང་བར་བྱེད་པ་ལྟ་བུ་སྤང་བྱ་མི་མ་སྤྱན་
སྤྱོགས་འཛོམས་པའི་ཡོན་ཏན་གོང་འཕེལ་དུ་སོང་བ་རེད།

ས་བརྒྱ་ནི། ས་དང་པོ་རབ་དུ་དགའ་བ་དང་། གཉིས་པ་རྩི་མ་མེད་པ།

གསུམ་པ་འོད་བྱེད་པ། བཞི་པ་འོད་འཕྲོ་བ། ལྔ་པ་སྦྱང་དཀའ་བ། དྲུག་པ་མངོན་
དུ་གྱུར་བ། བདུན་པ་རིང་དུ་སོང་བ། བརྒྱད་པ་མི་གཡོ་བ། དབྱུ་པ་ལེགས་པའི་
སྒོ་གྲོས། བརྩ་པ་ཆོས་ཀྱི་སྤྲིན་རྣམས་ཡིན།

ས་བརྩ་སོ་སོའི་གནས་སྐབས་སུ་བསྐྱལ་བ་མང་པོར་སངས་རྒྱས་བྱེ་བ་
ཁག་ཁྲིག་འབྲུམ་ཐྱག་དུ་མ་ལ་ལྷག་བསམ་རྒྱ་ཆེན་པོའི་སྒོ་ནས་བསྐྱེན་བཀྲར་
བྱེད་ཅིང་དམ་པའི་ཆོས་འདྲིན་པ་དང་། བསྐྱུ་བའི་དངོས་པོ་བཞིས་སེམས་ཅན་
མཐའ་ཡས་པ་སྤྲིན་པར་བྱེད་པ་སོགས་ས་སོ་སོའི་ཡོངས་སྦྱོང་དང་རྟགས་ཀྱི་
ཁྲད་པར་ལ་སོགས་ཡོན་ཏན་རྣམས་བསམ་བརྗོད་ཀྱི་ཡུལ་ལས་འདས་པ་མངའ་
ཞིང་། དེ་འདྲའི་ས་བརྩ་རིམ་གྱིས་བགྲོད་དེ་མཐར་ས་བརྩ་པའི་མཐུག་ཐོགས་སུ་
རྒྱན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱིས་ཤེས་སྤྲིབ་ཐ་མོའི་རྒྱན་བཅད་དེ། ཡོན་ཏན་
མཐའ་ཡས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་དེ་འཛོལ་བར་འགྱུར་བ་ཡིན།

དགུ་པ། ཟེག་པ་ཆེན་པོ་ལས་གསང་སྤྲགས་ཀྱི་སྒྲོང་།

གཉིས་པ་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་གསང་སྤྲགས་དོ་རྗེ་ཐེག་པ་ནི། ལྷུ་རྩ་ཀ་མ་ལ་
ལྷེ་ལས་མཛད་པའི་ཉི་ལྷེ་དྲེ་པོ་ལས།

དོན་གཅིག་ན་ཡང་མ་སྒོངས་དང་། །

ཐབས་མང་དཀའ་བ་མེད་པ་དང་། །

དབང་པོ་རྣོན་པོའི་དབང་བྱས་པས། །

སྤྲགས་ཀྱི་ཐེག་པ་ཁྲད་པར་འཕགས། །

ཞེས་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་ཐེག་པ་ལས་ཆེས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ཡིན། འོན་
ཀྱང་ཐེག་པ་འདི་དང་པར་ཕྱིན་ཐེག་པ་གཉིས་ཀྱི་ཐོབ་བྱ་མཐར་ཐུག་འབྲས་བྱ་
སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་བཟང་ངན་དང་མཆོག་དམན་གྱི་བྱུང་པར་གང་ཡང་
མེད་ཅིང་། ཐེག་པ་དེ་གཉིས་ཀྱི་བྱུང་པར་ནི། འབྲས་བྱ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་
འཛོལ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུའི་ཆོན་ས་བྱུང་པར་འབྱེད་དགོས། དེ་ཡང་འབྲས་བྱ་སངས་རྒྱས་
ཀྱི་སྐྱེ་དེ་ལ་ཆོས་སྐྱེ་དང་གཟུགས་སྐྱེ་གཉིས་ཡོད་པ་ལྟར། དེ་གཉིས་ཀྱི་སྤྱན་མོང་
མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་ལ་ཡང་གཉིས་ཡོད་དགོས་པས། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱིས་ཐེན་
པའི་སྣང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དེ་ཆོས་སྐྱེའི་སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་དང་
གཟུགས་སྐྱེའི་སྤྱན་ཅིག་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན་པ་མདོ་སྟགས་གཉིས་ཀ་ལ་འབྲ་བ་ཡིན།

གཟུགས་སྐྱེའི་སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཐབས་ཡོད་པ་ནི།
གསང་སྟགས་རྟོ་རྟེ་ཐེག་པ་དང་། དེ་མེད་ཅིང་སེམས་བསྐྱེད་དང་ཕྱིན་བྱུག་
སོགས་ཀྱི་ཐབས་ཅིམ་ཡོད་པ་ནི། པར་ཕྱིན་ཀྱི་ཐེག་པ་ཡིན། དེའི་གནད་ཀྱིས་
པར་ཕྱིན་ཐེག་པའི་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་ཆེ་རབས་མང་པོ་བརྒྱུད་ནས་སངས་རྒྱས་
ཀྱི་གོ་འཕང་འཛོལ་བ་མ་གཏོགས། ཆེ་གཅིག་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་འཛོལ་
མི་རུས་ཤིང་། གསང་སྟགས་ཀྱི་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་དབང་པོ་རབ་ཀྱིས་ཆེ་
གཅིག་དང་། མི་ལོ་འགའ་ཞིག་ལ་འང་འཆང་རྒྱ་བ་ཡོད་པས་གསང་སྟགས་ཀྱི་
སྤྱར་བྱེད་ཤིན་ཏུ་ཆེ།

གསང་སྟགས་རྟོ་རྟེ་ཐེག་པའི་བྱུང་ཆོས་གཟུགས་སྐྱེའི་སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་
པའི་རྒྱ་དེ་གང་ཡིན་སྟུང་ན། འབྲས་བྱ་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱེའི་གནས་ལུས་སོགས་དང་

ནམ་པ་འདྲ་བའི་སྒྲིའི་རྣལ་འབྱོར་སྒོམ་པའི་ཐབས་སྒྲ་ན་མེད་པ་ནི་པར་ཕྱིན་ཐེག་པ་
ལ་མེད་པའི་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཐབས་ཡིན། གསང་སྤྲུགས་དེ་ལ་འདྲ། རྫོ་རྩེ་གྲུར་གྱི་ལེའུ་
བཅུ་གསུམ་པ་ལས།

དམན་པ་རྣམས་ལ་བྱ་བའི་རྒྱད། །
བྱ་མེད་རྣལ་འབྱོར་དེ་ལྟག་ལཱོ། །
རྣལ་འབྱོར་མཆོག་ནི་སེམས་ཅན་མཆོག། །
རྣལ་འབྱོར་སྒྲ་མེད་དེ་ལྟག་ལཱོ། །

ཞེས་གདུལ་བྱའི་དབང་པོའི་རིམ་པ་དང་བསྟན་པའི་ཅ་བའི་རྒྱད་ཕྱེ་བ་ཞི་
དང་། དེ་རེ་རེ་ལ་འདྲ་ནང་གསེས་གྱི་དབྱེ་བ་མང་པོ་དང་། དེ་དག་གི་ལམ་གྱི་རོ་མོ་
མི་འདྲ་བ། རྣམ་གངས་མི་འདྲ་བ། རྒྱད་ཕྱེ་ནས་གསུངས་ཚུལ་མི་འདྲ་བ། ལམ་ལ་
སྤྱར་བུལ་མི་འདྲ་བ་སོགས་ཤིན་ཏུ་མི་འདྲ་བ་ཡོད་ཀྱང་། དེ་དག་གི་གནད་ཟ་ཞིང་
ཞིབ་པ་ནི་རྫོ་རྩེ་ཐེག་པའི་དགྱེལ་འཁོར་དུ་ཞུགས་ཤིང་དབང་གིས་རྒྱད་སྟོན་པའི་
སྟོད་བཅུད་གྱི་གདུལ་བྱ་ལ་གསང་བས་བསྟན་པར་འོས་པ་ལས། གང་བྱུང་ཁྲོམ་
བསྐྱུག་ཏུ་བྱ་བར་མི་རུང་ལ། སྐབས་སུ་མ་བབས་པས་འདྲིར་མ་སྤྲས་ཤིང་།
མདོར་ན་གསང་སྤྲུགས་སྒྲིའི་ཉམས་ལེན་གྱི་སྒོམ་ལྟ་བུ་ནི། ལམ་སྟན་མོང་བ་རེས་
འབྱུང་དང་། བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་ལ་སྟོང་བ་ཐོན་པའམ། དེ་ལྟ་བུ་མིན་ཡང་སྟོང་བ་
སྟེ་ཟེན་ཅམ་སྟོན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་གིས། ཐོག་མར་མཆོན་ལྟན་གྱི་སྒྲ་མའི་བྱང་
ནས་རྒྱད་ཕྱེ་གང་ཡང་རུང་བའི་དགྱེལ་འཁོར་དུ་དབང་ནོད་དེ། དམ་ཆོག་དང་
སྟོམ་པ་ཚུལ་བཞིན་བསྐྱུང་བ་གཞིར་བཟུང་བའི་ཐོག་ནས་སྤང་ཕྱོགས་ལྟའི་འཁོར་

ལོ་ལ་ཅེ་གཅིག་རྒྱ་དམིགས་ནས་འབྲས་བུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གཟུགས་སྐུ་བསྐྱབས་
ཤིང་། ཉང་གི་རྒྱང་དང་རྩ་ཁམས་སོགས་ལ་གནད་དུ་བསྐྱུན་པའི་ཐབས་མཁས་ལ་
བརྟེན་ནས་སེམས་སྒྲོས་བྲལ་འོད་གསལ་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་དབྱིངས་སུ་ཞུགས་
པའི་རྣལ་འབྱོར་ལ་གཞོལ་བས་འབྲས་བུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐུ་སྐྱབ་པར་
བྱེད་པ་ཡིན།

བརྟུ་བ། འབྲས་བུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐུ་བཞི་དང་ཡོན་ཏན་འབྲིན་ལས་ཀྱི་
སྒྲོང་།

དེ་ལྟར་གོང་དུ་བཤད་པའི་མདོ་ཐུགས་ཀྱི་ལམ་དེ་རྣམས་ལ་བརྟེན་ནས་
ཐོབ་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐུ་དེ་ལ་ཡང་། ལྷ་རྒྱ་མི་ཏིས་མཛད་པའི་ཨ་ཁྱིས་མཁལ་
ལྷུ་ལང་ཀླར་ལས།

ངོ་བོ་ཉིད་ལོངས་རྫོགས་བཅས་དང་། །

དེ་བཞིན་གཞན་པ་སྐྱལ་བ་ནི། །

ཆོས་སྐུ་མཛད་པ་དང་བཅས་པ། །

རྣམ་པ་བཞིར་ནི་ཡང་དག་བཛྲོད། །

ཅས་བཞི་ཡོད་དེ། ངོ་བོ་ཉིད་སྐུ། ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐུ། ལོངས་སྐུ། སྐྱལ་སྐུ་
དང་བཞི་ཡོད། དང་པོ་ངོ་བོ་ཉིད་སྐུ་ནི། ས་བཅུའི་རྒྱུན་གྱི་ཐ་མ་སྒོམ་ལམ་དོ་རྩེ་ལྟ་
བུའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱིས་ཤེས་སྐྱིབ་ཟད་པར་སྒོང་ཞིང་། དེ་འབྲའི་བར་ཆད་མེད་
ལམ་དེས་བྲངས་པའི་རྣམ་སྒོམ་ལམ་ཐོབ་པ་ན། སྐྱིབ་གཉིས་སྒོ་བྱར་བའི་ཏི་མ་

མཐའ་དག་སྤངས་པའི་སྤངས་པ་རོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་འཛོལ་པ་ནི་སྐྱོ་བུར་ནམ་དག་གི་ཆ་
དང་། སྤང་བ་མཁལ་པའི་གནས་སྐབས་སུ་རང་བཞིན་གནས་རིགས་སུ་འཛོག་པའི་
སེམས་ཀྱི་སྤང་གི་བདེན་སྤྲོད་དེ་ཉིད་གནས་འགྱུར་མཐར་ཕྱིན་པའི་ཆེ་སངས་
རྒྱས་ཀྱི་ཐུགས་ནམ་མཁེན་ཀྱི་སྤང་གི་སྤྲོད་པ་ཉིད་དུ་སོང་བ་དེ་ནི་རང་བཞིན་ནམ་
དག་གི་ཆ་སྤྲེ་དེ་འདྲའི་དག་པ་གཉིས་ལྟན་ཀྱི་ཆོས་སྐྱེ་ནི་རོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་ཡིན། དེ་ནི་
སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་འཛོལ་པའི་དུས་འབའ་ཞིག་ལ་འབྱུང་ཡང་མི་རྟག་པ་མ་
ཡིན་ཞིང་། རྒྱ་རྒྱུན་གྱིས་འདུས་མ་བྱས་པ་དང་། རང་བཞིན་གཞན་དུ་འགྱུར་བ་
མེད་པ་རྟག་པའི་རང་བཞིན་ཡིན།

གཉིས་པ་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱེ་ནི། ཤེས་བྱ་རི་ལྗ་བ་དང་རི་སྤྲེད་པའི་ཆོས་
མཐའ་དག་རང་ཉིད་ཀྱི་མདུན་ན་ཡོད་པ་ལྟར་མངོན་སུམ་དུ་གཟིགས་པའི་ཀྱན་
མཁེན་ཡེ་ཤེས་དེ་ཡིན། དེ་ལ་འང་ལྟོག་ཆས་དབྱེ་ན། བྱང་ཕྱོགས་སོ་བདུན་གྱི་
སྤྲེ་ཆོན་ནས་ནམ་མཁེན་གྱི་བར་ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྤྲེ་ཆོན་ཉེར་གཅིག་ཡོད་
ཚུལ་སོགས་འོག་དུ་ཐུགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་འཆད་པའི་སྐབས་སུ་གསལ་ཞིང་དེ་
འདྲའི་རོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་དང་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱེ་ནི། སངས་རྒྱས་ནང་པ་ན་ཚུན་ཁོ་ནའི་
མངོན་སུམ་གྱི་སྤྲོད་ཡུལ་ཙམ་ཞིག་ཡིན།

གསུམ་པ་ལོངས་སྤྲོད་རྫོགས་པའི་སྐྱེ་ནི། སྐྱོབ་པ་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་
སུ་ཞིང་དག་སྤྲོད་བ་སྐྱོམ་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་འབྱུབ་པའི་གནས་ཁྱད་པར་ཅན་འོག་
མིན་སྐྱུག་སོ་བཞོད་པའི་ཞིང་དུ་སོག་མར་གང་གི་རོ་བོར་སངས་རྒྱས་པའི་ངེས་
པ་ལྟ་ལྟན་གྱི་གཞུགས་སྐྱེ་སྤྲེ་མཆོག་གི་སྐྱེལ་སྐྱེལ་སྐྱེལ་གཞི་དེ་ལ་ཟེར། དེ་འདྲའི་

ངེས་པ་ལྟ་ནི། གནས་ངེས་པ་ལོག་མིན་སྒྲུག་པོ་བཞོད་པའི་ཞིང་ཁོ་ནར་བཞུགས་
པ། སྐྱེ་ངེས་པ་མཆོན་བཟང་པོ་སུམ་ཅུ་ཅ་གཉིས་དང་། དཔེ་བྱད་བཟང་པོ་བརྒྱད་
ཅུ་གསལ་ལ་རྫོགས་པས་སྒྲུས་པ། འཁོར་ངེས་པ་བྱང་སེམས་འཕགས་པ་ཤ་
སྒྲུག་གིས་བསྐྱོར་བ་མ་གཏོགས་སོ་སྐྱེ་རྣམས་དང་། ཉན་རང་འཕགས་པ་རྣམས་
ཀྱིས་མཇལ་བར་མི་བྱས་པ། ཆོས་ངེས་པ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་འབའ་ཞིག་
ལས་ཐེག་དམན་གྱི་ཆོས་མི་གསུངས་པ། ཏུས་ངེས་པ་འཁོར་བ་རྩི་སྤྲོད་མ་སྟོང་
གི་བར་དུ་སྐྱེ་འཆིའི་རྣམ་པ་མི་སྟོན་པར་བཞུགས་པ་སྟེ། ངེས་པ་ལྟ་ཆང་བའི་
གཟུགས་ཀྱི་སྐྱེ། བདེན་པ་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བའི་ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་སྟོན་
ཡུལ་དུ་གྱུར་བ་ཞིག་ལ་ཁོངས་སྐྱེ་ཟེད།

བཞི་པ་སྐྱལ་སྐྱེ་ནི། གདུལ་བྱ་སོ་སྐྱེ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་མཇལ་བར་བྱས་
ཤིང་ངེས་པ་ལྟ་དང་མི་ལྟ་བུའི་གཟུགས་སྐྱེ་ཞིག་ཡིན། དེ་ལའང་མཆོག་གི་
སྐྱལ་སྐྱེ། བཟོ་བོ་སྐྱལ་སྐྱེ། སྐྱེ་བ་སྐྱལ་སྐྱེ་དང་གསུམ། མཆོག་གི་སྐྱལ་སྐྱེ་ནི་
ཁོངས་སྐྱུས་སྐྱལ་གཞིར་བྱས་ནས་འཛུམ་བུའི་སྒྲིང་ལ་སོགས་པའི་འཛིག་ཉེན་
ཀྱི་ཁམས་སྒྲ་ཆོགས་པར་མཛད་པ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་སྟོན་ས་གདུལ་བུའི་དོན་
མཛད་པའི་སྐྱལ་པའི་སྐྱེ་མཆོན་དཔེས་བརྒྱན་པ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་དགོས།
དཔེར་མཆོན་ན་སྟོན་པ་ལྷ་ཀྱུ་ཐུབ་པ་ལྟ་བུ་ཡིན།

མཛད་པ་བཅུ་གཉིས་ནི། སྟོན་པ་ལྷ་ཀྱུ་ཐུབ་པར་མཆོན་ན། དགའ་ལྟན་
གནས་ནས་འཕོ་བའི་མཛད་པ། ཡུམ་གྱི་ལྷམས་སུ་ཞུགས་པའི་མཛད་པ། ལུས་སྐྱེ་
ལྷའི་ཆལ་དུ་སྐྱེ་བལྟམས་པའི་མཛད་པ། བཟོའི་གནས་ལ་མཁས་ཤིང་གཞོན་

ཀྱའི་རོལ་ཅེད་ཀྱི་མཛད་པ། གྲོང་ཁྱེར་འཁོར་དང་བཅས་ཏེ་རྒྱལ་སྤྱི་དབུ་ལྷན་གྱི་
མཛད་པ། གྲོང་ཁྱེར་གྱི་སློབ་ཞེས་མེད་པ་ནས་ཐུགས་སྦྱོར་བའི་རྒྱལ་གྱིས་རབ་ཏུ་
བྱུང་བའི་མཛད་པ། ལུ་ཐོ་ཞི་རུ་ནས་ལོ་དྲུག་ཏུ་དཀའ་བ་སྤྱད་པའི་མཛད་པ།
བྱང་རྒྱལ་གྱི་དྲུང་དྲུག་ཞེས་པའི་མཛད་པ། བདུད་ཀྱི་སྤྱེ་མཐའ་
དག་བཅོམ་པའི་མཛད་པ། ས་ག་རྒྱ་བའི་ཡར་ཆེས་བཅོ་ལྔ་མངོན་པར་རྫོགས་
པར་སངས་རྒྱས་པའི་མཛད་པ། ལུ་སྟོད་རྒྱ་བའི་ཆེས་བཞེན་བཞེད་ཆོས་
འཁོར་བསྐྱོར་བའི་མཛད་པ། གྲོང་ཁྱེར་རྩ་མཆོག་གྲོང་དུ་ཐུང་ན་ལས་འདས་པའི་
མཛད་པ་སྟེ། མཛད་པ་བཅུ་གཉིས་པོ་དེ་རྣམས་ཀྱང་གདུལ་བྱ་ཐ་མལ་བ་རྣམས་
ཀྱི་སྤྱང་རོར་འགའ་ཞིག་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་མཛད་པ་དང་། འགའ་ཞིག་
སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཛད་པ་ལྟ་བུར་བསྟན་པ་ཡང་། སངས་རྒྱས་རྣམས་གདུལ་བྱ་
འདུལ་བའི་ཐབས་ལ་མཁས་པས་དེ་འདྲའི་རྒྱལ་བསྟན་པ་ཅེས་མ་གཏོགས། རོན་
ལ་དགའ་ལྡན་གྱི་གནས་ནས་འཕོ་བའི་མཛད་པ་ནས་བཟུང་མཛད་པ་བཅུ་
གཉིས་མཐའ་དག་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཛད་པ་ལ་སྟག་ཡིན།

བཟོ་བོ་སྤྱལ་སྤྱུ་ནི། སྟོན་པ་ལྷ་ཀྱུ་ཐུབ་པས་རི་ཟའི་རྒྱལ་པོ་རབ་དགའ་
གདུལ་བའི་ཕྱིར་དུ། བེ་མང་མཁན་གྱི་གཟུགས་སུ་སྤྱལ་བ་ལྟ་བུ། སྤྱེ་བ་སྤྱལ་སྤྱུ་
ནི། དགའ་ལྡན་དུ་ལྟའི་བྱ་དམ་པ་ཏོག་དཀར་པོ་ལྟ་བུ་ཡིན། སྤྱུ་བཞེད་ནང་ནས་
རོ་བོ་ཉིད་སྤྱུ་དང་། ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྤྱུ་གཉིས་གདུལ་བྱ་རྣམས་ཀྱིས་མཐོང་བར་མི་
བྱས་ཤིང་། ཡོངས་སྤྱུ་དང་སྤྱལ་སྤྱུ་སྟེ་གཟུགས་སུ་རྣམ་པ་གཉིས་པོ་ཅི་རིགས་
གདུལ་བྱ་ལ་དངོས་སུ་སྤྱང་བའི་སྟོན་པ་འཕྱོ་བའི་དོན་རྒྱལ་པོ་ཆེ་མཛད་པ་

ཡིན།

སངས་རྒྱུ་གི་སྐྱེའི་རྣམ་གྲངས་དབྱེ་ཚུལ་ལ་གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་སྐྱེ་
བཞིར་དབྱེ་བ་དང་། ཡང་སྐྱེ་བཞི་དེ་ལས་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་དང་། ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱེ་
གཉིས་ཆོས་སྐྱེ་ཞེས་གཅིག་ཏུ་བསྟུས་ནས་ཆོས་ལོངས་སྤྱོད་གསུམ་གི་སྐྱེ་
གསུམ་དུ་བྱེད་པ་དང་། ཡང་ལོངས་སྐྱེ་དང་སྤྱོད་སྐྱེ་གཉིས་ཀྱང་གཟུགས་སྐྱེ་
ཞེས་གཅིག་ཏུ་བསྟུས་ནས། ཆོས་གཟུགས་གི་སྐྱེ་གཉིས་སུ་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱང་
ཡོད། དེ་ལྟ་བུའི་འབྲས་བུ་སངས་རྒྱུ་གི་ཡོན་ཏན་ལ་དབྱེ་སྒོ་མང་ཡང་། སྐྱེ་
གསུང་ཐུགས་འཕྲིན་ལས་བཞིའི་སྒོ་ནས་བཤད་ན།

སྐྱེའི་ཡོན་ཏན་མཆན་དང་དཔེ་བྱད་ནི། བྲག་ཞབས་གི་མཐེལ་དུ་གསེར་
གི་འཁོར་ལོ་རྒྱ་འབྱར་གི་རི་མོ་བཞིན་ཆེས་གསལ་བར་བཀྲ་བ་ལ་སོགས་པའི་
སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོའི་མཆན་སུམ་ཅུ་ཅ་གཉིས་དང་། བྲག་ཞབས་གི་སེན་མོ་རྣམས་
ཟངས་གི་མདོག་ལྟར་དམར་མདངས་ཆགས་པ་དང་། མདོག་སྤྱོད་པ་ལ་སོགས་
པ་དཔེ་བྱད་བཟང་པོ་བརྒྱད་ཅུའི་རྒྱན་གྱིས་ཡོངས་སུ་སྤྲས་པའི་མཛེས་སྐྱེ་མཐོང་
བ་ཅཱ་གྱིས་ཐར་པའི་ས་བོན་ཁྲད་པར་ཅན་བསྐྱེན་རུས་པ། མཆན་དཔེ་རང་གི་
ངོ་བོ་འང་རང་རེའི་ཐག་སྤྱང་ལྟ་བུ་མིན་པར་ཀྱན་མཁྱེན་ཡེ་ཤེས་གི་བདག་ཉིད་
ཡིན་པས་མཆན་དཔེ་རེ་རེ་དང་། དབུ་སྐྱེའི་ཉག་མ་རེ་རེས་ཀྱང་ཤེས་བུ་ཐམས་
ཅད་མདོན་སུམ་དུ་གཟིགས་པ། མཐའ་གྲས་པའི་ཕྱོགས་བརྒྱའི་ཞིང་ཁམས་
རྣམས་སུ་འགའ་ཞིག་ཏུ་སྐྱེ་བལྟམས་པ་དང་། འགའ་ཞིག་ཏུ་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་
པའི་ཚུལ་དང་། ཁ་ཅིག་ཏུ་བྱང་སེམས་གི་སྒྲིད་པ་ལ་སྒྲོབ་པའི་ཚུལ། ཁ་ཅིག་ཏུ་

མྱ་ངན་ལས་འདས་ཚུལ་སྟོན་པ་སོགས་སྤྱི་བཀོད་པ་སྣ་ཆོགས་མིག་འབྲལ་
བཞིན་དུས་ཅིག་ཅར་བསྟན་ནས་གང་ལ་གང་འདུལ་གྱི་མཛད་པའི་སྟོན་ས་
སེམས་ཅན་རྣམས་ལས་བཟང་པོ་ལ་འགོད་པ་དང་། སྤྱི་བ་སྤྱི་ཁུང་བྱ་གཅིག་
ཏུ་དུས་གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱད་ཁེང་གི་བཀོད་པ་དང་།
སྟོབ་ལས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་མཐའ་དག་གསལ་བར་སྟོན་ཏུས་པ་སོགས་སྤྱི་ཡོན་ཏན་
དང་།

གསུང་གི་ཡོན་ཏན་ནི། གཞན་གྱི་ཁམས་དང་མོས་པ་དང་འཆོམས་པར་
སོ་སའི་རྒྱད་ལ་དགེ་རྩ་བསྐྱེད་ཅིང་འཕེལ་བར་བྱེད་པས་གསུང་མཉེན་པ་དང་།
ཐོས་པ་ཙམ་གྱིས་ཉན་པ་པོའི་ཡིད་བདེ་བར་བྱེད་པས་གསུང་འཇམ་པ་དང་།
བདེན་པ་གཉིས་དང་ཉེན་འབྲེལ་སོགས་དོན་བཟང་པོ་སྟོན་པས་ཡིད་དུ་འོང་བ་
དང་། ཆོག་འབྲུ་བཟང་བས་ཡིད་དུ་འཐད་པ་ལ་སོགས་པ་གསུང་དབྱངས་ཀྱི་
ཡན་ལག་བྱ་བ་ཅུ་ཙུ་བཞིའི་ཡོན་ཏན་རྣམས་གསུང་གི་ཆ་ཤས་གཅིག་ཙམ་
ལའང་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་ཆང་བ་དང་། ཁྱད་པར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་
གསུང་གཅིག་སྤང་ནའང་དེར་འདུས་པའི་ལྷ་ལྷ་མི་དང་བྱོལ་སོང་སོགས་འགྲོ་བ་
སོ་སའི་སྐད་དུ་གོ་ཁིང་རང་རང་གི་ཐེ་ཆོམ་སེལ་བར་མཛད་པ་སོགས་གསུང་
གི་ཡོན་ཏན་ཡིན།

ཐུགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ལ་ཐུགས་མཁྱེན་པའི་ཡོན་ཏན་ནི། ཟག་མེད་ཡེ་
ཤེས་སྡེ་ཆཅན་ཉེར་གཅིག་ཡོད་པ་ལས། ཉན་རང་དང་སྟན་མོང་བའི་སྡེ་ཆཅན་
རྣམས་བཞག་ནས། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྟན་མོང་མིན་པའི་ཡོན་ཏན་ལ། གནས་དང་

གནས་མ་ཡིན་པ་མཁྱེན་པ་དང་། ལས་དང་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་མཁྱེན་པ་དང་།
བསམ་གཏན་དང་རྣམ་ཐར་སོགས་མཁྱེན་པ་དང་། དབང་པོ་མཆོག་དང་མཆོག་
མ་ཡིན་པར་མཁྱེན་པ་དང་། མོས་པ་སྣ་ཆོགས་མཁྱེན་པ་དང་། ཁམས་བཙེ་
བརྒྱད་ཀྱི་རབ་དབྱེ་སོགས་མཁྱེན་པ་དང་། སྤྱི་ཞི་ཐམས་ཅད་དུ་འགྲོ་བའི་ལམ་
མཁྱེན་པ་དང་། སྡོན་གནས་བྲན་པ་མཁྱེན་པ་དང་། འཆི་འཕོ་དང་སྐྱེ་བ་མཁྱེན་
པ། ཟག་པ་དང་ཟད་པ་མཁྱེན་པ་སྟེ་སྟོབས་བཅུ་འཛིན་ཏུ།

གཞན་ཡང་རང་དོན་ཆོས་ཐམས་ཅད་མངོན་སུམ་དུ་མཁྱེན་པའི་རྟོགས་
པ་ཕྱུན་ཆོགས་ཐོབ་པར་དམ་བཅའ་བ་དང་། སྤྱི་བ་པ་མ་ལུས་པ་ཟད་པའི་སྤངས་
པ་ཕྱུན་ཆོགས་ཐོབ་པར་དམ་བཅའ་བ་དང་། གཞན་དོན་ཆགས་སོགས་ཐར་པའི་
བར་ཆད་ཡིན་པར་དམ་བཅའ་བ་དང་། བདེན་བཞིའི་གནས་ལུགས་རྟོགས་པའི་
ལམ་ཐར་ལམ་ཡིན་པར་དམ་བཅའ་བ་ལ་ཆོས་མཐུན་གྱི་རྟོགས་པ་སུས་ཀྱང་བརྩི་
བ་མེད་པའི་མི་འདྲིགས་པ་བཞི་དང་།

ཆོས་སྟོན་པ་ན་འཁོར་རྣམས་གྲུས་པས་ཉན་པ་ལ་ཆགས་པ་དང་། མི་
གྲུས་པ་ལ་ཁྲོ་བ་དང་། དེ་གཉིས་འདྲེས་མར་གནས་པ་ལ་ཆགས་སྤང་གཉིས་ཀ་
ཟད་པར་སྤངས་པའི་བྲན་པ་ཉར་གཞག་གསུམ་དང་། རྟོགས་པ་གྱི་སྟོན་གཞན་
གྱིས་ཤེས་དོགས་ནས་བཅབ་པར་བྱའོ་སྟམ་པའི་དགོངས་པ་མི་མངའ་བའི་
བསྐྱེད་བ་མེད་པ་གསུམ་དང་། གཞན་དོན་དུ་སྐྱེད་པ་གསུང་གི་འཕྲིན་ལས་
འཇུག་པ་ལ་དུས་ཐམས་ཅད་དུ་བྲན་པ་ཉེ་བར་གནས་པས་བསྐྱེད་བ་མི་མངའ་
བའི་ཆོས་ཉིད་དང་། ཉན་མོངས་པ་དང་ཤེས་བྱའི་སྤྱི་བ་པའི་བག་ཆགས་ཡང་

དག་པར་བཅོམ་པ་དང་། སུ་ནི་གདུལ་བར་བྱ་སྟེ་ཐོ་ཐམས་ཅད་ལ་ཉིན་
མཚན་དུས་དུག་ཏུ་རྒྱན་མི་ཆད་པར་པན་བདེ་བསྐྱབ་པར་དགོངས་པའི་ཐུགས་
རྩེ་ཆེན་པོ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱང་ཆོས་ཉན་རང་སོགས་གཞན་དང་མ་འདྲེས་
པའི་ཡོན་ཏན་ནི།

གྲོང་དང་གྲོང་ཁྱེར། འབྲོག་དགོན་པ་སོགས་སུ་གཤེགས་པའི་ཆེ་ཆོམ་
རྒྱན་དང་སྟག་ལ་སོགས་པས་འདྲིགས་པ་ལྟ་བུའི་འབྲུལ་བ་མི་མངའ་བ་དང་།
ལམ་ནོར་བས་སྐྱེ་མཐོན་པོར་འདོན་པ་དང་བགཞགས་ཀྱི་དབང་གིས་གད་མོ་
དགོད་པ་ལྟ་བུ་ཅ་ཅོ་མི་མངའ་བ་དང་། བརྗེད་ནས་བྱ་བ་ཤོར་བ་དང་བྱ་བའི་དུས་
ལས་ཡོལ་བ་ལྟ་བུ་བྲན་པ་ཉམས་པ་མི་མངའ་བ་དང་། སྟོམས་པར་ཁྱུགས་རུང་
མ་ཁྱུགས་རུང་དུས་ཐམས་ཅད་དུ་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་དོན་ལ་ཐུགས་མཉམ་པར་མ་
གཞག་པ་མི་མངའ་བ་དང་། འཁོར་བ་ལ་མི་མཐུན་པ་དང་བྱང་འདས་ལ་ཞི་བར་
ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པར་འདྲིན་པའི་ཐ་དད་པ་ཉིད་ཀྱི་འདུ་ཤེས་མི་མངའ་བ་དང་།
སེམས་ཅན་འདུལ་བའི་དུས་ལ་སོགས་པ་སོ་སོར་མ་བརྟགས་པར་དེའི་དོན་ཡལ་
བར་འདོར་བའི་བཏང་སྟོམས་མི་མངའ་བ་སྟེ་སྟོད་པས་བསྐྱས་པ་བྱུག་དང་།

བྱམས་པ་དང་སྟོང་རྩེ་དང་། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཛད་པ་སོགས་ལ་རྒྱན་
མི་ཆད་པར་འདུན་པ་འབྱུང་བ་དང་། སེམས་ཅན་གཅིག་གི་ཕྱིར་ཡང་སངས་
རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་གསུམ་གྱི་ཕྱེ་མ་སྟེད་འདས་པའི་གནས་སུ་གཤེགས་པར་སྟོ་
བའའི་བཙོན་འབྲས་དང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་སྟོད་པ་དང་དེ་
འདུལ་བའི་ཐབས་ལ་སོགས་པ་དུས་རྟག་ཏུ་མི་བརྗེད་པའི་བྲན་པ་དང་། ཆོས་

རྣམས་ཀྱི་དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་མཉམ་པར་འདྲིལ་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་དང་། གདུལ་བྱའི་
ཉོན་མོངས་ཀྱི་སྒྱུད་པའི་གཉེན་པོར་ཆོས་ལུང་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་རིམ་ལྡོམ་པར་
སྟོན་པ་མཐུན་པའི་ཤེས་རབ་དང་། སྤྱི་བ་པ་མཐའ་དག་ཟད་པར་སྤངས་པའི་རྣམ་
གྲོལ་ལས་ཉམས་པ་མི་མངའ་བ་སྟེ་རྟོགས་པས་བསྐྱུས་པ་གསུམ་དང་།

འདས་མ་འོངས་ད་ལྟ་བུར་བའི་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ཆགས་སོགས་མེད་
པར་མངོན་སུམ་དུ་མཐུན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་བསྐྱུས་པ་གསུམ་བཅས་སངས་
རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་མ་འདྲེས་པ་བཅོ་བརྒྱད་དང་། ལུང་ཁམས་སྟེ་མཆེད་ཀྱིས་བསྐྱུས་
པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་མངོན་སུམ་དུ་གཟིགས་པའི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་
ལ་སོགས་པ་སྒྲ་ན་མེད་པའི་ཡོན་ཏན་རོ་མཆར་མེད་དུ་བྱུང་བ་མཐའ་ཡས་པ་
མངའ།

བཅེ་བའི་ཡོན་ཏན་ནི། སྟོན་སྟོབ་པ་ལས་ཀྱི་གནས་སྐབས་སུ་སྟོང་རིམ་
ཆེན་པོ་ཡང་ཡང་གོམས་པ་དེ་ཉིད་མཐར་ཐིན་པའི་དབང་གིས་སེམས་ཅན་སྟུག་
བསྐྱེད་ཀྱིས་མནར་བ་ལ་སྟོང་རིམ་ལྡོམ་དུ་བྱུང་བ་མི་སྟེ་བའི་གནས་མེད། དེ་ཡང་
སྟུག་བསྐྱེད་ཀྱི་བྱེ་བྲག་དུ་མས་མནར་བའི་སེམས་ཅན་ནམ་མཁའི་མཐའ་དང་
མཉམ་པ་དུས་རྒྱུན་དུ་ཡོད་ཅིང་། དེ་ཉིད་མི་མཐུན་པའི་སྐབས་ཀྱང་མི་སྲིད་པས་
དེ་དག་ལ་དམིགས་པའི་སྟོང་རིམ་ཆེན་པོ་ཡང་དུས་ཉག་ཏུ་རྒྱུན་ཆད་མེད་པ་དེའང་
འབྱུང་བ་ཡིན།

འཕྲིན་ལས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ལ་གཉིས་ལས། ལྷན་གྱིས་བྱུང་བ་ནི། མཆོན་
དཔེས་བརྒྱན་པའི་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་གཟུགས་སུ་སྒྱུར་ལས་བཞི་དང་ཆོ་

འབྲུལ་སྒྲ་ཆོག་ས་པས་རོལ་བ་ལ་འབད་ཚེ་ལ་གྱི་རྟོག་པ་མེད་ཀྱང་། སྐལ་ལྷན་
 རྣམས་ཀྱིས་དེ་མཐོང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་ཅིང་ཕྱིན་བྱག་
 སོགས་བསྐྱབས་པས་གཏན་བདེའི་གོ་འཕང་འཛོམ་པར་འགྱུར་བ་ནི་སྦྱིའི་འཕྲིན་
 ལས་ལྷན་གྱིས་བྱབ་པའི་ཚུལ་དང་། སངས་རྒྱལ་ལ་འདི་བརྟན་པར་བྱའོ་སྦྱེས་
 པའི་རྟོག་པ་མེད་ཀྱང་གཏུལ་བྱའི་མོས་པ་དང་འཆམས་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོ་མཐའ་
 ཡས་པ་སྟོན་པ་ནི་གསུང་གི་འཕྲིན་ལས་ལྷན་གྱི་བྱབ་པའི་ཚུལ་དང་། རྒྱལ་བ་
 རྣམས་ཀྱི་བཙེ་བ་ཆེན་པོའི་ཐུགས་རྗེ་ལས་ཀྱན་སྟོང་གི་རྣམ་རྟོག་མེད་པར་འགྲོ་
 པའི་མངོན་མཐོ་དང་ངེས་ལེགས་སྐྱབ་བྱེད་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་བྱ་ཆར་འབེབས་པ་
 བྱི་ཐུགས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་ལྷན་གྱིས་བྱབ་ཚུལ་ཡིན།

འཛིག་རྟེན་པལ་བ་རྣམས་ནི་སྒྲོ་གསུམ་གྱི་འབད་ཚེ་ལ་མེད་པར་བྱ་བ་
 བྱེད་པ་གཏན་ནས་མི་སྲིད་ལ། ས་བརྒྱད་པ་ནས་ཆོས་སྟོན་པ་སོགས་ཀྱི་ཀུན་
 སྟོང་གི་ཚེ་ལ་བ་རགས་པ་ནི་བས་རང་ཤུགས་ཀྱིས་གཞན་དོན་འབྱུང་བ་ཡོད་
 ཀྱང་། དེ་དུས་ལུས་རག་གི་ལས་ཀྱན་ནས་སྟོང་པའི་རྟོག་པ་སྤྲོ་མོ་མ་སྤངས།
 གཞན་དོན་ལྷན་བྱབ་ཏུ་འཇུག་པའི་འགལ་ཁྱེན་སྤྲོ་བ་ནི། ཤེས་སྤྱིབ་ཕྱོགས་ཀྱི་
 ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་ཀྱི་ནང་ཆོན་ཟག་པ་མེད་པའི་ལས་ཞེས་པ་ལུས་རག་གི་
 ལས་འདུ་བྱེད་པའི་ཀུན་སྟོང་གི་རྟོག་པ་སྤྲོ་མོ་དེ་ཡིན་པས། དེ་ཉིད་ནམ་སྤངས་པ་
 བ་གཞན་དོན་འབད་མེད་ལྷན་བྱབ་ཏུ་འབྱུང་བ་ཡིན།

འཕྲིན་ལས་རྒྱུན་མི་ཆད་པ་ནི། སྤར་ལམ་གྱི་དུས་ནས་བྱང་ཆུབ་སེམས་
 དབའི་ས་བརྒྱ་པོ་རིམ་པ་ལྟར་བསྟོད་དེ་ཆོགས་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱས་པའི་ཡོན་

ཏན་ཁྱད་པར་ཅན་རྣམས་སྐྱེ་བ་དང་། གནས་བ་དང་། གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་
བའི་རྒྱ་ཕྱན་སྤུངས་ཆོགས་པ་སྟོན་དུ་སོང་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་འཕྲིན་ལས་རྒྱན་མི་
ཆད་བ་དང་། དེར་མ་ཟད་སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་རྣམས་རང་བཞིན་ལ་དྲི་མས་མ་
བསྐྱད་པའི་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་སྙིང་པོ་ལ་སྐྱེ་བ་བྱེད་ཉོན་མོངས་བག་ཆགས་
དང་བཅས་པའི་སྟོ་བྱར་གྱི་དྲི་མ་རྣམས་འདྲོམས་པའི་རྒྱན་སྤྲུགས་རྗེ་ཆེན་པོས་
དུས་ཀྱན་དུ་དགོངས་ནས་དེའི་ཐབས་སྟོན་པས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་ལྷན་
སྤྲུབ་རྒྱན་མི་ཆད་པ་དེ་བྱུང་བ་ཡིན།

དེ་དག་ནི་གཞི་བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ངེས་པར་བྱས་ནས་སྤྲུབ་
པའི་བཀའ་སླེ་སྟོན་གསུམ་གྱི་བརྗོད་བྱ་ལམ་ཐབས་ཤེས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་བསྐྱབ་
པ་གསུམ་ལ་བརྟེན་ནས་ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་གི་ལམ་བཟོད་ཚུལ་དང་། འབྲས་བུ་
སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐྱེ་བཞི་འཕྲིན་ལས་དང་བཅས་པའི་གནད་དོན་མདོར་བསྐྱུས་
ཤིག་བཀོད་པ་ཡིན་ཞིང་། ཞིབ་ཅིང་རྒྱས་པ་ནི་འདིར་ཡི་གེའི་ལམ་དུ་འགོད་པར་
མི་ལང་བས་མ་བཀོད།

བརྩ་གཅིག བོད་དུ་ཡོད་པའི་ནང་བ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ཀྱུན་ས་
ཁག་གི་གནས་རྒྱལ་སྟོན།

ང་ཆོ་བོད་སྟོངས་སུ་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་བཙུམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་
སྟོལ་བཟང་འཛིན་པའི་སྤྲུབ་མཐའ་ཁག་ཆོའི་སྟོར་མདོར་བསྐྱུས་བརྗོད་ན། བོད་
སྟོངས་ཆོལ་ཁག་སྤུངས་ཀྱི་ཁྱོན་ལ་ནང་བ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ཀྱིས་མ་བྱུང་བ་

མེད་ཅིང་། བསྟན་པ་ཉི་མ་ཤར་བ་བཞིན་དུ་དར་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ལ་ཡང་དུས་
 ཆོད་ལྔ་ཕྱིའི་ཁྲད་པར་གྱིས་བསྟན་པ་ལྔ་དར་དང་། ཕྱི་དར་ཞེས་མིང་གི་ཐ་སྟད་
 གཉིས་བྱུང་བ་རེད། དེ་ཡང་ཐོད་ཀྱི་རྒྱལ་རབས་སོ་གསུམ་པ་ཆོས་རྒྱལ་སྲོང་
 བཙན་སྐམ་པོས་དགྲང་ལོ་བཅུ་གསུམ་པ་ལ་རྒྱལ་སྲིད་བཟུང་། ལྷ་ས་དང་ཁ་
 འབྲུག་གི་གཙུག་ལག་ཁང་སོགས་མཐའ་འདུལ། ཡང་འདུལ། རུ་གཞོན་གྱི་
 གཙུག་ལག་ཁང་དུ་མ་བཅིགས། རང་གི་སློན་པོ་ཐོན་མི་སམ་རྩོལ་རྒྱ་གར་དུ་
 བཏང་ནས་སྤྱོད་པ་ཡི་གེ་བསྐབས། རྒྱ་གར་གྱི་ཡི་གེ་ལ་དཔེ་བྲས་ནས་ཐོད་ཀྱི་
 ཡི་གེའི་གཟུགས་དང་། བད་སྲོད་པའི་བསྟན་བཙུན་བརྒྱད་བཙམས། རྒྱ་གར་
 ནས་སློབ་དཔོན་ཀུ་ལྷར་དང་། གམ་ཟེ་ཤང་ཀ་ར། བལ་པོའི་སློབ་དཔོན་ཤྲི་ལ་
 མཆོ་སོགས་གདན་ཐངས་ནས་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་གསུང་རབ་མདོ་དང་། རྒྱུད་ཀྱི་ཆ་
 ལག་མང་རབ་བསྐྱར་ཞིང་བསྟན་པའི་སློབ་བཏོད། ཆོས་ཀྱི་འཆད་ཉན་མདོན་
 མཆོན་ཆེན་པོས་རྒྱ་ཆེར་བྱེད་པ་མ་བྱུང་ཡང་། རྒྱལ་པོ་རང་གིས་སྐལ་ལྷན་མང་
 པོ་ལ་སྤྲུགས་ཇེ་ཆེན་པོའི་ཆོས་སློང་གཙོ་བྱུང་གྱི་གདམས་པ་གནང་།

དེ་ནས་རྒྱལ་རབས་སོ་བདུན་པ་ཁྲི་སྲོང་ལྷེ་འུ་བཙན་ཕྱོན་ཏེ་དམ་པའི་
 ཆོས་དར་བར་མཛད་པའི་སྤྲུགས་བསྐྱེད་ཀྱིས་རྒྱ་གར་ཤར་ཕྱོགས་ཟ་ཏོར་གྱི་
 མཁན་པོ་ཤུཉི་རྟེན་དང་། སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་པའི་གནས་སྤྱན་ཐངས།
 མཁན་སློབ་དེ་དག་དང་། སློབ་དཔོན་བེ་མ་ལ་མི་བྲ། ཤུཉི་གརྟ། རྩམ་གྱི་ཏེ།
 སངས་རྒྱུས་གསང་བ། ཀ་མ་ལ་ཤྲི་ལ། བེ་བུ་རྩེ་སེམས་རྒྱ་གར་གྱི་བཀ་ཆེན་
 བརྒྱ་ཅ་བརྒྱད་དུ་བྲགས་པ་ནམས་དང་། ཐོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་བེ་རོ་ཅན་དང་།

གཉིས་ཀྱི་ལྷ་ལྷ་སྐྱ་སྐྱ་བ་དཔལ་བཅེགས། ཅོག་རོ་སྤྱི་རྒྱལ་མཆོན། ཞང་ཡེ་
ཤེས་སྤེལ་སོགས་བརྒྱམས་ཀྱིས་འདུལ་བ། མདོ་སྤེལ་སྤྱོད་གས་དང་། དེ་དག་གི་
དགོངས་འགྲེལ་གྱི་བསྟན་བཅོས་གཙོ་ཆེ་བརྒྱམས་བསྐྱར་ཅིང་བཤད་སྐྱབ་ཀྱི་སྤེ་
ཆེན་པོ་བཙུགས།

རྒྱལ་རབས་བཞི་བཅུ་ཞེ་གཅིག་བ་ཁྱི་རལ་བ་ཅན་གྱིས་རབ་བྱུང་རེ་རེ་ལ་
འབངས་མི་བྱིས་བདུན་བདུན་ཕུལ་བ་དང་། གཙུག་ལག་ཁང་སྟོང་ཅུ་བཞེངས་
ཤིང་། དབུ་སྐྱ་ལ་དར་ཡུག་གཉིས་བཏགས་པའི་སྤེལ་མོར་སྤེལ་མཆོད་སྤེལ་གཉིས་
བཞུགས་སུ་གསོལ་ནས་མཆོད་ཅིང་བཀྱར་བ་སོགས་རྒྱལ་བསྟན་རིན་པོ་ཆེ་
བཀྱར་བའི་མཛད་པ་མཐའ་ཡས། རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་ཨྲ་ཅུ་རྩ་ལྷུ་མི་བྱ། སུ་
རེ་རྒྱ་བོ་རྟུ། སྤེལ་རྒྱ་བོ་རྟུ། རྒྱ་ལྷུ་ལ་སོགས་བརྟུ་ཏ་མང་པོ་སྐྱབ་བྱངས། བོད་ཀྱི་
མཁན་པོ་རྟུ་རྟུ་ཏ་དང་། རྟུ་རྟུ་ལྷུ་ལ། མོ་རྟུ་བ་རྟུ་ན་སེ་ན། ར་ལ་རྟུ་ཏ་ལ་
སོགས་བས་སྤོན་རྒྱལ་རབས་གོང་མའི་དུས་ལོ་བཅུ་རྒྱམས་ཀྱིས་ཆོས་བསྐྱར་
བའི་ཆེ་བོད་སྐད་ལ་གྲགས་པའི་མིང་བསྐྱར་དུ་མ་བཏུབ་པ་དང་། གོ་དཀའ་བ་
རྒྱམས་བསལ་ནས་ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་གི་གཞུང་དང་མཐུན་པར་བསྐྱར་བཅོས་ཀྱིས།
ཞེས་རྒྱལ་པོའི་བཀའ་བཅད་ལྟར་ཡུམ་རྒྱས་པ་ལ་འགྱུར་བཅོས་ནས་དུམ་བུ་བཙུ་
བྱག་ཏུ་མཛད། དེས་མཆོད་སྤེལ་བསྐྱར་བའི་གསུང་རབ་པལ་ཆེར་སྐད་གསར་
བཅད་ཀྱིས་གཏན་ལ་པབ་བ་སོགས་བོད་གངས་ཅན་གྱི་ལྷོངས་སུ་ནང་བ་སངས་
རྒྱས་པའི་བསྟན་བཅོས་པོ་ཆེ་གོང་ནས་གོང་འཕེལ་དུ་དར་ཞིང་རྒྱས་པ་དེ་ལ་
བསྟན་བཅོས་དར་ཞེས་གྲགས་པ་ཡིན།

རྒྱལ་རབས་ཞིག་ཉིས་པ་སྐང་དར་མས་སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་
 བསྟུན་པ་ཡིང་། དེའི་ཆོ་མཁན་ཆེན་ཞིག་པ་འཛོམས་སྟོན་རྒྱུ་དམར་ཤྱུ། གཡོ་
 དགོ་འབྱུང་། གཙང་རབ་གསལ་གསུམ་མདོ་སྤྱད་དུ་བྲོས་པ་ལས། ལྷ་ཆེན་
 དགོངས་པ་རབ་གསལ་གྱིས་བསྟེན་པར་རྫོགས་ཡིང་། དེ་ནས་རིམ་གྱིས་བོད་དུ་
 རབ་བྱུང་གི་སྡེ་མང་པོ་འཕེལ། གཞན་ཡང་རྒྱ་གར་གར་བྲོགས་གྱི་བརྟེན་རྩམ་
 སྤྲེལ། སྤྱུ་སྤྲེལ་སོགས་མངའ་རིས་སྟོད་དུ་བྱོན་པ་ལས་བརྒྱད་པ་དང་། ཁ་
 ཆེའི་བཀ་ཆེན་ཤྱུ་སྤྱི་བོད་དུ་བྱོན་པ་ལས་བརྒྱད་པ་སོགས་གྱིས་རབ་བྱུང་གི་
 སྡེ་ཆེས་ཆེར་འཕེལ། དེ་དག་གི་དུས་སྐབས་ནས་བརྒྱད་རྒྱ་གར་གྱི་བཀ་བྱུབ་དུ་
 མ་བོད་དུ་བྱོན་པ་དང་། བོད་ཀྱི་ཡོ་རྩ་བ་མཁས་པ་དུ་མ་ཞིག་དཀའ་སྤྱད་དག་
 བོས་རྒྱལ་བལ་གྱི་ཡུལ་དུ་བྱོན་ཏེ་བཀ་བྱུབ་དུ་མའི་ཞབས་པ་གཏུགས་ནས་
 གསེར་གྱི་ཡོན་ཡུལ་ཏེ་མདོ་སྟགས་གྱི་ཆོས་མང་དུ་གསན་ནས་བོད་དུ་བསྐྱར་
 ཞིང་སྟེལ་བ་དང་། དེ་དག་ལས་བརྒྱད་པའི་མཁས་བྱུབ་རིམ་པར་བྱོན་པ་ནམས་
 གྱིས་བྱུབ་པའི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་ཉམས་པ་སྤྱར་ཡང་གསོས་ཏེ། བོད་སྡོངས་
 ཡོངས་རྫོགས་གྱི་བྱོན་པ་སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་ཉི་མ་གར་བ་ལྟར་བྱུར་པ་དེ་
 ལ་བསྟན་པ་བྱེད་ཞེས་བྲགས་པ་རེད།

མོད་དུ་ནང་པའི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་གྲུབ་མཐའི་དཔྱེ་བ་མིང་མི་འབྲ་བ་སྣ་
 ཆོག་ས་ཡོད། དེ་ཡང་དཔེར་ན་རྟིང་མ་བ་ཞེས་པ་ལྷ་བྱ་དུས་རབས་ཀྱི་ལྷོ་ནས་
 མིང་བཏགས་པ་དང་། ས་སྐྱ་པ། ལྷག་ལུང་པ། འཕྱི་ལུང་པ། འབྲུག་པ། དཔེ་
 ལྷན་པ་ཞེས་པ་ལྷ་བྱ་ཆགས་ལུལ་གྱི་ས་གནས་ཀྱི་ལྷོ་ནས་མིང་བཏགས། ཀམ་

བཀའ་བརྒྱུད། འུ་ལུགས་པ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་སློབ་དཔོན་གྱི་སློན་ནས་མིང་བཏགས།
བཀའ་གདམས་པ། རྫོགས་ཆེན་པ། འུག་ཆེན་པ། ཞི་བྱེད་པ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་
གདམས་པའི་སློན་ནས་མིང་བཏགས་པ་རེད།

དེ་འདྲའི་ཆོས་ལུགས་དེ་དག་ཚུར་བསྐྱུས་ན་རྩིང་མ་དང་། གསར་མ་
གཉིས་སུ་འདུས་པ་ཡིན། གསར་རྩིང་གི་བྱེད་པར་གང་གི་སློན་ནས་ཡིན་ནམ་
སྐྱམ་ན། དེ་ནི་བོད་དུ་དར་བའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་ལ་མདོ་དང་སྒྲགས་གཉིས་
ཡོད་པའི་མདོ་བློགས་ལ་གསར་རྩིང་གི་རྣམ་གཞག་མི་འདྲིའི་ཅིང་། གཙུག་པོར་
ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་གསང་སྒྲགས་ཀྱི་བསྟན་པ་དར་ཚུལ་གྱི་སློན་ནས་གསར་རྩིང་
གཉིས་སུ་བཞག་པ་རེད། དེ་ཡང་གོང་དུ་སྒྲུས་པའི་བསྟན་པ་སྒྲ་དར་གྱི་སྐབས་
ནས་བཟུང་། བརྗེ་ཏ་སྤྱི་ཉི་བོད་དུ་བྱོན་པ་ཡན་ཆོད་དུ་བསྐྱུར་བ་ལ་གསང་སྒྲགས་
སྒྲ་འགྱུར་དང་། དེའི་བཞག་སྐབས་ཀྱི་རིང་ལུགས་འདྲིན་པ་ལ་རྩིང་མ་པ་ཞེས་
གྲགས་ཤིང་། ལོ་རྒྱུ་བ་རིན་ཆེན་བཟང་པོ་ཚུན་ཆད་དུ་བསྐྱུར་བ་རྣམས་ལ་གསང་
སྒྲགས་གསར་མ་ཞེས་གྲགས་པ་ཡིན།

གསང་སྒྲགས་གསར་མའི་འགྱུར་ནི། ལོ་རྒྱུ་བ་རིན་བཟང་གིས་སྤྱི་ལོ་
༡༩༡༩ ལོ་ནས་འགོ་ཚུགས། དེ་རྗེས་རིམ་བཞིན་འབྲེག་མི་དང་། ཉན་གཤམ་གསུམ་
དང་། ལྟོ་བྲག་མར་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་རྒྱ་སྤེལ་པར་པོ་བོད་དུ་
བསྐྱུར་ཏེ་གསང་སྒྲགས་གསར་མའི་བསྟན་པ་རྒྱ་ཆེར་སྤེལ་བར་མཛད་པ་རེད།
དེང་སང་བོད་དུ་ཡོད་པའི་བྱུང་མཐའ་དེ་རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས་རྩིང་མའི་བྱུང་མཐའ་
དང་། གསར་མ་བཀའ་བརྒྱུད་པ། ས་སྐྱ་པ། དགོ་ལུགས་པ་བཅས་བཞི་པོ་འདི་

ནམས་དར་བྱུང་ཆེ་ཞིང་གཙོ་ཆེ་བ་ཡིན།

དེ་ཡང་སྤྱི་ལོ་༡༡༠ ལོར་ཨོ་རྒྱན་གྱི་སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་བརྒྱ་མཁ་རྩ་ལ་
བོད་དུ་བྱོན་ཏེ་བསམ་ཡས་མཆིམས་ལུང་སྒྱུབ་སྟེ་ཆེན་པོ་བརྒྱད་ལ་སོགས་པའི་
རྒྱུད་དང་སྒྱུབ་ཐབས་མང་དུ་བསྒྱུར། རྗེ་འབངས་ཉེར་ལྔ་སོགས་སྐལ་ལྷན་འདུས་
པའི་ཆོམ་ལུང་གསང་ཆེན་དོ་རྗེ་ཐེག་པའི་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བ་ལས་རིམ་གྱིས་
བརྒྱད་པ་ལ་གསང་སྤྱགས་སྟོང་པའི་བྱུང་མཐའ་དང།

སྤྱི་ལོ་ ༡༠༡༩ ལོར་འབྲུངས་པའི་མར་སྟོན་ཆོས་ཀྱི་སློབ་པོས་རྒྱ་གར་དུ་
ལན་གསུམ་བྱོན་ནས། བཅ་ཆེན་ལྷ་རོ་བ་དང་། མི་འི་བ་སོགས་སྒྲ་མ་དུ་མའི་
ཞབས་ལ་གཏུགས། ཚད་ལྷན་གྱི་གཞུང་བཤད་བསྒྱུར་མཛད་དེ་རྗེ་བཙུན་མི་ལ་
རས་བ་དང་། མཉམ་མེད་དྲགས་པོ་ལྷ་རྗེ་སོགས་ནས་བརྒྱད་པ་ལ་བཀའ་བརྒྱད་
པའི་བྱུང་མཐའ་ཞེས་བྲགས་བ་དང་། བཀའ་བརྒྱད་པ་ལ་ནང་གསེས། ཀམ་ཚང་
པ། འབྲི་བྱང་པ། ལྷག་ལུང་པ། འབྲུག་པ་སོགས་བཀའ་བརྒྱད་ཆེ་བཞི། རྩེ་
བརྒྱད་དུ་བྲགས་བ་ཡོད།

སྤྱི་ལོ་༡༠༣༧ ལོར་འབྲུངས་པའི་འཁོན་དཀོན་ཅོག་རྒྱལ་པོས་འབྲོག་མི་
ལོ་རྒྱ་པའི་བྱང་ནས་རྒྱ་ལེ་རྒྱའི་མཁན་པོ་དབུ་ལྷན་ཆོས་སྐྱོང་བྱུང་བ་བརྟེན་པའི་
མཆན་བི་རྩ་བ་དང་། བཅ་ཆེན་གཡ་རྩ་ར་ནས་བརྒྱད་པའི་ལམ་འབྲས་གསན་
ཞིང་། ས་ཆེན་གོང་མ་རྣམ་ལྔ་སོགས་ནས་བརྒྱད་པ་ལ་ས་སྐྱ་པའི་བྱུང་མཐའ་
དང་།

སྤྱི་ལོ་ ༡༠༣༩ ལོར་བི་ག་མ་གྱི་ལའི་མཁས་པ་ཆེན་པོ་དྲེ་པི་ཀ་ར་གྱི་

རྒྱ་ན་བོད་དུ་མེད་པ་ཉེ་མདོ་སྤྲུག་གི་ཟབ་ཆོས་རྒྱ་ཆེར་སྤེལ་ཞིང་། ཁུ་རྫོག་འབྲོམ་གསུམ་སོགས་ནས་བརྒྱུད་པ་ལ་བཀའ་གདམས་པ་ཞེས་གྲགས་ཤིང་། དེའི་གདམས་པའི་བརྒྱུད་འཛིན་སྤྱི་ལོ་ ༡༣༥༥ ལོར་འབྲུངས་པའི་འཇམ་མགོན་ཙཱ་ཁ་པ་ཆེན་པོས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་བཀའ་དང་། དེའི་དགོངས་འགྲེལ་གི་བསྟན་བཅོས་ཆོད་ལྷན་རྒྱ་གར་ནས་བོད་གདམས་ཅན་གྱི་སྡོངས་སུ་འགྱུར་རོ་འཆལ་ལ་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་གྱི་སྒྲོན་སྒྲོ་འདོགས་བཅད་དེ། གསུང་རབ་ཀྱི་ཟབ་དོན་འབྲུལ་བ་མེད་པར་ལེགས་པར་འདོམས་པའི་བཀའ་ཁྲིལ། རྒྱལ་ཆབ་དང་མཁས་གྲུབ་སོགས་ནས་བརྒྱུད་པ་ལ་དེ་བོ་དགེ་ལྷན་པའི་གྲུབ་མཐའ་ཞེས་གྲགས་པ་ཡིན།

མི་འགའ་ཤས་ཀྱི་བསམ་བར། བོད་དུ་ཡོད་པའི་ས་དགེ་བཀའ་རྙིང་གི་ཆོས་ལུགས་དེ་རྣམས་ཕྱི་བ་དང་ནང་བའི་ཆོས་ལུགས་ལྟར་གཞི་ལམ་འབྲས་བུའི་རྣམ་གཞག་མང་པོ་ནས་མི་མཐུན་པའི་ཐ་དད་ཅིག་ཡིན་པར་བསམ་མཁན་ཡོད་ཤས་ཆེ་ཡང་། དེ་འདྲ་གཏན་ནས་མིན། རྒྱ་མཆོན་གསལ་པོར་བརྗོད་ན། དཔེར་ན་དེང་སང་མཐོང་བཞིན་པ་ནམ་མཁར་བཟོད་བྱེད་ཀྱི་གནམ་གུ་ལྟ་བུར་མཆོན་ན། ཕྱིའི་གཟུགས་ཆེ་ཆུང་དང་གཟུགས་དབྱིབས་མི་འདྲ་བ། ཁ་དོག་མི་འདྲ་བ། བཟོ་བོ་མཁས་པ་སོ་སོའི་སྒོ་ཅལ་དང་ཉམས་སྲོང་གི་བྱུང་པར་གྱིས་ནང་གི་འབྲུལ་འཁོར་གྱི་གནད་ཀ་དང་། ཡོ་བྱུང་སོགས་ཀྱི་བཟོ་བྱུང་ཐན་བུ་མི་འདྲ་བ་ཡོད་པ་ཙམ་ལས། དོན་དུ་གནམ་གྲུའི་རིགས་རིམ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་ཐམས་ཅད་མེ་རླུང་གི་རྒྱས་ལུགས་ལ་བརྟེན་ནས་འཕྱར་ལྷིང་གིས་ནམ་མཁའི་ལམ་དུ་

བཟོད་པ་ལ་བྱད་པར་མེད་ཅིང་། གནམ་གྱི་རིགས་གཅིག་ཏུ་ངོས་འཛིན་
དགོས་པ་ལྟར། བོད་ཀྱི་ནང་པའི་ཆོས་ལུགས་དེ་དག་གྲང་རང་རང་གི་ཐོག་མའི་
སྲོལ་འབྱེད་མཁས་གྲུབ་ཆེན་པོ་དེ་དག་གིས་རང་གི་ཉམས་སྲོང་ལ་བརྟེན་ནས་
གདུལ་བྱ་ལམ་ལ་འཁྲིད་པའི་ཐབས་མཁས་ཀྱི་ཚུལ་ཐོན་བྱ་འབྲེལ་མེད་དང་། བར་
དང་ཐ་སྟོད་ཀྱི་བྱད་པར་སོགས་ཟུར་ཐོན་བྱ་རེ་མི་འབྲེལ་བའི་བྱད་པར་ཡོད་པ་ཙམ་
ལས། དོན་དུ་ཆོས་ལུགས་དེ་དག་གི་མཐར་ཐུག་གི་བསྐྱབ་བྱའི་གཙོ་བོ་ནི་
སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཡིན་པར་གཅིག་ཅིང་། དེ་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་ཉམས་
ལེན་གྱི་རིམ་པ་ཡང་གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་ལྟག་པའི་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ཡ་མ་བྲལ་
ཞིང་། ལྟ་བ་བཀར་བཏགས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་བཞི་ལས་མི་འདའ་བར། མདོ་སྒྲགས་
ཟུང་འབྲེལ་དུ་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ལ་མི་མཐུན་པ་མེད་པར་གཅིག་པ་ཡིན་པས་
ཐམས་ཅད་མཐར་གཏུགས་ན་འབབ་ས་གཅིག་རང་ཡིན།

ཡང་མི་འགའ་ཤས་ནས་བོད་ཀྱི་ཆོས་དེ་སྐྱེས་པའི་ཆོས་རེད་ཅེས། སངས་
རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་པའི་ཆོས་མིན་པ་ལྟ་བུར་བརྗོད་མཁན་ཡོད་ཀྱང་དེ་འབྲེལ་
མིན། གང་ཡིན་ཞེ་ན། བོད་ཀྱི་ནང་པའི་ཆོས་ལུགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཙུ་བའི་འབྱུང་
ཁུངས་མདོ་དང་། རྒྱུད་མྱེ་རྣམས་ཐོག་མར་གསུང་པ་པོ་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་
ཀྱིས་གསུངས། བར་དུ་རྒྱ་གར་གྱི་བརྗོད་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་མདོ་རྒྱུད་ཀྱི་
དགོངས་དོན་རྣམས་དབྱེད་གསུམ་རྣམ་པར་དག་པའི་རིགས་པའི་ལམ་ལས་
བྲངས་ཏེ་བཤད་ཅིང་གཏན་ལ་པག། གྲུབ་ཐོབ་རྣམ་འབྱོར་པ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་
ཉམས་སུ་བྲངས་ཏེ་རྟོགས་པ་ཆོད་མ་ཐུགས་རྒྱུད་ལ་འབྱུངས་པའི་གདམས་པ་

ཟབ་མོ། ཐ་མར་བོད་གངས་ཅན་གྱི་རྒྱལ་སྐོན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་
དང་། སྤོན་གྱི་ལོ་རྒྱ་བ་བཀའ་ཤིན་ཅན་དེ་རྣམས་གྱིས་ནོར་ལོངས་སྤྱོད་ལྟ་ཅི།
ལུས་དང་སྟོག་ལའང་མི་ལྟ་བུའི་དཀའ་སྤྱད་དང་། བརྩོན་འགྲུས་བྲག་པོས་རྒྱ་
བལ་གྱི་ཡུལ་གྱུ་དུ་མ་རྒྱ་བཞིན་ཉལ་ཏེ་རྩོད་མེད་ལོངས་སྤྱོད་གཤམ་བའི་བརྩེ་ཏ་
དང་། གྲུབ་ཐོབ་མང་པོ་མཉེས་པ་གསུམ་གྱིས་མཉེས་པར་བྱས་ནས་གདམས་པ་
རྣམས་གསལ་ཞིང་། གསུང་རབ་བོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་བ་དེ་རྣམས་ཡིན། དེ་དག་
གཞི་དང་རྩ་བར་བརྩུང་ནས་ཉན་བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་བྱེད་པ་མ་གཏོགས་དེ་དག་
དང་མི་མ་ཐུན་བའི་ཆོས་བོད་ཀྱི་སྒྲ་མས་རང་བཟོ་བྱས་པ་གཅིག་ཀྱང་མེད།
དཔེར་ན་བོད་ཀྱི་ནང་པའི་ཆོས་པ་སྤྱི་ལོ་ཞིག་ཡིན་རུང་། ཆོས་ཀྱི་གནད་དོན་
སྐོར་དོགས་སེལ་དང་། ཁྱད་སྤྱོད་གསུམ་དགོས་པ་ཅུང་ཟད་གཅིག་བྱུང་ནའང་
སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་ངམ། རྒྱ་གར་བཅས་སྤྱོད་ཀྱང་ཞིག་གི་གསུང་ལ་ཁྱད་སྤྱོད་
གསུམ་ནས་བྱེད་བཞིན་པ་ཡིན་ནོ། །

ནང་ཆོས་དོ་སྒྲོན་སེམས་ཀྱི་དབལ་ཡོན།

ཡིག་ཐོག་པབ་བཟུ་བ།

ནམ་གྲུ་ཐུབ་བསྟན་ཡར་འཕེལ།

ཞུ་དག་བ།

ནམ་གྲུ་དགེ་བཤེས་འཇམ་དབྱངས་ཉི་མ།

བསྟན་འཛིན་བསམ་བློ་བ།

ཡགོང་ས་མཆོག་གི་གསུང་འབྲུམ་ཕྱོགས་སྒྲིག་ཁང་ནས་དབར་འགྲེམས་ཞུས།

སེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་རྩོམ་སྒྲིག་ཁང་གིས་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་བཟོས།